



拜苦路

Holy Name of Jesus Chinese Catholic Mission
5395 Light Circle NW, Norcross GA 30071

前言

隨後，耶穌同他們來到一個名叫革責瑪尼的莊園裡，便對門徒說：「你們坐在這裡，等我到那邊去祈禱。」遂帶了伯多祿和載伯德的兩個兒子同去，開始憂悶恐怖起來，對他們說：「我的心靈憂悶得要死，你們留在這裡同我一起醒寤罷！」他稍微前行，就俯首至地祈禱說：「我父！若是可能，就讓這杯離開我罷！但不要照我，而要照你所願意的。」(瑪竇26:36-39)

集禱經

全能永生的天父，請俯聽我們感謝祢的愛子，
我們的救主耶穌基督的祈禱。當我們回憶祂
受的苦難，我們懇求祢遣發聖神到我們的心
中，這樣不論是祈禱或工作，我們都能和基
督聯合一起。阿們！

苦路第一處

比拉多判耶穌死罪

領: 主，基督，我們欽崇祢，讚美祢。

眾: (單膝跪下) 祢用此聖架，救贖普世。

領: 耶穌卻不作聲，什麼也不回答。大司祭又問他說：「你是默西亞，那應受讚頌者的兒子嗎？」耶穌說：「我是，並且你們要看見人子，坐在大能者的右邊，乘著天上的雲彩降來。」大司祭遂撕裂自己的衣服說：「何必還需要見證呢？你們都聽見褻瀆的話了，你們看著該怎樣？」眾人都判定他該死。有些人就開始向他吐唾沫，蒙起他的臉來，用拳頭打他，對他說：「你作先知罷！」差役且用巴掌打他。(馬爾谷14:61-64)

(跪下)

眾: 世上列王群集一堂，諸侯畢至聚首相商，反抗上主，反抗他的受傳者。上主對我說：「你是我的兒子，我今日生了你。你向我請求，我必將萬民賜你作產業，我必將八極賜你作領地。」(聖詠2:2,7-8)

領：全能永生的天主，祢的聖子，耶穌基督，為了宣揚真理，被判釘死在十字架上。請在我們的心中激發起對祢的愛，這樣我們可以永遠對祢所對我們講述的保持忠信，並且除了怕因為犯罪而失去祢的友誼之外，別無所懼。

眾：阿們。



(起立)

被定罪和受辱的主耶穌，
當我們走在祢的道路上時，
願我們也能同樣地溫順柔和，
當我們受迫害踽踽獨自與祢同行時，
願我們也能不感受到仇恨的苦澀。

苦路第二處

耶穌甘心情願背十字架

領: 主，基督，我們欽崇祢，讚美祢。

眾: (單膝跪下) 祢用此聖架，救贖普世。

領: 時值逾越節的預備日，約莫第六時辰，比拉多對猶太人說：「看，你們的君王！」他們就喊叫說：「除掉，除掉，釘他在十字架上！」比拉多對他們說：「要我把你們的君王釘在十字架上嗎？」司祭長答說：「除了凱撒，我們沒有君王。」於是比拉多把耶穌交給他們去釘死。(若望19:14-17)

(跪下)

眾: 有誰會相信我們的報道呢？上主的手臂又向誰顯示了呢？他在上主前生長如嫩芽，又像出自旱地中的根苗；他沒有俊美，也沒有華麗，可使我們瞻仰；他沒有儀容，可使我們戀慕。他受盡了侮辱，被人遺棄；他真是個苦人，熟悉病苦；他好像一個人們掩面不顧的人；他受盡了侮辱，因而我們都以他不算什麼。(依撒意亞53:1-3)

領：天主聖父，祢的聖子，耶穌基督在普世，我們受迫害的弟兄姊妹身上。願我們能感受到所有人類的需求，如此我們能適時地給予他們幫助，就像我們及時地幫助耶穌本人一樣。

眾：阿們。



(起立)

