opusdei.org

## 让我们在四旬期放下 手机,跟随耶稣走向 弱小者

教宗呼吁信友勤读《福音》, 把自己献给上主,力行健康的 「心灵生态」,因为我们今天 遭到「太多言语暴力」的污 染。

2020年2月26日

让我们关掉电视,放下手机,抵拒闲 言碎语和言语暴力,并且与耶稣一起

在「爱德之路」上走向我们周遭的 「许多荒野」,拥抱穷人、年长者和 遭遗弃的人。圣灰礼仪标志著四旬期 的开始,教宗方济各2月26日在周三 公开接见活动中向大约12000名聚集 在圣伯多禄广场上的信友发出这项呼 吁。

《路加福音》记载,耶稣「充满圣神」,进入荒野,在那里停留40天,「受魔鬼试探」(参阅:四1-2)。教宗省思了这段经文,阐明四旬期旅程的意义在于走向逾越奥迹,它是「礼仪年及信仰的核心」。接著,它是下,就论了荒野的灵性意义,对城市居民来说,荒野也意味著「寂静」的地方。「荒野是个远离周遭喧扰的地方。由于没有人的话语,遂能给天主圣言腾出空间。圣言有如微风轻拂我们的心灵。荒野是圣言临在的场所」。

《圣经》指出,上主「喜爱」在荒野里向我们发言: 祂向梅瑟颁布十诫,

并对子民的「心灵」说话。子民在荒野里「重新找到与天主的亲密感、上主的爱」。耶稣喜欢退避到荒野里祈祷,教导我们「如何寻找在静默中对我们说话的天父」。这「并不容易」,却邀请我们寻求「心灵的宁静」。因此,四旬期是「给天主圣言腾出空间的绝佳时机」。

教宗吁请众人在「这段时期关上申 视,翻开《圣经》;放下手机,与 《福音》『连线』。四旬期有如荒 野, 在这段时期要摒弃无益的话。闲 言碎语,道听涂说和流言蜚语 | 。相 反地, 「在这段时期, 我们要向上主 倾诉, 把自己献给上主, 力行健康的 心灵生态,作心灵的大扫除上,因为 我们现外的环境「遭到太多言语暴力 的污染 | 。教宗形容说: 「如今羞辱 他人的行为宛如『道早问安』。我们 淹没在空洞话语、广告和虚假不实的 讯息里。我们习惯干窥探每个人的一 切事物,恐怕会陷入世俗精神,导致 心神耗尽。这问题的唯一解药是静默。|

耶稣召叫我们进入荒野,邀请我们侧 耳静听重要的本质。教宗由此指出, 荒野是个回归「本质的地方1 , 因为 它敦促我们省察自己的生活。「我们 周围存在著许多无用的事物。我们跟 多肤浅的现况, 以便于再次发现重要 之事, 重新看见我们周遭的面容! | 「耶稣在这方面也给我们立了榜样, 即守斋。守斋意味著懂得舍弃肤浅虑 荣之事, 走入本质。守斋绝不只是节 食减肥, 其意义正是回归本质, 寻找 更简朴的生活之美人。

荒野也可视为「孤独的地方」。教宗把目光转向我们的周遭,说: 「今天我们周围也有许多荒野、很多孤独的人。他们是被遗弃的孤独者。我们周遭有多少穷人及年长者在生活中默不作声,遭到排挤和丢弃! 然而,荒野

引领我们走向他们,走向那些不发一语、在沉默中求救的人。许多无声的 眼神向我们发出求救讯号。四旬期荒 野的旅程是一段走向最弱小者的爱德 之旅。|

教宗最后提醒众人在四旬期内「祈祷、守斋,以及从事慈悲善工」,好能「从死亡走入生命」。教宗说:

「让我们与耶稣一起进入荒野;我们出荒野时,必将体尝到逾越奥迹、天主圣爱更新生命的威能。我们将会如同春天开花的荒野,突然从『一无所有』,变成绽放蓓蕾、花繁叶茂。我们要鼓起勇气,进入四旬期这个荒野,在荒野里跟随耶稣:因著祂,我们的荒野将开花结果。」

(梵蒂冈新闻网)

pdf | document generated automatically from <a href="https://opusdei.org/">https://opusdei.org/</a>

zhs/article/rang-wo-men-zai-si-xun-qifang-xia-shou-ji-gen-sui-ye-su-zouxiang-ruo-xiao-zhe/ (2025年12月12日)