opusdei.org

默想：四旬期第五主日（丙年）

一些可以帮助我们在这个四旬期做祈祷的反思。

耶稣宽恕了一个

告解是一个对未来的展望

悔罪的价值

耶稣宽恕了一个

法利塞人似乎终于找到了一个伤害耶稣的好机会。 他们给祂带来一个犯奸

淫时被捉住的妇人。 根据犹太人的法律，这样的妇人该用石头砸死。 这个来自纳匝肋，一直都乐于宽恕罪人的师父，对此会有什么说话呢？ 然而耶稣似乎根本没有意识到他们对祂的挑战。 祂毫不在意地，开始在地上画字。可是由于法利塞人坚持要得到祂的一个回应，耶稣才直起身来，向他们说：「你们中间谁没有罪，先向她投石罢！ （若8：7）」

我们可以想象，这个妇人正在闭着眼睛，恐惧地等待着石头向她掷过来。她极可能确信自己的生命即将完结。也许她在痛悔自己的罪过，心想这个结局是公义的得以实现。 然而她却没有想到那超越人的一切盘算的、天主的怜悯。 那些指控她的人一个一个地溜走了，只留下她一个人站在耶稣面前。 就像每次我们去办修和圣事时一样，基督充满慈爱地看着她并原谅了她。 「我们透过一个神父而获得罪过的赦免，经常都会是一个崭新的、独特的体验。 我们从独自一人面对自己

的悲贱和面对那些指控我们的人，就像福音中的这个妇人一样，变成了一个获得上主的扶持和鼓励的人。 是祂赐给我们一个新的开始。」[1]

耶稣问：「妇人！ 他们在那里呢？ 没有人定你的罪吗？ （若8：10）」妇人知道自己犯了罪。 也许她正在等待这个神妙的辣彼的责备。 可是主耶稣并没有惩戒她，反而送给她两件伟大的宝藏：天主的宽恕和新生的希望：「我也不定你的罪;去罢！ 从今以后，不要再犯罪了！ （若8：11）」

告解是一个对未来的展望

圣保禄宗徒在写给斐理伯人的书信里说：「弟兄们！ 我并不以为我已经夺得，我只顾一件事：即忘尽我背后的，只向在我前面的奔驰，为达到目标，为争取天主在基督耶稣内召我向上争夺的奖品。 （斐3：13-14）」我们的信德之旅常常都是着眼于未来。 我们要使自己生命中的每一个行

动都是一种对天堂的预咽。 我们蒙召要在现今每一天的小节中实现我们的人生目标。

每次当我们寻求天主的宽恕时，我们都是在热切地寻求耶稣，因此而期待着天堂。 在修和圣事中，我们进入并且分享基督的圣死和复活带来的果实。 因此，在这个怜悬的圣事中，我们可以亲密地体验到：「祂那被钉的双臂正在向着每一个人而张开，邀请我们前来靠近祂，确信祂会接纳我们，并且在祂那无限温柔的怀抱中拥抱我们。」[2]

我们既然知道自己已经被上主所宽恕，就会使自己放下过去的糟糕经历，并且放眼展望未来。 圣施礼华鼓励我们：「不论发生甚麽，继续向前！ 抓紧主的手，紧记天主不会战败，如你因某种缘故离开了主，谦逊会领你再开始，一天二十四小时不断重演;让修和圣事纠正你痛悔的心，那真是天主爱的奇迹，因着这圣事，主

洁净你灵魂，使你充满喜乐与力量。」[3]

悔罪的价值

根据一个古老的传统，在四旬期第五主日，圣堂里的各种圣像和十字架可以用布来遮盖着。 紫色的布提醒我们，我们正处于一个忏悔己罪的时期。 天主、诸天使和圣人的圣像暂时在我们的眼前消失，会让我们培养一个更加深切的反思。

教会一直这样教导：「在忏悔者的种种行为之中，首先是痛悔。」[4]「这悔改的努力不但是人的工作，也是一颗『痛悔之心』的行动（咏51：19）；这颗痛悔的心受到恩宠的吸引和感动，而回应天主的仁爱，因为祂先爱了我们。」[5] 因此，忏悔并不涉及一种带有压抑性的内疚感，一种可能会导致我们每当体验到自己的局限时都会变得灰心丧志的内疚感。 相反，它是一颗沉浸在爱中的敏感的心，认识到自己的罪过，甚至利用自

己的跌倒来向天主表明它仍然是爱祂的。

天主要我们在修和圣事中领受到的爱情能够转化为行善的渴望，将同样的怜怿传递给在我们周围的人。 伴随着忏悔的就是不再冒犯天主的热愿——以免再次伤害到自己——以及渴望远离那些使我们与祂隔绝的事物。 圣母玛利亚看见她的圣子在十字圣架上承担着人类所有的罪过。 每次我们带着忏悔之情去办修和圣事时，可以请求这位罪人之托，帮助我们更新自己。

[1]教宗方济各，2019年3月29日的讲道

[2]教宗本笃十六世，2008年3月21日的演讲

[3]圣施礼华，《天主之友》，214

[4]《天主教教理》，1451

[5]同上，1428

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/zhs/meditation/Mo-Xiang-Si-Xun-Qi-Di-Wu-Zhu-Ri-Bing-Nian/ (2025年12月18日)