

## 2026 1 月 25 日

纪念：常年期第三主日（甲年）

读经：依 8:23 – 9:3；格前 1:10 – 13,17；玛 4:12 – 23

主题：「基督的召叫：一起从黑暗走向光明」

### 引言

多年前，有一个年轻的马戏团男孩，正准备完成他一生中最大的一次飞跃。他训练了好几个月，但在正式表演的那一天，恐惧突然抓住了他。当他松开空中飞人的手时，他意识到自己够不到下一根横杆了。观众屏住了呼吸。但在他身下，有一张网——坚固、稳妥、早已准备好。那张网托住了他，救了他。

在今天的福音中，耶稣召叫渔夫们作出一次飞跃——离开船只、渔网和熟悉的生活方式。他们踏入未知，相信天主的“网”——祂的临在、祂的引导、祂的爱——必定托住他们。

今天，主再次站在我们面前，邀请我们跟随祂的光，离开缠绕我们的黑暗，信赖祂恩宠的救援之网。

让我们准备聆听祂的召叫。

### 讲道：跟随光明——蒙召一起踏上旅程

几年前，我读到一个关于马戏团男孩的故事。他出生在一个世代相传的马戏家庭，渴望像祖先一样成为空中飞人。从小，父亲就带他上到高空，让他在握着哥哥双手的情况下学习安全摆荡。但在他第一次单独飞跃的那天，他被蒙上了眼睛，也没有任何安全装备——只有哥哥在对面等着接住他。当他跃起时，只飞到了一半。观众一阵惊呼。他几乎要坠落，但在最后一刻，父亲在他下方张开了安全网，他得救了。

人的一生，很像这一次飞跃。我们冒险，走进未知，有时会觉得自己正在坠落。但天主在祂的眷顾中，早已为我们预备了一张网——借着耶稣基督，也借着教会，托住我们，在我们跌倒时接住我们。

## 1. 一起走在旅途上

“我该如何开始？”这是我们在人生不同阶段都会问的问题。开始的方式至关重要；错误的开始，可能让整段旅程变得困难，甚至无法继续。还记得去年匆忙决定、又很快被推翻的燃油税吗？草率的开始，往往会让一切脱轨。正如有人说过：“开始，会带着你一路前行。”

在今天的福音中，耶稣正站在祂公开传教的起点。祂没有从权力中心开始，而是在加里肋亚，在普通人中间——在了解生活现实的渔夫中间。耶稣寻找的是脚踏实地、懂得人生、能与他人分享喜乐与重担的门徒。第二次梵蒂冈大公会议这样表达：“现代人的喜乐与希望、悲伤与焦虑……也是基督门徒的喜乐与希望、悲伤与焦虑；凡真正属于人的事，没有一样不在他们心中激起回响。”

耶稣也选择团队合作者。捕鱼需要合作，建立教会也是如此。祂召叫那些愿意一起前行的人，能够讨论、协商，却不失去方向。这正是“共议性”的核心——“一起在路上”（syn + odos）。教会本就是要一起同行的团体，没有一个基督徒是被召单独行走的。

## 2. “悔改吧！天国临近了”

耶稣的信息简单却深刻：“悔改吧！因为天国临近了！”祂不断借着比喻、教导，以及派遣门徒去宣讲，指向这个天国。

那么，“天国”究竟是什么意思？字面上，它指的是天主的王权、天主的统治。当耶稣说天国临近时，祂是在宣告：“天主开始掌权了！”天主真正地介入世界，带来生命、顺服、奇迹和照顾。

对以色列人民来说，这是革命性的。几个世纪以来，他们经历了放逐、占领与失落，天主的统治似乎遥不可及。但在耶稣身上，这一切变得真实可触：对天父完全的服从，奇妙的治愈，以及希望与生命的恢复。扎根于天国的基督徒生活，绝不会乏味，而是充满活力。因此，悔改不仅是承认罪过，更是从以自我为中心，转向以天主为中心的生活。

### 3. 为受苦之地带来救恩

依撒意亚曾预言则步隆和纳斐塔里——“坐在黑暗中的地方”——将见到一道大光。几个世纪后，耶稣正是在这片地区开始祂的使命。祂从人们最艰难、最黑暗、最失望的地方开始，带来光、生命与救恩，正如那颗星引领贤士找到新生的基督。

与救恩相遇，自然会带来悔改。耶稣不像若翰那样要求严格的补赎，祂要求的是信德和愿意跟随祂的心。祂的临在把绝望化为希望，把恐惧化为勇气，把罪恶转化为宽恕。

伯多禄、安德肋、雅各伯和若望的蒙召正说明了这一点。他们立刻离开渔网和日常生活，跟随了耶稣。这教导我们：门徒的回应，需要迅速、坚定与信赖。

### 4. 保禄给教会的紧急提醒

宗徒保禄写信给格林多人，提醒一个重要真理：基督不能被分裂。当他不在时，纷争与派系便出现了。今天也是如此，人性的弱点和组织上的挑战，依然可能分裂我们。但保禄强调，我们的标准始终应是耶稣基督和祂的福音，而不是个人的声望或野心。

