



默想全书



卷

二

序

民国元年夏，余自传教任所返回总堂，于训蒙之外，兼授默想题目于本会修士，往往临时张皇，难得相当之题。窃思每日默想乃神灵之日用饮食也，授人以默想之资，乃备神粮之庖厨也，形粮调和失宜，庖人难辞其咎，默想所选之题泛而无当，问心能无愧乎？于是广集内修神师之佳作，取道理切实意想深厚者，译以俗语，截长补短，删繁就简，以为周年三百六十五日之用，三易春秋，大体粗具，然不过为每日授默想题目时缓急有备，无措手不及之虞，初未敢举以示人也。乃日前本管上司，索而阅之，谓理有依据，语无虚设，可以有补于世，当急速排印，公诺同好。余辞不获已，乃以次布置，付诸手民。明知词意芜杂，残缺踈（shu）漏之处尚多，惟望阅是书者，斟酌采取，庶于修德前进，不无小补云尔。民国四年五月十九日

耶稣会司铎刘赖孟多识

— 目 录 —

卷 二

四月份 耶稣复活月

耶稣复活主日	2
瞻礼二 灵魂复活	5
瞻礼三 我信肉身之复活	8
瞻礼四 耶稣发显于圣妇玛大肋纳	10
瞻礼五 耶稣发显于两位圣妇	14
瞻礼六 耶稣发显于伯多禄	17
瞻礼七 耶稣开导厄玛坞二徒	20

复活后第一主日

耶稣发显于厄玛坞二徒	23
瞻礼二 耶稣发显于十位宗徒多默不在	25

瞻礼三	前题续	28
瞻礼四	耶稣发显十一位宗徒为感化多默	30
瞻礼五	多默回头大显信德	33
瞻礼六	耶稣于弟伯利亚湖滨发显于宗徒	35
瞻礼七	耶稣立伯多禄为圣教之首	38

圣母月（首末日和瞻礼七使用）

奉劝教友热心过圣母月		43
瞻礼七	特敬圣母的缘由	46
瞻礼七	圣母的谦德	49
瞻礼七	圣母的爱德	51
二十四日	进教之佑	54
瞻礼七	圣母的贞德	57

圣心月（首末日和瞻礼六使用）

瞻礼六	敬礼圣心的缘由	67
瞻礼六	圣心爱人的表记	64

瞻礼六	圣心良善待人	67
瞻礼六	耶稣圣心的伤痕	69
瞻礼六	耶稣圣心怜悯世人	72

复活后第二主日

耶稣自称善牧		75
瞻礼二	耶稣的真羊	77
瞻礼三	耶稣在加利肋亚显现于五百余人	
		80
瞻礼四	耶稣的看顾	83
瞻礼五	耶稣复活后存留五伤的缘由	86
瞻礼六	统观耶稣显现为我有何教训	89
瞻礼七	良心平安人之真福	92

复活后第三主日

善人恶人在现世的情形	95	
瞻礼二	人生在世为时无多	97
瞻礼三	实有天主	100

瞻礼四	事奉天主	103
瞻礼五	敬畏天主	106
瞻礼六	天主无所不在	108
瞻礼七	天主全知	111

复活后第四主日

天主全能		114
瞻礼二	天主照顾世人	117
瞻礼三	耶稣劝人依赖天主的照顾	120
瞻礼四	困苦患难中有天主的照顾	122
瞻礼五	各等分位中有天主的照顾	125
瞻礼六	进修会的好处	128
瞻礼七	精修九益	131

复活后第五主日

天主美善可爱		134
瞻礼二	天主爱人如同朋友	137
瞻礼三	天主切愿世人以爱还爱	139

瞻礼四	耶稣率领宗徒等上阿里瓦山	142
瞻礼六	宗徒等预备领受圣神	147
瞻礼七	圣母于耶稣升天后所立的善表	150

耶稣升天后主日

耶稣与宗徒相偕直到世界穷尽	153
瞻礼二 天堂	156
瞻礼三 在工作之前当念经求主	159
瞻礼四 爱慕清静最为紧要	162
瞻礼五 爱慕清静多获神益	164
瞻礼六 清静独居的善表	167
瞻礼七 圣神七恩	170

圣神降临

圣神降临主日	173
瞻礼二 圣神降临的效验	175
瞻礼三 圣神降临的终向	178
瞻礼四 圣教初兴的教友被圣神感化	182

瞻礼五	圣神降临本主日圣经	185
瞻礼六	真爱天主的凭据尚有三项	188
瞻礼七	爱天主在万有之上分三级	191

降临后第一主日

天主圣三待人有何恩情		194
瞻礼二	恭敬天主圣三的方法	197
瞻礼三	参与弥撒时当发之善情	200
瞻礼四	圣体的预像	202
瞻礼五	耶稣立圣体（一）	205
瞻礼六	耶稣立圣体（二）	208
瞻礼七	圣体圣事的材料	211

降临后第二主日（无游行礼可省略此题）

瞻礼二	圣体瞻礼	214
瞻礼三	感谢圣体	219
瞻礼四	勤领圣体	222
瞻礼五	拜圣体	225

瞻礼六	耶稣圣心	228
-----	------	-----

瞻礼七	欲胜诱惑当领圣体	230
-----	----------	-----

六月

二十一日	圣类思公撒格	236
------	--------	-----

二十二日	祈祷神工最为要紧	239
------	----------	-----

二十三日	祈祷的效能	242
------	-------	-----

二十四日	圣若翰洗者诞辰	245
------	---------	-----

二十五日	善行祈祷当守的规条	247
------	-----------	-----

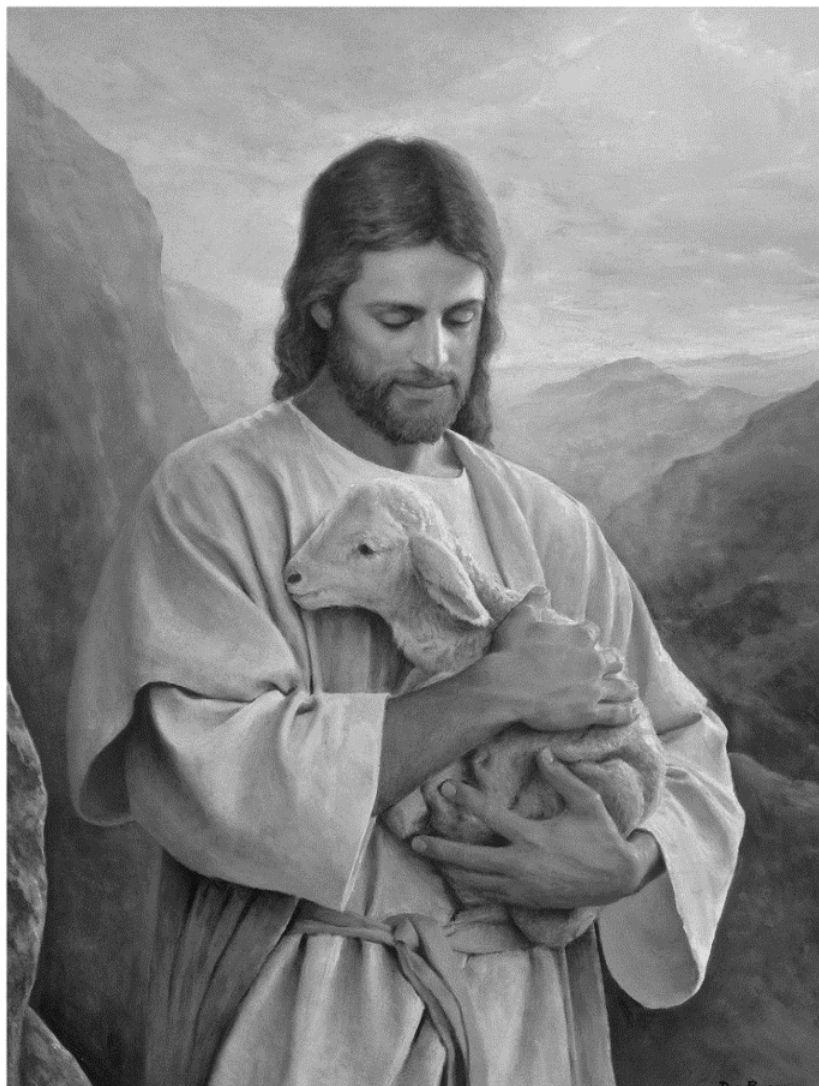
二十六日	该常行祈祷总不间断	250
------	-----------	-----

二十七日	祈祷的益处	253
------	-------	-----

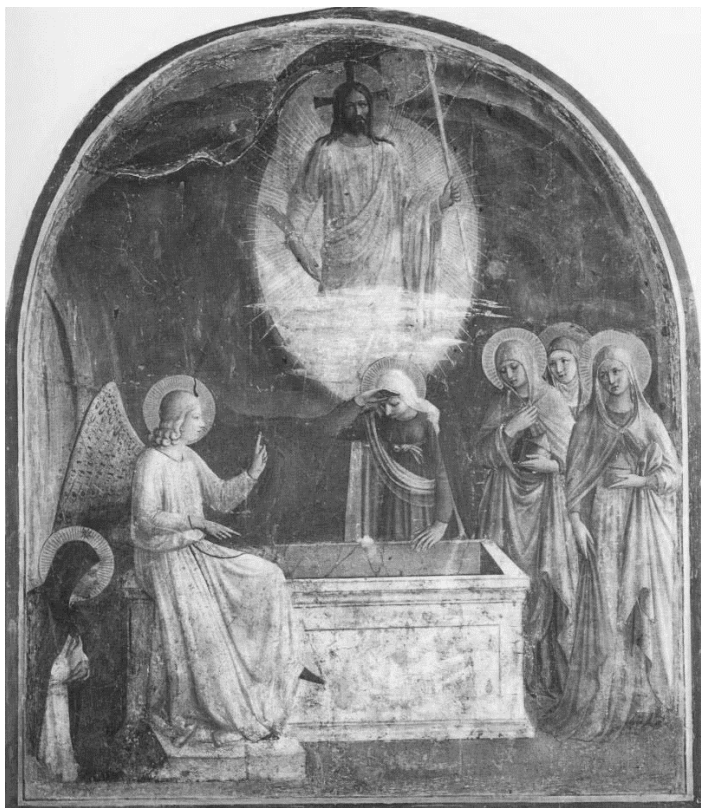
二十八日	重视神工	255
------	------	-----

二十九日	圣伯多禄宗徒	258
------	--------	-----

三十日	圣保禄宗徒	260
-----	-------	-----



耶稣复活日



耶穌復活三日

定像：想見吾主耶穌聖身光輝美麗，從坟墓中出來以後，忽然地動，天神將石板推開，守坟的兵丁一見都驚倒在地。

求恩：求天主感動我心，因耶穌復活享榮福，大发歡樂之情。

一、耶穌降古聖所

耶穌的靈魂一離肉身，立時得享兩樣光榮福樂：1、是因為與天主第二位結合為一，天主性通傳於他的榮福。2、是因他在生時受盡了萬苦萬辱，為光榮天主，救贖世人，無限功勞所受的賞報。那時候耶穌的聖靈魂，是如何美麗榮耀，不是我們有限的明悟所能想到的。九品天神乍一看見，一定都驚訝出神，贊頌不止。及到耶穌的靈魂一降到古聖所中，古教諸聖人們一見，又驚訝又歡喜，頌揚歡呼之聲更難以言語形容。他們几千几百年的工夫，被囚在黑暗幽獄中，忽然看見了義德的太陽，都像生來的瞎子忽然開了眼睛得見天日一樣、誰能想像出他們的歡樂呢！

至于大圣若瑟、圣若翰洗者、圣若亚敬、圣妇亚纳等，与耶穌亲属相关，更喜不自胜，趋赴于耶穌台前，俯身拜为真天主，以后诸位圣祖先知等也都上前来朝拜耶穌，感谢耶穌救贖的大恩。自从亚当、厄娃以后，古教中諸聖人的靈魂如何歡欣踊躍，感謝不盡的光景，我們可以自己設想。當時古聖所就變成天堂了。吾主耶穌在十字架上向右盜說的：“你今天與我同到天國”的話也應驗了。

使古圣人如此欢乐的圣灵魂，现在离我们不远，就在我们的圣堂中。他与圣身结合，隐藏在圣体中，我们虽不能看见，然而因着信德的光照，我们不能疑惑，所以我们心中该到耶稣台前去，庆贺耶稣当初在古圣所中所得的光荣，与天神圣人同心欢乐，赞颂耶稣的荣福。

二、耶稣复活

死后第三日，耶稣的圣灵魂从古圣所回到坟墓中去，而且还有许多古圣人跟随着。他们一见耶稣的圣身破裂伤残，莫不感激流泪，伏地朝拜。那时天主用自己的全能，使灵魂与肉身仍相结合，立时复活。所有的伤痕，除了手足肋旁五处外，其余全完好如初。耶稣的圣身得到了光明、神速、神透和神健四大奇恩。墓门虽紧紧封闭，然耶稣却能安然出来，毫无阻碍。

三天前，在万苦万辱之中，耶稣的天主性隐而不见，而今则完全显出来了所通于人性的光耀美丽，比从前在大博尔山上，发显于三位宗徒的时候，更令人钦慕。兵丁衙役们从前任意欺凌虐待耶稣，如今在坟墓旁，看见耶稣出来都惊倒在地，不敢仰视；古圣人朝拜称扬，群天神作歌欢呼，都异口同声的赞美耶稣说：“天主羔羊，你堪受所有的光荣与赞颂，因为你被杀了，且在你圣血中救赎了我们。”（默 5：9）所以耶稣从坟墓复活起来的时候，比古圣若瑟出监牢，作宰相，使负卖了他的弟兄们叩头朝拜更有光彩；比达尼厄尔出狮子圈，高升在嫉妒他的仇人以上，更加荣耀。

我们想到这里，应大发欢忻喜乐之情，庆贺我们的救世者，同时也应安慰自己说：耶稣是我的元首，耶稣复活了，

我的肉身将来也必复活。

三、耶稣显现于圣母

圣母自从埋葬耶稣以后，退居于建定圣体的大厅中，伤心忧闷，唯有耶稣复活的盼望，才略能安慰她的心；离复活的时候越近，圣母盼望的越诚切。第三日昧爽，圣母正在凝神默想的时候，忽然听见天神奏乐，就知道圣子耶稣复活了，立时起来迎接。母子相见之下，如何欢乐，谁能想得到，说得来呢？耶稣如何安慰圣母，圣母如何庆贺耶稣，热心人自己就可以设想了。

以人情而论，母亲的忧苦就是儿女的忧苦，母亲的喜乐也是儿女的喜乐。今天是圣母第一个喜庆的日子，我们为圣母的儿女，不该当本着孝子之情，与圣母同喜同乐吗？

再想，圣母得见耶稣复活，是在独居默想的时候。若我们心中不贪图世俗的繁华热闹，爱慕清静，专心对越天主，天主必肯临格。若如同圣母盼望的那样诚切，必能蒙天主的神光神慰。恳祈圣母为我们转求圣子耶稣，赏赐我们善心之真乐，并从这真乐中生出好的结果。

吁！天上母皇，请尔欢乐兮，亚肋路亚。因尔所怀孕之子如前所言，已复活兮，亚肋路亚。

灵魂复活

瞻礼二

定像：想见圣保禄宗徒教训人说：“耶稣基利斯督因着圣父的光荣，从死者之中复活了。我们也该照样度新生活。”（罗 6：4）

求愿：求天主赏我改过自新，开始度好教友，好修士的生活。

一、灵魂如何复活

圣保禄宗徒说的：“耶稣从死者中复活了。我们也该照样度新生活。”这是如同说：“我们的灵魂应当复活。”然而灵魂不死不灭，怎能复活呢？要知道：我们的灵魂有两种生命：一是本性的，一是超性的。本性的生命常生不死，自然不能复活；超性的生命是赖着天主的宠爱生活，一犯大罪便失落了宠爱，天主不同此灵魂结合，灵魂也不能立常生的功劳了，在超性一面就算死了。若除去大罪，再得宠爱，就算死而复活。

圣保禄劝我们开始度新生活，就是变冷淡为热心，变淫污为洁净。以前贪财吝啬的，以后肯周济穷人了；以前骄傲忿怒的，以后谦逊良善了。总而言之，是改恶迁善，去旧更新，前后如出两人。

当初耶稣复活以后，圣妇玛大肋纳等往坟墓上去找耶稣的尸体，天神向她们说：“你们为什么在死人当中找活人呢？耶稣复活了，不在这里了。”（路 24：5）我们的灵魂复活以后，也该使天

神能指着我们向天主说：“这不是从前那个旧人了！也不是那个冷淡修士了！他复活了！”

相传从前甲乙二人有私交情，常常犯罪。以后甲定心回头，断绝犯罪的人、地、事、物。一天他又遇见乙，甲没有理睬他。乙很奇怪，遂就向甲打招呼说：“朋友，你不认得我了吗？我就是张某人哪！”甲答应说：“你是张某，我可不是李某了！”意思是说：我已改了从前的老毛病了。这才是圣保禄宗徒说的：“脱去旧人，穿上新衣。”（哥 3：9）我们该这样开始度新的生活。

二、灵魂复活应有的优点

耶稣复活后，圣身得了四大奇恩：光明、神速、神透、神健。我们的灵魂复活以后，也应当有这四种长处：

1、**光明**。就是立好表样，用德行的馨香去感化人。如同吾主耶稣说的：“你们的光明该这样照耀于众人之前，叫众人看见你们的善行，光荣在天大父。”（玛 5：16）

2、**神速**。就是热心爱主。因按圣多玛斯的讲论：“热心使爱欲在事奉天主的事上急速爽快。”师主篇上说：“心中有爱情的人，飞奔欢乐。”（师卷三：五章）因为爱情能宽大人，人心宽大了，在天主的诫命上，自然就能前进如飞。（咏 218：32）

3、**神透**。就是断绝肉身和世俗的牵连，无论什么事物均不能阻挡我们归向天主。

4、神健（不能受伤）。就是坚固自己的主意，依赖天主的圣佑，不论什么诱惑都不能伤害我们的灵魂。有了这四种优点，灵魂才算真复活了。

在这四种优点当中，最重要的是最后一种，那便是灵魂不能受伤，不能再死。因按圣保禄宗徒说的：“基利斯督自死者之中复活起来，已经不能再死了。死亡在他身上已失去权势了。”（罗 6：9）我们的灵魂复活也应这样。有许多人，过复活瞻礼，办神工，领圣体，大概又得了超性的生命，从死者之中复活了。但是有多大工夫呢？啊！恐怕是三天、五天，也许是一天、半天。要知道：这不是光荣耶稣复活的庆辰，这是凌辱耶稣复活的圣身。因为我们得了宠爱以后，按一种神妙的意思说，是成了耶稣的肢体。你想：在耶稣光荣的圣身上，放上一个污秽臭烂的肢体，不是凌辱耶稣吗？

再说灵魂的复活，也像肉身复活一样，是至大的圣迹，非有天主的全能是万作不来的。人若办神工的时候，明明许给耶稣，宁死不再犯罪，然转眼之间，就又犯罪，不顾前言，这样轻慢耶稣，难望耶稣再用自己的全能复活他的灵魂。

吁！吾主耶稣。求你赏赐我，全死于我自己，死于肉情，死于世俗，决不恋爱、贪图受造的事物，只为你生活，赖着你生活。至于叫我能用你的大宗徒圣保禄的话说：“我生活不是我生活了，是基督在我心内生活。”（迦 2：20）求圣母玛利亚为我转求吾主耶稣，赐我善心之真乐，灵魂之洁净光明，一如复活。

我信肉身之复活

瞻礼三

定像想见许多古圣人复活起来，伴同耶稣，显现于宗徒弟子。

求恩求天主坚固我的信德、望德，诚信切望肉身复活的荣福。

一、肉身复活的道理无可疑惑

我们的肉身死后还要复活，载在信经，奉教人一定没有不信的。可是为坚固我们的信德，真心盼望复活的光荣，我们可以默想几端切实的道理：

1、因为肉身应该和灵魂一同受赏受罚。圣西里禄说：“若没有肉身，我们什么也不能做。”既不能行善，也不能作恶。为侮辱天主圣名，是用口舌；为颂扬天主的光荣，也是用口舌，为偷盗用手，为行哀矜也是用手，善功、罪过，肉身都有分子。善人尚且勉励修德，多次克苦了肉身，恶人顺从私欲，多次是肉身拉扯的。天主至公至义，岂能抛下肉身，只赏罚灵魂吗？

2、耶稣救世之功是圆满无缺的，所以应该还给人因原罪所失的特恩。天主当初造了亚当的肉身，原是不死的。我们的肉身若不复活，我们便没有全得天主赏给亚当的特恩，耶稣救世之功不算完全。

3、耶稣常劝人效法他的表样，克己苦身，背自己的十字架。人若随从了耶稣的劝谕，不应该与耶稣的圣身得一样的光荣吗？

4、耶稣亲自向人说过：“谁吃我的肉，饮我的血，永远不死。到末日我还使他复活。”（若 6：54）耶稣的话，说的如此清楚。我们若常领圣体，耶稣能不实践自己的前言吗？所以圣保禄宗徒说：“若死过的众人，将来不复活，连基利斯督也没有复活。”（格前 15：16）

肉身复活的道理至真至实，无可疑惑；我们除了发信德以外，还应当记着圣保禄宗徒警戒格林多人的话说：“我告诉你们一端奥迹：虽然我们都复活，但是我们的肉身，不是都改变的像耶稣的圣身一样。”（格前 15：51）意思是说：肉身复活以后，有的人光明美丽，如同耶稣，有的人丑陋不堪，如同魔鬼；全按着人在世所行的善恶。所以这端道理能安慰善人，也能惊醒恶人。

二、先受苦才能复活得光荣

先知阿塞亚说：“第三日天主要使我们复活。”（阿 6：2）这句话固然是指着耶稣说的，但若贴在我们身上，也有很好的教训，可以说：第一日是受试深的时候；第二日是死后埋在坟墓的时候；第三日是公审判的时候。我们按着次序，细想这三日的教训：

第一日，受试探的时候。按本性的理，受造之物，凡有自主之权的，必应甘心情愿奉事天主，才能受赏报。甘心情愿，是真真假，应当受试探，人类的原祖受了试探，所以我们也不能不受试探。古经上说：“生死善恶，全摆列在人眼前，凭人随便拣选。”（德 15：17）我们将来的祸福也全凭如今定夺。

但是应当记着，我们受试探只是这一次。这一次拣选的好，永远享福；这一次拣选的不好、永远受祸。所以无论如何烦难，总当坚忍取胜。

第二日、死后埋在坟墓的时候。一死之后，既不能立功，也不能赎罪了。耶稣说过：“黑夜一来，什么也不能做了”。（若 9：4）如今受试探的时候，今天没有做完的事情，可以推到明天；然死后再也没有明天了。到那时不但肉身成了顽物，连灵魂也好像死了一样，有罪有功永远不能改变了。我们该怎样善用这受试探的时刻呢？

第三日、从公审判开始以后便无尽无休了。天神一吹号筒，如同东方报晓，死过的众人都复活起来，聚于若撒法山谷。耶稣为义德的太阳，高悬空中，明照每人的灵魂，善功罪过，昭然分明。耶稣一定赏罚的铁案，永远不能更改了。我们在困苦艰难中，该当记念这端道理。发信德鼓励自己的心火，用圣约伯的话安慰自己说：“我知道我的救世者永远生活，到天地终穷的日子，我要从土中复活，再穿上我的皮肉，在我的旧原肉身里享见天主圣容。”（约 19：25）

耶稣发显于圣妇玛大肋纳

瞻礼四

定像：想见圣妇在耶稣坟墓上寻觅圣尸，有依依不舍的情景。

求恩：求天主赏赐我专心爱慕耶稣，只在耶稣圣心中找安慰。

一、玛大肋纳寻觅圣尸

圣妇玛大肋纳从埋葬耶稣以后忧闷回城，只念想耶稣；虽然耶稣已经死了，但若能见到耶稣的尸体，也是她的一大安慰。所以第三日早晨，天还不亮，就急忙起来，唤醒同伴妇女，同往坟墓上去。

及到了坟上，见墓门大开，不见圣尸。当时大约玛大肋纳就独自回城去了。因按圣若望记载的：“玛大肋纳一见坟墓开了，即去告诉伯多禄、若望二位宗徒说：‘有人偷了耶稣的圣尸，不知道放在哪里了’”。（若 20: 2）待她再回到了坟墓上，别的两位圣妇大约已经回城去了。所以圣若望记载：“玛大肋纳独自在坟墓外边痛哭，又俯身往坟里看。”（若 20: 11）

她既然知道圣尸不在坟墓中了，为什么还往里头看呢？圣热罗尼莫回答说：“心中有爱情的人，看一次是不够的，因为爱情有使人尽心寻觅的能力”。天神坐在坟墓里，她也不惊惧，天神衣白如雪，她也没有理会；同天神问答，只论耶稣的圣尸，天神不说明圣尸在何处，他就抛下天神去问园丁。看她的光景，真像是昏迷疯癫了一样。

如今在圣堂中的圣体，比当初在坟墓的圣尸，不更尊贵吗？我们去拜圣体，也有这样的心火吗？耶稣的苦像虽然不是耶稣的本身，但是也能感动我们的爱情。我们喜欢常瞻仰，敬拜耶稣的苦像吗？

看看玛大肋纳那样热心寻觅圣尸，我们真该羞惭无地。求耶稣看圣妇玛大肋纳的功劳，增加我们的爱德。

二、玛大肋纳得见耶稣

按圣史们记载的，第一个得见耶稣发显的是圣妇玛大肋纳。他先前本是一个大罪人，怎么得了这样的特恩呢？这是叫我们知道：耶稣是如何爱慕真心回头的罪人；罪人回头以后，若谦逊、痛悔，加倍爱慕天主，天主高看他们，有时候还似乎在别人之上。

再想想玛大肋纳寻觅耶稣圣尸，发显的热爱，切望，恒心，勇敢等德，她不吝惜财帛，带着许多香料，为擦傅圣尸，似此种奇妙的表样，便懂得耶稣先发显给她的缘故了。

圣若望记载：玛大肋纳偶一转身，见耶稣立在那里，并不认得是耶稣，只想是一个种园子的。便向他问道：“耶稣的尸首在何处？”耶稣呼着他的名字说：“玛利亚”。她一听见呼自己的名字，就认出是耶稣来了。立刻就跪在耶稣足前说：“师傅”。（若20：16）

当时玛大肋纳，心中如何欢乐，觉着了多大的安慰，我们万想不到。耶稣只说一句话，将她的忧闷难过全解散了。可见有了耶稣，人就心安神乐；失了耶稣，人就干枯无味。圣五伤方济各几时觉着耶稣不在心中，忧闷难当，像是不能生活的一样，用各样方法去寻觅耶稣，得不了总不止住。

我们何时若失落了神乐，心中干枯的时候，屡次也是天主不在心中的凭据。无论是因我们自己的罪招致的，或是天主的试探，我

们该效法圣妇玛大肋纳的表样，到耶稣的坟墓上去，就是到圣体台前去，寻觅耶稣，求耶稣再赏给我们神乐。

三、玛大肋纳去报给宗徒

玛大肋纳一见耶稣，爱情勃发，跪下就要亲耶稣的脚。耶稣立时禁止，不许她摸自己复活的圣身。这个命令，为圣妇是很难遵守的。只因圣妇是纯心爱慕吾主耶稣，而并不是求本性的安慰，所以甘心仰合耶稣的圣意。

耶稣向玛大肋纳说：“你去告诉我的弟兄们。”意思是指的宗徒。耶稣称宗徒们为弟兄，这是多么感动人心的话呢？宗徒们大概都是愚蠢无知的穷人；两天以前又都舍弃了耶稣，如今耶稣反称他们为自己的弟兄。耶稣的慈善宽容，真是超出人意想之外。

玛大肋纳受了耶稣的命，不敢久留，立即去报给宗徒们这个喜信。这是教训我们，若有照顾别人的本分，不可因为贪恋念经祈祷的神味，就耽误爱人的功夫，为爱人暂时离开天主，天主不但不怒，反更喜欢。

我们也该当庆贺圣妇玛大肋纳，在圣母以后先得见耶稣发显的大恩，并求她为我们转求天主，赏赐我们爱慕耶稣，寻觅耶稣，如同她有一样的心火。

耶稣发显于两位圣妇

瞻礼五

定像：想见两位圣妇从坟墓回城的时候，路上得见耶稣的显现。

求恩：求天主赏赐我有二位圣妇的热心，为得耶稣顾慰我灵

一、二位圣妇得见耶稣发显

耶稣复活的当日，圣妇玛大肋纳与雅各伯之母玛利亚及玛利亚撒洛默，天还不明就动身往坟墓上去。将到坟墓以前，忽然听见加尔瓦略山上地动，便惊惶不敢前行。等到天明，才往山上去。所以圣玛尔谷记载：“出太阳以后，他们才到了坟墓上”。（谷 16：2）

她们看见坟墓大开，然圣尸不在里面。两位圣妇遵天神的命，回城去告诉宗徒。此时，玛大肋纳独留于坟上，痛哭寻觅，独自见了耶稣发显；然这两位圣妇往回走的时候，耶稣也发显给她们了。

这两位圣妇备办香料，不吝惜财帛，又清早动身，不辞劳苦，与圣妇玛大肋纳既然有一样的热心，所以耶稣也发显给她们。虽然有先后的分别，但是全满了她们的盼望。我们若效法她们的表样，待天主大方，或早或晚，天主也必定来顾慰我们的灵魂。

再者，三位圣妇有留在坟上的，有奉天神的命回城的，都见了耶稣发显。可见人立的功劳大小，将来得的赏报多少，不在做的事

情，而在做事的意向。事情虽异，然意向一样，天主必会一样看待。比方一个人有了空闲，就去拜圣体；别人有了空闲就做爱人的善功，或办有益处的事情；若果然都是为爱天主做的，就有一般大的功劳，将来得一般大的报酬。

二、耶稣向二位圣妇说的话

圣玛窦记载：圣妇们从坟墓出来，又害怕，又喜欢，赶紧回去告诉门徒。正走的时候，耶稣迎面而来，也先问候了她们。她们一见到耶稣，就俯伏在地，施礼朝拜，又恭恭敬敬地亲了耶稣的足。耶稣又向她们说：“你们不必害怕，快去告诉我的弟兄们，往加利肋亚去，在那里他们要看见我”。（玛 28：10）

在这件事上，为我们有许多好教训：

1、是耶稣先问候圣妇们，给她们祝福。耶稣真天主，先开口问候受造之人，这是何等的慈善谦和呢？况且耶稣的话，不是像我们，只是一两句虚言套语。耶稣说什么，就有那话的实效；所以耶稣一说“阿味”二字，二位圣妇必定尝着了天上的神乐。求吾主耶稣也先用圣宠神光照感动我们的心，引导我们归向他。

2、这一次圣妇们亲耶稣的足，耶稣并不阻挡。可是以前在坟墓上，玛大肋纳要亲耶稣的足，耶稣立即禁止，是为什么缘故呢？也许是因为这两位圣妇的信德，不如玛大肋纳的信德坚固，必须口亲圣伤，方信耶稣真复活；也许是因为这两位圣妇，恭敬、谨慎，没有玛大肋纳那样慌忙。无论是什么缘故，玛大肋纳后来听说了，一定全心仰合耶稣圣意，不敢嫉妒抱怨。我们若见天主赏赐别

人有福，叫我们受窘难，也应全随天主圣意，不可心抱不平，冷淡事奉天主。

3、以前天神命圣妇们，将耶稣复活的圣迹传报于门徒；以后耶稣又命他们一样的事情。这是教训我们，天神的启示或神师的劝勉，就是天主的旨意。即使天主亲自显现，也不给人出相反的命令；不过天主亲自同人说的话更加慈善，更加感动人心。就如同天神向圣妇们说：“去告诉耶稣的徒弟。”耶稣自己却说：“去告诉我的弟兄们。

4、耶稣说：“他们在加利肋亚得见我发显。”今按耶稣复活的当日，就发显给宗徒们了，并没有等到他们回加利肋亚省。这事如何讲解呢？

耶稣的话能有两个解说：（1）在犹太省耶稣虽然发显了好几次，可是没有指定地方，人也不很多，也不很明显。在加利肋亚发显，好几天以前就定了地方。又当青天白日，众目昭彰，许多人一同看见耶稣，听到了耶稣的教训。（2）当时在犹太省扰乱不安，不如在加利肋亚平静。耶稣愿意叫宗徒们在平静地方见他发显。这是教训我们，虽然在纷纭繁杂之中，有时候也得圣宠的光照，然总不如在平静地方更能多得神益。

吁！至慈吾主耶稣！求你赏我躲避繁杂，爱慕清静，常得瞻仰你于祈祷之中。

耶稣显现于伯多禄

瞻礼六

定像：想见圣伯多禄一见耶稣显现，痛悔感激之情，至于流泪。

求恩：求天主赏我每次领圣体，有圣伯多禄当时所有的心情。

一、宗徒弟子等不信圣妇们的话

圣妇们既然见了耶稣发显，又有耶稣的托付，就很快回到了晚餐厅中，告诉宗徒们说：“耶稣复活了。”并把自己怎么见了耶稣发显，耶稣嘱咐的什么话全向宗徒们述说了。这些话同耶稣受难以前，亲自向宗徒说的话，完全符合。那时正是耶稣死后第三天。他们本当、信服，奈何他们都像是失落了信德一样。圣路加记载：

“宗徒们把这些话，当作梦话不肯相信。”（路 24：11）

可见信德是天主的大恩。若不是天主光照人的明悟，人为信超性的事理，真是难而又难。我们应该感谢天主，赏赐了我们领洗进教，成了圣教会的义子。可是我们虽然有信德，恐怕在许多事情上还是如同宗徒们当时的情景，神目不明。比方我们都信天主无所不在的道理，但是还敢当着天主的面，做天主不喜欢的事情，如同天主看不见我们一样；我们都信耶稣在圣体圣事内，然而不恭不敬，不依靠恳求，像是不知道耶稣在圣体圣事内一样。所以该求天主坚固我们的信德，不但在明悟里保存信德，还要在行实上证明我们的信德。

二、伯多禄若望往坟墓上去

宗徒弟子把圣妇们的话当作梦话，不信服耶稣复活，然而伯多禄、若望蒙天主的保护，不像别的宗徒那样固执。他俩听了圣妇玛大肋纳的话，就立刻往坟墓上去，看看圣妇说的话，是真是假。圣若望记载说：“伯多禄同若望出城往坟墓上去了。他俩一起跑，若望先到了坟墓上，可是没有进去；伯多禄随后到了，就进去了。他看见盖头的首帕同殓布各在一处，叠得很整齐。一看这种情景，就信耶稣真复活了。”（若 20：3）

伯多禄和若望，前者是表的信德，后者是表的爱德，为找到天主，该兼有这两样德行。伯多禄先进了坟墓，若望才进去，是表的人先有了信德，然后才能有爱德。像圣保禄宗徒说的：“没有信德，万不能中乐天主，归向天主的人，先该信有天主。”（希 11：6）

伯多禄虽然明明背了耶稣三次，但因为他是宗徒之长，若望仍然尊敬他，让他先进坟墓。这才是教训我们，该看长上是天主的代表，有天主的权柄，不因为他有了过失，就减少尊敬他的心。

再想伯多禄和若望，宗徒弟子等，都讥笑圣妇们传报的话，固执不信耶稣复活，然他俩却不管别人的议论，只随良心的指引，往坟墓上去查看。足见他们心地正直，：不徇情面，不随冷淡人的表样。我们也该效法这二位宗徒，在所有的事上，只随天主的圣意，顺从自己的良心，全守自己的规矩。

三、耶稣显现于伯多禄

圣路加记载：“耶稣发显于伯多禄了。”然没有说在什么时候，大约是从坟上回去的时候。（路 24：34）

那时若望转身回城去告诉别位宗徒，伯多禄怀念耶稣，徘徊往来，不忍舍离耶稣的坟墓。转念又想起背耶稣的罪来，涕泣交流，实在伤心愧悔，恨不得亲自见耶稣，告明自己的罪，求耶稣宽赦。正在思念之间，忽然见了耶稣，慈善温和，比先前更可亲爱，伯多禄急忙跪下，求耶稣赦罪。耶稣亲自拉起他来，发显全忘了他背自己的罪。

当时伯多禄如何感激，痛悔定改如何真切，谁能想得到呢？

吁！吾主耶稣，你的慈善大量，真是可奇妙的。若望贞洁无罪，是你的爱徒，跟随你到加尔瓦略山上，从来没有离开你，你还没有发显给他，而玛大肋纳与伯多禄先前都是犯过大罪，重伤过你的圣心，但因他们的痛悔真切，你倒先发显给他俩。你这样高待回头的荡子，不叫热心事奉你的善人心生嫉妒吗？若是茹达斯效法伯多禄的表样，跪伏在你台前，你一定也全宽赦他的罪过。

我的灵魂，你该当用达味圣王的话向吾主耶稣说：“我要永远歌颂我主的仁慈。”（咏 88：2）

耶稣开导厄玛坞二徒

瞻礼七

定像：想见吾主耶稣扮作旅人，与二徒同行，讲论古经的奥义。

求恩：求天主开明我的神目，能懂得超性的事理，不入于迷途。

一、二徒自耶路撒冷往厄玛坞去

圣路加记载：“耶稣复活的当日，傍晚的时候，有二位门徒往厄玛坞去了；离耶路撒冷约有二十余里，路上谈论耶稣受难的事迹，正谈论间，耶稣走到了他们中间，与他们同行；可是他们的眼目，被蒙蔽起来了，不认得是耶稣，只想是一个行路的人。”（路24：13）

那时天已经晚了，他们为什么离开耶路撒冷呢？大概是因为怕在京城里不妥当，怕恶人谋害他们，所以才到乡庄上去，好平安过夜。

在这事上，为我们有一个好教训。按耶路撒冷的名字，解说看见平安；厄玛坞解说受轻贱的民人，或胆怯的主意。二徒因为忧闷过度，离开耶稣的宗徒，离开平安的地方，去找亲戚朋友的安慰，是因为怯懦的缘故，随从了不好的主意。

我们该求天主的仁慈，保护我们，不受忧闷怯惧的害，自投于危险。再想耶稣如何怜爱事奉自己的人！见这两个亡羊败兴失望，入了迷途，就亲自去寻觅他们，引他们复归正路。

我们多次受诱惑、受艰难的时候，耶稣也在我们心中保佑扶持我们。可惜！我们的神目也像是被蒙起来一样，不知不觉，还以为耶稣弃舍了我们。然而耶稣并没有离开我们，像耶稣向圣女加大利纳瑟纳说的：“当着你受诱惑的时候，我就在你心中，相帮你得胜诱惑。”

吁！吾天主，求你别许我被私欲偏情蒙蔽住，至于看不见你，也听不见你的声音。若你的圣意，必要试探我，叫我觉着你在在我心中。至少求你相帮我，勇敢支持，全做我应做的事情。

再想耶稣到了他们中间的时候，他们正讲论耶稣受难的事迹；可见与人往来，讲论些热心的事理，有很大的好处。

圣经上耶稣说：“若有两三个人，因我的名字聚会，我就在他们中间。”（玛 18：20）且是不但为我们自己有好处，还能使别人起向善的心，增加前进的心火，神益很多。若只说些无用的闲话，或谈论别人的过失，或述说不端正的故事；从这些言语生出来的害处，也有我们的罪过。以后同人来往谈论之间，该十分谨慎，再三审量。

二、耶稣责斥开导二徒

耶稣开口问他们说：“你们讲论的是什么事呢？为什么你们这样忧愁呢？”二徒中有一个名叫可肋阿法的回答说：“怎么你在耶路撒冷独不知道近日所有的事呢？”，耶稣说：“什么事呢？”他

们说：“纳匝肋人耶稣的事。他是一位先知，说话行事，在天主及众人前有大势力。奈何司教长老们，将他送交官府，断他有死罪，把他钉死了。我们起初本来盼望他拯救以色列人。”耶稣责斥他们说：“你们真是不懂事理的人，你们为信先知的预言，竟这样迟疑吗？基利斯督不是先该受这些苦辱，然后享荣福吗？”随又从梅瑟开始，把诸位先知论耶稣的事，全给他们讲解了。

你看耶稣为开导二徒，所用的方法何等明智。耶稣本来知道他们讲论的事情，和他们忧闷的缘由，反倒问他们，要他们先说明自己的错误，如同医生叫病人先露出自己的疮来，然后对症下药。这是教训我们，不拘有了什么毛病，犯了什么罪过，该当老实告诉给神师，求他指教。若隐瞒不露，是如同吃了毒药不肯吐出来，必定被害。

又耶稣斥责二徒的话虽然极其严厉，却不是忿怒暴躁的口气。所以他们那时虽然还不认得是耶稣，受一个外方人的责备，不但不动怒，还觉着爱火勃发。后来他们彼此谈论说：“我们听他讲话的时候，心中不是觉着热爱的心情吗？”可见为责斥别人，应当本着爱德；若任性使气，厉声厉色地刻薄人，决不能有益处。

我们的心，为领受超性的事理，又冷又硬，也像这二位圣徒一样。耶稣应先受苦，然后享荣福。我们也应先战胜三仇，然后才能升天堂。然我们屡次不懂得这些道理

求吾主耶稣光照我们的明悟，炙热我们的冷心，跟随耶稣，背着我们的十字架走苦路，为日后能同耶稣共享荣福。

耶稣发显于厄玛坞二徒

复活后第一主日

定像：想见吾主耶稣降福面饼，分于二徒后，忽然隐身不见了

求恩：求天主赏我效法二位圣徒，恳求勉强耶稣，降临我心中。

一、二徒强留耶稣

从耶路撒冷到厄玛坞，虽然只有二十多里路，但因为是山路，很不好走，要行三点多钟才能到达；但二徒听耶稣的讲论津津有味，不知不觉间已经到了所往的地方。耶稣辞别二徒，要接着往前走，然二位圣徒勉强挽留耶稣说：“请先生住下吧，天已经晚了，太阳将没了。”耶稣就同他们进了厄玛坞村。

耶稣早已拿定了主意，要在厄玛坞发显给这两个门徒，如今反假装着要往别处去，不是欺哄人吗？耶稣并不是欺哄二徒，是愿意叫他们恳求挽留自己，若他们不坚决挽留，耶稣一定要接着往前走，不留在厄玛坞。圣奥斯定说：“天主愿意我们恳求呼号他，是为我们的益处，叫我们懂得圣宠的贵重，并我们的卑贱不堪。”先有这谦逊、切望的心情，得了圣宠才能善用。

二位圣徒那样强留耶稣，是因为在路上，听耶稣的讲论，非常动心，愿意终夜听耶稣讲道，增加自己的热心，坚固自己的信德。

原来同世人言谈往来，是耶稣的喜乐。（箴 8：3）如今见他们这样恳求，又有这样的好预备，怎肯舍弃他们呢？

我们先应该懂得耶稣降临到我们心中是多大的恩情，为我们是多大的福分。然后发信、望、爱三德，预备我们的心，为迎接耶稣。

二、二徒认识耶稣

圣路加记载：“耶稣同二徒用晚饭的时候，拿起面饼来降福了，然后分开交于二徒。那时候他们的神目忽然开了，认出是耶稣来了，耶稣也立时不见了。”（路 24：30）

按明人讲解，耶稣当时用面饼成了自己的圣体，且是耶稣成圣体以前的情景，连所行的礼节，全像建定圣体大礼的时候一样。这二位圣徒，或是亲眼见了耶稣立圣体，或是曾听见别人传说过，而今一见耶稣给他们送圣体的样子，所以认出是耶稣来了。二位圣徒一领圣体神目就开了；可见圣体变化人心有极大的能力。

然而我们屡次领圣体，为什么没有效验？还看不清超性的事理，觉不着爱天主的神火呢？是因为我们没有妥当的预备。也许是忽略了近预备，也许是忽略了远预备，或是不用心感谢。从今以后，当改我们在领圣体上所有的毛病。二位圣徒一认识了耶稣，并没有等着他们感谢朝拜，耶稣就隐藏起来，是什么缘故呢？内修神师们说：“是为教训我们，在现世不能常享神乐。”圣宠的滋味是时来时去的，我们只该勉励善尽本分，不可过于贪恋神味。

三、二徒返回耶路撒冷

二位圣徒既然听了耶稣的教训，又领了圣体，便与先前大不相同了。先前明悟昏愚，如今充满了信德的真光；先前怯懦，如今勇敢了；先前冷淡懈怠，如今充满了天主的圣爱。那时虽然已经到了黑夜，还立刻动身回到耶路撒冷去。为什么这样慌忙呢？一来把耶稣复活的喜信报给各位宗徒，安慰他们的心。二来为补赎自己立的不好表样。以先有许多人说：“耶稣复活了，他们固执不信，还离开了宗徒，就像是说：“不愿意当耶稣的徒弟了一样。”如今他们急忙回去，是愿意在众人前告明自己的不是。

吁！吾主耶稣，你变化人心的能力是无穷的。求你看顾我的灵魂，不使我觉着你在在我心中。我若有这个福分，虽然只是一会儿的时间，也能宽大我的心，在你诫命的道路上前进如飞。（咏 118：32）

耶稣发显于十位宗徒多默不在

瞻礼二

定像：想见宗徒弟子等都在晚餐厅中，用晚饭以后，门窗紧紧关着。耶稣忽然发显，众人都惊讶不止。

求恩：求天主赏我认识耶稣的仁慈良善，日后倍加依赖之情。

一、耶稣显现

圣若望记载：“耶稣复活的当日，到了晚上，门徒们因为怕犹太人，门窗紧闭，都聚在一处。忽然耶稣来了，立在他们中间。”（若 20：19）

宗徒们忧闷难过，耶稣为什么不早发显给他们，早安慰他们的心呢？按圣贤们的讲论，耶稣这样迟延：1，是因为宗徒们当中有人过于固执，该用一天的时间，先让他们听见许多人述说耶稣发显，然后才能承受亲见耶稣的恩典。2，是为试探宗徒的忍耐，加增他们的功劳，后来看见耶稣更有安慰，也更能多得恩典；这也是天主顾慰善人的灵魂的常法。所以我们在忧闷干枯的时候，该恒心等待天主来安慰我们；并纪念天主在古经上说的：“若天主来的迟延，你们该用心等待，因为天主一定要来。”（哈 2：3）

再想门窗没有开，耶稣就进到了宗徒们住的地方，一来是为发显耶稣复活的圣身，有神透的恩典，万物不能阻挡，二来为教训人，若愿意天主降临到自己心中，该当紧闭门户，就是谨守五官三司。

吁！吾主耶稣，我的心全是你的，我奉献给你，作你的宫殿，求你降来居住，改变、炙热我心。我立志要谨守五官三司，决不许有违反你的思想进入我的心。

二、耶稣向宗徒祝平安

耶稣向宗徒们说：“愿你们平安。”耶稣所说的平安是良心的真平安。肉身顺听灵魂的命，灵魂顺听天主的命，问心无愧，又不论遭着什么变故，不能乱心；这平安的真福，原是天主赏于人类原祖的；然因为他们犯了天主的命，失落了这个平安。耶稣救赎人罪，又还给了人这个平安，所以当他降生在马槽的时候，天神歌唱说：“良人受享太平于地。”复活以后，救世之功成就了。第一

次发显给宗徒，先向他们说：“愿你们平安。”就好像庆贺他们说：“你们如今与天主和好了，能享平安的真福了。”

耶稣赏给宗徒们的平安，也赏给了我们。只要我们遵守天主的诫命，仰合天主的圣意，平安于天主，不管遇着什么患难，常能不忧不惧。一想有吾主耶稣在天主圣父台前作我们的中保，明知道天主常用仁慈待我们，使我们更能平安放心。我们该当感谢天主，赏赐了这个大恩，另外感谢天主引导我们弃绝世俗，入了修会，得享非常的平安。

吁！吾救世主耶稣，平安之王，求尔降临于我心中，为我心之王。有了你，我就能常享太平之福了。

三、耶稣明证自己复活

圣路加记载：“那时宗徒们想耶稣是鬼，都惊惶无措。耶稣安慰他们说：‘为什么你们忧乱不安呢？你们看看我的手足，摸摸我的伤痕，看看是不是我，鬼没有骨肉，你们看我有骨肉。’所以不是鬼。以后就叫他们看自己的手、足、肋旁。宗徒们一见真是耶稣，就都喜欢了。”（路 24：37）

我们想想耶稣如何慈善，不但用言语安慰宗徒说：“愿你们平安！是我，不必害怕？并还叫他们摸自己的手、足，肋旁的圣伤，用自己圣伤治好他们的信德之伤；果然耶稣存留自己的五伤，为宗徒有了大好处。他们刚一摸耶稣的圣伤，信德就坚固了，心神也安定了；还觉着有很大的喜乐。巴不得那时我们也在晚餐厅中，得与宗徒们同见耶稣仁慈，良善的光景。

吁！吾主耶稣，我知道你为着我的软弱，也如同待宗徒们一样。我今朝拜你，感谢你，并求你用你存留的五伤，疗愈我灵魂上的诸病。

前题续

瞻礼三

定像：想见宗徒等听耶稣讲话的时候，都心热如火，十分感动。

求愿：求天主赏我明白耶稣教训宗徒的话为我们有何取益，日后勉励遵行。

一、耶稣给宗徒讲解古经的奥义

圣路加记载，耶稣为发显自己不是鬼，又向宗徒们说：“你们有可吃的东西吗？”他们献给了耶稣一块烤熟的鱼，和一些蜂蜜。耶稣当着他们吃了一点，又把剩下的分散给他们。以后又向他们说：“当初我同你们在一起的时候，已经说过，凡梅瑟先知圣咏论我写着的事情，都应该应验。”（路 24：44）那时耶稣给他们阐明了圣经的奥义，使他们懂得。耶稣复活的圣身本来用不着有形的食物。吃人间的东西也不相称耶稣复活以后的尊贵。耶稣这样做无非是为就合宗徒的软弱，坚固他们的信德。

