

2026 2 月 1 日

纪念：常年期第四主日 — 甲年

读经：索 2:3；3:12 – 13；格前 1:26 – 31；玛 5:1 – 12

主题：真福八端重建我们的内心，使我们成为天主和平、慈悲与正义的标记

引言

有一次，一位旅人停在一个建筑工地前，问一位年迈的石匠：“你在建造什么？”

石匠头也不抬地回答说：

“我正在塑造一个地方，让那些我一生都不会遇见的人，将来有一天可以在这里找到庇护。”

旅人这才明白，这个人不只是在砌石头——

他是在建造一件将超越他生命的工程。

我们的生命也是如此。

一天又一天，一个选择接着一个选择，
我们正在塑造那座让自己内心安居的“房屋”。

有些日子我们建得很好；

有些日子我们却草率行事、偷工减料。

然而，天主在祂的耐心中，始终把一张蓝图放在我们面前——
一条能让生命充满意义与喜乐的建造之路。

今天的福音把这张蓝图交给我们：真福八端，
这是耶稣对圆满生命出人意料的愿景。

它们不只是许诺，更是邀请——

邀请我们温柔地生活，即使付出代价也要追求正义，
把慈悲带进受伤之处，并以谦卑的心完全信赖天主。

在开始今天的礼仪时，

让我们祈求上主触摸我们内心需要重建的地方，

好使我们用每日生活所建成的“房屋”，
坚固、美好，并充满祂的祝福。

讲道 (圆满生命的标准：天主的祝贺)

从前有一位年迈的木匠，忠心工作了几十年。有一天，雇主请他再建最后一座房子。木匠答应了——但他的心已不在工作上。他选用了便宜的材料，匆忙施工，到处偷工减料。

房子完工后，雇主把钥匙交给他说：

“这座房子是你为自己建的，这是我送给你的感谢礼物。”

木匠呆立当场——他粗糙的工程，如今成了他自己的家。

生命，就是我们亲手建造的房子。

耶稣把真福八端给我们，
是为了让我们的生命——我们的内在之家——
变得稳固、美丽而圆满。

真福八端是耶稣为圆满生命所设立的标准，
也是天主对实践它们之人的祝贺。

让我们透过几个小故事，逐一走进其中几端。

一、“温良的人是有福的”——非暴力的力量

多年前，一位大学教授走进教室，发现两名学生激烈争吵。一人咄咄逼人，几乎要动手；另一人却平静地说：

“我拒绝回骂你——即使你现在不觉得，我仍把你当朋友。”

他的冷静化解了冲突。愤怒的学生忽然哭了出来：

“我今天只是需要一个不跟我对抗的人。”

温良不是软弱，
而是受控制的力量——是拒绝暴力的勇气，包括语言的暴力。

我们在甘地的非暴力抗争、马丁·路德·金，以及1989年的和平祈祷运动中，都看到这一点。

温良的人承受大地，因为他们更新世界。

二、“饥渴慕义的人是有福的”——渴望天主的道路

有一次，一位商人在收银台前，为一位付不起账的母亲买下了她的食物。

她问：“你为什么要帮我？”

他回答说：

“我希望生活在一个人们愿意行正道的世界里——所以我从自己开始。”

这正是耶稣所说的意义：

不仅为自己，也为整个世界，深切渴望什么是对的。

圣经中的“义”，不仅是正义，更是与天主的正当关系，也因此是与他人的正当关系。

耶稣应许说：

“你若饥渴慕义，必得饱饫。”

不是也许，

不是将来某一天，而是必定如此。

三、“怜悯人的人是有福的”——柔软之心的力量

一位年轻护士分享过她的经历：她照顾一位常常刻薄抱怨的老人。其他护士都避开他，她却说：“我觉得他很孤单。”

有一天，那位老人轻声对她说：“谢谢你没有放弃我。”

