

# 和平

SHALOM · 祈禱的思潮

2022年06月

第367期



## 每日奉獻誦

仁慈的天父，

感謝祢恩賜這新的一天，  
我把今天的一切祈禱、工作、  
喜樂和痛苦全獻給祢。

願這奉獻，聯合祢的聖子耶穌聖心，  
為救贖世界，  
時時刻刻在感恩聖事中奉獻自己。

願在聖神內，  
偕同教會之母—聖母瑪利亞，  
為祢的聖愛作證，  
並為本月內教宗託付給我們的意向祈禱。  
(參閱意向)

**祈禱意向：請為家庭祈禱**

祈願全世界的基督徒家庭都能以具體的行動，  
活出無條件的愛和日常生活中的聖德。

「和平」的意念來自希伯來文「Shalom」（平安）一詞。正如猶太人慣常以「Shalom」彼此問候，《和平》月刊祝福大家平安並邀請大家祈禱。祈禱的基礎就是死而復活的基督。

# 和平 之聲

張士倫神父

提到家庭，許多人感到喜樂溫暖，也有人感到滿是苦澀煩惱。無論如何，家庭是天主賜給人生命的搖籃。夫妻之愛孕育了嬰兒，並使其在愛中成長，為懂得接受並給予愛的人。基督徒家庭更被召叫活出無條件的愛，且常常充滿喜樂，因為天主的愛滋養著她們。所以家庭是天主安排的聖地，所有人都應該維護，使其鞏固。這使我們看到婚姻的神聖不可侵犯性。

無可否認，當下的社會給家庭生活帶來非常大的挑戰，也給不少人帶來傷害，造成難以療愈的傷痛。家家有本難念的經，或許就如托爾斯泰所說的，不幸的家庭各有各的不幸。夫妻關係充滿危機、孩子教育滿是問題、社會支持少的可憐，等等。然而，現實的陰霾及其折磨並不能阻礙我們看到家庭的可貴，其理想狀態可以說是人生的崇高目標，值得努力追求，值得整個社會一起關注，營造更好的社會環境，使人人在家庭中活出無條件的愛，和各種德行。

基督徒家庭的夫妻被主耶穌召叫在家庭中效法祂，空虛自己，徹底交付自己，活出愛與忠信。

基督徒父母有責任在日常生活中，藉著聖善的言行，日積月累地熏陶自己的子女，培育他們，包括耐心地聆聽、寬恕、對人友愛、彼此尊重、合作的精神，等等。

讓我們為自己和所有的基督徒家庭祈禱。

# 祈禱與服務



**祈禱意向：請為家庭祈禱**

祈願全世界的基督徒家庭都能以具體的行動，活出無條件的愛和日常生活中的聖德。

效法聖家，我們蒙召去重新發現家庭的教育價值：它需要建立在愛的基礎上，這種愛總是能重建關係，打開希望的視野。當家庭是祈禱之

家時，當愛是認真、深刻、純潔時，當寬恕勝過爭吵時，當生活的嚴酷，因彼此的溫柔和對天主旨意的平靜堅持而變得柔和時，人們在家庭中就能體驗到真誠的共融。藉由這種方式，家庭就可能獲到喜樂，這種喜樂是天主賜給那些知道如何歡喜分享的人們。家庭同時也找到了靈性能量向外界開放、向他人開放、服務兄弟姐妹們、一起合作建設一個新的更美好的世界；因此，能夠散發正向激勵；家庭將能以生活的榜樣做福傳。當然，每個家庭都有問題，有時還有爭執，「父啊，我跟…吵，為…吵」；但我們是人，很軟弱，有時就是會在家裡爭吵。讓我告訴你：如果你在家裡爭吵，不要在和解之前結束這一天。「是的，我吵架了。」但在這一天結束以前，和解吧。你知道為什麼嗎？因為日復一日的冷戰是極其危險的，無濟於事。

然後，在家庭裡，有三句用語是必須重視的：「請」、「謝謝」和「對不起」。

「請」，以避免打擾到他人的生活；「請問：我可以做點什麼嗎？你覺得我能做這個嗎？請問？」。常常使用，不打擾；「請」，第一句話。

「謝謝」：在家庭裡，我們常常幫助彼此，為彼此服務；要常說謝謝，感恩是高尚靈魂的根

源，「謝謝」。

然後，最難說的是：「對不起」；因為我們總是做了一些不好的事，總會有人因此而受傷：「對不起」、「對不起」。

不要忘記這三個用語：「請」、「謝謝」和「對不起」。如果在家庭裡，在家庭環境中，常有這三個用語，那麼家庭就會美好。

節錄自  
三鐘經  
教宗方濟各  
2018.9.27

# 怎樣利用《和平》祈禱？

## 仰望天主

天主邀請我們切望跟祂在一起，坐在祂的庇蔭下，促膝細訴。謹讓我們熱誠回應，放下一切掛慮，刻意營造一個神聖空間—即將自己的心神和時間完全獻給天主，歡迎祂進入我們的心。無論我們是在辦公室、家庭、學校或工廠裏，一個清靜的角落通常有助我們投入和專注祈禱。

## 呼求聖神

我們祈求聖神光照，打開我們的心扉；求聖神陪伴我們一起坐於主前，聆聽祂的話語。

早禱：我們可學習耶穌在清晨，天還很黑，就起身祈禱（谷 1:35）。我們可用聖詠開始：至高者天主！最幸福莫如清晨讚美祢，歌頌祢的名，傳揚祢的仁慈（參詠 92:2-3）。

晚禱：親愛的主耶穌，請同我一起住下吧！因為天已垂暮了（參路 24:29）。



## 打開聖經

翻到《和平》頁頭刊載的每日彌撒讀經選篇。例如：6月1日，讀經一，翻到宗徒大事錄20:28-38；答唱詠，翻到聖詠集第68[67]首；福音，翻到若望福音17:11-19。

## 閱讀聖經

細讀這些章節。此刻，天主透過文字親自向我們說話。

## 默禱

主，請溶化我心，開導我接受祢的啟示。

## 閱讀《和平》，反省

《和平》的作者分享了他/她的信仰反省，激起你的回響嗎？不妨問：甚麼邀請我？甚麼挑戰我？我可怎樣回應？

## 禱告

面對挑戰或啟發你的天主：

- 由衷感謝祂恩賜的生命。
- 懺悔己罪，定志改過。求天主按照祂的無限仁慈再創造你，使你成為一個新人。
- 為個人、家庭、教會、社會……的需要祈禱。
- 結束時，念封面內頁的「每日奉獻誦」及一遍天主經。

