

# 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和日常活動中的意義。

**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：「教會稱贍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，有誰能知道那人一事呢？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「某種品嘗到的甜味」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