

2020 年 1 月 15 日

祈禱與退隱



馬爾穀福音 1: 29–39

他一出會堂，就同雅各伯和若望來到了西滿和安德肋的家裏。那時，西滿的岳母正躺著發燒；有人就向耶穌提起她來，耶穌上前去，握往她的手，扶起她來，熱症遂即離開了她；她就伺候他們。

到了晚上，日落之後，人把所有患病的和附魔的，都帶到他跟前，圍城的人都聚在門前。耶穌治好了許多患各種病症的人，驅逐了許多魔鬼，並且不許魔鬼說話，因為魔鬼認識他。

清晨，天還很黑，耶穌就起身出去，到荒野的地方，在那裏祈禱。西滿和同他在一起的人都去追尋他，找到了他，就向他說：“眾人都找你呢！”耶穌對他們說：“讓我們到別處去，到鄰近的村鎮去罷！好叫我也在那裏宣講，因為我是為這事出來的。”他遂到加裏肋亞各地，在他們的會堂裏宣講，並驅逐魔鬼。

黑夜將盡，晨曦初始之際，耶穌在獨自祈禱！夜晝交替的時刻，易於我們以不同的方式去認識天主。

清晨初始的寂靜是與天主親密同在的最美時刻！耶穌退隱荒野就為與天父建立這種親密的關係，就為再次回應將福音帶給萬民的召叫！如此，祂為所有認為有必要以各種方式傳播福音者立下了清晰的表樣。

首先，這是關於在祈禱中尋求天主的問題，只要世界尚未走完進程，所有人都被建議嘗試在清晨時刻祈禱。寂靜的環境遠比嘈雜更跟能夠與天主進行內在的對話，更能感受到聖神的接納——透過聖神的臨在，尤其那在聖神內需要傳遞的福音之光，使我們的內心得堅固、得安慰。

一些靈性之父談到過由心靈的祈禱形成的“密室”，我們大可將之想像為一種隱密的“修行室”，即使身處俗世喧囂，心靈亦可隱退於此與天主對話！“心靈的祈禱”大有裨益，因著這祈禱，內在的“密室”得以形成！記住，這是來自東方修行者的傳統，其經典形式是在內心反復頌念短禱：“主耶穌基督，天主子，求你憐憫我。”，常此修習，使靈魂習慣這一短禱，心靈所渴望的讓靈魂與天主在此交流的內在空間就形成了！

關於靜默的價值，樞機主教薩拉(Cardinal Sarah)在《靜默的力量》(The power of silence)一書中引用了多姆·奧古斯汀·吉列蘭(Dom Augustin Gullerand)的話：“靜默與獨處是人之內在所獨有的，別無它處可尋。如果沉默不存於人之內心，如果獨處不是人可以形成的一種狀態，那麼受造物就沒有天主！世上再無它處比人之心靈更能感受天主的存在，心靈是天主真正的居所，是一座寂靜的聖殿！

樞機主教薩拉在書中指出，即使世界動盪，若能保持靜默，是令人欣慰的！

耶穌的表樣是永存的，這就要求我們效法祂，為加深與祂的親密關係而尋求祈禱與獨處，好使我們在天主之國昌隆豐碩！