

## 聖言陪伴的十四處苦路

---

### 台前誦

因父、及子、及聖神之名。阿們。

基督說：

你要走這十四處苦路，不是你獨自來走，  
我來陪伴你走。

雖然，你是你，我是我，其實我們是一個——一個基督。

所以，我兩千年前走過的苦路，  
你現在來走，這是同樣的一個苦路。

但也有個分別。

那就是：除非以死亡來給我的生命加冕，我的生命就不算完成。

你如果沒有用你的生命來加冕你的苦路，  
你就不算走完了你的十四處苦路。

眾：

主，耶穌基督，我們藉着洗禮與祢同死同埋；祢既藉着父的力量，從死中復活，求祢也使我们能渡一種新生活。昔日的我們已與祢同釘在十字架上；求祢消除我們的罪過，不再做罪惡的奴隸。我們既與祢同死，亦必與祢同生；死於罪惡，活於天主。

主，我們曾多次掙扎，多次跌倒；雖然我們知道祢就在我們身旁，但卻掉頭離你而去。基督，請原諒我們，並幫助全人類認識、愛慕和尊敬祢。願我們能在眾兄弟姊妹中尋到祢，跟隨祢，在苦路上與祢並肩前進。



## 聖言陪伴的十四處苦路

### 第一處 耶穌被判死刑

領：耶穌基督，我們欽崇祢，讚美祢。（單膝跪下）

眾：祢因此聖架，救贖普世。（站立）

#### 福音：

司祭長和長老們對耶穌提出許多控訴，比拉多問耶穌說：「他們對祢提出這麼多的控訴，難道祢一點也不答辯嗎？」可是耶穌依然沒有作答。比拉多召集了司祭長、議員和民眾，說：「我在他身上實在找不到什麼可以處死的罪狀。」可是司祭長們早已煽動羣眾，要求給他們釋放巴拉巴。於是羣眾高聲喊叫，要求釘耶穌在十字架上，比拉多終於為他們釋放了巴拉巴；同時，他下令把耶穌先行鞭打，然後釘在十字架上。

#### 默想

基督說：

關於「我的另一個我」（MY OTHER SELF），我也看到我父的聖意，也是把祂交在比拉多的手中。

比拉多雖然不公正，但他有統轄我的權柄，因為他是合法的總督。

也因此，天主聖子服從他。

如果我甘心服從比拉多，因為這是我父的聖意，

你怎能拒絕服從我給你委派的長上呢？

我答：

我主耶穌，祢因服從而犧牲了祢的生命。

但對我來說，也只不過是願與不願服從而已，

可是我仍難於低首服從。

求祢醫好我的盲目，使我能看清是祢要我服從統轄我的長上。

主，是祢願意我如此。



（默禱片刻）

#### 禱詞（跪下）

領：主基督，求你賜給我們智能與勇氣，隨時為祢的真理作證。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，求祢助佑那些為祢作證的人，使他們不會因此而陷於危難。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，求祢賜給我們一個公義的社會，以建立祢在地上的國度。

眾：上主，求祢垂憐。（起立，走向下一處）

#### 唱苦路歌

為什麼不說一句話，背負着沉重十字架，一步步走向哥耳哥達，甘心為我們被殺？哦耶穌！親愛的耶穌，哦耶穌！受苦的耶穌，為什麼仍不說一句話，甘心為我們被殺。

## 聖言陪伴的十四處苦路

### 第二處 耶穌背十字架

領：耶穌基督，我們欽崇祢，讚美祢。（單膝跪下）

眾：祢因此聖架，救贖普世。（站立）

#### 福音：

兵士們將耶穌帶進總督府內，就召集全隊兵士，圍着耶穌，然後把祂的衣服脫去，叫祂穿上紫袍，又編了一個荊棘的冠冕給祂戴上。於是，他們開始對祂致敬說：「猶太人的君王，萬歲！」然後用一根蘆葦打祂的頭，唾祂的面，又跪着向祂行禮。戲弄既畢，他們就把紫袍脫下，仍舊給祂穿上原來的衣服，然後帶祂出去，要把祂釘在十字架上。耶穌自己背着十字架，走出城外。

