

# 主日弥撒福音：「我却当不起解他的鞋带」

将临期第三主日福音（乙年）  
以及释义。

## 福音（若1：6-8,19-28）

曾有一人，是由天主派遣来的，名叫若翰。这人来，是为作证，为给光作证，为使众人藉他而信。他不是那光，只是为给那光作证。

这是若翰所作的见证：当时，犹太人从耶路撒冷派遣了司祭和肋未人，到他那里问他说：「你是谁？」，他明

明承认，并没有否认；他明认说：「我不是默西亚。」他们又问若翰说：「那麽你是谁？你是厄里亚吗？」他说：「我不是。」他们又问：「你是那位先知吗？」他回答说：「不是。」于是，他们问他说：

「你究竟是谁？好叫我们答复那派遣我们来的人。你自己说你是谁？」若翰说：「我是在旷野里呼喊者的声音：修直上主的道路！正如依撒意亚先知所说的。」被派遣来的有些是法利塞人；他们又问若翰说：「你既不是默西亚，又不是厄里亚，也不是那位先知，那么，你为什麼施洗呢？」若翰答复他们说：「我以水施洗，但有一位站在你们中间，是你们所不认识的；他在我以后来，我却当不起解他的鞋带。」这些事发生于约但河对岸的伯达尼，若翰施洗的地方。

---

## 释义

将临期第三主日的福音向我们讲述了洗者若翰对从耶路撒冷派来的司祭和肋未人所作的见证。在耶稣的时代，人们普遍期待默西亚即将来临。历史学家弗拉维奥·约瑟夫记载，当时甚至有许多人声称自己就是天主许下要解救其子民的默西亚。洗者若翰的圣德声誉卓著，犹太教当局决定公开询问他的身份。

福音圣史早已在序言中阐明洗者若翰的身份——他是「由天主派遣来的」，「是为作证，为给光作证，为使众人藉他而信」。对他的提问反映了当时普遍的信念：厄里亚会在默西亚来临前出现。后来耶稣告诉门徒们，事实上圣若翰确实可被视为厄里亚（参见玛17：12）。尽管在民众中享有崇高威望，圣若翰洗者却立即制止任何试图将他置于关注中心的意图。洗者若翰以自身为榜样，向人们宣讲必须保持深切的谦卑——这既是他对在场众人的要求，也是对今日我们持续的呼唤。正如圣施礼华所言：

明显地，我们需要不断的改进，更圆满的忠诚，更深切的谦逊，好使自己不再那么自私，并让基督在我们内心成长，因为：illum oportet crescere, me autem minui「他应该兴盛，我却应该衰微。」[1]

在反省整个将临期与今日的福音时，我们可回想罗马皇帝进入都城时那凯旋式的「来临」——伴随着大批随从甚至俘虏队伍的游行。相比之下，我们主在白冷城的「来临」或到来是如此地不起眼、如此地谦抑。即便在他生命的末期，当他在民众欢呼中进入耶路撒冷时，也只是骑着一头驴驹。我主不起眼的到来如今同样发生于圣体圣事中、在我们的日常职务中、在近人的需要之中。面对主一次次的「来临」，我们却可能因骄傲而蒙蔽双眼，让日常琐务挤占祂存在的空间。将临期的这一主日借着洗者若翰在旷野的呼声，邀请我们实践新的皈依，为主的到来进行妥当的准备。与此同时，将临期的这一主日提醒我

们：让基督在我们内增长，不会使我们变得渺小或忧伤。正如洗者若翰看见默西亚时充满喜乐，我们在这时期也当让喜乐日益增长。本笃十六世曾教导：「这个主日（称为『喜乐主日』），特别地邀请我们充满喜乐——这一主日的警醒不是忧伤而是欢欣的。真正的喜乐不仅是短暂的情绪状态，也非凭己力能达成；它是恩赐，源自与耶稣这位生活的位格的相遇，源自在我内心为引导生命的圣神腾出空间、接待祂。在此将临期，让我们坚定信念：主已来到我们中间，并不断更新祂那令人安慰、充满爱与喜乐的临在。」

「让我们将我们的人世旅程托付给无玷童贞玛利亚，她的心灵因天主我们的救主而欢欣。愿圣母玛利亚引导我们的心灵，在祈祷与善工中欢欣期待耶稣的来临。」[2]

[1] 圣施礼华，《基督刚经过》58

## [2] 本笃十六世，三钟经讲话，2011年12月11日

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/gospel/Zhu-Ri-Mi-Sa-Fu-Yin-Wo-  
Que-Dang-Bu-Qi-Jie-Ta-De-Xie-Dai/](https://opusdei.org/zhs/gospel/Zhu-Ri-Mi-Sa-Fu-Yin-Wo-Que-Dang-Bu-Qi-Jie-Ta-De-Xie-Dai/)  
(2026年1月11日)