

2026 3 月 29 日

纪念：圣枝主日（甲年）

读经：玛 21:1-11；依 50:4-7；斐 2:6-11；玛 26:14-27:66

主题：耶稣与我们同行

游行前导言

曾经有一个小村庄，为迎接一位重要人物而准备盛大的欢迎仪式。街道被打扫干净，横幅高高挂起，人们早早聚集，兴奋地想被看见、被算在欢迎的人群之中。可是，当队伍经过村庄时，发生了意想不到的事情。那位贵宾并没有停留在装饰华丽的广场上，反而转进了一条狭窄泥泞的小巷，那里住着最贫穷的家庭。有些人跟随他走进去；也有许多人悄悄地离开了。

在大街上欢呼是容易的。

当道路改变时继续跟随，却更为困难。

今天，我们再次站在人群之中。手持棕枝，我们纪念耶稣进入耶路撒冷——祂受到喜乐的欢迎，被称颂为君王，被希望与期待所环绕。但这次游行不仅是对过去的庆祝，也是向我们今天提出的一个问题。

我们是否只愿意在道路轻松、充满节庆气氛时跟随基督——还是也愿意当道路通向牺牲、谦卑与十字架时，依然跟随？

当我们开始这圣枝主日的游行时，让我们不仅以口唇与棕枝前行，也以敞开的心同行，准备陪伴主，无论祂选择走向何方。

现在，让我们聆听福音，纪念主进入耶路撒冷的事迹。

讲道一：玛窦福音 21:1-11（游行前）

几年前，一位老师请学生们画一位君王。大多数孩子画了王冠、宝座、城堡、士兵和旗帜。然而，有一个孩子却画了一位骑着自行车的男子——没有王冠，没有卫兵，只是一个在街道上骑行、微笑着停下来与人交谈的人。

当老师问他为什么这样画时，孩子回答说：“因为最好的君王，是那些走近人群的君王。”那孩子明白了一件非常重要的事。

今天，当我们手持棕枝聚集时，教会邀请我们迎接一位君王——却不是我们所期待的那种。耶稣进入耶路撒冷，不是骑着战马，而是骑着一头驴。祂身后没有军队行进，也没有旗帜宣扬祂的权势。陪伴祂的是普通百姓——渔夫、母亲、孩子、病人——他们把外衣铺在路上，挥舞从附近树上折下的树枝。这不是力量的展示，而是一场希望的游行。

人们呼喊：“和散那！”这不是礼貌的赞美，而是“救救我们！”的呼求。那是被压迫、被忽视、被遗忘的人所发出的呼喊。他们欢迎的不是一位名人，而是一位他们相信能理解他们痛苦的人。请注意：耶稣并没有纠正他们，也没有压制他们的希望。祂让自己被欢迎——尽管祂完全知道，这同一座城市很快会转而反对祂。这向我们揭示了天主的心。

我曾探访过一个病房，一位临终的男子独自一人。护士对我说：“他已经好几个星期没有访客了。”当终于有人坐在他床边时，他睁开眼睛低声说：“我没想到还会有人来。”那一刻——安静、无人注意——也是一种圣枝主日。君王临近，不是带着权势，而是带着临在。

这就是耶稣的统治方式。祂走近人真实的生活。祂进入充满矛盾、不安与分裂的城市与人心。耶路撒冷以喜乐欢迎祂——但那喜乐是脆弱的。他们的期待很高，却理解浅薄。他们想要拯救，却不愿牺牲；想要胜利，却不愿交托。如果我们诚实，我们也并不不同。今天我们手持棕枝，却也心存矛盾。我们赞美基督，却在道路变得艰难时挣扎是否继续跟随。我们渴望祝福，却未必愿意接受伴随而来的十字架。然而——耶稣依然来临。

我曾遇见一位女士，她说：“我停止去教堂，因为我觉得天主会对我失望。”多年后她回来了，不是因为觉得自己配得，而是因为感到疲惫。她说：“我意识到，我不需要取悦天主，只需要让祂进入我的生命。”这也是圣枝主日。

耶稣进入耶路撒冷，清楚知道前方是背叛、苦难与死亡。祂却平静而坚定地前行，选择爱而不是安全。这不是软弱，而是最深沉的勇气。

在祂公开生活的大部分时间里，耶稣是积极行动的。祂医治、教导、和好、欢迎儿童、探访家庭、共享餐桌、宽恕罪过。在这些行动中，祂揭示了天主的国——天主赋予生命的爱。但从祂在橄榄园被捕的那一刻起，祂的一切行动都停止了。事情开始发生在祂身上——往往是残酷、不公与暴力的。祂被犹达斯出卖，被伯多禄否认，被鞭打、被嘲笑、被交付处死。然而，在这看似无助的时刻，天主的爱却比以往更有力地闪耀。那曾推动祂医治与和好的爱，如今推动祂忍受苦难与死亡——这爱比罪恶更强，比恐惧更强，比死亡更强。这对我们也是讯息：即使在软弱之时，在生活失控之际，在我们感到脆弱或无能为力时，我们仍然可以给予他人。我们的临在、耐心、祈祷、静默的爱——即使在微小、不为人见的方式中——也能如伟大的服务行为一样赋予生命。

现在，我们即将开始游行。片刻之后，我们将从聆听转向行走——从听见圣言转向将圣言活出来。这游行不是为了怀旧的重演，而是一种宣告。我们在说：这就是我们选择跟随的君王。

我曾有一次圣枝主日游行中看到一个小女孩，手里拿着几乎比她还高的棕枝。走到一半时，她累了，开始把棕枝拖在地上。她的父母轻声对她说：“你不必拿得完美——只要不要放手。”这或许是对门徒生活最诚实的描述。

当我们开始这次游行时，请把你的棕枝当作信赖的记号，而不是胜利的象征。我们跟随的是一位不保证轻松胜利，却永远不会在路上抛弃我们的君王。

当我们今天手持棕枝，也让我们记得本周将带来的喜乐与苦难的对比。人群以“和散那”欢迎耶稣，但几天后却呼喊：“钉死祂！”一周之间可以改变一切。以掌声开始的，可能以背叛结束；以庆祝开始的，可能以悲伤收场。然而，天主的爱始终不变。耶稣的旅程告诉我们：爱最有力的时刻，不是在凯旋中，而是在

