

比安基神父「聖言誦禱」品嚐天主聖言

教宗方濟各和他的教廷部會合作者們正在阿理恰神師之家做四旬期避靜。二月廿五日進入了第四天，當天的主題是「讓天主使我們驚訝」。帶領避靜的塞孔丁神父採用的避靜方法正是「聖言誦禱」。

為了更好地理解這種祈禱方法，梵蒂岡電台採訪了這方面的專家——上世紀 70 年代提倡「聖言誦禱」的先鋒之一，義大利博塞(Bose)隱修院院長恩佐(Enzo Bianchi)神父。他說，首先，聖言誦禱是誦讀《聖經》中天主話語的一種祈禱方法，這種方法可以追溯至教父時代，但是在中世紀被熙篤隱修會(Cistercian Order)和嘉都西隱修會(Carthusian Order)的修士推向了高峰。

嘉都西隱修會的圭多(Guido)修士在《隱修者階梯》(Scala Claustralium)一書描述了這種祈禱方法。它很簡單，可以分為四個步驟：

第一步是誦讀聖經，理解字面意思。

第二步是默想，從文字中探究，有可能的話藉助注解來省思，或者在《聖經》中尋找類似的章節。

第三步是祈禱，為了能祈禱，我們要讓自己被所讀的聖言啟發。如果在經文中我們讀到耶穌寬恕罪婦，我們則祈求對罪人的仁慈。如果經文中談到耶穌將祂的身體作為麵包賜予我們，我們則祈求能參與祂的聖體聖事。

總而言之，聖經中談到什麼，我們就將什麼作為祈禱意向。最後一步或許有些難，它被稱為默觀。默觀就是在誦讀、默想和祈禱之後，試著以天主的眼光觀察現實世界。默觀是天主的目光，是基督對事物的感受，當然也是聖言誦禱前三步的成果。

問：最近幾位教宗常常邀請信眾體驗「聖言誦禱」，這項邀請不僅針對司鐸，也針對平信徒。您認為保持「聖言誦禱」的習慣可以帶來哪些成果？

答：當我在 70 年代提倡「聖言誦禱」時，它被視為一個古怪的建議。「聖言誦禱」還不太被人知曉，是我最先提倡這種祈禱方法的。之後，若望保祿二世在 90 年代末，然後是本篤十六世，也都向大家推薦這種祈禱方法，因為藉著這種祈禱，天主聖言成了我們的食糧，福音可以塑造我們，改變我們，使我們悔改。我認為，如果每個人，即使是最平凡的人、在塵世中工作的人，每天能花十分鐘、一刻鐘、一點點時間以這種方法祈禱，他的生活將一天天地改變，因為他受到了聖言的薰陶。只有持續不斷地聆聽聖言，我們才能滋養信德，成為成熟的基督徒，懷有基督精神的基督徒，如同聖保祿所說的，「懷有基督耶穌所懷有的心情」。(斐二 5)

(摘自梵蒂岡電台)