

宗座牧函
童贞玛利亚玫瑰经

LETTERA APOSTOLICA
ROSARIUM VIRGINIS MARIAE
DEL SOMMO PONTEFICE
GIOVANNI PAOLO II
ALL'EPISCOPATO, AL CLERO
E AI FEDELI
SUL SANTO ROSARIO

16 ottobre 2002

导言

1.童贞玛利亚玫瑰经，在天主圣神的引导下，于第二个千年中逐渐发展。这种祈祷受到许多圣人的喜爱，也受到教会训导的鼓励。它既单纯又深入，即使在这刚开始的第三个千年，仍然是一种相当重要的祈祷，也定会带来圣德的果实。玫瑰经祈祷在基督信仰的灵修道路上占有明确的地位。基督信仰虽历经了两千年，不但丝毫没有失落其原始的新意，并且还感受到天主圣神在推动它「划向深处」，以便向世人再次宣讲，甚至大声疾呼：基督是主，是救主，他是「道路、真理和生命」(若十四 6)，是「人类历史的终向，是历史和文明的理想所汇聚的焦点」(1)。

玫瑰经虽具有敬礼圣母玛利亚的特色，但它本质上是一个以基督为中心的祈祷。它以朴实的内容，浓缩出整个福音讯息的深意，可以说是福音的综合纲要 (2)。圣母玛利亚因着天主在她童贞的胎中降生为人的救赎工程，而发出的永垂不朽的「谢主曲」(Magnificat)，在其中荡漾回旋。基督的子民借着诵念玫瑰经而效法圣母玛利亚，让她领入默观基督圣容之美的境界中，体尝基督圣爱的深奥。借着玫瑰经祈祷，信友汲取了丰富的恩宠，而且几乎是从救主的母亲手中接受的。

罗马教宗与玫瑰经

2.在我之前的许多位教宗都极为重视这个祈祷。其中特别值得一提的是教宗良十三世，他在一八八三年九月一日颁布了《最高使徒职务》通谕 (Supremi Apostolatus Officio)(3)，借着这个重要文件，他由此开始一系列地论述玫瑰经祈祷。他建议以玫瑰经做为对抗社会邪恶的精神利器。最近几位教宗，自梵二大公会议以来，也致力于推广玫瑰经，我愿提及真福若望廿三世(4)，而尤其是教宗保禄六世，他在《圣母玛利亚的敬礼》劝谕中，本着梵二大公会议的精神，强调玫瑰经的福音特性，及以基督为中心的倾向。我自己也常鼓励人多念玫瑰经。从我年轻时，这祈祷就在我的灵修生活中占有重要的地位。最近我访问波兰，特别是在卡瓦里亚朝圣地 (Shrine of Kalwaria) 朝圣时，深深触动了我的回忆。玫瑰经陪伴我度过喜乐和艰苦的岁月。我把诸多忧虑都交托给玫瑰经，也常能在玫瑰

经中得到慰藉。廿四年前，即一九七八年十月廿九日，我当选教宗后刚两个星期时，就坦承：「玫瑰经是我最喜爱的祈祷。这是极美妙的祈祷！因为它既单纯又深奥。（……）在某种意义上，玫瑰经可以说是梵二大公会议文献《教会宪章》最后一章——论天主之母在基督及教会奥迹中奇妙的临在——的祈祷式批注。在圣母经经文的陪伴下，我们的灵目耀动着耶稣基督生命里的重要事迹，共同组成了欢喜、痛苦与荣福的奥迹；我们可以说，这些奥迹透过耶稣母亲的心，使我们与耶稣有了活生生的共融。同时，我们的心也可以把个人、家庭、国家、教会，以及整个人类生命中的一切事件，举凡个人的，他人的，尤其是我们最接近，最关心的人的事件，都可纳入玫瑰经这几十遍经文中。这样，玫瑰经简单的祈祷就随着人类生命的韵律跳动」(5)。

亲爱的弟兄姊妹，我曾用这些话把我教宗任内的第一年引入每日的玫瑰经祈祷的韵律之中。今天，我担任伯铎继承人进入第廿五年的开始之际，我仍然渴望这么做。这些年来，借着玫瑰经，我由至圣童贞玛利亚那里领受了多少的恩宠！「我的灵魂颂扬上主！」我愿以天主至圣之母所说的这句话来颂谢上主，并把我的伯铎职务托付在她的庇护之下，向她说：我全属于妳 (Totus Tuus!)!

玫瑰经年：二〇〇二年十月至二〇〇三年十月

3. 在经历大禧年的庆祝之后所发表的《新千年的开始》宗座牧函中，我邀请天主子民「由基督重新开始」(6)，现在我觉得继此省思之后，有必要对玫瑰经做一反省，近似以圣母玛利亚的精神作为那封牧函的圆满结束，为勉励大家效法基督至圣之母，并在她的陪同下一同瞻仰基督的面容。其实，诵念玫瑰经无非就是与圣母玛利亚一起默观基督的面容。为强调这项邀请，我愿借着前面提及的教宗良十三世那道通谕发表将近一百二十周年的机会，希望各个基督徒团体在这一年中特别重视和推动玫瑰经祈祷。因此我宣布今年十月至二〇〇三年十月为「玫瑰经年」。

我把这项牧灵指令交由各个教会团体自行推展。我无意干扰各地教会的牧灵计划，而是希望藉此使其更完备、更稳固。我深信大家会欣然热烈地接纳这个提议。若能重申玫瑰经的完整意义，必能带领人进入基督徒生活的核心，并能为个人的默观，为天主子民的培育，以及为新福传提供一种通俗且有成效的灵修与教育的机会。我也乐意在梵蒂冈第二届大公会议揭幕四十周年(一九六二年十月十一日)这另一个可喜的周年纪念中重申此事，那是天主圣神赐给我们这个时代的教会的「伟大恩宠」(7)。

对玫瑰经的异议

4. 这项建议的适时提出乃是基于几个考量；首先，迫切需要面对玫瑰经所遇到的某些危机，这个祈祷在当前的历史和神学环境中，有不当地被贬低价值，而不再教给下一代的危险。有人认为梵二大公会议既正确地强调以礼仪为中心，因此玫瑰经的重要性自然随之减少。然而，就如教宗保禄六世明确肯定的，这个祈祷不但不与礼仪相抵触，反而支撑礼仪，因为玫瑰经是礼仪绝佳的前导，也是忠实的回响，使人得以全心参与礼仪，并在日常生活中获得礼仪的神益。

或许也有人担心玫瑰经有明显恭敬圣母的色彩，因此缺少大公合一的性质。事实上，玫瑰经很清楚地是大公会议文献中所叙述的那种对天主之母的敬礼，即以基

督信仰的基督学为中心的热心敬礼，好使「在敬礼圣母之际，也认识、爱慕、光荣其子基督」(8)。如果以适当的方法重新认识玫瑰经，那么玫瑰经对大公合一运动必有所助益，而绝非阻碍！

默观之路

5. 然而，重新鼓励诵念玫瑰经最主要的原因，在于它是激励信友默观基督奥迹极有效的方法。我在《新千年的开始》宗座文告中，将这种默观祈祷当做一种真正的「成圣的培育」：「基督徒生活当在祈祷上出类拔粹」(9)。当代文化在许多的矛盾中兴起一种新的灵修需求，也因为受到其它宗教的影响，我们基督徒团体比任何时候都更迫切需要成为「真正的祈祷学校」(10)。

玫瑰经是基督徒默观祈祷中，最美好、最值得赞扬的传统之一。它发源于西方，是一种典型的默想祈祷，在某些方面相当于那发源自东方教会的「内心的祈祷」或「耶稣祷文」。

为和平及为家庭祈祷

6. 某些历史境况也增加了重振玫瑰经祈祷的时代意义。首先是急切需要恳求天主赐予和平的恩典。前几位教宗及我自己曾多次提议以玫瑰经作为祈求和平的祈祷。第三个千年伊始，就发生二〇〇一年九月十一日的恐怖攻击事件，而且每天在世界许多地方也可见到流血、暴力的事件；重新发现玫瑰经，意指潜心默观基督奥迹，基督是「我们的和平」，「他使双方合而为一，并拆毁了中间阻隔的墙壁，就是双方的仇恨」(弗二 14)。因此，诵念玫瑰经的人不可能不感到有促进和平的使命，尤其关注耶稣的故乡，这个基督徒极其热爱的圣地，至今处境仍十分严酷艰困。

