



上帝的羔羊

2024 年预苦期灵修系

作者: Kari Vo 博士

翻译: 路德会圣三一堂及路德会和平之君堂



彰显上帝

2024年2月14日，蒙灰日

经文：太初有道，道与神同在，道就是神。这道太初与神同在。万物是借着他造的... 生命在他里头，这生命就是人的光。光照在黑暗里，黑暗却不接受光... 道成了肉身，住在我们中间... 从来没有人看见神，只有在父怀里的独生子将他表明出来。
(约翰福音 1 : 1-3a, 4-5, 14a, 18)

上帝究竟是什么**模**样的？祂对我有什么看法？祂能应付我的破碎，我内在所有使我想躲避光明的东西吗？我能相信祂会照顾我、爱我、保护我、不欺凌我吗？

这些是我们将要问的一些最重要的问题。一切都取决于答案，因为我们无法逃避上帝。无论我们多么强烈地试图漠视祂，现实迟早会迫使我们面对祂。祂掌握着我们关系中所有的力量，那么——祂是什么模样的？

圣灵清楚地告诉我们：当我们看到耶稣时，我们就看到了上帝。耶稣是神，从天而降，成为人，成为我们中的一员——一个真正的人，充满恩典和真理。慈爱、教导、医治、聆听、受苦、死亡和**复活**——这是上帝在行动。上帝来到世上是为了寻找你——把你从邪恶的权势中拯救出来，并使你成为祂心爱的孩子，直到永远。

我们祷告：主**圣灵**，请帮助我在接下来的几周内在耶稣里见到上帝。阿们。

反思问题：

- 从你对耶稣的了解中，选出三个词来形容祂。
- 为什么圣灵在黑暗中称耶稣为光？
- 为什么你认为耶稣其中一个的名字是「道」？

上帝的羔羊

2024年2月15日，星期四

经文：次日，约翰看见耶稣来到他那里，就说：「看哪，神的羔羊，除去世人罪孽的... 我曾看见圣灵，仿佛鸽子从天降下，住在他的身上... 我看见了，就证明这是神的儿子。」（约翰福音 1：29， 32b， 34）

我想知道耶稣是否在听到约翰呼喊时会颤抖，「看哪，上帝的羔羊！」毕竟，每个人都知道发生在上帝的羔羊的事情。他们被献祭 — 在**圣殿里**变成燔祭；在逾越节期间献奉后烤作为晚餐。羔羊在上帝将以色列人从奴役中拯救出来的那天**晚上**，为拯救他们的生命而死（见出埃及记 12 章）。成为上帝的羔羊就是特别的、献身的、**圣洁的** — 而且注定要死。

当然，耶稣从小就知道这一点。祂的父母是虔诚的，他们在逾越节时带着耶稣去圣殿（见路加福音 2：41-43）。祂会亲眼看到羔羊的遭遇。然而，作为上帝的儿子和人子，祂继续祂的使命。祂再也没有回头。

这就是我们的救恩。耶稣如此爱我们，祂来到这个世界，成为人子，成为我们的祭物。祂心甘情愿地选择在十字架上放下那生命，即上帝无辜的羔羊的生命，使我们脱离死亡和邪恶。现在，因为祂已经从死里复活了，我们信靠祂的人也会复活 — 再也不会死了。

我们祷告：亲爱的主啊，感谢祢为我舍弃祢自己。阿们。

反思问题：

- 当你想到羔羊时，你会有什么想法？
- 你猜耶稣多早之前已知道祂在地上的使命？
- 什么使耶稣在通往十字架的漫长旅程中不回头？

结婚礼物

2024 年 2 月 16 日，星期五

经文：第三日，在加利利的迦拿有娶亲的筵席，耶稣的母亲在那里。耶稣和他的门徒也被请去赴席。酒用尽了，耶稣的母亲对他说：「他们没有酒了。」耶稣说：妇人，我与你有什么相干？我的时候还没有到。」（约翰福音 2：1-4）

我喜欢耶稣在婚宴上行了祂的第一个神迹 — 把水变成大约 150 加仑最好的酒。多么好的结婚礼物！

然而，这个故事中有一个黑暗的注记。耶稣对马利亚说：「我的时辰还没有到。」这是祂用来指示祂在其他地方受苦和死亡的确切用词（见马可福音 14：41；约翰福音 7：30,8：20,13：1）。婚宴的葡萄酒与十字架有什么关系？

在整本圣经中，上帝用婚宴的形象来描述当祂把祂所有的子民带回家，永远与祂同住时的样子。这将是一个盛宴和庆祝的时刻，葡萄酒是幸福的象征。但是，如果不压碎葡萄，你就无法获得葡萄酒。从葡萄的角度来看，这是非常痛苦的！

耶稣知道祂的未来 — 正如圣灵所说，「主的旨意是要压碎他；他使他忧愁」（以赛亚书 53：10a）。难怪祂的思想会直接联系上十字架。然而，祂是完全愿意，甚至很高兴，给我们这个奇妙的礼物。一如既往，祂超越一切去赐给我们生命、喜乐和救赎。

我们祷告：亲爱的主啊，感谢祢慷慨的爱。阿们。

反思问题：

- 你认为这个家庭知道耶稣的作为后有什么反应？
- 你认为马利亚明白耶稣在说什么吗？
- 你什么时候见过上帝慷慨对你？

洁净圣殿

2024年2月17日，星期六

经文：看见殿里有卖牛、羊、鸽子的，并有兑换银钱的人坐在那里，耶稣就拿绳子做成鞭子，把牛羊都赶出殿去，倒出兑换银钱之人的银钱，推翻他们的桌子，又对卖鸽子的说：「把这些东西拿去！不要将我父的殿当作买卖的地方。」（约翰福音 2：14-16）

你会预计在寺庙庭院中间找到一个动物市场吗？我不会。苍蝇、臭味、羊咩咩在叫，人怎能在当中去朝拜呢？

所以耶稣把它洁净。上帝不会容许祂的家成为一个市场！而耶稣付出了代价 — 因为圣殿当局后来把铆钉在十字架上而得到了报复。

但这并不是耶稣清理的唯一圣殿。正如保罗所说，「你岂不知道**你是上帝的殿，上帝的灵住在你里面**吗？」（哥林多前书 3：16）。上帝知道我的心需要好好清洁 — 我希望**你也会**这么说。

所以耶稣就去洁净。但这一次，鞭子没有落在有罪的一方身上。而是落在耶稣自己身上，在祂为我们受苦的时候。祂把我们的罪孽和邪恶带走，在十字架上摧毁它们。通过祂的死，祂把它们永远带出这个世界。现在祂已经从死里复活了，祂给了我们圣灵的恩赐 — 上帝住在我们里面，永远生活在平安和喜乐中。

我们祷告：主啊，求祢永远活在我里面。阿们。

反思问题：

- 为什么圣殿里有动物？
- 为什么圣殿当局关心耶稣的作为？
- 默默祷告：**你希望耶稣从你心中洁净哪件事？**

没有谴责定罪

2024 年 2 月 18 日，星期日

经文：有一个法利赛人，名叫尼哥底母，是犹太人的官。这人夜里来见耶稣...（耶稣说）「神爱世人，甚至将他的独生子赐给他们，叫一切信他的，不至灭亡，反得永生。因为神差他的儿子降世，不是要定世人的罪，乃是要叫世人因他得救。」
（约翰福音 3：1-2a, 16-17）

我想在我心里，我多年来一直责怪尼哥底母。他在夜里来到耶稣面前——为什么呢？我一直以为他害怕。害怕其他宗教领袖的发现，害怕自己的名声。无论对错，我都在自己的脑海中谴责他，**哪怕只是默默地谴责他。**

但耶稣没有。祂欢迎他。祂和他谈起了上帝的国度。尼哥底母默默地成为耶稣的秘密门徒，直到有一天他帮助另一位领袖埋葬耶稣，才公开身份。

耶稣也没有定我们的罪。祂欢迎我们，即使我们偷偷地来到祂面前，即使我们在信仰上挣扎。祂的门是全天 24 小时敞开的。

耶稣提醒我们，「上帝爱世人.....」祂是如何爱我们的呢？太深了以至不能谴责我们或当着我们的面关上门。祂以一种使我们与祂面对面，并教导我们需要知道的爱来爱我们。祂爱我们，为我们死在十字架上，然后复活，赐给我们永生。

我们祷告：亲爱的主，在信任和爱中带领我带到祂面前。阿们。

反思问题：

- 你是否曾经感到被别人评判或谴责？
- 你有没有担心上帝会定你的罪？
- 当你害怕被拒绝时，耶稣怎样安慰你？

活水泉源

2024年2月19日，星期一

经文：于是到了撒玛利亚的一座城，名叫叙加... 在那里有雅各井；耶稣因走路困乏，就坐在井旁... 有一个撒玛利亚的妇人来打水（约翰福音 4：5a, 6a, 7a）

耶稣能抗拒一个有需要的人吗？看看祂！虽然祂很累，但祂看到一个女人来到井边 — 这是一个上帝所爱的人 — 耶稣忍不住和她谈论祂的使命。对耶稣来说，她是谁或她做了什么并不重要，祂有一些东西可以给她。

因此，耶稣给了她比她来取的那种更好的水 — 活水。她当然很惊讶。并说：先生，你没有什么可以打水的，而且井很深。你从哪里弄来活水？」

多么美妙的问题。因为如果你渴望平安、宽恕和永生，而这口井正是很深。可是没有足够长的绳子，没有足够大的水桶。耶稣将如何拿取祂应许她和我们的活水？

事实上，耶稣确实有打水的器具 — 祂自己的身体和宝血，在十字架上为我们付出和流下。祂欣然的献出自己为我们取活水。耶稣知道我们有多干渴。祂知道我们多么渴求只有祂才能赐下的活水。因此，耶稣一步一步的向下走，甚至到死里，为我们取得那份礼物。在祂复活的时候，把它从死亡进入生命，带回我们身边。现在，祂用无尽的爱、宽恕和救赎永远永远解决我们的干渴。