我的灵魂，你看耶稣如此谦和，还不能感动你的爱情吗？耶稣为就合宗徒，全忘了自己的尊贵，你为相帮别人，还敢嫌太卑贱，不相称你的地位吗？该发羞愧之情，立志效法耶稣。

宗徒们听耶稣讲解古经的时候，一定神目颜开，透彻了其中的奥义，也如同厄玛乌的两位门徒，同耶稣走路的时候，听耶稣的讲论，觉着心热如火。

吁！吾主耶稣，我的明悟昏愚，不明白超性的事理，可是你因受难钉死的功劳，将那用七个封条封起来的书本掀开了。（默 5：

1) 为叫人人能念。求你光照我的明悟，使我明白圣经的旨意，也炙热我的心，使我按着遵行。

二、耶稣打发宗徒传教

圣若望记载：“后来耶稣又向宗徒们说：‘愿你们平安。圣父怎么打发了我来，我也这样打发你们去。’”（若 20：21）

这几句话的意思，是打发宗徒们往普天下去传教。耶稣托给宗徒们传教的责任以前，又给他们祝平安的福，是教训我们，为善尽传教的本分，该当有天主赏的真平安：与天主平和，也与别人平和，又须担待人，宽恕人。不如此，必不能感动人心，使人听从我们讲的道理。

再想耶稣说：“圣父怎样打发了我，我也怎样打发你们。”天主打发耶稣来救赎世人，是怎么做的呢？是受贫穷劳苦，先立诸德之表，然后受苦、受辱，钉死于十字架上，才满了自己的本分。我们接续耶稣做一样的事情，也该常用一样的方法。就是先克己绝欲，成全自己，用德行的表样感化别人。

吁！吾主耶稣，你托给我的本分虽然劳苦、烦难，然我有你的表样在眼前，何敢推辞呢？我主意已定，你无论打发我往哪里去，不管教我尽什么本分，我都甘心乐意承当。

三、耶稣托给宗徒们赦罪之权

圣若望记载：耶稣说了这些话以后，对着宗徒们吹了一口气说：“你们领受圣神，你们赦谁的罪，谁的罪就赦了，你们留住谁的罪，谁的罪就留住不赦。”（若 20：22）

吾主耶稣立告解圣事，将赦罪之权交于宗徒及后世的司铎；对我们有两样教训：1、是提高了司铎的地位。人犯罪得罪了天主，只有天主能饶赦。若天主愿意将这个权柄托于受造之物，理当托于

尊贵无罪的天神，乃竟托给了卑贱的世人。司铎的品位，如何尊高呢？他们应有何等的圣德，才相称自己的地位呢？2、是大显天主的仁慈。人不管有多少罪，也不论如何重大，或是纵然从新又犯了从前告过的罪，只要人真心诚意痛悔定改，神父一念赦罪经，就都一笔勾销了。

吁！吾主耶稣，你的仁慈像是汪洋大海，没有不能容受的。若我只看赦罪的权柄这样容易，几乎忘了罪的凶恶。但是我回想，你在加尔瓦略山上受的种种苦辱，才知道这个大恩乃是你的圣血给人挣下了的。我感谢你，也常依靠你无限的仁慈。

耶稣发显于十一宗徒为感化多默

瞻礼四

定像：想见十一宗徒同聚于晚餐厅中，耶稣显现，命多默前去亲手摸自己的五伤。

求恩：求天主保护我别陷于宗徒多默的过失，若不幸犯了这样的过失，就谦逊认罪，在众人前作明补赎。

一、多默不信耶稣复活

圣若望记载说：多默亦名弟狄莫，是十二宗徒之一，耶稣首次发显的时候他不在场。但别的宗徒向他说：“我们见了主子。”他答说：“若我不亲眼看见他手上的钉孔，若我的指头摸不着他手足肋旁的伤痕，我决不肯信。”（若 20：24）

多默在这件事上，另外在他说的话上，犯了好几条大过失。我们仔细想想他的过错，不是为轻看这位宗徒，而是为明白人性的软弱，警戒自己，并为认识吾主耶稣待人的仁慈，加倍依赖耶稣。

多默的第一条过失，是离群独居。他当时或因为忧闷太过，往别处去闲散解闷去了；或是随着自己的脾气，做一种无益的闲事去了。因为他不与别位宗徒同居，所以没有得见耶稣。

可见离群独居，或在修院中共同度日，故意与别人各别，能有很大的害处。因为善人会聚于一处，同心事奉天主，天主就居在他们中间；若其中有一人不肯合群，有伤于爱德，天主也就远离他。

多默的第二样过失，是固执不信人言。十位宗徒都异口同声地说见了耶稣显现，他不肯信服。圣妇玛大肋纳等，和厄玛坞的两位门徒，同说一样的话，也不入他的耳。以为众人的意见，似乎都不如他的意见明智。他骄傲自恃的心，也是得圣宠的一个阻挡。

多默的第三样过失是胆大妄言。竟敢给耶稣定下条件，说耶稣非叫他亲眼看见钉孔，亲手摸着伤痕，他必不肯信。这是何等冒失呢？弟子在师长跟前，臣民在皇上跟前，还不敢如此，何况受造之人在造物的天主台前呢？我们事奉天主，切不可如此冒失！只该谦卑自下，听天主随便安排。

多默的第四样过失，是固执自己的私见，不肯回头。一连八天的工夫，有多少人劝他，善言开导，他都置若罔闻。在那八天里，他心中能得平安，能享神乐吗？若不是耶稣无限的仁慈，将就他的软弱，用柔和的方法治好他的神病，恐怕他一辈子也回不了头。

天主的上智许了多默宗徒陷于这些过失：1、是为坚固后人的信德，深信耶稣的复活彰明昭著，无可疑惑。2、是为叫我们知道，若天主不另外相帮，我们能犯各种的重罪。且是犯罪以后，天主若不用仁慈感动我们的心，我们绝无回头的指望。

吁吾主耶稣，你知道我是用泥土造成的人，充满了私欲偏情。求你常常扶持我，别许我陷于以上这四条大过失。我的软弱不在你的大宗徒多默以下，你若弃舍我，我就同他有一样的危险，也许比他失足更重。

二、耶稣显现

圣若望记载：“八天以后，宗徒还在晚餐厅中，多默也在那里。门窗未开，耶稣进来了，立在他们中间，并向他们说：‘愿你们平安。’然后向多默说：‘把你的指头放在这里，看看我的手，也摸摸我的肋旁。勿为不信之人，要成为一个有信德的人。’”（若20：27）

耶稣这一次发显，虽然是在众宗徒跟前，但是其主要的意思是为多默，相帮他回头改过。可见耶稣如同善牧，爱失路的亡羊不在爱忠信的善羊以下。有时候还抛下九十九个善羊，去寻觅一个亡羊，耶稣等了八天的工夫，见多默始终不肯回头，如今特来寻觅他。既然找着亡羊以后，不但不发怒责斥他，还用温良和悦的言语感动他，开口先命他看自己的钉孔，摸自己的伤痕，为发显自己全听了背信德的话，好叫他承认自己的罪。

吁！无穷仁慈的善牧，你这样用心救多默的灵魂，不是因他有善功，而是因着你的仁慈，我虽然无功无德，也敢全心依靠你了。

多默回头大显信德

瞻礼五

定像：想见圣多默跪于耶稣足前，大发信德说：“我主，我天主。

求恩：求天主赏我因天主的全智真实，全信天主默启的道理。

一、耶稣于众宗徒前发显于多默的原因

恐怕有人问：“耶稣为宽赦伯多禄的罪，没有在众人跟前发显给他。而今为相帮多默回头，为什么当着众宗徒的面发显给他呢？”

按名人的讲解，耶稣这样做有好几种原因：1、伯多禄背主以后痛哭流泪，已经赔补了立的不好表样；然多默始终不信，当时还没有回头。耶稣在众宗徒前发显给他，是叫他赔补在众人前立的不好表样。2、耶稣叫多默懂得，他得了耶稣亲来发显的恩典，是因为他与宗徒同居，沾了众宗徒的光，并不是因他的功劳。3、叫宗徒们了解耶稣的仁慈，看看耶稣为安慰自己的叛徒，为相帮他回头多么用心。因这些缘故，耶稣在众宗徒面前发显于多默。但是耶稣为保全多默的名声，只在见了多默背信德的人跟前发显，并没有当着外人，这又是给我们留下了一番好教训。

我们既然懂得了耶稣在宗徒面前发显于多默的意思，该善用这些教训，若在言语行事上给人立了不好表样，该当乘机会表明自己

的过失，作明补赎，为赔补别人因我们的罪所受的诸害，这样做为自己为别人都有大益处。

再者，我们若有管人的本分，属下的人有了过失，若不是人人共知共见的，切不可在众人前责罚他们，或告诉给不相干涉的人知道。因为做长上的也当保护手下人的名声。圣人们在这件事上特别小心。圣依纳爵为处治本会中一个犯了大规矩的修士，本来只向一个人问主意就够了，但圣人问了两位老会士，此后圣人作了很厉害的补赎，赔补这个过失。

我们在这条爱德的规矩上，没有应受责罚之处吗？

二、圣多默回头大显信德

当初多默给耶稣定下的条件：是非亲手摸着耶稣的钉孔，非把他的手指放在耶稣的肋伤中，不肯信耶稣复活。耶稣发显的时候，句句依从了他的话，命他上前去摸自己的圣伤。多默果然摸了没有，圣史们并未说明。大约多默一见耶稣的光辉美丽，惊讶不止，又听见耶稣的话极其良善，心中完全改变，不知不觉地就跪在耶稣足前了。耶稣也许拿着他的手，遍摸了自己的五伤。那时耶稣的圣伤全治好了多默的神病。多默感激热爱之情，无法表明，唯大声向耶稣说：“我主，我天主！”

多默这两句话虽简捷，然意思深长。他的信德、恭敬、感谢、后悔等情全包括在内了。不但信耶稣复活的人性，还信耶稣是真天主。只因着这两句话，耶稣就宽赦了他的诸罪。而且他又不用平常的成套，仅仅简单地说：“我主，我天主。”就好像耶稣全是他自

己的了。因见耶稣为救他的灵魂用尽心力，就象善牧抛下九十九只绵羊，去寻觅那一只亡羊一样。

三、耶稣表明真信德的功劳

多默承认耶稣的话，与耶稣传教时伯多禄承认耶稣的话大同小异。耶稣曾称赞了伯多禄，然如今没有称赞多默。一来是为罚他以前不信耶稣的罪，二来是因为他亲眼见了耶稣复活的光荣才信，没有伯多禄的功劳大。所以耶稣但向他说：“多默，你见了我才信，那不见而信的，才是真福之人。”（若 20：29）

耶稣的话是教训我们：信德的功劳全在人肯屈伏自己的明悟，相信天主默启的事理，不因为别的，只因为天主是至真诚的，不能虚言，又是全知的，不能舛错。我们如今虽不能如同多默宗徒亲眼见吾主耶稣。然我们的福分并不因此减少。我们有足够的证据，知道圣教会各种道理都是从天主圣神保护默启来的。我们若坚心全信圣教会中各端道理，功劳更大。恳求吾主耶稣，增加我们的信德，盼望日后得享耶稣所许的真福。念信德诵一遍。

耶稣于弟伯利亚湖滨显现于七位宗徒

瞻礼六

定像：想见七位宗徒在弟伯利亚湖中，终夜捕鱼，一无所得。

求恩：求天主赏我认识我的软弱无能，坚心依靠天主的圣佑。

一、宗徒终夜捕鱼一无所得

圣若望记载：西满、伯多禄等七人，那时同在一处，伯多禄向同伴们说：“我要去捕鱼。”众人都回答说：“我们也与你同去。”大家一起出去，上了一只船，但一夜的工夫，一条鱼也没有捕到。（若 21：2）

宗徒们去捕鱼的原因：一来是为躲避空闲；二来也是为穷困所迫，用这个方法谋自己的衣食。他们如何贫穷，从这件事上就看出来了。

再者，圣伯多禄一表示要去打鱼的意思，众人都愿意伴着他同去。足见他们彼此同心合意，没有纷争乖离的事情。我们应该效法宗徒们神贫、勤劳，相亲相爱的表样。

宗徒们整夜捕鱼，一个也没有捞住，是教训我们，若没有天主的相帮，我们讲道劝人决不能有效验。即使我们学问过人，能说会道，若只仗恃自己的本事，也不能改变人心，使人回头改过。圣保禄说的：“栽树浇树的都不算什么，是天主叫树木生长。”（格前 3：7）就是这个意思。所以传教救人的，该常纪念耶稣说的：“没有我，你们什么也不能做。”（若 15：5）

再想宗徒们都是自幼捕鱼的人，下网的方法，捕鱼的时刻，一定都很明白。这一次去捕鱼，一夜的时间竟徒劳无功，依常理而论，是一件奇怪事。但天主安排了这个情形，是为发显耶稣的全能，要用圣迹坚固宗徒们的信德。可见世界上的事情都有天主的安排，所以我们不论遇见什么变故，该常仰合天主圣意。

二、举网得鱼

到了早晨，耶稣显现，在湖边上立着，然宗徒们都认不出是耶稣。耶稣向他们说：“孩子们，你们有吃食吗”宗徒们向答说：“没有。”耶稣向他们说：“在船右边下网，必定得鱼。”宗徒们如命撒网，捕得的鱼很多，至于拉不动网了。

宗徒们因为听耶稣的命得了很多鱼，乃是叫我们懂得听命的好处。按本性的理说船右船左没有什么分别，但是一有耶稣的命，船右船左就大不一样了。宗徒们若不在耶稣指定的地方下网，一定得不着鱼。

我们应当效法宗徒们，本着诚实的心听长上的命。不可私心推测长上如此分派，是为什么缘故。只要长上命的事情不明明相反天主的诫命，就该急速奉行；不然，必不能得天主的降福。

三、宗徒们认识耶稣

那时耶稣的爱徒（就是若望）向伯多禄说：“这个人就是吾主耶稣。”伯多禄一听说是耶稣，就穿上衣裳跳入水中，为早些到岸上去见耶稣。别的宗徒拉着满了鱼的网，随后也都上了岸。见岸上有点着的炭火，火上有鱼有饼。耶稣说：“把你们得的鱼拿几条来。”伯多禄把网拉到旱地上，见网中有一百五十三条大鱼，满盛着这些鱼的网却没有破。

伯多禄、若望在这件事上，一个表爱德，一个表洁德。

1、别位宗徒坐着船上岸，伯多禄独游着水上岸，是因为他心中有圣爱之火催迫他，不能等待，湖中的风浪，其它的危险，全阻

挡不住他。全合了师主篇上说的：“有爱情的人不知量力，连自己做不来的事情也要兴办，不遵节制，不想有不许自己办的事情。”我们一遇见艰难就败兴后退，是因为我们没有爱天主的神火。2、七位宗徒都见了耶稣，对面答话，又加上得鱼的圣迹，然都没有认出耶稣来，独若望神目最明，认出了耶稣，是为什么缘故呢？圣热罗尼莫说：“只有童贞的人，认得童贞之王。”全应验了真福八端上说的，”心净者乃真福，为其将见天主。”

我们神目不明，看不透天主的事理，大概是因为我们不用心保守良心的清洁，不谨守五官，不收敛心神。这些过失虽然不是大罪，然也能昏迷我们的神目。恳求这两位宗徒，将他们的热爱、纯洁，稍分于我们。

耶稣立伯多禄为圣教之首

瞻礼七

定像：想见吾主耶稣三次问伯多禄说：你比别人更爱我吗？

求恩：求天主赏我诚心爱慕天主。并在行实上明证我的爱德。

一、耶稣立伯多禄为宗徒之首

宗徒们上了岸，又吃了耶稣给他们预备的早饭以后，耶稣问伯多禄说：“西满若纳之子，你比这些人更爱慕我吗？”伯多禄回答说：“主子，你知道我真是爱你。”耶稣说：“你牧放我的羔羊。”第二次又是这样问答的，到第三次问他的时候，伯多禄心中

难过，便回答说：“主子，你是无所不知的，你知道我爱你。”耶稣说：“你牧放我的母羊。”

耶稣传教的时候，伯多禄明明承认耶稣为常生天主之子。耶稣为报答他的信德，曾许下将来要立他为圣教之首。如今要实行立他为教首之时，又试探他的爱德如何。这是叫我们知道：在圣教会中作上司的，不但信德应当坚固，爱德也该超出寻常。

又耶稣三次探问伯多禄的爱德。按圣奥斯定的讲解：是叫伯多禄三次承认爱主，为赔补他先前三次背耶稣的重罪。他以前背了耶稣，是因为骄傲自恃，高举自己在众人之上，他竟然说：“一总的人都背叛你，我也不背叛你。”如今伯多禄认识自己的软弱，不敢那样自信了。只谦恭向耶稣说：“主子，你知道我爱你。”这是发显耶稣罚人的骄傲，赏人的谦逊。我们若愿意得耶稣的宠佑，最好的方法是不敢依靠自己，常小心谨慎。

耶稣前两次问伯多禄以后，命他牧放自己的羔羊，第三次，命他牧放自己的母羊，意思是教他掌管圣教会中上下诸人。主教、司铎、教友都属教皇管辖。圣教会既然共属一栈，所以也只有一个牧童。

我们听听耶稣的话，可以知道耶稣如何爱慕世人了。为叫伯多禄发显他知恩的心，不命他做别的，只命他照管世人的灵魂。吁：吾主耶稣，我真心爱你，愿意报答我所受于你的种种大恩。我知道，你也命我做一样的事情，所以我救自己的灵魂以外，也该勉励拯救别人的灵魂。

二、耶稣预言伯多禄将来被钉于十字架

耶稣又说：“我真实告诉你，当你年轻的时候，你自己束缚自己，你愿意往哪里去，就往哪里去，到你年老了以后，你伸开双臂，别人束缚你，也领你往你不愿意去的地方。”圣若望注解：“耶稣的话是指伯多禄将来要受何死刑，以显扬天主。”（若 21：19）

耶稣既然立了伯多禄为圣教会的元首，随就教训他该怎么样尽这个本分。按耶稣以先说的：“善牧为羊舍生。”耶稣是第一位善牧，为羊舍了自己的性命。伯多禄也应当舍生致命，为尽自己的本分；也为表明爱慕耶稣的真心。因为按吾主耶稣说的：“再没有比为朋友舍去自己性命的爱情更大的了。”（若 15：13）

按这几句话的寓意，是指的两种克苦的功夫：

第一样克苦是自己找的。比如勉强压伏自己的脾气，或穿苦衣苦带，或劳力做工等。这些苦工，是耶稣说：“自己束缚自己。”因为这样的苦工，或多或少，或行或止，全由自己作主。就是耶稣说的：“能往自己愿意去的地方。”年轻力壮，开始走德行道路的，正好行这一等苦工。

第二样克苦是从外来的。或是别人的欺负，或是魔鬼的诱惑，或是天主安排的疾病，羞辱等不顺心的事情。这些苦难不由我们作主，是如同被人束缚，领我们到不愿意去的地方。德行高超的人，天主往往赏赐他们这样的十字架，为叫他们演习着全合天主圣意，修到德行成全的地步。

吁！吾主耶稣，这些苦难既是你的上智安排的，是如同你亲手束缚我一样，是为我的好处，，我都甘心承受。况且你曾伸开两手，被人钉在十字架上。我这为奴仆的还敢推辞吗？求你相都我，忍受外来的各样困苦，为显扬你的光荣，为成就我的德行。

圣母月



奉劝教友热心过圣母月

(以下六题为圣母月首末两日并每瞻礼七用)

定像：想见各处圣堂和学校中，热心的教友学生，都尽心竭力装饰圣母祭台。

求愿：恳求圣母为我转求天主，赏赐我效法热心教友的表样，热心过此圣月。

一、阳历五月特敬圣母的缘故

奉教人为恭敬圣母，每天诵念三钟经，每主日过瞻礼七，每月大概都有圣母瞻礼。依理而论，每年不该有特敬圣母的一月吗？圣母月始于何年何代，今已无从查考，有人说是圣斐里伯乃里创举的，此人死于天主降生一千五百九十五年，有人说是十八世纪，耶稣会司铎辣洛米亚创举的：又有人说是十八世纪罗马城中的一位孤童创举的，那个清洁无罪的热心孩子，在阳历五月，清和暖煦的一个晚上，召集了一二十个伙伴，提着灯笼到了一尊圣母像的前面，唱了一遍圣母祷文，因为他们唱的好听，晚上清静听的很远，所以在第二天晚上，孩子们聚的更多了；以后不但孩子，连大人也有加入的，一连一个月的时间，天天如此。第二年阳历五月，他们又照样去敬拜圣母，慢慢就成了风俗，自从这个风俗传开以后，各处的教友都争先仿效：教皇又颁赐了许多大赦。足证这个风俗顺情合理，也深合圣教会的心思。

但是一年十二月中，为何特选阳历五月为圣母月呢？其中也有许多缘故：

1、因阳历五月间天气清和，花草芬芳，是一年中最美好的时节，圣母始孕无玷，诸德纯全，在一切受造的神人中是最可羡慕的，因此一年中选最美好的时节敬礼圣母最为合宜。原来圣教会立定占礼，也往往随着节气的变更和万物的景象，比如秋冬冬来，草木凋零的时候，圣教会定追思已亡瞻礼，以后紧接着有炼狱月，而今是风和日暖，百卉争荣的时候，所以选这一月为圣母月。

2、为我们的灵魂，如今也如同一年的新春一样，因为我们才过了复活瞻礼，就是连冷淡教友大概也都办了神工，除去了一年的罪污。如同新生的花草一样，那娇嫩的花草，要经过园丁格外培养，才能继长增高，我们软弱的灵魂也要经过圣母格外保护才能常常洁净。圣教会在这个时候特定圣母月，是为教训我们托赖圣母的保护。

3、因为如今阳气方盛，万物发生，人的血脉也活泼舒畅，极易偏向肉身的快乐，觉着情欲的牵引。又因为赏春游景的风俗，繁华热闹，有许多犯罪的机会。圣教会定阳历五月为圣母月，是叫我们求圣母保护，不陷于犯罪的危险。

4、圣母受了耶稣的托付，于耶稣升天后照顾保护宗徒，相帮他们治理圣教会。阳历五月，大概在耶稣升天瞻礼以后，圣教会定此月为圣母月，是叫我们感念圣母相帮圣教会的恩典。

以上说的这些理由，与我们本身也有关系。所以我们应按着圣教会定的这个圣月的意思，发相对的善情，爱慕圣母，依赖圣母，

感谢圣母。这是我们当尽的本分，也是为我们灵魂的好处。我们若觉着心中冷淡，该求圣母赏赐我们有孝爱她的心情

二、善过圣母月的方法

既然愿意善过圣母月，不可悠悠忽忽的只存着个虚愿意，应指定几样特别的善工，在此一月内常勉励实行。我今略提几样，任人拣选：或按着各人的分位另选别的，亦无不可。

1、多默想圣母的行实，多念那些讲论圣母善德的圣书。因为，为爱慕圣母必须先认识圣母。若不默想圣母的事迹，不考察圣母的德行，怎么能认识圣母呢？圣母一生的言行，记载出来的虽然不多，但古经上预指圣母，新经上论及圣母的话语，按着圣贤们的注解，也足够我们默想的。

2、清净我们的灵魂。看看在自己的行为上，有何毛病恶习，会惹圣母厌恶的，就定志克除。圣母以耶稣之心为心，不盼望别的，只盼望我们能救灵魂，成圣人，一见我们有这样的诚心，必定从心里喜欢，多多降福我们。

3、加行几样苦工，加诵几样经文，为发显恭敬圣母的好心。决定以后，诚心敬意地做，总不间断。每天晚上请我们的护守天神，将我们的善工献于圣母台前，当作一束鲜花，这样甚合过圣母月的办法。

4、遇有顺便机会，劝别人敬爱圣母，善过圣月，或同人讲论圣母的功德慈善，恭敬圣母的益处，这是圣母所最喜欢的，一定能得圣母的降福。

我们想想普天下的教友，在开始圣母月的时候，谁不激发热心，特敬圣母呢？有装饰祭台的，有往拜圣堂的，各修院，各学堂，连乡下各堂口的教友，也都争着发显自己的孝爱。圣母在天堂，眼见这般光景，能不满心喜乐，大施恩惠吗？但是，若圣母看见在普世教友之中，独我一人照常冷淡，毫不关心，圣母能宠眷恩爱我吗？我若不得圣母的宠眷恩爱，为救灵魂的大事便有危险。所以我们该警戒自己，立定志向，用以上说的方法，热心过圣母月。

特敬圣母的缘由

定像：如同听见圣母亲自向人说：“谁找到了我，将来必得生命。”（箴 8：35）

求恩：求天主赏我明白特敬圣母的缘由，以后热心孝爱圣母。

一、因圣母是天主的母亲

圣母为天主圣子之母，天主自己显扬她。这样一想，恭敬圣母，可以说是我们应尽的本分。尚且按圣师们的公论，一说圣母为天主圣子之母，就是承认圣母为救世之母。既为救世之母，救赎了我们，我们更有本分恭敬她了，虽说是耶稣自己为我们钉死于十字架上，救赎了我们，但是圣母也有分于救赎之功。下面有许多切实的理由可以作证：

1、圣母给了耶稣一个肉身，藉着这个肉身，耶稣才能立救世之功。2、圣母亲自乳养了耶稣，为日后作赎罪的牺牲。3、圣母奉献了耶稣，为人受难钉死。

当初若没有圣母的允许，天主圣神不能以圣母的净血，化成了耶稣的圣身，耶稣受难以前，若圣母不甘心情愿，天主圣父也未必要耶稣受难钉死。圣母这样帮助救世之功，不堪称为救世之母吗？圣母既为救世之母，我们于恭敬耶稣外，不得不特敬圣母。此理甚明，不能疑惑。

吁！童贞圣母玛利亚，女中而为赞美，你在我们身上有再造之恩，理应受我们的恭敬。厄娃使我们死亡，你给了我们生命；厄娃使我们成了天主的仇敌，你使我们再与天主和好：厄娃给我们留下了原罪，你给我们留下了圣宠。如同耶稣是我们的再祖亚当，你就是我们的再祖厄娃了。所以我生前死后，愿意常常恭敬，爱慕你。况且尔子耶稣我等主还光荣显扬你，我如何敢不按着我的力量光荣显扬你呢？

吁！吾恩保圣母玛利亚，天主愿意叫世人恭敬你，是不能疑惑的。圣教会及众圣人恭敬爱慕你的表样，像是劝勉催迫我一样。我要体贴耶稣的旨意，全心全力终身事奉你。

二、因圣母是我们的母亲

说圣母是我们的母亲，有三个缘故：1、按前面说的，圣母为救世之母，给了我们超性的生命：那给了我们肉身性命的是我们的母亲，给了我们灵魂性命，不更是我们的母亲吗？2、耶稣是圣母的真子，情愿称我们为弟兄，我们既是耶稣的弟兄，自然就是圣母的儿子。3、况且耶稣临终时，指着若望把我们托于圣母说：“他是你的儿子。”耶稣的话比任何什么文书铁券更有力量。我们真是圣母的儿子，还有什么疑惑呢？

吾主耶稣，我感谢你赏赐了我们得为圣母的儿子。是藉着这位慈母，我们得到你圣父及你台前去。在天主公义座前，有你作我们的中保，有圣母作我们的母亲，我们可以放心前去了。

我的灵魂，你有孝爱圣母的心情吗？如今你要怎么样过这特敬圣母的圣月呢？这一月内，你要行什么善功献于圣母呢？一个儿子若不从心里孝爱母亲，不发显孝爱的凭据，不能算孝子，也不能得母亲的特恩。你若不勉励孝爱圣母，如何能得圣母的特恩呢？

三、因敬爱圣母能妥当救灵升天

圣母既然是我们的母亲，必定爱我们如子，照顾我们的灵魂，比世界上任何作母亲的照顾儿女的肉身更加用心，也更周到。有圣母的照顾，救灵升天必定妥当，那是显而易见的，不必多说。我们单想想，圣母的祈求有多大的能力，为增加我们依靠圣母的心就是了。圣奥斯定论耶稣在加纳，因圣母的转求，变水为酒，行了第一个圣迹说：“圣母的祈求，比一切神圣的祈求，更有能力。”圣安瑟而莫说：“有时候因圣母圣名祈求，比因耶稣圣名祈求，更有效验。”从前撒落满皇上向他母亲伯特撒伯说：“母后愿意何事，只须开口，儿子没有不奉行的。”耶稣尊敬圣母，随圣母的意思也是这样。圣母既有为母亲的心肠，又有这样的大能，照顾我们的灵魂，使我们脱免危险，躲避罪过，善生善死，救灵升天，有不妥当的吗？念至仁哉！童贞玛利亚……。

圣母的谦德

定像想见圣母心口如一，向天神加俾厄尔说：“主之婢女在兹。

求恩求天主赏我认识圣母的谦德，为效法圣母，勉励修谦德。

一、圣母隐善避荣

圣母诸德全备，皆造其极，是无可疑惑的。谦德为众德之基。圣母的谦德，一定也特别超出寻常。为懂得圣母的谦德，如何高超，可以用圣保禄宗徒，论耶稣升天的话反复推论。圣保禄宗徒论耶稣升天，自问自答地说：“为什么说耶稣升了天呢？是因为耶稣先降到世界上，到了最卑贱的地步。”（弗 4：9）我们也能这样问答说：圣母在天堂，为什么被列于九品天神之上，为天地之母皇，及世人之主保呢？是因为她在世时谦卑自下到了至极的地步，今将圣母谦逊的三样行实分列于下，作为今天的默想题目。

圣母第一种谦逊的行为，是常隐藏天主所赏的特恩，为躲避众人的尊敬与称赞，比如圣母与若瑟，虽然同居共处，天神来报怀孕天主圣子之事，未尝一言相告，虽见若瑟忧闷疑惑，他不肯吐露，不过祈求天主默示若瑟就是了。天神称她为满被圣宠者，称为天主降生之母，然圣母反自称为天主的婢女。依撒伯尔蒙天主默启，明言女中尔为殊福，我有何德，敢烦天主之母，远来顾我。圣母先将自己的光荣全归于天主以后，圣母一定也禁止了表姐依撒伯尔，不许她将此事传于别人知道。圣母隐善避荣的表样，远超乎人意想之外。

圣母得了非常的特恩，并不托名为显扬天主的光荣，或为叫别人得神益，就告诉给人，足见圣母有超性的识见。圣厄我略说：

“人得了天主的圣宠，若不如此隐瞒，必有失落圣宠的危险。因为显露于外，受人的尊敬，骄傲自是的心便会乘间而入。”我们在这上面，效法了圣母的表样吗？恐怕略有些微的长处，就到处宣扬，听见别人的称赞，更是自喜自幸，不知道归功于天主。如此行事，安能中悦圣母的圣心。

二、圣母轻看自己

真谦逊人，无论自己有多大的德行，多高的地位，常看自己在众人之下。如同吾主耶稣说的：“你们中间谁是更大的，该服事别人。”（玛 23：11）圣母全遵守了耶稣这个教训。请看圣母成了天主的母亲以后，还亲身去拜见表姐依撒伯尔，既到了匝加利亚家，又先开口问候依撒伯尔。圣盎玻罗削说：“圣母还亲身服事了依撒伯尔。”耶稣升天以后，在宗徒当中，圣母从来没有出过命，还事事遵听圣伯多禄的定断。非有真谦逊的心，怎能有这样谦逊的行实呢？

圣母纯洁无罪，为天主之母，德行地位远超诸受造之物以上，尚且自卑自贱，居在众人之下。我们无功无德，又犯了许多罪过，反愿在众人之上，如何使得呢？

吁！吾慈母玛利亚，你全随了耶稣论谦逊的教训，也效法了耶稣谦逊的表样。求你相帮我，也如此行事，为能相似你，得为尔之孝子。

三、圣母乐受凌辱

真谦逊的凭据，另外在忍受凌辱上发显出来。圣母不但忍受所遇着的凌辱，还为效法耶稣，自己去找受凌辱的机会。比如：世人轻慢的是贫穷，圣母就终身贫穷，以至白冷郡的人不肯收留，无奈何投宿于马栈，献堂的时候，用一对斑鸠，为叫人看她是穷苦人。耶路撒冷的人欢迎耶稣的时候，圣经上不提有圣母，待耶稣上山被钉的时候，圣母却追随不离，教人知道她是耶稣的母亲。只从这几件事就可以懂得圣母乐受凌辱的心了。

谦逊为诸德之基，这是众圣人的公论，谦逊又能得天主的降福，圣咏上说：“至高的天主，垂顾谦逊人，远离骄傲人。”（咏 137：6）可见谦德是最重要的。我们若愿意修成全的德行，不得不从此下手，可是真谦逊，不在说谦逊的话，也不全在有自卑自贱的心，该在行事上发显出来，若我们的谦德不深，不能去找轻慢凌辱，至少该安心忍受偶然遇到的凌辱。

求圣母赏赐我，懂得谦逊的要紧，以后用心效法圣母谦逊的表祥。

圣母的爱德

定像：想见圣母圣心中，如炙如焚，充满爱主爱人之圣火。

求思：求天主烧热我等冰心，诚切热爱耶稣圣母，兼爱众人，

圣母爱圣子耶稣

世人的爱情，以母亲爱儿子之情为最大，所以达味圣王为表明自己爱若纳达之情说：“我爱慕你，就如同慈母疼爱惟一之子一样。”（撒下 1: 26）但是圣母爱耶稣之情，比平常的母亲更进一层。世上的母亲爱自己的儿子，只是本性的爱情，圣母爱耶稣，除了本性之情以外，又加上一番超性的爱情，世上的母亲虽然溺爱不明，有时候也看见自己的儿子所有的短处，所有的毛病。但圣子耶稣全善无玷，上智圣善，令人奇妙。圣母与耶稣亲密往来，三十多年之久，认识耶稣最清楚，所以爱慕之情也必定最笃厚。况且圣母的爱情纯一不杂，除了耶稣以外，没有一个偏爱的人。这样说来，圣母爱耶稣之情，谁能思量呢？圣母的心多么中乐天主圣意呢？天主真能指着圣母说：“我可找着一个全惬我意的人了。”（宗 3: 22）

我们的心，也如同圣母那样热爱天主吗？可怜我们心中连一星的爱火也没有。圣经上命我们：“全心、全灵、全力爱慕天主。”（申 6: 5）恐怕我们完全忘了这个诫命。

本来爱是人心的性命，心无所爱，不能生活、我们不爱造物的天主，必定偏爱受造的人物。天主是人心的归向，天主给了我们一颗心，是叫我们爱慕他。天主又用过分的爱情引着我们爱慕他。若我们仍然心冷似冰，不知报爱，真堪羞愧、在世不勉励爱天主的人，死后能享受天主的真福吗？

二、圣母爱人

真心爱天主的，不能不兼爱天主所爱的人、这是耶稣屡次讲的道理，圣母懂得最清楚，守得也最完全。请看圣母怀孕耶稣以后，就去见依撒伯尔，为赦若翰的原罪，赴加纳婚筵，为保全主人的脸面，求耶稣显了第一个圣迹、至于在埃及、在纳匝肋，圣母救助人的事迹，圣经上虽然没有记载，然我们自己可以想像，至于在加尔瓦略山上，耶稣立她为世人之母，指着若望，将普世万代的人全托付给她以后，圣母爱人之情，更加恳切了。教内教外，智愚善恶，无不加意保护。

我们若愿意做圣母的孝子，得圣母的特恩，该效法圣母的表样，真心爱天主所爱的一切人，为爱天主的缘故爱人。

我们有这样的爱德吗？我们果然泛爱所有的人，还分亲疏远近，不分本外国吗？爱人只因为人是天主的肖像，是耶稣宝血的价值，不因为人有财帛地位，或脾气相投吗？尚且按圣若望宗徒说的：我们不应该单用语言、唇舌爱人，而应该在事实上爱人。（若壹：三：18）所以我们若愿意效法圣母爱人，该随时随地、出实力相带别人的灵魂和肉身。

吁！圣母玛利亚，我略一回想，就见我的爱德有许多亏缺。求你赏我明自爱德的真意义，常存着超性的意念，实行爱人的功夫。

三、圣母爱仇

爱人的德行莫难于爱仇，功劳亦莫大于爱仇。耶稣既定了爱仇的诫命，又立了爱仇的表样，圣母亲见亲闻，所以首先效法。法利塞辈谋害耶稣，钉于十字架上，若以人情而论，是圣母切齿的深

仇，然圣母体耶稣的心，完全宽赦不但不怨恨他们，还献自己的功劳，求天主赦他们的罪。

但是圣母的仇人，不只是法利塞辈，凡人犯重罪，重伤圣子耶稣的心，都是圣母的大仇，圣母也都宽赦，还保护救援他们。这样的爱德才是全合了耶稣的旨意。

我们宽赦仇人，以德报怨，到了这个地步吗？不用说别人加给我们大害，如同恶人杀了圣母的爱子一样，我们不肯宽赦，就是一言半语损伤了我们的体面，略有慢待我们的形迹，我们也常怀恨在心，图谋报复。如此行事，能得圣母的欢欣吗？

况说我们多次犯罪，得罪耶稣，就是得罪圣母。但圣母仍疼爱我们，我们不该以圣母之心为心，真心爱仇吗？

吁：圣母玛利亚，求你改变我心的刻薄，赏我宽宏大量，效法你爱仇的表样。

进教之佑

五月二十四日

定像：想见圣母在天堂垂顾圣教会，为敬爱她的人转求天主。

求恩：求天主赏我认识圣母的大能大慈，呼号祈求她的保护。

一、圣母保护圣教会于患难之中

圣教会的患难分两种：一是外教人攻打教会，难为奉教人。二是异端人相反圣教会的道理，引入失迷正路。圣母在这两样患难中保佑圣教会，都有很显明的证据。

1、除了罗玛总皇杀害教友以外，圣教会的大仇就是回教徒。六七百年之久，虐待朝拜圣地的教友。历史记载，一五七一年，回教徒率领大军，决意要扫荡欧洲，消灭圣教会，此时奉教人出兵抵挡，大将若望奥特利交战以前，许愿得胜后亲朝圣母圣室。罗玛教友公念玫瑰经，求圣母保护。及两军交战，奉教人以寡敌众，大获胜利。教皇比约第五居在罗玛，正当得胜的时候，就蒙了天主的默启，将喜信告诉了众人。因此立玫瑰经瞻礼，并在圣母祷文中加念“进教之佑”一句。

又一次是在 1814 年，教皇比约第七被拿破仑囚禁，异端人扬言：“教皇的名号从此断绝了。”然教皇在狱中许愿，若得出险，必立进教之佑瞻礼。后来天主特显圣迹，教皇得回罗玛，遂定了进教之佑瞻礼。

2、至于圣母保护圣教会，不受异端的害，用多种方法，另外是创立修会，攻斥异端，维持真道。圣多明我会，圣方济各会，赎虏会等，都是圣母引导着创兴的。圣依纳爵为立耶稣会，自始至终，常依赖圣母，也是圣母相帮着成立的。

从前圣若望宗徒蒙天主默启，见一方城，城中有一高塔，从塔上可以望见全城。圣贤们讲解说：这座城是表的圣教会；高塔是圣母站立的地方。圣母立在塔上，常垂目注视圣教会，见有危险，必

设法救援。看以上说的事迹，圣母保护圣教会，真有这种情形。我们在圣教会中，常蒙圣母的保护，是何等的福分呢！

二、天主为何赏赐圣母如此大能

圣教会得免这些患难，本来是天主的全能保护，然天主为什么特藉圣母的手，施展全能呢？

第一、因为天主照顾世人的常法，若是没有妨碍，必用受造的神人帮助。比如救赎世人，本来是耶稣的工程，却拣选童贞玛利亚为母，使圣母有分于救赎之功。如今为保护圣教会也是这样。圣母既然生养了耶稣的人性，所以天主把耶稣的肢体，就是圣教会诸人，全托圣母保护。

第二、耶稣立圣母为世人之母。不仅给了她一个名义，必定把做母亲的本分，连为母亲的权柄也全交于圣母手中了。世界上儿女有了疾病、灾殃，为母亲的必挂念照管。圣母有做母亲的心肠，见圣教会诸人遭的患难有害于救灵魂，像见自己的儿女，有了疾病灾殃一样，必定恳求天主速施拯救。而天主也必然赏赐圣母极大的能力，扑灭魔鬼所鼓动的风波。地狱的毒龙被圣母践踏，再不能为害了。

首先、该感谢圣母施于圣教会的公恩。如同古教时，圣妇友弟德杀了贺乐非，救了犹太人。司祭长老，和耶路撒冷全城的人，都赞美她说：“尔为以色列民之欢乐，耶路撒冷之荣耀。”我们也本着一样的诚心，用一样的话颂扬圣母。

再者、我们也该感谢圣母，施于我们本身的私恩。我们回心想想，没有得过圣母的保护，脱了神形患难吗？我们所受于圣母的私

恩，有自己知道的，一定也有许多不知道的。从前圣母向耶稣会辅理修士圣亚尔风索曾明明说过这样的话。

并且、还该依赖圣母，托其保护。圣母常是一样的仁慈，不但从前保护了我们，以后还常施恩保护。所以我们每次遭了患难、诱惑，应急速奔赴到圣母台前，求其救援。

吾主后，圣母玛利亚，我自今日至于死候。托尔我命，付尔我灵魂……。

圣母的贞德

定像：想见圣母在天堂，有无数的童贞圣人圣女光荣赞美她。

求恩：求天主赏我看重贞德，用要紧的方法保存身心的清洁。

一、圣母珍爱贞洁

圣母虽然爱慕所有的德行，但是爱慕贞洁比爱慕别的德行更加一等。有许多圣人说：圣母自幼就发了守贞的愿。你想圣母没有听说过福音的劝谕，在古教中也没有见过不婚不嫁的表样，怎么能这样看重贞德呢？一定是天主圣神光照她的明悟，叫她透彻童贞的尊贵，只因圣母爱天主的心最诚切，明知道为悦乐天主，最好的方法就是断绝肉身的快乐，纯心爱慕天主，所以发了愿终身保守贞洁。

到后来大司祭有命，圣母只得出嫁。那时圣母并没有改主意，必定恳切祈求天主，设法周全，别把自己献于天主的身心让于他

人。天主见了圣母的祈求，赏赐若瑟也有守贞的志向。成婚之后，各守童贞，如同兄妹。

这等好表样，不只古教中没有见过，就是新教中也甚是稀少，间或有一二位这样的圣人圣女，也是圣母先给他们开的端。

但是圣母爱慕童贞的凭据，在回答天神加俾厄尔的话上，更加显明。天神告诉圣母天主拣选她为圣子降生的母亲。那时圣母不贪那地位的尊荣，而怕此事会阻挡自己终身守贞。就向天神说：“我不认识男子，这事怎么能成就呢？”由此可见，圣母心中时时刻刻不忘童贞的至宝。圣安瑟尔莫说：“按圣母的本心，宁愿不当天主的母亲，也不愿意失落童贞。”啊！爱慕贞德到此地步，不但我们世人不能明白，连九品天神也得惊讶不止。圣教会称圣母为“童身之圣童身者”。并不是没有缘故。

我们奉圣母为表率，入会发愿终身守贞，我们也像圣母这样看重童贞，爱慕童贞吗？要知道，这看重爱慕的心，为保守童贞是非常重要的。先看重贞德的尊贵，才能爱慕；既然爱慕，才能用心保守。圣人圣女中，贞洁过人的，都用了这两个方法。

为相帮我们，略略懂得这个德行如何宝贵，且听听圣人的讲论吧。圣若望宗徒在默照经上说：“童贞的人升了天堂，不离开天主羔羊，唱别人不能唱的圣歌。”（默 14：4）圣伯尔纳多说：“人守童贞可与天神相比，且还超过天神。因为天神没有肉躯，是本性自来的洁净，没有什么功劳，然世人必须克治肉情，压伏私欲，所以更可称赞。”圣贤们这一类的话，不知有多少。

求圣母赏赐我们，略略明白这端道理。

二、圣母保守童贞

圣母未染原罪，没有私欲偏情的扰乱，为保守贞洁似乎不必过于谨慎。岂不知圣母为防范自己，为躲避危险，所用的方法，远远超过我们罪人。

圣母从献于主堂以后，隐居独处，总不与世俗往来。嫁于若瑟以后，凡出门远行，必请若瑟为伴。居依撒伯尔家，为尽爱人的本分。有人说圣母于表姐生产之前，先期归家，是为躲避若翰诞辰亲友来往的热闹。

至于圣母克苦肉身的表样，也是我们想不到的。圣文都拉、圣额我略述说：圣母发显于一位隐修士说：“我于孩童时，即每日一餐，以后习守严斋，终身不懈。”

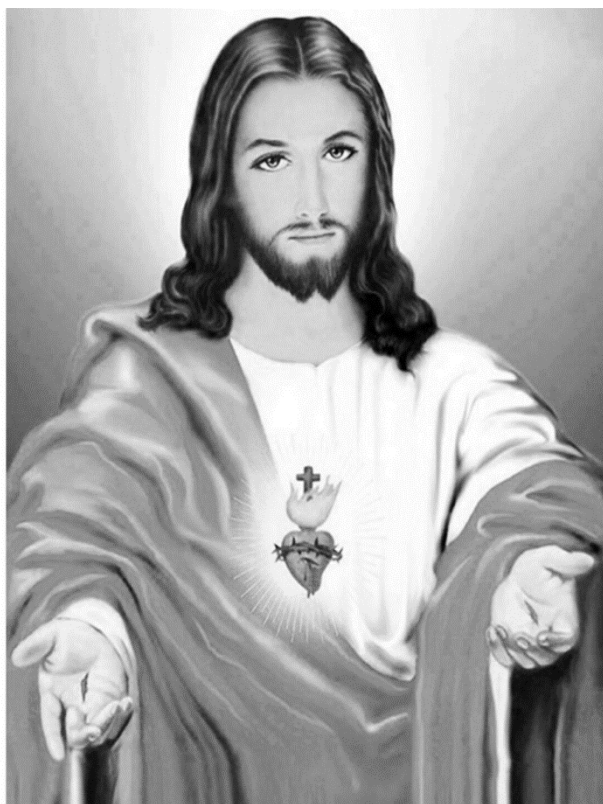
至于圣母不恃己力，常念经祈祷，求天主保佑，是人人都知道的，不必多讲。

统观圣母保守贞洁之法，总归于三，就是：躲避危险、克苦肉身、和祈求天主。圣奥斯定曾自问自答地说：“世界上的人到了成年以后，为什么大半都没有保守住这个德行呢？”随即自己回答说：“因为人们大半都不用方法。”我们既然愿意保守贞洁，不可想一发了愿，就没有应做的事了。请看圣母没有私欲偏情，还用各样方法，我们受了原罪的危害，生来就是向恶的，不更应该加小心吗？

求圣母相帮我们，效法她用这三样保守贞洁的方法。

至洁至净童贞玛利亚，因尔极圣之贞德，及尔始孕无玷之妙。

圣心月



敬礼圣心的缘由

(以下五题为圣心月首日并月内每瞻礼六用)

定像：想见耶稣当面命圣女玛加利大传扬敬礼圣心的善工。

求恩：求天主赏我热心恭敬耶稣圣心，以表我感恩报爱之情。

敬礼圣心的第一缘由是耶稣的爱情

敬礼耶稣圣心的善工，就外面说是恭敬耶稣人性的肉心，血脉之总汇，诸情之所从出。这个血肉之心，因与天主性结合，尊贵无比，是极可钦敬的。你想想，耶稣的衣服，苦架的圣木，同耶稣埋葬的坟墓，人尚且恭敬朝拜，何况耶稣本体至尊贵的一份呢！

至论恭敬圣心的内意，更加高超了，因为这个善工是为感谢耶稣无穷的圣爱。心主乎爱，如明悟主推论，记念主记忆一样。圣若望宗徒说：“天主的本性是爱情。”这话是多么真切。天主藉着耶稣人性所施于人的爱情，全经过耶稣圣心。受苦受难，建立圣体等种种大恩，都是从耶稣圣心中发出来的爱情。

耶稣圣心这样爱慕我们，我们能不动心感激，以爱还爱吗？不该尽心竭力，敬礼，显扬耶稣圣心吗？有时候我们回想生身父母如何疼爱我们，为我们受了多少辛苦，我们觉着心中感动，思图报效，但是父母的爱情不过是耶稣圣爱的影子。耶稣圣心爱我们，为我们受的苦难，远远超过我们的父母。

吁！至甘耶稣圣心，赐我爱尔日深。

敬礼圣心的第二缘由是耶稣的盼望

敬礼圣心之工是耶稣亲自告诉圣女玛加利大的。耶稣不但命她自己行这个善工，还命她转告他人同敬圣心。且说诸善工之中，没有比这一样更愜我心的。如今圣教会将玛加利大列入圣品，又按着她的话，立圣心瞻礼，是明明承认她得的默启是从耶稣来的。

再看敬礼圣心的历史，也可以知道这个善工是吾主耶稣的意思了。当初圣女遵耶稣的命，开始传扬这个善工的时候，不但平常教友毁谤阻挡，连神父、主教们大概也都不信服。但后来竟越传越广，至今已遍行于普天下。若不是天主的圣意，能有这样的奇效吗？

