

# 默想：1月1日圣母玛利亚，天主之母

1月1日默想用的反省。建议主题：关于玛利亚的默想；玛利亚的母爱；与玛利亚一样怀抱耶稣。

关于玛利亚的默想

玛利亚的母爱

与玛利亚一样怀抱耶稣

---

今天天主之母节的福音告诉我们，牧羊人怎样赶程寻找婴孩耶稣，并且在祂身上认出天使们早前向他们所报告的婴孩。福音中充满爱慕、诧异和惊喜：叫人惊讶，去光荣、去赞美、去思考……圣诞节让我们内心泛起同样的感觉。我们想藉此圣诞马槽里描绘着正在发生的一切，使我们沐浴在天主的爱内，天主渴望将祂的爱倾注在我们的中心。今天我们紧握着天主之母的手，她更是我们的妈妈。

「童贞女，天地君王之母，统治上天下地直到永远。」[1] 世界的救赎已经开始。宇宙的君王拣选了玛利亚作为祂的母亲。这个奥秘远远超过我们的理解和想象：天主愿意依靠着一位女士的、一位少女的「我愿意」。我们的母亲没有问她自己为什么被拣选；为她来说，知道是天主计划这一切，而且是天主的旨意，那便足够了。于是圣施礼华将这事情转化成祈祷：「我们的圣母，我们的母亲，上主愿意妳以妳的双手亲自照顾天主。」

教导我，教导我们众人，如何对待你的儿子！」 [2]

玛利亚在圣诞马槽散发着爱慕天主的情怀，昔日如是，今天依然是这样。她看见的每一件事情也令她感恩。她从来不以自我为中心、或将自己的问题和困难放在聚焦点上。牧羊人的到来、丈夫的关怀、星光照耀下的奥迹，也叫她乐在其中。在她四周，人人也活出喜乐的气氛。玛利亚让自己被爱，像其他让天主施工于其生命中的所有男女一样，而玛利亚是最佳的例子。

---

「天主，你以圣神的德能，使童贞玛利亚孕育了我们的救主，给人类带来了永恒的救恩。求你使我们因圣母的代祷，获得你的援助；因为借着她，我们得以迎接生命之源——你的圣子」。 [3] 这就是今天的天主之母节弥撒集祷经。所以我们可以自问：究

竟圣母玛利亚是天主之母对我有什么意思呢？我应该怎样经验这个奥迹呢？教宗方济各教导我们「赎世主之母在我们的信仰、召叫和使命，既先于我们，而且继续给我们予以肯定。圣母玛利亚以谦逊和随时奉行天主的旨意的表样，帮助我们活出信仰，并且无边地和喜乐地广传福音。这样，我们的使命便会结出丰富的果实，因为那是向圣母玛利亚的母爱学习得来的。」[4] 我们跟天主的关系可以向圣母玛利亚的祈祷生活借鉴。圣母十分乐意帮助我们，因为「圣三拣选了玛利亚，作为我们基督的母亲，基督跟我们一样是人，圣三放我们在圣母那充满母爱的斗篷下。她是天主之母，也是我们的母亲。」[5]

我们可以在惊讶之中问问自己，我们怎可能被赐予像天主之母一样的圣善呢：「我们既难以在理智上找到天主，又怎样能够全意去爱祂呢？这颗心只能从远处看到天主，在这世上又有那么多的矛盾事物让我们看不清楚

天主的面容，我们又怎样能够全心全灵去爱祂呢？天主不再是遥远的。天主不是未知的。祂并非是我们的心灵无法接触的。天主已经为了我们成为了一个小婴孩，于是祂驱散了一切的模糊。天主为我们变成了一份礼物。祂将自己送给我们。圣诞佳节，因为模仿着天主将自己变成礼物这举动，也变成了一个送礼物的庆节。」 [6] 如果我们接受这份礼物，如果我们让上主赐祂的生命给我们，我们便会成为其他人的礼物。我们也就会变成送给天主的礼物，以及送给我们身边的人的礼物。

---

天使们高唱这奇迹。天使们惊讶于一个女人诞下天主之子。他们没有回避这惊人奇事，于是在历史上第一次报佳音：「天主在天受光荣，主爱的人在世享平安」（路2：14）。他们全神贯注地凝视着圣母玛利亚、婴孩耶

稣和天主父，高唱这首普天同庆的喜乐之歌。在这圣诞马槽前面，我们的心灵感到宁静，我们发现那里让天主充满愉悦、叫天主去爱、也令天主热情洋溢。我们跑过来，但我们喘着气。天使们的轻柔歌声犹如一首摇篮曲让婴孩耶稣安眠，也欢迎我们。

我们多次从经验得知，我们无法时常和事事承行天主的旨意。但是，有圣母的帮忙，我们能够紧记天主的说话，并在我们的心中反复思量。这是我们做得到的。这样我们可以肯定，上主告诉我们的将会成真，祂的圣言便会在我们的生活中取得肉躯，祂的血便会在我们的血管内流动。圣伯尔纳铎就是这样给予我们肯定的：「光荣的天主圣三，圣子由她取得肉躯，于是没有人得不到她的温暖。」 [7]

在这圣诞马槽内，我们想温暖自己。我们不要黑暗和潮湿走进我们的心灵。我们切望以我们的母亲圣母玛利亚纯洁、谦逊和虔敬的心情去怀抱耶

稣；以同样的恩宠、同样的喜乐去欢迎天主圣言，好使我们也能像圣母一样，为全世界传播。

---

[1] 天主之母圣玛利亚节日，进堂咏

[2] 圣施礼华，《炼炉》号码84

[3] 天主之母圣玛利亚节日，集祷经

[4] 教宗方济各，讲道，2014年1月1日

[5] 圣施礼华，《天主之友》号码275

[6] 教宗本笃十六世，讲道，2006年12月24日

[7] 圣伯尔纳铎，圣母升天八天庆期讲道，2

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/meditation/mo-xiang-sheng-mu-  
ma-li-ya-tian-zhu-zhi-mu/](https://opusdei.org/zhs/meditation/mo-xiang-sheng-mu-ma-li-ya-tian-zhu-zhi-mu/) (2026年3月  
31日)