当代的另一重大问题，就是家庭问题，同样迫切需要我们的投身及祈祷。家庭是社会的细胞，但日益受到那些来自意识形态和实际层面的破坏力的危害，令人担心这个基本且不可或缺的制度的未来以及整个社会的未来。从较广泛的家庭牧灵的范畴来看，重振基督徒家庭的玫瑰经祈祷，将有助于反制这个时代危机的破坏力。

「看，你的母亲！」(若十九 27)

7. 救主耶稣在临终时，经由他所钟爱的门徒，把教会全体子女托付给至圣童贞慈母的照顾：「女人，看，你的儿子！」(若十九 26) 许多标记显示，童贞玛利亚仍然希望在今天借着这项祈祷，向教会的儿女表达她慈母关切。大家都知道，在十九世纪和二十世纪之间，基督之母曾多次显示她的临在，和她的讯息，藉以劝勉天主子民注重这种默观式的祈祷。我要特别提出玛利亚在露德和法蒂玛的显现 (11)，因为它们对基督徒的生活产生极大影响，并且获得教会当局的承认；这两处朝圣地一直吸引许多前往寻求安慰与希望的朝圣者。

步武见证者的芳踪

8. 无数圣人在玫瑰经祈祷中找到真正成圣的途径，要举出所有的名字是不可能

的。在此仅列举圣格里尼翁□蒙福 (St. Louis Marie Grignion de Montfort)，他曾写了一本论玫瑰经的珍贵著作 (12)；另一位是离我们较近，我最近有幸将他列入圣品的庇护神父 (Padre Pio of Pietrelcina)。而真福龙果 (Bartolo Longo) 则具有特殊的神恩，是一位真正的玫瑰经宗徒。他的成圣之道来自内心深处听到了一个启示：「不论谁，凡推广玫瑰经的，必得救！」(13) 自此他感觉自己蒙召，要在庞贝古城的废墟中建造一座教堂，献给玫瑰圣母。庞贝城刚接受福音不久，就在公元七十九年，因维苏威火山爆发而被掩埋，并在数世纪之后才从灰烬中重见天日，为古典文明的光明与黑暗作证。龙果借着一生的工作，特别是「十五个星期六」的敬礼，推动了以基督为中心的、默观式的玫瑰经，也得到有「玫瑰经教宗」之称的良十三世的特别鼓励和支持。

第一章 与玛利亚一起瞻仰基督

发光有如太阳的面容

9. 「他们在他们面前改变了容貌，他的面貌发光有如太阳」(玛十七 2)。福音中基督显圣容这一幕，在场的三位门徒——伯铎、雅各伯和若望，似乎都因救主的美而出神，这一幕可以视为基督徒默观的图像。注视基督的面容，认出他在人世旅程中，平凡与痛苦的奥秘，进而窥见他光荣复活后坐在天父右边所彰显的神性荣耀。这就是每一位基督门徒的任务，因此也是我们的任务。在默观基督的面容时，我们能开放自己，接纳圣三生命的奥迹，日新又新地体验天父的爱、并欢跃于圣神的喜乐中。因此，我们可以像圣保禄一样说：「我们众人以揭开的脸面反映主的光荣的，渐渐地光荣上加光荣，都变成了与主同样的肖像，正如由主，即神在我们内所完成的」(格后三 18)。

玛利亚，默观的楷模

10. 说到默观基督，玛利亚是一位无与伦比的楷模。圣子的面容以独特的名义属于玛利亚。基督在玛利亚胎中成形，从她取得了人的外貌，这表示他们在心灵上的更为亲密。没有人像玛利亚那么专注地默观基督的面容。从天使向她报喜，因圣神受孕之初，她心灵的眼目已经以某种方式注视着他。往后几个月，她开始感觉到他的临在，也揣想他的面貌。当她在白冷生下耶稣，「用襁褓裹起，放在马槽里」(路二 7)，她温柔地注视她的儿子的脸。

此后，玛利亚的注视总是充满了崇敬与惊奇，而且从此不再离开他。这注视有时带着疑问，像是在圣殿里找他时：「孩子，为什么你这样对待我们？」(路二 48) 这注视总是敏锐透澈的，能深深了解耶稣，直至体会他所隐忍的感受，预料到他的选择，譬如在加纳 (参若二 5)。另一些情况中，这注视是忧伤的，特别是在十字架下时；还有些时候，这是一位产妇的眼神，因为玛利亚不仅分担她独子的苦难与死亡，还接受耶稣以爱徒为代表将托付给她的新子女 (参若十九 26-27)。在复活日清晨，她的注视闪耀着复活的喜乐；五旬节那天，这注视因圣神的倾注而炽热无比 (参宗一 14)。

玛利亚的记忆

11. 玛利亚的眼光总不离开基督，她珍视他说的每一句话：「她把这一切事默存在自己心中，反复思索」(路二 19；参二 51)。耶稣的一切已深深铭刻在她的心中，永远伴随她，也使她不断回想她与儿子一起生活的每个时刻。可以说，是那些记忆形成了「玫瑰经」，她在世时从不间断地诵念着。

现今亦然，在天上耶路撒冷欢乐的歌声中，她感谢及赞颂上主的理由始终未变。这促使她给予旅途教会慈母的关怀，在旅途教会中，她继续讲述她个人福音故事的情节。玛利亚不断地向信友提示圣子的「奥迹」，希望借着默观这些奥迹，而能施展所有的救恩能力。基督徒团体诵念玫瑰经时，就能与玛利亚的记忆及注视产生共鸣。

玫瑰经是一种默观祈祷

12. 正因为玫瑰经源自玛利亚自己的经验，所以是一个精美的默观祈祷。如果缺少此一默观的幅度，玫瑰经将会失去其意义，教宗保禄六世清楚地指出：「若没有默观，玫瑰经就像一具没有灵魂的躯壳，其诵念有沦为机械式地重复形式的危险；违背了基督的劝诫：『你们祈祷时，不要唠唠叨叨，如同外邦人一样；因为他们以为只要多言，便可获得垂允』(玛六 7)。本质上，要以宁静平和的节奏，慢慢地念玫瑰经，这样，念的人才能深入地默想主耶稣生命的奥迹，像是透过与上主最亲近的玛利亚眼光来瞻仰一样。这样，就能揭示这些奥迹深不可测的丰富宝藏」(14)。

宜仔细思考教宗保禄六世这一深刻的见解，为能彰显玫瑰经的某些层面，显示玫瑰经真是一种以基督为中心的默观祈祷。

与玛利亚一起纪念基督

13. 玛利亚的默观主要是一种纪念。我们必须了解「纪念」(zakar) 一词在圣经里的意思，就借着纪念使天主在救恩史中所完成的事工临现于此时此刻。圣经是救恩事件的记述，在基督身上达到高峰。这些事件不只是「昨天」；它们也是救恩的「今天」。特别是在礼仪中，使这项临在实现：天主在许多世纪前完成的事工，不但影响亲身经历那些事件的人，还藉所赐的恩宠继续影响每个世代的人。以某种方式说，与这些救恩事件有关的各种热心敬礼，也是如此：以信仰和爱的精神去「纪念」，就是接纳基督以他的生命、死亡和复活奥迹，为我们赢得的恩宠。因此，虽然我们必须与梵二大公会议一起重申，做为基督司祭职的执行以及一种公众敬礼的礼仪，是「教会行动的顶峰和教会力量的来源」(15)，同时也要记得，灵修生活「不只限于参加神圣礼仪。基督信徒固然蒙召共同祈祷，但也应该进入自己的内室，向在暗中的天父祈祷(参玛六 6)；而且，按照保禄宗徒的教训，应该不间断地祈祷(参得前五 17)」(16)。玫瑰经以其独特的方式，属于这种多采多姿的「不间断地」祈祷。如果说，礼仪——做为基督及教会的行动，是一个绝佳的救恩行动，那么偕同玛利亚一起「默想」基督的玫瑰经则是一个救恩性的默观。我们沉浸在救主一生的奥迹中，致使基督的所做所为，以及藉礼仪而临现的救恩事件，深深地将我们同化，也塑造我们的生命。

从玛利亚认识基督

14. 基督是最杰出的导师，是启示者，也是启示本身。因此我们不仅要学习他所教导的，也要「认识他」。在这方面，除玛利亚外，还能有更好的导师吗？从属神的观点来看，如果说圣神是人内心的导师，带领我们走向基督的一切真理（参若十四 26；十五 26；十六 13）。那么，在全人类中，没有人比玛利亚更认识基督；没有人比基督的母亲更能带领我们深入了解他的奥秘。

