

聖施禮華九日敬禮



為寬恕之恩
祈禱

向聖施禮華祈禱



聖施禮華

主業團創辦人

禱文

天主啊，通過童貞聖母瑪利亞的中介，你賜予司鐸聖施禮華無數的聖寵，選他為最忠信的工具創立了主業團，一條在日常工作及履行基督徒普通職務中追求聖德的道路。望主也同樣使我能將一生的每一時刻及每一情況轉化為愛你的機會，並以喜悅及樸實的心，為教會、教宗及所有人類服務，以信德及愛德的光，照亮世界的道路。藉著聖施禮華的代禱，求主賜予我懇求的恩惠（說明請願）。阿們。

天主經，聖母經，聖三光榮經各一遍。

在這九日敬禮中，藉著聖施禮華的代禱，我們懇切祈求上主賜予我們寬恕的恩寵，擁有一顆能諒解、原諒和寬恕的心。並祈求上主賜予我們潔淨的心，使它免陷於仇恨、忿怒、憎厭和其他使人分裂的苦澀情感，好讓所有人的都能獲得內心的平安。

什麼是九日敬禮？

九日敬禮是一種以連續九日重複的方式，為某一特定意向祈求天主的恩賜，或在困境中請求幫助的祈禱方式。你可選擇獨自或與他人一起誦唸九日敬禮的禱文，你也可加入閱讀與反省的篇章。這敬禮的方式適合在任何時候使用，我們通常也會以九日敬禮祈禱作歡度教會慶節前的準備。

九日敬禮每天的禱文都包含了兩部分：

- I 聖施禮華的著作中有關寬恕之恩的選篇
- II 按那些選篇陳訴意向

(以上內容譯自主業監督團加拿大魁北克蒙特利爾市辦事處「為寬恕之恩祈禱九日敬禮」版本。)

第一天

為內心的平安

▶ 聖施禮華說：

凡奪去你心靈平安的，都不可能是來自天主的。(道路 258)

屬於天主的人的一個清晰標記，就是他們心靈的平安：他們有平安，並把平安交給那些跟他們交往的人。(煉爐，649)

我們應該鼓勵人們聯合起來，彼此了解，彼此原諒。千萬不要為了追念人殺人的事蹟而豎立十字架。這樣的十字架不過是魔鬼的替身。基督的十字架是提醒人們保持緘默、寬恕他人，為雙方祈禱，好讓所有的人都能獲得平安。(十字苦路，第八處，3)

正如基督遍遊巴勒斯坦「到處行善」(宗10:38)，你們也該在家庭、社會、工作崗位、文娛場合、散播和平。(基督剛經過，166)

► 意向：

上主，祢知道我多麼渴望祢的平安臨於我內。但我清楚知道若我心懷苦澀和怨憤，它就會好像永不癒合的傷口，使我不能獲得祢的平安。

我願我能像聖保祿一樣地說：「如果有人對某人有甚麼怨恨的事，要彼此擔待，互相寬恕……還要叫基督的平安，在你們心中作主」（哥3:13,15）。上主，沒有祢的助佑，單憑我一己之力，我將永不能獲得那份平安。

因此，藉著聖施禮華的代禱，我懇切求祢賜我那份寬恕的恩寵。請潔淨我的心，使它免陷於仇恨、忿怒、憎厭和其他使人分裂的苦澀情感，不管我自以為我對他人的過失和冒犯所作的言行反應有多合理。

► 聖施禮華禱文：請見首頁

第二天

為諒解和寬恕

▶ 聖施禮華說：

不要對任何人起疑心。即使那當事人的言行給你足夠的理由，讓你作出這種推測。
(道路 442)

愛德不在於「給予」，而在於「體諒」。所以當你有責任要批判時，要常為你的近人尋求那時常都可找到原諒的藉口。
(道路 446)

時常要為你的近人設身處地地想想。那麼，你會平靜地看到不同的議題和困難，你不會感到厭煩。你將變得更加通情達理。你能夠為人找藉口，而且在需要的時候糾正他們。你將使世界充滿愛德。
(煉爐，958)

► 意向：

耶穌，當他人使我生氣和難過時，祢知道體諒他們、注意他們最美好的一面、寬恕他們大大小小的過錯為我是多麼困難的啊！

我向祢祈求履行祢誠命的恩寵：「你們不要判斷，你們也就不受判斷；不要定罪，也就不被定罪。你們要赦免，也就蒙赦免」（路6:37）。

上主，祢知道，我經常都先著意別人負面的狀況，那些讓我感到討厭的事，那些我認為是荒謬和不能忍受的事，及那些使我難受的事。罪惡因而在我內形成，使我對別人起疑心，說三道四。

