

# 宣报的团体

## 2017 年复活期反思



# 目录

复活期序言

这本册子的目的

如何使用这本册子

引导小组反思

复活期主日（甲年）

复活主日

复活期第二主日

复活期第三主日

复活期第四主日

复活期第五主日

复活期第六主日

复活期第七主日

附录 - 活动

附录 - 圣歌

致谢

## 2017年复活期序言

亲爱的主内兄弟姐妹们，

阿肋路亚，赞美主，因祂的复活使我们得以自由。

耶稣复活是一件改变世界的事实。许多人目睹耶稣残酷悲惨的死亡而失去希望。当同样的人看到祂活生生出现时，他们实在不敢相信。复活后的主耶稣出现在他们中间的情形，和受难前没有两样，这使他们感到很惊讶。

在复活期间，让我们一起为自己和周围的人生活中大大小小的成长来庆祝。我们庆祝耶稣的复活，为我们天父仁厚的爱和祂赐下的爱子耶稣基督，献上我们的感恩之心。我们要热烈庆祝这50天的节期，因为我们在这四旬期里已虔诚准备好。正如经上所说，“这话是确实的：如果我们与祂同死，也必与祂同生；”（弟后2：11）。单一的庆祝活动或者只是一天的庆祝活动，将掩盖这个伟大复活期的重大意义。

应该宣报新生命，应该分享新生命。人们需要知道有许多普通人和主的关在系在日益增长。人们需要知道这些，因为还有许多人仍在受苦，在挣扎中感到绝望。他们需要聆听我们的故事，为使他们把希望放在主身上。

我祝你有个快乐和圣善的复活节，充满新生命和崭新的祝福。

Terence Pereira 神父  
新福传主教代表

## 这本册子的目的

这本册子是为家庭，成人慕道团，堂区组织，邻里基督团体和基基团而编的。它也适合个人反省用。

- 促进邻里基督团体成为一个我们可以听到天主的话语和付诸实践的场  
所。
- 使参加者经历到团体的温馨，进一步对接触邻居和需要者产生使命感。
- 聚集堂区组织团体一起把基督为中心的祈祷。
- 促进家庭成员之间的沟通。爱应该是主要的沟通信息，因此所有的聚会目的是与家人分享故事，一起做有意义的活动，共享信德和互相和好。

## 如何使用这本册子

这些反思可用在参与主日弥撒前准备接受天主圣言，也可用在参与主日弥撒圣祭后继续“擘开天主圣言”，好让天主的话进入我们的生活。

在服务的精神下，组员们可事先主动自愿宣读圣言和其他段落字句。

不同的小组组长可以轮流带领聚会以提高良好的关系。

其中一位组员可以记录所讨论的大纲，并电邮给缺席的组员。

每次聚会大约两个小时。

下回聚会的时间和地点应该在聚会结束前告诉大家。

## 聚会形式

### 开始祈祷

组员们一起祈祷和唱圣歌。借四旬期圣歌使大家对天主开放和培养反思精神。

## **读经**

应该至少把三个读经读两次，并给于一些时间静默聆听圣言。  
接着，组长用所给的资料接受经文。

## **想一想**

组员中的一位把这部分读出为要让大家更深入的反思所读的经文。可与足够的时间反思。

## **反思**

这部分是要大家思考如何在为邻里团体，为教会组织，为家庭和为个人方面进行。选择一项适合你的小组或个人可以做到的。请给些时间对所问的问题反思和回应。

## **跟进**

分辨天主的话在邀请团体或个人如何去实行。

## **你的行动**

你如何接触或向你心目中的人分享耶稣的喜讯。

## **结束祈祷**

组员们一起参与结束祷，彼此代祷，也为团体代祷

## **附录：活动和圣歌**

附录的活动和圣歌加强与天主圣三和主内兄弟姐妹同行。

## 引导小组反思

**“因为那里有两个或三个人，因我的名字聚在一起，我就在他们中间。”**  
(玛 18:20)

基督确实存在我们中间。小组进行谈话与交流时，应采用谦卑和虔诚的方式。专心研读段落，特别留意福音的话语。

**“愿众人都合而为一！父啊！愿他们在我们内合而为一，就如你在我内，我在你内。”** (若 17:21)

让参加者有宾至如归的感觉，并特别欢迎新来者。以爱心对待每个组员，并邀请他们轮流朗读。使用每个人都可以理解的语言，没有人会感觉被拒于门外。

**“但你们中间，却不可这样：谁若愿意在你们中间成为大的，就当作你们的仆役”** (谷 10:42-43)

避免具有权威性或霸气的作风，教训别人，炫耀知识，或告诉其他人该怎么做。

**“谁若愿意跟随我，该弃绝自己，天天背着自己的十字架跟随我。”**  
(路 9:23)

反思的中心是天主圣言，教会训导，和邀请我们在基督内转变。如果小组离题，婉转地带领他们回到这中心点。

**“因为在那个时刻，圣神必要教给你们应说的话。”** (路 12:12)

不必事先准备分享或委任组员分享。耐心等待圣神的启示。记得要感谢自愿者分享他们的经历。

**“你们的光也当在人前照耀，好使他们看见你们的善行，光耀你们在天之父。”** (玛 5:16)。

这些反思向我们提出挑战实行天主的旨意 - 与别人相遇时，反映基督的爱。在下次聚会时，花些时间彼此分享上周实行后的心得。

复活期主日 (甲年) <i>宣报的团体</i>		
周	读经	主题
复活主日	宗徒大事录 10 : 34, 37-43 哥罗森书 3 : 1-4 若望 20 : 1-9	耶稣从死者中复活
复活期第二主日	宗徒大事录 2 : 42-47 伯多禄前书 1 : 3-9 若望 20 : 19-31	我们被派遣去宣报福音
复活期第三主日	宗徒大事录 2 : 14, 22-33 伯多禄前书 1 : 17-21 路加 24 : 13-35	把福音带给受压迫的人
复活期第四主日	宗徒大事录 2 : 14, 35-41 伯多禄前书 2 : 20-25 若望 10 : 1-10	邀请他人走入耶稣的门
复活期第五主日	宗徒大事录 6:1-7 伯多禄前书 2:4-9 若望 14:1-12	向他人显示耶稣的道路、 真理及生命
复活期第六主日	宗徒大事录 8:5-8, 14-17 伯多禄前书 3:15-18 若望 14:15-21	向非教友宣报喜讯
复活期第七主日	宗徒大事录 1:12-14 伯多禄前书 4:13-16 若望 17:1-11	在被拒绝的环境下, 宣报福音。



## 复活主日 – 耶稣从死者中复活

### 开始祈祷

主耶稣基督，我们感谢赞美祢！

祢从死到复活的逾越是我们每天要进行和庆祝的。

这是庆祝战胜恐惧的胜利 – 对黑暗的恐惧，病痛的恐惧，最大的就是对死亡恐惧。赐予我们恩宠，使我们活在祢复活的喜乐中，驱散所有的恐惧。

愿我们活于祢复活的希望与喜乐，好使大地更新。

阿们。

### 读经

#### 读经一：宗徒大事录 10：34，37-43

伯多禄对科尔乃略的一番讲话点出我们基督徒信仰的中心：天主圣言成了血肉，寄居在我们中间，为救赎我们而死后复活。伯多禄以他本身对主的体会作出这个宣告。他的见证使那些在场的人转而归依天主。

