

原祖逆命

原祖逆命得罪至尊，
永远大祸遗子孙，
哀哭求怜蒙主慈仁，
圣子耶稣救世人；
普世重罪一身独任，
受苦至死也甘心，
預告使徒苦难将临，
留下典礼沛甘霖。

感谢圣父爱人无穷，
独一圣子与我人，
感谢圣子不辞艰辛，
甘心受苦到终身；
感谢圣神净血成胎，
从此救世恩主来，
教化世人趋吉避灾，
万民获救天门开。

苦路第三式

台前诵

众：主、耶稣基督，我们藉着洗礼与你同死同葬；你既藉着父的力量，从死中复活；求你也使我们能度一种新生活。昔日的我们也与你同钉在十字架上；求你消除我们的罪愆，不再作罪恶的奴隶。

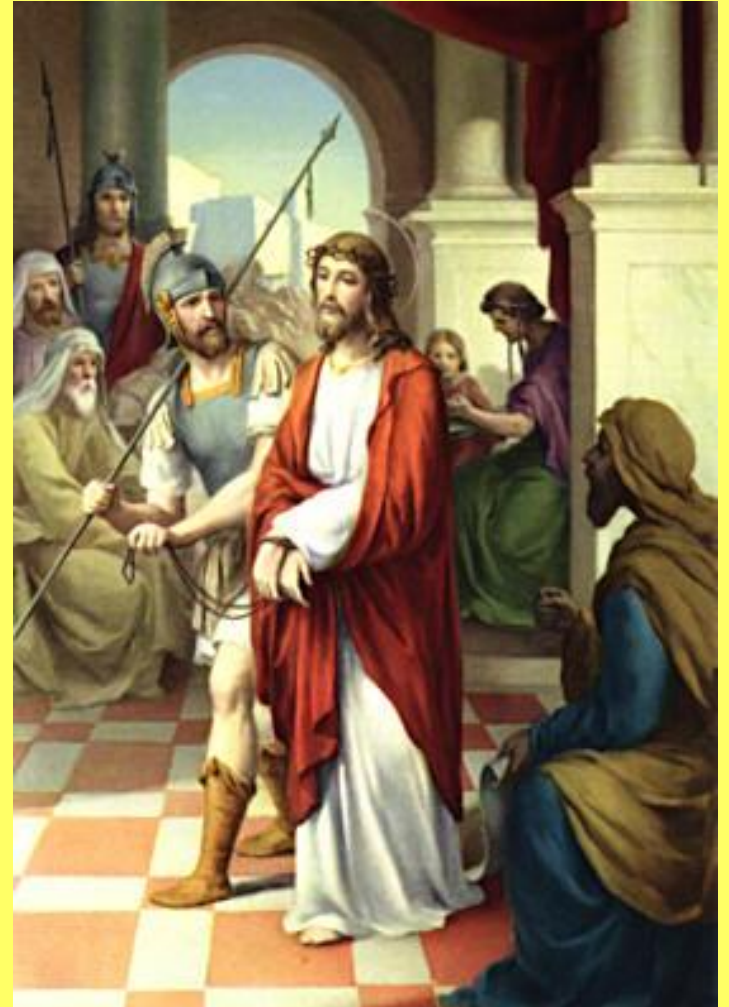
我们既与你同死，亦必与你同生；死于罪恶，活于天主。

众：主，我们曾多次挣扎，多次跌倒；
虽然我们知道你就在我们身旁，
但却掉头离你而去。基督，请原谅
我们，并帮助全人类认识、爱慕和
尊敬你。愿我们能在众兄弟姐妹中
寻到你，跟随你，在苦路上与你并肩
前进。

圣子高悬十字架上，慈母悲伤哀立其旁，
举目仰望泪长流。

第一处

耶稣被判死刑



领：主，基督，我们钦崇你、赞美你。

众：你藉此圣架，救赎普世。

**领：朋友！虽然比拉多并不公允，
但当日耶稣在他的判决中，
却看出天父的旨意，
假若耶稣能顺着天父的旨意，
屈服在比拉多权下，你怎能拒绝
因听命而带来的烦恼呢？**

众：主、基督，你在受审判时，
我们亦是其中判你死罪的人。
但你却为了爱而被钉在
十字架上。我们还不知自爱，
时常冒犯、违反你。
请帮助我们认识、爱慕你，
并远离罪恶。

