

# 默想：將臨期第一主 日（乙年）

將臨期第一主日的默想。以下建議一些主題：每天重新開始；依靠著天主的恩寵；藉由信賴祂的助祐而皈依。

—每天重新開始

—依靠天主的恩寵

—藉由信賴祂的助祐而皈依

---

每天重新開始

今天是將臨期的開始。它是一段期待的日子，因為我們知道耶穌快要來臨了。本主日的禮儀邀請我們在這上主將要降臨的前提下去思考我們的生活：「全能的天主，求祢激發我們的心志，使我們切實履行正義，以迎接基督的來臨，並蒙召選，聚合在祂的右邊，獲享天國永福。」[1]我們的存在，那構成我們存在的每一天，完全都是一個等待的時日，直到耶穌到來帶領我們到祂那裡的那偉大的一天為止。因此，為了讓我們好好準備這一天，睿智的教會勉勵我們去懇求天主增加我們行善的願望。

在今天的福音中，上主用一個比喻來給我們提供一個有關我們自己生命意義的線索：「正如一個遠行的人，離開自己的家時，把權柄交給自己的僕人，每人有每人的工作；又囑咐看門的須要醒寤。」（谷13：34）正如這個人把不同的工作交托給他的僕人們一樣，天主交托給了我們看守祂的家園的責任。祂要我們全心全意地去關

心祂的家當，努力在我們的生活中和我們的周圍播種美好。有一天——我們不知道是那天——上主會回來。當我們那天出去與祂相見時，我們會給基督的聖心帶來多大的喜樂啊！直到這一天到來之前，我們要醒寤，因為我們不知道「家主什麼時候回來：或許傍晚，或許夜半，或許雞叫，或許清晨。」（谷13：35）

當我們站在這個深情地注視著我們的耶穌面前時，我們可以想一想，天主讓我們參與祂的使命這個事實，顯示出祂對我們的信任有多大。這個將臨期可以是一個很好的機會，讓我們思考一下上主託付給了我們的事工，看看我們是如何執行它。也許我們在為了得到這麼多歡樂而感恩的同時，也意識到我們亦犯了一些疏忽。今天，我們可以遵循聖施禮華經常提的建議，決定重新開始處理這些疏忽：

「重新開始？是的，重新開始。我——我猜想你也是一樣——每天、每時、

每次我發痛悔之情的時候，我都會重新開始。」 [2]

---

## 依靠天主的恩寵

「我對你們說的，我也對眾人說：你們要醒寤！」（谷13：37）我們可能覺得上主這句勸告的語氣過份地迫切。但它難道不是真的嗎？人生苦短。時間如白駒過隙。由於我們的生活節奏常常是急迫的，我們可能會忽視了生活中的一些緊要的事。上主欲與我們同在，祂希望我們不要忘記祂，所以祂不斷地呼喚我們。祂邀請我們醒寤，正是祂這種意欲的表現。如果我們在靈性上有點倦怠，或者是被許多表面上看似重要的和緊急的事情分散了注意力，祂這個邀請就是喚醒我們的一個方法。耶穌邀請我們再次品味什麼才是不可或缺的。

「警醒吧！」上主慈愛地呼召我們去更新我們對聖德的渴望，重新歸向天主。而聖保祿在彌撒讀經二中提醒我們，我們聖德的行為並不單單取決於我們的努力，取決於我們的承諾：

「我時時為你們，對天主在基督耶穌內所賜與你們的恩寵，而感謝我的天主，因為借著祂，你們在一切事上，在一切言論和知識上，都成了富有的；並且我為基督所作的證言，在你們中是這樣的堅定，以致你們已不缺少任何恩寵，只待我們的主耶穌基督的出現。」（格前1：4-7）

我們已經獲得了天主的恩寵。這恩寵使我們更加富足。耶穌召叫我們與祂共融，而令人驚訝的就是，祂把自己作為禮物來奉獻給我們，使我們藉此獲得這新生命。我們可以藉著認識這些真理來在外表上以及在內心裡都好好地預備嬰孩耶穌的誕生。上主希望我們能夠充滿祂的恩寵：祂的愛、祂的慈悲、祂的溫柔、祂的謙卑、祂的力量，祂的超見... 將臨期，這個期待

的日子，是我們給這恩寵敞開自己，全心全意地迎接它的時機。這樣，我們最好的一方面，每個人最好的一方面就會呈現出來。我們可以用先知依撒意亞的話向天主表達這種願望：

「上主啊！祢是我們的父親；我們只是泥土，祢是我們的陶工，我們都是祢手中的作品。」（依64：7）

---

## 藉由信賴祂的助祐而皈依

我們的生命就是天主賜予我們的奇妙禮物。在將臨期這個特殊恩寵的時期，教會不斷地提醒我們這個真理：你的生命是滿盈充實的；上主用恩寵充滿著你，祂想讓你的存在變得非常美好；你要慢慢地觀看和思考一下：難道這是不值得的嗎？難道你沒有體驗到天主比其它任何使人窒息或令人的愛情退卻、帶有傷害性和使人煩厭的東西更加有價值嗎？

「在這個常常過份地顧念個人的福樂的社會裡，信仰幫助我們舉目向上，以發現自己生存的真實的維度。如果我們懷有福音，那麼我們在這個世界上的過渡就會結出果實。」[3]我們舉目向上，重新發現我們生命的真實維度，在我們經過的地方留下痕跡，結出碩果。這可以成為將臨期的一個好計劃。要這個意願能夠在我們每個人的身上成為現實，我們可以用《聖詠》中的一句話來請求上主：「天主，求祢使我們能以復興，顯示祢的慈顏，好拯救我們。」（詠80：4）

皈依首先是一個恩寵：它是讓我們能夠看得見的真光，讓我們能夠有意志的力量。我們意願仰望天主的面龐，以獲得祂的救恩。我們知道，我們的悲悽和有限並不能規範著我們。相反，我們知道我們的靠山是天主的無限力量。主啊，我們信靠你。我們需要這樣地禱告，因為天主非常尊重我們的自由，並且正在靜待我們會讓祂參與我們自己的生命。如果我們請求

祂，如果我們聽從祂的叮囑並努力付諸實踐，如果我們把最困難的工作交托於祂的手中，同時自己致力於那些我們能力應付得來的時候，我們就會肯定祂必會賜給我們祂的光和力量。這樣，當家主回來的時候，他就會發現我們警醒著，用心地幹著他在遠行之前交托給了我們的工作。然後有一天，我們將會聽到祂神聖的口中向我們說出以下的話：「好！善良忠信的僕人，你既在少許事上忠信，我必委派你管理許多大事：進入你主人的福樂吧！」（瑪25：23）

如果我們認識上主，也知道祂要我們要保持警惕的忠告，則縱使我們有時在一些日子裡會感到疲倦，我們也願意保持這種愛。我們可以信賴聖母瑪利亞的臨在：她知道如何在她孕育著主耶穌的那幾個月的日子裡警覺地期待，她也知道如何使我們保持清醒和滿心的喜樂，每當有需要的時候就重新開始，直到我們的耶穌來臨。

[1] 羅馬彌撒經書，將臨期第一主日的集禱經

[2] 聖施禮華，In Dialogue with our Lord，critical-historical edition，143頁

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

.....

pdf | document generated automatically  
from [https://opusdei.org/zht/  
meditation/Mo-Xiang-Jiang-Lin-Qi-Di-  
Yi-Zhu-Ri/](https://opusdei.org/zht/meditation/Mo-Xiang-Jiang-Lin-Qi-Di-Yi-Zhu-Ri/) (2026年3月19日)