耶稣所彰显的第一个「标记」——在加纳婚宴中变水为酒，正给我们指出玛利亚如何以导师的身分，嘱咐仆人照基督的吩咐行事（参若二 5）。我们可以想象得到，在耶稣升天后，她伴随门徒一起等候圣神降临，及当他们开始执行使命时支持他们，她也做了门徒的教师。与玛利亚一起默观玫瑰经中的情景，就是进入玛利亚的学堂内，以学习「阅读」基督，体会他的奥秘，了解他的讯息。

如果我们想到，玛利亚借着为我们求得圣神丰富的恩宠来教导我们，甚至以她自己的「信仰旅途」（17）做为我们最好的榜样时，这所「玛利亚学堂」就格外能产生效果了。当我们默观她圣子生命中的每一奥迹时，她邀请我们学习她在领报时的态度：谦虚地提出能使我们得到光明的问题，以致终能在信德中服从：「我是上主的婢女，愿照你的话成就于我！」（路一 38）

与玛利亚一起肖似基督

15. 基督信仰的灵修特色，就是门徒致力于日益肖似师傅（参罗八 29；斐三 10，12）。在领洗时圣神倾注在信友身上，像接枝一样，把信友接到基督这棵葡萄树上（参若十五 5），使他成为基督奥体的一分子（参格前十二 12；罗十二 5）。然而这初步的结合，要求门徒越来越相似他，即日渐按照基督的心意改变其作为：「你们该怀有基督耶稣所怀有的心情」（斐二 5）。用圣保禄宗徒的话来说，我们应该「穿上主耶稣基督」（参罗十三 14；迦三 27）。

玫瑰经的灵修旅程是在玛利亚的陪伴下，时时默观基督的面容；在这个旅程中，我们蒙召透过一种可称之为「友谊」的密切来往，而得以达到「相似基督」的崇高理想。这样很自然地使我们能进入基督的生命内，好似让我们分享他最深处的感受。关于这点，真福龙果写过：「就像两个朋友，如果常在一起，彼此的生活习惯会变得很相似，因此，我们如果与耶稣及童贞玛利亚常亲密的交谈、默想玫瑰经的奥迹，借着领圣体活出同一个生命，我们虽然卑微，也能与他们相似，从他们的崇高典范中学习谦逊、贫穷、退隐、耐心和完美的生活。」（18）

藉助玫瑰经以肖似基督的过程中，我们特别把自己托付于至圣童贞的慈母照顾。她既是基督的母亲，也是教会的一员，她确实是「教会最崇高、最卓越的成员」（19），同时也是「教会之母」。这样，她继续为她圣子的奥体生育子女。她以自己的代祷，恳求圣神赐给他们丰沛的神恩。她是教会母性最完美的画像。

玫瑰经很奥妙地把我们领到玛利亚的身边，她在纳匝肋的家中忙着照顾基督人性的成长。她以同样的心思来教导我们、塑造我们，直到基督在我们内「完全形成」（参迦四 19）。玛利亚的慈母角色，完全以基督为本，且彻底隶属于基督，「丝毫不遮掩或减削基督为唯一中保的意义，反而显出其力量」（20）。这是梵二大公会议所表达的光辉原理，而我自己也有过这种强烈的体验，因此我以「全属于妳」（Totus Tuus）（21）做为我牧徽的格言。这句格言当然是得自圣格里尼翁□蒙福的教导，他曾以下面的话来说明，玛利亚在我们仿效基督的过程中所扮演的角色：「我们的成全在于相似、结合及奉献于耶稣基督，因此在所有敬礼中，最完美的无疑是那能使我们全然地与基督相似，与他结合并为他而奉献的敬礼。由于玛利亚是

一切受造物中最相似耶稣基督的一位，所以在各种敬礼中，最能使人圣化并相似吾主的，就是敬礼玛利亚，他的至圣母亲，人愈是把自己奉献给她，就愈能把自己奉献给耶稣基督」(22)。从未有像玫瑰经一样，把耶稣的生命与玛利亚的生命如此密切结合在一起。玛利亚只生活在基督内，也只为基督而生活！

与玛利亚一起向基督恳求

16. 耶稣邀请我们以坚忍和信心祈求天主，以获得垂允：「你们求，必要给你们；你们找，必要找着；你们敲，必要给你们开」(玛七 7)。这个祈祷的力量，是基于天父的慈善，但也是由于基督亲自作了我们的中保(参若壹二 1)以及天主圣神的工作，他按天主的旨意「代我们转求」(参罗八 26-27)。因为「我们不知道如何祈求才对」(罗八 26)，而且有时「因为我们求的不当」(雅四 2-3)，而未蒙天主垂听。

基督和圣神在我们心中激起祈祷，玛利亚则以慈母的转求支持我们的祈祷。「教会的祈祷可说是由玛利亚的祈祷带动」(23)。如果耶稣，惟一中保，是我们祈祷的「道路」，那么玛利亚，他最纯洁、最透明的反映，则给我们指点这条「道路」。「以玛利亚与圣神化工的独特合作为出发点，教会发展出对天主之母的祈祷，这祈祷集中在基督一生的奥迹上」(24)。在加纳婚宴中，玛利亚将人们的需要告知耶稣：「他们没有酒了」(若二 3)，此段福音清楚地显示了玛利亚转求的力量。玫瑰经是默观祈祷，也是求恩祈祷。坚持向天主之母祈祷，是基于信任藉由慈母的转求，能从她爱子的心中，得到一切所求。在真福龙果《向圣母祈求》(25)的书中有大段的说法：她「因天主的圣宠而无所不能」，当然这个说法必须正确地理解。这是一个信念，始于福音，并在基督信徒的经验中日趋坚定。大诗人但丁藉圣伯尔纳德(St. Bernard)所吟唱的诗句，美妙地表达了这一点：「圣母玛利亚，妳是如此伟大，如此有能力，任何人若要祈求恩宠却不转向妳，无异妄想无翅而飞行」(26)。在玫瑰经中我们偕同玛利亚——天主圣神的圣所(参路一 35)一同祈祷时，她在那位赐她充满圣宠的天父前、也在那位出自她母胎的圣子前，为我们代祷，她与我们一同祈祷，并为我们祈祷。

与玛利亚一起宣讲基督

17. 玫瑰经也是宣讲及加深认识基督奥迹的途径；在玫瑰经里，基督的奥迹以基督徒信仰经验中的各种不同层次一再呈现。其呈现的方式是祈祷式的、也是默观式的，能按基督的心意来培育基督徒。诵念玫瑰经，尤其是在堂区及朝圣地举行的团体礼仪中诵念时，若能兼顾一切有助于做好默想的要素，就是一个很重要的教理讲授机会，堂区神父应该善加利用。我们的玫瑰之后就以这种方式继续宣讲基督。由玫瑰经的历史可知，当教会面临异端横行的困难时，道明会士特别以这个方式祈祷。今天我们正面临新的挑战，为什么不秉着前人同样的信心，再次求助于玫瑰经呢？玫瑰经保留着它全部的力量，也一直是每一位善于传播福音者十分宝贵的牧灵资源。

第二章 基督的奥迹——玛利亚的奥迹

玫瑰经，「福音的纲要」

18. 学习默观基督面容的唯一方法，就是在圣神内聆听天父的声音，因为「除了父以外，没有人认识子」(玛十一 27)。在斐理伯的凯撒勒雅境内，当伯铎向耶稣宣示信仰时，耶稣指出这一确认他真实身分的灵感来源：「不是肉和血启示了你，而是我在天之父」(玛十六 17)。因此，我们需要的，是从上而来的启示。为了接受天主的启示，必须要专注地聆听：「只有静默与祈祷的经验，才能提供适当的心境，使人对天主奥秘的认知愈来愈真实、忠信且一致」(27)。

玫瑰经是指引人默观基督面容的传统方法之一。教宗保禄六世这样说：「玫瑰经是一种福音祈祷，以降生的救赎奥迹为中心，所以玫瑰经祈祷清楚地具有以基督为中心的导向。它最具特色的部分，即串珠式一遍又一遍的圣母经，本身就成为对基督不停的赞颂，因为天使报喜以及洗者若翰的母亲的致敬最后都是指向基督：『妳的胎儿是蒙祝福的』(路一 42)。我们还要进一步说，一遍遍的圣母经，构成了一根经线，在上面编织出对奥迹的默观。每一遍圣母经所提及的耶稣，就是接下来一连串奥迹向我们提出的同一位耶稣，既是天主之子，也是童贞玛利亚之子」(28)。