领：天主，仰仗你所受的苦难。

众：求你垂怜我们。

心灵惨痛不禁沉吟，凝思爱子意切情深，甚至利刃刺透心。

第二处

耶稣肩负十字架



领：主，基督，我们钦崇你、赞美你。

众：你藉此圣架，救赎普世。

领：这十字架，这根树干，是天父给耶稣选择的。

我的朋友，你所背负的十字架
亦是天父给你选择的，从他的手中
接纳吧！请放心，天父绝不会让你的
负担，超过你的能力。

领：主，我们常常只看到自己的担子，
并认为它很沉重；当没有人注意它的
时候，我们觉得这担子更重。

可是，我们忘记了别人的痛苦，
也忽略了在我们身旁背着重荷的你。
即使知道了，亦从没有加以援助。
求你使我们不要以自我为中心，
多顾及他人，正如你照顾我们一样。

领：天主，仰仗你所受的苦难。

众：求你垂怜我们。

独子之母殊福贞女，内心痛苦谁堪比汝，
甚唉哀哉莫可语。

第三处

耶稣体力不支，
第一次跌倒地上



领：主、基督，我们钦崇你、赞美你。

众：你藉此圣架，救赎普世。

领：创造及管理宇宙的天主子，由于对父的服从，变得像人那样软弱，竟不能肩负起一根木头的重量。

但那正是天父的旨意，否则，耶稣不能成为我们的模范。

若我们要成为耶稣的朋友，

也该无怨无尤地承担人性的软弱。

众：主，我们离开了正路，只得到空虚和酸苦。

求你光照，使我们认识，当我们软弱时能得到你的扶持。

你无尽的爱，将一切罪人抱于怀中，请让我们都能共享你的宽宏与慈爱。

领：天主，仰仗你所受的苦难。

众：求你垂怜我们。

荣光之子如斯惨创，仁慈之母见而凄怆，
悲复悲哉痛久长。

第四处

耶稣遇见了自己的母亲



领：主、基督，我们钦崇你、赞美你。

众：你藉此圣架，救赎普世。

领：圣母见耶稣被鞭打，被脚踢，像畜牲一般地被驱赶。

她的心灵疼痛哀伤；可是，从来没有吐出任何申诉和抱怨。

众： 我们常常为自己的痛苦而嗟叹，
却忘了其他兄弟姐妹也受着同样、
或甚至更恶劣的遭遇。

主，我们明白，只有分担别人的困苦与
悲伤，我们才能团结起来抗拒痛苦和
患难的挑战；求你使我们永不关闭
自己的心，却接纳每一个人，
能像你的慈母一样奉行你的圣意，
与你一同救赎世界。

领：天主，仰仗你所受的苦难。

众：求你垂怜我们。

目睹爱子横遭极殃，慈容黯淡涕泪仿惶，
孰能见此不同伤。

第五处

西满负担耶稣的刑具



领：主、基督，我们钦崇你、赞美你。

众：你藉此圣架，救赎普世。

领：耶稣已无力，不能再独自肩负十字架，因此，士兵便勉强西满帮助。

朋友，这位西满就是你。

把你的力量交给弱小者吧！

你每次减轻别人的负担，就是亲手托起那压在耶稣身上的十字架。

众：主，你接纳西满的帮助，你挑选了一个胆怯而被迫的人来帮助你。

求你帮助我们，了解为兄弟姐妹服务的真正意义。我们时常忽略了四周的亲友，请帮助我们互相依靠，互爱互助，使我们背负你的十字架，乐意为他人服务，并除去骄傲，乐意接受别人的帮助。

