

opusdei.org

# 默想：將臨期第一週 星期一

一些可以指導我們在教會新的禮儀年開始時做祈禱的反思。

耶穌到來與我們在一起

我們隨時可以到祂跟前

通過禱告增長與耶穌的友誼

---

耶穌到來與我們在一起

隨著禮儀年重新開始，我們重溫基督一生的奧秘，祂的喜樂、憂傷、和光

榮的勝利。我們以期待祂的降生來開始這些日子，然後繼續會默觀祂的生活、死亡、復活、和升天，直到最終的五旬節，那時祂會派遣聖神永遠地陪伴著我們，直到世界的終結（參閱瑪28:20）。

我們知道，每年週而復始地紀念祂的奧蹟不僅是一個虔敬的回憶。「教會熱切地維護和跟隨的禮儀年，並不是對過去的事件冷冰冰又無生氣的重演，也不是對從前一個時代的簡單而枯燥的記錄。相反，它是基督本身；祂永遠地活在自己的教會裡。」[1] 在教會的每一個禮儀時期裡，我們各人都會被曾經行走在加里肋亞街道上的基督的生活中的某一個時刻或某一個方面吸引著，因為 *Iesus Christus heri et hodie, Ipse et in saecula*，「耶穌基督昨天、今天、直到永遠，常是一樣（希13:8）。」基督是活著的，而我們可以前來認識祂和愛祂。更重要的是，我們能夠在祂內生活。

具體來說，在將臨期的這些日子裡，我們再次生活在期待默西亞降臨之中。教會這樣祈禱：「祂的時辰即將到來，祂不會延誤。」[2]。耶穌再一次來到我們的世界中，臨在於我們的生命中。祂帶著我們在日常的道路上行走時陪伴我們的願望而來。祂要我們與祂分享我們的喜樂，把我們的憂愁託付給祂。祂希望能夠安慰我們和給予我們為了要完成日常的使命而需要的力量。我們應該為這些日子中再次經歷到的事情感謝天主：天主道成肉身，好使我們能夠成為天主的兒女，與祂一同生活。

## 我們隨時可以到祂跟前

耶穌在世上過行善的生活時，一些曾經遇過祂的人可以教導我們如何親近祂。當耶穌進了葛法翁時，有一個百夫長來到祂跟前懇求祂說：「主！我的僕人癱瘓了，躺在家裡；疼痛的很厲害（瑪8:5-6）。」今天的彌撒禮儀給我們提供主耶穌的生命中的這一

幕，供我們思考。這個好心腸的人，是個外邦人，因他真的敬愛的一個僕人的疾病而受著苦。面對無能為力幫助他的僕人而帶來的悲傷，他做出一個明智、謙虛、和充滿信心的回應。他去找耶穌，並公開地向祂訴說自己的憂傷。他不需要懇求什麼；他只是簡單地解釋了實況和敞開自己的心扉。

我們也有自己的困難和憂傷；我們也有我們想得到治癒的友人。我們又想感受到上主的手幫助我們。因此，我們充滿信賴地回應，像這個百夫長一樣，我們求助於耶穌。提醒自己我們是多麼的需要祂、而祂是多麼熱切地想幫助我們，是一件好事。知道我們隨時都可以全然單純地信靠祂，是非常令人安慰的：耶穌啊，我有一些問題，我不知道如何解決它，而它正在奪走我內心的平安。我有信德，但我知道有時我需要對祢有更大的信賴。我仍然要學會把我的生命完全交託在祢的手裡。

今天，我們想做效福音中的百夫長，向主耶穌敞開心扉。在與耶穌交談的靜默中，我們把自己的生命和自己的需要放在祂跟前。而我們知道現在祂也在照顧著我們，因此感到平安。

## 通過禱告增長與耶穌的友誼

「主！我不堪當祢到舍下來，祢只要說一句話，我的僕人就會好的（瑪 8:8）。」每當我們默觀這個百夫長的信德時，我們常是多麼的感動啊！他的信德讓耶穌自己都感到驚奇：「我實在告訴你們：在以色列我從未遇見過一個人，有這樣大的信心（瑪 8:10）。」一個很大的、同時也是謙卑、單純的信德，表達於彌撒禮儀安排了我們在領聖體前也使用的這一句話。

我們每天都可以在聖體聖事中接近耶穌，我們又希望像我們在福音中看到的這個百夫長一樣，以對耶穌的大能有同樣的信心和同樣的謙卑來這樣做。聖施禮華說：「我不明白，作為

一名基督徒，怎麼可能不感到需要在聖言、聖餐、祈禱和聖體聖事中與耶穌保持持續的友誼。我能完全瞭解代代相傳的教友敬愛聖體的種種敬禮方式，比如：信德宣誓及公拜聖體，或在幽靜的聖堂內，或在親密契合的心靈裏，悄悄進行的質樸虔誠的善功。」[3]

在聖體聖事和在我們內心的親密中，我們可以滋養我們與耶穌的友誼。祂經常在我們身邊，用祂的恩寵幫助我們，用祂的臨在鼓舞我們，並向我們展示祂對我們的愛。雖然有時我們不能親身接近聖體聖事，我們總是在我們收斂了的心的靜默中親近天主，就像我們的聖母瑪利亞經常做的一樣（參閱路2:19）。在這個新的禮儀年開始之際，我們可以懇求聖母陪伴我們，幫助我們進入她聖子的生命中的每一個時刻。

[1]教宗庇護十二世，《天主與人類間的中保》通諭，165

[2]將臨期第一週星期一時辰禮儀（參閱依14:1）

[3]聖施禮華，《基督剛經過》，154

.....

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