

# 在羅馬與教宗方濟各 度聖週

教宗主持復活主日大禮彌撒：  
我們要傳揚復活主基督的馨香

2019年4月22日

「主真的復活了並顯現給西滿。阿肋路亞，阿肋路亞。」教宗方濟各2019年4月21日主持復活主日大禮彌撒時，一名執事隆重地詠唱了這段宣報詞。當天彌撒的祭台安置在聖伯多祿大殿前的石階上，面向聚集在大廣場

的7萬名信友。教宗的祭台四周花團錦簇，擺滿了荷蘭進獻的花卉。

這台彌撒雖然沒有教宗講道，卻蘊含了許多意義深遠的禮儀動作，諸如：教宗佇立在至聖救主的三折聖像畫前致敬，為聖母與聖嬰木雕塑像獻香，呼求天父的降福，並以靜默祈禱取代彌撒講道。教宗的一舉一動從容而莊嚴，以傳達信仰情操。西斯汀聖堂歌詠團的歌聲也激發全體信眾的熱切情感。

彌撒結束後，教宗乘專車繞場問候信友。聖伯多祿廣場與和解大道萬頭攢動，教宗所到之處均傳出信友歡喜踴躍的呼聲。隨後，教宗回到聖伯多祿大殿，於正午時分在中央陽台發表《復活節文告》。

當天所有禮儀結束之際，教宗說：「在逾越之光的啟發下，我們將復活主基督的馨香帶給我們孤獨、不幸和痛苦的弟兄姊妹，挪開冷漠的石頭。在這廣場上，花卉象徵著復活的喜

樂。今年廣場上的花卉也是來自荷蘭，而聖伯多祿大殿裡的花卉則是從斯洛文尼亞而來。我們格外感謝捐贈這些美麗花卉的恩人！」

---

復活前夕守夜：在活人中找天主，克勝“不信任”、“罪惡”和“恐懼”

教宗方濟各2019年4月20日晚在聖伯多祿大殿主持復活前夕守夜禮彌撒。教宗首先在大殿前廊降福新火並點燃復活蠟燭，然後進行燭光遊行，聆聽復活宣報，主持隆重彌撒。教宗在彌撒講道中多次引用福音中天使對婦女們的質問“你們為什麼在死人中找活人”，勉勵我們時刻認出那已經成為“活石”的上主，祈求祂挪開我們心頭的巨石，也就是“不信任”、“罪惡”和“恐懼”的墳墓之石。

當天晚上教宗為8位候洗者施行入門聖事，迎接他們加入教會。其中4位是意大利人，其他4位分別來自厄瓜多爾、阿爾巴尼亞、秘魯和印尼。

以下是教宗方濟各2019年復活前夕守夜禮彌撒講道全文：

婦女們帶著香料來到墓穴，但她們擔心可能空跑一趟，因為一塊巨石堵住了墓穴入口。婦女們的這趟旅程也是我們的旅程；與我們今晚重溫的救恩之旅相似。在這旅途中，在石頭面前，似乎一切都走向破滅：受造界之美與罪惡之悲劇相對；從奴役中獲得自由與背叛盟約相對；先知的許諾與子民可悲的冷漠相對。同樣的情況也發生在教會歷史及我們每個人的歷史中，似乎我們所走過的路永遠無法抵達目的地。如此可能衍生出一個想法：希望落空乃是生命的黑暗法則。

今天，卻不然，我們發現自己不虛此行，我們的旅途並未在堵住墓穴的石頭前中斷。有一個聲音喚醒了婦女

們，改變了歷史：“你們為什麼在死人中找活人呢？”（路廿四5）；為什麼覺得這一切都是徒勞的，沒有人能挪開你們的石頭呢？為什麼你們打算放棄努力，甘於失敗呢？復活節是挪開石頭的節日。天主挪開那足以粉碎希望和視野的堅硬石頭，也就是死亡、罪惡、恐懼、世俗的石頭。人類歷史不會止步於一塊墳墓前的石頭，因為今天發現了那“活石”（伯前二4）——復活的耶穌。我們作為教會建立在祂的基礎上，即使我們灰心喪志，受誘惑以我們的失敗來評斷一切，祂依然前來更新一切，扭轉我們的失望。今晚每個人都蒙召認出那挪開心頭大石的“活人”。我們首先自問：我們需要挪開的石頭是什麼？叫什麼名字？