天主到这晚近之世才显露圣心，令人恭敬，不是没有缘故。因为如今人心冷淡，该用另外的方法，点着人心的爱火。圣女日多达问耶稣说：“圣史若望为什么没有写恭敬圣心的道理呢？”耶稣回答说：“我特留着这个方法，为到末世才用来感化人心。”你看，我们越冷淡，天主越宠爱我们，将千余年来珍藏的宝藏发露出来。我们若不看重这个特恩，不善用这个方法，是大大辜负耶稣的好心。如今该拿定主意，圣心月内存想耶稣的爱情，加倍行善，为中乐耶稣圣心，遇着机会还要行敬礼圣心之工。

敬礼圣心的第三缘由是我们的益处

敬礼耶稣圣心有两样好处：1、是这个善工是自然有的。2、是耶稣亲自许下的。这个善工既然最愜耶稣圣心，自然功劳更大，得天主的降福更多。尚且恭敬圣心，默想耶稣的德行，认识耶稣的慈善，人自然就要勉励效法，修各种德行。这是自然有的好处。

至于耶稣所许的特恩，更能鼓励人心。耶稣亲自许于圣女玛加利大说：“凡人虔敬吾圣心者：

- 一、我将赐以圣宠，善尽己职。
- 二、我赐他全家平安。
- 三、于患难中，我安慰他。
- 四、生前死后，我另外保护他。
- 五、我降福他兴办的事业。
- 六、有罪者赐之回头。
- 七、冷淡者化为热心。
- 八、热心者不久修成大德。
- 九、屋中供圣心像者，我必赐之遐福。
- 十、为司铎者，有劝化罪人的能力。
- 十一、劝人敬圣心者，其名刻于我心中，永不消灭。
- 十二、一连九月，首瞻礼六领圣体者，能得善终。”

以上这十二殊恩，为名等人为名等情形，都齐全周备了。所以人人应当恭敬圣心，常常恭敬圣心。耶稣既许必践，圣女玛加利大与真福高隆卞神父都得了这些效验，证明耶稣的话真实无妄。你想想，用一个这样简便的方法，能得这些特恩，不是极便宜的事吗？

尽甘耶稣圣心，望为我心之爱。

圣心爱人的表记

定像：想见耶稣显露圣心，上有十字，中有茨冠，周围烈火炎炎。

求恩：求天主赏赐我认识耶稣圣心爱人之情，勉励以爱还爱。

一、圣心之火

祷文上称耶稣圣心，为“爱德之烈窑”。这不是凭空设想的话。圣女玛加利大述说：耶稣显现于她的时候，周身是火，显露出圣心来以后，见那些火都是从圣心中发出来的。圣女那时觉着自己如同投在圣心中，全被火烧透了一样。

耶稣圣心中有这样的烈火，不难明白，因为耶稣爱主、爱人之情极诚切；天主无穷美善，可爱无比，耶稣完全明白；圣心中所发的热爱，谁能测量呢？至于耶稣圣心如何爱人，更不必多讲，全部新经，处处是耶稣爱人的事迹；圣堂中的十四处苦路，都是耶稣爱人的凭据。圣人们只有一星的爱火，尚且有时候觉着炎热难当。像圣达尼老各斯加、圣女德肋撒等，往往需要用外来的凉气，减少胸中的炎热。耶稣圣心的爱火，能不如同烈窑吗？

耶稣用这个表记显露自己的圣心，是为叫人知道他的爱情，好以爱还爱。因为爱情的本性是要人还爱，我爱一个人，必定愿意那个人也爱我，这是自然的道理。耶稣发显圣心的时候，向圣女玛加利大抱怨世人无情，不知报爱。我们听见耶稣的话，能不感动吗？

然而为爱慕耶稣，为安慰圣心，应当除去各样的私情偏爱，使我们的心的成了枯木干柴，才能被耶稣圣心的爱火焚烧。所以我们若先洁净自己的灵魂，耶稣的爱火一入我们的心，就有效验。同时我们的心就能脱离世物，爱主、爱人之情，蒸蒸日上。反之，若我们的心，充满私欲偏情，耶稣的爱火，就不能发生效验。

吁！耶稣圣心，我定志以后，专心爱慕你。求以尔之圣火，烧热我之冰心。

二、圣心上之十字架

耶稣显现的时候，圣心上插着一个十字架。是因为这个刑具，是耶稣爱慕世人的第一个大凭据。耶稣说过：“人不能有比为朋友舍自己的性命更大的爱情。”（若 15：13）耶稣爱我们，不但舍了性命，还受尽各样痛苦与侮辱，以后钉死于十字架上。耶稣如同指着圣心上的十字架，向我们说：“是因为爱你，我甘心受难，是因为爱你，我背十字架上加尔瓦略山，是因为爱你，我被恶人钉死于十字架上。这样过分的爱情，是从我心中发出来的。你若纪念我的爱情，应当敬礼我的圣心。”

圣女玛加利大告诉人说：“你们不知道，耶稣如何催迫我安心忍苦，为报答他的爱情。”如今吾主耶稣一定也这样催迫我们。所以我们若遇着疾病、患难、忧闷、恐惧及一切不顺心的事情，该想是耶稣给我们送来的十字架。不用管它是什么木头做成的，就是不管是从哪一方面来的，全喜欢收下，竖立在我们心上，为同耶稣相似，为报答耶稣的爱情，直到耶稣自己给我们拔去为止。在困苦中，能这样仰合天主圣意，是耶稣的大安慰。

三、圣心上的茨冠

耶稣发显圣心的时候，周围有茨冠围绕，是表明的忧苦。耶稣的忧苦有两样：一样是受难前，在山园中所受的；一样是从复活后，到世界穷尽所受的。

论第一样忧苦是至大难明的，在严斋月内，我们已经默想了。论第二样忧苦，也有实理可证。本来耶稣复活以后，不能受苦了。然复活的人性不是一个死物，而是活的，能爱能恶，能怜惜也能责罚，全有人的心情。人若侮厚耶稣，耶稣当然不会喜欢，人若不用耶稣的功劳，自投于地狱，耶稣自然不会快活。看耶稣发显于圣女玛加利大的时候，所说的话，大显悲伤之情，所以耶稣圣心围着茨冠。

为安慰耶稣圣心的忧苦，另外有两个方法：一是常默想耶稣的苦雅，发怜爱之情。稍分耶稣的忧苦。二是躲避犯罪，救自己的灵魂，也劝化别人，同沾救赎的大恩。这是耶稣所最盼望的。

念献心诵。吁！我可钦可爱之耶稣，我罪人某为表吾知恩之情…。

圣心良善待人

定像：想见耶稣向我说：“你该跟着我学习，我是良善心谦的。”

求恩：吁！良善心谦之耶稣，求你变化我心，如同你的圣心一样。

一、耶稣待众人良善

当初耶稣在世时，对待宗徒，应酬众人，常常温和良善。行路的时候，有许多人前后跟随。凡到一处，人人争着摸耶稣的衣服，此去彼来，甚至使耶稣没有饮食休息的时间。耶稣当着那些光景，心中不起烦恼，外面也不失温和。宗徒们怕耶稣过于劳苦，阻挡小孩子到耶稣跟前去，反被耶稣责斥。这是因为耶稣一心仰合天主圣父的旨意，知道天主圣父愿意他救助一切人，所以就拿着当自己的本分，看着自己不是自己的了。

耶稣良善的表样，感动了圣保禄宗徒的心，甚至在书信上，向罗马人说：“我欠一切人的债。”（罗 1：14）意思是说：虽然论世人一面，我也不欠人的，不少人的，可是论天主一面，我在一切的人身上，有永远还不清的重责。因为凡来求我相帮的人，如同手中拿着天主的帐簿，代替天主向我要帐一样。我的力量，我的时间，就如同全写给了他们一样；不管他们多么不体贴人心，多么罗唆我，我不能推辞，不能发怒。

大凡耶稣的真徒弟，如圣方济各沙勿略，圣方济各类日斯等，他们都是怀着与耶稣与宗徒们一样的心情，总觉着做爱人的工作，

就像心如焚烧。尚且他们这样作，只是为满自己的本分，不是图人感恩，或望人报答。

我们也自称为耶稣的徒弟，有这样的心情吗？当发羞愧之情，并定志效法耶稣的良善。

二、耶稣待罪人良善

吾主耶稣在世时，为感化罪人，常与他们言谈来往。圣玛窦回头以后，设席款待耶稣，有许多罪人也一同赴席。法利塞辈出言毁谤，耶稣回答说：“需要医生的是病人，不是无病的人。”法利塞辈愿意用乱石打死奸妇，但耶稣使他们羞愧逃散，救了奸妇的灵魂，也救了她的肉身。玛大肋纳多年犯罪，一旦动心回头，流泪痛哭，耶稣全宽赦了她的罪，还在众人前保护称赞她。右盗杀人放火，无所不为，被判钉在十字架上，后来一求耶稣可怜，耶稣许给他当天就得升天堂。耶稣在世时，这样待罪人，如今在天堂，还是一样的慈善。耶稣曾说过：一个罪人回头改过，九品天神共相庆贺。”耶稣圣心的欢乐，更不用说了。

我们若愿意体贴耶稣圣心，应该待罪人良善，设法劝化他们。然劝化罪人的方法，没有比替罪人祈求耶稣圣心更有效验的了。圣女默底达蒙天主默示，见在耶稣圣心中，一人将金子砸碎，是表的心硬如铁的罪人，也能被圣心感化。所以我们除了效法耶稣，待罪人良善以外，还应当常为他们祈求耶稣圣心。

三、耶稣待仇人良善

恶人们当面侮辱耶稣，称他为撒玛利亚人，说他是附魔的人。耶稣并不动怒，只平平地和地回答说：“我没有附魔。”至于那

第一句凌辱的话，耶稣毫不分辨。因为耶稣救人灵魂，疗人疾病，真如同他从前讲的那个善心的撒玛利亚人。茹达斯用口亲的礼负卖耶稣，耶稣还称他为朋友，玛尔高往山园去擒拿耶稣，耶稣还发显圣迹，治好他的耳朵，被钉在十字架上以后，还为仇人原情，求天主圣父宽赦他们。耶稣圣心的良善，无限无量，真不愧称为“除免世罪的天主羔羊”。

我们做耶稣的徒弟，见耶稣这些表样，还敢记仇怀恨，不肯宽赦吗？为效法耶稣圣心，不但不该报仇，还该可怜仇人，为仇人祈求天主。因为仇人将来所有的祸患，比他们加于我们的祸患更重大无比。为能造到这个地步，应该常克制自己的禀性，压伏自己的偏情，并恳求耶稣说：“吁！良善心谦之耶稣，你的圣心是良善谦逊的。求以尔之良善，化我之忿怒；以尔之谦逊，化我之骄傲；使我稍似尔之圣心。阿们。”

耶稣圣心的伤痕

定像：想见隆仁用长枪刺透耶稣的肋旁，血水从圣心中流出。

求愿：求天主赏我明白耶稣圣心被刺的缘由，恭敬爱慕圣心。

一、圣心的伤痕是一部天书

圣若望记载：“耶稣死后，有一个兵用长枪扎开了他的肋旁，立时有血水流出来了。”（若 19：34）圣奥斯定说：“圣史的话说的极有分寸。不说穿透了耶稣的肋旁，或扎伤了耶稣的肋旁，却说扎开了耶稣的肋旁。”是如同说：“耶稣圣心是常生之门，被

人扎开，是给人开了常生的门。” 我们本着这个意思，分作三层默想：

1、耶稣圣心被隆仁扎开以后，可以说是一部天书，无论识字不识字的人都能念，无论何国何等的人都能懂。你若跪在圣心像前，举目一望，必能明见人罪如何重大，救灵有何关系，和许多其他要紧的道理，都能一目了然；也定必觉着耶稣以慈善的态度向你说：“我为爱你，还有什么应当做的事没有做到呢？” 或说：“你应该跟着我学习，因为我是良善心谦的。” 或说：“谁不弃绝自己，不能做我的徒弟。” 按着你灵魂的情形，瞻仰耶稣圣心的伤痕，必能得相当的教训。虽然耶稣一生的言行，都包含着很好的教训，用心默想，常能采取神益，但是总不如圣心内的教训更能感动人心。这部天书，言简意赅，句句切实，令人越念越有旨趣。

可惜，用心念这部天书的人非常稀少。有的人，以为自己懂透了圣心的道理，不必再加推求了，有的人，以为圣心的道理过于深远，不是平常教友所当专务的。第一等人想错了，因为圣心的道理，深奥无穷，越推求越能多得神益。第二等人想错了，因为爱慕圣心是所有教友的本分。不略略认识圣心，如何能爱慕圣心呢？我们应把这部天书置于目前，存于心中，常翻阅存想，为长养爱慕圣心的神火。

二、圣心的伤痕是圣宠的泉源

我们都是软弱的罪人，要紧有圣宠的相帮，耶稣降生，是来给我们送圣宠。圣若望宗徒说：“耶稣是充满圣宠的。”（若 1：14）但耶稣的圣宠，特别存在他的圣心中。如今许隆仁扎开圣心，

是给我们开了圣宠的泉源，任人随便汲取，如同从前命多默宗徒去探他肋旁的圣伤一样。

我们从圣心中该取的圣宠，另外有四样：1、是赦罪之恩。这一样圣宠，是我们罪人最要紧的，心也是耶稣最喜欢赏赐人的。2、是神光的圣宠。我们犯罪，层次是因为缺少神光，黑暗的魔鬼，私欲偏情的蒙蔽，叫我们看不清正路，耶稣是照世的真光，所以当求圣心光照。3、是勇敢的圣宠。我们不但明悟昏迷尚且神力软弱，耶稣在苦难中坚忍的表样，能增加我们的神力。4、是安慰的圣宠。我们虽然尽心勉励，还犯许多罪过。以前的罪过，得了宽赦与否，难以定断，往往心中不安；若依赖圣心的仁慈，看耶稣如何接待罪人，自然就放心了。

三、圣心的伤痕是人的避难所

梅瑟在古教时立了避难所，犯了法律的人逃到里面去，刑役不能下手捉拿他们。耶稣圣心是新教中的避难所，我们若藏在耶稣圣心中，魔鬼不能加害，天主的义怒也就不施刑罚了。吾主圣心自从显露以后，如同不断地劝人说：“你们受劳苦负重任的，都往我心中来吧！”若耶稣不能保护我们，还劝我们投奔于他的圣心中，不是哄骗我们吗？

从前诺厄在船旁边，开了一个门，凡从那个门进到船中的人，不被洪水淹死。耶稣许隆仁扎开圣心，是为人开了安宅的门，凡进到圣心中去的，能保存灵魂的生命，不沉溺于世海之中。耶稣临受难时，向天主圣父说：“你托付给我的人，我一个也没有失落。”

（若 18：9）如今耶稣自己收留我们，岂肯叫我们死亡吗？

我们既然进到圣心中，就该常常居于圣心中，永不出来。这种决定全在我们权下，因为耶稣总不驱逐我们。圣若望记载耶稣的话说：“凡亲就我的人，我总不赶出他们去。”为此我们要大胆投奔到耶稣圣心中去。

常居在圣心中的方法，就是将我们的爱恶愿望，全仰合耶稣圣心，依赖耶稣圣心，遇有危险，求耶稣圣心拯救。

吁！耶稣圣心，充满慈善仁爱者，富有以赐祷尔者，矜怜我等。

耶稣圣心怜悯世人

定像：想见吾主耶稣在天堂上眷顾世人，怜悯之情达于面目。

求恩：求天主赏我略略认识耶稣圣心的慈善，倍加依恃之情。

一、耶稣哭泣大显怜悯之情

怜悯之情是从爱情发出来的。因为爱人，所以不忍见人有忧苦；爱情越大，怜悯之情也越大。若见自己所爱的人遭了患难，就动心怜惜，设法拯救。耶稣圣心结合于天主圣子，有无限的爱情，所以耶稣怜悯世人之情，更是不可限量的。本来耶稣降生在世，就是为怜悯世人；三十三年所做的事情，都是为怜悯世人。然而更发显耶稣圣心的慈善，更能感动我们的心的，是耶稣可怜人，至于动情流泪。圣路加记载：“圣枝礼仪日，耶稣进耶路撒冷，想到彼都人士，日后要遭的祸患，便向着京城流泪。”（路 19：41）圣若望记载：“耶稣复活拉匝禄以前，到了坟墓上，见拉匝禄的两个姊

妹，哭的极其哀痛，耶稣也动心流泪了。”（若 11：35）圣史们记载这两件事，是为发显耶稣圣心如何爱人，如何可怜人的忧苦与患难。

耶稣爱人之情，不分彼此；耶稣可怜我们每一个人，也像可怜耶路撒冷的居民，及拉匝禄的姊妹一样。耶稣在山园中，在十字架上流的泪，就是可怜我们的祸患。我们见耶稣这样慈善，还不依赖耶稣，将我们的灵魂肉身，全托靠于耶稣吗？

再想耶稣可怜我们的祸患，甚至流泪，我们默想耶稣的苦难、曾动心流泪了吗？见许多人天天犯罪，再钉耶稣于十字架，曾动心难过了吗？明知道有许多人，天天陷于地狱，曾叹息过一声没有？咳！我之无情，到了极处，与耶稣圣心全然相反。

二、耶稣的言语大显怜悯之情

言为心声。耶稣也说过：“心中充满了什么，口中就说什么。”（玛 12：34）耶稣圣心既然充满了慈善，出于口的必定是怜悯世人的言语，凡慈善、怜悯、侧隐、安慰的话，层见叠出，到处皆是。比如说：“你们受劳苦的，负重任的，都往我跟前来吧，我要补养你们的力量。”（玛 11：28）又说：“我可怜这些人，他们跟随我，已经三天了也没吃什么。”（谷 8：2）耶稣背着十字架，往加尔瓦略山去的时候，向耶路撒冷的妇女说：“你们不要哭我的苦难，当哭你们同你们子孙的罪恶。”（路 23：28）吾主耶稣的这些话全是从心里说出来的，不是像世俗人，虚言应酬。耶稣又有全能，说安慰人的话，就叫人心中觉着真安慰。比如耶稣当初向圣妇玛大肋纳说：“你的罪全赦了，你平平安安地回去吧！”（路：7：50）那时她心中不觉着一番真平安吗？

我们除了感念耶稣的慈善以外，还应该效法耶稣的表样。见人有忧苦、患难，从心里可怜人；若实在无力帮助，至少应用善言安慰人。

三、耶稣的行实大显怜悯之情

耶稣传教的时候，游行犹太国，到处驱魔愈病，救人的急难。耶稣每到一处，立刻有许多病人拥挤门外。若耶稣不是常可怜救助人的患难，能有这般景况吗？如今我们特想两端事迹，为略略明白耶稣圣心的慈善：1、纳婴城的寡妇只生一子，病亡悲痛，耶稣一见，大发哀怜之情，即命子复活，以还其母。2、五千余人，在旷野听耶稣讲道，三日不食，饥饿难堪，耶稣动心可怜，以五饼二鱼饱饫众人。

耶稣怜悯人肉身的患难尚且如此，至于拯救人灵魂的患难必更加慈悯。玛大肋纳素行不洁，伏地哀悔，耶稣全赦其罪，右盗终身作恶，临终回心向主，耶稣许给他当日得升天堂，匪凯得财不义，真心仁慈，求你藏我于尔圣心中，为悔改，定意赔补，耶稣称赞他为亚巴郎的子孙。至于耶稣赦放淫妇，召玛竇为宗徒等种种事迹，都发显耶稣怜悯罪人的慈心。我们虽然罪恶污秽，还怕亲近耶稣，不求耶稣可怜吗？

吁！耶稣圣心，充满慈善仁爱者，从今以后，我全心依赖你，躲避天主的公义。念：“耶稣圣心，我依赖尔。”

复活后第二主日

耶稣自称善牧

定像：想见吾主耶稣讲这个比喻的时候，宗徒等都侧耳敬听。

求恩：求天主赏我认识耶稣的慈善，日后倍加依赖爱慕之情。

一、耶稣自称善牧

自古以来，凡为民上者，往往自称为牧童。希腊的著名诗人荷马，常用这个名词称当时的君王，我国古代也往往称人君为牧，是因为这个名字能叫为民上的，想起自己应尽的本分。养育、保护、爱惜属下的人民，如同牧童看守自己的羊群一样。耶稣万王之王，也愿意要这个名号。一降生在世就引导白冷郡的牧童去朝拜他；后来传教的时候，又明白地告诉人说：“我是善牧。”（若 10：11）耶稣用这句话比喻自己，是为发显他照顾爱慕世人之情。

我们想想，一个好牧童，在自己的羊群中是什么景况！他必定黑夜白日，想念自己的羊；常怕他们遇着危险，常为他们寻找水草丰盛的地方；有时候立在一处，带着喜欢的样子，观看自己的羊。耶稣待我们也是这样，常常照顾我们，用神光引导我们，用圣宠扶持我们，不许我们陷于犯罪的危险，又“喜欢与我们同居”。

（箴：8：31）见人虔心对越他，或往圣体前用心拜见他，他就垂怜眷顾，从心里喜乐。耶稣待我们真如同善牧一样。

但是世界上的牧童，用心看守羊群，是为自己的好处，是为取利发财，养家肥己。耶稣不是这样。耶稣备有万福万乐，一无所缺，尽心照顾我们，只为发显他的慈善，为叫我们得好处。并且世界上的牧童，虽然全爱自己的羊，但是羊多了，爱情也就分减了，同时照管一个羊的时候，不能兼管别的羊。耶稣不是这样，耶稣全能全知，照顾百、千、万、亿人，如同只照顾一个人一样。所以耶稣是普世人的善牧，也是我自己一个人的善牧；耶稣照顾世人的公恩，就是照顾我自己一人的私恩，我应当如何感激称颂呢？

二、耶稣为羊舍命

说到这里，耶稣为善牧的好处，还没有完全发显出来。耶稣又接着说：“善牧为羊舍命，我是善牧，所以我要为我的羊舍生致命。”

就这件事上说，只有耶稣自己，才称得起是善牧，世界上放羊的，从来没有做过这样的事情。虽则从前达味圣王，敢与狮子、狗熊对敌，为救回自己的羊来（撒下 17: 35）相似为羊舍命，但是因为他那时年富力强，觉着自己能敌挡那个野兽、方才做了那样勇敢的事情，他若明知道自己必死，一定不敢去救自己的亡羊。可是耶稣不是这样，耶稣明知道自己必死无疑，还亲自交付自己于恶人手中，隐藏了自己的全能，许仇人钉死自己于十字架上，为救我们的灵魂，使我们得免地狱的永刑。

吁！无限慈善之耶稣，天上地下独一无二之善牧，我愿意你永远获赞美，我也用默示录上的话说：“被杀的羔羊堪得光荣称颂，至于无穷之世。”（默 5: 12）

三、耶稣用自己的体血养活自己的羊

世界上的牧童，往往吃羊的肉，穿羊的皮，为保存自己的性命。可是耶稣不是这样，他不但不用羊养活自己的性命，反倒用自己的体血作饮食，养活自己的羊。请看耶稣单用圣宠圣佑，生养保存人灵魂的生命，还觉着不够，又留下圣体，为人灵魂的饮食。

五饼二鱼，与七饼数鱼的圣迹，本是圣体的预像，耶稣在将行这第二个圣迹以前，向宗徒们说：“我可怜这些人们，怕他们无力回家饿死在路上。”（谷 8：2）后来果然立了圣体圣事，将自己的体血隐藏于面酒形下，作我们的饮食，叫我们得归天堂本家，不至于饿死在半途。

耶稣疼爱我们，不但超过牧童疼爱自己的羊，还超过母亲疼爱自己的儿女。为母亲的虽然用自己的奶乳养儿女，还不是全用自己的血肉，养活儿女；然耶稣全用自己的体血，养育我们。

我的灵魂，你想耶稣待你有如此的恩情，你还不全心依靠他吗？还不以爱还爱，尽力图报吗？

至仁至慈天主，我受主无极恩惠，无可称谢…。

耶稣的真羊

瞻礼二

定像：想见许多圣人跟随耶稣走苦路，如同群羊跟随牧童。

求恩：求天主赏赐我认识耶稣，跟随耶稣，得为耶稣的真羊。

一、耶稣的真羊认识耶稣

昨天我们默想了，耶稣如何照顾爱慕自己的羊，得为耶稣的羊是多大的福分。今天我们该想想，自己是耶稣的真羊否？果然被耶稣选进了他的羊群否？为明白这件事情，有耶稣自己说的三个凭据，就是今天默想题目的三分。

第一个凭据是认识耶稣。耶稣说：“我认识我的羊，我的羊也认识我。”（若 10：14）我的灵魂，你认识耶稣吗？认识一个人有**三步**，**1、是闻名**，**2、是识面**，**3、是彻底认清他的性情脾气和德行才能**。

一个孩子自幼失怙，从来没有见过自己的父亲，是一个可怜的孤儿；耶稣是我们的慈父，我们若不认识耶稣，更是可怜的。如今普天下有许多人生于外教，迷于异端，不认识吾主耶稣，是多么可怜呢？但是认识与认识不同，比如那些只听说过耶稣的名字，或如同当时比辣多，黑落德等，只见过耶稣的面容，但不知道耶稣是降生救世的天主，这样认识耶稣，没有什么益处，有时候还不如不认识耶稣更好。

我们比那些人有福，我们自幼受圣教会的教育，得闻耶稣的真道、圣迹，知道耶稣是救世的天主。这样认识耶稣，自然比只知道耶稣的名字，只见过耶稣的面容更好，然如此为我们还不够，我们该把耶稣的道理，并耶稣的善言善表常存于心，屡次默想体会，慢慢地透彻耶稣的心思，明白耶稣的爱情，这样认识耶稣，才有益处，因为这样，我们才能效法耶稣，走升天的道路。

如今自己省察省察，我是这样认识耶稣——我的善牧吗？

二、耶稣的真羊听耶稣的声音

按朝过圣地的人说：犹太国的牧童，不管站在什么地方，高声一呼，群羊立刻会聚到他身边，若是别的人招呼，群羊一听，立即惊散。有一个英国人曾亲自试验过果真如此。虽然他与牧童换了衣服呼唤，也不成功，没有一只羊近前。这种情景，全应验了耶稣论自己的真羊说的话：“羊不跟随别人，因为不认识别人的声音。”（若 10：5）所以我们若愿意做耶稣的真羊，该听从耶稣的声音。

耶稣呼唤我们，有三样声音：

1、是良心的声音。耶稣在良心中，指给我们何为善事，并劝我们趋善避恶。我们行了善，耶稣就赏给我们平安喜乐，我们做了恶，耶稣就叫我们良心不安。这都是耶稣呼唤我们的声音。所以我们该常收敛心神，为听耶稣的声音。**2、是圣教会的讲解。**耶稣留下了圣经，并派了讲解圣经的人，就是教皇，和随从教皇的主教。人若不随圣教会的讲解，愿意自己明白圣经，是自入迷途。所以我们该遵听教皇及主教的讲解。因为耶稣指着宗徒，并接宗徒位的人说过：“听从你们的就是听从我。”（路 10：16）又说：“你们不信我的话，因为你们不是我的羊。”（若 10：26）**3、是长上的命令。**圣保禄宗徒说：“一切权柄都是从天主来的。”（罗 3：1）所以我们的长上是天主的代表。不管他们的圣德如何，我们常该遵听他们的命，如同是耶稣的声音一样；

三、耶稣的真羊跟随耶稣

犹太国的牧童，在前面领着，群羊在后自然就跟着。早晨出城的时候，往往好几群混在一起，及出城以后，牧童们分道时，高声一呼，每羊各随自己的牧童，毫不紊乱。我们跟随吾主耶稣也该这样。既然听见耶稣的声音，就追随恐后，看耶稣走什么道路，我们就勉力效法，不论遇见什么光景，想想耶稣当着这个光景怎样做了，我们也照样去做。耶稣立了诸德之表，不论哪一等人都能奉为表率。为这个缘故，我们该常默想耶稣的言行，就是新经上记载的事迹。在那里，我们能看见耶稣，听见耶稣。常看常听，自然就喜欢效法耶稣了。

吁！诸德之明镜，吾之善师，我用圣教会的歌词，恳求你说：耶稣善牧，养育我等，护守我等，使我等得到永福的牧场。阿们。

耶稣在加利肋亚显现于五百余人

瞻礼三

定像：想见宗徒弟子等五百余人，一见耶稣的辉耀，欢乐出神。

求恩：求天主赏我常纪念耶稣复活的光荣，加倍爱慕耶稣。

一、宗徒往耶稣指定的地方去

圣玛竇记载：“耶稣升天前，十一位宗徒往耶稣指定的山上了，等候耶稣发显。”（玛 15：16）圣保禄宗徒说：“有一次耶

稣发显给五百多人。”（格前 15：6）大约就是这一次。但有这一次发显，耶稣预先定下了发显的日期和地点。凡得到消息的，都急忙传报给别人，为一起往那座山上去。这一次发显，既然是更显明，大约耶稣也更显示他复活的光荣，比从前在大博尔山上显圣容的时候，更光辉美丽，令人起敬起爱。圣经上明说，他们一见耶稣，都非常喜乐，朝拜了耶稣。

在这件事情上，我们该取两样教训：第一是门徒们彼此相亲相爱，都愿意叫别人得见耶稣发显。得到消息后，急忙彼此传报。我们若愿意天主降来，顾慰我们的灵魂，也该当真心爱人，彼此相助。第二，是耶稣复活后，但发显给热心事奉他，盼望看见他的人们。这一次五百多人，都是耶稣的宗徒弟子，其中一定没有钉死耶稣的恶人，这是教训我们，若愿意死后，得享天主给我们预备的荣福，在现世该尽心事奉天主，跟随耶稣，做耶稣的徒弟。

二、耶稣命宗徒往普世去开教

耶稣向宗徒们说：“天上地下的权柄，全交给了我，所以你们往普天下去，传扬福音于万民，凡信而受洗的必要得救。”（玛 28：18）耶稣是天主第二位，与圣父圣神共是一体。天上地下的权柄，常在耶稣手中。如今耶稣说这话的意思，是表明天主圣父因他受难钉死的功劳，把天上地下的权柄，又另外的交付给他了。

耶稣有天上的权柄，所以能开天门，许善人升天堂，给善人预备荣福的座位，也能使令天神，打发他们来保护世人。耶稣有地下的权柄，所以能宽赦人罪，能变化人心，赏给人各样圣宠。耶稣有这两样权柄，是我们的好处。因耶稣极爱吾人，为救我们的灵魂，

不怕舍自己的性命。如今有这样大权，岂有不肯为我们用的吗？我们该当庆贺耶稣得了这样的赏报，也加倍依靠耶稣。

再想耶稣为用自己的权柄，没有说：你们去替我报仇，把法利塞，比辣多，黑落德诸人从重惩办，各加以应受之罚。却说你们去训诲万民，使人人都走升天堂的正路，得救灵魂。耶稣的宽宏大量，全如同在天大父一样，命太阳普照善人恶人，降雨泽滋润各等人的田地。只有无限无量的天主，能有这样的宽仁。

吁！吾良善之耶稣，我也在尔救赎之中，是你从魔鬼手中夺回来的。我今属于尔权下，求尔指引保护我，稳行天堂正路。

三、耶稣赏赐圣教会行圣迹的能力

耶稣又说：“信从福音的人，能因着我的名字驱魔，通万国方言，除去毒蛇，喝了毒物不受害，加手于病人，病即痊愈。”（谷 16：17）

耶稣的话能有两样解说：按字面的意思，是指宗徒和后来传教的人，当着要紧的时候，能行真圣迹。圣教初兴的时候圣迹最多；即使我们这时候，也不断的发显。真圣迹是天主的声音，我们该感谢天主，在圣教会中，常存留这个特恩，为坚固我们的信德。

按这话的寓意，是指宗徒和后世有神权的人，给人赦罪，或给人讲道理，在人灵魂上发生这些奇妙的效验。圣额我略说：“司铎听告解时给人念赦罪经，就是除去人心内的毒蛇，驱逐灵魂上的魔鬼。”

再者，司铎居住在罪人中间，不染不良的风俗，就如同吃了毒物不受害一样。因着他的表样，恶人动心回头，就如同把手放在病人身上，病即痊愈一样。

吁！吾救世主耶稣，你立了圣教会，你也常保存传扬圣教会。设立主教、司铎，治理教务，施行圣事。我感谢你上智的安排，并求你保佑主教、神父，赐之康宁睿智，克称其职，抚眷吾羊，同跻天国。阿们。

耶稣的看顾

瞻礼四

定像：想见宗徒等都在晚餐厅中，耶稣忽然显现。

求恩：求天主赐我常收敛心神，为能承受耶稣的看顾。

一、耶稣看顾的情况

通常耶稣在表面上总是让宗徒们独处，可事实上，他和他们常在一起，只是并不显现出来罢了。他暗暗地在各种困难中帮助他们。

他对我们也是这样，我们的信德使我们相信他和我们常在一起，他的圣宠常常帮助我们行善避恶。

有时，他显现给宗徒们只是暂时的，很短的，但也是宝贵的。

他对我们也是这样，有时我们感觉到他和我们在一起，只是偶然的，暂时的。所以我们应当好好利用这些幸福的时刻，因为恐怕有一天，他会使我们完全感觉不到他的存在。

这种短短的，稀有的显现在宗徒们身上产生了很美妙的效果，他们就在这些显现中接受了使命：“我遣发你们，正如父遣发我一般。”（若 20：21）在这些显现中，他们领受了训悔，授洗，赦罪的权柄。（若 20：23）他又给他们超性的光辉，给他们解释历代的先知的预言和古经的才智，并指示他们传教的方针。

对于我们也是这样，在耶稣看顾我们的幸福时期中，我们能够得到我们生命的指示，使我们能和基督神交密谈，接受他的指示，作为我们一生行动的指针。

二、有利的环境

首先便是黑夜，黑夜的寂静会使我们沉思，沉思出事物的真相。黑夜使事物失去了它们迷人的外貌的光彩，让我们能够判断出它有的真价值来。灵魂的安静是可贵的！

“门关着” 我们的外部感官和内心的宫门都应当紧紧关闭。把那些浮华的气息驱在门外。外部感官就是手、眼、口、鼻；内心的宫门就是想像和记忆。与耶稣密切来往，必须有外面的孤寂和内心的沉静。要度内修的生活，必须避开人间的烦嚣。

“怕犹太人或敌人”，每一个人有他的弱点，如果耶稣不看顾，不来治愈我们，或在战斗中不坚固我们，恐怕我们会遭到致命的创伤。

这种神圣的怕惧对我们是有益的，也是天主赏赐我们的恩宠，能使我们在领圣体时，热切希望耶稣显现。

倘若耶稣不常常显现给我们，不一定便是我们的错误。也不能说是因为我们过于忙碌，因为耶稣能在我们工作很忙碌的时候显现给我们，也并不是因为遭遇种种阻碍，也不是因为我们缺少外面的帮助，也不是因为我们的过错，宗徒们也是有缺点的。

能够补足我们缺点的，便是我们诚朴的爱情和依恃他的一颗心。如果我们依恃他的心情不深切，那才是我们的错误。实际上我们就是不坚信主对我们的爱情；为此我们自己对他的爱情也不真切。宗徒们却不这样，他们坚决相信基督的爱情，因此他们能够变化自己。

三、耶稣看顾的效果

最显著的是他带给了我们灵魂以信仰、以平安。“愿你们平安！”“不要怕，是我。”这些话都会使我们得到安静和甘饴。

与平安相反的就是灵魂的骚乱，思想的颠覆，情感的波动，行为的急躁；遇到前进的阻碍就忧虑重重，对那阻止我们传教工作的人，心抱不平，愤愤气恼，对自己的理想，顾虑其成败…。

平安来自耶稣，平安来自爱他人如同爱自己的义举，平安就是安心接受外遇之不幸，忍受自己的恶劣脾气，既有的过失。对别人又是原谅他们的缺失，多摘取他人的长处，对他人保有良好的印像；如果有能力就去开导那些陷于罪恶者，按着基督的精神去帮助他们。把他们看作基督的奥体的一肢。

平安又是保持内心的平衡，不为外物所动。平安又是虚心接受别人对自己的指导，甚致是严厉的责罚。再就是服从命令，尤其是要甘心服从那与自己志趣相违的命令。

以上这一切都是耶稣在看顾我们之后所可能产生的效果。效果大小，要依照我们接受基督恩宠的态度而定。总之，本默想的要求是要我以孺慕之情与耶稣合作。

耶稣复活后存留五伤的缘由

瞻礼五

定像：想见从耶稣五伤中发出五道明光来，光照耶稣的全身。

求恩：求天主赏我明白耶稣存留五伤的缘由，爱慕依靠耶稣。

耶稣一身的伤痕，至复活后皆踪影全无，惟留手足肋旁五处伤痕，一定有许多缘故。今天我们默想几条，为感发爱慕、依靠耶稣之情。

第一个缘故，是为坚固宗徒弟子的信德，使他们深信耶稣复活。所以发显的时候，不但许他们看见自己的五伤，还许他们摸自己的五伤。为明证他的圣身，就是受难时被钉于十字架上的圣身。

我们因着耶稣复活后所留的五伤，也该发信德，全信圣教会各端道理。因为耶稣复活的圣迹，是一切道理的根基。耶稣既然从死者之中自己复活了，所以他一定是真天主。耶稣既然是真天主，所

以他讲的道理，立的圣教会，必是真实无妄的。巴不得我们的信德坚固活泼，如同当初亲眼见了耶稣五伤的宗徒弟子们一样。

第二个缘故是为光荣自己的圣身。打了胜仗的将军，若在阵上受了重伤，回国的時候，不但不掩藏，必要显示于人，夸张自己的功劳。耶稣被钉于十字架，是打胜了魔鬼世俗。常存着五伤，令人观看，也有这个意思。

吁！吾救世主耶稣，世界上的主人，往往给自己的仆役，选定一种号衣，为容易认出自己的人来，也为阻挡他们逃跑。求你也把你的五伤印在我身上，使我永远为你的仆役。我甘心效法你，受苦受辱，与你同被钉于十字架，如同圣保禄宗徒说的：“我在我身上带着我主耶稣的伤痕。”（迦 6：17）

第三个缘故，是为把他为我们所受的苦难常摆在眼前。纪念他为救赎我们用了何等的价值，可怜我们，用圣宠扶助我们，宽恕我们的罪恶。先知依撒意亚说：“天主不能忘了我们，因为我们的名字，写在他的手上了。”（依 49：16）

吁！至慈善的耶稣，你这样爱慕我，我何能忘了你呢？“巴不得你的名字刻在我心上，刻在我的臂上，当作我的印号。”（雅歌 8：6）

第四个缘故是为息天主圣父的义怒，宽赦罪人。圣若望宗徒说：“我们在天主圣父台前，有无罪的耶稣基利斯督作我们的中保。”（若一 2：1）圣盎玻罗削说：“耶稣的五伤，如同五个口舌，常在天主圣父台前，替人讲情求恩。天主圣父一见耶稣的五伤，不能不宽赦罪人。”

从前洪水平定后，“天主命云彩出虹，作自己同诺厄结约的记号。不拘何时，一看天虹，就记忆自己同诺厄结的约，不再降洪水罚人。”（创 9：8）如今耶稣的五伤，比云彩的虹，不更有力量吗？所以我们能用达味圣王的话向天主说：“保护我们的天主，求你回目注视尔子的圣面。”（咏 83：10）看看耶稣的手足肋旁，因其圣手之伤，赐我常行圣善的功夫，因其圣足之伤，赐我常走义德的道路：因其肋旁之伤，赐我心中充满神爱之火。

第五个缘故是为感发人的热心，勉励以爱还爱。见耶稣为救我的灵魂，受了这样的重伤，我们为报答耶稣，不当受些微的劳苦烦难么？所以这五个伤痕，在耶稣身上是五样装饰，射到我们心中，就如同五根火箭一样，催迫我们全心爱慕他，尽力事奉他。如同圣保禄宗徒说的：“基利斯督的爱情催迫我们。”（格后 5：14）

我的灵魂，你该以耶稣的圣伤，为你的避难所，为你的安宅。深深藏在里面，可以脱逃天主的义怒，可以躲避魔鬼的攻打，可以远离世俗的扰乱，可以找着圣宠的泉源，种种好处，难以数计。

第六个缘故，是为到公审判的时候，羞愧恶人。天主圣父那时候要指着耶稣，向恶人们说：“你们看看这个人，看看他手足肋旁的伤痕！是为救你们的灵魂，他情愿受了这些苦刑。但是你们白白辜负了他的恩典。”他们一听这些话，都捶胸愧悔，怨恨自己。

至于善人们，到公审判的时候，连后来在天堂上，每次瞻仰耶稣的五伤，每次发感谢爱慕之情。

吁！吾可爱之救世者，你复活后存留五伤，是为我灵魂的好处。我要终身存想你为我所受的诸苦难，为得沾你救赎之恩。

念 “向耶稣圣灵诵”

统观耶稣显现为我有何教训

瞻礼六

定像：想见宗徒等每次见耶稣，每次充满神乐，增长热心。

求恩：求天主赏我常收敛心神，为蒙天主亲来顾慰我的灵魂。

一、耶稣显现为坚固人的信望爱三德

1、坚固人的信德。耶稣发显的时候，屡次显示五伤，也命人**观看抚摸**。是为叫人明见他复活的圣身，就是以先钉于十字架的本身，坚信耶稣真复活了。宗徒多默固执不信耶稣复活，刚一摸耶稣的伤痕，立时疑惑全去了。诸位宗徒弟子，因为屡次见了耶稣发显，所以信德坚定不摇，以耶稣复活为一切道理的根基。圣保禄宗徒说：“若耶稣没有从死人中复活，我们的信德是假的。”（格前 15：17）言外是说，那是万不能的。

2、坚固人的望德。望德是靠着信德存在的，信德坚固望德自然**就坚固**。圣教会在复活瞻礼唱这段经文说：“基利斯督我等之望，已经复活了。”意思是说：我们也有复活升天的盼望了。圣保禄宗徒说：“若耶稣基利斯督没有复活，也没有给我们留下复活的盼望，我们比一切人更可怜。”（格前 15：19）宗徒连后世的热心教友们，在困苦艰难之中，能安心忍受，全是赖着这个盼望。

3、增加人的爱德。天主的本性自有万万美善，可爱无比，人若能一会儿的工夫看见天主的美善，必定要全心爱慕天主，不能再有别的偏向了。耶稣的人性，同天主性结合成了一位。复活以后，也略略显露天主本性的美善。所以宗徒们一见耶稣发显都喜乐无比，他们爱天主的心也大大加增了。从那时以后，如同是坚定于善不能再犯罪了。

耶稣从前向多默宗徒说：“不见我而信我的人，才是有福的。”耶稣为信德说的话，也能贴在望、爱二德身上，我们没有见耶稣复活后发显的光耀美丽。若能因着以前这半个多月的默想，坚固望德，加增爱德，一定能得耶稣所许的真福。

我的灵魂，你该勉励发信望爱三德，也恳求吾主耶稣。加增你这三个超性之德。

二、耶稣显现同天主顾慰善人的灵魂情况

1、耶稣发显的次数。耶稣复活后显现于人，圣史们只记载了九次。其实不只九次。耶稣发显于圣母虽然圣经没有记载，也是不能疑惑的。大约也不只发显了一次。圣保禄宗徒说：“耶稣显现于五百余人，又显现于宗徒雅各伯。”（格前 15: 6）除此以外，大约耶稣还有发显给别人时候。虽然如此，那四十日内，耶稣发显的时候少，不发显的时候多。

2、耶稣发显的时候。平常是在人不料想的时候忽然而来。与人言谈，时候甚是短促，往往正当着人欢乐出神的时候，耶稣忽然隐藏起来。

3、耶稣发显的地方。或在路上，或在山上，或在湖旁，或在晚餐厅，没有一定的地方。至于耶稣的仪容，或光辉荣耀，或扮作旅人园丁等，难以预料。

如今天主顾慰善人的灵魂，赏赐人神光神慰，也是这样。或在平常日子，或在瞻礼之日，或在圣堂，或在家中，或因见人猝死，或因听讲道理，时时处处，天主都能用圣宠，光照安慰人的心，使人看破世俗的虚假，喜欢走德行的道路。

可是人在现世，得这样神光神慰的时候少，不得的时候多。所以我们该当谨守五官三司，等候天主在我们灵魂上，施这样的特恩。师主篇上说：“你若是在心中给耶稣预备住处，耶稣必要降来，叫你觉着他的安慰。”（师卷二：1）千万别叫吾主耶稣，用以前指着耶路撒冷说的话，向我们说：“因为你没有认出天主顾慰你的日子来，你将来必遭极大的祸患。”（路 19：44）

当着天主顾慰的时候，有几条当守的规矩：1、当发谦逊，承认自己所有的善情善愿，都是天主的恩赐，不是自己的功劳挣来的。不可因为蒙了天主的顾慰，就想自己成了圣人。2、不可过于贪恋神慰。天主赏赐神慰，是为鼓励人行善，不是叫人在现世享福。3、该想神慰不久即过，该及早预备自己的心，为承当要来的神枯无慰。

吁！吾这耶稣，你或赏我神慰，或加我神枯，全随你的圣意，只求你别离开我，常为王于我心中，我就心满意足了。

良心平安人之真福

瞻礼七

定像：想见一位隐修士，在修院中念经尽本分，明知道自己事事承行天主的旨意，平安悦乐的光景，感动旁人。

求恩：求天主赏我看重爱慕这个真福，再不贪图世俗的虚乐。

一、良心平安的效验

良心的真平安，是一个人灵魂上没有大罪，常保存天主的宠爱。如同圣保禄宗徒一样，虽然不敢说自己一定是义人，但自问良心，并不觉有该下地狱的大罪。若是从前犯过大罪，已经真心痛悔定改了，办了妥当神工，若是现在去世，赖天主的仁慈，能放心去听审判，这样的平安是人生在世最大的福分。但专务这个平安，常保存这个平安的是有福之人。

一个奉教人有了这个平安，一切的好处都有了。舒泰喜乐，安慰甘饴，全能享受。我们可以用古经上赞美智德的话，赞美良心的平安说：一切的好处，都同他一起来到我身上。”（智 7：11）因为这样的灵魂，明知道自己是天主的儿女，在天主面前度日，不论什么变故不能乱他的心。患难他也不害怕，苦辱他也不忧愁，随遇而安，悠游自得，身虽在世，已经得享天上的福乐了。

良心平安的人，在生时常不忧不惧，到临终时怎么样呢？如同那些瞞昧良心的人们，惊惶失措，扰乱不安吗？断乎不然。到那时候，他虽然一息奄奄，命在呼吸，但心中的安乐毫不改变。预备去

见天主，如同孝子去见慈父，不是如同罪犯去见判官。圣经上称这样的死为安眠于天主怀中。真令人羡慕不止。

咳！天上的安乐，至大的福分，你赏于何处？如何能找着你呢？为买你，当出何价值？为得你当行何善工呢？我的灵魂，你不必远求，在你心中就能找着这样的安乐。耶稣在圣经上说：“天国即在尔辈心中。”（路 17：21）所说的天国，就是天主所居之国。有天主在你心中，你就能享平安之福了。

二、得良心平安的方法

1、躲避大罪。因为大罪是扎心的利剑，害心的毒药，咬心的虫子。大罪与良心的平安不能并立。人既然知道，自己是公义天主的仇敌，被全能的天主恼怒，如何能有片刻的平安呢？先知耶肋米亚说：“恶人口中说，平安，平安！可是他们不能有平安。”（耶 6：14）

我的灵魂，你若愿意保存良心的平安，该躲避大罪，如同躲避瘟疫；恼怒大罪，如同恼怒死亡；害怕大罪，如同害怕怪物一样。

2、躲避故意的小罪。故意犯小罪是故意违背圣宠的光照，不随从天主的警戒。人明知道自己伤了天主的心，故意叫天主不喜欢了，是必不能得平安的。古圣约伯说：“谁违背了天主，还能有平安呢？”（约 9：4）

咳！我已经屡次经验过了，有许多次，我心中扰乱不安，并没有别的缘故，只因为我故意犯规矩，不用心行神工等。如今懂得了这个关系，以后再不敢故意犯小罪了。

3、压伏偏情。愿意得良心的平安，该心中常有天主。可是为得天主常居在我心中，该使我的诸情全屈服于天主权下。使我的心，成了平安的国都，天主才肯居住。古经上说：“天主不与扰乱同居。”（列上 19：11）一个偏情不克制，就能扰乱我的心。

所以我的灵魂，你若愿意常享平安之福，该克制各样私情偏向，尽力争战，至死不懈。常得胜偏情，就能保存良心的平安。

吾天主，我在现世不盼望别的福乐，只盼望得这良心的真平安。任凭别人贪财帛，图名声，我但专务这一样好处。

吁！平安之王，只有你能赏给我这个真福，世俗所许的福尽是虚假哄人的。所以我不向世俗求安乐，但向你呼号哀求。

吁！救世主耶稣，你复活后，曾屡次给宗徒弟子等祝平安之福。求你也用一样的话安慰我。伏维吾主，只发一言，我之灵魂即得享太平矣。

耶稣复活后第三主日

善人恶人在现世的情形

定像：想见吾主耶稣受难前，教训宗徒们说：“我真实告诉你们，你们将来要涕泣难过，世俗人反倒要得欢乐。”

求恩：求天主赏我懂得世苦的益处，为效法耶稣常甘心忍受。

一、世俗人欢乐

圣若望记载：“耶稣受难前，教训宗徒们说：不久以后，你们就不能见我了。到那时候，你们要痛哭忧闷；世俗人要喜悦欢乐。再等不多几时以后，你们又能见我。到那时候，你们的忧苦要变为喜乐。也没有人能夺去你们的喜乐了。”（若 16：16）

