

2026 1 月 11 日

主受洗节 - 甲年

纪念：主受洗节 - 甲年 星期日

读经：依 42:1-4,6-7；宗 10:34-38；玛 3:13-17

主题：在耶稣的受洗中，我们发现、确认并活出我们作为天主所爱的儿女的身份；这份身份每天更新，召叫我们把祂的光带给世界。

引言

几年前，一位父亲曾向我讲述一个令他终生难忘的时刻。

他的小女儿刚开始学游泳。她站在泳池边，紧张又害怕，不敢下水。

这时，父亲走进水里，伸出双臂，只说了一句：“我在这里，相信我。”

那一刻，她的表情改变了。不是因为她忽然变得勇敢，而是因为她听见了父亲的声音，知道自己是安全的。

她跳了下去——冒险就此开始。

今天我们所庆祝的，正是这样的时刻。耶稣走入约旦河，天开了。

天父伸出祂的声音说：

“这是我的爱子，我所喜悦的。”

从那一刻起，耶稣的公开使命开始了——不是孤单地，不是惶恐地，而是在父的爱中。

在我们的洗礼中，天主也对我们说了同样的话：

“你是我的，我爱你，你是我所喜悦的。”

讲道：〈祂下降，为使我们上升〉

几年前，一位教友告诉我一个关于他孙女的故事。

她五岁生日时，家人送给她一个小地球仪。她转啊转，用小手指着海洋与山川，想象着自己将来要去的地方。

忽然，她停下来，指着澳洲问：“爷爷，我是从这里来的吗？”

爷爷笑着回答：“不完全是。你是从天主那里来的——而天主对你有伟大的计划。”

她想了想，抱紧地球仪说：“那天主一定到处都在……连这个球里面也有。”
童言无忌，却道出真理。
主受洗的奥迹邀请我们省思：

耶稣从哪里来？又为什么而来？

一、下降到约旦河

一位朝圣者曾形容她第一次来到约旦河时的失望。
她期待壮阔的河流，却只看到狭窄、浑浊、平凡的水道。
她低声说：“我千里迢迢来，就为了这个？”
导游却回答：“正是在这里，天曾俯身触地。”
天主常在最卑微的地方，显露最大的恩宠。
福音说：“那时，耶稣从加里肋亚来到约旦河，受若翰的洗。”
约旦河的名字，意为“下降的河”。
耶稣的生命正是一场不断的下降：
从天主的光荣，下降为马槽中的婴孩；
从神性，下降到饥饿与疲惫；
从天庭，下降到纳匝肋；
如今，更下降到罪人的队伍中。
正如圣保禄所说：
“祂空虚自己，取了奴仆的形体。”
耶稣不断下降，俯身贴近人类。
正如一位修士说的：
“你要看耶稣往哪里去——祂总是往下走；而祂所到之处，恩宠便流淌。”

二、耶稣为什么要受洗？

一所小学曾举办“排队日”。
所有孩子依身高排队，一位个子高的男孩站在后面。
老师说：“你可以站到前面来。”
他摇头回答：“不，我要和我的朋友们站在一起。”
那位老师说，那一天她明白了什么是真正的友情。
耶稣也是如此。
若翰说：“我应该受你洗，你反倒来找我吗？”
但耶稣坚持站在我们的位置上。

第一，祂与罪人站在一起。

路加福音记载：“当众人都受了洗，耶稣也受了洗。”
他与罪人一同受洗。

第二，祂显示自己一生的方向：完全顺服天父。

“这样做，是为成全一切正义。”

第三，祂启示天父的心。

天开了，圣神降下，天父的声音响起：

“这是我的爱子。”

这是神圣温柔的启示。

正如一个孩子在课堂上所说：

“如果耶稣是上帝的儿子，那么他的洗礼一定是上帝在说：‘就是他！就是他！’”