他的心软化了，她的心也软化了。

慈悲改变了两个人。

慈悲意味着：

- 我不只按别人“应得的”方式对待他们；
- 我把天主给我的——耐心、温暖、理解——分享给别人。

当耶稣说“他们将获得怜悯”时，祂的意思是：

“把天主的心给别人，天主也把祂的心给你。”

慈悲，是天国温柔的通行货币。

四、“心里洁净的人是有福的”——用新的眼光看见天主

有一次，小女孩问她的祖母：“你是怎样看见天主的？”

祖母回答说：

“当你的心安静下来，你就会开始在各处注意到祂。”

孩子想了想，低声说：

“我想我今天在日出时看见祂了。”

心里洁净并不是毫无瑕疵，

而是内心不分裂，

只让耶稣居住其中。

洁净的心以不同的方式看世界：

- 别人看到偶然，它看到天主的眷顾；
- 别人看到自然，它看到造物主；
- 别人看到悲剧，它看到天主隐秘的临近。

圣修伯里写道：“只有用心才能看得清楚。”

心里洁净的人，已在今世开始看见天主。

五、“心贫的人是有福的”——空手站在天主面前

有一次，一位富有的女士对德兰修女说：

“我想帮助穷人，我能给你什么？”

德兰修女回答说：

“你的双手。”

女士一脸困惑。

德兰修女微笑着说：“用它们去服务。这是金钱买不到的礼物。”

神贫意味着：

“我完全依靠天主，一切都是恩赐。”

这是孩子般的信赖：

“父啊，我在一切事上都需要你。”

那些空着手——却满怀感恩——站在天主面前的人，
正是天主能够充满的人。

耶稣说：

“天国是他们的。”

不是“将来是”，

而是“现在就是”。

六、“哀恸的人是有福的”——无法对苦难视而不见的心

一位年轻教师注意到她的学生中，有一个孩子总是又饿又累地来上学。她没有忽视这个问题，而是每天提早到校，为他准备早餐，并给他一个上课前可以休息的安全空间。

同事们说：“你承担得太多了。”

她回答说：

“我不能视而不见。”

这正是耶稣所说的“哀恸”：

不是消极的悲伤，

而是拒绝忽略他人痛苦的同情之心。

这样的人将获得安慰——

不是空洞的话语，

而是天主的行动、力量与介入。

玛利亚——最完美的榜样

如果你把真福八端与玛利亚的《谢主曲》对照，会发现它们彼此呼应。

玛利亚是：

- 心贫的——“祂垂顾了祂婢女的卑微”；
- 心里洁净的——“愿照你的话成就于我”；
- 怜悯的——她把慈悲的面容——耶稣——带给世界；
- 饥渴慕义的——“祂使卑微者高升”；
- 温良的——她从不强迫，只是奉献；
- 在哀恸者之中——她与基督一同为世界受苦。

难怪她说：

“万世万代都要称我有福。”

天主的祝贺完全安放在她身上。

耶稣对新世界的梦想

真福八端是耶稣的梦想——也是天主对新世界的梦想。

起初它们看似不切实际，

但它们描绘的是一个完全在天主内活着的人。

这样生活，

也许会带来误解、批评，甚至痛苦；

但它同样带来自由、喜乐与内在的力量——

这是世界无法给予的。

当我们哪怕不完美地实践真福八端时，

一个新的世界便开始在我们内心生长，

并逐渐扩展到我们周围。

种橄榄树的人

中东有一个古老的故事：

一名男子正在种一棵橄榄树。

路人嘲笑他说：

“你为什么种橄榄树？你活不到能吃到果实的那一天！”

那人微笑着回答：

“在我之前，有人为我种树，我才能吃。”

现在，轮到我为后来的人种植了。”
这就是真福八端的精神。
我们实践它们，
不仅为了自己，
也是为了帮助建造耶稣所梦想的世界——
一个让慈悲、心灵纯洁、谦卑、正义与和平扎根的世界。

