

# 将临期是什么？

将临期是圣诞节前的一个礼仪时期。在这段时间内，教会为了庆祝基督的诞生而做准备。本文旨在回答一些关于将临期的起源、意义和习俗的常见问题。

2024年11月29日

## 摘要

1. 将临期是一年中的哪个时候？
2. 这个礼仪期的特点是什么？

3. 圣母玛利亚在将临期的角色是什么？

4. 弥撒圣祭如何反映将临期？

5. 这个礼仪期是如何开始的？

6. 将临期的各种习俗

「将临期是我们迎接上主降来与我们相遇的时间，也是验证我们对天主的期待，展望并准备基督再临的日子。祂将会在我们庆祝圣诞时回到我们中间，那时我们将会纪念以卑微的人性身份降生成人的基督；然而每当我们愿意接受祂时，祂就会进入我们的心；祂还会在现世的终结时再来，‘审判生者死者’。」（教宗方济各，2017年12月3日三钟经前的讲话）

**1. 将临期是一年中的哪个时候？**

将临期是礼仪年的开始，「教会在整个礼仪年间，透过庆祝耶稣一生中的各项主要事件和庆祝救恩史来标志着

时间的流逝。」（教宗方济各，2020年11月29日三钟经前的讲话）将临期为期四周，从最接近11月30日的星期日的第一晚祷开始，到12月25日的第一晚祷结束。这段时间包括圣诞节前的四个主日。「在这四周中，我们蒙召要弃绝消极和习以为常的生活方式，而包要以培养希望，孕育对新的未来的梦想向前迈进。」（教宗方济各，2018年12月2日三钟经前的讲话）

这个时期分为两部分，每一部分都强调一个重要的信仰真理。第一部分在12月16日结束，重点在于默西亚的第二次来临。第二部分从12月17日到24日，主要是为即将到来的圣诞节做准备。这样，教会帮助信友紧记和反思那位在祂「第一次来临时，取了我们卑微的身体，完成祢预定的计划，为我们开辟了永生的途径，使我们在祂第二次光荣地来临时，终能获得我们日夜企盼，不敢希求的恩许。」[1]

## 与圣施礼华一起默想

又一个礼仪年度开始了，弥撒进台咏邀请我们思考一个与开始实践基督徒生活有着密切关系的问题：即我们各人所领受的召叫。「上主，求祢使我认识祢的法度，并求祢教训我履行祢的道路。」我们恳求上主引导我们，指示我们祂的芳踪，让我们步步跟随，好能圆满地遵守祂的诫命——也就是要实践爱德。（《基督刚经过》，1）

我们这就到了洗者若翰出生的家。依撒伯尔感激地赞颂其救主的母亲：「在女人中你是蒙祝福的，你的胎儿也是蒙祝福的。吾主的母亲驾临我这里，这是我那里得来的呢？」（路1：42-43）尚未出生的洗者就在他母亲的腹中雀跃……（参阅路1：41）玛利亚的谦虚在谢主曲中悉数倾出……而骄傲、曾骄傲的你我，答应今后一生谦虚。（《玫瑰经》，欢喜二端）

## 2. 这个礼仪期的特点是什么？

将临期被认为是礼仪年的一个「高峰」，因为它帮助我们好好准备在圣诞节迎接上主。同时，它引导我们去增强对基督第二次来临的期望，又提醒我们祂在圣体圣事中持续的临在。

「教会每年在举行将临期礼仪时，就在实现对默西亚的这种期待：借着参与对救主第一次来临的长期准备，激发信徒们对祂第二次来临的热切愿望。教会藉着庆祝前驱的诞生和殉道，认同他的愿望：'祂应该兴盛，我却应该衰微'（若 3：30）。」[2] 将临期是一个皈依和期望的邀请。

教会在将临期给我们提议的准备方式就是要踏上一个个人皈依的旅程。礼仪通过圣若翰洗者的形象把这条道路呈现在我们面前。在这位先驱者的带领下，我们开始一个摆脱罪恶和世故的旅程，「这种皈依涉及对所犯过之罪的痛悔，有着摆脱它们的愿望，和将它们永远排除在生活之外的意欲。」（教宗方济各，2020年12月6日三钟经前的讲话）只有这样，我们