即使在冲突、对话与协商中，焦点也必须放在天主的统治上，而不是人性的争执上。真正的门徒生活，始终扎根于对基督的忠诚。

### 5. 开始的力量

赫尔曼·黑塞曾写道：“每一个开始，都蕴藏着一种魔力，保护我们，帮助我们生活……”

耶稣公开传教的开始，是从关系出发，而不是从教义开始。祂召叫普通的渔夫，相信他们的能力与内心，对他们说：“你们能做到，你们并不孤单。”门徒的蒙召提醒我们：信仰始于关系——信赖耶稣，也信赖那些与我们同行的人。

彼此相连，就像捕鱼的网一样，是不可或缺的。脱离团体的基督徒生活，是不完整的。我们一起，更坚强，也更能把天主的光传递给他人。

## 6. 撒网

就像那位马戏团男孩跃入未知，我们也被召在信德中跨出一步。耶稣召叫平凡的人，去完成非凡的使命——编织一张拯救生命的网，无论在灵性上还是现实中。祂没有要我们独自前行。跟随祂，教会成为那张接住跌倒者的网。

我们的网——团体、堂区、彼此的支持——正在拯救生命。每一个信德、善行与祈祷，都是这张网中的一根线。

## 7. 则步隆与纳斐塔里：今日的启示

世俗的成功，常常看似需要离开边缘、走向权力中心。但耶稣却选择了“错误的地方”、“错误的人”，以及看似不可能的使命。

祂从黑暗中开始，为带来光明。同样，我们也被召在自己世界的一角带来光——无论是在被忽视的团体、被遗忘的家庭，还是不起眼的工作场所。天主能使用任何人来建立祂的国。悔改和跟随祂，能把平凡的生命转化为彰显天主光荣的工具。

## 8. 黑暗与光明

黑暗有许多形式：死亡、疾病、成瘾、绝望。但在耶稣基督内，光照进每一个阴影。祂治愈、宽恕、重建。我们每一个人在洗礼中都领受了这光，并被召把它传递出去。

当我们跟随耶稣，我们就把祂的光带进世界。如同门徒离开渔网一般，我们向前迈步，信赖祂的力量，也信赖团体的支持。我们从不孤单。

## 9. 圣召：今天聆听召叫

人的圣召不仅是一份职业，而是一种召叫。耶稣召叫我们这些平凡的人，参与祂的使命。正如祂召叫加里肋亚的渔夫一样，今天祂也召叫教师、父母、学生、工人——凡愿意回应的人。

德兰修女在加尔各答听见垂死者的呼喊，把它视为来自耶稣的召叫。今天，主仍借着环境、人物和世界的需要召叫我们。我们需要聆听、回应，并愿意跨出一步，放下旧网。

圣召是持续的。形式或许改变，但召叫始终存在。每一个服务、祈祷与忠信的行动，都在推动天主的国临在于世。

让我们回到那位马戏团男孩。他的飞跃令人恐惧，他几乎坠落，但父亲的安全网托住了他。今天，天主召叫我们跃入服务、跃入门徒生活、跃入祂国度的光中。我们也许会跌倒，觉得自己不够好，但由团体、爱与信德编织而成的耶稣之网，必定托住我们。

让我们鼓起勇气。让我们悔改、跟随、并一起工作，把天主的光带进黑暗。让我们相信，一步一步，一个开始接着一个开始，祂的国必借着我们闪耀。阿们。

### 祝福

愿那位从黑暗中召唤光明的天主，  
照亮你的道路，引导你的每一步。阿们。

愿召叫加里肋亚渔夫的基督，  
每日召唤你进入更深的门徒生活，  
使你的生命成为他人的祝福。阿们。

愿圣神联合你们的心，  
坚固你们的见证，  
并以永不消逝的平安充满你们。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

“每一个开始，都蕴含着天主的召叫。  
今天，向祂的光迈出一个小小步伐。”

## 2026 1 月 26 日

纪念：常年期第三星期一（乙年）澳大利亚日

读经：依 32:15 – 18；格前 12:4 – 11；路 12:22 – 32

弟后 1:1 – 8 或 锋 1:1 – 5；路 10:1 – 9

主题：圣弟茂德与圣弟铎主教纪念日

### 引言

几年前，我遇到一位年迈的传教士司铎，他在巴布亚新几内亚一个偏远村庄服务了五十多年。我问他：“神父，您是如何坚持这么久的？”

