



在耶穌顯聖容慶日

■文·圖片提供／盧玟君（聖像畫員）

默觀祈禱 聖言誦讀 省思更新

8月艷陽天，想從事什麼休閒活動呢？如果可以安排，我絕對的首選就是往山裡跑，到有樹蔭、涼風、蟲鳴的大自然環境中消暑。兩千多年前，不確定是否也是8月，耶穌曾帶領門徒們登上大博爾山。這一天，為耶穌和門徒來說，是永遠的愛的印記。耶穌把自己真實的身分，天主性的榮光，顯示給祂所鍾愛的門徒：伯鐸、雅格、若望。

耶穌毫不保留地告訴門徒，自己是誰？透明的愛是友誼最珍貴的禮物和告白。耶穌不但愛了他們，也愛了我們，最終，祂在十字架上把自己完全給了所有以祂為師傅、為主、為君王的我們。此時，就讓我們在教會隆重慶祝「耶穌顯聖容」慶節時，藉聖像畫和8月6日的日課，與當年的門徒和耶穌一起「登山」。

聖像畫默觀的祈禱 聖言誦讀最適配

在本專欄介紹聖像畫，讀者並不至於感到訝異。但為什麼要搭配日課一同出擊呢？這是因為操練聖像畫默觀祈禱，最適配的就是聖言誦讀（*Lectio Divina*）了。而日課真的是聖言誦讀的最佳拍檔。日課中濃縮教會正統信仰，從《聖詠》150篇中挑選最適合每個節慶日的聖詠，以及新、舊約《聖經》中的經文作為聖歌和短讀經；另外撰寫專用讚美詩、對經。誦讀日課中另外加上兩篇誦讀，第一篇選自《聖經》，第二篇是教父著作或教會憲章等。專用日課和聖像畫組合，幫助我們在自家中建立默觀祈禱的基礎，同時可以梳理我們對真理的渴求，並滋養追尋天主之愛的靈性生命。

聖像畫容易營造出一個神聖的空間，為觀畫者打開天上之窗。使觀畫者在神聖的安靜和啟示中，呼吸天上的氣息。可是，為了獲致這份深層的寧靜，還需要依靠操練誦讀聖言（*Lectio Divina*），從中取得短誦用的聖言，這聖言是信仰扎實的根基。根據教會修道聖祖們的經驗，短誦是錨，幫助我們在思想的大海中不再漂泊不定。聖言讓我們可以抵擋思想上的狂風暴雨，建立一處穩固的港灣。聖奧斯定形容，短誦有如箭矢，是朝天主射去的短促而有力的祈禱。這樣的祈禱可以在日常生活中進行。

迎接耶穌到我心中 生命的大博爾山

現在，如果您的手邊正好有日課，或手機已經下載日課App檔，那麼，請點選8月6日「耶穌顯聖容慶日」，幫助我們了解耶穌顯聖容聖像畫的內容。在整個解說結束後，您便可以專注地在這幅畫前，朝拜在您心中的大博爾山上的耶穌基督。凡是需要觀賞更清晰圖案的讀者，請您到主教團網站禮儀委員會【聖藝推廣】項下以及《天主教周報》網頁第300期的17版【聖像畫的靈修】專欄就可找到。

這張「耶穌顯聖容」的聖像畫可分解為上、中、下3層，上層是耶穌、梅瑟與厄里亞。中層是上山與下山中的耶穌和門徒，下層則是親臨耶穌顯聖容現場的3位門徒。圖中的耶穌基督全身潔白，正如「晨禱」對經一所言：「今天，主耶穌基督面貌發光有如太陽，祂的衣服好像雪一樣潔白。」日課非常鍾情於使用「今天」，拉丁文「*Hodie*」。「今天」指的不是歷史上的那一天，而是指每一個「今天」，時間對天主而言是既無始也無終的；當面臨救恩的果效——永恆的生命——基督徒對於「今天」也該懷抱與天主同樣的心情；每當在日課中讀到「今天」，即可在心中反覆思索這美好且深刻的兩個字其背後所蘊藏的意涵。讓我們的心思不但回到歷史上耶穌顯聖容的當下，更在此時此刻迎接耶穌來到心中、生命中的大博爾山。

