

2026

馬太年

甲年

甲年復活節後第二主日至復活節後第二主日

2026.4.12 — 4.19

(經文採用 2010 和修版)

聖經

禱告

每日 3 讀 3 禱

龐君華 原稿

每日三讀三禱工作團隊 編修及印製

封面 王柏欽

各位讀者：平安！

復活節期是大齋期到聖靈降臨節之間一段過度的時期。隨著大齋期尾聲的聖週，我們重走了基督信仰最震撼的一段旅程，回顧基督的死亡與復活，提醒我們生命被三一上主以奇妙的方式買贖過來。

復活節期的經課，讓我們重新去理解上帝的愛與基督的拯救是如何的一回事。新約的經課從談論復活事件、為基督作見證、屬基督的群體組成、到傳揚基督。在節期尾末開始談論領受聖靈，以此引向聖靈降臨節。

本週的經課提醒我們在生命得著改變以後，要重新校準生命所追求的對象——三一上主。經課引導我們不要將信仰停在個人層面，不要忘記在信仰尋索道上，有共同為基督作見證的人。同時也有在需要福音而回轉的人，甚至有的人曾聽聞福音卻因一些遭遇而離開。

復活的主改變了你與我的生命走向，可還記得如何因福音的緣故而走進基督信仰？基督的盼望可有鼓勵你在生命路程上繼續往前行？

陳繼賢弟兄

於 2026 年復活節後第二主日前夕

**2026 年本事工的奉獻帳號資訊更動如下
敬請留意：**

戶名：財團法人中華基督教衛理公會

銀行：華南銀行台北南門分行

帳號：117-20-152638-2

請註明「為每日三讀三禱奉獻」謝謝！



復活期的靈修—生命的逾越

龐君華牧師

復活節期 (Easter season) 是指自復活節主日算起之後五十天的節期，又稱為「五十天的大日子」(the Great Fifty Days)，從復活節主日的黃昏到聖靈降臨主日的五十個「大日子」，大約有七個主日，我們稱作「復活期 Easter Season」，這是基督教年曆中最富喜慶及歡樂氣息的節期，所以傳統上教會此時用白色或金色佈置聖壇，或作為節期代表的顏色。

這段節期主要是紀念基督復活與升天，以及在歷史上第一個復活節時賜下的聖靈(約翰福音二十章 22-23 節)等重要事蹟及其意義。到了大約第四世紀，這節期中的第四十日開始有「升天節」(Ascension day)的記錄，這節日通常是在禮拜四。升天節是紀念耶穌升天離世，升天節後的十天又稱作 Ascensontide，信徒專注等候聖靈降臨節，在升天節(日)後的主日，又有傳統稱作「希望主日」(The Expectation Sunday)，強調信徒等候、期待基督應許的保惠師—聖靈的來到，也期待主的再來。

古代基督教團體稱這段節日為「逾越」(Pasch)節期，Pasch 這個字顯然是由希伯來文 *pesah* 引申而來，這個字含有「釋放」(deliverance) 以及「逾越、跨越、或通過」(passover) 之意。

其實這個古典的意義對我們的靈修是非常有助益的，第一個逾越節使得以色列人整個民族的命運得以轉變，從被奴役的、受壓制的，逾越到一個有尊嚴及身分的民族，成為上主的選民，他們有新的目標，向著那流奶與蜜的土地前進，磨練再前進，他們的子孫有新的前途，不必過著生命沒有保障、前途沒有希望的日子。

新的逾越節期，道成肉身的基督以復活的行動逾越了死亡，上主偉大的救贖計畫，進一步地實現了；因復活的事件，彌賽亞經由受苦而進入了榮耀。門徒們由對耶穌片面的認識，以及因為耶穌受死所帶來的理想幻滅裏，逾越到充滿了盼望與生命活力的使徒。當時跟隨祂的人，也有了新的盼望，在基督裏也能「逾越」死亡對人性的種種限制，從而有一個復活的、活生生的、充滿盼望的生命。教會也因他們這樣的逾越而誕生。

歷代的信徒都可以經歷這樣的逾越，不但是因為接受主耶穌那時生命所造成的轉變或逾越，一個與上主隔絕的生命，可以逾越到與上主有緊密關係的生命。此外，歷代信徒也在靈修生活上常常經歷新的逾越，跨越過人生或人性種種的限制，向著那更美的靈性生命邁進，也就是讓生命常常逾越，日日更新。

作為現代的基督徒，在復活期我們的靈修也應該有這向度的反省與默想。因為現代的信徒很容易陷入社會結構所設定的生活節奏中，工作的效率提升已經牢牢地主宰了我們大多數的思緒及生命能量。難道我們仍要停留在這樣的壓抑與侷限的生活中嗎？復活的力量是否可以再次發動我們生命的能量？使我們有新的生命目標，新的盼望與動力，可以跨越種種的限制，讓靈性生命再次攀上一個新的情境。

所以建議我們在這節期中，先在生活上作出一些調整，每日留出一段時間作為特別的靈修，默想基督復活的力量如何在你身上彰顯，使我們可以逾越那擺在我們前方的困境，我們可以逾越一個死氣沈沈，沒有生機的生命狀態。我們也可以逾越那種對社會的潮流毫無招架之力的生命，同時我們也可以為家庭或個人的生活訂出新的目標。

在牧養上，大齋節期（或四旬期）的四十天，是一個推動信徒守齋戒、刻苦、內省的靈修實踐。復活節期的前四十天，則是一個慶祝的操練。我們可以實踐將喜樂分享給周圍的人，探訪有需要的人。

此外，初期教會在基督復活到升天前門徒與主同處，一同學習，所以這四十天也可以作為一項特別的進修或操練，在更深認識信仰、認識我們的主耶穌等目標下進行四十日的進修。意即大齋節期的四十日是認識自己，復活期的五十日是認識主。升天節後的十天是一個預備自己、預備聖靈降臨的重要節期，也預備好要面臨的蛻變。往後我們更在聖靈的保守中，將充滿生命力的信仰實踐在生活中。

2026 年復活期

復活主日(4月5日) — 基督升天日(5月14日) — 聖靈降臨節(5月24日)

| ←————— 50天 —————→ |

| ←———— 10天 —————→ |

使徒行傳 2 章 14a,22-32 節 上帝成就對大衛的應許

【經文】

2:14 彼得和十一個使徒站起來，他就高聲向眾人說：「猶太人和所有住在耶路撒冷的人哪，這件事你們要知道，要側耳聽我的話。

2:22 「以色列人哪，你們要聽我這些話：拿撒勒人耶穌就是上帝以異能、奇事、神蹟向你們證明出來的人，這些事是上帝藉着他在你們中間施行，正如你們自己知道的。

2:23 他既按着上帝確定的旨意和預知被交與人，你們就藉着不法之人的手把他釘在十字架上，殺了。

2:24 上帝卻將死的痛苦解除，使他復活了，因為他原不能被死拘禁。

2:25 大衛指着他說：『我看見^a主常在我眼前，他在我右邊，使我不至於動搖。

2:26 所以我心裏歡喜，我的舌頭快樂，而且我的肉身要安居在指望中。

2:27 因你必不將我的靈魂撇在陰間，也不讓你的聖者見朽壞。

2:28 你已將生命的道路指示我，必使我在你面前充滿快樂。』

2:29 「諸位弟兄，先祖大衛的事，我可以坦然地對你們說：他死了，也埋葬了，而且他的墳墓直到今日還在我們這裏。

2:30 既然大衛是先知，他知道上帝曾向他起誓，要從他的後裔中立一位坐在他的寶座上。

2:31 他預先看見了，就講論基督的復活，說：『他不被撇在陰間；他的肉身也不見朽壞。』

2:32 這耶穌，上帝已經使他復活了，我們都是這事的見證人。

【默想】

我們可以觀察，在使徒行傳中，到底是怎樣的力量，使門徒們不約而同地勇於為基督的復活作見證呢？你想當時的聽眾如何了解他們的見證？請參閱撒母耳記下七章 12-17 節，上主應許大衛的「(那)後裔」要承受永恆的國，當時大衛理解先知所指的應該是所羅門，但現實上所羅門之後大衛的寶座(王朝)並沒有長期存在，門徒就指出「那後裔」，指的就是耶穌，祂用復活來證明祂所說的國是永恆的國度。原來上主在歷史中早已有了伏筆。此刻，門徒中特別是彼得，越來越多

