

十架苦路—文灿老师

从初期教会开始，基督徒便到耶路撒冷，重走耶稣背着十字架，从彼拉多的家走到各各他的路。这条路后来被称为“哀伤之路”（*Via Dolorosa*）和“十架之路”（*Via Crucis*）。到了16世纪，意大利、西班牙和德国周围都建立了很多复制的“十架之路”，很多都依足耶路撒冷的路线复制，甚至连所走的步数也依从。现在不只天主教教堂、修道院有“十架之路”，有些更正教的场地也有。

早期的文献没有定下苦路有多少个站，从7到37个都有。在17世纪才正式确定为14个站。到了近代，有些教会加上第十五个站庆祝主耶稣复活，但所有人都同意在大斋期不走这个站。

十架苦路的14个站追溯主耶稣从彼拉多的家到各各他，再到坟墓的路，混合了一些有圣经记载的事件，和一些教会传统留存下来的事件。

以下是引述自东尼·琼斯的《灵命雕塑师：建立青少年的属灵操练》一书中有关15个站思想和祷文：

第一站：耶稣被判死刑

神圣、公义、神真正的儿子被罪人审判，被判死刑。犹大出卖了他，群众高声呼喊要他死。彼拉多判他死罪。在开始这条前往钉十字架的路时，耶稣和每一个受过苦的人，每一个流过血、被鄙视或被不公地惩罚的人合而为一。他与你和我合而为一。宇宙的创造者经历人类终极的苦难。

祷告：主啊，但愿我受这旅程感动，但愿我和你一起走这旅程。虽然你的追随者在需要你时离弃你，求你不要让我独自上路。基督啊，我们敬拜你，我们赞美你，因为藉着你神圣的十字架，你救赎了世界。阿们。

第二站：耶稣接受十字架

耶稣肩头承担着十字架的重量，人类所有的罪的重量也压在那十字架上。我的罪令他要受此凌辱。他成了人，以致可以进入我们的喜乐和痛苦中，从而最终可以除去我们的罪。现在他每走一步，那些罪的重量都压着他。

祷告：全能的主耶稣啊，你背负全世界的重担，你承担了我所有的罪的重量，虽然它们令你疲惫，你还是一直背负它们到死。基督啊，我们敬拜你，我们赞美你，因为藉着你神圣的十字架，你救赎了世界。阿们。

第三站：耶稣在十字架的重压下第一次跌倒

耶稣突然倒下。十字架实在太重，他不能承受。他倒在地上，尝到被打败、软弱、不能继续下去是怎样的。但他仍然必须继续走下去。兵丁将他抓起来，逼他继续走。

祷告：亲爱的主啊，求你藉着你的第一次倒下，将我从罪中扶起，因为我悲惨地堕进罪的势力之下。即使在我感到自己不能继续下去的时候，求你给我力量继续我的旅程。基督啊，我们敬拜你，我们

赞美你，因为藉着你神圣的十字架，你救赎了世界。阿们。

第四站：耶稣遇见他的母亲

耶稣，你走向自己被处死的路上，看见自己的母亲时有什么感受？马利亚诞下这个男孩，在他年幼时带他到圣殿。那些有智慧的人称赞他时，马利亚将怀中的他举起。她和他一起逃到埃及，在他12岁时带他到耶路撒冷。他和马利亚在拿撒勒一起生活了30年。在婚宴上马利亚和他在一起。甚至在他离开她出去传道时，她仍然在他周围出现。现在，在他快要受死时，马利亚来给他安慰。

祷告：亲爱的耶稣，你看见你母亲在那里时想到什么呢？求你赐我与她有一样坚定的信心，即使在其他人逃走的时候，仍有留在你身边的勇气。基督啊，我们敬拜你，我们赞美你，因为藉着你神圣的十字架，你救赎了世界。阿们。

