2026 年 11 月 16 日

灵修生活的各个层面

第一部分：天主的爱——灵修旅程的根基

这一周，我想探讨一些和灵修生活相关的主题。我们必须让恩宠的生命在我们内逐步开展，并且要不断提醒自己这件事实。天主的爱，已藉着赐给我们的圣神倾注在我们心中（罗 5:5），这份爱应当管理并渗透我们生命的全部。

每篇文末，附上档案库中针对新礼弥撒当日读经的默想链接。

关于灵修旅程的若干基本思考

灵修生活，也可以表述为“在爱内成长”，其经典特征就是净化、光照、合一。凡是真诚愿意回应天主召叫的人，都可以踏上这条道路。圣神，也就是父与子的爱，在我们心中工作，使我们逐渐肖似基督（参阅罗 5:5）。那“由水和圣神而生”（若 3:5）的人，会在圣神温柔的熏陶下被塑造；能够接纳天主的爱、活在这份爱中，并借着这份爱去行动，由此成为一个真正懂得去爱的人。

跟随基督的这条充满恩宠的旅程，首要之事，就是为它奠定一个稳固、常在的根基。即便是已经接受基督邀请的门徒，仍未摆脱人性的软弱，持续需要天主的扶助。在这条路上，我们不能受到伤害，也不可迷失方向！正因如此，有灵修阅历的人陪伴在旁，给予健全的建议，实在是一份莫大恩典。教会提供了丰富资源，用来坚固、教导行走道路的门徒；教会之内，也有许多蒙受光照的灵修导师，指引我们跟随基督。

我们天父的爱，就是那安全而健全的根基，我们可以在其上建造整个人生；它使我们满怀信心与喜乐，走在追随基督的道路上。

天主并非因为自身有所欠缺，才创造我们。祂圆满自足，并不需要我们来补足什么。祂召叫我们进入存在，纯粹出于爱的自由抉择。祂愿意造人，使人能够分享祂的光荣——那永恒喜乐的泉源。祂呼召每一个人，以名字相唤（依 43:1），并将肖似天主这份礼物赐给了人。

我们可以从许许多多地方认出天主的爱：交托给我们、奇妙歌咏的受造万物；祂日日对我们的眷顾；身边心怀仁爱的人；祂不懈地付出，扶起堕落的人类，引领人回归祂的国度；圣经的见证；以及教会的各项圣事。

凡有眼可看、有耳可听的人（参阅玛 13:9），处处都能发现天主的爱。我们的眼耳越是敞开，就越是清晰地辨认这份爱，即便是身处困境之中亦是如此。

可很多时候，我们的眼耳是封闭的，或是只微微开启。于是我们无法真切感知天主时刻不息的眷顾，有时甚至生出相反的揣测。

着重强调天父的爱意义重大：这份觉悟，是灵修转化每一步的必需。因为主观体验上，这条

旅程也会经过幽暗的阶段，这点我稍后会谈及。这些阶段往往不能立刻被人理解，却是旅程不可或缺的部分，借此更深层的净化得以发生，使我们不至于停滞不前。纵使身处重重黑暗，我们仍能紧紧把握住始终陪伴我们的天父之爱。

让我们回想人如何与天主疏远，也让我们重新学习：我们的天父何等宽厚慈悲。

关于天主的谎言

圣经记述诱惑的故事当中，诱惑者来到人前，试图传递一幅并不符合真相的天主画像。天主不再被描绘成乐园之中与人亲密相交，供给人一切生存与喜乐所需的良善天父。相反，诱惑者将天主刻画为：借着禁令，剥夺人“如同天主一样”“知善恶”的机会，扣留那令人向往的事物不给人（参阅创 3:1-5）。

这是何等灾难性又阴险的谎言！天主依照自己的肖像造了人（创 1:27）。难道天主真的不愿人肖似祂吗？之后福音之中，耶稣邀请我们：“你们应当是成全的，如同你们的天父是成全的一样”（玛 5:48）。

然而这谎言在人心中扎根。起初人心尚且拒绝诱惑者的说辞，认清事实；可之后，人落入诱惑的圈套，被感官的诱惑所掳（参阅创世纪第 3 章）。

就这样，有关天主的谎言进入人的生命，魔鬼成功播撒不信任的种子。随之而来的原罪——违背天主的诫命，带来人类巨大的灾难。自此，人无法继续居留乐园，死亡掌控了人类。人面对天主之后的反应，便是“躲藏起来”并且“害怕祂”（创 3:10）！
新礼弥撒当日读经默想：
https://cn.elijamission.net/2024/11/18/