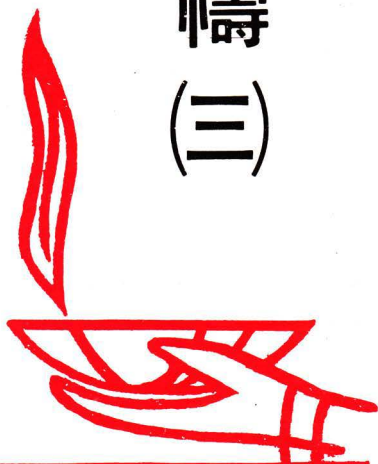


主教團禮儀委員會編譯

每日頌禱
(三)



LITURGIA HORARUM

IUXTA RITUM ROMANUM

III

TEMPUS PER ANNUM
HEBDOMADAE VI—XXXIV

Commissio Liturgica Conferentiae
Episcoporum Sinarum
1981

每日頌禱(三)目錄

禮儀日一覽表

公用日曆

讚主詩

(17) (5) (1)

* 聖詠集 *

* 季節專用部份 *

主的節日

至聖聖三

基督聖體聖血

耶穌聖心

常年期

第六週至三十三週

基督普世君王

第三十四週

常年主日及平日結束禱詞

日間祈禱讚美詩

常用經文

* 一

* 一六

* 三四

* 五一

* 七二二

* 七三八

* 七五八

* 七六四

* 一

一

第一週

第二週

第三週

第四週

夜禱

補充聖詠

* 通用經文部份 *

一、教堂奉獻日

二、聖母慶節通用

三、使徒慶節通用

四、多位殉道者通用

五、一位殉道者通用

十一

一五一

二九五

四三六

五七八

五九七

六〇七

六三三

六七四

六九二

七一九

(一) 錄目

目錄 (一)

六、牧者通用

七三八

十月

一一八八

七、教會聖師通用

七六九

十一月

一二四二

八、貞女通用

七八〇

九、聖人通用

八〇二

* 附錄 *

十、聖婦通用

八二五

十一、男女會士通用

八三六

慶節目錄

一三〇六

十二、慈善家通用

八四二

聖詠及聖歌目錄

一三一〇

十三、教育家通用

八四七

讚主曲與謝主曲對經

八五〇

追思亡者日課

八五九

* 聖人專用部份 *

五月

八八九

六月

九二〇

七月

九八〇

八月

一〇三〇

九月

一一一三

禮儀日一覽表

某禮儀日之優先舉行依下表決定。

壹

(1) 表覽一日儀禮

- 一、聖週三日慶典。
- 二、耶穌聖誕、主顯節、升天節、五旬主日。
將臨期、四旬期、復活期主日。
聖灰禮儀星期三。
聖週（自星期一至星期四）。
復活節八日慶期。
- 三、公用日曆中的主基督的節日、聖母以及聖人的節日（第一等慶節）。
追思已亡日
- 四、專用日曆中的節日依下列次序：
 - 1 一地方或一城鎮的主要主保節日。
 - 2 一聖堂本身的奉獻日或奉獻日週年紀念。
 - 3 一聖堂本名主保日。
 - 4 一修會之本名主保、或會祖、或主要主保日。

貳

- 五 公用日曆中的主基督的慶日（第二等慶節）。
 - 六 聖誕期及常年期主日。
 - 七 公用日曆中的聖母及聖人的慶日。
 - 八 專用日曆中的慶日，依下列次序：
 - 1 一教區的主要主保日。
 - 2 主教座堂奉獻日週年紀念日。
 - 3 一地區、或一省、或一國家或其他大地區的主要主保日。
 - 4 除上述第四條所述者外，一修會或一會省的本名日、會祖或主要主保日。
 - 5 一聖堂特別慶祝的其他慶日。
 - 6 教區或修會專用日曆中的其他慶日。
 - 九 自十二月十七日至廿四日的將臨期平日。
- 聖誕節八日慶期。
- 四旬期平日。

叁

- 十 公用日曆中的必行紀念日。

(3) 表覽一日儀禮

六、專用日曆中的必行紀念日，依下列次序：

1 一地方、一教區、一地區或一省、一國、一較大地區、一修會及一會省的次要主保日。

2 一聖堂專有的必行紀念日。

3 教區或修會專用日曆中的其他必行紀念日。

三、自由紀念日，依彌撒與日課總論所述原則（見第二三八—二三九條），如遇到十二月十七—廿四日之間，或聖誕八日慶期內，或四旬期中，則可按照特殊規定舉行。基於同樣原則，必行紀念日遇到四旬期時，可依照自由紀念日舉行。

三、自將臨期開始至十二月十六日（在內）的平日。

聖誕期內自一月二日至主顯後星期六的平日。

復活期內自八日慶期後星期一至五旬主日前星期六（在內）的平日。

常年期平日。

兩個禮儀日遇到同日並衝突時

當以上禮儀日在同日相遇時，該日應選用以上一覽表中依次較先列出的禮儀日的日課。

但是，如果一節日被一較高的禮儀日所阻時，則該節日移到最近一個自由日舉行，要依照以上第一—第八條所列出的次序。有一項例外：如果一節日被將臨期、四旬期或復活期主日所阻時，則提前於星期六舉行（參閱論禮儀年準則第五條）。其他低於節日的禮儀日遇到這種情形，則予以取消。

如果次日的禮儀日有第一晚禱，要看該禮儀日在以上一覽表中是否高於本日的禮儀日而決定選用與否。但是，如果兩個禮儀日階級相等，則應誦唸本日晚禱。

主日字母

在日曆中每月的第一行，每一日前面都有一拉丁字母：即 A, b, c, d, e, f, g 七個字母中之一。這是所謂的主日字母：指示某一年中那些日子是主日。例如：一九七九年的主日字母爲 A，則於公用日曆，每月中凡有 A 字母的日子都是主日：如一月一日、八日；二月五日：。

閏年有兩個主日字母，第一個字母指示出二月廿四日以前的主日，第二個則指示自二月廿五日至年終之間的主日：依照羅馬曆的稱呼，二月廿四及廿五兩日都稱爲三月初一前第六日 (Sexto calendas Martii)，主日字母 f 在閏年時則用以指二月廿四及廿五兩天。例如：一九七二年之主日字母爲 b 及 A，則 b 指二月廿四以前的主日，A 則指二月廿五以後的主日。

公 用 日 曆

(5) 曆日用公

一 月

A	Cal.	1	<u>天主之母節</u>	節 日
b	IV	2	聖西略及聖國瑞·納祥，主教聖師	紀 念
c	III	3		
d	Prid.	4		
e	Non.	5		
f	VIII	6	<u>主 顯 節</u>	節 日
g	VII	7	聖雷孟司鐸	
A	VI	8		
b	V	9		
c	IV	10		
d	III	11		
e	Prid.	12		
f	Idib.	13	聖怡樂，主教聖師	
g	XIX	14	真福和德理司鐸	
A	XVIII	15	真福劉方濟司鐸殉道	
b	XVII	16		
c	XVI	17	聖安當，院長	紀 念
d	XV	18		
e	XIV	19		
f	XIII	20	聖法彬教宗殉道 聖思天殉道	
g	XII	21	聖雅妮貞女殉道	紀 念
A	XI	22	聖文生執事殉道	
b	X	23	真福白小滿（樂倫）殉道	
c	IX	24	聖方濟·沙雷，主教聖師	紀 念
d	VIII	25	聖保祿使徒歸化	慶 日
e	VII	26	聖茂德及聖妲德，主教	紀 念
f	VI	27	聖安琪貞女 真福趙榮（思定）司鐸殉道	
g	V	28	聖道茂司鐸聖師	紀 念
A	IV	29	真福王炳（樂倫）等殉道	
b	III	30		
c	Prid.	31	聖若望·鮑思高司鐸	紀 念
	一月六日後主日		主受洗	慶 日

*: 無註明慶節等級者為自由紀念日

二 月

d	Cal.	1		
e	IV	2	獻耶穌於聖殿	慶 日
f	III	3	聖樂修主教殉道 聖安嘉主教	
g	Prid.	4		
A	Non.	5	聖佳德，貞女殉道	紀 念
b	VIII	6	聖鄭安道及聖保祿·彌基等殉道	紀 念
c	VII	7		
d	VI	8	聖業樂·艾明廉	
e	V	9		
f	IV	10	聖思嘉貞女	紀 念
g	III	11	露德聖母	
A	Prid.	12		
b	Idib.	13	真福藍月旺(若望)司鐸殉道	
c	XVI	14	聖啓祿隱修士及聖獸道主教	紀 念
d	XV	15		
e	XIV	16		
f	XIII	17	聖母忠僕會七位會祖	
g	XII	18	真福吳學聖(瑪定)等殉道	
A	XI	19	真福易貞美(璐琦)貞女殉道	
b	X	20		
c	IX	21	聖伯鐸·達明義，主教聖師 真福劉翰佐(保祿)司鐸殉道	
d	VIII	22	建立聖伯鐸宗座	慶 日
e	VII	23	聖力康，主教殉道	紀 念
f	VI*	24		
g	V	25		
A	IV	26		
b	III	27		
c	Prid.	28		

*閏年二月有二十九日，依照羅馬曆之稱呼，二月二十四及二十五兩日被稱為三月初一前之第六日。但是禮儀慶典並不因此而改變，依然照日曆指定日期慶祝。

(7) 曆日用公

三 月

d	Cal.	1	真福曹桂英(雅妮)殉道	
e	VI	2		
f	V	3		
g	IV	4	聖 嘉 錫	
A	III	5		
b	Prid.	6		
c	Non.	7	聖蓓蓓及聖芬莉, 殉道	紀 念
d	VIII	8	天賜·聖若望, 會士	
e	VII	9	聖芳佳修女	
f	VI	10		
g	V	11		
A	IV	12	真福張大鵬(若瑟)等殉道	
b	III	13		
c	Prid.	14		
d	Idib.	15		
e	XVII	16		
f	XVI	17	聖博第主教	
g	XV	18	耶路撒冷·聖啓祿主教聖師	
A	XIV	19	<u>聖若瑟</u>	節 日
b	XIII	20		
c	XII	21		
d	XI	22		
e	X	23	聖道斌主教	
f	IX	24		
g	VIII	25	<u>天使報喜</u> (預報教主降生)	節 日
A	VII	26		
b	VI	27		
c	V	28		
d	IV	29		
e	III	30		
f	Prid.	31		

四 月

g	Cal.	1		
A	IV	2	保拉·聖方濟隱修士	
b	III	3		
c	Prid.	4	聖希道主教聖師	
d	Non.	5	聖文生·斐瑞司鐸	
e	VIII	6		
f	VII	7	聖若翰·羅樂司鐸	紀 念
g	VI	8	奧福雅頌修女	
A	V	9		
b	IV	10		
c	III	11	聖達義主教殉道	
d	Prid.	12		
e	Idib.	13	聖瑪定教宗殉道	
f	XVIII	14		
g	XVII	15		
A	XVI	16		
b	XV	17		
c	XIV	18		
d	XIII	19		
e	XII	20		
f	XI	21	聖安生主教聖師	
g	X	22		
A	IX	23	聖喬治殉道	
b	VIII	24	聖斐德司鐸殉道	
c	VII	25	聖瑪谷聖史	慶 日
d	VI	26		
e	V	27		
f	IV	28	聖伯鐸·尚耐司鐸殉道	
g	III	29	聖佳琳貞女聖師	紀 念
A	Prid.	30	聖碧岳五世教宗	

(9) 曆日用公

五 月

b	Cal.	1	聖若瑟勞工	
c	VI	2	聖達修	紀念
d	V	3	聖斐理及聖雅格使徒	慶日
e	IV	4	真福慕雅(瑪定)司鐸	
f	III	5		
g	Prid.	6		
A	Nor.	7		
b	VIII	8		
c	VII	9		
d	VI	10		
e	V	11		
f	IV	12	聖迺仁及聖齊禮殉道 聖邦康殉道	
g	III	13		
A	Prid.	14	聖瑪廸使徒	慶日
b	Idib.	15		
c	XVII	16		
d	XVI	17	真福劉文元殉道	
e	XV	18	聖若望一世教宗殉道	
f	XIV	19		
g	XIII	20	聖納定司鐸	
A	XII	21		
b	XI	22		
c	X	23		
d	IX	24		
e	VIII	25	聖伯達司鐸聖師，聖國瑞七世教宗 聖德達·戴博濟貞女	
f	VII	26	聖斐理·乃立司鐸	紀念
g	VI	27	坎特布里·聖思定主教 真福桑實(伯鐸)主教殉道	
A	V	28		
b	IV	29	真福何開枝(雅敬)殉道	
c	III	30		
d	Prid.	31	聖母訪親	慶日

聖神降臨後第一主日：至聖聖三

節日

聖三主日後星期四：基督聖體聖血

節日

聖神降臨後第二週星期五：耶穌聖心

節日

聖神降臨後第二週星期六：聖母無玷聖心

※ 母親節前夕：中華聖母

六 月

e	Cal.	1	聖猶定殉道	紀 念
f	IV	2	聖才林及聖伯鐸·殉道	
g	III	3	聖嘉祿·盧安江及同伴殉道	紀 念
A	Prid.	4		
b	Non.	5	聖博義主教殉道	紀 念
c	VIII	6	聖諾博主教	
d	VII	7		
e	VI	8		
f	V	9	聖義範執事聖師	
g	IV	10		
A	III	11	聖納博使徒	紀 念
b	Prid.	12		
c	Idib.	13	聖安道司鐸聖師	紀 念
d	XVIII	14		
e	XVII	15		
f	XVI	16		
g	XV	17		
A	XIV	18		
b	XIII	19	聖樂牧院長	
c	XII	20		
d	XI	21	聖磊思修士	紀 念
e	X	22	聖博嵐主教 聖若望·費舍主教及聖多默·穆安殉道	
f	IX	23	奧福袁在德(若瑟)司鐸殉道	
g	VIII	24	<u>聖若翰誕辰</u>	
A	VII	25		
b	VI	26		
c	V	27	亞力山大·聖啓祿主教聖師	
d	IV	28	聖宜仁主教殉道	
e	III	29	<u>聖伯鐸及聖保祿使徒</u>	
f	Prid.	30	羅馬教會初期殉道烈士	

七 月

g	Cal.	1		
A	VI	2		
b	V	3	聖多默使徒	慶日
c	IV	4	葡萄牙·聖麗莎	
d	III	5	聖安道·沙嘉理司鐸	
e	Prid.	6	聖瑪麗·葛瑞迪貞女殉道	
f	Non.	7		
g	VIII	8		
A	VII	9	真福艾士傑主教及董博第等殉道	
b	VI	10		
c	V	11	聖本篤院長	紀念
d	IV	12		
e	III	13	聖亨利	
f	Prid.	14	聖嘉民司鐸	
g	Idib.	15	聖文德主教聖師	紀念
A	XVII	16	加美樂山聖母	
b	XVI	17		
c	XV	18		
d	XIV	19		
e	XIII	20	真福任德芬(納爵)司鐸等殉道	
f	XII	21	布林底希·聖樂倫司鐸聖師 真福郭西德(博理)司鐸殉道	
g	XI	22	聖德蓮	紀念
A	X	23	聖碧瑾修女	
b	IX	24		
c	VIII	25	聖雅格使徒	慶日
d	VII	26	聖雅敬及聖安納	紀念
e	VI	27		
f	V	28	真福陳昌品(保祿)修生等殉道	
g	IV	29	聖曼德	紀念
A	III	30	金言·聖伯鐸主教聖師	
b	Prid.	31	羅耀拉·聖納爵司鐸	紀念

八 月

c	Cal.	1	聖雅風主教聖師	紀 念
d	IV	2	聖思慮主教	
e	III	3		
f	Prid.	4	聖若翰·衛雅司鐸	紀 念
g	Non.	5	聖母大殿奉獻日	
A	VIII	6	耶穌顯容	慶 日
b	VII	7	聖思道教宗及同伴殉道 聖嘉業司鐸	
c	VI	8	聖道明司鐸	紀 念
d	V	9		
e	IV	10	聖樂倫執事殉道	慶 日
f	III	11	聖佳蘭貞女	紀 念
g	Prid.	12		
A	Idib.	13	聖秉天教宗及聖宜博司鐸殉道	
b	XIX	14	聖國柏司鐸殉道	紀念
c	XVIII	15	聖母升天	節 日
d	XVII	16	匈牙利·聖德範	
e	XVI	17		
f	XV	18		
g	XIV	19	聖若望·歐德司鐸	
A	XIII	20	聖納德院長聖師	紀 念
b	XII	21	聖碧岳十世教宗	紀 念
c	XI	22	聖母元后	紀 念
d	X	23	聖羅莎貞女	
e	IX	24	聖祿茂使徒	慶 日
f	VIII	25	聖路易 聖若瑟·甘樂善司鐸	
g	VII	26		
A	VI	27	聖曼妮	紀 念
b	V	28	聖思定主教聖師	紀 念
c	IV	29	聖若翰蒙難	紀 念
d	III	30		
e	Prid.	31		

九 月

f	Cal.	1		
g	IV	2		
A	III	3	聖國瑞教宗聖師	紀 念
b	Prid.	4		
c	Non.	5		
d	VIII	6		
e	VII	7		
f	VI	8	聖母誕辰	慶 日
g	V	9		
A	IV	10		
b	III	11	真福董文學(若望)司鐸殉道	
c	Prid.	12		
d	Idib.	13	金口·聖若望主教聖師	紀 念
e	XVIII	14	光榮十字聖架	慶 日
f	XVII	15	痛苦聖母	紀 念
g	XVI	16	聖高略教宗及聖啓廉主教殉道	紀 念
A	XV	17	聖羅伯·白敏主教聖師	
b	XIV	18		
c	XIII	19	聖佳年主教殉道	
d	XII	20		
e	XI	21	聖瑪竇使徒	
f	X	22		
g	IX	23		
A	VIII	24		
b	VII	25		
c	VI	26		
d	V	27	聖文生·德保司鐸	紀 念
e	IV	28	聖樂倫·魯宜茲 聖文才殉道	
f	III	29	聖彌格，聖佳播，聖來福總領天使	慶 日
g	Prid.	30	聖業樂司鐸聖師	紀 念
	九月第三主日：		中華真福	慶 日

十 月

A	Cal.	1	里修·聖德蘭貞女，傳教主保	慶 日
b	VI	2	護守天使	紀 念
c	V	3		
d	IV	4	聖 方 濟	紀 念
e	III	5		
f	Prid.	6	聖博諾司鐸	
g	Non.	7	玫瑰聖母	紀 念
A	VIII	8		
b	VII	9	聖德宜主教及同伴殉道 聖若望·梁納地司鐸	
c	VI	10		
d	V	11		
e	IV	12		
f	III	13		
g	Prid.	14	聖嘉禮一世教宗殉道	
A	Idib.	15	聖德蘭貞女聖師	紀 念
b	XVII	16	聖德維修女 聖麗達·安蘭閣貞女	
c	XVI	17	聖納爵·安底約主教殉道	紀 念
d	XV	18	聖路加聖史	慶 日
e	XIV	19	聖若望·布瑞柏，聖宜善司鐸等殉道 十字·聖保祿司鐸	
f	XIII	20		
g	XII	21		
A	XI	22		
b	X	23	賈必昌·聖若望司鐸	
c	IX	24	聖安道·柯樂仁主教	
d	VIII	25		
e	VII	26		
f	VI	27	真福施方濟司鐸等殉道	
g	V	28	聖達德及聖西滿使徒	慶 日
A	IV	29		
b	III	30		
c	Prid.	31		

十一月

d	Cal.	1	諸 聖 節	節 日
e	IV	2	追思已亡	
f	III	3	聖瑪定·包瑞斯修士	
g	Prid.	4	聖嘉祿·鮑榮茂主教	紀 念
A	Non.	5		
b	VIII	6		
c	VII	7	真福吳國威(伯鐸)殉道	
d	VI	8		
e	V	9	拉特朗 聖殿奉獻日	慶 日
f	IV	10	聖良教宗聖師	紀 念
g	III	11	都爾·聖瑪定主教	紀 念
A	Prid.	12	聖樂山主教殉道	紀 念
b	Idib.	13		
c	XVIII	14		
d	XVII	15	聖雅伯主教聖師	
e	XVI	16	聖 麗 達 聖潔如貞女	
f	XV	17	匈牙利·聖麗莎修女	紀 念
g	XIV	18	聖伯鐸及聖保祿大殿奉獻日	
A	XIII	19		
b	XII	20		
c	XI	21	獻聖母於主堂(聖母奉獻日)	紀 念
d	X	22	聖采琪貞女殉道	紀 念
e	IX	23	聖克勉一世教宗殉道 聖高隆院長	
f	VIII	24		
g	VII	25		
A	VI	26		
b	V	27		
c	IV	28		
d	III	29	真福劉瑞廷(達德)司鐸殉道	
e	Prid.	30	聖安德使徒	慶 日

十二月

f	Cal.	1		
g	IV	2		
A	III	3	聖方濟·薩威司鐸	慶日
b	Prid.	4	達瑪森·聖若望司鐸聖師	
c	Non.	5		
d	VIII	6	聖尼閣主教	
e	VII	7	聖安博主教聖師	紀念
f	VI	8	<u>聖母始胎無原罪</u>	節日
g	V	9		
A	IV	10		
b	III	11	聖達勉一世教宗	
c	Prid.	12	聖若安修女	
d	Idib.	13	聖瑞琪貞女殉道	紀念
e	XIX	14	十字·聖若望司鐸聖師	紀念
f	XVIII	15		
g	XVII	16		
A	XVI	17		
b	XV	18		
c	XIV	19		
d	XIII	20		
e	XII	21	聖伯鐸·賈宜修司鐸聖師	
f	XI	22		
g	X	23	甘地·聖若望司鐸	
A	IX	24		
b	VIII	25	<u>聖誕節</u>	節日
c	VII	26	聖德範首先殉道	慶日
d	VI	27	聖若望使徒	慶日
e	V	28	諸聖嬰孩殉道	慶日
f	IV	29	聖多默·白凱主教殉道	
g	III	30		
A	Prid.	31	聖思維一世教宗	

聖誕八日慶期內主日

或無主日時，十二月三十日：聖家節

慶日

讚主詩 「天主，我們讚美祢」

——四旬期以外的主日，復活節及聖誕節
八日內，節日及慶日，在誦讀二及對
答詠後應念（唱）讚主詩「天主，我
們讚美祢」。

天主，我們讚美祢；十
上主，我們頌揚祢；※
永生之父，萬物敬拜祢。

所有天使，和天上的大能者，
普智天使，熾愛天使不停地歡呼：十
聖、聖、聖，上主，大能的天主，※
祢的榮耀充滿天地。

衆使徒歌頌祢的光榮，十
衆先知宣揚祢的德能，※
衆殉道者却爲祢作證。

普世教會也向祢歌唱，十

祢是大父，無限尊威，

祢的唯一真子，令人敬愛，※

祢的聖神賜人安慰。

基督，光榮的君王，

祢永遠是父的愛子，十

祢爲了拯救人類，※

甘願生於貞女，降凡塵世。

祢爲世人征服了死亡，

爲信衆重啓天國之門，十

祢坐在天父之右，享受光榮，※

祢還要再度降來，審判萬民。

祢用寶血贖回了子民，

懇求祢常常保佑他們；十

使我們參加諸聖的行列，※

分享祢永恒的光榮。

（以下數節可以省略）

上主，求祢拯救祢的子民，
降福他們，他們是祢的羊羣，十

求祢作他們的牧者，※

護祐他們，直到永遠。

我們讚美祢，日夜不停，

世世代代頌揚祢的聖名，十

求祢今天保護我們清潔無罪，※

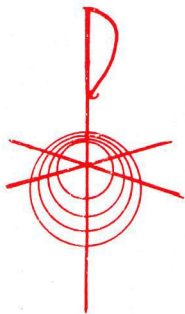
上主，求祢垂憐我們、垂憐我們。

上主，我們依賴祢的寬仁，

懇求祢對我們廣施慈恩；十

上主，祢是我們的仰仗，※

勿使我們永久蒙羞失望。



季節專用部份

常年期：

主的慶節

第六週—第三十四週

主的節日

聖神降臨後主日

至聖聖三

節日

第一晚禱

讚美詩

一、無限而唯一的天主聖三，
祇創造萬有，管理時間，
存在於萬世之前，

祇的權能無邊。

二、祇的福樂，

圓滿而無限，

照顧上天下地，

愛心永恆無間。

三、聖父是慈恩的源泉，

聖子使父的榮光彰顯，

父子的聖神是愛，

給予人類無限的溫暖。

四、至聖天主聖三，

真善美聖的本源，

恩被萬物，

美化宇寰。

五、我們榮獲義子名分，

原是無功受選，

求賜身心聖潔，

作聖三的宮殿。

六、生命的光芒指示天門，

天使與世人，

永遠齊聲歡唱，

感謝主恩無邊。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一一二

對經一：在萬代之前、現在、一直到

永遠，願光榮歸於祿——至聖

聖三，唯一的天主。

上主的僕人，請同聲讚頌，※

讚頌上主的名。

願上主的名受讚美，※

從現在直到永遠。

從日出到日落，※

願上主的名受讚美。

上主超越列國萬邦，※

祂的光榮凌駕穹蒼。

誰能與上主，我們的天主相比？※

祂從高處俯視諸天和大地，

把軟弱的人從塵埃裏救起，※

把窮苦的人由糞土中高舉。

使他們與公卿同席，※

與民間的縉紳並坐。

使那不妊的婦女安居家中，※

成為多子的母親，其樂融融。

對經一：在萬代之前、現在、一直到

永遠，願光榮歸於祿——至聖

聖三，唯一的天主。

聖詠一四七

對經二：願至聖聖三、不可分的唯一

天主受讚頌；我們要頌揚祂，

因為祂對我們大發慈悲。

耶路撒冷，你要讚頌上主！※

熙雍，你要讚頌你的天主！

因為祂鞏固了你的城門，※

降福了在你中間的子女，

也使你的四境平安，※

讓你飽享上好的麥麵。

祂向大地發出自己的諭旨，※

祂的聖旨即刻迅速傳遞。

祂降雪有如羊毛，※

祂撒霜好似飛絮。

祂拋下冰雹好似碎石，※

祂發出寒氣，水便凝結；

祂一發言，冰塊即刻溶化，※

祂一噓氣，靜水立即流動。

祂將自己的旨意曉諭了雅格，※

把自己的誠律啓示給以色列。

祂從沒有這樣恩待過任何國家，※

也從未向他們宣示過自己的律法。

對經二：願至聖聖三、不可分的唯一

天主受讚頌；我們要頌揚祂，

因為祂對我們大發慈悲。

聖歌 弗一，3 / 10

對經三：願光榮與尊敬永遠歸於三位

一體的天主父，及子，及聖

神。

願天主，我們的主耶穌基督的父受讚美，※

祂在天上，在基督內，

賜給我們各種屬神的福分；

因為祂在創世之前，

已在基督內簡選了我們，※

使我們在祂面前聖潔無瑕。

祂又出於愛心，

按照自己的決意，+

藉耶穌基督預定了我們，※

成爲祂的義子，而歸祂所有。

使人頌揚祂恩寵的光榮，※

這是祂在愛子內賜給我們的恩寵；

我們藉祂愛子的血，在祂愛子內，※

獲得了救贖和罪過的赦免。

天主把這恩寵豐厚的傾注在我們身上，※

賜給我們各種智慧和明達。

使我們知道祂旨意的奧秘，※

這都是依照祂在愛子內所定的計劃。

按照祂的措施，時期一滿，※

就使上天下地的一切，重歸於基督。

對經三：願光榮與尊敬永遠歸於三位

一體的天主父、及子，及聖

神。

簡短讀經

羅一一，33 / 36

天主的富饒，上智和知識，是多麼高

深啊！祂的決斷是多麼不可測量！祂的道路是多麼不可探察！有誰會知道上主的心意？或者誰會當過祂的顧問？或者，誰會先施恩於祂，而望祂還報呢？因為萬物都出於祂，依賴祂，而歸於祂。願光榮歸於祂，至於永世！阿們。

短對答詠

領：我們要讚頌父及子及聖神，要頌

揚祂，直到永遠。 答：我們：

領：只有天主應受光榮和尊敬。

答：要頌揚祂，直到永遠。

領：願光榮歸於父： 答：我們：

謝主曲對經：天主，我們感謝祢；真實而

唯一的聖三，唯一而至高的

天主，唯一而至聖的一體性

的天主，我們感謝祢。

禱 詞

聖父藉着聖神使聖子基督得到人性的生命，好使我們藉着祂得到天主性的生命；我們現在一起讚頌三位一體的天主：

願光榮歸於父及子及聖神。

全能永恆的天主父，求祢因祢聖子的名，派遣護慰者聖神降臨到教會中，

使教會在實踐愛德上和在傳揚真理上常

團結一致。

上主，求祢派遣工人收割莊稼，使他們教導

萬民，並因父及子及聖神之名給他們授洗，

——也求祢堅強他們的信德。

——上主，求祢助祐那些爲了祢聖子的名而受迫害的人們，

——因爲祢的聖子曾應許祢將派遣真理之神

在他們身上講話。

全能的父，願所有的人都承認祢和聖言以及聖神是一個天主，

——使他們常相信祢、仰賴祢並愛慕祢是唯一

一天主。

所有生者的父親，祢的聖子和聖神與祢永

遠一同爲王，共享光榮，

——求祢使所有亡者都分享祢的光榮。

我們的天父：

結束禱詞

天主聖父，祢把真理的聖言及聖化的

聖神派遣到世上來，向世人啓示了祢偉大

而奇妙的奧跡；求祢幫助我們明認此真實

的信仰，認識無限榮耀的永恒聖三，敬拜

全能的唯一天主。

序經對經：真實的天主，一體有三位，三

位在一體，請大家前來朝拜。

誦 讀

讚美詩

一、上天有大父，

聖子是聖言，

聖神的愛火無限，

三位同是唯一主，

居住在天園。

二、奧跡中的奧跡，

超越人的理解；

生活的聖三，

天人永遠瞻仰，

唱出內心的頌讚。

三、祢創造了大地，

形成了高天，

使宇宙光輝燦爛，

求祢以熾熱的愛火，

重燃我們的心田。

四、我們伴同天上神聖，

歡欣讚頌聖三、

萬有的根源；

但願有朝一日，

永遠共享平安。阿們。

聖詠吟唱

聖詠八

對經一：全能的唯一天主，父、子、

聖神，請來援助我們。

上主，我們的天主！十

祢的名在普世何其美妙，※

祢的尊榮在天上彰明閃耀。

祢從赤子乳兒口中，

取得完美的讚頌，※

使祢的仇敵匿跡銷聲。

我仰觀祢親手所造的穹蒼，※

和祢滿佈在天空的星辰月亮；

世人算什麼，祢竟對他懷念不忘？※

人子算什麼，祢竟對他照顧周詳？

祢使他稍遜於天使，※

賜予他光榮和尊貴；

使他統治祢雙手的化工，※

把萬物放在他的脚下：

所有的羊和牛，※

以及田野間的走獸，

天空的鳥和海裏的魚，※

以及游行海中的水族。

上主，我們的天主！※

祢的名在普世何其美妙。

對經一：全能的唯一天主，父、子、

聖神，請來援助我們。

聖詠三二 壹

對經二：榮福聖三，父是慈愛，子是

恩寵，聖神是共融的結合力。

義人，請向上主踴躍歡呼，※

正直的人理當讚美上主。

請你們彈琴稱謝上主，※

彈奏十弦琴頌上主。

請你們向上主高唱新歌，※

在歡呼聲中彈琴奏樂。

因爲上主的話句句真實，※

祂的一切作爲完全可靠。

祂愛護正義和公理，※

祂的慈愛瀰漫大地。

因上主的一句話，諸天造成，※

因上主的一口氣，萬象發生。

祂聚集海水，好像裝入皮囊，※

祂安置深淵，好像放入庫房。

願整個大地敬畏上主，※

願普世居民表示恐懼。

因祂一發言，萬有形成，※

祂一出命，萬物化生。

上主使異邦的計畫破壞，※

使萬民的策略失敗。

上主的計畫却永恒不變，※

祂心中的謀略萬代常存。

對經二：榮福聖三，父是慈愛，子是

恩寵，聖神是共融的結合力。

聖詠三二 貳

對經三：榮福聖三！父是真實的，子

是真理，聖神是真理。

尊上主爲天主的民族真是有福，※

上主選爲產業的國民真是有福。

上主由天眷顧，※

觀看所有居民。

祂由自己的居處，※

垂視居於大地的人民。

祂塑造了他們的心靈，※

洞悉他們的一切言行。

君王並不能因大軍而戰勝，※

巨人也不能因力大而救命。

靠馬得勝，乃是枉然，※

體力雖大，難得保全。

因爲上主的眼垂視那敬畏祂的人，※

眷顧那些投靠祂慈愛的人。

祂爲救他們免於死亡，※

在饑荒中養活他們。

我們的靈魂仰望上主，※

祂是我們的救助和保障。

因爲我們的心靈將因祂而歡騰，※

我們寄望於祂的聖名。

上主，求祢向我們廣施慈愛，※

滿足我們對祢的期待。

對經三：榮福聖三！父是真實的，子

是真理，聖神是真理。

領：上主以祂的聖言形成了諸天，

答：以聖神的氣息創造了天上萬有。

誦讀一 恭讀聖保祿致格林多人前書

二，1 ~ 16

天主意志的偉大奧跡

弟兄們，我從前到你們那裏時，並沒
有用高超的言論或智慧，給你們宣講天主

的奧義，因為我會決定，在你們中不知道的，只知道耶穌基督，這被釘在十字架上的耶穌基督；而且當我到你們那裏的時候，又軟弱、又恐懼、又戰兢不安；並且我的言論和我的宣講，並不在於智慧動聽的言詞，而是在於聖神和祂德能的表現，為使你們的信德不是憑人的智慧，而是憑天主的德能。

我們在成全的人中也講智慧，不過不是今世的智慧，也不是今世將要消滅的有權勢者的智慧；我們所講的，乃是那隱藏的，天主奧秘的智慧，這智慧是天主在萬世之前，為使我們獲得光榮所預定的；今世有權勢的人中沒有一個認識祂，因為如果他們認識了，絕不致將光榮的主釘在十字架上。經上這樣記載說：「天主為愛祂的人所準備的，是眼所未見、耳所未聞、人

心所未想到的。」

可是天主藉着聖神將這一切啓示給我們了，因為聖神洞察一切，就連天主的深奧事理祂也洞悉。除了人內裏的心神外，有誰能知道那人的事呢？同樣，除了天主聖神外，誰也不能明瞭天主的事。我們所領受的，不是這世界的精神，而是出於天主的聖神，為使我們能明瞭天主所賜與我們的一切。為此，我們宣講，並不用人的智慧所教的言詞，而是用聖神所教的言詞，給屬神的人講論屬神的事。然而屬血氣的人不能領受天主聖神的事，因為為他是愚妄；他也不能領悟，因為這些事只有聖神才可審斷。唯有屬神的人能審斷一切，但他却不為任何人所審斷。經上說：「誰知道上主的心意，而指教祂呢？」可是我們有基督的心意。

對答詠

參閱弗一，17，18

格前二，12

領：願我們的主耶穌基督的天主、光

榮的父，把智慧和啓示的神恩賜

與我們，好使我們認識祂；並願

祂光照我們心靈的眼睛，

答：使我們認清祂的寵召有什麼

希望，祂爲聖徒們準備的嗣業，

是多麼豐厚。

領：我們所領受的，不是這世界的精

神，而是那出自天主的聖神。

答：使我：

誦讀二 選讀聖達修致塞拉比一書

光明、榮耀、恩寵出自聖三並在

聖三內

檢討古代傳統，鑽研教會的信理，便

會發現：聖三奧理並非沒有實據，實是吾

主所傳授，使徒所宣講，教父所保存的真理。這項信仰是教會的基礎，誰若離棄了這信仰，他就不再是基督徒，也不配再享用基督徒之名。

因此，基督徒所信的父、子、聖神，是神聖而完美的聖三，既不夾雜外物，又並非由造物主及受造物混合組成，却完全具有創造、產生的能力。祂具有同一而不分的性體，同一不二的行動與功能。因爲父藉聖言，在聖神內創造萬有，這樣就保持著聖三的統一性。因此，教會所宣講的，是一個天主；祂是超越萬有、透過萬有、而在萬有內的唯一天主。所謂「超越萬有」，因爲祂是父，是萬有的原始；所謂「透過萬有」，意即聖父藉著聖言，創造萬有；所謂「在萬有內」，那就是父在聖神內，創造萬有。

聖保祿致書於格林多信友，論及神恩時，以及天主為萬有真原，說：「神恩雖有區別，却是同一的聖神所賜；職分雖有區別，却是同一的主所賜；功效雖有區別，却是同一的天主，在一切人身上，行一切事。」

