

和平

SHALOM · 祈禱的思潮

2024年03月

第388期



照片/緬甸壘固教區

每日奉獻誦

仁慈的天父，

感謝祢恩賜這新的一天，

我把今天的一切祈禱、工作、

喜樂和痛苦全獻給祢。

願這奉獻，聯合祢的聖子耶穌聖心，

為救贖世界，

時時刻刻在感恩聖事中奉獻自己。

願在聖神內，

偕同教會之母—聖母瑪利亞，

為祢的聖愛作證，

並為本月內教宗託付給我們的意向祈禱。

（參閱意向）

祈禱意向：請為我們時代的殉道者、基督的見證人祈禱

祈願那些在世界各地因福音緣故而冒著生命危險的人們，能以他們的勇氣和傳教熱忱來激勵教會。

「和平」的意念來自希伯來文「Shalom」（平安）一詞。正如猶太人慣常以「Shalom」彼此問候，《和平》月刊祝福大家平安並邀請大家祈禱。祈禱的基礎就是死而復活的基督。

和平 之聲

張士倫神父

有些人因自己的選擇而將自身置於危險境地，甚至賠上性命，例如緝毒警察和消防員。當今的一些基督徒更是如此，因為在某些地區他們面對殘酷的迫害，所以他們因堅持信仰也將自己置於危險之中，要隨時準備成為殉道者。教宗呼籲我們為這些基督的勇敢見證人祈禱，特別是那些面對迫害，仍依然懷有勇氣和福傳熱忱的基督徒。

在今日世界仍有眾多的基督徒遭受迫害，甚至犧牲性命。他們受迫害和被殺死的原因比較繁多，最簡單的情況就是因為基督徒這個身分，有的也涉及民族歷史及衝突、利益紛爭或意識形態等因素。近年來，尼日利亞東北部的伊斯蘭極端分子和穆斯林放牧人，瘋狂迫害基督徒，肆意殺戮，已殺死五六萬基督徒，也導致數百萬基督徒流離失所。在海地，傳教士要面對被綁架和殺害的危險，然而他們仍堅守崗位。

殉道者為了信仰而願捨棄一切，包括寶貴的性命。正如聖保祿宗徒所說：「我只以認識我主基督耶穌為至寶；為了他，我自願損失一切，拿

一切當廢物，為賺得基督。」這樣的殉道者，體現了基督的愛與寬恕，他們心中沒有仇恨。

殉道者的鮮血不會白流，而是會激勵生者忠於信仰，並為了人們的悔改祈禱和補贖，也透過教育和政治改革，促進民族共融以及人與人的和好。

眾多殉道者，為我等祈！

祈禱與服務



祈禱意向：請為我們時代的殉道者、
基督的見證人祈禱

祈願那些在世界各地因福音緣故而冒
著生命危險的人們，能以他們的勇氣
和傳教熱忱來激勵教會。

我們作為朝聖者來到台伯島的聖巴爾多祿
茂大殿，在這裡，古老的殉道歷史與新殉道者的

記憶、對上個世紀（今日亦然）被瘋狂意識形態殺害的許多基督徒的記憶結合在一起；而他們遇害，純粹因為他們是耶穌的門徒。

這些古代和近代英勇見證人的記憶使我們確信，教會只有成為殉道者的教會才是真正的教會。殉道者就如默示錄提醒我們的「這些人是由大災難中來的，他們曾在羔羊的血中洗淨了自己的衣裳，使衣裳雪白」（默7:14）。他們蒙恩宣告對耶穌的信仰，至死方休。他們受苦、獻出自己的生命，而我們透過他們的見證獲得了天主的祝福。還有許多隱藏的殉道者，他們忠於愛的溫柔力量，忠於聖神的聲音。他們在日常生活中努力幫助他們的兄弟姐妹，並且毫無保留地愛天主。

如果我們仔細觀看，一切迫害的根源都是仇恨：這世界的君王，對被耶穌的死而復活所救贖的人們的仇恨。在我們聽到的福音經文中（參閱若15:12-19），耶穌使用了一個嚴厲且嚇人的字眼：「仇恨」。祂這位愛的師傅，是多麼喜歡談論愛，卻提到了仇恨。祂總是希望對事物直呼其名。而祂告訴我們：「不要怕！這個世界若恨你們，你們該知道，在你們以前，它已恨了我。」

耶穌揀選了我們，並透過祂自由給予的愛贖回了我們。藉著祂的死亡與復活，祂救贖我們脫

離了世界、脫離了魔鬼的權勢和這世界君王的權勢。仇恨起源於：因為我們是被耶穌救贖的，但這世界的君王並不希望如此，他憎恨我們，並引起迫害，從耶穌時代和初期教會時代一直延續至今。今天，有多少基督徒團體成為迫害的對象！為什麼？因為世俗精神的仇恨。

在歷史上的艱難時刻，我們經常聽到：「今天祖國需要英雄」。殉道者可以被視為英雄，但殉道者的基本特質是「蒙受恩寵」：是天主的恩寵使我們能夠成為殉道者，而不是勇氣。現在，我們以同樣方式問：「今天教會需要什麼？」，需要殉道者、見證人，日常的聖人。因為教會是由聖人所引領前進的。如果沒有聖人，教會無法再前進。教會需要日常的聖人，需要那些在日常生活中堅守信仰，始終如一的聖人；但教會同樣也需要那些有勇氣接受恩寵，為信仰做見證，至死方休的人。這一切都是教會的活血，是引領教會前進的見證人；他們以聖神賜與他們的力量，以表裡如一的生活來肯定，以證明耶穌已經復活，耶穌依然活著。

今天，我想在這個教堂裡再添加一幅畫像。一位女士，我不知道她的名字。但她已在天堂眷顧著我們。當時我正在勒斯博島 (Lesvos) 探訪難

民，遇上一位年約 30 歲的男人，帶著三個孩子。他看著我說：「聖父，我是穆斯林，但我太太是一位基督徒。恐怖分子到我們國家，他們看著我們並詢問我們的宗教信仰。當看到我太太手持十字架，便叫她將十字架丟到地上；但她拒絕這樣做，結果他們就當著我的面割斷了她的喉嚨。我們彼此是如此相愛啊！」這是我今天帶來作為禮物的畫像。我不知道這位丈夫是否仍在勒斯博島，或是已設法前往其他地方；我不知道他是否能夠逃離那個集中營，因為這麼多難民營就像集中營一樣，因為被棄置的大量人群。而那些慷慨接納他們的人也必須繼續肩負這個重擔，因為國際協議現在看起來似乎比人權更重要。這位丈夫並沒有懷恨在心：他，一位穆斯林，背負這個痛苦的十字架，無怨無恨地繼續生活。他在妻子的愛中尋得庇護，而他的妻子蒙受殉道的恩寵。

紀念這些信仰的見證者並在這地方祈禱是一份大禮。這是送給聖艾智德團體、羅馬教會、這座城市的所有基督徒團體，以及這麼多朝聖者的禮物。殉道者活生生的遺贈為我們帶來了今天的和平與團結。他們教導我們，憑藉著愛的力量，憑藉著溫良，可以對抗傲慢、暴力和戰爭，並可以在耐心中實現和平。因此，我們可以這樣祈禱：主啊，求祢使我們配成為福音與祢的愛的見

