

乙年（馬可年）大齋期第五主日
每日經課（2021/3/14-2021/3/21）
經文版（採用和合修訂版）



每日三讀三禱 運動

龐君華 撰

衛理門徒培育中心 印製

星期日 (3/14) 大齋期第四主日

民 21:4-9 摩西舉起銅蛇

【經文】

21:4 他們從何珥山起行，繞過以東地往紅海那條路走。在路上百姓心中煩躁。

21:5 百姓向上帝和摩西發怨言，說：「你們為甚麼把我們從埃及領上來([21.5]「你們...領上來」：七十士譯本是「你為甚麼把我們從埃及領出來」。) 使我們死在曠野呢？這裏沒有糧食，沒有水，我們厭惡這淡而無味的食物。」

21:6 耶和華派火蛇進入百姓當中去咬他們，於是以色列中死了許多百姓。

21:7 百姓到摩西那裏，說：「我們有罪了，因為我們向耶和華和你發怨言。求你向耶和華禱告，叫蛇離開我們。」於是摩西為百姓禱告。

21:8 耶和華對摩西說：「你要造一條火蛇，掛在杆子上。凡被咬的，一望這蛇就必存活。」

21:9 摩西就造了一條銅蛇，掛在杆子上。凡被蛇咬的，一望這銅蛇就活了。

【默想】

以色列這群在埃及為奴隸被解救出來的百姓，救恩的路上對救恩發出怨言，他們因此遭到懲罰，最後必須要順服上帝透過摩西所指示的方法「仰望被掛的銅蛇」，對這個不和常理的救法，對背逆的人只有兩條「順服」或「不順服」，背逆的人，選擇順服才能的到恩典，其實十架的道理也是如此。請反省你可否也在恩典的路上抱怨？你可曾真正「信而順服」？

詩 107:1-3, 17-22 上帝將我們從悲痛中拯救出來

【默想】（請照民 21:4-9 的領悟，用本詩篇作為祈禱）

弗 2:1-10 與基督一同活過來

【經文】

2:1 從前，你們因着自己的過犯罪惡而死了。

2:2 那時，你們在過犯罪惡中生活，隨從今世的風俗，順服空中掌權者的領袖，就是現今在悖逆的人心中運行的邪靈。

2:3 我們從前也都生活在他們當中，放縱肉體的私慾，隨着肉體和心中的意念去做，和別人一樣，生來就是該受懲罰的人。

2:4 然而，上帝有豐富的憐憫，因着他愛我們的大愛，

2:5 竟在我們因過犯而死了的時候，使我們與基督一同活過來—可見你們得救是本乎恩。

2:6 他又使我們在基督耶穌裏與他一同復活，一同坐在天上，

2:7 為要把他極豐富的恩典，就是他在基督耶穌裏向我們所施的恩慈，顯明給後來的世代。

2:8 你們得救是本乎恩，也因着信；這並不是出於自己，而是上帝所賜的；

2:9 也不是出於行為，免得有人自誇。

2:10 我們是他所造之物，在基督耶穌裏創造的，為要使我們行善，就是上帝早已預備好要我們做的。

【默想】

與基督一同活過來，表示我們曾經必須與基督同死。基督是死在人罪惡的聚焦之下，我們是否也經歷了向罪惡而死，表示我們對罪惡已不再有反應；我們仍要進一步與基督同活，以一個新的生命而活，是靠著復活的基督的生命力而活；也就是說，我們對於罪惡不再有反應或興趣，相反的我們對於基督是有反應，對祂的生命是嚮往的，並且以祂的生命的品質為我們生命成長的目標。你是否有與復活的基督「同活」的經驗呢？

