

opusdei.org

# 有關四旬期和聖週的 參考資料

以下是一些有助於活出四旬期  
和聖週精神的資料

2020年2月26日

[四旬期](#) | [告解聖事](#) | [十字苦路](#) | [聖週](#)

---

## 四旬期

教宗方濟各四旬期文告

2020：「我們如今代基督請求你們：  
與天主和好吧！」（格後五20）

2019：「凡受造物都熱切地等待天主  
子女的顯揚。」（羅八19）

教宗本篤十六世四旬期文告

2009：「祂四十天四十夜禁食，後來  
就餓了」（瑪四1-2）

四旬期：四十日，教宗的四十個思想

聖施禮華

四旬期：天主子女的皈依

四旬期：基督受到試探

真福歐華路

與真福歐華路共度四旬期

.....  
**告解聖事**

告解是一個愛的奇跡

可幫助我們反省需要天主的慈悲和恩寵的問題

告解聖事簡單禮規

---

## 十字苦路

聖施禮華的《十字苦路》全文

聖施禮華這本的遺作，是為協助眾人祈禱，並在天主恩寵的助佑之下，產生補贖的精神——愛的憂傷——以及對我們的主的謝恩謝意，感謝祂不惜以祂的寶血，救贖了我們。

---

## 聖週

教宗方濟各

## 在羅馬與教宗方濟各度聖週 ( 2019 )

聖施禮華

親身參與基督於聖週中的苦難、聖死  
與復活

聖週四：聖體聖事——信與愛的奧蹟

聖週五：基督之死召喚我們度一個真  
實的基督徒生活

復活節：默觀基督的生活

.....

pdf | document generated automatically  
from [https://opusdei.org/zht/article/  
you-guan-si-xun-qi-he-sheng-zhou-de-  
can-kao-zi-liao/](https://opusdei.org/zht/article/you-guan-si-xun-qi-he-sheng-zhou-de-can-kao-zi-liao/) (2025年4月3日)