

NOVA

路加年
冊

丙年大齋期第五主日至棕樹主日

2025.4.5-2025.4.13

(經文採用 2010 和修版)

聖經

每日 3 讀 3 禱

禱告



龐君華 撰

衛理門徒培育中心 印製

本資料由 (台灣) 衛理神學研究院 宣教牧養研究中心「宣教支援計劃」提供

封面 王柏欽

各位讀者：平安！

再過兩週就是復活節了，過了這個主日，再接下來的主日就進入了「聖週」（又稱為「受難週」），這意味著大齋期已近尾聲了。古諺有云：「行百里，半九十」，越是接近最後的一週，就越是進入大齋期的高潮。基督進入了耶路撒冷，意味著基督進入了苦難的暴風圈，所以本週的主日與平日的經課，都朝向思想苦難的意義，先知提出的「受苦的僕人」，更是預示了彌賽亞不同於一般人的想像，只有勝利與凱旋，受苦才是主要形象，而且透過這些「僕人之歌」，也提示了基督受苦的意義。

所以這兩週請隨著經文格外地思想基督的受苦與我們的關係，經過這個節期後，生活有何新的方向或目標？對於作為門徒的身份，你有何新的理解？日常的紀律有何新的調整？

主內末 龐君華敬上

於 2025 年大齋期第五主日

若您對我們的事工有負擔，歡迎您在經濟上的支持，以作為工讀生、助理、來年手冊印製、部分設備更新、靈修活動等等的費用。

請直接使用郵政劃撥帳號 19342390「財團法人中華基督教衛理公會衛理神學研究院」並且請於備註欄加註「為三讀三禱奉獻」。



2025《每日三讀三禱》手冊



聖週的預備

龐君華

接下來的主日，就是「棕樹主日」(Palm Sunday 也譯作「聖枝主日」) 是大齋期的最後一週，過了這個主日接下來就是「復活主日」(一般稱作「復活節」) 了，傳統上棕樹主日接下來的一整個禮拜，我們稱作「聖週」(Holy Week 或是受難週 Passion Week)，因為這一整週我們要集中經歷基督受難的過程，所以將之分別出來，因此是為「聖週」，同時亦是「受難週」。

棕樹主日的主題是紀念耶穌騎著驢駒，光榮地進入耶路撒冷。耶穌進入聖城是耶穌生平行程中一個重要的「轉捩點」，進入耶城的意義就是直接面對苦難，「進入」本身就是一項光榮(榮耀) 的行動，而且是以和平、凱旋的方式入城內，與城的另一邊正在巡防中威武的羅馬軍旅，予人截然不同的印象，這暗示了彌賽亞不同於一般的行事。

接下來的聖週一、聖週二及聖週三，我們都會平靜地專注主耶穌即將受苦的經歷，體會苦難來臨前內心所承受的內心掙扎，以及走上十架，面對痛苦的力量。讓我們就逐漸地收斂心情，越來越專注於十字架的苦難與力量。

從禮拜四到禮拜六的這三天是重要的時刻，所以又被稱為「逾越節的三日慶典」。其中，聖週四主要是紀念主耶穌設立的聖餐，以及耶穌與十二門徒在最後的晚餐席間，耶穌親自為十二門徒洗腳，因此又稱「濯足日」；這兩件大事，成為聖週四崇拜的特別主題，即「設立聖餐」與「為門徒濯足」。這兩件事是基督親自的教導與示範，對基督徒的生命價值與意義非比尋常，並且形成聖週四的兩個重大象徵的禮儀，即「聖餐禮」與「濯足禮」。

禮拜五則是耶穌受難日，英文又稱為 Good Friday，「Good」這個字的古語有「神聖」的意含及用法，現代雖已不這樣使用，但循此思路，Good Friday 即有「神聖週五」的意思。這一天中崇拜的時間點有兩個選項，因為耶穌受難到死在十架上的時間是上午九點到下午三點，所以過去教會多選在聖週五的下午有特別的崇拜，紀念主的受難。然而近來為配合會友們白天上班，所以多在週五晚舉行主要的禮拜。

形式上，有的教會選擇走苦路 (Via Dolorosa 稱「十字架之路」 *Via crucis*) 的崇拜方式，信眾隨著聖經上基督受難歷程的記載，一站一站地以祈禱及默想來感受基督受難的經過。

另外教會也使用「熄燭禮拜」 (*Tenebrae*，「黑暗」之意) 的方式，隨著崇拜中逐漸熄滅的燭光，我們經歷了基督在十架上受死後，突然來臨的那片黑暗。這樣的黑暗將會一直延伸到聖週六，直到復活的清晨的曙光來臨前。

所以聖週六往往是一片寂靜，入夜後通常會進行守夜禮，在最黑暗的時刻中，靜靜地等待復活黎明的曙光。過去教會尚未領洗的慕道友往往在大齋期中參與慕道班，作為受洗前的預備，所以也會邀請慕道友們來參與這兩個崇拜，體驗由黑暗入光明的經歷。

到了復活節的清晨，當陽光射入黑暗的會堂，會友們就慶祝復活日的清晨崇拜。試著想像以下的畫面，當曙光劃開了黑幕照入了聖堂，忍了四十多天，未頌讚上主「哈利路亞」的信徒們，此時大聲歡呼「哈利路亞，主果然復活了！」這句話也成為復活日崇拜的開場白或宣召時的始禮文。

於是就展開了復活日一天中可能有的幾場崇拜，經過了大齋期預備的慕道友們，此時也領受水禮，開始新的人生階段，一般會友們經過了大齋期內心的自省、懺悔與基督同釘，也與祂同活。所以這聖週是靈性關鍵且重要的一週，歷來信徒們都事先安排好時間，排開所有可能的行程，專心與基督同行這一個禮拜的行程。

星期日(4/6)大齋期第五主日

賽 43:16-21 在沙漠開江河

【經文】

43:16 那在滄海中開道，在大水中開路，使戰車、馬匹、軍兵、勇士一同出來，使他們仆倒，不再起來，使他們滅沒，好像熄滅之燈火的耶和華如此說：

43:17 【併於上節】

43:18 「你們不要追念從前的事，也不要思想古時的事。」

43:19 看哪，我要行一件新事，如今就要顯明，你們豈不知道嗎？我必在曠野開道路，在沙漠開江河([43.19]「江河」：死海古卷是「路徑」)。

43:20 野地的走獸要尊敬我，野狗和鴝鳥也必尊敬我。因我使曠野有水，使沙漠有河，好賜給我的百姓、我的選民喝。

43:21 這百姓是我為自己造的，為要述說我的美德。」

【默想】

有人形容這段經文是先知向被擄的百姓，預示一段「新出埃及」的行程，百姓被擄到異地，已經漸漸適應了，如今他們需要勇氣，展開一段新的旅程，重新回到「應許之地」。經過亡國、流亡與遷徙，到「為所在的城市求平安」及在異地「生養眾多」的寄居心態，離開不容易「安定」下來居所，再次展開啟程。一個新的異象與呼召發出，要他們走回到曠野，再次經歷上帝的作為。所以上帝應許他們要在「曠野開道路」、「在沙漠開江河」，他們要在曠野重新經歷上帝奇妙的作為。請問在你安定的生活，或是已經有既定的生涯目標下，你願意回應上主，哪怕是回到曠野經歷信心的歷練也在所不辭嗎？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

