



十字圣架

复活之路

十字圣架光明之路的祈祷

Imprimatur:

The Most Reverend J. Michael Miller, CSB

Archbishop of Vancouver

30 March 2023

The Imprimatur is an official declaration that a book or pamphlet is free of doctrinal or moral error. No implication is contained therein that the one who has granted the Imprimatur agrees with the contents, opinions or statements expressed.

目录

前言	1
开祷词	2
十四处十字圣架复活之路	
I. 耶稣从死者中复活	4
II. 门徒们发现空墓	6
III. 复活的主显现给玛利亚玛达肋纳	8
IV. 复活的主在通往厄玛乌的路上	10
V. 复活的主把饼擘开，递给他们	12
VI. 复活的主显现给门徒	14
VII. 复活的主赐予平安，并授予赦罪的权柄	16
VIII. 复活的主坚固多默的信德	18
IX. 复活的主在提庇黎雅湖边与门徒们用餐	20
X. 复活的主宽恕伯多禄，并托付他牧养祂的羊群	22
XI. 复活的主派遣门徒去宣扬福音	24
XII. 复活的主升天	26
XIII. 门徒们与圣母等候圣神降临	28
XIV. 复活的主派遣圣神降临	30
结束祷	31
Sources and Acknowledgements	32
各式十字架的祈祷文	
十字架是... ..	33
朝拜十字架苦路前的祷文	34
圣十字架祷文	35
在圣十字架前祈祷	38
歌曲	
亲近十字架	39
敬拜主	40
宝贵十架	41
你是荣耀君王	42
Bangkitlah!	43

前言

复活节的钟声已敲响。

耶稣复活，带来喜悦和新生命的希望。十字圣架光明之路

（Via Lucis）与十字圣架之苦路（Via Crucis）类似，

是一种虔诚的敬拜。

十字圣架之苦路是追随耶稣最后痛苦和死亡的时刻。

十字圣架光明之路，也被称为十字圣架

复活之路，庆祝复活节后的五十天，是基督教

历法中最欢乐的时刻。

十字圣架光明之路以旅程为比喻，从黑暗和苦难的经历

走向光明和希望。



开祷词

众： 阿肋路亚，阿肋路亚。
儿女们，让我们歌唱！
天上的君王，荣耀的君王，
今天战胜了死亡，阿肋路亚！

十字圣号

读经： 如果我们借着同他相似的死亡，
已与他结合，也要借着同他相似
的复活与他结合，… 所以，如果
我们与基督同死，我们相信也要
他同生（罗 6:5-8）

反思： 让我们以光明之子和光明之女的身
份，以及复活主的见证人的身份，
踏上这信仰的朝圣之路——十字圣架
光明之路。让我们默想基督的复活，
探索基督在我们生命中闪耀的光明
之路。



「他已复活了。」

(玛 28:5-6)

第一处

耶稣从死者中复活

众

耶稣，我钦崇你，赞美你。

藉着十字圣架和复活的光辉，祢救赎了普世。

读经

天使对妇女说：「你们不要害怕！我知道你们寻找被钉死的耶稣。他不在这里，因为他已经照他所说的复活了。你们来看看那安放过他的地方。」（玛 28:5-6）

默想片刻

祷词

天主啊，这就是祢创造的日子。祢使基督从死者中复活，也使我们与基督一同复活，祢为自己创造了新的子民。当我们聆听那带来救恩的话语时，求祢使我们的心火热起来。藉着我们身边的朋友和陌生人，求祢向我们显明那位起初受苦，如今已进入荣耀之人的面容——耶稣基督，我们逾越节的羔羊和平安，与祢一同永生永世掌权。阿们。

可选：圣三光荣颂

阿肋路亚

阿肋路亚，阿肋路亚，阿肋路亚。

复活清晨天将亮，几位忠信的妇女，
前往寻找主的墓穴。阿肋路亚！



「他不在这里。」

(玛 28:1-6)

第二处

门徒们发现空墓

众

耶稣，我钦崇你，赞美你。

藉着十字圣架和复活的光辉，祢救赎了普世。

读经

那时，先来到坟墓的那个门徒，也进去了，一看见就相信了。

（若 20:8）

默想片刻

祷词

天父，万物的创造者，今天是充满喜乐的日子。主显现给那些开始失去希望的人，并开启他们的眼睛，使他们明白经上所记载的：祂必须受苦，并要从死者中复活。愿复活的主吹入我们的心中，开启我们的双眼，使我们在擘饼时认识祂，并跟随祂复活的生命。阿们。

