

opusdei.org

## 工作與默觀（一）

當聖施禮華堅持我們的工作可以成為默觀的祈禱時，他是什麼意思？這是關於如何聖化我們日常工作一系列文章的第一篇。

2019年2月4日

下載 [《工作與默觀（一）》](#)（pdf格式）

「在今天的默想中，希望我們再次下定決心——做一個默觀者；在街道上、在工作中，跟天主不停的交談，時時

刻刻，貫徹始終，如果我們真想忠實地跟隨主的步伐，祈禱就是唯一的道路。」[1]

對於那些被天主呼召在世上尋求聖德；將工作轉化為祈禱；擁有默觀靈魂的人來說，這確實是「唯一的途徑」。因為「我們要麼學會在日常生活中找到我主，要麼我們永遠都找不到祂。」[2]

我們應該慢慢地思考聖施禮華教導的這個基本要點。我們在本文中將關注默觀是什麼，這一系列中跟著的文章將更全面地探討默觀生活在工作 and 日常活動中的意義。

**就像在納匝肋，就像第一批基督徒一樣**

要在日常生活中發現天主賦予我們生命的終極價值和意義。耶穌在納匝肋的隱居生活包括「三十年辛勤工作、熱心祈禱的時期，主過著和普通人一樣的生活，是既神聖也富人性的生

活。在木匠工作坊裡，祂默默地、無瑕地完成每件工作，就像日後祂在群眾前所做的那樣完美。」[3] 因此，祂教導我們，我們的職業、家庭和社會生活並不妨礙我們時時祈禱，[4] 反而是些機會，讓我們與天主保持親近，直到有一刻，我們無法再區分什麼是工作，什麼是默觀。

第一批基督徒在日常生活中跟隨著師父的腳步，沿著這條默觀的道路行進。「無論在散步、交談、休息、工作或閱讀時，一個基督信徒在祈禱。」[5] 第二世紀的一位作家這麼寫道。幾世紀後，聖大國瑞也描述了許多信徒的一個理想：「默觀的恩寵不只是給予偉大的人，而拒絕給予卑微的人。許多偉人和許多卑微的人都接受該恩寵，無論他們是遠離塵世、還是已婚的人士。因此，既然沒有任何的狀況被排除在默觀的恩典之外，那麼任何一個在內心護守著自己心靈的人，都能被這恩寵啟發。」[6]

教會的教導當局，特別是從第二次梵蒂岡會議以來，經常提醒我們這一教導。這對我們特別重要，因為我們有使命把基督帶到各處，並向世界灌輸基督的精神。正如聖若望保祿二世在提及聖施禮華的教導時說：「我們理解平日的活動是一條與基督結合寶貴的途徑，能夠成為聖化的場所和實材；操練美德的環境；在工作中實現愛的對話。因此工作被轉化成祈禱的精神。所以，儘管一個人專心地從事他的各種工作，他還是可以持續默觀天主的。」[7]

## 天主子女的默觀

天主教教理中說：「教會稱瞻仰天上榮耀中的天主為『榮福直觀』」。[8] 在世上，我們就能夠預嘗到對天上天主完美的默觀。這個開始，雖然受到限制，且與視覺有著不同的性質，[9] 但已是真正的在默觀天主，正如恩寵一般，雖然不同於天上的榮耀，但仍然是天主神性真正的參與。保祿說：

「我們現在是藉著鏡子觀看，模糊不清，到那時，就要面對面的觀看了。我現在所認識的，只是局部的，那時我就要全認清了，如同我全被認清一樣。。」[10] 因而，在這世上，如同「在鏡子裡」默觀天主，是件可能的事，感謝超性三德—活生生的信仰、希望和愛德。信德，與望德結合，受到愛德的鼓舞，「使我們預嘗榮福直觀的喜悅和神光，那是我們在此世旅居的目標。」[11]

默觀是對天主的愛和喜悅的認知，以及祂在受造物、超自然啟示中所顯示的計畫，最完滿的體現莫過於我主耶穌基督的誕生、死亡和復活上。聖十字若望稱默觀為「愛的科學」。[12] 聖多默阿奎那將其定義為：對真理的透徹認識，不是藉由推理的過程，而是藉由強烈的愛情。[13]