领：天主，仰仗你所受的苦难。

众：求你垂怜我们。

见子耶稣受尽艰辛，为救其民愿舍己身，
惨被鞭打酷绝伦。

第六处

韦罗尼加为 耶稣抹面



领：主、基督，我们钦崇你、赞美你。

众：你藉此圣架，救赎普世。

领：朋友，你有勇气抹抹耶稣染满血渍的脸吗？你问：耶稣的脸在哪里？在充满泪水的眼睛，在遍布皱纹的额头，在贫民窟里，在法庭、医院、监狱...总之，凡有痛苦存在的地方，耶稣的脸就在那里。他就在那里等待着你，替他抹掉血和泪。

众：“我老实告诉你们，凡你们在我这些兄弟中最小的一个身上所作的，也就是在我身上所作的一样。”

主，求你协助我们在迫害中，勇敢承认你是主耶稣，正如韦罗尼加一样。她坚信这个死囚是天主；其他人的讥讽，批评，迫害都不能阻止她爱主之情。请帮助我们善于运用你所赐给我们的才智，服务人群，帮助需要帮助的人，让我们明认你活在每个人的心中。

领：天主，仰仗你所受的苦难。

众：求你垂怜我们。

*痛苦之母愁肠百结，因见圣子备遭磨折，
祈你许我共痛切。*

第七处

耶稣再次不支 倒地



领：主、基督，我们钦崇你、赞美你。

众：你藉此圣架，救赎普世。

领：朋友，这第七处，是考验你意志的一个机会；从这次跌倒中学习，坚持行善吧！有一天，当你感到前功尽废时，你会想，“我不能再继续下去”，那时请你转向耶稣跌倒的事实吧！
信赖耶稣，继续奋斗吧！

众：主，我们曾向往奢华的享受，
没有体察别人的劳苦及艰辛。
许多人在生活的鞭鞑下，已一次又一次地跌倒；
围观的人多，援助的人少，愿我们在围观的人群中，
挺身而出，实践爱德的行为。

领：天主，仰仗你所受的苦难。

众：求你垂怜我们。

代求你子被刺圣心，增我心灵虔敬热忱，
常加爱慕情意深。

第八处

妇女为耶稣痛哭



领：主、基督，我们钦崇你、赞美你。

众：你藉此圣架，救赎普世。

领：耶稣曾多么的渴望，把耶路撒冷的子女聚集起来，但他们都一一拒绝。

这些妇女现在为耶稣哭泣，
而耶稣的心却为她们哀痛——

哀痛她们面临的忧伤。耶稣在身受痛苦时，仍然去安稳他人。朋友，你如何表现你的温良和仁爱呢？

众：“耶稣亲临世界，世界也原是靠他而存在的，但世界却不认识他；他来到自己的领域，而他自己的子民却没有接纳他。”主，我们深信你居于全人类中，特别在那些被人冷落的人群中。请助佑我们在人群中体验你的存在，你的痛苦，并且以关怀及爱心去接近你。