他微笑着说：“我留下来不是因为我强壮，而是因为人民扶持着我。每一位司铎都需要同伴。”今天，当我们纪念圣弟茂德和圣弟铎时，我们庆祝的正是同样的真理。

保禄——尽管他如此伟大——也不能独自承担福音。他需要忠信的朋友：在信仰家庭中长大的弟茂德，以及因皈依而为基督燃烧的弟铎。连耶稣自己也差遣门徒两个两个地出去，提醒我们：没有人是独自被派遣的，没有任何使命是在孤立中成长的。

让我们进入这台感恩祭，怀着感恩之心纪念那些曾坚固我们信德的人——父母、老师、牧者和朋友——并求主使我们像弟茂德和弟铎一样，成为祂使命中喜乐的同伴。

### 讲道

（以故事开始并以故事结束；完全依据《路加福音》第 10 章，并以“同伴关系”为主题）

#### **开头的故事**

多年前，一位年轻的修生被派往一个乡村堂区度暑期牧灵。

第一天，年老的本堂神父递给他一张村庄地图，说：

“选一户人家，开始你的使命吧。”

修生满怀热情，独自一人冲了出去。  
几个小时后，他疲惫、沮丧、被太阳晒伤地回来。  
本堂神父只是微笑着说：  
“下次，带一个人一起去。天主从不派遣任何人独自前行。”

今天的福音证实了这份智慧：  
耶稣差遣七十二人，两个两个地出去。  
为什么？  
因为福音在同伴中成长，  
在共同的勇气中成长，  
在彼此的鼓励中成长，  
在有人陪伴同行中成长。

### 1. 弟茂德与弟铎：旅途中的同伴

保禄的书信中充满了他对这两位年轻领袖的深情：

- “弟茂德，我亲爱的孩子……”
- “弟铎，我在共同信仰中真正的儿子……”

保禄并不是独自工作。  
耶稣自己也不是独自工作。  
今天，教会邀请我们不要把自己看作孤立的信徒，  
而要视自己为同工、伙伴、在同一身体中的兄弟姐妹。

### 2. 我们从他人那里领受信德

弟茂德的信德，最初活在他的外祖母罗依和母亲友尼刻心中。  
我们许多人也是站在那些教导我们祈祷的人肩上，  
那些带我们参与弥撒的人肩上，  
那些把福音最初的真理低声放进我们心中的人肩上。

### 3. 我们以同行来分享信德

耶稣说：  
“庄稼多。”  
但工人必须彼此扶持——  
因为使命对一双肩膀来说太沉重。

我们每个人都有：

- 别人需要的恩赐
- 别人可以补足的软弱
- 别人正在等待的一句话

我们在一起时，最能传福音：

透过团队合作、友谊、共同的见证，以及彼此的祈祷。

#### 4. 当我们同行时，恐惧减少，爱增长

保禄提醒弟茂德：

“天主赐给我们的，不是怯懦的精神。”

恐惧使人孤立；爱使人聚集。

耶稣派遣门徒时，使他们处于脆弱中——

没有钱袋，没有鞋子，依赖接待——

好让他们学会，不是依靠事物，而是依靠天主；

不是依靠自己，而是依靠彼此。

#### 结尾的故事

一位在非洲的传教士，曾把新教友组成小组。

一天晚上，他看见其中一组人在黑暗的森林中行走，去探望一位生病的邻居。

他问：“为什么不等到天亮？”

其中一人回答说：

“因为当我们一起行走时，夜就不黑了。”

弟兄姐妹们，

世界可以是黑暗的——

但当我们一起行走，

一起祈祷，

一起服务时，

基督的光就照耀。

愿圣弟茂德和圣弟铎教导我们成为旅途中的同伴，

使耶稣能借着我们向每一颗心说：  
“天主的国已经临近你们了。”

### 祝福

愿召叫弟茂德和弟铎的天主  
以祂圣神的力量充满你们。  
阿们。

愿差遣门徒两个两个出去的基督  
在每一次使命中与你同行。  
阿们。

愿圣神在信德与爱德中使你们合一，  
使天主的国  
因你们的见证而临近众人。  
阿们。

愿全能的天主  
父、及子  及圣神  
降福你们，并常与你们同在。  
阿们。

### 带回家的思考

“当我们同行时，信德成长得最为坚强。”

2026 1月 27 日

纪念：常年期第三周星期二（乙年）

读经：撒下 6:12 – 15, 17 – 19; 谷 3:31 – 35

主题：〈天主住在哪里——谁属于祂的家庭〉

### 引言

一位老师曾问学生：“天主住在哪里？”

一个小女孩举手说：“天主住在教堂里。”

