

opusdei.org

# 默想：将临期第一周 星期四

帮助我们在将临期祈祷的一些  
反思。

对奋斗「惯以为常」与不冷不热

在沙上建筑的陷阱

祈祷让我们奠基于磐石上

.....  
**对奋斗「惯以为常」与不冷不热**

「不是凡向我说『主啊！主啊！』的  
人，就能进天国；而是那承行我在天之

父旨意的人，才能进天国」(玛7:21)。耶稣在今天弥撒福音开头的这句话，首先让我们看到天主希望将我们纳入祂的计划中；同时，亦表明了我们在生活中拒绝天主计划的可能性一直都存在。

「因为他于创世以前，在基督内已拣选了我们，为使我们在祂面前，成为圣洁完美无缺的」(厄1:4)。这是天主对每个基督徒的旨意，是我们生命的意义，也是我们存在的原因。天主的计划是让我们成为圣人，也就是说，我们对天主的爱，要满溢成对身边的人以至对所有人真挚的爱。实现这目标的途径多种多样，而且在许多情况下确实令人赞叹不已。

但随着岁月的流逝，我们的生活中可能会出现对奋斗「惯以为常」的现象，这褪了色、例行公事的态度使我们陷入「不冷不热」。我们与天主的爱情故事可能不复从前的炽热。虽然我们仍然把跟随耶稣的渴望付诸行

动，但这份渴望已变得冷淡、脆弱。我们也许只满足于依靠过去的经历和惯性继续下去。这样一来，伟大的理想对我们来说只是虚幻，我们的心灵慢慢沉睡，对省察精神的呼唤听而不闻。我们不认为自己是罪大恶极之人，甚至希望成为圣人，但我们脆弱的意志无止境地延误了付诸实行的时刻。

面对这可能发生的情况，圣施礼华鼓励我们更恳切地祈祷。「当我看不出你严谨地在自己的身份地位上努力成圣时，我痛心地看着你内心不冷不热的危机。跟我一起说：我不要不冷不热！*Confite timore tuo carnes meas!*『我的肉身因敬畏你而战慄！』赐给我，我的天主，请赐孺子的敬畏之情来激励我！」[1]

## **在沙上建筑的陷阱**

在今天的福音中，耶稣生动地描述一个人，若未能领悟天主对他的伟大计划，会作出何等的行为：「凡听了我

这些话而不实行的，就好像一个愚昧人，把自己的房屋建在沙土上：雨淋，水冲，风吹，袭击那座房屋，它就坍塌了，且坍塌的很惨」（玛7：26-27）。「愚昧」一词表明，即使我们希望过有意义的生活，我们也有可能忘记了至关重要的一环，即是一切建立在天主的计划之上。我们基于疏忽、肤浅、懒惰……以致将大量的精力和资源投放了在一座即将倒塌的建筑上。

尽管这并不明显，但建立在坚固的磐石上——即天主之上——可能是更简单的做法。理论上，做一个不冷不热、在沙子上建造房屋的人，看似比较容易。可是，这些人虽然避免了作出牺牲及其他爱德的行动，但他们逃不过内心深处的不安与躁动。在不知不觉中，他们的心变得分裂和斤斤计较，耗尽精力订下的安排和许诺也满足不了自己。他们不会平静地审视自己的情况，反而十分在乎自己的言辞以及自己如何与别人相比。他们以往

愉悦的牺牲变得苦涩，皆因这牺牲并非出自一样的爱。

当我们发现自己对圣德的渴望减弱时，我们可以接近耶稣温暖的心。圣施礼华说：「不温不火的人，他们的心如泥土，是悲惨的肉体。有一些刚硬但高贵的心，当他们接近基督之心的温暖时，它们会像青铜一样融化在爱 and 赎罪的泪水中：燃点起来！受到 [2] 祂慈爱目光的鼓舞，我们勇敢地告诉我们的主：请再次点燃我的心。不要让我的灵魂停留在悲伤之中。我们可以确信祂会接受我们谦卑和充满信靠的祈祷。

## **祈祷让我们奠基于磐石上**

「趁上主可找到的时候，你们应寻找他；趁他在近处的时候，你们应呼求他。」 [3] 在祷告中寻求天主并与祂重新建立个人对话，可以避免我们变得不冷不热。「Et in meditatione mea exardescit ignis —— 『在我沉思中，烈火如焚。』这就是你祈祷的

原因：把你自己变成一个火种，活的火焰，散发热和光。」 [4]

与耶稣的亲密对话将激励我们重新奋斗，以实现我们生活中想达到的改变；它会促使我们与天主的旨意更一致，并引导我们更接近祂。

有时我们犯的错会沉沉地压在我们肩上。又或者我们虽然经常心怀好意，可是善举却寥寥可数。但同样真实的是当敞开心扉，容许圣神在我们内工作时，我们知道自己谦卑的恳求总会被垂听。天主会点燃我们的希望，并在我们生命中实现看似不可能的事。

「你若万念俱灰，我要告诉你一句非常安慰人心的道理：「谁若尽力而为，天主绝不拒绝给他圣宠的」。我们的主是一位慈父；假如祂的一个儿女心中默默地向祂说：'我在天之父，我在这里，求祢助佑我.....」。假如他投奔天主之母——亦是我们的母亲，他必获得助佑。」 [5]

在这个牢固的基础上，天主将能够建造一座坚固和伟大的建筑：所以，凡听了我的话而实行的，就好像一个聪明人，把自己的房屋建在磐石上：雨淋，水冲，风吹，袭击那座房屋，它并不坍塌，因为基础是建在磐石上（玛7：24-25）。这样我们就能满怀信心地前进。我们不会再跌入对奋斗「惯以为常」的圈套。尽管困难可能会出现，但无论是激流还是狂风，都不会夺走我们最重要的东西：天主永远与我们同在，与我们并肩作战。

让我们恳求圣母的助佑：「对圣母的热爱，能把你那份隐藏在冷淡的灰燼中的德行余燼，吹燃为熊熊的火焰。」 [6]

[1] 圣施礼华，《道路》，326

[2] 圣施礼华，默想，1960年3月4日

[3] 罗马弥撒经书，将临期第一周星期四，福音前欢呼

[4] 圣施礼华, 《道路》, 92

[5] 圣施礼华, 《十字苦路》中的第十处: 耶稣被剥去衣服

[6] 圣施礼华, 《道路》, 492

.....

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/meditation/Mo-Xiang-Jiang-Lin-Qi-  
Di-Yi-Zhou-Xing-Qi-Si/](https://opusdei.org/zhs/meditation/Mo-Xiang-Jiang-Lin-Qi-Di-Yi-Zhou-Xing-Qi-Si/) (2026年3月9日)