6月1日 復活期第七週星期三  
聖猶思定(殉道)  
宗徒大事錄 20:28-38  
聖詠 68[67]:29-30,33-35,35-36  
若望福音 17:11-19

今天兩篇讀經都是臨別贈言。第一篇是保祿在離開厄弗所前向長老們的講話。聖神啟示保祿，要他去耶路撒冷，並說會有鐵鏈和患難在等他；保祿也知道此去將無法再見厄弗所信友的面了。因此，他的講話算是臨終道別。保祿特別囑咐長老們要盡善牧之職，要如同他自己一樣為信友立好榜樣。保祿讓長老們效法他，不僅是因為基督也讓門徒效法祂，還因為保祿在各方面效法了基督。

今天的福音也記述了耶穌在最後晚餐時，為門徒向父所做的祈禱。雖然是向父的祈禱，內容也是針對門徒們說的臨終道別。耶穌在這段祈禱中，不斷重複兩點：首先是求父保全門徒，其次是使門徒如同父與子，或如同子。「保全」門徒是指「使他們合而為一」，「遠離邪惡者」和「用真理祝聖他們」。如此保全門徒的目的，是讓門徒相似父與子的合一，如同耶穌一樣不屬於世界，以及如同父派遣子那樣被耶穌派遣到世上。

主基督，做祢的門徒就是仿效祢。求祢護佑我們不僅可讓別人藉我們的言行認識祢，也有可仿效的榜樣。

6月2日 復活期第七週星期四  
宗徒大事錄 22:30; 23:6-11  
聖詠 16[15]:1-2,5,7-8,9-10,11  
若望福音 17:20-26

「願眾人都合而為一」，這是耶穌的心願，也是祂的祈禱。在今天的福音中，耶穌對祂的門徒們表達了這個心願，也為他們向天父傾訴了這個祈禱。然而，耶穌的這些話，為當時聽到的門徒們來說，或許有些難以理解。耶穌好像在說一個奧秘性的神學理論，解釋祂怎樣和天父一體，也願門徒們那樣合一。的確，門徒們聽了之後應該沒有馬上理解，而是在經歷了耶穌的死亡與復活之後，甚至是在後來，當他們親自為耶穌、為福音作證時，他們才不但理解，而且還在活出耶穌的心願。同樣，為現在讀這段福音的我，耶穌也並沒有讓我咬文嚼字或用理智理解。因為「合一」是需要經歷犧牲自我的過程才能達到；它不是用理智表達天主的愛，而是用愛的行動去活出的愛。

或許，我受到邀請，去和周圍的人及「非我同類」的人，甚至是和我的「敵人」去表達合一。這並非不現實，也不是不可能，而是我願不願意。

主耶穌，讓我深深地體會祢的這份心願，也請祢為我祈禱，讓天父愛祢的愛存留我內。

6月3日 復活期第七週星期五  
聖嘉祿·盧安加及同伴（殉道）  
宗徒大事錄 25:13-21  
聖詠集 103[102]:1-2,11-12,19-20  
若望福音 21:15-19

今天這段福音對話的背景，按照若望福音的記述，是復活的耶穌在提庇黎雅海邊給門徒們的顯現。讓我們專注於伯多祿的回答，試著體會一下伯多祿的心情。

耶穌的三次問話，好像多少有些分別，但伯多祿的回答，卻總是那一句：「主，是的，你知道我愛你。」或許，伯多祿太激動了，已經沒有別的可說；又或許，耶穌這樣的問話方式，讓他想起了自己背叛的經驗，而感到無地自容。的確，耶穌似乎有意用這樣的方式，來再一次地主動給伯多祿「第二次機會」。耶穌不是第一次，也不是第二次這樣做了，而重要的是，耶穌現在仍在這樣做——祂的對象便是我。或許，耶穌所盼望的正是這句滿含無助和愧疚的回答。這句話，正是伯多祿——也是我，真誠謙卑地向耶穌示弱的話；這句話便是愛的開始。

主，是的，祢知道我愛祢！

6月4日 復活期第七週星期六  
宗徒大事錄 28:16-20,30-31  
聖詠 11[10]:4,5,7  
若望福音 21:20-25

保祿在羅馬向應邀前來的猶太人領袖，說了這句擲地有聲的話：「我原是為了以色列所希望的事，才帶上了這條鎖鏈。」設想如果他沒有歸化為基督徒，憑著他對基督信徒的強硬手段，絕對有機會扶搖直上。再加上他的口才和膽識，要成為耶路撒冷的頭號人物，原是指日可待。但他在大馬士革拋棄了俗世的名譽地位、富貴浮華，把自己徹底奉獻。為了以色列千載以來所希望的事：天主盟約的實踐、救恩的滿全，他到處宣講，因而遭到傳統勢力的逼害。他說的這句話，直要讓背離天主的當權者無地自容。

自保祿以後，二千年來還有不知多少殉道者，多少為捍衛公義而受苦遇難的人，都是這句話的見證人。他們堅守真理，不畏強權，正是耶穌所行的事。若望在福音結尾時，說若要把耶穌所行的事一一寫出來，連這世界也容不下。是的，這些事正由我們每個人在自己的崗位上不斷接棒，只要我們還在繼續做，就不會有完結的一天。

主，請派遣真理之神，助佑我每天堅持作耶穌所行的事。

6月5日 五旬節主日  
宗徒大事錄 2:1-11  
聖詠 104[103]:24,29-30,31,34  
格林多前書 12:3-7,12-13 或  
羅馬書 8:8-17  
若望福音 20:19-23 或 14:15-16,23-26

