

opusdei.org

# 吾主的升天（二）： 祈祷生活和协同耶稣 救赎世界

节录自载於《基督刚经过》书中，圣施礼华於1966年5月19日耶稣升天节题为《吾主的升天》的讲道

2019年5月28日

## 祈祷生活

「向赐我生命的天主歌颂讚美。」 [1]  
若说天主是我们的生命，那麼自然应

当承认，我们的生活必须渗透交织着祈祷。然而切莫以为祈祷是例行公事，做完了便可置於脑後不去管它了。义人「专心爱好上主的法律，昼夜默想上主的诫命。」 [2] 我彻夜不寐地默想着祢。」 [3] 「我向祢行的祈祷，像馨香上升。」 [4] 我们整个的一天，从早到晚，可以全部是祈祷的时间。其实，圣经告诫我，：连睡眠也应当成为祈祷 [5]。

回顾福音关於耶稣的记述，祂常常通宵整夜地同祂的圣父亲密谈心。宗徒们见耶稣祈祷时心中总是漾溢着爱。看到老师这种恒心祈祷的态度，他们便要求祂道：「主，请祢教我们祈祷罢！」 [6] 教我们这样祈祷罢！圣保禄敦促信友们要「在祈祷上，要恒心」 [7]，即是把基督活生生的榜样传播到各地。圣路加以他艺术家画龙点睛的大手笔，用短短一句话勾画出教会初期教友的祈祷生活：「这些人……都同心合意地专务祈祷。」 [8]

好基督徒靠圣宠帮助，是在祈祷的操场上练出真功夫的。祈祷是我们的生命赖以维持的粮食。祈祷的形式不止一种，我们常会在天主亲口传授的祷文「天主经」，或在天使传授的「圣母经」的字里行间，找到表达自己心灵衷曲的方式。又能使用其他经过时间考验，并表达亿万信友兄弟姊妹虔诚心的祈祷经文。例如，礼仪中的祝文Lex orandi，或其他发自热心灵魂内心的祷词：如向圣母诵念的短祷：

「投奔圣母诵」(Sub tuum praesidium)、 「託赖圣母诵」(Memorare)、 「母后万福诵」(Salve Regina).....。

在其他情况下，我们所要的不过是脱口而出的一两个字的短句。这一类短句，可以从仔细阅读耶稣传记中学到。例如：「主！你若愿意，就能洁净我。」 [9] 「主啊！一切你都知  
道，你晓得我爱你。」 [10] 「主，我信！请你补助我的无信罢！」 [11] 加强我的信德。「主，我不堪当。」

[12]「我主！我天主！」[13] .....还有其他短句，或是充满真情热爱，或是发自灵魂深处，或是在日常各种不同境况中应运即席而发。

除此之外，我们的祈祷生活还应该有一定的时间作基础。每天拨出一定的时间在圣体龕前专诚与我主晤谈，同天主静心交谈，感谢祂在圣体龕中伫候我们达二十个世纪之久，而且往往孑然一身，孤守空堂。与天主的这种披心交谈，就是心祷。心祷时，我们的整个灵魂全部投入其中，我们的理智，想像，记忆和意志都全部投入其中。心祷是一种默想，帮助我们可怜的本性生活及其日常习惯的各种境况，藉以取得超性的价值。

我们的一天，由於这种默想的固定时间以及口诵心维与勤念短诵，可以转化成连续不断的讚颂天主，自然而然，毫无造作。正如彼此恋爱的人时时想念着对方，我们时时不忘天主的临在，念兹在兹，念念不忘。於是我

们的一举一动，甚至最细微的屑事，都会充满属灵的神效神益。

这即是基督徒在灵修生活上茁壮成长的秘诀，关键在於坚持走在连续与我主密切契合的道路上。沿着这条道路出发，他将被引向彻底委身奉行主旨的既严峻又引人入胜的奋斗中。我再补充一点：这条道路绝不只是为少数俊傑所设，而是对每一个人畅开的。