43:19 看哪，我要行一件新事，如今就要顯明，你們豈不知道嗎？我必在曠野開道路，在沙漠開江河。

詩 126 流淚撒種的必歡呼收割

【經文】

126:1 上行之詩。當耶和華使錫安被擄的人歸回的時候，我們好像做夢的人。

126:2 那時，我們滿口喜笑、滿舌歡呼；那時，列國中就有人說：「耶和華為他們行

了大事！」

126:3 耶和華果然為我們行了大事，我們就歡喜。

126:4 耶和華啊，求你使我們這些被擄的人歸回，好像尼革夫([126.4]「尼革夫」是音譯，意思是「曠野乾旱的地方」，指「南方之地」。)的河水復流。

126:5 流淚撒種的，必歡呼收割！

126:6 那帶種流淚出去的，必歡呼地帶禾捆回來！

【默想】(請閱讀經文後，安靜默想，有哪句話或哪一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

腓 3:4b-14 認識基督曉得他復活的大能

【經文】

3:4 其實，我也可以靠肉體；若是別人以為他可以依靠肉體，我更可以。

3:5 我出生後第八天受割禮；我是以色列族、便雅憫支派的人，是希伯來人所生的希伯來人。就律法說，我是法利賽人；

3:6 就熱心說，我是迫害教會的；就律法上的義說，我是無可指責的。

3:7 只是我先前以為對我是有益的，我現在因基督的緣故而當作是有損的。

3:8 不但如此，我已把萬事當作是有損的，因我以認識我主基督耶穌為至寶。我為他已經丟棄萬事，看作糞土，為要贏得基督，

3:9 並且得以在他裏面，不是有自己因律法而得的義，而是有信基督的義([3.9]「有信基督的義」或譯「有藉基督的信而來的義」)，就是基於信，從上帝而來的義，

3:10 使我認識基督，知道他復活的大能，並且知道和他一同受苦，效法他的死，

3:11 或許我也得以從死人中復活。

3:12 這不是說我已經得着了，已經完全了；而是竭力追求，或許可以得着基督耶穌([3.12]「基督耶穌」：有古卷是「基督」。)所要我得着的([3.12]「所要我得着的」或譯「所以得着我的」)。

3:13 弟兄們，我不是以為自己已經得着了；我只有一件事，就是忘記背後，努力面前的，

3:14 向着標竿直跑，要得上帝在基督耶穌裏從上面召我來得的獎賞。

【默想】

保羅形容自己事奉的人生，過去雖有輝煌的資歷，但這一切在認識基督之後都改變

了，他過去認為非要追求的事，現在可能覺得並不值得投下任何生命、歲月去追尋。反之，過去覺得不值一顧的基督，如今卻成為他人生的標竿與至寶。請問現今你人生的「標竿」在哪裏？你每天努力在奔跑著，但是你的方向正確嗎？保羅說：「我以認識基督為至寶」，你有同樣的感覺嗎？還是你以為認識基督是一種纏累或重擔，增加了你許多無謂的束縛呢？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

3:8 不但如此，我已把萬事當作是有損的，因我以認識我主基督耶穌為至寶。我為他已經丟棄萬事，看作糞土，為要贏得基督。

約 12:1-8 馬利亞以香膏膏主

【經文】

12:1 逾越節前六天，耶穌來到伯大尼，就是他使拉撒路從死人中復活的地方。

12:2 有人在那裏為耶穌預備宴席；馬大伺候，拉撒路也在同耶穌坐席的人中間。

12:3 馬利亞拿着一斤極貴的純哪噠（[12.3]「哪噠」即「甘松」。）香膏，抹耶穌的腳，又用自己頭髮去擦，屋裏充滿了膏的香氣。

12:4 有一個門徒，就是那將要出賣耶穌的加略人猶大，說：

12:5 「為甚麼不把這香膏賣三百個銀幣去賙濟窮人呢？」

12:6 他說這話，並不是關心窮人，而是因為他是個賊，又管錢囊，常偷取錢囊中所存的。

12:7 耶穌說：「由她吧！她這香膏本是為我的安葬之日留着的。」

12:8 因為常有窮人和你們在一起，但是你們不常有我。」

【默想】

這段經文一開始就以第 1,2 節將拉撒路復活與香膏膏主的兩個事件連結在一起，充滿著死亡與生命、明暗交織的氛圍。伯大尼的馬利亞用極貴重的純香膏來膏抹主耶穌的腳，這個行動是為了基督即將受死而預備，因為她感受到擺在耶穌面前的就是苦難與死亡。這是基督所選擇必須的路，因為這是唯一通往生命或復活的道路，所以我們必須要專注基督的這段過程，在祂的受難與受苦中，找到我們作門徒的意義，莫讓一堆服事或慈善等等的事，分散了我們對這基督受難事件的關注。這並不意謂我們不要服事、不要慈善活動，而是任何使門徒分心忽略基督受難意義的事，對門

徒都是有損的。再過一週就進入受難週了，您可預備好認真地面對這個信仰的課題嗎？不要再以其他活動迴避思想基督受難的機會了。

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

12:7 耶穌說：「由她吧！她這香膏本是為我的安葬之日留着的。

12:8 因為常有窮人和你們在一起，但是你們不常有我。」

回應大齋期第五主日

星期一(4/7)

