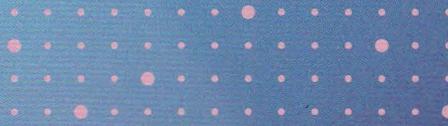




串起希望之鏈

玫瑰經二十端奧蹟默想

葛羅謝爾／著 梁偉德／譯



串起希望之鏈

玫瑰經二十端奧蹟默想

葛羅謝爾 著

梁偉德 譯

 光啟文化事業
Kuangchi Cultural Group

The Rosary

Chain of Hope

By Fr. Benedict J. Groeschel, C.F.R.

Translated by Peter Leung

Copyright © 2003 by Ignatius Press

2515 McAllister St., San Francisco, CA 94118

Illustrations used with gracious permission of

the Catholic Book Publishing Corp., Totowa, NJ 07512, U.S.A.

Chinese Copyright © 2007 by Kuangchi Cultural Group, Taipei, Taiwan

All rights reserved.

目 錄

致謝	005
第一章 玫瑰經在今日	007
第二章 如何開始誦念玫瑰經	019
第三章 歡喜奧蹟	027
第四章 光明奧蹟	051
第五章 痛苦奧蹟	077
第六章 榮福奧蹟	099
後記	123
譯後	127
附錄——教宗若望保祿二世 宗座牧函：童貞瑪利亞玫瑰經	131

獻給榮福的童貞瑪利亞，
她永遠是我們危難中的倚靠與幫助。

致謝

我向我忠誠的編輯與朋友潘德蓋斯特（Charles Pendergast）致上深深的謝意，他鼎力相助，使這本小書能在短時間內完成。我也感謝依納爵出版社（Ignatius Press）的全體工作人員，特別是萊恩（Tomy Ryan）和夢婷（Eva Muntean），他們一直是我的得力幫手。願天主賜福他們。

——葛羅謝爾（Father Benedict J. Groeschel, C.F.R.）

二〇〇三年天使報喜節



第一章 玫瑰經在今日

二〇〇二年秋間，教宗若望保祿二世宣布新的五端玫瑰經奧蹟時，整個天主教世界，甚至世俗傳播媒介，都表示出意外的欣喜和熱情。連不少專門誇張地報導小部分教士道德低落的報刊，都在頭版中刊出這消息。一時間，他們似乎忘卻了對天主教會的敵意，連一些晚間新聞節目也予以報導。媒體對這事的關注相當出人意表，因為這類新聞通常只會引起小部分虔誠天主教徒的興趣，而這些人一向是傳播媒介忽略的一羣。儘管有人起而反對是意料中事，因為那些人幾乎對所有敬禮（尤其是聖母敬禮）都表示反對的；然而，玫瑰經仍然引起不少人注意。

就像其他宗教一般，今日仍有許多人使用念珠這古老的祈禱方式，即便如此，玫瑰經已不再像第二屆梵蒂岡大公會議之前那樣受到普遍重視。記得大約四十年前，十一月一個黯淡的星期五下午，我和全體學生在一所天主教學院的廣場中誦念玫瑰經，為幾分鐘前在達拉斯（Dallas）被暗殺的甘迺迪總統祈禱。我留意到最少有三分之二的學生們穿著整齊，



結了領帶，手持玫瑰念珠。那是早上你離家前，你母親問你，口袋裡有沒有念珠的年代，是個與現在完全不同的世界。

今日，不論男女老少，有不少人仍然虔誠誦念玫瑰經，視它為默想、感恩的禱文。也有許多人在遭逢困難時，會分外熱心念玫瑰經。教宗若望保祿二世對聖母敬禮及誦念玫瑰經的表樣，更激勵了許多人一同熱心誦念。

為什麼要這重複又重複的經文？

許多年前，人們往往在守靈時喃喃地念玫瑰經，使得非天主教的親友們覺得，天主教真是個神祕的宗教。有時候，我簡直不明白為什麼玫瑰經要這樣念出來。因此，當人們使用一些比較容易明白的經文，以紀念亡者、把他們交給天主仁慈之愛時，我不禁感到大為寬慰。

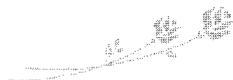
新教人士，尤其是聖公會及長老會教徒，習慣以美妙的方式誦念美妙的禱文；而衛理會及浸信會教徒則以無限的心神和感覺去祈禱。他們覺得像連珠砲般的誦經十分令人困惑，他們不太為經文大多指向基督之母而傷腦筋，卻以為那是馬馬虎虎、漫不經心、並不特別為任何人任何事而念的單調經文。

在他們看來，部分問題在於這種重複誦念的經文，幾乎

是世界上每一宗教的古老習尚，但並不是構成新教的成分。不單是那串念珠，更是那些禱文，那重複的詞彙與誦唱，完全不合新教的傳統。然吾主耶穌多少次重複誦念「聽」（She-ma）這個字（申六 4）以及其他猶太人敬拜儀式中的詞句？他自己也留給我們簡短而意義宏深的經文（天主經），這是所有基督徒再三誦念的。事實上，這經文正是玫瑰經的一部分：

一再重複的經文及詠唱的目的，是讓心神自由地升向天主——表達出內心幾乎不能訴諸語言文字的感受和情意。有時是由於個人不懂得確切的神學用語，而最大的原因可能是思想太私隱，無法以言詞表達。鮮有人知，我們精神生活的內在事件，尤其是像喜樂、悲哀、愛、忿怒、恐懼等情感，很難以言語完全表達出來，即使表達了，也辭不達意。然而，當我們重複某些詞句或動作（例如數著念珠）時，即使在最紛擾的情況之下，我們也能收斂心神，進入祈禱之境。

以我個人為例，可以解釋這現象。我最喜歡念玫瑰經的地方是紐約的地下鐵。地下鐵的入口處有它特有的、富於啟示的環境。試想像大地上一個黑洞，裡面有無數看似死去的身體，像守夜似的站著等候（噪音使人無法在地下鐵交談）。車輪發出一種非人世的、刺耳尖銳的聲音，不時夾雜著人們



掉落的薯片或雜物被車輪輾過時所發出的電光。所有這一切使一個深思的靈魂想到萬民四末，尤其是煉獄和地獄。

火車行駛時的節奏中有一種特有的寧靜，使城市的居民進入大大的獨處境界。念珠在手中流動時，我很自然地浸沉在玫瑰經的奧蹟之中。我們方濟各會會士的會衣腰間，掛著一串極簡樸的木質玫瑰念珠，因此，我毋須煩惱是否要把念珠藏在口袋裡。

如果我太累或分心，不能全副精神集中在奧蹟上，我便轉向聖母，求她為我轉禱，為別人及許多教友心中所藏的意向祈禱。假若我用盡了這些方法仍不能專心，我只要把目光投在車廂內各式各樣的乘客身上，我不必多費氣力，便可以看出他們大多是身負重擔的，有些人甚至被生活壓得透不過氣來，有些人簡直是走投無路。這時，我任由溫柔美麗而撫慰人心的天主經、聖母經流移到他們每個人身上。正如一位猶太籍的老太太，在聖灰瞻禮日領聖灰時說的：「一點都無妨，而且還是免費的呢！」

重複地誦念經文也可以是靈魂療傷的靈藥。在艱困的時刻，玫瑰經可以是個救生圈。我們最近得知，德蕾莎修女幾十年來一直在神修黑夜中，下面是她寫給神師的信中的一段話，也是我們在無能為力的情況下，只能極力撐下去時要謹

記的話：

那天我無法形容我覺得多麼悽苦——有一段時間我幾乎到了要拒絕接受痛苦的地步——我特意拿起念珠，很慢很慢地，毫不默想或思想——慢慢地、平靜地念著——那一刻過去了——可是那黑夜是那樣的黑暗，那痛苦又是那樣的痛切——但我接受了祂給我的一切，也給了祂祂所要的一切¹。

由此可見，連德蕾莎修女也認為，玫瑰經不單是一種敬禮，而且是靈魂內在黑夜風暴中的避風港。

儘管念珠在許多世紀前已經存在，但天主教的念珠，或玫瑰念珠，一直到中世紀才出現，可能是由於十字軍東征，看到東方人用念珠的影響。十五世紀時，道明會會士真福阿蘭（Blessed Alain de la Roche）推行以玫瑰經敬禮聖母。不久，方濟各會的七端玫瑰經也開始流行，它包含賢士的敬禮和基督復活後給聖母顯現的事蹟。不過，道明會十五端奧蹟

¹ 錄自德蕾莎修女一九六三年二月十三日致耶穌會會士 Father Lawrence T. Picachy 的信。

仍是教會中最流行的玫瑰經默想材料。

誦念玫瑰經使我們暫時脫離嘈吵煩惱的生活，甚至是脫離地底火車的煩囂。今日忙碌的生活充滿了使人分心、煩擾、氣餒沮喪的事。玫瑰經可以是紓解困惑的美妙祈禱方法，又是接觸天主臨在、聖母和一切聖人的簡易途徑，更是使我們深入了解基督福音的技巧。我以為今日的基督徒，首要之務便是內心要充滿基督福音中的話語，並且深深地受他感動。玫瑰經的奧蹟帶領我們藉著福音而進入永生的奧祕，這已在《默示錄》中隱約而有力地描繪出來。

為了幫助大家了解和欣賞玫瑰經，我選取了希望作主題。聖保祿在《羅馬書》中告訴我們，我們是因著希望而得救恩（羅八 24），而希望使我們忍耐。事實上，每個歷經一生艱苦奮鬥、期盼永生到來的基督徒，其生活的動力與指引必須來自於心中對吾主耶穌基督的盼望。而人們往往只在生活境況看來似乎無望時，才想到望德。然後，我們明白，基督信仰中的希望遠超越一切人性的希望。在以下的默想中，我們敘述基督的奧蹟和我們得救的希望之關係。

基督的奧蹟

「奧蹟」是個十分美麗而重要的詞彙，與玫瑰經每一端

都有關連，可惜在今日這世代中已失去了它大部分的意義。奧蹟（mystery）一字源於希臘文，意思是：「緊閉一己的眼目和唇舌」。因此，奧蹟是個現實，即使當我們的唇舌和眼目緊閉了——也就是當我們看不見或不明白它之時——它依舊存在。

由於現代主義及懷疑論的影響，神祕經驗在我們的文化中、甚至在教會中，已失去了不少價值。敬禮天主的奧祕而心生喜樂，這幾乎成了令人尷尬的事。新的《天主教教理》最積極的貢獻之一，就是把奧蹟的理念重新引入天主教思維之中。十九世紀後期最具影響力的神學家謝奔（Matthias Scheeben），提醒我們基督信仰中奧蹟的重要。

基督宗教越是偉大、越超卓、越神聖，它的題材一定越無窮無盡、越神祕而深不可測。若基督宗教的教導堪配天主獨一的聖子從聖父懷中降下人世，把這教導傳給我們，難道除了深藏於天主內最深沉的奧蹟之啓示以外，我們還要希冀別的事情嗎？除了有關不可見的、更高超的世界，除了任何涉及神聖的天上之事，那「眼所未見，耳所未聞，人心所未能想到」



（格前二 9）的事物以外，我們還要希冀什麼別的啓示呢？如果天主派遣了祂自己的聖神教導我們一切真理，那洞察一切、連天主的深奧事理也洞悉的真理之神（若十六 13；格前二 10），祂難道不會顯示一些新的、偉大而奇妙的事物？難道祂不會教我們一些高超的祕密……

我甚至可以進一步說：如果基督信仰不包含著奧祕，那麼它的真理不會打動我們，不會吸引我們、鼓舞我們，而我們也不會以最大的愛和喜樂去擁抱它。那使人迴避基督的奧蹟有如迴避洪水猛獸的，不是自然的聲音，不是心靈的脈動，也不是對光明和真理的渴求，而是自負驕矜和傲慢。當心靈渴求真理，當真理的知識是最純潔怡悅、最高度的喜樂時，超越的、輝煌的、不可理解的都生出特別的吸引力²。

即使在近代科學化的世界中，最偉大的科學家往往懷著強烈的神祕之感，最明顯的莫如愛因斯坦（Albert Einstein），

² 採自謝奔（Matthias Joseph Scheeben），*The Mysteries of Christianity*。

他一直喜歡和天主教教士談論聖體聖事的奧蹟。下面是他談及這奧蹟時特出的話：

我們經驗到最美妙的事是神祕不可測的，它是真正藝術及科學搖籃的基本情愫……那我們不能深探的某種東西存在的知識，那最宏深的原理以及那閃耀的美，只在最基本的形式下，為我們所理解——而就是這種知識和情愫構成了真正的宗教態度。

固然，天主教信仰是充滿奧祕的，有些奧蹟和基督的一生、童貞產子以及復活有關；而其他奧蹟則和另外一些事情有關，它們是基督留給我們的，好使我們在得救之途中得到幫助，尤其是聖事（這在東方教會被視為奧祕）。基督信仰真的是個奧祕的宗教，一個人必須對奧祕的臨在有一種喜樂和尊敬。倘若沒有奧蹟，教會將變得枯燥乏味，甚至令人反感。近年來，對聖事輕慢是由於失去了奧祕之感。我們常常談到聖體聖事的奧蹟；其實每一件聖事都是個奧蹟，不過它們中沒有一個比相信基督臨現在聖體聖事的奧蹟更為神祕。



二十一世紀的玫瑰經

我們生活在大多數人失去了奧祕之感的時代，而另一方面，即使在這科學時代，仍有不少人懷著一種簡樸的神祕感（例如從非洲及拉丁美洲遷到美國的移民）。因此，在今天重新肯定基督的奧蹟是十分重要的。不幸的是，宗教教育中的理性主義及懷疑主義，減弱了天主教有關基督及其奧蹟的真正教導，而這正是我們信仰的核心與基礎。在本書有關希望的默想中，我們要回到基督奧蹟的中心，要審視它難以細察之處。我們要極力探究那些深不可測的事物，而我們將懷著敬畏與讚嘆之情下跪，透過天主奧祕的神聖啟示，去認識及欣賞我們可明白的一小部分。

過去，非天主教人士常詰問天主教徒對玫瑰經的敬禮，為此我頗覺困擾。他們不認識玫瑰經的奧蹟，也不知道教會鼓勵我們盡心默想它們。當他們問及玫瑰經時，我聽到聖保祿的話在我心中深處響起：「啊！天主的富饒、上智和知識，是多麼高深！祂的決斷是多麼不可測量！祂的道路是多麼不可探察！有誰曾知道上主的心意？或者有誰曾當過祂的顧問？」（羅十一 33~34）

奧蹟之旅

在接下來的章節中，我們將一一探討這些奧蹟，時時聚焦在基督包羅萬象的奧蹟上。如果你準備去誦念及默想四組奧蹟中的一組，本書將有助於你的閱讀和默想。我希望這些分享能帶領你進入你自己更宏富的默想中。



第二章 如何開始誦念玫瑰經

我們開始念玫瑰經時，很重要的一點是理解到教會給了我們一篇導言（參見〈附錄〉），它是信德的宣示，用以表明玫瑰經不只是一般虔誠的形式，或像一些宗教那樣，單單是反省和收斂心神的事體。儘管玫瑰經確實涵蓋了儀式與收斂心神的面向，但它絕不僅止於此。

信經是進入信仰花園或信仰之地的入口；我們在進入這花園時懷著一項宣示，絕對相信天主聖父、耶穌基督和天主聖神，以及耶穌在信仰上給我們的一切。因此，認真地、虔誠地誦念信經是玫瑰經極重要的一部分。接著就是念天主經和三遍聖母經。

人們往往給這些經文加上一些意向——求信、望、愛三德，或為神父們的福利及教宗的意向祈禱。

不管我們念這些經文時加上什麼意向，毫無疑問，我們要靜靜地默想和反省，從生活的繁囂中退出，重新整頓肉體和精神，甚至在公車或地鐵中誦念玫瑰經時也應該這樣做。

光榮頌，或「願光榮歸於父……」

玫瑰經的奧蹟不時穿插讚美天主聖三的話語，我們稱為光榮頌或聖三光榮頌。這種誦念方式和念日課中的光榮頌一樣，在誦念每首聖詠和頌歌之後讚美天主聖三。這種簡單而提升心神的經文清楚地提醒我們，我們是在天主的臨在之中，不是抽象地，而是實實在在地在天主三位一體的臨在之中。聆聽著耶穌在世使命終結時所說的有關聖洗的話，我們彷彿來到了神聖之愛的永恆奧祕前，置身於三位一體永恆親愛的聯繫之中。如此一來，我們有限心智的默想和祈禱，將提升到遠達諸天，而我們會聽到：「你們要停手（靜下來），應知道我是天主」（詠四六11）。

選取奧蹟

玫瑰經有四組奧蹟任由我們選擇，就看當天適合默想哪一個奧蹟。傳統上，奧蹟的安排如下：星期一、星期四念歡喜奧蹟；星期二、星期五念痛苦奧蹟；星期三、星期六及主日念榮福奧蹟¹。對那些喜歡把光明五端列入的人，教宗若

¹ 傳統上，聖誕期的主日念歡喜五端；四旬期的主日則念痛苦五端。固然，重點在於祈禱而不在一定的程序。

望保祿二世提議主日念榮福奧蹟，星期一念歡喜奧蹟，星期二念痛苦奧蹟，星期三念榮福奧蹟，光明奧蹟則在星期四念，而星期五念痛苦奧蹟，星期六念歡喜奧蹟²。

值得注意的是，當教宗透過國際電視網誦念玫瑰經時，往往把四組奧蹟混在一起，因此在念五端奧蹟的過程中，他會包含了歡喜、光明、痛苦、榮福各端奧蹟。若你是和別人一起念，最好的方法還是依照一般傳統的程序；若你是自己念，你當然可以改變傳統的編排，以配合自己的需要。

內在的感動

念玫瑰經時最重要的是內在的感動，進入收斂心神的狀況，收斂心神就是從周遭的動態抽離出來。不少人把念玫瑰經當作念咒。那是古老的方法，不斷重複一個字或一個詞，一口氣念出一個字或詞，例如聖母經上半部用兩口氣念，下半部也用兩口氣念；然後，天主經和光榮頌也是這樣。這方法使玫瑰經念起來有一種韻律，同時也紓解我們的心神去默想奧蹟。

有些人卻喜歡把每一首經文作為個人對聖母或天父的表

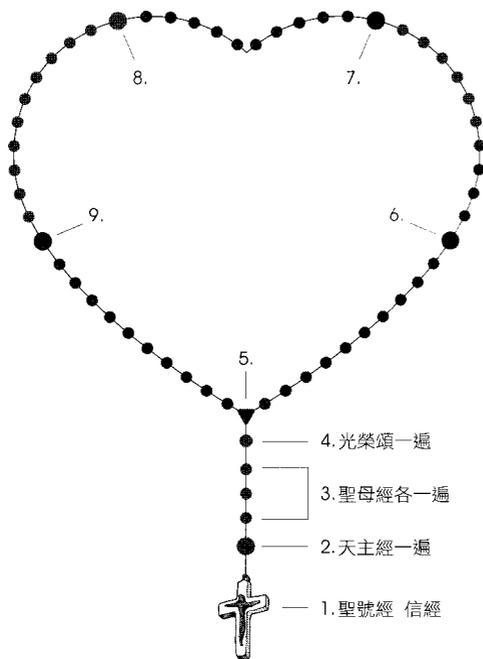
² 參閱〈附錄——童貞瑪利亞玫瑰經〉，*Rosarium Virginis Mariae*. no.38。

示。這種方法在年輕人中尤為普遍，也許是因為要用心神去默想每一端奧蹟對年輕人比較吃力。若你習慣第一種方法，你也許會覺得第二種方法有點單調。

當我們設想聖母聽到人們每天向她誦念千百億首聖母經時，我們也許會懷疑和驚訝，那怎麼會是永恆的幸福？你會覺得，似乎第一種方法念玫瑰經，專注於奧蹟的默想比較合邏輯；但我認為，每個人應採用對自己最有幫助的方法。這意味著至聖童貞聖母不是在聆聽那數不盡的言詞，而是對向她祈求的人傾注無限的關顧。英國神修作家齊普曼（Dom John Chapman）說，我們應該以我們能力可及的方法去祈禱，而不是用能力不可及的方法去祈禱。

念玫瑰經的方法

您可以選擇四組奧蹟（歡喜、光明、痛苦、榮福）中的任何一組，依圖示順序，以念玫瑰經來祈禱。每組奧蹟包含五段聖經故事，每段故事稱為一「端」。每一端以宣示奧蹟為開始，輔以描繪該端奧蹟的圖畫，以助人收斂心神，專注於基督生命中的事蹟上。接著聆聽聖言，進入默想，並在此默想中誦念天主經（大珠）、聖母經（小珠）、光榮頌（加念於第十顆小珠），最後以短禱作為結束。



1. 聖號經 信經
2. 天主經一遍
3. 聖母經各一遍
4. 光榮頌一遍
5. 默想第一端
天主經一遍
聖母經十遍
光榮頌一遍
6. 默想第二端
天主經一遍
聖母經十遍
光榮頌一遍
7. 默想第三端
天主經一遍
聖母經十遍
光榮頌一遍
8. 默想第四端
天主經一遍
聖母經十遍
光榮頌一遍
9. 默想第五端
天主經一遍
聖母經十遍
光榮頌一遍

◎聖號經

因父，及子及聖神之名。阿們。

◎信經

我信全能的天主父，天地萬物的創造者。我信父的唯一子，我們的主耶穌基督；他因聖神降孕，由童貞瑪利亞誕生；他在比拉多執政時蒙難，被釘在十字架上，死而安葬；他下降陰府，第三日從死者中復活；他升了天，坐在全能天主父的右邊；他要從天降來，審判生者死者。我信聖神。我信聖而公教會，諸聖的相通。罪過的赦免。肉身的復活。永恆的生命。阿們。

◎天主經

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨，願祢的旨意奉行在人間，如同在天上。求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑；但救我們免於凶惡。阿們。

◎聖母經

萬福瑪利亞，妳充滿聖寵！主與妳同在。妳在婦女中受讚頌，妳的親子耶穌同受讚頌。天主聖母瑪利亞，求妳現在和我們臨終時，為我們罪人祈求天主。阿們。

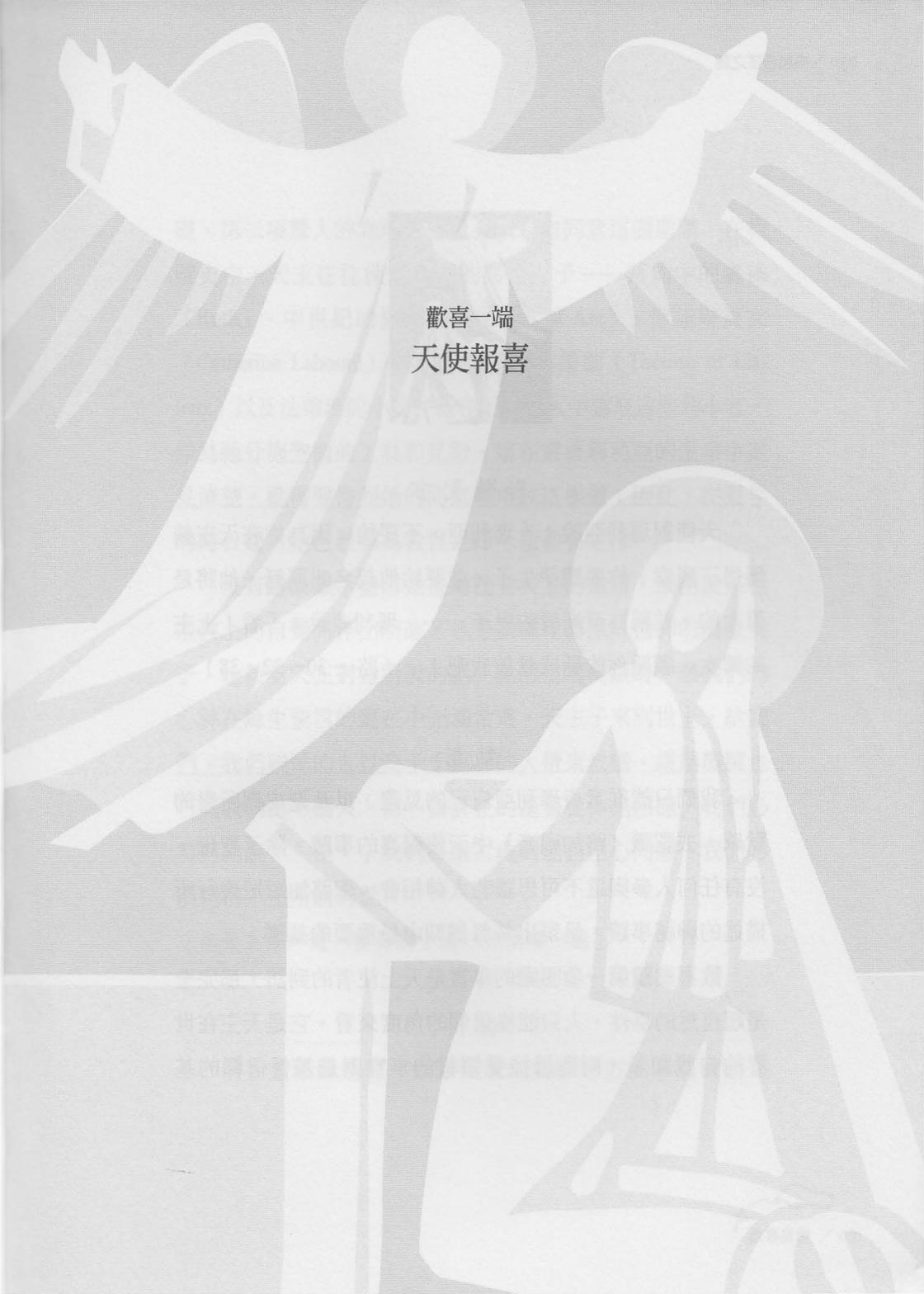
◎光榮頌

願光榮歸於父，及子及聖神，起初如何，今日亦然，直到永遠。阿們。

第三章 歡喜奧蹟



今日，世人對天主降生成人、為人贖罪的意識日漸淡化；值此之際，歡喜奧蹟對我們天主教徒極為重要。我們加深自己對救贖奧蹟的理解與感恩，而救贖是以基督降生成人為起點。公元四三一年，厄弗所大公會議（Council of Ephesus）論定：在一個特定時刻，和天主聖父同等的聖言，離開父懷，取了真正的人身、真正的人性，來到光榮的童貞瑪利亞胎中。這個聲明是任何明智的基督徒得以領會降生救贖的要訣：天主與我們同在；祂是我們塵世中的一員，和我們一樣有血有肉。這是具有最偉大意義的奧蹟。在今日這個以理性去研究聖經的世代，我們應該時刻提及天主降生成人的真理，並且不斷加以肯定。



