

詠讚

— 中學生祈禱手冊 —



學生個人資料

姓名：（中文） _____

（英文） _____

學校名稱： _____

校址： _____

入學註冊編號： _____

所屬社別： _____

班級： _____ （學年： ）

班級： _____ （學年： ）

班級： _____ （學年： ）

班級： _____ （學年： ）

班級： _____ （學年： ）

班級： _____ （學年： ）

班級： _____ （學年： ）

詠讚

—— 中學生祈禱手冊

香港天主教教區學校聯會（中學組）

宗教及倫理科科主任委員會編輯

公教真理學會出版

詠讚——中學生祈禱手冊

編輯：香港天主教教區學校聯會（中學組）
宗教及倫理科科主任委員會

出版：公教真理學會

發行：公教進行社

香港中環干諾道中 15-18 號大昌大廈 16 字樓

電話：2525-7063

傳真：2521-7969

電郵：bookshop@catholiccentre.org.hk

網址：<http://www.catholiccentre.org.hk>

准印：香港主教胡振中樞機

2001 年 7 月 31 日

承印：永利印刷有限公司

版次：1991 年初版

1994 年修訂版

2001 年新版（第一次版）

2004 年新版（第一次修訂）

2005 年新版（第二次修訂）

2011 年新版（第二次修訂）（六版）（印 8,000 本）

ISBN :978-962-8417-59-9

【版權所有】

目 錄

序	1
編者的話	5
禱 文	
篇 目	
1 天主經	8
2 聖母經	8
3 聖三光榮經	8
4 聖方濟各禱詞	9
5 將臨期的祈禱(愛的追隨)	9
6 聖誕節的祈禱(平凡中的不平凡)	10
7 聖誕節的祈禱(感謝與分享)	10
8 四旬期的祈禱(希望與信德)	11
9 復活節的祈禱(逾越與新生)	11
10 紀念聖母的祈禱(服從與滿全)	11
11 紀念聖母的祈禱(一生信賴上主)	12
12 為新的一年祈禱	12
13 農曆除夕的祈禱	13
14 農曆新春的祈禱	13
15 清明節的祈禱	14

16	端午節的祈禱	14
17	中秋節的祈禱	15
18	母親節的祈禱	15
19	父親節的祈禱	16
20	國慶日祈禱	16
21	為教會祈禱	17
22	為家庭祈禱(父慈子孝)	17
23	為家庭祈禱(珍惜與愛護)	18
24	為父母祈禱	18
25	為學校發展而祈禱	19
26	為開學祈禱	19
27	為老師祈禱(勤學報師恩)	20
28	為老師祈禱(敬業樂業)	20
29	為同學祈禱(發揚校訓)	20
30	為同學祈禱(虛心學習)	21
31	為同學祈禱(培養品德)	21
32	為同學祈禱(待人處事)	22
33	為同學祈禱(衷誠合作)	22
34	為守紀律祈禱	23
35	為用功讀書而祈禱	23
36	為學生會選舉祈禱	24
37	為(班長/領袖生/學生會幹事) 就職而祈禱	24

38	為參與活動/比賽而祈禱 (朗誦、音樂、陸運等)	25
39	為學校旅行祈禱	25
40	為準備考試而祈禱	26
41	為測驗/考試祈禱	26
42	為成績欠理想的同學祈禱	26
43	為散學祈禱	27
44	為中五/中七離校的同學祈禱	27
45	為生活得廉潔而祈禱	28
46	為生活得誠實而祈禱	28
47	為生活得勇敢而祈禱	29
48	為獲賜勇氣而祈禱	29
49	為學習寬恕而祈禱	30
50	為生活得忍耐而祈禱	30
51	為常懷謙遜而祈禱	30
52	為自由地生活而祈禱	31
53	為締造和平而祈禱	31
54	為培養純潔的心靈而祈禱	32
55	為能肩負責任而祈禱	32
56	為快樂地生活而祈禱	33
57	為成長的掙扎而祈禱	33
58	為活得不平凡而祈禱	34
59	為培養靈性生命而祈禱	34

60	為培養公德心而祈禱	34
61	為使能互相幫助而祈禱	35
62	為彼此能相愛祈禱(一)	35
63	為彼此能相愛祈禱(二)	36
64	為善作抉擇祈禱(一)	36
65	為善作抉擇祈禱(二)	36
66	為能善用金錢祈禱	37
67	為能肯定生命祈禱	37
68	為能珍惜生命祈禱	38
69	為能超越潮流祈禱	38
70	為不會輕看自己而祈禱	39
71	為能面對考驗祈禱	39
72	為能勇往直前祈禱	40
73	為能把握現在祈禱	40
74	為能挑戰自己祈禱	41
75	為珍惜已有祈禱	41
76	為認清自己祈禱	42
77	為能獲取真正的成功而祈禱	42
78	為能跳出自我祈禱	43
79	為能處事三思祈禱	43
80	為能珍惜光陰祈禱	43
81	為能接納人生的限制而祈禱	44
82	為好好管制嘴巴而祈禱	44

83	為能擁有幽默感而祈禱	45
84	為獲得友誼祈禱(一)	45
85	為獲得友誼祈禱(二)	46
86	為能享用生活的權利與盡好義務祈禱	46
87	為新的一天祈禱(一)	47
88	為新的一天祈禱(二)	47
89	為個人需要祈禱	47
90	為世上破碎的家庭祈禱	48
91	為單親家庭祈禱	48
92	為隨波逐流的朋友祈禱	49
93	為邊緣少年祈禱	49
94	為面對困苦的人祈禱	50
95	為捱受飢餓的人祈禱	50
96	為無家可歸的人祈禱	50
97	為弱能人士祈禱	51
98	為香港的弱勢社群祈禱	51
99	為遇上天災的人祈禱	52
100	為年長者祈禱	52
101	為傳媒工作者祈禱	53
102	為議會選舉祈禱	53
103	為勞工祈禱(一)	54
104	為勞工祈禱(二)	54
105	為當權者祈禱	55

106	為能承擔公民責任而祈禱	55
107	為能共對危機祈禱	56
108	為能參與建設祈禱	56
109	為能承先啟後祈禱	56
110	為建設國家而祈禱	57
111	為國家的未來祈禱	57
112	為人類的幸福祈禱	58
113	為保護大自然祈禱(一)	58
114	為保護大自然祈禱(二)	59
115	為保護地球祈禱	59
116	為世界和平祈禱(一)	60
117	為世界和平祈禱(二)	60
118	為平息戰爭祈禱	61
119	感謝(一)	61
120	感謝(二)	62
121	為準新人祈禱	62
122	為病人祈禱	63
123	為病者/傷者祈禱	63
124	為亡者祈禱	63
125	為祖先祈禱	64
126	The Sign of the Cross	64
127	The Lord's Prayer	64
128	Hail Mary	65

129	Glory to the Father	65
130	Lord, Make me an instrument of Your Peace	65
131	Prayer for a new day	66
132	Prayer at the beginning of the month / school term / year	67
133	Prayer at the end of the school year	68
134	Prayer before an examination	69
135	Prayer before a school event / competition	70
136	Prayer for students and educators	70
137	Prayer for world peace	71
138	Prayer for our school	72
139	Prayer for our family	72
140	Prayer for the community	73
141	Prayer for those who are suffering	74
142	Prayer for an end to poverty	74
143	Prayer for protection of the environment	75
144	Prayer to respect all life	76
145	Prayer for serenity	76
146	Thanksgiving	77

聖經章節摘錄

篇 目

1	上主的慈愛	80
2	召喚罪人	80
3	皈依的許諾	80
4	善有善報	80
5	至死服從	81
6	燃亮世界	81
7	追求美善	81
8	活出信仰	81
9	善待別人	82
10	善用自由	82
11	慈祥與忠實	82
12	放下憂慮	82
13	掛慮與平安	83
14	要活得正直	83
15	心懷律法	83
16	寬恕別人	83
17	變成小孩	84
18	肯定生命	84
19	一心不能二用	84
20	污穢的根源	84
21	愛人與愛神	84

22	顧及他人	85
23	彼此擔待	85
24	知識與愛	85
25	恨與愛	85
26	不足中的奉獻	86
27	愛的真諦	86
28	愛仇	86
29	同心合意	87
30	朋友之道	87
31	私下修和	87
32	忠實的朋友	87
33	說話真誠	88
34	善用言語	88
35	慎言(一)	88
36	慎言(二)	88
37	節制	89
38	小心批評	89
39	個人的軟弱	89
40	彼此彼此	89
41	非以役人	89
42	愛與行動	90
43	成事在天	90
44	事前的準備	90

45	深思熟慮	90
46	知足常樂	90
47	慷慨待人	91
48	愚與智	91
49	智慧的見證	91
50	智慧無價	91

歌 詠
歌 名

1	家	94
2	燃	95
3	獻上	96
4	歡欣	97
5	人生	98
6	主慈頌	100
7	答唱詠	100
8	祝福歌	101
9	信主者	102
10	耆英頌	104
11	越之悅	106
12	聖母經	107
13	愛的滿全	108

14	同聲頌主	110
15	志向前行	111
16	播種仁愛	112
17	我是主的羊	113
18	黃河水滔滔	114
19	國際青年歌	116
20	與基督同行	117
21	信友禱文答句	117
22	願主祝福你	118
23	方濟各的祈禱	119
24	人人都應當知道	120
25	All Flowers will Sing (在基督的愛內)	122
26	All the Earth Proclaim the Lord (普天地頌揚上主)	123
27	Amazing Grace (奇妙救恩)	124
28	Of My Hands (甘將一生交給您)	125
29	God is Dwelling in My Heart (主的居處在我心)	126
30	New born King (新生王)	128
31	O Come All Ye Faithful (齊來欽崇)	129
32	Joy to the World (普世歡騰)	130
33	Silent Night (平安夜)	131

34	Easter Song	132
35	God Gives His People Strength	134
36	It's a Long Road to Freedom	136
37	Pilgrim Song	138
38	Let's Begin	140

附 錄

1	感恩祭常用經文	148
2	玫瑰經二十端	157
3	聖言與你	159

序

二零零一年復活節

我不知道你是否相信基督徒所信奉的天主，倘若你相信祂，你會明白我想說的話；但你若未曾相信，至少讓我與你分享我所珍重的事。

許久以前的一個蛇年裏，我出生在一個中產家庭，有着葡萄牙、中國和其他民族的血統。雖然我不能選擇生於何時、何地，也不可選擇自己的父母，但對於我仍活到今時，成為今天的我，心中一直存着無限感激。

我生在人類歷史上一個重大的時代，當中發生了：第二次世界大戰、國共內戰、韓戰、大躍進、越戰、第二次梵蒂岡大公會議、文化大革命、人類登陸月球、柏林圍牆被推倒、蘇聯解體……。很多人無緣目睹我所見到的，也沒有太多人耳聞我所聽過的。在我的生命中，我遇過無數美好的、良善的人，亦親身經歷一些奇蹟。假如我是詩人，定會把這一切匯聚成詩；但我不是詩人，便以歌聲唱出來。我用不同的言語來唱，甚至一些我不懂得的言語，特別為讚美、感謝我那位賜給世上種種奇妙而美麗

事物的天主。但願我不停地歌頌詠唱，並願我的生命宛如一首頌歌。

偉大的聖人奧斯定曾說過：「以歌聲讚美就是雙倍的祈禱。」我深信他的話，因此，為補我祈禱的不足，我便以歌聲讚美主宰我生命的天主——祂的名字就是「愛」。祂一向都以愛為姓，也以愛為名，但不少人，包括我自己，卻時常忘記感恩。這本小冊子，就是為要提醒我們恆常感恩而編撰的。

不論你信奉任何宗教，甚至還未有信仰，我也邀請你參與這讚美和謝恩的行動，因為頌讚上主是理所當然的。每當我全心讚美感謝上主時，祂會令我個人更臻完美，讓我驚嘆祂和祂的創造——包括這宇宙、整個人類和我個人的存在，竟是如斯美妙！

主內的

白敏慈

序

一九九〇年復活節

祈禱並非宗教人士的專利品，人人都可以祈禱。

祈禱是人神的交談，是被壓迫者的呻吟，是革命者的吶喊，是詩人的讚歌，是母親的盼望，是戀人的期待，是信、望、愛的湧溢。祈禱是「前不見古人，後不見來者」，經驗中的「念天地之悠悠」，是經歷過生命的滄桑者對生命之限制的委身與順服；是惜福、惜緣者的謝天——既對生命的一切充滿感恩之情，又不知該謝誰，不如就「謝天」吧！

祈禱者願意把心裏的情懷顯露，把對生命的沉思和欣賞向自己心目中的神明傾訴。他在努力奮鬥，甚至犧牲流血後，亦可以由於對神的全心依靠而不再恐懼和焦慮，並把一切交託在上主手中，這就是「盡人事而待天命」。

祈禱使人跳出自我，把過去與將來都變成現在，讓自己肩負着歷史的發展和變化。祈禱肯定生命的價值，並表示出人對宇宙、對世界、對社會、對人生，和對自己所愛的人的承擔與關注。悲天憫人的情懷，正好在祈禱者身上，找到註腳，因為他們正

在用自己祈禱的生活和態度，去孕育理想，期望藉着祈禱而加強自己的信念與信心，直至匯成推動生命的巨大力量。

我們天天忙碌不已，難得有數分鐘的時間靜下來，以一份悠閒的心境，去回顧自己的學業、工作、家庭、社會和生活，就讓這本小小的祈禱書，啟發我們對祈禱的嚮往，並使我們習慣在人生的大小事件前，稍作勾留，靜心默觀，全神貫注，然後欣然上路。

又這本書中的神或上主等名稱，是指一位宇宙間的「至上神明」。基督徒相信祂是我們的慈父，祂樂於俯聽我們的禱告和滿全我們善良的願望。如果你不是基督徒，本書的禱文也可以代表你對生命的一份期盼、嚮往和執着。

孟加拉一位無名詩人說：「一個人做夢，它始終是夢；兩個人做夢，就是夢境成真的開始。」就讓我們一起懷着信心和理想，邁向一個更完美的未來。

徐錦堯

編者的話

我們懷着以下的目的來編纂這本小冊子，願同學透過早禱：

- * 對天主教的信仰生活及祈禱精神有所體驗和了解；
- * 愛護學校、關心校內的一切事情，積極投入團體生活；
- * 對生命中的經歷及成敗進行反省，找到希望；
- * 學習關心周遭事物，培養民族感、愛國情，為投身社會而裝備自己。

願上主祝福我們的同學，使他們藉着祈禱，能將口中的說話化作充滿活力和愛的生活。

這本小冊子所收集的歌曲，承蒙下列機構慷慨准予翻印，特此鳴謝：

香港教區聖樂委員會

「示」編輯委員會

普世博愛運動

本會已盡可能與原作者、出版者或版權持有者接觸，以取得准用權。如有遺誤，將在再版時補上。

香港天主教教區學校聯會（中學組）
宗教及倫理科科主任委員會



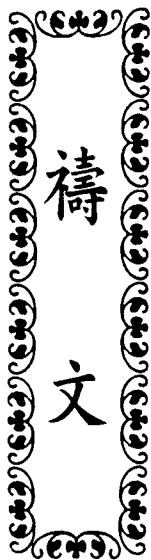
你們祈求，就得到；

尋找，就找到；

敲門，門就為你們而開。

上主必將美好的賜給向祂祈求的人。

(參閱 路 11:9-13)



禱文

1 天主經

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上。求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。亞孟。

2 聖母經

萬福瑪利亞，妳充滿聖寵，主與妳同在，妳在婦女中受讚頌，妳的親子耶穌同受讚頌。天主聖母瑪利亞，求妳現在和我們臨終時，為我們罪人祈求天主。亞孟。

3 聖三光榮經

願光榮歸於父、及子及聖神；起初如何，今日亦然，直到永遠。亞孟。

4 聖方濟各禱詞

- 領：主啊！讓我們成為祢的工具，去宣揚和平；
在滿是憎恨的地方，讓我們播下寬恕的種子；
在滿是疑慮的地方，讓我們播下信心的種子；
在滿是黑暗的地方，讓我們播下光明的種子；
- 答：願我們不企求他人的安慰，只求安慰他人；
不企求他人的諒解，只求諒解他人；
因為在施捨中，我們有所收穫，
在寬恕他人時，我們也被寬恕；
在喪失生命時，我們將復活而獲得永生。
願主垂允我們的祈禱。亞孟。

5 將臨期的祈禱 (愛的追隨)

- 領：踏入十二月，我們開始迎接聖誕節的來臨。
主耶穌昔日降臨人間，教人實踐愛的法律，
度一個豐盛的生活。
- 答：主耶穌，求祢讓我們在紀念祢降生的同時，
願意接受祢的邀請，對我們周圍的朋友和
陌生人，給予關懷、尊重、幫助、服務、
鼓勵、支持……，使我們和我們所接觸的
人，都能獲得祢賞賜的喜樂與平安。亞孟。

6 聖誕節的祈禱 (平凡中的不平凡)

領：主耶穌在二千多年前悄然來到人間，選取了極其卑微的方式降生。以後三十年，祂在一條寂寂無聞的小村落，度着平凡的生活。即使日後的傳道內容，也是從日常生活開始。

答：主耶穌，求祢讓我們從祢的表樣中，肯定「平凡」生活的意義。求祢教導我們以愛和服務生活，讓平凡的生活變得充實而豐盈。亞孟。

7 聖誕節的祈禱 (感謝與分享)

領：感謝上主在二千年前為我們降生人間，使我們明白甚麼是愛、甚麼是喜樂與平安；祂的降生也給這混亂罪惡的世界帶來光明和希望；給無數憂傷痛苦的心靈，帶來信心和安慰。

答：主，藉着祢的降生，我們不再孤單，不再懼怕，不再灰心失望。在這屬於祢的日子裏，容我們衷心感謝祢，並樂意與人分享祢的愛。亞孟。

8 四旬期的祈禱 (希望與信德)

領：主耶穌在世時曾治病、驅魔、駕馭大自然及使死者復活。祂自己從死者中復活，更帶給我們新生命的希望。

答：主耶穌，在我們紀念祢死而復活的奧跡時，讓我們深信正義終會戰勝邪惡，光明必會驅逐黑暗，並懷着這份希望積極生活。亞孟。

9 復活節的祈禱 (逾越與新生)

領：我們慶祝主耶穌的復活，領悟到善必勝惡，生命必勝死亡。

答：主耶穌，感謝祢把我們從罪惡和焦慮的桎梏中解放出來，得享喜樂的新生活，求祢教我們對未來樂觀，對人生充滿希望。亞孟。

10 紀念聖母的祈禱 (服從與滿全)

領：我們懷着孝愛的心，紀念童貞聖母瑪利亞，她承行了上主的旨意，為我們誕生了救主耶穌基督。

答：主，在瑪利亞身上，我們見到祢對我們人類的愛和救助，求祢教我們效法聖母謙遜服從的榜樣，並偕同她追隨基督，努力完成祢在我們每人身上的計劃。亞孟。

11 紀念聖母的祈禱 (一生信賴上主)

領：上主揀選了瑪利亞作耶穌的母親，她由接受作耶穌母親的那天開始，便一生追隨上主的旨意，直至侍立在十字架旁，目睹親生兒子為人類犧牲至死為止。

答：主，我們願意效法瑪利亞的表樣，一生忠信，服從祢的旨意。希望有一天，我們能和她一起感謝祢的救恩，讚頌祢的仁慈。亞孟。

12 為新的一年祈禱

領：面對着即將來臨的一年，我們雖然不知道將會有甚麼事情發生；但我們知道，這一切有上主的安排和策劃。

答：主，我們不敢只是祈求安逸，深怕安逸使我們放縱；我們也不敢只是祈求歡樂，因太多的歡樂容易使人迷失；主，我們也怕憂傷會

打擊我們的心志，淚水會遮掩我們的視線。我們只願每天好好地生活，欣然把一切交託給祢，一同邁向那不可知的日子。亞孟。

13 農曆除夕的祈禱

領：在一年將盡的時候，讓我們衷心感謝上主在過去一年中，賞賜我們各種的恩惠，讓我們遠離各種災禍，得享溫飽。

答：主，感謝祢過去一年的眷顧，讓我們得以和家人共度除夕良辰。求祢教我們珍惜與家人團聚的機會，藉此增進彼此的感情和關係。在這送舊迎新的時刻，求祢使我們努力除掉自己的壞習慣，立下目標，邁向新里程。亞孟。