慈母教會在這五旬節主日為信友們安排的讀經，分別從三個不同角度看聖神於信仰生活中的果效。首先在宗徒大事錄，宗徒們領受了聖神後，不但打破了各種障礙而能與他人溝通，更勇於宣講信仰。始自教會初期，聖保祿便認出聖神的恩賜是多元而一致，全是為了眾人的好處。在福音，門徒因為害怕而把自己封閉起來。當主來到他們中間時，他們便喜歡起來，及至耶穌讓他們領受聖神後，他們更有能力接受派遣。從恐懼的怕情，經過與主同在的喜樂，一直到能充滿聖神的德能去為主作見證，這當中的轉變也是聖神在每人的信仰生活中締結的果實。信仰生活有時候有掙扎，但這些困難的時刻，在聖神的推動下，反而會被轉化為成長的力量：不僅能勇敢地為信仰作見證，也能體驗到與主偕行的喜樂。在這個充滿恩寵的日子，在默觀中我們可以回顧自己如何賴聖神的德能與主耶穌一起向前行。

賜平安的天主，請祢派遣聖神充滿祢信徒的心，燃起我們榮主愛人的熱火。

6月6日 教會之母紀念（星期一）  
創世紀 3:9-15,20 或  
宗徒大事錄 1:12-14  
聖詠 87[86]:1-2,3,5,6-7  
若望福音 19:25-34

十字架上的耶穌雖已痛苦萬分，仍在繼續祂來到世上要拓展的工程。祂把自己的母親交託給祂所愛的門徒，也把自己所愛的門徒交託給母親。世上沒有任何人比聖母瑪利亞更愛和更認識主耶穌的了。耶穌在十字架上的交託，不只是希望聖母和門徒能夠彼此照顧，更希望由門徒逐步發展而建立的教會得到聖母的幫助，而能更認識祂的教導。我們可以在祈禱中，默觀主耶穌與聖母和門徒之間的交流，深刻地去體會主耶穌那無條件的愛。祂不但把自己的性命交出，更讓自己心愛的母親去保護教會。

聖神降臨後，聖母瑪利亞參與了初期教會的建立。她一方面給予門徒們慈母的照顧和支持；另一方面，她的臨在不斷地提醒門徒們主耶穌仍然與他們在一起。不難想像聖母跟門徒們分享了那許許多多耶穌在世時的生活點滴。

主耶穌，感謝祢給教會最好的母親。教會之母，仰賴您的轉求，願我們都能更認識耶穌，讓教會有更蓬勃的發展。



6月7日 常年期第十週星期二  
列王紀上 17:7-16  
聖詠 4:2-3,4-5,7-8  
瑪竇福音 5:13-16

耶穌說祂的門徒是：地上的鹽、世界的光、建在山上的城。當我們看這三個象徵與這個世界的關係時，很容易發現基督徒與這個世界的三種不同互動關係。首先，鹽是保障人們生存的不可或缺的物質，從眾多相似的調味品中，辨別出鹽的味道，只能通過品嚐的方式。若我們成為世上的鹽，那就必須要被這個世界感知到，讓身邊的人品嚐到我們的不同。其次，因為光的照耀，人們被引導，也看到彼此的所言所行，從而互相影響。成為世界的光，就是要以言以行來引導別人的生活，成為傳播福音價值的榜樣。最後，山上的城是一個可以看到卻有一定距離，同時也是傳統中與神往來的地方。成為山上的城，就是懂得退避塵世而與天主結合，進而可望幫助別人進入與天主的同在中。由此可見，耶穌並不希望我們成為不諳世事的人，卻是使別人的生活有滋味、有方向、與天主來往的人。

主，求祢幫助我們成為世上的鹽、世界的光、建在山上的城。



6月8日 常年期第十週星期三  
列王紀上 18:20-39  
聖詠 16[15]:1-2,4,5,8,11  
瑪竇福音 5:17-19

在猶太人的傳統中，他們的法律起源於最初天主在西乃山上頒布給梅瑟的十誡。到了耶穌的時代，已經演變成一套細緻到吃飯睡覺都涉及的規矩。如果我們從今天的心理學和醫學知識來看，會發現那些鉅細無遺的規矩雖然繁瑣，但其實都有助於身心健康的。

福音卻多時提到耶穌及門徒們與法利塞人的爭執。法利塞人是當時法律的官方執行者。耶穌和祂的門徒公然挑釁官員，想必會引起不少的議論。結合耶穌在今天福音中的話，我們有理由對「成全」和「廢除」進行反思。

耶穌在其他地方論及法律時，把它總結成兩句話：「愛天主在萬有之上，及愛人如己」。顯然，在耶穌的心裏，法律背後的動力應該是愛和自由，而不是懲罰和限制。在這個層面上，再回到「成全」一詞上，耶穌要成全的，不僅僅是法律和先知，而是法律最初的頒布者——天父——愛世人的心願。

主耶穌，求祢賞賜我們聖寵，使我們也能成為天父愛的法律的成全者。

6月9日 常年期第十週星期四  
列王紀上 18:41-46  
聖詠 65[64]:10,10-11,12-13  
瑪竇福音 5:20-26

猶太人多年沒有見到雨從天上降了，他們就等待著這天主施恩的一天。厄里亞上了加爾默耳山頂，等待這個恩惠。天主其實要祂的僕人知道祂的旨意。所以，雖然當初在天空甚麼都沒有，但是只要忍耐一點，天主就會讓人看到祂兌現祂的承諾。厄里亞跟僕人說：「你來回觀看七次！」七次代表完全相信天主。

正如今天的福音，天主要我們知道祂恆常照顧祂的子民，特別是那些人微言輕的民眾。懲罰不但是為對犯了罪的人施加的，也是為了保護沒有發聲的人。每個人都是天主的肖像，所以我們不可以咒罵別人。

天主，請祢今天就教給我能夠在每個人身上默觀祢的肖像，並讓我可以活出祢的慈愛。

6月10日 常年期第十週星期五  
列王紀上 19:9,11-16  
聖詠 27[26]:7-8,8-9,13-14  
瑪竇福音 5:27-32

耶穌在今天的福音闡述第六誡「毋行邪淫」的更深含意，指出即使只是個不潔的念頭，也要戒絕。祂還用上剜出右眼、砍下右手的嚴詞，來強調事情的重要性。在當時，以至今天，人們可能都會覺得只有念頭，沒有行動，問題不大。所以耶穌在這裏親口申述天主的要求，希望人遵守。所有惡行，都是從念頭開始的；若放任自己的不良想法，任其發展，結果便會產生惡行。因此聖依納爵教我們每天做省察，回顧自己一天的思言行為，看有沒有不良的思想、傾向或習慣，然後致力戒除，邁向聖善的生活。