歡喜一端
天使報喜



聆聽聖言

天使對瑪利亞說：「瑪利亞，不要怕，因為妳在天主前獲得了寵幸，妳要懷孕生子，並要給他起名叫耶穌，他將是偉大的，並稱為至高者的兒子……」瑪利亞說：「看！上主的婢女，願照你的話成就於我吧！」（路一 30~32，38）

默想

我們只能從童貞瑪利亞自己的見證，以及聖史們所得的默感，去認識《路加福音》中天使報喜的事蹟。除了聖母，沒有任何人參與這不可思議的人神相會。聖路加短短幾行所描述的神祕事蹟，呈現出基督信仰中最重要的基礎。

歡喜奧蹟第一項明顯的事實是天上使者的到訪，那完全是超自然的事件，人只能從信仰的角度來看。它是天主在世界的自我顯示，而聖母接受領報的事實則是基督信仰的基

礎。第二項驚人的真理是聖母必須親自同意這個邀請。在救贖史中，天主往往揀選年輕的農家女子——舊約中的盧德（Ruth）、中世紀的聖女貞德（Joan of Arc）、聖佳琳貞女（Catherine Labouré）、近代的聖女小德蘭（Thérèse of Lisieux）以及法蒂瑪的小孩。祂在千百萬人中選取這些幼小者，作為祂分施聖寵的工具和見證，這在童貞瑪利亞的生命中更見清楚。祂需要得到她的同意才可以這樣做；因此，從最早的時日起，她已被稱為救世之母，聖教會之母。

沒有跡象顯示聖母是被迫接受天主的邀請，或由於某種宗教上的自覺而作出回應。她是個謙卑而深具信仰的農家女子，她接受天主對她所說的話。默想這端奧蹟時，讓我們的心神在降生聖言的臨在中充滿希望，天主子來到世上，給我們、我們親愛的人以及千千萬萬的人帶來救贖。這端奧蹟也召叫我們每一個人、每一個真正的基督徒作出回應。我們必須對祂說：「是。」我們必須對祂的邀請全心同意，我們必須相信上主所說的話。

〔念天主經一遍、聖母經十遍、光榮頌一遍〕

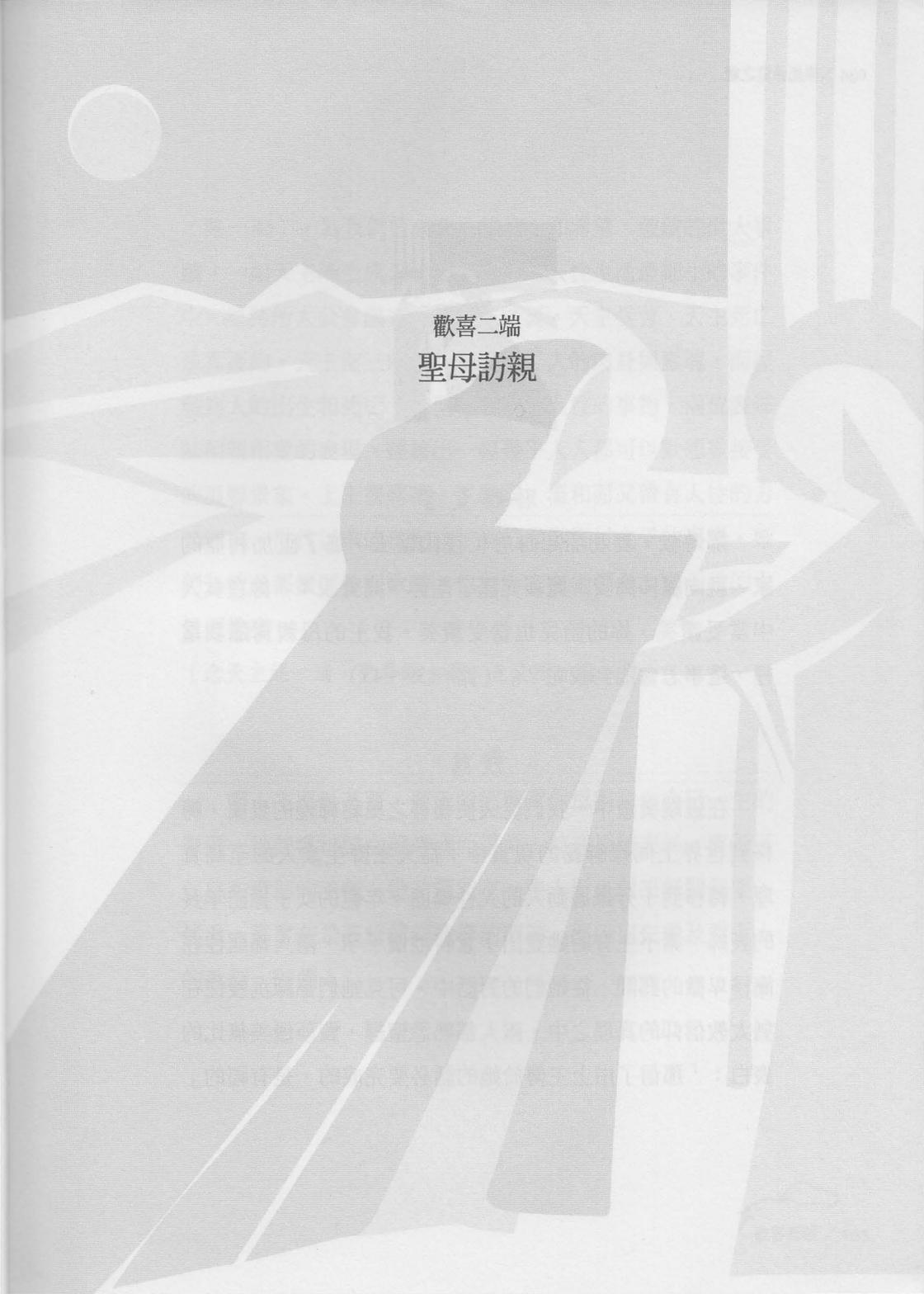
祈禱

啊！主耶穌基督，你慷慨地以奧妙的方式來到我們之



中，你的降臨完全超越人類心智的理解範圍，因為你是天主；可是你也完全是我們可以明白的，因為你降生成了嬰孩。你天上地下的奧祕結合在這小嬰孩身上。啊！天主，請賜我們聖寵，使我們在祢面前跪下朝拜，頌讚祢神聖的降生人間。阿們！

歡喜二端 聖母訪親





聆聽聖言

那時候，瑪利亞起身急忙往山區去，進了匝加利亞的家，就向麗莎問安。麗莎充滿了聖神，高聲說：「妳在女人中當受讚美，妳的胎兒也當受讚美。我主的母親駕臨我這裡，這事怎會臨到我呢？」（路一 39~43）

默想

在這端奧蹟中，我們從天使報喜之奧祕輝煌的景象，轉移到世界上同樣神祕的現實中；從天主降生成人的至高真理，轉移到十分謙遜動人的人性場面。年輕的女子探訪年長的表姊，素不生育的她竟出乎意料地懷了孕。兩人都居住在簡樸卑微的鄉間。從她們的對話中，可見她們都深沉浸注在猶太教信仰的真理之中。兩人都熟悉聖經，麗莎優美無比的表白：「那信了由上主傳於她的話必要完成的，是有福的」

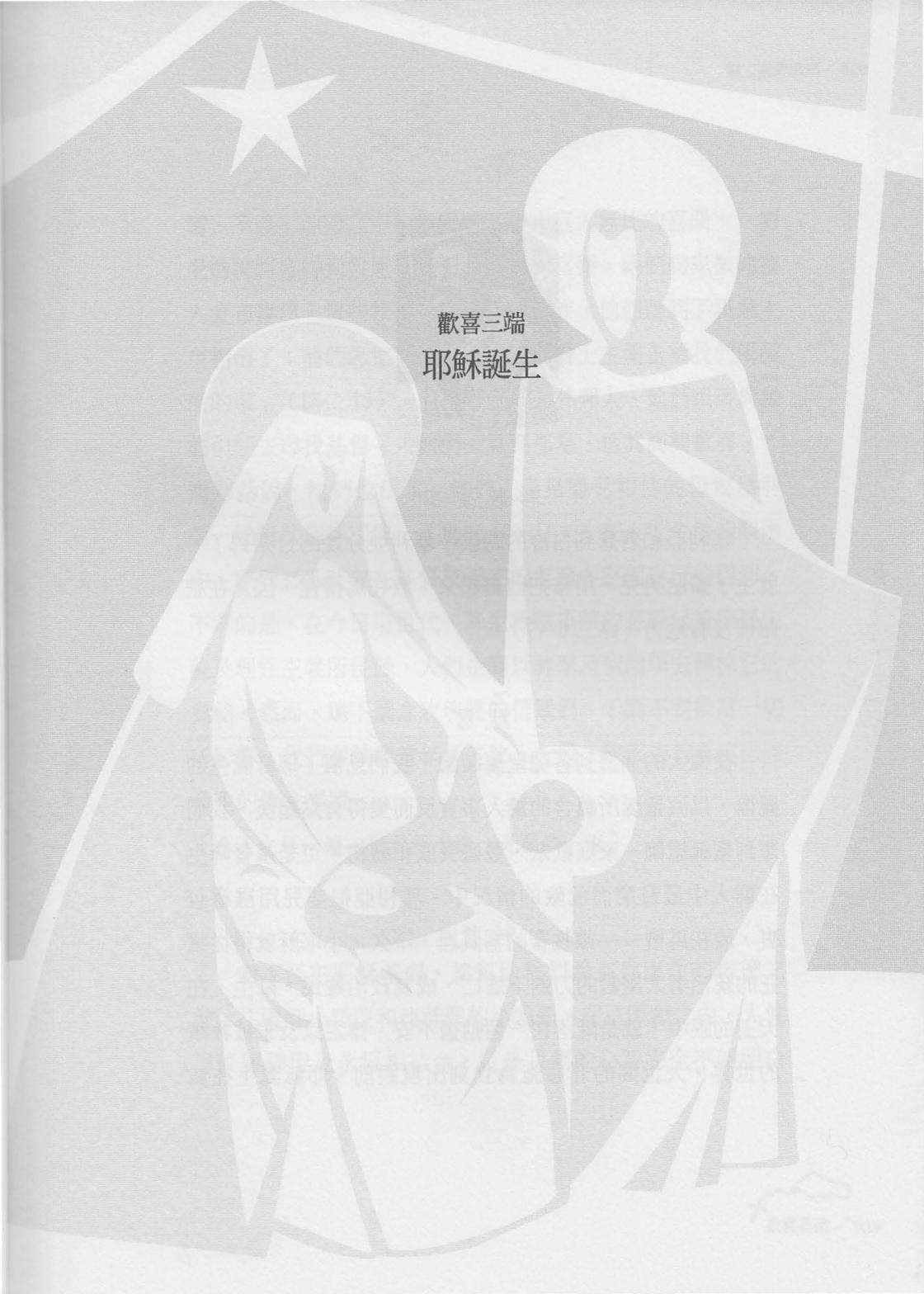
（路一 45），為我們帶來莫大的信心和希望。救贖的偉大事蹟，一如天主降生成人，如今進入了人性生活最細小的事件中。厄弗所大公會議宣報，天主降誕、天主受苦、天主死亡是真實的。天主聖三的第二位因取了人的肉身與靈魂，而經驗到人的出生和死亡。祂聖化了一切人性的事物。兩位表姊妹相親相愛的表現，描繪出一幅幾乎人人都可以默想並接受的溫馨景象。上主要到來，以謙遜、溫和而又帶有人性的方式到來。世代以來的奧祕成了兩位卑微鄉村女子的喜樂，她們為彼此都懷了孕而歡樂，也為天主在她們身上顯示祂的力量而歡樂：

〔念天主經一遍、聖母經十遍、光榮頌一遍〕

祈禱

啊！主耶穌基督，請教我們學習你母親和你自己一生的謙遜。她如鄉村婦女般謙遜而溫柔，前往探訪表姊，實行了仁慈和愛德的工作。她的探訪在一些人看來似乎無關緊要，然而，那實在是基督信仰教導的開端，傳達出仁愛及愛近人的教訓。阿們！





歡喜三端
耶穌誕生



聆聽聖言

瑪利亞和若瑟到白冷的時候，瑪利亞分娩的日期到了，就生了頭胎男兒，用布把他裹起來，放在馬槽裡，因為在旅館裡沒有地方（路二 6~7）。

默想

從偉大的油畫到各種聖誕裝飾，我們見慣了耶穌誕生的圖像，以致聖誕所蘊含的驚人事實反而變得有點黯淡。我們想到聖誕燈飾、家庭歡聚、豐盛餐飲和禮物，可是基督降生在窮人中最貧窮而危險的情況中。瑪利亞把嬰兒用襁褓包裹，放在馬槽——餵牲畜的器具裡。不久，小耶穌就得從瘋狂的統治者大屠殺的刀劍下逃亡，成為政治難民。降生，在天主的眼中，就是降落在一個動盪不安、悖逆以及未被救贖的世界，人世間的邪惡施為立刻出現眼前。耶穌誕生在貧

窮、不義、危險之中，但同時又帶來巨大無比的喜樂，一切受造物將要得到救恩。諸天神聖一同喜樂，祂們向卑微的牧人宣布喜訊，這些牧人代表以色列家族。他們聽到了訊息，也相信了；他們急忙「往白冷去，看看上主報告給我們所發生的事」（路二 15）。三位賢士代表外邦人，他們跟著異星的引領去尋找基督，「他們一見到那星，極其高興歡喜」，換句話說，他們也信了；他們「看見嬰兒和他的母親瑪利亞，遂俯伏朝拜了他」（瑪二 10~11）。在人世生活的艱困中，我們必須時刻在基督及天主的奧蹟中堅固自己的信仰。不幸的是，在今日這世代，降生救贖奧蹟的意識已被懷疑主義及理性主義所侵蝕，人們企圖以神學及聖經學去釋掉它的奧祕。然而，跪下誦念玫瑰經的信眾們，千萬不要被這一切所影響，我們應該像當年那些牧人一般，放眼去看看這已經發生的偉大事蹟。

〔念天主經一遍、聖母經十遍、光榮頌一遍〕

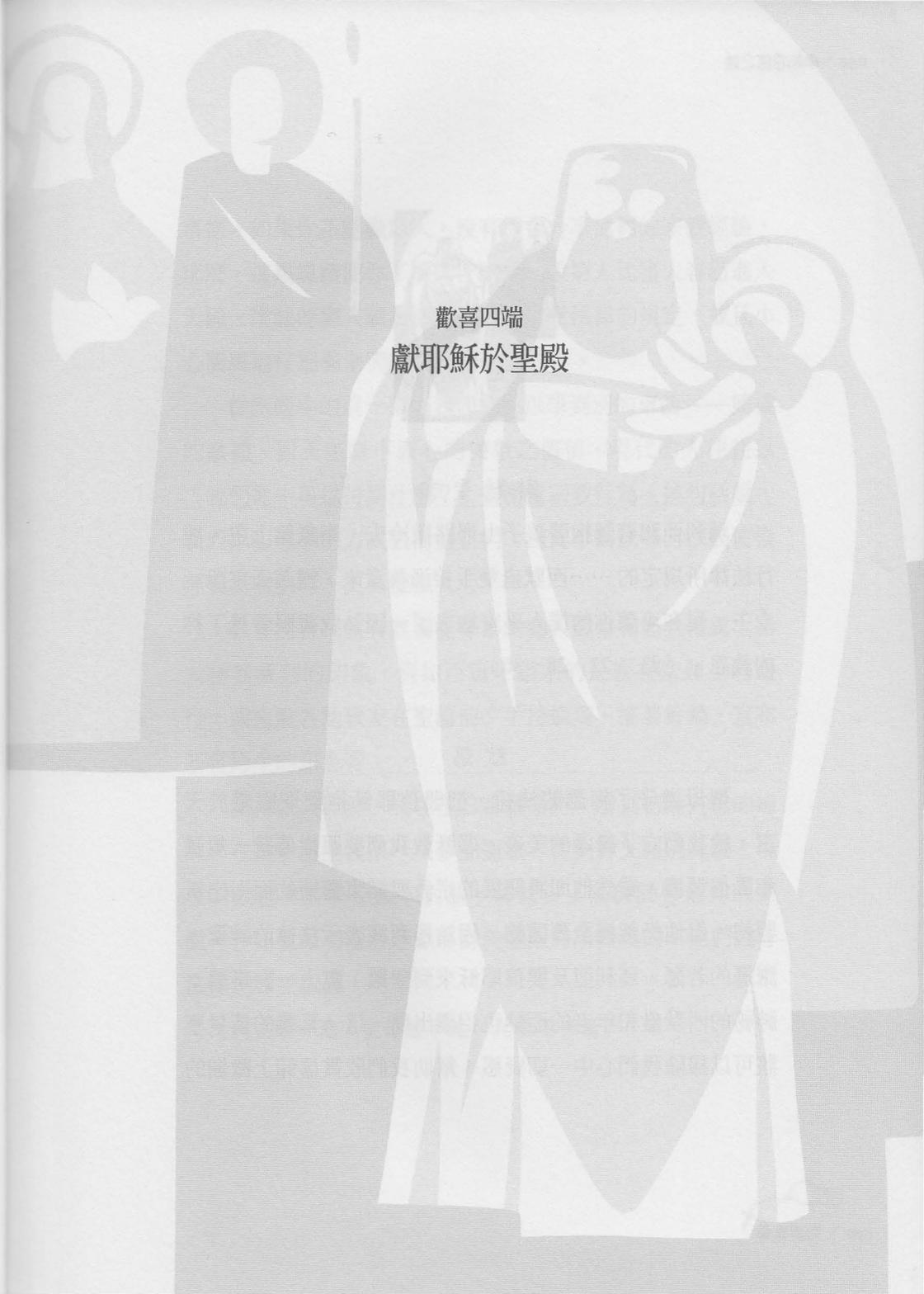
祈禱

啊！吾主耶穌基督，請幫助我們跪在你誕生的馬槽之前，注視著小嬰孩和他神聖的小頭顱。在這頭顱之內，人性思維與神聖及永恆相結合，這是我們的心智完全不能明白



的。主耶穌，你是神祕、不可思議而深不可測的，你又是滿有慈悲、關懷、憐憫的。啊！主耶穌基督！在你聖愛的奧祕中，請幫助我們跪伏在牛羊環繞的馬槽前，朝拜你裹在襁褓中的細小身軀。阿們！

歡喜四端
獻耶穌於聖殿





聆聽聖言

瑪利亞和若瑟抱著孩子上耶路撒冷去，奉獻給上主，履行法律所規定的……西默盎雙手接過孩童來，讚美天主說：「主，現在可讓祢的僕人平安地去了，因為我親眼看見了祢的救恩」（路二 22，28~30）。

默想

聖母遵守了梅瑟的法律，把嬰孩耶穌抱到聖殿獻於天主，給我們立了謙遜的美表。耶穌教我們要服從傳統、規誡和風俗習慣，雖然他即將開展的宗教要結束舊盟約而引出新盟約，但他仍然滿全舊盟約，因為那到底表示法律的神聖。謙遜的若瑟、瑪利亞及嬰孩耶穌來到聖殿，獻上一對斑鳩；神祕的西默盎和年老的亞納也相繼出現，這一幕幕的情景應該可以掃除我們心中一切疑惑，幫助我們欣賞信仰上微細的

事物。如果你不認識窮人，沒有機會分享他們的宗教經驗，那麼，這端奧蹟使你了解為什麼耶穌說窮人比富人容易進入天國。虔誠的窮人願意謙遜地欣然接受法律的規定，並且小心翼翼地仔細滿全天主期望於他們的事。

從聖殿中的這一幕，我們還可以學到別的東西——簡樸的敬禮、對天主謙下衷心的虔敬之價值。現代的人往往以「我們從中可以得到什麼？」去衡量宗教行為。換句話說，我們以心理學的方式去衡量它們，因此不斷找尋方法去使崇拜更具吸引力、更為提振人心。

教會內各民族有其備受尊崇的動人風俗和悠久傳統，給人極其深刻的印象。例如西班牙語系的民族在聖週上的遊行，或東歐各地教友在聖誕前夕手持蠟燭，搖著鈴鐺，宣布基督降生的訊息等。

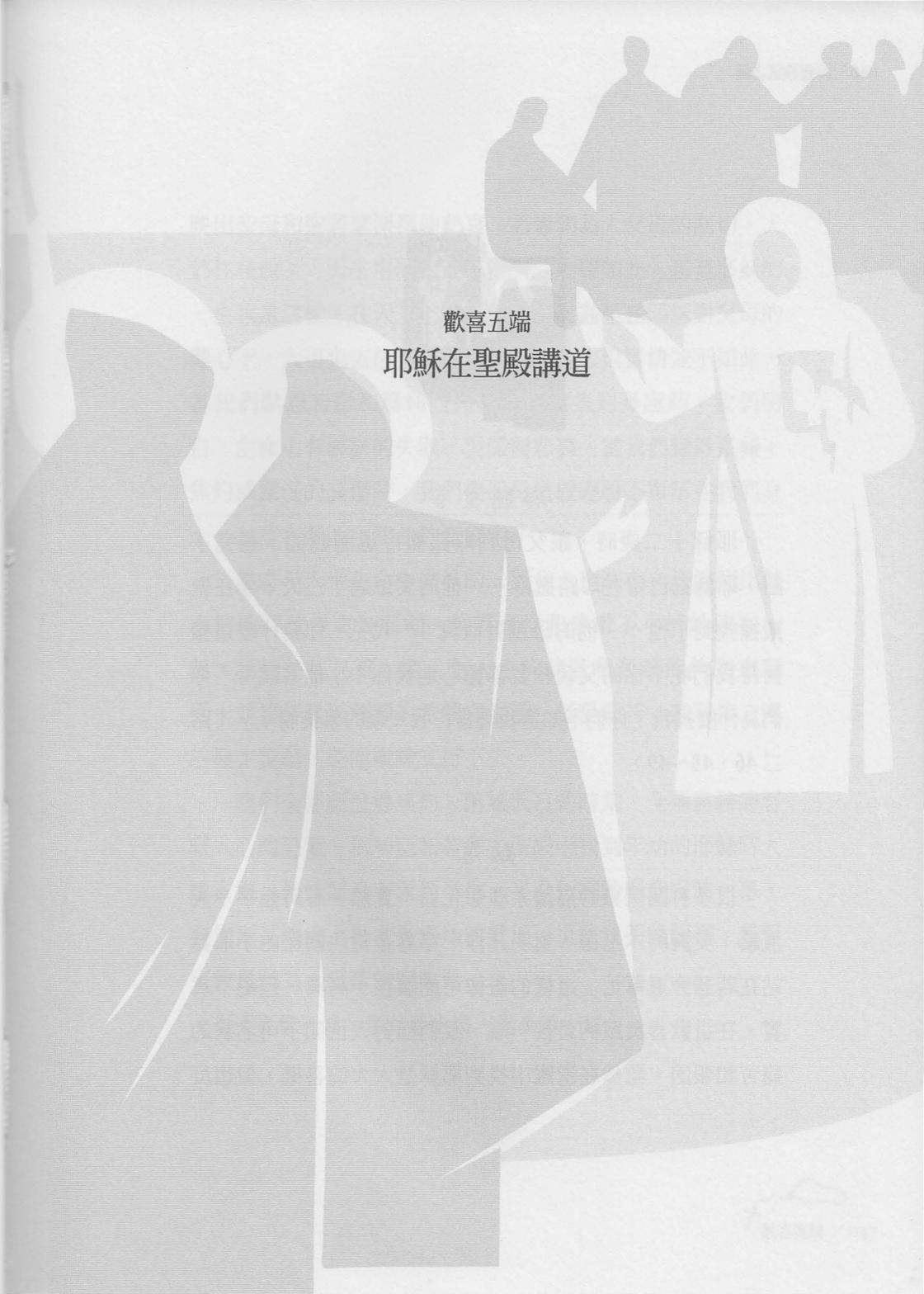
記得很久以前，我在主日當輔祭時，看到初為人母的婦女，在孩子出生後第一次參加彌撒，得到神父特別降福。現在的教會有許多交談和討論，卻減少了那份簡樸信仰的美麗，一如聖母和聖若瑟獻耶穌於聖殿時所表現的。他們遵守法律，領受祝福。

〔念天主經一遍、聖母經十遍、光榮頌一遍〕



祈禱

啊！吾主耶穌基督，在這端奧蹟中，你提醒我們聖若瑟和聖瑪利亞的謙遜，以及擁有神聖位格的你，卻以窮人的身分來到聖殿，其中展現出何等謙遜。請賜我們謙遜的恩寵，使我們能謙心善盡教友的本分，不要藉理性及虛假的世故去逃避。阿們！

A stylized, high-contrast illustration in shades of gray and white. In the foreground, a large, dark silhouette of a man with a halo, representing Jesus, is shown from the side, gesturing with his right hand. Behind him, another dark silhouette of a man is visible. To the right, a figure in a white robe with a halo, possibly a scribe or another teacher, stands holding a book. In the background, several other figures are depicted in various poses, some sitting and some standing, suggesting a group of people in a teaching or discussion setting. The overall style is minimalist and graphic.

