

opusdei.org

# 默想：將臨期第一週 星期三

一些可以幫助我們在這個將臨期做祈禱的反思。

藉著祂的降生，主耶穌顯示了祂對我們的愛

今天，耶穌繼續來到我們處，特別是在聖體聖事中

精心準備去領聖體

.....

## 藉著祂的降生，主耶穌顯示了祂對我們的愛

「主啊，來吧，不要遲。」[1] 在這些日子裡，教會的祈禱充滿著對基督來臨的渴望，基督是我們期待已久的默西亞，我們的救主。「看哪，天主必來拯救祂的子民；那些準備好迎接祂的人有福了」（參閱匝14:5）。已經許多個世紀了，以色列人一直熱切地期待救主的來臨。現在，祂誕生的奧秘如此臨近了，我們都想充滿渴望，懷著同一的期待去朝見我們的主。

天主通過祂獨生子的降生成人，向我們顯示了祂無限的愛：「如果主的降臨不是為了顯示祂對我們的愛，還會是為了什麼呢？」[2] 而這就是天父的慈愛，因為祂來是「使我們獲得義子的地位（迦4:4-5）。」

主耶穌降生到世上，是為了把各種恩寵充滿我們：「我所賜給你的，我不要求你付出代價。相反，我希望我自己成為你的債主，唯一的條件是要你

希望能從我的一切中受益。這個榮譽可以與什麼相比呢？我是一個父親、兄弟、配偶、家、食糧、衣著、根基；我是你所希望的任何東西；你會發現自己一無所缺。我甚至會服事你，因為『人子來不是受服事，而是服事人（瑪20:28）。』我是一個朋友、成員和領導、和兄弟姊妹、母親：我是上述的所有人，而我只想住在你內。我為你而赤貧，為你成為乞丐，為你被釘在十字架上，為你被放在一個墳墓裡；在天上，我與天主聖父同坐；而在地上，我是祂在你面前的使者。對於我來說，你就是這一切：兄弟和同承繼者、朋友和成員。你還想要什麼呢？」[3]

耶穌的一生是祂無限的愛，祂對我們的自我奉獻的一個真實的表達。那些接近過耶穌的人充分地體驗到這一點。今天彌撒的福音談到有許多人來見耶穌，訴說他們的需要：「耶穌離開了那裡，來到加里肋亞海岸，上了山坐在那裡。於是有許多群眾帶着癩

子、殘廢、瞎子、啞吧，和許多其他的病人來到耶穌跟前，把他們放在祂的足前，祂便治好了他們（瑪15:29-30）。」我們的任何需要都不會讓耶穌無動於衷。我們的一切都是對祂的心的不斷呼喚；我們的喜樂和憂慮促使祂靠近我們。

## 今天，耶穌繼續來到我們處，特別是在聖體聖事中

跟隨著耶穌的群眾是如此地滿足，以至幾乎沒有意識到和祂在一起已經有三天了！主耶穌感動了。祂對門徒說，「我很憐憫這群眾，因為他們同我在一起已經三天，也沒有什麼可吃的；我不願遣散他們空着肚子回去，怕他們在路上暈倒（瑪15:32）。」耶穌的慈愛不僅關注大問題，也關注平凡生活的日常需要。祂不僅宣講美麗的教訓，而且親自與祂遇到的每一個人一起活出它。

耶穌的關切是富有創意的，使祂關心群眾在回家的路上可能出現的問題。

祂不滿足於在他們三天裡與祂一起時已經照顧了他們。祂對他們幸福的關心促使祂採取行動。憑藉祂無限的大能，祂奇蹟般地倍增祂手邊唯一的東西——幾個餅和幾條魚，並叫祂的門徒將它們分給群眾（參閱瑪 15:35-37）。

今天和當時一樣，耶穌被我們的需要所感動，並幫助我們解決它。祂不想我們也因為缺乏靈性的食糧而變得虛弱。主耶穌在山上等待那些想親近祂的人來，並且給他們提供食物來餵養他們的肉身。現在，祂在聖體內等候著我們。我們也可以親近耶穌，讓祂知道我們的需要、我們的喜樂、和我們的理想。當我們在與祂親近的情況中度日子時，我們就會感受到祂溫柔的愛。

### 精心準備去領聖體

「眾人都吃了，也都飽了，把剩下的碎塊收集了滿滿七籃子（瑪 15:37）。」故事以此作結，清楚地

表明在場的有四千多人。默觀著主耶穌慷慨的程度，可以幫助我們以最好的方式來準備接受祂在這個將臨期想賜給我們的各種恩寵。看到祂如此豐富地分施祂的恩賜，令我們充滿希望。我們告訴祂：主啊，來吧，我們的心靈正在等待祢。來吧，因為我們的空虛需要祢的生命來填補至滿瀉。

在彌撒聖祭的讀經一中，我們讀到天主為人類準備救主盛宴的應許：「萬軍的上主在這座山上，要為萬民擺設肥甘的盛宴，美酒的盛宴；肥甘是精選的，美酒是醇清的。在這座山上，祢要撤除那封在萬民上的封面，那蓋在各國上的帷幔。祂要永遠取消死亡，吾主上主要從人人的臉上拭去淚痕，要由整個地面除去自己民族的恥辱：因為上主說了。到那一天，人要說：『看！這是我們所依賴拯救我們的天主；這是我們所依賴的上主，我們要因祂的救援鼓舞喜樂。』」（依 25:6-9）。

這個天主的盛宴每天都在我們領聖體時成為現實。因此，正如我們盡最大努力去準備迎接即將在白冷誕生的聖嬰一樣，我們也應該同樣地為每天在聖體聖事中與基督相遇而做準備。聖施禮華建議我們：「你是否曾想過，如果你的一生裡，只可以領一次聖體的話，那麼，你會如何準備自己領受我主？我們必須感謝天主，因為祂讓我們如此輕易地來到祂身邊：但是，為了表示我們的謝意，我們應好好地準備自己去領受祂。」[4]

神領聖體也可以奇妙地表達我們每天對親近和領受主耶穌的熱切期望。我們通過將自己與聖母瑪利亞的內在氣質結合起來以做到這一點：「主，我切望以聖母受孕時純潔、謙遜和虔敬的心情.....領受祢至聖的聖體。」[5] 聖施禮華告訴我們：「請大家與我一起祈求聖母，幫助我們實現這一切。」「請你們想像一下，在這幾個月裡，聖母是怎樣期待聖子誕生的。我們的聖母瑪到亞，將玉成你們為

『另一基督，基督其人』——alter  
Christus，ipse Christus！」 [6]

[1] 將臨期第一週星期三的時辰禮儀，  
午時經的對答

[2] 聖奧思定，《教理初階》，4

[3] 聖金口若望，《聖瑪竇福音講道  
集》，76

[4] 聖施禮華，《鍊爐》，828

[5] 神領聖體經

[6] 聖施禮華，《基督剛經過》，11

.....

pdf | document generated automatically  
from [https://opusdei.org/zht/  
meditation/Jiang-Lin-Qi-Di-Yi-Zhou-  
Xing-Qi-San/](https://opusdei.org/zht/meditation/Jiang-Lin-Qi-Di-Yi-Zhou-Xing-Qi-San/) (2026年3月22日)