

opusdei.org

# 默想：四旬期第一周 星期二

一些可以丰富我们在四旬期祈祷的反省。

我们祈求天主的名被尊为圣

我们可以宽恕，因为我们已被宽恕

天主的旨意是爱我们

---

**我们祈求天主的名被尊为圣**

「我们在天的父！愿你的名被尊为圣。」（玛6：9）这个祈求是耶稣教

导我们要祈求的第一件事。我们要求能够尊祂的名为圣，不是因为天主需要它，而是这对我们来说是最好的。我们的主教导我们以一种能够分享祂幸福的方式来祈祷。四旬期是加强祷告、更专心聆听我们内心圣神的好时机。因此，今天福音的经文再次向我们展示了我们的天父。

天主的名被尊为圣是什么意思？我们怎样才能为天主加上一些东西呢？最理想是，我们可认识到天主的圣洁，并以某种方式领会祂无限的良善。

「天主的荣耀是人真正地活着，」 [1] 圣依勒内说。知道我们是这神圣偏爱的对象，这是多么令人高兴。「在每天的困难中，当你意识到自己是一位无所不知、无所不能的父亲的孩子时，这将为你带来多大的信心、休息和乐观。」 [2]

在天主经的祈求之前有一个保证，鼓励我们与天主建立一种以前不敢想像的亲密和信任：「在你们求他以前，

已知道你们需要什么。」 (玛6: 8) 我们祈祷的目的不是要改变天主的计划，天主的计划充满了永恒的智慧；尽管，以一种真实而神秘的方式，天主依靠我们的祈祷来实现它们。藉着祈祷，天主使我们至少能领会祂无限良善的一部分。祂希望「我们的渴望在祷告中受到检验。因此，祂准备我们接受祂准备给我们的东西。」 [3]

## **我们可以宽恕，因为我们已被宽恕**

在天主经中，我们只被要求执行一项行动。我们求天主「宽免我们的罪债，犹如我们也宽免得罪我们的人」

(玛6: 12)。这似乎只是一个条件，但意义远不止于此。事实上，天主已先宽恕我们。我们能够宽恕，能够爱到极致，只因为我们以前被宽恕过。「爱德不是出于培养，它与天主的恩宠一起侵袭我们，『因他首先爱了我们。』 (若一4: 10) 我们要使自己充满这美丽的真理：『如我们能爱天主，是因为我们被天主所爱。』

我们能慷慨地爱周遭的人是因为通过天主的爱，我们由信德而生。」 [4]

宽恕是一种卓越的神圣行为。意思是让被冒犯的人恢复到以前的状态。

「天主是喜乐！什么是天主的喜乐呢？天主的喜乐就是宽恕，天主的喜乐就是宽恕！牧羊人找到他的小羊羔的喜乐；女人找到硬币的喜乐；这是一位父亲欢迎失去的儿子回家的喜乐，他就像死了一样，现在又复活了，回家了。这就是整部福音！」 [5] 当我们知道天主的喜乐就是宽恕我们时，当我们体验到祂无限地包容时，我们感到有必要对其他人做同样的事情，这是合乎逻辑的。我们希望成为这份喜乐的一部分：「要学会宽恕，」圣施礼华建议，「带着爱和奉献去忏悔，在那里你会找到平安，找到征服和爱的力量。」 [6]

## **天主的旨意是爱我们**

「愿你的旨意承行于地，如在天上一样」（玛6：10）。也许我们认为天

主的旨意只是祂对我们的要求。但我们忘记了祂计划的核心是爱我们，而这爱的结果就是为我们提供一千种方式来让我们充满祂的生命：圣体、与近人的关系、祈祷、诫命等等……透过祈求「祂的旨意承行于地」，我们至少有部分是在祈求祂赐给我们恩宠，让这种爱触及我们自己。因此，耶稣也邀请我们祈求我们每天的饮食、祂的体血。这也是天父的旨意：让祂的孩子尽可能紧密地团结在一起。

圣施礼华说：「无论你的生命中发生什么，无论看起来多么悲伤、黑暗，甚至可憎，请迅速在心里想到这个：天主是我的父亲。天主爱我胜过世界上所有母亲爱她们的孩子。我的天父是全知、全能的。那么，发生的一切都是最好的。我的孩子们，你们会看到多么伟大的平安，即使你们的脸上挂满了泪水，微笑也会照亮你们的脸。」 [7]

祈求天主的旨意承行并不会使我们自己的意志失效。「恩宠的力量需要与我们的怜悻行为结合起来，我们被召去生活，以便见证主爱的伟大。」

[8] 尤其是在四旬期期间。圣母玛利亚，天主父的女儿，无疑地曾多次向天父祈祷。圣母已经说出了她个人的「愿照你的话成就」，她很惊讶现实如何超出了她最大胆的期望。我们的母亲目睹了她圣子自我奉献的一生，也许她在圣体圣事中接受祂而再感到安慰。我们可以请玛利亚帮助我们理解并回味耶稣的话。

[1] 圣依勒内，《反异端论》，4,20,5-7。

[2] 圣施礼华，书信29,60。

[3] 圣奥斯定，书信130,8,17。

[4] 圣施礼华，《天主之友》，229。

[5] 方济各，三钟经，2013年9月5日。

[6] 圣施礼华，1974年6月2日，引自蔡浩伟，《真福施礼华回忆录》，194。

[7] 圣施礼华，引自儒利安·埃兰斯·卡萨多，「天主与勇气」，《我的青春与圣施礼华》，166-167。

[8] 教宗方济各，公开接见，2021年9月29日。

.....

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/meditation/Mo-Xiang-Si-Xun-Qi-  
Di-Yi-Zhou-Xing-Qi-Er/](https://opusdei.org/zhs/meditation/Mo-Xiang-Si-Xun-Qi-Di-Yi-Zhou-Xing-Qi-Er/) (2026年3月11  
日)