我们祷告：主啊，求祢赐下祢的活水泉源给我饮用。阿们。

反思问题：

- 说出一个你非常渴望喝点东西的时候。
- 为什么耶稣要付出那么多去赐给我们活水？
- 耶稣见你喝祂的活水，你觉得祂会有什么感觉？

等待庄稼

2024年2月20日，星期二

经文：那妇人就留下水罐子，往城里去，对众人说：「你们来看！有一个人将我素来所行的一切事都给我说出来了，莫非这就是基督吗？」... 那城里有好些撒玛利亚人信了耶稣，因为那妇人作见证 ... 因耶稣的话，信的人就更多了，便对妇人说：「现在我们信，不是因为你的话，是我们亲自听见了，知道这真是救世主。」（约翰福音 4：28-29, 39a, 41-42）

我不得不嘲笑村民们在终于亲眼见到耶稣后对那个女人说的话。「我们信不是因为你说过的话。」这听起来很像一个小孩子嘴里不能辨别的儿话。**你与我的救恩无关！我不欠你任何东西！**

这样当然并不友善，但他们是正确的。救恩是来自耶稣！我们把一切都归功于祂，祂出生入死了，继而复活了，这一切都是为了让我们成为祂自己的人。不论是撒玛利亚人、门徒、21世纪的人.....。祂希望我们成为祂的子民，祂的庄稼。

在与门徒安静下来时，你可以听到祂声音中的喜悦。在远处，他们已经可以看到整个村庄的人都来到井边看耶稣，耶稣说：「我告诉你们，你们抬起眼睛，看田野是白色的，可以收割了。」如果你相信耶稣能给你救恩的活水，你就是祂庄稼的一部分，是祂喜乐的一部分。

我们祷告：救主，感谢祢让我成为祢的。阿们。

反思问题：

- 知道**你使耶稣快乐**，你是否感到惊讶？
- **你是什么时候**成为耶稣庄稼的一份子？
- **你身边的**哪些人可能愿意听耶稣的事？

你们想要什么？

2024年2月21日，星期三

经文：这事以后，到了犹太人的一个节期，耶稣就上耶路撒冷去。在耶路撒冷，靠近羊门有一个池子，希伯来话叫作毕士大，旁边有五个廊子；里面躺着瞎眼的、瘸腿的、血气枯干的许多病人。... 在那里有一个人，病了三十八年。耶稣看见他躺着，知道他病了许久，就问他说：「你要痊愈么？」（约翰福音 5：1-3， 5-6）

这是一个奇怪的问题，不是吗？当然，一个病人是想要得到医治！耶稣为什么明知故问呢？

但后来我又想了一遍。被医治是什么意思？显然，这将在许多方面改变这个人的生活，好的和坏的。他将须要工作，而不是躺在池边。他可能成为照顾者而不是接受护理者，为提供者而不是受抚养人。有些人会非常高兴地适应这些变化。其他人可能会遇到麻烦。他想要这个改变吗？

那我们呢？耶稣也要医治我们 — 那些破坏和毁掉我们生命的罪恶和邪恶。但这种改变是有代价的。对祂来说，代价是十字架上的苦难和死亡。对我们来说，是新的生活 — 有些新生活可能是艰难的或痛苦的。朋友或家人可能会生气。我们可能会错失一些快乐或机会。

跟随耶稣是一个莫大的祝福，但这是有代价的。所以耶稣也问我们：「你们想要甚麽？」

我们祷告：主耶稣，请帮助我想要你所想要的 — 我的生命、救恩和祝福。 阿们。

反思问题：

- 你付出了什么代价去成为基督徒 — 有什么坏处？
- 有什么祝福？
- 你认为耶稣为什么会询问我们，而不是急忙去安祂自己的计划而行？

有其父，有其子

2024 年 2 月 22 日，星期四

经文： 耶稣对他们说：我实实在在的告诉你们，子凭着自己不能做什么，惟有看见父所做的，子才能做；父所做的事，子也照样做。 父爱子，将自己所做的一切事指给他看，还要将比这更大的事指给他看，叫你们希奇。（约翰福音 5：19-20）

我很难与天父上帝建立链接。 由于个人原因，我根本无法在脑海中描绘出祂的样子，也无法想象祂是什么样子或祂可能会做什么。 这是非常抽象的。 而且我不太喜欢抽象。 这有点可怕。

感谢上帝，祂给了像我这样的人一些更具体的东西可以坚持：圣子上帝，我们的救主耶稣基督。 **你想知道看不见的上帝是什么样子吗？** 看看耶稣。 在福音书中看见祂的教导、安慰和医治。 观察祂耐心地对待那些怀疑或争论的人。 聆听祂温柔地对那些害怕或被排斥的人说话。 这就是上帝-道成肉身的上帝，作为我们中的一员来到我们的世界。

但耶稣所做的远不止这些。当祂的事工完成后，祂自愿将自己的生命放在十字架上，以打破死亡和邪恶对全人类的权势。祂不必这样做，但祂选择这样做 — 因为祂爱我们。现在祂已经从死里复活了，祂与所有信靠祂的人分享祂的永生。这是我可以全心全意地抓住、信任和爱的上帝。

我们祷告： 主啊，感谢祢走近我们并拯救我们。 阿们。

反思问题：

- 你从哪里养成自己的习惯和做事方式？
- 你怎样才能认识一个你从未见过的人？
- 我们如何认识耶稣、祂是什么样的人？

测试

2024 年 2 月 25 日，星期五

经文： 耶稣举目看见许多人来，就对腓力说：我们从那里买饼叫这些人吃呢？祂说这话是要试验腓力；祂自己原知道要怎样行。腓力回答说：就是二十两银子的饼，叫他们各人吃一点也是不够的。有一个门徒，就是西门彼得的兄弟安得烈，对耶稣说：在这里有一个孩童，带着五个大麦饼、两条鱼，只是分给这许多人还算什么呢？耶稣说：你们叫众人坐下。原来那地方的草多，**众人就坐下，数目约有五千。**（约翰福音 6：5-10）

测验可以让你了解一个人的思考方式-他们会放弃吗？他们有创意吗？他们会寻求帮助吗？

面对饥饿的人群，腓力分析了财政状况。安得烈总结了可用的资源。他们共同明确了这项需求。然后耶稣介入并真正满足了这个需要。

今天的我们也是如此，不是吗？我们可以看看人类苦难的程度——悲伤、痛苦、邪恶、罪恶、死亡。我们可以总结可以满足这些需求的资源（永远不够）。然后耶稣介入并赐给我们——不仅仅是面包，还有祂自己。祂舍己去受苦、死、复活，好让我们永远活着——得到医治、得到宽恕和满足。

当我们面临崩溃的考验时，我们唯一能做的就是向耶稣呼求帮助。我们看到了这种需要，但只有祂能满足。当我们祈祷时，祂会听我们。那位为我们众人舍己的主，今天怎能少爱我们呢？

我们祷告：主啊，请帮我解决现在面对的问题。阿们。

反思问题：

- 你小时候喜欢还是讨厌考试？为什么？
- 讲述上帝满足你的需要时的艰难时刻。
- 你面临的主要问题是什么？向耶稣寻求帮助。

生命的粮

2024年2月24日，星期六

经文：第二天，群众... 前往迦百农寻找耶稣。... 众人问他说：我们当行什么，才算做神的工呢？耶稣回答说：信神所差来的，这就是做神的工。... 耶稣说：我就是生命的粮。到我这里来的，必定不饿；信我的，永远不渴。... 凡父所赐给我的人必到我这里来；到我这里来的，我总不丢弃他。... 因为我父的意思是叫一切见子而信的人得永生，并且在末日我要叫他复活。因为我父的意思是叫一切见子而信的人得永生，并且在末日我要叫他复活。（约翰福音 6：22a, 24b, 28-29, 35, 37, 40）

但耶稣心里有更重要的事。祂希望这些人——还有你和我！——拥有超越生存的生活；祂希望我们成为如上帝创造的，充满爱和喜乐，与上帝和彼此和睦相处。

但这怎么可能发生呢？耶稣告诉他们：「到我这里来... 相信。」耶稣为拯救我们付出了艰辛的努力。祂在十字架上舍弃了自己的生命，好让我们能得到宽恕并成为上帝更新的孩子。当祂从死里复活时，祂自由地与我们永远分享生命，——为什么？因为祂爱我们。因为祂是真正从天上来的粮，是父神所提的，使我们可以生存。

我们祷告：主啊，求祢将自己赐给我，永远作我的生命。阿们。

反思问题：

- 你多久吃一次面包（或米饭或玉米饼）？
- 为什么耶稣会称自己为面包而不是蛋糕或冰淇淋？
- 祂满足了你的什么渴望？

冒犯

2024年2月25日，星期日

经文：从此，他门徒中多有退去的，不再和他同行。耶稣就对那十二个门徒说：你们也要去么？西门彼得回答说：主阿，你有永生之道，我们还归从谁呢？我们已经信了，又知道你是神的圣者。（约翰福音6：66-69）

我能理解为什么耶稣那天在迦百农失去了这么多门徒。毕竟，你有多少次听到一个人声称自己是在世界末日使死人复活的人？或者说，如果你想要生命，就必须吃他的肉，喝他的血？

事实是，从人类的角度来看，耶稣的一些教导是完全令人反感的。「若不藉着我，就没有人能到父那里去」（约翰福音 14：6b）？这就排除了所有其他宗教作为获得永生的途径！或耶稣说「我与父原为一」或「你的罪赦了」？（约翰福音 10：30a，马可福音 2：5b）这个自称是上帝并四处赦免人罪的人是谁？

即使是为了让人相信耶稣，我们不敢软化耶稣的冒犯性。彼得是对的：「你有永生之道。」人们是会对这些说法反感及被冒犯，直至**圣灵**带领他们相信耶稣。

但我们不需要把我们自己的冒犯加到那些使人们远离耶稣的事物中。仇恨、毁谤或忽视他人的需求；教会中的性丑闻和金钱丑闻——这些罪行我们可以避免——而且必须避免。因为耶稣为世上所有的人舍己，带我们永远回到上帝身边。

