

2026 7 月 5 日

纪念：常年期第十四主日

读经：则 9:9-10；罗 8:9, 11-13；玛 11:25-30

主题：来到基督面前的家庭

## 引言

有一次，一位堂区神父探访一位独居在小公寓里的老妇人。桌上放着三样东西：一本翻旧了的圣经、一张全家福照片，以及一个小背包。神父好奇地问起那个背包。

她微笑着说：“每当我感到不堪重负时，我就把我的忧虑放进这个袋子里。我不是把一切问题都解决了，而是想象把它们放进去。然后我静静坐下，说：‘主啊，现在由你来背负这一切。’”

后来，这位神父说：“我意识到，她发现了有关祈祷的一件非常深刻的事。她学会了把自己无法承担的交托出去。”

亲爱的弟兄姐妹们，

在每一个家庭中，维系生活的是彼此之间的关系。今天，我们来到这里，是因为我们以许多方式彼此相连——借着血缘、友情、信仰，以及共同的人生经验。有些关系带给我们喜乐和力量；另一些却带着紧张、沉默，甚至伤害。

然而，正是在这样的现实中，天主今天把我们聚集成为祂的家庭。

今天我们所聆听的福音，直接向我们的生命发言：

**“凡劳苦和负重担的，你们都到我跟前来，我要使你们安息。”**

我们来到这里，心中都背负着许多事情。有些是看得见的——疾病、责任、家庭的忧虑；有些却隐藏在心里——担心、愧疚、疲惫，以及那种必须把一切维持好的压力。有时，甚至连信仰本身，也像是一项我们必须完成的任务。

但是，基督并不是远远地站着。祂站在我们生活的中央，对我们说：**到我这里来。**

不是：“先把一切都解决好。”

不是：“先靠自己变得坚强。”

而只是：来。

因此，作为一个因信仰而聚集的家庭，我们把我们的一切——以及所有压在我们身上的重担——都带到祂的面前。

**讲道：“到我这里来，你们的心灵必得安息”**

有一位旅客，在经历了一次长途飞行后，抵达一座繁忙的国际机场。他双手提着两个沉重的行李箱，其中一个轮子已经坏了，每走几步，箱子就会歪向一边，迫使他不断调整方向。他背上还背着一个塞得鼓鼓的背包。在手里，他还拿着一个电脑包，以及一个答应要送人的礼物盒，显得十分笨拙。

有一刻，他就在候机大厅中央停了下来，看起来筋疲力尽。一位工作人员注意到他，随口说道：“你知道，你其实可以放下一些东西的。”

那人回答说：“不行，这些都很重要。”

工作人员微笑着说：“也许吧。但并不是所有东西都该这样背负着。”

这一幕，正好描绘了今天的福音。

亲爱的弟兄姐妹们，  
我们每个人都背负着一些东西——有些是必要的，有些是自己加上去的，有些则在无声无息中压得人喘不过气。而就在这样的现实中，耶稣说出了一句几乎令人难以置信的话：

“凡劳苦和负重担的，你们都到我跟前来，我要使你们安息。”

这不是建议。不是一套计划。不是一种制度。

而是一份邀请：到我这里来。

## 1. 以不同方式来到的君王

匝加利亚先知给了我们理解这份邀请的第一把钥匙。他宣告一位君王：

“看，你的君王来到你这里；祂是正义的，满载救恩，谦逊地骑在驴上。”

在古代世界里，这几乎是荒谬的。君王通常骑着战马而来，象征战争与权势。但这位君王却骑着驴而来——那是和平、负重，以及日常生活的象征。

有位历史学家曾指出，当亚历山大大帝经过一个地区时，人们不是屈服，就是被摧毁。但匝加利亚所说的这位君王却完全不同。祂以另一种方式进入。安静地、谦卑地、亲近地。

而福音向我们显示，这一切都在基督身上实现了：祂进入耶路撒冷时，不带军队，而是伴随着棕枝与泪水；不是为了统治，而是为了借着爱来拯救。

这一点非常重要。因为那位说“到我这里来”的，并不是一位遥远的统治者。祂是一位与自己子民同行的君王。

## 2. 我们并不总能察觉的重担

耶稣提到了一件非常人性的事：**重担**。

有些重担是明显的：疾病、悲伤、经济压力、家庭紧张。另一些则不那么明显，却同样真实：必须成功的压力、害怕失败、总要显得自己能够应付一切。

现代的一个例子，或许就是许多人所面对的持续数字噪音——讯息、期待、比较。一位心理学家称之为“随时必须回应的暴政”：一种永远无法真正休息的感觉。

还有属灵上的重担：无法摆脱的罪咎感、总觉得自己不够好，甚至在天主面前也是如此。

有时，我们甚至没有察觉，自己已经像那个机场里的旅客一样，背负着那些原本不该独自承担的东西。

## 3. “到我这里来”不是命令，而是一道门

耶稣并没有先说：“先把你的生活整理好。”

