opusdei.org

默想：将临期第一周星期三

一些可以帮助我们在这个将临期做祈祷的反思。

藉着祂的降生，主耶稣显示了祂对我们的爱

今天，耶稣继续来到我们处，特别是在圣体圣事中

精心准备去领圣体

藉着祂的降生，主耶稣显示了祂对我们的爱

「主啊，来吧，不要迟。」 [1] 在这些日子里，教会的祈祷充满着对基督来临的渴望，基督是我们期待已久的默西亚，我们的救主。 「看哪，天主必来拯救祂的子民; 那些准备好迎接祂的人有福了（参阅匝14：5）。 已经许多个世纪了，以色列人一直热切地期待救主的来临。 现在，祂诞生的奥秘如此临近了，我们都想充满渴望，怀着同一的期待去朝见我们的主。

天主通过祂独生子的降生成人，向我们显示了祂无限的爱：「如果主的降临不是为了显示祂对我们的爱，还会是为了什么呢？」 [2] 而这就是天父的慈爱，因为祂来是「使我们获得义子的地位（迦4：4-5）。」

主耶稣降生到世上，是为了把各种恩宠充满我们：「我所赐给你的，我不要求你付出代价。 相反，我希望我自

己成为你的债主，唯一的条件是要你希望能从我的一切中受益。 这个荣誉可以与什么相比呢？ 我是一个父亲、兄弟、配偶、家、食粮、衣着、根基; 我是你所希望的任何东西; 你会发现自己一无所缺。 我甚至会服事你，因为『人子来不是受服事，而是服事人（玛20：28）。』 我是一个朋友、成员和领导、和兄弟姊妹、母亲：我是上述的所有人，而我只想住在你内。 我为你而赤贫，为你成为乞丐，为你被钉在十字架上，为你被放在一个坟墓里; 在天上，我与天主圣父同坐; 而在地上，我是祂在你面前的使者。 对于我来说，你就是这一切：兄弟和同承继者、朋友和成员。 你还想要什么呢？」[3]

耶稣的一生是祂无限的爱，祂对我们的自我奉献的一个真实的表达。 那些接近过耶稣的人充分地体验到这一点。 今天弥撒的福音谈到有许多人来见耶稣，诉说他们的需要：「耶稣离开了那里，来到加里肋亚海岸，上了

山坐在那里。 于是有许多群众带着瘸子、残废、瞎子、哑吧，和许多其他的病人来到耶稣跟前，把他们放在祂的足前，祂便治好了他们（玛15：29-30）。」 我们的任何需要都不会让耶稣无动于衷。 我们的一切都是对祂的心的不断呼唤; 我们的喜乐和忧虑促使祂靠近我们。

今天，耶稣继续来到我们处，特别是在圣体圣事中

跟随着耶稣的群众是如此地满足，以至几乎没有意识到和祂在一起已经有三天了！ 主耶稣感动了。 祂对门徒说，我很怜憫这群众，因为他们同我在一起已经三天，也没有什么可吃的; 我不愿遣散他们空着肚子回去，怕他们在路上晕倒（玛15：32）。」 耶稣的慈爱不仅关注大问题，也关注平凡生活的日常需要。 祂不仅宣讲美丽的教训，而且亲自与祂遇到的每一个人一起活出它。

耶稣的关切是富有创意的，使祂关心群众在回家的路上可能出现的问题。 祂不满足于在他们三天里与祂一起时已经照顾了他们。 祂对他们幸福的关心促使祂采取行动。 凭借祂无限的大能，祂奇迹般地倍增祂手边唯一的东西——几个饼和几条鱼，并叫祂的门徒将它们分给群众（参阅玛15：35-37）。

今天和当时一样，耶稣被我们的需要所感动，并帮助我们解决它。 祂不想我们也因为缺乏灵性的食粮而变得虚弱。 主耶稣在山上等待那些想亲近祂的人来，并且给他们提供食物来喂养他们的肉身。 现在，祂在圣体内等候着我们。 我们也可以亲近耶稣，让祂知道我们的需要、我们的喜乐、和我们的理想。 当我们在与祂亲近的情况中度日子时，我们就会感受到祂温柔的爱。

精心准备去领圣体

「众人都吃了，也都饱了，把剩下的碎块收集了满满七篮子（玛15：37）。」 故事以此作结，清楚地表明在场的有四千多人。 默观着主耶稣慷慨的程度，可以帮助我们以最好的方式来准备接受祂在这个将临期想赐给我们的各种恩宠。 看到祂如此丰富地分施祂的恩赐，令我们充满希望。 我们告诉祂：主啊，来吧，我们的心灵正在等待祢。 来吧，因为我们的空虚需要祢的生命来填补至满泻。

在弥撒圣祭的读经一中，我们读到天主为人类准备救主盛宴的应许：「万军的上主在这座山上，要为万民摆设肥甘的盛宴，美酒的盛宴; 肥甘是精选的，美酒是醇清的。 在这座山上，祢要撤除那封在万民上的封面，那盖在各国上的帷幔。 祂要永远取消死亡，吾主上主要从人人的脸上拭去泪痕，要由整个地面除去自己民族的耻辱：因为上主说了。 到那一天，人要说：'看！ 这是我们所依赖拯救我们的天主; 这是我们所依赖的上主，我

们要因祂的救援鼓舞喜乐。』」（依25：6-9）。

这个天主的盛宴每天都在我们领圣体时成为现实。 因此，正如我们尽最大努力去准备迎接即将在白冷诞生的厄尔尼诺一样，我们也应该同样地为每天在圣体圣事中与基督相遇而做准备。 圣施礼华建议我们：「你是否曾想过，如果在你的一生里，只可以领一次圣体的话，那么，你会如何准备自己领受我主？ 我们必须感谢天主，因为祂让我们如此轻易地来到祂身边：但是，为了表示我们的谢意，我们应好好地准备自己去领受祂。」[4]

神领圣体也可以奇妙地表达我们每天对亲近和领受主耶稣的热切期望。 我们通过将自己与圣母玛利亚的内在气质结合起来以做到这一点：「主，我切望以圣母受孕时纯洁、谦逊和虔敬的心情..... 领受祢至圣的圣体。」 [5] 圣施礼华告诉我们：「请大家与我一起祈求圣母，帮助我们实现这一

切。」「请你们想像一下，在这几个月里，圣母是怎样期待圣子诞生的。我们的圣母玛到亚，将玉成你们为'另一基督，基督其人'——alter Christus，ipse Christus！」[6]

[1] 将临期第一周星期三的时辰礼仪，午时经的对答

[2] 圣奥思定，《教理初阶》，4

[3] 圣金口若望，《圣玛窦福音讲道集》，76

[4] 圣施礼华，《炼炉》，828

[5] 神领圣体经

[6] 圣施礼华，《基督刚经过》，11

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/

zhs/meditation/Jiang-Lin-Qi-Di-Yi-Zhou-Xing-Qi-San/ (2025年12月17日)