另一个说：“天主住在天上。”

但第三个孩子回答说：“天主住在有人爱祂的地方。”

孩子们常常说出让我们眼睛一亮的话。

今天的读经也邀请我们再次省思：

天主真正住在哪里？

谁才属于祂的家庭？

在第一篇读经中，天主的临在藉着盟约之柜被迎入，人们欢喜起舞。

在福音中，耶稣告诉我们，凡遵行天主旨意的人，就是祂真正的家人。

所以，当我们聚集在这台感恩祭中——这正是天主如此亲近地居住在我们中间的地方——让我们再次敞开心扉，成为祂喜乐而忠信的家庭。

### 讲道

一位母亲曾看着她的小男孩用积木搭建一座小房子。

她问：“谁要住在你的房子里？”

孩子回答说：“凡听我话的人都可以住。”

他是开玩笑地说的——

但耶稣在今天的福音中说了非常相似的话，只是意义要深刻得多。

## 1. 盟约之柜：天主喜乐地住在祂的子民中

在第一篇读经中，达味把盟约之柜迎入耶路撒冷。

那不是一个干巴巴、安静的时刻：

有跳舞、有歌唱、有庆祝。

为什么？

因为百姓知道天主与他们同在，

与他们同行，而不是遥不可及。

天主居住的地方，就涌现喜乐。

## 2. 耶稣：新的居所，新的家庭

在福音中，耶稣正在一间拥挤的屋子里教导人，有人对祂说：

“你的母亲和你的兄弟在外面找你。”

耶稣回答了一个令人惊讶的真理：

“凡遵行天主旨意的人，就是我的兄弟、姐妹和母亲。”

祂并不是拒绝自己的血缘家庭，

而是在扩展它。

祂是在说：

我的家在于凡接纳天主圣言的人；

我的家庭是所有努力按圣言生活的人。

## 3. 今天，天主住在哪里？

是的，祂住在圣体柜中。

是的，祂住在我们的教堂里。

但耶稣告诉我们：

天主也住在行动中——

在宽恕的时刻，

在怜悯的行为中，

在默默忠信中，

在勇敢向天主旨意说“是”的时候。

## 4. 遵行天主的旨意

遵行天主的旨意并不总是容易的。

连圣人们也曾挣扎。

连玛利亚自己，也必须放下她为耶稣所作的计划。  
有些日子，我们感觉自己站在屋外，不确定是否属于其中。  
但耶稣不断呼唤我们进入屋内，  
一次又一次地使我们成为祂家庭的一分子。

### 结论

一位司铎曾探访一位临终的祖母。  
看到她许多子女和孙辈围绕在身旁，他问：  
“这么多年，你是怎样让这么庞大的家庭保持合一的？”

她微笑着轻声说：  
“我只是努力遵行天主的旨意——其余的，天主自己会照顾。”

这正是耶稣今天赐给我们的秘诀：  
天主居住在祂的旨意被接纳的地方，  
祂的家庭在祂的圣言被实践的地方聚集。

愿我们让祂在我们内安家。

### 祝福

愿那位与子民同行、  
并与他们一同喜乐起舞的天主，  
今天与你同行。  
阿们。

愿称你为兄弟姐妹的基督，  
使你的心成为祂的家。  
阿们。

愿圣神坚固你，  
使你以勇气与平安遵行天主的旨意。  
阿们。

愿全能的天主，  
父、及子 及圣神，  
降福你们。  
阿们。

### 带回家的思考

天主住在祂的旨意被欢迎的地方——  
今天在你的一天中，为祂预备一个小小的空间，让祂居住。

## 2026 1 月 28 日

纪念：常年期第三周星期三（乙年）

读经：撒下 7:4 – 17；谷 4:1 – 20

主题：圣多玛斯·阿奎那司铎圣师

### 引言

几年前，一位老师请学生把种子种在小小的纸杯里。

有些孩子每天都给种子浇水；

有些孩子却忘了。

还有些孩子每天早上都查看杯子，希望看到变化。

很长一段时间里，什么都没有发生——只有泥土。

直到有一天，一株小小的绿芽冒了出来。

那一刻，全班突然明白：

生命其实一直在静静地生长。

今天的读经正是用这样的语言向我们说话。

天主向达味许诺：即使他看不见未来，天主正在为他建立一个家室。

而耶稣告诉我们：天主慷慨地播撒祂的圣言，

即使在一开始看似毫无希望的地方。

在今天庆祝圣多玛斯·阿奎那的瞻礼时，

我们纪念一位藉着祈祷、谦卑和对真理的热爱，

让生命缓慢成长的人——直到天主使他成为教会的光。

让我们敞开心扉，迎接天主静默的工作，

并为我们没有信任祂在我们内成长的时刻，祈求祂的仁慈。

### 讲道

#### 开场故事

一位年轻人曾到修道院寻求指引。

他说：“我想认识天主，

但似乎什么都没有发生。我祈祷、阅读、聆听……

可我感到空虚。”

