

与耶稣的友谊引领我们走向天父

引言

在复活节第五主日，耶稣安慰那些忧虑的心灵。他邀请我们信靠他，并在他的同在中找到平安。

主题

与耶稣的友谊引领我们走向天父

主题的意义

我们的信仰是与亲近我们的耶稣建立关系。通过这份友谊，我们认识天父，并找到人生的方向。

经文（约翰福音 14:1-12）

“你们心里不要忧愁；你们信神，也当信我……我就是道路、真理、生命。”

圣经意义

耶稣向门徒保证，他正在为他们预备地方。他表明，通往天父的道路不是一条路，而是与他建立关系。认识耶稣就是认识天父。

今日反思

我们常常背负着忧虑，这些忧虑困扰着我们的心。耶稣邀请我们信靠他，与他同行，如同朋友一般。

这份友谊改变了我们。因为知道祂与我们同在，我们变得更加平和、更加信赖、更加充满爱心。祂每天都温柔地引领我们来到天父面前。

今天，让我们在这份友谊中成长，与祂交谈，聆听祂的声音，并在一切事上信靠祂。

祷告

主耶稣

求祢帮助我们信靠祢，每天与祢同行

求祢引领我们更亲近祢，来到天父面前

愿我们活在祢的爱中，并将这份爱分享给他人。阿门

在信靠和顺服中持守爱

主题含义

持守意味着保持稳定和扎根。这个主题提醒我们，要扎根于神的爱中，信靠祂，并在我们日常的选择中活出这份爱。

经文

“有了我的命令又遵守的，这人就是爱我的；爱我的必蒙我父爱他，我也要爱他，并且要向他显现。” 约翰福音 14:21

圣经含义

耶稣向他的门徒保证，即使他离开之后，他的同在仍然与爱他的人同在。这份爱体现在忠信的生活中。在这份忠信中，祂更深切地向我们启示祂自己。

今日反思

如今的生活有时看似充实，却又空虚。我们匆匆忙忙，却常常缺乏内心的平静和方向感。这篇福音邀请我们放慢脚步，回归生活的本质。

爱基督并非在于做出惊天动地的大事，而在于每日做出微小而忠信的选择。在平凡的时刻，选择耐心、仁慈和真诚。正是这些简单的行动，让爱成为现实。

我们常常渴望对未来有明确的答案。

然而，耶稣给予我们的远不止确定性。祂赐予我们祂的同在。当我们选择与祂亲近时，我们便开始在日常生活中认出祂。

即使在忙碌之中，我们也能扎根于祂的爱中。当我们这样做时，便会发现内心的平静。这并非因为一切都清晰明了，而是因为我们知道我们并不孤单。

祷告

主啊，在我们忙碌的生活中，求祢引领我们更亲近祢。求祢教导我们，以简单而忠信的选择去爱。求祢帮助我们每日信赖祢的同在。愿我们常在祢的爱中，在与祢同行中找到平安。阿们。

复活期第七主日

在分裂的世界中保持合一

引言

在耶稣升天节和圣灵降临节之间，我们等待着这一天的到来。今天的福音让我们得以窥见耶稣的心。在祂离开门徒之前，祂为他们，也为我们祈祷。在这个充满压力、分裂和不确定性的世界里，耶稣祈祷我们能够保持合一，扎根于真理，并以爱为力量。

主题

扎根于真理，合于爱

主题的意义

当我们的生活以神的真理为中心时，我们便能找到平安和方向。这种内在的力量帮助我们彼此之间保持联结，彼此充满怜悯和理解。真正的合一并非建立在相同之上，而是建立在爱之上。

福音

若望福音 17:11-19

“圣父啊，求你保护他们……使他们合而为一，像我们合而为一一样。”