歡喜五端
耶穌在聖殿講道



聆聽聖言

耶穌十二歲時，跟父母到耶路撒冷過逾越節。過完了節，耶穌獨自留在耶路撒冷……他的父母過了三天，才在聖殿裡找到了他……他的母親對他說：「我兒，你為什麼這樣對待我們呢？你的父親和我都擔心地找你！」他答說：「你們為什麼找我？你們不知道我應當作我父親的事業嗎？」（路二 46，48～49）

默想

很多有關聖家的描繪太理想化而不實際，有時幾乎令人反感：美麗的木工房，窗明几淨，穿著金黃色圍裙的小耶穌站在若瑟旁邊幫忙。這樣的畫像可能讓孩子高興，但絕不真實。在這歡喜奧蹟的最後一端，我們面對人世間不可名狀的痛苦和艱困。雖然在聖殿中找到耶穌是大大的喜樂，但也反

映出聖母和聖若瑟深深的悲哀、恐懼和為人父母的關切。人們往往說：「天主用曲線畫直線。」的確如此，甚至耶穌的一生也是這樣。在天主上智的安排下，甚至在耶穌對父母的關心下，大可免去他父母這痛苦的處境，但實情並不如此。當我們默想若瑟和瑪利亞找尋愛子的焦灼憂慮時，我們明白，生命中有神祕的失敗、災難與悲哀。當我們覺得孤獨、焦灼或深沉的哀傷時，我們要記得這般經驗不單落在我們身上，也落在默西亞和他的聖家中。

焦慮是人世生命中常見的一部分，也許在今日這個比較富裕的時代中更為普遍。物質享受和焦慮不可解地連在一起。我們往往見到，窮人對人生的痛苦和恐懼能夠逆來順受，並懷著難以解釋的希望去生活、抵受痛苦，甚至接二連三發生災禍，仍能繼續支持下去。

我們全都經歷過焦灼、暗無天日的時刻，全都體驗過吞噬人心的恐懼。瑪利亞和若瑟在聖殿中找到年幼的耶穌時大感安慰，但她還沒有活到半世，又重新經驗到聖殿的一幕，在加爾瓦略山上再度失去她的愛子。這使我們體認到，基督宗教是神為人受苦的宗教。

〔念天主經一遍、聖母經十遍、光榮頌一遍〕



祈禱

啊！吾主耶穌基督，你的一生、你的降臨於世都充滿人世的焦慮和考驗。我們身為你的追隨者，為什麼要期望比別人少受考驗？不，我們應該期望考驗到來，盡力克服它，以從容的態度接受它，因為我們相信你。阿們！

希望和喜樂

歡喜奧蹟快要完結時，我們心中湧現無限的希望——救世主的希望、神聖的收養、得救的盼望。歡喜奧蹟也呈現出深刻的人生事件：瑪利亞探望表姊、獻耶穌於聖殿、在聖殿找到耶穌。一切人生的重擔——貧窮、被誤解、人性的限制——都在默西亞一生中顯示出來。他是天主聖子，他不是超人。聖經是真理之路，不是一連串寶利亞納（Pollyanna）的故事，也不是一套神話。這些真實的事件，發生在真實的人的生命中，而我們從此事實中得到最大的希望：這些真實人物中之一是真正的天主之子，有著神聖的位格。天神給我們報告了大喜訊：天主與我們同在。而這訊息必須深入每一個人的生活之中。在我們的困難和悲哀之中，在無可避免的衰老、病痛的情況之中，我們要充滿希望，因為天主之子也在我們之前走過人生艱困之路，他的母親會帶領我們。

第四章 光明奧蹟



當教宗若望保祿二世提出五端光明奧蹟，以默想吾主耶穌基督的公開生活時，不單令整個天主教世界大感意外，甚至引起世俗媒體極大的興趣，因為玫瑰經是天主教生活上十分顯著的一部分。固然，不幸的是它並不如以往那般明顯。

玫瑰經最初構成時，旨在以一百五十遍聖母經，去代表聖經中一百五十首聖詠。甚至在教會最初的一千年間，一串念珠是一百五十粒珠子，被稱為「天主經念珠」（Pater Noster beads），用以念出一百五十遍天主經，以代替一百五十首聖詠。到了第九世紀，念珠是給不讀經的在俗修士和修女團體用的。到了第十一世紀，這些念珠在平信徒中也廣為流行。之後，天主經改為聖母經，因為當時已有〈聖母小日課〉，而上文提到的團體就以念玫瑰經來取代此日課。至於那些不

會念以聖詠為基礎的日課經文的人，至少可以念玫瑰經。藉著將耶穌公開生活的奧祕納入玫瑰經內，教宗若望保祿二世引起我們去注意基督的全部奧蹟，而這正是未來的基督化生活賴以建立的基石。新的奧蹟特別和聖事有關，這在其他奧蹟中並未明確提及。這新的五端包括基督受洗、加納婚宴、宣講天國福音、大博爾山顯聖容、建立聖體聖事等，都是吾主耶穌基督公開生活中的重要事件。每一事件都傳遞出不少訊息和真理，我們若加以默觀，便能更深地明白我們的救主在短短三年公開生活中，為救贖人類所作的一切。

我們中不少人深信，在這混亂的世代中，聖教會極度需要改革，需要回復對福音的默想，那是基督信仰的基礎。甚至新約中其他經書都可視為福音的註釋。就如梅瑟五書是猶太教的寶典，福音則是基督徒的寶典了。如果你想參與當代教會極需要的改革運動，那麼，我以為沒有比默想玫瑰經——特別是光明奧蹟中基督一生的事蹟——更好的方法了。



聆聽聖言

那時候，耶穌由加里肋亞來到約旦河若翰那裡，要接受他的洗禮；但若翰想要阻止他說：「我本來應當受你的洗，你反而來找我嗎？」耶穌回答他說：「你暫且容許吧！因為我們應當這樣，以完成全義。」於是若翰就容許了他。耶穌受洗以後，立時從水裡出來，忽然天為他開了。他看見天主聖神有如鴿子降下，來到他上面；又有聲音由天上說：「這是我的愛子，我所喜悅的」（瑪三 13~17）。

默想

耶穌在約旦河受洗是件令人驚奇而不曾預示的事件。耶穌基督，默西亞，在他的表兄若翰洗者跟前接受悔罪的洗禮。這洗禮並沒有救贖的功效，而是一種表示悔改與希望的禮儀。洗禮（藉水洗去污穢，象徵精神的淨化）不單是猶太

人的習俗，也是許多古老民族流行的習俗，因此，若翰並沒有創設任何新的禮規。而耶穌謙下自己，來到若翰跟前受洗，顯示出默西亞自願為世界取得救贖到了怎樣的程度。這又宣示他人性光榮的一面，人們有時完全集中注意在他的天主性，而忽略了他人性的一面。儘管今人並未否定基督的人性，但我們仍須默想這個真理，因為耶穌召叫我們——他的人類兄弟姊妹——悔改。他本身不需要悔改；可是，他藉著接受若翰的洗禮，而給我們指示了途徑。他履行了一切正義。若悔改的象徵是默西亞生活的一部分，身為基督徒的我們又怎能遲疑？怎能不省察自己的良心、不痛改罪惡與過犯？

教宗若望保祿二世選擇耶穌在約旦河受洗作光明奧蹟的第一端，同時也希望每一位基督徒都悔改。今日許多青年受到不良道德的傷害，他們生活在敗壞道德的教導中，悔改在他們來說是件不可思議的事，他們感到害怕。可是正因如此，他們比其他任何人更需要悔改。這並不意味著他們比其他他人更罪惡，而是他們被矇騙和忽略了；但他們卻覺得更罪咎，因為他們犯了更多更壞的罪。

試想想，納匝肋耶穌，在約旦河的泥水中跪在身穿駱駝毛衣、驚愕不已的先知面前。這景象應該銘刻在我們每一個人心中，好使我們把痛悔和告罪作為神修生活的重要部分。



對一個罪人來說，痛悔開啟希望之門，希望得蒙天主仁慈憐憫，希望得到永恆的救贖。

〔念天主經一遍、聖母經十遍、光榮頌一遍〕

祈禱

吾主耶穌基督，你在極大的謙遜中，和罪人們一同跪下，接受象徵洗滌罪過的洗禮儀式。你本無罪，教我們服從法令，不是古老的猶太法律，而是教會的、新耶路撒冷的法律。賜我們聖寵，使我們永不免除這些精神與心理的行為，因為那對我們個人神修生活十分有益。阿們！

光明二端 耶穌參加加納婚宴

我們

耶穌參加加納婚宴

耶穌參加加納婚宴



聆聽聖言

那時候，加里肋亞加納有婚宴，耶穌的母親在那裡；耶穌和他的門徒也被請去赴婚宴。酒缺了，耶穌的母親向他說：「他們沒有酒了。」耶穌回答說：「女人，這於我和妳有什麼關係？我的時刻尚未來到。」他的母親給僕役說：「他無論吩咐你們什麼，你們就做什麼。」在那裡放著六口石缸，是為猶太人的取潔禮用的；每口可容納兩三桶水。耶穌向僕役說：「你們把缸灌滿水吧！」他們就灌滿了，直到缸口。然後，耶穌給他們說：「現在你們舀出來，送給司席！」他們便送去了。司席一嚐已變成酒的水——並不知是從哪裡來的，舀水的僕役卻知道——司席便叫了新郎來，向他說：「人人都先擺上好酒，當客人都喝夠了，才擺上次等的；你卻把好酒保留到現在。」這是耶穌所行的第一個神蹟，是在加里肋亞加納行的；他顯示了自己的光榮，他的門

徒們就信從了他（若二 1~11）。

默想

教宗聖父選取了加納婚宴這神祕的奧蹟，作為默想基督公開生活的第二端，這是耶穌第一次對門徒們顯示他的光榮。世代以來，不少藝術家把這景象作為輝煌的繪畫及彩繪玻璃的題材。而事實上，這原是納匝肋小村莊一帶居民相當平凡的生活場景。今天的納匝肋也不見得發展成怎樣大的市鎮。

婚宴形式更不是我們熟悉的形式，例如男女賓客在廳堂中對坐。當中可能有音樂和舞蹈——男人與男人、女人和女人共舞。自然也包括敬酒和其他慶祝，除此之外，正統的猶太儀節中，婚配誓詞和禱文也會在婚宴中進行，可說是一宗教與社交的場合。

要記得，這時耶穌剛開始以講道者身分出現，他走遍各村莊和市鎮，勸人悔改並治好病人。他的部分宗徒和門徒也隨著他到加納去參加婚宴，但到當時為止，他尚未向他們顯出任何神奇的力量。「這是耶穌所行的第一個神蹟」（若二 11）。他在這個小小的村莊，一個卑微的農家婚禮中顯示他的光榮，做出奇異而近乎有趣的事：他把水變成酒。固然，這在今日懷疑主義者的眼中是大不謂然的事，可是，這一代



的懷疑主義者又是多麼不快樂；即使他們當時在婚宴中，也不會去喝這些酒的，可憐的傢伙！

加納婚宴不單是耶穌第一次對世界顯示他自己的標記（此為主顯的一部分），也是聖體聖事啟示的起始。水的實質變成了酒的實質，為的是要準備我們的心，去接受日後麵餅和酒變成基督的體和血的奧蹟。這是個奇蹟，你可以信，也可以不信。正如愛因斯坦曾說過的，世上只有兩種人：一種人覺得每一件事都是個奇蹟，一種人則覺得沒有任何事是個奇蹟。

熱誠的基督徒必須相信奇蹟。如果天主可以創造世界，祂當然可以把水變為酒，就像祂可以每天把麵餅變成了祂的身體一樣。千萬不要忽略這個奇蹟宏深的神學性質，這是祂給世界的希望徵兆：基督要來到我們每日的生活中，他要降福婚姻，祝福飲食；他甚至降福宴會，他要在我們的生活中和我們在一起。

當我還是個小孩子時，我的叔婆教我們小孩子一則美麗的德文禱詞：「吾主耶穌基督，請做我們的客人，分享你給我們祝福了的食物。」這經文今日仍在德語世界中為人所誦念，提醒我們耶穌和我們同坐在餐桌前，甚至日常生活最簡單的事情中，都有他神聖的臨在。你若參加過猶太人的逾越

節儀式，你會明白人們承認餐桌前有神聖的臨在。又當我們的老師耶穌謙下地到來，降福新婚夫婦，並分享他們的喜樂時；當他神聖的臨在以麵餅和酒的形式出現在我們之中時，我們基督徒絕不能等閒視之。這是我們的希望：天主愛我們，即使在最微小的事情上，祂也展現出祂的愛。

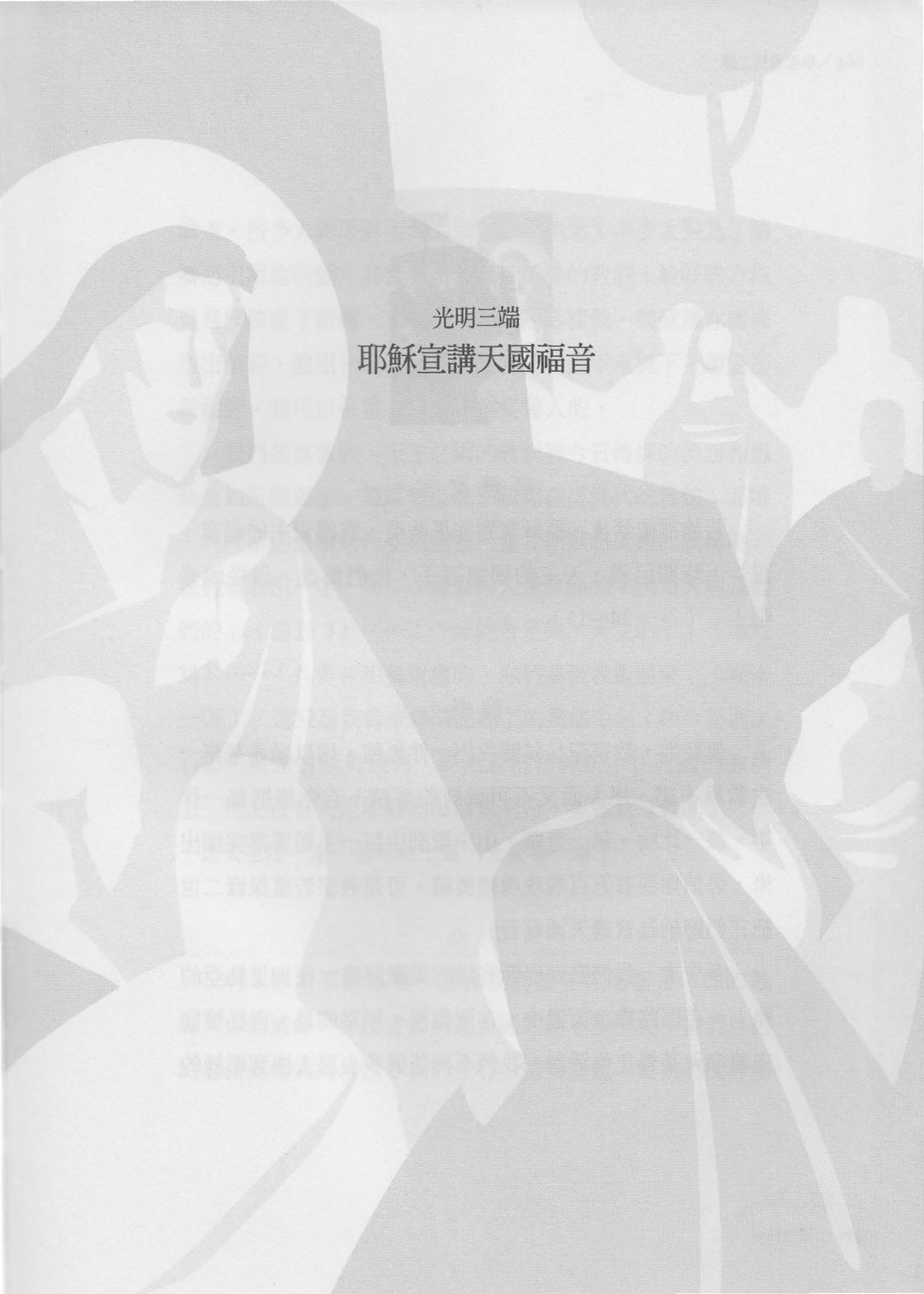
〔念天主經一遍、聖母經十遍、光榮頌一遍〕

祈禱

啊！耶穌，你是多麼謙遜，參加了在這卑微小村舉行的婚宴，你又是多麼令人愉快而富有同情心。你甚至行了第一個聖蹟，好讓年輕的新婚夫婦不致受窘。啊！上主，教我們待人溫柔體貼，並把喜樂帶給那擁有多的人。阿們！



光明三端
耶穌宣講天國福音





聆聽聖言

若翰被監禁後，耶穌來到加里肋亞，宣講天主的福音，說：「時期已滿，天主的國臨近了，你們悔改，信從福音吧！」（谷一 14~15）

默想

無疑地，教宗聖父試圖找出一件奧蹟，用以涵蓋基督一生數算不盡、迷人而又不可或缺的事蹟。若你想把每一件事、每一比喻、每一奇蹟、山中聖訓中每一主題等都突顯出來，恐怕你要有五百端玫瑰經奧蹟，可是教宗若望保祿二世把它們歸納為宣講天國福音。

多少次，我們看到耶穌宣道的美麗圖畫，在加里肋亞的路上，在耶路撒冷街道中，在聖殿裡。不幸的是，自從懷疑主義滲入基督化生活內，我們不再花很多心思去注意耶穌的

講道。很多人對耶穌所講的一切都不熟悉，不少人只為了論辯而引用他的話。其實要讀福音中基督的教訓，最好的方法就是雙膝跪下祈禱。若你從不曾試過這樣做，我建議你盡快取出福音，撥出一段不受打擾的時間，坐下或跪下，讀完那段福音。我可以保證，它的影響是驚人的。

我們都察覺到，天主之國的教訓被今日傳媒的譏謗和愚昧無知所削弱了。傳媒無疑成了糾纏在這世代的毒蛇，而唯一的解藥則是讀默西亞的話語。當我們默想天國的奧秘時，我們應取出一字一句：「神貧的人是有福的，因為天國是他們的」（瑪五 3）……「一天的苦足夠一天受的了」（瑪六 34）……「凡勞苦和負重擔的，你們都到我跟前來」（瑪十一 28）。這只是我青少年時記熟了的幾個短句，如今都湧上心頭。默想這個奧蹟時，要注意把精神集中在天國的教訓上。世上沒有人比耶穌的母親更明白、更留意這教訓了。

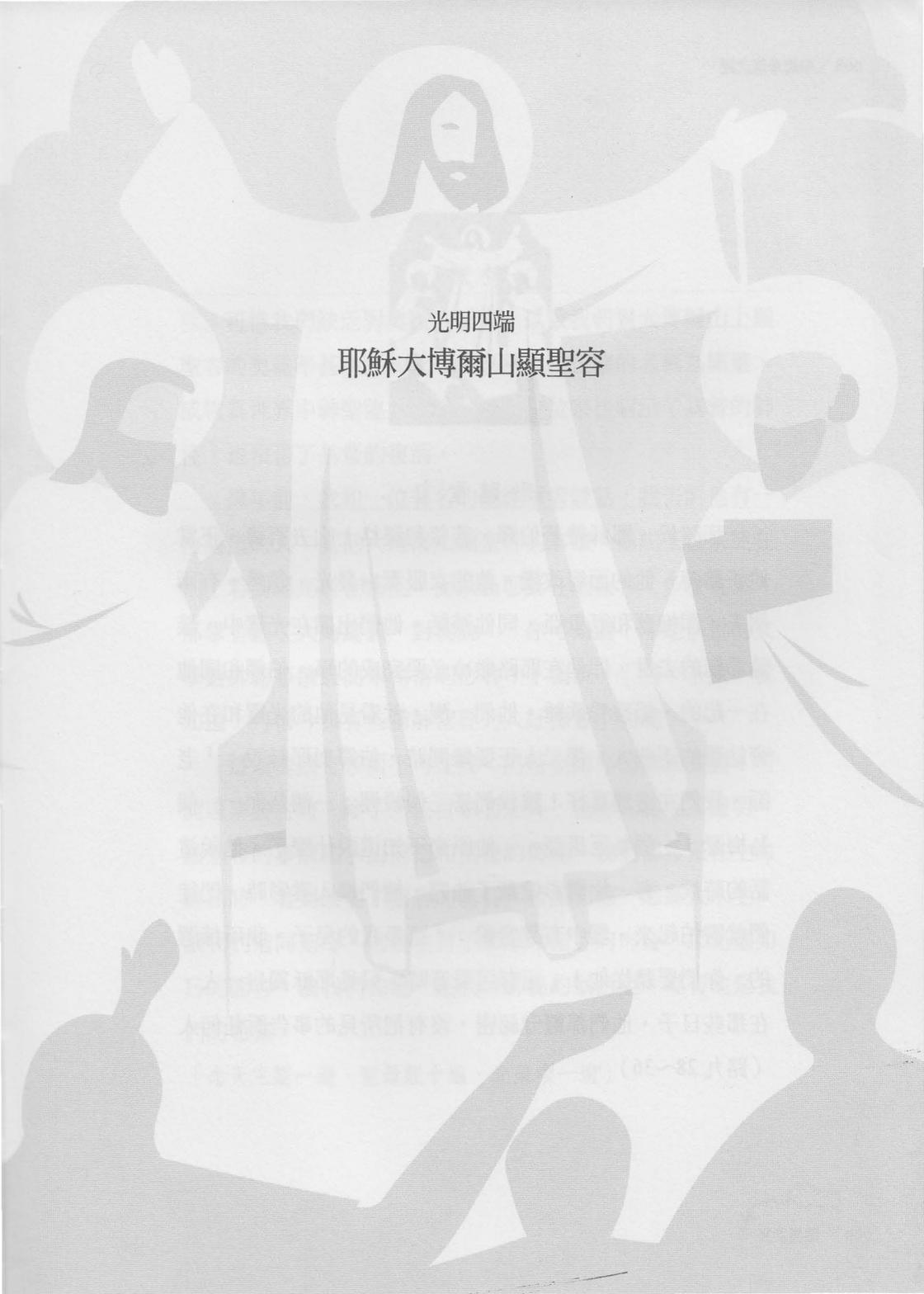
〔念天主經一遍、聖母經十遍、光榮頌一遍〕

祈禱

啊！吾主耶穌基督，請教我們接受你的聖言、你的教導、你的誠命，你所宣講到達天國的路。多少次，我們自己的思緒或他人的理性令我們分心。請賜聖寵，使我們能靜坐



下來，閱讀你的聖言，默想你的福音，並聆聽你的話語。讓我們能真正認識為進入天國必須要做的一切。阿們！



光明四端
耶穌大博爾山顯聖容



聆聽聖言

那時候，耶穌帶著伯鐸、若望和雅格上山去祈禱。正當他祈禱時，他的面容改變，他的衣服潔白發光。忽然，有兩個人，即梅瑟和厄里亞，同他談話。他們出顯在光耀中，談論耶穌的去世，即他在耶路撒冷必要完成的事。伯鐸和同他在一起的，都昏昏欲睡。他們一醒，就看見他的光耀和在他旁站著的兩個人。那二人正要離開時，伯鐸對耶穌說：「老師，我們在這裡真好！讓我們搭三個帳棚；一個為你，一個為梅瑟，一個為厄里亞。」他原來不知道說什麼了。他說這話的時候，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，你們要聽從他！」正有這聲音時，只見耶穌獨自一人。在那些日子，他們都嚴守祕密，沒有把所見的事告訴任何人（路九 28~36）。

默想

可惜我們缺乏對奧蹟的感覺，以致我們對大博爾山上顯聖容的奧祕不甚注意。此一神祕事蹟（正確的名稱為顯靈，或物質世界中神聖臨在的顯示）向三位宗徒昭示了基督的神性，也預告了基督的復活。

幾年前，我和一位著名的聖經學者談話，我告訴他有一位講道的人，竟把大博爾山顯聖容的事蹟，講成三位宗徒在山上看到陽光射在雪上，而以為耶穌在顯聖容。多麼荒謬！那學者聽了大為驚駭，對我說：「你可知道，那是俗世的文學對神祕事蹟最簡單俐落的形容？」我說：「啊，不錯，我知道，可惜今日有些講解聖經的人好像並不知道。」

這端奧蹟奇妙而不可捉摸，然時至如今已無法查證；可能連事發之時，除了三位目擊者之外，也無人能加以證明。顯聖容的事蹟顯示出信德和望德的奧祕，我們都希望的生命終結時，看到改變了聖容的基督，希望和他一起進入永生。讓我們偕同聖母，她曾生育了那顯示聖容的肉身、那光耀如日的面容，讓我們和她一起朝拜神祕的默西亞，唯有他是我們的希望。

〔念天主經一遍、聖母經十遍、光榮頌一遍〕



祈禱

啊！吾主耶穌基督，請賜我們聖寵相信你的奧蹟，並讓我們永不設法找藉口去消除它，或假裝它從不曾發生過。我們跪伏你前，祈求你，聖經所載顯聖容的上主，把我們也納入那小部分得見你光榮的宗徒內，並且深深地相信你。阿們！

