

# 默想：四旬期第二主 日（丙年）

一些可以幫助我們在這個四旬期做祈禱的反思。

曠野與山嶺是寂靜之地

天主在我們祈禱時使我們變得天主化

天主的奧秘漸漸地給我們揭示出來

.....

曠野與山嶺是寂靜之地

上週日的彌撒禮儀給我們展示出耶穌與魔鬼在曠野中的對峙。與此大相逕

庭的是，在今天四旬期第二主日，我們來到大博爾山，見證主耶穌顯聖容的榮耀。在曠野中，「我們看到完全是一個人的耶穌，甚至連試探也與我們一起承受」，在大博爾山上，「我們默觀著身為天主聖子的祂，聖化了我們的人性。」[1]然而儘管兩者有這樣強烈的不同，但都預示著逾越奧蹟：「耶穌與試探者的鬥爭預示著祂苦難時的最終決鬥，而祂變了容貌的聖身的光芒卻預示著復活的榮耀。」[2]

曠野和山嶺都是寂靜無人之地，都是一個由孤寂掌控一切的地方。耶穌受到聖神的引導而退到這兩個地方，為了向天父祈禱。聖經向我們展示出，在這些沒有噪音的地方，天主會以特別的方式來顯示祂自己。因此，我們所有人都需要寂靜的空間和時間。在那裡，我們平息周圍的噪音，就能培養內心的冥想，並在其中聆聽天主的「竊語」。「寂靜可以在我們內心深處開闢一個空間，使天主能夠居住在

其中，好讓祂的聖言存留在我們的心內，讓我們對祂的愛在自己的理智和情感中扎根，感召著我們的生活。」

[3]

對寂靜感到某種恐懼是正常的，因為它需要我們深入自己的內心，去找出我們存在的真義。也是正常的就是，我們在起初時，在那些時刻去降低噪音的水平會感到困難。然而當我們在日常的繁忙喧鬧中去尋找這片寧靜空間時，我們就會為天主的臨在而開闢一條道路。上主常常等待著我們寂靜的時候來顯示祂自己。

## 天主在我們祈禱時使我們變得天主化

「論及祢，我心中時常在想：『你應該尋求祂的儀容。』上主，我在尋求祢的儀容。求祢不要向我掩住祢的臉面。（詠27:8-9）」教會用聖詠集的這些說話來幫助我們在四旬期中更加熱切地尋求基督的面容，為復活節而好好準備自己的心靈。當伯多祿、雅各伯和若望在登上大博爾山時，出乎

意料地發覺自己被耶穌的祈禱所包圍著。以前，他們多次凝視過師傅耶穌的面容；在祂祈禱時、在祂宣講天國降臨時、在祂治癒這麼多的病人時，他們都在看著祂。或許他們看過的是在基督的面容中反映出來的、充滿在祂心中的感情。然而在大博爾山頂上，他們以一種嶄新的方式看見祂那令人熱愛的面容。

耶穌向這三個友人顯露祂的榮耀：

「正當祂祈禱時，祂的面容改變，祂的衣服潔白發光。（路9:29）」他們默觀著主耶穌榮耀的聖身，對此產生了如此深刻的印象，以至伯多祿興奮地、不知道該說什麼地說：「老師，我們在這裡真好！讓我們搭三個帳棚：一個為祢，一個為梅瑟，一個為厄里亞。（路9:33）」三個門徒感到自己被天主化了。聖若望達瑪森說：

「祈禱是舉心嚮往天主。」[4]他的這句話被天主教教理引用了。祈禱就是一個在天主台前寂靜無聲的空間。在

那裡，我們尋求使自己充滿著祂，以得到解渴。

三個門徒對自己在大博爾山上所看見的情景感到不知所措。聖施禮華寫道：「祈禱會給我們帶來良好的、謙卑的、神聖的天主化。而我們將能夠在所有的環境中工作.....通過這持續的、堅持不懈的尋求天主的事，我們的主會豐富地賜給我們祂的恩賜，就是良好的天主化。」[5]「同時，脫離生活的祈禱是不健康的。將我們與具體的生活隔絕的祈禱，會變成神靈主義，或更加糟糕的是，儀式主義。讓我們記住，耶穌在大博爾山上向門徒顯露了祂的榮耀之後，並沒有想到要延長那一刻的狂喜，而是與他們一起下山，繼續日常的旅程。因為那次的經歷必須存留在他們的心中，作為信德的亮光和力量；也是即將來臨的日子——苦難的日子——的亮光和力量。」[6]

天主的奧秘漸漸地給我們揭示出來

正如基督在約旦河受洗時所發生的一樣，在大博爾山上，「整個三位一體的天主顯現了：聖父在聲音中，聖子在人性的身上，聖神在光芒四射的雲彩中。」[7]耶穌的三個門徒驚訝於眼前所發生的一切，領受了一個需要時間去理解的啟示：就是唯一的天主，同時也是三個位格的。天主的奧秘，在我們通常伴隨著靈修閱讀和個人培育的祈禱中，漸漸地給我們揭示了。如此，我們就為聖神鋪平了道路，是祂漸漸地淨化我們對天主的觀念，和教導我們以單純和信賴的態度去接近祂。聖神將使我們成為「改變了面容的人」[8]，願意讓自己得到再生、矯正和安慰的人。

當伯多祿說完話時，「有一片雲彩遮蔽了他們。他們進入雲彩時，門徒們就害怕起來。雲中有聲音說：『這是我的兒子，我所揀選的，你們要聽從祂！』（路9:34-35）」三個宗徒永遠都不會忘記那次的經歷和那句說話。我們與耶穌的祈禱結合在一起，

也發現到聆聽祂的奇妙，從而意識到我們是天主的子女。「祈禱是天主子女，跟無限美善的天父，偕同祂的聖子耶穌基督及聖神活生生的關係。.....祈禱生活就是經常活在天主聖三的親臨及與祂的共融中。」[9]聖母瑪利亞讓恩寵塑造了她的內心，她能夠幫助我們找到所需的寂靜時刻，更加深入地意識到我們是天主子女這一實事。

[1] 教宗本篤十六世，2008年2月17日三鐘經前的講話

[2] 同上

[3] 本篤十六世，2012年3月7日公開接見時的講話

[4] 聖若望達瑪森，《正統信仰》，3，24

[5] 聖施禮華，《書信2》，54

[6] 教宗方濟各，2021年6月9日公開  
接見時的講話

[7] 聖多瑪斯阿奎那，《神學大全》，  
III，c.45，a.4，ad 2

[8] 教宗聖若望保祿二世，2001年3月  
11日的講道

[9] 《天主教教理》，2565

---

pdf | document generated automatically  
from [https://opusdei.org/zht/  
meditation/Mo-Xiang-Si-Xun-Qi-Di-Er-  
Zhou-Xing-Qi-Ri-Bing-Nian/](https://opusdei.org/zht/meditation/Mo-Xiang-Si-Xun-Qi-Di-Er-Zhou-Xing-Qi-Ri-Bing-Nian/) (2026年2月  
18日)