才能引导自己去寻求天主和祂的王国，去与天主建立友谊和共融，这就是我们每一个人皈依的真正目标。

同时，这是一个对默西亚充满信心的希望时期。这种希望基于这个事实：

「上主常常都降来，祂总是在我们身边。祂有时候并不显露自己，但祂常常都降来。祂在历史中的某一个确实的时刻降临了，化身成人以承担我们的罪过 — 圣诞节纪念耶稣在历史中的某一个时刻第一次的来临 — 祂将会在世界穷尽之时作为普世审判者再度来临。」（教宗方济各，2020年11月29日三钟经前的讲话）

在将临期里，教会提醒我们，天主临在于人类的历史中，并且继续行动，以引导它去实现其在耶稣基督内的圆满。因此，我们祈求天主，而弥撒礼仪也同样提醒我们：「上主，祢使我们参与今天的盛宴而获得力量；求祢祝祐我们，能在尘世短暂的旅途中，

一心仰慕天主，追求永恒的财富。」

[3]

## 与圣施礼华一起默想

爱上耶稣基督的神圣人性。祂愿意相似我们，难道你不感到高兴吗？感谢耶稣以这个奇妙的方式表达祂的美善。（《炼炉》，547）

望德使我们肯定；天主以祂全能的旨意管理我们，给予我们所需，望德使我们察觉天主对人的俯就善意，包括你和我；祂常俯听我们，永不厌倦，祂关心你的快乐、成功、情爱，也关心你的忧虑、痛苦和失败，所以明知自己软弱也要对主有盼望；不论得意、失意皆要求天父仁慈的护佑，我们坚信自己的一无是处（要承认我们是零并不需要太大的谦逊）会转化成不可抗拒的力量，因基督是在一连串的零左边的壹字，祂把零变成天文数字。「上主是我生命稳固的保障，我还害怕何人？」

养成在每件事背后找寻天主的习惯，明白祂常在等我们、默观我们、要我们跟随祂，但不需放弃在世指派的工作地点，为了与主同行，我们在行走人生时，要时时警觉及有奋斗的决心。（《天主之友》，218）

我们的主耶稣如此深爱世人，以致降生成人，取了我们的人性，并居住在世人中间，每天与穷人和富人接触，与义人和罪人接触，与青年和老人接触，与外邦人和犹太人接触。祂对每一个人讲话：对那些向祂表示善意的人，也对那些只力求曲解祂的话和谴责祂的人。（《炼炉》，558）

### **3. 圣母玛利亚在将临期的角色是什么？**

一年到晚，弥撒礼仪都提醒我们童贞荣福玛利亚为全体信友做的转求，而将临期也不例外。童贞圣母照亮我们人生的旅途，成为「确切希望和安慰的凭证」[4]，使将临期成为一个真正迎接圣婴耶稣的准备时期。

12月8日是圣母无原罪始胎瞻礼日，这一天是在将临期第二周之内，这并非是一个巧合。这个节日提醒我们，童贞荣福圣母就是我们蒙召要成为的形象：「成为圣洁无瑕疵的。」（弗1：4）圣母始胎无染原罪，反映出活在恩宠中的人生、与天主结合，和远离罪恶的美丽。这份美丽吸引我们去过洁净的生活，脱离罪恶，敞开心扉迎接恩宠。正如教宗方济各所表达的：「玛利亚在起始时的情况，也将会是我们在终结时的情况。」（教宗方济各，2020年12月8日三钟经前的讲话）圣母以这种方式协助她在教会中的儿女们，走上将临期邀请他们走的皈依之路。

另一方面，圣母也是望德的榜样：对天主的坚定信赖，并且体现在服务他人上。在天使的传报中，玛利亚回答道：「Fiat! 愿照你的话成就于我吧！」（路1：38）她满怀信心地接受了天主的圣意：就是为了所有人的救赎而成为默西亚之母。随后，她起