今天念的这段圣经，能有两样解说：1、按字面是向宗徒说的话。是说不久以后耶稣要受难，宗徒们不得见耶稣了。到耶稣复活以后，宗徒又得见耶稣。2、按寓意是向一总奉教人说的话。就如同说：在现世你们不得见我，要涕泣忧闷。可是不久以后，你们要去世升天，享无穷的真福。

天主在现世待善恶两等人的办法，真是深奥难明。善人忠心奉侍天主，是天主的好友，天主反加给他们忧苦患难。恶人背弃天主，是天主的叛民，天主反赏给他们财帛快乐。天主这样分派，不是没有缘故，是用暂时的苦难炼净善人的过失，加增他们的功劳。

把暂时的世福赏给恶人，是为报答他们本性的善功，以满全天主的公义。

而且现世的福乐全是虚假的。恶人们享受荣华富贵，外面相似有福，其实他们一点儿真福也没有。贪财求名的患得患失，昼夜不安；放纵私欲，志趣卑污，自己也觉着羞愧；一想起死后永远的大事来，惊惶恐惧，更难以言传了。

达味圣王明白这端道理，作歌咏道：“我一见恶人享福，我受窘难，他们不用出力受劳苦，就成为富有，我甚是惊讶。”以后又接着说：“可是我举起心来，在天主圣意中考察他们的究竟，才知道他们的祸患了。吾天主，凡远离你的人，必定死亡。亲近你，仰望你，是我的好处。”（咏 72：3）

从此我们该取两样教训：1、用超性的眼光看现世的祸福。想事事都有天主上智的安排，而且还有合理的缘故。2、几时我们遇见达味说的那些情形，心中不可扰乱，更该乘机会修德立功。

二、善人涕泣忧苦

耶稣说：“谁愿跟随我，该背自己的十字架。”古经上说：“天主罚他所爱的人。”所以真心事奉天主的人免不了患难，或疾病贫穷，或毁谤冤枉，此去彼来，常常不断。善人受这些试探，有时也觉着伤心难过，至于流泪。可是善人在忧苦之中，也有一番安慰。因为明知那些患难，是天主为他们的益处打发来的；顺听天主的命，虽苦也觉着平安。有时天主用非常的神慰来安慰他们的忧苦，忧苦之中有极大的神乐。圣保禄宗徒尝着这样的神乐以后向人说：“我在困苦艰难之中，因着天主的安慰反更喜乐。”（格后

6: 10) 圣奥斯定向人说：“你们见我流泪，别想我是痛苦难忍。不是那样，我流的泪比世俗场中的各样喜乐更觉甘饴。”自然这样的特恩，不是人人能得的，也是不常见的。但临终时心安神乐，凡热心人大都能得着。

崇修引上记载：一个修士、浑身烂疮，到了临死的时候，高声歌唱。一个行路人，偶然遇见他，甚觉奇怪，见他那种情形，为什么还那样喜乐？他回答说：“我的肉身如同一道墙，阻挡我见天主。如今这堵墙，眼看就要倒塌，不久我就能见天主了，为什么不喜乐呢？”

吁！吾主耶稣，我在现世拣选你分于善人的涕泣忧苦，不愿意同世俗人享虚假的欢乐。若世俗人因为我同他们各别，难为我，讥笑我，我更欢喜。因为我主、我师，你先受了这样的慢待。我为奴仆，为徒弟的，不敢盼望在你以上，另外因为不久，你就要亲手擦干我的眼泪，把我的忧苦，变为无比的真乐、永远不能失落。我今主意已定，求天主加我圣佑，使我恒守今日之善志。

人生在世为时无多

瞻礼二

定像：设想自己听见吾主耶稣对我说：“不多几时以后，你就能见我；你的忧苦要变为欢乐，没有人能夺去。”

求恩：求天主赏我纪念这端道理，用暂时的生命积德立功。

一、常想生命短促容易忍受世苦

在本主日的圣经上，耶稣对宗徒们说：“不多几时以后，你们又能见我。”这几句话的意思本是宗徒们在世界上，为耶稣忍受不多几时的世苦，就能升天，享无穷的真福。可是我们也可以把这几句话贴在我们身上，默想生命的短促。

我们在现世几十年的工夫，转眼即过，甚是短促。在未到以前，觉着时间很久，但等过去以后，觉着如一场大梦一样。若和永远一比较，不过算是零。常想这端道理，为我们有许多好处，就是能叫我们甘心忍受世苦。古圣约伯说：人生在世，如同在战场上一样。”（约7：1）人的生命充满各样患难，凡亚当子孙，居此涕泣之谷中，没有一个能免掉患难的。有什么法子能使我们甘心忍苦，事奉天主呢？大圣人们但为爱慕耶稣，为同耶稣相似，就能以苦为乐，以辱为荣，然而这样的大圣人不可多得。为我们这德行不高，神力软弱的人，惟有常想生命的短促，才能提拔我们的心火，勉力承当现世的苦难。就如同病人吃苦药一样，或在动手术时，因想暂时的疼痛除去身上的疾病，再得先前的强壮，就能支持忍耐一样。

所以我们当着有忧苦的时候，该纪念这端道理。想我们这人生的旅途非常短促，不久耶稣就要接我升天，将我们的忧苦，全部变为喜乐。在学校念书的孩子，一想马上见到自己的父母，就心旷神怡，忘掉一切的痛苦。我们若常纪念那永久万福的老家，定能甘心忍受暂时的痛苦，向往永远的天乡。

二、常想生命短促容易经看世福

人贪恋虚假的世福，不专务救灵魂的大事，全是因为忘了世福的不长久。如同圣经上耶稣说的那个富人，打算修盖仓房，聚集粮食。天主责斥他说：“糊涂人，今天黑夜，就要收你的灵魂，你聚敛的财帛要归于谁呢？”（路 12：16）智王撒落满在富贵荣华之中，尚且大声叹息说：“虚而又虚，万事皆虚！”（训 1：2）世福虚假的缘故，另外是因为不能长久。光荣快乐，到临终时全得抛下，况且生死不定，连一年一月的工夫人也不能自保。如此想来，世福有何可贪恋之处呢？

耶稣教训宗徒们的话，最能叫我们看破世俗的虚假。耶稣没有说：过几十年以后，你们才能见我。但说：不多几时以后，你们才能见我。

圣多玛茂禄因为不肯随誓反教，被英王亨利第八囚在监里。他的妻子劝他顺从国王，为保存富贵。圣人向她说，我若顺从王命，还能享几年的富贵呢？那时圣人年已六十有余，他的妻子答应说：你还能享二十年的富贵。圣人责斥她说：你真是糊涂，为二十年的世福，就弃舍永远的天福吗？

你想贪二十年的世福，还糊涂，何况贪一年也不能保的世福呢？

三、常想生命短促容易勉力行善

我们在世，若有千年万年，或者可以推诿说：到后来再勉力行善也不算晚，可惜的是，我们在世还有几年几月呢？达味圣王在圣咏上说：“我在世的日子，天主已经都计算了。”（咏 38：6）耶

稣但说：“不多几时以后。”我们如今若不勉力行善，尚待何时呢？耶稣说过：“趁着天还不黑，赶紧做你应做的事。”黑夜一来，就是一死之后，什么也不能做了。罪过也不能补赎了，功劳也不能加增了。你年纪还轻，未必能活到壮年；你力量强壮，未必遇不着意外的变故忽然猝死。所以人人都该行善立功，及早料理自己的灵魂。

可怜我们为暂时的世物经营打算，不遗余力；为身后永远的大事，推诿迟延，慢不经心。恐怕这件大事如今就在我眼前，我还不知预备，这是何等昏愚呢？

今天的默想题目，就是天主提醒我们的声音。所以该把这端道理深深地记在心里，为忍受世苦，轻看世福，并勉力行善立功，不再迟延。

实有天主

瞻礼三

定像：想见天主当初在冒火的荆棘中，向梅瑟说：“我是自有的。”

求恩：求天主坚固我的信德，用这端道理约束我的思言行为。

一、有天主的证据

天地间有个真神，是神人万物的大主宰。这端道理彰明昭著，本来不必要证据。人心内自来有的观念，比任何证据更可相信。但为提醒人发信德，得这端道理的神益，我特举出几条浅近的实例来，作默想的材料。

1、天象证明有天主。当我们看见一座房屋时，就想有人修盖，看见一架钟表，就想有人制造。因为这些物件不能自成。如今我们抬头看看天上的日月星辰，各按轨道，四时运行，全合度数，数千年以来，毫不紊乱，比钟表房屋奇妙多多了，能够是偶然凑合的吗？更深夜静之后，当着星月皎洁的时候，仰观天象，人若不是疯狂，不能不承认有个全能全知造化天地的主宰。天主的名字如同写在日月星辰上了一样，人人都能看见，谁也不能涂抹。

2、良心证明有天主。普天下各国的人民，无论智愚文蛮，若做了大不合理的事，虽然极其隐密，没有一个人知道，可是良心常不安，一遇着意外的变故，就想自己是因罪遭殃。若没有天主，这样的怕情是从哪里来的呢？

再者，人一遇见大患难，比如暴雷地动，没有不向天求救的，一受了冤屈不能洗白，没有不向天诉冤的。这些凭据都是天主刻在人良心上的，不能泯灭。

3、人身证明有天主。人身上的五官四体，安排的极其精巧；骨节脉路，上下都有次序。许多学者，多年研究，不但不能仿效，连讲解也讲解不来。我自己想，数十年前没有我，如今怎么有了我呢？我的肉身虽然是从父母来的，但是肢体脏腑是如何安排的，父

母全然不知。除了全能的天主，谁能捏造一个人的肉身呢？如果你对人的身体仔细观察，你就更奇妙了。

至于飞禽走兽皆保其种类，草木五谷常常发芽结子，都证明是天主的神工妙用。所以圣保禄宗徒说：“天主无始无终的德能，在受造之物上，可以看得出来。外教人不认识天主，不能推托无罪。”（罗 1：20）我们奉教人有信德的真光引领着，若不信这端根本的道理，更不能推托无罪了。

二、信有天主方能救灵

耶稣受难以前，祈求圣父赏赐世人得常生，随就讲解这句话的意思：为得常生应当认识真天主。（若 17：3）圣保禄宗徒给希伯来人写信说：“愿意到天主台前去的人，先该信有天主，也该信天主赏报寻觅他的人。”（希 100：16）这端道理不难明白。一个人若不信有天主，必定不恭敬天主，不守天主的诫命，这样忘本负义的人，比不孝敬父母，罪过更大，如何能救灵升天呢？

再者，人不信有赏善的天主，必不勉力行善，不信有罚恶的天主，必不留心避恶，一到这个地步，是必要骄奢淫逸，无所不为了。圣咏上说：“恶人在自己心中，一说没有天主，立时人都败坏了。谋算的事情，都是可厌恶的了，连一个行善的人也没有了。”

（咏 13：1）圣保禄宗徒说：“因为教外人不认识天主，所以他们的心昏迷了。天主把他们交给了丑陋的偏情，他们犯了许多相反本性的罪。”由此可见，信有天主，为救灵魂是极有关系的了。

我们为避免这样的大祸患，该深思这端根本的道理。所说的信有天主，不但是不故意疑惑，不出言反对，还该常说：天主是我们

的主宰，承认天主有掌管我们的全权，也不缺我们对于天主所有的义务。圣经上劝人纪念自己的造物主，（训 12：1）就是这个意思。

可惜我们的心思念虑，只在世俗的闲事上，只在本身的利益上，轻易想不起我们的造物主来。无怪乎我们的思言行为这样放肆，事奉天主这样冷淡。

吁！吾天主，你常纪念我，比为母亲的挂念自己的小孩子更用心。（依 49：15）我反倒常忘记你，如同没有你一样。求你饶恕我，也相帮我日后专心事奉你，自今迄无穷世。阿们。

事奉天主

瞻礼四

定像：设想耶稣向我说：“你当朝拜你的主天主，只事奉他一个。”

求恩：吾主天主，求你赏我懂得事奉你是我的严分，我的尊荣，我的福分。以后常纪念这个道理，甘心尽这个本分。

一、事奉天主是我们的严分

1、我们是天主造生的。天主造生我们，不能没有目的，也不能有别的目的，是为叫我们光荣事奉他。当初天主造生我们的时候，就如同向我们说：“你当朝拜你的主子天主。只事奉他一

个。”（玛 4：10）所以这个本分是我们绝对不能脱卸的本分。我们既是天主从无中造生的，就不得不尽这个本分。天主能不造生人，既然造生了人，就不能不给人定下这个本分。

2、我们领洗的时候许给天主说：“弃绝魔鬼，弃绝世俗。”于是我们就成了天主的人。从此以后，我们更不能不事奉天主了。一直到死，我们失落不了领洗的印号；一直到死，我们就不能脱卸这个责任。

如今反心自问，我到如今怎么样尽了这个本分呢？咳！恐怕我许多次忘记了这个本分，忽略了这个本分。恐怕许多次背弃了天主，以受造的人物当了我的天主；恐怕许多次，我如同吾主耶稣说的：“事奉天主，也事奉财神。”（玛 6：24）就是不明明背天主，却还有恋爱财帛、光荣、快乐的心情。吾天主，我承认我的错误，愧悔我的没良心，以后定要专心奉事你，遵守你的诫命。

二、事奉天主是我们的光荣

世人莫不以事奉皇上为体面。若蒙皇上信任，当差应役，甚觉洋洋得意。往往自己夸耀说：我是一人之下，万人之上。但世界上的帝王，其尊高富贵能比得天主尊高富贵的万分之一吗？事奉天主，蒙天主的宠眷，不更体面荣耀吗？

古经上记载：“有一天，天主向撒殢说：你走遍了地球，曾见了我的仆人约伯吗？在地球上，没有一个人相似他的。”（约 1：8）天主为什么那样看重约伯呢？圣经上明说了，是因为他是天主的仆人，常忠心事奉天主。你想当时在世界上，帝王公侯，格学博士不知有多少，天主都没有器重他们，但说你见了我的仆人约伯

吗？听天主的口气，就如同当时约伯一个人是可看重的。所以达味圣咏上说：“你们该喜欢善于事奉天主。”（咏 99：2）

奉教人都该自己幸庆说：我是奉事天主的人，我是天地大君的仆役。天主保护我，谁能相反我呢？虽然按我的分位，我也该奉事受造之人，或是帝王长上，或是家主；我决不是怕他们那权威的势力，而是因为他们代天主的权管理我们。我为听天主之命，奉事受造之人。我们若常存着这样的心思，才相称我们的超性地位。

三、事奉天主是我们的福分

天主不但是至尊至贵的主宰，还是至仁至慈的恩主。

1、天主造生养育我们，降生救赎我们，比生身的父母，救命之恩人，待我们恩情更大。我们若能奔走效力，略表报恩之情，不是至大的福分吗？2、天主担待我们的软弱，宽赦我们的罪过。若有奴仆事奉主人，虽然拙笨粗鲁，不会办事，主人大量包含，常常宽待，奴仆能不感动，更甘心事奉主人吗？3、天主体贴人心，报答人的功劳。世上的仆役，事奉主人，往往拿着好心，换不出好意来，善尽了本分，还不能称主人的心。天主不是这样，只要你尽了心，虽然事情办不成，也受赏报。连你盼望做，未能做的善功，也要赏报你。我们事奉这样的主子，是何等的福分呢！

我的灵魂，你既然知道了天主是这样慈善的主子，日后该甘心事奉天主，欢喜事奉天主，遇有当弃绝自己的机会，大大方方地弃绝，遇有当背负的十字架，喜欢背负；遇有当承担的艰难，勇敢承当。这样你在世是有福之人，死后天主还要厚厚地赏报你。

敬畏天主

瞻礼五

定像：设想吾主耶稣当面向我说：“你该当怕的是那杀了你的肉身以后，还能罚你的灵魂下地狱的天主。”（玛 10：28）

求恩：求天主赏我明白这端道理，以敬畏之情钉住我的肉情。

我们固然该爱慕天主，可是我们也该敬畏天主，因为天主虽是本性美善，可爱无比的，却也是至公至义，无恶不罚的。天主的本心是愿意人爱慕他。爱慕他的，天主就待之以仁慈，不爱慕他的，天主就加之以公义，尊严难犯，令人战惊恐惧。所以圣奥斯定说：“天主论本性是美善可爱的，在我们一方面是公义可怕的。”

一、敬畏天主分的三个等级

1、下等的敬畏。这是奴才的畏惧，也能说是牲畜的畏惧。但因为怕受刑罚不敢犯罪，并不是实心躲避罪恶。若能脱免刑罚，他就任意犯罪作恶。这样的怕情不但没有功劳，还有罪过。这是怕本身受罚，不是怕得罪天主。

2、中等的敬畏。这是真心不愿意犯罪。但因为三仇的诱惑太难抵抗，就用天主的义怒，地狱的永苦来警戒自己躲避罪过。这样的怕情，因为全去了犯罪的心意，所以有功劳，能救得灵魂，也是预备人心爱天主在万有之上。但因为还是求自己的好处，所以不算上等。

3、上等的敬畏。使人躲避罪恶，不是因为怕受罚，但是因为怕伤天主的心，即便犯罪后不下地狱，也不敢故意叫天主不喜欢。这就是要理上说的：敬畏之恩，天主圣神赋于人的七恩之一。

如今各人回心想想：这三等怕情中，我有哪一等呢？我果然如好儿女一样，别无所惧，只怕犯罪离开天主吗？我若还没有到这个地步，想想以下两端道理，至少该有中等的怕情，为躲避犯罪。

二、敬畏天主的缘故

该当敬畏天主的缘故是天主的公义。天主本性圣善，与罪恶不能并立，丝毫不能容忍，仇恨罪人，永无止息；刑罚罪人，极其严厉；责斥罪人，言语惊人；处治罪人，痛苦难当。永火地狱是天主义怒的监牢，无底的火海，常裂开在罪人脚前。罪人一死之后，陷入其内，黑烟猛火焚其身，失望后悔苦其心，痛哭哀号，咒骂抱怨，是他永远的事业。

吁！公义的天主，报仇的天主，我如今用先知耶肋米亚的话惊讶说：“万民的大君王，谁能不敬畏你呢！”（耶 10：7）

地狱刑罚在身后，没有人亲眼见过。但想天主在现世罚罪人的故事，也能令人魂惊魄落，无处藏身。按古经上记载的，当初洪水灭世，成千累万的人，男女老幼，富贵贫贱，全被淹死。火烧五城，数百里之地，全烧成死海。达丹、亚彼隆反对梅瑟，地裂大口，将他们活吞下去。埃及国王法郎故意违背天主的命，天主命天神手持火剑，一夜之间，尽杀通国各家的长子。其余兵戈旱涝，瘟疫灾祸，屡次也是天主罚罪的刑具。

吁！全能的天主，公义的天主，谁敢不敬畏你呢？

三、敬畏天主的益处

天主的公义固然使人害怕，可是这敬畏之情为人有大好处。这个善情若深深的印在心中，能生出很好的结果来。我若常想天主恨罪之深，罚罪之严，我能不躲避犯罪，专务修德吗？能不谨守五官三司，远离犯罪的机会吗？能不克治偏情，断绝犯罪的根由吗？圣伯尔纳多多年隐修，圣德不凡，曾向门徒们说：“我真真实实告诉你们，为得圣宠，连为保存加增圣宠，最有效验的法子就是敬畏天主。”天主圣神在古经上说：“智德的开端是敬畏天主。”（德 1：16）又说：“成全智德，也是敬畏天主。”（德 11：22）

圣人们都有这个敬畏之情。是这个敬畏之情，催迫隐修圣人躲避世俗，逃到旷野里去；是这个圣畏之情，鼓励精修圣人克己苦身，成全自己的圣德；是这个圣畏之情，相帮致命圣人忍受虐刑，至死保存信德。为这个缘故，天主在古经上教训人说：“你该当敬畏天主，也遵守他的诫命。”（训 12：13）

我的灵魂，你若纪念天主的公义刑罚，一定全守诫命。恳求天主，赏赐给你敬畏之情。

天主无所不在

瞻礼六

定像：想见一个慎独的修士，当着在房中无人的时候，因想天主在前，端正恭敬，如同在皇上面前一样。

求恩：求天主赏我常纪念这端道理，不敢当着天主的面犯罪。

一、天主在各处

天主有各样德能，毫无缺欠，是一定的道理。无所不在也是一样德能，所以天主一定也有。况且天主若有不在的地方，彼处的事情天主难以知道，彼处的万物天主就不易掌管；这样天主的全能全知都有缺点了。

天主无所不在的道理，圣经上说的很清楚。先知巴路克说：“天主是至尊高的，也是无限量的。”（巴 3：25）耶肋米亚先知书写道：“莫非我不充满天地吗？”（耶 23：24）达味向天主说：“我若升到天上去，天上是你的住处；我若降到地狱里去，你也在那里，我若插翅高飞，住在海边上，还是你的手领我去，你的右臂托着我。”（咏 138：10）所以天上地下，东西南北都有天主；不论黑夜白日，在家在外，人总不能脱逃天主全知的监视。

所以我们不可想：天主只在天堂，远远地望着我们，听着我们。天主的本性本体通透天地万物，充满各处。至于经上说的“在天我等父者”，不过因为天堂是天主显光荣的地方，其实天主不光在天堂，处处都在。圣保禄宗徒教训教友们说：“天主离我们不远，我们就在天主内生活，行动，存在。”（宗 17：2）如同鸟在空气中，鱼在海水中，上下四方，浑身内外，处处有水，处处是气。我们在天主内也是这样。

天主离我们这样近，可惜我们轻易想不起天主来，言语行事，出入往来，如同眼前没有天主一样。我们的信德在哪里呢？求天主

把这端真实的道理，深深地印在我们心中，日后常在天主面前生活度日。

二、常想天主无所不在多得神益

1、阻挡人犯罪。人若常想天主在自己面前，明见自己的行为，必不敢当着天主的面犯罪，招惹天主的义怒。不拘多么大胆的恶人，必不敢在判官面前，为非作歹。天主不但是我们的判官，还是刑罚我们的天主：不拘何时何地，都能使我们立时身死，把我们的灵魂推到地狱里去。古圣若瑟常纪念这个道理，所以当着有人在很僻静的地方，引诱他犯罪的时候，圣人答应说：“我怎敢做这样的恶事，得罪我的天主呢？”（创 39：9）

2、相帮人修各样德行，人若明明看见天主，在天主面前做一切的事情，尽一切的本分，自然就事事做的尽善尽美，没有疏忽的地方。常想这端道理的人，也如同亲眼看见天主一样。在天主面前祈祷，自然不敢冷淡；在天主面前读书，自然不敢懒惰，在天主面前吃饭，自然不敢贪饕；在天主面前散心，自然不敢放肆。时时处处都能得神益。所以古经上说：“你该当在天主面前行走、也做一个成全人。”（创 17：1）看圣经上的话，是如同说：常想天主在跟前是修成全最妥当的法子。

3、在忧苦中能得安慰，天主在圣咏上说：“在患难中，我不离他。”（咏 90：15）人在遭患难的时候，若想全能的天主看着我，至慈的大父在我身边，不能不相帮我，不能许忧苦患难胜过我的力量去。也仿佛听天主用圣咏的话向自己说：“不久我就要从患难中救出你来，显扬你的功劳。”（咏 90：15）人若常存着这样的心，多么有安慰！什么患难不能忍受呢？

吁！无限无量的天主，你是无所不在，处处都在的，我不疑惑。巴不得我明悟中常纪念你，心中常爱慕你，常在你面前生活。既然你的性体德能各处都在，离我不远，我求你常用你的上智光照我，用你的全能扶持我，用你的圣爱烧热我的灵魂。你若常这样保护我，我就心满意足了。

天主全知

瞻礼七

定像：想见圣保禄宗徒讲这端道理的时候，惊讶说：“天主知识上智的高深，真是不可测量的。”（罗 11：33）

求恩：求天主赏我明白这端道理，日后常随天主上智的引导。

一、天主的知识无限

1、天主认识自己本体的美妙。比如三位一体的奥迹：圣父生圣子，圣父圣子共发圣神的内在行动，和造化天地，宰制万物的外发行为，都是深奥难明的。天主完全透彻，纤毫靡遗。因为天主这样认识自己本体的纯美圣善，可爱无比，所以欢欣爱慕，久而不厌。这就是天主万福万乐的根源。

天主所享的真福，就是我们日后升天堂要享的真福：如今在现世，我们就该专务着认识天主本性的美善，在天主身上找我们的真福。

2. 天主认识世上的万物。上而日月星辰，为数几何？如何运行？天地何时终穷？在天主眼中，皆瞭如指掌，一望而知。下而禽兽草木，各物性的精微次序，古今来的明人，尽力考究，不能讲解的，天主莫不通晓。

再想，天主使无形的灵魂，结合于有形的肉身，运转行止，全由灵魂做主，是如何结合的？人全然不知道，但都是天主上智的安排。每人有每人的面貌，每人有每人的心思，从古至今，自西往东，总没有两个全然一样的人，非有无穷的上智，怎能生出这样奇妙的变化呢？

3、天主认识普世诸人。不但如同我们认识别人的姓名面容就完了。天主还明白每人所处的环境，所遇的祸福，并每人时时刻刻所思、所言、所行、所爱的事情，或善、或恶，不拘多么隐密，都不能脱逃天主的鉴观；不拘怎么掩饰，不能躲避天主的眼目。圣保禄宗徒给希伯来人写信说：一切的事情，在天主眼中，都是赤裸显明的。”（希 4：13）意思是说，天主看得很清楚，丝毫不能隐瞒。

我们除了大发信德，惊讶天主的全知以外，还该当庆贺我们自己，能常常事奉这样明智的主宰。该当用撒巴皇后称赞撒落满的话向天主说：“吾天主，我如今明明承认，我从前听见别人称赞你上智的话，都是真的。而且你上智的效验，还远远超过别人所传扬的。你的仆役常在你跟前听你的讲论，是有福之人。”（列上 10：6）我愿意终身事奉你，永远在你左右。

二、天主不能舛错

天主不但知识无限，透彻深奥的妙理，明察细微的隐情。而且天主的上智，还是永不改变，不能舛错的。人定断事，能有差错。是因为人的明智不足，往往以非为是，以是为非，或日后的光景出人意外，有预料不到的时候。天主不是这样。天主的上智无限无量，又是纯一不杂的，注目一视，凡已往、现在、未来、及能有未有的神、人、事、物，全排列于天主眼前，一起兼看千千万万的事物，如同但看一事一物一样，不能有遗忘忽略的。这样定断事情，如何能有舛错之处呢？

天主的上智，好比太阳的光亮，不但光照天主自己的明悟，看事不能差错，还能散布光明，照临普世。人若亲近天主，随从天主上智的指引，必能分辨善恶，直走真福的正路。吾主耶稣是天主的上智，曾向人说：“凡随跟我的人，不在黑暗中行走。”（若 8：12）可惜世人寻觅这个真智德的很少，随从天主上智指引的更少。大半都是贪图虚假的明智，效法世俗的明智，谎言诡诈，假善欺人。岂不知这样的明智正是糊涂，愿意欺哄别人，正是欺哄自己，智识经上描写那些在世自信为明智，讥笑善人为愚蒙的恶人们，死后省悟恼悔的情形说：“你看！我们从前讥笑轻慢的人们，怎么得列于天主义子之中，同圣人们一起享荣福呢？所以是我们失迷了真宝的道路，义德的光明没有光照我们。”（智 5：3）我们若不愿意到这样可怜的地步，该随从吾主耶稣给我们留下的道理，弃舍世俗的见识，情愿在世俗人眼中当一个糊涂人，成一个疯狂人。求降生的天主，赏赐我们这个成圣人的真学问。

天主全能

复活后第四主日

定像：设想天主坐在云雾中，一手托着天地图，他仪容威严庄重。

求恩：求天主赏我略略明白这端道理，发敬畏之情，事奉天主。

一、天主在万物上有全能

天主的全能，在天主的多样德能中，可以说是更显明的，也是更惊人的。但看天主造的天地万物，就能使我们惊讶不正，我们往上看日月星辰，光明灿烂，往下看山川河海，广大高深，禽兽草木，种类繁多。这些奇奇妙妙的物件，是怎样有的呢？圣咏上说：“天主一说话就成了，天主一出命就造化了。”（咏 32：9）而且天主为造成天地万物，不用材料，不劳心力，不费时刻，一命即有。愿意和成就，发命和从命，如同是一件事一样。此发彼应，疾于影响。这样的神能妙用谁能明白透彻呢？

我的灵魂你该发信德说：“我信全能者天主父化成天地。”

天主不但有造化万物的能力，还有使令万物的权。比如若稣厄打仗的时候，天主命太阳止住，厄则加王求疾愈的凭据；天主命日晷倒退十五度：耶稣受难的时候，天主令太阳失光，石相触辟。至于海浪风波，全听天主的使令，有梅瑟过红海，和耶稣平息海浪的

圣迹凭证。如今天主天天命五谷百果发生，命成圣体圣血的面酒消灭，虽然外面看来不很奇妙，其实还是一样的全能。我们一想天主全能的这些功用，该用古经上的话惊醒自己说：“天主是可畏惧，是至大无比的，他的能力是可奇妙的，”（德 43：31）也可以效法三圣童在火窑中那样赞美天主。

二、天主在人身上有全能

天主不但在无灵的万物上，有造化消灭的能力：在有灵的人身上也是一样。人无论多么尊贵，无论有多大权势，若骄傲自大，违抗天主，天主如果愿意，压伏人毫不费难，请看埃及国王法郎违抗天主的命，不放以色列人回国，天主只用了些蚊子、苍蝇难为他，他就不能支持了。贺乐非将军，领着无数的兵马，要灭天主的百姓，天主只用了一个软弱的妇人，就把他的头砍下来了。拿布高王自尊为神，不认天主为主宰，天主罚他变身为牛，七年之久常同畜牲在一起。所以先知依撒意亚说：“天主坐在高处，世界上的居民都如同蝗虫一样。”（依 40：22）圣保禄宗徒说：“惟有天主自己是有能力的。”（第前 6：15）达味圣王向天主说：“你是令人惊惧的，谁敢违抗你呢？（咏 75：8）

天主不但在现世有处治人的能力，死后还是一样。不是如同世界上的君王，在死人身上就无法可施了。我们何时死亡，有天主的定命，死后的永福永苦，还得听天主的判断。所以吾主耶稣教训人说：“你们该怕那杀了肉身以后，还能罚灵魂下地狱的天主。”（路 12：5）

吁！天地大君，神人的主宰，尔为惟一主、惟一至上，你真是万王之王，众主之主，人在你台前可算什么呢？

三、默想天主全能当取的教训

1、**该承认我们软弱无能。**我们现在所有的些微才能，全是天主赏赐的；还得天主想帮我们用这些才能。所以先知依撒意亚说：“天主在我们身上做一切的行为。”（依 26：12）吾主耶稣说：“没有我，你们什么也不能做。”（若 15：5）

2、**该想一切的权柄地位都是从天主来的。**这原是圣保禄宗徒的道理。所以若是在人以下，该用信德的眼，在上司身上看天主的权柄，服从长上的命，是因为长上代天主的权位；我们若是在人以上，该善用天主托给的权柄。若骄傲自大，任意妄为，必受天主的重罚。古经上说：“在高位的，将来要受极严的审判。”（智：6：6）

3、**该承认天主是我们的主宰，我们是属于天主之物。**我们自无而有，是天主造生的恩典，我们如今不再归于虚无，是天主保存的恩典。我们的灵魂肉身，既然全是天主的，全属于天主，不该全用来爱慕事奉天主吗？

吁！造天地、造神人、造万物的真主宰，我定要尽心竭力显扬你，永远赞颂你的圣名。

天主照顾世人

瞻礼二

定像：设想天主庄重慈善，手中托着天地图，注视普世的世物。

求恩：求天主赏我明白这端道理，深信不疑，常托赖天主照顾。

一、天主照顾世人确实无疑

天主不但造化保存世界，还掌管安排天地间的一切事物。事物无论大小，环境无论顺逆，都有天主的命。从无灵之物来的变故，比如：风、雨、寒、暑等，是天主安排的，从有灵之人来的变故，比如：失盗、遭人毁谤等，是天主准许的，若没有天主的准许，别人的恶意不能发之于外，至少不能加害于我。所以我不拘遇见什么事情，常能说，也常该说：是从天主来的，是为相帮我得终向的。这就是奉教人常说的：天主照顾之恩。圣多玛斯讲解这照顾之恩说：是天主为使受造之物得到终向所用的方法，所施的恩惠的一个总称。

这端道理，彰明昭著，连外教人也相信不疑。为这个缘故他们常说：“谋事在人，成事在天。”不拘遇见什么变故，就说是天意，或说是天命。若见恶人遭了祸患，就说天不容，或说受天罚。这些话语，明证外教人全信世界上的一切事情都有神的照管。

至于我们圣教会的道理，讲天主照顾之恩，讲的更清楚。智识经上说：“天主的上智，通及于普世，东西南北，没能敌挡的。”

（约 28：23）可是天主安排一切事情，使之自然就序，不加勉强。先知亚毛斯说：“城中有的祸患，哪一样不是从天主来的呢？”（亚毛 3：6）吾主耶稣说：“家雀虽贱，若没有在天圣父的命，一个也不能死亡。”（玛 10：29）又说：“你们头上的头发，天主也都计算了。”（路 12：7）言外是说：天主都给你们保存。圣经上这一类的话，不知有多少。

所以我们该发信德，深信天主时时处处照顾我们。不拘遇见什么光景，出了何等变故，不该想是偶然的，也不该说是从某人的恶心来的。但想是天主安排了，为我们的好处。常这样存想，灵魂必能多得神益。

二、我们该依赖天主照顾

吾主耶稣临终的时候，向天主圣父说：“我把我的灵魂托付于尔手中。”（路 23：46）我们若坚信天主照顾之恩，也该效法耶稣的表样，把我们的灵魂肉身，吉凶祸福，全托于天主手中，安心听天主的安排。为相帮我们造到这个地步，该纪念三端道理：

1、该纪念天主的全能。恐怕有人疑惑说：世界上无数的事情，天主如何能全料理呢？该当知道，天主的能力是无限无量的，不是如同我们的能力，但限在一件事上，天主照管千万事情，比我们但照管一件事情，更仔细周到。再想，当初天主一命化成了天地万物，如今何难一起照管普世的诸事呢？

2、该纪念天主的全智。某事为我有益，某事为我有害，我自己不知道，天主却知道得很清楚。天主认识我的本性，并我的昏愚柔懦。圣咏上说：“天主知道我们是如何造成的。”（咏 102：14）天主按着自己的无穷上智，给我安排的各样光景，还有不妥当的吗？我若不托赖天主的照顾，偏要自作主张，是如同乘船过海的人，不随舵师水手的指引，偏要自己掌舵使船，不是糊涂吗？

3、该纪念天主的全善。天主爱我，如同慈父爱他的儿子，切愿救我的灵魂。给我安排的各样光景，全是为相帮我得这个终向。我自己回心想想，有多少次遇见的事情，当时很不顺心，过后才看出来了，是天主的一番仁慈，为我的灵魂有了大益处。况且在许多别的机会上，我到如今还没有看透天主的旨意，必须等到死后才能明白。圣咏上劝人求天主，宽赦自己不认识的罪过。从这端道理上看来，我们也该感谢天主我们得的不知道的恩惠。

吁！吾天主，吾之慈父，从今以后，我要全心依赖你的照顾，仰合你的圣意。你若赏赐我顺境安乐，我盼望你的圣名获赞美；你若加给我逆境忧苦，我也盼望你的圣名获赞美。你有照顾我的明智，你又有爱慕我的慈心。我把我全托付于尔手中，什么也不畏惧，什么也不惦念了。

耶稣劝人依赖天主的照顾

瞻礼三

定像：想见吾主耶稣教训人说：你们该先专务得天国及其义德；至于其他一切，附带着就赏给你们了。

求恩：求天主赏我，明白这端道理，以后专心依赖天主的照顾。

一、为饮食穿衣等事当托天主照顾

在玛窦福音第六章及路加福音第十二章上，耶稣劝人依赖天主照顾的话，说的极详细透彻。我们若仔细默想一番，常记在心中，一定能增长信德，坚心依靠天主的照顾。

耶稣说：“我告诉你们，不要上愁结记说：我们后来吃什么、喝什么、穿什么呢？这是外教人寻求的事物，你们的在天大父知道你们要紧用这些事物。所以你们先该专务得天主的国及其义德；至于这些事物，附带着就赏赐你们。也不要结记明天，当天管当天，已经够劳苦的了。

我们该懂得耶稣的意思，不是命人一点也不料理饮食穿衣等事，只等着天主显圣迹供给给我们。若这样想，是大大的想错了。耶稣的意思，不过是戒禁人过于操心、过于上愁，以至耽误了救灵魂，忘了天主照顾世人，这是耶稣所责斥的。

虽说人不可冒然指望天主显圣迹，供给人饮食穿衣等事。但当着要紧的时候，天主也往往发显这样的圣迹。从前以色列人在旷野，四十年之久，天主命天降玛纳，命石头冒水，养活他们的性命；又使他们的衣服鞋帽不破不旧，进犹太国、如同出埃及国的时候一样新鲜整齐。（申 8：4）天主为照顾先知厄利亚，先打发乌鸦每天给圣人送馒头生肉，以后命一个寡妇供养圣人。那个寡妇，母子二人度日，只剩了些许面油，天主用全能加增了他的面油，供给三人的费用，三年没有缺乏。

这样的圣迹，虽然是不平常的，但也不是很希罕的。新教中隐修圣保禄，和许多修士修女，也得过这样的特恩。可见耶稣的话，真实无妄，不能疑惑。所以我们该按着耶稣的教训，先专务得天国及其义德。总不因为结计肉身的急需，耽误救灵魂的大事。

二、耶稣讲明当依赖天主照顾的理由

耶稣又接着说：“性命不比食物更贵重么？肉身不比衣服更贵重么？你们看看天上的飞鸟，它们也不耕种，也不收获，也不存粮于仓库，但你们的在天大父还养活它们。你们不比飞鸟更贵重吗？你们再看看田间的玉簪花如何生长，它们也不耕地，也不纺织，可是我给你们说：连撒落满在极光荣之中，也没有穿戴的这么体面。田间的一棵花草，今天生长，明天就扔在炉中烧了，天主还这样装饰它，何况你们是有灵明的人呢！”

耶稣用这两个比喻，反来复去的讲解，是为叫人明白透彻：天主既然赏赐人大恩典，一定不吝惜小恩典。如同圣保禄宗徒说的：“天主没有疼惜他的惟一圣子，而为我们众人，交付于恶人手中

了，还有什么恩典不肯赏赐给我们呢？”（罗 8：32）耶稣的话也是这个意思，也是为教训人，该诚心依赖天主的照顾。

耶稣又说：“你们当中，谁能想法子叫自己的身量长高一尺呢？这本是极细微的一件事情，你们尚且做不来，为别的事情，为什么还过余操心呢？”（路 12：25）言外是说：为什么还不托靠天主照管呢？这段词理，更有力量，更能感动人心，也是极显明的。常见有人聪明练达，很有见识，尽力求财，终身发不了财；贪图功名，终身得不了功名；证明事事有天主的安排。不仰赖天主的照顾，光仗恃自己的本领，尽属徒劳。

可惜有许多人，不遵听耶稣的教训，但打算肉身世俗的事物，不专务得天国，不勉励修德行，至于失落了灵魂。

吁！吾主耶稣，你给我留下的这端道理，虽然极其确实，极其显明，但你若不用圣宠相帮我，我仍然不能按着遵行。求你亲自把这端道理印在我心中，叫我先专务得天国，修义德，以这两件事为我的真正终向；其余别的事物，或有或无，或顺或逆，全随你的安排，惟如尔之圣意。阿们。

困苦患难中有天主的照顾

瞻礼四

定像：设想天主尊威慈善，手中托着天地图，注视其中的事物。

求恩：求天主赏我明白这端道理，在患难中依赖天主的照顾。

一、困苦患难都是从天主来的

世界上的困苦患难，种类甚多：有属于肉身的，比如饥渴冷热，疾病疼痛；有属于灵魂的，比如忧闷恐惧等。这些患难，全由天主作主，是天主亲自加给人的。又天主加给人这些患难，有两种意义：

1、是为叫罪人回心归向他。圣额我略说：“罪恶遮盖人的神目，患难开明人的神目。”古今因遭难回头改过的不知有多少！犹太王玛纳瑟敬拜邪神，任意作恶，天主警戒他，他也不听从。后来被亚细利人掳去了，备受艰难，才真心回头，作了补赎。耶稣讲的荡子，在外乡吃喝嫖赌，无所不为，到后来给人家放猪，忍饥受寒的时候，才决意回家，求父亲宽赦。金口圣若望说：“为改学生的过失，该当用棍子。天主为改我们的罪恶，用世上的困苦艰难。”

2、是为试验善人的德行，加增他们的功劳。古圣约伯失落了儿女财富，长了一身毒疮，尚能翕合主旨，所以天主亲口赞美了他。圣多俾亚双目失明，度日艰难，尚能安心忍耐，所以成了万世的师表。古经上说：“金银该在火中烧炼；天主宠爱的人，也该经过凌辱的炉火。”（德 2：5）这是天主加给人困苦患难的缘故。

还有一种患难，是从别人的恶意来的。比如仇恨嫉妒，毁谤陷害等。这些事情，是因为别人妄用自主之权，并不是天主愿意如此。但是天主许那些恶意的效验来到我们身上，不阻挡我受害，一定是为我的好处，圣奥斯定说：“全能全善的天主，不能许自己造

的万物中有一点的恶事，若天主许了有恶事，一定是因为能从恶事中生出的更好的事来。”名人噢利惹乃推论说：若是若瑟的弟兄没有犯嫉妒的罪，没有把他卖于埃及人，若瑟不能给法郎皇上解梦，怎么能救七年的灾荒呢？若是茹达斯没有负卖耶稣，耶稣怎能钉死于十字架呢？若是魔鬼不诱感人，人怎么能立得胜诱惑的功劳呢？若是虐王不杀害教友，奉教人怎么能得致命的光荣呢？天主本来不愿意人犯那些罪恶，但天主见人定意要犯罪，就随机应变，用来相帮善人修德立功，得非常的神益。这正是天主上智的奇妙作用。所以若我们受了冤屈，被人难为，只该感谢天主的仁慈，惊讶天主的上智。岂可仇恨别人，抱怨天主？

二、依赖天主照顾的善表

历来的圣人们明白天主照顾的道理，所以不拘遇见什么患难，都想是从天主来的，并不归罪于别人。因为他们信的真切，不知不觉地口中就说出这样的话来。

请看古圣若瑟，被他的弟兄们卖于外国。后来他弟兄们去采粮食，若瑟向他们说：“天主先打发我往埃及国来，是为保存你们的性命”。（创 45：7）达味圣王逃难的时候，塞买依辱骂达味，左右的人要杀塞买依，达味拦阻说：“天主命他辱骂我，谁敢问天主为什么这样做呢？”（撒下：华六：10）圣约伯遭患难的时候，仇人抢了他的财物，魔鬼害了他的儿女，圣人却说：“天主赏的，天主收回去了，愿天主的圣名获赞美。”（约 1：21）古今以来这样的善表多多无数，不能尽述。

我们再看看吾主耶稣的表样：当着恶人来捉他的时候，圣伯多禄要用武力敌挡，耶稣向伯多禄说：“圣父给我送来的苦爵，你不愿意我饮吗？”（若 28：11）

咳！可怜我们没有这样高超的识见，每次遇见困苦患难，不认为是天主上智的安排，只埋怨别人不存好心；不用来赎罪立功，反因此犯许多罪过。

吁！吾天主，我许多次辜负了你照顾的恩典，忘了在现世，你难为你所爱慕的人，是慈父责罚儿女的心情。求你宽恕我之昏愚，以后我把我全托于尔上智仁慈之照顾，疾病患难，轻慢凌辱，皆甘心受之于尔手。阿们。

各等分位中有天主的照顾

瞻礼五

定像：设想天主威严庄重，手中托着天地图，注视其中的景况。

求恩：求天主赏我明白这端道理，在我的本分位上，事主救灵。

一、世人的分位不同是天主安排的

有人疑惑说：若天主照顾世人，为什么在人类之中，有富贵的，有贫贱的，有聪明的，有愚鲁的。天主分派的这么不均平，能

说是至公至义的吗？说这话的人，不但不明白天主的事理，连本性的事理也不通达。

1、先该想：天主不该人的，不欠人的。若是你给富家佣工以后，富家不给你约定的工钱，算是不公道。天主没有造你以前，你是虚无，凭什么名分必要天主造你在某某分位呢？天主使你自无而有，是情甘施舍的恩典。赏给你一分聪明、一分财富，是一分恩情；赏给你五分、是五分恩情。莫非天主情甘施舍，不能自作主张吗？

2、分位相等，没有尊贵卑贱的分别，那是不可能的事情。比方：玩物都成了黄金，花草都是一样的颜色，禽兽都是凤凰麒麟，还成世界吗？人类之中，若都是帝王，谁完粮纳税呢？若都是财主，谁为人佣工呢？全赖着分位有贵贱的等级，万物有精粗的分别，才成了一个完全的世界。这正是天主上智的妙用，岂可私心猜疑，妄言天主不公平吗？

3、天主给人定的分位不同，是叫每人按着自己的分位，修各式各样的德行。天主叫你贫穷，是愿意你安心顺命，立忍耐的表样；天主叫他富贵，是愿意他慷慨不吝，立施舍的表样；叫这一位居高位，是愿意他大公无私，保护鳏寡孤独的人；叫那一个居下位，是愿意他屈己下人，立谦逊顺命的表样。在各等分位上都有修大德行，成大圣人的。若是人人平等，没有贫富贵贱的分别，怎么能有这些体面的表样呢？

从这端道理上，我们该当摘取两样教训：

1. 我若是富贵聪明，在人以上，不可骄傲。该想这些好处是天主赏的。天主赏给了谁多，将来向谁要的多。如同耶稣在圣经上说的：受了五块元宝的仆人赚了五块，受了两块元宝的赚了两块，才得了家主的赏报。我若不善用天主给的元宝，死后必受重罚，如同那个懒惰仆人一样。

2. 我若是贫贱愚鲁在人以下，不可抱怨。该想世界如同一个大戏台，尊卑上下，都是天主派的角色，谁装扮得好，谁的功劳大。死后只论功劳，不论地位。

常这样存想，必能仰合天主的圣意，善尽自己的本分。我到如今，常遵守了这两样教训吗？

二、教友的本分不同也是天主安排的

在圣教会中天主给每一个人安排的分位，也不是一样的。有的人，天主召他们婚配过日子；有的人，天主召他们守贞入修会；还有的人，天主召他们领受神品，传教救人。就如同在人身上有许多肢体为尽各样职分。这样在圣教会中，也有许多品级，为经理各样事务。几时天主召一个人走高超的道路，必定赏赐他要紧的才干，安排相当的机会，默启他弃绝世俗的善念。所以耶稣向十二宗徒说：“是我拣选了你们，不是你们拣选了我。”（若 15: 16）这就是奉教人常说的天主圣召。

我们若蒙天主圣召，离开世俗，另外若是入会精修，该遵守三样教训：

1、**不该想**：是因为我比别人热心，或立了相称的功劳。有时候德行更大的人，天主留他们在世俗中，反拣选那德行不足的人入修会，为叫他们补赎前罪。圣人行实上，这样的故事很多。

2、**该想**：天主既召我弃家修道，必定在这个地位上，给我预备格外的宠佑。我若贪恋世俗，或怕受拘束，不随圣召，天主未必赏给我那格外的宠佑。没有格外的宠佑，未必能救灵魂。

3、**该想**：天主提拔我在平常教友以上，是为用我的表样引导别人热心，是叫我在天主台前作世人的中保，叫天主因我的缘故，宽宥罪人，降福善人。所以我该勉励修成全的德行，成一个中乐天主的牺牲。

吁！慈善的天主，照顾世人之大父，你舍了许多更圣善的灵魂，特拣选我这卑贱的罪人，走这样高超的道路，我又羞愧、又感激。不过求你扶助我，鼓励我，使我常勉励修德前进，不辜负圣召的大恩就是了。

进修会的好处

瞻礼六

定像：想见一个修士作完初学以后，在圣体台前，矢发终身圣愿。

求恩：求天主赏我明白圣召的恩典，好守三愿，热心事奉天主。

一、神贫圣愿断绝财富的牵连

修士之所以为修士全在乎三愿。三愿不是别的，就是叫修士与世俗全全断绝，再不受世俗的连累了。所以愿意懂得当修士的好处，先该懂得世俗是什么。圣若望宗徒说：“世俗所有的，无非是肉情，并眼目的贪欲，度日的骄傲。”（若一 2: 16）圣路加记载：国王请人赴筵，有三等人推辞不去：第一个说：我才买了别墅。第二个说：我才买了牛。第三个说：我才结了婚。（路 14: 18）这三等人，是表的贪光荣、财帛、快乐三样偏情。世俗人被这三样偏情迷惑，劳心费力，嫉妒纷争，求福得不了福，反常恐惧不安。虽然在世俗中，也有被天主拣选，得救灵魂的。可是见许多恶表，经许多危险，甚不容易。天主赏赐我们进修会，发三愿，不但给我们免了失落灵魂的危险，还去了修成全的三大阻挡。

