

疫情下的 苦路善工



2020年新型肺炎疫情下，香港教區暫停公開彌撒和團體宗教活動，公教報製作此祈禱材料。此祈禱材料（試用版）僅供教徒私人默想之用，內文取自《苦路十五處》和《環保苦路》，默想部份由本報撰寫。

另外，教區禮儀委員會2月21日通告節錄： 為善度四旬期，該履行克己、祈禱懺悔及愛德善工。今年聖灰星期三及四旬期內星期五，教友宜個別拜苦路，各式苦路經文可在禮委網頁下載：

<http://catholic-dlc.org.hk/p2c200716.htm>

<https://youtu.be/anXF4Sim8V4>

領： 因父，及子，及聖神之名。

眾： 亞孟。

領： 全球爆發新型肺炎，讓我們在目前的挑戰中，學習把希望放在天父的愛中。
在此四旬期內，也讓我們把目光轉向基督，更新我們對祂的信賴。

領： 上主、天主，你的聖子，我們的救主耶穌基督曾經教訓門徒說：

眾： 「誰若願意跟隨我，該棄絕自己，背著自己的十字架，跟隨我，因為誰若願意救自己的性命，必要喪失性命；但誰若為我和福音的緣故，喪失自己的性命，必要救得性命。人縱然賺得了全世界而賠上自己的靈魂，為他有什麼益處？人還能拿什麼作為自己靈魂的代價？」（谷8:34-37）

領： 求你幫助我們，聽從你聖子的教導，時常背起自己的十字架，跟隨他走上逾越之路，終能分享他復活的新生命。
願光榮歸於父，及子，及聖神，

眾： 起初如何，今日亦然，直到永遠。亞孟。

眾唱： 聖子高懸十字架上，慈母悲傷哀立其傍，舉目仰望淚流長。

第一處

耶穌被判死刑

領： 主、基督，我們欽崇你、讚美你。（單膝跪下或鞠躬）

眾： 你用此聖架，救贖普世。（起立）

經文

比拉多對猶太人說：「看，你們的君王！」他們喊叫說：「除掉他，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19:14-16）
或（瑪27:24-26）

默想

從去年四旬期到今年四旬期，香港經歷修例風波及肺炎疫情，社會面對一次又一次的試探與考驗。

祈禱

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 基督，求你垂憐。

眾： 基督，求你垂憐。

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 天主，為你所受的苦難，（單膝跪下）

眾： 求你垂憐我們。（起立）

眾唱： 心靈慘痛不禁沉吟，凝思愛子意切情深，甚於利刃刺透心。

第二處

耶穌肩負十字架

領： 主、基督，我們欽崇你、讚美你。（單膝跪下或鞠躬）

眾： 你用此聖架，救贖普世。（起立）

經文

那時，兵士戲弄耶穌說：「猶太人的君王，萬歲！」隨後向他吐唾沫，拿起蘆葦來敲他的頭。戲弄完了，就給他脫去外氅，又給他穿上他自己的衣服，帶他去釘在十字架上。（瑪 27:29-31）或（谷 15:20）

默想

香港市民好像生活在曠野中，失去信心，傷心無力，但我們相信，這一刻基督和我們一齊，同背負十字架，克服恐懼。

祈禱

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 基督，求你垂憐。

眾： 基督，求你垂憐。

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 天主，為你所受的苦難，（單膝跪下）

眾： 求你垂憐我們。（起立）

眾唱： 獨子之母殊福貞女，內心痛苦誰堪比汝，甚矣哀哉莫可語。

第三處

耶穌體力不支，第一次跌倒地上

領： 主、基督，我們欽崇你、讚美你。（單膝跪下或鞠躬）

眾： 你用此聖架，救贖普世。（起立）

經文

他受盡了侮辱，被人遺棄；他真是個苦人兒，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 53:3）

默想

去年「反修例」事件激發起的動盪，家庭，社會，教會所受的衝擊尚未平息。新一年的開始，香港再受疫情所困。基督了解世人的痛苦，也跟世人一起受苦。

祈禱

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 基督，求你垂憐。

眾： 基督，求你垂憐。

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 天主，為你所受的苦難，（單膝跪下）

眾： 求你垂憐我們。（起立）

眾唱： 榮光之子如斯慘創，仁慈之母見而悽愴，悲復悲兮痛久長。

第四處

耶穌遇見了自己的母親

領： 主、基督，我們欽崇你、讚美你。（單膝跪下或鞠躬）

眾： 你用此聖架，救贖普世。（起立）

經文

西默盎祝福了他們，並對耶穌的母親說：「妳看這個孩子，他被注定，要叫以色列中許多人跌倒，許多人昇起，並將成為眾人排斥的標記。這樣，許多人的秘密心思，便會洩露出來。至於妳，一把利劍將刺透妳的心靈。」（路 2:34-35）