可选：圣三光荣颂

阿肋路亚

阿肋路亚，阿肋路亚，阿肋路亚。

耶稣所爱的宗徒若望，跑得比伯多禄还要快，

最先来到主的坟墓前。阿肋路亚！



「辣步尼!」

(若 20:16)

第三处

复活的主显现给玛利亚玛达肋纳

众

耶稣，我钦崇你，赞美你。

藉着十字圣架和复活的光辉，祢救赎了普世。

读经

耶稣给她说：「玛利亚！」她便转身用希伯来话对他说：「辣步尼！」就是说「师傅。」耶稣向她说：「你别拉住我不放，因为我还没有升到父那里；你到我的弟兄那里去，告诉他们：我升到我的父和你们的父那里去，升到我的天主和你们的天主那里去。」

（若 20:16-17）

默想片刻

祷词

天父，祢希望万民得救，并认识祢的真理。求祢差遣工人去收割祢的庄稼，使福音传遍天下。愿祢的子民因生命的圣言聚集在一起，因圣体圣事的力量得以坚固，在救恩的道路上不断前进。阿们。

可选：圣三光荣颂

阿肋路亚

阿肋路亚，阿肋路亚，阿肋路亚。

玛利亚玛达肋纳、撒罗默，和雅各伯的母亲玛利亚，那天都未迟疑前去涂抹主的圣体。阿肋路亚！



「你们彼此谈论的是些什么事？」

(路 24:13-17)

第四处

复活的主在通往厄玛乌的路上

众

耶稣，我钦崇你，赞美你。

藉着十字圣架和复活的光辉，祢救赎了普世。

读经

正谈话讨论的时候，耶稣亲自走近他们，与他们同行。他们的眼睛却被阻止住了，以致认不出他来。耶稣对他们说：「你们走路，彼此谈论的是些什么事？」他们就站住，面带愁容。耶稣于是对他们说：「唉！无知的人哪！为信先知们所说的一切话，你们的心竟是这般迟钝！默西亚不是必须受这些苦难，才进入他的光荣吗？」他于是从梅瑟及众先知开始，把全部经书论及他的话，都给他们解释了。（路 24:15-17, 25-27）

默想片刻

祷词

主啊，请与我们同在。求祢开启我们的心，使我们获得真正的皈依，如同我们在擘饼时认识了主一样，求祢使我们成为新人类的见证，在祢的爱中更新、和好、并得到平安。请差遣我们成为祢所赐予众人的悔改与宽恕的使者。阿们。

可选：圣三光荣颂

阿肋路亚

阿肋路亚，阿肋路亚，阿肋路亚。

当晚宗徒聚惶恐，亲爱的主临其中，
说道：「愿你们平安。」阿肋路亚！



「他们的眼睛开了，这才认出耶稣来。」

(路 24:28-32)

第五处

复活的主把饼擘开，递给他们

众

耶稣，我钦崇你，赞美你。

藉着十字圣架和复活的光辉，祢救赎了普世。

读经

他们强留他说：「请同我们一起住下吧！因为快到晚上，天已垂暮了。」耶稣就进去，同他们住下。当耶稣与他们坐下吃饭的时候，就拿起饼来，祝福了，擘开，递给他们。他们的眼睛开了，这才认出耶稣来；但他却由他们眼前隐没了。（路 24:29-32）

默想片刻

祷词

复活的耶稣，我们渴望与你同行，愿我们在聆听祢话语时，心中燃起炽热的火焰，感受到生命的喜悦。我们渴望与你共融，开启我们的眼睛，使认出祢就在我们中间。并在圣体圣事中，向我们和近人彰显祢的圣洁。阿们。

可选：圣三光荣颂

阿肋路亚

阿肋路亚，阿肋路亚，阿肋路亚。

多默初闻主复活，宗徒见主报佳音，

他却怀疑不敢信。阿肋路亚！



「愿你们平安！」

(路 24:36-39)