出 40:1-15 器皿分別為聖

【經文】

40:1 耶和華吩咐摩西說：

40:2 「正月初一，你要立起會幕的帳幕，

40:3 把法櫃安放在裏面，用幔子將櫃遮掩。

40:4 把供桌搬進去，擺設桌上的器具。又把燈臺搬進去，點上燈。

40:5 把金香壇安在法櫃前，掛上帳幕的門簾。

40:6 把燔祭壇安在會幕的帳幕門前。

40:7 把洗濯盆安在會幕和壇的中間，在盆裏盛水。

40:8 又要在院子周圍支起帷幔，把院子的門簾掛上。

40:9 你要用膏油抹帳幕和其中所有的，使帳幕和一切器具分別為聖，就都成為聖。

40:10 又要抹燔祭壇和壇的一切器具，使壇分別為聖，壇就成為至聖。

40:11 要抹洗濯盆和盆座，使盆分別為聖。

40:12 你要帶亞倫和他兒子到會幕門口，用水洗身。

40:13 要給亞倫穿上聖衣，又膏他，使他分別為聖，作事奉我的祭司。

40:14 又要帶他的兒子來，給他們穿上內袍。

40:15 你怎樣膏他們的父親，也要照樣膏他們，使他們成為事奉我的祭司。他們受了膏，就必世代代永遠得祭司的職分。」

【默想】

這段經文是在出埃及記的結尾，以色列人離開了埃及已經近一年了，他們按著上帝

給摩西的指示，豎立了這座會幕；這座神聖的會幕不僅僅是以色列人信仰的中心，表示著上帝與人同在的記號，也就是「上帝的會幕要在人間」的體現，同時也預表了未來上帝在基督裏的救恩。當會幕外在的一切，器皿、人員都準備好了，這一切的俗物都要經過「分別為聖」的過程，才能成為聖所中的器皿。這些器物一經過膏油塗抹過後，就不能再做其他的用途了，單單只為祭祀，或上主所用。在人事上，亞倫家族一經膏立之後，他和他的後代就單單地為事奉上主而活。這過程既神聖又莊嚴，這是「將一生歲月，單單獻上為主所用」的重要儀式，日後他們有生之年都要照著主的心意在會幕以及日後的聖殿中事奉；一方面他們將蒙受特別的恩典，另一方面他們需要先獻上他們自己一生的歲月在祭壇上，才主禮其他百姓的獻祭事宜。其實，真正跟隨的基督門徒也是如此，而且更是不容易的過程，雖然不是在有形的聖殿服事，但是在世上跟隨基督的人也要被「分別為聖」，用上帝所賜給我們的各種角色：教師、醫生、護理師、工程師、職員、技術工人、社工、服務員、父親、母親...等等，在我們的角色與崗位上分別為聖，單單地為主所用，單單事奉祂。在這聖週前的一個禮拜，你是否已下定決心，要過「分別為聖」的生活嗎？在主所賜的會幕中，向世人展現「上主的帳幕」已在人間的信息呢？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

40:15 你怎樣膏他們的父親，也要照樣膏他們，使他們成為事奉我的祭司。他們受了膏，就必世世代代永遠得祭司的職分。

詩 20 受膏者的勝利

【經文】

20:1 願耶和華在你患難的日子應允你，願雅各的上帝的名保護你。

20:2 願他從聖所救助你，從錫安堅固你，

20:3 記念你的一切祭物，悅納你的燔祭，(細拉)

20:4 將你心所願的賜給你，成就你的一切籌算。

20:5 我們要因你的救恩誇勝，要奉我們上帝的名豎立旌旗。願耶和華成就你一切所求的！

20:6 現在我知道耶和華必救護他的受膏者，從他神聖的天上應允他，用右手的能力救護他。

20:7 有人靠車，有人靠馬，但我們要提耶和華 - 我們上帝的名。

20:8 他們都屈身仆倒，我們卻起來，堅立不移。

20:9 耶和華啊，求你拯救；我們呼求的時候，願王應允我們！([20.9]本節七十士譯本是「主啊，求你拯救王；我們呼求你的那一天，求你應允我們！」)

【默想】(請閱讀經文後，安靜默想，有哪句話或哪一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

來 10:19-25 又新又活的路

【經文】

10:19 所以，弟兄們，既然我們靠着耶穌的血得以坦然進入至聖所，

10:20 是藉着他給我們開了一條又新又活的路，從幔子經過，這幔子就是他的身體。

10:21 既然我們有一位偉大祭司治理上帝的家，

10:22 那麼，我們該用誠心和充足的信心，同已蒙潔淨、無虧的良心，和清水洗淨了的身體來親近上帝。

10:23 我們要堅守所宣認的指望，毫不動搖，因為應許我們的那位是信實的。

10:24 我們要彼此相顧，激發愛心，勉勵行善；

10:25 不可停止聚會，好像那些停止慣了的人，倒要彼此勸勉，既然知道那日子臨近，就更當如此。

【默想】

經文中希伯來書的作者提出基督為我們開了一條「又新又活」的路，這是一條通到聖殿門口的路，也就是通往救恩的路。這條路上原本的攔阻「幔子」，已經因基督而從攔阻變成了一個必經的「里程碑」。我們在這路上保持著盼望前進(第 23 節)，這盼望或指望，也就是在第 22 節所提到的「被洗淨」的「誠心」與「信心」，其實這不是兩個心，「誠」即是「真」，都是指向真實的，「信」是「相信」而順服，是指真正的相信，然後順服地走在這條朝聖之路上，一定會遇到那位「信實」的上帝。在這又真又活的朝聖之路上，我們要結伴而行，所以要「彼此相顧」及「彼此勉勵」，同奔天路的伙伴的聚會、一同的崇拜都是不能隨意停止的，因為當一個人落單行走容易軟弱或迷失，停止慣了更是危險，會不知不覺中失去了起而行的力量。請問你可有同奔天路的伙伴？你們可有紀律地常常相聚，彼此相顧、勉勵？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

10:24 我們要彼此相顧，激發愛心，勉勵行善；

10:25 不可停止聚會，好像那些停止慣了的人，倒要彼此勸勉，既然知道那日子臨近，就更當如此。

星期二(4/8)

士 9:7-15 膏樹為王的比喻

【經文】

9:7 有人將這事告訴約坦，他就去站在基利心山頂上，高聲喊叫，對他們說：「示劍的居民哪，你們要聽我，上帝也就會聽你們。」

9:8 有一次，樹木要膏一王治理他們，就去對橄欖樹說：『請你來作王治理我們！』

9:9 橄欖樹對它們說：『我豈可停止生產使神明和人得尊榮的油，而行走飄搖在眾樹之上呢？』

9:10 樹木對無花果樹說：『請你來作王治理我們！』

9:11 無花果樹對它們說：『我豈可停止結甜美的果子，而行走飄搖在眾樹之上呢？』

9:12 樹木對葡萄樹說：『請你來作王治理我們！』

9:13 葡萄樹對它們說：『我豈可停止出產使神明和人歡樂的新酒，而行走飄搖在眾樹之上呢？』

9:14 眾樹對荊棘說：『請你來作王治理我們！』

9:15 荊棘對眾樹說：『你們若真的要膏我作王治理你們，就要來到我的蔭下尋求庇護；不然，願火從荊棘裏出來，吞滅黎巴嫩的香柏樹。』

【默想】

有時「爭奪權位」與「當仁不讓」或挺身承擔責任，往往在外表上難以分辨，因為有時人明明內心是為了「爭奪權位」，但他的說詞卻是為了教會的改革要「當仁不讓」，要承擔責任云云。所以我們不但要聽其言，更要觀其行，往往在關鍵處就可以分辨出他們內心真正的價值觀，是為了主？或是為了自己？經文中因為各種可以承擔責任的樹木，都用各種理由迴避它們責任，導致由用心不良的荊棘來擔任領袖，最後恐將造成了整個森林的禍患。無論大小的信仰團體，在領袖產生的過程，或參與推選領袖的成員，須要有成熟的靈性，真誠地尋求上帝的旨意，然後託付有靈性、忠心又有見識的人來擔任領袖，否則受損的一定是信仰的群體。被推舉的候選人也需要有靈性的深度，誠心地尋求上主的旨意，才能擔任各種服事的角色。我們耐心與信心地尋求，主必會顯示祂的心意。若與主的關係不深，也不重視領導服事的靈性品質，大家憑著世俗的角度或價值，或是根據個人的交情來推選領袖，必會給信仰群體帶來災難。請問你可願意認真尋求主，在「承擔」與「推舉」人服事的事上，都以祂為重？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