14 農曆新春的祈禱

領：上主是萬物之源，祂創造了宇宙，令寒來暑往，秋收冬藏。在這大地回春，萬象更新之際，令人間增添喜氣，充滿活力。

答：主，求祢以愛和喜樂，充滿我們的心靈；並求祢在這一年裏，恩賜我們生活安和，身體康健。主，求祢鼓勵我們不斷更新，把握學習的機會，在品德和學業方面求取進步。亞孟。

15 清明節的祈禱

領：多謝上主祝福了我們的祖先，讓他們為我們開拓一個安定富足的生活環境。在這清明時節，我們悼念已去世的親友，並感謝他們生前所作的努力。

答：主，求祢賞賜我們的祖先親友，獲享永恆的福樂，並求祢教我們在享用前人努力的成果時，也願意獻出自己的力量，去創造一個更美好的明天。亞孟。

16 端午節的祈禱

領：每年五月初五，我們慶祝端午佳節，吃糉子，賽龍舟，紀念愛國詩人屈原。可是，我們當中又有多少人能夠感受屈原那份對國家、對人民忠貞不貳的愛？

答：主，在紀念詩人屈原的同時，求祢使我們重拾人類曾經擁有，卻日漸忘懷的情操；賞賜我們當仁不讓的勇氣、冒險犯難的精神、貧賤不移的氣節、以德報怨的胸襟。亞孟。

17 中秋節的祈禱

領：每年農曆八月十五，我們慶祝中秋佳節，與家人團聚賞月，樂享天倫。我們也會份外惦掛在異地求學或工作的親友，「但願人長久，千里共嬋娟」。

答：主，我們知道幸福不是必然的，我們也未能完全掌握與家人一起生活的日子。求祢教我們珍惜與家人共聚的緣份，孝愛父母，友愛兄弟，並對家人尊重、體諒、關懷、付出，營建溫暖快樂的家。亞孟。

18 母親節的祈禱

領：感謝上主賞賜我們至愛的母親，她不辭勞苦，一年復一年盡心盡力照顧我們生活所需，陪伴我們成長，時常給我們支持、安慰和鼓勵。

答：主，在這母親的慶節裏，我們誠心祈求賞賜母親健康的身體、喜樂與平安的心境，並求祢教我們聽從她的教誨，一生孝愛她、感謝她。主，我們也為我們當中已亡的母親和祖母祈禱，求祢廣施慈恩，賞賜她們永生的福樂。亞孟。

19 父親節的祈禱

領：多謝上主賞賜我們至愛的父親，藉着他的辛勤工作，使我們衣食無憂；也因着他對我們的關心、愛護，我們可以健康成長。

答：主，在這父親的慶節裏，我們誠心祈求祢賞賜父親身體健康、精神愉快；更求祢教我們一生孝愛他、感謝他，讓他辛勞之餘，感到滿心安慰。主，求祢也賞賜我們當中已亡的父親和祖父進入天國，獲享永恆的福樂。亞孟。

20 國慶日祈禱

領：感謝上主讓我們生而為中國人，在自己的國土上承襲着優良的文化，得以發揮潛能，展現才華。

答：主，在這國慶的日子裏，我們祈求祢不斷眷顧祢所創造的中華兒女，並幫助我們全國人民，積極發揚文化，維護人權、自由和公義；建設民主、法治的社會。主，求祢勉勵我們今日努力求學，明日為國家的前途，為同胞的幸福而作出貢獻。亞孟。

21 為教會祈禱

領：主耶穌在世時，教導世人去愛主愛人，並為追隨祂的人，建立了教會——一個愛的團體。他願意眾人在這團體內成為兄弟姐妹，彼此相愛，並將這愛的喜訊，傳揚普世。

答：主，我們今天得以認識祢，分享祢愛的喜訊，都是祢透過教會所賜予的。求祢使教會常忠於祢愛的命令，使她成為地上的鹽、世界的光，民族團結及人類共融的標記。亞孟。

22 為家庭祈禱 (父慈子孝)

領：上主是愛情和生命的根源。祂祝福了我們的家庭，使我們的父母能彼此同心合意，一生相敬相愛；並為家庭的幸福和子女的成長而努力。

答：主，求祢使我們做子女的能熱愛家庭，克盡孝道，友愛兄弟姐妹和親朋。願我們今生在祢的照顧下，全家共享幸福快樂。亞孟。

23 為家庭祈禱 (珍惜與愛護)

領：多謝上主賞賜我們都有一個家，不單讓我們有棲身之所，可以躲避風雨，免受饑餓，更讓我們從中體驗愛、親情與和諧。

答：主，求祢教我們珍惜、愛護自己的家；教我們在順境中懂得惜福；在貧困中彼此支持；在磨擦中互相體諒；在分離中願意忍耐。主，求祢使我們的家成為一個洋溢着愛的團體。亞孟。

24 為父母祈禱

領：上主是愛情和生命的根源。祂聖化婚姻，恩賜人類參與創造生命的奧跡，也祝福了世上無數的家庭。

答：主，祢既恩賜我們的父母養育、教導我們，求祢使我們常以感恩的心情，孝愛父母，並求祢賞賜他們健康、平安與喜樂。亞孟。

25 為學校發展而祈禱

領：感謝上主讓我們成為_____（校名）的一份子，讓我們在學習的過程中獲得均衡發展，健康快樂地成長。

答：主，求祢教我以自己的學校為榮，熱愛學校，致力維護她的優良傳統，和辛苦建立起來的校譽。求祢祝福我們的學校，讓她在我們共同的努力和建設下，不斷發展，為社會和國家培育人才。亞孟。

26 為開學祈禱

領：在新學年的開始，我們又跨進另一個新的學習階段，求主教我們熱誠接待新來的同學，並繼續友愛關懷身邊的同學，使我們能生活在融洽和諧的團體中。

答：主，求祢教導我們善用今學年的學習時光，一方面用心學習書本的知識，另一方面學習多關心社會、國家和世界大事。求祢讓我們在品德、學業、社會意識和信仰生活上一天比一天長進。亞孟。

27 為老師祈禱 (勤學報師恩)

領：我們為老師向上主祈禱，他們常懷着信心、充滿希望，熱誠地教導我們。我們自知有時會成為他們灰心、失望的原因，我們為此而抱歉、難過。

答：主，我們深信我們的努力、勤奮和成就，將會給老師帶來極大的喜悅。我們為此懇求祢，激勵我們自動自覺、努力不懈地學習。亞孟。

28 為老師祈禱 (敬業樂業)

領：感謝上主派遣老師在學問、修養和待人處事上作我們的導師。

答：主，求祢祝福我們的老師，賞賜他們健康、快樂與平安；求祢使他們體會到自己使命的重大，以敬業樂業的精神，從事教育的工作。亞孟。

29 為同學祈禱 (發揚校訓)

領：在上主的護佑下，我們全校師生都在努力耕耘。

答：主，求祢使同學們能勤奮學習，品德日趨完善，並能團結互助。同時求祢引導我們在參與學校活動的時候，都能謹記祢的教導，共同發揚我校 (校訓) 的精神。亞孟。

30 為同學祈禱 (虛心學習)

領：感謝上主賜與我們學習的機會，求主教我們好好珍惜，並在學習過程中，培養不恥下問的精神。

答：主，求祢教我們在遇到困難時，虛心請教老師；在與同學互相切磋討論時，樂於分享自己學習的心得和成果。求祢讓我們在彼此分享中，更能充份發揮潛能。亞孟。

31 為同學祈禱 (培養品德)

領：我們感謝上主使我們成為學校大家庭的一份子，求主使我們關心學校的一切，時常以大眾的福樂為重，以集體的利益為先。

答：主，求祢教我們致力培養正直、友愛、禮讓和服務的精神，彼此關懷，互相支持，使人人都能感受學校溫暖和團結的氣氛。亞孟。

32 為同學祈禱 (待人處事)

領：學校是一個大家庭，也是一個社會的縮影。求主使我們在學校中，不單學到知識，也能掌握處世待人的方法，和獲得正確的人生觀。

答：主，求祢教導我們懂得競爭而不排斥，勤奮而不嫉妒，自我發展而能與人合作，虛心受教而能獨立思考，求祢使我們既能保存個性，又能投入學校的群體生活。亞孟。

33 為同學祈禱 (衷誠合作)

領：在學習的過程裏，上主願意我們不單由競爭中求取進步，更透過群體的合作，學習共負責任，彼此支持。

答：主，求祢祝福我們每位同學，使我們能互相接納，衷誠合作，不要因自私、固執而分歧，而能以愛心互相擔待。亞孟。

34 為守紀律祈禱

領：上主願意我們在群體生活中，學習與人相處，而每個團體都有許多明文或不明文的規則要我們遵守；有時候，我們會把這些規則視為約束，不願遵從。

答：主，求祢使我們明白到這些規則的訂定，是為了維持社會、家庭、學校，甚至班會的秩序，保障每個成員的利益，並求祢使我們在顧全大眾的利益下善用自由。亞孟。

35 為用功讀書而祈禱

領：上主賞賜我們求學的機會，但我們有時候會問自己為甚麼要讀書，是為了未來舒適的生活，是被父母所逼，是為了逃避勞動，或是為了沒有別的事可做？

答：主，我們深知這些原因都難以激勵我們上進向學。求祢讓我們明白到讀書是為了發揮潛能，充實心靈，學習群體生活，好能負起責任，一生做一個能自立的人，照顧家庭，貢獻社會人群。主，求祢激勵我們努力學習的心志。亞孟。

36 為學生會選舉祈禱

領：今天是學生會競選的日子，候選內閣已先後發表了他們的政綱。讓我們求上主祝福這次選舉。

答：主，求祢讓我們一方面欣賞候選內閣的幹勁和願意服務的精神，另一方面本着對校內事情關心的態度，主動前往投票，從中學習和體驗民主的精神。亞孟。

37 為（班長／領袖生／ 學生會幹事）就職而祈禱

領：今天是（班長／領袖生／學生會幹事）就職的日子，這群同學在未來一年願意犧牲寶貴的時間，服務同學。我們特別為他們祈禱。

答：主，求祢賜他們恩寵，使他們能夠好好地肩負責任，並教我們支持他們，與他們衷誠合作，使我們的校園生活變得更愉快。亞孟。

38 為參與活動／比賽而祈禱 (朗誦、音樂、陸運等)

領：_____ 比賽即將來臨，有許多同學都會參與這次活動，我們知道天主賜予每人不同的恩寵，願意我們好好善用。

答：主，求祢教他們只管悉力以赴，能以最佳狀態參加比賽。主，願祢光照他們，助佑他們，使他們能在比賽中廣交朋友，彼此切磋，互相欣賞。亞孟。

39 為學校旅行祈禱

領：學校旅行即將舉行，使我們有機會舒展身心，調劑緊張的學習生活。求主祝福這一項活動。

答：主，求祢賜我們晴朗的天氣，讓我們在大自然的景緻中，看到祢創造的偉大和美善。求祢幫助我們謹記愛護林木，小心防火，妥善處理垃圾，保持郊野清潔，並求祢看顧我們，使我們平安往返，度過愉快的一天。亞孟。

40 為準備考試而祈禱

領：考試即將來臨。連日來，我們為溫習感到有點吃力，心情也逐漸緊張煩躁起來。求主幫助我們面對這次挑戰。

答：主，求祢教我們懂得盡力而為，並學習將憂慮放下。主，求祢祝福我們所作的努力，使我們能獲得合理而滿意的成績。亞孟。

41 為測驗／考試祈禱

領：讓我們為即將開始的（測驗／考試）祈禱。

答：主，我們難免感到緊張和憂慮，求祢教我們保持鎮定，細心地翻閱試題，就我們所識的，不慌不忙地作答；求祢賜我們智慧，使我們能小心思考，有條理地答題；更求祢使我們常懷謙卑的心，在考得好的時候不驕傲；考得不理想時不氣餒，並懂得再接再厲。亞孟。

42 為成績欠理想的同學祈禱

領：考試過去了，我們已陸續知道各科的成績。有部分同學因為種種的原因，未能取得滿意的成績。讓我們為這些同學祈禱。

答：主，求祢幫助他們重新振作，繼續學習，不求與人比較，但求盡己所能。願他們在努力克服困難的過程中，能得到父母、師長及同學們的支持和鼓勵。亞孟。

43 為散學祈禱

領：在過去一年，上主祝福了我們的學習、包容了我們的不足、寬恕了我們的過錯，並幫助我們克服種種的考驗。讓我們同聲向祂祈禱。

答：主，感謝祢在過去一年對我們的眷顧，我們知道尚有許多地方需要改進，求你繼續保守，讓我們在歡度假期之餘，也善用餘暇，多看課外書籍，多參與暑期活動，從多方面充實自己，服務他人。亞孟。

44 為中五／中七離校的同學祈禱

領：中五／中七級同學即將告別校園，準備應付快要來臨的公開考試。讓我們為他們祈禱。

答：主，我們祈求祢祝福他們所付出的努力，使他們能考獲美滿的成績，並求祢賞賜他們信心與希望，引領他們在各種挑戰和考驗中，邁開堅定的步伐，朝自己的理想走去。亞孟。

45 為生活得廉潔而祈禱

領：上主願意我們生活在一個廉潔的社會裏，讓人人得以受惠。

答：主，求祢讓我們在求學階段，培養正義感和不徇私的性格；教導我們公平、正直待人，學習不為一己的利益而出賣自己的人格。願我們今日身體力行，為一個廉潔的團體、廉潔的社會而作出努力。亞孟。

46 為生活得誠實而祈禱

領：主耶穌曾說：「是就說是，非就說非。」但要誠實地生活並不容易。在面對不公義或需要我們挺身而出的時候，我們有時會保持緘默，只為了減少難堪，省卻不便。

答：主，我們明白這樣做，只會使我們漸漸變得虛偽和懦弱，我們也無法學會面對問題。主，請教導我們承認自己的軟弱與不足，面對考驗時，不推塘、不逃避，有勇氣地作出誠實的回應。亞孟。

47 為生活得勇敢而祈禱

領：上主願意我們做個勇敢的人，但我們有時會過於衝動，逞強好勝，強出風頭。

答：主，求祢教我們面對失敗，敢於承擔；面對錯誤，勇於反省；面對苦難，卻不氣餒；面對失意，卻不沮喪；面對邪惡，敢於仗義執言；面對不平，勇於據理力爭；面對需要援手時，也絕不畏縮退後。主，在百般的試煉中，求祢賜我們堅持的勇氣，教我們活得光明磊落。亞孟。

48 為獲賜勇氣而祈禱

領：在一生中，我們需要面對各種不同的挑戰，跨越重重的障礙，祈求上主堅強我們的心志。

答：主，求祢賞賜我們勇氣，使我們能接受成功的喝采，也能接受失敗的難堪；能原諒自己的過錯，也能寬恕別人的缺失；能愛自己喜歡的人，也能包容自己討厭的人；能接受別人的讚美，也能接受別人的批評。主，求祢教我們得意時謙虛，失意時堅忍，並對生命充滿希望。亞孟。

49 為學習寬恕而祈禱

領：主耶穌曾為迫害他的人祈禱。我們深信當我們犯錯後，只要真心悔改，他也必定會寬恕我們。

答：主，求祢賜給我們廣闊的胸襟，教我們多體諒別人，願意包容別人的缺點，寬恕別人有心或無意的過失。亞孟。

50 為生活得忍耐而祈禱

領：上主知道在日常生活中，我們會面對許多的考驗和挑戰，也常遇上挫折和失敗。

答：主，求祢幫助我們在困難時要堅忍，在失意時要沉着，在受考驗時要忍耐，在受責備時要謙遜，在意見不合時要心平氣和地解決。求祢使我們因忍耐和積極回應，能重新找到希望。亞孟。

51 為常懷謙遜而祈禱

領：感謝上主賜給我們寶貴的生命和各種才能，並賞賜父母、師長悉心教育我們，讓我們一天一天地成長。

答：主，求祢教我們時刻記着自己所擁有的一切，無論是才幹或能力，都源於祢的賞賜和其他人的栽培。求祢教我們常懷謙遜、感恩的心，並樂意善用我們的才能去服務他人，建設社會。亞孟。

52 為自由地生活而祈禱

領：上主願意祂所創造的一切，都能公平地惠及眾人。祂願意人人都享有自由，可以主動地去愛、創造和服務。

答：主，求祢教我們珍惜這一份自由，盡力擺脫妨礙我們成長的束縛，願意接受必要的限制，為自己和他人的生活帶來秩序和意義，讓人能自由地發揮所長，愉快地生活。亞孟。

53 為締造和平而祈禱

領：上主造福了我們，讓我們擁有和諧、喜樂的生命。可是，我們有時自以為是，不懂得欣賞和尊重別人，因而出現衝突和分裂。

答：主，求祢教我們擴闊胸懷，接納不同的意見，積極化解矛盾。主，讓我們作祢和平的工具，在祢的助佑下，努力締造和平。亞孟。

54 為培養純潔的心靈而祈禱

領：主耶穌曾說：「心裏潔淨的人是有福的。」但現時社會上卻充斥着不健康的價值觀念，敗壞的社會風氣，踐踏了人性尊嚴，也污染了我們的心靈。

答：主，求祢教我們突破重重考驗，努力培養純潔的心靈，教我們說話檢點，思想純潔，並選擇看一些健康、富啟發性的書籍、報刊、電視節目、影片等。求祢時常看顧我們，不要讓我們陷於誘惑。亞孟。

55 為能肩負責任而祈禱

領：多謝上主賜給我們不同的才能，讓我們在社會中擔當不同的角色，肩負不同的責任，因此我們需要對自己的言語、行為、學習和工作負責任；也要對家庭、朋友、社會、國家負責任。

答：主，求祢教我們服從良知、信守承諾、盡忠職守、堅持理想。求祢賜我們勇氣和信心去承擔責任，賜我們毅力和恆心去完成使命。亞孟。

56 為快樂地生活而祈禱

領：感謝上主賜給了我們寶貴的生命，並賞賜父母、師長、朋友、以及穩定的社會環境，幫助我們快樂、健康地成長。

答：主，求祢使我們能夠接納自己、肯定自己，不為我們所欠缺的而抱怨，卻為我們所擁有的而感謝。求祢教我們珍惜生命，認清自己的價值，充滿信心、喜樂地生活。亞孟。

57 為成長的掙扎而祈禱

領：我們為不斷成長感謝上主。但我們明白在成長中會遇上不少的煩惱，如情緒的波動，與家人的矛盾，與朋友的衝突，以及因生理、心理轉變而帶來的焦慮。

答：主，求祢啟導我們學習接納自己和別人，並樂意與別人分享內心的快樂和苦悶。有疑惑時，主動向父母、師長請教。求祢教我們善用餘暇，培養良好的嗜好，多參與團體活動，在祢的愛內愉快地成長。亞孟。

58 為活得不平凡而祈禱

領：上主創造了我們，要我們快樂地生活，活出充實而圓滿的生命。求主使我們明白生命的每一個環節，無論是成功或挫敗、順境或逆境，都有它的意義和價值。

答：主，求祢教我們明白並接納生命和環境給我們的限制，增加我們的信心、勇氣和希望，好能面對考驗，使平凡的生活發放異彩。亞孟。

59 為培養靈性生命而祈禱

領：上主賜給我們靈性的生命，使我們有別於鳥獸蟲魚，成為萬物之靈。

答：主，多謝祢賞賜我們靈性的生命，使我們可以愛、可以分享、可以自省、可以寬恕、可以欣賞、可以進步、可以突破局限、可以掌握命運、可以活得偉大。亞孟。

60 為培養公德心而祈禱

領：天主說：「人單獨不好。」祂願意人在群體中生活，而公德心是和諧社會不可或缺的元素，也是個人修養的表現。

答：主，求祢教導我們愛護、尊重他人，愛惜公物，保持環境整潔。求祢亦教我們拒絕自私的誘惑，多顧及他人的權益，養成守法而不徇私的生活態度。讓我們無論與人一起或獨處時，都能做個有公德心的人。亞孟。