約 3:14-21 人子被舉起來

【經文】

3:14 摩西在曠野怎樣舉蛇，人子也必須照樣被舉起來，

3:15 要使一切信他的人都得永生。

3:16 「上帝愛世人，甚至將他獨一的兒子([3.16] 「他獨一的兒子」或譯「他的獨生子」；18節同。)賜給他們，叫一切信他的人不致滅亡，反得永生。

3:17 因為上帝差他的兒子到世上來，不是要定世人的罪([3.17] 「定世人的罪」或譯「審判世人」；18、19節同。)，而是要使世人因他得救。

3:18 信他的人不被定罪；不信的人已經被定罪了，因為他不信上帝獨一兒子的名。

3:19 光來到世上，世人因自己的行為是惡的，不愛光，倒愛黑暗，這就定了他們的罪。

3:20 凡作惡的人都恨惡光，不來接近光，恐怕他的行為被暴露。

3:21 但實行真理的人就來接近光，為要顯明他的行為是靠上帝而行的。」

【默想】

相信真理、接近真光，都是要我們重新藉著耶穌基督與上主接近。所以上帝不惜把獨生子賜給我們，祂要讓相信（接受）祂的人，樂意接近祂，並知道祂要賜的禮物是何等的大。這禮物是生命的禮物，上主竟賜下祂的愛子，使我們成為祂的兒女。請試著安靜地祈禱，用心靈的感受，體驗此刻的你正被上帝的愛所籠罩。

大齋期第四主日的回應

星期一 (3/15)

出 15:22-27 上帝賜給人民泉水

【經文】

15:22 摩西領以色列人從紅海起程，到了書珥的曠野，在曠野走了三天，找不到水。

15:23 到了瑪拉，他們不能喝瑪拉的水，因為水是苦的；所以那地名叫瑪拉。

15:24 百姓就向摩西發怨言，說：「我們喝甚麼呢？」

15:25 摩西呼求耶和華，耶和華指示他一棵樹〔15:25〕「一棵樹」或譯「一塊木頭」。他把樹丟在水裏，水就變甜了。耶和華在那裏為他們定了律例、典章，在那裏考驗他們。

15:26 他說：「你若留心聽從耶和華—你上帝的話，行我眼中看為正的事，側耳聽我的誠令，遵守我一切的律例，我就不將所加於埃及人的疾病加在你身上，因為我是醫治你的耶和華。」

15:27 他們到了以琳，在那裏有十二股水泉，七十棵棕樹；他們就在那裏的水邊安營。

【默想】

當初嚐尊嚴與自由爭取果時時，往往同時發現這需要付出很大的代價與風險；當我們不必從壓迫者的桌下拾取零碎時，當我們可以昂首尊嚴地離開宰制時，我們會發現自己同時也需承擔生命的種種責任；有時我們會以為我們和當時的以色列人不一樣，但需要承擔責任時，又會忍不住想放棄尊嚴與自由，只為可以定期地或安全地取用壓迫者桌下的零碎（過去奴隸時用餐時大鍋的肉）。其實當人想成為真正的人或獨立的人時，總要遇到這樣的抉擇，有時我們也會習慣地美化過去的屈辱。你會珍惜現在新生命的自由嗎？你相信即使遇到困境，「苦」的也會轉成「甜」的嗎？

詩 107:1-16 上帝賜下食物與光明

【經文】

107:1 你們要稱謝耶和華，因他本為善，他的慈愛永遠長存！

107:2 願耶和華救贖的百姓說這話，就是他從敵人手中所救贖，

107:3 從各地，從東從西，從北從海那邊召集來的。

107:4 他們在曠野、在荒地飄流，找不到可居住的城，

107:5 又飢又渴，心裏發昏。

107:6 於是他們在急難中哀求耶和華，他就搭救他們脫離禍患，

107:7 又領他們行走直路，前往可居住的城。

107:8 但願人因耶和華的慈愛和他向人所做的奇事都稱謝他；

107:9 因他使心裏渴慕的人得以滿足，使飢餓的人得飽美食。

107:10 那些坐在黑暗中、死蔭裏的人，被困苦和鐵鏈捆鎖，

107:11 是因他們違背上帝的言語，藐視至高者的旨意。

107:12 所以，他用勞苦制伏他們的心；他們仆倒，無人扶助。

107:13 於是他們在急難中哀求耶和華，他就拯救他們脫離禍患。

107:14 他從黑暗中、從死蔭裏領他們出來，扯斷他們的捆綁。

107:15 但願人因耶和華的慈愛和他向人所做的奇事都稱謝他；

107:16 因為他打破了銅門，砍斷了鐵門。

【默想】（請照出 15:22-27 的領悟，用本詩篇作為祈禱）

來 3:1-6 摩西的忠誠

【經文】

- 3:1 同蒙天召的聖潔弟兄啊，要思想我們所宣認為使者、為大祭司的耶穌；
- 3:2 他向指派他的盡忠，如同摩西向上帝的全([3.2] 有古卷沒有「全」。)家盡忠一樣。
- 3:3 他比摩西配得更多的榮耀，好像建造房屋的人比房屋更尊榮；
- 3:4 因為房屋都必有人建造，但建造萬物的是上帝。
- 3:5 摩西作為僕人，向上帝的全家盡忠，為將來要談論的事作證；
- 3:6 但是基督作為兒子，治理上帝的家。我們若堅持因盼望而有的膽量和誇耀，我們就是他的家了。

