

## **Banal na Daan ng Krus para sa Kuwaresma**

### **Ang Unang Istasyon: Si Jesus sa Hardin ng Getsemani**

#### ***Ipanalangin natin ang kapayapaan para sa Holy Land***

#### **Namumuno:**

Sinasamba ka namin, O Kristo, at pinupuri ka namin.

#### **Lahat:**

Sapagkat sa pamamagitan ng iyong banal na krus ay tinubos mo ang mundo

#### **Pagninilay sa Banal na Salita -Mateo: 26:36-46**

Nang magkagayo'y dumating si Jesus na kasama sila sa isang dako na tinatawag na Getsemani, at sinabi sa kaniyang mga alagad, Magsiupo kayo rito, samantalang ako'y pumaparoon doon at manalangin. [37](#) At kaniyang isinama si Pedro at ang dalawang anak ni Sebedeo, at nagpasimula siyang namanglaw at nanglumong totoo. [38](#) Nang magkagayo'y sinabi niya sa kanila, Namamanglaw na lubha ang kaluluwa ko, hanggang sa kamatayan: mangatira kayo rito, at makipagpuyat sa akin. [39](#) At lumakad siya sa dako pa roon, at siya'y nagpatirapa, at nanalangin, na nagsasabi, Ama ko, kung baga maaari, ay lumampas sa akin ang sarong ito: gayon ma'y huwag ang ayon sa ibig ko, kundi ang ayon sa ibig mo. [40](#) At lumapit siya sa mga alagad, at sila'y kaniyang naratnang nangatatutulong, at sinabi kay Pedro, Ano, hindi kayo maaaring mangakipagpuyat sa akin ng isang oras? [41](#) Kayo'y mangagpuyat at magsipanalangin, upang huwag kayong magsipasok sa tukso: ang espiritu sa katotohanan ay may ibig, datapuwa't mahina ang laman. [42](#) Muli siyang umalis na bilang ikalawa, at nanalangin, na nagsasabi, Ama ko, kung di mangyayaring makalampas ito, kundi ko inumin, mangyari nawa ang iyong kalooban. [43](#) At siya'y nagbalik na muli at naratnan silang nangatatutulong, sapagka't nangabibigatan ang kanilang mga mata. [44](#) At muli niya silang iniwan, at umalis, at nanalangin bilang ikatlo, na sinabing muli ang gayon ding mga salita. [45](#) Nang magkagayo'y lumapit siya sa mga alagad, at sinabi sa kanila, Mangatutulong na kayo, at mangagpahinga: narito, malapit na ang oras, at ang Anak ng tao ay ipinagkakanulo sa mga kamay ng mga makasalanang. [46](#) Magsitindig kayo, hayo na tayo: narito, malapit na ang nagkakanulo sa akin.

#### **Pagninilay:**

Nang maramdaman ni Hesus ang kalungkutan at pagkabalisa ay naghanap siya ng lugar kung saan siya ay makakaramdam ng kaginhawahan at makabaling sa Diyos para sa lakas at patnubay. Ang lugar ng kaginhawahan ni Hesus ay ang hardin ng Getsemani, sa Banal na Lupain. Ngayon sa Banal na Lupain at sa buong mundo, marami sa ating mga kapatid ang nakadarama ng kalungkutan at pagkabalisa dahil sa kawalan ng kapayapaan sa mundo. Nahaharap sila sa pang-araw-araw na katotohanan ng digmaan at hidwaan. Napakadali maging katulad ng mga alagad ni Hesus at makatutulong sa harap ng mga katotohanang ito sa kabilang panig ng mundo. Sa halip, tinatawag tayo ni Jesus na manatiling gising- upang manatiling kasama niya at ng ating mga kapatid sa buong mundo at suportahan sila sa kanilang pakikibaka para sa kapayapaan. Tumatawag siya

sa atin upang manatili sa pagbabantay kasama niya at manalangin, upang maging matatag sa ating mga tawag at panalangin para sa kapayapaan bilang isang paraan upang mabuhay sa pakikiisa sa ating mga kapatid na nakakaranas ng kalungkutan at pagkasira ng digmaan.

- Saan ang isang lugar kung saan ka makakahanap ng kaginhawahan? Saan ka makakapunta sa Diyos para sa lakas at patnubay tulad ng ginawa ni Hesus?
- Paano mo masusubaybayan nang mabuti ang mga nagdurusa sa Banal na Lupa at sa buong Daigdig