證人；向人類傾注祢的慈悲；更新祢的教會；保護受迫害的基督徒；急切地將和平賜予全世界。吾主，願光榮歸於祢！而羞愧歸於我們（參閱達9:7）。

節錄自
紀念 20 世紀和 21 世紀殉道者的講道
教宗方濟各
2017.4.22

此時此刻，世界多個地區仍有許多基督徒遭受迫害。我們必須盼望並祈願他們的磨難早日結束。今天的殉道者人數眾多，比教會初期更多。讓我們向這些弟兄姊妹表達我們的關懷：我們同屬唯一的身體，這些基督徒也屬於基督的奧體，是教會流血的肢體。

但我們也必須小心，不要從自憐、被害的角度來解讀真福八端。事實上，人們的輕視不一定等同迫害：當然，耶穌稍後告訴基督徒，他們是

「地上的鹽」，並警告他們要小心「失去味道」的危險，因為鹽若是失了味，「毫無用途，只好拋在外邊，任人踐踏罷了。」(瑪 5:13) 因此，當我們失去基督和福音的味道時，也可能是我們的過失導致輕視。

我們必須忠於真福八端的謙卑之路，因為它引導我們屬於基督，而不屬於世俗。聖保祿的旅程值得紀念；當他認為自己是一個義人時，實際上他是一個迫害者；但當他發現自己是一個迫害者時，他又變成了一個充滿愛的人，因遭受迫害而感到高興(參閱哥 1:24)。

如果天主賜與我們恩寵，使我們更肖似十字架上的基督並與他的苦難結合，那麼排斥和迫害就是新生命的彰顯。這種生命就是基督的生命，基督為了我們所有人、為了我們所有人的救贖而「遭人輕視和否定」(參閱以 53:3；宗 8:30-35)。接納祂的神，必能在我們的心中激發無比的愛，從而為世人獻出生命，不向世俗的哄騙妥協。

向世俗妥協極其危險：基督徒經常受到與世俗妥協的誘惑。相反地，拒絕妥協，堅持走耶穌基督的道路，這才是天國的生命、莫大的喜樂、真正的幸福。耶穌始終臨在於迫害中，在那裡陪伴我們。耶穌的臨在安慰我們，聖神的力量扶助

我們前行。當符合福音勸諭的生活招致人們的迫害時，我們別氣餒：聖神在這條道路上支持著我們。

節錄自
公開接見
教宗方濟各
2020.4.29

怎樣利用《和平》祈禱？

仰望天主

天主邀請我們切望跟祂在一起，坐在祂的庇蔭下，促膝細訴。謹讓我們熱誠回應，放下一切掛慮，刻意營造一個神聖空間——即將自己的心神和時間完全獻給天主，歡迎祂進入我們的心。無論我們是在辦公室、家庭、學校或工廠裏，一個清靜的角落通常有助我們投入和專注祈禱。

呼求聖神

我們祈求聖神光照，打開我們的心扉；求聖神陪伴我們一起坐於主前，聆聽祂的話語。

早禱：我們可學習耶穌在清晨，天還很黑，就起身祈禱（谷 1:35）。我們可用聖詠開始：至高者天主！最幸福莫如清晨讚美祢，歌頌祢的名，傳揚祢的仁慈（參詠 92:2-3）。

晚禱：親愛的主耶穌，請同我一起住下吧！因為天已垂暮了（參路 24:29）。

打開聖經

翻到《和平》頁頭刊載的每日彌撒讀經選篇。例如：3月1日，讀經一，翻到創世紀 37:3-4, 12-13, 17-28；答唱詠，翻到聖詠集第 105[104] 首；福音，翻到瑪竇福音 21:33-43, 45-46。

閱讀聖經

細讀這些章節。此刻，天主透過文字親自向我們說話。

默禱

主，請溶化我心，開導我接受祢的啟示。

閱讀《和平》，反省

《和平》的作者分享了他/她的信仰反省，激起你的回響嗎？不妨問：甚麼邀請我？甚麼挑戰我？我可怎樣回應？

禱告

面對挑戰或啟發你的天主：

- 由衷感謝祂恩賜的生命。
- 懺悔己罪，定志改過。求天主按照祂的無限仁慈再創造你，使你成為一個新人。
- 為個人、家庭、教會、社會……的需要祈禱。
- 結束時，念封面內頁的「每日奉獻誦」及一遍天主經。

3月1日 四旬期第二週星期五
創世紀 37:3-4,12-13,17-28
聖詠 105[104]:16-17,18-19,20-21
瑪竇福音 21:33-43,45-46

今天福音記載的事情，發生在耶穌在聖殿內驅趕商人的第二天。祂再次來到聖殿裏，開始教訓民眾。司祭長和民間長老，身為聖殿的權威人士，便來挑戰耶穌的權威。耶穌用比喻回應他們的問題。他們深知耶穌一直以天主子自居，且在前一天還宣稱自己是聖殿的主人。與強調法律比較，耶穌更注重治愈病人，使人得到自由。這樣就挑戰了這些司祭長和民間長老的權威，及這背後代表的聲譽和社會地位，甚至連財富都遭到了威脅。

與這些在當時所謂重要的人物比較，耶穌和祂的門徒，以及社會的邊緣人，便是被社會所遺棄的無用之人。事實證明，也正是這些遺棄而不用的邊角料，日後成為教會的基石和傳播者。

聖殿裏的權威和被治愈，都是來自天主的恩寵，不同的，是接受者用這恩寵來自以為義，還是光榮天主。

天主，求祢幫助我們在日常的生活，認出祢的恩寵並光榮祢。

3月2日 四旬期第二週星期六
米該亞先知書 7:14-15,18-20
聖詠 103[102]:1-2,3-4,9-10,11-12
路加福音 15:1-3,11-32

耶穌用比喻講述一個溺愛的父親和他兩個兒子的故事。小兒子是個浪蕩的富二代，叫父親分家產，這就有著詛咒父親死亡的意味。他的離家出走，必然傷透父親的心。不久，他將財產揮霍一空，變成了乞丐。這便有了後來浪子回頭的故事。他本計劃做一些補贖並降低自己的身分來悔改，但父親還沒等他說完他的懺悔詞，便急不及待把他抱入懷中，恢復他身為兒子的尊貴身分。

在大兒子的觀念中，只有憑著努力工作才能賺得父親的愛。這讓關係有了利益的味道。他像工人一樣每天辛勤工作，結果卻感覺到自己甚麼也沒得到。弟弟揮霍完財產之後，卻獲得無條件的寬恕和豐厚的禮遇，讓大兒子很難接受。父親的愛其實從來都不是靠努力賺取的，而是白白給予的。父親邀請大兒子自由地分享父親所擁有的一切。

教會邀請我們在四旬期悔改，是要我們像小兒子一樣，重新回到天父的懷抱，也要做個懂得開心地分享天父產業的大兒子，並同祂一起慶祝其他弟兄姊妹的悔改。

天父，哪裏有神相似祢，慈悲為懷，教我們起敬起畏！

3月3日 四旬期第三主日 [候洗者考核禮適用]
出谷紀 17:3-7
聖詠 95[94]:1-2,6-7,8-9
羅馬書 5:1-2,5-8
若望福音 4:5-42