【默想】

摩西是舊約中最重要的人物，當選民在曠野中，他成為上主的拯救的象徵與依靠，耶穌是全人類在失落的曠野中全然的依靠與希望。曠野中的選民正是在這世上人類的寫照，摩西反應了世上領袖的限制；我們從摩西與選民的經驗，才能認出耶穌才是真正的拯救者。你在人生的曠野路上如何惟基督是賴？「那建造房屋的比房屋更加尊榮…」，我們是否時常依靠那被建造的「房屋」，而忘記了依靠建造的主？



星期日 (3/14)



星期一 (3/15)

民 20:1-13 上帝讓泉水從磐石中出來

【經文】

20:1 (出 17·1-7) 正月間，以色列全會眾到了尋的曠野；百姓住在加低斯。米利暗死在那裏，也葬在那裏。

20:2 會眾沒有水，就聚集反對摩西和亞倫。

20:3 百姓與摩西爭鬧，說：「我們恨不得與我們的弟兄一同死在耶和華面前。」

20:4 你們為甚麼領耶和華的會眾到這曠野，使我們和我們的牲畜都死在這裏呢？

20:5 你們為甚麼領我們從埃及上來，把我們帶到這壞的地方呢？這地方不能撒種，沒有無花果樹、葡萄樹、石榴樹，也沒有水喝。」

20:6 摩西、亞倫離開會眾面前，到會幕的門口，臉伏於地；耶和華的榮光向他們顯現。

20:7 耶和華吩咐摩西說：

20:8 「你拿着杖去，和你的哥哥亞倫召集會眾，在他們眼前吩咐磐石湧出水來，水就會從磐石流出，給會眾和他們的牲畜喝。」

20:9 於是摩西遵照耶和華所吩咐他的，從耶和華面前拿了杖去。

20:10 摩西和亞倫召集會眾到磐石前。摩西對他們說：「聽着，你們這些悖逆的人！我們要叫這磐石流出水來給你們嗎？」

20:11 摩西舉起手來，用杖擊打磐石兩下，就有許多水流出來，會眾和他們的牲畜都喝了。

20:12 但是耶和華對摩西、亞倫說：「因為你們不信我，沒有在以色列人眼前尊我為聖，所以你們必不能領這會眾進入我所要賜給他們的地去。」

20:13 這就是米利巴([20.13]「米利巴」意思是「爭鬧」。)水，因以色列人與耶和華爭鬧，耶和華在他們面前顯為聖。

【默想】

摩西、亞倫為何被上主責備他們不信，在經文中並不清楚僅能猜測，米利巴事件再次考驗選民的信心，有任何缺乏，不順己意就爭鬧，這正是對上主不信的表現，此舉不但他們受損，更讓他們的領袖受損。遇到缺乏或不如你所想的順境，甚至事情不照你的方式發展時，你會如何反應呢？爭鬧(米利巴)事件，是一個重要的提醒。

詩 107:1-16 上帝賜下食物與光明

【默想】(請照民 20:1-13 的領悟，用本詩篇作為祈禱)