祂也没有说：“先让自己变得坚强。”

祂说的是：“来。”

而福音中的人们，也正是这样做的：

- 那位多年患病的妇人，伸手触摸祂的衣边。
- 那位癞病人，虽然被人排斥，仍然来到祂面前。
- 匝凯为了看见祂，爬上了一棵树。
- 连十字架上的那个盗贼，也在最后一口气时转向了祂。

他们没有一个人是带着完美的人生而来的。他们是带着自己的需要而来。

于是，一个简单的真理浮现出来：信仰的开始，不在于成就，而在于走近。

早期基督宗教沙漠教父中，有一个美丽的故事。一位年轻修士曾问一位年长的院长：“我要怎样才能找到天主？”老人只是简单地回答：“去那爱你的地方。”

这正是耶稣所说的话：**到我这里来——在这里，你早已被爱。**

#### 4. 改变一切的“轭”

接着，耶稣用了一个令人惊讶的比喻：

**“你们背起我的轭，跟我学习……因为我的轭是柔和的，我的担子是轻松的。”**

轭通常意味着控制、劳作、共同承担重量。两头牛被套在一起，朝同一个方向拉动。

但关键在这里：耶稣并没有说你要独自背负这个轭。有一个古老的农耕经验：一头强壮的牛，若独自拉沉重的犁，很快就会疲惫；但若与

另一头牛正确地套在一起，较强壮的那头会默默分担较弱那头的重量。重担被重新分配，前行也因此成为可能。

福音所表达的，正是类似的真理：你的生命，不再是独自承担了。

圣保禄在今天的第二篇读经中也回应了这一点：

“那使耶稣由死者中复活者的圣神，住在你们内。”

天主并不是远远地观看。祂已经临在于挣扎之中。

甚至亚巴郎·林肯也曾写道，他常常“被逼得双膝跪下”，因为他意识到自己的智慧并不足够。然而，也正是在那个时刻，他发现了一种过去从未拥有过的力量。

## 5. 为什么“智慧人”有时看不见“小孩子”所看见的

接着，耶稣赞美天父，因为这些事向“智慧和明达的人”隐藏起来，却启示给“小孩子”。

这并不是攻击智慧，而是对自给自足的一种警告。

孩子面对生命时，并不是靠掌控，而是靠开放。孩子会领受。

福音中有一种安静的讽刺：那些自以为看透一切的人，有时反而错过了最重要的事。现代的一个类似例子，可能是一个人过于专注分析一幅画，却从未真正去观看它。

耶稣所说的信仰，并不是去掌控天主，而是去领受天主。

## 6. 耶稣所赐的安息

耶稣真正应许的是什么？

不是逃避。不是毫无挣扎的人生。

而是“你们的心灵必要获得安息”。

这不是睡眠，也不是逃离。这是圣咏中所说的“青草地”和“幽静水旁”——一种内在重新被恢复的经验。

想想沙漠中的绿洲。沙漠并没有消失，但生命却因此得以重见天日。

许多基督徒，就是在极其平凡的时刻中，发现了这个真理：清晨的一段安静祈祷、艰难一天后的片刻沉默、一次真正被聆听的谈话。

有一位传教士曾说，祈祷并不是把时间从生活中抽离出来，而是在时间之中找到生命。

## 7. 那位先背起十字架的君王

这篇福音还有最后更深的一层意义：耶稣不仅给予安息——祂自己就是通往安息的道路。

祂亲自背负了最沉重的担子：被拒绝、苦难、十字架。

这意味着，祂的邀请并不是理论，而是真实活出来的。

祂并没有说：“去我未曾走过的地方。”

祂所说的是：“来到我所在之处。”

而祂所在的地方，永远是在那些负重担的人当中。

## 结语——最后一个故事

有一个故事讲到，一位登山向导带领攀登者穿越一段艰难的山路。其中一位登山者坚持自己背负所有装备，拒绝别人的帮助。随着攀登继续，他的步伐越来越慢，筋疲力尽，最后终于倒下。

向导安静地拿起他其中一个最沉重的背包，背到自己身上，然后说：“你仍然在攀登。但你不再是独自攀登了。”

山路并没有因此变得容易。但它再次成为可能。  
这就是福音。

耶稣并没有把我们生命中的每一个重担都移除。  
但祂绝不让我们独自背负。

因此，祂今天再次对我们说：

**“到我这里来……你们必要获得心灵的安息。”**

阿们。

## 祝福

愿天主圣父——那位以爱创造你们，并知晓你们所背负一切重担的天父——以祂的平安充满你们的心，并时常护佑你们。阿们。

愿耶稣基督——那位良善心谦的主——在你们一切挣扎中与你同行，并赐给你们心灵的安息。阿们。

愿住在你们内、扶助你们软弱的圣神，引领你们进入自由、希望与新的生命。阿们。

愿全能的天主降福你们：  
圣父、圣子 田、圣神。阿们。

## 带回家的省思

你并不是被要求独自背负人生。  
把你沉重的担子带到基督面前——  
并学习与祂同行时那份安静而坚定的力量。

2026 7 月 6 日

纪念：常年期第十四周 (星期一)