對希望構成阻礙的常常是“不信任的石頭”。當我們產生事事不如意，甚至糟糕透頂的想法時，我們就會認命地相信死亡比生命更強大，變得玩世不恭、憤世嫉俗，帶著令人氣餒的負

面情緒。漸漸地我們修築了一座不滿足的紀念碑，“埋葬希望的墓穴”。我們總是抱怨生活，把生活當作哀怨的附屬品，進入一種靈性的病態。這就會產生一種特殊的“墓穴心理”，凡事都會終結於墓穴，無望於活著走出去。且讓我們聽一聽關於復活的犀利質問：“你們為什麼在死人中找活人呢？”上主並沒有屈從。祂復活了，已經不在墓穴裡了；不要在永遠找不到祂的地方去尋找祂，祂不是死人的天主，而是活人的天主（參閱：瑪廿二32）。我們不可葬送希望！

還有另一塊經常封鎖心門的石頭

——“罪惡的石頭”。罪誘惑人，許諾給人容易獲得和現成的事物，許諾幸福和成就，但最終把人丟棄在孤獨與死亡之中。罪惡就是在死人中找活人，在曇花一現的事上尋求生命的意義。“你們為什麼在死人中找活人呢？”罪惡猶如堵在心口的石頭，不讓天主的光進入，你為什麼不下決心棄絕罪惡呢？你為何不把耶穌即真

光，放在金錢、事業、傲慢和喜好的光芒之前呢？（參閱：若一9）你為何不對世俗的虛榮說，你活著不是為了它們，而是為了生命的上主？

讓我們回過來再看前往耶穌墓穴的婦女們。面對被挪開的石頭，她們感到震驚；福音記述，她們一看到停留在那裡的天使，就“害怕起來”，“把臉垂向地上”（路廿四5）。她們沒有勇氣舉目注視。我們也常常這樣，傾向於蜷縮在自己的限度中，躲藏在自己的恐懼中。這真奇怪，我們為什麼會這麼做呢？原因常常是在封閉和悲傷中我們是主角，在心靈的暗室獨處比起向天主開放更容易。然而，唯有祂使我們重新振作。有一位女詩人寫道：“我們從不知道自己有多高，直到被召喚挺身而立”（艾米莉狄金森，We never know how high we are）。上主召喚我們站起來，在祂的聖言的扶持下站起來，舉目注視，相信我們被造是為了天國，而非塵世；是為了生命的崇高，而非死亡的卑

賤。“你們為什麼在死人中找活人呢？”

天主要求我們像祂那樣看待生命，祂總是把我們每個人視為一個美不勝收的個體。在罪惡中，祂看到了有待悔改的孩子；在死亡中，祂看到了有待復活的弟兄姐妹；在失望中，祂看到了有待安慰的心靈。因此，別害怕，上帝愛你的整個生命，即使你害怕注視和親手觸摸生命。在復活節祂將向你展示祂多麼愛生命，愛到甚至完整地活出了生命，體驗悲痛、被遺棄、死亡並進入陰府，最終從陰府中勝利地走出來，並告訴你：“你並不孤獨，信賴我吧！”耶穌是把我們的死亡變為生命、把哀怨變為舞蹈的專家（參閱：詠三十一2）；藉著祂，我們也能完成逾越之舉，即從封閉轉向共融，從神枯轉向神慰，從恐懼轉向信賴。我們不要害怕地低著頭看地面，卻要注視復活的耶穌，祂的目光賦予我們希望，因為這目光告訴我們，我們永遠被愛，即使我們有可能搞砸一

切，祂的愛永不改變。這是對生命絕不退讓的確信：祂的愛永遠不變。讓我們自問：在生活中我的目光落在哪裡？四下環顧墓穴，還是尋找那位活人？

“你們為什麼在死人中找活人呢？”天使們質問婦女們後，又補充道：“妳們應當記得祂還在加里肋亞時怎樣告訴過妳們的”（路廿四6）。這些婦女忘卻了希望，因為她們忘記了耶穌的話，以及祂在加里肋亞時的召喚。失去了對耶穌的鮮活記憶，她們只看到墓穴。信仰需要重回加里肋亞，重溫與耶穌的初愛、祂的召喚。“記得祂”確切地說，就是“全心歸向祂”。重新燃起與耶穌相愛的熱火至關重要，否則我們的信仰就會成為老古董，沒有復活的信德。但耶穌不是一個過去的人物，而是在今天活著的人；我們並非在歷史書中認識祂，而是在生活中與祂相遇。今天我們要牢記耶穌曾召叫了我們，記得祂曾戰勝了我們的黑暗、抗