上主，求祢垂憐不仁的我。儘管我並不堪當，但求祢藉聖施禮華的代禱，賜我一顆能諒解、原諒和寬恕的心。

► 聖施禮華禱文：請見首頁

第三天

為克勝驕傲

▶ 聖施禮華說：

假如你有許多的缺點，那你何必驚奇別人也有些缺點呢？(道路 446)

儘管你說得對，那個人的確待你不好。可是，你待天主，不是更糟嗎？(道路 686)

如有必要時，你得勉強自己，從一開始就得寬恕得罪你的人。無論他人對你的傷害有多大，或得罪你有多重，因為天主寬恕了你更多？(道路 452)

讓我們拒絕驕傲，要有憐憫之心，表現愛德；以祈禱和真誠的友誼彼此相幫。
(煉爐，454)

► 意向：

上主，我確實有向祢祈求，也請求祢的寬恕……但我仍沒有寬恕那些冒犯我的人。請祢寬恕我藐視了祢聖子耶穌的話，那是在我誦唸天主經時經常祈求的：「寬免我們的罪債，猶如我們也寬免得罪我們的人」（瑪6:12）

我明白到若我真心誠意，我將會看到在那一切嚴苛的態度之下，隱藏著我的驕傲。我認清我那份過敏、易於動怒的反應，我因別人的言行而發怒，連那最微小的暗示也會使我心煩意亂……而祢，耶穌：當人們惡意待祢時，祢曾怎樣回應呢？當我以我的罪過折磨祢時，祢是怎樣對待了我？我清楚知道每次我去告明我的罪過時，祢都對我說：「我赦免你」。

上主，我不願作個偽善的人，藉著聖施禮華的代禱，求祢賜我謙遜之恩，那是學習寬恕的必要條件。

► 聖施禮華禱文：請見首頁

第四天

為戰勝忿怒

▶ 聖施禮華說：

你用另一種語調，沒有怒氣地說出你剛才說過的話，這樣你的論調將更有力量……尤其是，你不會冒犯天主。(道路 9)

當你因別人犯錯而感覺憤慨時，不要立即譴責。等到第二天，或更久以後。然後，以淨化了的意向冷靜地給予忠告。一句友愛的話，比爭論三個小時更有效益。要控制自己的脾氣。(道路 10)

你因憤慨，而內心感到翻騰時，咬緊你的舌頭。儘管你很有理由要發脾氣。因為在這種時刻，即使你很謹慎，你仍然會說太多你不該說的話。(道路 656)

► 意向：

耶穌，我想到祢及祢的話：「跟我學罷！因為我是良善心謙的」（瑪11:29）。然後，我想到我自己：我的惱怒、我激烈的反應、我那份嚴苛、那份在我心中翻騰的怒氣、那份堅持認為待人苛刻並無不妥的想法，因為我自覺「我是對的」。然而，我竟然是個基督徒」！

聖保祿也是一名基督徒，而他說：「一切毒辣、怨恨、忿怒、爭吵、毀謗以及一切邪惡，都要從你們中除掉」（弗4:31）。

聖施禮華是一名基督徒，而他經常以「保持安靜、工作、寬恕和微笑」的態度回應毀謗。只有當那份對他的傷害同時也冒犯了天主或無辜的第三者時，他才會為公義公開辯護。

既溫良又謙遜的耶穌聖心，藉著聖施禮華的代禱，求祢使我的心相似祢的心。

► 聖施禮華禱文：請見首頁

第五天

為克勝怨憤

▶ 聖施禮華說：

把大小糾葛怨恨，統統記在帳本上的人，他們的心靈是多麼的狹小啊！這樣的可憐小人，是難以與之相處的。(犁痕 738)

寬恕。真心誠意的寬恕，絲毫沒有怨恨，這永遠是一個可嘉的，富有神益的態度。「父啊！寬恕他們吧，因為他們不知道他們的所作所為，究竟是什麼。」這便是基督對被釘十字架的態度。從這態度，降臨了你的救恩，以及我的救恩。(犁痕 805)

人的行為不會使天主感到不齒，天主可以容忍我們一切的不忠失信。(基督剛經過 64)

對背棄我的人，或我曾幫過他，但他卻無禮對我的人，我都不曾惡意相向。(天主之友 59)

► 意向：

我的天主，我知道怨憤是一個傷口，而自負和驕傲會讓它不能癒合，且會在心中惹起激動。它是壞疽，是仇恨精心策劃培植於靈魂內的。我的天主，這使我感到害怕，因為我在我內發現了它，有如惡性腫瘤般根深蒂固。

