

2026年3月11日

四旬期退省

第22日：“敬畏上主”

今日我们行至四旬期的第22日。或许你们当中有人，已将我在每次默想结尾所提议的内容，汇聚成了一束“灵修之花”。事实上，这束花已然繁茂，其中的每一朵，都将助我们寻得四旬期中指引前行的道路。

我要提醒大家，今年我决定以传统礼仪年的每日读经作为默想的根基。你们多数人或许早已习惯了“罗马礼常式”，因此我们会标注出每日的读经和福音，方便大家完整诵读，而我在默想中，通常只引述其中的部分章节。

一场简短的“灵花展列”，能帮我们记起在四旬期上半段许下的心愿。今日我们先罗列前11日的灵修之花，明日再继续余下11日的内容。

- 第1日：以谦德开启四旬期，郑重踏上皈依的道路，在天上积蓄财宝。
- 第2日：以谦心、友爱与至诚的信德，向上主献上我们的祈祷与恳求。
- 第3日：依自身能力，在生活中守斋，并求恩宠，使我们能爱仇如己。
- 第4日：祈求天父治愈我们一切的盲昧，使我们能认出祂的光荣，并依此而行。
- 第5日：善用恩宠的时刻，竭力对抗骄傲之念。
- 第6日：深悟上主作为善牧养育羊群的心意，投身于祂的事工，看顾祂托付给我们的每一个人。
- 第7日：学会静心聆听圣神的声音，在成圣的道路上让祂净化我们，以此抵挡自身与周遭的一切邪恶。
- 第8日：祈求上主光照我们，靠祂的滋养坚定前行，为耶稣基督及其教会作真实的见证。
- 第9日：在天主面前，自觉承担起生命的责任，无论自身的先天禀赋优劣；祈求上主不断拓宽我们的视野，使我们温良听命，学会将各样意外的境遇，融入跟随祂的旅程。
- 第10日：求恩宠赐下恒心与忠信，至死跟随上主；领悟天主作为的秩序，在圣神想要拓宽我们视野之处，不陷入形式主义的桎梏。
- 第11日：力求在天主内寻得喜乐，恒常祈祷，使我们的心成为感恩的园地。

今日我们静心诵读旧约读经（出 20:12-24），这段经文为我们揭示了天主的诫命，这是我们生命的根基。遵守诫命的人，将获得永生的许诺。我们都深知，如今天主的法律愈发被人违背，从第一条全心、全灵、全力爱上主的诫命，到不可杀人、不可偷盗的诫命，再到上主为我们在祂的助佑下度日亨通所给予的一切训诲，皆是如此。远离天主的诫命，世间便只剩混乱。正如我一再强调的，若不持守这一点，真正的平安便无从降临。

上主向以色列民颁布诫命时，伴随的神迹使民众心生畏惧，今日的读经如此记载：

“众百姓见雷电、角声和山上的烟气，都战栗起来，远远地站立，对梅瑟说：‘你同我们说话，我们必听；天主却不要同我们说话，恐怕我们死亡。’梅瑟对百姓说：‘你们不要害怕，因为天主降临，是为考验你们，叫你们常怀敬畏祂的心，不致犯罪。’”（18-20节）

在这里，我们遇见了一个如今愈发被人忽视的层面：世间确有一种积极的敬畏，即畏惧自己的生活背离天主的诫命。这份敬畏，将使我们远离罪恶。倘若人能稍稍明白违背天主法律的后果，便当对行恶之事心存畏惧。

诚然，在福音的宣讲中，天主的爱与慈悲超越一切；但真理亦有其不可动摇的地位，因为离开真理，爱与慈悲都无从被正确理解。这并非意味着我们要惧怕天主，而是要认清我们生命的严肃性，以及我们在天主和世人面前所肩负的责任。天父将生命这珍贵的宝藏托付给我们，我们却可能将其虚耗。

我们知晓，圣神赋予我们的七件恩赐中，便有敬畏上主之恩，它教导我们远离一切可能冒犯祂的事。这是天主的爱最初彰显的方式，教导我们尊敬天主、近人，也尊重自己。敬畏的圣神，引导我们在天主的光照下选择言行；作为圣神的七件恩赐之一，它使我们的内心转变，成为相似天主的模样。

愿我们以今日默想的这朵灵修之花，祈求圣神赐下敬畏上主的恩赐——这份恩赐至关重要，使我们能警醒尽责地生活，永不偏离天主的视线。

今日读经默想：<https://en.elijamission.net/2021/03/10/>

今日福音默想：<https://en.elijamission.net/2024/06/12/>