第五站：古利奈人西门帮助耶稣背十字架

耶稣可以独自背那个十字架，但他容许一个名叫西门的男人帮助他。正如他没有我的帮助也可以喂饱饥饿的人、给赤身的人衣服、为无家可归的人建家园……但他没有这样做。相反，他倚靠我帮助他，帮助他建立天国，帮助他背十字架。

祷告：亲爱的主，求你教导我与你一同受苦，让我为你受苦也成为乐趣。到了我需要帮助你背十字架时，求你给我西门的勇气和力量上前尽我的本分。基督啊，我们敬拜你，我们赞美你，因为藉着你神圣的十字架，你救赎了世界。阿们。

第六站：维罗妮加替耶稣抹面

耶稣走这个哀伤的旅程时，从他头上那荆棘冠冕滴下的血，混和着嘲弄他的人的唾沫。在人群中一个充满怜悯的朋友—维罗妮加，将他面上的唾沫、血和汗抹去。在这短暂的一刻，耶稣感到痛苦稍微减轻。

祷告：主啊，维罗妮加是我的榜样，她在需要时实行简单，但充满怜悯的行动。求你提醒我，重要的不一定是大事，而能够带来影响的往往是最微小的事。基督啊，我们敬拜你，我们赞美你，因为藉着你神圣的十字架，你救赎了世界。阿们。

第七站：耶稣第二次跌倒

十字架实在太重，耶稣再次跌倒。他擦损膝盖，他的脸埋进泥尘里。或许他记起“你本是尘土，仍要归于尘土”。或许在兵丁逼他再次站起来前，他能先喘一喘气。

祷告：宇宙的君王，那沉重的木十字架压着你时，你尝到尘土的味道。我再次因我自己那些罪的重量而震惊，你为我忍受这些羞辱，实在令我要谦卑下来。基督啊，我们敬拜你，我们赞美你，因为藉着你神圣的十字架，你救赎了世界。阿们。

第八站：耶路撒冷的妇女为我们的主哀哭

耶稣打破他那个时代很多的界限：他触摸麻疯病人，他在安息日替人治病，他在公众场合和妇女谈

话。耶稣不理睬压逼人的传统，他勇敢地面对挑战当权者。现在耶路撒冷的妇女在沿途与耶稣相遇，为他的命运哀哭，表达她们对他的感激。较早时，耶稣预言耶路撒冷的妇女为他哀哭，现在这预言应验了。

祷告：耶稣啊，十字架在我们的世界是那么普遍：它被挂在人们颈上、挂在墙上、竖立在坟地里。求你提醒我你要忍受多么可怕的折磨，以致我也可以看到十字架时为你的死哀哭。基督啊，我们敬拜你，我们赞美你，因为藉着你神圣的十字架，你救赎了世界。阿们。

第九站：耶稣第三次跌倒

耶稣完全破碎和垮掉，他再次倒下。这次连兵丁都知道他不能自己站起来。他们粗鲁地抓着神的儿子，半拖半推地带他到山上。十字架变得越来越重吗？耶稣越来越虚弱吗？曾经使死人复活、医治跛子、令瞎子重见日光的生命正消逝。

祷告：耶稣，神独一的儿子，成肉身的圣道，我怀着恐惧战惊敬拜你，深深感谢你忍受这可怕的羞辱。你容许自己这样被侮辱，令我不禁跪下。基督啊，我们敬拜你，我们赞美你，因为藉着你神圣的十字架，你救赎了世界。阿们。

第十站：耶稣被脱去衣服

耶稣的一生很贫困—他为了传扬福音，放弃了所有地上的财物，现在甚至连他穿在身上的外袍都被人粗暴地脱去，他背上的鞭伤也因而被撕开。仿佛钉十字架的侮辱还不足够，耶稣现在赤身站在群众面前。

祷告：主耶稣，你忍受堆到你身上的讥笑和嘲弄，怀着尊严面对你的命运。但愿在我一切都被人夺去时，也有勇气站稳。基督啊，我们敬拜你，我们赞美你，因为藉着你神圣的十字架，你救赎了世界。阿们。