脆弱、软弱与苦难中。正是在挑战的旷野，在我们感到无能为力的时刻，我们被召叫去反映天主的慈悲、怜悯与持久的临在。

让我们与祂同行——经过赞美与困惑，经过喜乐与挑战——因为今天进入耶路撒冷的那一位，也将为我们背负十字架。祂依然走近，临到破碎的、疲惫的、恐惧的、孤单的人。

讲道二 (玛 26:14–27:66) 从“和散那”到十字架

许多年前，一位老师带学生们去参观一座大剧院。演出开始前，孩子们坐立不安。忽然帷幕升起，灯光暗下，音乐响起，剧院里的观众爆发出热烈的掌声。有一个小男孩拍得比任何人都响。他站在椅子上，兴奋地欢呼，满怀喜乐与期待。

几分钟后，情节突然转变。那位原本受人敬仰的英雄忽然被指控、被嘲笑、被排斥。舞台上的人群转而反对他。那个小男孩停止了鼓掌，慢慢坐下，困惑地转向老师，小声问：“他们为什么这样做？我还以为他们喜欢他呢。”

这个问题，就是圣枝主日的问题。

今天，当我们聆听耶稣受难的记述，我们看到人群挥舞棕枝、呼喊“和散那”欢迎祂进入耶路撒冷——几乎还未喘息，同一座城市却高喊：“钉死祂！”

人们常说，在政治中，一周很长。周初看似稳固的政治人物，到了周五可能已失去职位。一周在人生中也很长。开始时看似确定的事，几天之内便可能崩塌。星期一的情势，到星期五可能完全不同。因此，许多人学会一天一天地生活，认真对待每一天。

而哪一个星期会比这圣周更漫长、更激烈、更具有决定性？对比是惊人的。开始时，耶稣被棕枝与“和散那”的欢呼迎接；结束时，同样的声音却要求祂的死亡。同一座以喜乐欢迎祂的城市，要求处决祂。那位谦卑骑着驴进入耶路撒冷的主，几天后却被带出去，接受罗马帝国最残酷的刑罚——十字架。

然而，尽管我们今天手持棕枝，早已知道故事的结局，我们却不是旁观者。这故事属于我们。耶稣的死亡不是遥远的历史；它在我们的生命中持续发生。

掌声的诱惑

掌声有一种令人沉醉的力量。我们都知道。我们渴望它。我们希望站在胜利的一方、受欢迎的一方、安全的一方。当不需要付出代价时，欢呼是容易的。

生活中有无数例子。政治人物承诺廉洁，却为了保住权力而妥协。员工谈论职业道德，却在升迁机会面前沉默。青少年明知是非，却因害怕孤立而随波逐流。

耶路撒冷的人群只要耶稣符合他们的期待，就爱祂。他们想要一位君王——却不是这样的君王；想要一位救主——却不是一位谈论苦难的救主；想要奇迹——却不要悔改；想要棕枝——却不要十字架。

这难道不让我们感到不安地熟悉吗？

犹达斯：精于计算的门徒

犹达斯并非戏剧性地愤然离去。他只是计算。“你们愿意给我多少？”三十块银钱——一个奴隶的价钱。背叛往往不是戏剧性的，而是现实而务实的。我们用信仰交换方便，用沉默换取安全。

有人说：“我从未否认天主。”有人回答：“不——你只是每天忽视祂。”犹达斯并没有在外在上停止跟随耶稣；他在内心停止了信赖。这可能发生在我们任何人身上。我们参加弥撒，说着正确的话，却在内心开始与信仰讨价还价，保留自己的一部分。

伯多禄：本意良善的门徒

然后是伯多禄——真诚、自信、充满人性。“即使众人都离弃你，我也不会。”

我们都曾以不同方式说过伯多禄的话：“我会永远忠信。我不会再跌倒。我现在更坚强。”然而，恐惧可以在瞬间瓦解勇气。伯多禄不是在士兵面前，而是在一个婢女面前否认耶稣。小小的恐惧，小小的妥协，便带来崩溃。

有一位神父探访监狱。一名囚犯说：“神父，我不是某天醒来就决定毁掉自己的人生。我只是不断作出小小的妥协。”伯多禄教导我们这个真理：崩溃很少始于仇恨，而始于恐惧、犹豫与妥协。

然而伯多禄会痛哭，因为他痛哭，他得以被重建。

耶稣：沉默而受苦的爱

在这漫长的受难记叙中，中心是耶稣——大多沉默。祂在比拉多前不为自己辩护，不咒骂嘲笑祂的人，也不从十字架上下来。

有一个故事：一位母亲的儿子死于暴力犯罪。多年后，她见到那位凶手。她没有怒吼，只说：“我不会让你的仇恨成为我生命中的最后一句话。”那一刻改变了他们两人。

在十字架上，耶稣以无限的尺度做了同样的事。祂吸纳仇恨，以慈悲回应；祂承受暴力，赐下宽恕。这不是软弱，而是世上最强大的爱。

软弱中的主动之爱

在耶稣公开生活的大大部分时间里，祂是主动的。祂医治、宣讲、宽恕、接纳、使人和好。在这些行动中，天主的临在得以显明。但从被捕那一刻起，祂停止了行动。事情开始发生在祂身上，往往是残酷与不公的。

然而，这并不是爱停止的时候。相反，这是一种更深、更彻底的服务。那曾推动祂医治、教导与宽恕的爱，如今推动祂忍受苦难、背叛、羞辱与死亡。在祂的无助中，天主赋予生命的爱比以往更为明显。

莎士比亚称苦难为“命运无情的飞箭与投石”。耶稣承受了一切。在祂的苦难中，祂启示我们：我们在软弱时也能像在强壮时一样给予。我们的临在、祈祷、怜悯与团结——同样是宣告天主国度的爱之行动。

我们在受难故事中的位置在哪里？

圣枝主日向我们提出一个危险的问题：

在这段故事中，我在哪里？

我是否在人群中：当赞美天主毫无代价时高声欢呼，当需要付出代价时却离弃祂？

我是否像犹达斯：精于计算、不断妥协，一只脚始终留在安全地带？

我是否像伯多禄：真心爱耶稣，却害怕信仰所要求的一切？

我是否像士兵：“只是做好自己的工作”，却逃避责任？

我是否像那些忠信的妇女：在场、哀伤，却始终不动摇？

真相是：在不同的时刻，我们都是他们中的每一个。

然而，耶稣仍然为我们每一个人走上加尔瓦略的道路。

圣周：从“和散那”到复活

当我们进入这圣周时，我们被邀请放慢脚步，细心体会，让耶稣受难的故事触动我们的心。

这一周从棕枝的喧腾欢迎，走向苦难与死亡的最深黑暗。

但我们知道，故事并不以死亡结束。

正如圣保禄所提醒我们的：

“基督贬抑自己，服从至死，且死在十字架上，因此天主极其举扬了祂。”

