

# 默想：常年期第十九周星期五

一些有助于我们在常年期第十九周做祈祷的反思。

婚姻是天主爱我们一个形象

独身是一个传递超性生命的圣召

以不求占有的态度去爱

---

婚姻是天主爱我们一个形象

有几个法利塞人要试探耶稣，便前来问祂：「许不许人为了任何缘故，休

自己的妻子？」（玛19：3）基督提醒他们，天主是婚姻的主宰，并且解释婚姻不可拆散的原因：「你们没有唸过：那创造者自起初就造了他们一男一女；且说：'为此，人要离开父亲和母亲，依附自己的妻子，两人成为一体'的话吗？这样，他们不是两个，而是一体了。为此，凡天主所结合的，人不可拆散。”（玛19：4-6）

婚姻并不单是一种社交活动或一种形式。一男一女之间的互相爱恋，是天主以卓绝的爱情来爱我们的一个形象。「这爱情得到天主的祝福，目的是使它不断衍生，并实现于照管受造物的共同工程之中。」[1]因此，婚姻是一个「对所有人都具有非凡价值的美善：对夫妻二人本身，对他们的子女，对所有与他们建立各种不同的关系的家庭，对整个教会，对全人类。婚姻是一个具有广泛影响力美善，它吸引年轻人以喜乐的态度来回应婚姻圣召，它不断地安慰和激励夫

妻二人，它在教会整体和在公民社会中结出各式各样的果实。」[2] 这些果实之一就是「家庭教会」的形成：家庭就是基督徒生活的第一所学校，「人在家庭里学习工作的劳苦和喜乐、兄弟之爱、慷慨宽恕之道，甚至常常宽恕，特别是透过祈祷和生命的奉献，去钦崇天主。」[3]

在婚姻中，借着天主的恩宠，男女可以找到他们所需要的一切使自己成圣，使自己与基督认同，并且使周围的人更加接近天主的东西。因此，如果我们忠信地行走这条道路，就能预咽天堂的荣耀，并且找到天主所赐予的、在今世的幸福。它所带来的喜悦，与需要人不时做牺牲并没有矛盾之处——后者也能增强夫妻之间的爱情。这种喜悦通常是在日常生活的小事中品味到的。正如圣施礼华所说的：幸福婚姻的秘诀在于日常的事物，不是在于白日梦中。它在于晚上回到家里时找出那些隐藏起来的乐事，在与孩子的亲热关系中，在整个

家庭同心协力做的日常工作中；在于以体育精神，以幽默感去面对各种困难。」[4] 在这次祈祷中，我们可以为所有婚姻恳求忠诚，并且感谢天主透过我们父母的爱情而赐给了我们的各种恩惠。

## **独身是一个传递超性生命的圣召**

在强调婚姻的伟大之后，耶稣表述了独身的价值。祂以自己那吸引人的生活作为榜样，给我们指出，独身并不是一个对婚姻抱持怀疑，甚或追求安逸的选择，如同有些正在聆听祂的人所说的（参阅玛19：10），而是一个天主的恩赐（参阅玛19：11）。独身圣召叫人无需透过一个世俗的爱情来领受和给他人传递超性的生命。那些领受了这个圣召的人就和基督一样。祂显然没有放弃爱情。一个独身者会获得一个特殊的恩宠，逐渐地转化自己的感情，好能把爱的一生所包含的一切（感情、欲望、梦想、创造力、激情）用于服事天主和周围的

人。接受这份恩赐「不能意味着被剥夺了爱，而必须是意味着让自己被对天主的炽热爱情所耗尽，继而透过与天主更加亲密的方式也去为他人服务。独身必须是一个信德的见证：对天主的信德体现在一种生活方式中，这种生活方式只有以天主为基础才会有意义。以天主为个人的生活的根基，放弃婚姻和家庭，意味着我接受并体验天主，因而能够将祂带给人。」[5]

独身圣召的特征之一就是一心一德为天主而活，和透过天主为他人而活。因此，独身者会体验到圣施礼华所说的「富弹性的心胸」：「无论你爱得多深厚，还是不够的。人心与生俱来有着极大的弹性。当它爱恋时，它的热情达到高峯，能克服一切障碍。假如你真爱我主，你的内心可以包容世上所有的受造物。」[6]因此，独身者可以爱一个人，即使对方没有回应：看到对方在灵修上成长就足以激励自己继续帮助他人。而这就是效法

