

你可知

你可知上主漫游人间？你可知上主
活在人世？祂在等待所有世人认出
祂在此，你可知上主漫游人间？

你可知上主忧苦终日？你可知祂为
爱人而死？祂被冷落孤单期待世人
来陪伴，你可知上主忧苦终日？

你可知上主现身人群？你可知祂活
于人心中？祂的光辉圣容出现在
我们当中，你可知上主现身人群？

苦路第二式

苦路前祷词

领： 圣父，死亡藉着罪恶进入了世界，但你的圣子却藉着死亡拯救了世界。求你以救主耶稣的伟大救赎，光照我们接受痛苦、死亡和复活的奥迹。因着圣洗，我们同基督一起死亡，一起埋葬；

领： 基督既然从死者中复活起来，
我们也一同复活，脱离腐败与
黑暗，度一个圣善的新生活。
圣父，求你以圣神充满我们，
使我们能重新获得新生命，因我
们的主耶稣基督。

应： 阿们。

**领： 天主，你这样爱了世界，
竟赏赐了你的独生子。**

应： 为使相信主的人， 获得永生。

第一处

耶稣被定死罪



领：主耶稣基督，你藉着苦难救赎我们。

应：我们钦崇感谢你。

领：“人若为自己的朋友舍掉性命，再没有比这更大的爱情了”

“为义人死，是罕有的事：为善人或许有敢死的；但是，基督在我们还是罪人的时候，就为我们死了，这证明了天主怎样爱我们。”

众：主，在比拉多衙门前，你被皮鞭抽打得血痕斑斑，屈辱与尖利的刺冠戴在你的头上。当疯狂的群众大叫着“钉死他”时，你的圣心破碎了。你沉默的凝视我们，爱我们多么深刻，似乎在向我们说：“为了你们的罪恶，我在此受苦受辱，你们应明白：为正义而受迫害的人，是有福的。”

**领： 天主，你这样爱了世界，
竟赏赐了你的独生子。**

应： 为使相信主的人， 获得永生。

第二处

耶稣背十字架



领：主耶稣基督，你藉着苦难救赎我们。

应：我们钦崇感谢你。

领：“谁若愿意跟随我，该弃绝自己，天天背着自己的十字架跟随我，因为谁若愿意救自己的性命，必要丧失性命；但谁若为我的原故丧失自己的性命，这人必要救得性命。”

众：主，你弯下身，背起了沉重的十字架，肉身创痛流血，心力绞悴。你为拯救我们，将各种罪恶、痛苦、辛劳、羞辱，完全背负在你的双肩上；你内心如此谦虚诚恳，外表如此温和良善，实在令人惊讶钦佩。主，为效法你，我今后愿意背负自己的十字架，跟随你，并学习了解“温良的人是有福的。”

**领： 天主，你这样爱了世界，
竟赏赐了你的独生子。**

应： 为使相信主的人， 获得永生。

第三处

耶稣第一次 跌倒



领：主耶稣基督，你藉着苦难救赎我们。

应：我们钦崇感谢你。

领：“凡自以为站得稳的，务要小心，免得跌倒。你们所受的试探，无非是普通人所能受的试探；天主是忠信的，他决不许你们受那超过你们能力的试探，天主如加给人试探，也必开一条出路，叫你们能够承担。”

众：主，你筋疲力尽，跌倒在地上，如果不是为顺承天父的旨意，爱护我们世人，不会接受如此重大的磨练。主，让我们在信仰上站稳，不靠自己的力量，全靠你圣神的德能，在各种诱惑和考验中，全心信赖天父的慈爱，常在跌倒后勇敢地站起来。

**领： 天主，你这样爱了世界，
竟赏赐了你的独生子。**

应： 为使相信主的人， 获得永生。

第四处

耶稣遇见母亲



领：主耶稣基督，你藉着苦难救赎我们。

应：我们钦崇感谢你。

领：“西默盎对耶稣的母亲玛利亚说：看，这孩子已被立定，为使以色列中许多人跌倒和复起，并成为反对的记号，至于你，要有一把利剑刺透你的心灵。”

