

架上七言：救贖與許諾

Fremont St. Joseph Mission Church

2023年3月4日 09:30-16:30

主講：徐明德

祈禱

西默盎對瑪利亞說：看，這孩子已被立定，為使以色列中許多人跌倒和復興，並成為反對的記號；至於你，要有一把利劍刺透你的心靈。（路**2：34-35**）

天主，你的聖子身懸十字架時，他的母親瑪利亞侍立在旁，一起受苦；求你使你的教會，也偕同聖母瑪利亞，一起分擔基督的苦難，將來同享基督復活的光榮。

（痛苦之母感恩禮之進堂詠與集禱經）

今天的避靜...

09 :00-09 :30 報到

09 :30-09:50 講題一：四旬期的意義

09 :50-10 :00 休息

10:00-10:50 講題二：架上一、二、三言與祈禱操練

10 :50-11 :00 休息

11 :00-11:45 講題三：架上四、五言與祈禱操練

11:45-12:00 和好聖事省察與準備

12::00-13:00 午餐與休息（靜默）

今天的避靜...

13:00-13:30 和好聖事與個人祈禱默想（靜默）

13:40-14:30 講題四：架上六、七言

14:30-14:40 休息（靜默）

14:40-15:45 和好聖事與個人祈禱默想（靜默）

15:45-16:00 感恩禮準備（靜默）

16:00-16:30 感恩禮

16:30. 賦歸

講題一：四旬期的意義



講題一：四旬期的不同名稱

- ❖ 「四旬期」是聖週逾越三日慶之前的準備
- ❖ 「四旬期」有不同的名稱：四十天期，封齋期
- ❖ 「四旬期」（Lent）：古英文Lenc ten，春天的意思，是一個守齋和悔罪的時期，發生於春季（相對於古時秋季為準備聖誕節的守齋），並持續四十天。

講題一：四旬期的歷史簡述

- ❖ 初期的各地方教會用不同的天數來預備自己過逾越三日慶典
- ❖ 守齋的習慣可能源自猶太傳統：為摯愛或至親的死亡而守齋（撒下30:13;撒下1:12）
- ❖ 到第四世紀，四十天守齋成為東西方教會普遍的慣例。

講題一：四旬期的歷史簡述

- ❖ 東西方教會40天的算法：
- ❖ 東方教會：復活節前八週開始守齋，主日和週六不守齋（ $8*5=40$ ，四旬期56天）
- ❖ 西方教會：復活節前六週 + 加上聖灰星期三到星期六4天，主日不守齋（ $6*6+4=40$ ，四旬期44天）

講題一：四旬期（40天）的解釋

- ❖ 諾厄與洪水（創7:12,17）：大雨下40天40夜
- ❖ 以色列子民用40天到達預許之地（出16:35）
- ❖ 梅瑟在西乃山（出24:18）
- ❖ 梅瑟派人窺探預許之地（戶30:25-28）