第六处

复活的主显现给门徒

众

耶稣，我钦崇你，赞美你。

藉着十字圣架和复活的光辉，祢救赎了普世。

读经

耶稣向他们说：「你们为什么恐惶？为什么心里起了疑虑？你们看看我的手，我的脚，分明是我自己。你们摸摸我，应该知道：鬼神是没有肉躯和骨头的，如同你们看我，却是有的。」说了这话，就把手和脚伸给他们看。（路 24:38-40）

默想片刻

祷词

永恒权能与光明的天主，求祢垂怜并眷顾祢教会的团体。求您拯救所有人，扶持跌倒的人，使旧事焕然一新，使万物趋于完美。以上所求是靠我们的主，耶稣基督，祂和祢及圣神，是唯一天主，永生永王。阿们。

可选：圣三光荣颂

阿肋路亚

阿肋路亚，阿肋路亚，阿肋路亚。

多默，来看我的侧伤，瞧瞧我的手和脚，

主说：「不要怀疑，要信。」阿肋路亚！



「你们赦免谁的罪，就给谁赦免。」

(若 20:22-23)

第七处

复活的主赐予平安，并授予赦罪的权柄

众

耶稣，我钦崇你，赞美你。

藉着十字圣架和复活的光辉，祢救赎了普世。

读经

耶稣来了，站在中间对他们说：「愿你们平安！」说了这话，便把手和肋膀指给他们看。门徒见了主，便喜欢起来。耶稣又对他们说：「愿你们平安！就如父派遣了我，我也同样派遣你们。」说了这话，就向他们嘘了一口气，说：「你们领受圣神罢！你们赦免谁的罪，就给谁赦免；你们存留谁的，就给谁存留。」

（若 20:19-23）

默想片刻

祷词

完美和平之神，暴力与残酷不属于祢。愿和平共处之人坚守团结的善意；愿敌对之人忘却仇恨，获得治愈。阿们。

可选：圣三光荣颂

阿肋路亚

阿肋路亚，阿肋路亚，阿肋路亚。

多默不再怀疑，他看见主的手脚与肋旁，

呼喊道：「我主！我天主！」阿肋路亚！



「相信！」
(若 20:24-29)

第八处

复活的主坚固多默的信德

众

耶稣，我钦崇你，赞美你。

藉着十字圣架和复活的光辉，祢救赎了普世。

读经

但他对他们说：「我除非看见他手上的钉孔，用我的指头，探入钉孔；用我的手，探入他的肋膀，我决不信。」八天以后，耶稣的门徒又在屋里，多默也和他们在了一起。门户关着，耶稣来了，站在中间说：「愿你们平安！」然后对多默说：「把你的指头伸到这里来，看看我的手罢！并伸过你的手来，探入我的肋旁，不要作无信的人，但要作个有信德的人。」多默回答说：「我主！我天主！」耶稣对他说：「因为你看见了我才相信吗？那些没有看见而相信的，才是有福的！」（若 20:25-29）

默想片刻

祷词

仁慈的天父，我们不再从死人中寻找耶稣，因为祂已复活，并且成为生命的主宰。祢使我们从死亡的深渊中与祂一同复活，并更新祢在我内的生命。阿们。

可选：圣三光荣颂

阿肋路亚

阿肋路亚，阿肋路亚，阿肋路亚。

那些未曾见过，信仰始终坚定的人是有福的，因为他们必得永生。阿肋路亚！



「是主！」

(若 21:4-8)

第九处

复活的主在提庇黎雅湖边与门徒们用餐

众

耶稣，我钦崇你，赞美你。
藉着十字圣架和复活的光辉，祢救赎了普世。

读经

耶稣对他们说：「把你们刚才所打得的鱼拿一些来！」西满伯多禄便上去，把网拉上岸来，网里满了大鱼，共一百五十三条；虽然这么多，网却没有破。耶稣向他们说：「你们来吃早饭罢！」门徒中没有人敢问他：「你是谁？」因为知道是主。（若 21:10-12）

默想片刻

祷词

天父，真理的创始者，昔日在黑暗中的子民，已聆听了祢的圣言，并跟随祢的圣子，从坟墓中复活。求祢垂听这新生子民的祈祷，坚固祢的教会，回应祢的召叫。愿我们从死而生，步入光明之境，常站立于祢面前，直至永恒的曙光升起。以上所求是靠我们的主基督。阿们。