我们祷告：主啊，不要让我自己的过犯阻止别人对你的信任。阿们。

反思问题：

- 耶稣所说的任何事让你感到困扰吗？
- 你有被教会冒犯的经验吗？
- 我们可以如何避免不必要的冒犯？

是论断还是温柔？

2024年2月26日，星期一

经文：耶稣过去的时候，看见一个人生来是瞎眼的。门徒问耶稣说：拉比，这人生来是瞎眼的，是谁犯了罪？是这人呢？是他父母呢？耶稣回答说：也不是这人犯了罪，也不是他父母犯了罪，是要在他身上显出神的作为来。趁着白日，我们必须做那差我来者的工；黑夜将到，就没有人能做工了。我在世上的时候，是世上的光。（约翰福音 9：1-5）

你是否曾因发生在你身上的不幸而被论断？上帝一定诅咒了你，他们说；「你做错事了。」

当你已经在受苦时，听到这样的说话真是太可怕了。也许你开始想知道：如果他们是对的，那怎么办？

但耶稣明确指出这是错的。人们受苦的原因有很多，其中大多数与惩罚无关。上帝呼召我们要像耶稣一样的对待苦难-以仁慈和怜恻。

看看祂温柔的照顾对这个人的影响！几个小时内，该名男子就遭到宗教领袖的谴责，并遭到父母的否认。然而，当耶稣后来找到他时，这个人并没有抱怨。他知道耶稣是谁——上帝派来作我们的救主的那一位——并且他敬拜祂。只要他有耶稣，他就满足了。

我们也可以在耶稣里找到希望、光明和满足。祂为我们舍弃了自己的生命，使我们能永远活在祂复活的光中。祂怎么可能不以慈悲、慈爱和温柔来帮助我们渡过现在的苦难呢？

我们祷告：救主啊，请成为我最黑暗时刻的光明。阿们。

反思问题：

- 你喜欢白天还是晚上？为什么？
- 你认为为什么人们常常急于责怪那些受苦受难的人？
- 讲述耶稣的温柔帮助你的一次经验。

好牧人

2024年2月27日，星期二

经文：我是好牧人；好牧人为羊舍命。若是雇工，不是牧人，羊也不是他自己的，他看见狼来，就撇下羊逃走；狼抓住羊，赶散了羊群。雇工逃走，因他是雇工，并不顾念羊。我是好牧人；我

认识我的羊，我的羊也认识我，正如父认识我，我也认识父一样；并且我为羊舍命。(约翰福音 10：11-15)

好牧人这个称号提醒我们牧羊人的职责：把羊带到青草地，看守它们，保护它们免受侵害。今天的经文耶稣指明了牧羊人和雇工的区别：好牧人为羊舍命。羊的生命算得上什么？多少只羊才比得上人的性命呢？但是对耶稣这个好牧人来说，祂可以为羊群献上祂的生命。祂属于羊群；羊群也属于祂。祂会毫不犹豫地为羊群抵挡任何侵害。

耶稣说我们是祂的羊所以祂必然看顾、保护我们。我们承认耶稣是我们的好牧人因为当我们迷失、灵性受到要挟的时候，耶稣会毫无畏惧地站在魔鬼前，保护我们。祂甚至以祂的命换取我们的生命。这不是爱吗？现在我们欢天喜地因为祂已经从死里复活，将来我们可以永远被祂的照顾。

我们祷告：亲爱的耶稣，我们感恩我们属于祢，祢也属于我们。阿们。

反思问题：

- 谁曾经在你们的生命中照顾你？
- 他（们）为了照顾和保护你们付出了什么？
- 这些人为你的付出和耶稣对你的爱有什么对比呢？

等候

2024年2月28日，星期三

经文：有一个患病的人，名叫拉撒路。... 他姐妹两个就打发人去见耶稣，说：主阿，你所爱的人病了。耶稣听见... 就在所居

之地仍住了**两天**。然后对门徒说：... 拉撒路死了。我没有在那里就欢喜，这是为你们的缘故，好叫你们相信。如今我们可以往他那里去罢。（约翰福音 11：1-15）

我们不明白耶稣为什么没有立刻去拉撒路家，而是多等两天才去。耶稣很爱他们一家啊！为什么要拖延两天呢？是要试验门徒的信心吗？这也太残忍了！这个疑问和我经常问上帝的问题很相似：为什么上帝会让恶事发生？为什么要拖延呢？

和上帝一样，耶稣没有明确地给我们答案。但是最后，当大家认为太迟和十分沮丧之时，耶稣还是去了拉撒路的家，甚至把他从死里唤醒。在耶稣计划里从来没有太迟。

所以虽然我们不明白上帝的计划和时间表，我们可以耐性地服从上帝。我们还是可以从今天的经文看到上帝关心我们。祂的关心我们可以从耶稣来到世上成为我们的一份子看到。上帝爱我们甚至让祂的独生子被背叛，受苦，在十架上受死，而藉此打破了罪恶控制我们的权柄。所以信靠上帝的人必有永生，像拉撒路一样把我们从死里唤醒！

我们祷告：亲爱的主啊，当我未明白祂的旨意的时候帮助我有耐性。阿们。

反思问题：

- 在你生命中上帝有否让你经历你不明白的事？
- 你当时是怎么处理呢？
- 你对耶稣的信心对处理这次的经历有帮助吗？

为时未晚

2024年2月29日，星期四

经文：马大听见耶稣来了，就出去迎接他；马利亚却仍然坐在那里。耶稣对他说：复活在我，生命也在我。信我的人虽然死了，也必复活，凡活着信我的人必永远不死。你信这话么？
(约翰福音 11：20， 25-26)

马大在耶稣到他们家之前已经迅速到耶稣。她希望耶稣可以救活她的兄弟拉撒路。她跟耶稣说：「就是现在，我也知道，你无论向上帝求甚麽，上帝也必赐给你。」耶稣应许马大：“你兄弟必然复活。”但是马大还是不完全明白主耶稣的意思；祂指的是众人的复活，还是她兄弟很快就复活了呢？

耶稣呼应了马大的疑问。祂说：「复活在我，生命也在我」。复活不是遥不可及的事情。耶稣站在马大面前；祂就是复活。祂是上帝的儿子，掌管着生命的权柄、及世上所有的权柄。时至今日，耶稣还是复活、还是上帝的儿子、还是从死里复活的基督，供给我们的需要。

所以我们需要帮助，而此事是上帝的旨意的话，我们的请求是为了为时未晚。求上帝在生病、痛苦、死亡当中帮助是为时未晚。求上帝帮助我们所造成的烂摊子（破碎家庭、婚姻、工作及辟瘾）得而修复也是为时未晚。

我们祷告：亲爱的主啊，祢是我的复活。求祢把我从毁坏的生命中提出来，阿们。

反思问题：

- 耶稣为什么不现在就叫所有死人复活呢？
- 你有否经历过需要复活才可以平息的事情？

· 为此祷告
对上帝失望

2024年3月1日，星期五

经文：马大听见耶稣来了，就出去迎接他；马利亚却仍然坐在家里。马大... 回去暗暗的叫他妹子马利亚，说：夫子来了，叫你。“马利亚听见了，就急忙起来，到耶稣那里去。马利亚到了耶稣那里，看见他，就俯伏在他脚前，说：主阿，你若早在这里，我兄弟必不死。耶稣哭了。其中有人说：他既然开了瞎子的眼睛，岂不能叫这人不死么？ -- 约翰福音 11：20, 28b-29, 32b, 25, 37)

我还在想为什么马利亚没有跟随她的姐妹马大去迎接耶稣。她是否很愤怒？她是否对耶稣很失望，生耶稣的气呢？因为马利亚是很爱耶稣的。她知道，而且相信耶稣是可以把她的兄弟救活。所以我怀疑她是否在生耶稣的气。

无论她当时在经历什麼情感，耶稣都接受她。祂身同感受到马利亚的悲伤。同样地，我们得知亲友患病或者死亡的消息的悲伤，耶稣也能感受到。所以无论好与壞，我们都可以与上帝分享我们的感受。只要我们让上帝帮助我们，祂可以陪我们经历和战胜负面情绪。祂会从我们的苦难中成就祂的美意。先知以赛亚说耶稣「多受痛苦，常经忧患」，也为了救我们牺牲了自己的生命。虽然现在难以想象，但祂当然也会把我们从死里复苏，正如祂也是从死里复活并永远活着。

我们祷告：亲爱的主啊，如果我生祂的气求你帮助我，阿们。

反思问题：

- 你有否曾生上帝的气？

- 这是何时发生？
- 你认为耶稣为什么没有拒绝我们呢？

踏实

2024年3月2日，星期六

经文：耶稣... 来到坟墓前;那坟墓是个洞，有一块石头挡着。耶稣说：**你们**把石头挪开。耶稣举目望天，说：父阿，我感谢你，因为你已经听我。就大声呼叫说：拉撒路出来！那死人就出来了，手脚裹着布，脸上包着手巾。耶稣对他们说，解开，叫他走！（约翰福音 11：38-39,41,43-44）

耶稣的细心和踏实令我惊叹。当在场的人都为耶稣这个神迹惊讶，耶稣留意到拉撒路「手脚裹着布，脸上包着手巾」，所以吩咐人把这些裹布松开。

耶稣也曾经把管会堂的女儿从死里唤醒。当时祂吩咐家人为小女孩送上食物因为祂考虑到小女孩已经久病在床，好几天没有吃饭、太虚弱了。

耶稣也详细嘱咐门徒祂复活之后会发生的事。祂说：「但我复活以后，要在**你们**以先往加利利去。」（太 26：32）祂其实已经和门徒有约定;只是他们被情绪遮蔽、忘记了耶稣的叮嘱。所以天使需要在耶稣复活当天提醒他们耶稣已经复活。（太 28：7）。

耶稣怎么能这样踏实和细心呢？我想是因为祂对上帝有完全的信心。祂相信上帝会把拉撒路复活;把小女孩**复活**;把自己**复活**。耶稣十分肯定祂在十字架上的死不是终结;而祂复活时，耶稣也是十分肯定祂会成为信徒之永生的泉源。耶稣可以很踏实因为祂的**复活是绝对保证的**。

