

# 默想：聖週五救主受難紀念

聖週五的反思。

耶穌因愛我們而受難

在基督的痛苦中陪伴著祂

十字聖架是我們的庇護與救贖

---

耶穌因愛我們而受難

「我的天主，我的天主！你為什麼捨棄了我？」（瑪27:46）「為了在所有事情上與我們合一，耶穌經歷過祂

重來沒有經歷過的、完全地被捨棄的情況。祂這樣做是為了我，為了你，為了我們所有人。祂這樣做是為了對我們說：『不要害怕，你並不孤單。我經歷過你種種的悲涼，好能時常靠近你。』」[1] 最重要的是，基督所受的苦難，正是我們，每一個世代的男女，都因為罪過而經歷的苦難。「耶路撒冷女子！你們不要哭我，但應哭你們自己及你們的子女。」（路23:28）

沒有任何世人所受的苦難可以使基督放棄救贖我們的決心。「他釘在十字架上的雙臂向每一個人張開，邀請我們來走近祂，確信祂接受我們，並將我們擁抱在祂那無限溫柔的懷抱中。」[2] 救主受難日的禮儀以神父俯伏在地作為開始。這也是耶穌在橄欖山上所做的姿勢。人類所有罪惡、所有苦難和孤獨——包括我們的——把祂重壓在地，而祂轉向天主聖父以尋求力量。

耶穌來到世上是為了修補我們給自己和給他人施加了的邪惡。祂要恢復我們的自由和喜樂。祂對我們的愛是無邊際的，祂又向我們保證：「我的軛是柔和的，我的擔子是輕鬆的。」

（瑪11:30）如果我們讓耶穌說話，如果我們讓祂告訴我們祂愛我們，並且不會因為這一切苦難而責備我們，那麼我們的罪過就不須有最終的勝利。今天我們記得：「耶穌跌倒，為使我們一次，再次跌倒後，都能站起來，重新做人。」[3]

### 在基督的痛苦中陪伴著祂

我們犯罪的原因之一，是我們錯誤地以為天主的聖意是我們行使自由的一個障礙。這就是我們始祖亞當所犯的錯誤。然而天主要我們快樂。祂要我們讓自己被祂所愛。「只有當我們接受自己的真相，當我們與天主結合為一時，我們才會是自由的。這樣我們才會變得真正的『肖似天主』——不是抗拒天主、忽視祂或否認祂。耶穌

在橄欖山上的痛苦禱告中，消解了服從與自由之間那虛假的對立，打開了通往自由的道路。讓我們求主引導我們對天主的聖意說『是』，從而使自己獲得真正的自由。」[4]

我們熱切地感謝我主，因為祂甘心情願接受了犧牲，為使我們得以脫離死亡。耶穌極度痛苦，以至汗如血珠般滴在地上，然而祂對天父的信賴卻從未動搖，又繼續祈禱：「祂到我們這裡來，發現我們都睡著了。『起來祈禱罷！』祂又再對我們說：『免得陷於誘惑。』」（路22:46）」[5]幾個小時後，人類所有罪惡的怒火都被傾瀉在耶穌無辜的肉身上。我們心內的忘恩負義將我主籠罩在孤獨無援中。「你和我說不出話來，也無話可說，我們看著祂……癡癡地看著祂。」[6]

「有時，天主看來似乎對邪惡毫無反應，祂似乎是默然不語。然而天主已經發聲了，祂已經回應了，而祂的回覆就是基督的十字聖架：一個熱愛、

慈悲、寬恕的詞語。它還揭示了一個審判，即天主在審判我們時亦愛我們。讓我們記住這一點：天主通過愛我們來審判我們。如果我擁抱祂的愛，那麼我就得救了；如果我拒絕它，那麼我就會被判罪，不是被祂判，而是被我自己，因為天主從不判罪，祂只會愛人和救贖人。」[7]

## 十字聖架是我們的庇護與救贖

我主那從其中淌流寶血的滿身傷口，是我們自己的痛苦和磨難的、寧靜的避難所。在基督的傷口裡，我們是安全的。被祂的救贖寶血洗淨後，再沒有什麼能嚇倒我們。「當我們仰慕耶穌的神聖人性，我們會逐漸發現祂的每一個傷口……這時便有需要進入祂的神聖傷口，求祂淨化及堅強我們，在祂救贖的寶血內喜樂。我們要像聖經上說的鴿子，『暴風時在石縫中找庇蔭。』（參閱歌2：14）『在那裡親近基督，祂的話使人安慰、祂的容貌動人。』（參閱歌2：14）」[8]

而在我們的默觀中，我們細細品味教會今天堅強而溫柔的說話：「可愛的木、可愛的釘、負著可愛的擔荷！」

[9] 它「光輝地標誌著愛，天主無邊的愛，我們永遠無法祈求、想像或期待的：天主謙躬庇蔭我們，祂紓尊降貴，甚至落到我們生命中最黑暗的角落，為了能伸出祂的手來牽引我們歸向祂，帶領我們一直回到祂身邊。」

[10] 這就是主受難日的真理：在十字聖架上，基督，我們的救主，恢復了我們的尊嚴。而我們更加意欲把自己甘心情願地釘在祂的十字聖架上，將自己與祂的救贖聯繫在一起，並使自己的卑賤讓祂的寶血洗淨。

在這個祈禱時段結束之際，我們將目光投向十字聖架的下端。在那裡，我們看到我們憂苦的母親站立著，由幾個婦女和一個年輕男子陪伴著她。沒有其他痛苦可以與他們的相比。此時此刻，基督需要祂的母親緊靠祂，而現在的我們則更加需要她。

- [1] 教宗方濟各，2020年4月5日的講道
  - [2] 教宗本篤十六世，2008年3月21日十字苦路後的講話
  - [3] 聖施禮華，《十字苦路》，第三處
  - [4] 教宗本篤十六世，2012年4月5日的講道
  - [5] 聖施禮華，《玫瑰經》，6
  - [6] 聖施禮華，《玫瑰經》，7
  - [7] 教宗方濟各，2014年3月29日十字苦路後的講話
  - [8] 聖施禮華，《天主之友》，302
  - [9] 《十字聖架啊！」歌詠
  - [10] 教宗本篤十六世，2011年4月22日十字苦路後的講話
-

pdf | document generated automatically  
from <https://opusdei.org/zht/meditation/Mo-Dao-Sheng-Zhou-Wu-Jiu-Zhu-Shou-Nan-Ji-Nian/> (2026年2月19日)