读经：欧 2:16-18, 21-22; 玛 9:18-26

主题：向赐予生命的新郎伸出的信德

## 引言

从前，一个海边小村庄流传着一位老渔夫的故事。他每晚总是独自出海捕鱼。一天傍晚，一场猛烈的暴风雨突然袭来。当他全身湿透却平安归来时，妻子问他，在那样的黑暗中，他是怎样找到回家的路的。他只是简单地回答：“我从未看不见灯塔。”

那种对引路之光的安静信赖，道出了人内心深处的一种需要——需要一个能安全带领我们回家的临在。

今天，教会也纪念圣女玛利亚·葛莱蒂 (Maria Goretti)，这位纯洁与宽恕的年轻殉道者。在她短暂的一生中，她紧紧持守着内心的光——那信德之光，即使面对暴力，也引导着她；而这光芒在她临终宽恕伤害她的人时，显得最为明亮。她的见证提醒我们：即使在最黑暗的时刻，天主的恩宠依然能够支撑忠贞与勇气。

今天的圣经向我们讲述：天主是忠信的新郎，吸引自己的子民进入爱的盟约 (欧瑟亚先知书)；而福音中的耶稣，则以赐予生命的怜悯进入人的苦难之中。在这两篇读经里，天主并非遥远的，而是深深参与于我们的生命中——治愈、恢复，并召唤我们重新获得生命。

因此，当我们准备聆听祂的圣言、领受祂的仁慈时，让我们承认那些没有以信赖和忠诚跟随祂光明的时刻。现在，让我们怀着痛悔的心转向祂，并在忏悔礼中祈求宽恕。

## 讲道

有一次，一间繁忙的急诊病房接收了一位年轻母亲，她的孩子在一次突发事故后停止了呼吸。当医生们拼命抢救时，她站在玻璃门外，无法进去，甚至无法触碰自己的孩子。她唯一能做的，只是不停低声说：“只要我能碰到他，他就会活过来。”

这种在信德中伸手触向生命之源的本能，正是今天福音的核心。

在玛窦的记述中，有两个人在绝望中向耶稣伸出手：一位会堂长官，在众人面前俯伏哀求；还有一位妇人，悄悄穿过人群，相信即使只是祂的衣边，也带着治愈的能力。他们来到耶稣面前的方式不同，但他们的信德却是一样的。耶稣回应了他们二人——并不是因为他们以怎样的方式前来，而是因为他们确实来到祂面前。

于是，福音中那条贯穿始终的红线便清楚地显现出来：“向赐予生命的新郎伸出的信德。”

这也正是欧瑟亚先知在第一篇读经中给予我们的图像。天主以新郎的身份发言，祂引领自己的爱人进入旷野——不是为了遗弃她，而是为了向她的心温柔说话。上主说：“我要以忠信聘你归我，你将认识上主。”

天主的爱并不是遥远的，也不是交易式的；它是盟约性的、忠信的，并具有恢复生命的力量。当耶稣使那死去的小女孩复活、治愈那受苦的妇人时，祂显露了这位新郎的心。而借着这一切，祂显示出：天主的爱比孤立更强、比疾病更强，甚至比死亡更强。

今天我们所纪念的圣女玛利亚·葛莱蒂，也理解了这种忠信之爱的奥秘。在她生命最后的时刻，她并没有以仇恨回应暴力，而是以宽恕回应。她的生命，成为新郎忠贞之爱的一种安静却有力的回响——即使受伤，也拒绝熄灭的爱。正如福音中的那位妇人一样，她并不是在伟大的场面中“触碰”基督的奥秘，而是在内心隐藏的奉献中与主相遇。

我们自己，也常常在这两位福音人物之间来回转换。有时，我们像那位会堂长官，带着公开的责任、明显的挣扎和迫切的需要来到主前；另一些时候，我们又像那位妇人，默默背负着无人知晓的重担，只希望能够轻轻触碰恩宠的边缘。基督接纳他们二人。祂不会拒绝任何一个。

也许，这正是为什么这篇福音如此深深留在我们心中：因为它向我们保证，只要是怀着信德来到基督面前，没有一种靠近会是徒然的。无论是大声还是沉默、公开还是隐藏、自信还是颤抖，它始终都是向那位赐予生命的新郎伸出手。

多年以后，那位从急诊室中康复的孩子问母亲，为什么当时她一直在玻璃门外不停祈祷。她回答说：“因为我相信，爱比隔在我们之间的障碍更强大。”

