

新地中海（二）： 「耶穌是我的摯友」

對於聖施禮華，耶穌一直是位「最偉大的朋友」、真正了解我們的人，因為祂是完美的天主也是完美的人。

2020年5月8日

新地中海（二）：「耶穌是我的摯友」（收聽普通話錄音）

新地中海（二）：「耶穌是我的摯友」（收聽廣東話錄音）

福音裡描述耶穌不斷的與各種類型的人交往：尋求治癒的病人、尋求寬恕的罪人、僅僅出於好奇心的人，甚至心懷不軌的人。但最接近師傅的是祂的朋友們 - 即是耶穌稱為門徒的：

「我的朋友們」。（路12：4）默觀在拉匝祿墳墓前的耶穌是件非常令人感動的一幕。看到祂在那裡流淚的猶太人驚呼：「看，他多麼愛他啊！」（若11:36）。數天後，在最後晚餐時，耶穌解釋自己將在十字架上死亡的意義。人若為自己的朋友捨掉性命，再沒有比這更大的愛情了。況且，也許看到他們的驚奇，祂堅持的說：「我不再稱你們為僕人，因為僕人不知道他主人所做的事。我稱你們為朋友，因為凡由我父聽來的一切，我都顯示給你們了。」（若15:15）。

由於耶穌對我們的愛，使我們成為祂的朋友。聖神的恩賜讓我們與天主建

立了一層新的關係：我們領受了基督之神，成為天父的子女，增進了我們與耶穌更為親密的情誼。透過聖神的行動，我們與耶穌認同，既不消解我們的個體性，也不喪失我們的個性。因此，我們與基督的認同，因這份友誼而緊密地連繫在一起。恩寵的生活帶來了與天主面對面的關係。我們也越了解祂的奧蹟，並且能像祂一樣行事。正如聖奧思定說的，這種知識和意願的深邃合一，使我們這些貧瘠的受造物可能在我們心坎的深處，體驗到更深奧的天主。^[1] 我們能渴求並追尋同樣的東西。這就是真正的友誼：*idem velle, idem nolle*，喜愛和拒絕同樣的事情。

「另一個新地中海」

聖施禮華還年幼時，就知曉耶穌是位朋友，非常特殊的朋友。他早年的經歷可在《道路》中的一條記載體會到：「你尋找朋友作伴，因為藉著他們的談話，他們的情感，與他們的友

誼，你更易於承受在這世界中的流放時期……雖然有些時候，朋友也會背叛你。我認為找朋友作伴並沒有什麼不妥。但是，那你為什麼不在平日更熱切地尋求那位決不會背叛你的好友，及祂的陪伴和交談呢？」[2]

他甚至在很早的時候，就已經明瞭這個真理；他的傳記作者將其在修院中獲得的神修指導的一些建議連串起來。[3] 隨著歲月的流逝，加深了他跟基督友誼裡的新發現。在他生命發展的過程中，關鍵的一刻可能是當他耳目一新地看到了神聖父子情義無涯的全貌時。在塞哥維亞退省時，他寫道：「第一天。天主是我的父親！ - 我並沒有離題。耶穌是我親愛的朋友！（這是發現另一個『新地中海』）祂以狂熱的聖心愛我。耶穌……我的天主……祂也是個人。」[4]

他形容自己和基督的友誼與日俱增的感受是「另一個新地中海」，另一個神奇的發現（第一個發現是天父的身

份）。現在他有了新的洞見。對聖施禮華而言，此發現是賜予他慰藉的重要泉源。在1930年代初期，他面臨著要實踐天主於1928年10月2日那天向他顯示的艱鉅任務。他要帶給全人類一個訊息，並要在教會中結出碩果。然而他必須「在完全沒有物質資源的情況下。我只有26歲，天主的恩典和幽默感。」達成任務。^[5]這個新發現為他打開了全景，向他保證，在他的使命中自己並不會孤單。耶穌是陪伴他的朋友，祂完全理解他的一切擔憂和焦慮，因為祂「也是個人」。

聖施禮華認為耶穌的心是雙重的啟迪。是「吾主愛德的博大精深」的啟示，也因「耶穌聖心是天主降生成人的血肉之心。」^[6]當面對自己的局限、困難和跌倒時，耶穌帶來了祂的理解和溫柔。在他個人的默禱中，他的感受可能到他在《道路》裡傾訴的：「耶穌是你的朋友。唯一『真正的朋友』，祂和你一樣有一顆血肉做的心，祂的雙眼曾為拉匝祿流過淚。

祂也好像愛拉匝祿一樣地愛你。」[7]這份愛情，是神性也人性的，無窮無盡、唾手可得的，是根堅定的支柱，讓他在任何情況下都能向前邁進的力量。尤其，這給他帶來了真實感，和靈修生活上更新的催迫感。[8]

