opusdei.org

工作与默观（一）

当圣施礼华坚持我们的工作可以成为默观的祈祷时，他是什麽意思？这是关於如何圣化我们日常工作一系列文章的第一篇。

2019年2月4日

下载《工作与默观（一）》（pdf格式）

「在今天的默想中，希望我们再次下定决心—做一个默观者；在街道上、在工作中，跟天主不停的交谈，时时

刻刻，贯彻始终，如果我们真想忠实地跟随主的步伐，祈祷就是唯一的道路。」[1]

对於那些被天主呼召在世上寻求圣德；将工作转化为祈祷；拥有默观灵魂的人来说，这确实是「唯一的途径」。因为「我们要麽学会在日常生活中找到我主，要麽我们永远都找不到祂。」[2]

我们应该慢慢地思考圣施礼华教导的这个基本要点。我们在本文中将关注默观是什麽，这一系列中跟著的文章将更全面地探讨默观生活在工作和日常活动中的意义。

就像在纳匝肋，就像第一批基督徒一样

要在日常生活中发现天主赋予我们生命的终极价值和意义。耶稣在纳匝肋的隐居生活包括「叁十年辛勤工作、热心祈祷的时期，主过著和普通人一样的生活，是既神圣也富人性的生

活。在木匠工作坊里，祂默默地、无瑕地完成每件工作，就像日後祂在群众前所做的那样完美。」[3] 因此，祂教导我们，我们的职业、家庭和社会生活并不妨碍我们时时祈祷，[4] 反而是些机会，让我们与天主保持亲近，直到有一刻，我们无法再区分什麽是工作，什麽是默观。

第一批基督徒在日常生活中跟随著师父的脚步，沿著这条默观的道路行进。「无论在散步、交谈、休息、工作或阅读时，一个基督信徒在祈祷。」[5] 第二世纪的一位作家这麽写道。几世纪後，圣大国瑞也描述了许多信徒的一个理想：「默观的恩宠不只是给予伟大的人，而拒绝给予卑微的人。许多伟人和许多卑微的人都接受该恩宠，无论他们是远离尘世、还是已婚的人士。因此，既然没有任何的状况被排除在默观的恩典之外，那麽任何一个在内心护守著自己心灵的人，都能被这恩宠启发。」[6]

教会的教导当局，特别是从第二次梵蒂冈会议以来，经常提醒我们这一教导。这对我们特别重要，因为我们有使命把基督带到各处，并向世界灌输基督的精神。正如圣若望保禄二世在提及圣施礼华的教导时说：「我们理解平日的活动是一条与基督结合宝贵的途径，能够成为圣化的场所和实材；操练美德的环境；在工作中实现爱的对话。因此工作被转化成祈祷的精神。所以，儘管一个人专心地从事他的各种工作，他还是可以持续默观天主的。」[7]

天主子女的默观

天主教教理中说：「教会称瞻仰天上荣耀中的天主为『荣福直观』」。[8]在世上，我们就能够预尝到对天上天主完美的默观。这个开始，虽然受到限制，且与视觉有著不同的性质，[9]但已是真正的在默观天主，正如恩宠一般，虽然不同於天上的荣耀，但仍然是天主神性真正的参与。保禄说：

「我们现在是藉著镜子观看，模糊不清，到那时，就要面对面的观看了。我现在所认识的，只是局部的，那时我就要全认清了，如同我全被认清一样。」[10] 因而，在这世上，如同「在镜子里」默观天主，是件可能的事，感谢超性叁德—活生生的信仰、希望和爱德。信德，与望德结合，受到爱德的鼓舞，「使我们预尝荣福直观的喜悦和神光，那是我们在此世旅居的目标。」[11]

默观是对天主的爱和喜悦的认知，以及祂在受造物、超自然启示中所显示的计画，最完满的体现莫过於我主耶稣基督的诞生、死亡和复活上。圣十字若望称默观为「爱的科学」。[12] 圣多默阿奎那将其定义为：对真理的透彻认识，不是藉由推理的过程，而是藉由强烈的爱情。[13]

心祷是与天主对话。你写道：「『祈祷是和天主谈话。可是谈些什麽呢？』谈什麽？就是谈天主，谈你自

己：你的快乐、忧愁、成功与失败、高尚的抱负、每日的担忧，甚至你的弱点！感恩和祈求；真爱和赔补。

简单地说，认识祂，也认识你自己：『与祂交往！』」[14] 在属灵生活中，这种与天主的对话随著信赖的孝爱之情的增加而逐渐简化。这样一来，祈祷就不再需要言语，无论是外在的还是内在的。「言语变得没有用，因唇舌已不能表达，理智静止了，不需思考，只需注视！」[15]