逾越三日庆典——从圣周四到复活前夕——是天主救赎工程的神圣高峰。

受难并不是失落的故事，而是爱的故事。

今天我们带回家的棕枝，不只是纪念品。

它们提醒我们：我们蒙召在这份爱中行走，忠信而勇敢，即使需要付出代价。

结束的故事

让我以一个最后的故事结束。

有一个人雕刻了一尊木制苦像。完成后，有人问他：“为什么耶稣在十字架上的面容如此温和？”

雕刻者回答：“因为如果祂看起来愤怒，当我失败时，我会害怕再回到祂那里。”

圣枝主日并不以掌声结束，也不以定罪结束。它以一位被钉十字架、双臂仍然张开的主结束。

当我们走过这圣周——经历背叛、否认、嘲笑、恐惧与悲伤——愿我们记得：耶稣与我们同行。

祂的爱强过我们的失败、我们的恐惧，甚至我们的罪。

当棕枝早已枯萎，当欢呼声消散，愿我们仍有勇气留下。

阿们。

祝福

当我们开始这神圣的一周，

让我们祈求天主的降福：

祂是全然超越的天主，却选择亲近我们；

祂是自由的天主，却允许自己被捆绑；

祂是强而有力的天主，却在谦卑与爱中彰显祂的能力。

愿祂藉着祂的圣子教导我们，世界如何得以改变：

不是靠武力，而是靠慈悲；

不是靠恐惧，而是靠忠信。

愿祂向我们显示：

爱如何战胜仇恨，

希望如何从苦难中升起，

生命如何甚至从十字架中涌现。

愿这位良善而忠信的天主，

降福我们，引导我们，常与我们同在，

如朋友、同行者与兄弟：

因父、及子、及圣神之名。

阿们。

2026 3 月 30 日

纪念：圣周星期一

读经：依撒意亚先知书 42:1-7；若望福音 12:1-11

主题：爱从不会被浪费

引言

几年前，我去拜访一位朋友。她一直在照顾一位年迈的邻居。每天早晨，她都会敲门，帮老人整理房子，准备早餐，再坐下来陪她聊一会儿。有一天我问她：“你每天这么费心做这些事，为什么呢？她几乎都不太注意。”

她微笑着回答：“我这样做是因为她很重要。这就够了。”

这种安静而不计较的慷慨，让人想起今天福音中伯达尼的情景。玛利亚曾经领受过耶稣的爱与怜悯，于是她把一整斤极贵重的香膏倾倒在耶稣的脚上。这是一个慷慨而自由的行动，不计代价，也不顾旁人的评价。整间屋子都充满了香气——这是一种无声却有力的爱的宣告。

当我们进入圣周时，我们也被邀请反省：我们是否常因害怕、谨慎或过度计算，而限制了自己的慷慨？我们的生活中是否充满那些虽小却真实的爱行动，去光荣基督，并为世界带来光明？今天，让我们准备自己的心，领受天主的怜悯，使我们也能怀着感恩与慷慨去爱。

讲道

我小时候记得祖母每当家人来访时，总是特别用心准备。她会铺上最好的桌布，点上最好的蜡烛，还会做多得吃不完的食物。有一次我问她：“为什么要为短短几个小时准备这么多？”

她笑着说：“爱从不会被浪费。”

这简单的智慧，正回响在今天的福音中。

作家李卡尔达·胡赫曾写道：“爱是唯一一种越‘浪费’越增长的东西。”在圣周开始的伯达尼，玛利亚似乎本能地明白这一点。她已经从耶稣那里领受了非凡的爱。她聆听过祂的教导，也亲眼见证祂把自己的兄弟拉匝禄从坟墓中召出来。她的家庭已经被耶稣赋予生命的力量所触动。

既然领受了如此的爱，她就不再计算回应的分量。

在为耶稣举行的晚宴中，玛利亚拿出整整一斤极贵重的纳尔多香膏——不是几滴象征性的香油——为耶稣傅油，并用自己的头发擦干祂的脚。整间屋子充满了香气。这是一个充满慷慨、谦卑与敬爱的行动。

犹达斯提出反对。从现实角度看，他似乎很合理：这香膏可以卖掉，把钱施舍给穷人。但这里其实混淆了不同的层面。爱不是账本上的数字，尊荣也不能用金钱计算。玛利亚所做的事，无法用金钱衡量。

耶稣为她辩护。

在祂眼中，这不是浪费，而是一种准备：“她是为我安葬之日保存了这香膏。”在一个充满背叛与暴力的一周开始时，有一个人献上毫无计算的爱。当其他人将远离祂时，玛利亚却走近祂；当其他人将羞辱祂时，她却尊荣祂。

福音已经指向十字架。屋中的香气预示着埋葬时的香料；玛利亚的温柔与即将来临的残酷形成鲜明对比。在耶稣将要为门徒洗脚的一周里，玛利亚首先为祂洗脚。她映照出祂那自我奉献的爱。

圣周让我们看到人们对耶稣的不同回应：敌意、恐惧、算计——还有爱。玛利亚的爱源于感恩。她知道自己蒙受了恩宠：拉匝禄因耶稣而活。真正的感恩很少是克制的。当我们知道自己领受了怜悯与生命，又怎能吝啬回应？

圣保禄说：“我们是基督的馨香。”伯达尼的屋子充满香气；我们的生命也应把基督的馨香带到这个常常充满猜疑与冷酷判断的世界。

我们有多少时候更像犹达斯，而不像玛利亚——总是计算、质疑，把善行简化为效率？福音邀请我们用耶稣的眼光去看世界，去辨认并守护一切真实的爱。

玛利亚也在坚固耶稣的心。当祂即将走向苦难之前，人性的善意托住了祂。我们每个人都需要这样的时刻，而我們也被召叫成为彼此生命中的那份光，在他人黑暗中带来安慰。

在祖母生命的晚年，我们在她的柜子里发现了许多未点过的蜡烛和整齐叠好的桌布，还有记录着曾为困难中的邻居准备餐食的小纸条。很多她曾给予的爱，接受的人早已忘记，但爱并没有被浪费。它塑造了我们，也像香气一样长久停留。