我们祷告：亲爱的主啊，求祢巩固我对祢的信心。阿们。

反思问题：

- 你认为当时的拉撒路还需要什么呢？
- 你也是踏实，或者实际派吗？还是理想派？
- 何时你在耶稣里的信心是最强？最弱呢？为什么？

奇怪的选择

2024年3月3日，星期日

经文：[耶稣的敌人]说：我们该怎么办？为此人行了许多神迹。如果我们让他这样下去，每个人都会相信他，罗马人就会来夺走我们的地位和我们的国家。但内中有一位，当年担任大祭司的该亚法对他们说：「你们不知道什麼。独不想一个人替百姓死，免得通国灭亡，就是你们的益处。他这话不是出于自己，是因他本年作大祭司，所以预言耶稣将要替这一国死；也不但替这一国死，并要将神四散的子民都聚集归一。」（约翰福音 11：49b-52）

我觉得很奇怪，圣灵竟然通过该亚法的口说话。我们知道他是带头谋杀耶稣的大祭司。为什么上帝要用这样一个邪恶的人来预言呢？

奇怪的是，我感到安慰。如果上帝是谦卑，甚至可以使用这个人来完成祂的工作，那么我不需要担心我的罪和软弱会否阻止祂使用我。当我陷入罪中时，我可以请求宽恕并继续前进，相信因为耶稣为我受苦、受死和复活，我确实是上帝的儿女，尽管我有缺点，但我的事奉仍被祂珍惜。

我们祷告：亲爱的天父，我知道我的罪和缺点。无论如何，请祢的圣灵用我工作，归荣耀与祢。阿们。

反思问题：

- 你在日常生活中如何事奉上帝？
- 你是否曾有不配领受的感觉？
- 耶稣洁净的宝血如何消除我们对个人价值不正常的关切？

感恩的爱

2024年3月4日，星期一

经文：逾越节前六日，耶稣来到伯大尼，就是他叫拉撒路从死里复活之处。有人在那里给耶稣预备筵席；马大伺候，拉撒路也在那同耶稣坐席的人中。马利亚就拿着一斤极贵的真哪哒香膏，抹耶稣的脚，又用自己头发去擦，屋里就满了膏的香气。（约翰福音 12：1-3）

看来举办晚宴是拉撒路一家感谢耶稣的方式。马大似乎在烹饪和服务方面运用了她的天赋——这并不奇怪。拉撒路和耶稣一起坐在餐桌旁。但是马利亚——她能做什么呢？我们看到有戏剧性的情景——马利亚将极珍贵的香膏倒在耶稣的脚上，并用她自己的头发擦干。约翰告诉我们，马利亚感恩的爱是每个在场的人都是显而易见！

我们也有很多值得感恩的事。耶稣为了我们的缘故舍己而死，一切都是为了饶恕我们，使我们成为上帝的儿女。既然祂已经从死里复活，祂也赐给我们新的永生——从现在开始，并在祂回来的那一天，当祂使我们的身体从死亡中复活时，祂的生命会完全开放于我们生命。这就是耶稣爱我们的样式——我们能不爱祂麽？

我们祷告：主啊，请告诉我如何在日常生活中爱祂和感谢祂。阿们。

反思问题：

- 当你感恩时，你的行为会安静像玛大，或是戏剧化像玛利亚一样？
- 你可以做什么来感谢耶稣并表明你爱祂？
- 如果其他人「闻出」你爱的行为，会发生什么后果？

荒谬

2024年3月5日，星期二

经文：有许多犹太人知道耶稣在那里，就来了，不但是为耶稣的缘故，也是要看他从死里所复活的拉撒路。但祭司长商议连拉撒路也要杀了；因有好些犹太人为拉撒路的缘故，回去信了耶稣。（约翰福音 12：9-11）

这个故事总是让我心碎。祭司们计划再次杀死拉撒路，只希望他这次不要死。这就像打地鼠的游戏！

但这个故事带给我们很好的提醒，为什么耶稣的信徒拥有最大的平安和喜乐。现在我们知道耶稣已经受死并复活，将我们从死亡的权势中释放出来；有一天，祂会让我们的身体和灵魂一起从死里**复活**，我们将永远与祂一起活在祂的国度里。如果这是真的 - 我们也知道确实如此 - **那么我们的敌人现在可对我们做什么？**

如果他们杀了我们，耶稣就能使我们复活；如果他们囚禁我们，耶稣可以释放我们。如果他们带给我们痛苦、悲伤或磨难，耶稣可以阻止这些事情，或让这些事情帮助我们；同时，祂与我们同在，**帮助我们**承受这些苦难。敌人是无法将我们与耶稣**分开**，而耶稣对发生在我们身上的事情有最大决定权。**那么我们敌人有何力量呢？**

我们祷告：主啊，我知道祢的能力是**最大和真实**，但我很容易忘记而不依靠祢。求祢**帮助我**。阿们。

反思问题：

- 你是否曾经因为耶稣或基督教而被他人怨恨？
- 如果有的话，您会如何面对那人的？
- 当别人反对你时，你如何在耶稣里得着力量？

预览

2024年3月6日，星期三

经文：第二天，有许多上来过节的人听见耶稣将到耶路撒冷，就拿着棕树枝出去迎接他，喊着说：和散那！奉主名来的以色列王是应当称颂的！耶稣得了一个驴驹，就骑上，如经上所记的说：锡安的民哪，不要惧怕！你的王骑着驴驹来了。（约翰福音 12：12-15）

我很高兴耶稣能和他的门徒在最后一周苦难开始之前度过了一个欢乐和幸福的早晨。我认为他们需要鼓励！这场一时兴起的游行进入耶路撒冷 — 用棕树叶代替旗帜，用驴代替伟大的战马 — 这是耶稣在世界末日荣耀降临的那一天的预演，在那一天我们可以看到上帝永恒的国度 — 上帝的子民都会庆祝。

我想知道这预览是否能帮助他们面对一个充满紧张、恐惧和痛苦的**圣周**。当然，因为这一耶稣最终的胜利 — 就是十字架的目的。耶稣借着自己的受苦和死亡，打破了邪魔对全人类的权势。当祂从死里复活时，祂的胜利也成为我们的胜利 — 因为每一个相信祂的人都会永远活在他的国度里。这是值得期待的事！

我们祷告：主啊，当我和这个预苦期与祢同行时，请帮助我记住祢为时所争取的胜利并为此高兴。阿们。

反思问题：

• 如果你能预见将来的成果，这可否帮助您度过困难时期？为什么？

• 当你必须受苦时，你怎么样才能得到鼓励？

• 对于耶稣最终的胜利，你有何期待？

“我们愿意见耶稣”

2024年3月7日，星期四

经文：上来过节礼拜的人中，有几个希利尼人。他们来见加利利伯赛大的腓力，求他说：先生，我们愿意见耶稣。……安得烈和腓力去告诉耶稣。耶稣回答他们说：「人子得荣耀的时候到了。我实实在在的告诉你们，一粒麦子不落在地里死了，仍旧是一粒。若是死了，就结出许多子粒来。」（约翰福音 12：20-21， 22b-24）

他们当然想见耶稣！这些人可能是外邦人信教者，来到城里过逾越节。于是他们请那位有一希腊名字的门徒来为他们介绍。

但当耶稣听到这些外国人时，祂立刻开始讲论祂自己的死！祂说：「人子得荣耀时候到了」（约翰福音 12：23b）。「我若从地上被举起来，就要吸引万人来归我。」（约翰福音 12：32）。在进一步谈论十字架之后，耶稣就离开他们隐藏了（约翰福音 12：36b）。为什么？

耶稣知道祂在世上的短暂时间主要是为了帮助「以色列家迷失的羊」（马太福音 15：24b）。此后，门徒的工作就是将救恩的福音传给全世界（参考马太 28：19）。第一批外邦人就在此时出现了。希腊人的来临意味着耶稣为全世界每个人受苦、受死和复活，耶稣的门徒也开始分享他们的信仰。

我们祷告：主啊，感谢祢如此爱我们，以自己的生命为代价成就了我们的拯救。让全世界更多的人接受祢为他们的救主。阿们。

反思问题：

- 耶稣离开时，你认为希腊人的反应是什么？
- 你认为他们可能在城里等了足够时间来目睹他的死亡吗？有等到五旬节吗？
- 使徒约翰为什么要跟我们讲这个故事？

洗涤

2024年3月8日，星期五

经文：吃晚饭的时候，魔鬼已将卖耶稣的意思放在西门的儿子加略人犹大心里。耶稣知道父已将万有交在他手里，且知道自己是从神出来的，又要归到神那里去，就离席站起来，脱了衣服，拿一条手巾束腰，随后把水倒在盆里，就洗门徒的脚，并用自己所束的手巾擦干。（约翰福音 13：2-5a）

当耶稣开始洗他的脚时，彼得大喊大叫，我并不感到惊讶。这是一件非常亲密的事情，接受上帝亲自将祂干净的手放在我们肮脏的脚上来帮助我们是多么困难！我们退后并抗议——「不，主啊，这是不对的。」但耶稣说：「如果我不洗你，你就不属于我。」

祂在表达什么？不只是洗脚，还要洗心。耶稣来到我们身边，将祂洁净、无瑕的手放在我们有罪、败坏的心上，再次洗净我们。这很亲密，不是吗？祂知道我们最坏的一面。这是谦卑的——祂是如此爱我们，更是每天都这样做。

因为这是真的——如果祂不洗净我们，不宽恕我们，那我们就属于祂。**每个基督徒都透过耶稣在十字架上的受苦和死亡而被洗净。**如果我们想成为祂的人，我们就不能与祂保持距离——我们必须让祂在我们身上成就祂的事。祂想要的是让我们成为新