## **Ang Ikalawang Istasyon: Si Jesus ay Pinagkanulo ni Hudas at Dinakip**

***Ipanalangin natin ang pagpapanumbalik ng hustisya para sa lahat ng mga bilanggo***

**Namumuno:** Sinasamba ka namin, O Kristo, at pinupuri ka namin.

**Lahat:** Sapagkat sa pamamagitan ng iyong banal na krus ay tinubos mo ang mundo

### **Pagninilay sa Banal na Salita- Juan: 18:1-9**

Nang masalita ni Hesus ang mga salitang ito, siya'y umalis na kasama ng kaniyang mga alagad na nagsitawid ng batis ng Sedron, na doo'y may isang halamanan, na pinasok niya at ng kaniyang mga alagad. <sup>2</sup>Si Hudas nga rin naman, na sa kaniya'y nagkanulo, ay nalalaman ang dako: sapagka't madalas na si Hesus ay nakikipagkatipon sa kaniyang mga alagad doon. <sup>3</sup>Si Judas nga, pagkatanggap ng pulutong ng mga kawal, at mga punong kawal na mula sa mga pangulong saserdote at mga Pariseo, ay nagsiparoon na may mga ilawan at mga sulo at mga sandata. <sup>4</sup>Si Hesus nga, na nakatataho ng lahat ng mga bagay na sasapit sa kaniya, ay lumabas, at sa kanila'y sinabi, Sino ang inyong hinahanap? <sup>5</sup>Sinagot niya sila, Si Hesus na taga Nasaret. Sinabi sa kanila ni Hesus, Ako nga. At si Hudas din naman, na sa kaniya'y nagkanulo, ay nakatayong kasama nila. <sup>6</sup>Pagkasabi nga niya sa kanila, Ako nga, ay nagsiurong sila, at nangalugmok sa lupa. <sup>7</sup>Muli ngang sila'y tinanong niya, Sino ang inyong hinahanap? At sinabi nila, Si Hesus na taga Nasaret. <sup>8</sup>Sumagot si Hesus, Sinabi ko sa inyo na ako nga; kung ako nga ang inyong hinahanap, ay pabayaang ninyo ang mga ito na magsiyaon sa kanilang lakad. <sup>9</sup>Upang matupad ang salitang sinalita niya, Sa mga ibinigay mo sa akin ay hindi ko iniwala kahit isa.

### **Pagninilay:**

Sinasaktan tayong lahat ng pagtataksil. Ang krimen ay isang pagtataksil sa kagustuhan ng isang pamayanan na mabuhay nang ligtas. Sinasabi sa atin ng ating pananampalatayang Kristiyano na anuman ang mga kakila-kilabot na bagay na ginagawa natin sa ating buhay, maaari nating palaging ibagay ang ating relasyon sa Diyos-maaari nating laging hangarin ang kapatawaran. Ang mapagpanumbalik na hustisya ang siyang mag-aayos ng pinsala kapag ang isang krimen ay nagawa. Ang angkop na hakbang ay ituon ang pansin sa pamayanan at tingnan ang krimen bilang isang paglabag sa mga tao at mga relasyon-hindi lamang isang paglabag sa batas.

- Gaano dapat kasangkot ang mga pamayanan sa pagtulong sa mga taong gumawa ng krimen?

- Bakit napakahirap patawarin ang mga taong nanakit sa atin?

## **Ang Ikatlong Istasyon: Si Hesus ay Hinatulan ng Sanedrin**

*Ipanalangin natin ang mga hindi makatarungang inuusig.*

**Namumuno:** Sinasamba ka namin, O Kristo, at pinupuri ka namin.

**Lahat:** Sapagkat sa pamamagitan ng iyong banal na krus ay tinubos mo ang mundo

### **Pagninilay sa Banal na: Lukas: 22:66-71**

**66**At nang araw na, ay nagkatipon ang kapulungan ng matatanda sa bayan, ang mga pangulong saserdote, at gayon din ang mga eskriba, at dinala siya sa kanilang Sanedrin, na sinasabi, **67**Kung ikaw ang Kristo, ay sabihin mo sa amin. Datapuwa't sinabi niya sa kanila, Kung sabihin ko sa inyo, ay hindi ninyo ako paniniwalaan: **68**At kung kayo'y aking tanungin, ay hindi kayo magsisisagot. **69**Datapuwa't magmula ngayon ang Anak ng tao ay mauupo sa kanan ng kapangyarihan ng Diyos. **70**At sinabi nilang lahat, Kung gayo'y ikaw baga ang Anak ng Diyos? At sinabi niya sa kanila, Kayo ang nangagsasabi na ako nga. **71**At sinabi nila, Ano pa ang kailangan natin ng patotoo? sapagka't tayo rin ang nangakarinig sa kaniyang sariling bibig.

### **Pagninilay:**

Mayroong mga pagkakataon sa buhay ng bawat tao kung kailan tayo ay maling naakusahan na kumilos nang hindi makatarungan. Gayunpaman, ano ang mangyayari, kapag ang mga naakusahan sa hindi makatarungan na paraan ay ipinadala sa bilangguan o nahatulan ng kamatayan? Alam nating nangyari ito kay Hesus, ating Panginoon at Tagapagligtas.

- Ano ang mga paraan na tinawag tayo upang matiyak na hindi ito patuloy na nangyayari sa mga tao sa ating mundo ngayon?