正是藉祈祷生活，我们才能懂得今天这节日的另一方面，即使徒工作——贯彻执行耶稣升天前赋予宗徒们的使命：「你们要在耶路撒冷及全犹太和撒玛黎雅，并直到地极，为我作證人。」 [14]

## **使徒工作：协同耶稣救赎世界**

由於天主的事有着令人惊奇的顺理成章的自然发展性，默观的灵魂自然会充满使徒工作热情：「我的心在我腔内滚滚沸腾，我愈沉思愈觉得烈火如焚。」 [15] 「我来是为把火投在地

上，我是多麼切望它已经燃烧起来！」 [16] 使徒工作的火焰，要靠祈祷来取得它的力量。没有比祈祷更好的办法使基督徒响应天主的召唤，在全世界开展和平的戰鬥；补足基督苦难所欠缺的。 [17]

我们知道基督已升天了。但是，基督徒能在祈祷和感恩祭中像十二位宗徒那样同基督接触往来；可鼓舞他们用使徒工作的服务热情引火燎原，协同基督救赎世界，撒播和平喜乐的种籽，所到之处，遍撒无遗。服务，即使徒工作。我们若单凭自己的力量，那麽在超性境界将一事无成。但是我们若甘当天主得心应手的工具，那麽将无往不利，卓有建树。「我赖加强我力量的那位，能应付一切。」 [18] 天主因其无限的慈爱，常选择不够资格的工具。所以宗徒没有其他要求，唯有让主在他内，并藉他而工作，完全服从天主的支配，让天主藉受造物，藉祂所挑选的人灵来实行祂的救世工程。

基督徒一旦意识到自己已在圣洗圣事内植根於基督，同基督合而为一时，便能成为一名宗徒。藉坚振圣事，他又被赋予为基督圣名而戰鬥的资格。藉其信友的普通司祭职使他在一定意义上分享基督的司祭职。虽然他的这一信友普通司祭职与公务司祭职有着本质的区别，但给予他参与教会朝拜天主的资格，给予他藉祈祷和补赎，藉言行和榜样来帮助他人归向天主的能力。

我们人人都应当成为基督其人。基督是天主与人类之间的唯一中保。[19] 我们同基督合而为一，俾能协同基督把万有奉献给圣父。身为天主儿女，我们的圣召要求我们虽然人在尘世，却应力求圣化自己，同时走向世上所有的途径，使之——转化为引导人灵克服险阻归向天主的光明正道。我们以普通公民的身份，投入各种世俗活动，便是在群众中起发酵作用的酵母。[20]

基督升天了。然而祂赋予人间一切正当的事物一种特别的被赎得救的质稟。圣大额我略以惊人之笔描绘这一现实，写道：「这样，耶稣离去了，回到祂来这里之前所住的地方；又从祂定居的地方回到这里来；因为正是在祂去天堂的同时，藉其活动已把天堂与世界弥合为一。在今天这庆节，我们应当庄严宣佈：我们被判死刑的判决书已经作废，我们被罚腐朽的铁案已经平反。我们的人性原来被宣判的刑书是：『汝本尘埃，尘埃是归』，现在却同基督一起升天了。」  
[21]

所以我一再告诫你们，：这世界是可以圣化的。在圣化世界的过程中，我们基督徒负有特殊使命。人类已被罪恶玷污。我们就是要把世界从犯罪的机缘中洗涤乾淨，我们就是要把世界献给我主，作为一个属神的奉献：即依赖我主的圣宠，竭尽我们的努力，变世界为一个献给我主的中悦的奉献。严格地讲，任何高尚的人性现

实，都具有超性境界，因为天主圣言取了完整的人性，并以祂的降生於世及其亲手劳作而祝圣了世界。在领受圣洗圣事时我们所接受的伟大使命，即是协同基督救赎世界。基督的爱催迫着我们 [22] 肩负起这救灵的一份使命。