現在耶穌肩負的十字聖架，
對於我們這些分享聖架的人，
已經成為我們的珠寶般勝利的十字聖架。

苦路第三處

耶穌第一次跌倒

領: 主，基督，我們欽崇祢，讚美祢。

眾: (單膝跪下) 祢用此聖架，救贖普世。

領: 世界若恨你們，你們該知道，在你們以前，它已恨了我。若是你們屬於世界，世界必喜愛你們，有如屬於自己的人；但因你們不屬於世界，而是我從世界中揀選了你們，為此，世界纔恨你們。你們要記得我對你們所說過的話：沒有僕人大過主人的；如果人們迫害了我，也要迫害你們；如果他們遵守了我的話，也要遵守你們的。(若望15:18-20)

(跪下)

眾: 你的服裝怎麼成了紅色，你的衣服好似一個踏酒醉的呢？因為唯獨我一人踐踏了酒醉，我的人民中沒有一個與我在一起。我在怒氣中踐踏了他們，我在怒火中蹂躪了他們，因此他們的血液濺到我的衣服上，我的服裝就完全染污了。因為復仇的日子已在我心中，我施救的歲月已經來到。我四下觀看，但沒有人輔助；我驚愕四顧，但沒有人支持；因此惟有用我的手臂自行拯救，以我的怒氣來支持自己。(依撒意亞63:2-5)

領：天主啊，祢的聖子，耶穌基督，為了把我們解放從罪惡和軟弱，擁抱了祂的令人恐懼的苦難及死亡。請加強我們領洗時的誓願，依著這誓願，我們棄絕罪惡及撒旦，因此透過這一生所承受的痛苦，我們能復起活出喜樂奉獻的新生命。我們這樣的祈求是因我們的主耶穌基督之名。

眾：阿們。



(起立)

虛弱、受誘惑、受詛咒和跌倒，
全身傷痕累累、腫脹不堪，
耶穌跌倒並在痛苦中躺臥。

苦路第四處

耶穌背十字架途中遇見聖母

領: 主，基督，我們欽崇祢，讚美祢。

眾: (單膝跪下) 祢用此聖架，救贖普世。

領: 耶穌在哥耳哥達的路上遇到了祂的母親瑪利亞。後來，當耶穌被釘在十字架上時，祂會再次見到祂的母親。在耶穌的十字架傍，站著他的母親和他母親的姊妹，還有克羅帕的妻子瑪利亞和瑪利亞瑪達肋納。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裡。(若望19:25-27)

(跪下)

眾: 耶路撒冷女郎！我可用甚麼來譬喻你，拿甚麼來比擬你呢？處女，熙雍女郎！我可用甚麼來幫助你，拿甚麼來安慰你呢？因為你的創傷，浩大如海，又有誰能夠治癒你？(哀歌2:13)

領：上主，在祢的苦難中，正如西滿所預言的，一把尖銳的利劍刺穿了祢母親的聖心。我們獻上我們的祈禱，如此我們默想她的利劍，好領受祢苦難所帶來的治癒的恩寵。

眾：阿們。



(起立)

耶穌遇見悲痛的母亲，
她曾使上主成為我們的兄弟，
現在一把利劍刺透了她的聖心。

苦路第五處

西滿幫耶穌背十字架

領: 主，基督，我們欽崇祢，讚美祢。

眾: (單膝跪下) 祢用此聖架，救贖普世。

領: 他們戲弄了耶穌之後，就給他脫去紫紅袍，給他穿上他自己的衣服，然後帶他出去，把他釘在十字架上。有一個基勒乃人西滿，是亞歷山大和魯富的父親，他從田間來，正路過那裡，他們就強迫他背耶穌的十字架。他們將耶穌帶到哥耳哥達地方，解說「髑髏」的地方，(馬爾谷15:20-22)

(跪下)

眾: 我高聲向上主呼求，我高聲向天主求助。我向他傾吐我的愁苦，我向他陳訴我的憂慮。當我精神愁苦的時候，惟有你知悉我的路途。在我行走的道路中；他們給我設下陷阱。我向右觀察細看，沒有一個熟悉我的人！沒有一人我可投奔，沒有一人為我操心。(聖詠142:2-5)

領：主耶穌基督，在痛苦和貧乏的生活中，請幫助我們看見，我們在分擔祢的十字聖架。請加強和安慰我們，祢曾肩負了我們的罪惡，願我們也能與祢聯合，承擔一切。

眾：阿們。



(起立)

