

# 苦路 與 光明之路







## 苦路 (Via Crucis)

「苦路」源起朝聖者在耶路撒冷，走在耶穌受難經過的路上，觸景生情的虔誠祈禱。這種祈禱方式漸漸在民間發展，遂成為今日常用的敬禮。

「苦路」幫助信友跟隨基督，默想他在世上的最後旅程，以及他的救世苦難。

主持者邀請參加者默想基督的苦難。

### 第一處：耶穌被判死刑

領：主耶穌基督，我們欽崇你、讚美你。

眾：你因此聖架，救贖普世。



比拉多當著民眾洗手說：「對這義人的血，我是無罪的，你們自己負責吧！」全體百姓回答說：「他的血歸在我們和我們的子孫身上！」於是，比拉多把耶穌鞭打了以後，交給人釘在十字架上。  
(瑪 27:24-26)

天主經

領：主耶穌基督，因你所受之苦難。

眾：求你垂憐我們。

領：童貞聖母，因你親子的苦難，

眾：請為我們祈求。





## 第二處：耶穌肩負十字架



耶穌又對眾人說：「誰若願意跟隨我，該棄絕自己，天天背著自己的十字架跟隨我。因為誰若願意救自己的性命，必要喪失性命；但誰若為我的緣故喪失自己的性命，這人必能救得性命。」  
(路 9:23-24)

## 第三處：耶穌體力不支，第一次跌倒地上



他所背負的，是我們的疾苦；擔負的，是我們的疼痛；我們還以為他受了懲罰，為天主所擊傷，和受貶抑的人。可是，他被刺透，是因了我們的悖逆；他被打傷，是因了我們的罪惡，因他受了懲罰，我們便得了安全；因他受了創傷，我們便得了痊癒。(依 53:4-5)





#### 第四處：耶穌遇見了自己的母親



西默盎向耶穌的母親瑪利亞說：「看，這孩子已被立定，為使以色列中許多人跌倒和復起，並成為反對的記號——至於你，要有一把利劍刺透你的心靈——為叫許多人心中的思念顯露出來。」(路 2:34-35)

#### 第五處：西滿背負耶穌的十字架



他們把耶穌帶走的時候，就抓住一個從田間來的基勒乃人西滿，把十字架放在他肩上，叫他在耶穌後面背著。(路 23:26)



## 第六處：韋羅尼加為耶穌抹面



論及你，我心中時常在想：  
「你應該尋求他的儀容。」  
上主，我在尋求你的儀容。  
求你不要向我掩住你的臉面，  
你發怒時不要將你僕人趕散。  
(詠 27:8-9a)

看見我的，也就是看見那派遣我來的。  
(若 12:45)

## 第七處：耶穌再次不支倒地



耶穌說：「凡勞苦和負重擔的，  
你們都到我跟前來，我要使你們安息。  
你們背起我的軛，跟我學吧！  
因為我是良善心謙的：  
這樣你們必要找得你們靈魂的安息。」  
(瑪 11:28-29)



## 第八處：婦女為耶穌痛哭



有許多人民及婦女跟隨著耶穌，婦女搥胸痛哭他。耶穌轉身向她們說：耶路撒冷女子！你們不要哭我，但應哭你們自己及你們的子女。(路 23:27-28)

## 第九處：耶穌第三次跌倒在地



一切過路的人啊！請你們細細觀察，看看有沒有痛苦能像我所受的痛苦？因為上主在他盛怒之日，折磨了我！上主親手把我罪過的軛，緊縛在我的頸上，使我筋疲力竭；他將我交於我不能抵抗的人手中。(哀 1:12, 14)



## 第十處：耶穌被剝去衣裳



兵士將耶穌釘在十字架上後，拿了他的衣服，分成四分，每人一分；又拿了長衣，因那長衣是無縫的，由上到下渾然織成。(若 19:23)