老修士带他到修道院后面的一片田地，  
指着一棵结满果实的树。

修士问：“这棵树是什么时候长成的？”

年轻人回答：“我不知道。”

修士说：“正是如此。

成长是真实的，即使它是静默的。”

### 1. 达味的功课：未来属于天主

达味想为天主建造一座实体的殿宇，  
但天主却对他说了一句出人意料的话：  
“我要为你建立一个家室。”

不是用石头建造的，  
不是由人的双手塑造的，  
而是建立在天主忠信之上的未来。

有时我们会说：

“我本可以做得更多。”  
“我浪费了机会。”  
“我的生命显得零散混乱。”

但天主却说：

“不是你在支撑你的生命——是我。”

### 2. 耶稣的比喻：天主的播撒超越我们的期待

在福音中，耶稣提醒我们：天主把祂的圣言撒向各处。  
不是小心翼翼地，  
不是有所选择地，  
而是自由地——几乎显得不计后果。

这意味着：

- 他从不放弃我们；
- 他从不停止在我们内播种；
- 即使我们什么也看不见，祂仍在我们内工作。

### 3. 圣多玛斯·阿奎那：一颗静默成长的种子

多玛斯并不引人注目。  
他安静、害羞，  
甚至被同学称为“哑牛”。

但他让圣言深深扎根：

- 他写作前先祈祷；
- 他以谦卑之心学习；
- 他全心热爱圣体圣事。

天主使他的生命为教会结出百倍的收获。  
他的伟大不在于聪慧，而在于敞开。

### 4. 鼓励的话

就像早期基督徒曾怀疑是否真的有改变，  
或像门徒在面对反对时的困惑，  
我们可能会问：

- 为什么我的努力看起来如此微小？
- 为什么祈祷如此枯燥？
- 为什么我播下的种子似乎从不发芽？

耶稣轻声对我们说出祂在比喻中传达的信息：  
“继续播种吧。  
我正在工作。收成终会来到。”

### 结束故事

一位园丁曾种下一片葡萄园。  
第一年——什么也没有。第二年——仍然没有。  
但到了第三年，葡萄藤忽然充满生机，  
整座山坡都结满了葡萄。

邻居问：“你怎么知道一定会成功？”

园丁回答：“我并不知道。我只是信任我所种下的。”

对天主也是如此。

让我们信任祂今天在我们内所播下的一切。

### 祝福

愿那位把应许种在达味心中的天主，

祝福你，

并使你保持忠信。

阿们。

愿基督——播种者，

使你的心成为承载祂圣言的沃土。

阿们。

愿圣神

以引导圣多玛斯·阿奎那的智慧与平安，

充满你。

阿们。

愿全能的天主，

父、及子 **及** 圣神，

降福你们。

阿们。

### 带回家的思考

成长是静默的。

即使我们什么也看不见，天主仍在我内工作。

2026 1 月 29 日

纪念：常年期第三周星期四（乙年）

读经：撒下 7:18 – 29；谷 4:21 – 25

主题：不要隐藏你的光——深深聆听，慷慨生活

## 引言

有一个故事，讲述一座位于高山中的小村庄，那里从未通电。

有一天，一位旅人带来一盏简单的油灯，把它放在一户人家中。

这是这家人第一次在夜里看到房间被照亮。

但奇怪的是，他们却把油灯放进了柜子里。

当有人问原因时，父亲回答说：“我们害怕它会引起太多注意。”

旅人温和地微笑着说：“灯本来就是要被看见的，

否则，它的光就被浪费了。”

今天，耶稣对我们说的正是同样的话：

“不要把灯放在斗底下。”

天主的圣言就是赐给我们的灯，

但只有当我们允许它照耀时，它才会发光。

今天的读经提醒我们：要深深地聆听，

要慷慨地领受天主的圣言，

并让我们的信仰在具体的行动中发光。

在开始这次庆典时，让我们敞开心扉，迎接天主的光。

## 讲道

### 开场故事

一位老师曾给学生出了一道谜语：

“什么东西没有重量、不花钱，却能充满整个房间？”

学生们喊道：

“空气！”

“声音！”

“灰尘！”

老师摇了摇头，点燃了一支小蜡烛，轻声说道：

“光。”

一簇微小的火焰——却彻底改变了那间黑暗的教室。

耶稣今天正是用这样的形象来教导我们。

### 1. 不可隐藏的灯

“难道人拿灯来是放在斗底下，或床底下吗？”