可选：圣三光荣颂

阿肋路亚

阿肋路亚，阿肋路亚，阿肋路亚。
复活节清晨天刚亮，悲伤的门徒前行去，
寻找耶稣安息墓地。阿肋路亚！



「你喂养我的羊群！」

(若 21:15-17)

第十处

复活的主宽恕伯多禄，并托付他牧养祂的羊群

众

耶稣，我钦崇你，赞美你。

藉着十字圣架和复活的光辉，祢救赎了普世。

读经

吃完了早饭，耶稣对西满伯多禄说：「若望的儿子西满，你比他们更爱我吗？」伯多禄回答说：「主，是的，你知道我爱你。」耶稣就对他说：「你喂养我的羔羊。」… 伯多禄因耶稣第三次问他说：「你爱我吗？」便忧愁起来，遂向他说：「主啊！一切你都知道，你晓得我爱你。」耶稣对他说：「你喂养我的羊群。」

（若 21:15-17）

默想片刻

祷词

天父，请以你爱的烈火充满我们的心。愿我们藉着分享祢所赐的美好，为每个人争取正义与平等，终止一切分裂，建立一个以爱与和平为基础的社会。阿们。

可选：圣三光荣颂

阿肋路亚

阿肋路亚，阿肋路亚，阿肋路亚。

他们看见一位天使，身披白衣坐在那里，

对三人说：「你们的主已经去了加里肋亚。」阿肋路亚！



「你们要去使万民成为门徒！」

(玛 28:16-20)

第十一处

复活的主派遣门徒去宣扬福音

众

耶稣，我钦崇你，赞美你。

藉着十字圣架和复活的光辉，祢救赎了普世。

读经

所以你们要去使万民成为门徒，因父及子及圣神之名给他们授洗，教训他们遵守我所吩咐你们的一切。看！我同你们天天在一起，直到今世的终结。（玛 28:19-20）

默想片刻

祷词

创造万物的上主，祢的大能使耶稣从死者中复活；求祢以圣神的力量坚固我们，去使万民成为你的门徒；遵守耶稣基督的教导，并确信祂永远与我们同在，直到世界的终结。阿们。

可选：圣三光荣颂

阿肋路亚

阿肋路亚，阿肋路亚，阿肋路亚。

我们与圣教会团结一致，永远公正和正义，
荣耀归于光明之王。阿肋路亚！



「耶穌被舉上升。」

(宗 1:9-11)

第十二处 复活的主升天

众

耶稣，我钦崇你，赞美你。

藉着十字圣架和复活的光辉，祢救赎了普世。

读经

主耶稣给他们说了这些话以后，就被接升天，坐在天主的右边。他们出去，到处宣讲，主与他们合作，并以奇迹相随，证实所传的道理。（谷 16:19-20）

默想片刻

祷词

永恒的上主，求以祢圣神装备我们。开启我们的心眼，使我们明了祢的大能。愿我们凭着祢的大能，勇敢地向所有人传扬我们得救的福音。以上所求，是靠我们的主基督。阿们。

可选：圣三光荣颂

阿肋路亚

阿肋路亚，阿肋路亚，阿肋路亚。

让我们谦卑地感谢上主，并赐予祂应有的赞美，赐予祂逾越节的祝福。阿肋路亚！



「同心合意地专务祈祷。」

(宗 1:12-14)

第十三处

门徒们与圣母等候圣神降临

众

耶稣，我钦崇你，赞美你。

藉着十字圣架和复活的光辉，祢救赎了普世。

读经

他们进了城，就上了那座他们所居住的楼房，在那里有伯多禄、若望、雅各伯、安德肋、斐理伯、多默、巴尔多禄茂、玛窦、阿耳斐的儿子雅各伯、热诚者西满及雅各伯的兄弟犹达。这些人同一些妇女及耶稣的母亲玛利亚并他的兄弟，都同心合意地专务祈祷。

（宗 1:12-14）

默想片刻

祷词

至圣的天父，请看祢的教会在此聚集，就如同门徒们与圣母在楼房上祈祷。请赐给我们祢的圣神，以完成祢的旨意。愿我们欣然分享基督的苦难，且欢庆祂的荣耀。以上所求，是靠我们的主，耶稣基督。 阿们。