当你选择这种生活方式时，你是有福的——
这是天主对你的祝贺。阿们。

祝福

愿祝福心贫者的天主，
以信赖与平安充满你们的心。阿们。

愿安慰哀恸者的天主，
以永不消逝的希望坚固你们。阿们。

愿称怜悯的、温良的、心里洁净者为“有福”的天主，
以祂的恩宠塑造你们的生命。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

“你每天都在建造自己生命的内在之家。
愿每一个选择，都成为一块由真福八端塑成的基石。”

2026 2 月 2 日

纪念：常年期第四星期一（乙年）

读经：玛 3:1 - 4（或 希 2:14 - 18）；路 2:22 - 40

主题：主献耶稣于圣殿

引言

多年前，有人问一位年迈的妇人：在丈夫去世、孩子们离家之后，是什么支撑她继续生活。她微笑着说：

“每天清晨，我都会点燃一支蜡烛，然后说：‘主啊，今天又是一天。’只要有光，就有希望的理由。”

今天，在圣诞节后第四十天，我们庆祝主献耶稣于圣殿节，也称为蜡烛节。自冬至以来，白昼渐渐延长——光正在一点一点战胜黑暗。

在耶路撒冷圣殿中，两位年迈的人，西默盎和亚纳，在一个小小的婴孩身上，认出了他们一生等待的光。他们的喜乐教导我们：希望不会因年老而消逝，天主的许诺永不过期。

让我们欢迎基督——世界之光——进入我们的生命，也进入我们的黑暗。

讲道

“希望走进圣殿的那一天”

几年前，我在一家疗养院遇到一位年迈的老人。他只有一个请求。他说：

“神父，当我再也不能说话时，请务必在我床边点一支蜡烛。”

我问他为什么，他轻声回答：

“因为光能替我说出我可能再也说不出口的话——我仍在等待天主。”

那位老人明白西默盎的心。

今天的福音，其实不只是关于一个仪式，而是关于等待，以及认出。

那一天的圣殿忙碌、嘈杂、平凡。
许多父母带着孩子前来，许多祈祷被诵念，
表面上看，没有任何特别之处。

然而，希望却悄然走了进来——被玛利亚抱在怀中。

一、两位从未放弃等待的人

西默盎和亚纳并非感伤的人物。
他们年老，非常年老。
亚纳已经八十四岁；
西默盎等待得如此之久，以至于他深信：
在希望实现之前，他不会死去。

重要的是：
他们之所以能认出耶稣，
不是因为他们聪明，不是因为他们受过良好教育，
也不是因为他们拥有权势。

他们能认出祂，是因为他们用一生在祈祷。

祈祷的人，学会用不同的眼光看世界。
他们不会被外表蒙蔽，
不会因等待而灰心，
不会因微小的开始而跌倒。

别人看到的是一个贫穷的孩子，
西默盎却看见了救恩；

别人看到的是一个普通家庭，
亚纳却看见了拯救。

希望，训练了他们的眼睛。

二、世代相遇

这段福音，是圣经中最美丽的跨世代画面之一：

一对年轻的夫妇，
一个新生的婴孩，
两位年迈的信徒。

年轻人带来新的生命；
年长者带来智慧与认可。
教会，需要两者。

今天，许多父母带着孩子来受洗，
正如玛利亚和若瑟在这里所做的姿态：
“主啊，这孩子不仅属于我们，也属于你。”

而常常在一旁静静站着的，是祖父母——
那些祈祷了几十年的人，
当热情疲惫时，他们仍承载着信仰的记忆。

西默盎和亚纳，代表所有祖父母、长者、修会男女、奉献生活者——
在别人仍学着行走时，他们稳稳地托住信德。

没有他们，这孩子或许会悄然走过，无人注意。

三、光在黑暗中被认出

这节日被称为蜡烛节，是有原因的。
它来到时，冬天尚未结束。
白昼虽已变长，寒冷却仍在。

信仰，常常正是如此运作。
天主并不等到生活完美才进入。
祂在世界仍破碎时，就来到我们中间：
当战争仍在继续，
当年轻人对未来充满焦虑，
当年长者思索余生所剩何多。

