

2026

馬太年

甲年

甲年復活節後第三主日至復活節後第四主日

2026.4.19 — 4.26

(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！

復活節期的經課在導引跟隨基督信仰的人，要認清所領受的身份與職事。

復活期第三主日以馬忤斯的路上與復活的主相遇，週間回應的經課中有與食物、共餐、筵席等有關的閱讀。餐食除了供應身體所需，在席中的款待與被款待，也有著在群體中的生命交流。要選擇怎樣的生命價值，都值得我們生命深思。

復活期第四主日在傳統上被稱為「好牧人主日」，週間預備的經課圍繞著牧人的形象。牧人要走出去，也要面對未知的環境變化，然而上主一直都在。這些不單對牧者的提醒，也是作為信仰群體的各人一份提醒。生命被轉化不是只有牧師、傳道或是同工，而是臨在於每一個跟隨基督的人。

基督已作了牧人的典範，跟隨祂的人也要學習如何成為牧人。如同我們曾經經歷過被領回來，如今我們也要把人帶到認識上主的路上。

陳繼賢弟兄

於 2026 年復活節後第三主日前夕

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！



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，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，是「教會」的代表或基礎。他們向耶路撒冷的猶太人發出信息，其內容大致是見證被他們審判、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，這個信仰群體仍在世界各地繼續為復活的基督作見證。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，

^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」。

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」，所以我們在世上寄居的日子，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。

^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」。

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^a。

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。

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^b豈不是火熱的嗎？」

^a [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」。

^b [24.32] 有古卷沒有「在我們裏面」。

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。

【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。

星期一 (4/20)

創世記 18 章 1-14 節 亞伯拉罕夫婦款待陌生旅客

【經文】

18:1 耶和華在幔利橡樹那裏向亞伯拉罕顯現。天正熱的時候，亞伯拉罕坐在帳棚門口。

18:2 他舉目觀看，看哪，有三個人站在他附近。他一看見，就從帳棚門口跑去迎接他們，俯伏在地，

18:3 說：「我主，我若在你眼前蒙恩，請不要離開你的僕人走過去。」

18:4 容我拿點水來，請你們洗腳，在樹下休息。

18:5 既然你們來到僕人這裏了，我再拿點餅來，讓你們恢復心力，然後再走。」他們說：「就照你說的去做吧。」

18:6 亞伯拉罕急忙進帳棚到撒拉那裏，說：「你趕快拿三細亞細麵，揉麵做餅。」

18:7 亞伯拉罕又跑到牛羣裏，牽了一頭又嫩又好的牛犢來，交給僕人，僕人就急忙去預備。

18:8 亞伯拉罕取了乳酪和奶，以及預備好了的牛犢來，擺在他們面前，自己在樹下站在旁邊，他們就吃了。

18:9 他們對亞伯拉罕說：「你妻子撒拉在哪裏？」他說：「看哪，在帳棚裏。」

18:10 有一位說：「明年這時候^a，我一定會回到你這裏。看哪，你的妻子撒拉會生一個兒子。」撒拉在那人後面的帳棚門口也聽見了。

18:11 亞伯拉罕和撒拉都年紀老邁，撒拉的月經已停了。

18:12 撒拉心裏竊笑，說：「我已衰老，我的主也老了，怎能有這喜事呢？」

18:13 耶和華對亞伯拉罕說：「撒拉為甚麼竊笑，說：『我已年老，果真能生育嗎？』」

18:14 耶和華豈有難成的事嗎？到了所定的時候，我必回到你這裏。明年這時候，撒拉會生一個兒子。」

^a [18.10]「明年這時候」：原文是「生命足月的時候」；14 節同。

【默想】

今天的經文記述了亞伯拉罕夫婦謙卑地接待過客，亞伯拉罕在這過程中都做得相當體面。在沙漠中行旅的人受到這樣的款待，一定感到非常高興，可以賓至如歸地歇息及喘口氣。亞伯拉罕夫婦在不知不覺間接待了上主的使者，使者用這種間接方式向他們顯現，並且也傳遞上主的計畫將要實現；在他們家將奇蹟地誕生一位男孩，這是上主應許中重要的象徵。希伯來書的作者在三十三章 2 節中形容「不可忘記用愛心接待旅客，因為曾經有人這樣做，在無意中接待了天使。」相較於創世記下一章所描述的所多瑪居民對待外人的惡行，亞伯拉罕可說是仁慈多了，相信他是發自內心地接待出門在外的客旅。對應剛過去的主日福音書經課，兩個門徒在餐桌上認出了主耶穌，亞伯拉罕則是在款待的筵席上得到使者的好消息。所以用愛心接待旅客或是出門在外的人，有其屬靈的意義。請想想你和你家，或是你的信仰群體，可有隨時接待「客旅」的預備？

