

# 默想：将临期第一主日（乙年）

将临期第一主日的默想。以下建议一些主题：每天重新开始；依靠着天主的恩宠；藉由信赖祂的助佑而皈依。

— 每天重新开始

— 依靠天主的恩宠

— 藉由信赖祂的助佑而皈依

---

**每天重新开始**

今天是将临期的开始。它是一段期待的日子，因为我们知道耶稣快要来临了。本主日的礼仪邀请我们在这上主将要降临的前提下去思考我们的生活：「全能的天主，求祢激发我们的心志，使我们切实履行正义，以迎接基督的来临，并蒙召选，聚合在祢的右边，获享天国永福。」[1] 我们的存在，那构成我们存在的每一天，完全都是一个等待的时日，直到耶稣到来带领我们到祂那里的那伟大的一天为止。因此，为了让我们好好准备这一天，睿智的教会勉励我们去恳求天主增加我们行善的愿望。

在今天的福音中，上主用一个比喻来给我们提供一个有关我们自己生命意义的线索：「正如一个远行的人，离开自己的家时，把权柄交给自己的仆人，每人有每人的工作；又嘱咐看门的须要醒寤。」（谷13：34）正如这个人把不同的工作交托给他的仆人们一样，天主交托给了我们看守祂的家园的责任。祂要我们全心全意地去关

心祂的家当，努力在我们的生活中和我们的周围播种美好。有一天——我们不知道是那天——上主会回来。当我们那天出去与祂相见时，我们会给基督的圣心带来多大的喜乐啊！直到这一天到来之前，我们要醒寤，因为我们不知道「家主什么时候回来：或许傍晚，或许夜半，或许鸡叫，或许清晨。」（谷13：35）

当我们站在这个深情地注视着我们的耶稣面前时，我们可以想一想，天主让我们参与祂的使命这个事实，显示出祂对我们的信任有多大。这个将临期可以是一个很好的机会，让我们思考一下上主托付给了我们的事工，看看我们是如何执行它。也许我们在为了得到这么多欢乐而感恩的同时，也意识到我们亦犯了一些疏忽。今天，我们可以遵循圣施礼华经常提的建议，决定重新开始处理这些疏忽：

「重新开始？是的，重新开始。我——我猜想你也是一样——每天、每

时、每次我发痛悔之情的时候，我都会重新开始。」 [2]

---

## 依靠天主的恩宠

「我对你们说的，我也对众人说：你们要醒寤！」（谷13：37）我们可能觉得上主这句劝告的语气过份地迫切。但它难道不是真的吗？人生苦短。时间如白驹过隙。由于我们的生活节奏常常是急迫的，我们可能会忽视了生活中的一些紧要的事。上主欲与我们同在，祂希望我们不要忘记祂，所以祂不断地呼唤我们。祂邀请我们醒寤，正是祂这种意欲的表现。如果我们在灵性上有点倦怠，或者是被许多表面上看似重要的和紧急的事情分散了注意力，祂这个邀请就是唤醒我们的一个方法。耶稣邀请我们再次品味什么才是不可或缺的。

「警醒吧！」上主慈爱地呼召我们去更新我们对圣德的渴望，重新归向天主。而圣保禄在弥撒读经二中提醒我们，我们圣德的行为并不单单取决于我们的努力，取决于我们的承诺：

「我时时为你们，对天主在基督耶稣内所赐与你们的恩宠，而感谢我的天主，因为借着祂，你们在一切事上，在一切言论和知识上，都成了富有的；并且我为基督所作的证言，在你们中是这样的坚定，以致你们已不缺少任何恩宠，只待我们的主耶稣基督的出现。」（格前1：4-7）

我们已经获得了天主的恩宠。这恩宠使我们更加富足。耶稣召叫我们与祂共融，而令人惊讶的就是，祂把自己作为礼物来奉献给我们，使我们藉此获得这新生命。我们可以借着认识这些真理来在外表上以及在内心里都好好地预备婴孩耶稣的诞生。上主希望我们能够充满祂的恩宠：祂的爱、祂的慈悲、祂的温柔、祂的谦卑、祂的力量，祂的超见 ... 将临期，这个期待

的日子，是我们给这恩宠敞开自己，全心全意地迎接它的时机。这样，我们最好的一方面，每个人最好的一方面就会呈现出来。我们可以用先知依撒意亚的话向天主表达这种愿望：

「上主啊！祢是我们的父亲；我们只是泥土，祢是我们的陶工，我们都是祢手中的作品。」（依64：7）

---

## **藉由信赖祂的助佑而皈依**

我们的生命就是天主赐予我们的奇妙礼物。在将临期这个特殊恩宠的时期，教会不断地提醒我们这个真理：你的生命是满盈充实的；上主用恩宠充满着你，祂想让你的存在变得非常美好；你要慢慢地观看和思考一下：难道这是不值得的吗？难道你没有体验到天主比其它任何使人窒息或令人的爱情退却、带有伤害性和使人烦厌的东西更加有价值吗？

「在这个常常过份地顾念个人的福乐的社会里，信仰帮助我们举目向上，以发现自己生存的真实维度。如果我们怀有福音，那么我们在世界上的过渡就会结出果实。」 [3] 我们举目向上，重新发现我们生命的真实维度，在我们经过的地方留下痕迹，结出硕果。这可以成为将临期的一个好计划。要这个意愿能够在我们每个人的身上成为现实，我们可以用《圣咏》中的一句话来请求上主：「天主，求祢使我们能以复兴，显示祢的慈颜，好拯救我们。」（咏80：4）

皈依首先是一个恩宠：它是让我们能够看得见的真光，让我们能够有意志的力量。我们意愿仰望天主的面庞，以获得祂的救恩。我们知道，我们的悲凄和有限并不能规范着我们。相反，我们知道我们的靠山是天主的无限力量。主啊，我们信靠你。我们需要这样地祷告，因为天主非常尊重我们的自由，并且正在静待我们会让祂参与我们自己的生命。如果我们请求

祂，如果我们听从祂的叮嘱并努力付诸实践，如果我们把最困难的工作交托于祂的手中，同时自己致力于那些我们能力应付得来的事情，我们就会肯定祂必会赐给我们祂的光和力量。这样，当家主回来的时候，他就会发现我们警醒着，用心地干着他在远行之前交托给了我们的工作。然后有一天，我们将会听到祂神圣的口中向我们说出以下的话：「好！善良忠信的仆人，你既在少许事上忠信，我必委派你管理许多大事：进入你主人的福乐吧！」（玛25：23）

如果我们认识上主，也知道祂要我们要保持警惕的忠告，则纵使我们在一些日子里会感到疲倦，我们也愿意保持这种爱。我们可以信赖圣母玛利亚的临在：她知道如何在她孕育着主耶稣的那几个月的日子里警觉地期待，她也知道如何使我们保持清醒和满心的喜乐，每当有需要的时候就重新开始，直到我们的耶稣来临。

[1] 罗马弥撒经书，将临期第一主日的集祷经

[2] 圣施礼华，In Dialogue with our Lord, critical-historical edition, 143页

[3] 范康仁蒙席，载于2018年9月18号的西班牙ABC报的文章 "Luz para ver, fuerza para querer"

.....

pdf | document generated  
automatically from <https://opusdei.org/zhs/meditation/Mo-Xiang-Jiang-Lin-Qi-Di-Yi-Zhu-Ri/> (2026年3月22日)