#### 默想

基督說：

這個十字架，這塊木頭是我父給我選擇的。

你所必須背負的十字架，就是你日常生活中所遇到的一切，也是我父為你選擇的。

你就由祂的手中領受這個十字架吧！

「我的另一個我」呀！你放心，

我絕不使你的十字架超過你所能負荷的重量。

我答：

我主耶穌，是的，我要背負我的十字架。

我願意接受我日常生活中的單調，各種的不舒適，

例如 夏季的燠熱、冬季的嚴寒、

不如意的事、緊張、挫敗、操心等等。

請使我常念及：是祢和我一起背負十字架。

且我背的只是一小部分，祢卻背了一大部分。

〔默禱片刻〕

#### 禱詞〔跪下〕

領：主耶穌，祢甘心為我們背負那最沉重的十字架，分擔了我們的壓力，我們感謝祢。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，每當我們被生活上的十字架壓得透不過氣來時，求祢助佑我們效法祢沉着地承行天父旨意。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，求祢領導我們，借着我們同心合力，幫助社會上那些背負最沉重十字架的人。

眾：上主，求祢垂憐。（起立，走向下一處）

#### 唱苦路歌

為什麼不說一句話，背負着沉重十字架，一步步走向哥耳哥達，甘心為我們被殺？哦耶穌！親愛的耶穌，哦耶穌！受苦的耶穌，為什麼仍不說一句話，甘心為我們被殺。



## 聖言陪伴的十四處苦路

### 第三處 耶穌第一次跌倒

領：耶穌基督，我們欽崇祢，讚美祢。（單膝跪下）

眾：祢因此聖架，救贖普世。（站立）

#### 先知書：

當時，我們看到祂，沒有俊美，沒有尊嚴，也沒有什麼儀容可供我們欣賞。祂只是一個被人鄙視、被人棄絕的人物，只是一個愁苦的人，飽嚙了苦難。人家對祂只是掩面不顧，祂是被捨棄的人，因而我們也把祂視同無物。那曉得，祂竟替我們負擔着苦痛，替我們承受着憂愁。

#### 默想

基督說：

創造宇宙並支撐宇宙的天主，現在卻成了這樣軟弱的一個人，甚至無力肩荷一塊木頭。

天主聖子的人性是多麼的軟弱呀！我的聖父願意如此。

否則，我就不能成為你的榜樣了，

如果你願意成為「另一個我」，

你就必須毫無怨言的接受你人性的軟弱。

我答：

我主耶穌，我怎能拒絕呢？

我願意承受我的軟弱、苦惱、憂鬱、頭痛、困乏，一切肉體和心靈上的缺陷和煩惱。

因為一切的煩惱和痛苦，都是祢所願意的，所以我甘心忍受。

請祢使我甘心接受一切的逆境，

但也請加我神力，好能努力跟隨祢。



〔默禱片刻〕

#### 禱詞（跪下）

領：主耶穌，感謝祢背負了我們的疾苦，擔負了我們的疼痛，使我們在悖逆中得到安全，在罪惡中得到痊愈。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，感謝祢讓我真正懂得做祢的門徒，就是要受祢所受的洗，喝祢所喝的杯，學祢做上主受苦的仆人，為世界做贖價。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，求祢給我智能，給我勇氣，也給我毅力，使我能懷着感恩的心，甘心情願地跟隨祢，完成除免世罪天主羔羊的使命。

眾：上主，求祢垂憐。（起立，走向下一處）

#### 唱苦路歌

為什麼不說一句話，背負着沉重十字架，一步步走向哥耳哥達，甘心為我們被殺？哦耶穌！親愛的耶穌，哦耶穌！受苦的耶穌，為什麼仍不說一句話，甘心為我們被殺。

## 聖言陪伴的十四處苦路

### 第四處 耶穌途中遇母親

領：耶穌基督，我們欽崇祢，讚美祢。（單膝跪下）

眾：祢因此聖架，救贖普世。（站立）

#### 福音：

西默盎祝福了他們，並對耶穌的母親說：「妳看這個孩子，祂被注定要叫以色列中許多人跌倒，許多人昇起，並將成為眾人排斥的標記。這樣，許多人的秘密心思便會洩露出來。至於妳，一把利劍將刺透妳的心靈。」

