

將臨期的意義與準備

將臨期是聖教會提醒其子女醒悟祈禱，積極準備迎接救主耶穌基督的恩寵時期。

1, 將臨期的意義

將臨期的精神是我們基督徒迎接主耶穌基督的來臨，它包含三個幅度的準備。

第一，我們準備慶祝主耶穌的聖誕。

主耶穌的誕生是兩千年前發生的一個歷史事件。每年，當我們慶祝聖誕節時，我們也通過彌撒聖祭再一次進入這個救恩事件中，並參與天主超越時間和歷史的行動。聖誕節的中心是降生成人的天主子耶穌基督。聖誕節的基本意義就是慶祝我們人和天主的親密關係，以及歡迎我們的救主到我們的生命中，我們的家中，以及整個世界上來。每年成千上萬的人都會過聖誕節，然而，有些人的聖誕節卻沒有主耶穌基督。沒有主耶穌的聖誕節只是一個朋友聚會，享受大餐的機會。對於我們基督徒而言，聖誕節的中心是主耶穌基督降生成人，而不是聖誕禮物。

將臨期的四個主日是我們分四個步驟準備自己，以喜樂的心情慶祝聖誕佳節的恩寵時期。第一主日，醒悟準備：你們要留心，要時常準備，因為你們不知基督什麼時候來到。第二主日，悔改更新：我們要真誠祈禱，忠實地聆聽主的話，真心的悔改，在愛德中日漸成長。第三主日，喜樂於主：主的日子已臨近了，我們要以喜悅的心情，迎接他的來臨。第四主日，厄瑪努爾，主與我們同在：我們應效法聖母接受上主的聖言，在生活中承行上主的聖意。將臨期提醒我們積極準備，以迎接主耶穌的來臨。只有我們準備好了，才能認出馬槽中的天主子耶穌基督

第二，我們準備在每天的生活中迎接主耶穌。

主耶穌每天以各種各樣的方式，通過不同的人，特別是在聖事中向我們走來。我們需要時時提醒自己在言行，心態，儀表上積極準備，去迎接主耶穌每天的來臨。每天早上以期盼的心情出發去迎接主耶穌。每個晚上反省我今天認出主耶穌了嗎？

正如主耶穌的聖誕是超出我們人的正常思維，同樣的，他每天在我們生活中的出現也是平凡的，甚至是我們人認為不可能的。在聖事中，主耶穌以餅酒的形像出現，在人群中，主耶穌以最弱小者的形像出現，在社會邊緣的人中，他是被人唾棄的罪犯，然而，他卻告訴我們，“凡你們對我這些最小的兄弟中的一個所做的，就是對我做的。”我們基督徒的生活就是在每天的生活中與主同行，尋求主的旨意，選擇去愛。

第三，我們準備主耶穌的第二次來臨。

主耶穌的第二次來臨是他的預許，也是整個受造界的期盼。主耶穌的再來是新天新地的開始，也是我們基督徒領受賞報的喜樂時期。主耶穌的第二次來臨也常常被理解為世界末日。然而，從主耶穌的教導中我們知道，世界末日不是天主懲罰世界的時日，而是我們人類將世界折騰的快要毀滅了的時期。主耶穌的再來是為懲罰惡人，賞報義人，更新世界進入新天新地。只要我們善盡了

責任，完成了使命，準備好自己的，就將共赴基督羔羊的婚宴。所以，主耶穌的第二次來臨，對於我們基督徒而言是喜樂的時期。

將臨期的精神就是提醒我們從這三個方面積極準備自己以迎接主耶穌的來臨。

2, 醒悟祈禱

醒悟祈禱是我們基督徒的基本生活態度。祈禱是醒悟的方法。在祈禱中，我們選擇和主耶穌在一起。在主耶穌內，我們常常記得，這個世界不是我們的家，我們的家在天堂。在醒悟中我們知道，我們所從事的任何工作和事業都是為完成主耶穌交給我們每個人的使命。祈禱是我們獲取生命泉源的方法。祈禱幫助我們常生活在和天主的關係中，光照我們在紛雜的世界上明辨方向，跟隨主耶穌。基督徒的生活，實際上每個人的生活，都是等待天主救恩的生活。每天的祈禱就是我們醒悟的時刻。

3, 積極準備

希望我們能從四個方面善度整個將臨期。

(1)、寬恕：請求天主和他人的寬恕，並選擇寬恕得罪我們的人。

花時間好好辦個告誡，清理自己的靈魂，請天主寬恕我們的罪過。如果您記得曾經做過傷害別人的事，去請他/她原諒，和他/她修和。如果您記得有人傷害過您，主動選擇寬恕他/她。寬恕就是放下傷害所造成的影響，讓創傷離開自己。一位會寬恕的人，永遠生活在堅定的希望和平安中。

(2)、感恩：每天感謝天主和周圍的人

每天最少用三分鐘數算自己的福氣，在您早上起床後和晚上休息前。通過數算自己的福氣，我們會意識到自己是被祝福的人，是天主所愛的人。同時記得感謝我們的父母，親友，以及所有和我們的生命有關係的人。這些人都是天主對我們的祝福。在感恩中，我們發現不僅自己生活在天主的祝福中，而且我們也是天主給其他人的祝福。

(3)、家庭祈禱：您的家庭就是一個小教會

聖家是我們每個家庭的模範。家庭祈禱使整個家庭都生活在以天主為中心的共融中。在家庭祈禱中，父母明了自己的使命，孩子們意識到自己的責任，日新又新。家庭祈禱使每個成員都在主的愛內緊密相連，無論相距多遠。家庭祈禱包括每天在自己家裡一起祈禱，以及每個主日參與彌撒聖祭。堅持每日祈禱的家庭，天主的恩寵總是滿盈豐盛。

(4)、仁愛鼓勵：鼓勵幫助您遇到的人

良言一句三春暖。你永遠也想不到您的一句鼓勵的話會怎麼樣改變一個人的生命。我們聽到批評的話太多了。基督徒都是樂天派，我們需要從正面，積極的角度看人和世界。所以，請花時間去稱讚和鼓勵您身邊的人，至少每天一次。

仁愛是天主溫暖的雙手。通過仁愛，我們經驗到天主的臨在，通過仁愛，我們用天主的愛觸動周圍的人。仁愛首先應在家裡開始。雖然我們每個人的能力不同，但是，每個人都有能力選擇去愛。所以，請儘自己的能力幫助身邊的人。通過仁愛的行動，我們與天主相遇，我們生活在天主的愛中。最大的仁愛就是將主耶穌帶給我們的朋友。

願我們在這個將臨期以積極的心態準備自己，虔誠祈禱，改善生活，以迎接主耶穌的來臨。願我們師法聖母瑪利亞善度將臨期，努力承行天主的旨意，參與天主的事業。