## **Ang Ikaapat na Istasyon: Si Jesus ay Itinanggi ni Pedro**

*Ipanalangin natin ang mga nanganganlong sa buong mundo*

**Namumuno:** Sinasamba ka namin, O Kristo, at pinupuri ka namin.

**Lahat:** Sapagkat sa pamamagitan ng iyong banal na krus ay tinubos mo ang mundo

### **Pagninilay sa Banal na Salita- Mateo: 22:66-71**

[69](#)Nakaupo nga si Pedro sa labas ng looban: at lumapit sa kaniya ang isang utusang babae, na nagsasabi, Ikaw man ay kasama ng taga Galileang si Hesus. [70](#)Datapuwa't siya'y kumaila sa harap nilang lahat, na sinasabi, Hindi ko nalalaman ang sinasabi mo. [71](#)At paglabas niya sa portiko ay nakita siya ng ibang alila, at sinabi sa nangaroon, Ang taong ito ay kasama rin ni Hesus na taga Nasaret. [72](#)At muling kumailang may sumpa, Hindi ko nakikilala ang tao. [73](#)At pagkaraan ng sandali ay nagsilapit ang nangakatayo roon at kanilang sinabi kay Pedro, Sa katotohanang ikaw man ay isa rin sa kanila; sapagka't ipinakikilala ka ng iyong pananalita. [74](#)Nang magkagayo'y nagpasimula siyang manungyaw at manumpa, Hindi ko nakikilala ang tao. At pagdaka'y tumilaok ang manok. [75](#)At naalaala ni Pedro ang salitang sinabi ni Hesus, Bago tumilaok ang manok, ay ikakaila mo akong makaitlo. At siya'y lumabas at nanangis na mainam.

### **Pagninilay:**

Itinanggi ni Pedro ang pagiging tagasunod niya kay Jesus; tinanggihan niya ang pagkakakilala kay Jesus. Sa kabila ng mga taon na ginugol ni Pedro kasama si Jesus sa pagsunod sa kanyang mga aral, sa oras kung kailan higit na kailangan ang kanyang suporta at kung kailan ito ay kinakailangang ibigay, tinanggihan niya si Jesus. Tulad din ni Pedro, madali rin nating tanggihan ang ating mga koneksyon, ang ating pinagbabahaginang sangkatauhan, sa mga higit na nangangailangan ng ating suporta. Sa Estados Unidos, regular na tinatanggihan ng ating lipunan ang mga nangingibang bayan na tumakas para sa kanilang buhay at umaasang makabuo ng isang bagong buhay dito sa atin. Sa halip na mag-alok ng suporta, pagtanggap at bigayn ng pagpapahalaga ang ating koneksyon bilang isang pamilya ng tao, tinatanggihan natin sila. Kapag tinanggihan natin ang ating mga kapatid kay Kristo, hindi natin sila malugod na tinatanggap sa kanilang oras ng pagdurusa at inaalok sa kanila ng pantay na mga karapatan bilang mga anak ng Diyos, tinanggihan natin si Hesus.

- Paano natin matututunan mula sa pagtangi ni Pedro kay Jesus na maging mahabagin at mapagmahal sa mga nangangailangan?
- Paano tayo magiging higit na sumusuporta at tumatanggap ng mga nangingibang bayan at mga imigrante?

## **Ang Ikalimang Istasyon: Si Hesus ay Hinatulan ni Pilato**

**Ipanalangin natin ang ating mga nahalal na opisyal**

**Namumuno:** Sinasamba ka namin, O Kristo, at pinupuri ka namin.

**Lahat:** Sapagkat sa pamamagitan ng iyong banal na krus ay tinubos mo ang mundo

### **Pagninilay sa Banal na Salita- Markos: 15:1-5**

[1](#)At pagdaka, pagkaumaga ay nangagsangusapan ang mga pangulong saserdote pati ng matatanda at mga eskriba, at ang buong Sanedrin, at ginapos si Hesus, at inilabas siya, at ibinigay siya kay Pilato. [2](#)At itinanong sa kaniya ni Pilato, Ikaw baga ang Hari ng mga Hudyo? At pagsagot niya ay sinabi sa kaniya, Ikaw ang nagsasabi. [3](#)At isinakdal siya sa maraming bagay ng mga pangulong saserdote. [4](#)At muling itinanong siya ni Pilato, na

sinasabi, Hindi ka sumasagot ng anoman? tingnan mo kung gaano karaming bagay ang kanilang isinasakdal laban sa iyo. [5](#)Datapuwa't si Hesus ay hindi na sumagot ng anoman; ano pa't nanggilalas si Pilato.

### **Pagninilay:**

Bawat dalawang taon, tayo sa Estados Unidos ng Amerika ay bumuboto ng mga tao upang gabayan at idirekta ang ating bansa. Ito ay isang napakalaking katungkulan at kamangha-manghang proseso kung saan tayo ay kailangang makibahagi. Maraming tao sa kasaysayan ng ating bansa ang tinanggihan ang pangunahing karapatang ito. Kapag bumoto tayo ng mga opisyal sa isang tanggapan, maging ito man ay Pangulo ng Estados Unidos o bilang Alkalde ng isang maliit na bayan sa Nebraska, tumatanggap tayo ng responsibilidad na ilagay sa kanila ang ating mga priyoridad para sa ating mga pamayanan. Ang ating mga opisyal na nahalal sa demokratikong paraan ang siyang nagsasalita sa iba at nagtataguyod para sa atin.

- Ano ang mga isyu na nakakaimpluwensya sa iyo habang naghahanda kang bumoto para sa mga nahalal na opisyal?

- Nakikita mo ba ang iyong aksyon na bumoto bilang bahagi ng iyong pagkakakilanlang Katoliko? Bakit o bakit hindi?