玛利亚的香膏充满了屋子；基督的爱充满了世界。当我们敢于不加计算地去爱——当我们愿意为祂、为彼此“浪费”爱时——那份馨香会长久停留。

爱从不会被浪费。

这是唯一一种越分享越增长的礼物。

祝福

愿天主——

祂曾借着忠信朋友的爱

坚固自己的圣子——

在你们的一切考验中

也以无量的爱赐给你们力量。阿们。

愿祂使你们的生命

成为世界中希望、怜悯与慷慨之爱的馨香。阿们。

愿全能的天主降福你们：

圣父✠、圣子、圣神。阿们。

带回家的思考

爱从不会被浪费。

凡是为基督、为彼此慷慨付出的爱，

即使时刻过去，

仍会像香气一样长久停留。

2026 3 月 31 日

纪念：圣周星期二

读经：依撒意亚先知书 49:1-6；若望福音 13:21-33, 36-38

主题：基督永远不会否认我们

引言

一首熟悉的歌曲这样唱道：“朋友，真正的朋友，是世上最美好的事。”我们都知道这话多么真实。没有友情，生命会变得空虚而寒冷。

然而，友情并不是在顺境中衡量的。真正的考验是在事情变得不确定的时候——当名誉受到威胁、当恐惧升起、当期望落空的时候。

有一句古老的格言说：“在不确定的时刻，才能认出真正的朋友。”当一切顺利时，许多人都会站在我们身边；但当阴影渐渐拉长时，留下的往往只有少数人。

今天的福音把我们带入最后晚餐的楼上厅。气氛沉重。耶稣心里忧伤。祂的一个门徒将要出卖祂，另一个将要否认祂，而有一位门徒却靠近祂的胸怀。

同样的爱，却有三种回应：背叛、否认、忠诚。

圣周向我们每个人提出一个温柔却深刻的问题：

我对基督是怎样的朋友？

当信仰需要付出代价——当它变得不方便、不受欢迎、或充满挑战时——我是否仍然留下？还是渐渐远离？还是口头承诺很多，却在恐惧中退缩？

好消息是：即使我们失败，祂也不会否认我们。

祂为犹达斯洗了脚，也为伯多禄洗了脚。

祂的爱始终坚定、耐心而忠信。

当我们开始这台感恩祭时，让我们祈求恩宠，使我们常常靠近祂的心；即使跌倒，也有谦卑的心再度回到祂身边。

讲道

在一次公众丑闻中，一位知名领袖发现，许多曾经赞美他的人悄悄离开了，只剩下少数人仍陪伴在他身边。当有人问其中一位忠实的朋友为什么留下时，他回答说：“正是在事情变得不确定的时候，你才知道谁是真正的朋友。”古罗马思想家西塞罗也曾说过：“真正的朋友，在艰难的时刻才能被认识。”

在今天的福音中，耶稣的处境正变得极其不确定。最后晚餐时，气氛沉重。耶稣深深忧伤，说：“你们中有一个要出卖我。”十字架的阴影已经笼罩着这张餐桌。在那紧张的时刻，三种不同的友情显露出来。

首先，是那位“耶稣所爱的门徒”。福音没有说出他的名字，好像邀请我们把自己的名字放在那里。他靠近耶稣的胸怀。福音一开始说，耶稣与天父的心紧密相连；如今，这位门徒也靠近耶稣的心。他留下来，一直跟随到加尔瓦略山。他代表着忠信的友谊——一种不离不弃的爱。

其次，是犹达斯。耶稣为他洗了脚，也把一块饼递给他——这是尊重与友谊的象征。耶稣的爱没有区别对待。然而，犹达斯却选择走向黑夜。也许他感到失望，也许他期待的是另一种弥赛亚。不论原因是什么，当他的期望没有实现时，他选择离开，从光明走向黑暗。

最后，是伯多禄。他满怀热情地说：“我愿为你舍命。”他的心意是真诚的。但耶稣却告诉他，在鸡叫以前，他要三次否认祂。伯多禄的心虽然愿意，但恐惧会战胜他。不过，与犹达斯不同，伯多禄的失败并不是结局。复活以后，耶稣会问他：“你爱我吗？”而伯多禄受伤的友谊将被重新恢复。

三个人，三种回应：**背叛、否认、忠诚。**

我们大多数人或许更像伯多禄。我们有好的愿望，也作出许多承诺。但当考验真正来到时，我们会跌倒。圣周问我们：当信仰变得困难或不确定时，我们是怎样的朋友？

福音给我们安慰：主的爱从不动摇。祂为犹达斯洗了脚，也为伯多禄洗了脚；祂为两人都献出了生命。祂的爱并不是对我们坚强的奖赏。但祂也不会强迫我们的回应。我们必须选择：是留在祂的心旁，是渐渐远离，还是在跌倒之后重新回来。

有一个故事：一位临终的老人对神父说：“我曾经那么多次否认主。”神父温和地问：“但祂有没有否认过你呢？”老人轻声回答：“没有。”神父说：“那就从这里重新开始吧。”

这正是圣周给我们的邀请：重新开始，靠近基督的心，并相信即使我们跌倒，祂忠信的爱总在等待着恢复我们。

祝福

愿天父——

那位呼唤你们名字的天主——

使你们在祂圣子的友谊中坚定不移。阿们。

愿圣子——

那位爱你们到底的主——

在你们跌倒时恢复你们，在试炼中坚固你们。阿们。

愿圣神——

那位在每一个时代陪伴教会的护慰者——

引导你们在忠信与平安中生活。阿们。

愿全能的天主降福你们：

圣父、圣子✠、圣神。阿们。

带回家的思考

当我们失败时，基督并不会否认我们。

圣周邀请我们

重新开始，

并常常靠近祂的心。

2026 4 月 1 日

纪念：圣周星期三

读经：依撒意亚先知书 50:4-9；玛窦福音 26:14-25

主题：“主，难道是我吗？”

引言

“一个人的生命值多少钱？”