^a [2.25] 「看見」：原文直譯「預見」。

發現聖經上指著基督所說的話了。如果上主在歷史上的伏筆是指向現今的耶穌，那麼上主使祂從死裏復活，也就不那麼難以置信了。此外，彼得的講章中多次用到「你們」，彷彿是對著殺害耶穌的一群「兇手」們證道或是審問。請想想這個畫面，那些參與謀害耶穌的人，如今倒過來被那些追隨復活的耶穌的門徒審問，這本身就是非常顛覆性的時刻，是復活後一連串顛覆的現象之一。請想想，耶穌的復活還帶來了什麼顛覆性的變化呢？

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）

使徒行傳 2 章 30-32 節

既然大衛是先知，他知道上帝曾向他起誓，要從他的後裔中立一位坐在他的寶座上。他預先看見了，就講論基督的復活，說：『他不被撇在陰間；他的肉身也不見朽壞。』這耶穌，上帝已經使他復活了，我們都是這事的見證人。

詩篇 16 篇 滿足的喜樂

【經文】

16:1 上帝啊，求你保佑我，因為我投靠你。

16:2 我^a曾對耶和華說：「你是我的主，我的福氣惟獨從你而來。」

16:3 論到世上的聖民，他們是尊貴的人，是我最喜悅的。

16:4 追逐^b別神的，他們的愁苦必增加；他們所澆奠的血我不獻上，我嘴唇也不提別神的名號。

16:5 耶和華是我的產業，是我杯中的福分；我所得的，你為我持守。

16:6 用繩量給我的地界，坐落在佳美之處；我的產業實在美好。

16:7 我要稱頌那指引我的耶和華，在夜間我的心腸也指教我。

16:8 我讓耶和華常在我面前，因他在我右邊，我就不致動搖。

16:9 因此，我的心歡喜，我的靈^c快樂；我的肉身也要安然居住。

16:10 因為你必不將我的靈魂^d撇在陰間，也不讓你的聖者見地府^e。

16:11 你必將生命的道路指示我。在你面前有滿足的喜樂，在你右手中有永遠的福樂。

^a [16.2] 「我」：有古卷是「你」。

^b [16.4] 「追逐」：原文另譯「選擇」。

^c [16.9] 「靈」：原文是「榮耀」。

^d [16.10] 「我的靈魂」或譯「我」。

^e [16.10] 「地府」：七十士譯本是「朽壞」。

【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)

彼得前書 1 章 3-9 節 重生所帶來活潑的盼望

【經文】

- 1:3** 願頌讚歸於我們主耶穌基督的父上帝！他曾照自己的大憐憫，藉着耶穌基督從死人中復活，重生了我們，使我們有活的盼望，
- 1:4** 好得到不朽壞、不玷污、不衰殘、為你們存留在天上的基業，
- 1:5** 就是為你們這些藉着信、蒙上帝大能保守的人，能獲得他所預備、到末世要顯現的救恩。
- 1:6** 雖然你們必須在百般試煉中暫時憂愁，你們要為此喜樂^a，
- 1:7** 使你們的信心既被考驗，就比那被火試煉仍然能壞的金子更顯寶貴，可以在耶穌基督顯現的時候得着稱讚、榮耀、尊貴。
- 1:8** 雖然你們沒有見過他，卻是愛他；如今雖看不見，你們卻因信他而有說不出來、滿有榮光的喜樂，
- 1:9** 因為你們^b得到信心的效果，就是靈魂的得救。

【默想】

今天的經文反映了彼得對復活的信念，基督的復活也是救恩的核心，首先是「耶穌基督的父上帝」藉著耶穌的復活，重生了我們，使我們有了活的盼望，因此耶穌基督的復活與父上帝的憐憫是救恩中不可或缺的一環。其果效是為我們帶來「重生」的生命，以及「活」的盼望。憐憫、復活、重生、活的盼望，彼此間是相互關聯的，因上主的憐憫，所以一切才有可能展開，包括了對我們的「救恩」。此外，因基督的復活，展現給我們的是一種不一樣的生命品質。這是重生的生命，這生命使我們能與上主之間有活潑的關係。因為主是活的，所以帶給我們的盼望也是「活」的，而不是「死」的。這樣的盼望，使我們能有經得起試煉的信心，這種信心的品質，使我們在世上的生活，無論經歷順境或逆境都可以保持喜樂，因為確信「在耶穌基督顯現的時候得着稱讚、榮耀、尊貴」。在這一整個過程中，基督的復活成為救恩最核心的關鍵，使上帝的旨意可以徹底地實現，讓救恩在我們的生命中可以徹底地落實。所以接下來彼得書信中提到的種種患難，在這個視野下，

^a [1.6]「你們要為此喜樂」或譯「為此你們有喜樂」。

^b [1.9]有古卷是「我們」。

也不是什麼不能勝過的事了。請問基督的復活對你實際的生活可有產生影響嗎？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）

彼得前書 1 章 3 節

願頌讚歸於我們主耶穌基督的父上帝！他曾照自己的大憐憫，藉着耶穌基督從死人中復活，重生了我們，使我們有活的盼望。

約翰福音 20 章 19-31 節 看見復活基督所受的傷

【經文】

20:19（太 28:16-20 可 16:14-18 路 24:36-49）那日（就是七日的第一日）晚上，門徒因怕猶太人，所在的地方門都關了。耶穌來，站在當中，對他們說：「願你們平安！」