## **Ang Ikaanim na Istasyon: Ang Paghampas at Pagputong ng Koronang Tinik**

*Ipanalangin natin ang pangangalaga at proteksyon ng mga nilikha ng Diyos*

**Namumuno:** Sinasamba ka namin, O Kristo, at pinupuri ka namin.

**Lahat:** Sapagkat sa pamamagitan ng iyong banal na krus ay tinubos mo ang mundo

### **Pagninilay sa Banal na Salita- Juan: 19:1-5**

[1](#)Nang magkagayon nga'y tinangnan ni Pilato si Hesus, at siya'y hinampas. [2](#)At ang mga kawal ay nangagkamakama ng isang putong na tinik, at ipinutong sa kaniyang ulo, at siya'y sinuutan ng isang balabal na kulay-ube; [3](#)At sila'y nagsilapit sa kaniya, at nangagsabi, Magalak, Hari ng mga Hudio! at siya'y kanilang pinagsuntukanan. [4](#)At si Pilato ay lumabas na muli, at sa kanila'y sinabi, Narito, siya'y inilabas ko sa inyo, upang inyong matalastas na wala akong masumpungang anomang kasalanan sa kaniya. [5](#)Lumabas nga si Jesus, na may putong na tinik at balabal na kulay-ube. Sa kanila'y sinabi ni Pilato, Narito, ang tao!

### **Pagninilay:**

Si Pilato at ang mga sundalo ay nagpakita ng kawalan ng pag-aalala sa pangangalaga ni Hesus. Malinaw ang pagmamaltrato habang binibiro si Hesus na paulit-ulit na sinaktan. Tulad ng pagmaltrato kay Hesus, ang mga mahihirap at mahina ay inaabuso din bilang isang resulta ng kawalan ng pagmamalasakit sa kanila at para sa nilikha ng Diyos. Nakikita sa pamamagitan ng Gawain Para Sa Hustisya Sa Kapitaligiran ng

Kampanya ng Katoliko para sa Pag-unlad ng Tao, ang mga mahihirap at mahina ay madalas na nakatira sa mga lugar na may higit na polusyon at silay's hindi matimbang na naapektuhan kung ang ibang tao ay nagpapasya ng mga bagay na makasasama sa kapaligiran. Ang paggalang sa Diyos ay nangangahulugan din ng paggalang at pagprotekta sa lahat ng nilikha at mga anak ng Diyos.

- Paano pinoprotektahan ng aking pang-araw-araw na gawain ang nilikha ng Diyos? Mayroon bang mga paraan na ang aking nakagawiang negatibo ay nakakaapekto sa kapaligiran?

- Paano nakakaapekto ang kapaligiran sa mga mahihirap na komunidad? Ano ang mga paraan upang maprotektahan ko ang mga nakatira sa kahirapan mula sa kawalan ng katarungan sa kapaligiran?

## **Ang Ikapitong Istasyon: Tinanggap ni Hesus ang Kanyang Krus**

***Ipanalangin natin ang mga walang trabaho, at hindi nababayaran ng tamang sahod***

**Namumuno:** Sinasamba ka namin, O Kristo, at pinupuri ka namin.

**Lahat:** Sapagkat sa pamamagitan ng iyong banal na krus ay tinubos mo ang mundo

### **Pagninilay sa Banalna Salita- Juan: 19:16-17**

<sup>16</sup>Nang magkagayon nga'y ibinigay siya sa kanila upang maipako sa krus.

<sup>17</sup>Kinuha nga nila si Hesus: at siya'y lumabas, na pasan niya ang krus, hanggang sa dakong tinatawag na Dako ng bungo, na sa wikang Hebreo ay tinatawag na Golgota

### **Pagninilay:**

Si Jesus, na anak ng isang karpintero, ang anak ng Diyos, ay nagpakahirap upang mabuo ang paghahari ng Diyos dito sa Lupa. Kusa niyang pinasan ang krus dahil alam niyang ang kanyang panghuling gawain ay maglalapit sa kanya sa Diyos at magbibigay ng kaligtasan para sa lahat. Si Hesus ang ating guro at modelo sa pag-unawa sa likas na dignidad ng ating sariling paggawa, at pagkilala na ang marangal na gawain ay naglalapit sa atin sa Diyos at kay Hesus. Tinatawag tayo sa ating paggawa upang lumahok sa patuloy na gawain ng paglikha. Maraming mga lugar sa ating mundo kung saan ang mga tao ay hindi binabayaran ng isang makatarungang sahod para sa kanilang trabaho. Ilang mga kumpanya ay nagsasamantala sa mga bata at mayroon ding mga alipin na nagtatrabaho para sa kanila. Tinatawag tayo ni Hesus na manindigan sa mga kumpanyang iyon at sabihin na hindi ito tama. Ang isang paraan na magagawa natin ito ay sa pamamagitan ng pagsuporta sa mga produktong gawa ng Makatarungang Kalakal. Tinitiyak ng Makatarungang Kalakal na ang mga bata ay hindi gumagawa ng mga kalakal, na ang mga gumagawa ay binabayaran ng isang mabuting sahod, at ang kapaligiran sa trabaho ay ligtas sa mga nagtatrabaho.

