

耶穌復活主日

一切先知都為他作證：凡信他的人，賴他的名字都要獲得罪赦。~ 宗徒大事錄 10:43

進堂詠

我已復活了，仍同你在一起。亞肋路亞。你的手常庇蔭著我。亞肋路亞。你的智慧深奧無比。亞肋路亞。

讀經一（我們在他從死者中復活後，與他同食共飲。）

恭讀宗徒大事錄 10:34, 37-43

那時候，伯多祿說：「你們都知道：在若翰宣講洗禮以後，從加里肋亞開始，在全猶太所發生的事：天主怎樣以聖神和德能，傳了納匝肋人耶穌，使他巡行各處，施恩行善，治好一切受魔鬼壓制的人，因為天主同他在一起。

「耶穌在猶太人地區，及在耶路撒冷所行一切，我們都是見證人。但是，他們卻把耶穌懸在木架上，殺死了。第三天，天主使他復活了，叫他顯現出來，不是給所有百姓，而是給天主所預先揀選的見證人，就是給我們這些、在他從死者中復活後，與他同食共飲的人。

「他吩咐我們向百姓講道，指證他就是天主所立：生者與死者的判官。一切先知都為他作證：凡信他的人，賴他的名字，都要獲得罪赦。」——上主的話。

答唱詠 詠118:1-2, 16-17, 22-23

【答】：這是上主所安排的一天，我們應該為此鼓舞喜歡。

領：請你們讚頌上主，因為他是美善寬仁，他的仁慈永遠常存。願以色列家讚美說：他的仁慈永遠常存。【答】

領：上主的右手將我高舉；上主的右手大顯威能。我不至於死，必要生存，並要宣揚上主的工程。【答】

領：匠人棄而不用的廢石，反而成了屋角的基石；這是上主的所作所為，在我們眼中，神妙莫測。【答】

讀經二（你們就該追求天上的事；在那裡，有基督坐在天主的右邊。）

恭讀聖保祿宗徒致哥羅森人書 3:1-4

弟兄姊妹們：

你們既然與基督一同復活了，就該追求天上的事；在那裡，有基督坐在天主的右邊。你們該思念天上的事，不該思念地上的事，因為你們已經死了，你們的生命，已與基督一同藏在天主內；當基督、我們的生命，顯現時，那時，你們也要與他一同，出現在光榮之中。——上主的話。

復活節讚歌

起立

領：各位基督徒，請向逾越節羔羊，獻上讚頌之祭。

眾：羔羊贖回了羊群；聖潔無罪的基督，使罪人與天父和好。

領：生命與死亡展開奇妙的決鬥，生命的主宰，死而復活，永生永王。

眾：瑪利亞，請告訴我們，你在路上看見了什麼？

領：我看見永生基督的墓穴和他復活的光榮、作證的天使、頭巾和殮布。

眾：基督、我的希望、已經復活，他要在你們之先到加里肋亞。

領：我們知道，基督確實從死者中復活。勝利的君王，求你垂憐我們。

眾：亞孟。亞肋路亞。

福音前歡呼

領：亞肋路亞，亞肋路亞。（詠唱見106-108頁）

眾：亞肋路亞，亞肋路亞。

領：我們的逾越節羔羊基督，已被祭殺，作了犧牲；所以，我們要歡欣慶賀主的復活。（參閱格前5:7-8）

眾：亞肋路亞，亞肋路亞。

福音（耶穌必須從死者中復活。）

恭讀聖若望福音 20:1-9

一周的第一天，清晨，天還黑的時候，瑪利亞瑪達肋納，來到墳墓那裡，看見石頭已從墓門挪開了。於是，她跑去見西滿伯多祿，及耶穌所愛的那另一個門徒，對他們說：「有人從墳墓中，把主搬走了；我們不知道他們把他放在那裡。」

伯多祿便和那另一個門徒出來，到墳墓那裡去。兩人一起跑，但那另一個門徒，比伯多祿跑得快，先來到了墳墓那裡。他俯身看見了放著的殮布，卻沒有進去。

跟著他的西滿伯多祿，也來到了，進入了墳墓，看見了放著的殮布，也看見耶穌頭上的那塊汗巾，不同殮布放在一起，而在另一處捲著。

先來到墳墓的那個門徒，也進去了，一看見就相信了。

這是因為他們還不明白，耶穌必須從死者中復活的那段聖經。——上主的話。

領主詠

我們的逾越節羔羊基督，已被祭殺，作了犧牲。所以，我們過節，只可用純潔和真誠的無酵餅。亞肋路亞。

我期待死人的復活

吳智勳神父

http://www.catholic.org.tw/theology/public/liyi/utility_eucharist Lent1 yearB.html

