

opusdei.org

# 新地中海（一）： 「身為天主孩子的第 一個祈禱」

當我們深刻意識到自己是天主的兒女時，能改變一切，正如聖施禮華意外地發現這個「新地中海」時，改變了他的生命。

2020年4月14日

新地中海（一）：「身為天主孩子的  
第一個祈禱」（收聽普通話錄音）

## 新地中海（一）：「身為天主孩子的第一個祈禱」（收聽廣東話錄音）

---

「我的子女們，現在正是時候，要越來越深入這世上的『默觀道路』了！」[1] 主業團監督用這一句話，給我們指出現世的優先重點之一。今天，一如既往，基督徒的使徒工作是「我們內心生活的滿溢。」[2] 首先，這意味著與他人溝通交流基督徒的生活，即共享我們的生活。其次，如果我們要將信仰帶給世界，我們自己首先需要深刻的理解並實踐它。簡而言之，正如聖施禮華所說：這是「加深認識天主聖愛的良機，好使我們能夠藉著自己的言行，把天主的愛顯示給他人。」[3]

這種「深入」信仰的努力具有特殊的印記。關鍵不在於從我們已知的進入未知的領域。相反的，意思是要我們更深入的去了解似乎是顯而易見、自

己已熟知的、經常聽到的東西，好能從中有所「發現」，因而領悟到新的力量和深度。聖施禮華將這種經歷稱之為發現「新地中海」，這種「新地中海」以出人意料的方式在我們眼前展開。例如，在《鍊爐》中，他說：「我們必須堅持內修生活，正如堅持人性的愛一樣。你必須經常默想相同的主題，持續下去，直到你發現一個『新地中海』。你驚訝地問：『我從前怎麼沒有清楚的看到這一點？』只因為我們有時好像是水流過石頭的表面一樣，一滴也沒有吸收。因此，如果我們想吸收天主的祝福，就必須再三重溫相同的事物——因為它們每次都是不同的。」[4]

「再三重溫相同的事物，」以便發現其中內含的所有財富，從而發現「它們每次都是不同的！」這就是我們受召去度默觀生活的道路。這意味著探討海洋中的深闊，乍看之下，乏善可陳、了無新意，因為它已經成為我們日常的景觀。羅馬人稱地中海為「我

們的海洋」Mare nostrum：因它是眾所周知，是百姓日常生活的一部分。聖施禮華談到要去發現新的地中海（譯註：即華文之所謂的「新大陸」），因為當我們深入自己認為熟悉的海域時，擺在我們眼前的是一望無際、令人讚嘆的水平視野。於是，讓我們與聖女加大利納一同向至聖聖三傾訴：「祢就像深海一般；我越進入祢，就發現越多，而我發現越多，就更尋求祢。」[5]

這些發現是天主在祂願意的時刻，以祂的方式發出來的光照。如果，我們勤奮的去尋求和沉思，也可準備自己的靈魂去接受天主這光照。「就像一個一直在黑暗中的人，突然間用他的肉眼看到太陽，因而清楚地看到他從未見過的事物。同樣，領受聖神之人的靈魂也得到光照。」[6]

在這一系列的新文章中，我們將介紹聖施禮華在他的內修生活中，所發現

的一些「新地中海」，以便與他一起更深入地「進入深邃的天主聖愛。」

## 阿爸，父啊！

在初期的基督徒中，最根深蒂固的信念之一，便是他們能以受鍾愛之子女的身分稱呼天主為父。耶穌本人曾教導他們：「你們應當這樣祈禱：我們在天的父！願你的名被尊為聖，……」（瑪6：9）。祂將自己以天父疼愛之子的身分，呈現給猶太人，並教導門徒以同樣的方式行事。宗徒們曾經聽到祂用希伯來人子女呼叫自己父親的名稱來稱呼天主。在領受聖神之後，他們也開始使用該稱呼。對以色列人的虔敬方式而言，這是一個嶄新的稱呼，但是聖保祿卻認為這其實是每個人都熟悉的一件事：「其實你們所領受的聖神，並非使你們作奴隸，以致仍舊恐懼；而是使你們作義子。因此，我們呼號：『阿爸，父呀！』聖神親自和我們的心神

