

默想：四旬期第一週 星期四

一些可以幫助我們在這個四旬期做祈禱的反思。

祈禱使我們符合天主的聖意

耶穌敦促我們去祈求

用天主經去祈求

祈禱使我們符合天主的聖意

「求祢援助我這孤苦無靠的人！除祢以外，我沒有別的救援（艾4:補錄丙11）。」艾斯德爾王后懇求天主保護猶太人免於毀滅。她以前經常讀到天

主在古代為她的祖先所做了的一切，而她確信天主的聖臂的力量並沒有減弱。聖詠的作者懷著同樣的信德呼喊說：「為了祢的仁慈和至誠，我必要稱謝祢的聖名（詠138:2）。」我們看到，世世代代，祈禱都是無所不能的，因為它使我們的心符合天主的聖意，而在祂內是沒有難事的。

有一天，聖施禮華向他幾位首批的女兒展示了一幅奇妙的、主業團使徒工作的全景圖。他告訴她們：「面對這個情況時，人可能會有兩種反應。一是認為它很美麗，但只是一個烏托邦，是永遠不會實現的。第二就是信賴主耶穌：如果祂要我們做這一切，祂會幫助我們成就它。」[1] 我們用天主的眼光來看待事物是不容易的。然而聖神的主要果實之一就是智慧這個恩賜，是我們尤其是在祈禱中能夠獲得它的：「我們必須喚醒我們心中的基督，而只有這樣，我們才能用祂的眼睛默觀事物，因為祂的視野超越風暴。透過這安詳的目光，我們可以看

到一幅單靠自己無法瞥見的全景。」[2] 我們在祈禱中獲得的智慧之恩，會幫助我們信賴上主。就像艾斯德爾王后一樣，我們可以在許多我們有所需的事情上懇求天主的助祐。

耶穌敦促我們去祈求

我們在什麼地方可以得到那實踐超越我們想像和能力的使命所需的力量呢？我們只能在祈禱中得到它。有一次，聖施禮華對他的一個正要前往愛爾蘭從事主業團的使徒工作的女兒說：「我的女兒，當我向妳請求某件事時，不要告訴我它是不可能的，因為我早已知道了。從主業團開始時，上主就向我提出了許多不可能的事.....而這些事至今一直都在進展中！」[3]

面對天主對我們要求的大事，我們可能會因灰心喪志而不去做它，或相反地以一個更大膽的要求來回應：「一個孩子會向他的爸爸要求什麼呢？爸爸啊.....月亮！一些荒謬的東西。你

們求，必要給你們；你們敲，必要給你們開（瑪7:7）。我們有什麼東西是不可向天主祈求呢？我們向自己的父母要了一切。向祂要月亮，祂就會給你；無論你想要什麼，毫無畏懼地向祂提出吧。祂總會以這樣或那樣的方式把它送給你。自信地向祂祈求吧。」[4] 正如福音告訴我們的，天主唯一的要求就是我們向祂祈求：「你們求，必要給你們；你們找，必要找著；你們敲，必要給你們開（瑪7:7）。」為了清楚地說明天天主想賜給我們這麼多的恩惠，耶穌舉了兩個在日常生活中的例子：「你們中間有哪個人，兒子向他求餅，反而給他石頭呢？或者求魚，反而給他蛇呢？（瑪7:9-10）」

在四旬期間，祈禱是教會特別推薦的行為之一。我們可以問問自己，我們的祈禱是不是充滿著極大的信賴，以至我們甚至會祈求那些看似不可能的事物。然而，我們會盡力確保我們的祈禱常常都會包含我們對天主聖意的

接受，因為沒有人會比祂更加知道什麼對我們來說是最好的。

用天主經去祈求

「我們——每一個人！——都需要祈禱，需要虔誠地履行我們生活計劃中的各個習慣，好能有一個持續不斷的祈禱，一個上升到天堂的眾心的結合，也奉獻上我們每個人自身的卑賤，和容許我主在不讓這些卑賤構成障礙的情況下行動。」[5] 在福音中，耶穌常常堅持我們要信賴祂的慷慨大方，彷彿是抱怨著我們要求得太少：「你們縱然不善，尚且知道把好的東西給你們的兒女，何況你們在天之父，豈不更將好的賜與求祂的人？（瑪7:11）」

「我們的祈禱經常都會是在有需要時求助。再者，這對男女眾人來說都是正常的，因為我們需要幫助，我們需要別人，我們需要天主。所以，我們向天主懇求一些東西，向祂尋求幫助，是很正常的；而且我們必須記

得，主耶穌教給了我們的禱文，『天主經』，是一篇求恩的禱文。透過這篇禱文，祂教導我們祈禱的優先次序，潔淨和純化我們的慾望，並藉此潔淨和純化我們的心。」[6]

聖母瑪利亞的祈求是全能的。在加納，正如在其他許多地方一樣，她從她聖子手中獲得了她知道什麼是對祂的門徒有益的東西。我們有一位母親，她總是會為了獲得那些對我們是最好的東西而祈求，而且如果我們容許她，她會從她聖子手中求得我們所需的、好能把祂的歡樂注滿普世的恩寵。

[1]聖施禮華，引述自Vázquez de Prada, *The Founder of Opus Dei*, Vol. II, p. 461

[2]教宗方濟各，2021年11月10日公開接見時的講話

[3]聖施禮華，引述自Ana Sastre, *Tiempo de caminar*, p. 385

[4] 聖施禮華，1967年12月24日 “Pray without Ceasing” 的默想，載於In Dialogue with the Lord

[5] 聖施禮華，1962年對主業團的主任們的講話

[6] 教宗本篤十六世，2012年6月20日公開接見時的講話

.....

pdf | document generated automatically
from [https://opusdei.org/zht/
meditation/Mo-Xiang-Si-Xun-Qi-Di-Yi-
Zhou-Xing-Qi-Si/](https://opusdei.org/zht/meditation/Mo-Xiang-Si-Xun-Qi-Di-Yi-Zhou-Xing-Qi-Si/) (2026年4月1日)