默想

部份人因恐慌和失去信心，而爭相搶購物品。但醫護人員的無私奉獻，讓我們看到人性的美善。

祈禱

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 基督，求你垂憐。

眾： 基督，求你垂憐。

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 天主，為你所受的苦難，（單膝跪下）

眾： 求你垂憐我們。（起立）

眾唱： 目睹愛子橫遭極殃，慈容黯淡涕淚滂滂，孰能見此不同傷。

第五處

西滿背負耶穌的十字架

領： 主、基督，我們欽崇你、讚美你。（單膝跪下或鞠躬）

眾： 你用此聖架，救贖普世。（起立）

經文

他們把耶穌帶走的時候，就抓住一個從田間來的基勒乃人西滿，把十字架放在他肩上，叫他在耶穌後面背著。（路 23:26）或（路 14:27）

默想

不少社會人士，特別是一些防疫專家，敢於力陳防疫觀點，教導市民防疫方法。他們都是助人解困的善心人。

祈禱

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 基督，求你垂憐。

眾： 基督，求你垂憐。

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 天主，為你所受的苦難，（單膝跪下）

眾： 求你垂憐我們。（起立）

眾唱： 見子耶穌受盡艱辛，為救其民願捨己身，慘被鞭打酷絕倫。

第六處

韋羅尼加為耶穌抹面

領： 主、基督，我們欽崇你、讚美你。（單膝跪下或鞠躬）

眾： 你用此聖架，救贖普世。（起立）

經文

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。（詠 69:21）或（依 53:2）

默想

抗疫用品價格飆升，市面口罩短缺，社會人士和教徒樂捐防疫品，與基層人士分享。

祈禱

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 基督，求你垂憐。

眾： 基督，求你垂憐。

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 天主，為你所受的苦難，（單膝跪下）

眾： 求你垂憐我們。（起立）

眾唱： 痛苦之母愁腸百結，因見聖子備遭磨折，祈你許我共痛切。

第七處

耶穌再次不支倒地

領： 主、基督，我們欽崇你、讚美你。（單膝跪下或鞠躬）

眾： 你用此聖架，救贖普世。（起立）

經文

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，和受貶的人。（依 53:4）或（谷 14:37-38）

默想

香港抗疫之際，其他地區亦不斷出現感染個案。各地的人若能彼此守望，便不至於匱乏無助。

祈禱

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 基督，求你垂憐。

眾： 基督，求你垂憐。

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 天主，為你所受的苦難，（單膝跪下）

眾： 求你垂憐我們。（起立）

眾唱： 代求你子被刺聖心，增我心靈虔敬熱忱，常加愛慕情意深。

第八處

婦女為耶穌痛哭

領： 主、基督，我們欽崇你、讚美你。（單膝跪下或鞠躬）

眾： 你用此聖架，救贖普世。（起立）

經文

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 23:27-28）

默想

新型肺炎病人經歷病苦，患者家人承受隔離的不安。我們要守望相助，互勉互勵。

祈禱

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 基督，求你垂憐。

眾： 基督，求你垂憐。

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 天主，為你所受的苦難，（單膝跪下）

眾： 求你垂憐我們。（起立）

眾唱： 懇祈慈母分你悲情，並將你子身受酷刑，深深銘刻我心靈。

第九處

耶穌第三次跌倒在地

領： 主、基督，我們欽崇你、讚美你。（單膝跪下或鞠躬）

眾： 你用此聖架，救贖普世。（起立）

經文

就如許多人對他不勝驚愕，因為他的容貌損傷得已不像人，他的形狀已不像人子；同樣，眾民族也都要對他不勝驚異，眾君王在他面前都要閉口，因為他們看見了從未向他們講述過的事，聽見了從未聽說過的事。（依 52:14-15）或（若 12:23-24）

默想

疫情持續，不少清潔工和基層人士難有防疫品；學校停課，學習生活受考驗；家庭生活備受挑戰。

祈禱

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 基督，求你垂憐。

眾： 基督，求你垂憐。

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 天主，為你所受的苦難，（單膝跪下）

眾： 求你垂憐我們。（起立）

眾唱： 聖子耶穌為救我們，遍嘗苦辱並以身殉，祈導我們出迷津。

第十處

耶穌被剝去衣裳

領： 主、基督，我們欽崇你、讚美你。（單膝跪下或鞠躬）

眾： 你用此聖架，救贖普世。（起立）

經文

耶穌說：「父啊，寬赦他們罷！因為他們不知道他們做的是什麼。」他們拈鬮分了他的衣服。民眾站著觀望。首領們嗤笑說：「別人，他救了；如果這人是天主的受傳者，被選者，就救他自己罷！」（路 23:34-35）或（谷 15:22-24）