程前去帮助她已经怀孕六个月的亲戚依撒伯尔（参阅路1：39）。之后，在圣婴诞生前不久，她必须从纳匝肋前往白冷，而我们可以推断，她在起程前就已经带备了一切必需品，以等候那一刻的到来（参阅路2：1-7）。

这只是几个场景，以划出圣母的望德，以及将临期所邀请我们去效法的：一个积极的望德。「因此，我们处于天主与人之间、人与人之间的一个『神圣的交换』中，在这个交换中，一切都在『诸圣的相通』内而属于所有人。这段福音呼召我们进入Fiat'愿照你的话成就于我吧'的大门：这就是它的邀请，这就是上主在将临期这个时候向我们延伸的恩宠之手。」[5]因此，对荣福童贞圣母的敬礼会帮助我们去保持一个积极的望德，去与她一起说：Fiat!

## 与圣施礼华一起默想

由于玛利亚是我们的母亲，所以对圣母的敬礼，能使我们成为她真正的儿

女，使我们的爱无限挚诚，返璞归真，不为私心所困；使我们能乐观愉快，知道任何事物都不能摧毁我们的希望。「路的终点，始于起步。你会发现自己被耶稣的圣爱彻底感化；其实，这正是对圣母玛利亚的信赖之爱。」这是我在多年前写在《玫瑰经》前言中的一句话。之后，我屡次切身经验到它的真实性。其中义蕴，在这里就不再详述了。我邀请你们自己去探索体验对圣母玛利亚的孝爱之情；请你们向她畅开心门，把一切喜怒哀乐都交托给她，求她帮助你认识耶稣，跟随耶稣。（《基督刚经过》，143）

我们自然都渴望与圣母亲密来往，因为她也是我们的母亲。我们对待圣母，像对待活着的人一样。因为死亡并没有胜过她。她的灵魂和肉身现在就与天主圣父，她的圣子，以及圣神同在一起。

天主教信仰视玛利亚为天主圣爱的殊恩标记。天主称我们为朋友；祂的恩宠在我们身上行动，把我们从罪恶中拯救出来，使我们在某程度上反映出基督的特征，尽管我们仍然是卑微软弱的尘土。我们不仅是天主许诺要拯救的遇难者，而且祂的救恩实际已在我们身上发生效力。我们与天主的关系，不像渴望光明的瞎子那样，在黑暗中愤懑哀怨；而是像孩子一般，对天父的爱深信不疑。

玛利亚向我们倾诉这份温情，这份信心和安全感。所以，她的圣名直达我们心中。我们与自己生母的关系，可以向我们示范，怎样与享有至甘饴圣名的圣母玛利亚相处。（《基督刚经过》，142）

#### 4. 弥撒圣祭如何反映将临期

在这段准备默西亚降生的时期中，弥撒圣祭的礼仪也变得生动起来，正如「礼仪引导我们去庆祝耶稣的降诞，同时它也提醒我们，祂每天都进入我

们的生命中，并且会在时间的终结时光荣地再临。」（教宗方济各，2019年12月1日三钟经前的讲话）将临期的各篇读经让我们见证救恩史中的一些时刻，在这些时刻里，上主重新燃起相信祂将会降临的人的望德，并且邀请他们保持警觉和悔改。因此，弥撒礼仪通过先知书、宗徒书信以及耶稣在福音中的教导等文字来强调这点。「细心地默想将临期礼仪的经文会帮助我们好好地做准备，好使上主的临在不会被视而不见。」（将临期：准备迎接主的来临）

让我们思考一下这个时期所选读了的福音。第一主日让人思考上主在时间的终结时的来临，即默西亚的第二次来临。在福音阅读中，耶稣邀请我们保持警醒，常常保持清醒，因为我们不知道上主何时会来。<sup>[6]</sup> <sup>[7]</sup>第二和第三主日则说明圣若翰洗者宣告默西亚的来临，并强调人必须皈依以迎接祂。<sup>[8]</sup>因此，教会邀请信友要忏悔