9:15 荊棘對眾樹說：『你們若真的要膏我作王治理你們，就要來到我的蔭下尋求庇護；不然，願火從荊棘裏出來，吞滅黎巴嫩的香柏樹。』

詩 20 受膏者的勝利

【默想】(請閱讀經文後，安靜默想，有哪句話或哪一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

約一 2:18-28 宣認聖子

【經文】

2:18 孩子們哪，如今是末世的時光了。你們曾聽過那敵基督者要來，現在有好些敵基督者已經出來了；由此我們就知道，如今是末世的時光了。

2:19 他們從我們中間出去，卻不是屬我們的，若是屬我們的，就必仍舊與我們同在。他們出去，這就顯明他們都不是屬我們的。

2:20 你們從那聖者受了恩膏，並且你們大家都知道([2.20]「你們大家都知道」：有古卷是「你們知道這一切的事」)。

2:21 我寫信給你們，不是因你們不認識真理，而是因你們認識，並且知道一切虛謊都不是從真理出來的。

2:22 誰是說謊話的呢？不就是那不認耶穌為基督的嗎？那不認父與子的，這個人就是敵基督的。

2:23 凡不認子的，就沒有父；宣認子的，連父也有了。

2:24 論到你們，務要將那從起初所聽見的常存在心裏；若將從起初所聽見的 existence 心裏，你們就會住在子裏面，也會住在父裏面。

2:25 基督所應許我們的就是永生。

2:26 我將這些話寫給你們，是論到那些迷惑你們的人說的。

2:27 至於你們，你們從基督所受的恩膏常存在你們心裏，並不用人教導你們，自有他的恩膏在凡事上教導你們。這恩膏是真的，不是假的，你們要按這恩膏的教導住在他裏面。

2:28 孩子們哪，你們要住在基督裏面。這樣，他若顯現，我們就可以坦然無懼；當他來臨的時候，在他面前不至於慚愧。

【默想】

這段經文是老約翰的提醒，讀者都是猶如他晚輩般的信徒們。我們現在都是活在「末世的時光」中，從耶穌基督道成肉身來到世界之後，世界就已經進入了所謂的「末世」，上帝已在基督裏將祂的救恩向世人顯明了，所以聽到這個訊息的人們都必須作出抉擇，決定要如何回應上主的恩典。然而也就在這末世的時代，那個自古以來抵擋上帝的惡者或惡勢力（如約伯記 26:13 中的「快蛇」，詩篇 89:10 中的「拉哈伯」或以賽亞書 27:1 中的鱷魚等等），將會以「敵基督」的方式顯現，繼續阻擾上帝的工作，混亂人對上帝美意的回應。敵基督 *antichrists* 中的「敵」*anti* 這個字原文有「敵對」的意思，但也有「代替」之意，所以「敵對」是傳播與基督相反的信息，「代替」是將假的信息替代基督的教導，以一種近似基督的假信息，混淆了部分真實的訊息，這是最具破壞力的謊言，這樣往往會扭曲了福音的內容，叫人不易分辨。這兩者都會造成信徒個人與信仰團體的混亂。所以教會的牧者或領袖要提防有人混進「羊圈」內，要認真教導那些願意跟隨基督的人，然而不只是「在知識上」的教導，也要有「在基督裏」的屬靈經歷，這樣信仰才會更加牢固。請問你有不斷地充實自己對基督的認識嗎？可有不斷經歷在基督裏的靈性操練？更不斷地遵行主道，在生活中經歷主的救恩嗎？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

2:28 孩子們哪，你們要住在基督裏面。這樣，他若顯現，我們就可以坦然無懼；當他來臨的時候，在他面前不至於慚愧。

星期三(4/9)

哈 3:2-15 拯救祢的受膏者

【經文】

3:2 耶和華啊，我聽見你的名聲；耶和華啊，我懼怕你的作為。求你在這些年間([3.2]「在這些年間」：七十士譯本是「這些年臨近的時候」。)復興你的作為，在這些年間將它顯明出來([3.2]「將它顯明出來」：七十士譯本是「你會顯明出來」。)；在發怒的時候以憐憫為念。

3:3 上帝從提幔而來，聖者從巴蘭山臨到；(細拉)他的榮光遮蔽諸天，頌讚遍滿全地。

3:4 他的輝煌如同日光，從他手裏發出光芒，那裏([3.4]「那裏」：原文另譯「天上」。)

隱藏他的能力。

3:5 在他前面有瘟疫流行，在他腳下有熱症發出。

3:6 他站立，震動([3.6]「震動」或譯「量」。)大地，他觀看，震動列國。永久的山崩裂，長存的嶺塌陷，他的作為與古時一樣。

3:7 我見古珊的帳棚遭難，米甸地的幔子動搖。

3:8 耶和華啊，你豈是向江河發怒，向江河生氣，向海洋發烈怒嗎？你騎在馬上，坐在得勝的戰車上，

3:9 你的弓全然顯露([3.9]「你的弓全然顯露」：原文另譯「你打開弓套」。)，箭是發誓的言語([3.9]「箭是發誓的言語」：原文另譯「箭在弦上待命」；七十士譯本的一個抄本是「你把你的箭袋裝滿了箭」。)；(細拉) 你以江河分開大地。

3:10 山嶺見你，無不戰抖；大水氾濫而過，深淵發聲，洶湧翻騰([3.10]「洶湧翻騰」：原文是「向上舉手」。)。

3:11 因你的箭射出光芒，你的槍閃出光耀，日月都停在原處。

3:12 你發怒遍行大地，以怒氣責打列國，如打穀一般。

3:13 你出來拯救你的百姓，拯救你的受膏者；你打破惡人之家的頭，暴露其根基，直到頸項([3.13]「頸項」意思是「上端」。)。(細拉)

3:14 你以其戈矛刺透他戰士的頭；他們如旋風將我([3.14]「我」：原文另譯「我們」。)颯散，他們喜愛暗中吞吃困苦的人。

3:15 你騎馬踐踏海，踐踏洶湧的大水。

【默想】

這段經文是先知哈巴谷的祈禱，以流離調作成一首極美的讚美詩歌。但是如果我們看到哈巴谷書的第一、二章時，會發現所述說的盡是痛苦的事與情，甚至向天提問「你還不拯救嗎？」何以此時，竟然能夠轉而讚美上帝？當先知想到上主是不會長期容忍地上各樣的強暴與罪惡，雖然我們眼前所見的，一切都是不公義、凋零、無盼望等等的景象，但我們要從更長遠的歷史中，留意上帝的作為，並且為了上帝的作為得以復興而祈禱。這是信徒一個極大的功課，表示我們承認自己所見的有限，同時也信靠上主正在進行著祂更高深的計畫。如此我們方能「在主裏」（而不是在順境中）喜樂。你現在的生活如何？你對現今所生存的世界是否感到灰心？若一切都不盡順利，你是否仍能保持信心，能在上主的恩典裏不失望、不放棄呢？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

