

opusdei.org

# 默想：將臨期第一週 星期四

幫助我們在將臨期祈禱的一些  
反思。

對奮鬥「慣以為常」與不冷不熱

在沙上建築的陷阱

祈禱讓我們奠基於磐石上

.....  
對奮鬥「慣以為常」與不冷不熱

「不是凡向我說『主啊！主啊！』的  
人，就能進天國；而是那承行我在天

之父旨意的人，纔能進天國」（瑪 7:21）。耶穌在今天彌撒福音開頭的這句話，首先讓我們看到天主希望將我們納入祂的計劃中；同時，亦表明了我們在生活中拒絕天主計劃的可能性一直都存在。

「因為他於創世以前，在基督內已揀選了我們，為使我們在他面前，成為聖潔無瑕疵的」（厄1:4）。這是天主對每個基督徒的旨意，是我們生命的意義，也是我們存在的原因。天主的計劃是讓我們成為聖人，也就是說，我們對天主的愛，要滿溢成對身邊的人以至對所有人真摯的愛。實現這目標的途徑多種多樣，而且在許多情況下確實令人讚嘆不已。

但隨著歲月的流逝，我們的生活中可能會出現對奮鬥「慣以為常」的現象，這褪了色、例行公事的態度使我們陷入「不冷不熱」。我們與天主的愛情故事可能不復從前的熾熱。雖然我們仍然把跟隨耶穌的渴望付諸行

動，但這份渴望已變得冷淡、脆弱。我們也許只滿足於依靠過去的經歷和慣性繼續下去。這樣一來，偉大的理想對我們來說只是虛幻，我們的心靈慢慢沉睡，對省察精神的呼喚聽而不聞。我們不認為自己是罪大惡極之人，甚至希望成為聖人，但我們脆弱的意志無止境地延誤了付諸實行的時刻。

面對這可能發生的情況，聖施禮華鼓勵我們更懇切地祈禱。「當我看不出你嚴謹地在自己的身份地位上努力成聖時，我痛心地看出你內心不冷不熱的危機。跟我一起說：我不要不冷不熱！*Confite timore tuo carnes meas*！『我的肉身因敬畏你而戰慄！』賜給我，我的天主，請賜孺子的敬畏之情來激勵我！」[1]

## 在沙上建築的陷阱

在今天的福音中，耶穌生動地描述一個人，若未能領悟天主對他的偉大計劃，會作出何等的行為：「凡聽了我

這些話而不實行的，就好像一個愚昧人，把自己的房屋建在沙土上：雨淋，水沖，風吹，襲擊那座房屋，它就坍塌了，且坍塌的很慘」（瑪 7:26-27）。「愚昧」一詞表明，即使我們希望過有意義的生活，我們也可能會忘記了至關重要的一環，即是把一切建立在天主的計劃之上。我們基於疏忽、膚淺、懶惰……以致將大量的精力和資源投放了在一座即將倒塌的建築上。

儘管這並不明顯，但建立在堅固的磐石上——即天主之上——可能是更簡單的做法。理論上，做一個不冷不熱、在沙子上建造房屋的人，看似比較容易。可是，這些人雖然避免了作出犧牲及其他愛德的行動，但他們逃不過內心深處的不安與躁動。在不知不覺中，他們的心變得分裂和斤斤計較，耗盡精力訂下的安排和許諾也滿足不了自己。他們不會平靜地審視自己的情況，反而十分在乎自己的言辭以及自己如何與別人相比。他們以往

愉悅的犧牲變得苦澀，皆因這犧牲並非出自一樣的愛。

當我們發現自己對聖德的渴望減弱時，我們可以接近耶穌溫暖的心。聖施禮華說：「不溫不火的人，他們的心如泥土，是悲慘的肉體。有一些剛硬但高貴的心，當他們接近基督之心的溫暖時，它們會像青銅一樣融化在愛和贖罪的淚水中：燃點起來！」[2] 受到祂慈愛目光的鼓舞，我們勇敢地告訴我們的主：請再次點燃我的心。不要讓我的靈魂停留在悲傷之中。我們可以確信祂會接受我們謙卑和充滿信靠的祈禱。

## 祈禱讓我們奠基於磐石上

「趁上主可找到的時候，你們應尋找他；趁他在近處的時候，你們應呼求他。」[3] 在禱告中尋求天主並與祂重新建立個人對話，可以避免我們變得不冷不熱。「*Et in meditatione mea exardescit ignis* ——『在我沉思中，烈火如焚。』這就是你祈禱的原

因：把你自己變成一個火種，活的火焰，散發熱和光。」[4]

與耶穌的親密對話將激勵我們重新奮鬥，以實現我們生活中想達到的改變；它會促使我們與天主的旨意更一致，並引導我們更接近祂。

有時我們犯的錯會沉沉地壓在我們肩上。又或者我們雖然經常心懷好意，可是善舉卻寥寥可數。但同樣真實的是當敞開心扉，容許聖神在我們內工作時，我們知道自己謙卑的懇求總會被垂聽。天主會點燃我們的希望，並在我們生命中實現看似不可能的事。

「你若萬念俱灰，我要告訴你一句非常安慰人心的道理：「誰若盡力而為，天主絕不拒絕給他聖寵的」。我們的主是一位慈父；假如祂的一個兒女心中默默地向祂說：『我在天之父，我在這裡，求祢助佑我.....』。假如他投奔天主之母——亦是我們的母親，他必獲得助佑。」[5]

在這個牢固的基礎上，天主將能夠建造一座堅固和偉大的建築：所以，凡聽了我這些話而實行的，就好像一個聰明人，把自己的房屋建在磐石上：雨淋，水沖，風吹，襲擊那座房屋，它並不坍塌，因為基礎是建在磐石上（瑪7:24-25）。這樣我們就能滿懷信心地前進。我們不會再跌入對奮鬥「慣以為常」的圈套。儘管困難可能會出現，但無論是激流還是狂風，都不會奪走我們最重要的東西：天主永遠與我們同在，與我們並肩作戰。

讓我們懇求聖母的助佑：「對聖母的熱愛，能把你那份隱藏在冷淡的灰燼中的德行餘燼，吹燃為熊熊的火焰。」[6]

[1] 聖施禮華，《道路》，326

[2] 聖施禮華，默想，1960年3月4日

[3] 羅馬彌撒經書，將臨期第一週星期四，福音前歡呼

[4] 聖施禮華，《道路》，92

[5] 聖施禮華，《十字苦路》中的第十處：耶穌被剝去衣服

[6] 聖施禮華，《道路》，492

.....

pdf | document generated automatically  
from [https://opusdei.org/zht/  
meditation/Mo-Xiang-Jiang-Lin-Qi-Di-  
Yi-Zhou-Xing-Qi-Si/](https://opusdei.org/zht/meditation/Mo-Xiang-Jiang-Lin-Qi-Di-Yi-Zhou-Xing-Qi-Si/) (2026年3月22日)