的、洁净的、有福的上帝的儿女，适合上帝的国度，生活在耶稣复活的喜乐和盼望中。

让祂洗涤你。

我们祷告：主耶稣，洗净我。让我亲近祢。阿们。

反思问题：

- 你有人帮你洗过脚吗？
- 如果是这样，你感觉如何？
- 即使我们很脏，为什么上帝还要离我们这么近？

赶快

2024年3月9日，星期六

经文：耶稣说了这话，心里忧愁，就明说：我实实在在的告诉你们，你们中间有一个人要卖我了。他吃了以后，撒但就入了他的心。耶稣便对他说：你所做的，快做罢！犹大受了那点饼，立刻就出去。那时候是夜间了。（约翰福音 13：21， 27b， 30b）

为什么耶稣对犹大说：「你要做的事赶快做吧」？我不**确定**，但我想这也许就是耶稣以人性的一面说话。祂知道犹大即将背叛祂，而痛苦和悲伤几乎超出了祂的承受能力。所以祂说：「**快点吧。不要拖泥带水。让它尽快结束吧。**」

我们要记住，当耶稣为我们受苦时，祂并不是在演戏。祂不是某个假装为人类而遥远的神，不受人情感和痛苦的影响。不，祂过去是、现在仍然是完全的人，祂也感受到了恐惧、悲伤和背叛的痛苦。

上帝为什么要让自己经历这样的事呢？只能是为了爱。上帝爱我们，足以成为我们中的一员并分担我们生命中最痛苦的部份。这就是祂选择拯救我们的方式 — 通过经历背叛、痛苦和死亡。

但因为祂分担了我们的痛苦，祂为我们打开大门，让我们分享祂的平安、喜乐和永生。为我们被钉在十字架上的同一位耶稣也为我们从死里复活 - 祂也会让我们复活。即使是面对死亡，我们永远不会再与祂分离。

我们祷告：主啊，请祢走近我。让我永远不与祢分离。阿们。

反思问题：

- 有哪些事件会让你说「快点结束吧」？
- 你想延长哪些活动？
- 你倾向于认为上帝是遥远的，还是离你很近？

彼此相爱

2024年3月10日，星期日

经文：他既出去，耶稣就说：如今人子得了荣耀，神在人子身上也得了**荣耀**。小子们，我还有不多的时候与你们同在；后来你们要找我，但我所去的地方你们不能到。这话我曾对犹太人说过，如今也照样对你们说。我赐给你们一条新命令，乃是叫你们彼此相爱；我怎样爱你们，你们也要怎样相爱。你们若有彼此相爱的心，众人因此就认出你们是我的门徒了。（约翰福音 13：31a, 33-35）

你能感受到耶稣身上的时间压力吗？犹太溜出了门要去出卖耶稣，几个小时内耶稣就会在十字架上舍命来拯救我们所有人。祂清楚知道这一点。

那祂用这段时间来做什么呢？祂叮嘱我们要爱。祂说，这就是非基督徒会认识到我们属耶稣的方式 — 因为我们全心全意地彼此相爱，甚至为彼此舍弃生命。

如果你跟我一样，你的思绪会立刻转向你所有在爱里的失败！但耶稣不想给我们增加负担。不，祂正在描述生活在祂里面的感觉 — 与祂如此接近，以至于在我们的生活中自然地反映出祂，祂每天都通过我们而活看。

那是有什么形式的？可能不是要我们都挂在十字架上。但我们很可能会发现自己在紧急的时候为别人看顾孩子 — 修理某人的电脑或电话 — 除草、做饭或是倾听友人诉苦。这些就是耶稣所做的事 — 今天，祂透过我们做了这些事。

我们祷告：主啊，请向我展示祢是如何透过我而活。阿们。

反思问题：

- 爱是一种感觉还是一种行动？
- 为什么这么说？
- 因为耶稣透过您爱某人，你今天可以做哪一项爱的行动？

苦难

2024 年 3 月 11 日，星期一

经文：看哪，时候将到，且是已经到了，你们要分散，各归自己的地方去，留下我独自一人；其实我不是独自一人，因为有父与我同在。我将这些事告诉你们，是要叫你们在我里面有平安。在世上，你们有苦难；但你们可以放心，我已经胜了世界。（约翰福音 16：32-33）

我的家人为难民和移民提供服务已有 35 年了。在那段时间里，我们处理了许多危机，有自己的，也有发生在别人身上的。我总是对自己说：「我们会度过今天、本周、这个月。然后生活就会恢复正常！」

20 年后我终于想通了：这就是生活，至少对我们家来说是这样。危机不是对我们生活的干扰；危机就是我们的生活。

毫无疑问，有些人确实过着平静、安宁的生活。但如果你不像他们，也没关系。因为耶稣在对你们说话，祂说：「我将这些事告诉你们，是要叫你们在我里面有平安。在世上你会有苦难。但你们可以放心；我已经胜了世界。」

在耶稣里拥有平安是什么意思？这并不意味着危机就会消失。祂告诉我们要预料苦难！但这意味着我们属于那一位死而复生的人，祂打败了黑暗的权势，使我们成为属祂的人。意思是说，祂已经胜过世界了；因为我们属于祂，所以我们能分享祂的胜利。

我们祷告：主啊，请帮助我依靠祢，并赐给我祢的平安！阿们。

反思问题：

- 你的人生是否充满苦难？还是相对平静？
- 当你遇到麻烦时，你通常会如何反应？
- 当危机来临时，你如何依靠耶稣？

圣父

2024年3月12日，星期二

经文：耶稣说了这话，就举目望天，说：父阿，时候到了，愿你荣耀你的儿子，使儿子也荣耀你；正如你曾赐给他权柄管理凡有血气的，叫他将永生赐给你所赐给他的人。认识你独一的真神，并且认识你所差来的耶稣基督，这就是永生。我在地上已经荣耀你，你所托付我的事，我已成全了。父阿，现在求你使我同你享荣耀，就是未有世界以先，我同你所有的荣耀。（约翰福音 17：1-5）

这些话是耶稣以大祭司的样式来祷告的开端，也是耶稣在客西马尼园被捕前与门徒所做的最后一次长祷告。祂正在回顾祂在地

上的使命 — 从祂的出生到祂的事工、教导、传道和医治。现在，祂受死的时刻已经到来，正如上帝 — **圣父、圣子和圣灵** — 很久以前所计划的那样，为了拯救人类，让我们平安地回到上帝身边。

所以现在耶稣的思想转向了差派祂的父，在祂死而复活后不久，**圣父就会**欢迎祂回家。因为那里有爱 — 不只是耶稣对我们的爱，还有圣父和耶稣之间的爱。拯救我们的计划是在圣父、圣子和**圣灵三位一体**的爱中构思和诞生的。现在，随着耶稣将我们带回上帝身边，使我们得救并永远得自由，爱即将得胜。

我们祷告：主啊，感谢祢吸引我进入祢与父的爱。阿们。

反思问题：

- 为什么耶稣首先想到祂的圣父，而不是其他事物或人？
- 你会用什么字眼来形容耶稣与圣父的关系？
- 当你知道圣父的爱差遣耶稣来拯救我们后，你有什么不同呢？

门徒与道

2024年3月13日，星期三

经文：[耶稣说]「因为祢所赐给我的道，我已经赐给他们，他们也领受了，又确实知道，我是从你来的.... 我为他们祈求..... 因他们本是祢的。我已将祢的道赐给他们。求你用真理使他们成**圣**;祢的道就是真理。」（约翰福音 17：8a, 9, 14a, 17）

当祂祈祷时，耶稣的思维随即转向祂的追随者，祂很爱他们。在即将**离开**之际。祂将他们托付给天父的手。到目前为止，耶稣一直守护着他们，但现在祂要回到了天父身边，圣灵将使们保持信念和在真理中得到安全。

但他们在哪里才能找到安全感呢？在上帝的道中！耶稣教他们上帝的道大约有三年了——坦白说，我真有点嫉妒。但祂教导了他们可以用来教导我们的东西——这样他们就可以亲自把从祂那里学到的东西，由新约圣经和在教会的日常生活中，去解释当初期基督教会发展时「耶稣所想要我们做的事」。

现在我们有了这个伟大的宝藏，上帝自己的道，随着以印刷形式——还有音频文件，甚至以在线形式。我们都可以随时听到上帝对我们说的话——我们可以更加接近祂，亲密地认识祂。我们在祂的道中找到祂。还有什么比认识我们的主耶稣更好的呢？祂为我们而死，并再次复活，因为祂是如此爱我们。

我们祷告：主啊，帮助我透过祢的道更好地认识祢和爱祢。阿们。

反思问题：

- 你看过情人或亲戚之间的旧书信吗？
- 如果有，你对这些人有什么了解？
- 你从圣经中学到了什么关于上帝的知识？

为我们祈祷

2024年3月14日，星期四

经文：[耶稣祈祷] 我不但为这些人祈求，也为那些因他们的话信我的人祈求，使他们都合而为一。正如**你父在我里面，我在祢里面**，使他们也在我们里面，叫世人可以信祢差了我。 . . . 父阿，我在那里，愿祢所赐给我的人也同我在那里，我已将祢的名指示他们，还要指示他们，使你所爱我的爱在他们里面，我也在他们里面。（约翰福音 17：20-21， 24a， 26）

耶稣以特别为我们祈祷来结束祂大祭司般的祈祷——这些人将会在未来远道而来，相信耶稣，因为祂的第一个门徒传播了关于祂的好消息。我们从未像他们那样见过、听过或触摸过耶稣，但我们透过圣灵的工作和上帝的道来认识并爱祂。直到耶稣回来的那一天，我们继续分享上帝如何成为人类，为我们所有人而死和**复活的故事**。现在，每个信靠祂的人都可以成为上帝的孩子，充满平安、喜乐和永生。

我很高兴耶稣特别为我们祈祷，因为这对我们来说是很难的。我们知道并爱一位我们从未见过的上帝，尽管祂与我们同在。但因为圣灵确实住在我们里面，耶稣的祷告正在实现中。我们**每天都在学习如何爱上帝和彼此相爱**。当我们失败时，我们祈祷上帝会原谅我们并再次为我们祷告。