- Sa pamamagitan ng aking mga paraan sa aking trabaho, paano ako makakatulong upang mabuo ang paghahari ng Diyos at makapaglingkod sa bayan ng Diyos, lalo na ang mga nabubuhay sa kahirapan?

- Ang aking bang mga pagpapasya at pagpipili sa aking pang-araw-araw na buhay ay hindi naaayon sa paggalang ng dignidad ng mga manggagawa? Paano ko makukumpirma at maitaguyod ang dignidad ng trabaho at makita si Hesus sa mukha ng manggagawa?

## **Ang Ikawalong Istasyon: Tinulungan ni Simon si Hesus sa Pagpasan ng Krus**

*Ipanalangin natin ang mga biktima ng pangaalipin.*

**Namumuno:** Sinasamba ka namin, O Kristo, at pinupuri ka namin.

**Lahat:** Sapagkat sa pamamagitan ng iyong banal na krus ay tinubos mo ang mundo

### **Ang Mabuting Balita: Marcos: 15:21**

[21](#)At kanilang pinilit ang isang nagdaraan, si Simon na taga Sirene, na ama ni Alehandro at ni Rupo, na nanggagaling sa bukid, upang sumama sa kanila, upang pasanin niya ang kaniyang krus.

### **Pagninilay:**

Dinala ni Hesus ang ating mga kasalanan nang pinasan niya ang krus. Mabigat ito at nanghina siya dahil sa pagpapahirap na tiniis niya mula sa mga sundalo. Kailangan niya ng tulong. Si Simon ay pinilit mula sa karamihan ng tao ng mga sundalo upang tulungan si Hesus. Ang isang uri ng krus na dinadala ng mga tao ngayon ay ang pagkakalakal ng tao at pagka-alipin. Ang pagka-alipin ay bahagi na ng kasaysayan ng tao noong panahon ni Hesus at nagpapatuloy ito sa ating mundo ngayon. Dalawampung milyong mga tao sa ating mundo ngayon ang pinipilit sa pangangalakal ng tao at pagka-alipin.

- Paano ka maaaring magkaroon ng pang-unawa sa mga biktima ng pangangalakal ng tao sa mga lokal na hotel, restawran at agrikultura? Ano ang magagawa ng iyong parokya upang matulungan ang mga biktima ng pagkakalakal ng tao?

- Ano ang dalawang paraan na maaari mong malaman tungkol sa kung paano wakasan ang pang-aalipin?

## **Ang Ikasiyam na Istasyon: Nasalubong ni Hesus ang Kababaihan ng Herusalem**

*Ipanalangin natin na ang dignidad ng lahat ng mga kababaihan ay mapanatili.*

**Namumuno:** Sinasamba ka namin, O Kristo, at pinupuri ka namin.

**Lahat:** Sapagkat sa pamamagitan ng iyong banal na krus ay tinubos mo ang mundo

### **Pagninilay sa Banal na Salita -Lukas 23:27-31**

**27**At siya'y sinusundan ng isang makapal na karamihan sa bayan, at ng mga babaing nagiiyakan at nananambitan dahil sa kaniya. **28**Datapuwa't paglingon sa kanila ni Hesus ay sinabi, Mga anak na babae ng Herusalem, huwag ninyo akong tangisan, kundi tangisan ninyo ang inyong sarili, at ang inyong mga anak. **29**Sapagka't narito, darating ang mga araw, na kanilang sasabihin, Mapapalad ang mga baog, at ang mga tiyang kailan ma'y hindi nangagdalang-tao, at ang mga dibdib na kailan man ay hindi nangagpapasuso. **30**Kung magkagayon ay magpapasimulang sabihin nila sa mga bundok, mangahulog kayo sa ibabaw namin; at sa mga burol, Takpan ninyo kami. **31**Sapagka't kung ginagawa ang mga bagay na ito sa punong kahoy na sariwa, ano kaya ang gagawin sa tuyo?

### **Pagninilay:**

Ang mga kababaihan sa karamihan ay nagpakita ng malalim na pagmamalasakit at suporta kay Hesus sa kanyang pagdurusa. Malamang na ang mga babaeng iyon ay nakapagbigay diin sa sakit ni Hesus dahil sa mga paraan na sila ay pinagmalupitan ng lipunan. Sa panahon ngayon, ang mga kababaihan at babae ay hindi proporsyonal na apektado ng digmaan at hidwaan. Tulad ng mga babaeng umabot kay Jesus, ang mga kababaihang nagdurusa dahil sa digmaan at hidwaan ay maaari ring mag-alok sa atin ng isang tanda ng pag-asa na may mga halimbawa kung paano nila ginawang isang bagay na nagbibigay ng buhay ang kanilang sariling pagdurusa. Alam ng mga kababaihan sa demokratikong Republika ng Congo ang katotohanan ng panggagahasa na ginagamit bilang sandata ng digmaan. Maraming kababaihan na naging biktima ng karahasang sekswal ang napatunayan na higit pa sila sa mga biktima. Sinimulan nilang pagalingin, bigyan ng kapangyarihan ang kanilang sarili at mapabuti ang kanilang lipunan sa pamamagitan ng paglahok sa mga programa ng paggaling ng trauma, pag-aaral ng mga bagong kasanayan upang suportahan ang kanilang pamilya at gampanan ang mga tungkulin sa pamumuno sa mga kilusang pangkapayapaan.