西滿躊躇著停下腳步，
沒有預見他驕傲的苦路，
他被召前來背負基督的十字聖架。

苦路第六處

聖婦物洛尼加擦耶穌的臉

領: 主，基督，我們欽崇祢，讚美祢。

眾: (單膝跪下) 祢用此聖架，救贖普世。

領: 那時，義人回答他說：主啊！我們什麼時候見了你饑餓而供養了你，或口渴而給了你喝的？我們什麼時候見了你作客，而收留了你，或赤身露體而給了你穿的？

我們什麼時候見你患病，或在監裡而來探望過你？君王便回答他們說：我實在告訴你們：凡你們對我這些最小兄弟中的一個所做的，就是對我做的。(瑪竇25:37-40)

(跪下)

眾: 忠實的朋友，是穩固的保障；誰尋得了他，就是尋得了寶藏。忠實的朋友，是無價之寶，他的高貴無法衡量：金銀也比不上他忠實的美好。忠實的朋友，是生命和不死的妙藥；惟有敬畏上主的人，才能尋得。敬畏上主的人，才有真正的友誼，因為他怎樣，他的朋友也怎樣。(德訓篇6:14-17)

領：全能永生的天主，我們從別人身上得到安慰和支持時，我們感受到祢的愛和聰敏。我們向祢祈求，請賜給我們勇氣和願意與祢最小的兄弟們一起犧牲奉獻。

眾：阿們。



(起立)

勇敢但顫抖著前來的婦女，
沒有別人，只有她違抗羅馬士兵，
被超越恐懼的愛所驅動。

苦路第七處

耶穌第二次跌倒

領: 主，基督，我們欽崇祢，讚美祢。

眾: (單膝跪下) 祢用此聖架，救贖普世。

領: 然而他所背負的，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。我們都像羊一樣迷了路，各走各自的路；上主卻把我們眾人的罪過歸到他身上。(依撒意亞53:4-6)

(跪下)

眾: 他受虐待，仍然謙遜忍受，總不開口，如同被牽去待宰的羔羊；又像母羊在剪毛的人前不出聲，他也同樣不開口。他受了不義的審判而被除掉，有誰懷念他的命運？其實他從活人的地上被剪除，受難至死，是為了我人民的罪過。雖然他從未行過強暴，他口中也從未出過謊言，人們仍把他與歹徒同埋，使他同作惡的人同葬。(依撒意亞53:7-9)

領：主耶穌基督，祢分享了我們的脆弱並接受了我們的罪惡。請賞賜我們恩寵，勝過人性的軟弱，使祢的力量，在一切我們所做的事上，顯示給眾人。

眾：阿們。



(起立)

跪倒在塵土中，
祂的身體搖搖欲墜，代表著，
我們所有貧窮和受輕蔑的弟兄們。

苦路第八處

耶穌安慰耶路撒冷婦女

領: 主，基督，我們欽崇祢，讚美祢。

眾: (單膝跪下) 祢用此聖架，救贖普世。

領: 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。(路加23:27-28)

(跪下)

眾: 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！我之所以痛苦，滿眼流淚，是因為鼓舞我心靈的安慰者，已經離我遠去；我的子女已經孤獨無援，而敵人卻正在得勢。(哀歌1:12,16)

領：敬愛的主耶穌，當祢走加爾瓦略山的苦路時，那些耶路撒冷的婦女，流著同情的淚水走近祢，祢的身體破碎、傷痕累累、受鞭打。我們祈求祢，加深我們的信仰，使我們在我們的弟兄姊妹身上看見祢；他們被我們的忌妒受挫傷，被我們的不正義受鞭打，被我們的貪婪及冷漠受擊碎。

眾：阿們。



(起立)

願我們對耶穌的同情，
轉為同情此時此刻需要我們的人，
願我們在他們身上看見傷痕累累的耶穌。

苦路第九處

耶穌第三次跌倒

領: 主，基督，我們欽崇祢，讚美祢。

眾: (單膝跪下) 祢用此聖架，救贖普世。

領: 我的靈魂雖已輾轉於灰塵，求你照你的諾言使我生存。我陳明我的行徑，你便垂聽了我，今再懇求你用你的章程教訓我；請指給我你約法的路徑，我要沉思你的奇妙工程。我的靈魂因憂傷而滴滴流淚，請照你的諾言使我奮昂興起。(聖詠119:25-28)