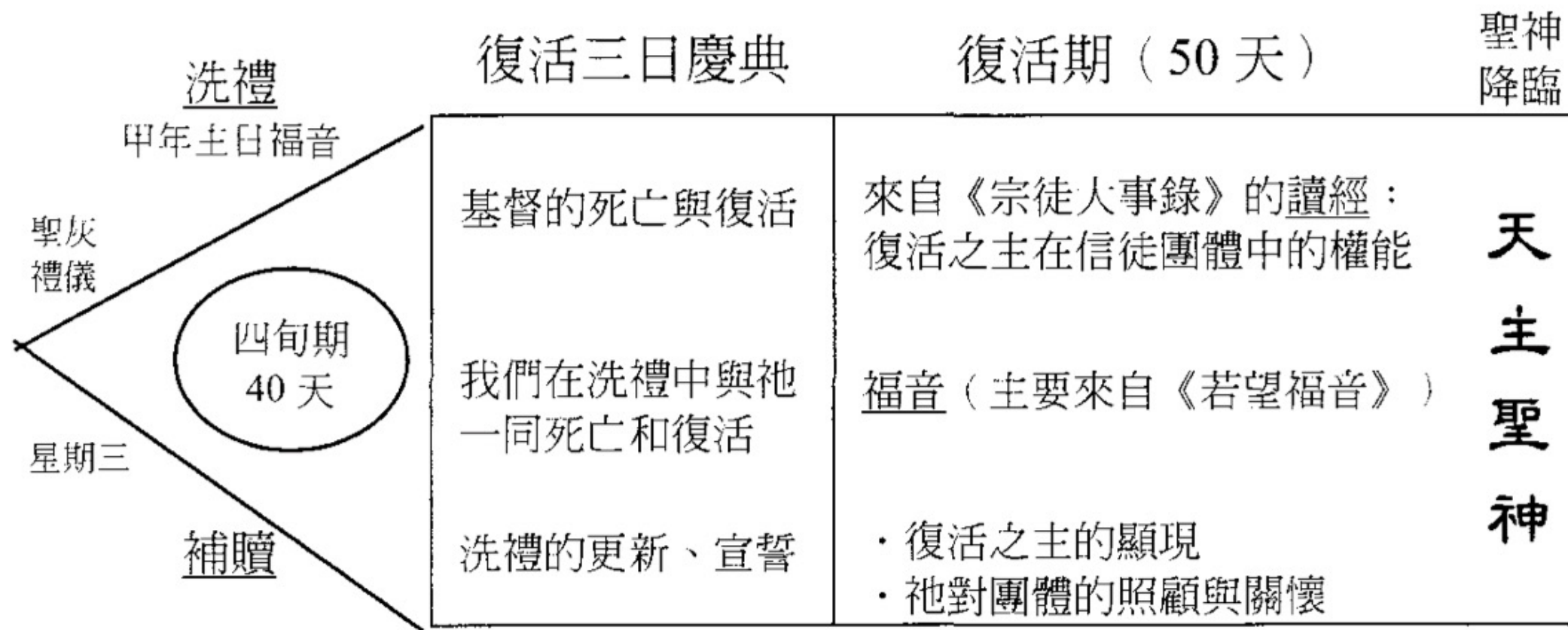
講題一：四旬期（40天）的解釋

- ❖ 哥肋雅與以色列之間的戰鬥（撒17:16）
- ❖ 尼尼微城的四十天恩寵期（納3：4-5）
- ❖ 耶穌受魔鬼誘惑（路4:1-11）

講題一：四旬期為準備逾越三日慶典

- ❖ 四旬期通往復活三日慶典
- ❖ 在復活奧蹟的光照下：
- ❖ 四旬期是一個重溫洗禮誓願和準備洗禮的節期
- ❖ 四旬期是一個洗禮與悔改補贖並重的時期

講題一：四旬期與復活期主題與架構



講題一：四旬期準備的具體形式（補贖）

- ❖ 教會共同的補贖日期：全年每週五和四旬期
- ❖ 肉體的守齋：對食物和飲品的限制食用，甚至完全戒避飲食。
- ❖ 守齋是悔罪和克己實踐皈依的表達，目的是愛和皈依向天主，如果忘記了目的，只刻板死守規定，就會流於形式主義。

講題一：四旬期準備的具體形式（守齋）

❖ 小齋：

不食熱血動物的肉類食品（滿**14**歲以上）

每週五、聖灰禮儀星期三和聖週五耶穌受難日

❖ 大齋：包括小齋，當日只許飽食一餐，但早晚可

略進小食（滿**18**歲以上到**59**歲，**60**歲以上免守）

聖灰禮儀星期三和聖週五耶穌受難日

講題一：四旬期準備的具體形式（守齋）

- ❖ 美國主教團：
- ❖ 小齋日：聖灰禮儀日、耶穌受難日及四旬期每星期五當守，四旬期外每星期五可以用其他補贖方式代替小齋。
- ❖ 大齋日：聖灰禮儀日及耶穌受難日。

