

opusdei.org

# 光榮十字聖架的慶日

有關光榮十字聖架的慶日的參考資料，可以參考以下的案文。

2023年9月12日

## 十字聖架節的歷史淵源

大約在320年，君士坦丁堡的海倫娜（Helena）皇后找到了「真的十字架」，那個耶穌基督被釘死的十字架。在614年，波斯國王科斯羅（Cosroes）二世入侵並征服了耶路撒冷，將「聖髑」作為戰利品取去。

但在628年，赫拉克略（Heraclius）皇帝重新獲得了「十字架」，並將其帶回了耶路撒冷。在9月14日，皇帝親自扛著十字架進入「聖城」。從那時起，這一天在禮儀日曆中被標記為十字聖架節。

---

## 教宗方濟各

**清晨彌撒：十字架教我們別怕失敗，因為隨之而來的是勝利（2018年9月14日）**

教宗解釋道，默觀十字架為我們不只是默觀失敗的記號，也是默觀勝利的記號。在十字架上，「耶穌平生的一切作為」都失敗了，跟隨耶穌的人所有希望都破滅了。但「我們不怕把十字架當作一個挫敗時刻來默觀」，教宗闡釋當天的第二篇讀經（斐二6-11），強調「保祿在省思耶穌基督的奧秘時，告訴我們耶穌空虛了自

己、貶抑了自己，祂承擔了我們所有的罪過、世上所有的罪過。祂成了『孱弱者』、被判刑的人。保祿不怕讓我們看到這失敗，而這多少也令我們在困境中看到光明，因為十字架為我們基督徒也是勝利的記號」。

「我們的勝利就是耶穌的十字架，祂在我們的仇敵、在古老的大蛇、在強大的指控者面前得勝」。教宗強調，因著十字架，「我們獲得救恩」，誠如耶穌所說：「當我從地上被舉起來時，便要吸引眾人來歸向我。」（若十二32）

教宗最後總結道：「十字架教導我們，生活中有失敗也有勝利。我們必須有能力忍受挫折，耐心地忍受我們的挫敗與罪過，因為主耶穌已為我們付出了贖價。我們要在上主內忍耐挫敗，在祂內請求寬恕，但絕對不要陷入這條被拴住的狗的誘惑。」

（©梵蒂岡新聞網）

---

## 教宗方濟各推文，光榮十字聖架慶日

天主愛的啓示為我們來看近似瘋狂。我們每一次注視十字架，我們就發現這愛。十字架是天主聖愛的一部偉大著作。（**2020年9月14日**）

今天教會讓我們默思主的光榮十字架。基督雖然是天主卻自謙自卑，成為僕人。這就是耶穌十字架的光榮。（**2019年9月14日**）

教會今天邀請我們默觀上主的十字架。對我們基督徒而言，默觀十字架既是在默觀失敗的標記，也是在默觀勝利的標記。（**2018年9月14日**）

在教會的創傷帶給我們的痛苦中，讓我們緊緊擁抱基督的十字聖架，因為唯有愛能阻止惡。（**2018年9月14日**）

（©梵蒂岡新聞網）

## 與聖施禮華一起祈禱

### 勝利的標誌

#### 鍊爐，517

當你慶祝光榮十字架慶節時，你懷著內心最熱切的欲望，祈求我們的主賜給你恩寵，使你在靈魂的力量裡，和在你的感官裡，「光榮」十字架。你祈求新的生命；祈求十字架在你的生命裡留下印記，好能確定你使命的真理；祈求你將整個的存有放在十字架上！

我們會等著瞧.....

#### 十字苦路，第二處，5

到處都散佈一種對十字架的恐懼，對我主十字架的恐懼。這是什麼的一回事？原來大家逐漸把人生一切不如意的事，都看作十字架，而不曉得怎樣以天主兒女的心態，以超性的眼光，去背負它們。他們甚至要把我們的祖

先在路旁所豎立起的十字架拔除.....！

十字架在耶穌受難時，已不再是一種懲罰的記號，反而變成一個勝利的旗幟。十字架是贖世主的徽章：in quo est salus，vita et resurrectio nostra，是我們的救援，我們的生命和我們的復活。

## 由十字架鍛造

### 鍊爐，403

我們每天需要逐漸地磨平粗糙的邊緣——好像磨平石頭或木塊一樣——並以補贖的精神剔除生活的瑕疵。以及實踐兩種小小的克己：主動的克己，就是那些我們自己尋找的克己，好像一天之間採摘的花朵一樣；被動的克己，就是不期而遇的克己，我們會發覺難以接受。耶穌基督以後會補償仍然缺乏的一切。

如果你慷慨地、喜悅地交付你的一切，你將成為何等美妙的基督苦像。

## **十字苦路，第十處，4**

與基督分離的真正障礙是驕傲，及肉慾的偏私，我們必須用祈禱與補贖制服它們。而祈禱以及克己也是要我們關懷他人和忘卻自己。假如你如此生活，你會看到你所遭遇到的種種困難都消失了。

## **十字架的征服**

### **基督剛經過，168**

這種抱超性態度來接受痛苦的壯舉，正是最偉大的勝利凌駕一切可被征服的。耶穌藉其死於十架上，一舉征服了死亡。天主從死亡中引出生命。天主子女的態度，並不是對可能發生的悲慘命運因循苟且，而是充滿預嚐勝利滋味者的成就感。因基督凱旋之愛的名義，我們基督徒應當走向世界，通過我們的言行，播種和平與喜樂。