历史曾给出令人不寒而栗的答案。有时候，人类的生命被当作可以牺牲、可以丢弃、甚至可以讨价还价的东西。然而，当我们想到自己所爱的人时，我们本能地知道：人的生命是无价的。

然而，在今天的福音中，我们听到一句令人心寒的问题：

“我把他交给你们，你们愿意给我什么？”

于是，他们给了他三十块银钱。

三十枚银钱——奴隶的价钱，被拒绝的价钱，轻蔑的价钱。

但福音并不允许我们站在安全的距离之外，只去谴责犹达斯。当耶稣说：“你们中间有一个人要出卖我。”时，每一个门徒都问：“主，难道是我吗？”

他们没有指责别人，而是先反省自己。

圣周也邀请我们这样做。

我们也许不会为了银钱出卖基督，但我们是否常常用舒适换取忠信，用沉默代替勇气，用方便取代爱？我们是否通过一些心灵中的小妥协，渐渐与祂保持距离？

然而，希望仍然存在。

那位被拒绝的牧人并没有停止爱祂的羊群；

那位被打击面颊的仆人并没有以仇恨回应；

那位被出卖的主仍然在圣体圣事中把自己赐给我们。

当我们进入这神圣的庆典时，让我们献给祂的不是银钱，而是我们诚实而不完美的心，相信祂的爱不是可以买卖的，祂的慈悲远超过我们的失败。

讲道

有一个人清理阁楼时，发现了一枚旧银币。他想，这大概值不少钱吧。于是他拿去请专家鉴定。专家看过后说，这其实价值不大，只是一枚普通的旧钱币，曾经用来支付那些被打发走的工人的工钱。

那人惊讶地问：“就这么一点价值？”

专家回答：“是的。但它曾被用来做什么，才赋予它真正的分量。”

今天我们听到的，就是三十块银钱。只有玛竇福音告诉我们耶稣被出卖的确切价钱。借此，福音把我们带回到先知匝加利亚的预言：一位天主派遣的牧人被轻视，他的工价正是三十块银钱——这是一种轻蔑的象征。

这位牧人忠心照顾百姓，却得到拒绝。

历史再次重演。

天主派来的牧人再次站在祂的子民面前，却再次没有被认出。再一次，人们数出了三十块银钱——轻视与拒绝的价钱。

然而，福音并没有让我们只是远远看着犹达斯。当耶稣说：“你们中有一个人要出卖我。”时，每一个门徒都问：“主，难道是我吗？”

他们没有互相指责，而是先省察自己的心。

在玛竇的叙述中，门徒称耶稣为“主”；只有犹达斯称祂为“老师”。其他门徒以信德说话——虽然那信德并不完美。因为虽然只有犹达斯真正出卖耶稣，但其余的人很快也会离弃祂，伯多禄也会否认祂。

信德与软弱，有时会同时存在。

门徒是“信德薄弱的人”，也许我们许多人也是如此。

“主，难道是我吗？”——

这也是向我们提出的问题。

我们或许不会把耶稣交出去，但每当我们没有按照自己所宣称的爱去生活时——当我们忽视弱小者，在不义面前保持沉默，或为了舒适而放弃忠信时——我们就正在远离与祂的共融。

然而，背叛并非最终的结局。

犹达斯陷入绝望，以为再没有回头的路；

伯多禄却流下悔改的眼泪，并重新发现了慈悲。

这就是圣周的希望：

即使我们不忠信，祂仍然忠信。

天主甚至能从我们的失败中带来善。

罪恶越多的地方，恩宠就越丰富。

有一个小故事：一个孩子对母亲说了伤人的话后，羞愧地在桌上放了一枚小硬币，好像想用钱补偿自己的过失。第二天早晨，那枚硬币还在那里，旁边放着一张纸条，上面写着：

“我的爱不是用来买卖的。”

三十块银钱可以衡量人的拒绝，却永远无法衡量基督的爱。

在这个圣周里，我们带到祂面前的不是银钱，而是我们不完美的内心——相信那位善牧仍然忠信地爱着祂的羊群。

祝福

愿主降福你们，
在考验的时刻使你们保持忠信。阿们。
愿祂在你们信德软弱时坚固你们，
在你们跌倒时重新扶起你们。阿们。
愿你们在这神圣的日子里前行，
常常信赖基督的慈悲，
因为祂的爱不是可以买卖的。阿们。
愿全能的天主降福你们：
圣父、圣子[✠]、圣神。阿们。

带回家的思考

三十块银钱衡量的是人的拒绝，
十字架却启示了天主的爱。
当你听见那句话：
“主，难道是我吗？”
愿它不要带来绝望，
而是引领你更深地信赖
那永不失败的慈悲。

2026 4 月 2 日

纪念：主的晚餐——星期四

读经：出 12:1-8, 11-14；格前 11:23-26；若 13:1-15

引言 1

有些人写回忆录，是为了引导人们以他们希望的方式记住自己；也常常是为了不至于太快被遗忘。另一些人建造纪念碑，或者人们为他们建造纪念碑，以保持他们的重要性。耶稣没有写书，也没有留下任何纪念碑。在祂告别的晚餐中，祂把两个简单的举动托付给门徒，让他们借此记得祂，同时也塑造他们整个生命的精神。祂像奴仆一样为他们洗脚，又像他们中的一员与他们分享饼和酒。通过这两个记号，我们纪念祂。它们已成为我们的神圣圣事，使我们的生命在其中被塑造。

当我们默想基督爱的这些标记——洗脚与分享饼酒——让我们也意识到自己在生活中未能完全活出祂的精神，并以谦卑的心转向天主，寻求祂的仁慈与宽恕。

或

引言 2

借助一些关键词，我们可以把某些事物内化并带在心里。圣周四给了我们三个可以随身携带的关键词。

第一：“你记得吗？”

在《致格林多人前书》中——其中包含最早关于最后晚餐的记载——我们读到这样一句话：“你们要这样做来纪念我。”这无非是在说：“记得我。”我们被邀请去记住耶稣为我们所做的一切。我们在每一次感恩祭中都这样做：我们纪念祂，

思念祂，并为祂与我们同在而心怀感恩。在德语中，“思念”和“感谢”有同一个词根。这种记忆保护我们不致遗忘，因为它使我们意识到主在我们的生命中曾经在哪里工作，也仍然在哪里工作。“你知道这位耶稣为你做了什么吗？”