舊約常用「不忠」來形容以色列民。在讀經一，厄里亞先知便是被當時受外族影響、拜邪神、相信假先知的以色列所追殺而要逃命。他為上主萬軍的天主憂心如焚，因為以民背棄了祂的盟約。但即使我們不忠信，天主仍然是忠信的（弟後 2:13），祂不但沒有放棄祂的子民，還持續派遣先知規勸他們回頭改過。

天主，感謝祢不願見到我們喪亡！求祢幫助我們善度此生，做祢聖潔的子民。

6月11日 聖巴爾納伯宗徒紀念（星期六）  
宗徒大事錄 11:21-26; 13:1-3  
聖詠 96[97]:1,2-3,3-4,5-6  
瑪竇福音 10:7-13

今天的讀經讓我們感受到潛藏在初期教會的一種張力。雖然耶穌主要是向猶太人傳教，但福音不能隱藏，必須擴展。所以，在升天之前，耶穌派遣門徒往普天下去，傳揚福音。

當然，教會是神聖的教會，但有人就有人性的軟弱。皈依基督的猶太人，遲遲不願接受非猶太族裔加入教會，怕他們擾亂大局。巴爾納伯和保祿在宗徒會議上，極力游說，望打破這個僵局。巴爾納伯和保祿隨後更展開傳教之旅，把福音帶到外邦人的地區。可是，過了一段日子，巴爾納伯開始懷疑，並與保祿分手。巴爾納伯既是個「好人」，當然繼續熱衷於他看到聖神「叫他要行的工作」。

當我們因為教會的紛爭而感到憂傷或困惑時，可以想一想：洋溢著傳教熱忱的早期教會，同樣鬧意見分歧。大聖人如保祿，原來也可以令人感到難以跟他合作；巴爾納伯是一位聖人，在壓力下，也會恐慌。

與保祿和巴爾納伯同在的聖神，我們深信祢在今天同樣與我們同在，教我們克服在福傳路上遇到的一切困難。

6月12日 聖三主日  
箴言 8:22-31  
聖詠 8:4-5,6-7,8-9  
羅馬書 5:1-5  
若望福音 16:12-15

舊約有很多靈修高見，尤其當作者們反省到人的尊貴。聖詠第八篇，斷言天主使我們「稍微遜於天神」。這也使我們想到創世紀的教導：天主照自己的肖像和模樣造了人。仰仗耶穌基督的圓滿啟示，我們對此有更深刻的理解。「稍微遜於天神」這尊貴地位，已經是在盛讚天主在我們身上的作為，然而，到了新約，我們更要超越這個「稍微」。新約給我們肯定我們同天主聖三更深厚、更全面的關係。聖若望和聖保祿都就天主在耶穌基督內給我們成就的這件超乎人能想像的大事，作了意義深遠的動人反省。藉著我們的主耶穌基督，透過祂降生和逾越的奧蹟，我們與天主和好了；又即保祿所說的：我們得以「進入現今我們所站立的恩寵中」。這恩寵，是天主在祂的聖子內，使我們成為祂鍾愛子女的鴻恩。耶穌基督的逾越奧蹟，使聖神住在我們的心中。

聖神啊！請祢降臨，引領我們在真理的道路上前進，盡享天主厚愛我們的奇妙神恩。

6月13日 常年期第十一週星期一  
聖安多尼司鐸·巴都亞（聖師）  
列王紀上 21:1-16  
聖詠 5:2-3,5-6,7  
瑪竇福音 5:38-42

讀到今天列王紀上編所載的恃權謀財害命的不公義慘劇，心裏湧現聖詠作者的呼聲：「祢絕不是喜愛罪惡的天主……對作惡的人，祢也深惡厭棄」。可是，福音卻又明明載了耶穌這樣的教導：「不要抵抗惡人」。讀經一隻字未提上主如何介入執行公義，耶穌又教我們不要與人爭訟，彌撒恭讀福音前更歡呼：「祢的語言是我步履前的靈燈，是我路途上的光明」。為信徒果真是個考驗！

原來一切都在挑戰我們對唯一創世贖世真主的信仰。考驗我們宣認祂為主是否真誠？我們不能只因為看到合乎我們心意的天主作為而相信，但要開放接受祂的行徑，懷著望德，耐心地默觀，以愛德包容接納同為受造一員，卻變了質的「惡人」。

原來今天讀到的都是為我們部署以新的角度去體驗上主那寬宏的大愛和對受造的慈心，答案已經給我們展現在明天的選經裏。

主，多少次卑微的人僭越了祢的尊威，取代了祢的判斷而自食惡果。請加強我們的信望愛三德，事事以祢的話語為步履前的靈燈。

6月14日 常年期第十一週星期二  
列王紀上 21:17-29  
聖詠 51[50]:3-4,5-6,11,16  
瑪竇福音 5:43-48

在主流媒體文化的影響下，今日世界的文化，逐漸導向以自我欣賞和自我肯定為中心。自我中心的結果之一，就是人們的心靈愈來愈脆弱了，很容易受傷，就連許多生活在修道院中，度獻身生活者也未能倖免。很多兄弟姊妹多年來目不轉睛地盯著自己曾經受過的傷害而不願放手，天天活在過去的傷痛中，鬱鬱寡歡。自己不快樂的同時，還時不時將負面情緒宣洩在周圍的人身上。

耶穌邀請我們不僅要愛我們的仇人，還要為迫害我們的人祈禱。耶穌自己說到做到，高懸十架疼痛萬分的祂，向天父祈禱說：「父啊，寬赦他們吧！因為他們不知道他們做的是什麼」（路23:34）。列王紀上亦述說了上主如何慈悲地待了受妻子引誘，出賣自己，行了上主視為惡的阿哈布。

