

## 受難週讀經默想

基督教每年都要記念基督的受難與復活，根據傳統，從復活節算起，前一個主日開始的一個星期，被稱為「受難週 Passion Week」，或稱為「聖週 Holy Week」，在四本福音書上都有詳細記載，關於祂榮耀進耶路撒冷，潔淨聖殿，教訓百姓，最後晚餐，在客西馬尼園禱告，被賣、捉拿、受審，以至被釘死在十字架，埋葬，但第三天從死裡復活。受難週最重要的一天是週五的受難日，稱為 Good Friday，有些教會的傳統，這天要禁食，默想耶穌在十字架上受苦的經文。

1. 先安靜閱讀有關經文，按著個人適合的進度閱讀，默想，並寫下當時的感想。
2. 默想耶穌怎樣面對並走向苦難和死亡，試著體會祂身體及心靈所受的痛苦。
3. 存謙卑的心，安靜聆聽祂的話語，分擔祂的苦難，接受祂的醫治的恩典。
4. 自我省察，當自己遭遇患難和痛苦時，是否能像耶穌一樣的態度來面對痛苦。

日期	事由	參考經文
週日〔1/9〕 棕枝主日	耶穌騎驢進耶路撒冷，眾人拿棕枝迎接，日落後是「羔羊預備日〔1/10〕」(出 12:3)，祂是逾越節的羔羊(林前 5:7)，要在 1 月 14 日黃昏〔正午與日落間〕被殺(出 12:6)。	太 21:1-11 可 11:1-10 路 19:28-40 約 12:12-19
週一〔1/10〕 訓誨日	1. 潔淨聖殿(瑪 3:1-3)。 2. 咒詛無花果樹：猶太人拒絕彌賽亞，但基督再臨時會認祂是彌賽亞。 3. 耶穌受猶太人的質問：逾越節的羔羊必須無瑕無疵，通過各樣的檢驗。 4. 耶穌在橄欖山說末世祂再來的預言。 5. 耶穌在伯大尼受膏，預備安葬之用。 6. 猶大起意出賣耶穌。	太 21:12-26:16 可 11:11-14:11 路 19:30-21:38 約 12:20-50
週二〔1/11〕 辨惑日		
週三〔1/12〕 寂靜日		
週四〔1/13〕 聖餐日 or 洗足日	1. 耶穌洗門徒的腳，最後的晚餐。 2. 耶穌對門徒最後的指示。 3. 客西馬尼園的禱告。 4. 耶穌被賣，捉拿，在公會受審。	太 26:17-75 可 14:12-72 路 22:1-71 約 13:1-18:27
週五〔1/14〕 受難日	1. 被希律和彼拉多審問，釘十字架。 2. 上午 9:00 被釘十字架。 3. 中午 12:00 到下午 3:00 遍地黑暗。 4. 耶穌斷氣，在日落前被埋葬。	太 27:1-61 可 15:1-47 路 23:1-56 約 18:28-19:42
週六〔1/15〕 安息日	安息日，耶穌在墳墓裡，有兵丁看守。	太 27:62-28:20 可 16:1-20
週日〔1/16〕 復活主日	耶穌復活，顯現給門徒看。在升天之前，給門徒大使命，叫他們傳福音給萬民。	路 24:1-52 約 20:1-21:25