2026 11 月 29 日

纪念：将临期第一主日 (乙年)

读经：依撒意亚先知书 63:16b–17，19b；64:2–7;

圣保禄宗徒致格林多人前书 1:3–9;

福音：圣马尔谷福音 13:33–37

主题：醒寤警醒——主耶稣，求祢来临！

引言

有一次，一位灯塔管理员问他的年轻助手，为什么海面平静、看不见任何船只的时候，他仍然花那么多时间清洁灯塔的灯。年轻人回答说："因为我不知道什么时候会有船只需要这道光。我的职责就是让灯光一直亮着！"

今天，我们开始新的礼仪年，进入将临期第一主日。教会邀请我们的，不仅是计算距离圣诞节还有多少天，更是准备好自己，迎接基督的来临。就像那位灯塔管理员一样，即使生活看似平静，一切似乎如常，我们也必须让信德之光继续在心中燃烧。

今天的读经给我们带来三个重要的信息：

- **读经一取自依撒意亚先知书**：表达了人类对天主深切的渴望，并提醒我们：我们是陶工手中的泥土，而天主就是那位神圣的陶工，祂能够重新塑造我们的生命。

- **读经二取自圣保禄宗徒致格林多人前书**：圣保禄向我们保证，天主是信实的；在我们等待耶稣基督显现的日子里，祂必会坚固我们。

- **福音中**，耶稣命令我们要醒寤警醒，因为我们不知道家主什么时候回来。

这些读经邀请我们以更新的望德、更深的信德和真诚的悔改，开始将临期。天主并没有完成祂在我们身上的工程；祂的恩宠能够重新点燃已经冷淡的心，治愈受到创伤的生命，并改变已经偏离正道的一切。

当我们进入这神圣的季节时，让我们扪心自问：基督的光是否仍然在我们的心中明亮地燃烧？我们是否留心天主的临在，以及身边人的需要？还是我们已经让各种分心的事、怨恨和冷漠，使自己的灵性陷入沉睡？

让我们承认自己的过失，寻求天主的慈悲，并准备好自己的心灵，迎接那位前来拯救我们的主。

讲道

引言——单单等待是不够的

有一个人为了搭乘一班重要的火车，很早就来到火车站。他满怀信心地认为自己有充足的时间，于是坐下来，打开报纸，开始阅读。他听见广播里的通知，却没有特别留意。等到他终于抬起头时，火车已经开走了！

他向铁路工作人员抱怨说："为什么没有人叫醒我？我一直在等我的火车啊！"

工作人员回答说："先生，您确实在等火车，但是您并没有留心火车什么时候到来！"
亲爱的主内兄弟姐妹们，等待和警醒之间有很大的区别。我们可能期待某件重要的事情，却因为心不在焉而错过它。

这就是为什么耶稣今天对我们说："**你们要当心，要醒寤**！"将临期不仅仅是等待圣诞节的来临，更是让自己保持清醒，好能认出基督何时来到我们中间。

1. 将临期——为耶稣预备一个居所

今天，我们开始新的礼仪年。世界以喧闹和烟花来庆祝新年的开始；教会却以宁静的方式，在一支将临期蜡烛的光照下，开始新的礼仪年。世界已经开始庆祝圣诞节，但教会邀请我们放慢脚步，安静下来，用心聆听。我们可能忙着装饰家园、准备美味佳肴、购买礼物，却忘记预备最重要的地方：我们的心灵。

有一次，一位老师问学生们，圣诞节前应该准备些什么。孩子们回答说：“圣诞树！”“礼物！”“圣诞蛋糕！”
其中一个小男孩回答说：“我们应该为耶稣预备一个地方。”
老师问他：“在哪里预备呢？”
他回答说：“在我们的心里。否则，耶稣就没有地方可以住了！”
这是多么简单却又深刻的回答！

将临期邀请我们为基督腾出空间，清除心中的怨恨、苦毒、自私，以及一切使我们忙碌得无暇亲近天主的事物。

2. 我们内心对天主的深切渴望

想一想那些在机场等待多年未见、即将回家的子女的父母；或者那些焦急地守候在手术室外，等待亲人消息的家属。
等待使我们看见，我们是多么深切地需要那位我们正在等待的人。

将临期提醒我们，在一切活动和成就的背后，我们的心灵始终渴望天主。
圣奥斯定曾以优美的话语表达这种渴望：“主啊，我们的心若不安息在祢内，便永远得不到安宁。”
依撒意亚先知替我们表达了这种渴望：“愿祢裂天而降！”
初期基督徒则祈祷说：“主耶稣，请祢来！”

让这句话成为我们在将临期中的祈祷——当我们忧虑时，当我们的家庭遭遇困难时，当我们感到孤独时，以及每当我们需要天主的临在时，都向主呼求：“主耶稣，请祢来！”

3. 天主能够使我们的寒冬迎来春天

依撒意亚先知坦诚地描述了我们灵性的状况：“我们都像树叶一样枯萎了。”有时候，我们的祈祷变得机械化，怨恨在心中扎根，或者我们忙碌得几乎没有时间亲近天主。我们的灵性生命也可能经历一个寒冬。

