

中文简体

(本篇译稿为黄谦善神父主日讲道，若内容有不一致的情况，一概以英文原稿为准。)

丙年常年期第三主日

第一读经描述了我们现在弥撒中所说的「圣道礼仪」。所以，让我们详细看看这篇经文，然后将其对应于我们自身，考虑诸如：准时来参加弥撒、弥撒期间的姿势、没有必要时不要站在圣堂后面、我们在弥撒中如何对待他人。但今天的主要焦点不是我们的外部行为，而是天主对我们说的圣言。因为祂对我们说话，这触动了我们的心，我们更想去爱祂。

现在，为了避免有人感到沮丧，我首先承认我一生都有迟到的问题。很多年前，这里有一人，姓名暂且保密（Frank Cipriano 弗兰克·西普里亚诺饰）因我迟开弥撒而找我谈话。他事实上帮了我一个很大的忙，因为他帮助了我表达自己对天主的爱。然而，即使是现在，我仍然在听告解时有迟到的问题。

您如何提高对弥撒的参与度？准时到达吗？保持头脑清醒？发自内心地祈祷吗？开朗、有礼貌地对待他人吗？不提早离开圣堂？还是不在心里批评别人？

第一读经的内容背景帮助我们了解犹太人民听到天主对他们说话时的情感反应。公元前 587 年，巴比伦人征服了耶路撒冷，70 年后，波斯新上任的统治者允许犹太人返回，他们开始重建城市，并重新恢复他们的宗教习俗。公元

前 440 年左右，完成城墙防御工事后，经文写道：「厄斯德拉司祭在七月一日，将法律书拿到会众前，在男女和所有能听懂的人前，在水门前的广场上。[这是这座有水的城市的一种可能的外观

城门（Gate）（丹尼斯，这里有一些可能的图像：<https://www.ritmeyer.com/2021/05/13/jerminem-in-the-time-of-nehemiah/>）（<https://www.pinterest.com/pin/293719206944614409/>）（<https://updindayton.org/jermin-church-blog/the-walls-gates-of-jerminem-nehem-3>），靠近自然泉水;在顶部，你可以看到重建的圣殿。]他们告诉经师（Ezra 厄斯德拉）（他是一位司祭，也是人民的宗教领袖）带来天主给以色列人民的梅瑟法律：「司祭厄斯德拉。。。将法律书拿到会众前，在男女和所有能听懂的人前」（乃 7：73-8：2）。

我们大多数人都知道，对于天主教徒来说，每周日、12月25日和1月1日参与弥撒是一种「当守的义务」（obligation）。然而，「所有能听懂的人」这句话提醒我们，只有当孩子达到理性年龄（通常是七岁左右）时，开始履行「当守义务」。婴儿和幼儿不必参加弥撒，因为他们无法在弥撒中祈祷。因此，这提醒我们，一旦孩子们初领圣体后，他们就有义务每个周日来参加弥撒。我们的堂区需要改进向孩子们传福音的方式。九月，我们希望在周日为三至六岁的儿童开设「善牧慕道班」。

「从早晨到中午（大概六个多小时）.....所有人民，都侧耳静听法律书」[请注意，人们的神圣反应;我们知道是天主本身在对他们说话]。经师厄斯德拉站在为此特备的木台上」（乃 8：2-4）。这些图像让我们了解了它的样子

( <https://archaeologyillustrad.com/wp-content/uploads/2017/05/Ezra-and-Nehemiah-Reading-the-Scroll-of-the-Law-to-the-Israelites-Assembled-in-the-Temple-Court-in-Jerusalem-455-BC-1306.jpg> ) ( <https://smoodock45.wordpress.com/wp-content/uploads/2024/09/ezra-reads-from-the-law.jpg> ) 。