补全玫瑰经传统的一个建议

19. 在基督生活中有许多奥迹，但目前玫瑰经最普遍且受到教会当局所鼓励的形式，仅指出其中少数的几个奥迹。这样的选择是来自玫瑰经祈祷的原始脉络，即由一百五十遍圣母经所构成，以符合圣咏一百五十篇为基准。

然而我认为，要充分表达玫瑰经里基督学的深度，宜于在传统的形式上再做增加，包括自基督受洗后到苦难前的公开传教时期的奥迹；至于是否采行，则完全由个人及团体自由决定。因为在这些奥迹中，我们默观基督这人的重要面貌，他是天主决定性的启示。基督在约旦河受洗时，被天父宣称为爱子，是他宣布了天国的来临，以行动为此作证，并宣讲天国的要求。就是在他公开传教的期间，完全昭示出基督奥迹就是光明的奥迹：「当我在世界上的时候，我是世界的光」(若九 5)。因此，为使玫瑰经成为更完整的「福音纲要」，很适合在默想基督降生成人和隐居生活(欢喜奥迹)之后，他受难的痛苦(痛苦奥迹)及复活的胜利(荣福奥迹)之前，默想基督公开生活中某些具有特殊意义的时刻(光明奥迹)。建议增加新的奥迹，不会对这祈祷的传统格式构成任何本质上的伤害，其目的是赋予玫瑰经崭新的生命，并在基督徒灵修中重新燃起对玫瑰经的兴趣，以它做为深入基督内心深处——喜乐和光明、痛苦和荣福之海洋的真正门户。

欢喜奥迹

20. 第一个五端，即「欢喜奥迹」，洋溢着降生事件所带来的喜乐。这从第一个奥迹——天使报喜，就很清楚：天使佳播向纳匝肋童贞女的问候，与进入默西亚喜乐的邀请相连：「喜乐吧，玛利亚」。整个救恩史，甚至整部世界历史，都导向这句问候。如果天父的计画是「使上天下地的一切都总归于基督」(参弗一 10)，那么整个宇宙都以某种方式接受天主的恩宠，因为天父俯就玛利亚，使她成为他圣子的母亲。同样，整个人类也因着玛利亚即刻承行主旨，而响应了天主的圣意。玛利亚与丽莎会面的一幕，也充满喜乐，玛利亚的声音和基督在她腹中的临在，使若翰「欢喜踊跃」(参路一 44)。众天使歌颂救世主圣婴的诞生，并向牧羊人宣

报这个「大喜讯」(路二 10) 时，白冷城也喜气洋洋。

最后两端奥迹，虽然仍保有欢喜的气氛，但已是未来悲剧的预兆。圣母献耶稣于圣殿，固然表达了奉献的喜乐和老迈的西默盎的无限欣喜；但也预言性地指出这个孩子将成为以色列人「反对的记号」，以及他母亲的心将被一把利剑刺透 (参路二 34-35)；第五端奥迹，耶稣十二岁在圣殿的那一幕，也交织着欣喜与悲戚。在这里，他聆听、发问，显出天主性的智能，俨然是「施教者」的本色。圣子全心致力于天父的事业的奥迹，就是宣告福音的彻底性，这个要求使人间最亲密的关系，在面对天国的绝对要求时，也受到挑战。玛利亚和若瑟既担心又焦虑，也「不明白」他所说的话 (路二 50)。

因此，默想「欢喜」奥迹，意即进入基督徒喜乐的最终理由和最深的意义中。其重点就是降生成人的奥迹以及隐约预示的救恩性受难奥迹。玛利亚带领我们了解基督徒喜乐的奥秘，提醒我们基督信仰首先就是「喜讯」，这项喜讯的中心以及其全部内容就是耶稣基督本身，成为血肉的圣言，世界惟一的救主。

光明奥迹

21. 从耶稣的童年和在纳匝肋的隐居生活，进入耶稣公开传教时期，我们的默观就转移到那些可以特别称之为「光明奥迹」的事件上。其实，基督的整个奥迹就是光明的奥迹。他是「世界的光」(若八 12)。然而，是在他公开生活，宣讲天国福音的那几年，这个幅度特别明显。若要向基督徒团体提出基督这个阶段生活中的五个重要时刻——「光明」的奥迹时，我认为可以明确地提出：(1)他在约旦河受洗；(2)在加纳婚宴中自我启示；(3)宣讲天主的国，劝人悔改；(4)荣显圣容；(5)建立圣体圣事，逾越奥迹的圣事性表达。

这些奥迹中的每一个都是天国已经临在耶稣身上的启示。在约旦河受洗是第一个光明奥迹。当这位本是无罪，却为了我们的缘故成了「罪」(参格后五 21) 的基督进入水中时，天开了，天父的声音宣告他是天父的爱子 (参玛三 17 及相关章节)，圣神降临到他身上，赋予他将要履行的使命。基督在加纳初显征兆 (参若二 1-12) 也是一个光明的奥迹，他因着众信徒之首玛利亚的介入，变水为酒，开启门徒的心，使他们有了信德。另一个光明奥迹是耶稣宣讲天国的来临，劝众人悔改 (参谷一 15)，并赦免那些怀着谦卑与信赖投奔他的人的罪 (参谷二 3-13；路七 47-48)。他开始这项仁慈的牧职，将特别透过他托付给教会的和好圣事 (参若廿 22-23) 继续执行，直到世界末日。至于最卓著的光明奥迹，则是耶稣显圣容，传统上认为它是发生在大博尔山上。当基督的面容闪耀着天主的神性光辉时，天父要求神魂超拔的宗徒们「听从他」(参路九 35 及对应的章节)，准备与他共度受难的时刻，为能共享复活的喜乐，及圣神所改变的新生命。最后一段光明奥迹是建立圣体圣事，在此圣事中，基督借着饼与酒的形象，以自己的身体和血作为食粮，证明他爱人类「爱到底」(若十三 1)，就是为了人类的得救，他奉献自己作为牺牲。

在这些奥迹中，除了加纳婚宴外，玛利亚都身处幕后。福音中只有很少几处简短提及她偶而在耶稣讲道的场合出现 (参谷三 31-35；若二 12)，丝毫没有提到她在耶稣建立圣体圣事时临在晚餐厅中。然而她在加纳婚宴中所担任的角色，以某种方式伴随着基督的传教生活。在约旦河受洗时，直接来自天父的启示以及洗者若翰的响应，都已在加纳时，出现在玛利亚的口中，并成为玛利亚对每一时代的教会重大的慈母家训：「他无论吩咐你们什么，你们就做什么」(若二 5)。这个训谕

能妥善引领我们进入基督公开传教生活中的宣讲与标记，它也使每个「光明奥迹」都与玛利亚有关系。

痛苦奥迹

22. 四部福音都特别重视基督的痛苦奥迹。向来，教会的敬礼，特别是在四旬期，借着拜苦路深入默想耶稣受难的每个时刻，意识到这是有天主启示祂的爱的顶峰，是我们得救的根源。玫瑰经选择了耶稣受难的几个时刻，邀请祈祷者以心神默观，并加以重温体验。这一连串的默想从革责玛尼山园开始，基督在那里经历了极度忧闷的时刻，软弱的肉身有着抗拒天父旨意的诱惑。在那里，基督置身于人类的各种诱惑中，勇敢对抗人性的种种罪过，为能向天父说：「不要随我的意愿，惟照你的意愿成就罢！」(路廿二 42 及相关章节)。他以「顺命」取代了原祖父母在伊甸园的「拒绝」。为承行天父旨意所要付出的代价，呈现在接下来的几个奥迹中：受鞭打、戴茨冠、背十字架上加尔瓦略山、死于十字架上，为此他承受了最大的凌辱：「看，这个人」(Ecce homo)！

这个凌辱不但启示了天主的爱，也启示出人自身的意义。「看，这个人」！谁要了解人的意义、人的起源以及人的圆满，就必须在基督内去认识，他是天主，因着爱而屈尊就卑，「直到死亡，而且死在十字架上」(斐二 8)。痛苦奥迹带领信友再次体验耶稣的死亡，让自己设身处地站在十字架下，站在玛利亚身边，与她一起进入天主对人之爱的深处，并体验这个赐予生命的力量。