一同作證：我們是天主的子女。」  
( 羅8：15-16 ) 。

那信念使他們充滿信心，並賦予他們意想不到的勇氣：「我們既是子女，便是承繼者，是天主的承繼者，是基督的同承繼者。」( 羅8:17 ) 耶穌不僅是天父的獨生子，而且還是眾多弟兄中的長子。( 參羅8：29；哥1：15 ) 於是，基督帶給他們的新生命，被視為天主鍾愛子女的生命。這既不是理論，也不是抽象的真理，而是讓他們充滿喜樂的事實。我們在宗徒聖若望第一封書信裡，可看到洋溢著歡樂的反映：「請看父賜給我們何等的愛情，使我們得稱為天主的子女，而且我們也真是如此。」( 若一3：1 ) 。

我們基督徒從小就知道天主的父性、祂對我們每人獨一無二和百般溫柔的愛情。儘管如此，我們仍然被召要用個人生動的方式去發現這份愛，從而改變我們與天主的關係。這樣一來，

平靜與信賴的地中海就在我們眼前呈現了，讓我們人生的視野，能更深入其中、無窮無盡。對於聖施禮華來說，是個意外的發現，突然為他掀開了一張隱藏在他很熟悉的東西中的全貌。

這是發生在1931年秋天，正如他多年之後的回憶：「我可以仔細地述說，發生在哪裡、在哪時，我第一次身為天主兒子時的祈禱。早在我童年就已學會稱呼天父，一如『天父經』教導的。但是，真正感受到、看到、驚訝於天主渴望我們成為祂的孩子.....是在大街上、在電車上。歷經了一個小時或一個半小時，我不知道。我禁不住得大聲驚呼：『阿爸，父啊！』」  
[7]

在接下來的幾個月中，聖施禮華反覆思考那件不尋常的事。譬如，一年後，在避靜時他寫下：「第一天。天主是我的父親。我決不離開這思念。」[8] 他一整天都在深思天主的父

性！儘管沉思的時間那麼漫長，我們起初可能會感到驚訝，但實際上，充分表現出那份神聖父子情義的孝愛經驗，深深地紮根他的心中。我們也應該在祈禱中，及每次轉向天主時，首先要培養一個信賴的交託，和感恩的態度。如果，我們想要與天主建立一份關係，我們需要再次親自去發現祂確確實實渴望成為我們的父親。

## 誰是我的天主？

也許我們在很小的時候，像聖施禮華一樣，也學過天主是我們的父親。可是，在我們能把自己是天主子女的事實視為一個根本的道理、生活的整體之前，我們很可能還有很長的一段路要走，我們如何促使這個新發現的到來呢？

首先，要真正發現天主的父性，我們經常需要恢復祂的真實形象。對我而言，天主是誰？有些人自覺或不自覺地認為天主是實施法律者，祂威脅要去懲罰不遵守法律的人。有人期望祂

的旨意能承行，並在遇到不服從的情況時，會激怒祂；簡而言之，我們只是不願順服師傅的下屬。在其他情況下（對某些基督徒也是如此），基本上天主被視為是我們必須表現良好的原因。祂被認為是我們需要努力實現、「應該」追求的，但實際上，「不想」追求的目標。然而，天主「不是一個殘酷的暴君，也並非是一個頑固和不解人意的判官；相反的，祂是我們的父親。祂向我們提起我們的私心小器、我們的罪惡和過錯，祂所以這樣對待我們，是為了解放我們，賜給我們祂應諾的友誼和愛情。」[9]

有時，在許多情況下，父親的身分引起質疑，使人難以理解「天主是愛」。（若一4：8）我們與朋友或同事交談時，也許會看清這一點；他們的父親並沒能在他們身上帶來美好的回憶，因而天主身為父親的事實，也不會特別吸引他們。因此，在與他們談論信仰時，最好幫助他們了解自己

生活中缺乏父愛的痛楚，顯示出他們對父愛的渴求，是多麼深遠的銘刻在他們內心：一位可走在他們前面的父親，並呼喚他們。他們能藉由和一位朋友或神父親近的關係，幫助他們去發現：「上天下地的所有父親都是由天父而得名。」（弗3:15）；並體驗到每人心中懷有溫柔的「成為『保護者』的聖召。」[10] 在父親或母親身上表達自己「已為人父母」，或有一天想要成為父母。這樣，他們就可以繼續在他們的靈魂深處發現天主的真實面貌，去過我們 - 祂的孩子 - 被召喚的生活方式，同時我們知道祂以無限的愛情關注我們。父親愛他的孩子，不是因為他所「做的」事情，或是為結果，而僅只是「因為他是自己的孩子。」他希望自己的孩子過個好生活，並嘗試從每個孩子身上激發最大的善，但他始終知道孩子在自己眼中是個無價珍寶。