默想

復活期間我們常圍繞著聖洗與復活這些主題，今天讓我們用信經最後三句作反省：「我承認赦罪的聖洗只有一個，我期待死人的復活，及來世的生命」。

罪破壞了我們和天主的關係，也破壞了我們和別人的關係。人一出生就缺乏天主的恩寵，處於與天主對抗的狀態中。沒有恩寵，人就容易犯罪，好像巴勒斯坦人與猶太人生於敵對的環境中，很容易彼此仇恨。人極需要天主的恩寵幫助他們跳出罪惡的境界，以免重蹈亞當厄娃的覆轍。這就是聖洗的效用，連出生的嬰兒，父母也願意他一出生就充滿天主的恩寵，為他領洗，使他成為天主的子女，與天主建立良好的關係。

一講死人復活，我們很易記起耶穌復活死人的事跡，如：「青年人，我命你起來」，「拉匝祿，出來」等。我們可能想像自己的復活，是自己的遺體從墳墓中出來。其實死人的復活並不是指已壞死的遺體從墳墓中走出來，而是指整個人的復活。人生命的來源是天主，創世紀形象化的說：天主向人的鼻孔吹了一口氣，賦予人生命。但生命要靠身體與人及世界接觸，才算是一個完整的人。復活是指整個人的復活。

將來死人的復活與福音中耶穌復活死人是不同的，後者只能稱為再生，而再生是會再死的。前者卻是向前走，進入另一個新境界、一個新的存在方式，而非向後倒退。耶穌的復活是整個人的復活，包括從祂出生到被釘十字架的整個人，還包括祂三十多年來與人的種種關係及情感。

如果我們看看自己，二十年前的自己與今天的自己不但樣子不同，身體裏的每個細胞都換過了，但仍然是這個我，我與人的種種關係仍存在這個我內。復活基督的身體是超越時空的，從前我們用神速、神透、神健來形容。這個復活的基督是要靠信德去體認，以愛德去感覺的，難怪聖經記載別人認不出復活的基督來，瑪利亞瑪大肋納、厄瑪烏的兩個門徒、大部份的宗徒皆如此。今日的福音記載伯多祿看見空墓，不明所以，但耶穌所愛的門徒一看就意識到基督的復活，他對基督的愛使他未見復活的基督，就相信祂已復活了。

認識復活的基督，和祂保持一份愛的關係，可使基督徒生活在永生裏。耶穌曾說過：「永生就是：認識你，唯一的真天主，和你所派遣來的耶穌基督」（若 17:3）。永生現在可以開始，如果我們認識、相信復活的基督，這份生命在來世便會延續。這就是「我期待死人的復活，及來世的生命」的意義。

我們明白了這意思後，大概不會因為害怕復活時找不到自己的身體器官而不去捐腎、捐眼角膜、捐骨髓等，又或者不敢火葬。死人復活時，我們會得到天主賞賜不朽的新軀體；這個身體包括我們整個人，也包括我們的愛心在內。我們生前的愛心越大，復活時越光榮。

將來在天國裏，我們和所有的親友都有一個光榮的新身體。如果我們彼此之間有一份愛的關係，我們可憑愛認出他們來，好像耶穌所愛的門徒藉著愛的感通而認出耶穌一樣。

讓我們再重覆信經最後的三句話：「我承認赦罪的聖洗只有一個，我期待死人的復活，及來世的生命」。赦罪的聖洗開始了和基督的新關係，只要這個愛的關係好好保存和發展，死人復活時，這個愛的關係仍然繼續，直到永遠。

