



---

# 爾道自建讀經計劃

---

## 每日靈修



本書靈修文章輯自爾道自建程式  
靈修文章已獲「爾道自建」授權使用

2026年3月4日-4月5日

基督教頌恩堂爾道自建每日靈修

爾道預苦2,3 – 陳偉明, 蔡少琪

羅馬，確保刑罰順利執行，卻在公開場合表明耶穌的特殊身分，可能會被上級認為是不服從命令。再者，耶穌被猶太領袖棄絕並由羅馬處死，百夫長若表達認同耶穌，極可能引來同僚與社群的排斥與懷疑。最後，這樣的言語不但危及他的軍職與名譽，更可能威脅到性命。因此，這句話並非隨意的驚歎，而是一個勇敢且充滿危險性的信仰告白。

百夫長的宣告，在屬靈上是捨己，是捨命。

我讀神學的時候，宣教團契為著要令同學感受和知道自己被逼迫時的反應，決定在一次祈禱會中，假裝叫同學為某事祈禱，然後某幾個宣教團契職員在沒有預告之下，裝扮成迫害基督徒的恐怖分子，荷假槍無實彈地指住同學，宣稱如他們不承認自己是基督徒就不用死，一些同學堅持自己是基督徒，就被五花大綁。我當年因為自己的宿舍窗門對着祈禱會禮堂，目睹宣教團契在祈禱會之前「預演」，所以我已經有心理準備，可以冷靜地（食花生）觀察同學的反應。看到雖然有同學明知是假的，也落力大聲說自己是基督徒，有些同學在被迫宣告自己不是基督徒的時候就落淚。那次的經驗很特別！要宣告自己是基督徒，有時確實需要一點勇氣。我反思，無名的百夫長在福音書中宣告耶穌是神的兒子，是自然的流露，因為他看見大自然的變化與耶穌的捨身，極其震撼，就大聲宣告，相信也來不及思考這句話是否會招來麻煩甚至殺身之禍。或許我們在必要的情況下，為神，就自然地讓自己說出應該要說的話吧！

## 3月1日

### 無名的信徒

作者：陳淑愉

經文：使徒行傳十一20 - 21

20但內中有塞浦路斯和古利奈人，他們到了安提阿也向希臘人傳講主耶穌的福音。21主的手與他們同在，信而歸主的人數很多。

幾個從塞浦路斯和古利奈來的信徒，在逼迫中被分散到安提阿。他們沒有名字留在聖經裏，但卻做了一件極具突破性的事：向希臘人傳講主耶穌。這是福音第一次在大規模的外邦群體中被傳揚，結果是「主與他們同在，信而歸主的人數很多」。這顯示出教會的擴展不只是靠使徒或知名領袖，而是藉著無名信徒的忠心與順服，再加上神的同在與工作。

這些無名的基督徒成為我們今日的榜樣，他們沒有追求名聲，卻專注於完成大使命，勇敢跨出文化的界限，把福音帶給不認識神的人。雖然他們的名字不被記載，但他們的見證卻永遠存留，因為神與他們同在，使他們的勞苦結果纍纍。今天我們也可能平凡無名，但只要忠心見證基督，神同樣會藉著我們完成祂的使命，讓更多人因福音而得救。

在入讀神學院之前，我有一年半時間在澳門宣教工場做信徒宣教同工，大部份時間參與教會的兒童及大學生傳福音事工。當時有人說澳門是福音的硬土，確實那段時間在傳福音上遇到種種困難。不過無論有多困難，我經歷到有好多香港教會關心澳門事工，長期派短宣隊過來幫助我們。由我離開澳門宣教工場到今日已經有15年時間，澳門宣教工場有很多的改變，弟兄姊妹有成長，當日在學生事工一起事奉的弟兄姊妹，今日已經有人奉獻作傳道人，有的在教會裏成為信徒領袖，有的向家人傳福音並且推動宣教，我很為澳門的弟兄姊妹們感恩，並感謝上主的眷顧。

在宣教工場中有很多無名的信徒，由不同地方來到參與傳福音事工，那些名字我們可能已經忘記得一乾二淨，謝謝你們無私的奉獻，雖然果效不是立即見到，但是你們仍然堅持來支持。可知道嗎？上帝沒有忘記你們的名字。

# 3月2日

## 無名的傳道者

作者：陳淑愉

經文：使徒行傳十七1-15

1保羅和西拉經過暗妃坡里、亞波羅尼亞，來到帖撒羅尼迦，在那裏有猶太人的會堂。2保羅照他素常的規矩進去，一連三個安息日，根據聖經與他們辯論，3講解和說明基督必須受害，從死人中復活；又說：「我所傳給你們的這位耶穌就是基督。」4他們中間有些人聽了勸，就跟從保羅和西拉，還有許多虔敬的希臘人，尊貴的婦女也不少。5但不信的猶太人心裏嫉妒，聚集了些市井流氓，搭夥成群，煽動全城的人闖進耶孫的家，要把保羅和西拉帶到民眾那裏。6那些人找不著他們，就把耶孫和幾個弟兄拉到地方官那裏，喊叫著：「這些攪亂天下的人也到這裏來了，7耶孫竟收留他們。這些人都違背凱撒的命令，說另有一個王耶穌。」8眾人和地方官聽見這些話，就惶恐了，9於是收了耶孫和其餘的人的保證金後，釋放了他們。

10當夜，弟兄們立刻送保羅和西拉往庇哩亞去；二人到了，就進入猶太人的會堂。11這地方的猶太人比帖撒羅尼迦的人開明，熱心領受這道，天天查考聖經，要知道這道是否真實。12所以，他們中間有許多信了，又有希臘的尊貴婦人，男人也不少。13但帖撒羅尼迦的猶太人知道保羅又在庇哩亞傳神的道，就往那裏去，煽動挑撥群眾。14於是，弟兄們立刻送保羅到海邊去，西拉和提摩太卻仍留在庇哩亞。15護送保羅的人帶他到了雅典，他們領了保羅的命令，叫西拉和提摩太趕快到他那裏來，然後回去了。

使徒行傳十七章之前，敘述保羅領受馬其頓異象，經特羅亞到腓立比，在歐洲開創了第一間教會。但因為保羅遭遇試煉和迫害，於是離開腓立比，去到帖撒羅尼迦和庇哩亞傳道，在這兩個城市分別發生了很多事情，有相同之處亦有不不同的地方。相同的是保羅在兩處地方都首先進入猶太人會堂，顯示出保羅很渴望能與自己同族人分享福音；在這兩個地方都是外邦人信主，當中亦包括一些尊貴婦女；最後保羅兩次都得到弟兄的幫助而逃離猶太人的迫害，但這兩個地方的弟兄有著很大不同。

帖撒羅尼迦是馬其頓首府，是各方交匯處，是商業、交通、政治及軍事中心。保羅在帖撒羅尼迦就要根據聖經與人辯論，跟著解釋，最後是證明福音的大能給帖撒羅尼迦人，是保羅採取主動。在使徒行傳第十七章1-9節，除了保羅的名字之外，還有一個人的名字出現了四次，他就是耶孫。從經文中我們得知耶孫接待保羅及西拉，耶孫被拉到官那裏，耶孫交保羅金被釋放，耶孫在夜間打發保羅及西拉往庇哩亞去。耶孫在保羅的帖撒羅尼迦宣教事工中擔當着重要的角色，他是有名的傳道者。

使徒行傳第十七章10-15節提到的庇哩亞，是在一條偏僻的小徑上，不起眼的一個小城。庇哩亞的人熱切接受真道，還天天查考聖經，他們在追尋真道上採取主動。庇哩亞有這麼多熱心信徒，應該增長得好快，從經文看到他們的男士事工亦很興旺，想必保羅一定深得安慰，常常派短宣隊到庇哩亞幫手。但是整本聖經，我們只找到保羅寫給帖撒羅尼迦教會兩封信，完全沒有庇哩亞書，庇哩亞前後書更免問。

此外，在庇哩亞，有些人幫助保羅逃離迫害到雅典，他們是誰？徒十七14告訴我們是弟兄們，即是誰？有沒有名字？庇哩亞弟兄陪保羅到雅典，由庇哩亞到雅典比起由帖撒羅尼迦到庇哩亞的路程遠很多，相信亦艱辛更多，是誰這樣做？那群人叫什麼名字？路加沒有記載，我們也不知道！他們是無名的傳道者。

路加寫這章聖經時，彷彿用了帖撒羅尼迦與庇哩亞作一個對比，凸顯出庇哩亞是一間興旺的教會，但低調，低調到歷史只記載了他們參加了一次宣教事工，但是它在保羅宣教旅程卻佔了一個位置，而且是不可或缺的一個位置，沒有庇哩亞的弟兄，保羅的宣教旅程不可能繼續下去。

有位老師叫學生畫一幅草原的圖畫，到了要收畫的時間，學生小芬交了一張右下角簽了自己名字的白畫紙給老師，老師正想發怒之際，小芬馬上解釋：草原上的草很新鮮，牛將所有的草吃光了，沒有草吃，牛也都走了，沒甚麼要畫，所以交白畫紙。這故事是我在網上看到的。畫畫後為表示你是作畫人，通常會在畫的角落簽個名，我祈禱有一日，當我們要畫一幅有關傳福音的圖畫，人人都交白紙，因為人人都信了耶穌，不需要傳福音了，沒甚麼要

畫。要畫這幅沒有圖畫的圖畫，要靠很多人參與，你願意一起畫這幅畫但又不簽名嗎？使徒行傳第十七章10-15節告訴我們：無名的傳道者幫助有名的傳道者保羅。在預苦期，讓我們思想可以如何做一個無名的傳道者。

## 3月3日

### 從無名到有名到無名

作者：陳淑愉

經文：以賽亞書五十二至五十三

(選讀：以賽亞書五十三2-9)

2他在耶和華面前生長如嫩芽，像根出於乾地。他無佳形美容使我們注視他，也無美貌使我們仰慕他。3他被藐視，被人厭棄；多受痛苦，常經憂患。他被藐視，好像被人掩面不看的一樣，我們也不尊重他。4他誠然擔當我們的憂患，背負我們的痛苦；我們卻以為他受責罰，是被神擊打苦待。5他為我們的過犯受害，為我們的罪孽被壓傷。因他受的懲罰，我們得平安；因他受的鞭傷，我們得醫治。6我們都如羊走迷，各人偏行己路；耶和華使我們眾人的罪孽都歸在他身上。7他被欺壓受苦，卻不開口；他像羔羊被牽去宰殺，又像羊在剪毛的人手下無聲，他也是這樣不開口。8因受欺壓和審判，他被奪去，誰能想到他的世代呢？因為他從活人之地被剪除，為我百姓的罪過他被帶到死裏。9他雖然未行殘暴，口中也沒有詭詐，人還使他與惡人同穴，與財主同墓。

在以賽亞書中，「受苦的僕人」是一個核心但帶有張力的形象。在上下文裏，有時候「僕人」指的是整個以色列民族（賽四十一8；四十九3），代表他們在外邦列國中受苦卻仍被神揀選。然而在五十二至五十三章，這位「僕人」卻又被描繪為一位個別人，他無佳形美容、被藐視棄絕，卻擔當他人的罪孽，因他受的刑罰與鞭傷，眾人得著平安與醫治。「受苦的僕人」好像一幅蒙著面紗的畫像，人只能隱約看到他的身影與受苦的樣式：他被藐

視、被棄絕、替人承擔痛苦與刑罰，但祂的名字卻沒有被揭開。就猶太傳統而言，這僕人有時被理解為受苦的以色列，有時被聯想到未來的彌賽亞。

到了新約，這位「不知名的受苦僕人」被揭示為耶穌基督。祂不是以外貌或地位吸引人，而是以愛與犧牲成就救恩。耶穌甘心為世人背起十字架，捨己流血，使人因祂受的鞭傷得醫治，因祂的死得以稱義。祂在舊約中無名，卻在新約裏藉著十字架彰顯了自己的身份與使命。耶穌，在沒有出產甚麼好東西的拿撒勒「出道」，祂的名字超乎萬名之上，是因為祂願意捨己。

我有機會參觀台灣一所神學院，讀到他們的周年紀念特刊，院長鼓勵畢業生「凡事不居首位、不爭取名次」。這是一個很好的學習，但如果神呼召人居首位，給他們一個「名字」或重要「位份」，就要向上帝祈禱清楚，是否上帝有使命要他們承擔！

今日，有人說：「我知道耶穌很出名，但是我不認識祂！」很多人聽過耶穌的名字，甚至知道祂做過甚麼，但不認識祂，不知道祂和自己有甚麼關係，耶穌的名字沒有出現在這些人生命中，耶穌有名等於無名。耶穌降世為人，親自示範做一個完美無名的犧牲者。我們作為基督徒，一方面可以立志傳福音讓基督的名字名留千古，另一方面，雖然我們不是耶穌，未能完美地做一個無名的捨己者，但或可透過以上聖經及現代的例子，學習「捨得」、「堅持」、「信」、「謙卑」及「順服」。

## **跋 - - 無名的捨己者**

耶穌未釘上十字架之前，在客西馬尼園祈禱時，稱神為「Abba」，這是亞蘭語小孩對父親的稱呼，有親密、信靠的意思。加爾文認為這個稱呼顯示出耶穌以兒子的信心向父傾心吐意，並順服父神的旨意。因著基督的救贖與聖靈的工作，信徒也成為神的兒女，可以同樣向天父呼喊「Abba」。當我們「捨己」時，也是宣告自己是「神的兒女」的時候。

我們不屬於自己 ( Nostri non sumus )

我們屬於上帝 ( Dei sumus )

捨己就是勇敢地宣告我們的「名字」是「神的兒女」。

# 3月4日

## 與十四位神學家一起默想「背十字架」

作者：陳偉明

這14天靈修指引稱為「與十四位神學家默想〈背十字架〉」，是按「經文釋經、神學家洞見、今天的操練、禱文」的節奏編排，盼在預苦期間連續十四天以聖經為核心，並邀請教會歷史中具份量的神學家作為屬靈同伴，幫助你把「捨己、背十字架、跟從主」化為日常生命。每天建議預留 20–30 分鐘：先以簡短禱告在神斫前安靜自己(2-3 分鐘；例如：「主啊，願你藉十字架引導我」)；細讀經文並觀察關鍵詞(5–8 分鐘)；按提供的釋經重點咀嚼經文(~5 分鐘)；聆聽當日神學家洞見，把歷代教會智慧與今日處境對話(~5 分鐘)；最後以禱文回應，將自己再次交託神，及記下主對你說的話(~5 分鐘)。若可行，每週與屬靈同伴簡短分享你的學習與掙扎。此十四天不是知識累積，而是被十字架形塑的門徒旅程：以經文為路標、以神學為欄杆、以操練為腳步、以禱告為呼吸，讓福音把你的價值、關係與選擇重新排序，讓我們一同經歷從「知道自己的十字架」到「背起自己的十字架」的旅程。

### 把攔阻看為十字架：在壓力中仍不改方向

經文：馬可福音 8:34

於是他叫眾人和門徒來，對他們說：「若有人要跟從我，就當捨己，背起自己的十字架來跟從我。」

經文中的「捨己」(ἀπαρνησάσθω)是「否定自己」本來走向滿足自己的方向，為人生決定性的轉向—由自己轉到耶穌為主的目標，「跟從」(ἀκολουθεῖτω)為現在命令式(有別於「捨己」、「背起」兩個不定過去命令式動詞)，表達「現在持續的行動」—跟從主。在第一世紀語境中，「背起十字架」是走向處決的公開行動，象徵羞辱與死亡，故此處耶穌的呼召是要我們向舊我宣判死刑、在現實生活中跟隨主。

## 神學家洞見——奧古斯丁 AUGUSTINE (354 - 430)

在奧古斯丁的講道集 (Sermo) 96 中，他說：「甚麼叫作『背起他的十字架』？就是『承受一切使人覺得困擾(沉重、難受)的事』。」這裏的關鍵在於奧古斯丁不先把十字架縮窄為某一種特定形式(例如只等同殉道)，而是把它放在「跟從基督」的日常、具體的門徒生活中理解——凡是因為忠於基督的「品格與誠命」而必然碰到的艱難，都可被辨識為「我的十字架」。

奧古斯丁接著非常牧養式地描繪：一旦人開始照著基督的生活與教訓去跟從，就會遇見三類壓力——「反對者、阻攔者、勸退者」，更尖銳的是：這些壓力有時竟出自「彷彿是基督同伴的人」(quasi comites Christi)。他用一個福音故事提醒：當耶穌行走時，那些阻止瞎子呼喊的群眾也在「與基督同行」。換言之，阻力不一定來自「敵對陣營」，也可能來自「同路人」的誤解、焦慮、或錯置的熱心。這對「背起自己的十字架」的理解非常關鍵——它往往不是你主動去「挑選」的苦，而是當你一心要跟從主時，必然碰上的人際摩擦、制度壓力、甚至教會內部的拉扯。

奧古斯丁接下來給出一個門徒操練的要領：外在的阻力可能是「威嚇，也可能是「甜言 / 安撫式的勸退」。但無論是哪一種，如果你要跟從主，就要「把它轉成十字架；忍耐、背負它，不要在其下屈服。」這句話把「背起自己的十字架」的本質說得很清楚：(1)它是一個「解讀與回應的方式」：把「攔阻」重新命名為「我跟隨基督的十字架」。(2)它不只是「背負痛苦」本身，而是表達「在痛苦中仍不改變方向」的堅忍。

### 反思問題：

你今天遇到的「令你難受的重擔」是甚麼？你願意把它不是先當作「上帝離棄我」的證據，而是當作「我跟隨基督時必然要背起的十字架」，以禱告與堅忍去承受，而不讓苦毒來主導你嗎？