拒、罪惡，記得祂以聖言觸動了我們的心。

婦女們想起耶穌的話後，就離開了墓穴。復活節教導我們，信徒不要在墓穴那裡久留，因為他蒙召與那位活人相遇。讓我們自問：在生活中，我們走向何處？有時候，我們總是且僅僅關注我們自己的問題，因為問題不斷；我們尋求上主，只是為了求祂幫助。因此，引導我們的是我們的需求，而非耶穌。我們總是在死人中找活人。多少次，我們與上主相遇後又回到死人當中，內心不斷地翻起那些遺憾、悔恨、創傷和不滿，不允許復活的主改變我們。親愛的弟兄姐妹，讓我們把生命的中心留給生活的耶穌。讓我們祈求恩寵，以免被潮流所裹挾，被問題的海洋所淹沒；以免在罪惡的石頭、在不信任和恐懼的礁石上撞得粉碎。我們無論做什麼、在做任何事前，都要尋求祂。與祂一起，我們終將復活。

## 聖週五：在耶穌的十字架上，我們看見世間所有的十字架

世界的邊緣地帶、人類和教會的創傷都交織著苦路。教宗方濟各2019年4月19日聖週五晚上在公拜苦路活動結束之際如此表示。成千上萬的信友手持蠟燭參加了當晚的禮儀；在熠熠燭光中，教宗祈禱說：「主耶穌，求祢幫助我們在祢的十字架上看到世間所有的十字架。」這是貝爾格里奧教宗第7次在羅馬鬥獸場主持公拜苦路活動，今年的默想禱詞由博內蒂（Eugenia Bonetti）修女撰寫，主題為「與基督和婦女一同走在苦路上」。

教宗指出，揹負十字架的人包括「忍飢受餓和渴望真愛的人、甚至遭到自己兒女和親人遺棄的孤獨者、渴慕正義與和平的人、缺乏信仰慰藉者，以

及因年邁和寂寞而步履蹣跚的老人」。

十字架是丟棄文化的產物，誕生在一個壓迫最弱小無助者的世界。教宗指出，「揹負十字架的有移民，他們發現大門緊閉，因為人們害怕和滿心政治盤算；揹負十字架的有孩子，他們的天真和純潔遭到傷害；揹負十字架的有世人，他們漂泊在不確定性和暫時文化的昏暗中」。

此外，在世間揹負十字架的還有「因背叛、邪惡誘惑、草菅人命或自私自利而破碎的家庭；孜孜不倦將上主之光帶給世人，卻覺得受到拒絕、嘲笑和羞辱的奉獻生活者；以及在旅途中忘記初愛的修道人」。有些天主的兒女身體力行上主的教導，卻甚至遭到自己家人和同齡人的排斥和丟棄，他們也揹負著十字架。再者是「我們軟弱的十字架、虛偽的十字架、背叛的十字架、罪過的十字架，以及無數許諾落空的十字架」。

即使是基督的新娘教會也揹負著十字架。教宗說：「你的教會揹負著十字架，她忠於你的福音，卻連在受洗者之間都難以傳揚你的聖愛。你的新娘教會揹負著十字架，不斷感到遭受內外攻擊。」

最後是我們共同家園的十字架，「自私、貪婪和權勢使我們矇蔽雙眼，導致大地嚴重枯竭」。為了世間的所有這些十字架，教宗呼求那拯救人類的唯一盼望，說：「主耶穌，求你在我們內提振復活的希望，以及你終將擊敗一切罪過與死亡的盼望，阿們！」

