

opusdei.org

# 默想：耶穌聖心節

一些可以豐富我們在耶穌聖心  
節做祈禱的反思

我們的贖價是基督的寶血

永遠不停地尋找我們的聖心

重新走上回家的路

.....

我們的贖價是基督的寶血

「上主的計劃永恆不變，祂心中的謀略萬世長傳，為使祂子民的性命脫免死亡，使他們在飢饉時，生活如

常。」[1] 教會向我們提供了聖詠作者的這些話，以幫助我們更加深入耶穌聖心的奧秘和祂對我們的愛。這些話提醒我們，天主的心懷著對每個男女的一生的計劃——自由與生命的計劃。「我們不是在進化的過程中隨機出現和毫無意義的產物。我們每個人都是天主的一個意念的成果。我們每個人都來自祂的意志，我們每個人都被愛，我們每個人都是必要的。」[2]

我們可以默觀身懸十字聖架上的耶穌，祂讓自己的聖心被刺透，以為我們提供祂無條件地熱愛我們的另一個證據。聖安博說：「正如厄娃是由熟睡中亞當的肋骨所形成，同樣，教會是由死於十字架的基督被刺透的心誕生。」[3] 在某種意義上，我們可以說，我們的來源就是在耶穌那受了傷的聖心內。我們作為基督徒的生命來自那被刺透了的肋膀，那個我們可以一次又一次地回去的，好讓我們能夠在旅途上重新獲得力量的「水泉」。

「身懸十字架上，心中漾溢着愛人之情的耶穌，是一篇語言無法表達的雄辯的證詞，指出人的崇高價值。人，人的幸福，人的生命，竟如此重要，甚至天主聖子不惜犧牲自己來救贖和濯淨他們。」[4] 在慶祝我主的聖心節時，我們會意識到，在超脫我們的痛苦和挫折之上的，有一個人，我們對祂來說是不可替代的。這就是為什麼在祈禱中，在與基督心連心的對話中，我們總能恢復我們的喜樂和信賴。

## 永遠不停地尋找我們的聖心

有時，當我們發現在自己的生命中存有罪惡時，我們的平安就能受到威脅。或許當我們受到誘惑並被自己的惡習所纏繞時，便會發生這種情況。在內心深處，我們痛恨那使我們遠離天主、傷害我們自己和他人的罪，可是我們似乎無法找到逃避它的方法。這時，我們的意志就顯得萎靡不振，我們甚至會覺得自己的靈性生活已經

癱瘓了。然而，即使當我們的心似乎不願做出反應時，我們仍然可以記得，耶穌的聖心總是警醒留意我們。

「你們中間那個人有一百隻羊，遺失了其中的一隻，而不把這九十九隻丟在荒野，去尋覓那遺失的一隻，直到找着呢？待找着了，就喜歡的把牠放在自己的肩膀上（路15:4-5）。」基督是那不斷尋找我們的善牧，祂開闢一條途徑來尋找我們，並將我們再次攜帶在祂的肩膀上。即使當我們的心似乎遠離祂的心時，祂的心也從不倦睡。對這一點的認知，會使我們充滿信心，去重新開始我們每一天的奮鬥。

「善牧的聖心告訴我們，祂的愛是無限的；它永不耗盡，永不放棄.....善牧的聖心向我們伸出援手，尤其是向那些身處最遠方的人。那裡就是祂指南針的指針無可避免地指向的，我們在那裡看到祂的愛情的一個特別的、渴望著擁抱所有人，一個也不失去的『弱點』。」[5] 我們的罪不再是在我

們渴望親近天主時令我們灰心喪志的理由。我們的主讓我們體驗自己的軟弱，好樣我們能夠謙卑。但祂指望我們的努力，好能在祂恩寵的激勵下，我們可以在跌倒時重新站起來。有時，「救恩史藉我們的軟弱，『在絕望中懷著希望』（羅4:18）實現。許多時候，我們以為天主只在我們優秀之處工作，但在現實中，祂大部分的計劃往往藉著我們的軟弱而得以實現。」[6]

## 重新走上回家的路

在十字架上，耶穌讓祂的肋膀被長矛刺透，「這樣，救主敞開的心能贏得所有人，讓他們歡歡喜喜地從救恩的泉源汲水。」[7] 以這種方式默觀基督，會鼓勵我們走上讓我們重拾天主友誼的道路。聖施禮華建議我們：

「在祂手腳和肋旁的創傷內，尋找你的避難所。你要重新定志，以更堅定更勇毅的決心，勇往直前。」[8] 如果我們想擺脫沮喪這個陷阱，最好的補

救方法就是少點思想我們自己的局限，及平靜地注視那讓自己被全人類的罪惡刺透了的聖心。

主業團的創辦人聖施禮華說：「你的健忘和你的過失，依然存在，而且使你難受。但在此同時，你繼續興高采烈地前進。恰恰因為它們使你所感到的痛苦，是愛的痛苦，所以，你的缺陷失敗，不會再奪去你的平安。」[9] 天主不想我們的罪過使我們充滿痛恨或成為我們的一個擔子。這就是為什麼祂給我們留下了告解聖事，好使我們可以經常地、按照自己的需要而恢復我們的喜樂。痛悔，為自己的失敗而悲傷，是一顆浸沉在愛情中的心的標誌。它並不是出於沒有達到別人——或自己——的期望的灰心喪志。相反，它出於對一個已經為我們做盡一切的天主的愛。

基督的聖心一直在等待著我們的回頭。我們只需做的就是變得細小，並且通過謙卑來進入它。而如果我們覺

得有困難啟程回到祂身邊，我們可以依靠聖母瑪利亞的幫助。聖母帶著慈母般的關懷，給我們展示出進入她聖子那敞開了的肋膀的最佳途徑。

[1]《羅馬彌撒經書》，耶穌聖心節，進堂詠（參閱詠32:11，19）

[2]教宗本篤十六世，2005年4月24日的講道

[3]《天主教教理》，766。參閱聖安博，路加福音詮釋，2，85-89

[4]聖施禮華，《基督剛經過》，165

[5]教宗方濟各，2016年6月3日的講道

[6]教宗方濟各，《以父親的心》宗座牧函，2

[7]《羅馬彌撒經書》，耶穌聖心節，序言

[8]聖施禮華，《十字苦路》，第十二處，2

[ix]聖施禮華，《犁痕》，861

.....

pdf | document generated automatically  
from [https://opusdei.org/zht/  
meditation/Mo-Xiang-Ye-Su-Sheng-Xin-  
Jie/](https://opusdei.org/zht/meditation/Mo-Xiang-Ye-Su-Sheng-Xin-Jie/) (2026年2月13日)