

opusdei.org

# 默想：常年期第二十九週星期二

一些有助於我們在常年期第二十九週做祈禱的反思。

一個警惕的心

我們各種希望的中心

將愛注入日常的例行公事

---

一個警惕的心

有一次，耶穌警告祂的門徒說：「要把你們的腰束起，把燈點着。（路

12:35 )」猶太人所穿的潤袍，在他們踏上旅程或從事某些工作時會在腰間束起，所以耶穌的說話就是邀請人做好從事工作或出發上路的準備。同樣，保持把燈點亮意味著等待一個訪客，或是由於一個重要的原因而保持警惕和專注。

耶穌透過這些日常的例子來勸告門徒要保持警惕。一方面，這個勸告與基督徒期待耶穌最後再來的情懷有關。另一方面，「它也可以被理解為人生的正常態度，好使我們在經歷了具挑戰性的洞察力之後所做的良好抉擇，可以堅持不懈和始終如一，並且結出果實。」[1] 保持警惕能使我們小心保護天主賜給了我們聖召這個恩賜，好讓我們的行動和感受與之一致。

相較之下，一個懈怠的人靈會對周圍的環境無動於衷，並且相信自己能夠控制事物。這種睡意可以引導人靈

「繼續安分知足於自己舒適的生活。然而正是這種靈魂的遲鈍，正是對天

主的臨近和黑暗權勢的逼近缺乏醒寤，才為世上的邪惡者提供了力量。」[2] 耶穌並沒有囑咐宗徒們可以對自己已經做過的善事感到安逸自滿。相反，祂邀請他們要時時保持警惕，以免自己的心思會偏離祂。這種警惕會讓他們變得謙卑，因為他們不會信靠自己，而是信靠看顧他們的天主。

## 我們各種希望的中心

耶穌將這種警惕性比喻為僕人等待主人到來的態度。他們知道他遲早會來，而且這次與他的相遇將會改變他們的一生：當他到來時，他們將不再會被視為僕人，而是被視為與他平等的：「主人要束上腰，請他們坐席，自己前來伺候他們。（路12:37）」基督知道「我們日復一日生活，需要大大小小的希望。但是沒有超越一切的大希望是不夠的。這個大希望非天主莫屬，祂包含整個實體，祂能給我們靠自己無法獲取的事物。」[3] 耶穌

就是基督徒所守望期待的主人，而祂的到來將會帶給我們那超乎我們想像的美好生活。

在日常生活中，我們可能會將希望寄託在那些令我們興奮的實事中：與家人共渡時間的安排、與朋友郊遊、各種喜慶活動等等。在這方面，主業團的監督范康仁蒙席指出：「把我們的希望寄託在每天與隱藏於聖體櫃內的耶穌相遇：這會是真愛的一個標誌。」他補充說，我們也可以把更平凡的希望與聖體聖事結合起來：「讓聖體櫃成為我們所有希望匯聚一起的中心，會是我們對基督的愛不斷增長的可靠方法。」[4] 只有耶穌才能滿足我們對幸福最深切的渴望。當我們仍然期待著祂的來臨時，我們可以開始藉著與祂一同享受日常生活中的喜樂而獲得幸福。

## 將愛注入日常的例行公事

聖施禮華在講道中說：「我常講道路，因為我們是旅行者，邁向天國的

家鄉，我們父親的地方。但勿忘小路也有崎嶇不平之處，有時要涉水，或走入深不可測的森林，不過，最後總是排除萬難，走到終點。可是危險反而在例行公事中，因為它們太簡單、太平凡了，認為天主不可能在每時每刻的小事裡！」[5] 有時候，單調乏味的感覺會讓我們無法意識到我們手上所有的。由於我們每天幾乎都是做著同樣的事情，我們很容易會習以為常，而沒有意識到在我們周圍的實事——工作、家庭、友誼等——的價值，比乍看一眼時是大得多的。在它內，天主正是在等候著我們。

聖保祿在致格林多人的書信末段這樣說：「你們應當做醒，應屹立在信德上，應有丈夫氣概，應剛強有力。你們的一切事，都應以愛而行。（格前 16:13-14）」警惕讓我們將愛注入所做的一切。因此，每一天都可以是不同的，是更新了的愛的一個表達，是獨一無二的，並且具有永恆價值的一天。「為了愛而做好你的職務，因為

你愛，所以你會嚐到被誤解的苦澀、不公平的待遇，別人對你忘恩負義，或別人認為你是失敗者，不過不要緊，你最終會看到你工作的奇妙成果——永生的許諾！」[6] 我們可以請求聖母瑪利亞幫助我們藉著把所做的一切轉化為對她的聖子的愛的表達，以克服例行公事的態度。

[1]教宗方濟各，2022年12月14日公開接見時的講話

[2]教宗本篤十六世，《納匝肋人耶穌——聖週：從榮進耶路撒冷到復活》，香港原道出版有限公司（2022），125頁

[3]教宗本篤十六世，《在希望中得救》通諭，31

[4]范康仁蒙席，In the Light of the Gospel，“The Center of Our Hopes”，Scepter，p.117

[5]聖施禮華，《天主之友》，313

pdf | document generated automatically  
from [https://opusdei.org/zht/  
meditation/Mo-Xiang-Chang-Nian-Qi-  
Di-Er-Shi-Jiu-Zhou-Xing-Qi-Er-2/](https://opusdei.org/zht/meditation/Mo-Xiang-Chang-Nian-Qi-Di-Er-Shi-Jiu-Zhou-Xing-Qi-Er-2/) (2026  
年4月1日)