

# 光荣十字圣架的庆日

有关光荣十字圣架的庆日的参考资料，可以参考以下的案文。

2023年9月12日

## 十字圣架节的历史渊源

大约在320年，君士坦丁堡的海伦娜（Helena）皇后找到了「真的十字架」，那个耶稣基督被钉死的十字架。在614年，波斯国王科斯罗（Cosroes）二世入侵并征服了耶路撒冷，将「圣髑」作为战利品取去。

但在628年，赫拉克略（Heraclius）皇帝重新获得了「十字架」，并将其带回了耶路撒冷。在9月14日，皇帝亲自扛着十字架进入「圣城」。从那时起，这一天在礼仪日历中被标记为十字圣架节。

---

## 教宗方济各

**清晨弥撒：十字架教我们别怕失败，因为随之而来的是胜利（2018年9月14日）**

教宗解释道，默观十字架为我们不只是默观失败的记号，也是默观胜利的记号。在十字架上，「耶稣平生的一切作为」都失败了，跟随耶稣的人所有希望都破灭了。但「我们不怕把十字架当作一个挫败时刻来默观」，教宗阐释当天的第二篇读经（斐二6-11），强调「保禄在省思耶稣基督的奥秘时，告诉我们耶稣空虚了自

己、贬抑了自己，祂承担了我们所有的罪过、世上所有的罪过。祂成了『孱弱者』、被判刑的人。保禄不怕让我们看到这失败，而这多少也令我们在困境中看到光明，因为十字架为我们基督徒也是胜利的记号」。

「我们的胜利就是耶稣的十字架，祂在我们的仇敌、在古老的大蛇、在强大的指控者面前得胜」。教宗强调，因着十字架，「我们获得救恩」，诚如耶稣所说：「当我从地上被举起来时，便要吸引众人来归向我。」（若十二32）

教宗最后总结道：「十字架教导我们，生活中有失败也有胜利。我们必须有能力忍受挫折，耐心地忍受我们的挫败与罪过，因为主耶稣已为我们付出了赎价。我们要在上主内忍耐挫败，在祂内请求宽恕，但绝对不要陷入这条被拴住的狗的诱惑。」

(©梵蒂冈新闻网)

## **教宗方济各推文，光荣十字圣架庆日**

天主爱的启示为我们来看近似疯狂。我们每一次注视十字架，我们就发现这爱。十字架是天主圣爱的一部伟大著作。 **(2020年9月14日)**

今天教会让我们默思主的光荣十字架。基督虽然是天主却自谦自卑，成为仆人。这就是耶稣十字架的光荣。  
**(2019年9月14日)**

教会今天邀请我们默观上主的十字架。对我们基督徒而言，默观十字架既是在默观失败的标记，也是在默观胜利的标记。 **(2018年9月14日)**

在教会的创伤带给我们的痛苦中，让我们紧紧拥抱基督的十字圣架，因为唯有爱能阻止恶。 **(2018年9月14日)**

(©梵蒂冈新闻网)

## **与圣施礼华一起祈祷**

### **胜利的标志**

#### **炼炉，517**

当你庆祝光荣十字架庆节时，你怀着内心最热切的欲望，祈求我们的主赐给你恩宠，使你在灵魂的力量里，和在你的感官里，「光荣」十字架。你祈求新的生命；祈求十字架在你的生命里留下印记，好能确定你使命的真理；祈求你将整个的存有放在十字架上！

我们会等着瞧.....

#### **十字苦路，第二处，5**

到处都散布一种对十字架的恐惧，对我主十字架的恐惧。这是什么的一回事？原来大家逐渐把人生一切不如意的事，都看作十字架，而不晓得怎样以天主儿女的心态，以超性的眼光，去背负它们。他们甚至要把我们的祖

先在路旁所竖立起的十字架拔除……！

十字架在耶稣受难时，已不再是一种惩罚的记号，反而变成一个胜利的旗帜。十字架是赎世主的徽章：*in quo est salus, vita et resurrectio nostra*，是我们的救援，我们的生命和我们的复活。

## 由十字架锻造

### 炼炉，403

我们每天需要逐渐地磨平粗糙的边缘 — 好像磨平石头或木块一样 — 并以补赎的精神剔除生活的瑕疵。以及实践两种小小的克己：主动的克己，就是那些我们自己寻找的克己，好像一天之间采摘的花朵一样；被动的克己，就是不期而遇的克己，我们会发觉难以接受。耶稣基督以后会补偿仍然缺乏的一切。

如果你慷慨地、喜悦地交付你的一切，你将成为何等美妙的基督苦像。

## 十字苦路，第十处，4

与基督分离的真正障碍是骄傲，及肉欲的偏私，我们必须用祈祷与补赎制服它们。而祈祷以及克己也是要我们关怀他人和忘却自己。假如你如此生活，你会看到你所遭遇到的种种困难都消失了。

## 十字架的征服

### 基督刚经过，168

这种抱超性态度来接受痛苦的壮举，正是最伟大的胜利凌驾一切可被征服的。耶稣藉其死于十架上，一举征服了死亡。天主从死亡中引出生命。天主子女的态度，并不是对可能发生的悲惨命运因循苟且，而是充满预尝胜利滋味者的成就感。因基督凯旋之爱的名义，我们基督徒应当走向世界，通过我们的言行，播种和平与喜乐。

