

默想：复活期第五周 星期四

一些可以帮助我们在这个复活期做祈祷的反思。

如同基督爱了我们一样

随着时间的过去而更新我们的爱

爱在当下

如同基督爱了我们一样

在最后晚餐中，耶稣剖白说：「正如父爱了我，同样我也爱了你们。」

(若15: 9) 宗徒们很可能无法理解这句话的全部意义，因为他们还未经历主耶稣的苦难。他们很快就会惊讶地见证到天主至死不渝的献出自我的，这个超越我们的理解力的奥迹。「耶稣甘愿舍己至死，是为了报答天主圣父的爱，以及与祂的圣意完美地结合为一，以表明祂对我们的爱。在十字圣架上，耶稣'爱了我，且为我舍弃了自己' (迦2: 20)。我们每个人都可以这样说：祂爱了我，且为我舍弃了自己。这一切对我们有何意义呢？它意味着这也是一条我要行走的道路。」

[1]

正如我们在刚过去的逾越节三日庆典中看到的那样，耶稣不只是说话，不只是给我们留下空言。祂交出了自己。祂用自己宝血的神圣大能洗涤我们，也就是说，将自己牺牲'到底'，以至死在十字架上。祂的说话不只是简单的一句；它是'为世界的生命'而牺牲的血和肉。在圣事中，主耶稣总是跪在我们的双脚前来净化我们。让我们

请求祂，以祂的圣爱的洗涤深入我们的内心，更加彻底地净化我们每一个人。」[2]

基督化的生活引导我们像基督一样努力去爱和服侍他人：坚定和慷慨地完全献出自己。归根结底，唯一重要的就是，我们在现世生活的时间里，爱了多少，和怎样去爱。然而我们很清楚自己的各种局限；如果没有天主的帮助，我们就无法这样去爱。这种像基督一样去爱的召唤始终是新颖的，

「意思就是我们从来没有完完全全地实现它；我们从来没有以『如同我爱了你们一样』的方式去爱，而说这句话的那位就是无限仁爱，祂本身就是爱。」[3] 我们需要基督点燃我们的心，需要祂把自己的生命，和祂爱人「到底」的情愿赐给我们。

随着时间的过去而更新我们的爱

在今天弥撒的福音中，主耶稣继续谈论祂给我们的召唤，祂对我们的偏爱。祂要我们永远地与祂亲近：「存

在我的爱内。」（若15：9）天主向我们表示的爱，是我们的生命，和我们去爱他人的能力的基础。祂需要我们本身的气质、我们的环境、我们的自由、我们的能力，祂也考虑到我们的各种局限和缺陷。坚守那最初的爱，意味着我们一生都保持着年轻人典型的热切之心。

在人生的旅途上，我们可以感觉到自己的心渴望能扩大我们所领受和所施予的爱。也许我们在世界上许多美好的事物中都能找到这种爱：在大自然、朋友、真事的美善中等等。在这些时候，我们内心感受到的渴望指向着一些更加伟大的事物，因为我们开始意识到，尽管这些都是崇高的事，可是仍不足以满足我们的心。「当你梦想着幸福时，你所寻求的其实就是耶稣；当你发现一切都不能让你满足时，祂就是那个正在等候着你的人；祂就是那个万般吸引着你的美善；就是祂让你对事物的根源产生渴求，而不让你陷入随波逐流的泥淖中。就是祂激

发起你的冲动去抛开面具，不再虚假地生活。就是祂清楚看见在你内心的、别人试图压制的最真挚的决定。是耶稣激励你去使自己的生活过得比别人想见的更加真实。是耶稣敦促你热中于在生命中做一些伟大的事情，拥有一个追求理想的意志，拒绝让自己被平庸所欺骗，并且有勇气以谦卑和坚毅去致力于改善自己和社会，使它更有人性和更有兄弟之爱。」[4]

圣施礼华说：「我希望你们切记，自由和自我臣服并不对立，它们互相支撑。自由只可为爱的缘故而放弃，再没有其他的原因。人在自我奉献、自我臣服那一刻，爱就被自由所更新，而这更新正意味永远年轻、慷慨，可拥有更高的理想，而作出更大的牺牲。我真高兴葡萄牙人称呼年轻人为'新人os novos'，因这叫法真贴切。虽然我年纪不小了，但每次到主台前祈祷，'走近我最喜悦的天主面前。」（咏42：4）我都觉得自己很年轻，因为，如我对主忠信，主的爱

会不断使我充满活力：『祂使我的青春更新如鹰。』（参阅咏102：5）」
[5]

爱在当下

自从主耶稣更加清晰地进入了我们的生命以来，我们努力以宗徒们的热愿去跟随祂。当他们发现了自己生命的真正意义后，便立刻踏上了旅程。

「为什么要『立刻』呢？只是因为他们感到被吸引了。他们并不是因为接到一个命令而匆匆出发，而是因为被爱吸引了。若要跟随耶稣，仅有善工是不够的；我们还必须每天聆听祂的召唤。唯一认识我们，全心全意地爱我们的祂，带领我们划到生命的深处。正如祂为那些听到祂的话的门徒所做的。这就是为什么我们需要祂的圣言：好使我们可以在日常生活的千言万语中听到祂的圣言，这圣言对我们所说的不是关乎事物，而是关乎生命。」[6]

在人生的每一个阶段，在我们遇到的各种新环境中，我们都可以发现以不同形式呈现、引发我们自我奉献的同一的爱。这是一种随着时日而更趋成熟的回应，因为我们知道我们正在与谁同行，也知道我们把自己奉献给了谁。我们知道这是值得的。从某种意义上说，我们以更大的意识和自由去履行我们的使命。圣施礼华提醒我们：「我们所做了的承诺是一份真正慷慨和忘我的自我奉献。又因为我们坚守这项承诺，所以我们的忠诚是一种持续不断的自我奉献：一个持久的爱、慷慨、和忘我，而不只是出于惰性。」^[7] 我们在当下爱我们的主耶稣，带着永不消逝的、初恋般青葱的精神，因为耶稣基督昨天、今天、直到永远，常是一样的。尽管岁月流逝，我们的情况有变，但我们心中的爱会继续带来新的生命，因为耶稣每天都以新的方式爱我们。

在这段旅程中，我们还将遇到那种「在经验基督信仰和主业团精神所提

倡的伟大号召时，所感受到的个人的无力感。这种理想与个人生活现实之间的差异，实不该让我们失望或沮丧。」^[8] 让我们确信，我们可以在圣神恩宠的力量，和我们母亲圣母玛利亚的帮助下，在每一天重新开始。

[1]教宗方济各，2013年3月27日公开接见时的谈话

[2]教宗本笃十六世，2008年3月20日的讲道

[3]范康仁，*In the Light of the Gospel*，p. 192

[4]教宗圣若望保禄二世，2000年8月19日的演讲

[5]圣施礼华，《天主之友》，31

[6]教宗方济各，2020年1月26日的讲道

[7]圣施礼华，《书信2》，12

[8]范康仁, 2020年7月20日的讯息

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