有一棵老树，在冬天看来完全枯死了。有人建议把它砍掉，但园丁却说：“再等等。这棵树并没有死，它只是在等待春天。”
春天来到时，树枝上终于冒出了嫩绿的小芽。

这给我们一个重要的启示：我们不应该太快地判断自己或他人。天主看到的不仅是我们今天的模样，也看到祂的恩宠明天能够使我们成为什么样的人。
冬天并不是故事的结局，春天仍然有可能来到！

依撒意亚先知继续使用另一个优美的比喻说：“我们是泥土，祢是陶工。”
有一个年轻人曾经问一位制陶大师，他花了多长时间才制作出一个如此美丽的花瓶。
陶工回答说：“四十年。”年轻人感到十分惊讶。
陶工解释说：“我花了四十年，才成为一个能够制作出这个花瓶的人。”

天主耐心地通过我们的喜乐、失败和挣扎来塑造我们。
我们可能抗拒祂的双手，但将临期邀请我们敞开心扉，让祂在我们身上工作。
我们尚未完成，天主也尚未完成祂在我们身上的工程！

4. 天主是信实的——让信德的火焰继续燃烧

圣保禄宗徒向格林多的基督徒保证说："天主是信实的。"尽管他们当中存在分裂和软弱，圣保禄仍然给予他们这样的保证。
他们的失败并没有使天主的恩宠失效，我们的失败也同样不会使天主的恩宠失效。

想一想，一块原本在熊熊烈火中燃烧的木炭，被拿到火堆之外，很快就会冷却下来。但是，当它重新放回燃烧的炭火中时，它又会开始发红发亮。

当我们远离祈祷、感恩圣祭和天主圣言时，我们的信德也可能逐渐冷淡。然而，当我们重新回到主的身边时，信德的火焰就会再次燃烧起来。

在这个将临期，让基督重新唤醒我们内心那些可能已经减弱的恩赐：祈祷、仁慈、同情、宽恕和信德。
天主的信实远远超过我们的失败。

5. 保持醒寤——在他人身上认出基督

我们的世界充满了各种警报系统：汽车会提醒我们注意危险，烟雾警报器会提醒我们注意火灾，手机会提醒我们收到信息。
但是，耶稣要求我们检查自己内心的警报系统。
我是否察觉到自己正在逐渐远离天主？我是否留意到自己正在用言语伤害别人？当别人受苦时，我是否变得冷漠无情？

有一个男人每天早晨乘坐巴士时，都会看见一位年长的妇人。
有一天，他发现那位妇人看起来特别忧伤。他没有低头继续看手机，而是主动问她："太太，您还好吗？"
那位妇人顿时哭了起来。原来，她的丈夫最近去世了，而那天早上，她一直没有和任何人说过话。
她感谢他说："今天没有一个人跟我说过话。"
后来，那位男士说："我原以为是我在帮助她，但其实是她教会了我什么是真正的醒寤。"

基督可能透过一位孤独的邻居来到我们身边，透过一位需要我们宽恕的家庭成员来到我们身边，也可能透过一位默默承受痛苦的人来到我们身边。
祂在感恩圣祭中临在于我们中间，也借着祂的圣言与我们相遇；但祂也透过那些需要我们关爱的人来到我们身边。
基督徒的醒寤，就是在平凡的人身上认出基督的临在。

6. 积极地等待——迈出下一步

将临期的等待不是消极被动的。
在福音中，家主离开时，把自己的仆人交托在各自的岗位上，并期望每个人忠心完成所托付的工作。
我们也必须在等待主来临的过程中，忠实地履行自己的责任。

一位母亲等待着长期离家、即将回来的儿子。她并不是坐在那里无所事事。她打扫房子，准备儿子最喜欢的食物，并整理好他的房间。
她的等待，是透过爱与行动表达出来的。

因此，我们对基督的等待也必须是积极的：我们祈祷、宽恕、服务他人、鼓励别人，并安慰受苦的人。也许，在这个将临期，我们需要迈出的下一步，就是重新恢复祈祷生活、领受和好圣事、与某人修和、探望一位病人，或者打电话给一位孤独的人。
我们不必今天就解决所有的问题。我们只需要与基督同行，勇敢地迈出下一步。

结论——天父知道前面的道路

有一个小女孩和父亲一起乘车经过乡间。
天色渐渐暗了下来，她问父亲：“爸爸，你看得见前面的路吗？”
父亲回答说：“看得见，亲爱的。”
接着，她又问：“你看得见一直通往我们家的整条路吗？”

父亲微笑着回答：“不，宝贝。但我看得见足够的路程，能够安全地带我们回家。”
小女孩靠近父亲，说：“没关系，爸爸。我不需要看见整条路。我只需要知道，是你在开车就够了。”

亲爱的主内兄弟姐妹们，这就是信德。

我们不知道明天或即将到来的新一年会带给我们什么。有时候，道路会变得黑暗，我们也可能无法明白天主正在做什么。
但是，我们知道是谁在引领我们。我们的天父知道前面的道路！

让我们以希望而不是恐惧来开始将临期；以信赖而不是焦虑来迎接将来的日子。让我们不只是为圣诞节预备自己的家，更要为基督预备自己的心灵。

愿我们的祈祷是：“主耶稣，请祢来！求祢进入我们的家园、我们的家庭、那些受到创伤的人际关系，以及我们的心灵。

当祢来临时，愿祢发现我们醒寤着、警醒着、忠信着，并准备好迎接祢。”
阿们。

祝福礼

愿那位以慈爱塑造你们生命的天主，以祂的恩宠坚固你们，使你们的心灵因祂的临在而苏醒，并使信德的火焰常常在你们心中燃烧。

愿祂赐给你们耐心等待的毅力、在他人身上认出基督的智慧，以及在各种境遇中保持忠信的勇气。

愿全能的天主，圣父、圣子✠、圣神，降福你们。
阿们。

带回家的默想

不要只是等待基督的来临；要以随时准备迎接祂的心，度过每一天！

2026 11 月 30 日

纪念：将临期第一周 (星期一)