发愿绝财，是去了修成全的第一个阻挡。财富不但阻挡人修成全的德行，还叫人犯许多的罪过，有多少人为得财富，不公道、犯罢工。往往有人因为发不了财，或失落了家业，忧闷过度，以至于失望寻死。修士全断绝了财富的连累，连自己本有的财富，也全舍弃了；什么也不挂牵，什么也不惦念，能专心事奉天主。这是何等的福分呢！

不过修士还该小心，虽然发了绝财的愿，还能受世物的连累。比方恋爱几样使用的物件，积蓄些无用的玩艺儿。这些世物也能扰乱人心，使人不专心事奉天主。内修神师常用这个比方，惊醒修士们说：用一条细线系着飞鸟，或用一条铁链系着飞鸟，有一样的效验，都能阻挡它高飞。”我们做修士的，既然舍弃了田宅地土，千万别叫一二分钱的玩物阻挡我们修德前进。

二、贞洁圣愿断绝逸乐的连累

修成全的第二个阻挡是肉身的快乐。若不用心节制这个偏情，不但不能修成全，连灵魂也救不了。圣贤们讲论：“地狱中受罚的人，十有八九是因为邪情的罪。”修士一发贞洁圣愿，全去了这些阻挡。凡本性肉情的邪乐，一概断绝；把引入下地狱的门路全堵塞住了。除此以外，又叫人免了儿女家室的牵连，并经营度日的烦难。这些本性的好处，也是修德前进的帮助。

可是在这上面，修士更该小心，虽然发了贞洁的圣愿，肉情还没有消灭，还能受诱惑，陷于重罪，至少能乱修士的心，叫他不能修成全。比如：常想念父母兄弟，寻找机会，托假缘故去看他们；屡次接见他们，同他们常通书信，或是私心恋爱某某修士，熟悉的外人，在自己当照管的幼童身上，随着本性的爱情，慢慢地就能引动邪情。修士若不用心防备，也有很大的危险。

三、听命圣愿断绝私意的迷惑

修成全的第三样阻挡是人的私意。这一个阻挡隐藏在人心中，最要紧克制，连世俗人，若愿意热心恭敬天主，也该当克制私意，不然，必定常恐惧不安，不知道自己所做的，够本分与否，合天主圣意与否？因为骄傲自恃，固执己见，失落了灵魂的人，不知有多少！修士发了听命圣愿，断绝了私意，随从长上的吩咐，知道自己所做的一定是天主圣意，可以平安放心。

可是在这件事上，也有当躲避的危险，就是在大事上弃绝私意，在小事上还屡次随自己的私意；或是在大事上，不说不听命，可是委曲婉转地叫长上就合自己的私意。这样做事既没有听命的功

劳，心中也难得平安。惟独真心随天主圣召的，全弃绝了事物，终身效法耶稣，才能得耶稣所许的厚赏；就是现世得百倍的报答，死后得常生。

精修九益

瞻礼七

定像：想见一位热心修士，虽然度日贫穷，苦身克己，但平安喜悦，达于面目，令人一见，不觉不知就起向善的心情。

求恩：求天主赏我懂得进修会的益处，日后常用心保守圣召。

圣伯尔纳多讲论进修会的好处说：进修会同在世俗中比较起来，进修会有九样益处。人若默想透彻了这九样益处，自然就懂得天主召人离开世俗，入会精修，是无比的大恩了。

一、度日更清洁。1、因为修士的意向纯洁。耶稣在圣经上说：“若你的眼目是好的，全身就都明亮。”（玛 6：22）眼目是指的意向，修士不拘做什么事情，全是为光荣天主，救人灵魂。意向既然纯洁了，行为有不清洁的吗？2、因为修士远离了大罪。修士既然勉励修成全的德行，自然宁死不愿意犯大罪。灵魂上常无大罪，自然就清洁。3、因为修士发了绝色的圣愿，志洁神清，度天神的生活，身心清洁，到了至高的地步。

二、失足更稀少。1、因为在修院中度日，与世俗隔离，犯罪的机会更少。2、因为修士发了绝财、绝色、绝意三愿，全断绝了

事物的牵连，魔鬼的诡计难施。3、因为热心的相帮更多。比如：听道理、看圣书、受神师的提醒劝勉，自然更容易躲避罪过。

三、改过更急速。1、因为修士若失足犯罪，大概是细微的小罪。跌的不重，陷的不深，自然更容易起来。2、有长上的责斥，热心修士的感化，容易认错，自然就更容易改过。古经上说：“孤独的人是可伤叹的；因为他若跌倒，没有人扶起他来。”（训 4：10）修士不是这样。

四、行为更谨慎。因为修会的上司，若见本会的修士，有了过错，或劝戒、或惩罚，不能袖手旁观。修士既然有规矩的拘束，又有长上的监管，言语行事，自然就不敢放肆了。

五、歇息更舒泰。因为修士没有家室的牵连，又没有世俗的扰乱，虽然还带着自己的肉身，但因着克苦的功夫，把自己的肉情，已经钉于十字架上了，还有什么不放心的事呢？智王撒落满说：“心中平安，如同常赴盛宴一样。”（箴 15：15）。这番福分，唯独修士能常常享受。

六、圣宠的润泽更多。1、因为每天所行的功课，比如念经、默想、望弥撒、领圣体等，能多得超性的神光。2、因为常克苦守斋，能多得圣宠神慰。3、因为常勉力前进，能多得天主降福。

七、灵魂洁净的更快。1、因为修士常行公私省察。痛悔已往的过失，防备将来的过失。2、因为常行告解，洗涤灵魂的罪污。3、除了神父罚的补赎，修士又常添别的补赎。常这样修身洗涤，灵魂洁净的能不更快吗？

八、去世更有依靠。1、因为修士记得耶稣明明许于众人的话说：“恒心行善到底的人，必得救灵魂。”（玛 10: 22）。又知道耶稣另外许于修士的话说：“你去把你的家业变卖了，分散给穷人。你将来在天国里就有宝藏。”（玛 19: 21）。2、修士若觉着自己还有当受的罪罚，但知道自己死在修会中能得全大赦，死后也有许多热心修士为自己念经领圣体，这些意思，都加增他的依靠。

九、受赏更加丰厚。1、因为耶稣曾许于尽弃所有，跟随他的人，死后必得百倍的赏报和常生，也坐在宝座上审判万民（玛 19: 28）。2、因按圣保禄宗徒说的：天主按每人的功劳行赏（罗 2: 6）。修士一辈子在修会中，所做所为全是为光荣天主，救助别人，积了无数的功德，死后得的赏报，能不丰厚吗？

吁！吾天主，我感谢你赏赐我进修会的圣召，引领我到了这个有福的境界。你知道在世俗中，为我有失落灵魂的危险。你因为可怜我，所以叫我脱离了世海的风波，入了这个圣宠的安宅。可惜我到如今，没有善用你的恩典，没有全满我的本分。求我主大发慈悲，别弃舍我。日后我决意要成为一个好修士，弃绝世俗，克制私欲，全心仰合尔之圣意，阿们。

天主美善可爱

复活后第五主日

定像：想见神圣在天堂瞻仰天主本体的美善，常常惊讶爱慕。

求恩：求天主赏我略略明白这端道理，点燃我的爱火，完全守好第一诫命。

一、天主的本性可爱

一样物件越美善，越令人可爱。天主的本性有无穷美善。天地间万物的光华美丽，神人的聪明圣德，俱是天主美善的光芒。连人的明悟所能设想的美好事物天主样样都有，还比人设想的更完全，更奇妙。因为天主是万物的根源。天主既然能造化这些美好的事物，天主本性中一定全有这些美好，哲学家的俗话说：“自己所无的，不能分施于人”。原是定而不移之理

圣经上也有许多话，证明天主的美善：梅瑟求天主显示自己的光耀。天主向他说：“我要叫你看见各样美好。”（出 33：19）耶稣曾向一个少年人说：“除了天主以外，无人可称为善的。”（玛 19：17）。圣咏上说：“圣德的天主，求你显示你的面容，我们就得了救援。”（咏 79：20）。圣经上称天主为圣善的话处处皆是。

圣依纳爵推论天主美善说：“把普天下有灵无灵之物，和天朝诸神圣，连童贞圣母玛利亚所有的美善全聚集于一人之身，与天主的美好相比，连万分之一也比不上。”我们如何能懂得透，说的来呢？

天主的美善既然超过一切受造之物，所以我们该爱天主在万有之上，并在我们本身以上。我们所能有的爱情，已经不相称天主的美善了，若再减去几分，如何使得呢？天主在古经上命人全心、全灵、全意、全力，爱慕天主。就是因为这个缘故。

吁！无穷可爱的天主，求你加增我的爱情。将爱品天神的热情稍分于我，使我终身爱慕你，死后永远爱慕你。

二、天主施恩于人发显他本性的美善

圣弟欧尼削说：“美善的本性，常欲通传于外。”天主有无穷的美善，所以施于人的恩惠也是无穷的。除了造生保存诸本性之恩，还赏给人许多本性的特恩。1、比如在现世赏人宠爱，使人相似天主，成天主的义子。2、死后赏赐人荣福之光，使人看见天主的本体，享天主自己享的福乐。3、赏赐人圣体圣事，用耶稣的天主性人性，与我们合成一个，养育我们的灵魂，这些恩典都是人不能指望，不能明白的；非有无穷的慈善，如何能施舍这些特恩呢？

为相帮我们更明白天主的慈善，更感发我们知恩报爱的心，在天主所施的恩惠上，还该推想五端道理。

第一、是施恩的天主如何尊贵。同样的恩典得自平常人，不足为贵。若是从皇上来的，人就另外看重了。天主是万王之王，天主赏赐的恩典，我们不该更看重吗？

第二，天主施恩于我们极其大方。若是我们要紧有更大的更多的恩典，天主也肯赏赐，毫不吝惜。

第三、该想我们受于天主的恩典，重大且多，可以说是无限无量。别人待我们有些微的恩情，我们尚且图报，天主待我们有无限的恩情，我们不更该图报吗？

第四、该想人的卑贱微小，不堪得天主的眷顾。达味圣王向天主说：“人是什么呢？怎么你还纪念他呢？”（咏 8：5）。如今天主不但纪念我们，还赏给我们人不敢盼望的特恩。这是何等的慈善呢？

第五，天主施恩于我们，不是盼望人报答。天主万福万乐，圆满无缺，用不着人的光荣赞美。人又卑贱无能，不能加增天主的光荣。天主施恩于人，只是为人的好处，所以是纯一不杂的爱情。

我们若按着这五端切实的道理，默想天主的种种恩惠，便能略略懂得天主的美善可爱，自然就发感谢爱慕的热情。因着这两样善情，自然就勉力热心事奉的天主，中乐天主圣意了。

吁！吾天主，因为你的本性是无穷美善的，所以你赏给我无数的恩德。可是我不能全报答你的恩惠，更不能相称的爱情爱慕你本性的美善。我不过要勉力着、全心、全灵、全意、全力爱慕你，以满我在世的本分就是了。

天主爱人如同朋友

瞻礼二

定像：想见吾主耶稣向宗徒说：“从今以后，我不称你们为仆人了，而称你们为朋友。”（若 15：15）

求恩：求天主赏我认识天主如何爱我，日后常勉力以爱还爱。

一、天主使人与他同等

天主爱人之情无限无量。降生受难，立圣体圣事等，已经是过分的爱情了。但更可奇妙的是天主待人如同朋友，用朋友之情爱我们。这是吾主耶稣亲自说的，无可疑惑。

然而朋友该是彼此同等的。世界上的人虽然同是一类，若尊卑悬殊，尚且不能交朋友。比方皇上与民人不能交朋友，父母与儿女不能交朋友。天主至尊无对，世人虚无卑贱，如何能成朋友呢？为去这个阻挡，天主提拔了我们的本性，使我们与他相似；还按着我们能升到的地步，使我们与他同等，以至能同天主为朋友。圣伯多禄宗徒说：“天主赏了我们至大至宝贵的恩宠，使我们有分于他的本性”（伯后 1：4）。天主至尊无对，不能有同等的，但天主无限的至爱，又想出来了这样的奇妙法子。

吁！至仁至善之主，你爱人之量远远超过我的想像之外。你按着你的像造生了我，已经是至大的恩典了，还不能满你爱人之心；为更发显你的爱情，又提拔我的本性使我更相似你，至于成了你的朋友。从前达味圣王，因为你赏赐人一个灵魂，尚且惊讶说：“天

主，你使他略略次于天神，安置他于一切受造物以上。”（咏 8：6）你如今提拔我的卑贱，使我与你同等，以朋友之情永远爱慕你，我更该如何惊讶呢？

二、天主把他的恩宠福乐全通传于人

古语说：“朋友有通财之义。”真朋友不但通财，凡自己所有的地位、光荣、各样福乐，全与朋友共享。在这事上天主待我们，也全尽了为朋友的本分。不但赏赐我们本性的生命，还赋给我们超性的生命，使我们能得超性的产业，永远享天主自己享的真福。耶稣在圣经上用比喻的话向人说：“凡我所有的，都是你的”（路 15：31）。天主待我们这样大方，是明显他待我们如同朋友。因为唯独在真朋友之间，通财共富，不分你的我的。

吁！吾天主，你把你的恩宠福乐全通传于我，你已经全守了真交情的规矩。但我贫穷至极，一无所有，如何能尽我的本分呢？因按古经上说的：“万物都是你的，连我们奉献于你的物件也是从你手中得来的。”（编上 29：14）但有我的私意私爱是我的，我要完全断绝私意，克除私爱。用这两样作礼物奉献于你，以表我爱你的诚意。从今以后，我只愿意你所愿意的，爱慕你所爱慕的；全忘了我自己，专心事奉你。

三、天主愿意与人结合

真交情还有一个条件，就是彼此同心合意。圣经上称赞初期的教友说：“他们有一个心，一个灵魂。”（宗 4：32）真朋友也是这样。所以朋友愿意常同居共处，分离是他们的大苦。天主爱我们，就有这个情形。天主在古经上说：“同世人往来是我的欢

乐。”（箴 8：31）耶稣降生在世，与人往来言谈，总不厌烦；到去世的时候，因不忍与人相离，立了圣体圣事，与人亲密结合，临升天以前，还安慰宗徒说：“直到世界穷尽，我常与你们同在。”

（玛 28：20）日后，天主还赏我们升天堂，常享见他的圣容，永远不离。

吁！仁爱无量的天主，若不是你亲自默启了人，谁能想到你爱慕我们世人到了这个地步呢？若不是亲身经验过，谁能懂得你同人结合，是这样亲密呢？吾天主，“人是什么呢？你竟这样高看他，至于把你的心，置于他身上。”（约 7：17）我主，我天主！求你把我的心放在你心中，使我觉着你的圣爱，日后全心爱你，如同你全心爱了我一样。

天主切愿世人以爱还爱

瞻礼三

定像：设想天主当面向我说：“吾子，把你的心交给我吧。”（箴 23：26）

求愿：求天主赏我明白爱慕天主的好处，勉力尽好这个本分。

一、天主命人爱他

天主盼望人全心爱慕他，又怕人不尽这个本分，所以在古经上明明告诉人说：“你该全心、全灵、全意、全力，爱慕你的主天主。”（申 6：5）耶稣在世时，也提醒过人，纪念这个本分。

（路 10：27）我们看：天主命人爱他，不是按平常的样子，是命人全心、全灵、全意、全力，爱慕天主。所以圣伯尔纳多说：“爱天主是没有界限的，爱情越大，越合天主的圣意。”

耶稣称这条诫命为诸诫命之首，又说是最大的诫命。原有许多缘故：1、因为爱天主是一切诫命的根源，能扶持超性的生命，能成就各样德行。为这个缘故，圣保禄宗徒命我们，在爱德上立根基（弗 3：17）。圣奥斯定说：“只要你爱天主，就可任意行事。”2、因为爱德远超信望及其它诸德之上。没有爱德，其余别的德行俱是死的。圣保禄宗徒说：“即便我能言未来之事，通达各种奥秘，能命山挪移。我若没有爱德，全无益处。且是若没有爱德，即便将家业全施舍给穷人，为天主被烧致命，也没有功劳。”（格前 13：3）3、因为爱德能减轻诫命的劳苦。圣若望宗徒说：“天主的诫命不是难守的。”（若一 5：3）圣奥斯定说：“人有爱情，就不觉劳苦了；若还觉劳苦，也就因着爱情去乐意接受那劳苦。”

爱德既然有这些益处，我们该感谢天主，给我们出了这个命令，也喜欢遵行。**为守好这条诫命，有两样当做的事情：**1、是全断绝阻挡我们爱天主的私情偏爱。2、是勉力习行加增爱德的善工。

吁！吾天主，你给我出的这个命令，是极甘饴，最有益处的，但也是最难守的。求你点着我心中的爱火，以无界限的爱情爱慕你在万有之上。

二、天主用赏报引人还爱

爱天主在万有之上，既然是人当尽的本分，本来天主不必另出严命了。既是天主出了严命，更不必再定出赏报来为鼓励人心了。可是天主无限仁慈，定了这个诫命以后，又许下更丰盛的赏报。为相帮人守这个诫命，许给全心爱天主的人，灵魂肉身，生前死后，得非常的福乐。天主在古经上劝人全守天主的规诫以后，就许给人说：“为叫你们有福。”（申 10：13）就如同说：我命你们爱我，不是为我的利益，而是为你们的好处。第一样好处是得天主的宠爱。因着宠爱，天主居住在我们心中。耶稣在圣经上说：“谁爱我，必遵守我的话。我与圣父居于他心中。”（若 14：23）天主圣三居住在我们心中，是何等的福分呢！第二样好处是常生的福乐。耶稣又说：“谁爱我，我也爱他。我将来要叫他得见我的圣容。”得见天主的圣面，就是享天堂的真福。天主为报答人的爱情，使人享他自己享的真福。还有什么不肯赏给人的呢？

除了用这些赏报，引我们爱慕他，天主又用地狱的刑罚警戒我们。圣保禄宗徒说：“有许多人被魔鬼哄骗，灵魂死亡，因为他们不肯承受真实的爱德，就是不愿意爱慕吾主耶稣。”（德后 2：10）又说：“谁不爱慕耶稣基利斯督该当被弃绝。”

从以上这些理由看来，我们不得不爱天主了。我们先该勉力发上等爱德，因天主自有万万美善，为此心向心慕。圣伯尔纳多说：“这样的爱德，虽然不图自己的好处，得的好处更多；虽然不望赏报，将来的赏报更大。”若我们没有这样高超的爱德，至少该因天主加给我们的恩惠，许于我们的赏报，发知恩报爱的心。再不然，至少该想不受天主的重罚，警戒自己，因着怕情勉力爱天主。

我的灵魂，你该当高举你的心，在天主的刑罚以上，在天主的恩惠以上，简直地归向造生你的主宰。因他自有的无穷美善，全心、全灵、全意、全力，爱天主在万有之上，自今迄无穷世。

耶稣率领宗徒上阿里瓦山

瞻礼四

定像：想见宗徒等跟着耶稣，往阿里瓦山去，心中都忧喜交集。

求恩：求天主赏我现世跟随耶稣走苦路，死后得随耶稣升天。

一、耶稣上阿里瓦山

耶稣复活后第四十日，将要离世归天以前，十一宗徒正吃饭的时候，耶稣显现，安慰劝勉他们说：“我要升天去给你们预备地方。并且我若不升天，施慰之圣神必不降临。”说完了这些话以后，领着他们出城，路过伯大尼亚，往阿里瓦山去了。

我们想想：宗徒们跟耶稣行路的时候，必定回想四十天以前，跟着耶稣往日色玛尼山园去的光景。因为日色玛尼就在阿里瓦山坡上。这两次走的是一条路，那一次他们知道耶稣将要受难，心中都忧闷至极，这一次知道耶稣要离开他们，虽然也有些难过，但一想耶稣要升天去享福，人人都欢乐无比。我们该在神目中，同宗徒们一起跟随耶稣上山，也发一样的善情。

再者，耶稣往阿里瓦山上去，路过伯大尼亚。按伯大尼亚，译言“顺命之室。”阿里瓦，译言“充满慈爱者。”是叫我们记得，耶稣自降世到归天，常顺听圣父的命，甘心属于圣母若瑟权下，耶稣一生的行实全是为爱慕可怜世人。从此可知，升天堂的正路是从伯大尼亚往阿里瓦去。就是按着长上的吩咐，行爱人救人的善工。

吁！天主唯一圣子，尔因顺命爱人，得坐于圣父之右，求你相帮我修这两样德行，为得你给我预备的天福。

按宗徒行实上记载的：“往阿里瓦山走的时候，宗徒们问耶稣说：是在这时候，你要复兴以色列的国吗？”（宗 1：6）。这一问是发显宗徒们世俗的心，到这时候还没有去净。耶稣知道时候还没有到，所以，也没有多言开导他们，但含糊答应说：圣父由自己的权柄所定的时候限期，不是你们所能知道的。可是你们要领受圣神的能力，以后你们要在普天下，作我的见证。

二、耶稣降福宗徒弟子等

到了山上以后，耶稣立在中央，遍体发光，宗徒弟子等团团围住。圣路加记载：“耶稣举起手来降福了众人。”（路 24：50）

耶稣为降福众人，用了什么记号，我们不知道一定，大概不是如同如今单手画十字圣号，而是按古教的样子，两手覆在众人头上，当作圣宠降到人身上的凭据。

至于耶稣念了什么经文，我们也不知道一定。大约用了梅瑟定的成式，就是说：“盼望天主降福你们，护守你们；盼望天主显示自己的面容于你们，矜怜你们…”（户 6：24）。

我们在神目中，也该当跪在耶稣跟前，求耶稣降福我们。因为耶稣的手是全能的手，又曾被钉于十字架上，为人挣下了各样的圣宠。耶稣祝祷的话有真实的效验，不是如同我们给人祝福只是礼貌的虚文。

吁！吾主耶稣，你当初举手降福宗徒们的时候，一定没有忘了我们后人，求你使我们全得你祝祷的厚福。

三、耶稣离地上升彩云遮住

耶稣降福了宗徒弟子等以后，圣身腾空上升，升到半空里，众人正留心瞻仰的时候，忽有一片彩云把耶稣遮住，众人都不得见他了。

我们想想当时的光景多么感动人心。宗徒弟子等眼见他们的恩主上升天国，又惊讶，又欢乐，个个举首向天，如同神魂超拔了一样。虽然人众拥挤，但或跪或立，毫无喧哗之声；人人都目送耶稣，心中思念天堂，比教友们在圣堂中望弥撒的时候，更清静整齐。

按古人相传，耶稣升天时，在他站立的地方，留下了自己的脚印儿，深深地印在石上。圣师热罗尼莫明明做证说，到他那时候，耶稣留下的足迹，尚存未灭，人人都能看见。圣保里诺说的更详细。耶稣升天的时候，留下自己的足迹，一定是教训我们，为升天堂，该当跟着耶稣走。按着耶稣给我们开的道路，效法耶稣给我们立的表样。不然，一定到不了天堂。

吁吾主耶稣，你是道路，是真理，是生命，我若离开你必不能到天堂本乡；我若不效法你，必不能得常生。从今以后，我要常默想你的善言善行，勉力效法，求你指引扶助我。

耶稣升天 瞻礼五 领受圣神 瞻礼六 圣母于耶稣升天后立的善表 瞻礼七

定像：想见吾主耶稣进天堂的时候，圣容光辉美丽，九品天神齐来欢迎，古教诸圣前后护从，礼仪之盛，难以形容。

求恩：求天主提拔我心，使我脱离世间的虚幻，只爱天上之事。

一、耶稣荣进天国

耶稣进天堂的时候，如何荣耀，礼节如何隆重，不是我们所能想得来的。从前在大博尔山，耶稣将自己本来的面目，略略发显出来，三位圣徒一见，欢乐出神。如今耶稣将自己的光荣全全显露，更当如何雅丽庄严，令人起敬起爱呢？圣咏上指着耶稣的光荣说：“以光明为袍。”（咏 103：2）这句话也不能全形容耶稣的光华美丽。再想古教中的大圣大贤，自从亚伯尔直到圣若瑟、圣若翰洗者，前后护送，威仪赫赫；九品天神，齐来欢迎，唱歌作乐，声达云霄，比皇帝破敌回京的时候更加荣耀；人人都满心欢乐，爱戴耶稣，如同儿女依恋父母，蜜蜂围护王子一样。

这不过是外面的光荣，至于耶稣圣心中所享的福乐，更难描写了。因罪封闭的天门，如今又开开了；被魔鬼掳去的灵魂，又得归本家了。这都是自己三十三年中，贫穷劳苦，受辱受死的效验；见自己找回来的亡羊，都认自己为本牧，耶稣心中如何欢乐呢！

吁！吾主耶稣，我庆贺你得了这样的福乐。巴不得那时我能同诸神圣，护送你荣登天国，得表我欢欣庆贺的诚心。

二、耶稣坐于天主圣父之右

耶稣既然进了天国，先到圣父台前，述说自己怎样成就了救世的工程，又用受难前说的话向圣父说：“吾父，我显扬了你的圣名于世人之前，我在世界上光荣了你。如今请你光荣我吧。（若 17：4）千余年前，达味圣王因天主默启说的：“天主向我主说：‘请你坐在我右边（咏 101：1）那句先知话这时候应验了。圣父因耶稣全补偿了自己的光荣，救赎了人类，非常喜悦。使耶稣坐在自己右边，位居九品天神之上，赏给他天上地下的权柄；无论天上世界和地狱中，一闻耶稣之名，都得屈膝朝拜。

我的灵魂，你看耶稣因着谦逊苦难，得了这样的赏报；你更不能财富尊荣来买天堂的永福了。或是现世享福，死后受苦；或是现世受苦，死后享福；凭你自己拣选，但不能兼得。

再想：耶稣为你开了天门，天堂一定有你的份子，耶稣在天堂上常常等着你，请你去享天福。所以世界不是你的本家。你该步步直奔天堂，绝不留恋路旁的风景。吁！吾救世恩主，求你赏赐我：心能脱离世幻，但爱天上之物。又求你眷顾我抚护我，…。

三、耶稣定诸圣的座位并作世人的中保

天上的权柄，已经交于耶稣手中了。耶稣就用自己的权柄，定古教诸圣应得的地位。圣祖先知等，有居上品天神之班的，有居下品天神之班的，全按着他们的功德大小。至于大圣若瑟、圣若翰洗

者，功德更大，自然品位更高。天神都同声欢呼说，从今以后路济弗尔等留下的空位，都要补满了。

耶稣赏报随他升天的圣人，也不能忘下我们世人，一定用他的五伤宽赦罪人。自当时至今，自今迄无穷世，常作世人的中保。这端道理能加增我们依靠天主的心。若因一时的软弱陷于罪过，不可败兴失望。圣若望宗徒劝人说：“我劝你们不要犯罪，但若有人不幸犯了罪，也不可失望，我们还有耶稣基利斯督，作我们的中保，他为补赎我们的罪，自己作了牺牲。”（若一 2：1）

吁！我可钦可敬之救世者，你今日升天，坐于天主圣父之右。我日后也能与你同到一样的安所吗？我切望升天，瞻尔圣容，如渴鹿赶赴水泉一祥。噫！天堂是万福万乐的活泉，能解人的神渴，能满人的愿望，无忧无虑，一唯爱慕天主，不老不死，永无穷尽之日。我在世充军的限期，到何时结束呢？何时我才能回到本家呢？

吁！至良善耶稣，求尔从天俯听我的哀号，垂允我的祈求，赐我早些脱离尘世，得进荣福之国，偕诸神圣。赞扬吾主…。

宗徒等预备领受圣神

瞻礼六

定像：想见宗徒弟子等一百二十人，共聚一堂，诵经祈望天主。

求恩：求圣母为我转求天主，赏赐我效法宗徒们善行此九日敬礼，为能多得圣神的恩宠。

一、宗徒等如何领受圣神

宗徒大事录上记载：“耶稣升天后，宗徒等返回耶路撒冷，进了晚餐厅，与圣母玛利亚，同心合意，恒心祈祷。”（宗 1：12）

看圣经上的话，宗徒们为预备圣神降临，共作了三件事：

1、是找清静地方，为能收敛心神。以前耶稣在晚餐厅中，两次发显于宗徒，圣经上明明地说，门窗紧闭，这九天里，大约也是一样。人人自己收敛，躲避分心的机会，心中存耶稣嘱咐的话，并圣神将要降来的大恩。我们为预备圣神降临瞻礼，为得圣神的恩宠，也该效法宗徒们，收敛自己的心。

2、是同心祈祷，耶稣说过：“我真真实实地告诉你们，若你们中间有两三个人，因我的名字聚在一处，求不拘什么恩典，在天大父没有不允许的。”（玛 18：19）宗徒们按着耶稣的话做了，果然领受了圣神。我们同院的修士，这九天里都有一样的意思，都求一样的恩典，天主一定听我们的祈求。

3、是同圣母一齐祈祷。耶稣升天后，留圣母在世，本是为照顾指引宗徒们，可是宗徒们需要圣母相帮，另外是在这九天里。圣母岂有不另外照顾指引他们的吗？他们遵听圣母的教训，恒心祈祷，又有圣母的转求，刚过了九天，圣神就降临了，充满了他们的心，赏赐了他们非常的圣宠。

我们昏愚柔懦，要紧圣神的宠佑，也不在宗徒以下。所以该求圣母相帮我们善行此九日敬礼。如今我们虽然看不见圣母在眼前，如同当初宗徒们一样。但圣母在天堂，常常看见我们，不断为我们转求。

吁！天主圣母，为我等祈，以致我等幸承基利斯督所许之洪锡，就是耶稣所许的，要打发的圣神。

二、耶稣升天后为何不立即遣发圣神

耶稣升天以后，宗徒等无依靠，又皆愚昧软弱。耶稣不立时打发圣神来，又等了十日之久，不能没有缘故。圣贤们推论说：

第一个缘故，是教训人为得超性的神恩该热切盼望，恒心等待。不拘什么恩典，若不是预先盼望的，得了以后，不知看重，也不用心保守。天主怕人轻忽神恩，所以平常等着人盼望祈求才肯赏赐。当初宗徒们，不知何时圣神降临，等待三天四天，圣神不来，七天八天，还是一样。他们始终不懈，仍然仰望，大大中乐了天主圣意。这是我们为领受圣神当效法的表样。

第二个缘故，是教训人，为领受圣神，该用长久的工夫清洁自己的灵魂。圣神是纯洁的，不肯居住在污秽的人心中。为拔除多年的恶习，作圣神的宫殿，不是顷刻之间能作得来的。又按圣奥斯定说的：人心如同器皿，必须空净了，天主才给你装满。空出不好的来，才给你装上好的。若已经装满了酸醋，天主怎么能给你装上甘蜜呢？

我们该按着以上这两样教训，做九日敬礼。

三、人一定能得圣神的恩宠

我们一定能得圣神的恩宠，有三个切实的缘故：第一、因为天主圣神的慈善。圣多玛斯说：“心地慈善的人，喜欢施恩典。”圣神的本性就是慈善，是圣父圣子共发的爱情；天主爱人的工程也全归于圣神。圣神又是无穷富足的，不吝惜施恩，反以施恩为乐，又常劝人向他求恩。我们随着圣神的感动，向圣神求恩，还有求不得的吗？

第二、因为耶稣的功劳。耶稣受难钉死，为我们挣下了救灵魂的方法。最要紧的方法就是圣神的恩宠；我们既有应得的名分，再热切恳求，还有得不了的吗？

第三，因为耶稣许下的话。耶稣好几次向宗徒们说：“我要给你们打发施慰之圣神来。”耶稣许于宗徒的话，也许给我们了。所以我们能全心依靠，好好预备自己的灵魂，等到瞻礼的日子，一定能得圣神的恩宠充满我们的心。念：伏求圣神降临…。

圣母于耶稣升天后所立的善表

瞻礼七

定像：想见圣母祈祷或谢圣体的时候，热爱之情，由中发外，令人动心爱主。

求恩：求天主赏我效法圣母的表样，心中常存爱天主的圣火。

一、圣母热心祈祷

耶稣升天后，圣母在世上，大约又活了一二十年。那一二十年之中，圣母虽然不能亲见圣子耶稣，但圣母的心常与耶稣结合，总不分离。圣母所想的是耶稣，所爱的是耶稣，做一切的事情全是为耶稣。另外在祈祷的时候，与耶稣神交密谈，所享的神乐如同升了天堂一样。

除此以外，大约圣母也屡次看见耶稣发显，与圣子对面讲话。因为按圣书上记载的，圣人圣女在世时，有许多常蒙耶稣显现顾慰的。他们不过是天主的忠臣善仆，尚且得了这样的特恩，圣母为耶稣之母，天上的母皇，天主待她反不如待别的圣人那样大方吗？所以许多圣人们说：圣母祈祷时屡次亲见耶稣。

我们祈祷的时候，全心结合天主，如同圣母那样热切吗？若说神魂超拔，对面见天主的特恩，我们自然不能盼望。但该诚心敬意地想天主亲眼看着我们，发谦逊恭敬的真情。从今以后，该效法圣女加大利纳瑟纳的表样，把自己的心当作圣堂，在心中立一座祭台，把耶稣供在这座祭台上，叩拜瞻仰，昼夜不离。

二、圣母热心领主

耶稣升天后，圣若望侍奉圣母在自己家中。圣母因圣若望有成圣体的神权，一定天天领耶稣圣体圣血，这是不能疑惑的。我们想想圣母领圣体的时候，信德如何诚切，外面如何恭敬；领圣体后，想降到自己心中的耶稣，就是当初九月怀孕，亲自乳养的圣子。这样一想，圣母必定神魂超拔，人间的事情全不知不觉了。其热爱感激之情，由中发外，在旁诸人一定没有不感动的。

我们如今领的圣体，也就是当初天主圣神用圣母的净血造成的圣身。圣奥斯定说：“我们在这圣筵上所吃的神粮，就是圣母分于耶稣的肉躯。” 圣若望达玛瑟说：“在这爱情的圣事中，赏给我们的就是圣母的净血所成，如今升到天堂的本体。” 所以我们每次领圣体，感谢爱慕耶稣以外，也该当感谢爱慕圣母，并纪念圣母热心领圣体的善表，勉力效法。

吁！天上的母皇，我庆贺你当初领圣体后得享这样的神乐。耶稣在世时，得见他的圣容，是你的安慰，耶稣升天后，得领他的圣体，也是你的安慰。有了这个真安慰，居此涕泣之谷，也如同居在天堂一样。求你相帮我善领圣体，为得这件圣事的效验。

三、圣母拜苦路

圣母的心全在耶稣身上，虽不能见耶稣圣身，若得见耶稣的踪迹，也是圣母的安慰。所以凡居在耶路撒冷的时候，必定屡次去朝拜耶稣受难时所经过的地方，回想耶稣所受之诸苦难。到日色玛尼山园，就设想耶稣祈祷时，血汗流地的景况。到高尔高达及耶稣的坟墓上，就悬想耶稣被钉殒葬的各样情形。每到一处，必定大发哀伤感谢之情，流连瞻望，徘徊不忍离去，

圣母的表样正合了耶稣在圣经上说的：“你们的宝藏在哪里，你们的心也在哪里。”（玛 6：21）意思是说：人爱慕什么，就常念想什么。圣母的心只爱耶稣，所以时时处处常念想耶稣。若愿意知道我们爱天主与否，只该看我们常念想的是什么事情。若在我们明悟中，常往来不断的，是耶稣的道理，是耶稣的行实，可以说我们爱天主。不然，就是不爱天主的凭据。求圣母赏赐我们效法她，将耶稣的言行存于心中，念念不忘。”

耶稣与宗徒相偕直到世界穷尽

耶稣升天后主日

定像：想见吾主耶稣升天以前，向宗徒说这句话的时候，发显非常的慈善，宗徒等都感激流泪。

求恩：求天主赏赐我常纪念耶稣这句圣言，发爱慕依靠之情。

一、耶稣如何与人相偕

圣玛窦记载：耶稣将要升天的时候，既然把传教的事情，托付给宗徒，以后就向他们说：“我同你们在一起，直到世界穷尽。”（玛 28：20）

这句话最能安慰宗徒的心，加增他们的心火。当时宗徒们必定感激流泪，以后常纪念不忘。可是宗徒没有活到世界穷尽。所以耶稣的话，不只是对宗徒们说的，也是指着一切热心教友说的。所以我们该把耶稣的话应用在我们身上，采取其中的神益。

耶稣常同我们在一起，另外有三样：1、因天主性无所不在。圣经上说：“我们存在，生活，行动于天主之内。”（宗 17：28）2、因着宠爱。天主常在无大罪的灵魂上。3、藉着面酒形，耶稣的天主性人性全进到人们心中。耶稣许下常同人在一起，直到世界穷尽包含这三个意思。按着这三个样子，耶稣常在圣教会中，也常在每一个善人的灵上

从前天神嘉俾厄尔庆贺圣母说：“主与尔偕焉。”古教时天神显现于热得盎也说：“主与尔偕焉。”（友 6：12）天神显现于人，先说这句话，是因为这句话最能安慰人心。如今吾主耶稣亲自向我们说这样的话，为我们不是更大的安慰吗？我们该用古圣梅瑟的话，自己庆幸说：“哪一国的神灵亲近自己的民人，如同我们的天主这样亲近我们呢？”（申 4：7）

二、与耶稣相偕有何好处

1、**耶稣指给我们升天堂的道路。**耶稣说：“我是照世之光，谁跟随我，不在黑暗中行走”（若 8：12）又说：“我是道路，是生命，是真理。”（若 11：25）耶稣许下常同我们在一起，就是许下常光照指引我们，不使我们失迷救灵魂的正路。

2、**耶稣相帮我们抵抗三仇。**圣保禄宗徒说：“天主若保护我们，谁能相反我们呢？”（罗 8：31）达味圣王向天主说：“即便敌营全起来攻击我，我也不害怕。因为天主，你同我在一起。”（咏 26：3）

3、**耶稣相帮我们行各样善功，修各样德行。**圣保禄宗徒说：“赖吾主耶稣坚固我的力量，我没有做不来的事情。”（斐 4：13）

总而言之，与耶稣相偕的好处多多无算，不可胜数。吾主耶稣当初许下，常与我们相偕的时候，就如同说，你们虽然昏愚柔懦，但不该失望，我常同你们在一起，光照扶持你们。只要你们依靠我，总不离开我，必定没有不能行之善，没有不能戒之恶。我们该

当用达味圣王的话说：“依靠天主，是我的好处”（咏 72：28）。伏祈全善耶稣垂允，藏我于圣伤中，勿弃我，勿许我离背。

三、我们该勉力不离耶稣

耶稣常与我们相偕，直至世界穷尽的话，说的这样清楚。耶稣又是至忠信的，既许必践。所以耶稣不离开我们，是不能疑惑的。可是我们这一面，常与耶稣相偕，总不背离的主意，不是这样坚固的。从前先知亚匝利亚向以色列人说：“天主同你们在一起，你们也同天主在一起。你们若寻觅天主，必能找着，你们若弃舍天主，天主也就弃舍你们。”（编下 15：2）

所以我们该常勉力着：1、不犯大罪，不把天主从我们心中赶出去。2、不犯小罪，不故意违背天主的神光默佑。3、常想天主鉴临，在天主面前做一切的事情。这样才能常与耶稣相偕，不被耶稣弃舍。

降生后五百二十八年，安弟约各城内地震，合城的房屋，跟看都要倒塌，居民都惊慌逃散。有一个热心人，蒙天主默启，命各家门上写这两句话说：“止步！基督与我们同在。”众人如命。这样做了以后，地震就止住了。

我们该把这两句话刻在心中，发依靠之情，为脱免灵魂的患难。

天堂

瞻礼二

定像：想见天堂诸神圣瞻仰天主圣容，欢欣爱慕，久而不厌。

求恩：求天主赏我常纪念身后永远的真福，轻看现世的安乐。

一、天堂的真福是见天主

天主造人的本意，是为把他自己享的真福通传于人，永远享受。但不在现世，而在身后。现世该立功修德，为买天堂的真福。因为天主不愿意白白赏给人，愿意拿天堂来当善功的报答。

天堂的真福不是别的，就是享见天主的本性本体。天主在古经上向人说：“我是你的赏报。大的过于”（创 15：1）。就是这个意思。我们死后得这赏报的第一步是见天主。

一见天主，就把我们在现世只藉着信德所知道的各种奥迹，比如三位共是一体，第二位结合人性，耶稣隐藏于面酒形下等，全按着我明悟的界限，明明看出来了。信德的帐幔揭开了，灵魂的眼目清亮了。圣保禄宗徒说：“如今我们借着镜子谜语似地见天主，到那时面对面的见天主；如今我们认识天主的一分，到那时我们认识天主，如同天主认识我们一样”（格前 13：12）一个从小坐监的囚犯，忽然见了日月的光辉；一个生来的瞎子，忽然见了万物的美丽，也比不上人一见天主的时候，所觉着的畅快欢乐。

而且一见天主，就把天主本体所有的无穷美善，在现世赏给我们的万般恩惠，也全全明白了。乍一见面，比人见了多年离别的父母，偶然遇见救命的恩人，更加喜庆感激。

天堂的福乐，真是无言可言的：吁吾天主，我到何时才能享见你的圣容呢？

二、天堂的真福是爱天主

人的本性是天主造的，也是自来归向天主的。在现世因为有肉身的牵连，人轻易觉不着爱慕天主的心情，等死后脱离了肉身，一见天主万善之源，人归向天主的本性就立时觉出来了，爱慕天主，亲近天主是他唯一无二的盼望，比鱼之归水，鸟之出笼，更迫切不能等待。

到那时我们纯心爱慕天主，仅仅爱慕天主，天主以外，没有依恋贪图的事物。不如同在现世，一时发爱天主的心，忽然又被别的事物牵引远离了天主。到那时我们的心，全系于天主身上，如同石头落了地，河水入了海，永不挪移了。

到那时我们还明知道是真爱天主，没有一点疑惑。在现世我们虽然勉力爱慕天主，但我们的爱情是真的或假的，不能知道一定，赶见了天主以后，就没有这样的疑惑了。因为心中踏实，爱情也更加增。而且到那时，我们还同天朝的神圣一起爱慕天主，彼此庆贺，同得了爱天主的福份，彼此相爱，同归于爱天主，也更加增爱天主的圣情。

这个福分，我到何时才能享受呢？恨不能我心中如今就有这个爱火！

三、天堂的真福是得天主

见天主，爱天主，全心归天主，我们成了天主的，天主也成了我们的。一得天主，就全得了各样福乐，不但全满了我们的盼望，还叫我们心满意足，再不盼望别的了。这是天福和世福的分别。世福虽一时畅快人心，总不能满足人心。达味圣王说：“当天主的光荣发显出来以后，我就满足了。”（咏 16：15）

再者，得天主以后，我们所得的福乐全是极纯净的，不是如同世福，常有酸苦忧虑掺杂在内。圣若望宗徒说：“天堂上没有哀苦，也没有痛苦了。”（默 21：4）。又因为天堂的福乐全在天主身上，天主永远常在，天堂的福乐也是一得永不能再失。过百千万年，还是如同才开始一样。天福既然稳固恒久，人自然就放心；人越放心，享的福乐也越大。这样的境界，虽然是人梦想不到的，人却能得到手中。天主于造世之初就给人预备好了。

这样贵重的天福，我曾想望过吗？我为得天堂，曾出过什么力？受过什么劳呢？世俗人为得暂时的富贵，虚假的名誉，不怕忍苦冒险，昼夜经营。我为得永远的真福，竟这样冷淡。真堪羞愧！

吁！吾天主，你造了我，是为升天堂，你给了我一个灵魂，是为享受你自己享的福乐。求你别许我贪恋现世的虚假之福，以致于失落了给我预备的永远真福。

在工作之前当念经求主

瞻礼三

定像：想见宗徒圣伯多禄在晚餐厅中，选人补茹达斯的缺以前，同一百二十人祈求天主指示开导。

求恩：恳求天主赏我认识我的软弱无能，不拘办什么事，常求天主相帮，总不倚恃自己。

一、该求天主相帮的缘故

宗徒行实记载：圣伯多禄要挑选一人补茹达斯的缺。众人推举了若瑟和玛弟亚二人，请圣伯多禄选定。圣伯多禄不敢自专，先同众人一起祈求天主说：“主啊！你认识一切人的心，求你指示你所拣选的那个人吧！”（宗 1：24）宗徒之长立的这个表样，是我们一辈子常该勉力效法的。我们该深深默想其中的缘故，日后在一切事上，常照样去做。

我们该事事仰赖天主，祈求天主相帮的缘故，是因为我们软弱无能。就我们一面说，我们只能作恶犯罪，得罪天主。如同吾主耶稣向宗徒说的：“若没有我，你们什么也不能做”（若 15：5）。意思是说，不拘什么好事也不能做。但若依靠天主，有天主的相帮，不拘什么好事，我们都能做。也是如同吾主耶稣说的：“凡在我内，我也在他内的人，能结许多果实”。（若 15：5）圣保禄宗徒也说：“赖着坚励我的天主，我没有做不来的事”这句话多么表肯。为这个缘故，达味圣王说：“若天主不建筑房屋，那建筑的

人必定徒劳无功”。（咏 126：1）但徒劳无功还是小事，更可怕的，是必要陷于危险，遭大祸患。

先知依撒意亚代传天主的圣言说：“你们自作聪明的人是有祸的。因为你们自己拿了主意，没有请我指示。你们按着自己的计划布置了经线，没有按着我的旨意。”（依 30：1）天主说的布置经线，是兴工织布，下手工作的意思。若不按着天主的旨意，就是不求天主的光照指引，不赖天主扶持助佑，必遭祸患。就是陷于罪过，灵魂受害的意思。因为我们要紧天主的相帮，如同刚才断奶的小孩，要紧母亲的提携一样。母亲一撒手，立时就颠仆于地，不过放声哀号就是了。除非母亲救援，连立也立不起来。所以我们不拘要兴办何事，先该祈求天主相帮。用圣咏上的话当作诵句说：“天主唯专于我扶佑，速格以救助我”。（咏 69：1）

我们若遵守这个教训，事事仰赖天主，不拘兴办何事，常能有恃无恐。深信自己所做之事，必定一往顺利，且能得美满的结果。因为天主最喜欢人这样依靠他，一见人不敢仗恃自己，专心仰望他的宠佑，必要把人兴办的事业，自己全担任起来。全能天主所担任的事业，还有不成功的吗？

二、圣人表样

圣奥斯定对着天主明明承认说：“当初我觉着我不是毫无能力，我估量我自己能行些善工，我没有想到是你的手暗中扶助我。你刚一撒手我立时就跌倒了。如今我看出来了，失足跌倒了，是我的无能；立起身来，是你的相帮。”

圣多明我不拘兴办何事，没有不先求天主及天主之母相帮的时候。圣人常说：“因着圣母的转求，我凡有求于其圣子耶稣的，没有求不得的时候”。

创立耶稣会的圣祖依纳爵，遇有从此从彼，难以决断的事件，虽然将两方面的理由全审量透彻了以后，但不先求圣神的光照，总不决定从违。

十一月八日，圣教会定为五位致命圣人瞻礼，就是克乐德，尼高斯辣特、幸福连、贾斯道、辛普里先。五位圣人皆系雕刻的良匠。辛普里先原系外教，其进教事主的来由如下：辛普里先的手艺，本不在四位同行的人以下，但他工作的成绩常常落后，不是家俱不得手，就是原料有毛病，心中甚觉奇怪。就问他的师傅圣幸福连是何缘故？圣幸福连乘机开导他说：是因为我们每次工作前，常求天主相帮；你只凭自己的技巧，如何能跟上我们呢？辛普里先听师傅的指教，工作以前，也求天主相帮，以后所得的成绩，果然异常优美。因此弃邪归正，不久同别的四位圣人，一起致了命。

从这几位圣人的表样看来，兴工作事以前，祈求主佑，不但极其要紧，尚且还有大益处。所以我们该拿主意，日后不拘办何事，常先收敛心神，呼求天主的神光圣佑。现今为结束这一次默想，念怙恃天主诵：吾主天主，造成万有，护恤斯民，一有遗弃，刻即陨灭……；或启行求佑诵：吾主天主，行路之指南，遇难之洪佑，万动之终安，万意之终向……。

爱慕清静为最紧要

瞻礼四

定像：想见七十二位圣徒，传教回去以后，吾主耶稣向他们说：“你们往清静地方来，略歇息几时。”（谷 6：31）

求恩：求天主赏我懂透这端道理，以后常收敛心神，专务内修。

一、专务内修的人当爱慕清静

圣力高烈说：“不收敛心的人不能成祈祷的人，也不能成圣人”。这两句话有至情至理，我们该默想透彻了，常记在心中。

1、不能成祈祷的人。因为一个祈祷的人，是一个人心常同天主结合。有了忧苦患难，就献给天主；觉着自己软弱，就依靠天主；不但念经默想的时候，常举心向天主；说话行事之间，也不离开天主。不收敛心的人，好凑热闹，居心浮躁，包揽些无用的闲事，什么也管，就是不管自己的灵魂。今天耽误拜圣体，明天忽略看圣书；念经默想的时候，也苟且了事，分心走意。念经默想以外，还能想起天主来吗？既然不同天主结合，内修的事业就全败坏了。

2、不收敛心的人不能成圣人，更是显然易见的。因为成圣人的学问，固然有时候是天主忽然赏赐的，但平常是念经默想，克己绝欲，慢慢积累的。这番学问，如同一座广大的世界，其中有许多当明白的方法，许多当知道的奥理。不收敛心的人，心不在腔子