向所有人開放的路徑

聖施禮華鼓勵他身邊的人，也步上與基督作朋友的途徑。他跟他們解釋說，親近師傅不需要繁文縟節，或任何複雜的手段。就跟其他人來往一樣，簡單地交談就夠了。畢竟，當祂與門徒一起生活時，這就是最愛祂的人對待祂的方式。「你有沒有看到基督的朋友懷著愛心和信心對待祂？拉匝祿的姊妹『抱怨』耶穌不在場：『我們已告訴祢！若是祢在這裡！』懷著鎮定的信心對祂說：『教我以瑪爾大、瑪利亞，和拉匝祿充滿愛意的友誼對待祢，也好像十二門徒一樣的對待祢，即使他們當初也許並非是為了超性的原因而跟隨祢。』」[9]

在聖施禮華身邊的年輕人，觀察他與我主交談的自然方式，留下深刻的印象，他也鼓勵他們這樣做。在他的一生，他不遺餘力地讓人遵循這條路徑。最早記載關於聖施禮華教導的評論人之一說到：「如要獲得這份友誼，我們就得接近耶穌，去認識祂、愛祂。」[10] 友誼要求我們去結識另一個人，這就是發現耶穌是我們的朋友的第一步。「你寫信給我說：『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！』」[11]

這些話就像是迴響了聖奧思定的願望：「主啊，讓我認識祢，認識我自己。」Noverim Te, noverim me. [12] 還有聖女大德蘭的描述，「朋友之間的談話：經常是與知道他愛自己的人，一對一的交談。」[13] 簡而言

之，與耶穌的個人關係是內修生活的核心。對於那些在世俗中尋求聖德的人，這意味著要學會在日常生活的所有情況下去尋找、找到祂，以便與祂持續不斷的聊天。

這不是件辦不到的理想。反而是許多人已經學著在做的事。在日常工作中、在家庭生活中、在城市街道和鄉村小道上、在山路和海上、在任何地方，我們都可以認出基督在等待我們、想成為我們的朋友。聖施禮華經常強調：「我們天主的子女應該是默觀的人：在不休的喧鬧聲中，懂得如何透過與上主漫長的交談中，找到靈魂的靜默；懂得如何看著祂，有如看著一位父親，有如看著一位朋友，有如看著自己熱戀的人一樣。」[14] 我們生活的各個面向，在祈禱中都佔有一席之地，就像朋友之間無所不談一樣，「宗徒大事錄告訴我們，耶穌在復活之後，祂加入祂的門徒，並且和他們談論了許多事情，他們也問了祂一切。他們在一起聚會。」[15]

伴隨著不斷的個人的談話，使我們的日常生活成為與天主談話的主題。我們仍可進一步在某些祂更明確地居住的地方尋找祂，我們就能「更認識祂」。現在，讓我們看看其中的三個「場所」。

我主的朋友們的記述

受到聖神靈感的啟發，福音的作者傳遞了基督生活中的主要事件。聖施禮華癡愛我主，所以「在他手中，聖經，特別是福音的部分，不僅是一本充滿用途的說明書，而且更是與基督相遇的地方。」[16]

從一開始，那些接觸到主業團的人就明瞭到這位年輕的神父與天主親密契合，正如他們在他講道時清楚看到的。「當他對著聖體櫃與天主講話時，直接的就彷彿他在跟我們講話一樣，令我們覺得自己就和宗徒和使徒們在一起，就像其中的一個。」[17]這是他往後經常推薦接近聖經的方式。「我建議在祈禱中，你真正參與

福音中各個不同的景象，如同人群中的一個。首先，想像你所選擇的景象或奧蹟，以便收斂思潮、做好默想，然後，專注心神於你選的耶穌生活中特別的一面 - 祂的仁慈之心、祂的謙遜、祂的聖潔，以及祂承行天父旨意的方式。然後告訴祂，在這些事件中，你的遭遇如何，對你有什麼影響，你的靈魂又有什麼變化，但要集中精神，因為祂可能想要藉此機會指點你；在你的靈魂深處，你會體驗到祂的建議；領悟到一些事情；感受到祂輕聲溫柔的責備。」[18]

藉著這個建議，他給我們打開了自己靈魂裡的一個秘密。真福歐華路在談到他接近聖經的方式時說：「他熟識我主，祂的母親瑪利亞、聖若瑟、十二位門徒、瑪爾大、瑪利亞和拉匝祿、阿黎瑪特雅人若瑟和尼苛德摩、以及厄瑪烏路上的二門徒和聖婦們，通過與他們無數的談話，他置其身於福音中，成為福音境況中的一員。」[19]