正是如此。

三、我们的洗礼：天主对我们说同样的话

一位祖母曾给我看她保存的一个鞋盒，里面放着所有孙儿的洗礼蜡烛。

她说：“他们不记得，但我记得。那是他们成为天主所爱的那一天。”

我们大多数人都不记得自己的洗礼。

但圣人们说，那是我们一生中最重要的一天。

因为那一天，天主对你说：

“你是我的爱子，我的爱女，我喜悦你。”

然而，许多基督徒常听不到这个声音。

有条件的爱——基于回报的认可——淹没了它。

我们内化了这些声音：

“做好人，你就会得到爱。”

“做得好，你就会被接纳。”

很快，我们就不再活出自己的独特之处。

“每个人生来都是独一无二的，但大多数人死后都成了复制品。”

但我们的洗礼却宣告着一个不同的真理：

上帝喜悦你本来的样子。

圣依纳爵说，重新听见天主声音有三条路：

经验、祈祷、分辨。

只有在内心的“约旦河”中，天主的声音才再次清晰。

四、约旦河：跨越生死的边界

一位医院司铎曾分享，一位临终病人轻声说：

“我正站在河边。”

家人以为他迷糊了。

他说：“我听见水声，但我并不害怕。已经有人替我渡过了。”那天晚上，他面带微笑，安详地离世了。

约旦河一直象征着渡河。

以色列人渡过约旦河，进入应许之地。

摩西从河对岸眺望那片土地。

我们至今仍对逝者说：“他已渡过约旦河。”

当耶稣踏入约旦河时，他已预示着自己的死亡和复活。

他降入人性、罪恶、苦难和死亡之中——

为的是使这些地方不再被上帝遗弃。

降入坟墓是终点。

但最终，他回到了天父的怀抱。

五、活出天主子女的生命

一位绘画老师曾告诉他的学生：“拿起画笔之前，记住一件事：从内心深处作画——不是出于恐惧，不是出于压力，而是出于你真实的自我。”一位学生后来说道：“这条建议不仅改变了我的绘画方式，也改变了我的生活方式。”

基督徒的生活正是如此：从内心深处——从被爱中而活。

每个受洗的孩子都会被轻触耳朵：“Effata——敞开心扉。”

敞开心扉去爱。

敞开心扉去完成使命。

我们必须再次敞开我们的心扉：

- 让过去的指责噤声，
- 停止衡量自身的价值，
- 信赖天父的喜悦。

一位灵修导师说得好：

“基督徒的生活就是学习每天相信，在你做任何事来赢得爱之前，你就已经被爱着。”

这才是真正的顺服：

不是墨守成规，而是安息在上帝无条件的爱中。

结语：今日的约旦河

一位老人去世后，家人发现他的祈祷书中夹着一张纸条：

“总有一天我要过河。我希望我不会害怕。

但我相信有人在我之前就已下水。

如果祂在那里，我就不会沉下去。”

这正是主受洗的意义。

祂下到水中，是为了让我们能够升起。

祂进入水中，是为了让我们在面对自己的人生渡河时不再孤单。

因为祂下到水中，我们才能升起。

祝福

愿开启天门的天父，

也开启你们的心，充满祂的恩宠。

阿们。

愿温柔降临的圣神，

引导你们在平安中前行。

阿们。

愿基督，万民之光，赐予你们力量，使你们喜乐地活出受洗时的呼召。

阿们。

愿全能的天主，

圣父、圣子、及圣神，

降福你们，常与你们同在。

阿们。

带回家的话

在你受洗的那一天，

天主已经对你说过一句永不改变的话：

“你是我所爱的。”

愿你这一周的生活，

让别人也能从你身上听见这句话。

2026 1 月 12 日

纪念：常年期第一周（乙年）星期一

读经：撒上 1:1 – 8；谷 1:14 – 20

主题：「天主在平凡中召叫我们」

引言

有一次，一位老师请学生写下那些曾深深影响他们生命的人的名字。

大多数学生写下的都是名人——运动员、演员、科学家、圣人。

但有一个男孩写下了他母亲的名字。

老师问他为什么，他回答说：

“因为她即使在生气的时候，也仍然叫我的名字。”