荣福奥迹

23. 「默观基督的面容时，不能仅止于被钉者的形象。他是复活的主！」(29) 玫瑰经一向都表达这个信德上的认知，邀请信友超越受难的黑暗，以注视复活与升天的基督的光荣。基督徒默观复活的主，能重新发现自己信仰的理由(参格前五 14)，而且，不仅体验到那些得享基督复活显现的人的喜乐，如宗徒、玛丽德莲，以及厄玛乌路上的两位门徒的喜乐，也再次体验玛利亚的喜乐，她必定同样强烈地体验到她光荣复活之子的新生命。基督升了天，光荣地坐在圣父右边，玛利亚也在她升天时享受同样的荣耀，这是由于她蒙受特殊的恩宠，使她预先领受义人肉身复活的尊荣。最后，如同荣福五端所提出的，她充满光荣，超群出众，是天使及诸圣人之后，是教会末世境界的预显及高峰。

在圣子及其母亲获享荣福的整个奥迹中，玫瑰经以圣神降临作为居中的荣福三端；它显示教会的面貌，如同是一个与玛利亚结合在一起的大家庭，因圣神倾注而充满活力，并准备好实行福传使命。默观此一奥迹，就像默观其它的荣福奥迹一样，应该引领信友更活泼地意识到他们在基督和教会内的新生命，圣神降临本身就是这生命最好的写照。因此荣福奥迹增强信友对末世目标的期盼，而他们就是以天主子民的身分穿越历史，走向末世。这个希望不能不催迫他们勇敢地为他们整个存在意义的「喜讯」作证。

从「众奥迹」到「中心奥迹」：玛利亚之路

24. 玫瑰经所提供的循环的默想，当然是不完备的，但它提出重要的，激发人的心灵渴望认识基督，这渴望将不断地由福音纯真的源泉中获得滋养。基督生命中

的每一个个别事件，正如圣史所记述的，都闪耀着这远超过人所能理解的奥迹的光芒（参弗三 19）：圣言成为血肉的奥迹，在他内「真实地住有整个圆满的天主性」（哥二 9）。因为这个原因，《天主教教理》非常强调基督的奥迹，指出「耶稣一生中的每一件事，都是他奥迹的标记」（30）。第三个千年的教会要「划向深处」，端赖基督徒是否能「充分地认识天主的奥秘——基督，因为在他内蕴藏着智能和知识的一切宝藏」（哥二 2-3）。厄弗所书向每位受洗者表达热切的祈愿：「愿基督因着你们的信德，住在你们心中，叫你们在爱德上根深蒂固，奠定基础，……并知道基督的爱是远超人所能知的，为叫你们充满天主的一切富裕」（三 17-19）。玫瑰经有助于达成这个理想；它为我们提供一项简易，但又能深入、内在地认识基督的「秘诀」。我们可以称之为玛利亚之路。这是纳匝肋童贞女，一位有信德、静默与倾听的妇女的表样之路。这也是敬礼玛利亚之路，由于知道基督和他母亲之间不可分离的关系：基督的奥迹，从某种意义说，也是玛利亚的奥迹，即使她并不直接包含在内，因为她是借着基督，为基督而生活。若把圣母经中天使佳播及丽莎的话，变成我们自己的话，我们就会不断地受到推动，要在玛利亚的怀中和心中，重新寻找「她母胎中蒙受祝福的果实」（参路一 42）。

基督的奥迹，人的奥迹

25. 前面提到过，我在一九七八年曾作证说，玫瑰经是我最喜爱的祈祷，有一个概念我愿意再提出来，当时我说：「玫瑰经这个单纯的祈祷，标示了人类生命的律动。」（31）

依据前述有关基督奥迹的反省，要深究玫瑰经的人类学意义并不难，它其实比表面所见的更为深入彻底。谁若默观基督生命的各阶段，不可能不在他内发现人的真理。梵二大公会议文献对此郑重肯定，自从发表《人类救主》通谕后，我常在训导中讨论这一点：「事实上，人的奥迹只能在圣言降生为人的奥迹中才能发放光明」（32）。玫瑰经能帮助人向这光明开放。基督重建（33）、揭示并救赎了人生的路途，当信友遵行基督的道路时，便立身于这位真人的形象前。默观基督的诞生，信友认识生命的神圣；注视纳匝肋的圣家，会了解家庭在天主计画中的原始真理；倾听基督导师公开传教生活中的奥迹，就获得进入天主国的光明；追随他走向加尔瓦略山时，学会认识使人得到救赎之痛苦的意义。最后，瞻仰光荣中的基督和他的母亲时，将看到我们每一个人蒙召要完成的目标——只要我们肯接受天主圣神的治愈和改变。我们可以说，如果能好好默想玫瑰经的每一端奥迹，也必能照亮人的奥迹。

基于这个理因，把生命中的许多问题、忧虑、劳苦和计画都带到这位人类神圣救主面前，也就成为很自然的事。「将你的重担卸交上主，他必扶持你」（咏五五 23）。用玫瑰经来祈祷，意味着把我们的重担交托给基督和他母亲的仁慈心肠。在廿五年后的今天，回想我执行伯铎职务中所遇到的困难，我感到需要再次呼吁，并热忱地邀请大家亲身作此体验：玫瑰经的确「标示了人类生命的韵律」，为能在与天主圣三共融的喜乐中，与天主「生命的韵律」和谐一致，这是我们生命的目的及终极的愿望。

第三章 为我，生活原是基督

玫瑰经，与奥迹同化的道路

26. 玫瑰经以其独特的方式，所提供的基督奥迹的默想，能帮助我们与奥迹同化。这是一种重复诵念的方法。经文以圣母经为主，在每一端奥迹中诵念十遍。如果以肤浅的方式来看这种反复诵念，就容易觉得玫瑰经枯燥无味。然而，若是把玫瑰经视为爱的表达，那就大不相同了，爱意绵绵，尽管表达的方式大致相似，但缕缕情思可是历久弥新，永无穷期。

在基督身上，天主的确取了一颗「血肉之心」。天主不但有一颗充满仁慈和宽恕的神性之心，也有一颗热情洋溢的人性之心。如果要从福音里找证明，在基督复活后与伯铎的动人对话中就很容易看到：「若望的儿子西满，你爱我吗？」他问了三次，伯铎也三次回答：「主，你知道我爱你」（参若廿一 15-17）。这段对伯铎的使命至关重要的章节，除了特定的意义外，谁都不能不承认这三次重复问答的确很美，再三地探问和相应的回答，用的是普天之下在爱中的人所熟悉的用语。为了解玫瑰经，就必须深入爱所特有的生动的心理学。

有一件事很清楚：虽然反复诵念圣母经，是直接以玛利亚为对象，但这爱的行动，最后还是偕同她，并借着她而归向耶稣。反复诵念玫瑰经，其动力来自渴望日益完美地肖似基督，这是基督徒生活真正的途径。圣保禄曾满怀热火说道：「在我看来，生活原是基督，死亡乃是利益」（斐一 21）。他又说：「我生活已不是我生活，而是基督在我内生活」（迦二 20）。玫瑰经就在帮助我们日益肖似基督，直到我们真正地成圣。

一个有效的方法.....