講題一：四旬期準備的具體形式（其他）

❖ 施捨

❖ 慈善事工

❖ 以更多的祈禱和讀經加強靈修生活

架上七言

第一言：「父啊，寬恕他們吧！因為他們不知道他們做的是什麼。」

第二言：「今天你就要與我一同在樂園裡。」

第三言：「女人，看，你的兒子！看，你的母親！」

第四言：「我的天主，我的天主，祢為何捨棄了我？」

第五言：「我渴」

第六言：「完成了」

第七言：「父啊！我把我的靈魂交托在祢手中」

講題二：第一～三言

第一言：「父啊，寬恕他們吧！因為他們不知道他們做的是什麼。」（路 23:34）

第二言：「今天你就要與我一同在樂園裡。」
（路 23:43）

第三言：「女人，看，你的兒子！看，你的母親！」
（若19:26-27）

第一言：「父啊，寬恕他們吧！因為他們不知道他們做的是什麼。」

另有兩個凶犯，也被帶去，同耶穌一同受死。他們既到了那名叫髑髏的地方，就在那裏把耶穌釘在十字架上；也釘了那兩個凶犯：一個在右邊，一個在左邊。耶穌說：「父啊！寬赦他們罷！因為他們不知道他們做的是什麼。」他們拈鬮分了他的衣服民眾站着觀望。首領們嗤笑說：「別人，他救了；如果這人是天主的受傳者，被選者，就救他自己罷！」

（路23:32-35）

第一言：「父啊，寬恕他們吧！因為他們不知道他們做的是什麼。」

- ❖ 珍（ Jeanne ）寬恕的故事：原諒殺害妹妹一家的兇手
- ❖ 伊利莎白·史瑪特（ Elizabeth Smart ）的寬恕歷程：
選擇寬恕過去被綁架強暴的那段經歷和兇手的罪行
- ❖ 寬恕：讓兩仇恨的雙方都得到自由。

第一言：「父啊，寬恕他們吧！因為他們不知道他們做的是什麼。」

- ❖ 當人被傷害時，
仇恨是本性，寬恕是神性。
而耶穌在祂內整合了人類本性和天主神性的對立，
使我們因著祂有能力去寬恕。
- ❖ 當我們願意寬恕時，我們選擇了耶穌的道路，使我們真正成為祂的門徒。
- ❖ 我們能寬恕，是因為耶穌先寬恕了我們。

第一言：「父啊，寬恕他們吧！因為他們不知道他們做的是什麼。」

❖ **感到不能寬恕時，怎麼辦？**

❖ **依納爵靈修會建議：**

可以向天主祈求「寬恕的恩典」！

❖ **若不想寬恕對方怎麼辦？**

❖ **依納爵靈修會建議：**

可以向天主祈求「想要寬恕的渴望」！

第二言：「今天你就要與我一同在樂園裡。」

懸掛着的凶犯中，有一個侮辱耶穌說：「你不是默西亞嗎？救救你自己和我們罷！」另一個凶犯應聲責斥他說：「你既然受同樣的刑罰，連天主你都不怕嗎？這對我們是理所當然的，因為我們所受的，正配我們所行的；但是，這個人從未做過什麼不正當的事。」隨後說：「耶穌，當你來為王時，請你紀念我！」耶穌給他說：「我實在告訴你：今天你就要與我一同在樂園裏。」

（路23:39-43）

第二言：「今天你就要與我一同在樂園裡。」

- ❖ 對死亡的恐懼：即使虔敬的基督徒，也有懷疑時刻。
- ❖ 聖女小德蘭的經驗：生命末刻對永生的懷疑
- ❖ 耶穌的許諾和保證（若11:25;若14:1-3;格前15:20-23）
- ❖ 與天主愛的關係延續至永生（羅8:35）