读经：依撒意亚先知书 2:1–5; 福音：圣玛窦福音 8:5–11

主题：主啊！祢只要说一句话：一段谦卑、信赖与治愈的旅程。

引言

有一个小女孩曾经在花盆里种下一颗小小的种子。每天早晨，她都会为它浇水，尽管看起来什么变化也没有。她的哥哥嘲笑她说：“为什么你一直为一颗没有生长的种子浇水呢？”
她回答说：“因为我相信，即使我看不见，泥土下面仍然有一些事情正在发生！”

信德就是即使我们还看不见成果，仍然信赖天主正在我们生命中工作。

亲爱的主内兄弟姐妹们，今天，我们怀着这样的希望与信赖，开始将临期的旅程。

在读经一中，依撒意亚先知向我们展示了一幅美丽的景象：万民都涌向上主的圣山，在那里，天主将建立和平，并教导人类按照祂的道路生活。凡在天主的光明中行走的人，都将成为祂和平的工具。

在福音中，一位罗马百夫长怀着非凡的谦卑和信心来到耶稣跟前，相信主只要说一句话，就足以治愈他的仆人。耶稣对他的信德感到惊讶，并宣告说："在以色列，我从未见过如此大的信德。"

这些读经向我们揭示了将临期的核心意义：一段走向基督的旅程，因为祂带着治愈的临在来到我们中间。就像那位百夫长一样，我们蒙召以谦卑和信赖的心来到祂面前，相信祂的话语能够改变即使是最艰难的处境。

当我们准备迎接主的来临时，让我们扪心自问：我们是否真正行走在祂的光明中？我们是否信赖祂的话语？我们的心是否足够谦卑，好能迎接祂？

让我们承认那些信德软弱、信赖不够完全，以及生活远离祂的道路的时刻，并怀着坚定的信心寻求祂的慈悲。

讲道

有一位灯塔管理员曾经注意到一艘船正在猛烈的暴风雨中挣扎。船长发出讯息，请求指引方向。管理员回答说："跟随灯塔的光，它会安全地引领你驶进港口。"
船长无法控制暴风雨，但他可以信赖那道光。
这就是将临期要传达给我们的信息：我们或许无法控制生命中的风暴，但我们永远可以跟随基督的光明。

在读经一中，依撒意亚先知向我们展示了一幅美妙的景象：万民都将涌向上主的圣山。人们将学习天主的道路，刀剑将变成犁头，各国也不再学习战争。
这是多么美丽的将临期愿景！

天主不愿意看到一个被仇恨、暴力和分裂所统治的世界。祂邀请我们行走在祂的光明中，成为修和与和平的工具。

但是，我们应该如何开始这段旅程呢？

福音透过一位罗马百夫长给了我们答案。他的仆人病得非常严重。他来到耶稣跟前，并不是提出要求，而是恳切地请求祂帮助。
当耶稣表示愿意到他家中去时，百夫长回答说：
“**主啊！我当不起祢到舍下来；祢只要说一句话，我的仆人就会好的。**”

耶稣对他的信德感到惊讶。

这位百夫长教导我们两个重要的功课。

第一：**谦卑**。
他明白自己没有资格向耶稣提出任何要求。他怀着一颗开放而信赖的心来到主面前。

第二：**对天主圣言的信心**。

身为一位军官，他明白权柄的意义。他知道，一道命令的效力，并不取决于发出命令者是否亲自出现在现场。他相信耶稣拥有远远超过他自己的权柄。

有一位农夫曾经说过："我无法命令雨水降下来，但我可以预备好土地。"
这正是我们在将临期应该做的事：我们无法控制生命中发生的一切，但我们可以预备自己的心灵，领受天主的恩宠。

每当我们领受圣体圣事时，我们都会重复百夫长的话：
"主啊！我当不起祢到舍下来……"
这些话提醒我们：谦卑为恩宠敞开大门，而信德则使我们准备好领受主。

有一位年长者曾经说过："当我看不见前面的道路时，我就更加紧紧地握住那只引领我的手。"

亲爱的朋友们，我们可能不知道明天会发生什么，但我们知道是谁掌握着我们的明天。让我们行走在祂的光明中，以谦卑的心来到祂面前，并信赖祂的话语。愿耶稣也能在我们身上找到那份曾经使祂对百夫长感到惊讶的信德。

祝福礼

愿那位召叫你们行走在祂光明中的上主，坚固你们的信德，并在整个将临期的旅程中引领你们的脚步。

愿祂赐给你们百夫长般的谦卑、信赖祂圣言的坚定信心，以及成为祂治愈与和平工具的恩宠。

愿全能的天主，圣父、圣子✠、圣神，降福你们。
阿们。

带回家的默想

我们或许不知道天主将如何行动，但我们知道，祂只要说一句话，就已足够。

2026 12 月 1 日

纪念：将临期第一周 (星期二)