曾有人說怨憤是魔鬼的火爐，他們這樣說是對的。我也感到它就是一團被詛咒的火焰，焚毀那份時常都該是標示天主子女的關係的愛、體諒與平安。

耶穌，請讓我免於其害！幫助我藉著勤辦告解，得以擺脫這弊病。藉著聖施禮華的代禱，請賜我那源自天國的力量，原諒並忘記，願我永不要心懷怨憤。

願我把我的苦痛都置於祢的聖心內，並在那兒學習怎樣去說：「父啊！寬赦他們罷！」（路23:34）

► 聖施禮華禱文：請見首頁

第六天

克服家庭成員間的爭執

▶ 聖施禮華說：

當各人力求糾正自己的缺點，努力不計較他人的錯處時，愉快地相處是可能的。

(與施禮華蒙席會談 108)

忍耐會使我們更明白他人，而靈魂像醇酒，年份愈久，味道也就愈醇。

(天主之友 78)

我們的愛，自然應該做到鞠躬盡瘁，死而後已；應該做到朝乾夕惕，謹小慎微，體諒關懷，無微不至，克己為人，不求人知。(基督剛經過 38)

保持緘默，你永不會懊悔。多言多語，卻通常會感到後悔。(道路 639)

► 意向：

我的天主，祢知道寬恕為我而言確實是件困難的事，在家庭生活中，人們輕率待我，他們有欠體貼，輕蔑、不耐煩和舉止無禮。而祢也知道我更難於承認自己也在這些過失上跌倒。我懇求祢，藉著聖施禮華的代禱，幫助我克服這份錯誤的自尊心，且能實踐聖保祿的教導：「凡事要謙遜、溫和、忍耐，在愛德中彼此擔待」

上主，請把我從那認為唯獨自己是對的固執思想中釋放出來，使我免於成為粗俗無禮的人，因小過失而不耐煩，為無關重要的事情爭論……我懇切求祢賜我愛德，使我能保持緘默、微笑，以良好的態度處事待人，且能在苛刻地糾正他人後能向對方說對不起。如有需要，求祢賜我祢在山園，接納那負責祢的猶達斯時那份英勇的寬恕。

► 聖施禮華禱文：請見首頁

第七天

跨出第一步

▶ 聖施禮華說：

只要孩子回頭，痛改前非、懇求原諒時，我們的天父會寬恕任何的罪過。上主是至善的父親，祂預期我們悔過求恕的意念，伸開雙臂，滿懷恩寵地迎接我們。

(基督剛經過 64)

主採取主動來與我們相遇，以身作則服侍人，叫我們跟隨祂的榜樣。

(天主之友 228)

在和好聖事中，你和我都穿上耶穌基督和祂的功績。(道路 310)

► 意向：

噢！天主，仁慈的父，我打開聖經，看見耶穌經常都叫我跨出修和的第一步：率先向人說對不起，願意寬恕。「把你的禮物留在那裡，留在祭壇前，先去與你的弟兄和好」（瑪5:24）。

祢向我要求祢自己也作過的事是應該的。事實上，聖保祿也說：「基督在我們還是罪人的時候，就為我們死了」（羅5:8）。我的天主，當我確信自己是對的時候，而我卻是被冒犯的那人時，要跨出這第一步為我而言是多麼困難的啊！這彷彿是超乎人性的事。上主，我只能藉祢的德能成就此事。

聖施禮華，請為我轉求，好讓我藉一個誠懇的告罪，決心尋求天主的助佑，因為在修和聖事中，我能找到我所需的恩寵。

► 聖施禮華禱文：請見首頁

第八天

以善勝惡

▶ 聖施禮華說：

面對我們一次又一次的跌落罪惡中，耶穌決定以豐厚的寬恕來救贖我們。（基十字苦路，第七處）

人，人的幸福，人的生命，竟如此重要，甚至天主聖子不惜犧牲自己來救贖和濯淨他們，把他們復活起來。（基督剛經過 165）

基督徒的任務，是以浩瀚充沛的善良，淹沒邪惡。（犁痕 864）

當那些可憐的「仇恨者」用石頭砸你時，習慣用聖母經去砸他們，作為報復。（煉爐 650）

► 意向：

良善的耶穌，我意識到當我感到自己被冒犯時，內心就會開始翻騰著報復的心態。這正是祢沒有作過的事！

要抑制那些我想像出來的各種報復的怪念頭是多困難的事啊！然而我卻知道我該思考的是寬恕！

上主，當我有這樣的感受時，求祢把祢及聖保祿的話置於我的心中：「你們當愛你們的仇人，當為迫害你們的人祈禱」（瑪5:44）。「你不可為惡所勝，反應以善勝惡」（羅12:21）。