20:20 說了這話，他把手和肋旁給他們看。門徒一看見主就喜樂了。

20:21 於是耶穌又對他們說：「願你們平安！父怎樣差遣了我，我也照樣差遣你們。」

20:22 說了這話，他向他們吹一口氣，說：「領受聖靈吧！」

20:23 你們赦免誰的罪，誰的罪就得赦免；你們不赦免誰的罪，誰的罪就不得赦免。」

20:24 那十二使徒中，有個叫低土馬的多馬，耶穌來的時候，他沒有和他們在一起。

20:25 其他的門徒就對他說：「我們已經看見主了。」多馬卻對他們說：「除非我看見他手上的釘痕，用我的指頭探入那釘痕，用我的手探入他的肋旁，我絕不信。」

20:26 過了八日，門徒又在屋裏，多馬也和他們在一起。門都關了，耶穌來，站在當中，說：「願你們平安！」

20:27 然後他對多馬說：「把你的指頭伸到這裏來，看看我的手；把你的手伸過來，探入我的肋旁。不要疑惑，總要信！」

20:28 多馬回答，對他說：「我的主！我的上帝！」

20:29 耶穌對他說：「你因為看見了我才信嗎？那沒有看見卻信的有福了。」

20:30 耶穌在他門徒面前另外行了許多神蹟，沒有記錄在這書上。

20:31 但記載這些事是要使你們信^a耶穌是基督，是上帝的兒子，並且使你們信他，好因着他的名得生命。

^a [20.31] 「使你們信」：有古卷是「使你們繼續信」。

【默想】

坐困愁城的門徒們把因為逾越節的意外遭遇，以及亂哄哄的世界都關在門外，他們聚在閣樓上暫時避開可能失控的迫害。就在這時，復活的耶穌突然向他們顯現，祂展示了祂受難及被釘過程中留下的傷痕，這表示顯現的不是一個靈魂，祂仍保留了傷痕，又能從緊閉的房間中來去自如的一個新的身體。一聲「願你們平安！」一掃門徒們心中的陰霾，他們不自覺地就喜樂了起來。接下來的敘述，可以說是約翰福音中的「五旬節經歷」，首先耶穌給了他們新的任務，「父怎樣差遣了我，我也照樣差遣你們。」他們曾被呼召，如今進一步被差遣。然而就在此時，當門徒們聚集在一起成為一個新的群體前，耶穌向他們吹了一口氣，讓他們領受聖靈。這個舉動讓人想起，起初創造主向著塵土吹了一口氣，使人成為有靈的活人一樣。這一群人，因為領受了那一口氣（也就是聖靈），成為了一個新的有靈性的社群，他們是要為基督的復活作見證的群體，他們要成為被差遣的信仰群體，他們是基督的身體。用先賢的話說：他們成為基督的口、基督的腳、基督的手，繼續基督的救贖的工作，又如歌羅西書一章 24 節所說的「要補滿基督未盡的苦難」。多馬是最多疑的，但他最後的認信：「我的主！我的上帝」道出了約翰福音作者的目的與結論，記載這一切就是為了這個認信，復活使我們認出耶穌基督是上帝的兒子，我們因信祂而得著生命。你預備好再次接受這樣的差遣，成為見證基督復活的群體中的一份子嗎？你也預備好領受聖靈，使我們得著能力成為基督復活的見證嗎？

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）

約翰福音 20 章 21-23 節

於是耶穌又對他們說：「願你們平安！父怎樣差遣了我，我也照樣差遣你們。」說了這話，他向他們吹一口氣，說：「領受聖靈吧！你們赦免誰的罪，誰的罪就得赦免；你們不赦免誰的罪，誰的罪就不得赦免。」

星期一 (4/13)

士師記 6 章 36-40 節 基甸與羊毛

【經文】

6:36 基甸對上帝說：「你真的照你所說的，藉我的手拯救以色列，

6:37 看哪，我把一團羊毛放在禾場上，若單是羊毛上有露水，遍地都是乾的，我就知道你必照你所說的，藉我的手拯救以色列。」

6:38 一切果然發生了。次日早晨基甸起來，把羊毛擰一擰，從羊毛中擠出露水來，裝滿一碗的水。

6:39 基甸又對上帝說：「求你不要向我發怒，我再說一次，讓我用羊毛再試一次，但願羊毛是乾的，遍地都有露水。」

6:40 這夜，上帝也照樣做，遍地都有露水，只有羊毛是乾的。

【默想】

今天的經文敘述了士師基甸在大敵當前時，以羊毛團的乾濕，向上主求了兩次印證。這一方面顯示他「謹小慎微」的性格，同時也顯示了那個時代的混亂，在真理不彰之下，造成「一切都不可信」的情況，凡事還是小心微妙。所以在六章 11-24 節中，當他初遇上主的使者時，也是要求了一個神蹟作為證明，當他確認了使者的身份，並得到了清楚的差遣，且經歷了「耶和華沙龍」（意即耶和華賜平安）的恩典，於是他在族人中作了「信仰上的革新」，拆毀了巴力的祭壇。如今他又要接受進一步的任務，要從米甸人手中拯救以色列人。其實，他不是不懂歷史的人，在本章第 13 節，他與上主使者的對話中顯示，他清楚知道上主如何領以色列人出埃及的經歷，但如今大敵當前他仍然非常小心翼翼地求上主奇蹟式的印證，才肯行事。接下來他明知上主與他同在，定意要拯救以色列人，但是他仍以謹慎的態度挑選與他一同征戰的「戰士」，當然最後他也成功地將敵人擊退。你如何看基甸這種作風呢？是太小信了？或是每個環節「一絲不苟」，要求得太嚴謹了？除了個性外，這與他承受的差遣或當時的情境有何關聯呢？對比我們所置身的情境，又有何啟迪呢？

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）

士師記 6 章 39-40 節

基甸又對上帝說：「求你不要向我發怒，我再說一次，讓我用羊毛再試一次，但願羊毛是乾的，遍地都有露水。」這夜，上帝也照樣做，遍地都有露水，只有羊毛是乾的。

詩篇 114 篇 上帝藉著水施行拯救

【經文】

114:1 以色列出埃及，雅各家離開說陌生語言之民時，

114:2 猶大作主的聖所，以色列為他所治理的國。

114:3 滄海看見就奔逃，約旦河也倒流。

114:4 大山踴躍如公羊，小山跳舞如羔羊。

114:5 滄海啊，你為何奔逃？約旦哪，你為何倒流？

114:6 大山哪，你為何踴躍如公羊？小山哪，你為何跳舞如羔羊？

114:7 大地啊，在主的面前，在雅各的上帝的面前，震動吧！

114:8 他叫磐石變為水池，使堅石變為泉源。

【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)

哥林多前書 15 章 12-20 節 保羅教導復活(1)

【經文】

15:12 既然我們傳基督是從死人中復活了，怎麼在你們中間有人說沒有死人復活的事呢？

15:13 若沒有死人復活的事，基督就沒有復活了。

15:14 基督若沒有復活，我們所傳的就是枉然，你們所信的也是枉然。

15:15 這樣，我們甚至被當作是為上帝妄作見證的，因為我們見證上帝是使基督復活了。如果死人真的沒有復活，上帝就沒有使基督復活了。

15:16 因為死人若不復活，基督也就沒有復活了。

15:17 基督若沒有復活，你們的信就是徒然，你們仍活在罪裏。

15:18 就是在基督裏睡了的人也滅亡了。

15:19 我們若靠基督只在今生有指望，就比所有的人更可憐了。

15:20 其實，基督已經從死人中復活，成為睡了之人初熟的果子。

【默想】

保羅回應了哥林多教會中有人流傳說：「沒有死人復活的事」，這種說法顯然衝擊到保羅在本章開頭時所說的：「先前所傳給他們的福音」，所以他特別提到復活在我們信仰中的重要性。從經文的脈絡中，我們可以理解哥林多教會的這個說法，他們未必是反對基督的復活，但是他們認為這是一個「特殊」事件，與一般人的復活是兩回事。可能是哥林多教會有些人覺得他們已經有夠多的恩賜，如「說方言」，或是能說「天使的話語」（十三章 1 節），就因此認為現今他們已有天使般的生命，已經夠「屬靈」了，無須等待將來的復活。保羅先列出了基督復活的見證人們（十五章 1-11 節），說明基督的復活雖不可「證明」或重複「實證」，但卻是有很多「見證的人」。基督在歷史的時空中，確實發生了從死人中復活的「歷史事件」。而且這復活一方面是歷史中獨特的事件，但卻是與我們的信仰與盼望息息相關。保羅先陳明：若基督沒有復活，那麼蒙基督救贖之人的罪就無法得到解決，於是與「罪」相連的「死」也無法解決了。若在人生面前「死」成了所有人的終級命運，那麼一切所謂的「盼望」都是「枉然」的了（原文是「落空」的意思）。所以上主在基督裏「干預」了人類命運的走向，基督的復活成為了「初熟之果」，意即成為日後接受上主救贖的人們，也將以這樣的路徑承受復活的身體與生命。因此，這在我們的信仰中至關重要，並非可有可無的事。在保羅的講論中，第 15 節提到「我們」（教會或信仰的群體）是「見證上主使基督復活」的群體，請問，在現今世代我們該如何活出「復活的盼望」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）