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）

創世記 18 章 1-2 節

耶和華在幔利橡樹那裏向亞伯拉罕顯現。天正熱的時候，亞伯拉罕坐在帳棚門口。他舉目觀看，看哪，有三個人站在他附近。他一看見，就從帳棚門口跑去迎接他們，俯伏在地。

詩篇 134 篇 日夜讚美上帝

【經文】

134:1 來，稱頌耶和華！夜間侍立在耶和華殿中，耶和華的僕人，

134:2 當向聖所舉手，稱頌耶和華！

134:3 願造天地的耶和華從錫安賜福給你們！

【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)

彼得前書 1 章 23-25 節 主的道是永存的

【經文】

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。

1:24 因為「凡血肉之軀的盡都如草，他的一切榮美像草上的花；草必枯乾，花必凋謝，

1:25 惟有主的道永遠常存。」這話就是傳給你們的福音。

【默想】

今天的經文中，彼得以不會朽壞的種子比喻復活後新生命的本質，這種子有著「上帝永活常存的道」的內涵。接著彼得引用了以賽亞書四十章 6-8 節的經文進一步強調他的說法：「惟有上主的道是永遠常存」，所以上主讓我們新的生命裏蘊含了祂永恆的道，這就是福音，就是好消息，而且這新生命將會表現出不同的生活見證，彼得特別要讓信徒對自身生命及所蒙的恩典有這最基本的認識。請問你有把握你的生命是由不朽壞的種子而得以「重生」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 23-25 節

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。因為「凡血肉之軀的盡都如草，他的一切榮美像草上的花；草必枯乾，花必凋謝，惟有主的道永遠常存。」這話就是傳給你們的福音。

星期二 (4/21)

箴言 8 章 32 節至 9 章 6 節 智慧設擺筵席

【經文】

8:32 「孩子們，現在要聽從我，謹守我道的有福了。」

8:33 要聽訓誨，得智慧，不可棄絕。

8:34 聽從我，天天在我門口守望，在我門框旁等候的，那人有福了。

8:35 因為尋得我的，就尋得生命，他必蒙耶和華的恩惠。

8:36 得罪我的，害了自己的生命，凡恨惡我的，喜愛死亡。」

9:1 智慧建造房屋，鑿成七根柱子，

9:2 宰殺牲畜，調好美酒，又擺設筵席，

9:3 派遣女僕出去，自己在城中至高處呼喚：

9:4 「誰是愚蒙的人，讓他轉到這裏來！」又對那無知的人說：

9:5 「你們來，吃我的餅，喝我調的酒。」

9:6 你們要離棄愚蒙，就得存活，並要走明智的道路。」

【默想】

今天經文中「智慧女士」又提出了呼籲，要人們來參加她的筵席，接受她的款待，不要接受「愚昧女士」的攪擾(九章 13 節)，智慧女士所供應的款待有「福份」、「生命」、「訓誨」，最後使我們走上「明智的道路」。愚昧女士所提供的卻都剛好相反。請問你要接受誰的邀請呢？

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)

箴言 9 章 6 節

你們要離棄愚蒙，就得存活，並要走明智的道路。

詩篇 134 篇 日夜讚美上帝

【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 2 章 1-3 節 渴慕純淨的靈奶

【經文】

2:1 所以，你們要除去一切的惡毒，一切詭詐、假善、嫉妒，和一切毀謗的話。

2:2 要愛慕那純淨的靈奶，像初生的嬰孩愛慕奶一樣，好使你們藉着它成長，以致得救，

2:3 因為你們已經嘗過主恩的滋味。

【默想】

在今天的經文中，彼得進一步提醒：新的生命需要新的養分來滋養，特別是那「純淨的靈奶」，惟有正確的養分才能使屬靈生命得以健康成長。相反的，若仍以過去「一切的惡毒，一切詭詐、假善、嫉妒，和一切毀謗的話」來餵養這新生命，將造成生長「遲緩」，或生命「扭曲」。請想想，你平常是用什麼來供應你的心靈呢？對於初信的朋友，你會如何幫助他們，使他們的新生命得到正確的餵養，以致可以健康地成長呢？

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 2 章 2-3 節

要愛慕那純淨的靈奶，像初生的嬰孩愛慕奶一樣，好使你們藉着它成長，以致得救，因為你們已經嘗過主恩的滋味。

星期三 (4/22)