「厄斯德拉站在众人之上。当他展开书卷时，众人都站起来。厄斯德拉赞颂上主，伟大的天主；全民都举手回答说：『阿们，阿们！』以后跪下，俯首至地。钦崇上主。」（8：5-6）。内心的爱是崇拜中最重要的部分，而外在的行为标志则表达了我们的爱。在姿势方面，跪姿表达了崇拜。请注意，人们站着，可能长达几个小时，因为站着是祈祷礼仪的姿势。坐姿则是为了反思（**Recollection**），这样我们就能明白天主对我们说的话。而且，从下周开始，在某些弥撒上，龚执事（**Deacon Andrew**）将高举这本巨大的福音，步向祭台，以示耶稣的著作的独特性。

「于是肋未人念这法律书，就是天主的法律，并加以解释。他们赋予了意义，以便人们理解明白所诵读的。[这是旧约中对礼拜仪式最古老的描述，其中司祭解释法律，基本上是讲道。许多学者认为这是一个迹象，表明人们在离开耶路撒冷 70 年后，说阿拉姆语（**Aramaic**；）他们不再理解希伯来语，需要司祭解释法律。]厄斯德拉.....和教导人民的肋未人说.....「今天是上主你们天主的圣日，你们不可忧愁哭泣！」因为全民众听了法律的话，都在哭泣。[他们意识到他们没有遵守法律] 然后他对他们说：『你们去吃肥美的肉.....喝甘甜的酒，且赠送一部分，给那些没有预备的人，因为今天是吾主的圣日.....』民众遂去吃喝，.....大家大异常欢乐，因为都明白了向他们所讲的话。」（厄 8：8- 10，12）。听到祂的话的结果是生活的革新：喜乐和慈

善！耶稣说祂来是为了赋予生命和圆满的生命！而且，当我们爱天主时，祂要求我们彼此相爱。

天主爱我们并选择与我们说话。因此，这里有一些方式来表达，回应祂的爱。

准时到达参加弥撒是对天主的爱的一种表现。如果我们有合理的理由迟到，这是另外一回事，如果我们长期迟到，那又另当别论。在我们心中，当我们有真正的理由时，我们不会感到内疚；当我们没有理由时，我们知道这是我们的错。因此，展望未来，让我们将今天视为我们所有人全新的开始。下次我们去告解时，如果我们曾经迟到，让我们承认，并带着圣神的恩典重新开始。但是，从下周开始以及将来，让我们成为一个准时到达的堂区家庭。

至于站在教堂后面，这可能会让我们感到惊讶（请安心，如果你未曾想到这个），但总的来说，这不是一个好的灵修想法。原因是因为弥撒是一场婚宴。如果我们邀请某人来参加婚礼，当桌子附近有空位时，我们不希望那个人待在后面。现在，假若我们生病了，如果我们的孩子因生病而哭泣，或者没有空位，那是可以理解的。但是，在这些情况下，我们站在后面或外面，以免打扰他人。但是，如果我们为了自己方便而留在后面，我们在灵修上会获得什么呢？此外，这对我们的孩子来说也不是一个好榜样，如果他们看到我们故意让家人远离圣所的礼仪行动，这会对他们与耶稣的关系产生负面影响。因此，这只是一个充满爱心的邀请，鼓励大家尽可能进入中殿。

最后就弥撒前、弥撒中和弥撒后彼此相爱而言，这自然与崇拜天主有关。我曾有几次见到，在「名牌星期日」(Name Tag Sunday)期间，人们不屑一顾地走过那些分发名牌的人，或者拒绝在弥撒前与人们打招呼，这很不幸。所有圣人都一再强调，对天主的爱和对邻人的爱是相互关联的，衡量一个人崇拜的最佳标准之一就是对他人的爱。当我们观看圣若望·保禄二世、教宗本笃或教宗方济各的视频时，即使在弥撒期间受到干扰时，他们也不会对人们不屑一顾；他们虔诚地祈祷，但同时也意识到周围的其他人。因此，请在弥撒前后相互微笑，在你们的长凳上为其他人腾出空间，并称呼彼此的名字互相问候。

去年，教宗方济各说：「圣言吸引我们投奔天主，并将我们送往他人……它不会让我们自恋，而是拓展心扉，改变道路，推翻习惯……并揭示了未经深思熟虑的视野」(<https://www.vatican.va/content/francesco/en/homiles/2024/documents/20240121-domenica-parola-didio.html>)。