读经：依撒意亚先知书 11:1–10

福音：圣路加福音 10:21–24

主题：上主，求祢开启我们的眼睛：赐给我们看见并认出祢临在的恩宠。

引言

有一位游客曾经参观一座美丽的大教堂，并欣赏着那些壮丽的彩绘玻璃窗。白天时，他觉得这些玻璃窗看起来相当暗淡、平凡，并没有什么特别之处。但是，当阳光透过玻璃窗照射进来时，整座教堂顿时充满了绚丽夺目的色彩。

一位年长的管理员微笑着说：“先生，玻璃窗并没有改变，真正不同的是有光从它们透射进来了！”

信德就是那道光，使我们能够看见天主的美善，即使别人看不出任何特别之处。

亲爱的主内兄弟姐妹们，在我们继续将临期的旅程时，今天的礼仪邀请我们开启自己的眼睛和心灵，好能认出天主临在于我们当中。

在读经一中，依撒意亚先知宣告：由叶瑟的树墩上，将要生出一根嫩芽。这位预许的默西亚将充满上主的神，并建立一个充满正义、和谐与和平的国度。世人看见的只是一棵已经枯死的树墩，天主却看见新生命的开始。

在福音中，耶稣因圣神而欢欣，并赞美天父，因为祂将天国的奥秘启示给谦卑如同小孩子的人。祂对门徒说：“看见你们所看见的，那眼睛是有福的。”

这些读经提醒我们，将临期不仅仅是等待基督的来临，更是学习在祂来临时认出祂。我们需要信德的眼睛来发现祂的临在，需要门徒的耳朵来聆听祂的话语，也需要孩子般的心灵来接受祂的爱。

因此，让我们祈求上主除去我们因骄傲、冷漠和对信仰事物习以为常而产生的盲目，使我们能够以更新的惊喜和敬畏之心认出祂的临在。当我们承认自己未能看见祂、聆听祂，以及未能回应祂的过失时，让我们怀着谦卑的心寻求祂的慈悲。

讲道

有一位著名的画家曾经来到一个村庄，画了一幅美丽的日出图。
村民们都很欣赏这幅画，但有一位年长的妇人却久久地站在画前观看。
最后，她说：“我已经看过成千上万次日出，但这幅画却使我以不同的眼光重新看见日出。”

有时候，生命中最大的恩赐，并不是让我们看见一些全新的事物，而是教导我们以新的眼光重新看待那些熟悉的事物。

这正是今天福音所传达的信息。

耶稣因圣神而欢欣，并赞美天父说：
“**父啊！天地的主宰，我称谢祢，因为祢将这些事瞒住了智慧和明达的人，而启示给了小孩子。**”

耶稣并不是在谴责教育或智慧。
祂是在提醒我们，天主最深奥的奥秘，并不能单靠人的聪明才智来发现。我们也必须以谦卑、开放和信德的心去接受这些奥秘。

一个人可能对祈祷的一切知识了如指掌，却从来没有真正祈祷过。
有人可能从头到尾熟读圣经，却没有让天主的话语改变自己的生命。
认识有关天主的知识，并不等于真正认识天主。

读经一给我们呈现了一个美丽的景象：由叶瑟的树墩上，生出一根嫩芽。
原本看似枯死、毫无希望的树墩，却成为美妙新生命的开始。
上主的神将安息在这位预许的默西亚身上，为世界带来智慧、正义与和平。
这项许诺就在耶稣身上得到了圆满的实现。

耶稣并且对祂的门徒说：“**看见你们所看见的，那眼睛是有福的。**”

先知和君王都曾热切渴望亲眼看见门徒所看见的事。
而我们也同样领受了这份非凡的恩宠：我们拥有福音、感恩圣祭，以及认识基督的恩典。

然而，我们却是多么容易对神圣的事物习以为常啊！

有一位母亲曾经抱怨说，她的十几岁儿子从来不认真听她说话。
儿子回答说："妈妈，这些话我早就听过了！"
母亲温柔地回答："可是，你真的用心听过吗？"

也许，这正是耶稣今天要问我们的问题：
我们真的用心聆听过祂的话语吗？
我们是否在感恩圣祭中认出祂的临在？
我们是否仍然会为天主如此爱我们这件事实而感到惊叹？

将临期邀请我们重新观看、重新聆听，并再次相信。

有一位年长的神父曾经说过："我年纪越大，就越不敢声称自己认识多少天主；但我却越来越发现，自己是多么需要祂。"

亲爱的朋友们，让我们祈求拥有孩子般的眼睛、门徒般的耳朵，以及一颗永远向天主的奇妙作为敞开的心。

如此，我们才能真正明白耶稣所说的话：

“看见你们所看见的，那眼睛是有福的。”