出埃及記 24 章 1-11 節 摩西及長老與上帝吃喝

【經文】

24:1 耶和華對摩西說：「你和亞倫、拿答、亞比戶，以及以色列長老中的七十人，都要上到耶和華這裏來，遠遠地下拜。」

24:2 只有摩西可以接近耶和華，其他的人卻不可接近；百姓也不可和他一同上來。」

24:3 摩西下山，向百姓陳述耶和華一切的命令和典章。眾百姓齊聲說：「耶和華所吩咐的一切，我們都必遵行。」

24:4 摩西將耶和華一切的命令都寫下來。他清早起來，在山腳築了一座壇，按着以色列十二支派立了十二根石柱。

24:5 他差派以色列的年輕人去獻燔祭，又宰牛獻給耶和華為平安祭。

24:6 摩西將血的一半盛在盆中，另一半灑在壇上。

24:7 然後，他拿起約書來，念給百姓聽。他們說：「耶和華所吩咐的一切，我們都

必遵行，也必聽從。」

24:8 摩西把血灑在百姓身上，說：「看哪！這是立約的血，是耶和華按照這一切的命令和你們立約的憑據。」

24:9 摩西、亞倫、拿答、亞比戶，以及以色列長老中的七十人都上去，

24:10 看見了以色列的上帝。在他的腳下，彷彿有藍寶石鋪道，明淨如天。

24:11 他不把手伸在以色列領袖的身上。他們瞻仰上帝，又吃又喝。

【默想】

今天的經文繼續談到「筵席」、「一起吃飯」等主題，始從主日一直延續到今天。經文中特別引用了以色列人與上主立約的「餐會」，「立約」（希伯來語 *barah*）一詞原本有「吃」的意思，在古代近東語系中也有「約束」或「束縛」的意思。摩西一如「祭司」張羅著與上主立約的事宜與「餐會」，最後代表以色列的長老們立下了代表完整十二支派的柱子，他們在上主的恩待下用餐。這是一場恩典的筵席。今天經文在這場餐宴中提到了立約的血，讓人聯想到主耶穌在最後的晚餐同樣提到「立約的血」（馬太福音二十六章 28 節），延續了這個恩典的筵席。請用心靈想像這場立約的筵席，是否使你感到同樣置身在上主的恩典之中？

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）

出埃及記 24 章 3-4 節

摩西下山，向百姓陳述耶和華一切的命令和典章。眾百姓齊聲說：「耶和華所吩咐的一切，我們都必遵行。」摩西將耶和華一切的命令都寫下來。他清早起來，在山腳築了一座壇，按着以色列十二支派立了十二根石柱。

詩篇 134 篇 日夜讚美上帝

【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)

約翰福音 21 章 1-14 節 復活的基督與門徒一起吃餅

【經文】

21:1 這些事以後，耶穌在提比哩亞海邊又向門徒顯現。他怎樣顯現記在下面。

21:2 西門·彼得、叫低土馬的多馬、加利利的迦拿人拿但業、西庇太的兩個兒子，和另外兩個門徒，都在一起。

21:3 西門·彼得對他們說：「我打魚去。」他們對他說：「我們也和你一起去。」他們就出去，上了船；那一夜並沒有打着甚麼。

21:4 天剛亮的時候，耶穌站在岸上，門徒卻不知道他是耶穌。

21:5 耶穌就對他們說：「孩子們！你們有吃的沒有？」他們回答他：「沒有。」

21:6 耶穌對他們說：「你們把網撒在船的右邊，就會得到。」於是他們撒下網去，竟拉不上來了，因為魚很多。

21:7 耶穌所愛的那門徒對彼得說：「是主！」那時西門·彼得赤着身子，一聽見是主，就束上外衣，跳進海裏。

21:8 其餘的門徒因離岸不遠，約有二百肘，就坐着小船把那網魚拉過來。

21:9 他們上了岸，看見那裏有炭火，上面有魚和餅。

21:10 耶穌對他們說：「把剛才打的魚拿幾條來。」

21:11 西門·彼得就上船，把網拉到岸上，網裏滿了大魚，共一百五十三條；雖然魚這樣多，網卻沒有破。

21:12 耶穌對他們說：「你們來吃早飯。」門徒中沒有一個敢問他：「你是誰？」因為他們知道他是主。

21:13 耶穌走過來，拿餅給他們，也照樣拿魚給他們。

21:14 耶穌從死人中復活後向門徒顯現，這是第三次。

【默想】

今天的經文接續主日「與主一起用餐」的主題，並且達到了最高潮。在濕冷的提比哩亞海中，奮力捕魚一整晚的門徒們看來並沒有收穫什麼，復活的耶穌在岸邊出現，並祂的一句話引發一個似曾相識的場景（參路加福音五章 1-11 節）。似乎經歷了耶路撒冷的大變故之後，對彼得而言，回到打魚的本業是較容易選擇的出路，因為這是他們所熟悉的地方、熟悉的工作。然而，復活的耶穌親自向他們顯現，也讓他們重溫過去初遇時，曾經有過的滿載而歸的經驗。耶穌邀請他們聚在炭火前，並問起：「孩子們！你們有吃的沒有？」耶穌親自為他們預備熱騰騰的烤魚及烤餅。早飯後將會是再一次被恩典的主接納的經歷，耶穌要對他們提出一個重要的問題「你（們）愛我嗎？」在溫暖營火下的提問，即是對門徒，尤其是彼得，都是再一次省思的時刻，再一次認清自己，深刻記著接下來要承擔起召命的動力是什麼，一切都是「因為愛」，也就是回應對主的愛，然後他們要重新出發。趁這個機會，請默想，你是否也是出於回應對主的愛，以致義無反顧地跟隨著主所安排的道路呢？

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）

約翰福音 21 章 12-13 節

耶穌對他們說：「你們來吃早飯。」門徒中沒有一個敢問他：「你是誰？」因為他們知道他是主。耶穌走過來，拿餅給他們，也照樣拿魚給他們。

星期四 (4/23)