27. 我们与基督的关系也须借重于方法的帮助，关于这点不足为奇。天主与人交往时，尊重我们的人性和生命的韵律。正因为如此，即使基督徒的灵修以神秘的静默为最高境界，在这种境界中，任何形象、言语和举止等，都被人与天主那种不可言喻的密切结合所取代；然而一般而论，基督徒的灵修仍需要整个人的投入，包括现实复杂的心理、生理和各种关系。

这在礼仪中尤其明显。圣事和圣仪由一连串的仪式成，关连到人的许多层面。非礼仪性的祈祷也有同样的要求。有件事肯定这一点，东方教会最具特色的祈祷是以基督为中心的默想，它以：「主耶稣基督，天主子，可怜我罪人」（34）这句呼求为中心，传统上在诵念时要配合呼吸的节奏；这个做法有助于恒心祈祷，同时也以某种方式具体表达渴望基督成为自己生命的呼吸、灵魂和「一切所有」。

.....然而仍可以更好

28. 我在《新千年的开始》宗座文告中提到，今天西方社会又重新感到默观祈祷的需要，这种默观祈祷有时以更富吸引力的方式存在其它的宗教里（35）。有些基督徒由于对基督信仰传统的默观认识有限，因而受到其它宗教那些方式的吸引。虽然后者也含有积极的成分，有时且与基督徒的经验兼容，但它往往隐含着我们不能接受的想望。其中颇风行的是利用精神与肉体上重复式的、象征式的技巧，以达到高度聚精会神的目标。玫瑰经也处于这种宗教现象的大范畴中，但它具有自己的特色，能符合基督信仰典型的需要。

事实上，玫瑰经无非是一种默观的方法，既是方法，就应根据目的予以善用，方法本身不能成为目的。然而，它是积数百年经验的成果，因此这个方法不能等闲

视之，无数圣人都喜爱这种祈祷方法。虽然如此，这并不表示它没有改进的余地，这就是在本牧函中提议增加光明奥迹，以及在诵念方式上做某些建议的用意。在尊重玫瑰经祈祷既有的结构下，我愿藉此建议，帮助信友了解其丰富的象征意义，并能结合于日常生活的需求。否则，玫瑰经不但无法产生预期的灵修效果，甚至有使常用的玫瑰念珠沦为某种护身符或魔术用品的危险，这就彻底扭曲了玫瑰经的意义和功能。

宣示各端奥迹

29. 宣示各个奥迹，最好同时也用一幅描绘奥迹的圣像，就如同开启一个场景，能使注意力集中在那上面。宣示奥迹的言词，引导人的想象和心灵专注于基督生命中的某一特定事件或时刻。在教会传统的灵修中，不论是敬礼圣像、富于感官作用的许多热心神工，以及圣依纳爵·罗耀拉在《神操》中所推荐的方法，都借用视觉及想象的要素，他们认为这样能有效地帮助人把心思集中在特定的奥迹上。再者，这也合乎「天主降生为人」所含有的逻辑：天主愿意在耶稣身上取得人的面貌。透过他的身体，我们可以接触到他神性的奥秘。

宣示玫瑰经的各端奥迹，也符合这个具体的需要。当然，这些奥迹既不能取代福音，也未涵盖其全部内容。因此玫瑰经不能取代诵读圣言 (*lectio divina*)，而是以诵读圣言为前提，并推动圣言的诵读。虽然玫瑰经所提示默观的奥迹，包括新增加的光明五端，仍只限于基督生命中的主要部分，但借着它们，我们的心灵很容易能够拥抱整个福音的其它部分，特别是当我们以较长时间、收敛心神来念玫瑰经的时候。

聆听天主圣言

30. 为了给玫瑰经默想提供圣经基础并使默想更深入，可以在宣示每一端奥迹后，再宣读一段相关的圣经章节，其长短视情况而定。事实上，没有其它话语比圣言更有效力了。聆听时，应知这是天主的圣言，是为今天，及「为我」而说出的。

以这样的态度聆听圣言，天主圣言就能成为玫瑰经重复诵念经文方法中的一部分，而不会因为总是重复早已熟知的内容而感到索然无味。聆听圣言不是回忆内容，而是让天主「说话」。在某些隆重的、团体的仪式中，可以用简单的讲解适当地阐明这些圣言。

静默

31. 聆听和默想需要静默。宣示奥迹及宣读圣言之后，开始口祷之前，宜暂停一段适当的时间，为能把注意力集中在默想的奥迹上。重新发现静默的价值，是做好默观和默想的秘诀之一。在这个受科技和媒体主导的社会里，愈来愈难得静默。正如礼仪中要求有静默的时刻，念玫瑰经时，在聆听天主圣言后，当心灵集中于所默想的奥迹上时，也应该有短暂的静默时刻。

天主经

32. 聆听圣言、潜心默想奥迹后，我们会很自然地举心归向天父。在每一端奥迹中，耶稣带领我们走向天父，耶稣自己不断地投向天父，因为他憩息在天父怀中（参若一 18）。他愿意我们与天父亲密地往来，使我们与他一起称呼天主为：「阿爸，父呀！」（罗八 15；迦四 6）基督因着他与天父的关系，把他自己的圣神，也是天父的圣神通传给我们，使我们成为他的弟兄姊妹，也使我们互为弟兄姊妹。天主经是默想基督与圣母的基础，这个默想随着重复诵念圣母经中逐渐展开。天主经使我们在默想奥迹时，即使是个人单独默想，也能体验到教会的幅度。

十遍圣母经

33. 这是玫瑰经中分量最重的部分，也因为圣母经才使玫瑰经成为绝佳的玛利亚的祈祷。然而当我们正确地了解圣母经时，就会清楚地发现玫瑰经所具有的玛利亚特色，并不与它的基督学特色对立，反而还强调并凸显这个特色。事实上，圣母经的前一部分内容，取自天使佳播以及圣妇丽莎对玛利亚所说的话，是对天主教在纳匝肋的童贞女身上完成的奥迹所作的崇拜式的默观。可以说，这些话表达上天与下地的崇敬；而从某种意义说，也是让我们瞥见天主在静观自己的「杰作」-- 圣子在童贞玛利亚腹中降生成人时，所流露出的赞叹。正如同创世纪中天主「看了他造的一切」（创一 31），即「天主在创造之初，看到自己双手的造化时，所激起的感情」（36）。在玫瑰经中重复诵念圣母经，使我们也能分享天主自身的赞叹和喜悦：在惊喜赞叹中，承认历史上最伟大的奇迹。玛利亚的预言在此应验了：「今后万世万代都要称我有福」（路一 48）。

圣母经的重心就是耶稣之名，它可说是连接两个部分的铰链。有时在匆匆诵念玫瑰经时，会忽略了这重心，也就看不见与所默观的基督奥迹的关联。然而正是同时强调耶稣的圣名以及他的奥迹，才显出诵念玫瑰经的意义与效果。教宗保禄六世在《敬礼圣母玛利亚》劝谕中曾提到某些地区的习惯，在诵念玫瑰经时加上一节与所默观的奥迹相关的句子，以突显基督圣名（37）。这是值得称许的习俗，特别是团体一起诵念时。它强有力地表达我们对基督的信仰，针对救主一生中的不同时刻。这是信仰的宣示，同时有助于默想时的专心，使我们在反复诵念圣母经时，产生与基督奥迹同化的作用。耶稣的名号是赐给我们，使我们赖以得救的唯一名字（参宗四 12），这名号与他至圣母亲的名字密切关联，当我们重复呼唤时，我们就走上了同化的路途，帮助我们更深地进入基督的生命中，而这几乎可以说是出于玛利亚的示意。

玛利亚与基督极为特殊的关系，使她成为天主之母，这关系让我们在圣母经后半段向她的恳求，即我们把现在的生命及临终时刻都托付于她慈母的转求，变得非常有力。

圣三光荣颂

34. 圣三光荣颂是基督信仰默观的目标。因为基督是带领我们在圣神内走向天父的道路。如果我们彻底地走这条路，就会不断面对圣三的奥秘，他应受一切的赞颂、朝拜和感谢。重要的是，要让圣三光荣颂——默观的顶峰，在玫瑰经里得到应有的显著地位。在公开诵念时，圣三光荣颂可以用唱的，为能恰当地强调它是基督徒所有祈祷中不可或缺的神三架构。

我们专注并深入地默想奥迹；并由于对基督和对圣母的爱，在一遍又一遍的诵念

圣母经中，使默想生动活泼，那么，每十遍圣母经之后的光荣圣三颂，就不会沦于草率的收场，而有了恰如其分的默观风格，好象心灵已上升到了天堂，也多少使我们能再次体会大博尔山上的经验，也就是预尝来日的默观：「我们在这里真好！」(路九 33)

结束的短祷

35. 目前的做法是，在圣三光荣颂之后，有一段短祷，其内容随各地习惯而异。在不削减这些祈祷的价值之下，值得一提的是，如果每端奥迹能以一个为获得此默想特定成果的祈祷作结束，将使默观奥迹更有灵修的效果。这样，玫瑰经更能有效地表达它与基督信仰生活的关系。有一段美好的礼仪祷词作此提示，邀请我们默想玫瑰经奥迹时，祈求能够「效法奥迹所蕴含的，并获得所许诺的种种恩典」(38)。