因此，聖神所分施於每人的恩寵，都是父藉聖言所賦予的；因為父所有一切，也屬於子所有；因此，那由子在聖神內所賦予的，真是父的恩賜。同樣，當聖神在我們內時，那賜予我們聖神的聖言，也在我們內，而父也在聖言內。就是在這種意義下，基督說：「我與父要到他那裏去，並要以他那裏作我們的住所。」因為那裏有光，那裏也就有光芒；那裏有光芒。那裏就有它的功能，和光芒四射的恩寵。

這也是保祿使徒，在他致格林多人後書內所講的道理，他說：「願主耶穌基督的恩寵，和天主的愛，以及聖神的相通，常與你們眾人同在。」因為在聖三內所賜予的聖寵及恩賜，是由父藉子，在聖神內所賜予的。正如聖寵由父藉子而賜予人，同樣，恩賜除非在聖神內，也不能通傳於我們。我們分享了聖神的恩賜，也就擁有父的慈愛，子的恩寵，以及聖神的相通。

對答詠

領：我們要讚美父、子及聖神，

答：讚頌祂、稱揚祂，直到永遠。

遠。

領：天主教在穹蒼之上應受讚美，應受

稱讚、應受光榮，直到永遠。

答：讚頌祂：

唸「天主，我們讚美祢」(17)頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一、唱出心底的熱愛，
歌頌天主聖三，
讚美大能的天父，
生命的根源。

二、全能的造物主，
祢使我們成爲祢的肖像，
恩賜我們信心，
爭取永恆的冠冕。

三、歌頌天主聖子，
父的永恆榮光，
爲作世人的兄長，
屈尊就卑甘降凡。

四、主，祢是葡萄幹，
我們是枝條，
枝幹永不分，
天人大團圓。

五、聖愛慈光，上主之神，
烈火炎炎暖我心，
求祢驅逐人間黑暗，
聖化我們的心田。

六、我心是宮殿，
祢是殿上客，
永遠不分離，
歌頌至聖聖三。阿們。

聖詠吟唱

對經一：至聖聖三，尊榮與權力屬於
祢，光榮與大能屬於祢，讚
頌與歡慶屬於祢，直到永遠。

聖詠、聖歌見聖詠集第一週主日 23 頁

對經二：至聖聖三，祿所創造的萬物
理當讚頌祿、朝拜祿、光榮
祿。

對經三：萬有都來自祿，萬有都靠祿
並在祿內而存在；願光榮歸
於祿，直到永遠。

簡短讀經

格前一二，4 / 6

神恩雖有區別，却是同一的聖神所賜，
職務雖有區別，却是同一的主所賜；功效
雖有區別，却是同一的天主，在一切人身
上行一切事。

短對答詠

領：至聖聖三，讚頌歸於祿，光榮歸

於祿。 答：至聖：

領：我們永遠感謝祿。 答：讚頌歸

於祿，光榮歸於祿。

領：願光榮歸於父： 答：至聖：

讚主曲對經：萬物的創造者和統治者、至

聖而不可分的聖三應受頌讚，

從現在直到萬世萬代，永不

間斷。

禱詞

我們要朝拜、讚頌聖父、聖子及聖神，一
起歡呼：光榮歸於聖父、聖子及聖神。

聖父，我們不知道應該如何祈禱，求祿賜
與聖神，

——在我們軟弱時堅強我們，並按照祿的聖
意為我們祈禱。

天主子，祿曾請求聖父給教會派遣聖神，
——求祿使真理之神永遠與我們同在。

聖神，請降臨分施祿帶給我們的果實：愛
德、喜樂、平安、忍耐、溫和、良善，

——容忍、寬柔、信實、端正、節制和貞潔。
全能的聖父，祿派遣聖神來到我們心中，

喊說：「阿爸，父啊！」

——求祢使我們的言行隨從聖神的引導，好能成爲祢的嗣子，同基督一起作嗣子。

基督，祢派遣了發自父的護慰者，使祂爲祢作證，

——求祢也使我們在世人面前勇敢爲祢作證。

我們的天父：

結束禱詞

天主聖父，祢把眞理的聖言及聖化的聖神派遣到世上來，向世人啓示了祢偉大而奇妙的奧跡；求祢幫助我們明認此眞實的信心，認識無限榮耀的永恒聖三，敬拜全能的唯一天主。

日間祈禱

聖詠見聖詠集第一週主日 31 頁

午前

對經：至聖聖三，我們呼求祢、讚頌祢、朝拜祢。

簡短讀經

格後一，21 / 22

那堅固我們同你們在基督內的，並給我們傅油的，就是天主，祂在我們身上蓋了印，並在我們心裏賜下聖神作爲憑證。

領：請高唱感恩歌進入祂的大門，

答：請光榮天主父及子及聖神。

午時

對經：至聖聖三，祢是我們的希望、我們的救援、我們的榮耀。

簡短讀經

迦四，4，5 / 6

天主派遣了祂的兒子來，使我們獲得義子的地位。爲證實你們確實是天主的子女，天主派遣了自己的兒子的聖神，到我們心內喊說：「阿爸，父啊！」

領：至聖聖三應受讚頌、應受光榮。

答：聖父、聖子及聖神。

午後

對經：我們承認祢始終如一，永遠生存，具有無限的智慧。

簡短讀經

默七，12

天使朝拜天主說：「阿們。願讚頌、光榮、智慧、稱謝、尊威、權能和勇毅，全歸於我們的天主，至於無窮之世。阿們。」

領：上主，祢在穹蒼之上應受讚美，答：應受稱讚、應受光榮，直到永遠。

結束禱詞 見晨禱

第二晚禱

讚美詩 見第一晚禱 1* 頁

聖詠吟唱

除下列對經外，聖詠、聖歌見聖詠集第一週主日第二晚禱，35 頁。

對經一：真實而無上的、永恆的聖三，聖父、聖子及聖神。

對經二：至聖聖三，求祢賜給我們自由、救恩和生命。

對經三：聖、聖、聖，屬於上主全能的天主，祢在過去存在，祢如今存在，祢將來仍要降臨。

簡短讀經

弗四，3 / 6

你們要盡力以和平的聯繫，保持心神的合一，因為只有一個身體和一個聖神，正如你們蒙召，同有一個希望一樣；只有一個主，一個信德，一個洗禮；只有一個天主和衆人之父，祂超越衆人，貫通衆人，且在衆人之內。

短對答詠

領：我們要讚頌父、子及聖神，萬世

萬代讚美祂。 答：我們：

領：尊敬與榮耀歸於唯一天主。

答：萬世萬代讚美祂。

領：願光榮歸於父： 答：我們：

謝主曲對經：天主教，祢不是被生的；聖

子，祢是獨生子；聖神，祢

是護慰者；我們一心一意，

衆口同聲感謝祢、頌揚祢、

讚美祢——至聖而不可分的聖

三；願光榮歸於祢，直到永

遠。

禱詞及結束禱詞見第一晚禱 4* 頁

聖三節後星期四

基督聖體聖血節

節日

在某些地區本節日如非法定假日，則

於聖三節後第一主日舉行。

第一晚禱

讚美詩

一 我們歡呼高唱，

歌頌聖體的奧蹟，

基督傾流寶血，

做救世的羔羊，

為救衆生靈甘心受苦，

原是地地的君王。

二 聖子屈尊就卑，

特選童貞母，

降生取人形像，

人間傳福音，
解救我人疾苦，
暫時離天鄉。

三、與弟兄相聚，

最後晚餐席上，

遵守古禮，

分食羔羊與無酵餅，

建立聖體聖事，

恩澤萬古流長。

四、餅酒化爲聖體聖血，

做我飲料與食糧，

感官無用處，

信德有力量，

我們虔恭敬拜，

感激救主的慈悲心腸。

五、偉大的聖事深奧難明，

舊典讓新禮，基督自作羔羊。

我們俯首敬拜，

歡呼高唱，

感覺雖不足，

信德要堅強。

六、欽崇與歌頌，

喜慶與讚揚，

祝賀與榮光，

歸於聖父及聖子，

以及同體的聖神，

萬世無疆。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一一〇

對經一：慈悲的上主賜食物給敬畏祂

的人，使人懷念祂的奇跡。

在義人的集會和團聚中，※

我必要全心讚頌上主。

上主的化工確實偉大，※
凡喜愛它的，必須探察。

祂的作爲輝煌光明，※

祂的正義永遠常存。

上主實在慈悲而良善，※

使祂的奇蹟永留人間。

祂賜食物給敬畏祂的人，※

永遠懷念自己的盟約。

將祂的奇能啓示給祂的子民，※

把外邦人的產業賞給他們。

祂的作爲，真誠而公平，※

祂的規誡，永不變更，

萬世萬代永遠確定，※

是按照真理和公正而構成。

祂救贖了祂的百姓，※

祂訂立了永久的誓盟。

祂的名號，神聖而可畏，※

敬畏上主，是智慧的開端。

按智慧行事，才能增長見識，※

願上主受光榮，直到永世。

對經一：慈悲的上主賜食物給敬畏祂

的人，使人懷念祂的奇跡。

聖詠一四七

對經二：上主爲祂的教會建立了和平！

以上等的麥麵供我們飽餐。

耶路撒冷，你要讚頌上主！※

熙雍，你要讚頌你的天主！

因爲祂鞏固了你的城門，※

降福了在你中間的子女，

也使你的四境平安，※

讓你飽饗上好的麥麵。

祂向大地發出自己的諭旨，※

祂的聖旨即刻迅速傳遞。

祂降雪有如羊毛，※

祂撒霜好似飛絮。

祂拋下冰雹好似碎石，※

祂發出寒氣，水便凝結；

祂一發言，冰塊即刻溶化，※

祂一噓氣，靜水立即流動。

祂將自己的旨意曉諭了雅格，※

把自己的誠律啓示給以色列。

祂從沒有這樣恩待過任何國家，※

也從未向他們宣示過自己的律法。

對經二：上主爲祂的教會建立了和平；

以上等的麥麵供我們飽餐。

聖歌 默一一，17 / 18；一二，

10 b / 12 a

對經三：我鄭重地告訴你們：梅瑟並

沒有給你們那從天上來的食

糧；而是我父賜給你們那從

天上來的真正食糧。

今、昔永存的上主，全能的天主！+

我們感謝祢，※

因爲祢掌握大權統治乾坤。

異民憤憤不平，※

祢的震怒隨即來到。

那時祢也審判死者，+

對祢的僕人、先知、聖徒，※

以及敬畏祢名的、無論尊卑，一律酬庸。

現在我們的天主已完成救恩，

彰顯威能，建立神國，※

祂的受傅者基督已擁有權威；

日夜在天主面前的控訴者，※

那誣告我們弟兄的，已從天上被摔下。

他們靠自己的證言和羔羊的血，

戰勝了惡魔，※

他們寧願殺身成仁，捨生取義。

爲此，高天和天上的聖民，※
請你們鼓舞歡欣。

對經三：我鄭重地告訴你們；梅瑟並
沒有給你們那從天上來的食
糧；而是我父賜給你們那從
天上來的真正食糧。

簡短讀經

格前一〇，16 / 17

我們所祝禱的那祝福之杯，豈不是與
基督的血相結合嗎？我們所擘開的餅，豈
不是與基督的身體相結合嗎？因爲餅只是
一個，我們雖多，只是一個身體，因爲我
們衆人都共享這一個餅。

短對答詠

領：祂賜給了他們天上的食糧，阿肋

路亞，阿肋路亞。 答：祂賜：

領：世人竟吃了天使的食糧。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：祂賜：

謝主曲對經：主，祢的心意是多麼甘飴，
祢爲了向祢的子女表示祢的
慈善，就由天上賜下最甘美
的食糧，使饑餓者飽饗美味，
使傲慢的富人空手而回。

禱詞

基督邀請了衆人參加祂的晚餐，祂在晚餐
時交出了祂的聖體和聖血，使世人獲得生
命。我們現在誠懇地祈求祂：

天降的食糧、基督，請賜給我們永生。
生活的天主之子、基督，祢命令我們爲紀
念祢而舉行感恩的祭宴，

— 求祢使我們忠實地舉行這奧跡，以加強
祢教會的活力。

至高而唯一的大祭司、基督，祢會把施行
聖事的職權託付給祢的司鐸們，

——求祢使他們所舉行的聖事幫助他們革新生活。

天降的瑪納、基督，祢使分享同一個餅的人們形成一體，

——求祢賞賜祢的一切信徒都度着平安與和諧的生活。

天上的神醫、基督，凡領祢聖體的人，祢賜給他們永生的良藥，和復活的保證，

——求祢恩賜病人恢復健康，罪人獲得再生的希望。

萬民期待的君王、基督，祢命令我們直到祢再度來臨的時日，要常常舉行感恩祭，以宣告祢的死亡，

——求祢使所有相信祢而過世的人都能分享祢復活的光榮。

我們的天父：

結束禱詞

主基督，祢藉祢神妙的聖體聖事，留下了祢苦難的紀念；求祢使我們敬拜祢聖體聖血的神聖奧跡，而常能體驗到祢救恩的效果。

序經對經：主基督是生命之糧，請大家前來朝拜。

誦 讀

讚美詩

一、最後晚餐時，

基督自作羔羊，

為弟兄捐軀，

承行天父的旨意。

二、基督把自己完全交出，

體血作人飲食，

安慰憂苦的心靈，

振作弱者的志氣。

三、託付弟子執行，

建立的新約之祭，

後世信友得救恩，

感念救主情誼。

四、天使的珍品，

成爲人的食物，

麵餅成爲主聖體，

確是信仰的奧跡。

五、葡萄酒成聖血，

這是人類得救的代價；

救主的深情厚愛，

怎能不感激？

六、唯一的天主聖三，

我們敬禮朝拜祢，

祢的大恩大德，

永不忘記。阿們。

聖詠吟唱

聖詠二二

對經一：請告訴被邀請的人：筵席準

備好了，來赴婚筵吧，阿肋

路亞。

上主是我的牧者，※

我實在一無所缺。

祂使我憩息在翠綠的草地上，※

又領我走近幽靜的溪水旁。

祂使我精神振奮，體力恢復，※

爲了光榮祂的名，領我踏上了正途。

縱使我要走過陰森的幽谷，※

我也不怕凶險，因爲有祢與我同在。

祢的牧杖和牧棒，※

使我欣感舒暢。

在我敵人面前，祢爲我擺設筵席，※

在我頭上傳油，使我的杯爵滿溢。

在我一生的歲月裏，

常沐浴在祢的恩寵與幸福中，※

在我有生之年，我要常住在上主的殿裏。

對經一：請告訴被邀請的人：筵席準

備好了，來赴婚筵吧，阿肋

路亞。

聖詠四一

對經二：誰若口渴，請到我這裏來，

喝永生的泉水。

天主，我的心渴慕祢，※

就像小鹿渴望清泉。

我的心靈渴慕天主，生活的天主，※

我何時才能見到天主的慈顏？

有人天天向我說：

「你的天主在那裏？」※

我日夜哀哭；眼淚竟變成了我的飲食。

我昔日伴同歡樂的人羣歡呼讚頌，十

率領羣衆晉謁天主的聖殿，※

心靈便不禁悲嘆憂傷。

我的靈魂，你為何悲傷，為何憂愁，十

要仰望天主，讚頌天主，※

因為祢是我的救援，我的天主。

我在約旦地區，赫孟山，米匝嶺，※

一想到祢，心中就不禁悲痛。

祢的瀑布發出巨響，十

深淵與深淵回聲相應，※

祢的洪濤巨浪，漫過我的頭頂。

白晝上主廣施慈惠，※

夜間我謳歌讚美賜我生命的天主。

我向天主我的磐石說：

「祢爲什麼忘了我？」※

爲什麼讓我遭受仇人壓迫而沮喪？」

我的仇敵辱罵我，使我心碎，※

他們終日對我說：

「你的天主在那裏？」

我的靈魂，你為何悲傷，為何憂愁？
 我要仰望天主，讚頌天主，※

因為祂是我的救援，我的天主。

對經二：誰若口渴，請到我這裏來，

喝永生的泉水。

聖詠八〇

對經三：上主以上等的麥麵養育了我
 們，用石縫中的野蜜飽飫了

我們。

你們要向救助我們的天主歌舞，※

向雅格的天主歡呼。

你們要擊鑼鳴鼓，引吭高歌，※

彈琴奏出悅耳的音樂。

朔望之夜吹號角，※

歡度我們的佳節。

這是頒給以色列的誠命，※

是雅格天主的法令。

當祂出征埃及的時候，※
 給若瑟立了這個法度。

我聽到從未聽過的諾言：+

「我使你們的肩膀擺脫重擔，※

使你們的雙手放下筐籃。

你們在患難中呼號，我解救了你們，+

從雷鳴的雲彩中，我回答了你們，※

在默黎巴的水旁，我試探了你們。

我的子民，請聽我的忠告，※

以色列，但願你們聽從我。

在你們中間，不可有別的神，※

也不可崇拜外邦的神。

我是上主，你們的天主，+

是我從埃及將你們領出，※

張開你們的口，我必使你們滿足。」

我的百姓却沒有聽從我的呼聲，※

以色列沒有理睬我的命令；

我只好任憑他們的心靈頑梗，※

讓他們照自己的私意而行。

但願我的百姓肯聽從我的命令，※

以色列遵循我的途徑！

我必立刻制伏他們的敵人，※

轉身打擊迫害他們的仇人；

憎恨上主的人，雖然俯首稱臣，※

他們的命運却將永遠注定。

但我要以上等的麥麵，養育選民，※

用石縫中的野蜜飽飫他們。

對經三：上主以上等的麥麵養育了我

們，用石縫中的野蜜飽飫了

我們。

領：智慧爲自己建造了房屋，阿肋路

亞。

答：祂配了酒，並擺設了筵席，阿肋

路亞。

誦讀一 恭讀出谷記 二四，1-11

他們看到了天主，也得到了飲食

上主向梅瑟說：「你和亞郎、納達

布、阿彼胡，以及以色列長老中的七十人

要到上主面前；你們都在遠處跪下朝拜。

然後梅瑟獨自走近上主，別人不可走

近；百姓也不准同他上山。」梅瑟下來將

上主的一切話和誠命講述給百姓聽，衆百

姓都同聲回答說：「凡上主所吩咐的話，

我們全要奉行。」梅瑟就將上主的一切話

記錄下來。第二天清早，梅瑟在山下立了

一座祭壇，又按以色列十二支派立了十二

根石柱，又派以色列子民的一些青年人去

奉獻全燔祭，宰殺了牛犢作爲獻給上主的

和平祭。梅瑟取了一半血，盛在盆中，取

了另一半血，灑在祭壇上。然後拿過約書

來；念給百姓聽。以後百姓回答說：「凡

上主所吩咐的話，我們必聽從奉行。」梅

瑟就拿血來洒在百姓身上說：「看哪，這

是盟約的血，是上主本着這一切話同你們

訂立的約。」隨後梅瑟、亞郎、納達布、

阿彼胡和以色列長老中的七十人上了山，

看見了以色列的天主，看見在祂脚下好像

有一塊藍玉作的薄板，光亮似藍天。他們

雖看見了天主，天主却没有下手害以色列

的首領們，他們還能吃能喝。

對答詠

若六，48，49，50，51，52

領：我是生命之糧。你們的祖先在曠

野裏吃了瑪納，還是死了。

答：這是自天而降的活糧；誰若

吃了這食糧，就會永遠不死。

領：我就是自天而降的活糧；誰若吃

了這食糧，將永遠生活。

答：這是自：

誦讀二 選讀聖道茂的著作

可奇可貴的聖筵！

天主的獨生子願意我們分享祂的天主性；祂就取了我們的人性，成了人，好使人成爲天主。

再者，祂取自我們人性的一切，爲了我們的救援又完全付出。因爲祂在十字架的祭臺上把自己的身體，充作祭品獻給天主聖父，爲使我們與天主聖父重修舊好；祂還傾流了自己的寶血，作爲我們的贖價和除罪的洗禮，好使我們蒙受救贖，脫離可憐的奴役，得以滌除一切罪污。

祂爲使我們常常紀念祂的偌大救恩，便藉著餅酒的外形，把自己的體血作爲飲食，留給了信友們。

這真是可奇可貴的聖筵！它不但使人

得救，還充滿一切甘飴！還有什麼，能比這個聖筵更可貴呢？因為我們在聖筵中所領取的，不再是古代律法所規定的牛羊之肉，而是基督真天主自己。還有什麼，能比這件聖事更爲奇妙？沒有其他聖事，比這件聖事有更大的治愈能力：藉這件聖事，罪污得以滌除，功德得以增進，心靈能充滿各種神恩。

基督建立這聖事的目的，是爲使衆人得救；所以在教會內，舉行此聖事，也是爲生者亡者，好使所有的人受益。

最後，聖體聖事的甘飴，是無可言喻的。因爲我們藉此聖事體驗到甘美的泉源，並感念基督在受難時爲我們所表現的真情厚愛。

基督願意祂這無限的愛深深地銘刻在信者的心中，因此在最後晚餐時建立了這

項聖事：祂即將離開世界、返回父家的時刻已近，在與門徒們慶祝過逾越節後，祂將這聖事留作對祂苦難的永久紀念。這是古代許多預像的實現，也是祂所顯的最大奇蹟；爲那些因祂離去而悲傷的人，這也是一種特殊的安慰。

對答詠

領：你們要明認：在這餅內的，就是那被懸在十字架上的基督的體；在這杯內的，就是那從基督肋旁流出的血。因此，你們要拿去，吃祂的體，喝祂的血。 答：你們已成爲基督的肢體。

領：你們要吃這神糧——合一的鎖鍊，以免你們互相分裂；你們要飲這聖血——得救的贖價，以免你們因罪而灰心喪志。 答：你們已：

唸「天主，我們讚美祢」(17)頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一 聖言出自高天，
永住聖父右邊，
遵父旨甘心降世，
走完人生歷程。

二 賣主謀財，
惡徒害命；
為拯救人類，
基督自作犧牲。

三 隱藏麴酒形下，
作我飲料與食糧，
滋潤我生命，
助我到達永生。

四 聖子降凡作人友，

犧牲體血養我衆生，
以死亡作贖罪的代價，
藉復活賜我永生的保證。

五 救世的神糧，
為我開啓天門，
增加我神力，
與邪魔鬪爭。

六 唯一的天主聖三，
享受永恒的光榮，
將來在天國，
賜我無止的生命。阿們。

聖詠吟唱

對經一：祢以天使的食糧養育了祢的
子民，祢賜給了他們由天而
降的食糧，阿肋路亞。

聖詠、聖歌見聖詠集第一週主日晨禱

25 頁

對經二：聖潔的祭司向天主奉獻乳香

和麵餅，阿肋路亞。

對經三：我要把隱藏的瑪納和一個新

名號賜給那位勝利者，阿肋

路亞。

簡短讀經

拉一，11

從日出到日落，我的名在異民中大受
顯揚，到處有人為我的名焚香獻祭，並奉
獻潔淨的祭品，因為我的名在異民中大受
顯揚——萬軍的上主說。

短對答詠

領：祢使大地產生食糧，阿肋路亞，

阿肋路亞。 答：祢使：

領：美酒令人心神舒暢。 答：阿肋

路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：祢使：
讚主曲對經：我是從天降下的生活的食糧，

誰若吃了這食糧，必要永遠
生活，阿肋路亞。

禱詞

我們要懷着愉快的心情向生命之糧、耶穌
基督祈禱，一起向他說：

主，將來能在天國進餐的人真有福氣。
新而永久盟約的祭司、基督，祢在十字架
的祭壇上向天主獻上了完美的祭獻，
——請教導我們與祢一起奉獻這同一的完美
祭獻。

和平與正義的至高君王、基督，祢祝聖了
餅酒，作為祢自我奉獻的標記，

——請讓我們與祢聯合一起作為奉獻的祭品。
父的真正崇拜者、基督，從日出到日落、
教會在各地重行祢純潔的祭獻，

——求祢使所有分享同一個餅的人，也形成一體。

天降的瑪納、基督，祢用祢的體、血養育祢的教會，

——求祢使我們靠這神糧的力量，能穩走天路。

我們宴會的無形嘉賓、基督，祢站在門前敲門，

——求祢光臨，與我們聚餐，與我們同住。我們的天父：

結束禱詞

主基督，祢藉祢神妙的聖體聖事，留下了祢苦難的紀念；求祢使我們敬拜祢聖體聖血的奧跡，而常能體驗到祢救恩的效果。

日間祈禱

如此慶節在主日舉行，聖詠見聖詠集第一週主日 31 頁。否則見補充聖

詠 597 頁。

午前

對經：我切望在受難以前同你們一起吃這一次逾越節晚餐，阿肋路亞。

簡短讀經

智一六，20

祢以天使之糧、養育了祢的子民；他們不必操勞，祢從天上給他們降下了現成的食糧，具有各種美味，適合各人的口味。

領：我要到天主的祭台前，阿肋路亞。

答：我要迎接基督，祂會賜給我們青

春的活力，阿肋路亞。

午時

對經：晚餐中，耶穌拿起餅來，感謝了，擘開，遞給了門徒們，阿

肋路亞。

簡短讀經

箴九，1 / 2

智慧建造了房舍，雕琢了七根石柱，宰殺了牲畜，配製了美酒，舖設了餐桌。

領：祢賜給他們天上的食糧，阿肋路亞。

答：其中具有的一切美味，阿肋路亞。

午後

對經：主耶穌在分餅時，他們才認出祂來，阿肋路亞。

簡短讀經

宗二，42，47

他們專心聽從使徒的訓誨，時常團聚、擘餅和祈禱。他們常讚頌天主，也獲得了全民衆的愛戴；上主天使那些得救的人加入會衆。

領：主，請同我們住下，阿肋路亞。

答：因為天色已晚，阿肋路亞。

結束禱詞 見晨禱

第二晚禱

讚美詩 見第一晚禱 16* 頁

聖詠吟唱

聖詠一〇九，1 / 5，7

對經一：主基督按照默基瑟德的品位永做祭司；祂奉獻了餅和酒。

上主對我主起誓說：「祢坐在我的右邊，等我使祢的仇敵，做祢的腳凳」。

上主自熙雍伸出祢的權杖，※

祢要在祢仇敵中統治爲王。

在聖山上，祢誕生之日，王位就屬於祢，※我已生了祢，好像在黎明之前的朝露。

上主發了誓，決不反悔：※

「祢按照默基瑟德的品位，永爲祭司。」

上主常在祢的右邊，※
祂發怒之日，必要粉碎列王。

君王將在路旁暢飲溪水，※

因此祂將挺胸抬頭。

對經一：主基督按照默基瑟德的品位

永做祭司；祂奉獻了餅和酒。

聖詠 一一五

對經二：我要舉起救恩的杯爵；我要

獻上讚頌之祭。

雖然我說過：「我痛苦萬分」，※

我仍然保持信心。

我徬徨時，曾說過：※

「人心虛偽，不可信託。」

上主賜我鴻恩，※

我將何以爲報？

我要舉起救恩的杯，※

我要呼號上主的名；

我要在全體子民前，※

向上主還我許的願。

聖徒的逝世，※

上主十分珍視。

上主，至於我，我是祢的僕役，※

我和母親同樣侍奉祢。

祢解除了我的羈絆，+

我要呼求祢的名，※

向祢獻上讚頌之祭。

我要在全體子民前，※

在上主聖殿的庭院，

耶路撒冷啊！在你中間，※

向上主還我許的願。

對經二：我要舉起救恩的杯爵；我要

獻上讚頌之祭。

聖歌 默一九，1 / 7

對經三：主，祢是道路，祢是真理，

祢是世界的生命。

阿肋路亞！

勝利、光榮和德能，屬於我們的天主，※
祂的判斷正確而又公平。

阿肋路亞。

阿肋路亞！

天主的僕人，請讚美我們的天主，※
凡敬畏祂的人，無論大小尊卑，
請讚美天主。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

我們上主全能的天主已經爲王，※
我們要歡欣鼓舞，將光榮歸於天主。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

羔羊的婚期已經臨近，※
祂的新娘也盛粧以待。

阿肋路亞。

對經三：主，祢是道路，祢是真理，
祢是世界的生命。

簡短讀經

格前一，23 / 25

我傳授給你們的，原是我從主所領受的，就是主耶穌在祂被出賣的那一夜，拿起餅來，祝謝了，擘開說：「這是我的身體、爲你們而捨的，你們應這樣做，爲記念我」。晚餐後，祂又同樣拿起杯來說：「這杯是用我的血所立的新約，你們每次喝，應這樣做，爲記念我。」

短對答詠

領：祂賜給了他們天上的食糧，阿肋

路亞，阿肋路亞。 答：祂賜：

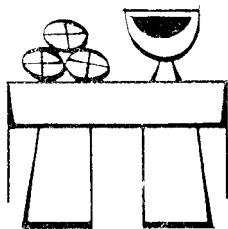
領：世人竟吃了天使的食糧。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：祂賜：

謝主曲對經：基督充作飲食的聖筵：使人紀念祂的受難，我們的心靈充滿聖寵，也使我们獲得來日分享光榮的保證，阿肋路亞。

禱詞及結束禱詞 見第一晚禱 20*頁



聖神降臨後第二主日後星期五

耶穌至聖聖心

節日

第一晚禱

讚美詩

- 一、基督，造世的眞主，
萬民的救主，
出自光明的光明，
出自天主的眞天主：
二、爲愛情所迫，
取了有死的形像，
身爲新亞當，
重整殘破的樂土。
三、聖心仁愛無邊，
深如大海，遠似長空，

憐憫先人的罪過，
摧毀我們的桎梏。

四、我們要以愛還愛，

以心體心，

萬民喜獲甘泉，

求主洗淨罪污。

五、殘忍的長槍，

刺透主的聖心，

血水都流盡，

滌除我們的罪污。

六、光榮歸於祢，

耶穌、我們的救主，

偕父及聖神，

同享永福。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一一二

對經一：天主以永恆的愛愛了我們；

因此，祂從地上被舉起時，

表示了祂的慈悲，吸引我們

投奔祂的聖心。

上主的僕人，請同聲讚頌，※

讚頌上主的名。

願上主的名受讚美，※

從現在直到永遠。

從日出到日落，※

願上主的名受讚美。

上主超越列國萬邦，※

祂的光榮凌駕穹蒼。

誰能與上主，我們的天主相比？※

祂從高處俯視諸天和大地；

把軟弱的人從塵埃裏救起，※

把窮苦的人由糞土中高舉。

使他們與公卿同席，※

與民間的縉紳並坐。

使那不妊的婦女安居家中，※
成爲多子的母親，

其樂融融。

對經一：天主以永恆的愛愛了我們；

因此，祂從地上被舉起時，

表示了祂的慈悲，吸引我們

投奔祂的聖心。

聖詠一四五

對經二：你們要向我學習，因爲我心

良善、謙卑，你們必會得到

心靈的安息。

我的靈魂，請讚美上主；+

我要一生一世讚美上主，※

只要一息尚存，我必歌頌我的天主。

你們不要仰賴達官和權貴，※

不可倚靠無能爲力的凡人。

他們一旦氣絕，必將歸於灰土，※

他們的計劃立刻化爲烏有。

凡以雅格的天主爲扶助，※

寄望於上主的，真是有福。

上主創造天地萬物，※

海洋和其中的水族。

上主信實，直到永遠，※

爲受壓迫的人伸冤。

祂給饑餓者食物，※

使囚犯獲得自由。

上主使瞎子復明，+

使受欺壓者挺身，※

上主眷愛義人。

上主保護旅客，+

扶助孤兒寡婦，※

使惡人迷失道路。

上主將永世爲王，※

熙雍的天主，萬壽無疆！

對經二：你們要向我學習，因為我心

良善、謙卑，你們必會得到

心靈的安息。

聖歌 默四，11；五，9，10

，12

對經三：我是善牧，我牧養我的羊，

為我的羊犧牲性命。

上主、我們的天主，※

祢理當接受光榮、尊威和權能，

因為祢創造了萬物，※

萬物都是因祢的旨意而存在，而造成。

上主，只有祢配得接受那書卷，※

開啓書卷上的封印。

因為祢曾被宰殺，十

從各支派，各語言，各民族，

各國家中，※

用祢的血，把我們拯救出來，

歸於天主；

使我們成爲天國的子民，※

我們必要爲王，統治世界。

被宰殺的羔羊理當接受權能，※

富裕、智慧、英勇、尊威、

光榮和讚頌！

對經三：我是善牧，我牧養我的羊，

為我的羊犧牲性命。

簡短讀經

弗五，25 b) 27

基督愛了教會，並爲它捨棄了自己，

以水洗，藉言語來潔淨它、聖化它，好使

它在自己面前呈現爲一個光耀的教會，沒

有瑕疵，沒有皺紋，或其他類似的缺陷；

而使它成爲聖潔和沒有污點的。

短對答詠

領：基督愛我們，用祂的血洗淨了我

們。 答：基督：

領：祂使我們成爲國度和侍奉天主父
的祭司。 答：基督：

領：願光榮歸於父： 答：基督：

謝主曲對經：我來是爲把火投在地上；我
多麼盼望它已經燃燒起來。

禱 詞

在耶穌那裏，我們的心靈才會得到安息，
現在我們誠懇地向祂祈禱，呼求祂：

極敬愛的主，求祢垂憐。

主耶穌，祢的聖心被長槍刺透，血水傾流，
使祢的淨配教會由此誕生，

—求祢保護教會聖潔、無瑕。

主耶穌，祢是天主的聖殿，爲罪人所拆毀，
但是天主父又重新建立起來，

—求祢使教會成爲至高者的聖所。

主耶穌，祢是衆心靈的君王和中心，祢以
永恆的愛愛我們，懷着慈悲的心腸吸引我

們投奔祢，

—求祢使祢與我們建立的盟約萬古常新。

主耶穌，祢是我們的平安及和解，以祢的
十字架摧毀了人間的仇恨，使所有的人能
聚集一起，而和平相處。

—求祢指示我們到天主那裏去的道路。

主耶穌，祢是我們的生命與復活，減輕我
們生活的重擔，賜給我們心靈的安息，

—求祢使衆人回頭歸向祢。

主耶穌，由於祢的無限愛心，祢服從至死，
並且死在十字架上，

—求祢恩賜所有在祢的平安中長眠的人，
獲享復活的光榮。

我們的天父：

結束禱詞

全能的天主，我們敬禮祢鍾愛之子的
聖心時，也懷念祂對我們的無限慈愛，和

所施予的種種恩惠；求祢使我們從這天恩的泉源中汲取豐富的聖寵。

無形愛情可見，
天恩從此流不盡。

序經對經：耶穌聖心爲了愛我們而被刺傷，

三、誰能被愛不還愛？
誰能獲救不報恩？

請大家前來朝拜。

但願一生一世，

誦 讀

讚美詩

一、天人締盟約

四、耶穌聖心，

聖心是約櫃，

恩寵的泉源，

保祐新選民，

偕同聖父聖神，

擺脫舊奴役

共享榮福，
無窮無盡。阿們。

充滿寬恕與憐憫。

聖詠吟唱

二、基督爲人贖罪，

聖詠三五

親身作祭品，

對經：在祢那裏有生命的泉源；我們將暢飲祢甘飴的水泉。

長矛刺透聖心

將暢飲祢甘飴的水泉。

罪惡在罪人心中說：※

「不必敬畏天主，把祂放在眼裏。」

因為他在自我陶醉，※

認為罪惡無人發現，不必悔恨。

他滿口邪惡與欺騙，※

不再追求智慧，努力行善。

他躺在床上，籌劃作惡，※

立足於邪道，不怕罪過。

上主，祢的慈愛達於高天，※

祢的真誠上徹霄漢。

祢的正義有如高山，+

祢的公平有如深淵，※

上主，惟有祢能救護世人與走獸。

天主，祢的慈愛是多麼寶貴，※

世人都藏身在祢的翼蔭下。

他們飽嘗了祢殿中的盛筵，※

暢飲了祢甘飴的水泉。

因為在祢那裏有生命的泉源，※

在祢的光明中，我們看到光明。

請向認識祢的人廣施慈愛，※

為心地正直的人主持公道。

不要讓驕傲人的腳威脅我，※

不要讓罪人的手動搖我。

請看，作惡的人已經一敗塗地，※

他們已被打倒，無法興起。

對經一：在祢那裏有生命的泉源；我

們將暢飲祢甘飴的水泉。

聖詠六〇

對經二：當我憂戚時，祢把我安置在

磐石上。

天主，求祢俯聽我的哀號，※

留心細聽我的祈禱。

當我憂戚時，從遠方向祢呼籲，※

求祢將我安置在高峻的磐石上。

因爲祢是我的避難所，※
是我對抗敵人的堅固碉堡。

我將永遠居住在祢的帳幕內，※
藏身在祢雙翼的蔭庇下。

天主，祢果然滿足了我的心願，※
賜給我義人應得的財產。

願祢使君王福壽綿長，※
賜他萬壽無疆！

願他在天主面前永遠爲王，※
使慈愛與真誠作他的保障。

因此，我要永遠歌頌祢，※
天天實踐我的誓言。

對經二：當我憂戚時，祢把我安置在
磐石上。

聖詠九七

對經三：大地四極的人看見了我們天
主的救恩。

上主行了奇事，※
你們要高唱新歌。

祂的右手和聖臂，※
爲祂贏得了勝利。

上主宣佈了祂的救恩，※
將祂的正義顯示給萬民。

祂記起了祂的仁慈，※
和對以色列的信實。

大地四極的人，※
看見了我們天主的救恩。

普世大地，請向上主歡呼，※
咏詩讚頌，載歌載舞。

彈著豎琴，歌頌上主，※
彈著豎琴，伴著絃韻。

吹起喇叭，響起號角，※
在上主君王面前歡呼。

願海洋和水族同聲高呼，※

願寰宇和萬民歡欣鼓舞。

江河拍手鼓掌，※

山岳起舞歡唱。

在上主面前歡躍，因為祂已駕臨，※

祂要親自審判大地乾坤，

以正義審判普世人羣，※

以公平治理天下萬民。

對經三：大地四極的人看見了我們天

主的救恩。

領：我要懷念上主的偉大工程。

答：我要記起祂從古以來所行的奇跡。

誦讀一 恭讀聖保祿致羅馬人書

八，28-39

天主的愛在基督身上顯示給我們

弟兄們：我們也知道：天主使一切，

協助那些愛祂的人，就是那些按祂的旨意蒙召的人，獲得益處，因為祂所預選的

人，也預定他們與祂兒子的肖像相同，好使祂在衆多弟兄中作長子。天主不但召叫了祂所預定的人，而且也使祂所召叫的人成義，並使成義的人分享祂的光榮。

面對這一切，我們可說什麼呢？如果天主偕同我們，誰能反對我們呢？祂既然沒有憐惜祂的兒子，反而為我們衆人把祂交出了，豈不也把一切與祂一同賜給我們嗎？誰能控告天主所揀選的人呢？是使人成義的天主嗎？誰能定他們的罪？是那已死或更好說已復活，現今在天主右邊，代我們轉求的基督耶穌嗎？那麼，誰能使我們與基督的愛隔絕？是困苦嗎？是窘迫嗎？是迫害嗎？是饑餓嗎？是赤貧嗎？是危險嗎？是刀劍嗎？正如經上所載：「爲了你，我們整日被置於死地，人將我們看作待宰的羣羊。」然而，靠着那愛我們的