这就是默观的含义：一种积极没有言语的祈祷，强烈而宁静，深沉而单纯。这是天主赐给那些真诚寻求祂的人的恩典，那些全心全意地用行动实现祂的旨意的人，那些努力活出祂的临在的人。「一个接著一个的短诵…，热心好像永远不足够，因为语言是多麽贫乏…接著和天主更佳亲密，凝视天主，不眠不倦。」[16] 圣施礼华坚持，这一切都可能发生，不仅仅在於明确祈祷的时刻，而且也在

「因我们的情况和职责，而尽力完善的做好所交付给我们的工作（儘管自己有很多的错误和限度）。」[17]

在护慰者的行动之下

在恩宠中，圣父、圣子和圣神居住在我们的灵魂里，[18] 我们是天主的宫殿。[19] 言语无法表达至圣圣叁奥迹寓居於我们灵魂深处的富饶。圣父永恒地生了圣子，而圣神，爱的持久连繫，由圣父和圣子而共发。藉著天主的恩典，我们以儿女的身份参与这至圣圣叁的生活。护慰者把我们与圣子连接，圣子降生取得人性，为了让我们得以分享天主性：「但时期一满，天主就派遣了自己的儿子来，生於女人，生於法律之下，为把在法律之下的人赎出来，使我们获得义子的地位。为證实你们确实是天主的子女，天主派遣了自己儿子的圣神，到我们心内喊说：『阿爸，父啊！』」[20] 我们与圣子的结合，不是孤独的，而成为一个身体 - 基督的奥体，所有男

女都被召唤成为箇中的肢体，像使徒一样，成为吸引人的工具，分享基督的司祭身份。[21]

默观的生活是天主子女的生活，与天主叁位亲密接触的生活，满溢出使徒的热情。是护慰者倾注在我们心中的爱情，使我们认识天主，否则是无法获得的，「那不爱的，也不认识天主，因为天主是爱。」[22] 若我们越爱天主，我们就越瞭解祂，因为那份爱(超性的爱)是圣神无限爱情的参与，[23] 「圣神洞察一切，就连天主的深奥事理祂也洞悉。除了人内里的心神外，有谁能知道那人的事呢？同样，除了天主圣神外，谁也不能明瞭天主的事。」[24]

这份大爱，使灵魂与天主神性位格有深刻的亲密度，对天主的理解更加敏锐、迅速、精确和自然，也与基督圣心有深刻的和谐。[25] 在人性层面也是如此，那些彼此相爱的人也更容易理解对方。圣施礼华用这个比喻，在

某些程度上诠释了我们对天主的默观是什麽样。「从我家乡来的人，有时会说：『看那个人是怎麽默观的！』他可能指的是抱著孩子在她怀里的母亲，或是望著自己未来妻子的男人，或是在照顾生病丈夫的女人—纯洁而高贵的人性情感。这就是我们应该如何默观的方式。」[26]

但是，即使人类的经历，无论多麽美好，都不过只是天主赐予忠信的灵魂默观祂的微光。超性的爱情不仅在高度、品质和力量上远远超过人性的爱，并且圣神的恩典使我们能够被祂顺服的引导。这些恩典(上智、明达、超见、刚毅、聪敏、孝爱、敬畏天主)与天主以「同等自然」的亲近，同步成长，於是展开默观生活的整个视野。

特别是透过上智之恩，圣神赐予我们首个最伟大的恩典，[27] 使我们不仅认知并认同天主有关祂和祂的受造物真理的启示(正如信仰一样)，况且有

「滋味」，能以「某种品尝到的甜味」认知真理。智慧，sapientia 一词，可以解作好像是「有滋味的(贤慧的)知识」sapida scientia。[28] 因为这个恩典，不仅能增长一个人对天主的爱，而且是以一种新的方式体认天主。[29] 「有一种知识，只有通过圣德才能获得。也许你遇到一些隐蔽的灵魂，他们不为世界所知，极度的卑微、自我牺牲、神圣，且具有不平凡的超性观点。『父啊！天地的主宰！我称谢你，因为你将这些事瞒住了智慧和明达的人，而启示给小孩子。』」(玛11:25)[30]

