

# 默想：四旬期第四周 星期二

一些可以帮助我们在这个四旬期做祈祷的反思。

耶稣要治愈我们

在我们的奋斗中的美好愿望和耐心

谅解他人

---

耶稣要治愈我们

当我们在福音中一次又一次地看到的、耶稣对那些需要祂的人的关心

时，我们的希望会多么增强啊！今天，我们默观一个无人关心的、躺在贝特匝达池边日渐衰弱的瘫子的获得治愈。考古的挖掘工程证实，这个水池有五个走廊，正如圣若望描述的一样：它由两个独立的水池组成，而在它们之间建造了的是第五个走廊，是在四侧的四个走廊之外的一个。那里躺着许多病人，有「瞎眼的、瘸腿的、麻痹的（若5：3）。」人们相信，上主的天使按时下到水池中，搅动池水，第一个下去的必会痊愈。

耶稣走近这群受着苦的群众，祂的目光落在这个瘫子身上，他可能是他们当中最无助、最被遗弃的一个。祂主动提出要医好他：「『你想被医治吗？』病人回答说：『先生，水动了，没有人把我放进池子里，当我走的时候，另一个人在我前面走下

去。』耶稣对祂说：『起来，拿起你的褥子走吧。』那人立刻痊愈了，祂拿起褥子就走了（若5：6-9）。」

圣施礼华写道：「你谈到耶稣生活中，使你最感动的情景，是祂与血肉之躯的人接触的光景..... 是祂给那些灵肉备受痛苦的人，带来平安与康愈的光景..... 你接着说：你深受感召，在看到祂治愈癫痫者，恢复瞎子的视力，在池边治好那被人遗弃的瘫痪者。在默祷中，你瞻仰祂的音容笑貌，栩栩如生，如此深通人情，如此平易近人！是啊..... 耶稣今天一如既往，依然如故。」 [1] 通过各件圣事，基督比那次的相遇更加接近我们。而且，就像福音中的瘫子一样，祂不断地主动提出要治愈我们。

## **在我们的奋斗中的美好愿望和耐心**

那个瘫子已经卧病三十八年了。他的一生就是一场漫长的等待，直到耶稣终于贴身地经过他身边。我们可以学习他的耐性，因为在这段漫长的时间里，「他坚持不懈，没有放弃，希望能够摆脱自己疾病。」 [2] 我们也被召叫在我们的内修生活中保持平静和

坚持。在我们基督徒的奋斗和争取各种美德的努力中，我们需要一个乐观的耐心。在我们的奋斗中的某些时候，至少是在某一段时间中，我们看似没有取得进展；而在另一些时间，则需要我们长期的、甚至一生的愉快的奋斗。瘫子的情况就是如此。他带病的身躯渐渐老去，但最终遇到了耶稣。

有时，过度的不耐烦、内心的紧张、带有不健康的色彩来评估自己是否在进步，可能会表现出某种完美主义的倾向。而这种态度并不符合主耶稣要求我们的、孝子般、信任、和谦卑的奋斗。当然，我们必须超越单纯的良好意愿，并努力为我们所做的一切「奠放最后的一块基石」。可是同样真实的是，我们不是经常都会成功的，而我们不能让自己因此而失去平安。

圣施礼华说：「有时候，如果我们喜乐地接受自知渺小的屈辱，主就会满

足于我们的美好愿望，有时甚至会满足我们对拥有愿望的愿望。这就是会把我们引导到上达天堂高处的情况。因为如果一个人意识到自己正在进步而且又做得很好..... 出现骄傲会是多么危险啊！有许多优秀的人认为自己很卑微和没有什么价值，无法做到自己知道主天主所要求的。而他们都是优秀、非凡的人。你们不要太担心是否在进步，是否在前进还是仍然保持不变。重要的是意愿变得更好，意愿去爱，然后要保持诚恳，大大敞开心扉。如此，天主就会赐给你们亮光。」[3]

## 谅解他人

对自己耐心，首先是来自仰望天主并更加充分地依靠祂的助佑的；它也会激励我们「更明白他人，而灵魂像醇酒，年份愈久，味道也就愈醇。」[4] 有时候，我们可能会发现很难对自己最亲近的人有耐心的谅解，因为我们很容易地会过于关注他们的几个

缺点，而不会欣赏他们拥有的一切优点。而在其他情况下，我们可能会很难原谅、欢迎和真正地爱那些似乎远离天主的人，或者由于他们的成长过程，以至用远离信仰的观念去看世界的人。

在福音中，我们看到那个瘫子被耶稣治愈后，拿起担架和开始走回家。可是后来他遇到一些犹太人，可能是当权者，他们指责他在安息日携东西；他们对耶稣在那个神圣的日子治病而感到震惊。这是一个在今天也多次重复的故事。经常发生的是：一个男人或女人因为在生命中犯了许多错误而灵魂感到不舒服和悲伤，在某一刻感觉到池水正在被搅动——推动一切的是圣神——或者听到一些说话，心里想到：我要行走。他们就鼓起勇气走出去了！可是他们经常在基督徒的团体中，发现大门紧闭……教会的大门是永远地敞开的！这里是耶稣的家，而主耶稣欢迎各人进来。祂不仅欢迎各人，而且还走出去寻找人，就像祂

去找那个瘫子一样。如果人们受了伤，耶稣会做什么呢？祂会因为他们受伤而责备他们吗？不：祂找出他们，又将他们放在自己的肩膀上。」

[5]

圣施礼华鼓励他的孩子们要以「打开心灵和张开双臂来欢迎所有人」的态度去生活。因为我们没有判断的使命，反而是有责任以兄弟之情来对待每一个人。」他继续说，「没有任何一个人灵会被排除在我们的友谊之外。任何人都不应该在接近主业团后却空手而归：每个人都必须感到被爱、被了解、被关爱。」[6] 我们可以恳求圣母玛利亚，慈悲之母，帮助我们向周围的人传播天主的慈爱、谅解和慈悲。

[1] 圣施礼华，《犁痕》，233

[2] 圣金口若望，圣若望福音讲道集，36

[3] 圣施礼华，1972年3月19日家庭聚会的笔记

[4] 圣施礼华，《天主之友》，78

[5] 教宗方济各，2015年3月17日的讲道

[6] 圣施礼华，《书信4》，25

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/meditation/Mo-Xiang-Si-Xun-Qi-  
Di-Si-Zhou-Xing-Qi-Er/](https://opusdei.org/zhs/meditation/Mo-Xiang-Si-Xun-Qi-Di-Si-Zhou-Xing-Qi-Er/) (2026年1月13  
日)