

opusdei.org

監督的訊息（2021年 2月20日）

在四旬期的開始，范康仁蒙席邀請我們透過神貧的方式，如禁食，來尋找基督。

2021年2月21日

發自羅馬，2021年2月20日

我摯愛的孩子們，願耶穌為我看顧我的兒女們！

我們已經開始了四旬期，這是準備聖週的時期，它讓我們想起了耶穌基督

在沙漠中度過的四十天。通過祂的禁食和受試探的經歷，主耶穌向我們表明了天主是我們所需要的一切。在四旬期內禁食、施捨和祈禱，有助我們更深入地瞭解這真理。

通過禁食，我們以神貧的方式與基督相認。「禁食，作為一種自我捨棄的方式，協助我們以簡單的心重新發現天主的恩賜，並認識到，我們是按照天主的肖像和模樣創造的，在天主內我們找到了自己的圓滿」。（方濟各，2021年四旬期訊息）。

我們知道，神貧的美德不在於捨棄世物，而在於捨棄人感受到的無秩序，因為這些物品使我們與天主分離。神貧宣揚並回顧了受造物和物質的原始善意，同時以「一個不滿足於世物，渴望造物主的的心作為標誌」

（Conversations，110號），來培養不依戀物質的德行。

今個四旬期是一個很好的時機讓我們再次省察自己的心，以審視我們所擁

有的物質財富如何協助實踐天主託付給我們的使命。這樣，我們就能更容易地不依戀那些沒有幫助的物質，如同上主一樣輕裝行走各處。像上主說的：「狐狸有穴，天上的飛鳥有巢；但是人子卻沒有枕頭的地方」（路 9:58）。有了神貧，我們將學會欣賞世界上的物質，將它們的價值視為與上主結合及對他人服務的途徑。並欣然地捨棄不屬於這道路的物質。

我深切地祝福你們

你們的父親

范康仁

.....

pdf | document generated automatically
from [https://opusdei.org/zht/article/
jian-du-de-xun-xi-2021nian-2yue-20ri/](https://opusdei.org/zht/article/jian-du-de-xun-xi-2021nian-2yue-20ri/)
(2026年3月27日)