

默想：复活期第七周 的星期六

一些可以帮助我们在圣神降临节前夕祈祷的反省。

圣神将天主的爱呈现给我们

天主的爱更新、宽恕并坚固我们

给予和接受天主的爱

圣神将天主的爱呈现给我们

「耶稣所行的还有许多别的事;假使要一一写出来，我想所要写的书，连这

世界也容不下。」（若21：25）。天主的爱无法写成一本书，也无法用任何公式或言语来充分表达。神圣的爱是无法形容的，不能简化为我们说话的方式。爱是圣神的果实之一，我们可以 在圣神降临节前夕请求祂教导我们这种爱。祂将日复一日地提醒我们，基督的工作是一项爱的工作：牺牲自己的那位的爱，以及把祂牺牲的天父的爱。」[1] 爱就是这样一个被过度使用的术语，有时其意义可能会被淡化。但如果我们祈求他，护慰者就会以唯一永不背叛或永不衰老的爱来点燃我们的灵魂。

圣克勉一世在第一世纪末写道：「谁能描述天主之爱的神圣牵绊？谁能说出它的美如何卓越？爱的崇高是难以言喻的。爱使我们与天主结合。爱可以遮盖许多的罪。爱凡事包容，凡事忍耐。爱情里没有什么卑鄙，没有什么傲慢。爱不容许分裂；爱不会引起骚乱；爱使万事和谐……我们的主耶稣基督因着对我们的爱，按照天主的

旨意为我们献出了祂的血;用祂的肉身换我们的肉身，用祂的灵魂换我们的灵魂。亲爱的，你看，爱是多么伟大和美妙的一件事，而且没有可称为完美的。除了天主要赐予的人之外，谁才配得享受它？」[2]

多少次，我们寻找替代品，或是没有意识到我们对这种感情的需求。多少次，我们像浪子和他的兄弟一样，梦想着远离父亲和家乡的幸福。意识到我们的脆弱，我们可以求助于护慰者，祈求他让我们享受天主要赐给我们的爱，并为此感到喜乐：「因为圣神洞察一切，就连天主的深奥事理他也洞悉。」（格前2：10）心灵被召喚去享受的「深奥事理」是什么？耶稣说：「正如父爱了我，同样我也爱了你们；你们应存在我的爱内。」（若15：9）。我们总是想住在那裡。

天主的爱更新、宽恕并坚固我们

「爱就在于此：不是我们爱了天主，而是他爱了我们，且打发自己的儿子，为我们做赎罪祭。」（若一4：10）。 「首先，我应该想想天主曾为我做了什么以及正在为我做什么。我不应该试图将我的安全感建立在我为天主所做的事情上，因为我所做的永远太少，而我所做的一切实际上都是天主的礼物。」 [3] 我们会本能地陷入了这样的诱惑：想着我们对祂的需要很少般，去活出这段关系。但天主的爱却有着截然不同的动力。「一切美好的事物都源自于天主，没有他，你绝对无法开始与完成任何事情，哪怕是一点点。」 [4] 因此，师傅的指导在这里为我们提供建议便非常重要。

圣施礼华非常清楚自己想要依靠圣神的帮助：「我感受到我内在的爱，我想认识祂，成为祂的朋友、祂的知己。我想协助祂磨光、根除和点燃的工作。我不知道该怎么做……但祂会给我力量。如果我想，他会做这一

切……而我亦愿意！神圣的客人、师傅、光、向导、爱：愿这头可怜的驴子让你宾至如归并聆听你的教训，被点燃，跟随你并爱你。决心：尽可能不间断地培养并与圣神的友谊，进行充满爱与温顺的对话。Veni Sancte Spiritus（来吧，圣神）！」[5]

我们也可以下定决心做同样的事，让祂坚固我们的心。让我们的心为祂的行动做好准备的最好的地方之一就是修和圣事：「魔鬼使我们以负面的批判来看自己的脆弱，圣神则将它带往温良的光。温良是接触我们内在脆弱的最佳方式，指责和批判别人往往暴露我们无能力接受自己的软弱和缺点……这说明了与天主的慈爱相遇的重要性，尤其在修和圣事之中经验祂的真理与慈爱。讽刺的是，魔鬼也会向我们讲真理，但只是为了谴责我们。我们知道来自天主的真理并不谴责，而是接纳、怀抱、支持和宽恕我们。」[6]

给予和接受天主的爱

在我们与天主的关系中，我们可能常常（也许是无意识地）更专注于我们所给予的而不是我们所接受的。要改善天主在我们心中的形象是很重要的。「如果我们心目中的天主会剥夺并强加自己，那么我们也会想要剥夺并强加自己：占据空间，要求认可，寻求权力。但如果心中有一位恩赐的天主，一切都会改变……作为教会的活记忆，圣神提醒我们，我们是从一份恩赐中诞生的，我们透过给予而成长：不是透过坚持，而是透过完全奉献自己。」^[7]

有时我们可能会专注于我们收到的恩赐，但我们认为这是我们的权利：

「让我们审视自己，问问自己是什么阻止我们奉献自己。可以说，恩赐的三个主要敌人总是潜伏在我们的心扉前：自恋、受害者心态和悲观主义。自恋让我们崇拜自己，只关心对我们有利的事情……受害者心态每天都会抱

怨他们的近人：'没有人理解我，没有人帮助我，没有人爱我，每个人不为我着想！'这样的抱怨我们听过多次次！最后，还有悲观情绪。在这方面，无休止的抱怨是：'社会、政治、教会…… 一切都不顺利！'悲观主义者对世界感到愤怒，但却袖手旁观，什么也不做，想着：'奉献自己有什么意义？都是没用的。」」[8]

我们请求玛利亚教导我们像她一样带着感恩地接受天主的爱。「你无意的跌倒 —— 像孩子般跌倒 —— 使天父更照顾你，圣母玛利亚更不会放松她慈爱的双手。每天，当上主从地上扶你起来时，要好好地利用那个机会使劲抱紧祂，把你疲倦的头放在祂敞开的胸前，让祂至爱之心的跳动使你乐极忘形。」[9]

[1]本笃十六世，讲道，2006年6月4日。

[2]圣克勉一世，《给格林多人的信》，49-50。

[3]范康仁蒙席，《福音之光》，Kindle版，10,19。

[4]圣伯纳德，圣神降临节庆典讲道，2,6。

[5]圣施礼华，《亲密笔记》，864。

[6]方济各，《父亲的心肠》，2。

[7]方济各，讲道，2020年5月31日。

[8]同上。

[9]圣施礼华，《道路》，884。

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/meditation/Mo-Xiang-Fu-Huo-Qi-
Di-Qi-Zhou-De-Xing-Qi-Liu/](https://opusdei.org/zhs/meditation/Mo-Xiang-Fu-Huo-Qi-Di-Qi-Zhou-De-Xing-Qi-Liu/) (2026年2月
7日)