#### 默想

基督說：

我母親眼睜睜的看着我的哀痛。

她看着我像畜牲一樣的被人牽拉着，被人腳踢着。

她看着我全身傷痕累累。

她非常非常的悲痛，但是絕不口出怨言，也沒有抗爭的心思。

她分擔我的痛苦，我也分沾她的難受。

在我們母子眼光中，我們不能掩飾彼此的痛苦悲傷。

但我們卻甘心接受我天父的聖意。

我答：

我主耶穌，我明白祢的這一番話。

當見到所愛的人受苦，比親身忍受痛苦更覺難受。

跟隨着祢背十字架時，我也停下來觀察一下，

我所愛的人們的痛苦：他們的煩惱、他們的疾病、他們的悲哀。

我也會使他們看看我的悲痛。

但我確信：所有的這一切，為祢所愛的人，都會轉憂為喜的。



（默禱片刻）

#### 禱詞〔跪下〕

領：主耶穌，在我們身邊，在世界每一個角落，經常都有人因為戰亂、饑荒、貧窮、疾病和種種的不幸而親離子散。求祢撫慰他們的心靈，並賜給他們希望和勇氣，好能走出哀傷，堅強地活下去。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，求祢引領我們走近祢的十字架，並仔細聆聽祢說的話。這樣我們才能聽到祢說的「看，你的母親！」「看，你的兄弟姐妹！」

眾：上主，求祢垂憐。（起立，走向下一處）

#### 唱苦路歌

為什麼不說一句話，背負着沉重十字架，一步步走向哥耳哥達，甘心為我們被殺？哦耶穌！親愛的耶穌，哦耶穌！受苦的耶穌，為什麼仍不說一句話，甘心為我們被殺。

## 聖言陪伴的十四處苦路

### 第五處 西肋乃人西滿幫耶穌背十字架

領：耶穌基督，我們欽崇祢，讚美祢。（單膝跪下）

眾：祢因此聖架，救贖普世。（站立）

#### 福音：

他們把耶穌帶走的時候，抓住一個剛從鄉下來的西肋乃人西滿，兵士將十字架放在他肩上，強迫他在耶穌後面背着。

耶穌說：凡不能背負自己的十字架而追隨我的，就不配作我的門徒。凡保全自己生命的，終必喪失生命。但為我之故而喪失生命，必獲得生命。

#### 默想

基督說：

我已力盡筋疲。我不能獨自背負十字架了。

所以，兵丁找了西滿助我一臂之力。

「我的另一個我」，這西滿應該就是你。

你來助我一臂之力吧！

每當你助人一臂之力，減輕別人的負擔時，

你就是減輕壓在我身上那個十字架的重量。

我答：

我主耶穌，求祢使我明白，比如我擦洗杯盤，從地上拾起一個物件，幫小孩子做些小事，在路上或商店內禮讓別人優先；

或施捨衣物及食品，或教導愚盲，或做任何給人幫忙的事，

我就是西滿呀！

因為所有的這一切，就如同西滿幫祢背十字架，是為祢做的。



〔默禱片刻〕

#### 禱詞（跪下）

領：主耶穌，感謝祢召叫許多人來幫我背我自己的十字架，使我度過生活上的種種困難。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，感謝祢召叫我作祢的門徒，跟隨祢，也請祢賜我勇氣和力量，去幫助我們身邊那些有需要的人。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，求祢召叫更多的人，在世上為祢背十字架，以建立一個屬於祢的福樂新世界。

眾：上主，求祢垂憐。（起立，走向下一處）

#### 唱苦路歌

為什麼不說一句話，背負着沉重十架，一步步走向哥耳哥達，甘心為我們被殺？哦耶穌！

親愛的耶穌，哦耶穌！受苦的耶穌，為什麼仍不說一句話，甘心為我們被殺。

## 聖言陪伴的十四處苦路

### 第六处 圣妇为耶稣拭面

領：耶穌基督，我們欽崇祢，讚美祢。（單膝跪下）

眾：祢因此聖架，救贖普世。（站立）

#### 福音：

耶穌背着十字架上加爾瓦略山時，有一位善心婦女韋羅尼加，見耶穌滿面血汗，遂奮不顧身，不怕人的恥笑和兵士的阻撓，勇敢地擠到耶穌跟前，用手帕給耶穌擦面。耶穌為報答她的愛心，便將自己的面容印在那塊手帕上，作為紀念。