(本篇译稿为黄谦善神父主日讲道，若内容有不一致的情况，一概以英文原稿为准。)

### 丙年常年期第三主日

第一讀經描述了我們現在彌撒中所說的「聖道禮儀」。所以，讓我們詳細看看這篇經文，然後將其對應於我們自身，考慮諸如：準時來參加彌撒、彌撒期間的姿勢、沒有必要時不要站在聖堂後面、我們在彌撒中如何對待他人。但今天的主要焦點不是我們的外在行為，而是天主對我們說的聖言。因為祂對我們說話，這觸動了我們的心，我們更想去愛祂。

現在，為了避免有人感到沮喪，我首先承認我一生都有遲到的問題。很多年前，這裡有一個人，姓名暫且保密（Frank Cipriano 弗蘭克·西普里亞諾飾）因我遲開彌撒而找我談話。他事實上幫了我一個很大的忙，因為他幫助了我表達自己對天主的愛。然而，即使是現在，我仍然在聽告解時有遲到的問題。

您如何提高對彌撒的參與？準時到達嗎？保持頭腦清醒？發自內心地祈禱嗎？開朗、有禮貌地對待他人嗎？不提早離開聖堂？還是不在心裡批評別人？

第一讀經的內容背景幫助我們了解猶太人民聽到天主對他們說話時的情緒反應。西元前 587 年，巴比倫人征服了耶路撒冷，70 年後，波斯新上任的統治者允許猶太人返回，他們開始重建城市，並重新恢復他們的宗教習俗。西元前 440 年左右，完成城牆防禦工事後，經文寫道：「厄斯德拉祭司在七月一

日，將法律書拿到會眾前，在男女和所有能聽懂的人前，在水門在前面的廣場上。

城門（Gate）（丹尼斯，這裡有一些可能的圖像：<https://www.ritmeyer.com/2021/05/13/jerminem-in-the-time-of-nehemiah/>）（<https://www.pinterest.com/pin/293719206944614409/>）（<https://updindayton.org/jermin-church-blog/the-walls-gates-of-jerminem-nehem-3>），靠近自然泉水；在頂部，你可以看到重建的聖殿。]他們告訴經師（Ezra 厄斯德拉）（他是一位司祭，也是人民的宗教領袖）帶來天主給以色列人民的梅瑟法律：「司祭厄斯德拉。。」

我們大多數人都知道，對天主教徒來說，每週日、12月25日和1月1日參與彌撒是一種「當守的義務」（obligation）。然而，「所有聽得懂的人」這句話提醒我們，只有當孩子達到理性年齡（通常是七歲左右）時，開始履行「遵守義務」。嬰兒和幼兒不必參加彌撒，因為他們無法在彌撒中祈禱。因此，這提醒我們，一旦孩子們初領聖體後，他們就有義務每個主日來參加彌撒。我們的堂區需要改進向孩子傳福音的方式。九月，我們希望在主日為三至六歲的兒童開設「善牧慕道班」。

「從早晨到中午（大概六個多小時）...所有人民，都側耳靜聽法律書」[請注意，人們的神聖反應；我們知道是天主本身在對他們說話]。經師厄斯德拉站在為此特備的木台上」（乃 8：2-4）。這些圖像讓我們了解了它的樣子

（<https://archaeologyillustrad.com/wp-content/uploads/2017/05/Ezra-and-Nehemiah-Reading-the-Scroll-of-the-Law-to-the-Israelites-Assembled-in-the-Temple-Court-in-Jerusalem>

455-BC-1306.jpg) (<https://smoodock45.wordpress.com/wp-content/uploads/2024/09/ezra-reads-from-the-law.jpg>)。