主耶穌，天父慈悲的面容，求祢幫助我們放下心中的一切仇恨，使我們效法天父的慈悲，懷愛寬恕，以愛善待。

6月15日 常年期第十一週星期三  
列王紀下 2:1,6-14  
聖詠 31[30]:20,21,24  
瑪竇福音 6:1-6,16-18

耶穌非常明白施捨、祈禱和禁食意味著甚麼，它們並不是面子工程，而是由內而外，願意與天主、自己、他人和萬物和好。「施捨」就是懷有惻隱之心，如天父一樣慈悲，去憐憫和接納有需要的人，並分享所得的一切。「祈禱」就是耶穌教給門徒的「我們的天父……」，以一顆兒女的心去呈現真實的自我，信賴父的旨意，願天父的旨意承行。「禁食」是謙虛之心，承認自我的匱乏，不完美，意識到時刻需要依靠天主，並與所有受造物相互尊重，接受造物主在身心靈上的照料和滋養。

天主所造的萬物樣樣都好，都合祂的旨意，都為祂所喜愛。施捨、祈禱、禁食是相通的，都是以一顆敬畏感恩的心行仁義。人看外表，天主看內心。「你的父在暗中看見，必要報答你。」

慈悲的耶穌聖心，請用祢聖心的愛火淨化我們的心，使我們能夠從心開始，不斷的革新自己，並使我們在祢內得見嶄新的一切。



6月16日 常年期第十一週星期四

[本日慶祝基督聖體聖血節，見第26頁]

德訓篇 48:1-15

聖詠 97[96]:1-2,3-4,5-6,7

瑪竇福音 6:7-15

「天主經」是唯一載於福音書裏，耶穌所教導的經文。天主經的內容首先是讚美天主；然後是祈求食糧和寬恕，即求天主寬恕自己的過犯或罪債，以及自己能夠寬恕別人對自己的過犯或罪債；最後是祈求能夠脫離邪惡勢力。

寬恕是基督徒祈禱的一個核心主題。有神學家指出，耶穌特別關顧貧苦大眾，因為窮人往往負債而不能償還。又因為貧窮，而要聚居，人與人之間的磨擦也就因而增多了。耶穌強調在同一團體的人們，一定要寬恕別人的債和過犯，那麼，天父也必寬恕他們；不寬恕別人的，天父也必不會寬恕他們的罪債和過犯。

所以，我們是以罪人之身，祈求天父寬恕我們的罪債，同時承諾會寬恕所有得罪我們的人（12節）。

時下人追求獨立，以不欠別人甚麼為理想的生活模式。但這種無需倚靠別人的獨立，往往會使我們難以體會到天主對我們的慈悲，也難以慈悲地待人。念「天主經」的時候，就難以被感動了。

天父，求祢寬恕我的罪過，如同我寬恕別人一樣。

6月17日 常年期第十一週星期五  
列王紀下 11:1-4,9-18,20  
聖詠 132[131]:11,12,13-14,17-18  
瑪竇福音 6:19-23

耶穌教導我們不要在地上為自己積蓄財寶，但該在天上積蓄寶藏。我們天天忙忙碌碌，為擁有更好的生活而辛苦勞累，這為維持一個家庭來說是必要的付出。在這付出的過程中，是在用愛和汗水經營自己的家庭，這就是在積蓄天上的財寶。一位好的父親或母親在每天的奔波勞碌之後，首先會想到自己的家人。所以，再忙他/她也會騰出時間跟家人在一起，陪伴子女成長，他/她明白這是一份愛的責任。如果因為忙於工作而忽略家人，在子女的成長路上常常缺席的父母，即使賺再多的金錢，也無法彌補那份缺失的愛。

「你的財寶在那裏，你的心也必在那裏」，值得我們天天反省。這句耶穌的說話永遠不會過時，因為祂為我們指出人存在的本質。屬於世界的，終有一天會過去，而我們人生努力的目標和方向，是為獲得永恆的生命，那就是以愛和服務去賺取無法被盜取，也不會敗壞的天上財寶。

主耶穌，求祢賜給我們勇氣和力量走出自我，走向他人，走向天主。

6月18日 常年期第十一週星期六  
編年紀下 24:17-25  
聖詠 89[88]:4-5,29-30,31-32,33-34  
瑪竇福音 6:24-34

天主給人只造了一顆心，是為了讓人一心一意地侍奉。然而，在生活中，人的內心常常不知不覺地塞滿了除了天主以外的其他東西，比如：名譽、錢財、手機、地位，肉慾等等。這些依戀會導致我們的生命無法在正確的方向前行。這也是很多人會感到迷茫和空虛的原因。當我們的心不能專注在天主那裏，當我們的精力被分散時，我們很容易會偏離正軌。

人喜歡停留在過去的陰影，或是擔憂將來。所以，耶穌告訴門徒們不要為明天憂慮，意思是邀請每一個人活在當下。只有當我們把心停留在當下的每一刻，我們才有可能從時間的牢籠裏解脫出來，像天空中的飛鳥和田間的百合花一樣，無憂無慮，一切順其自然，盡情享受天主的眷顧與恩惠。

我們需要有意識地提醒自己，以愛的目光注視當下發生的事，認真對待每一個人，真正把生命看成是天主的禮物和祝福。

主耶穌，求祢幫助我以嶄新的目光看待這個世界，在祢內煥然一新。

6月19日 基督聖體聖血節  
創世紀 14:18-20  
聖詠 110[109]:1,2,3,4  
格林多前書 11:23-26  
路加福音 9:11-17

今天的福音就像一面鏡子，幫助我們基督徒看到自己對待耶穌以及使徒工作的態度。耶穌十分信任自己的門徒，所以讓他們給群眾吃的。對我們來說，這食物也許就是代表愛的服務。可是，我們的反應經常和門徒們的一樣，只會看到自己的不足，認為自己不能勝任被委派的使徒工作，最終選擇拒絕耶穌的邀請。我們習慣了用人的眼光看事情，忽略了耶穌與我們同行。

耶穌很清楚門徒們的軟弱，祂也親自向他們顯示了信德的奧蹟。同樣地，如果我們也能慷慨地將自己有限的能力和愛心，擺在耶穌跟前，讓祂祝福，五餅二魚的奇蹟也會發生在我們的生命中。這也提醒我們用信德的眼睛去看待所做的一切服務，否則，我們都很有可能迷失在外在的行動中。

耶穌，祢知道我們的一切需要，求祢賜給我們信德和慷慨之心，讓我們有力量回應祢對我們的邀請，讓祢做我們生命的中心。

6月19日 常年期第十二主日

[在6月16日慶祝基督聖體聖血節適用]

