

2026 5 月 31 日

纪念：至圣圣三主日（甲年）

读经：出 34:4 - 6, 8 - 9；格后 13:11 - 13；若 3:16 - 18

主题：从孤立（“只有我”）走向至圣圣三爱的共融（“我与你”）

引言

有一个古老的故事，说到一位建筑大师受托在一条深谷上建造一座大桥。工程开始的那天，工人们一早就来到现场，准备动工。有的测量，有的拿起工具，有的讨论计划。但大师却长时间静静地站着，一动不动。终于，有一位工人忍不住问：“我们为什么还不开始？”大师回答说：“我们还没有想起这座桥是为谁而建的。如果我们忘了这一点，我们可能会建出一座坚固的桥，却不会建出一座有意义的桥。”于是，他低下头，作了一个简短的祈祷，然后才放下第一块石头。这一个简单的停顿，改变了一切。工程不再只是建造，而成为使命、方向和意义。

也许——我们并没有多加思考——今天再次以十字圣号开始我们的庆典。然而，在这个简单的标记中，已经包含了我们信仰的全部奥秘。

在圣父内，我们赞美天地万物的创造者，植物、动物和人类的根源；
在圣子内，我们认出我们的弟兄，祂在一切事上与我们分享人性，唯独没有罪；

在圣神内，我们迎接护慰者——天主的气息，祂提醒我们圣父在圣子内为我们所做的一切，并引导我们进入真理的圆满。

今天，我们更深入地进入这个奥秘：

唯一的天主——不是遥远的，而是亲近的；

不是孤独的，而是共融；
不是沉默的，而是说话、给予，并吸引我们进入关系的爱。

让我们祈求宽恕，因为我们有时活得仿佛只属于自己，忘记了我们的生命始于天主，也归于天主的名。

讲道

一位旅人曾讲述，他在一个宁静村庄的边缘遇到一位老农夫。每天清晨，在太阳升起之前，这位农夫都会站在田地的门口，摘下帽子，简单地说一句：“因天主之名。”然后才开始工作。

有一天，旅人问他：“你为什么每天都这样说？”

农夫微笑着回答：“因为这块田地不只是我的，这一天不只是我的，连我的力量也不只是我的。如果我以祂的名开始，我就记得我是在过谁的生命。”

这句简单的话——“因天主之名”——正是我们今天的起点。因为每当我们聚集、祈祷时，我们也是这样开始：

“因父、及子、及圣神之名。”

我们说得太习惯，以至于它变得平常。但就在这几句话中，我们面对的是信仰中最深的奥秘：至圣圣三。

一位修生曾分享一个有趣的故事：在修道院用餐时，他与三位年长而听力不佳的修士同桌。他们的谈话看似热烈而愉快，但过了一会儿，他发现一件奇怪的事：每个人都在谈不同的话题！然而，每个人都觉

得彼此理解！后来他们才笑着发现，他们其实根本没有在谈同一件事。

某种意义上，我们谈论天主时也常如此。我们使用同一个词——“天主”，但我们真正理解的是什么呢？我们能完全明白祂吗？

一个孩子曾问教理老师：“天主怎么可能同时是三位又是一体呢？”老师尝试了许多解释，最后只能说：“归根到底，这是一个奥秘。”这份诚实是重要的，因为如果我们能够完全理解天主，祂就不再是天主了。

圣奥思定也明白这一点。当他在海边思考圣三奥迹时，看见一个小孩把海水舀进沙中的小洞。他说：“这是不可能的。”孩子回答：“把天主装进你的头脑里，也是不可能的。”