这样的结束祈祷可以采用各种正当的形式，如同现在已有的做法。这样，玫瑰经能有适合各种灵修传统及不同的基督徒团体的样式。从这个角度看，我们祈望在借着牧灵的分辨之后，能提出最具代表性的短祷来加以推广；例如在那些特别推广玫瑰经敬礼的中心及朝圣地所使用的祷文，好使天主子民都能分享这些真正的灵修宝库，从中汲取默观祈祷的养分。

念珠

36. 诵念玫瑰经的传统工具就是念珠。表面看来，念珠只是用作计算反复诵念圣母经次数的工具。然而念珠也具有象征作用，能增加默观的分量。

关于这一点，首先值得注意的是，整串念珠的排列是以苦像为集中点，玫瑰经祈祷从苦像开始，也在苦像结束。信友的生活和祈祷以基督为中心。一切都从他开始，走向他，一切都经由他，在圣神内抵达天父。

念珠是一种计算工具，记录祈祷的进行，它使人想起默观及基督徒的成全是一条无止境的道路。真福龙果也把念珠看做是一条将我们与天主相连的「链子」。是的，一条链子，但却是一条甜密的链子；因为与天主，也是我们的父亲相连系，确是甜密的事。这条「孝爱之情」的链子，使我们与「上主的婢女」(路一 38) 圣母玛利亚、最终是与基督同心同德，他虽然是天主，却因为爱我们而甘为「奴仆」(斐二 7)。

把念珠的象征意义伸展到我们生命中的许多关系里，将是很美的事，它提醒我们，是共融与友爱的情谊，使我们众人在基督内互相结合。

开始与结束

37. 目前，因教会境况的不同，玫瑰经祈祷的前导也有多种不同的方式。有些地区，习惯用圣咏第七〇篇起首的呼求句作开端：「天主，求你快来救我；上主，求你速来扶助我」，好似在帮助祈祷的人意识到自身的卑微与贫乏。在其它地方，则以信经做为开始，似乎愿以信仰的宣示，做为即将展开的默观之旅的基础。这些以及其它类似的方式，如果能让人准备心灵做好默观，都是正当的。最后，为教宗的意向祈祷作为玫瑰经的结束，为的是扩大祈祷者的视野，关怀教会广大的需要。正是为了加强玫瑰经的教会幅度，教会颁给那些按规定的要求念玫瑰经的

人大赦。

如果是这样地念玫瑰经，它就会真正成为灵修的道路，在这路上，玛利亚担任母亲、导师和向导的角色，以她大能的转求来支持信友。因此，要是信友在玫瑰经的祈祷中，深深体验到玛利亚的母爱，那么，在祈祷结束之前，怎么会不强烈地感到要用「又圣母经」或「圣母德叙祷文」这些非常美丽的祈祷，来赞美至圣童贞呢？这是一段心路历程登峰造极的时刻，它使信友与基督奥迹及圣母玛利亚活生生地相遇。

时间上的分配

38. 玫瑰经可以每天全部诵念，有人的确这样做，实在值得赞美。这样，能使许多默观者天天浸润在祈祷之中，或是也能陪伴那些多的是时间的病人和老年人。然而，很明显地，许多人只能按照一个星期为一个循环的顺序诵念部分玫瑰经，如果再加上新的光明奥迹，那就更是如此了。把各端奥迹依序安排在一周内轮流诵念的方式，能使每天带有不同的灵修「色彩」，就像礼仪年中不同的节期带给礼仪不同的气氛一样。

按照目前的做法，星期一和星期四诵念「欢喜奥迹」，星期二、五诵念「痛苦奥迹」，星期三、六和主日诵念「荣福奥迹」。那么「光明奥迹」要安插在那一天呢？在考虑到星期六和主日连续默想「荣福奥迹」，而传统上星期六一向是特别恭敬圣母的日子，所以建议把一周内的第二次默想「欢喜奥迹」挪到星期六，因为在「欢喜奥迹」中圣母的临在特别明显，于是星期四就可空出来默想「光明奥迹」。这个指示无意限制个人和团体祈祷应有的自由，即按照灵修和牧灵的需要，以及特别为配合礼仪节庆，而做适当调整的自由。真正重要的是，让玫瑰经在我们的认识和体验上，愈来愈成为一条默观之路。玫瑰经使那些在礼仪中所成就的更加完备；借着它，以复活的日子(主日)为中心的基督徒的一周，成为一条经历基督一生奥迹的旅途，而基督将在他门徒的生活中彰显出他是时间和历史的天主。

结 论

「堪受赞颂的玛利亚玫瑰经，使我们与天主相连的甜蜜链子」

39. 以上所说的，非常清楚地阐述了这个传统祈祷的丰富性，它既有大众化敬礼的纯朴，又有神学的深度，适合于那些渴望作较深的默观祈祷的人的需要。教会始终认为这个祈祷有特殊的效力，因而把最难解决的问题交托给玫瑰经，请信友一起并持续不断地为此意向诵念玫瑰经。在基督信仰似乎受到威胁的时刻，人们认为是因着玫瑰经祈祷的力量而脱险的，因此，玫瑰经圣母被称扬为带来救恩的转求者。

今天，我诚愿把世界和平及家庭的和睦都托付在这个祈祷的大能之下，正如我在这牧函开头时所提过的。

和 平

40. 新千年的开始之际，世界所遭逢的重大挑战，使我们想到惟有靠上主的介入以开导那些生活在冲突中的人及掌握国家命运者的心，才有希望期待一个比较光明的未来。

玫瑰经本质上就是一个导向和平的祈祷，因为它在于默观基督，他是和平之王，是「我们的和平」(弗二 14)。任何人只要受到基督奥迹的潜移默化——玫瑰经即以此为目标——就会知道和平的秘诀，并准此而生活。此外，借着玫瑰经特有的默想性质，平和宁静，一遍又一遍地诵念圣母经，因此，玫瑰经能在作此祈祷的人身上施展它的平安，使他在内心深处接受并体验复活的主所赐给真正的和平(参若十四 27；廿 21)，并将它散布到自己周遭。

玫瑰经是祈求和平的祈祷，因为它能产生爱德的果实。如果我们能以真正的默观的态度去念玫瑰经，它就会带领我们在基督的奥迹中与他相遇，在此同时，也不可能不注意到在他人身上，尤其是在那些受苦最深的人身上所呈现的基督面容。一个人如果在「欢喜奥迹」中默观了圣婴在白冷城诞生的奥迹，怎能不感到要接纳、维护和促进生命，并分担全世界各地受苦孩童的重担呢？在「光明奥迹」中跟随启示者基督的芳踪，怎能不立意在日常生活中为他所宣报的「真福」作证呢？默观背负十字架并被钉死在十字架上的基督，如何能不感到自己应该成为那些被忧愁痛苦或绝望所压倒的弟兄姊妹的「基勒乃人西满」呢？最后，如果瞻仰复活的基督的荣耀，和被加冕为天地母后玛利亚的荣耀，怎会不渴望使这世界变得更美好、更正义、更符合天主的计画呢？

总之，当玫瑰经引领我们的眼目注视着基督时，也促使我们成为世界和平的缔造者。玫瑰经以它持续不断的同声祈求，响应基督要我们「时常祈祷，不要灰心」(路十八 1) 的邀请，因此玫瑰经使我们即使在今天，仍能对那场为赢得和平而作的艰难「奋战」抱持着希望。玫瑰经不但不逃避现世的问题，反而促使我们以负责任和慷慨的眼光来看这些问题，并为我们求得力量去面对它们，确信会有天主的帮助，并在任何境遇中坚定不移地为「爱」作证，因为「爱德是全德的联系」(哥三 14)。

家庭：父母亲.....