匝加利亞先知書 12:10-11

聖詠 63[62]:2,3-4,5-6,8-9

迦拉達書 3:26-29

路加福音 9:18-24

耶穌獨自祈禱後，問同祂一起的門徒：「眾人說我是誰？」聽罷門徒的答覆，耶穌再問他們一條切身的問題：「但你們說我是誰呢？」再聽罷伯多祿的答覆，耶穌定必感到有需要讓門徒更深入認識祂是誰，及祂的使命意義；是時候給他們預告自己的苦難與死亡了！也許，當耶穌「囑咐他們不要把事情告訴人」時，祂是意識到自己最親近的人，才剛開始明白，其他人也就未必能夠接受這個啟示了。

說畢有關自己的苦難和死亡，耶穌繼續講解做祂的門徒的意思：「誰若願意跟隨我，該棄絕自己，天天背著自己的十字架跟隨我。」所以，如果我們想跟隨耶穌，就必須願意背起自己的十字架。儘管每人的十字架都不盡相同，但都意謂穿上基督而作的一些犧牲。今天就讓我們聆聽並反省我們會怎樣回答耶穌這條問題：「你們說我是誰呢？」

主，請賜我們力量，背起在日常生活中所遇到的那麼多各式各樣的十字架！

6月20日 常年期第十二週星期一  
列王紀下 17:5-8,13-15,18  
聖詠 60[59]:3,4-5,12-13  
瑪竇福音 7:1-5

稍微思考一下世間的法庭：法官為了秉持最大限度的公正，下最正確的判斷，要仔細聽取雙方的陳述、證人的供詞、律師的辯護、陪審團的意見。即使如此，也還是會有冤假錯案，正義淪為不義。如此我們比較容易理解為何耶穌不要我們輕易下判斷，尤其涉及對一個人名譽和人格的審斷。

耶穌是木匠出身，對於木屑和大樑再熟悉不過。兩者之間的對比一目了然。耶穌用誇張的對比，表達出人們在判斷別人這件事上，是多麼明顯的兩套標準。看別人，木屑難以容忍；看自己，大樑也不介意。既然如此，天主就用我們判斷別人的尺度來判斷我們。我們並非不能判斷，但我們被邀請像耶穌那樣，判斷時懷有仁慈，定罪時留有餘地，指責時沒有惡意。這便是天主判斷我們時的尺度。如果我們不喜歡這個尺度，而以我們自己的尺度去責難、挑剔別人，那天主也會尊重我們，以我們待人的尺度待我們。只是，你這不公之人，能承受天主鉅細靡遺的判斷嗎？

主啊！請幫助我除去眼中的大樑，讓我看得清清楚楚，真真切切。

6月21日 常年期第十二週星期二  
聖類思·公撒格會士（紀念）  
列王紀下 19:9-11,14-21,31-36  
聖詠 48[47]:2-3,3-4,10-11  
瑪竇福音 7:6,12-14

古代世界裏沒有寵物這一概念，無論豬狗。為古猶太人來說，狗和豬更是不潔之物，不可食用，不可飼養，離得愈遠愈好。至於聖物，是祭獻給上主的美物，需要精挑細選，其宰殺和奉獻的流程也馬虎不得。祭品中的一部分焚毀，表示歸於上主，另一部分則留給司祭等人食用。這樣的聖物，若扔給狗吃，不僅是暴殄天物，簡直就是褻瀆。

為耶穌的門徒，聖物有了別的涵意。耶穌帶來的天國，是天主的旨意；天主的話語，是為了大眾的救恩，已經不再是聖物，而是神聖本身。「聖」在耶穌身上體現為「仁」，祂展示了天主的真面目，從聖殿內聖物的接收者，變成了與子民同在的良善心謙者。

如果聖物從祭品轉變成了天主救人的福音，那麼就更不可任意對待了。祭品是人的心意，獻給天主的；福音是天主的心意，賜予人的。這樣的美物怎能隨意給那些漫不經心、不屑一顧的人呢？豈不是對天主心意的糟蹋嗎？

天主，法律和先知只是福音的序曲，祢賜予了我們祢的愛子，我們豈能不獻上最真切的態度？



6月22日 常年期第十二週星期三  
列王紀下 22:8-13; 23:1-3  
聖詠 119[118]:33,34,35,36,37,40  
瑪竇福音 7:15-20

分辨是依納爵靈修中的一個重要元素，此分辨並非簡單的辨別好與壞，對與錯，其中更重要的是認出天主的旨意和天主對我的邀請。在很多時候我們會混淆，甚至懷疑甚麼是天主對我的邀請呢？我怎麼知道哪一個才是天主的旨意呢？

由果實來認出善神或天主的邀請是一種方法。我們經常會遇到這種情況：在祈禱中看到了圖象，聽到了天主的聲音，或者清晰地感受到了天主的臨在，但是祈禱結束後，我就會懷疑，那到底是自己的臆想，還真是天主的？這個時候我就需要以祈禱的果實來辨別善神與惡神——來自天主的邀請會帶給我們平安、喜樂、自由、良善、合一的果實；我們會被推動去關心、幫助弱小者，促進正義與合一；我們會由衷讚美天主的創造……。而來自自我或惡神的聲音，只會讓我們停留在空想和幻想的果實中；雖然它也會讓我感覺到高興或激動，但它並不推動我去做善事，甚至讓我抱怨和分裂。

良善的耶穌，祈求祢賜我一顆明辨的心，常能認出祢的邀請，結出常存的果實。



6月23日 聖若翰洗者誕辰節日（星期四）  
依撒意亞先知書 49:1-6  
聖詠 139[138]:1-3,13-14,15  
宗徒大事錄 13:22-26  
路加福音 1:57-66,80

慶祝生日是慶祝新生命，是慶祝上主偉大的創造，是紀念天主在我們生命中的恩寵。

若翰出生前就已被揀選，他的聖召是為默西亞預備道路，他的一生也是在踐行為耶穌服務的使命。回顧若翰的一生，他從受孕、出生、成長，到進入曠野，然後出來宣講，最後被斬首，都是為了彰顯耶穌的光榮。他的生命沒有自我，全是為了天主。