#### 读经二：哥罗森书 3：1-4

“基督已把你带回到真正的生命”就是保禄给哥罗森人的信息。这提醒大家当我们与耶稣基督一同被举起时，我们得以分享这个真正的生命。所以耶稣基督击败罪恶和死亡取得的胜利，对我们的生活方式该当产生影响。

#### 福音：若望 20：1-9

好不容易去接受耶稣的死，眼前的空墓更是一个认知上的挑战。想象一下女人们和门徒们当时心中的思绪。玛利亚玛达肋纳还以为有人从坟墓中把尸体搬走，因为他们曾目击了耶稣的死亡和安葬。但地上的殓布和耶稣头上的汗巾卷放一边似乎另有所指。没有人会在搬动尸体前先解开殓布。门徒们回忆起耶稣说过在三天后复活的这番话，就帮助他们明白所见的一切。只有坚强的信德才接受得了复活及个中的含义。耶稣钟爱的门徒一看就信了。

### 想一想

我们基督徒信仰的关键在于我主耶稣基督真正地复活了。“假如基督没有复活，那么，我们的宣讲便是空的，你们的信仰也是空的。”（格前15：14）这不是从失去知觉中苏醒过来，而是从死亡逾越到一个跨时空的生命。空墓是第一个征兆。门徒们把他们与复活的主相遇的经过记录下来，就为其复活提供了更多的历史依据。我们不能确定复活的过程是怎样的。所以祂的复活不单是一个历史事件，也是信德的一部分，因为我们“没有看见而相信”（若20：29）。耶稣的复活确证了祂的工作与教诲，也应验了耶稣及旧约里的预许。

耶稣死在十字架上，把我们从罪恶中解救出来；祂开启一条通往新生命的道路，使我们借着祂的复活在天主的恩宠下重生。基督的复活让我们敢于期盼在天主内圆满的生命。这就是我们要和他人共享的福音。

当我们信赖复活基督的承诺，毅然背起自己的十字架来跟随主时，我们体会到天主救赎的恩宠，在信德上有所增长，生活也更为满全。在家庭里当我们需要面对疾病和/或

工作的不稳定，我们仍然喜乐时，这就是成全。在工作场合里当我们因着天主爱的许诺，仁厚对待那些难搞的客户或同事时，也是达至成全。我们这么做，活得有希望和喜乐，将使他人好奇起来。这就给我们机会提到耶稣 – 我们喜乐和希望的根源。

## 反思

### 为邻里团体

*说一说经文中有什么触动了我们。*

*让我们对刚才听到的圣言作简单的分享。*

说说我们在这邻里对复活的主有过些怎样的体会。也说我们能怎样把这喜讯带给我们周围的人。

对于那些有一段时日无法出席聚会的人，我们考虑一下是否应该接触哪个人并探访他。

### 为教会团体组织

*说一说经文中有什么触动了我们。*

*让我们对刚才听到的圣言作简单的分享。*

为了能以喜乐，平安和爱的精神服务，说说我们能做些什么，好将复活的主带到我们的服务中。

作为一个教会团体组织，考虑你们能在哪一方面能以喜乐，平安和爱的精神服务。接着决定下一步的行动。

### 为家庭

*让我们作为一家人分享经文中特别的触动。*

*让我们对刚才听到的圣言作简单的分享。*

说说我们能如何鼓励和帮助自己的家庭怀着复活的希望渡过每一天。

将一个希望的象征（比如一株幼小的植物）放在屋里显眼的地方，提醒家人上主复活的许诺。

### 为个人

*用一些时间反思经文。*

*如果要与某人分享这经文，你会分享什么？*

反思耶稣凯旋的复活。想想这会为你的生活带来什么希望。

想想在这复活期你要联络的人，给他或她宣告上主复活的喜讯。

## **跟进**

用些时间来默想复活及赞叹其中的奥妙。

把你的想法写在日记里并在下回与人会面时分享。

## **你的行动**

找一个在为生命寻求深刻意义的人，或是离开上主有一段时日的人。先多了解这人，也祈求上主赐予智慧，启示你这人的需要。开始为他祈祷。

## **结束祈祷**

天父，祢赐给我们祢的子，我们的主耶稣基督，我们感谢祢。为这份信仰我们感谢祢，愿我们的生活继续充满复活的喜乐，为配得上祢。阿们。

## 我的复活期反思日记

## 复活期第二主日 – 我们被派遣去宣报福音

### 开始祈祷

慈悲的天主，  
祢以圣洗的水洗净我们的罪过，  
祢让我们在圣神内得到新生，  
并以基督的宝血救赎我们。  
在我们庆祝基督复活之际，  
让我们更加意识到这些恩宠，  
并在我们内更新祢生命的恩赐。  
我们这样祈祷，是因祢的子，我们的主耶稣基督，  
祂和祢及圣神，是唯一的天主，永生永王。  
[复活期第二主日，早祷，基督徒祈祷 452]

### 读经

#### 读经一：宗徒大事录 2：42-47

在基督复活后，会众在那里团聚祈祷，听取教诲并将一切所有归公用。这团体以复活基督的威能生活。而圣神的力量结出的果实，在团体内爱，分享与团结的精神中显示出来。是这团体逾越的生活方式对他人产生了吸引，使人归依基督 – 他们效仿耶稣的受苦，死亡，复活和升天。从他们共享一切所有显示出他们的团结。

#### 读经二：伯多禄前书 1：3-9

这段读经表达出每一个基督徒的希望，那就是给他们逾越式的生活找寻一个最深刻的意义。耶稣不是为了终结痛苦而死亡，而是为与每个人共享祂的生命；祂应许了永生。那些坚持信赖于复活的主的人将得到救赎，而永恒的赏报此刻此时就开始了。人生是一连串的消亡与兴起。我们能在经历人生的起起落落时将这一切与基督的十字架结合在一起，也可以选择单飞独自受苦。天主与我们同行，祂鼓励我们给予祂完全的信赖。对那些在寻找的人和在我们团体内，我们是这逾越生活可见的标记。

#### 福音：若望 20：19-31

“愿你们平安。”重复了三次，这远远超越一般的问候。这祝愿历经世代代，不断在回响着。耶稣为世界肩负了重担，这是祂神圣的宽恕和治愈世界的言语。这平安是真实的吗？耶稣并没有停止分裂和暴力。只有活在复活的主内，我们才有真正的平安。那些没有看见而相信的，才是有福的。初期基督徒的生活就是宗徒们为信仰作证结下的果子。他们从开始就感受到祂的强势：遇到天主降生成人；全然出乎他们的意料，与我们复活的主耶稣基督相遇。