上主，我懇求祢，藉著默想聖施禮華的話來喚醒我，也藉著他的代禱，讓我決心時常為那些傷害我的人祈禱，渴求他們能獲益，「以以浩瀚充沛的善良，淹沒邪惡」。

► 聖施禮華禱文：請見首頁

第九天

聖母的助佑

▶ 聖施禮華說：

瑪利亞至甘飴的心……必然何其創痛，因她目擊群眾的殘酷、劊子手的凶猛，導致耶穌的苦難與死亡，但瑪利亞，如同她的兒子，保持緘默，她熱愛、緘默及寬恕，就在此時我們看到愛的力量！（天主之友 237）

只要我們真正成為聖母瑪利亞的兒女，我們就會瞭解主的這種態度，就會暢開胸懷，充滿仁愛。（基督剛經過 146）

養成把你可憐的心，交託給甘飴的瑪利亞無玷之心的習慣。這樣，她會濯淨你心中的許多渣滓，並把你的心引向耶穌的至聖至仁之心。（犁痕 830）

► 意向：

仁慈之母，憂苦之慰，罪人之託，當耶穌為潔淨我們的罪惡，在十字架上淌流祂的聖血時，妳與祂的犧牲緊密結合。求妳在我們無法寬恕時，可憐我們這些卑劣的罪人。

當我們感到忿怒、怨憤、或心裡渴望報復時，讓我們想起妳，讓我們永不忘記我們有一位深愛我們，願意以她無玷的聖心使我們頑固的心變得溫良和善的母親。

聖母，請抱緊我們，把我們像小孩子般擁在懷裡，以妳的微笑，安撫我們的忿怒，從妳聖子那裡為我們求取寬恕、忘懷，不煽動怨恨的恩寵，也恩賜我們能熱愛那些不愛我們的人，渴求他們能獲益。聖母，請帶領我們，如聖施禮華所祈求的，走進耶穌至聖和仁慈的聖心。

► 聖施禮華禱文：請見首頁



『你們與天主的日常接觸，就在你們的同伴、你們的願望、你們的工作，和你們的感情當中。在那裏，就是在世上最物質化的生活裏，我們必須聖化自己，侍奉天主，和服務人類。天與地似乎交會在水平綫上，但當你聖化日常平凡的生活時，其實它們交會在你心靈的深處…』

取自聖施禮華在一九六七年十月八日的講道詞

『熱愛世界』

聖施禮華於1902年1月9日誕生在西班牙巴巴斯托城。1925年3月28日他在薩拉高沙市晉鐸。他於1928年10月2日受到聖神的默感，創立了主業團。1975年6月26日在羅馬辦公室內，在他慣常的深情凝望牆上的聖母畫像後，平安地與世長辭，該時主業團已散佈五大洲，共有六萬餘名來自八十個國家的成員，他們深切地敬仰教宗和主教，與他們完全團結一致地服務教會，這正是聖施禮華終生實踐並灌輸給他子女的精神。教宗若望保二世於2002年10月6日在羅馬列主業團創辦人為聖人。他的敬禮日定於6月26日。他的遺體安放在和平之后監督座堂內，地址：羅馬·布魯布亞斯路75號。(Viale Bruno Buozzi 75, Rome.)

凡因聖施禮華的代禱而獲得恩惠者，請通知
主業監督團辦事處，香港九龍黃埔花園七期
紅棉苑四座2G室

ocs@opusdei.org.hk

若欲獲知聖施禮華訊息請瀏覽：

www.josemariaescriva.info/

www.opusdei.org 以及

中文版www.opusdei.org.tw

聖施禮華九日敬禮 - 為寬恕之恩祈禱

原 作： Francisco Faus 神父，聖保羅，巴西

編譯者： 清泉出版社有限公司

准 印： 天主教香港教區夏志誠輔理主教
2015年7月6日

出 版： 清泉出版社有限公司
九龍尖沙咀柯士甸道103號
Website: <http://www.spring-books.com>
Email: info@spring-books.com

承 印： 清泉出版社有限公司

發 行： 清泉出版社有限公司

版次： 2015年7月

ISBN : 978-988-13729-2-5

版權所有 翻印必究

資料來源： <http://www.josemariaescriva.info/>



清泉出版社
Spring Publications