林前 10:6-13 上帝是信實的

【經文】

10:6 這些事都是我們的鑒戒，使我們不要貪戀惡事，像他們貪戀過的一樣。

10:7 也不要拜偶像，像他們中有些人曾經拜過。如經上所記：「百姓坐下吃喝，起

來玩樂。」

10:8 我們也不可犯姦淫，像他們中有些人曾經犯過，一天就倒斃了二萬三千人。

10:9 也不可試探主([10.9]「主」：有古卷是「基督」)，像他們中有些人曾試探主就被蛇咬死。

10:10 你們也不可發怨言，像他們中有些人曾經發過，就被毀滅者所滅。

10:11 這些事發生在他們身上，要作為鑒戒，而且寫下來正是要警戒我們這末世的人。

10:12 所以，自以為站得穩的人必須謹慎，免得跌倒。

10:13 你們所受的考驗無非是人所承受得了的。上帝是信實的，他不會讓你們遭受無法承受的考驗，在受考驗的時候，總會要給你們開一條出路，讓你們能忍受得了。

【默想】

「上主是信實（可信）的」，「祂必不叫我們受試探，過於你們所能受的，在受試探的時候，總要給你們開一條出路，叫你們能忍受得住。」在遇見試探中的你，請不要忘記這個應許。謹記上主是可信賴的，如果我們靠自己而失敗，那麼表示我們仍不敢依靠上主。試探往往要引誘我們放下我們的標準，要我們改變人生的方向，此時，請切記上主的信實，意即祂是可信賴的，祂的引導與同在不會改變，我們要沉得住氣，觀看祂如何帶領我們渡過險境，千萬不要一開始就棄守了。此外，我們不要在怨言與不平下生活，這樣等於是在試探我們的主，要求祂照我們的方式兌現祂的應許，上主必不接受這樣的方式，試想想此刻你有信心的狀況，你相信上帝在我們的路上凡事必有預備嗎？

星期三 (3/17)

賽 60:15-22 上帝是我們的光

【經文】

60:15 你雖曾被拋棄，被恨惡，甚至無人經過，我卻使你有永遠的榮華，成為世世代代的喜樂。

60:16 你要吃列國的奶，吃列王的乳。你就知道我—耶和華是你的救主，是你的救贖主，是雅各的大能者。

60:17 我要賞賜金子代替銅，賞賜銀子代替鐵，銅代替木頭，鐵代替石頭。我要以和平為你的官長，以公義為你的監督。

60:18 你的地不再聽聞殘暴的事，境內不再聽見破壞與毀滅。你必稱你的牆為「拯救」，稱你的門為「讚美」。

60:19 白晝太陽不再作你的光，月亮([60.19]「月亮」：有古卷和七十士譯本是「夜晚月亮」)也不再發光照耀你；耶和華卻要作你永遠的光，你的上帝要成為你的榮耀。

60:20 你的太陽不再落下，月亮也不消失；因為耶和華必作你永遠的光。你悲哀的日子定要結束。

60:21 你的居民全是義人，永遠得地為業；他們是我栽的苗，是我手的工作，為了彰顯我的榮耀。

60:22 稀少的要成為大族，弱小的要變為強國。我一耶和華到了時候必速速成就這事。

【默想】

當真光顯現的時候，黑暗將盡除，一切都欣欣向榮，一切都恢復了生機，世界要常朝向上帝創造時的心意發展。原本在黑暗中受困的萬國，都會來就光；萬民都聚集要朝見上主，他們都彼此傳頌上主可頌可讚的事。雖然忽明忽暗的現在與榮耀的未來仍有一段距離，我們就活在這個即已開始，又尚未完成的「距離」當中，但我們仍要靠主照亮我們周遭的人們，讓他們不要放棄對光明的期待。當你主日禮拜結束之後，往往我們會將聖堂的燭光熄滅，可是此時你心中的光明卻可曾也熄滅了？你可曾想過你要讓這光繼續引導你，面對外在的世界，以及照亮你周圍的人？此刻你的生活方式如何讓人看到光明的願景？看到上帝仍在受造的世界工作著？

詩 107:1-16 上帝賜下食物與光明

【默想】(請照賽 60:15-22 的領悟，用本詩篇作為祈禱)

約 8:12-20 基督是世界的光

【經文】

8:12 耶穌又對眾人說：「我就是世界的光。跟從我的，必不在黑暗裏走，卻要得着生命的光。」

8:13 法利賽人對他說：「你是為自己作見證，你的見證不真。」

8:14 耶穌回答他們，對他們說：「即使我為自己作見證，我的見證還是真的，因為我知道我從哪裏來，到哪裏去。你們卻不知道我從哪裏來，到哪裏去。」

8:15 你們是以人的標準來判斷人，我不判斷任何人。

8:16 即使我判斷人，我的判斷也是真確的，因為不是我獨自在判斷，而是差我來的父與我一同判斷。

8:17 你們的律法也記着說：『兩個人的見證才算為真』。

8:18 我是為自己作見證，還有差我來的父也為我作見證。」

8:19 於是他們問他：「你的父在哪裏？」耶穌回答：「你們不認識我，也不認識我的父；若是認識我，也會認識我的父。」

8:20 這些話是耶穌在聖殿的銀庫房裏教導人的時候說的。當時沒有人捉拿他，因為他的時候還沒有到。

【默想】

耶穌在這經文中再三強調自己與天父的關係，父是與祂同在的，而且見證是一致的。透過祂是認識父唯一的途徑。請反省我是我們周圍的人認識主耶穌的途徑嗎？耶穌說祂是世上的光，跟從祂的就不在黑暗裏走，若仍在黑暗裏走的，人就無法從祂認出基督。「...你是為自己作見證，你的見證不真...」，這是非常重要的提醒，有時我們很像是在為主作見證，可是領受者卻在我們的見證中，看不到主，看不到恩典，我們可能有意無意之間，自己或「我」跑到前面了，請靜下來反省，你的日常見證，使周圍的人看到什麼？