透过上智的恩典，默观生活进入天主的深奥。[31] 圣施礼华邀请我们去默观「圣保禄在其书信中向我们提出了一整套默观生活的规划，包括知识与爱情，祈祷与生活…『愿基督因著你们的信德，住在你们心中，叫你们在爱德上根深蒂固，奠定基础，为使你们能够同众圣徒领悟基督的爱是怎样的广、阔、高、深，并知道基督的爱

是远超人所能知的，为叫你们充满天主的一切富裕。』（弗3:17-19)」[32]

我们应该向圣神祈求上智的恩典，以及其他的恩典。它们是天主圣爱的礼物，是护慰者送给那些全心、全灵、全力热爱天主的人的瑰宝。

默观之路

当一个人爱德的程度越高，他与天主的熟悉度也就越高，这使得默观成为可行的。如果一个人只活出最起码程度的爱德，他自满於不犯大罪，不指望全面的实行天主的旨意，只在某些方面苟同天主的旨意。然而，他的爱不渴望能爱更多，也没有虔敬的热诚，那种更类似与陌生人的官式礼貌，而非与子女的亲情。凡满足与天主仅有这种关係的人，对於启示真理只会获得微弱而短暂的认识，「因为，谁若只听圣言而不去实行，他就像一个人，对著镜子照自己生来的面

貌，照完以後，就离去，遂即忘却了自己是什麽样子。」[33]

另有一种截然不同的情况，一个人坦诚的愿望在一切事上，依赖恩宠的帮忙，拥抱天主的旨意，利用他力所能及的方式：心祷和口祷，领受圣事(勤办告解和勤领圣体)，工作和诚实的尽职，整天寻求天主的临在，忠於生活的计画和追求深度的基督徒培育。

现代社会让很多人只为外在的生活忙碌，焦虑的急於拥有物质，东奔西跑，四处张望，分散自己的注意力，也许试图掩盖自己内心的空虚，失去生活的超然意义。但是，既然我们已经觉悟到成圣和使徒工作的神圣召唤，就应该具有相反的体验。当我们外在的活动越纷扰，我们内在的生活就该越强烈密切：内心的收敛，寻求与在我们心灵中的天主对话，克制自己的慾望：「肉身的贪慾，眼目的贪慾，以及人生的骄奢。」[34] 要默观天主，需要有一颗洁净的心。「心里

洁净的人是有福的，因为他们要看见天主。」[35]

让我们请求我们的至圣母亲玛利亚，为我们在日常生活中，从圣神那里获取一份默观者的恩典，一份在她自己生命中发出如此耀眼光芒的恩典。

J. Lopez

---

[1] 圣施礼华《天主之友》238

[2]圣施礼华《与施礼华蒙席会谈》114

[3]圣施礼华《天主之友》56

[4]参路18:1

[5] 亚历山大克勉，Stromata , 7, 7

[6] 圣大国瑞，有关厄则克耳讲道2, 5, 19

[7]圣若望保禄二世於2002年1月12日，纪念真福施礼华百年诞辰庆祝会中致辞：「平凡生活的伟大」

[8] 《天主教教理》，1028

[9]圣多默阿奎那《神学大全》I, q.12, a.2, c; II-II, q.4, a.1; q.180, a.5, c.

[10]格前13：12

[11]《天主教教理》163

[12]圣十字架若望《心灵的黑夜》，2, 18, 5

[13]圣多默阿奎那《神学大全》II-II, q.180, a.1, c and a.3, ad 1

[14]圣施礼华《道路》91

[15]圣施礼华《天主之友》307

[16]圣施礼华《天主之友》296

[17]同上

[18] 参若14:23

[19]参格前3:16；参格後6:16

[20]迦4:4-6

[21]参格前12:12-13,27；弗2:19-22;4:4

[22]若一4：8

[23]参圣多默阿奎那《神学大全》II-II, q.24 a.7, c. In Epist. Ad Rom ., c. 5, lect. 1

[24]格前2:10-11

[25]参玛11:27

[26] 圣施礼华，讲道「事奉天主的喜乐」

[27]参圣若望保禄二世1989年4月9日讲道

[28]圣多默阿奎那《神学大全》II-II, q.45, a.2, ad 1

[29]参若6:69；罗8:5

[30]圣施礼华，讲道「智慧的美酒」

[31]格前2:10

[32]圣施礼华《基督刚经过》163

[33]雅1:23-24

[34]若一2:16

[35]玛5:8

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/zhs/article/gong-zuo-yu-mo-guan-yi/ (2025年12月10日)