反省與實踐：

1. 在本主日的福音經文中提到：耶穌所愛的那個門徒一看見空墳後，就相信基督復活了。身為基督徒的我們，是否也相信呢？或是我們如同福音的最後一句話：「他們那時候還不明白：『耶穌必須從死者中復活』的那段聖經。」，仍不明白其中的意思呢？值得我們反省。
2. 我們既然相信基督已復活，是否能夠如同讀經一中的伯鐸一樣，勇於向別人宣講福音，為基督的復活作見證。
3. 讀經二中，聖保祿宗徒提到：「既然已與基督一同復活，就應該追求天上的事。」為此，已獲得重生的我們，就應該學習度新生活，以回應基督對我們的愛。但是，復活的主在哪裏呢？我們又要如何協助他人認出並尋找復活的主？

禱文：

1. 請為新領洗的信友祈禱。藉著洗禮，他們已與基督同死，與基督同生，在光明中行走。祈求全能的天主眷顧他們，賜下所需的恩寵，使他們熱心參加教會團體的生活；藉由禮儀的參與，更加領悟救恩的奧蹟，體驗所領受的聖事。
2. 請為所有的基督徒祈禱。求主賜予我們恩寵，使我們能夠以身作則，過相稱於基督徒身份的生活，使更多的人能夠在我們身上看到復活基督的面貌。
3. 請為我們的國家祈禱。耶穌為人捨生，方能在人間建立愛的王國。祈求天主祝佑我們的國家，願每一位在朝、在野的政治人物，和每一位國民，都能學習基督的精神，為人設想，以愛相待，拋卻意識型態，放下一人、一黨之私，真心謀求族群融合，人民團結，國家安定、文化提昇、經濟富足。

女人！你哭甚麼？

薛恩博樞機 著 丁穎達教授 譯

默想：

那些宗徒們都跑到哪裡去了？當他們的師傅被捕、被判罪的時候，當祂揹負著橫樑一步步走向祂痛苦的十字架刑的時候，所有的宗徒們，僅僅一位例外，其餘的統統棄祂於不顧，逃之夭夭。留下來陪伴的只有他們中最年輕的若望，還有耶穌自己的母親瑪利亞，以及幾位婦女，包括被耶穌從荒淫生活中解救出來的瑪利亞瑪達肋納。

驚魂喪膽的宗徒們紛紛東躲西藏，銷聲匿跡。若非那位阿黎瑪特雅人若瑟出面領取耶穌的遺體的話，宗徒們大概會讓耶穌的屍首繼續懸在十字架上，直到最後如同其他被釘十字架的死刑犯一樣，被卸下以後扔進亂葬崗集體掩埋。

婦女在這過程中表現得出奇地勇敢：首先是耶穌的母親，她在耶穌瀕臨死亡的痛苦時刻，始終站在十字架旁。其他的加里肋亞婦女們也沒有讓恐懼奪去她們的同情心，她們當中，瑪達肋納的那一位顯得尤其傑出。

天還沒有亮，她就已經來到墳墓那裡。眼前的景象讓她嚇了一大跳：堵在墓門口的沉重石頭已經被挪開，墳墓空了！她跑去找宗徒們，其中兩人匆匆跟她一起跑回來，看到了同樣的景象，但他們困惑不解地又離開了。

然而，瑪利亞瑪達肋納留下來了。她傷心地哭著，無法理解這是怎麼一回事，她要找到祂。愛使她不離不棄，她守在墳墓外邊。因此，當耶穌從死者中復活後，瑪利亞是第一個看到祂的人。

復活日的清晨是歷史中最重要時刻。因為基督在拂曉之前從死者中復活了。自復活日的清晨起，無法逃脫的死亡命運被推翻，死亡不再是終點，死亡不再是最後的定論。

然而這最美妙的清晨，並沒有從甚麼華麗的序幕開始。沒有大眾媒體守候，沒有群眾到場，只有一個傷心哭泣的女人。至於全能的死亡戰勝者在新紀元始初開口說的第一句話，則是帶著同情口吻、言簡意賅的問話：「女人！你哭甚麼？」祂復活後所關心的第一件事，是去安慰別人。有一天，天主會擦乾我們的每一滴眼淚，那時間就是從復活日的清晨開始。

耶穌叫她：「瑪利亞！」她馬上認出主：就是祂！祂還活著！自從那個復活日清晨起，祂親口呼喚了無數人的名字，包括祂那些膽小的宗徒們。不管曾經發生了甚麼，祂仍然稱他們為「我的弟兄們」。我敢說，祂也會這樣叫我。我知道祂活著，並且知道祂也會擦乾我的眼淚。