### 想一想

即便门徒们关在屋里，耶稣还是来到他们中间。祂总是先到我们这里来。这个不平凡的经验，使祂最亲近的朋友们从开始的恐惧和不安中摆脱迟疑，最后得到相信的喜悦。耶稣让他们“目睹”这神奇的事态，就是在邀请他们接受救主恩赐的生命。圣伯多

禄在读经二传达了同样的信息：“你们虽然没有见过祂，却爱慕祂，并且以不可言传，和充满光荣的喜乐而欢跃”。多默的忏悔“我主我天主”，就是我们的祈祷。

我们行事常是出于自身的恐惧，骄傲，自我防卫。这造成我们个人和团体对一些事物过早于下判断。就如我们的天主父在创世之初在水面上吹气运行，耶稣现在向他们嘘了一口气，赐予他们圣神，使一切都成了新的。我们要领受这份恩宠，否则就如多默所言“我们要去哪里呢？”

我们要把耶稣基督的平安带给人。隐藏的天主在耶稣身上显现出来，所以我们该当将耶稣显示给世界，是祂带领我们与天主父接上关系。我们应该冲破自己的门槛，使基督的光照进我们的生命。接着我们受召去吸引众人。只有这样，众人才会对耶稣开放，看到祂壮丽的光辉。

## 反思

### 为邻里团体

*说一说经文中有什么触动了我们。*

*让我们对刚才听到的圣言作简单的分享。*

我们如何在团体内分享主的祝福？

我们的团体近来遇过危机吗？是什么让我们整个团体紧靠在一起？

### 为教会团体组织

*说一说经文中有什么触动了我们。*

*让我们对刚才听到的圣言作简单的分享。*

我们对基督徒团体内的团结有过什么体会？你想要自己的团体在哪方面显示团结？

谈谈我们如何互相支持，得到成长，并在这复活期同一个基督奥体内团结起来。当有人对改变产生抗拒时，你会如何在这复活期与那人沟通？

### 为家庭

*让我们作为一家人分享经文中特别的触动。*

*让我们对刚才听到的圣言作简单的分享。*

分享你在家庭里看到基督徒同心同德的现象。你想这能如何加以强化？

为提醒家人在家中追求的是基督的平安，商量一下是否要在每一扇门上放个和平的标志，要个怎样的标志。

### 为个人

*用一些时间反思经文。*

*如果要与某人分享这经文，你会分享什么？*

找出你可以在周围散播和平的一种特质，恩赐或技巧，比如宽恕，治愈或较大的信德。与一个人作分享。

想想你有好久没有和谁人通话。可以把这和平的气息带给他。

### **跟进**

当你让主住在你的心中时，平安就会出现。

把你的想法写在日记里并在下回与人会面时分享。

### **你的行动**

跟同一个人分享圣经里有关希望的故事和其他一些你已经知道的故事。

### **结束祈祷**

复活的主，祢牺牲的爱向我们倾注，我们尊敬祢，赞美祢！祢的力量转变我们的生命，在我们心中燃起热火。我们倾耳静听祢细微的声音，这给了我们安慰，指引和召唤。愿我们清晰正确地将祢的声音播放到那些寻觅的心中，使他们的心在祢内得到满全。我们赞美祢！阿们。

## 我的复活期反思日记



## 复活期第三主日 – 把福音带给受压迫的人

### 开始祈祷

主耶稣基督，祢一直和我们在一起。我们却常常没有注意到祢的存在，而只专注于自己生活的忧虑，挣扎和失望，对祢的接近并不在意。愿祢的圣言激发我们，让我们意识到祢存在我们世界的现实。这样，我们生活就富于复活的效果，影响我们生活的世界。阿们。

### 读经

#### 读经一：宗徒大事录 2：14， 22-33

伯多禄代表其他的宗徒告诉那些犹太人：耶稣的复活让他们辨识出祂就是默西亚，他们所等待的受傅者。耶稣一生在他们眼前所行的“有力事迹，奇迹，的征兆”显示了天主的印记。即便如此，他们还是唾弃这天主所指定的人，并将祂杀害。伯多禄引述经书，从达未王的子嗣复活的预言，来力证耶稣就是默西亚。这位耶稣在五旬节倾注了圣神。

#### 读经二：伯多禄前书 1：17-21

这段经文力劝归依基督的子民要和外教盛行的生活习俗有所区别，因为他们的生命是基督的宝血赎回来的。他们受召来度圣善的生活，全心仰赖天主。

#### 福音：路加 24：13-35

走向厄玛乌的故事在短短二十多节里描述整个基督徒的生活。这段经文从复活主日开始，那时两个门徒要离开耶路撒冷。对路加而言，离开耶路撒冷就是偏离团体，放弃耶稣所赐的希望和生命。基督徒团体就是从耶路撒冷开始把福音传播至世界其他地方。这两个门徒所走的方向显示他们要逃离基督和祂所代表的一切。他们一路灰心丧志，复活的基督走近他们，他们也认不出祂。在他们的旅途中，耶稣耐心的教导他们如何阅读经书，向他们解释耶稣的受难及死亡不是一桩悲剧，而是预先在旧约里讲过的。直至后来耶稣和他们一起吃饭时，转捩点才出现。当耶稣拿起饼来，祝福了，擘开，递给他们时，他们认出了耶稣。

### 想一想

当我们的生活一帆风顺时，我们比较容易感受到耶稣不变的临在和助佑，并觉得自己和天主有着坚固的关系。但是当我们遇到障碍或不如意的事情时，与其依靠天主永恒的圣言，我们却容易陷入困扰。

面对愈加兴盛的消费，享乐和自我中心的文化，比起“给予”，“分享”或“牺牲”，我们更惯于“接受”，“得到”或“消费”。在惯于“接受”或“得到”天主的祝福时，我们要在地上建立天主那和平、爱与正义的国，而为那些有需要的兄弟姐妹们“给予”或“分享”自己的时间，才华和资源，就显得更加困难。我们常有一个“先照顾好自己”的观念。

作为一个真正的基督徒团体，基督不但邀请我们“吃喝”祂的圣体和圣血，也请我们将天主赋予的恩赐（物质上或精神上的）慷慨地“捐献”出去，就算是遭受痛苦，仍是付出。如此我们就拥有那复活的生命，完全降服于天主。祂会把我们祝福了，擘开并把祂递给其他人。