今天的讀經分別講到人與神的「渴」。以色列人在曠野裏感到渴，遂抱怨起來，這反映出他們更深的「渴」：對肉體之安逸的渴求。撒瑪黎雅婦人也是因為口渴才出來打水，但她渴望獲得那喝了後不會再渴的水，同樣懷著對肉體之安逸的渴求。

上主也渴，但祂渴求的，是自己的子民懂得從祂那裏喝到永生的活水。為此，祂把他們領到一無所有的，只能信賴祂的曠野。但以色列人竟懷疑上主。上主於是讓梅瑟擊石出水，為讓以色列人了解：祂甚至能讓水從石頭裏湧出，除祂之外，還該投靠誰？

耶穌向撒瑪黎雅婦人要水喝的故事延續著天主的這種渴求：祂渴望從這位婦人對肉體之安逸的迷戀中把她喚醒，激起她對永生之活水的渴望，讓她找到真正該朝拜的那位。為此，祂有意經過撒瑪黎雅，有意在井邊等候，有意同她講話，有意說出她的故事……耶穌的「渴」，是對人到祂那裏喝永生之水的「渴」，這也是祂在十字架上感到的「渴」。

主，願我們內心的渴望，恰如祢對我們的渴望。

3月4日 四旬期第三週星期一
列王紀下 5:1-15
聖詠 42[41]:2,3; 43[42]:3,4
路加福音 4:24-30

先知為何在本鄉不受歡迎？因為先知們不看人的情面，只是為著傳達天主的話語和命令。當天主的話語與先知本家、本族的意願不一致時，他們寧可冒著被反對、被殺害的危險，也要奮力傳達天主願意他們給人傳遞的訊息。先知不為自己而活，更不為迎合他人而活，他們只為天主而活。就這樣，先知們在自己身上彰顯著天主的德能。

人們多疑善變，天主永恆不變。無論甚麼時代，天主都不看人的情面，只垂顧誠心呼號祂的人。我們不能只在口頭上自詡為基督徒，而不從內心皈依，不從行為上改變。

做天主的代言人，一定要裏外一致。否則，不但不能傳天主的話，更可能成為迫害天主的忠實先知的人。

主耶穌，請讓我學習祢勇敢地傳遞天主訊息的榜樣，堅持為真理作證。

3月5日 四旬期第三週星期二
達尼爾先知書 3:25,34-43
聖詠 25[24]:4-5,6-7,8-9
瑪竇福音 18:21-35

伯多祿和耶穌談論寬恕，大概「七次」在伯多祿心目中，已經超出了人的限度。但耶穌提出了七十個七次。「七十七」，代表天主赦免了所有世代的所有罪過。路加記載，從亞當到基督共七十七代。

天國的比喻，使人體驗到天主的愛。耶穌說，天國好比君王，要同他的僕人算賬。一萬塔冷通，是天文數字，僕人無力償還。縱然他誇下海口要還清，可是他罪孽深重，怎能洗淨？罪債，使他失去了天倫之樂，變賣妻兒。最痛苦的，就是與天主隔離。

人有感恩之心，才配得上天主寬恕之愛。一個人有能力寬恕，是因為他體驗到了天主的愛，認識到了自己的罪。人的懺悔之意，才能抵消他的罪惡行徑。

我們對弟兄的寬恕，就是對自我的釋放。如果沒有對同伴的寬恕，又怎敢祈求天父寬恕我們？那時候，我們祈求的，不再是寬恕，而是報復。如果我們想報復，那就為得罪我們的人祈禱吧！哪怕是為他念一遍聖母經，就是在火上澆水了。

萬福瑪利亞，您充滿聖寵……。

3月6日 四旬期第三週星期三

申命紀 4:1,5-9

聖詠 147[146,147]:12-13,15-16,19-20

瑪竇福音 5:17-19

「我來不是為廢除，而是為成全」（瑪5:17）。

我們把聖經分為新舊二約兩部分。「舊」並不是說它已經過期或無價值，因為無論「舊」或「新」，都在主耶穌內找到其意義。主耶穌肯定祂來不是為了廢除，而是為成全，甚至一撇或一畫也決不會從法律上過去，必待一切完成。「一撇或一畫」指希伯來文最小的字，雖然最小，但其意義在於表達天主的旨意。天主的旨意永遠有價值，無論大或小。通過珍惜與承行天主的旨意，主耶穌成為我們的榜樣。祂同時使舊約在兩層意義上達到成全。首先祂帶來圓滿的意義，即給每個基督徒正確的方向活出圓滿的愛德：「所以你們應當是成全的，如同你們的天父是成全的一樣」（瑪5:48）。另外，祂實行先知們所預報的，特別是通過祂的苦難、死亡、復活、升天。

四旬期年復一年邀請我們改革更新，但願我們年復一年所作的努力，使我們在成全的路上邁進。日復一日，年復一年，企盼愈是如同我們的天父是成全的一樣。

主耶穌，求祢加強我們的信心和毅力。

3月7日 四旬期第三週星期四
耶肋米亞先知書 7:23-28
聖詠 95[94]:1-2,6-7,8-9
路加福音 11:14-23

有時，人像福音裏那些見了耶穌驅魔的人一樣，心頑不化，有眼，就是看不見；有耳，就是聽不到。雖然在聖堂裏，面對著聖體櫃或十字架祈禱，心卻背對著祂，在自我的牛角尖裏打轉沉淪。「不以面向我，卻以背向我」（參耶32:33）。

天主會主動走到心門前敲門，希望可以與我們面對面，心對心傾談。人卻聽而不聞，不願打開，甚至會擔心害怕祂走進自我的心中。或許是因為害怕這位敲心門的天主會強迫（要求）自己做些甚麼；或許是因為在周圍環境、文化、教導中，無形中形成了一種自我思想的生活模式，一旦超出自我習慣的模式，就感覺不舒服和不安全。然而，天主比人的心大很多，祂像「蕩子回頭」這個比喻的父親一樣，每天在城外等候著自己子女的回家，以一顆憐憫、寬仁慈悲的心，接納子女們的一切，給祂的子女們一個安心的家。在父家中，沒有其他的，只有祂的愛。

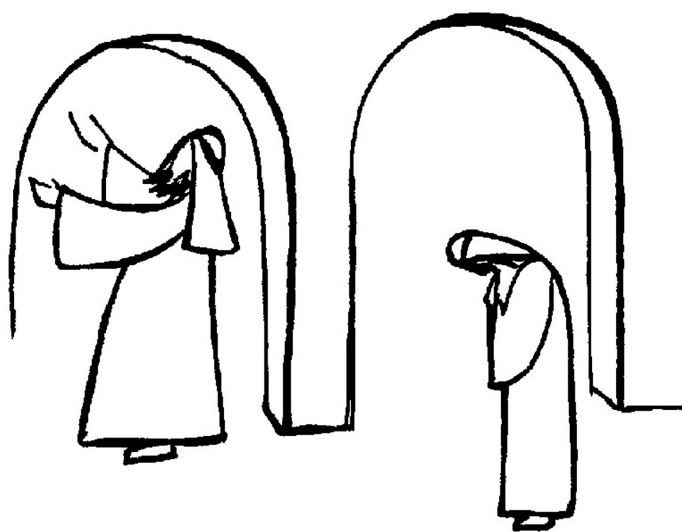
主天主，求祢賞我聖寵，使我的一切意向和行為，純為讚美、欽崇、事奉祢，至尊無對的天主。

