

教宗要理讲授：尼苛德摩在与耶稣的相遇中找到希望

教宗省思了耶稣与尼苛德摩的相遇，由此指出，我们不要将自己关闭在僵化和习惯中，“生命在于转换的能力，以此找到爱的新方式”。

2025年3月19日

圣座新闻室3月19日公布了教宗方济各当天要理讲授的文稿，由于教宗目

前往就医，当天例行的公开接见活动暂停。在省思了“耶稣的童年”这个主题后，教宗开始论述“耶稣的生活：与人相遇”，当天是第一讲。教宗解释，在四部福音中记述了耶稣与人的相遇，我们从中看到，耶稣透过相遇赐予人希望的方式，因为这些相遇照亮了人的生命，带给他们希望。

教宗表示，《若望福音》第三章叙述了耶稣与尼苛德摩的相遇。这位犹太人的首领在夜间来到耶稣前，对于登门拜访，这个时辰非同寻常。教宗解释，夜间也许有一种象征性的意义，表明尼苛德摩的心境。他处在疑惑的黑夜中，看不到该当走的道路，显然需要寻找光明。《若望福音》一开始就写道：“那普照每人的真光，正在进入这世界。”（—9）尼苛德摩因此寻找耶稣，因为直觉到耶稣能照亮他心中的黑夜。

我们从福音的记述中可看到，尼苛德摩无法立刻理解耶稣对他说的话。在

他与耶稣的对话中存在不少误解和嘲弄。教宗指出，“尼苛德摩不明白耶稣对他说的话，因为他继续以自己的思维和范畴来思考”。他是个公众人物，是犹太人的首领之一。不过，他可能感觉到自己的情况不再对劲，自己生活中的某些事不再起作用。“他觉察到需要改变，却不知从何处做起”。

教宗由此省思道，“我们每一个人在生命的一些阶段中也会发生这样的事。若我们不接受改变，若我们将自己封闭在僵化、习惯或思索的方式中，我们就会丧失”。生命在于转换的能力，以此找到爱的新方式。事实上，耶稣向尼苛德摩谈到“重生”，这不仅可能，甚至在我们生命旅程的某些时刻有必要。渐渐地，尼苛德摩将能懂得这句话的涵义，即若由圣神在我们内造生一个新生命，我们就会重生。

教宗解释，他选择尼苛德摩作为“耶稣与人相遇”主题的第一讲，因为这个人以自己的生活表明，这种改变是可能的。尼苛德摩日后也做到了：他也在前去请求比拉多，为领取耶稣遗体的人的行列中（参阅：若十九39）！尼苛德摩最终见到了光明，得以重生，不再留在黑夜中。

教宗接著谈到，改变有时让我们感到惊恐。一方面，我们被改变所吸引，有时渴望改变，但另一方面，我们喜欢留在自己的安逸生活中。耶稣提醒这位以色列的师傅尼苛德摩，以色列人在旷野中行走时也感到恐惧。为了摆脱恐惧，他们必须瞻仰梅瑟悬在木竿上的铜蛇，因此保存了生命（户廿一4-9）。教宗表示，“唯有当面注视那令我们恐惧的事物，我们才得以摆脱恐惧”。

“尼苛德摩，如同我们所有的人，能够仰望被钉十字架的耶稣，战胜死亡的那一位，而死亡乃是我们所有恐惧

的根源。我们也要举目瞻仰被刺透的那一位，让耶稣与我们相遇。在耶稣身上我们找到了希望，面对我们生命中的转变，得以重生。”

(梵蒂冈新闻网)

Vatican Media

pdf | document generated
automatically from <https://opusdei.org/zhs/article/Jiao-Zong-Yao-Li-Jiang-Shou-Ni-Ke-De-Mo-Zai-Yu-Ye-Su-De-Xiang-Yu-Zhong-Zhao-Dao-Xi-Wang/>
(2026年2月10日)