## 反思

### 为邻里团体

*说一说经文中有什么触动了我们。*

*让我们对刚才听到的圣言作简单的分享。*

让我们对团体里孤单，有需要的团员表示关注。

作为一个团体，讨论并决定如何援助这些主内的兄弟姐妹。

### 为教会团体组织

*说一说经文中有什么触动了我们。*

*让我们对刚才听到的圣言作简单的分享。*

说一下团体组织里的工作，有哪些方面我们看不到希望而要放弃。我们如何一起同行，为度一个圣善的生活。

讨论如何让祈祷，默想和实践福音为团体组织带来新的生命。

### 为家庭

*让我们作为一家人分享经文中特别的触动。*

*让我们对刚才听到的圣言作简单的分享。*

分享你在沮丧时，你的家人如何带给你安慰和舒畅。

想想看你如何对家人表示感谢，并加以实践。

### 为个人

*用一些时间反思经文。*

*如果要与某人分享这经文，你会分享什么？*

回想你曾几何时就像是“走向厄玛乌”，是眼睛被阻止住的门徒。如果现在遇到当时的情况，反思一下你会有何不同的处理方式。

### 跟进

当我们遇到困难时，脑海不时会有放弃的念头。这时我们要以经上的圣言提醒自己上主对我们的爱。

把你的想法写在日记里并在下回与人会面时分享。

### **你的行动**

跟同一个人分享圣经里有关宽恕的故事和其他一些你已经知道的故事。

### **结束祈祷**

复活的主，求祢帮助我们认清假基督。他们妄称“我在这里”，帮助我们避开他们。开启我们信德的眼睛，使我们看到出现眼前的贫穷、受苦、受迫害的人。让我们在他们身上见到祢并采取行动帮助他们。阿们。

## 我的复活期反思日记

## 复活期第四主日 – 邀请他人走入耶稣的门

### 开始祈祷

主耶稣基督，祢是羊栈的门。除非我们经过祢这门，我们不能奢望获得满全的生命。赐给我们心中的渴望，使我们全体众人不但留意和听从祢善牧的声音，也接受祢的召叫，成为自己周围的人的牧人，把祢永生的恩典带给他们。阿们。

### 读经

#### 读经一：宗徒大事录 2：14，35-41

众人询问“伯多禄和其他宗徒”，显示伯多禄是代表宗徒们说话，就像现在教宗代表世界主教团。众人对伯多禄讲话的反应，是否似曾相识？类似的场景出现在路加福音 3：10-18 洗者若翰身上。不同的是，若翰的洗礼只是五旬节基督徒接受圣神洗礼的预象。伯多禄在这里许诺受洗者将领受圣神的恩惠。接下来的经文：“一切远方的人，因为都是我们的上主天主所呼叫的。”预示了基督徒对外邦人的使命。作者所说“邪恶的世代”，是指那些拒绝耶稣的人。三千个人接受洗礼以耶稣为他们的救主，是个可观的数字。他们可被称为天主应许的子民。这里还要表达的是，救赎包括个人和集体两方面。救赎不是“只有耶稣和我”的相遇。洗礼使一个人成为天主的子民，并作为教会的一份子被救赎。

#### 读经二：伯多禄前书 2：20-25

这段经文指示基督徒团体里的奴隶要肖似基督。这里针对他们所受的困境和痛苦，尝试通过基督徒对蒙冤受难耶稣的宣告，给他们的经验作注释。作者在 21-24 节里提到依撒意亚先知书 53：1-12 里那受苦的仆人。这受苦的仆人就是基督。基督的复活就是天主彰显的印证，祂已经成为我们众灵魂的牧人和守护者。

#### 福音：若望 10：1-10

这里似乎有两个不同的比喻。第一个是对偷盗羊群的贼和心怀不轨的人发出严厉的警告。第二个是形容羊群和它们牧人的关系。耶稣主要并不是要将自己塑造成那个牧人，而是说祂是羊的门。祂说了两次：“我是门”。这段经文表明真正的牧人是那些由门进出，对耶稣忠信的人。守门人（也许是团体的领袖）认识他们，让他们进入。那些不由门进入羊栈的要带来伤害，必须躲避。

羊群和它们的牧人有着亲密的关系。真正的牧人知道哪些羊是他的。当他一个个呼唤它们走出羊栈，（那里也有其他牧人的羊），它们认得他的声音而自动跟随他。即使是其他的牧人叫唤它们，它们也不会跟从。

前面第九章讲的是一个生来瞎眼的人的故事。那么我们读耶稣的警告时必须联想起这故事。在那故事里祂斥责法利赛人的盲目，他们身为宗教领袖，却无法带领众人到天主那里。他们不是善牧，并没从羊门进入羊栈。

最后一节是耶稣说得最激励人心的一句话：“我来，是为叫他们获得生命，且获得更丰富的生命。”我们仰赖耶稣的基督徒生活，应该是热情和满全的，而不是忧虑平庸的。

## 想一想

你在耶稣面前，是把自己看作羊还是牧人？今天普世教会庆祝“善牧主日”，又称为“国际圣召节”，是天主教会特别为新牧人奉献祈祷的日子，祈求新牧人们牧养世界各地的基督徒团体。

狭义的说，“圣召”是指作神父或是度修会生活的召叫。但是我们应该正确了解到每一个经受洗的教友都有“圣召”，都受天主的召叫来度圣善的生活。你曾否反思过圣善就是象羊般与天主亲密地生活，也像牧人那样以舍己的爱对待他人。

身为祂的羊，耶稣邀请我们时常省察自己的生活，回想我们是否有听从祂，我们善牧的声音。痛悔己罪，与祂和好是这召叫的一部分。同时耶稣也邀请我们效仿祂所说的牧人，担起牧人的角色，熟知自己周围人的名字，以爱心引领他们进入通往丰盛生命的门。

## 反思

### 为邻里团体

*说一说经文中有什么触动了我们。*

*让我们对刚才听到的圣言作简单的分享。*

耶稣通过复活给我们许下丰盛的生命。我们的团体在哪些方面活出这丰盛的生命？

我们的团体如何加深与耶稣的关系？

### 为教会团体组织

*说一说经文中有什么触动了我们。*

*让我们对刚才听到的圣言作简单的分享。*

有时候我们会听到许多声音。那我们是否听到善牧的声音，让祂带领我们走向新生命？

你的团体组织如何分辨出复活的主的声音？

### 为家庭

*让我们作为一家人分享经文中特别的触动。*

*让我们对刚才听到的圣言作简单的分享。*

分享你对家中领导者的感受。你的领导者在听从主的声音吗？你如何能确定？

### 为个人

*用一些时间反思经文。*

*如果要与某人分享这经文，你会分享什么？*

你怎么分辨得出复活主的声音？

谁能帮助你分辨出善牧的声音？

### **跟进**

在这嘈嘈杂杂的世界里，只有一个声音算数。善牧的声音。

把你的想法写在日记里并在下回与人会面时分享。

### **你的行动**

跟同一个人分享从窄门进入对你意味着什么。请他和你分享他进入教会或认识耶稣所面对的挣扎。

### **结束祈祷**

愿复活基督的胜利所带来的平安和喜乐覆盖我们的灵魂。祂现今直至永远已不再带着创伤，而是疤痕，在祂身上印着爱和宽恕的许诺。阿们。

(Fulton Sheen 主教的祈祷)

## 我的复活期反思日记



## 复活期第五主日 – 向他人显示耶稣的道路、真理及生命

### 开始祈祷

主耶稣基督，祢的复活带给我们新生命。

藉着祢的死亡与复活，我们真的与天父和好了。

祢的服从带给我们这个恩赐，我们称颂祢。

阿们。

### 读经

#### 读经一：宗徒大事录 6:1-7

让我们看看那些在耶路撒冷处于过渡时期的初期基督徒。刚接受洗礼而皈依的希腊人和犹太人，他们把各自所拥有的财物聚集在一起，分配给他们团体里有需要的人。他们并没有一个基督徒团体的模式作为依据，只是配合着团体的需要逐渐作调整。皈依的人数逐渐增多至上千的同时，在团体里一起生活的复杂和挑战也增加了。