第三言：「女人，看你的兒子！看， 你的母親！」

耶穌看見母親，又看見他所愛的門徒站在旁邊，就對母親說：「女人，看，你的兒子！」然後，又對那門徒說：「看，你的母親！」就從那時起，那門徒把她接到自己家裏。

（若**19:26-27**）

第三言：「女人，看你的兒子！看， 你的母親！」

- ❖ 瑪利亞孕育並教養了耶穌
- ❖ 瑪利亞影響耶穌的品格與對自己使命的認知
- ❖ 瑪利亞陪伴耶穌的臨終
- ❖ 瑪利亞懷有復活的信德（路**1:45**；若**2:18-23**）
- ❖ 瑪利亞成了門徒和教會的典範和母親

祈禱操練：聖神宮殿的祈禱

- ❖ 我們的身體是聖神的宮殿（格前**3:16;6:19**）
- ❖ 邀請聖神跟我們一起來覺察祂所住的宮殿
- ❖ 要點：注意感受、覺察和呼吸

吸氣時邀請天主聖神掌管全身，呼氣時交託放鬆

- ❖ 順序：由頭至腳的覺察（反之亦可）

(原為內觀祈禱操練過程，改編自部分李碧圓修女所著《天地人共舞：基督徒讀談宇宙性靈修》，台北：光啟文化，2007, 第127-132頁。)

第二講：默想提示：

- ❖ 在我的生活中有什麼需要寬恕的？什麼人？什麼事？
- ❖ 我對此有什麼感覺？命名它。
- ❖ 我能寬恕嗎？需要天主什麼恩典？和耶穌談一談
- ❖ 我害怕死亡嗎？我有什麼樣的經驗，我需要天主什麼恩典？
- ❖ 想像復活的耶穌帶著釘痕顯現給我，祂的創傷令我想起自己什麼創傷？祂復活的光榮帶給我什麼樣的保證？
- ❖ 聖母在我的信仰中扮演什麼角色？我向她學習什麼？

講題三：第四～五言

第四言：「我的天主，我的天主，祢為何捨棄了我？」

（瑪 27:46；谷15:34）

第五言：「我渴」

（若 19:28）

第四言：「我的天主，我的天主，祢為何捨棄了我？」

到了第六時辰，遍地昏黑，直到第九時辰。在第九時辰，耶穌大聲呼號說：「厄羅依，厄羅依，肋瑪，撒巴黑塔尼？」意思是：「我的天主，我的天主，你為什麼捨棄了我？」旁邊站着的人中有的聽見了，就說：「看，他呼喚厄里亞呢！」有一個人就跑過去，把海綿浸滿了醋，綁在蘆葦上，遞給他喝，說：「等一等，我們看，是否厄里亞來將他卸下。」

（谷15:33-36）

第四言：「我的天主，我的天主，祢為何捨棄了我？」

❖第一種解釋：從聖經詮釋的角度來看，耶穌以聖詠22篇祈禱

1 達味詩歌，交與樂官，調寄「朝鹿」。

2 我的天主，我的天主，你為什麼捨棄了我？你又為什麼遠離我的懇求，和我的哀號。

3 我的天主，我白天呼號，你不應允；我黑夜哀禱，你仍默靜。

4 但是你居於聖所，作以色列的榮耀！

5 我們的先祖曾經依賴了你，你救起他們，因他們依賴你；

6 他們呼號了你，便得到救贖，他們信賴了你，而從未蒙羞。

第四言：「我的天主，我的天主，祢為何捨棄了我？」

7 至於我，成了微蟲，失掉了人形；是人類的恥辱，受百姓的欺凌。

8 凡看見我的人，都戲笑我，他們都撇著嘴搖著頭說：

9 「他既信賴上主，上主就應救他；上主既喜愛他，祂就該拯救他。」

1 0 是你使我由母腹中出生，使我在母懷裏享受安寧。

1 1 我一離開母胎，就已交托於你，尚在母懷時，你已是我的天主。

1 2 因為大難臨頭，求你不要遠離我，求你來近，因為無人肯來扶助我。

第四言：「我的天主，我的天主，祢為何捨棄了我？」

- 1 3 成群的公牛圍繞著我，巴商的雄牛包圍著我；
- 1 4 都向我張開自己的嘴，活像怒吼掠食的獅子。
- 1 5 我好像傾瀉的水一般，我全身骨骸都已脫散；我的心好像是蠟，在我內臟中溶化。
- 1 6 我的上顎枯乾得像瓦片，我的舌頭貼在咽喉上面；你竟使我於死灰中輾轉。
- 1 7 惡犬成地圍困著我，歹徒成夥地環繞著我；他們穿透了我的手腳，
- 1 8 我竟能數清我的骨骼；他們卻冷眼觀望著我，
- 1 9 他們瓜分了我的衣服，為我的長衣，他們拈鬮。