主，我們在這一件事上，大獲全勝，因為我深信：無論是死、是活，是天使，或是掌權者，是現在或是將來，是有權者，是高天或深淵，或任何受造之物，都不能使我們與天主的愛相隔絕，就是與我們的主基督耶穌之內的愛相隔絕。

對答詠

弗二，5，4，7

領：當我們因過犯而死了的時候，天主又藉基督使我們重獲生命。

答：因為祂愛我們的愛浩大無際。

領：祂願意把祂無限豐富的恩寵，顯示給未來的世代。

答：因為祂：

誦讀二 選讀聖文德「生命之樹」

在祢那裏有生命之泉

蒙救贖的人哪！祢也要想想：為你被懸在十字架上的那一位，多麼偉大，是怎

樣的身份！祂的死使死者復生，祂的逝世，天地同悲，頑石裂開。

為了使教會，從死在十字架上的基督的肋旁內誕生，並為使聖經所載「他們要瞻望他們所刺透的」那預言，得以應驗，依照天主神妙的措施，有一土兵拿了長槍，刺開了基督的神聖肋旁，有血水併流，這就是我們的贖價。從這泉源——耶穌聖心最深處所流出的活水，賦予教會的聖事產生聖寵生命的能力；這泉源也使那些已度基督生活的人，能暢飲湧向永生的活水。

所以，基督所愛的人，起來吧！你要像鴿子一樣，在那懸崖的岩穴裏，築巢為居；要如同麻雀找到住所後，常常警醒著；你要像斑鳩，把你純愛的幼雛，藏在裏面；你要張開嘴，從救主的泉源內，吸

取活水。因為，這就是「由伊甸流出而灌溉樂園的活泉，分爲四條支流」，注入虔誠者的心裏，灌溉普世，使大地滋生。

所以，獻身與主的靈魂，你不拘是誰，該以熱切的心情，奔赴這「生命與光明的泉源」，並從心靈的深處全力向祂呼求說：「至高天主無可言喻的榮耀，永光的至潔光輝，祿是使衆人獲得生命的生命，光照一切光明的光明，祿在永恒的光輝中保存著千萬光體，它們從永遠的曙光開始，就在祿神性的寶座前放射著光輝。肉眼不能看見的、隱藏著的泉源，祿的活水永流不息、無法接近，純潔而甘飴。沒有人能估計祿的深遠，沒有人能測量祿的廣濶和界限，也沒有人能污染祿的純潔。

「那使天主之城歡樂的河流」就是從

祿那裏流出，而使我們載歌載舞，向祿歡呼、讚美、感謝，因為經驗給我們作證：「在祿那裏有生命的泉源，藉祿的光明，我們才看見光明。」

對答詠

詠一〇二，2，4，

三三，9

領：我的靈魂，請讚頌上主；不要忘記祂的恩寵。 答：是祂使你的性命在死亡中得以保全；是祂用仁慈和愛情給祿作了冠冕。

領：請你們體驗，請你們觀看：上主

是何等的和藹慈善！

答：是祂使：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一 耶穌，仁慈的主，

祢是喜樂與希望，

天上恩寵的甘泉，

人心的舒暢。

二 耶穌，罪人之友，

悔改者的希望，

對於尋求祢的人，

祢只有仁慈的心腸。

三 耶穌，祢是我們的愛情，

我們的力量，

我們追尋祢如飢似渴，

求祢滿足我們的願望。

四 祢使憂苦的人，

獲得安慰，

祢使流淚的人，

心靈舒暢。

五 求祢常伴隨我們，

時時恩賜神光，

掃除黑暗的威脅，

大地充滿芬芳。

六 耶穌，人心的喜樂，

無限的善良，

但願祢的仁愛，

永遠不離身旁。

七 耶穌，童貞聖母的愛子，

我心甘美的愛情，

願祢在天國享受讚美，

萬世無疆。阿們。

聖詠吟唱

對經一：耶穌站着大聲喊道：誰若渴

了，就到我這裏來喝吧！

聖詠、聖歌見聖詠集第一週主日晨禱

對經二：凡勞苦和負重擔的，你們都

到我這裏來吧！我要使你們

安息。

們，救贖了祂的子民，阿肋
路亞。

禱 詞

對經三：我兒，將你的心交給我；你
的眼要注視我的道路。

耶穌心地良善而謙卑，現在我們誠懇地祈
求祂：

簡短讀經

耶三一，33

極敬愛的主，求祢垂憐。

上主說：我在那些時日後將與以色列
家訂立的盟約就是：我要將我的法律放在
他們的肺腑裏，寫在他們的心頭上；我要
作他們的天主，他們要作我的人民。

短對答詠

領：你們要背起我的軛，向我學習。

——求祢藉着教會啓示給我們天主的各種智
庫，

答：你們：

主耶穌，祢是天主父最喜悅的，

領：因為我心地良善而謙卑。答：向

——求祢使我們恒心遵從祢的教誨。

我學習。

主耶穌，我們都從祢的富裕中接受恩惠，

領：願光榮歸於父： 答：你們：

——求祢把天主父的聖寵與真理豐富地賜與

讚主曲對經：天主出於祂的慈懷眷顧了我

我們。

主耶穌，祢是生命與聖德的泉源，

——求祢聖化我們，使我們在愛德上無可指摘。

我們的天父……

結束禱詞 見第一晚禱 38* 頁

日間祈禱

午前 聖詠見補充聖詠 597 頁

對經：我的子民，我對你作了什麼，
或者在什麼事上使你難過？請
答覆我。

簡短讀經 耶三一，2-4

上主這樣說：逃脫了刀劍的人民，在曠野中找到了寵遇；以色列來到了安身的地方。上主自遠處顯現給他說：我愛你，我永遠愛你，因此我給你保留了我的仁慈；

我要再修建你，而你必再建立起來；你必

再帶上你的小鼓，出來歡樂歌舞。

領：你們要懷着喜樂的心情，

答：由救主的泉源中汲取活水。

午時

對經：我的心在我身內已經破碎，我
渾身的骨骼都在戰慄。

簡短讀經 耶三一，40

我要與他們訂立永久的盟約，再不離棄他們，為他們謀幸福，將敬畏我之情賦與他們心內，使他們不再離開我。

領：我期待有人同情，卻未尋到一個，

答：我渴望有人安慰，也未找到一個。

午後

對經：有一個兵士用長槍刺透了耶穌的肋旁，立刻流出了血和水。

簡短讀經

羅五，8 / 9

基督在我們還是罪人的時候，就為我們死了，這證明了天主怎樣愛我們。現在，我們既因祂的血而成義，我們更要藉着祂脫免天主的義怒。

領：祂爲了我們的罪惡被刺傷。

答：我們因祂的創傷得到痊愈。

結束禱詞 見第一晚禱 38* 頁

第二晚禱

讚美詩 見第一晚禱 34* 頁

聖詠吟唱

聖詠一〇九，1 / 5，7

對經一：上主，祢用甘飴的軛在祢的仇敵中統治爲王。

上主對我主起誓說：「祢坐在我的右邊，※等我使祢的仇敵，做祢的腳凳。」

上主自熙雍伸出祢的權杖；※

祢要在祢仇敵中統治爲王。

在聖山上，祢誕生之日，王位就屬於祢，※我已經生了祢，好像在黎明之前的朝露。

上主發了誓，決不反悔，※

「祢按照默基瑟德的品位，永爲祭司」。

上主常在祢的右邊，※

祂發怒之日，必要粉碎列王。

君王將在路旁暢飲溪水，※

因此祂將挺胸抬頭。

對經一：上主，祢用甘飴的軛在祢的

仇敵中統治爲王。

聖詠一一〇

對經二：上主實在慈悲無量，將食物賜給敬畏祂的人。

在義人的集會和團聚中，※

我必要全心讚頌上主。

上主的化工確實偉大，※

凡喜愛祂的，必須探察。

祂的作爲輝煌光明，※

祂的正義永遠常存。

上主實在慈悲良善，

使祂的奇蹟永留人間。

祂賜食物給敬畏祂的人，※

永遠懷念自己的盟約；

將祂的奇能啓示給祂的子民，※

把外邦人的產業賞給他們。

祂的作爲，真誠而公平，※

祂的規誡，永不變更，

萬世萬代永遠確定，※

是按照真理和公正而構成。

祂救贖了祂的百姓，※

祂訂立了永久的誓盟。

祂的名號，神聖而可畏，※

敬畏上主，是智慧的開端。

按智慧行事，才能增長見識，※

願上主受光榮，直到永世。

對經二：上主實在慈悲無量，將食物

賜給敬畏祂的人。

聖歌 斐二，6 / 11

對經三：請看，天主的羔羊；請看，

除免世罪者。

耶穌基督雖具有天主的形體，※

却沒有將自己與天主同等的地位，

把持不捨，

反而空虛自己，取了奴僕的形體，※

降生成人，與人相似。

形態上完全與人一樣，※

祂自謙自卑，服從至死，且死在十字架上。

因此，天主高高舉揚了祂，※

賜給祂一個名號，超越一切名號；

使天上、人間和地下的一切，※

一聽耶穌的名號，都屈膝叩拜。

衆口同聲都明認耶穌基督是主，※

以光榮天主聖父。

對經三：請看，天主的羔羊；請看，

除免世界者。

簡短讀經

弗二，4 / 7

富於慈悲的天主，因着祂對我們的深情大愛，竟在我們因過犯死了的時候，使我們同基督一起生活——可見你們得救，是由於恩寵——且使我們同祂一起復活，在基督耶穌內使我們所懷有的慈惠，顯示給未來的世代。

短對答詠

領：基督愛我們，用祂的血洗淨了我

們。 答：基督：

領：祂使我們成爲國度和侍奉天主父

的祭司。 答：基督：

領：願光榮歸於父： 答：基督：

謝主曲對經：主念及祂自己的仁慈，把我

們接入祂的懷中、祂的心內，

阿肋路亞。

禱詞及結束禱詞 見第一晚禱 38* 頁



星期一

誦讀

※常年期主日誦讀日課第二對答詠後
常唸「天主，我們讚美祢」（17）頁

※常年期主日每部份日課的結束禱詞
均用本主日專用禱詞；但平日誦讀部份的
結束禱詞則用前一主日的禱詞或任何常年
期主日的禱詞見758*頁

誦讀一

恭讀箴言

三，1 } 20

如何尋獲智慧

我兒，不要忘了我的法律，該誠心恪
守我的誠命，因為這樣能使你延年益壽，
也能增加你的康寧。不要讓慈祥 and 忠實離
棄你，要將它們繫在你的頸上，刻在你的
心版上；這樣，你在天主和世人面前，必
獲得寵幸和稱讚。你應全心信賴上主，總
不要依賴自己的聰明，應步步體會上主，
祂必修直你的路。不要自作聰明，應敬畏
上主，遠避邪惡；如此，你的身體必會健
康，你的骨骼也會舒適。應以你的財物和



一切初熟之物、尊崇上主；這樣，你的倉廩必充滿糧食，你的榨酒池必滿溢新酒。

我兒，不要輕視上主的懲戒，也不要厭惡祂的譴責，因為上主譴責祂所喜愛的人，猶如父親譴責愛子。找到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；凡你所貪求的，都不足以與它倫比。在它右邊是延年益壽，在它左邊是富貴榮華。它的道路是康樂之道，它的行徑是一片安寧。它為掌握它的人，是一株生命樹；凡堅持它的，必將納福。上主以智慧奠定了大地，以睿智穩固了高天；賴祂的智識，深淵纔裂口噴水，雲彩纔降下甘露。

對答詠

箴三，11，12；希十二，7

領：你不要輕視上主的懲戒；也不要

厭惡祂的譴責。 答：因為上主譴責祂所喜愛的人，有如父親譴責愛子。

責愛子。

領：天主對待你們就如同對待子女；

哪有兒子不受父親懲戒的呢？

答：因為上：

誦讀一

選讀聖納德院長講道集

尋求智慧

我們要為那不朽的食物而工作：要為我們得救而工作。我們要在主的葡萄園裏工作；為了賺得每日的一元工資。我們要在智慧光照下行事，它說：「誰在我光照下工作，就不會犯罪。」「真理」說：「田地就是世界，」我們在這裏掘吧！寶藏隱藏在那裏，我們要把它挖出來。那就是應從隱密處去發掘的智慧。我們大家都尋求它，都盼望得到它。

先知說：「如果你們尋找，就認真地尋找吧！你們再回來吧！」你問，從哪裏回過頭來呢？他說：「從你的私意回過頭來吧。」你或許說，如果照我的私意找不到智慧，我在哪裏能找到它呢？因為我的靈魂熱切盼望智慧；如果我找到了它，並不因此而感到滿足，除非「用好的升斗，連按帶搖，以致外溢，倒在我懷裏」。應該如此。因為「找到智慧並擁有明智的人是有福的」。那麼，當你能找到它時，你就要尋找它，當它在附近時，你要呼喚它。

你要知道它多麼近嗎？「這話離你很近，就在你的心中，並在你的口裏」，只要你以正直的心尋找它。這樣你就會以你的心找到智慧，並從你的口中流露明智；但要注意，只應流露，不要流失，不要嘔

吐。

如果你找到了智慧，你的確就是找到了蜂蜜；只是不要吃得太多，以免饜足而嘔吐。你要這樣吃，設法使自己常常飢餓。因為智慧說：「誰吃了我，還要更飢餓。」不要高估你所擁有的。不要饜足，以免嘔吐，即使你似乎所擁有的，也將被奪去，因為你過早就停止了尋求它。因為當智慧能夠被尋獲時，當它在近旁時，就不該停止尋求或呼喚它。不然就像撒落滿所說的：「一個人吃蜜過多，有損無益；同樣，追求榮耀的人，反將為光榮所壓伏。」

如同「找到智慧的人，是有福的」，同樣，「那生活在智慧中的人、是有福的」，甚至更為有福：或許這就是指的智慧的流露。

顯然的是，你的口流露智慧有這三種方式：你口中承認個人的罪過；道出謝恩或讚頌之聲，和建設性的言詞。這便是一心中相信、使人成義，口裏承認、使人得救。」又說：「義人在開口說話時，先自訟自承。」然後在言辭中間頌揚天主；第三步（如果他的智慧達到那種地步），他也該建設他人。

對答詠

智七，10，11，八，2

領：我愛智慧勝過愛健康和美色；我以為它比光明更為可取；

答：因為一切美物都隨它而來。

領：我愛慕智慧，自幼就尋求它。我實在喜愛它的美麗。 答：因為

一：

結束禱詞 見常年主日

星期一

誦 讀

誦讀一 恭讀箴言

八，1 } 5，12 } 36

讚頌永恆的智慧

智慧不是在呼喚，明智不是在發出它的呼聲嗎？它站在高崗上，站在通衢大道上，它在城門口，在城的入口處大聲喊說：人哪！我在向你們呼喚，我在對人子發出呼聲：幼稚的人，你們應學習機智；愚昧的人，你們應學習聰明。你們且聽，因為我要講論卓絕的事，開口述說正直的事。的確，我的口只暢談真理，我厭惡虛詐的唇舌。凡我口述的，無不正直，毫無歪曲或乖僻。我的話為明白的人是誠實

的，爲有智識的人是正確的。你們應聽取我的教訓，而不要銀子；應汲取智識，而不取純金；因爲智慧勝過任何珍珠，任何可貪戀的事都不能與它倫比。

我——智慧——與機智同居，擁有知識和明辨。敬畏上主，就是憎恨邪惡、傲慢、驕橫，邪惡的行徑和欺詐的口舌、我都憎惡。機謀才智，屬我所有；聰明勇敢，也屬於我。藉着我，君王執政，元首秉公行義；藉着我，統治者統治，王侯治理邦土。我愛那愛我的人；凡尋求我的，必找到我。富貴榮譽，恆產正義，都屬我有。我的果實勝過黃金純金；我的出產比淨銀還要寶貴。我走在正義的路上，走在公平的路上，使愛我者獲得產業，充滿他們的寶庫。

上主自始便以我作祂行動的開始，作

祂作爲的肇端：大地還沒有形成以前，遠自太古，從無始我已被立；深淵還沒有存在，水泉還沒有湧出以前，我已受生；山嶽還沒有奠定，丘陵還沒有存在以前，我已受生。那時，上主還沒有創造大地、原野、和世上土壤的原質；當祂建立高天時，我已在場；當祂在深淵之上劃出穹蒼時，當祂上使穹蒼穩立，下使淵源固定時，當祂爲滄海劃定界限，令水不要越界，給大地奠定基礎時，我已在祂身旁充作技師。那時，我天天是祂的喜悅，不斷在祂面前歡躍，歡躍於塵寰之間，樂與世人共處。

那麼，我兒，你們且聽我：遵循我道路的人是有福的。你們該聽從教訓，做一個智者，不要拋棄它。凡聽從我的話，天天在我門前守候，在我門框旁侍立的人，

是有福的。因為誰找到我，便是找到生命，他必由上主獲得恩寵。但是那得罪我的，等於傷害自己；凡憎恨我的，是自找死亡。

對答詠

箴八，22；若一，1

領：上主自開始，在創造大地以前，

就創造了我， 答：在創造其他

萬物之前，我已設立。

領：在起初就有聖言，聖言與天主同

在；聖言就是天主。 答：在創

造：

誦讀二 選讀聖達修主教駁亞略黨

人藉那成人並創造天地的智慧認

識聖父

天主的獨生子、祂的「智慧」、是萬物的創造和完成者。因為聖經說：「祢以祢的智慧造成萬物，大地充滿祢的化工。」

爲了使受造物不僅存在，而且要好好地存在，天主樂意祂自己的智慧遷就受造物，而把祂自己的肖像的鈐印和模樣，銘刻在一切受造物 and 每一個受造物上。這樣也就顯示出來，所有的受造物都分享了祂的智慧，相稱於天主的工程。

如同我們的話是天主子、聖言的肖像，同樣，在我們內形成的智慧，也是同一聖子、「智慧」本身的肖像。我們在這智慧內擁有認識和了解的能力，並適於領受那位創造者智慧，藉着祂，我們才能夠認識祂的父。因為聖經說：「誰有子，也有父」，又說：「誰接納我，便是接納派我的那位。」由於這「智慧」的像在我們內，和萬物內造成，那麼，那位真實的「創造者智慧」、把祂的像所固有的特性應用在自己身上，也是很合理的。聖經說：「

上主爲了祂的工程而創造了我。」

可是，依照我們講解過的：「世人憑自己的智慧沒有認識天主，天主就樂意藉所傳的愚笨的道理，而拯救那些信的人。」天主不再願意像古時、透過受造物中、智慧的肖像和影子而被人認識；却樂意使「眞智慧」本身取了肉體，而成爲人，並被釘十字架而死，爲使將來所有的信者都能因信德而得救。

但這正是同一天主的智慧。祂從前藉祂印在受造物上的肖像（因此稱爲被造）啓示祂自己，並藉祂自己啓示祂的父。以後，這同一智慧，如同若望所說，祂就是天主聖言，成了血肉；並在摧毀了死亡，拯救了我們人類之後，更清晰的啓示了祂自己，並藉祂自己啓示了聖父。因此祂會祈禱說：「求祢恩賜他們認識祢是唯一眞

天主，並認識祢所派遣來的耶穌基督。」

因此，大地充滿了對祂的認識。因爲藉子而認識父，和由父而認識子，是同一的認識。父因子而喜悅，子以同一喜悅，也因父而喜悅，因此祂說道：「他因我而歡樂，我每天在他面前歡樂。」

對答詠

哥二，6，9；瑪二三，10

領：你們既然接受了基督耶穌爲主，就要在祂內行動生活。 答：因爲在基督內，眞實地住有整個圓滿的天主性。

領：你們的老師只有一個，那就是基督。 答：因爲在：

結束禱詞 見常年主日

星期三

誦讀

誦讀一 恭讀箴言 九，1-18

智慧與愚昧

智慧建造了房舍，雕琢了七根石柱，宰殺了牲畜，配製了美酒，擺設了飯桌，派出使女，在城市高處吶喊：「誰是無知的，請轉身到這裏來！」她對愚鈍的人說：「你們來，吃我的食糧，喝我配製的酒！你們應放棄無知，好使你們能夠生存，並在明智的道路上邁進。」

誰矯正輕狂的人，只有自招羞辱；誰責斥邪惡的人，只有自找凌辱。你不要責斥輕狂的人，免得他恨你；却要責斥明智的人，他必會愛你。你若指教明智的人，

他必更明智；你若教訓正義的人，他必更有見識。敬畏上主是智慧的肇端；認識至聖者就是睿智。藉着我，你的歲月纔可增多，你的壽命纔可延長。你若有智慧，必蒙受其惠；你若是輕狂，也只有自食其果。

愚昧太太，浮躁愚蠢，一無所知。她坐在自家門前，坐在城內高處的座位上，向一往直前的路人喊說：「誰是無知的，請轉身到這裏來！」她向愚鈍的人說：「偷來的水更香甜；背地吃的餅更有味。」他却不知冥府正在那裏，她的客人都在陰府的深處。

對答詠 參閱路十四，16-17；箴九，5

領：曾有一人，擺設了筵席，就派遣

僕人出去，請客人來坐席。

答：因為一切都準備好了。

領：請來吃我的食糧，飲我所配製的

酒， 答：因爲一：

誦讀二 選讀加匝主教普樂閣箴言註釋

天主的智慧為我們調和了酒，並準備了筵席

「智慧爲自己建造了房舍」。具有位格的、天主父的大能，造了全世界作爲自己的住處；並藉自己的活動在世上居住；祂按天主的肖像和模樣創造了人，具有部分可見的和部分不可見的性體。

「又雕琢了七根石柱」。人被創造之後，又按基督的肖像被改造，智慧賜給了他聖神七恩，好使人信基督並遵守祂的誠命。屬神的人由於這些神恩，以知識作德行的動力，在德行中反映出知識，便逐漸發展成爲一位完人：他將藉堅強的信德和

分享超性的聖寵而達到完美的境界。

這些神恩發揚心靈的本性的光輝：「剛毅」準備人以熱情去尋求、並切望了解各種事物的理由，就是天主的旨意；萬物都是按祂的旨意而造成的；「超見」能分辨出什麼是反對天主旨意的，什麼是天主那非受造而永恆的至聖旨意；並使人思想、口講並實行這旨意；「明智」使人順從並實行這些旨意，而摒棄與此相反的一切。

「智慧調和了酒，並準備了筵席」。就好像人在杯中混合兩種液體，智慧在人身上，將靈性和肉性混合在一起；就是天主結合了對受造物的知識，和對祂自己的認識，祂是萬物的造主；這種知識使人領悟，好像美酒能使人陶醉於一切與天主有關的事物中。同樣智慧既是天主的食糧，

藉自身以大能滋養人靈，以聖道使人陶醉，並使人欣喜；天主爲渴望分享的人準備了這一切，好像準備了聖宴，這是一種神筵。

「智慧派僕人鄭重邀請人們來喝酒」。

智慧派遣了使徒們作爲天主聖意的職員，宣講福音；這福音來自聖神，超越成文法和自然律，召叫人歸向天主；在基督內，好像在酒杯內，藉降生的奧蹟，依照兩性一位並不混淆的結合，完成了令人稱奇的天主性和人性的合而爲一。基督藉使徒們高呼道：「誰是無知的，該到我這裏來！」誰在心裏想沒有天主，就是無知的人。讓他拋棄不敬，藉着信德來接近我，讓他知道我是萬物的創造者和主宰。

祂對缺少智慧的人說：「你們來，吃我的食糧，並喝我所調和的酒吧！」祂對

那些缺乏信德行爲，和對祂缺少更完善的認識的人，說道：「你們來吃我的身體吧！它具有像餅那樣的營養功能而滋養你們；你們也來喝我的血吧！它像酒那樣使你們藉着知識感到欣喜，並促使你們天主化。因爲我把我的血和天主性，以奇妙的方式調和在一起，好使你們得救。」

對答詠

箴九，1，2；若六，56

領：智慧爲自己建造了房屋，雕琢了七根石柱；
答：調和了美酒，擺設了筵席。

領：主說：誰吃我的肉，喝我的血，他就留在我內，我也留在他內。

答：調和了：

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦讀

誦讀一 恭讀箴言 一〇，6-32

各種箴言

上主降福在義人頭上，災禍却使惡人啞口無言。義人受人懷念祝福，惡人却必身敗名裂。心靈智慧的人，必接受命令；饒舌的愚昧的人，必自招喪亡。走正路的，行路穩妥；走邪路的，終必敗露。暗中擠眼的人，必引人煩惱；坦然規勸的人，必促進和平。

義人的口、是生命的泉源；惡人的口、是殘暴的淵藪。仇恨引起爭端，愛情遮掩一切過失。有見識的口唇上、可找到智慧；棍杖只是爲打缺乏智慧者的脊背。

智慧的人、隱諱自己的學問；愚昧人的口，招致逼近的喪亡。富人的財富、是他自己的堅城；窮人的敗落、却是他們的貧乏。義人的薪金、用以維持生活；惡人的收入、却只用來犯罪。誰聽從忠告，必走向生命之路；誰輕視規勸，必自誤入迷途。撒謊的唇舌、必暗藏仇恨；散播謠言的，必是愚昧人。多言難免無過，明智的人必約束自己的唇舌。義人的舌、貴若純金；惡人的心、賤似草芥。義人的唇舌教育羣衆，愚人必因缺乏心智而死亡。

使人致富的、是上主的祝福；營營的辛勞，却無補於事。愚昧人樂於作惡，明哲人樂於求智。惡人畏懼的、反向他侵襲；義人的希望、終獲得應允。暴風雨一過，惡人不復存在；義人却根深蒂固。懶漢對於派遣他的人，就如醋之於牙，煙之

於目。敬畏上主，將延年益壽；惡人的歲月、必要縮短。義人的期待、終歸是喜樂；惡人的希望、終歸是失望。上主的道路、是正人君子的保障；爲作惡的人、却是滅亡。義人永不會動搖，惡人決不會久留地上。義人的口、散播智慧；邪惡的舌、必被剷除。義人的唇、常吐雅言；惡人的口，只說邪惡。

對答詠

詠三六，30，31；

一一一，6，7

領：義人的口，默念智慧；他的口舌，講述公理； 答：天主的法律、就在他的心裏。

領：義人將永遠爲人紀念；他將不怕聽到噩耗。 答：天主的：

你要張口接受天主聖言

我們的心和口要常默想智慧。你的舌頭要講論正義。願天主的法律常在你心裏。因此聖經對你說：「當你坐在家裏，走在路上，躺臥或起立，常談論這些事。」那麼，就讓我們講論基督吧！因爲祂是「智慧」，祂是言語，而且是天主聖言。

因爲聖經這樣記載：「你要張口接受天主聖言。」誰重述基督的教訓並默想祂的話，就是在說祂的話。讓我們時常講論祂吧！當我們講論智慧時，祂就是智慧；當我們講論德行時，祂便是德行；當我們講論公義時，祂就是公義；當我們講論和平時，祂就是和平；當我們講論真理、生命和救贖時，便是講論祂。

誦讀一

選讀聖安博主教聖詠釋義

經上記載：「你要張口接受天主聖言。」你要開口，祂要說話。因此達味說：「我將聆聽上主在我內說什麼話，」天主子也親口說：「張開你的口，我將充滿它。」可是，不是所有的人都像撒落滿或達尼爾一樣，能夠獲得完美的智慧。然而智慧之神，要按每人的度量，傾注在他身上，但只是傾注在所有信者身上。如果你相信，便會有智慧之神。

所以，「當你坐在家中時，」要常常默想並講論天主的事理。我們可以說，家指聖堂，也可以說，家指我們心中的密室，在那裏我們可以自己談心。說話時，要擇言，以避免犯罪，以免言多必失。當你坐着對自己說話時，要像法官一樣。當你走在路上時，要講話，不要閒蕩。如果你向基督說話，便是在路上說話，因為基

督就是道路。你要在路上向自己說話，也要向基督說話。請聽應怎樣向祂說話，祂說：「我願意男人舉起聖潔的手，隨處祈禱，沒有忿怒，沒有紛爭。」人哪，當你臨睡時，說話吧，免得死亡的睡眠襲擊你。請聽你在就寢時該如何說話：「除非我為上主找到住所，為雅格的天主找到帳幕，我不讓我的眼睛睡覺，也不讓我的眼瞌安眠。」

當你起身或睡醒時，你要講論祂，好使你完成祂命令你的事。請聽基督怎樣喚醒你。你的靈魂說：「我聽到了哥哥敲門的聲音，」基督便說：「給我開門吧！我的妹妹，我的淨配。」請聽你如何喚醒基督。靈魂說：「耶路撒冷女子啊！我嚴令你們，不要喚醒或再喚醒我的愛。」愛就是基督。

對答詠

格前一，30 } 31；若一，16

領：天主賜下了基督、作爲我們的智

慧和正義，聖化者和救贖者。

答：正如聖經所載：凡要誇耀的、該因主而誇耀。

領：我們都從祂的滿盈中領受了恩

寵，而且恩上加恩。 答：正如

聖：

結束禱詞 見常年主日

星期五

誦 讀

誦讀一

恭讀箴言

十五，8 } 9；

16 } 17；25 } 26；29；33；

十六，1 } 9；十七，5

人面對天主

上主厭惡惡人的祭獻，却喜悅正直人的祈禱。上主厭惡惡人的道路，却喜愛追求正義的人。少有財寶而敬畏上主，勝於富有財寶而諸多煩惱。有情吃蔬菜，勝於無情食肥牛。上主將拆毀驕傲人的房屋，却要堅定寡婦的地界。邪惡的陰謀、爲上主所憎惡；濫良的言語，却爲祂所喜悅。上主遠離惡人，却俯聽義人的祈禱。敬畏上主，是智慧的導師；謙卑自下，是榮耀的先聲。

內心策劃在於人，應允却在於上主。

對自己的行爲、人都自覺無瑕；但審察心靈的，却是上主。將你的作爲委託於上主，這樣你的計劃必會成功。上主所造的各有其用意，連惡人也有不幸的一日。居心傲慢的，上主必厭惡；這一類的人，難

逃懲罰。藉慈善忠誠，可補贖罪過；藉敬畏上主，可避免罪惡。世人的行徑，若中悅上主，祂必使仇敵再與他和好。收入少而守正義，勝於進款多而行不義。人心裏都策劃自己的行徑；但他的步伐却由上主所支配。嘲笑窮人的、就是凌辱他的造主；幸災樂禍的，必不能脫免懲罰。

對答詠

申六，13；箴十五，35

領：你不要忘記上主；是祂從埃及把

你領出來； 答：你要敬畏上

主、你的天主；你只要服事祂。

領：敬畏上主、是智慧的導師；謙卑

自下，是榮耀的先聲。 答：你

要敬：

誦讀二 選讀聖思定主教若望壹書釋義

人心嚮往天主

天主許給我們什麼？「我們必要相似

祂，因為我們必要看見祂本來是怎樣的。一舌頭已盡其所能表達了，其餘的讓內心去思想吧！若望所說的話若是與天主的真貌作一比較，又算什麼呢？我們人遠不如若望的功勳，又能說什麼呢？

讓我們現在再講祂的傅油之恩吧！讓我們再講那在內心教訓我們的傅油之恩吧！這是我們所不能言傳的，而且因為現在你們還不能看見，所以你們現在只應努力，希望看到。

好基督徒的一生、就是一個聖潔的想望。你所想望的，你還不能看見。然而你由於想望而預作準備，使你在它來臨時，能夠看到，並獲得滿足。

假設你願意裝滿一個袋子，又知道要給你的東西體積很大，你便會盡量撐開袋口或皮包或其他容器。你知道你要裝的物

品很大，再看你袋子的容器狹小，你便會把袋口擴大而增加容量。同樣，天主延緩滿足你的願望，以擴大你的願望，由於願望而擴大你的心胸；擴大心胸，以增加你的容量。

那麼，弟兄們，讓我們大家想望吧！

因為我們必將被充滿。請看保祿擴大了胸懷，為能容納那將要來臨的。他說：「不是我已經獲得這恩寵，或已經完成……弟兄們，我不以為我已經得到它。」

如果你、保祿、還沒有得到，那麼，你在此生將做什麼呢？保祿答說：「我只顧一件事：就是忘記背後的，努力向前奔馳，為達到目標，為爭取我被召去領受的天上的獎品。」保祿說自己只向前奔馳，為達到目標；他自覺太小，不堪容受那「眼所未見，耳所未聞，人心所未能想到

的」獎賞。

這就是我們的生活，要在希望上鍛鍊我們自己。我們越砍斷對世俗的愛，我們的願望就越聖善。我們已經說過：空的才能填滿。你該以善來充滿自己，要把惡先倒出去。

設想天主願意用蜂蜜充滿你，如果你已充滿了酸醋，那麼，你要把蜂蜜放在哪裏呢？該把器皿裏所盛的倒出來：該清潔那器皿，即便勞苦，即便需要摩擦，也該使它乾淨，才能適合盛任何東西。

我們可以談蜂蜜，談黃金，談美酒，我們無論談什麼，也不能表達我們將接受的實體，這實體的名稱就是天主。當我們說天主時，我們說了什麼？這兩個字便是我們所企盼的全部。我們所能說的一切，必然少於全部真理。我們要嚮往天主，擴

大我們的心胸，好等祂來到時，滿足我們。「我們必要相似祂，因為我們要看見祂本來是怎樣的。」

對答詠

詠三六，4-5

領：你要以上主爲喜樂； 答：祂將

滿足你心中的意願。

領：你要把你的生命、託付於上主，

並要信任祂。 答：祂將滿……

結束禱詞 見常年主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀箴言 三一，10-31

賢婦贊

賢淑的婦女、有誰能找得到？她本身的價值，遠勝過珠寶。她的丈夫對她衷心

信賴，一切所需、從不缺少。她一生歲月，只使他幸福，不給他煩惱。她找來羊毛細麻，愉快地親手勞作。她宛如一隻商船，由遠處運來食糧。天還未亮，她已起身，爲給家人分配食物，給婢女們分派家務。她看中一塊田地，就將它買下來，以雙手所得的收入，栽植了葡萄園。她以勇力束腰，增強臂力。她發覺自己經營生利，她的燈夜間仍不熄滅。她手執紡錘，手指旋轉紗錠。對貧苦的人、她隨手賙濟；對無靠的人，她伸手扶助。她不害怕風雪，因爲全家上下，都穿雙料衣裳。她爲自己做了華麗的鋪蓋，身上穿的是細麻和紫錦的衣裳。她的丈夫和當地長老同席，在城門口深爲衆人所認識。她紡織紗布、然後出售，又製造腰帶賣給商賈。剛毅和尊嚴是她的服飾，一想到將來便笑容