皈依的希腊人所发出的怨言是实际的：虽然大家都有为共同的资源作出贡献，却没有把物品平均分配给整个团体。皈依的希腊人寡妇就是被疏忽了。对这些寡妇而言，这不单关乎平等，也关系到生存的问题。

宗徒们采取了务实的方法。十二人无法也无需承担每样事务。他们不愿意忽略为耶稣基督作见证及宣讲福音的职务，便把服务团体及操管饮食的职务分配给另七人，这些人都是由团体检定的，并由宗徒委任为执事。这种发展是在审慎和包容的方式中展开：基督徒团体为新进的需求作调适，制定了执事职，以及分担建立团体的工作。

#### 读经二：伯多禄前书 2:4-9

为当时，即现今的土耳其的初期基督徒团体所写，伯多禄肯定他们的基督徒圣召，并切实劝导他们要如何在那些不明白、无法分享也不尊重信仰的不信者当中，真实地活出他们的信仰。这对基督徒而言并不乐观。

罗马帝国此时已有了多语言的人民和国籍，人人都固守自己的信仰和习俗。散居在如此广大人群当中，基督徒是一小撮被误解的人民，生活在一个充满敌意的异教人世界里。周围的人都朝拜当地的万神和各地方的神祇，不需要专一追随任何一个神。而基督徒在这样的群众当中就显得更碍眼了——他们宣告唯有耶稣基督是天主圣子；这个来自加里肋亚被处死的犯人就是道路、真理和生命。对于当时的非基督徒而言，这些都是既荒谬又可耻的。

在这样的境况中，伯多禄肯定他们的基督徒身份是扎根在天主里。耶稣，被人们遗弃，却被天主拣选为基石，使教会得以汲取祂的力量、支援和根基。同样的，基督徒，被人们遗弃，却被天主拣选成为活石，在世上建立这个教会。基督徒不但没有被遗弃，反而是“特选的种族，王家的司祭，圣洁的国民”，为特殊的目的而被分开来。

### **福音：若望 14:1-12**

耶稣和祂门徒的这段对话发生在他们一起用最后晚餐的时候。当时的局势是越来越紧张，以至后来我们看到群众趋向耶稣，也听到犹太领袖策划耶稣的死亡；耶稣本身甚至预告祂自己将在十字架上受到光荣。而祂的门徒，舍弃了一切跟随耶稣，如今面对的竟是他们的师傅将被逮捕和消除的真实可能性。之后又将会有什么样的事发生在他们身上呢？前景实在令人困扰——不明确、焦虑、害怕，甚至愤怒，脑中盘旋着“一切都落空了吗？”

在这次与门徒的最后谈话中，多默和斐里伯的提问让耶稣有机会向我们启示一个有关祂自己的深奥的奥秘。这些话对我们来说或许已很熟悉，但对门徒们却不然。耶稣的每一字一句都很重要。祂对他们所说的，我们也听到祂在对我们说：“你们心里不要烦乱；你们要信赖天主，也要信赖我。……我是道路、真理、生命，除非经过我，谁也不能到父那里去。你们若认识我，也就必然认识我父”。

耶稣不单单是知道该走哪条道路、该揭示哪个真理，或该怎样生活的那一位。对我们而言，那道路、真理和生命并不是有关懂得一些抽象的教导、文字或话语，而是信赖一个人：耶稣基督，那位启示天父的天主圣子。耶稣的一切所是和所为都是出自圣父与圣子之间所存有的亲密关系。然而，这关系并不是封闭的：通过耶稣，我们也能以义子和义女的身份进入这个与天父的关系。

### **想一想**

过去几十年来我们取得了许多物质和科技上的进步。大多数人都很幸运，头上有屋顶、桌上有餐饮，口袋里也有手机。尽管我们有再多积累的物质和获取的财富，我们的生活真的更丰富和充实了吗？

正如我们有赖于餐饮而得滋养，我们也越来越有赖于手头上所拥有的资讯而保持活跃。事实上，要变得过分被滋养和过分活跃已是轻而易举的事了。一大堆的声音在市场里喋喋不休，真像那些点缀了罗马帝国的市场——告诉我们要吃什么、该怎样运动、读些什么、看些什么、去哪里旅游、下载些什么——都在尖叫抢着我们的注意力，要求我们给个赞并去跟随它。面对这样喧闹又经常矛盾的讯息的冲击，我们变得困惑、分心和不满足，不晓得要相信谁或什么。这促使我们不停地在线上搜索和研究答案，来回答离线时所提出的问题。

即使如此，这一切都没有使生活变得更容易。对我们和先辈们而言，也没有多大的改变。有史以来所提出的同样的问题，今日继续在我们的心中回响着：“我为什么在这里？我往哪里去？生命——我的生命，有什么意义和目的？我需要做什么才能度幸福的生活？这些所有的，或任何部分是真正属实的吗？”除了寻找生计和住所，寻找这些问题的答案就继续驱使着人们前进。

本周的阅读就从这里转到我们的生活中去，触碰到我们了。对于我们最深切的问题，耶稣总是清楚地回答。祂告诉我们不要苦恼、困惑、分心或不满。祂并没有要我们在社交媒体中去给祂赞或跟随祂，反而叫我们要信赖祂，因为祂是道路、真理和生命。在耶稣内，我们发现自己在此世生活、爱和工作的原因。通过祂，我们的身份是确定的；我们成为天父的义子和义女。与真天主亦真人的祂同在，我们得以在与天主，以及与彼此的关系中，认识到有关我们是谁的最深的真理。在祂内，死亡不是终结；我们将发现并分享祂圆满的生命。

**反思：**

### **为邻里团体**

*我们谈论有关在读经章节里触动我们的地方。*

*让我们分享一下有关刚才听到的圣言。*

在团体中，反省并分享有关你们在生活中接触到的贫穷人和脆弱的人。讨论一下，作为一个庆祝复活喜乐的基督徒团体，你们可以持续地提供什么具体的帮助。以团结及服务的精神，向这样的一个人或家庭伸出援手，建立关系并分享你们拥有的……。

### **为教会团体组织**

*我们谈论有关在读经章节里触动我们的地方。*

*让我们分享一下有关刚才听到的圣言。*

在教会里，我们和其他许多努力为自己家庭提供住宿与生计的人们所朝拜的是同样的上主；而在我们的社会里，寡妇、孤儿及外地人仍然面对无数的挑战。作为一个事奉团体，反省一下，哪些有需要的人被广大群体忽略了？讨论一下，你们的事奉团体可以怀着谦卑和团结，怎样持续地为那些有需要的人提供持久的帮助？

