

2026 年 7 月 29 日
默想第一天
天主，我们的天父是爱

接下来的日子，我们将聆听一些关于天主，我们天父的简短默想。

一些天主教友会在 8 月 7 日为我们的天父庆祝节日，他们这么做，为遵循 1932 年天父在一次秘密启示中，亲自向尤金妮娅·拉瓦索(Eugenia Ravaso)修女提出的要求，而这一启示得到了教会的支持和充分证实。

我全心热爱这本小书【译者注:书名《天父与祂孩子的对话》】，并认为它极其重要，透过阅读与祈祷我得到很多恩宠，我可以作证，从那时，我与我们在天之父的关系加深了。

透过我们天父最初（对尤金妮娅·拉瓦索修女）以拉丁文所讲的言语，我们愈加明白祂以无尽的方式与事例所表达的爱有多么强烈。

我们人，最重要的莫过于了天主之爱，并让祂的爱进入我们内心。我们应该意识到，我们是作为祂最爱的孩子而存在，这即是我们生命真正的安全，真正的磐石。天主之爱是我们建造生命大厦真正的基础。

如果我们认识到我们被天主所爱——这是肯定的——任何艰难都不能松懈我们的心灵。

因此，在接下来的九天，我会做一些简短默想，不为教学，这些来自天主之爱的简单话语只为触动我们的心灵。

在我们的生命中，再没有什么比向天主之爱敞开心扉更为重要、更为伟大的了。

同样，从天主的角度，我们必须知道，天主强烈地渴望与我们分享祂的爱，祂在等待我们的回应。

如果这些默想与圣乐能在接下来的日子有助于与我们的天父更深地相遇，那将会是极大的喜乐。

天主是爱

这是圣经所有内容的基础，我们可以用燃烧的心一直重复这句话。一切，尽在其中。

天主是爱

现在，我们只需要在生命的每一个方面去理解、去体验这无限永恒的神圣之爱。

在创世记 1 章 26 节，我们听见天主说：“让我们照我们的肖像，按我们的模样造人。”在创世记 1 章 31 节，天主看了祂造的一切，认为样样都很好。

在我们内，有天主的肖像。

天主用祂的爱创造了一切。

因此，我们明白天主之爱是我们之存在最深刻的原由。

我们因天主之爱而活。

唯有活在天主之爱内，唯有回应天主之爱，我们的生命才是真正的生命。

天主，我们的父，是光，在光内没有黝黑与暗影。

祂所有的意愿都是纯洁的，祂不会自相矛盾。

天主，我们的父，全能而充满慈悲。

堕落的天使想要拥有天主的全能，而不是天主的慈悲。

但天主真正的全能却在祂的良善之中，尤其在祂那超越一切的慈悲之中。

我们怎样才能了解天主？

更好地了解天主的方式是爱。

天主派遣给我们的圣神，即是圣父与圣子之爱。

如果我们学会生活在与天主亲密牢固的关系内，我们将越来越多地意识到：

天主首先爱了我们

天主想要宽恕我们

天主想要拯救我们

天主想要救赎我们

天主要在祂内成就一切

天主想要与祂的孩子们一起生活