---

聖週三：學習耶穌在考驗時刻將自己交付於天父

在這聖週誦念《天主經》時，我們也要祈求“光榮天主”的恩寵，“曉得仰賴天父”，在與祂相遇時好能“得到寬恕和和予以寬恕的勇氣”。教宗

方濟各2019年4月17日上午在聖伯多祿廣場主持週三公開接見活動時作出上述邀請。教宗在要理講授中藉著省思《天主經》的主題，論述了耶穌在受難時刻向天父的祈禱。

依照《若望福音》的記載，耶穌在最後晚餐後向天父祈禱說：“求祢光榮祢的子，在祢面前光榮我罷！賜給我在世界未有以前，我在祢前所有的光榮罷！”（十七1·5）。教宗問道，苦難已臨到門前，耶穌祈求什麼樣的光榮呢？他解釋說，“在《聖經》中，光榮表明天主的自我啓示，是祂的救恩臨在於萬民當中的特殊標記”。

耶穌在十字架上被舉揚，受到了光榮。“天主最終在十字架上顯示出祂的光榮”，這光榮“是全部的愛”。教宗邀請衆人也像耶穌那樣祈禱，“祈求天父除去我們眼中的屏障，使我們在這幾天能夠瞻仰十字苦像，領悟天主是愛”。 “天主在逾越

奧跡中消除了與我們的距離，藉著謙卑顯示了祂的愛，同時也要求我們以愛還愛。因此，若我們以愛活出我們所做的一切，為祂用心做每件事，我們就是在光榮祂”。

教宗表明，真正的光榮是“愛的光榮，因為唯有愛賜予世界生命”。的確，“這光榮與世俗的光榮截然相反”。世俗的光榮將“自我”置於關注的中心，天主的光榮則相反，“沒有掌聲，沒有觀眾。在這光榮的中心沒有‘我’，而是‘另一位’：在逾越奧跡中我們看到，父光榮子和子光榮父。祂們沒有一個在光榮自己”。

因此，我們要捫心自問：“我要為自己的光榮還是天主的光榮而活？我渴望從別人那裡得到，還是也給予他人？”教宗接著提到，耶穌在革責瑪尼山上“為所要發生的事開始感到驚懼恐怖，因為祂要受到背棄、鄙視、苦難和失敗”。在這巨大的痛苦中，祂轉向天父，溫柔親切地稱呼祂“阿

爸，父啊！”耶穌就這樣“教導我們擁抱天父，因為在向天父的祈禱中我們能面對痛苦，得到前行的力量”。這是因為，在被衆人遺棄的情況下，“耶穌並不孤獨，祂與天父同在”。

“相反地，我們在自己的革責瑪尼山上經常選擇獨處而不是呼求‘天父’，不像耶穌那樣將自己交付給祂，承行祂的旨意。我們在經受考驗時卻總是封閉自己，在內心挖一條隧道，一段只朝單一方向伸展的痛苦行程，且在我們內心越陷越深。最大的問題不是痛苦，而是如何面對痛苦。孤獨不提供出路，祈禱則不然，因為祈禱建立關係，予以信賴。”

此外，耶穌在天父面前也為我們祈禱。祂在十字架上向天父說：“父啊，寬赦他們罷！因為他們不知道他們做的是什麼”（路廿三34）。耶穌在被釘十字架的極度痛苦中為殺害祂的人祈禱。“此處，痛苦的頂點也是

愛的最高峰：這寬恕的舉動是具有強大威力的恩典，打破了惡的循環”。

教宗最後勉勵道：“在這幾天誦念《天主經》時，我們也能祈求這份恩寵，即為光榮天主生活出我們的每一天，就是以愛來善度我們每日的生活。”

---

## 教宗方濟各主持聖枝主日彌撒：基督苦難戰勝凱旋主義

教宗方濟各2019年4月14日上午在聖伯多祿廣場主持了聖枝主日禮儀，先在廣場的埃及方尖碑下祝聖了橄欖枝，然後隨著遊行的隊伍走到大殿前的石階上主持彌撒聖祭。4萬名信友參加了禮儀，而且許多在當天慶祝世青節“教區級”活動的青年也在場，使節日氣氛錦上添花。

教宗在彌撒講道中首先指出，每年伴隨我們進入聖週的“雙重奧跡”是：為耶穌榮進耶路撒冷而“歡呼”，以及祂受到的“屈辱”和“窮兇極惡的呼喊”。因此，在聖枝禮儀中有兩個具有特徵的時刻：先是手持棕櫚枝和橄欖枝遊行，然後聆聽《路加福音》記述的耶穌基督受難史。因此，我們應在“聖神的啓迪”下參與禮儀，“以信德來陪伴我們的救主走祂的苦路，始終謹記祂的苦難的偉大教導乃是生命戰勝惡神的楷模”。