《神操》第23號寫道：人受造的目的，是為讚美、欽崇、事奉我們的主天主，由此妥救自己的靈魂。若翰是我們每個人的榜樣，同時，我們每個人都是「若翰」—我們在出生前就被天主召叫，用我們自己獨特的方式光榮天主。天主賜給了我們獨特的名字，獨特的生命，並且，在我們的一生中，祂的手一直在扶持。

慶祝若翰的誕辰，一方面幫助我們學習他的榜樣，另一方面在提醒我們要認出，並切實回應天主的召叫，以自己的生命和存在，愈顯天主的光榮。

聖若翰洗者，請為我們轉求，使我們都能效法您的榜樣，一生為光榮天主而活。

6月24日 耶穌聖心節  
厄則克耳先知書 34:11-16  
聖詠 23[22]:1-3,3-4,5,6  
羅馬書 5:5-11  
路加福音 15:3-7

耶穌聖心切願每一個人都能在祂內感受到接納和祝福，此乃今天經文要給我們傳遞的訊息。這種祝福用舊約時代以色列人所熟悉的牧人與羊群的形象展現：羊群有牧人照顧，便可安枕無憂。然而，天主對我們的關愛，比起牧人還要殷切。耶穌情願交出自己的心，使更多人能夠在祂內找到無條件、不受判斷的情誼。保祿宗徒說：「基督在我們還是罪人的時候，就為我們死了」（羅5:8）。耶穌的榜樣，激勵我們為身邊的人做出同樣的奉獻，儘管很多時候可能真的很難做到。

我們需要祈求天主恩賜我們智慧，使我們能從人際關係中，展現祂的慈恩，而不是我們個人的期盼。我們明白，天主並沒有要求我們在所有的關係中，無差別地犧牲自己，卻更願意我們體察祂的心意，運用分辨的精神，在最合適的時候做出最合適的決定。

主，請教我們在盡了一切努力之後，便安於祢的措置，因為最終將失掉的羊尋回的，只能是祢自己。

6月25日 聖母無玷之心紀念（星期六）  
依撒意亞先知書 61:9-11  
（詠）撒慕爾紀上 2:1,4-5,6-7,8  
路加福音 2:41-51

福音首次提到瑪利亞的心，乃今天所記：瑪利亞「把一切默存在心中」，盡顯她內心的美麗。她的心充滿「智慧」，因為她熟悉聖經，能敏察救恩的奧秘；她的心「無玷」，無染罪污；她的心「受教」，能順服於天主的措置；她的心「謙虛」，能效法耶穌的心謙；她的心「純正」，表裏一致，全是聖神的真理；她的心「潔淨」，能看見天主；她的心「堅強」，雖痛如利劍穿心，仍能屹立於愛子的十字架下；她的心「仰望」，雖然屍首已在墓中，仍等待聖子復活。她是「聖神的宮殿」，也是耶穌的母親！

雖然身為生母而未能完全明白親兒的說話，她把一切默存心中，靠著信德，逐步領略愛子的心意，參與祂的工程，善盡己職。教會在耶穌聖心節隨後，便紀念聖母無玷之心，一定有她的啟示。

生命本就是個神秘的奧蹟，我們怎能明白一切？面對疑難，願我們都能向瑪利亞學習，緊隨耶穌，以心體心，但求多點明悉祂的心。

聖母無玷之心，請為我們祈禱，使我們堪當承受基督的恩許。

6月26日 常年期第十三主日  
列王紀上 19:16,19-21  
聖詠 16[15]:1-2,5,7-8,9-10,11  
迦拉達書 5:1,13-18  
路加福音 9:51-62

撒瑪黎雅人與猶太人素來敵對。在今天的福音中，撒瑪黎雅人得知耶穌打算前往耶路撒冷，故決定不收留祂。氣憤填胸的門徒向耶穌投訴：「主，你願意我們叫火自天降下，焚毀他們嗎？」

讓我們細察門徒的憤怒。這句話是引自列王紀下：「厄里亞回答五十夫長說：『如果我是天主的人，願火從天降下，吞噬你和你這五十人！』果然有火從天降下，吞噬了他和那五十人。」（1:10）

門徒將自己的憤怒視為與厄里亞同等的義怒。他們設定一個道德高度，不符合這準則的人都被視為不義。門徒心中有一把尺，判斷對錯，並為定對方的罪。

這為我們是個很好的反省題材。有多少次，我也如不成熟的門徒一般，根據自己內心的量尺，定我身邊的人的罪。今天社會的一大弊病，是自我中心，合理化自己的行為，缺少一顆為他人著想的心。

「耶穌轉過身來斥責了他們」（路 9:55）。讓耶穌的這番斥責，深入我們的心，將我們從驕傲和自我中心的泥濘中喚醒，好能做祂所喜愛的門徒。

主，請教我自省，教我謙卑。

6月27日 常年期第十三週星期一  
亞毛斯先知書 2:6-10,13-16  
聖詠 50[49]:16-17,18-19,20-21,22-23  
瑪竇福音 8:18-22

「任憑死人去埋葬他們的死人！」耶穌這話看似沒有人情味，但我們不能按字面意義去理解。

福音中，其中一個門徒對耶穌說：「主，請許我先去埋葬我的父親。」其關鍵字在於「先去」二字。在我們的天主教信仰中，我們的優先考量是天主。耶穌曾說過：「你們先該尋求天主的國和它的義德，這一切自會加給你們」（瑪 6:33）。另一處祂說：「凡為我的名，捨棄了房屋、或兄弟、或姊妹、或父親、或母親、或妻子、或兒女、或田地的，必要領取百倍的賞報，並承受永生」（瑪 19:29）。

耶穌的教導前後一致，為的是要告訴我們：「你的財寶在那裏，你的心也必在那裏」（瑪 6:21）。若我們視耶穌的教導為至寶，將自己的一切言行舉止建基於祂的愛情上，凡事以祂為先，那我們就是耶穌的好門徒，是生之為人的最大幸福。

主，請教我捨棄自己，完全地順服於祢。



6月28日 常年期第十三週星期二  
聖依勒內主教（殉道）  
亞毛斯先知書 3:1-8; 4:11-12  
聖詠 5:5-6,7,8  
瑪竇福音 8:23-27