3:12 你發怒遍行大地，以怒氣責打列國，如打穀一般。

3:13 你出來拯救你的百姓，拯救你的受膏者；你打破惡人之家的頭，暴露其根基，直到頸項。

詩 20 受膏者的勝利

【默想】(請閱讀經文後，安靜默想，有哪句話或哪一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

路 18:31-34 耶穌預見他的受難

【經文】

18:31 ([太 20:17-19](#) [可 10:32-34](#)) 耶穌把十二使徒帶到一邊，對他們說：「看哪，我們上耶路撒冷去，先知所寫的一切事都要成就在人子身上。

18:32 他將被交給外邦人；他們要戲弄他，凌辱他，向他吐唾沫，

18:33 並要鞭打他，殺害他；第三天他要復活。」

18:34 這些事門徒一點也不明白，這話的意思對他們是隱藏的；他們不知道所說的是甚麼。

【默想】

耶穌已經三次預言自己的受苦、受難，但門徒們卻無法明白；其實換作我們處在那時的情境中，我們也可能不懂。因為我們有自己的一套天國看法、天國的價值觀，自己有自己的盼望，自己有自己的生命實現的期待；什麼時候我們願意放下這些，我們才能明白上主的旨意。上帝藉著耶穌示範了祂的救贖方式，祂在基督裏，透過身心受苦、被羞辱、被鞭打，甚至忍受十架的極刑後，才以復活生命的榮耀，來改變這個世界，若上帝的愛子仍須經歷如此苦難，我們這些跟隨者豈不也要經歷十架嗎？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

18:31 耶穌把十二使徒帶到一邊，對他們說：「看哪，我們上耶路撒冷去，先知所寫的一切事都要成就在人子身上。」

星期四(4/10)

賽 53:10-12 擔當多人罪而受苦

【經文】

53:10 耶和華的旨意要壓傷他，使他受苦。當他的生命作為贖罪祭時([53.10]「當... 贖罪祭時」或譯「當耶和華以他為贖罪祭時」。)，他必看見後裔，他的年日必然長久。耶和華所喜悅的事，必在他手中亨通。

53:11 因自己的勞苦，他必看見光([53.11]「光」是根據死海古卷和七十士譯本；原文沒有「光」。)就心滿意足。因自己的認識，我的義僕使許多人得稱為義，他要擔當他們的罪孽。

53:12 因此，我要使他與位大的同份，與強盛的均分擄物。因為他傾倒自己的生命，以至於死，也列在罪犯之中。他卻擔當多人的罪，為他們的過犯代求([53.12]「為他們的過犯代求」是根據死海古卷和七十士譯本；原文是「又為罪犯代求」。)。

【默想】

這是以賽亞書中第四首「僕人之歌」(52:13-53:12)的結尾，這首「受苦的僕人」，在結尾處特別強調，這位僕人所受的苦是上帝的旨意(第 10 節)，他的苦不是沒有意義的，因為這位受苦的僕人之所以受苦是為了要擔當多人的罪(第 12 節)，也就是背負了別人應該背負但背負不起的重擔。因此原本要背負重擔的人，因此得以如釋重負地被「稱為義」，也就是再沒有負債了。最後，受苦的僕人雖因此被列入了罪犯之列，但是上帝卻要使他從罪犯中被提升起來，誠如「為主捨棄生命的，反而得著生命」般，被上主使用，也被上主尊榮。如此對受苦的僕人的描述，一方面讓我們明白基督受苦的意義，同時也幫助我們在苦難中找到意義。在受苦中的上主的兒女們，若明白我們有時承受苦難，也可能是上帝的旨意，為要承擔他人的重擔，為他人得著醫治而受到「鞭傷」，猶如基督(彌賽亞)的苦難。若是這樣，遇到不明的苦楚時，你會如何禱告呢？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應(並建議將心得記下)

53:11 因自己的勞苦，他必看見光就心滿意足。因自己的認識，我的義僕使許多人得稱為義，他要擔當他們的罪孽。

詩 31:9-16 我終身的事在你手中

【經文】

31:9 耶和華啊，求你憐憫我，因為我在急難之中；我的眼睛因憂愁而昏花，我的身心也已耗盡。

31:10 我的生命為愁苦所消耗，我的年歲為嘆息所荒廢；我的力量因我的罪孽([31.10]「罪孽」：原文另譯「苦難」。)衰敗，我的骨頭也枯乾。

31:11 我因所有的敵人成了羞辱，在我鄰舍跟前更加羞辱；那認識我的都懼怕我，在街上看見我的都躲避我。

31:12 我被遺忘，如同死人，無人記念；我好像破碎的器皿。

31:13 我聽見許多人的毀謗，四圍盡是驚嚇；他們一同商議攻擊我，圖謀害我的性命。

31:14 耶和華啊，我仍要倚靠你；我說：「你是我的上帝。」

31:15 我終生的事在你手中，求你救我脫離仇敵的手和那些迫害我的人。

31:16 求你使你的臉向僕人發光，憑你的慈愛拯救我。

【默想】(請閱讀經文後，安靜默想，有哪句話或哪一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

來 2:1-9 上主竟顧念人

【經文】

2:1 所以，我們必須越發注意所聽見的道，免得我們隨流失去。

2:2 既然那藉着天使所傳的話是確定的，凡違背不聽從的，都受了該受的報應；

2:3 我們若忽略這麼大的救恩，怎能逃避呢？這拯救起先是主親自講的，後來是聽見的人給我們證實了。

2:4 上帝又按自己的旨意，更用神蹟奇事、百般的異能，和聖靈所給的恩賜，與他們一同作見證。

2:5 我們所說將來的世界，上帝沒有交給天使管轄。

2:6 但有人在某處證明說：「人算甚麼，你竟顧念他；世人算甚麼，你竟眷顧他。」

2:7 你使他暫時比天使微小([2.7]或譯「你使他比天使微小一點」。)，賜他榮耀尊貴為冠冕，你派他管理你手所造的，

2:8 使萬物都服在他的腳下。」既然使萬物都服他 ([2.8]有古卷是「既然使萬物都降服」。) , 就沒有剩下一樣不服他的了。只是如今我們還不見萬物都服他 ;
2:9 惟獨見那成為暫時比天使微小的耶穌 , 因為受了死的痛苦 , 得了尊貴榮耀為冠冕 , 好使他因着上帝的恩 , 為人人經歷了死亡。

【默想】

上主將祂手所造的都交給人來管理 , 管理上帝所造的世界是件很榮耀的事 , 人要配得上這項殊榮 , 需要極大的成熟。原來上帝在基督裏 , 不只是救贖了我們 , 也期許我們能夠成熟到作好「管家」, 承擔分派任務給我們 , 也就是管理祂手所造的世界。所以就先從你如何管理上帝所託付給你的恩賜 , 如時間、才幹、成長背景及環境等等開始反省。請默想一下 , 你的成長中 , 形塑了你有那些特別的恩賜 , 或得天獨厚的長處 , 與人不同的成長經歷等等 , 你會如何進一步發展這些特別的恩賜呢 ? 你如何在所管理的事上忠心 , 以致配得上主所賜榮耀的冠冕 ?