•Paano natin susuportahan ang mga kababaihan na nagdurusa sa mga epekto ng karahasan at hidwaan?

•Ano ang ilang mga paraan upang tayo ay maging sariling tagataguyod?

## **Ang Ikasampung Istasyon: Si Hesus ay Ipinako sa Krus**

*Ipanalangin natin ang mga inuusig dahil sa kanilang pananampalataya*

**Namumuno:** Sinasamba ka namin, O Kristo, at pinupuri ka namin.

**Lahat:** Sapagkat sa pamamagitan ng iyong banal na krus ay tinubos mo ang mundo

### **Pagninilay sa Banal na Salitat- Markos 15 : 22-32**



22At siya'y kanilang dinala sa dako ng Golgota, na kung liliwanagin ay, Ang dako ng bungo. 23At siya'y dinulutan nila ng alak na hinaluan ng mira: datapuwa't hindi niya tinanggap. 24At siya'y kanilang ipinako sa krus, at kanilang pinaghatihatian ang kaniyang mga damit, na kanilang pinagsapalaran, kung alin ang dadalhin ng bawa't isa. 25At ikatlo na ang oras, at siya'y kanilang ipinako sa krus. 26At ang pamagat ng pagkasakdal sa kaniya ay isinulat sa ulunan, ANG HARI NG MGA HUDIO.

27At ipinako sa krus na kasama niya ang dalawang tulisan; isa sa kaniyang kanan, at isa sa kaniyang kaliwa. 28At natupad ang kasulatan, na nagsasabi: At siya'y ibinilang sa mga suwail. 29At siya'y inalipusta ng nagsisipagdaan na pinatatangotango ang kanilang mga ulo, at sinasabi, Ah! ikaw na iginigiba mo ang templo, at sa tatlong araw ay iyong itinatayo, 30Iyong iligtas ang sarili mo, at bumaba ka sa krus. 31Gayon din naman ang mga pangulong saserdote pati ng mga eskriba, siya'y minumura na nangagsasalitaan sila-sila na sinasabi, Nagligtas siya sa mga iba; sa kaniyang sarili ay hindi makapagligtas. 32Bumaba ngayon mula sa krus ang Kristo, ang Hari ng Israel, upang aming makita at sampalatayanan. At minumura siya ng mga kasama niyang nangapapako.

### **Pagninilay:**

Si Hesus ay pinatay. Parehong pinasyahan ng lipunan at ng estado na ang kanyang mga salita at kilos ay hindi angkop sa kanilang sistema ng paniniwala at hinatulan nila siya ng kamatayan dahil dito. Nakakagulat na sa panahon ngayon, ang mga tao ay inuusig pa rin at pinapatay pa rin dahil sa kanilang pananampalataya. Sa katunayan, ang mga paghihigpit sa relihiyoso sa buong mundo ay tumataas sa mga nagdaang taon. Ang mga batas sa paninirang puri sa Pakistan, karahasan ng mga nagkakagulong mga tao sa Indonesia at karahasan ng sekta sa Burma ay ilang mga nakasisirang halimbawa kung paano ang mga paghihigpit sa kalayaan sa relihiyon ay maaaring magdulot ng nakamamatay. Ang pagdurusa at pagkamatay ni Hesus ay nag-aalok sa atin ng mga paalala na dapat nating patuloy na itaguyod ang relihiyosong kalayaan para sa lahat.

- Paano natin mapangalagaan ang kalayaan o relihiyon para sa lahat ng mga tao?
- Sino ang mga ipinako sa krus sa ating mundo?

## **Ang Ikalabing-isang Istasyon: Ipinangako ni Hesus ang Kanyang Kaharia sa Nagtitikang Magnanakaw**

*Ipanalangin natin ang mga naghahangad ng kapatawaran mula sa iba at sa Diyos.*

**Namumuno:** Sinasamba ka namin, O Kristo, at pinupuri ka namin.

**Lahat:** Sapagkat sa pamamagitan ng iyong banal na krus ay tinubos mo ang mundo

**Pagninilay sa Banal na Salita- Lukas 23 : 39-43**

39At siya'y inalipusta ng isa sa mga tampalasang nabibitin, na sinasabi, Hindi baga ikaw ang Kristo? iligtas mo ang iyong sarili at kami. 40Datapuwa't sumagot ang isa, at pagsaway sa kaniya'y sinabi, Hindi ka pa baga natatakot sa Diyos, yamang ikaw ay nasa gayon ding kaparusahan? 41At tayo sa katotohanan ay ayon sa katuwiran; sapagka't tinanggap natin ang nararapat na kabayaran sa ating mga gawa; datapuwa't ang taong ito'y hindi gumagawa ng anomang masama. 42At sinabi niya, Hesus, alalahanin mo ako, pagdating mo sa iyong kaharian. 43At sinabi niya sa kaniya, Katotohanang sinasabi ko sa iyo, Ngayon ay kakasamahin kita sa Paraiso.

