opusdei.org

默想：10月7日，玫瑰圣母（纪念）

一些可以丰富我们在玫瑰圣母纪念日做祈祷的反思。

玫瑰经带领我们走向耶稣

一条通往默观生活的道路

为了和平与家庭

玫瑰经带领我们走向耶稣

根据一个可追溯至13世纪的传统，玫瑰经的起源归功于圣道明，圣母玛利

亚曾经向他显现和给他传授了这个敬礼的做法。 后来，在16世纪，教宗圣庇护五世建立了这个礼仪纪念日及将其定于勒班陀战役的胜利周年纪念日。 从那时起，玫瑰经便不断获得历代教宗的推荐为「为圣教会、各国、和全世界的普通和特殊的需求而做的、大众的和至公的祷文。」[1]

透过圣母玛利亚的双眼所见的、基督一生的各项奥迹，我们增长对天主和对他人的爱。 就像孩子在需要帮助时会靠近母亲一样，我们也可以将自己在生活上靠近她圣子的愿望放在圣母的脚下。 圣施礼华写道：「『无玷童贞，我自知罪大恶极，所作所为，无非是天天增加犯罪而已.....』那天，你对我说，这就是你向圣母谈话的方式。 对，我还信心十足地劝你，一定要念玫瑰经。 玫瑰经的单调，能净化克服我们犯罪的单调！”[2]

「当我们唸玫瑰经时，我们重温那些救赎史上最重要、最有意义的时刻;

也反思基督使命的各个阶段。」 [3] 玫瑰经帮助我们借着与圣母玛利亚一起进入耶稣的各项奥迹来活出它们。圣母是最了解基督的受造物，因为「基督在玛利亚胎中成形，从她取得了人的外貌，这表示他们在心灵上的更为亲密。」 [4] 接近圣母玛利亚就是接近她的圣子耶稣。

一条通往默观生活的道路

圣施礼华邀请我们不仅用嘴唇，而且要带着在其每个场景中陪伴耶稣和圣母玛利亚的热愿来唸玫瑰经。 「你，你曾经沉思默想过那些各中奥义吗？将自己变为小孩，跟我来──这就是我要告诉你的主题──让我们来渡耶稣，玛利亚与若瑟的生活。 让我们每日为他们做些新的事，我们将听到他们的家庭谈话，见到默西亚长大，钦佩祂三十年的隐居生活…… 参与祂的受难和圣死…… 也为祂复活的光荣而震撼！ 总之，我们这些为天主的爱（除了天主的爱以外便没有其他的爱）而

发狂的人，要默想耶稣基督一生的每一时刻。」[5]

默观的生活使我们能够更加深入地体验每一端的情景，更加享受它，感受到更大的同理心并且更好地理解它，就像一个与天主一起行事的人一样。仅仅观看一个日落并不等于默观日落。 我们行经一件艺术品时，可以只是简单地看它一眼，或是怀着钦佩的心情专注于那些使它美丽的各种特征。 我们以这样的方式生活，就不会只是停留在表面或外在的层面，而是深入了解现实提供给我们的一切，尤其是他人。 我们在唸玫瑰经时也可以这样。

因此，真正的唸玫瑰经不只是不加思考地重复诵唸万福玛利亚，而是去找出这些祷文所隐藏的内涵。 在这些祷文内，我们可以用总领天使加俾额尔的话将自己与耶稣和圣母玛利亚的生命结合在一起。 我们愿意他们的生命能够一点一滴地成为我们生命的一部

分; 简而言之，我们想与他们、和与天主一起「呼吸」。 「首先，默观不是一种做事的方式，而是一种存在的方式。 要成为默观者。 而默观不是靠眼睛，而是靠心灵。 在这里，作为一种信德和爱德的行为，并且作为我们与天主之间的关系的一个'气息'的祈祷就发挥了作用。 祈祷净化心灵，也让我们的目光变得锐利，让我们从另一个角度去掌握现实。」[6]

为了和平与家庭

通常，我们不能经常如自己所愿地诵唸和默观玫瑰经。 除了可能出现的时间紧拙之外，我们还要努力地集中注意力，这个在日常事务中都会遇到的情况。 我们试着默想圣母经里的奥迹，可是我们的思想有时会转向其他紧迫的问题。 圣施礼华的这些话可以安慰和鼓励我们：「你常在祈祷时分心，要尽量避免分心; 可是当你尽了力之后还是分心的话，不必担心。 你没看见，在日常生活里，即使是最乖

的孩子也会因四周好玩的东西玩得太起劲，而时常不理睬他父亲在说什么？ 这并不表示缺少爱或尊敬，这不过是孩子的软弱和幼稚的表现。 那么，你看，你在天主面前是个小孩子。」[7]

因此，我们在诵唸玫瑰经时的奋斗不会只是努力对抗分心。 再者，我们可以利用这些分心作为强化祈祷的方法，将这些烦恼交托在圣母玛利亚手中。 这就是历代圣人们所做的。 教宗圣若望保禄二世说：「玫瑰经陪伴我度过喜乐和艰苦的岁月。 我把诸多忧虑都交托给玫瑰经，也常能在玫瑰经中得到慰藉。」[8]

在所有我们诵唸玫瑰经时可以托付给圣母的意向中，近代多个教宗特别强调了其中两个。 首先是平安，因为「玫瑰经能在作此祈祷的人身上施展它的平安，使他在内心深处接受并体验复活的主所赐给真正的平安，并将它散布到自己周遭。」 [9] 还有的是

家庭：「一起祈祷的家庭，必能保持团结一致..... 家庭中的成员，定睛注视耶稣时，也会重新相互注目，为能彼此沟通、甘苦与共、互相宽恕，并本着天主圣神所更新的爱的盟约重新出发。」 [10] 我们可以将这两个意向托付给圣母玛利亚，好使我们能够成为无论身在何处都能传递平安的家庭。

[1] 教宗圣若望二十三世，1961年9月29日Il religioso convegno宗座牧函

[2] 圣施礼华，《犁痕》，475

[3] 教宗本笃十六世，2008年5月3日的致词

[4] 教宗圣若望保禄二世，《童贞玛利亚玫瑰经》牧函，10

[5] 圣施礼华，《玫瑰经》，给读者序

[6] 教宗方济各，2021年5月5日公开接见时的讲话

[7] 圣施礼华，《道路》，890

[8] 教宗圣若望保禄二世，《童贞玛利亚玫瑰经》牧函，2

[9] 同上，40

[10] 同上，41

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/zhs/meditation/Mo-Xiang-10Yue-7Ri-Mei-Gui-Sheng-Mu-Ji-Nian/ (2025年12月15日)