我们祷告：主啊，请让我靠近祢。阿们。

反思问题：

- 你曾经与某人有过异地恋吗？
- 如果有，甚么是容易的？甚么是困难的？
- 耶稣如何活在我们中？

耶稣在掌管

2024年3月15日，星期五

经文：耶稣说了这话，就同门徒出去，过了汲沦溪。在那里有一个园子……卖耶稣的犹大也知道那地方，因为耶稣和门徒屡次上那里去聚集。犹大领了一队兵，和祭司长并法利赛人的差役，拿着灯笼、火把、兵器，就来到园里。耶稣知道将要临到自己的一切事，就出来对他们说：你们找谁？他们回答说：找拿撒勒人耶稣。耶稣说：我就是。卖祂的犹大也同他们站在那里。耶稣一说是我就是，他们就退后倒在地上。祂又问他们说：

你们找谁？他们说：找拿撒勒人耶稣。耶稣说：我已经告诉你们，我就是。你们若找我，就让这些人去罢。（约翰福音 18：1-2a, 3-8）

从这个故事中可以清楚地看出，耶稣是掌管着祂自己的被捕。除非祂同意，否则士兵们根本无法对祂下手！

但耶稣同意被逮捕，有一个要求 — 「让这些人的走吧，」祂说。耶稣保护祂的门徒，让他们安全地远离祂自己的危险。祂打算为他们 — 也为我们 — 而死，这样他们就能活下去。

我们的救主是多么奇妙，祂甘愿走向苦难和死亡，保护和拯救祂所爱的人！而这只是祂伟大工作的开始。当祂在十字架上舍下自己的生命时，祂将我们所有信靠祂的人从黑暗的权势中释放出来。藉着祂的复活，祂使我们永远与祂同住。

我们祷告：主啊，谢谢祢拯救了我。阿们。

反思问题：

- 谁在你生命中曾经保护过你免受某些无论是小还是大的伤害？
- 你保护谁？
- 为了保护你最爱的人，你会付出什么？

保护者的杯

2024年3月16日，星期六

经文：西门彼得带着一把刀，就，将大祭司的仆人砍了一刀，削掉他的右耳；那仆人名叫马勒古。耶稣就对彼得说：收刀入鞘罢，我父所给我的那杯，我岂可不喝呢？（约翰福音 18：10-11）

约翰没有告诉我们这个故事的结局 — 耶稣医治了马勒古的耳朵，这是祂在为我们所有人死之前所行的最后一个医治奇迹。为什么？也许是因为约翰认为这个故事已经够众所周知了。毕竟，其他福音书已经写成，而且马勒古本人很可能是年轻基督教会成员。

约翰是专注在其他的事情 — 耶稣阻止彼得的原因是因为彼得正在做任何人在他们所爱的人受到攻击时都会做的事情，对吗？他试图保护耶稣。但现在还不是时候。耶稣即将喝下天父赐给祂的痛苦之杯 — 这表示祂是负责保护的人。

从现在开始，耶稣所做的一切只有一个目的：摧毁罪、死亡和魔鬼，除去魔鬼对上帝创造物的控制，让上帝所爱的子民获得自由，永远与祂生活在一起。耶稣知道代价会非常高。祂会被殴打、嘲笑、鞭打，甚至被钉在十字架上。祂将忍受痛苦、干渴和羞耻。祂将担当全世界的罪孽 — 我的和**你的**。祂乐意做这一切，以保护我们免于永恒的死亡，并使我们永远成为上帝的儿女。

我们祷告：主耶稣，感谢祢是我的保护者。阿们。

反思问题：

- 那一个是你尊敬的保护者？
- 你周围的人最需要甚么保护？
- 是什么促使一个人甚至不惜牺牲自己的生命地去保护别人？

祂想要什么

2024年3月17日，星期日

经文：大祭司就以耶稣的门徒和祂的教训盘问祂。耶稣回答说：「我从来是明明地对世人说话。我常在会堂和殿里，就是犹太人聚集的地方教训人；我在暗地里并没有说什么。你为什么

问我呢？可以问那听见的人，我对他们说的是什么；我所说的，他们都知道。」耶稣说了这话，旁边站着的一个差役用手掌打祂，说：「你这样回答大祭司吗？」耶稣说：「我若说的不是，你可以指证那不是；我若说的是，你为什么打我呢？」（约翰福音 18：19-23）

耶稣指出了每个人都知道的事情——根据犹太法律，你应该询问证人，而不是囚犯。如果你找不到两个人目睹罪行并同意所发生情况，那么就要释放囚犯。

当然，耶稣不会受到公平的审判。祂的敌人想要杀死祂，他们愿意践踏法律来得到他们想要的东西。

但耶稣所想要的是看到真正的违法者获得自由——你和我，以及其他有罪、可耻的人类。祂希望看到我们被宽恕并洁净，永远与上帝和好，生活在自由和喜乐中。如何可以呢？

耶稣取代了我们的位置。作为上帝无辜的羔羊，祂为我们众人受死。现在，每个依靠祂的人都将分享祂的复活——与上帝一起过着喜乐与平安的生活。

我们祷告：主啊，感谢祢希望我活下去，并为实现这件事而献出祢的生命。阿们。

反思问题：

- 说出你全心全意想要的一件事情。
- 为了实现这个目标，你愿意付出什么代价？
- 为甚么耶稣愿意为你付出这么高的代价？

敌我之间

2024年3月18日，星期一

经文：仆人和差役因为天冷，就生了炭火，站在那里烤火，彼得也同他们站着烤火。... 有大祭司的一个仆人，是彼得削掉耳朵那人的亲属，说：「我不是看见你同他在园子里吗？」彼得又不承认。立时鸡就叫了。（约翰福音 18：18，26-27）

想象一下当时的场景。这是大祭司的家，在里面某个地方，耶稣正在接受生死攸关的审讯。较低级的人员——仆役和士兵——在外面的院子里等待随时效命。天气很冷，有些人生了火，并站在旁边烤火。

然后我们看见彼得，焦急地等候着要知道耶稣结果会怎样。他也觉得很冷。于是他走过去站在炭火旁边——站在耶稣的敌人中间取暖。

彼得，那不是你应该站立的地方！当然，那些人挑战彼得。而彼得矢口否认，甚至发誓他从来没有见过耶稣。

感谢上帝，耶稣没有与我们犯上同样的错误。祂站在祂一贯的立场上，与我们同一阵线，对抗我们的宿敌——罪恶、死亡和魔鬼。这就是我们的救赎。如果耶稣没有与我们站在一起——呼召我们、爱我们、为我们受苦、受死并为我们复活——我们会在哪里？当然不是什么好地方了。但耶稣是以马内利——上帝与我们同在，祂永远不会离开我们。祂是为我们钉十字架并复活的救主，祂永远与我们站在一起。

我们祷告：亲爱的耶稣，保守我与祢在一起！阿们。

反思问题：

- 你能想象你所站的地方其实就代表你的立场吗？
- 当有人像朋友一样在你身边支持你时，这意味着什么？
- 当上帝亲自在你身边支持你，这又意味着什么？

沾染污秽

2024年3月19日，星期二

经文：众人将耶稣从该亚法那里往衙门内解去，那时天还早。他们自己却不进衙门，恐怕染了污秽，不能吃逾越节的筵席。

彼拉多就出来，到他们那里，说：「你们告这人是为什么事呢？」（约翰福音 18：28-29）

祭司长与他们的同伙不会进入彼拉多的总部。为什么？因为当时是逾越节，他们认为如果进入外邦人居住的地方，就会在礼仪上变得不洁净——不可以在**圣殿敬拜**，**也不能在自己家里吃逾越节的圣餐**。

当然，讽刺的地方是——当他们担心这件事的时候，其实已经深陷不道德的泥沼了，因为他们正试图杀死上帝的儿子！他们怎能浑然不觉呢？

然而，如果我们够诚实的话，有时我们也会因一些芝麻绿豆的小事，而错过了上帝的真理。因为我们是破碎的人——我们心中的罪，导致我们在思想、言语和行为都玷污了自己。我们无法让自己回复洁净无瑕。只有一个人可以为我们做到这一点——祂的名字就是耶稣。

耶稣通过祂在十字架上为我们流下的宝血，洗净了我们的污秽和罪孽。除了那为我们死而复活的上帝的儿子之外，没有人能给我们一颗全新的、清洁的心。现在我们可以追随祂进入祂的家中，永远与天父同在——不再是被玷污的外人，而是永远受上帝欢迎的儿女。

我们祷告：主啊，洗净我并让我属祢。阿们。

反思问题：

- 哪些事物让您感觉不洁？
- 真正的不洁从何而来？
- 现在耶稣已经把你洗净了，接下来你要做什么？

何谓真理？

2024年3月20日，星期三

经文：彼拉多... 对耶稣说：「你是犹太人的王吗？」... 「你本国的人和祭司长把你交给我。你做了什么事呢？」耶稣回答说：「我的国不属这世界。...。」彼拉多就对他说：「这样，你是王吗？」耶稣回答说：「... 我为此... 来到世间，特为给真理作见证。凡属真理的人就听我的话。」彼拉多说：「真理是什麽呢？」（约翰福音 18：33, 35b, 36a, 37-38）

彼拉多真倒霉。逾越节期间，他接到了一起爆炸性的政治案件，这案件可能导致城里发生骚乱。尽管指控耶稣的人没有任何证据，但很明显地，他们希望耶稣死。当此生死关头，耶稣竟与他谈论哲学！难怪彼拉多问：「什么是真理？」不等回答就走了出去。

可惜他没有等。因为他面对的就是真理——上帝的真理，道成肉身的真理。如果彼拉多听了，他生命中所有难题可能都会迎刃而解，因为耶稣本身就是道路、真理和生命。事实上，彼拉多错过了。他与耶稣的相遇只是让耶稣在迈向十字架的道路上更往前一步。

然而，对于你、我，甚至彼拉多来说，我们仍然有希望。因为借着身悬十架，耶稣将魔鬼的谎言一网打尽。通过祂的死，祂将永远摧毁罪恶的权势。当祂第三天从死里复活，祂会把生命赐给所有信靠祂的人。