灯的存在是为了被看见。

天主圣言的存在是为了被聆听。

信仰的存在是为了被活出来。

在今天的福音中，耶稣提醒我们：

信仰不是私人财产，也不是个人的秘密。

基督信仰不是一个隐藏的部落、一个封闭的小圈子，  
或一个内部俱乐部。

我们不是属于一个秘密团体——

我们属于一项在光天化日下展开的使命。

### 2. 达味的祈祷：以谦卑之心领受光

在第一篇读经中，达味王坐在上主面前说：

“上主天主，我算什么，你竟带我走到这一步？”

达味明白：他所拥有的一切都是恩赐。

而每一份恩赐，同时也是一项责任。

天主赐给我们的光——恩宠、信德、才能、机会——不是为了欣赏，而是为了使命。

### 3. 我们给出的尺度

耶稣说了一句听起来很严厉的话：

“你们用什么尺度量，也要用什么尺度量给你们，而且还要多给你们。”

在天主的数学中：

- 浅薄的聆听，带来浅薄的理解；
- 深刻的聆听，带来满溢的恩宠；
- 慷慨的心，领受意想不到的丰富。

天主总是倍增我们交托给祂的一切。

### 4. 你的光很重要

有些人会说：

“可是我并没有什么特别之处。”

耶稣却说：

“即使一盏小灯，也能照亮整座房子。”

你的微笑、你的宽恕、你在痛苦中的忍耐、  
你为真理发声的勇气——这些都成了放在灯台上的灯。

信仰正是透过平凡的行动发光。

### 5. 结束故事

一位母亲在儿子参战时，把一支蜡烛点在窗前。

每个夜晚，她都点亮那支蜡烛。

多年后，当儿子终于归来时，他说：“妈妈，我走过黑暗，但每当我想到那支蜡烛，我就知道你没有失去希望。”

你也许并不知道，但你的生命  
可能正是某个人所能看到的唯一光亮。  
不要隐藏它。让它照耀。

### 祝福

愿那位召叫你们  
从黑暗进入祂奇妙光明的天主，  
以智慧充满你们的心。  
阿们。

愿基督——世界之光，  
使你们的言语和行为  
在众人前闪耀。  
阿们。

愿圣神——洞察与勇气的赐予者，  
使你们慷慨分享的每一份恩赐不断增长。  
阿们。

愿全能的天主，  
父、及子  及圣神，  
降福你们。  
阿们。

### 带回家的思考

天主赐给你的光，从来不是为了隐藏——  
而永远是为了分享。

2026 1月 30 日

纪念：常年期第三周星期五（乙年）

读经：撒下 11:1 – 10, 13 – 17; 谷 4:26 – 34

主题：责任、界限，以及唯有天主赐予的静默成长

## 引言

有一个故事，说一位父亲在教年幼的儿子如何种向日葵种子。小男孩满怀兴奋，把种子按进土里，小心地盖好。第二天早上，他又把种子挖了出来——只是想看看它们有没有长大。父亲温柔地对他说：“如果你一直挖，它们永远也长不出来。世上有些事是你必须去做的……也有些事必须交给天主。”

今天的读经正邀请我们反思这一点。

达味在责任与界限上学到了痛苦的功课。

门徒们聆听耶稣讲述：天主的国是在我们无法掌控之中，悄然生长的。

让我们进入这次感恩祭，既清醒地意识到自己的责任，也谦卑地承认：真正使万物成长的，是那位在静默中工作的天主。

## 讲道

### 开场故事

一个著名的东方故事讲到一位种稻的农夫，他厌倦了等待禾苗发芽。

“我必须帮它们快点长，”他说。

于是他到田里，把每一株嫩苗轻轻往上拔。

第二天，所有的禾苗都枯萎了。

他渴望迅速的成长，却毁掉了天主原本要慢慢培育的生命。

### 反思

第一篇读经向我们展示了一位忘记责任、企图掌控结果、最终造成巨大伤害的达味。他的故事提醒我们：人的急躁与权力的滥用，如何轻易地伤害他人。

而耶稣在福音中描绘的，却是完全不同的画面：  
一位农夫撒下种子……然后退后一步。  
种子“自然生长”——靠的是天主奥秘的力量。

天国正是这样成长的：安静地、稳步地、看不见地、  
不需要我们不断干预。

我们播下善意，天主却使之转化。  
我们给予宽恕，天主却医治人心。  
我们宣讲信德，天主却使它生根。

我们许多人都在与“控制的欲望”挣扎：  
父母对孩子，  
主管对员工，  
牧者对堂区，  
基督徒对自己的灵修生活。

耶稣邀请我们：要忠实地工作，  
也要深深地信赖。

正如弗里德里希·厄廷格尔的祈祷所说：  
“主啊，  
请赐给我勇气去改变我能改变的事，  
赐给我平静去接受我不能改变的事，  
并赐给我智慧，去分辨这两者。”