哥林多前書 15 章 19-20 節

我們若靠基督只在今生有指望，就比所有的人更可憐了。其實，基督已經從死人中復活，成為睡了之人初熟的果子。

約拿書 1 章 1-17 節 約拿從海中被拯救

【經文】

1:1 耶和華的話臨到亞米太的兒子約拿，說：

1:2 「起來，到尼尼微大城去，向其中的居民宣告，因為他們的惡已達到我面前。」

1:3 約拿卻起身，逃往他施去躲避耶和華。他下到約帕，遇見一條船要往他施去。

約拿付了船費，就上船，與船上的人同往他施，為要躲避耶和華。

1:4 耶和華在海上颳起大風，海就狂風大作，船幾乎破裂。

1:5 水手都懼怕，各人哀求自己的神明。他們把船上的貨物拋進海裏，為要減輕載重。約拿卻下到艙底，躺臥沉睡。

1:6 船長到他那裏，對他說：「你怎麼還在沉睡呢？起來，求告你的神明，或者神明顧念我們，使我們不致滅亡。」

1:7 船上的人彼此說：「來吧，我們來抽籤，看看這災難臨到我們是因誰的緣故。」

於是他們就抽籤，抽出約拿來。

1:8 他們對約拿說：「請你告訴我們，這災難臨到我們是因誰的緣故呢？你做甚麼行業？你從哪裏來？你是哪一國的人？屬哪一族？」

1:9 他說：「我是希伯來人，我敬畏耶和華，天上的上帝，他創造了滄海和陸地。」

1:10 那些人就大大懼怕，對他說：「你做的是甚麼事呢？」原來他們已經知道他在躲避耶和華，因為他告訴了他們。

1:11 海浪越來越洶湧，他們就問他說：「我們當向你做甚麼，才能使海浪平靜呢？」

1:12 他對他們說：「你們把我抬起來，拋進海裏，海就會平靜了；我知道你們遭遇這大風浪是因我的緣故。」

1:13 然而那些人竭力划槳，想要把船靠回陸地，卻是不能；因風浪越來越大，撲向他們。

1:14 於是他們求告耶和華說：「耶和華啊，求求你不要因這人的性命使我們滅亡，不要使流無辜人血的罪歸給我們；因為你 - 耶和華隨自己的旨意行事。」

1:15 他們把約拿抬起來，拋進海裏，海的狂浪就平息了。

1:16 那些人就大大懼怕耶和華，向耶和華獻祭許願。

1:17 耶和華安排一條大魚吞下約拿，約拿在魚腹中三日三夜。

【默想】

約拿不喜歡被派到敵國中，相信上主一定知道，但為何仍要差遣一再逃避任務的約拿呢？約拿不願成行，選擇「逃避耶和華」的原因是什麼？有人認為可能是因為這是外邦國家亞述的都城，過去亞述人的所為讓人覺得「可恨」，心中恨不得立即將之除去；又或是寧可其重新來過，也不願意多花費工夫「使惡成善」，因為這樣的代價太大了；也可能是出於偏見，覺得那些人不配得上主的憐憫。請留意當他被抽籤出來時，向船上的人說：「我是希伯來人，我敬畏耶和華，天上的上帝，他創造了滄海和陸地。」那時，他是多麼地自豪。然而上主偏偏選擇約拿去執行這個任務，無論多麼曲折都要他前往，你覺得在這過程中上主要他學習些什麼？若換作是你，在這過程你能體會出上主是怎樣的心情？當上主讓你面對未曾經歷的經驗（或任務）時，你會如何回應？

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）

約拿書 1 章 11-12 節

海浪越來越洶湧，他們就問他說：「我們當向你做甚麼，才能使海浪平靜呢？」他對他們說：「你們把我抬起來，拋進海裏，海就會平靜了；我知道你們遭遇這大風浪是因我的緣故。」

詩篇 114 篇 上帝藉著水施行拯救

【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）

哥林多前書 15 章 19-28 節 保羅教導論復活(2)

【經文】

15:19 我們若靠基督只在今生有指望，就比所有的人更可憐了。

15:20 其實，基督已經從死人中復活，成為睡了之人初熟的果子。

15:21 既然死是因一人而來，死人復活也因一人而來。

15:22 在亞當裏眾人都死了；同樣，在基督裏眾人也都要復活。

15:23 但各人是按着自己的次序復活：初熟的果子是基督；然後在他來的時候，是那些屬於基督的。

15:24 再後，終結到了，那時基督既將一切執政的、掌權的、有權能的都毀滅了，

就把國交給父上帝。

15:25 因為基督必須掌權，等上帝把一切仇敵都放在他的腳下。

15:26 他要毀滅的最後仇敵就是死亡。

15:27 因為經上說：「上帝使萬物都服在他的腳下。」既然說萬物都服了他，那使萬物屈服的，很明顯地是不在其內了。

15:28 既然萬物服了他，那時，子也要自己順服那叫萬物服他的，好使上帝在萬物之中，在萬物之上。

【默想】

今天的經文接續著保羅回應哥林多教會中有人流傳「沒有死人復活的事」，昨天他闡述了「若沒有復活」是如何使我們整個信仰受到衝擊。今天的經文中他更進一步說明我們何以是信仰與見證復活的群體。首先，基督的復活是「初熟之果」，意味著，祂的復活與我們也有關，我們未來或終極的命運，就是我們也要承受基督復活的身體與生命，復活的身體是未來的，復活的生命卻是從現在就已經展開了，因此我們作為見證基督復活而聚集的信仰群體，在世上要以基督的復活所帶來的生命品質，來見證祂的復活與上主的救贖。其次，耶穌的復活顯示了他就是上主所差來的那特別的一位，祂是基督，祂是彌賽亞，祂是受膏者，也是上主的愛子。所以祂是有權柄的，祂終結了在「亞當」裏面向「死」的命運。因為基督特別的身份，祂才有資格或權柄，提出另一種命運或結局的可能。這不是普通的權柄，這是使「萬物都能服他」的權柄。因此，我們不能將其所帶來的「盼望」與「生命」等閒而視之。第三，我們「若靠基督只在今生有指望，就比所有的人更可憐了」，今天請格外思考這句話，一方面信仰基督，打著基督的名號，但是內心真正的盼望卻是僅止於今生的成就，或是心中真正愛慕的竟然只有今生世俗的價值。那麼這樣的信仰會帶來怎樣的後果呢？請想想你周圍和你一起過復活節的弟兄姊妹中，是否也有這種信仰狀況的人呢？我們反躬自問，復活的信仰使我們如何看待今生的生活呢？

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）

哥林多前書 15 章 19-20 節

我們若靠基督只在今生有指望，就比所有的人更可憐了。其實，基督已經從死人中復活，成為睡了之人初熟的果子。

星期三 (4/15)

