



麗莎·布倫尼克邁耶 Lisa Brenninkmeyer (來自羅馬的聖經十字架苦路)

麗莎·布倫尼克邁耶 (Lisa Brenninkmeyer)，“與目的同行”事工的創始人，帶領 聖經十字架苦路 (Scriptural Stations of the Cross)

「苦路敬禮」是一種祈禱，在禱告中，信徒重溫基督耶穌為了拯救人類的捨己付出。每一站都是錐心刺骨的救恩故事，信徒透過思念耶穌受難的恩情，在聖靈的引導下激發心靈的革新，並在生活中具體回應。

「苦路敬禮」也是一種紀念。這樣的紀念傳統，源自耶穌升天後，耶穌的信徒與親友常常回到祂受難的地方。相傳聖母瑪利亞也常到這段路上憑弔她的愛子。在初期信徒的心中，這段路程已被視為聖地。

由於神學與禮儀的發展，現代的「苦路敬禮」已經有了轉化，耶穌的逾越奧跡，包括祂的受難、死亡與復活。所以，「苦路」不止於耶穌的受死，也強調耶穌的復活。死亡是過程，復活是終極。因著祂光榮的復活，帶給人類無窮的盼望；因著復活的信仰，而有承載苦難的勇氣。因此，前教宗若望保祿二世，按照聖經記載，重新編排了十四處「苦路敬禮」的內容，也包括了紀念救主的復活。

教宗若望保祿二世在 1991 年耶穌受難日推出的新版本，為傳統苦路的替代方案。

你好，歡迎光臨。我叫麗莎·布倫尼克邁耶 (Lisa Brenninkmeyer)，是天主教婦女聖經學習計畫「帶著目的行走」的創始人。今天我們將透過所有 14 個苦路進行祈禱。

讓我們以聖父、聖子和聖神的名開始。阿門。

這是第一站：耶穌在客西馬尼園

在這一站開始時，以及接下來的每一站，我們都會一起做一個簡單的開場禱告。它是這樣的：基督啊，我們敬拜祢，我們讚美祢。因為藉著祢神聖的十字架，祢拯救了世界。

讓我們一起說：基督啊，我們敬拜祢，我們讚美祢。
因為藉著祢神聖的十字架，祢拯救了世界。

根據瑪竇福音：

然後耶穌和他們來到一個地方，名叫客西馬尼園，祂對門徒說：「你們坐在這裡，我去那裡禱告。」祂帶著彼得和西庇太的兩個兒子一起去，開始感到悲傷和痛苦。然後祂對他們說：「我的靈魂憂傷得

要死。你們留在這裡，和我一起警醒。」祂稍微上前，俯伏在地禱告說：「我父啊，倘若可行，求祢叫這杯離開我；然而，不要照我的意思，只要照祢的意思。」當祂回到門徒身邊時，發現他們都睡著了。祂對彼得說：「你不能和我一起警醒一小時嗎？警醒禱告，免得你受考驗。心靈願意，肉體卻軟弱了。」

耶穌在最需要的時候被拋棄了。你感到孤單嗎？你的腦海中是否閃過這樣的謊言：「沒有人理解我正在經歷什麼？」耶穌，提醒我祢明白。在我的痛苦中與我保持親近，使我擺脫任何使我遠離祢的懷疑。

這是第二站：被猶大出賣的耶穌被逮捕

基督啊，我們敬拜祢，我們讚美祢。因為藉著祢神聖的十字架，祢拯救了世界。

根據馬爾谷福音：

然後，正當〔耶穌〕還在說話的時候，十二使徒之一的猶大來了，他的身邊帶著一群拿著刀劍和棍棒的人，這些人來自祭司長、文士和長老。出賣祂的人已經向他們發出了一個信號，說：「我要親吻的人就是那個人，逮捕他並把他安全地帶走。」他來了，立刻走到祂面前說：「拉比。」他吻了祂。這時他們下手逮捕了祂。

你經歷過背叛嗎？這是否誘惑你封閉自己的心來自我保護？耶穌向我們表明，即使在遭受背叛的傷害之後，愛也是可能的。耶穌啊，求祢用祢臨在的治癒香膏充滿我們的心靈深處。

這是第三站：耶穌被公會定罪

基督啊，我們敬拜祢，我們讚美祢。因為藉著祢神聖的十字架，祢拯救了世界。

根據路加福音：

天一亮，民間的長老會議，包括祭司長和文士，都聚集在一起，把祂帶到公會面前。他們說：「如果你是彌賽亞，告訴我們。」但耶穌回答他們：「如果我告訴你們，你們不會相信；如果我提問，你們也不會回應。但從今以後，人子將坐在神大能者的右邊。」他們都問：「那麼你是神的兒子嗎？」祂回答他們說：「你們說的是。」然後他們說：「我們還需要什麼見證嗎？我們是從他親口聽到的。」