#### 默想

基督說：

「我的另一個我」，你肯給我擦擦血流滿面的臉嗎？

你也許問：我的血臉在哪裡？

在你家中，不拘誰眼淚汪汪的；

在工作場所，不拘誰神情緊張張張的；

或在任何地方：貧民區、校園、法院、醫院、監獄，

凡是有痛苦的地方，我的血臉就在那裡。

我在找尋你給我擦拭一下我血淚的臉面。

我答：

我主耶穌，祢要求的倒滿難的。

這可需要勇氣和犧牲呀！我很軟弱。

請祢增加我的力量，別使我畏難而退。

主，請祢生活在我心中，行動在我心中，愛人在我心中；

並且不只在我心中，請也在每位信友心中，

這樣我們就不會再看到祢血淚滿面的臉，而是祢光榮的聖容了。



（默禱片刻）

#### 禱詞（跪下）

領：主耶穌，在我們身邊，在這個社會裏，有許多無名英雄，默默為社會的公平正義而付出。求祢降福他們，賜給他們平安與喜樂，撫平他們的傷痛、挫折與疲累。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，罪惡的氣氛使人看不清祢聖潔的容貌。求祢給我們勇氣與熱誠，努力營造一個公義的社會，讓每個人都可以看到祢光輝的聖容。

眾：上主，求祢垂憐。（起立，走向下一處）

#### 唱苦路歌

為什麼不說一句話，背負着沉重十架，一步步走向哥耳哥達，甘心為我們被殺？哦耶穌！親愛的耶穌，哦耶穌！受苦的耶穌，為什麼仍不說一句話，甘心為我們被殺。

## 聖言陪伴的十四處苦路

### 第七處 耶穌第二次跌倒

領：耶穌基督，我們欽崇祢，讚美祢。（單膝跪下）

眾：祢因此聖架，救贖普世。（站立）

#### 福音：

耶穌雖有西滿幫助背十字架，但因遍身傷痕，體力不支，在臨近耶路撒冷西門時，再次跌倒在地。（先知書：）當時我們只以為祂是被懲罰的人，為天主所受打擊、為天主所貶抑。殊不知祂實在是為了我們的過失而被刺傷，為了我們的罪惡而受盡了苦刑。透過祂的受刑，我們才得安寧，透過祂的受傷，我們才得到康復。我們都是迷途的羊，各走各自的路；然而上主卻把我們眾人的罪累，加在祂一人肩上。

#### 默想

基督說：

「我的另一個我」，這第七處是要測驗一下你的意志力。

從這次的跌倒，你應學到擇善固執。

有時你覺得已筋疲力盡，難於繼續了。

可是你要看看我，我來幫助你，叫你喘息一下。

相信我，你一定可以完成你的使命的。

我答：

我主耶穌，請給我像祢一樣的勇氣。

當我遭到重大的失敗而感到孤獨無靠時，求祢伸出救援的手助佑我。

我知道我應堅持行善，不可鬆懈。

但求祢扶助我，因為只靠我自己，我什麼都不行。

和祢在一起，我就可以，我也願意做祢要我的一切。



〔默禱片刻〕

#### 禱詞（跪下）

領：主耶穌，我們常常挑剔兄弟眼中的木屑，卻看不見自己眼中的大梁。求祢教我們謙虛、包容，好能尊重與欣賞別人。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，當祢因沉重的十字架而再次跌倒時，祢必能深切體會到，生活的壓力與誘惑多麼容易讓人跌倒。求你也讓我們有同樣的體會，去理解那些跌倒的兄弟姐妹，並幫助他們重新站起。