請默禱 , 並專注默想以下經文 , 留意經文中有那一個詞 , 那一句話 , 特別感觸你的心靈 : 請就此領悟 , 以祈禱回應 (並建議將心得記下)

2:6 但有人在某處證明說 : 「人算甚麼 , 你竟顧念他 ; 世人算甚麼 , 你竟眷顧他。」

2:7 你使他暫時比天使微小 , 賜他榮耀尊貴為冠冕 , 你派他管理你手所造的。」

星期五(4/11)

賽 54:9-10 我的慈愛必不離開你

【經文】

54:9 這事於我有如挪亞的洪水 ; 我怎樣起誓不再使挪亞的洪水淹沒全地 , 也照樣起誓不再向你發怒 , 且不斥責你。

54:10 大山可以挪開 , 小山可以遷移 , 但我的慈愛必不離開你 , 我平安的約也不遷移 ; 這是憐憫你的耶和華說的。

【默想】

即使是最嚴厲的懲罰中 , 上主仍不忘記祂的應許與憐憫。先知以賽亞道盡了上主的心情 , 即使我們背約 , 祂仍是守約的上帝 , 並且要用愛來將我們呼喚回來。你如何回應上主的慈愛 ? 用什麼行動來回應 ? 在崇拜中你可有真誠地回應上主不離不棄的慈愛嗎 ?

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

54:10 大山可以挪開，小山可以遷移，但我的慈愛必不離開你，我平安的約也不遷移；這是憐憫你的耶和華說的。

詩 31:9-16 我終身的事在你手中

【默想】(請閱讀經文後，安靜默想，有哪句話或哪一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

來 2:10-18 耶穌受苦與人認同

【經文】

2:10 原來那為萬物所屬、為萬物所本的，為要領許多兒子進入榮耀，使救他們的元帥因受苦難而得以完全，本是合宜的。

2:11 因那使人成聖的，和那些得以成聖的，都是出於一。為這緣故，他稱他們為弟兄也不以為恥，

2:12 說：「我要將你的名傳給我的弟兄，在會眾中我要頌揚你。」

2:13 他又說：「我要依賴他。」他又說：「看哪！我與上帝所給我的兒女都在這裏。」

2:14 既然兒女同有血肉之軀，他也照樣親自成了血肉之軀，為能藉着死敗壞那掌管死權的，就是魔鬼，

2:15 並要釋放那些一生因怕死而作奴隸的人。

2:16 誠然，他並沒有幫助天使，而是幫助了亞伯拉罕的後裔。

2:17 所以，他凡事應當與他的弟兄相同，為要在上帝的事上成為慈悲忠信的大祭司，為百姓的罪獻上贖罪祭。

2:18 既然他自己被試探而受苦，他能幫助被試探的人。

【默想】

我們現在享有真正的自由嗎？我們可有被什麼擔憂懼怕的事所困擾，以致失去心靈的自由呢？基督認同我們，祂稱我們為兄弟，並不以為恥。祂也經歷過我們所經歷的苦難與試探，所以祂知道我們正在承受的各種情況，祂了解我們所處的困境。你可曾將你感到沈重的試探交託給主，並真心依靠祂嗎？基督認同人類，這個呼籲可曾使你也認同我們社會中其他不同於我們的族群？可曾想過他們所經歷的歷史、他

們所憂心與恐懼的事，他們感到光榮的事？你接納他們與你不一樣（或不同意）的感受嗎？你可曾真的聆聽過社會不同階層的聲音，認同他們是我的同胞？因為耶穌基督這位慈悲忠信的大祭司，我們可以與上主和好，得到祂原先就要給我們的生命的賞賜。我們是否真誠地擔任上主與世界的祭司呢？你是否像基督一樣，擔任起「中保」的角色，使人能與上主和好，而且甘願為此受苦呢？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

2:17 所以，他凡事應當與他的弟兄相同，為要在上帝的事上成為慈悲忠信的大祭司，為百姓的罪獻上贖罪祭。

2:18 既然他自己被試探而受苦，他能幫助被試探的人。

星期六(4/12)

利 23:1-8 守安息日與逾越節

【經文】

23:1 耶和華吩咐摩西說：

23:2 「你要吩咐以色列人，對他們說：以下是我的節期，是你們要宣告為聖會的耶和華的節期。」

23:3 「六日要做工，第七日是完全安息的安息日，要有聖會；你們任何工都不可做。這是在你們一切的住處向耶和華當守的安息日。」

23:4 「以下是你們要按時宣告為聖會的耶和華的節期。」

23:5 ([出 12:1-20](#) [民 28:16-25](#) [申 16:1-8](#)) 「正月十四日黃昏的時候([23.5] 「黃昏的時候」：原文是「兩個黃昏之間」。) ，是向耶和華守的逾越節。」

23:6 這月的十五日是向耶和華守的除酵節；你們要吃無酵餅七日。

23:7 第一日要有聖會，任何勞動的工都不可做；

23:8 要將火祭獻給耶和華七日。第七日要有聖會，任何勞動的工都不可做。」

【默想】

上主藉著摩西特別吩咐以色列人以兩個節日所紀念的兩個事件，進一步建立他們的身份認同。第一個節日是安息日，是每週的第七日，這個節日與創造有關，是源自創造的上帝，祂在六日內創造了世界，特別是造了人類之後，第七日祂便「停止」了一切的工。所以人也要在第七日「停止」一切的工。一方面是為了人要休息，人不是上帝，也不是工具，人是上帝用塵土加上祂的氣所造的既有限又有靈氣的存在（活物），所以人要休息，要藉著聖會及家庭的聚會來重整自己，不忘記自己是個人，若他有雇用工人，他也要尊重這些雇工也是人，也需要給予休息，不可利誘他們放棄休息或休假。另一個節日則是與救贖有關，是源自於上帝對他們的拯救，他們之所以過逾越節，是為要紀念當初上帝在埃及時拯救他們的過程與方式，逾越節中羔羊的血，使他們逃過了長子的劫難，所以羔羊替代與拯救有關。另一方面他們倉皇逃出了受到奴役之地方的過程中，沒有時間等到餅發酵，所以必須食用無發酵的餅。綜觀這兩個節日一個提醒生命源自創造的上帝，另一個提醒我們要真正成為人，而不是奴隸（工具），需要經歷上帝的拯救。現今我們雖然沒有過猶太人的節日，但是你是否在七日中有一日可以作到完全的「停止」一切的工呢？在安息的寧靜中，可有思想自己與生命的源頭，也就是上帝的關係呢？你是否每週主日參與崇

拜，特別是聖餐時，認真地紀念基督為我們成為逾越節的羔羊，感謝祂使我們成為不受罪所轄制的自由人？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

23:3 六日要做工，第七日是完全安息的安息日，要有聖會；你們任何工都不可做。這是在你們一切的住處向耶和華當守的安息日。

詩 31:9-16 我終身的事在你手中

【默想】(請閱讀經文後，安靜默想，有哪句話或哪一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

路 22:1-13 預備逾越節

【經文】

22:1 ([太 26:1-5](#) · [14-16](#) [可 14:1-2](#) · [10-11](#) [約 11:45-53](#)) 除酵節，又叫逾越節，近了。