滿面。她一開口便傾吐智慧，舌上常有仁慈的訓誨。她不斷督察家務，從不白吃閒飯。她的子女起來向她祝福，她的丈夫對她讚不絕口：「賢淑的女子很多，唯有你超羣出衆。」姿色是虛幻，美麗是泡影；敬畏上主的女人、纔應當受人讚美。願她享受她雙手操勞的成果！願她的事業在城門口使她受讚揚！

對答詠

參閱箴三一，17，18；

詠四五，6

領：她以勇力束腰，增強臂力；

答：她的燈永不熄滅。

領：清晨天主要助祐她；天主與她同在，她決不動搖。 答：她的燈：

誦讀二

選讀教宗碧岳十二世對新婚夫

婦的談話

妻子——家庭的太陽

每個家庭中擁有一顆閃亮的太陽——妻子。請聽聖經關於妻子說了什麼並有什麼觀感：「婦女的嫺雅悅樂丈夫。聖潔而知恥的婦女嫺雅有加，如同旭日自天主的至高之天照耀世界，同樣，美麗的婦女也裝飾她的家室。」

的確賢妻良母有如家庭中的太陽。她是一顆太陽，是由於她的慷慨大量，自我奉獻，不懈的辛勤，在一切事上的機警與明智的體貼，使丈夫和子女們度着愉快的生活。她向四周散播心靈的光和熱。通常說來，婚姻趨於美滿，在於夫妻二人不尋求自己的，而尋求對方的幸福；然而，這心靈的崇高意識和志願雖然與二人有關，却特別是屬於妻子的美德。這種美德是她

那作母親的心靈和心靈的智慧而產生的。這智慧使她即便接受了辛酸，仍帶給人歡樂；如果她受到蔑視，只報以尊嚴和敬重。因此她好像太陽一樣，以晨曦照亮了烏雲密布的清晨，並以萬道金光照射着黃昏的驟雨。

妻子由於眼中閃爍的光芒和言語的熱情，真是家庭中的太陽。一個注視和一句話能溫柔的透入人心，軟化、接觸並高舉人心，使人脫離偏情的紛擾，使丈夫再次感到行善的快樂，在整天不斷辛勞之後，無論在辦公室或田間、商店或工場，工作完畢之後使人享受家庭談話的樂趣。

妻子是家庭中的太陽，因為她具有自然而純潔的誠樸，端莊樸實，舉止富有基督徒的正直；意念集中，心地正直，她的體態、衣服和裝飾，適合禮俗，言行文雅

而莊重。心思細膩，面帶笑容，純真的安靜和微笑，一種表示善意的點頭，在在都給與她高貴而簡樸花朵般的嫺雅，綻開花瓣，接受並反映太陽的光輝。

但願你們了解：如此理想的賢妻良母，能在丈夫和子女心中，激起並銘刻何等深情和感激！

對答詠

德二六，16，21

領：勤謹婦女的溫柔，使丈夫歡樂；
答：聖潔而端莊的婦女，乃無上的恩賜。

領：在秩序井然的家庭裏，賢婦的美麗，有如在上主的高山上、升起
的太陽。 答：聖潔而：

結束禱詞 見常年主日

第七主日

聖詠集第三週

第一晚禱

謝主曲對經：主說：你們當爲迫害和毀謗

你們的人祈禱，這樣你們才

可做天父的兒女。

結束禱詞

見晨禱

誦讀

誦讀一 恭讀訓道篇 一，1-18

萬物皆空

達味之子耶路撒冷的君王「訓道者」

的語錄：虛而又虛，訓道者說：虛而又虛，萬事皆虛。人在太陽下辛勤勞作，爲人究有何益？一代過去，一代又來，大地仍然常在。太陽升起，太陽落下，匆匆趕

回原處，再次升起。風吹向南，又轉向
北，旋轉不息，循環周行。江河流入大
海，大海總不滿溢；江河仍向所往之處川
流不息。萬事皆辛勞，無人能盡言；眼看
看不夠；耳聽聽不飽。往昔所有的，將來
會再有；昔日所行的，將來會再行；太陽
之下決無新事。若有人指着某事說：「看
哪，這是新事。」豈不知在我們以前早就
有過。只是對往者沒有人去追憶；同樣，
對來者，也不會爲後輩所記念。

我訓道者曾在耶路撒冷作過以色列的
君王。我曾專心用智慧考察研究過天下所
發生的一切；——這實在是天主賜與人類
的一項艱辛的工作。我觀察了在太陽下所
發生的一切：看哪，都是空虛，都是追
風。彎曲的不能使之再直，虧缺的實在不
可勝數。我心裏自語說：「看哪，我獲得

了又大又多的智慧，勝過了所有在我以前住在耶路撒冷的人，我的心獲得了許多智慧和學問。」我又專心研究智慧和學問，愚昧和狂妄，我纔發覺：連這項工作也是追風。因為智慧愈多，煩惱愈多；學問越廣，憂慮越深。

對答詠 訓一，14；五，14；弟前六，7

領：我觀察了在太陽下所發生的一切；看哪！都是空虛，都是捕風捉影。 答：如同人赤身出離母胎，也照樣赤身而回，什麼也不能帶走。

領：我們沒有帶什麼到世界上來，同樣也不能帶走什麼。

答：如同人：

沒有愛德，萬事虛而又虛

愛德是心靈的一種良好態度，使人渴慕認識天主，勝過任何世物；人除非完全超然物外，不能獲得這種愛德。

一個真正愛天主的人，以為認識天主比擁有任何其他事物都重要。他心中不斷切望和愛慕天主。

萬物是由天主並爲了天主而受造的，所以天主遠遠超越一切受造物；誰捨棄了這無與倫比的最好的天主，而愛戀卑下的萬物，顯示他把受造物看得比造物主更爲重要。

主說：「誰愛我，必遵守我的誠命。」
「我的誠命就是要你們彼此相親相愛。」
因此，誰不愛近人，便是不遵守誠命。而誰不遵守誠命，便也不能愛天主。

誰能汎愛衆人，並一視同仁，是有福

的人。

誰愛天主，也一定愛近人；這樣的人，不會保留金錢，却像天主一樣，分施給每一個急需的人。

那效法天主而施捨的人，只看人的急需，不看人的好壞，不管他是否是義人；他依照合理的需要公平分配；雖然由於他的善意，他更喜愛那勉力修德的人，勝於壞人。

愛德的精神的表現不僅在於金錢的施捨；而且更在於分施天主的聖道和為他人的服務。

誰真誠地捨棄世物，並以純正的愛心為他人服務，便會迅速地擺脫各種偏情，而能分享天主的愛和知識。

依照耶肋米亞的話：誰擁有天主的愛，在追隨主天主時，便不會鬆懈，也不

會倦怠；反而他能以堅強的心志、忍受一切勞苦、屈辱和欺凌，而不願意加害於人。

耶肋米亞說：「你們不要說：我們是天主的殿宇」。也不要說：「只要相信吾主耶穌基督，就能使我得救。」因為，除非你對祂的愛德表現在行為上，信德仍無能為力。只單純的相信是不夠的：「連魔鬼也相信，而且戰慄。」

愛德的工作便是：真誠的為人羣服務，待人心胸寬闊和忍耐；並合理的利用萬物。

對答詠 若十三，34；若壹二，8，3

領：我給你們一條新命令，就是要你們彼此相愛，如同我愛了你們一樣。 答：凡愛弟兄的，他就生活在光明裏。

領：如果我們遵守祂的誡命，便能確

知：我們認識基督。 答：凡愛

弟：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚主曲對經：癱子拿起自己躺過的床，讚

美天主；羣衆見了也都頌揚

天主。

結束禱詞

全能的天主，求祢使我們思念純正，常常嚮慕精神的美善，並能以言以行遵奉祢的旨意。

第二晚禱

謝主曲對經：主說：你們不要判斷人，以

免受判斷；因為你們如何判

斷人，也要照樣受判斷。

常年期第七週

星期一

誦 讀

誦讀一 恭讀訓道篇

二， 1 } 3， 12 } 26

逸樂和人類智慧的空虛

我心中自語：「來試一試快樂，享受一下福樂！」這也是空虛。我稱歡笑爲「瘋狂」，我對喜樂說：「這有何用？」

我便決意喝酒，好使我的肉身暢快，但我的心仍爲智慧所引導；我決意迷於狂妄的事，直到我看清，世人在天下一生有限的歲月中所做的事，有什麼好處爲止。

我又回顧觀察智慧、瘋狂和昏愚；那繼位作君王的人能做什麼？只能做已做過

的事。我看透智慧勝於昏愚，像光明勝於黑暗。「智者高瞻遠矚，愚者在黑暗中摸索。」但我也知道：二者都要遭遇同樣的命運。我心中自問：「愚人的命運我會遇到，爲什麼我要更明智？」我便下結論說：「這也是空虛。」因爲智者和愚者，同樣不爲人常久記念，早晚有一天都要被人遺忘。可惜，智者和愚者同樣死去！於是我惱恨生命，因爲太陽之下所發生的事無非使我煩惱，因爲全是空虛，都是追風。

我憎恨我在太陽下所受的勞苦，因爲我要將勞苦所得，留給我的後人。他是智是愚，有誰知道？但他一定要主管我在太陽下以智慧所辛苦經營的一切工作：這也是空虛。我回顧我在太陽下所受的一切勞苦，就灰心失望。因爲有人以智慧、學問

和才幹勞作得來的，却應留給那未曾勞作的人作爲產業：這也是空虛和大不幸。人在太陽下所受的一切勞苦，以及痛心的事，究竟有什麼裨益？其實，人每天所有的事務，無非是悲苦和煩惱；而且夜間心也得不到安息：這也是空虛。

人除了吃喝和享受自己勞作之所得以外，別無更好的事。我也看透了：這是從天主手裏來的。因爲離了天主，誰能有吃的，誰能有所享受？天主原把智慧、學問和歡樂賜給祂所喜愛的人。至於罪人，天主將積蓄貯藏財物的勞苦加在他身上，好將一切財物留給天主所喜愛的人：這也是空虛，也是追風。

對答詠

訓二，26；弟前六，10

領：天主原把智慧、學問和歡樂，賜給祂所喜愛的人。至於罪人，天

主却將積蓄、貯藏財物的勞苦，加在他身上。 答：這是空虛，也是白費心機。

領：貪財是萬惡之源，使人自己受許

多刺心的痛苦。 答：這是：

誦讀二 選讀尼森主教聖國瑞訓道篇釋義

明智人的眼睛注視他的頭

如果靈魂舉目注視他的「頭」——基督，如同保祿所解釋的，由於他視力的敏銳，便可算是有福的，因為他能看到那沒有罪惡黑影的地方。那偉大的保祿、和其餘與他同樣達到聖德高峯的人，都曾注視那「頭」，所有那些在基督內生活、行動並存在的人都是如此。

處於光明中的人，不可能看見黑暗；同樣，注視基督的人，也不可能矚目於任何虛幻。誰注視「頭」——我們了解這「頭」

便是萬有的原始——便是注視所有的美德，（基督就是各方面都完美而絕對之德的化身）就是注視真理、正義、不朽和一切美善。所以「智者的眼睛是在頭上；而愚人却在黑暗中行走。」因為誰不把燈放在燈臺上，而放在床底下，便是使光明變成黑暗。

另一方面，有多少人從事追求天上之善，專務默觀實有之事，却被認為是瞎子和無用的！保祿說他就是那樣的人：他「爲了基督而成爲愚人。」因爲他未曾把他的明智和學識，用於任何奴役我們的世界上。因此他說：「我們爲了基督的緣故成了愚人」，這好像說：「我們對那屬於下界生命的事物，成了瞎子，因爲我們舉目向上，注視着頭。」如此，他度的生活是，居無定所，食不得飽，到處流浪，衣

不蔽體，忍飢受窮。

誰看到他身陷囹圄，受人掌擊，遭到覆舟，與怒濤搏鬥，身帶鎖鏈，而不想他是一個可憐的人呢？可是雖然他在世人間受了這些苦，却沒有轉移他的目光，反而時常注視着「頭」，說道：「誰能使我與基督的愛隔絕呢？是困苦嗎？是患難嗎？是迫害嗎？是飢餓嗎？是赤裸嗎？是危險嗎？是刀劍嗎？」這好像在說：「誰能把我的眼睛從頭上挖出來，而移植到那被人踐踏的世物上呢？」

當他命令我們「仰慕天上之事」的時候，便是曉諭我們要同樣去作，換句話說：「眼睛要注視着頭。」

對答詠

詠一二二，2；若八，12

領：正如僕人的眼睛望着主人的手；

答：我們的雙目也同樣仰望着上

主，直到祂憐憫我們為止。

領：我是世界的光，誰跟我走，就不會走在黑暗中，並將獲得永生。

答：我們的：

結束禱詞 見常年主日

星期二

誦讀

誦讀一 恭讀訓道篇 三，1-22

各種不同的時間

事事有時節，天下任何事皆有定時；
生有時，死有時，栽種有時，拔除栽種的
也有時；殺戮有時，治療有時，拆毀有
時，建築有時；哭有時，笑有時，哀悼有
時，舞蹈有時，拋石有時，堆石有時；擁
抱有時，戒避擁抱亦有時；尋找有時，遺

失有時；保存有時，捨棄有時；撕裂有時，縫綴有時；緘默有時，言談有時；愛慕有時，憎恨有時；作戰有時，和睦有時。

工作的人，從勞苦中得了什麼利益？

我觀察了天主交給人類所應從事的事務而得知：天主所行的一切事，都很適時，並賜給人認識時事的經歷，但人仍不能明瞭，天主自始至終所做的工作。於是我明瞭：人類的幸福，只有在此生歡樂享受；但人人有吃有喝，享受自己一切勞苦之所得，也是天主的恩賜。我知道：凡天主所行的事永恆不變，無一可增，無一可減。天主這樣作，是爲使人敬畏祂。現在所有的，早已有過；將來所有的，先前已有過；因爲天主必追尋已往的事。

我在太陽下還看見：正義之處有不義，公平之處有不平。我心裏想天主必要

審判義人和惡人，因爲各種事情和行爲，在天主那裏都有其定時。我想：天主藉此是爲使世人認清自己是誰，看清自己與走獸無異。的確，世人的命運，同走獸的命運都是一樣：前者怎樣死，後者也怎樣死；氣息都一樣，人並不優於走獸：因爲都是虛無。都同歸於一處；既然，都出於塵土，也都歸於塵土。人的氣息是否向上高升，走獸的氣息是否下降地下，有誰知道？因此，我看出來：人最好還是享受自己勞苦的所得，因爲這是他的命運；有誰能領他去看自己身後的事呢？

對答詠

格前七，29，31；訓三，2

領：時限是短促的；享用這世界的，

要像不享用的，答：因爲這世界的局面正在逝去。

領：事事有時節；天下任何事，皆有定時。 答：因為這：

誦讀二 選讀尼森主教聖國瑞

訓道篇釋義

生死有時

聖經說：「生有時，死亦有時。」作者在說話一開始，便巧妙地把生與死必然的關係連結在一起。因為隨誕生而來的必然是死亡；每一次的誕生，將因死亡而解體。

聖經說：「生有時，死亦有時。」但願天主恩賜我生而逢辰，死得其時！誰也不該說，「訓道者」指出生不自願，而死屬自然，好像與功德行為有關。因為生產不是由於婦女的意志；死也不屬於瀕死者自由。凡不屬於我們權下的事，誰也不

能稱之為善或惡。所以我們應該了解，適時而生和適時而死有什麼意義。

依我看來，這裏所說的生是指我們的得救；按照依撒意亞所說，當一個人，由於敬畏天主而懷孕，經過心靈的產痛而產生自己的得救，這便是適時的生產而不是流產。如果我們由於正直的意向和自由選擇，孕育並產生我們自己，使我們得見天日，這時候，我們可以說，我們就是自己的父親。

當我們迎接天主居住在我們心內時，我們就是在這樣做。那時我們便成為天主的子女，有德行的子女和至高者的子女。但是，如保祿所說，如果「基督的形體」沒有在我們內形成，我們便使我們自己成為流產兒、不完善和患病的人。因為天主的人該是完整而成熟的。

如果清楚地了解了適時而生的意義，也必會看清了解適時而死的意義。因此對聖保祿來講，每時每刻都適於善終。他在書信中好像發誓似的大聲說：「我因你們而誇口說，我每天瀕於死亡。」又說：「主，爲了祢，我們天天受死。」其實，我們在自己內都接受了死刑的宣判。

我們很清楚地看到，保祿如何天天受死：他從來沒有生活在罪惡中，常克苦肉身的肢體，常帶着基督身體的死狀，常常與基督一同被釘在十字架上；他從來不爲自己而生活，却讓基督在他內生活。依我的意見，這就是適時的死亡，這死亡產生眞生命。

因爲天主說：「我使人死，也使人活。」爲使人深信，死於罪惡而活於聖神，的確是天主的恩賜。所以，天主的話

應許我們，祂是藉着死亡而賜給我們生命。

對答詠

申三一，39；默一，18

領：我使人死，也使人活；我擊傷人，我也治療； 答：誰也不能從我的手中救起。

領：我握有死亡和陰府的鑰匙。

答：誰也不：

結束禱詞 見常年主日

星期三

誦 讀

誦讀一 恭讀訓道篇 五，9；六，8

財富的空虛

愛錢的人，錢不能使他滿足；愛財的人，進益不能使他滿足；這也是空虛。錢

財增多，消費的人也隨之增多；財主除飽享眼福外，能有什麼益處？工人無論吃多少，總睡得甜甜；飽食的富人，却難於安眠。我看見在太陽下有一件悲痛的事：財

主積蓄財富，反而害了自己。生意一次失敗，財產盡失：生了一個兒子，手中一無所有。他赤身出離母胎，也照樣赤身歸去；他勞力之所得，絲毫不能帶去。這也是一件悲痛的事：他怎樣來，也怎樣去；他操勞追風，究竟有什麼益處？況且他一生在黑暗中生活，遭受許多煩惱、疾病和悲憤的事。我所認為幸福美滿的事，是在天主所賞的少數歲月內有吃有喝，而且享受他在太陽下一切勞碌所得的福樂，這原是他應得的一分。的確，天主賞賜人財產和富裕，使他能享用；能取得應有的一分，能享受勞碌所得的快樂，實是天主的

恩賜。那麼，人就不甚顧慮人生歲月的短促，因為天主以喜樂充滿了他的心。

我看見在太陽下，另外有一種不幸，重壓在人身上：一個人，天主賜他富裕、錢財、光榮；凡他心中所願意的一件也不缺；但天主沒有讓他享用這一切，却讓外人享用了：這也是空虛，是一件悲慘的事。有一個人生有百子，得享高壽，他年紀雖大，却没有隨心享受福樂，而且未得安葬。照我看來，他還不如流產兒。流產兒徒然而來，悄然而去，他的名字也湮沒無聞；他沒有見過天日，也沒有任何知覺，但他總比那個人更享安寧。那個人即便活了兩千歲，如果未享受福樂，他們二人豈不是同歸一處？

人的一切勞碌都是爲了口腹，但他的欲望却總不知滿足。智者較愚者究有什麼

利益？知道如何與人往來的窮人，能得什麼好處？

對答詠 箴三十，8；詠三十，15，16

領：上主，求使虛偽和欺詐遠離我；

答：富裕或貧乏，請不要賜給我，只求供給我必需的食糧。

領：上主，我信靠祢；我的命運在祢

手中。 答：富裕或：

誦讀二 選讀聖業樂神父訓道篇釋義

你們尋求天上的事

「天主賞賜人財產和富裕，使他能享用，能取得應有的一分，能享受勞碌所得的快樂；這實在是天主的恩賜。那麼，人就不多顧慮他一生的歲月，因為天主以喜樂充滿了他的心。」有一種人常在為自己的財富而焦慮，在煩惱的生活中去積蓄易失的世物；比較起來，訓道者說，那能以

現有財富為樂的人是較好的。因為後者在享受上還稍有樂趣；而前者只有無數的操心。他說明能享用財富之所以是天主的恩賜的理由，是因為「他不多顧慮他一生的歲月。」

的確，天主容許他心中享受生活的樂趣；他不會憂慮，也不會焦急不安，因為他被沉醉於目前的享受與快樂中。但更好是按聖保祿的話去了解這段經文的意義：天主所賜給人的是精神的飲食；人應在其勞苦中去發現美善，因為必須受許多苦和經過很大的努力才能觀賞真實的美善。我們的職務便是在勞動和研究中求快樂。雖然這是善事，但是「直到我們的生命——基督顯示出來時」，這仍不是完全的善事。「人的一切勞碌祇是為了餬口，他的心靈卻沒有滿足。因為智者比愚者多得什

麼利益？知道如何生活的窮人、能得什麼好處？」人在此世辛勞所得的一切，都耗費在嘴裏，經過牙齒的咀嚼，下到胃中而消化。他只享受了短暫的口福，只有食物在口中時，才似乎給人一種快感。一旦進入肚腹，所有的食物都無所區別。

這一切過去之後，食者的心靈並沒有糜足；或者因為他常想再吃，因為人不論智愚，沒有食品都不能生活；窮人所貪求的，也只是餬口維生，以免餓死；或者因為肉體雖然飽餐，而心靈毫無所獲；飲食為智愚都同樣急需；而窮人看哪裏可以找到財富，就到哪裏去。

但是更好的解釋是：這段經文指的是那位精通聖經的「訓道者」，「他爲了口腹辛苦勞碌，但他的心靈却總不滿足」，因爲他常願學習。在這事上，智者優於愚

者。因爲智者知道自己是貧乏的（所說的窮人，便是福音中稱之爲有福的人），就趕緊學習，以了解那有關生命的事理，並走通往永生的窄路；他對惡行而言、是一個窮人；他知道身爲生命的基督住在哪裏。

對答詠 參閱德二三，4 2 6，1 2 3

頌：上主、天父，我生命的天主，不要拋棄我、而致思念邪惡；也不要使我的眼睛高傲，和順從情慾。 答：上主，不要讓我有一顆無恥而愚昧的心。

頌：上主，求祢不要離棄我，不要讓我的無知日增，也不要讓我的罪惡加多。 答：上主，不：

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦讀

誦讀一 恭讀訓道篇 七，1-29

不要自作聰明

在空虛、消逝如影的人生少數歲月內，有誰知道什麼事對人有益？又有誰能給人指示，他身後在太陽下要發生什麼事？

良好的聲譽勝於名貴的香液；死日勝於生日。往居喪的家去，勝於往宴會的家去，因為喪事是人人的人的結局，活人應將此事放在心上。悲哀勝於歡笑，因為愁容能使心靈舒暢。智者的心是在居喪的家中，愚人的心是在歡笑者的家中。聽智者斥責，勝過聽愚人歌唱。愚人的歡笑就像釜底荊棘的爆炸聲，但這也是空虛。實在，

壓榨使智者昏愚，賄賂能敗壞人心。事情的結局勝過事情的開端；居心寬容，勝過存心傲慢。你心裏不要輕易動怒，因為憤怒只停留在愚人胸中。你不要問：「爲什麼昔日勝於今日？」因爲這樣的詰問不是出於智慧。智慧與家產都好，對看見天日的人都有益，因爲受智慧的庇蔭與受金錢的庇蔭無異；但認識智慧的好處，是在於智慧賦與智者生命。

你應觀察天主的作爲：祂所彎曲的，誰能使之再直？幸福之日你應歡樂，不幸之日你應思慮；幸與不幸都是天主所爲；其目的是爲使人不能察覺自己將來的事。在我虛度的歲月內，我看見了許多事：義人在正義中夭亡，惡人在邪惡中反而長壽，不要過於正義，也不要自作聰明，免得自趨滅亡。不要作惡無度，也不要糊塗

太甚，免得你死非其時。你的手最好把持這個，也不放棄那個，因為敬畏天主的人二者兼顧並重。智慧使智者的權勢勝過本城十個擁有權勢的人。世上沒有一個只行善，而不犯罪的義人。你不要傾心去聽人說的一切閒話，免得你聽到你的僕人詛咒你；因為你心裏知道，你許多次也詛咒過別人。這一切我都用智慧追究過；我宣稱我將成一個智者，然而智慧仍離我很遠。所有的事既深遠、又玄奧，誰能窮究？

我又專心致力於認識、考察事物，尋求智慧和事理，得知邪惡就是昏愚，昏愚就是狂妄。我發覺女人比死亡還苦，她一身是羅網；她的心是陷阱，她的手是鎖鏈；凡博得天主歡心的，必逃避她；但罪人却被她纏住。訓道者說：看哪，這是我所發現的，一一加以比較，以探知事物的

原理，對此我的心還在追求，但尚未找到：在一千個男人當中，我發現了一個；在所有的女人當中，却沒有發現一個。

對答詠

箴二〇，9；訓七，21；

若壹一，8，9

領：誰能說：我心是清潔的，沒有罪污？
答：世上沒有行善而從不作惡的人。

領：如果我們說：我們沒有罪，便是自欺。如果我們明認有罪，天主是信實的，祂必將寬恕我們。

答：世上沒：

誦讀二 選讀聖高隆院長的訓言

天主高深莫測

天主無所不在，無限無量，而且依照祂自己的作證，處處近在咫尺，祂說：「我是臨近的天主，不是遙遠的天主。」

我們所尋求的天主離我們不遠，如果我們堪當，祂便住在我們內。因為祂住在我們內，好像靈魂住在身體內一樣，唯一的條件就是，我們是祂健全的肢體，就是如果我們已死於罪惡。這時候祂便真實住在我們內，祂曾說：「我將住在他們內，並在他們中間行走。」如果我們堪當使祂住在我們內，我們便確實由祂獲得生命，成爲祂的生活肢體，如同保祿所說：「我們在祂內生活、行動和存在。」

我說誰能探測至高的天主，而能領悟祂那不可言喻、又無法理解的天主性呢？誰能測量天主的深邃？天主是無限的，祂充滿萬有並涵蓋萬有，深入萬有，並超越萬有，佔據萬有並逃避萬有；誰能自誇祂認識這樣的天主呢？「從來沒有人看見過天主的真面目。」因此，誰也不可妄想尋

求天主那無法探測的事理：性體如何？如何存在？爲何存在？這些都是無可言喻的，無從探究的，無法尋求的，你祇有謙誠地信，而且堅信：天主就是這樣的，而且將來也如此，如同祂從前一樣：因爲天主是永不改變的。

那麼天主是誰？父、子和聖神是一個天主。關於天主，你不要再多問了；因爲誰願了解這深邃的事理，必須先觀察一下大自然。因爲聖三的奧理，恰好比作深海，依照「智者」所說的：「淵淵其深，誰能測量呢？」如同海的深度，對人的視線來說，是不可見的；同樣，聖三的奧秘，對人的理性來說，也是無法理解的。所以我說，如果有人願意知道他該信什麼，他不要想，講論比相信使他了解的更多；因爲當你尋求有關天主性的知識時，

它比從前逃得更遠。

因此，你要追求這至高無上的知識，但不要以言詞的爭辯，而要以完善的生靈；不要以口舌，而要以信德，這信德是出於心靈的純樸，而不是出自博學而不敬主的揣測。如果你以討論尋求那不可名言的天主，「祂就比從前離你更遠」；如果你以信德去尋求，「智慧」便像從前一樣，「站在門口」，智慧在哪裏，它必會被人看到，至少看到一部分。當人以超乎理解的方式相信那不可見的天主時，他確實以某種程度接觸到智慧；因為天主雖然被純潔的心靈部分地看到，仍然該相信祂原來便是不可見的。

對答詠 詠三五，6-7；羅十一，33

頌：上主，祢的慈愛達於高天；祢的
真誠上徹霄漢。 答：祢的正義

有如高山；祢的公平有如深淵。

頌：天主的富饒、上智和知識、是多麼高深！祂的判斷是多麼不可測量。 答：祢的正：

結束禱詞 見常年主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀訓道篇 八，5-9，10

智者的安慰

遵守誠命的人不會遇到災禍；智者的心能辨認時機和審斷。的確，事事都有定時和定案；但重大的負擔仍壓在人身上，因為人不知道將來要發生什麼事，有誰能告訴他何時要發生？沒有人有權將生氣保留不失，也沒有人能支配死期；戰場上沒

有人能退役，邪惡不能拯救作惡的人。

我看見了這一切，專心研究在太陽下所作的一切事；有時統治人的人，自受其害；有時我看見惡人被抬去安葬，而行義的人却離開聖處，而在城中被人遺忘。這也是虛幻。因為懲惡的定案沒有迅速執行，世人因此充滿了行惡的偏向。惡人雖百次行惡，仍享長壽，姑且不論；我確實知道，那敬畏天主的人，因他們在天主前起敬起畏，必得幸福；而惡人必得不到幸福，他的時日如影，決不能久長，因為他不敬畏天主。在世上還有一件虛幻的事：就是義人所遭遇的，反如惡人所應得的；而惡人所遭遇的，反如義人所應得的；我便說：這也是虛幻。因此，我稱讚快樂，因為在太陽下人除了吃喝行樂外，別無幸福；因為這是在天主賞他在太陽下的一

生歲月內從他的勞苦中所獲得的幸福。當我專心追求智慧，觀察人在世上，連夜間白日都不能閉目安眠，所作的工作時，我面對天主的一切作為，發覺人決不能知道在太陽下所發生的一切事。人雖然努力研究，終歸無法得知；縱然有智者以為知道了，仍是一無所知。

我留心考察這一切，終於看出：義人、智者和他們的行為，都在天主手裏；是愛是恨，人不知道；二者都能來到他們身上。無論是義人，是惡人，是好人，是壞人，是潔淨的人，是不潔淨的人，是獻祭的人，是不獻祭的人，都有同樣的命運；更有甚者，世人的心都充滿邪惡，有生之日，心懷狂妄，以後與死者相聚的確，誰還同活人有聯繫，還懷有希望，因為一隻活狗勝過一隻死獅。活着的人至少

自知必死，而死了的人却一無所知；他們再得不到報酬，因為連他們的記念也被人遺忘了。他們的愛好，他們的憎恨，他們的熱誠，都已消失；在太陽下所發生的一切事，永遠再沒有他們的分。

你倒不如去快樂地大吃，開懷暢飲，

因為天主早已嘉納你所作的工作。你的衣服常要潔白，你頭上不要缺少香液。在天主賜你在太陽下的一生虛幻歲月中，同你的愛妻共享人生之樂：這原是你太阳光下，一生從勞苦中所應得的一分。你手能做什么，就努力去做，因為在你所要去的陰府內，沒有工作，沒有計劃，沒有學問，沒有智慧。

對答詠 格前二，9-10；訓八，17

領：天主為愛祂的人所準備的、是眼所未見，耳所未聞，人心所未曾

想到的。 答：天主藉聖神將這一切啓示給我們了，因為祂洞悉一切，連天主的深奧事理、祂也洞悉。

領：天主一切作為的奧秘，凡人不能

知曉的理由。 答：天主藉：

誦讀二 選讀阿格利主教聖國瑞

訓道篇註釋

我靈因上主而歡躍

「來快樂的吃飯，開懷暢飲吧！因為天主已經嘉許你的工作。你的衣服常要潔白，你的頭上不要缺少香液。」

如果我們願意按照明顯而通俗的意義、解釋這句話，我們有理由說，這是一項合理的勸告：訓道者勸告我們要採取純樸的生活方式，並遵循對天主懷有真誠信德的教訓，這樣，我們便能快樂的吃飯，

並開懷暢飲。他也勸告我們不要陷於邪惡的言語中，並避免涉及不正的行爲。相反地，我們常該思想合理的事，並該盡力以慈善和慷慨之心，接濟貧困：就是說，我們該致力於天主所嘉許的工作和行爲。

然而這段經文的靈性解釋將我們帶領到更深一層的認知，並且教導我們想到天上的和奧妙的食糧，就是自天而降，並把生命帶給世界的食糧；又教導我們歡心暢飲精神的酒，就是在真葡萄樹受難時，從祂肋旁流出來的酒。我們救恩的福音，關於這事曾說：「耶穌拿起餅來，祝福了，對祂的聖門徒和使徒說：『你們拿去吃吧！這是我的身體，將爲你們而粉粹，以得罪赦。』」祂又拿起杯來，說道：『你們都從其中喝吧！這是新約的血，將爲你們和衆人傾流，以赦免罪惡。』」的確，誰

吃這餅，喝這奧秘的酒，實在歡欣雀躍，也能高呼道：「祢恩賜我們滿心歡樂。」

更進一步，依我看來，我們的救主基督、天主永存的智慧，把另一個意義給與箴言中所說的這餅和酒，就是祂說的「你們來吃我的餅，喝我爲你們所調配的酒吧！」這句話中的餅酒；這句話是指的，我們以聖事的方式分享聖言。那些堪當分享聖言的人應時常穿著潔白的衣服，就是說他們光明磊落的行爲應時常如同光明般的閃耀，如主在福音中所說的：「你們的光該在人前照耀，好使你們的善行，光榮你們的天父。」還有那時常從他們頭上流下的油，是指的眞理的聖神，祂要保護他，不受任何罪惡的侵害。

對答詠

詠十五，8-9，5

領：上主在我身邊，我決不動搖。

答：因此我心裏高興，我五內喜歡。

領：上主，祢是我的產業，是我的杯

爵。 答：因此……

結束禱詞 見常年主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀訓道篇

十一，7-12，14

論老年的格言

光明實在可愛，看見太陽實在令眼舒暢。人無論活了多大年紀，儘可享受各種福樂；但他應想到黑暗的日子還多，所發生的事盡屬虛幻。少年人，在你青春時應歡樂；在你少壯的時日，應心神愉快；隨

你心所欲、你眼所悅的去作，但應知道：天主必要就你所作的一切審判你。掃除你心中的煩惱，驅除你身上的痛苦，因為青春和少年都是虛幻。

在你年輕的時日，在災禍的日子來到之前，即在你所說的那些「沒有歡樂」的日子來到之前，你該記念你的造主；不要等到太陽、光體、月亮、星辰失光，雨後雲彩再來；因為那時，看門者戰慄，大力士屈伏，推磨的婦女因為少而停工，眺望窗外的女人面目昏黑，兩扇街門將要關閉，磨聲低微，雀鳥息聲，歌女低吟，怕上高處，行路危險，杏子被棄，蛇蟻被嫌，續隨子失去效力，因為人要回永久的家鄉，哀悼的人徘徊街頭；那時銀鏈將斷，金燈將碎，水罐將破於泉旁，輪子將爛於井邊，灰塵將歸於原來的土中，生命的氣

息將歸於天主，因為原是天主之所賜。訓道者說：虛而又虛，萬事皆虛。

訓道者不但是智者，而且教人獲得知識，在沈思推究之後，編撰了許多格言。訓道者用心尋找適當的語句，忠誠地寫下了真理之言。智者的話好似錐子；收集起的言論集好像釘牢的釘子；二者都是一位牧者所賜。除此之外，我兒，不必再找別的書籍，書不論寫多少，總沒有止境；用功過度，必使身體疲倦。

總而言之：「你應敬畏天主，遵守祂的誠命，因為這是眾人的義務。」因為天主對一切行為，連最隱密的，不論好壞，都要一一審判。

對答詠

詠七十，17，9；

參閱詠十五，11

領：天主，遠自我幼年時，祢已教導了我，直到今天，我仍宣揚祢的奇事。 答：在我年老時，求祢不要把我拋棄。

領：在祢面前才有圓滿的喜悅；在祢身邊才有永遠的福樂。

答：在我年……

誦讀一 選讀阿格利主教聖國瑞訓道篇

註釋

你們要接近上主，接受光照

訓道者說：「這光是溫柔的」，我們注視這可見的太陽，實在是一件賞心悅目的美事。因為如果沒有光，這世界便失去它的美麗，生命便喪失了活力。因此瞻仰過天主的梅瑟說：「天主看見了光，就說光是美好的。」我們要想到那「來到世界，光照世人的」、偉大、真實而永恆的

光明，就是造世和贖世的基督。祂成了人，降到人性最卑賤的境界。先知達味論到祂說：「你們要向上主高歌，讚頌祂的名；祂乘車走向西方，你們要爲祂修築道路；祂的名字叫上主，你們要在祂面前載歌載舞。」

訓道者稱光是溫柔的，並預言如果我們親眼看見那榮耀的太陽確是一件美事；這太陽就是降生成人的那位，祂說：「我是世界的光；誰跟隨我，便不在黑暗中行走，却要得到生命的光。」又說：「這就是審判：因爲光進入了世界。」這樣，祂藉助那我們以肉眼所看到的陽光，預告那精神的太陽、「義德的太陽」。祂對於那些有幸作祂門徒的人確實是甘飴的；他們受到祂的教導，並且親眼看到祂生活在人間，好像看見任何常人一樣，但祂並不是