### 结束故事

有一位男子在窗台上放了一个小花盆，里面种着一颗微小的柠檬种子。他每天查看，适量浇水，耐心等待。几个月过去了，什么也没有发生，但他仍然没有把它丢掉。一天清晨，几乎没有被注意到，一株脆弱的绿色嫩芽冒了出来。他说：“它一直在生长，只是我看不见。”

我们的生命中，天主的恩宠也是如此。

即使一切看似静止，它仍在悄然生长。

我们的任务是忠实地播种——  
然后信赖那位从不停止工作的天主。

### 祝福

愿那位在万事中静默工作的天主，  
赐给你们耐心的心。  
阿们。

愿基督——  
那位在隐秘中使天国成长的主，  
以智慧引导你们所承担的责任。  
阿们。

愿圣神——  
使一切善种成熟的主，  
使你们的生命结出隐藏而长存的果实。  
阿们。

愿全能的天主，  
父、及子  及圣神，  
降福你们。  
阿们。

### 带回家的思考

“忠实地播种，深深地信赖。  
即使一切看似静止，天主仍在工作。”

## 2026 1月 31 日

纪念：常年期第三周星期六（乙年）

读经：撒下 12:1 – 7, 10 – 17; 谷 4:35 – 41

主题：圣若望·鲍思高庆日

### 引言

有一个关于年轻的若望·鲍思高的故事，发生在他只有九岁的时候。一天早晨，在照看完家里的羊群后，他跑到一块小空地上——那里是他常常用小把戏逗乐村里男孩子的地方：走绳索、抛石子、做杂技。其他孩子都很喜欢他，但他们也经常争吵、打架，彼此嘲笑、辱骂、推搡。

一天下午，在又一次调解争执失败后，若望满怀挫败地回到家中。那天夜里，他做了一个梦——一个将永远塑造他一生的梦。他看见那些男孩子仍在打架，忽然，一位威严的男子站在他身旁，说：“不是用拳头，而是用仁慈，你才能赢得他们。”在那位男子身旁，还有一位女子说：“我的儿子将赐给你一位导师，你要向他学习。”

若望醒来时仍然困惑，但这个讯息深深留在他心中：围绕着他的风暴，不能靠喊叫或强力来平息，只能靠耐心的爱。多年之后，鲍思高神父认出，这个梦正是他圣召的开端——在风雨飘摇的青年当中，成为一份平静的临在。

今天的读经也把我们带进类似的场景：内在与外在的风暴在我们周围肆虐；耶稣在船上安睡；门徒惊慌失措；而那温和却坚定的声音呼唤我们：“你们为什么害怕？你们还没有信德吗？”

在开始这台感恩祭之前，让我们省察自己的内心——不是照外表的镜子，而是照真理的内在之镜。让我们向天主祈求慈悲。

### 讲道

开场故事——鲍思高与街头少年

在他于都灵传教的初期，鲍思高神父常常走进贫穷的工业区，那里有成百上千的年轻男孩在街头游荡，失业、无家可归、被人遗忘。有一次，在一个严寒的冬夜，他发现一群孩子蜷缩在一间废弃的棚屋下，瑟瑟发抖、饥肠辘辘，还为了几块面包残屑彼此争吵。

鲍思高静静地走近他们，跪下来，用他温暖而幽默的语气说：  
“孩子们，如果我们一起大声喊，说不定能把寒冷吓跑呢！”

孩子们顿时哈哈大笑。他们内心的风暴——恐惧、愤怒、被遗弃的感觉——开始慢慢平息。鲍思高无法一夜之间改变他们的世界，但他能为他们带来一份平静。而他一生所做的，正是如此：温柔地、耐心地、持续地。

今天，天主的圣言告诉我们，耶稣也是这样做的。

### 一、内心的风暴与外在的风暴

生活对我们要求很多，有时甚至太多。  
我们触及极限，被拉扯，被动摇，心生恐惧。  
就像门徒一样，就像面对被遗弃青年的鲍思高一样，  
就像我们每一个人。

门徒是经验丰富的渔夫，他们认识风暴；  
然而今天，他们却恐慌了。为什么？  
因为这场风暴不仅在他们周围——也在他们内心。

福音说：

“波浪打进船内，几乎要把船淹没。”

他们以为自己就要丧命了，于是发出一个贯穿整个人类历史的呼喊：  
“师傅！我们要丧亡了，你不管吗？”