61 為使能互相幫助而祈禱

領：主耶穌教我們要彼此相愛，如同祂愛了我們一樣。祂希望我們在分工合作、互愛互助中成長。

答：主，求祢光照我們，使我們在接受別人的幫助時，能衷心感謝，並因此越加自愛、自重。同時，也時常主動地覺察別人的需要，並大方地協助別人解決困難。亞孟。

62 為彼此能相愛祈禱（一）

領：上主曾啟導我們：要使世界變成一個人類大家庭，唯一的方法便是「愛」。我們本是兄弟姊妹，彼此有着親切的關係。

答：主，我們有時只管各家自掃門前雪，未能互愛互助。求祢幫助我們學習彼此接納、互相欣賞，度一個愛人如己的生活。亞孟。

63 為彼此能相愛祈禱（二）

領：上主創造的世界，是為所有人和每一個人。
祂願意我們和諧共處，無分你我。

答：主，求祢教我們彼此相親相愛，如同兄弟姐妹一樣。求祢賜給我們廣闊的胸襟，使我們能欣賞各地的文化，接納不同的意見，與身在香港的外籍人士和平共處。亞孟。

64 為善作抉擇祈禱（一）

領：全能的天父賜給我們自由和理智，祂願意我們在尊重自己和別人的大前提下作抉擇。

答：主，我們生活在一個不斷變遷的世界。求祢使我們面對問題時認清事實，尊重事實，對事情不妄下判斷，對潮流不盲目跟隨。求祢幫助我們培養獨立思考的能力，在生活上作出明智的抉擇。亞孟。

65 為善作抉擇祈禱（二）

領：主耶穌在面對誘惑時，都能按天父的旨意作出抉擇。在我們的一生裏，也不斷要面對抉擇。

答：主，求祢幫助我們在作抉擇時，不單以個人

的喜好為出發，而能兼顧父母和師長的教導、教會的訓誨及眾人的利益為準則。亞孟。

66 為能善用金錢祈禱

領：主耶穌曾說：「神貧的人是有福的。」求主教我們善用財物，在簡樸的生活中，追求精神上的豐足。

答：主，求祢讓我們善用金錢，以最少的金錢換取最充實的生活，不作無謂的、不必要的浪費。求祢使我們能從簡樸的生活中得到滿足，既能欣賞大自然的豐盛賞賜，又能懂得珍惜人間到處洋溢着的友誼和溫情。亞孟。

67 為能肯定生命祈禱

領：上主創造了我們，也救贖了我們，並讓我們成為祂的子女。我們的價值並不在於我們擁有甚麼，或能作甚麼，而在於上主對我們的慈愛和肯定。

答：主，感謝祢使我們成為獨特、尊貴和有價值的人。求祢教我們懂得接納和欣賞自己，不要為所欠缺的而惋惜，卻能為已擁有的而感謝。亞孟。

68 為能珍惜生命祈禱

領：多謝上主賦予我們生命，並讓我們瞭解生命之為生命，不單在於有呼吸，能工作，追求吃喝玩樂；而在於能夠思考，有理想，有判斷是非的能力，懂得善作抉擇，並追求真、善、美。

答：主，求祢時常提醒我們珍惜生命，熱愛生命，在面對生活上的衝擊和考驗時，能夠擇善而行，並以無比的勇氣和決心，去活出生命的尊貴和莊嚴。亞孟。

69 為能超越潮流祈禱

領：聖保祿宗徒曾說：「凡是真實的，凡是高尚的，凡是正義的，凡是純潔的，凡是可愛的，凡是榮譽的……你們都該思念。」我們在衣着、打扮、生活習慣，以至人生態度，常會不自覺地跟着潮流轉。

答：主，求祢使我們能夠保持清醒，特別是面對一些不良的生活習慣，或頹廢、消極的人生態度時，能理智地取捨，不隨波逐流，做一個有理想、有抱負、潔身自愛的青少年。亞孟。

70 為不會輕看自己而祈禱

領：我們是按照上主的肖像而受造的，因此我們每人都是獨特、尊貴和有價值的。

答：主，求祢教我們不要輕看自己。也許我們的學識尚淺，能力有限，但是我們仍然可以做一些美善的事，這是別人無法替代我們做的。

71 為能面對考驗祈禱

領：保祿宗徒寫道：「天主是忠信的，他決不許你們受那超過你們能力的試探。天主如加給人試探，也必開一條出路，叫你們能夠承擔。」我們深信一切的痛苦，都有助我們成長。

答：主，如果我們是一棵棵的樹，教我們樂意接受你的修剪；只有這樣，我們才能茁壯成長，成為有用的棟樑。主，如果我們是一塊塊的石頭，教我們欣然接受你的琢磨；只有這樣，我們才能變得圓潤，成為堅固的基石。求你賜我們勇毅與希望，讓我們能夠積極面對種種考驗。亞孟。

72 為能勇往直前祈禱

領：主耶穌曾經歷苦難及死亡，才進入復活。在人生旅途中，我們也會遇到許多困難。

答：主，求祢讓我們從失敗中汲取教訓，卻不因挫折而氣餒消沉；求祢賜我們豁達的胸襟去接納生命中那些羞辱難堪的遭遇。求祢賜我們信心和勇氣，恆心和耐力，好讓我們能衝破障礙，越過難關。亞孟。

73 為能把握現在祈禱

領：天主賞賜我們不同的恩賜，願意我們好好發揮。可是我們有時只看見自己的不幸而自哀自憐，看見別人的成功而心懷嫉妒，為過去的得意而沉醉，為過去的失敗而追悔，因而錯過大好時光。

答：主，求你教導我們以一份新的態度面對生命，學習肯定自己的才能，欣賞別人的成就；更重要的，是把握現在，力爭上游，向自己的理想邁步走去。

74 為能挑戰自己祈禱

領：上主創造了我們，願意我們的生命日復日地獲得拓展。

答：主，求祢讓我們明白：我們的愛心，是藉着接觸不可愛的人而培養出來；信心，是從一次又一次的失敗中鍛鍊出來；忍耐，是從最惡劣的環境裏磨練出來；潛能，是從沉重的壓力下發揮出來。求祢教導我們不斷學習，為經歷突破而歡欣踴躍。亞孟。

75 為珍惜已有祈禱

領：耶穌說：「神貧的人是有福的」，但在這個物質豐富、科技發達、崇尚享受、講求佔有的社會，我們習慣不停地渴望，不停地追求，不停地攫取。

答：主，求祢賞賜我們智慧，使我們珍惜已有的一切，並且開開心心地享用；求祢使我們不要成為物質的奴隸，卻能追求精神的富足，愉快地生活。亞孟。

76 為認清自己祈禱

領：主耶穌曾說：我們若要看得清楚，應先從自己眼中取出大樑，然後取出兄弟眼中的木屑。

答：主，求祢教我們與人相處時，先認清自己。當我們指責別人時，讓我們先反省自己的過失；在批評別人時，先檢討自己的言行；在心懷不滿時，先察看自己的良心。求你幫助我們努力改善自己。亞孟。

77 為能獲取真正的成功而祈禱

領：上主創造並祝福這個世界，讓太陽常年照射，給大地溫暖和光明；山崗常年青翠，給大地綠意和清新的空氣；溪水常年流動，給大地一點滋潤和蓬勃的生機。

答：主，感謝祢藉着大自然的景緻，教我們明白，真正的成功在於善盡職守，進而造福世界。求祢教我們為真正的成功腳踏實地，以鍥而不捨的精神，一日復一日地善盡自己的責任，使我們生活的環境變得更美好。亞孟。

78 為能跳出自我祈禱

領：上主教導我們不可只顧自己的事，也該顧及別人的事。讓我們為能夠主動關心別人的需要而祈禱。

答：主，求祢教導我們跳出自己，細心察覺別人的需要，主動地幫助別人，不期待別人的讚許或回報，只單單因為我們有這樣的能力付出，就讓我們歡歡喜喜地去做。亞孟。

79 為能處事三思祈禱

領：保祿宗徒說：「凡事都可行，但不全有益；凡事都可行，但不全助人建樹。人不要只求自己的利益，但也該求別人的利益。」

答：主，讓我們在一切作為上，不要將自己的快樂建築在別人的痛苦上，不要將自己的利益建築在別人的損失上；也不要將自己的成功建築在別人的挫折上。亞孟。

80 為能珍惜光陰祈禱

領：感謝上主賜給我們寶貴的時光。祈求上主教導我們懂得珍惜它，善用它，不讓它白白地溜走。

答：主，求祢教我們掌握現在，事事作好準備，積極投入學習和工作；並教我們明智地運用時間，做一些有意義的事情，使生命變得更豐盛。亞孟。

81 為能接納人生的限制而祈禱

領：上主不曾應許天常蔚藍或花兒常開，祂卻應許祂的慈愛永遠常在。

答：主，我們因此不敢企求日子天天晴朗，身體時時健康，路途一直平坦，生活永遠無憂；祈求祢賜我們堅固的信心，超越障礙的勇氣，和持久的毅力。主，讓我們在種種缺憾中體會祢的慈愛。亞孟。

82 為好好管制嘴巴而祈禱

領：感謝上主賜我們每人一張嘴巴，和說話的權利。只可惜，許多時，我們口中吐露的都是不滿、怨恨、指罵，甚至中傷別人的言詞。

答：主，求祢教導我們好好駕馭自己的嘴巴，使發自我們口中的，是由衷的感謝和讚美，是心底的愛護和關心。主，請教我們避免以說話給別人帶來紛爭與困擾，卻勉力說一些造就別人，使別人獲益的話。亞孟。

83 為能擁有幽默感而祈禱

領：主耶穌教導我們待人要謙和，處事要公正，痛苦中要盼望，危難時要堅忍。在這一些美德以外，求主賞賜我們一點幽默感，使我們能洞悉世情，自我超越。

答：主，求祢賜我們尷尬時一點機智，窘困時一點紓解，無奈時一點自嘲，僵持時一點包容，讓他人愉快，也令自己開懷。求祢也賜我們廣闊的胸襟和足夠的涵養，能夠欣賞別人的幽默。亞孟。

84 為獲得友誼祈禱（一）

領：主耶穌了解孤單的路是多麼難走，他知道我們多麼需要朋友。在我們跌倒、受傷時，朋友可以給我們安慰與支持；在我們寂寞、痛苦時，朋友可以給我們相伴和分擔；在犯錯時，朋友可以給我們指正與寬恕。

答：主，我們明白朋友在生命中擔當着重要的角色。求祢教我們在友誼路上，主動走出第一步，盡力關心、支持和幫助我們的朋友。亞孟。

85 為獲得友誼祈禱（二）

領：主耶穌降生成人，成了我們最好、最值得信賴的朋友。讓我們求祂幫助我們明白交友之道，不要只求改變他人，而要勉力成為一個忠誠可靠的益友。

答：主，求祢使我們珍惜身邊的朋友，並讓我們在人生的境遇中，都能互相支持，彼此鼓勵，快樂地成長。亞孟。

86 為能享用生活的權利與 盡好義務祈禱

領：上主賜予我們自由的意志，而我們又喜歡按自己的方式生活，說自己想說的話，做自己想做的事。同時，我們喜歡別人尊重我們，關心我們的需要，滿足我們的要求。

答：主，求祢教導我們行使自由時，懂得尊重別人的自由，不損害別人的權益；也求祢教導我們與人相處時，慷慨付出愛心，伸出援手，而避免傷害別人的自尊和敏感的心靈。亞孟。

87 為新的一天祈禱（一）

領：經上記載：「應常歡樂，不斷祈禱，事事感謝。」我們為新的一天感謝上主。

答：主，求祢使我們能善於掌握生命的每個時刻，去愛我們的親友，關心我們的團體，熱愛我們的社會和普世。主，更求祢讓我們在平安、喜樂中度過這一天，讓我們能克服煩惱的困擾，並遠離種種罪惡的誘惑。亞孟。

88 為新的一天祈禱（二）

領：保祿宗徒說：「你們在主內應當常常喜樂。」讓我們為今天而喜樂，求主使我們能善度今天。

答：主，感謝祢賜予我們這美好的一天，賜我們仁愛、謙讓、勇敢與決心，好使我們能誠懇待人，以理性處事；善用一切恩典，盡好一切本份。亞孟。

89 為個人需要祈禱

領：主耶穌說：「你們求，必要給你們；你們找，必要找着；你們敲，必要給你們開。」

答：主，我們深信祢知道我們的需要，了解我們的感受，明白我們的處境。現在，我們為心中的需要向祢祈求（靜默片刻），求祢按照祢仁慈的安排，俯允我們的禱告。亞孟。

90 為世上破碎的家庭祈禱

領：天主祝聖了婚姻，並願意我們在幸福的家庭中成長，但在我們的社會裏，有很多破碎的家庭，我們為此感到難過。

答：主，求祢祝福這些家庭的成員，賜他們寬恕與愛的力量，讓分裂的再次合一，讓誤會和紛爭得以消除。即使未能如願，亦求祢安慰這些不幸者的心靈，治療他們的創傷。亞孟。

91 為單親家庭祈禱

領：天主祝聖了婚姻，並願意我們在幸福的家庭中成長，但是我們的社會出現了許多單親的家庭，並衍生了許多青少年成長的問題。

答：主，求祢祝福這些單親家庭，特別是生活在其中的子女，求祢幫助他們接受不幸的事實，體諒父親或母親獨力承擔養育他們的困難和壓力，因而潔身自愛；並鼓勵他們在不利的

條件下，獻出自己的力量去建設他們的家。也求祢支持當中作為父親或母親的，使他們在與子女相依為命的過程，因見子女日漸成長而感到安慰。亞孟。

92 為隨波逐流的朋友祈禱

領：我們在成長中，都渴望被肯定、被認同。在我們的朋友中，有些人不惜隨俗浮沉。現在，讓我們為隨波逐流的朋友祈禱。

答：保祿宗徒教我們不可與此世同化，應以更新的心思，變化自己。主，求祢幫助他們也能醒覺自己的獨特與尊貴，勇於擇善固執，做一個潔身自愛的人。亞孟。

93 為邊緣少年祈禱

領：耶穌說：「我不是來召叫義人，而是召叫罪人悔改。」讓我們為邊緣少年祈禱。

答：主，求祢降福這群邊緣少年，使他們透過良師益友的勸勉，能夠重拾生活的目標，珍惜學習機會，善度一生。亞孟。

94 為面對困苦的人祈禱

領：主耶穌曾降生人間，與人同甘共苦，飽嘗人間的苦難與痛楚。

答：主，我們為一切捱受痛苦、失去自由、離鄉別井、寂寞孤獨的人祈禱。求祢安慰他們，保守他們，使他們在困惑和危難中，能感到祢的臨在；並求祢藉一切善心人士的襄助，使他們早日脫離困厄。亞孟。

95 為捱受飢餓的人祈禱

領：上主創造了大地，並願意人類在互相合作下，共享大地的產物，人人得享溫飽。但是在世界不同的角落裏，仍有成千上萬的人在捱受飢餓。

答：主，求祢激勵我們培養平等、友愛及同擔憂患的精神，善度簡樸的生活，慷慨響應各種濟貧運動；另一方面，也求祢教導我們主動地關注飢餓問題，並以合乎人道的方法，去面對資源分配不均的現象。亞孟。

96 為無家可歸的人祈禱

領：主耶穌教導我們對身邊的人要有憐憫的心腸。我們縱觀四周有許多無家可歸的流浪者，

他們風餐露宿，衣不蔽體，求你降福他們，賜給他們健康的體魄，使他們能面對各種痛苦的考驗。讓我們為他們祈禱。

答：主，求祢賜給他們力量，好能面對各種考驗；也求祢教我們以愛心去關懷那些孤獨寂寞、無力自救及被遺忘的人。並助佑我們努力去建設一個溫馨和諧、合乎人性尊嚴的社會。亞孟。

97 為弱能人士祈禱

領：上主願意強壯者擔待不強壯者的軟弱。現在，我們為弱能人士獻上祈禱。

答：主，請祢保護那些弱能人士，支援他們，使他們充滿信心與力量。求祢激發眾人的愛心，好能樂於分擔他們的困難。並使我們能更進一步學習他們的信心、勇氣與堅忍，去接納自己的不足，突破個人的局限。亞孟。

98 為香港的弱勢社群祈禱

領：上主願意我們與喜樂的人一同喜樂，與哭泣的人一同哭泣，並關懷卑微的人。讓我們為一切受歧視的人祈禱。

答：主，求祢眷顧社會上的弱勢社群，教導我們醒覺到他們的需要和感受，接納他們、關懷他們，並致力維護他們的權利，讓他們都能好像我們一樣，懷有尊嚴，充滿希望地生活。亞孟。

99 為遇上天災的人祈禱

領：我們由傳媒獲知在_____發生嚴重災難的消息，感到震驚和難過。但我們仍然深信上主是我們的救助和力量。

答：主，求祢安慰、支持這些身陷險境的災民、求祢讓死難者獲享永恆的福樂，傷者早日痊癒，災民勇敢面對這痛苦的考驗，堅強地生活下去；並求你激發眾人本着愛心，對災民給予適當的支援。亞孟。

100 為年長者祈禱

領：人自出生到年老，上主一直悉心照顧。祈求上主降福所有的年長者，他們在世界上已經度過了一段悠長的時光，並以血汗澆灌了這個世界，並將它留給我們。

答：主，求祢使我們能夠了解年長者的心境，以耐心和敬意善待他們。求祢使政府能多為年

長者謀福利，使我們的社會能洋溢着敬老的氣氛。亞孟。

101 為傳媒工作者祈禱

領：主耶穌曾派遣門徒往普天下去，傳揚天國的喜訊。我們為一切從事傳播事業的人士祈禱。

答：主，求祢使他們在創作藝術的同時，能夠醒覺他們所傳播的訊息，足以影響下一代的成長；求祢使他們善用自己的才能與學識，為社會營造一個活潑、健康的人生態度及價值觀。亞孟。

102 為議會選舉祈禱

領：上主讓我們管治大地。作為香港市民，我們有責任去關心和管理香港的事務。

答：主，在_____選舉的投票日，求祢幫助市民善盡公民責任，在了解候選人的政綱和個人背景後，投下神聖的一票，選出敢言、負責的議員，致力為市民謀福祉。亞孟。

103 為勞工祈禱（一）

領：上主讓人類透過工作，創造文明與文化，成為大地的主人。求主光照並降福各行各業的人士，使他們因自己的工作能力及成果感到自豪，並繼續以敬業、樂業的精神從事自己的工作。

答：主，求祢讓我們明白到我們今日所享用的一切，是許多人努力工作的成果，因而珍惜地享用，並且對一切勞苦工作的人群，致以尊敬和謝意。亞孟。

104 為勞工祈禱（二）

領：上主願意人人透過工作得到溫飽，但不少工人就業的權利及工作的條件經常受到剝削，年長、殘疾及婦女勞工飽受歧視，失業及退休人士的生活缺乏保障。

答：主，求祢祝福所有工人及失業人士，讓他們能夠懷着平安與信心去面對目前的困境；並求祢讓有關的僱主能夠體察工人的境況，及維護工人的尊嚴。此外，求祢光照政府，訂出全面而長遠的政策，增加就業機會，保障工人權益。亞孟。

105 為當權者祈禱

領：耶穌教導我們，作為當權者要做眾人的僕役。讓我們祈求上主光照我們國家的領導人及社會首長，使他們明白自己所肩負的是一個重要的使命。

答：主，求祢幫助他們善用職權，按照法治精神和公義處事，尊重選舉制度和領導角色之更替。也求祢使我們各按不同的方式積極地參與社會的建設，勇於批評值得商榷的政策，促使當權者重視民意，妥善履行職責。亞孟。

