

默想：常年期第二十九周星期三

一些有助于我们在常年期第二十九周做祈祷的反思。

品尝天主之城

把我们的愿望转向天主

热爱修和圣事

品尝天主之城

圣保禄在写给罗马人的书信中警告基督徒有关罪恶的真实性，并且鼓励他

们要全身投入为天主服务：「所以不要让罪恶在你们必死的身体上为王，致令你们顺从它的情欲，也不要把你们的肢体交与罪恶，作不义的武器；但该将你们自己献于天主，有如从死者中复活的人，将你们的肢体献于天主，当作正义的武器。（罗6：12-13）」

圣保禄像许多圣人一样，非常清楚罪恶的承诺有几多，能带来的却多么少；它夺走的有几多，能提供的却多么少；它令人期待，却只留给人痛苦的经验。罪恶似乎能送给我们的主宰只是一种幻觉，却使我们不信任天主的主宰，直到祂的临在渐渐消失在我们的背后。圣奥思定说：「二种不同的爱情，产生了二个城：爱自己，致于轻视天主，乃产生地城；爱天主，致于轻看自己，乃产生天城。地城自夸，天城在天主内受赞扬。」[1] 有时候，罪过的诱惑向我们展示罪过表面上的、立即可得的、很有吸引力的好处。可是诱惑总是遮掩着罪过会从我

们身上夺走什么，我们会错过的美好事物，我们会放弃的城市，我们会破坏的人际关系。

在一生中、在社群生活和职业生涯中，我们都在做抉择，而我们就会成为我们所抉择的人：我们与自己奋斗的目标认同，我们又对自己所追求的利益（无论是真实的还是表象的）产生一种倾好。如果我们选择犯罪，我们就会一点一点地面向人类之城。如果我们选择善行，即使当它是充满挑战时，我们的心也会自然而然地热爱善行，热爱天主之城。我们会发展

「一种新的、灵性的方式来对待尘世现实，以及一种以纯洁的心去爱天主和爱我们的兄弟姐妹的自由，过着对基督王国的来临充满希望的生活。」

[2]

把我们的愿望转向天主

耶稣在讲道时提醒人群，做正确的抉择，培养一颗倾向于天主诫命的心，是可能的，也是必要的。为了说明祂

想向群众传达的要点，祂讲述一个关于一个管家的比喻，他的主人让他管理自己的财产。他的行为自私又残忍，因为他知道主人不在，要日后才回来。可是主人回来后，发现仆人这个样子，就严厉地惩罚了他。也许仆人相信自己有能力在生活上花费主人的金钱。可能他说服了自己，他就是管理人，他能够计算主人何时会回来，又能够掩饰自己的恶行，表现得像一个受人尊敬的人。然而这个比喻显示，他的安全感是错的。

把我们的心转向善不是一朝一夕就能实现的。天主就像比喻中的主人一样，赐给我们一段时间，好能让我们愿意借着祂的恩宠和自由，把自己的努力和希望转向祂，因为这会让我们得到真正的快乐。这对我们的日常生活会产生具体的影响，而当我们真实地活出这些具体影响时，它会帮助我们发现与天主同住所带来的幸福。

「例如，如果一个年轻人希望成为一个医生，他或她将不得不开始一项将

会占用好几年时间的学习和工作，因此也必须设定一些限制，例如说

『不』，首先是对其他课程说，也对可能会出现的分差和分心的事物，尤其是当学习最紧张的阶段来临时说的。然而使自己的生命有一个方向并且实现其目标的愿望 — 例如成为一个医生 — 会使他或她能够克服这些困难。欲望会使你坚强，会使你有勇气，使你不断前进。」 [3] 这就是为什么圣施礼华经常用战斗的形象来谈论圣德，这条我们会遇到考验但也会遇到和平的道路。「爱必健全，具有自我奉献，克己牺牲的能力。在这克己自制与艰难痛苦中，我们却有着任何事物、任何人无法剥夺的喜悦幸福。」 [4]

热爱修和圣事

天主赐给了我们够帮助自己的心转向祂的方法之一就是修和圣事。当我们领受这件圣事时，鼓励并支持我们的是耶稣：「我们的救助是仰赖上主的

名，上天和下地都是由祂所造成。

(咏124: 8) 」神父因着耶稣的名来赦免我们的罪过。对于一些时隔许久之后返来办修和圣事的人来说，那一刻是非常令人感动的。然而那些经常告解的人可能会以为自己的告解则有点例行公事式。为此，圣施礼华提醒我们：「我们的主定立了修和圣事，不但是为了宽恕罪过，而且也是为了供给我们力量，并为我们提供灵修上的指导和帮助。」^[5] 换句话说，即使我们的告解对我们来说似乎是例行公事，天主却是正在赐给我们恩宠，以面对今天的奋斗，并将我们从罪恶中释放出来：「我要你们成为反叛者，因为我意愿你们成为天主的子女，一如基督要我们那样！作奴隶臣服于骄傲、淫荡、自私，或作天主的子女？这就是我们要面对的困境！」^[6]

在每一次告解中，我们都遇上那个比喻中的慈父；他正在等候着我们，并热切地希望我们回家。「我们常常以为

修和圣事就是带着沮丧的表情前往天主跟前。然而，与其说是我们去找上主，不如说是祂前来我们的身边，用祂的恩宠充满我们，用祂的喜乐充满我们。我们的告解给天父带来祂再次复起我们的喜乐。与其说是关于我们的罪，不如说是关于祂的宽恕。我们的罪过是实在的，然而天主的宽恕始终都是我们告解的核心。」[7] 这就是为什么圣施礼华鼓励他的子女们喜爱这件圣事：「我总是因领受这个恩宠而高兴，因为我知道我们的主宽恕了我，并且让我充满勇气。我确信，透过虔诚地参与修和圣事，我们学会多一点悔恨，从而也多一点爱。」[8] 我们可以请求圣母玛利亚，每当我们领受修和圣事时，帮助我们去体验接待她的圣子到来自己家中的喜悦。

[1]圣奥思定，《天主之城》，台湾商务印书馆，（1971），14卷，28章

[2]教宗方济各，2014年8月15日的讲道

[3]教宗方济各, 2022年10月12日公开接见时的讲话

[4]圣施礼华, 《基督刚经过》, 75

[5] 圣施礼华, 1972年10月8日讲道的笔记, 载于Vida cotidiana y santidad en la enseñanza de San Josemaría (III) , E. Burkhart – J. López, p.498

[6]圣施礼华, 《天主之友》, 38

[7]教宗方济各, 2022年3月25日的讲道

[8]圣施礼华, 《与主的对话》, 259

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/meditation/Mo-Xiang-Chang-Nian-
Qi-Di-Er-Shi-Jiu-Zhou-Xing-Qi-San/](https://opusdei.org/zhs/meditation/Mo-Xiang-Chang-Nian-Qi-Di-Er-Shi-Jiu-Zhou-Xing-Qi-San/)
(2026年2月1日)