任何一個常人，因爲祂是真天主；因此祂使瞎子看見，跛子行走，聾子聽見；祂使染癩病的人潔淨，一個命令便使死人復活。

然而，現在我們以神目注視祂，並瞻仰祂那不可探測的天主性的美麗，依然是極甘美的。於是，由於這種共融和分享，人靈便會受到光照及裝飾，便會充滿精神的喜樂，並穿上聖德，獲得聰敏之恩；最後我們將充滿天主的喜樂，這喜樂將在今生的歲月中持續不斷。這位聰明的訓道者也指出了這一點，他說：「如果一個人得享高壽，他將在所有的歲月中歡樂。」因爲義德的太陽，爲注視他的人、是一切喜樂的泉源。先知達味論及這樣的人說：「讓他們在天主面前雀躍；讓他們歡欣鼓舞。」又說：「義人們，請向上主踴躍歡呼；正直的人理當讚美上主。」

對答詠 詠三三，4，6；哥一，12 / 13

領：請你們同我一起讚揚上主；讓我們齊聲頌揚祂的名號。 答：你們瞻仰祂，要喜形於色；你們的面容絕不會滿面羞愧。

領：我們感謝那使我們有資格，在光明中分享聖徒福分的天父，因為祂從黑暗的權勢下，救出了我們。

答：你們瞻……

結束禱詞 見常年主日

第八主日

聖詠集第四週

第一晚禱

謝主曲對經：你們首先要追求的、是天主的國和它的正義，其他的一切，天主自然會賜給你們。

結束禱詞 見晨禱

誦 讀

誦讀一 恭讀約伯傳 一，1 / 22

約伯喪失財產

從前在胡茲地方，有一個人名叫約伯，爲人十全十美，生性正直，敬畏天主，遠離邪惡。他有七個兒子，三個女兒。家畜有七千隻羊，三千駱駝，五百對牛，五百母驢，還有很多僕人。他是當時東方人中最偉大的人物。他每一個兒子，按日輪流在家中設宴，並且派人邀請他們的三個姊妹來一同宴飲。宴飲的日子輪流了一週後，約伯總是派人召集他們前來聖潔他們，他清早起來照子女的數目，獻上全燔祭品說：「恐怕我的兒子犯了罪，心中詛咒了天主。」約伯常常如此行事。

有一天，天主的衆子都前來侍立在上主面前，撒殫也夾在他們當中。上主問撒殫說：「你從那裏來？」撒殫回答上主說：「我走遍了世界，周遊了各地回來。」上主對撒殫說：「你會留心注意到我的僕人約伯嗎？因爲世上沒有一個人像他那樣十全十美，生性正直，敬畏天主，遠避邪惡。」撒殫回答上主說：「難道約伯是無緣無故敬畏天主的嗎？祢不是四面保護他、他的家庭和他所有的一切嗎？並且凡是親手做的，祢都祝福了；祢使他的牲畜在地上繁殖。但是祢若伸手打擊他所有的一切，他必定當面詛咒祢。」上主對撒殫說：「他所有的一切，都隨你處理，只是不要伸手加害他的身體。」撒殫就離開天主走了。

有一天，他的兒子同他的女兒正在長

兄家裏歡宴飲酒的時候，有一個報信的人跑來向約伯說：「牛正在耕田，母驢在一旁吃草的時候，舍巴人突然闖來搶走了牲口，用刀殺了那些僕人，只有我一個人逃脫，來向你報告。」這個人還在報告時，另外一個人跑來說：「天主的火從天降下，燒死了羊羣和僕人，只有我一個人逃脫來向你報告。」這個人還在報告時，另外一個人跑來說：「加色丁人分成三隊闖入駱駝羣，搶走了駱駝，用刀殺了僕人，只有我一個人逃脫，來向你報告。」這個人還在報告時，另外一個人跑來說：「你的兒女正在長兄家宴飲的時候，忽然從曠野那邊吹來一陣颶風，颳倒了房屋的四角，壓死了你的孩子，只有我一個人倖免，來向你報告。」約伯就起來，撕裂了外氅，剃去頭髮，俯伏在地叩拜說：「我

赤身脫離母胎，也要赤身歸去；上主賞賜的，上主收回。願上主的名受讚美！」就這一切事而論，約伯並沒有犯罪，也沒有說抱怨天主的話。

對答詠

約二，10；一，21

領：難道我們只從天主那裏接受恩惠，而不接受災禍嗎？ 答：上主賞賜的，上主收回；願上主的名受讚美！

領：我赤身脫離母胎，也要赤身歸去。

答：上主賞……

誦讀二 選讀聖大國瑞教宗，約伯傳註釋

誠樸正直，敬畏天主

有些頭腦簡單的人，竟然不知道正直是什麼。可是，這些人越不修正直的德行，就越遠離樸實之德的純潔；因為當他們不知如何以正直的生活指導行為時，便

決不能保持天真無邪的純潔。

因此，使徒保祿勸告弟子說：「我願你們在善事上要明智，在惡事上要清白無瑕。」他又說：「你們在思想上不要做小孩子，在惡事上却要做嬰兒。」

所以，「真理」親自命令門徒說：「你們要像蛇一樣機警，像鴿子一樣純潔。」祂在命令中故意把這二者連結在一起：是要以蛇的狡猾訓練鴿子的純潔，也要以鴿子的純樸節制蛇的狡猾。

因此聖神將祂的臨在指示給人時，不僅借鴿子的形像，也借火的形狀：鴿子的形像表示純潔，火的形狀表示熱忱。祂借鴿子和火的形狀而顯現：因為凡是充滿聖神的人，便為純樸之德的溫良所屈服，但為了責斥罪人的罪過，却燃燒起正直之德的熱忱。

「他誠樸而正直，敬畏天主，遠離邪惡。」無論誰若渴望永遠的天鄉，無疑地，會度一個正直而純樸的生活：就是說，他的行為純樸，信仰正直；他在此下土所作的善事上是誠樸的，面對他內心所注意到的最高理想，他是正直的。因為有些人，在他們所作的善事上並不是誠樸的，因為他們所追求的不是內在的酬報，而是外在的稱讚。因此某一智者說的很對：「徘徊於兩條路上的罪人是有禍的」，便是說，在行為上他好像在作天主的事，但在思想裏却尋求世俗的酬報。

「他敬畏天主又遠離邪惡」，說得好！因為被選者所組成的聖教會，確實以敬畏開始邁上誠樸和正直的道路，却以愛德而完成旅途。當他由於愛天主、開始永不再犯罪時，他便完全脫離了邪惡。若是他仍

然因怕情而行善，他便還沒有完全脫離邪惡；因為他是藉願望而在犯罪：如果不受罰，他就願意犯罪，便是犯了罪。

所以當聖經說約伯敬畏天主，同時也遠離邪惡，說的很好；因為先有敬畏，愛德緊隨於後，那仍留在思想中的罪過，便被心中的不犯罪的意向踐踏在腳下。

對答詠

希一三，21；加下一，4

領：願天主在一切善事上成全你們，使你們遵行祂的旨意； 答：藉著耶穌基督在你們內完成祂所喜悅的事。

領：願祂開啓你們的心，了解祂的法律和誠命。 答：藉著耶……

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚主曲對經：沒有人將新酒裝進舊酒囊裏，

新酒一定要裝在新酒囊裏。

結束禱詞

上主，但願世局的演變，都遵照祢正義與和平的計劃邁進；並使祢的教會不受任何干擾，常能歡欣鼓舞的侍奉祢。

第二一晚禱

謝主曲對經：好樹不能結出惡果，壞樹也不能結出善果。

常年期第八週

星期 一

誦 讀

誦讀 一 恭讀約伯傳

二，1 ~ 13

約伯生瘡，朋友來訪

又有一天，天主的衆子都前來侍立在上主面前，撒殫也夾在他們當中，侍立在上主面前。上主對撒殫說：「你從那裏來？」撒殫回答上主說：「我走遍了世界，周遊了各地回來。」上主對撒殫說：「你會留心注意到我的僕人約伯嗎？世上沒有一個人像你那樣十全十美，生性正直，敬畏天主，遠避邪惡的。你雖然激動我加害他，無端使他傾家蕩產，但他依然自持完善。」撒殫回答上主說：「那只不過是以皮換皮罷了！人都肯捨棄所有，去保全自己的性命。但是，祢若伸手打擊他的骨和肉，他必定當面詛咒你。」上主對撒殫說：「隨你怎樣處置他，但要保全他的性命。」撒殫從上主那裏出來，就使約伯從腳根到頭頂都生了毒瘡。約伯坐在

灰土堆中，用瓦片刮身體。

他的妻子對他說：「你還保持你的完善嗎？你倒不如詛咒天主，死了算了！」

約伯對她說：「你說這話，真像一個糊塗女人！難道我們只從天主那裏接受恩惠，而不接受災禍嗎？」就這一切事而論，約伯沒有犯失言的過錯。

約伯的三位朋友特曼人厄里法次、叔亞人彼耳達得、納阿瑪人左法爾聽說他遭遇了災禍，就各從本地起程，來到一起，前去慰問他、勸勉他，他們從遠處舉目一望，已經認不出他來，就放聲大哭，撕破了外衣，把灰揚起，落在自己頭上。於是他們同他在灰土中坐了七天七夜，因為看見他受苦太大，沒有人敢對他說一句話。

對答詠

詠三七，2，3，4，12

領：上主，不要在祢的震怒中責罰

我；因為祢的箭射中了我。

答：因了祢的盛怒，我已體無完膚。

領：我遭難時，我的朋友、我的近人都遠離了我。 答：因了祢……

誦讀二 選讀聖大國瑞教宗，約伯傳註釋

我們從天主手中接受恩惠，為何不接受災禍？

聖保祿看到自己身上內在智慧的裕，又看到外在的可朽的身體時，道：「我們是在瓦器中存放著這寶藏。」在真福約伯身上，這瓦器雖在身體上患了潰爛的毒瘡，但是他內在的寶藏却保持完整。因為他雖因生瘡而皮肉破裂，但是從他智慧的寶藏却不斷流露出神聖的訓言，說道：「我們從天主手中接受恩惠，為何不接受災禍呢？」所謂恩惠便是天主所賜

的現世或永遠的恩惠；而所謂災禍，是指現世責罰，關於這事，上主藉先知說：「我是上主，沒有另一個；我造了光明，也造了黑暗；我造了和平，也造了災禍。」

「我造了光明，也造了黑暗」，因為由於外來的考驗而造成痛苦的黑暗時，內心却藉知識點亮了靈魂之光。「我造了和平，也造了災禍」，因為，當人妄貪天主合理所造的造物時，這事物就變成鞭責我們的災禍，這時候，與天主之間的和平才得恢復。我們因罪惡而與天主失和，所以理應藉鞭責與天主重修舊好；這樣當天主所造的每一事物、變成我們的痛苦時，被糾正者的心靈便會謙卑的與造物主重新和好。

但我們要特別注意的是：約伯運用何等技巧的話、來反駁他妻子的說服，他

說：「既然我們從天主手中接受恩惠，爲何不接受災禍呢？」的確，當我們忍受逆境時，回憶起造物主的恩惠，實在是我們困境中的最大安慰。如果心靈趕快想到那能慰藉我們的恩惠，痛苦的事物便決不能使我們沮喪。因此經上記載說：「在順遂的日子，你不要忘記不幸；在不幸的時候，也不要忘記順境。」

因爲一個人接受了恩惠，而同時對天主的鞭責毫不怕懼，則必因過度自喜而跌倒。或者，一個人受鞭責時，不知思想天主所賜的恩惠而安慰自己，必然因極端的失望而失去心靈的平衡。

所以，這兩種態度該聯繫在一起，彼此扶助。因爲記起天主的恩惠，會減輕鞭責的痛苦；而想起刑罰和懼怕刑罰，可以節制蒙恩的喜樂。因此約伯這位聖人在忍

受痛苦時，回憶起天主的恩惠，以安撫心靈的創傷，說道：「我們從天主手裏接受恩惠，爲何不接受災禍呢？」

對答詠

約二，10；一，21-22

領：我們既然從天主手中領取恩惠，爲何不接受災禍呢？ 答：上主賞賜的，上主收回；願上主的名永受讚美！

領：在這一件事上，約伯並沒有犯失言的過錯、得罪天主。

答：上主賞……

結束禱詞 見常年主日

星期二

誦 讀

誦讀一

恭讀約伯傳

三，1-26

約伯的哀訴

約伯開口詛咒自己的生日說道：「願我誕生的那一天消逝，願報告『懷了男胎』的那一夜滅亡。願那一天成爲黑暗，願天主不再從上面尋覓它，再沒有光燭照它。願黑暗和陰影玷污它，濃雲遮蓋它，失光白晝的晦暗驚嚇它。願那一夜常爲黑暗所制，不讓它列入年歲中，不讓它算在月分裏。願那一夜孤寂焚獨，毫無歡呼之聲。願那詛咒白日者，以法術招喚海怪者，前來詛咒那一夜。願晨星昏暗，期待光明而光明不來，也不見晨光熹微，因爲它沒有關閉我母胎之門，遮住我眼前的愁苦。

我爲何一出母胎沒有立即死去呢？爲何我一離母腹沒有斷氣呢？爲何兩膝接住我？爲何兩乳哺養我？不然，現在我早已臥下安睡了，早已永眠獲得安息了，與那

些爲自己建築陵墓的國王和百官，與那些金銀滿堂的王侯同眠；或者像隱沒的流產兒，像未見光明的嬰孩；在那裏惡人停止作亂，在那裏勞瘁者得享安寧；囚徒相安無事，再不聞督工的喝斥聲；在那裏大小平等，奴隸脫離主人。

爲何賜不幸者以光明，賜心中憂苦者以生命？這些人渴望死，而死不來；尋求死亡勝於寶藏，見了墳墓，感到高興，且歡樂到極點！人的道路既如此渺茫，天主爲何賜給他生命，又把他包圍？歎息成了我的食物，不停的哀歎有如流水。我所畏懼的，偏偏臨於我身；我所害怕的，却迎面而來。我沒有安寧，也沒有平靜，得不到休息，而只有煩惱。

對答詠

約三，24-26；六，13

頌：嘆息成了我的食物，不停的哀嘆

有如流水；我所畏懼的，偏偏臨於我身；我所害怕的，却迎面而來。 答：上主，祢的忿怒臨於我身。

頌：看哪！在我之內，找不到任何援助；任何扶助都已遠離了我。

答：上主，祢……

誦讀二 選讀聖思定懺悔錄 十1-2

主，我的真面目已顯示給祢了

主，祢認識我，願我認識祢。願我認識祢，「如同我被祢所認識」一樣。祢是我靈魂的力量，請祢進入我的靈魂並加以點綴，使它「沒有污點，也沒有皺紋」，而使你擁有它並佔有它。這是我的希望，所以我才敢說話；當我該喜樂時，就是這希望使我喜樂。至於此生的其他事物，越不值得哭的，我們就越爲它們哭；它們越值得

悲傷，或許我們越少為它們悲傷。「因為你愛真理」，因此「履行真理的人，便趨向光明」。我願當着你的面在我心中藉此懺悔履行這真理，並在許多證人面前以文字來表明。

主啊，人類良心的最深處，在祢眼前都暴露無遺，那麼，我心中任何隱密，還有什麼不能向祢承認的呢？因為我寧願把祢在我面前隱藏起來，而不願把我在祢面前隱藏。現在呢，我的哀嘆證明，我對自己也不滿意，為此祢就光照我，並使我喜歡祢，愛慕祢並渴望祢，致使我自感慚愧，並捨棄我自己而選擇祢，除了在祢內，我不會取悅於祢，也不會取悅於我自己。

主啊，我的真面目已經顯示給祢了；我也說過，我向祢坦白有何益處。因為我作這事，不是利用身體的言語和呼聲，而

是用靈魂的言語和思想的呼聲，這是祢的耳朵所了解的。我如果是壞人，那麼向祢坦白，無非是使我難堪；如果我是好人，向祢坦白，無非是不要把這善歸於我：「主啊，因為祢降福義人」，但是祢先「使惡人成為義人」。我的天主，因此，我在祢面前的坦白是默默進行的，又不是默默的：因為它無聲無息，却又在我心中高呼。

主啊，是祢判斷我，因為「除了在人的神外，誰能知道人的事呢？」雖然如此，人的某些事却是在人內的神所不知道的；主啊，祢知道人的一切，因為是祢造了人。至於我，雖然我在祢面前自謙自卑並自視如灰土，然而，我知道有關祢的一些事，這是我有關於自己所不知的。

的確，「現在我們是對着鏡子觀看，模糊不清，還沒有面對面的觀看」；因此

我在離開祢旅行時，我便更臨近我而遠離祢；可是，我也知道，祢總不會受到侵犯；而我却不知道能抵抗哪些誘惑，或不能抵抗哪些誘惑。可是我有一個希望：因為「祢是信實的，祢不容許我們受誘惑，超出我們所能承擔的，而且在受誘惑時，必定開一條出路，使我們能忍受得住。」

因此，我將坦白關於我自己我所知道和我所不知道的。因為關於我自己我所知道的，是由於祢的光照；關於我自己我所不知道的，我繼續不知道，直到我的黑暗，在祢面前如日中天為止。

對答詠

詠一三八，1，2，7

領：上主，祢洞察我，認清我。

答：祢在遠處也透澈我的心思。

領：我到何處，才能躲開祢的神能？

我到哪裏，方能逃避祢的面容？
答：祢在遠……

結束禱詞 見常年主日

星期三

誦 讀

誦讀一 恭讀約伯傳 七，1-25

約伯因人生愁苦，而呼求天主

約伯說：人生在世便是服兵役，人的歲月像傭工的時日。有如奴工切望陰涼，傭工期待工資；同樣，我也只有承受失意的歲月，為我注定的苦痛長夜。我睡眠時說：「何時天亮？」我起來時又說：「黑夜何時到？」我整夜輾轉反側，我的肉身以蛆蟲和泥皮為衣，我的皮膚破裂流膿。我的日月雖速於織梭，因無望而中斷。

請你記住：我的生命無非像一口氣，我的眼再也見不到幸福。注目於我的，再也見不到我；你的眼睛看我時，我已不在了。他去了，好像雲消霧散；下到陰府的，再也不得上來，不再回家，本鄉也不認識他。因此，我不能再閉口不言，我要吐露我心靈的憂愁，陳述我靈魂的苦楚。

我豈是海洋或海怪？你竟派警衛把守我。我若想：「我的床榻會寬慰我，我的臥舖會減輕我的痛苦。」你就以噩夢擾亂我，以異像驚嚇我。我的心靈寧願窒息，寧死不願受此苦痛。我已筋疲力盡，活不下去。任憑我去罷！因為我的日月僅是一口氣。人算什麼，你竟如此顯揚他，將他置諸心頭，天天早晨看護他，時刻不斷考察他？你到何時纔不注視我，讓我輕鬆咽

一口唾沫？監察人者啊！我犯罪與你何干？爲何使我當你的箭靶，使我成爲你的重擔？爲何你不肯容忍我的過錯，寬赦我的罪惡？不久我將臥在塵土中，任你尋找我，我已不在了。

對答詠

約七，5，7，6

領：我的肉身以蛆蟲和泥皮爲衣，我的皮膚破裂流膿。 答：請禱

記住：我的生命無非像一口氣。

領：我的日月速於織梭，因無望而中

斷。 答：請禱記……

誦讀二 續讀聖思定懺悔錄 十 26 ~ 29

我的全部希望在於禱的大慈大悲

我在哪裏找到了禱，而認識了禱呢？

因爲在我認識禱之前，我的記憶裏還沒有禱。除非在禱內並超乎我，我還能從何處找到禱，而認識禱呢？沒有一處地方，我

們接近祢或遠離祢並不涉及任何地方。祢是真理，無所不在，祢到處答覆詢問祢的人們，並同時答覆所有詢問不同問題的人。

祢的答覆是清晰的，然而並非所有的人都聽的清楚。罪人都詢問他們所願問的，却不會常常聆聽他們所願意聽的答覆。祢最好的僕人是這樣的，他不大關心他所願意從祢那裏聽到的話，而更關心祢願意他從祢那裏聆聽的話。

我愛祢太晚了！祢這萬古常新的美，我愛祢太晚了！請看，祢曾在我內，而我却在外邊，並在外邊尋找祢。醜陋的我投身在祢所造的這些美物中。祢曾和我在一起，我却沒有和祢在一起。那些受造物使我遠離祢，如果它們不在祢內，就絕不會存在。祢呼喚過我，也高喊過並開啓我的耳聾。祢曾放出光芒，照耀過我，驅逐了我的

眼睛。祢曾散發芬芳，我聞到了，我現在渴望祢。我嘗到了祢，現在我愛祢如飢似渴。祢觸摸了我，我切望祢的和平而心熱如焚。

當我整個與祢結合之後，我再沒有痛苦和疲勞；我的生命將富有活力，完全充滿了祢。現在，因為祢充滿一個人時，祢也減輕他的負擔；而我因為還沒有充滿祢，是我自己的一個重擔。我所應哭泣的今世之喜樂與我所應慶幸的今世之憂傷互相衝突，我不知道勝利屬於哪一方。

主啊，我是有禍的，可憐我吧！我那些不對的憂傷，與我那正當的喜樂互相衝突，我不知道勝利屬於哪一方。主啊！我是有禍的，可憐我吧！我是有禍的！請看，我不想掩飾我的創傷；祢是醫生，我是病人；祢是仁慈的，我是可憐蟲！

難道「人生在世，不是一項考驗嗎？」

誰願意有煩惱和困難呢？祢命令我們忍受，而不是愛它們。誰也不會去愛那他所忍受的——即使他可能愛這忍受的行為本身。因為即使有人喜歡忍受，他也寧願沒有什麼要忍受的。在逆境中，我渴望順境；在順境中，我畏懼逆境。在這兩極端之間，是否有一中間地帶，人生在哪裏不是一項考驗呢？世俗的順境中難免一而再地發生災禍；對逆境的畏懼，歡樂的消失；世俗的逆境也是一而再、再而三的災禍；對順境的渴望，逆境本身的難以忍受，並害怕痛苦會使之滅頂。難道「人生在世，不是一項不斷的考驗嗎？」

我的全部希望只在於祢的大慈大悲。

對答詠

領：主，我愛祢太晚了。祢是萬古常

新的「美」，我愛祢太晚了。

答：祢呼喚過我，高喊過我，並開啓了我的耳聾。

領：人子來，是為尋找並拯救那喪亡的人。 答：祢呼喚……

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦 讀

誦讀一 恭讀約伯傳 十一，1 / 20

左法爾說明與論

納阿瑪人左法爾發言道：難道喋喋不休，就不需要答覆？難道多嘴多舌的人，就證明有理？你的空談，豈能叫人緘默？你如此謾罵，難道無人使你羞愧？你說過：「我的品行是純潔的，我在你眼中是

清白的。」但願天主講話，開口答覆你！將智慧的祕密，——就是那難以理解的事——啓示給你，那麼你便知道，天主還忽略了你的一些罪過。

你豈能探究天主的奧祕，或洞悉全能者的完美？完美高於諸天，你能作什麼？深於陰府，你能知道什麼？其量長過大地，濶於海洋。天主若經過，誰能扣留祂？祂若下了逮捕令，誰能阻擋祂？祂洞悉人的虛偽，明察人的罪行，且無不注意。如此，愚蠢者纔可獲得智慧，野性的驢駒纔能變爲馴良。

你若居心正直，向祂伸開你的雙手；你若將手中的罪惡除去，不容不義留在你帳幕內；那麼你定能仰首無愧，站立穩定，一無所懼；你必能忘却痛苦，縱然想起，也必似水流去；你的壽命如日中之光華，

縱有陰暗，仍如晨曦。因有希望，你纔感覺安全；因有保護，你纔坦然躺臥；你躺臥，無人敢來擾亂你，反而有許多來奉承你。然而惡人的眼必要昏花，他們安身之所必全毀壞，他們的希望只在吐出最後的一口氣。

對答詠

格後四，8~9，10

領：我們遭受了種種磨難，却没有被困住；走投無路，却没有絕望；

答：被人迫害，却没有被捨棄。

領：身上時常帶著耶穌的死，爲使耶穌的生活、也彰顯在我們身上。

答：被人迫……

誦讀二

選讀聖大國瑞教宗約伯傳註釋

上主的法律是多重的

天主的法律在這裏，除了該解釋爲愛德之外，還能有其他意義嗎？由於愛德，

我們便可在內心學習，如何將生命的誠命踐諸實行。關於這條法律，「真理」之聲說：「這是我的誠命，你們該彼此相親相愛。」關於愛德，保祿說：「愛是法律的滿全」。他又說：「你們要互相分擔各人的重擔，這樣你們就滿了基督的法律。」基督的法律，還有比解釋為愛更適當的嗎？當我們由於愛德擔負弟兄們的重擔時，我們便真實的滿全了祂的法律。

然而，這同一的法律稱為多重的，因為愛德顧慮周到，而伸展到所有的德行。它固然從兩條誠命開始，却伸展到無數的誠命。

保祿適當的計算這條法律的多重性，說道：「愛是堅忍的，是慈祥的，愛不嫉妬，不自誇，不張狂，不作失禮的事，愛不貪婪，不求自己的好處，不動怒，不思

念惡事，不喜歡不義，只喜歡真理。」

是的，愛德是「堅忍的」，因為它心平氣和的忍受加與它的災禍。愛是「慈祥的」，因為它慷慨的以德報怨。「愛不嫉妬」，因為它不貪求現世的任何事物，便不會嫉妬俗世的成功。「愛不自誇」，因為它既然切望內在的獎賞，便不會因外在的財富而誇耀。「愛不作失禮的事」，因為它的唯一對象是愛主愛人，凡是違反正直之道的事，它一無所知。

「愛不貪婪」，因為它心內熱愛它自己的一切，便絕不會貪求外在屬於他人的一切。「愛不求自己的好處」，因為它不重視它在今世所擁有的一切暫時事物，好像它們是屬於他人的，因為它明瞭除了那永遠和它在一起的事物，才是屬於它的。「愛不動怒」，因為它受到凌辱時，不會

激起任何報復的意念，却期望身後爲它的辛勞得到更大的獎勵。「愛不思念惡事」，因爲它的純潔的愛堅固內心，拔除了一切仇恨的根子，便不會在心中存留任何能污染的事物。

「愛不喜歡不義」，因爲它只以愛對待衆人，便不會因反對他的人喪亡而幸災樂禍。「愛只喜歡真理」，因爲它愛人如己，它在別人身上所看到的善事便視爲個人的進步，因而滿心喜歡。因此，天主的這條條件是多重性的。

對答詠

羅十三，8，10；迦五，14

領：除了彼此相愛外，你們不可再欠人什麼，因爲誰愛別人，就滿全了法律。 答：愛就是法律的滿全。

領：一切法律都包括在這句話裏：「你要愛人如己。」 答：愛就是：結束禱詞 見常年主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀約伯傳 十二，1-25

天主的主權超越人的智慧

約伯回答說：的確，只有你們是有知識的子民，那麼，你們一死，智慧也與你們一同喪亡！其實，我和你們有同樣的心理，我並不亞於你們！誰不知道這些事？我這呼籲天主而蒙應允的人，却被他的友人所嘲笑，無辜的義人却成了笑柄。幸運的人心想：遭難的人應受蔑視，失足的人應再予以打擊。但是，強盜的帳幕竟能安全，

觸怒天主的人，以勢力為神的人却享平安。請你詢問走獸，牠們也會開導你；你詢問天上的飛鳥，牠們也會告訴你；地上的爬蟲也會教訓你，海中的魚類也會給你說明。牠們中間有誰不知道：是天主的手創造了這一切？因為一切活物的生魂，一切血肉之人的靈魂，都握在祂手中。

耳朵不是為明辨言語，口腔不是為品嚐食物嗎？白髮老人是有智慧的，年紀大的人是有見識的；但是智慧和能力都在天主內，智慧和見識是天主所有。祂若拆毀，人不能重建；祂若拘禁，人不得開釋。祂若制水，水便乾涸；祂若放水，水便沖毀大地。力量與才能，為祂所有；受騙者與騙人者，都屬於祂。祂使謀士糊塗，使法官愚蠢；祂解除君王所繫的玉帶，將繩索捆在他們的腰間；他使祭司赤

足而行，推倒掌握大權者；奪去忠貞者的辯才，剝去老年人的理智；使貴人備受侮辱，使勇士的腰帶鬆弛；使隱密的事由暗處彰顯，使黑暗進入光明；使邦國興起而又滅亡，使民族強大而又消散；剝去國君的理智，使他們漂泊在無路的荒野中，在無光的黑暗中摸索，踉蹌猶如醉漢。

對答詠

約十二，13，14；二三，13

領：智慧和能力都在天主內；智慧與見識是天主所有。 答：祂若拆毀，人不能重建；祂若拘禁，人不得開釋。

領：祂所決定的，誰也不能變更；祂所樂意的，必要實行。

答：祂若拆……

誦讀二

選讀聖大國瑞教宗約伯傳註釋

「誰像我一樣被朋友所嘲笑時，要呼籲天主，天主必將垂聽他。」脆弱的心靈往往因善行而受到他人的讚譽時，就醉心於外在的歡樂，把內心所企望的置諸腦後，並完全願意置身於他所聽到的外在事物之中。他所喜歡的是人人稱他有福，而非自己實際有福。由於他企圖他人的稱讚，便放棄了他所開始的工作。他爲了那似乎使他因天主而受到的讚美，便與天主遠離。

可是有時候，人靈恒心不斷行善，却遭受他人的嘲笑；他作了令人驚奇的事，反而受到凌辱；他能夠因他人的讚美而走出，却受辱而被迫回到他自己內。他在外邊越不能找到安息之所，他便越將自己更堅強的建築在天主內。因爲他全部的希望

就在於造物主。身在嘲笑之中，祇有懇求內心的見證。人受苦時越遠離他人的重視與支持，便越接近天主。因此他熱切的祈禱，在來自外面的壓迫下，他更淨化自己，以便更深入地領悟內心的事理。

因此，經上說得好：「誰像我一樣被朋友所嘲笑時，要呼籲天主，天主必將垂聽他。」因爲當惡人責斥善人的靈魂時，便指示給善人：應尋找誰來作他們行爲的見證。當善人的靈魂被打擊而在祈禱中尋找支持的力量時，便在內心與天主的慈善相結合：天主垂聽他，因爲他被剝奪了身外的人的稱讚。

但是要注意「像我一樣」這插句是多麼思想周到。因爲有些人，受到他人譏笑的壓迫，但是天主却不垂聽他們。因爲他們是因犯罪而受人譏笑，顯然地，這種譏

笑，絕不能使他們立功勞。

「因為義人的誠樸受了譏笑。」世俗的明智是以陰謀遮蓋內心，以言語掩飾感受，以假亂真，指真為假。

相反的，義人的明智並不以外表作偽飾，而以言語顯示內心的感受；恰如其分的愛真理，避免虛偽；行善而不求報；寧願忍受災禍，而不傷害他人；受人凌辱，而不求報復；將為真理而受辱視作受益。然而就是義人的這種誠樸受人譏笑，因為此世的智者視誠樸之德為愚蠢。一切無瑕的行爲，都毫無疑問地被他們視爲荒唐；凡是真理所稱許的行爲，對血肉的智慧來說，都是愚蠢。

對答詠

詠一一八，104 ~ 105；

若六，69

領：我憎恨一切欺詐的途徑；

答：祢的話是我腳步的明燈；
是我路途上的光亮。

領：主，我們要投奔誰去呢？祢有永生的話。 答：祢的話……

結束禱詞 見常年主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀約伯傳

十三，13 ~

十四，6

約伯上訴天主斷案

約伯答覆朋友說：你們且請住口，讓我來發言：不要管我有什麼遭遇。我已將我的肉放在我的牙齒中，已將我的性命放在我的手中；即使祂殺死我，我仍希望在祂面前表白我的行爲。這樣對我還有救，

因為惡人不敢到祂面前。你們要細聽我的話，側耳靜聽我的解釋。我現在呈上我的案件，確知我自己有理。誰若與我爭辯，我就住口，情願死去。

惟有兩件事，祢切莫對我做，我便不迴避祢：請將祢的手由我身上撤回，莫讓祢的威嚴恐嚇我。那時祢若召喚，我必回答；或者我說，祢回答我。我的邪惡罪過究有多少？讓我認識我的過犯和罪惡。祢為何遮起祢的臉，將我視作仇人？難道祢要叱走被風吹落的樹葉，要追逐已枯乾的碎楷？祢寫下了我受苦的判詞，使我承當我青年時的罪過。祢把我的腳綁在木樁上，窺察我的一切行動，又為我的脚步劃定界限。我的生命已如朽木，已如蛀蝕的衣服。

婦女所生的人，壽命不長，而且飽嘗

煩惱。他生來像花，瞬息凋謝；急馳如影，不得停留。這樣的人，哪裏配祢睜眼注視一下？或傳他到祢面前聽審？誰能使潔淨出於不潔？絕無一人！他的時日既已注定，他的歲數既由祢掌管；他決不能越過祢定下的期限：請祢別看他，讓他安息，好像傭工度過自己的時日。

對答詠

參閱約十三，20，21；

耶十，24

領：上主，求祢不要掩面迴避我；請從我身上撤回祢的手。 答：莫讓祢的威嚴恐嚇我。

領：上主，求祢責罰我，要以祢的仁慈，不要以祢的忿怒，以免我歸於烏有。 答：莫讓祢……

誦讀二

選讀威勞納主教聖載諾講道詞

約伯是基督的預像

親愛的弟兄們：據所了解的，約伯是基督的預像。兩者互相比較會顯示出這項真理。約伯被天主稱為義人。基督是義德，一切有福的人都從這義德之泉飲水。因為關於祂曾說過：「義德的太陽將為你們升起。」約伯被稱為誠實的。而主就是真實的真理，祂在福音中說：「我是道路和真理。」

約伯是富翁。而誰比主更富呢？所有的富翁都是祂的僕人，全世界和整個受造界都屬於祂。聖王達味說：「大地和地上的萬物屬於上主；世界和世上的居民歸於上主。」魔鬼三次試探約伯。同樣，聖史告訴我們，魔鬼曾三次設法試探主。約伯喪失了他所有的財富。主由於愛我們，捨棄了天上的財富，成了窮人，為使我們致

富。瘋狂的魔鬼殺害了約伯的子女。發狂的法利塞人殺死了上主之子——先知們。約伯全身染上了毒瘡；主取了肉體，被全人類的罪惡所污染。

約伯的妻子慫恿他犯罪。猶太人的會堂催迫主遵從他們先人的陳腐規律。約伯曾受朋友凌辱。同樣，主也被祭司和敬禮祂的所凌辱。約伯曾坐在滿是蛆蟲的糞堆上。主也坐在真的糞堆上，這就是祂處身於充滿穢物的人類中間，充滿着各種罪孽和情慾，是一些真正的蛆蟲。

約伯重新獲得健康和家產。而復活的主，不僅將健康，而且還將常生不死之恩、賜給信仰祂的人。祂也重獲對整個受造界的主權；一如祂親自作證說：「萬有都由父交给了我。」約伯又生了兒子，以代替他所失去的。主也生了聖潔的兒子——

使徒，以代替先知。約伯蒙受祝福壽終正寢。而主將永遠受讚美：在萬世之前，自萬世以至無窮之世！

對答詠

希十二，1-2；
格後六，4，5

領：我們要以堅忍的心奔跑那擺在我們面前的賽程。

答：雙目要常注視著信德的創始者和完成者耶穌。

領：要堅忍地面對一切患難、貧乏、

困苦、鞭打、監禁。

答：雙目……

結束禱詞 見常年主日

第九主日

聖詠集第一週

第一晚禱

謝主曲對經：不是所有對我說「主啊！主

啊！」的人都能進入天國，只有遵行我天父旨意的人才

能進去。

結束禱詞 見晨禱

誦 讀

誦讀一 恭讀約伯傳 二八，1-28

唯天主有智慧

約伯說：銀有出產之地，金有冶煉之所。鐵由土中掘出，銅自石中鎔煉。人給黑暗制定了界限，探討幽暗陰晦的堅石，挖至地層深處。在無人居住之處開鑿礦穴，上面過路的人，也想不到他們遠離人間，身懸半空，搖擺不定。地上出產食糧，地下有火翻騰。那裏的石頭盡是碧玉，塵土盡是金沙。礦中的幽徑，猛禽不能知，鷹眼不得見。野獸未踐踏，猛獅未

經逝。人伸手擊打燧石，山基爲之震撼動搖。在巖石中開鑿隧道，所有珍寶盡入眼簾。探察江河的源流，使寶藏顯露於外。但是智慧在哪裏尋覓，哪裏才是明智之所在？

智慧的道路，人不認識，在衆生界中找不到它。深淵說：「它不在我這裏。」海洋說：「它不與我同域。」它非精金所能購買，也不能稱銀子作它的代價。赦非爾的黃金不能與它較量，寶石和碧玉也不能與它相比。黃金和琉璃不能與它同列，純金的器皿也不能與它交換。珊瑚與水晶都不足論，取得智慧勝過取得珍珠。雇士的碧玉不足與它相比，純金也不能與它較量。究竟智慧由何處而來，哪裏是明智之所在？衆生的眼睛未曾見過，天空的飛鳥也未發現。「毀滅」與「死亡」都說：「我