### **为家庭**

*让我们一家人分享有关在读经章节里触动我们的地方。*

*让我们分享一下有关刚才听到的圣言。*

一家人都把手机等行动器具关闭，共处一些时间，可以是在祈祷及用餐时，谈谈有关每个家庭成员自己正在为哪些最深切的问题寻找答案。以开发和诚实的心态分享这些意愿，并以信德的眼光尝试彼此扶持，通过转向耶稣的生活、探讨或澄清教会的教导，或开始按时祈祷的习惯，寻找答案。

## 为个人

*用一些时间反省读经的章节。*

*假设你要与某人分享有关所读到的圣言，你会分享什么？*

我们生活的世界与初期基督徒的没有多大的不同，四周围也有许多其它信仰和习俗的人们。你是否觉得自己是广大教会的一份子——特选的种族，王家的司祭，圣洁的国民，被分开来的子民？你在此世如何活出你的基督徒信仰——你怎样生活、工作、读书或游戏？在你生活中是否有哪些方面与一个基督徒的作为相反？每周一次写下你的思考和反省，与你的团体分享。

## 跟进

除了经过耶稣——道路、真理和生命，没有其它方法能使我们获得救恩。

把你的想法写在日记里并在下回与人会面时分享。

## 你的行动

邀请同样的人到你家或任何一个你觉得舒服的地方用餐，告诉他们耶稣是道路、真理和生命。

如果你还不是一个事奉团体或组织的成员，不妨考虑加入一个，为天主我们的圣父及他人服务。

## 结束祈祷

永生的天父，我们感谢祢派遣祢的独生子耶稣来拯救，并光照我们走向我们永恒家乡的道路。教导我们如同基督充实地生活，彼此相爱，如同祂教导我们一样。阿们。

## 我的复活期反思日记

## 复活期第六主日 - - 向非教友宣报喜讯

### 开始祈祷

伟大和慈爱的天父，  
祢通过基督传达祢对我们的期待，是大家彼此相爱，就像祢的亲子如何爱着我们一样。通过祢对我们的爱来改变我们，使我们一心一意地寻求祢、爱祢、和为祢服务。我们寻求这世界所无法给予我们的平安，这种平安唯有来自于祢。求祢继续塑造我们，成为祢真正的儿女，使我们能活出领洗时祢赐给我们的使命，把祢的爱和生命传播给其他人。阿们。

### 读经

#### 读经一：宗徒大事录 8:5-8, 14-17

在读经中，我们发觉到虽然面对迫害，斐理伯仍然宣告耶稣基督。这事发生在斯德望被乱石砸死，和基督徒们都纷纷逃离扫罗所率领的迫害。逃到撒玛利亚以后，斐理伯继续他的信仰生活，把福音传到异地。在这个过程中，吸引了许多人接受信仰。经文提醒我们，作为一个基督徒，无论当时情况如何，无论在什么时刻，我们都要将基督一起带到任何地方去。

#### 读经二：伯多禄前书 3:15-18

这封信所写的时间，是教会处在对基督信仰抱着敌意的环境中。作门徒的代价很明显，基督徒们因为信奉基督而遭受迫害。伯多禄写信鼓励他们，把他们的信仰交托于耶稣基督，而且不要害怕。虽然我们生活在没有迫害基督徒的国度内，我们应该持有和其他人不同的价值观。这样我们才能站出来，为我们的信仰说话。这是我们信徒所应准备付出的代价——如果基督爱我们，并愿意为了救赎我们而付出生命，那么我们是否愿意为祂的缘故而站出来？

#### 福音：若望 14:15-21

在福音中，耶稣告诉我们和祂的门徒，必需继续生活在天主的爱中，并服从于祂的旨意。祂向门徒保证，圣神将会降临，只要我们仍然活在祂的爱中，圣神会指导并带领我们前行。这种与天主保持的亲密关系，将给予我们力量和生命的意义，我们应该全心全意地爱天主和爱近人。

### 想一想

第二读经这样开始：“你们但要在心内尊崇基督为主；若有人询问你们心中所怀希望的理由，你们要时常准备答复。”

对我们许多人来说，在公共场合或在任何种类的传教活动上，公开宣布我们宗教立场，并分享信仰，是件很有压力和难处理的经验。我们不会特意地去分享我们的信仰生活，不像早期的基督徒，比如第一读经中的斐理伯，他在撒玛利亚宣讲，并且因基督之名行奇迹和治愈。

在我们今天看来，这种历史上的行为，已经灭迹了，像这种事情不会再发生，也不是我们职责范围内的事。

然而，这不是真理之神、倡导者圣神所愿意看到的事，这种传教工作是耶稣亲自嘱咐的。我们是教会的成员，基督的奥体，我们一直被提醒，而且得到天主所赋予的力量，到普天下去传扬福音。这世界迫切需要基督的平安、爱、治愈和怜悯。

每当我们庆祝圣体圣事，当我们聚集在敬拜和祷告的祭坛前，这种力量授予所有的教友。帮助我们落实这项计划的第一重要标志，含盖了耶稣所有的命令，就是要遵从祂和彼此相爱。这条诫命不能被视为难以实践的。它仅仅意味着要有耐心，理解，善良，同情心，和彼此相爱的好习惯。具有习惯意味着要经常练习，直到它成为你所做、所想、和所说的第二天性。

## 反思

### 为邻里团体

*我们谈论那段经文触动了我们。*

*让我们分享一些有关我们刚才听到的经文。*

让我们谈论，我们如何继续度复活节带来的新生活，特别与邻里内那些贫穷和有需要的人紧密团结。

### 为教会团体组织

*我们谈论那段经文触动了我们。*

*让我们分享一些有关我们刚才听到的经文。*

让我们谈论如何像一个团体共度复活节生活，把天主的讯息传达到我们所服务的团体内。

### 为家庭

*让我们一家人分享那些经文突出地触动我们。*

*让我们分享一些有关我们刚才听到的经文。*

让我们谈论这季节带给我们的新生活，我们又如何把这新生命带给那些贫穷，边缘人士，和有需要的人。

## **为个人**

*花一些时间反省所读的经文。*

*如果要和别人分享这些经文，你会分享什么？*

复活期是新的生命。我如何与周边的人日日共同度过了这新生活？

## **跟进**

停留在天主的爱中，就是要继续地服从天主。

把你的想法写在日记里并在下回与人会面时分享。

## **你的行动**

和你遇到的人一起去发掘那些社会边缘的人群，了解他们真正的需要，并且决定如何帮助他们改变他们的生活。

## **结束祈祷**

怜爱人的上主，天父，

求祢指导和带领我们，回应祢在我们领洗时的召叫，做祢的子女。并为你的爱和生命作见证。求你以圣神降福我们，让我们听从你的亲子耶稣的命令，成为世界的光，地上的盐。通过这一切，使我们能符合你伟大的良善，在这世界上互相赐予别人生命。阿们。



## 我的复活期反思日记

## 复活期第七主日——在被拒绝的环境下，宣报福音。

### 开始祈祷

主耶稣基督，我们来到祢台前，以沉静的心灵和祢坐在一起。  
“主啊，我们到谁那里去？你有永生的消息”，求祢赐予我们恩典，  
使我们能真心听从祢。帮助我们允许祢的圣言来改变和转化我们的生活，  
向所有的人传福音。阿门。