众：主，你偶然回头，看见你的母亲。四目相接，何等凄惨。慈母强忍着心中的悲痛，勇敢的陪你完成这救赎的工程。主，求你赏赐天下的母亲，勇敢及坚忍，甘心复起贤妻良母的责任，为协助你，把天国建立在家庭中。

**领：天主，你这样爱了世界，
竟赏赐了你的独生子。**

应：为使相信主的人，获得永生。

第五处

西满帮助耶稣 背十字架



领：主耶稣基督，你藉着苦难救赎我们。

应：我们钦崇感谢你。

领：“他们戏弄了耶稣之后，就给他脱去紫红袍，给他穿上自己的衣服，然后带他出去，把他钉在十字架上。有一个基勒乃人西满，是亚历山大和鲁富的父亲，他从田间来，正路过那里，他们就强迫他背耶稣的十字架。”

众：我的灵魂！你若问：“什么是上主的重担，上主的十字架？”

他答复你说：“你就是我的重担。

你不忠不孝，不爱你的天主，不听从他永生的话，只求满足你的私欲。

你就是我的十字架。”上主啊！

我决心悔改。我也要帮忙他人背负重担，以减轻你的重担，我要深深记着：“施予比接受更有福。”

**领： 天主，你这样爱了世界，
竟赏赐了你的独生子。**

应： 为使相信主的人， 获得永生。

第六处

圣妇擦耶稣

圣容



领：主耶稣基督，你藉着苦难救赎我们。

应：我们钦崇感谢你。

领：“他没有俊美，也没有华丽，可使我们瞻仰；他没有仪容，可使我们恋慕。他受尽了侮辱，被人遗弃；他真是个苦人，熟悉病苦；他好像一个人们掩面不顾的人；他受尽了侮辱，因而我们都以他不算什么，然而他所背负的，是我们的疾苦；担负的，是我们的疼痛；我们还以为他受了惩罚，为天主所击伤，和受贬抑的人。”

众：主，你的脸上满是血汗和唾污。一位勇敢的妇女，接受了你的圣训：“怜悯人的人，是有福的”，推开了众人，用白帕擦你的圣面，圣容就印在上面。主，我要擦去我脸上的虚假粉饰，让人看出我是你的门徒来。

**领： 天主，你这样爱了世界，
竟赏赐了你的独生子。**

应： 为使相信主的人， 获得永生。

第七处

耶稣第二次 跌倒



领：主耶稣基督，你藉着苦难救赎我们。

应：我们钦崇感谢你。

领：“耶稣祈祷后，从山上下来，见门徒们睡着了，就对伯多禄说：“西满！你睡觉吗？你不能醒寤一个时辰吗？你们醒寤祈祷吧！免陷于诱惑。心神固然切愿，但肉体却软弱。”

众：主，你第二次跌倒在地，伤口裂开，圣血重流。但你又站了起来。

主耶稣，多少次我努力战胜自己的私欲偏情，但不久又陷于骄傲虚荣，昏庸糊涂，仇恨嫉妒，冷酷无情，贪婪自私，安逸懒惰。“我这个人真不幸呀！谁能救我脱离这该死的肉身呢？感谢天主，藉着我们的主耶稣基督。”

**领： 天主，你这样爱了世界，
竟赏赐了你的独生子。**

应： 为使相信主的人， 获得永生。

第八处

耶稣教训妇女



领：主耶稣基督，你藉着苦难救赎我们。

应：我们钦崇感谢你。

领：“有许多人民及妇女跟随耶稣，
妇女捶胸痛哭他。耶稣转身向
她们说：“耶路撒冷女子！
你们不要哭我，但应哭你们自己
及你们的子女。”

众：主耶稣，请开启我们灵魂的眼睛，认清你对我们的召唤：“看，如今是救恩的日子。”请帮助我们流出真诚忏悔的眼泪，并痛哭世界的麻木不仁，及酒醉金迷下失落了的悲哀。“哀恸的人是有福的，因为他们要受安慰。”

**领： 天主，你这样爱了世界，
竟赏赐了你的独生子。**

应： 为使相信主的人， 获得永生。

第九处

耶稣第三次 跌倒



领：主耶稣基督，你藉着苦难救赎我们。

应：我们钦崇感谢你。

领：“耶稣对伯多禄说：“我实在告诉你：今夜鸡叫以前，你要三次不认我。伯多禄因耶稣第三次问他说：“你爱我吗？”便忧愁起来，遂向他说：“主啊！一切你都知道，你晓得我爱你。”耶稣对他说：“你喂养我的羊群。””