耶稣爱人的方式。基督在世上时，并没有为祂的感情设下任何障碍，而是向所有人，尤其是那些被社会排斥的人，提供祂的亲和力。因此，一个获得独身这个恩赐的人也蒙召去爱和服务所有人，尤其是那些最有需要的人。当然，这并不意味着他们有时不会觉得放弃组织一个家庭，又或感到自己付出了的爱没有回报是有困难的。但是，如果能以安静和现实的态度去接受这种空虚的体验，那么它便可以成为一个机遇，一个召唤，去继续滋养那赋予自我奉献意义的大爱。因为置身在这种孤单中的人，也能学会感知天主与自己有多亲近。

## **以不求占有的态度去爱**

人人都蒙召去活出贞洁。这个德行按每个人所领受了的圣召而以不同的方式表现出来。无论如何，无论一个人是已婚、单身、独身，或丧偶，洁德都不是「对人生的欢愉和喜悦说『不』」，而是对爱说一个伟大的

『是』。这个爱就是人与人之间的深邃的沟通，这种沟通需要二人在一起沿着通往圆满的道路上前进时互相尊重，这个爱有孕育生命，并且慷慨地迎接新生命的诞生的能力。」[7] 对于那些有婚姻圣召的人来说，这个新生命就是孩子，是夫妻爱情的结晶。对独身者来说，这个新生命就是他们帮助增强与天主的关系的那些人，而他们也是对这些人行使神灵上的父职或母职。

洁德使我们能够以没有支配人的欲望来爱人。的确，人有时会说，爱的反面并不一定是恨，而是占有的欲望：就是试图利用对方来满足自己的某种需要，以填补自己的空虚。这就是所追求的，是一个恶习，它「认为每一次求爱都是无趣的；未能寻求理性、冲劲和感觉之间的整合，好能帮助我们明智地生活。一个好的人只寻求捷径：他们不明白爱情之路必须慢慢地走，而这种耐心远非等同无趣，它能

让我们在爱情的关系中找到幸福。」

[8]

天主对我们的爱是无偿的。祂甚至给我们犯错和拒绝祂的可能性，因为祂要的不是奴隶，而是那些因为喜欢祂的爱情而接受它的子女。洁德使我们能够真正地了解他人、尊重他人和寻求他人的幸福；简而言之，它会产生一种共融的关系，在这种关系中，一方乐于寻求另一方的好处。而尽管有时候，以这种方式去爱会是艰难的，但那些努力实践这个美德的人却「明白，所谓牺牲其实只是表面的。因为在生活中充满牺牲的精神，其实是使自己不受许多东西的束缚作其奴隶。反之，在他内心深处，却充满了天主的爱。」[9] 正如主业团创办人圣施礼华所建议的，当我们感受到诱惑的重担时，我们可以转求圣母玛利亚：

「圣母！高声地呼求她。她在聆听你，她看到你可能有危险。她，你的圣母玛利亚，藉她圣子的恩宠，给你她怀中的慰藉，抚慰的温柔……你又

如虎添翼，可应付新的战斗了。」

[10]

[1] 《天主教教理》，1604

[2] 教宗方济各，2023年1月27日的演说

[3] 《天主教教理》，1657

[4] 圣施礼华，《与圣施礼华谈话》，91

[5] 教宗本笃十六世，2006年12月22日的演说

[6] 圣施礼华，《十字苦路》，第八处，5

[7] 教宗本笃十六世，2011年5月13日的演说

[8] 教宗方济各，2024年1月17日公开接见时的讲话

[9] 圣施礼华，《天主之友》，84

[10] 圣施礼华, 《道路》, 516

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/meditation/Mo-Xiang-Chang-Nian-  
Qi-Di-Shi-Jiu-Zhou-Xing-Qi-Wu/](https://opusdei.org/zhs/meditation/Mo-Xiang-Chang-Nian-Qi-Di-Shi-Jiu-Zhou-Xing-Qi-Wu/) (2026  
年1月12日)