## 第十一處：耶穌懸在十字架上



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，寬赦他們吧！因為他們不知道他們做的是什麼。」(路 23:33-34)





## 第十二處：耶穌在十字架上捨生



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。耶穌一嚐了那醋，便說：「完成了。」就低下頭，交付了靈魂。

(若 19:26-27, 30)

## 第十三處：聖母懷抱耶穌



兵士來到耶穌跟前，看見他已經死了，就沒有打斷他的腿；但是，有一個兵士用槍刺透了他的肋膀，立時流出了血和水。這些事以後，阿黎瑪特雅人若瑟來求比拉多，為領取耶穌的遺體；比拉多允許了。於是他來把耶穌的遺體領去了。(若 19:33-34, 38)



## 第十四處：耶穌被埋葬



若瑟領了耶穌的遺體，就用潔白的殮布將它包好，安放在為自己於巖石間所鑿的新墓穴內；並把一塊大石頭滾到墓口，就走了。在那裏還有瑪利亞瑪達肋納和另外一個瑪利亞，對著墳墓坐著。（瑪 27:59-61）

### 結束祈禱

聖父，你聖子以苦難為人類帶來的救恩，藉着福音的宣講，體現於各地。求你幫助你的子女接受他的真理之言，並使所有相信他的人，都能獲得所許諾的新生。因主耶穌基督之名，求你俯聽我們的祈禱。阿們。

以上是最早期的苦路像；它們是按聖良納 (St Leonard of Port Maurice) 所列出的苦路次序繪成。

（《苦路》Via Crucis, G.B. Tiepolo, San Polo, Venezia）

摘自：梵蒂岡二千禧年中央委員會編著，《朝聖者祈禱手冊》，天主教香港教區禮儀委員會辦事處出版，2000年，200-207頁

## 光明之路 (Via Lucis)

踏著基督救世的苦路，自然走進他的光明之路。這是近年興起的敬禮，作為苦路的高峰，默想主基督的光榮奧蹟，即從他死而復活到五旬節（聖神降臨）的各項事件。這「光明之路」敬禮，教導我們要在世上善度「光明之子」的生活，為復活的基督作證。

主持者邀請參加者默想基督的復活。

### 第一處：耶穌從死者中復活

領：主耶穌基督，我們欽崇你、讚美你。

眾：你藉此復活救贖普世。



天使對婦女說：「你們不要害怕！我知道你們尋找被釘死的耶穌。他不在这裏，因為他已經照他所說的復活了。你們來看看那安放過他的地方。」（瑪 28:5-6）

在那朦朧的清晨，當婦女們懷著悲傷和愛意，前往納匝肋人耶穌的墳墓，遇到天主的使者顯現。天使向她們宣告：墳墓已經打開，耶穌已跨越了死亡，他已把天國實現人間。復活的基督在那裏，天國也在那裏；他在那裏，我們也會在那裏。

### 天主經

領：因基督的復活。

眾：天主聖母，請保護我們生活在光明中。

## 第二處：門徒發現耶穌墳墓空了



那先來到墳墓的那個門徒，也進去了，一看見就相信了。(若 20:8)

在這清早，伯多祿與耶穌的愛徒跑去耶穌的墳墓。那愛徒見到了殮布和在另一處捲著的汗巾，而眼睛頓開。他看見的，不單是奇蹟，而是奇妙的信德：他一看見，就相信基督已戰勝了死亡。那愛徒的眼光正是世世代代基督信徒的眼光。

## 第三處：復活的主顯現給瑪利亞瑪達肋納



耶穌給她說：「瑪利亞！」她便轉身用希伯來話對他說：「辣步尼！」就是說「師傅。」(若 20:16)

瑪利亞瑪達肋納曾與耶穌同行多少日子。她曾聽過耶穌講話，見過耶穌如何親手醫好病弱者，但她卻沒有在這逾越的早上認出主耶穌。但主耶穌卻親自呼喚她的名字：瑪利亞。事實上，主也呼喚著我們每人的名字，給予我們個別的召叫，為開啟我們信德的眼光，看到那肉眼所看不見的。