圣经意义

耶稣祈祷祂的门徒们在这个充满挑战的世界中保持团结和忠诚。祂提醒我们，神的真理赋予我们力量、目标和勇气，让我们活出不一样的人生。团结就是神在世上彰显爱的见证。

今日反思

如今，许多人感到身心疲惫，与他人疏离。我们忙碌不堪，却常常难以在内心和人际关系中找到平安。

耶稣提醒我们，我们的价值并非基于成功、认可或成就。我们早已被神所爱。

真正的团结始于日常生活中微小的瞬间：一句温暖的话语，一个倾听的耳朵，对难相处的人保持耐心，或者仅仅是陪伴在他人身边。

在一个分裂的世界里，爱将人们紧紧相连。

今天，耶稣邀请我们放慢脚步，扎根于真理，成为无论身处何地都能带来和平的人。

祷告

主耶稣，

求祢使我们的内心扎根于祢的真理，教导我们以仁慈与和平去爱。当生活令人感到不堪重负时，求祢提醒我们，我们永远不会孤单。请帮助我们每天为身边的人带来团结、希望和关爱。阿门。

耶稣升天节——超越喧嚣，仰望天国

引言

在这个充满持续压力、无尽日程和无声忧虑的世界里，许多人身心俱疲。耶稣升天节提醒我们，生命不应没有希望。耶稣升天并非为了离弃我们，而是为了引领我们的心归向神，并提醒我们，我们存在的意义远不止于应对压力和生存。

主题

“心系天国，活在世上”

主题意义

耶稣升天节教导我们，要以信心和希望度过每一天。当我们工作、奋斗、关爱他人时，切不可忘记神。我们真正的价值不在于成功，而在于被祂所爱。

经文

“你们为什么站着望天呢？”——使徒行传 1:11

圣经意义

耶稣升天前，将延续祂事工的使命托付给了门徒。尽管恐惧和迷茫，他们仍蒙召凭着信心前行，相信上帝会与他们同在。

今日反思

如今，许多人感到不堪重负、心神不宁、身心俱疲。我们常常在成就、认可或忙碌中寻求内心的平静，然而内心依然空虚。

耶稣升天提醒我们，生活并非只是奔波于各种责任之间。上帝邀请我们停下脚步，深呼吸，并记住祂即使在平凡的时刻也与我们同行。

耶稣呼召我们不是要逃离世界，而是要带着希望、仁慈和信心活在这个世界里。即使是微小的爱、耐心和诚实之举，若与上帝同行，也会变得意义非凡。

有时，最忙碌的心灵最需要上帝。

祷告

主耶稣，

在我们忙碌而纷乱的生活里，求祢将我们的心转向祢。帮助我们活出平安、信心和希望。提醒我们，我们永不孤单，我们的生命因祢而有意义。求祢教导我们，每天通过简单的善举，将您的爱带入世界。阿门

五旬节：心灵的语言

五旬节是上帝以人人都能理解的方式向世人传达信息的时刻。当我们的生活常常充满喧嚣和迎合的压力时，圣灵降临，赞美每个人的独特性。这一天提醒我们，上帝并不寻求一个“千篇一律”的世界，而是寻求一个美丽而多元的社群，在那里，每个人的独特才能和不同的故事都至关重要。

主题：恩赐众多，圣灵同在

核心主题是多元之美，合而为一。圣灵不会抹杀我们的差异，而是照亮它们。这神圣的临在向我们表明，我们不同的背景、视角和恩赐并非和平的障碍，而是上帝用来构建和平的工具。这是一个彻底包容的信息，在这里，没有人是局外人，每个人的贡献对整体都至关重要。

福音：使徒行传 2:1-11 “五旬节到了，门徒都聚集在一处。忽然，从天上有响声下来，好像一阵大风吹过，充满了屋子。他们看见仿佛有舌头的火焰显现出来，分开落在他们各人头上。他们就都被圣灵充满，按着圣灵所赐的口才，说起别国的话来；各人听见圣灵用自己的母语对他们说话。”

圣经意义：在第一个五旬节，圣灵并没有强迫每个人都说同一种语言。相反，祂允许每个人都用自己的母语听到福音。这表明，上帝在我们各自的文化和独特的现实中与我们相遇。火焰的舌头

