opusdei.org

認識祂，也認識自己（三）：與聖人為伴

聖人的榜樣，尤其是我們的聖母，對我們的祈禱生活可以是個極大的幫助。新的祈禱系列中的第三篇文章。

2020年11月13日

這是耶穌第一次公開地上耶路撒冷去。在那裡祂開始用祂的言語和奇蹟宣告天主的國。自從祂在迦納婚禮上令人驚訝的行為之後，祂的名聲逐步上升。就在那時，在夜晚的寂靜中，

一個有名的猶太人去和耶穌說話（參若3:1）。尼苛德摩的心因看見和聽見基督而深受感動。他的腦海裡縈繞著許多問題，他決定透過一次親密的、面對面的會晤來尋求答案。耶穌看見他心中的真誠，就迅速告訴他：「人除非由水和聖神而生，不能進天主的國。」（若3:5）

在接下來的對話中，我們每個人都會問一個問題：這意味著什麼?一個人怎樣才能再次出生？但耶穌真正想告訴尼苛德摩的是，他不該僅僅去尋求理解，更重要的是，要讓天主進入自己的生活裡。努力成為一個聖人就像再次出生，以新的目光注視一切。事實上，這意味著成為一個新的人，一點一滴的轉變成基督自己：「讓祂的生命在我們的生命中呈現閃耀。」[1]以至於認識基督的一條途徑就是通過聖人。他們的生活可以在每個領過洗、想要學習如何祈禱的個人道路上，扮演重要的角色。

瑪利亞在喜悅的時候祈禱……

誕生在我們之前的人們都見證了在人生的起伏中，與天主進行真正對話的可能性，然而這些起伏也可能讓我們產生相反的看法。在這方面聖母是位關鍵的證人。瑪利亞在日常家庭生活中，享受了她與聖子耶穌的溫柔親密，無論在美好還是困難的時刻（就像在任何家庭一樣，包括納匝肋的家庭），她都不斷地與天父對話。

聖母教導我們在各種心態下祈禱。瑪利亞一領受到天使的訊息，「就在那幾日起身，急速往山區去，到了猶大的一座城。」（路1：39）去探望她的表姊依撒伯爾。她已得知外甥將要到來，他們的家庭很快就會擴大，這總是一個出人意料、令人興奮的時刻，特別在依撒伯爾和匝加利亞已高齡的情況下。「聖路加對這兩個表兄弟相遇的描述非常感人，充滿了感恩和歡樂。」[2] 當祂啟示施洗者和他的

母親默西亞胎兒的臨在時，聖神似乎分享了他們的喜悅。

瑪利亞一進他們家，依撒伯爾就用熱烈的讚美的話對她說，這番話未來將成為普世的禱文，我們也天天應和，分享他們的喜樂。「在女人中你是蒙祝福的，你的胎兒也是蒙祝福的！」（路1：42）瑪利亞以一顆滿懷感恩的心回應她表姊的熱情：「我的靈魂頌揚上主，我的心神歡躍於天主，我的救主。」傳統上我們稱我們母親的回應為「謝主曲」，是一首充滿天主話語的讚美頌詞。正如本篤十六世所說：「瑪利亞對聖經有深刻的認識。她的《謝主曲》是一幅用舊約的絲線織成的錦繡。」[3]

當我們收到一份禮物，心中充滿了感激之情時，我們可以在祈禱中表達，也許用聖經中的詞句，感謝天主在我們生命中所做的「偉大的事情」。感恩是基督徒祈禱中最基本的態度，尤其是在喜悅的時刻。

……還有在悲傷和沮喪時。

然而，在黑暗的時刻，面對悲傷或顯然沒有意義的情況下，聖母也會祈禱。因此，瑪利亞在基督徒的祈禱中，教導我們另一種基本的態度，在耶穌死亡的描述中能清楚地看到：「在耶穌的十字架傍，站著他的母親和他母親的姊妹。」（若19:25）耶穌的母親，悲傷的不知所措，單單就站在那裡。她沒有付諸任何行動去拯救自己的愛子，也沒有因為她不明白的事情而責備天主。她唯一在意的是不要錯過在十字架上的耶穌所說的每一個字。於是她毫不猶豫地接受了天主賦予她的新使命：「女人，看，你的兒子！」又對那門徒說，「看，你的母親！」（若19：26-27）瑪利亞的悲痛是一個人能經歷的最深奧的悲痛：親眼目睹兒子的死亡。但是瑪利亞超越了自己的苦痛，接受了這個新的呼召，歡迎若望作為她的兒子，並和他一起歡迎所有世代的男女。

在悲慟中祈禱，最重要的是「站在」自己的十字架旁邊，接受並熱愛天主的旨意；就是準備好對天主擺在我們生命中的人和事說出「是」。祈禱就是打開我們的眼睛，面對現實，即使它看起來特別黑暗，而我們確信我們總能在那裡找到一份禮物，天主永遠在那裡。這樣，我們就能以瑪利亞的回應來迎接人和事：「願照你的話成就於我罷！」（路1：38）