#### 第四處：復活的主在厄瑪烏路上顯現



默西亞不是必須受這些苦難，才進入他的光榮嗎？他於是從梅瑟及眾先知開始，把全部經書論及他的話，都給他們解釋了。(路 24:26-27)

兩位門徒走在由耶路撒冷往厄瑪烏的路上，那陌生人上前，與他們同行。那同行者的話非比尋常，只有他能說出那歷史上隱藏至今仍未顯露的內容；他的話使人心火熱，並重振人的希望和信心。

#### 第五處：復活的主把餅擘開，遞給他們



當耶穌與他們坐下吃飯的時候，就拿起餅來，祝福了，擘開，遞給他們。他們的眼睛開了，這才認出耶穌來；但他卻由他們眼前隱沒了。(路 24:30-31)

快到晚上，厄瑪烏兩個門徒強留那陌生的同行者與他們一起進餐。請看！那同行者說話後的行動：他把餅擘開，好像在最後晚餐時所做的一樣。現在，那兩位門徒立即認出他就是在晚餐廳中的基督；他藉著餅和酒，把他自己的體和血交給我們，作為世界的生命之糧。

## 第六處：復活的主顯現給門徒



耶穌向他們說：「你們為什麼恐惶？為什麼心裏起了疑慮？你們看看我的手，我的腳，分明是我自己。你們摸摸我，應該知道：鬼神是沒有肉軀和骨頭的，如同你們看我，卻是有的。」（路 24:38-39）

當時，人們滿腹疑團，被打傷和釘死的耶穌是否真的被埋在墳墓裏呢？或者他仍在墳墓裏呢？然而站在鍾愛的門徒面前的，卻是那手足帶著釘痕，但確實充滿著生命的耶穌。這新生命驅散了一切疑惑、痛苦和憂傷，並使人遠眺死亡和寂靜背後的新希望。

## 第七處：復活的主授予赦罪的權柄



耶穌說了這話，就向他們噓了一口氣，說：「你們領受聖神吧！你們赦免誰的罪，就給誰赦免；你們存留誰的，就給誰存留。」（若 20:22-23）

在這逾越的晚上，基督的氣息進入他身邊的門徒內，他們都驚訝不已。這象徵著只有聖神才能給予的重生，使人離開罪惡和死亡，進入充滿正義和真理的新生命。教會也呼出這神聖的氣息；這氣息更新、改變和聖化人類。

## 第八處：復活的主堅固多默的信德



然後耶穌對多默說：「把你的指頭伸到這裏來，看看我的手吧！並伸過你的手來，探入我的肋膀，不要作無信的人，但要作個有信德的人。」多默回答說：「我主！我天主！」(若 20:27-28)

門徒多默雖然聽過耶穌在世上的講道，見過他顯示權能的神蹟，但仍滿腹疑團。但是，現在復活的主，活生生的臨現多默眼前。多默重獲光明和信心，肯定地宣認：「我主！我天主！」

## 第九處：復活的主在提庇黎雅湖邊顯現



耶穌所愛的那個門徒就對伯多祿說：「是主。」西滿伯多祿一聽說是主，他原是赤著身，就束上外衣，縱身跳入海裏。……耶穌遂上前拿起餅來，遞給他們；也同樣拿起魚來，遞給他們。(若 21:7, 13)

大清早，在提庇黎雅湖邊，有一個人人在等候著。耶穌的門徒卻重操故業，在船上捕魚。耶穌心愛的那門徒，看見了這人，就輕輕地說：「是主！」基督就在岸邊親自款待他們，把餅遞給疲乏的人們，也就是把自己交給了他們。