這可幫助我們記住一點，尤其是當我們在某事上失敗時，或是當自己的生

活與世俗公認的「模式」之間有落差、導致我們自尊心低落時。「我們的屬靈身份才是我們真正的『身分』：我們一直都是天主疼愛的孩子。因此，你們可以看清，如不接受自我、生活得憂鬱寡歡、看法負面消極，意味著不認識自己最深層的身份。就像天主想要凝視我，我卻故意走開，破壞祂對我的夢想。天主依我們的原貌愛我們，不會因我們的罪過、錯誤或過失讓祂改變主意。」

[11]

意識到天主是我們的父親，還包括讓我們自己被祂視為「鍾愛的孩子」。然後，我們才領悟到，自己的「價值」並不取決於我們擁有的才能，或我們所做的事、我們的成功，而是取決於創造了我們的聖愛，「因為他於創世以前，」（弗1：4）就「夢想」並肯定了我們。鑑於在現世中有時存在對天主的冷漠，本篤十六世從他上任之初，就回想起「我們不是進化的偶然和毫無意義的產物。我們每個人

都是天主思想的結晶。每個人都被天主意願，每個人都被祂所愛，每個人都是必要的。」[12] 這個想法真的影響著我們的日常生活嗎？

## 天主兒女信賴的希望

聖施禮華經常提醒主業團的信友們，「我們靈修生活的基礎是我們神聖父子情義的感受。」[13] 他將其「與那根把一條美妙的珍珠項鍊串在一起的線相提並論。神聖的父子情義是把所有美德聯繫在一起的那根線，因為它們是天主兒女的美德。」[14] 因此，是非常重要的，我們請求天主為我們打開這個「新地中海」—維持並塑造我們全部的靈修生活。天父義子女的「線繩」使我們「每天充滿盼望地操練託付一切給天主旨意的態度。」

[15] 這態度在孩童身上可以發現，尤其是在他們很小的時候。因此，在聖施禮華的生活和著作中，神聖父子情義經常會與神嬰小道緊密地連在一起。當孩子在學習騎自行車時，經常

摔倒，但是他都覺得無所謂，只要他看到爸爸在旁邊，一定會鼓勵他重試。那就是他「希望的交付」的意思。「爸爸說我可以.....那麼就讓我再來一次吧！」

意識到我們是天主的兒女，即給了我們執行我主賦予我們的使命所需的安全感。我們感覺好像那個父親對孩子說：「孩子！你今天到葡萄園裡去工作罷！」（瑪21:28）。也許我們的第一個反應就是感到憂慮，立刻想像出各種可能的困難。但是，我們馬上就認出是天父對我們極大信心的表現，並且期待著我們能做到。像基督一樣，我們學會把自己捨棄在天父的手中，發自我們靈魂的深處告訴祂：「但是，不要照我所願意的，而要照你所願意的。」（谷 14:36）。聖施禮華一生以基督的形象教導我們要如此為之：「多年來我堅信要在快樂現實中獲得支持，不論處境如何，雖有少許改變我都這樣祈禱：『主，你放我在這裡，交託我辦這辦那，我完全

信靠你，我知你是我的父親。我知道小孩對父母絕對地信任。』」[16]

我們不能否認會有困難。但是我們知道，無論發生什麼事情，我們無所不能的父親都會陪伴著我們；祂在我們身邊、關照我們。祂在做我們正試著在做的事，因為到頭來那是祂的工作。祂可能會以一種不同的方式來做，但是會更有效果。「只要你已經真正委身信賴天主，便馬上會明白怎樣萬事隨遇而安。如果你的事業，沒有取得預期的結果，甚至在你用盡了一切必要的方法的情況下，你也不會喪失你的平安。因為你的事業，畢竟會按照天主安排的光景成就的。」

[17]

「加強我們的『神聖父子情義』的感受」我們注意到，聖施禮華並沒有將「神聖的父子關係」作為主業團精神的基礎，而是明指我們神聖父子之情的「感受」。「做為」天主的兒女還不夠；我們需要「意識」到自己是天