我们就像那个孩子。我们无法把大海装进一个小桶，也无法完全理解天主。

然而——美妙的是——我们并没有被留在黑暗中。天主亲自临近了我们。

就像一位老人每周收到孩子们的来信——简单的话语，却充满爱——天主也向我们“写信”，不是用墨水，而是借着祂的圣子。在耶稣基督内，天主向我们说话，向我们显示祂是谁。

祂向我们启示的是什么呢？

不是遥远的力量，也不是孤独的权威，
而是爱的共融：圣父、圣子、圣神。

理解圣三最简单的方式，也许不是定义，而是经验。

想一想风。你看不见它，但你看到它的效果——树木摇动、树叶沙沙作响、微风拂面。

天主也是如此。

我们也许看不见祂，但我们可以经验祂：

- 作为圣父——在我们之上，赐给我们生命；
- 作为圣子——与我们同在，同行于我们的道路；
- 作为圣神——在我们内，赐给我们力量。

一个孩子夜里害怕黑暗，觉得四周充满威胁。后来他的父亲来到他身边，说：“我在这里。”黑暗并没有消失，但恐惧消失了。

这就是相信天主圣父的意义。

而在耶稣——圣子内，天主不仅在我们之上，也与我们同在。就像厄玛乌路上的门徒一样，我们也许不总认出祂，但祂一直陪伴在我们的喜乐与挣扎中。

至于圣神呢？祂是居住在我们内的天主。

我记得一个小堂区，充满紧张与失望。人们争吵、疏远、失去希望。后来，有几个人开始一起祈祷、彼此倾听、学习宽恕。慢慢地，一切改变了——新的生命、新的喜乐出现了。

这就是圣神默默的工作。

但我们也常活在另一种“三位一体”之中，可以称之为“匆忙的三位一体”：

我、所有事、现在。

一位商人曾说：“我拥有了一切——成功、财富、名声。但有一天晚上，我发现我没有可以分享这一切。我一生都在说‘我第一’，结果最后只剩下我一个人。”

这正与天主相反。

天主不是孤立——天主是关系；

天主不是自我中心——天主是自我奉献的爱。

初期基督徒甚至把圣三形容为一种神圣的“舞蹈”——圣父、圣子、圣神在永恒中彼此给予、彼此接受。这舞蹈并不是封闭的，而是开放的，邀请我们进入其中。

因此，圣三不仅是一个要相信的奥迹，更是一种要活出来的生命。

马丁·布伯曾说：“真正的生命在于相遇。”我们不是通过封闭自己而成为真正的自己，而是通过向他人开放。

想一想一位母亲整夜守在生病孩子的床边。没有回报，也没有掌声——但在那一刻，她正活出天主的生命。

或者想一想堂区中两位多年不说话的人，被安排一起合作。他们起初很勉强，但慢慢地，通过倾听与小小的行动，一切改变了。最后其中一人说：“我们开始时是对立的，结束时却成了兄弟。”

这就是圣三在工作。

恩宠、爱、共融——这不仅是神学的概念，而是一种生活的方式。

而我们每天都在触及这个奥秘，常常却没有察觉。

每当我们画十字圣号的时候。

一位母亲曾在孩子每晚入睡前，在他的额头上画上十字圣号。孩子并不明白神学，但他知道一件事：“我被爱着，我是安全的。”

多年以后，当他长大成人，面对人生的困难时，他说：“每当我感到迷失，我就画十字圣号，我就知道我并不孤单。”

因为在这个简单的动作中，我们表达了一切：

因父之名——祂创造了我们，也扶持着我们；

及子之名——祂与我们同行；

及圣神之名——祂居住在我们内。

这里还有一个最后的故事。

一位老妇人每天傍晚静静地坐在窗边，仰望天空，说：“伟大的天主，我赞美祢。”有人曾问她：“你完全明白天主吗？”

她微笑着说：“不。但我已经体验到足够的爱，可以赞美祂。”

这正是今天这个庆日的核心。

我们不需要明白一切，

我们也不是被要求去解开这个奥秘，

我们是被邀请去活出它。

所以，也许明天早晨，就像那位老农夫一样，我们可以停下来，说一句：“因天主之名。”并且真正这样去生活。

因为归根到底，至圣圣三的奥秘不是一个需要解决的问题，而是一种要活出来的生命——爱的生命。

因父、及子、及圣神之名。阿们。

降福

我们的天主，创造了天地万物；
我们的天主，在万有中生活并爱着；
我们的天主，指引我们道路，并与我们同行；
我们的天主，赐给我们信赖与勇气；
我们的天主，把生命与大地托付给我们，
因为我们是祂的子女——

愿这位天主降福
我们众人以及我们以祂之名所做的一切：
圣父、✠ 圣子、圣神。阿们。

带回默想

明天早晨，在开始你一天的生活之前，请停一停，说一句：
“因天主之名。”