“耶穌告訴我們如何面對困難時刻和最陰險的誘惑，祂內心的安寧不是超脫，也不是無動於衷或超自然主義，而是信賴地將自己交付於天父和祂施予救恩、生命和慈悲的旨意；在所有的使命中，祂都經歷了‘做自己的事業’、選擇自己而不服從天父的誘惑。耶穌一開始就在荒野中戰鬥了40天，直到最後的苦難時刻，祂都是懷著信賴服從天父，擊退了誘惑。”

在進入耶路撒冷時，耶穌讓我們看到“謙卑的道路”，與魔鬼指示的“凱旋主義”道路截然相反。教宗解釋道，這凱旋主義是“有害的”，是“世界的首領”。

“凱旋主義設法透過走捷徑和虛假讓步來達到目的，並指望乘上勝利者的戰車。凱旋主義依靠行為和言語來謀生，但這些言行卻不經歷十字架的熔爐；它在與別人的交流中，總是認為他們是最壞、有瑕疵和失敗的人。凱旋主義的一種微妙表現是精神世俗化，這是最大的危險，威脅教會做出背信棄義的最大誘惑。耶穌以祂的苦難摧毀了凱旋主義。”

教宗繼續表示，上主樂於看到以色列的貧苦人和青年“高呼祂的名字、稱祂為君王和默西亞的熱情和喜慶”。謙卑並不是要“否認事實”，因為耶穌“確實”是默西亞，是君王。與此同時，祂的心思也“放在另一條路上”，放在“從天主的形體”下降

到“僕人的形體”的“聖路”上，即那條“謙卑服從，‘聽命至死，且死在十字架上’”的道路。

“耶穌知道，為取得真正的凱旋就必須給天主騰出空間；為給天主騰出空間唯有一個方式：放棄一切，空虛自己。緘默、祈禱和謙卑。弟兄姐妹們，我們不可與十字架討價還價，要麼予以接受，要麼予以拒絕。耶穌以祂的謙卑願意為我們敞開信德之路，而且祂在這條道路上先我們而行。”

第一個“跟在耶穌後面”走上信德之路的是聖母瑪利亞，她是“首位門徒”。教宗說：“童貞聖母和諸位聖人為走信德和承行天主旨意的道路而蒙受了苦難。面對生命中的冷酷和痛苦事件，以信德回應能讓‘心靈付出艱難的代價’。這是信德的黑夜，但唯獨從這黑夜中出現了復活的曙光。”

聖母瑪利亞站立在十字架下再次想起天使向她宣告有關她聖子的喜

訊：“祂的王權沒有終結”（路一33）。然而，聖母在哥耳哥達山上看到“這諾言被徹底否認：她的聖子有如強盜一般在十字架上奄奄一息”。

“就這樣，被耶穌的謙卑所摧毀的凱旋主義同樣也在聖母的心中被摧毀；耶穌和聖母都懂得緘默不語。在聖母瑪利亞的帶領下，無數的聖人聖女跟隨耶穌走上了謙卑和服從的道路。”

當天是在各教區舉行的世界青年節，教宗特別向青年提到“許多年輕的聖人聖女，特別是那些我們‘鄰家的’聖人”，“只有天主知道他們，有時祂喜歡讓我們感到驚喜”。

“親愛的青年們，你們不要羞於顯示對耶穌的熱愛，高呼祂活著，祂是你們的生命。同時，你們也不要害怕跟隨祂十字架的道路。若你們感到祂要求你們放棄自己，放下你們所有的安全感，完全信靠在天之父，那麼，你們就要歡欣雀躍吧！你們已經走上了天國的道路。”

教宗最後祈願，在等待“上主前來平息狂風暴雨”的時候，我們要“以在祈禱中默默無聞的見證”，找到“在我們心中所懷希望的理由”（伯前三15），好能在“許諾的記憶、十字架上的苦難，以及復活希望之間活出神聖的張力”。

（© 梵蒂岡新聞網）

---

pdf | document generated automatically  
from <https://opusdei.org/zht/article/jiao-zong-fang-ji-ge-zhu-chi-sheng-zhi-zhu-ri-mi-sa-ji-du-ku-nan-zhan-sheng-kai-xuan-zhu-yi/> (2026年1月31日)