里，从早到晚，只打听新闻，接见朋友，抽不出闲空儿来，顾不得想天主。所以在超性的事理上，如同瞎子一样，茫无所见。你若和他讲论效法耶稣，克制偏情，入于他的耳，万不能入他的心，所以不收敛心不能修德成圣。这样的人若是做修士，难保恒心至终，不失落圣召。就是居在修会中，也是个有名无实的修士。内修神师巴斯棘神父说：“不收敛心的修士，是他自己的刑役，是长上的十字架，是同会修士的恶表。”我们回心想想，自然就觉着这些话说的极有识见了，

二、传教救人的更该当爱慕清静

恐怕你说：“我有当尽的本分，我该当传教救人，不能闭门谢客，终日独居。”我说：你若是愿意修德行，救自己的灵魂，你更要紧爱慕清静。因为你常同世俗人来往，所见所闻的，是世俗的事情，所呼吸的是世俗的气味；时候长了，难免不受世俗的沾染。俗话说：“近朱者赤，近墨者黑”。原是定而不疑之理。你常亲近世俗，灵魂能不污秽吗？灵魂污秽了以后，若不退到清静地方去，自己看不出来，必定越染越深。污秽不堪了。

为养人的生命，该有清气：为养鱼的生命，该有清水，为保存内修的心思，该爱慕清静的地方；都是一样的理。所以真心愿意专务内修的人，爱慕清静，如同鱼爱慕水一样。鱼若偶然出了水，翻上倒下，一时也不能平安。再入到水中，就摇头摆尾，悠游自得了。热心人若因为本分在身，经营俗务，或讲道劝人，不能常专务神工，一有了余闲，就急忙去行默想，看圣书，同天主来往。这样的人才能保存热心，不受世俗的害。

况且为传教救人，该有善言善表，感化别人。你若不专务内修，心中没有实着的德行，如何能发出德行的馨香来感化人呢？你心中没有爱天主的神火，说出话来如何能烧热人心呢？所以不可推托，你有救人的本分，就不寻觅清静地方为收敛你的心了。

吁！童贞圣母玛利亚，及诸位圣徒，因着你们从前在晚餐厅中，清静独居，十日之间，常收敛心神的功劳，赏赐我效法你们的表样，爱慕清静。没有这一样预备，圣神不肯降到我心中来。平安的圣神，不能和扰乱的世俗同居。我因为不爱慕清静，所以心常散乱，难以收敛。求我慈母玛利亚，加我神力，诸位圣徒，助我不及，使我纯心专务内修，善行此九日敬礼。

爱慕清静多获神益

瞻礼五

定像：想见一个隐修士独居一室，念经看书，清静安乐的情景。

求恩：求天主赏我懂透清静的益处，以后爱慕独居，专务内修。

一、清静使人得享神乐

师主篇上论独居的安乐说：“常居不出的潜舍发甘饴，不用心保守的潜舍生厌烦。你若从弃俗精修之初，就喜欢独居；不久这自修的潜舍就成了你的朋友，成了你的安慰。”（师卷一：20章）

这几句金言，也可以用一个浅近的比方作证：比方本乡的水土，本地的风景，人都自来的爱慕。若是多年在外，一旦回了家，与童年时相好的朋友，笑语言谈，有一番说不来的趣味。有时候在外方生了重病，据医生定断，非呼吸本乡的空气不能养好。清静独居的人，也如同归了本乡本土一样，能尝着天堂本乡的安乐，能呼吸天堂本家的空气。因为这样的人心常收敛，常想自己在天主大父台前，在童贞圣母身边，与护守天神，主保圣人等谈论来往，真有家庭和乐的景况。所以圣伯尔纳多说：“独居与天堂，相离不过一步。”虽然清静独居的人，也不能免了困苦艰难；但一想天主看见他的苦难，就有了安慰，一想天主扶助他的力量，就有了依靠；虽然在困苦艰难之中，心中却没有忧苦。可惜这个得安乐的秘诀，世人多看不透，往往在热闹场中，寻觅赏心乐意的事。其实尽是望风扑影，自己欺哄自己，实在可伤叹！我没有上过这样的当吗？以后还这样自己欺哄自己吗？

二、爱慕清静使人不中魔鬼的诡计

这端道理也不难明白。因为魔鬼陷害人，平常是用似是而非的假理，或先善后恶的交情。这样的诡计人不是不能看破，屡次是人太冒失，不用心审量。爱慕清静的人心常收敛，神目最明，魔鬼的狡计，事情的究竟，大半都能预先看破，一看破了魔鬼的诡计，他就无法可施了。所以魔鬼最不喜欢人心中清静平安，想各样法子扰乱人心。因为当人扰乱不安时，看事不明，魔鬼才容易得手。因为这个缘故，一切的内修神师都劝人爱慕清静，收敛心神，以免上魔鬼的当。

况且爱慕清静的人，不但谨守五官，还常谨守三司，常小心谨慎，随从圣宠的感动，全断绝了起诱惑的缘由，如同不能受魔鬼的攻打了一样。圣额我略将先知依撒意亚的话，贴在收敛心的人身上说：“堵住耳朵，不听血肉的声音：合上眼目，不观非理的事物；这样的人，如同住在高山的炮台上，敌人不能攻打。”（依 33：15）

这样的神益，我曾想过吗？怎么样躲避了繁华，爱慕了清静呢？

三、爱慕清静使人多蒙圣宠

罪人为得天主的圣宠，回头改过，清静独居，是第一当走的历程。请看圣经上记载的荡子，怎么样回了头呢？不是因为他在庄子上，给人家放猪的时候，独自一人，静心回想了吗？先知耶肋米亚说：“普世都是令人伤心的事情，是因为没有一个人肯静心回想。”（耶 12：11）。圣书上说：“你们该在自己屋内，动心忏悔。”我们应当记着，天主常在罪人心中呼唤，劝他们回头。但在繁华热闹地方，罪人听不见天主的声音，一退到清静地方就听出来了，所以才能承受天主的圣宠，回头改过。

爱慕清静，不但能使罪人回头，还能使各等人得丰盛的圣宠。我们自己想想：为什么每年避静的时候，比平常更热心，神目更清亮，从心里愿意修德前进呢？不是因为心中更清静的缘故吗？我们若常如同在避静中那样爱慕清静，能得多少圣宠呢？

所以，我的灵魂，你该常喜欢独居，收敛心神，推开不引你归向天主的事物。只有这个方法，能使你保存热心，结合天主，修实着的德行，享天上的神乐。

吾天主，求你引我到旷野中去，与我密密谈论，我愿意听你的言语，随你的指引。

清静独居的表样

瞻礼六

定像：想见吾主耶稣独自一人，在旷野中，昼夜祈祷结合天主。

求恩：求天主赏我常纪念耶稣及众圣人的表样，常爱慕清静。

一、耶稣的表样

耶稣一生爱慕清静独居的表样是最显明的，也是最可奇妙的。我们想想耶稣降生在世，除了为救赎人罪，还是为创立圣教会，宣讲福音。耶稣为办这些大事，、只有三十三年的工夫，但耶稣三十年之久隐居不出，在纳匝肋过贫穷日子，无人认识。是为什么缘故呢？若不是为给我们立表样，耶稣不是白耽误那三十年的工夫吗？既到了传教的时候，又先避居旷野，四十昼夜，独自祈祷。三年传教之中，虽然事物烦杂，还常抽身往深山无人的地方去。圣玛竇记载：“耶稣独自一人上山去祈祷。”（玛 14：23）圣若望记载：“耶稣又自己逃到山中去了。”（若 6：15）耶稣这样爱慕清静，

莫非是怕世俗的热闹，扰乱他的心吗？一定不是。耶稣是天主，在繁华场中，如同在纳匝肋一样，心中常常收敛。耶稣这样做，只是为教训我们；我们若不躲避繁华热闹，不能收敛心神，不能结合天主。所以耶稣给我们立了这个表样。

耶稣不但给我们立了爱慕清静的表样，还给我们留下了爱清静的教训。耶稣进了拉匝禄家，“玛尔大备办饮食，忙忙碌碌，奔走不暇。玛大肋纳平平安安的坐着听讲道理。耶稣称赞了玛大肋纳，责斥了玛尔大，说她过于操心，打算许多事物。”（路 10：41）七十二徒传教回去以后，耶稣向他们说：“你们往僻静地方来，略歇息几时”（谷 6：31）。耶稣的意思是叫他们略略收敛自己的心。耶稣给人讲祈祷的法子说：“你们何时要行祈祷，该往你们的屋里去，关上门，在隐密地方祈求天主圣父。”（玛 6：6）耶稣讲的这端道理，是不能再清楚的了。

我们是耶稣的徒弟，徒弟不但该听师傅的教训，还该效法师傅的表样。我们又是耶稣的肢体，肢体同元首该有一样的生命。耶稣一生爱慕独居，度了隐遁的生活，我们若心思浮躁，不知收敛，厌恶独居，常寻觅解闷的机会，不相称我们的身份，也必定被耶稣舍弃。

二、众圣人的表样

再看看众圣人的表样，也能叫我们懂得清静独居的好处。历来圣教会中，独修隐修的圣人们，固然都以独居为乐，以清静为福。连显修的圣人，有传教救人的本分的，也是爱慕独居，常想法找清静地方，一心同天主契合。

圣热罗尼莫叹息说：旷野中发生基利斯督的鲜花，幽谷中出产修建天上圣京的宝石。在这僻静之处可以同天主亲密往来。你们世俗人们，为什么不推开那些烦杂劳苦的事物，来享这清静之福呢？

圣奥斯定圣神父以后，求本主教准许他避静两个月的工夫。他说：不如此，不能善尽司铎的职分。就是帮助别人，也不失落自己的灵魂。圣伯尔纳多当他迫于不得已，该出修院办公事时，就伤叹自己不能享清静之福说：自己离修院越远，离天主越远。

这一类的善表不能尽述。总而言之，凡德行越成全的也是越爱慕清静的。

圣人们是天主给我们立出来的表率，圣人们走的道路是升天堂的正路。我虽然是不能全效法圣人们的德行，至少也该在同样的路上走。若是圣人们向南行，我们向北行，必不能到同样的地方，圣人们为去传教救人，还有些不肯舍离独居的心情。我们若在规距以外，自己找分心的机会，算是同圣人们走一样的路吗？

吁！吾天主，我如今懂得清静独居为我如何要紧，为我有莫大的益处了。但是吾主，你认识我的心是如何轻浮，连在默想中也不能完全收敛与你相结合，我虽然勉力几时，不久又分散于外，不知往何处去了。求你约束我的三司，看守我的心门，不许杂念入内，常能清静平安，与你谈论往来。

圣神七恩

瞻礼七

定像：想见宗徒弟子等在晚餐厅中热心祈祷，预备圣神降临。

求恩：求天主赏我明白圣神七恩如何要紧，恳求圣神降临。

我们如同宗徒一样要紧领受圣神七恩，天主圣神是超性生命的根源，用他的七恩，如同七道大河，浇灌滋润我们的灵魂，使能生长圣德的果子。这七样神恩是极宝贵也是最要紧的。我们若想想：宗徒们未领圣神七恩以前是什么情形，就可以懂得我们若不领受圣神七恩，是什么情形了。然后热心盼望，也用心预备我们的灵魂，为领圣神七恩。

一是敬畏。二是孝爱。宗徒们未领圣神以前，固然是敬畏天主的人，不愿意犯罪，可是还有怕人的心情。因为怕人，所以不能承当艰难。当着耶稣受难的时候，都离开耶稣逃散了。

宗徒们固然是实心爱慕耶稣，但还不是如同好儿女一样，真情切爱，孝顺听命。他们盼望耶稣做现世的皇帝，他们也因此得享荣华富贵。

我们也是一样。圣神若不赋给我们这两样神恩，我们躲避犯罪，不是直接因为怕伤天主的心，是怕下地狱受无尽之苦。虽然这样的怕情并非不好，总不是天主的儿女当有的心情。

三是聪敏。宗徒们未领圣神以前，不能透彻圣教中的深奥道理，圣经内包含的妙义。耶稣讲天国的奥迹，他们往往错懂了。至于使耶稣责斥他们说：“你们到如今，还是毫无知识吗？”（玛 15：16）

我们也是一样。圣神若不赏赐我们聪敏之恩，我们虽然常念常听耶稣的善言善行，虽然常常默想，总是懂不透彻，信不真切。如同双目失明的人，在美好的图画跟前，不知道图画的美妙一样。

四是刚毅。宗徒们未领圣神以前，固然都是心地正直的人，可是软弱怯懦，到了至极的地步。末次同耶稣吃晚餐后，个个都许下忠心跟随耶稣，即便同耶稣被囚被杀，也不相离。不多几点钟以后，耶稣已落于恶人手中，宗徒之长明明背了耶稣，别的都四散奔逃了。

在这件事上，我们和宗徒，更是一般无二。圣神若不赏赐我们刚毅之恩，我们的软弱无恒，有时候叫我们自己也惊讶。往往因着很要紧的缘故定的志向，一遇见阻挡就舍弃了。

五是超见。这第五恩，拉丁本文是主意。宗徒们未领圣神以前，事之善恶，理之真假，往往分辨不明。圣玛尔谷记载：耶稣责斥若望雅各伯：“你们不知道该求什么。”（谷 10：38）

我们也是一样，圣神若不常在心中给我们出主意，我们对于思言行，也不能分别所当戒之恶，所当行之善。往往以是为非，以非为是。为这个缘故，我们屡次中魔鬼的狡计。

六、是明达。 宗徒们未领圣神以前，不过是些渔夫，只会驾船捕鱼。至于天主造物为何？当如何用万物，方合天主圣意，他们全不明瞭。

我们也是一样。天主圣神若不赏赐我们明达之恩，虽然我们有些本性的学问，圣书儒书，也粗知大概，但缺少圣人的真实学问，就是不能把自己所知道的道理见诸实行。

七、是上智。 按拉丁本文，上智二字有尝着滋味的意思，是指的天主圣神赏赐的上智，能使人尝着超性事理的神味。宗徒们未领圣神以前，有这样的上智吗？他们专务恭敬天主，救己灵魂的大事，比专务世俗虚假的事情，更有心火吗？全然不是这样。他们的心全沉溺在荣华富贵之中了。圣路加记载：耶稣将受难以前，他们还彼此争论，谁是更大的？在山园祈祷的时候，耶稣再三劝他们，醒悟祈祷。他们仍然贪懒好睡。可见他们那时，尝不着超性神工的旨趣。

我们也是一样。圣神若不赏赐我们上智之恩，我们为念经默想，克苦补赎等，觉着淡泊无味，常托故推辞。为世俗的闲事反觉着有百般的旨趣。各人问问良心，不是这样吗？看看我们的灵魂，这样需要圣神的宠佑，不该效法宗徒们，热切祈求圣神降临吗？伏求圣神降临，从天射光，充满我心。

圣神降临主日

定像：想见宗徒弟子等，同圣母玛利亚，在晚餐厅中，同心祈祷的时候，忽然圣神降临。

求恩：求圣母相帮我热心祈祷，恳切盼望，为能领受天主圣神。

一、今天是宗徒等领受圣神的纪念日

圣路加记载：5旬之期既满，弟子等同在一处。忽闻有声如同暴风，自天而来，充满了他们的住处。同时也看见许多火舌，分散于众人顶上。于是众人都充满了圣神，按着圣神的默感，都开始说各国的言语。”（宗 2：1）

从开天辟地以来，天主大施仁慈，眷顾世人，另外有两次：第一次是圣子降生，一次是圣神降临。这两次天主赏给人的，不只是圣宠神恩，而是天主的本性本体，圣宠神恩的根源。这两次天主待人的恩情，都是无限无量的，不能分别大小轻重。可是论瞻礼说，彼此却大有分别。圣诞瞻礼不过是追念已往的事迹，感谢天主的仁慈，第二位圣子并不从新降生。今天的瞻礼，不但是纪念从前宗徒弟子等一百二十人领受了圣神，今天施慰之圣神，还真真实实地从新降来，充满善人的灵魂。虽然暴风火舌的表记，我们不能看见，能通万国万言的特恩，我们不能得到；但天主圣神在人灵魂上发生的效验，比如：洁心污、灌心枯、医心疾、柔心硬等，凡预备妥当的人都能领受。

我们既然懂得了这个瞻礼的意义，该恳切盼望，热心祈求，为得圣神的恩宠。天主圣神的恩宠，我们一定能得。因为耶稣向宗徒说过：“我不弃舍你们，叫你们无依无靠，如同孤儿，但我要给你们打发圣神来。”（若 14: 18）

耶稣的话也是指着我们说的。尚且我们还需要圣神的恩宠。圣保禄宗徒说：“谁没有基利斯督的圣神，不算耶稣的人。”（罗 8: 9）又说：“被天主圣神运行的人，才是天主的儿女。”（罗 8: 14）

吁！吾主耶稣，求你为我打发圣神来，光照我的明悟，炙热我的冰心。使我厌恶世俗，脱离世幻，欢喜走真福的道路。

二、今天是圣教会成立的纪念日

我们如今信奉的圣教会是吾主耶稣立的，而不是天主圣神成就的。耶稣在世时，定了七件圣事，选了十二宗徒；教规神权都齐备了，但直到耶稣升天，圣教会不能广行，如同一个没有灵魂的肉身一样。古经上记载：“天主用泥土造了人，又向他面上吹了一口生活之气，才成了活人。”（创 2: 7）圣神就是圣教会的生活之气。圣神一降临，圣教会就有了生活的气象，由近及远，传扬的很快。圣神降临的本日，因着圣伯多禄的讲劝，领洗进教的就有三千人。以后圣神常在圣教会内，训诲启迪，不许道理舛错，扶持引导，使人修高超的圣德。宗徒的神火，致命的刚毅，童贞精修的恒心，都是天主圣神保护默启来的。第三位圣神，真可称为圣教会的灵魂。

今天幸逢圣神降临周年庆辰，我们不该虔诚热切，赞颂天主，也感谢圣神赏给我们的种种恩惠吗？

再者，今天还是天主当初在西乃山上，颁发十诫，立古教的日子，因此称为五旬瞻礼。这是古教中大瞻礼的名称。古时天主救以色列民出埃及国，动身以前，吃巴斯卦羔羊，起程后五十日。到了西乃山下，领受了十诫。后来犹太人每年举行这两个瞻礼。圣神降临，特拣选颁十诫，古教的日子，是发显要给我们立新教，定新法律。因为古新二教的法律不一样，所以颁法律的光景也大不相同。古教，怕情的十诫，刻在石板上，新教，爱情的法律，刻在人心，从前颁十诫的时候，天主大显威严，雷电交加，山摇地动，吓得以色列人胆战心惊。如今圣神降临的时候，宗徒等心安神乐，并没有一点惊恐。是发显在新教中，天主用爱情感动他们，事奉天主，如同儿女孝爱父母，不能再称奴婢事奉天主了。

求天主按着古经上说的：“拿去我们的石头心，换上一个新心。”（则 36：26）叫我们有天主儿女的心神，常以天主为父，真情切爱孝顺听命，如好儿女一样。

圣神降临的效验

瞻礼二

定像：想见宗徒等领受圣神以后，欢欣勇敢，立即出去讲道理。

求恩： 求吾主耶稣为我打发圣神来，变化我心，改正我的行为。

一、圣神充满宗徒的心

圣路加记载：“众人都充满了圣神。”（宗 2：4）这句话的意思，是说圣神降临以前，一百二十人心中，，不是没有圣神。但只是平常样子，如同没有大罪的义人一样，只在心中隐藏着，不能发显出来，使人人都看得见。只能自己立功劳，救灵魂，不能创立圣教会，劝化万民。圣神降临以后，他们心中如同有了活水的泉源，如同吾主耶稣说的：“我将来赏给人的水在人心中，要成活水的江河，常流不竭。”（若：7：38）耶稣的话，是指着圣神说的。人心中有了圣神，就充满了活水，发行于外，惠及他人。吁！吾主耶稣，求你赏赐我这活水，使我永远不渴，也能感化别人。

虽然众人心中都充满了圣神，可是众人得的恩典，一定也有多寡的分别。因为圣神的恩宠如同水，人心如同器皿：器皿有大有小，盛的水不一般多。圣神的能力如同火，人心如同柴草，柴草干湿不同，燃烧的快慢也不一样。当时一百二十人中，预备的更妥当，盼望的更诚切，如同圣母玛利亚，一定比别人得的恩典更多。

这端道理，为我们有很好的教训。因为如今天主圣神赏给人恩典，还是一样的办法。我们若愿意得格外的神恩，该加倍勉力，预备自己的心，洁净自己的灵魂。

二、圣神变化宗徒的心

耶稣升天以前向宗徒说：“不多几天以后，你们要因着圣神受洗。”（宗 1：5）意思是说，圣神要炼净你们的毛病，赋给你们

各样德行，使你们变成别样的人，如同圣洗圣事赋给人超性的生命一样。

圣神降临的日子，耶稣的话全应验了：

1、圣神降临以前，宗徒们骄傲轻浮，贪高位、图世福，听耶稣的教训三年之久，还是一片世俗心。圣神降临以后，谦逊善良，全去了世俗的心思，诸德纯全，可以作万世的师表。

2、圣神降临以前，宗徒愚蠢无知。领受圣神以后，明悟大开，透彻圣教中深奥道理，圣经内包含妙意。在法利塞人前高谈雄辩，使外教哲学士张口无言。

3、圣神降临以前，宗徒怯懦无勇。耶稣受难时，四散奔逃，耶稣显现时，因为怕恶人擒拿，门窗紧闭。圣神降临以后，出门宣讲，当面责斥恶人杀害耶稣的重罪。在公堂上受了鞭打以后，仍然传扬圣教，不怕舍生致命。圣额我略惊讶说：“使没有读过书的渔夫，成了宣讲明师，使税吏成了圣史，使害教友的成了开教的宗徒。天主圣神的奇能，谁能测量呢？”

如今我们领坚振，或领别的圣事，还是一样的圣事，降到我们心中。为什么我们的心，还没有变化呢？是因为预备的不好。如同胃口有病的人，虽然吃好东西，也不见强壮。我们该在天主圣神台前，承认自己的冷淡。定志以后，善领各样圣事，为得圣神的恩宠。

三、圣神改变世界

达味圣王求天主说：“请打发你的圣神来，造化万有，重新地面”（咏 103：30）。圣神一降临，达味的预言全应验了。请看圣神未降临，圣教会未传开以前，世界上是什么光景呢？各处异端盛行，人都恭敬鬼神，叩拜下贱的畜类；还有买卖奴才的风俗，富贵人虐待他们，如同待牲畜一样。再看那些穷苦疾病的人，当时是多么可怜！不但无人照管，还被人轻贱，都看待他们是因罪受罚的人。连那些文明国中，也没有照顾病人，收养穷人的善举。

圣神降临以后，因着宗徒的开导，全消除了那些恶风。凡圣教会传到之处，不但弃绝异端，尊重人道，严禁买卖奴隶；还有许多养病院，育婴堂，仁爱会中千千万万的修女，照管老病残疾的穷苦人，不嫌卑贱，不辞劳苦，有许多很体面的表样。还有为救助病人，舍了性命的。圣教会有这些爱人的善举，都是天主圣神的工化。

我们该赞颂天主的仁慈大能，也感谢我们本身所受的恩典。

念：感谢天主之大恩，于万亿人中……。

圣神降临的终向

瞻礼三

定像：想见吾主耶稣向宗徒说：“我虽然离开你们，但不叫你们无依无靠，如同孤子，我求圣父打发圣神来，安慰教训你们。”

求恩：求天主赏赐我常纪念圣神所施的恩典，依靠祈求圣神。

一、圣神安慰人

耶稣屡次告诉宗徒在现世要受苦难。临升天以前，又向宗徒们说：“自今以后，在现世你们不能见我了。”那时宗徒们忧闷难过，耶稣为安慰宗徒的心，又向他们说：我要打发施慰之圣神来，常在你们中间。到那时候，你们要满心喜乐。

从耶稣的话看来，圣神降临的终向，特别是为安慰宗徒，及后世一切的奉教人。但圣神的安慰，不是五官的快乐，使人放肆解怠；而是叫人热心事奉天主，喜欢为天主出力，纵然身受艰难，也能不忧不惧，勇敢支持。请看圣神降临以后，宗徒们为信德的缘故在公堂上受鞭打以后，喜喜欢欢地回去了（宗 5：41）。圣路加又说：那时圣教会中，充满了圣神的安慰。（宗 9：31）

我们在这涕泣之谷中，魔鬼的诱惑，恶人的谋害，本身的疾病患难，轮流不断，谁能安慰我们呢？若没有从内里来的安慰，助着我们的心火，我们不能勇敢敌挡三仇。幸有耶稣许下的圣神常在圣教会中。若我们没有大罪，圣神也常在我们心中，安慰我们的心，加增我们的神力。这是我们唯一无二的依赖。

吁！天主圣神，忧苦之慰。求你广施恩泽于我心中，使我于患难之中心常安乐。

二、圣神教训人

耶稣从前向宗徒们说：“我还有许多事情，要告诉你们，可是你们如今不能领会。等真实的圣神降临以后，他要教训你们。”
(若 16: 12)

宗徒们未领圣神以前，不能领会耶稣的道理。我们也是一样。按我们本性的灵明，虽然也能懂得几端道理。可是只有本性的知识，不能感动我们的心。几时天主圣神光照我们的明悟，滋润我们的灵魂，另有一番别的效验。

比方，为认识天主，圣神能教我们自然而然的发出爱天主的心来，觉着有非常的神味神乐。如同圣五伤方济各，但念这一句话说：“吾天主，吾之万有！”整天整夜默想，常有旨趣，总不厌烦。

再比方，为看破世俗，圣神能提拔我们的心，绝不贪恋，受造的事物，觉着富贵尊荣，分文不值；财帛快乐，淡泊无味。如同圣依纳爵说的：“当我抬头望天时，觉着世界上极其污秽。”还有许多贵家公子、抛家舍业，入苦修会，心中反常舒畅快活，如同得了至宝的一样。这样高超的识见，这些非常的圣德，都是从天主圣神保护默启来的。从耶稣降生到如今，将近两千年，第三位圣神，常在圣教会中，施行这样的化工。

伏求圣神降临，从天射光，充满我心，求你亲自训诲启迪我，赏赐我成圣人的真学问。

三、该听从圣神的默导

天主圣神光照人，感动人，既有奇妙的效验，我们若忽略不听圣神的声音，或故意违背圣神的引导，不但是辜负天主的慈心，也是害我们自己的灵魂。所以：

第一、该用心听圣神的声音。就是心常收敛。因为圣神不在忧乱的人心中。人若喜欢繁华热闹，或存留些无益的杂念，不能听见圣神的声音。该如同圣妇玛大肋纳坐在耶稣跟前，平平安安地听耶稣讲论。我们的心若常这样清静，必能多蒙圣神的光照。

第二、还该随从圣神的默导。有些人得了圣宠的感动，明知道什么是当戒之恶，什么是当行之善。但因为不肯压伏自己的私意私情，不肯发奋勉力，把圣宠的感动白白忽略过去。这样轻慢圣神的人，一定要被圣神舍弃。圣神藏人的心门，人不开门迎接，圣神必要退去。圣神同人对面说话，人塞耳不听，圣神就不再同人说话了。人若被圣神舍弃了，有说不来的害处。

可惜有许多人，如同圣斯德望说的：“常相反天主圣神”（宗 7：51）违背圣神的真光，甘心居在死亡的黑夜中，求天主保护我们，不陷于这样的凶祸。

圣教初兴的教友被圣神感化

瞻礼四

定像：想见宗徒劝化的教友，同居共处，如同一会的修士一样。

求恩：求天主圣神相帮我效法那些教友，修真教友真修士当有的德行。

一、圣教初兴的教友尽好教友的本分

圣路加记载：“那些新领洗的人，都恒心听宗徒的讲劝，共同望弥撒领圣体，恒心祈祷。”（宗 2：42）当初那些新奉教人，一领洗后就这样热心，是因为天主圣神在他们心中，训诲启迪他们。看圣经上的话，圣神指引他们，用了三种热心的法子：

1、恒心听宗徒的讲论，就是耶稣的言行和天主的奥理，常常听讲，渐渐的入了心，自然信德坚固，热心增长：也能看清世俗的虚假，魔鬼的诡计。这是作好教友的第一个法子。

2、共同望弥撒，领圣体。圣体是奥蕴之玛纳，世人的神粮。要理上说：圣体养活灵魂，增圣宠，加圣佑，又能压制肉情，禁止私欲，顺从正理。愿意做好教友，更不可不用这个法子。

3、恒心祈祷。按圣经原文，祈祷二字，是多数名词，是指各样归向天主的功夫，比如默想、省察、诵经、献祭等全包括在内。意思是说，当初的教友常常祈祷，总不间断。

当初的新教友们，因为知道这三个法子，为保存热心，为加增圣宠，十分要紧，所以那样恒心遵行。果然因着这三个法子，蒙了天主圣神常降临于他们心中。按宗徒大事录上记载的：教友们听宗徒讲道理的时候，圣神降临于他们心中。（宗 10：44）公行祈祷的时候，心中就充满圣神（宗 4：31）。所以那些新教友们，人人热心。

我们同他们守的是一样的规矩，有一样的难处，所以也该当用一样的法子，为加增灵魂的神力。

天主圣神！求你引导我，常纪念天主的圣言，勤领圣事，不辍祈祷，为得要紧的宠佑。

二、圣教初兴的教友守修会规矩

圣路加又说：“那时信从圣教的人都同居共处，把家业变卖充公。宗徒们看每人当用多少，随时分给众人。”（宗 2：44）这个度日的方式，原是吾主耶稣亲自传下来的；天主圣神默启当时的教友，遵守这个规矩，是给后世弃家修道的立出一个榜样来。

他们立的第一样善表，是亲爱和睦。不但同居共处，而且同心合意。圣路加记载说：“那些奉教的人，同有一个心。同有一个灵魂。”（宗 4：32）。他们虽然不是一国的人，性情脾气不一样，贫富贵贱不一样，但天主圣神用爱德的锁链，使他们联成一家，都随圣神的指引，彼此如同身的肢体一样。耶稣当初为圣教会求天主圣父说：“求因你的圣名，保存你交于我的这些人，使他们共成一会，犹如一身，就如同我们是一体一样。”（若 17：22）天主圣神使那些新教友都同心合意，全满了耶稣的盼望。

先知依撒意亚预先指着圣神的功效说：“将来有一日，狼与羔羊，虎与小山羊，狮子与小绵羊，同居一处。一个小孩子统领它们。熊与犊，狮子与牛，同在一处吃草。”（依 1: 6）。这是表的圣神变化骄傲凶残的人，都成了良善谦和的。服从不用刑罚的长上管辖，同居一院，同守一样的规矩。我们该当感谢天主圣神赏赐当初的教友这样同心合意；也恳求天主圣神，再赏赐如今的教友，另外赏赐各会的修士，也修这个德行。

第二样善表，是将家业变卖交于宗徒，为众人公用。这样修神贫，既遵守了耶稣的教训，又断绝了纷争不和的根由，心中毫无挂虑，专心事奉天主。这个高超有福的境界，是耶稣创立的，是圣神成全的。盼望天主圣神在圣教会中常保存这个光荣。

我们既然默想了当初的教友所立的善表，该为我们本身取有益的教训。若我们是作修士的，该勉力效法他们的表样。并求天主圣神，赏赐我们在这些德行上常常前进。若我们是世俗人，也该勉励全去了贪恋财帛的偏情，常纪念耶稣的：“人若不全舍弃自己所有的，不能做我的徒弟。”（路 14: 33）

念伏求圣神降临一遍

圣神降临本主日圣经

瞻礼五

定像：想见吾主耶稣吃巴斯卦晚餐时，在建定圣体的大厅中，给宗徒们讲这端道理。

求恩：求天主赏我明白耶稣的教训，以后加倍用心遵守各样规诫。

一、真爱天主的凭据

圣神降临本主日，弥撒中念耶稣教训宗徒的话说：“谁若爱我，就必定遵守我的话，我父也必定爱他；并且我们还要到他心中去，居住在他心中。”（若 14: 23）

耶稣的话所包含的道理，一是真爱天主的凭据。二是真爱天主的报答。

人因为天主自有的无穷美善，或因为天主所施的恩惠发真实的爱德，遵守天主的诫命，是理所当然的，并不算分外的善工，本来不该得赏报。但耶稣所许的赏报，远出人意想之外，能令人感激流泪，惊讶出神。恐怕我们好几次听了这些话，毫不动情。是为什么缘故呢？是因为我们不仔细审量的缘故。我们的心思太轻浮，随听随忘，所以不得益处，今天我们该用心默想耶稣的圣言。第一、先想真爱天主的凭据：

圣若望宗徒说：“弟兄们，我们的爱德，不该只在口舌言语上，而该在真实行为上。”（若一 3：18）为爱天主该有什么行为呢？有人想：该多念经、多进堂、勤领圣事，这些善功固然是很好的，但不是真爱天主的凭据。因为这些善功，能是贪图虚荣，或有口无心。

有人想：为爱天主该多行苦工、守大斋，穿苦衣等。这些功夫也是很有益处的，但还不是爱天主的凭据。圣经上说的法利塞人，行这些苦工图人夸奖，反倒受了耶稣的责斥。

若愿意知道真爱天主的凭据在什么事上，请你听听耶稣的话。耶稣说：“谁若爱我，就必定遵守我的话。”意思是说：遵守耶稣的诫命，全行耶稣所吩咐的，躲避耶稣所禁止的。宁失天下万福，尽罹天下万苦，不敢故意违背耶稣的命令。这才算真心爱天主在万有之上。

如今各人自己省察省察，怎么样守了耶稣的诫命？耶稣，命人爱仇，我真心宽恕仇人吗？耶稣命人背自己的十字架，我安心忍受天主赏的患难贫病吗？耶稣命人修成全，效法在天圣父，我常勉力前进吗？我都没有遵守这些诫命，就是不爱天主。耶稣的话，说的很清楚。

就是按本性的理推论，我们能懂得真是如此。比如一个孩子，口中不断说爱慕父母，但父母吩咐的事情，不勉力去做，能算孝子吗？

吁！吾天主。我略一查考我的行为，就觉着我爱你的心十分冷淡。你用过分的爱情先爱了我，赏赐我无数的恩惠：我待你如此无

情，真堪羞愧！求你宽恕我之罪过！我今真心定志，以后全守尔之命令。

二、真爱天主的赏报

劝勉我们真心爱天主，遵守天主的诫命，还该想想天主许下的赏报。耶稣说：“谁若爱我，我父也必定爱他。并且我们还要到他心中去，居住在他心中。”这几句话包含着无数的赏报，是人至大的安慰。

1、天主圣父必定爱他。天主圣父，本来泛爱普世诸人。可是见人全守各样规诫，发显孝顺的真心，必定格外亲近他。如同圣玛尔谷记载的那个富家少年人，自幼守天主十诫，耶稣细看了看他，起了非常爱惜的心。（谷 10：21）这是何等的福分！多大的安慰呢！天主爱慕我，我还能缺少什么呢？天主保护我，谁还能害我呢？

2、我们要到他心中去。若是皇上亲身到我家中来，已经是至大的荣幸了，天主是万王之王，亲自到我心中来，不是更大的荣幸吗？从前匝凯听见耶稣说要往他家中去，喜不自胜。我们听见耶稣许下的这句话，更该如何欢乐呢？我们该当用圣妇依撒伯尔的话说：我有何德，而烦天主圣三，亲来顾我。

3、我们要居住在他心中。天主圣三常居住在我们心中，我们的心就成了天主圣三的宫殿。谁能懂得这个福分呢！我们该当用古经上的话庆贺自己说，“西苑居民，你们该踊跃赞颂，因为以色列的大主在你们中间。”（前 2：14）

念爱德诵一遍。

真爱天主的凭据尚有三项

瞻礼六

定像：想见吾主耶稣当面向我说：你该全心、全灵、全意、全力，爱慕你的主子天主。

求意：求天主圣神烧热我之冰心，使我遵守以下三样教训，真心爱天主于万有之上。

一、不恋爱受造之物

真爱天主的凭据，除了昨天默想的遵守诫命以外，还有三项：第一，是不恋爱受造之物。人心中若有了天主圣神点着的圣爱之火，只知道爱造物之主，用受造之物，如同勉强不得已一样，怎能有恋爱之心呢？圣伯尔纳多说：“为找到造物之主，该舍离受造之物，也弃绝自己。”这并不是说，真心爱天主，就不该料理家务了，就不该经商求利，保养肉身了；只是说，不该过于恋爱这些虚假的事物，先以爱天主之情作自己一切行为的法律。凡阻挡我爱天主，阻挡我仰合天主圣意的事情，完全拒绝。为料理家务，先看看怎么样更能妥当事奉天主。或务农、或经商，量力求财，因为需要，不是因为爱财，是为尽本分，不是为随自己的贪情。

如今各人反心自问，我对于受造之物，果然无所恋爱吗？求名求利，常以奉事天主为终向吗？料理家务，保养身体，全安心随天主上智的照顾吗？这样一回想，就知道自己是真心爱天主不是了。

二、同天主亲密来往

几时我们看见两个人常常见面，对面谈心，把各人心中的忧苦喜乐，把自己所处的景况，是顺当、是烦难，全彼此相告，毫不隐瞒：有了疑惑，就彼此请教，有了急难，就彼此求救。几时我们见两个人，常常如此，必定说他们是知己的好朋友，他们彼此相亲相爱。

真爱天主的人也是这样。常想天主在前，常同天主神交密谈。几时要选择一个分位，或兴办一样事业，不随着私欲偏情定主意，一直奔到天主台前，求天主指示，按着圣经的教训定主意。几时受了冤屈，有了忧苦，不抱怨别人，不败兴失望：而本着孺慕的真诚向天主诉冤，求天主安慰。若是事情顺当，就立时感谢天主。不拘有了什么功效，全归功于天主，如同江河，从泉源受的水，全归于海洋一样。不拘遇见什么变故，有了什么想望，全向天主陈明，随天主安排。读书工作，吃饭散心，都不能叫他忘了天主，常不断地念几句诵句，心中同天主结合。

如今再省察省察我们，果然是这样常同天主亲密往来吗？恐怕一天到晚对于世俗人，尽心应酬，为不要紧的闲事，惦念不忘；至于天主，连一次也想不起来。甚至于连进堂念经，默想祈祷的时候，也心散意乱，不能专心结合天主。吾主耶稣说过：“你的宝贝在哪里，你的心也在哪里。”（玛 6：21）我们的心不在天主身上，是明明发显我们没有爱天主的真心。

三、荣主救人的神火

真爱天主的人见天主得光荣，必定喜乐：见天主受凌辱，必定难过。比方一个时候，别人给你传来了两个凶信：第一是你本身的大祸患，第二是丧失了一个灵魂，耶稣的宝贝，耶稣圣血的价值。若是这第二个凶信，比那第一个更叫你伤心难过，这是你真心爱天主的凭据。因为按圣保禄宗徒说的：“我们成了天主的义子，可以称天主为父亲。”（罗 8：15）一个为儿子的，若见自己的父亲受大凌辱，能毫不动情吗？爱德是最勇敢，也是最娇贵的。充满了爱德的人，为光荣天主，没有不能忍受的辛苦，没有不敢承当的艰难。若见别人得罪天主，虽然在很小的事上，也不能容忍，必要尽力阻挡。

如今按着这个凭据，考察我们爱天主的心。恐怕我们更该羞惭无地。我们看看世界上有多少恶表，多少坏人常得罪天主？有多少人认识天主，反对圣教会的道理，常凌辱天主？有多少人顺从私欲偏情，丧失自己的灵魂，伤天主的慈心？我们天天眼见耳闻这些事情，曾伤心难过了没有？为赔补天生的光荣，拯救别人的灵魂，出过什么力，受过什么苦呢？我们若果然爱天主如父，能这样无情吗？

爱天主在万有之上分三级

瞻礼七

定像：想见吾主耶稣向一个精通法律的学士说：“最大的诫命，是全心、全灵、全意、爱慕你的主天主。”（玛 22：37）

求恩：求天主赏我坚固的志向，宁受万苦万辱，不愿得罪天主。

一、宁死不犯大罪

奉教人常说爱天主在万有之上。怎么算爱天主在万有之上呢？所说的爱天主，不是心中觉着的热情。虽然人一想自己的父母亲友，就觉着心热如火；一想天主，反倒毫不动情，也不算不爱天主的真凭据。爱天主是实心实意遵守天主的诫命，一条也不敢犯。这样的爱德共分三级：第一级是宁死不敢背天主的严命，犯下地狱的大罪。即便为遵守诫命，该尽受天下万苦，以致于丧了性命；若不守诫命，可以尽得天下万福，终身富贵安乐，也不改自己的主意。然而这不是说，真爱天主的人就坚定于善，永不能犯罪了。后来恒心与否，谁也不能保准。只要人目前有这样的真心，就算有了爱德的第一级。

这爱德的第一级，为救灵魂是十分要紧的。人若没有这样结实的主意，就不算爱天主在万有之上，万不能升天堂。如今各人自己省察省察；我爱天主的心，是这样坚固吗？我恼恨躲避大罪，果然

过于恼恨躲避万难万苦万死吗？这是平常教友当有的爱德。我身为修士，造到了这个地步吗？

二、宁死不犯小罪

爱天主在万有之上的第二级，不但宁死不敢违背天主的严命，犯下地狱的大罪。连不合天主圣意的小事情，寻常的小过失，也用心躲避。即便为躲避小罪，该尽失天下万福，尽罹天下万苦，也不犹豫含忽。这样爱天主在万有之上，比第一级高超多了。这样用心躲避得罪天主，方称得起是真爱天主，不是因为怕下地狱不敢犯罪。

可是这个地步不是容易造就到的。总得常演习着，断绝私欲，存心平正，在一切受造的事物上，无所偏向方可。圣依纳爵在神操书上，劝我们对于受造之事物，勉力着成个平正不偏的人。至于在我们一方面，未认明天主圣意以前，不偏爱富贵过于贫穷，不偏爱光荣过于凌辱，不偏爱强健高寿过于病弱早夭。人若平常时候，不把自己的心安放的这样平正，等天主的圣意显示出来以后，那宁死不犯小罪的主意，难保不犹豫含忽。

我们做修士的，愿意修成全的德行，该有这爱德的第二级，不然不算够本分。而且人若不勉力着造到这爱德的第二级，连那第一级也未必能保得住。因为小罪犯的多了，能引人于大罪。我们爱天主在万有之上，到了这第二级么？曾用了什么法子为克除偏爱，使我们的心常中立不倚呢？

三、拣选天主更喜欢的事情

爱天主在万有之上的第三级，不但躲避大小诸罪，不得罪天主，还为更中乐天主的圣意拣选贫穷苦难凌辱，弃舍富贵安逸尊荣。即便有两样事物，都不犯天主的诫命，为我有一大的功劳，我为效法吾主耶稣，为叫天主更喜欢，情愿辞富居贫，避荣就辱。这爱德的第三级，是极高超，极成全的，非大圣人不能造到。

我们虽然不是大圣人，也该当勉力着修这高超的爱德。**纵然造不到成全的地步，只要尽心勉力，就有很大的好处。**第一、为报答吾主耶稣的爱情。耶稣为救赎人罪，本不必受那样的苦难凌辱，但因为爱我们的缘故，凡他能受的苦辱，全为我们忍受了。我们不该大大方方的，还爱耶稣吗？第二、我们一勉力修这高超的爱德，立时就把各样毛病的根子全割断了。以后为修不拘什么德行，也不觉着难了。各样特恩，天主也没有不肯赏给我们的了。除此以外，还有许多别的好处。所以该求天主，赏赐我们这样高超的志向。

至仁至慈者，天地大君，统一普生，无上真主。我重罪人，为主所生……。

天主圣三待人有何恩情

降临后第一主日

定像：想见圣沙勿略在睡梦中，大声呼号说：吁！至圣天主圣三！

求恩：求天主赏我常纪念天主三位赏给我的恩典，勉力图报。

一、天主圣父待人的恩情

天主圣父待人有造生之恩。因为天主圣父是三位的根源，凡造化之工，都归于第一位。所以我们自无而有，是天主圣父的恩典。又按圣经上说的：“天主按照自己的像造了我们”。这是多大的恩情呢！人若仔细想想，能不感激图报吗？**圣教会命我们天天念：**一谢天主造生之恩。不是理所应当的吗？

至论我们是教友。天主圣父待我们，还有一番别的恩情。就是因着领洗，天主圣父立了我们为他的义子。圣保禄宗徒说：“我们受了天主义子的心神。因着这个心神，我们可以称天主为我父”。

（罗 8：15）尚且我们还真是天主的儿女，可以继承天主的产业。你想若是一个平常百姓，被皇上认为义子，将来有做皇上的盼望，是多大的福分呢？我们得为天主的义子，比当皇上的义子福太多了。

我们向天主圣父，有什么当尽的本分呢？既然知道我们是天主的义子，就该用孝子的心情事奉天主，全心全灵爱天主在万有之

上。1、不敢得罪天主。事情无论大小，凡天主所不许的，一概用心躲避。2、勉力修成全的德行，为相似天主。吾主耶稣教训人说：“你们该是德行成全的，如同你们的在天大父一样。”（玛：5：48）我们到如今这样孝爱了天主吗？求在天大父，宽恕我们的冷淡无情。定志以后，用行实发显孝爱之情。

二、天主圣子待人的恩情

天主圣子待我们有救赎之恩。天主第二位降尊就卑，与人性结合成一位，为从魔鬼手中赎回我们来。所用的价值，不是金银财宝，乃是自己的宝血，全全倾流出来，死在十字架上。这番恩情，比造生之恩不在以下。恐怕还能说，超过造生之恩。圣奥斯定说：“天主若造生我们，不救赎我们，那造生之恩，为我们有什么好处呢？”圣教会命我们天天念。二谢天主降生救赎之恩。更是理所当然的。

至论我们是教友，天主圣子和我们有更切近的关系。因为耶稣取了我们的人性，耶稣成了我们的长兄，我们成了耶稣的昆弟。又按圣保禄宗徒说的：“因着领洗圣事，我们成了耶稣的肢体。”

（格前 12：27）又按吾主耶稣自己说的：因着圣体圣事，我们和耶稣成了一个。（若 6：57）我们与天主第二位所有的关系，如何亲密，如何荣耀，真是人想不到的。

我们为报答天主第二位圣子的恩情，该遵守圣若望宗徒的教训，就是按着耶稣的命令做。（若 2：6）耶稣的命令，我们早就听见了。圣西彼连说：“教友是第二个基利斯督。”意思是说：该效法耶稣。若一个平常的教友，还有效法耶稣的本分，我们做修士的，还能推辞吗？

三、天主圣神待人的恩情

天主圣神赏赐我们超性生命。因为第三位圣神，是圣父圣子共发的爱情，所以凡天主爱人的功行，都归于圣神。尚且天主圣神，光照人的明悟，烧热人的冰心，种种恩情，自从一两主日以来，我们已经全默想过了。

又因着圣洗圣事，我们的肉身成了天主圣神的宫殿。圣保禄宗徒屡次用这端道理提醒当时的教友，（格前 6：15）为这个缘故，圣圣堂和付圣洗的礼节，有许多仿佛的。因为都是给天主立宫殿。

我们向天主圣神有两样当尽的本分：1、是顺听圣神的默导。
2、是保存洁德，使我们的肉身成为光荣天主的器具。圣保禄宗徒说了，你们的肉身，是天主圣神的宫殿。以后又接着说：所以该在你们身上光荣天主。（格前：6：20）

今天该提拔我们的心，升到天堂上去，略略瞻仰天主圣三的光荣威严。天堂上无数的天神，都朝拜赞颂同声歌唱说：“圣圣圣！军旅之大主！天地充满尔荣耀。”爱品天神用翅膀遮着自己的脸面，不敢仰视，诸圣人圣女，都虔恭叩拜。我们也该跪伏在地，发感谢、钦崇、惊讶诸情。

恭敬天主圣三的方法

瞻礼二

定像：想见一位圣人，画十字念圣号经时，热心恭敬，感动旁人。

求恩：吾天主，求赐我常纪念你的尊贵恩德，发恭敬感恩之情。

一、用心画十字

十字圣号，可以说是圣教会一切道理的撮要。圣号经的话虽然不多，但阐明有一个天主，一体包含三位：□中念三位的名字，手画十字圣号，是叫我们纪念耶稣在加尔瓦略山上所行的大祭。因为这个圣祭最能感动天主的慈心。所以天主很喜欢人画十字圣号，往往因着这个十字圣号发显圣迹。自圣教会创兴以来，热心人用十字圣号，驱逐魔鬼，不许它在偶像中欺哄人，不许它在人身内伤害难为人。还有躲避患难，疗愈疾病，种种奇迹，难以尽述。

又按圣教会的道理，一个教友，不拘什么时候，发信德画十字，能赦小罪，能退诱惑，能得圣佑。所以圣教会的常例，凡念经祈祷以前，必定画圣号，不拘祝圣什么物件，必定在那些物件上画圣号。至于行各样礼节，也没有不先画十字圣号的。

如今这十字圣号，在我们手中一点效验益处也没有，是为什么缘故呢？全是因为我们疏忽冷淡，以十字圣号当作了俗套子，心中没有恭敬的意思，也不知道发信德，□中念圣三的名字，一点也不

想圣三的尊贵，外面也没有恭敬的样子，随手点画，不思不想。让外教人看见，万不想你是行恭敬天主的礼节。这样画十字，如何能得天主的降福呢！

你自己省察省察，有几次用心画了十字呢？我们每天画许多十字圣号，苟且潦草，习以为常。是故失落许多功劳，加增许多罪过。所以不可不及早改这个毛病。

二、敬呼圣三圣名

有一位大德行的神父，名叫厄里业，是创立圣须而比斯修会的会祖。他最热心恭敬天主圣三，特定了一条规矩，命本会的修士，每次念日课经以前，先念一个诵句说：愿至圣不可分离之圣三，永受赞美于无穷世。又命修士们，每天朝拜圣三，感谢圣三，把自己的行为劳苦献于天主圣父，把自己的言语、思念、献于天主圣子，把自己心内的七情，献于天主圣神。这样恭敬天主圣三，是很好的法子。