并记住：
你的生命不只是属于你自己——
它是一份要在爱中活出的恩赐。

2026 6 月 1 日

纪念：常年期第九周星期一（殉道者圣犹斯定）

读经：伯后 1:2 - 7；谷 12:1 - 12

主题：天主不会丢弃被拒绝的，祂会转化它

引言

一位年轻的建筑师曾为一座正在发展的城市提交了一份大胆而独特的公共建筑设计。设计充满光线、开放感与创意结构，但当他向评审委员会展示时，很快被否决了。有些人说它不切实际，有些人说风险太大，最终，这个方案被拒绝了。他默默离开，手里拿着卷起的图纸，不禁怀疑自己的构想是否错误。

多年后，一场严重的地震袭击了这座城市。许多被认为坚固可靠的建筑都遭受了严重损坏，人们开始寻找更安全的重建基础。在这危机时刻，工程师与规划者重新翻阅那些曾被拒绝的设计，寻找既坚固又有韧性的方案。令人惊讶的是，他们重新发现了那位年轻建筑师的设计。当这个设计最终被采用并建造时，它成为城市中最稳固的建筑之一，在其他建筑倒塌时，为人们提供了庇护。

同样地，我们今天纪念的殉道者圣犹斯定，也曾在世人眼中是一个容易被忽视的声音，但他对基督的忠信见证，却成为教会持久的基础。他在被拒绝中仍信赖基督为基石。

就像那座城市一样，我们也常常信赖眼前看似坚固的事物，却忽略真正长存的基础。我们可能拒绝天主的道路，抗拒祂的邀请，选择轻松与方便，而不是选择带来生命的道路。因此，在这台感恩祭开始时，

让我们效法圣犹斯定，即使面对拒绝仍紧紧依靠基督，并承认我们的过失，祈求天主的仁慈。

讲道

有一位建筑大师被邀请去检查一座大型公共大厅的施工。当他巡视工地时，看见角落里有一块奇怪的石头，被丢弃在那里。它粗糙、不规则，看起来毫无用处。一位工人说：“这块石头没用，哪里都不合适。”大师没有说话，只是注视它片刻，并吩咐把它留在一旁。几个月后，当建筑接近完成时，在结构的中心出现了一个关键的空隙。工人们尝试了各种石头，却没有一块合适。大师平静地说：“把那块被丢弃的石头拿来。”出乎众人意料，它完全吻合。那块被弃的石头，成了支撑整个建筑的关键。

在今天的福音中，耶稣讲了一个关于葡萄园的比喻。园主把葡萄园租给佃户，期待收取果实，却遭到拒绝；仆人被打，甚至被杀；最后连儿子也被杀害，因为他们想据为己有。耶稣在耶路撒冷、受难前夕讲述这个比喻，指出祂自己就是那位将被弃绝并被杀害的爱子。

然而，这个故事并没有以失败结束。耶稣引用圣咏的话：“匠人所弃的石头，反而成了屋角的基石。”人所拒绝的，正成为天主救恩工程的基础。

今天我们纪念的殉道者圣犹斯定，也生活在同样的奥秘中。在他的时代，他的信仰与教导被视为奇怪、不可靠，但他却认出基督就是那被世人拒绝的基石。他没有把生命建立在世人的认可上，而是建立在他在基督内所认识的真理上，即使这见证引领他走向死亡。他的殉道不

是失败，而是见证的完成：世人所拒绝的，天主却使之成为教会稳固的基础。

这正是福音的核心奥秘：天主不会丢弃被拒绝的，祂会转化它。

圣伯多禄在第一篇读经中也描述了这种生命的建造——在信德上加上德行、知识、节制、忍耐、虔敬、弟兄之爱和爱德。每一种德行，都是建立在基督这块基石上的一块石头。没有祂，一切都会倒塌。

当我们感到被拒绝——被误解、被忽视、被边缘化时，我们并不在天主计划之外。相反，我们常常最接近基督的奥秘。因为在天主手中，拒绝从来不是终点。十字架通向复活，被弃的石头成为基石，破碎成为新的开始。

因此，福音温柔地问我们：在我的生命中，哪里让我感觉像那块被弃的石头？我是否愿意相信，天主仍在那里建造美好而坚固的事物？

有一位工匠收集别人丢弃的破碎陶器，用金色的黏合剂把它们拼接起来，使原本无用的碎片成为一件美丽的作品。有人问他如何做到，他说：“我没有创造美，我只是拒绝丢弃任何东西。”