### **Pagninilay:**

Inamin ng kriminal ang kaniyang kasalanan at inalok siya ni Jesus ng kapatawaran at pagtanggap. Nangako siyang isasama siya sa kanyang kaharian. Ang kapatawaran ay hindi madali. Hindi rin madali ang pag-amin kapag nagkamali tayo at humihingi ng kapatawaran. Si Jesus at ang kriminal ay nagbibigay sa atin ng isang magandang halimbawa. Tulad ng pagtanggap ni Hesus sa kriminal sa kanyang kaharian, sa mga bansa tulad ng Rwanda at South Africa ang mga naapektuhan ng digmaan at hidwaan ay nagtatrabaho upang tanggapin at muling isama ang mga nagsasagawa ng karahasan ay maibalik ang mga ito sa kanilang mga pamayanan at maibalik ang tamang relasyon. Ang pagsisipi at kapatawaran minsan ay tila napakahirap, ngunit ang ugnayan sa pagitan ni Hesus at ng kriminal ay siyang nagbalik ng mga ugnayan sa mga pamayanan sa buong mundo na nahaharap sa mga kakila-kilabot na krimen, at siya ring nagbibigay sa atin ng pag-asa na posible ang pagkakasundo.

- Paano natin maisusulong ang kapayapaan at pagkakasundo sa mga pagkakakataon ng marahas na tunggalian?
- Sino ang kailangan nating patawarin sa ating buhay? Kanino tayo kailangang humingi ng kapatawaran?

## **Ang Ikalabing-dalawang Istasyon: Ipinagkatiwala ni Hesus sa isa't isa sina Maria at Juan**

*Ipanalangin natin ang mga dumaranas ng pagkawala ng anak, magulang o kapatid.*

**Namumuno:** Sinasamba ka namin, O Kristo, at pinupuri ka namin.

**Lahat:** Sapagkat sa pamamagitan ng iyong banal na krus ay tinubos mo ang mundo

### **Pagninilay sa Banal na Saltia- Juan 19 : 25-27**

25Ang mga bagay ngang ito ay ginawa ng mga kawal. Datapuwa't nangakatayo sa piling ng krus ni Hesus ang kaniyang ina, at ang kapatid ng kaniyang ina, na si Maria na asawa ni Kleopas, at si Maria Magdalena. 26Pagkakita nga ni Hesus sa kanyang ina, at sa

nakatayong alagad na kaniyang minamahal, ay sinabi niya sa kaniyang ina, Babae, narito, ang iyong anak! [27](#)Nang magkagayo'y sinabi niya sa alagad, Narito, ang iyong ina! At buhat nang oras na yaon ay tinanggap siya ng alagad sa kaniyang sariling tahanan.

### **Pagninilay:**

Sa oras ng kanyang kamatayan, ang mga nagmamahal kay Jesus ay naroon sa kanya sa kanyang pagdurusa, "nakatayo sa tabi ng krus." Sa kanilang pakikilahok sa kanyang kamatayan, patuloy na ipinakita ni Jesus sa kanyang mga alagad kung paano magpumilit sa pagbuo ng isang mapagmahal na pamayanan na nagmamalasakit sa bawat isa. Ang pananampalataya at pagmamahal ay nagging aktibo, "mula sa oras na iyon na dinala siya ng alagad sa kanyang tahanan."

Ang mga mahihirap at mahina ay itinutulak sa mga gilid ng lipunan, ihihiwalay, at iniwanan sa mga desisyon na nakakaapekto sa kanila at sa kanilang pamilya. Nauunawaan ng Simbahan na ang pamayanan ay nabubuo sa mga ugnayan, pagmamahal sa ating mga kapit-bahay tulad ng pag-ibig ng ating Diyos, pagbubuo ng mga pamilya na may mga bagong kapatid at, sa huli, pagtutulungan upang wakasan ang pagdurusa, paghihiwalay at kahirapan.

- Nasaan ang mga mahihirap, mahina at malayo ang mga tao sa inyong pamayanan?
- May kapangyarihan ba silang lumahok sa mga pagpapasyang nakakaapekto sa kanilang buhay?
- Paano ka tatayo sa pakikiisa sa kanila sa panahon ng Kuwaresma at lahat ng oras?

## **Ang Ikalabing-tatlong Istasyon: Si Hesus ay Namatay sa Krus**

*Ipanalangin! natin ang mga mamamatay ngayon.*

**Namumuno:** Sinasamba ka namin, O Kristo, at pinupurika namin.

**Lahat:** Sapagkat sa pamamagitan ng iyong banal na krus ay tinubos mo ang mundo

### **Pagninilay sa Banal na Salita- Mateo 27: 45-54**

[45](#)Mula nga nang oras na ikaanim ay nagdilim sa ibabaw ng buong sangkalupaan hanggang sa oras na ikasiyam. [46](#)At nang malapit na ang oras na ikasiyam ay sumigaw si Hesus ng malakas na tinig, na sinasabi: Eli, Eli, lama sabachthani? sa makatuwid baga'y, Diyos ko, Diyos ko bakit mo ako pinabayaan? [47](#)At nang marinig ito ng ilan sa nangakatayo roon, ay sinabi, Tinatawag ng taong ito si Elias. [48](#)At pagkaraka'y tumakbo ang isa sa kanila, at kumuha ng isang espongha, at binasa ng suka, saka inilagay sa isang tambo, at ipinainom sa kaniya. [49](#)At sinabi ng mga iba, Pabayaang ninyo; tingnan natin kung paririto si Elias upang siya'y iligtas. [50](#)At muling sumigaw si Hesus ng malakas na tinig, at nalagot ang kaniyang hininga. [51](#)At narito, ang tabing ng templo'y nahapak na