約拿書 2 章 1-10 節 約拿讚美上帝的拯救

【經文】

2:1 約拿在魚腹中向耶和華 - 他的上帝禱告，

2:2 說：「我在患難中求告耶和華，他就應允我；我從陰間的深處呼求，你就俯聽我的聲音。

2:3 你將我投下深淵，直到海心；大水環繞我，你的波浪洪濤漫過我身。

2:4 我說：『我從你眼前被驅逐，然而我仍要仰望你的聖殿。』

2:5 眾水環繞我，幾乎淹沒我；深淵圍住我；海草纏繞我的頭。

2:6 我下沉到山的根基，地的門門將我永遠關住。耶和華 - 我的上帝啊，你卻將我的性命從地府裏救出來。

2:7 我心靈發昏時，就想起耶和華。我的禱告進入你的聖殿，達到你面前。

2:8 那信奉虛無神明^a的人，丟棄自己的慈愛；

2:9 但我要以感謝的聲音向你獻祭。我所許的願，我必償還。救恩出於耶和華。」

2:10 耶和華吩咐那魚，魚就把約拿吐在陸地上。

【默想】

約拿奉差遣去那座他認為「可恨」的尼尼微城，要他宣佈上主的信息，若他們悔改，就能得到拯救。約拿原想逃走，因為敵人的城市要被滅亡，對他而言是事不關己的事情。但在魚腹中，上主給他一個機會去經歷受困之人亟待拯救的情況，他在黑暗的魚腹當中，完全沒有出路，這時上主是他唯一的出路。因為這是一種特別的境遇，所以他的禱詞格外動人，你是否經歷過這種只有上主別無出路或依靠的情境呢？你是否能深切的感受到有許多人也困在這樣的情境當中呢？你是否感受到這些人也可能是你的任務？

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）

約拿書 2 章 3-4 節

你將我投下深淵，直到海心；大水環繞我，你的波浪洪濤漫過我身。我說：『我從你眼前被驅逐，然而我仍要仰望你的聖殿。』

^a [2.8] 「虛無神明」：原文是「虛無」。

詩篇 114 篇 上帝藉著水施行拯救

【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)

馬太福音 12 章 38-42 節 耶穌談約拿的神蹟

【經文】

12:38 (可 8:11-12 路 11:29-32) 當時，有幾個文士和法利賽人對耶穌說：「老師，我們想請你顯個神蹟給我們看看。」

12:39 耶穌回答他們：「邪惡淫亂的世代求看神蹟，除了先知約拿的神蹟以外，再沒有神蹟給他們看了。」

12:40 約拿三日三夜在大魚肚腹中，同樣，人子也要三日三夜在地裏面。

12:41 在審判的時候，尼尼微人要起來定這世代的罪，因為尼尼微人聽了約拿所傳的就悔改了。看哪，比約拿更大的在這裏！

12:42 在審判的時候，南方的女王要起來定這世代的罪，因為她從地極而來，要聽所羅門智慧的話。看哪，比所羅門更大的在這裏！」

【默想】

今天經文的脈絡是耶穌受到法利賽人及認同法利賽人的文士們一路的刁難，從門徒摘麥穗充飢，安息日治病，指責耶穌靠鬼王趕鬼等等。今天的經文中，他們竟要求耶穌顯神蹟給他們看。一如在曠野撒旦試探的結果，耶穌並沒有因人的要求，而「自己」以神蹟來證明「自己」，畢竟彌賽亞的身份應該是由上主來證明的。耶穌在拒絕之餘，提引耳熟能詳的「約拿的神蹟」讓他們去思考。其實，約拿本身並沒有行了什麼神蹟，能叫尼尼微城的人悔改；真正的神蹟，是指尼尼微全城悔改的這件事。願意悔改的尼尼微人，或是來聆聽所羅門智慧的南方女王，成為了一種審判的標準，他們會「聽從」約拿或所羅門。相比之下耶穌所處的時代，竟然拒絕比約拿、所羅門王更大的耶穌。那麼他們就遠遠不如約拿時代的尼尼微人，以及所羅門時代的南方女王了。耶穌在回應中有指責，在指責中有宣示，基督所帶來的救贖比過去的這一切都更高、更大、更廣，因而值得我們專注在祂身上。經文中耶穌提到「邪惡淫亂的世代」，其實不光是指祂所處的時代，也是指從祂來到世上所展開的「末世」，亦即我們當下所處的時代。「邪惡淫亂」往往指向信仰上的不忠信，以及道德上的腐敗，你想我們身處在這樣的環境、文化中，如何

可以經歷「尼尼微的神蹟」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）

馬太福音 12 章 41-42 節

在審判的時候，尼尼微人要起來定這世代的罪，因為尼尼微人聽了約拿所傳的就悔改了。看哪，比約拿更大的在這裏！在審判的時候，南方的女王要起來定這世代的罪，因為她從地極而來，要聽所羅門智慧的話。看哪，比所羅門更大的在這裏！

星期四 (4/16)

以賽亞書 25 章 1-5 節 讚美上帝的拯救

【經文】

25:1 耶和華啊，你是我的上帝，我要尊崇你，稱頌你的名。因為你以信實忠信行遠古所定奇妙的事。

25:2 你使城市變為廢墟，使堅固的城荒涼，使外邦人的城堡不再為城，永遠不再重建。

25:3 所以，強大的民必尊敬你，殘暴之國的城必敬畏你。

25:4 因為你是貧寒人的保障，貧窮人急難中的保障，暴風雨之避難所，炎熱地之陰涼處。當殘暴者盛氣凌人的時候，如暴風直吹牆壁，

25:5 如乾旱地的熱氣，你要制止外邦人的喧嚷，殘暴者的歌要停止，好像熱氣因雲的陰影而消失。

【默想】

在這個復活期中，今天引用了一段讚美的詩歌，先知以賽亞在這 5 節的詩句中，以一連串的「所以」（原文是 *ki*）作為連結。開始時由第一節作基礎發展出連串的讚美。「因為」祢以信實行過去奇妙的事，「所以」你敵人再堅固的城都會成為荒涼。「所以」人民必尊敬祢。「所以」祢是弱勢者的保障，「所以」如同在當時古代近東極端的氣候裏，無論是漫長的雨季，或是沙漠型的酷熱一般，所有來自外邦（敵人）的紛紛擾擾都要消失，這些都不能影響我們的生活。我們試著把這首詩作為現今復活期氛圍下的頌讚。上主已經逾越了人類最大的限制，也就是戰勝了死亡，成為生命的「初熟之果」，使我們有了不一樣的生命，不一樣的盼望。生命雖然會有起起伏伏，但是對於使基督復活的上主，也就是我們的上主，我們又有何懼呢？此時請你在心中，也發出同樣的讚美與宣認：「你是我的上帝……」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）

以賽亞書 25 章 1 節

耶和華啊，你是我的上帝，我要尊崇你，稱頌你的名。因為你以信實忠信行遠古所定奇妙的事。

詩篇 116 篇 1-4,12-19 節 我要求告上主

【經文】

116:1 我愛耶和華，因為他聽了我的聲音和我的懇求。

116:2 他既向我側耳，我一生要求告他。

116:3 死亡的繩索勒住我，陰間的痛苦抓住我，我遭遇患難愁苦。

116:4 那時，我求告耶和華的名：「耶和華啊，求你救我！」

116:12 耶和華向我賞賜一切厚恩，我拿甚麼來報答他呢？

116:13 我要舉起救恩的杯，稱揚耶和華的名。

116:14 我要在他的全體百姓面前向耶和華還我所許的願。

116:15 在耶和華眼中，聖民之死極為寶貴。

116:16 耶和華啊，哦，我是你的僕人；我是你的僕人，是你使女的兒子。你已經解開我的捆索。

116:17 我要以感謝為祭獻給你，又要求告耶和華的名。

116:18 我要在耶路撒冷當中，在耶和華殿的院內，在他的全體百姓面前，向耶和華還我所許的願。哈利路亞！（116:19【併於上節】）

【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)