真正爱我们的人，总是以最个人的方式呼唤我们。

今天的读经提醒我们：天主也这样呼唤我们——

有时是在如哈纳那样的泪水中，

有时是在渔夫日复一日的工作里。

平凡的日子中，往往隐藏着非凡的召叫。

在常年期第一周的开始，让我们敞开心扉，迎接那位进入我们日常生活、以希望、耐心和使命呼唤我们名字的天主。

讲道

曾有一位旅人来到一座古老的修道院，看见几位修士正在凿石建堂。

他问第一位修士：“你在做什么？”

修士冷淡地回答：“我在凿石头。”

他又问第二位：“你在做什么？”

那人回答：“我在赚钱养家。”

他最后问第三位修士同样的问题。

那位修士微笑着说：

“我在建造一座让人遇见天主的殿堂。”

同样的工作，不同的眼光。

哈纳与隐藏的痛苦

在第一篇读经中，哈纳身处家庭之中，却感到深深的孤独。
她的痛苦无人真正理解，甚至连爱她的丈夫也不明白她内心的创伤。
他说：“我岂不是比十个儿子还好？”
却没有触及她真正的渴望。

哈纳教导我们：

天主听见从眼泪中发出的祈祷，即使别人无法理解。
她的哭泣孕育了撒慕尔—那位将引导以色列未来的先知。

渔夫与平凡的一天

在福音中，耶稣召叫四位渔夫，就在他们最普通的一天里，
在他们熟悉的湖边，在他们重复的工作中。
祂走进他们的日常生活，对他们说：
“来跟随我，我要使你们成为渔人的渔夫。”

非凡，常常隐藏在平凡之中

我们有时像哈纳——在等待中流泪；
有时像渔夫——疲惫地重复日常。
但基督仍然走进我们的生活，
对我们说同样的话：“跟随我。”
祂并不要求我们先变得卓越，
只邀请我们在当下信赖祂。

今日跟随的意义

今天，跟随耶稣可能意味着：

- 放下多年累积的怨恨；
- 对沮丧的人说一句鼓励的话；
- 慷慨地给予时间、关注或宽恕；
- 相信我们的平凡生活对天主有意义；
- 相信天主能在旧的失望中带来新的生命。

结束故事

有一次，一位父亲问他的女儿将来想成为什么样的人。

她想了一会儿，说：

“我想成为天主召叫我成为的那个人——虽然我现在还不知道那是谁。”

这正是每一位门徒的旅程。

今天，哈纳、西满、安德肋、雅各伯和若望，都在我们身旁低声说：

天主正在呼唤你的名字。

请以信赖回应。

祝福

愿那听见哈纳哭声的天主，

赐给你希望。阿们。

愿那召叫渔夫的基督，

赐给你勇气。阿们。

愿引领门徒的圣神，

赐给你走这条路的力量。阿们。

愿全能的天主，

圣父、圣子、及圣神，

降福你们。阿们。

带回家的话

天主常在平凡中呼唤我们——

在日常、在泪水、在责任之中。

今天，请留心倾听祂呼唤你的名字。

2026 1 月 13 日

纪念：常年期第一周 星期二

读经：撒上 1:9 – 20；谷 1:21 – 28

主题：相信祂

引言

让我与你分享一个故事。

想象一位名叫哈纳的妇人，她多年渴望拥有一个孩子。年复一年，她走进圣殿，默默地将自己最深的痛苦倾诉给天主。她忍受着旁人的讥讽，也承受着愿望迟迟未实现的煎熬，但她从未失去信靠。她相信，天主看见她的痛苦，也能在看似不可能的地方带来生命。