們只風聞過它的聲望。」惟獨天主認識它的道路，惟有祂知道它的處所。因爲惟有祂觀察地極，俯視天下的一切。當祂劃定風的重量，規定水的定量，釐定下雨的季節，規定雷電的路綫時，祂已見了它，講述了它，立定了它，考察了它。然後對人說：「請看，敬畏上主就是智慧；遠離邪惡，就是明智。」

對答詠

格前二，7；一，30

領：我們所講的，是那隱藏着的、天主的智慧。 答：這是天主在萬世之前預定了、要使我們獲得光榮的智慧。

領：天主使你們能與基督耶穌聯合，又使基督成了我們的智慧。

答：這是天主……

誦讀二

選讀聖思定懺悔錄 一 1-2

我們的心除非安息在主內，總不得安寧

「上主，祢真偉大，最應受讚美；祢的能力偉大，祢的智慧不可衡量。」人願意讚美祢，他只是祢所造萬物的一小部份。人身上帶著死亡，即帶著罪惡的憑証，和祢拒絕驕傲人的証據。然而身為受造物一小部份的人，竟然願意讚美祢。祢鼓勵人，使他讚美祢而感到欣慰。因為祢是爲了祢自己而造了我們，我們的心除非在祢內安息，總不得安寧。

主，求祢使我明瞭，應先懇求祢，或應先讚頌祢？應先認識祢，或應先懇求呢？可是，不認識祢又怎能懇求祢呢？因爲如不認識祢，就可能懇求祢以外的另一個。或者是否人在認識祢以前便應懇求祢？但是「人還沒有信祂，怎能呼求祂呢？」

沒有人傳道，怎能相信呢？」

「尋求上主的人將讚頌祢。」因爲尋找祢的就會找到，找到祢的，就要讚頌祢。主，願我呼求著祢而尋找祢。願我信仰著祢而呼求祢。因爲我們已藉傳道者認識了祢。主，祢賜給我的信德在呼求祢，祢透過祢聖子的人性，藉祢宣講者的工作賜給了我這信德。

我將怎樣才能呼求我的天主，我的天主和我的主呢？因爲當我呼求祂時，我是在呼求祂來到我心內。在我心內有什麼地方，好讓天主來到我心內呢？在我內有什麼地方好讓創造天地的天主來到我內呢？主，我的天主，在我內有什麼能容納祢呢？難道祢所造的天地，和祢在天地間所造的我，能容納祢嗎？是否因爲沒有祢，任何事物都不會存在，那麼所存在的，就都能

容納祢呢？

由於我實際存在，祢已在我內，爲什麼我還願祢來到我內呢？因爲除非祢在我內，我便不能存在。現在我還沒有到陰府，我即使到那裏，祢也會在那裏。因爲「即使我下到陰府，祢也在那裏。」我的天主，除非祢在我內，我便不會存在，絕對不會存在。或者更好說，除非我在祢內，我便不會存在；因「萬物由祢，萬物藉祢，萬物在祢內」才存在。主啊，是這樣，就是這樣。我既在祢內，還要到那裏呼求祢呢？或者祢從那裏來到我內呢？超乎天地之外，我要到哪裏去，好使我的天主來到我內呢？祂曾說：「是我使天地充滿。」

誰能使我安息在祢內呢？誰能使祢進入我的心，並使它陶醉，好使我忘記我的

罪惡，而擁抱祢——唯一的善呢？對我來說，祢終究是誰呢？求祢可憐我，使我能說話！對祢來說，我算什麼呢？祢竟然命令我愛祢，而且如果我不愛祢，祢就要對我發怒，並以嚴重的災禍恐嚇我。如果我不愛祢，豈是一件小災禍？

我是有禍的！主，我的天主，祢是仁慈的，請祢告訴我：對我來說，祢到底是誰？「請對我的靈魂說：我是你的救援。」請祢說吧，好使我聽到。主，我心靈的耳朵就在祢面前聆聽，求祢開啓它們，並「對我的靈魂說：我是你的救援。」我願意隨着這聲音去找到祢。請不要轉面不顧我。但願我死去，而不是真的死去，只是爲看到祢的慈顏。

對答詠

詠七二，25 / 26；三四，3

領：在天上除祢以外，爲我還能有

誰？在地上除祢以外，爲我一無所喜。我的身心憔悴； 答：天

主是我心的磐石，我永遠的福分。

領：求祢對我靈魂說：「我就是你的

救援。」 答：天主是……

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚主曲對經：安息日是爲人的益處而定立的，不是用來束縛人的。

結束禱詞

天主，祢上智的安排永不會錯；求祢消除人間的災禍，恩賜我們萬事順遂。

第二晚禱

謝主曲對經：主！我當不起祢到舍下來，

只要祢說一句話，我的孩子

就會痊癒。

常年期第九週

星期 一

誦 讀

誦讀 一 恭讀約伯傳 二九， 1 ； 10 ；

三十， 1， 9 ； 23

約伯在痛苦中哀嘆

約伯繼續他的言論說：誰能賜我如以前的歲月，像以往天主護守我的日子呢？那時候祂的燈光照我的頭，我藉祂的光明走過黑暗。惟願我如壯年之時，那時天主護祐我的帳幕；全能者與我相偕，我的子女環繞着我；那時我以奶油洗腳，巖石流油成河。當我走出城門，在市井擺設我的座位時，少年人看見我都迴避，老年人都起身站立；王侯停止講話，以手掩口；首

領不敢出聲，舌頭緊貼上顎。但是現今年紀比我小的人都嘲笑我；這些人的父親，我都不屑於列在守我羊羣的狗中。

但是現在我竟成了他們的歌謠，做了他們的話柄。他們因憎惡我而遠離我，竟任意向我臉上吐唾沫。他們解開了繯繩來攻擊我，在我面前除掉了轡頭。下流的人在我右邊起來，向我投擲石頭，築成一條使我喪亡的路。他們破壞了我的道路，使我跌仆，却沒有人阻止他們。他們由寬大的缺口進入，輾轉於廢墟之中。恐怖來到我身上，我的尊榮如被風吹散，我的救恩如浮雲逝去。

現今我的心神已經頹廢，憂患的日子不放鬆我。夜間痛苦刺透我的骨頭，我的脈絡都不得安息。天主以大力抓住我的衣服，握緊我長衣的領口，將我投入泥中，

使我變成灰土。天主啊！我向祢呼號，祢不回答我；我站起來，祢也不理睬。祢變成了暴君，用祢有力的手迫害我。祢將我提起，乘風而去，使我在狂風中飄搖不定。我知道祢要置我於死地，到所有生者聚集的家鄉。

對答詠

約三〇，17，19；七，16

領：夜間痛苦刺透我的骨頭；我的脈絡不得安息。 答：我已與灰土塵埃無異。

領：上主，任憑我去吧！因為我的日子，僅是一口氣。 答：我已與：

誦讀二

選讀聖杜樂德院長訓言

一切困擾的原因是，誰也不肯自

訟自承

弟兄們，讓我們研究一下，為什麼有時某人聽見傷害他的話，好像沒有聽到一

樣；而在其他的時候，一聽到這樣的話，便心煩意亂呢？請問，這種區別的原因是什麼？這件事有一個原因，還是有許多原因呢？我想其中有很多原因，但是主要的只有一個，是它產生了其他原因，如同某人說：這是那人在某一定時間心境不同的結果。

比如，某人剛作過祈禱或默觀，就容易忍受弟兄的侮辱，保持平靜。又比如某人對弟兄感情特別濃厚，出於愛他，便會極耐心地忍受一切。又有人輕視那想激怒他的人，視對方為低劣的人，以為不值得答覆他，甚至也不想把對方的侮辱和謾罵向別人提起。

因此，如同我說過，誰若對他人所說的事，置若罔聞，毫不介意，便不會感到困擾或不安。那凌辱我們的弟兄有時會觸

怒我們，這或是因為我們那時心情不佳，或因為我們極端厭惡那位弟兄。還有許多其他所謂不同的原因。但是如果我們審慎研究，就會發覺，一切困擾的原因是，誰也不肯責備自己。

這便是一切困擾和煩惱的原因，也因此我們有時不能找到心靈的平安。這不足為奇，因為根據聖人們的教訓，除了自訟自承之外，我們沒有獲致平安的途徑。這是我們在許多人身上所看到的。我們雖然都期望並愛慕和平，或者相信我們是在正路上邁進，却對任何事都極不耐，不肯責怪自己。

事實就是這樣：一個人即使有無數的德行，若不願自訟自承，走上正道，那麼，他不但永遠得不到平安，反而會常常使自己煩惱，也使別人煩惱，並使自己的

一切辛苦徒勞無功。

對答詠

若壹一，8，9；

箴二八，13

領：我們若說我們沒有罪過，便是自欺。
答：我們若承認我們的罪過，那信實而公義的天主就會寬恕我們的罪過。

領：凡文過飾非的，必不會順利。

答：我們若……

結束禱詞 見常年主日

星期二

誦讀

誦讀一 恭讀約伯傳 三一，1 ~ 8，

13 ~ 23，35 ~ 37

約伯昔日的正義

我和我的眼睛立了約，決不注視處

女。天主從上所注定的二分是什麼？全能者由高處所給的產業是什麼？豈不是為惡人注定了喪亡，為作孽的人注定了災殃？他豈不監視我的行徑，計算我的脚步？我若與虛偽同行，我的脚若趨向詭詐，願天主以公正的天平秤我，祂必知道我的純正。我的脚步如果離開了正道，我的心如果隨從了目之所見，我的手若持有不潔，那麼，我種的，情願讓別人來吃；我栽的，情願讓別人來拔。

當我的僕婢與我爭執時，我若輕視他們的權利，天主起來時，我可怎麼辦呢？祂若追問，我可怎樣回答呢？在母胎造成我的，不是也造了他們嗎？在母胎形成我們的，不是只有祂一個嗎？我何時曾拒絕了窮苦人的渴望，我何時曾使寡婦的眼睛頹喪？我何時獨自吃食物，而沒有與孤兒

共享？因為天主自我幼年，就像父親教養了我；自我出了母胎，就引導了我。如果我看見無衣蔽體的乞丐，無遮蓋的窮人，如果他的心沒有向我道謝，沒有以我的羊毛獲得溫暖，如果我在城門口見有支持我者，就舉手攻擊無罪者，那麼，讓我的肩由胛骨脫落，我的手臂由肘處折斷；因為天主的懲罰使我驚駭，因祂的威嚴，我站立不住。

惟願天主俯聽我，這是我最後的要求：願全能者答覆我！我的對方所寫的狀詞，我要把它背在肩上，編成我的冠冕。我將像王侯一樣走向祂面前，向祂一一陳述我的行爲。——約伯的話至此爲止。

對答詠

約三一，3；箴十五，3；

約三一，4

領：爲惡人不是注定了喪亡嗎？爲作

孽的人，不是注定了災殃嗎？

答：上主的眼睛處處都在，監視善人和惡人。

領：祂不是監視我的行徑，計算我的

脚步嗎？ 答：上主的……

誦讀二 選讀聖杜樂德院長訓言

論心靈的假平安

自訟自承的人，對他所遭遇的任何不便，危害、欺凌、恥辱，或任何人的磨難，都能怡然忍受。因爲他想自己罪有應得，絕對不能爲之所困擾。誰能比這個人更享平安呢？

也許有人要反駁我：「如果弟兄磨難我，我在省察之後，發覺我毫無過錯，我爲什麼自訟自承呢？」

的確，誰若懷着畏主之心審慎反省之後，總不會發覺自己是完全無罪的；他將

會看到自己、或在行為上、或在言語上、或在態度上、給人動怒的機會。如果誰發覺自己在這些事上當時是無罪的；也許在別的時候，在同樣的或在別的事上得罪了弟兄。或者得罪過其他的弟兄。因此，爲了這過錯，或是爲了所犯的其他罪過，應該受些苦。

又有人問道：當一個人安靜的坐着，一位弟兄突然來到，以傷害或侮辱的話激怒他，爲什麼他應責備自己呢？他由於不能忍受，便想自己動怒並心情擾亂是有理由的；因爲如果那個人不闖入，說話或煩擾他，他絕不會犯罪。

這的確是可笑的，也毫無理由爲依據。因爲那弟兄並不是藉他所說的話，便把忿怒的偏情、注入在他心裏，而是揭露他心內已有的忿怒的偏情，這樣，如果他

願意，便能爲這事而痛悔。這弟兄好像早熟的小麥，外表光潔閃耀，當人把它壓碎時，它的腐朽便顯出來了。

那麼安靜坐着的這個人，如同他所想的，在他內有他所看不見的偏情。突然來了一位弟兄，說了一句傷害他的話，他心中所藏的一切毒汁和污穢立刻都吐出來了。如果他願獲得憐憫，就該痛悔，淨化自己，努力改善自己；並且要知道，他對於給與他這樣好處的那位弟兄，不但不該凌辱他，反倒該感謝他。因爲此後誘惑不會再這樣困擾他；事實上他越進步，就感到越容易應付試探。因爲人靈越向前邁進，便越勇毅堅強，能忍受所遭遇的任何困難。

對答詠

約九，2，14；十五，15

領：我確實知道：人不能同天主講理。

答：我是誰？我怎敢答辯，我怎敢說出反抗祂的言詞。

領：在祂的聖者中也無一人永久不變；在祂的眼中，連蒼天也不純潔。 答：我是誰……

結束禱詞 見常年主日

星期三

誦 讀

誦讀一 恭讀約伯傳 三二， 1 ； 6 ；

三三， 1 ； 22

厄里烏論天主的奧秘

因為約伯自以為義，那三位友人就不再回答他。那時候，有個布次蘭族的人，是巴辣革耳的兒子厄里烏，爲了約伯在天主前自以為義人，便大爲憤怒；同時也對

約伯的三位友人大爲震怒，因爲他們找不到適當的答覆，又以爲天主不公。厄里烏先等他們同約伯講完話，因爲他們都比他年老。他一見他們三人無話可說，就大爲憤怒。於是布次人巴辣革耳的兒子厄里烏發言說：

約伯，請你且聽我的話，側耳靜聽我所說的一切。請看，我已開口，舌頭已在口腔內發言。我的話是出於正直的心，我的唇舌要清楚說明真理。天主的神造了我，全能者的氣息使我生活。你如果能夠，就回答我，請準備好來對抗我。看哪，我和你在天主前都是一樣，我也是用泥土造成的。所以我的威嚇不會使你恐怖，我的手也不會重壓在你身上。你所說的，我已耳聞，聽到了你所說的話：「我本純潔無罪，清白無瑕。但是天主却在我身上找

錯，視我爲祂的對頭；祂把我的腳綁在木樁上，窺察我的一切行動。」

我答覆你說：你這話說的不對，因爲天主遠超世人。祂既不答覆你說的一切話，你爲何還和祂爭辯？原來天主用一種方法向人講話，人若不理會，祂便再用另一種方法：天主有時藉夢和夜間的異像，當人躺在床上沉睡的時候，開啓人的聽覺，用異像驚嚇他，使人脫離惡念，使人剷除驕傲，阻止他陷於陰府，救他的性命脫離溝壑。天主也有時懲罰人在床上受痛苦，使他的骨頭不斷刺痛，以致他討厭食物，厭惡美味。他身上的肉已消逝不見，他枯瘦的骨頭已開始外露，他的靈魂已臨近墓穴，他的生命已接近死亡之所。

對答詠

羅十一，33-34

頌：天主的富饒、上智和知識，是多

麼高深。 答：祂的決斷是多麼不可捉摸，祂的道路是多麼不可

探測。

頌：誰曾知道上主的心意？或者誰當過祂的顧問？ 答：祂的決：

誦讀二 選讀大教宗聖國瑞約伯傳釋義

真知識驅逐驕傲

「約伯，聽我的話吧！聽我所說的一切話吧！」這便是傲慢人言論的本色，他們不知道謙遜地說明他們講的道理，也不能適當地傳播他們所擁有的真理。他們教訓別人的時候，好像坐在高山頂上發言，而輕視遠在下面的聽衆。他們向別人講話，並非爲幫助他們，而只是爲統治他們。

對於這樣的人，上主會藉先知的口說得好：「你們用暴力和權勢命令他們。」他

們用暴力和權勢命令人，不會用安靜的推論糾正屬下，而以嚴厲的管治使他們屈服。

相反的，真正的教導，一方面用言語努力攻打驕傲的老師，另一方面在思想上也極力驅逐這驕傲的惡習。當他用虔敬的話，在聽衆心中攻打他時，他也小心不以傲慢的態度宣揚他。他努力設法用言語宣講，並用行爲顯示謙遜是一切美德的導師和母親，好能身教勝於言教，而給尋求真理的弟子樹立謙遜的榜樣。

因此，聖保祿教訓得撒洛尼人的時候，似乎忘記了自己使徒的崇高地位，他說：「我們在你們中間，成了小孩子。」同樣，聖伯鐸說：「你們要隨時準備答辯，那些問你們爲什麼懷有希望的人。」他爲了強調我們的教訓該以適當的方式加

以說明，又說：「要以溫柔敬畏的心回答，並保持良心無愧。」

聖保祿對門徒弟鐸說：「你要命令人作這些事，以各種權力教訓人。」這不是勸他用壓迫人的權力，而是用他生活的權威來勸化人。事實上一個人先行後言，就是用權威教訓人；因爲當人的良心成爲他說話的阻礙時，他所講的道理，便不易爲人所接受。因此，保祿所囑咐的，不是傲慢的言詞，而是來自良好品行的真誠。聖經上也記載，主基督「教訓人，好像有權威的人，而不像經師和法利塞人。」的確，唯有祂以出類拔萃的權威說話，因爲祂從來沒有由於軟弱而犯任何罪。祂所擁有的，乃是來自祂天主性的權威，並透過祂人性的純潔無罪，把祂所擁有的賜給我們。

對答詠

伯前五，5；瑪十一，29

領：你們都該穿上謙卑的服裝，彼此服務。 答：因為天主拒絕驕傲人，而把恩寵賜給謙遜人。

領：你們要向我學習，因為我心地良善而謙卑；這樣，你們必會得到心靈的安息。 答：因為天：

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦 讀

誦讀一

恭讀約伯傳 三八，1-30

天主羞辱約伯

上主從旋風中答覆約伯說：是誰用無知的話，使我的計劃模糊不明呢？你要像勇士束好腰，我要問你，請指示我！

我奠定大地的基礎時，你在哪裏？你若聰明，儘管說罷！你知道是誰制定了地的度量，是誰在地上拉了準繩？地的基礎置於何處，是誰立了地的角石？當時是星辰一起歌詠，天主的衆子同聲歡呼！海水洶湧如出母胎時，是誰用門將海關閉？是我用雲彩作海的衣裳，用濃霧作海的襪襪。是我給海劃定了界限，設立了門和門，並下令說：「你到此為止，不得越過；你的狂潮到此為止。」你有生之日，何嘗給晨光出過命令，又何嘗使曙光知道它的所在？何嘗使光握緊大地四角，將惡人從那裏抖出去？曙光改變大地，如在膠泥上蓋印；使萬物出現，如穿錦衣；撤去惡人的光明，折斷高舉的手。你會否到過海的源流，走過深淵的底處？死亡的門給你開啓過嗎？你見過死影之門嗎？你知道

大地的廣濶嗎？你若知道，請你說罷！

赴光明之所的路是哪一條，黑暗的住處在哪裏？你知道如何引導黑暗到它的境地，領黑暗回到它居所的道路上嗎？你總該知道，因為你那時已誕生了，而你的年歲已很高。你到過雪庫，見過倉嗎？那是我為降災之時，為戰爭之日所存放的。雲霧由哪條路散開，東風由哪條路吹往大地？誰為暴雨開啓閘門，誰為雷電指示道路，好使雨落在無人之境，降在無人的荒野，為潤澤荒野乾旱之地，好使原野中的綠草生長？雨有父親嗎？誰生了露珠？冰出自誰的胎？天上的霜是誰生的？水怎樣凝結如石？深淵的表面怎樣硬化？

對答詠

羅九，20；約三八，3

領：人哪！你是誰，竟敢向天主抗

辯？ 答：製品怎能向製造者

說：你為什麼這樣製造了我？

領：你要像勇士一般，束好腰；我要

問你，請你答覆。

答：製品怎：

誦讀一 選讀大教宗聖國瑞約伯傳釋義

教會如旭日升起

由於破曉或稱黎明化黑暗為光明，那麼以「黎明」或「破曉」的名稱來指示整個被選者的教會是很合理的。當教會從無信的黑暗被帶進信德的光明時，它便接受了天上光明的照耀，好像破曉在黑夜之後成為白晝。雅歌中的話說得好：「那像黎明而上升的是誰？」那期望天上永生賞報的教會，稱為黎明，因為它捨棄了罪惡的黑暗，而放出正義的光芒。

我們在這破曉或曙光的比喻中，仍可找到更深一層的意義：曙光或黎明報告黑

暗已過，却沒有顯示白日全部的光明；但當黎明驅除黑夜時，也同時歡迎白日，它所帶來的是與黑暗混合一起的光明。我們都隨從真理，在此塵世我們只不過好像曙光或黎明而已。我們已做了一些光明的事，但是我們還不免有些黑暗的殘餘。先知達味曾對天主說：「活人在祢面前，不能稱為義人。」雅格說：「我們在許多事上都犯了過錯。」

因此，當聖保祿說：「黑夜過去」時，並沒有接着說：「白天來了」；却說：「白天近了。」因為黑夜過去後，白天還沒有來，而是接近了；無疑地，這是指明黎明時，我們是在白日之前，在黑夜之後。

當白天不再混雜罪惡的黑暗時，便將是被選者之教會的完全的白天。當它被內在之光的充分溫暖照亮時，才將是完全的

白晝。因此經上所記載的這句話：「祢差遣黎明到它的地方去」，正明白顯示：我們有生之日，尚在黎明的過程中，並沒有到達白天。差遣某人到他的地方，就是派他從一個地方到另一個地方去，這黎明的地方不是指我們永遠享見天主時的完全的光明嗎？那個時刻一到，便再沒有黑夜的陰影了。達味先知說：「我的靈魂渴望天主、生活的天主；我何時要來，並出現在天主面前呢？」當保祿說，他渴望死去，並和基督在一起，又說：「對我來說，生活便是基督，死亡是利益，」這時，黎明便急忙奔向它所已知道的這個地方。

對答詠

斐一，3，6，9

領：我一想起你們，就感謝我的天主，
 答：我深信：在你們內開始這美好工程的那一位，必予以

完成，直到耶穌基督的日子。

領：我所祈求的是：願你們的愛德日

漸增長，滿渥真知識和各種見

識。 答：我深信：

結束禱詞 見常年主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀約伯傳 四十，1-9，

四二，1-6

約伯屈服於天主尊威之下

上主對約伯說：「好辯之士，豈能同

全能者辯論？非難天主的，請答覆這一

切！約伯回答上主說：「請看，我這麼卑

賤，我能回答什麼呢？只好以手掩口。我

說過一次，不敢再重複；我再說一次：我

「不敢再說什麼了！」

上主由旋風中回答約伯說：你要像勇士束好腰，我要問你。你豈能推翻我的評斷，歸罪於我，而自以為有理？你的手臂豈能同天主的相比？你的聲音，如何能像雷鳴？請你以尊貴和高雅作你的點綴，以光華美麗作你的衣裳；發洩你的烈怒，貶抑一切高傲的人；觀察一切傲慢的人，且加以制服，推翻惡人所處的地位；將他們一同埋在土中，把他們都關在黑暗中！如果你能這樣作，我也要稱讚你，因為你的右手救護了你。

約伯回答上主說：我知道祢無所不能，祢所有的計劃，沒有不實現的。是我以無知的話，使祢的計劃模糊不明；是我說了無知的話，說了那些超越我智力的話。請祢聽我發言；我求祢教導我，以前

我只聽見了有關祢的事，現在我親眼見了祢。因此，我收回我所說過的話，坐在灰塵中懺悔。

對答詠

約四二，5；6；三九，34

領：上主，以前我只聽見了有關祢的

事；現在我却親眼見了祢。因此，我收回我所說過的話，

答：坐在灰塵中懺悔。

領：我說過一次，不敢再重複；我再說一次，不敢再說什麼了；我只好以手掩住我的口。 答：坐在灰：

誦讀二

選讀坎特伯里主教包德文著作

上主洞悉人心的思想和意向

上主知道我們內心的思想和意向。無疑的，只有祂都知道，而我們只能知道祂讓我們藉分辨的聖寵去識別的那一些。但

是人的神，並不知道人內心的一切，也不知道，他所故意或非故意覺察到的思想是否符合真相。即使他在理性的眼睛前能看這些思想，却不能透過他昏花的眼睛分辨清楚。

人多次或由於個人的思想，或由於他人的影響，或由於試探者的引誘，作一件外表似乎虔敬的事，但這事在天主眼中並不配得到獎勵。因為真德行有偽裝，同樣毛病也有偽造，這些偽造物欺騙人心的眼睛，彷彿以詭計昏亂理性的視線，往往使人把壞事看成好事，而把好事看成壞事；這就是我們的可憐和愚昧，我們該深為悲嘆，大為恐懼！

經上記載：「有些路，在人看起來，似乎是正直的；但到最後，却引人進入地獄。」為使人避免這危險，聖若望警告我

們說：「你們要考驗那些『神』是否出自天主。」但是，除非天主給人分辨神類的恩典，使他能正確地審察並判斷各種思想、情緒和意向，誰能考驗這些神是否來自天主呢？的確，這種分辨能力是諸德之母，也是每一德行所必不可或缺的；這是為指導他人的神修生活，或為指引並改善個人的生活所必需的。

一個想要做某事的思想，如果符合天主的旨意，便是正直的；如果一個意向純粹引人歸向天主，便是聖潔的。如果我們的眼睛是健全的，我們的整個生命或每一個行動，將都是光明的。一隻健全的眼睛同時是一隻眼睛，又是健全的，因為它通過正直的思考看清當作的事，並以純正的意向去作好那事，避免一切口是心非的言行。

正直的思想不允許有錯誤；純正的意向排除偽裝。將正直的思想和純正的意向連結在一起，便是真實的明辨。

因此，所有的事都該在明辨的光照下去作，好像在天主內，並在祂面前工作一樣。

對答詠

米六，8；詠三六，3

領：人哪！我已指示給你，什麼是善；上主所要求於你的是什麼：

答：無非就是履行正義，愛好慈善，虛心和你的天主交往。

領：你該信賴上主，致力行善，你必將安居樂土，享受康寧。

答：無非就：

結束禱詞 見常年主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀約伯傳 四二，7-16

天主恢復了約伯的家產

上主對約伯說完這些話，就對特曼人厄里法次說：「我應向你和你的兩個友人發怒，因為你們講論我，不如我僕約伯講論的正確。現在你們要牽七頭公牛，和七隻公羊到我僕約伯那裏，使他為你們奉獻全燔祭，也使他為你們祈禱，因為我要看他的情面，不懲罰你們的愚昧，因為你們講論我不如我僕約伯講的正確。」於是，特曼人厄里法次、叔亞人彼耳達得、納阿瑪人左法爾依照上主所吩咐的作了；上主就看了約伯的情面，饒恕了他們。約伯為

他的朋友祈禱之後，上主就恢復了約伯原有的狀況，還照約伯以前所有的，加倍地賜給了他。約伯的兄弟和姊妹，和以前相識的人都來看望他，在他家中同他一起用飯；對於上主降於他的一切災禍，都向他表示同情，安慰他；每人還贈給他一枚金幣和一個金戒指。上主賜給約伯的福分，遠勝過以前所有的；他擁有一萬四千隻羊，六千匹駱駝，一千對牛，一千頭母驢。他又生了七個兒子和三個女兒。他給長女起名叫耶米瑪，次女叫刻漆雅，三女叫刻楞哈普客。那地方的女子沒有比約伯的女兒更美麗的；她們的父親也使她們和兄弟們一樣承受家產。以後，約伯又活了一百四十歲，他看見了他的兒子、孫子，直到第四代。約伯壽高而享天年，便與世長辭。

領：上主對厄里法次說：我應向你和

你的友人發怒，因為你們講論

我，不如我的僕人約伯講論的正

確。答：他要親自為你們代禱。

領：我要看他的情面，不懲罰你們的

愚昧。答：他要親：

誦讀二 選讀聖道茂若望福音釋義

到達真生命的道路

那道路就是基督本身，因此祂說：「

我是道路。」而祂有相當理由這樣說，因

為「我們經過祂，才能走到父面前。」

但是因為這條道路距離終點並不遠，

而是與終點相連的，祂又說：「我是真理

和生命」；這樣一來，祂本身同時是道

路，也是終點。就人性而論，祂是道路；

就天主性而論，祂是終點。所以，依人而

論，祂說：「我是道路」，依天主而言，祂又說：「我是真理和生命。」這兩個字適當地說明這條道路的終點。

因為這條路的終點，便是我人所渴望達到的目的，而人所特別渴望的有兩件事：第一，認識真理，這是人所獨有的渴望；第二，存在的延續，這是一切受造物所共有的渴望。基督是抵達認識真理的道路，並且祂本身就是真理：「上主，請把我領入真理，我將在祢的路上行走。」基督也是抵達生命的道路，並且祂本身就是生命：「祢曾指示給我生命之路。」

因此，祂以真理和生命稱呼這道路的終點：這兩個字，在以上都已用在基督身上。第一，祂本身就是生命，因此說：「在祂內有生命」；然後說：祂是真理，因為「祂是人的光明」，而光便是真理。

那麼，如果你問要走哪條路，就該隨從基督，因為祂就是道路：「這就是那道路，你們走這條路吧！」聖思定也說：「你要跟着那人行走，你就會抵達天主面前。」因為在正路上跛行，比不在正路上疾走要好的多。因為誰在路上跛行，雖然前進緩慢，却能逐漸接近終點；誰不在正路上行走，跑得越快，就越遠離終點。

如果你想知道你往哪裏去，就接近基督吧！因為祂是我們所渴望獲得的真理：「我的口發出真理。」如果你知道你要逗留在何處，就接近基督吧！因為祂是生命：「誰找到我，就會找到生命；他將從上主獲得救援。」

所以，如果你願安全，接近基督吧！你將不會誤入歧途，因為祂是道路。因此，誰接近祂，不會走投無路，常是循正

路而行。祂不會受騙，因為祂是真理，並教導人一切真理，祂說：「我爲此而生，也爲此而來到世上，爲給真理作見證。」同樣，祂不會失敗，因為祂是生命，並賜人生命，一如祂所說的：「我來了，是爲使他們獲得生命，而且獲得的更豐盛。」

對答詠

約四二，10，11，12；

格前十，13

領：上主照約伯以前所擁有的，加倍地賜給了他。他的兄弟們也安慰他。

答：上主賜給約伯的福分，遠勝以前所有的。

領：天主是信實的，必不容許你們遭遇試探，而無力抵抗；試探來的時候，祂必爲你們開一條出路。

答：上主賜：

結束禱詞 見常年主日

第十主日

聖詠集第二週

第一晚禱

謝主曲對經：我喜歡的是仁愛，而不是祭祀；因為我來不是要召義人，而是要召罪人。

誦讀

誦讀一 恭讀德訓篇 四六，1~12

讚揚若蘇厄及加肋布

農的兒子若蘇厄是一位作戰的英雄，他繼承梅瑟執行先知的任務；聞其名，可知其人，他成爲選民偉大的拯救者；他報復了那對抗他的敵人，領以色列人獲得產業。當他舉手向城揮動刀劍時，何其光

榮！因爲他是爲上主作戰，誰能抵抗他呢？太陽不是因他一揮手而即刻停止，一天變成兩天嗎？當敵人四面圍困基貝紅時，他呼求了全能的至高者，偉大神聖的上主就俯聽了他，大降冰雹，猛烈非常；他衝破了對抗的民族，在山坡處殲滅了敵人，使外邦人知道他的武力，知道他是替上主作戰。他時常順從全能者的旨意，當梅瑟在世時，他就行了濟世的事業：他和耶孚乃的兒子加肋布，反對全會衆，阻止人民犯罪，平息不義的怨聲。六十萬步兵中，只有他們二人活着，以帶領百姓進入成爲他們產業的地方，進入流奶流蜜的地方。上主賜給加肋布力量，至老不衰，使他能登上高地，這高地至今仍是他子孫的產業，爲使以色列子民知道：隨從上主，何其美善！

對答詠

德四六，6，4，5

領：當敵人四面圍攻時，他呼求了全能的至高者； 答：偉大神聖的上主就俯聽了他，大降冰雹，猛烈非常。

領：有誰能抵抗他呢？太陽不是因他一揮手而即刻停止嗎？

答：偉大：

誦讀二 選讀聖納爵主教致羅馬人書

我不願悅人，而願悅主

納爵，別名德福（意即：攜帶天主者）

致書與羅馬教會，這教會蒙受了至高聖父、和祂唯一聖子耶穌基督的仁慈；這教會是天主所喜愛，並由天主旨意所光照的教會，天主願意一切都按照對我們的天主耶穌基督的愛德而生存；這教會是在羅馬人的地區內居於首位的教會，這教會值得

天主的寵幸，值得尊敬，並稱為有福的，值得稱讚並完成其志願；這教會也適於稱為聖潔的，在愛德的整個團體中作為領導；它擁有基督的法律，佩帶着父的名字。我以聖父之子耶穌基督之名問候這教會；凡是身心方面藉祂的誠命合而為一，充滿天主的聖寵，得到淨化，而不染任何其他玷污的人，我在我們的天主耶穌基督內也祝他們獲享完美的幸福。

我的祈禱在天主前得蒙垂允，賜我看到你們為天主所喜愛的面容，這是我恒心祈求急欲得到的恩惠。因為現在，我這在基督耶穌內作囚犯者，盼望問候你們——如果這是天主的旨意，好使我達到我行程的終點。事情已經安排就緒；一切只看我是否獲得聖寵，使我毫無阻礙地達到目標。我害怕你們的愛德會對我有害。對你們來

說，作你們所願意作的事，是很容易的；對我來說，如果你們不節制對我的干預，我便難於獲得天主。

因為我不願意你們取悅於人，而願你們照習慣所作的，取悅於天主。我爲了獲得天主，沒有更好的機會了；而你們如果緘默不言，那將是一種再好不過的工作。如果你們關於我的事保持緘默，我便將成爲天主的話；如果你們愛我的本性生命，我將再成爲無意義的呼聲。我只向你們要求一項恩惠，就是當仍有一座祭台爲我準備好時，請讓我成爲獻給天主的犧牲。然後你們可圍繞祭台形成一個愛的合唱團，在基督內歌頌聖父，因爲祂屑於召喚敘利亞的主教，自東方達到了西方。從世界上隱沒而回到天主那裏，然後重新在天主內升起，這是多麼美好啊！

對答詠

斐一，21；迦六，14

領：在我看來，生活原是基督，死亡乃是利益。 答：我只以我主耶

穌基督的十字架而誇耀。

領：因爲藉着祂，世界對我來說，已被釘在十字架上；我對世界來說，也被釘在十字架上了。

答：我只以：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚主曲對經：誰遵行天主的旨意，就是我的弟兄、我的姊妹、我的母親。

結束禱詞

天主，祢是一切美善的根源。求祢啓

發我們尋求正理，並賴祢的助祐，而能付諸實行。

第二晚禱

謝主曲對經：我們中間出了一位大先知，因為天主眷顧了祂的子民。

常年期第十週

星期一

誦讀

誦讀一 恭讀若蘇厄書 一，1-18

若蘇厄為天主所呼叫，勸告百姓

團結

上主的僕人梅瑟死了以後，上主對農

的兒子，梅瑟的侍從若蘇厄說：「我的僕人梅瑟死了，你現在起來，和全體百姓過約旦河，到我賜給他們，就是以色列子民的地方去。凡是你們的腳踏過的地方，照我對梅瑟所說的，我必賜給你們：從曠野直到黎巴嫩，由大河，就是幼發拉底河，赫特人的全境，直到大海日落之地，都是你們的領土。你有生之日，沒有人能抵抗你；過去我怎樣和梅瑟同在，也要怎樣和你同在，決不離開你，決不捨棄你。你應勇敢果斷，因為你必須使這百姓佔領我會向他們祖先起誓，賜給他們作產業的地方。你只須勇敢，堅決果斷，不偏左右，謹守奉行我僕人梅瑟所吩咐你的一切訓示，好使你無往不利。這部法律書總不要離開你的口，你要日夜默思，好使你能謹守奉行其中所記載的一切；這樣，你作事

必能順利，必能成功。我不是吩咐了你，你應勇敢果斷嗎？所以你不要害怕，也不要膽怯，因為你無論到哪裏，上主、你的天主必與你同在。」

以後，若蘇厄向百姓的官長下令說：「你們應走遍全營，吩咐百姓說：你們要準備食物，因為還有三天，就要過這約旦河，去佔領上主、你們的天主賜給你們作爲產業的土地。」若蘇厄又對勒烏本人、加得人和默納協半支派的人說：「你們應記起上主的僕人梅瑟吩咐你們的事。他說過：上主你們的天主將這塊地賜給你們，使你們獲得安居，你們的婦孺和牲畜，可留在梅瑟在約旦河東賜給你們的地方；但是你們中間所有的英勇戰士，都該武裝起來，在你們弟兄之前過河，協助他們，直到上主使你們的弟兄像你們一樣，佔領了