同样地，我们每一个信德的行动——无论多么微小——都是一只伸向基督的手；而祂总会握住我们的手，召唤我们重新站起来。

## 祝福

愿上主降福你们，保护你们；  
坚强你们的信德，使你们在一切需要中都懂得向祂伸出手；  
并以祂赐予生命的爱充满你们的心。

愿全能的天主降福你们：  
圣父、圣子 田、圣神。

## 带回家的省思

没有任何一个信德的行动是太微小的：  
每当你向基督伸出手——无论是在沉默中、挣扎中，还是希望中——  
祂都会握住你的手，带领你重新走向生命。

2026 7 月 7 日

纪念：常年期第十四周 (星期二)

读经：欧 8:4-7, 11-13; 玛 9:32-38

主题：以基督的眼光去看

## 引言

一位灯塔看守人曾讲述，在一次猛烈的暴风雨中，他注意到远海有一丝微弱的灯光闪烁。起初，他以为那是一艘遇险的船只；但当他调整镜头后，才发现那是另一座灯塔正在回应他的信号。“即使在最恶劣的天气中，”他说，“光也会向光说话。”从那以后，这个发现改变了他面对风暴的方式。

今天，教会也纪念八世纪的主教兼传教士圣威利博德 (St. Willibald)。他跨越土地与海洋，把福音之光带给陌生的民族。他的一生本身就像一座灯塔——稳定、耐心，并敏锐地察觉天主早已在那里工作。

在今天欧瑟亚先知书的第一篇读经中，我们听到一个民族“播种的是风，收割的是暴风”，因为他们忘记了塑造他们的那一位。然而，即使是在警告之中，天主所渴望的也不是毁灭，而是回归；不是拒绝，而是更新。

福音则向我们展示基督穿行于城镇乡村之间，治病、宣讲，并唤醒希望；同时，祂也呼召更多工人进入祂的庄稼地。

正是在天主的慷慨与人的遗忘之间的这种对比中，我们也看见了自己。为了那些我们没有察觉天主之光早已照耀的时刻，为了那些我们

没有回应祂进入庄稼地工作的召叫的时刻，现在让我们转向祂，祈求仁慈……

## 讲道

有一个小男孩，曾站在父亲身边，看着一位农夫试图把一群冲破围栏、四处散开的羊重新聚集起来。那位农夫吹口哨、呼喊，并在田野的一端跑到另一端，但羊群却越散越开。

最后，小男孩问道：“为什么他不找更多人来帮忙呢？”

父亲回答说：“因为他正在等待别人愿意关心，并主动来帮助他。”

在今天的福音中，耶稣很像那位农夫——祂穿行于城镇和村庄之间，治好一个不能说话的人，在会堂里教导，宣讲天国，并医治各种疾病。然而，祂并没有表现得像是要独自完成这一切。

当祂看见群众困苦流离，如同没有牧人的羊时，祂转向门徒说：

“庄稼固然多，工人却很少。”

今天我们所纪念的圣威利博德，离开自己的故乡，到遥远的地方从事福传工作，也提醒我们：服务的召叫从不受地点或安逸所限制。

在这篇福音中，有一条贯穿始终的红线：**以基督的眼光去看。**

玛窦福音中，那些见证耶稣作为的人，有人看见希望与惊叹；另一些人却看见怀疑，甚至邪恶。同样的现实，却产生了两种完全不同的视野。

欧瑟亚先知早已警告过：当人失去这种来自天主的眼光时，生命就会变得散乱、空虚，并走向自我毁灭。

但耶稣恢复了人的视力——不仅是身体失明的眼睛，更是心灵深处的眼睛。

以基督的眼光去看，也意味着把世界看成一片等待收割的庄稼地，而不是一个应当逃避的问题。

这意味着认识到：工人并不是“别人”，而是我们自己——那些已经领洗、各自拥有不同恩赐，并被召叫去实践大小服务的人。即使是最安静、最微小的关怀举动，也成为天主聚集工程的一部分。

圣威利博德的传教旅程，并不是始于确定，而是始于愿意回应；而每一种真正的服务，也都是从这里开始的。

曾经有一个堂区，很难维持他们的外展服务。一位年老的妇人，因为身体无法做太多事情，便开始每周为食物银行来访的人烤面包。后来，其他人也陆续加入——有些人奉献时间，有些人提供技能，有些人献上祈祷。原本只是一个小小的行动，却安静地成长为一个关怀网络，而这绝不是任何单独一个人能够组织出来的。

正如耶稣所说，庄稼远比任何一个工人都更广大。

因此，我们再次回到这个问题：我们是否以基督的眼光去看？

我们是否察觉到身边早已成熟待收割的庄稼地？我们是否愿意被派遣出去？

当我们准备自己的心灵时，让我们为那些对天主临在视而不见、对祂的召叫反应迟缓、并且迟疑于进入祂爱的庄稼地工作的时刻，祈求宽恕……

## 祝福

愿上主降福你们，并开启你们心灵的眼目，使你们能够在周围的人身上看见祂的临在，并以勇气与慷慨作出回应。

愿全能的天主降福你们：

圣父、圣子 田、圣神。

阿们。

## 带回家的省思

以基督的眼光去看，  
就是同时看见爱的需要与爱的可能——  
然后，即使只是以最微小的方式，也愿意作出回应。

2026 7 月 8 日

纪念：常年期第十四周 (星期三)