在今天的福音中，我们看见耶稣在葛法翁的会堂里施教。人们聚集聆听，而祂的言语却与众不同——带着权威，直击人心。祂的话语治愈创伤、释放受困的人。正如哈纳的经历一样，人们在耶稣身上遇见了一位看见他们、认识他们、并能改变生命的天主。

今天，当我们聚集在这里，也让我们将自己的重担、盼望与渴望带到天主面前，相信祂依然在对我们说话，用生命的话语治愈我们。

讲道

想一想二十世纪六十年代那些第一次进入太空的宇航员。当他们从太空中回望地球时，内心充满震撼与敬畏——那份对美丽与脆弱的深刻体悟，是大多数人从未经历过的。他们的视角被彻底改变了。

在葛法翁的会堂里，人们也经历了类似的震撼。耶稣教导人，不像经师那样，而是带着权威。祂的话语触及人心，驱逐邪恶，使被束缚的人重获自由。众人惊叹说：“这是怎么一回事？这是带有权威的新教导！”

如同哈纳在圣殿中信赖天主一样，我们也被邀请以信德走向祂。祂在我们的软弱、疑惑和未实现的渴望中与我们相遇，并向我们说出带来生命与更新的话语。

然而，我们也可能像葛法翁的人一样，渐渐变得麻木。信仰可能变成习惯，心灵可能变得迟钝。今天的福音邀请我们重新醒来，重新聆听基督的话语，让祂的权威再次触动我们内心深处。

耶稣的圣言释放我们——从恐惧、绝望、苦毒与封闭中释放我们，使我们恢复真正的自我。正如祂治愈了那位被邪魔困扰的人一样，祂也愿意医治我们内心的伤痕。

而这使命并不止于我们自己。

我们也被召叫，用我们的言语带来生命、治愈与希望。

我们的言语可以建造，也可以摧毁；

可以带来光明，也可以带来阴影。

让我们选择生命，选择爱。

正如答唱咏所提醒我们的：

“你们今天要听从他的声音，不要再硬着心。”

结语的比喻

想象一位园丁照料一块荒芜的土地。

每天，他拔除杂草，浇水，细心照料那些几乎看不见的嫩芽。起初似乎毫无变化，但渐渐地，荒地开始绽放花朵。

天主的圣言也是如此。它在我们心中悄然工作。也许我们一时看不见果效，但它从不徒然返回。正如哈纳的祈祷、那位被治愈的人的释放一样，天主正在我们内心深处动工。每一次祈祷，每一次信任的举动，每一次尝试说出的善意之语，都如同播撒在生命沃土中的一颗种子。正如园丁惊叹于春天的第一缕花蕾，我们也能惊叹于上帝在我们内心和周围的奇妙作为。

让我们怀着惊叹与感恩前行，相信天主正在以我们尚未察觉的方式，更新生命、改变世界。

祝福

愿那举扬卑微者、治愈破碎心灵的天主，
赐给你坚定的信德。

愿祂增强你的勇气，唤醒你心中的惊奇，
并派遣你去传播希望、治愈与爱。

愿全能的天主，
圣父、圣子、及圣神，
降福你们。阿们。

带回家的话

请保持惊奇，保持开放，保持更新。
天主的圣言今日仍在行动，
愿它改变你，治愈你，并借着你为世界带来希望。

2026 1 月 14 日

纪念：常年期第一周 星期三

读经：撒上 3:1 – 10, 19 – 20；谷 1:29 – 39

主题：「主，请说，你的仆人在听。」

引言

多年前，一位老师讲过一个关于学生阿伦的故事。他聪明、活泼、充满活力，但有一个明显的缺点：他不善于倾听。上课时心不在焉，父母说话时也常常心不在焉。有一天，他在走廊奔跑时，不小心撞到了一位提着水桶的老校工。老校工轻轻拍了拍他的肩膀，说：“阿伦，如果你能停下来听一听，生活会变得更好。”