第四言：「我的天主，我的天主，祢為何捨棄了我？」

2 0 上主！請不要遠離我，我的勇力，速來助我。

2 1 求你由刀劍下搶救我的靈魂，由惡犬的爪牙拯救我的生命；

2 2 求你從獅子的血口救我脫身，由野牛角下救出我這苦命人。

2 3 我要向我的弟兄，宣揚你的聖名，在盛大的集會中，向你讚美歌頌：

2 4 「你們敬畏上主的人，請讚美上主，雅各伯所有的後裔，請光榮上主，以色列的一切子孫，請敬畏上主！

2 5 因為祂沒有輕看或蔑視卑賤人的苦痛，也沒有向祂掩起自己的面孔，他一呼號上主，上主即予俯聽。」

第四言：「我的天主，我的天主，祢為何捨棄了我？」

- 2 6 我在盛大的集會中要向祢頌讚，我在敬畏祢的人前還我的誓願。
- 2 7 貧困的人必將食而飽飫，尋求上主的人必讚頌主；願他們的心靈生存永久！
- 2 8 整個大地將醒覺而歸順上主，天下萬民將在祢前屈膝叩首；
- 2 9 因為唯有上主得享王權，唯有祢將萬民宰治掌管。
- 3 0 凡安眠於黃泉的人都要朝拜祢，凡返回於灰土的人都要叩拜祢。我的靈魂存在生活只是為了祢，
- 3 1 我的後裔將要事奉上主，向未來的世界傳述我主，
- 3 2 向下代人，傳揚祢的正義說：「這全是上主的所作所為！」

第四言：「我的天主，我的天主，祢為何捨棄了我？」

- ❖ 第一種解釋：耶穌以聖詠22篇祈禱
- ❖ 這篇聖詠真真確確地描述了耶穌受難的處境和心境
- ❖ 聖詠22其實是描述困苦者在絕境中表達對天主的希望

第四言：「我的天主，我的天主，祢為何捨棄了我？」

- ❖ 第二種解釋：從人性的角度來看，耶穌的確承受了心理和生理的極限，感受到被遺棄。
- ❖ 耶穌的心理經驗：門徒背叛、出賣、審訊、嘲笑譏諷、被剝去衣服…
- ❖ 耶穌的生理經驗：被綑綁、鞭打、不得休息、被釘十字架…
- ❖ 「感覺」和「信賴關係」的區別：感覺被遺棄不等於關係破裂

第四言：「我的天主，我的天主，祢為何捨棄了我？」

- ❖ 第三種解釋：從神學的角度來看，耶穌深深地認同了罪人的經驗，感受到被天主遺棄。
- ❖ 能同情我們弱點的大司祭（希4:14-15）
- ❖ 耶穌感受到罪的後果：被天主遺棄與隔絕的感覺
- ❖ 下降陰府的救贖：耶穌下到離天主最遠的罪人去拯救他們
- ❖ 主耶穌是我們恩寵與仁慈的寶座，及時的扶助。



第五言：「我渴！」

- ❖ 此後，耶穌因知道一切事都完成了，為應驗經上的話，遂說：『我渴。』有一個盛滿了醋的器皿放在那裏，有人便將海綿浸滿了醋，綁在長槍上，送到他的口邊。
(若19:28-29)

