

**27. March 2025**

## 四旬期默想之“朝拜聖體”（二）

接下來的主題對準備屬靈爭戰也很重要：朝拜聖體與內在療愈。事實上，如果我們內心有許多自己甚至沒有意識到的傷口、阻隔和障礙，我們就會更加難以打這場仗。不要忘記，醫治病人是耶穌事工的一部分，接受祂的邀請，通過聖體朝拜，我們將繼續得到治癒。因此，我認為在四旬期系列中加入去年的默想是合適的。

同樣重要的是聖體崇拜與靈性成長之間的關係，我們將在默想的第二部分討論。記住，與主的結合越深，祂就越能透過我們工作，把祂的愛奉獻給世人。在基督的真愛面前，魔鬼將不得不逃離。

### 朝拜聖體與內在治癒

普通人——包括虔誠的人——因得不到足夠的愛，或經歷了愛的濫用，內心常常受傷。結果，靈魂會出現嚴重的缺失，情感領域大受干擾，可能會導致內在封閉。

如果這樣的情感在我們內顯現，則應在祈禱內求主降服，或在靜默中呼喚耶穌之名，從而打開心門，領受聖事的治癒之力。這樣，甚至能夠擁抱靈魂中無意識的領域，求主醫治內在的創傷，化解內心因創傷而產生的障礙。這也包括無意識的創傷，儘管我們不知道它們是如何產生的，但卻能感受到它們的影響。

在聖體內，耶穌聖言以特別的方式響起並實現：“凡勞苦和負重擔的，你們都到我跟前來，我要使你們安息。你們背起我的軛，跟我學吧！因為我是良善心謙的：這樣你們必要找得你們靈魂的安息”(瑪 11:28-29)。

耶穌之軛的溫柔，尤其在默默朝拜聖體時能夠體會，讓受傷的人更易於敞開心扉。聖體的臨在如靈性的太陽，藉此，我們能夠蒙啟迪、被溫暖。

內心的創傷常常阻礙我們與天主、他人及自己的關係，因此，予以治癒並非無關緊要。舉個例子，一些人認為自己不被愛，這種感覺支配著他們，或者至少經常出現。這是我們能夠帶到主前的重擔之一，隨著時間推移，我們會注意到，在聖體內，我們會遇到不斷包裹我們的永恆之愛。

### 朝拜聖體與靈修旅程中的成長

為了靈修的進步，靈魂需要靜默的時刻。遭受持續轟炸刺激的靈魂，會分散且膚淺。同樣地，靈魂需要健康的克修，好在靈修之路上向有益的內容開放，避免無益的內容。天主更多地在靜默中發言。想想厄裏亞先知吧，他期望在颶風、地震及火災中找到天主，最後卻在微風般的低語中認出了祂，這就像聖神的行為(參，列上 19:11-13)。

在靜默中朝拜聖體，邀請我們進入自己，獲得新的敏感度去聆聽天主，在祂面前辨別並內化自己所經歷的事物，更深刻地感知天主的臨在.....聖體朝拜是永生的前奏，我們將在永生中面對面瞻仰天主。當然，從我們的角度來說，現世還有很大的不同。活在世上，就憑信仰而活，仍需與干擾作鬥爭；在永恆中，我們將享有天主的福樂，也就是說，不再有面紗阻隔。

在靜默中朝拜聖體是靈性的光芒，但我們常常還不能完全吸收它。因此，在修習這種靜默祈禱的方式時，很容易發現自己不安、躁動，會感到內心的空虛與無聊，甚至會覺得毫無意義.....不要逃避，而應把這些感受全部放在天主腳下，祂知道如何觸碰並改造它們!

---

当日福音默想:

<https://en.elijamission.net/recognized-by-the-lord-feast-of-st-bartholomew-apostle/>