最後，在聖母的生活中，當她祈禱時，我們看到另一種心態。我們看到瑪利亞和她的丈夫若瑟在焦慮萬分時也在祈禱。有一天，他們從耶路撒冷的聖殿朝聖歸來，發現他們十二歲的兒子不見了，於是他們決定回去找祂。當他們終於發現耶穌在聖殿裡和經師們談話，瑪利亞問祂：「孩子，為什麼你這樣對待我們？看，你的父親和我，一直痛苦的找你。」（路2:48）。

我們也經常會感到焦慮，當我們感到沒有能力盡到自己的責任，或認為我們身處錯誤的地方。甚至在我們看來，我們的整個世界都失去了平衡：我們的生活、職業、家庭、工作……，我們甚至會認為我們生活的途徑不是自己所希望的。我們所有的計畫和夢想在我們看來都很天真。瑪利亞和若瑟也經歷了焦慮的痛苦，當他們問他們的兒子為什麼這樣做的時候，他們沒有得到明確的回答：「你們為什麼尋找我？你們不知道我必須在我父親那裡嗎？但是，他們不明白他對他們所說的話。」（路2：49-50）

我們焦慮的當下，祈禱並不能保證我們能找到快速簡單的解決辦法。那我們該怎麼辦？聖母告訴我們最好的解決方法：在我們的生活道路上保持忠誠，在生活中重新發現天主的旨意，即使我們無法完全理解它。而且，像瑪利亞一樣，我們可以把所有這些神秘的，有時是模糊的事，默存於心，

並且深刻沉思，也就是說，以虔誠的態度沉思默想。然後一點一滴的，我們將再度感受到天主的臨在，我們將再度看到耶穌在我們內心「成長」，並且再次顯現出來（參路2:51-52）。

我們自己的人生傳記

瑪利亞是我們渴望與天主親近的最具特權的見證人，但聖人也都是如此，每個人都有自己獨特的方式：「每位聖人就像由天主聖言發出的一線光輝，」本篤十六世說：「我們想到聖依納爵（St. Ignatius of Loyola）追求真理和分辨神類；聖鮑思高（St. John Bosco）熱衷青年教育；聖維雅納（St. John Mary Vianney）珍重司鐸聖職的恩賜和使命；聖比約（St. Pius of Pietrelcina）作天主仁慈的工具；聖施禮華（St. Josemaria Escrivá）宣講眾人成聖的召叫；仁愛會的聖德蘭修女（St. Teresa of Calcutta）為清貧者服務。」[4]

從人類的角度來說，我們很自然地會對某些存在方式，對那些我們覺得他們的努力更有吸引力的人，或者那些直接與我們的心靈對話的人感到親切。瞭解聖人的生活和經歷，閱讀他們的著作，是與他們建立真正友誼的好方法。因此，如果我們只強調聖人生活和祈禱中的非凡事件，我們就有可能使他們的榜樣更加遙遠和難以仿效。

「你記得伯多祿，奧思定，方濟各嗎？我從不喜歡一些天真的，同時也缺乏健全教義的聖人傳記，渲染他們的行為，彷彿他們從出生就受到恩寵的堅振。」聖施禮華說，他總是絕對堅持不要把人理想化的重要性，即使已被教會宣聖的人，好像他們是完美的。「並非如此，基督徒英雄人物的真實生活故事，與我們本身的經歷相差無幾：他們戰鬥，獲勝了；再戰鬥，失敗了；悔改之後，再重新投入戰場。」[5]這個現實的觀點有助於使聖人的見證更加可信，因為我們在他

們身上看到和自己一樣的人性。教宗方濟各說：「這些證人可能包括我們的母親、祖母或其他近人（參閱：弟後 1:5）。或許他們未必總是在生活中表現得完美無瑕，但即使帶有各種不足和缺失，他們依然繼續向前邁進，為天主所喜悅。」[6]

當我們看到祈禱體現在特定的人的生命中時，我們對祈禱的理解就能加深。例如，當我們知道《聖詠》91篇給聖多默斯摩爾在獄中漫長的幾個月裡，帶來了極大的安慰，「你這在至高者護佑下居住的人，你這在全能者蔭庇下居住的人，請向上主說：『我的避難所，我的碉堡，我的天主，我向你投靠。』.....因為他必為你委派自己的天使，在你行走的每條道路上保護你。他們把你托在自己的手掌，不使你的腳在石頭上碰傷。」[7] 一個殉道者面對死亡和他所愛之人苦難的榜樣，當我們在生活中遇到的大大小小的挫折時，可以為我們提供一條祈禱的道路。