众：主，你第三跌倒在地上，为了完成救赎我们的工程，终于挣扎起来，忍受着全身的疼痛，蹒跚地举步走向加尔瓦略山顶。

主，多少次我犯罪跌倒，你都扶持我站起来。你每次都用爱情的眼光注视我，以怜悯的口吻向我说：

“你爱我吗？即使你七十个七次不认我，我仍七十个七次问：

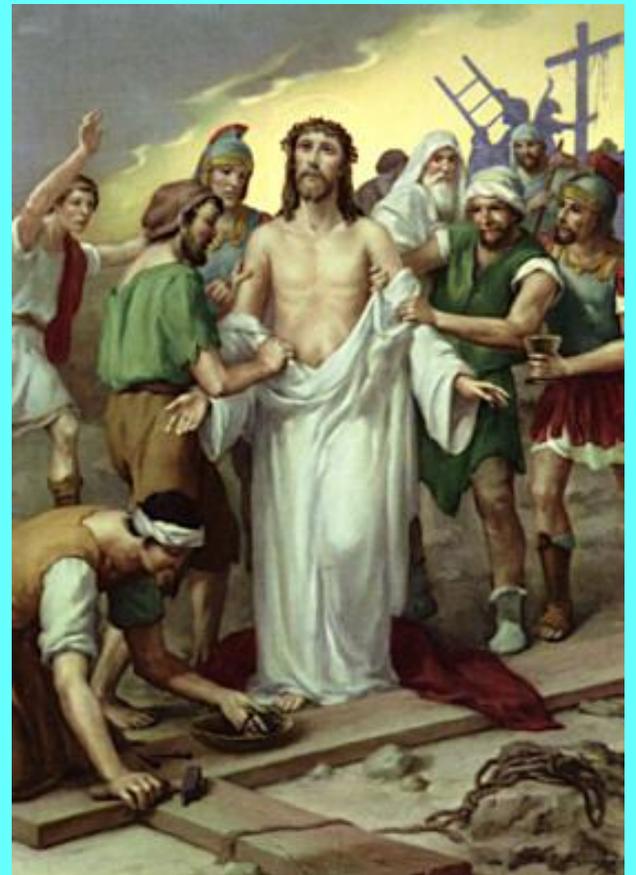
“你爱我吗？”

**领： 天主，你这样爱了世界，
竟赏赐了你的独生子。**

应： 为使相信主的人， 获得永生。

第十处

耶稣被剥去 长袍



领：主耶稣基督，你藉着苦难救赎我们。

应：我们钦崇感谢你。

领：“兵士拿了耶稣的衣服、分成四份，每人一份，又拿了长衣，因那长衣是无缝的，由上到下浑然织成，所以他们彼此说：

“我们不要把它撕开，我们掷骰，看是谁的。”这就应验了经上的话：

“他们瓜分了我的衣服，为我的长衣，他们拈阄。”

士兵果然这样做了。”

众：主，你的长袍被人剥去，使你既生于贫寒，也死于贫寒。但你把自己交托予天父，实践了你所说的：“贫穷的人是有福的。”