光明五端
耶穌建立聖體聖事

的聖體聖事，耶穌基督在最後晚餐中，建立了聖體聖事。耶穌基督在最後晚餐中，建立了聖體聖事。耶穌基督在最後晚餐中，建立了聖體聖事。

耶穌基督在最後晚餐中，建立了聖體聖事。耶穌基督在最後晚餐中，建立了聖體聖事。耶穌基督在最後晚餐中，建立了聖體聖事。

耶穌基督在最後晚餐中，建立了聖體聖事。耶穌基督在最後晚餐中，建立了聖體聖事。耶穌基督在最後晚餐中，建立了聖體聖事。



聆聽聖言

他們正吃晚餐的時候，耶穌拿起餅來，祝福了，擘開遞給門徒說：「你們拿去吃吧！這是我的身體。」然後，又拿起杯來，祝謝了，遞給他們說：「你們都由其中喝吧！因為這是我的血，新約的血，為大眾傾流，以赦免罪過。我告訴你們：從今以後，我不再喝這葡萄汁了，直到在我父的國裡那一天，與你們同喝新酒」（瑪廿六 26~29）。

默想

從聖教會最早的時日到聖保祿宗徒的時期，基督信仰崇拜一直與聖體聖事——祝聖餅和酒成為基督真正的肉身寶血——息息相關。我們從早期教父中可見一斑，諸如羅馬的第四任主教聖克勉（St. Clement）、安提約基的主教聖依納爵（St. Ignatius, Bishop of Antioch），以及聖猶定（St. Justin Mar-

tyr)。可惜的是，由於懷疑主義的影響，今人對聖體聖事應有的欽崇和尊敬受到嚴重打擊。沒有什麼比恢復對聖體真正的崇敬、對彌撒聖祭的尊重，更能重建教會的生命。若你覺得我在誇大其詞，你只要問問自己：有多少人在領聖體時知道自己在做什麼？

教宗若望保祿二世把耶穌建立聖體聖事包含在玫瑰經的奧蹟中，目的在召叫我們，為更新對聖體的信仰和虔敬的精神而祈禱。在隱於聖體內的天主面前，每個人都應在靜默中俯伏崇拜，這是多麼重要的事！最後晚餐的意義深重，席間瀰漫著悲哀的氣氛，宗徒們充滿敬畏之情，不知將要發生什麼事。從今天到世界窮盡之日，基督徒對聖體聖事都要感到敬畏，卻不能完全明白其意涵，因為聖體聖事是信德的奧蹟。對那掙扎不已的靈魂、皈依的罪人、悔改的人、甚至神修高超的人，聖體是希望之糧，是永生的承諾。

〔念天主經一遍、聖母經十遍、光榮頌一遍〕

祈禱

啊！吾主耶穌基督，很久以前你把自己作為從天而降的生命之糧，你在聖言和比喻中宣布你的聖事，特別是在最後晚餐時。每一天，你召叫我們以虔敬和愛去回應你。請賜我



們聖寵好能這樣做。阿們！

希望與光明奧蹟

「主！唯你有永生的話，我們去投奔誰呢？」（若六 68）聖道茂（St. Thomas Aquinas）在寫到聖體聖事時提醒我們，沒有什麼比「真理本身」的言語更為真確。也許，別的世代和我們這一代同樣愚笨，也許他們也懷疑過耶穌，質疑他的教導、他的真理以及他神聖的生命與死亡。可是在我們這個虛榮而愚昧的世代，甚至那自我標榜為基督徒的人，也間接地懷疑基督宣布的天國的訊息。

他們描繪出一位「殘缺的基督」，他不知道自己的身分、目標和終向；不知道自己在做什麼，或者為什麼要這樣做。這種無知真足以使天神哭泣，魔鬼大笑。聖奧斯定（St. Augustine）在《懺悔錄》（*Confession*）中作出無比的信仰宣示，總結了光明奧蹟，此為救世主心靈中燃燒的無盡止之光所啟迪的事蹟。聖奧斯定將天主創造世界和基督及聖神創立教會這樣比較：

我的信德啊，你再前進吧！對你的天主這樣說吧：「聖，聖，聖！我主，我天主。」我

們因父、子、聖神之名領洗；我們因父、子、聖神之名付洗。天主用基督，在我們中也造了天地，亦即教會裡的神人和俗人。我們的「地」，在未受教義定型之前，是看不出的、無組織的，籠罩在愚昧的黑暗中。祢為了人的罪，罰了他，祢的審判一如深淵。

如同祢的神徘徊於水面上，祢的仁慈沒有忽視我們的悲劇。祢說：光存在吧！天國已近，你們做補贖吧！你們做補贖，可使光明重生¹。

¹ 聖奧斯定 (St. Augustine) 著，應楓譯，《懺悔錄》（台北：光啟文化，一九六三），第十三卷，第十二章。



第五章 痛苦奧蹟



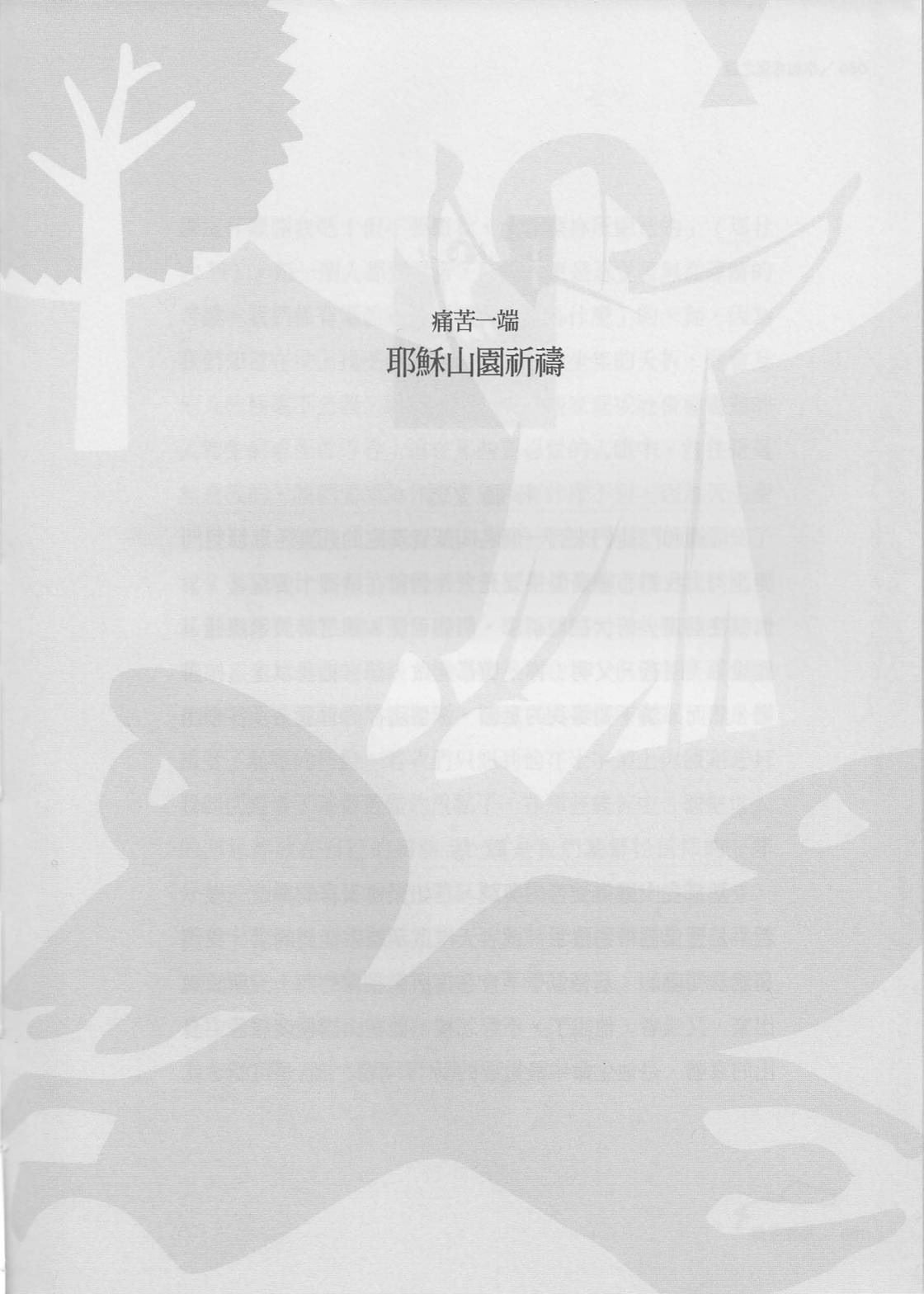
若你一生經常念玫瑰經，你很可能最喜歡痛苦奧蹟。因為當我們悲哀、煩惱或困惑時，尤其是當我們所愛的人逝世時，我們會覺得痛苦奧蹟深具意義。我們立刻很自然地想到痛苦奧蹟。

痛苦奧蹟總括了基督的受難和死亡，但是並沒有包含他的一切痛苦；悲哀和受苦是他在世生命中如影隨形的伴侶。他的痛苦是人類的痛苦中最大的痛苦。當天主之子跌到深得無可再深的谷底時，他也到達了每一個人的心中，不論人心怎樣腐敗，不論行為怎樣黑暗邪惡，他都把我們每一個人包含在他的聖心裡，他說：「父啊！寬恕他們吧！因為他們不知道自己做的是什麼」（路廿三 34）。如果不是因為吾主耶穌的痛苦，我們還有什麼希望？

基督宗教在許多方面都是獨特的，而它的神祕性質之一是我們在痛苦中最大的幫助。正如上文所說，基督宗教是天主受苦的宗教——忍受人性的限制、飢餓、疲乏、危險、氣餒、屈辱、低貶、痛楚、死亡。只有膚淺的世代才會漠視耶穌基督在人世生命中的痛苦的奧祕，由於淺薄所以不肯面對現實，便說：「讓我們得快活時且快活。」其實，這樣的美夢遲早都要破滅。

甚至最有善意、最忠信而又大方慷慨的人，也會遭遇痛苦和悲哀。〈母后萬福〉（舊譯：〈又聖母經〉）的作者真福赫曼（Blessed Herman of Reichenau）說得好，生命是「涕泣之谷」。福音中最輝煌的訊息是天主愛世人，甚至派祂的獨生子走過這涕泣之谷最低最深之處，以祂的臨在聖化人世的痛苦。這宏深的思想可以為受苦的靈魂帶來極大的安慰。面對邪惡與痛苦時，基督的十字架是任何一個信徒的慰藉。雖然我們不明白受苦的意義，可是我們知道天主自己和我們在一起，而且飲盡了人世間最痛苦悲哀的杯爵。

痛苦一端 耶穌山園祈禱





聆聽聖言

耶穌和門徒們來到一個名叫革責瑪尼的莊園。耶穌對門徒說：「我的心靈憂傷得要死，你們留在這裡，要醒著。」他稍往前走，俯伏在地祈求，假如可能，讓這時辰遠離他。他說：「阿爸、父啊！祢一切都能做，請祢給我拿走這杯爵吧。然而，請不要隨我的意願，卻要隨祢的旨意」（谷十四34~36）。

默想

基督在山園中受苦的奧蹟，正如天使報喜的奧蹟一樣，若不是聖史們得到啟示，或者天主啟示給宗徒們的話，我們是無法知曉的。基督似乎不會在復活後在世的四十天期間講出來，又或者，他說了。不管怎樣，他在山園極度痛苦中發出的哀號，是他生命中最重要的話：「我父！若是可能，就

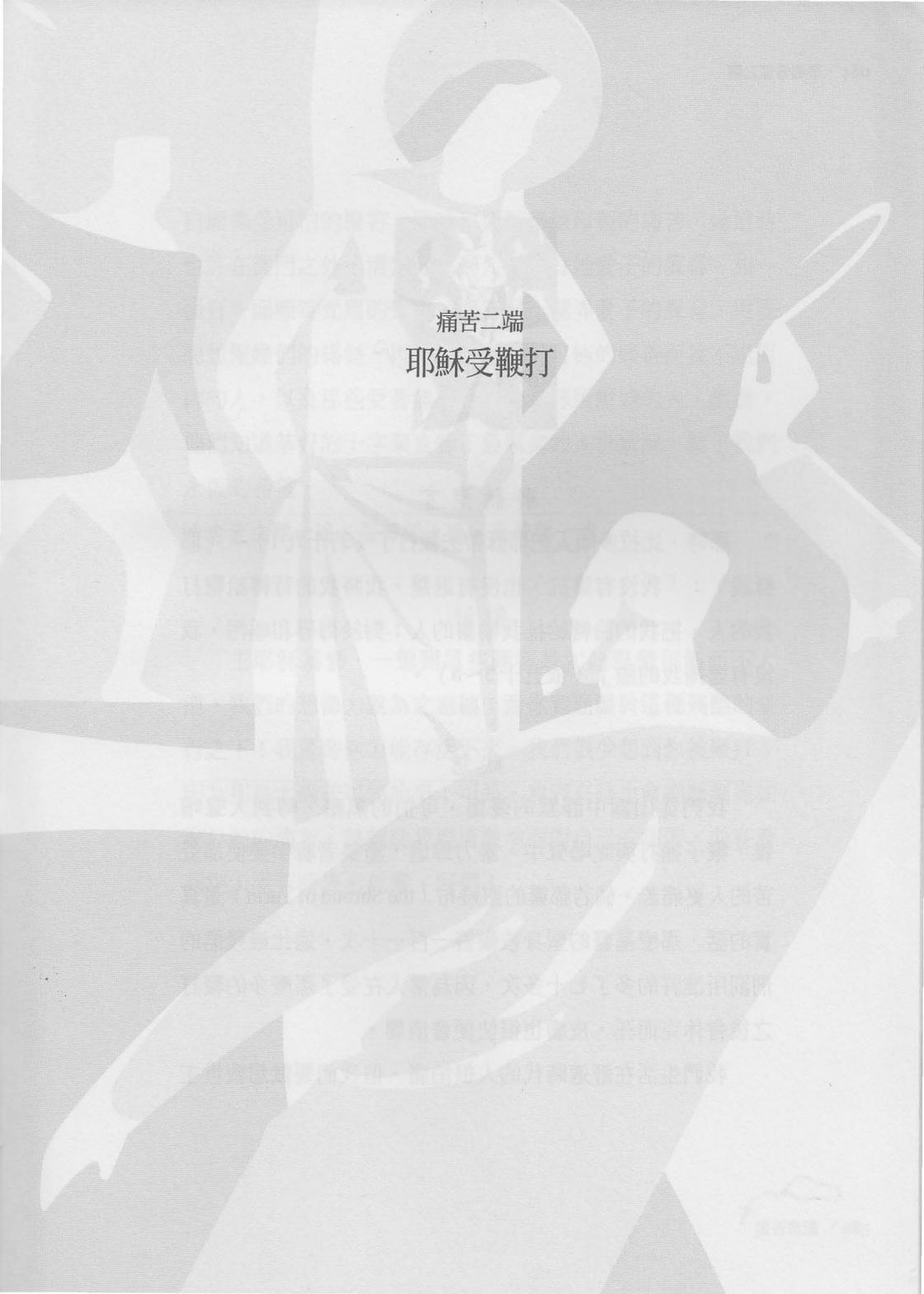
讓這杯離開我吧！但不要照我，而要照祢所願意的」（瑪廿六 39）。每一個人都要受苦，許多人更是忍受著無從理解的苦難。我們都有過脆弱得要問天主「為什麼」的一刻，因為我們知道在世上找不出理由來，例如青少年的夭折、社會及他人的極端不公義、駭人的災禍、一些家庭或社會極需要的人物生病或死亡等等；這在那些要忍受的人眼中，往往是毫無意義的。我們要問為什麼，並沒有什麼不對，因為天主聖子自己也發問：「我的天主，我的天主！祢為什麼捨棄了我？」（瑪廿七 46）基督宗教是天主受苦的宗教，我們看到基督在革責瑪尼山園獨自痛苦，毫無疑問，一些聖善虔誠的婦女，尤其是他的母親，她們雖然不在場，但仍在祈禱中陪伴他。他被沉睡的門徒拋棄，被悲哀與憂傷所籠罩，可是他接受了恥辱的杯爵。若我們只想到他在十字架上肉體之苦，我們便錯看了基督苦難的重點了。在那些痛苦中，他把世人的罪惡都放在自己的肩膀上，這是我們基督徒信仰的一部分。按聖保祿宗徒的話，耶穌取了我們對誠命負債的債券，掛在十字架上（參閱哥二 14）。他為世界的罪惡獻上自我作為贖罪祭，這補贖開始於山園中黑暗的夜裡；而這黑暗也正是我們對永生的希望所在。

〔念天主經一遍、聖母經十遍、光榮頌一遍〕



祈禱

主耶穌基督，永恆的天主之子，你選擇了進入人世痛苦的深處。人生於世必須受苦，而你卻願意承擔最痛苦的形式。你在革責瑪尼山園祈禱的奧蹟使我們深信，你願意完全和世人一樣去受苦。啊！天主！在我們的焦慮和痛苦中，在我們生命的黑暗山園裡，請幫助我們。幫助我們因回憶你的表樣，因著你每一點一滴的血汗為我們贏得的恩寵，而力量倍增，得以勇敢地承受一切。阿們！



痛苦二端 耶穌受鞭打



聆聽聖言

那時，比拉多叫人把耶穌帶去鞭打了（若十九1）。（耶穌說）：「我沒有違抗，也沒有退避。我將我的背轉給鞭打我的人，把我的臉轉給扯我鬍鬚的人；對於侮辱和唾污，我沒有遮掩我的臉」（依五十5~6）。

默想

我們從山園中靜默的憂傷、可怕的黑暗，轉到人聲嘈雜、鞭子抽打與叱喝聲中，暴力肆虐，施暴者聯手要使那受苦的人更痛苦。倘若都靈的聖殮布（the Shroud of Turin）是真實的話，那麼基督的聖身被鞭笞一百一十次，遠比最殘酷的刑罰所准許的多了七十多次，因為常人在受了那麼多的鞭打之後會休克而死，皮膚也很快便會潰爛。

我們生活在舒適時代的人很怕痛，但我們要默想救世主

自願接受可怕的鞭笞，同時也要默想他母親的痛苦，她這時也許在衙門之外，清楚地聽到人家鞭打她愛子的聲音，和一面打一面嘲笑咒罵的聲音，還有兵士嘲弄愛子的聲音。更要想想聖婦們的痛楚。再想想所有受著可怖的痛苦而找不出原因的人，以及那些受著無可名狀的邪惡所壓迫的人。然而，他們知道基督的十字架克勝了最惡劣的人世狀況，給了我們永恆的希望。

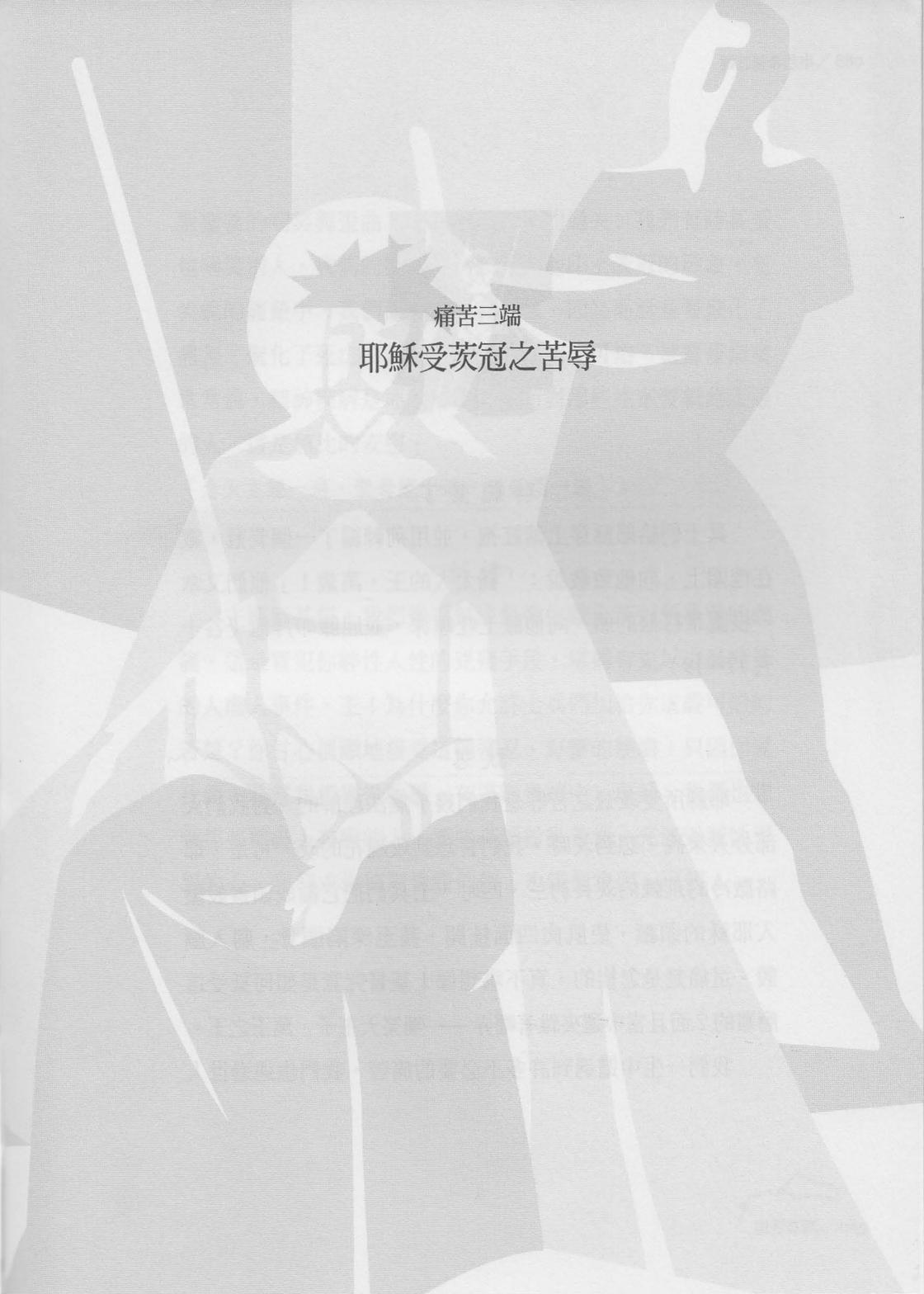
〔念天主經一遍、聖母經十遍、光榮頌一遍〕

祈禱

主耶穌基督，一想到這些鞭笞是如此野蠻可怖而不人道，我們的想像力就為之退縮；而你竟屈服於這種殘酷的暴行之下！我驚奇你怎能存活下來。我們很少想到你被鞭打，因為那是太痛苦可怖的事；可是，我們有時也會經歷到宛如鞭打般的痛苦。請幫助我們勇敢地面對自己的痛苦，並在看到別人受苦時表示仁愛。阿們！



痛苦三端 耶穌受茨冠之苦辱





聆聽聖言

兵士們給耶穌穿上紫紅袍，並用荊棘編了一個茨冠，戴在他頭上，向他致敬說：「猶太人的王，萬歲！」他們又拿一根蘆葦打他的頭，向他臉上吐唾沫，並屈膝叩拜他（谷十五 17~19）。

默想

耶穌所受茨冠之苦辱是我們幾乎無法理解的。對我們大部分人來說，想到茨時，我們會想到玫瑰花的茨。可是，耶路撒冷的荊棘的茨長約三、四吋。士兵們把它編成頭盔般壓入耶穌的頭顱，使肌肉四面扯開，甚至深陷頭骨，刺入腦殼。這痛楚是怎樣的，真不堪想像！基督究竟是如何抵受這磨難的？而且當中還夾雜著嘲弄——嘲笑天主子，萬王之王。

我們一生中遭遇到許多不必要的痛苦，我們也遇過世人

對聖善的嘲笑與歪曲。由於我們自己的過失，我們有時甚至也嘲笑別人。我們的靈魂裡應該深深地印上茨冠的形象。在尖銳的痛楚中，我們都應該懷有希望，因為耶穌基督聖化了痛苦，聖化了死亡的哀傷以及精神疾病的可怕。德蕾莎修女常常說，精神疾病是耶穌的茨冠，而對那些注定要戴此茨冠的人，這是無比的安慰。

〔念天主經一遍、聖母經十遍、光榮頌一遍〕

祈禱

主耶穌基督，我們幾乎無法想像你戴上茨冠所承受的劇痛，這是冒犯你神性人性的兇殘手段，堪稱有史以來最殘暴的人虐人事件。主！為什麼你允許士兵們加給你這般可怕的苦楚？你甘心情願地接受這種殘忍、野蠻的暴虐，只因你愛我們，希望我們獲得救恩。在這端奧蹟中，耶穌，我們也想到那些精神上有病的人，那些滿腦紛亂苦惱、充滿毀滅性思想的人，我們求你特別憐憫他們，也憐憫我們。阿們！



痛苦四端 耶穌背十字架上山

猶太人每年四月廿三日，即耶穌受難日，在耶路撒冷城外各各他山，舉行耶穌背十字架上山。這是一項充滿聖潔、悲劇與苦難的宗教活動。當耶穌被釘在十字架上，承受極大的痛苦，最後在十字架上被刺死。這一天，猶太人會禁食、禱告、哭泣、哀悼，受難日也是耶穌受難日。

有一次，耶穌在耶路撒冷城外各各他山，被釘在十字架上。耶穌在十字架上，承受極大的痛苦，最後在十字架上被刺死。這一天，猶太人會禁食、禱告、哭泣、哀悼，受難日也是耶穌受難日。