106 為能承擔公民責任祈禱

領：聖經記載：「人不要只求自己的利益，但也該求別人的利益。」我們既然生活在同一的社會，讓我們求上主教導我們做個好公民。

答：主，求祢幫助我們奉公守法，盡忠職守，積極參與社會建設；並求祢教我們容忍不同的意見，尊重他人的權利，並發揮守望相助的精神。亞孟。

107 為能共對危機祈禱

領：上主曾應允保守我們，與我們天天在一起。今日，因着對前景的憂慮，我們誠心祈求上主俯允。

答：主，我們堅信在一切動盪危難中，祢必會與我們同在。求祢把這份平安賜給更多的市民，使他們不致被種種危機過份困擾，而能多花精神合力建設一個充滿生機的社會。亞孟。

108 為能參與建設祈禱

領：感謝上主使我們成為香港的一份子，祈求上主讓我們意識到個人的幸福，繫於社會整體的進步，因而在各方面支持我們的社會。

答：求主教我們奉公守法，盡忠職守，響應合理的呼籲，和積極參與社會的建設，使社會安定，官吏廉潔，人人安居，獲享自由。亞孟。

109 為能承先啟後祈禱

領：上主賦予中華民族堅毅不屈、刻苦耐勞的性格，使許多人為保衛國家而不惜犧牲自己，令國家幾經浩劫而仍能屹立不倒。

答：主，求祢教導我們記取先賢的理想，和他們為國家民族獻身的可貴精神，使我們能夠繼承他們的遺志，今日努力充實自己，將來投身建設國家經濟，使祖國不斷走上民主與法治的道路。亞孟。

110 為建設國家而祈禱

領：感謝上主讓我們生而為中國人，能有份參與建設國家。

答：主，求祢幫助我們明白建設國家是一條漫長而艱苦的道路，一切幹勁、志氣、熱情等，都必須配以真才實學、高尚品格和真誠信仰才能成功。主，祈求祢賜我們奮鬥的心志，努力學習，充實自己，將來成為有為的、使國家富足的國民。亞孟。

111 為國家的未來祈禱

領：上主的聖子曾降生成人，進入了人類的歷史，分享了人類的命運，啟示了「上主與我們同在」的事實。現在，讓我們為國家祈禱。

答：主，正如祢昔日曾帶領以色列子民脫離奴役，奔向自由，今日，我們深信祢同樣帶領中華民族，在民主、自由、法治和尊重人權的道路上不斷邁進。求祢祝福我們的國家，使她在中華兒女的合力建設下，能有更美好的明天。亞孟。

112 為人類的幸福祈禱

領：上主創造萬物，讓人管理及享用其中的一切。現在世界上有不少的人仍然繼續上主的創造，不斷為建設一個友愛、互助的世界而努力。

答：主，求祢使大地的資源能惠及有需要的弟兄姊妹，讓人人得享溫飽。求祢啟迪我們也為這理想而盡力，使我們生活的世界成為一個人人得以安居樂業的地方。亞孟。

113 為保護大自然祈禱（一）

領：上主所創造的世界，原是美麗和諧的。只可惜由於人類的貪婪和自私，過份掠奪大地的資源，嚴重地破壞了大自然的生態平衡。

答：主，求祢教我們意識到個人的利益，必須以人類整體的幸福為基礎。求祢使我們學會與大自然和諧共處，肩負起保護生態環境的責任，使它變得更為美好。亞孟。

114 為保護大自然祈禱（二）

領：上主曾賞賜我們潔淨的天空、青翠的山崗，各種的飛禽走獸，花果菜蔬；只可惜我們人類急功近利，不惜大量砍伐林木，嚴重污染河川，使自然生態失去平衡，不少鳥獸瀕臨絕種。

答：主，求祢幫助我們醒覺這無休止的掠奪，正一步步地將我們推向死亡邊緣。主，求祢教我們致力保護自然環境，捍衛生態平衡，使祢創造的世界，能長久成為人類生活的樂土。亞孟。

115 為保護地球祈禱

領：上主原本賜予我們一個美好的世界，但我們卻使地球日益受到污染。求主讓我們醒覺到這污染對我們的危害，讓我們每人負起保護地球的責任。

答：主，求祢教導我們在生活上節約能源，珍惜物資，妥善處理廢物，避免製造垃圾，郊遊時小心防火，保護林木，避免破壞生態平衡。願我們每人都善盡自己的責任，使我們生活的地球能再次成為可以安居的地方。亞孟。

116 為世界和平祈禱（一）

領：耶穌教導我們彼此相愛、互相寬恕。但人類的歷史充滿永無休止的戰爭，殘害了許多無辜的生命；社會亦充滿暴力，人人都固執己見，自私自利。

答：主，求祢恩賜我們有改過的勇氣。培養忍讓和相愛的德行，使我們有信心，為世界的和平而獻出自己的一分力量，使未來的人生充滿希望。亞孟。

117 為世界和平祈禱（二）

領：主耶穌說：「締造和平的人是有福的。」自古至今，世界各地的戰爭、暴亂、種族仇恨及派系衝突，造成無數的生靈塗炭；各國的軍備競賽，也正威脅整個人類的安全及和諧共處。

答：主，求祢光照所有國家及組織的領袖，使他致力消除一切敵意，停止再用戰爭或暴力去解決衝突和紛爭，而採用溝通和談判的途徑，謀求真正而永久的和平。亞孟。

118 為平息戰爭祈禱

領：我們獲知在_____發生駭人的戰爭，殘害了許多無辜的生命，造成嚴重的破壞，我們感到非常難過。發動戰爭完全違反了上主愛的誠命。

答：主，求祢使交戰雙方早日停火，透過和平的方式解決紛爭，亦求祢憐憫在戰火中死去的人，讓他們在祢的懷中安息；求祢眷顧受傷的人，使他們早日得以痊癒；求祢幫助失散的難民，得以重返家園，骨肉團聚。亞孟。

119 感謝（一）

領：謝謝上主賜給宇宙生命：使種子發芽，使花朵開放，使草木蒼綠，使雀鳥飛翔，使游魚戲水，使人類有笑，使人類會哭，使友情可貴，使親情偉大。

答：主，祢是天地的主宰，我們為這一切美好的事物，衷心向祢感謝。求祢教我們以積極的生活、學習去回報祢。亞孟。

120 感謝（二）

領：在這烽火的世界裏，我們得享平安，免受饑荒的痛苦，免受瘟疫的災害，免受民族的戰亂。這都是上主特別的恩賜。為這一切，讓我們衷心感謝上主。

答：主！謝謝祢賜給我們這美好的世界，祢賜予我們良好的學習環境，充滿善意的家人、朋友及同學，使我們能平安地在人生的旅途踏步。亞孟。

121 為準新人祈禱

領：上主是萬有的創造者，祂創造了男女，恩賜人類參與生命的奧跡。上主又聖化了婚姻，使真誠相愛的男女得以結合。

答：主，求祢祝福我們的_____，在婚姻的道路上，得到幸福、快樂；求祢使他與愛侶在日常生活中，彼此接納，終身相敬相愛；並求祢護佑他們組織的新家庭，成為一個充滿愛的團體。亞孟。

122 為病人祈禱

領：慈愛的上主以聖神的恩寵，重燃病者對生命的希望與信心，使能勇敢地與病魔作戰。

答：主，求祢祝福病者，使他們在整個治療的過程中，得到適當的醫治和護理，身體得以早日康復，心靈得到平安。並求祢護佑病者的親友，使他們能夠懷着希望、信心去承受這份考驗。亞孟。

123 為病者／傷者祈禱

領：_____（老師／同學）因患病不能回校上課。讓我們為他祈禱。

答：主耶穌，祢昔日曾關心病弱者，憐憫他們的苦楚。求祢眷顧患病／受傷的老師／同學，讓他透過適當的診治及充份的休息，早日康復，重返校園。亞孟。

124 為亡者祈禱

領：耶穌的死亡和復活為人類帶來永生的希望。現在，我們特別為亡者祈禱。

答：主，求祢廣施慈恩，賞賜我們已去世的親友，安然跨越死亡，進入永生的福樂。亞孟。

125 為祖先祈禱

領：感謝上主祝福了我們的祖先，藉着他們的努力，使我們今日得享許多物質和精神文明。

答：主，我們特別為祖先向祢祈求，求祢使他們得享永遠的安息；也求祢教導我們飲水思源，負起承先啟後的責任，為人類的下一代，拓展一個更美好的世界。亞孟。

126 The Sign of the Cross

In the name of the Father, and of the Son, and of the Holy Spirit. Amen.

127 The Lord's Prayer

Our Father in heaven, holy be your Name, your kingdom come, your will be done, on earth as in heaven. Give us today our daily bread. Forgive us our sins as we forgive those who sin against us. Do not bring us to the test but deliver us from evil. Amen.

128 Hail Mary

Hail, Mary, full of grace, the Lord is with you.
Blessed are you among women, And blessed is
the fruit of your womb, Jesus. Holy Mary,
Mother of God, pray for us sinners, now and at
the hour of our death. Amen.

129 Glory to the Father

Glory to the Father, and to the Son, and to the
Holy Spirit: as it was in the beginning, is now,
and will be for ever. Amen.

130 Lord, Make me an instrument of Your Peace

Lord, make me an instrument of your peace.
Where there is hatred, let me sow love;
where there is injury, pardon;
where there is doubt, faith;
where there is despair, hope;
where there is darkness, light;
and where there is sadness, joy.

O Divine Master, grant that I may not so much
seek to be consoled as to console;
to be understood as to understand;
to be loved as to love;
for it is in giving that we receive;
it is in pardoning that we are pardoned;
and it is in dying that we are born to eternal life.

- St. Francis of Assisi

131 Prayer for a new day

Thank you, my God, for another day.
Help me to live it wisely and to live it well.
Grant that everything I do today may be done as
well as I can.
Grant that I may make everyone I meet a little
happier.
Keep me all through today
 careful in my work;
 truthful in my speech;
 loyal to my friends;
 faithful to those who love me;
through Jesus Christ our Lord. Amen.

132 Prayer at the beginning of the month/school term/year

O God, Source of all wisdom, I thank you for granting me the grace to begin another month/term/year in school.

Help me not to waste any of its days, not to fail in any of its opportunities, not to neglect any of my studies.

Assist me in performing my duties that I may never be indifferent or careless, but to be always diligent, conscientious and disciplined.

Do not let me lose courage when things do not go as they should.

Rather, let me keep on trying with determination, perseveringly and joyfully till I succeed.

Help me never to speak or act in such a way that I would hurt another's feelings or wound another's heart.

Guide me to cooperate with my teachers, to pay full attention in class, to have the spirit of sportsmanship, and to behave honourably in school as well as outside it.

All this I ask with deep faith in your loving care.
Amen.

133 Prayer at the end of the school year

O God our Father in heaven, as the school year has come to an end, I want to say a heart-felt "Thank You". There are so many things for which I have to be grateful to you.

I thank you for the school, the teachers, the classmates, the books that I have read, the knowledge that I have gained, the sports I took part in, and so many other good and beautiful things from which I have profited as a student.

Forgive me, please, for the time I have wasted, for the lessons I have left unprepared, for the homework I have left half done, badly done, or not done at all, and also for all the other things I promised to do and did not do. Forgive me if I have hurt anyone, disappointed anyone, caused trouble, been a bad example, or was thoughtless or selfish. As we are looking forward to enjoying ourselves during the holidays, help us, Lord, improve ourselves at the same time, by reading extensively, taking part in summer activities, spending time meaningfully with our families, and serving people in need. Amen.

134 Prayer before an examination

O God, you are a loving Father, full of knowledge and wisdom.

You have created my mind with all its faculties: intellect, reason, memory and understanding.

The time has now come when through this examination I have to show how much knowledge I possess and how well I know my subject.

Be with me and with all the other students sitting for this examination.

Help us, I humbly ask you, that we may not get confused, nervous or sick.

Enlighten us, that we may understand the questions and be able to answer them all correctly.

Bless those who conduct this examination, those who taught us or helped us in any way.

Help each and every one of us to do it well.
Amen.

135 Prayer before a school event/ competition

Lord, as we are about to take part in (name of event/competition), grant us the wisdom we need to make the best use of our talents, the humility we need when we win, the courage we need when we face defeat, and the joy we have through sharing our labours. Amen.

136 Prayer for students and educators

Dear Lord, grant teachers the love and understanding needed to teach and guide students entrusted in their care. Let them have the patience and wisdom to guide those who are troubled and disinterested in school. Give them the strength to reach out to those who challenge their authority, the ability to motivate and inspire those who find learning difficult, and the vision to see the innocence and beauty you find in all children.

Lord, help students develop their special talents

and work to their full potential. May they achieve the discipline needed to obtain their goals and the courage to pursue their dreams against difficult obstacles. I pray that all students grow intellectually as they listen to your words and follow your example during their school years and throughout their lives. Amen.

137 Prayer for world peace

Great and merciful God, Lord of peace and of life, your designs are for peace, not affliction. You sent your Son Jesus to proclaim peace to those near and far and to reunite people of all races and descent in a single family. Hear the unanimous cry of your children, the sorrowful plea of all humanity for peace. Speak to the hearts of those in charge of the destiny of others. Stop the desire for retaliation and revenge; suggest with your Spirit new solutions, generous and honourable gestures, time for patient waiting. Grant to our times — days of peace. Amen.

138 Prayer for our school

O God, bless my school, the Principal, the teachers, pupils, and everybody in it.

Help us all to work so hard and to play so well, that everyone will respect and admire our school.

When I am in school, help me to be a good and attentive pupil, and, when I am out of school, help me always to behave in such a way that I will be a credit to the badge and the uniform which I wear.

Help me to remember all the time that I am at school, that I am preparing myself to be a good citizen of this city, and a good servant of yours.

And to that end help me:

to discipline my mind to be wise;

to train my body to be fit:

to equip my life to be useful.

Hear this my prayer for your love's sake. Amen.

139 Prayer for our family

Lord Jesus Christ,

I praise and thank you for my parents and my

brothers and sisters, whom you have given me to cherish.

Surround them with your tender, loving care, teach them to love and serve one another in true affection and to look to you in all their needs.

I place them all in your care, knowing that your love for them is greater than my own.

Keep us close to one another in this life and in the next.

Blessed be God for ever. Amen.

140 Prayer for the community

Lord, thank you for making our school a member of the Hong Kong community. Help us realize that the well-being of each individual is dependent upon the progress of society. Help us to be good citizens, to obey the law, to be loyal in our duties and to participate actively in community development. Help us also to accept views that are different from our own, to respect other people's rights, and to help others to help themselves. Amen.

141 Prayer for those who are suffering

Lord our Father, we understand that at this very moment there are people suffering pain, hunger, adversities or loss of loved ones.

We pray that you can grant them courage and strength to go through their suffering, and give us the drive to help the needy.

We ask this through Christ our Lord. Amen.

142 Prayer for an end to poverty

Jesus, I realize that there are people around me who are in far greater need of your help and loving kindness than I. I want to pray for them, especially for the poor and homeless. I want to join my prayer with theirs.

Keep me aware of the needs of others, Lord, and if there is anything I can do to help those less fortunate, show me the way and grant me the means to do so.

Hear the prayers of all of us who call on you Lord, and if it is in your Father's plan, grant us the favours we ask without delay. Amen.

143 Prayer for protection of the environment

Heavenly Father, You created a universe of harmony and beauty and gave the earth to all people as a home. You gave us the sun to brighten our days and the moon and the stars to guide us by night. You gave us great oceans, rivers, lakes, and streams to travel upon and made them a source of nourishment, inspiration, and delight. You gave us the forest, flowers, fruits, and vegetables to nourish us and supply us with signs of your abundant goodness. You gave us the birds of the air and the animals of the earth to feed us, to serve us, and to lead us to praise and thanksgiving. All too often, we have abused your many gifts. We have polluted the waters, filled the air with pollution, and recklessly consumed our natural resources.

Forgive us, Lord, for the many times we have been wasteful, destructive, senseless, and greedy. Help us to learn respect for all the gifts you have given us. Teach us to conserve, to protect, and to nurture your world and all life within it. Amen.

144 Prayer to respect all life

Lord, help us to show respect for all life, help us to have compassion for the elderly, for unborn children and their mothers, for persons with disabilities, and for all those who are unable to protect themselves. Remind us that all human beings are sacred to you and that you love each of us. Give us the courage and the strength to protect those who cannot protect themselves and to support leaders who also value and respect all life. Ever hopeful that our nation will be more caring towards those who cannot speak for themselves, let our light shine now to illuminate the darkness of ignorance and prejudice so that in the future we will be known as a nation which respects all life. Amen.

145 Prayer for serenity

God, grant me the serenity to accept the things I cannot change, the courage to change the things I can and the wisdom to know the difference. Amen.

146 Thanksgiving

My dear God, thank you.

Thank you for my parents, who give me a home, food, clothes, education and make so many sacrifices for me.

Thank you for this school, in which I am studying,

the training I get,

the knowledge I acquire,

the healthy activities I enjoy so much.

Thank you for my teachers, who take so much interest in me and show so much patience with me.

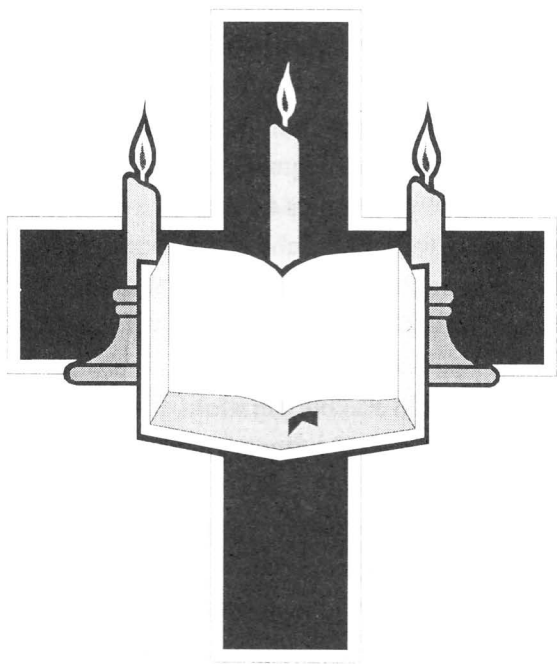
Thank you for my friends, their loyalty, friendship, help and cooperation.

Thank you for all the beautiful things you have created all around me.

Thank you very much for all the gifts, which you have bestowed upon me.

Thank you for this very minute, which I am enjoying so much spending it with you.

Amen.