眾：上主，求祢垂憐。（起立，走向下一處）

#### 唱苦路歌

為什麼不說一句話，背負着沉重十字架，一步步走向哥耳哥達，甘心為我們被殺？哦耶穌！親愛的耶穌，哦耶穌！受苦的耶穌，為什麼仍不說一句話，甘心為我們被殺。



## 聖言陪伴的十四處苦路

### 第八處 耶穌勸告耶路撒冷的婦女

領：耶穌基督，我們欽崇祢，讚美祢。（單膝跪下）

眾：祢因此聖架，救贖普世。（站立）

#### 福音：

有一大群民眾跟着耶穌，其中還有一批婦女為他們哀悼痛哭。耶穌轉身對她們說：「耶路撒冷的女兒！妳們不要為我而哭，要為你們的子女而哭。」

#### 默想

基督說：

我非常希望擁抱耶路撒冷的孩子們，願意把他們聚集起來，可是他們卻拒絕了。

這些婦女為我哭泣，而我的心卻為她們哀痛，因為痛苦哀泣就要臨到她們身上。

我安慰所有願意安慰我的人。

「我的另一個我」呀，但願你越來越良善慈悲。

我答：

我主耶穌，在祢的苦難中，祢表現的慈愛和同情是無止境的。

主，請教導我，幫助我向祢學習。

如果有人譏笑、誤解、傷害了我，或妨礙了我，或侵犯了我的隱私，而當我正要發脾氣時，請幫助我管束我的口舌，

使我的和藹成為我的外衣。

主，求祢使我如同你一樣的良善。



（默禱片刻）

#### 禱詞（跪下）

領：主耶穌，求祢安慰那些為子女、丈夫、或是父親哭泣的婦女，使她們的親人早日遠離罪惡，免去她們的痛苦。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，求祢使我們社會更能尊重女性身體與靈魂的權益，完全消弭將女性物化的思想與作為。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，求祢使世人重視環境保護，讓大地之母的地球與我們共生共榮。

眾：上主，求祢垂憐。（起立，走向下一處）

#### 唱苦路歌

為什麼不說一句話，背負着沉重十架，一步步走向哥耳哥達，甘心為我們被殺？哦耶穌！親愛的耶穌，哦耶穌！受苦的耶穌，為什麼仍不說一句話，甘心為我們被殺。

## 聖言陪伴的十四處苦路

### 第九處 耶穌第三次跌倒

領：耶穌基督，我們欽崇祢，讚美祢。（單膝跪下）

眾：祢因此聖架，救贖普世。（站立）

#### 先知書：

凡看見祂的人，莫不驚愕，因為祂的容貌毀傷得不再像人。上主的聖意要用苦難磨煉祂。當祂的心靈苦痛到了盡頭以後，祂必定看見光明而心滿意足。我的僕人要以自己的苦難使眾人成義，因為祂承擔了他們的罪過。祂甘願充當一個罪人，而犧牲自己的生命。其實，祂負擔了眾人的罪債，並且時時刻刻為所有的罪人祈求。

#### 默想

基督說：

我摔倒在石子路上，實在是力盡筋疲了。

我的身體已動彈不得啦！任鞭打腳踢都不能激動起身了。

但我的意志力仍是堅強的。你也應該如此才對。

「我的另一個我」呀！你要知道，身體可能困乏無力，

但世上沒有任何力量可剝奪你的意志力。

因為你的意志力完全屬於你的。

我答：

我主耶穌，看祢略為喘息，就又再接再厲。

我也要如此，因為我的意志力是屬於我的。

當我的罪過和自責感壓迫我倒地難起、乏力掙扎時，

請祢保佑我，別讓我陷於向如達斯那樣的失望中。

主，求祢使我明白，無論我的罪過是多麼重大，

也超不過祢愛情的偉大。

不拘我過去多壞，我要重新做人。



〔默禱片刻〕

#### 禱詞（跪下）

領：主耶穌，祢跌倒了，鮮血染紅了往哥耳哥達的路。那時，我無法扶祢；現在，請讓我不要因犯罪而加深祢的痛苦，但讓我從祢的傷痕中認出祢的大愛。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，當我最失落，最灰心喪志，埋怨在身旁看不到祢的足跡的時候，請祢提醒我，那是祢正在背負着我的時候。

眾：上主，求祢垂憐。（起立，走向下一處）

#### 唱苦路歌

為什麼不說一句話，背負着沉重十字架，一步步走向哥耳哥達，甘心為我們被殺？哦耶穌！親愛的耶穌，哦耶穌！受苦的耶穌，為什麼仍不說一句話，甘心為我們被殺。

## 聖言陪伴的十四處苦路

### 第十處 耶穌被人剝去衣服

領：耶穌基督，我們欽崇祢，讚美祢。（單膝跪下）

眾：祢因此聖架，救贖普世。（站立）

#### 福音：

當時，他們另外還帶了兩個兇犯，同耶穌一起去處死。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，同時也釘了兩個兇犯，一個在右邊，一個在左邊。耶穌說：「父啊！求祢寬恕他們，因為他們不知道自己在做什麼！」當時，他們還拈鬮分了耶穌的衣服。民眾還站着觀望。