從那時起，祂已經派遣了無以計數的人，去傳報這喜樂的福音。我也在這行列中，所以今天才會在此向你們傳達復活主日的問候！

反省與實踐：

1. 基督為我們捨命！但他的門徒，卻在他受難、受辱時，棄他而逃！我們在生活中，是不是也常背離基督呢？
2. 當復活的主基督叫喚瑪利亞·瑪達肋納時，她方才認出這是師父來！因為，她熟悉師父叫喚她的聲音。我們常聆聽上主嗎？我們認得出他呼喚我們的聲音嗎？
3. 復活的基督，也為我帶來了復活的生命！我是否能活出基督復活的面貌，並把基督復活的生命，傳給別人呢？

禱文：

1. 請為新教友祈禱。復活夜，全世界有許多新的天主子女誕生了！我們為他們感謝讚美天主的召選之恩！也祈求智慧的上主繼續帶領他們，並沛賜恩寵，使他們能在信仰的道路上，不斷精進！
2. 請為世界的團結與合作祈禱。祈求仁慈的上主助佑世界各國，能精誠地團結、互助，落實會議之決議，以解決我們所面臨的經濟危機。

復活主日日間彌撒 "耶穌的復活、我們的重生"

<http://www.radiovaticana.va/cinesebig5/liturdya/Bpasqua.html>

今天是耶穌復活節。教會紀念耶穌從死者中復活，同時也紀念信友們在領受聖洗聖事時所獲得的重生。早在教會初期聖伯多祿宗徒已經宣布：

願我們的主耶穌基督的天主和父受讚美！他因自己的大仁慈，藉耶穌基督由死者中的復活，重生了我們，為獲得那充滿生命的希望，為獲得那為你們已存留在天上的不壞、無瑕、不朽的產業。（伯前一3~4）

今日，每逢主日或大瞻禮日，彌撒開始時，主祭的神父慣常進行游堂洒聖水的禮節，同時歌詠隊歌唱說："我看見有水從聖殿的右邊涌出來，凡是跑去飲喝的人，都得到救恩。他們歡呼說：阿肋路亞。"

主日是一星期一度的耶穌復活瞻禮。在這一天進行游堂聖水的禮節，意義自然格外深厚；那歌詠隊的歌唱也自然更能打動我們的心，使我們一面慶賀耶穌的復活，一面為我們的重生而感到厭幸。

今天彌撒中的兩篇讀經和福音是我們最好的指引。

信基督的復活，也與祂一同復活，專心一致地活於復活的基督內、分享祂的光榮。因為我們既在感恩祭中領受基督的體血，獲得到滋養，也屬於基督的身體，將來在最後一天復活時，我們也將與祂一同出現在光榮中。（參教理 1003）這就是復活節——逾越慶典帶給我們的訊息；我們要歡欣鼓舞，因為基督擔負我們的軟弱、罪過，為我們作贖價，使我們擺脫罪與惡的奴役，進入愛與善的自由生命、獲得救恩的喜樂、永恒的生命。

教宗方濟各在去年的復活節文告中：邀請各信徒迎接基督復活的恩寵！要讓天主的慈悲更新我們，讓祂愛的力量，轉變我們的生命，使我們成為天主慈悲的工具、努力伸張正義和締造和平。今天我們懷著歡欣的心情，隆重地慶祝基督的光榮復活，一起誦念復活節讚歌，歌頌羔羊贖回羊群，感謝聖潔無罪的基督，使我們罪人與天父和好，更要祈求復活的基督賜我們勇氣和力量，彼此相愛、互相寬恕，在生活中努力為復活的基督作見證。

生活反思／實踐：

1. 主耶穌復活了，但是你呢？你是否仍生活在死亡的幽谷中？你每日忙著甚麼事？內心最渴望的是甚麼？你現在渴望追求的，有多少是天上的事？
2. 耶穌基督為你換取新的生命，你懂得珍惜嗎？當你宣認天主是你生命的主宰時，你有在生活中以天主為依歸嗎？你是否感覺天主轉變你的生活？