这正是天主对人类历史所做的，这正是祂在基督内所做的，这也正是我们在殉道者圣犹斯定的见证中所看到的：凡交托给天主的，没有一样会失去；没有一种拒绝，是不能被救赎的。

降福

愿全能的天主降福你们，
坚强你们立足于基督这块基石之上，
使你们相信，凡交托给祂的绝不会失去，
也使你们确信，生命中一切破碎的，
都能在祂的恩宠中被更新；

愿全能天主的降福，
圣父、圣子、✠ 圣神，
降临在你们身上，并永远存留。阿们。

带回默想

今天，在我的生命中，有什么让我感到被拒绝或破碎？
我是否愿意把它交托给天主，让祂从中建造出新的生命？

2026 6 月 2 日

纪念：常年期第九周星期二

读经：伯后 3:11 - 15, 17 - 18; 谷 12:13 - 17

主题：凯撒的，就还给凯撒；天主的，就还给天主

引言

一位大学生曾在同一天收到两张卡片。一张是他的学生证，使他可以进入课堂、图书馆、参加考试，并享有一切学术生活的权利。另一张则是一股强大校园政治团体的邀请卡，承诺给予他影响力、保护与机会——但有一个条件：他必须给予完全而毫无保留的忠诚。

他手握这两张卡，沉思良久。一张给予他在制度中的通行权；另一张却要求他的归属与效忠。一张规定他可以做什么；另一张却试图决定他要成为谁。

最终，他明白了一件重要的事：他可以把两张卡都放在钱包里，但不能让它们同时占据他内心最深的位置。一张属于这个世界的结构；另一张却试图塑造他的身份。最终，只有一张能够定义他是谁。

这种内心的挣扎，与今天的福音非常相似。我们每个人在生活中也携带着许多“卡片”——责任、忠诚、承诺与归属。但更深的问题始终是：哪一个真正占据了我的心？谁对我的生命拥有最终的决定权？

当我们为这台感恩祭聚集时，福音邀请我们省察内心那些分裂的忠诚——那些让次要事物遮蔽我们属于天主的时刻。在聆听圣言、庆祝基督爱的奥迹之前，让我们承认那些心被拉向不同方向的时刻，祈求天主赐予我们仁慈与清晰。

因此，让我们静默片刻，反省已过……

讲道

在今天的福音中，法利塞人和黑落德党人带着一个精心设计的问题来测试耶稣。这并不是为了寻求真理，而是为了设下圈套：“向凯撒纳税可以不可以？”如果耶稣回答“可以”，他就会失去那些反对罗马统治的民众支持；如果回答“不可以”，他就可能被控告为叛乱。无论如何回答，似乎都陷入困境。

但耶稣从不被人的计算所困。他揭示了问题更深的一层：他们对权威与真理的理解是分裂的。

他拿起一枚罗马钱币，问：“这是谁的肖像？”答案显而易见——凯撒的。于是他说出那句流传至今的话：“凯撒的，就还给凯撒；天主的，就还给天主。”

在一个层面上，耶稣承认社会责任的正当性。人类社会需要秩序、制度，甚至税收。但他立刻把这一切放在更大的真理之中：钱币上印的是凯撒的肖像，而人的身上印着的却是天主的肖像。因此，钱币可以归还凯撒，而我们的生命却完全属于天主。

伯多禄后书进一步深化了这个信息。我们被提醒要度“圣洁而虔敬的生活”，并在“恩宠和认识我们的主耶稣基督上不断增长”。换句话说，我们生活在世界中，却不完全属于这个世界。我们被召去忠信忍耐，而不是仓促妥协；走向圣善，而不是分裂的忠诚。

耶稣并没有否定人间的权威，但他重新界定了它的界限。没有任何政治制度、意识形态或机构，可以占有只属于天主的一切。而属于天主

的，不只是钱财或部分时间，而是整个人——我们的心、意志与生命。


因此，福音真正留给我们的，不只是关于纳税或政治的问题，而是关于身份的问题：究竟是谁最终拥有我？如果基督是天主的圆满启示，那么属于天主，就是完全属于基督。其他一切的忠诚——家庭、国家、工作、社会——都必须在这一根本归属的光照下去生活。