星期四 (3/18)

賽 30:15-18 得救在乎歸回安息

【經文】

30:15 主耶和華—以色列的聖者如此說：「你們得救在乎歸回安息，得力在乎平靜安穩。」你們卻是不肯，

30:16 你們說：「不然，我們要騎馬奔走」，所以你們必然奔走。你們又說：「我們要騎快馬」，所以追趕你們的，也必飛快。

30:17 一人叱喝，令千人逃跑，五人叱喝，你們都逃跑；以致剩下的如山頂的旗杆，如山岡上的大旗。

30:18 耶和華必然等候，要施恩給你們；必然興起，好憐憫你們。因為耶和華是公平的上帝；凡等候他的都是有福的！

【默想】

能等候上帝的人，都是有福的。等候需要安靜下來，也就是「歸回安息」，然而我們習於「心如脫韁野馬」，任意狂奔。固然平靜安穩可以重新得力，但是偏偏我們躁動易，安靜難，請試圖靜下了反思，你的生活中什麼是令你不能安靜下來的因素？你要如何克服？請依靠上帝而不是血氣，來使你安靜，請給自己充足的時間，讓自己在安靜中，感受上帝的愛，感受恩典，感受力量，也感受勇氣。

詩 51:1-12 造清潔的心

【經文】

51:1 (撒下 12·1-25) 上帝啊，求你按你的慈愛恩待我！按你豐盛的憐憫塗去我的過犯！

51:2 求你將我的罪孽洗滌淨盡，潔除我的罪！

51:3 因為我知道我的過犯；我的罪常在我面前。

51:4 我向你犯罪，惟獨得罪了你，在你眼前行了這惡，以致你責備的時候顯為公義，判斷的時候顯為清白。

51:5 看哪，我是在罪孽裏生的，在我母親懷胎的時候就有了罪。

51:6 你所喜愛的是內心的誠實；求你在我隱密處使我得智慧。

51:7 求你用牛膝草潔淨我，我就乾淨；求你洗滌我，我就比雪更白。

51:8 求你使我得聽歡喜快樂的聲音，使你所壓傷的骨頭可以踴躍。

51:9 求你轉臉不看我的罪，塗去我一切的罪孽。

51:10 上帝啊，求你為我造清潔的心，使我裏面重新有正直([51.10]「正直」或譯「堅定」。)的靈。

51:11 不要丟棄我，使我離開你的面；不要從我收回你的聖靈。

51:12 求你使我重得救恩之樂，以樂意的靈來扶持我，

【默想】(請照賽 30:15-18 的領悟，用本詩篇作為祈禱)

來 4:1-13 上帝應許進入永恆的安息

【經文】

- 4:1 所以，既然進入他安息的應許依舊存在，我們就該存畏懼的心，免得我們 ([4.1] 「我們」：原文直譯「你們」。)中間有人似乎沒有得到安息。
- 4:2 因為的確有福音傳給我們像傳給他們一樣；只是所聽見的道對他們無益，因為他們沒有以信心與所聽見的道配合。
- 4:3 但我們已經信的人進入安息，正如上帝所說：「我在怒中起誓：他們斷不可進入我的安息！」其實造物之工，從創世以來已經完成了。
- 4:4 論到第七日，有一處說：「到第七日，上帝就歇了他一切工作。」
- 4:5 又有一處說：「他們斷不可進入我的安息！」
- 4:6 既有這安息保留着讓一些人進入，那些先前聽見福音的人，因不信從而不得進去，
- 4:7 所以上帝多年後藉着大衛的書，又定了一天—「今日」，如以上所引的說：「今日，你們若聽他的話，就不可硬着心。」
- 4:8 若是約書亞已使他們享了安息，後來上帝就不會再提別的日子了。
- 4:9 這樣看來，另有一安息日的安息為上帝的子民保留着。
- 4:10 因為那些進入安息的，也是歇了自己的工作，正如上帝歇了他的工作一樣。
- 4:11 所以，我們務必竭力進入那安息，免得有人學了不順從而跌倒了。
- 4:12 上帝的道是活潑的，是有功效的，比一切兩刃的劍更鋒利，甚至魂與靈、骨節與骨髓，都能刺入、剖開，連心中的思念和主意都能辨明。
- 4:13 被造的，沒有一樣在他面前不是顯露的；萬物在他眼前都是赤露敞開的，我們必須向他交賬。

