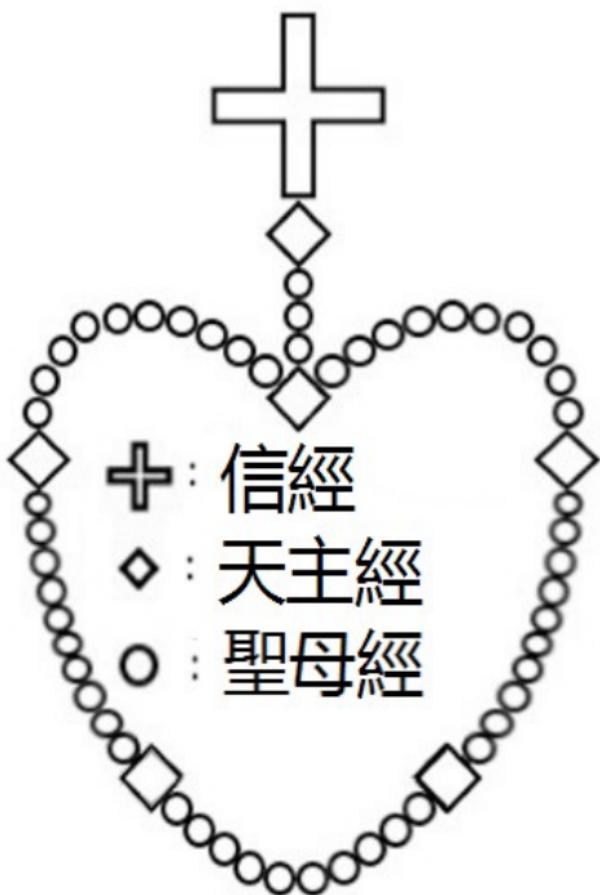




# 痛苦五端

# 如何诵念玫瑰经



念《天主经》一遍，《圣母经》十遍，之后一遍《光荣经》。每次诵念之前默想五端，我们可以为众人的灵魂祈祷。

- 1 痛苦一端:耶穌山園祈禱
- 2 痛苦二端:耶穌繫受鞭打
- 3 痛苦三端:耶穌受刺冠之苦辱
- 4 痛苦四端:耶穌背十字架上山受死
- 5 痛苦五端:耶穌被釘在十字架上死

耶稣说:我为救你，从天下降，亲尝你的苦难。这不是出于无可奈何，实是出于爱你的心情，为叫你学习坚忍之德，并学习忍受世苦。

因为我从生直到死在十字架上，没有不受苦的时候。日用之需，我常缺乏;世人的抱怨，我屡次听到;世人的凌辱，我屡次受过:他们以怨报德，轻慢我的圣迹，讥评我的道理。

# 1 痛苦一端:耶穌山園祈禱

## 天主經

36 随后，耶稣与他们来到一个叫客西马尼的地方。耶稣对门徒们说：“我走开在那里祷告的时候，你们坐在这里。” 37 他带了彼得和西庇太的两个儿子一起去，开始感到忧虑，极其难过， 38 就对他们说：“我的灵魂很忧伤，几乎要死。你们留在这里，与我一同警醒。”

聖母經

Mt 马太福音 26/ 36-38

35 耶稣稍往前走，俯伏在地，祷告说，如果有可能，让那时刻离开他。 36 他说：“阿爸！父啊！在你，没有不可能的事，请把这杯从我这里拿走吧！但不要照我的意愿，而要照你的意愿。”

聖母經

Mc 马可福音 14/35-36

37 耶稣回来，看见他们睡着了，就对彼得说：“西门，你睡着了？难道你不能警醒一个小时吗？ 38 要警醒祷告，免得陷入试探。你们心灵虽然愿意，肉体却是软弱的。”

聖母經

Mc 马可福音 14/37-38

42 耶稣第二次又去祷告说：“我父啊，如果这杯不能离开我，一定要我喝下，那就愿你的旨意成就！” 40 他又回来，看见他们在睡觉，因为他们眼皮发沉，也不知道要回答耶稣什么。