有哪些「威嚇」或「甜言」正在勸你「不要太認真跟從主」？(例如：害怕失去機會、害怕被看不起、害怕與人不同、或用安逸與消費來麻醉焦慮。你

今天可以如何把這些攔阻「轉成十字架」，選擇忠心而不是妥協？) 你可以如何回應這些「威嚇」或「甜言」？

## 3月5日

### 在「愚拙」中看見神的能力：十架神學否定自救可能

作者：陳偉明

經文：哥林多前書 1:18, 23 - 24

18因為十字架的道理，在那滅亡的人是愚拙；在我們得救的人，卻是神的大能。…23我們卻是傳被釘十字架的基督，這對猶太人是絆腳石，對外邦人是愚拙；24但對那蒙召的，無論是猶太人、希臘人，基督總是神的大能，神的智慧。

保羅在哥林多前書一章，刻意把「十字架的道」放進一個鮮明對照：滅亡的人覺得愚拙，得救的人卻經歷神的大能。在古代世界，十字架是最叫罪犯受辱的刑具。若你期待的是一位光鮮、強勢、立即翻盤(像猶太人所期望)的救主，那麼一位「被釘」的基督自然顯得荒謬；若你追求的是一套能自圓其說、能使人自我提升的智慧系統(像不同希臘學派所擁抱)，那麼十字架也顯得不合邏輯。所以保羅直言：猶太人要神蹟、希利尼人求智慧，但他所傳的卻是「被釘十字架的基督」。福音不是迎合人的期待，而是要拆毀人自我拯救的幻覺，將人帶回神救恩的作為。

### 神學家洞見——馬丁·路德 MARTIN LUTHER (1483 - 1546)

1518年，馬丁·路德在《海德堡辯題》提出「十架神學」(theologia crucis)，為我們讀林前 1:18、23-24 提供一把極具穿透力的鑰匙：人真正認識神，不是在可見的成功與榮耀中，而是在十字架的隱蔽、羞辱與苦難裏。路德指出，人在屬靈上很自然會走向一種「榮耀神學」(theologia gloriae)：用可見的能力、成果、宗教成就、理性可證明性來判斷神是否同在。這種心態不一定是反對神，往往反而披著敬虔外衣：我努力做得更好，我更有果效，我就

更像親近神；我越能掌控、越能證明，我就越安心。問題是，這很容易把神變成我用來完成自我工程的工具，把信仰變成「自我造王者(甚至是造神者)」的階梯。相對地，十架神學不是否定神蹟或理性，而是否定人用神蹟與理性來自我確證。路德提醒：神常把自己隱藏在相反之處——在人的軟弱中顯能力，在羞辱中顯榮耀，在死亡中成就生命。救恩不是人靠智慧或能力爬上去，而是神在基督裏降下來，並在十字架上完成拯救。

路德特別強調，背十字架帶有一種「被動性」：不是消極，而是承認主動者是神。背十字架不是苦行式的自我打造，更不是用受苦換取屬靈資歷；背十字架常常是：在你不能掌控、不能自證、甚至覺得羞恥的地方，神拆毀你對成功的迷信與自義的依靠，轉而把你帶回基督的恩典。這也是為何十字架不只是一段歷史，而是門徒生活的形狀——我們在其中學習不再靠「我做得好」站立，而是靠「基督為我釘十字架」站立。

當事奉不似預期、被誤解、被忽略；當家庭、健康或關係顯出限制；當你覺得自己不夠體面、講不出漂亮見證——十架神學提醒你：這未必表示神不在。相反，神可能正在你認為最不光彩的地方工作，使你更深認識那位「被釘十字架的基督」，並在你軟弱處顯出祂的能力。

## **反思問題：**

你最常用哪些「榮耀指標」(成果、掌聲、效率、可控感)來判斷神是否與你同在？若以十字架為標準，你會如何重新解讀當下的處境？

你目前生命中哪一個感到「不體面 / 無力」的地方，可能正是神邀請你更深認識基督、經歷福音能力的所在？

# 3月6日

## 我們不再屬於自己：十字架把人帶回神的同在

作者：陳偉明

經文：馬太福音 16:24 - 25

24 於是，耶穌對他的門徒們說：「如果有人想要來跟從我，他就當捨棄自己，背起自己的十字架，然後跟從我。 25 因為凡想要保全自己生命的，將失去生命；凡為我的緣故失去自己生命的，將尋得生命。(中文標準譯本)

在馬太福音 16:23-25 的段落位於主受難預告(16:21)之後，耶穌先嚴厲指出彼得的「體貼人的意思」其實是在攔阻祂走十字架的道路(16:23)，隨即把焦點從「彌賽亞要不要受苦」轉到「門徒到底是誰」：若要跟隨祂，就必須走「捨己—背十字架—跟隨」的路(16:24)，並以「想救生命反失去；為主失去反尋得」的反轉邏輯(16:25)引導門徒以至世人思考生命真正的意義是甚麼。第25節《中文標準譯本》譯作「尋得(εὕρησει)生命」，比其他如《和合本》的翻譯更貼近原文意思。經文本身已暗示，人本身是迷失的，背起自己的十字架—釘死自己的「老我」—是尋回自己的過程。

### 神學家洞見——約翰·加爾文 JOHN CALVIN (1509 - 1564)

在加爾文神學裏最關鍵的句子就是：「我們不再屬於自己」(“We are not our own.”, Institutes III.7.1)。在《基督教要義》論及基督徒生活的總綱時，他把「捨己」放在起點：既然「我們不是自己的人，乃是主的人」，那麼我們的理性與意志就不再做最終主宰；人生的目的也不再是「合乎肉體的方便」，而是把整個生命導向神的旨意與榮耀。

加爾文把「背十字架」理解為捨己的一個具體分支：這不是抽象理念，而是神在真實生活中對祂兒女的訓練。於《要義》3.8.2，他指出我們天性軟弱，卻又極容易把順境歸功於自己，以致驕傲、自恃；因此，神容許羞辱、貧乏、喪失、疾病等臨到，使我們在承受不了的時刻看見自己的有限，學會呼求並倚靠神的力量。這不是神「要把人弄垮」的殘酷，而是一種屬靈的揭

露：十字架把我們一直不肯承認的真相照亮——我們並沒有自己以為的那麼能、那麼穩、那麼掌控。也正因如此，十字架成為恩典的器具：它拆毀虛假的安全感，好把人帶回真正的避難所。而在《要義》3.8.3，加爾文更進一步說明十字架的果效：患難生忍耐，忍耐力「經驗」，就是神在患難中同在的體驗(experience of God's presence)。意思是：神既應許在患難中與信徒同在，當信徒在苦難裏被神扶持而站住，就在「經歷」中驗證神話語的真實；這種被扶持的經驗，反過來堅固信心，使人對將來更有盼望，因為既已嘗過神今日的信實，就更能倚靠祂明日也必信實。

在加爾文而言，背十字架是被帶進一種更深的神學現實——神的同在與能力在人的軟弱中成為可被經驗的真實。而馬太 16:25「失去生命反尋得生命」常常首先發生在日常的屬靈邏輯裏：當我願意為基督放下自我主權、放下自我保全的執念，我反而在神的保守與供應裏，得著更真實、更自由、更有盼望的生命。

### **反思問題：**

今天在你的處境裏，你最「想救」的是生命的哪一方面(面子、掌控感、安全感、舒適、某種權利)？這種「自救」心態是否正在使你不知不覺地遠離基督的道路？

若「背起自己的十字架」的目的之一，是使你更深經驗神的同在與能力，那麼你願意把哪一件「最想抓緊的事」交託給主，並實際做出一個「讓位」的行動來跟隨祂？

# 3月7日

## 靠聖靈治死身體惡行：不與罪講和的日常戰場

作者：陳偉明

經文：羅馬書 8:13；加拉太書 5:24

羅馬書 8:13

「你們若順從肉體活著，必定會死；若靠著聖靈把身體的惡行處死，必要存活。」

加拉太書 5:24

「凡屬基督耶穌的人，是已經把肉體與肉體的邪情私慾同釘在十字架上了。」

羅馬書 8:13 說：「你們若順從肉體活著必定會死；若靠著聖靈把身體的惡行處死(θανάτουῦτε，現在進行式)，必要活著。」保羅把「死 / 活」放在信徒每天的抉擇裏：不是在談救恩可被我們賺取或失落，而是在指出重生之人若放任「肉體」作王，生命必落在枯竭與敗壞的軌道；相反，若「靠著聖靈」持續把罪的作為處死，就顯出那真正的「活」——與神相交、得著兒女的自由與能力。加拉太書 5:24 進一步說：「凡屬基督耶穌的人，是已經把肉體與肉體的邪情私慾同釘在十字架上了。」這句話同時有「已然」與「仍然」：一方面，屬基督的人在與基督聯合中，已經對肉體的主權做了根本性的否定；另一方面，「釘十字架」也意味著一個緩慢、痛楚、持續的過程——肉體不會立刻噤聲，它會掙扎、會反撲，因此治死不是一次性的情緒決心，而是天天的屬靈操練。

### 神學家洞見——約翰·歐文 JOHN OWEN (1616 - 1683)

在這兩處經文上，約翰·歐文(John Owen)在《論治死信徒心中的罪》中指出，治死罪既不是靠禁慾苦修，也不是靠外在規條把人「管」得更像基督；治死罪乃是聖靈在我們裏面施行大能，並且要求信徒真實地、主動地參與。歐文一方面極嚴肅：若不治死，罪就會治死你——它先奪走喜樂、麻木良心、使禱告變得遲鈍，最後把人拖向更深的捆綁。另一方面他也極溫柔：他

不把治死變成自我拯救的工程，反而堅持治死只可能從福音而來——從與基督同死同活、從稱義的確據、從父神的收納與聖靈的內住而來。換言之，治死不是「為了被神愛」而自虐；治死是「因為已被神愛」而回應。

歐文特別警惕一種在受苦節最容易出現的錯覺：以為只要增加操練(少吃、少睡、少娛樂)，罪就會死去。他指出，外在的節制若不連於聖靈的工作，頂多只是「壓抑」或「換形」：某些罪看似安靜了，實則轉入更隱蔽的形式——驕傲、論斷、自義，甚至以「我比別人更敬虔」來餵養肉體。真正的治死，是把罪當作「敵人」來對付：不是與罪講和、也不是只恨罪的後果，而是恨罪本身對神榮耀的羞辱；並且是對「特定的、常纏累你的罪」下手——找出它的根、它的機會、它的謊言、它的獎賞，再用福音真理逐一拆毀。歐文所說「靠聖靈」並不等於被動等待；相反，它是帶著倚靠去行動：在誘惑臨近時立刻轉向神、在心裏用真理反駁謊言、用禱告求聖靈使基督的十字架在當下變得真實可倚。

因此，背十字架的內在面，在歐文筆下就是：把基督的死「帶進」日常的欲望與決策裏。當私慾說「你非得擁有這個才會快樂」，治死就是在聖靈光照下承認那是偶像，轉而宣告「基督是我的福分」；當怒氣說「你有權報復」，治死就是在十字架前放下自我作王，選擇饒恕或沉默；當貪戀說「你必須被人看見」，治死就是把榮耀歸給主，甘心退到隱密處。

## **反思問題：**

你最常「餵養」而不是「治死」的那一個私慾是什麼？它通常在什麼情境出現、用什麼謊言說服我？

若治死不是靠意志苦撐，而是「靠聖靈把罪致死」，你今天可以用哪一個具體行動(如：禱告、認罪、以真理回應、向肢體求助)來把基督的十字架帶進那個時刻？

# 3月8日

**計算作門徒的代價：不避痛、不棄善**

**作者：陳偉明**

**經文：路加福音 14:27**

凡不背著自己的十字架來跟從我的，也不能作我的門徒。

路加福音 14 章把「作門徒」放在極其清醒的語境：耶穌面向「跟隨祂的大群眾」，用「蓋樓 / 打仗」的比喻，要求人先計算代價，否則就是半途而廢、成為笑柄。門徒不是一種「加上」的宗教熱誠，而是一種身份定位：主明說「不能作我的門徒」。而路 14:27 的「背十字架跟從我」正是這定位的核心記號——它意味著關係、生命、與所有的重新排序。

## **神學家洞見——衛斯理 JOHN WESLEY (1703 - 1791)**

衛斯理在《新約註釋》(Explanatory Notes upon the New Testament)解釋馬太福音 10:38「不背起他的十字架跟從我」時，直接把路 14:27 列為平行經文，並給出一個很具操作性的定義：所謂「背十字架」，就是那種若要避免某些痛苦或不便，必須靠犯罪(作惡)或放棄當作的善(不行善)才能做到的情況；換言之，十字架不是任意找苦吃，而是順服所必然付出的代價。另外，衛斯理《講道集》第48篇〈Self-Denial(捨己)〉的正題經文是路加福音 9:23，但他對「捨己」與「十字架」的拆解，幾乎就是路加福音 14:27 的神學註腳。衛斯理首先把「捨己」從誤解中拯救出來：捨己不是否定受造的良善，也不是把身體當敵人，更不是靠自虐換取屬靈優越；捨己的本質，是在每一件大事小事上，拒絕讓「我的意思」作王，因為「神的旨意」才是受造者唯一正當、不可更改的準則。接著他談十字架：十字架往往就是「與我意願相反、叫我不舒服」的事——不一定是轟烈的殉道，而更常是日常中，為了忠於基督而必須承受的失落、誤解、克制與代價。並且他做出一個對靈修很實用的區分：「背(bear)」十字架，多指忍受那些你無法選擇、無法避免而臨到的；但「背起 / 拿起(take up)」十字架，則更進一步：指你明明可以避開，

卻為了順服神的旨意而甘心選擇那條較痛的路。這不是苦修主義，而是「把短暫的痛，交在永恆的善之下」：為了得著更深的聖潔、更真實的愛，甘心接受神所用的「良藥」。

把這些放回路加福音14章的「計算代價」脈絡，我們就更明白：背十字架不是「我受了什麼苦」，而是「我為了跟從誰而甘心付什麼代價」。在四旬期，讓主把我們帶到一個誠實的盤點：我最不想放手的是什麼？我最想保留主權的是哪一塊？而衛斯理提醒我們，真正的捨己是讓恩典把人從自我中心的捆綁中釋放出來，使我們有能力真實地愛神、也真實地愛人——因為當「自我」退位，「愛」才不再只是情緒或口號，而成為能付代價的委身。四旬期不是靠意志「更像基督」；四旬期是把自己交回給基督：在每天的選擇中，辨認那個「若要避開不舒服就必須妥協」的時刻，然後靠主的恩典，選擇跟隨。十字架因此不只是受苦的符號，而是次序被重整、愛被煉淨、自由被塑造的地方。

## **反思問題：**

近來在哪一個具體處境中，是你面對若要避免某種痛或不便，就必須妥協真理或逃避當行的善？那可能就是我今天要「背起十字架跟從主」的地方。

若把「捨己」理解為「讓神的旨意作為我行事的最高準則」，我最抗拒交出主權的是哪一項(關係、金錢、時間、名聲、前途)？我願意在四旬期做一個什麼小而真實的順服行動？

# 3月9日

## 放下重擔、奔向天家：以更大的喜樂輕看羞辱

作者：陳偉明

經文：希伯來書 12:1 - 2

1我們既有這許多的見證人，如同雲彩圍著我們，就當放下各樣的重擔，脫去容易纏累我們的罪，存心忍耐，奔那擺在我們前頭的路程，2仰望為我們信心創始成終的耶穌。他因那擺在前面的喜樂，就輕看羞辱，忍受了十字架的苦難，便坐在神寶座的右邊。

希伯來書 12:1-2 把信徒生命描繪成一場「奔跑」：我們被「許多見證人」圍繞，當「放下各樣重擔」與「容易纏累人的罪」，就要「存心忍耐」奔那擺在前頭的路；而奔跑的關鍵是「仰望」耶穌——祂既是信心的源頭，也是信心的成全者；祂「因那擺在前面的喜樂」忍受十字架，甚至「輕看羞辱」，如今坐在神寶座的右邊。這段經文把門徒生命放在「受苦後得榮」的跑道上：苦難並非終點，羞辱也不是最後定義信徒人生的東西；屬主的終點是與基督一同得榮。

### 神學家洞見——愛德華滋 JONATHAN EDWARDS (1703 - 1758)

愛德華滋在講道〈基督徒的天路旅程〉(The Christian Pilgrim, 1733)雖以希伯來書 11:13-14 為正題，卻刻意把 12:1 的「放下重擔、忍耐奔跑」納入勸勉的範圍：真基督徒在地上是「客旅」與「寄居者」，因此此生應被理解為朝向天家的旅程，而不是在世上安營。他的比喻非常具體：旅人路上經過花草與樹蔭，住過舒適的旅店，卻不會把那裏當家；他「欣賞」卻不「落腳」，因為終點在心裏。照樣，信徒可以珍惜家庭、關係、工作、成就，但不能把它們當作「我的安息」；我們被召「心裏鬆開」地使用世界，好在神呼召時能甘心離開，願意以天國為至寶。

但「天路」不是浪漫的散步，而是需要取捨的奔跑。愛德華滋直接用希伯來書 12:1 的語言說：我們要以「聖潔的道路」尋求天家，並「放下各樣重

擔」——尤其是那些看似「不一定很壞」、卻會拖慢我們向神的渴慕與順服的「肉體的胃口與偏好」。他提醒：只要它成了絆腳石，再甜美也要放下；因為天路是「上坡路」，與肉體本能相反，所以跟隨基督必然包括捨己、背起十字架、在患難中操練溫柔、卑微、仁愛、忍耐。這就幫助我們分辨：有些痛苦不是「白受的」——它正是我們脫離纏累、學習順服、向天家前進的過程。