读经：欧 10:1-3, 7-8, 12; 玛 10:1-7

主题：圣基利安——彼此寻找的爱

## 引言

有一位园丁，曾在一片干裂贫瘠的土地上播下种子。日复一日，他不断回来照料，却始终看不见任何变化，眼前只有坚硬的土地和空荡的天空。邻居们劝他放弃，但他依旧继续松土、浇灌，等待那迟迟未降下的雨水。他相信，即使表面上什么也看不见，生命仍然隐藏在土壤深处。

今天，教会也纪念爱尔兰传教主教圣基利安 (St. Kilian)。他与同伴离开故乡，前往今日德国法兰克尼亚地区传播福音。他同样是一位“寻找的人”——在陌生民族中寻找基督，并准备好甚至以殉道来作见证。他的一生，反映出一颗完全朝向上主的心，而这位上主早已先寻找了他。

今天的圣经，把这种渴望的运动呈现在我们面前：天主借着欧瑟亚先知呼唤说：“你们应寻求上主，直到祂来，给你们降下正义的甘霖。”

圣咏也催促我们：“要不断寻求祂的圣容。”

而在福音中，耶稣召叫十二宗徒，并派遣他们出去，使我们明白：我们对天主的寻找，总是回应着天主对我们更早、更深情的寻找。

这正是今天圣言中的红线：天主与祂的子民之间，彼此寻找的爱。

然而，我们的心常常是分裂的。就像被召叫的十二宗徒一样，他们虽然蒙召，却仍挣扎于忠信之中；也像犹达斯，最终背叛了那位拣选他的主。

因此，在开始这台感恩祭时，让我们承认自己内心那些分裂的渴望，并祈求上主医治它们，好使我们能够成为全心全意的寻找。现在，让我们怀着谦卑的心转向祂，说：上主，求你垂怜。

## 讲道

有一次，一支山地救援队在清晨出发，因为一位远足者在偏远山区失踪，迟迟未归。天气恶劣，视线模糊，而时间每过去一小时，搜救就变得更加紧迫。然而，搜救人员依然坚持前行，因为他们相信：那位失踪的人依然值得被找到，依然有希望，依然被某个正在家中等待他的人深爱着。

他们的使命很简单：不要停止寻找，直到找到那失落的人。

这个画面，与今天的福音以及圣基利安的一生彼此呼应。圣基利安离开安稳的家乡，去寻找那些尚未认识基督的人。正如耶稣所拣选的十二宗徒一样，他被派遣，并不是因为他已经掌握了一切，而是因为他先被主找到了，并且无法将这份恩典只留给自己。

同一位派遣基利安的主，也派遣宗徒们，并且派遣我们进入世界。而贯穿这一切的红线，就是今天的信息：彼此寻找的爱——天主寻找我们，同时也召叫我们去寻找祂。

在欧瑟亚先知书和圣咏中，邀请十分清楚：  
“寻求上主”，“不断寻求祂的圣容”。

然而，福音却揭示了更深的一层：在我们开始寻找之前，我们早已被寻找了。

耶稣按着名字召叫十二宗徒，把权柄托付给他们，并派遣他们到以色列迷失的羊群那里去。但背叛的阴影，其实已经存在于这个团体之中。犹达斯并不是外人；他也是被拣选的一位。  
这个令人不安的事实提醒我们：接近耶稣，并不等于忠于耶稣。

召叫是个人性的，而回应同样也是个人性的。

圣基利安深深理解这种张力。他离开爱尔兰，并不仅仅是为了传播一种思想，而是为了回应那位早已占有了他的主。他的殉道，见证了一种即使遭受拒绝也不撤回的爱。

然而，福音并不是以失败结束的。即使十二宗徒的软弱与破碎，也成为复活之后仁慈重新建立他们的地方。

这再次显露出那条红线：彼此寻找的爱，不会因为人的软弱而被切断。

即使我们迷失，天主仍继续寻找；即使我们失败，我们仍一次又一次被邀请重新寻求祂。

有一位渔夫，在一整夜空网而归后回到了岸边。当他准备离开时，他注意到一个小孩站在附近，手里拿着一个清晨从他船上掉落的小物件。在海上苦苦寻找了许久之后，他却忽略了那已经被静静放在岸边、触手可及的东西。

他以为失去的，其实早已被找到，只等待着他去发现。

我们也是如此。那位派遣我们的主，同时也是先找到我们的主。而就在这个安静的真理中，天主的寻找与人心的寻找，成为同一个永无止息的爱行动。

## 祝福

愿上主降福你们，并坚强你们的心灵，  
使你们以真诚的心寻求祂，  
并以忠信的爱回应祂的召叫。

愿全能的天主降福你们：  
圣父、圣子 田、圣神。  
阿们。

## 带回家的省思

在你开始寻找天主之前，请记住：  
祂早已在寻找你——并且从不停止。

2026 7 月 9 日

纪念：常年期第十四周 (星期四)