耶穌在十字架上，承受極大的痛苦，最後在十字架上被刺死。這一天，猶太人會禁食、禱告、哭泣、哀悼，受難日也是耶穌受難日。



聆聽聖言

於是比拉多把耶穌交給他們去釘死。他們就把耶穌帶去了。耶穌自己背著十字架出來，到了一個名叫「髑髏」的地方（若十九 16~17）。

默想

我們簡直無法想像，在可怖的鞭笞和茨冠之苦後，納匝肋的耶穌怎能背負十字架走上苦路；周圍盡是叫囂謾罵著的暴徒。雖然當日的士兵認為這是行刑前的例行方式，可是救世主卻從中見到那給將來的以色列及世界的警號。對那些哭泣著跟隨耶穌走此苦路的婦女，他說：「你們不要哭我，但應哭你們自己及你們的子女」（路廿三 28）。這些話實在不單概括了耶穌受難前人類的歷史，更預告了未來將發生的事件。

多少人年年月月走在痛苦的路上？多少人因著疾病、悲慘、被誤解、受屈辱或是犯下過失，而必須經年累月地受苦或受牢獄之禁？耶穌背著十字架走過耶路撒冷的街道，這是一端充滿堅忍、勇毅、悲傷的奧蹟，每一個會思想的基督徒都應將此銘刻於心，好在黑暗的時日中時刻回想。

有一次，在一位青年同工自殺之後，我懷著極大的痛苦和哀傷，來到耶路撒冷聖地。我沿著苦路走著，走到據說是耶穌停下來和他母親講話的地方。我敲門，一位耶穌小姊妹會的修女給我開門，讓我進入小聖堂，該聖堂與最早的苦路位於相同的街道水平。在那裡，我帶著無限的悲哀跪下來。我開始明白，默西亞把人類一切痛苦放在自己身上，並聖化了一切人性的哀傷。

〔念天主經一遍、聖母經十遍、光榮頌一遍〕

祈禱

主耶穌基督，從裁判所到加爾瓦略山的路程雖不太遠，可是對一個身受鞭笞重創、流血過多的垂死者，這段路程就像一生一世那麼漫長了。你曾告訴那要跟隨你的人，必須背負自己的十字架來跟隨你，如今，你在眾目睽睽之下作了同樣的事。對所有人而言，人生的路程有時像「苦路」般漫



長。但我們要學習你的表率，依靠你的聖寵，幫助我們背負自己的十字架，好好地背負它。阿們！

痛苦五端

耶穌被釘在十字架上





聆聽聖言

兵士們就在那裡把耶穌釘在十字架上，同他一起被釘的還有兩個強盜（若十九 18）。耶穌說：「父啊！寬赦他們吧！因為他們不知道他們做的是什麼」（路廿三 34）。路過的人都侮辱他，司祭長與經師也譏笑他，彼此說：「他救了別人，卻救不了自己！默西亞，以色列的君王！現在從十字架上下來吧！叫我們看了好相信！」（谷十五 31~32）……耶穌最後說：「完成了。父啊！我把我的靈魂交託在祢手中。」說完這話，便斷了氣（若十九 30；路廿三 46）。

默想

耶穌被釘與聖死，為受難劃下了戲劇性的句點，可惜我們只能從藝術作品中看到這場景。藝術家們力圖呈現出這事件神祕的靈性意涵，而極力美化了這悲慘的一幕，但那並不

是原本的景象。耶穌被釘十字架是個醜惡的事件，是邪惡、卑鄙、虐待狂的折磨。受苦的過程中，耶穌從沒有一次為自己辯白，也從沒有出言糾正行刑者的行為。事實上，比拉多必須用巧妙的手法，才得到耶穌最簡單的回答。耶穌在十字架上時，對那些嘲笑他、要他從十字架上下來的人，他一句話也沒說。據說，初代基督徒中，有許多就是在受難日曾經嘲笑他的人。但願今日嘲笑耶穌的人悔改，而我們這些相信的人能在心中刻下耶穌的十字架。

〔念天主經一遍、聖母經十遍、光榮頌一遍〕

祈禱

主耶穌基督，看到你死前所受的凌辱和折磨，我們的心都要停頓了。在十字架上，你的心智、你的靈魂、你的肉體，受盡了人類所有的痛苦，那是人類罪惡所釀成的悲劇。基督宗教神祕家的神修常常想到這一點，而世人只覺得你的犧牲是難以理解的。親愛的救主，請幫助我們明白，你為了救贖這世界，容許了、忍受了這一切。阿們！



希望與痛苦

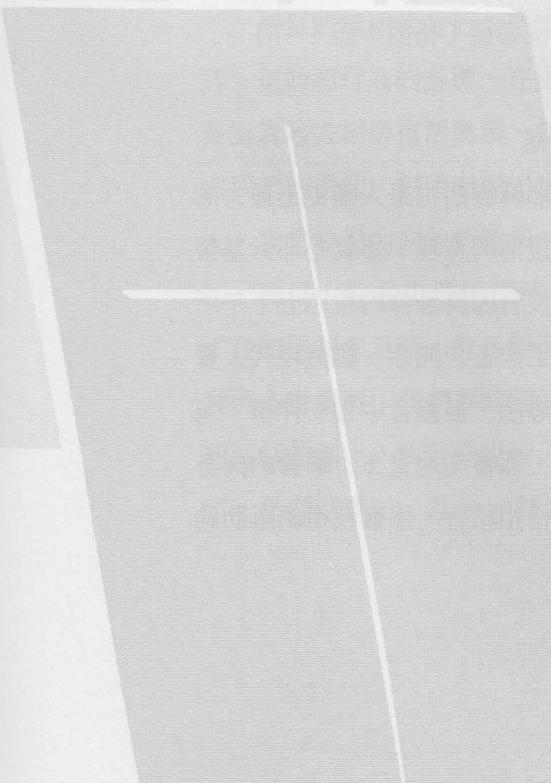
為什麼耶穌接受了這可怖的死亡？我們在這裡可以見到，信仰的奧祕與自然生命的奧祕及邪惡的奧祕連在一起。世界上所有宗教都在找尋有關邪惡的問題之答案，但沒有一個答案是完善的。在基督宗教中，答案包括一項事實：一切邪惡中最壞的邪惡，以及所有邪惡的總和，全都集中在耶穌基督受創的身上。他接受了，並寬恕了全人類的罪過。他順服天父的旨意，並接受了身為人的命運，完全暴露在其他墮落的人類之惡意攻擊下。而當他接受了最壞的一切時，他也消除、赦免了世界的罪過。「父啊！寬赦他們吧，因為他們不知道他們做的是什麼」（路廿三 34）。

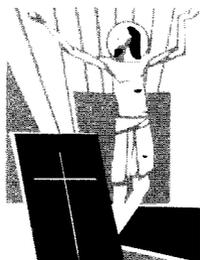
第六章 榮福奧蹟



榮福奧蹟無疑是基督化希望的終極慶祝。世代以來，千千萬萬人經歷到壓迫、憂傷、悲哀、失敗，甚至奴役、迫害、折磨、死亡，卻因想到吾主耶穌基督的復活而得到安慰。他的許諾：「我去，原是為給你們預備地方……為的是我在那裡，你們也在那裡」（若十四 3），這正是基督宗教何以是世界最大宗教的準確答案。而在榮福奧蹟中，喜樂是多麼重要的一回事，完全超乎人性所能理解的。當人們失去了奧祕之感時，便放棄念玫瑰經了。另一方面，那些被永生的神祕許諾所光照的人，他們會樂於進入玫瑰園中，經過苦像，望入空空的聖墓，得見救世主在花園中央的光耀形象。

榮福一端
耶穌復活





聆聽聖言

耶穌被埋葬了，並照經上所說的，第三天復活了，顯現給刻法，然後又顯現給十二位宗徒，以後又同時顯現給五百餘弟兄，其中許多人還在世，也有幾位已經去世了。以後他又顯現給雅格，繼而顯現給眾位宗徒（格前十五 4~7）。

默想

除了天主降生成人之外，耶穌復活也是人類史上最大的奧蹟。一個簡單的事實證實了復活的真理，那就是耶穌基督的宗教並未消失。他的工作並沒有因為恐怖的聖週五下午所發生的事而結束；反之，他的工作正告開始。雖然現代人覺得耶穌肉身復活是難以接受的想法，但福音中每一件事，包含福音的作者及其他人的見證，都響亮地宣布：耶穌的肉身和靈魂，與他神性的存有和位格相結合。那實在是納匪肋的

耶穌，也是在大廳的樓上、在加里肋亞海邊對宗徒們說話的耶穌。

不少受到懷疑主義的影響，而又不願意完全放棄信仰的人，輕忽地看待耶穌「復活的身體」；他們認為那只是一種「發顯」（apparition）而已。然而，按照聖經的記載，復活的耶穌吃了一片烤魚，還叫門徒們撫摸他的傷口；如果是「發顯」，沒有人會這樣記載的。看看近代有關「發顯」的最正確審慎的探討，例如在露德和法蒂瑪的發顯，我們會發現「發顯」和「復活的身體」是截然不同的。復活的身體指的是：人真正的身體，以永不終結的新生命回到人間。

基督的復活給我們永生的希望，這是一切基督宗教的崇拜、信仰和行為的基礎。在這個充滿懷疑不信的世代，我們要認真地去相信復活奧蹟，並且要對一切願意聆聽的人，表白我們的信仰。對所有想知道我們離開此世後會變得怎樣的人，我們要盡力向他們解釋。

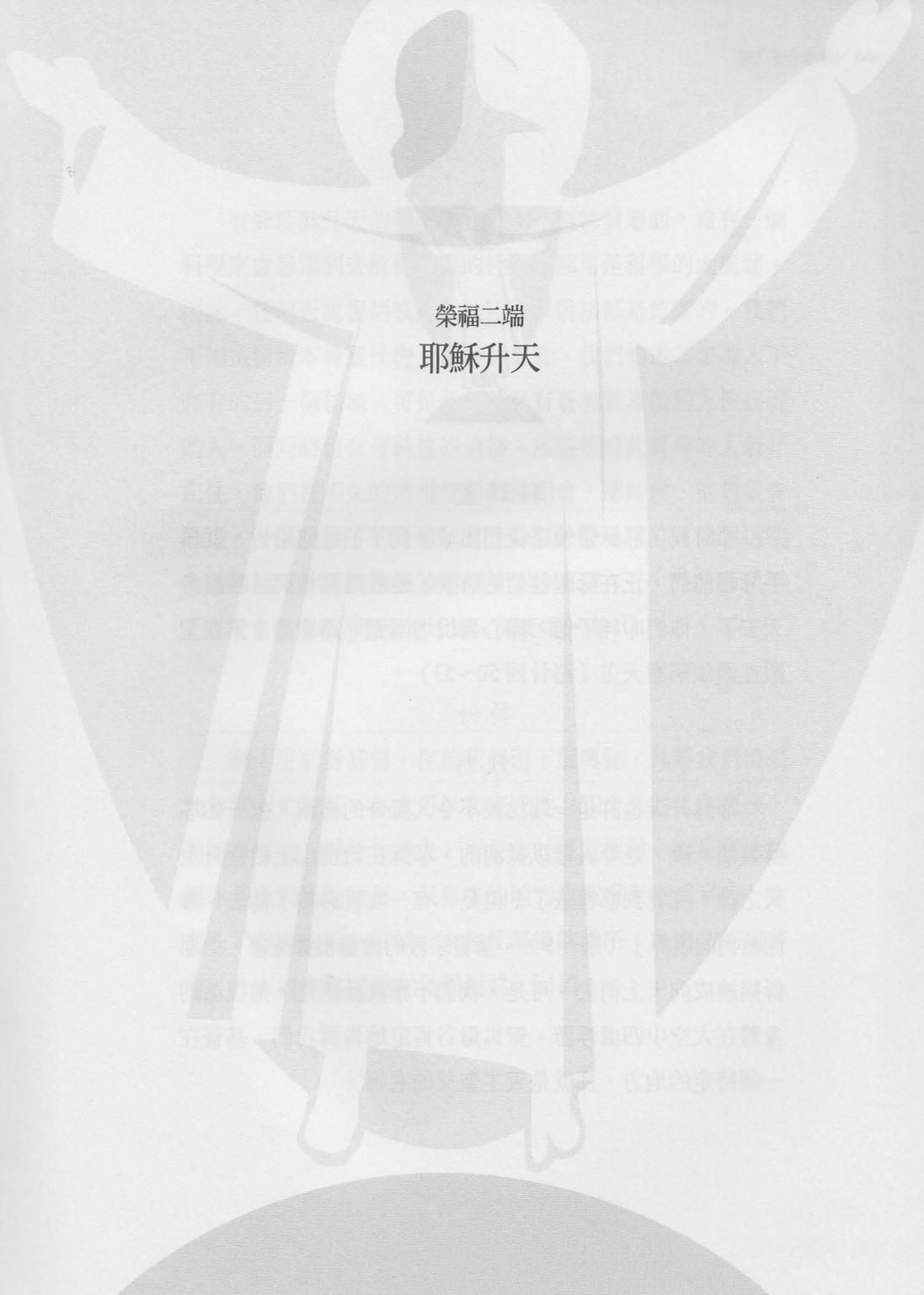
瑪爾大在吾主耶穌復活了她死去的弟弟拉匝祿時說：「我知道在末日時，他必要復活」（若十一 24）。這句話對我們多麼重要，我們要時刻銘記於心。我們也要時刻反覆思想耶穌的話：「我就是復活，就是生命；信從我的，即使死了，仍要活著」（若十一 25）。



〔念天主經一遍、聖母經十遍、光榮頌一遍〕

祈禱

啊！主耶穌基督，藉著你自己的力量，你的肉身走出了加爾瓦略山的黑暗，帶來你光榮的復活。這是降生救贖的奧蹟，也是我們對永生的希望。若沒有信德的恩寵，人的心智就無法相信；若沒有聖神的臨在，人也不能喜樂。請堅固我們，使我們相信你，並信賴你的聖言。當我們默想這端美麗的復活奧蹟時，請提舉我們的心神，好使我們能在聖神的光照指引下，走過人生中種種艱困與挑戰。阿們！



榮福二端 耶穌升天

有那麼多「神蹟」與「聖蹟」，雖然有層層面，沒有「科學家」會感到「玄奧」的任務。還有「科學的」證據。

「不要懷疑」的「神蹟」與「聖蹟」，雖然有層層面，沒有「科學家」會感到「玄奧」的任務。還有「科學的」證據。



聆聽聖言

那時候，耶穌帶領宗徒們出城，到了伯達尼附近，就舉手降福他們。正在降福他們的時候，他就離開他們，被提升天去了，他們叩拜了他，滿心喜悅地回到耶路撒冷，常在聖殿裡讚頌稱謝天主（路廿四 50～53）。

默想

耶穌升天也許是一端比較不令人驚奇的奧蹟，但一如耶穌復活一般，是令人難以探測的。耶穌在橄欖山上給提升上天之後，究竟到哪裡去了？但見「有一塊雲彩接了他去，離開他們的眼界」（宗一9）。基督宗教的繪畫根據聖經，把耶穌描繪成向天上消失。可是，我們不應就此認定，他復活的身體在太空中四處浮游。聖馬爾谷肯定地告訴我們，基督在一個特定的地方，那就是天主聖父的右邊。

有關耶穌升天的記載使我們聯想到物質層面。沒有一個科學家會愚笨到去解釋物質的性質，那可是科學的大奧祕。因此，任何否認復活或升天的物理學說法都是荒謬的。我們不知道物質本身是什麼，但身為信徒，我們知道基督進入了存有的另一個領域，可是他仍然是有著物質身體和人性靈魂的人，而同時也有著神性的位格。那些懷疑此真理的人最好記住，他們在不久的將來便要和他相會。那時候，他們就會知道，一個復活了的身體，真正像似什麼。也許，默想這端奧蹟將能幫助那些懷疑論者領受個中真理。

〔念天主經一遍、聖母經十遍、光榮頌一遍〕

祈禱

啊！主耶穌基督，你給我們留下這奧祕，為要我們清楚地看到永生在望。你大可以在完成世上四十天的工作之後，簡簡單單地、靜靜地消失，可是你並不這樣做，而是留給我們你升天堂的景象。但你去的地方遠超乎天空或宇宙，你進入了存有的另一領域，永生及無邊的處所。在喪亡的痛苦中，升天的奧祕閃耀在我們眼前。阿們！





聆聽聖言

五旬節到了，宗徒們都聚在一起。忽然從天上起了一陣響聲，好像暴風吹來，充滿了那座房屋。火舌降臨，停留在每個人頭上，他們就充滿了聖神，並且按照聖神所賞給他們的，說起外方語言來（宗二 1~4）。

默想

基督宗教各教派的虔誠信徒，都會因聖神而喜樂。我們全都可以從個人經驗中知道，祂賦人以能力、力量、知識與智慧，去完成完全超乎個人能力範圍的事。聖神降臨也許是天主教信仰中，最可憑觀察和實驗而得到證實的真理。我們一次又一次看到，人們藉著天主聖神的恩寵去做了事，成就了事，克服了障礙，甚至醫治了無藥可救的惡疾。這一切應使我們的心充滿喜樂，並更新我們對奧蹟的信心。

就在今日基督信仰受到內外衝擊的時刻，我們的首要之務就是依靠天主聖神。祂的七恩，包括上智、剛毅、超見、敬畏等恩典，賜給我們超乎本身能力及道德勇氣的力量。我們必須呼求聖神，並倚賴祂繼續前進。我們將會得到像第一次聖神降臨時所給予的神恩，得到為別人也為我們自己不可思議的聖寵。

〔念天主經一遍、聖母經十遍、光榮頌一遍〕

祈禱

啊！主耶穌基督，你明確地說過，你離開世界，好能給我們派遣聖神。這對我們是多麼神祕，因為天主聖神早就以各種方式臨現了。你在福音中、在救贖的訊息裡、在透過門徒所建立的聖教會中，以及在你給他們的許諾中，已完全將天主聖神給了我們。請幫助我們依靠聖神，使我們在人世的旅程中，懂得渴望天堂的事物，而不被世物誘惑。賞賜我們藉著天主聖神的恩賜和力量，達到超乎我們用其他方法所能做到的一切。阿們！





聆聽聖言

「妳是耶路撒冷的榮耀，妳是以色列的大喜樂，妳是我們民族的大光榮……妳為以色列做了奇蹟異事，天主也因妳而喜悅，願妳永遠為全能的上主所祝福」（友十五 9~10）。

默想

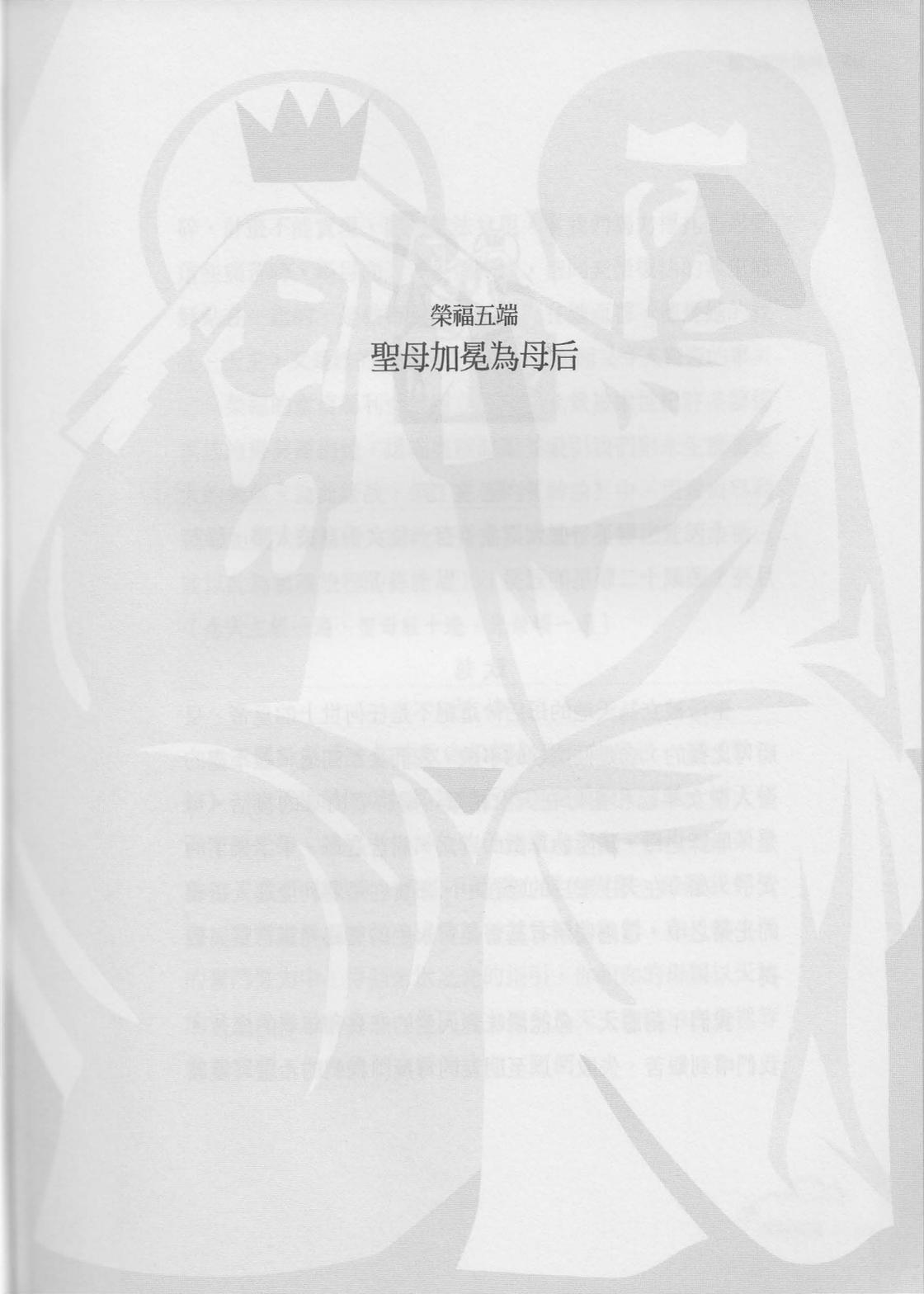
童貞聖母瑪利亞升天是天主教信仰中極端重要的事，因為這事件將默西亞的男性身體和他母親的女性身體，並列在永生中；這是我們所有人的大喜訊。基督完全藉著自己的權能而回到永生；聖母則被提升上天，她像我們一樣是亞當、厄娃的後裔，雖然她沒有原罪，但她也不比我們有更多權利得到永生。可是藉著她的兒子，她的救世主天主，她走在我們前面，在來世中她是我們的母親，因為她是我們今世的精神之母。可惜的是，不是所有天主教徒都依賴她，因此他們

經驗不到因她的轉求而得到恩惠。也許，藉善表和祈禱，我們可以召集周圍的人，不單天主教徒，也包括非天主教的基督信徒，一同祈求耶穌基督之母為我們轉求，並賜下幫助。
〔念天主經一遍、聖母經十遍、光榮頌一遍〕

祈禱

啊！主耶穌基督，你給了宗徒們得瞻聖母蒙召升天的美麗景象。基督徒相信你的母親追隨了你的肉身與靈魂，到達那難以想像、無可明瞭的另一境界。當死亡要奪去我們的生命，當我們因失去所愛的、所依靠的人而感到沮喪苦惱時，請幫助我們定睛在聖母蒙召升天的奧蹟上，看見你在其中所許給我們的承諾：肉身和靈魂，一同進入永生。我們不能自己升天，可是像你母親一樣，我們也希望可以從這多變的世界，被提升到一個完全超乎人性及人世希望的世界。阿們！





榮福五端
聖母加冕為母后



聆聽聖言

「天上出現了一個大異象：有一位女子身披太陽，腳踏月亮，頭戴十二顆星的冠冕」（默十二1）。

默想

聖母被立為天地的母后，這絕不是任何世上的皇帝、皇后可比擬的，它是個奧妙的事蹟。我們全都知道，數不盡的聖人聖女早已和聖母在天上相聚，期待著肉身的復活。可是，耶穌之母，納匝肋卑微的貞女，痛苦之母，十字架下的女子，如今在天主聖三的臨在中，那實在是瑪利亞進入正義的光榮之中，這應使所有基督徒對永生的奧祕充滿希望與敬畏。

我們年紀愈大，愈能體味到人生的悲哀和年老的痛苦。我們嚐到艱苦、失敗，以至朋友的背叛；我們的希望可能破

碎，計畫不能實現，夢想無法兌現。當我們竭力掙扎去忍受這些痛苦時，舉目向天，我們知道，偕同光榮復活的救主耶穌站在一起的，是祂特選的那位，而在她而言，他是她的救主、天主，又是她的兒子，這是多麼美麗而又令人驚奇的事。

榮福的童貞瑪利亞被冊立為后，此景被中世紀許多藝術家描繪得美麗絕倫，這端奧蹟鼓勵並吸引我們對永生懷著更大的希望。為此緣故，但丁在他的《神曲》中，用童貞瑪利亞的加冕，作為義人得救和吾主耶穌基督奧妙之愛的象徵，並以此為靈魂旅程的終結。

〔念天主經一遍、聖母經十遍、光榮頌一遍〕

祈禱

主耶穌基督，你的教會根據你聖言的最後一部《默示錄》，給了我們聖母加冕為母后的美麗景象，這是一切天朝神聖的光榮。她導引你得救的子民進入永生。聖母的光榮景象超乎我們的想像，但並不超乎心靈的界限。請賜我們聖寵，時刻提舉心神朝向這希望，並且幫助我們，在日常生活的奮鬥努力中，得到來世之光的指引。你和你的母親以天地的君王及母后的身分，偕同天主聖父及天主聖神，在那裡等候著我們。你是我們永恆的終向。阿們！



希望與光榮

一千多年前，本篤會一位嚴重殘障的修士真福赫曼（Blessed Herman of Reichenau, 1013~1054），他得了大腦麻痺症、脊柱裂及唇顎裂，但卻是個天才，給我們留下了一首美麗的經文，總括出整個救贖奧蹟的目標。這首經文名為〈母后萬福〉，適合所有基督徒在黑暗艱困的時刻誦念。除了聖母經之外，〈母后萬福〉也寫出了基督信徒敬禮童貞聖母的意義。在念玫瑰經之後，我們應該常常念：