我们应当战斗，和平地战斗，向一切邪恶，不义，罪恶开战。这样我们才能唤醒世人，人类遭遇的厄运，不是注定不变的。唯有天主的圣爱，天主藉耶稣圣心所显示的圣爱，才能为人类赢得光荣的精神凯旋。

## 十字苦路，第十一处，5

工作时，在桌子上或工具旁，放一个苦像，不时朝它望一眼。当你怠倦时，不妨定睛于十字架上的耶稣，而你会因而获得新的力量，继续工作。

因为那个苦像比你所爱的父母、儿女、妻子、爱人的照片更有意义；祂是你的一切：你的「父亲」，你的「兄弟」，你的「朋友」，你至爱的天主。

## 十字架的喜乐

基督刚经过，176

要牢记基督的话：「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。」看到没有？每天背十字架：无一日无十字架，天天都要背主的十字架，天天都要接受祂的轭。借此机会，让我们再次牢记：复活的喜乐，正是十字架痛苦的结果。

但是，不要害怕。我主亲口告诉我们：「凡劳苦和负重担的，你们都到我跟前来，我要使你们安息。你们背上我的轭，跟我学罢！因为我是良善心谦的：这样你们必要找得你们灵魂的安息，因为我的轭是柔和的，我的担子是轻松的。」金口圣若望注译道：「来罢！不是来算账交代，而是来勾销罪债。来罢！因为我不要你给我光荣，却只要你的得救……你若听见我谈到轭，切莫害怕，因为它是甘饴的；你若听见我谈到担子，不要害怕，因为它是轻松的。」

个人圣化的道路，引导我们奔向十字架。此路不是苦路，因有基督亲来协

助。与祂结伴同行，岂有什么苦楚可谈！我愿喜乐洋洋地再说一遍：无一日无十字架，主的十字架。

## 十字架的忍耐

### 基督刚经过，61

当魔鬼第二次试探耶稣时，牠建议祂从圣殿的顶上跳下来，基督再度驳斥了利用祂天主大能的建议。基督并非在找寻虚荣或炫耀，祂教训我们不要利用天主，把祂当做人生舞台的背景和諧剧来表现自我的伟大。耶稣基督热衷于实践天父的圣意，但祂不愿预测天主的计划，或提前行使奇迹。相反地，祂一步一步地走过了人生险峻的道路与可爱的十字苦路。

### 天主之友，67

「我们能！Possumus！」赖天主的帮助，我们可以战胜的！放心，把工作转为祈祷的交谈并不难，只要你奉献、开始工作，天主已在聆听及鼓励

你。让我们在每天工作时，学默观者的方式！因我们知道天主看着及邀请我们重新征服自己。作少许牺牲：对打扰我们的人露出笑容；先做最不愿做的，但最迫切的事；觉得要放弃时，坚持完成每天的责任；今天要完成的工作勿留到明天，以上的一切，都可取悦我们在天之父。在你案头或不为人注意的地方，可以放个十字架，提醒自己这默观的精神，就像你心灵的书本，教导你如何侍奉天主。

## **一切都可以得救**

## **十字苦路，第十四处**

我们必须把基督的生与死，作为我们自己的生命，即与基督同生共死。我们必须借着克己和补赎，与基督同死，好使基督能借着「爱」生活在我们之内。于是紧随着基督的脚步，我们一起来协助救赎整个人类。

我们必须将自己的生命给与他人。只有这样，我们才能度着耶稣基督的生活，使我们自己与祂合而为一。

## 天主之友，49

我们的主给了我们作葡萄园工人这份大礼，让我们在园里工作，彼此合作，为人提供食物，这园子就是我们和耶稣每天一起工作的地方，协助祂进行救赎的工作的地方。

## 天主之友，67

如你决定在日常工作中，跟随这些默观的方法，你不用做额外的事或从俗世中退隐，就会马上觉得自己是主人的朋友。天主给我们的工作会打开在世上、通往整个人类神圣的道路，你的工作会帮你在各地传扬基督的王国。你要为远方的人获得信仰而奉献你所做的；为那些东方人，他们被禁止宣认自己的信仰；为传统的基督教国家，那儿福音的亮光已日益暗淡，许多灵魂在无知中挣扎……这样，当

你持续努力、多做几分钟的事直到完成，你工作的时间会多有价值！简单而又实际，我们就可以把默观转为使徒的事工，并把它视为连结我们的心以及主耶稣最慈爱最甘饴的圣心的必要途径。

(© Fundacion Studium)

---

## 其他资料

9月14日：光荣十字圣架

基督，反映人的脆弱的一面镜子

「痛苦呈现爱德的机会」

站在耶稣十字架旁边的圣母

基督的苦难和十字架圣死

---

照片来源：1) Cristiano de Asunssao, on Unsplash; 2) Luis Serrano

---

pdf | document generated automatically from <https://opusdei.org/zhs/article/guang-rong-shi-zi-sheng-jia-de-qing-ri/> (2026年2月2日)