opusdei.org

# 默想:常年期第十六 周星期四

一些有助于我们在常年期第十六周做祈祷的反思。

认识基督的情意

内在的克己的价值

祈祷,来自天主的一份恩赐

#### 认识基督的情意

我们在祈祷中,可以向耶稣讲述我们自己的生活。我们很自然地感到有必

要与自己最好的朋友耶稣谈论对我们来说是重要的问题,谈论那些使我们的生活富有意义的人,以及谈论那些组成我们的生命的、有时难以理解的悲伤和喜乐。但同时,在默观耶稣的一生时,我们也试着靠近祂,以期感受祂的忧虑,了解祂的想法,和找出祂的每一个举动是要向我们传达什么。仔细地阅读福音会帮助我们渐渐认识基督自己的情意。

宗徒们多次试图找出那些感召主耶稣 的教导的动机。他们问祂说: 「为什 麽祢用比喻对他们讲话? | (玛13: 10) 他们意识到祂的比喻包含着一定 的含糊之处。耶稣根据那些聆听祂的 人所关切的事,和他们的语言来调整 祂自己所用的语言。 然而在讲述这些 故事时, 祂似乎也想在其中隐藏一些 更加深邃的真理。祂使用的奥妙和间 接的语言,未能满足宗徒们渴望祂能 更加清晰地向世界揭示祂自己。毫无 疑问,驱使他们要求耶稣说得更加清 楚的,是他们对祂极大的敬佩和喜

爱。可是主耶稣的回答可能并不是他们所期望的: 「我用比喻对他们讲话,是因为他们看,却看不见;听,却听不见,也不了解。」(玛13:13)

也许有些聆听耶稣的人实在并没有开 怀去接受祂的说话。也许他们只是意 欲使自己的想法得到确认,或是在祂 的说话中找寻可能出现的首尾不一致 之处。这种种的态度, 最终都阳止了 基督的说话进入他们的心中。而没有 人是可以完全地避免以这种方式聆听 祂的。天主的说话永远都是活的:它促 使我们首先使自己的生活符合福音, 然后再与周遭的人分享它。「冀求扭 曲天主的圣言, 使其配合自己的想 法,是一种日常的诱惑。」[1] 我们 可能试图只聆听自己想听的, 而不是 天主想告诉我们的。如果我们像宗徒 们一样,以直下的开放的心去接近耶 稣, 祂就会向我们诱露祂那最深邃的 情意, 和祂持续地想更新世界的渴 望、

#### 内在的克己的价值

关于许多要求很高的运动,人们常 说,除了强健的体格之外,还要锻炼 脑筋和心态。同样,对于我们的祈祷 生活来说, 仅仅献出一段时间给耶稣 是不够的。当然,这是向祂的声音敞 开心扉的重要一步。但是, 正如主耶 稣给祂的宗徒建议的,我们也需要照 顾到自己的内在感官, 即是打开自己 灵魂的双耳,校准自己内心的双眼, 好能感知到基督的亲近、内在的克己 让我们触觉到天主在自己的灵魂中的 临在。这不仅是一场消极的奋斗, 旨 在抗拒自己的想象力和记忆力所带来 的思念,尽力不让自己受制于好奇 心,和抑制自己的视觉和听觉。这一 切的努力都是有一个明确的目标的: 就是专注于真正重要的事情,真正能 够带来幸福的事情,和品味基督在我 们生命中的临在。我们需要竭力聆 听、观察、想象和牢记什么能真正地 让天主充满我们的心的事。

圣施礼华写道: 「除非你克己, 否则 你永远不能成为一个祈祷的灵魂。」 [2] 一些跟随耶稣的人无法理解祂的 说话的含义,是因为他们的耳朵和眼 睛都充满着其他的干扰。尽管我们真 诚地渴望亲近主耶稣,同样的情况也 可能发生在我们身上。在我们脑海中 回荡着的影像和噪音会使我们难于默 观基督。正如我们需要定期运动才能 保持身体强健一样,我们也需要锻炼 自己的注意力。因此,通过每个细微 的努力去抗拒或转移任何干扰——在 工作中,在社交生活中,在祈祷时的 干扰——我们会增强专注干眼前的实 事的能力,因为天主就在其中。然 后,我们便会发觉,在日常生活的所 有情况中都能更加容易地默观基督的 而容。

### 祈祷,来自天主的一份恩赐

「但你们的眼睛有福,因为看得见;你们的耳朵有福,因为听得见。我实在告诉你们:有许多先知和义人,想看

你们所看见的,而没有看到:想听你们 所听见的,而没有听到。」(玛13: 16-17) 主耶稣可以对处身干任何时 间、任何地方的人说同样的话。的 确, 那些先知和义人都无法像我们一 样,在圣体柜前,或在圣礼圣事中领 受主耶稣讲入自己的灵魂那样默观天 主。以圣体圣事为中心的祈祷,会使 我们与主耶稣建立一个更加亲密、更 加个性化的关系。「虽然人以前总是 惯性地在接近天主时感到有点惊怕, 对这个迷人又巨大的奥秘感到有些恐 惧,但是基督徒却敢于用『父亲』这 个名字来亲切地称呼他。 | [3]

因此,祈祷,不是我们人性的努力, 是主耶稣给我们的一份恩赐。我们与 祂分享的每一刻都是我们不配得到的 一个特恩。不是我们把一天中的一些 时间奉献给天主,而是天主被自己那 无限的仁慈所推动而邀请我们来享受 祂的临在,并且给我们送上祂的友 谊,这件白白无偿的恩赐。

当我们越加意识到自己的软弱,就越 加觉得有必要在这份恩赐中寻求庇 护。「在祈祷中,我们比在生命中的 其他时候更加体验到自己的软弱、自 己的贫困、自己的身为受物,因为我 们站立在天主的全能和超然的面前。 而我们在聆听天主和与祂对话方面取 得的进展越多, 因为祈祷成为了我们 的灵魂日常的呼吸,我们就越能认识 到自己的各种限制的意义, 不仅在每 天的具体情况面前, 也在我们与上主 的关系中。在我们心中渐渐长大的, 是信赖的需要,是对祂越来越多的信 赖:我们明白'我们不知道我们如何祈求 纔对'(罗8:26)。」[4] 童贞圣母 玛利亚, 祈祷的导师, 会帮助我们打 开心灵,去接受她圣子送来的恩赐。

[1]教宗方济各,2019年1月27日的讲 道

[2]圣施礼华,《道路》, 172

[3]教宗方济各,2020年5月13日公开接见时的讲话

## [4]教宗本笃十六世,2012年5月16日 公开接见时的讲话

pdf | document generated automatically from <a href="https://opusdei.org/zhs/meditation/Mo-Xiang-Chang-Nian-Qi-Di-Shi-Liu-Zhou-Xing-Qi-Si/">https://opusdei.org/zhs/meditation/Mo-Xiang-Chang-Nian-Qi-Di-Shi-Liu-Zhou-Xing-Qi-Si/</a> (2025年11月22日)