领：天主，仰仗你所受的苦难。

众：求你垂怜我们。

*恳祈慈母分你悲情，并将你子身受酷刑，
深深铭刻我心灵。*

第九处

耶稣第三次 跌倒在地



领：主、基督，我们钦崇你、赞美你。

众：你藉此圣架，救赎普世。

领：耶稣已全无气力，倒卧在地上，
身体不能再动弹，就是拳打、脚踢，
也不能逼他再站起来。然而，
耶稣愿意接受一切。

朋友，你的身体可以被摧毁，但天上
或地下绝对没有势力，能够剥夺你的
意志，你的意志是属于你的。

**众：主耶稣，你为了我们而受鞭打、
凌辱，但我们却时常跌倒、犯罪。**

**主！请帮助我们体会每一位兄弟姐妹
应有的权利，明白自己的责任，
尽量帮助需要我们的人。**

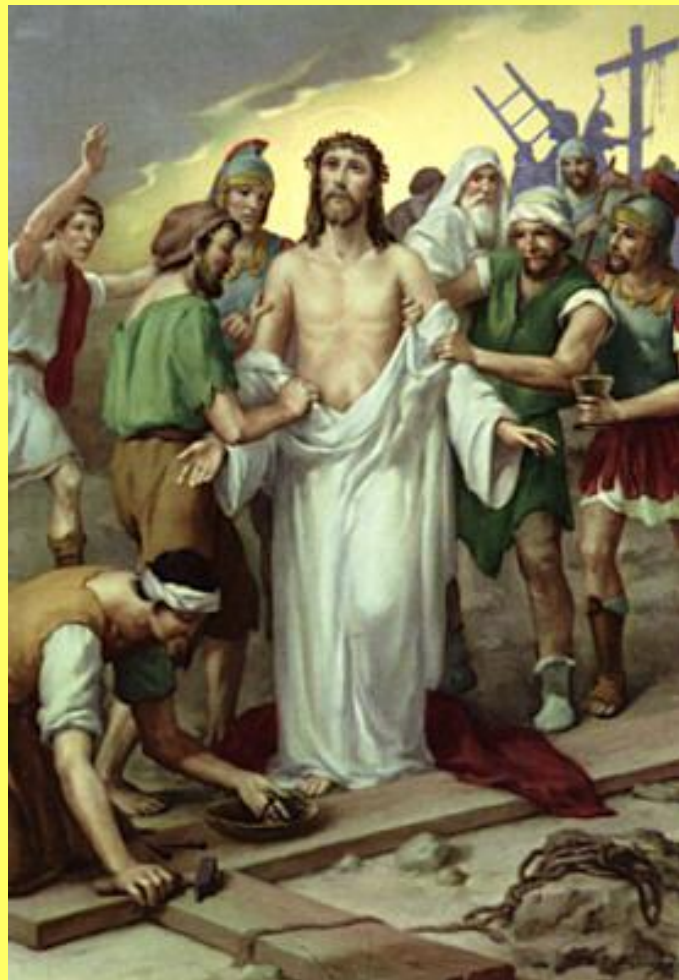
领：天主，仰仗你所受的苦难。

众：求你垂怜我们。

*圣子耶稣为救我们，遍尝苦辱并以身殉，
祈导我们出迷津。*

第十处

耶穌被剥去衣裳



领：主、基督，我们钦崇你、赞美你。

众：你藉此圣架，救赎普世。

领：朋友，请看！世上最可怜的君王，
在受造物前，被剥掉衣服，
身无一物；然而，谁还能比耶稣
更富有？

同样，你要生活丰满，首先要关心
天国的义德。

众：“人子来不是为受人服侍，却是为服侍人，并且要牺牲自己的生命，救赎大众。”主，你成了罪犯，其实，犯罪的却是我们。我们所追求的奢华物把你掩盖了。社会上许多伤残老病的人，愿伸出援助的手，给予他们所需要的。许多人没有一个合理的生活环境，更得不到别人的关怀与协助，失去了人性的尊严；愿我们真正体会他们，把他们当作兄弟姐妹般看待。

领：天主，仰仗你所受的苦难。

众：求你垂怜我们。

十字圣架救赎之铨，圣子死难偿我罪愆，
恳饶我罪复天缘。

第十一处

耶稣悬在 十字架上



领：主、基督，我们钦崇你、赞美你。

众：你藉此圣架，救赎普世。

领：朋友，你能想像钉十字架是怎样的滋味吗？刑吏拉直了手，在木上按紧着手腕，把钉刺穿肉，然后拿起沉重的铁锤用力敲打，直至手被钉穿，疼痛辛酸就像火药弹在头脑内猛然爆炸。他们又抓住另一只手，死亡的痛苦又另一次爆发，然后再屈起膝盖，好把脚贴住木干，也用铁锤钉在架上。

众：“我给你一项新命令，你们要彼此相爱，如同我爱了你们一样。”

主，你对我们的爱意竟不惜任何牺牲，我们愿意效法你，在我们的生活环境中实践你爱人的精神，努力减轻别人在精神上及肉躯上的痛苦，与你一同救赎我们的弟兄。

领：天主，仰仗你所受的苦难。

众：求你垂怜我们。

*童贞圣母圣神之后，赖你慈恩允我哀求，
得常与你同悲愁。*

第十二处

耶稣在十字架上 舍身



领：主、基督，我们钦崇你、赞美你。

众：你藉此圣架，救赎普世。

领：十字架已成了一座讲坛——

父啊！宽恕他们吧！你要和我在天堂里
这是你的母亲...这是...你的
儿子...我渴.....一切都完成了....

