

教宗若望保祿二世
在《童貞瑪利亞的玫瑰經》牧函中寫道：
玫瑰經來自瑪利亞的經驗，
是一項美妙的默觀祈禱。
沒有了默觀，它便會失去意義。



美麗的玫瑰經

美麗的玫瑰經是聖經的祈禱，展現了天主
聖言進入人類歷史，給我們帶來了救贖。

· 玫瑰經年獻禮 ·

香港教區副主教陳志明神父准印
二〇〇三年二月十一日（露德聖母紀念）

天主教香港教區禮儀委員會辦事處出版
http://catholic-dlc.org.hk Tel: (852) 25227577
基奧葡萄園編撰、插圖
http://missioncentre.net



歡喜一端：聖母領報

「看！上主的婢女，願照
你的話成就於我吧！」
(路 1:38)

聖母瑪利亞在聖神的光照下，以完美的信
德，聽從了天主的旨意，成為救主之母。
天主啊，請賜我們信德和謙遜，增加我們
的勇氣，時刻歡欣接受、服從你的呼召。



歡喜二端：聖母往見聖婦依 撒伯爾

「我的靈魂頌揚上主，我
的心神歡躍於天主，我的
救主。」(路 1:46-47)

聖母以無私的愛，回應天主在她身上所行
的大事；又滿懷謙遜，頌揚了天主的化
工。我們趕快起來，效法聖母不辭勞苦，
關愛近人，更要積極扶助孤苦無依者。



歡喜三端：耶穌基督降生

「聖言成了血肉，寄居在
我們中間。」(若 1:14)

主耶穌為救贖人類，甘願接受貧苦、強權
與欺壓，而屈尊就卑在馬槽降生。主耶
穌，請教導我們效法你的謙遜隨和，仰仗
對天主的順從和依賴，樂意接受一切榮辱
甘苦。



歡喜四端：聖母獻耶穌於聖殿

「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。」(路 2:34)

聖母把嬰孩耶穌帶到聖殿，奉獻給天主，
並接受了義人的祝福。求天主幫助我們效
法耶穌、瑪利亞、若瑟，在生活中實踐和
奉獻我們愛主之情。



歡喜五端：耶穌十二齡講道

「你們為甚麼尋找我？你
們不知道我必須在我父親
那裏嗎？」(路 2:49)

孩童耶穌在聖殿講道，是告訴我們：聖子
必與聖父同住，並履行聖父的旨意。我們
只須緊靠耶穌，隨著他的引領，定能找到
聖父。



光明一端：耶穌在約但河受洗 (揭示聖三奧秘)

「他剛從水裏上來……有
聲音從天上說：你是我的
愛子，我因你而喜
悅。」(谷 1:10-11)

我們藉著聖洗聖事，成為天主聖父所喜悅
的兒女。請聖母代禱，幫助我們跟隨主耶
穌。



光明二端：耶穌參加加納婚宴 (顯示神聖權能)

「他的母親給僕役說：他
無論吩咐你們什麼，你
們就作什麼。」(若 2:5)

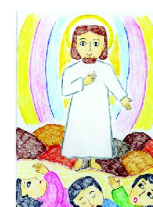
耶穌在加納婚宴中，行了第一個神蹟。我
們因為聖母的關顧，預嚐了天國的甘飴。
請聖母代禱，讓我們全心履行主耶穌的吩
咐。



光明三端：耶穌宣講天國福音 (訓示罪人悔改)

「人除非由水和聖神而
生，不能進天主的國。」
(若 3:5)

耶穌宣講天主的國，勸人悔改。讓我們以
聖母作為榜樣，緊隨基督，聆聽他的教
導，遵守他的命令，彼此相愛，如同他愛
了我們一樣。



光明四端：耶穌大博爾山顯容 (昭示主的榮耀)

「他的面貌發光有如太
陽，他的衣服潔白如
光。」(瑪 17:2)

耶穌的光榮，滿溢著恩寵和真理；我們從
他的滿盈中，領受了恩寵。主耶穌，求你
開啟我們的眼睛，教我們能在眾人身上，
找到你的容貌，彼此擔待，相親相愛。



光明五端：耶穌建立聖體聖事 (啟示逾越奧蹟)

「我是葡萄樹，你們是枝
條，那住在我內，我也住
在他內。」(若 15:5)

耶穌甘願生於貞女，居住人間；又親自建
立聖體聖事，把自己賞給了我們，滋養我
們的生命。主耶穌，感謝你賜給我們天國
食糧，天天與我們在一起。



痛苦一端：耶穌山園祈禱

「你們竟不能同我醒寤一
個時辰嗎？醒寤祈禱吧！
免陷於誘惑。」(瑪 26:40-41)

門徒在耶穌最憂悶的時刻睡著了，留下了
他獨自一人。主耶穌，我們願意醒寤祈
禱，從今以後不再離開你，並學習關注別
人的需要，叫軟弱無助者都得到支持。



痛苦二端：耶穌受鞭打之刑

「他的容貌損傷得已不像
人，他的形狀已不像人
子。」(依 52:14)

主耶穌，你在人前受惡毒鞭打，身心重
創。我看見了，鞭打你的，是我們的過犯
和罪惡。求你寬恕我們，教導我們願意為
愛情犧牲，不再使你受到傷害。



痛苦三端：耶穌受茨冠之苦辱

「他被刺透，是因了我們的悖逆；他被打傷，是因了我們的罪惡。」(依 53:5)