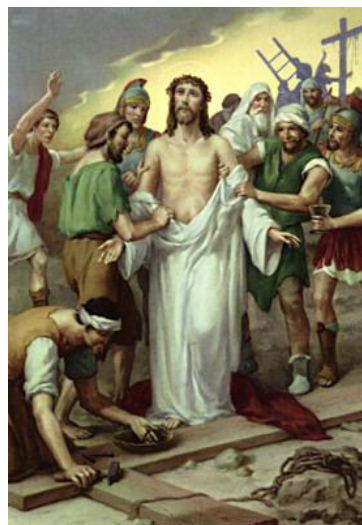
#### 默想

基督說：

「我的另一個我」，你看看，我是世界上最貧窮的君王。  
我在我的受造物之前赤身露體。  
就連我背的十字架也不是我的！  
可是，誰能像我一樣的富有呢？  
我雖一無所有，但我卻擁有一切——我擁有天父的愛！  
如果你願意擁有一切，你就別操心吃的、穿的、和你的生命。

我答：

我主耶穌，我把我擁有一切奉獻給祢，更把我自己奉獻給祢。  
請使我不要追求知名度、地位和財富！  
請使我絕不嫉妒別人比我擁有的更多。  
使我脫離驕傲自大的毛病，而領我走向謙卑自下的境界。  
主，請使我安於神貧，這樣我才能在祢內富有。



〔默禱片刻〕

#### 禱詞（跪下）

領：主，我的天主，感謝祢賜給我們種種的物質享受。求祢時常提醒我們，這一切皆來自祢慷慨的恩賜，而且在永恒的世界裏還有更好更美的福樂。願基督的受難與復活，讓我們認清「諸天必要毀滅，而祢永遠存在」。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，我們每個人都有他執着的東西——或金錢、或名利、或某個努力的目標。求祢讓我們從祢身上學會分辨短暫與永恒，學會取舍，拋開心靈上和精神上的枷鎖。

眾：上主，求祢垂憐。（起立，走向下一處）

#### 唱苦路歌

為什麼不說一句話，背負着沉重十字架，一步步走向哥耳哥達，甘心為我們被殺？哦耶穌！親愛的耶穌，哦耶穌！受苦的耶穌，為什麼仍不說一句話，甘心為我們被殺。

## 聖言陪伴的十四處苦路

### 第十一處 耶穌被釘在十字架上

領：耶穌基督，我們欽崇祢，讚美祢。（單膝跪下）

眾：祢因此聖架，救贖普世。（站立）

#### 福音：

在耶穌的十字架旁，站着他的母親和他母親的一個姊妹，還有克羅帕的妻子瑪利亞，及瑪利亞瑪達肋納。耶穌看見母親和他的愛徒一起站着，就對母親說：「母親，那就是你的兒子！」又對愛徒說：「那就是你的母親！」從此，那門徒就把她奉養在自己的家中。

#### 默想

基督說：

你能想像被釘十字架的滋味嗎？

刑吏拉直我的胳膊，抓住我的手，在木架上按緊手腕，把釘子插入我的肉內，再用沉重的鐵槌用力敲打，直至穿透。

疼痛就像火藥彈在頭腦中爆炸。

他們又拉過我另一手臂來釘，死亡之痛再次爆發。

他們又抬起我的腿，把腳平放在十字架上，又是一頓釘槌。。。



我答：

我主，我天主，我看到祢的這種痛苦，我在想：我的靈魂值得祢受這樣的痛苦嗎？

我能還報給祢什麼呢？

此時此地，在我的生命中，我真願意接受任何的病痛、折磨和痛苦。

我願接受所能遇到的各種十字架。

請使我和祢一齊背負救贖人類、雖然羞辱、卻被父所祝福的十字架吧！

〔默禱片刻〕

禱詞〔跪下〕

領：主耶穌，求祢驅除我們心中的那份自我中心與自私，讓我們真正的能體認你的旨意，我們感謝祢。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，求祢保護那身心受到侮辱、迫害、剝削的人，使他們能早日獲享人性尊嚴，我們歌頌祢。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，求祢使我們的社會在祢的光照下，早日能建設成一個承行祢的意旨、發揮人性尊嚴的社會，我們讚美祢。