西默盎并没有说：“现在世界修复了。”

他说的是：“现在，我看见了救恩。”

光，并不会立刻抹去黑暗。

光，是在黑暗中赋予意义。

因此，西默盎才能说：

“现在，主啊，可以让你的仆人平安去了。”

不是因为一切问题都解决了，而是因为，希望有了一张脸。

四、光的代价

随后，西默盎说出一句出人意料的话：

这孩子，将成为被拒绝的标记。

光，会揭示。

而不是每个人都愿意被看见。

有人会因基督而跌倒，

有人会转身离去，

有人宁愿选择更小、更安全的光。

但基督的光，不会因拒绝而减弱。

它从十字架上照耀，

从空墓中照耀，

今天，也再次安静地照耀——在这祭台上。

五、这节日向我们提出的邀请

这节日向我们提出三件事：

- 即使答案迟迟未到，也要继续祈祷；
- 即使世界感到疲惫，也要继续怀抱希望；
- 即使光看似微小，也要继续传递。

今天我们所祝福的每一支蜡烛，都在宣告：

黑暗是真实的——但它不是最后的结局。

故事结局

在一些家庭中，有一个古老的习俗：
当一个人临终时，会把一支蜡烛放在他手中。
不是为了照亮房间，
而是为了说：
你正走向那光。

那一天，西默盎怀抱着一个孩子。
但事实上，是那孩子在怀抱着他。

愿基督也这样怀抱我们——
在我们的等待中，
在我们的老去中，
在我们的不确定中。

愿我们离开这座教堂时，
成为能够认出希望的人，
成为携带光的人，
直到有一天，我们也能说：
“我的眼睛已经看见了你的救恩。”

祝福

愿天主，
今天将祂的圣子显为万民之光，
以祂的平安充满你们的心。

愿基督，
那位使西默盎满怀喜乐认出的主，
以希望与信德引导你们的脚步。

愿圣神
使你们成为光的承载者，
为渴望希望的世界作证。

愿全能的天主，
父、及子 及圣神，
降福你们。阿们。

带回家的思考

不要轻视微小的光。
圣殿中的一支蜡烛，改变了两位老人的生命。
你心中的基督，
仍然能够改变世界。

2026 2 月 3 日

纪念：常年期第四星期二（乙年）

读经：2 撒母耳记 18:9 - 10, 14, 24 - 25, 30 - 19:3；马尔谷福音 5:21 - 43

主题：耶稣说：“不要害怕，只管信。”

引言

一位护士曾分享说，在一次忙碌的医院值班中，她正匆匆走过走廊，一位年迈的病人轻轻拉住她的袖子，低声说：“请不要匆匆从我身边走过——我感觉自己像是不存在一样。”

她停了下来，倾听了他，握住了他的手。后来她说：“那次打断，改变了我整整一天。”

今天的读经正是讲述这样的“打断”——痛苦闯入生活的时刻。达味王为失去的儿子痛哭不已；雅依洛为自己垂死的女儿苦苦哀求；一位默默受苦十二年的妇人，悄悄伸手，只希望不被注意。

就像他们一样，我们今天也带着隐藏的忧虑、家庭的悲伤、长期的病痛，以及无声的恐惧而来。

在这台感恩祭中，基督不会匆匆从我们身旁走过。

他愿意被打断，愿意被触摸。

从他那里，流出治愈、尊严与新生命。

让我们以信赖和谦卑，把自己呈现在主前。

讲道

“不要害怕，只管信”

一位父亲曾在手术室外等候，里面是正在接受手术的孩子。几个小时过去了，每一个声音都让他的心狂跳不已。后来他说：“等待比恐惧更难受。我感到完全无能为力。我唯一能做的，就是希望里面有人正在做我无法做到的事。”

这种无力感贯穿了今天的读经。

在第一篇读经中，达味王为儿子阿贝沙隆失声痛哭。他是强大的君王，却在死亡面前彻底无能为力。

在福音中，我们遇见雅依洛——一位受人尊敬的会堂长，他却俯伏在耶稣脚前。当孩子濒临死亡时，头衔、影响力和名声都毫无意义。绝望使我们人人平等，痛苦把所有人拉到同一层面。