第二：“以祂为榜样！”

主在为门徒洗脚之后说：“我给你们立了榜样，叫你们也照我给你们所做的去做。”主做了奴仆的工作，给我们立下榜样。祂颠覆了我们的思维和行动方式。祂提醒我们：基督徒应当有所不同。当门徒争论谁为首位时，祂说：“在你们中间不可这样。”让我们以祂为榜样，让祂的谦卑、爱和心态塑造我们。

第三：“让祂这样做！”

伯多禄不愿让耶稣为他洗脚。耶稣回答说：“如果我不洗你，你就与我无份。”对我们来说，真正让天主的亲近与爱进入生命，是否总是容易呢？伯多禄必须允许耶稣跪在他面前，为他洗脚。只有当他允许时，他才开始理解耶稣的意义。这种开放与愿意接受，能帮助我们在生命中越来越深地理解天主。

当我们铭记、跟随并让基督的爱进入我们的生命时，让我们承认自己的不足，以敞开的心来到主前，准备领受祂的仁慈，并在祂的服务中得到更新。

讲道一：“爱的道路与服务的精神”

开场故事 1

有一位旅人曾进入一座繁忙的城市，看见一位老人跪在街上为一个乞丐洗脚。旅人好奇地问：“为什么你为一个几乎不认识的人这样做？”老人抬头回答：“因为在服侍别人时，我学会了像我被爱那样去爱。”这简单的一幕，正好映照了圣周四晚餐里所发生的事。

开场故事 2

一个小男孩每天看着祖母默默地洗碗。有一天他问：“奶奶，为什么你总是为我们做这些工作？”祖母微笑说：“爱不是做伟大的事，而是在那些微小、无人看见的时刻用心去服务。”就像这位祖母一样，耶稣向我们展示：爱在谦卑的服务中表达得最深。

主要反思

在那个夜晚，耶稣与门徒共进最后的晚餐，这顿晚餐将永远塑造教会的生命。祂拿起饼，又拿起酒；但《若望福音》特别强调另一个非凡的行动——洗脚。

耶稣起身，脱下外衣，束上毛巾，跪在朋友面前，为他们洗去尘土的脚——那些走过漫长道路脚，也有曾在信德上摇摆的脚。

伯多禄抗议说：“主啊，你绝不可洗我的脚！”但耶稣回答：“如果我不洗你，你就与我无份。”与基督的共融不仅仅是外在地跟随祂，而是让祂改变我们的心，洗去罪与骄傲的尘土，使我们在祂的爱中生活。

爱从不被动。爱会跪下，会谦卑自己，会触及最需要的地方。耶稣不仅洗了若望的脚，也洗了犹达斯的脚，尽管祂知道背叛即将发生。爱不会排除任何人，它走进黑暗，并拒绝让黑暗保持原样。

这教导我们：我们对他人的服务——对软弱者、病人、孤独者——不仅是慈善，而是通往真正与天主及彼此共融的道路。

轶事

1. 我曾到过一家医院，在复活节前夕志愿者为年老病人洗脚。许多人像伯多禄一样犹豫、骄傲或羞怯。但最后他们的脸上露出了笑容与感激。简单的爱能提升人心，恢复尊严，回响着晚餐厅里耶稣用服务表达爱的意义。

2. 一位老师曾花许多时间帮助一个学习阅读困难的学生。这个孩子常常急躁和沮丧，但老师以耐心与关怀陪伴他。终于有一天，孩子成功了。他说：“当别人都不相信我时，你却相信我。”这种服务正如耶稣的榜样：爱提升他人，即使需要谦卑与耐心。

在日常生活中，服务的行动可能更微小：对同事的一句善意的话，对学习的孩子多一点耐心，或花时间陪伴被遗忘的人。每一个举动都在回响耶稣的榜样，改变人与人之间的关系，创造真正的共融。

与圣体的联系

圣体圣事也源于同样的原则。基督在饼与酒中完全交付自己。每一次领受圣体，我们都被带回晚餐厅。我们看到被倾流的爱——一种跪下、服务、改变生命的爱。

领圣体不仅是灵性的滋养，也是被派遣去服务。每一个出于爱的服务行动，都可以成为一台“活生生的弥撒”。

结束故事

很久以前，在一个村庄里，一位老师把一盆水放在学生面前，为他们洗脚。起初孩子们笑着抗议，感到尴尬。但随着时间，他们学到了一个难忘的道理：

爱不是用伟大的成就来衡量，而是在俯身、在无所求的服务、在完全的奉献中表现出来。

这就是圣周四的教训。

这也是耶稣的道路：

俯身的爱、改变人的爱、永恒的爱。

阿们。

讲道二：“血的盟约与生命的应许”

很久以前，游牧部落在结盟时会割破自己的皮肤，把伤口贴在一起，以血立约：“即使在危险中，我也与你同在。”这种古老的仪式象征着更深的意义——生命与忠诚的承诺。

在圣周四，耶稣用祂自己的血完成了更伟大的盟约。

有一个人曾告诉我，在战场上的一位士兵冒着生命危险救了一个陌生人。后来他说：“如果不是为了保护生命，我们的血就毫无意义。”某种意义上，这位士兵的

勇气映照了耶稣赐给我们的礼物——祂的宝血带来保护、生命和永不破裂的盟约。

在晚餐里，耶稣拿起饼和酒说：

“这是我的身体。这是我的血，新而永久的盟约之血，为你们和众人倾流。”

几个世纪前，以色列人在门框上涂上羔羊的血作为天主保护的标记。现在，耶稣把自己赐给我们——祂的身体与宝血——作为最终拯救的标记。祂的血保护我们、坚固我们，并把我们与天主结合在一起。

然而，在那个夜晚，恐惧也存在，背叛也临近。伯多禄将要否认祂，犹达斯将离开。但耶稣仍然前行。祂跪下洗脚，并把自己交付出来。

在那一夜，定义一切的不是恐惧，而是爱。

轶事

1. 想想一位护士在重症监护室握着病人的手，在痛苦与不确定中给予安慰；或一位老师耐心鼓励一个困难的学生。这些小小的行动回响着晚餐的那一夜。虽然这些行为很小，但它们是爱的行动，可以战胜恐惧和绝望，在人们心中创造信任和自由——就像基督通过他的身体和宝血赐予我们的自由一样。
2. 有一位年轻女子曾整夜陪伴一位孤独害怕的老人，给她泡茶、聊天。老人后来对她说：“你给了我面对黑夜的勇气。”这正是圣周四的应许：爱走进恐惧，改变它，并带来生命。