母后萬福！仁慈的母親；
我們的生命，我們的甘飴，
我們的希望。
厄娃子孫，在此塵世，向妳哀呼。
在這涕泣之谷，向妳嘆息哭求。
我們的主保，求妳回顧，
憐視我們，一旦流亡期滿，
使我們得見妳的聖子、萬民稱頌的耶穌。
童貞瑪利亞，妳是寬仁的、慈悲的、甘飴的。

天主聖母，請為我們祈求，
使我們堪受基督的恩許。
阿們。

許多世紀之後，聖教會對聖母的敬禮加增了，在〈母后萬福〉之後加上了短短的祈求，直到第二屆梵蒂岡大公會議，人們通常也在彌撒後加上為俄羅斯皈依的禱文¹。其中一首經文呼求聖彌格天使，近日又在某些地方重新為人所誦念。至於另一首為教會的經文，在今日教會極度困難的時刻，實在值得多多誦念。經文如下：

天主，我們的憑依，我們的力量，求祢垂
顧祢的子民，悲懇求祢，藉著天主之母，童貞
聖母瑪利亞與她的淨配聖若瑟，以及聖伯鐸、
聖保祿宗徒和諸位聖人的轉達，祈求祢寬仁俯
聽我們，賞賜罪人悔改，聖教廣揚。我們這樣
祈求，因吾主耶穌基督。阿們。

¹ 有時候這經文稱為良經文（Leonine prayers），因為它源於教宗良十三世（Pope Leo XIII, 1878~1903）。



後記

隨身帶著玫瑰念珠，並以它作為你的良伴，這是個很好的主意。附著十字架苦像的小小聖物，提醒我們想到天堂，希望進入天堂；想到天主之子是如何捨棄自己、忍受身心的劇烈苦楚，才換得我們能擁有如此希望。願玫瑰經打開你的心扉，使你手指數著珠子時，也是希望得到永生的表示。

許多時，我看到一些貧窮的小孩，因為缺乏教導，會把玫瑰念珠佩戴在頸項上。有人會說：「啊！這是不對的」，但我從不去糾正他們，事實上，我給窮人們送出了上千串玫瑰念珠，他們很可能做出比把念珠掛在頸項上更不恰當的事。雖然他們在世上擁有的是那麼少，但他們擁有這標記，它已由聖母在露德和法蒂瑪的顯現所鞏固。為那些求聖母向天主轉求助佑的人而言，玫瑰經代表童貞聖母的力量與保護。請記得，教會已承認露德和法蒂瑪的聖蹟，在這些聖蹟中，聖母時常都手持玫瑰念珠。這對於任何一位忠心的教友，應該是足以相信的了。



敬禮聖母的最古老經文

現存對童貞瑪利亞最古老的經文，據信始於塞帝木（Septimius Severus, 193-211）及戴西烏（Decius, 249-251）皇帝大迫害時。不久之後，亞歷山大的主教斐奧拿斯（Patriarch Theonas of Alexandria）在埃及建造了一小堂，名叫聖母童貞瑪利亞天主之母小堂。從衣索比亞（Ethiopian）或科普特（Coptic）的禮儀中，我們得到這篇經文，早從第二世紀末已開始有人誦念：

啊！神聖的天主之母！我們奔赴妳前，求妳保護。啊！純潔而蒙福的，求妳不要忽視我們在考驗和危難中的哀禱，但救我們免於凶惡。

固然，聖母經的第一部分比這經文更為古老，因為它直接取自《路加福音》；可是它被編成禱文的時間則略晚於〈我們奔赴妳前〉！這篇經文。在今日教會充滿危機的時刻，所有天主教徒最明智的做法，就是奔赴童貞聖母瑪利亞之前，求她保護。教宗若望保祿二世也呼籲我們勤念玫瑰經。他自己是個充滿希望的教宗，也寫了許多有關希望的文章。而我

們這些習慣向蒙福的童貞聖母瑪利亞祈求，請她代為轉禱的人，體認到她的確是我們的救世主之母，我們的生命，我們的希望。

¹ 往往用原始題目 "Sub tuum praesidium" 。



譯後

前年，葛羅謝爾神父（Father Benedict Groeschel, C. F. R.）送給我他的新著 *The Rosary: Chain of Hope*，囑我把它譯成中文。我一點都沒有考慮便答應了（這是生平第一次翻譯由作者親自委派的作品）。如今才想起，大抵是直覺地被書名上「Chain of Hope」這幾個字所吸引吧。因為每主日黃昏，葛神父在天主教「永生之言」電視台（The Eternal Word Television Net Work，簡稱EWTN）所主持的節目中，多次提到「希望」的重要，經常給我們無限的鼓舞。在教會面臨艱困考驗與挑戰的今日，神父的一言一書實在是應時之作。

另一方面，或許我對神父有個人的偏愛，神父以古稀之年，仍風塵僕僕，不辭勞苦往返國內外各地主持退省、講道；往往飛機誤點而仍舊趕到節目現場主持節目。三年前神父慘遭車禍，幾乎失去生命，雖不斷在康復中，但行動上仍因此而受到限制，右手不能高舉，走路要靠手杖，坐著時必須有人扶持才能站起來，卻仍以超人的忍耐、樂觀、幽默的態度面對生命，甚至在家居會院時，也參與會士們在布郎士



（Bronx）區的扶貧工作，把每一分力量都獻給天主和世人，簡直是宗徒式的典範。

這一切一切促使我以更謙遜的心神，從翻譯中去體會、去存想天主的公義與仁愛，聖母的美善慈佑，以及她「爾旨承行」這句話所涵蓋的意義。我以無限感恩之心去感謝上主的一切恩惠，特別感謝祂給教會以無數聖人聖女，聖善的教宗、主教、神父、修女以至默默虔信的教友。

由玫瑰經，自然地想到聖母玫瑰之后。我又想到自己出生後不久，便在香港九龍玫瑰聖母堂領受聖洗的大恩，又在這聖堂中歡度了多少童年的歲月。祭台上高居於聖體龕上的聖母抱聖嬰的塑像，聖道明跪在右方，接受聖母授與玫瑰念珠；這形像至今仍無比清晰地留在我的記憶中。聖堂外左側的露德聖母山洞，又是我課餘到聖堂朝拜聖體時一併探訪的幽處。總之，在我一生中，不知多少次玫瑰聖母默默地護佑我，為我轉禱，有如她在加納婚宴中所作的。

世代以來，有關玫瑰經的敬禮和文字多如恆河沙數，這裡不必細述，然我得感謝葛羅謝爾神父為我們指出〈又聖母經〉的出處，這是我從沒有想到的問題。其次，神父補入教宗若望保祿二世的光明奧蹟，給我們對福音的默想以新的取徑。

兩世紀來，聖母一再顯現。二月十一日是露德聖母瞻禮，而五月十三日則是法蒂瑪聖母瞻禮，這譯本得以在這兩大慶節中間出版，可說饒有深意，實在是光啟文化事業同仁辛勞的成果。但願玫瑰經的誦禱加增我們的熱心，使我們切實效法聖母「爾旨承行」謙遜聽命的芳表。

二〇〇七年一月二十二日於愛荷華城



附錄

教宗若望保祿二世宗座牧函：
童貞瑪利亞玫瑰經



※此牧函之譯文由天主教台灣地區主教團秘書處提供，謹此致謝。

導言

1. 童貞瑪利亞玫瑰經，在天主聖神的引導下，於第二個千年中逐漸發展。這種祈禱受到許多聖人的喜愛，也受到教會訓導的鼓勵。它既單純又深入，即使在這剛開始的第三個千年，仍然是一種相當重要的祈禱，也定會帶來聖德的果實。玫瑰經祈禱在基督信仰的靈修道路上占有明確的地位。基督信仰雖歷經了兩千年，不但絲毫沒有失落其原始的新意，並且還感受到天主聖神在推動它「划向深處」，以便向世人再次宣講，甚至大聲疾呼：基督是主，是救主，他是「道路、真理和生命」（若十四 6），是「人類歷史的終向，是歷史和文明的理想所匯聚的焦點」¹。

玫瑰經雖具有敬禮聖母瑪利亞的特色，但它本質上是一個以基督為中心的祈禱。它以樸實的內容，濃縮出整個福音訊息的深意，可以說是福音的綜合綱要²。聖母瑪利亞因著天主在她童貞的胎中降生為人的救贖工程，而發出的永垂不

¹《教會在現代世界牧職憲章》45。

²教宗保祿六世，《聖母敬禮》勸諭（1974年2月2日）42: AAS 66（1974），153。

朽的《謝主曲》（*Magnificat*），在其中蕩漾迴旋。基督的子民藉著誦念玫瑰經而效法聖母瑪利亞，讓她領入默觀基督聖容之美的境界中，體嘗基督聖愛的深奧。藉著玫瑰經祈禱，信友汲取了豐富的恩寵，而且幾乎是從救主的母親手中接受的。

羅馬教宗與玫瑰經

2. 在我之前的許多位教宗都極為重視這個祈禱。其中特別值得一提的是教宗良十三世，他在一八八三年九月一日頒布了《最高使徒職務》通諭（*Supremi Apostolatus Officio*）³，藉著這個重要文件，他由此開始一系列地論述玫瑰經祈禱。他建議以玫瑰經作為對抗社會邪惡的精神利器。最近幾位教宗，自梵二大公會議以來，也致力於推廣玫瑰經，我願提及真福若望廿三世⁴，而尤其是教宗保祿六世，他在《聖母敬禮》勸諭中，本著梵二大公會議的精神，強調玫瑰經的福音特性，及以基督為中心的傾向。我自己也常鼓勵人多念玫瑰經。從我年輕時，這祈禱就在我的靈修生活中占有重要的地

³ 參閱 *Acta Leonis XIII*, 3 (1884), 280-289。

⁴ 特別值得一提的是他有關玫瑰經的牧函 *Il religioso convegno*（1961年9月29日）：AAS 53（1961），641-647。

位。最近我訪問波蘭，特別是在卡瓦里亞朝聖地（Shrine of Kalwaria）朝聖時，深深觸動了我的回憶。玫瑰經陪伴我度過喜樂和艱苦的歲月。我把諸多憂慮都交託給玫瑰經，也常能在玫瑰經中得到慰藉。廿四年前，即一九七八年十月廿九日，我當選教宗後剛兩個星期時，就坦承：「玫瑰經是我最喜愛的祈禱。這是極美妙的祈禱！因為它既單純又深奧……在某種意義上，玫瑰經可以說是梵二大公會議文獻《教會憲章》最後一章——論天主之母在基督及教會奧蹟中奇妙的臨在——的祈禱式註解。在聖母經經文的陪伴下，我們的靈目耀動著耶穌基督生命裡的重要事蹟，共同組成了歡喜、痛苦與榮福的奧蹟；我們可以說，這些奧蹟透過耶穌母親的心，使我們與耶穌有了活生生的共融。同時，我們的心也可以把個人、家庭、國家、教會，以及整個人類生命中的一切事件，舉凡個人的、他人的，尤其是我們最接近、最關心的人的事件，都可納入玫瑰經這幾十遍經文中。這樣，玫瑰經簡單的祈禱就隨著人類生命的韻律跳動」⁵。

親愛的弟兄姊妹，我曾用這些話把我教宗任內的第一年引入每日的玫瑰經祈禱的韻律之中。今天，我擔任伯鐸繼承

⁵ 三鐘經：*Insegnamenti di Giovanni Paolo II, I* (1978): 75-76。

人進入第廿五年的開始之際，我仍然渴望這麼做。這些年來，藉著玫瑰經，我由至聖童貞瑪利亞那裡領受了多少的恩寵！「我的靈魂頌揚上主！」我願以天主至聖之母所說的這句話來頌謝上主，並把我的伯鐸職務託付在她的庇護之下，向她說：我全屬於妳（Totus Tuus）！

玫瑰經年：二〇〇二年十月至二〇〇三年十月

3. 在經歷大禧年的慶祝之後所發表的《新千年的開始》宗座牧函中，我邀請天主子民「從基督再出發」⁶，現在我覺得繼此省思之後，有必要對玫瑰經做一反省，近似以聖母瑪利亞的精神作為那封牧函的圓滿結束，為勉勵大家效法基督至聖之母，並在她的陪同下一同瞻仰基督的面容。其實，誦念玫瑰經無非就是與聖母瑪利亞一起默觀基督的面容。為強調這項邀請，我願藉著前面提及的教宗良十三世那道通諭發表將近一百二十週年的機會，希望各個基督徒團體在這一年中特別重視和推動玫瑰經祈禱。因此我宣布今年十月至二〇〇三年十月為「玫瑰經年」。

我把這項牧靈指令交由各個教會團體自行推展。我無意

⁶ AAS 93 (2001), 285.

干擾各地教會的牧靈計畫，而是希望藉此使其更完備、更穩固。我深信大家會欣然熱烈地接納這個提議。若能重申玫瑰經的完整意義，必能帶領人進入基督徒生活的核心，並能為個人的默觀，為天主子民的培育，以及為新福傳提供一種通俗且有成效的靈修與教育的機會。我也樂意在梵蒂岡第二屆大公會議揭幕四十週年（一九六二年十月十一日）這另一個可喜的週年紀念中重申此事，那是天主聖神賜給我們這個時代的教會的「偉大恩寵」⁷。

對玫瑰經的異議

4. 這項建議的適時提出乃是基於幾個考量；首先，迫切需要面對玫瑰經所遇到的某些危機，這個祈禱在當前的歷史和神學環境中，有不當地被貶低價值，而不再教給下一代的危險。有人認為梵二大公會議既正確地強調以禮儀為中心，因此玫瑰經的重要性自然隨之減少。然而，就如教宗保祿六世明確肯定的，這個祈禱不但不與禮儀相抵觸，反而支撐禮

⁷ 在籌備該次會議的幾年中，教宗若望廿三世不斷鼓勵基督徒團體，為這件教會中的大事誦念玫瑰經，祈求大會成功圓滿：參閱 Letter to the Cardinal Vicar (1960年9月28日)：AAS 52 (1960)，814-816。

儀，因為玫瑰經是禮儀絕佳的前導，也是忠實的回響，使人得以全心參與禮儀，並在日常生活中獲得禮儀的神益。

或許也有人擔心玫瑰經有明顯恭敬聖母的色彩，因此缺少大公合一的性質。事實上，玫瑰經很清楚地是大公會議文獻中所敘述的那種對天主之母的敬禮，即以基督信仰的基督學為中心的熱心敬禮，好使「在敬禮聖母之際，也認識、愛慕、光榮其子基督」⁸。如果以適當的方法重新認識玫瑰經，那麼玫瑰經對大公合一運動必有所助益，而絕非阻礙！

默觀之路

5. 然而，重新鼓勵誦念玫瑰經最主要的原因，在於它是激勵信友默觀基督奧蹟極有效的方法。我在《新千年的開始》宗座文告中，將這種默觀祈禱當作一種真正的「成聖的培育」：「基督徒生活當在祈禱上出類拔粹」⁹。當代文化在許多的矛盾中興起一種新的靈修需求，也因為受到其他宗教的影響，我們基督徒團體比任何時候都更迫切需要成為「真正的祈禱學校」¹⁰。

⁸ 《教會憲章》66。

⁹ No. 32: AAS 93 (2001), 288.

¹⁰ Ibid., 33: loc. cit., 289.

玫瑰經是基督徒默觀祈禱中，最美好、最值得讚揚的傳統之一。它發源於西方，是一種典型的默想祈禱，在某些方面相當於那發源自東方教會的「內心的祈禱」或「耶穌禱文」。

為和平及為家庭祈禱

6. 某些歷史境況也增加了重振玫瑰經祈禱的時代意義。首先是急切需要懇求天主賜予和平的恩典。前幾位教宗及我自己曾多次提議以玫瑰經作為祈求和平的祈禱。第三個千年伊始，就發生二〇〇一年九月十一日的恐怖攻擊事件，而且每天在世界許多地方也可見到流血、暴力的事件；重新發現玫瑰經，意指潛心默觀基督奧蹟，基督是「我們的和平」，「他使雙方合而為一，並拆毀了中間阻隔的牆壁，就是雙方的仇恨」（弗二 14）。因此，誦念玫瑰經的人不可能不感到有促進和平的使命，尤其關注耶穌的故鄉，這個基督徒極其熱愛的聖地，至今處境仍十分嚴酷艱困。

當代的另一重大問題，就是家庭問題，同樣迫切需要我們的投身及祈禱。家庭是社會的細胞，但日益受到那些來自意識型態和實際層面的破壞力的危害，令人擔心這個基本且不可或缺的制度的未來，以及整個社會的未來。從較廣泛的家庭牧靈的範疇來看，重振基督徒家庭的玫瑰經祈禱，將有

助於反制這個時代危機的破壞力。

「看，你的母親！」（若十九 27）

7. 救主耶穌在臨終時，經由他所鍾愛的門徒，把教會全體子女託付給至聖童貞慈母的照顧：「女人，看，妳的兒子！」（若十九 26）許多標記顯示，童貞瑪利亞仍然希望在今天藉著這項祈禱，向教會的兒女表達她慈母的關切。大家都知道，在十九世紀和二十世紀之間，基督之母曾多次顯示她的臨在和她的訊息，藉以勸勉天主子民注重這種默觀式的祈禱。我要特別提出瑪利亞在露德和法蒂瑪的顯現¹¹，因為它們對基督徒的生活產生極大影響，並且獲得教會當局的承認；這兩處朝聖地一直吸引許多朝聖者前往尋求安慰與希望。

步武見證者的芳蹤

8. 無數聖人在玫瑰經祈禱中找到真正成聖的途徑，要舉出所有的名字是不可能的。在此僅列舉聖格里尼翁·蒙福（St. Louis Marie Grignon de Montfort），他曾寫了一本論玫瑰經的

¹¹ 我們都知道私下的啟示和公開啟示是不同的，後者與整個教會有關。為了教友的虔誠熱心，教會訓導必須分辨並承認私下啟示的真實性。

珍貴著作¹²；另一位是離我們較近，我最近有幸將他列入聖品的庇護神父（Padre Pio of Pietrelcina）。而真福龍果（Bartolo Longo）則具有特殊的神恩，是一位真正的玫瑰經宗徒。他的成聖之道來自內心深處聽到了一個啟示：「不論誰，凡推廣玫瑰經的，必得救！」¹³自此他感覺自己蒙召，要在龐貝古城的廢墟中建造一座教堂，獻給玫瑰聖母。龐貝城剛接受福音不久，就在公元七十九年，因維蘇威火山爆發而被掩埋，並在數世紀之後才從灰燼中重見天日，為古典文明的光明與黑暗作證。龍果藉著一生的工作，特別是「十五個星期六」的敬禮，推動了以基督為中心的、默觀式的玫瑰經，也得到有「玫瑰經教宗」之稱的良十三世的特別鼓勵和支持。

¹² 《玫瑰經的祕密》（*The Secret of the Rosary*）。

¹³ Blessed Bartolo Longo, *Storia del Santuario di Pompei*（Pompei, 1990），59.

第一章 與瑪利亞一起瞻仰基督

發光有如太陽的面容

9. 「他在他們面前改變了容貌，他的面貌發光有如太陽」（瑪十七 2）。福音中基督顯聖容的這一幕，在場的三位門徒——伯鐸、雅格和若望，似乎都因救主的美而出神，這一幕可以視為基督徒默觀的圖像。注視基督的面容，認出他在人世旅程中，平凡與痛苦的奧祕，進而窺見他光榮復活後坐在天父右邊所彰顯的神性榮耀。這就是每一位基督門徒的任務，因此也是我們的任務。在默觀基督的面容時，我們能開放自己，接納聖三生命的奧蹟，日新又新地體驗天父的愛、並歡躍於聖神的喜樂中。因此，我們可以像聖保祿一樣說：「我們眾人以揭開的臉面反映主的光榮的，漸漸地光榮上加光榮，都變成了與主同樣的肖像，正如由主，即神在我們內所完成的」（格後三 18）。

瑪利亞，默觀的楷模

10. 說到默觀基督，瑪利亞是一位無與倫比的楷模。聖子的面容以獨特的名義屬於瑪利亞。基督在瑪利亞胎中成形，從她取得了人的外貌，這表示他們在心靈上更為親密。沒有人像瑪利亞那麼專注地默觀基督的面容。從天使向她報喜，因聖神受孕之初，她心靈的眼目已經以某種方式注視他。往後幾個月，她開始感覺到他的臨在，也揣想他的面貌。當她在白冷生下耶穌，「用襁褓裹起，放在馬槽裡」（路二 7），她溫柔地注視她的兒子的臉。

此後，瑪利亞的注視總是充滿了崇敬與驚奇，而且從此不再離開他。這注視有時帶著疑問，像是在聖殿裡找他時：「孩子，為什麼你這樣對待我們？」（路二 48）這注視總是敏銳透澈的，能深深了解耶穌，直至體會他所隱忍的感受，預料到他的選擇，譬如在加納（參若二 5）。另一些情況中，這注視是憂傷的，特別是在十字架下時；還有些時候，這是一位「產婦」的眼神，因為瑪利亞不僅分擔她獨子的苦難與死亡，還接受耶穌以愛徒為代表將託付給她的新子女（參若十九 26~27）。在復活日清晨，她的注視閃耀著復活的喜樂；五旬節那天，這注視因聖神的傾注而熾熱無比（參宗一

14)。

瑪利亞的記憶

11. 瑪利亞的眼光總不離開基督，她珍惜他說的每一句話：「她把這一切事默存在自己心中，反複思索」（路二 19；參二 51）。耶穌的一切已深深銘刻在她的心中，永遠伴隨她，也使她不斷回想她與兒子一起生活的每個時刻。可以說，是那些記憶形成了「玫瑰經」，她在世時從不間斷地誦念著。

現今亦然，在天上耶路撒冷歡樂的歌聲中，她感謝及讚頌上主的理由始終未變。這促使她給予旅途教會慈母的關懷，在旅途教會中，她繼續講述她個人福音故事的情節。瑪利亞不斷地向信友提示聖子的「奧蹟」，希望藉著默觀這些奧蹟，而能施展所有的救恩能力。基督徒團體誦念玫瑰經時，就能與瑪利亞的記憶及注視產生共鳴。

玫瑰經是一種默觀祈禱

12. 正因為玫瑰經源自瑪利亞自己的經驗，所以是一個精美的默觀祈禱。如果缺少此一默觀的幅度，玫瑰經將會失去其意義，教宗保祿六世清楚地指出：「若沒有默觀，玫瑰經就像一具沒有靈魂的軀殼，其誦念有淪為機械式地重複形式的

危險；違背了基督的勸誡：『你們祈禱時，不要嘮嘮叨叨，如同外邦人一樣；因為他們以為只要多言，便可獲得垂允』（瑪六 7）。本質上，要以寧靜平和的節奏，慢慢地念玫瑰經，這樣，念的人才能深入地默想主耶穌生命的奧蹟，像是透過與上主最親近的瑪利亞眼光來瞻仰一樣。這樣，就能揭示這些奧蹟深不可測的豐富寶藏」¹⁴。

宜仔細思考教宗保祿六世這一深刻的見解，為能彰顯玫瑰經的某些層面，顯示玫瑰經真是一種以基督為中心的默觀祈禱。

與瑪利亞一起紀念基督

13. 瑪利亞的默觀主要是一種紀念。我們必須了解「紀念」（*zakar*）一詞在聖經裡的意思，就是藉著紀念使天主在救恩史中所完成的事工臨現於此時此刻。聖經是救恩事件的記述，在基督身上達到高峰。這些事件不只是「昨天」；它們也是救恩的「今天」。特別是在禮儀中，使這項臨在實現：天主在許多世紀前完成的事工，不但影響親身經歷那些事件的人，還藉所賜的恩寵繼續影響每個世代的人。以某種方式

¹⁴ 《聖母敬禮》勸諭（1974年2月2日）47: AAS（1974），156。

說，與這些救恩事件有關的各種熱心敬禮，也是如此：以信仰和愛的精神去「紀念」，就是接納基督以他的生命、死亡和復活奧蹟，為我們贏得的恩寵。

因此，雖然我們必須與梵二大公會議一起重申，作為基督司祭職的執行以及一種公眾敬禮的禮儀，是「教會行動的頂峰和教會力量的來源」¹⁵，同時也要記得，靈修生活「不只限於參加神聖禮儀。基督信徒固然蒙召共同祈禱，但也應該進入自己的內室，向在暗中的天父祈禱（參瑪六 6）；而且，按照保祿宗徒的教訓，應該不間斷地祈禱（參得前五 17）」¹⁶。玫瑰經以其獨特的方式，屬於這種多采多姿的「不間斷地」祈禱。如果說，禮儀——作為基督及教會的行動，是一個絕佳的救恩行動，那麼偕同瑪利亞一起「默想」基督的玫瑰經則是一個救恩性的默觀。我們沉浸在救主一生的奧蹟中，致使基督的所做所為，以及藉禮儀而臨現的救恩事件，深深地將我們同化，也塑造我們的生命。

從瑪利亞認識基督

14. 基督是最傑出的導師，是啟示者，也是啟示本身。因此

¹⁵ 《禮儀憲章》 10。

¹⁶ 同上， 12。

我們不僅要學習他所教導的，也要「認識他」。在這方面，除瑪利亞外，還能有更好的導師嗎？從屬神的觀點來看，聖神是人內心的導師，帶領我們走向基督的一切真理（參若十四 26；十五 26；十六 13）；但是，在全人類中，沒有人比瑪利亞更認識基督，沒有人比基督的母親更能帶領我們深入了解他的奧祕。

耶穌所彰顯的第一個「標記」——在加納婚宴中變水為酒，正給我們指出瑪利亞如何以導師的身分，囑咐僕人照基督的吩咐行事（參若二 5）。我們可以想像得到，在耶穌升天後，她伴隨門徒一起等候聖神降臨，及當他們開始執行使命時支持他們，她也做了門徒的導師。與瑪利亞一起默觀玫瑰經中的情景，就是進入瑪利亞的學堂內，以學習「閱讀」基督，體會他的奧祕，了解他的訊息。

如果我們想到，瑪利亞藉著為我們求得聖神豐富的恩寵來教導我們，甚至以她自己的「信仰旅途」¹⁷作為我們最好的榜樣時，這所「瑪利亞學堂」就格外能產生效果了。當我們默觀她聖子生命中的每一奧蹟時，她邀請我們學習她在領報時的態度：謙虛地提出能使我們得到光明的問題，以致終

¹⁷ 《教會憲章》58。

能在信德中服從：「我是上主的婢女，願照祢的話成就於我！」（路一 38）

與瑪利亞一起肖似基督

15. 基督信仰的靈修特色，就是門徒致力於日益肖似師傅（參羅八 29；斐三 10，12）。在領洗時聖神傾注在信友身上，像接枝一樣，把信友接到基督這棵葡萄樹上（參若十五 5），使他成為基督奧體的一分子（參格前十二 12；羅十二 5）。然而這初步的結合，要求門徒越來越相似他，即日漸按照基督的心意改變其作為：「你們該懷有基督耶穌所懷有的心情」（斐二 5）。用聖保祿宗徒的話來說，我們應該「穿上主耶穌基督」（參羅十三 14；迦三 27）。

玫瑰經的靈修旅程是在瑪利亞的陪伴下，時時默觀基督的面容；在這個旅程中，我們蒙召透過一種可稱之為「友誼」的密切來往，而得以達到「相似基督」的崇高理想。這樣很自然地使我們能進入基督的生命內，好似讓我們分享他最深處的感受。關於這點，真福龍果寫過：「就像兩個朋友，如果常在一起，彼此的生活習慣會變得很相似，因此，我們如果與耶穌及童貞瑪利亞常親密地交談、默想玫瑰經的奧蹟，藉著領聖體活出同一個生命，我們雖然卑微，也能與他

們相似，從他們的崇高典範中學習謙遜、貧窮、退隱、耐心和完美的生活」¹⁸。

借助玫瑰經以肖似基督的過程中，我們特別把自己託付於至聖童貞的慈母照顧。她既是基督的母親，也是教會的一員，她確實是「教會最崇高、最卓越的成員」¹⁹，同時也是「教會之母」。這樣，她繼續為她聖子的奧體生育子女。她以自己的代禱，懇求聖神賜給他們豐沛的神恩。她是教會母性最完美的畫像。

玫瑰經很奧妙地把我們領到瑪利亞的身邊，她在納匝肋的家中忙著照顧基督人性的成長。她以同樣的心思來教導我們、塑造我們，直到基督在我們內「完全形成」（參迦四19）。瑪利亞的慈母角色，完全以基督為本，且徹底隸屬於基督，「絲毫不遮掩或減削基督為唯一中保的意義，反而顯出其力量」²⁰。這是梵二大公會議所表達的光輝原理，而我自己也有過這種強烈的體驗，因此我以「全屬於妳」（*Totus Tuus*）²¹ 做為我牧徽的格言。這句格言當然是得自聖格里尼

¹⁸ *I Quindici Sabati del Santissimo Rosario*, 27th ed. (Pompei, 1916), 27.