祂未曾應許天常蔚藍

花兒常開

卻恩許祂的慈愛常在

聖經
章節
摘錄

聖經章節摘錄

1 上主的慈愛

上主良善寬仁，祂的慈愛直到永恆，祂的忠信
世世常存。（詠 100：5）

2 召喚罪人

耶穌說：「不是健康的人需要醫生，而是有病
的人。我不是來召叫義人，而是召叫罪人悔改。」
（路 5：31-32）

3 皈依的許諾

上主決不喜歡惡人喪亡，但卻喜歡惡人歸正，
離開邪道。（則 33：11）

4 善有善報

上主穩定善人的腳步，上主欣賞義人的道路：
他縱或失足，也不致顛仆，因為上主扶持着他的
手。（詠 37：23-24）

5 至死服從

「父啊！祢如果願意，請給我免去這杯罷！但不要隨我的意願，惟照祢的意願成就罷！」（路 22：42）

6 燃亮世界

「你們是世界的光；建在山上的城，是不能隱藏的。人點燈，並不是放在斗底下，而是放在燈台上，照耀屋中的人。」（瑪 5：14-15）

7 追求美善

凡是真實的，凡是高尚的，凡是正義的，凡是純潔的，凡是可愛的，凡是榮譽的，不管是美德，不管是稱譽：這一切你們都該思念。（斐 4：8）

8 活出信仰

凡你們在我身上所學得的，所領受的，所聽見的，所看到的：這一切你們都該實行。（斐 4：9）

9 善待別人

要小心：人對人不要以惡報惡，卻要時常彼此勉勵，互相善待，且善待一切人。應常歡樂，不斷祈禱，事事感謝。（得前 5：15-18a）

10 善用自由

弟兄們，你們蒙召選，是為得到自由；但不要以這自由作為放縱肉慾的藉口，惟要以愛德彼此服事。（迦 5：13）

11 慈祥與忠實

不要讓慈祥和忠實離棄你，要將她們繫在你的頸上，刻在你的心版上；這樣，你在天主和世人面前，必獲得寵幸和恩愛。（箴 3：3-4）

12 放下憂慮

「不要為你們的生命憂慮吃甚麼，或喝甚麼；也不要為你們的身體憂慮穿甚麼。難道生命不是貴於食物，身體不是貴於衣服嗎？」（瑪 6：25）

13 掛慮與平安

你們甚麼也不要掛慮，只在一切事上，以懇求和祈禱，懷著感謝的心，向天主呈上你們的請求；這樣，天主那超乎各種意思的平安，必要在基督耶穌內固守你們的心思念慮。（斐 4：6-7）

14 要活得正直

沒有遮掩的事，將來不被揭露；沒有隱藏的事，將來不被知道的。（瑪 10：26）

15 心懷律法

你們認識正義，心懷法律的人民，請聽我說：「不要怕人家的侮辱，對他們的嘲笑也不必驚恐。」（依 51：7）

16 寬恕別人

如果你們不各自從心裏寬恕自己的弟兄，我的天父也要這樣對待你們。（瑪 18：35）

17 變成小孩

我實在告訴你們：你們若不變成如同小孩子一樣，你們決不能進入天國。（瑪 18：3）

18 肯定生命

人縱然賺得了全世界，卻喪失了自己，為他有甚麼益處呢？（路 9：25）

19 一心不能二用

沒有人能事奉兩個主人：他或是恨這一個而愛那一個，或是依附這一個而輕忽那一個。你們不能事奉天主而又事奉錢財。（瑪 6：24）

20 污穢的根源

不是從人外面進入他內的，能污穢人，而是從人裏面出來的，纔污穢人。（谷 7：15）

21 愛人與愛神

凡你們對我這些最小兄弟中的一個所做的，就是對我做的。（瑪 25：40）

22 顧及他人

「凡事都可行，」但不全有益；「凡事都可行，」但不全助人建樹。人不要只求自己的利益，但也該求別人的利益。（格前 10：23-34）

23 彼此擔待

我們強壯者，該擔待不强壯者的軟弱，不可只求自己的喜悅。我們每人都該求近人的喜悅，使他受益，得以建立。（羅 15：1-2）

24 知識與愛

我們知道「我們都有知識。」但知識只會使人傲慢自大，愛德纔能立人。（格前 8：1）

25 恨與愛

仇恨引起爭端，愛情遮掩一切過失。（箴 10：12）

26 不足中的奉獻

因為眾人都是拿他們多餘的投入，作為給天主的獻儀；而這個寡婦卻是從她的不足中，把她所有的一切生活費都投上了。（路 21：4）

27 愛的真諦

愛是含忍的，愛是慈祥的，愛不嫉妒，不誇張，不自大，不作無禮的事，不求己益，不動怒，不圖謀惡事，不以不義為樂，卻與真理同樂；凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。（格前 13：4-7）

28 愛仇

我卻對你們說：「你們當愛你們的仇人，當為迫害你們的人祈禱，好使你們成為你們在天之父的子女，因為他使太陽上升，光照惡人，也光照善人；降雨給義人，也給不義的人。」（瑪 5：44-45）

29 同心合意

你們應彼此意見一致，同心合意，思念同樣的事。不論做甚麼，不從私見，也不求虛榮，只存心謙下；各人不可只顧自己的事，也該顧及別人的事。（斐 2：2-4）

30 朋友之道

掩飾他人的過錯，可獲得友愛；屢念舊日的過惡，則離間友誼。（箴 17：9）

31 私下修和

如果你的弟兄得罪了你，去，要在你和他獨處的時候，規勸他；如果他聽從了你，你便賺得了你的兄弟。（瑪 18：15）

32 忠實的朋友

有的人是酒肉朋友，在你困難的日子，就不見了。忠實的朋友，是穩固的保障；誰尋得了他，就是尋得了寶藏。忠實的朋友，是無價之寶，他的高貴無法衡量。（德 6：10, 14-15）

33 說話真誠

你們的話該當是：是就說是，非就說非；其他多餘的，便是出於邪惡。（瑪 5：37）

34 善用言語

一切壞話都不可出於你們的口；但看事情的需要，說造就人的話，叫聽眾獲得益處。（弗 4：29）

35 慎言（一）

多言難免無過，明智的人必約束自己的唇舌。（箴 10：19）

36 慎言（二）

有的人不出聲，是因為他不知所答；有的人不出聲，是因為他知道何時該說話。明智的人緘口不言，直等相宜的時候；自誇和愚昧的人，卻不看時機。（德 20：6-7）

37 節制

爭論的開端，如水之破堤；在激辯之前，應極加制止。（箴 17：14）

38 小心批評

先從你眼中取出大樑，然後你才看得清楚，取出你兄弟眼中的木屑。（瑪 7：5）

39 個人的軟弱

我所願意的善，我不去行；而我所不願意的惡，我卻去作。（羅 7：19）

40 彼此彼此

凡你們願意人給你們做的，你們也要照樣給人做。（瑪 7：12a）

41 非以役人

「誰若想做第一個，他就得做眾人中最末的一個，並要做眾人的僕役。」（谷 9：35）

42 愛與行動

孩子們，我們愛，不可只用言語，也不可只用口舌，而要用行動和事實。（若一 3：18）

43 成事在天

內心策劃在於人，應允卻在於上主。（箴 16：1）

44 事前的準備

各種工作的開端，在於立志；但在進行各種事業以前，應商量。（德 37：20）

45 深思熟慮

用棟樑支持的建築物，在地動時不致倒塌；同樣，深思熟慮而鎮定的心，危險時也不會畏懼。（德 22：19）

46 知足常樂

愛錢的，錢不能使他滿足。工人不論吃多吃少，總睡得甘甜；飽食的富人，卻難於安眠。（訓 5：9, 11）

47 慷慨待人

有人慷慨好施，反更富有；有人過於吝嗇，反更貧窮。慈善為懷的人，必得富裕；施惠於人的人，必蒙施惠。（箴 11：24-25）

48 愚與智

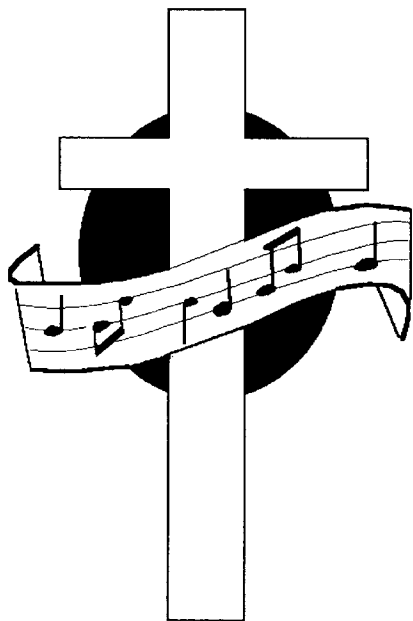
幼稚的人，有話必信；明智的人，步步謹慎。智慧的人戒避邪惡，愚昧的人驕矜自負。易怒的人，做事昏愚；慎思的人，事事含忍。（箴 14：15-17）

49 智慧的見證

你們中誰是有智慧，有見識的呢？讓他用好品行，彰顯他的行為是出於智慧的溫和！（雅 3：13）

50 智慧無價

尋得智慧和獲取睿智的人是有福的，因為賺得智慧勝於賺得銀錢；智慧的果實勝於純金。智慧比珍珠還要寶貴。（箴 3：13-15）

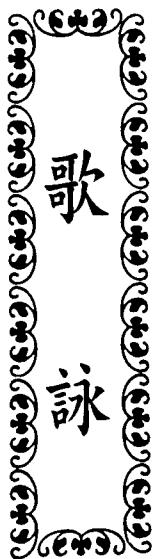


真誠的詠唱顯示了團體

懷着同一的願望

操着同一的步伐

齊向目標進發



1 家

Key: A 4/4

A C#m D E F#m C#m
5—5·6 | 5 3—2 | 1—1 6 | 5—3 2 | 1—1 2 | 3—3 2 1 |
1. 看 那 塊 枯 業 在 園 林 飄 過 可 知 道 別 了 家 它 想 再
2. 看 百 花 競 艷 令 田 園 錦 繡 可 知 道 灌 溉 艱 修 葺 更

Bm E/A C#m D E F#m
2--- | 5—5·6 | 5 3—2 | 1—1 6 | 5 5—2 3 2 | 1—1 2 |
返 看 雨 點 灑 落 在 河 流 溪 澗 也 心 嚮 往 化 輕
艱 看 燕 子 振 翼 忙 忙 飛 天 際 也 只 恐 怕 那 幼

C#m A A7 D F#m C#m C#m
3—1 2 | 1--- | 1—0 1 | 1—1 7 | 6—7 1 | 7 5 5 3· | 5--1 |
煙 上 天 際 離 家 方 憶 起 家 中 溫 暖 滿 樂 暢 和
難 會 飢 冷 成 長 當 憶 起 家 中 雙 老 愛 護 你 勞

D F#m E E7 A E
1—1 7 | 6· 1 7 1 | 2--- | 2—0 2 | 3—3· 3 | 3 2—2 |
洽 家 居 中 有 熱 有 光 那 溫 馨 的 家 中 有
碌 得 花 果 共 你 享 那 親 心 的 光 輝 可

F#m E D E A
1—1· 1 | 6 5—5 | 6— 3 | 2— 1 | 1— — ||
快 意 洋 洋 如 沐 天 清 氣 朗
照 你 上 前 程 朝 著 理 想 勇 往
1 | 2— 1 | 1— — ||

2 燃

Key: D 4/4

D D Em G A
5̣ | 5̣ · 1 1 · 2 | 3 5 4 3 | 6̣-2- | 2 2 3 4 | 3-2- |
齊同你挽手並肩向著前走 不管多風霜

A D A D Em
2 7̣ 1 2 | 1-5̣- | 5̣- 0 5̣ | 5̣ · 1 1 · 2 | 3 5 4 3 | 6̣-2- |
亦決心向前 齊同你再將手中燭光燃點

G A D G
2 2 3 4 | 3-2- | 2 7̣ 1 2 | 1- - - | 1 1 1 7̣ | 1-6̣- |
此刻一生中 盡滿朝氣 遠看著燦爛

G D G E A
1 - 4 · 4 | 3 5̣- - | 5̣ 1 1 7̣ | 1-6̣- | 1-2- | 2 2 2 2- |
閃燦的星群 照遍在世上 四方 永遠為愛

A D Em G A
2 5 5 4 | 3-3- | 3 3 2 3 | 4-4- | 4 4 3 4 | 5-5- |
珍惜我現在 亦毋用氣餒 向著愛光輝

A D G A D
5 2 2 · 3 | 3- - - | 3 3 3 | 6-6- | 7 · 7 6 7 | 1- - - | 1- - - ||
昂然踏步 互助並相關 活著全為愛 Fine (2x)

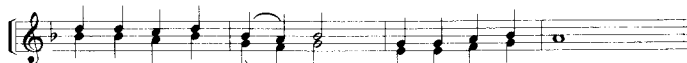
3 獻上

Andante ♩.69

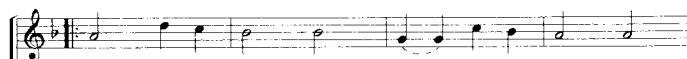
普世博愛運動



1 歡欣痛苦及成敗， 在基督內呈奉，
 2 基督降生為人類， 謝恩澤無窮，
 3-5 Bless-ed are You, O Lord, God of all cre-a-tion.
 6 Guar-da que-sta/of-fer-tà, Guar-da noi Si-gnor.



1 此刻一心一意， 聚集在祢內。
 2 深深感激救贖我， 在十字架上。
 3 Thro' Your good-ness we have this bread to of-fer.
 4 Thro' Your good-ness we have this wine to of-fer.
 5 Thro' Your good-ness we have our life to of-fer.
 6 Tut-to noi T'of-fria-mo per u-nir-ci/a Te.



1-2 共一起獻上， 葡萄酒與麵麥，
 3-5 We come to-ge-ther, u-nit'd with Je-sus.
 6 Nel-la Tua Mes-sa, la-no-stra mes-sa;



1-2 同聚更一心， 求悅納
 3-5 We come to-ge-ther, u-nit'd with
 6 Nel-la Tua Mes-sa, la-no-stra



同聲高歌， 頌主到永遠。 永遠。
 We sing to-ge-ther, praise You for-ev-er. ev-er.
 nel-la Tua Vi-ta, la no-stra vi-ta. vi-ta.



祭獻， 高歌， 頌主到永遠。 永遠。
 Je-sus, praise You, praise You for-ev-er. ev-er.
 mes-sa; la Tua Vi-ta, la no-stra vi-ta. vi-ta.

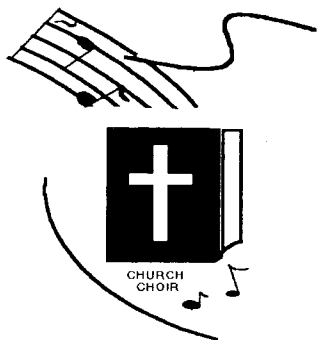
4 歡欣



1 歡欣！為迎接新的一年，歡欣！為主賜青春
 2 歡欣！為得聽基督福音，歡欣！為天賜生命
 3 歡欣！為慷慨奉獻一生，歡欣！為戰勝患難
 4 歡欣！為你所賞的天恩，歡欣！為世界光明



1 年華，歡欣！為認識主的真理和他聖愛。
 2 神糧，歡欣！為主心中恩充滿普照樂天和慈傳天國。
 3 重重，歡欣！為願我永遠快樂一同心讚
 4 前途，歡欣！願我永遠快樂一同心讚頌你！



曲：菲律賓曲

詞：謝子華

5 人生

5̣ | 3̣ · 2̣ 1̣ 3̣ | 2̣ — — 5̣ | 2̣ · 1̣ 7̣ 2̣ | 1̣ · 6̣ 5̣ 5̣ |
人 生 所 有 一 切 如 驅 殼 未 可 永 攜 何

3̣ · 2̣ 1̣ 3̣ | 2̣ — — 5̣ | 2̣ · 1̣ 7̣ 2̣ | 1̣ — 0 ||
須 苦 惱 憂 心 來 銖 銖 逐 分 計。

- 3̣ 3̣ | 3̣ 4̣ 5̣ 6̣ | 6̣ — 6̣ 6̣ · | 5̣ 4̣ 3̣ 2̣ | 2̣ —
1. 大 地 盡 有 蒼 生， 不 擔 憂 無 食 糧
 2. 事 實 上 你 可 知？ 小 小 施 予 同 情
 3. 萬 望 俗 世 諸 君， 多 施 於 世 人
 4. 萬 勿 懼 怕 擔 憂， 一 己 的 勇 力

- 2̣ 2̣ · | 2̣ 3̣ 4̣ 5̣ | 5̣ — 4̣ 5̣ · | 4̣ 3̣ 2̣ 1̣ | 1̣ —
1. 人 們 從 沒 瞭 解， 此 中 的 真 諦。
 2. 能 為 俗 世 間， 帶 多 一 點 溫 暖。
 3. 為 何 吝 嗇， 帶 不 去 的 一 切。
 4. 何 能 為 世 間， 帶 出 多 少 溫 暖。

- 1̣ 1̣ · | 1̣ 2̣ 3̣ 4̣ | 4̣ — 4̣ 4̣ · | 4̣ 2̣ 1̣ 7̣ | 7̣ —
1. 仍 然 盲 目 地 去， 爭 搶 貪 心 擄 奪。
 2. 明 瞭 人 類 在 世， 不 需 貪 搶 擄 掠。
 3. 祈 求 無 負 在 世， 所 得 的 恩 惠。
 4. 人 人 傳 熱 下 去， 倍 增 一 己 勇 力。

- $\dot{7} \ \dot{7} \cdot \mid \dot{7} \ 1 \ 2 \ 3 \mid \overset{\frown}{3} - 2 \ 3\sharp \cdot \mid 2\sharp 3 \ 4 \ 5 \mid \overset{\frown}{5} -$
 1. 來自 問有幾多， 才是 盈溢滿足？
 3. 定盡 力去發光， 延續 燃著愛火。

- $0 \ \dot{5} \mid 3 \cdot 2 \ 1 \ 2 \ 1 - 0 \parallel 1 \mid 1 \cdot 1 \ 2 \ 3 \mid 4 - -$
 2. 人生 都已足夠。
 4. 同分 享這恩賜。 人人 忘掉自我，

- $4 \mid 4 \cdot 3 \ 2 \ 1 \ 7 - - 5 \mid 3 \cdot 2 \ 1 \ 7 \mid 1 - 0 \mid$
 4. 倍增 一己努力， 才不 枉了此世。

- $5 \mid 3 \cdot 2 \ 1 \ 3 \ 2 - 0 \ 0 \mid 0 \ 0 \ 0 \ 5 \mid 2 \cdot 1 \ 7$
 2. 人生 所有一切， 如 軀 殼 亦
 $0 \ 0 \ 2 \ 4 \mid 6 \ 5 \ 0 \ 0 \mid 0 \ 0 \ 0$
 俗 世 風 光

- $2 \mid 1 - 0 \ 0 \mid 0 \ 0 \ 0 \ 5 \ 3 \cdot 2 \ 1 \ 3 \mid 2 - 0 \ 0 \mid$
 2. 終 喪， 人 會 卒 過 一 生
 $0 \mid 0 \ 0 \ 3 \ 4 \ 7 \ 6 \ 0 \ 0 \ 0 \ 0 \ 0 \ 0 \mid 2 \ 4$
 若 化 輕 煙 留 有

- $0 \ 0 \ 0 \ 5 \mid 2 \cdot 1 \ 7 \ 2 \ 1 - 0 \mid$
 2. 能 給 予 是 福 氣。
 $6 \ 5 \ 0 \ 0 \mid$
 功 過。

6 主慈頌

0 3 5 3 | 6 6. | 5 6 i | 7 5 7. i | 6 - | 0 3 5 3 | 2 2 3 |
 祂未曾應許天常蔚藍，祂未曾應允
 2. 6 | 1 2 3 | 3 - | 0 1 2 3 | 6. 5 5 | 6 i | 7 5 |
 花兒常開，祂却恩許祂的慈愛常
 6 - | 6 - || 7 - | 7 - | 6 - | 6 - || i 7 | 2 6 5 6 | 3 - |
 在。在。是的，仁慈的主，
 2 3 5 6 | i 6 | 6 3 3 | 2 1 2 | 3 7 | 7 - | 0 6 1 |
 懷念你的恩德，就是絕妙的禱詞。讓我
 2. 3 | 2 1 2 3 | 5 3 5 | 6 - | 5 i | 7 5 | 6 - | 6 - ||
 們於悠悠的歲月中，引吭詠唱。

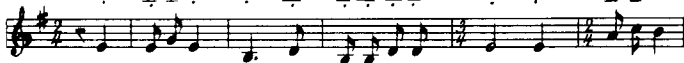
7 答唱詠

6 | 3 3 4 3 2 | 1 2 3 - | 3 6 2 2 | 3 1 7 6. 5 | 6 - ||
 我心仰望上主、救主，永遠堅信他的諾言。

8 祝福歌

杜逸文 1979

行板 0 6 | 6 1 6 | 3. 5 | 3 3 5 5 | 6 - 6 | 2 4 3 |



1. 上 主的羔 羊，消 除我們罪 惡。上 主的羔
2. 上 主的聖 神，已 臨在我們 中。上 主的聖

2. 1 | 6 1 6 | 6 5 6 | 6 - || 1 2 | 3 3 3 3 | 4 3 |



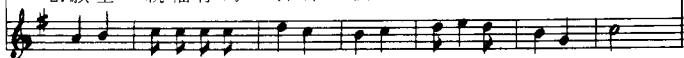
1. 羊，帶 來真正 的平安。 願主 祝福你的 家庭，
2. 神，帶 來真正 的幸福。 願主 祝福你的 工作，