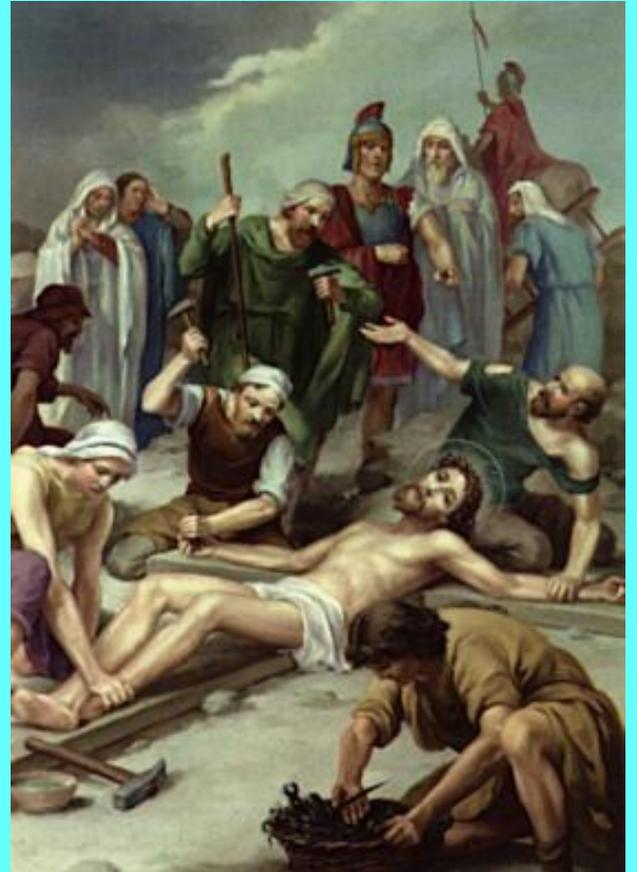
主啊！一切原来都是天父的恩赐，我却把持不舍。又让金钱、事业、工作、读书、电视、娱乐，完全占有了我，阻碍我与天主结合，剥夺我心灵的自由和为他人服务的机会。

主，请帮助我，效法你全牺牲的精神，而获得真自由的喜乐。

**领： 天主，你这样爱了世界，
竟赏赐了你的独生子。**

应： 为使相信主的人， 获得永生。

第十一处 耶稣被钉 十字架



领：主耶稣基督，你藉着苦难救赎我们。

应：我们钦崇感谢你。

领：“耶稣自己背着十字架出来，到了一个名叫‘骷髅’的地方，希伯来话叫‘哥耳哥达’，他们就在那里把他钉在十字架上，同他一起另还有两个人：一个在这边，一个在那边，耶稣在中间。“基督爱了我，且为我舍弃了自己。”

众：主啊！兵士们一捶又一捶的敲打，把一根又一根的长钉，钉在你的手和脚上；首领们诅咒，民众们耻笑，但你口里却低声说：“父啊！宽赦他们吧，因为他们不知道他们做的
是什么。”啊！这痛苦充满了爱情，是何等的庄严与高贵。

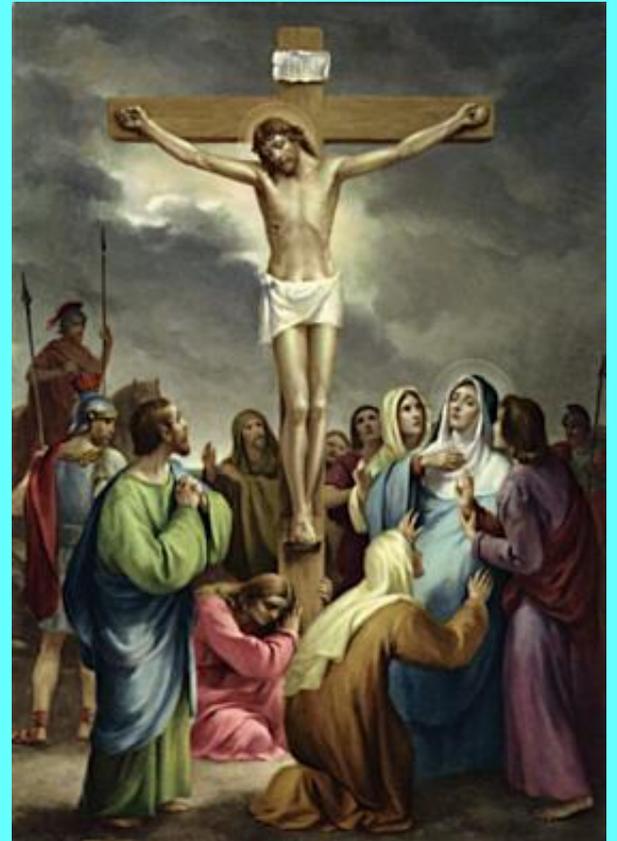
众：主啊！我愿意宽恕一切仇人，
并服务众人，直到那一天
你微笑着召我回到你的身边。
因为服侍你的弟兄，就是
服侍你。

“缔造和平的人是有福的，
因为他们要称为天主的子女。”

