

opusdei.org

默想：耶稣圣心节

一些可以丰富我们在耶稣圣心节做祈祷的反思

我们的赎价是基督的宝血

永远不停地寻找我们的圣心

重新走上回家的路

我们的赎价是基督的宝血

「上主的计划永恒不变，祂心中的谋略万世长传，为使祂子民的性命脱免死亡，使他们在饥馑时，生活如

常。」[1] 教会向我们提供了圣咏作者的这些话，以帮助我们更加深入耶稣圣心的奥秘和祂对我们的爱。这些话提醒我们，天主的心怀着对每个男女的一生的计划——自由与生命的计划。「我们不是在进化的过程中随机出现和毫无意义的产物。我们每个人都是天主的一个意念的成果。我们每个人都来自祂的意志，我们每个人都**被爱，我们每个人都是必要的。」[2]

我们可以默观身悬十字圣架上的耶稣，祂让自己的圣心被刺透，以为我们提供祂无条件地热爱我们的另一个证据。圣安博说：「正如厄娃是由熟睡中亚当的肋骨所形成，同样，教会是由死于十字架的基督被刺透的心诞生。」[3] 在某种意义上，我们可以说，我们的来源就是在耶稣那受了伤的圣心内。我们作为基督徒的生命来自那被刺透了的肋膀，那个我们可以一次又一次地回去的，好让我们能够在旅途上重新获得力量的「水泉」。

「身悬十字架上，心中洋溢着爱人之情的耶稣，是一篇语言无法表达的雄辩的证词，指出人的崇高价值。人，人的幸福，人的生命，竟如此重要，甚至天主圣子不惜牺牲自己来救赎和濯净他们。」[4] 在庆祝我主的圣心节时，我们会意识到，在超脱我们的痛苦和挫折之上的，有一个人，我们对祂来说是不可替代的。这就是为什么在祈祷中，在与基督心连心的对话中，我们总能恢复我们的喜乐和信赖。

永远不停地寻找我们的圣心

有时，当我们发现在自己的生命中存有罪恶时，我们的平安就能受到威胁。或许当我们受到诱惑并被自己的恶习所缠绕时，便会发生这种情况。在内心深处，我们痛恨那使我们远离天主、伤害我们自己和他人的罪，可是我们似乎无法找到逃避它的方法。这时，我们的意志就显得萎靡不振，我们甚至会觉得自己的灵性生活已经

瘫痪了。然而，即使当我们的的心似乎不愿做出反应时，我们仍然可以记得，耶稣的圣心总是警醒留意我们。

「你们中间那个人有一百只羊，遗失了其中的一只，而不把这九十九只丢在荒野，去寻觅那遗失的一只，直到找着呢？待找着了，就喜欢的把牠放在自己的肩膀上（路15:4-5）。」基督是那不断寻找我们的善牧，祂开辟一条途径来寻找我们，并将我们再次携带在祂的肩膀上。即使当我们的的心似乎远离祂的心时，祂的心也从不倦睡。对这一点的认知，会使我们充满信心，去重新开始我们每一天的奋斗。

「善牧的圣心告诉我们，祂的爱是无限的；它永不耗尽，永不放弃.....善牧的圣心向我们伸出援手，尤其是向那些身处最远方的人。那里就是祂指南针的指针无可避免地指向的，我们在那里看到祂的爱情的一个特别的、渴望着拥抱所有人，一个也不失去的『弱点』。」 [5] 我们的罪不再是在

我们渴望亲近天主时令我们灰心丧志的理由。我们的主让我们体验自己的软弱，好样我们能够谦卑。但祂指望我们的努力，好能在祂恩宠的激励下，我们可以在跌倒时重新站起来。有时，「救恩史藉我们的软弱，『在绝望中怀着希望』（罗4:18）实现。许多时候，我们以为天主只在我们优秀之处工作，但在现实中，祂大部分的计划往往借着我们的软弱而得以实现。」[6]

重新走上回家的路

在十字架上，耶稣让祂的肋膀被长矛刺透，「这样，救主敞开的心能赢得所有人，让他们欢欢喜喜地从救恩的泉源汲水。」[7] 以这种方式默观基督，会鼓励我们走上让我们重拾天主友谊的道路。圣施礼华建议我们：

「在祂手脚和肋旁的创伤内，寻找你的避难所。你要重新定志，以更坚定更勇毅的决心，勇往直前。」[8] 如果我们想摆脱沮丧这个陷阱，最好的

补救方法就是少点思想我们自己的局限，及平静地注视那让自己被全人类的罪恶刺透了的圣心。

主业团的创办人圣施礼华说：「你的健忘和你的过失，依然存在，而且使你难受。但在此同时，你继续兴高采烈地前进。恰恰因为它们使你所感到的痛苦，是爱的痛苦，所以，你的缺陷失败，不会再夺去你的平安。」[9] 天主不想我们的罪过使我们充满痛恨或成为我们的一个担子。这就是为什么祂给我们留下了告解圣事，好使我们可以经常地、按照自己的需要而恢复我们的喜乐。痛悔，为自己的失败而悲伤，是一颗浸沉在爱情中的心的标志。它并不是出于没有达到别人——或自己——的期望的灰心丧志。相反，它出于对一个已经为我们做尽一切的天主的爱。

基督的圣心一直在等待着我们的回头。我们只需做的就是变得细小，并且通过谦卑来进入它。而如果我们觉

得有困难启程回到祂身边，我们可以依靠圣母玛利亚的帮助。圣母带着慈母般的关怀，给我们展示出进入她圣子那敞开了的肋膀的最佳途径。

[1] 《罗马弥撒经书》，耶稣圣心节，进堂咏（参阅咏32:11，19）

[2] 教宗本笃十六世，2005年4月24日的讲道

[3] 《天主教教理》，766。参阅圣安博，路加福音诠释，2，85-89

[4] 圣施礼华，《基督刚经过》，165

[5] 教宗方济各，2016年6月3日的讲道

[6] 教宗方济各，《以父亲的心》宗座牧函，2

[7] 《罗马弥撒经书》，耶稣圣心节，序言

[8] 圣施礼华, 《十字苦路》, 第十二处, 2

[9] 圣施礼华, 《犁痕》, 861

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/meditation/Mo-Xiang-Ye-Su-
Sheng-Xin-Jie/](https://opusdei.org/zhs/meditation/Mo-Xiang-Ye-Su-Sheng-Xin-Jie/) (2026年2月7日)