7 1 | 2 2 2 2 | 3 2 | 1 2 | 3 4 3 | 5 3 | 2 - |



1. 願主 祝福你的 親友，願主 賜給你 康壽 寧。
2. 願主 祝福你的 居所，願主 賜給你 真美 善。



||: 3 3 2 | 2 3 4 2 | 3 - | 3 3 2 | 2 1 2 7 | 6 - :||

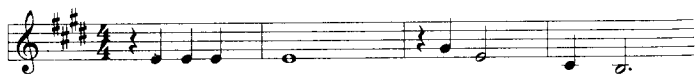


祝福你 主的平 安， 祝福你 主的喜 樂。

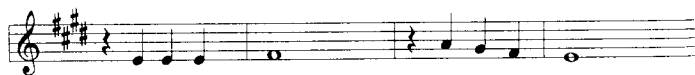


9 信主者(瑪 6:24-34)

詞：陳鈞潤



你太記掛 豐富食糧，



你太醉心 衣衫好看，



看天際禽鳥， 不耕種積蓄



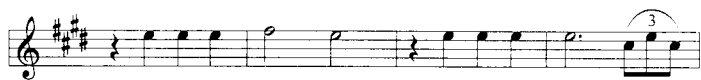
總不會餓死， 天生天養！



田上野花， 它不懂織布，



華貴服裝 怎比它漂亮？



試看這花放 轉眼快要逝



亡，本不須裝飾得好看！ 人若有



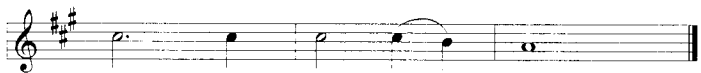
生，不憂食糧， 人有肉



體，不須衣裝， 若信此



生 比諸花鳥貴重不須



憂，天生天養！

10 耆英頌

曲：顧嘉輝

詞：呂瑞潔



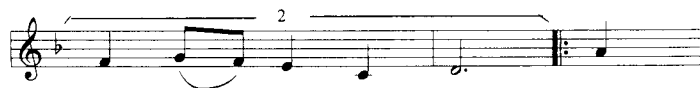
1. 蒼松古柏永常綠，
2. 春日生暉愛常現，



1. 鬚白霜鬢更勤儉，縱多的辛酸，
2. 高樹廣蔭惹人羨，美好的今天，



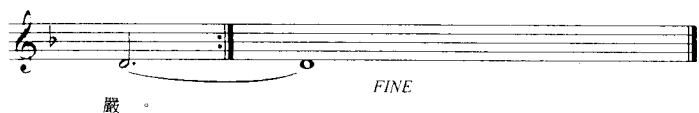
你不言，雨中待晴天。
永久延，



2. 建基在從前。歷



經千災遭千劫，心中卻記我的志
古柏蒼松永綠



曲：劉玉亭

詞：陳鈞潤

11 越之悅

6̣ 6̣ | 3 — | 2̣ 3̣ 2 | 1 — | 2 1 2 | 3 — | 3 —
越 夢 境 ， 跨 出 虛 渺 ， 方 會 清 醒 ；
越 時 光 ， 超 出 分 秒 ， 方 至 千 秋 ；
越 桎 梏 ， 跳 出 鎖 扣 ， 方 見 青 天 ；

6̣ 6̣ | 3 — | 2̣ 3̣ 2 | 1 — | 2 1 2 | 3 — | 3 —
越 童 真 ， 跨 出 雛 幼 ， 方 會 生 長 ；
越 河 山 ， 超 出 疆 界 ， 方 至 無 限 ；
越 敗 績 ， 跳 出 波 折 ， 方 建 功 勳 ；

3 3 | 6 — | 5 3 2 | 1 2 3 | 6̣ — | 6̣ 6̣ | 1 1
爲 什 麼 跨 越 安 固 的 溫 巢 ， 才 能 去 涉
爲 什 麼 超 越 束 縛 的 守 舊 ， 才 能 勇 破
爲 什 麼 跳 越 哀 痛 的 死 亡 ， 才 能 見 到

2 1 2 | 3 — | 3 — | 3 3 | 2 — | 1 2 1 | 6̣ —
飛 躍 的 風 險 ？ 於 風 裏 振 翅 膀 ！
挑 戰 的 新 關 ？ （重唱）
一 線 的 生 機 ？

6 6 | 5 — | 3 2 1 | 2 3 | 5 3 5 | 3 — | 6̣ 6̣ |
將 普 世 所 有 的 怡 悅 搜 集 ； 爲 著

1 — | 2 1 2 | 3 — | 2 1 2 | 6̣ 5 | 3 5 | 6 — | 6 —
那 風 雨 中 正 蘊 藏 永 恒 的 歡 欣 。

12 聖母經

普世博愛運動

Moderato ♩=120



(領) 萬福! 瑪利亞, 滿被聖寵者,
主與妳相偕, 主與妳相偕!

(奏) 萬福! 瑪利亞, 滿被聖寵者,
主與妳相偕, 主與妳相偕!

(領) 女子之中唯妳堪受讚美, 也堪受
讚頌妳聖胎之子主耶穌。

(奏) 萬福! 瑪利亞, 天主之母。
萬福! 瑪利亞, 天主之母。

(領) 為我等罪人祈禱!
此刻, 並於我等死候。 A - men.

(奏) 萬福! 瑪利亞, 天主之母,
為我等祈求, 為我等祈!

© 1982 Focolare movimento (Gen Verde)

Used with permission

This edition MMI 天主教香港教區

詞: 路 1:28, 42; 十二世紀祈禱文

13 愛的滿全

曲及詞：許魏強



愛見那海浪 留在我的家； 愛聽那巨浪，激起泊岸聲。



歌聲被流水 輕推上岸，人在這刻易陶 醉。



愛見那碧月，留在半空中； 愛看那落日，捲起了紅光。



歌聲被微風 輕吹過臉，人在這刻心飄 去。



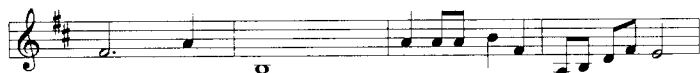
在這自然世界呈現多優美， 賴著祂創造充滿朝 氣。



俗世凡塵佈滿煩悶憂，此刻慶幸能在愛中得解放。



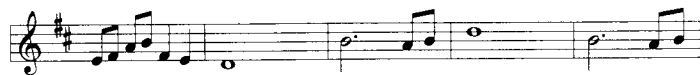
風傳遞了真理真義，雨為祂訴訴出



新生願。愛見那沙上留下了足印，



帶領我踏入新生與平安。歌聲在流露出感激仰慕，



人在這刻真興奮。風傳遞了真理真



義，雨為祂訴訴出生的含意。



歌聲在流露出感激仰慕，祈望這心得應允。

14 同聲頌主

譯自：Doxology

Moderato Con Movimento

5 | 1. 2 3 4 | 5 - 5 | 6. 5 4 | 5 -

讚美上主，恩澤萬邦；

5 | 4. 3 2 | 3. 2 1 | 2. 1 7 | 1 - 5 | 1. 2 3 4 | 5 -

天地萬物，同聲和唱。讚美我主，

5 | 6. 5 4 | 5 - 5 | 6. 7 i | 5 - 5 | 4 3 2 | 1 -

諸天之上；讚美聖父、聖子、聖神。

5 || 1. 2 3 4 | 5 - 5 | 6. 5 4 | 5 - 5 | 4. 3 2 | 3. 2

讚美上主，恩澤萬邦；天地萬物，

1 | 2. 1 7 | 1 - 5 | 1. 2 3 4 | 5 - 5 | 6. 5 4 | 5 -

同聲和唱。讚美我主，諸天之上；

讚美我主，

5 | 6. 7 i | 5 - 5 | 4 3 2 | 1 - 5 || 1 - -

讚美聖父、聖子、聖神。讚神。

15 志向前行

Key: A 4/4

A	E	F#m	C#m	F#m
0 1 2 · 3 5 5-3 5 6 · 1̇ 6 5 3 5- - - 6 · 1̇ 6 5				
1. 回 頭 望 過 去 盡 似 煙 消 不 再 復 見 諸 般 恩 怨				
2. 何 時 遂 壯 志 在 那 海 空 天 際 任 意 高 飛 展 翅				

C#m	Bm	E7	A	E
3 5 - 1 2 - - - 2 - - - 0 1 2 · 3 5 5 · 3 3 5				
欲 挽 無 從 埋 頭 念 過 去 但 有				
實 非 容 易 期 待 望 振 翅 但 若 非				

F#m	C#m	F#m	C#m	A	A7
6 · 1̇ 6 5 3 5- - - 6 · 1̇ 6 3 2 · 3 2 1 6 1- - - 1- - -					
追 憶 不 可 復 再 空 得 光 陰 輕 輕 消 逝 去					
出 於 天 主 立 意 始 終 不 得 一 朝 失 望 去					

F#m	C#m	F#m	C#m	F#m
0 6 6 5 6 3 5 - - - 0 6 1̇ 7 · 6 5- - - 0 6 6 5				
須 知 此 生 未 了 尚 要 待 何 時 珍 惜 片				
須 知 愛 德 重 要 實 踐 待 何 時 珍 惜 片				

F#m	E	E7	D	E
6 - 7 6 5 - - - - 5 - - - - 0 1̇ 1̇ · 1̇ 2̇ - - - 7				
刻 在 目 前 已 過 往 昔 不				
刻 在 目 前 既 有 愛 心 不				

F#m	C#m	F#m	Bm	A
6 - - 6 5 3 3 · 1̇ 6 - - 3 2 - 3 2 1- - - 1- - -				
需 多 掛 慮 奮 力 前 行 必 得 志				
需 多 掛 慮 只 需 遵 守 天 主 意				

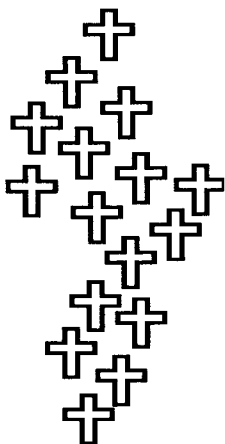
16 播種仁愛



1. 我把仁愛，播在世上，我把仁愛，播在世上，
2. 我把希望，播在世上，我把希望，播在世上，
3. 我把光明，播在世上，我把光明，播在世上，



1. 我把仁愛，播在世上；播滿紛爭恩怨之世。
2. 我把希望，播在世上；播滿多災多憂之世。
3. 我把光明，播在世上；播滿漆黑幽暗之世。



17 我是主的羊(詠 23)



(重唱) 主領導來到綠茵清溪水泉 傍，當黃 昏偕天主一處



行。此 棧羊隻屬於主的 都強 壯。我是 主的 羊。



青 草 地， 溪 澗 傍， 天 將



林 蔭 幽 谷 崇 屹 山 嶽



晚， 偕 主 你 結 伴 往； 黑 暗 夜， 山 路



黃 昏 偕 主 你 結 伴 往 林 蔭 幽 谷



傍， 偕 主 你 邁 步 前 行。



崇 屹 山 嶽 隨 着 主 邁 步 前 行。

曲：許魏強

詞：呂瑞潔

18 黃河水滔滔

6̣. 6̣ 6̣ 6̣ ị | 7̣. 2̣5— | 6̣. 6̣3 3 | 2̣ 7̣1 2̣3— |
黃 河 滔 滔 東 流 去 浮 雲 蒼 海 不 復 記 取

4. 3 2 6 6 | 2 3 4 3— | 0 7 3 2 7 7 1 7 | 6— 6 6 |
獨 憑 欄 更 深 人 未 睡 問 家 國 重 任 托 付 誰 長 城

³6 5 6 6 i 7 5 | 6— 4 5 | ³6 5 6 6 6 5 3 | 2— 1 2 |
烽 煙 慶 能 靖 四 海 一 心 天 下 平 打

3 6 1 7— | 0 4 3 3 i 7 | 6— 6 5 | 6. i 7 7 3 |
開 門 戶 宇 內 盡 精 英 詩 書 韻 樂 願 許

7 6 5— 6 5 | 6. 4 3 6 6 | 4 3 2— 3 2 | 3. 7 6 i i |
共 鳴 先 祖 信 念 根 深 意 定 黃 河 兩 岸 有 我

7 i 2— 6 3 | 2 7 5 3 5 7 6 | 6— — — | 0 0 0 0 |
夢 境 承 先 啓 後 我 定 要 甦 醒

6. 6 6 6 i | 7. 2 5— | 6. 6 3 3 | 2 7 1 2 3— |
黃 河 滔 滔 東 流 去 浮 雲 蒼 海 不 復 記 取

4. 3 2 6 6 | 2 3 4 3— | 0 7 3 2 7 7 1 7 | 6— — — |
獨 憑 欄 更 深 人 未 睡 問 家 國 重 任 托 付 誰

0 6 6 5 6 — | 0 6 7 6 7 · 6 | 5 — 0 5 6 5 |
攀 高 峰 正 顯 我 真 本 領 砥 中

1 — 0 6 1 2 | 3 4 3 — 1 7 | 6 6 1 7 — | 0 4 3 3 2 5 |
流 傳 我 歡 呼 聲 破 除 門 戶 國 運 自 隆

6 — — 6 5 | 6 · 1̇ 7 7 3̇ | 7 6 5 — 6 5 | 6 · 4 3 6 6 |
興 詩 書 韻 樂 願 許 共 鳴 先 祖 信 念 根 深

4 3 2 — 3 2 | 3 · 7 6 7 1̇ | 7 1̇ 2̇ — 6 3̇ | 2̇ 7 5 3 5 5 7 |
意 定 黃 河 兩 岸 現 我 夢 境 承 先 啓 後 我 定 要 振

6 — — — | 0 0 0 0 | 0 — — 6 5 | 6 · 1̇ 7 7 3̇ |
興 詩 書 韻 樂 願 許

7 6 5 — 6 5 | 6 · 4 3 6 6 | 4 3 2 — 3 2 |
共 鳴 先 祖 信 念 根 深 意 定 黃

3 · 7 6 7 1̇ | 7 1̇ 2̇ — 6 3̇ | 2̇ 7 5 3 5 5 7 |
河 兩 岸 現 我 夢 境 承 先 啓 後 我 定 要 振

6 — — 6 3̇ | 2̇ 7 0 5 3 5 5̇ | 6 — — — | 0 0 0 0 ||
興 承 先 啓 後 我 定 要 振 興

曲：曾業堅

詞：集體創作

19 國際青年歌

$\dot{1}$ $\underline{2}$ ||: $\overset{\frown}{3-3} \underline{23}$ $\underline{6}$ | 5 30 $\overset{(3)}{321}$ | 6 $6-$ $\overset{(3)}{456}$ | $5-0$ $\dot{1}$ $\dot{1}$ |
在這刻，齊盡心唱和，讓和平歌聲達千里。你我
曲，來互相勉勵，青少年應該有主見。世界

$\dot{1}$ $6\cdot$ $\underline{6\dot{1}6}$ | 5 $3-\underline{65}$ | 2 $2-\overset{(3)}{212}$ | $\underline{3\cdot 2}$ $\underline{34}$ 5 11 |
暢聚，互相表友善，響遍塵寰，願能達大同理想。人人
進步，賴關心愛慕，促進和平，才能達大同理想。人人

$\dot{1}$ $\dot{1}$ - $\overset{(3)}{216}$ | 5 $3-\underline{65}$ | 2 $2-\overset{(3)}{232}$ | 1 - - $\underline{12}$ ||
發奮，充滿著希望，青少年們，高聲唱。唱心
振奮，將光輝照亮，不畏嚴寒，心歡

1 - - $\underline{13}$ | $\underline{1\cdot 2}$ $\underline{21}$ $\underline{7\cdot 7}$ $\overset{(3)}{712}$ | $\underline{1\cdot 5}$ $5-$ $\underline{13}$ |
暢。盡心盡意去創造，熱愛普世人民，放開

$\underline{2\cdot 2}$ $\underline{23}$ $\underline{4\cdot 3}$ $\underline{46}$ | $\overset{(6)}{5}$ - 0 $\dot{1}$ $\dot{1}$ | $\dot{2}$ $\dot{1}\cdot$ 6 $\overset{(3)}{216}$ |
胸襟仁義信念要剛堅，讚美歌唱，讓真理在

$\underline{2}$ $\underline{3\dot{1}}$ $\overset{\frown}{\underline{15655}}$ $\dot{1}$ 3 | 2 $2-\overset{(3)}{212}$ | $\underline{3\cdot 2}$ $\underline{34}$ 5 11 |
心中播，世界希望和平，維護大同理想，人人

$\dot{1}$ $\dot{1}$ - $\overset{(3)}{216}$ | 5 $3-\underline{65}$ | 2 $2-\overset{(3)}{232}$ | 1 - - - ||
勇往，分擔責任，請您同來，好青年。

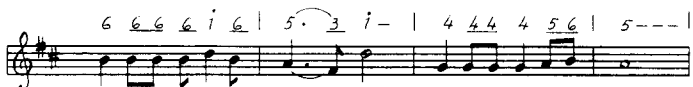
20 與基督同行



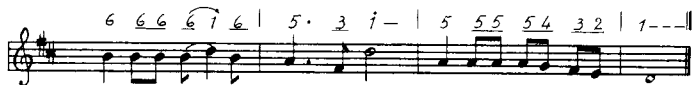
- 1 獨自漫步在 世上， 將不感孤與單；
- 2 雖則聽得別人 說道： 不能奈何命運；
- 3 在道路上同行 旅伴，他 未必識得我主；



- 1 過遍世旅與主 偕行， 與基督共往還。
- 2 我却不怕創出 新猷， 我要努力奮鬥。
- 3 我與他挽手不 應辭， 求主偕他一起去。



(重唱) 大踏步面向着 世界， 我要與救主一起。

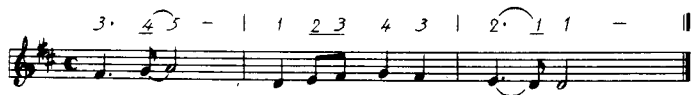


共望着大路 向前進， 與基督不相離。

取自頌恩

21 信友禱文答句

劉榮耀 1978



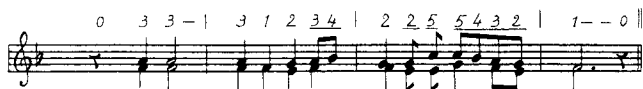
上主， 求祢俯聽我們。

取自心頌

22 願主祝福你

3 4 | 5 3 i. 7 | 7 6-6 2 3 | 4 2 7. 6 | 5 - - 1 2 |
 懇求 主賜福保 守你，無論 遠或近距 離； 願你
 3 1 4. 3 | 5 4. 3 4 | 6 - - 5 | 5 - - 3 4 | 5 3 i. 7 |
 今天獲得 久待的黃 金日 子。 所遇 災禍小如
 7 6-6 2 3 | 4 2 7. 6 | 5 - - 1 2 | 3 1 4. 3 | 5 4.
 沙粒，所得 福祉久且 彌； 懇求 主賜福保 守你
 3 4 4 | 6 - - 7 | 1 - 1 0 1 1 | i. i 7 6 | 5 3 - 3
 永遠和 你 一 起。 願你 在光明中 行走，
 1 1 | i i i 7 6 | 5 - - 1 1 | i. i 7 6 | 5 3 - 3 1 2 |
 歡樂 幸福常伴 着 你；每見 烏雲遮 蔽 之時，好運
 3 6 7 | i | 2 - - 3 4 | 5 3 i. 7 | 7 6-6 2 3 | 4 2 7. 6 |
 佳兆可預 期。明日 充盈甜 蜜 希望，不 必 再掛心 焦
 5 - - 1 2 | 3 1 4. 3 | 5 4. 3 4 4 | 6 - - 7 | 1 - 1 0 1 1 |
 慮。懇求 主賜福保 守你，永遠和 你 一 起。 願你
 6 - - 5 | 5 - - 3 4 | 5 3 i. 7 | 2 i 7 6 6 | 6 5 5 -
 你 一 起；懇求 主賜福保 守你，永遠和 你，
 3 3 | 5 4 - 2 | i - - - |
 永遠 和你 一 起！