那一句话改变了他的一生。他后来才明白，真正的倾听，不只是用耳朵，而是用心。

今天的读经正邀请我们成为这样的人—像撒慕尔一样，在夜深人静中聆听天主的呼唤；也像耶稣一样，在清晨的祈祷中倾听天父的声音。

在这台弥撒开始时，让我们祈求恩宠：

愿我们学会倾听—聆听天主、聆听他人、也聆听自己内心最真实的声音。

讲道

一位年轻女子曾这样形容自己的生活：“就像一台同时开着许多频道的收音机。”她渴望清晰，渴望方向，却被各种声音淹没。

有一天，她走进一座安静的圣堂，对自己说：“如果天主要对我说话，现在正是时候。”

后来她说：“那是我多年第一次真正安静下来。不是我在说话，而是我在听。然后，平安临到我心中。”

今天的读经提醒我们：天主仍然在说话。

问题是：我们是否足够空闲时间、足够安静、足够谦卑去聆听？

一、撒慕尔：需要引导的聆听者

撒慕尔听见声音，却不知道是谁在呼唤他。

他跑向厄里，三次如此。

这是一个重要的提醒：

没有人能独自学会聆听天主。

即使像撒慕尔这样纯真的孩子，也需要一位导师来帮助分辨。

厄里虽然年老、视力衰退，却教会撒慕尔圣经中最重要的一句话：

“请说，上主，你的仆人在听。”

属灵分辨往往就是这样开始的：

- 天主轻声呼唤；
- 有人帮助我们认出那声音；
- 我们学习以信赖回应。

有时我们是撒慕尔，需要引导；

有时我们是厄里，被召去帮助别人听见天主的声音。

二、耶稣：扎根于祈祷的医治者

在福音中，耶稣治愈了伯多禄的岳母，只是轻轻一触，她便起来服事众人。

那是医治的果实——使人重新站立，重新服务。

随后，全城的人都聚集到门前，人人都想要耶稣。

但第二天清晨，在众人醒来之前，耶稣独自退到荒野祈祷。

这是第二个重要的教导：

真正的服务，必须源自祈祷。

门徒不理解，说：“众人都在找你！”

但耶稣不被期待左右。他说：“我们去别的地方吧。”

祂知道自己的使命来自父，而非群众的呼声。

三、我们蒙召成为中介者- 就像以利，就像迦百农人一样

在福音中，人们把病人带到耶稣跟前。

他们成为桥梁，让恩宠得以流通。

这也是我们的召叫：
成为连接天主与他人的桥梁。

我们可以通过：

- 一句安慰的话
- 一次真诚的代祷
- 一个默默的善行
- 或引导他人更亲近天主

天主希望透过我们来成就他的旨意，而不仅仅是为我们做事。

四、倾听、服侍、交托

今天所有的讯息汇聚成一个呼唤：

我们被召叫
像撒慕尔一样聆听，
像耶稣一样祈祷，
像厄里一样引导，
像伯多禄的岳母一样服务。

我们不是掌控者，而是回应者。

祈祷使我们保持对准，
服务使我们保持谦卑，
倾听使我们持续觉醒，
社群使我们不断成长。

曾有一人拜访一位以雕刻木提琴闻名的工匠。工匠说：

“一把好提琴的秘诀在于木材。有些木材振动起来美妙动听，有些木材无论你如何努力都无法发出悦耳的声音。”

“你怎么知道该选哪块木材呢？”那人问道。

工匠笑了笑。

“我敲击木材，然后倾听。

木材总会告诉我真相——只要我有足够的耐心去倾听。”

弟兄姐妹们，
天主也在敲击我们心灵的木头。
祂温柔地说话，等待我们倾听。

愿我们学会回应：
“主，请说，你的仆人在听。”

祝福

愿召叫撒慕尔的天主，
清楚地向你说话。阿们。

愿医治病患的主，
抚慰你一切的重担。阿们。

愿清晨祈祷的耶稣，
引导你每日行走在天父的旨意中。阿们。

愿全能的天主，
圣父、圣子、及圣神，
降福你们。阿们。

带回家的话

“天主轻声说话，但对那些用心聆听的人来说，祂的话语清晰明。”