再看圣教会命人念圣三圣名，和圣三光荣颂，比别的经文更多。弥撒起头、当中、末了、全有圣三的名字。司铎屡次祈求说：“至圣圣三，求你享受我们的祭献。”或说：“至圣圣三，求你收纳我们为你的仆役。”在大日课中，每段圣咏以后，都加念圣三光荣颂。总算起来，司铎奉圣教会的命，每天念圣三圣名，不下数百次。圣教会又赏赐大赦，为劝人多念这段经。凡热心念圣三光荣颂，每次得一百日大赦，又每天至少念三次，一月后可得一全赦。可见圣教会尊重此经，很盼望教友们虔诵此经，为恭敬天主圣三。我们按慈母圣教会的意思，尽了这个本分吗？

每天屡次念这段天神圣人永远歌唱的经文，是怎么念的呢？恐怕常是有口无心，自己也不知道念的是什么。求天主宽赦，也真心定改。

三、效法圣三彼此相亲相爱

为恭敬天主圣三，没有比勉励效法天主圣三再好的了。因为天主是我们的大父，我们是天主的儿女。为父母的都喜欢儿女与自己相似，天主三位以无限的爱情，彼此同心合意。我们若效法天主，与人相亲相爱，彼此不起纷争，一定能得天主圣三的欢心。这是吾主耶稣自己留下的教训。耶稣受难前一晚上向圣父说：“吾父！求你赏赐一切信从我的人，都合而为一，如同我们是一体一样。”

（若 17：21）耶稣的意思是愿意一切的奉教人，都效法天主圣三，彼此相亲相爱。

圣教会初兴的时候，教友们都一心一意，如同只有一个灵魂一样，外教人看见，没有不惊讶的。因着这个好表样受了感化，愿意进教的源源不绝。如今的教友，若能为天主博爱众人，彼此相助，彼此担待，没有嫉妒争斗的事端，一定也能感化外教人，使之进教事主。

求天主圣三，以圣爱之火通传于我们心中。使我们为爱天主的缘故爱人，也为效法天主爱人。

参与弥撒时当发之善情

瞻礼三

定像：想见司铎举扬圣体时，天主圣父顿息义怒，怜悯世人。

求恩：求天主赏我明白弥撒大祭的四个终向，日后按着这四个意思，热心参与弥撒大祭。

弥撒大祭的四个终向：

祭祀是恭敬天主不可少的大礼。自古以来，普世万民，常用这个礼恭敬天主。如今在新教中，不用牛羊作牺牲祭献天主，不是在天主前缺了这个大礼，是因为在弥撒中，耶稣自作牺牲，自行祭献。有了这样尊贵的祭祀，就不必我们宰杀牛羊，祭献天主了。如今在祭台上，和当初耶稣钉死在十字架上，原是一样的祭祀，不过外面的形象略有不同就是了。可是只耶稣自己行祭不够，我们还该同耶稣有一样的意思，参与此圣祭，才算够本分。弥撒和古教的祭祀，都有四个终向：

一、是钦崇天主。真祭祀是将一种有形之物，在天主面前，杀烧毁坏了，为承认天主是万物的大主宰，有掌管万物的全权，连我们的性命，生杀存灭，全由天主作主，但因我们不能自杀，所以用一样物件代替，以表明我们的心意。耶稣在弥撒中，是替我们尽钦崇天主的本分，比我们祭献牛羊强多了。用真天主祭献真天主，全相称天主的尊贵了。

我们望弥撒的时候，该按着这个意思，承认天主是我们的大主宰，奉献我们的灵魂、肉身、三司、五官，全为光荣爱慕天主；时时处处，遵守天主的诫命；或生或死，常仰合天主圣意。我们若常这样，本着耶稣的心情望弥撒，必能多得神益。

弥撒的第二个终向是感谢天主。古教中人，每次受了天主的特惠，必定祭献牛羊，以表感恩之情。我们受了天主的无数恩惠，比如造生救赎，保存养育，和许多别的私恩。我们就是舍生致命，也报答不过来。为这个缘故，吾主耶稣立了弥撒大祭，把他自己的性命，献于天主圣父，替我们尽感谢的本分。

神父在弥撒中，提醒教友们说：“我们该感谢天主。”辅祭的答应说：“这是相称的，也是合理的。”所以我们望弥撒的时候，该同耶稣一起感谢天主所赏的种种大恩。虽然耶稣替我们感谢了天主，但没有免了我们感谢的本分。我们若不发显知恩的心情，不但叫天主不喜欢，还是自己断了恩宠的泉源。为感谢天主，没有比在弥撒中，同耶稣一起感谢再好的了。

弥撒的第三个终向是赎罪。古教时若有人得罪了天主，该奉献牺牲，为止息天主的义怒。可是古教的祭祀，只能消灭法律上的玷污，赦免因罪当受的暂罚，而不能赦罪。弥撒大祭，不是这样。脱利腾公议会说：因为成圣体，不但是圣事，还是祭祀，所以能止息天主的义怒，使罪人回头，再同天主和好。为这个缘故，有许多超性学士说：世人常常犯罪，得罪天主，若不是赖有弥撒大祭，天主早已施展义怒，消灭了世界。

如今在祭台上，和从前在加尔瓦略山上，既然是一样的大祭，所以有无限的功劳，能尽补普世诸罪，能赦免炼灵的暂罚。我们望

弥撒的时候，该赖耶稣圣血的功劳，求天主宽赦我们的罪，宽赦别人的罪，赏赐罪人回头，恩准炼灵出狱。

弥撒的第四个终向是求恩。古教中人，几时要求天主一样恩典，必定献祭。耶稣立弥撒大祭，也是为世人求得各样恩惠。但耶稣自作牺牲，为世人求恩，比古教的祭祀更有效验。耶稣的伤痕，如同能言语的口舌一样，祈求天主，无求不得；耶稣的圣血，求天主开恩，比亚伯尔的血，求天主报仇，更有力量。

我们常需要天主的宠佑，常有盼望的恩典，为什么不用这个得恩宠的法子呢？神父在弥撒中，屡次向教友说：“请众同祷。”我们若遵听神父的劝言，大发信德依赖之情，和吾主耶稣一同祈求，一定能得各样要紧的恩典，比别样祈祷的法子更有效验。

如今该自己省察省察：我到如今，怎么样望了弥撒？恐怕是应酬故事，不思不想，不但没有立功沾恩，反倒积下了许多罪债。求天主宽恕，也坚心定志，日后常按着这四个意思，热心参与弥撒大祭。

圣体的预像

瞻礼四

定像：想见天主圣父在天堂上，看见耶稣在圣体中，喜形于面。

求恩：求天主赏我认识圣体的奇效，以后加倍热心，食此神粮。

一、常生之树

从前在地堂中有常生之树，枝叶秀美，超过地堂中的各样树木。另外那棵树上的果子，有一种奇妙的效验，能补养人的力量，却又不减少人身内生活的元气，使人无疾无病，不老不死。倘若我们的元祖父母没有犯命，给我们留下那棵宝树，我们是多么有福呢！可惜，他们听从魔诱，吃了天主禁止的果子，被天主赶出地堂。天神拿着火剑，把守地堂的门。从此以后，普世诸人，万不能想吃那个常生不老的果子了。

可是我们不必难过，天主在新教中，又栽了一棵常生之树，比地堂中的常生之树更贵重，为人更有好处。这常生之树就是耶稣的圣体，圣教中至尊至大的圣事之迹。圣体能使灵魂无疾无病；就是压住肉情，禁止私欲，使之顺从正理。圣体又能使灵魂常生不死；就是增圣宠，加圣佑，能胜三仇，好守规诫，免地狱，奔天堂。又是肉身得复活，享常生的凭据。而且地堂的常生树果，只能延长人的生命，不能使人的生命更有福；只能使人不死，不能使人更中乐天主。新教的常生树果，兼有这两样能力。元祖犯命后，不能吃常生树果，也不能见那棵树了。如今人犯了大罪，虽然不能领圣体，但还能拜圣体，得圣体的恩泽。

吁吾救世主耶稣，你赋给了我常生的性命，也给我留下了常生性命的饮食。我感谢你，永远赞颂你。

二、奥温之玛纳

圣书上往往用玛纳比圣体。玛纳不过是圣体的预像，论来由，论效验，万比不上圣体圣事。玛纳是为养活以色列人的肉身，圣体是为养活我们的灵魂。又按吾主耶稣亲自说的：“吃玛纳的人，全都死亡了，领耶稣圣体的人，永生不死。”（若 6：59）玛纳是为相帮以色列人，过旷野到福地去；圣体是为相帮我们，过此涕泣之谷，到永福的天堂上去。玛纳是天神预备的，圣体是天主圣神用童贞玛利亚的净血化成的。彼此比较起来，真有无穷的分别。

可是玛纳的效验，和圣体圣事的效验，也有完全相似之处。比如玛纳的滋味，全随着人的善恶，恶人尝着淡泊无味，日久生厌，觉着还不如埃及国的葱蒜；善人尝着甘饴无比，山珍海错的美味，随心所欲，一想就有。圣体圣事也是如此，冷淡人领了，毫无滋味，热心人领了，快意惬意，觉着有莫可名言的旨趣。祷文上说：“主之神气甘于蜜。主之遗味超绝诸美。”圣伯尔纳多说：“圣体圣事包含各样德行的滋味，使人爱慕修德，甘心克苦。”

我们屡次领圣体，得了这些效验吗？不得效验的缘故，是从哪里来的呢？

三、结约之柜

古教圣堂中有结约之柜，是我们新教中圣体的预像，圣师们讲解的很清楚。那个圣柜是用千年不朽的好木头做成的。表示耶稣复活的圣身永不再死。柜之内，都镶上了黄金，表示耶稣圣身的光辉。柜内除了十诫板，和亚郎的棍杖以外，还有玛纳，表示耶稣圣体是世人的神粮。这圣体的预像，是古教中最贵重的圣物，常供在

圣殿的深密处，有帐幔遮着，民人不能看见。惟有大司祭一人，每年一次，可以上前去献祭祈祷。（希 9：7）古教的这些规矩，是教训我们，在耶稣圣体真约之柜前，该虔诚恭敬，出入往来之际，小心谨慎，不敢亵渎天主的尊威。

约柜，在古教中，不但是极贵重的圣物，还是以色列人的保障，破敌凯旋的依赖。所以当大敌压境，以色列人觉着力不能胜时，就抬着约柜去对敌。又是各样吉祥的泉源，所以在噢伯代东家，存放了三个月，全家都蒙了天主的降福（撒下 6：11）。如今真约柜，在我们新教中，更有这两样神能。我们该效法达味圣王，把这真约柜，请到自己家中去，就是领耶稣圣体到我们心中，求耶稣作我们得胜三仇的保障，各样恩宠的泉源。

耶稣立圣体（一）

瞻礼五

定像：想见吾主耶稣与十二宗徒，在宽广华丽的大厅中，吃巴斯卦晚餐的时候，立了圣体圣事。

求恩：求天主赏我认识耶稣爱人之情，以后热心爱慕圣体。

一、 耶稣立圣体选择的时候

耶稣为立圣体圣事，本来能等到复活以后，为什么特拣选受难前一晚上呢？按明人的讲论，耶稣特拣选这个时候，另外有两个缘故。

第一、为更彰显他的爱情。正当着世人要杀害他的时候，耶稣给人预备天上之粮，用他的本体本血，作世人的饮食。这个圣宠的根源，不但是为善人设立的，连在那钉死耶稣的恶人当中，将来若有改恶迁善的，也能享用。世人的恶心毒狠，不能减少耶稣的爱情。我们岂可因为怕受窘难的缘故，就背离天主吗？圣保禄宗徒说：“谁能使我与耶稣的圣爱相离呢？（罗 8：35）。咳！我如今懂得这句话的意思了！是说耶稣爱我之情，既然无人能阻挡，我也不可因为怕人的难为，就不爱耶稣了，吁吾主耶稣，求你点着我心中的爱火，恒心爱慕你。

第二个缘故，是为发显他不忍与世人相离。虽然他的天主性无所不在，但还以为不足，还愿意他的人性常居于我们中间。所以在受难前一晚上，到了弃世归天的时候，想了这个奇妙的法子：去世仍不离世。虽然隐藏他的形迹，但他的本体实实在在地还常留于人间。受难以前，就立了这件圣事，是为叫世人没有一天，不能与他往来的。

吁！至慈善之耶稣，你既然盼望与我们同居，我也盼望终身不离开你。巴不得我能常居于圣堂中，敬拜你的圣体；巴不得我能常在你面前度我的生活。但我不能满此心愿，我要在工作之余，多几次进堂钦崇朝拜你于圣体中。

二、耶稣立圣体选择的地方

圣玛尔谷记载：耶稣立圣体是在一座宽广的大厅中，华丽整齐，是一个善人献给耶稣的。（谷 14：15）耶稣特拣选这个地方建立圣体，为我们有许多教训。那座大厅，除了表示圣教会以外，还表示我们的心。我们为领天地大主，心要大方，就是爱天主爱

人，不遗余力。还该修德行善，装饰得整齐华丽。这样预备了，才可以迎接耶稣，才能多得领圣体的益处。

吁！无始无终的天主，我的心卑污窄狭，贫寒穷苦，实在不堪请你降临。求你亲自扩大装饰我的心，使我的心成为你喜欢居住的宫殿。

又耶稣立圣体的大厅，是别人奉献的，许耶稣作主，随便居住几何时日。这是教训我们，为领圣体该把我们的全全献给耶稣。明悟、记念、爱欲全用来为侍奉耶稣；以耶稣为我心之主，耶稣才肯降来居住。至于奉献那座大厅的人，圣经上没有记载他的姓名，这是教训我们，耶稣只看人的诚心，不问是什么人，智愚贫富，尊卑贵贱，只要人把自己的心，全献给耶稣，耶稣就惠然肯来。这样的人真是有福的，耶稣必要光照烧热他的心，大施恩惠。

三、耶稣立圣体选择的见证人

亲眼看见耶稣立圣体的人，是十二位宗徒，所以茹达斯当时也在跟前。他们虽然同与圣祭，同领性命之粮，但他们的心情，与所得的益处大不相同，十一位宗徒身在耶稣面前，心也在耶稣的举动言行上；从耶稣手中领受圣体，明知道不是寻常的馒头，谦恭下跪，获益良多。至于茹达斯，身在大厅中，他的心已经飞到盖法、亚纳衙门里去了，打算着怎么负卖耶稣。领受圣体如同吃家常干粮一样。因为他冒领圣体，所以圣体不但不养育他的灵魂，反变成了一剂毒药，害了他的灵魂。刚领了圣体，就去负卖耶稣，真如同圣多玛斯在圣咏上说的，善人恶人，同领圣体，一生一死，结果各异。

我们看这个光景，多么可怕！若愿意躲避这样的害处，该按着圣保禄宗徒说的：领圣体以前，先该考查自己的良心，还该用心望弥撒，存想圣体的尊贵，并领圣体的关系，如同十一位宗徒一样，才能多得圣体圣事的效验。

耶稣立圣体（二）

瞻礼六

定像：想见吾主耶稣，同宗徒吃巴斯卦晚餐的时候立了圣体。

求恩：求天主赏我明白耶稣立圣体的恩情，日后常敬慕圣体。

一、耶稣于巴斯卦晚餐时立圣体

古教人吃巴斯卦羔羊，是我们新教人中领圣体的预像。为这个缘故，圣体圣事叫作新教的巴斯卦；也为这个缘故，吾主耶稣特拣这个机会，立圣体圣事。按古经出谷记上记载的：天主为教以色列人出埃及国，显了许多圣迹。末后天主命以色列人，家家杀一只羔羊；傍晚的时候，把羔羊的血抹在门框上，然后把羔羊在火上烤熟了，每人穿着鞋，束着腰，手中拿着棍杖，带着慌忙的态度，吃巴斯卦羔羊。那一黑夜，天主命天神巡行埃及国，见谁家的门框上没有羔羊的血，就进去杀那一家的长子。法郎皇上害了怕，立时放开了以色列人，得回福地。从此以后犹太人年年吃羔羊，过巴斯卦瞻礼，为感念天主的大恩。（出 1：2）

吾主耶稣是这预像的真羔羊。当初天神一见门上有羔羊的血，就不进去杀那一家的长子。因为那羔羊的血是耶稣圣血的预像。耶稣的圣血流在我们的灵魂上，能消灭我们的罪过，不当魔鬼的奴才。这除免世罪的羔羊隐藏于面酒形下，成了我们行远路的食粮。就是渡世海，到天堂福地。如同以色列人，吃了巴斯卦羔羊以后，出了埃及国，过了旷野，到了加昂福地一样。所以我们每次领圣体，该当效法以色列人带着要动身远行的心情，就是振作精神，发各样当有的善情，预备走天堂的道路。

二、耶稣立圣体前为宗徒濯足

圣若望记载：耶稣立圣体以前，给宗徒们洗了脚。（若 13：4）**耶稣做这样谦逊的事，能有两个缘故：**1、是教训人领圣体以前，该洁净自己的灵魂。不但大罪该告解求赦，连细微的小罪，如同脚上的尘土，也该痛悔定改，扫除净尽。因为耶稣是洁净之源，只喜欢居在洁净人心中。耶稣如同向我说：“我若不给你濯足，就是不完全洗净你的灵魂，你不能赴我的圣筵。”我也该用圣伯多禄宗徒的话答应说：“吾主，既是这样，不但我的足，连我的头，我的手，全求你洗濯，全消除我的罪愆，使我得领你的圣体。”2、是教训人领圣体前，该当修谦逊爱人两样德行。因为按犹太国的风俗，凡请客赴席，主人先给客人洗脚。当初癞病人西满请耶稣赴席，缺了这个礼，耶稣委曲婉转的指责了他的过失。（路 7：44）。如今耶稣立圣体，是请人赴他的圣筵，所以先为人行了这个礼。

我的灵魂，你该如同听见耶稣向你说：你懂得我为你做的是什么事吗？我给你立了表样，是为教你效法，你必须谦逊爱人，方可来赴我的圣筵。

三、耶稣付给宗徒成圣体的权柄

耶稣立圣体后，向宗徒们说：“你们该作这个，为纪念我。”（路 22：19）耶稣的话，是把成圣体圣血的权柄交给了宗徒，并后世接宗徒位的主教神父们。为此我们该发三种善情：

第一、惊讶天主的仁慈宽容。把这极大的权柄没有交给尊贵的天神，却交给了我们世人。使领了神品的人，作他的代表，能向麦面葡萄酒说：“这是我的体。这是我的血。”就用这两句话，把面酒的体全全消灭，变成了耶稣的圣体圣血。圣咏上说：“天主，你定了人的品位，略在天神以下。”（咏 8：6）如今天主交给人这样体面的权柄，是高举人在天神以上了。谁能不惊讶呢？

第二、惊讶耶稣的宽宏大量。若耶稣在普世，或在每一国，只立一位司铎，必须是纯洁无罪的，每年只成圣体一次，为人已经是万幸了。如今耶稣许普世的许多司铎，天天作弥撒、成圣体。虽然圣堂卑陋不堪，司铎的热心不足，耶稣也不嫌弃。

吁！吾主耶稣，你爱人之量如汪洋大海，谁能测量呢？

第三、惊讶耶稣的自谦顺命。自从给了司铎成圣体圣血的权柄以后，直到世界穷尽，耶稣如同不能自由了一样。不拘何时何地，司铎要成圣体，耶稣就得降来，司铎把圣体或供于圣龛，或送给病人，耶稣如同不能违命一样。耶稣这样安排，全是为相帮我们，为

爱慕我们。耶稣的慈善真是奇妙难明的！我们不过感激称颂就是了。

圣体圣事的材料

瞻礼七

定像：设想在面酒形下，有耶稣圣婴，美丽和悦，令人起敬起爱。

求恩：求天主赏我活泼的信德，在圣体前有相称的恭敬热爱。

一、耶稣为何隐藏于面酒形下

司铎代替吾主耶稣，念了成圣体圣血的经，耶稣就用自己的全能，将面酒的体，全行消灭，变成耶稣的圣体圣血。可是耶稣为什么又显一个绝大的圣迹，使面酒的形色气味，方圆大小，毫不改变，为隐藏他的圣身圣血呢？若略显出几样变化的形迹来，令人起敬起畏，岂不更好吗？耶稣这样安排，原有很好的缘故：

论耶稣一面，是谦卑自下，给人立隐迹埋名的表样。当初耶稣在世时，只隐藏他的天主性；如今在圣体圣事内，连人性也隐藏起来了。无声无臭，如同顽物一样，虽然人不恭敬，或受践踏侮慢，耶稣也不施威降罚。

吁！良善心谦之耶稣，求你赏赐我，效法你的表样，喜欢人不认识我；甘心受人的轻慢。

论我们一面，是叫我们有发信德的机会。虽然天主所行的各种奥迹都是奇妙难明的，但弥撒正祭经文上，特称圣体圣事为信德的奥迹。所以我们每次去领圣体，或拜圣体，该屈伏我们的明悟，不凭信五官的觉司，只凭信耶稣的圣言。我的耳目口鼻，叫我想是面酒，耶稣告诉我说是他的圣体，我宁愿信耶稣的话，不随我的识见。我的五官能错，耶稣不能欺哄我。

再者，耶稣全全隐藏自己，也是为迁就我们的软弱。若耶稣发显他本来的尊严，谁敢上前去领呢？因为耶稣切愿入我们的心，与我们紧紧结合，所以才想了这个奇妙的方法。吾主耶稣，你为养育我这卑贱的微虫，降尊就卑，到了这个地步。我如何能当得起呢？我不过诚心感谢赞美你就是了。

二、成圣体后为何又成圣血

耶稣复活以后，圣体圣血永不能分离。所以要理上说：“面形内也有耶稣的圣血，酒形内也有耶稣的圣体。”既然如此，用麦面饼成圣体后，为什么又用葡萄酒成圣血呢？

其中的缘故，是因为耶稣立这件圣事，不只为作世人的神粮，也是为作宠教的祭礼。从前耶稣的圣身被钉在十字架上，圣血倾流在地，两相分离，成全了加尔瓦略山上的大祭。如今在弥撒中，按成圣体圣血经文的力量，面形内只该有圣体，酒形内只该有圣血。虽然因为耶稣复活后，圣身所得的奇恩，不能流血，不能死亡，然而是一种神妙的死亡，耶稣还自作牺牲，献于天主圣父，为救赎人罪，同加尔瓦略山上的大祭一般无二。所以在弥撒中成圣体后又成圣血，是如同把加尔瓦略山上的大祭，延留到世界穷尽，常存不断一样。

我们每次去望弥撒，该发两样善情：1、纪念耶稣的苦难，感谢救赎之恩，耶稣向宗徒们说的：“你们该作这个，为纪念我。”

（路 22：19）就是这个意思。2、该把我们的身心，全奉献于耶稣，与耶稣同钉于十字架，日后为报答耶稣的恩爱，虽舍生致命也不推辞。

三、耶稣为何选面酒二物

麦面饼、葡萄酒是养肉身的两样食物。耶稣特选定这两样材料为成圣体圣血，是叫人知道体血是养灵魂的神粮。肉身不能不饮食，灵魂也不可领圣体神粮。况且圣体不但是家常的饮食，还是丰盛的圣筵。按世俗的理说，只有嘉肴，没有旨酒，不算好席面；为灵魂的筵席，也该是一样，所以用面酒两样材料。

我们想想：耶稣用自己的体养育我们的灵魂，是何等的恩爱呢？医生给人治病，不过只指给人当用的药材，耶稣为治我们的神病，用他的血肉作药材！皇上设席款待大臣，大臣莫不以为荣耀；富人施舍钱财周济穷人，穷人尚且感恩不尽。且不必说别的，连为母亲的，还往往雇别的妇人乳养自己的小儿。耶稣不肯如此，必要用自己的体血，养育我们的灵魂。

吁！吾救赎恩主，你待我的恩情远过于医生；远过于恩人，尚且还远过于我生身的父母，我怎么能报答你的恩情呢？我只有全心爱慕你，尽力奉事你，略表我知恩之情就是了。

圣体瞻礼

降临后第二主日

(无游行大礼之处可将此题省略)

定像：想见耶稣荣进耶路撒冷的时候，众人欢迎赞颂的情景。

求恩：求天主赏我善过今天的瞻礼，恭迎圣体之时热心恭敬。

一、圣体游行纪念耶稣游遍犹太国

从前吾主耶稣传教于犹太，游行各处，有时候往圣殿里去，有时候往病人家中去；凡所经过之处，必定施恩于人；或愈病，或驱魔；既救助人的肉身，又相帮人的灵魂，到处发显他的仁慈。：

如今耶稣在圣体中，还是一样的光景，逐出人心中的魔鬼，治好人灵魂上的毛病；又赏赐圣宠神恩，使人勇敢走德行的道路。今天圣教会定这个礼节，恭迎圣体游行街衢，就是叫人纪念耶稣在圣体中，所施于人的种种恩惠，共同感谢。今天我们随圣体游行的时候，该存着这样的心情，大发信德，热心恭敬，不可分心走意，如同去看热闹一样。

吁！吾主耶稣，你在天堂受天神圣人的朝拜，你在世间应当受普世万民的颂扬。我盼望你于圣体圣事内获赞美。并求你眷顾今天恭迎圣体的信友，皆降以遐福。

二、圣体游行纪念耶稣荣进都城

耶稣受难前，末次进耶路撒冷的时候，合城的人都出来迎接。欢呼赞颂之声不绝于口；有的脱下外衣来铺在地上，有的折青枝鲜花撒在道上，为发显诚敬。众人都高声歌唱说：“以色列民之王，因天主名而来者堪受赞美！”耶稣初许犹太人这样光荣他，是发显他喜欢居于人间，如同天主在古经上说的：“我的欢乐，是与世人同居。”（箴 8：31）也是为叫当时信从他的人，发显他们的诚心。

如今圣体游行也是这个光景。虽然耶稣隐藏于面形下，凡有信德的人，无论帝王士庶，莫不以亲迎圣体为荣耀。凡圣体经过之处，都张灯结彩，布散鲜花，一路上唱歌奏乐，争显恭敬。

我们见奉教人这样光荣耶稣，该从心里喜欢，庆贺耶稣说：天地万物之主，你在圣体圣事中，永与世人相偕，真是无比的大恩。巴不得普世诸人，同声欢呼说：“圣圣圣！军旅之大主。”

三、圣体游行为赔补耶稣受难时所受的凌辱

天主默启圣教会定这个礼节，也是为赔补当初恶人加给耶稣的凌辱。当初恶人去擒拿耶稣的时候，灯笼火把，手持刀枪，如同捕拿盗贼的一样。捆绑了耶稣以后，送往各衙门，游行街市。后来背十字架上加尔瓦略山，如同一个罪犯一样。天主圣父见圣子耶稣，受这些凌辱，愿意叫人在现世就公行大礼，赔补耶稣的光荣。

当初恶人拿灯笼火把，如今教友手拿圣蜡；恶人率领兵卒，如今教友千百成群，排队前行；恶人一路上高呼狂笑，自鸣得意；如

今教友歌唱圣咏，以表虔诚。至于祭衣的贵重，旌旗的华丽，是为赔补耶稣受捆绑，披敝袍的羞辱。

吁！天主圣父，你的圣子谦卑至极，受尽万般凌辱。因此你愿意显扬他，是极公道的办法。我也愿意尽心竭力，帮助这个大礼。

四、圣体游行为赔补耶稣在圣体中受的凌辱

名人布尔大鲁讲耶稣在圣体圣事中受的凌辱说：“耶稣在圣体圣事内受我们的凌辱，比在受难时受恶人的凌辱更加万倍。因为那时，耶稣受辱，不过一天一夜；如今在圣体中受凌辱，直到世界穷尽，恶人凌辱耶稣，是因为耶稣愿意，耶稣许他们凌辱自己到什么地步，他们才凌辱耶稣到什么地步，如今受我们的凌辱，耶稣全然不愿意，从前受凌辱，为天主有光荣，为人有益处，能安慰耶稣的心；如今人凌辱耶稣圣体，是得罪天主，丧失自己的灵魂，最伤耶稣的心。”我们想想，耶稣在圣体中，受多大的凌辱，外教人不信圣体，异端人作践圣体，奉教人中有多少冒领圣体的，有多少人在圣体前失恭敬的。

我们是天主特宠的人，每次领圣体，有相称的热心吗？找机会拜圣体，盼望亲近耶稣吗？我们一年中，多次凌辱了耶稣，重重伤了耶稣的心！今天我们该按照着圣教会定这个瞻礼的意思，恭敬圣体，感谢天主的仁慈，另外该赔补我们凌辱圣体的罪。

预备领圣体

瞻礼二

定像：想见圣母预备领圣体的时候，又热心，又恭敬，感动旁人。

求恩：求天主赏我效法圣母，每次领圣体，常发信、望、爱三德。

一、领圣体前当发信德

圣文都辣说：“有许多人赴天神的圣筵不得什么效验，是因为领圣体以前没有预备自己的心。”所以我们若愿意多得领圣体的效验，不可不用心预备。预备领圣体的方法，第一是发信德。以前说了，耶稣在圣体中完全隐藏自己。面酒的体虽然已经消灭，但外面一点也不改变，全如同没有成圣体以前一样，人若不发信德，必要以领圣体，当作外面的虚礼了。如何能多得神益呢？所以我们每次去领圣体，该深信圣体内有耶稣的天主性、人性，两样俱全。

论耶稣的天主性是无始无终，无限无量的。万物由之受造，有天上地下的全权。这样尊贵的天主要来到我心中，我能不大发敬畏之情吗？论耶稣的人性，原就是当初降生于马棚，后被钉于十字架上的救世主。和当初在犹太传教的时候一样的神能，有一样的慈心。从前驱魔愈病，可怜罪人，担待宗徒们：如今还愿意救助我的软弱，洁净我的灵魂。且是耶稣的人性，如同在大博尔山上，如同

从坟墓复活出来的时候，有一样的光耀美丽。若耶稣行一个圣迹，明明发显出来，我们必定欢欣爱慕，不知如何是好了。

我的信德若是真切活泼，如同亲眼看见耶稣一样，领圣体还有不热心的吗？热心领圣体，自然就得圣事的效验。

二、领圣体前当发望德

圣经上说：“嗜义如饥渴者乃真福，为其将得饱饫。”（玛 5: 6）又说：“他曾使饥饿者饱飧美物。”（路 1: 53）这两句圣经，可以说是为预备领圣体的人说的。因为领圣体神粮，也如同吃肉身的形粮一样。肉身若不饥不渴，见饭欲呕，吃了东西，也没有好处。灵魂若没有热切的盼望，领了圣体，也不能多得神益。

为发热切的盼望，该当想耶稣降临我心中，要赏给我的恩典，如何贵重。并想我的灵魂如何需要圣体的宠佑，圣体是赎罪的大祭，我罪恶多端，只能仰赖耶稣的功劳，为得天主的宽赦。圣体是预防诸罪之天药，我带着许多私欲偏情，常有犯罪的危险，圣体是健脾普众之活粮，我神力匮乏，如同饥饿将死的乞丐一样。

再想耶稣是真光、是道路、是善牧。我神目昏迷，不知去向，如同失路无牧之羊，需要耶稣亲来寻觅我，引归升天正路。凡这一类的意思，都能相帮我们发望德。热切盼望，是得圣宠不可少的预备。因为不盼望，是不看重的凭据；人不看重圣宠，天主岂肯赏给人吗？

三、领圣体前当发爱德

为感动我们的心，满心爱慕圣体，最好的方法是想耶稣藉着圣体圣事降到人心中，是多大的爱情！经上说：“惟火生火，惟情引情。”我们若沉入耶稣圣爱的大洋中，反复寻思，自然就能点着我们心中的爱火。

试想我们卑贱不堪，又屡次犯罪亵渎天主的尊威，本不堪蒙天主的恩爱了。若天主愿意发显仁慈，只须说一句话，或略一垂顾我们，已经是莫大的幸福了。从前天主可怜以色列民，要免毒蛇的刑罚，命梅瑟铸了一个铜蛇，高高竖立起来，凡被毒蛇咬着的，抬头一望铜蛇，就能免死。耶稣若立圣体圣事，但许人们敬拜瞻仰，就能沾恩，也算至大的恩情了。再不然，耶稣若待我如同当初待那个患血漏的妇人，只许我们手摸十字圣木，或茨冠铁钉等圣物，就痊愈我们的神病，补养我们的神力，我们也该感恩不尽。可是那些方法，都不满耶稣爱人的心愿，耶稣必要用他的体血作我们的饮食，进到我们心中，同我们合成一个。这是何等的爱情呢？我们的心若不是铁石，能不以爱还爱吗？满心爱慕圣体，是领圣体极好的预备。

感谢圣体

瞻礼三

定像：想见圣母领圣体后，与圣子耶稣神交密谈，总不觉厌烦。

求恩：求天主赏我效法圣母，每次领圣体后，热心感谢求恩。

一、感谢圣体的本分

天主凡施恩于人，必要人发显知恩之情，从前吾主耶稣洁净了十个癞病人，只有一个人回去感谢耶稣，耶稣伤心叹息说：“好了的不是十个人吗？为什么只有这一个外方人知道感谢天主呢？”

（路 17：17）请看古新圣教会中过的瞻礼，哪一个不是为感念天主的恩惠呢？至于领圣体后，该当感谢，有三个另外的缘故：

1、领圣体的恩典非常重大。圣奥斯定说：“我敢说：天主虽然是全能的，不能赏给人更大的恩惠，天主虽然是全知的，也想不出更爱人的方法来；天主虽然是至富足的，也没有更贵重的宝贝了。因为人领了耶稣的圣体圣血，是全得了吾主耶稣，全得了天主。”我们得了这样的大恩。能不尽力感谢吗？

2、吾主耶稣为什么赏给我们这样的大恩呢？是为得自己的利益吗？一定不是。耶稣在我们这穷苦罪人身上得不了利益。耶稣与我们结合，只是因为他本性慈善，愿意施恩于我们。这样纯一不杂的爱情，我们不更该感谢吗？

3、该想有许多人不得领圣体的大恩。古教中大圣人如同梅瑟、亚巴郎、耶肋米亚等，虽然功德盖世，是天主的忠仆，没有得领圣体。新教中能天天领圣体，如同我们一样的，有几个呢？恐怕那些不得常领圣体的人，比我们犯的罪更少，比我们更热心。我们蒙了耶稣这样的特爱，能不感恩吗？

每次领圣体后，存想这三个意思，自然就不敢忽略感谢圣体的本分了。

二、感谢圣体的益处

领圣体以后，耶稣还在人心中，是人生最宝贵的时刻。耶稣亲自听人的祈求，还引着人求恩典，如同从前向叶利各城的瞎子说：“你愿意我为你做什么？”（路 18：41）人若乘着这个时候求恩典，能求不得吗？尚且领圣体后，人的灵魂，因为同耶稣紧紧结合，心中发的善情，有一种另外的神效。因为耶稣同我合成了一个，我的心情仿佛成了耶稣的心情；我朝拜感谢天主，仿佛是耶稣朝拜感谢天主；我祈求颂扬天主，仿佛是耶稣祈求颂扬天主；各样善情在天主圣父眼中都有另外的价值。当着这个时候，有无数的天神都惊讶不止。因见耶稣在我心中，施行这些奇妙的效验。

人领圣体以后，若分心走意，不理睬在心内的耶稣，或弥撒一下台，就出堂与人闲谈玩笑，真是耽误最宝贵的时刻，失落许多圣宠。尚且这样慢待耶稣，还能招惹天主的义怒。圣基所提醒人说：“司铎教友们，请你们静听我的话。虽然我的话似乎太严厉，但因为许多人忽略感谢圣体的本分，我不得不说。从前茹达斯同别的宗徒一起领了圣体，十一位宗徒还赴圣筵的时候，他抽身出去了。那些不感谢圣体的人，是如同茹达斯一样。这样轻慢耶稣，难免不受罚。”如今我回心想想，每次领圣体后，用心感谢了吗？

三、感谢圣体的方法

圣人们明白领圣体的恩典如何贵重，为感谢圣体，用一两点钟的工夫也不嫌太长。我们若不能如此，至少也该用一刻钟的工夫，与耶稣神交密谈。圣文都辣说：不喜欢同天主来往，是不爱天主的凭据。有些冷淡人，推托自己本分重大，或读书要紧，不能多用工

夫，感谢圣体。何不想重大要紧的事情，还有过于感谢圣体的吗？若天主不相帮你，你能妥当尽本分，读书得学问吗？

若问谢圣体的工夫，该怎么做呢？要理上说：再三发信、望、爱、谦逊、恭敬之外，还该把自己的灵魂、肉身、事物都献给耶稣。如同谢圣体经上说的：“奉献明悟，愿明天主奥理；奉献记念，献我目，不观非理之物；献我耳，”你若是修士，还可以重发你的三愿。这是许多热心修士习行的。除此以外，也可以向耶稣诉说你的忧苦，求耶稣坚固你的善愿。这些意思足够一刻钟存想的，若时候长了，觉着絮烦，也可以拿师主篇第四卷，或拜圣体录，或别样谢圣体的经文书籍，慢慢念，感谢领圣体的大恩，亦无不可。

勤领圣体

瞻礼四

定像：想见吾主耶稣在葛法翁城圣堂中，教训人说：“你们若不食人子之肉，不饮人子之血，不能得常生。”（若 6：54）

求恩：求天主赏我认明勤领圣体的益处，以后天天用此神粮。

一、吾主耶稣愿意人天天领圣体

吾主耶稣愿意人天天领圣体，有三个凭据：

1、是耶稣为成圣体所定的材料。要理上说：“神父用耶稣原定的麦面饼成耶稣的圣身，葡萄酒成耶稣的圣血。”耶稣是全能的，为成圣体一定能选定更贵重的物件，而且耶稣若选定更贵重的物件，更能令人起敬。耶稣特选定这两样家常用的食物，明显圣体是天天当用的神粮。

2、是耶稣讲圣体所用的比喻。耶稣预言圣体圣事的时候，曾把圣体比作玛纳。（若 6：32）玛纳是以色列人过旷野时天天用的食物。耶稣既然用玛纳比圣体，一定是愿意教友天天用此神粮。

3、耶稣在天主经上命人求日用粮。这句经，若只就字面看，也能说是指的养肉身的形粮。但若看上下全文，就知道不是指的形粮了。因为在这段经上所求的，不是天主的光荣，就是人灵魂的神益，中间若加上一样糊口的食物，与上下文甚觉不合。况且圣玛竇不说日用粮，却说出等滋养之粮。（玛 6：11）再一说，耶稣在圣经上戒禁过人，不许惦念衣服饮食等物件。所以一定不命人天天求养身的形粮。不是求形粮，所以是求灵魂的神粮。圣师们讲这句圣经，都说是指的圣体神粮。不过有的说，只指圣体神粮，有的说，兼指神粮形粮两样。没有说不是求天天领圣体的。

从以上这三个凭据看来，耶稣愿意我们天天领圣体是不能疑惑的了。

我们想想：天天领圣体，同耶稣紧紧结合，亲近圣宠的活泉，真是我们卑贱罪人梦想不到的特恩。耶稣不但甘心赏赐我们这个特恩，还如同出命勉强我们，天天沾此大恩。这是何等的恩情！为我们是多大的福分呢？我们若推诿忽略，不肯去领，不是轻慢耶稣的赏赐，辜负耶稣的恩爱吗？

吁！吾救世恩主，从今以后，我定要仰合你的圣意，总不耽误领圣体的机会。

二、为养育灵魂的性命天天该领圣体

为保存肉身的性命，该天天饮食，为保存灵魂的性命，也该天天用神粮，原是一理。肉身不饮食，不久就要死亡；灵魂不用神粮，也必要渐渐死亡，就是犯大罪，失落宠爱。原来人犯大罪，平常是因为三仇的诱惑太猛烈，灵魂的力量太软弱。天天领圣体，能防备这两样祸患。祷文上说：“圣体是预防诸罪之天药。健脾普众之活粮。”要理上说：“圣体压住肉情，禁止私欲，顺从正理。”又说：“圣体养活灵魂，增圣宠，加圣佑，能胜三仇，好守规诫，脱罪过，立善功。”从此看来，为保存灵魂的性命，不死于大罪，不可不天天领圣体了。恐怕有人说：圣体圣事有无限的神效，善领一次圣体，灵魂上充满了圣宠，就能终身不犯大罪。何必天天领呢？

要知道，圣体的效验不只在圣事的本能力，还该看耶稣立这件圣事的意思。上边说了，耶稣的意思是愿意人天天领圣体。你若能领而不领，未必能终身不犯大罪。凡懒怠领圣体的人，都如同圣经上说的荡子，舍弃了父家的筵席，流落在外，终至饥饿将死。又如同以色列人厌烦天降之玛纳，被天主严罚，在旷野，不得进福地。师主篇上说：“日久迟延，不领圣体，有什么好处呢？今天为这个缘故耽误领圣体，明天要有一个别的缘故，恐怕比今天的缘故更重大。这样一天迟延一天，后来为领圣体，预备的更不妥当。”（卷四：10章）我们自己想想：几时不领圣体，热心更加增呢？更减少

呢？在德行上往前进呢？往后退呢？不愿意领圣体的缘故，是从圣宠的感动来的呢？是从冷淡懒惰来的呢？

我亲自经验过了，忽略领圣体，是忽略我灵魂的饮食，减少我灵魂的力量。从今以后，我不愿意再这样害我自己了，虽然为天天领圣体，该谨守五官三司，常拘束自己。但我知道，受这样的拘束是我的好处。日后我要常这样预备我的心，为能天天赴天神之圣筵。

拜圣体

瞻礼五

定像：想见吾主耶稣在祭台上，慈善的样子向人说：“你们受劳苦，负重任的，都到我跟前来吧！我要补养你们的力量。”（玛 11：28）

求恩：求天主赏我懂得拜圣体的缘故和益处，多去拜见耶稣。

一、拜圣体的缘故

1、**合情理**，假使有一个皇上，只为相帮保护我，为发显真心爱慕我，来同我住在一处，一天到晚，不做别的事，只等着接见我。虽然我一天千百次去拜见他，他也不嫌罗嗦，反倒更喜欢。我若有这样的福分，该怎么待皇上呢？我若冷淡待皇上，轻易不去拜见，合乎情理么？世界上没有这样的皇上，而吾主耶稣却为我们这样做了。除了在弥撒中降到祭台上；领圣体时进到人心中；还黑夜

白日常居于圣堂中，等着人去拜见他，去祈求他。我们若冷淡待耶稣，轻易不去拜见，是何情理呢？

2、得安慰，孝子若能常在父母跟前，朋友若能常同知己的朋友对面谈心，必定觉着极大的安慰。吾主耶稣是我们的慈父，是我们的好友。我们心中的诱惑烦难，忧苦冤屈，全能够向耶稣诉说。耶稣要安慰我们，亲手擦干我们的眼泪。能常到耶稣台前去，不是极大的福分吗？古经上记载：“天主同若瑟一起下到监牢里，没有弃舍他。”（智 10：13）这是天主特宠若瑟的凭据。如今耶稣与我们同住在这涕泣之谷中，永不相离，不是更大的恩宠吗？所以热心人有了忧苦，不求别的安慰，但到圣体台前去祈祷片刻，忧闷就解散了，神力就增长了。我们该用圣咏上的话向耶稣说：“你的圣龕真是可爱的；我的灵魂切愿往圣堂中去，盼望的如同衰败无力了一样。”（咏 83：2）

3、得神益，吾主耶稣黑夜白日住在圣堂中，不是端供无为，而是等着受人的恭敬。人若本着诚信切望，谦逊依靠的心去朝拜耶稣，必定能得耶稣的降福。因为如今隐藏于面酒形内的耶稣，就是当初乐意同人言谈往来，安慰人心，救助人灵的耶稣，还有一样的全能，一样的仁慈，还能够，也还愿意疗人的疾病，开人的心目。古今来修成大德，在圣教会中办了大事业的圣人，没有不喜欢朝拜圣体的。请看圣方济各沙勿略，往往整夜朝拜圣体。圣味增爵出修院前，必定到圣体台前去求耶稣降福；回修院后，又去拜圣体，感谢耶稣保护的恩典。从前有一些热心人，立了一个常拜圣体的会，至今尚存。如同御前侍卫一样，常给耶稣站岗，黑夜白日在圣体台前，分班歌唱圣咏，轮流不断。虽然圣教会中常有这些好表样，可惜还有许多教友冷淡待耶稣，如同不知道耶稣在圣体中一样。

我们在这件事上，没有缺处吗？求耶稣宽恕，定志日后多拜圣体，热心拜圣体。

二、当如何拜圣体

若问拜圣体的时候该做什么？有圣奥斯定的两句话，可以解决这个问题。圣人述说：他的母亲每天两次进堂，为听天主的谈论，也为叫天主听她的祈求。这两句话，包括着拜圣体的好办法。就是1、听耶稣的教训。2、祈求耶稣。

人的大毛病是不静听耶稣在自己心中说的话。所以我们领圣体后，谢圣体的时候，先该发活泼的信德，设想自己在耶稣面前，用先知撒慕尔的话向耶稣说：“请主开言，尔仆在此恭听。”（撒 上 3：9）然后听耶稣劝勉我何事？责斥我何事？戒禁我何事？称赞我做了何事？自然在领圣体后，耶稣的默照更显明，耶稣的声音更清楚。在拜圣体的时候，也能认明耶稣的旨意。

除了听耶稣的教训以外，还该向耶稣表明我们的心情。慈父喜欢听儿女的话，朋友喜欢听朋友说话。吾主耶稣也喜欢听我们谦谦逊逊的向他说话。所以我们在拜圣体的时候，或赞颂耶稣的仁慈，或感谢耶稣的恩爱，或求耶稣宽恕前罪，或求耶稣解释疑惑。也可以念几段颂扬圣体的经文，讲论圣体的圣书等。只要人信德活泼，自然就觉着拜圣体的善工是极容易，极有旨趣的了。

默想将完，用以上两个方法同耶稣交谈，当作默想的结束，也为预备领圣体。

耶穌聖心

瞻禮六

定像：设想耶穌显露聖心，当面向我说：“你看此心，如何爱人！”

求恩：求天主赏我略略明白耶穌聖心的爱情，勉力以爱还爱。

一、耶穌聖心爱人至极

吾主耶穌显现于圣女玛加利大的时候，指着自己的聖心，向她说：“我的心爱人到了这个地步，什么也没有顾惜，为爱人的缘故，全用尽了我的力量，舍了我的性命，作了全燔的牺牲。”

耶穌的话句句是真实的。当初天主圣子因为爱我的缘故，动了可怜的心，设法拯救我们。怎么拯救了我们呢？结合人性为天主性是多大的羞辱！在世三十三年，受了何等的贫穷劳苦！从日色玛尼山园到加尔瓦略山上，受了何等的痛苦侮辱！世界上忠臣爱皇上，奴仆爱家主，孝子爱父母，有到这个地步的吗？耶穌是我们的皇上，我们的主宰，我们的慈父，爱我们这为臣子、为奴仆的，竟到了这个地步。况且按耶穌亲自说的：“最大的爱情，没有过于为朋友舍性命的。”（若 1: 13）耶穌受难钉死，不是为朋友会性命，乃是为仇人舍性命。因为我们犯了大罪，就是天主的仇敌。耶穌的爱情谁能懂得呢？

世人受了天主这样的恩爱以后，但能有一件不满心的事，就是盼望这样的恩主常在我们中间，能随便到他台前去，表明我们感恩

报爱的心情。耶稣为满人这个盼望，立了圣体圣事，不但为受人的恭敬爱慕，还为养育人的灵魂。耶稣为爱我们，还有什么能做的事没有做到呢？

二、 辜负耶稣圣心的爱情

耶稣又接着向圣女玛加利大说：“可惜世人大半都辜恩负爱，伤我的心，轻慢我于爱情的圣事中。”

耶稣说的爱情圣事，就是圣体圣事。耶稣在圣体圣事内所受的轻慢凌辱，谁能计算呢？除了外教人，异端人，犹太人亵渎作践圣体以外，奉教人在圣体台前失恭敬缺本分的，也是多得无数，常见有些圣堂卑陋破旧，还不如平常人的住宅。耶稣在圣堂中，往往整天整夜无人去拜望。若有时候人去拜圣体，大概是应酬故事，身在心不在。至于那带着大罪冒领圣体的，也是常有的事。耶稣自作神粮，养育人灵，本是过分的爱情；人反倒效法茹达斯，藉着耶稣的爱情，把耶稣交于魔鬼。世人这样辜恩负爱，不但一天两天，自从有圣体到如今一二千年，常常如此，是如何伤耶稣的圣心呢！

耶稣又说，我最难忍受的，是那些把自己奉献于我的人们也是这样待我。别人不过伤我的身体，他们真如同刺透我的心一样。

奉献于耶稣的人，不是指的我们吗？天主特宠爱我们，提拔我们离开世俗，是为叫我们专心爱慕他，安慰他的忧苦。我们也是辜恩负爱，耶稣在世人中，还能得什么安慰呢？听听耶稣的话这样悲伤，我们该感激流泪，勉励以爱还爱。

