

opusdei.org

# 七個星期日敬禮聖若瑟

聖若瑟的七個主日幫助我們去為於3月19日慶祝的大聖若瑟節日作好準備，因這七個主日提醒我們聖若瑟也經歷了艱苦和喜樂。

2026年1月30日

「內修生活的大師，精工巧藝的工匠，與耶穌親密過往的天主忠僕——這就是聖若瑟。到若瑟那裏去！（Ite ad Ioseph！）同聖若瑟一起，基督

徒學會怎樣從屬天主，怎樣善盡人間職守，藉以聖化世界。跟聖若瑟結識，便會找到耶穌。跟聖若瑟談心，便會找到瑪利亞——她總在納匝肋作坊裡，在她的周圍遍撒平安。」（聖施禮華《基督剛經過》56）

---

### 第一苦、第一樂

**第一苦：**聖若瑟的懷疑（瑪竇福音1：19）

**第一樂：**天使的信息（瑪竇福音1：20）

### 第二苦、第二樂

**第二苦：**貧窮的耶穌聖誕（路加福音2：7）

**第二樂：**耶穌聖誕（路加福音2：7）

### 第三苦、第三樂

**第三苦**：耶穌受割損（路加福音2：21）

**第三樂**：耶穌聖名（瑪竇福音1：25）

### 第四苦、第四樂

**第四苦**：西默盎預言許多人跌倒（路加福音2：34）

**第四樂**：西默盎預言許多人會復起（路加福音2：34）

### 第五苦、第五樂

**第五苦**：逃往埃及（瑪竇福音2：13-14）

**第五樂**：偶像在祂面前戰慄（依撒意亞19：1）

### 第六苦、第六樂

**第六苦**：從埃及回來（瑪竇福音2：22）

**第六樂**：與瑪利亞和耶穌一起生活  
( 路加福音2：39 )

## **第七苦、第七樂**

**第七苦**：孩童耶穌丟失 ( 路加福音  
2：45 )

**第七樂**：在聖殿找到耶穌 ( 路加福音  
2：46 )

.....

## **關於聖若瑟的其他資源**

1. 教宗方濟各的《以父親的心》宗座  
牧函 ( Patris corde )，聖若瑟奉為普  
世教會主保一百五十周年紀念 ( 2020  
年12月8日 )

.....

2. 教宗若望保祿二世的《救主的監護  
人》勸諭 ( Redemptoris custos )，

論聖若瑟在基督及教會生命中的位格和使命 ( 1989年8月15日 )

.....

3. 教宗方濟各關於聖若瑟的要理講授 ( 2021-2022 )

.....

**聖施禮華的《聖若瑟的工作坊》講道， ( 1963年3月19日 )**

- 聖若瑟的工作坊
  - 聖化你的工作，你和別人亦隨之聖化
  - 若瑟與耶穌的關係
- .....

**聖施禮華的視頻短片**

主業團創辦人認為聖若瑟是一位基督在世上所期許的，極熱情的父親，他問聖若瑟如何與聖瑪利亞及耶穌相處，「聖若瑟如何擁抱耶穌並親吻了祂」。

- 聖若瑟，我主之父
- 我可以做些什麼去愛我們的聖母呢？
- 聖若瑟：瑪利亞的淨配

( 按"CC"來開啟字幕 )

---

## 七個星期日敬禮聖若瑟的默想

- 默想：聖若瑟的第一個星期日
- 默想：聖若瑟的第二個星期日

- 默想：聖若瑟的第三個星期日

- 默想：聖若瑟的第四個星期日

- 默想：聖若瑟的第五個星期日

- 默想：聖若瑟的第六個星期日

- 默想：聖若瑟的第七個星期日

.....

pdf | document generated automatically  
from <https://opusdei.org/zht/article/Qi-Ge-Xing-Qi-Ri-Jing-Li-Sheng-Ruo-Se/>  
(2026年3月11日)