第五言：「我渴！」

- ❖ 耶穌有一個跟我們一樣的身體意味著什麼？
 1. 耶穌的身體跟團體和弱小者的「渴」有關
(瑪25:34-40)
- ❖ 施捨與行慈善事工的真正意義；止耶穌的渴；關心最小兄弟姐妹的渴
- ❖ 社會正義的面相：消除不正義為弱小族群的衝擊，積極營造公義與友善的環境增進他們的福祉。

第五言：「我渴！」

❖ 耶穌有一個跟我們一樣的身體意味著什麼？

2.耶穌的身體跟我們個人有關

❖ 耶穌瞭解我們身體的痛苦

❖ 復活的身體留有十字架的創傷

❖ 耶穌的渴與復活的身體帶給我們希望

第三講：默想提示：

- ❖ 我曾感到被天主遺棄嗎？我有什麼感覺？我仍向天主祈禱嗎？感覺一下天主在聆聽嗎？怎樣聽？
- ❖ 我察覺到身邊弟兄姊妹的渴嗎？他們渴望什麼？我可以做什麼來滿足他們的渴望？
- ❖ 我覺察到自己的渴嗎？我渴望什麼？我希望天主滿足我什麼渴望？

講題四：第六～七言

第六言：「完成了」

（若19:30）

第七言：「父啊！我把我的靈魂交托在祢手中」

（路23:46）

第六言：「完成了！」

❖ 有一個盛滿了醋的器皿放在那裏，有人便將海綿浸滿了醋，綁在長槍上，送到他的口邊。耶穌一嚐了那醋，便說：「完成了。」就低下頭，交付了靈魂。

（若19:29-30）

第六言：「完成了！」

- ❖ 從聖經學者的研究
- ❖ 之前有什麼「還沒有完成？」
- ❖ 最後晚餐（逾越節晚餐）
- ❖ 第一杯酒：聖化之杯（The Cup of Sanctification）
- ❖ 第二杯酒：宣告之杯（The Cup of Proclamation）
- ❖ 第三杯酒：祝福之杯（The Cup of Blessing）
- ❖ 第四杯酒：讚頌之杯（The Cup of Praise）

第六言：「完成了！」

- ❖ 耶穌最後晚餐立約的酒，是哪一杯？
- ❖ 第三杯酒：「祝福之杯」=「新約的血」
- ❖ 晚餐以後，耶穌同樣拿起杯來，說：「這杯是用我為你們流出的血而立的新約。」

（路22:20）

第六言：「完成了！」

- ❖ 沒有完成的逾越節晚餐？
- ❖ 然後，又拿起杯來，祝謝了，遞給他們說：「你們都由其中喝罷！因為這是我的血，新約的血，為大眾傾流，以赦免罪過。我告訴你們：從今以後，我不再喝這葡萄汁了，直到在我父的國裏那一天，與你們同喝新酒。」他們唱了聖詠，就出來往橄欖山去。
(瑪27:26-30)
- ❖ 耶穌和門徒們沒有喝第四杯酒

第六言：「完成了！」

- ❖ 第四杯酒？
- ❖ 隨後，耶穌同他們來到一個名叫革責瑪尼的莊園裏，便對門徒說：「你們坐在這裏，等我到那邊去祈禱。」他稍微前行，就俯首至地祈禱說：「我父！若是可能，就讓這杯離開我罷！但不要照我，而要照你所願意的。」...他第二次再去祈禱說：「我父！如果這杯不能離去，非要我喝不可，就成就你的意願罷！」...他再離開他們，第三次去祈禱，又說了同樣的話。（瑪26:36,39,42,22）

第六言：「完成了！」

- ❖ 耶穌喝下第四杯？
- ❖ 到了一個名叫哥耳哥達的地方，即稱為「髑髏」的地方，他們就拿苦艾調和的酒給他喝；他只嘗了嘗，卻不願意喝。

（瑪27:33-34）

第六言：「完成了！」

- ❖ 耶穌喝下第四杯？
- ❖ 此後，耶穌因知道一切事都完成了，為應驗經上的話，遂說：『我渴。』有一個盛滿了醋的器皿放在那裏，有人便將海綿浸滿了醋，綁在長槍上，送到他的口邊。耶穌一嚐了那醋，便說：「完成了。」就低下頭，交付了靈魂。
(若**19:28-30**)
- ❖ 耶穌喝下第四杯酒（醋），完成自己逾越節的晚餐，新約天主羔羊的祭獻。