可选：圣三光荣颂

阿肋路亚

阿肋路亚，阿肋路亚，阿肋路亚。

在这最神圣的日子里，向天主举起你们的心声，
赞美、欢庆，献上荣耀。 阿肋路亚！



「众人都充满了圣神。」

(宗 2:2-4)

第十四处

复活的主派遣圣神降临

众

耶稣，我钦崇你，赞美你。

藉着十字圣架和复活的光辉，祢救赎了普世。

读经

忽然，从天上来了一阵响声，好象暴风刮来，充满了他们所在的全座房屋。有些散开好象火的舌头，停留在他们每人头上，众人都充满了圣神，照圣神赐给他们的话，说起外方话来。（宗 2:2-4）

默想片刻

祷词

天父，通过这次属灵的旅程，祢提醒我们祢爱的奥秘是何等丰盛。请垂视祢聚集祈祷中的子民，愿他们敞开心门，领受圣神的火焰。愿它降临在我们心中，消除言语与语言的分歧。愿我们怀着喜乐与感恩的心，同声歌颂你的圣名。以上所求，是靠我们的主基督，祂和祢及圣神，永生永王。阿们。

可选：圣三光荣颂

阿肋路亚

阿肋路亚，阿肋路亚，阿肋路亚。

天主的儿女们，听啊，荣耀的君王，受崇敬的主，已从死里复活，重获新生。阿肋路亚！



结束祷

读经

主耶稣给他们说了这些话以后，就被接升天，坐在天主的右边。他们出去，到处宣讲，主与他们合作，并以奇迹相随，见证所传的道理。（谷 16:20）

反思

借着十字圣架光明之路，我们与复活的主一同走过朝圣之旅。作为基督的仆人和见证人，让我们以救主教导我们的方式祈祷：

众

我们的天父，愿祢的名受显扬；
愿祢的国来临；愿祢的旨意奉行在人间，如同在天上。
求祢今天赏给我们日用的食粮；
求祢宽恕我们的罪过，如同我们宽恕别人一样；
不要让我们陷于诱惑；但救我们免于凶恶。阿门。

祷词

主啊，愿我们所做的一切，都始于你的启示，
在祢的帮助下，持续并引导我们达到圆满。
以上所求是靠我们的主基督。阿们。

互祝平安

SOURCES AND ACKNOWLEDGEMENTS

Primary Sources

Via Lucis, The Way of Light - Stations of the Resurrection. A booklet was a component of the award-winning program, Jubilee 2000, and was produced by the Archdiocese of Detroit for Year Five (2005), "Living Christ's Presence." Translation facilitated by Rev. John West, Archdiocese of Detroit. The Official Vatican Prayerbook for the Jubilee Year 2000, Pilgrim Prayers, is cited within this booklet as sourced with permission.

Holy Bible. The New Revised Standard Version, Catholic Edition. Imprimatur Canadian Conference of Catholic Bishops (October 15, 1991).

The Harrowing of Hell. Retrieved February 2, 2025, from: <https://www.flickr.com/photos/jimforest/159475497/in/photostream/>

Secondary Sources

Byer, Glenn. *Via Lucis, The Way of Light.* New London: Novalis Publishing, 2013.

Directory on Popular Piety and the Liturgy. December 2001. Article 153. Retrieved February 23, 2023, from: https://www.vatican.va/roman_curia/congregations/ccdds/documents/rc_con_ccdds_doc_20020513_versdirettorio_en.html

Pilgrim Prayers: The Official Vatican Prayerbook for the Jubilee Year 2000. New York: The Continuum Publishing Company, 1999.

Photos by Maria Snehlata Somany

十字架是...