那麼，面對羞辱、挫敗、甚至長期的苦難，信徒怎樣才能不灰心？愛德華滋在《意志的自由》(Freedom of the Will)引用希伯來書 12:1-2，指出聖經呈現基督：父所應許的得勝與賞賜(尤其是「得國度、坐在寶座右邊」)確實成為祂順服與受苦的「動機與吸引力」；也就是說，耶穌並非否認痛苦，而是在「更大的喜樂」之光下忍受十架，因而能「輕看羞辱」。這一點極有牧養力量：信徒的「忍耐」不是硬撐的意志力，而是被更大的榮耀重塑了衡量標準——羞辱仍然刺痛，但它不再有最終重量；十架仍然沉重，但它不再是死路，而是通往寶座的道路。

### **反思問題：**

若你把自己看作「客旅」而非「定居者」，你今天最需要「放下的重擔」是什麼？它如何在不知不覺中拖慢你奔向天家的腳步？

愛德華滋強調基督因「擺在前面的喜樂」而忍受十架。你目前最害怕的羞辱或痛苦是甚麼？如今基督已坐在父神的右邊，對你「忍受十架」有何啟發、幫助？

# 3月10日

## 出到營外，就了主去：在城外與受苦者相遇

作者：陳偉明

經文：希伯來書 13:12 - 13

12所以，耶穌也在城門外受苦，為要用自己的血使百姓成聖。13這樣，我們也當走出營外，到他那裏去，忍受他所受的凌辱。

耶穌「在城門外受苦」，為要「用自己的血使百姓成聖」(13:12)；接著作者立刻把視線從「基督做了什麼」轉向「我們要跟隨主到哪裏」——「所以，我們也當走出營外，到他那裏去，忍受他所受的凌辱」(13:13)。「走出營外」是承接贖罪日的圖像(利 16)與希伯來書 13:11 的背景：祭牲的血被帶入聖所，身體卻在營外焚燒。希伯來書的作者引此而指，信徒成聖的過程不只是停留在宗教中心的「聖所」，而是預備要被帶往被排拒之地的羞辱。與基督相遇，不只在殿裏、在體面與秩序中；更是在「城外」——在痛苦、被遺忘、被貶抑之處。

### 神學家洞見——莫特曼 JÜRGEN MOLTSMANN (1926 - 2024)

莫特曼在《被釘十字架的上帝》中，反覆把教會從「聖所式的安全」推向「城外式的連帶」。他指出，上帝不是在苦難之外冷眼旁觀的上帝；相反，十字架啟示那位與受苦者同在的上帝。因此，教會若敬拜被釘的主，就不能只把敬拜縮成一套室內的宗教活動；敬拜必然延伸為「走出營外」的生活姿態：走向受辱者、與被排斥者連帶、在他人的重擔上「與主相遇」。莫特曼所強調的要點是：十字架把我們帶到「外面」，因為基督自己就在「外面」；他甚至以「基督死在城門外、也為城門外的人而死」來表達十字架的指向性：十字架的救贖不是把受苦者留在外面，而是把「外面」納入上帝的救恩敘事之中。

這也解釋了為何希伯來書緊接著說：「我們應當藉著耶穌，常常以頌讚為祭獻給神」(13:15)，並且立刻補上一句：「只是不可忘記行善和分享，因為這

樣的祭物是神所喜悅的」(13:16)。在這裏，敬拜與愛心善行不是兩條路，而是一條十字架形狀的路：口中的讚美若不走向城外的真實人群，就容易變成自我安慰；而行善若不連於基督的十架，也可能倒退為道德優越感或善行功績。希伯來書把兩者綁在一起：敬拜釘十架的主，是願意承擔「與人同在城外」的代價；而真正的行善分享，也是「以祭物獻上」的敬拜。

今天基督徒的歸屬不以「營內的安穩」作終點，而以「到主那裏去」為方向。今天的「城外」可能是：長期情緒困擾卻不敢開口的人；移民後失去身份感、工作受挫的家庭；被誤解的青少年；長者的孤單；以及社會結構下被邊緣化的群體。若十字架呼召我們「走出營外」，那就意味著：我們願意把時間、關注、名聲、甚至某種被誤解的風險，交給「同苦的愛」；不是為了成就感，而是因為主就在那裏。

### **反思問題：**

在你目前的生活與事奉中，哪一個「營內的安全」最容易取代你「到主那裏去」的順服？你願意如何具體地「走出營外」一次(探望、陪伴、捐輸、倡議或承擔一個人的羞辱與重擔)？

你的敬拜(13:15)與你的愛心善行 / 分享(13:16)之間，有沒有被切割的地方？若按莫特曼的十架視角來整合，哪一項需要被更新：你的禱告內容、你的時間配置、還是你對「體面」與「凌辱」的價值判斷？

## **3月11日**

**天天背起合適你的十架：把「被迫」變成「甘心」的節奏**

**作者：陳偉明**

**經文：路加福音 9:23**

23耶穌又對眾人說：「若有人要跟從我，就當捨己，天天背起自己的十字架來跟從我。」

「天天」背起自己的十字架...路加獨特地用「天天」(καθ' ἡμέραν)把「跟隨主」由一次性的決志延伸為日常的、持續的捨己旅程。

## 神學家洞見——司布真 C. H. SPURGEON (1834 - 1892)

在司布真(C. H. Spurgeon)讀路加福音 9:23的靈修文章中，他特別提醒信徒：你「沒有」權利自己打造十字架，也「不被允許」自己挑選十字架；因為我們的「不信」很擅長替自己加造苦架，我們的「自我意志」也很想當主人，選一個看似更體面、較可控、較容易被人稱讚的十字架。但司布真堅持：真正屬主的十字架，是「出於神的愛所預備、所派定」的，因此門徒學的第一課不是精明地換擔子，而是甘心接受、把它當作「徽章與擔子」背起來，不做喋喋不休的挑剔與埋怨。

這就把路加福音9章23節的「天天」落在一個很具體的神學位置：十字架不是你自我修行的作品，而是天父護理之手量給你的道路；你每天背的，往往就是今天必須面對、卻又不能靠自己掌控或粉飾的那一份——一段關係的撕裂、一個家庭責任的重擔、一個身體的限制、一個職場的誤解、一次為良心而付出的代價。司布真在講道中甚至說，許多人的「背架」起初像古利奈人西門一樣，是被「迫」上肩的：外人已經把你看作基督徒，既然十字架的責任已經臨到，倒不如從「被迫」轉為「甘心」，從被動的壓力，轉為主動的跟隨。這正是「天天」的操練：每天把被迫的現實，轉化成「因主而背」的順服。而司布真之所以喜歡用古利奈人西門作例子，是因為西門把抽象命令「背十字架」變成了可看見的圖像。他在一篇講道中明言：西門在十字架路上的角色，成了整個教會與每一位信徒的縮影——「背十字架跟隨耶穌，是忠信之人的職分」；主耶穌曾多次教導人要「天天背十字架跟隨我」，如今竟把這句話「活化」在一個人身上，讓門徒知道：跟隨不是理念，乃是肩頭的重量。更細膩的是，司布真同時守住福音的中心：西門能分擔的，只是「木頭」，不是「贖罪」。他在受難信息裏提醒：沒有人能與基督一同完成贖罪的代價；基督獨自承擔神對罪的憤怒，信徒所背的十字架，沒有一滴是刑罰性的烈怒，乃是塑造性的管教與成聖的道路，是為了使我們更像主、也

使福音藉聖徒的忍耐與勞苦臨到更多人。這能醫治許多信徒的誤會：你今天的苦，不是「神不愛你」的證據；恰恰相反，司布真說那是神以愛所量給你、最適合你肩膀的擔子(不是最輕，而是最合宜)，為要引領你在跟隨主的過程中更深認識祂。

此外，司布真也給「天天」一個帶安慰的向度：如果你正在背一個壓得你幾乎喘不過氣的十字架，請記得—主也曾在路上有西門來幫祂；因此，神也能為你預備一個「西門」：或是一位代禱者、一位同路人、一位在你最難堪時仍願意站在你身旁的肢體。更進一步，他說：若你一時找不到那位「西門」，那就去「做」西門，成為別人的扶持者—因為教會本來就該是歷世歷代「替主扛架」的群體。這樣，「天天背架」就不再只是孤單的硬撐，而是與主同行、也與肢體相交的共同道路；真正的喜樂，不在於避開十字架，而在於十字架路上「與主同在」。

### **反思問題：**

你今天正在背的「十字架」是什麼？你分辨得出：哪些是「不信與自我意志」替你加造的苦架，哪些是「神的愛所派定」要你在其中學習跟隨的擔子嗎？

在你現在的十字架路上，神可能要你尋找一位「西門」來同行，還是要你成為別人的「西門」？

# 3月12日

## 十字架的「不妥協」：先終結舊我，才談復活新生

作者：陳偉明

經文：路加福音14:26-27

26「無論甚麼人到我這裏來，若不愛我勝過愛自己的父母、妻子、兒女、弟兄、姊妹，甚至自己的性命，就不能作我的門徒。27凡不背著自己十字架跟從我的，也不能作我的門徒。」

路加福音 9:23 出現在主耶穌首次預告受難之後：祂把「捨己—背十字架—跟從」從少數核心門徒，擴展到「眾人」。路加福音 14:27 則發生在主往耶路撒冷的路上，面對「許多人」跟隨的熱潮。耶穌以極其尖銳的語言劃出界線：若不把祂置於一切人的關係之上，「就不能作我的門徒」。十字架在此不是某種可選的敬虔加值，而是對「以自我為中心」的敘事作出否定：跟隨基督，必然付代價，且代價涉及自我優先次序的徹底改寫。

### 神學家洞見——陶恕 A. W. TOZER (1897 - 1963)

陶恕在談十字架時，常把我們從「溫柔無痛」的宗教想像拉回福音的真實。他指出，十字架的工作方式不是協商與妥協，而是終止一種既有的生命模式：基督呼召人跟隨祂時所說的「捨己、背十字架、跟從」，其意義正是：十字架不只結束基督在地上的道路，也結束每個真跟隨者那個「亞當式的舊模式」，並把人帶進復活的新生命裏。在陶恕寫的《舊十架與新十架》(The Old Cross and the New)，他批判人把福音降格為「不需要死就可得新生」的心態；真正的十架先使舊人死，然後進入復活生命。陶恕更提醒：羅馬時代「背起十字架上路」的人，實際上已向舊世界告別——不是去改善自己，而是去「結束」自己。十字架不討好人、不保留退路，乃是把整個人處死，好讓神的生命在他裏面開始。他也引用路加福音 14:27：若我們把福音講成「來到耶穌面前就只有舒適、順利、幸福」，其實是在用「現代推銷術」粉飾門徒道路；一旦寒風一吹，人就困惑、退後，因為從未真正「計算代價」。陶恕也很實際地提醒：許多人把一般逆境(病痛、壓力、損失)都稱為

「我的十字架」，但那並不足以構成福音所說的背十字架；因為那些遭遇，義人與不義的人都會經歷。真正的十字架，往往是因順服基督而多出來的「代價」：你明知會失分、會受誤解、會被邊緣，仍選擇忠心；而且這不是被迫的，而是甘心背起。

陶恕談十字架最刺中人心之處，是他拒絕把十字架「柔化」。在他另一本作品《義人之根》(The Root of the Righteous)中，他指出十字架在本質上「從不妥協」，它達成目的的方法，是「殺死對手、終止對抗」，並且因此結束舊有的生命樣式；他引用耶穌的呼召(路 9:23)，強調十字架不但結束基督在地上的生命，也同樣要結束每一個真正跟從者的「舊生命」——那個亞當式、以自我作王的模式。真正的十字架先讓「舊人死」，然後才談復活生命的更新。陶恕並非否定恩典，反而是在保護恩典——因為若沒有十字架對「舊我」的終結，所謂「新生」很容易只變成宗教化的自我改善：外面加上一點敬虔語言，裏面仍是自我中心的王座。

## **反思問題：**

在你目前的生活(家庭、事奉、工作、金錢、名聲、舒適)裏，哪一個領域最容易把「基督優先」悄悄改成「自我優先」？

路加福音 14:27 說「不背十字架就不能作門徒」。對你而言，「背起自己的十字架」最可能意味著哪一種代價(被誤解、失去控制、放下安全感、人生優先次序的重新排位)？你願意如何把這代價交託給主，而不是逃避或美化它？

# 3月13日

## 基督呼召你來死：拒絕廉價門徒生命觀

作者：陳偉明

經文：馬太福音 16:24 - 26

24於是，耶穌對門徒說：「若有人要跟從我，就當捨己，背起自己的十字架來跟從我。25因為凡要救自己生命的，要喪失生命；凡為我喪失生命的，要得著生命。26人若賺得全世界，賠上自己的生命，有甚麼益處呢？人還能拿甚麼換生命呢？」

馬太福音 16:24-26 出現在彼得認信「祢是基督」之後、以及耶穌首次清楚預告受難之後(16:21)。門徒剛想像一位得勝的彌賽亞，耶穌卻把「跟隨」放進「受苦—捨命—復活」的軌道：「若有人要跟從我，就當捨己，背起自己的十字架來跟從我。」這不是額外加上的高階屬靈選修，而是把「作門徒」的本質說穿：跟隨基督，必然走向十字架形狀的生命。「為我喪失生命」揭示價值觀的翻轉：為基督失去，卻真得著；兩組對比(救命/喪命；得全世界/賠上生命)重設價值座標。

### 神學家洞見——潘霍華 DIETRICH BONHOEFFER (1906 - 1945)

潘霍華讀這段經文時，說了一句話：「基督呼召人來，就呼召他來死。」——用以揭露廉價恩典，重申門徒的代價與恩典的關係。他指出：耶穌的呼召本身就包括「老我之死」——自我中心、自我保全、自我稱義那套生命邏輯，被釘在基督的十字架上，人才可能真的「跟隨」。因此，潘霍華在《跟隨基督》(Nachfolge / The Cost of Discipleship)解釋「捨己」時，說「捨己」是只以基督為中心，不再以自我為中心：不再主要看自己，而是看那位走在前頭的主，緊緊跟隨。這就直接對準馬太福音 16章的張力：門徒想保住「自己以為的生命」，耶穌卻要他們把生命交給基督，好得著「真正的生命」。

潘霍華之所以用「來死」來解釋門徒呼召，與他對「廉價恩典」的批判密不可分。他指出：把赦罪理解為不需要悔改與順服，就是把恩典變成「無需作門徒、無需十字架、無需那位道成肉身之基督」的廉價品。相對地，「昂貴的恩典」不是靠代價換取救恩，而是因為這恩典呼召人跟隨基督，並且要人付上生命，卻也因此把真正的生命賜下。這恰好與馬太福音 16:25-26 的兩組對比彼此呼應：你以為「保住」就能「得著」，其實正相反；你以為「得著全世界」就是勝利，其實可能是把自己的生命賠上。

潘霍華自己在納粹時期的見證，使這段經文不只停留在紙上；他最終在 1945 年 4 月 9 日於弗洛森堡集中營被以絞刑處決，印證他所說的「跟隨」確有代價。然而，他的重點從來不是崇拜殉道，而是呼喚教會回到耶穌在馬太福音 16 章所立下的門徒秩序：不是世界替基督加分，而是基督重寫我們的價值觀。

### **反思問題：**

在你來說，甚麼是「得著全世界」？你現在的生活是自己在追求祝福，還是在不知不覺中「賠上生命」？

你作門徒的生命有哪些時候彰顯了福音的「昂貴恩典」，哪些時候似乎讓人以為福音是「廉價恩典」？

## **3月14日**

### **只誇主的十字架：與世界價值體系決裂**

**作者：陳偉明**

**經文：加拉太書 6:14**

14但我絕不以別的誇口，只誇我們主耶穌基督的十字架；因這十字架，就我而論，世界已經釘在十字架上；就世界而論，我已經釘在十字架上。

在加拉太書 6:14中，保羅把他作主門徒的價值座標釘在主的十字架：「但我絕不以別的誇口，只誇我們主耶穌基督的十字架。」這句話出現在書信結尾的「總結與對照」：假教師誇耀外在記號與人的認可(6:12-13)，保羅卻把一切自我稱義的舞台拆掉，只留下十架。耶穌在福音書呼召門徒背起自己的十字架跟隨祂，保羅回應了，更說他——這個被世界價值觀陶造了的保羅——已釘十字架上、死去了、再沒有對保羅的影響力了。

### 神學家洞見——斯托得 JOHN R. W. STOTT (1921 - 2011)

斯托得指出，保羅所用的「誇口」(καυχᾶσθαι)不只是解釋為「炫耀」，更像是把某件事當作人生重心——「以其為榮、倚靠、喜樂、沉醉、為之而活；一句話，我們的『榮耀』就是我們的『執迷』」(to glory in, trust in, rejoice in, revel in, live for... In a word, our 'glory' is our obsession)。因此，十架不是福音的「入門材料」，而是信徒生命的「身份核心」。保羅更說：「因這十字架，就我而論，世界已經釘在十字架上；就世界而論，我已經釘在十字架上。」(6:14 下)這不是逃離世界，而是與「不以神為神」的價值體系決裂：名望、面子、權勢、消費主義式的安全感，都不再是我的誇口。斯托得提醒我們，歷史與宇宙中沒有任何事像十架那樣使人回到真實尺度；就在十架腳前，我們縮回自己真正的大小」(Nothing in history or in the universe cuts us down to size like the cross...It is there, at the foot of the cross, that we shrink to our true size)。