第六言：「完成了！」

- ❖ 最後晚餐中耶穌所祝福的無酵餅和第三杯酒，成為祂的聖體和聖血，不只是象徵而已，藉著在十字架上喝下第四杯酒，完成逾越節晚餐，真實地將最後晚餐的餅酒連結到祂在加爾瓦略山的祭獻：
- ❖ 「這是我的身體、為你們而捨的，你們應這樣行，為記念我。」（格前11:24）
- ❖ 「這杯是用我的血所立的新約，你們每次喝，應這樣行，為記念我。」（格前11:25）
- ❖ 這也是教會將逾越三日慶（主的晚餐、主的受難與復活前夕守夜禮）視為一個大禮儀來慶祝的原因。

第七言：「父啊！我把我的靈魂交托在祢手中。」

- ❖ 這時，大約已是第六時辰，遍地都昏黑了，直到第九時辰。太陽失去了光，聖所的帳幔從中間裂開，耶穌大聲呼喊說：「父啊！我把我的靈魂交托在你手中。」說完這話，便斷了氣。

（路23:44-46）

- ❖ 耶穌知不知道復活日要發生的事？

第七言：「父啊！我把我的靈魂交托 在祢手中。」

- ❖ 耶穌的自我意識發展：隨年齡和經驗逐漸增長（路2:52）
- ❖ 聖母和若瑟的教導
- ❖ 十二歲在聖殿
- ❖ 約旦河受洗
- ❖ 曠野祈禱
- ❖ 迦納婚宴第一個奇蹟
- ❖ 公開使命
- ❖ 山園祈禱
- ❖ 十字架上

第七言：「父啊！我把我的靈魂交托 在祢手中。」

- ❖ 耶穌完全的交托
- ❖ 我們的蒙召：學習耶穌向父的完全交托
- ❖ 毫無保留的交托
- ❖ 忠實地信賴

第七言：「父啊！我把我的靈魂交托在祢手中。」

- ❖ 耶穌知道復活日會發生什麼嗎？或許不是耶穌所關心的，他更關心自己對天父的全然信賴。
- ❖ 當我們交託給天主越多，我們越能認識我們是誰。
- ❖ 當我們交託給天主越多，我們越能活出圓滿的生命。
- ❖ 「父啊！我把我的靈魂託付在祢手中。」

第四講：默想提示

- ❖ 耶穌將最後晚餐與祂在十字架上的犧牲聯繫起來，我領悟到什麼？有什麼感覺？想向祂說什麼？
- ❖ 我怎樣參加彌撒感恩禮？我有什麼體會？
- ❖ 我信賴天主嗎？在哪一方面？我有沒有哪一部分尚未向天主開放？那是什麼？我願意跟天主說說嗎？

參考書目

- ❖ 第一講：Raas, Bernhard。《教會禮儀年度（下）》。韓麗譯。台北：光啟文化事業，2012，第8-22頁。
- ❖ 第二講到第四講：Martin, James. *Seven Last Words: An Invitation to A Deeper Friendship with Jesus*. New York: HarperCollins Publishers, 2016.
- ❖ 第一講：Sheen, Fulton J. *The Seven Last Words*. New York: Garden City Books, 1952, pp 3-9.
- ❖ 第一講：Pratt, Katherine Schwarzenegger. “Elizabeth Smart.” In *The Gift of Forgiveness: Inspiring Stories from Those Who Have Overcome the Unforgivable*. New York: Pamela Dorman Books Life/Viking, 2020.
- ❖ 第四講：Pitre, Brant. “The Fourth Cup and the Death of Jesus.” In *Jesus and the Jewish Roots of the Eucharist: Unlocking the Secrets of the Last Supper*. New York: Doubleday, 2011.