3月8日 四旬期第三週星期五
歐瑟亞先知書 14:2-10
聖詠 81[80]:6-8,8-9,10-11,14,17
馬爾谷福音 12:28-34

「天主是愛」（若一 4:16）。「愛」是一個有深度，並意味著關係的詞。這種愛具有創造力，是自我奉獻的，是給予生命的，是希望一切都能達到受造的目的。我們被召叫去愛天主，愛人，愛自己，愛天下萬物。

「愛」意味著與被愛的人分享，並在行動中體現出來。愛不能單靠言語，也要有實質行動。愛很多時候要求我們付出代價，真正的愛有能力在面對誤解、爭吵，甚或仇恨等負面情緒時，仍選擇善良、同情和無怨無悔的寬恕態度。人幾乎無法做到這一點，但耶穌在祂短暫的一生中，完美地詮釋了愛。祂甘願為愛而捨棄自己的性命，為朋友也為不喜歡祂的人，甚至為仇人，犧牲自己。祂的愛已經超越了我們所能給出的定義！雖然望塵莫及，但值得我們反覆思量，更值得我們愈來愈靠近祂的愛。

主耶穌，求祢賜給我們一顆永恆不變的愛心，以祢的名義向他人伸出援手，使自己也使他人更靠近祢。



3月9日 四旬期第三週星期六
歐瑟亞先知書 6:1-6
聖詠 51[50]:3-4,18-19,20-21
路加福音 18:9-14

這段福音生動的比喻場景，讓我看到祈禱的兩種不同「互動模式」。自以為義的法利塞人，雖然在聖殿中的前排，似乎離神最近；可是，他的祈禱對象卻不是天主，而是自我。這種對天主的態度，也是他對人的態度——儘管他自詡從「不像其他的人」那樣作惡，但是他對自我的執迷，並未讓他主動走出自己、給予愛。他在天主前祈禱，卻始終把自己當做了他的神。

那個稅吏則有著截然相反的互動模式。他來到聖殿，卻自認為不配靠近神。他的祈禱，也正是他的自我懺悔：他承認自己對他人所做的惡、自我的軟弱。他意識到自己與人的互動模式有問題，所以他祈求修復的機會。他自認為在天主前一無所有，所以他只能祈求天主的慈悲。這美好的祈禱模式：祈求天主的慈悲，使他的內心轉化。

我或許並不會那麼極端地像那個法利塞人或稅吏。大多時候，我可能有這兩者身上的特點，或者徘徊於這兩者之間。四旬期內，我可以繼續在天主前留意自我。

「天主，可憐我這個罪人吧！」

3月10日 四旬期第四主日
編年紀下 36:14-16,19-23
聖詠 137[136]:1-2,3,4-5,6
厄弗所書 2:4-10
若望福音 3:14-21

四旬期第四主日又稱為喜樂主日。這稱號在於提醒我們：身為基督徒，要活出喜樂。喜樂要成為基督徒的標記！這樣的提醒，也意味著四旬期已經走到了中間，日子愈來愈接近耶穌的復活與勝利。如今天的福音告訴我們的：「天主竟這樣愛了世界，甚至賜下了自己的獨生子，使凡信他的人不至喪亡，反而獲得永生」。天主對我們的這份憐愛，成為我們的喜樂源頭，因著祂的愛，我們重獲新生。這生命是充滿光明和希望的，這生命讓我們在生活中看到美好，可以活出使命。因此，喜樂不是源於外在的物質享受、功名權利，而是來自生命的轉變。當生命充滿光時，我們會看到美好，看到天主。這樣的生活，才會讓人喜樂。當然，我們喜樂生活，不意味著生活中沒有困苦與挑戰，而是在這些挑戰中，我們擁有希望和力量，因為，耶穌就是為此而來到世上的。祂作為光，就是為照耀我們的黑暗，讓我們在祂內獲享生命的圓滿。

慈愛的耶穌，請把祢的喜樂賜給我們，讓我們歡欣踴躍，天天愉快。

3月11日 四旬期第四週星期一

依撒意亞先知書 65:17-21

聖詠 30[29]:2,4,5-6,11-12,13

若望福音 4:43-54

王臣信了耶穌向他所說的話，便走了。這意味著那人接受了耶穌的話，並存放在心中。此信德的表達同樣在瑪利亞和亞巴郎身上有類似之處。亞巴郎聽了上主的話，便照上主的吩咐起了身，離開了故鄉（創 12:1-4）；瑪利亞聽了天使的話時說：「看！上主的婢女，願照你的話成就於我吧！」並把這一切默存在心中，反覆思想。這裏的共同點，是他們接受了主的話，並帶入行動中，允許主的話在生命中滋長。

主的話是有生命的，主的話就是真理。接受耶穌的話，允許耶穌的話在心內紮根，發芽，並結出果實，成為今天福音對我們的邀請。這意味著我們要打開心扉去聆聽，張開雙手去交付，允許主的話引領我們的生命，並深深地相信主會成就祂所想要實現的。即使我們的信德薄弱，但耶穌的話具有德能。信德的成長是一個過程，需要耐心栽培和懇切祈求。在這個過程中，主耶穌常與我們同在。

主耶穌，求祢增強我們的信德吧！

3月12日 四旬期第四週星期二
厄則克耳先知書 47:1-9,12
聖詠 46[45]:2-3,5-6,8-9
若望福音 5:1-16

耶穌治愈了一位患病多年的無助癱子。在兩人的相遇中，耶穌成為一位主動者。耶穌看見他躺在走廊內，知道他已患病多時，問他說：「你願意痊愈嗎？」並對他說：「起來，拿起你的床，行走吧！」之後，當耶穌在聖殿裏再遇上他時，更囑咐他說：「不要再犯罪，免得你遭遇更不幸的事。」在耶穌與人的互動關係中，人不是唯一的主動尋求者，耶穌也在主動地尋覓我們。事實上，祂是生命的主動者，是祂首先看見我們的處境，了解我們的難處，並渴望治愈我們，照顧我們。祂是那位先走進我們生命中的主。

讓耶穌成為生命的主動者，意味著允許耶穌進入我們的生命，並交付我們的生命在祂的手中，開放迎納發生在生命中的一切。在過程中，我們也成了一位被動的主動者。我們學習主動地回應耶穌對我們的邀請，並和祂一起看見他人的需要，與祂的恩寵合作，去瞭解、安慰，並以實際行動加以援助。

主耶穌，祢是生命的主宰。請教我的手成為祢的手，我的腳成為祢的腳，我的心相似祢的心。

3月13日 四旬期第四週星期三
依撒意亞先知書 49:8-15
聖詠 145[144]:8-9,13-14,17-18
若望福音 5:17-30

曾否感覺到生活實在太多煩惱，或者天主看似漠不關心？這些都是痛苦的感覺。今天的讀經作出了回應。

依撒意亞先知告訴以色列民，天主從來沒有拋棄過他們。雖然他們現在正受著充軍之苦，但終有一天，他們會回到自己的家鄉。儘管一位母親對自己孩子的愛是如何強烈，天主的愛總是更加偉大。祂切願從黑暗中將祂的子民釋放（依 49:9）。