自己的罪过，并且要活在那知道耶稣基督正在陪伴着自己的希望之中。

另一方面，第四主日的重点是为主的第一次降临时做更加直接的准备。为此，弥撒礼仪选读了最为接近圣诞节的福音章节。其中包括天使分别向圣母玛利亚和圣若瑟宣告耶稣诞生的喜讯。<sup>[9]</sup> 教会以此方式敦促信众去体验与圣婴耶稣相遇的喜悦。「感谢耶稣：天主和祂子女的相遇，活化了我们的信仰，并且构成了它那独特的美丽。」（教宗方济各，《有关搭建圣诞马槽的意义和重要性》）

## 与圣施礼华一起默想

将临期来了。这是何等美妙的时期，让你更新你的渴望、你的相思之情，你对基督来临的真切期待 —— 期待祂每天在感恩圣祭中来到你的灵魂里。教会鼓励我们：Ecce veniet，祂快来临了！（《炼炉》，548）

如果你们逐页翻阅圣经，必会发现当中到处提到天主的慈爱。「祂的慈爱弥漫大地。」「上主的怜爱，恩泽子子孙孙」，「我们必有慈爱围护。祢是天主，是我的堡垒。」为援助我们，上主「的慈爱高达青天」，祂的仁爱不断「厚加于我们」。天主怜爱我们，犹如慈父，祂的仁爱「善良，有如大旱时的云雨」。耶稣基督的一生，是天主仁慈的纲领和摘要：「怜悯人的人是有福的，因为他们要受怜悯。」我主在另一场合又说：「你们应当慈悲，就像你们的父那样慈悲。」（《基督刚经过》，7）

## 5. 这个礼仪期是如何开始的？

教会在公元第四世纪开始过将临期，以它作为一个有别于礼仪年其他的时期。这一传统起源于希斯帕尼亚（古代西班牙）和高卢（古代法国），以苦修和忏悔为圣诞的庆节做准备。

自公元380年在西班牙萨拉戈萨举行的公议会起，就规定了信徒应该从12

月17日到1月6日期间每日参与教会的庆典。这段时间的普遍气氛是苦修、祈祷和频繁的聚会。这些做法根据位于高卢、米兰、希斯帕尼亚和英格兰不同地方的教会而有所不同，直到公元第六世纪，教会在罗马礼仪中引入了一个为期六周的将临期。及后，教宗圣额我略一世把这段时间缩短为四周。

随着时间的推移，将临期在罗马教会被加上了更大的意义。除了作为准备迎接我主的诞生外，将临期也是一个信友喜乐地期待上主在时间的终结时再度来临的时期。[\[10\]](#)

## 与圣施礼华一起默想

我们必须抛弃所有将我们与祂分开的忧虑；只有这样，基督才会在你们的思想，言语和心灵中，才会在你们的一举一动上，盖上祂的印记。你们的情操，工作，思想，言语，你们的整个生命，才会充满天主。

我们刚在福音中读到：「你们应当挺起身来，抬起你们的头，因为你们的救援近了。」将临期是希望之期。我们基督徒召叫的广阔领域，我们奠基于天主慈父临在的合一生活，必定能够，而且应当在日常生活实现。

（《基督刚经过》，11）

## 6. 将临期的各种习俗

民间的虔敬活动在各地的文化中以不同的方式展现。从将临期开始，信友们便实践各种帮助他们准备默想这个礼仪时期的各种奥迹的习俗。

一个广泛流传的习俗就是将临圈。它由松枝编制而成，形状像一个花环，上面扎有四根蜡烛：三根紫色和一根粉红色。信友在将临期内的每一个主日都会点燃蜡烛。紫色的蜡烛象征忏悔、皈依和警醒的精神。这种精神都是人在这个礼仪时期里所鼓励的，好为基督的降生做准备。粉红色的蜡烛用于将临期第三主日，代表着上主快将降生的喜悦。在每一间圣堂内，将