22:2 祭司長和文士在想法子怎樣殺害耶穌，因他們懼怕百姓。

22:3 這時，撒但入了那稱為加略人猶大的心。他本是十二使徒裏的一個。

22:4 他去跟祭司長和守殿官商量怎樣把耶穌交給他們。

22:5 他們很高興，就約定給他銀子。

22:6 他應允了，就找機會，要趁眾人不在跟前的時候把耶穌交給他們。

22:7 ([太 26:17-25](#) [可 14:12-21](#) [約 13:21-30](#)) 除酵節到了，這一天必須宰逾越節的羔羊。

22:8 耶穌打發彼得和約翰，說：「你們去為我們預備逾越節的宴席，好讓我們吃。」

22:9 他們問他：「你要我們在哪裏預備？」

22:10 耶穌對他們說：「你們進了城，會有人拿着一罐水迎面而來，你們就跟着他，到他所進的房子裏去，

22:11 對那家的主人說：『老師問：客房在哪裏？我和我的門徒要在那裏吃逾越節的宴席。』

22:12 他會帶你們看一間擺設齊全的樓上大廳，你們就在那裏預備。」

22:13 他們去了，所看到的正如耶穌所說的。他們就預備了逾越節的宴席。

【默想】

除酵節一方面是紀念當年以色列人的先祖，因為匆匆逃開埃及，不能等到麵糰發起才來作烤餅，所以直接將麵團烙熟來食用。這也引伸出另一層的意義，就是要除去我們生活中不好的東西(如法利賽人的酵、希律黨人的酵)，以免這些不好的東西，發酵在我們的內心或生命裏，以致一發不可收拾，耽延了救恩的進行。經文中撒旦(意即「抵擋上帝的」者)進入了猶大的心，惡念在他的心中發酵，使他主動去找祭司長商議出賣耶穌。顯然猶大並不是出於什麼高貴的理由(像〈猶大福音〉所說的要逼彌賽亞現身)，路加說得很清楚，他的基本動機，就是出於撒旦。當我們在過一些節期、禮拜，或從事靈修活動時，是否只重視這些儀式或活動的外表形式，以致忽略了更重要的內在操練的目的呢？這樣的形式化的結果，非但生命沒有精進，反而被撒旦所惑，在你的心中放下了日後膨脹的酵。你可曾記得，要保守你的心，免得入了迷惑？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應(並建議將心得記下)

22:3 這時，撒旦入了那稱為加略人猶大的心。他本是十二使徒裏的一個。

22:4 他去跟祭司長和守殿官商量怎樣把耶穌交給他們。

星期日(4/13)棕樹主日

賽 50:4-9a 僕人順從受苦

【經文】

50:4 主耶和華賜我受教者的舌頭，使我知道怎樣用言語扶助疲乏的人。主每天早晨喚醒，喚醒我的耳朵，使我能聽，像受教者一樣。

50:5 主耶和華開啟我的耳朵，我並未違背，也未退後。

50:6 人打我的背，我任他打；人拔我兩頰的鬚鬚，我由他拔；人侮辱我，向我吐唾沫，我並不掩面。

50:7 主耶和華必幫助我，所以我不抱愧。我硬着臉面好像堅石，也知道我必不致蒙羞。

50:8 稱我為義的與我相近；誰與我爭論，讓我們來對質；誰與我作對，讓他近前來吧！

50:9 看哪，主耶和華必幫助我，誰能定我有罪呢？看哪，他們都要像衣服漸漸

破舊，被蛀蟲蛀光。

【默想】

先知說明他的蒙召是要用言語扶助那些疲乏的人，當時的對象是那些流落異邦的百姓，他們疲乏的原因之一，就是他們感到被遺棄了，像個棄婦的孩子，被上帝所遺忘。但是先知提醒他們，其實是我們自己忘記了上帝，我們沒有等候祂，所以會落到失去身分的境地。然而上主並沒有忘記我們，並且藉著先知日日提醒我們，要我們去經歷祂的能力，「我的膀臂豈是縮短？我豈無拯救的能力？」先知的角色與信息，並不容易為百姓所接受，甚至受到逼迫、羞辱，使得先知猶如「受苦的僕人」，然而先知並沒有退縮，仍然堅持其信息，也等候上主的幫助，期待上主為他辯護，不讓他抱愧蒙羞。上主更稱他為義，也就是證明他的無辜。先知的經歷也是上主「選民」的經歷，在艱困中見證自己與上帝的關係。先知的經歷也預表了基督的經歷，明知任務不易，仍然要喝下上主要祂喝的苦杯。先知的經歷也是我們跟隨主的人，以及信仰群體的經歷，在受苦中，安慰疲乏失去盼望的人們，堅定信靠上主，讓人知道上帝並沒有遺棄祂的百姓。你想現代上主的僕人要用什麼言語扶助這時代中疲乏的人呢？誰又是這社會中疲乏的人呢？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

50:7 主耶和華必幫助我，所以我不抱愧。我硬着臉面好像堅石，也知道我必不致蒙羞。

詩 118:1-2,19-29 奉主名來的是應當稱頌的

118:1 你們要稱謝耶和華，因他本為善；他的慈愛永遠長存！

118:2 願以色列說：「他的慈愛永遠長存！」

118:19 給我敞開義門，我要進去稱謝耶和華！

118:20 這是耶和華的門，義人要進去！

118:21 我要稱謝你，因為你已經應允我，又成了我的拯救！

118:22 匠人所丟棄的石頭已成了房角的頭塊石頭。

118:23 這是耶和華所做的，在我們眼中看為奇妙。

118:24 這是耶和華所定的日子，我們在其中要高興歡喜！

118:25 耶和華啊，求你拯救([118.25]「求你拯救」：原文音譯「和散那」。)！耶和華啊，求你使我們順利！

118:26 奉耶和華的名來的是應當稱頌的！我們從耶和華的殿中為你們祝福！

118:27 耶和華是上帝，他光照了我們。你們要用繩索把祭牲拴住，直牽到壇角。

118:28 你是我的上帝，我要稱謝你！

我的上帝啊，我要尊崇你([118.28]「我要尊崇你」：七十士譯本是「我要尊崇你！我要稱謝你，因為你已經應允我，又成了我的拯救」。)！

118:29 你們要稱謝耶和華，因他本為善；他的慈愛永遠長存！

【默想】(請閱讀經文後，安靜默想，有哪句話或哪一個詞你特別有感觸，就以此領悟作為祈禱)