即使在我们的失败中，耶稣的盟约仍然存在。伯多禄痛哭，但他没有被遗弃。犹达斯离开，但基督的共融邀请依然存在。爱不会在罪恶面前退缩，而是继续召叫与治愈。这就是基督宝血的应许：保护、和好与生命。

圣体与宝血的力量

基督的宝血不仅是象征，它真实地改变我们的生命。它让人想起逾越节羔羊的血，如今这血在神的羔羊耶稣基督身上得到完成。

在每一台弥撒中，我们被带入这盟约：圣体滋养我们，宝血保护我们，并使我们有力量面对生活中的恐惧、背叛和挑战。

结束故事

一个小村庄每年都会庆祝从奴役走向自由的旅程，在桌上摆上饼和酒。长者提醒大家：

“羔羊的血曾拯救我们的祖先。基督的宝血今天也拯救我们。

让我们彼此相爱，如同祂为我们而活。”

这就是圣周四的应许：

通过爱，在身体与宝血中立下盟约，带来生命、自由与保护。

阿们。

结语

如同那个村庄一样，我们今天也被邀请怀着信任向前迈进。耶稣宝血的盟约并非遥远的记忆；它就在我们身边，充满活力，并具有改变生命的力量。在弥撒中，在我们的服务中，在我们奉献的爱中，基督的盟约流入我们的生命——保护我们，呼召我们，并赐予我们勇气，以盼望面对一切恐惧和背叛。

阿门。

2026 4 月 3 日

纪念：主受难日（星期五）

读经：依 52:13–53:12；希 4:14–16；5:7–9；若 18:1–19:42

受难叙述引言

司祭：

我们现在将要聆听的受难叙述，不仅仅是一段历史记述。圣经中关于耶稣最后时刻的叙述，为祂整个生命投下光亮。

耶稣的受难不仅告诉我们发生了什么，也告诉我们为什么发生、为了什么目的发生。

若望福音——我们现在将要聆听的文本——比其他福音更清楚地表明：耶稣完全清醒地走向祂的道路，并始终忠于自己的信念。

祂面对控告者与审判者，却在内心保持真正的自由。

在若望福音中，耶稣死去的时刻，正是圣殿里宰杀逾越节羔羊的时刻。

因此，耶稣被称为天主的羔羊，真正的逾越节羔羊。

讲道一：“看，这个人——看，我们的希望”

那是 2020 年 3 月 27 日。

世界陷入沉寂。

在罗马，雨水倾盆而下，落在空无一人的圣伯多禄广场上。没有朝圣者，没有游客，也没有追逐鸽子的孩子。只有雨声和一个人的脚步声。

教宗方济各慢慢走过宽阔的广场。独自一人。镜头拉远，显出那空旷的景象。

他站在圣体前，高举圣体光，面对一个黑暗而恐惧的世界。

在他身后是一座中世纪的十字架——在几个世纪前瘟疫横行时，人们曾在那十字架前祈祷。

那一天并不是耶稣受难日。

但在某种意义上，它就是。

这幅画面传遍了世界，因为它表达了言语无法表达的东西：

天主并没有离开我们的黑暗。

天主就在其中。

今天，在耶稣受难日，我们再次站在十字架前，并且问：

希望在哪里？

当我们看到乌克兰的城市变成废墟时，我们问这个问题。

当我们看到被炸毁的公寓楼、孩子从瓦砾中被抬出来时，我们问这个问题。

当我们听到母亲在地铁站里生孩子，父亲在火车站台告别，却不知道是否还能再见时，我们问这个问题。

死亡常常在我们眼前。远远看见已经难以承受，更何况是那些身处其中的人。

希望在哪里？

耶稣受难日并没有回避这个问题。

它反而使问题更加尖锐。

比拉多说：“看，这个人。”

我们看见什么？

一个被折磨的身体。

一顶刺入肉里的荆棘冠。

一件用来嘲笑的紫袍。

一个被暴力压碎的人。

历史上，帝国常常建立在暴力之上——统治、压迫。文明往往建立在弱者的骨头上。今天，我们仍然看到暴力被残酷地用来建立权力。

就在这样的世界里，耶稣走出来。

不是带着军队。

不是带着坦克。

不是带着无人机。

祂走出来，问：“你们找谁？”

当他们说：“纳匝肋人耶稣。”

祂回答：“我就是。”

“我就是。”

这是天主的名字，在被捕的园子里被说出来。

那一刻，士兵们后退了。

这是一个安静却深刻的启示：

被逮捕的那一位并不是无能为力。

祂不是命运的受害者。

祂是与我们同在的天主。

但祂仍然让自己被捆绑。

为什么？

犹达斯没有理解。也许他期待一场政治革命，也许他想逼耶稣行动，也许他对天主有完全错误的想象。

但我们真的与他不同吗？

我们也常常希望有一个强力干预的天主——一个击败敌人的天主，一个立刻消除痛苦的天主。

但我们得到的却是：

一个挂在十字架上的天主。

“我的天主，我的天主，你为什么舍弃了我？”

连耶稣也进入了沉默。

而这正是耶稣受难日的震撼与希望：

天主没有解释痛苦。

天主进入痛苦。

我想到一位名叫贾马尔的年轻人，他逃离叙利亚，因为他不愿拿起武器。他告诉我，小时候他就学会了在空袭时该怎么躲避。直到今天，他仍然会因为巨大声响而惊跳。战争在他成年之前就摧毁了他的童年。

我想到来自索马里的哈利玛，她仍然从噩梦中惊醒。战争虽然结束了，但记忆没有结束。

十字架对他们——也对我们——说出一个震撼的真理：

天主站在你这一边。

天主不是你痛苦的设计者。

天主是与你同在的伙伴。

当盖法说：“让一个人替百姓死更好。”

他只是出于政治算计。

但在这句话里却隐藏着更深的真理：

耶稣为我们而死。

当比拉多问：“什么是真理？”