但十架不止於赦罪的根據，也是一條道路。馬可福音 8:34-35 把門徒本質說得乾脆俐落：「若有人要跟從我，就當捨己，背起自己的十字架來跟從我；因為凡要救自己生命的，必喪失生命；凡為我和福音喪失生命的，必救了生命。」這段話緊接在彼得的認信(8:29)與耶穌首次受難預告(8:31-33)之後，換言之，跟隨不是加在信仰之上的「進階選修」，而是當我們承認耶穌是基督、又接受祂走向十架的那一刻，就一併被界定的身份呼召。斯托得認為十架同時呼召我們捨己，也呼召我們在受造身份中重新肯定自己：按神形像受

造、又因墮落需要被救贖。他不是要我們走向自我厭棄的深淵，而是指出：十架把我們從自戀式自愛與宗教式自虐之間，帶到一條更真實的路。

斯托得在《十字架真義》序言用一句話概括這種「十架下的生活」：它轉化一切(transforms everything)，帶來新的敬拜關係、新的自我理解、新的宣教動力，甚至對仇敵新的愛(a new love for our enemies)。這對今日教會尤其尖銳：在撕裂與對立容易升溫的年代，我們可以很「護教」、很「正義」、很懂「靠邊站」，卻不一定更像十架上的基督。十架的倫理不是把人打倒，而是把我們的驕傲打掉；不是叫我們變冷漠，而是叫我們有能力去愛那個不可愛的人，並在真理中行憐憫。最後，斯托得一句近乎告白的話，適合作為今日的結語：「I could never myself believe in God, if it were not for the cross... In the real world of pain, how could one worship a God who was immune to it?」（「若不是因著十字架，我自己決不能信上帝.....在這充滿痛苦的真實世界裏，人怎能敬拜一位對痛苦全然免疫、毫不受影響的上帝呢？」十架讓我們在真實痛苦裏仍能敬拜，因為我們所信的神不是旁觀者；而當我們背起十架跟隨，也是在見證：我所誇的，不是我能控制的人生，而是那位為我捨命、也呼召我捨己的主。

## 反思問題：

斯托得說「我們的『榮耀』就是我們的『執迷』」。今天最吸走你注意力、時間與情緒能量的「誇口」是什麼？它如何與「只誇十字架」互相衝突？

在你目前最困難的一段關係或最尖銳的一場衝突中，十架要你「捨己」的具體一步是什麼？同時，十架又如何讓你在神面前重新得著「真實的自己」？

# 3月15日

## 治死肉體的另一面：在恩典中與聖靈同步

作者：陳偉明

經文：加拉太書 5:24 - 25

24凡屬基督耶穌的人，是已經把肉體與肉體的邪情私慾同釘在十字架上了。  
25我們若靠著聖靈而活，也要靠著聖靈行事。

保羅把成聖的節奏濃縮成兩句：一方面，屬基督的人「把肉體...同釘在十字架上」；另一方面，既然「靠著聖靈而活」，就要「靠著聖靈行事」。

「把肉體釘十字架」是意志性的決定，「靠聖靈而行」是持續性的行動；二者合一構成成聖節奏，背十字架的日常形態就是「在恩典中的治死與活出新生命」。這裏的張力很關鍵：釘十字架像一次清楚的立約抉擇(意志性的決定)，而靠聖靈行事像每天不斷的步伐(持續性的行動)。二者不是兩條路，而是一條路的兩個節拍——在恩典中治死舊人，也在恩典中活出新人。

### 神學家洞見——巴刻 J. I. PACKER (1926 - 2020)

巴刻(J. I. Packer)提醒我們：成聖既不是單靠「硬撐意志力」的道德工程，也不是「放手不管、等神替我做完了」的屬靈惰性。相反，他強調成聖是「被重生的意志在聖靈賦能下，投入主動順服」；也就是說，信心不是逃避努力，而是把努力放回恩典秩序裏——倚靠聖靈而操練順服。

保羅說「肉體」連同「邪情私慾」要與基督同釘十字架，並不是把人性、身體、或正常渴望一概否定；而是把那種以自我為王、抗拒神的內在驅動判了死刑。巴刻很現實地指出：基督徒生命裏有「兩種彼此對立的欲望」在拉扯——一種出於墮落本性「反神的自我中心」，一種出於新生「敬神、愛神的動機」。所以，你覺得掙扎並不稀奇，稀奇的是：在掙扎中，聖靈仍在你裏面維持那個「想討神喜悅」的新渴望。因此，「釘死肉體」首先是一個主權宣告：主啊，我不再把「我想要」當作最高命令；我把自己交回給基督，讓十字架決定我今天要怎樣活。

加拉太書 5:25 的重點是「行事」——像行軍時「保持隊形」、像跳舞時「跟上節拍」。巴刻說得很尖銳：若把聖靈的工作看成表演性的能力(恩賜、效率、影響力)而忽略生命的果子(基督般的品格)，這種心態是「需要被糾正」的，因為聖靈最終要塑造的是像基督的生命。換言之，今天「與聖靈同步」不一定表現在你做了多轟動的事，而是表現在：你在家庭、職場、教會、隱密處，是否更像主耶穌——更真實、更謙卑、更仁愛、更節制。

當欲望甦醒時，背十字架不是等到晚上反省才處理，而是「即時轉向基督」。巴刻在論及屬靈生活時，把聖靈描述為「基督的聚光燈」：聖靈的工作核心是使人看見、愛慕、倚靠基督——不是叫人一直盯著「我有多屬靈」，而是把人帶到基督面前。這也解釋了為何「把肉體釘十字架」與「靠聖靈行事」必須合一：你若只講釘死，容易走向自責、緊繃、甚至法利賽式的焦慮；你若只講聖靈帶領，卻拒絕真實抵擋罪，容易滑向把順服外包的被動。巴刻要我們走的是第三條路：在試探臨到的當下，主動轉向基督，求聖靈加力，並立刻採取順服的下一步。這就是十字架的「日常形態」——即時的治死，即時的活出。

## 反思問題：

今天若當你的「邪情私慾」甦醒時，你更常採取哪種反應：靠意志硬撐、屬靈化地拖延、還是立刻轉向基督並求聖靈賦予你能力？為什麼？

巴刻提醒「品格重於表現、果子重於恩賜」。今天你最需要與聖靈「同步」的具體一步是什麼，好讓人從你身上更看見基督？

# 3月16日

## 十架形式的生命：神國子民得勝的方式

作者：陳偉明

經文：路加福音 9:23(參可8:34 - 35)

23耶穌又對眾人說：「若有人要跟從我，就當捨己，天天背起自己的十字架來跟從我。」

耶穌說：「若有人要跟從我，就當捨己，天天背起自己的十字架來跟從我。」這句話在今天常被「屬靈化」為一種抽象的忍耐；但在耶穌的時代，「十字架」首先不是宗教裝飾，而是羅馬公開處決的語彙：被判死刑的人，往往在鞭打後被迫拖著(或背著)刑具的橫木走向行刑地點，那是一條被眾目注視、充滿羞辱與無力的死亡之路。

### 神學家洞見——賴特 N. T. WRIGHT (1948 - )

賴特在《馬可福音．真是這樣？ / 路加福音．真是這樣？》(Mark for Everyone / Luke for Everyone) 中指出：耶穌把門徒置於自己使命的軌道上，日復一日活出十架形式的生命(cruciformity)—這是神國得勝的方式。賴特在多處談十字架時都堅持：十字架不只是一個「耶穌替我做完了的事件」，更是一種「耶穌正在召我活出來的方式」。他指出，十字架的神學若停在概念層面就不完整；十字架必然流向門徒群體的生活實踐—像主一樣去洗腳、結果子、並以使命更新世界。

因此，背十字架不是把人生縮小成「苦行」；恰恰相反，它把我們的人生放大到神國度的新創造計畫裏：我今天在一個關係裏選擇不報復、在一個權力位置上選擇不操控、在一個資源分配上選擇不自保、在一個公眾場域選擇不靠謊言維持形象—這些看似微小的「死」，正在被神納入彌賽亞得勝的方式之中。那麼，這個四旬期可以如何操練「天天背十字架」？不妨用三個很具體的「日常版本」來對照：

當我最想抓緊主導權時：我是否願意把生命最終的主權交還給主？(捨己)

當忠於基督會帶來代價時：我是否仍選擇走正直與愛的路，而不是走捷徑？  
(背十字架)

當我只想保住自己時：我是否願意像主那樣把自己擺上一時間、注意力、關懷、赦免、服事？(跟從我)

這裏也能與巴刻「與聖靈同步」的提醒互相照亮。巴刻警告教會不要把屬靈生命誤判為「表現」或「能力展示」：若把聖靈的恩賜看得比聖靈的果子更重要，就在屬靈上「失焦」了；真正的目標是被塑造成基督樣式。而「十架形的生命」正是聖靈結出基督樣式果子的土壤：天天向自我死一點點、向愛活一點點，久而久之，門徒的生命就會有一種「不像世界、卻更像耶穌」的氣味。

願主使用預苦期把我們帶回這個核心：耶穌不是呼召我們成為「更會宗教禮節和術語的人」，而是呼召我們成為「更像祂的人」。背十字架的路徑並不容易，卻有盼望。因為這條路的終點不是死亡，而是復活；不是自我耗盡，而是新創造的開始。

## **反思問題：**

巴刻提醒我們不要把焦點放在「做了多少、表現多強」，而要看重聖靈的「果子」與基督樣式。今天你最容易用哪一種「表現型敬虔」來取代「十架形生命」的真實跟隨？

若「天天背起自己的十字架」是一種成聖節奏：向自我死、向基督活——那麼今天你可以在哪一個具體場景(關係、金錢、名聲、控制、時間)做出一個小小卻清楚的「背起自己的十字架」決定，好讓聖靈在你身上結出更像基督的果子？

# 3月17日

## 失去而得著：把自我交給被釘的王，效法基督

作者：陳偉明

經文：路加福音 9:23 - 26

23耶穌又對眾人說：「若有人要跟從我，就當捨己，天天背起自己的十字架來跟從我。24因為，凡要救自己生命的，必喪失生命；凡為我喪失生命的，他必救自己的生命。25人就是賺得全世界，卻喪失了自己，賠上自己，有甚麼益處呢？26凡把我和我的道當作可恥的，人子在自己的榮耀裏，和天父與聖天使的榮耀裏來臨的時候，也要把那人當作可恥的。」

在這十四天與神學家默想「背起自己的十字架」這主題時，讓我們重溫一下：路加福音第九章是一個轉捩點：彼得認出耶穌是「神所立的基督」之後，耶穌立刻談到自己必須受苦、被棄、被殺、並復活，接著就把同一條路放在「眾人」面前——不是只給少數精英門徒的進階課，而是所有願意跟從祂之人的門徒召命。耶穌的呼召有清楚的次序與節奏：「要跟從我」先提出方向，然後是「捨己」，再是「天天背起自己的十字架」，最後是「跟從我」。這不是四個彼此獨立的口號，而是一個生命的路徑：先確立歸屬(來)，再交出主權(捨己)，再承擔代價(背起自己的十字架)，再在日常裏持續同行(跟隨)。因此，「背十字架」不是泛指人生的一切難處，而是與耶穌同走一條以十架為中心的道路：放下控制、準備承受拒絕與損失。

### 神學家洞見——凱勒 TIMOTHY KELLER (1950 - 2023)

凱勒在《被釘十架的王》強調：主的呼召代價高，但恩典更高；背十架不是自我貶抑，而是進入因福音而來的新身份與自由。他提醒我們，耶穌呼召我們「放棄掌控」，在跟隨中可能經歷苦難與被拒，但也正是在祂裏面，「得勝要藉著受苦而來」，並使我們愈來愈像祂。他把第24-25節的兩組對比把十架之路的「理由」說得極尖銳：想「救」生命，反而喪失；為耶穌「喪」失生命，反而救了。凱勒特別提醒，這裏「生命」不只是肉身存活，而指向人的「自我」(ψυχή)，即我們用來建立身份與價值感的內在核心；世界通常

用「得著」來換取「自我」——成就、關係、金錢、形象——但「得全世界」也給不了穩固的自我。耶穌不是要你失去人格，而是要你「失去舊的得我方式，得著新的真我」：把整個生命建基在祂是誰、祂做了什麼，你才會有「穩定的自我」，因為人本來就是被造來認識祂。這樣看，背十字架就不再是「靠苦行換上帝」，而是「因福音得自由而願意付代價」。

凱勒在談門徒道路時，把整體歸納為三個彼此連動的果效：設定新的優先次序、得著新的身份、並活出新的憐憫。我們之所以能放下舊的自我工程，是因為耶穌先以十字架的方式作王——「藉著被定罪、藉著死、藉著心被打碎而拯救」。十字架把我們的安全感來源重新排列：真正保你到底的，不是你握住什麼，而是你被誰握住。最後，第26節把門徒道路放在末後的光中：若以耶穌和祂的道為恥，終必在祂榮耀顯現時蒙羞。這不是恐嚇式的操控，而是揭示身份真相：你最終以誰為榮，誰就成為你真正的主。若我們把「不被人笑、維持體面、保住圈子」當作最高價值，就很難不在關鍵時刻對福音沉默；反之，若我們每日在小事上選擇忠心——承認基督、順服真道、以憐憫回應敵意——就會在世界的壓力下被塑造成更像主的人。

## 反思問題：

我今天最想用哪一件事(成就、關係、金錢、形象、控制)來「救自己、證明自己」？若把它交給基督，實際要放下的是什麼？

在我所處的家庭 / 職場 / 教會中，我最容易因怕尷尬或失去因而對耶穌「感到羞恥」的情境是什麼？我可以如何以更清晰的方式承認祂、跟隨祂？

這十四天過後最深刻聽到聖靈藉神的話呼召你回應祂而做的事情是甚麼？

# 2026年3月18日

作者：蔡少琪

## 簡短序言

自十三世紀起，不同形式的〈苦路默想〉(Via Dolorosa)逐漸在歐洲流行起來。在1458和1462年，英國朝聖者威廉·韋伊(William Wey，約1407–1476)兩度造訪聖地，並在旅行記錄中最早使用「站」(station)，去描述約十四個停留點，作為默想耶穌受苦的方式。他的記錄中只有五個站點與後來天主教流行的十四站大致相同。現代天主教的十四站苦路於十八世紀逐步標準化，但其中許多內容(如耶穌三次跌倒、維羅妮卡擦臉)都是出自民間傳說，非源自聖經的記載，因此許多更正教信徒對此抱持保留，甚至抗拒。

近年來，〈聖經苦路默想〉(Scriptural Stations of the Cross)成為更受歡迎的替代。依照今年《爾道預苦》的分工，我負責2026年3月18日至4月5日期間最後十九天的默想，設計涵蓋〈聖經苦路十四站〉與〈埋葬和復活五講〉的安排。祈願藉著寶貴的聖經教導與主耶穌的親身經歷，引導我們一步步走過耶穌的苦路，更深體會主的心腸。從最後晚餐到空墳墓，透過每日經文的反思、祈禱與實踐，我們不僅能更深與主聯合，並更能渴望效法基督，甘心背起自己的十字架，立志一生事奉主，活出為主發光的人生；在這充滿艱難、灰心與憂鬱的世代裡，唯獨基督、信靠基督、傳揚基督、榮耀基督。

## 愛到底，為失敗者洗腳

### 經文：約翰福音13:1-5

1逾越節以前，耶穌知道自己離世歸父的時候到了。他一向愛世間屬自己的人，就愛他們到底。2晚餐的時候，魔鬼已把出賣耶穌的意思放在加略人西門的兒子猶大心裏。3耶穌知道父已把萬有交在他手裏，且知道自己是從神出來的，又要回到神那裏去，4就離席站起來，脫了衣服，拿一條手巾束腰，5隨後把水倒在盆裏，開始洗門徒的腳，並用束腰的手巾擦乾。

在預苦期，默想和預備主耶穌的受難時，最讓人感受深刻的是主耶穌的最後晚餐，為門徒洗腳、被猶大出賣、被門徒不認，且遭到不公義的審判，被羞辱鞭打，被釘死在十字架上。這次我們會藉著〈聖經苦路十四站〉與〈埋葬和復活五講〉分享今年《爾道預苦》最後十九天的默想，默想耶穌，默想與主聯合的道理。

按照約翰福音的記載，這最後晚餐是發生在逾越節的前一天，是當年的禮拜四晚上。約翰記載，耶穌受死的那天是「預備逾越節的日子」，並記載在審判的早上，眾人不敢進入衙門，是「恐怕染了污穢，不能吃逾越節的筵席。」所以，耶穌在十架上受死的時間，就如逾越節要預備羔羊獻祭的時候，主耶穌就是神預備的「逾越節的羔羊」。施洗約翰兩次見證說：「看哪，神的羔羊，除去世人的罪的！……看哪，神的羔羊！」(約1:29, 36) 在耶穌受死的細節上，約翰特別指出：兵丁見耶穌已經死了，就不打斷祂的腿。這要應驗經上的話：「他的骨頭一根也不可折斷。」(約19:33-36)正如逾越節的羊羔「骨頭一根也不可折斷。」(出12:46)約翰福音教導我們：主耶穌是父神的獨生子，是要來的彌賽亞(基督)，也是要拯救萬民的王。

但這位最高貴的王卻取了最卑微奴僕的形象，不單服侍眾人，更取了奴僕中最卑微的角色，為眾門徒洗腳。洗腳的工作是高等的奴僕也不願做的，只留給較卑微的奴僕去做。耶穌的道成肉身和降卑是從至高王的位置，降卑到至低奴僕的服侍。耶穌說：「人子來，並不是要受人的服事，乃是要服事人，並且要捨命作多人的贖價。」耶穌教導我們：「誰願為首，就必作所有人的奴僕(slave of all)。」(可10:44-45)耶穌的動機和推動力，就是愛：愛人到底。