出埃及記 2 章 15b-25 節 摩西牧人

【經文】

2:15 法老聽見這事，就設法要殺摩西。於是摩西逃走，躲避法老，到了米甸地，坐在井旁。

2:16 米甸的祭司有七個女兒；她們來打水，打滿了槽，要給父親的羊羣喝水。

2:17 有一些牧羊人來，把她們趕走，摩西卻起來幫助她們，取水給她們的羊羣喝。

2:18 她們回到父親流珥那裏；他說：「今日你們為何這麼快就回來了呢？」

2:19 她們說：「有一個埃及人來救我們脫離牧羊人的手，他甚至打水給我們的羊羣喝。」

2:20 他對女兒們說：「那人在哪裏？你們為甚麼撇下他呢？去請他來吃飯吧！」

2:21 摩西願意和那人同住，那人就把女兒西坡拉給摩西為妻。

2:22 西坡拉生了一個兒子，摩西給他起名叫革舜，因他說：「我在外地作了寄居者。」

2:23 過了許多年，埃及王死了。以色列人因做苦工，就嘆息哀求；他們因苦工所發出的哀聲達於上帝。

2:24 上帝聽見他們的哀聲，就記念他與亞伯拉罕、以撒、雅各所立的約。

2:25 上帝看顧以色列人，上帝是知道的^a。

【默想】

今天的經文讓我們看到：在逃離埃及後到受命領百姓出埃及之前的摩西，上主是如何透過他在米甸牧羊的生活，來預備這位僕人及未來的領袖。摩西逃離埃及後來到米甸，因而娶了米甸祭司流珥的女兒，生了兒子組成了新的家庭。眼前這一切的平靜生活，原本可以成為摩西一生故事的結局。從當時世界最繁華的埃及宮廷，最後落腳在偏僻的田野，有了幸福的家庭，過著牧放的田野生活，在星光夜晚的營火下，與兒孫們侃侃而談，訴說著過往曾經多采多姿的人生。可是在寧靜生活的另一面，仍有一群受苦的奴隸，他們在痛苦中嘆息哀求著。他們可能已經不知道要向與他們先祖立過約的上主祈求，可是他們的哀聲還是讓「上帝聽見」了。請想想，此時上主一邊聽見百姓的哀聲，一邊卻等摩西在牧人生活中「訓練」完成。這是一種怎樣的心情呢？請再想想為何要讓摩西過牧人的生活，而不是軍事的訓練呢？

^a [2.25] 「上帝是知道的」：七十士譯本是「上帝是他們所知道的」。

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）

出埃及記 2 章 23-24 節

過了許多年，埃及王死了。以色列人因做苦工，就嘆息哀求；他們因苦工所發出的哀聲達於上帝。上帝聽見他們的哀聲，就記念他與亞伯拉罕、以撒、雅各所立的約。

詩篇 23 篇 上帝是我們的牧者

【經文】

23:1 耶和華是我的牧者，我必不致缺乏。

23:2 他使我躺臥在青草地上，領我在可安歇的水邊。

23:3 他使我的靈魂甦醒^a，為自己的名引導我走義路。

23:4 我雖然行過死蔭的幽谷，也不怕遭害，因為你與我同在；你的杖、你的竿，都安慰我。

23:5 在我敵人面前，你為我擺設筵席；你用油膏了我的頭，使我的福杯滿溢。

23:6 我一生一世必有恩惠慈愛隨着我；我且要住在^b耶和華的殿中，直到永遠。

【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 2 章 9-12 節 行事為人如上帝的子民

【經文】

2:9 不過，你們是被揀選的一族，是君尊的祭司，是神聖的國度，是屬上帝的子民，要使你們宣揚那召你們出黑暗入奇妙光明者的美德。

2:10 「你們從前不是子民，現在卻成了上帝的子民；從前未曾蒙憐憫，現在卻蒙了憐憫。」

2:11 親愛的，你們是客旅，是寄居的，我勸你們要禁戒肉體的情慾；這情慾是與靈魂爭戰的。

2:12 你們在外邦人中要品行端正，好讓那些人，雖然毀謗你們是作惡的，會因看見你們的好行為而在鑒察^c的日子歸榮耀給上帝。

^a [23.3] 「他使我的靈魂甦醒」或譯「他使我的心靈甦醒」或「他使我回轉」。

^b [23.6] 「住在」：原文是「回到」。

^c [2.12] 「鑒察」或譯「眷顧」或「來臨」。

【默想】

今天的經文中彼得再次提醒信徒，我們不但有永恆的種子在我們新的生命之中，我們還需要「純淨的靈奶」作為新生命的養分。我們也需要更深入認清我們的身分是屬上帝的子民，祂的國不在這地上，所以此刻我們在這世上是「客旅」、是「寄居的」身份。這意謂著我們終必要「返回真正的家鄉」。此時此地不是我們最終的歸宿。若這一切都是暫時居住的，時候到了我們就要啟程「朝著家鄉的方向」而去，直到我們真的回到家鄉，才能完全地歇息。請問從這樣一個「客旅」的角度，你如看待今生「路途」上的一切遭遇呢？或你如何看待你所擁有的「事物」呢？你會以何種態度或方式來過在世的生活呢？