23 方濟各的祈禱



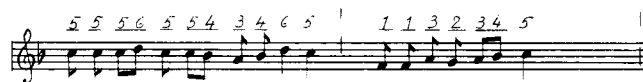
(重唱) 天主，使我作你 和平的工 具，



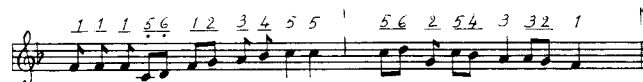
1. 在有仇恨的地方，讓我播種仁愛；在有殘害的地方，
2. 在有絕望的地方，讓我播種希望；在有黑暗的地方，



1. 讓我播種寬恕；在有猜疑的地 方；讓我播種 信任。
2. 讓我播種光明；在有憂苦的地 方；讓我播種 喜樂。
(重唱)



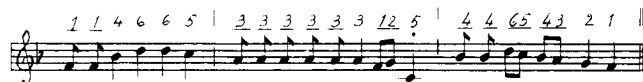
1. 我不企 求他 人的安慰， 只求安慰他 人；
2. 我不企 求他 人的諒解， 只求諒解他 人；



3. 我不企求 他 人的愛護， 只 求愛 護他 人。
(重唱)



因為在施捨他人時，我們接受施予；因為在寬恕他人時，



我們獲得寬恕；因為在喪失生命時，我們生於 永恆。
(重唱)

24 人人都應當知道

0 5.5 6.5 1.2 | 3 | 3 5.5 6.5 1.2 |

人人都應當知道， 人人都應當知

道， 人人都應當知道，

3 | 3 3.3 4.4 3.3 | 2 |

道， 人人都應當知道， 人人都應當知

人人都應當知道， 人人都應當知

2 4 3 2 | 1 | 1 |

道， 耶穌是誰？

道， 耶穌是誰？

5. 5 6 5 3 1 | 1 - 6 - | 5. 1 3 1 5 3 | 2 - - - |

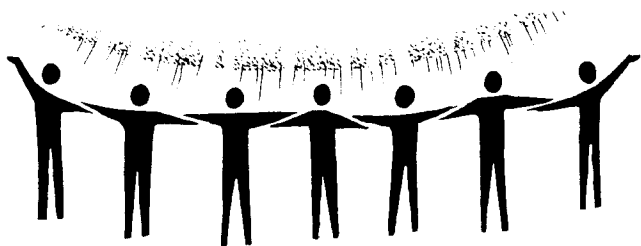
1 他是真理道路 生 命， 他是照世的光 明，
 2 他是萬民的救 世 主， 他是真人真天 主，
 3 他已粉碎黑暗 勢 力， 重建正義的天 國，

1 他 是 真 理 道 路 生 命， 他 是 照 世 的 光
 2 他 是 萬 民 的 救 世 主， 他 是 真 人 真 天
 3 他 已 粉 碎 黑 暗 勢 力， 重 建 正 義 的 天

5. 5 6 5 3 1 | 1 - 6 - | 5. 1 3 2 1 7 | 1 - -

1 千 萬 人 中 他 最 美 好， 人 人 都 應 當 知 道。
 2 千 萬 人 中 他 最 美 好， 人 人 都 應 當 知 道。
 3 千 萬 人 中 他 最 美 好， 人 人 都 應 當 知 道。

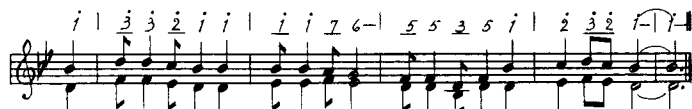
1 明， 千 萬 人 中 他 最 美 好， 人 人 都 應 當 知 道。
 2 主， 千 萬 人 中 他 最 美 好， 人 人 都 應 當 知 道。
 3 國， 千 萬 人 中 他 最 美 好， 人 人 都 應 當 知 道。



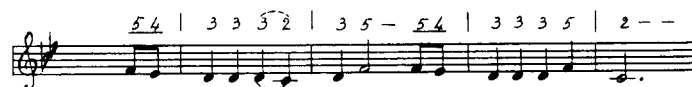
25 All Flowers will Sing (在基督的愛內)



(重唱) 在 基督的愛內，我們結合，大家同來唱 歌；



在 基督的愛內，我們踴躍，高聲同唱基 督得 勝。



1. 給 我 們 的 姊 妹 弟 兄，帶 來 無 窮 的 喜 樂；
2. 世 上 患 難 人 人 難 免，我 們 彼 此 要 攙 扶；
3. 人 類 生 命 的 道 路，引 領 我 們 歸 向 愛；
4. 人 類 生 命 的 道 路，到 處 充 滿 着 友 誼；



1. 因 着 基 督 我 們 合 一，永 遠 不 會 再 分 開。
2. 只 要 同 心 同 意 合 作，大 家 都 能 常 喜 樂。
3. 直 到 預 許 天 國 福 地，那 裏 陽 光 永 普 照。
4. 時 常 有 人 滿 懷 熱 誠，並 以 真 情 愛 慕 你。

Ant. All flowers will sing All fields will rejoice
 True joy is all around, All flowers will sing
 All fields will rejoice, In God new love and joy
 We have found.

1. From the dusty roads around us A new life we have begun.
 Through the rains and stormy weather We are striving for the sun.
2. To our brethren we are bringing Fellowship and Christian love.
 This gives life its real meaning And will lift our hearts above.
3. Every cross that we encounter Can become our golden wings.
 Every time that we embrace it Everlasting peace it brings.

26 All the Earth Proclaim the Lord

(普天地頌揚上主)

The image shows a musical score for a hymn. It consists of two staves of music in G major, 4/4 time. The first staff has a treble clef and a key signature of one sharp (F#). The melody is written in a simple, hymn-like style. Above the notes are fingerings: 1, 2 3, 3, 3 2 1 6., 2, 2 1, 7, 1. The second staff continues the melody with fingerings: 3 3 3, 5. 6 6 6, 3. 3 3, 5 6 1 2, 6, 1 7 6 5. Below the first staff, the lyrics are written in Chinese: (重唱) 普 天 地 頌 揚 上 主, 同 聲 讚 美 主。

- (重唱) 普 天 地 頌 揚 上 主, 同 聲 讚 美 主。
1. 殷勤侍 主, 歡樂滿 胸 懷。我 走向上主 前, 踴躍歡欣。
 2. 深認我 主, 化育衆 生 靈。上 主爲我大 父, 我爲子民。
 3. 我儕衆 羊, 憩息綠 草 場, 我 等跪伏稱 臣, 上主爲王。
 4. 進入主 門, 感恩並 還 愛, 我 衆走向主 殿, 歡樂歌詠。
 5. 上主至 善, 聖愛無 終 極, 聖 言長存普 世, 永留人間。
 6. 欽崇榮 福, 應歸於 聖 父, 歸 於子及聖 神, 萬世無窮。

Ant. All the earth proclaim the Lord, Sing your praise to God.

- 1 Serve you the Lord, heart filled with gladness.
Come into his presence singing for joy!
- 2 Know that the Lord is our creator.
Yes, he is our Father; we are his sons.
- 3 We are the sheep of his green pasture,
For we are his people; he is our God.
- 4 Enter his gates bringing thanksgiving,
O enter his courts while singing his praise.
- 5 Our Lord is good, his love enduring,
His word is abiding now with all men.
- 6 Honour and praise be to the Father,
The Son, and the Spirit, world without end.

27 Amazing Grace (奇妙救恩)

5 | 1- 3 1 | 3- 2 | 1- 6 | 5- 5 | 1- 3 1 |

1. 奇 妙 救 恩 何 等 甜 蜜， 救 我 可
 2. 主 恩 浩 蕩 我 心 敬 畏， 復 使 我
 3. 一 生 路 途 都 靠 此 恩， 克 勝 困
 4. 在 天 之 邊 光 明 燦 爛， 永 遠 感

3- 2 | 5- - | 5- 3 5 | 5. 3 5 3 | 1- 5 |

1. 憐 罪 人； 我 曾 失 喪 今
 2. 得 安 慰； 起 初 相 信 至
 3. 苦 艱 辛； 藉 它 引 導 一
 4. 謝 稱 讚； 永 永 遠 遠 無

6. 1 1 6 | 5- 5 | 1- 3 1 | 3- 2 | 1- - | 1- |

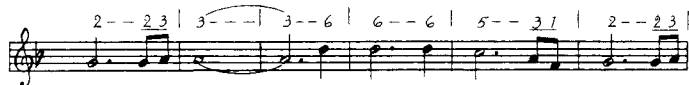
1. 復 皈 依， 瞎 眼 今 得 看 見。
 2. 今 不 疑， 此 恩 何 等 寶 貴。
 3. 路 平 安， 直 到 天 上 家 鄉。
 4. 盡 無 窮， 歡 喜 快 樂 萬 年。

- 1 Amazing grace how sweet the sound, That saved a wretch like me,
I once was lost, but now am found, Was blind, but now I see.
- 2 'Twas grace that taught my heart to fear And grace my fears relieved,
How precious did that grace appear, The hour I first believed.
- 3 Through many dangers, toils and snares, I have already come,
'Tis grace that brought me safe thus far, And grace will lead me home.
- 4 When we've been there ten thousand years Bright shining as the sun,
We've no less days to sing God's praise Than when we'd first begun.

28 Of My Hands (甘將一生交給你)



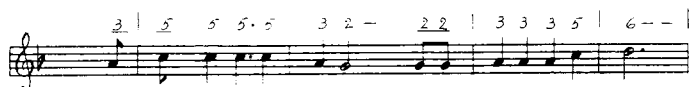
(重唱) 甘將「一生」交 給 您，天 父。 甘將「一生」



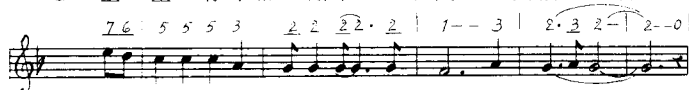
獻 與 主。 皆 因 一 切 都 靠 主 所



賜， 甘將「一生」交 給 你。



- 1 上 主，你 曾 引 導 我，正 當 我 驚 慌 迷 路，
- 2 上 主，你 不 惜 艱 辛，和 人 類 共 渡 困 苦，



- 1 你 叫 我 勇 往 跟 隨 你，我 却 不 願。
- 2 主，我 要 衷 心 讚 美 你，直 到 永 遠。

Ant. Of my hands I give to you, O Lord, of my hands I give to You.
I give to You as You gave to me; Of my hands I give to You.

- 1 You led us out of darkness when we knew not where to go.
You asked us then to follow You and we said "no".
- 2 You suffered for the sake of man that we might live with you.
O may we show our gratefulness in what we say and do.

29 God is Dwelling in My Heart

(主的居處在我心)

0 56 54 34 | 5 - - - | 0 33 34 | 2-5-

主的居處在我心 匯合是一體。

主的居處在我心 結一

0 45 43 23 | 4 - - - | 0 23 46 | 5- - - |

賜給我無窮樂暢， 憑着基督。

體 無窮樂暢 祂的聖

0 56 54 34 | 5 - - - | 0 33 34 | 2-5-

基督居處在我心， 不必再驚惶。

子 基督居處在我心 再不須驚

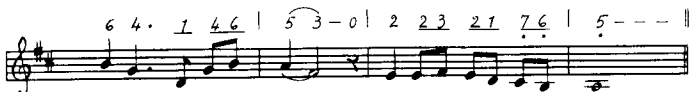
0 45 43 23 | 4 - - - | 0 23 4 32 | 1- - - | 1-

聖子乃是父特派， 常在我身傍。

惶 由父特派常在我身傍。



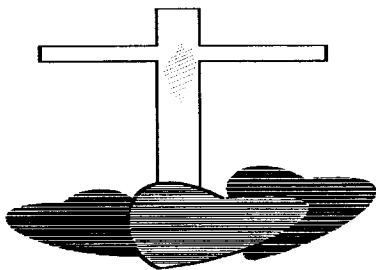
- 1 公 教 徒 領 洗 禮 ， 諸 位 會 否 領 略 真 諦 ？
 2 主 賜 予 你 的 喜 樂 ， 分 給 其 他 兄 弟 姊 妹 ，



- 1 天 賜 人 救 恩 偉 大 ； 主 居 於 心 裏 勿 忘 遺 ！
 2 宣 告 「 惟 愛 即 主 」 ， 請 決 心 慷 慨 愛 人 ！

Ant. God is dwelling in my heart; He and I are one.
 All His joy He gives to me through Christ His Son.
 And with Jesus in my heart what have I to fear?
 For He is the Son of God in my heart He is near.

- 1 Christians, who are baptised, have you ever realised the great mystery:
 God dwells in you and me.
 2 This joy, God gave to you, share it, then with others too.
 Tell them that God is Love; lift their hearts above.



30 New born King (新生王)

1. 請聽天使高聲唱：「榮耀歸於新生王，
2. 歡迎天降和平王！歡迎輝煌正義光！

1. Hark! the her-ald an-gels sing, glo-ry to the new-born King!
2. Christ by high-est heav'n a-dored; Christ, the ev-er last-ing Lord;

1. 天人從此長結合，恩寵平安被萬方！
2. 他賜世人新生命，消除苦痛治創傷。

1. Peace on earth and mer-cy mild, God and sin-ners re-con-ciled!
2. Late in time be-hold Him come, Off-spring of the Vir-girls womb,

1. 萬國萬民請歡欣，響應諸天歌頌聲；
2. 捨棄光榮離天上，降生奮鬥勝死亡；

1. Joy-ful, all ye na-tions rise, Join the tri-umph of the skies;
2. Veiled in flesh the God-head see; Hail the in-car-nate De-i-ty,

1. 天主榮福樂天廷，善人在地享太平，享太平。
2. 普世萬民齊歡慶，耶穌誕生白冷那，白冷那。

1. With the ange-lic host pro-claim, Christ is born in Beth-le-hem!
Hark! the her-ald an-gels sing, Glo-ry to the new-born King!
2. Pleased as man with man to dwell; Je-sus, our Em-man-u-el!
Hark! the her-ald an-gels sing, Glo-ry to the new-born King!

31 O Come All Ye Faithful (齊來欽崇)

1. O come, all ye faith - ful, Joy - ful and tri - um - phant, O
 2. Sing, choirs of an - gels, Sing in ex - ul - ta - tion,
 3. Yea, Lord, we greet Thee, Born this hap - py morn - ing;

1. 信 友 們 快 起 來，一 齊 高 聲 歌 唱，同
2. 天 上 真 主 降 生，童 貞 女 作 親 娘，他
3. 衆 牧 童 喜 盈 盈，捨 羊 群 忙 趕 程，到

come ye, O come ye to Beth - le - hem, Come and be - hold Him
 Sing, all ye cit - i - zens of heav'n a - bove: Glo - ry to God
 Je - sus to Thee be glo - ry giv'n, Word of the Fa - ther

1. 歌 頌 奏 凱 音，前 往 白 冷 郡。耶 穌 聖 嬰 已 物，
2. 原 本 是 無 始，真 光 的 真 光。他 非 受 造 物，
3. 馬 槽 致 崇 敬，新 生 的 教 星。我 今 同 喜 慶，

born the King of an - gels;
 In the high - est; } O come let us a - dore Him, O
 now in flesh ap - pear - ing;

1. 誕 生 在 馬 槽 中。
2. 與 聖 父 同 永 生。我 們 齊 來 欽 崇 他，我
3. 歌 頌 叩 拜 聖 嬰。

come let us a - dore Him, O come let us a - dore Him, Christ the Lord.

們 齊 來 欽 崇 他，我 們 齊 來 欽 崇 降 生 的 教 主。

32 Joy to the World (普世歡騰)

1. Joy to the world! the Lord is come; Let earth re-
 2. Joy to the earth! the Sav-ior reigns; Let men their
 3. No more let sins and sor-rows grow, Nor thorns in-
 4. He rules the world with truth and grace, And makes the

1. 普 世 歡 騰！ 救 主 下 降： 大 地 接
 2. 普 世 歡 騰！ 主 治 萬 方， 民 衆 首
 3. 罪 惡 憂 愁， 不 容 再 長， 世 途 刑

ceive her King; Let ev-'ry heart pre-pare Him room,
 songs em-ploy; While fields and floods, rocks, hills and plains
 fest the ground; He comes to make His bless-ings flow
 na-tions prove The glo-ries of His right-eous-ness,

她 君 王， 惟 願 衆 心 預 備 地 方，
 當 歌 唱； 沃 野、 洪 濤、 山 石、 平 原，
 棘 消 亡， 化 詛 爲 恩， 無 遠 弗 屆，

And heav'n and na-ture sing, And heav'n and na-ture
 Re-peat the sound-ing joy, Re-peat the sound-ing
 Far as the curse is found, Far as the curse is
 And won-ders of His love, And won-ders of His
 (1.) And heav'n and na-ture sing, And

諸 天 萬 物 歌 唱， 諸 天 萬 物 歌 唱，
 響 到 應 歌 主 澤 嘹 亮， 響 到 應 歌 主 澤 嘹 亮，
 處 處 長， 處 處 長，

sing, And heav'n, and heav'n and na-ture sing.
 joy, Re-peat, re-peat the sound-ing joy.
 found, Far as, far as the curse is found.
 love, And won-ders, and won-ders of His love.
 heav'n and na-ture sing,

唱， 諸 天， 諸 天 萬 物 歌 唱，
 亮， 響 到 應 處， 響 到 應 處 主 澤 嘹 亮。
 長， 到 處， 到 處 主 澤 流 長。

33 Silent Night (平安夜)

mf *pp* *f*

1. Si- lent night, sa- cred night, Beth- l'hem sleeps, yet what light,
 2. Si- lent night, sa- cred night, Shep- herds first see the light,
 3. Si- lent night, sa- cred night, Son of God! Oh, what light.

1. 天 主 子, 愛 世 人; 輕 萬 樂, 甘 居 貧;
 2. 小 聖 嬰, 臥 馬 槽; 天 使 慶, 牧 童 朝;
 3. 平 安 夜, 聖 善 夜, 萬 暗 中, 光 華 射;

1. Floats a- round the ho- ly Pair. Songs of an- gels fill the air;
 2. Hear the Al- le- lu- ias ring, which the an- gel cho- rus sing.
 3. Is- sues from Thy man- ger bed, O- ver realms with dark- ness spread

1. 體 本 至 尊, 今 降 紅 塵; 獨 選 隆 冬, 棄 却 三 春;
 2. 天 地 真 主, 竟 成 孩 兒; 牛 驢 致 敬, 似 識 真 主;
 3. 照 着 聖 母, 照 着 聖 嬰; 多 少 慈 祥, 多 少 天 真;

1. Strains of hea- ven- ly peace, Strains of hea- ven- ly peace.
 2. Christ the Sav- iour has come. Christ the Sav- iour has come.
 3. Thou in Beth- le- hem born. Thou in Beth- le- hem born.