¹⁹ 《教會憲章》53。

²⁰ 同上，60。

²¹ 參閱《向全羅馬和全世界》（*Urbi et Orbi*）的首篇廣播文告（1978年10月17日）：AAS 70（1978），927。

翁·蒙福的教導，他曾下面的話來說明瑪利亞在我們仿效基督的過程中所扮演的角色：「我們的成全在於相似、結合及奉獻於耶穌基督，因此在所有敬禮中，最完美的無疑是那能使我們全然地與基督相似，與他結合並為他而奉獻的敬禮。由於瑪利亞是一切受造物中最相似耶穌基督的一位，所以在各種敬禮中，最能使人聖化並相似吾主的，就是敬禮瑪利亞，他的至聖母親，人愈是把自己奉獻給她，就愈能把自己奉獻給耶穌基督」²²。從未有像玫瑰經一樣，把耶穌的生命與瑪利亞的生命如此密切結合在一起。瑪利亞只生活在基督內，也只為基督而生活！

與瑪利亞一起向基督懇求

16. 耶穌邀請我們以堅忍和信心祈求天主，以獲得垂允：「你們求，必要給你們；你們找，必要找著；你們敲，必要給你們開」（瑪七 7）。這個祈禱的力量，是基於天父的慈善，但也是由於基督親自作了我們的中保（參若壹二 1），以及天主聖神的工作，祂按天主的旨意「代我們轉求」（參羅八 26~27）。因為「我們不知道如何祈求才對」（羅八

²² *Treatise on True Devotion to the Blessed Virgin Mary.*

26)，而且有時「因為我們求的不當」（雅四 2~3），而未蒙天主垂聽。

基督和聖神在我們心中激起祈禱，瑪利亞則以慈母的轉求支持我們的祈禱。「教會的祈禱可說是由瑪利亞的祈禱帶動」²³。如果耶穌，唯一中保，是我們祈禱的「道路」，那麼瑪利亞，他最純潔、最透明的反映，則給我們指點這條「道路」。「以瑪利亞與聖神化工的獨特合作為出發點，教會發展出對天主之母的祈禱，這祈禱集中在基督一生的奧蹟上」²⁴。在加納婚宴中，瑪利亞將人們的需要告知耶穌：「他們沒有酒了」（若二 3），此段福音清楚地顯示了瑪利亞轉求的力量。

玫瑰經是默觀祈禱，也是求恩祈禱。堅持向天主之母祈禱，是基於信任藉由慈母的轉求，能從她愛子的心中，得到一切所求。在真福龍果《向聖母祈求》²⁵的書中有一大膽的

²³ 《天主教教理》2679。

²⁴ 同上，2675。

²⁵ *The Supplication to the Queen of the Holy Rosary* was composed by Blessed Bartolo Longo in 1883 in response to the appeal of Pope Leo XIII, made in his first Encyclical on the Rosary, for the spiritual commitment of all Catholics in combating social ills. It is solemnly recited twice yearly, in May and October.

說法：她「因天主的聖寵而無所不能」，當然這個說法必須正確地了解。這是一個信念，始於福音，並在基督信徒的經驗中日趨堅定。大詩人但丁藉聖納德（St. Bernard）所吟唱的詩句，美妙地表達了這一點：「聖母瑪利亞，妳是如此偉大，如此有能力，任何人若要祈求恩寵卻不轉向妳，無異妄想無翅而飛行」²⁶。在玫瑰經中我們偕同瑪利亞——天主聖神的聖所（參路一 35）一同祈禱時，她在那位賜她充滿聖寵的天父前、也在那位出自她母胎的聖子前，為我們代禱，她與我們一同祈禱，並為我們祈禱。

與瑪利亞一起宣講基督

17. 玫瑰經也是宣講及加深認識基督奧蹟的途徑；在玫瑰經裡，基督的奧蹟以基督徒信仰經驗中的各種不同層次一再呈現。其呈現的方式是祈禱式的、也是默觀式的，能按基督的心意來培育基督徒。誦念玫瑰經，尤其是在堂區及朝聖地舉行的團體禮儀中誦念時，若能兼顧一切有助於做好默想的要素，就是一個很重要的教理講授機會，堂區神父應該善加利用。我們的玫瑰之后就以這種方式繼續宣講基督。由玫瑰經

²⁶ 《神曲》天堂篇，XXXIII, 13-15。

的歷史可知，當教會面臨異端橫行的困難時，道明會士特別以這個方式祈禱。今天我們正面臨新的挑戰，為什麼不秉著前人同樣的信心，再次求助於玫瑰經呢？玫瑰經保留著它全部的力量，也一直是每一位善於傳播福音者十分可貴的牧靈資源。

第二章 基督的奧蹟——聖母的奧蹟

玫瑰經，「福音的綱要」

18. 學習默觀基督面容的唯一方法，就是在聖神內聆聽天父的聲音，因為「除了父以外，沒有人認識子」（瑪十一 27）。在斐理伯的凱撒勒雅境內，當伯鐸向耶穌宣示信仰時，耶穌指出這一確認他真實身分的靈感來源：「不是肉和血啟示了你，而是我在天之父」（瑪十六 17）。因此，我們需要的，是從上而來的啟示。為了接受天主的啟示，必須要專注地聆聽：「只有靜默與祈禱的經驗，才能提供適當的心境，使人對天主奧祕的認知愈來愈真實、忠信且一致」²⁷。

玫瑰經是指引人默觀基督面容的傳統方法之一。教宗保祿六世這樣說：「玫瑰經是一種福音祈禱，以降生的救贖奧蹟為中心，所以玫瑰經祈禱清楚地具有以基督為中心的導向。它最具特色的部分，即串珠式一遍又一遍的聖母經，本

²⁷ 若望保祿二世宗座文告《新千年的開始》（2001年1月6日）
20: AAS 93（2001），279。

身就成為對基督不停的讚頌，因為天使報喜以及洗者若翰的母親的致敬最後都是指向基督：『妳的胎兒是蒙祝福的』（路一42）。我們還要進一步說，一遍遍的聖母經，構成了一根經線，在上面編織出對奧蹟的默觀。每一遍聖母經所提及的耶穌，就是接下來一連串奧蹟向我們提出的同一位耶穌，既是天主之子，也是童貞瑪利亞之子」²⁸。

補全玫瑰經傳統的一個建議

19. 在基督生活中有許多奧蹟，但目前玫瑰經最普遍且受到教會當局所鼓勵的形式，僅指出其中少數的幾個奧蹟。這樣的選擇是來自玫瑰經祈禱的原始脈絡，即由一百五十遍聖母經所構成，以符合聖詠一百五十篇為基準。

然而我認為，要充分表達玫瑰經裡基督學的深度，宜於在傳統的形式上再作增加，包括自基督受洗後到苦難前的公開傳教時期的奧蹟；至於是否採行，則完全由個人及團體自由決定。因為在這些奧蹟中，我們默觀基督這人的重要面貌，他是天主決定性的啟示。基督在約旦河受洗時，被天父宣稱為愛子，是他宣布了天國的來臨，以行動為此作證，並

²⁸ 《聖母敬禮》勸諭（1974年2月2日）46:AAS 6（1974）,155。

宣講天國的要求。就是在他公開傳教的期間，完全昭示出基督奧蹟就是光明的奧蹟：「當我在世界上的時候，我是世界的光」（若九5）。

因此，為使玫瑰經成為更完整的「福音綱要」，很適合在默想基督降生成成人和隱居生活（歡喜奧蹟）之後，他受難的痛苦（痛苦奧蹟）及復活的勝利（榮福奧蹟）之前，默想基督公開生活中某些具有特殊意義的時刻（光明奧蹟）。建議增加新的奧蹟，不會對這祈禱的傳統格式構成任何本質上的傷害，其目的是賦予玫瑰經嶄新的生命，並在基督徒靈修中重新燃起對玫瑰經的興趣，以它作為深入基督內心深處——喜樂和光明、痛苦和榮福之海洋的真正門戶。

歡喜奧蹟

20. 第一個五端，即「歡喜奧蹟」，洋溢著降生事件所帶來的喜樂。這從第一個奧蹟——天使報喜，就很清楚：天使佳播向納匝肋童貞女的問候，與進入默西亞喜樂的邀請相連：「喜樂吧，瑪利亞」。整個救恩史，甚至整部世界歷史，都導向這句問候。如果天父的計畫是「使上天下地的一切都總歸於基督」（參弗一10），那麼整個宇宙都以某種方式接受天主的恩寵，因為天父俯就瑪利亞，使她成為祂聖子的母



親。同樣，整個人類也因著瑪利亞即刻承行主旨，而回應了天主的聖意。

瑪利亞與麗莎會面的一幕，也充滿喜樂，瑪利亞的聲音和基督在她腹中的臨在，使若翰「歡喜踴躍」（參路一44）。眾天使歌頌救世主聖嬰的誕生，並向牧羊人宣報這個「大喜訊」時（路二10），白冷城也喜氣洋洋。

最後兩個奧蹟，雖然仍保有歡喜的氣氛，但已是未來悲劇的預兆。聖母獻耶穌於聖殿，固然表達了奉獻的喜樂和老邁的西默盎的無限欣喜；但也預言性地指出這個孩子將成為以色列人「反對的記號」，以及他母親的心將被一把利劍刺透（參路二34~35）。第五端奧蹟，耶穌十二歲在聖殿的那一幕，也交織著欣喜與悲感。在這裡，他聆聽、發問，顯出天主性的智慧，儼然是「施教者」的本色。聖子全心致力於天父的事業的奧蹟，就是宣告福音的徹底性，這個要求使人間最親密的關係，在面對天國的絕對要求時，也受到挑戰。瑪利亞和若瑟既擔心又焦慮，也「不明白」他所說的話（路二50）。

因此，默想「歡喜」奧蹟，意即進入基督徒喜樂的最終理由和最深的意義中。其重點就是降生成人的奧蹟以及隱約預示的救恩性受難奧蹟。瑪利亞帶領我們了解基督徒喜樂的

祕密，提醒我們基督信仰首先就是「喜訊」，這項喜訊的中心以及其全部內容就是耶穌本身，成為血肉的聖言，世界唯一的救主。

光明奧蹟

21. 從耶穌的童年和在納匝肋的隱居生活，進入耶穌公開傳教時期，我們的默觀就轉移到那些可以特別稱之為「光明奧蹟」的事件上。其實，基督的整個奧蹟就是光明的奧蹟。他是「世界的光」（若八12）。然而，是在他公開生活，宣講天國福音的那幾年，這個幅度特別明顯。若要向基督徒團體提出基督這個階段生活中的五個重要時刻——「光明」的奧蹟時，我認為可以明確地指出：(1)他在約旦河受洗；(2)在加納婚宴中自我啟示；(3)宣講天主的國，勸人悔改；(4)榮顯聖容；(5)建立聖體聖事，逾越奧蹟的聖事性表達。

這些奧蹟中的每一個都是天國已經臨在耶穌身上的啟示。在約旦河受洗是第一個光明奧蹟。當這位本是無罪，卻為了我們的緣故成了「罪」（參格後五21）的基督進入水中時，天開了，天父的聲音宣告他是天父的愛子（參瑪三17及相關章節），聖神降臨到他身上，賦予他將要履行的使命。基督在加納初顯徵兆（參若二1~12）也是一個光明的奧蹟，

他因著眾信徒之首瑪利亞的介入，變水為酒，開啟門徒的心，使他們有了信德。另一個光明奧蹟是耶穌宣講天國的來臨，勸眾人悔改（參谷一 15），並赦免那些懷著謙卑與信賴投奔他的人的罪（參谷二 3~13；路七 47~48）。他開始這項仁慈的牧職，將特別透過他託付給教會的和好聖事（參若廿 22~23）繼續執行，直到世界末日。至於最卓著的光明奧蹟，則是耶穌顯聖容，傳統上認為它是發生在大博爾山上。當基督的面容閃耀著天主的神性光輝時，天父要求神魂超拔的宗徒們「聽從他」（參路九 35 及對應的章節），準備與他共度受難的時刻，為能共享復活的喜樂，及聖神所改變的新生命。最後一端光明奧蹟是建立聖體聖事，在此聖事中，基督藉著餅與酒的形象，以自己的身體和血作為食糧，證明他愛人類「愛到底」（若十三 1），就是為了人類的得救，他奉獻自己作為犧牲。

在這些奧蹟中，除了加納婚宴外，瑪利亞都身處幕後。福音中只有很少幾處簡短提及她偶而在耶穌講道的場合出現（參谷三 31~35；若二 12），絲毫沒有提到她在耶穌建立聖體聖事時臨在晚餐廳中。然而她在加納婚宴中所擔任的角色，以某種方式伴隨著基督的傳教生活。在約旦河受洗時，直接來自天父的啟示以及洗者若翰的響應，都已在加納時，

出現在瑪利亞的口中，並成為瑪利亞對每一時代的教會重大的慈母家訓：「他無論吩咐你們什麼，你們就做什麼」（若二 5）。這個訓諭能妥善引領我們進入基督公開傳教生活中的宣講與標記，它也使每個「光明奧蹟」都與瑪利亞有關係。

痛苦奧蹟

22. 四部福音都特別重視基督的痛苦奧蹟。向來，教會的敬禮，特別是在四旬期，藉著拜苦路深入默想耶穌受難的每個時刻，意識到這是天主啟示祂的愛的頂峰，是我們得救的根源。玫瑰經選擇了耶穌受難的幾個時刻，邀請祈禱者以心神默觀，並加以重溫體驗。這一連串的默想從革責瑪尼山園開始，基督在那裡經歷了極度憂悶的時刻，軟弱的肉身有著抗拒天父旨意的誘惑。在那裡，基督置身於人類的各種誘惑中，勇敢對抗人性的種種罪過，為能向天父說：「不要隨我的意願，唯照祢的意願成就吧！」（路廿二 42 及相關章節）。他以「順命」取代了原祖父母在伊甸園的「拒絕」。為承行天父旨意所要付出的代價，呈現在接下來的幾個奧蹟中；受鞭打、戴茨冠、背十字架上加爾瓦略山、死於十字架上，為此他承受了最大的凌辱：「看，這個人」（Ecce homo）！

這個凌辱不但啟示了天主的愛，也啟示出人自身的意

義。「看，這個人！」誰要了解人的意義、人的起源以及人的圓滿，就必須在基督內去認識，他是天主，因著愛而屈尊就卑，「直到死亡，而且死在十字架上」（斐二 8）。痛苦奧蹟帶領信友再次體驗耶穌的死亡，讓自己設身處地站在十字架下，站在瑪利亞身邊，與她一起進入天主對人之愛的深處，並體驗這個賜予生命的力量。

榮福奧蹟

23. 「默觀基督的面容時，不能僅止於被釘者的形象。他是復活的主！」²⁹ 玫瑰經一向都表達這個信德上的認知，邀請信友超越受難的黑暗，以注視復活與升天的基督的光榮。基督徒默觀復活的主，能重新發現自己信仰的理由（參格前五 14），而且，不僅體驗到那些得享基督復活顯現的人的喜樂，如宗徒、瑪麗德蓮，以及厄瑪烏路上的兩位門徒的喜樂，也再次體驗瑪利亞的喜樂，她必定同樣強烈地體驗到她光榮復活之子的新生命。基督升了天，光榮地坐在聖父右邊，瑪利亞也在她升天時享受同樣的榮耀，這是由於她蒙受特殊的恩寵，使她預先領受義人肉身復活的尊榮。最後，如

²⁹ 若望保祿二世宗座文告《新千年的開始》（2001年1月6日）28: AAS 93 (2001), 284。

同榮福五端所提出的，她充滿光榮，超群出眾，是天使及諸聖人之後，是教會末世境界的預顯及高峰。

在聖子和其母親獲享榮福的整個奧蹟中，玫瑰經以聖神降臨作為居中的榮福三端；它顯示教會的面貌，如同是一個與瑪利亞結合在一起的大家庭，因聖神傾注而充滿活力，並準備好實行福傳使命。默觀此一奧蹟，就像默觀其他的榮福奧蹟一樣，應該引領信友更活潑地意識到他們在基督和教會內的新生命，聖神降臨本身就是這生命最好的寫照。因此榮福奧蹟增強信友對末世目標的期盼，而他們就是以天主子民的身分穿越歷史，走向末世。這個希望不能不催迫他們勇敢地為那賦予他們整個存在意義的「喜訊」作證。

從「眾奧蹟」到「中心奧蹟」：瑪利亞之路

24. 玫瑰經所提供的循環的默想，當然是不完備的，但它提出重要的，激發人的心靈渴望認識基督，這渴望將不斷地由福音純真的源泉中獲得滋養。基督生命中的每一個個別事件，正如聖史所記述的，都閃耀著這遠超過人所能理解的奧蹟的光芒（參弗三 19）：聖言成為血肉的奧蹟，在他內「真實地住有整個圓滿的天主性」（哥二 9）。因為這個原因，《天主教教理》非常強調基督的奧蹟，指出「耶穌一生中的

每一件事，都是他奧蹟的標記」³⁰。第三個千年的教會要「划向深處」，端賴基督徒是否能「充分地認識天主的奧祕——基督，因為在他內蘊藏著智慧和知識的一切寶藏」（哥二 2~3）。《厄弗所書》向每位受洗者表達熱切的祈願：「願基督因著你們的信德，住在你們心中，叫你們在愛德上根深蒂固，奠定基礎……並知道基督的愛是遠超人所能知的，為叫你們充滿天主的一切富裕」（三 17~19）。

玫瑰經有助於達成這個理想；它為我們提供一項簡易，但又能深入、內在地認識基督的「祕訣」。我們可以稱之為瑪利亞之路。這是納匝肋童貞女，一位有信德、靜默與傾聽的婦女的表樣之路。這也是敬禮瑪利亞之路，由於知道基督和他母親之間不可分離的關係：基督的奧蹟，從某種意義說，也是瑪利亞的奧蹟，即使她並不直接包含在內，因為她是藉著基督，為基督而生活。若把聖母經中天使佳播及麗莎的話，變成我們自己的話，我們就會不斷地受到推動，要在瑪利亞的懷中和心中，重新尋找「她母胎中蒙受祝福的果實」（參路一 42）。

³⁰ 515 號。

基督的奧蹟，人的「奧蹟」

25. 前面提到過，我在一九七八年曾作證說，玫瑰經是我最喜愛的祈禱，有一個概念我願意再提出來，當時我說：「玫瑰經這個單純的祈禱，標示了人類生命的律動」³¹。

依據前述有關基督奧蹟的反省，要深究玫瑰經的人類學意義並不難，它其實比表面所見的更為深入徹底。誰若默觀基督生命的各階段，不可能不在他內發現人的真理。梵二大公會議文獻對此鄭重肯定，自從發表《人類救主》通諭後，我常在訓導中討論這一點：「事實上，人的奧蹟只能在聖言降生為人的奧蹟中才能發放光明」³²。玫瑰經能幫助人向這光明開放。基督「重建」³³、揭示並救贖了人生的路途，當信友遵行基督的道路時，便立身於這位真人的形象前。默觀基督的誕生，信友認識生命的神聖；注視納匝肋的聖家，會了解家庭在天主計畫中的原始真理；傾聽基督導師公開傳教生活中的奧蹟，就獲得進入天主國的光明；追隨他走向加爾瓦略山時，學會認識使人得到救贖之痛苦的意義。最後，瞻

³¹Angelus Message of 29 October 1978: *Insegnamenti*, I (1978), 76.