我们祷告：主啊，祢就是真理。保守我在祢里面得以安全稳妥！阿们。

反思问题：

- 你认为彼拉多可能听到耶稣从死里复活的_{消息}，并相信祂吗？
- 为什么真理如此重要？
- 耶稣告诉你的哪些真理可以安慰你？

最佳人选

2024年3月21日，星期四

经文：（比拉多）说了这话，又出来到犹太人那里，对他们说：「我查不出祂有什么罪来。但你们有个规矩，在逾越节要我给你们释放一个人，你们要我给你们释放犹太人的王吗？」他们又喊着说：「不要这人！要巴拉巴！」这巴拉巴是个强盗。（约翰福音 18：38b-40）

彼拉多正力谋脱身。他知道耶稣是无辜的，只是祭司长想要除掉他。但他也知道耶稣在耶路撒冷的百姓中有很多支持者。所以他赌上一把。他企图利用逾越节的习俗来释放耶稣。

但祭司长棋高一着。他们鼓动群众高喊要释放巴拉巴。

这不是人们第一次或最后一次做出错误的选择。通过要求释放巴拉巴，他们选择了一个强盗和杀人犯，而不是一个无辜的人——他们宁愿要一个恶棍，不要天父真正的儿子。巴拉巴会获得自由，而耶稣会走上十字架。

然而..... 这意味着他们最后也得到了救世主。

因为天父上帝差遣耶稣来到世上，为我们舍弃生命——为了拯救我们所有人，甘心舍己而死。为那些盲从附和的群众、丧心病狂的祭司长、不配的巴拉巴、还有你和我。

通过耶稣心甘情愿的死亡和复活，我们终于得到了我们的救主。赞美归于上帝！

我们祷告：主耶稣，我很高兴祢是我的救主。谢谢祢。阿们。

反思问题：

- 彼拉多的计划告吹，你认为他会感到惊讶吗？
- 有没有想过巴拉巴会否发现代替他上了十字架的人是谁？
- 至于你——对代替你位置的那一位，你感觉又如何呢？

想象一下

2024年3月22日，星期五

经文：当下彼拉多将耶稣鞭打了。兵丁用荆棘编做冠冕，戴在他头上，给他穿上紫袍，又挨近他，说：「恭喜，犹太人的王啊！」他们就用手掌打他。（约翰福音 19：1-3）

我很难想象士兵们竟然会这样做。太残忍了。他们鞭打耶稣，直到祂流血不止，直到祂陷入半昏迷。他们给祂穿上紫色长袍，把一根芦苇塞到祂手里作为权杖。又将荆棘冠冕强加在祂的头上。在祂面前跪拜.....

不过，有另一部分我可以想象，因为这部分也是我想做的，就是坦然直视那个人，那个如此爱我、爱全人类，以致心甘情愿地经历这一切的人——祂承受所有的痛苦和羞辱，为了要拯救我们。祂原可不必这样受苦，因为祂随时可以召唤上帝的天使来拯救祂（见马太福音 26：53）。但如果这样，我们就会被邪恶的势力所困，无法脱身，那我们的终局将会如何呢？

不，祂绝不让我们陷入绝境。爱，让耶稣经历了这一切，一直走到十字架，走到借回来的坟墓。也因着爱，让祂第三天从死里复活，充满了喜乐和幸福——因为祂已拯救了祂深爱的人。你、我、我们所有人，所有相信祂的人。我们将永远与祂同在。

我们祷告：主耶稣，感谢祢为我所做的一切。阿们。

反思问题：

- 你还记得第一次听到耶稣受难和死亡的故事的时候吗？
- 如果记得，这对你有什么影响？
- 如果没有，你认为它对今天的新听众会有什么影响？

两群人

2024年3月23日，星期六

经文：彼拉多又出来对众人说：「我带祂出来见你们，叫你们知道我查不出祂有什么罪来。」耶稣出来，戴着荆棘冠冕，穿着紫袍。彼拉多对他们说：「你们看这个人。」祭司长和差役看见他，就喊着说：「钉祂十字架！钉祂十字架！」（约翰福音 19：4-6a）

彼拉多居然任由事态发展到如斯地步，太恐怖了！他是想利用群众的同情心吗？他以为他们会怜悯那被打到半死的耶稣，会恳求彼拉多放祂一条生路吗？

如果是这样，彼拉多就大错特错了。他们狂呼要处死祂！

依赖暴民的同情永远是危险的。当一大群人聚集时，就可以有胆量胡作非为。仿佛人越多，我们心中邪恶的种子就可以发芽、开花了。

然而，当耶稣看着那些嗜血的人群，那些像我们一样的人，祂看到什么呢？祂看到从起初上帝所创造的、上帝不忍他们步向灭亡的那些人。耶稣不顾一切地爱着这些不值得爱的人，祂要用自己的血把他们从邪恶中赎回。

到那一天，在上帝的**圣宝座**上，耶稣会注视着同一群人——就是因祂的牺牲而得着救赎的人。我们会一面唱歌，一面挥舞棕树枝，赞美祂说：「愿救恩归于坐在宝座上我们的上帝，也归于羔羊！」（启示录 7：10b）

我们祷告：亲爱的主，我爱你并敬拜祢。阿们。

反思问题：

- 你是否曾经遇过可怕的暴民？
- 为什么你认为群体比个人更容易作恶？
- 你认为这群暴民中后来有人成为信徒吗？

害怕

2024年3月24日，棕枝主日

经文：犹太人回答说：「我们有律法，按那律法，祂是的，因祂以自己为上帝的儿子。」彼拉多听见这话，越发害怕。又进衙门，对耶稣说：你是那里来的？耶稣却不回答。彼拉多说：

「**你不**对我说话么？你岂不知我有权柄释放你，也有权柄把你钉十字架么？」耶稣回答说：「若不是从上头赐给你的，你就毫无权柄办我；所以把我交给你的那人，罪更重了。」（约翰福音 19：7-11）

彼拉多害怕了。耶稣的敌人刚刚提出了一个可能性：耶稣可能是超自然的。彼拉多是罗马人，他的文化里充满了诸神和半神的故事，当这些神明受到人类虐待时，他们会进行报复！耶稣可能是超自然的....这个可能性令他感到不安了！

遗憾的是：彼拉多并没有因此拒绝进一步处理耶稣这案子。他原本可以做得更好的。

但这对我们也许是好事。耶稣与那些罗马人的神明不一样。祂充满了恩慈、怜悯，祂来到世上，不是为了警恶惩奸，而是为了洁净、宽恕我们，使我们与上帝和好。藉着祂的死和复活，祂可以带领我们重新回到赐平安的上帝身边。

我们祷告：主啊，感谢祢，因为你是仁慈的。帮助我信靠祢，不再害怕。阿们。

反思问题：

- 你对希腊和罗马诸神了解多少？那么其他宗教的神明呢？
- 有这些神明在你身边你会感到安全吗？为什么？
- 耶稣与他们有何不同？请举例说明。

谁是你的王？

2024年3月25日，星期一

经文：从此彼拉多想要释放耶稣，无奈犹太人喊着说：「你若释放这个人，就不是该撒的忠臣。〔原文作朋友〕凡以自己为王的，就是背叛该撒了。」彼拉多听见这话，就带耶稣出来....那日是预备逾越节的日子，约有午正。彼拉多对犹太人说：「看哪、这是你们的王。」他们喊着说：「除掉祂！除掉祂！钉祂在十字架上！」彼拉多说：「我可以把你们的王钉十字架么？」祭司长回答说：「除了该撒、我们没有王。」于是彼拉多将耶稣交给他们去钉十字架。（约翰福音 19：12-13a, 14-16）

谁是你的王 — **你**终极的效忠对象？为了服事那个人，你会作出多大努力？彼拉多必须作出选择：要公平公正对待耶稣，还是在**该撒**的功劳册上留名？如果**该撒**听到对彼拉多不利的传言，**该撒**可以把他处死。所以，当**重要关头**时，彼拉多屈服了。

耶稣的敌人又怎样呢？多年来，他们一直拒绝承认**该撒**是他们的王。例如，他们拒绝在**圣殿**展示祂的徽号，理由是这会冒犯上帝。但当他们看到有机会得到他们想要的 — **耶稣的死** — 那就**什么大原则**也可以放弃了。

可以说，你的王就是统管你的生活、是你心之所系的那一位。上帝呼召我们相信耶稣，让祂作我们的王 — 那被钉在十字架上，**死而复活的救主**，**完全出于爱**和怜悯、而为我们舍己的那一位。

我们祷告：主啊，**求祢的圣灵**赐我信心和爱去服事祢，让祢作我真正的王。阿们。

反思问题：

- 除了耶稣以外，什么对你最重要？
- **你曾否**试过必须在两个重要的人或事之间作出选择？
- **你如何**选择呢？

你我中间

2024年3月26日，星期二

经文：他们就把耶稣带了去。耶稣背着自己的十字架出来，到了一个地方，名叫髑髅地，希伯来话叫各各他。他们就在那里钉祂在十字架上，还有两个人和祂一同钉着，一边一个，耶稣在中间。（约翰福音 19：17-18）

耶稣被钉在中间十字架的位置是对的。祂被挂在两个罪人 — **两个**强盗中间，那情景就像祂一直以来为我们所做的那样。祂没有与我们割席，也没有袖手旁观，以免卷入我们混乱的漩涡。不，祂就在我们身边 — 在我们中间，与我们一起受苦。

但祂所做的还不只这些。祂就在触手可及的地方，让我们可以看见祂、听见祂。我们可以向祂呼求，祂也肯定会倾听。**哪个**宗教有这样一位神 — **离我们**如此之近，甚至与我们分咽死亡的滋味？谁像我们有一位救主，离开天堂，挂在十字架上，受到祂要来拯救的人**公开羞辱**？

