

# 默想：常年期第九周 星期六

一些可以帮助我们在常年期第九周做祈祷的反思。

耶稣怎样看待我们

别人怎样看待我们

超越外表

---

耶稣怎样看待我们

一个人的眼神会引发截然不同的想法和感受。当我们灰心丧志时，突然遇

到对我们充满信心的微笑眼神，我们会感到安慰。另一方面，冷漠或严厉的目光会消磨我们的希望，冷却我们的人际关系。通常，我们会透过对方眼中的冷漠或疏离感，来察觉爱的缺乏。这就是为什么默想基督的目光令人振奋，而基督的目光又揭示了天父是如何看我们的。我们与祂建立什么样的关系，在很大程度取决于祂的神圣目光在我们心中唤起的反应和信念。

福音中的一个场景揭示了耶稣的目光（参阅谷 12：38-44）。耶稣站在圣殿收集施舍的地方前，看着路过的人群。这是一个熟悉的习惯：在某些时候，我们都会喜欢观察周围的人，并试着想象他们的生活。我们只能看到人的外表，但耶稣的目光是温柔的，直达内心的。在几个富人把自己多余的钱当作奉献之后，耶稣看到一个贫穷的寡妇献出了自己的一切。

「当那个穷寡妇在圣殿，奉献她微小的献金时，你没有看见耶稣眼中所闪耀的光芒吗？」圣施礼华问道。「你也要把你所能给的给他，多少都没有关系，可贵的是奉献的意愿。」[1]如果我们认为天主想要控制我们或等待我们犯错，我们自然会害怕地看着祂。但当我们发现祂慈悲的目光穿透我们的内心深处时，我们就会充满平安和喜乐。

## 别人怎样看待我们

就在考虑寡妇的奉献之前，耶稣对经师们说了一些严厉的话。他们被称为有信仰的人，但他们的名声往往隐藏着虚荣心，渴望得到别人的钦佩。因此，他们穿着长袍，在会堂里坐上座，当许多路人在街上向他们打招呼时，他们会欣喜若狂（参阅谷 12: 38-40）。这就是属灵世俗化的危险：事奉上主这件最神圣的事，变成了肤浅的表演。

我们也会开始依赖别人对我们的看法。在基督徒文化中，傲慢利用因圣德而受人钦佩的虚荣心来污染我们与天主的关系。在对信仰充满敌意的环境中，它试图用羞耻感或担心我们的虔诚行为会被发现来削弱我们。对他人的看法有一定的敏感度是健康的，因为它能让我们谨慎行事，并根据具体情况调整自己的行为。但他人的看法并不是极其重要的。我们需要正确权衡他人的意见，使其不会限制我们的内在自由。

感受耶稣的目光垂视着我们，生活在上主的临在中，让我们重获自由。有些人可能会看不起那个穷寡妇，她只给了上主几个硬币。因为她的外表很卑微，别人可能根本不会注意到她。这位寡妇可以决定什么都不捐，这样就不会因为别人看到她捐得少而感到尴尬。但她一心向主，并不担心别人会怎么说或怎麽想：「她一无所有，却在上主那里找到了自己的一切。她

不怕失去仅有的一点，因为她相信上主的丰盛。」[2]

## 超越外表

在这段经文的最后，耶稣把祂的门徒召集在一起，告诉他们刚刚目睹的一切。祂不仅要赞美寡妇的行为，给她一些肯定；祂还要教导门徒像上主那样用爱看待别人。我们正走在成为默观者的旅途上，在大街上，在茫茫人海中。在这个旅途中，「我们不仅要学会用我们的目光，还要学会用天主的目光，也就是耶稣基督的目光来看待对方。这种凝视始于心灵，而不停留于表面，它超越外表，并能够捕捉对方内心深处的渴望：等待被倾听，等待被关怀，一言以蔽之：爱。」[3]

要真正理解寡妇的行为，我们需要对她的处境和动机有同情的理解：也许，她知道自己很穷，失去了丈夫，也知道自己的信仰使上主成为她生命的根基。快速判断通常无法考虑他人行为背后的所有因素。在很多情况

下，某些行为或反应隐藏着我们不知道的故事。「某些性格特征的背后往往隐藏着痛苦，这也许可以解释他/她的风格或行为。天主深刻的了解我们每个人，也了解我们的苦难，祂以温柔的眼光凝视着我们所有人。让我们向我主学习，以同样的目光看待每个人、体谅每个人（……）、设身处地为他人着想。」<sup>[4]</sup>

许多看似简单或不起眼的善举，实际上需要实施者付出极大的努力。只有简单而富有同情的心，善于发现他人的优点，才能从小事中看见爱。我们在《又圣母经》中恳求圣母：「我们的主保，求你回顾，怜视我们。」我们可以请求她帮助我们像她一样，用上主的仁慈和智慧看待别人。

[1] 圣施礼华，《道路》，829

[2] 教宗方济各，2021年7月11日三钟经前的讲话

[3] 教宗本笃十六世，2012年4月11日三钟经前的讲话

[4] 范康仁蒙席，《牧函》，2023年2月16日，15

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/meditation/Mo-Xiang-Chang-Nian-  
Qi-Di-Jiu-Zhou-Xing-Qi-Liu/](https://opusdei.org/zhs/meditation/Mo-Xiang-Chang-Nian-Qi-Di-Jiu-Zhou-Xing-Qi-Liu/) (2025年12  
月19日)