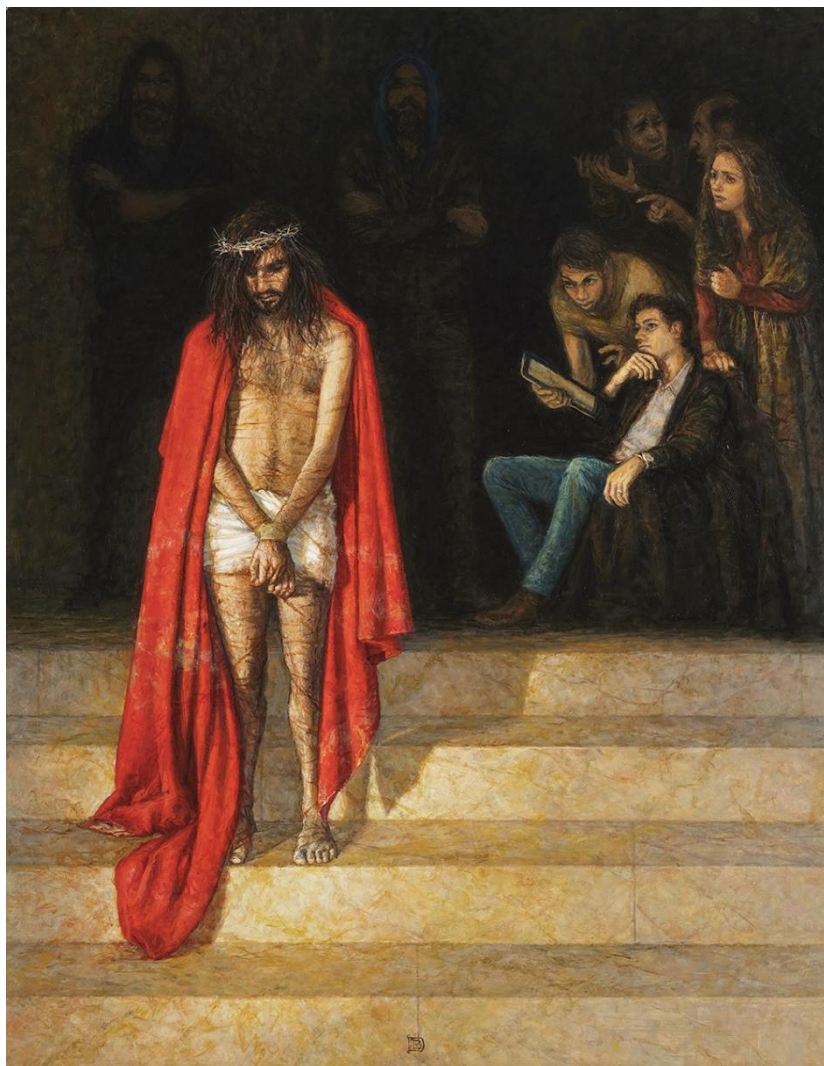


第一站：耶穌被判死刑



無罪的基督受審，誰判祂死罪？我本可擇善而行，說實話，糾正事情；但我像彼拉多沉默，自保並洗手。當我們只順從惡言，就無力與主同行。耶穌就在我身邊，祂為真理作見證，祂的勇氣幫助我。

**每天抽 10 分鐘安靜，
默想主耶穌的受苦和釘十字架。**

第二站：耶穌背負十字架



人把快樂建在他人的痛苦上，隱藏自己的不安。耶穌擁有至高權柄，卻卑微待人，甚至為愛而受難。我們能從祂找到人間苦難的答案。

**在聖灰日(2 月 14 日)用較長時間安靜，
默想主耶穌的受苦和釘十字架。**