就在雅依洛急切恳求的当口，一个“打断”发生了。

一位没有名字、无人注意的妇人挤进了人群。十二年来，她不仅在身体上受苦，也在社会和宗教层面受尽折磨。她被视为不洁，被隔离在外，被迫活在隐形之中。她不敢开口，也不敢请求，只希望得到最小的接触——轻轻触摸耶稣的衣角。

“只要我一摸到他的衣服，我就会痊愈。”

耶稣停下来了。

他本可以继续前行。雅依洛的情况危急，时间非常宝贵。

然而耶稣却允许自己被打断。

他拒绝把这位妇人当作通往“更重要事情”路上的障碍。

对耶稣而言，怜悯从来不是拖延，而正是使命本身。

他转身，看着她，并对她说话。就在那一刻，她得到的不只是身体的医治，更是尊严的恢复。耶稣称她为“女儿”。只用一个词，她便重新被带回关系、归属与团体之中。她原本想偷偷完成的事，耶稣却把它带到光中——不是为了羞辱她，而是为了肯定她的信德。

就在此时，最坏的消息传到雅依洛那里：“你的女儿已经死了，何必再劳烦老师呢？”

但耶稣说了一句话，这句话不仅是对雅依洛说的，也是对我们所有人说的：

“不要害怕，只管信。”

恐惧说：已经太迟了。

信德说：即使如此，仍然信赖我。

耶稣来到那家里，拉着孩子的手，温柔地说：“塔里塔，古木——小女孩，起来吧！”

曾医治妇人的那只手，如今连死亡本身也战胜了。最后的界限——死亡——对他而言也不是障碍。

那场漫长的手术结束后，医生终于走出来，对等候的父亲说：“你现在可以去看你的孩子了。”

他后来回忆说：“就在那一刻，一切都改变了，希望回来了。”

这正是基督今天要赐给我们的。

他在人群中看见我们。

他为我们隐藏的创伤停下脚步。

他不会被我们的“打断”所困扰。

他触碰我们以为已经失去的一切，

再次轻声对我们说：

“不要害怕，只管信。”

祝福

愿赐生命的天主祝福你们，
将你们的恐惧转化为信赖。阿们。

愿允许自己被触摸的基督，
医治你们内心的创伤。阿们。

愿圣神赐给你们勇气，
即使道路不明，也能继续相信。阿们。

愿全能的天主，
圣父、圣子 田 圣神，降福你们。阿们。

带回家的话

今天看似是一次打断的经历，
也许正是基督愿意与你相遇、
并带来生命的地方。

2026 2 月 4 日

纪念：常年期第四星期三

读经：撒下 24:2, 9 - 17；谷 6:1b - 6

主题：不要因为天主来得安静而错过他。

引言

许多年前，有一个小村庄以一位在他们中间长大的年轻人而自豪。他聪明、善良、乐于助人。后来，当他以一名成功医生的身份回到村里，愿意免费为人治病时，却有人低声议论：“他以为自己是谁？”也有人说：“我们太了解他了。”最终，许多人拒绝了他的帮助——不是因为他没有医术，而是因为他们无法接受一个如此熟悉的人竟然如此卓越。

今天的福音中，发生了非常相似的事情。耶稣回到自己的家乡，人们既惊讶，却又感到反感。熟悉不再成为通道，反而变成了一堵墙。

今天，我们来到主前，朝拜那位知道被拒绝滋味的主，理解我们失望的主，却仍然继续他爱的使命。我们也呼求圣巴拉斯（圣伯多禄·布莱斯）主教殉道者的转祷，信赖天主赐予身心的医治恩宠。

讲道

一位年轻女子曾说：“我真希望天主能清楚地对我说话。”当被问到她在哪里寻找天主时，她回答：“在重大的时刻——奇迹、避静、非凡的标记中。”然而，她却忽略了朋友安静的鼓励、母亲的耐心、以及每天支持她走过艰难日子的那份力量。