耶穌卻被那些最應該認識祂的人所譴責和誤解。公會拒絕接受耶穌的真實身分 - 上帝的兒子。但耶穌從未忘記祂是誰——神的兒子。主啊，請幫助我們也這樣做。我們是您心愛的兒女。願我們活出自己的真實身份，無論我們多麼頻繁地被誤解或拒絕。

這是第四站：耶穌被彼得否認

基督啊，我們敬拜祢，我們讚美祢。因為藉著祢神聖的十字架，祢拯救了世界。

根據瑪竇福音：

現在彼得坐在外面的院子裡。一個使女走過來對他說：「你也是同加利利人耶穌一伙的。」但他當著所有人的面否認，說：「我不知道你在說什麼！」當他出去到門口時，另一個女孩看見他，就對那裡的人說：「這個人是同拿撒勒人耶穌一伙的。」他再次否認並發誓：「我不認識這個人！」過了一會兒，旁邊的人走過來，對彼得說：「你真是他們中的一員了。就連你的言語也暴露了你。」於是他開

始咒罵發誓：「我不認識這個人。」緊接著，雞就叫了。彼得這才想起耶穌說過的話：「雞叫以先，你必三次不認我。」他就出去痛哭起來。

主啊，當別人不同意時，要誠實地表達我們的信仰是非常困難的。幫助我們說實話，即使我們的聲音在顫抖。幫助我們比恐懼多一點勇氣。

這是第五站：耶穌被彼拉多審判

基督啊，我們敬拜祢，我們讚美祢。因為藉著祢神聖的十字架，祢拯救了世界。

根據馬爾谷福音：

祭司長、長老和文士，即整個公會，召開了一次會議。他們捆綁耶穌，把祂帶走，交給彼拉多。彼拉多問祂：「你是猶太人的王嗎？」祂回答說：「你說的是。」祭司長控告祂許多事。彼拉多又問祂：「你不回答嗎？看看他們指控你多少事。」耶穌沒有再回答他，令彼拉多感到驚訝... 彼拉多想要讓群眾滿意，就釋放了巴拉巴...[並]把[耶穌]交給人釘在十字架上。

彼拉多更關心的是滿足群眾而不是做正確的事。耶穌，請幫助我們尊榮祢為我們的王，即使這意味著我們失去他人的認可。願祢不惜一切代價，統治我們心中的王座。

這是第六站：耶穌受鞭打，戴上荊棘冠冕

基督啊，我們敬拜祢，我們讚美祢。因為藉著祢神聖的十字架，祢拯救了世界。

根據若望福音：

然後彼拉多把耶穌鞭打了。士兵們用荊棘編織了一頂王冠，戴在祂頭上，給祂穿上紫色斗篷，來到祂面前說：「萬歲，猶太人的王！」他們多次毆打祂。

耶穌，祢戴著荊棘冠冕，好讓我們成為神的兒女。祢流血的背上披著紫色斗篷，這樣我們就可以穿上祢的正義長袍。願我們永遠不會停止驚歎於祢為了我們能成為上帝的孩子所付出的代價。

這是第七站：耶穌背十字架

基督啊，我們敬拜祢，我們讚美祢。因為藉著祢神聖的十字架，祢拯救了世界。

根據若望福音：

祭司長和差役看見耶穌，就喊著說：「釘祂十字架，釘祂十字架！」彼拉多對他們說：「你們自己把祂帶去釘在十字架上吧。我查不出祂有什麼罪。」.....他們喊道：「把祂帶走，把祂帶走！把祂釘在十字架上！」彼拉多對他們說：「我可以把你們的王釘在十字架上嗎？」祭司長回答說：「除了凱撒，我們沒有王。」然後他把祂交給他們釘在十字架上。於是他們帶走了耶穌，祂親自背著十字架，來到了所謂的“頭骨之地”，希伯來語中的“各各他”。