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）

彼得前書 2 章 11-12 節

親愛的，你們是客旅，是寄居的，我勸你們要禁戒肉體的情慾；這情慾是與靈魂爭戰的。你們在外邦人中要品行端正，好讓那些人，雖然毀謗你們是作惡的，會因看見你們的好行為而在鑒察的日子歸榮耀給上帝。

星期五 (4/24)

出埃及記 3 章 16-22 節、4 章 18-20 節 摩西，以色列的牧人

【經文】

3:16 你去召集以色列的長老，對他們說：『耶和華 - 你們祖宗的上帝，就是亞伯拉罕的上帝，以撒的上帝，雅各的上帝向我顯現，說：我實在眷顧了你們，眷顧你們在埃及的遭遇。』

3:17 我也曾說：要把你們從埃及的困苦中領出來，往迦南人、赫人、亞摩利人、比利洗人、希未人、耶布斯人的地去，就是到流奶與蜜之地。』

3:18 他們必聽你的話。你和以色列的長老要到埃及王那裏，對他說：『耶和華 - 希伯來人的上帝向我們顯現，現在求你讓我們往曠野去，走三天的路程，為要向耶和華我們的上帝獻祭。』

3:19 我知道若不用大能的手，埃及王不會放你們走。

3:20 因此，我必伸出我的手，在埃及施行我一切的神蹟，擊打這地，然後，他才放你們走。

3:21 我必使埃及人看得起你們，你們離開的時候就不至於空手而去。

3:22 每一個婦女必向她的鄰舍，以及寄居在她家裏的女人，索取金器、銀器和衣裳，給你們的兒女穿戴。這樣你們就掠奪了埃及人。」

4:18 於是，摩西回到他岳父葉特羅那裏，對他說：「請你讓我回埃及我同胞那裏，看他們還在不在。」葉特羅對摩西說：「平平安安地去吧！」

4:19 耶和華在米甸對摩西說：「你要回埃及去，因為那些尋索你命的人都死了。」

4:20 摩西就帶着妻子和兩個兒子，讓他們騎上驢，回埃及地去。摩西手裏拿着上帝的杖。

【默想】

今天的經文中，摩西終於啟程要重返埃及了，他領受了上主的託付，並承擔起重任，這是上主聽到以色列人受苦的哀聲之後所採取的拯救行動之一。這行動的前置作業是「訓練」摩西、「差遣」摩西，透過摩西施行祂的拯救計畫。這計畫聽起來就非常艱難，面對當時國力強盛的埃及，要救出一群奴隸，然後帶到一處已經有好幾個強大的民族並居住了好幾個世代的土地上去，摩西一定也想過這是多麼不可思議的任務，但是他還是攜帶家人騎上了驢，拿著上主所賜的杖，前往埃及地去。你想上主安排了摩西在米甸曠野的歲月，對他此行有何意義或助益？若為了上主的計畫，祂也要差遣你，你會如何回應呢？

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）

出埃及記 4 章 19-20 節

耶和華在米甸對摩西說：「你要回埃及去，因為那些尋索你命的人都死了。」摩西就帶着妻子和兩個兒子，讓他們騎上驢，回埃及地去。摩西手裏拿着上帝的杖。

詩篇 23 篇 上帝是我們的牧者

【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 2 章 13-17 節 行事為人要尊敬眾人

【經文】

2:13 你們為主的緣故要順服人的一切制度，或是在上的君王，

2:14 或是君王所派懲惡賞善的官員。

2:15 因為上帝的旨意原是要你們以行善來堵住糊塗無知人的口。

2:16 雖然你們是自由的，卻不可藉着自由遮蓋惡毒，總要作上帝的僕人。

2:17 務要尊重眾人；要敬愛教中的弟兄姊妹；要敬畏上帝；要尊敬君王。

【默想】

彼得提醒信徒要認清自己在世上是「客旅」身份，另一方面也要學會如處身在今世之中。首先要尊重這世上的政府，因為在這世上的「罪惡結構」之下，「無政府」狀態更是最可怕的一種情況，當整個社會「脫序」的時候，人們將赤裸裸地以暴力來維持平衡時，這時將使惡更加毫無節制，所以政府的存在，有相當的程度是讓社會維持一個基本的秩序。此外，我們對人，對生命總要懷著「尊重」，不是因為外力使然，而是因著新生命的品質。一方面我們是自由的，一方面也為主緣故自由地選擇成為祂的「僕人」。請問你願意用自己的自由，選擇作一個受約束的「僕人」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 2 章 16-17 節