畫家林布蘭曾為今天的福音作畫，名為《加里肋亞海上的風暴》。他生動地描繪門徒在驚濤駭浪中的各種反應，有人趕忙拉緊船帆，拼命跟風浪搏鬥；有人嚇得目瞪口呆，動彈不得；有人不敵巨浪，在船邊嘔吐；有人怒氣沖沖，向耶穌呼救，喚醒祂來；也有人在默默祈禱。有趣的是，在船上還有一位門徒，拉著船舷，面對面與觀畫人對望，彷彿在邀請人進入他們所經歷的風浪，探問自己在生命的波濤洶湧裏身在何方？如何面對？而更重要的是，如何在困難的境況中與主相遇？

至於耶穌，則輕倚在船上。畫家透過光線的明暗，刻意加強耶穌面上的光芒，映照著從畫中遠方天空折射出的亮光，隱約地表達出，耶穌在面對困難、挑戰時，保持內心的平安，全賴祂對天父堅定的信心。

我們也可以仔細默觀今天福音的片段，或以對頁刊載的這幅名畫作祈禱，在風浪中與主相遇。

主耶穌，求祢賜我恩寵，教我在順境時懂得感恩，在困難中學習信靠，在危險中蒙祢啟發與助佑。



6月29日 聖伯多祿及聖保祿宗徒節（星期三）  
宗徒大事錄 12:1-11  
聖詠 34[33]:2-3,4-5,6-7,8-9  
弟茂德後書 4:6-8,17-18  
瑪竇福音 16:13-19

「宗徒們在世時用自己的鮮血建立了教會：他們飲了上主的杯爵，成了天主的朋友」——今天的進堂詠簡單地述說了聖伯多祿和聖保祿在教會內毫不簡單的貢獻。新約沒有掩飾宗徒及其他門徒的缺失，卻描繪了非常軟弱的人性缺陷。但透過信德的目光，我們能夠認出天主的愛和恩寵在軟弱的人身上工作。伯多祿和保祿跟我們每一個人都一樣，都是軟弱的；但當他們因信德而耗盡，甘願流血捨身殉難時，天主的恩寵就賦予他們無比的勇氣和力量。伯多祿和保祿的犧牲，「建立了教會」。殉道者的鮮血，永遠灌溉教會的發展。為信仰而捐軀的烈士，已不再局限於羅馬帝國的年代了。今時今日，在全球為見證基督而捨身的，能知幾許？

進堂詠肯定了伯多祿和保祿「成了天主的朋友」，將二徒與亞巴郎和梅瑟並列，無疑地，也給我們造就了理想：成為天主的朋友！

聖伯多祿聖保祿，請為教會轉禱，助我們對天主忠貞不二，像你們一樣，成為天主的朋友。



6月30日 常年期第十三週星期四  
羅馬教會初期殉道烈士  
亞毛斯先知書 7:10-17  
聖詠 19[18]:8,9,10,11  
瑪竇福音 9:1-8

今天福音的故事在對觀福音中也分別出現過，就是把房頂拆穿，把病人從上面墜下，求耶穌治愈的故事（瑪 9:1-8；谷 2:1-12；路 5:17-26）。耶穌看到他們的信德，因而願意從根本上治愈（赦免）那病人。雖然獲得治愈的是病人，耶穌看到的卻是「他們」，而僅非「他」—病人自己的信德。在日常和信仰生活中，我們都需要好的夥伴與朋友在我們身處困境時伸出援手，陪伴我們的疾苦，甚至願意與我們一起「瘋狂」，拆開人家的房頂—那些阻礙我們接近耶穌的人和事物。兄弟齊心，其利斷金。我們若有這樣的親朋，是莫大的福分！耶穌也是因他們的同心合意與信德而赦免罪過，施予奇蹟，儘管祂也受到經師們—另一類人的反對與質疑。

謹讓我們一一記憶以不同方式陪伴我們走到耶穌跟前的人，並因為他們而感謝天主。

主耶穌，我最親愛的朋友，感謝祢為我派遣的親朋好友幫助我善度生活，更幫助我度過難關，請祢也使我留意他人的需要，勇敢地成為他人的祝福。

# 和平月刊

二零二二年六月第三百六十七期

發行人：嘉理陵神父

本期工作人員名單：

神父：嘉理陵；吳智勳；方濟；石裴；任安道

李建平；張士倫；費兒德

修士：王春旋；甘喆；宋剛子；阮廷明治；柳達義

馮漢中；黃順業；劉和光

執事：徐振國

平信徒：嚴之藝；蘇兆民；吳杏蓮；呂淑鈴；馮景雄

梁靄儀

插圖：部分取自 ©2022 Sharefaith Inc.

准印：思維出版社有限公司授權在台灣印刷發行

承印：永望文化事業有限公司

多謝香港思高聖經學會准許我們引用其譯釋的《聖經》

## 教宗全球祈禱網絡・《和平月刊》

台灣發行人：徐森義神父

發行：教宗全球祈禱網絡(祈禱福傳會)

財團法人天主教耶穌會

地址：台北市辛亥路一段22號

中華郵政台北雜字第2318號執照登記為雜誌交寄

本刊屬非營利刊物，由志願工作者義務創辦。

—歡迎捐助教宗全球祈禱網絡之發展經費—

- 郵政劃撥帳號：50083717  
戶名：財團法人天主教耶穌會-祈禱福傳會
- 帳號：118100113447  
銀行：華南銀行公館分行  
戶名：財團法人天主教耶穌會  
(使用華銀帳戶轉帳捐款者，請於轉帳後與我們  
聯繫，謝謝！)

# 《和平月刊》

2022年06月第367期



## 教宗全球祈禱網絡

台灣

天主教  
祈禱福傳會

Pope's Worldwide Prayer Network

全國輔導：徐森義神父

地址：10089台北市辛亥路一段22號

電話：02-2365-4205#262

傳真：02-2365-3142

EMAIL：twapostleship@gmail.com

網址：www.apostleshipofprayer.tw

—歡迎捐助教宗全球祈禱網絡之發展經費—



線上信用卡捐款開通

請掃描左方 QRcode

或上捐款網址：

<https://bit.ly/2VsED0A>