眾：上主，求祢垂憐。（起立，走向下一處）

#### 唱苦路歌

為什麼不說一句話，背負着沉重十字架，一步步走向哥耳哥達，甘心為我們被殺？哦耶穌！親愛的耶穌，哦耶穌！受苦的耶穌，為什麼仍不說一句話，甘心為我們被殺。

## 聖言陪伴的十四處苦路

### 第十二处 耶穌死在十字架上

領：耶穌基督，我們欽崇祢，讚美祢。（單膝跪下）

眾：祢因此聖架，救贖普世。（站立）

#### 福音：

從中午開始，太陽失光，遍地黑暗；直至下午三時，耶穌大聲呼喊說：「我主，我的天主！祢為甚麼捨棄了我？」有一個人跑過來，把海棉浸透了醋，綁在蘆葦上，送上去給祂喝。那時耶穌又大聲呼喊說：「父啊！我將我靈魂託付在祢的手中。」說着，就斷了氣。

#### 默想

基督說：

十字架現在是個講道台：

父呀，請寬恕他們吧……

今天你要和我一齊進入天國……

看，這是你的母親……

看，你的兒子……

我渴…… 完成了……

要說話，我就必須挺身，手足一動，全身就重新疼痛起來。

最後，我已到了極限，我的生命已經枯竭，我有死的人生已經終結了。

我答：

我的耶穌，我的天主，我能說什麼或做什麼呢？

我把能致我於死的痛苦和死亡奉獻給祢，

我接受我死亡的時刻和如何的死法。

我不願多延長我生命的一分一秒。

我為我自己和全人類的罪過，甘心接受死亡。

我的天主，我的天主，請不要拋棄我，

因為我已暈頭暈腦不知怎麼辦才好。

〔默禱片刻〕

#### 禱詞（跪下）

領：主耶穌，祢為了我們的罪過，受苦至死，我們感謝祢。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，祢邀請我們與祢同受祢的洗、同喝祢的杯，使我們能與祢結成一體，成為天父的愛子，我們感謝祢。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，求祢以祢的德能，借着我們，將福音傳到天涯地極，讓世人都能與你共融於一體，成為天父的愛子，我們感謝祢。

眾：上主，求祢垂憐。（起立，走向下一處）

#### 唱苦路歌

為什麼不說一句話，背負着沉重十字架，一步步走向哥耳哥達，甘心為我們被殺？哦耶穌！親愛的耶穌，哦耶穌！受苦的耶穌，為什麼仍不說一句話，甘心為我們被殺。



## 聖言陪伴的十四處苦路

### 第十三處 耶穌屍體從十字架卸下

領：耶穌基督，我們欽崇祢，讚美祢。（單膝跪下）

眾：祢因此聖架，救贖普世。（站立）

#### 福音：

那天正值安息日前夕，而那安息日又是大節日，猶太人不願在安息日有屍首留在十字架上，就來請求比拉多叫人打斷他們的腿，把屍首拿去。於是兵士來了，先後把釘在耶穌左右二人的腿打斷；他們來到耶穌跟前，看見祂已經死了，就沒有打斷祂的腿。有一個士兵用長矛刺透了祂的肋膀，立刻就有血和水流出來。

#### 默想

基督說：

我的犧牲已經完成。

是的，我的彌撒聖祭已經完成了，

但我母親和你——「我的另一個我」的彌撒尚未完成。

我母親得把她親子的屍體抱在懷中。

你也是。你必須與你所愛的人分離，你必須承受這種死亡的痛苦。

在你的痛苦中你應沉思默想：

瑪利亞因在加爾瓦略山上分享我的痛苦，使許多的靈魂得救了。

你的痛苦也能成為許多靈魂的代價。

我答：

我主耶穌，求祢幫助我忍受分離的痛苦：

親朋的去逝、子女的婚嫁離家，特別是與我最親愛的人們分離。

當必須分離時，請給我寵佑，

能向祢說：主，就遵照祢的聖意，叫他們先歸回天鄉吧！

假使我有能力用一句話叫他們復活，但卻違背祢的聖意，

我就絕不說那句話！

主，求祢賜給他們永遠的安息。

（默禱片刻）

#### 禱詞（跪下）

領：主耶穌，請讓我們從祢的犧牲中，認識到我們的罪過及軟弱。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，求祢給我們勇力、毅力與智能，讓我們克服人性的軟弱和無知，澈底地改過遷善。