祝福礼

愿那位透过依撒意亚先知预许救主的上主，以祂的智慧光照你们的心智，并使你们的心灵充满祂的平安。

愿祂赐给你们信德的眼睛，使你们认出祂的临在；赐给你们门徒的耳朵，使你们聆听祂的话语；并赐给你们孩子般的谦卑，好能欣然接受祂的爱。

愿全能的天主，圣父、圣子✠、圣神，降福你们。
阿们。

带回家的默想

信德不仅帮助我们看见更多，更教导我们在万事万物中看见天主。

2026 12 月 2 日

纪念：将临期第一周星期三

读经：依撒意亚先知书 25:6–10a

福音：圣玛窦福音 15:29–37

主题：把你所有的交在祂手中：那位以丰盛恩宠养育、治愈并满足人心的天主。

引言

有一位贫穷的农夫，曾经提着一小篮蔬菜，送给一位正经历困难的邻居。邻居看着那篮蔬菜说：“你自己所拥有的已经不多了，为什么还要把这些送给别人呢？”
农夫微笑着回答：“如果我一直等到自己拥有足够多的东西才愿意分享，也许我永远都不会与人分享。但是，如果我今天把自己所有的拿出来分享，至少会有人今天得到所需要的。”

慷慨并不是从我们拥有丰富的时候才开始，而是从我们愿意分享自己所拥有的开始。

今天的礼仪邀请我们默想天主充满慈悲的圣心。祂从不遗弃自己的子民，并且丰丰富富地供应他们一切所需。

在读经一中，依撒意亚先知宣告天主的许诺：祂将为万民摆设一场盛大的宴席，擦干他们所有的眼泪，消灭死亡，并为祂的子民带来永恒的喜乐。天主赐给人类的最终答案，不是痛苦，而是丰盛、治愈和生命。

在福音中，耶稣看到群众，心中充满怜悯。祂治愈了他们当中的病人，并用七个饼和几条鱼，喂饱了成千上万饥饿的人，直到众人都吃饱了，而且还剩下七筐。在耶稣的手中，看似不足的东西，竟然变得绰绰有余。

这些读经提醒我们，将临期是一个信赖天主慷慨慈爱的时期，也是一个让我们成为祂慷慨恩宠传递者的时期。那位在祂的圣宴中养育我们的主，也邀请我们把自己所拥有的恩赐，无论多么微小，都分享给那些渴望食物、关怀、鼓励和希望的人。

当我们聚集在主的圣桌前时，让我们省察自己的心是否向祂的慷慨慈爱敞开，以及我们是否愿意与他人分享自己所拥有的一切。当我们承认自己的自私、冷漠和缺乏怜悯之心时，让我们怀着谦卑的心寻求祂的慈悲。

讲道

有一个小男孩，曾经看见祖母正在为一些意外来访的客人准备饭菜。祖母打开橱柜，却发现家里的食物几乎不够吃。然而，她还是开始准备饭菜。
小男孩问她："奶奶，这么少的食物，怎么能够让每个人都吃饱呢？"
祖母微笑着回答："只要加入爱，我们总会有一些东西可以与别人分享。"

今天的福音正好向我们揭示了这种慷慨的精神，只不过耶稣所彰显的慷慨远远超过我们的想象。耶稣看见一大群人聚集在祂身边。他们把病人、瞎子、瘸子和受苦的人带到祂面前。

耶稣治愈了他们，但祂还注意到另一件事：他们饿了。

祂对门徒说：“**我很怜悯这一大群人。**”

这是多么美丽的一句话啊！它表达了耶稣怎样的一颗慈悲圣心！
祂看到的不仅仅是一大群群众，而是每一个有不同需要的人。
祂关心我们的身体痛苦，就如同祂关心我们灵性上的饥渴一样。

门徒看到的是一个难题：成千上万饥饿的人，却只有七个饼和几条鱼。
但是，耶稣看到的却是一个行奇迹的机会。
祂问门徒：“你们有多少个饼？”
祂拿起他们所有的食物，举目感谢天主，然后把饼擘开，分给众人。
每个人都吃饱了，而且还剩下七筐。
这个奇迹的开始，就是当我们把自己仅有的一点点，交在耶稣手中的时候。

有一位护士曾经说过，有时候，她能够给予病人最好的药物，就是简单地坐在病床旁边，握住病人的手。她无法治愈每一种疾病，但她能够使一个人感到不再那么孤单。

也许，这正是耶稣今天对我们的要求。
我们可能没有丰富的财富、非凡的才能，或取之不尽的资源。
但是，我们可以奉献一点时间、一双愿意聆听的耳朵、一句温暖的话语、一颗愿意宽恕的心，或一双愿意帮助别人的手。

这里还有一个关于感恩圣祭的重要讯息。
耶稣拿起饼，举目感谢天主，把饼擘开，然后分给群众。

在每一台弥撒圣祭中，祂都以生命之粮滋养我们。
但是，我们必须记住：**基督喂养我们，是为了使我们也能够喂养别人。**

依撒意亚先知许诺，将来天主会摆设一场盛大的宴席，并擦干所有人的眼泪。
我们每一个怜悯他人的行动，都是那天上盛宴的预尝。

圣德兰修女曾经提醒我们：**我们不必先看整个世界，才开始学习去爱；我们可以从眼前站在我们面前的那个人开始。**

亲爱的朋友们，耶稣并没有问我们拥有多少东西。
祂问的是：你愿意把什么交在祂的手中？
把你所拥有的交给祂，让祂使这一切成为别人的祝福。

祝福礼

愿那位以丰盛的美善养育祂子民的上主，使你们的心充满祂的慈悲，并坚固你们对祂眷顾与照料的信赖。

愿祂降福你们所奉献的一切，即使微小，也使你们的善行倍增，并使你们成为有需要的人获得滋养、安慰和希望的泉源。

愿全能的天主，圣父、圣子✠、圣神，降福你们。
阿们。

带回家的默想

在我们手中看似微不足道的东西，交在耶稣手中，却能成为丰盛的恩赐。

2026 12 月 3 日

纪念：将临期第一周星期四

读经：依撒意亚先知书 26:1–6

福音：圣玛窦福音 7:21，24–27

主题：在磐石上建立你的人生：聆听天主的话语，并切实地付诸实行。

引言

有一位船长曾经发现，船上的指南针指向了错误的方向。虽然海面平静，天气也十分宜人，但他立即调整了指南针的位置。
有人问他："既然一切都很顺利，为什么还要担心航行的方向呢？"
船长回答说："因为纠正航向的最佳时机，是在暴风雨来临之前，而不是暴风雨发生的时候。"