第十一站：耶稣被钉十字架

巨大、锋利的铁钉被锤进耶稣的手腕和脚上，锤子的每一次击打都令他几乎失去知觉。现在兵丁将他举起，十字架砰的一声插入地上的洞中。耶稣的重量悬挂在那些铁钉上，他呼吸时需要将身体从铁钉上向上提。人们用一块沾了醋的海绵放到他嘴边，下面的兵丁拮据他的衣服，而血、气息和生命都从他身上流走。

祷告：耶稣啊，亲爱的耶稣，虽然你从没有犯罪，但你被挂在十字架上。在那里的应该是我而不是你。你代替我被挂在那里。基督啊，我们敬拜你，我们赞美你，因为藉着你神圣的十字架，你救赎了世界。阿们。

第十二站：耶稣死在十字架上

每吸一口气都要经过一番挣扎。耶稣喘着气，以微弱到几乎听不见的声音说：“父啊！我将我的灵魂交在你手里。”再喘一口气后，他的头垂下便完了。一个兵丁拿枪刺入他的肋骨中，血和水从那里流出，确定世界的救主已经死了。那代价已经付上，我们得到救赎了。

祷告：天上的父，你儿子在那残酷的木头上死去时，你有什么感受？圣灵，你有没有感到悲痛？基督啊，我们敬拜你，我们赞美你，因为藉着你神圣的十字架，你救赎了世界。阿们。

第十三站：耶稣被放在马利亚怀中

耶稣长大后，再没有躺在他母亲的怀中。但现在他没有生命的身体被人从十字架取下，放在马利亚怀中。她哭得多么凄凉啊！她 33 岁的儿子，那弥赛亚，满身鲜血，全身赤裸。他已经死去，她也无力帮助他，她自己也十分无助。

祷告：天父，看着那曾经是天真少女，在 30 年后抱着自己的儿子……你儿子的尸体，你有没有流泪？基督啊，我们敬拜你，我们赞美你，因为藉着你神圣的十字架，你救赎了世界。阿们。

第十四站：耶稣被埋葬在坟墓里

在耶稣最接近他永恒荣耀的那一刻，他似乎离那里最远。他的身体被放在冰冷的坟墓里，被大石密封，由罗马士兵看守。死亡是那么确定。

祷告：基督啊，让我相信你的计划高过我的计划。因为即使在一切都似乎失去时，你仍然在工作。对身为生命之子的你来说，死亡不是定论。基督啊，我们敬拜你，我们赞美你，因为藉着你神圣的十字架，你救赎了世界。阿们。

第十五站：坟墓是空的

星期日早晨，复活节一石头滚开，坟墓是空的，只有一些裹尸布。妇女首先发现这情况，不久门徒也来查看，坟墓真的是空的。这个消息传开：他复活了！他真的复活了！死亡不能得胜，坟墓没有得胜。耶稣基督甚至比死亡更强！

祷告：耶稣，我心欢呼，坟墓不能困住你。你带着新生命出来，也赐给我新生命。我接受你给我的恩赐一求你帮助我永不要视之为理所当然！基督啊，我们敬拜你，我们赞美你，因为藉着你神圣的十字架，你救赎了世界。阿们。

其实有关十架苦路的资料是有很多的，以上只是其中一个。若没有走过十架苦路的，以上的资料可以帮助我们走第一次。而当我们已经认识了之后，我们可以去到每一站，自己思想、自己祷告，不用再只按这些资料的引导。而且，就算我们是没有实体的十架苦路，但我们也可以在脑海中走这条十路苦路的。我们可以是个人、或小组一起走。我们也可以定期的，或在有需要时再走一走。走苦路从来都不是头脑的操练，而是属灵和情感的操练。愿我们在刚刚过了复活节的日子，可以尝试操练、操练！

欢迎浏览良友圣经学院网站 <http://new.ltshk.net/>，或 <https://lts33.net>，电邮至 school@liangyou.net 联络。