耶穌要我們每個人背起自己的十字架來跟隨祂。今天祂向你展示的十字架是什麼？你被要求承受什麼痛苦？你願意背起為你所選擇的十字架嗎？無論付出什麼犧牲，你都願意繼續敞開心胸和愛嗎？你會繼續前進，一次一步，而不是尋求逃避痛苦或麻木嗎？主啊，請幫助我記住，我並不是獨自走這條路。願我透過先知以賽亞聽見你的聲音：「不要懼怕！我和你在一起；不要著急；我是你的上帝。我會加強你，我會幫助你，我會用我勝利的右手支持你。」

這是第八站：耶穌在古利奈人西門的幫助下背十字架

基督啊，我們敬拜祢，我們讚美祢。因為藉著祢神聖的十字架，祢拯救了世界。

根據馬爾谷福音：

他們強行請了一位過路人西門，一個古利奈人，他是亞歷山大和魯弗斯的父親，從鄉下過來，背著祂的十字架。

西門腦中閃過什麼想法？他渴望消失在人群中嗎？他擔心他的兒子們嗎？他幾乎不知道，他的兒子們即將見證人類歷史上發生的最具紀念意義的事件。西門無法阻止他們目睹痛苦。他的參與使他們暴露在危險之中。但他以身作則，教導他們跟隨耶穌，背起十字架，接受任何減輕耶穌痛苦的機會。

暫停片刻，想想誰在觀察你——誰離你夠近，可以看看跟隨基督是否讓你變得更好？耶穌 - 請給我勇氣背起我的十字架，好讓我的榜樣能吸引其他人來投靠你。

這是第九站：耶穌遇見耶路撒冷的婦女

基督啊，我們敬拜祢，我們讚美祢。因為藉著祢神聖的十字架，祢拯救了世界。

根據路加福音：

有一大群人跟隨耶穌，其中包括許多為祂哀悼的婦女。耶穌轉身對她們說：「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，因為日子將到，那時，人要說：那荒胎的，那沒有生產過的胎，和沒有哺養過的乳，是有福的。那時，人要開始對高山說：倒在我們身上罷！對丘陵說：蓋起我們來罷！如果對於青綠的樹木，他們還這樣做，對於枯槁的樹木，又將怎樣呢？」

耶穌儘管飽受痛苦，卻注意到其他人也在痛苦中。我們是否曾經轉向自己和自己的憂慮，而不是向外轉向誰需要我們的同情心？我們是否曾經因眾多的不公義和需求而不知所措，以至於麻木了自己？耶穌 - 願他人的苦難阻止我們前進。願我們成為您對有需要的人的愛。

這是第十站：耶穌被釘十字架

基督啊，我們敬拜祢，我們讚美祢。因為藉著祢神聖的十字架，祢拯救了世界。

根據路加福音：

當他們來到一個叫骷髏的地方時，他們把祂和那些罪犯釘在了十字架上，一個在祂的右邊，一個在祂的左邊。[然後耶穌說：「父啊，寬恕他們，他們不知道自己在做什麼。」]

我們看過太多的耶穌受難像...我們聽過很多次耶穌受難的故事...當你聽到它時，你是否感到有點麻木？不是因為你不在乎，而是因為這一切都變得如此熟悉，以至於很難更深入、更個人地思考？

C.杜魯門戴維斯博士是這樣描述釘十字架的：

「耶穌很快就被向後拋去，他的肩膀靠在木頭上。軍團士兵摸索手腕前面的凹陷處。他將一根沉重的方形鍛鐵釘子穿過手腕，深入木頭。很快，他移到另一邊，重複這個動作，小心不要把手臂拉得太緊，而是允許一些彎曲和活動。現在，左腳向後壓在右腳上，雙腳伸展，腳趾朝下，將釘子穿過每隻腳的足弓，使膝蓋適度彎曲。受害者現在已被釘在十字架上。」

主啊，當我們看到十字架時，願我們想起讚美詩《當我審視奇妙的十字架時》中的這些詩句：「愛是如此奇妙，如此神聖，需要我的靈魂，我的生命，我的一切。」

這是第十一站：耶穌應許祂的國度給好賊

基督啊，我們敬拜祢，我們讚美祢。因為藉著祢神聖的十字架，祢拯救了世界。

根據路加福音：

現在，一名掛在那裡的罪犯侮辱耶穌說：「你不是默西亞嗎？救救祢自己和我們罷！」另一個凶犯應聲責斥他說：「你既然受同樣的刑罰，連天主你都不怕嗎？這對我們是理所當然的，因為我們所受的，正配我們所行的；但是，這個人從未做過什麼不正當的事。」然後他說：「耶穌，當祢進入祢的國度時，請記住我。」祂回答說：「阿門，我實在告訴你：今天你就要與我一同在樂園裏。」

