opusdei.org

默想：常年期第十三周星期二

一些可以帮助我们在常年期第十三周做祈祷的反思。

宗徒们在船上的恐惧

激励我们成长的暴风雨

从十字架找到庇护

宗徒们在船上的恐惧

「耶稣上了船，祂的门徒跟随着祂。忽然海里起了大震荡，以致那船为浪

所掩盖，耶稣却睡着了。」（玛8：23-24）也许在此之前，宗徒们在耶稣的陪伴下一直都感到安全。自从他们当初蒙召去跟随祂以来，他们渐渐学会了更加完全地信靠祂的说话和大能。他们见証了奇迹般的治病、驱魔，以及让他们内心充满有别于现世的平安的教训。甚至也许从某一时刻开始，他们认为与基督这么亲近可以保护他们免受日常生活中许多问题的困扰。

因此，他们的船在这场暴风雨中的危险处境可能令到他们措手不及。他们大多是渔民，习惯了撑过在湖上狂风怒号的风暴。可是他们也非常清楚，他们的工作会带来暴风雨淹没他们的船而淹死他们的危险。而他们的这次恐惧多了一个新的维度。当湖水开始进入船内时，他们不明白耶稣为什么在睡觉。这个他们最好的、经常展现出超自然力量和有着极大同情心的朋友，现在却似乎对他们的处境漠不关心了。

「我们从这个故事中辨认出自己是很容易的。比较难于理解的却是耶稣的态度。当祂的门徒本性地感到惊慌和绝望时，祂却身在船尾，在船会最先沉没的这部分。而祂正在做什么呢？尽管身在暴风雨中，祂却仍然安然入睡，信赖着天父。」[1] 我们的人生之船，迟早也会经历到许多风暴，经历到更大的焦躁和不安的时刻。然而正是这些看似无法控制的情况可以成为一条道路，引导我们走向更加深邃的信德，让我们以身为天主子女的心态来交出自我，就像耶稣当天对祂的天父所做的一样。天父总是会关心我们的。

激励我们成长的暴风雨

「主！救命啊！我们要丧亡了。」（玛8：25）门徒的反应是可以理解的。 他们，又对耶稣的态度感到害怕和惊讶，于是去叫醒祂，请求祂帮助。归根究底，他们的反应是源自于一个深深的信德的;他们知道祂能够克

服他们所面临的危险，而且阳光会在暴风雨过后再次普照。面对一个如此严重的问题，他们的第一个反应就是转向耶稣。因此，宗徒们再次教导我们，无论何时，我们都应该常常依靠主耶稣的帮助。

然而，师父耶稣的回答肯定比看见祂睡着更加令他们惊讶。耶稣没有安慰他们，也没有立即平息风暴，而是用责备的语气对他们说：「小信德的人啊！你们为什么胆怯？”（玛8：26）乍看之下，耶稣似乎并不关心门徒的处境，因为他们的恐惧是对迫在眉睫的生命危险的一个自然反应。可是主耶稣似乎想教导他们一个更加深邃、更加超性的真理：对祂的信赖并不等同于个人的安全感;对天主的信赖会令他们对天父的旨意持开放的态度，即使有时候它是难于理解的。

「在人生重大的问题的背后，天主要为我们展开一幅伟大而美丽的全貌，它或许是我们看不见的。」[2] 当暴

风雨来临的时候，当我们日常生活中发生一些难以理解的事情的时候，耶稣正是在邀请我们继续信赖祂。如果祂和我们一起在船上，即使祂看起来正在睡觉，我们也肯定我们会抵达岸边。在这些困难的时刻，我们可以祈求天主赐给我们恩宠，将这些时刻变成一所信德的学校，使我们更加清楚地体验到我们唯一的安全感在于天主。

从十字架找到庇护

然后祂「就起来叱责风和海，遂大为平静。」（玛8：26）耶稣在我们生命中的临在，是我们重获所渴望的平静的最佳保证。像宗徒一样，在我们的祈祷中，我们会有很多机会去惊叹主耶稣在我们生命中行使的大能：「这是怎样的一个人呢？竟连风和海也听从祂！」（玛8：27）可是我们不想将基督徒的平安和喜乐，与面对自己或他人的问题时所寻求的自我安慰或漠不关心的态度混为一谈。基督

所赐予的平安是十字圣架最宝贵的果实之一，是那个曾经拥抱过死亡和痛苦的爱的体现。耶稣也经历了一场非常可怕的风暴，而祂借此向我们展示出，天父的光荣会驱散所有黑暗。

「我们有一个锚：藉着祂的十字圣架，我们已经得救了。我们有一个舵：借着祂的十字圣架，我们已经获得了救赎。我们有一个希望：借着祂的十字圣架，我们已经得到了治愈和拥抱，好使任何人或事都不能将我们与祂那救赎世人的爱分开。」[3] 当我们感到自己的或世间的风浪威胁着要淹没我们的船时，我们应该仰望耶稣的十字圣架，并且在那里寻求庇护。当我们默观基督为我们献出了自己的生命时，我们会意识到祂并没有真的睡着。相反，祂被钉在木头上，透过祂的苦难和爱情来平息全人类的风暴。

「圣母玛利亚，是和平之后。教会也这样向她呼吁。所以，当你的灵魂，

或你的家庭，或工作业务上，社会上，或国际上的相处，遇到困扰麻烦时，快向圣母不断地呼求吧。用这个称号向她呼求：Regina pacis，ora pro nobis，和平之后，为我等祈。在你心情不安时，你可曾至少试一试看没有？这呼求立竿见影的神效，会使你大吃一惊。」[4]

[1]教宗方济各，2020年3月27日《祈祷的非凡时刻》

[2]范康仁蒙席，In the Light of the Gospel，“Questions of Youth.”

[3]教宗方济各，2020年3月27日《祈祷的非凡时刻》

[4]圣施礼华，《犁痕》，874

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/zhs/meditation/Mo-Xiang-Chang-Nian-

Qi-Di-Shi-San-Zhou-Xing-Qi-Er/ (2025年12月12日)