请看：救赎工程之胜利完成，恰恰是在耶稣钉在十字架上死於耻辱与光荣之时。「这为犹太人固然是绊脚石，为外邦人是愚妄。」 [23] 但是，这救赎工程将按天主圣意继续进行，直到我主的日子到来为止。同耶稣圣心心相印而生活，就必认识我们同祂一样，也是被派遣来「拯救罪人的」 [24]，就必清楚意识到我们自己更日益需要信赖天主的仁慈。结果，我们便会培育一种强烈的愿望：同基督一起作祂的协同赎世者(共同救赎者)，同祂一起拯救天下所有人灵，因为我们即是而且愿作基督其人， ipse Christus：「祂把自己交出来，作为众人的赎价。」 [25]

伟大的工程仍然等待着我們，我們不能袖手旁觀，因為我主清楚地告訴我們：「你們拿去做生意，直到我回來。」 [26] 直到祂回來統領天國那天，我們不能遊手好閒。在世间拓展天國之責，并非只限於有神職的教會人士成員，保祿宗徒說過：「你們便是基督的身體，」 [27] 有特殊使命要執行。

有待完成的工作不計其數。這是不是由於二十個世紀以來無所成就呢？我認為這兩千年里大有成就。貶抑先輩的建樹是不公平，也不客觀的。兩千年來大有成就，而且大有卓越的成就。但另一方面，也犯過一些錯誤，使教會喪失了一些地盤，產生了一些恐懼畏難情緒。但是在此同時，人類繼續不斷地更新着。每一代人都必須努力不懈，幫助人類認識自己原是天主之愛的充溢湧流澤及他人。

內修生活就是在麵餅中和聖經中同基督日益密切地結合為一。而使徒工作

则是内修生活明确而必要的外在表现。嚐到天主之爱滋味的人，必会感到救灵任务的压力。内修生活与使徒工作绝对不可分割，正如真天主亦真人的基督与祂的赎世主(赎罪者/救世主/救主/救赎者)的使命不可分割一样。天主圣言甘取人身是为了救赎人类，使人类同祂合而为一。正如信经所云：祂之所以降临世界，从天降来，是「为了我们人类，为了我们的得救。」

对于基督徒，使徒工作犹如本能，不是外加到他的日常活动上的，不是外加到他的专业上的。自从我主有意建立主业团之日起，我便不断重複这一点！我们必须圣化自己的日常工作；必须藉各自正当从事的具体专业，藉各自生活的具体境况来圣化他人。

对于基督徒，使徒工作犹如呼吸。天主儿女的生活，不可一日无超性的生命力。今天的庆节提醒我们，救灵神火是响应我主爱的诫命的表现。在祂

升天时，耶稣派遣我们到全世界去为祂作见证。我们任重道远，因为为基督作见证，便是首先自己要勉励遵行祂的教义，使人能从我们的行为表现想到耶稣的嘉言懿行，圣范德化。我们的行为表现，应使人一看便知，此人是基督徒，因为他心无嫉恨，因为他乐于体谅，因为他不偏不激，因为他甘作牺牲，因为他的品行不愧为和平君子，因为他懂得爱。

© Fundacion Studium

---

[1] 咏41[42]:9

[2] 咏1:2

[3] 参阅咏62[63]:7

[4] 参阅咏140[141]:2

[5] 参阅申6:6, 7

[6] 路11:1

[7] 罗12:12

[8] 宗1:14

[9] 玛8:2

[10] 若21:17

[11] 谷9:23

[12] 玛8:8

[13] 若20:28

[14] 宗1:8

[15] 咏38[39]:4

[16] 路12:49

[17] 参阅哥1:24

[18] 斐4:13

[19] 参阅弟前2:5

[20] 参阅玛13:33; 格前5:6

[21] In Evangelia homiliae, 29, 10  
(PL 76, 1218)

[22] 参阅格後5:14

[23] 格前1:23

[24] 弟前1:15

[25] 弟前2:6

[26] 路19:13

[27] 格前12:27

.....

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/article/wu-zhu-de-sheng-tian-qi-  
dao-sheng-huo-he-xie-tong-ye-su-jiu-  
shu-shi-jie/](https://opusdei.org/zhs/article/wu-zhu-de-sheng-tian-qi-dao-sheng-huo-he-xie-tong-ye-su-jiu-shu-shi-jie/) (2026年3月20日)