約翰說：「他就愛他們到底。」最感動我的，就是主耶穌也為猶大洗腳。耶穌預知猶大會出賣他，是屬魔鬼的！(約 6:70; 13:27)猶大是最可恥的仇敵！但耶穌竟然為最卑鄙的仇敵洗腳！耶穌這洗腳彰顯祂的愛有多深：愛仇敵。上帝的羔羊承擔所有人的罪，包括最壞的人的罪！任何人(包括最壞的人)只

要真心悔改信主就能得救！耶穌的洗腳彰顯救恩的深度：任何人，神都愛！任何人，神都要拯救！我們呢？我們有基督的心腸嗎？

### **禱文：**

天父，感謝主耶穌謙卑服事我們這些失敗者，為我們這些無用和失敗的人洗腳；求祢幫助我們也能學會愛人到底，對曾失敗和將會失敗的人，仍能愛他們到底。奉主名求，阿們。

### **默想：**

真正的與主聯合，就必須明白主耶穌的心腸：耶穌愛人至極，為不認祂的門徒、為出賣祂的仇敵洗腳；並不斷施恩、赦免，陪伴我們這些「一生不斷有失敗的人」。罪惡就如漆黑的烏雲，將我們與神隔絕。若非上帝的羔羊親臨，愛我們到底，我們無法蒙恩得救。主啊，求祢助我學習愛人到底，學習服侍失敗者，對失敗者仍懷憐憫。

## **2026年3月19日**

### **流寶血立新約、齊委身救萬民**

**作者：蔡少琪**

### **經文：馬可福音14:22-25**

22他們吃的時候，耶穌拿起餅來，祝福了，就擘開，遞給他們，說：「你們拿去，這是我的身體。」23他又拿起杯來，祝謝了，遞給他們；他們都喝了。24耶穌對他們說：「這是我立約的血，為許多人流出來的。25我實在告訴你們，我不再喝這葡萄汁，直到我在神的國裏喝新的那日子。」

最後晚餐的核心，是耶穌預言祂將流寶血立新約，為多人受死代贖，並成為萬民的救主。最後晚餐啟發早期教會發展出主餐禮儀，讓我們在記念中經歷恩典。今天，我們從四個角度來探討主餐的豐富意義。然而，教會歷史警惕

我們，若過分執著細節的分歧，這本該帶來合一的聖禮，反倒成為阻礙相交的絆腳石。

以「餅」(artos)一詞為例：耶穌曾宣告：「我就是生命的糧」(artos；約6:48)。最後晚餐中，餅的原文的用字(artos)通常指有酵的麵包；但既然這是逾越節晚餐，按傳統應使用無酵餅(azymos)。因此，主餐是用有酵餅還是無酵餅，就引發重大分歧。有些學者指出，原文的用字(artos)在某些用法也包括無酵餅。歷史上，早期教會在愛宴(agape)聚會中，常「擘餅」(artos)，多用有酵餅(徒2:46)。西方教會後來依循逾越節傳統，轉用無酵餅；東方教會則延續有酵餅的習俗。分歧直到1439年佛羅倫薩會議才化解，議決：「基督身體確可在無酵和小麥發酵的麵包中真正形成……每教士可依其西方或東方教會習俗。」「只見樹木、不見樹林」常惹紛爭。讓我們超越分歧，專注主餐核心意義。

「十架的鏡子」(A Mirror of the Cross)：主餐讓我們重溫基督受辱與受死——流寶血、背十架！基督徒之路必有十架，但不會重過主恩典。逃避十架者錯過主餐真義。每領主餐，如明鏡提醒：靠主在風雨人生路上堅定前行，不懼死亡，持定永生。

「愛的誓言」(A Vow of Love)：主餐宣告神無盡的愛——祂超愛世人，愛我們到底！縱使我們軟弱失信，如門徒三次否認，祂絕不放棄：呼召挽回，讓我們如使徒成為忠心僕人。每領主餐，如重溫婚姻誓言：在順逆中，神永不離棄，我們也要一生愛主。

「得勝的應許」(A Promise of Victory)：主餐預告神國來臨，見證基督復活！在十架黑暗中——門徒四散、天地昏暗、魔鬼狂傲——看似全敗，卻宣告死亡敗亡、審判將臨、天門洞開！每領主餐，如列隊凱旋，黑暗必敗，基督必勝，我們必得勝凱旋！

「使命的同擔」(A Shared Commitment to Mission)：主餐提醒我們，最寶貴的宴席在天國，我們雖在地上寄居，卻充滿使命！主血為多人而流，要引領

萬民歸主！每領主餐，如天軍出發：定睛元首、昂首闊步、齊步同心、忘記背後，向標竿直跑，面帶主光、震動萬國。

### **禱文：**

天父，感謝主耶穌在最後晚餐，藉著將要流的寶血設立新約，應許信祂者得永生！每領主餐，讓我們以十字架為鏡，深領主愛、定睛元首。求祢幫助我們超越分歧，同擔使命，同作天軍，引萬民歸主，得勝凱旋。奉主名求，阿們。

### **默想：**

最後晚餐中，耶穌以十字架寶血立新約，應許救恩與永生。我們寄居地上，應如天軍出征：同心齊步、忘記背後、向標竿直跑、面帶主光、渴慕主來。並且，主的寶血要洗淨一切罪孽，也要帶來饒恕、赦免與合一。

## **2026年3月20日**

### **眾人誇口，眾人失信**

**作者：蔡少琪**

**經文：馬太福音26:31-35**

31那時，耶穌對他們說：「今夜，你們為我的緣故都要跌倒。因為經上記著：『我要擊打牧人，羊就分散了。』32但我復活以後，要在你們之前往加利利去。」33彼得回答他說：「即使眾人為你的緣故跌倒，我也絕不跌倒。」34耶穌說：「我實在告訴你，今夜雞叫以前，你要三次不認我。」35彼得說：「我就是必須和你同死，也絕不會不認你。」所有的門徒都是這樣說。

經歷失敗與自省，是通往更深認識主與順服主的必經之路。彼得的不認，讓我們引以為鑑：從誇口到大失敗，警惕歷代基督徒，人別無可誇。但主再提拔他，從失敗者轉化為早期教會開創先鋒、佈道家與殉道士，這轉變帶給我

們無限激勵。然而誇口和失信並非彼得獨有：眾使徒皆曾誇口，全體失信、背棄主而四散。無人完美，無人無罪，無人能靠己獨行十架路！但除猶大外，他們盡被主恩轉化為至死忠心的使徒。全是恩典，唯主可誇！

### **眾人豪言，眾人失信 (ALL BOAST, ALL FAIL)**

「眾門徒都是這樣說。」失敗非彼得獨有。當耶穌被捕，門徒四散逃亡，唯彼得仍尾隨進大祭司院子！眾人豪言，眾人失信！每思基督受難，每思門徒自誇，反思自身：一生曾豪言幾回，卻失信幾回？主說：「你們為我的緣故都要跌倒。」多麼扎心！我們豈不該為主至死忠心？卻因私慾、名利、安危，屢不認主。求神讓我們再反思、扎心、痛哭、痛悔！

### **領袖豪言，慘敗收場 (LEADER BOASTS, LEADER FAILS)**

彼得三次不認主：作為領袖，成功常被誇大，失敗卻遭放大——領袖的代價！彼得比其他門徒更自誇，結果敗得更慘：先被使女質疑「你同那加利利人耶穌一夥的」，被另一使女追問時，他否認：「我不認得那個人。」最後，無名群眾指出「你的口音把你露出」，彼得起誓：「我不認得那個人！」立時雞鳴。不警醒的領袖，面對風暴試探，必慘敗收場！

### **忠誠誓言，暗藏驕傲 (LOYAL OATH, HIDDEN PRIDE)**

耶穌宣告：「你們都要跌倒，四散！」彼得豪言回應：「眾人雖跌倒，我永不！」壯語豪言深藏驕傲：眾人不能，唯我能；眾人膽怯，唯我勇；眾人失敗，唯我勝！耶穌警惕他：「天未亮，雞鳴前，你要三次不認我。」自信的彼得駁斥耶穌：「我寧與你同死，絕不認你！」結局如何？領袖最大危機，乃「驕傲！」唯一出路：「謙卑靠主！」

### **主恩再造，唯主可誇 (GRACE ALONE, CHRIST ALONE)**

眾人誇口！眾人失信！眾人失敗！這是耶穌受難神學核心教導：世人無一義者，無人可誇！但主耶穌復活後，神將這失敗團隊轉化為精兵——早期教會開創先鋒，至死忠心的僕人！每逢軟弱、灰心、退縮，再思彼得與門徒，主

恩湧入心頭！我們不能，我們膽怯，我們失信；但神永不失信！主恩浩大，夠用一生！唯獨基督，唯獨恩典，別無可誇！

### **禱文：**

天父，赦免我像門徒般常常誇口卻失信，忽略自身軟弱，輕視基督訓誨。求祢鑒察我心，揭露隱藏驕傲，讓我每日緊靠祢——離開祢，我一無所能，必然失敗。保守我們眾僕人，每天謹慎自守，遠離誇口與失信的試探！當我們軟弱時，再憐憫我們，將失敗化為寶貴教訓，讓我們事主到底，至死忠心。奉主名求，阿們。

### **默想：**

彼得與門徒動機雖良，卻忽略軟弱、隱藏驕傲，最後失敗！我們也常在熱心與失敗間搖擺。但神能陶造失信的彼得與門徒，成為精兵！要求神鑒察我們：棄絕自誇，謙卑靠主！

## **2026年3月21日**

**夜跪客園、汗如血滴、苦杯獨嘗、父旨獨擔**

**作者：蔡少琪**

**經文：路加福音22:39-45**

39耶穌出來，照常往橄欖山去，門徒也跟隨他。40到了那地方，他就對他們說：「你們要禱告，免得陷入試探。」41於是他離開他們約有一塊石頭扔出去那麼遠，跪下禱告，42說：「父啊！你若願意，求你將這杯撤去；然而，不是照我的意願，而是要成全你的旨意。」43〔有一位天使從天上顯現，加添他的力量。44耶穌非常痛苦焦慮，禱告更加懇切，汗如大血點滴在地上。〕45禱告完了，他起來，到門徒那裏，見他們因為憂愁都睡著了，

每逢艱難深夜，孤獨情懷常湧心頭！面對危險抉擇，渴慕有伴相隨、有路可避！卻往往獨自上路，獨擔重擔。基督徒如此，領袖更甚！在人生和事奉最

凶險時，內心不由哀嘆：「真孤單！」許多艱辛無法傾訴，痛苦無人明白，重擔無人分擔，唯從耶穌尋共鳴——在客西馬尼園，主更孤單、更艱難、更勇敢：夜跪客園、汗如血滴、苦杯獨嘗、父旨獨擔！

讓我們重回耶穌的客西馬尼園！那是深宵月夜，耶穌與父傾心，汗如血滴，經過痛苦掙扎，立志背負十架。但門徒沉睡，猶大親吻出賣，四散背棄。那夜的客園，對耶穌，是孤單園、煎熬園、禱告園、順服園、立志園；對他人，是沉睡園、背棄園、不義園。我們自己的客園呢？是親近神的順服園？還是隨眾沉睡、失信、背叛的不義園？

整本聖經提到四個重要的園子：伊甸園、客西馬尼園、墳墓園、樂園。

**伊甸園**：曾是美麗園，今是墮落園！曾是最美的地方，但人被魔鬼誘惑，無甚掙扎就墮落沉淪，禍害世人！

**客西馬尼園**：是獻身園！聖子道成肉身預備十架路；經歷人性煎熬後，再次決心為萬民犧牲自己！

**墳墓園(約19:41)**：是得勝園、復活園！主耶穌安葬於此，但復活後只留空墓，見證勝過死亡的復活！

**樂園(路23:43)**：是萬福園、永樂園！主應許悔改的信徒永享福樂，如十架上悔改的強盜，今日與主同在樂園。凡信祂的，都得永生！

在那夜的客西馬尼園，主耶穌心靈極其難過、幾乎要死，渴慕有人同行，門徒卻都沉睡！內心極痛爭戰，汗流如血！聖潔的主本不該承擔罪債，不該受極羞辱的苦杯，並要與父隔絕，經歷「我的神，我的神，為什麼離棄我！」但祂愛人到底，尊父到底，立志順服，說：「不要成就我的意思，只要成就你的意思。」

每次回到自己的客西馬尼園：要堅持禱告！跪下禱告！傾心吐意，求神加力改變內心，直到如主般再次決心順服：「只要成就你的意思。」最艱難、最危險的時刻，就是最需要禱告的時刻！禱告是我們最好的武器，最智慧的出路！

願每一個弟兄姊妹的客西馬尼園都是禱告園和獻身園！

## 禱文：

天父，在客西馬尼園，我們的主為我們極痛掙扎，但門徒沉睡不醒；當我們面對人生艱難、內心爭戰時，求祢喚醒我們！幫助我們不隨眾沉睡、不失信背義！讓我們能如主一樣，跪下禱告、親近祢、傾心吐意、蒙祢加力、立志順服。奉主名求，阿們。

## 默想：

在客西馬尼園，主耶穌極痛掙扎、卻順服；門徒沉睡、終失敗。這警示我們：在自己的客園，當親友有需要、教會遇艱難、世人有呼求時，勿冷漠沉睡。求神喚醒我們，帶使命，一生陪伴主與人走十架路。讓我們的客園成為禱告園、獻身園！

# 2026年3月22日

## 猶大墮落出賣主！我們會否成為猶大？

作者：蔡少琪

經文：馬太福音26:47-50

47耶穌還在說話的時候，十二使徒之一的猶大來了，還有一大群人帶著刀棒，從祭司長和百姓的長老那裏跟他同來。48那出賣耶穌的給了他們一個暗號，說：「我親誰，誰就是。你們把他抓住。」49猶大立刻進前來對耶穌說：「拉比，你好！」就跟他親吻。50耶穌對他說：「朋友，你來要做的事，就做吧。」於是那些人上前，下手抓住耶穌。

我們會不會成為出賣耶穌的猶大？

最讓神傷心、最讓人痛心的，是教會往往出現許多猶大！

願我們不會成為猶大！

加略人猶大是誰？

猶大出身猶大地區，耶路撒冷南部小鎮，是十二使徒中唯一非加利利人，社會技能勝過多數使徒。骨子裡視加利利人為「鄉下人」，看不起他們鄉音。起初熱心仰慕耶穌，老遠跟隨，憑管理能力得管錢囊職分(約12:6)；但他愛瑪門勝過愛神！耶穌高舉天國、非建立地上王國，並預言自己被害；隨後，猶大漸遠離，並常偷錢自利，最後聯絡權貴賣主求利——三十個大銀幣(等同四月薪或一奴隸價)。(出21:32)曾是熱心使徒，今成賣主叛徒。

用現今用語，猶大就像「很現實、多變的野心白領」基督徒，有表面的敬虔，無內心堅定。專業技能強、擅長管錢，卻偷錢；看不起貧窮基層，自認優秀。曾熱心事奉！但因「無利」灰心，漸不愛天國，只愛地上榮華；甘作叛徒，賣主賣友。一時得權貴支持，卻最終被藐視。出賣靈魂的代價：悔恨、無人憐憫、自殺身亡、遺臭萬年。

要不成為猶大，我們必須逃避猶大的三大屬靈失敗：

「以貌取人，愛己利多於愛人」：耶穌選擇作被人輕視的加利利的拿撒勒人！若以貌取人、過分追求私利，面對壓迫或名利試探，就易逃避十架，變成猶大。

「愛錢多於愛神」：不能又愛瑪門，又愛主！我們需錢生活，但有衣食就知足。要能處富處貧，別讓貪婪毀靈魂！「心中習慣了貪婪，正是被詛咒的種類！」(彼後2:14)

「愛地上榮華，多於愛神國」：耶穌一生教天國道理。地上福樂美麗，但若與神的道有衝突，我們必須選天國——我們是寄居的！執著榮華者，必離棄主，步猶大後塵。

你遇見過當代的猶大嗎？求神憐憫我們！不要讓我們變成猶大！

**禱文：**

天父，猶大藉親嘴出賣主，真恐怖！我又如何？一生中，我曾多少次不認祢？但祢像對彼得一樣，給我回轉的機會。求祢保守我，不要墮入「愛己利

多於愛人、愛錢多於愛神、愛榮華多於愛神國」的網羅裡！若我軟弱，求神警告、挽回！不要讓我成為猶大！求神憐憫！奉主名求，阿們。

## 默想：

在背叛夜，猶大以親吻出賣耶穌，賣主求小利。我們常在小利上妥協信仰，出賣主！真可悲！口稱「主啊，主啊」，卻不尊主為大，往往容易走上猶大式背叛。天父，求祢更新我們的心，不貪名利、錢財和榮華，賜我們決心愛神多於一切！

# 2026年3月23日

## 三次否認，耶穌回望

作者：蔡少琪

經文：路加福音22:54-62

54他們拿住耶穌，把他帶走，進入大祭司的住宅。彼得遠遠地跟著。55他們在院子中間生了火，一同坐著，彼得也坐在他們當中。56有一個使女看見彼得面向火光坐著，就定睛看他，說：「這個人素來也是同那人一起的。」57彼得卻不承認，說：「你這個女人，我不認得他！」58過了一會兒，又有一個人看見他，說：「你也是他們一夥的。」彼得說：「你這個人，我不是！」59約過了一小時，又有一個人堅持說：「他實在是同那人一起的，因為他也是加利利人。」60彼得說：「你這個人，我不知道你在說甚麼！」正說話之間，雞就叫了。61主轉過身來看彼得，彼得就想起主對他所說的話：「今日雞叫以前，你要三次不認我。」62他就出去痛哭。