41. 玫瑰经是祈求和平的祈祷，但一向也是家庭的祈祷及为家庭而作的祈祷。过去，基督徒家庭特别喜爱这个祈祷，也当然增进了家庭的和睦共融。切勿失去这个可贵的传统，我们必须恢复用玫瑰经来做家庭祈祷，以及为家庭祈祷。

我在《新千年的开始》宗座文告中，鼓励平信徒在堂区和基督徒团体的日常生活中，诵念日课经(39)。现在我也同样鼓励大家诵念玫瑰经。这是基督徒奉行默观的两条途径，不但不互相排斥，且有互补的作用。因此我要求从事家庭牧灵工作的人员能热心推广玫瑰经。

一起祈祷的家庭，必能保持团结一致。有古老传统的玫瑰经，已证明它是特别能促进家庭团聚的祈祷。家庭中的成员，定睛注视耶稣时，也会重新相互注目，为能彼此沟通、甘苦与共、互相宽恕，并本着天主圣神所更新的爱的盟约重新出发。当代家庭，尤其是经济发达的社会中的家庭，面临的许多问题，都是因为沟通日渐困难所致。家庭成员很难聚在一起，即使难得能相聚，也经常以看电视打发时间。重新在家庭诵念玫瑰经，意指要把另一类的影像来充实日常生活，那就是救恩奥迹的影像：是救主的影像，他的至圣母亲的影像。一起诵念玫瑰经的家庭，多少会重现一些纳匝肋圣家的气氛：以耶稣为中心，与他一起分享喜乐、承担忧苦，把家庭的需要和计画放在他的手中，从他那里汲取希望和前进的力量。

.....子女

42. 把子女的成长和发展托付给这个祈祷，也是很美、很有效的。玫瑰经不就是跟随基督的一生，从受孕到死亡，乃至复活获享光荣吗？如今做父母的，在孩子成长的过程中，越来越难以理解他们了。在这个高科技、大众传播发达、全球化的社会，一切都变化得如此快速，世代之间的文化差距也越来越大。各式各样的讯息和难以预料的经验，都迅速进入儿童和青少年的生活中，做父母的则对子女所面对的危险，感到忧心忡忡。有时父母由于子女抗拒不了毒品的诱惑、放纵的享乐主义、暴力以及各种无聊和绝望的表现，而感到失望至极。

用玫瑰经为子女祈祷，甚至与子女一起念玫瑰经，从小教导他们有这种每天与家人「静下来祈祷」的体验，诚然无法解决每一个问题，却是有不能低估的精神帮助。或许有人会提出异议，认为玫瑰经不太迎合今天的儿童和青年的口味。但也许这样的异议，是在表示我们念玫瑰经的方法不理想。此外，除了保持玫瑰经的基本结构不变之外，不论在家庭里或在团体中，为了适合儿童和青少年诵念玫瑰经，可以采用适当的象征和实际的方法，协助他们了解并重视这个祈祷。何不试试看呢？在天主的帮助下，给予年轻人积极、热情且有创意的牧灵辅导——正如历届世界青年日的做法——会得到很了不起的成果。我相信，妥善地向年轻人介绍玫瑰经，他们会把玫瑰经祈祷当做自己的祈祷，怀着青春热情来诵念，让成年人再次感到惊奇。

玫瑰经，有待重新发现的宝藏

43. 亲爱的弟兄姊妹！一个如此容易、又如此丰富的祈祷，实在值得基督徒团体去重新发现。让我们特别在今年做到这一点，以确认我在《新千年的开始》宗座文告中所勾画的方向。许多地方教会已从中得到启发，而为最近的将来拟定了许多牧灵计画。

亲爱的主教弟兄、司铎和执事，以及你们，担任各种职务的牧灵工作者，我特别向你们论及这件事，借着你们个人所经验到的玫瑰经之美，愿你们能积极坚定地推动玫瑰经祈祷。

各位神学家，我也期望你们，藉由各位睿智和缜密的反省，以天主圣言为基础，并注意到基督徒已有的生活经验，愿各位帮助他们发现这个传统祈祷的圣经基础、灵修宝藏以及牧灵价值。

各位过奉献生活的男士及女士，你们蒙受特别召叫，在玛利亚的学堂中默观基督的面容，我也依靠你们。

你们生活在各种不同环境中的弟兄姊妹、基督徒家庭、各位患病及年长者，以及年轻人：我也希望你们满怀信心，再次拿起玫瑰经念珠，根据圣经、配合礼仪，在你们每天的生活中重新发现这个祈祷的美妙。

愿我的呼吁不致如石沉大海！在我任教宗职进入第廿五年的开始，我把这封宗座牧函托付在童贞玛利亚慈爱的手中，我的心灵俯伏在玫瑰经宗徒，真福龙果为她建造的辉煌圣殿内的圣像前。真福龙果在他著名的「向至圣玫瑰之后恳求诵」的结尾，有一段感人的祷词，我愿用它来表达我的心声：「哦，玛利亚所祝福的玫瑰经，把我们与天主联结在一起的甜蜜链子，使我们与天使结合的爱之绳索，抵抗地狱攻击的救恩之塔，世海沉沦的安全港埠，我们不再背弃妳。妳是我们临终的安慰：我们生命末刻最后的一吻属于妳。我们嘴唇最后发出的言语将是妳甜美的名字，哦，庞贝的玫瑰经之后，最亲爱的母亲，罪人的避难所，哀痛者无上的

安慰，愿妳在上天下地普受赞美，自今世直到永远。」

若望保禄二世

二〇〇二年十月十六日 发自梵蒂冈

时值任职教宗第廿五年之始

(1)梵二大公会议文献《教会在现代世界牧职宪章》45。

(2)教宗保禄六世，《敬礼圣母玛利亚》劝谕(一九七四年二月二日)42, AAS 66 (一九七四), 153 页。

(3)参阅 Acta Leonis XIII, 3 (1884), 280-289。

(4)特别值得一提的是他有关玫瑰经的牧函 *Il religioso convegno* (一九六一年九月廿九日): AAS 53 (1961), 641-647。

(5)三钟经: *Insegnamenti di Giovanni Paolo II, I* (1978): 75-76。

(6)AAS 93 (2001), 285。

(7)在筹备该次会议的几年中，教宗若望廿三世不断鼓励基督徒团体，为这件教会中的大事诵念玫瑰经，祈求大会成功圆满：参阅 *Letter to the Cardinal Vicar* (28 September 1960): AAS 52 (1960), 814-816。

(8)《教会宪章》66。

(9)No. 32: AAS 93 (2001), 288。

(10)*Ibid.*, 33: loc. cit., 289。

(11)我们都知道私下的启示和公开启示是不同的，后者与整个教会有关。为了教友的虔诚热心，教会训导必须分辨并承认私下启示的真实性。

(12)《玫瑰经的秘密》

(13)*Blessed Bartolo Longo, Storia del Santuario di Pompei, Pompei, 1990, 59*

(14)《敬礼圣母玛利亚》劝谕(一九七四年二月二日), 47: AAS (1974), 156。

(15)《礼仪宪章》10。

(16)同上, 11。

(17)《教会宪章》58。

(18)*I Quindici Sabati del Santissimo Rosario, 27th ed., Pompei, 1916, 27.*

(19)《教会宪章》53。

(20)同上, 60。

(21)参阅「向全罗马和全世界」(*Urbi et Orbi*)的首篇广播文告(17 October 1978): AAS 70 (1978), 927

(22)*Treatise on True Devotion to the Blessed Virgin Mary.*

(23)《天主教教理》2679。

(24)同上, 2675。

(25)*The Supplication to the Queen of the Holy Rosary was composed by Blessed Bartolo Longo in 1883 in response to the appeal of Pope Leo XIII, made in his first Encyclical on the Rosary, for the spiritual commitment of all Catholics in combating social ills. It is solemnly recited twice yearly, in May and October.*

(26)《神曲》天堂篇, XXXIII, 13-15。

(27)若望保禄二世宗座文告《新千年的开始》(二〇〇一年一月六日), 20。

(28)《敬礼圣母玛利亚》劝谕(一九七四年二月二日), 46: AAS (1974), 155。

(29)若望保禄二世宗座文告《新千年的开始》(二〇〇一年一月六日), 28。

(30)515 号。

(31)Angelus Message of 29 October 1978 : *Insegnamenti*, I (1978), 76.

(32)梵二大公会议文献,《论教会在现代世界牧职宪章》22。

(33)参阅圣依仁《驳斥异论》, III, 18, 1: PG 7, 932.

(34)《天主教教理》2616 号。

(35) 参阅《新千年的开始》33 号。

(36) 若望保禄二世, 致艺术家书(一九九九年四月四日), 1:AAS 91 (1999), 1155。

(37)参阅 46 号: AAS 66(1974), 155。最近教廷礼仪与圣事部在 *Dirittorio su pieta popolare e liturgia.Principi e orientamenti* (17 December 2001)也曾赞扬这个习惯。

(38)“...concede, quaesumus, ut haec mysteria sacratissimo beatae Mariae Virginis Rosario recolentes, et imitemur quod continent, et quod promittunt assequamur”.
Missale Romanum 1960, in festo B.M. Virginis a Rosario.

(39)参阅 34 号: AAS 93 (2001), 290。