

# 默想：常年期第十四周星期六

一些可以帮助我们在常年期第十四周做祈祷的反思。

天主知道我们的各种奋斗

名副其实地说明一切事物

在神修指导中的诚恳态度

---

天主知道我们的各种奋斗

耶稣在世上生活时遇到许多简朴的人，他们诚恳地告诉祂自己内心的想法。

法。可是祂也遇到其他未能表现出对真理有同样热爱的人。也许他们做善事，可是他们的意图并不常是正直的。这就是为什么主耶稣有一次惊叹地说：「因为没有遮掩的事，将来不被揭露的；也没有隐藏的事，将来不被知道的。」（玛10：26）

基督清楚知道我们是什么样子的。对祂来说，没有任何面具可以掩盖我们的缺陷或放大我们的美德。祂要我们与祂的关系是以诚恳为标记。圣咏集的作者是我们基督徒祈祷的一个典范，他这样向天主陈词说：「上主，祢鉴察了我，也认清了我：我或坐或立，祢全然认清了我，祢由远处已明彻我的思考。我或行走或躺卧，祢已先知，我的一切行动，祢完全熟悉。」（咏139：1-3）

我们所有的奋斗和努力都为主耶稣所知。即使在跌倒中，我们也能保持平安，因为主耶稣知道我们内心最深处的意向。圣施礼华警告我们不要害怕

在天主面前看到自己的真面目：「你要知道怎样做到坦率和朴实吗？且听伯多禄这句话，并加以深思：

Domine, Tu omnia nosti..... 主

啊，祢一切都知道.....！」[1] 没有什么比确信天主与我们如此接近会更加能够给我们带来平安，而祂也不会忽视我们那个最细微的去爱的意图。

## **名副其实地说明一切事物**

我们与天主的关系中的诚恳态度会让我们深入地了解自己，了解自己的个性和行为到底是怎样的，以及我们为他人服务的潜能和我们的局限。「你来信所述，说明你已明白诚恳真挚的意义了：『我正在养成习惯：名副其实地称呼一切；特别是，养成一个习惯：凡是不存在的，就不去为它硬找什么名堂来称呼。』」[2]

圣若望宗徒写道：「如果我们说我们没有罪过，就是欺骗自己，真理也不在我们内。」（若一1：8）我们很难找到一个声称自己没有过错，并且向

我们保证自己永远不会犯错的人。

「但我们可能会被这种事情所欺骗：说『我们都是罪人』，就好像说『早上好』一样，纯粹出于习惯或礼貌，而不是真正地意识到罪过。」[3] 当我们陷入这种肤浅的例行公事行为时，可能会更难辨识具体的错处和显出自己是有需要的。然而圣若望补充说，正是在这种真诚的自知中，我们找到天主的宽赦与帮助去洗净自己。

(参阅若一1：9)

诚恳让我们变得具体化。罪恶不是一件抽象的东西，而是一个在我们日常生活中具体地表现出来的实际情况。在我们与天主的对话中，我们应该努力认清那些使我们远离天主和他人的过错，这样就通常可以产生那些滋养我们为圣德而奋斗的决心。我们可以向主祈求获得事事具体化的智慧，好使我们能够学习如何对自己诚恳，从而每天不断增长自己对天主和对近人的爱。

## 在神修指导中的诚恳态度

当谈到认识自我时，我们可能会遇到一个根深蒂固的困难，就是偏见。普通的智慧用了一句简洁的谚语来表达这一现实：「能医不自医」。由于罪过，或单纯地因为我们与自己太过亲密，我们对自己的判断有时并不是完全准确的。在人一生的某些阶段，我们会觉得很难能够冷静地和平静地去判断何去何从。因此，天主将一些人放在我们身边，为我们的道路带来光明。当我们与赢得我们信任的人细谈自己的生活时，我们便会打开那「最美丽、最亲密的沟通方式之一。它让我们发现自己之前所不知道的事，微小而简单的事，但正如福音所说的，伟大的事正是从小事中诞生的。」 [4]

在神修指导上，我们找到一个人的陪伴，有时仅仅通过他们的出现，有时通过他们的经验智慧，就可以帮助我们更好地了解天主和我们自己。圣施礼华在这里送给了我们一些具体的建

议：「当你敞开你的灵魂时，首先说出你不想为人知的事。这样，魔鬼总是会被击退。敞开你的灵魂，清楚而纯真地敞开你的灵魂，好使天主爱的光芒能到达你的灵魂，并照亮每一个角落。」[5]

从神修指导中得到的帮助，并不总能带来解决问题的具体建议。有时候，我们只需真诚地表达自己所关切的事，并且谦虚地知道自己需要帮助，就能找到光明。圣施礼华在经历了多年的神修指导他人和接受他人的指导后写道：「你在天主鉴临下，对神师开诚布公，推心置腹地谈心.....看到你对那个吞吞吐吐的问题，竟然自己找到了答案，感觉真是奇妙。」[6] 我们可以祈求圣母玛利亚为我们从天主手中获得那能让自己对天主、对自己，和对他人的真诚，好能使自己的灵魂变得更加简朴。

[1]圣施礼华，《犁痕》，326

[2]同上，332

[3]教宗方济各, 2020年4月29日的讲道

[4]教宗方济各, 2022年10月19日公开接见时的讲话

[5]圣施礼华, 《炼炉》, 126

[6]圣施礼华, 《犁痕》, 152

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/meditation/Mo-Xiang-Chang-Nian-  
Qi-Di-Shi-Si-Zhou-Xing-Qi-Liu/](https://opusdei.org/zhs/meditation/Mo-Xiang-Chang-Nian-Qi-Di-Shi-Si-Zhou-Xing-Qi-Liu/) (2026年  
2月8日)