福音中，耶穌被猶太領袖們迫害。耶穌說：「我父到現在一直工作，我也應該工作。」可是，迫害祂的人不能接受這話，因為耶穌「使自己與天父平等」。可是耶穌更進一步明言：「就如父喚起死者，使他們復生，照樣，子也使他所願意的人復生」（若 5:21）。只有天主能恩賜生命。耶穌是天主，祂渴望祂的人民——我們——獲享生命。

生活中沒有任何挑戰，也沒有任何難以承擔的痛苦，即使是死亡，能把我們同天主的愛相隔絕。

主啊！當煩惱重得難以承擔時，請祢讓我感受到祢關心我，祢深深地愛著我。

3月14日 四旬期第四週星期四
出谷紀 32:7-14
聖詠 106[105]:19-20,21-22,23
若望福音 5:31-47

梅瑟在一個中介的地位上，表現得非常出色，他是天主和以色列民之間的偉大中保。以民犯下拜偶像的大罪，天主打算把他們全部消滅，並透過梅瑟建立一個新的民族。然而，梅瑟以情理兼備的方式與天主商量，為以色列子民祈求。他的論點是，天主為了以色列民做了許多偉大的事情，例如從埃及拯救他們，以及與他們的祖先建立盟約。梅瑟確實非常了解天主的愛。

福音提醒我們耶穌的有力見證。祂不需要人的見證，因為祂主動來到世界，與天主父一同拯救世界。人無法想像有一位如此熱愛世界，甚至甘願為世界犧牲性命的存在者。如果人無法理解這一點，又怎能為耶穌做見證呢？耶穌死在十字架上，人無法預料到天主會有這樣的行動。愛是通過行動而非言語來體現的。所以，信仰耶穌的人，應該能夠從祂的行為中，看到祂所行的奇蹟。耶穌提到梅瑟，是因為梅瑟非常明白天主的愛。

天主，求祢賜予我們智慧和憐憫的心，去相信祢並洞悉祢的愛。

3月15日 四旬期第四週星期五

智慧書 2:1,12-22

聖詠 34[33]:17-18,19-20,21,23

若望福音 7:1-2,10,25-30

教會的傳統是讓我們在四旬期克己守齋，願意為愛我的耶穌奉獻，培養出能與耶穌同甘共苦，迎向生活的挑戰和困難的正確心態。

智慧書提到惡人如何攻擊義人，指出惡人的行徑和思想是多麼的荒謬。所以，我們毋須害怕面對邪惡，因為聖德必會得到報酬，無罪的靈魂必得獎賞。若望福音提到耶穌不是明顯的，而是暗中地上了耶京。祂沒有帶同門徒一起，怕人多被認出來。可是，祂又公開放膽地講道，讓人認出了祂。但認出祂的人，卻不認識祂，不知道祂就是默西亞，不知道祂是真實者派遣來的。耶穌是多麼渴望人們認識祂，這使祂毫無顧忌，在聖殿「大聲喊說」宣講真理。

照四旬期的邀請，每年都做克己、守齋、懺悔、補贖等善工，可望增進同耶穌的關係，與祂心意相通。這樣，我們也可望像祂那樣，只要有需要，便不怕大聲講論天主的真理，讓更多人認識天主。

主耶穌，求祢不斷引領我們，讓我們找到祢，在生活中認出祢的臨在，並能充滿平安、喜樂和希望，做祢的見證人。

3月16日 四旬期第四週星期六
耶肋米亞先知書 11:18-20
聖詠 7:2-3,9-10,11-12
若望福音 7:40-53

讓我分享三點。第一點、在上主的啟示下，我要成為一個怎樣的人，才能看清罪惡的行徑，並能看清自身軟弱的根源？這邀請我學習耶肋米亞先知，讓自己馴服如羔羊，即使受壓迫，也不反抗。耶肋米亞是耶穌的預像，耶穌是被牽去宰殺的羔羊，為贏得那些強悍的人。第二點、「由活人的地上拔除」，這裏可想我是如何為了獲得他人的認可而迷失自己，甚至放棄對天主的信仰。然而，這裏告訴我，不要怕被世人或世界忘懷，因為只要一心為主代言，那怕人要把我拔除，因為這一切都將成為我在天主前的豐厚賞報。第三點、就是若望福音中提到的紛爭。讓我們都能為著耶穌的緣故，不要害怕為祂作見證，傳揚天國的福音。別人不認識祂，而設法捉拿祂，想要陷害祂；身為耶穌的門徒，我們要為主而活，勇敢地傳播祂愛的福音。

主，願祢保守我，讓我踏著祢的足跡，善度此生。

3 月 17 日 四旬期第五主日
耶肋米亞先知書 31:31-34
聖詠 51[50]:3,12-13,14-15
希伯來書 5:7-9
若望福音 12:20-33

天主跟舊約以色列子民訂立的約，是懸在天空中的彩虹盟約，也是刻在石板上的十誡之約；祂跟新約子民訂立的約，是愛子之約。天主透過祂的獨生子耶穌的降生成人和自我犧牲，恢復了我們天主子女的身分。

舊約是以法律為主的約，是刻在石板上和寫在紙上的。新約是以愛情為主的約，是刻在人心坎上的。新約也是捨命之約，正如主耶穌曾說過的：「人若為自己的朋友捨掉性命，再沒有比這更大的愛情了」（若 15:13）。「聖言成了血肉，寄居在我們中間」（若 1:14），並在猶大的小城納匝肋隱居了三十年之久。然後，祂為著祂的朋友——我們，而被釘在十字架上，被列於罪犯之中。耶穌就像一粒落在地裏死了的麥子，死後結出許多子粒來。我們就是通過耶穌的死亡而結出的子粒。

為我們捨掉性命的救主耶穌，求祢幫助我們在日常的生活中能肖似祢，毫無保留地為我們的近人犧牲自己，並使我們的犧牲為天國在人間的早日臨現，結出子粒來。

3月18日 四旬期第五週星期一

達尼爾先知書 13:1-9,15-17,19-30,33-62

聖詠 23[22]:1-3,3-4,5,6

若望福音 8:1-11

世界上實在有太多喜歡指控他人，自命判官的人，而更不幸的，是他們其身不正，正如今天兩篇選經述說的事件。

自我中心的人，往往自吹自擂，更會不擇手段，貶低其他人的尊嚴和價值，以求提高自己，甚至連天主也不放在眼內。

教會在四旬期特別提醒我們反省人在天主前的身分，及其他人和生命在自己心目中的地位。背負著受造物的不足與局限，我們被召藉人與人之間的互補不足，取長補短，互相扶持，彼此建立，來展現在每個人身上隱藏著的創造主的德能。天國就是在這種積極互動關係與共融中建立起來的。我們萬不能互相踐踏，互相摧毀。

原罪的第一個惡果，就是原祖父母的互相指責，互相推卸，互相判斷（創 3:12-13）。罪將人分隔，產生痛苦。基督到來，帶來轉化——使人重新享有在天主前的平等、和諧、喜樂。

「你們中間誰沒有罪，先向她投石吧！」一錘定音，面對天地的主宰與唯一判官，我算甚麼？

主，教我自省，謙抑自下。

3月19日 聖若瑟（聖母淨配）節日
撒慕爾紀下 7:4-5,12-14,16
聖詠 89[88]:2-3,4-5,27,29
羅馬書 4:13,16-18,22
瑪竇福音 1:16,18-24 或
路加福音 2:41-52