2026 1 月 15 日

纪念：常年期第一周 星期四

读经：撒上 4:1b – 11；谷 1:40 – 45

主题：“你若愿意，你能使我洁净。”

引言

从前，有一个小村庄，全村人都依赖一口水井生活。忽然有一天，井干了。村民们惊慌失措，不知道该怎么办。

这时，一位陌生人来到村里，愿意为他们挖一口新井，只请求他们信任他。大多数人犹豫不决，只有一个孩子勇敢地说：“如果你愿意，就请你来吧，我相信你。”

于是，新井被挖出，清水涌流，整个村庄再次充满生命。

今天的福音中，我们也听到一个类似的故事。一位患麻风病的人来到耶稣面前，说：“你若愿意，就能使我洁净。”

在这简短的话语中，我们看到信任、勇气与敞开的心。

今天，当我们聚集在这里，让我们也带着同样的心，来到主前，期待祂触摸并更新我们的生命。

讲道

有一位年轻女子曾在医院做志愿服务。她非常害怕接触病人，担心自己会被感染。有一天，她遇到一位长期被隔离的病人。鼓起勇气，她轻轻握住了那人手。就在那一刻，她发现自己的恐惧消失了，而那位病人的眼中却闪耀出希望的光芒。

在今天的福音中，癞病人也鼓起了这样的勇气。他走近耶稣——一个被社会隔离、被人避开的存在。他没有要求，也没有命令，只是谦卑地说：“你若愿意，你能使我洁净。”

耶稣不仅用言语回应，更伸出手触摸了他。

在当时，这是打破禁忌的举动，是跨越隔离的爱。

耶稣向我们显示：在天主眼中，没有人是不可触碰的，没有伤口是不能被医治的。

天主同样愿意触及我们生命中那些最脆弱、最羞于启齿、最破碎的地方。

但这种治愈往往也要求我们付出代价—像耶稣一样，愿意冒险、愿意被误解、愿意为了爱而付出。

回到那个村庄的故事：正是那孩子的信任，让新生命的泉源涌现。

同样，当我们带着信赖走向基督时，祂不仅医治我们，也通过我们把生命与希望带给他。让我们祈求有勇气在一切事上信靠祂。

祝福

愿那医治并更新万有的天主，
赐给你勇气，使你敢于走向祂；
赐给你耐心，使你在爱的使命中坚持；
赐给你喜乐，使你成为祂慈悲的工具。

愿祂的圣神引导你的脚步，坚固你的双手，
并使你的生命成为祂治愈世界的记号。

愿全能的天主降福你，
圣父、圣子、及圣神。阿们。

带回家的话

“你若愿意，就能使我洁净。”
带着信赖走向基督，让祂触碰你的生命；
也让这份触碰，通过你，带给他人治愈与希望。
即使是最小的信仰或善举也能给世界带来治愈和希望。

2026 1 月 16 日

纪念：常年期第一周 星期五

读经：撒上 8:4 – 7, 10 – 22a；谷 2:1 – 12

主题：“起来吧，你的罪赦了。”

引言

多年前，一位老师给学生讲了一个简单却深刻的故事。

一个小男孩正吃力地把一块大石头往山上搬。他一次次滑倒，筋疲力尽。

旁边有人对他说：“用尽你的力气！”

孩子气喘吁吁地回答：“我已经用尽所有力气了！”

那人温和地说：“不，你还没有。你还没有向我求助。”

