

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

到一幅單靠自己是無法瞥見的全
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2月23日)