雖然你們是自由的，卻不可藉着自由遮蓋惡毒，總要作上帝的僕人。務要尊重眾人；要敬愛教中的弟兄姊妹；要敬畏上帝；要尊敬君王。

以西結書 34 章 1-16 節 上主要尋找四散的羊群

【經文】

34:1 耶和華的話臨到我，說：

34:2 「人子啊，你要向以色列的牧人說預言，對他們說，主耶和華如此說：禍哉！
以色列的牧人只知牧養自己。牧人豈不當牧養羣羊嗎？

34:3 你們吃肥油^a、穿羊毛、宰殺肥羊，卻不牧養羣羊。

34:4 瘦弱的，你們不調養；有病的，你們不醫治；受傷的，你們未包紮；被逐的，
你們不去領回；失喪的，你們不尋找；卻用暴力嚴嚴地轄制牠們^b。

34:5 牠們因無牧人就分散；既分散，就成為一切野獸的食物。

34:6 我的羊流落眾山之間和各高岡上，分散在全地，無人去尋，無人去找。

34:7 「所以，你們這些牧人要聽耶和華的話。

34:8 主耶和華說：我指着我的永生起誓，我的羊因無牧人就成為掠物，也作了一
切野獸的食物。我的牧人不尋找我的羊；這些牧人只知餵養自己，並不餵養
我的羊。

34:9 所以你們這些牧人要聽耶和華的話。

34:10 主耶和華如此說：看哪，我必與牧人為敵，從他們手裏討回我的羊，使他們
不再牧放羣羊；牧人也不再餵養自己。我必救我的羊脫離他們的口，不再作
他們的食物。」

34:11 「主耶和華如此說：『看哪，我必親自尋找我的羊，將牠們尋見。

34:12 牧人在羊羣四散的日子怎樣尋找他的羊，我必照樣尋找我的羊。這些羊在密
雲黑暗的日子散在各處，我要從那裏救回牠們。

34:13 我要從萬民中領出牠們，從各國聚集牠們，引領牠們歸回故土。我要在以色列
山上，在一切溪水旁邊，在境內所有可居住的地牧養牠們。

34:14 我要在肥美的草場牧養牠們。牠們的圈必在以色列高處的山上，牠們必躺臥
在佳美的圈內，在以色列山肥美的草場上吃草。

34:15 我要親自牧養我的羣羊，使牠們得以躺臥。這是主耶和華說的。

34:16 失喪的，我必尋找；被逐的，我必領回；受傷的，我必包紮；有病的，我必
醫治；只是肥的壯的，我要除滅^c；我必秉公牧養牠們。』

^a [34.3] 「肥油」：七十士譯本和其他古譯本是「奶」。

^b [34.4] 「用暴力...牠們」：七十士譯本是「你們嚴嚴地轄制強壯者」。

^c [34.16] 「我要除滅」：七十士譯本和其他古譯本是「我要看管」。

【默想】

今天的經文是上主透過先知以西結，對世上的「牧人」提出了控訴。這裏所指涉的「牧人」包括了世上的「君王」，他們得到權柄、勢力等，就應當要使羊群得到應有的保護，使他們的生活得到相對的保障。這些「牧人」也包括了宗教上的領袖們，他們有相對的「職分」，得到百姓的信任，但他們卻沒有堅固百姓的信仰，任由羊圈倒塌，羊群四散，破壞者任意出入，使羊群的生命飽受威脅。更有甚者，這些君王或是宗教領袖，他們還從羊群身上得到利益。穿著「羊毛」衣裳，吃喝肥油、宰殺肥羊。上主控訴這些牧人，並且打算要親自來牧養、招聚、醫治、纏裹祂受傷、四散的羊群。從今天經文對牧人的控訴中，請反過來思想，怎樣的牧人才會得到主的稱讚呢？此外，我們雖然未必是從事牧職，或政府中管理百姓的工作，但是「世人如同走迷的羊」，你可有為他們作了些什麼？

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）

以西結書 34 章 15-16 節

我要親自牧養我的羣羊，使牠們得以躺臥。這是主耶和華說的。失喪的，我必尋找；被逐的，我必領回；受傷的，我必包紮；有病的，我必醫治；只是肥的壯的，我要除滅^a；我必秉公牧養牠們。

詩篇 23 篇 上帝是我們的牧者

【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 15 章 1-7 節 失去的羊的比喻

【經文】

15:1 (太 18:12-14) 許多稅吏和罪人都挨近耶穌，要聽他講道。

15:2 法利賽人和文士私下議論說：「這個人接納罪人，又同他們吃飯。」

15:3 耶穌就用比喻對他們說：

15:4 「你們中間誰有一百隻羊，失去其中的一隻，不把這九十九隻留在曠野，去找那失去的羊，直到找着呢？」

15:5 找到了，他就歡歡喜喜地把羊扛在肩上。

15:6 他回到家裏，請朋友和鄰舍來，對他們說：『你們和我一同歡喜吧，我失去的

^a [34.16] 「我要除滅」：七十士譯本和其他古譯本是「我要看管」。

羊已經找到了！」

15:7 我告訴你們，一個罪人悔改，在天上也要這樣為他歡喜，比為九十九個不用悔改的義人歡喜還大呢！」

【默想】

今天經文中失羊的比喻，是指「擁有者」並不因為仍擁有之物的價值更高，就放棄了找回「已失去」之物的決心；可見他們（羊的擁有者，或牧人）不是以價格來看待他的羊，而是他們都感覺到「所失去的是不可替代的」。上主看待我們也是如此，所以祂盡力地找尋，也希望我們去尋找，要將迷途的羊找回來。請問你是否看到走失的那一隻羊呢？你如何協助使他能被尋見？