这是整本圣经中最真实的问题之一。  
这是病痛、悲伤、失败、困惑中的呼声；  
这是受迫害教会的呼声；  
这是看着孩子渐渐远离的父母的呼声；

这是感到迷失的年轻人的呼声；  
也是鲍思高面对工业都灵中青年苦难时的呼声。

## 二、熟睡的耶稣——不是冷漠，而是信赖

马尔谷提供了一个细节：  
耶稣睡在一个垫子上。

为什么睡着？  
不是因为祂不关心，  
而是因为祂信赖。

祂的安睡是一篇无声的讲道：  
天主比风暴更大。

门徒只看见风暴——耶稣却看见父。  
门徒注视着波浪——耶稣安息在天主内。

正因如此，鲍思高在贫穷、敌对、资源匮乏之中，常常说：  
“让我们信赖天主吧。是祂完成一切，我们只是祂的工具。”

他的使命中有风暴——监狱、街头暴力、反对、经济困境；  
但他信赖天主。  
正如福音中的门徒一样，他也见证了奇迹。

## 三、信德不是没有风暴，而是在风暴中信赖

耶稣提出两个问题：  
“你们为什么害怕？”  
“你们怎么没有信德？”

信德不是没有恐惧；  
信德不是没有风暴的生活；  
信德是相信基督就在船上。

在马尔谷福音中，信德的反面不是怀疑，而是恐惧。  
恐惧使我们僵住，恐惧使我们盲目，  
恐惧让我们忘记谁与我们同在。

我们都知道内心的风暴：

- 焦虑，
- 抑郁，
- 经济压力，
- 家庭紧张，
- 疾病，
- 衰老，
- 工作不稳定，
- 或被责任压得喘不过气的感觉。

有时，耶稣似乎在睡觉。  
但祂对我们说：  
“我在这里。我与你同在。信赖我。”

#### 四、教会——风浪中的小船

圣经学者常把今天的福音视为初期教会的写照。  
马尔谷写作时，基督徒正面对迫害、暴力、不公，以及基督似乎沉默的感觉。

他们多么容易呼喊：  
“主啊，你不管吗？”

我们也同样容易这样想。  
然而，耶稣仍在船上。  
祂不会抛弃祂的教会。  
祂不会让风暴将它吞没。  
即使祂有时沉默，却从未缺席。

#### 五、走向“对岸”——教会的使命

耶稣说：  
“我们渡到对岸去。”

走向外邦人，  
走向陌生之地，  
走向不舒适，  
走向新的使命。

当教会迈向新的领域——青年牧灵、福传、治愈、社会关怀——  
风暴就会出现，阻力随之而来，恐惧不断增长。

但耶稣仍召叫我们前行。

鲍思高也听见了这召叫。  
他走向“对岸”——走进工厂、监狱、贫民区，  
那些别人害怕踏入的地方。

他也遇到了风暴，却同样遇见了奇迹。

**六、耶稣带来平静——把混乱转化为安宁**  
耶稣斥责风和海，  
祂的话语带来彻底的平静。

这种平静不是魔术，而是关系的果实，  
源自对父的信赖。

鲍思高经历过许多风暴：  
无家可归的孩子、暴力的青年、资金短缺、疾病；  
但他始终保持平静，甚至带着微笑。  
他的平静具有感染力，  
不仅拯救了孩子们免于外在的风暴，  
也平息了他们内心的风暴。

耶稣今天也向我们提供同样的平安：  
不是除去一切困难，而是在困难中赐下平安。

## 七、今天的召叫

弟兄姊妹们，

今天的福音向我们每一个人发问：

- 我们在听谁的声音？
- 恐惧的声音？
- 绝望的声音？
- 那个说“天主睡着了”的声音？
- 还是基督的声音：

“不要害怕。信赖吧。我在这里。”

信德不是控制风暴，而是信赖那位掌管风暴的主。

让我们学习鲍思高的榜样：

混乱中的镇定，

暴力中的爱，

困惑中的耐心，

艰难中的喜乐，

每一场风暴中的信赖。

## 结束故事

在生命的晚年，鲍思高探望孤儿院里的孩子们。孩子们恳求他给他们一些劝告。他只说了一句话：

“无论你们做什么，都要怀着爱去做；无论遇到什么风暴，都要信赖圣母和耶稣。他们永远不会抛弃你们。”

愿我们也学会信赖、去爱，并与基督同在船上，保持内心的平安。

阿们。

## 祝福

愿那位平息风暴的天主，

坚固你们的心，使你们常居于祂的平安中。

阿们。

愿曾在恐惧中陪伴门徒的基督，  
在你们生命的每一次考验中与你同行。  
阿们。

愿启发圣若望·鲍思高  
以勇气与怜悯引导青年的圣神，  
在一切善工中引导你们。  
阿们。

愿全能的天主，  
父、及子及圣神，  
降福你们。  
阿们。

### 带回家的思考

“没有任何风暴，能胜过与你同行的那一位。”