【默想】

安息不是指一個日子，安息是一種信心生活的態度。也是上主為人預備的最後結局。希伯來書的作者，帶領讀者了解「安息」更深一層的意含。有形的應許之地，並非最終的安息之地，真正的安息要等到一切都已完成，才是真正的歇息。基督的工作才是真正完成律法上的義，所以在基督裏才能享受真正的安息，你現在是否已經開始預嘗上主所預備的安息？另外，本段經文另一個主題是「上主活潑的道」，活潑是指活生生的，有生命力量的道。這道是指上主之言，上主所說的話是能剖析我們的靈魂，或者可以這樣說，他可以叫出我們的名字，他可以說出我真正是誰。你是否常常從上主的道中得著這樣的震撼嗎？「在信心中要與所聽的道調和」，所以信心也是一種行動（生活），你的行動（生活）與所聽的道是否一致？你的行動（生活）是否幫助我們更認識上主的道？

星期五 (3/19)

出 30:1-10 亞倫負責聖壇及燒香

【經文】

30:1 (出 37·25-28) 「你要用金合歡木做一座燒香的壇，

30:2 長一肘，寬一肘，這壇是正方形的，高二肘。壇的四個翹角與壇接連一塊。
30:3 要把壇的上面與壇的四圍，以及壇的四個翹角包上純金；又要在壇的四圍鑲上金邊。
30:4 要在壇的兩個對側，金邊下面做兩個金環，用來穿槓抬壇。
30:5 要用金合歡木做槓，包上金子。
30:6 要把壇放在法櫃前的幔子外，對着法櫃上的櫃蓋，就是我與你相會的地方。
30:7 亞倫要在壇上燒芬芳的香；每早晨整理燈的時候，他都要燒這香。
30:8 黃昏點燈的時候，亞倫也要燒這香。這是你們世世代代在耶和華面前常燒的香。
30:9 在這壇上不可燒別樣的香，不可獻燔祭、素祭，也不可獻澆酒祭。
30:10 亞倫每年一次要為壇的四個翹角贖罪。他每年一次要用贖罪祭的血為壇贖罪，作為世世代代的定例。這壇在耶和華面前是至聖的。」

【默想】

過去舊約時上帝對與祂的立約的子民許多有關祭祀的要求，往往也是對我們「教育」的一個過程，行程我們認識基督工作的認知背景或類比的知識。比如：會幕象徵著上主與我們同在，上帝的會幕在人間，就是以馬內利，主與我們同在。獻祭的祭壇代表著我們與上帝的疏離需要得到解決，方能進到聖所，與主進一步的互動。幔子代表著人神之間的隔膜，需要基督最後一次過的獻祭，方能消除。燒香的壇，代表著祈禱，「香煙裊繞，上達天庭」。所以黑暗時（點燈的時刻），要獻上禱告，禱告是要非常慎重且要定時，不可荒廢，也是祭司的責任。祈禱不等於獻祭，燒香用的壇與獻祭的壇不能混淆。獻祭是客觀外在的行動消除與上帝的疏離，祈禱是主觀內在地親近上帝。壇要定期潔淨，祈禱的人也要清心。基督按著麥基洗德的等次作了大祭司，跟隨基督的人所組成的群體，也成為大地的祭司，為我們所在的土地、人類的社會守望與祈禱。請問你可曾記得定期清潔你的內心？真誠地為我們所在的土地及其上的百姓守望祈禱？