上主、你們的天主，賜給他們作爲產業的地方，獲得了安居；然後你們方可回到你們所得作爲產業的地方，就是上主的僕人梅瑟在約旦河東，日出之地，賜予你們的地方。」他們回答若蘇厄說：「凡是你命令我們的，我們必都照辦；凡是你派我們去的地方，我們一定去。我們在一切事上怎樣服從了梅瑟，也怎樣服從你；惟願上主、你的天主與你同在，就像與梅瑟同在一樣。無論誰違背你的命令，不服從你吩咐他的一切訓示，必處死刑。但是你應該勇敢果斷。」

對答詠

領：上主說：過去我怎樣和梅瑟同在，將來也要怎樣和你同在；

答：你該勇敢果斷，以便領導我的百姓進入那流奶流蜜的地方。

領：你不要害怕，因為我與你同在；

你無論到哪裏，我決不離棄你。

答：你該勇：

誦讀二 選讀聖納爵主教致羅馬人書

我要做一個有名有實的基督徒

你們從來不曾嫉妬人；你們教導過別人。我只願意你們所教訓和所命令的、現在仍保持其力量。你們祇要為我祈求內在與

外在的力量，使我不僅能宣講，而且還願意實踐；使我不僅擁有基督徒之名，而要實際做一個基督徒。當我真是基督徒時，當然也會享有基督徒之名；即使世界再看不到我時，我仍然是一個忠實的信徒。善不在於我們是否能看到。我們的天主耶穌基督，如今回到父內，却更清晰地顯示出來。當基督教義被世俗仇恨時，才可以看清楚，它的存在不是靠人類智慧的言

語，而是靠天主的力量。

我致書給所有的教會，並對它們聲明：如果你們不阻止我，我甘願為天主而死。我懇求你們，不要施與我不合時宜的恩情。請讓我成為野獸的食物！因為我藉著牠們才能獲得天主。我是天主的麥子，被獸牙所磨碎，好能成為基督的純潔的麵餅。

最好你們要煽動野獸，使牠們成為我的墳墓；不要讓牠們留下我身體的任何碎塊；這樣，在我死後，不會麻煩任何人。當世界再看不到我的身體時，我才成為基督的真弟子。請為我懇求天主，使我藉這些工具成為奉獻給天主的祭品。我不像伯鐸和保祿命令你們。他們是使徒，而我是被判死刑的；他們是自由人，而我到目前仍是奴隸。但是，如果我受苦，我便被基

督釋放，並且在祂內我將復活，成爲自由人，現在我被囚，正好學習毫無貪圖。

我從敘利亞到羅馬途中，一直在與野獸搏鬥：在陸路，在海上，夜以繼日，和十隻花豹，就是說和一隊士兵捆在一起；他們收到賞金，便越凶暴。他們的侮辱使我學習得更多，「可是我並不因此而成義人。」我多麼高興面對你們爲我所準備的野獸！我企望牠們很快結果我；我要逗弄牠們，好使牠們快吞嚥我，不要像那些害怕的野獸，不敢觸動某些人一樣。如果牠們仍然不願意，我便要勉強牠們。請你們原諒我；我知道什麼對我有益。是現在我才開始當徒弟。但願那無形或有形的人物，都不要因妬嫉我與基督結合而阻止我。但願猛火、十字架、獸羣、撕裂、分屍、骨頭分裂、支解、粉身碎骨、魔鬼的

酷刑都來到我身上；只要我能獲得耶穌基督就夠了。

對答詠

迦二，19-20

領：我已經因法律而死，使我能爲天

主而活；我如今在肉身內生活，是

因信仰天主子而生活。 答：祂

愛了我，並爲我而捨棄了自己。

領：我已經跟基督一同被釘死在十字

架上；所以我生活已不是我生活

了，而是基督在我內生活。

答：祂愛了：

結束禱詞 見常年主日

星期二

誦 讀

誦讀一

恭讀若蘇厄書

二，1-24

妓女辣哈布掩護探子

農的兒子若蘇厄由史廷暗中派出兩個人作偵探說：「你們去察看那地方和耶里哥！」他們就去了，來到一個名叫辣哈布的妓女家中，就住在那裏。有人報告耶里哥王說：「夜間有兩個以色列人到了這裏，偵探這地方。」耶里哥王便派人到辣哈布那裏說：「把那來到你家中的兩個人交出來，因為他們是來偵探這地方的。」但是那女人預先將那兩個人藏起來，就這樣回答說：「那兩個人的確來過我這裏，但是他們是從哪裏來的，我却不知道。天黑快關城門時，他們兩個人出去了；往哪裏去了，我也不知道。你們快去追趕，也許還可趕得上他們。」原來她叫那兩個人上了屋頂，藏在她屋頂上堆積的麻秸內。來問的人便沿着約旦河直向渡口去追趕；

趕的人一出去，城門就關了。

他們還沒有睡，那女人就上了屋頂，對他們二人說：「我知道上主已將這地方交給了你們；你們真叫我們害怕，本地所有的居民，對你們都恐懼不已。因為我們聽說，你們出埃及時，上主怎樣使紅海在你們面前乾涸；你們又怎樣對待了約旦河東岸的兩個阿摩黎王，就是息紅和敖格，將他們完全消滅。我們聽了就害怕起來，沒有一個人再有勇氣來對抗你們，因為上主、你們的天主，就是上天下地的天主。現在請你們指着上主對我起誓，我既然恩待了你們，你們也要恩待我的父家，請給我一個安全的保證，使我的父母、兄弟、姊妹和他們所有的一切人都能生存，救我們的性命免於死亡。」他們二人回答她說：「如果你不洩漏我們的約定，我們願拿性

命爲你們擔保；當上主將這地方交給我們時，我們必慈善忠厚地對待你。」於是那女人用繩子將他們二人由窗戶縋下去，因爲她的房屋是在城牆上，她也住在城牆上。她又對他們說：「你們要到山中去，免得追趕的人遇見你們。你們在那裏躲藏三天，等追趕的人回來，然後再上路。」他們二人對她說：「如果你不這樣作，你叫我們所起的誓，我們將不負責：就是當我們再到這地方時，你應將這根朱紅綫繫在你縋下我們的窗戶上，並且叫你的父母、兄弟和你父親全家人口，都聚集在你這屋裏，誰若走出你的屋門，他的血應由他自己承當，我們不負責任；但是凡同你在屋內的，如有人下手加害他，他的血將由我們承當。但是你若洩漏了我們的約定，那麼，你叫我們所起的誓，我們便不負

責。」她回答說：「就照你們說的做罷！」於是打發他們二人走了。他們走後，她便把那根朱紅綫繫在她的窗戶上。

他們出去，到了山上，在那裏住了三天，直到追趕的人回去。追趕的人一路尋找他們，結果沒有找到。他們二人轉身，由山上下來，渡過了約旦河，回到農的兒子若蘇厄那裏，將他們所遇見的事一一報告給他。他們對若蘇厄說：「上主實在已將那整個地區交在我們手中，因爲那地方的居民對我們都十分恐懼。」

對答詠

雅二，24-26；希十一，31

領：人成義是由於行爲，不僅是由於信德。那接待使者，從別的路上將他們放走的辣哈布，不也是因行爲而成義的嗎？ 答：正如身體沒有靈魂是死的，同樣，信德

沒有行爲也是死的。

領：辣哈布因着信德平安地接待了偵

探，就沒有同抗命的人一起滅亡。

答：正如身：

爲真正的人。請你們讓我效法我天主的苦難吧！如果一個人心內擁有天主，就該了解我的願望並同情我，因爲他知道是什麼力量在強迫我。

此世的首領願意掠奪我，並想挫折我

誦讀二 選讀安底約主教聖納爵致羅馬

人書

我的愛情被釘在十字架上

世間的安逸，世俗的王國對於我毫無益處。對我來說，在耶穌內死去，比統治全世界更好。我尋求的是爲了我們而死的那一位；我企望的是爲了我們而復活的那一位。我生產的時候來到了。弟兄們，請你們原諒我！不要阻止我生活，不要讓我死去。我切望屬於天主，你們不要把我交給世俗，也不要物引誘我。允許我接受純潔的光吧！等我到了那裏時，我將成

歸向天主的意願。你們在場的人，誰也不要幫助牠，而要幫助我，因爲我是屬於天主的。你們不要口中講論耶穌基督，心中却貪戀世俗。但願你們心中不要嫉妬我。即使我親自去求你們，你們也不要相信我，而寧要相信我現在給你們所寫的。現在我活着給你們寫信，渴望死去。我的愛情已被釘在十字架上，在我心中也沒有貪愛世物的熱火；却有生活與低訴的水在我內說：「來到父面前吧！」可朽的食物或今世的快樂，不能使我喜悅。我願吃天主賜的食糧，就是出自達味後裔耶穌基督

的肉體，我也願喝祂的血，就是不朽的愛德。

我不願再度人間生活。如果你們願意，我的願望將會實現。我求你們同意，好使你們也獲得善報。我寫這幾個字請求你們：請相信我。耶穌基督將為你們證明：我說的是實話；祂本身便是聖父忠實的代言人，聖父藉着祂講說真理之言。請你們為我祈禱，好使我達到目的。我寫信給你們並非按血肉之見，而是按天主的聖意。如果我殉難，是你們願意我獲得利益，如果我被擯棄，是你們恨我。

請你們在祈禱中紀念敘利亞的教會，現在這教會有天主作牧者，來代替我。唯有耶穌基督以司牧的身份管理它，還有你們的愛德；我感到慚愧：被稱為他們中的一員；因為我不配，由於我是他們中間最

微末的、是一個早產兒。但是如果我獲得了天主，我便可靠天主的仁慈，而確實成為一個人物。我的心神和因耶穌基督之名接待我的各教會都問候你們。他們沒有拿我當陌生人，甚至有些本來不在我經過的路上的教會也來陪伴我奔波，從這城到那城。

對答詠

哥一，24，29

領：現在我在為你們受苦，反覺高興。
 答：因為這樣我可在我的肉身上，補充基督為祂的身體——教會仍須忍受的痛苦。

領：我就是為這事而勞苦，按基督以大能在我身上所發動的力量，而盡力奮鬥。
 答：因為這：

結束禱詞 見常年主日

星期三

誦讀

誦讀一 恭讀若蘇厄書 三，1-17，

四，14-19，

五，10-12。

百姓過約旦河，並慶祝逾越節

若蘇厄清早起來，同所有的以色列子民由史廷出發，來到了約旦河，住在那裏，等候過河。過了三天，官長走遍全營，吩咐百姓說：「你們一看見上主你們天主的約櫃，和抬約櫃的肋未人，便由你們所住的地方起身，跟着它走，好使你們知道應走的路，因為這條路你們從來沒有走過。但是在你們與約櫃之間，應相隔二千肘，不可走近約櫃。」若蘇厄對百姓

說：「你們應該自潔，因為上主明天要在你們中間行神蹟。」若蘇厄又吩咐祭司說：「你們抬起約櫃，在百姓之前過河。」他們便抬起約櫃，走在百姓前面。

上主對若蘇厄說：「今天我要開始在衆以色列眼前顯揚你，使他們知道，我要與你同在，有如我從前與梅瑟同在一樣。你吩咐抬約櫃的祭司說：「你們一到約旦河的水邊，就停在約旦河邊。」若蘇厄又吩咐以色列子民說：「你們前來靜聽上主你們天主的話。」若蘇厄說：「你們由此可知，永生的天主就在你們中間，祂必從你們面前將迦南人、赫特人、希威人、培黎齊人、基爾加土人、阿摩黎人和耶步斯人趕走。看哪，大地之主宰的約櫃要在你們前面過約旦河。現在，你們應從以色列支派中挑選十二人，每支派一人，他們要

抬着大地主宰上主的約櫃，這些祭司的腳一踏入約旦河的水時，約旦河的水就必中斷，由上游流下來的水要停住，像一道河堤。

當百姓起程離開帳幕要過約旦河時，祭司抬着約櫃走在百姓的前面；當抬約櫃的祭司到了約旦河，他們的腳一踏入水邊——原來約旦河在整個收割期間，水常漲到兩岸——水就停住了：由上游流下來的水像一道河堤停在很遠的地方，遠在匝爾堂附近的阿當城，向下游流入阿辣巴海，就是鹽海的水，已全退去；於是百姓在耶里哥對面過了河。當全以色列人在旱地上走過去時，抬上主約櫃的祭司穩立在約旦河中的旱地上，直到全民衆都過了約旦河。

那一天，上主在衆以色列面前顯揚了若蘇厄；在他有生之日，百姓敬重他如同

敬重梅瑟一樣，上主吩咐若蘇厄說：「你命令抬約櫃的祭司，從約旦河裏上來。」若蘇厄便吩咐祭司說：「你們由約旦河裏上來吧！」抬上主約櫃的祭司從約旦河一上來，他們的腳一踏旱地，約旦河水就立刻流回原處，如同先前一樣，漲到兩岸。

正月初十，百姓從約旦河上來以後，在耶里哥東邊的基耳加耳紮了營。

以色列子民在基耳加耳紮營後，正月十四日晚上，在耶里哥平原舉行了逾越節。逾越節次日，他們吃了當地的出產，就是在那一天，吃了無酵餅和烤的麥子。他們吃了當地的出產的次日，「瑪納」就停止了。以色列子民既然沒有了「瑪納」，那一年就以迦南地方的出產維生。

對答詠

蘇四，22-25；

詠一一三，5

領：以色列曾在旱地上過了約旦河，因爲天主使約旦河水乾涸，正如從前使紅海乾涸一樣。 答：好使普世萬民，都認識上主的手，如何強而有功。

領：海洋，你爲什麼逃走？約旦河，你爲什麼倒流？ 答：好使普：

誦讀二 選讀奧利振若蘇厄書釋義

越過約旦河

在過約旦河時，約櫃領導天主的子女。當祭司班和肋未人止步時，河水好像對天主的使者表示尊敬，就停止流動，而堆積成一堵牆，讓天主的子女安全地過了河。基督徒啊，你讀到天主對以民所作的事不要驚奇，因爲你透過聖洗聖事，也穿過了約旦河的水；而且天主許給你更偉大更崇高的恩惠：許給你要穿過天空。

請聽保祿使徒論及義人們說：「我們要被提到雲彩上，在空中迎接主；這樣，我們就常和主在一起。」義人一無所懼，因爲萬物都要爲他服務。

也請聽天主藉先知的口對義人所做的許諾：「當你在火中走過時，火焰不會燒到你，因爲我是上主、你的天主。」所以，義人能平安地到任何地方去，所有的受造物都要爲義人提供應有的服務。你不要想這只是古代發生過的事；你現在聽人講這些事，便想不會再遇到這樣的事了。實際上這一切事蹟都以奧妙的方式在你身上成就了。因爲當你脫離了敬拜偶像的黑暗，並渴望聽從天主的法律時，你就是在逃離埃及。

當你參加望教者的行列，並開始遵守教會的規矩時，你便越過了紅海。當你穿

過曠野，在每站停留時，你天天從事聆聽天主的法律，並窺見由上主的榮耀而爲你揭開的梅瑟的面容。你來到洗禮神秘的水泉前，並在祭司和執事面前被引入這偉大而令人敬畏的奧秘之中——這是那些有權曉得的人所熟悉的——這時候，你也是在藉司鐸的神職而穿過約旦河。你將進入福地，在那裏耶穌要像梅瑟一樣接待你，並作你新旅程的嚮導。

你要牢記天主如此偉大的能力：祂爲了你使海水分開，河水停流，你要轉身對它們說：「海洋啊！你爲什麼逃走？約旦河啊，你爲什麼倒流？山嶽啊，你們爲什麼像公羊一樣跳躍？丘陵啊，你們爲什麼像羔羊一般舞蹈？」你將聽到天主的回應：「大地在上主面前戰慄，在雅格的天主面前震撼。祂使磐石變爲水潭，祂使礁

石變成水泉。」

對答詠

智十七，1；詠七六，20

領：上主，祢的裁判高深難明，祢的言語不可言喻。 答：祢曾光榮了祢的子民。

領：大海爲祢開道，深水給祢讓路。

答：祢曾光：

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦 讀

誦讀 恭讀若蘇厄書 五，13-16，21

耶里哥的毀滅

當若蘇厄走近耶里哥時，舉目一望，看見一個人站在他面前，手拿出鞘的刀。若蘇厄走到那人面前問他說：「你是我們

的人，還是我們仇敵的人？」那人回答說：「不，我是上主軍旅的元帥，剛來到這裏。」若蘇厄便俯伏至地，向他下拜說：「我主有什麼事要指示他的僕人呢？」上主軍旅的元帥對若蘇厄說：「將你腳上的鞋脫下來，因為你站的地方是聖地。」若蘇厄便照作了。

耶里哥的城門緊緊關閉，無人出入，以防以色列子民。上主對若蘇厄說：「我已將耶里哥和城中的王子、精銳的戰士，都交在你手中。你們所有的戰士要繞城轉一遭，這樣轉六天。七位祭司要帶着七個羊角號，在約櫃前面行走；但是第七天要繞城轉七遭，並且祭司要吹號角。當羊角號吹起長聲時，你們一聽見號角的響聲，衆百姓應高聲大喊；那時城牆必要坍塌，百姓個個要往前直衝。」

農的兒子若蘇厄將祭司召集，對他們說：「你們要抬着約櫃，七位祭司帶着七個羊角號，走在上主約櫃的前面。」然後又對百姓說：「你們要前去圍着城轉，先鋒隊要走在上主約櫃的前面。」若蘇厄對百姓說完話以後，那七位帶着七個羊角號的祭司走在上主前面，吹着號角，上主的約櫃跟在他們後面。先鋒隊走在吹號角的祭司前面，後衛隨着約櫃，一面走，一面吹號角。若蘇厄向百姓下令說：「你們不可喊叫，不可使人聽到你們的聲音，連一句話也不可出口，直到我給你們說：『喊叫』那天，你們纔可喊叫。這樣上主的約櫃圍城轉了一遭後，衆人就回到營中，在營中過夜。若蘇厄清早起來，祭司又抬起上主的約櫃，七位祭司帶了七個羊角號，走在上主的約櫃前面，一面走，一面吹號

角；先鋒隊走在他們前面，後衛隨在上主的約櫃後面，一面走，一面吹號角。第二天他們圍城轉了一遭後，又回到營中；他們這樣作了六天。到了第七天，黎明時，他們起來，照樣圍城轉了七遭。惟獨這一天圍城轉了七遭。到了第七遭，祭司們吹起號角，若蘇厄吩咐百姓說：「喊叫吧！因爲上主已將這座城交給了你們。這座城和城中所有的一切都應完全毀滅，歸於上主，只有妓女辣哈布和她家中的人口可以生存，因爲她隱藏了我們所派的使者。但是你們要小心，不可私自取用這些應毀滅之物，免得你們貪心，竊取應毀滅之物，使以色列全營遭受詛咒，陷於不幸。至於所有的金銀，以及銅鐵的器皿，都應奉獻給上主，歸入上主的府庫。」

百姓於是喊叫，號聲四起；百姓一聽

見了號角聲，放聲大叫，城牆便坍塌了；百姓就上了城，個個向前直衝，攻陷了城。將城中所有的一切，不論男女老幼，牛羊驢馬，都用利劍殺盡。

對答詠

參閱依二五，1，2；

希十一，30

領：上主！祢是我的天主；我要頌揚祢、頌揚祢的聖名。 答：因爲祢使那城淪爲廢墟，永遠不得重建。

領：因着民衆的信德，耶里哥城牆被繞行七天之後，就倒塌了。

答：因爲祢：

誦讀二

選讀奧利振若蘇厄書釋義

論耶里哥戰役

耶里哥城被圍，必須加以攻克。但是如何攻克耶里哥城呢？沒有對它拔出刀

劍，沒有擺出攻城武器，也沒有揮動過長矛，祭司只吹號角，城牆便應聲坍塌了！

我們在聖經中多次發現，耶里哥城象徵這個世界。例如，福音中記載：有人從耶路撒冷下到耶里哥，落在強盜手中，無疑地，這人象徵亞當，從地堂流徙到這世界上。福音又記載：耶里哥有些瞎子，耶穌來到他們跟前，使他們看見，這些瞎子象徵世上患有無知的瞽盲的人，天主子來到了他們跟前。所以耶里哥這座城，就是說這世界，即將崩潰，因為世界末日早已由聖經宣佈了。

但是世界將如何毀滅呢？用什麼器具毀滅？聖經說：「將用號角的聲音」，怎樣的號角？聖保祿給了你這秘密的答案。請聽他說什麼：「號角一響，在基督內死去的人，將要復活，成為不朽的。在一聲

號令下，在總領天使的呼聲下，在天主的號角聲下，主必親自從天降來。」那時，我主耶穌將用號角攻克耶里哥，並將它摧毀。城中只有一名神女和她全家倖存。保祿說：我主耶穌「將要來臨」，而且，祂將在號角聲中來臨。

那女人接待了探子，就是以信德和服從收留了祂的使徒，並把他們藏在屋頂上，但願上主拯救她，並使她有分於以色列族。可是我們不要重述這事，也不要譴責她過去的罪。她以前曾是妓女，現在却是貞潔的童女，與貞潔的丈夫基督相匹配。請聽聖保祿論她所說的話：「我已把你們當作貞潔的童女許配給基督了。」論到她時，他又說：「我們從前也是昏愚的、悖逆的、迷途的、曾作過各種貪慾和逸樂的奴隸。」

你還要多知道一些神女、不再是神女的事嗎？請再聽聖保祿的話吧：「你們中間有些人從前也是這樣的，但是現在藉着我主耶穌基督的名，並因我們天主的聖神，都已經洗淨了，已經聖化了。」那神女爲避免與耶里哥同歸於盡，就從採子手裏接受了紅綫繩，作爲安全最有效的記號。因爲整個教會全靠基督的血而得救贖，就是在我主耶穌基督內得救，榮耀和王權世世代代歸於祂。阿們。

對答詠

依四九，22，26；若八，28

領：看哪！我要向列邦高舉我手；向萬民豎起旗幟。 答：凡有血肉的人都要知道，我是拯救你的上主，是你的救贖者，是雅格的大能者。

領：你們高舉了人子以後，便知道我

就是那一位。 答：凡有血：結束禱詞 見常年主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀若蘇厄書 十，1-14，

十一，15-17

選民佔領福地

當耶路撒冷王阿多尼則德克聽說若蘇厄攻佔了哈依，完全予以毀滅，對待哈依和哈依王如同對待耶里哥和耶里哥王一樣；又聽說基貝紅居民已與以色列媾和，可住在他們中間，就大爲震驚，因爲基貝紅是一座大城，像一座京城，比哈依還大，城中的人又都勇敢。耶路撒冷王阿多尼則德克便派使者去見赫貝龍王曷罕、雅

爾慕特王丕蘭、拉基士王雅非亞和厄革隆王德彼爾說：「請你們來幫助我攻打基貝紅，因為這座城已與若蘇厄和以色列人媾和。」那五個阿摩黎王，就是耶路撒冷王、赫貝龍王、雅爾慕特王、拉基士王和厄革隆王聯合起來，率領他們所有的軍隊，上去包圍了基貝紅，合力進攻。基貝紅人便派人到基耳加耳營中見若蘇厄說：「你不要袖手不顧你的僕人，請快上來援救，扶助我們，因為住在山地的衆阿摩黎王都聯合起來，攻擊我們。」若蘇厄便親自率領他的一切軍民和所有的精兵，從基耳加耳上去了。

上主對若蘇厄說：「你不要怕他們，因為我已將他們交在你手中，沒有一個人能抵抗你。」若蘇厄由基耳加耳出發，整夜行軍，出其不意，突然向他們進攻。上

主使他們在以色列人前大亂，以色列人在基貝紅將他們完全擊敗，隨後在往貝特曷龍的上坡路上追趕他們，擊殺他們直到阿則卡，直到瑪刻達。當他們逃避以色列人，來到貝特曷龍下坡時，上主從天上降下冰雹，落在他們身上，直落到阿則卡，死傷無數；被冰雹打死的人比以色列用刀殺死的還多。

上主將阿摩黎人交給以色列子民的那一天，若蘇厄當着以色列人的面對上主說：「太陽，停在基貝紅吧！月亮，停在阿雅隆谷吧！」太陽果然停住，月亮也站住不動，直到百姓在敵人身上報了仇。這事豈不是記載在「義士書」上了嗎？太陽停在空中，不急速下落，約有一整天。從前或以後從來沒有一天像這一天一樣。上主這樣俯聽了一個人的呼聲，因為是上主

在爲以色列人作戰。

上主怎樣吩咐了他的僕人梅瑟，梅瑟也怎樣吩咐了若蘇厄，若蘇厄也就照辦了。凡上主吩咐梅瑟的事，若蘇厄沒有不照辦的。

這樣，若蘇厄佔領了那整個地區：包括山地，整個南方，哥笙全境，平原，阿辣巴原野，以色列山地和附近平原，由上依爾去的哈拉克山起，一直到赫爾孟山麓，黎巴嫩山谷間的巴耳加得：各城的王子都被生擒，都被殺死。

對答詠

則三四，13，15

領：我從各國將我的羊聚集起來，領他們回到本鄉。 答：我要在以色列的羣山上，溪水畔以及本國的一切牧場上，牧放他們。

領：我要牧放我的羊，使牠們臥在舒

適的羊棧裏。 答：我要在：

誦讀二 選讀聖安博主教聖詠釋義

聖詠集是一本甘飴的書

雖然聖經全部都發出天主聖寵的芬芳，然而對那本甘飴之書、聖詠集來說尤其真確。梅瑟以平實的方式描述了祖先的偉業；但當他率領以色列人穿過紅海、並目睹法郎王連同他的軍隊被淹沒時，便高舉心神讚揚這偉大事蹟（因爲他完成了超越他能力的大事），向上主高唱凱歌。他的姐姐瑪利亞也拿起手鼓，催促其他婦女說：「我們要歌頌上主，因爲祂大獲全勝，將馬匹和騎士投入海中。」

歷史教訓人，法律告誡人，先知話預告將來，懲戒刑罰人，倫理勸導人；在聖詠集中乃集其大成，也是一劑精神健康的良藥。任何人閱讀聖詠集，都會獲得特別

的藥方，以治愈他因偏情所受的創傷。聖詠集好像爲靈魂用的一座公用體育館和各種美德的運動場，任何人在其中都可找到各種準備好的練習器材，任何人可選擇他認爲最適合自己的一種，而用來訓練自己以獲得榮冠。

如果有人要研究，並願效法先人的事蹟，他可找到一篇聖詠包括了先祖的全部歷史；在一段簡短的誦讀中，他也可發現往事的全部寶藏。如果有人探索法律的力量（這力量完全在於愛德的情誼：誰愛近人，就滿全了法律），就讓他讀那些表現深情大愛的聖詠：一個人爲了洗刷全民的恥辱，竟甘願冒極大的危險。在此事上他會體認出，愛德的榮耀不是力量的炫耀能與之相比的。

至於預言的效能，我要說什麼呢？其

他的人以令人難以理解的方式所預言的事，似乎只向聖詠作者、明晰而清楚地預許過了：例如主耶穌將從他的後裔中出生，因爲上主曾對他說：「我要使你的親生兒子坐在你的寶座上。」所以，在聖詠中，我們不但看到耶穌爲我們誕生，祂還要接受身體上的苦難以拯救人類，祂安息、復活、升天、坐在天父的右邊。只有這一位先知曾經預告，其他任何人所不敢說的，和日後主在福音中所宣講的事蹟。

對答詠

詠五六，8-9

領：天主，我的心已準備妥當；我的心已準備妥當。 答：我要向上
主歌唱、詠詩讚揚。

領：我的靈魂，醒來吧！弦琴和豎琴，醒來吧！我要喚醒曙光。 答：我要向……。

結束禱詞 見常年主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀若蘇厄書 二四，1-7

，13-28

在福地復約

那時候，若蘇厄聚集以色列各支派來到舍根，也召集了以色列的長老、首領、法官和官長，叫他們立在天主面前，若蘇厄對全民衆說：「上主以色列的天主這樣說：從前你們的祖先亞巴郎和納曷爾的父親特辣赫，住在大河那邊，事奉別的神明。我將你們的祖先亞巴郎從大河那邊召來，領他走遍迦南全地，使他的後裔繁多，賜

給了他依撒格。我又將雅格和厄撒烏賜給了依撒格；將色依爾山區賜給了厄撒烏作產業；雅格却和他的兒子下到了埃及。以後我派了梅瑟和亞郎在埃及行了奇跡，打擊了埃及，然後將你們領了出來。當我領你們的祖先離開埃及來到海邊時，埃及人率領車輛兵馬，追趕你們的祖先直到紅海。當他們呼求上主時，上主便在你們與埃及人之間突降濃霧，使海水回流淹沒了他們。我在埃及所行的，你們都親眼見過。以後你們在曠野裏住了很久。

最後我把未經你們開墾的土地賜給了你們；把未經你們建築的城賜給了你們居住；將未經你們種植的葡萄園和橄欖樹林賜給了你們做食物。

所以你們應該敬畏上主，誠心敬意的奉事祂，拋棄你們祖先在大河那邊和埃及

所事奉的神，惟獨事奉上主。如果你們不樂意事奉上主，那麼今天就選擇你們所願意事奉的；或是你們祖先在大河那邊事奉的神，或是你們現住地的阿摩黎人的神；至於我和我的家族，我們一定要事奉上主。」百姓回答說：「我們絕對不願背棄上主，去事奉其他的神！因爲上主是我們的天主，是祂領我們和我們的祖先出離了埃及、那爲奴之家，在我們眼前行了那些絕大的神蹟，在我們所走的一切路上，在我們所經過的一切民族中，始終保護了我們。上主更從我們面前趕走了所有的異族，和住在這地方的阿摩黎人。因此我們必要事奉上主，因爲祂是我們的天主。」若蘇厄對百姓說：「你們不能事奉上主；因爲祂是神聖不可侵犯的天主，是忌邪的天主，祂決不寬赦你們的過犯和罪惡；如果你們

背棄上主，去事奉外邦的神，在祂恩待你們之後，祂必轉而向你們降禍，消滅你們。」百姓答覆若蘇厄說：「決不！我們一定要事奉上主！」若蘇厄對百姓說：「這是你們對自己作証，要選擇事奉上主！」他們答說：「我們自己作証。」那麼你們應除掉你們中間外邦的神，一心歸向上主、以色列的天主。」百姓答覆若蘇厄說：「我們必定事奉上主、我們的天主，必聽從祂的聲音。」當天，若蘇厄便與百姓立約，在舍根爲他們立定了誠命和典章。若蘇厄將這些話都寫在天主的法律書上；又取了一塊大石，豎在上主聖所旁邊的篤癩香樹下。

若蘇厄對全民衆說：「請看！這塊石頭將作我們的見証，因爲這塊石頭聽見了上主對我們所說的一切話。這塊石頭也將作

你們的見証，以免你們背棄你們的天主。」此後若蘇厄便遣散百姓各自回到他們的領地去了。

對答詠

蘇二四，16，24；

格前八，5，6

領：我們絕對不願背棄上主，而事奉其他的神。 答：我們必定事奉上主、我們的天主，並聽從祂的命令。

領：雖然天上人間有稱為神的，可是為我們只有一個天主。 答：我們必……

誦讀二

選讀聖安博主教聖詠釋義

我將以心靈歌唱，也將以理智歌唱

什麼比聖詠更悅人呢？達味自己說得很好，他說：「請你們讚美天主，因為歌頌我們的天主是件美事，讚美頌揚祂，甘

飴之至。」的確如此，因為聖詠是人民對天主的頌揚和讚美；是人民的稱謝，大家的鼓掌，眾人欲傾吐的心聲，教會的呼聲，以音樂所表示的信仰，對權威的順服，是自由的喜樂，喜悅的歡呼，高興的回響。聖詠平息忿怒，解除憂慮，驅逐悲傷。是夜間的武器，是日間的導師；是恐懼時的盾牌，是聖者的慶辰，是安謐境界的鏡子，是平安與和諧的保證，聖詠好像一架豎琴，可奏出由許多不同音符所組成的旋律。一天的開始吟唱聖詠，日落時分聽到聖詠的回響。

在聖詠中，教誨與優雅相配合：因為人詠唱是為得到歡愉，學習是為受到教誨。當你誦念聖詠時，還有什麼你想不到的事呢？當我讀到「給我愛人的一首歌」時，我便燃起聖愛之火。我在聖詠裏也發現啓

示的秘密，復活的明証，預許的酬報。我在聖詠裏學習如何避免犯罪，並且對已痛改的罪過不再感到羞辱。

那麼聖詠是什麼呢？它不是一種表達各種德行的樂器嗎？可敬的先知因聖神的助祐，彈奏這樂器，使人間響起天上悅耳的歌曲。和諧的音樂是在豎琴的弦上所奏出，而豎琴的弦是由動物的遺骸所製成，却能彈奏出讚美天主的天上音樂；聖詠作者從這事實教訓我們，首先應死於罪惡，然後在我們身上才能出現各種德行。這樣我們的熱誠方能得到天主的歡心。

因此達味教訓我們要在內心歌唱，在內心讚美天主，正如保祿所說的：「我要用心靈祈禱，也要用理智祈禱；我要用心靈歌唱，也要用理智歌唱。」聖詠教導我們，要以學習天上之事，來塑造我們的生

活與行動。這樣物質的享樂才不致激起我們肉體的偏情，因為這些偏情不能使我們的靈魂獲得救贖，反而使它不勝負荷。聖先知告訴我們，他是為自己靈魂的獲救而歌唱聖詠：「天主，以色列的聖者，我要鼓瑟，向祢歌詠；當我歌頌祢時，我的雙唇必要歡騰；我那蒙祢救贖的靈魂，必要由衷歡慶。」

對答詠

詠九一，2，4

領：至高者，稱謝祢的恩惠，歌頌祢的聖名，
答：多麼美好。

領：彈奏十弦琴和豎琴，彈出琵琶優美的旋律，讚美祢，
答：多麼美好。

結束禱詞 見常年主日

第十一主日

聖詠集第三週

第一晚禱

謝主曲對經：你們要去宣講天國的福音；

你們不勞而獲的，也要免費的施予。

誦讀

誦讀一 恭讀民長紀 二，6（三，4

民長時代概觀

若蘇厄遣散了百姓，以色列子民就各到自己應得的領地去，好佔領那地方。當若蘇厄在世時，和他去世後，那些見過上主爲以色列所行的大事的老人們還在的時期，百姓都事奉上主。上主的僕人、農的

兒子若蘇厄一百一十歲時去世。人們把他埋在他領地的境內，就是在厄弗辣山地，加阿士山北面的提默納赫勒斯。當那一代人都回到他們的祖先那裏以後，在他們之後，興起了另一代，他們不認識上主，也不知道上主爲以色列所行的事蹟。

以色列子民行了上主視爲惡的事：事奉了巴耳諸神。他們離棄了上主他們祖先的天主，就是領他們出離埃及的天主；他們隨從了別的神，叩拜他們四周各民族的神，因此觸怒了上主。他們背離了上主，而事奉巴耳和阿市托勒特。於是上主對以色列大發忿怒，把他們交在強盜手中，使強盜搶掠他們；將他們賣給四周的敵人，使他們不能抵抗敵人；他們無論到那裏去，上主的手總是加害他們；猶如上主所說的，猶如上主向他們所起的誓，使他們受極大

的痛苦。

上主雖然興起民長，拯救他們脫離強盜的手；但他們仍不肯聽從他們的民長，反而與外邦的神行淫，頂禮叩拜；他們很快便離開了祖先所走的道路，就是服從上主命令的道路；他們並沒有照樣行事。當上主給他們興起民長時，上主與民長同在，在民長一生的歲月中，救他們脫離仇敵的手，因為上主聽見了他們受壓迫欺凌而發出的歎息，就憐憫他們；可是民長一去世，他們又轉而行惡，行爲比他們的祖先更壞：追隨外方的神，事奉叩拜他們，總不放棄他們祖先的惡行和頑抗的行爲。

因此，上主對以色列大發忿怒說：「因為這百姓違犯了我與他們祖先締結的盟約，沒有聽從我的聲音；因此，若蘇厄死後所剩下的那些民族，我也不再由他們面前驅

逐任何一個，爲試探以色列是否謹守遵行上主的道路，有如他祖先所遵行的一樣。」因此，上主保留了那些民族，沒有迅速驅逐他們，也沒有把他們交在以色列人手中。

這是上主爲考驗那些不曉得迦南一切戰事的以色列人，所留下的民族，使以色列子民的後代，至少那些以前不曉得這些戰事的人，知道和學習作戰。這些民族就是培肋舍特人的五個酋長，所有的迦南人、漆多人和住在黎巴嫩山上，就是從巴爾赫爾孟山直到哈瑪特關口的希威人。他們留在那裏是爲考驗以色列人，看他們是否聽從上主的誠命，就是祂藉梅瑟吩咐他們祖先的那些誠命。

