

默想：常年期第三十四周星期六

一些有助于我们在常年期第三十四周做祈祷的反思。

保持警醒的态度

美德使我们自由

美德将我们与他人团结在一起

保持警醒的态度

今天，当我们站在将临期，这个总是让我们充满希望的时刻的门槛时，我

们听到了最后一条保持警醒的信息。本周六弥撒的福音告诫我们：「你们应当谨慎，免得你们的心为宴饮沉醉，及人生的挂虑所累时，那意想不到的日子临于你们。（路21：34）」这些都是我们直接从耶稣口中听到的、简短而坦率的忠告。警醒的态度可以从两方面去理解。一方面，我们可以像警卫一样保持警醒，负责确保一切按部就班地进行，并且当安静被破坏时发出警报。另一方面，我们可以像那些警觉并高兴地等待他们期待已久的事件出现的人一样。第二种情况与我们接近一个重要的事件有关。期待甚至可能会导致我们失眠：即将发生的事情对我们来说是如此重要，以至我们不想失去对它的注意，我们又想避免任何可能导致我们失去那真正在期待着的事情。

耶稣提供了三个明显的例子。通常困扰我们的都是与过度和无序地压倒我们的事物有关。当我们放弃努力培养好习惯时，当我们试图逃避日常生活

的挑战时，或者当我们沉迷于那些使我们担心的事情时，我们的智力就会变得扑朔迷离。因此，如果我们想培养一种警醒地期待主再来的态度 ——无论是祂在末日的第二次降临，还是纪念祂在圣诞节的第一次降临 —— 我们都会尽力避免这些潜在的绊脚石。我们怎样才能做到这一点呢？耶稣在福音中给了我们答案：「所以，你们应当时时醒寤祈祷，为使你们能逃脱即将发生的这一切事，并能立于人子之前。（路21：36）」我们也可以像圣施礼华那样说：「我们需要审慎地保护我们的爱，要谨慎，不要怕。」[1]

美德使我们自由

我们热切地渴望保持清醒，以便迎接上主。祂的将临为我们带来了新的力量；由于知道了正在终点等待着我们的那一位而得到力量，会带给我们希望。「我们个人的喜乐，并非取决于成功与否，而是我们所获得和付出的

爱。」[2] 而我们的欢乐在于我们在等待天主之时所培养的人际关系，是天主邀请了我们与他人分享的关系。

如果我们不想被那些无法通往天主的事物缠身，那么透过各种美德而努力去过警醒的生活是至关重要的。透过这些美德，我们学会领受天主的爱并将其给予我们周围的人。美德是一条通往自由的道路，因为它们将我们从各种形式的奴役中解放出来。生命中还有什么比自由地让基督来到我们身上更加重要的呢？在这个旅程中，我们学习寻找什么能引导我们走向耶稣，而美德会帮助我们享受某种真善的「共性」。它们使我们越来越倾向于选择那些能让我们更加接近天主的好事，并且帮助我们维持这个选择。

人性的各种美德使我们「能立于人子之前（路21：36）」，并且帮助我们去以特别的恩宠克服日常的重担。它们是主要求我们「照顾」的一部分。有时候，它们可能看起来像是一种负

担，然而当它们通过爱德而活跃起来时，会引导我们更加清晰地反映耶稣的形象。[3] 圣奥思定说：「其他的负担都会压垮你，但是基督的负担会减轻你的重担。其他的负担都是压在你身上的重担，但是基督的重担却是使你高飞的翅膀。拔掉翅膀，你就会被压在地上。重获翅膀，你就会飞向高空。」[4]

美德将我们与他人团结在一起

美德是一条通往爱和品味美好事物的道路。「圣奥思定说：Pondus meum amor meus，『我的重量即是我的爱』，不仅仅是指我们有时很难去爱的明显事实，而是因为我们心中的爱引导我们向前迈进，去到那里。」[5]

美德永远不会孤立我们；相反，它们必然将我们与他人联系起来。圣施礼华说：「我们要紧记：个人自由带来责任和抉择，而美德也与个人有关。不过，在爱德的战役中没有人能够孤

身上阵，也没有人是游离的诗句。无论怎样，我们或许会造成别人的障碍，又或许能协助他人，就像同一条链子的扣环，彼此连结。让我们一起求主，让这链条在祂的心里抛锚，直到我们能面对面地默观主的那天。」

[6] 当我们努力变得更好时，我们就会帮助别人。快乐地、一次又一次地重新开始，会帮助我们默观天主，甚至在我们周围的人身上也默观天主。

人性的各种美德会帮助我们发挥最好的自己，可是更加重要的是，它们也会让我们做好准备，以接受来自天主的信、望和爱三个超性的德行。它们会让我们好好准备去向天主的爱敞开自己。在礼仪年结束时，我们在心中培养这个亲密的愿望：渴望我们的整个存在都是为了天主，从我们最普通的动作到我们最重要的抉择中。圣母玛利亚会以像她抚育耶稣时一样的温柔，在这段旅程中帮助我们，而我们也会在即将到来的将临期中经常地默观她。

[1] 圣施礼华，《天主之友》，180

[2] 范康仁蒙席，2019年11月1日的牧函，17

[3] 参阅教宗圣若望保禄二世，《真理的光辉》通谕，64

[4] 圣奥思定，《讲道集》，126

[5] 范康仁蒙席，2018年1月9日的牧函，7

[6] 圣施礼华，《天主之友》，76

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/meditation/Mo-Xiang-Chang-Nian-
Qi-Di-San-Shi-Si-Zhou-Xing-Qi-Liu/](https://opusdei.org/zhs/meditation/Mo-Xiang-Chang-Nian-Qi-Di-San-Shi-Si-Zhou-Xing-Qi-Liu/)
(2026年1月30日)