方濟會思高讀經推廣中心

「空墳」—復活的記號

• 經文分析

按照主日感恩祭典，復活主日的福音選自若望福音二十章 1-9 節。這種選經方式並不理想，因為二十章 1-9 節只是一個關於「空墳」的故事，而真正的耶穌復活「顯現」的故事，發生在 10-18 節的經文中。更令人訝異的是，這一段發生在瑪利亞瑪達肋納和復活主之間的感人故事，竟然在整年的主日福音中都未被選讀。這種情形對天主教基督徒而言是相當大的損失。因為大多數天主教基督徒仍未養成直接閱讀聖經的習慣，一般信友對天主聖言的認識，主要仍來自於主日彌撒中的讀經。因此我們建議在復活主日感恩禮儀中誦念福音時，最好能一直讀到第 18 節，俾能使大家得到一個完整的復活和顯現的故事。

• 復活清晨的事件

若望報導了耶穌死後第三天清晨發生的事件，他把瑪利亞瑪達肋納、伯多祿和耶穌的愛徒三個見證人對復活的經驗交織在一起。首先是瑪利亞瑪達肋納發現了那個空墳，急速的將這情形告訴了伯鐸和耶穌的愛徒。她所說的話顯示出她對「空墳」的瞭解：「有人從墳墓中把主搬走了！」兩位門徒一聽說這事，便毫不耽誤地立即向墳墓跑去。耶穌所愛的那位門徒不僅腳程比伯多祿快，先抵達了墓地，他也是第一個相信的人。伯多祿雖然晚到，卻是第一個進入空墳的人。他看見殮布和捲著的汗巾，沒有做出任何反應。對讀者而言，沈默的殮布和捲著的汗巾正是反對耶穌的屍體被偷的強烈證據。

• 「空墳」：復活的記號

若二十 1-9 是一個關於「空墳」的故事；每一位福音作者都以自己獨特的方式，報導這個內含耶穌復活的喜訊的故事。但是這並不是說「空墳」是復活的證明；瑪利亞瑪達肋納關於空墳所說的話，便說明了這一點。「空墳」是一個記號、一個戰勝的紀念品，這個記號給人指出復活的基督。和對觀福音相較，若望福音提到門徒們在空墳中發現了殮布和汗巾，更是加強了這個記號。藉著殮布和汗巾，作者一方面表示瑪利亞瑪達肋納最初對空墳的瞭解是不正確的，另一方面也使讀者想起拉匝祿的故事。當耶穌把拉匝祿由墳墓中喚出時，他身上仍被殮布和汗巾所纏繞。這表示拉匝祿復活了，但仍會再死；然而耶穌的復活則是進入永遠的生命，再也不會死亡。

• 瑪利亞瑪達肋納：第一個看見復活主的人

若二十 10-18 接著敘述：伯多祿和耶穌的愛徒隨後又返回住處，因為生命的奇蹟尚未穿透他們的心。瑪利亞瑪達肋納卻留在墳前哭泣，並向空墳探望。她的愛與堅持得到了回報，成為復活的主第一個顯現的對象。但是，最初瑪利亞瑪達肋納雖然看見復活的基督並和祂說話，卻沒有認出祂來；直到耶穌叫她的名字時，她才認出祂來。這使讀者想起有關善牧的經文：善牧「按著名字呼喚自己的羊，並引領出來。」（若十 3）耶穌對她說話時，稱天父為「我的父」和「你們的父」。在此之前，耶穌只是預言要回到「父」那裡去（若十四 12、28；十六 10、28），或回到「派遣他者」那裡去（若七 33；十六 5）。如今在這個預言實現之時，耶穌的父也成為信祂的人的父，因此祂也稱門徒們為「我的弟兄」。這就實現了若望福音序言中的話：凡接受耶穌並相信祂的名字的人，祂要使他們成為天主的子女（參閱：若一 12）。

• 綜合反省

綜合言之，今日的福音告訴我們：復活的信仰不是來自證明，復活的信仰不能證明也不待證明。空墳不是復活的證據，而只是一個記號，一個指向復活喜訊的記號。這個記號的意義原本相當隱晦，只有當復活的主親自顯現（啟示自己）時，空墳才成

為一個會說話的記號，告訴吾人那位被釘者已經復活，而且帶著肉身返回到父的光榮中。

此外，在若望福音的報導中，有兩個對今日的教會結構十分具有啟發意義，應該特別被重視並且再深入反省的事實：第一個相信復活的人並不是伯多祿，而是耶穌所愛的那位門徒；而第一個看見耶穌顯現，並被派遣去為復活作見證的更不是任何一個門徒（男人），而是瑪利亞瑪達肋納——一個「女人」。

31 March 2024 Easter Sunday - Year B

Entrance Antiphon

I have risen, and I am with you still, alleluia. You have laid your hand upon me, alleluia. Too wonderful for me, this knowledge, alleluia, alleluia.