聖母經

Mt 马太福音 26/42 Mc 马可福音 14/40

41 然后他抽出身，离他们约有扔一块石头的距离，跪下祷告，42 说：“父啊，如果你愿意，请把这杯从我这里拿走吧！但不要成就我的意思，而要成就你的意思。”

聖母經

Lc 路加福音 22/41-42

43 有一位天使从天上向他显现，加添他的力量。 44 耶稣在极大的痛苦中，祷告更加恳切；他的汗珠变得像大血滴，落在地上。

聖母經

Lc 路加福音 22/ 43-44

41 耶稣第三次回来，对他们说：“你们还在睡觉、休息吗？已经够了，时候到了！看哪，人子被交在罪人的手里了。

42 起来，我们走吧！看，那出卖我的人快到了！”

聖母經

Mc 马可福音 14/ 41-42

47 耶稣还在说话的时候，忽然来了一群人。十二使徒中的一个，就是那称为犹太的，走在他们前头。他靠近耶稣，要亲吻他。 48 耶稣对他说：“犹大，你用亲吻礼来出卖人子吗？”

聖母經

Lc 路加福音 22/47-48

50 于是，那些人上前来，下手拘捕了耶稣。 51 这时候，忽然有一个与耶稣在一起的人伸手拔出刀来，向大祭司的奴仆砍去，削掉了他的一个耳朵。 52 耶稣就对他说：“把你的刀收回原处！因为凡动刀的，必死在刀下。”

聖母經

Mt 马太福音 26/50-52

55 这时候，耶稣对那群人说：“你们带着刀剑和棍棒出来抓我，就像对付强盗那样吗？我天天坐在圣殿里教导人，你们并没有抓我。 53 不过现在是你们的时候了，是黑暗掌权的时候了！” 56 这时候，所有的门徒都离开他，逃跑了。

聖母經

Mt 马太福音 26/55-56 Lc 路加福音 22/53

愿光荣归於父，及子，及圣神，  
起初如何，今日亦然，  
直到永远。  
亚孟。

## 2. 痛苦二端:耶穌繫受鞭打 天主經

53 他们把耶稣带到大祭司那里。所有的祭司长、长老和经文士都聚在一起。 54 彼得远远地跟着耶稣，直到进了大祭司的院子里。55 当时，祭司长们和全议会的人为了要处死耶稣，都在寻找证据来控告他。可是他们找不出什么。

聖母經

Mc 马可福音 14/53-55

63 耶稣却沉默不语。大祭司又对他说：“我命令你指着永生的神起誓，告诉我们你是不是基督——神的儿子？”64 耶稣回答他，说：“你已经说了。不过我告诉你们：将来你们会看见人子坐在全能者的右边，在天上的云彩中来临。”

聖母經

Mt 马太福音 26/63-64

65 大祭司就撕裂自己的衣服，说：“他说了亵渎的话！难道我们还需要什么见证人吗？看，现在你们都听见了这亵渎的话。 66 你们怎么看？”他们回答说：“他是该死的！”

聖母經

Mt 马太福音 26/65-66

67 当时他们就往他脸上吐唾沫，用拳头打他，也有人用手掌打他， 64 又蒙住他的眼睛问他，[1]说：“你说预言吧！打你的是谁？” 65 他们还说了很多别的话辱骂他。

聖母經

Mt 马太福音 26/67Lc 路加福音 22/64-65

73 过了一会儿，旁边站着的人过来对彼得说：“你真的也是与他们一伙的，因为连你的口音也把你暴露了。”74 彼得就开始赌咒并起誓说：“我不认识那个人！”立时，鸡就叫了。75 彼得想起耶稣说过的话：“鸡叫以前，你会三次不认我”，就到外面去，痛哭起来。

