

默想：常年期第十八 週星期五

一些有助於我們在常年期第十八週做祈禱的反思。

剛毅才能在自由中生活

找出我們鬥爭中正向的一面

一條希望的道路

剛毅才能在自由中生活

主耶穌以多種方式展現祂的天主性。祂治癒了許多病人，使飢餓的人群吃

飽，並且向十二宗徒顯示自己就是那預告會來臨的默西亞。在這種充滿期待的氣氛中，耶穌告訴門徒：「誰若願意跟隨我，該棄絕自己，背著自己的十字架來跟隨我。」（瑪16:24）

主耶穌說得很清楚，因為祂不想宗徒們受騙，以為天國涉及俗世的成功。在跟隨祂的過程中，他們見證了許多奇蹟和奇事，可是十字架的時刻也將會來臨。

剛毅是一個美德，它幫助我們在任何情況下，無論在奇蹟中或在困難中，都持守著緊緊地跟隨耶穌的願望。在我們的日常生活中，我們會找到許多讓我們感到快樂的事情，可是我們也不可避免地會遇上考驗我們的障礙。因此，人世間的幸福並不取決於能否使興盛的時期得以持久，而是在於當一切都不如所料時，我們是否能夠使兩者都有意義。剛毅幫助我們把挫折轉化為機遇，使我們對天主的渴望變得更加深邃和活潑。因此，這個美德一步一步地引導我們的情緒，好使我

們能夠即使在個人的或外圍的環境看似不利的情況下，也能享受天主的接近。

當群眾因為耶穌行了的神蹟而要擁戴祂為王時，主耶穌「避免了勝利主義，並沒有被其愚弄。祂是自由的，因為祂的自由就是遵行天父的旨意……今天讓我們思考一下我們的自由。我是否自由的？還是一個受制於情感、野心、財富或剎那間出現的妄想的奴隸？」^[1] 對耶穌來說，沒有任何障礙會阻止祂進行祂真正要做的：就是把我們從罪惡中解脫出來。剛毅這個美德可以幫助我們像祂一樣生活：不被外在環境所束縛或困擾，並且常常渴望遵行天主的聖意。

找出我們鬥爭中正向的一面

有時候，我們可以把剛毅的價值降低為勉力逆勢而上、不斷地克勝自我而已。然後我們又以為，為了使那些真正有價值的東西得以實現 — 例如消除一個缺陷、增長與他人或與天主的

友情、完成一項任務等——我們只需對抗任何遇上的障礙，直到最終實現自己的目標。可是這種方法，如果沒有進一步的細分，可能會導致疲憊，又或對天主給我們的各種恩賜變得不敏銳。要成為堅強的，首先在於我們強化自己的信念，不斷地更新那讓我們行動的愛，讓最真實的好事在我們身上綻放出更璀璨的光芒；換句話說，把自己的力量建基於對天主的愛的堅信。這樣，我們就能更加容易、甚至更加喜樂地選擇我們真正想要的東西，也就是耶穌所說的「更好的一分」（參閱路10:42）。

例如，一個缺乏剛毅的人可能會難以避免說出一句粗魯的評論，或難以在疲倦時表現笑容。在這種情況下，疲勞成為了他們做出這些反應的主要原因，而他們又忽略了其他值得付出努力的原因。相反，一個爭取得到基於信德的剛毅的人，不僅可以克服疲勞，而且看出克服疲勞給自己和給他人帶來的好處，甚至在其中找到愛天

主的一個方法。然後，諸如放棄一個小樂趣、準時起床、努力不出怨言、勉力做一些自己不會主動做的好事等行為，就會成為一種訓練自己如何感知那至少在開始遇到挫折時可能並不明顯的、自己力所能及的好事的方式。

這種努力，最初似乎僅是一種克服自我的挑戰，實際上它最終還是會使我們更加自由，因為我們的喜樂和平安會更多地取決於我們真正想要的東西，而不是當下的任性妄為。為了使自己變得更加強大而奮鬥，我們需要克服那些阻礙我們看到好事的各種盲點，因為它值得我們去奮鬥。那些擁有剛毅的人會能夠堅持做好事，即使它並不是最有吸引力的。剛毅就是那些認識到事物真正價值的人的態度。

一條希望的道路

聖施禮華寫道：「為了追求幸福，你需要的是：一顆戀愛的心，而不是舒適輕鬆的生活。」^[2]基督徒的道路是

艱難的，由於它需要更深的愛，正如一首老歌所唱的：「一顆不想遭受痛苦的心，應該一生遠離愛。」[3] 耶穌的生活給我們指出應該如何面對逆境。祂並沒有逃避十字架。祂也沒有僅僅接受了它而已：祂意願擁抱它。而當祂感受到十字架的重擔時，祂寧願倒下來也不願放棄它。[4] 對其他人來說，那根木頭就是死亡的代名詞。然而對耶穌來說，它就是祂表達愛的工具：是祂把我們從罪惡中拯救出來的王座。

剛毅幫助我們去接受痛苦。同時它也讓我們在遇到困難時，看出奮鬥的意義。每一個心甘情願接受的犧牲，每一個用耐心去面對的挫折，每一個因愛而取得的勝利，都讓我們更加堅信，我們的幸福終歸都是來自天主的。我們每天的奮鬥就幫助我們一步一步地贏得最大的美善，而這會讓我們對自己所追求那未來的光榮充滿期待：我們的奮鬥成為了一條希望之路。

因此，剛毅的人不會失去希望；當面臨失敗或工作成果遲遲不出現時，他們也不會失去平安。剛毅使我們能夠「為了愛而奮鬥到最後一刻。」^[5]在耶穌死後，童貞聖母瑪利亞在苦難的困難時刻成為了宗徒們強而有力的支柱。當她的聖子似乎離開了我們時，聖母也不會拋棄我們：她使我們充滿她的力量，並且邀請我們將目光投向她聖子的復活。

[1] 教宗方濟各，2018年4月13日的講道

[2] 聖施禮華，《犁痕》，795

[3] 傳統歌曲《致高樹群》

[4] 參閱聖施禮華，《十字苦路》，第七處，1

[5] 聖施禮華，*In Dialogue with the Lord*，*Time for Reparation*

pdf | document generated automatically
from [https://opusdei.org/zht/](https://opusdei.org/zht/meditation/Mo-Xiang-Chang-Nian-Qi-Di-Shi-Ba-Zhou-Xing-Qi-Wu/)
meditation/Mo-Xiang-Chang-Nian-Qi-Di-Shi-Ba-Zhou-Xing-Qi-Wu/ (2026年1月16日)