一段安全的航程，并不取决于海面是否平静，而是取决于我们所跟随的方向是否可靠。

亲爱的主内兄弟姐妹们，在我们继续将临期的旅程时，今天的礼仪邀请我们省察：我们究竟是建立在什么样的基础上来建设自己的人生？

在读经一中，依撒意亚先知宣告，天主是永恒的磐石，是所有信赖祂的人稳固的避难所。那座坚固的救恩之城，属于那些心志坚定、始终

信赖天主的人。凡信赖上主的人，都能找到世俗世界无法给予的安全与保障。

在福音中，耶稣向我们呈现了两位建筑者的比喻：一位把房屋建在磐石上，另一位却把房屋建在沙土上。两个人都听见了祂的话，但只有那位按照祂的话去实行的人，才能建立起经得起暴风雨考验的稳固基础。

单单聆听天主的话语是不够的；我们必须让祂的话语塑造我们的生活方式。
这些读经提醒我们，将临期是一个巩固信德根基的时期。当我们准备迎接基督时，必须问问自己：祂的话语是否真正引导着我们的选择、人际关系和日常行为？

因此，让我们省察自己的生命：我们是否建立在天主圣言这永恒稳固的基础上？还是已经让方便、自大和世俗价值观成为我们生命的根基？当我们承认自己未能按照所宣认的信仰去生活时，让我们怀着谦卑的心寻求上主的慈悲。

讲道

有一位年轻的音乐家曾经问他的老师：“怎样才能成为一位伟大的钢琴家？”
老师回答说：“关键不在于你在众人聆听时弹奏得多么优美，而在于没有人观看时，你是否仍然忠心地练习。”

这也正是真正的基督徒与那些仅仅在外表上显得虔诚的人之间的区别。

在今天的福音中，耶稣谈到两位建筑者。
一位把房屋建在磐石上，另一位却把房屋建在沙土上。
两个人都听见了祂的话，但只有一个人真正按照祂的话去实行。

耶稣指出了一个非常重要的区别：
聆听天主的话语，并不等于按照天主的话语生活。
我们可以参加弥撒、聆听优美的讲道、诵念祈祷文，并称耶稣为我们的主。但是，祂的话语是否真正影响我们对待家人的方式？
祂的话语是否使我们变得更加宽恕、诚实、忍耐和富有同情心？
信德真正的考验，不在于我们用口舌宣认什么，而在于我们在生活中实践什么。

读经一以一句优美的话描述天主："**祂是永恒的磐石**。"
人的承诺可能落空，世俗的安全保障可能消失，生活环境也可能改变。但是，天主永远信实不变。

一棵根系深厚的树，即使面对强烈的风暴，也能够屹立不倒，因为它的力量来自地下深处，那是没有人看得见的地方。
我们的基督徒生活也必须拥有这样深厚的根基：祈祷、信赖、宽恕、诚实，以及服从天主的圣言。

耶稣并没有应许我们的生命不会遭遇风暴。
疾病、丧亲之痛、家庭问题、失望和不确定性，都可能临到我们。

但是，当我们的生命建立在基督身上时，这些风暴就不一定能够摧毁我们。

有一位母亲曾经对孩子们说：“你们可能不总是明白，为什么我要求你们做某些事情，但你们可以相信，我所希望的都是为了你们好。”

圣母玛利亚正是活出了这样的信德。
当天使向她宣告天主的计划时，她并没有完全明白一切，但她却全心全意地将自己交托给天主：“愿照祢的话成就于我吧！”
她聆听、信赖，并付诸行动。
这正是我们在将临期所需要的信德。

亲爱的朋友们，不要等到困难来临时，才开始加强自己与天主的关系。
今天就祈祷！今天就宽恕！今天就修和！今天就实践福音！
每一个微小的忠信行动，都能使我们的生命根基更加稳固。
基督是我们的磐石，但我们必须作出选择，把自己的生命建立在祂身上。

祝福礼

愿那位永恒的磐石——上主，使你们的生命稳固地建立在祂的爱内。

愿祂在你们遭遇困难时坚固你们的信德，借着祂的圣言引导你们的抉择，并赐给你们勇气，将祂的教导付诸实行。

愿你们的家庭成为祈祷、宽恕与和平的地方；愿你们的生命在每一场风暴中，始终保持坚定不移。

愿全能的天主，圣父、圣子✠、圣神，降福你们。
阿们。

带回家的默想

不要只是聆听天主的话语，更要把自己的一生建立在祂的话语之上。

2026 12 月 4 日

纪念：將臨期第一週 (星期五)