这个简单的对话揭示了一个深刻的真理：

我们常常试图独自承担一切，却忘了真正的力量来自信赖与分享，来自天主温柔的怜悯。

今天，我们也庆祝圣安东尼隐修士的纪念日。

在这个喧闹、忙碌的世界里，他选择走进旷野，在寂静中寻求天主。

我们未必需要走进沙漠，但我们同样需要在生活中找到那片“内在的旷野”。

在那里，我们重新聆听天主的声音，让疲惫的心灵得到安息。

在今天的福音中，一个瘫痪的人被朋友们抬到耶稣面前。

他们的信德成为他的力量。

耶稣首先给予他的，不是身体的康复，而是罪的赦免——因为真正束缚人的，往往不是身体，而是内心的重担。

当我们开始这台感恩祭，让我们也承认自己的软弱，

承认我们需要他人，也需要天主的恩典。

让我们走进基督的临在，让祂医治、更新并释放我们。

讲道

一位著名的登山者曾讲述过一次惊险的经历。

在一次攀登中，他不慎失足，只能靠一根绳索悬在半空，自己已无力再往上爬。他以为生命就要结束了。就在那时，他感到上方传来一股稳定而有力的拉力——他的同伴们已经固定好位置，正一点一点地把他拉上去。

事后他说：“我之所以活下来，是因为别人的力量成了我的力量。”

这正是今天福音的写照。

一个瘫子无助地躺着；他的朋友们没有放弃；耶稣看见了他们的信德；而耶稣所说的第一句话，是治愈人心的宣告：“你的罪赦了。”

耶稣总是先医治最深的创伤。

宽恕并不是软弱或廉价的安慰，而是天主打破内心瘫痪的力量——那由骄傲、罪疚、恐惧和羞愧造成的瘫痪。

宽恕使人重新获得自由，使人重新成为自己。

很多时候，我们就像那个瘫子，只能靠别人把我们抬到耶稣面前——父母、朋友、配偶、司铎、团体。

甚至在今天我们纪念的圣安当隐修士身上，也能看到这一点。

他退隐旷野，把自己完全交托给天主。在孤独中，他不是靠自己支撑，而是让天主承载他。

他的生命告诉我们：真正的自由与治愈，来自完全交托于天主。

第一篇读经则展现了相反的图像。

以色列人要求一个“像其他民族一样”的君王。

他们想要掌控、安全与保障，却忘记了那位曾带领他们出离埃及的天主。

他们选择了自己的欲望，而不是信赖天主。

结果，他们失去了自由、方向与平安。

当我们让自己的欲望作王，它们终会成为我们的主人。

但基督来到，是为了恢复我们失去的一切：
祂宽恕，
祂医治，
祂扶起，
祂召唤我们重新站立。

而且，祂常常借着他人的信德来工作——你的家人、你的团体、你的朋友、你的教会。

一位护士曾分享：她照顾的一位病人长期卧床。一天，家人围在他身边祈祷：
“主啊，赐给他平安。”
忽然，那位病人轻声说：“我感觉有人在托着我。”
他的身体没有立刻痊愈，但他的心站了起来。

这正是主今天要赐给我们的恩典：
让我们感到被托住、被宽恕、被坚固、被更新。

让我们听见基督对我们说：
“起来，行走吧。你的罪赦了。”

祝福

愿那位唯一配得我们信赖的天主，
释放你心中一切虚假的依靠，
引领你行走在祂的智慧之路上。阿们。

愿基督——那位宽恕罪过、医治创伤的主，
扶持你，治愈你，使你重新站立。阿们。

愿圣神——赐力量者，
使你成为希望的工具，
将天主的慈爱带给你所遇见的每一个人。阿们。

带回家的话

你的信德，
也许正是今天可以帮助无法行走的人，成为别人站起来的力量；
同样，当你明天在你软弱的时候，无法行走时，也会有人因着信德可以帮助你。

让基督对你说：
“起来吧，你的罪赦了。”

2026 1 月 17 日

纪念：常年期第一周 星期六

读经：撒上 9:1 – 4, 17 – 19; 10:1; 谷 2:13 – 17

主题：“你跟随我吧。”