天主揀選了亞巴郎並愛上了其後代。達味和若瑟是天主對以色列民族，忠信之愛的有力見證人。

天主在起初召選亞巴郎，並不是因為亞巴郎超凡脫俗，也不是因為他與眾不同，而是因為他的信德。達味和若瑟都分享了這同一的信德；儘管並非完美，但兩人的信德，彌補了他們的不足。在天主眼中，他們依然得寵。達味的一生，可謂功過參半，可是天主並沒有因為他的不忠，就撤回原本的許諾。反之，天主藉著先知納堂的口，將永遠的王位許諾給達味的後裔。在這個永恆王位的實現過程中，若瑟起了至關重要的作用。如果不是若瑟對天主忠信服從，上主與以色列子民的相愛史，要改寫了。

達味和若瑟在屬於他們的歷史時刻，見證了上主的忠信之愛。讓我們都在自己的生活中，發現見證上主對我們不離不棄之愛的有力見證人。

主，如蒙不棄，請賞我給周遭的人，見證祢的忠誠厚愛。

3月20日 四旬期第五週星期三
達尼爾先知書 3:14-20,91-92,95
(詠) 達尼爾先知書 3:52,53,54,55,56
若望福音 8:31-42

讀經提醒我們在日常的困苦中要保持希望，呼求上主，並且在找到祂以後，留在祂身邊。先知書描述三位少年人雖陷於國破家亡的困境，仍堅拒放棄對天主的信仰，反思考信仰和政治之間的界線，並能夠找到生存的空間：他們能堅持不恭敬外邦神祇，不拜拿步高王立的金像，勇敢地受火窯之刑，讓王看到政治與信仰的分界點。王雖然能夠毀滅他們的肉軀，卻不能毀滅他們的靈魂：他們溫和又堅決的態度所活出的信仰。天主所鍾愛的僕人就是這樣，不僅宣講天主的國，還在自己的生命中，真實地活出天國。答唱詠是三位少年人在火窯中的讚歌，並唱出了他們的希望。這希望不是根據天主每一天具體的作為，猜測天主會不會前來救援，而是基於自身的信仰，堅信天主一定會拯救。這份勇氣，不是每個人都有的。與少年人相反的，就是耶穌挑戰的猶太人，他們雖說相信，卻沒有勇氣承認自己的罪惡，救恩也就與他們無關。

天主，求祢賜給我們在困苦中，仍能對祢保持希望，企盼與祢同在。

3月21日 四旬期第五週星期四
創世紀 17:3-9
聖詠 105[104]:4-5,6-7,8-9
若望福音 8:51-59

「請眾尋求上主和他的德能，要時常不斷追求他的儀容。」耶穌基督是天父慈悲的面容，祂以言行和整個人，來啟示天父的慈悲。慈悲是把天與人連結起來的橋樑，讓我們分享天主永恆的生命，永遠見不到死亡。時常默觀慈悲的奧蹟，會讓慈悲打動我們的心，讓我們朝著永遠被愛的希望邁進，也讓我們更能成為天主在我們生命中行動的有效標記。

耶穌揭示的天主，如一位慈父，從心底牽動著祂對兒女的愛，從不放棄，直到兒女們接受祂的憐憫和慈悲的寬恕。慈悲亦可謂是分辨誰是天父的真子女的準則。我們先被慈悲恩待，遂有能力以慈悲待人。我們是特選的種族、聖潔的國民、屬於主的民族，蒙召以慈悲相待。我們也是王家的司祭，為叫我們將全人類，以至整個寰宇，交託予基督君王，祈求祂給我們沛降慈悲，使人人攜手，共建光明的未來。

上主，教我們時常不斷尋求祢和祢的德能，時常不斷追求祢的儀容。

3 月 22 日 四旬期第五週星期五
耶肋米亞先知書 20:10-13
聖詠 18[17]:2-3,3-4,5-6,7
若望福音 10:31-42

再過一天就是基督苦難主日（聖枝主日），也就是聖週的開始，教會這兩天的讀經安排，都涉及猶太人如何籌劃除去耶穌的計謀；這是聖週紀念救主基督苦難和死亡的背景。不過，今天的讀經也幫助信眾準備進入聖週的高峰——基督的復活！

今天的福音指出，猶太人要除去耶穌，似乎是基於宗教的原因：祂把「自己當作天主」。然而，細讀福音的記述，可以見到猶太人真正無法接受的，是那超出他們傳統思維的理念：人怎能成為神。

在聖週星期六的逾越慶典中，通過入門聖事，信眾慶祝藉著基督降生成人，得以分享天主子女的名分；而逾越慶典的高峰，是基督藉著祂的死亡與復活，帶領基督徒進入現世無法想像的永恆生命。

主基督，求祢幫助我們通過紀念祢的苦難和死亡，帶領我們進入祢永生的國度。

3月23日 四旬期第五週星期六
厄則克耳先知書 37:21-28
(詠) 耶肋米亞先知書 31:10,11-12,13
若望福音 11:45-56

如果讓天主介入，人是不會分裂的，因為天主是締造和平，使人團結的天主。此乃厄則克耳先知書中，達味王朝復興的含意。天主許諾聚集四散的子民，藉祂的唯一聖子、耶穌基督這位大司祭的轉禱，永遠居住在他們中間。這位大司祭團結天主眾子，使他們與天主建立特殊的盟約關係，欣然獲享平安幸福。

蓋法以為耶穌危害民族安全，所以叫耶穌「一個人替百姓死」。但耶穌的死，有著特殊的深邃意義。祂死「是為使那四散的天主的兒女都聚集歸一」，而每一個基督徒與基督的結合，就是全體基督徒賴以結合的第一步。基督徒愈能與基督結合，愈能團結合一。

聖週在明天展開，謹讓我們惦記耶穌為我們締造救恩盟約的每一件事蹟。感念祂藉十字架的德能，拯救了我們。讓我們在聖週內，以誠切的懺悔精神，以堅定不移的決心去與天主、與人修和，俾答謝祂的隆恩。

天父，藉著祢給我們恩賜、與我們同在的主耶穌基督，求祢使我眾團結合一。

3月24日 基督苦難主日（聖枝主日）
依撒意亞先知書 50:4-7
聖詠 22[21]:8-9,17-18,19-20,23-24
斐理伯書 2:6-11
馬爾谷福音 14:1-15:47

基督耶穌「使自己空虛」，「為此，天主極其舉揚他」（斐 2:6-11）。在起初已與天主同在的「天主聖言」（若 1:1-3），此刻掏空自己的天主性，為的是要取得人性，居住在我們中間，救贖普世。耶穌貶抑自己，「與人相似，形狀也一見如人」，讓我們可以感受到祂是多麼的親近，容易走向祂，甚至與祂同居共處。祂取了奴僕的形體，親力親為，教我們怎樣去愛，怎樣彼此服侍。

祂掏空自己，更重要的，是使我們可以順服於天主的旨意。祂的自我掏空，祂的順服於天主的旨意，使祂能夠承擔罪人的叛逆與離棄。縱使祂受盡屈辱，羞恥地死在十字架上，祂還是對人不離不棄。「為此，天主極其舉揚他，賜給了他一個名字」——「基督」！這位就是永遠頌揚天父、復活了的主耶穌基督！