驚訝於天主慈愛的凝視

熟悉於聖人的故事也能幫助我們在日常生活中發現天主。亞爾斯的神父聖若翰維雅納注意到他教區裡的某個教友，一個目不識丁的農民，在聖體櫃前待了很長的時間。一天，他問那個人：「你在為什麼祈禱？」他很單純地回答：「我望著祂，祂望著我。」亞爾斯的本堂從未忘記過這個教訓。「默觀是以耶穌為焦點的信德的凝視。」[8] 天主教教理中引用了這個卑微的農民作為例子。我望著祂，更重要的是，祂望著我。天主一直以一種特別的眼神在看望著我們，當我們舉起雙目回報祂的愛時。

類似的事情也發生在聖施禮華身上，他常樂於重複這個故事。作為一名年輕的神父，在他早期的一次牧職任務中，他經常整個上午都待在告解室裡等待懺悔者。在那裡，他時常聽到開教堂門的聲音和鐵罐敲撞的響聲，使他迷惑不解。有一天，他的好奇心占

了上風，他躲在門後想知道這種聲音的原因。他看見一個人拿著幾桶鐵罐的牛奶進了教堂，那個人從門口望著聖體櫃喊說：「主啊，送牛奶的若望來了。」然後就走了。這個謙卑的人給了這位年輕神父一個充滿信賴的祈禱榜樣，使他日後經常呼嘆：「主啊，若瑟瑪利亞在這，他不知道如何像送牛奶的若望那樣愛祢。」[9]

來自不同背景、不同時代的聖人向我們表明，無論我們身在何處、無論自己是怎樣的人，天主都在慈愛地望著我們。我們可以相信他們，因為他們在自己的生活中也驚奇地發現到這一點。

無論是睡著還是醒著的時候

當我們看到聖人疲憊無力時，也是我們的榜樣。「昨天我甚至沒辦法好好地念兩次聖母經，」聖施禮華在他生命最後的時刻曾吐露。「你無法想像我有多痛苦！」但是，像往常一樣，儘管這讓我付出了代價，而且我不知

道該怎麼辦，我還是繼續祈禱。我祈求祂：主啊，幫幫我！凡祢所交托給我披荊斬棘的大事，祢得親自出馬，因為祢清楚，即使是芝麻小事，我也辦不到。所以我照例把自己全然交付在祢手裡。」[10]

本篇十六世提到聖斐理伯內利，「清晨一醒來，他就對天主說：『主啊，今天請把祢的雙手放在斐理伯身上；否則，斐理伯就會出賣祢了。』」[11]真福瓜達露佩·歐提斯·蘭達蘇麗在她的一封信中坦白承認，她的祈禱有時缺乏理性的安慰：「在我的內心深處，天主在那；但重要的是，在這些日子裡，在祈禱的時候，我幾乎沒有任何的感覺……。」[12]聖女小德蘭寫道：「實際上，我不是聖人，正如我的這種心態所顯示的。我不應為靈魂的枯燥而高興，反而應將其歸因於我欠缺熱情和忠誠。在默想和領聖體後的感恩時，我經常打瞌睡，這種行為應讓我感到困擾。然而，我卻無動於衷。我反思，無論睡著還是醒著，幼

兒對父母都是同樣的珍愛；為了進行手術，醫生也讓病人進入睡眠的狀態。」[13]

每一天我們需要眾聖人的見證和陪伴來說服自己，因而加強我們與天主的友誼，把自己交付在祂的手裡：「我們每個人都真的能夠，我們都受召向這份與天主的友誼敞開心扉，絕不離開天主的雙手，永不停止的轉向並返回到主前，跟祂談話，就像與知音說話一樣。」[14]

Carlo de Marchi（卡洛德馬奇）

---

[1]聖施禮華《基督剛經過》104

[2]范康仁於2018年7月13日，在科瓦東加的談話

[3]本篤十六世，講道，2005年12月18日

[4]本篤十六世，宗座勸諭《上主的話》48

[5]聖施禮華《基督剛經過》76

[6]方濟各《你們要歡喜踴躍》3

[7]聖詠 91:1-2, 11-12。參考多默斯摩爾《安慰與苦難的對話》。第三章是對《聖詠》91節的延伸評注

[8]《天主教教義》2715

[9]參考Andres Vazquez de Prada,《主業團創辦人》第一卷，第五章

[10]施禮華, 1970年11月26日，引用蔡浩偉主教 Memoria del beato Josemaría,第25頁

[11]本篤十六世在2012年8月1日一般覲見引用

[12]Mercedes Montero, En Vanguardia: Guadalupe Ortiz de

Landázuri, 1916-1975, Rialp, Madrid 2019, p. 94

[13]聖女小德蘭《一個靈魂的故事》第八章

[14]若瑟拉辛格《讓天主工作》載於L’Osservatore Romano, 2002年10月6日

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/zht/article/ren-shi-ta-ye-ren-shi-zi-ji-san-yu-sheng-ren-wei-ban/ (2025年12月13日)