在基督宗教初期，有一位信徒被带到罗马总督面前。总督要求他公开宣誓效忠凯撒，并焚香表示归属。他恭敬地拒绝了。总督警告他说：“如果你不服从，你将失去地位、财产，甚至生命。”他平静地回答：“你可以夺去这一切，但我不能把只属于天主的交给凯撒。”

他是一位基督徒。他明白，没有任何世上的权威，可以要求属于天主的敬拜、信赖与最终的忠诚。

当我们离开今天的感恩祭时，我们也带着同样的问题进入生活：我们将什么归给世界？我们又将什么完全保留给天主？

降福

愿全能的天主降福你们，
帮助你们以智慧分辨什么属于世界，什么属于祂，
并坚强你们，以忠信而专一的心生活；
圣父、圣子、 圣神。阿们。

带回默想

你在生活中或许携带着许多“卡片”——角色、责任与忠诚，
但只有一个能真正定义你是谁。

本周，每一天问自己：
我现在把心交给了什么？
然后，温柔地把它交还给天主——
因为你带着祂的肖像而生活。

2026 6 月 3 日

纪念：常年期第九周星期三（圣嘉禄·卢安加及同伴殉道者）

读经：弟后 1:1 - 3, 6 - 12；谷 12:18 - 27

主题：转向天主，在祈祷中信赖祂

引言

一位年轻的水手曾讲述，在一次猛烈的海上风暴中，他感到极度恐惧，巨浪不断冲击着小船。在一片混乱中，他注意到船长却异常平静，安静地调整风帆，双手稳稳地掌舵。风暴过后，他问船长：“你怎么能如此镇定？”船长回答说：“我学会了不与风暴争斗，而是信赖那位掌管风浪的主。”

人生也常常像那片风暴中的海洋，许多事情不在我们的掌控之中，恐惧很容易动摇我们的内心。在我们纪念圣嘉禄·卢安加及同伴的这一天，这些年轻的见证者在迫害的风暴中，仍坚定信赖基督，提醒我们：基督徒的希望并不脆弱，而是扎根于一种能承受最猛烈考验的信赖。

在今天的经文中，我们读到托比特和撒拉的故事，他们都经历了巨大的苦难。两人都悲痛欲绝，都觉得生活难以忍受，在绝望中转向祈祷。

在福音中，撒杜塞人试图用关于复活的问题来陷害耶稣，显露出他们无法超越现世的眼光。然而，耶稣为我们开启了希望的视野：天主不是死人的天主，而是活人的天主。圣保禄在第二篇读经中也提醒弟茂德——也提醒我们——要重新燃起信德的恩赐，不要以为给基督作证为耻。

当我们为这台感恩祭聚集时，我们也带着自己的风暴、疑惑和信仰的疲惫。让我们在主前承认那些希望减弱、信赖动摇的时刻，祈求祂的仁慈与力量，准备进入忏悔礼。

讲道

有一个古老的故事，说一位妇人失去了一切——她的丈夫、她的家，最后连她唯一的儿子也失去了。一天傍晚，她坐在破败的房屋外，流着泪低声说：“我已经一无所有了。”一位年长的邻居经过，轻声对她说：“那么，你现在有了最好的起点——与天主重新开始。”

在今天的读经一中，我们看到托比特和撒拉的处境：他们失去了舒适，被苦难压得喘不过气，濒临绝望。托比特哭喊着说，死亡似乎比活着更好；而撒拉则饱受羞辱和折磨，祈求上帝带走她的生命，也不愿再忍受耻辱。

然而，在这样的时刻，一个重要的转变发生了：绝望转化为祈祷。人没有远离天主，反而转向祂。在最黑暗的时刻，人发现，即使言语枯竭，祈祷仍然存在。痛苦也许没有立刻消失，但它成为与生活的天主相遇的地方——祂聆听受苦者的呼声。

福音把我们带入关于复活的辩论。撒杜塞人否认死后的生命，他们试图用荒谬的推论来否定复活。但耶稣提升他们的眼光：来世的生命不是今生的重复，而是进入与天主的共融，在那里死亡不再有权势。圣保禄也宣告，基督“毁灭了死亡，把生命与不朽彰显出来”。因此，信德不仅是帮助我们度过苦难，更是让我们相信：爱比死亡更强。