**领： 天主，你这样爱了世界，
竟赏赐了你的独生子。**

应： 为使相信主的人， 获得永生。

第十二处 耶稣死在 十字架上



领：主耶稣基督，你藉着苦难救赎我们。

应：我们钦崇感谢你。

领：“耶稣因知道一切事都完成了，为了应验经上的话，遂说：

‘我渴。’有一个盛满了醋的器皿放在那里，有人便将海棉浸满了醋，绑在长枪上，送到他的口边。耶稣一尝了那醋，便说：‘完成了。’就低下头，交付了灵魂。”

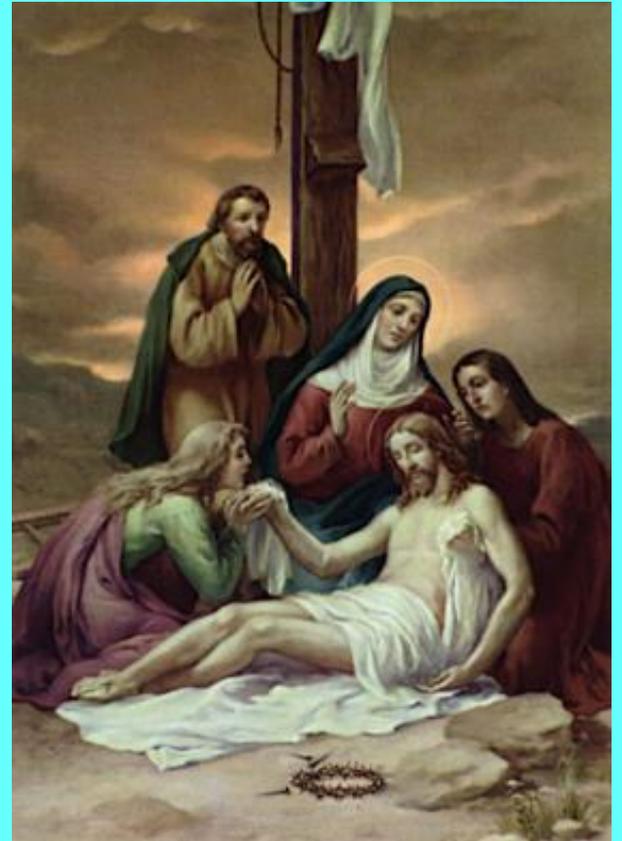
众：主，你的伟大工程完成了。你付出了生命，救赎了人类，光荣了天主，使天上人间重修和好，天人真正合一。主啊，你求仁而得仁，求义而得义。“渴仁慕义的人是有福的，因为他们要得饱饫。”

我的灵魂，你和站在十字架旁的百夫长，从内心一起说：“这人真是天主子。”也效法那些良心发现的群众，捶着胸膛回家去吧。

**领： 天主，你这样爱了世界，
竟赏赐了你的独生子。**

应： 为使相信主的人， 获得永生。

第十三处 耶稣被圣母 抱着



领：主耶稣基督，你藉着苦难救赎我们。

应：我们钦崇感谢你。

领：“这些事以后，阿黎玛特雅人若瑟，他因怕犹太人，暗中作了耶稣的门徒...来求比拉多，为领取耶稣的遗体；比拉多允许了。于是，他来把耶稣的遗体领去了。那以前夜间来见耶稣的尼苛德摩也来了，带着没药及沉香调和的香料，约有一百斤。他们取下了耶稣的遗体，照犹太人埋葬的习俗，用殓布和香料把他裹好。