读经：依撒意亚先知书 29:17–24；

福音：玛窦福音 9:27–31

主题：主啊！求祢开启我们的眼睛：使我们拥有超越黑暗、信赖基督的信德。

引言

有一位灯塔看守人，曾经看见一艘小渔船在黑暗中艰难地航行。他立刻打开灯塔的灯光。渔民虽然看不见港口，却看见了灯塔的光。跟随着这道光，他们平安地抵达了岸边。后来，一位渔民说：“这道光并没有使海岸离我们更近，却指引我们找到抵达海岸的道路。”

信德并不总是消除我们周围的黑暗，却能赐给我们一道光，引领我们继续前行。

亲爱的主内兄弟姐妹们，随着我们继续将临期的旅程，今天的礼仪邀请我们开启心灵的眼睛，认出基督就是那道光；祂引领我们走过人生中的种种不确定。

在读经一中，依撒意亚先知宣告了一个救恩的时代：瞎子将看见，聋子将听见，谦卑的人将因上主而欢欣，贫困的人将因以色列的圣者而喜乐。天主应许要使人类的软弱成为彰显祂荣耀的机会。

在福音中，两个瞎子跟随着耶稣，不断恳求祂的怜悯。
耶稣问他们：“你们信我能做这事吗？”
他们满怀信心地回答：“是的，主啊！”这份信德成为他们获得治愈的门径。虽然他们肉眼失明，却能以信德的眼睛认出耶稣。

这些读经提醒我们，将临期是一段从黑暗走向光明的旅程。我们或许无法时常明白自己所处的境况，但仍然可以藉着祈祷、坚持和信赖，亲近基督。祂邀请我们不但为身体的需要寻求治愈，也要克服灵性上的盲目；这种盲目使我们无法认出祂的临在，也看不见别人的需要。

因此，让我们扪心自问：我们是否真正看见天主在我们生命中的作为？我们是否以基督充满怜悯的眼光看待他人？让我们承认自己的灵性盲目、疑惑和缺乏恒心，谦卑地寻求祂的仁慈。

讲道

有一次，一场停电使一个小女孩感到非常害怕。她的父亲点燃一支小蜡烛，放在桌子上。
小女孩望着蜡烛，问道：“爸爸，这么小的一支蜡烛，真的能够战胜所有的黑暗吗？”

父亲微笑着回答：“它不需要战胜所有的黑暗；它只需要照亮我们所在的地方。”

有时候，一点点光明，就足以带给我们希望。

在今天的福音中，两个瞎子跟随着耶稣，大声呼喊：“达味之子，可怜我们吧！”他们虽然无法用肉眼看见耶稣，却能以信德的眼睛认出祂。

耶稣问了他们一个意义深远的问题：“你们信我能做这事吗？”
他们简单地回答：“是的，主啊！”
于是，耶稣摸了他们的眼睛，说：“照你们的信德，给你们成就吧！”
他们的眼睛便开了。

请留意，耶稣并没有先问他们懂得多少、信心有多坚强，或是否完全明白一切。祂问的是他们是否相信。
这正是今天福音的核心。信德，就是即使我们看不清楚，仍然信赖耶稣。

有一位农夫，即使面对长期的旱灾，仍然继续播种。他的邻居问他：“既然没有下雨，你为什么还要播种呢？”他回答说：“因为我仍然相信，雨水终究会来。”

这就是坚持不懈。那两位瞎子教导我们：即使祈祷似乎没有得到回应，也不要轻易放弃。

有时候，我们会经历疾病、失望、孤独或不确定。我们祈祷了，但眼前的情况并没有立即改变。然而，天主看似沉默，并不意味着祂不在我们身边。

读经一给了我们一个美好的应许：瞎子的眼睛将要看见，聋子的耳朵将要听见，谦卑的人将要因上主而欢欣。

但是，还有另一种盲目，是我们必须克服的，那就是灵性上的盲目。我们可能看不见天主赐给我们的恩典，忽略他人的痛苦，或者因为某个人曾经伤害过我们，就拒绝看见他身上的美善。

将临期邀请我们祈求耶稣，不但开启我们的肉眼，也开启我们心灵的眼睛。
有一位母亲曾对她的儿子说："你有两只眼睛，可以看见这个世界；但你还需要一颗心，才能真正明白这个世界。"

亲爱的朋友们，今天耶稣也向我们每一个人提出同样的问题："你们信我能做这事吗？"

无论你正在经历怎样的黑暗，都要满怀信心地回答祂："是的，主啊！我相信。"因为信德的眼睛，总能发现那道黑暗无法战胜的光明。

祝福礼

愿开启瞎子眼睛、为行走在黑暗中的人带来光明的上主，以祂的智慧光照你们的心灵，并以祂的恩宠坚固你们。

愿祂在你们遭遇困难时赐予你们持久的信德，在前路似乎充满不确定时赐予你们希望，并赐予你们一颗充满怜悯的心，使你们看见身边人的需要。

愿基督——你们的光明和助佑——在整个将临期的旅程中，引领你们平安前行。

愿全能的天主，圣父、圣子✠、圣神，降福你们。
阿们。

带回家的默想

信德不需要看清整条道路；它只需要信赖那位引领我们前行的主。

2026 12 月 5 日

纪念：將臨期第一週 (星期六)
读经：依撒意亚先知书 30:19–21, 23–26；
福音：玛窦福音 9:35–10:1, 5a, 6–8
主题：我们白白地领受了，也要白白地施予：成为基督慈悲的工具。