我們應當戰鬥，和平地戰鬥，向一切邪惡，不義，罪惡開戰。這樣我們才能喚醒世人，人類遭遇的厄運，不是註定不變的。唯有天主的聖愛，天主藉耶穌聖心所顯示的聖愛，才能為人類贏得光榮的精神凱旋。

## **十字苦路，第十一處，5**

工作時，在桌子上或工具旁，放一個苦像，不時朝它望一眼。當你怠倦時，不妨定睛於十字架上的耶穌，而你會因而獲得新的力量，繼續工作。

因為那個苦像比你所愛的父母、兒女、妻子、愛人的照片更有意義；祂是你的一切：你的「父親」，你的「兄弟」，你的「朋友」，你至愛的天主。

## **十字架的喜樂**

**基督剛經過，176**

要牢記基督的話：「誰若願意跟隨我，該棄絕自己，天天背着自己的十字架跟隨我。」看到沒有？每天背十字架：無一日無十字架，天天都要背主的十字架，天天都要接受祂的軛。借此機會，讓我們再次牢記：復活的喜樂，正是十字架痛苦的結果。

但是，不要害怕。我主親口告訴我們：「凡勞苦和負重擔的，你們都到我跟前來，我要使你們安息。你們背起我的軛，跟我學罷！因為我是良善心謙的：這樣你們必要找得你們靈魂的安息，因為我的軛是柔和的，我的擔子是輕鬆的。」金口聖若望註譯道：「來罷！不是來算賬交代，而是來勾銷罪債。來罷！因為我不要你給我光榮，卻只要你的得救.....你若聽見我談到軛，切莫害怕，因為它是甘飴的；你若聽見我談到擔子，不要害怕，因為它是輕鬆的。」

個人聖化的道路，引導我們奔向十字架。此路不是苦路，因有基督親來協

助。與祂結伴同行，豈有什麼苦楚可談！我願喜樂洋洋地再說一遍：無一日無十字架，主的十字架。

## 十字架的忍耐

### 基督剛經過，61

當魔鬼第二次試探耶穌時，祂建議祂從聖殿的頂上跳下來，基督再度駁斥了利用祂天主大能的建議。基督並非在找尋虛榮或炫耀，祂教訓我們不要利用天主，把祂當做人生舞台的背景和諧劇來表現自我的偉大。耶穌基督熱衷於實踐天父的聖意，但祂不願預測天主的計劃，或提前行使奇蹟。相反地，祂一步一步地走過了人生險峻的道路與可愛的十字苦路。

### 天主之友，67

「我們能！Possumus！」賴天主的助佑，我們可以戰勝的！放心，把工作轉為祈禱的交談並不難，只要你奉獻、開始工作，天主已在聆聽及鼓勵

你。讓我們在每天工作時，學默觀者的方式！因我們知道天主看著及邀請我們重新征服自己。作少許犧牲：對打擾我們的人露出笑容；先做最不願做的，但最迫切的事；覺得要放棄時，堅持完成每天的責任；今天要完成的工作勿留到明天，以上的一切，都可取悅我們在天之父。在你案頭或不為人注意的地方，可以放個十字架，提醒自己這默觀的精神，就像你心靈的書本，教導你如何侍奉天主。

**一切都可以得救**

**十字苦路，第十四處**

我們必須把基督的生與死，作為我們自己的生命，即與基督同生共死。我們必須藉著克己和補贖，與基督同死，好使基督能藉著「愛」生活在我們之內。於是緊隨著基督的腳步，我們一起來協助救贖整個人類。

我們必須將自己的生命給與他人。只有這樣，我們才能度著耶穌基督的生活，使我們自己與祂合而為一。

## 天主之友，49

我們的主給了我們作葡萄園工人這份大禮，讓我們在園裏工作，彼此合作，為人提供食物，這園子就是我們和耶穌每天一起工作的地方，協助祂進行救贖的工作的地方。

## 天主之友，67

如你決定在日常工作中，跟隨這些默觀的方法，你不用做額外的事或從俗世中退隱，就會馬上覺得自己是主人的朋友。天主給我們的工作會打開在世上、通往整個人類神聖的道路，你的工作會幫你在各地傳揚基督的王國。你要為遠方的人獲得信仰而奉獻你所做的；為那些東方人，他們被禁止宣認自己的信仰；為傳統的基督教國家，那兒福音的亮光已日益暗淡，許多靈魂在無知中掙扎……這樣，當

你持續努力、多做幾分鐘的事直到完成，你工作的時間會多有價值！簡單而又實際，我們就可以把默觀轉為使徒的事工，並把它視為連結我們的心以及主耶穌最慈愛最甘飴的聖心的必要途徑。

( © Fundacion Studium )

---

## 其他資料

9月14日：光榮十字聖架

基督，反映人的脆弱的一面鏡子

「痛苦呈現愛德的機會」

站在耶穌十字架旁邊的聖母

基督的苦難和十字架聖死

---

照片來源：1 ) Cristiano de  
Asunssao, on Unsplash ; 2 ) Luis  
Serrano

---

pdf | document generated automatically  
from [https://opusdei.org/zht/article/  
guang-rong-shi-zi-sheng-jia-de-qing-ri/](https://opusdei.org/zht/article/guang-rong-shi-zi-sheng-jia-de-qing-ri/)  
(2026年3月14日)