「厄斯德拉站在眾人之上。當他展開書卷時，眾人都站起來。厄斯德拉讚頌上主，偉大的天主；全民都舉手回答說：『阿們，阿們！』以後跪下，俯首至地。內在的愛是崇拜中最重要的部分，而外在的行為標誌則表達了我們的愛。在姿勢方面，跪姿表達了崇拜。請注意，人們站著，可能長達幾個小時，因為站著是祈禱禮儀的姿勢。坐姿則是為了反省（**Recollection**），這樣我們就能明白天主對我們說的話。而且，從下週開始，在某些彌撒上，龔執事（**Deacon Andrew**）將高舉這本巨大的福音，步向祭壇，以示耶穌的著作的獨特性。

「於是肋未人念這法律書，就是天主的法律，並加以解釋。他們賦予了意義，以便人們理解明白所誦讀的。[這是舊約中對禮拜儀式最古老的描述，其中司祭解釋法律，基本上是講道。拉.....和教導人民的肋未人說.....「今天是上主你們天主的聖日，你們不可憂愁哭泣！。」因為全民聽了律法的話，都在哭泣。[他們意識到他們沒有遵守法律]然後他對他們說：『你們去吃肥美的肉...喝甘甜的酒，並且贈送一部分，給那些沒有預備的人，因為今天是吾主的聖日...』民眾遂去吃喝，.....大家大異常歡樂，因為都明白了向他們所講的話。」（厄 8：8- 10，12）。聽到祂的話的結果是生活的革新：喜樂和慈善！耶穌說祂來是為了賦予生命和圓滿的生命！而且，當我們愛天主時，祂要求我們彼此相愛。

天主愛我們並選擇與我們說話。因此，這裡有一些方式來表達，回應祂的愛。

準時到達參加彌撒是對天主的愛的一種表現。如果我們有合理的理由遲到，這是另一回事，如果我們長期遲到，那又另當別論。在我們心中，當我們有真正的理由時，我們不會感到內疚；當我們沒有理由時，我們知道這是我們的錯。因此，展望未來，讓我們將今天視為我們所有人全新的開始。下次我們去告解時，如果我們曾經遲到，讓我們承認，並帶著聖神的恩典重新開始。但是，從下週開始以及將來，讓我們成為一個準時到達的堂區家庭。

至於站在教堂後面，這可能會讓我們感到驚訝（請安心，如果你未曾想到這個），但總的來說，這不是一個好的靈修想法。原因是因為彌撒是一場婚宴。如果我們邀請某人來參加婚禮，當桌子附近有空位時，我們不希望那個人待在後面。現在，假若我們生病了，如果我們的孩子因生病而哭泣，或者沒有空位，那是可以理解的。但是，在這些情況下，我們站在後面或外面，以免打擾他人。但是，如果我們為了自己方便而留在後面，我們在靈修上會得到什麼呢？此外，這對我們的孩子來說也不是一個好榜樣，如果他們看到我們故意讓家人遠離聖所的禮儀行動，這會對他們與耶穌的關係產生負面影響。因此，這只是一個充滿愛心的邀請，鼓勵大家盡可能進入中殿。

最後就彌撒前、彌撒中、彌撒後彼此相愛而言，這自然與敬拜天主有關。我曾有幾次見到，在“名牌星期日”（Name Tag Sunday）期間，人們不屑一顧地走過那些分發名牌的人，或者拒絕在彌撒前與人們打招呼，這很不幸。所有聖人都一再強調，對天主的愛和對鄰人的愛是相互關聯的，衡量一個人崇拜的最佳標準之一就是對鄰人（也就是他人）的愛。當我們觀看聖若望·保祿二世、教宗本篤或教宗方濟各的影片時，即使在彌撒期間受到干擾時，他們也

不會對人們不屑一顧; 他們虔誠地祈禱，但同時也意識到周圍的其他人。因此，請在彌撒前後互相微笑，在你們的長凳上為其他人騰出空間，並稱呼彼此的名字互相問候。

去年，教宗方濟各說：「聖言吸引我們投奔天主，並將我們送往他人.....它不會讓我們自戀，而是拓展心扉，改變道路，推翻習慣.....並揭示了未經深思熟慮的視野」（<https://www.vatican.va/content/francesco/en/homiles/2024/documents/20240121-domenica-parola-didio.html>）。