主的兒女，以致我們的生命深具有這份「感受」。在我們心中深信不疑的確定性才是最堅固的基礎。那麼，我們神聖的父子情義的真理就成為一個活生生的現實，對我們的生活產生了特殊的影響。

為加強這份「感受」，我們의思想和內心最好能更深入地進入該現實。首先，「用我們의思想」，在祈禱中，仔細默想聖經中有關天主的父性、我們人性的父子關係，以及身為天主孩子生活的一些章節。在這裡，我們可以從聖施禮華諸多的著作中汲取很多啟示，明白成為天主的子女的意涵，[\[18\]](#) 或來自其他聖人和基督宗教作家的反思。[\[19\]](#)

憑著「我們的心」，我們可以信任天父，在祂的聖愛中捨棄自己，從而更深入地了解我們是神的孩子。我們可以試圖了解祂對我們的愛情，來激發我們的孝愛、信賴，無論有無言語。這樣做的方法之一是以簡短的訴求或

願望向祂求助。聖施禮華建議：「你要每天多次在心裡喚祂『父親』，告訴祂：你愛祂、仰慕祂、因自己是祂的兒女而驕傲、強壯。」[20] 我們還可以利用一些簡短的祈禱，幫助我們意識到自己是天主子女的安全感，來面對每天，或發感恩、懺悔和希望的祈禱。方濟各教宗向年輕人建議的祈禱詞：「主，感謝祢愛我；我確定祢愛我；幫助我愛上自己的生活！不是愛上自己的過錯 - 需要糾正，而是因為生活本身是件偉大的禮物，是愛與被愛的時刻。」[21]

## 回到父親的家

家庭被描述為「我們回去的地方，」我們在那裡尋求庇護和休息。正如聖若望保祿二世喜歡說的，家是「愛與生命的庇護所」。[22] 在那裡，我們再次找到了賦予我們生命意義和價值的聖愛，因為它是家庭的源頭。

同樣，在感到疲憊、受到虐待或感到受傷.....以及在我們冒犯了祂時，感

知到我們是天主的孩子，使我們滿懷信任地回到祂身邊。重新返回父親身邊是另一種生活上「希望的交付」。我們應該經常默想一個有兩個兒子的父親的寓言，聖路加向我們講述了這個寓言。（參路15：11-32）「天主正在耐心地等候我們，像比喻中的慈父一樣，伸開雙臂，雖然我們是不敢當的。無論我們是否犯了滔天大罪，那並不要緊。就如浪蕩子一般，只要我們敞開心扉，思念父親的家園，即使我們對祂的回應非常冷淡，天主會賜給我們恩惠，稱作祂的子女 - 真正的子女，帶給我們無比的驚愕與歡樂。」 [23]

也許那個兒子絲毫沒有考慮到自己給父親造成的折磨；他最懷念的是他在父親家裡的生活方式。（參路15：17-19）他出發回家的想法是降格成為另一個僕人。儘管如此，他的父親還是款待了他 - 出去見他，擁抱了他，並用親吻接納他！ - 令他記起自己最深的身份：他是他的兒子。父親

立刻下令將兒子的衣服、涼鞋和戒指歸還給他，父愛的種種跡象，即便他的惡劣行為再多，也無法抹滅。「多少也使父親受到牽連。可是，做錯事的畢竟是自己的兒子，這個關係不能因任何行為而遭改變或破壞。」[24]

即使有時我們可能將天主視為一位我們是其僕人的主人，還是一位冷血的法官，但祂仍然忠信於祂為人父的聖愛。在我們跌倒後，嘗試著去接近祂，總是真正去發現祂的絕好機會。祂也揭示給我們自己的身份。不僅只是祂已經決定愛我們的這個事實（因為祂願意），而是由於透過恩寵，我們真的是天主的兒女。我們是天主的兒女：沒有任何人或事可以奪走我們的尊嚴。甚至連我們自己也都不能。因此，當我們看到自己軟弱的現實，以及我們明知故犯罪惡的現實時，我們絕不應失去希望。正如聖施禮華所說：「但其實不然，最後抉擇的一句話是來自天主自己的，而這句話就

是祂的救贖和仁慈的愛，亦即是使我們成為祂的義子的定論。」[25]