## 第十處：復活的主把首席權賜給伯多祿



吃完了早飯，耶穌對西滿伯多祿說：「若望的兒子西滿，你比他們更愛我嗎？」伯多祿回答說：「主，是的，你知道我愛你。」耶穌就對他說：「你餵養我的羔羊。」（若 21:15）

在提庇黎雅湖邊，「愛」是基督與伯多祿三問三答的內容。伯多祿三次背主，現今也三次表明他的信心和愛意。基督也把永為羊群首牧的使命交託給他。通過伯多祿、他的手，和他的說話，基督繼續領導他的教會。

## 第十一處：復活的主派遣門徒往訓萬民



所以你們要去使萬民成為門徒，因父及子及聖神之名給他們授洗，教訓他們遵守我所吩咐你們的一切。看！我同你們天天在一起，直到今世的終結。（瑪 28:19-20）

在加里肋亞的山上，光榮復活的基督向他的門徒致意。雖然他將不再以世上的形體臨在，但他卻永遠親臨教會的使徒行動中。他在教會中的臨在常是活潑和有效的；他親臨教會宣講福音，並以使人得救的洗禮，賜給人們在聖神內新的生命。



## 第十二處：復活的主升天



加里肋亞人！你們為什麼站著望天呢？這位離開你們，被接到天上去的耶穌，你們看見他怎樣升了天，也要怎樣降來。（宗 1:11）

橄欖山成為天人交融之處，這交融就在復活的基督身上實現出來。因為他帶著我們得救的人性，升了天，回到那無限光榮的神聖境域。但是，信友仍需生活在世上，在各自的崗位，宣揚和建立上主的國度，等待著基督的再來：「永遠與主同在。」（得前 4:17）

## 第十三處：門徒與聖母等候聖神降臨



這些人同一些婦女及耶穌的母親瑪利亞並他的兄弟，都同心合意地專務祈禱。（宗 1:14）

基督徒團體，與聖母一起，在信德和愛德中，不斷祈禱。宗徒、信友、男男女女，同心合意讚美天主，以愛德作證，證明他們深信復活的基督就是新生命的泉源，並等待著耶穌所應許的護慰者——聖神的降臨。「聖神將與他們永遠同在。」（若 14:16）

## 第十四處：復活的主派遣聖神降臨



忽然從天上來了一陣響聲，好像暴風颳來，充滿了他們所在的全座房屋。有些散開好像火的舌頭，停留在他們每人頭上，眾人都充滿了聖神，照聖神賜給他們的話，說起外方話來。(宗 2:2-4)

在五旬節那天，在晚餐廳裏，復活主的神聖氣息——聖神，如同颶風，吹進門徒的心中，並在信友心中，燃起了愛情的火焰，引著信眾去為主的愛情、光明和生命作證，直到天涯地角。不同語言、文化和民族的唯一教會，都以耶路撒冷為根基，並汲取同一聖神的活泉。

### 結束祈禱

天主，你藉聖子的光榮復活，賜給人類救恩的喜樂。藉著聖母瑪利亞的代禱，我們求你賜給我們獲享永生的光明，直到永遠。因主耶穌基督之名，求你俯聽我們的祈禱。阿們。

(「光明之路」的聖像，由 Anna Maria Di Domenico 修女所畫，藏於羅馬 San Giovanni Rotondo 教堂)

摘自：梵蒂岡二千禧年中央委員會編著，《朝聖者祈禱手冊》，天主教香港教區禮儀委員會辦事處出版，2000年，208-215頁

## 苦路與光明之路

出版、發行：香港教區禮儀委員會辦事處  
香港堅道十六號教區中心十樓

電 話：(852) 2522 7577

傳 真：(852) 2521 8034

電子郵箱：hkcdlc@catholic-dlc.org.hk

網 址：<http://catholic-dlc.org.hk>

出版日期：二零一七年二月

版權所有·不得翻印

ISBN 978-988-8224-14-2



香港教區禮儀委員會辦事處 編印

ISBN 978-988-8224-14-2



9 789888 224142