

# 默想：常年期第二十九周星期五

一些有助于我们在常年期第二十九周做祈祷的反思。

寻找那些指向耶稣的征兆

自由与辨别

在生命中定下正确的方向

---

寻找那些指向耶稣的征兆

今天，我们有许多工具可以用来预测天气。在耶稣当代的人却没有这些技

术，但他们可以根据某些迹象来直觉地预知可能会发生的情况。这种智能见诸于按特定情况的出现而预测天气的俗语和歌词中。耶稣在向人群说话时提到这种民间知识，以邀请他们相信祂：「几时你们看见云彩由西方升起，立刻就说：要下大雨了；果然是这样。几时南风吹来，就说：天要热了；果然是这样。假善人哪！你们知道观察地上及天上的气象，怎么不能观察这个时机呢？」（路12：54-56）」

基督为之叹息，因为祂所显示的征兆——祂的奇迹、生活和教导——应该足以让他们认出祂，并承认祂是默西亚。祂与许多人非常亲近，可是他们却未能认识祂。即使在今天，天主也在日常生活的美好和挑战中，在欢乐和痛苦的时刻中，临在于我们的生活。我们都可以在这些事情中发现祂的关爱和亲近。不论过去或现在，保持人心的敏锐，对天主的旨意保持开放，在个人祷告中成熟，就是找出天

主如何行动以帮助我们的方法。正如圣施礼华所言：「当我们如此寻求主，将整天转变成与祂亲密信赖的交谈，这点我曾说过、写过无数次，但我不厌其烦，因为上主以身作则地教导我们，这正是我们必行之事：从清晨到傍晚，从傍晚到清晨，我们必须随时祈祷。当万事顺遂：『感谢祢，我的天主！』假如陷于困顿：『主，不要离弃我！』」[1]

## 自由与辨别

耶稣问祂的听众：「你们为什麼不能由自己来辨别正义的事呢？」我们对生命中最重要的事情的判断不仅仅是一种智力活动：它需要我们的意志的承担。圣神赐予我们光明，使我们能够理解在我们内和在周围世界中正在发生的事情。祂帮助我们更清楚地辨别那些推动我们行动的真正动机。

辨别我们生命的真谛并不总是容易的。然而，只有通过这个过程，我们才能获得深层次的内在自由。「你们

如果固守我的话，就确是我的门徒，也会认识真理，而真理必会使你们获得自由。（若8：31-32）」外在的情况，以及或多或少是高尚的动机，都不会是我们行动的主要推动力：我们所做的一切，其动力会是爱，确信这个决定对我们自己和我们的世界是最好的。

辨别「需要我认识自己，知道此时此地对我有益的是什么。最重要的是，它需要我与天主的父子关系。天主是父亲，祂不会让我们孤独，祂总是愿意给我们忠告，鼓励我们，欢迎我们。可是祂从不强加祂的意愿诸我们。为什么呢？因为祂想我们爱祂而不是恐惧祂。而且，天主要的是儿女，不是奴隶：自由的儿女。而爱只能在自由中得以活出。」[2]天主不希望我们仅仅局限于外在的善行；祂希望我们用心去做善事。正如主业团监督范康仁蒙席指出的：「真正的精神自由即是这种以爱行动的能力和习

惯性的态度，特别是在每一种情况下，都要遵循天主所要求的。」 [3]

## 在生命中定下正确的方向

「当你同你的对头去见官长时，尚在路上，你得设法与他了结，怕他拉你到法官前，法官把你交给刑役，而刑役把你押在狱中。我告诉你：非等你还清最后的一分钱，断不能从那里出来。（路12：58-59）」主耶稣用这个比喻教导我们，一个人即使生活在错误中，却仍然有时间去改正。越早改正越好，因为我们都在朝着世上生命结束时的审判前进。正如一个教父评论说：「因此，如果不想在第二次死亡时被判处永罚，人现在就应该赶快参与第一次的复活。那些在现世因对天主的敬畏而改变，从恶行转向善行的人，会从死亡转向生命，将来会从卑微的状态转为光荣的状态。」 [4]

我们都有需要纠正的事情。有些是我们非常清楚的。我们寻求主耶稣的帮助，好能平静地接受它，并以耐心和

孝爱的信任来奋斗，不气馁地。其他需要纠正的事情可能会不易察觉。省察的精神帮助我们「获得那种会引导我们在一切事物中看见天主的、心里的洁净。」[5] 通过这种方式，我们可以在日常生活中分辨善恶，「在来自天主的，和来自我们自己的偏情或来自魔鬼的事物之间。」[6]

每日省察是「在那本我们内心的书中阅读今天发生过的事情。」[7] 一般来说，每天临结束前花几分钟就足够了，尽管有时需要花多点时间，比如在办告解前、在避静中、或在发生了一些特别重要的事情时。「无论如何，开始时呼求圣神是个好主意，恳求祂的光照，结束后发痛悔，并作一个具体的定志。这样，我们可修正行动的方向，以痛悔之心除去我们生命册子的污点。」[8] 我们可以请求圣母，在我们每天为了使她的圣子成为我们生命的中心而做的奋斗中帮助我们。

[1] 圣施礼华, 《天主之友》, 247

[2] 教宗方济各, 2022年8月31日公开接见时的讲话

[3] 范康仁蒙席, 2018年1月9日的牧函, 5

[4] St. Fulgentius of Ruspe, *De remissione peccatorum*, 12, 4

[5] 真福欧华路, 1976年12月8日的牧函, 8

[6] 同上

[7] 教宗方济各, 2022年11月30日公开接见时的讲话

[8] 蔡浩伟, 2016年1月1日的牧函

zhs/meditation/Mo-Xiang-Chang-Nian-  
Qi-Di-Er-Shi-Jiu-Zhou-Xing-Qi-Wu/  
(2026年1月10日)