这也是为什么圣保禄劝勉弟茂德不要以信仰为耻，而要“重新燃起天主的恩赐”。这恩赐就是勇气——正如我们今天所纪念的圣嘉禄·卢安加及同伴所展现的那样。他们在乌干达作为年轻的信徒，即使面对迫害与死亡，仍选择忠于基督。他们不让恐惧成为最后的声音，而是相信，属于基督比生命本身更宝贵。

因此，我们回到最初的主题：在风暴中的信赖。关于圣嘉禄·卢安加及同伴，还有一个动人的见证：当他们被带去殉道，面对恐惧与火焰时，他们彼此鼓励，不要否认信仰。即使在苦难中，他们的心仍牢牢依附于基督。在火焰中，他们以生命宣告了耶稣今天所说的真理：天主不是死人的天主，而是活人的天主。

降福

愿全能的天主降福你们，
在一切考验中坚固你们的心，
使你们信赖祂的临在，
并以你们的生命宣告祂是生活的天主：
圣父、圣子、✠ 圣神。阿们。

带回默想

当人生的风暴来临时，不要与它争斗——要转向天主，在祈祷中信赖祂。
即使在黑暗中，祂仍在引导你，因为祂不是死人的天主，而是活人的天主。

2026 6 月 4 日

纪念：常年期第九周星期四

读经：弟后 2:8 - 15；谷 12:28 - 34

主题：爱天主，以及爱近人

引言

一位旅客曾在暴风雨中滞留在一个大型国际机场。航班延误、登机口不断更换、广播此起彼落，乘客们在各个方向匆忙奔走。他终于对身边的一位陌生人说：“我已经不知道该把注意力放在哪里了。”那人平静地回答：“当一切都显得紧急时，你必须先决定什么是最重要的。”

我们的生活何尝不是如此？我们常被各种需求包围——工作、家庭、责任、忧虑，以及无数分散注意力的事物。就像那个拥挤的机场，生活很容易变得嘈杂而混乱，使我们四处奔忙，却失去方向。

在今天的福音中，一位经师向耶稣提出一个关于优先次序的问题：在一切诫命中，哪一条是最重要的？耶稣的回答并不复杂，却清晰有力，穿透了宗教的繁复与人的混乱，把一切带回核心：**爱天主，以及爱近人。**

在这台感恩祭开始之际，让我们承认，我们常常失去这个焦点，让次要的事物取代了最重要的。让我们祈求上主的仁慈与医治，在那些我们爱的心被分散或削弱的时刻，准备进入忏悔礼。

讲道

有一家医院曾在一次事故中同时接收多名伤者，情况非常紧急。值班医生没有慌乱，也没有试图同时处理所有人。他冷静地评估每个病人的状况，然后说：“我们先处理最危急的那一位。”这并不是忽视其他人，而是为了确保爱能够有效地表达，让最需要帮助的人先得到拯救。

今天的福音也表达了类似的道理。经师问耶稣：哪一条诫命是第一位的？耶稣以清晰的回答，为六百多条法律带来秩序：**首先，是全心、全灵、全意、全力爱天主；其次，是爱人如己。**这两条诫命紧密相连，缺一不可。

这不是抽象的教导，而是一种生活方式。全心爱天主，意味着让天主成为我们生命的中心，使一切都有其正确的位置。这表示祈祷、敬拜与信赖天主，不只是责任，更是我们身份的来源。但这种爱不能停留在内在，它必然流向他人。如果它没有触及他人，就还没有真正扎根于天主。

圣保禄在今天的读经中，为我们展示了这一点。即使他“像罪犯一样被捆锁”，他仍知道福音并没有被捆锁。对天主的爱无法被囚禁。即使人的软弱或苦难限制了我们的行动，天主的工作仍在继续。“如果我们不忠信，祂仍然是忠信的。”这就是以天主为中心的生命所拥有的自由。


耶稣还做了一件更令人震惊的事。他对经师说：“你离天主的国不远了。”这是福音中少有的称赞。为什么？因为这位经师已经明白，爱是核心。但他仍被邀请更进一步——让这个真理在生活中具体实现。