短短一小時內，三次不認，三次軟弱：「我不認識耶穌！」「我不是一夥的！」「我不知道！」我們在試探壓力下，也常如此！你會步彼得後塵嗎？

彼得如鏡子：太多人先誇口跟主，後在危機中否認主。更可惜，我們常隱瞞軟弱，試圖掩蓋失敗。但彼得勇敢面對，公開失敗，成為教訓。

耶穌回望：那一望，讓彼得扎心，是挽回的開始！主恩不斷，主再給彼得三問：「你愛我嗎？」主沒有撇棄我們。回想你經歷的「耶穌一望和三問」！要悔改歸主，堅定跟隨！

能經歷「耶穌一望和三問」的人有福了！神對我們的栽培是一生之久：從呼召「你要跟從我」，到「一望」與「三問」，耶穌的慈望和愛問都給了極大幫助！求神永不離棄我們，讓我們對「一望」扎心，對「三問」回應：「我在這裡，請差遣我！」

約翰·牛頓(《奇異恩典》作者)在最低谷時經歷神拯救。他曾從事黑奴貿易，過浪蕩罪惡生活。1748年，22歲時，在暴風雨中，船隻瀕臨沉沒。半夜醒來，船艙灌水，他哀求：「主啊，可憐我們吧！」奇蹟般，貨物滑移堵住破口。傍晚六點，曙光乍現。他見證：「我想看神的手介入。我開口禱告，卻無法表達信心；……我的呼求如同烏鴉的鳴叫，但主不忽視它。」多年背離信仰，神仍拯救！約翰·牛頓視3月10日為永記之日：「神從高天伸手，將我從深水救出。」之後他掙扎多年：30歲認真讀經，32歲申請作牧師，39歲受按立。1772年，47歲時寫下《奇異恩典》：「奇異恩典，何等甘甜，我罪已得赦免；前我失喪，今被尋回，瞎眼今得看見……許多危險、試煉、網羅，我已安然經過。」他作牧者後反對黑奴貿易，成為多人的祝福。《奇異恩典》後由美國作曲家William Walker於1847年配曲，感動世人。約翰·牛頓臨死遺言：「我是大罪人！基督是大救主！」

不認主的彼得能成為大僕人！大罪人牛頓能祝福許許多多的人！「耶穌回望」要繼續祝福我們！你願意再次回歸到主的懷抱嗎？你願意立志成為僕人，如彼得，如牛頓嗎？

### 禱文：

天父，三次不認如同背叛，在恐懼、私慾和利益的試探下，我們常如彼得般否認祢！求祢饒恕我們！憐憫我們！主啊，祢每次回望，每次三問，都幫助我們回轉。求祢永不離棄我們，讓我們勇敢歸回。奉主名求，阿們。

## 默想：

院子裡，火光旁，雞鳴時，恐懼裡，三次不認——彼得的軟弱如鏡，映出我們隱藏的掙扎。主在最艱難時，仍不離不棄回望彼得！耶穌的目光扎心卻滿載慈愛，喚醒靈魂深處：再次呼召我們跟隨。當軟弱時，主的回望和三問，喚醒主曾給的警告、應許、勸勉的回憶。

## 2026年3月24日

**全民瘋狂：釘死耶穌！寧受詛咒：血債歸我子孫！**

**作者：蔡少琪**

**經文：馬太福音27:15-25**

15總督有一個常例，每逢這節期，隨眾人的意願釋放一個囚犯給他們。16當時有一個出名的囚犯叫巴拉巴。17眾人聚集的時候，彼拉多就對他們說：「你們要我釋放哪一個給你們？是巴拉巴呢？是稱為基督的耶穌呢？」18總督原知道他們是因為嫉妒才把他解了來。19正坐堂的時候，他的夫人打發人來說：「這義人的事，你一點不可管，因為我今天在夢中因他受了許多的苦。」20祭司長和長老挑唆眾人，要求釋放巴拉巴，除掉耶穌。21總督回答他們說：「這兩個人，你們要我釋放哪一個給你們呢？」他們說：「巴拉巴。」22彼拉多說：「這樣，那稱為基督的耶穌我怎麼辦他呢？」他們都說：「把他釘十字架！」23總督說：「為甚麼？他做了甚麼惡事呢？」他們更加喊著說：「把他釘十字架！」24彼拉多見說也無濟於事，反要生亂，就拿水在眾人面前洗手，說：「流這人的血，罪不在我，你們承當吧。」25眾人都回答：「他的血歸到我們和我們的子孫身上。」

這段黑暗歷史揭示三大沉淪：官員棄絕良知成撒但僕役；祭司長背棄公義煽動群眾，成魔鬼爪牙；群眾盲目瘋狂，甘受詛咒，成幫兇。願我們戰兢自守，遠離三陷阱。

第一陷阱：妥協就惡，埋沒良知，走向沉淪。彼拉多本應伸張正義，卻為討好祭司長和群眾而棄公平；表面洗手，實為偽君子，殺害無辜，遺臭萬年。願神興起公正官員，堅守良知，絕不屈枉公正。

第二陷阱：操縱輿論，散播仇恨。祭司長用假見證與嫉妒煽動群眾，定耶穌死罪。耶穌曾譴責他們外表莊嚴，內心卻骯髒。牧者與信徒領袖須警醒，莫淪為魔鬼爪牙。

第三陷阱：無知與瘋狂結合，帶來災難。許多曾受主恩的百姓瘋狂呼喊釘死耶穌，甘願受詛咒，禍害子孫。願神保守我們不被黑暗輿論操控。

耶穌受難時，官員、宗教領袖、群眾皆墮落成撒但爪牙。無論什麼身份，皆當警醒，勿成黑暗幫兇，勿讓恐怖歷史重現。

納粹德國時，恐怖歷史再現：希特勒狂人崛起，教會領袖妥協，民眾隨舞，輿論操控，利益代替良知，霸權埋沒公義，崇拜領袖，仇恨滋長，禍及萬民，黑暗掌權。

當代社交媒體亦然，不該被輿論擺布，莫隨波逐流，散播謠言、仇恨、論斷。拋棄良知者，神必審判；散播仇恨者，神必懲罰；縱容瘋狂者，神必報應。

求神憐憫，勿讓恐怖歷史再現！

### **禱文：**

天父，群眾瘋狂，曾受主恩，卻落井下石；感謝祢仍愛萬民，背十架，擔世人罪。求主賜智慧、分辨、清醒和節制，使我堅守真道，忠心事奉祢。奉主名求，阿們！

### **默想：**

在瘋狂喧囂中，群眾如惡魔咆哮：「釘死他！」時代社交媒體，毒箭常滿天飛、論斷常毫無節制。信徒當堅定，不被世論所惑，信靠主，持守愛與真理，成世上光，一心為善，抵擋黑暗輿論，得真自由。

# 2026年3月25日

## 無罪王被釘死！為真理爭戰的人有福了！

作者：蔡少琪

經文：約翰福音18:37-38; 19:4-6, 16

18:37於是彼拉多對他說：「那麼，你是王了？」耶穌回答：「是你說我是王。我為此而生，也為此來到世界，為了給真理作見證。凡屬真理的人都聽我的話。」38彼拉多對他說：「真理是甚麼呢？」說了這話，彼拉多又出來到猶太人那裏，對他們說：「我查不出他有甚麼罪狀。」

19:4彼拉多又出來對眾人說：「看，我帶他出來見你們，讓你們知道我查不出他有甚麼罪狀。」5耶穌出來，戴著荊棘冠冕，穿著紫袍。彼拉多對他們說：「看哪，這個人！」6祭司長和聖殿警衛看見他，就喊著說：「釘十字架！釘十字架！」彼拉多對他們說：「你們自己把他帶去釘十字架吧！我查不出他有甚麼罪狀。」

19:16於是彼拉多把耶穌交給他們去釘十字架。

彼拉多問：「你是王嗎？」耶穌宣告：「你說我是！我為真理而生、而來、作見證！」彼拉多三次宣判：「我查不出他有罪」，卻判耶穌死刑！在受難節期，讓我們再次定睛耶穌！藉五個提醒，更深認識耶穌！

一、慎言慎行：在無道的審判前，耶穌話語謹慎，沒有直說「我是猶太人的王」，而是說「你說我是王」。尊貴耶穌，一生言行謹慎！我們作為基督徒，也應謹慎自守。

二、為真理而生：唯有真理，絕無謊言！為真理而生，也為真理而死！我們當效法基督，為真理捍衛到底，不畏犧牲。

三、為真理來到世間：基督真理彰顯耶穌是真神，道成肉身，完全的神與完全的人，是萬民的救主！這是真理，我們要捍衛。

四、為真理作見證：耶穌一生艱辛，言行一致，教導真理、施行神蹟；身為聖子，見證父、聖子、聖靈是三位一體的真神！此奧秘，我們須持守，成為見證人。

五、為真理而死：主耶穌盡心盡力，卻遭受不義審判。彼拉多三次說：「我查不出他有什麼罪狀。」(約 18:38;19:4,6)卻判以最恐怖的死刑。法官若言無罪，理當釋放，但無罪王卻受最不公審判，忍受冤枉和苦難！他是宇宙之王，亦是受苦僕人和上帝羔羊！

讓我們藐視害死無辜者的人，神必審判他們！效法基督，為福音而生、事奉、見證、受苦、受死，並復活，是最美好的人生！

為主坐牢前後25年的家庭教會僕人王明道為真理而戰，他說：「凡是聖經中的真理，我們都接受、都持守；聖經中所沒有的東西，我們完全拒絕。……在有人勸誘或威脅我們、要我們去作任何得罪神的事情的時候，對他們說：『決不！決不！』」「我們是為了信仰！」其妻68歲出獄，他79歲出獄。夫婦同心：「事事為他人著想，處處求榮耀主名。」

### **禱文：**

天父，感謝祢差遣無罪的耶穌為真理而生，為真理而來，為真理而死。求祢賜予我們智慧與勇氣，效法基督慎言慎行，堅守真理，勇敢為真理爭戰，無懼地上無道的彼拉多。願我們一生只為信仰而活！事事為他人著想，處處求榮耀主名！奉主名求，阿們。

### **默想：**

無罪王耶穌為真理而生，卻遭受不義審判與死刑；耶穌展現王者風範——謹慎謙卑、不畏強權，持守真理，堅定見證。耶穌是我們的榜樣，呼召我們為真理而活、而戰、而死。我們在這亂世中要堅守信仰！

# 2026年3月26日

## 耶穌受難紀：十三小時受盡凌辱、痛絕捨命

作者：蔡少琪

### 經文：耶穌被審訊和被釘十字架的部分經文

約18:13先帶到亞那面前，因為他是那年的大祭司該亞法的岳父。

太26:59祭司長和全議會尋找假見證控告耶穌，要處死他。……67他們就吐唾沫在他臉上，用拳頭打他，也有打他耳光的，68說：「基督啊，向我們說預言吧！打你的是誰？」

路23:11 希律和他的士兵就藐視耶穌，戲弄他，給他穿上華麗的衣服，把他送回彼拉多那裏去。

太27:25眾人都回答：「他的血歸到我們和我們的子孫身上！」26於是彼拉多釋放巴拉巴給他們，把耶穌鞭打後交給人釘十字架。

約19:5耶穌出來，戴著荊棘冠冕，穿著紫袍。彼拉多對他們說：「看哪，這個人！」

可15:25【新譯本】他們釘他十字架的時候，是在上午九點鐘。33從正午到下午三點鐘，遍地都黑暗了。37耶穌大叫一聲，氣就斷了。38聖所裡的幔子，從上到下裂成兩半。

受難節期，讓我們默想主耶穌受苦受死的那天——漫長十三小時受盡凌辱、痛絕捨命。綜合多方學者推算，重現祂受審、受辱、至釘十字架的過程，讓我們細細默想，銘記主恩。

凌晨兩點：整夜無眠、眾叛親離、被賣被辱，被押到前大祭司亞那面前。  
(約18:13)

凌晨三點：無罪的耶穌在黑夜中被押送至大祭司該亞法處受審。祭司長安排假見證誣告，並吐唾沫羞辱、拳打耶穌。彼得三次不認主，主獨自面對。(約18:24；太26:57-75)

清晨六點：清白的耶穌被押至彼拉多府受審(約18:28)。猶大懊悔不已，承認「我出賣了無辜人的血」，隨後自縊身亡(太27:1-10)。彼拉多初審宣告：「我查不出這人有甚麼罪狀」(路23:4)。出賣耶穌的人有禍了！

早上七點：耶穌連續受審受辱，屢遭折磨；被押往希律府，遭羞辱戲弄後，再被送回彼拉多府。(路23:6-12)

早上八點：耶穌經歷整夜折磨和鞭打。彼拉多做最後審判，宣告他無罪；希律亦無可指控。彼拉多讓百姓選擇釋放耶穌或巴拉巴，他們卻選了惡極的巴拉巴，瘋狂詛咒耶穌，願他的血歸到他們自己和子孫身上。兵丁羞辱並鞭打耶穌，給他穿紫袍、戴荊棘冠冕。耶穌背起十架，至筋疲力盡；西門被迫代為背負(可15:21)。

早上九點：外衣被分，裡衣拈鬪後被奪，抵達髑髏地，於上午九時被釘。耶穌經歷赤裸被釘，受盡極大羞辱，持續六個小時，直至氣絕。(可15:25；約19:23-24)。

下午三點：從中午開始，天地頓時昏暗。十架上的耶穌赦免強盜，承擔世人罪，痛苦呼喊：「我的神！我的神！為甚麼離棄我？」上帝羔羊在下午三點斷氣。隨之奇景現：幔子裂開、地震石崩、聖徒顯現。因耶穌代死，得救之門從此永遠敞開。

每逢思念、奇妙十架，榮耀君王、為我而死！地上至寶、視為糞土！  
試看祂頭、祂足祂手，慈愛憂傷、與血並流；受盡凌辱、赤裸受死！  
只為我罪、拯救萬民！深哉深哉，神聖大愛！今我屬主，非我唯主！  
我主苦路，我願跟隨！羞辱十架，榮耀冠冕！獻我身心，永為主用！  
十架主前，蒙恩受召！至死忠心，最美人生！一生事主，最美榮耀！

## 禱文：

天父，我主為我，受盡凌辱、蒙冤而死！奇妙十架，主苦主愛、伴我一生！  
求神恩召，背負十架，終生事主！賜我堅忍，遇難不退，至死忠心！奉主名求，阿們。

## 默想：

默想耶穌受鞭刑(verberatio)：羅馬士兵用的鞭子多由三條皮帶組成，末端嵌有尖銳的鉛球和獸骨碎片。每次揮鞭會造成多條深切皮肉的傷痕，甚至撕裂至骨肉分離，許多受刑者死於失血。耶穌可能遭受約39下鞭打。當我們默想祂承受這極刑的痛苦，當深感敬畏與感恩，因祂甘心擔負世人罪過，為救贖我們經歷無比痛苦。

# 2026年3月27日

## 十架七言感動萬民！

作者：蔡少琪

經文：十架七言聖經經文

### 十架七言

「父啊！赦免他們，因為他們所做的，他們不知道。」(路23:34)

「我實在告訴你，今日你要同我在樂園裏了。」(路23:43)

「母親，看，你的兒子！」「看，你的母親！」(約19:26-27)

「我的神！我的神！為甚麼離棄我？」(太27:46；可15:34；參詩22:1)

「我渴了。」(約19:28)

「成了！」(約19:30)

「父啊！我將我的靈交在你手裏。」(路23:46)

耶穌在十架上的七句話，稱為「十架七言」，涵蓋饒恕、拯救、關愛、痛苦、需求、成就與信靠七大主題。本文借助兩首著名詩歌引領我們默想。

約翰·博斯恩坦(Johann Böschenstein, 1472-1539)的詩歌：《當耶穌懸掛在十架上》(Da Jesus an dem Kreuze stund)。詩中將「我渴了」與「離棄我」分列為第四、五言。

主耶穌懸十架，心受創身滿傷，極痛楚留七言，受難日救恩成，留千古世人頌。

首言發恕仇敵，遭凌辱心堅定，仍存愛求天父，眾所作眾不知，教我輩愛仇敵。

記次言念主恩，強盜悔求記念，主恩言惠萬民：爾今日偕我去，樂園裡享天福。

述三言念親情，十架旁憐慈母，慰母心托愛徒：告其母乃爾子；告其徒乃爾母。

留四言應預言，釘痕身痛難耐，口枯乾心疲盡，主呼喊我渴了；被凌辱嘗醋酒。

藉五言詩篇念，以羅伊我的神，汝因何離棄我；世人債深且重，唯恩主獨承擔。

主六言原一字，眾罪人受激勵，主聖言響天下，主降世成救恩，絕命前喊成了。

第七言離世言，絕命語爾我父，靈交託爾手中；天地暗幔子裂：成羔羊成救恩！

受難主受尊崇，七聖言齊銘記，感主愛享主恩，走窄路主恩隨，至永生享永福。

**康熙皇帝的名詩〈十架頌〉寫於其慕道期間，收錄於新版《普天頌讚》。**

功成十架血成溪，百丈恩流分自西。身列四衙半夜路，徒方三背兩番雞。  
五千鞭撻寸膚裂，六尺懸垂二盜齊，慘動八垓驚九品，七言一畢萬靈啼。

詩中描寫耶穌成就救恩，在十架上流血成溪，經歷多重審判與鞭打，遍體麟傷，與兩強盜同釘。末句「七言一畢萬靈啼」，道出耶穌七言的意義，震動萬民，彰顯賜救恩大愛。

耶穌〈十架七言〉彰顯無限大愛與恩典，記錄了祂親述口渴與痛苦的真實，並在極痛時，奇妙的心腸：痛苦中饒恕仇敵，拯救悔改強盜，關愛悲傷母親，經歷與父神隔離，最終宣告「成了」！「成了」意味著救恩之工的完成，是從道成肉身的降生、進入冰冷無情的世界，一生助人導人，蒙冤受害，乃至十架死亡，最後回歸父神。〈十架七言〉永遠安慰我們：每次默想，主恩歷歷在目！思主苦，記主恩，事恩主，最蒙福！