詩 51:1-12 造清潔的心

【默想】（請照出 30:1-10 的領悟，用本詩篇作為祈禱）

來 4:14-5:4 耶穌是勝過亞倫的大祭司

【經文】

4:14 既然我們有一位偉大、進入高天的大祭司，就是耶穌—上帝的兒子，我們應當持定所宣認的道。
4:15 因為我們的大祭司並非不能體恤我們的軟弱；他也在各方面受過試探，與我們一樣，只是他沒有犯罪。
4:16 所以，我們只管坦然無懼地來到施恩的寶座前，為要得憐憫，蒙恩惠，作及時的幫助。
5:1 凡從人間挑選的大祭司都是奉派替人辦理屬上帝的事，要為罪獻上禮物和祭物（[5.1] 「要為罪獻上禮物和祭物」或譯「為要獻上禮物和贖罪祭」。）
5:2 他能體諒無知和迷失的人，因為他自己也是被軟弱所困，

5:3 因此他理當為百姓和自己的罪獻祭。

5:4 沒有人可擅自取得大祭司的尊榮，惟有蒙上帝所選召的才可以，像亞倫一樣。

【默想】

真正的安息來自我們心中與上帝沒有疏離（罪），祭司代替百姓獻祭，就是為了使百姓與上主和好（沒有疏離）。基督是我們的大祭司，祂使我們與上主和好，得著真正的安息，在聖餐禮文有這樣的句子「...我們要在讚美與感謝中獻上我們自己，作為聖潔的活祭。與基督為我們所獻上的祭聯合，共同宣告信仰的奧秘...」，我們要如何獻上自己，使人與上主和好，明白上帝救贖的奧秘呢？要擔任上主與人之間的中保或祭司，需要真實地同情陷在軟弱中之人，為此我們也必須經歷現實的生活，並且也經歷相同的試探。原來我們受苦是為別人與上主和好有關，我們是否有這種心態面對生活的種種艱難，並以此為樂？



星期四 (3/18)



星期五 (3/19)

星期六 (3/20)

哈 3:2-13 上帝要拯救受膏者

【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)

【默想】

觀看我們現在世界的走向，不禁令人擔憂，國際的局勢，自然的環境，人類的社會，瘟疫的流行，都無法令我們樂觀。我們能體會先知的心情，不能再等了，「主啊！求祢在這些年間復興祢的作為...」，創造這個自然世界的主，是有能力的，但祂所維護的世界，何以如此的危機？你可曾想過為何我們的主為何用「十字架」的方式（這是先知想都未曾想過的方式），來回應世界的苦難？受難日不遠，請我們認真思考這個問題？

詩 51:1-12 造清潔的心

【默想】(請照哈 3:2-13 的領悟，用本詩篇作為祈禱)

約 12:1-11 耶穌的受膏是為了即將受死

【經文】

12:1 (太 26·6-13 可 14·3-9) 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。」

12:9 有一大羣猶太人知道耶穌在那裏，就來了，不但是為耶穌的緣故，也是要看耶穌使他從死人中復活的拉撒路。

12:10 於是眾祭司長商議連拉撒路也要殺了，

12:11 因為有許多猶太人為了拉撒路的緣故，開始背離他們，信了耶穌。

【默想】

這段經文是基督受難的預示，耶穌不但預言自己的受難與復活，也在行動中讓門徒感受到一種受難的徵兆，同時也讓他日基督復活之後能想起這一切的種種，伯大尼的馬利亞，一個門徒群體外圍的人，能受到感動，用貴重的香膏膏主的腳，以這個行動一來預示受難的氛圍近來，一來顯示基督受難彌足珍貴，是上帝莫大的奧秘，極大的恩典。這是過去跟隨基督心術不正的猶大所無法感受的，儘管他用冠冕堂皇的話，也無法掩蓋他靈性的盲目。你從這個行動中，看到了什麼？感受了什麼？基督上十架對你，對世人真的非如此不可麼？

星期日 (3/21) 大齋期第五主日

耶 31:31-34 新的約要寫在心上

【經文】

31:31 「看哪，日子將到，我要與以色列家和猶大家另立新的約。這是耶和華說的。

31:32 這約不像我拉着他們祖宗的手，領他們出埃及地的時候與他們所立的約。我雖作他們的丈夫，他們卻背了我的約。這是耶和華說的。

31:33 那些日子以後，我與以色列家所立的約是這樣：我要將我的律法放在他們裏面，寫在他們心上。我要作他們的上帝，他們要作我的子民。這是耶和華說的。

31:34 他們各人不再教導自己的鄰舍和弟兄說：『你該認識耶和華』，因為他們從最小的到最大的都必認識我。我要赦免他們的罪孽，不再記得他們的罪惡。這是耶和華說的。」