## 被愛佔據

神聖父子情義的「感受」改變了一切，正如這改變了聖施禮華的一生，因為他意外地發現了這個「新地中海」。當我們以走在我們前面、等待著我們的聖愛為核心，而不是建基於自我的進步或改善的決心上，內修生活會有多麼的不同！如果我們把自己的所作所為放在首位，那麼我們幾乎就讓靈修生活圍繞著自己個人的進步打轉。從長遠來看，這種生活方式不僅冒著可能把天主之愛遺忘在我們靈魂角落的危險，而且會導致灰心喪志，因為我們是孤軍奮鬥，抵抗失敗。

但是，當我們把一切都集中在天主的作為上，讓自己被祂愛著，每天歡迎祂的救贖時，我們的奮鬥即會呈現出截然不同的格調。如果我們勝利，感激和讚美就會自然而然從我們內心湧

現出來。如果我們遭受到失敗的痛苦，我們可信賴的回到天父身邊，請求寬恕，並讓祂擁抱自己。因此，我們了解到：「神聖父子情義不是一個有其行動的特殊德行，而是美德主體的恆常狀態。我們所有的行動，在操練我們所有的德行的當下，都能夠且應該是在操練我們的神聖父子情義。」[26]

對於一個每天都在迎接天主聖愛的人而言，被擊敗是不存在的。甚至罪惡也能成為一個機會，讓我們牢記自己的孩童身份，並回到天父那裡，祂堅持前來招呼我們，說著：「兒子，我的兒子！」就像聖施禮華一樣，這份認知將使我們重獲力量再次跟隨我主。「我很肯定地說，藉著恩寵的光明和助佑，你和我可以看清一切：應該焚燒的，我們會把它燒盡；應該根除的，我們會把它連根拔除；應該捨棄的，我們會把它完全拋棄。」[27]

但我們這樣做，不要感到焦慮或沮喪，要展現出基督徒生活的理想，但不與完美主義混淆。[28] 然後，我們把生活的核心聚焦在天主對我們的愛上，只顧著去愛。我們將像小小孩一樣，只要他們發現了一些父親的愛，就尋找各式各樣的方式表達他們的感激之情，以他們所能夠表達的或多或少的愛來回報。

---

[1] 范康仁《牧函》2017年2月14日，30

[2] 同上。參聖施禮華《道路》961；《天主之友》239

[3] 聖施禮華《基督剛經過》97

[4] 聖施禮華《鍊爐》540

[5] 聖女加大利納《對話錄》第167章

[6] 耶路撒冷的聖濟利祿，教理16，  
16

[7] 聖施禮華，1969年12月24日默想  
( Andres Vázquez de Prada, The  
Founder of Opus Dei, vol. 1,  
Scepter, p. 334 )

[8] 聖施禮華，親密筆記，1637  
( Andres Vázquez de Prada, The  
Founder of Opus Dei, vol. 1,  
Scepter, p. 400 ) .

[9] 《基督剛經過》64

[10] 教宗方濟各，教宗就職典禮彌撒  
講道，2013年3月19日

[11] 教宗方濟各，波蘭世界青年日講  
道，2016年7月31日

[12] 教宗本篤十六世，教宗就職典禮  
彌撒講道，2005年4月24日

[13] 聖施禮華《書信》1961年1月25  
日

[14] 聖施禮華，講道筆記，1974年7月6日

[15] 范康仁《牧函》2017年2月14日，8

[16] 《天主之友》143

[17] 《犁痕》860

[18] 參閱范康仁，「神聖父子情義」，Diccionario de san Josemaría Escrivá de Balaguer, Monte Carmelo, Burgos 2013, pp. 519-526.

[19] 參閱慈悲禧年相關文件。Cf. Pontifical Council for the Promotion of the New Evangelization, Merciful Like the Father. Resources for the Jubilee of Mercy 2015-2016.

[20] 《天主之友》150

[21] 方濟各，講道，2016年7月31日

[22] 聖若望保祿二世，講道，2003年5月4日

[23] 《基督剛經過》64

[24] 聖若望保祿二世，通諭《富於仁慈的天主》（1980年11月30日）5

[25] 《基督剛經過》66

[26] 范康仁及I. de Celaya, Vivir como hijos de Dios, Eunsa, Pamplona 1993, p. 54.

[27] 《基督剛經過》66

[28] 參閱范康仁《牧函》2017年2月14日，8