三、耶稣定圣心瞻礼的意思

末后耶稣又向圣女玛加利大说：“为这个缘故，圣体瞻礼八日后的瞻礼六，该立一个瞻礼，特敬我的圣心。这一天热心领圣体，为赔补我在圣体圣事内，所受的种种凌辱。”我们该怎么过这个瞻礼，怎么赔补耶稣所受的凌辱呢？只有一个法子，就是把我们的心献给耶稣。因为耶稣在圣体内所受的凌辱，是世人的没良心，辜负耶稣的恩爱。我们若奉献自己的心，全心爱慕耶稣，就能安慰耶稣，就能赔补耶稣所受的凌辱。从前天主在古经上向人说：“吾子，把你的心交给我吧！”（箴 23：26）如今耶稣露出自己的圣心来，也向我们说一样的话。我们若把自己的心奉献给耶稣，耶稣就欣然收纳。我们若不奉献自己的心，不拘献什么礼物，不拘行什么善功，总不得耶稣的欢心。

还有一节，耶稣要我们的心是要全的，不要一半。若把我们的心分开，一半爱耶稣，一半爱受造的人物，耶稣就全不要了。所以该扫除我们心中的各种私情偏爱，专心爱耶稣。今天领圣体以后，该奉献自己的全心说：吁！我可钦可爱之耶稣，我罪人某为表我知恩之情，为补我负恩之罪，将吾心……。

欲胜诱惑当领圣体

瞻礼七

定像：想见吾主耶稣在圣体中向人说：“你们受劳苦，负重任的，都到我跟前来吧！我要补养你们的力量”（玛 11：28）

求恩：求天主赏我明白圣体的神效，日后善领圣体，得胜三仇。

前引名人奥利惹乃说：从前以色列人回犹太国的时候，没有吃天降之玛纳，没有喝岩石湧出之水以前，总不敢同敌人交战。等到得了这两样养身之物以后，打了许多胜仗，灭了许多敌国。如今在我们新教中，圣体是天降之玛纳，圣血是石头涌出来之活水。因为耶稣基利斯督是石头。（格前 10：4）圣西彼连说：我们若不吃这性命之粮，也不能同三仇交战，不能得胜诱惑。所以吾主耶稣说的：你们受劳苦负重任的，都到我跟前来吧！我要补养你们的力量，特别是向受诱惑的人说的。

一、圣体给人胜诱惑的兵器

第一样兵器是耶稣的全身，圣贤们讲论，耶稣一出母胎就带上了兵器，开始同地狱的毒龙交战。耶稣的兵器不是别的，就是他所取的人性。这人性就外面看似软弱无能，内中却藏着全能的天主性。就如同一个小虫在钓鱼钩上一样。魔鬼愿意吞了耶稣的人性，鼓动恶人钉死耶稣，反倒被天主性打败了。把他在人身上所有的权势全失落了。所以耶稣圣体是战胜魔鬼的兵器。我们虽然软弱，若领圣体，把耶稣请到心中，就有了百战百胜的兵器。魔鬼若再来诱惑我们，是必要被我们打败的。

第二样兵器是耶稣的十字架，要理上说：圣体是耶稣受难的遗表。因为耶稣从前死在十字架上，是为祭献自己的圣身于天主；如今降在祭台上，还是一样的意思。自从耶稣死在十字架上，打败魔鬼以后，这个圣物就成了耶稣的大旗，耶稣的宝座，处处不离。圣

体降到人心中，耶稣的十字架也进到人的心中，魔鬼一见耶稣的十字架，能不胆颤心惊，奔散逃避吗？

我的灵魂，你虽然神力软弱，只要你热心领耶稣圣体，必能克胜三仇，免罪立功。

二、圣体给人胜诱惑的力量

要理上说：“善领圣体，同耶稣合成一个。”既然同耶稣合成一个，所以同耶稣成了一体，成了一心，成了至高天主之子，成了承受永福之后嗣。既然同耶稣成了一体，耶稣能不坚固我们的力量吗？我虽然软弱如同芦苇，但耶稣如同稳定的柱子，依靠耶稣，我也成了不能摇动的。既然同耶稣成了一心，谁还能使我与耶稣分离呢？既然成了至高天主之子，还能怯懦无勇，做地狱的囚犯吗？既然成了承受永福的后嗣，还能贪恋暂时的欢乐，失落天堂吗？所以善领圣体，受性命之粮养育的人，没有不能得胜的诱惑。

耶稣在圣经上说的：“尸身在何处，众鹰就聚在何处”。（玛14：28）尸身可以说是耶稣的圣体，众鹰是善人的灵魂，鹰是勇敢豪强的表记，又是毒蛇的仇敌。善人一领圣体，就变成了鹰，践踏毒蛇，压制恶魔。圣保里诺说：“魔鬼一见人领圣体，忿恨失望，如同要气死的一样。”吁！隐藏于面酒形下的天主，你真是健脾善众之活粮。

三、圣体给人胜诱惑的助手

按希腊国作弥撒的礼节，一到成圣体的时候，就把祭台前的帐幔恭恭敬敬地拉开，叫作开天门。这个礼节的意思是说：天门大开，耶稣要从天堂降到祭台上来。可是耶稣是天国之王，皇帝出

京，不能没有侍卫护从。所以耶稣降到祭台上的时候，必定有许多天神齐来朝拜。且是天神护卫耶稣，处处不离。当圣体进到人心中时，天神就前后排列，尽心守护，如同雄武的以色列人手中拿着剑，看守撒落满睡觉的床一样。（雅歌 3: 7）

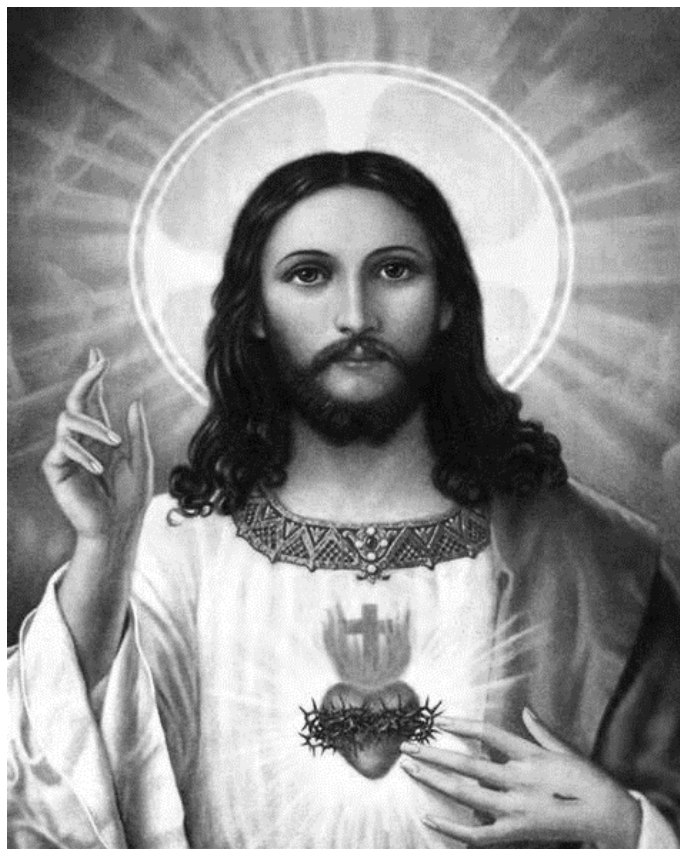
我们领圣体后，灵魂是多么妥当呢！一位天神为抵挡魔鬼，已经绰绰有余了，何况有许多天神伴卫护守着我们呢！如果魔鬼肆无忌惮，敢来攻打我们，我们也不必动手，只须藏在天神翅膀底下就能免陷于诱惑。

吁！军旅之大主，战争圣教会之元帅！我们一个软弱的罪人，与三仇交战，势甚危险，幸有你留下的圣体圣事作我们的兵器，助我的神力，又引天神来作我的救援。我感谢你，求赐我天天得领此神粮，免地狱，奔天堂。亚们。

（降临后第三主日，约在圣类思公撒格瞻礼前后，若用完以上的默想题目，尚未到圣类思瞻礼，可取用圣心月之默想题目，或本年二月内所余之默想题目，至圣类思瞻礼日止。）



六月份



圣类思公撒格

六月二十一日

定像：想见圣人在祈祷中，闭目凝神，一心结合天主，内外恭敬。

求恩：求天主赏我痛悔补赎，为再得灵魂的清洁，如同圣类思为保存灵魂的清洁一般用心。

一、圣人的德行成就的很快

圣类思在世不久，就造到了德行成全的地步，是因为蒙了天主格外的圣宠。众圣人之中，自幼蒙天主保护，一心向善，不染尘缘，如同圣类思这样的甚是稀少，别的圣人如同一步一步的走德行的道路，甚不容易；圣类思如同插翅高飞，瞬息千里，圣人受了热心父母的教育，从七岁时，就天天跪在光地上，念达味痛悔七篇圣咏，和圣母小日课。刚满八岁，就发了童贞圣愿，以后常保存了这个在瓦器盛着的珍宝（格后 4：7），丝毫未尝伤损。十三岁，发了弃家修道的愿，十五岁，圣母升天瞻礼，决意要进耶稣会；二年以后，进了耶稣会，二十三岁上，功全德备，弃世升天。圣女玛大肋纳巴齐，蒙天主默示，看见圣人在天堂所享的光荣，大声叹息说：圣依纳爵的神子类思死后得的光荣，真是可奇妙的。若吾主耶稣没有显示于我，我总不敢设想。

二、圣人的德行不劳而成

平常人为修成全的德行，又难又慢，另外有两个缘故：

第一，因为人的本性受了原罪的危害，私欲偏情如同恶草一样，常常生发，非尽力争成，恒心抵挡，不能在德行上长进，第二，因为人有多年习成的毛病，如同第二个本性一样。若愿意拔除恶习，修成德行，必须经年累月，方能成功。圣类思不是这样。圣人从一开明悟，就趋善避恶，没有养成的毛病。又蒙天主的特恩，常常志洁神清，不觉私欲偏情的扰乱。红衣主教圣伯棘弥诺常听圣人的告解，明证圣人一生不但没有犯过大罪，还从来没有受过邪情的诱惑。所以圣人自来的爱慕德行，自来的顺听圣神的默导。热心祈祷，专心对越天主，如同出于本性一样，在六个月的默想里，查考分心走意，找不出念一遍圣母经的工夫。为这个缘故，圣人虽然生长于富贵之家，同贵家公子们，交接来往，有许多恶表最容易败坏少年人的天良。圣人竟能一尘不染，常保存了灵魂的清洁。圣教会称他为清洁如天神的少年，称的真是不差。

三、圣人如何勉力修德

从以上说的看来，圣类思为修德成圣似乎不需要发奋勉力了。岂不知圣人为成全自己的德行，自始至终，所出的力，所受的苦，所用的各样方法，比那半路上回头，改恶迁善的，也不在以下：

1、圣人明知道为保存灵魂的清洁，必须有天主的圣宠相帮，为得圣宠，当行祈祷。所以在明悟初开，刚会默想的年纪，就虔心对越天主。默想中间，若分了心，前功不算，再另开始，直到默想一点钟的工夫，一点分心也没有了方才止住。

2、圣人虽然身心清静，犹如天神，但难为自己的肉身，如同治作最凶恶的囚犯一样，打苦鞭，穿苦衣，必至于皮破血流。伺候他的人，见他贴身的衣服上常有血迹。自从十三岁，就每主日守三次大斋，连不守大斋的日子，每顿饭只吃一二两东西。真可以说圣人常守大斋。

3、轻慢世俗，看重永远。圣人每次做事以前，先问自己说：“这件事为永远有什么好处呢？”因为圣人看透了世俗的虚假，所以辞退了长子的名分，把爵位让给胞弟，进了耶稣会，终身守神贫。

4、谨守眼目，一连二年的工夫，天天去朝见西班牙国皇后，总没有抬头看过皇后的面容。连自己生身的母亲，也没有对面仔细看过。其余别样克己绝欲，积德累功的细密功夫尚有多端，不能尽述。

我们若效法圣类思这些善表，有什么毛病不能改？有什么德行不能修呢？我们念圣人行实，一见圣人们有非常的圣德，就心中思念说：这个不足奇怪，因为他们是圣人。就好象圣人们的德行全是天主赏的，不是自己勉力修来的一样。如今看看圣类思用的这些方法，就知道他得的那些特恩，是自己出力挣来的了。

我们若没有效法圣人保存住灵魂的清洁，至少该用圣人用的这些方法，再得灵魂的清洁。

伏望吾主，尔以无限之奇宠，广施普世之人……。

祈祷神工最为紧要

六月二十二日

定像：想见耶稣教训人说：“你们该醒悟祈祷，以免陷于诱惑。”

求恩：求天主赏我明白祈祷的关系，并用这个得圣宠的法子。

一、不祈祷不能救灵魂

圣多玛斯说：“我们因着领洗或告解圣事，得了超性的宠爱以后，还该当常行祈祷，才能进天国。”因为领洗告解两件圣事，虽然消灭了我们的罪过，但私欲偏情的根苗仍然存在。内有私欲偏情，外有魔鬼世俗，常牵引攻打我们，不得不用祈祷的方法保护我们。圣路加记载：“耶稣领洗以后，祈祷的时候，天堂的门开了。”（路 3：21）正是这个意思。

这端道理有两个切实的根基：第一、人若没有天主的宠佑，不能长久不犯大罪。因为三仇的诱惑，又猛烈，又众多，人虽能一时抵挡，时候长了，必要失足跌倒。比如一只小船，在狂风大浪之中，若没有精明的舵师指引撑驾，必难乘风破浪，安抵海口。我们为渡世海也是一样。

1、天主的宠佑，非祈祷不能得。这是天主定的常法。虽然有时候人未尝祈祷，也得了天主的宠佑，那是百年不遇的奇事。我们不能指望天主为我们显那样的大圣迹。耶稣在圣经上说：“你们该求，求就得。”（玛 7：7）言外是说：不求就不得。脱利腾公议

会把以上这两端道理当作信德的道理。一切超性学士都定断说：祈祷是一个严分。另外有大诱惑，或遭大危险的时候，若不祈祷，有犯命的大罪。

这个诫命，不但是天主定的，也是本性的正理。因为本性的明悟受了信德的光照以后，都知道为救灵魂该用要紧的法子。但在一切方法当中，以祈祷最为重要。所以按本性的理说，祈祷也是十分要紧的。

二、不祈祷不能修成全之德

懂得了前端道理，这端道理不必细讲自然就懂得。因为为修成全，不但该守全天主十诫，还该全守福音的劝谕：不但该躲避大罪，还该躲避一切小罪；必须拔除各样毛病，压服各样偏情，才算到了成全的地步。这番工夫比只专务救灵魂更不容易，更要紧天主的宠佑。既然更要紧天主的宠佑，所以更要紧多行祈祷。这是自然之理，谁也懂得。

为这个缘故，圣基所讲论祈祷的要紧说：“不祈祷的人，如同不在水里的鱼，没有兵器的兵，没有翅膀的鸟，没有舵的船，全然一样。” 圣斐理伯乃里说：一个修士不祈祷，是一个疯狂修士。” 圣力高烈说：一个不祈祷的修士，是一个尸体。” 圣女德肋撒说：“人不祈祷，不用魔鬼引诱，自己就把灵魂丧失了。” 圣贤们这一类的话，不知道有多少。我们该遵听众圣人的教训，多行祈祷。

三、耶稣教训人祈祷

耶稣讲寡妇求法官伸冤的比喻以前，先向众人说：“该常祈祷，总不间断。”（路 18：1）受难以前嘱咐宗徒们说：“你们该醒悟祈祷，以免陷于诱惑。”（玛 24：42）四大圣史记载耶稣教训人祈祷的话，还有好几处。

除了用言语教训人以外，耶稣还给人立了祈祷的表样。传教以前，避居旷野四十日，不做别的，仅仅祈祷；拣选十二宗徒以前，整夜祈祷；以五饼二鱼饱饫五千余人以后，往山中去彻夜祈祷；受难以前，在山园中，三点钟之久恒心祈祷。耶稣是真天主，用不着祈祷，耶稣这样专务祈祷，又默启圣史记录出来，全是为使我们懂得祈祷如何要紧。

吁！吾救世者，我感谢你，亲自给我讲明了祈祷的要紧，并用你的表样引导我用这个得圣宠的方法。只看我的软弱，我的无恒，三仇的诡诈凶猛，我也觉着祈祷是不可忽略的了。地狱的人受罚，是因为没有祈祷，天堂的人享福，是因为善行了祈祷。他们是我的明师，都给我讲明祈祷的关系。我后悔从前的昏迷，屡次轻忽了祈祷神工。我今真心定志，以后遵听你的教训，常常祈祷，也热心祈祷。求主赐我圣宠，相帮我守好今天定的志向，

祈祷的效能

六月二十三日

定像：想见吾主耶稣教训人说：“你们求，求就得；你们找，找就找到，你们敲门，就给你们开门。”

求恩：求天主赏我认明祈祷的效能，常本着依靠的心行祈祷。

一、祈祷的效能见于圣经

圣若望可利玛说：“祈祷能强迫天主。”圣人的话，不是铺张过实的话，是从圣经上来的道理：从前天主要消灭以色列民族，因梅瑟为他们热切转求，天主向梅瑟说：“你让我自由吧！为教我的凶怒发泄出来，相反他们，也消灭他们。”（出 32：10）到后来天主又愿意罚以色列民，因先知耶肋米亚的祈祷，不得降罚。天主如同恳求这位先知说：“你别为这些人民祈求了，别再赖着颂扬祈祷，抵制我了！”（耶 7：16）

圣热罗尼莫讲解这两段圣经说：“祈祷能止息天主的义怒，勉强天主宽赦我们。”

吾主耶稣在圣经上说的话更清楚。耶稣说：“你们求，求就得；你们找，找就找到；你们敲门，敲门就给你们开门。”（玛 7：7）耶稣用三句话，说一样的意思，是为叫人听的更留心，信的更结实。耶稣又说：“凡你们在祈祷中，所求的事情，该相信，你们一定能得。”并且耶稣用发誓的口气告诉人说：我真真实实地给你们说：“你们若是因着我的名字，求圣父一件事情，圣父一定

赏赐你们。” 圣经上虽然还有别的话，但只看这三处，我们就能懂得祈祷的效能了。

若有人听了耶稣这些话，还不坚心信服祈祷的神效，定是失落了信德。莫非耶稣还能欺哄人吗？莫非耶稣能说了话，不算话吗？古经上说：“天主不如同人一样，能够说谎，也不如同世人之子，随时改变，天主许下了，必定按着做。”（户 23：19）

吁！吾天主，我真心坚信尔圣子屡次许下的话，以后每次祈祷常存着依靠的心。

二、祈祷的效能是从哪里来的

为更坚固我们的信德，常本着依靠的心向天主求恩典，还该懂得祈祷的效能，是从哪里来的。我们所以有求必得的缘故，是因为天主自有无限仁慈，宽宏大量，自来的愿意施恩于人。圣奥斯定说：“天主愿意施恩于人，比人愿意受恩的心更大方；天主盼望可怜人，比人盼望受可怜的心更诚切。” 吾主耶稣也亲自给我们讲明了这个道理。圣玛窦记载：耶稣既然说了：“你们求，求就得。” 随后又接着说：“你们当中，哪个为父亲的，听见自己的儿子要馒头吃，反倒给他一块石头呢？或是儿子要鱼吃，反倒给他一条蛇呢？你们虽是恶人，有许多短处，你们还知道拿好东西来送给你们的儿子。何况在天大父是无穷慈善，万分成全的，能不把各样好处，赏给祈求他的人吗？（玛 7：9）

耶稣的话明明告诉我们：祈祷的效验不是因着我们的功劳，而是因着天主的慈善，喜欢施恩过于世界上为父亲的。人几时求自己

的父亲，一定有依靠的心。几时祈求天主，不更应该有依靠的心吗？

三、罪人祈祷也有效能

圣经上有求必得的话，不是只为义人说的，也是为愿意归向天主的罪人说的。圣奥斯定说：“若天主不听罪人的祈祷，布彼加诺在圣殿中，是白白的祈求了。耶稣为什么说他出圣殿的时候成了义人呢？”金口圣若望念路加第十一章第十节，见耶稣说：“不拘谁求，求就得。”并没有分别罪人、义人。圣人定断说：“所以罪人的祈祷也有效能。”罪人已经失落了宠爱，行的祈祷固然没有超性的功劳，不过是一种本性的善愿。但天主的本性，恒惻恒宥。一见人有好心，就不能不矜怜罪人，俯听罪人的祈祷。我们若再想想耶稣讲的荡子回头的比喻，宽赦右盗的故事，更不能疑惑这端道理了。

吁：吾主耶稣，我默想了这些道理以后，在祈祷的时候，若再缺少依靠的心，是不信你的圣言，不认你有无限的仁慈，大大的凌辱你，以后我再不敢这样得罪你了。求你加增我的信德，坚信你是至忠信，不能虚言的；又是极仁慈，既许必践的：因着你这两样美善，全心仰望你，诚心祈求你。

圣若翰洗者诞辰

六月二十四日

定像：想见天神嘉俾厄尔在圣殿中显现于匝加利亚说：天主将要赏赐你一个儿子，你给他命名叫若翰。

求恩：求天主赏赐我效法圣若翰的德行，为报答天主的恩宠。

一、圣若翰所受的特恩

圣若翰的名字是天使传报给匝加利亚的，一定是天主亲自定的。天主给耶稣的前驱定这个名字，原有深意。因按希伯来语，若翰二字，解说圣宠。圣人一辈子所受的特恩异宠，远远超过别的圣人；称为若翰，真是有名有实，名不虚传。

试想：1、圣人的父母年老力衰；已经过了生育的年纪，天主在这个时候，赏给他们一个儿子。圣人受生于世，先是天主的一个特恩。2、圣人受孕以前，天主遣天神嘉俾厄尔报告他的父亲。这位天神，就是六月以后，将天主降生的奥迹传报于圣母玛利亚的。这个光荣又是一番特恩。3、圣人受孕六月后，还没有生在世上，天主耶稣就亲去赦免他的原罪。自母胎中受圣，自古以来，除了先知耶肋米亚以外，圣经上没有记载别人得了这个特恩（圣母不在此例）。圣人当时就开了明悟，踊跃谢主。4、圣人诞生的日子，天主施的圣宠更加显明。他的父亲不但舌开能言，还蒙天主默启，预言未来的事情，亲邻来道喜的，眼见这些奇事，莫不起敬起畏。

至于圣人赖天神救护，脱免了黑落德虐王的毒手，后来传教的时候，亲手给耶稣付洗，被耶稣极口称赞，说他大于先知，妇人所生之子中没有大于若翰的。统观他一辈子所得的特恩，诸圣人中应推为第一。

我们见圣若翰蒙天主的特宠，固然该当庆贺圣人，托其转达，也该当纪念我们所受的种种大恩，感谢天主，尽力图报。

二、圣若翰所修的德行

天主赏赐圣若翰这些特恩，不是没有缘故。是因为圣人是耶稣的前驱，劝人预备自己的心以便迎接救世者。如今我们看看圣人修了什么德行，为善尽自己的本分，为报答天主的恩典。

1、圣若翰克己苦身，圣人自从孩童的时候，就避居在旷野中；到了三十岁上，才出来传教。那三十年里，无衣无食，忍饥受寒，其中的苦况，一言难尽。圣人行这样的苦工，莫非是为补赎自己的罪过吗？圣人自从母胎受圣，从未犯罪，无可补赎。他克己苦身，只是为加增自己的圣德，给人立好表样，所以圣人后来讲道理的时候，出语惊人，闻者莫不感动。

2、圣若翰谦逊，圣人的德行，积中发外，人人敬重。吾主耶稣也在众人前极口称扬。虽然这样，圣人还认自己为虚无。法利塞辈遣人去问他是谁？圣人说自己是旷野中呼号的声音；又说耶稣当受举扬，自己当受压伏，因为圣人的本分是引人归向救世者，所以劝自己的徒弟舍弃自己，去跟从耶稣。圣人自卑自贱，躲避光荣到了这个地步。

3、**圣若翰救人灵魂的神火**，圣人在若尔当河滨讲道付洗，劝人痛悔补赎，不遗余力。又因为当时的人心硬如铁，非用天主的严罚不能动他们的心，所以苦口责斥他们。并说天主义怒的斧子，已经按在树根上了，若不急速回头，必要受天主的重罚。黑落德虽为国王，因他立了不好表样，就明明谏诤他，不怕舍生致命。

2、**圣若翰不求本性的安慰**，圣人与耶稣本系至亲，又明知耶稣是真天主，论圣人的本意，一定愿意常在耶稣身边，作耶稣的徒弟。但因为知道天主的圣意不许，所以三年传教之中，从来没有舍了自己的本分去望看耶稣。

圣人为报答天主的恩宠，修了这样高超的德行，为尽自己的本分，这样弃绝自己。我们为报答所受的恩典，为尽自己的本分，作了什么呢？该发羞愧后悔之情。求大圣若翰为我们转求天主，赏赐我们效法他的表样。

善行祈祷当守的规条

六月二十五日

定像：想见一位圣人祈祷的时候，端正恭敬，如同见皇上一样。

求恩：求天主赏我每次祈祷，常守这些规条，为得所求的恩典。

一、祈祷当守之规，略举数条

恐怕有人问说：按以上讲的，祈祷那样有效能，有求必得；为什么我多次祈祷，不得所求的恩典呢？我用圣亚各伯宗徒的话答应说：“是因为你祈求的不好。”（亚 4：3）为善行祈祷，除了以上说的，该信耶稣许下的话，依靠天主的仁慈，还有四条当守的规矩：

1、恭敬用心，祈祷是恭敬天主的工夫。心内的敬意，外面的端正，都该相称天主的尊贵。人若去见皇王，必定不敢失礼貌，处处加小心。祈祷是同天主对面讲话，若分心走意，不恭不敬，不是大失礼貌吗？

况且祈祷又是向天主求恩典。当我们有事求人，虽然是平辈同等的，也必定谦恭谨慎，句句话想着说。何况卑贱罪人，求天主矜怜呢！圣多玛斯说：“祈祷的时候，若不恭敬留心，这样的祈祷，不是举心向天主，是犯罪惹天主的义怒”虽然分心走意是人不能免的，可是该收敛五官三司，勉力着少分心，至少在祈祷之初，该定志纯心对越天主。圣多玛斯又安慰人说：“祈祷为得恩典，如同做事为立功劳一样。做不拘什么事情以前，若先正了自己的意向，虽然以后不想了，只要没有改变起初的意向，做的事情仍然有功劳。祈祷也是这样，起初若拿主意不分心，中间不知不觉地分了心，祈祷也不能全无益处。

2、求神益，人祈祷不见效验，有时候是因为所求的事情，为灵魂不但没有益处，反倒有害处。天主全智全善，明知道为人有害的事情，岂肯随人的盼望吗？圣多玛斯说：“在祈祷中当求的，另外是灵魂的好处，只有这样的好处是真好处。”圣伯尔纳多指明

这样的好处说：“比方一辈子常保存宠爱，喜欢天主有光荣，中乐天主的圣意，善生善死等。”这是人当常常求的，当恳切求的。至于肉身本性的事物，虽然也能求，但那些事物，为我们的灵魂有益处或有害处，我们不一定知道。所以求的时候，心中该有这么个活动意思说：为我的灵魂若有益无害，就求天主赏我某某恩惠。这样祈求了以后，得与不得，全听天主安排。如同病人听医生随便开方下药一样。

3、谦逊，以前说祈祷是极有效验的，有求必得。那是从耶稣亲口许的话，并天主无限仁慈推论出来的道理。若就我们一面说，为得天主的恩典，我们连一点名分也没有。我们祈求天主，就如同犯人求法官开恩，乞丐向富家要饭吃，孤儿寡妇托人保护一样。但想法子感动别人的慈心，不敢夸张自己的势力。这样的祈祷才容易蒙天主垂允。圣亚各伯书信上说：“天主拒绝骄傲人，赏圣宠于谦逊者。”（亚 4：6）达味圣咏上说：“天主总不藐视痛悔谦逊之心。”（咏 50：19）圣经上还有别的这一类的话。

再看耶稣讲的税吏在圣殿中祈祷的故事，不是因着谦逊得了天主的宽赦吗？

4、热心恳切，小孩子求吃奶，若只说句要吃的話，母亲未必就许；若放声哀号，为母亲的就不能等待了。再比方要饭吃的乞丐到富家门口，若只招号一声，富家未必哀矜他；若苦苦哀告，连声不止，是必要蒙周济的。我们在天主台前，也是如同要饭吃的，我们的灵魂饥饿困穷，不能自救；除了天主以外，没有能饱饫救助我们的。能不热切恳求天主吗？比方乘船过海的人，走到大海中心，船被暴风刮翻了，眼看就要淹死，此时间忽然来了一只别的船，落

在海里的人，是多么哀求救命呢？我们若这样恳求天主，一定能得所求的恩典。

如今我自己省察，平常祈祷的时候，全守了这些规矩吗？恐怕不但没有全守，连一条也没有守的完全无缺。无怪乎别人祈祷以后，灵魂饱饫强壮，我常行祈祷，灵魂还这样软弱无力。

吁！吾天主，你的忠仆圣奥斯定说过：“人几时会善行祈祷了才会善生。”我到何时才会善行祈祷呢？我如今用宗徒们求你的话求你说：“吾主，求你教给我祈祷吧！”

该常祈祷总不间断

六月二十六日

定像：想见吾主耶稣教训人说：“你们该常祈祷，总不间断。”

求恩：求天主赏赐我常在天主面前度日，成一个祈祷的人。

一、该常祈祷的缘故

一个修士专务修成全的德行，只勉力善行规矩内定的神工，其余别的时候，一心经理外务，全忘了天主，称不起是好修士。好修士该当成一个祈祷的人。吾主耶稣说：“该常祈祷，总不间断。”

（路 18：1）因为按前天说的，祈祷是得圣宠的方法。我们常需要

圣宠，所以该常祈求天主，祈祷是退诱惑的方法，魔鬼常诱惑我们，所以该常求天主保佑。

若问怎样算常祈祷，成了祈祷的人呢？我说：该用毛病来作比喻就容易懂得了。比方你称某人是个骄傲的人，某人是个贪财的人。为什么你这样称他呢？是因为他常存着骄傲贪财的心，一遇见机会，他就发骄傲，他就贪财。祈祷的人也是这样，他心中常有天主，常觉着自己的力量不足，常仰赖天主的相帮；一受魔鬼的攻打，就呼号天主保护，一有了为难的事情，就恳求天主救助；一有了疑惑，就求天主指示或在心内，或在口中，就祈求说：“吾天主！可怜我。”“仁慈的耶稣保佑我。”“玛利亚我之慈母，速来救援我。”这样的人虽然读书工作，讲道劝人，心中总不离开天主。这就算祈祷的人。吁！吾救世之主，求你赏我认识我灵魂的贫穷，觉着我力量的软弱，叫我知道仰望你，如同从前那些痲病瞽目的人呼号恳求你一样。我比那些人更有福。为得你的恩惠，不必往远方去寻觅你，也不用大声呼号，一转念回想你，你就看见了我的盼望，就听见了我的祈求。吾主耶稣！求你教给我祈祷，教给我常行祈祷，成一个祈祷的人。至圣童贞玛利亚，恳求你为我转求圣子耶稣，赏我不断祈祷，如同我的肉身呼吸不停一样。

二、若天主不立时垂允，也不可间断祈祷

耶稣命人常行祈祷以后，又紧接着说：“总不可间断。”这第二句话，是教训人若天主不立时赏赐人所求的恩典，不可因此就停止祈祷。耶稣在圣经上，特设了两个比喻，为证明当恒心祈祷不可间断：1、有一个人半夜去敲他朋友的门，求借三个馒头。2、有一个寡妇，受人欺负，求恶官给他伸冤，虽然最初一两次白白哭

求。后来只因嫌罗嗦的缘故，那已经睡了觉的人，也给了他的朋友三个馒头；那上不怕天主，下不怕世人的法官，也为寡妇伸了冤。耶稣的意思是说：恒心哀告没良心的人，还有这样的效验；何况恒心祈求仁慈的天主呢！

至于天主不立时允我们的祈求，能有许多缘故：

第一、恐怕还不到天主定的时候。天主知道到什么时候赏赐某某恩典，为他自己更有光荣，为我们更有益处。所以我们虽然该恳切哀求，但也该听天主的安排。从前古教时，伯都利亚城被敌人围困，无力支持。城中的人拿了主意，若五天以内天主不施恩救城，就要开门投降。圣妇友弟德责斥城中的人说：“你们怎么这样冒失！竟敢给天主限定出日期来呢？”我们若祈祷三次五次以后，就停止不求了，也算是给天主限定日期。如何使得呢？

第二、恐怕我们求的不好，或是盼望的事情不好。如同耶稣责斥亚各伯、若望说：“你们不知道该求何事！”或是祈求的样子不好，如同耶稣向两个瞎子说：“你们信我能叫你们看见吗？”

第三、恐怕是为加增我们的功劳。叫我们明认自己的无能，全心依赖天主。这样试探我们以后，耶稣要用从前向加纳南妇人说的话，向我们说：“你的信德真大，就允了你的祈求吧！”

吁！无限仁慈的天主，我永远赞美你。你不立时允我的祈求，也是为我的好处。等到了要紧的时候，你没有不来救助的。你愿意世人俯伏在你圣座台前，恳求哀告你，如同儿女哀告父母的一样。有时候你假装不允，为试探人的恒心；有时候你故意迟延，为叫人

催迫勉强你。我赞颂你的上智慈善，以后不求立时允我的祈求，只求你赏我恒心勇敢，至死不辍善功。阿们。

祈祷的益处

六月二十七日

定像：想见吾主耶稣山园祈祷以后，大发勇敢，前去迎接恶人。

求愿：求天主赏我明白祈祷的益处，以后勉力善行祈祷神工。

一、祈祷是修诸德的法子

圣金口若望说：当一个皇后到一座城里去，必有许多贵妇随从；当祈祷进到人心中，一切的德行也全到了人心里。因为德行与祈祷是不能分离的。祈祷以前，有许多德行先来，为给祈祷开路预备人的灵魂，比如信德、恭敬、谦逊、正意向等；祈祷的当时，还有许多德行陪伴着，比如爱德、钦崇、热心、明智等；祈祷以后，还有许多德行为祈祷的效验，比如热切的望德，听命守规的志向，忍耐、节制、端正、洁净等。为这个缘故，有许多圣师说：“祈祷使人相似天神。”不但因为这个功夫是天神常行的事；还因为祈祷能使人修天神的圣德，得天神的洁净。若祈祷神工作的十分好，能得各品天神的本德行。比如炽爱、上智、勇敢，顺命等。所以善行祈祷有极大的益处。贤士伽先讲论：诸德与祈祷彼此相连，如同成了一个。不祈祷不能修德行，不修德行，也不能善行祈祷。祈祷是众德行的终向，是修德行各样功夫的正鹄。

我们有时候起爱慕德行的心，但觉着没有力量去修；有时候定志要修德行，功夫不大，又败兴后退。这都是因为不专务祈祷的缘故。我忘了若没有圣宠的相帮，我什么善功也不能立，什么德行也不能修。

吾天主，求你赏赐我有祈祷的心思，使我看重祈祷，盼望祈祷，先有了这两样善情，就易容得祈祷的心思了。我的灵魂，你该勉力看重盼望祈祷。你看圣人们称赞祈祷的话多么恳切。你还这样轻视祈祷，不用心祈祷，不常行祈祷吗？咳！你若认识祈祷的贵重，祈祷的甘饴，并祈祷的益处，你一定不敢这样藐视祈祷的功课了。你该知道，祈祷是能恒心至终的执照，是开天门的钥匙。

二、祈祷是人的尊荣

同尊贵人来往，和有势力的人交朋友，人都觉着是荣耀。为争这样的虚荣，往往生出许多嫉妒不和的弊病来。同天主来往，靠做天主的朋友，比同世界上的帝王交接荣耀多了。祈祷就是同天主亲密来往。天主虽然尊威无限，不但不拒绝人，还以为同人来往为自己的喜乐。不只劝人同他来往，还给人出严命说：你们该祈祷。不但一次两次，还说该常祈祷。使人时时处处同他言谈往来，如同仆人向着家主，如同儿子向着父亲，如同朋友向着朋友。这是我们多大的尊荣，多大的福分呢！

人都知道：同明白人来往，容易长见识，同有德行的人来往，容易改毛病。常同至圣的天主来往，岂有不增长圣德的吗？在祈祷中不但人向天主说话，天主还向人说话。圣伯尔纳多说：天主说话，就是施圣宠。因为天主的话常是有实效的，说话与行事合而为一。从前天主只发一言，就化成了天地；一句话，就安慰了玛大肋

纳的忧苦，一句话就平息了风浪，一句话就治好了人的疾病。如今天主在我们心中，常常说话，若我们好好的承受，岂不能修各样德行，改各样毛病吗？

全能天主，我之慈父，世界上的尊贵人，不屑于同卑贱人来往，你不是这样。世界上的善人，往往躲避罪人，怕自己受沾染，为你没有这样的危险。你在世时，常与罪人言谈往来，如今你还是一样。我感谢你的仁慈。以后我要常与你结合，常纪念你，常听你的声音，常随你的指引。求你常教训我们。我虽然罪恶多愆，你只发一言，我心诸疾必全愈矣。

重视神工

六月二十八日

定像：想见稣亚来大学士说：“我宁愿全失落我的学问，也不愿耽误一刻钟默想的神工”

求恩：求天主赏赐我超性的识见，知道看重修治灵魂的功课。

一、热心修士不敢忽略神工

所说的神工，是指的默想省察，念经领圣事，看圣书等功课。这些功课能使人得超性的益处，永远的赏报。学问名声只使人能得暂时的利益。从前大学士稣亚来同旁人说：“我宁愿把哲学和神学的知识都失落了，也不愿意忽略一刻钟的神工。” 你想他说的过

分吗？这话并不过分呀。这才算明白超性的事理呢！大凡热心修士都有这样的意见。

1、热心修士总不敢忽略本分内当行的神工。不但不假托缘故，为脱免神工；若偶然遇着阻挡，不能满这些本分，还觉着十分难过。因此常提前打算料理，为到行神工的时候没有妨碍。自然这些功课不过是事奉天主的方法，好修士遇着意外的变故，也不怕为天主舍离天主。可是该有真实的缘故，明明是天主的旨意才是。我们为保养肉身，不肯减少吃饭睡觉的工夫；为保养灵魂，不该一样用心吗？

2、热心修士不但不耽误神工，还用尽心力，样样都作的尽善尽美。或是在圣书中，听天主的圣言，或是在祈祷中，向天主说话。都是诚心敬意的作。远预备，近预备，一样也不缺。所以他们的信德、热心、轻看世俗的心，一天比一天增长。在天主手中，为救人灵魂，成了得心应手的器具。

我如今从新给我定这个规则，日后总不缺修治灵魂的功课，还样样都要郑重其事的做：早晨先作一个好默想，坚固了内修的精神，为在一天里能抵制外来的扰乱；然后再去领天上的神粮，点着心中的爱火，提拔灵魂的力量，为担当一天的重任。到了晌午，回心省察一番；午后朝拜圣体；傍晚念圣书。安歇以前，仔细查考一天的缺失。若忽略了神工，或有苟且塞责的过失，除了痛悔定改以外，还要给我自己定一样补赎。这样恒心勉力，赖天主的相帮，盼望能修德前进。

二、忽略神工为害无穷

神工是热心的泉源。这个泉源若是乾了，人的热心就完全消灭了。若一个修士想法子找出些假缘故来，为减少行神工的时刻，或应酬故事，不加勉力，那热心的泉源，是不能不乾的。修士若冷淡到了这个地步，有说不来的祸患。人这样轻慢天主，天主必要弃舍人。灵魂一没了天主的相帮，就入了黑暗世界。神目昏迷，欲情猛烈，已经到了永火的涯岸上了。

冷淡修士到了这个地步，有的时候一定也觉着恐惧不安，心中听见有声音责斥他过于忽略神工。最可怜的，是修士自己欺哄自己，遮掩自己的冷淡说：我有救人灵魂的本分，行神工的时候接见别人，是不得已的事情：帮助别人的灵魂，也是光荣天主。人若这样迷惑自己的良心，更是不治之症了。我们听听圣伯尔纳多教训他的徒弟欧日约的话，就懂得其中的害处了。圣人说：“你忙忙碌碌，一心经管外事，至于顾不得专务内修。你知道这些烦难的事务，要陷溺你在什么地步吗？你要不知检点，这些可咒骂的事务，将来必要使你到你不愿意到的地步，就是心硬如铁，圣宠浸润不透的地步。”

吾主天主，求你千万别加给我这样可怕的刑罚。咳！我如今为什么觉不着你圣爱的感动呢？为什么听不见良心的责备呢？我从前避静以后，所有的神光善愿，活泼的信德，诚切的望德，炽热的爱德，催动我的心火，使我在德行的道路上前进如飞，如今都往哪里去了呢？为什么我心中觉不着圣宠的神味？没有从前那样的快活了呢？咳！是因为我没有善行神工，我的心如今变为乾柴了，因为我

没有在圣宠的泉源中汲取神力，我的灵魂饥饿将死了，我的天主，求你可怜我，以后我要真心定改，求你相帮我。

圣伯多禄宗徒

六月二十九日

定像：想见耶稣复活后，在弟伯利亚湖滨，发显于七位宗徒的时候，向伯多禄说：“西满若纳之子，你比这些人更爱慕我吗？”

求恩：求天主赏我有圣伯多禄的信德，并爱耶稣的四样长处。

一、圣伯多禄因信耶稣得的报答

圣玛窦记载：耶稣向宗徒们说：“你们说我是谁呢？”圣伯多禄说：“你是基利斯督，常生天主之子！”耶稣给他说：“西满，若纳之子，你是有福的，因为默启了你的，不是血肉之人，乃是我在天之父。我也给你说：你是伯多禄（译言磐石），我要在此磐石上建立我的教会；地狱的能力不能战胜它，我也要给你天国的钥匙”（玛 16：15）

耶稣向伯多禄说的话，是明明许下后来要立他为圣教会的元首，在现世作耶稣的代表，管理圣教会诸人。我们该惊讶吾主耶稣圣心的慈善，待人的大方；因着圣伯多禄一次发信德的功劳，就赏给了他这样的尊荣。吁！吾救世恩主，你因着右盗几句祈求的话，就许给他得升天国，人为爱你的缘故，施舍给穷人一杯凉水，就许给人永远的报答。你待人这样厚道，谁还不甘心事奉你呢？

二、圣伯多禄因爱耶稣修了四样德行

圣人因为爱耶稣，另外修了四样德行：1 是谦逊，二是痛悔，三是热心救人灵魂，四是为天主忍受劳苦。我把圣伯多禄的德行全归于爱德。从耶稣显现时，当着众宗徒的面，从他的话上，就可以看得出来。（若 2：15）

1、爱天主若没有谦逊，必陷于冒失。圣伯多禄爱耶稣之情是真诚纯全的，不能有这样的毛病。请看圣人虽然被耶稣看重，为宗徒之长，还想自己是大罪人。初次见了鱼多满网的圣迹以后，跪在耶稣足前说：“吾主，请你远离我吧！因为我是罪人。”这是从谦逊说出来的话。到后来他向耶稣说：“吾主，我们离开你，能投奔什么人去呢。”可见圣人谦逊之中不离爱情。后来耶稣给宗徒洗脚的时候，伯多禄起初推辞，是出于谦逊，后来怕与耶稣分离，头与手让耶稣全洗，是出于爱德。

2、因为圣人满心爱慕耶稣，所以深深懊悔从前明背耶稣的罪。一辈子的工夫，每天早晨，一听见鸡叫，就起身祈祷，痛哭前罪。因为常流热泪，至于眼角下成了两道泪沟。从前犹太人见耶稣哭辣匝禄，彼此议论说：“你看他多么爱慕辣匝禄”我们见圣伯多禄常痛苦己罪；也可以说：你看他多么爱慕耶稣！

3、真心爱耶稣的人，必想法子满耶稣的盼望，专务救人的灵魂。圣奥斯定说：“没有救人的神火，就是不爱天主。”圣伯多禄爱耶稣最诚切，所以也尽力救人的灵魂。圣神降临后，立时劝化犹太人，被恶人鞭打以后，还是讲道劝人，明证耶稣为真天主，劝化了许多民人，建立了许多圣堂。后来往罗玛去，攻打耶稣的仇敌邪术人西满。

4、圣伯多禄爱耶稣的心最大方，为满耶稣托给他的责任，不辞劳苦，不怕艰难，数十年的工夫，费心劳力。虽然坐监受鞭打，仍然尽心传教。最后为耶稣致了命，全合了圣额我略说的：“工行是爱情的证据。”

圣伯多禄因为爱耶稣，所以修了这四样德行。若愿意知道我们爱耶稣与否？也该按着这四样德行考查我们的行实。该设想耶稣亲来问我们说：你比别人更爱慕我吗？你爱慕我，如伯多禄吗？你谦逊听命，痛悔前罪，专务救人的灵魂，舍身为主，不辞劳苦，如同我的大宗徒吗？我们若听见耶稣这样问我们，敢用圣伯多禄的话答应说：主子，你是全知的，你知道我真心爱你。我们敢说这样的话吗？若我们不敢这样说，明显我们是不爱耶稣。圣保禄宗徒警戒人说：“谁若不爱慕吾主耶稣基利督，该被弃绝。”求圣伯多禄为我们转求吾主耶稣，赏赐我们热切的爱德，发显于行实上。

圣保禄宗徒

六月三十日

圣保禄宗徒先前是一个大罪人，有他自己的话可以作证，圣人说：“我不堪称为宗徒，因为我难为过圣教会。”（格前 15：9）给第茂德写的书信上说：“从前我是辱骂天主的人，窘难圣教会的人，暴躁激烈的人。但因为我那时没有信德，造这些罪恶，出于昏愚无知。我蒙了天主的仁慈。耶稣基利斯督降生在世，为救罪人，罪人当中我是第一个。”（第前 1：13）圣保禄未蒙天主的圣宠以前是这样的人，等到他蒙了天主的圣宠以后，怎么样呢？吾主

耶稣指着他向亚纳尼亚说：“他是我特选之器，他要传扬我的名字于外教人民，帝王，及以色列子孙之前。”（宗 9：15）天主为相帮他善尽宗徒的职分，赏他明白了圣教中深奥道理，提拔他到第三层天上，叫他亲眼看见了许多莫可名言的密事；赏给了他非常的口才，高谈雄辩，使外载学士扞口无言，赏给了他超等的识见，写的书信人人看重：又赏给了他显圣迹的能力，使当时的人要以他当神恭敬。圣教会的仇敌忽然变成了圣教会的栋梁，岂是人的力量吗？所以圣人明明承认说：“我赖天主的圣宠，成了今日之我。”（格前 15：10）。

如今我们回心想想自己，弃俗精修以前，没有犯过大罪吗？虽然我们没有明明难为过圣教会，没有杀害过奉教人，但若我犯过大罪，是如同再钉耶稣，是成了天主的仇敌，天主为什么特选了我入修会，没有拣选那比我更热心，犯罪更少的人呢？我立了什么功劳，为挣圣召的大恩呢。咳！我也该当用圣保禄宗徒的话自己承认说：“我赖天主的圣宠，成了今日之我”。

一、圣保禄善用天主的圣宠

得了天主的圣宠，固然是圣保禄的光荣。但善用天主的圣宠，是圣保禄更大的光荣。圣保禄既然承认了第一条以后，又接着承认第二条说：“天主的圣宠在我身上，未曾是空虚无效的。我因着天主的圣宠，比别的宗徒出的力更多。”圣人因着圣宠的相帮，各样德行都造到了成全的地步。

1、**神贫**，圣人给第茂德写信说：“我只有要紧的衣食，就心满意足。”（第前 6：8）给格林多人写信说：“别人夸奖自己有肉身的安乐，我却夸奖受饥受渴，无衣藏体。”（格后 11：27）

宗徒大事录上记载：圣人亲手工作，为供给自己，和跟随自己的人需要的费用。（宗 20：34）

2、贞洁，圣人自从回头以后，就遵守福音的劝谕，发了绝色的圣愿。圣人劝格林多城的教友说：“巴不得你们都同我一样，全断绝夫妇的连累，为能专心祈祷。”（格前 7：7）

3、克苦，圣人给格林多人写信说：“我难为我的肉身，叫它成了奴才；怕的是我劝化了别人以后，我自己反倒被天主弃舍。”

（格前 9：27）给加拉达人写信说：“我在我身上常带着耶稣基利斯督的伤痕。”（加 6：17）给哥罗森人写信说：“我在我身上，补满耶稣苦难的不足。”（哥 1：24）从这些话上，可以知道圣人如何克苦肉身了。

4、谦逊，圣人明说自己难为过圣教会，不堪为宗徒。承认自己回头以后，所修的德行，都是赖天主的圣宠等等谦词，都是从心里说出来的，并不是沽名钓誉。

5、爱耶稣，圣人给斐利伯写信说：“我切愿与肉身分离，为能同耶稣基利斯督结合。”（斐 1：2）给罗马人写信说：“谁能使我不爱耶稣基利斯督呢？我知道一定、困苦、艰难、死亡等，都不能教我不爱耶稣基利斯督我等主。”（罗 8：35）

至于圣人为传扬圣教，不辞劳苦，为拯救人灵，就合各等人的脾气；各样德行全修到了最高的等级。圣保禄得了天主的圣宠以后，修了这样高超齐全的德行。我们得了天主的圣宠以后，做了什么呢？我们能说没有得天主的圣宠吗？圣伯尔纳多说：“我们若到现在还没有成圣人，不可瞒怨天主没有赏给圣宠，但该瞒怨我们没

有善用圣宠。” 求天主看圣保禄的功劳，相帮我们勉力修德行善，补赎从前的罪过。