引言

多年前，一位年轻人陪着母亲去看医生。她已经病了好一阵子，却一直拖着不愿就医。

当医生温和地问她为什么拖了这么久时，她低下头，轻声说：

“我不好意思来……因为上次我没有照你说的去做，我怕你会失望。”

医生微笑着回答她说：

“我的工作不是责备你，而是帮助你。

你正是在感到不舒服的时候，才需要来找我。”

这个简单的对话，道出了今天福音的核心。

耶稣正是那位医治灵魂的医生。

祂不是等我们完美了才接纳我们，

也不是等我们整理好生命才走近我们。

祂主动寻找迷失的人，走进他们的现实、脆弱与羞愧之中。

今天的福音里，耶稣走向税吏肋未——一个的人。

就像税吏利未一样，我们可能感到被困在旧有的惯例、旧习惯和被人轻视、被社会排斥。但耶稣走进我们日常生活中，祂没有责备，只说了一句话足以提升我们，使我们焕然一新：

“你跟随我吧。”

当我们来到感恩祭中，让我们像走进医治之所一样，

带着自己的伤口、疲惫与渴望，相信天主愿意医治、更新并重新召叫我们。

讲道

有一位老师曾让学生画一幅“天主”的画像。
大多数孩子画的是光、彩虹或微笑的面容。
但有一个孩子画了一幅奇特的画：
一个人坐在桌旁，身边坐着一个看起来孤独、被忽视的人。
当被问及画的意义时，孩子说：
“这是天主坐在那个没人愿意坐在一起的人身旁。”
这正是今天福音的写照。

耶稣看见了肋未——一个被人嫌弃的税吏
在众人眼中，他是不洁的、不配的。没有哪个拉比会收这样的人为门徒。
但耶稣却看见他内心的可能，看见他成为门徒的可能。
耶稣只说了一句话：“跟随我。”

福音记载说，肋未“立刻起来跟随了他”。
“起来”这个词，原文也有“复活”的意思。
当耶稣呼唤时，生命重新开始了。

随后，耶稣坐在肋未家中，与税吏和罪人一起吃饭。
在当时，这意味着接纳、友谊、共融。难怪法利塞人感到不安。
但耶稣回应说：
“不是健康的人需要医生，而是有病的人。”
换句话说：
“我来是为了那些知道自己需要我的人。”

这句话不仅揭示了耶稣的使命，也揭示了我们每一个人的真实处境。

今天的读经也让我们想起扫罗——
一个在寻找走失的驴时，却被天主拣选为王的人。
天主常在我们最平凡、最迷惘的时候找到我们。

我们或许正忙于工作、烦恼、失败或迷失，但天主正在寻找我们，呼唤我们走向更新与使命。

反省与邀请

今天，主向我们发出三个邀请：

- 让耶稣在你生命的原点遇见你。
不需要先改变，不需要先完美。
- 让耶稣坐在你生命的“桌旁”。
在你的真实生活中，与祂分享你的挣扎与喜乐。
- 让耶稣再次呼唤你。
无论你觉得自己多么不配，祂依然说：“跟随我。”

有一位画家曾画了两幅画：

一幅描绘的是一张疲惫、破碎的脸；
另一幅是同一张脸，被光照亮，焕然一新。

当被问及为何同时创作这两幅画时，他说：
“天主同时看见这两者——现在的你，以及你将成为的你。”

今天，耶稣也这样看着你。
祂看见你的伤口，也看见你的可能。
祂邀请你站起来，跟随祂。

祝福

愿那位在旷野中寻找撒乌耳、
在税关旁呼唤肋未的天主，
今天也找到你。阿们。

愿基督——慈悲的医师，
医治你的创伤，更新你的心灵。阿们。

愿圣神赐你勇气，
使你回应召叫，勇敢跟随。阿们。

愿全能的天主，
圣父、圣子、及圣神，
降福你。阿们。

带回家的话

耶稣在你身上看见的，比你自己所看见的更多。
让他走进你的生命，再次呼唤你，
并带你走向新的开始。