

opusdei.org

默想：复活期第三主 日（甲年）

一些可以丰富我们在这复活期
做祈祷的反思。

当照亮人生的道路的光变得黯淡时

耶稣与两个正在返回厄玛乌以重新过
往昔生活的门徒相遇

在祈祷和圣事中重拾力量

当照亮人生的道路的光变得黯淡时

在复活期这些日子里，弥撒礼仪的读经给我们送上伯多禄在五旬节那天对以色列人宣讲的部分内容。伯多禄在领受了圣神的恩赐后，提醒人群达味王早就已经谈到基督的复活：「我常将上主置于我眼前；我决不动摇，因祂在我右边。因此，我心欢乐，我的舌愉快，连我的肉身也要安息于希望中，因为祢决不会将我的灵魂遗弃在阴府，也不会让祢的圣者见到腐朽。」（宗2：25-27）

耶稣受难的那些日子如今似乎已经是以前的事了。可是伯多禄和其他宗徒却对那段黑暗的日子记忆犹新。在短短的几天里，所有曾经令他们热血沸腾的事物都失去了意义。可是如今，他们在见证了耶稣的复活，又领受了护慰者圣神之后，可以和达味王一起说：「请祢将生命的道路指示给我，唯有在祢面前有圆满的喜悦，永远在祢右边也是我的福乐。」（咏16：11）

宗徒们已经明白了，人生的道路并不总是有灿烂的光照耀着。或许会有那一刻，如同耶稣的苦难那时一样，一切似乎都变得漆黑一片，而悲伤试图将我们吞噬。然而我们对基督活着的确信，使我们充满希望和重拾喜乐。这份安全感激励着我们，即使在黑暗中也能继续前进。如同宗徒们一样，只要我们让基督指引我们的人生，祂就永远不会抛弃我们，也不会让我们见到腐朽。「复活期是喜乐的日子。但它的喜乐并不局限于礼仪年度的这一节期，而是要经常地临于基督徒的心中。因为基督仍活着。祂不是已死去的人，不是活了一段时间，然后死去，只给我们留下美好榜样和回忆的人。」 [1]

耶稣与两个正在返回厄玛乌以重新过往昔生活的门徒相遇

两个来自厄玛乌的门徒起初未能辨认出基督复活的光芒。他们浸淫在悲伤中，决定返回自己的家乡，这个自己

感到安全的地方。他们选择了要把希望寄托在自己早已熟知的事物上：他们的家、他们的工作、他们的个人计划。这一切都是他们早前为了跟随耶稣而抛下了的。然而如今，这个使他们的慷慨大方成为富有意义的耶稣似乎已经不在，他们就以为唯一剩下的选择就是回到过去的生活。

这两个门徒把自己的希望寄托在返回过去的生活上，因而未能保持开放以接受真正的希望。当他们在返回厄玛乌的途中时，眼前的目标是清晰无误的，可是内心却感到茫然若失。他们听说有些妇女声称找不到耶稣的遗体，又说有天使告诉她们耶稣还是活着。可是他们不相信。其他门徒也说他们看见了同样的事，可是这也没有使两人改变自己的计划（参阅路 24: 22-24）。因此，当他们离开耶路撒冷而去，在路上遇见主耶稣时，「他们的眼睛却被阻止住了，以致认不出祂来。」（路24: 16）而当耶稣

问他们在说什么时：「他们就站住，面带愁容。」（路24：17）

这两个门徒的心境，与那些禁不住在已经走上的道路上掉头回归从前的人的心境如出一辙。起初，这个「新的方向」以一些「美丽却是虚幻的、无法兑现其承诺的、最终只会令我们感到空虚和忧愁的事物」来迷惑我们。

「这种空虚和忧愁，标志着我们走上了一条错误的、使我们迷失方向的道路。」[2] 然而当我们保持紧靠着主耶稣时，祂的光辉会使我们看穿眼前的一切，并且继续在我们与祂同行的道路上前进。短暂的黑暗和意义的消退并不是具决定性的，也不是在我们人生迷失了方向时的良好指南。每时每刻，我们都有机会去重新再开始，去辨识出已经复活了的、在我们的道路上前来与我们相遇、并且给予我们真正的希望的耶稣——只要我们再次接受祂的邀请，去聆听祂和跟随祂。

「只有主才能给我们确证自己的价值。祂每天都从十字架上告诉我们这

一点：祂为了我们而死，藉此给我们指出，我们在祂的眼中是何等宝贵。没有任何障碍或失败能够阻挡祂那温馨拥抱。」 [3]

在祈祷和圣事中重拾力量

耶稣对这两个门徒的忧愁有敏锐的触觉。祂满怀同情地聆听他们向祂倾诉自己失望的原因：「我们原指望祂就是那要拯救以色列的。」（路24：21）主耶稣「了解他们的悲伤，洞察他们的心事，遂把存在祂自己内的生命通传给他们。」 [4] 祂便开始给他们解释圣经的真义，以及默西亚为何必须承受这些苦难。耶稣的每一句话，都令两人渐渐地重新发现自己以前身为门徒时在生命中所满怀的喜乐。可是他们仍然没有辨认出主耶稣。只有当他们看见祂在餐桌前擘饼和祝福时，他们才意识到祂就是已经复活了的基督（参阅路24：31）。

两个门徒已经起步前往厄玛乌了，以回归昔日的生活方式。然而使他们重

拾希望的并不是两人对昔日的安稳生活的遐想，而是他们与耶稣的相遇：

「当祂在路上与我们谈话，给我们讲解圣经的时候，我们的心不是火热的吗？」（路24：32）同样，我们借着聆听祂在福音中的话语，并且在圣体圣事中辨认出祂的临在，也能再次体验与耶稣同行的喜乐。一个真诚祈祷和经常领受圣体圣事及告解圣事的生活，会使我们可以在有需要时重新调整人生的方向。我们的理智、意志和情感可以再次宁静地融为一体，而恩宠也会使我们焕然一新。即使在我们经历到迷失方向时，耶稣也会使自己再次出现，并且赋予我们人生的道路一层更加深邃的意义。如果我们在复活了的耶稣的爱中寻求庇护，我们对自己作为门徒的圣召和使命的意识将会得到强烈的更新。

圣母玛利亚也曾经像这两个前往厄玛乌的旅人一样，经历过一段又一段在黑暗中摸索的时期。没有人比她因为耶稣的死亡而更加伤痛。然而她对天

主的信赖，使她满怀希望地接受她的圣子离开了她这个事实，并且全心信赖基督最终会战胜死亡。「在使徒工作中不要气馁，你不曾失败，正如耶稣在十字架上并没有失败一样。勇毅前进！继续逆流而上，依赖圣母的无玷与慈爱的心：Sancta Maria, refugium nostrum et virtus! 圣玛利亚，你是我的避难所和力量。」 [5]

[1]圣施礼华，《基督刚经过》，102

[2]教宗方济各，2022年10月5日公开接见时的讲话

[3]同上

[4]圣施礼华，《基督刚经过》，105

[5]圣施礼华，《十字苦路》，第十三处，3

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/meditation/Mo-Xiang-Fu-Huo-Qi-
Di-San-Zhu-Ri-Jia-Nian/](https://opusdei.org/zhs/meditation/Mo-Xiang-Fu-Huo-Qi-Di-San-Zhu-Ri-Jia-Nian/) (2026年4月2日)