

步武基督（二）：像我們的心跳一樣

「不要忘記與耶穌一起難免會碰到祂的十字架，當我們棄絕自己，把自己交付於天主手中，祂讓我們嚐到憂傷、孤獨、反抗、誹謗、中傷、嘲諷，內外夾攻，因為祂想以祂的肖像塑造我們。」。節錄取自載於《天主之友》由真福歐華路所寫的引言。

2022年3月21日

節錄自載於《天主之友》書中，聖施禮華於1955年4月3日題為《步武基督》的講道，三部分中的第二部分。

望著終點前行

我向你講這些嚴肅的真相，為叫你小心省察你行為的動機，好使你能有所改正，凡事為天主、為同胞而作。勿忘天主曾經過我們身旁、曾慈愛地注視並說：「以聖召召叫了我們，並不是按照我們的行為，而是按照他的決意和恩寵：這恩寵是萬世以前，在基督耶穌內賜予我們的。」（弟後1：9）

淨化你的動機；為了愛主而做一切的事，愉快地擁抱每天的十字架，我重複這點上萬次，因我深信每個基督徒都應牢記在心。不單要忍受肉體、精神上的困難、痛苦，要更進一步；愛它們、為補贖己罪及眾人的罪，而把它們奉獻給天主，那樣，我們就不必因它們感到痛苦。

我們背的再不是普通的十字架，而是基督的十字架，知道救主曾背負它，為我們是多麼安慰，我們會像基勒乃人西滿那樣合作；他從田裡工作了整天，正想好好的休息，卻被迫去幫耶穌。沐浴在愛河的靈魂，不會以基勒乃人西滿（參閱谷15：21）那份自願為苦，反之會視為伴同耶穌受苦的人性、貶抑自己的機會。這樣我們才能肯定自己接近主，祂賜福我們，讓我們分擔祂的工作。

許多人向我提及主業團的孩子充滿喜樂、又能把喜樂傳給他人，面對如此明顯的事實，我唯一的答案是：他們的喜樂植根於對生死的無懼；厄運不能擊倒他們；他們每天持犧牲的精神生活，雖仍有缺失和軟弱，他們隨時為了使別人更易走基督徒的道路而預備棄絕自己。

像我們的心跳一樣

當我向你們講話，我知你們嘗試在主前反省自己過往的行為。那些使你心

煩意亂、內心不平安的困擾，難道不是因你不能回應聖寵的召喚而產生的嗎？又或你像偽善者一樣只為自己著想？為了做給別人看，才換上一副基督徒的態度，其實內心不願放棄自我、不願克制難以駕御的情欲，不像耶穌一樣，無條件地完全奉獻了自己。

你看，在聖體櫃前默想，可不能只聽神父講話，好像讓他取代了你們發自內心的祈禱，我只是給你們一些提議、一些指示，但你要出力接受、反省它們，配合你現有的處境，使它們變成你和天主間的談話。在天主給你的光照下，分辨那些做得好，那些做得不好，因著天主的恩寵，修正你的道路。

感謝主，祂使你們無私地做了許多善工，你們可與聖詠的作者同唱：「他把我從禍坑與污泥中救出，放我在磐石上，穩定我的腳步。」（詠39：3）請你求祂也寬恕你的懈怠及你所

曾走過偽善者虛妄之路，口裡說你渴求主的榮耀及鄰人的好處，但事實上是為了自己的名譽，勇敢慷慨些說「不」，你不要再欺騙天主及他人了。

讓我們轉向天上的母親，讓她擁你入懷，及向她的兒子為你祈求仁慈。現在且讓我們決志：雖然要受點苦，但永不再讓那些主及我們都深知的小缺點阻礙我們前行。驕傲、性慾、缺乏超然精神都會出現以下的誘惑：「什麼？這只是微不足道的事罷了！」不要讓它誘惑你，要說：「是的，就算在這小事上，我也會承行主旨的。」你會做得對，因愛是在小事上顯露出來的。通常主要求我們的犧牲，就算最難的，也都是小事，但它們就像我們的心跳一樣，是持續和無價的。

有多少母親是歷史及特別事件的女英雄？恐怕很少，但許多母親都是真正的英雄，她們不出名，也不會上頭條新聞，但她們過著自我犧牲的生活，

甘願限制自己的喜好、時間、自我表達或成功的機會，為了使她們子女的生命充滿歡樂。

讓我們再從日常生活找個例子，談到某些人，聖保祿這樣說：「凡比武競賽的，在一切事上都有節制；他們只是為得到可朽壞的花冠，而我們卻是為得到不朽壞的花冠。」（格前9：25）你只要環顧四周，自會看到眾人如何自願或非自願地作犧牲，為了照顧自己的身體、保護健康，或取得別人的尊敬……。想到天主的大愛被人狠心拒絕時，難道我們仍無動於衷嗎？需要克制該克制的，能使我們的心思更專注於天主。

在許多人心中，基督宗教的意義已被扭曲，當談及克制、補贖時，他們只想到嚴齋及麻衣，像某些駭人的聖人生平故事裡說的一樣。在這默想開始，我們以效法基督為前提；不錯，公開傳教前耶穌在曠野齋戒四十晝夜（參閱瑪4：1-11），但在那前後，

祂自如地克制自己，以致祂的敵人乘機誹謗祂說：「是個貪吃嗜酒的人，是個稅吏和罪人的朋友。」（路7：34）

© Fundacion Studium

pdf | document generated automatically
from <https://opusdei.org/zht/article/Bu-Wu-Ji-Du-Er-Xiang-Wo-Men-De-Xin-Tiao-Yi-Yang/> (2026年3月13日)