彼得前書 1 章 8b-12 節 應許的救贖來臨

【經文】

1:8 雖然你們沒有見過他，卻是愛他；如今雖看不見，你們卻因信他而有說不出來、滿有榮光的喜樂，

1:9 因為你們^a得到信心的效果，就是靈魂的得救。

1:10 論到這救恩，那預先說你們要得恩典的眾先知已經詳細地搜索查考過，

1:11 查考在他們心裏的基督的靈預先證明基督受苦難，後來得榮耀，是指甚麼時候，甚麼樣的情況。

1:12 他們得了啟示，知道他們所服事的不是自己，而是你們。那藉着從天上差來的聖靈傳福音給你們的人，現在將這些事傳給你們；這些事連天使也都切望察看呢！

^a [1.9]有古卷是「我們」。

【默想】

今天的經文接續著主日的書信經課，提到信徒的信心受到考驗之後，比金子更寶貴，而且在耶穌基督顯現的時候，將得著稱讚、榮耀、尊貴等。今天的經文進一步提到，經過試驗後有信心能讓我們知道自己信仰的狀態。我們正處於所謂已成就但未完成之間，也就是上主的救恩已經展開了，但是尚未完全成就的階段。那將要完成的救恩，就是先知、天使都希望能夠明白的情況，連他們也都要考察這事。因此我們當下仍然需要在信心裏生活，雖然沒有「見過」，但肯定充滿著「愛」主之心。我們現今仍在承受著背負十架之苦，但在其中我們同時也預嘗著未來的榮耀。我們在服事之中，同時也為還福音的債而努力。現今即便仍處在奮力生活與等候之中，但卻是能歡喜與快樂地等候。這些都是彼得所處的時代，在逼迫的氛圍下信徒們的心態與生活。請想想現在的你是如何保持在信心下的喜樂與生活呢？

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）

彼得前書 1 章 8-9 節

雖然你們沒有見過他，卻是愛他；如今雖看不見，你們卻因信他而有說不出來、滿有榮光的喜樂，因為你們得到信心的效果，就是靈魂的得救。

星期五 (4/17)

以賽亞書 26 章 1-4 節 上主建立如城牆般的勝利

【經文】

26:1 當那日，在猶大地，人必唱這歌：「我們有堅固的城，耶和華賜救恩為城牆，為城郭。

26:2 你們要敞開城門，使守信的公義之民得以進入。

26:3 堅心倚賴你的，你必保守他十分平安，因為他倚靠你。

26:4 你們當倚靠耶和華，直到永遠，因為耶和華，耶和華是永遠的磐石。

【默想】

今天的經文仍然是一首來自以賽亞的讚美詩歌，與昨天的二十五章 1-5 節相互呼應。我們既然已經安身在這堅固的城之中，而這個庇護城是以救恩為城牆，以守信的公義之人為市民，我們自然心中都充滿了讚美，無論過去經歷了多少的艱難，此刻卻仍可以享受上主來的安息與平安。然而與上一首詩（二十五章 1-5 節）不同，這不只是一首宣告我們信仰的詩，或只是讚美主為我們所行的事跡而已，今天的詩歌中更是向「城外」的人招手，歡迎他們也得以進入這城，也可以倚賴上主，也得享這恩典與平安。這詩提醒我們在復活期中，我們越是認識上主，就越明白祂的恩典，更明白慶祝上主而來的平安，同時我們也不敢忘記希望更多人也能分享基督復活的生命，讓上主成為他們永遠的磐石。請問你可想到在這個五十天的復活期中，你想要邀請怎樣的人來分享你的喜樂與盼望呢？

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）

以賽亞書 26 章 3-4 節

堅心倚賴你的，你必保守他十分平安，因為他倚靠你。你們當倚靠耶和華，直到永遠，因為耶和華，耶和華是永遠的磐石。

詩篇 116 篇 1-4,12-19 節 我要求告上主

【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)

彼得前書 1 章 13-16 節 聖潔的生命

【經文】

1:13 所以，要準備^a好你們的心，謹慎自守，專心盼望耶穌基督顯現的時候帶給你們的恩惠。

1:14 作為順服的兒女，就不要效法從前蒙昧無知的時候那放縱私慾的樣子。

1:15 但那召你們的既是聖潔，你們在一切所行的事上也要聖潔；

1:16 因為經上記着：「你們要成為聖，因為我是神聖的。」

【默想】

今天的經文仍然接續著彼得的告誡，在現今的時代中要過信心的生活，就要作好準備，彼得時代的人都穿寬鬆的袍子，工作時極不方便，所以工作前都需要用帶子將腰間束緊，將袍子的衣角綁好在腰間，這樣才能方便工作。這就是預備的精神，將心中的腰帶繫好，沒有任何的纏累，全神貫注地投入工作。所以接下來「謹慎自守」的意思就是保持清醒，「清醒」的相反是「醉酒」，酒醉之人往往無法集中意識，猶如在生活中面對龐大的資訊，各樣的誘惑，使得我們心中混亂，無法集中注意力一樣，無法清醒地「專心盼望」耶穌基督的恩惠。在人生的路上，我們要專心做順服神的兒女，不能讓私慾來引導我們的生活，要保持與世俗的價值有所分別。「聖潔」就是分別出來的意思，意即我們就要常常對私慾說「不」，對我們的主說「是」。活出與世俗價值不一樣的生活。今天經文的最後兩節，一再地對我們叮嚀「要聖潔」。請思想你如何面對各樣世俗的價值，並能從中分別出來？你的團契生活是否也為你加強聖潔生活的助力，彼此互相的提醒？

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）

彼得前書 1 章 13-14 節

所以，要準備好你們的心，謹慎自守，專心盼望耶穌基督顯現的時候帶給你們的恩惠。作為順服的兒女，就不要效法從前蒙昧無知的時候那放縱私慾的樣子。

^a [1.13] 「準備」：原文直譯「束腰」。

星期六 (4/18)

以賽亞書 25 章 6-9 節 給萬民的筵席

【經文】

25:6 在這山上，萬軍之耶和華必為萬民擺設宴席，有肥甘與美酒，就是滿有骨髓的肥甘與精釀的美酒。

25:7 在這山上，他必吞滅那纏裹萬民的面紗和那遮蓋列國的遮蔽物。

25:8 他已吞滅死亡直到永遠。主耶和華必擦乾各人臉上的眼淚，在全地除去他百姓的羞辱；這是耶和華說的。

25:9 到那日，人必說：「看哪，這是我們的上帝，我們向來等候他，他必拯救我們。這是耶和華，我們向來等候他，我們必因他的救恩歡喜快樂。」

【默想】

今天的經文是接續著先知的讚美之後，進一步提到上主的救恩，會使絕望的人終必破涕為笑，重拾救恩的喜樂。當人在地上看不出希望時，先知卻告訴我們上主已經在山上（古代近東的慣用語，上主所在之處）為我們擺設了筵席。當我們來到筵席中，我們的眼淚會被抹乾，平常等候上主的人，更是歡喜，因為那就是我素來所等候的團聚，為此曾受過羞辱的人更加興奮，這時一切要變為榮耀。在等候上主的你，可曾想像過當你見主面時，或在祂榮耀的筵席中，這是何等的喜樂呢？其實，當我們在領受聖餐時，在這禮儀中我們紀念耶穌最後的晚餐，也思想著末後時在上主的筵席預嘗著那未來的喜樂。在復活期的慶祝中，或每次在領受聖餐禮時，你可有預嘗到那未來的喜樂呢？

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）

以賽亞書 25 章 9 節

到那日，人必說：「看哪，這是我們的上帝，我們向來等候他，他必拯救我們。這是耶和華，我們向來等候他，我們必因他的救恩歡喜快樂。」

詩篇 116 篇 1-4,12-19 節 我要求告上主

【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)