有一个人曾观察一艘小船在湖面上划行。当只用一支桨时，船只不停地在原地打转，虽然费力却无法前进；但当两支桨一起运作时，船就稳稳地向前移动。爱天主与爱近人，就像这两支桨。如果缺少其中之一，我们只是在原地打转；当两者结合时，我们才真正走向天主的国。

我们今天被邀请走向这样的整合：不是分裂的心，不是选择性的爱，而是一个以天主为首，让一切在爱中各得其所的生命。

最后，可以用一个简单的比喻来总结：一支蜡烛不会因为点燃另一支蜡烛而失去光，它仍然燃烧，而且光明倍增。爱也是如此。我们越爱天主，就越能去爱他人；我们越在天主内爱人，天主的爱就越在我们内发光。

降福

愿全能的天主降福你们，
帮助你们把祂置于生命的中心，
使你们的爱专一而不分散，
并在慷慨服务他人中结出果实；
圣父、圣子、 圣神。阿们。

带回默想

当一切看似紧急时，请回到最重要的：
全心爱天主，
并让这份爱引导你如何对待你所遇见的每一个人。

2026 6 月 5 日

纪念：常年期第九周星期五（圣博尼法）

读经：弟后 3:10 - 17；谷 12:35 - 37

主题：忠信地走好下一步

引言

一位旅人曾到访一个小小的海边城镇，那里的灯塔守护人已经服务了四十多年。当人们问他如何能坚持这样漫长而孤独的工作时，这位老人回答说：“我不去看黑暗，我只注视我所负责守护的那道光。”一夜又一夜，那一束光引导着船只安全归航。

这个画面带着一种安静而深刻的力量。人生常像在不确定的海上航行，充满变化的潮流、意见的冲突、恐惧与困惑。真正使人稳固的，并不是没有黑暗，而是有一盏可靠的光。

在我们纪念圣博尼法这位传教士与殉道者的日子里，我们记得他拒绝让这光被削弱或被限制。在一个尚未被福音充分照亮的世界中，他把基督的光带到陌生的土地，不依靠人的安全，而信赖天主圣言的力量，去照亮人心并转化生命。

就像那位灯塔守护人，也像圣博尼法一样，我们也被问：我们依靠的光是什么？当信仰面对混乱或妥协时，是什么话语在引导我们的判断与选择？在聆听天主圣言之前，让我们怀着痛悔的心转向祂，进入忏悔礼。

讲道

一位年轻学徒曾跟随一位老石匠学习。这位石匠以能把普通石头雕刻成美丽柱子而闻名。学徒常抱怨工作缓慢又重复。有一天，师傅递给他一块粗糙的石头，说：“不要急。只有当你学会用我的眼光去看，这块石头才会显出它真正的形状。”

圣保禄在今天的读经中告诉弟茂德：“凡受天主默感的圣经，为教训、督责、矫正和教导人正义都是有益的。”圣经不是遥远的文字，而是天主手中活生生的工具——就像那位师傅的眼光在塑造石头。但它需要一种新的观看方式。没有基督，圣经就像粗糙的石块；在基督内，它才显出真正的意义与美。


这正是耶稣在今天福音中所做的。祂引用圣咏，指出默西亚不仅仅是“达味之子”，祂更是“达味的主”。耶稣并不只是圣经故事中的一部分，祂是整个启示的中心，是照亮一切的光。因此，教会总是以基督为钥匙来阅读新旧约，使一切在祂内得到解释。

我们今天纪念的圣博尼法，正是活出了这一信念。他把圣经带到陌生的土地，不是当作一本死书，而是当作能改变人心的活话。他的传教热忱源于对天主圣言的信赖——这圣言不会被束缚，基督也继续透过它对各个时代和文化发言。

一位乡村神父曾讲述一个农夫的故事。这位农夫夜晚穿越田野回家时，总带着一盏小灯。有一次，邻居问他，既然路已熟悉，为什么还要带这微弱的灯？农夫回答说：“我带着它，不是为了看清远方的路，而是为了不走错下一步。”邻居沉默了，因为他明白，即使熟悉的道路，没有光也会变得危险。

我们与天主圣言的关系也是如此。我们不一定能看清整段旅程，但我们总能得到走好下一步所需要的光。而在基督——降生成人的圣言内，这光从未缺席，只是在等待我们再次信赖祂。