众：主，被圣母抱在怀中的你，肉体僵冷了，痛苦完结了，一切人性的挣扎过去了，只有静息在慈母怀中。圣母恩情似海，陪你走完这崎岖艰辛的旅途。

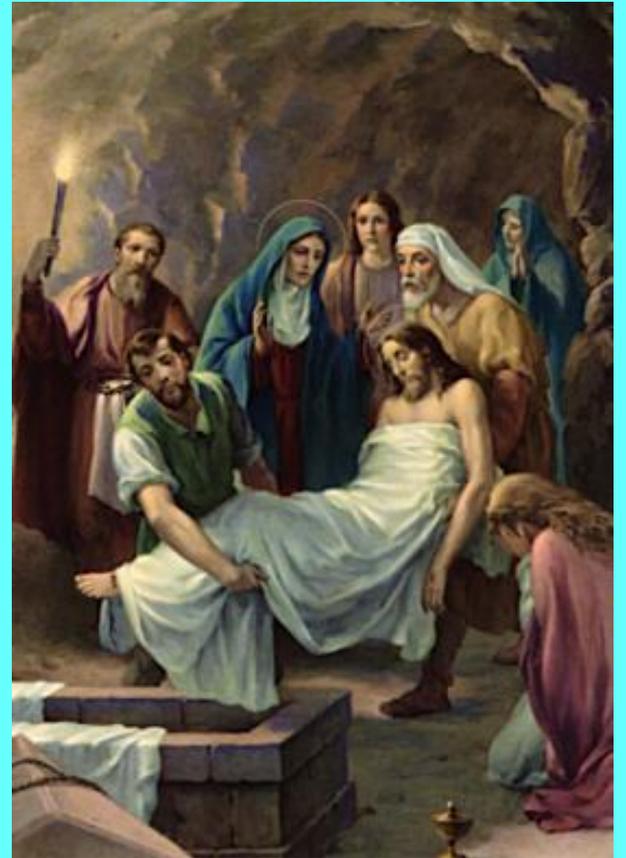
天主圣母玛利亚，求你现在和我们临终时，为我们罪人祈求天主。阿们。

**领：天主，你这样爱了世界，
竟赏赐了你的独生子。**

应：为使相信主的人，获得永生。

第十四处

耶稣安葬在墓中



领：主耶稣基督，你藉着苦难救赎我们。

应：我们钦崇感谢你。

领：“在耶稣被钉在十字架上的地方，有一个园子，在那里有一座新坟墓，里面还没有安葬过人。只因是犹太人的预备日，坟墓又近，就在那里安葬了耶稣。”难道你们不知道：我们受过洗归于基督耶稣的人，就是受洗归于他的死亡吗？我们藉着洗礼已归于死亡与他同葬了。”

众：主，你孤独地躺在冷酷、黑暗、逼迫的坟墓中。表面上一切都完了。但是“一粒麦子，如果不落在地里死了，仍旧是一粒，但如果死了，就结出许多子粒来。”主，你的死亡结出了丰硕的果实，求你帮助我们，以热忱的信仰解脱罪恶的枷锁；以爱情取代人间的冷酷；以希望代替太空时代的迷惘；并以光明照亮黑暗的地方。

**领： 天主，你这样爱了世界，
竟赏赐了你的独生子。**

应： 为使相信主的人， 获得永生。

苦路后祷词

领：主真复活了，阿肋路亚。

应：你是我们的希望。阿肋路亚。

结束祷词

领：“忽然发生了大地震，因为上主的天使从天降下，上前把石头移开，坐在上面。天使对妇女说道：“你们不要害怕！我知道你们寻找被钉死的耶稣。他不在这里，因为他已照他所说的复活了。”基督怎样藉着父的光荣，从死者中复活了。我们也怎样在新生活中度生。”

结束祷词

众：主，因为你光荣的复活，给了我无比的希望与勇气。求你使我常在复活的光芒中行走，永保生命的青春。

主，我深信“心灵纯洁的人是有福的，因为他们要看见天主。”

虽然有一天，我要安眠于九泉，但也就在那一刹那间，我要面对面的永远与你相聚，和圣人们一起高唱：
圣！圣！圣！上主，万有的天主！
你的光荣充满天地。

苦路后祷词

领：光荣归于父、及子、及圣神。

应：起初如何，今日亦然，
直到永远。阿们。

耶穌我愛祢

我爱祢，耶稣我主我天主，
祢就是真理生命和道路，
每当我迷路时祢来找我，
感谢祢带领我当我迷路。
感谢祢走上十字苦路，
使我得释放自由，
感谢祢走上十字苦路，
使我得释放自由。

我愿属祢我只愿服侍祢，
凡我所做都愿讨祢喜悦，
求主用祢大能来充满我，
使我能坚强到那荣耀日。
感谢祢走上十字苦路，
使我得释放自由，
感谢祢走上十字苦路，
使我得释放自由。