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 15 章 7 節

我告訴你們，一個罪人悔改，在天上也要這樣為他歡喜，比為九十九個不用悔改的義人歡喜還大呢！

星期日 (4/26) 復活期第四主日 (我主善牧主日)

使徒行傳 2 章 42-47 節 信的人都在一處，凡物公用

【經文】

2:42 他們都專注於使徒的教導和彼此的團契，擘餅和祈禱。

2:43 眾人都心存敬畏；使徒們^a又行了許多奇事神蹟。

2:44 信的人都聚在一處，凡物公用，

2:45 又賣了田產和家業，照每一個人所需要的分給他們。

2:46 他們天天同心合意恆切地在聖殿裏敬拜，且在家中^b擘餅，存着歡喜坦誠的心用飯，

2:47 讚美上帝，得全體百姓的喜愛。主將得救的人天天加給他們。

【默想】

當使徒們在彼得的帶領下為復活的主作見證之後，眾人中有人感到「扎心」，就問使徒說：「我們當怎樣行？」，於是我們看到這些在群眾中受感動的人，他們不單是空有感動，也希望有所行動。他們接受了使徒有關悔改、受洗等教訓，他們也聚集在一起，這時一個新的信仰群體就這樣誕生了。他們「專注於使徒的教

^a [2.43]有古卷加「在耶路撒冷」。

^b [2.46]「在家中」：原文或譯「挨家挨戶」。

導」，過著「團契」的生活，遵循主耶穌最後晚餐的吩咐，聚會時重溫著「擘餅」的儀式，並且一起祈禱，也就是他們一起崇拜。文中提到他們在聖靈強烈的工作下，過著非常高度「無私」的生活，他們變賣一切而住在一起，凡物公有，這顯示了一種強烈的末世氛圍，也就是他們想到主可能隨時會再來。他們這種無私的生活方式，專注地敬拜、擘餅、團契、一同生活，也引起了當時人們的注意，於是天天有人加入他們的行列。請想想這樣理想的生活為何日後教會無法常態性地延續下去？為何現今或歷史上有些團體如修會，卻可以如此生活？這其間的差別在那裏？

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 46-47 節

他們天天同心合意恆切地在聖殿裏敬拜，且在家中擘餅，存着歡喜坦誠的心用飯，讚美上帝，得全體百姓的喜愛。主將得救的人天天加給他們。

詩篇 23 篇 上帝是我們的牧者

【經文】

23:1 耶和華是我的牧者，我必不致缺乏。

23:2 他使我躺臥在青草地上，領我在可安歇的水邊。

23:3 他使我的靈魂甦醒^a，為自己的名引導我走義路。

23:4 我雖然行過死蔭的幽谷，也不怕遭害，因為你與我同在；你的杖、你的竿，都安慰我。

23:5 在我敵人面前，你為我擺設筵席；你用油膏了我的頭，使我的福杯滿溢。

23:6 我一生一世必有恩惠慈愛隨着我；我且要住在^b耶和華的殿中，直到永遠。

【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)

^a [23.3] 「他使我的靈魂甦醒」或譯「他使我的心靈甦醒」或「他使我回轉」。

^b [23.6] 「住在」：原文是「回到」。

彼得前書 2 章 19-25 節 雖然受苦，仍跟隨牧人

【經文】

2:19 倘若你們為使良心對得起上帝，忍受冤屈的痛苦，這是可讚許的。

2:20 你們若因犯罪受責打而忍耐，有甚麼可稱讚的呢？但你們若因行善受苦而忍耐，這在上帝看來是可讚許的。

2:21 你們蒙召就是為此，因為基督也為你們受過苦，給你們留下榜樣，為要使你們跟隨他的腳蹤。

2:22 「他並沒有犯罪，口裏也沒有詭詐。」

2:23 他被辱罵不還口，受害也不說威嚇的話，只將自己交託給公義的審判者。

2:24 他被掛在木頭上，親身擔當了我們的罪，使我們既然在罪上死，就得以在義上活。因他受的鞭傷，你們得了醫治。

2:25 你們從前好像迷路的羊，如今卻歸回你們靈魂的牧人和監督了。

【默想】

今天經文中彼得提醒信徒，他們雖然選擇跟隨主，以新的生命在世上生活，但仍然會遇到艱難的時刻，甚至需要受苦。彼得呼籲信徒為行善而受苦是我們的呼召，也是我們回應主呼召的生活方式。我們所跟隨的主，祂也經歷了受苦，他在苦難中沒有怨言，仍然堅持與忍受苦難，示範了因承受苦難而使世人得到醫治的榜樣。所以跟隨祂的人，遇到相同的遭遇，不要感到奇怪。相反的還要感恩，因為我們「從前好像迷路的羊，如今卻歸回我們靈魂的牧人和監督了」，也就是我們回到了上主的牧養中，於是我們遇到所有的崎嶇，這位牧人都知道，也都允許，因為在祂的眼中，這些對我們，及對他人都有益處。跟隨這位牧人而受苦，你真的願意嗎？