心禱是與天主對話。你寫道：「『祈禱是和天主談話。可是談些什麼呢？』談什麼？就是談天主，談你自

己：你的快樂、憂愁、成功與失敗、高尚的抱負、每日的擔憂，甚至你的弱點！感恩和祈求；真愛和賠補。

簡單地說，認識祂，也認識你自己：『與祂交往！』」[14] 在屬靈生活中，這種與天主的對話隨著信賴的孝愛之情的增加而逐漸簡化。這樣一來，祈禱就不再需要言語，無論是外在的還是內在的。「言語變得沒有用，因唇舌已不能表達，理智靜止了，不需思考，只需注視！」[15]

這就是默觀的含義：一種積極沒有言語的祈禱，強烈而寧靜，深沉而單純。這是天主賜給那些真誠尋求祂的人的恩典，那些全心全意地用行動實現祂的旨意的人，那些努力活出祂的臨在的人。「一個接著一個的短誦...，熱心好像永遠不足夠，因為語言是多麼貧乏...接著和天主更佳親密，凝視天主，不眠不倦。」[16] 聖施禮華堅持，這一切都可能發生，不僅僅在於明確祈禱的時刻，而且也在

「因我們的情況和職責，而盡力完善的做好所交付給我們的工作（儘管自己有很多的錯誤和限度）。」[17]

## 在護慰者的行動之下

在恩寵中，聖父、聖子和聖神居住在我們的靈魂裡，[18] 我們是天主的宮殿。[19] 言語無法表達至聖聖三奧跡寓居於我們靈魂深處的富饒。聖父永恆地生了聖子，而聖神，愛的持久連繫，由聖父和聖子而共發。藉著天主的恩典，我們以兒女的身份參與這至聖聖三的生活。護慰者把我們與聖子連接，聖子降生取得人性，為了讓我們得以分享天主性：「但時期一滿，天主就派遣了自己的兒子來，生於女人，生於法律之下，為把在法律之下的人贖出來，使我們獲得義子的地位。為證實你們確實是天主的子女，天主派遣了自己兒子的聖神，到我們心內喊說：『阿爸，父啊！』」[20] 我們與聖子的結合，不是孤獨的，而成為一個身體 - 基督的奧體，所有男

女都被召喚成為箇中的肢體，像使徒一樣，成為吸引人的工具，分享基督的司祭身份。[21]

默觀的生活是天主子女的生活，與天主三位親密接觸的生活，滿溢出使徒的熱情。是護慰者傾注在我們心中的愛情，使我們認識天主，否則是無法獲得的，「那不愛的，也不認識天主，因為天主是愛。」[22] 若我們越愛天主，我們就越瞭解祂，因為那份愛（超性的愛）是聖神無限愛情的參與，[23]「聖神洞察一切，就連天主的深奧事理祂也洞悉。除了人內裡的心神外，有誰能知道那人的事呢？同樣，除了天主聖神外，誰也不能明瞭天主的事。」[24]

這份大愛，使靈魂與天主神性位格有深刻的親密度，對天主的理解更加敏銳、迅速、精確和自然，也與基督聖心有深刻的和諧。[25] 在人性層面也是如此，那些彼此相愛的人也更容易理解對方。聖施禮華用這個比喻，在



某些程度上詮釋了我們對天主的默觀是什麼樣。「從我家鄉來的人，有時會說：『看那個人是怎麼默觀的！』他可能指的是抱著孩子在她懷裡的母親，或是望著自己未來妻子的男人，或是在照顧生病丈夫的女人——純潔而高貴的人性情感。這就是我們應該如何默觀的方式。」[26]

但是，即使人類的經歷，無論多麼美好，都不過只是天主賜予忠信的靈魂默觀祂的微光。超性的愛情不僅在高度、品質和力量上遠遠超過人性的愛，並且聖神的恩典使我們能夠被祂順服的引導。這些恩典(上智、明達、超見、剛毅、聰敏、孝愛、敬畏天主)與天主以「同等自然」的親近，同步成長，於是展開默觀生活的整個視野。

特別是透過上智之恩，聖神賜予我們首個最偉大的恩典，[27]使我們不僅認知並認同天主有關祂和祂的受造物真理的啟示(正如信仰一樣)，況且有

「滋味」，能以「某種品嚐到的甜味」認知真理。智慧，*sapientia* 一詞，可以解作好像是「有滋味的(賢慧的)知識」*sapida scientia*。[28] 因為這個恩典，不僅能增長一個人對天主的愛，而且是以一種新的方式體認天主。[29] 「有一種知識，只有通過聖德才能獲得。也許你遇到一些隱蔽的靈魂，他們不為世界所知，極度的卑微、自我犧牲、神聖，且具有不平凡的超性觀點。『父啊！天地的主宰！我稱謝你，因為你將這些事瞞住了智慧和明達的人，而啟示給小孩子。』」(瑪11:25) [30]