读经：欧 11:1-4, 8-9; 玛 10:7-15

主题：圣奥思定赵荣及同伴殉道

天主早已在我们所领受与所给予的一切中工作

## 引言

一位学校老师在退休多年后，意外收到一封来信。信是一个她曾短暂教导过、几乎已经忘记的学生写来的。信中解释说，她当年在课堂上说过的一句鼓励的话，使那位学生在极其艰难的时候，没有放弃学业。

她完全不记得那一刻了；对她来说，那只是普通、几乎微不足道的一句话。然而，对另一个人来说，它却改变了一生。

今天，教会纪念圣奥思定赵荣及同伴殉道。他们在不同的时代与地方，为基督作证，甚至付出了生命的代价。他们的勇气提醒我们：福音常常以隐藏的方式运作——借着一句说出的话、一种奉献的生命，以及那些不计较回报而给予的恩赐。

今天的圣经向我们展示一位既温柔又派遣人的天主：在欧瑟亚先知书中，天主像父母扶抱孩子一样扶持以色列；而在玛窦福音中，主派遣门徒出去，除了信赖之外什么也不带，要求他们宣讲“天国临近了”，并白白地施予他们白白领受的一切。

贯穿这一切的红线是：天主早已在我们所领受与所给予的一切中工作。

然而，我们也承认，自己常常没有察觉天主在生命中安静的行动；或者我们迟疑，不敢相信自己所领受的已经足够去分享。

为了这些怀疑、自我依赖，以及错失爱的机会的时刻，让我们省察自己的罪过，并准备好庆祝这神圣的奥迹。

## 讲道

创世纪中有一个广为人知的故事，深深表达了今天圣经的情感核心。若瑟被兄弟们出卖为奴，甚至被弃置等死；然而后来，他却成为埃及拯救生命的工具。多年后，饥荒迫使他的兄弟来到他面前，他们认不出他，但他却认出了他们。那些曾背叛他的人，如今却依赖他的仁慈。

然而，若瑟并没有寻求报复；相反地，他谈论的是天主的安排：

“天主派遣我在你们以先来到这里，是为了保存生命。”

人原本想要造成伤害的事，天主却早已把它编织进一个更大的生命故事中。

这种隐藏的眷顾，也贯穿在今天的福音里。

耶稣派遣十二宗徒出去，除了信赖之外，什么也不带——没有财富、没有保障、没有多余的储备。他们被派去宣讲天国临近，并治愈与恢复生命。

就像若瑟一样，他们被邀请去发现：天主早已在所领受与所给予的一切中工作。即使是脆弱，也不会被浪费。

今天我们所纪念的圣奥思定赵荣及同伴殉道，正是活出了这样的真理。他们除了信德之外几乎一无所有，却勇敢前行，甚至付出生命的代价。

然而，他们的见证始终宣告：**即使在苦难中，天国依然临近。**

我们的诱惑，是以为使命必须建立在“拥有足够”之上——足够的力量、答案或掌控。但耶稣颠覆了这种逻辑。

福音并不是一种交易，而是一份早已领受的恩赐：

**“你们白白得来的，也要白白分施。”**

我们不是先赚得天主的爱，然后再去分享；而是把自己首先领受到的传递出去。若瑟是在事后才明白自己的苦难意义。门徒也是在被派遣之后，才真正明白他们的使命。

我们也常常只有在回头看时，才发现天主原来一直临在于那些曾经让我们觉得空虚与缺席的时刻中。因此，耶稣召叫我们：**在被派遣的当下就学会信赖，而不仅仅是在事后才看见意义。**

有时，我们拒绝白白领受，因为我们想掌控；有时，我们又迟疑于白白给予，因为害怕自己会变得空虚。然而，由天主赐予的东西，在分享时并不会减少；它反而会成为别人的生命。

有一个故事，说到一位年轻志愿者，只带着最基本的训练，前往一个偏远村庄服务。起初，他几乎什么也做不了。但他开始倾听、包扎伤口，并奉献自己所拥有的一切。渐渐地，其他人也加入了：有人带来物资，有人提供帮助。最后，在那里出现了一间原本不存在的小诊所。

后来，这位年轻人说，他原以为自己是去给予的，却发现自己也被派去领受——领受当地人的款待、智慧，以及信德。

这正是天国的模式：

白白领受的，成为白白给予的；

而白白给予的，又会以我们未曾预料的恩宠回到我们身上。

当我们继续举行这台感恩祭时，让我们祈求恩宠，使我们相信：天主早已临在于我们生命隐藏的线索之中，并愿意成为祂临在的工具。

## 祝福

愿上主降福你们，并加深你们对祂慈爱眷顾的信赖，使你们能够在自己的生命里认出祂的工作，并以慷慨的心分享祂的恩赐。

愿全能的天主降福你们：

圣父、圣子 田、圣神。

阿们。

## 带回家的省思

你从天主那里所领受的，已经足够了——

请信赖它、分享它，

你将会发现：恩宠在给予中不断增长。

2026 7 月 10 日

纪念：常年期第十四周 (星期五)