聖母經

Mt 马太福音 26/73-75

1 到了清晨，2 他们把耶稣捆起来带走，交给总督彼拉多。29 于是彼拉多出来，到他们那里，说：“你们提出什么来控告这个人？”30 他们回答说：“这个人如果不是作恶的，我们就不会把他交给了。”

聖母經

Mt 马太福音 27/1-2 Jn 约翰福音 18/29-30

2 开始控告耶稣，说：“我们发现这个人在败坏我们的同胞，阻止纳税给凯撒，还自称是基督、是王。”31 彼拉多对他们说：“你们自己把他带走，按照你们的律法审判他吧。”那些犹太人回答说：

“我们不可以处死人。”

聖母經

Lc 路加福音 23/2 Jean 18/31

33 彼拉多又进了总督府，把耶稣叫来，问他：“你是犹太人的王吗？”36 耶稣回答：“我的国不属于这个世界。如果我的国属于这个世界，我的仆人们早就会争战，不让我被交给那些犹太人。但如今，我的国不在这里。”

聖母經

Jn 约翰福音 18/33 -18/36

37 于是彼拉多问：“那么，你就是王？”耶稣回答：“是你说的，我就是王。我为此而生，也为此而来到这世界，是要为真理做见证。凡是属于真理的人，都听我的声音。”

聖母經

Jn 约翰福音 18/37

38 彼拉多说：“什么是真理？”说了这话，他又出去对犹太人说：“我查不出他有什么罪。39 不过你们有一个惯例：每逢逾越节，我可以给你们释放一个囚犯。那么，你们愿意我给你们释放这犹太人的王吗？”40 他们就再次大声喊叫说：“不要这个人！要巴拉巴！”这巴拉巴其实是个强盗。1 于是彼拉多吩咐把耶稣带走，鞭打了。

聖母經

Jn 约翰福音 18/38-40 Jn 约翰福音 19/1

愿光荣归於父，及子，及圣神，  
起初如何，今日亦然，  
直到永远。  
亚孟。

### 3. 痛苦三端:耶穌受刺冠之苦辱 天主經

4 彼拉多对祭司长们和众人说：“我查不出这个人有什么罪。”5 他们却更加坚持说：“他在犹太全地教导、煽动民众，从加利利开始，一直到这里。”6 彼拉多听了，就问：“这人是不是加利利人？”7 当他了解耶稣属于希律管辖，就把他送到希律那里。

聖母經

Lc 路加福音 23/4-7

8 希律见到耶稣就极其欢喜，因为他听说过耶稣的事，早就想要见他，一直希望看他行个神迹。9 于是他问了耶稣许多话，但是耶稣什么都不回答。

聖母經

Lc 路加福音 23/8-9

10 祭司长们和经文士们都站在那里，极力控告他。11 希律和他的军兵就藐视耶稣，戏弄他，给他披上华丽的衣服，然后把他送回彼拉多那里。12 在這一天，希律和彼拉多竟互相成了朋友；原來他們兩個人一向是彼此有仇的。

聖母經

Lc 路加福音 23/10-12

27 那时，总督的士兵们把耶稣带进总督府，召集了全队士兵在他周围。28 他们剥下耶稣的衣服，给他套上一件深红色的袍子，29 用荆棘编了冠冕，戴在他的头上，又把一根芦苇放在他的右手里，

聖母經

Mt 马太福音 27/27-29

29，然后跪在他面前，戏弄他说：“万岁，犹太人的王！”30 接着向他吐唾沫，拿芦苇打他的头。

聖母經

Mt 马太福音 27/29-30

4 彼拉多再次出来对犹太人说：“看！我把他带出来给你们，是要你们知道，我查不出他有什么罪。”

聖母經

Jn 约翰福音 19/4

5 这时候，耶稣出来了，他戴着荆棘冠冕，披着紫色袍子。彼拉多对他们说：“看，这个人！”