(跪下)

眾: 上主是我的光明，我的救援，我還畏懼何人？上主是我生命穩固的保障，我還害怕何人？當惡人前來攻擊我，要吃我的肉時，我的對手，我的仇敵，反而跌倒斷氣。雖有大軍向我進攻，我的心毫不戰慄；雖然戰爭向我迫近，我依然滿懷依恃。(聖詠27:1-3)

領：全能永生的天主，祢允許祢的聖子被削弱、輾壓和褻瀆，好使祂從死者中復活，擺脫罪惡的蹂躪。請幫助我們接受我們的軟弱和失敗，視之為我們與祢的聖子聯合一起，光榮復活的先驅。

眾：阿們。



(起立)

耶穌在軟弱中再次跌到，
像我們一樣絆倒，引導我們，
通過我們的悲傷和痛苦。

苦路第十處

耶穌被剝去衣服

領: 主，基督，我們欽崇祢，讚美祢。

眾: (單膝跪下) 祢用此聖架，救贖普世。

領: 他們就拿苦艾調和的酒給他喝；他只嘗了嘗，卻不願意喝。他們把他釘在十字架上以後，就拈鬮分了他的衣服。(瑪竇27:34-35)

(跪下)

眾: 的確，天主所懲戒的人是有福的：全能者的訓戒，你不可忽視。因為他打傷了，而又包紮傷口；他擊碎了，而又親手治療。侮辱破碎了我心，使我憂傷難過；我期望有人同情，卻未尋到一個，我渴盼有人安慰，也未找到一個。他們在我的食物中，攪上了苦膽，我口渴時，竟遞來酸醋要我下嚥。(Job 5:17-18, 聖詠69:21-22)

領：主耶穌基督，被剝去一切，祢在祢所愛的人之中，受盡嘲笑和輕蔑。請以真誠愛人的愛遮蓋我們，我們無論承受何種痛苦，心中不會佈滿仇恨或苦澀。

眾：阿們。



(起立)

耶穌被自己的同胞剝去衣衫和嘲笑，
祂孤單地站立，
而奉獻了他所能奉獻的一切。

苦路第十一處

耶穌被釘在十字架上

領: 主，基督，我們欽崇祢，讚美祢。

眾: (單膝跪下) 祢用此聖架，救贖普世。

領: 他們既到了那名叫髑髏的地方，就在那裡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！寬赦他們罷！因為他們不知道他們做的是什麼。」（路加23:33-34, 若望19:18)

(跪下)

眾: 我的天主，我的天主，你為什麼捨棄了我？你又為什麼遠離我的懇求，和我的哀號？都向我張開自己的嘴，活像怒吼掠食的獅子。我好像傾瀉的水一般，我全身骨骸都已脫散；我的心好像是蠟，在我內臟中溶化。我的上顎枯乾得像瓦片，我的舌頭貼在咽喉上面；你竟使我於死灰中輾轉。惡犬成群地圍困著我，歹徒成夥地環繞著我；他們穿透了我的手腳，我竟能數清我的骨骼。(聖詠 22:1-2, 14-17)

領：上主救主，祢曾告訴我們，如果我們願意分享祢的復活，我們也要背起自己的十字架。請幫助我們在善盡日常生活本分時，在悲痛中懷著喜樂，看見從十字架通往復活的榮耀道路。

眾：阿們。



(起立)

祢被刺透雙手，是降福和治癒我們的雙手，
祢被刺穿的雙足，曾經行走為能解放我們，
走上了加爾瓦略山。

苦路第十二處

耶穌死在十字架上

領: 主，基督，我們欽崇祢，讚美祢。

眾: (單膝跪下) 祢用此聖架，救贖普世。

領: 這時，大約已是第六時辰，遍地都昏黑了，直到第九時辰。太陽失去了光，聖所的帳幔從中間裂開，耶穌大聲呼喊說：「父啊！我把我的靈魂交托在你手中。」耶穌又說：「完成了。」說完這話，便斷了氣，低下頭，交付了靈魂。(路加23:44-46, 若望 19:30)