主耶穌基督，請祢賜我竭盡所能，效法祢在世時的生活態度，為天父、為他人掏空自己，謙卑服務。也請祢賜我的信仰團體能同心同德，互助互勉，為人類做出更大的貢獻，愈顯祢的光榮。

3月25日 聖週一

依撒意亞先知書 42:1-7

聖詠 27[26]:1,2,3,13-14

若望福音 12:1-11

主耶穌因為愛甘願成為除免世罪的天主羔羊！主耶穌心裏明白猶太人因嫉妒而處心積慮要殺害祂。然而，祂從不退避，反而在危難中，以更大的愛接受了瑪利亞的關懷，並以此來安慰她，也藉此給予猶達斯悔改的機會。

主耶穌這位甘願取了僕人形象的天主，以不折斷破傷的蘆葦，不吹滅將熄的燈心的行徑，揭開了祂的救世工程的最後一幕。祂並不是因為懦弱而妥協，而是以在困難中不失堅毅的信心來提醒門徒，要全心信賴上主——那傾注聖神於每個人心中的上主；並且還要以這份信心來回應仁慈召喚我們的上主，好能成為萬民的光明，把真道傳揚。

主耶穌是萬民的光明。祂把救恩帶給普世，沒有仗恃軍事力量，沒有威壓四方。司祭長密謀陷害耶穌，還議決連拉匝祿也要殺掉，燃眉逼迫，耶穌還是從容，仁愛無量。

主耶穌，祢在面對傷痛和困難時，仍堅持為著他人的需要而付出，求祢給我們恩寵，使我們無論身處何種境況，都不要忘記給有需要的弟兄姐妹們施以援手，與他們分享祢的愛和恩寵。

3月26日 聖週二

依撒意亞先知書 49:1-6

聖詠 71[70]:1-2,3-4,5-6,15,17

若望福音 13:21-33,36-38

學者們對聖經的研究，增進了我們對天主聖言的認識。其中一個美妙的成果就是從第二依撒意亞先知書的篇章，分析出四段講論有關上主受苦僕人的記述；並以此為詩詞，在歌詠為拯救他人而受苦的僕人的奧蹟。我們今天在依撒意亞先知書第49章讀到的，就是第二首詠「上主僕人」的詩歌。

可以清楚看到，耶穌在依撒意亞先知書，發現自己生命的意義及聖召。因此，在納匝肋會堂裏，祂以依撒意亞先知書的第61章，貼在自己身上（路4）。當洗者若翰派遣二徒詢問祂的身分時，祂亦是以依撒意亞先知的說話來回答（瑪11:4-5）。

我們亦遂能肯定，在隱居的年月日，耶穌經常並深入地默想依撒意亞先知的書卷。當祂告別家園，踏上傳教的征程時，明顯地，祂走的就是依撒意亞先知述說的途徑。祂成了眾人之僕，交出了自己的生命為大眾作贖價。

主耶穌，上主受苦之僕，請賜給我們服務及犧牲的精神，好讓我們更加肖似祢，為自己及為世界的得救，而甘願受苦犧牲。

3月27日 聖週三

依撒意亞先知書 50:4-9

聖詠 69[68]:8-10,21-22,31,33-34

瑪竇福音 26:14-25

數十年前，一部所謂「猶達斯福音」的出現，掀起一陣熱潮，似乎將猶達斯捧為英雄，視他和耶穌合作，藉著出賣耶穌，促成耶穌為人犧牲的計劃。無須多說，這只是坊間小說慣用的橋段。將猶達斯捧為英雄，實在草率，且聳人聽聞，甚至可說是反基督，因為令人懷疑福音正典對猶達斯的描述。

假如這份文件是在講述猶達斯的個人故事，用意是為猶達斯辯護，證明他是清白的，那麼，這不是一部福音。福音是以耶穌及祂的救世工程為中心。沒有一部正宗的福音是以聖史或其他人，而不是以耶穌為寫作意向的。

福音正典提供真實的資料，供信眾默想。我們可將猶達斯這人交在天主手中。對我們來說，猶達斯的故事有警戒作用，提醒我們即使待在耶穌左右，也會跌倒，也會出賣祂。讓我們在這個聖週裏，正視自己心中的猶達斯，一再懺悔，好能歡欣踴躍地參與復活的慶典。

主，懇求祢寬恕我們的背叛與不忠。

3月28日 聖週四早上·聖油禱撒
依撒意亞先知書 61:1-3,6,8-9
聖詠 89[88]:21-22,25,27
默示錄 1:5-8
路加福音 4:16-21

「你對未來感到絕望嗎？」當我們拿著這個問題問自己，問身旁的家人、朋友、同事，將會得出怎樣的結果？顯然地，不同的性格、不同的身處環境、不同的身體狀況等，都會帶來不同的答案。種種答案亦自然而然地反映出我們怎樣面對自己的困擾。當人覺得自己無力作出改變，看不見有甚麼外在因素可以幫到自己時，就容易陷於絕望。

我慶幸自己信靠上主，我相信臨到依撒意亞身上的神，同樣臨在我的身上，讓我看到憂苦悲哀的盡頭，是上主的榮光。眼前的一切崩壞都不重要，因為我已與愛慕公義的上主，訂立了永久的盟約。若我周遭的人，因未有這份信仰而顯得無助，我願意出一分力去幫他們認識信仰。耶穌在納匝肋會堂，已向我們示範了宣講的勇氣。如果擔心語言沒有足夠的說服力，我更可以透過實際行動，包括常懷喜樂、關愛近人等，去彰顯天主怎樣解救我，把我從絕望中釋放出來。

上主，我願當祢的忠僕和司祭，讓人看見了我，就知道我是祢所祝福的後裔。

3月28日 聖週四晚上·主的晚餐
出谷紀 12:1-8,11-14
聖詠 116[114,115]:12-13,15-16,17-18
格林多前書 11:23-26
若望福音 13:1-15,34-35

在埃及世代為奴的以色列人，相信早已放棄希望。在他們心中，受壓迫和奴役是理所當然的現實。無論怎樣去看，法郎的統治都是無法改變的。任何人試圖作出反抗，只會帶來更大的傷害，連累同胞。所以當梅瑟站出來說，要帶他們離開埃及時，相信眾人的反應都未必踴躍。隨後天主降下十災，既逼使法郎屈服，同時也讓以色列人看到天主的決心和威能。從今天選讀的出谷紀記載，可見上主的訓示具體而嚴厲，若不遵從，就要付出家中首生者的性命為代價。

最後以色列人在天主的助佑下，擺脫了埃及人的奴役，但他們對天主信靠和忠誠的程度，並未足以讓他們擺脫罪惡的奴役。很多人忘記了上主，背棄了盟約。天主為了更徹底地解救人類，在出谷的一千多年後，賜下獨生子來到世上，這次要幫助的範圍更深更廣。耶穌教訓人，讓人明白，用言行樹立榜樣。祂建立聖體聖事，令千秋萬世的人都能與祂直接融合，使人更堅定地走上逾越之路。