聖母經

Jn 约翰福音 19/5

6 祭司长们和差役们一看见耶稣，就喊叫说：“钉上十字架！钉上十字架！”彼拉多对他们说：“你们自己把他带走钉上十字架！要知道，我查不出他有罪。”7 那些犹太人回答：“我们有律法，按照这律法，他是应该死的，因为他把自己当做神的儿子。”

聖母經

Jn 约翰福音 19/6-7

8 彼拉多一听这话，就更加惧怕了，9 又进了总督府，问耶稣：“你到底是从哪里来的？”耶稣却没有回答他。

聖母經

Jn 约翰福音 19/8-9

10 彼拉多就说：“你不与我说话吗？难道你不知道我有权释放你，也有权把你钉上十字架吗？”11 耶稣回答：“如果权柄不是从上面赐给你的，你就对我没有任何权柄。所以，把我交给你的人有更大的罪。”

聖母經

Jn 约翰福音 19/10-11

愿光荣归於父，及子，及圣神，  
起初如何，今日亦然，  
直到永远。  
亚孟。

#### 4. 痛苦四端:耶穌背十字架上山受死

##### 天主經

24 彼拉多知道自己无济于事，反而骚乱倒要发生，就拿水在众人面前洗手，说：“流这人的血，罪不在我，你们自己看着办吧！”25 全体民众都回答说：“他的血归在我们和我们儿女的身上！”26 于是彼拉多给他们释放了巴拉巴

聖母經

Mt 马太福音 27/24-26

彼拉多对犹太人说：“看，你们的王！”15 他们就大声喊叫：“除掉他！除掉他！把他钉上十字架！”彼拉多问：“我可以把你们的王钉上十字架吗？”祭司长们回答：“除了凯撒，我们没有王！”16 于是彼拉多把耶稣交给他们去钉上十字架。

聖母經

Jn 约翰福音 19/14-16

16 他们就把耶稣带走了。17 耶稣自己背着十字架出来。26 他们把耶稣带走的时候，抓了一个从乡下来的古利奈人西门，把十字架放在他身上，要他背着，跟在耶稣后面。

聖母經

Jn 约翰福音 19/16-17 Lc 路加福音 23/26

27 有一大群人跟着耶稣，其中有些妇女为他捶胸哀哭。28 耶稣转过身来，对她们说：“耶路撒冷的女儿啊，不要为我哭，而要为你们自己、为你们的儿女哭！”

聖母經

Lc 路加福音 23/27-28

29 看，日子将要来到，那时人们会说：‘不能生育、没有怀过胎和没有乳养过婴儿的，是蒙福的！’

聖母經

Lc 路加福音 23/29

30 那时人们将开始对山岭说：‘倒在我身上吧！’对丘陵说：‘遮盖我们吧！’31 他们在树木青绿的时候尚且做这些事，那么在它枯萎的时候，还会发生什么呢？”

聖母經

Lc 路加福音 23/30-31

22 他们把耶稣带到一个叫各各他的地方——“各各他”翻译出来就是“骷髅地”；32 另有两个囚犯也和耶稣一起被带去处死。

聖母經

Mc 马可福音 15/22 Luc 23/32

19 彼拉多还写了一个牌子，挂在十字架上，写的是：“拿撒勒人耶稣，犹太人的王。”

聖母經

Jn 约翰福音 19/19

20 许多犹太人都读了这牌子，因为耶稣被钉十字架的地方离城不远，而且牌子是用希伯来文、拉丁文、希腊文写的。

聖母經

Jn 约翰福音 19/20

21 犹太人的祭司长们对彼拉多说：“请不要写‘犹太人的王’，而要写‘这个人说：我是犹太人的王。’”22 彼拉多回答：“我所写的，我已经写了。”

聖母經

Jn 约翰福音 19/21-22

愿光荣归於父，及子，及圣神，  
起初如何，今日亦然，  
直到永远。  
亚孟。

## 5. 痛苦五端:耶穌被釘在十字架上死 天主經

23 然后把调了没药的酒给耶稣，但他不接受。 24 于是，他们把耶稣钉上十字架，又分他的衣服，抽签看谁得什么。 25 在上午九点，他们把耶稣钉上了十字架。 27 同时，他们把两个强盗与耶稣一起钉上十字架，一个在右边，一个在左边。 34 那时，耶稣说：“父啊，赦免他们！因为他们不知道自己在做什么。”