引言

有一位年轻人，曾经看见一位年长的邻居提着两大袋沉重的杂货，走得十分吃力。他立刻主动上前帮忙。邻居向他道谢，并问他应该付多少钱。年轻人微笑着回答："什么也不用付。昨天有人帮助了我的祖母。今天，我只是把这份善意传递下去而已。"

最好的礼物，不是等待别人偿还，而是继续传递给别人。

亲爱的主内兄弟姐妹们，在我们结束将临期第一周之际，今天的礼仪邀请我们默观天主充满慈悲的圣心，并反省自己有责任把这份慈悲分享给他人。

在读经一中，依撒意亚先知向天主的子民保证：上主垂听他们的呼求，引领他们前行，供应他们的需要，并亲自包扎他们的创伤。天主从不遗弃祂的子民；祂始终是他们的治愈者、引导者和希望的泉源。

在福音中，耶稣看见群众，便对他们动了怜悯之心，因为他们困苦流离，就像没有牧人的羊群。祂治愈他们的疾病，宣讲福音，并派遣门徒继续祂的使命，同时提醒他们说："**你们白白得来的，也要白白分施**。"

这些读经揭示了我们将临期使命的核心：我们不只是等待基督的来临，更蒙召使祂的慈悲在世界上彰显出来。既然我们白白领受了祂的爱、

宽恕和治愈，就应当把这些恩典白白地分享给那些孤独、受伤、灰心和被遗忘的人。

当我们庆祝这台感恩圣祭时，让我们省察自己的心是否反映出基督慷慨的精神。我们是否曾怜悯受苦的人？我们是否不求回报地分享自己的恩赐？我们是否愿意为那些需要我们的人付出时间和关怀？让我们承认自己在爱德与服务方面的失败，并谦卑地寻求上主的仁慈。

讲道

有一位年轻的义工，曾经探访一所老人院。他注意到一位老人独自坐着，凝望窗外。义工走到他身旁坐下，问道："您愿意聊一聊吗？"老人回答说："不用，我只是希望有人陪我坐一会儿。"

有时候，最伟大的爱德行动，就是单纯地让自己陪伴在别人身边。

今天的福音向我们展现了耶稣充满慈悲的圣心。玛窦告诉我们，当耶稣看见群众时，便对他们动了怜悯之心，因为他们困苦流离，就像没有牧人的羊群。

耶稣看见的不是一群没有面孔的人，而是一个个有着创伤、忧虑、疾病和破碎希望的生命。祂教导他们，治愈他们，并向他们宣讲福音。

然后，祂转向门徒说："所以，你们应当求庄稼的主人，派遣工人来收祂的庄稼。"于是，祂派遣他们出去，继续祂的使命。

这里有一个重要的教训：耶稣愿意藉着我们去接触别人。
一个孤独的人，可能需要我们的陪伴。
一个悲伤的人，可能需要我们的关怀。
一个灰心的人，可能需要我们的鼓励。
一个病人，可能需要我们的祈祷和实际帮助。

我们常常祈祷说："主耶稣，请祢来！"但也许耶稣正等待着，藉着我们的善意，来到某个人的生命中。

读经一向我们保证："上主要包扎祂百姓的创伤。"圣咏也提醒我们，上主医治破碎的心灵。

但是，今天的福音也向我们提出一个挑战："你们白白得来的，也要白白分施。"

我们所拥有的一切，归根究柢都是天主赐予的恩典：我们的生命、信仰、才干、宽恕，以及最重要的——祂的圣子。
我们并不是靠自己的努力赚取天主的爱；我们是白白地领受了这份爱。因此，我们也不应要求别人先做些什么，才肯向他们施予善意。

有一位老师曾对学生们说："你们不一定能够送给每个人一份精美的礼物，但你们可以给予每个人一点尊重。"一位学生回答说："而且，这一点也不花钱！"

说得多么好！一个微笑、一双愿意聆听的耳朵、一次探访、一句鼓励的话，或一份真诚的祈祷，都能成为一份非凡的礼物。

亲爱的朋友们，将临期并不只是为圣诞节布置我们的家；更是预备我们的心，使我们的心成为基督慈悲的居所。也许我们身边正有人等待着一点善意。也许，我们正是耶稣所召叫的那群工人。
因此，让我们这样祈祷：
“主啊！求祢治愈我内心受伤的地方，并使用我去治愈别人。我从祢那里白白领受的一切，求祢帮助我也白白地施予他人。”

因为，只有当世界透过我们体验到基督的爱时，才能真正认出基督的慈悲。

祝福礼

愿医治破碎心灵、包扎祂百姓创伤的上主，以祂的慈悲充满你们的心，并在祂的爱内坚固你们。

愿祂开启你们的眼睛，使你们认出那些正在受苦的人；赐给你们慷慨的心，分享自己所领受的一切恩典；并使你们成为祂忠信的工具，为他人带来治愈与平安。

愿你们无论走到哪里，都能带去基督那充满慈悲的临在，尤其是带给那些感到被遗忘、孤独或遭受遗弃的人。

愿全能的天主，圣父、圣子✠、圣神，降福你们。
阿们。

带回家的默想

我们白白领受了天主的爱；让我们也藉着白白施予，使祂的爱在世上彰显出来。

- **Translated by Vincent Gan, Jakarta**