【默想】

上帝的約或律法，不再是寫在石版上，而是內化到祂子民的心中，成為他們生命的一部份，用現代的話，成為祂子民的「基因」，本能地認識祂，本能地行祂所喜悅的事，本能地愛鄰舍，本能地拒絕惡。這種轉變是生命本質的變化，是上帝兒子的生命，是上帝救贖行動的結果。你的生命素質是否朝向這樣的變化？你對他人是否比去年更少的敵意？你愛與憐憫人的時間是否比對立與恨的時間更多？你與上帝的默契是否更強？知道這一切是祂的旨意或功課，是化妝的祝福？你的感謝是否比埋怨更快？更多？

詩 51:1-12 造清潔的心

【默想】（請照耶 31:31-34 的領悟，用本詩篇作為祈禱）

來 5:5-10 基督受苦成為得救的根源

【經文】

5:5 同樣，基督也沒有自取作大祭司的榮耀，而是在乎向他說話的那一位，他說：

「你是我的兒子，我今日生了你。」

5:6 就如又有一處說：「你是照着麥基洗德的體系永遠為祭司。」

5:7 基督在他肉身的日子，曾大聲哀哭，流淚禱告，懇求那能救他免死的上帝，就因他的虔誠蒙了應允。

5:8 他雖然為兒子，還是因所受的苦難學了順從。

5:9 既然他得以完全，就為凡順從他的人成了永遠得救的根源，

5:10 並蒙上帝照着麥基洗德的體系宣稱他為大祭司。

【默想】

基督作為「大祭司」不是因為血緣的關係，而是上帝計畫的「伏筆」，或作「奧秘」。過去的祭司只是相對的，讓我們理解祭司「應然」的要求，基督是祭司「實然」的體現，他是上帝的兒子，所與上帝是相同的，是上帝親自扮演了這個體恤、順服、犧牲的角色，他並不外於人類的苦難，與他要拯救的對象認同。從基督作為大祭司的角色中，你對上帝有何新的認識？若我們作為基督的跟隨者，如是馬丁路德所說的「小基督」，我們在上帝與世人之間，當如何扮演祭司的角色？我們如何活出這個祭司的生命素質？

約 12:20-33 麥子落在地裡死了

【經文】

12:20 那時，上來過節禮拜的人中，有幾個希臘人。

12:21 他們來見加利利的伯賽大人腓力，請求他說：「先生，我們想見耶穌。」

12:22 腓力去告訴安得烈，然後安得烈同腓力去告訴耶穌。

12:23 耶穌回答他們說：「人子得榮耀的時候到了。」

12:24 我實實在在地告訴你們，一粒麥子不落在地裏死了，仍舊是一粒；若是死了，就結出許多子粒來。

12:25 愛惜自己性命的，就喪失性命；那恨惡自己在这世上的性命的，要保全性命到永生。

12:26 若有人服事我，就當跟從我；我在哪裏，服事我的人也要在哪裏；若有人服事我，我父必尊重他。」

12:27 「我現在心裏憂愁，我說甚麼才好呢？說『父啊，救我脫離這時候』嗎？但我正是為這時候來的。」

12:28 父啊，願你榮耀你的名！」於是有聲音從天上來，說：「我已經榮耀了我的名，還要再榮耀。」

12:29 站在旁邊的眾人聽見，就說：「打雷了。」另有的說：「有天使對他說話。」

12:30 耶穌回答說：「這聲音不是為我，而是為你們來的。」

12:31 現在正是這世界受審判的時候；現在這世界的統治者要被趕出去。

12:32 我從地上被舉起來的時候，我要吸引萬人來歸我。」

12:33 耶穌這話是指自己將要怎樣死說的。

【默想】

一粒有生命的麥子，是不怕被土掩埋的，因為土壤是不可能埋沒生命的力量。不但不能埋沒反而結出更多生命的果實。相反的，作為生命的子粒若不在土裡經過若干的時日，那麼它的生命力也無法顯示出來。你感到被困住？被埋沒？被隱藏？那是結出生命的土壤，結出更多生命的時機。麥子在土裡經歷黑暗與死亡，才有生命的成果，所以其實有生命力的麥子不是真正的死亡，是被拘禁與受困在黑暗裡，「但生命總會找到出路」，終會突破黑暗與「死亡」的幽禁，找到生命的出路，不但如此更會果實壘壘。但你有勇氣被「埋在地裡」嗎？



星期六 (3/20)



星期日 (3/21)



主日講道筆記：



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，蕭湘逸姊妹