路加福音 14 章 12-14 節 歡迎需要的人到你的筵席

【經文】

14:12 耶穌又對請他的人說：「你準備午飯或晚餐，不要請你的朋友、弟兄、親屬和富足的鄰舍，免得他們回請你，你就得了報答。

14:13 你擺設宴席，倒要請那貧窮的、殘疾的、癱腿的、失明的，

14:14 你就有福了！因為他們沒有甚麼可報答你。到義人復活的時候，你要得到報答。」

【默想】

有時我們在信心中要作一些所謂「虧本」的事，就是不求回報，但求將上主的憐憫能帶到那些平常受到忽視的人們當中，或是將你的服務行在那些沒有能力回報你的人身上。可惜的是在現今的時代，我們對待他人或者一般教會的策略，往往都不作「虧本」的事；如果只為自己得到的回報，或只為壯大自己團體的一切行動，這些事會得到當下的讚許，但不會達到蒙上主賜福的層次。你上次作這些「虧本」的事是什麼時候？你的教會是否有計畫地服務人而且不求回報的事工嗎？

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）

路加福音 14 章 13-14 節

你擺設宴席，倒要請那貧窮的、殘疾的、癱腿的、失明的，你就有福了！因為他們沒有甚麼可報答你。到義人復活的時候，你要得到報答。

星期日 (4/19) 復活節後第三主日

使徒行傳 2 章 14a,36-41 節 藉著受洗領受上帝的應許

【經文】

2:14 彼得和十一個使徒站起來，他就高聲向眾人說：「猶太人和所有住在耶路撒冷的人哪，這件事你們要知道，要側耳聽我的話。

2:36 故此，以色列全家當確實知道，你們釘在十字架上的這位耶穌，上帝已經立他為主，為基督了。」

2:37 眾人聽見這話，覺得扎心，就對彼得和其餘的使徒說：「諸位弟兄，我們該怎樣做呢？」

2:38 彼得對他們說：「你們各人要悔改，奉耶穌基督的名受洗，使你們的罪得赦免，就會領受所賜的聖靈。」

2:39 因為這應許是給你們和你們的兒女，並一切在遠方的人，就是給所有主 - 我們的上帝所召來的人。」

2:40 彼得還用更多別的話作見證，勸勉他們說：「你們當救自己脫離這彎曲的世代。」

2:41 於是領受他話的人，都受了洗；那一天，門徒約添了三千人。

【默想】

今天的經文中，路加簡要地記述在基督復活之後，新的信仰群體形成的過程。彼得和另外十一位使徒，這裏也包括了新選入的馬提亞在內。這十二位代表了一個完整的使徒團體，好像新的十二支派一樣，他們也是「教會」的代表或是基礎。他們向耶路撒冷的猶太人發出信息。他們的信息大致就是見證被他們審判、定罪、釘死的耶穌，已經復活了。這意謂著上主親自推翻了他們的判決，耶穌復活了，也已經被立為「主」，立為「基督」（受膏的救世主）。這些聽眾當中，也有參與基督受難過程的人，他們可能也曾在人群中喊著「釘死他！」。現在他們格外有感，他們感受到上主顛覆性的作為，因此而「感到扎心」。他們詢問使徒他們「該作什麼？」，使徒彼得提出了最基本的要求，就是悔改與受洗。悔改是內心的轉變，受洗是外在的行動，這個行動也是表明內心悔改的記號。兩者缺一不可。於是第一批三千人受洗成為門徒，一個見證復活的群體就這樣產生了，直到如今，這個信仰的群體仍在世界各地繼續為復活的基督作著見證。如今作為這個群體其中的成員，請反省：我們可有意識到自己的一生都要作復活的見證？我們外在的生活是否能顯示出我們內在悔改的心呢？

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）

使徒行傳 2 章 38-39 節

彼得對他們說：「你們各人要悔改，奉耶穌基督的名受洗，使你們的罪得赦免，就會領受所賜的聖靈。因為這應許是給你們和你們的兒女，並一切在遠方的人，就是給所有主 - 我們的上帝所召來的人。」

詩篇 116 篇 1-4,12-19 節 我要求告上主

【經文】

116:1 我愛耶和華，因為他聽了我的聲音和我的懇求。

116:2 他既向我側耳，我一生要求告他。

116:3 死亡的繩索勒住我，陰間的痛苦抓住我，我遭遇患難愁苦。

116:4 那時，我求告耶和華的名：「耶和華啊，求你救我！」

116:12 耶和華向我賞賜一切厚恩，我拿甚麼來報答他呢？

116:13 我要舉起救恩的杯，稱揚耶和華的名。

116:14 我要在他的全體百姓面前向耶和華還我所許的願。

116:15 在耶和華眼中，聖民之死極為寶貴。

116:16 耶和華啊，哦，我是你的僕人；我是你的僕人，是你使女的兒子。你已經解開我的捆索。

116:17 我要以感謝為祭獻給你，又要求告耶和華的名。

116:18 我要在耶路撒冷當中，在耶和華殿的院內，在他的全體百姓面前，向耶和華還我所許的願。哈利路亞！（116:19【併於上節】）

【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)

彼得前書 1 章 17-23 節 重生

【經文】

1:17 既然你們稱那不偏待人、按各人行為審判人的主為父^a，就當存敬畏的心，度你們在世寄居的日子。

1:18 你們知道，你們得以從你們祖先傳下來虛妄的行為中救贖出來，不是靠着會朽壞的金銀等物，

1:19 而是憑着基督的寶血，如同無瑕疵、無玷污的羔羊的血。

1:20 基督是上帝在創世以前所預知，而在這末世才為你們顯現的。

1:21 你們也因着他而信那使他從死人中復活、又給他榮耀的上帝，好讓你們的信心和盼望都在於上帝。

1:22 既然你們因順從真理而潔淨了自己的心靈，能真誠愛弟兄，就該以清潔的

^a [1.17] 「稱那...為父」或譯「求告那不偏待人、按各人行為審判人的父」。

心^a彼此切實相愛。

1:23 你們蒙了重生，不是由於會朽壞的種子，而是由於不會朽壞的種子，是藉着上帝永活常存的道。

【默想】

今天的經文引自彼得前書，這卷書素來也被稱為是早期教會慕道班或受洗班的教材。他告訴當時的信徒，在新的信仰下應如何過「在世寄居的日子」。經文顯示信徒從對基督的歸信中，應當更明白我們所信仰的上帝，就是那位在創世以前就預知，並在末後叫基督從死人中復活，又榮耀基督的那一位，所以我們當將信心與盼望都專注於祂。我們也當明白原來基督的工作，就是如同「無瑕疵、無玷污的羔羊」，祂的犧牲以及所流的寶血是使我們得到救贖的憑藉。最後我們當明白基督如此犧牲的救贖後，會使我們的心靈得以潔淨，並且因此得到重生。重生的生命最大的特徵就是「彼此相愛」，所以我們在上世寄居的日子，要與信仰群體的弟兄姊妹們一起見證上主的救贖與基督的復活，因為群體的生活才能活出一種新生命的品質，那就是「彼此相愛」。換句話說，彼此相愛的信仰群體，才能體現出基督復活的生命，另一方面，各個成員要有真正重生的生命，才能活出彼此相愛的生活。請問你如何學習及實踐「彼此相愛」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）