耶稣需要挺着手腕及脚，把自己
托起才能开口说话，每一个动作，
都使他陷入一阵新的痛楚，然后，
当他受够了，才放弃这可朽坏的肉躯。

众：“一粒麦子非经落地而死，只不过是
一粒，死了以后，才会有丰盈的
收获。”主，藉着你的圣死，我们
才获得一个更充实及更珍贵的生命。请帮
助我们，使我们关怀别人的生死存亡，
重视肉躯和灵性的生命，使我们充分地
领略生命的意义。

领：天主，仰仗你所受的苦难。

众：求你垂怜我们。

*耶稣五伤安慰之源，耶稣圣死救赎之键，赐
我信心永不变。*

第十三处

圣母怀抱耶稣



领：主、基督，我们钦崇你、赞美你。

众：你藉此圣架，救赎普世。

领：祭献已完成，是的，耶稣的祭献已告完成。但，我的朋友，圣母和你的祭献尚未结束，圣母还要在手中接抱，她亲生子的尸体。你在离别自己所爱的人时，也会感到哀痛。你在沉痛时应该想到，因着玛利亚分担耶稣在加尔瓦略山的苦难，参加救世的工程；同样，你的哀痛，亦可充作灵魂的代价。

众：主，请宽恕我们的愚昧、固执、嫉妒及怨恨，并减轻所有因此而引起的痛苦与悲伤。

求你以你的爱充盈世界，使我们生活在爱的滋润中。

慈母玛利亚，你是罪人的避难所，请为我们祈祷，使我们因你圣子的功劳，幸获天父的宽恕。

领：天主，仰仗你所受的苦难。

众：求你垂怜我们。

将有一天灵肉分离，请勿弃我能瞻圣仪，
永沐荣光无尽期。

第十四处

耶稣被埋葬



领：主、基督，我们钦崇你、赞美你。

众：你藉此圣架，救赎普世。

领：耶稣可朽的生命就此结束，另一个
新生命已开始，为玛利亚，
为玛大肋纳，为伯多禄、若望和你，
耶稣在人世的工作已完成，但在教会
内及透过教会的工作，现在才开始。
朋友！由现在开始，时时刻刻，
你要作他的使徒、祭品、圣者。

众：主，我们每个人都有自己的十字架，
愿我们都能分担你的十字架，
愿我们把所有罪恶的自我与你
一同埋葬，为期待同你一齐复活。
请帮助我们在各人身上认出你来，
并乐意帮助你，
使我们真正的敬爱你。

领：天主，仰仗你所受的苦难。

众：求你垂怜我们。

圣子高悬十字架上，慈母悲伤哀立其旁，
举目仰望泪流长。

最后祷文

领： 耶稣基督， 人类的救主，
你用十字架战胜了死亡，
进入了光荣， 使痛苦有了意义，
赋给世界喜乐。
求你帮助我们继续你救世的工程，
共同背负十字架。

结束祷词

众：主啊，让我们成为你的工具，去宣扬和平；
在满是憎恨的地方，让我们播下宽恕的种子；
在满是疑虑的地方，让我们播下信心的种子；
在满是颓丧的地方，让我们播下希望的种子；
在满是黑暗的地方，让我们播下光明的种子；
愿我们不企求他人的安慰，只求安慰他人；

结束祷词

众： 不企求他人谅解， 只求谅解他人。
因为在施舍中， 我们有所收获，
在宽恕他人时， 我们也被宽恕；
在丧失生命时， 我们将复活而获得永生。
愿主垂允我们的祈祷。 阿们。

求主矜怜

求主矜怜，宽恕我们罪人！

1. 天主啊，求祢可怜我，求祢慈悲宽恕我罪！

求祢洁净我的罪污，我已认识我的过错。

求主矜怜，宽恕我们罪人！

2. 我犯罪得罪了主祢，当受祢公义的惩罚！

我乃生于罪恶之中，我生来就染了罪污。

求主矜怜，宽恕我们罪人！