### 读经

#### 读经一：宗徒大事录 1:12-14

耶稣基督已经从死里复活，升天。这令人震惊的事件证实了天主所应许的救恩，但对宗徒们来说，这是片刻的惊讶和无法理解的事。在升天之前，耶稣告诉他们要等候天父的应许。这是一个服从和信靠天主的机会。宗徒们意识到这一时刻的重要性，并献身于祈祷，选择信靠和顺服天主。这段读经邀请我们归向天主，要信靠和顺服天主，特别是面对情况不明朗和无法了解的环境时。我们需要学会信任和相信天主的应许，帮助我们信德的成长。

#### 读经二：伯多禄前书 4:13-16

当我们选择服从和信任天主时，我们的行为和决定将会和别人不同。这是伯多禄所要写的东西，作门徒所要付出的代价。当我们选择把天主放在生活的第一位时，我们会面对别人的嘲笑，看来我们的决定违背了正常的理智。伯多禄说要把这种事算是个祝福，因为耶稣背负了巨大的痛苦，死在十字架上，为我们换取永恒的生命。一个小小的侮辱或嘲笑，相比耶稣的爱和伟大牺牲，又算是什么？

#### 福音：若望 17:1-11

让我们一瞥耶稣与天父在天上的亲密联盟的奥秘。从这种团结，流动着教会的合一。他再次上升，表明了自由和蒙祝福的生活是可以实现的。耶稣并没有放弃我们。这是天父爱的计划，圣神将加强我们的团结。当我们期待圣神在我们生命中行动时，我们要不停地祈祷。就算面对别人的拒绝，我们还是可以高兴地随时宣讲福音，因为我们所寻求和耶稣所寻求的一样——与天父团结在一起。

### 想一想

这是天主伟大和深层的愿望，拥抱全人类于一个完美的爱的关系中。爱是耶稣降生，救赎我们脱离罪恶，带领我们回到天主跟前的原因。当耶稣死时，这份爱在十字架上达到了高潮。耶稣复活证实了爱与救赎的承诺。宗徒和早期的弟子们深信这一承诺。

天主的爱通过耶稣启示给他们，耶稣与他们同行，指导和帮助他们更进一步认识天主。耶稣的祷文给我们学习天父和圣子之间如何保持亲密关系。揭示这种爱的关系，耶稣正在准备门徒们和我们接收这份天主伟大的爱，并做好准备执行被差遣的使命。为了把天主救恩的爱带给别人，我们必须诚心祈祷，就如门徒们在耶稣升天以后，聚在一起不停地祈祷一样。我们并不害怕嘲笑和受苦，因为我们敢去爱，就如天主爱我们一样，愿意在不公正和没有尊严的地方见证天主的爱。洗礼使我们能够忠于耶稣，成为基督的支体，接收和体验天主完美的爱。正是因为体会了天主深沉的爱，教会诞生了，执行天主派遣的传教使命。我们正当准备庆祝这五旬节时，我们感谢上主的召叫，我们的回应是依赖耶稣，复活的主，祂给了我们生活的意义和目的。

"要是我拥有耶稣恩宠，就会完全与祢同在！在各种世俗的事物围绕下，主，我唯一的渴望是与祢在一起。祢是我灵魂所需要一切。我心中的亲密朋友，把我这个独特的小灵魂和祢完美的良善联系在一起。祢是我的一切；我何时应当皈依于祢？主耶稣，我的最爱，吸引我心的磁铁，紧握，按紧，把我和祢的圣心永远结合在一起。祢让我成为祢所有，与祢同在。求祢把我这一小滴的生命，到时吸收到祢良善的大海洋中去"。

## 反思

### 为邻里团体

*我们谈论那段经文触动了我们。*

*让我们分享一些有关我们刚才听到的经文。*

让我们来谈谈，我们的关系如何在邻里中与复活的主一起成长。

让我们问问自己，我们应当何去何从？

### 为教会团体组织

*我们谈论那段经文触动了我们。*

*让我们分享一些有关我们刚才听到的经文。*

让我们来谈谈我们与复活的主的关系，祂召叫和指导我们去做服务工作。我们与天主亲密的关系，是处在那个程度？我们与天主亲密的程度，将会在我们如何去服务和爱人的方式中呈现出来。

## 为家庭

*让我们一家人分享那些经文突出地触动了我们。*

*让我们分享一些有关我们刚才听到的经文。*

我们谈论了在家庭中的关系，如何反映了上主和圣子之间爱的关系。我们在家庭关系方面有那一点做得很好。接下来我们要做些什么？

## 为个人

*花一些时间反省所读的经文。*

*如果要和别人分享这些经文，你会分享什么？*

每日检查我与天主的关系。祈求天主的恩典使我能体验到与天主的亲密的爱情关系，以便我能把这种经验带入和其他人的所有关系中。

## 跟进

除了为他人祈祷，我们要学发展积极和有意义的人际关系，能够互相尊重而不贬低别人。我们这样做的源由与灵感，来自于我们培养了与耶稣基督的亲密关系。我们与天主的关系越深，我们与其他人的关系就越丰富。让我们互相鼓励，提醒，共同成长，一起宣告天主对每个人的爱。

把你的想法写在日记里并在下回与人会面时分享。

## 你的行动

决定你是否想要踏上这个人的精神之旅。如果你决定尝试，就告诉对方，就算对方拒绝，也要为他祈祷，并且耐心等待。

## 结束祈祷

主啊，祢是世界之光，并把光带给所有寻求祢的人。求祢赐给我们圣宠，能永远忠于祢、我们生命的泉源，使我们能继续反射祢的光，并向全世界宣报祢伟大的救恩。  
阿们。

## 我的复活期反思日记

# 附录

## 复活期活动

### 生命之树

改编自“四旬期从家里开始”，由 Pat 和 Rosemary Rayn 所作

“一粒麦子如果不落在地里死了，仍只是一粒；如果死了，才结出许多子粒来。”  
(若12:24)。

复活节是新生活 and 从新开始的时候。如果你在四旬期间种下了种子，种子现在将已发芽长出新的叶子，这意味着新的生命。同样的，如果你种下好的言行的种子，你将能够看到新的生命在那些你所关心或伸出援手的人之间萌芽。

每个人都有隐藏在内的新生命。当我们以微笑，赞美，或伸出援助之手的形式来彼此关爱时，我们体内的新生命就会显露出来，而我们将看到新生命在我们之间萌芽。

在家庭里建立一株生命之树：

所需材料：

- 一张硬纸皮
- 把树的根标记为天主，把树干标记为耶稣。
- 为每个家庭成员绘制分支，并在分支上写下他们的名字。
- 自己做或买一些绿色叶形粘性垫。

每个星期，当家人聚在一起祈祷或反思主日弥撒的读经时，拨出一点时间让每个家庭成员在叶子上写下他/她在宣报福音或对其他家庭成员，朋友或陌生人做了些什么善事。家庭成员也可以在叶子上书写和互相肯定他们所观察到的其他成员所行的善事。