在纳匝肋，也发生了类似的事。耶稣以智慧施教，施行治愈，说话带着权威，但人们却跌倒了——不是因为他说了什么，而是因为他是谁：“这不就是那个木匠吗？”熟悉使他们看不见，非凡隐藏在平凡之后。

福音中有一句令人震惊的话：“他在那里不能行什么奇迹。”这不是因为耶稣没有能力，而是因为他们的心关闭了。信德为天主腾出空间，抗拒却把门关上。

第一篇读经展示了另一种失明。达味王太迟才意识到自己行为的后果。认识是在痛苦中到来的，但它把他带回谦卑与对天主慈悲的信赖。

我们有多少次错过天主，只因为他来得太安静、太熟悉——借着我们认识的人、日常的生活、以及简单的爱之邀请？

圣依纳爵谈到“省察祈祷”，一种充满爱的回顾。当我们诚实而温柔地回顾一天，或许会看到失望的时刻，但也会发现天主临在的静默痕迹。天主邀请我们不要饮用灰心的浑浊之水，而要饮用内心喜乐的清泉，使我们有勇气迈出下一步。

有一次，一名男子抱怨天主从不回应他的祈祷。后来他才意识到，天主一直在说话——通过小小的机会、温柔的推动、以及普通的人。“天主一直在那里，”他说，“只是我在别处寻找。”

愿我们不要因为主来得太近、太熟悉、太谦卑而错过他。愿我们在平凡中认出神圣，并给天主空间，在我们中间行奇迹。

祝福

愿天主赐给你们看见他临在的眼睛，
以及信赖他道路的心。阿们。

愿基督在信德因熟悉或疑惑而受考验时
坚固你们。阿们。

愿圣神引导你们，在平凡中认出非凡。阿们。

愿全能的天主，
圣父、圣子 ✠ 圣神，降福你们。阿们。

带回家的话

不要因为天主来得安静而错过他。
信德为奇迹打开大门。

2026 2 月 5 日

纪念：常年期第四星期四

读经：列上 2:1 - 4, 10 - 12；谷 6:7 - 13

主题：圣阿加塔（圣亚加大）纪念日

引言

一位年轻的传教士曾来到一个偏远的村庄，身上只带着一个小背包和一本圣经。一位村民看着他问：“你的其他行李呢？”传教士微笑着回答：“如果我把一切都带来，我就永远学不会信任你们——也学不会信任天主。”

这位传教士在那里住了许多年，不只是因为他说的话，而是因为人们在他身上看到了言行一致的生命。

在今天的福音中，耶稣派遣门徒，几乎什么都不带——没有钱，没有换洗衣物，没有备用物资。他教导他们：福音的可信度不在于我们带了什么，而在于我们如何生活。他们对天主、也对彼此的依赖，本身就成为了他们的信息。

今天我们也纪念圣阿加塔，一位以勇气和正直活出信仰的年轻女子。她宁愿付出生命的代价，也不妥协自己的良知。就像门徒一样，她没有武器、没有权力、没有保护——只有信德。

当我们聚集举行这台感恩祭时，让我们求主使我们的生命成为他福音可信的见证，让我们的信仰在言语之前就已经说话。

讲道

一位父亲站在门口，看着女儿踏上她第一天工作的路。女儿紧张地问：“如果我失败了怎么办？”父亲温柔地回答：“那你就会学习。去吧——做你自己。”

这正是耶稣在今天福音中所做的事。他并没有等门徒在人的标准下完全准备好才派遣他们，而是在他们还没感到准备充分、还没感到强大、还没感到安全时，就派遣他们出去。他派遣他们，不是带着计划，而是带着信赖。

耶稣知道一件重要的事：福音不是靠控制传播的，而是靠交托。

门徒被吩咐几乎什么都不要带。为什么？因为一旦他们依赖金钱、财物或地位，信息就会变成关于他们自己。耶稣要他们站在信息之后，而不是站在信息之前。他们的贫乏，正是他们的可信度。