落在每个人头上，象征着圣灵赐予不同的恩赐给不同的人，却又将他们凝聚在一起，共同完成一个和平的爱的使命。

今日反思:在当今世界，我们常常感到需要与他人竞争或比较。我们生活在一个联系紧密却又常常因标签和评判而分裂的社会。五旬节为我们提供了一种更加平和的生活方式。

你的独特恩赐：你拥有独特的声音和一系列世界所需要的恩赐。无论是善于倾听、组织能力，还是默默的仁慈，圣灵都会使用你独特的个性来照亮他人。你无需模仿他人才能成为圣洁的人。

包容的平安：真正的平安不仅仅是没有喧嚣，更是归属感。在这个常常排斥他人的世界里，圣灵却包容一切。这种神圣的平安帮助我们不再将他人视为陌生人，而是视他们为拥有不同恩赐的兄弟姐妹。当我们不再试图掌控一切，而是开始信赖圣灵时，我们便能找到内心的平静，让我们以开放的心灵和温柔的性情度过忙碌的每一天。

祷告:圣灵，我们感谢你赐予我们生命中如此丰富多彩的恩赐。请帮助我们珍视自己独特的人生道路，并赞美我们身边每个人身上不同的美。在我们忙碌的生活中，请赐予我们唯有您才能给予的平安，一种接纳的平安，一种包容的平安，一种团结的爱。愿我们成为善意的语言，让遇到的每个人都感到被关注、被倾听、被接纳。阿门。

三位一体主日

与我们同在的神

引言

如今的生活节奏飞快。许多人忙碌不堪，却又疲惫不堪。我们回复信息、赶工、承担责任，但内心却可能感到焦虑、疏离和孤独。三位一体主日正是针对这种现实而设。它提醒我们，神并不远离我们日常的挣扎。神就是关系、爱和同在。在我们喧嚣而充满压力的生活中，圣父、圣子和圣灵始终与我们同在。

主题

活在圣三位一体的爱中

主题的意义

三位一体揭示了一位活在完美之爱中的神。圣父、圣子和圣灵在爱、和平与共融中完全合一。神不仅邀请我们信靠祂，也邀请我们以同样的爱、合一和怜悯之心与他人相处。

经文

约翰福音 16:12-15

耶稣对门徒说：

“只等真理的圣灵来了，他要引导你们明白一切的真理。凡父所有的，都是我的。所以我说：凡他告诉你们的，都是从我所领受的。”

圣经意义

耶稣揭示了圣父、圣子和圣灵之间深刻的合一。圣灵持续引导、坚固并带领信徒走向真理。三位一体向我们表明，上帝始终积极地临在于我们的生命中，永不离弃祂的子民。

今日反思

当今最深层的挣扎之一是人们内心深处默默承受的孤独。许多人感到压力，必须保持坚强、成功和掌控一切，即使他们内心早已精疲力竭。

三一主日提醒我们，我们不必独自承受人生。

天父以爱守护着我们。

耶稣与我们同行，陪伴我们经历人生的挣扎。

当我们感到迷茫或疲惫时，圣灵赐予我们力量。

三位一体也教导我们如何生活。真正的生活不在于自私或无休止的竞争，而在于爱、理解、宽恕和合一。微小的善意、耐心和怜悯之举，比我们所能意识到的更能彰显上帝的存在。

即使在我们最忙碌的时刻，上帝也与我们同在。圣三位一体离人类生活并不遥远。上帝存在于我们的家庭、工作、奋斗和希望之中。

祷告

圣三位一体，圣父、圣子和圣灵，

感谢您在人生的每一刻都与我们同在。

当我们感到疲惫、焦虑或孤独时，请提醒我们，您的爱环绕着我们。

教导我们以更多的仁慈、耐心和怜悯去对待他人。

帮助我们在忙碌的生活中信赖您的存在，并成为为世界带来和平与希望的人。

圣三位一体，请永远在您的爱中指引我们。阿门。