十字架是基督徒的希望。
十字架是死者中的复活。
十字架是迷失者的道路。
十字架是迷失者的救世主。
十字架是瘸子的手杖。
十字架是盲人的引导。
十字架是弱者的力量。
十字架是病人的医生。
十字架是神父的目标。
十字架是绝望者的希望。
十字架是奴隶的自由。
十字架是君王的权力。
十字架是种子的水源。
十字架是奴隶的安慰。
十字架是寻求水之人的泉源。
十字架是赤裸者的衣裳。

天父，我们感谢您赐予我们十字架。
阿们。

朝拜十字架苦路前的祷文

我主耶稣，
你为我舍去了性命，爱我至深，
而我却多次抛弃你；
现在我全心全意地爱你，
因为爱你，我痛悔我的罪过。

我的天主，求你宽恕我，
让我陪伴你同行。
你为爱我而走向死亡；
我挚爱的救主，
我也愿为爱你而死。
我的耶稣，我愿永远与你同生共死。

苦路祷文后，请念：

5 天主经...

5 圣母经...

5 圣三光荣颂...

为纪念耶稣基督的苦难，
另一次为教宗的意向。

圣十字架祷文

上主，求你垂怜。 上主，求你垂怜。
基督，求你垂怜。 基督，求你垂怜。
上主，求你垂怜。 上主，求你垂怜。
基督，求你俯听我们。 基督，求你垂允我们。

在天的天主圣父，求祢垂怜我们。
赎世的天主子，...
普施神恩的天主圣神，...

圣十字架，那为世人的罪而牺牲的天主羔羊，求祢拯救我们。

基督徒的希望，十字架救我。
死而复活的誓言，十字架救我。
受迫害无辜者的庇护，十字架救我。
盲人的引路，十字架救我。
迷途者的道路，十字架救我。
跛子的权杖，十字架救我。
穷人的安慰，十字架救我。
强者的约束，十字架救我。
骄傲者的毁灭，十字架救我。

罪人的避难所，十字架救我。
战胜地狱的战利品，十字架救我。
魔鬼的恐惧者，十字架救我。
青年之导母，十字架救我。
受苦者的救助，十字架救我。
绝望者的希望，十字架救我。
航海之星，十字架救我。
沉船的港湾，十字架救我。

被围困者的壁垒，十字架救我。
孤儿之父，十字架救我。
寡妇的庇护，十字架救我。
正义者的顾问，十字架救我。
恶人的审判者，十字架救我。
受苦者的安慰，十字架救我。
童年的庇护，十字架救我。
成年的力量，十字架救我。
老年人的最后希望，十字架救我。
黑暗中的光明，十字架救我。
君王的辉煌，十字架救我。

世界的文明者，十字架救我。
坚不可摧的盾牌，十字架救我。
愚人的智慧，十字架救我。
奴隶的自由，十字架救我。
无知者的知识，十字架救我。
可靠的人生准则，十字架救我。
先知的宣告，十字架救我。
宗徒的宣讲，十字架救我。
殉道者的荣耀，十字架救我。
隐秀者的学习，十字架救我。

处女的贞洁，十字架救我。
神父的喜乐，十字架救我。
教会的根基，十字架救我。
世界的救赎，十字架救我。
毁灭偶像崇拜，十字架救我。
犹太人的绊脚石，十字架救我。
谴责不敬虔的人，十字架救我。
扶持弱者，十字架救我。
病人的医治，十字架救我。

麻风病人的康复，十字架救我。
瘫痪者的力量，十字架救我。
饥饿者的食粮，十字架救我。
口渴者的泉源，十字架救我。
赤裸者的衣服，十字架救我。

除免世罪天主羔羊，求祢宽赦我们。
除免世罪天主羔羊，求祢俯允我们。
除免世罪天主羔羊，求祢垂怜我们。

上主，求你垂怜。
基督，求你垂怜。
上主，求你垂怜。

领：基督，我们钦崇祢，赞美祢。
众：藉着十字圣架，祢救赎了普世。

领：让我们祈祷，

天主，祢自谦自卑，服从至死，且死在十字架上。
藉着十字圣架与圣死，求祢拯救我们脱离地狱的痛苦，
并引导我们到达祢已为我们预所的地方。
主，你是天主，永生永王。
阿们。