降福

愿全能的天主降福你们，
祂以生活的圣言光照你们的心，
坚强你们，使你们凭信德而行，而非凭眼见，
并差遣你们，如同圣博尼法一样，
把基督的光带到黑暗之处；
圣父、圣子、 圣神。阿们。

带回默想

不要用你能看多远来衡量你的道路，
而要依靠基督赐给你的光，
忠信地走好下一步。

2026 6 月 6 日

纪念：常年期第九周星期六

读经：弟后 4:1 - 8；谷 12:38 - 44

主题：天主值得我们献上一切，即使这“一切”在我们看来很微小

引言

几年前，一位机场清洁工在繁忙的候机大厅打扫时，注意到一位匆忙离开的乘客遗落了一个钱包。她没有忽视，也没有随手交给别人，而是耐心等待，并设法找到那位失主。当失主找回钱包时，他说，让他最感动的不是失而复得的价值，而是那位归还者默默无闻的诚实与正直。

这样的时刻提醒我们：生命中最有意义的行动，往往不是刻意安排的，也很少被人看见。世界往往注意宏大、喧闹和引人注目的事，但真正的善却常发生在沉默中，在隐秘的忠信里，在细小的爱与正直之中。

今天的读经正引导我们进入这种隐藏的深度。圣保禄以平静的信心说，他已经“打完了这场好仗，跑完了这场赛程”；而耶稣在福音中对比外在的表现与内心的真实，公众的赞誉与天主默默的注视。

在天主圣言的光照下，让我们为那些偏爱外表胜于真实、喧闹胜于忠信、被人看见胜于默默去爱的时刻，向上主求赦免。

讲道

一位长跑运动员曾说，马拉松最后一公里是整场比赛最真实的时刻。当体力耗尽、技巧失效，每一步都变成意志的选择时，显露出来的，不再是外表，而是内在的坚持。正是在疲惫中，一个人的真实被显明出来。

圣保禄在今天的读经中也以类似的方式说话。他站在生命的末端，回顾自己的一生：一场赛跑已经完成，一场战斗已经打过，信德已经守住。没有夸耀，只有清晰与平静。他把一切托付给上主，期待那“正义的冠冕”，不仅为他，也为所有渴望主显现的人所预备。

同样的清晰，也出现在福音中。耶稣看见那些经师，他们喜爱长袍、尊位和问安，却“吞没寡妇的家产”。他们的宗教是一种表演，他们的心却没有与天主的正义相符。与他们形成鲜明对比的，是一位几乎无人注意的穷寡妇，她把两枚小钱投进圣殿的银库。

耶稣特别指出她，因为她活出了他人所讲却未行的真理。她不是从富余中施舍，而是在贫乏中奉献；不是出于舒适，而是出于信赖。她奉献了自己所有的一切，成为彻底奉献的真实见证。在人的眼中微不足道的，在天主眼中却极其宝贵。

这正是福音不断揭示的反转：隐藏的往往最真实，微小的往往最伟大，在爱中奉献的从不会被天主忽略。寡妇的两枚小钱，与保禄完成的赛程，都不是关于数量，而是关于忠信。他们用不同的方式表达同一个真理：天主值得我们献上一切，即使这“一切”在我们看来很微小。

一位本堂神父曾讲过一位年老妇人的故事。在生命的最后几年，她已无法参与任何外在的服务，很少离开房间。但她每天都会床边放一张亲手写的小纸条：为家人、为堂区、为世界各写一个祈祷意向。她去世后，人们在她的念珠旁发现了一叠整齐的祈祷纸条。没有人看见她的“工作”，但许多人后来却说，他们曾感受到一种无形的力量与支持。

福音留给我们的，是一个安静而深刻的问题：不是我们是否被人看见，而是我们是否被上主看见；是否像那位寡妇、像圣保禄一样，愿意把不仅是我们所有的，也包括我们自己，完全奉献给天主。

降福

愿全能的天主降福你们，
祂洞察每一颗心中的隐秘，
在你们每一个忠信的行动中坚固你们，
并引领你们，如同圣保禄一样，平安地完成你们的赛程；
圣父、圣子、✠ 圣神。阿们。

带回默想

在天主眼中，伟大不在于被看见，
而在于在无人注意时，
以爱所作的奉献。

- Translated by Vincent Gan, Jakarta