他们也被派遣两个两个地出去。信仰从来不是单打独斗的事。共享的喜乐更坚强，共担的拒绝更容易承受。即使在今天，当信仰常被视为私人事务时，耶稣仍提醒我们：信德在团体中成长。

耶稣也为他们预备了被拒绝的可能：“如果人不接待你们，就把脚上的尘土拂去。”这不是怨恨，而是自由。福音不能被强迫，我们的任务是忠信，而不是成功。

圣阿加塔深深明白这一点。她没有争辩、操纵或妥协，只是保持忠信。她的见证之所以可信，是因为她的生命与她的信仰一致。

多年后，有人问那位传教士为什么从未离开那个偏远的村庄。他回答说：“因为我空着手来到这里，而天主用人填满了我的双手。”

今天摆在我们面前的问题既简单又具有挑战性：

我是否准备好出发——比信赖自己的安全感更信赖天主，并活出一个让他人能够相信的信仰？

祝福

愿天主在你们被接纳或被拒绝时
坚固你们的信德。阿们。

愿基督在你们奉他之名前行时
陪伴你们。阿们。

愿圣神使你们的生命
成为福音可信的见证。阿们。

愿全能的天主，
圣父、圣子、圣神，降福你们。阿们。

带回家的话

福音不需要完美的使者，
它需要可信的见证人。

2026 2 月 6 日

纪念：常年期第四星期五

读经：德训篇 47:2 - 11; 福音：马尔谷 6:14 - 29

主题：耶稣圣心星期五

引言

许多年前，一位年轻的修生在读到殉道者的故事后，被问到为什么仍然想成为司铎。他简单地回答：“因为爱比恐惧更强。”

这个回答正好概括了今天的庆祝。

在这个耶稣圣心星期五，我们站在两场宴席之间。一场是黑落德的生日宴会——充满音乐、骄傲和致命的妥协；另一场是耶稣圣心的宴席——被刺透的、沉默的、忠信的、赐生命的。

今天我们纪念圣保禄·三木及其同伴，他们于 1597 年在长崎的一座山丘上被钉十字架。像洗者若翰一样，他们毫无仇恨地宣讲真理，以非暴力的方式保持忠信。他们的生命提醒我们：基督的圣心跳动得最有力的地方，不是在权力的宫殿里，而是在那些敢于爱到终点的心中。

我们来到耶稣敞开的圣心前，意识到自己的恐惧、妥协和半真半假的态度。让我们祈求怜悯、勇气，以及内心的自由。

讲道

有一个人曾说：“我知道什么是对的——但我不想在别人面前显得愚蠢。”这一句话，正好解释了黑落德。

黑落德知道若翰是个善良而圣洁的人。他听过他的话，心里既不安，又被真理吸引。然而，他最终选择了面子而不是良心，外表而不是生命，权力而不是真理。监牢关住了若翰，但恐惧囚禁了黑落德。

反思

今天的圣经把两个人物摆在我们面前：

达味——尽管犯过重大的罪，却仍然受到赞扬；

洗者若翰——因忠信而被杀害。

一个深深跌倒后悔改；

一个忠信到底。

两人都在天主的圣心中找到了位置。

我们的生命大多介于两者之间。我们既不是英勇的殉道者，也不是冷酷的暴君。我们知道善，却犹豫不决；我们听到天主的话，却害怕后果。像黑落德一样，我们站在十字路口——一边是更好的自己，一边是社会的压力。

在这个耶稣圣心星期五，我们不注视黑落德那带来死亡的宴席，而是仰望基督赐生命的宴席。他的心被刺透，不是因为害怕人，而是因为爱人爱到底。洗者若翰为了真理失去了头颅；耶稣为了爱献出了生命；圣保禄·三木带着耶稣的名字死去。