默想

疫症打亂社會步伐，不少人的生計受影響，我們要心懷信德，在互愛互助中面對困境。

祈禱

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 基督，求你垂憐。

眾： 基督，求你垂憐。

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 天主，為你所受的苦難，（單膝跪下）

眾： 求你垂憐我們。（起立）

眾唱： 十字聖架救贖之銓，聖子聖難償我罪愆，懇饒我咎復天緣。

第十一處

耶穌懸在十字架上

領： 主、基督，我們欽崇你、讚美你。（單膝跪下或鞠躬）

眾： 你用此聖架，救贖普世。（起立）

經文

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裏。（若 19:26-27）或（路 23:33-34）

默想

教會因疫情暫停公開彌撒，這機會讓我們反省當下生活，轉而學習交託，放眼未來，常置天父的愛中。

祈禱

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 基督，求你垂憐。

眾： 基督，求你垂憐。

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 天主，為你所受的苦難，（單膝跪下）

眾： 求你垂憐我們。（起立）

眾唱： 童貞聖母神聖之后，賴你慈恩允我哀求，得常與你同悲愁。

第十二處

耶穌在十字架上捨生

領： 主、基督，我們欽崇你、讚美你。（單膝跪下或鞠躬）

眾： 你用此聖架，救贖普世。（起立）

經文

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！我把我的靈魂交託在你手中。」說完這話，便斷了氣。（路 23:44-46）

默想

死亡喚醒人去寬恕、去珍惜、去愛。疫情暫未看到盡頭，讓我們在失落中把目光轉向基督。

祈禱

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 基督，求你垂憐。

眾： 基督，求你垂憐。

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 天主，為你所受的苦難，（單膝跪下）

眾： 求你垂憐我們。（起立）

眾唱： 耶穌五傷安慰之源，耶穌聖死救贖之鍵，賜我信心永貞堅。

第十三處

聖母懷抱耶穌

領： 主、基督，我們欽崇你、讚美你。（單膝跪下或鞠躬）

眾： 你用此聖架，救贖普世。（起立）

經文

兵士前來，把第一個人的，並與耶穌同釘在十字架上的第二個人的腿打斷了。可是，及至到耶穌跟前，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。（若 19:32-34）或（若 19:25-27）

默想

不要讓疫症帶來的痛苦奪去希望，要藉此喚醒人珍愛每一天。

祈禱

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 基督，求你垂憐。

眾： 基督，求你垂憐。

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 天主，為你所受的苦難，（單膝跪下）

眾： 求你垂憐我們。（起立）

眾唱： 將有一天靈肉分離，請勿棄我使瞻聖儀，永沐榮光無盡期。

第十四處

耶穌被埋葬

領： 主、基督，我們欽崇你、讚美你。（單膝跪下或鞠躬）

眾： 你用此聖架，救贖普世。（起立）

經文

比拉多既從百夫長口中得知了實情，就把耶穌的屍體賜給了若瑟。若瑟買了殮布裹好，把他安放在巖石中鑿成的墳墓裏；然後把一塊石頭滾到墳墓門口。（谷 15:45-46）或（若 19:40-42）

默想

透過聖母瑪利亞的轉禱，讓我們求天主助佑我們解決疫情地區面對的困難，走出曠野，打開生活的新篇章。

祈禱

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 基督，求你垂憐。

眾： 基督，求你垂憐。

領： 上主，求你垂憐。

眾： 上主，求你垂憐。

領： 天主，為你所受的苦難，（單膝跪下）

眾： 求你垂憐我們。（起立）

眾唱： 聖子高懸十字架上，慈母悲傷哀立其傍，舉目仰望淚流長。

結束祈禱

〔眾唸天主經、聖母經、聖三光榮經〕

領：主、基督，我們欽崇你、讚美你。

眾：你用此聖架，救贖普世。（三次）

領：天主，為你所受的苦難，

眾：求你垂憐我們。（三次）

2020天主教防疫牧民資訊/ 公教報

- <http://kkp.org.hk/node/20296>
- <https://medium.com/@kungkaopo/2020天主教防疫牧民資訊-公教報-b5735e2cd4ef>

相片攝於：元朗聖伯多祿聖保祿堂

泰澤歌曲：泰澤同鄉會

2020年2月



公教報製

<http://kkp.org.hk>