主，祢的愛把我帶離罪惡，我必永遠追隨祢！



3月29日 聖週五·救主受難紀念
依撒意亞先知書 52:13-53:12
聖詠 31[30]:2,6,12-13,15-16,17,25
希伯來書 4:14-16; 5:7-9
若望福音 18:1-19:42

每年聖週五到聖堂紀念救主受難，教友們都有機會跟司鐸、領經員一起頌揚福音。透過恭讀群眾、侍女、伯多祿、差役、比拉多、司祭長、兵士等人的說話，讓大家嘗試體會不同人物在耶穌受難過程中的參與，進而反省個人的信仰經驗。

侍女、差役和兵士們，作為壓迫者的爪牙，對耶穌和門徒沒有同情，只想加以傷害。我們有沒有犯上同樣的錯誤，忘記了愛護近人、幫助弱小的訓導？比拉多本來還想按法律行事，一旦面對政治壓力，立時軟化。我們對信仰的堅持，是否能夠經受考驗？對真理有沒有存疑？司祭長策動整個逼害事件，他們把一個宣講愛與恕的師傅扣上政治罪名，除之而後快。我們有沒有誤用天主所賜的能力，有意無意地傷害了跟自己立場不同的人？伯多祿三次不認主，我們自己有多少次否認天主？最可怕的，是失去獨立思考的群眾。我們能否在紛擾中靠攏天主，緊守愛主愛人的最大誠命？

主耶穌，感謝祢為我背負疾苦，我矢志效法祢。

3 月 30 日 聖週六耶穌安眠墓中
復活慶典的夜間禮儀

創世紀 1:1-2:2

聖詠 104[103]:1-2,5-6,10,12,13-14,24,35

或聖詠 33[32]:4-5,6-7,12-13,20-22

創世紀 22:1-18

聖詠 16[15]:1,5,8,9-10,11

出谷紀 14:15-15:1

(詠) 出谷紀 15:1-2,3-4,5-6,17-18

依撒意亞先知書 54:5-14

聖詠 30[29]:2,4,5-6,11-12,13

依撒意亞先知書 55:1-11

(詠) 依撒意亞先知書 12:2-3,4,5-6

巴路克先知書 3:9-15,32-4:4

(詠) 若望福音 6:69

聖詠 19[18]:8,9,10,11

厄則克耳先知書 36:16-28

聖詠 42[41]:2,3,5; 43[42]:3,4

或聖詠 51[50]:12-13,14-15,18-19

羅馬書 6:3-11

聖詠 118[117]:1-2,16-17,22-23

馬爾谷福音 16:1-8

甲、乙或丙年福音選經，均以「一週的第一天」作開端敘述，宣示今天晚上這普世真光戰勝黑暗的禮儀——光決不會被困在埋藏死亡與黑暗的墳墓，這正呼應第一篇創世紀讀經中，天主在祂的七天（一週）創世工程中的第一天，首先以光蓋過了大地和深淵的混沌與黑暗。今天普世教會所要慶祝的，實在是普世的再創造，人類的再創造，也讓我們更感受到，先知所說的「……你的造主……萬軍的上主……你的救主……全世界的天主」（依 54:5），上主創世與救世的心意，有比這更明顯嗎？罪惡使人重返光出現前的混沌黑暗，與上主「看了認為『好』的」，背道而馳，但這並未動搖祂希望看到所創造的，都認為是「好」的美善心意。

創造並救贖普世的大主，人類的不堪與軟弱，讓我們一再離開祂，自甘重墮祂眼中「不好」的黑暗與死亡，但祂不變的慈愛與美善，總不願見到即使最不堪的喪亡。

祈願每年的逾越奧蹟慶典，激勵信眾反思祂的慈愛與世人的極限，摒棄黑暗，緊隨祂派遣的普世真光救主基督，成為堪當為祂作證的光明之子。

主真復活了



3 月 31 日 耶穌復活主日

宗徒大事錄 10:34,37-43

聖詠 118[117]:1-2,16-17,22-23

哥羅森書 3:1-4 或 格林多前書 5:6-8

若望福音 20:1-9 或 馬爾谷福音 16:1-7

黃昏感恩祭可選讀 路加福音 24:13-35

每個主日舉行的感恩聖祭，實在是每年舉行一次的復活慶典。一週慶祝一次的主日感恩祭（也固然是天天舉行慶祝的聖祭），乃路加福音 24:34 的說話，也即是今天的感恩祭進堂詠所說的：「主真的復活了」；祂與我們同在，直到萬世萬代。藉著這些說話，聖誕節與復活節結合，成為一大奧蹟，因為耶穌是厄瑪奴耳、天主與我們同在。死亡——即使死在十字架上——也不能毀滅天主在耶穌內與我們同在，因為這是天主創造我們的目的：接受聖神引領，緊隨耶穌腳步，歸於天父懷抱。

保祿鼓勵我們活出復活的奧蹟，方法是舉心向上：「你們該追求天上的事……該思念天上的事」。如果我們真心轉向天主，真的追求天上的事，就自然會棄絕一切惡事，甚至離棄轉瞬即逝的世俗事，只一心尋覓天主的愛情奧蹟。這愛吸引我們與天主聖三共融。

主，願是日祢給我們安排的喜樂，充滿我們生命中的每一天，因為每一天都是祢所安排的一天。

和平月刊

二零二四年三月第三百八十八期

發行人：嘉理陵神父

本期工作人員名單：

神父：吳智勳；方進德；方濟；石裴；任安道

阮庭慶；宋剛子；徐振國；唐恩強；馮漢中

張士倫；劉中鋒

修士：阮廷明治；耿默石；張浩；劉和光

執事：黃承義

平信徒：袁子健；嚴之藝；蘇兆民；沈茂光；呂淑鈴

吳杏蓮；梁靄儀

封面：緬甸壘固教區

插圖：取自 ©2024 Sharefaith Inc.

Freepik.com

准印：思維出版社有限公司授權在台灣印刷發行

承印：永望文化事業有限公司

多謝香港思高聖經學會准許我們引用其譯釋的《聖經》

教宗全球祈禱網絡・《和平月刊》

台灣發行人：鄧立仁神父

發行：教宗全球祈禱網絡(祈禱福傳會)

財團法人天主教耶穌會

地址：台北市辛亥路一段22號

中華郵政台北雜字第2318號執照登記為雜誌交寄

本刊屬非營利刊物，由志願工作者義務創辦。

—歡迎捐助教宗全球祈禱網絡之發展經費—

- 郵政劃撥帳號：50083717
戶名：財團法人天主教耶穌會-祈禱福傳會
- 帳號：118100113447
銀行：華南銀行公館分行
戶名：財團法人天主教耶穌會
(使用華銀帳戶轉帳捐款者，請於轉帳後與我們
聯繫，謝謝！)

《和平月刊》

2024年03月第388期



教宗全球祈禱網絡

台灣

天主教
祈禱福傳會

Pope's Worldwide Prayer Network

全國輔導：鄧立仁神父

地址：10089台北市辛亥路一段22號

電話：02-2365-4205#262

傳真：02-2365-3142

EMAIL：twapostleship@gmail.com

網址：www.apostleshipofprayer.tw

—歡迎捐助教宗全球祈禱網絡之發展經費—



線上信用卡捐款開通

請掃描左方 QRcode

或上捐款網址：

<https://bit.ly/2VsED0A>