结尾故事

在被处决时，保禄·三木在十字架上宣讲：

“我宽恕那些定我罪的人。我请求你们寻找真正的天主。”

这就是耶稣圣心的力量：

不是恐惧，不是报复，

不是妥协，而是在十字架上仍然忠信的爱。

愿我们学会选择这颗圣心。

祝福

愿慈悲的天主
在真理与爱中坚固你们的心。阿们。

愿基督的圣心
在恐惧的时刻赐给你们勇气。阿们。

愿殉道者的见证
引领你们安全地走向永生。阿们。

愿全能的天主，
圣父、圣子、圣神，降福你们。阿们。

带回家的话

黑落德害怕失去名誉。
若翰失去了生命。
耶稣献出了他的圣心。
这个星期，我要选择哪一条路？

2026 2 月 7 日

纪念：常年期第四星期六

读经：列上 3:4 - 13；谷 6:30 - 34

主题：圣阿加塔（圣亚加大）纪念日

引言

“你们来，私下到荒野的地方去休息一会儿吧。”耶稣用这样温柔的话邀请他的门徒——也邀请我们。我们的生活常常被忙碌、要求和期待填满。从一件事赶到另一件事，几乎没有时间留意真正重要的东西，有时就像一台永不停歇的机器，一直在动，却很少真正休息。

今天的读经给我们呈现了两个强而有力的画面。福音中，耶稣看出门徒需要安静、距离和时间，好让经历沉淀下来，重新回到内心的源头，在天主的临在中获得更新。第一篇读经中，年轻的撒罗满王站在巨大责任的起点。当天主邀请他许一个愿时，他没有求成功、权力或安全，而是求一颗“聆听的心”——能分辨善恶、好好服务百姓的智慧。

我们也知道那种被多方拉扯的感觉。在漫长而艰辛的一天之后，我们渴望片刻的休息，却似乎正是在那时，别人的需要和期待等着我们。我们关心、倾听、回应——但我们只能给予自己曾经领受的。

在开始这台感恩祭时，让我们停下来。让天主平息我们的不安，再次用他的圣言和慈爱的临在充满我们的心，把我们带回生命的源头。

讲道

门徒完成艰辛的使命归来，满口都是故事、情绪和问题。任何从紧张工作中回来的人都懂得这种时刻：话语彼此重叠，空气中充满喧闹，没有呼吸的空间。耶稣注意到一件重要的事——不是他们的成功，也不只是他们的疲惫，而是他们需要停下来。

耶稣邀请他们到荒僻的地方去，不是逃避人群，而是回到自己，也回到天主那里。然而，故事出现了意外的转折：群众先到了。原本计划的休息消失了。

在这里，我们看见今天福音的核心。耶稣同时拥抱两个真理：

- 我们不能在不断的活动中迷失自己；
- 我们也不能对他人的需要关闭心门。

在第一篇读经中，撒罗满站在统治的起点。他本可以求权力、安全或长寿，却选择求一颗聆听的心——能分辨、能理解、能服务的心。这正显出真正的智慧。

我们的生命同样需要这种平衡：静默与服务、祈祷与怜悯、休息与责任。没有聆听，服务就会变得机械；没有怜悯，休息就会变得自私。

有一句话说：“空杯子倒不出水。”耶稣教导我们更深的一点：当我们让天主重新充满我们的杯子时，即使计划被打断，我们仍然能够分享。门徒没有得到他们期待的休息——但他们亲眼见证了怜悯的行动。

愿我们学会在天主邀请我们停下时停下，在天主召叫我们服务时去服务——拥有像撒罗满那样聆听的心，也拥有像基督那样充满怜悯的心。

祝福

愿天主赐给你们
聆听的静默、
分辨的智慧、
永不疲倦的怜悯。阿们。

愿基督带领你们进入安息之地，
并教导你们以爱服务。阿们。

愿圣神天天更新你们，
引导你们走向生命的源头。阿们。

愿全能的天主，
圣父、圣子、圣神，降福你们。
阿们。

Translated by Vincent Gan, Jakarta