## 禱文：

天父，感謝祢差遣聖子道成肉身，經歷萬苦成就救恩。求祢賜我力量，甘背自己十字架，忠心事奉祢，直到生命的盡頭。奉主名求，阿們。

## 默想：

「求主教導我這屬靈奧秘：  
下行之路即是上行之道，  
卑微乃是高舉，  
破碎才得醫治，  
痛悔的靈釋放喜樂的靈，  
悔改才能得勝，  
一無所有卻擁有萬有，  
背負十字架如戴上冠冕，  
付出乃是得著，  
幽谷成為啟示之地。」

(參考“The Valley of Vision”的清教徒傳統禱文)

# 2026年3月28日

## 因信稱義的救恩：耶穌與臨終悔改犯人

作者：蔡少琪

### 經文：路加福音23:39-43

39同釘的犯人中有一個譏笑他，說：「你不是基督嗎？救救你自己和我們吧！」40另一個就應聲責備他，說：「你是一樣受刑的，還不怕神嗎？41我們是應得的，因為我們是自作自受，但這個人沒有做過一件不對的事。」42他對耶穌說：「耶穌啊，你進入你國的時候，求你記念我。」43耶穌對他說：「我實在告訴你，今日你要同我在樂園裏了。」

經文強調兩大點：一是臨終罪犯憑信心公開認罪悔改，成為得救典範；二是耶穌親自確認「因信稱義」的救恩真理，宣告真信祂者即使在最後一刻也必得救。

臨終悔改犯人「信耶穌是基督、無罪、為王」。當時耶穌「基督」的身份被眾人嘲諷，士兵說：「你若是猶太人的王，可救自己！」官員說：「他若是基督，可救自己。」另一犯人也譏笑耶穌。眾人不信，唯獨此犯人捍衛耶穌清白，說祂未行「任何不當之事」，否定羅馬政權與大祭司的控訴。此信徒對基督核心身份有清晰認信：信耶穌是基督、是王，且祂的國不屬地上權勢。

臨終悔改犯人「公開認罪悔改」：承認自己和他人受死刑是正當的懲罰；相反另一同釘犯人則不悔改，仍嘲笑耶穌，形成鮮明對比。這信徒有真誠的認罪，何等寶貴。

臨終悔改犯人彰顯「因信得救」的真理。他一生罪惡深重，這是他最後時刻，他絕不可能靠善行得救，但他能因信得救，得進樂園。這見證安慰許多臨終信主者及其家人。

耶穌「今日你要同我在樂園裡」的應許確立了「因信稱義」的真理。無論罪多深、悔罪多晚，只要真心信靠，就能得救。此應許帶來三大提醒：

- 一、福音的即時性：縱使臨終信主，當日便能進入樂園；但這並非鼓勵拖延，因拖延本身即是不信。
- 二、福音的確定性：悔改的罪人唯靠信心得救，非靠信後的行為或其他補救行為。
- 三、福音的普世性：人人皆可因信得救，即使是罪惡深重的死囚也不例外。

耶穌的應許何等寶貴，祂的福音賜福萬民！

### **禱文：**

天父，主耶穌對臨終悔改犯人的應許給我們帶來何等安慰！讓我們因信稱義，得以進入樂園，這是祢白白賜下的極大恩典。求祢激勵我們把握每一個傳福音的時刻，因為我們深知，無論何時，任何人只要真心悔改、信靠主，都能得救。奉主名求，阿們。

## 默想：

門徒棄主而逃、猶大出賣、彼得否認，無人挺身。唯有這臨終悔改犯人，為耶穌挺身而出，捍衛祂的無辜與清白，信耶穌是基督。這見證極美麗：在基督最羞辱時，且他自己受十架死刑之際，發出感動歷代的認信。求神賜我同樣至死忠心的信心！

(參考 司布真：“The Dying Thief in a New Light”)

# 2026年3月29日

## 十架上思慈母

作者：蔡少琪

經文：約翰福音19:26-27

26耶穌見母親和他所愛的那門徒站在旁邊，就對母親說：「母親，看，你的兒子！」

27又對那門徒說：「看，你的母親！」從那刻起，那門徒就接她到自己家裏去了。

要背十架，承擔天父艱難使命，同時盡地上孝道，實在兩難。本文分三部分：一是藉回憶詩〈十架上思慈母〉，默想耶穌對慈母的情懷；二是學習耶穌教導，如何面對事奉與孝道的張力；三是用例子講到事奉者這兩難的掙扎，並勉勵我們更積極關心傳道者的家庭。

### 〈十架上思慈母〉

己身懸掛十架上，目睹慈母與愛徒；耳聽慈母肝腸斷，慈母一生歷心頭。  
慈母年幼出嫁前，天使顯現宣主恩，聖靈感孕甘承擔，經歷誤解險被休。  
懷胎十月母恩重，經歷貧寒馬槽生。義人西面得預言，慈母心靈刀刺透。  
自幼與母共貧寒，加利利地拿撒勒；三十之齡傳道始，別離時多聚時少。  
受難之日艱難甚，慈母傷透仍跟隨；未能事母至終老，唯托愛徒護母親。  
十架留言慰母心，叮囑世人盡孝道：愛神之時也愛人，愛母愛父愛家人。

耶穌在事奉與孝道的張力經文中，教導有兒女事奉神的父母三個不易的真理。首先，十二歲時耶穌留在聖殿，說：「我當以我父的事為念！」(參路2:42-52)，事奉者心思多在神的事上。其次，傳道時耶穌面對母親和弟兄找祂，指著門徒說：「凡遵行我天父旨意的人就是我的兄弟、姊妹和母親。」(太12:46-50)事奉者有血緣家人，但也有屬靈家人。最後，談及背十架，耶穌說：「若不恨父母、妻子、兒女、兄弟姊妹，甚至生命，就不能作我的門徒。」(路14:26；直譯)事奉者有時須捨棄一切。經驗豐富的牧者提醒，一般應愛惜並守望家庭，但在特殊時刻，要以天國為先。

日本侵略韓國期間，韓國牧師朱基徹(1897-1944)受盡折磨殉道，堅守信仰，堅持為主受苦。他曾說：「若我想縮短受苦的時間，在十架上受死的主眼中，是無法形容的罪過。」在最後一篇講道中，提出〈我的五項禱告〉：一、使我有戰勝死亡的力量。二、使我忍受長期苦難。三、為我的母親、妻子和孩子向主祈求。四、願我活在義裡，死在義裡。五、我將我的靈魂託付給祢。他的兒子在他殉道後，經歷掙扎：「我父殉道時未留物質遺產，殉道者後裔經歷饑餓與挫折。母親兩年後過世，留給我的全是聖經經文。殉道獎牌對我無意義，我曾埋怨母親阻止我用父名得利，曾唾棄教會，漂泊十年。直到神再次拯救我，使我得恩典，得改變，再事奉神。」經歷十架式苦難的事奉者的家人，真不容易。

我們應如主的愛徒約翰一樣，應關懷與支援事奉者的家人，因他們既是事奉者的家人，也是我們的屬靈家人。願神興起更多效法基督至死忠心的僕人，並愛護事奉者家人的愛徒！

### 禱文：

天父，感謝主耶穌在十架上深愛祂的母親，並細心將她托付。求祢教導我們珍惜自己的家人，也興起我們真心關懷並支持眾多事奉者的家人。奉主名求，阿們。

## 默想：

我們要鼓勵許多母親守住她們的寶貴崗位：母親們，神託付你們重任，養育你們的兒女，讓他們在教會有事奉，成為事奉者。你們在家庭中的付出是最美好的事奉。你們用心的事奉，能為神培養出敬虔事奉主的後代。

(參 司布真：“The Sunday-School and the Scriptures”)

## 2026年3月30日

千苦萬難，遵父旨意：成了

作者：蔡少琪

經文：約翰福音19:24, 28-30, 36

24 他們就彼此說：「我們不要撕開，我們抽籤，看是誰的。」這要應驗經上的話說：

「他們分了我的外衣，為我的內衣抽籤。」士兵果然做了這些事。

28 這事以後，耶穌知道各樣的事已經成了，為使經上的話應驗，就說：「我渴了。」29 有一個盛滿了醋的罐子放在那裏，他們就拿海綿蘸滿了醋，綁在牛膝草上，送到他嘴邊。30 耶穌嘗了那醋，說：「成了！」就低下頭，斷了氣。

36 這些事發生，為要應驗經上的話：「他的骨頭一根也不可折斷。」

約翰福音19章24, 28, 36節三次提到「要應驗經上的話」，提醒我們在受難節期默想時，不僅細看耶穌受苦經歷，更當從神全能主權的高遠視野去理解。神如何奇妙預言，如何在歷史中成就祂的救恩計劃，並應驗祂的預言。這些默想能教導我們在苦難中更加信靠神的主權，並明白如何配合祂的引導。

我們可以用「順因、無因、逆因」的框架來默想這三段經文。神學家加爾文在教導神的奇妙主權時指出：「神的掌權涵蓋過去與未來，祂掌管萬事，時而藉『順因』(with means)運行，時而『無因』(without means)，時而『逆因』(against means)。」(《基督教要義》，1.17.1)

一、「順因」指的是我們帶著良善動機積極行事。神奇妙利用我們的善行，配合祂的計劃和預言。比如，神要幫助某人，我們雖不知道神的心意，卻因愛心而服侍這人，成就美善。二、「無因」則是指，事件並非依賴於人的參與，卻完全依照神的旨意成就。三、「逆因」是人惡意行動，卻被神巧妙運用，間接實現祂良善的旨意。例如舊約中兄弟出賣約瑟，竟成就神的計劃。神的動機與人的惡意相反，卻能透過人的惡意成就計劃。

「兵丁拈鬮分耶穌衣服」是逆因，他們出於惡意，卻成就詩篇22:18「他們分我的外衣，為我的裡衣拈鬮」的預言。

「耶穌說：我渴了」是順因，祂清楚預言並順服，主動嘗醋，成就詩篇69:21的預言。

「骨頭一根也不可折斷」是無因，士兵照常規應折斷犯人骨頭，卻因耶穌已死透，未施行；出12:46羔羊骨頭不可折的預言得以實現。

受難耶穌受極大苦難，看似無力，然而神在黑暗時刻絕對掌權。信徒當在低谷時默想受難耶穌，得鼓勵與盼望：萬事互相效力，為愛神者帶來益處。  
(羅8:28，參路24:44)

「成了」在希臘文中僅一字(Tetelestai)，卻蘊含神自亞當墮落後，藉基督完成的奇妙救贖計劃，涵蓋耶穌從馬槽誕生到十字架受苦的生命歷程。「成了」背後是艱辛付出、巨大代價，以及神奇妙的主權與配合。願我們效法耶穌，成為神手中的順因。

### 禱文：

天父，感謝祢的旨意在耶穌身上完全成就，祢對我們宣告：「成了！」雖經歷千般苦難，卻得榮耀冠冕。求祢賜我力量配合祢的旨意，不懼代價，守住使命，跑完當跑的路。奉主名求，阿們。

## 默想：

耶穌甘心順服天父旨意，是信靠神的完美榜樣。在苦難中忠心順服，救恩因此向世人敞開。面對艱難時，記住順服神是最美好的路，雖有苦難，卻帶來永恆喜樂和平安。

# 2026年3月31日

**上帝羔羊：獨擔罪債、與神隔絕、開天堂門**

**作者：蔡少琪**

**經文：馬可福音15:34；路加福音23:44-46**

可15:34下午三點鐘的時候，耶穌大聲呼喊：「以羅伊！以羅伊！拉馬撒巴各大尼？」(翻出來就是：我的神！我的神！為甚麼離棄我？)

路23:44那時大約是正午，全地都黑暗了，直到下午三點鐘，45太陽變黑了，殿的幔子從當中裂為兩半。46耶穌大聲喊著說：「父啊，我將我的靈交在你手裏！」他說了這話，氣就斷了。

生命被擘開的上帝羔羊，獨自承擔世人罪債，經歷與天父痛苦的隔絕，成就救恩。聖殿的幔子(katapetasma)的裂開是記號。這幔子用藍、紫、朱紅線及細麻繡有基路伯，隔開聖所與至聖所，象徵神的聖潔與罪的隔絕。耶穌死時，幔子從上到下裂開，代表信徒藉著耶穌，得以坦然藉這條新路，直接親近神。讓我們銘記耶穌「拉馬撒巴各大尼」的哀號，明白罪債沉重與救贖的代價。祝福他人之路，常伴隨承擔「拉馬撒巴各大尼」的痛苦。

以賽亞對耶穌這位上帝羔羊有這預言：「可是他被刺透，是因我們的悖逆；被打傷，是因我們的罪惡；受懲罰，為讓我們得平安；受鞭傷，為讓我們得痊癒。……耶和華使我們眾人的罪孽都歸在他身上。」(賽53:5-6；直譯)因我們的悖逆、罪惡，主耶穌要被刺透、打傷、受懲罰、受鞭打，並要擔當我們的罪孽，這重擔落在耶穌身上。

清教徒湯姆·華森牧師有名言：「基督承受了祂所不當受的憤怒，為要使你得免你所當受的憤怒。」(Christ felt the wrath which He did not deserve—that you might escape the wrath which you have deserved!)

指向帶著荊棘冠冕在流血中的耶穌，彼拉多說：「看哪，這個人！」(約19:5)拉丁文是 Ecce Homo。海弗格爾(Frances Havergal, 1836-1879)留下名詩《我曾捨命為你》(I Gave My Life for Thee)。她曾看過Ecce Homo為題的名畫，心被震撼。名畫刻了一句話：

「我曾捨命為你！你捨何事為我？」(I did this for thee; what hast thou done for Me?)

詩歌挑戰我們：

「為你為你我命曾捨，你捨何事為我？」

「為你為你天家曾捨，你捨何福為我？」

「為你為你忍受一切，你受何苦為我？」

**禱文：**

天父，感謝祢差遣主耶穌獨自擔當我和世人罪債，在與祢痛苦隔絕中成就救恩。求祢使我永不忘記基督浩大犧牲，常常反思：「主為我捨命，我當為主捨何？」奉主名求，阿們。

**默想：**

十字架是耶穌最偉大講章：  
懸掛天地間，忍受苦難死；  
擔負世人罪，承受父神怒；  
成就諸應許，打開天堂門。  
主捨命為我，我捨何為主？

# 2026年4月1日

## 安葬耶穌：使徒缺席、婦女跟隨隱者承擔

作者：蔡少琪

經文：馬可福音15:40-47

40還有些婦女遠遠地觀看，其中有抹大拉的馬利亞，又有小雅各和約西的母親馬利亞，並有撒羅米，41就是耶穌在加利利的時候，跟隨他、服事他的那些人，還有同耶穌上耶路撒冷的好些婦女。42到了晚上，因為這是預備日，就是安息日的前一日，43有亞利馬太的約瑟前來，他是尊貴的議員，也是盼望著神國的，他放膽進去見彼拉多，請求要耶穌的身體。44彼拉多詫異耶穌已經死了，就叫百夫長來，問他耶穌是不是死了很久；45既從百夫長得知實情，就把耶穌的身體賜給約瑟。46約瑟買了細麻布，把耶穌取下來，用細麻布裹好，安放在巖石中鑿出來的墓穴裏，又滾來一塊石頭擋住墓門。47抹大拉的馬利亞和約西的母親馬利亞都看見安放他的地方。

在最後五天的默想，我們藉著〈埋葬和復活五講〉反思主耶穌的埋葬和復活。

是婦女忠心跟隨到底，隱藏信徒勇敢承擔耶穌安葬！使徒因懼怕缺席，婦女堅守不離，隱者挺身而出，這給我們深刻提醒。矚目領袖常有軟弱失敗，而忠心到底的往往是不顯眼的門徒——婦女與隱藏者。耶穌福音教導我們：人皆有罪、有限、有軟弱。當神用我們時，要感恩；但要銘記：祂能用任何人，也可不用我們。

安葬耶穌時，使徒缺席：領袖也有嚴重軟弱時！真正跟隨到底和勇敢出頭的是婦女和隱藏的信徒。教會不可盲目崇拜領袖，若養成盲目追星文化，將帶來多種危險後果：

1. 助長領袖傲慢 (Arrogance)
2. 忽視領袖盲點 (Blindness)
3. 權力過度集中，缺乏制衡 (Concentration)
4. 過度依賴領袖 (Dependency)
5. 排擠和忽略其他人才 (Exclusion)

6. 領袖失敗時，整體組織容易瓦解 (Fragility)
7. 助長貪婪風氣 (Greed)
8. 阻礙改革與創新 (Hindrancel)
9. 被高捧的領袖與他人逐漸疏離(Isolation)
10. 待遇差異過大，易引發嫉妒與紛爭 (Jealousy)

安葬耶穌時，婦女忠心跟隨到底：主耶穌非常珍惜姊妹們的忠心和付出。耶穌稱讚用香膏膏祂的姊妹，說：「普天之下……都要述說這女人所做的」(可14:3-9)。在許多教會裡，最有愛心和忠心的服侍者多是姊妹。神愛世人，祂用各種人：弟兄與姊妹。姊妹在教會中極為寶貴，我們當珍惜與尊重她們！