主耶穌為了愛我們，毫無怨言，被戴上茨冠，並受惡人嘲笑侮辱。主耶穌，請教我們慎言慎行，以愛待人，永不要以傷人的言行，刺痛你的聖心！



痛苦四端：耶穌背十字架上山

「你們不要哭我，但要哭你們自己及你們的子女。」(路 23:28)

主耶穌，當你背負十字架跌倒時，你讓西滿分擔你的重擔；當你悲痛欲裂時，你讓韋羅尼加為你拭抹血汗。求你賜我們恩寵和勇力，與你同行，為你作證。



痛苦五端：耶穌被釘在十字架上死

「耶穌，當你來為王時，請你紀念我！」(路 23:42)

耶穌以十字架完成了天主對我們的大愛；聖母瑪利亞以謙遜、服從、犧牲和愛情，與耶穌的聖心結合不離。讓我們在瞻仰十字架時，懂得以愛還愛，與主契合。



榮福一端：耶穌復活

「人子必須被交付於罪人之手，被釘在十字架上，並在第三日復活。」(路 24:7)

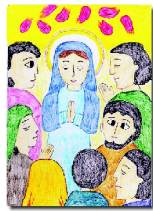
復活的主耶穌，給我們傳報了大喜訊：他叫我們深信，生活中的重擔、黑暗和痛苦，都不能操控我們；宇宙萬物，都因他的勝利而獲得復活更新。



榮福二端：耶穌升天

「我雖居於高處及聖所，但我也與懺悔和心靈謙卑的人在一起。」(依 57:15)

逾越了的耶穌，如今坐在聖父的右邊，他為我們帶來了希望，開啟了天國大門，收納我們成為天國的子民。



榮福三端：聖神降臨

「我要將我的神傾注在所有有血肉的人身上……凡呼號上主名字的人，必然獲救。」(宗 2:17,21)

主耶穌坐於聖父右邊，派遣聖神作我們的護慰者。聖神啊，請聽你至愛的教會，及無玷童貞聖母瑪利亞的代禱，增加我們力量，使我們活出基督的精神。



榮福四端：聖母蒙召升天

「她身穿繡衣華服，被引到君王面前……，在歡樂的歌舞聲中，進入了王宮。」(詠 45:15-16)

耶穌的愛，把聖母帶到高天，這是救恩的圓滿實現；聖母終生侍主，被召升天，既預告了我們的歸宿，也是我們人世間的終向。

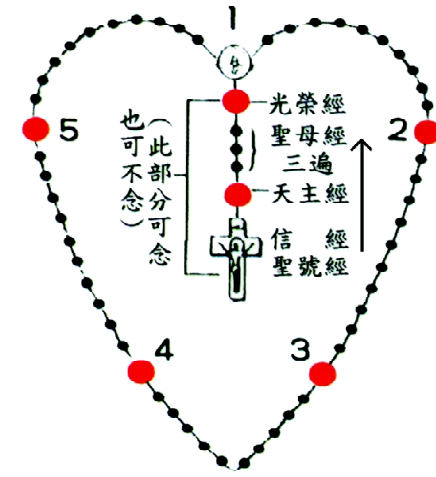


榮福五端：天主光榮聖母

「你在世人中最為美麗，你的口流露慈惠，因此天主永遠祝福你……；萬民將歌頌你至於永久。」(詠 45:3,18)

終身童貞聖母瑪利亞的芳表，既是一切受造物的冠冕，也是大地的榮耀。懇求聖母為我們在天主面前代禱，求主恩賜我們安和的生活，來日與聖母一起，共享天國的幸福。

念玫瑰經的方法



1 { 歡喜一端
天主經
聖母經十遍
光榮經一遍

2 { 歡喜二端
天主經
聖母經十遍
光榮經一遍

3 { 歡喜三端
天主經
聖母經十遍
光榮經一遍

4 { 歡喜四端
天主經
聖母經十遍
光榮經一遍

5 { 歡喜五端
天主經
聖母經十遍
光榮經一遍

結束念：又聖母經

天主經

我們的天父，願你的名受顯揚，願你的國來臨，願你的旨意奉行在人間，如同在天上。求你今天賞給我們日用的食糧，求你寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣，不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。亞孟。

聖母經

萬福瑪利亞，你充滿聖寵，主與你同在，你在婦女中受讚頌，你的親子耶穌同受讚頌。天主聖母瑪利亞，求你現在，和我們臨終時，為我們罪人祈求天主。亞孟。

聖三光榮經

願光榮歸於父、及子、及聖神。起初如何，今日亦然，直到永遠。亞孟。

又聖母經

萬福母后！仁慈的母親，我們的生命，我們的甘飴，我們的希望。厄娃子孫，在此塵世，向你哀呼；在這涕泣之谷，向你嘆息哭求。我們的主保，求你回顧，憐視我們，一旦流亡期滿，使我們得見你的聖子、萬民稱頌的耶穌。童貞瑪利亞，你是寬仁的、慈悲的、甘飴的！天主聖母，請為我們祈求，使我們堪受基督的恩許。亞孟。

宗徒信經

我信全能的天主父，天地萬物的創造者。我信父的唯一子、我們的主耶穌基督。他因聖神降孕，由童貞瑪利亞誕生。他在比拉多執政時蒙難，被釘在十字架上，死而安葬。他下降陰府，第三日從死者中復活。他升了天，坐在全能天主父的右邊。他要從天降來，審判生者死者。我信聖神，我信聖而公會，諸聖的相通，罪過的赦免，肉身的復活，永恆的生命。亞孟。