(跪下)

眾：我的子民，我為你做了甚麼？或者，我曾在甚麼事上，得罪過你？請答覆我。我還要再為你做些甚麼？或者我沒有為你做甚麼？我引領你出離埃及，而你卻為我預備了十字木架。我在你前，分開紅海，而你卻以長槍刺透了我的肋旁。我賜給你皇室的權杖，你卻以荊棘為我編了刺冠。我以大能將你提出，你卻將我懸掛在十字架上。我的子民，我為你做了什麼？或者，我曾在甚麼事上得罪過你？請答覆我。(聖周五的責難經)

領：我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上。求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，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。

眾：阿們。



(起立)

永遠的生命，挑戰死亡者，
低下祂的頭，世界沉默了，
透過祂的死亡，帶來了生命的更新。

苦路第十三處

聖母懷抱耶穌的聖屍

領: 主，基督，我們欽崇祢，讚美祢。

眾: (單膝跪下) 祢用此聖架，救贖普世。

領: 可是，及至來到耶穌跟前，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——他因怕猶太人，暗中作了耶穌的門徒——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。(若望19:33-34,38)

(跪下)

眾: 看，我要親自打開你們的墳墓；我的百姓，我要從你們的墳墓中把你們領出來，引你們進入以色列地域。我的百姓！當我打開你們的墳墓，把你們從墳墓內領出來的時候，你們便承認我是上主。我要把我的神注入你們內，使你們復活，叫你們安居在你們的地域內，那時，你們便要承認我，上主言出必行——吾主上主的斷語。」(厄則克耳37:12-14)

領: 敬愛的救主，祢把天父給祢的一切歸還了祂，因此祂將以光榮的復活，百倍地報答祢。我們懇求祢幫助我們，在我們為祢所做的一切中，慷慨地賜給我們，這樣像祢一樣，我們能在死亡復生時成為完美的。

眾：阿們。



(起立)

在極度的震驚中，聖母瑪利亞，
在妳的懷抱裡，躺著我們的兄長，
滿被聖寵者，現在滿了哀愁。

苦路第十四處

耶穌被埋葬於墳墓中

領: 主，基督，我們欽崇祢，讚美祢。

眾: (單膝跪下) 祢用此聖架，救贖普世。

領: 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。(瑪竇27:59-60)

(跪下)

眾: 上主，我稱揚你，因為你救拔了我，

你也沒有使我的仇敵向我自誇。上主，我一向你呼號，我主，你便醫治了我。上主，你由陰府中把我救出，又使我安全復生，免降幽谷。上主的聖民，請向上主歌頌，稱謝他的聖名。因為他的忿怒，瞬息消散；他的恩愛卻要終生綿延。晚間雖令人哭涕，

清晨卻使人歡喜。(聖詠30:2-6)

領：全能永生的天主，在悲傷的邊緣，當所有一切似乎都失落時，祢復生了我們原以為已經被擊潰和戰敗的救主。懇求祢幫助我們，使我們除盡對自我的關注，如此，我們能在每次失敗時，看到祢的手；在每一次被擊潰中，看到祢的勝利。我們這樣的祈求，是因祢的聖子，耶穌基督之名，祂和祢及聖神，是唯一天主，永生永王。

眾：阿們。



(起立)

主耶穌，祢的獻禮已被天父接受，
三天內祢復活了，
祢先做到了我們將想做到的事。

結語

請看，仁慈和最甜蜜的耶穌，在祢注視下，我向祢屈膝叩拜，以我靈魂最熾熱的渴望，我祈求並尋求祢，求祢在我的心上投下生活且活潑的信，望，愛，為我的罪，獻上真實的慚愧，和堅定決心的懺悔；當我以深刻的情感和靈魂的哀愁，在我心內默觀祢的五處聖傷時，同時關注達味先知論及祢的話：「他們穿透了我的手腳，我竟能數清我的骨骼。」(詠22:17b-18a)