我们的罪都挂在他身上 — 我们所有的罪孽、所有的耻辱。

「祂诚然担当我们的忧患，背负我们的痛苦；..... 因祂受的惩罚，我们得平安；因祂受的鞭伤，我们得医治。」（以赛亚书 53：4a, 5b）。

即使现在，耶稣也与我们同在。祂为我们死而复活，我们这些信靠祂的人将在祂的国度里，永远与祂同在。

我们祷告：主啊，很庆幸祢一直与我同在，不离不弃。阿们。

反思问题：

- 上帝亲自经历死亡是否很重要？为什么？
- 是什么地方你最需要耶稣与你同在？
- 你有试过依靠耶稣在场帮助你的情况吗？请讲述一下。

继承权

2024年3月27日，星期三

经文：兵丁既然将耶稣钉在十字架上，就拿他的衣服分为四份，**每兵一份**。又拿他的里衣，这件里衣原来没有缝儿，是上下一片织成的。他们就彼此说：「我们不要撕开，只要拈阄，看谁得着。这要应验经上的话说：「他们分了我的外衣，为我的里衣拈阄。兵丁果然做了这事。」（约翰福音 19：23-24a）

根据罗马人的习俗，刽子手会继承祂身上最后的物品。无论耶稣在十字架前还有什么衣服，都归他们所有。因此，我们看到士兵们坐在十字架下，争抢耶稣的外衣，瓜分祂的一切。

我想从这幅图画中抽身，说这与我毫无关系，我永远不会那样做。但事实是，我是杀害耶稣的凶手之一，你也是。**每一个**曾经悖逆上帝、需要被拯救、被宽恕、被从死亡中解救出来的人 - 我们都对耶稣的死负有责任。我们参与了祂的死刑。

因此，我们是继承者，但不是衣服的继承者。不是！由于祂自己的自由选择，我们所有信靠祂的人都继承了更好的东西。祂赐给我们祂自己的清白、圣洁和纯净，来遮盖我们的罪。祂赐予我们永生，代替死亡。作为上帝的儿子，祂赐给我们在上帝家中儿女的身份。

我们祷告：主啊，你使我永远属于祂。感谢祂。阿们。

反思问题：

- 你继承过什么东西吗？
- 如果有，是基于什么关系？
- 继承遗产后，我们与耶稣的关系发生了哪些变化？

不负重托

2024年3月28日，濯足日

经文：站在耶稣十字架旁边的，有祂母亲与祂母亲的姐妹，并革罗罢的妻子马利亚和抹大拉的马利亚。耶稣见母亲和祂所爱的那门徒站在旁边，就对祂母亲说：「母亲（原文作：妇人），看，**你的儿子！**」又对那门徒说：「看，你的母亲！」从此，那门徒就接她到自己家里去了。（约翰福音 19：25-27）

耶稣将自己的母亲托付给约翰照顾。这是祂在十字架上弥留之际做的最后一件事。祂看到马利亚需要照顾，也许约翰也需要照顾，于是就把他们托付给对方。

能够得到耶稣的信任，这对约翰来说是何等的荣幸！如果我们这么认为，我们也可以分享这样的荣幸。因为那位对约翰说「看哪，**你的母亲**」的耶稣也对我们说：「这些事你们既做在我这弟兄中一个最小的身上，就是做在我身上了」。（马太福音 25：40b）。

这是祂给我们的荣誉：关怀穷人、病人、孤独者、弱者，那些没人注意或关心的人。这也许是件很大的事，也可能是件小事--送他们去看医生，打个电话问候他们，从你家的菜园摘些西红柿送给他们。**你可能帮别人报税**，或为他们整理文书信件。无论你在做什么，**你都是在为耶稣做**。

向先爱我们 - 为我们舍命的主表达爱是何等荣幸！

我们祷告：亲爱的救主，请告诉我如何通过你的子民来爱祢。阿们。

反思问题：

- 上帝对你日常所做的事情知道多少？
- 请说出一件别人为你做过的能体现耶稣之爱的小事。
- **你**能为别人做什么来传递这份爱？

渴

受难日 2024 年 3 月 29 日

经文：这事以后，耶稣知道各样的事已经成了，为要使经上的话应验，就说：「我渴了。」有一个器皿盛满了醋，放在那里。他们就拿海绵蘸满了醋，绑在牛膝草上，送到祂口。耶稣尝了那醋，就说：「成了！」便低下头，将灵魂交付神了。（约翰福音 19：28-30）

耶稣死前很渴。这并不奇怪 - 祂失血过多，并且在前一天晚上与门徒共进晚餐后就没吃没喝。祂完全无助 - 手脚都被钉在十字架上。

于是祂说：「我渴了。」有人可怜祂，用海绵蘸了士兵们送来的酸酒，放在树枝上，让祂喝。

耶稣这样诉说是一件多么人性化的事情啊！这并不奇怪，因为这是上帝成为人，成为我们中的一员，为我们而生，现在又为我们**口渴、受苦、死在十字架上**。为什么？因为祂爱我们。因为祂要的不仅仅是水，不仅仅是生命本身 - 祂要你安全、被宽恕、被爱，并永远属于祂。

我们祷告：主耶稣，我希望祢如愿以偿。让我属于祢。阿们

反思问题：

- 你还记得自己什么时候渴得要命？
- 当你最终喝到水时是什么感觉？
- 知道上帝渴望你成为祂的子民，对你意味着什么

目击证人

圣周六 2024 年 3 月 30 日

经文：于是兵丁来，把头一个人的腿，并与耶稣同钉第二个人的腿，都打断了。只是来到耶稣那里，见祂已经死了，就不打断祂的腿。唯有一个兵拿枪扎祂的肋旁，随即有血和水流出来。看见这事的那人就作见证，他的见证也是真的，并且他知道自己所说的是真的，叫你们也可以信。在耶稣钉十字架的地方有一个园子，园子里有一座新坟墓，...。他们就把耶稣安放在那里。（约翰福音 19：32-35，41a，42b）

至少在我看来，约翰听起来很害怕。他在描述一件他觉得奇怪而可怕的事情 - 一名士兵用长矛刺穿耶稣的身体后，水和血是如何流出来的。医生会告诉你，耶稣的心脏周围积满了血，红细胞已经从清澈如水的血清中分离出来。约翰不是医生，他可能不明白发生了什么。但他一定要告诉我们他所看到的一切，叫你们也可以信。

因为约翰的目击证词，我们可以确定耶稣在十字架上为我们舍命是真实的，不是假的或虚构的。祂真正为我们的救赎付出了代价。我们的罪已被赦免。我们信靠祂的人将永远活着 - 就像耶稣自己从死里复活，祂赐给我们喜乐、平安和生命。

我们祷告：主啊，感谢祢让我们知道真实发生的事情，使我们可以**依靠祢**。阿们。

反思问题：

- **你在法庭案件中做过证人吗？**
- **为什么目击证人很重要？**
- **为什么耶稣是否真的死了很重要？**

紧紧抓住耶稣

2024 年 3 月 31 日，复活节

经文：七日的第一日清早，天还黑的时候，抹大拉的马利亚来到坟墓那里（发现耶稣的尸体不见了），...，就转过身来，看见耶稣站在那里，却不知道是耶稣。耶稣问她说：「妇人，为什麼哭？**你找谁呢？**」马利亚以为是看园的，就对祂说：「先生，若是**你把祂移了去**，请告诉我你把祂放在哪里，我便去取祂。」耶稣说：「马利亚！」马利亚就转过来，用希伯来话对祂说：「拉波尼！」（拉波尼就是「夫子」的意思。）耶稣说：「不要摸我，因我还没有升上去见我的父。**你往我弟兄那里去，告诉他们说我要升上去见我的父，也是你们的神，也是你们的神。**」（约翰福音 20：1a, 14b-17）

马利亚是第一个看到耶稣又活过来的人，尽管她确实把耶稣误认为是园丁！但当她认出耶稣的声音时，她很想（用手）抓住了耶稣，不让祂走。如果**你所爱**的人突然又活过来了，你难道不会有同样的举动吗？

但祂对她说：「不要（用手）抓住我！」现在不是这样的时候，而是**奔跑**的时候！因为有太多的人需要听到上帝让耶稣从死里**复活的好消息**。

我们（用手）抓住耶稣的时候会晚一点到来 - 现在祂已经升天，坐在天父的右边。现在我们可以带着完全的信心和极大的喜乐紧紧依靠祂，因为我们知道祂一直活着，为我们向天父祈求。

我们祷告：主啊，求祢帮助我在信心中紧紧依靠祢，并去传讲祢的好消息。阿们。

反思问题

- 站在马利亚的角度，你会怎么做？
- 门徒们相信她的故事吗？
- 你可以向谁讲述耶稣？为那人祷告

与耶稣同钓

2024 年 4 月 1 日，复活节，星期一

经文：天将亮的时候，耶稣站在岸上，门徒却不知道是耶稣。耶稣就对他们说：「小子，你们有吃的没有？」他们回答说：「没有。」耶稣说：「你们把网撒在船的右边，就必得着。」他们便撒下网去，竟拉不上来了，因为鱼甚多。... 他们上了岸，就看见那里有炭火，上面有鱼又有饼。（约翰福音 21：4-6, 9）

门徒们可能很焦虑地等待着耶稣。为什么不去钓鱼呢？但他们没有收获，直到第二天早上耶稣来到他们身边。在耶稣的指引下，他们钓到了很多鱼。

但当耶稣说「你们来吃早饭」时，他们发现耶稣已经有了一些鱼。

这些鱼是怎么回事？在耶稣的比喻中，鱼代表祂来到这个世界要拯救的人 - 祂为他们受苦、受死、复活，让他们可以生活在平安和喜乐中，永远成为上帝的儿女。现在，祂差遣门徒和我们去捕鱼，寻找祂迫切希望带回家的失丧之民。

但我们不能独自去做。耶稣必须指引我们，否则我们永远也找不到他们。即使我们有很好的收获，还有一些是祂为自己钓到的，而我们却不知道是怎么钓到的，也不知道是什么时候钓到的。这重要吗？我们亲爱的上帝和拯救主把一切都做好了，让我们有幸参与祂的使命！

我们祷告：主耶稣，感谢祢将我接纳为你的孩子。在祢的爱中使用我吧。阿们。

反思问题

- 你喜欢钓鱼吗？为什么喜欢或不喜欢？
- 钓人和钓鱼有什么不同？
- 你是如何认识耶稣并信靠祂的？