1. 在 白 冷 郡 誕 生, 拯 救 世 人 沉 淪。
 2. 救 主 屈 膝 尊 就 安 眠, 降 生 受 天 賜 安 勞。
 3. 靜 享 天 賜 安 眠, 靜 享 天 賜 安 眠。

34 Easter Song

Melody by Sr. M.T. Winter

Fast



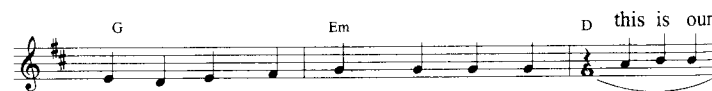
My Lord, he died for a King - dom to re -
 My Lord came forth like the morn - ing with the
 My Lord u - nit - ed our moun - tains with the
 My Lord re - newed all cre - a - tion that had



deem the hearts of men. Now my
 splen - dor of the sun, came tri -
 ev - er last - ing hills. Now the
 wait - ed late and long. Now we

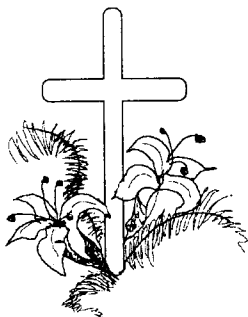


peo - ple don't you weep. He has
 umph - ant from the womb, from the
 sea - sons and the sea sing his
 all with one ac - cord live and



ris - en from His sleep. He lives a - gain,
 dark - ness of the tomb, the vic - t'ry won,
 song of vic - to - ry, rocks and rills,
 love the Ris - en Lord. This is our song

A⁷ D D⁷ G
 song, al - le - lu - ia. *Chorus*
 al - le - lu - ia. Sing al - le - lu - ia, the Lord is
 D A⁷ 1.2.3. 4. *Fine*
 D
 ris - en, He is ri - sen in - deed, al - le - lu - ia! ia!



35 God Gives His People Strength

Slowly



God gives His peo - ple strength. If we be
 God gives His peo - ple hope. If we but
 God gives His peo - ple love. If we but
 God gives His peo - ple peace. When sor - row



lieve in His way, He's
 trust in His word, our
 open wide our heart. He's
 fills us to the brim, and



swift to re - pay all
 prayers are al - ways heard. He
 sure to do His part, He's
 cou - rage grows dim, He

A^b B^b
 those who bear the bur - den of the
 warm - ly wel - comes an - y one who's
 al - ways the first to make a
 lays to rest our rest - less - ness in


E^b A^b B^b7
 day. God gives His peo - ple
 erred. God gives His peo - ple
 start. God gives His peo - ple
 Him. God gives His peo - ple

E^b 1. 2. 3. 4. E^b
 strength.
 hope.
 love.
 peace.




36 It's a Long Road to Freedom

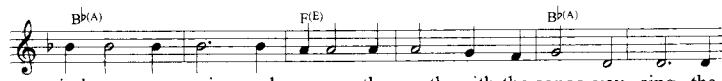
Allegro



Musical staff 1: Treble clef, key signature of one flat (Bb), 4/4 time. Chords: F(E), Bb(A), F(E). Lyrics: It's a long road to free - dom, a wind - ing steep and



Musical staff 2: Treble clef, key signature of one flat (Bb), 4/4 time. Chords: C7 (B7), F(E). Lyrics: high. But when you walk in love with the



Musical staff 3: Treble clef, key signature of one flat (Bb), 4/4 time. Chords: Bb(A), F(E), Bb(A). Lyrics: wind on your wing and cov - er the earth with the songs you sing, the



Musical staff 4: Treble clef, key signature of one flat (Bb), 4/4 time. Chords: F(E), Bb(A). Includes first ending (1. 2. 3.) and a 4th ending leading to a double bar line with the word 'Fine'. Lyrics: miles fly by. by.

Melody by Sr. M.T.Winter

F(E) B \flat (A) F(E) F 7 (E 7)

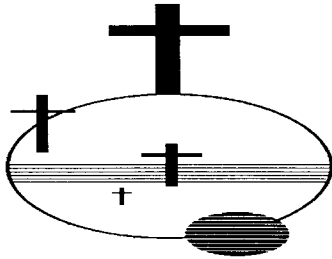
I walked one morn - ing by the sea, And all the
 I walked one morn - ing at the dawn, When bits of
 I walked one morn - ing with a friend, And prayed the
 I walked one morn - ing with my King, And all my

B \flat (A) C 7 (B 7) F(E) B \flat (A)

waves reached out to me. I took their
 night still lin - gered on. I sought my
 day would ne - ver end. The years have
 win - ters turned to spring. Yet ev 'ry

C 7 (B 7) F(E) C 7 (B 7) F(E)

tears, then let them be. It's a
 star, But it was gone. It's a
 flown So why pre - tend. It's a
 mo - ment held its sting. It's a



37 Pilgrim Song

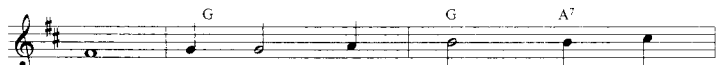
Melody by Sr. M.T. Winter



1. Man is lone - ly by birth. Man is
 wing in the tree, Man has
 grass on the lawn, He will
 long - ing for One, For a



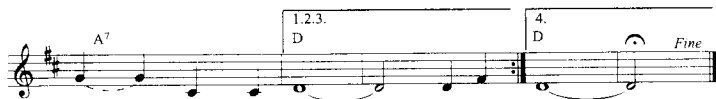
on - ly a pil - grim on
 been rath - er reck - less and
 pass by the way and be
 song and a place in the



earth. Born to be king, time is
 free. Thrown far and wide, he
 gone. A les - son to learn, we
 sun, A home up a - bove where



but a tem - po - ra - ry thing on - ly on
longs to set - tle down be - side the stream flow - ing
walk but once, There's no re - turn. Time is
ev - 'ry day is lived in love for rest when the



loan while on earth. 2. Like the
through e - ter - ni - ty. 3. Like the
al - ways mov - ing on. 4. Man is
jour - ney is done.



38 Let's Begin

Key: A 4/4

3 3 3 3 3 3 | 5 5 5 7 2̇ | 0 i i i i i |
 Look-ing a-round at the world full of peo-ple. Do you ev-er

i i 7 7 6 | 0 5 4 3 5 | 4 3 2 1 |
 stop to won-der how our lives would change if we would

2 --- | 2 --- | 0 3 3 3 3 | 5 5 5 7 2̇ |
 love. All the things you've ev-er dreamed of.

0 i i i i | i i 7 6 | 5 4 3 5 |
 All the hopes you kept in-side through lone-li-ness. You'd

4 3 2 1 | 5 --- | 5 --- | 6 6 6 7 i |
 find them com-ing true. Think of the joy we

7 7 i 2̇ | 0 0 i 7 | 6 6 5 4 | 5 i i | i --- |
 could dis-co-ver side by side liv-ing this new life.

0 3 3 3 3 | 5 5 7 2̇ | 0 i i i i | i i 7 6 | 5 4 3 5 | 4 3 2 1 |
 La— La— La— La— La— La—

2 --- | 2 --- | 0 3 3 3 3 | 5 5 7 2̇ | 0 i i i |
 La— Shall we start right now to-ge-ther. There is no

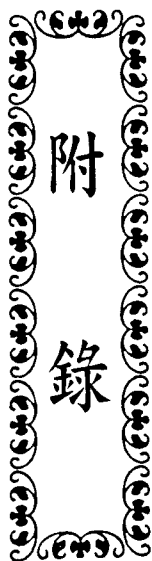
i i 7 6 | 5 4 3 5 | 4 3 2 1 | 5 --- | 5 --- |
 time to lose in think-ing of your-selves or of your fears.

0 6 7 i | 7 7 i 2 2 | 0 i i i | 7 6 6 6 |
 Let's leave our-selves be-hind. Live for each o-ther. There's

5 4 3 5 | 4 3 2 1 | 2 --- | 2 --- | 0 3 3 3 3 |
 no-thing we can't o-ver-come with love. La—

5 5 7 2̇ | 0 i i i i | i i 7 6 | 5 4 3 5 | 4 3 2 1 | 2 --- ||
 La— La— La— La— La— La—

(Fade out)

A decorative rectangular border with a repeating floral and scrollwork pattern, enclosing the text.

附
錄

1 感恩祭常用經文

進堂詠

主祭：因父、及子、及聖神之名。

信眾：亞孟。

致候詞

主祭：願天父的慈愛，基督的聖寵，聖神的恩賜，
與你們同在。

信眾：也與你的心靈同在。

懺悔體

主祭：各位兄弟姊妹：現在我們大家認罪，虔誠的
舉行聖祭。

（靜默片刻，求主寬恕）

主祭：基督，祢奉命來拯救懺悔的人：求祢垂憐。

信眾：求祢垂憐。

主祭：基督，祢來召喚罪人：求祢垂憐。

信眾：求祢垂憐。

主祭：基督，祢在天父面前，為我們轉達：求祢垂
憐。

信眾：求祢垂憐。

主祭：願全能的天主垂憐我們，赦免我們的罪，使
我們得到永生。

信眾：亞孟。

光榮頌

全體：天主在天受光榮。

主愛的人在世享平安。

主、天主、天上的君王、全能的天主聖父，
我們為了祢無上的光榮，讚美祢、稱頌祢、
朝拜祢、顯揚祢、感謝祢。

主、耶穌基督、獨生子；主、天主、天主的
羔羊，聖父之子；除免世罪者，求祢垂憐我
們。除免世罪者，求祢俯聽我們的祈禱。坐
在聖父之右者，求祢垂憐我們；因為只有祢
是聖的，只有祢是主，只有祢是至高無上的。
耶穌基督，祢和聖神，同享天主聖父的光榮。
亞孟。

集禱經

聖道禮儀

宣讀聖經

讀經員：恭讀……。

（讀經以「這是上主的話」完結）

信眾：感謝天主。

答唱詠

福音前歡呼

宣讀福音

主祭：願主與你們同在。

信眾：也與你的心靈同在。

主祭：恭讀……福音。

信眾：主，願光榮歸於祢。

（福音結束時）

主祭：……這是上主的話。

信眾：基督，我們讚美祢。

講道

信經

我信唯一的天主。全能的聖父，天地萬物，無論有形無形，都是祂所創造的。我信唯一的主、耶穌基督、天主的獨生子。祂在萬世之前，由聖父所生。祂是出自天主的天主，出自光明的光明，出自真天主的真天主。祂是聖父所生，而非聖父所造，與聖父同性同體，萬物是藉着祂而造成的。祂為了我們人類，並為了我們的得救，從天降下。祂因聖神由童貞瑪利亞取得肉軀，而成為人。祂在般雀比拉多執政時，為我們被釘在十字架上，受難而被埋葬。祂正如聖經所載，第三日復活了。祂升了天，坐在聖父的右邊。祂還要光榮地降來，審判生者死者，祂的神國萬世無疆。

我信聖神，祂是主及賦予生命者，由聖父聖子所共發。祂和聖父聖子，同受欽崇，同享光榮，祂曾藉

先知們發言。

我信唯一、至聖、至公、從宗徒傳下來的教會。

我承認赦罪的聖洗，只有一個。

我期待死人的復活，及來世的生命。亞孟。

信友禱文

聖祭禮儀

預備祭品

主祭：上主，萬有的天主，祢賜給我們食糧，我們讚美祢；我們將大地和人力的產物，呈獻給祢，使成為我們的生命之糧。

信眾：願天主永受讚美。

主祭：上主，萬有的天主，祢賜給我們飲品，我們讚美祢；我們將這葡萄酒，呈獻給祢，使成為我們的精神飲品。

信眾：願天主永受讚美。

主祭：弟兄們，請你們祈禱，望全能的天主聖父，收納我和你們共同奉獻的聖祭。

信眾：望上主從祢的手中，收納這個聖祭，為讚美並光榮祢的聖名，也為我們和祂整個聖教會的益處。

獻禮經

感恩經

主祭：願主與你們同在。

信眾：也與你的心靈同在。

主祭：請舉心向上。

信眾：我們全心歸向上主。

主祭：請眾感謝主。我們的天主。

信眾：這是理所當然的。

主祭：聖父，我們藉着祢鍾愛之子、耶穌基督，時時處處感謝祢，實在是理所當然的，並能使人得救。基督是祢的聖言，祢藉着祂創造了萬有，並派遣祂救贖了我們，祂因聖神降孕，由童貞女誕生。祂奉行祢的旨意，為祢爭取神聖的子民，受難時伸開雙手，以戰勝死亡，顯示復活。為此，我們隨同天使和諸位聖人聖女，歌頌祢的光榮，同聲歡呼：

信眾：聖、聖、聖、上主、萬有的主，祢的光榮充滿天地。歡呼之聲，響徹雲霄。奉主名而來的，當受讚美。歡呼之聲，響徹雲霄。

主祭：上主，祢實在是神聖的，祢是一切聖德的根源。

因此，我們求祢派遣聖神，祝聖這些禮品，使成為我們的主耶穌基督的聖體聖血。

祂甘願捨身受難時，拿起麵餅，感謝了（祢），（把麵餅）分開、交給祂的門徒說：

你們大家拿去吃：
這就是我的身體，
將為你們而犧牲。

晚餐後，祂同樣拿起杯，又感謝了（祢），交給祂的門徒說：

你們大家拿去喝：
這一杯就是我的血，
新而永久的盟約之血，
將為你們和眾人傾流，
以赦免罪惡。
你們要為紀念我而舉行這事。

主祭：信德的奧蹟：

信眾：基督，我們傳報祢的聖死，我們歌頌祢的復活，我們期待祢光榮地來臨。

主祭：上主，因此我們紀念基督的聖死與復活，向祢奉獻生命之糧、救恩之杯，感謝祢使我們得在祢台前，侍奉祢。

我們懇求祢，使我們在分享基督的聖體聖血之後，因聖神合而為一。

主祭：上主，求祢垂念普世的教會、我們的教宗（某）、我們的主教（某）（主教獻祭時念：我——祢的卑微僕人），以及全體教士，使他們在愛德中，日趨完善。

求祢也垂念我們的弟兄姊妹，他們懷着復活的希望而安息；並求祢垂念所有去世的人，使他們享見祢聖容的光輝。

求祢垂憐我們眾人，使我們得與天主之母童貞榮福瑪利亞、諸聖宗徒，以及歷代孝愛祢的全體聖人聖女，共享永生；並使我們藉着祢的聖子耶穌基督，讚美祢、顯揚祢。

全能天主父，願一切崇敬和榮耀，藉着基督，偕同基督，在基督內，並在聖神的團結中，都歸於祢，直到永遠。

信眾：亞孟。

天主經

主祭：我們既遵從救主的訓示，又承受祂的教導，才敢說：

全體：我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上。求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

主祭：上主，我們期待着永生的幸福，和救主耶穌的來臨。求祢從一切災禍中，拯救我們，恩賜我們今世平安，使我們仰賴祢的仁慈，永久脫免罪惡，並在一切困擾中，獲得安全。

信眾：天下萬國，普世權威，一切榮耀，永歸於祢。

求平安經

主祭：主耶穌基督，祢曾對宗徒們說：「我將平安留給你們，將我的平安賞給你們。」求祢不要看我們的罪過，但看祢教會的信德，並按照祢的聖意，使教會安定團結，祢是天主，永生永王。

信眾：亞孟。

互祝平安

主祭：願主的平安常與你們同在。

信眾：也與你的心靈同在。

主祭：請大家互祝平安。

羔羊頌

除免世罪的天主羔羊，求祢垂憐我們。

除免世罪的天主羔羊，求祢垂憐我們。

除免世罪的天主羔羊，求祢賜給我們平安。

領聖體

主祭：請看天主的羔羊；請看除免世罪者。來赴宴的人，是有福的。

全體：主，我當不起祢到我心裏來，只要祢說一句話，我的靈魂就會痊癒。

領聖體後經

降福信眾

主祭：願主與你們同在。

信眾：也與你的心靈同在。

主祭：願全能的天主，聖父、聖子、聖神降福你們。

信眾：亞孟。

主祭：彌撒禮成。

信眾：感謝天主。



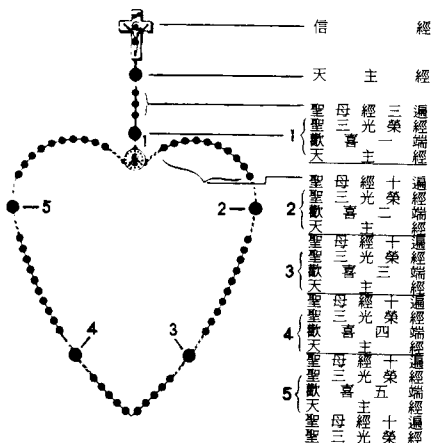
2 玫瑰經二十端

教會傳統中，玫瑰經是一種特別的默想，把耶穌和聖母生活中的善表，放在我們眼前，使我們從中汲取用之不竭的靈感與力量。

在默想時，我們唸着最親切的經文——天主經和聖母經；用這串經去伴隨着默想，就如風琴伴着我們詠唱一樣。

重複誦唸經文，是人類宗教經驗上常見的現象。為計算經文的次數和時間的長短，自古以來就發明了各種不同的計算方法。我們今天所採用的就是玫瑰經。

呢喃的禱聲，滲以內心的情意，好像迴旋不止的韻律，和傾訴不完的懇談，使我們心靈安頓，洗盡日中一切煩囂和煩惱，進入深沉而富有東方色彩的默禱狀態。



歡喜五端

歡喜一端：聖母領報

歡喜二端：聖母往見聖婦依撒伯爾

歡喜三端：耶穌誕生

歡喜四端：聖母獻耶穌於主堂

歡喜五端：兒童耶穌在聖殿

痛苦五端

痛苦一端：耶穌山園祈禱

痛苦二端：耶穌受鞭打之刑

痛苦三端：耶穌受茨冠之辱

痛苦四端：耶穌背負十字架

痛苦五端：耶穌被釘在十字架上死

榮福五端

榮福一端：耶穌復活

榮福二端：耶穌升天

榮福三端：聖神降臨

榮福四端：聖母升天

榮福五端：天主光榮聖母

光明五端

- 光明一端：耶穌在約但河受洗
—揭示聖三奧秘 瑪 3:16-17
- 光明二端：耶穌參加加納婚宴
—顯示神性權能 若 2:1-5
- 光明三端：耶穌宣講天國福音
—訓示罪人悔改 谷 1:15
- 光明四端：耶穌大博爾山顯容
—昭示上天榮耀 瑪 17:1-2
- 光明五端：耶穌建立聖體聖事
—啟示逾越奧蹟 瑪 26:26

- ★ 星期一及六誦念「歡喜」奧蹟五端，星期四誦念「光明」奧蹟五端，星期二及五誦念「痛苦」奧蹟五端，星期三及主日誦念「榮福」奧蹟五端。
「這樣的安排並無意限制個人和團體默想的自由，他們可按照靈修和牧靈需要，尤其順應禮儀節令，作出合宜的適應。」(註)

註：《童貞瑪利亞的玫瑰經 *Rosarium Virginis Mariae*》
宗座牧函 (2002 年 10 月 16 日)，n.38。

3 聖言與你

你曾否在失望、失落、迷失方向時翻開聖經，希望從中找到一些靈感或慰藉？可有試過在充滿歡欣，滿懷對主感激之情時，不知怎樣向上主表達？

以下，我們將介紹一些聖經章節幫助大家在翻閱聖經時，能「一矢中的」，找到心中想翻到的聖言。

當你感到內疚時，	閱	聖詠第 51 首
當你感到疲倦、孤單時，	閱	聖詠第 23 首
當你感到被傷害時，	閱	希伯來人書第 12 章
當你受誘惑時，	閱	達尼爾第 1 章 雅各伯書第 1 章
当你需要勇氣時，	閱	若蘇厄書第 1 章 希伯來人書第 13 章
當你感到無助時，	閱	依撒意亞第 26 章 斐理伯書第 4 章 宗徒大事錄第 1 至 8 章

當你需作決定時，

閱 箴言第 3 章

雅各伯書第 1 章

當你或家人患病時，

閱 雅各伯書 5：13-16

格林多人後書 4：16-18

當親友離世時，

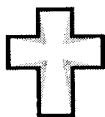
閱 得撒洛尼人前書 4：13-18

斐理伯人書 1：21-24

當你追求長進時，

閱 伯多祿前書 2：2

斐理伯人書 3：12-14



ISBN



9 789628 417599

309 6009 103

HK\$6.50