读经：欧 14:2-10；玛 10:16-23

主题：丹麦国王暨殉道者圣克努特四世

当我们为基督作见证时，我们从不孤单

## 引言

有一位小提琴家，曾在深夜独自在一间小教堂礼堂里练习。她演奏得非常优美，但每当她想象自己面对观众时，双手便开始颤抖。一天晚上，她向老师倾诉，自己害怕若公开演奏，会受到别人的评判。老师只是简单地回答：

“你早已是在为一位完全听见你的人演奏。”

今天，教会纪念丹麦国王暨殉道者圣克努特四世 (St Canute IV)。他选择对基督保持忠信，而不是追求权力带来的安全。他的一生提醒我们：信仰并不是一种私人的装饰品，而是一种公开的见证，即使这见证需要付出代价。

在今天的福音 (玛 10:16-23) 中，耶稣让门徒们为抵抗与误解作准备。然而，祂信息的核心并不是恐惧，而是信赖：当他们受考验时，圣神会借着他们发言。

我们也常常会在信仰变得“不方便”时保持沉默，或者当福音价值观受到文化挑战时变得迟疑。因此，当我们聚集在这里时，让我们祈求上主宽恕我们的恐惧与沉默，并在我们内重新更新为祂作见证的勇气。

## 讲道

有一位年轻基督徒，曾站在一位罗马官员面前。他被控拒绝向皇帝焚香献祭。

那位官员俯身对他说：“只要说出那些话，你就能平安活下去。”那年轻人迟疑了一下，并不是因为他不确定，而是因为他知道：真理有时比安全更加昂贵。

就在那片沉默中，圣神赐给了他勇气，于是他说：“我不能否认那位赐给我生命的主。”随后，他被带走了——但他并不是孤单的。

这一幕，正呼应了今天福音中耶稣的话：

“你们为了我的缘故，将被带到总督和君王面前……当人把你们交出去时，你们不要忧虑……因为那时说话的，不是你们，而是你们父的圣神在你们内说话。”

贯穿这篇福音的红线，简单却充满挑战：当我们为基督作见证时，我们从不孤单——圣神会在我们内说话。

耶稣并不是在为门徒准备一种舒适安逸的生活，而是在为他们准备一项使命：进入一个常常误解、甚至抗拒他们的世界。祂谈到家庭中的分裂、怀疑，以及迫害。这是非常现实的，而我们也不应该把它淡化。福音并不总是能轻易与每个时代的文化价值完全协调。这种张力，在每一个时代都存在。

在我们今天这个时代，正如圣克努特四世的时代一样，为信仰作见证仍然可能需要付出代价。克努特为了加强丹麦的基督徒生活，面对了反对，最终甚至殉道。他的勇气并不是建立在政治力量上，而是建立在对基督的忠信之上。

而支撑他的，正是今天福音中所应许的同一位圣神。  
然而，我们大多数人并不会面对戏剧性的考验。

我们的挑战往往更加安静：

当信仰受到质疑时，我们倾向于沉默；当基督徒价值观变得“不方便”时，我们想退后一步；或者把门徒生活缩减成一种纯粹私人的事情。

但耶稣并没有召叫一种隐藏起来的门徒生活。祂召叫的是一种稳定而坚定的勇气——一种更信赖圣神，而不是公众认同的勇气。

据说，在第二世纪，有一位信徒站在拥挤的竞技场中，明知只要否认信仰便可保命。然而，他却公开划了十字圣号。当群众开始骚动时，据说他说了一句话：“我不能隐藏那位从未向我隐藏自己的主。”就在那一刻，他的恐惧被信赖所取代，而他的见证本身也成为了祈祷。今天，那位曾借着殉道者发言的圣神，也依然安静地在我们内发言——

当我们选择宽恕而不是报复时；

当我们说真理却不带攻击时；

当我们毫不羞愧地坚持属于基督时。

就在这些地方，福音再次在我们的生命中成为血肉。

多年以前，在一所学校的走廊里，一位少年被朋友问道：“你现在还去参与弥撒吗？”短暂沉默之后，他微笑着简单回答：“是的。这对我很重要。”

没有发生什么戏剧性的事，没有掌声，也没有冲突。但就在那个平凡的时刻，信仰并没有被隐藏。它只是被真实地活了出来。

## 祝福

愿上主降福你们，并坚强你们的心灵，  
使你们永不被恐惧所战胜，  
而能信赖那位在你们内发言的圣神。

愿全能的天主降福你们：  
圣父、圣子 ✠、圣神。  
阿们。

## 带回家的省思

当你说出或活出你的信仰时，  
你从来不是独自一人——  
圣神早已在你内，赐给你所需要的勇气。

2026 7 月 11 日

纪念：常年期第十四周 (星期六)