临圈会在弥撒圣祭中被点燃。在家庭里则是由全家人一起点燃，而且通常会伴随着与将临期相关的祈祷或圣歌。

另一种为主的诞生做准备的方法就是搭建一个马槽的场景。基督徒的家庭传统上在家中透过各个塑像来呈现耶稣诞生的奥迹。「耶稣诞生的场景就像活生生的福音，从圣经冉然升起。默观圣诞故事时，我们被邀请踏上一段灵性旅程，又被天主的谦抑自下所吸引：祂为了与众人会晤，而降生成人。」（教宗方济各，《美妙的景象》宗座书函）在这些场景前，一家人聚集在一起祈祷和唱圣诗，而它也构成其他虔敬行为的背景。

其他的传统则是在将临期结束前举行各种九日敬礼，例如墨西哥的Posadas、波多黎各和菲律宾的Aguinaldo弥撒、厄瓜多尔和哥伦比亚的厄尔尼尔九日敬礼，以及其他不同文化的许多做法。信友们总是着意

于极为妥善地为迎接圣婴耶稣而做准备。

「简而言之，将临期是一个准备的时刻，也是一个与基督相遇的动力。在我们前往白冷的旅程中，必须要在日常生活中所有层面去寻找耶稣。但是，要找到耶稣，我们必须'修直祂的途径。'究竟'修直祂的途径。」是什么意思呢？对于我们来说，就是要移除障碍物，以免阻碍上主来到我们、来到我们的灵魂、和我们的生命中。」

（范康仁蒙席，2020年12月7日）

## 与圣施礼华一起默想

有天主的仁慈，我们的保障是多么稳固！「他若向我呼号，我必俯听，因为我是仁慈的。」这是一个邀请，也是一个许诺，天主保证做到，绝不食言。「所以我们要怀着依恃之心，走近恩宠的宝座，以获得仁慈，寻到恩宠，作及时的扶助。」有天主的仁慈为我们开路对付成圣的敌人，它们必然束手无策，无能为害。我们若因自

己的过失和人性的软弱而跌倒，主必会前来救助，把我们搀扶起来。「你们已学会躲避怠惰，力戒骄横，日进于德，不做世俗物欲的奴囚，向往永生而轻视流光。然而由于人性的软弱，在这处境艰险的世途上，保持坚定的步伐不容易。为此，良医早已开下妙方，使你们不致迷路；那位仁慈的审判者，绝不会使你们因得不到赦免而失望。」（《基督刚经过》，7）

我们的天主 —— 耶稣基督，在白冷诞生！客栈已满，祂是生在马槽里的，而祂的母亲把祂用襁褓裹起，放在马槽里。

寒冷，穷困……我是若瑟的小仆人，若瑟多么好！他待我如同己出，甚至当我久久地把厄尔尼抱在怀里，对祂诉说甜蜜可爱的话时，他也一样原谅我。

我吻祂，你也吻祂！我轻摇祂入睡，为祂歌唱，称祂为我王，我爱，我

主，我唯一的，我一切的..... 圣婴多么美丽..... 而这一端过得多么快！  
(《玫瑰经》，欢喜三端)

[1] 罗马弥撒经书，将临期颂谢词

(一)

[2] 《天主教教理》，524

[3] 罗马弥撒经书，将临期第一主日，领圣体后经

[4] 罗马弥撒经书，童贞荣福玛利亚  
颂谢词 (四)

[5] 若瑟. 拉辛格 (2007) , The  
Blessing of Christmas, Herder.

[6] 参阅Ordination of the Readings  
of the Mass, 93

[7] 参阅谷13: 33-37; 玛24: 37-44;  
路21: 25-36

[8] 参阅谷1: 1-8; 玛3: 1-12; 路3:  
1-18; 若1: 19-28

[9] 参阅玛1：18-24;路1：26-38

[10] 参阅Abad Ibañez, J.A.

(1996) , La celebración del  
Misterio Cristiano, Eunsa

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/article/Jiang-Lin-Qi-Shi-Shi-Yao/](https://opusdei.org/zhs/article/Jiang-Lin-Qi-Shi-Shi-Yao/)  
(2026年2月1日)