opusdei.org

# 圣周和四旬期

以下是一些有助于活出四旬期和圣周精神的资料。

2021年3月28日

**圣周**

**圣枝主日 | 圣周四 | 主受难日 | 复活节主日**

**四旬期 | 十字苦路 | 告解圣事**

**四旬期**

**教宗方济各2021年四旬期文告**：文告吁请信友们「更新我们的信德，汲取『希望的活水』，并以开放的胸怀接受天主的爱」。教宗方济各2021年四旬期文告，题为《「看，我们上耶路撒冷去」。四旬期：更新信、望、爱三德的时期》。

**四旬期：天主子女的皈依**。节录自载于《基督刚经过》书中，圣施礼华于1952年3月2日四旬期第一主日题为《天主子女的皈依》的讲道。

— 四旬期（一）：天主子女的皈依

— 四旬期（二）：基督受到试探

— 四旬期（三）：天主的子女

**真福欧华路：与真福欧华路共度四旬期**。在真福欧华路于1985年2月2日写的一封信中，敦促我们去恳求天主

「帮助我们借着克己，战胜邪恶的势力。」

**圣灰礼仪日，梵蒂冈圣伯多禄大殿（2021年2月17日）**。教宗主持圣灰礼仪：四旬期是回到天父身边的时机。

---

**告解圣事**

**圣施礼华：告解是一个爱的奇**。圣施礼华解释告解为什么是个爱的奇迹。

（按「CC」来开启字幕）

**教宗与忏悔：怜悯因罪恶而受伤的心**。教宗2月14日在三钟经祈祷中说，听告解司铎有能力吸引人，甚至是那些最不愿意去办告解的人。

**告解圣事简单礼规**。真诚的告解使我们心灵焕然一新，也使我们打开心胸颌受天主的恩宠。

## 十字苦路

**圣施礼华的《十字苦路》全文**。圣施礼华这本的遗作，是为协助众人祈祷，并在天主恩宠的助佑之下，产生补赎的精神——爱的忧伤——以及对我们的主的谢恩谢意，感谢祂不惜以祂的宝血，救赎了我们。

## 圣周

**与教宗一起参与圣周礼仪**。主业团监督于2020年4月1日讯息说「我再次邀请你们借着科技给我们的机会，与教宗一起参与圣周的礼仪。」

**《亲历其境》**。圣施礼华教导我们要以信德，大胆地将自己放在福音的情境中。亲身参与基督于圣周中的苦难、圣死与复活

## 圣枝主日

（按「CC」来开启字幕）

— 圣枝主日（一）：**内修的斗争**

— 圣枝主日（二）：**天主圣宠的圣事**

— 圣枝主日（三）：**今如往昔**

---

## 圣周四

（按「CC」来开启字幕）

— 圣周四（一）：**圣体圣事—信与爱的奥迹**

— 圣周四（二）：**弥撒在基督徒生活中的地位**

**监督的默想录音：在最后晚餐结合为一**。范康仁蒙席反思圣周意义的录音和中文文稿。

**圣体圣事**。圣体圣事是基督逾越奥蹟的纪念，使这独一无二的牺牲能在教会的礼仪中重现。天主教教理总纲。

（按「CC」来开启字幕）

**监督的默想录音：新的诫命**。范康仁蒙席反思圣周意义的录音和中文文稿。

---

**主受难日**

（按「CC」来开启字幕）

— 主受难日（一）：**基督之死召唤我们度一个真实的基督徒生活**

— 主受难日（二）：**基督徒与人类历史**

**监督的默想录音：基督，反映人的脆弱的一面镜子**。范康仁蒙席反思圣周意义的录音和中文文稿。

**基督的苦难和十字架圣死**。基督接受了死亡，是为了补赎我们的罪过、为了使我们脱离罪过、和为了把我们从罪过所带来的奴役中赎回来。天主教教理总纲。

---

**复活节主日**

（按「CC」来开启字幕）

— 复活节（一）：**「基督活着」**

— 复活节（二）：**默观基督的生活**

— 复活节（三）：**基督临在于日常生活**

**监督的默想录音：世界需要的光**。范康仁蒙席反思圣周意义的录音和中文文稿。

**基督的复活、升天和第二次的降临**。正如圣保禄宗徒告诉我们的（参阅格前15：13-14），基督复活这一个真理是我们的信仰的核心。藉著基督的复活，天主给人类带来了未来世界的生命，并且让人任意处理它。天主教教理总纲。

**复活节：「我已经复活并且仍然和你们在一起」**。在复活期间，教会经历我主为我们预备的：最伟大的复活喜乐。

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/zhs/article/si-xun-qi-he-sheng-zhou/ (2025年12月12日)