安葬耶穌時，隱藏的門徒勇敢出頭承擔：約翰福音記載，在安葬耶穌一事，最勇敢出頭的是亞利馬太人約瑟和尼哥底母(約19:38-42)。這約瑟曾軟弱，因怕猶太人而暗暗作門徒，但在安葬耶穌時，他是最公開、最勇敢、最不畏死的。大難時，最勇敢的不一定是常見的大領袖，最勇敢卻可以是平常不多言的肢體。當以色列人被亞蘭人軍隊包圍時，見證神奇妙作為的是四個長大痲瘋的人。(王下 7:3-11)神能用任何人，用我們時，我們要感恩；我們絕不能驕傲，神可以不用我們！神能用隱藏的弟兄姊妹勇敢承擔重任！

### **禱文：**

天父，感謝祢賜下忠心跟隨到底的婦女與勇敢承擔的隱士！感謝祢教導我們先知以利亞要學的功課：不自恃聰明和勇敢。祢能興起各樣人，並為自己留下七千位不懼惡勢力的婦女與隱士。求祢教導我們珍惜每一位忠心的肢體！奉主名求，阿們。

### **默想：**

曾自誇的使徒，在危難中四散逃避；而婦女與隱藏的門徒最終忠心跟隨到底。願我們學會真正的謙卑：真門徒不靠豪言壯語，而是靠忠誠與委身。求神呼召我們，成為不懼惡勢力的見證人。

# 2026年4月2日

## 空墳墓的事實：他已經復活了，不在這裡

作者：蔡少琪

經文：馬可福音16:1-6

1 過了安息日，抹大拉的馬利亞、雅各的母親馬利亞，和撒羅米，買了香料，要去膏耶穌的身體。2 七日的第一日清早，太陽出來後，她們來到墳墓那裏，3 彼此說：「誰要替我們把石頭從墓門滾開呢？」4 她們抬頭一看，看見石頭已經滾開了，原來那石頭很大。5 她們進了墳墓，看見一個年輕人坐在右邊，穿著白袍，就很驚奇。6 那年輕人對她們說：「不要驚慌！你們尋找那釘十字架的拿撒勒人耶穌，他已經復活了，不在這裏。來看安放他的地方。」

那空墳墓足證救主基督活著，基督信仰確是一個有根有基的信仰。四福音與最早見證主耶穌復活的婦女們，是在羅馬政權與猶太領袖強烈敵對、威脅的環境中，仍堅持見證空墳墓的事實，並宣告她們與使徒及許多門徒真實看見了復活的主。基督信仰是建基於真實歷史事件——耶穌已經復活了——以及舊約預言的應驗與新約教會的奇妙興起。在受難與復活的節期中，願我們藉「五項空墳墓證據」重新省思並確信：基督的福音的確有堅實的歷史根基。

### 一、「地點」的證據

耶穌的空墳墓、使徒公開見證耶穌已復活的地點，以及初期教會的根據地，同是在耶路撒冷！激烈反對耶穌和基督信仰的敵對勢力也在耶路撒冷！若空墳墓並非事實，敵對者本可直接以屍體或墳墓為有力反證，徹底否定復活的宣稱並摧毀早期教會，但歷史上並無這樣的反駁。空墳墓是事實！

### 二、「婦女」作為首批見證人

四福音書一致記載，婦女是首批見證空墳墓與復活的見證人；在普遍貶低女性證詞的當代處境中，若「空墳墓、耶穌復活」是虛構出來的，杜撰者理應改以更具社會權威的男性作為最早見證人。然而，福音作者仍堅持婦女是首

批見證人，甚至不掩飾使徒起初的遲疑與軟弱，這恰恰顯示此傳統根源於真實歷史，而非後期虛假的杜撰。

### 三、「多人、多角度」的見證

四福音中有關空墳墓與復活的敘事，提供了多角度的描寫，牽涉多位見證人，顯然並非出自單一資料來源，而是反映多方見證者的見證、記憶與若干彼此獨立的耶穌復活的見證傳統。這種多重佐證表明，空墳墓這一歷史宣告並非後期杜撰，而是事件發生不久後所形成的早期見證，從而大大提高其歷史可信度。

### 四、「不只是空墳墓」的見證

使徒見證：「有許多日子，他向那些從加利利同他上耶路撒冷的人顯現，這些人如今在民間成為他的見證人。」(徒13:31)。早期教會的信仰基礎不僅在於空墳墓的事實，更建立在多位親眼見過復活基督的群體見證之上，使復活的宣告擁有堅實而有力的人證基礎。

### 五、「敵對者對空墳墓」的無奈承認

猶太領袖長期流傳「門徒偷屍」的說法，間接承認了空墳墓的事實，因為這種辯解本身就預設「墳墓確實是空的」。敵對陣營始終無法拿出耶穌屍體作為反證，只能訴諸這類杜撰而軟弱的說法來回應門徒的復活見證，反倒顯出他們對空墳墓的無奈承認。

「他已經復活了，不在這裡！」這是真的，也是我們要持守和相信的事實！

#### 禱文：

天父，空墳墓宣告救主已復活了，福音真實可信！耶穌已經復活了是千真萬確的事實。當我有疑惑時，求祢讓我想起那空墳墓！靠著復活的主，我無懼人生各樣挑戰。奉主名求，阿們。

## 默想：

空墳墓宣告：主復活了！若主仍在墳中，我們的信就是徒然；但墳墓空蕩蕩，正見證主真復活了。

疑惑時，憶念空墳：死亡被吞滅，邪惡必敗亡，軟弱得恩典，福音是真實，事主必蒙恩，救主必得勝，上帝得榮耀。

## 2026年4月3日

**要傳真福音：對抗猶太人領袖「偷屍論」謊言**

**作者：蔡少琪**

**經文：馬太福音28:11-15**

11 她們去的時候，看守的兵有幾個進城去，把所發生的事都報告祭司長。  
12 祭司長和長老聚集商議，就拿許多銀錢給士兵，13 說：「你們要這樣說：『夜間我們睡覺的時候，他的門徒來把他偷去了。』」14 若是這話被總督聽見，有我們勸他，保你們無事。」15 士兵收了銀錢，就照所囑咐他們的去做。這話就在猶太人中間流傳，直到今日。

神的真道是要摧毀撒旦的謊言！耶穌復活的福音，從一開始就要對抗猶太領袖所捏造的「偷屍論」謊言。猶太領袖面對耶穌復活了與空墳墓的現實，無力提出實質反駁，只能捏造一個軟弱而虛假的說法：「夜間我們睡覺的時候，他的門徒來把他偷去了。」他們更以金錢賄賂兵丁，要求按此說法作證，讓這捏造出來的「偷屍論」成為一些猶太人反對耶穌已經復活的唯一軟弱說辭；然而，這樣的謊言終究蒼白無力，真實的福音卻廣傳天下，直到今日。

公元一六五年左右，早期教父游斯丁(Justin Martyr)在《與特來弗對話錄》記錄了當時猶太群體流傳的一封關於基督空墳墓的書信，把基督信仰污蔑為「不敬虔的異端」：

「然而，你們在得知他已從死裡復活之後，不但沒有悔改，反而(如我先前所說)差派你們所挑選的人往普天下去，宣稱有一個不敬虔的異端，從一位名叫耶穌的加利利人騙子那裡興起；你們聲稱：我們曾把他釘死在十字架上，但他的門徒在夜間把他從墳墓裡偷走——就是他從十字架上卸下後所安放的地方——並說如今他們欺騙世人：宣稱他已經從死人中復活，並且升天。」(Dialogue with Trypho, 108)

空墳墓和耶穌已經復活的見證，自早期教會開始，就與猶太宗教領袖所捏造的「偷屍論」謊言交戰。使徒們是冒著性命危險見證耶穌復活的事實；若基督的屍體真是他們偷走的，他們就等於為自己編造的謊言付上殉道、甚至倒釘十字架的代價，這在情理上幾乎是不可能的。

面對猶太領袖的威脅恐嚇，使徒彼得和約翰說：「我們所看見所聽見的，我們不能不說。」(徒4:20)使徒約翰在傳講耶穌的福音時也強調：「論到從起初原有的生命之道，就是我們所聽見、所看見、親眼看過、親手摸過的。」(約一1:1)若沒有在大馬色遇見復活的主，使徒保羅為何願意天天冒死呢？他自己說：「弟兄們，我在我們的主基督耶穌裏，指著你們——我所誇的極力地說，我天天冒死。32從人的觀點看來，我當日在以弗所同野獸搏鬥，對我有甚麼益處呢？如果死人沒有復活，「讓我們吃吃喝喝吧！因為明天要死了。」」(林前15:31-32)

最寶貴的是，歷代主僕不記仇恨，仍堅持向萬民，也向猶太人傳福音。游斯丁最終與他的門生都為基督信仰殉道而死，但他留下了這樣感人的見證：

「我們卻並不憎恨你們，也不憎恨那些藉著你們而對我們產生偏見的人；相反地，我們禱告，盼望你們眾人即使在如今也能悔改，並從那位憐憫而又長久忍耐的萬有之父——上帝——那裡得憐憫。」(Dialogue with Trypho, 108)

### 禱文：

天父，黑暗權勢與說謊的工具至今仍編造各種謊言攻擊真理和福音，但謊言必敗，福音必勝！求祢使我們剛強壯膽，堅守真理，一生傳揚真實的福音。奉主名求，阿們。

## 默想：

黑暗的領袖與說謊的僕役散播假信息，卻擋不住耶穌復活的真福音。虛假的謊言絕不能埋葬那空墳墓，虛假的謊言絕不能抵擋神的真道。唯有耶穌真實的復活，才能轉化逃亡、軟弱、膽怯的門徒，成為勇敢的使徒、不畏十架、不畏殉道的主僕。求神幫助我們，抗拒一切謊言，學習真道，傳揚真福音，背起十字架，作主忠心的真僕。 2026年

## 2026年4月4日

**誰更有福：多馬「伸手」才信，我們「未見」仍信**

**作者：蔡少琪**

**經文：約翰福音20:24-31**

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。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。」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！」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！」28多馬回答，對他說：「我的主！我的神！」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。」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。31但記載這些事是要使你們信耶穌是基督，是神的兒子，並且使你們信他，好因著他的名得生命。

復活主邀請多馬「伸手」來信。多馬雖多疑惑，卻蒙恩有機會「目睹」耶穌才信，甚至被允許「伸手」才信。至於他有沒有真的「伸過指頭摸主的手，伸出手探入主的肋旁」，約翰福音並未清楚交代，多數學者認為，多馬在「親睹」並「親聽」主之後，就已信了。無論如何，能信就是美，能信就是蒙福；然而主特別強調：「那沒有看見卻信的有福了。」

對我們這些不能「親睹、親聽、伸手」才信的人，主的話實在寶貴！原來，最蒙福的不一定是親眼見過耶穌的門徒，反而是那些未能親眼見主復活，卻仍堅心相信的信徒；這真是何等窩心的鼓勵。

我們常因多馬的多疑而輕看他，但主耶穌的心腸更為寬廣，親自給這位需要「親睹、親聽、親摸」的門徒一個特別的恩典，就如神藉環境印證來鼓勵基甸一樣。多馬雖然曾說：「非親看、非親摸，絕不信！」然而在四福音的復活記載中，卻正是多馬，發出最清晰、最有力的認信：「我的主！我的神！」耶穌比我們更認識多馬，也更珍惜多馬；多馬的軟弱提醒我們，當自己仍有「多馬式」的軟弱時，也可以坦然無懼來到主前，向祂傾心吐意。

奧古斯丁說得好：多馬看見的是「復活的人」，卻知道這是「榮耀的神」——「他看見並觸摸的是那人，卻承認那位是他未看見、也未觸摸的神；正是藉著他所看見、所觸摸的，他把一切疑惑都遠遠拋開，轉而信靠那不可見的一位。」(Tractate 121 on the Gospel of John) 多馬的信是寶貴的，而我們這些「未見」卻能相信的人，更蒙主耶穌更大的鼓勵：更為有福。

「耶穌在他門徒面前另外行了許多神蹟，沒有記錄在這書上。」「親睹、親聽、親摸」等各種證據是寶貴的，門徒當時確曾得到更多這些機會，卻沒有一一記載。在神的智慧和主權帶領下，四福音留下的記載已經足夠引導我們信靠基督，也足夠成為世人的教導。這也讓人想起「唯獨聖經、唯獨神的主權」的強調：信心不在於不停追求更多可見的證據，而在於信靠神已啟示的話語。那些過於倚賴外在證據才肯相信的人，可以從多馬的軟弱得到提醒與學習。並且，我們都應銘記：「那沒有看見卻信的有福了。」

### 禱文：

天父，主耶穌是真被釘、真受死、真復活、真向門徒顯現的主。求祢醫治我心中一切疑惑與不信，用恩手觸摸我靈魂深處，使我憑信得救，蒙大恩得永生，也憑信忠心事主一生。奉主名求，阿們。

## 默想：

疑惑時，像多馬一樣真誠帶著問題來到主前；信時，縱然黑雲遮天、逆風重重，仍深信一切都在主恩手中。能目睹是恩典，不用目睹是更大的恩典。

# 2026年4月5日

## 我們有大使命：這是最美的祝福

作者：蔡少琪

### 經文：路加福音24:44-45；馬太福音28:16-20

路24:44耶穌對他們說：「這就是我從前和你們同在時所告訴你們的話：摩西的律法、先知的書，和《詩篇》上所記一切指著我的話都必須應驗。」45於是耶穌開他們的心竅，使他們能明白聖經，

太28:16十一個門徒往加利利去，到了耶穌指定他們去的山上。17他們見了耶穌就拜他，然而還有人疑惑。18耶穌進前來，對他們說：「天上地下所有的權柄都賜給我了。19所以，你們要去，使萬民作我的門徒，奉父、子、聖靈的名給他們施洗，20凡我所吩咐你們的，都教導他們遵守。看哪，我天天與你們同在，直到世代的終結。」

四福音在總結耶穌一生，以及祂受難和復活的事蹟時，凸顯了兩個極其重要、也是福音核心的重點：一是聖經預言的應驗，二是大使命的展開。

首先，聖經充滿關於耶穌一生的預言；這些預言，包括主的降生、受死和復活，都是神拯救世人計劃的核心內容，在舊約多處已有預表與預言，並且都已奇妙地一一應驗。所以，復活的主宣告說：「摩西的律法、先知的書，和《詩篇》上所記一切指著我的話都必須應驗。」(路24:44)使徒保羅在《羅馬書》介紹耶穌的福音時，採用首尾呼應的方式，在開頭與結尾都強調：「這福音是神從前藉眾先知，在聖經上所應許的……在萬國中使人因信而順服」(羅1:2,5)，並說這「這奧祕如今顯示出來，而且按著永生神的命令，藉眾先知的書指示萬民，使他們因信而順服。」(羅16:26)。

這宣告提醒我們兩個重點：一、耶穌的福音和拯救是按著永恆之神奇妙的帶領，經過救恩歷史長久的預備與印證，叫我們更堅信：耶穌就是基督，是獨一的救主，是父神獨一的愛子。二、神何等深愛我們——「神愛世人，甚至將他的獨生子賜給他們，叫一切信他的，不致滅亡，反得永生」(約3:16)。經歷了整個苦路的默想，我們更應深知：主耶穌排除萬難，承擔極大痛苦與羞辱，為要顯明神對我們的大愛，也要叫每一個真心信靠祂的人，都必得救，都得永生，都能成為神寶貴的兒女。

四福音結束時的另一個重點是：「大使命」是主耶穌親自設立的，是神救恩計劃中不可或缺的重要一環。「大使命是神所命定的途徑——如同橋樑與管道——藉著福音的宣講，將基督已經成就的救恩，實際應用在罪人身上。」(The Great Commission is the God-mandated means – a bridge and channel – by which the salvation accomplished by Christ is applied to sinners through the preaching of the gospel.)耶穌在十字架上的「成了」，完成了救贖計劃最重要、最核心的部分；但神的心意，卻是要讓我們這些本不配的人，也得以參與祂奇妙的拯救計劃！

想起這點，讓人回憶起一首多年來深深感動我的詩歌——宣信的〈忠主託付〉(My Trust, 《生命聖詩》第271首)。其中一段至今仍非常激勵人心：「我已領受主的託付，一個至高至聖的使命；我要將祢偉大救恩，到世界各地作見證。本來祢可以從天上，差遣天使把信息傳開，但因祢那無限大愛，使人有傳福音光彩。」副歌更成為許多牧者與信徒的激勵與警惕：「我願意忠於主所託，向世界傳這信息；若不傳便有禍，求使我願跋涉，我願意忠於主所託，使我能夠榮耀祢。」這，正是使徒們的心志！

深入默想基督的受難、受辱、受死、埋葬和復活後，我們不能只停留在感動裡；我們更要站起來，承擔大使命。正如門徒要再回到加利利，不怕黑暗權勢，不怕一切艱辛代價，只願得著基督，只願效法基督，只願討主喜悅。這

才是最美的默想，最真實的感動，最美的人生，最深的與基督聯合。願我們都忠心承擔大使命，直到基督再來！

### **禱文：**

天父，主耶穌復活時，天使和門徒同心見證：祂已經復活了！求祢差遣我們，到萬國萬民傳福音、栽培門徒，直到地極，使萬民作祢的門徒，將榮耀獨歸祢，願祢快來。奉主名求，阿們。

### **默想：**

主耶穌已經復活了：我們就有大使命。天使與門徒都見證基督復活，福音是建基於十字架與空墳墓的事實。主的復活開啟了神拯救萬國的救恩計劃；無十架、無空墳、無復活，就無大使命。既有真復活、真福音、真救主，我們就有不可推諉的大使命！