這樣祈禱的有效性，已為許多聖人的生活和教導所確證了。近期的教宗們在談論以祈禱的態度去瞭解福音的重要性時，建議操練「聖言誦讀」lectio divina。這意味著要花些時間、安靜地進入福音。閱讀段落時，我們可以暫停、思考：「那一定是像什麼狀況？」像場景中其他人一樣的將自己置於其中，我們可以想像那些人的樣子，並想像耶穌的面容。然後，我們試著去理解祂說的話的內涵，我們明白自己經常需要某些解釋，因為那是一本古老的書，起源異於我們的文化。因此，重要的是要使用附有適當註釋的版本，並參考有關福音和聖經的好書。

然後再次閱讀這段經文，我們問：「主，這段經文『對我』說甚麼？祢希望藉著這段經文改變我生活中的甚麼？這段經文讓我不安的是甚麼？我為甚麼對這經文不感興趣？或者『這段經文中令人喜悅的是甚麼？這聖言

的這一詞句為甚麼讓我感動？吸引我的是甚麼？為甚麼吸引我？」」[20]

也許使我想到某個需要我們幫助的近人，或者我們需要對某人說聲抱歉……，最後，我們應該考慮：在這段經文中，我該如何對耶穌給我的建議做出回應呢？「但要集中精神，因為祂可能想要藉此機會指點你；在你的靈魂深處，你會體驗到祂的建議；領悟到一些事情；感受到祂輕聲溫柔的責備。」[21] 有時它會從我們身上汲取我們的愛，一種自我奉獻的渴望，以及確保耶穌是永遠與我們同在的。這樣默觀我主的生命對一個基督徒而言：是攸關重要的，因為「默觀是要在我們內形成一個真正智慧和明辨事理的目光，在我們內孕育出『基督的心意』。（格前2:16）」[22]

毫無疑問的，有無數的方法可以透過聖經接近耶穌。聖施禮華的目的不是為提供一種方法，而是想要提供實用的建議，幫助我們默想和默觀，直到

「我們突然併發出愛德或歉疚的行為，感恩、祈求、定志的行為……這是真正祈禱的熟果。」[23]

我主在聖體櫃中等候我們

「當你走近聖體櫃時，要記得，『祂』已經等了你廿個世紀了。」

[24] 聖體聖事無疑是找到基督的幸福「場所」，並與祂成為朋友。這也是聖施禮華走的路。從他對聖體的一切細節中，都可看出他對聖體真實臨在的信念。恩卡尼塔奧特卡 (Encarnita Ortega) 在1940年代初次見到他，她記得第一去聽他的默想，有點出於好奇心。「看到他非常自然的收斂心神、在聖體櫃前行的半跪禮、全心全意地投入默想前的預備禱文，激勵我們意識到我主的臨在、祂垂視我們、聆聽我們，使我很快的忘記自己原本想去聽一位出色演講者的想法。相反的，我覺悟到自己需要聆聽天主，並對祂慷慨大方。」[25]

參與他慶祝彌撒的人也產生了與他同樣的感受。「父親慶祝彌撒的方式，真誠的語氣，全神貫注地誦念不同的經文，沒有絲毫造作，他的半跪禮和其他的禮儀規程，都給我留下難以磨滅的印象。」[26] 不是因為他做了任何不同的事情，而是他的手勢語調、祈禱的專注和收斂。如果我們堅信基督是我們的「摯友」，確確實實的存在於聖體聖事中的話，我們也該當這樣做。當聖施禮華終於有可能在第一所學舍中，將我主的聖體保留在聖體櫃時，他提醒住在那裡的學生們，天主「是另一位住宿者 - 最重要的一位，因此他鼓勵我們每個人都花些時間陪伴祂，進出DYA學舍時，也要以半跪禮問候祂，或當我們在自己房間時，用意念去聖體櫃向祂致意。」

[27]

當我們全心投入其中時，這些微小的細節不僅表達，同時也滋養了我們的信念：當我們看到一座教堂時，將思念轉向天主；白天抽空去教堂作短暫

的拜訪；收心斂神的、緊密的跟隨彌撒；以我們的想像力去到聖體櫃，向我主打招呼，或奉獻自己的工作.....。這些溫馨的小細節，也是我們平常去看朋友，或發送信息給他們時做的一些小事。

基督在我們周圍的人身上

愛的誠命是基督跟隨者的獨特標誌。我們深信，基督本人臨在於我們周圍的人身上，並且深深植根於我主的教導中。祂經常提醒我們，當我們照顧有需要的人時 - 每個人都以自己的方式，需要我們 - 實際上，我們就是在照顧祂。[28] 這就是為什麼如此重要：「我們務必學會在我們兄弟身上，在週圍人們身上，認出前來同我們會晤的基督。」[29]