聖母經

Mc 馬可福音 15/23-27 Lc 路加福音 23/34

29 那些路过的人辱骂耶稣，摇着头，说：“咳！你这个要拆毁圣所、三天内又建起来的人哪， 30 从十字架上下来，救救你自己吧！”

31 同样，祭司长们也与经文士们一起嘲笑，相互说：“他救了别人，却不能救自己！” 32 与耶稣一起被钉十字架的人也责骂他。

聖母經

Mc 馬可福音 15/29-32

39 被悬挂的两个囚犯中，有一个辱骂他说：“你不是基督吗？救救你自己，也救救我们吧！” 40 另一个就应声斥责他，说：“你既然同样受惩罚，还不怕神吗？”

聖母經

Lc 路加福音 23/39-40

41 我们受刑理所应当，因为我们所受的与我们所做的相称。但这个人却没有做过什么坏事。” 42 他接着说：“耶穌啊，你进了你国度的时候，求你记念我。” 43 耶稣对他说：“我确实地告诉你：今天你要与我一起在乐园里了。”

聖母經

Lc 路加福音 23/41-43

25 在耶稣的十字架旁边，站着他的母亲、他母亲的妹妹、，以及茉大拉的瑪麗亞。 26 耶稣看到母亲和他所爱的那门徒站在旁边，就对母亲说：“母亲，看哪，你的儿子！” 27 然后对那门徒说：“看哪，你的母亲！” 从那时候起，那门徒就把耶稣的母亲接到自己的家里。

聖母經

Jn 約翰福音 19/25-27

33 到了中午十二点，黑暗笼罩了整个大地，一直到下午三点。 34  
下午三点，耶稣大声呼喊：“以罗伊，以罗伊！拉玛撒巴克尼？”  
——这翻译出来就是“我的神，我的神！你为什么离弃我？”

聖母經

Mc 马可福音 15/33-34

28 这事以后，耶稣知道一切都已经完成了，为要应验经上的话，就说：“我渴了。”

聖母經

Jn 约翰福音 19/28

29 那里放着一个装满酸酒的容器。他们就把蘸满了酸酒的海绵套在牛膝草上，送到他的嘴边。 30 耶稣尝了酸酒后，就说：“成了！”然后垂下头，交出了灵魂。

聖母經

Jn 约翰福音 19/29-30

45 圣所里的幔子裂成两半。 46 耶稣大声呼唤：“父啊，我把我的灵魂交托在你手中。”说完这话，就断了气。 39 站在耶稣对面的百夫长，看见他这样1断了气，就说：“这个人真是神的儿子！”

聖母經

Lc 路加福音 23/45-46 Mc 马可福音 15/39

32 士兵们就来，把与耶稣一起被钉十字架的头一个人的腿打断，又把另一个人的也打断了。 33 可是，当他们来到耶稣那里，看见他已经死了，就没有打断他的腿。 34 不过有一个士兵用长矛刺入耶稣的肋旁，立刻有血和水流了出来。 35 看见这事的那人做了见证——他的见证是真实的，并且他知道他所说的是真实的一——这是为了要你们也信。

聖母經

Jn 约翰福音 19/32-35

愿光荣归於父，及子，及圣神，  
起初如何，今日亦然，  
直到永远。  
亚孟。

这本小册子建议您在每次诵念《圣母经》的间隙默想《痛苦五端》及诵读《福音》。他涉及到所有，他就像一个信徒传播给我们所有的见证。为什么五端是痛苦的？因为正如圣保罗在《哥林多前书》中所说：我们却是传钉十字架的基督，在犹太人为绊脚石，在外邦人为愚拙。  
(哥林多前书 1:23)