nagkadalawa buhat sa itaas hanggang sa ibaba; at nayanig ang lupa; at nangabaak ang mga bato; [52](#)At nangabuksan ang mga libingan; at maraming katawan ng mga banal na nangakatulog ay nangagbangon; [53](#)At paglabas sa mga libingan pagkatapos na siya'y mabuhay na maguli ay nagsipasok sila sa bayang banal at nangapakita sa marami. [54](#)Ang senturion nga, at ang mga kasamahan niya sa pagbabantay kay Hesus, nang mangakita nila ang lindol, at ang mga bagay na nangyari, ay lubhang nangatakot, na nangagsasabi, Tunay na ito ang Anak ng Dios.

### **Pagninilay:**

Kadalasan sa mga pagtitipon sa pagdasal na ginaganap sa labas ng mga bilangguan kapag ang isang pagpapatupad sa kamatayan ay naka-iskedyul na maganap, isang parehong karanasan ang nangyayari. Ang mga naroroon ay nagtitipon sa pagdarasal na umaasa na maantala ang pagpapatupad sa kamatayan ng bilanggo ay mangyari, ngunit mas madalas, ipanagdarasal nila ang bilanggong namatay, para sa pagbalik-loob ng mga kaluluwa at paghilom ng mga naapektuhan ng krimen.

Nararapat na ating ipagnilay ang kaseryosohan ng mga krimen na maaaring nagawa at ang pangangailangan para sa paghilom. Ngunit bilang isang tao na nakatuon sa pagbuo ng isang kultura na sumusuporta sa lahat ng buhay- mula sa paglililihi hanggang sa natural na kamatayan, dapat din tayong maglaan ng oras upang lumuhod at manalangin. Dapat nating alalahanin ang lahat ng mga buhay na hindi protektado o inaalagaan at ating isipin kung saan ang ating katayuan sa karamihan ng tao.

- Bilang isang miyembro ng lipunang sibil, paano ako matutulungan ng aking pananampalataya na maipakita ang halaga ng buhay ng tao sa isang lipunan na patuloy na sumusuporta sa paggamit ng parusang kamatayan?

- Saan ko nakikita ang aking sariling katayuan sa karamihan ngayon?

## **Ang Ikalabing-apat na Istasyon: Si Hesus ay Inilibing**

*Ipanalangin natin ang mga walang tirahan ngayon.*

**Namumuno:** Sinasamba ka namin, O Kristo, at pinupur ka namini.

**Lahat:** Sapagkat sa pamamagitan ng iyong banal na krus ay tinubos mo ang mundo

### **Pagninilay sa Banal na Salita- Mateo 27: 57-61**

[57](#)At nang hapon na ay dumating ang isang mayamang mula sa Arimatea, na nanggangalang Jose, na ito'y naging alagad din naman ni Hesus; [58](#)Ang taong ito'y naparoon kay Pilato, at hiningi ang bangkay ni Hesus. Nang magkagayo'y ipinagutos ni Pilato na ibigay yaon. [59](#)At kinuha ni Jose ang bangkay at binalot niya ng isang malinis na kayong lino, [60](#)At inilagay sa kaniyang sariling bagong libingan, na kaniyang hinukay sa

bato: at iginulong niya ang isang malaking bato sa pintuan ng libingan, at umalis. [61](#)At nangaroon si Maria Magdalena, at ang isang Maria, at nangakaupo sa tapat ng libingan.

**Pagninilay:**

Ang pag-aalaga ni Jose kay Hesus sa kamatayan, na tinitiyak na siya ay nalinis, nabihisan at kinubkob, ay nagpapatunay sa pangunahing karapatang pantao sa kanlungan at seguridad mula sa buhay hanggang sa kamatayan. Ang pagbibigay ng sapat na kanlungan para sa ating sarili at sa ating mga mahal sa buhay ay nagpapatunay na tayo ay ginawa sa larawan ng Diyos. Ang ating dignidad, na isang regalo mula sa Diyos, ay nagbibigay-daan sa atin upang matupad ang ating potensyal. Napakaraming mga tao ang hindi makahanap ng matatag at abot-kayang pabahay, na pumipinsala sa kanilang karangalan at nakakadadag sa iba pang mga personal at panlipunang problema.

- Paano ako nakikitungo sa mga taong nakakaranas ng kawalan ng tirahan? Isipin kung ano ang maaari mong maramdaman kung paano ang walang matatag na bahay at paano ang mga pinipilit na matulog sa hindi ligtas na kondisyon.

- Ano ang magagawa ko (at aking pamayanan) upang suportahan ang mga nakakaranas ng kawalan ng tirahan at hindi ligtas na tirahan? Ano ang mga paraan na maaari akong makiapg-ugnay sa kanila upang matiyak na natutugunan ang lahat ng pangunahing pangangailangan?