圣本笃院长

读经：依 6:1-8；玛 10:24-33

主题：“不要害怕，你们比许多麻雀还贵重。”

## 引言

有一位土木工程师，曾负责监督一座大型悬索桥的建造。经过数月施工后，一位访客问他最担心的是什么。

他回答说：“不是那些你能看见的桥塔，而是隐藏在钢结构里的那些最小的螺栓。如果其中任何一个被忽视，整座桥的结构都会变得脆弱。”

访客深深惊讶：原来那些如此不起眼、甚至看不见的小东西，竟然如此重要。

这种对隐藏细节的专注，安静地呼应了今天教会所纪念的圣本笃院长的一种更深的精神。他所制定的《会规》，塑造了一个团体生活，在那里，没有任何事小到不能属于天主——每日的工作、沉默、祈祷，甚至桌子的摆设，都在天主面前生活，即“活在天主的注视下”。

在今天的第一篇读经中，依撒意亚被天主的神圣所震撼；而在福音中，耶稣却讲述一位连麻雀掉落都留意的天主。在敬畏与亲密、伟大与细微之间，我们被邀请重新发现：天主既无限超越我们，又无比接近我们。

这种张力，其实也存在于我们自己的心中。我们常常活得好像生命中的某些部分逃脱了天主的关注；又或者，好像我们自己根本无足轻重。

因此，当我们现在准备进入忏悔礼时，让我们承认那些曾怀疑天主照顾、未能信赖祂亲近的临在，或者忘记自己在祂眼中尊贵价值的时刻。

## 讲道

今天第一篇读经中，依撒意亚的神视以一种令人震撼的庄严开始。他看见上主坐在高高的宝座上，祂衣袍的边缘充满圣殿。

空气中回响着色辣芬的呼喊：“圣、圣、圣！万军的上主！”

依撒意亚最初的反应并不是安慰，而是一场危机：

“我有祸了！我是唇舌不洁的人。”

他越接近天主，就越意识到自己的渺小。

然而，正是这场相遇，预备了他的使命。

当天使用火炭触碰他的嘴唇后，恐惧便转化为准备回应：“我在这里，请派遣我！”贯穿整个经验的红线，简单却充满要求：“不要害怕，你们比许多麻雀还贵重。”

那位无限神圣的天主，同时也是亲自召叫人的天主。

在福音中，耶稣把这个真理表达得更加清晰。连一只麻雀的掉落，也不会逃过天父的注意。甚至我们头上的头发，也都被数过了。

这并不是诗意的夸张，而是耶稣揭示出天主关注的深度。如果天主连最小的受造物都临在其中，那么任何一个人的生命，就绝不可能是微不足道或被遗忘的。就在这里，恐惧开始失去它的力量。

在这篇有关使命的讲话中，耶稣三次重复：“不要害怕。”

恐惧会缩小我们对天主的认识，也缩小我们对自己的认识。

圣本笃在他的修道生活中，深深理解这一点。他的团体建立在对天主临在于平凡生活中的信赖上——在那里，祈祷、工作与弟兄共融，并不是逃避现实，而正是人与天主相遇，并逐渐拆除恐惧的地方。

因此，无惧地生活，并不意味着忽视危险或挣扎，而是把生命扎根于一个更深的真理：我们被天主完全而个人地认识着。而他的认识，并不是冷漠的观察，而是充满爱的关注。也正因为如此，即使面对敌意与误解，耶稣仍能说：

凡在人前承认祂的，他也要在天父前承认那人。

有一个故事，说到一位年轻护士，在一场严重危机期间，于一家拥挤的医院工作。她筋疲力尽，不堪重负，也曾想把自己的信仰隐藏起来，因为害怕被别人评判或轻视。然而，一天晚上，当她轻轻握着一位临终病人的手——那位病人身边没有任何家人——她轻声地为他祈祷。那位几乎失去意识的病人，微微握紧了她的手。

就在那一刻，她明白了：勇气并不是没有恐惧，而是在恐惧中，依然选择活得好像天主真的临在于每一个人生命的细节之中。

正如依撒意亚被派遣，正如门徒们被派遣，我们也同样被派遣——进入一个恐惧普遍存在、却永远不能成为最后答案的世界。

因为那位看顾麻雀的天主，也正在看顾我们。

## 祝福

愿上主降福你们，并使你们摆脱一切恐惧，  
使你们能够怀着对祂慈爱照顾的信赖而生活，  
并常常行走在祂的临在之中。

愿全能的天主降福你们：  
圣父、圣子 田、圣神。  
阿们。

## 带回家的省思

在你的生命中，没有任何事情小到不值得天主关注——  
所以不要害怕；  
你被深深认识，也被深深爱着。

- Translated by Vincent Gan, Jakarta