彼得前書 1 章 22 節

既然你們因順從真理而潔淨了自己的心靈，能真誠愛弟兄，就該以清潔的心彼此切實相愛。

路加福音 24 章 13-35 節 與復活的基督一同吃餅

【經文】

24:13（可 16:12-13）同一天，門徒中有兩個人往一個村子去；這村子名叫以馬忤斯，離耶路撒冷約有二十五里^b。

24:14 他們彼此談論所發生的這一切事。

24:15 正交談議論的時候，耶穌親自走近他們，和他們同行。

24:16 可是他們的眼睛模糊了，沒認出他。

^a [1.22] 「以清潔的心」：有古卷是「從心裏」；另有古卷是「以真誠的心」。

^b [24.13] 「二十五里」：即十一公里，原文是「六十斯他迪」，古希臘長度單位；參「度量衡表」。

24:17 耶穌對他們說：「你們一邊走一邊談，彼此談論的是甚麼事呢？」他們就站住，臉上帶着愁容。

24:18 兩人中有一個名叫革流巴的回答：「你是在耶路撒冷的旅客中，惟一還不知道這幾天在那裏發生了甚麼事的人嗎？」

24:19 耶穌對他們說：「甚麼事呢？」他們對他說：「就是拿撒勒人耶穌的事。他是個先知，在上帝和眾百姓面前，說話行事都大有能力。」

24:20 祭司長們和我們的官長竟把他解去，定了死罪，釘在十字架上。

24:21 但我們素來所盼望要救贖以色列民的就是他。不但如此，這些事發生到現在已經三天了。

24:22 還有，我們中間的幾個婦女使我們驚奇：她們清早去了墳墓，

24:23 不見他的身體，就回來告訴我們，說她們看見了天使顯現，說他活了。

24:24 又有我們的幾個人往墳墓那裏去，所發現的正如婦女們所說的，只是沒有看見他。」

24:25 耶穌對他們說：「無知的人哪，先知所說的一切話，你們的心信得太遲鈍了。

24:26 基督不是必須受這些苦難，然後進入他的榮耀嗎？」

24:27 於是，他從摩西和眾先知起，凡經上所指着的話都給他們作了解釋。

24:28 他們走近所要去的村子，耶穌好像還要往前走，

24:29 他們卻強留他說：「時候晚了，天快黑了，請你同我們住下吧。」耶穌就進去，要同他們住下。

24:30 坐下來和他們用餐的時候，耶穌拿起餅來，祝福了，擘開，遞給他們。

24:31 他們的眼睛開了，這才認出他來。耶穌卻從他們眼前消失了。

24:32 他們彼此說：「在路上他和我們說話，給我們講解聖經的時候，我們的心在我們裏面^a豈不是火熱的嗎？」

24:33 於是他們立刻起身，回耶路撒冷去，看見十一個使徒和與他們正在一起的人聚集在一處，

24:34 說：「主果然復活了，已經顯現給西門看了。」

24:35 於是，兩個人把路上所遇到，和耶穌擘餅的時候怎麼被他們認出來的事，都述說了一遍。

^a [24.32]有古卷沒有「在我們裏面」。

【默想】

今天的經文記錄了路加的一個見證，兩位門徒在鄉間以馬忤斯的路上遇見了復活的基督。首先，他們為何會出現在以馬忤斯的路上呢？他們的方向顯然是背向著耶路撒冷而行，因為他們很可能就是從那裏逃出來，躲避那幾天的亂局或可能發生的迫害。在他們的對話中，提到了耶穌的死與復活的傳聞，間接地也證實了當時復活事件的發生。復活的耶穌在路上向他們顯現，並且講解了舊約聖經中的主要架構：律法（摩西）與先知，都指向祂自己所說的話，其實也就是「開示」了他們基督的事件，包括死與復活，都是上主早已預備了的救贖之道。兩位門徒聽了，感到心裏火熱，但是要等到他們在餐桌上「擘餅」時，他們才認出原來是基督。值得一提的是，這次擘餅的動作，也就是現在我們主持聖餐禮儀的基本程序：拿起、祝謝、擘開、遞出。這為後來的教會立下了崇拜及聖餐禮儀的典範：耶穌的講解猶如現在崇拜中的「聖道禮」，所以我們崇拜時，一定會有讀經以及宣講的環節。我們的聖餐禮，也一定包括了那四個基本的程序。這樣的崇拜不但讓我們心裏「火熱」，也讓我們認出基督，再次確認我們作為門徒的身份。最後，崇拜的結果應該如這兩位門徒，他們轉變了原來的方向，由「背向耶路撒冷」轉為「面向耶路撒冷」，回到基督復活的場域，與使徒們一同見證復活的基督，甚至為此見證受苦。請回顧你參與崇拜的過程與感想，無論是聖道禮的「讀經與宣講」，或是聖餐禮的「擘餅與領受」，這些是否時時讓你重燃心中的火熱？或是再次確認自己與基督的關係？

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）

路加福音 24 章 25-27 節

耶穌對他們說：「無知的人哪，先知所說的一切話，你們的心信得太遲鈍了。基督不是必須受這些苦難，然後進入他的榮耀嗎？」於是，他從摩西和眾先知起，凡經上所指着的話都給他們作了解釋。

一、疑懼轉信心，復活顯榮光

門徒在恐懼中關上門 (約 20:19)，多馬在疑惑中尋求證據 (約 20:24-29)，約拿在逃避中經歷風暴與黑暗 (拿 1:1-17)。然而，上帝並未放棄在軟弱中的人，反而在人的疑懼與逃避中顯明祂的大能：使耶穌從死裡復活 (徒 2:22-32；林前 15:12-20)，使人從絕望轉向活潑的盼望 (彼前 1:3-6)。主更指出，約拿經歷的本身就是預表復活的記號 (太 12:38-42)。

💡 當我面對不確定與恐懼時，是選擇關上心門，還是帶著疑問來到復活的主面前？我是否願意讓主進入我的疑惑與逃避，使我從不信轉為真實的信心？

二、患難生忍耐，盼望得更新

信仰的道路並非避開苦難，而是在試煉中被煉淨。彼得指出，信心雖然要經過火般的試驗，卻能帶來榮耀與喜樂 (彼前 1:6-9)；約拿在深海中向神呼求，從絕境中經歷拯救 (拿 2:1-10)；士師基甸在不安中尋求印證，顯出人性的軟弱 (士 6:36-40)。然而，上主應許祂的百姓——祂是堅固的磐石，使人心裡安穩 (賽 26:3-4)，並且預備拯救，吞滅死亡 (賽 25:6-9)。這一切要在基督裡得以實現，最終基督要勝過一切權勢，帶來完全的更新 (林前 15:19-28)。

💡 當我經歷試煉與不安時，是停留在懷疑與掙扎中，還是學習在患難中倚靠神？我是否相信上帝能將試煉轉化為信心，使我在苦難中仍然活出盼望？

三、恩典臨萬民，聖潔歸主心

復活不只是個人的安慰，更是神國臨到的開端。彼得宣講基督復活的信息，使人明白救恩的計畫 (徒 2:22-32)；信徒蒙召活出聖潔，期與神的性情相符 (彼前 1:13-16)。上主的國度也展現在祂對萬民的邀請與接納：祂為萬民預備筵席 (賽 25:6)；耶穌教導門徒要邀請貧窮與無力回報的人 (路 14:12-14)。這樣的生命，正是對復活盼望的回應——不只相信，更是活出一個以恩典為中心的群體。彼得則提醒，這救恩是眾先知所預言、天使也渴望明白的奧秘 (彼前 1:10-12)。

💡 我是否只停留在領受恩典，卻沒有活出聖潔與分享的生命？在日常生活中，我是否願意以神國的價值去接納、邀請與服事那些被忽略的人，成為復活主的見證？

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



影音平台連結



我們的團隊

內容原稿：龐君華

文字工作：邱泰耀、褚秀玲、鄭沂珊

影音工作：蕭曉玲、呂華光、褚秀玲

後勤協作：蕭毓蓉

封面設計：王柏欽

整合執行：陳繼賢、張芝嘉

每日三讀三禱

1day3read3pray.com