

2026 年 1 月 12 日

## 圣人列传

“里沃的圣埃雷德：一位热忱的熙笃会院长”

依照《雅各伯书》的释义，我愿接续去年所开展的工作：为诸位介绍诸位圣人的生平事迹。

我们今日所要讲述的这位圣人，于 1109 年诞生在英格兰的赫克瑟姆。他那出身贵族的父母，对儿子的教育格外用心。埃雷德年少时，在达勒姆本笃会修院接受了完备的古典教育。在达味一世国王（1124-1153 年在位）执政期间，他起初以苏格兰王子伴读的身份留驻苏格兰宫廷，后来又担任行政官员一职。

即便身处宫廷之中，他的温良和善也广为人知。有一次，在一场讨论中，宫廷里有人打断他的发言，还对他肆意辱骂，他却沉静地聆听，之后没有流露出丝毫不悦，便继续阐述之前的观点。

然而，埃雷德渴望一种与宫廷截然不同的生活，宫廷中充斥着诸多使人分心的事物与诱惑。但他难以割舍在宫廷中缔结的深厚情谊。终于有一天，他下定决心斩断这些羁绊，并责备自己懦弱，未能早日付诸行动。他写道：

“那些人只凭我外在的荣华来评判我，不了解我内心的境况就对我的生活妄加评判，他们难免会感叹：唉，这人的命运真是令人艳羡！唉，他是何等幸福啊！可他们看不见我灵魂深处的哀愁，不知道我内心深处的创伤让我受尽煎熬，也不知道我实在无法忍受自己罪污的腐朽不堪。”

1134 年，在一次前往约克的途中，埃雷德得知了约克郡里沃熙笃会隐修院的情况，不久之后便进入了这座修院。在初学期，埃雷德深入领会了明谷的圣伯尔纳院长的灵修思想。或许是凭借他曾担任王室财务官的经验，埃雷德很快被委任为修院的庶务修士。他凭借深厚的虔敬之心脱颖而出，内心满怀对天主的炽热爱火。他写道：

“耶稣吾主，但愿我的双耳能聆听祢的圣言，好使我的心灵学会爱慕祢；好使我的灵魂渴慕祢；好使我灵魂的一切官能、我内心的一切情感，都能被祢的爱火点燃；好使我所有的心意都唯独依附于祢——祢是我唯一的善、我的喜乐、我的慰藉！我的天主，爱究竟是什么？倘若我没有误解，爱便是灵魂难以言喻的喜悦，这份喜悦越是纯净、越是真切、越是炽热，就越发甘甜。爱慕祢的人便能拥有祢，他爱祢有多深，拥有祢就有多深，因为祢本身就是爱。这爱是从天而降的洪流，祢将这份爱倾注于祢的特选子民，借着祢的爱，将他们陶成祢的肖像。”

1142 年 3 月，埃雷德在前往罗马的途中，还拜访了明谷修院，亲自会晤了圣伯尔纳院长。两人自此结下了深厚的灵修友谊。

1142 年，埃雷德出任里沃修院的初学导师；1143 年，他与数位同修道友一同被派遣，前往林肯郡创建雷维斯比修院，并担任该院首任院长。1147 年，他被推选为里沃修院院长，之

后便返回里沃，直至 1167 年逝世，始终担任这一职务。

他担任院长的岁月，成果丰硕。《埃雷德传》中记载：

“他使一切倍增：修士、辅理修士、在俗工人、分院、田产以及教会的一切器物，无不增长。而他将修会的纪律与爱德，提升到了原先的三倍……当这位慈父荣归天乡、进入基督怀中时，他在里沃修院身后留下了 140 位咏经修士与 500 位辅理修士。”

这位圣人曾如此描述修士们克苦禁欲的生活：

“他们平日只饮用清水，所吃的食物极为粗淡，且分量极少。他们仅在木板上短暂歇息。他们从事繁重艰辛的劳作，搬运沉重的货物却毫无倦意，无论被派遣到何处，都欣然从命。休憩与享乐于他们而言，是从未体验过的事物。他们将这一切苦行与严斋，同静默的诫命紧密结合。他们只在必要时，才向长上开口禀明事务。他们憎恶一切争执与抱怨。”

埃雷德无疑满心喜悦地关怀着托付给他的众位弟兄，他时常强调他们之间共融的平安与爱德。他自身便是众人的表率。见证者们证实，他能耐心包容那些使人厌烦的人，却从不让自己成为他人的负担。“他总是乐意聆听他人的心声，面对前来寻求劝勉的人，从不仓促作答。从未有人见他动怒，他的一言一行，都彰显着圣神的傅油与平安——他的灵魂始终满被这恩惠。”

这位圣人享年五十七岁，担任院长一职长达二十二年。他离世时，不仅留下了一座蓬勃发展的修院，更留下了大量的灵修著作。他被尊为隐修生活的伟大导师，在这一方面，人们将他与他全心效法的圣伯尔纳相提并论。

从埃雷德所作的一篇祷文中摘录的片段，足以窥见他爱火焚身的热忱：

“请看顾我，我挚爱的主，求祢垂顾我！至仁至慈的主啊，我怀着希望，愿祢以仁心医者的身份眷顾我，治愈我的创伤；愿祢以谆谆善诱的导师的身份眷顾我，匡正我的过失；愿祢以宽宏大量的慈父的身份眷顾我，赦免我的罪愆。爱的源头啊，我如今怀着对祢全能慈悲与至慈大能的信靠，向祢祈求：求祢借着祢奇妙圣名的威能，以及祢圣人性的奥迹，赦免我的罪愆，治愈我灵魂的病患……愿祢良善而充满爱的圣神，降临并栖居在我心中；愿祢洁净我肉身与灵魂的一切污点，将信德、望德、爱德，以及悔改、温良与爱人的精神，倾注在我心中。愿祢以祝福的甘露，熄灭我私欲的火焰；愿祢以无上的权能，压制我欲望的躁动与肉身的偏情。在我的辛劳中、在我的警醒中、在我的克己中，求祢赐给我相称的热忱，好让我爱慕祢、颂扬祢、祈祷祢、默想祢，使我一切的言行思想、一切的虔敬与作为，都趋向祢；并求祢赐我恒心持守，直到我生命的终结。”

我们能向这位圣人祈求什么呢？愿他为我们转求，使我们怀着对天主的炽热之爱，光荣我们的天父，服务众人。里沃的圣埃雷德，为我等祈祷！