腓 2:5-11 順服至死

【經文】

2:5 你們當以基督耶穌的心為心：

2:6 他本有上帝的形像，卻不堅持自己與上帝同等([2.6]「卻不堅持...同等」或譯「卻不企圖攫取與上帝同等的地位」。)；

2:7 反倒虛己，取了奴僕的形像，成為人的樣式；既有人的樣子，

2:8 就謙卑自己，存心順服，以至於死，且死在十字架上。

2:9 所以上帝把他升為至高，又賜給他超乎萬名之上的名，

2:10 使一切在天上的、地上的和地底下的，因耶穌的名，眾膝都要跪下，

2:11 眾口都要宣認：耶穌基督是主，歸榮耀給父上帝。

【默想】

基督的「虛己」，永遠是我們的榜樣，人唯有「虛己」才能與他人合一；若每個人都自我膨脹，沒有妥協的餘地，自然就無法合一。所以「虛己」是人最高的素質，一方面意識自我，一方面能團契。今天經文提到的是有名的虛己的基督論，從基督不斷下降、謙卑、虛己的角度，看待基督的工作與身分的轉變，保羅同時也道出了「道成肉身」的意義，唯有明白基督刻意虛己的意義，唯有接受基督虛己的生命，我們才能夠切實彼此相愛；每一個成員若都是自我為中心的話，這個團體就很難活出彼此相愛相顧，同心合意的境界。所以在基督的信心團體中，虛己是必修的功課，我們的事奉不是要往上爬，而是要往下走，不斷地倒空自己、越發謙卑。當我們放

下生命時，我們就會得著生命。請默想基督的虛己以及順服至死，如何成為你我生命的典範？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

2:6 他本有上帝的形像，卻不堅持自己與上帝同等；

2:7 反倒虛己，取了奴僕的形像，成為人的樣式；既有人的樣子，

2:8 就謙卑自己，存心順服，以至於死，且死在十字架上。

路 19:28-40 榮耀入聖城

【經文】

19:28 ([太 21:1-11](#) [可 11:1-11](#) [約 12:12-19](#)) 耶穌說完了這些話，就走在前面，上耶路撒冷去。

19:29 快到伯法其和伯大尼，在名叫橄欖山的地方，他打發兩個門徒，

19:30 說：「你們往對面村子裏去，進去的時候會看見一匹驢駒拴在那裏，是從來沒有人騎過的，把牠解開，牽來。」

19:31 若有人問為甚麼解開牠，你們就這樣說：『主要用牠。』」

19:32 被打發的人去了，所遇見的正如耶穌對他們所說的。

19:33 他們解開驢駒的時候，主人問他們：「為甚麼解開驢駒？」

19:34 他們說：「主要用牠。」

19:35 他們把驢駒牽到耶穌那裏，把自己的衣服搭在上面，扶耶穌騎上。

19:36 他前進的時候，眾人把衣服鋪在路上。

19:37 他將近耶路撒冷，正下橄欖山的時候，一大羣門徒因所見過的一切異能，都歡呼起來，大聲讚美上帝，

19:38 說：「奉主名來的王([19.38]有古卷沒有「王」。)是應當稱頌的！在天上有和平；在至高之處有榮光。」

19:39 人羣中有幾個法利賽人對耶穌說：「老師，責備你的門徒吧！」

19:40 耶穌回答：「我告訴你們，若是這些人閉口不說，石頭也要呼叫起來。」

【默想】

在猶太人熱鬧的節期中，有兩支隊伍先後在耶路撒冷附近，其中一支隊伍是總督彼拉多，帶著精銳的部隊，巡視著這個聖城，他要威攝百姓不要藉著節期鬧事。他們

一定是盡量展露實力，氣氛嚴肅，威嚴地行進著。我們可以想像這個畫面，總督騎著戰馬領著部隊威武地前進，百姓敢怒不敢言，紛紛走避。但另外有一支隊伍是耶穌和祂的門徒們，耶穌騎在驢駒上，他們一行人緩緩而行，沒有任何威脅的意味，百姓不但不畏懼他們，反而以王者的象徵與規格迎接他們，並且歡呼著說：「奉主名來的是應當稱頌的，天上有和平，至高處有榮光」，彷彿此時天上的榮光與和平要降臨大地。福音書用這個光榮進城的事件，開啟了耶穌在耶路撒冷最後階段的工作，榮光之後，接著就是十架的苦難。請你先想像這兩支隊伍的畫面，然後思想對於上帝在基督裏工作，你有何感想呢？

請默禱，並專注默想以下經文，留意經文中有那一個詞，那一句話，特別感觸你的心靈：請就此領悟，以祈禱回應（並建議將心得記下）

19:37 他將近耶路撒冷，正下橄欖山的時候，一大羣門徒因所見過的一切異能，都歡呼起來，大聲讚美上帝，

19:38 說：「奉主名來的王是應當稱頌的！在天上有和平；在至高之處有榮光。」

本週小組討論

鄭沂珊

1. 帳幕立成，恩路開通：默想上帝同在的聖潔與恩典

(出 40:1-15、利 23:1-8、來 10:19-25、來 2:10-18)

上帝命摩西設立帳幕與祭司制度，顯明祂願意與人同住，但這同在建立在聖潔與獻祭之上。新約中，基督一次獻上自己，使我們可以坦然進入至聖所，進入上帝的同在。我今日如何看待「與上帝的同在」的生命經歷呢？我的信仰生活是否活在敬畏與感恩中，並常常親近祂？

2. 荊棘稱王，義僕受苦：默想真君王的謙卑與榮耀

(士 9:7-15、賽 53:10-12、路 18:31-34、來 2:1-9)

世人選擇荊棘作王，象徵對權力與責任的錯誤理解，對照基督選擇十架的道路，何其反差！耶穌以受苦得榮耀，成為多人的救主，這是否挑戰我效法祂的謙卑與順服，願意為時代或信仰肩負責任的態度？我是否願意放下對世俗成功的渴望與想像，走上那條看似軟弱卻通往榮耀的十架之路？

3. 筵席將啟，恩約不移：默想末世中的堅持與盼望

(約一 2:18-28、路 22:1-13、賽 54:9-10、哈 3:2-15)

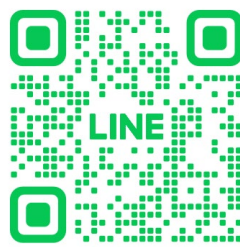
在末後的時代中，有敵基督興起，有信心的冷淡，上主的兒女當如何持守真道？主預備筵席、立新約，顯明祂的救贖之道，此刻，祂的再來也近在眼前。面對價值的混亂與環境的逼迫，我是否如哈巴谷先知一樣，雖無花果沒有開花結果仍要信心中因主的應許而歡喜，堅持等候祂的應許的實現？

參加每日讀經計畫：將每日心得，請用掃描或手機攝影後，檔案寄 disciple@methodist.org.tw 或以 Line 傳送給衛理門徒培育中心，蕭姊妹

讀者可以透過每日三讀三禱網頁：www.1day3read3pray.com 或掃描以下 QR Code，每週接收每日三讀三禱靈修材料；亦可透過影音平台，聆聽每天經課與默想。歡迎與您的屬靈伙伴分享使用，在上主話語中一同成長。



每日三讀三禱網頁



每日三讀三禱 Line



我們的團隊

文字工作：龐君華、邱泰耀、褚秀玲、鄭沂珊

影音工作：劉淑華、呂華光、蕭曉玲

後勤：蕭湘逸、蕭毓蓉、陳淑鳳

封面：王柏欽

整合執行：陳繼賢

每日三讀三禱

(台灣) 衛理神學研究院

宣教牧養研究中心「宣教牧養支援計劃」

衛理公會門徒培育中心

1day3read3pray.com