

opusdei.org

默想：四旬期第二週 星期一

一些可以幫助我們在這個四旬期做祈禱的反思。

認識到自己的不足，以便給天主的慈悲敞開心扉

以天主的愛來愛他人

一種天主性和母性的眼光

.....

認識到自己的不足，以便給天主的慈悲敞開心扉

在四旬期第二週的開端，我們聆聽達尼爾先知的悔罪祈禱：「我們犯了罪，行了不義，作惡反叛，離棄了祢的誠命和法令（達9:5）。」儘管以色列人拒絕聽從天主的聲音，天主仍然忠信於自己的許諾。因此，達尼爾先知滿懷希望地繼續懇求：「吾主，偉大可敬畏的天主！祢對那些愛祢和遵守祢誠命的人，必守約施恩……慈悲和寬宥應歸於上主我們的天主（達9:4,9）。」

皈依的呼召，在四旬期間尤為迫切。它是源於天主慈悲的心。它不是天主為了要和人類的罪惡算賬而發出的呼喊，而是天父的慈愛，祂憐憫我們的軟弱，為了要治癒我們，使我們重獲新生。「又一次跌倒了……而且跌得很慘！放棄希望嗎？絕不！謙抑自己，經由聖母瑪利亞，你的母親，趨赴耶穌的慈善大愛吧！念一遍『主啊！請憐憫我！』舉心向上，重新開始！」[1]

我們轉向上主並承認自己的罪過，像達尼爾先知一樣，是內在更新自己和給天主的慈悲敞開心扉的第一步。天主是忠信的，祂等待著我們的回應。我們信賴祂的慈悲，把自己的傷口顯示給祂，讓祂照料我們。我們以孩子的單純和厚顏告訴祂：主啊，不要「按我們的罪惡對待我們（詠103:10）。」

以天主的愛來愛他人

經歷到天主的慈愛會引導我們以同樣的慈悲去對待周圍的人。「正如父去愛，祂的子女也去愛。」[2] 那些感到被諒解和被愛的人會更容易諒解和愛他人。

主耶穌在今天彌撒聖祭的福音中的說話鼓勵我們要有一個寬廣的心，有著像祂一樣的情懷和反應：「你們應當慈悲，就像你們的父那樣慈悲。你們不要判斷，你們也就不受判斷；不要定罪，也就不被定罪；你們要赦免，也就蒙赦免。你們給，也就給你們

(路6:36-38) 。 」耶穌邀請我們走的道路為我們的日常生活帶來非常實用的指示：「要慈悲.....不要判斷.....不要定罪.....赦免.....給予。」它是一個以天主為榜樣的計劃，為了要「配合這個『慈悲滿懷』的聖心，聖心要求我們去愛每一個人，甚至是那些與我們距離很遙遠的人和我們的敵人；步武天父，祂尊重我們每一個人的自由，並以祂那所向無敵的忠誠的力量去吸引每一個人歸向祂。」[3]

我們生動地意識到自己的罪過，和意識到我們多麼需要天主的耐心，會打開我們的心扉，去同情我們的兄弟姊妹。我們永遠不應忘記，耶穌以我們對他人的寬恕來作為我們自己獲得寬恕的條件：「因為你們用什麼升斗量，也用什麼升斗量給你們（路6:38）。」

一種天主性和母性的眼光

「聖言教導我們，弟兄姊妹為我們每個人都是聖言降生成人的延伸.....我

們對處事待人之道，另有超越的幅度。」[4] 當我們獲得這種超性的智慧時，我們就學會在每個人的身上看到基督。這個事實改變我們自己的生命。我們在別人身上發現天主的臨在；我們在自己遇上或聽到的每一個人的身上都看見祂。而在某程度上，祂通過那些與我們接近的人來關心我們。

再者，我們觀看、思想、說話、和做事的方式都會受到愛德的引導和修飾。聖施禮華活出、並教導他人如何活出，一種他曾經用五個動詞來概括的愛德：「祈禱、保持安靜、諒解、寬恕.....和微笑。」[5] 事實上，這與一個母親對她的兒子的態度是一樣的。她母性的眼光令她常常愛他，盡可能為他的行為找藉口，並在他有時以不穩定的腳步行走時以扶持他來幫助他。

教會一個教父寫道：「兄弟，我向你推薦這一點：要讓同情心經常主宰你

的心，直到你感受到天主對世界的同情心。」[6] 我們懇求聖母瑪利亞，慈悲之母，賞給我們永遠信賴天主對我們的慈愛的恩賜。這樣，我們就會更容易原諒別人的錯誤，愛護和幫助實在情況中的他們。

[1] 聖施禮華，〈《道路》〉，711

[2] 教宗方濟各，〈《慈悲面容》慈悲特殊禧年詔書〉，9

[3] 教宗本篤十六世，2007年9月16日三鐘經前的講話

[4] 教宗方濟各，〈《福音的喜樂》宗座勸諭〉，179

[5] Pilar Urbano，The Man of Villa Tevere，Ch.7

[6] Isaac the Syrian，Ascetic Discourses，1st series，no. 34

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