他没有认出：真理就站在他面前——满身伤痕。

真理不是抽象的概念。

真理有一张面孔。

在耶稣受难日，那张面孔是受伤的。

我们生活在“另类事实”和操控信息的世界。

十字架揭示了两个终极真理：

关于人类的真理：我们能够残忍。

关于天主的真理：祂以爱回应。

他们想羞辱耶稣。天主却把羞辱变成救赎。

在灾难背后，隐藏着不可战胜的生命。

复活已经隐藏在十字架里——还没有显现，但已经应许。

信仰是冒险。不信也是冒险。

痛苦不会区分信徒和怀疑者。

每个人都在问：

我从哪里得到力量？

什么使生命有意义？

我怎样面对痛苦和死亡？

耶稣受难日没有简单答案。

它给我们一个临在。

当我们稍后朝拜十字架，说出：“我的天主。”

那可能是指责。

可能是疲惫。

也可能是崇敬。

也许三者都是。

“我的天主。”

这句话不能解释痛苦。

但它把我们与那位与我们一同受苦的主联系在一起。

那一天，教宗没有解决疫情。

但他把基督举到黑暗之中。

今天，教会也是这样做。

在战争、癌症病房、难民营、破碎的家庭和焦虑的心灵中——

我们举起十字架。

并宣告：

看，这个人。

看，这是你的天主。

看，这是你的希望。

就在世界的废墟下，生命已经在准备升起。

阿们。

讲道二：“爱永不止息”

多年前，一位父亲告诉我他女儿出生的那一刻。

助产士把婴儿放到他怀里。他说，那就像“两只手掌那么大的小人”。小小的、红红的，包在比身体还大的毯子里。

他俯身亲吻她湿润的额头。

他说：“从那一刻起，一切都改变了。”

我开始为她担心。我想保护她。我爱她——就这样。

这种爱并没有因为她夜里哭闹而消失。

也没有因为她在走廊墙上乱涂而消失。

也没有因为她伪造父亲签名逃课而消失。

也没有因为她第一次派对后吐在楼梯上而消失。

爱仍然在那里。

有时骄傲。有时愤怒。有时无助。

但始终存在。

这样的爱从哪里来？只是化学反应吗？只是荷尔蒙吗？还是它在回响某种更深的东西——某种属于天主的东西？

若望写道：

“天主是爱。”

如果这是真的，那么耶稣受难日必须告诉我们关于爱的事情。

起初，我们看到的似乎不是爱。

我们看到背叛。

有人曾在讲道对话中问：“犹达斯是谁？”

回答是：“你和我。”

因为我们每个人都对天主有自己的期待。

当祂不按我们的方式行动时，我们就会失望。

为什么天主不阻止战争？

为什么不阻止癌症？

为什么母亲要埋葬孩子？

“我的天主，你为什么舍弃我们？”

耶稣受难日允许我们向天主控诉。

这听起来震撼，但却是圣经的语言。

神学家可以解释痛苦：自由意志、人类责任、更大的善。

但有时解释变成借口。

耶稣受难日让一切解释沉默。

它让我们面对现实。

战争跨越边界。网络攻击取代了刀剑。城市在 21 世纪燃烧，就像古代一样。

贾迈勒宁愿逃离叙利亚也不愿参军。他身后留下了在被炸毁的街道上踢球的场景，以及亲人的坟墓。哈利玛逃离了索马里；她的夜晚至今仍被尖叫声所萦绕。战争摧毁房屋。

但更深层次的是，它摧毁灵魂。

为什么我们不能生活在和平之中？

但圣经坚持：

我们是为另一种生命而被创造的。

起初，天主渴望关系。

祂像母亲一样温柔地创造世界。没有哪一个民族更可爱。没有哪一个种族更值得。我们被创造来分享大地。我们被创造来分享爱。

但历史却讲述另一种故事。

比拉多问：“什么是真理？”

在信息混乱的时代，我们也问同样的问题。

十字架揭示一个更深的真理：真理不是口号。真理是一个人。

“我就是道路、真理、生命。”

在彼拉多面前，耶稣沉默不语。这位总督并不明白，他自己的决定将会暴露他的内心。

受难中的每一个人物都说出一部分真理。

盖法无意中预言。

伯多禄因恐惧而否认。

比拉多犹豫。

十字架上的铭牌宣告：“君王。”

就连嘲讽也能变成宣言

我们只看到片段。

我们看到破碎的城市。

破裂的家庭。

我们自己失败的爱。

我们看不到天主怎样把一切连在一起。

但我们听到这句话：

爱是恒久忍耐。

爱是慈祥。

爱不计算人的恶。

爱凡事包容。

爱凡事盼望。

爱凡事忍耐。

爱永不止息。

在坦克和无人机的世界里，这听起来也许天真。

但如果没有这种信念，绝望就会吞噬我们。

耶稣受难日并不天真。

它不跳过十字架直接到复活。它停留在十字架下。

但它坚持一个真理：**天主的爱仍然存在。**

天主的爱永存——即便在此。

即便女儿离家。即便她犯错。

即便人类在造物之墙上涂鸦。

爱永存。

当耶稣挂在十字架上时，天主没有离开。

祂揭示了祂最深的身份。

祂隐藏祂的荣耀，是为了让我们能在祂的亲近中存活下来。如果祂以赤裸裸的力量显现，我们必将崩溃。相反，祂以伤痕累累的爱向我们显明自己。。

天主在哪里？

在十字架上。

这不是解释。

这是答案。

当我们朝拜十字架说：“我的天主。”

那可能包含指责、渴望、或交托。

但它意味着关系。

信仰最深的层面不是同意某些教义。

而是信任一个人。

今天，这个人就在我们面前。

受伤。

流血。

仍然爱。

正因为这份爱，即使在破碎中，即使在废墟中，我们也敢于相信：

爱大于暴力。

爱大于仇恨。

爱大于死亡。

那位父亲后来又说过一句话。

当女儿搬到自己的公寓时，他帮她组装床。回家路上，他意识到：

“她将过自己的生活了。我不能保护她免受一切。”

但他的爱没有结束。

它改变了形式。

变成祈祷。

变成希望。

也许天主也是这样爱我们。

祂不强迫。

祂不给压力。

祂给我们自由——即使我们滥用它。

即使我们把爱本身钉在十字架上。

爱仍然存在。

因此我们今天可以在沉默中离开，而不是在绝望中离开。

因为十字架仍然屹立。

既是问题，

也是答案。

而爱永不止息。

阿们。

- Translated by Vicent Gan, Jakarta