过了七个星期，这株树上将结满树叶反映来自全家的良好言行，这将是真正的“生命之树”。

(这个活动也可适用于社区/教区。)

## 宣报耶稣基督的好消息

- 向新受洗的人伸出援手，鼓励他继续信仰的旅程。
- 制作一些祈祷卡并在每天的祈祷里写下一位新受洗者的名字。然后把这些祈祷卡制作成一个花环，在五旬节当天送给他/她。
- 特别关注那些在你的生活圈子里在人生十字路口寻找真理的人。
- 鼓励另外一位将作出艰难决定或关系破裂的人，选择以和平的方式来解决问題。
- 邀请已离开教会的成员来和你或你的家人或社区一起庆祝复活节。
- 记下在你的个人信仰旅程中可以用来鼓励非信徒考虑接受基督的两，三个例子，或
- 做一个那些处于经济或社会边缘的人的“灯”。虽然这样一来其他人看我们时会觉得我们“不酷”。我们对这些人感兴趣是因为天主爱他们。

## 庆祝复活期的点子

复活主日 - 与家人和朋友们一起庆祝复活节前夕守夜弥撒。

神圣慈悲主日 - 在神圣慈悲的上主前祈祷，并特别思念那些病苦的人。

复活期第三个主日 - 在2017年4月30日当天与未受洗的朋友们一起参加复活期弥撒。

世界圣召祈祷日 - 选教区的一位神父，并从这圣召日起为他祈祷365天。

母亲节 - 念玫瑰经来赞颂圣母玛利亚，天主的母亲，并特别为所有的母亲祈祷。

复活期第六个主日 - 从耶稣升天节到五旬节日期间，向圣神九日敬礼。

世界传播日 - 宣报好消息，说天主在任何情况下或对任何人都永远是他们的天父。让我们学习传达信任和希望的讯息。

# 圣歌

## 复活歌

我主为我作了牺牲，以洗净我的罪污，  
我们高声的欢呼，耶稣基督已复活，  
主已复活，  
阿肋路亚，唱阿肋路亚，  
唱阿肋路亚，  
救主真已复活，阿肋路亚。

我主祂复活的光辉，划破幽暗的长夜，  
死亡已失去光芒，罪恶也不再嚣张，  
因主复活，  
阿肋路亚，唱阿肋路亚，  
唱阿肋路亚，  
救主真已复活，阿肋路亚。

我主祂光荣的凯旋，大显神能受钦敬，  
祂偕圣父偕圣神，同享光荣永常春，  
救主复活，  
阿肋路亚，唱阿肋路亚，  
唱阿肋路亚，  
救主真已复活，阿肋路亚。

## 今朝基督已复活

今朝基督正复生 阿肋路亚  
凯旋圣日众欢欣 阿肋路亚  
十字圣架信众期 阿肋路亚



战胜死亡奏凯歌 阿肋路亚

普世万民齐赞扬 阿肋路亚

赞扬基督天上王 阿肋路亚

藉其圣死与复活 阿肋路亚

救赎罪人免丧亡 阿肋路亚

请众颂扬天地君 阿肋路亚

歌颂基督无穷恩 阿肋路亚

天上地下应同声 阿肋路亚

赞颂父子与圣神 阿肋路亚

### **基督我主今復生**

基督我主今復生 阿肋路亚

天人一致同欢欣 阿肋路亚

诸天高唱地响应 阿肋路亚

哀哭化为歌颂声 阿肋路亚

血战完毕凯旋腾 阿肋路亚

愛之救赎已完成 阿肋路亚

万般苦楚主尝尽 阿肋路亚

黑暗化作大光明 阿肋路亚

### **救世主今复生**

耶稣复活墓已空

救世主今复生

战胜死亡开天门

耶稣凯旋大君王

众信友齐钦崇同颂扬  
大家同颂扬主耶稣基督万寿无疆  
永生永王  
大家同颂扬主耶稣基督  
永宰宇宙大君王

耶稣圣身与五伤  
永远神光辉煌  
救赎勋劳世无双  
堪与日月同争光  
众信友齐钦崇同颂扬

大家同颂扬主耶稣基督万寿无疆  
永生永王  
大家同颂扬主耶稣基督  
永宰宇宙大君王

### **普世喜洋洋**

普世喜洋洋，庆贺永生王。  
死中复活救赎功成，  
凯旋奏荣光

诸天神圣同来欢迎  
万民齐歌唱  
瞻仰真主圣身光芒  
如日月辉煌

普世喜洋洋，庆贺永生王。

死中复活救赎功成，

凯旋奏荣光

耶稣复活神威显扬

守兵胆尽丧

神速速透举世无双

辽远矣瞬往

### **我主耶稣是我生命源**

我主耶稣是生命源，

我主耶稣是活水源，

凡喝这水主曾明说，到永远再不渴。

难道永远再不渴？真正永远再不渴。

难道永远再不渴？真正永远再不渴。

凡喝这水主曾明说，到永远再不渴。

主在旷野里开道路，

主在沙漠要开江河，

流出活水浇灌我心，到永远再不渴。

难道永远再不渴？真正永远再不渴。

难道永远再不渴？真正永远再不渴。

凡喝这水主曾明说，到永远再不渴。

口渴的人就近水源，

愿意的人白白来喝，

必在腹中成为泉源，到永远再不渴。

难道永远再不渴？真正永远再不渴。

难道永远再不渴？真正永远再不渴。  
凡喝这水主曾明说，到永远再不渴。

### 伟大的主

伟大的主 我每逢静念默思  
祢手所创 这伟大的世界  
我见众星 又闻那隆隆雷声  
祢的权能 在全宇宙显竭  
\* 我灵歌颂 赞扬我主我神  
何等伟大！何等伟大！  
我灵歌颂 赞扬我主我神  
何等伟大！何等伟大！  
当我经过 绿荫的树林底下  
我听鸟儿 在那树上鸣吟  
当我俯视 山涧的流水回萦  
微风迎面 拂拭我的衣襟

### 世界之光

真光进入世界 我们为光作证  
让普世人得见 耶稣基督真神  
我们欢欣到主前 答复祢的召唤  
在爱中奉献  
阿肋路亚 阿肋路亚 阿肋路亚  
  
天主派遣我们 传扬主爱无疆  
使未识祢的人 也分享主平安

我们欢欣到主前 答复祢的召唤

在爱中奉献

阿肋路亚 阿肋路亚 阿肋路亚

求主垂怜世人 消去人间纷争

祢是和平君王

快将神国拓展

我们欢欣到主前 答复祢的召唤

在爱中奉献

阿肋路亚 阿肋路亚 阿肋路亚

### 唱一首天上的歌

生命的河 喜乐的河

缓缓流进我的心窝

生命的河 喜乐的河

缓缓流进我的心窝

我要唱那一首歌 唱一首天上的歌

头上的乌云 心里的忧伤 全都洒落