眾：上主，求祢垂憐。（起立，走向下一處）

#### 唱苦路歌

為什麼不說一句話，背負着沉重十字架，一步步走向哥耳哥達，甘心為我們被殺？哦耶穌！親愛的耶穌，哦耶穌！受苦的耶穌，為什麼仍不說一句話，甘心為我們被殺。



## 聖言陪伴的十四處苦路

### 第十四處 耶穌葬于坟墓

領：耶穌基督，我們欽崇祢，讚美祢。（單膝跪下）

眾：祢因此聖架，救贖普世。（站立）

#### 福音：

到了傍晚，來了一個阿里瑪特雅人若瑟，他大膽地向比拉多要求耶穌的遺體。比拉多准許了他，於是他把耶穌的遺體領去了。還有從前在夜間來訪耶穌的尼哥德摩，那時也帶着約一百斤殮藥和沉香而來，兩人按照猶太人的習俗，將耶穌的遺體用細麻布加上香料包裹起來，把祂安放在一座由巖石鑿成的墳墓裡，然後滾了一塊石頭來堵住墓門。

#### 默想

基督說：

就這樣，我世間的生命結束了。

但為瑪利亞、瑪達肋納、伯多祿、若望和你，

卻是另一個生命的開始。

我生命歷程中的工作已經完成，

可是通過教會和在教會內，我的工作卻剛剛開始。

我在找你-----「我的另一個我」。

從現在起，無論日夜，你應該是我的宗徒，完成犧牲，成為聖人。

我答：

我主耶穌，祢知道我的心志願望，但我形體軟弱。

主，凡在祢世間短促的生命中，未能教導的人們，未能受完的苦難，

未能完成的愛德工作，我願因祢的助佑，來繼續祢的施教，

承受痛苦，完成祢愛德的工作。

但求祢助佑我，因為沒有祢，我一無所能。



〔默禱片刻〕

#### 禱詞（跪下）

領：主耶穌，祢替我們埋葬了我們的罪過，我們感謝祢。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，求祢幫助我們不但不被罪惡所埋葬，並繼續埋葬罪惡，我們感謝祢。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主耶穌，祢的死是那唯一一次的死於罪惡；然而，祢的復活，卻是活於天主。我們也要這樣看自己是死於罪惡，在基督耶穌內活於天主的人。現在我們依主耶穌的教導，向我們的天父祈禱：

眾：上主，求祢垂憐。（起立，走回台前）

#### 唱苦路歌

為什麼不說一句話，背負着沉重十字架，一步步走向哥耳哥達，甘心為我們被殺？哦耶穌！親愛的耶穌，哦耶穌！受苦的耶穌，為什麼仍不說一句話，甘心為我們被殺。

## 聖言陪伴的十四處苦路

### 結語

基督說：

「我的另一個我」，在一開始我就說了：除非以死亡來加冕，  
我的生命就沒有完成。

同樣，如果你沒有用你的生命來加冕，  
你的苦路就沒有走完。

在任何的時刻，你都要用信德和依恃的心情，  
接受我分配給你的痛苦。

你要從心裡說：主，願你的聖意在我身上完成吧！

你不必到遠處去尋找我，因為我就在你身旁。

我就在你工作的地方：在你辦公室裡、在你廚房間。

這些場所就是你的祭台，

你就在這裡奉獻你的愛吧！因為我就在這裡。

起來吧！背起你的十字架，

獻出你的生命，完成你的苦路吧！

領：耶穌基督，人類的救主，祢用十字架戰勝了死亡，進入了光榮，使痛苦有了意義，賦給世界喜樂。求祢幫助我們繼續你救世的工程，共同背負十字架。

眾：主啊！讓我們做祢的工具，去締造和平：



在有憎恨的地方，播送友愛；  
在有冒犯的地方，給予寬恕；  
在有分裂的地方，促成團結；  
在有疑慮的地方，激發信心；  
在有錯謬的地方，宣揚真理；  
在有頹喪的地方，喚起希望；  
在有憂傷的地方，散佈喜樂；  
在有黑暗的地方，放射光明；

神聖的導師！

願我不求他人的安慰，只求安慰他人；  
不求他人的諒解，只求諒解他人；  
不求他人的愛護，只求愛護他人；  
因為只有在施與中，我們有所收穫；  
在寬恕時，我們得到寬恕；  
在死亡時，我們生於永恆！

阿們

最後，請唸【天主經】【聖母經】【聖三光榮經】