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 2 章 24-25 節

他被掛在木頭上，親身擔當了我們的罪，使我們既然在罪上死，就得以在義上活。因他受的鞭傷，你們得了醫治。你們從前好像迷路的羊，如今卻歸回你們靈魂的牧人和監督了。

約翰福音 10 章 1-10 節 基督是好牧人

【經文】

10:1 「我實實在在地告訴你們，那不從門進羊圈，倒從別處爬進去的，就是賊，就是強盜。

10:2 那從門進去的才是羊的牧人。

10:3 看門的給他開門，羊也聽他的聲音。他按着名叫自己的羊，把羊領出來。

10:4 當他把自己的羊都放出來，就走在前面，羊也跟着他，因為牠們認得他的聲音。

10:5 羊絕不跟陌生人，反而會逃走，因為不認得陌生人的聲音。」

10:6 耶穌把這比方告訴他們，但他們不明白他所說的是甚麼。

10:7 所以，耶穌又對他們說：「我實實在在地告訴你們，我就是羊的門。

10:8 凡在我以前^a來的都是賊，是強盜；羊沒有聽從他們。

10:9 我就是門，凡從我進來的，必得安全^b，並且可進出，找到草吃。

10:10 盜賊來，無非要偷竊、殺害、毀壞；我來了，是要羊得生命，並且得的更豐盛。

【默想】

今天的經文提到牧人與雇工不同，雇工是講對價的關係，工作不是無限的投入。但是牧者與羊群之間的關係是沒有時間的限制，沒有付出的盡頭。牧者以生命照料羊群的作為，是其角色的最終目的。牧羊對雇工而言只是一份工作，對牧者而言卻是一個身分或角色。耶穌做了我們的榜樣，祂是好牧人。我們又是如何看我們的角色呢？試著不要把好牧人僅僅想像為牧師，想想看你如何用生命完成這個角色？另一方面，這段經文給我們的安慰是，耶穌是好牧人，祂不會因任何狀況放棄我們，祂的身分就是要帶給我們最大的生命禮物。當你感到疲倦時，不要忘記仰望好牧人——我們的主耶穌。

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 10 章 10 節

盜賊來，無非要偷竊、殺害、毀壞；我來了，是要羊得生命，並且得的更豐盛。

^a [10.8]有古卷沒有「在我以前」。

^b [10.9]「必得安全」或譯「必然得救」。

本週小組討論

鄭沂珊 / 撰

一、開眼認主同行明心（認知）

復活的主在以馬忤斯路上向門徒顯現，使他們在擘餅中眼睛明亮（路 24:13-35），也在海邊再次向門徒顯現、供應並呼召（約 21:1-14）；從亞伯拉罕在不可能中經歷神的應許（創 18:1-14），到智慧呼喚人來得生命（箴 8:32-9:6），再到彼得宣講復活主，呼召人悔改歸正（徒 2:14a,36-41）。

💡 當復活的主主動向人顯現、同行並啟示時，你是否仍在「看見卻不認得」的狀態中？在你的日常處境裡，主正透過哪些話語、記號或經歷，使你重新認出祂，並在與祂同行中得著明亮的心？

二、重生潔淨更新專心（生命）

彼得指出信徒既蒙重生，是藉著神活潑常存的道（彼前 1:17-25），因此要除去一切惡毒詭詐，渴慕純淨的靈奶（彼前 2:1-3），活出被揀選族類的身分（彼前 2:9-12），並在世上行為端正、順服權柄（彼前 2:13-17）。同時，從西乃山與神立約、同席而坐（出 24:1-11），到神記念受苦百姓並預備拯救（出 2:15b-25；3:16-22；4:18-20），顯明祂使人從奴役走向更新的作為。

💡 你是否真實活在「重生之人」的生命裡，而不只是停留在身份認知？有哪些舊有生命樣式仍需被對付與潔淨，使你在神的約與呼召中，以專一的心活出更新的生命？

三、受召同工尋羊齊心（使命）

神責備失職的牧者，並親自尋找、牧養祂的羊群（結 34:1-16），主耶穌也以尋回迷羊的比喻顯明天父尋找失喪者的心（路 15:1-7）。復活的主不僅顯現，更託付群體進入祂的使命，使悔改得赦的道被傳開（徒 2:14a,36-41），這呼召建立在信徒被揀選、為要宣揚神美德的身份之上（彼前 2:9-12）。

💡 當神如此主動尋回、牧養並差遣時，你是否願意從「被牧養者」轉向「同工者」？在你的群體與生活場域中，你如何與神同心，參與尋回失喪者的使命？

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



將臨期 平安夜 聖誕節 聖誕期節
 期 顯現日 顯現期 主受洗日 登
 七日 登山變像主日 大齋期 聖週 受
 週 受難日 復活節 復活期 聖靈降臨
 期 聖靈降臨節 聖靈降臨期 三一
 齋期 三一主日 基督君王日 將臨期
 每日三讀三禱
 一同在教會節期中閱讀

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