花點時間思考一下這樣一個事實：許多宗教的特徵是人們將自己提升到上帝面前，希望上帝認為人夠好。只有在基督教中，我們才能看見上帝降臨在人類身上。祂在我們所在的地方遇見我們，將我們提升到天堂。

這是第十二站：耶穌對祂的母親和門徒說話

基督啊，我們敬拜祢，我們讚美祢。因為藉著祢神聖的十字架，祢拯救了世界。

根據若望福音：

站在耶穌十字架旁邊的是祂的母親和祂母親的妹妹、克羅帕的妻子馬利亞和抹大拉的馬利亞。當耶穌看見祂的母親和祂所愛的門徒在那裡時，祂對祂的母親說：「女人，看，你的兒子。」然後祂對門徒說：「看，你的母親。」從那時起，門徒就把她帶進了他的家。

耶穌把祂母親賜給了你。祂知道你需要她。在你生活的哪些情況下，你需要母親的支持？母親的溫柔？母親的忠告？當你遇到自己的不足、孤獨、痛苦、恐懼時...聖母鼓勵你保持忠誠。她要求你從她的兒子身上汲取神聖的力量，而不是依靠你自己的力量。

耶穌，請幫助我效法祢母親的榜樣，將我的痛苦與祢的痛苦結合。願我的痛苦擴展我的心，為祢創造空間，讓祢的存在和力量充滿我的心。

這是第十三站：耶穌死在十字架上

基督啊，我們敬拜祢，我們讚美祢。因為藉著祢神聖的十字架，祢拯救了世界。

根據路加福音：

此時已是中午時分，由於日蝕，整個大地都陷入黑暗，直到下午三點。然後聖殿的幔子從中間撕裂了。耶穌大聲喊著說：「父啊，我將我的靈魂交在祢手中」；當祂說完這句話時，祂就嚥下了最後一口氣。

在十字架上，耶穌張開雙臂擁抱你，說：「我為你捨棄生命。為了所有讓你後悔的事。獻給所有你已經放棄希望的地方。為了那些讓你痛苦的記憶。對於所有你希望可以解決但無法糾正的事情。為了你最大的失敗和所有你拒絕我的時候。我把手腕獻給了釘子，這樣劇烈的疼痛就會落在我身上，而不是你身上。我用自己代替你，這樣我就可以接納你。你——就做你自己——帶著憤怒的你，帶著懷疑的

你，帶著不斷失敗的你 這就是我想要的你。不是什麼「潔淨了的版本」——不是什麼未來「你的改進版本」，而是你。就是今天的你。我來了，我死了，我復活了，為了你——為了擁抱你。為了承載你。為了救你。”耶穌——言語是不夠的。我們只能說謝謝。

這是第十四站：耶穌被安置在墳墓裡

基督啊，我們敬拜祢，我們讚美祢。因為藉著祢神聖的十字架，祢拯救了世界。

根據瑪竇福音：

到了晚上，有一個來自亞利馬太的財主，名叫約瑟，他本身就是耶穌的門徒。他去見彼拉多，要求要耶穌的屍體。然後彼拉多下令把它交出來。約瑟接過屍體，用乾淨的亞麻布包裹它，並將其安放在他在岩石中鑿成的新墳墓裡。然後他把一塊大石頭滾到墳墓的入口處，然後離開了。

耶穌被安葬在墳墓後，等待就開始了。你能和聖母、亞利馬太的約瑟、尼哥底母、抹大拉的馬利亞和耶穌的所有朋友一起在等候室嗎？請求聖神放慢你的心跳，好讓你讓自己與上帝的時間同步。上帝現在在這個等待的地方對你說什麼？

為什麼需要等待聖週六？因為從不打盹或睡覺的耶穌那天一直在為你而戰。看起來好像所有的希望都破滅了。但就在那一刻，耶穌戰勝了罪惡、死亡和絕望。祂正在贏得勝利。正如聖若望保祿二世所說：「我們是復活節的民族，哈利路亞是我們的歌曲！」
死亡後就是復活。耶穌受難節之後就是復活節週日。
祂來了。堅持住。勝利是值得等待的。

現在讓我們以榮耀歸於結束我們的禱告：

願光榮歸於父、及子、及聖神，起初如何，今日亦然，直到永遠。阿門

因父、及子、及聖神之名。阿門。