这样是如此的重要在加拉太旁并说：但无论是我们，是天上的使者，若传福音给你们，与我们所传给你们的不同，他就应当被咒诅。

(加拉太书 1:8)

### 圣女傅天娜神圣慈悲日记

186.今天,耶稣对我说：“我意愿妳更深刻地了解我的爱,当妳默想我的苦难圣死时,就会明白我圣心中,那为灵魂燃烧的爱情.妳要为罪人们祈求我的慈悲,我要他们都得到救赎;当妳怀着忏悔和信德的心,为某些罪人诵念这经文时,我就会恩赐他悔改的圣宠.这祈祷经文就是：

187.“从耶稣圣心涌出的圣血和圣水啊,是我们慈悲的泉源,我信赖祢!”

369.接着就在心灵中听到这声音：“默想我的苦难一小时,比受一整年鞭笞得遍体流血,功德更高;默想我痛苦的伤痕,对妳有很大的益处,也带给我莫大的喜悦.妳至今还没有完全弃绝自我意志,令我非常惊讶,不过,我异常高兴,因为这避静将使妳彻底改变.”

1397. 主对我说：“每一个灵魂的丧亡,都使我悲痛欲绝。当妳为罪人祈祷时,给予我莫大的安慰。为罪人悔改皈依的祈祷,令我最高兴。我的女儿,要知道,我必定俯听这种祈祷,而且有求必应。”

你们常存忍耐,就必保全灵魂。 Lc 路加福音 21/19

### 《师主篇》及其默想 第五十七章

耶稣说:吾子!在逆境中能忍耐、谦逊, 比在顺境中喜乐、虔诚, 更中悦我 .

1485.天主的慈悲,隐藏在圣体圣事中;上主的声音,从慈悲的宝座上对我们说:“你们所有人全到我这里来吧!”(玛窦:11:28)

耶稣:“犯罪的灵魂啊,不要惧怕你的救主。我率先主动来到你这里,因为我知道,单靠你自己,你无法把自己提升到我台前。孩子,不要逃离你的父亲;要坦白地与你慈悲的天主畅谈,祂渴望对你说赦罪的话,并慷慨地赏赐你恩宠。你的灵魂为我是何等的珍贵啊!我已把你的名字,刻在我手心里;我把你铭刻在我圣心中,成为一道深深的,永不磨灭的伤痕。”

耶稣:“我就是你的力量,我会在战斗中救助你。”

耶稣:“我的孩子,你惧怕慈悲的天主吗?我的神圣没有妨碍我对你大发慈悲。你看看,为了你,我在世间早已建立了慈悲的宝座,就是圣体龛;我从这宝座上,渴望进入你的心中。我身边没有大批随从或卫兵护卫着,你可以随时来见我。我想与你交谈,并渴望赏赐你恩宠。”

耶稣:“我的慈悲超过你的罪过及全世界的罪恶。谁能度量我浩瀚的仁慈?为了你,我从天堂降临人间;为了你,我慷慨赴义,心甘情愿被钉在十字架上;为了你,我让长矛刺透我的圣心,为你敞开了慈悲的泉源。那么,快来吧,怀着信赖心,从这清泉汲取恩宠。我不拒绝痛悔的心灵。你的苦难罪过已在我慈悲的深处消失了。不要跟我争论你的悲惨境遇。如果你把你所有的烦恼和悲痛交给我,便会令我非常开心。我要把我恩宠的珍宝,堆积在你身上。”

耶稣:“孩子,不要再诉说你的苦难过失,我早已淡忘了。我的孩子,你要仔细聆听,我想告诉你的话。来吧,靠近我的圣伤,从这生命的泉源,汲取你心灵所渴望的一切只要畅饮这生命的甘泉,你就不会在人生旅途中,感到疲惫不堪。请看我慈悲的光辉,不要害怕那些障碍你得救的仇敌。光荣赞美我的慈悲吧!”



*Amo Ergo Sum*