³²《論教會在現代世界牧職憲章》22。

³³參閱聖依仁《駁斥異論》，III, 18, 1: PG 7, 932。

仰光榮中的基督和他的母親時，將會看到我們每一個人蒙召要完成的目標——只要我們肯接受天主聖神的治癒和改變。我們可以說，如果能好好默想玫瑰經的每一端奧蹟，也必能照亮人的奧蹟。

基於這個理由，把生命中的許多問題、憂慮、勞苦和計畫都帶到這位人類神聖救主面前，也就成為很自然的事。

「將你的重擔卸交上主，祂必扶持你」（詠五五 23）。用玫瑰經來祈禱，意味著把我們的重擔交託給基督和他母親的仁慈心腸。在廿五年後的今天，回想我執行伯鐸職務中所遇到的困難，我感到需要再次呼籲，並熱忱地邀請大家親身作此體驗：玫瑰經的確「標示了人類生命的韻律」，為能在與天主聖三共融的喜樂中，與天主「生命的韻律」和諧一致，這是我們生命的目的及終極的願望。

第三章

「為我，生活原是基督」

玫瑰經，與奧蹟同化的道路

26. 玫瑰經以其獨特的方式，所提供的基督奧蹟的默想，能幫助我們與奧蹟同化。這是一種重複誦念的方法。經文以聖母經為主，在每一端奧蹟中誦念十遍。如果以膚淺的方式來看這種反復誦念，就容易覺得玫瑰經枯燥無味。然而，若是把玫瑰經視為愛的表達，那就大不相同了，愛意綿綿，儘管表達的方式大致相似，但縷縷情思可是歷久彌新，永無窮期。

在基督身上，天主的確取了一顆「血肉之心」。天主不但有一顆充滿仁慈和寬恕的神性之心，也有一顆熱情洋溢的人性之心。如果要從福音裡找證明，在基督復活後與伯鐸的動人對話中就很容易看到：「若望的兒子西滿，你愛我嗎？」他問了三次，伯鐸也三次回答：「主，你知道我愛你」（參若廿一 15~17）。這段對伯鐸的使命至關重要的章節，除了特定的意義外，誰都不能不承認這三次的重複問答的確很美，再三地探問和相應的回答，用的是普天之下在愛中的人

所熟悉的用語。為了解玫瑰經，就必須深入愛所特有的生動的心理學。

有一件事很清楚：雖然反復誦念聖母經，是直接以瑪利亞為對象，但這愛的行動，最後還是偕同她，並藉著她而歸向耶穌。反復誦念玫瑰經，其動力來自渴望日益完美地肖似基督，這是基督徒生活真正的「途徑」。聖保祿曾滿懷熱火說道：「在我看來，生活原是基督，死亡乃是利益」（斐一 21）。他又說：「我生活已不是我生活，而是基督在我內生活」（迦二 20）。玫瑰經就在幫助我們日益肖似基督，直到我們真正地成聖。

一個有效的方法……

27. 我們與基督的關係也須借重於方法的幫助，關於這點不足為奇。天主與人交往時，尊重我們的人性和生命的韻律。正因為如此，即使基督徒的靈修以神祕的靜默為最高境界，在這種境界中，任何形象、言語和舉止等，都被人與天主那種不可言喻的密切結合所取代；然而一般而論，基督徒的靈修仍需要整個人的投入，包括現實複雜的心理、生理和各種關係。

這在禮儀中尤其明顯。聖事和聖儀由一連串的儀式組

成，關連到人的許多層面。非禮儀性的祈禱也有同樣的要求。有件事實肯定這一點，東方教會最具特色的祈禱是以基督為中心的默想，它以：「主耶穌基督，天主子，可憐我罪人」³⁴這句呼求為中心，傳統上在誦念時要配合呼吸的節奏；這個做法有助於恆心祈禱，同時也以某種方式具體表達渴望基督成為自己生命的呼吸、靈魂和「一切所有」。

……然而仍可以更好

28. 我在《新千年的開始》宗座文告中提到，今天西方社會又重新感到默觀祈禱的需要，這種默觀祈禱有時以更富吸引力的方式存在其他的宗教裡³⁵。有些基督徒由於對基督信仰傳統的默觀認識有限，因而受到其他宗教那些方式的吸引。雖然後者也含有積極的成分，有時且與基督徒的經驗相容，但它往往隱含著我們不能接受的想望。其中頗風行的是利用精神與肉體上重複式的、象徵式的技巧，以達到高度聚精會神的目標。玫瑰經也處於這種宗教現象的大範疇中，但它具有自己的特色，能符合基督信仰典型的需要。

事實上，玫瑰經無非是一種默觀的方法，既是方法，就

³⁴ 《天主教教理》2616。

³⁵ 參閱《新千年的開始》33: AAS 93 (2001), 289。

應根據目的予以善用，方法本身不能成為目的。然而，它是積數百年經驗的成果，因此這個方法不能等閒視之，無數聖人都喜愛這種祈禱方法。雖然如此，這並不表示它沒有改進的餘地，這就是在本牧函中提議增加「光明奧蹟」，以及在誦念方式上做某些建議的用意。在尊重玫瑰經祈禱既有的結構下，我願藉此建議，幫助信友了解其豐富的象徵意義，並能結合於日常生活的需求。否則，玫瑰經不但無法產生預期的靈修效果，甚至有使常用的玫瑰念珠淪為某種護身符或魔術用品的危險，這就徹底扭曲了玫瑰經的意義和功能。

宣示各端奧蹟

29. 宣示各個奧蹟，最好同時也用一幅描繪奧蹟的聖像，就如同開啟一個場景，能使注意力集中在那上面。宣示奧蹟的言詞，引導人的想像和心靈專注於基督生命中的某一特定事件或時刻。在教會傳統的靈修中，不論是敬禮聖像、富於感官作用的許多熱心神工，以及聖依納爵·羅耀拉在《神操》中所推薦的方法，都借用視覺及想像的要素，他們認為這樣能有效地幫助人把心思集中在特定的奧蹟上。再者，這也合乎「天主降生為人」所含有的邏輯：天主願意在耶穌身上取得人的面貌。透過他的身體，我們可以接觸到他神性的奧祕。

宣示玫瑰經的各端奧蹟，也符合這個具體的需要。當然，這些奧蹟既不能取代福音，也未涵蓋其全部內容。因此玫瑰經不能取代「誦讀聖言」（lectio divina），而是以誦讀聖言為前提，並推動聖言的誦讀。雖然玫瑰經所提示默觀的奧蹟，包括新增加的「光明五端」，仍只限於基督生命中的主要部分，但藉著它們，我們的心靈能夠很容易擁抱整個福音的其他部分，特別是當我們以較長時間、收斂心神來念玫瑰經的時候。

聆聽天主聖言

30. 為了給玫瑰經默想提供聖經基礎並使默想更深入，可以在宣示每一端奧蹟後，再宣讀一段相關的聖經章節，其長短視情況而定。事實上，沒有其他話語比聖言更有效力了。聆聽時，應知這是天主的聖言，是為今天，及「為我」而說出的。

以這樣的態度聆聽聖言，天主聖言就能成為玫瑰經重複誦念經文方法中的一部分，而不會因為總是重複早已熟知的內容而感到索然無味。聆聽聖言不是回憶內容，而是讓天主「說話」。在某些隆重的、團體的儀式中，可以用簡單的講解適當地闡明這些聖言。



靜默

31. 靜默有助於聆聽和默想。宣示奧蹟及宣讀聖言之後，開始口禱之前，宜暫停一段適當的時間，為能把注意力集中在默想的奧蹟上。重新發現靜默的價值，是做好默觀和默想的祕訣之一。在這個受科技和媒體主導的社會裡，愈來愈難得靜默。正如禮儀中要求有靜默的時刻，念玫瑰經時，在聆聽天主聖言後，當心靈集中於所默想的奧蹟上時，也應該有短暫的靜默時刻。

天主經

32. 聆聽聖言、潛心默想奧蹟後，我們會很自然地舉心歸向天父。在每一端奧蹟中，耶穌帶領我們走向天父，耶穌自己不斷地投向天父，因為他憩息在天父懷中（參若一 18）。他願意我們與天父親密地往來，使我們與他一起稱呼天主為：「阿爸，父呀！」（羅八 15；迦四 6）基督因著他與天父的關係，把他自己的聖神，也是天父的聖神通傳給我們，使我們成為他的弟兄姊妹，也使我們互為弟兄姊妹。

天主經是默想基督與聖母的基礎，這個默想隨著重複誦念聖母經中逐漸展開。天主經使我們在默想奧蹟時，即使是

個人單獨默想，也能體驗到教會的幅度。

十遍聖母經

33. 這是玫瑰經中分量最重的部分，也因為聖母經才使玫瑰經成為絕佳的瑪利亞的祈禱。然而當我們正確地了解聖母經時，就會清楚地發現玫瑰經所具有的瑪利亞特色，並不與它的基督學特色對立，反而還強調並凸顯這個特色。事實上，聖母經的前一部分內容，取自天使佳播以及聖婦麗莎對瑪利亞所說的話，是對天主在納匝肋的童貞女身上完成的奧蹟所作的崇拜式的默觀。可以說，這些話表達上天與下地的崇敬；而從某種意義說，也是讓我們瞥見天主在靜觀自己的「傑作」——聖子在童貞瑪利亞腹中降生成人時，所流露出的讚嘆。正如同《創世紀》中天主「看了祂造的一切」（創一31），即「天主在創造之初，看到自己雙手的造化時，所激起的感情」³⁶。在玫瑰經中重複誦念聖母經，使我們也能分享天主自身的讚嘆和喜悅：在驚喜讚嘆中，承認歷史上最偉大的奇蹟。瑪利亞的預言在此應驗了：「今後萬世萬代都要稱我有福」（路一48）。

³⁶ 若望保祿二世，《致藝術家書》（1999年4月4日）1: AAS 91（1999），1155。

聖母經的重心就是耶穌之名，它可說是連接兩個部分的鉸鏈。有時在匆匆誦念玫瑰經時，會忽略了這重心，也就看不見與所默觀的基督奧蹟的關聯。然而正是同時強調耶穌的聖名以及他的奧蹟，才顯出誦念玫瑰經的意義與效果。教宗保祿六世在《聖母敬禮》勸諭中曾提到某些地區的習慣，在誦念玫瑰經時加上一節與所默觀的奧蹟相關的句子，以突顯基督聖名³⁷。這是值得稱許的習俗，特別是團體一起誦念時。它強有力地表達我們對基督的信仰，針對救主一生中的不同時刻。這是信仰的宣示，同時有助於默想時的專心，使我們在反復誦念聖母經時，產生與基督奧蹟同化的作用。耶穌的名號是賜給我們，使我們賴以得救的唯一名字（參宗四12），這名號與他至聖母親的名字密切關聯，當我們重複呼喚時，我們就走上了同化的路途，幫助我們更深地進入基督的生命中，而這幾乎可以說是出於瑪利亞的示意。

瑪利亞與基督極為特殊的關係，使她成為天主之母，這關係讓我們在聖母經後半段向她的懇求，即我們把現在的生命及臨終時刻都託付於她慈母的轉求，變得非常有力。

³⁷ 參閱 46 號：AAS 66（1974），155。最近教廷禮儀與聖事部在 *Direttorio su pietà popolare e liturgia, Principi e orientamenti*（2001 年 12 月 17 日）也曾讚揚這個習慣。

聖三光榮頌

34. 聖三光榮頌是基督信仰默觀的目標。因為基督是帶領我們在聖神內走向天父的道路。如果我們徹底地走這條路，就會不斷面對聖三的奧祕，祂應受一切的讚頌、朝拜和感謝。重要的是，要讓聖三光榮頌——默觀的頂峰，在玫瑰經裡得到應有的顯著地位。在公開誦念時，聖三光榮頌可以用唱的，為能恰當地強調它是基督徒所有祈禱中不可或缺的聖三架構。

我們專注並深入地默想奧蹟；並由於對基督和對聖母的愛，在一遍又一遍的誦念聖母經中，使默想生動活潑，那麼，每十遍聖母經之後的聖三光榮頌，就不會淪於草率的收場，而有了恰如其分的默觀風格，好像心靈已上升到了天堂，也多少使我們能再次體會大博爾山上的經驗，也就是預嘗來日的默觀：「我們在這裡真好！」（路九 33）

結束的短禱

35. 目前的做法是，在聖三光榮頌之後，有一段短禱，其內容隨各地習慣而異。在不削減這些祈禱的價值之下，值得一提的是，如果每端奧蹟能以一個為獲得此默想特定成果的祈



禱作結束，將使默觀奧蹟更有靈修的效果。這樣，玫瑰經更能有效地表達它與基督信仰生活的關係。有一段美好的禮儀禱詞作此提示，邀請我們默想玫瑰經奧蹟時，祈求能夠「效奧蹟所蘊含的，並獲得所許諾的種種恩典」³⁸。

這樣的結束祈禱可以採用各種正當的形式，如同現在已有的做法。這樣，玫瑰經能有適合各種靈修傳統及不同的基督徒團體的樣式。從這個角度看，我們祈望在藉著牧靈的分辨之後，能提出最具代表性的短禱來加以推廣；例如在那些特別推廣玫瑰經敬禮的中心及朝聖地所使用的禱文，好使天主子民都能分享這些真正的靈修寶庫，從中汲取默觀祈禱的養分。

念珠

36. 誦念玫瑰經的傳統工具就是念珠。表面看來，念珠只是用作計算反復誦念聖母經次數的工具。然而念珠也具有象徵作用，能增加默觀的分量。

關於這一點，首先值得注意的是，整串念珠的排列是以

³⁸ "...concede, quaesumus, ut haec mysteria sacratissimo beatae Mariae Virginis Rosario recolentes, et imitemur quod continent, et quod promittunt assequamur." Missale Romanum 1960, in festo B. M. Virginis a Rosario.

苦像為集中點，玫瑰經祈禱從苦像開始，也在苦像結束。信友的生活和祈禱以基督為中心。一切都從他開始，走向他，一切都經由他，在聖神內抵達天父。

念珠是一種計算工具，記錄祈禱的進行，它使人想起默觀及基督徒的成全是一條無止境的道路。真福龍果也把念珠看做是一條將我們與天主相連的「鏈子」。是的，一條鏈子，但卻是一條甜蜜的鏈子；因為與天主，也是我們的父親相連繫，確是甜蜜的事。這條「孝愛之情」的鏈子，使我們與「上主的婢女」（路一 38）聖母瑪利亞、最終是與基督同心同德，他雖然是天主，卻因為愛我們而甘為「奴僕」（斐二 7）。

把念珠的象徵意義伸展到我們生命中的許多關係裡，將是很美的事，它提醒我們，是共融與友愛的情誼，使我們眾人在基督內互相結合。

開始與結束

37. 目前，因教會境況的不同，玫瑰經祈禱的前導也有多種不同的方式。有些地區，習慣用《聖詠》第七〇篇起首的呼求句作開端：「天主，求祢快來救我；上主，求祢速來扶助我」，好似在幫助祈禱的人意識到自身的卑微與貧乏。在其



他地方，則以信經作為開始，似乎願以信仰的宣示，作為即將展開的默觀之旅的基礎。這些以及其他類似的方式，如果能讓人準備心靈做好默觀，都是正當的。最後，為教宗的意向祈禱作為玫瑰經的結束，為的是擴大祈禱者的視野，關懷教會廣大的需要。正是為了加強玫瑰經的教會幅度，教會頒給那些按規定的要求念玫瑰經的人大赦。

如果是這樣地念玫瑰經，它就會真正成為靈修的道路，在這路上，瑪利亞擔任母親、導師和嚮導的角色，以她大能的轉求來支持信友。因此，要是信友在玫瑰經的祈禱中，深深體驗到瑪利亞的母愛，那麼，在祈禱結束之前，怎麼會不強烈地感到要用〈又聖母經〉或〈聖母德敘禱文〉這些非常美麗的祈禱，來讚美至聖童貞呢？這是一段心路歷程登峰造極的時刻，它使信友與基督奧蹟及聖母瑪利亞活生生地相遇。

時間上的分配

38. 玫瑰經可以每天全部誦念，有人的確這樣做，實在值得讚美。這樣，能使許多默觀者天天浸潤在祈禱之中，或是也能陪伴那些多的是時間的病人和老年人。然而，很明顯地，許多人只能按照一個星期為一個循環的順序誦念部分玫瑰經，如果再加上新的「光明奧蹟」，那就更是如此了。把各

端奧蹟依序安排在一週內輪流誦念的方式，能使每天帶有不同的靈修「色彩」，就像禮儀年中不同的節期帶給禮儀不同的氣氛一樣。

按照目前的做法，星期一和星期四誦念「歡喜奧蹟」，星期二、五誦念「痛苦奧蹟」，星期三、六和主日誦念「榮福奧蹟」。那麼「光明奧蹟」要安插在哪一天呢？在考慮到星期六和主日連續默想「榮福奧蹟」，而傳統上星期六一向是特別恭敬聖母的日子，所以建議把一週內的第二次默想「歡喜奧蹟」挪到星期六，因為在「歡喜奧蹟」中聖母的臨在特別明顯，於是星期四就可空出來默想「光明奧蹟」。

這個指示無意限制個人和團體祈禱應有的自由，即按照靈修和牧靈的需要，以及特別為配合禮儀慶節，而做適當調整的自由。真正重要的是，讓玫瑰經在我們的認識和體驗上，愈來愈成為一條默觀之路。玫瑰經使那些在禮儀中所成就的更加完備；藉著它，以復活的日子（主日）為中心的基督徒的一週，成為一條經歷基督一生奧蹟的旅途，而基督將在他門徒的生活中彰顯出他是時間和歷史的天主。



結論

「堪受讚頌的瑪利亞玫瑰經，使我們與天主相連的甜蜜鏈子」

39. 以上所說的，非常清楚地闡述了這個傳統祈禱的豐富性，它既有大眾化敬禮的純樸，又有神學的深度，適合於那些渴望作較深的默觀祈禱的人的需要。

教會始終認為這個祈禱有特殊的效力，因而把最難解決的問題交託給玫瑰經，請信友一起並持續不斷地為此意向誦念玫瑰經。在基督信仰似乎受到威脅的時刻，人們認為是因著玫瑰經祈禱的力量而脫險的，因此，玫瑰經聖母被稱揚為帶來救恩的轉求者。

今天，我誠願把世界和平及家庭的和睦都託付在這個祈禱的大能之下，正如我在這牧函開頭時所提過的。

和平

40. 新千年的開始之際，世界所遭逢的重大挑戰，使我們想到唯有靠上主的介入以開導那些生活在衝突中的人及掌握國

家命運者的心，才有希望期待一個比較光明的未來。

玫瑰經本質上就是一個導向和平的祈禱，因為它在於默觀基督，他是和平之王，是「我們的和平」（弗二 14）。任何人只要受到基督奧蹟的潛移默化——玫瑰經即以此為目標——就會知道和平的祕訣，並準此而生活。此外，藉著玫瑰經特有的默想性質，平和寧靜，一遍又一遍地誦念聖母經，因此，玫瑰經能在作此祈禱的人身上施展它的平安，使他在內心深處接受並體驗復活的主所賜給的真正的和平（參若十四 27；廿 21），並將它散布到自己周遭。

玫瑰經是祈求和平的祈禱，因為它能產生愛德的果實。如果我們能以真正的默觀的態度去念玫瑰經，它就會帶領我們在基督的奧蹟中與他相遇，在此同時，也不可能不注意到在他人身上，尤其是在那些受苦最深的人身上所呈現的基督面容。一個人如果在「歡喜奧蹟」中默觀了聖嬰在白冷城誕生的奧蹟，怎能不感到要接納、維護和促進生命，並分擔全世界受苦孩童的重擔呢？在「光明奧蹟」中跟隨啟示者基督的芳蹤，怎能不立意在日常生活中為他所宣報的「真福」作證呢？默觀背負十字架並被釘死在十字架上的基督，如何能不感到自己應該成為那些被憂愁痛苦或絕望所壓倒的弟兄姊妹的「基勒乃人西滿」呢？最後，如果瞻仰復活的基



督的榮耀，和被加冕為天地母后瑪利亞的榮耀，怎會不渴望使這世界變得更美好、更正義、更符合天主的計畫呢？

總之，當玫瑰經引領我們的眼目注視著基督時，也促使我們成為世界和平的締造者。玫瑰經以它持續不斷的同聲祈求，回應基督要我們「時常祈禱，不要灰心」（路十八 1）的邀請，因此玫瑰經使我們即使在今天，仍能對那場為贏得和平而作的艱難「奮戰」抱持著希望。玫瑰經不但不逃避現世的問題，反而促使我們以負責任和慷慨的眼光來看這些問題，並為我們求得力量去面對它們，確信會有天主的幫助，並在任何境遇中堅定不移地為「愛」作證，因為「愛德是全德的聯繫」（哥三 14）。

家庭：父母親……

41. 玫瑰經是祈求和平的祈禱，但一向也是家庭的祈禱及為家庭而作的祈禱。過去，基督徒家庭特別喜愛這個祈禱，也當然增進了家庭的和睦共融。切勿失去這個可貴的傳統，我們必須恢復用玫瑰經來做家庭祈禱，以及為家庭祈禱。

我在《新千年的開始》宗座文告中，鼓勵平信徒在堂區和基督徒團體的日常生活中，誦念日課經³⁹。現在我也同樣鼓勵大家誦念玫瑰經。這是基督徒奉行默觀的兩條途徑，不

但不互相排斥，且有互補的作用。因此我要求從事家庭牧靈工作的人員能熱心推廣玫瑰經。

一起祈禱的家庭，必能保持團結一致。有古老傳統的玫瑰經，已證明它是特別能促進家庭團聚的祈禱。家庭中的成員，定睛注視耶穌時，也會重新相互注目，為能彼此溝通、甘苦與共、互相寬恕，並本著天主聖神所更新的愛的盟約重新出發。

當代家庭，尤其是經濟發達的社會中的家庭，面臨的許多問題，都是因為溝通日漸困難所致。家庭成員很難聚在一起，即使難得能相聚，也經常以看電視打發時間。重新在家庭誦念玫瑰經，意指要把另一類的影像來充實日常生活，那就是救恩奧蹟的影像：是救主的影像，他的至聖母親的影像。一起誦念玫瑰經的家庭，多少會重現一些納匝肋聖家的氣氛：以耶穌為中心，與他一起分享喜樂、承擔憂苦，把家庭的需要和計畫放在他的手中，從他那裡汲取希望和前進的力量。

³⁹ 參閱 34 號：AAS 93 (2001), 290。

……子女

42. 把子女的成長和發展託付給這個祈禱，也是很美、很有效的。玫瑰經不就是跟隨基督的一生，從受孕到死亡，乃至復活獲享光榮嗎？如今做父母的，在孩子成長的過程中，越來越難以理解他們了。在這個高科技、大眾傳播發達、全球化的社會，一切都變化得如此快速，世代之間的文化差距也越來越大。各色各樣的訊息和難以預料的經驗，都迅速進入兒童和青少年的生活中，做父母的則對子女所面對的危險，感到憂心忡忡。有時父母由於子女抗拒不了毒品的誘惑、放縱的享樂主義、暴力以及各種無聊和絕望的表現，而感到失望至極。

用玫瑰經為子女祈禱，甚至與子女一起念玫瑰經，從小教導他們有這種每天與家人「靜下來祈禱」的體驗，誠然無法解決每一個問題，卻是有不能低估的精神幫助。或許有人會提出異議，認為玫瑰經不太迎合今天的兒童和青年的口味。但也許這樣的異議，是在表示我們念玫瑰經的方法不理想。此外，除了保持玫瑰經的基本結構不變之外，不論在家庭裡或在團體中，為了適合兒童和青少年誦念玫瑰經，可以採用適當的象徵和實際的方法，協助他們了解並重視這個祈

禱。何不試試看呢？在天主的幫助下，給予年輕人積極、熱情且有創意的牧靈輔導——正如歷屆世界青年日的做法——會得到很了不起的成果。我相信，妥善地向年輕人介紹玫瑰經，他們會把玫瑰經祈禱當作自己的祈禱，懷著青春熱情來誦念，讓成年人再次感到驚奇。

玫瑰經，有待重新發現的寶藏

43. 親愛的弟兄姊妹！一個如此容易、又如此豐富的祈禱，實在值得基督徒團體去重新發現。讓我們特別在今年做到這一點，以確認我在《新千年的開始》宗座文告中所勾畫的方向。許多地方教會已從中得到啟發，而為最近的將來擬定了許多牧靈計畫。

親愛的主教弟兄、司鐸和執事，以及你們，擔任各種職務的牧靈工作者，我特別向你們論及這件事，藉著你們個人所經驗到的玫瑰經之美，願你們積極堅定地推動玫瑰經祈禱。

各位神學家，我也期望你們，藉由各位睿智和縝密的反省，以天主聖言為基礎，並注意到基督徒已有的生活經驗，願各位幫助他們發現這個傳統祈禱的聖經基礎、靈修寶藏以及牧靈價值。

各位過奉獻生活的男士及女士，你們蒙受特別召叫，在

瑪利亞的學堂中默觀基督的面容，我也依靠你們。

你們生活在各種不同環境中的弟兄姊妹、基督徒家庭、各位患病及年長者，以及年輕人：我也希望你們滿懷信心，再次拿起玫瑰念珠，根據聖經、配合禮儀，在你們每天的生活中重新發現這個祈禱的美妙。

願我的呼籲不致如石沉大海！在我任教宗職進入第廿五年的開始，我把這封宗座牧函託付在童貞瑪利亞慈愛的手中，我的心靈俯伏在玫瑰經宗徒，真福龍果為她建造的輝煌聖殿內的聖像前。真福龍果在他著名的「向至聖玫瑰之后懇求誦」的結尾，有一段感人的禱詞，我願用它來表達我的心聲：「哦，瑪利亞所祝福的玫瑰經，把我們與天主聯結在一起的甜蜜鏈子，使我們與天使結合的愛之繩索，抵抗地獄攻擊的救恩之塔，世海沉淪的安全港埠，我們不再背棄妳。妳是我們臨終的安慰：我們生命末刻最後的一吻屬於妳。我們嘴唇最後發出的言語將是妳甜美的名字，哦，龐貝的玫瑰經之后，最親愛的母親，罪人的避難所，哀痛者無上的安慰，願妳在上天下地普受讚美，自今世直到永遠。」

二〇〇二年十月十六日

發自梵蒂岡時值任職教宗第廿五年之始

若望保祿二世

串起希望之鏈——玫瑰經二十端奧蹟默想 / 葛羅謝爾 (Fr. Benedict J. Groeschel, C.F.R.) 著；梁偉德 譯

-- 初版 -- 臺北市：光啓文化，2007〔民96〕

面：公分

譯自：The Rosary: Chain of Hope

ISBN 978-957-546-587-2 (平裝)

1. 天主教——祈禱

244.3

96002481

串起希望之鏈

2007年3月初版

◎版權所有・翻版必究◎

著者：葛羅謝爾 (Fr. Benedict J. Groeschel, C.F.R.)
譯者：梁偉德
准印者：台北總教區總主教 鄭再發
出版者：光啓文化事業
地址：台北市(10688)敦化南路一段233巷20號A棟
電話：(02)2740 2022
傳真：(02)2740 1314
郵政劃撥：0768999-1(光啓文化事業)
登記證：行政院新聞局局版北市業字第94號
發行者：鮑立德
E-mail：kcg@kcg.org.tw
中文網址：http://www.kcg.org.tw
承印者：永望文化事業有限公司
地址：台北市師大路170號3樓之3
電話：(02) 2367 3627
定價：190元

光啓書號 103027

ISBN 978-957-546-587-2

串起希望之鏈

玫瑰經二十端奧蹟默想

二〇〇二年末，教宗若望保祿二世發表了驚艷世人的宗座牧函《童貞瑪利亞玫瑰經》，提出新的五端光明奧蹟，並大力鼓勵信友熱心誦念玫瑰經。通曉教會傳統的葛羅謝爾神父隨即著手本書，以希望為主題，來探討玫瑰經的意義、歷史與奧蹟，帶領信友展開一段靈修之旅，划向信德與祈禱的深處。

現代人的生活中，充斥著各種令人分心沮喪的事物，本書則讓人從繁忙喧囂中抽身片刻，沉澱心神，進入靜謐的祈禱之境。玫瑰經是祈禱的美妙工具，也是遇見天主、聖母與諸聖人的簡易途徑，更能幫助人們深入認識耶穌基督的福音。書中各端奧蹟皆附有相關聖經經文、默想與禱文。讓我們在一遍遍優美的誦念、一端端深沉的默想中，懷著希望走過整部福音，進入永生的奧祕之中。

ISBN 978-957-546-587-2 \$190



9 789575 465872 00190

光啓書號 103027

定價 190元

 光啟文化事業
Kuangchi Cultural Group