在圣十字架前祈祷

啊，尊贵的救主耶稣基督，祢为我们的罪死在十字架上。
耶稣的圣十字架，愿祢成为我真实的光明！

啊，圣十字架，请成为我的真光。

啊，圣十字架，请以善念充满我的灵魂。

啊，圣十字架，请驱除我一切邪恶之事。

啊，圣十字架，让远离一切危险与死亡，并赐我永恒的生命！
被钉十字架的拿撒勒人耶稣啊，请怜悯我，直到永远。

为纪念耶稣的宝血、祂的死亡、复活及升天，

引领我们获得永生；

正如耶稣真实诞生于圣诞日；

正如耶稣真实受难于耶稣受难日；

正如若瑟与尼苛德摩将耶稣从十字架上取下并安葬祂；

正如耶稣真实升天；

愿祂永远保守我，免受一切有形与无形仇敌的伤害。

主耶稣基督，求祢怜悯我！

圣母玛利亚与圣若瑟，为我祈求。

主耶稣基督，藉祢在十字架上的苦难，赐我力量，

使我无畏惧地背负自己的十字架。

赐我恩宠去跟随祢的脚步。

阿们。

歌曲

亲近十字架

主使我亲十字架 那儿有生命水
由加尔瓦略流下 洗除万民的罪
十字架 十字架 永是我的荣耀
我众罪都洗清洁
只靠耶稣宝血

我与主同钉十架 和他同葬同活
今因信主在我心 我活是为主活
十字架 十字架 永是我的荣耀
我众罪都洗清洁
只靠耶稣宝血

敬拜主

敬拜主 敬拜尊贵的主
荣耀德能一切赞美都归于祂
敬拜主 敬拜权柄的主
从祂宝座 德能显现 万民称颂

来高举 一同高举 主耶稣圣名
来彰显 一同彰显 耶稣荣耀君王
敬拜主 敬拜尊贵的主
祂曾舍命 今的荣耀 万王之王



宝贵十架

主耶稣我感谢祢
祢的身体为我而捨
帶我出黑暗进入光明国度
使我再次能看见
主耶稣我感谢祢
祢的宝血为我而流
宝贵十架上医治恩典湧流
使我完全得自由
宝贵十架的大能赐我生命
主耶稣我俯伏敬拜祢
宝贵十架的救恩是祢所立的约
祢的爱永远不会改便

你是荣耀君王

你是荣耀的君王，
你是和平之主，
你是天地万有主宰，
惟有祢圣洁公义；
天使都向祢跪下，
敬拜尊崇祢；
因为在祢有永生之道，
祢是主耶稣基督。
贺三纳归于大卫的子孙！
贺三纳归于万王之王！
愿荣耀归于至高主，
耶稣是默西亚！

BANGKITLAH!

Copyright © 2025 Malaysian Pastoral Convention 2026

1. Tuhan, Engkaulah, yang mahakuasa,
Kau teguh kekuatanku.
Tetap sama dulu, sekarang, dan selama-lamanya.
Bapa yang kekal, Pencipta alam,
Kau kenal s'gala caraku.
Tetap sama belas kasih-Mu, untuk kami semua.

Kau beriku hidup yang baru,
Ku hidup kerana kasih-Mu.

*Chorus: Bangunlah dan bersinarlah,
kibarkan tinggi bendera Tuhan,
menyampaikan khabar baik Yesus
kepada semua bangsa.
Tinggikanlah salib Tuhan Yesus,
Tuhan telah membebaskan kita
dengan darah kemuliaannya
kami bangkit semula. Bangkitlah!*

2. Yesus, Engkaulah, Put'ra yang Tunggal,
Nama atas s'gala nama.
Kaulah jalan dan kebenaran, dan kehidupan
Engkaulah raja dan penyelamat,
penebus s'gala dosaku
berlimpah-limpah rahmat dari salib-Mu.

Kau beriku hidup yang baru,
Ku hidup kerana salib-Mu [*Chorus*]

Bridge: Datang Roh Kudus, mengubah kita
dan membawa bangsaMu ke cahayaMu... [*Chorus*]

Ending: Bangkitlah! Bangkitlah!
Bangkitlah! Bangkitlah!

"Bangkitlah!"

Scan to listen and sing along.

扫码收听并跟唱。

Imbas untuk mendengar dan menyanyi bersama.

கேட்கவும் பாடவும் ஒன்றிச் செய்யவும்.



*Death and Life faced each other in a prodigious duel.
The Lord of life was dead, but now, alive, he triumphs.
Christ, my hope, has risen.
Yes, we are certain: Christ is truly risen.
Amen. Alleluia!*

VICTIMAE PASCHALI LAUDES