聖施禮華首先嘗試在最需要幫助的人中找到基督。在1930年代初期，他花了無數的時間探訪馬德里最貧困地區有急需的家庭，照顧醫院的病患，並為被捨棄的兒童上教理課程。後來，

他把這份緊迫感傳遞給那些接近主業團的年輕人。此外，這些年輕人也經歷了施神父對他們的人性和神性的愛。例如：方濟各博特牙（ Francisco Botella ）記得，在他們的第一次見面，施神父向他打招呼時，「就好像他一直都認得我。我仍然記得他那洞悉一切的表情，穿透我的靈魂，和他令我滿懷平靜和喜樂的開朗。他似乎打我的心底徹底的了解我，同時，他對待我的態度是那麼的自然，讓我感到簡直就像在自己家裡一樣自在。」

[30] 另一個不是特別有感性的年輕人說：「他比我的母親待我更好。」

[31]

在那些年輕人中，就像在窮人和病人中間，聖施禮華「找到」了他的朋友。多年後，「他若有所思地問他的兒子們：『我的孩子們，你們知道我為什麼這麼愛你們嗎？』他們沉默著，父親繼續說道，『因為我看到基督的寶血在你們的血管裡流動。』」

[32] 耶穌 - 他的朋友，帶領他在他身

邊的人中，特別是在最需要幫助的人身上找到祂。除了在福音和聖體聖事裡找到祂以外，「我們也被召叫去服務在所有被邊緣化的那些人中，被釘死在十字架上的耶穌，在處於逆境的人、飢渴的人、赤身裸體和被囚禁的人、被迫害的人、病人和失業者、難民和移民身上觸摸祂神聖的肉體。我們在那裡找到我們的天主；在那裡我們觸摸到上主。」[33]

[1] 聖奧斯定《懺悔錄》第三卷，第六節，11：*interior intimo meo*，「祢比我內心深處更深。」

[2] 聖施禮華《道路》88

[3] 見《道路》88的評論：Critical-Historical Edition, ed. Pedro Rodriguez.

[4] 親密筆記，1637 (quoted in *The Way: Critical-Historical Edition*, comment on no. 422). 他退省的第一天是1932年10月4日。這段文字是《鍊爐》第2條的基礎

[5] 1947年12月29日的信，引自 Vazquez de Prada, *The Founder of Opus Dei*, vol. I, p. 231.

[6] 聖施禮華《基督剛經過》169

[7] 《道路》422

[8] 見《道路》244，436

[9] 聖施禮華《鍊爐》495

[10] 薩爾瓦多甘諾斯《做基督的朋友》第一章

[11] 《道路》91

[12] 聖奧斯定，《Soliloquies II, 1, 1.}

[13] 聖女大德蘭《生活》第8第5節

[14] 《鍊爐》738

[15] 聖施禮華，quoted in Dos meses de catequesis vol. 2, p. 651.

[16] 斯考特韓，聖施禮華，Reader of Sacred Scripture, Romana, 40 (2005), p. 176.

[17] 方濟各博特牙，quoted in J. L. González Gullón, DYA. La Academia y Residencia en la Historia del Opus Dei, p. 429.

[18] 聖施禮華《天主之友》253

[19] 真福歐華路《基督剛經過》前言

[20] 教宗方濟各，宗座勸諭《福音的喜樂》2013年11月24日，153

[21] 《天主之友》253

[22] 教宗本篤十六世，宗座勸諭《上主的話》2010年9月30日，87

[23] 蔡浩偉 · San Josemaría Escrivá, maestro de oración en la vida ordinaria.” Magnificat (Spanish edition) 2006.

[24] 《道路》537

[25] Andres Vazquez de Prada 《主業團創辦人》第二冊，394-5頁

[26] 方濟各龐茲，引自Andres Vazquez de Prada 《主業團創辦人》第二冊，294頁

[27] DYA. La Academia y Residencia, p. 342.

[28] 參瑪10:40；25:40；路10:16

[29] 《基督剛經過》111

[30] DYA. La academia y residencia, p. 431.

[31] Juan Jiménez Vargas, in DYA. La academia y residencia, p. 443.

[32] Andres Vazquez de Prada 《主業團創辦人》第三冊，223頁

[33] 教宗方濟各，十字苦路，世界青年日，2016年7月29日

pdf | document generated automatically
from <https://opusdei.org/zht/article/xin-di-zhong-hai-er-ye-su-shi-wo-de-zhi-you/> (2026年1月18日)