誦讀日課心領神會 深切渴望見主面

這樣當我們在誦讀大日課（註）第二首聖詠時，就自然能心領神會，並由衷地同聖祖們一同讚頌道：

上主為王，願大地踴躍，
所有島嶼都要一起歡樂！
雲彩和幽暗圍繞在祂的四周，
正義與公道是祂王國的基礎。
烈火在祂前面前進，
焚燒祂周圍的敵人。
祂的閃電照亮了塵寰，
大地一見就戰慄搖撼。

「大地一見就戰慄搖撼」和圖中的3位門徒跌倒在地的情景互相呼應。由耶穌身上發出的光芒照射在門徒眼中，使他們站立不穩；此外，跌倒在地也顯示就連大地也不禁戰慄搖撼。在《聖詠》作者的體悟中，所有天主的子民，包含所有受造物，都在追尋與天主建立關係的那份生命；連聖保祿宗徒也作證道：「萬物都在嘆息！」（羅8:23）

福音形容主耶穌基督面容發光有如太陽，8月6日的「晨禱」〈讚美詩〉寫著：

正義的太陽，
出自光明的光明，
永生天主的聖言，
請以不朽的光輝，
照耀祢的教會。
引導我們奔向天父，
回歸愛的源頭；
賞賜我們心靈的自由，
在人間宣揚祢的福音，永不後退。

天天是好天，
節節是好節，
信仰放射著光輝，
聖神的春風，
把希望帶給人類。

基督，請展現祢的聖容，
有祢與我們同在，
我們不會再飢渴；
祢是生命的食糧，
祢是天上的活水。阿們。

在誦念這闕〈讚美詩〉的同時，您是否當它是靈性生命的食糧般，一字一句地仔細咀嚼，這其中的每一句都是祈禱之人對天主的禮讚、為全體人類和宇宙萬物在天主之前的代禱。當您這樣做時，便能將一切委順在慈母教會的懷抱中，好能學習信仰的真諦。在委順中看見耶穌發光的衣服和面容召喚我們渴望回歸天父，這樣的經驗加深切願見到耶穌復活光榮面容的渴望，同時願意肩負起基督的擔子去福傳。

檢視生活反省內在 成聖路上常更新

但這一切的發生，有賴於檢視日常生活中的惡習，找出需要戒絕的「一切可恥的隱瞞行為」。誦讀一選擇聖保祿對照梅瑟臉上的面帕，對基督徒說：「我們眾人以揭開面帕的臉反映主的光榮……我們既蒙垂青，獲得了這職務，就絕不膽怯；反而戒絕一切可恥的隱瞞行為，不以狡猾行事，也不變更天主的道理，只是藉著顯示真理，在天主前將我們自己舉薦



給眾人的良心。…那吩咐『光在黑暗中照耀』的天主，曾照耀在我們心中，為使我們以那在基督的面貌上、所閃耀的天主的光榮的知識而光照別人。」這就是默觀祈禱的果效，由內在生命的光照到外在的生活作證！

我們常說「真理使人自由」，不就是離棄自身惡習，並為天主作證的自由嗎？唯有在基督內，才能擁有這自由。祂的「真理之光」讓我們看透黑暗，並自由地選擇告別黑暗。這新生促使我們選擇的，可能是放棄垃圾食物、定時定量、固定運動時間等等健康自我管理的新生活型態。我們或許沒有殉道捨生的機會，但是每個人都有「死於舊我」、背起自己的十字架的可能。真的，除非我們哭泣自己的墮落和罪惡，又怎能在基督的德能中歡笑收割呢？修道不是修道人的專利，而是每位基督徒的生活內容，這道就是天主的道、是我們成聖之道。

當我們注視這幅畫時，誦讀二西乃主教達修告訴我們：「我敢說：我們都該趕快到那裡去，一如耶穌，祂在天上作我們的嚮導和前驅。在那裡，我們要與祂一起閃耀發光；我們的靈魂好像同祂一樣更新，按照祂的肖像而被塑造；我們將像祂一樣，永遠成為變容與分沾天主性體的人，準備好度幸福的生活。」在耶穌顯容的聖像畫前，默想這篇誦讀時，該即時進入這份合一中、看見我們身上屬神的光芒，在自身內默存這份希望。在默觀中我們進入天主的寧靜，在天主聖容的光照下，勇敢地自我檢視，並在結束默觀祈禱後，充滿希望地在現實生活中度更新的生命。

註：誦讀日課即俗稱神父大日課。誦讀日課讀經二請見主教團出版《教父著作選集上、下冊》。俗稱日課的《每日禮讚》則是修女與信友所念的日課，主教團出版。