First Reading Acts 10:34, 37-43

A reading from the Acts of the Apostles

We have eaten and drunk with him after his resurrection from the dead.

Peter addressed Cornelius and his household: 'You must have heard about the recent happenings in Judaea; about Jesus of Nazareth and how he began in Galilee, after John had been preaching baptism. God had anointed him with the Holy Spirit and with power, and because God was with him, Jesus went about doing good and curing all who had fallen into the power of the devil.

Now I, and those with me, can witness to everything he did throughout the countryside of Judaea and in Jerusalem itself: and also to the fact that they killed him by hanging him on a tree, yet three days afterwards God raised him to life and allowed him to be seen, not by the whole people but only by certain witnesses God had chosen beforehand. Now we are those witnesses – we have eaten and drunk with him after his resurrection from the dead – and he has ordered us to proclaim this to his people and to tell them that God has appointed him to judge everyone, alive or dead. It is to him that all the prophets bear this witness: that all who believe in Jesus will have their sins forgiven through his name.' This is the word of the Lord.

Responsorial Psalm Ps 117:1-2. 16-17. 22-23

(R.) This is the day the Lord has made; let us rejoice and be glad.

1. Give thanks to the Lord for he is good, for his love has no end. Let the sons of Israel say: 'His love has no end.' *(R.)*
2. The Lord's right hand has triumphed; his right hand raised me up. I shall not die, I shall live and recount his deeds. *(R.)*
3. The stone which the builders rejected has become the corner stone. This is the work of the Lord, a marvel in our eyes. *(R.)*

Second Reading Col 3:1-4

A reading from the letter of St Paul to the Colossians

Look for the things that are in heaven, where Christ is.

Since you have been brought back to true life with Christ, you must look for the things that are in heaven, where Christ is, sitting at God's right hand. Let your

thoughts be on heavenly things, not on the things that are on the earth, because you have died, and now the life you have is hidden with Christ in God. But when Christ is revealed – and he is your life – you too will be revealed in all your glory with him. This is the word of the Lord.

Sequence

Christians, to the Paschal Victim offer sacrifice and praise.

The sheep are ransomed by the Lamb; and Christ, the undefiled, hath sinners to his Father reconciled.

Death with life contended: combat strangely ended!

Life's own Champion, slain, yet lives to reign.

Tell us, Mary: say what thou didst see upon the way.

The tomb the Living did enclose; I saw Christ's glory as he rose!

The angels there attesting; shroud with grave-clothes resting.

Christ, my hope, has risen: he goes before you into Galilee.

That Christ is truly risen from the dead we know.

Victorious king, thy mercy show!

Gospel Acclamation 1 Cor 5:7-8

Alleluia, alleluia!

Christ has become our paschal sacrifice; let us feast with joy in the Lord.

Alleluia!

Gospel Jn 20:1-9

A reading from the holy Gospel according to John

The teaching of scripture is that he must rise from the dead.

It was very early on the first day of the week and still dark, when Mary of Magdala came to the tomb. She saw that the stone had been moved away from the tomb and came running to Simon Peter and the other disciple, the one Jesus loved. 'They have taken the Lord out of the tomb' she said 'and we don't know where they have put him.'

So Peter set out with the other disciple to go to the tomb. They ran together, but the other disciple, running faster than Peter, reached the tomb first; he bent down and saw the linen cloths lying on the ground, but did not go in. Simon Peter who was following now came up, went right into the tomb, saw the linen cloths on the ground, and also the cloth that had been over his head; this was not with the linen cloths but rolled up in a place by itself. Then the other disciple who had reached the tomb first also went in; he saw and he believed. Till this moment they had failed to understand the teaching of scripture, that he must rise from the dead. This is the Gospel of the Lord.

Communion Antiphon

Christ our Passover has been sacrificed, alleluia; therefore let us keep the feast with the unleavened bread of purity and truth, alleluia, alleluia.