透過上智的恩典，默觀生活進入天主的深奧。[31] 聖施禮華邀請我們去默觀「聖保祿在其書信中向我們提出了一整套默觀生活的規劃，包括知識與愛情，祈禱與生活...『願基督因著你們的信德，住在你們心中，叫你們在愛德上根深蒂固，奠定基礎，為使你們能夠同眾聖徒領悟基督的愛是怎樣的廣、闊、高、深，並知道基督的愛

是遠超人所能知的，為叫你們充滿天主的一切富裕。』(弗3:17-19)」  
[32]

我們應該向聖神祈求上智的恩典，以及其他的恩典。它們是天主聖愛的禮物，是護慰者送給那些全心、全靈、全力熱愛天主的人的瑰寶。

## 默觀之路

當一個人愛德的程度越高，他與天主的熟悉度也就越高，這使得默觀成為可行的。如果一個人只活出最起碼程度的愛德，他自滿於不犯大罪，不指望全面的實行天主的旨意，只在某些方面苟同天主的旨意。然而，他的愛不渴望能愛更多，也沒有虔敬的熱誠，那種更類似與陌生人的官式禮貌，而非與子女的親情。凡滿足與天主僅有這種關係的人，對於啟示真理只會獲得微弱而短暫的認識，「因為，誰若只聽聖言而不去實行，他就像一個人，對著鏡子照自己生來的面

貌，照完以後，就離去，遂即忘卻了自己是什麼樣子。」[33]

另有一種截然不同的情況，一個人坦誠的願望在一切事上，依賴恩寵的幫忙，擁抱天主的旨意，利用他力所能及的方式：心禱和口禱，領受聖事(勤辦告解和勤領聖體)，工作和誠實的盡職，整天尋求天主的臨在，忠於生活的計畫和追求深度的基督徒培育。

現代社會讓很多人只為外在的生活忙碌，焦慮的急於擁有物質，東奔西跑，四處張望，分散自己的注意力，也許試圖掩蓋自己內心的空虛，失去生活的超然意義。但是，既然我們已經覺悟到成聖和使徒工作的神聖召喚，就應該具有相反的體驗。當我們外在的活動越紛擾，我們內在的生活就該越強烈密切：內心的收斂，尋求與在我們心靈中的天主對話，克制自己的慾望：「肉身的貪慾，眼目的貪慾，以及人生的驕奢。」[34] 要默觀天主，需要有一顆潔淨的心。「心裡

潔淨的人是有福的，因為他們要看見天主。」 [35]

讓我們請求我們的至聖母親瑪利亞，為我們在日常生活中，從聖神那裡獲取一份默觀者的恩典，一份在她自己生命中發出如此耀眼光芒的恩典。

J. Lopez

---

[1] 聖施禮華《天主之友》238

[2] 聖施禮華《與施禮華蒙席會談》114

[3] 聖施禮華《天主之友》56

[4] 參路18:1

[5] 亞歷山大克勉，Stromata, 7, 7

[6] 聖大國瑞，有關厄則克耳講道2, 5, 19

[7] 聖若望保祿二世於2002年1月12日，紀念真福施禮華百年誕辰慶祝會中致辭：「平凡生活的偉大」

[8] 《天主教教理》· 1028

[9] 聖多默阿奎那《神學大全》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] 聖十字架若望《心靈的黑夜》，2, 18, 5

[13] 聖多默阿奎那《神學大全》II-II, q.180, a.1, c and a.3, ad 1

[14] 聖施禮華《道路》91

[15] 聖施禮華《天主之友》307

[16] 聖施禮華《天主之友》296

[17] 同上

[18] 參若14:23

[19] 參格前3:16；參格後6:16

[20] 迦4:4-6

[21] 參格前12:12-13,27；弗  
2:19-22;4:4

[22] 若一4：8

[23] 參聖多默阿奎那《神學大全》II-II, q.24 a.7, c. In Epist. Ad Rom., c.5, lect. 1

[24] 格前2:10-11

[25] 參瑪11:27

[26] 聖施禮華，講道「事奉天主的喜樂」

[27] 參聖若望保祿二世1989年4月9日講道

[28] 聖多默阿奎那《神學大全》II-II,  
q.45, a.2, ad 1

[29] 參若6:69 ; 羅8:5

[30] 聖施禮華，講道「智慧的美酒」

[31] 格前2:10

[32] 聖施禮華《基督剛經過》163

[33] 雅1:23-24

[34] 若一2:16

[35] 瑪5:8

.....