

opusdei.org

# 默想：常年期第十三 週星期二

一些可以幫助我們在常年期第十三週做祈禱的反思。

宗徒們在船上的恐懼

激勵我們成長的暴風雨

從十字架找到庇護

---

宗徒們在船上的恐懼

「耶穌上了船，祂的門徒跟隨着祂。  
忽然海裡起了大震盪，以致那船為浪

所掩蓋，耶穌卻睡著了。」（瑪 8:23-24）也許在此之前，宗徒們在耶穌的陪伴下一一直都感到安全。自從他們當初蒙召去跟隨祂以來，他們漸漸學會了更加完全地信靠祂的說話和大能。他們見證了奇蹟般的治病、驅魔，以及讓他們內心充滿有別於現世的平安的教訓。甚至也許從某一時刻開始，他們認為與基督這麼親近可以保護他們免受日常生活中許多問題的困擾。

因此，他們的船在這場暴風雨中的危險處境可能令到他們措手不及。他們大多是漁民，習慣了撐過在湖上狂風怒號的風暴。可是他們也非常清楚，他們的工作會帶來暴風雨淹沒他們的船而淹死他們的危險。而他們的這次恐懼多了一個新的維度。當湖水開始進入船內時，他們不明白耶穌為什麼在睡覺。這個他們最好的、經常展現出超自然力量和有著極大同情心的朋友，現在卻似乎對他們的處境漠不關心了。

「我們從這個故事中辨認出自己是很容易的。比較難於理解的卻是耶穌的態度。當祂的門徒本性地感到驚慌和絕望時，祂卻身在船尾，在船會最先沉沒的這部分。而祂正在做什麼呢？儘管身在暴風雨中，祂卻仍然安然入睡，信賴著天父。」[1] 我們的人生之船，遲早也會經歷到許多風暴，經歷到更大的焦躁和不安的時刻。然而正是這些看似無法控制的情況可以成為一條道路，引導我們走向更加深邃的信德，讓我們以身為天主子女的心態來交出自我，就像耶穌當天對祂的天父所做的一樣。天父總是會關心我們的。

## 激勵我們成長的暴風雨

「主！救命啊！我們要喪亡了。」  
(瑪8:25) 門徒的反應是可以理解的。他們，又對耶穌的態度感到害怕和驚訝，於是去叫醒祂，請求祂幫助。歸根究底，他們的反應是源自於一個深深的信德的；他們知道祂能夠

克服他們所面臨的危險，而且陽光會在暴風雨過後再次普照。面對一個如此嚴重的問題，他們的第一個反應就是轉向耶穌。因此，宗徒們再次教導我們，無論何時，我們都應該常常依靠主耶穌的幫助。

然而，師父耶穌的回答肯定比看見祂睡著更加令他們驚訝。耶穌沒有安慰他們，也沒有立即平息風暴，而是用責備的語氣對他們說：「小信德的人啊！你們為什麼膽怯？」（瑪8:26）乍看之下，耶穌似乎並不關心門徒的處境，因為他們的恐懼是對迫在眉睫的生命危險的一個自然反應。可是主耶穌似乎想教導他們一個更加深邃、更加超性的真理：對祂的信賴並不同於個人的安全感；對天主的信賴會令他們對天父的旨意持開放的態度，即使有時候它是難於理解的。

「在人生重大的問題的背後，天主要為我們展開一幅偉大而美麗的全貌，它或許是我們看不見的。」[2] 當暴風

雨來臨的時候，當我們日常生活中發生一些難以理解的事情的時候，耶穌正是在邀請我們繼續信賴祂。如果祂和我們一起在船上，即使祂看起來正在睡覺，我們也肯定我們會抵達岸邊。在這些困難的時刻，我們可以祈求天主賜給我們恩寵，將這些時刻變成一所信德的學校，使我們更加清楚地體驗到我們唯一的安全感在於天主。

## 從十字架找到底護

然後祂「就起來叱責風和海，遂大為平靜。」（瑪8:26）耶穌在我們生命中的臨在，是我們重獲所渴望的平靜的最佳保證。像宗徒一樣，在我們的祈禱中，我們會有很多機會去驚嘆主耶穌在我們生命中行使的大能：「這是怎樣的一個人呢？竟連風和海也聽從祂！」（瑪8:27）可是我們不想將基督徒的平安和喜樂，與面對自己或他人的問題時所尋求的自我安慰或漠不關心的態度混為一談。基督所賜予

的平安是十字聖架最寶貴的果實之一，是那個曾經擁抱過死亡和痛苦的愛的體現。耶穌也經歷了一場非常可怕的風暴，而祂藉此向我們展示出，天父的光榮會驅散所有黑暗。

「我們有一個錨：藉著祂的十字聖架，我們已經得救了。我們有一個舵：藉著祂的十字聖架，我們已經獲得了救贖。我們有一個希望：藉著祂的十字聖架，我們已經得到了治癒和擁抱，好使任何人或事都不能將我們與祂那救贖世人的愛分開。」[3] 當我們感到自己的或世間的風浪威脅著要淹沒我們的船時，我們應該仰望耶穌的十字聖架，並且在那裡尋求庇護。當我們默觀基督為我們獻出了自己的生命時，我們會意識到祂並沒有真的睡著。相反，祂被釘在木頭上，透過祂的苦難和愛情來平息全人類的風暴。

「聖母瑪利亞，是和平之后。教會也這樣向她呼籲。所以，當你的靈魂，

或你的家庭，或工作業務上，社會上，或國際上的相處，遇到困擾麻煩時，快向聖母不斷地呼求吧。用這個稱號向她呼求：Regina pacis，ora pro nobis，和平之后，為我等祈。在你心情不安時，你可曾至少試一試看沒有？這呼求立竿見影的神效，會使你大吃一驚。」[4]

[1]教宗方濟各，2020年3月27日《祈禱的非凡時刻》

[2]范康仁蒙席，In the Light of the Gospel，"Questions of Youth."

[3]教宗方濟各，2020年3月27日《祈禱的非凡時刻》

[4]聖施禮華，《犁痕》，874

Di-Shi-San-Zhou-Xing-Qi-Er/ (2025年8  
月9日)