對答詠

詠一〇五，40，41，44；

民二，16

領：上主向祂的子民大爲震怒，將他

們交到異民手裏。 答：上主聽到他們的哀訴，就又垂念他們的痛苦。

領：上主興起了民長，把他們從強盜手中救出。 答：上主聽：

誦讀二 選讀聖啓廉主教「論天主經」

出自謙心的祈禱

我們祈禱時，言詞和懇求要合乎規則，要安靜和莊重。要想到我們是站立在天主台前，舉止和聲調，都該使天主喜悅。粗野的人高聲喊叫，反之，莊重的人却該安靜地祈禱。再者，吾主在祂的訓導中也教訓我們暗中祈禱，在隱密而遠離人的地方，甚至在內室中祈禱。這樣便更符合我們的信仰：因為我們知道天主是無所不在的，祂聽到也看見所有的人，祂透過祂天主性

的圓滿，甚至能洞燭隱藏而秘密的地方，一如聖經所載：「我是在近處的天主，不是遙遠的天主。人若藏在隱密處，難道我就看不見他了嗎？」「我不是充塞天地嗎？」又說：「天主的眼睛處處都在，監視善人和惡人。」

當我們和弟兄們共聚一堂，偕同天主的司鐸舉行聖祭時，務要謙虛並中規中矩，不要用激動的言語誇大我們的禱詞，也不要滔滔不絕地向天主懇求，而應出以有節制的方式。天主不聽人的聲音，而聽人的心語。祂洞察我們的思想，並不需要以呼喊促使祂注意。吾主證實這一點，祂說：「你們爲什麼在心裏思想惡事呢？」另一處又說：「所有的教會都要知道：我洞察人的思想和意念。」

撒慕爾紀上卷所記載的亞納，是教會

的預像。她忠實地遵守了這項規則：她祈求天主時，不用高聲呼喊，而是在心中默默地、謙虛地祈求。她作的是隱密的祈禱，她的信德却是顯著的；她不用口，而是用心說話，因為她知道天主垂聽這樣的祈禱。實際上，她獲得了她所請求的，因為她的祈求充滿信心。聖經加以說明：「她在心內傾訴，嘴唇在動，却聽不到她的聲音；天主就垂聽了她。」同樣，我們在聖詠中唸到：「你要在心內說話，要在床上悔罪。」天主聖神透過先知耶肋米亞給我們同樣的教訓：「上主，我們該在心中欽崇祢。」

親愛的弟兄們，欽崇天主的人該知道稅吏和法里塞人在聖殿中怎樣祈禱。那稅吏不敢抬頭望天，也不敢傲慢地舉起手來；只是捶胸，承認他隱密的罪過，哀求天主

仁慈助祐。由於法里塞人的自滿自足，而那應得到聖化的，是那位稅吏，因為他祈禱的態度是正確的；他沒有把得救的希望置於他的無辜上，因為人人有罪。稅吏承認己罪而謙遜地求恕，那寬恕謙卑者的天主便俯聽了他的祈禱。

對答詠

領：我們要思考，在天主與天使面前，應該如何舉止。 答：要以正確的態度歌頌天主，務使我們心口合一。

領：我們要知道：祈禱獲得垂允，不在多言，而在於心地純潔，流淚悔罪。 答：要以正：

結束禱詞 見常年主日

晨 禱

常年期第十一週

讚主曲對經：天國好似一粒芥菜種籽，它
雖然是世上最小的種籽，但
成長的芥菜，卻比其他蔬菜
都大。

星期 一

誦 讀

結束禱詞

仁慈的天主，仰望祢的人，必獲得勇
力；我們生性軟弱，沒有祢的助祐，便一
無所能。求祢俯允我們，廣施恩寵；助祐
我們遵守祢的誠命；所有思言行爲，都能
得到祢的歡心。

第二晚禱

謝主曲對經：耶穌向那婦人說：妳的信德
救了妳，平安去吧！

誦讀 一 恭讀民長紀 四，1-24

德波辣和巴辣克

厄胡得死後，以色列子民又行了上主
視爲惡的事。因此上主將他們交在迦南王
雅賓手中，他當時在哈祚爾爲王；他的軍
長息色辣駐紮在哈洛舍特哥因。因爲雅賓
王有九百輛鐵甲車，極力壓迫以色列子民，
已有二十年之久，以色列子民便呼籲上主。

當時有一位女先知德波辣，是拉丕多
特的妻子，作以色列的民長。她常坐在厄

弗辣山地、辣瑪和貝特耳中間的那棵德波辣棕樹下；以色列子民都到她那裏去聽判斷。她派人從納斐塔里刻德士把阿彼諾罕的兒子巴辣克叫來，對他說：「這是上主以色列的天主的命令：你要從納斐塔里和則步隆子孫中，率領一萬人向大博爾山進發：我要率領雅賓的將軍息色辣和他的車輛軍隊到克雄河畔，到你跟前來，把他交在你手中。」巴辣克對她說：「你若同我去，我就去；你若不同我去，我就不去。」她回答說：「我一定同你去，但是你此行並無光榮，因為上主要把息色辣交在一個女子手中。」於是德波辣起身同巴辣克往刻德士去了。巴辣克召集則步隆和納斐塔里的子孫到刻德士去，跟他上去的有一萬人，德波辣也同他上去了。

那時候，刻尼人赫貝爾離開別的刻尼

人，離開梅瑟的姻親曷巴布的子孫，在刻德士附近的匝阿納寧橡樹旁搭了帳幕。有人報告息色辣：阿彼諾罕的兒子巴辣克已上了大博爾山。息色辣便召集他所有的車輛，就是那九百輛鐵甲車，和隨從他的全軍，從哈洛舍特哥因出來。到了克雄河畔。德波辣對巴辣克說：「起來！因為今天上主已把息色辣交在你手中。上主不是走在你前面嗎？」於是巴辣克從大博爾山下來，那一萬人跟在他後面。當時上主用利劍在巴辣克前面擾亂了息色辣和他的車輛以及他的軍隊；息色辣下車，徒步逃跑了。巴辣克就追趕車輛和軍隊，直追到哈洛舍特哥因；息色辣的全軍都喪身刀下，一個也沒剩下。

息色辣徒步逃到刻尼人赫貝爾的妻子雅厄耳的帳幕那裏，因為哈祚爾王雅賓和

刻尼人赫貝爾的家族相安無事。雅厄耳出來迎接息色辣，向他說：「我主！請你躲起來，躲在我這裏，不必害怕！」他就躲在她的帳幕裏；雅厄耳就用毯子蓋住他。

息色辣對她說：「請給我一點水喝！因為我渴了。」她就打開皮囊給他奶喝，然後又蓋住他。息色辣又向她說：「你站在帳幕門口，若有人來問你說：這裏有人嗎？你就回答說：沒有。」那時，赫貝爾的妻子雅厄耳取了一根帳棚上的木橛，手裏拿着鎚子，悄悄走到息色辣跟前，把木橛釘在他的太陽穴裏，一直釘到地上；那時他正疲乏熟睡，就這樣死去。那時巴辣克正在追趕息色辣，雅厄耳出來迎接他，對他說：「來！我給你看看你所追尋的人。」他來到她那裏，看到息色辣已經在那裏死了！木橛在他的太陽穴中。這樣，那一天，

天主在以色列子民面前制伏了迦南王雅賓。以色列子民的力量日漸強大，超過了迦南王雅賓，直到將他消滅。

對答詠

格前一，27-29；

格後十二，9

領：天主召選了世上軟弱的，使那強壯的羞愧，為使所有的人，在天主面前無所誇耀； 答：因為天主的能力在人的軟弱上才完全顯示出來。

領：天主召選了那些一無所有的，為貶抑那富有的。 答：因為：

誦讀二 選讀聖啟廉主教論天主經

我們的祈禱是公共的和團體的

首先那些宣講和平與團結的導師，不願我們的祈禱只是個人的和私下的，好像人只為自己祈禱一樣。我們不說：「我的

天父」，也不說：「求祢今天賞給我日用的食糧。」每人也不只求自己的罪債得到寬恕，不要讓他陷於誘惑，並救他免於凶惡。我們的祈禱是公共的和團體的，我們祈禱時，不是為一個人，而是為全體子民而祈禱，因為我們全體子民是一體。

和平的天主與協和的導師，教導我們要團結一致，祂願意每人也為大家祈禱，就如祂在自己一人內擁有眾人。三位被投入火窯的少年，便曾遵守這祈禱的法則：當他們祈禱時，三人異口同聲，同心合意。有聖經為此作證，並教導我們，這些人如何祈禱，好使我們祈禱時，也能師法他們的榜樣。這樣我們也像他們一樣蒙天主垂聽，聖經說：「三人在火窯中同聲高唱讚美詩，並頌揚天主。」他們同聲祈禱，而基督那時尚未教導他們如何祈禱。

因此他們的祈禱是有效的，必得到垂允，因為這種平安、誠樸、和精神的祈禱定蒙天主悅納。

我們發現，使徒和門徒，在主升天後，便這樣祈禱，聖經說：「他們與幾個婦女，和耶穌的母親瑪利亞，以及祂的弟兄們，都同心合意地恒心祈禱。」他們同心合意地恒心祈禱，並藉如此恒心與和諧的祈禱給我們指出：那「使同心合意的人居住」在祂家中的天主，只許可同心合意祈禱的人進入永久的居所。

親愛的弟兄們，天主經的奧秘是多麼偉大，又多麼深奧！奧秘含蘊在簡短的詞句中，但是它精神的力量又是何等豐富！凡是我們能在祈禱中所請求的，在這天主的教誨的綱要中都毫無遺漏：主說：「你們要這樣祈禱：我們的天父……。」

我們是新人、重生者，是由於聖寵而交還給天主的人，才能開始對天主說：「

父啊！」因為我們已成爲子女。聖若望說，天主聖言「來到自己的地方，而自己人却不接受祂。凡接受祂的，就是信祂名的人，祂就賜給他們權利，成爲天主的兒女。」凡信祂的名字並成爲天主子女的，便該從今開始感謝天主，並承認自己是天主的兒女，而稱天上的天主爲他自己的父親。

對答詠

詠二一，23；五六，10

領：上主，我要向我的弟兄，宣揚祢的聖名； 答：我要在盛大的集會中讚美歌頌祢。

領：上主，我要在萬民中讚美祢；我要在列邦中歌頌祢。

答：我要在：

結束禱詞 見常年主日

星期二

誦 讀

誦讀一 恭讀民長紀

六，1-6，

11-24 a

基德紅被召

以色列子民作了上主視爲惡的事，上主把他們交於米德楊人手中七年之久。米德楊人的勢力勝過了以色列；以色列子民爲了防禦米德楊人，便修築了山洞、地道和山寨。每逢以色列人撒種之後，米德楊人、阿瑪肋克人和東方子民就上來攻打他們；對着他們紮營，毀壞地產，直到迦薩一帶，沒有給以色列留下一點食糧，連

羊、牛、驢也沒有留下；因為他們總是帶着家畜和帳棚上來，多如蝗蟲；他們來的人和駱駝多得無數，踏入境內，毀壞田地。以色列由於米德楊人的原故，很是窮困，因此以色列子民呼籲上主。

上主的使者來到，坐在敖弗辣的一棵屬於阿彼厄則爾人約阿士的篤耨樹下，當時他的兒子基德紅正在釀酒池裏打麥子，躲避米德楊人。上主的使者顯現給他，對他說：「英勇的壯士，願上主與你同在！」基德紅回答他說：「我主，請原諒！如果我上主與我們同在，我們怎會遭遇這些困難呢？我祖先給我們所講過的那一切奇事，如今在那裏呢？他們曾向我們說過：看哪，是上主領導我們出離埃及，但是現在上主拋棄了我們，將我們交在米德楊人的掌握中。」上主注視他說：「憑你這種力

量，你可去拯救以色列脫離米德楊人的掌握。看哪！是我派遣你。」他回答說：「我主，請原諒，我憑什麼拯救以色列呢？看哪！我家在默納協支派中是最卑微的，我在父親家中又是最小的一個。」上主對他說：「有我與你同在，你必擊敗米德楊人，就像打擊一個人一樣。」基德紅又向他說：「我若在祢面前蒙恩，請祢給我一個記號，證明與我說話的是祢。請祢不要離開此地，等我回到祢這裏，帶來禮物，擺在祢面前。」他答應說：「我等你回來。」基德紅就去預備了一隻小公山羊，又用一「厄法」麥粉作了無酵餅，把肉放在筐子裏，把湯盛在罐子裏，帶到篤耨樹下獻給他。天主的使者對他說：「拿出肉和無酵餅來，放在這磐石上，把湯倒出來！」他就照樣作了。上主的使者便伸出

手中所拿的棍杖，杖頭一接觸到肉和無酵餅，磐石便起火，把肉和無酵餅吞滅了；上主的使者便從他眼前隱沒了。基德紅便知道他是上主的使者說：「我主上主！我竟然面對面地看見上主的使者！」但是上主對他說：「你放心！不必害怕，你不會死！」基德紅就在那裏給上主立了一座祭壇，稱爲「上主是平安」。

對答詠

依四五，3-4；民六，14

領：上主我，指名召叫了你，是爲了我的僕人雅格，和我所揀選的以色列的緣故。 答：憑你這種力量，你可去拯救以色列。

領：爲使萬民知道我是上主，此外沒有別的上主。 答：憑你這：

誦讀二

續讀聖啓廉主教論天主教

願祢的名被尊爲聖

主耶穌是多麼仁慈！對我們的良善和慈悲又是多麼豐厚！祂竟然願意我們在天主台前祈禱，而稱天主爲父；正如基督是天主子一樣，我們也稱爲天主的子女。假設祂沒有許可我們這樣祈禱，我們當中誰也不敢用這種稱呼。因此，主愛的弟兄們，我們應該記住並且知道，當我們稱天主爲父，我們便該以天主子的身分而行事：就如我們以稱天主爲父而自得，同樣，也該讓天主以我們爲子女而喜悅。

我們該生活得如同聖殿一般，好使人看到天主確實住在我們內。我們的行爲不該有辱於聖神。我們現在既然成爲屬神的人和天上的人，便只該有屬神的和天上的思想和行爲！因爲主天主親口說：「凡光榮我的人，我將要光榮他們，凡輕視我的人，將受到輕視。」保祿使徒也在他的書

信中宣稱：「你們不再屬於你們自己，因為你們是用高價買來的。你們要用你們的身體光榮天主。」

然後我們說：「願祢的名被尊為聖。」

這並非說，我們希望天主因我們的祈禱而被祝聖；而是求天主，使祂的神聖性在我們內顯示出來。況且，天主能由誰祝聖呢？因為是祂聖化人。天主親自說過：「你們該是聖的，因為我是聖的。」我們已藉洗禮而被聖化，我們也熱切祈求，始終保持所得到的這種聖化的恩寵。我們天天為這事而祈禱。我們需要天天被聖化，因為我們每天都犯罪，我們需要以不斷的聖化，滌除我們的罪過。

天主的仁慈所賜給我們的，這種聖化保祿使徒曾予以說明，他說：「無論是淫蕩的、拜偶像的、姦淫的、同性戀的、偷

竊的、貪心的、酗酒的、辱罵人的或勒索人的，都不能承繼天主的國。你們中間有些人以前也是這樣的，但是現在藉主耶穌基督的名，和我們天主的聖神，都已經洗淨了，聖潔了，成為義人了。」他說我們是藉主耶穌基督之名，和我們天主的聖神而被聖化的。我們祈求，使這種聖化常存在我們內。我們的法官主基督治愈人，賜給人生命，祂也警告這樣的人，不要再犯罪，以免遭遇更不幸的事。我們要不鬆地為此事而祈禱，日夜不斷的懇求，使這種聖化和因天主聖寵而賜下的生命之恩，賴祂的護祐而保存不失。

對答詠 則三六，23-27；肋十一，44

領：我要使我的大名顯聖，我要在你們身上灑清水，潔淨你們；我還賜給你們一顆新的心，在你們五

內注入新的精神，答：好使你們履行我的規律，恪守我的誠命，並一一實行。

領：你們應該是聖的，因為我是聖的。

答：好使你：

結束禱詞 見常年主日

星期二

誦 讀

誦讀一 恭讀民長紀 六，33 ~ 40；

七，1 ~ 8，16 ~ 22

基德紅以寡勝多

那時候，米德楊、阿瑪肋克和東方子民都聚集起來，過了河，在依次勒耳平原安了營。上主的神充滿了基德紅，他一吹號角，阿彼厄則爾人便應召前來跟隨他；

他又派使者走遍默納協，默納協人也應召前來跟隨他；他又派使者往阿協爾、則步隆和納斐塔里去，他們也都上來與他們會合。基德紅就對天主說：「如果祢按祢所說的，真要藉我的手拯救以色列，我將剪下的一把羊毛放在禾場上，若是露水只落在羊毛上，而遍地都是乾的，那麼我便曉得，如祢所說的，祢真要藉我的手拯救以色列。」次日清早起來，果然如此，基德紅把羊毛一擰，從羊毛裏擰出一碗露水。基德紅又向天主說：「如果我再說一次，求祢別對我發怒！請讓我用這羊毛再試一次：只有羊毛是乾的，而遍地都是露水。」那一夜天主果然這樣作了，只有羊毛是乾的，而遍地都是露水。

耶魯巴耳（即基德紅）和所有跟隨他的民衆一早起身，在哈洛得泉安營；米德

楊的營幕就在他們北面，在摩勒山腳的平原上。上主對基德紅說：「跟隨你的民衆太多了，我不能把米德楊交在他們手中，免得以色列對我自誇說，是他們自己的能力救了他們。現在你要向民衆宣告說：凡害怕的人都可以回去，快快離開這裏。」

於是民衆中有兩萬二千人回去，只剩下萬人。上主又對基德紅說：「民衆還是太多；領他們下到水邊去，我要在那裏爲你甄選他們。凡我告訴你說：這人可同你去，他就與你同去；凡我告訴你說：這人不可同你去，他就不可去。」他就引導民衆下到水邊；上主向基德紅說：「凡用舌頭舔水像狗舔水似的，將他們安置在一處；同樣，凡屈膝跪下飲水的，將他們安置在一處。」用手捧到嘴邊舔水的共有三百人；其餘民衆都是屈膝跪下喝水。上主對基德

紅說：「我要用這三百舔水的人拯救你們，把米德楊交於你手中。讓其餘的民衆各回本地去。」基德紅便留下民衆的罐子和號角，遣散衆以色列人各回自己的帳幕，只留下三百人。米德楊的營幕就在他們下面的平原上。

於是他把三百人分作三隊，把號角和空罐子交在每人手中，將火把放在罐子裏，然後吩咐他們說：「你們看我怎樣作，你們便怎樣作；一到營幕邊上，我怎樣作，你們也要怎樣作。當我與跟隨我的人吹號角時，你們也應該在營幕四周吹號角，並且大喊說：『爲上主，爲基德紅！』」三更初，當哨兵換防的時候，基德紅率領他那一百人來到營幕邊上，吹起號角來，打破手中的罐子。同時三隊一齊吹號角，打破罐子，左手拿著火把，右手拿着號角吹，

並大喊說：「刀劍爲上主，爲基德紅！」衆人都在營幕四周，各站在自己的地方。那時敵人驚醒，亂喊亂竄。當那三百人吹號角的時候，上主使敵營互相廝殺。

對答詠

格前一，27-29；路一，52

領：天主寧選召了世上軟弱的，使那強壯的羞愧；選召了世上卑賤的，和受人輕視的，以及那一無所有的，爲貶抑那富有的。 答：好使所有的人，在天主面前無所誇耀。

領：天主從高位上推下權貴，却提拔

弱小卑微。 答：好使所……

誦讀二

續讀聖啓廉主教論天主經

願祢的國來臨，願祢的旨意奉行

禱詞繼續說：「願祢的國來臨。」我們是在祈求，願天主的王國在我們內實現，

就如以上所求的一樣：願祂的聖名在我們內被尊爲聖。事實上，天主何時不爲王呢？那永遠存在於祂內的、並永不停止存在的王權怎能又開始呢？因此我們所求的，是天主所許給我們的、那王國的來臨，這是基督用祂的苦難和聖血、爲我們所贏取的王國。這樣，我們首先在世爲奴，然後將在基督的統治下，一起爲王，一如祂所親口預許的：「我父所祝福的人，來吧！來承受自創世以來就給你們準備好的王國吧！」

親愛的弟兄們，基督自己可能就是我們每天所切望來臨的天主之國，我們企盼祂的來臨不久將在我們內實現。基督自己就是復活，因爲我們要在祂內復活。同樣祂也可被視爲天主的國，因爲我們將在祂內爲王。我們求天主的國，就是說求天國，

我們求的對；因為也有地上的國。然而，誰已經棄絕了世俗，便是超越世俗的榮華及其王國。

我們又加上一句說：「願祢的旨意奉行在天上和地上。」這不是求天主作祢所願意的事，而是求使我們能夠作天主所願意的事。因為誰能阻止天主所願意作的事呢？但是因為魔鬼能阻止我們在思想和行事各方面服從天主，我們便祈禱懇求天主，使我們承行祢的旨意。但是爲了承行祢的旨意，便需要祢的旨意，就是說需要祢的助祐和保護。因為沒有人能完全仗恃自己的力量，天主的仁愛和慈善是我們的靠山。甚至連天主基督也曾顯示祢人性的軟弱，祢說：「父啊！如果可能，讓這杯離開我吧！」祢又給弟子們樹立榜樣，要他們奉行天主的旨意，不要隨從自己的私意，便

加上一句說：「可是不要照我的意思，而要照祢的旨意。」

天主的旨意便是基督所作的和所教導的一切：待人謙和，信德堅定，言語謹慎，作事公正，多行慈善事業，品行端方；不加害於人，受人凌辱却能忍受，與弟兄們和平相處，全心敬愛天主，愛慕祢，因爲祢是父，敬畏祢，因爲祢是天主。愛基督在萬有之上，因爲祢愛我們超越一切；堅持對祢的愛，永不分離；勇毅而毫無所懼地站在祢的十字架旁；需要爲祢的聖名和榮耀而戰時，要在承認信仰上表示我們的堅定不移；在受刑時，要顯示那支持我們作戰的信心；在死亡時，要顯示那能獲得榮冠的堅忍。這便是願意作基督的同承嗣者所有的涵義，就是奉行天主的誠命，就是滿全聖父的旨意。

對答詠

瑪七，21；谷三，35

領：誰承行我在天之父的旨意，

答：必將進入天國。

領：奉行天主旨意的人，就是我的弟

兄，我的姊妹、我的母親。

答：必將進……

星期四

誦 讀

誦讀一

恭讀民長紀

八，22 ~ 23，

30 ~ 32，

九，1 ~ 15，

19 ~ 20

天主的選民要求立王

以色列人對基德紅說：「你既然從米

德楊手中拯救了我們，請你和你的子孫作

我們的君王！」基德紅回答他們說：「我不作你們的君王，我的子孫也不作你們的君王，唯有上主是你們的君王。」

基德紅有七十個兒子，都是他親生的，因為他有很多妻子。他在舍根的妾也給他生了一個兒子，名叫阿彼默肋客。約阿土的兒子基德紅壽終正寢，埋葬在阿彼厄則爾的敖弗辣，他父親約阿土的墳墓裏。

耶魯巴耳的兒子阿彼默肋客到舍根去見他的母舅們，對他們和他母家的人說：「請你們問一問舍根所有的公民：是耶魯巴耳的兒子七十人治理你們好呢？還是一個人治理你們好呢？你們還要記得：我是你們的骨肉。」他的母舅們就替他把這些話傳給舍根所有的公民；他們的心都傾向阿彼默肋客，因為他們說：「他確是我們弟兄！」他們便從巴耳貝黎特廟裏拿了

七十塊銀錢給他；阿彼默肋客就用這些錢僱了一些放蕩無賴之徒跟隨他。他回到敖弗辣他父親家裏，在一塊石頭上把自己的弟兄，就是把耶魯巴耳的兒子七十人都殺了；只剩下了約堂，因為他藏起來了。於是舍根所有的公民和貝特米羅人都集合起來，在舍根的紀念碑前那棵橡樹下，立阿彼默肋客爲王。

有人將此事告訴了約堂，約堂就上了革黎斤山頂，站在那裏，高聲向他們喊說：「舍根的公民，請你們聽我，願天主也聽你們！有一次，許多樹要去立一棵樹作他們的君王，就對橄欖樹說：請你作我們的君王吧！橄欖樹回答說：人用我的油來敬禮神，尊崇人，難道要我放棄供給人油，而去搖擺在衆樹之上嗎？衆樹又對無花果樹說：請你來作我們的君王！無花果樹回

答說：難道要我捨棄我的甘甜和美果，而去搖擺在衆樹之上嗎？衆樹又對葡萄樹說：請你來做我們的君王！葡萄樹就回答說：我的新酒悅樂神人，難道要我放棄出產，而去搖擺在衆樹之上嗎？於是衆樹對荆棘說：請你來作我們的君王！荆棘對樹木答道：若是你們真願立我作你們的君王，來罷！躲在我的樹蔭下，否則火必從荆棘冒出，吞滅黎巴嫩的香柏木。今天如果你們認爲以真誠正直對待了耶魯巴耳和他的家族，那麼，你們就因阿彼默肋客而喜樂罷！希望他也因你們而喜樂！不然，願火從阿彼默肋客發出，吞滅舍根的公民和貝特米羅！也願火從舍根的公民和貝特米羅發出，吞滅阿彼默肋客！

對答詠

民八，23，默五，13

領：我不作你們的君王，我的兒子也

不作你們的君王； 答：唯有上主是你們的君王。

領：願讚頌、尊威、光榮和權力，永遠歸於坐在寶座上的那一位，和

那羔羊。 答：唯有上主：

誦讀二 續讀聖啓廉主教論天主經

求賜食糧後，再求赦罪

我們的祈禱繼續下去，我們懇求說：

「求祢今天賞給我們日用的食糧。」這可按精神的意義和字面的意義加以解釋。這兩種解釋，在天主的計劃中，都為我們的得救有所助益。因為基督便是生命之糧。

這並不是大眾的食糧，而是屬於我們的食糧。我們稱天主是「我們的父」，因為祂是認識祂的和信祂的人的父親。同樣我們稱基督為「我們的食糧」，因為祂是屬於那些組成祂奧體者的食糧。

我們祈求天主每天賜給我們這食糧。

因為我們既然都生活在基督內，並且每天領聖體，作為救恩的食糧，便不該讓某種重罪阻止我們領聖體，禁止我們領受天糧，而與基督的身體分離，祂自己宣稱：「我是從天上升下來的生命之糧。誰若吃了這食糧，將永遠生活。我所要賜給的食糧就是我的肉，是爲了世人的生命而賜的。」

祂說，誰吃這食糧，將永遠生活；這說明，那和祂的身體結合在一起的，有領聖體之權利的，以及領受聖體聖事的人，才能生活。因此，我們該戰戰兢兢地祈禱，以免有人被禁止領聖體，遠離基督的身體，而被棄於救恩外。基督親自警告說：「你們若不吃人子的肉，不喝人子的血，在你們內就沒有生命。」因此我們每天祈求天主賜給食糧，就是賜給基督；這樣我們常

居住並生活在基督內；便不會遠離祂的聖寵和祂的身體。

然後，我們由於犯了罪而祈求天主說：「求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕得罪我們的人一樣。」求賜日用糧後，我們再求赦罪。

基督讓我們記起，我們都是罪人，這是多麼需要、多麼明智而有益的事！當我們求天主寬恕時，便強迫我們看清良心的狀況！誰也不要自滿自足，好像清潔無罪，也不要因過分自大而日益墮落：基督命令我們祈求罪赦，就是在提醒我們：我們每天都會犯罪。

若望在他的書信中也這樣勸告說：「如果我們說自己沒有罪，便是自欺，真理也不在我們內。但是如果我們承認自己的罪，上主是信實而公義的，必定赦免我們的

罪。」這段書信把兩件事連結在一起：我們該為我們的罪求寬恕，我們求寬恕，一定會蒙赦免。因此他說，天主是信實的，因為祂必實踐赦罪的諾言。基督教訓我們要為罪債而祈禱，也同時應許我們天父將大發慈悲，賜予罪赦。

對答詠

詠三〇，2，4；二四，19

領：上主，我投靠了祢，永遠不會受辱，因為祢是我的力量，我的避難所。 答：爲了祢的名，求祢領導我，指教我。

領：上主，求祢垂視我的困苦艱難，赦免我的一切罪愆！ 答：爲了祢：

結束禱詞 見常年主日

星期五

誦讀

誦讀一 恭讀民長紀 十三，1-25

預告三松的誕生

以色列子民又作了上主視為惡的事，因此上主把他們交於培肋舍特人手中四十年之久。那時，在祚辣有一個人，屬於丹支派，名叫瑪諾亞，他的妻子是個石女，從未生育。上主的使者顯現給那婦人，對她說：「你原是石女，從未生育，但是你要懷孕生子。今後要留心：清酒濃酒都不可喝，各種不潔的東西也不可吃！你將懷孕生子，剃刀不可碰到他的頭，因為這孩子從母胎就是獻於天主的。他要開始從培肋舍特人手中拯救以色列。」那婦人便去

告訴她的丈夫說：「有一個天主的人來到我這裏，他的容貌好像天主的使者，非常威嚴；我沒有問他從哪裏來，他也沒有告訴他的名字。他對我說：你將懷孕生子，從今以後，清酒濃酒都不可喝，各種不潔的東西都不可吃，因為這孩子從母胎一直

到死，是獻於天主的。」瑪諾亞就懇求上主說：「我主！求祢使祢所派的那位天主的人再到我這裏來！指教我們對於將生的嬰孩應該作什麼。」天主聽了瑪諾亞的話；天主的使者又來到那婦人跟前；那時她正坐在田間，她的丈夫沒有同她在一起。那婦人就急速跑去告訴丈夫說：「那天來我跟前的那個人，又顯現給我了。」瑪諾亞就起來，跟着妻子來到那人跟前，對他說：「你就是向這婦人說話的那人嗎？」他回答說：「我就是。」瑪諾亞向他說：

「當你的話應驗的時候，我們應該怎樣管教這孩子？要怎樣待他呢？」上主的使者對瑪諾亞說：「我給這婦人所說的一切，她都當留神：凡葡萄樹所結的，她不能吃；清酒濃酒，她不能喝；各種不潔的東西，她不能吃；凡我所吩咐她的，她都該遵守。」瑪諾亞對上主的使者說：「請容許我款留你，為你預備一隻小山羊。」上主的使者對瑪諾亞說：「你雖款留我，我却不吃你的食物；假使你要獻一全燔祭，就當獻於上主。」因為瑪諾亞當時還不知道他是上主的使者。瑪諾亞問上主的使者說：「你叫什麼名字？當你的話應驗的時候，我們好恭敬你。」上主的使者回答說：「你爲什麼問我的名字？它是奧妙的。」瑪諾亞取了一隻小山羊和素祭，在一塊磐石上獻於行奇事的上主。當火焰從

祭壇上向天升起時，上主的使者也在祭壇上的火焰中上升了。瑪諾亞和他的妻子看見這事，就俯伏在地上。上主的使者沒有再顯現給瑪諾亞和他的妻子，那時候瑪諾亞才知道他是上主的使者。瑪諾亞對妻子說：「我們必定要死，因爲我們看見了天主。」但是他的妻子對他說：「如果上主有意叫我們死，必定不會悅納我們的手所獻的全燔祭和素祭，必定不會使我們看見這些事，也不會使我們聽到像現在這樣的話。」後來那婦人生了一個兒子，給他起名叫三松；孩子漸漸長大，上主降福了他。在瑪哈乃丹，就是在祚辣與厄市陶耳之間，上主的神開始感動了他。

對答詠

路一，13，15；民十三、5

頌：天使對匝加利亞說：你的妻子將給你生一個兒子，你要給他起名

叫若翰：淡酒和濃酒，他都不渴；他未出母胎、就已充滿聖神。答：因為他將是獻與天主的人。

領：上主的天使顯現於瑪諾亞的妻子說：「你將懷孕生子；剃刀不可碰到他的頭。」答：因為他：

誦讀二 續讀聖啓廉主教論天主經

我們是天主的子女，該常生活在天主的平安中

基督又在祂令人祈禱求罪赦的命令上、附加了一個確切而清楚的條件：我們要求得天主的寬恕，要看我們如何寬恕得罪我們的人。使我們知道：除非我們寬恕那得罪我們的人，我們的罪，便不能獲得寬恕。因此祂在另一處說：「你們用什麼尺度衡量人，也必照樣被人衡量。」那個

僕人蒙主人豁免債務後，不願寬恕他的同伴，便又被投入牢獄。因為他不願寬恕他的同伴，就又喪失了他主人所賜給他的恩惠。

基督以嚴厲的懲戒，更有力地加強這條誠命，祂說：「當你們站着祈禱時，如果你們對某人有所怨恨，就該寬恕他，好使你們的天父也寬恕你們的罪。如果你們不寬恕別人，你們的天父也不寬恕你們。」在審判的那一天，你將毫無推諉，因為天主將按你判斷人的方式審判你，而且你對別人所作的，你將自己承受。

天主命令我們要和睦相處，同心合意地住在祂的家中。祂藉我們的第二次誕生而再造了我們，便願意我們恒心度此新生活；我們既然是天主的子女，祂願意我們常生活在祂的平安中；我們既然分享同一

聖神，祂願意我們的心靈和思想都團結一致。天主不悅納紛爭不和者的祭獻。祂命令這樣的人離開祭台，先去與弟兄和好，這樣天主才會悅納，他在和平中所做的祈禱。向天主呈獻的偉大祭獻，便是我們之間的和平，是弟兄般的和諧，是藉着父子和聖神之間的合一而團結的子民。

亞伯爾和加音二人首次祭獻時，天主所看到的不是他們的禮品，而是他們的心；前者的心使天主喜悅，因此他的禮物也蒙祂悅納。愛好和平與公正的亞伯爾，懷着一顆純潔無瑕的心獻祭時，給其他的人一個教訓：當他們到祭台前獻禮時，該像他一樣：要懷着對天主敬畏之心，要心地純樸，遵守正義，並與人和平相處。亞伯爾便這樣祭獻了天主，他自己以後也成爲獻與天主的犧牲，實在是很適當的。如

此他成爲第一位殉道者，並且以他藉鮮血所得到的勝利也成爲主苦難的象徵，因爲他擁有主的正義及和平。這樣的人將從主的手中獲得榮冠，這樣的人在審判那一天將和主一同獲得公正的審判。

至於紛爭不和、與弟兄不睦的人，按照若望使徒和聖經所說，即使他爲了基督之名而被處死，也難免因製造不和被控告。因爲聖經記載：「誰恨弟兄，就是凶手。」凶手不能進入天國，也不能和天主生活在一起。誰寧願效法茹達斯，而不願師法基督，便不能和基督在一起。

對答詠

弗四，2，3，4；

羅十五，5，6

領：我懇求你們，行事爲人，務要符合你們所受的寵召；凡事要謙

遜，以愛德彼此擔待， 答：正如你們蒙召，同有一個希望一樣。

領：願賜忍耐和安慰的天主，使你們彼此同心合意，好能同心同口，光榮我們的天主。

答：正如你：

結束禱詞 見常年主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀民長紀 十六，4 ~ 6，

16 ~ 31

德里拉的詭計和三松的死

三松在索勒克平原又愛上一個名叫德里拉的女人。培肋舍特的酋長們到她那裏，對她說：「請你引誘他，看看他這樣

大的力量是從那裏來的，我們怎樣才能制勝他，將他捆起來，而制伏他；我們每人給你一千一百兩銀子。」德里拉問三松說：「請你告訴我，你這樣大的力量是從那裏來的，人怎樣纔能將你捆起來，而制伏你。」因為她天天用話來逼他，催他，使他的精神苦惱得要死。三松就把心中的一切全透露給她，對她說：「剃刀從未接觸過我的頭，因為我在母胎時就是獻於天主的；人若剃去我的頭髮，我的力量就離開了我，我就像其他的人一樣軟弱。」德里拉一見他把心中的一切全給透露了，便派人叫培肋舍特的酋長來說：「這一次你們上來罷！因為他把心中的一切全透露給我了。」於是培肋舍特人的酋長手帶着銀子，來到德里拉那裏。德里拉使三松睡在她的膝上，又叫來一個人，剃去三松

頭上的七條髮辮，他就開始軟弱無力，他的力量完全離開了他。於是德里拉喊說：「三松，培肋舍特人來捉你了！」他由夢中醒來，心想：「這一次和前幾次一樣，我一掙扎，必能脫身。」他却不知道上主已離棄了他。培肋舍特人便把他捉住，剷去他的眼睛，帶他下到迦薩，用銅鍊鎖住他，叫他在監獄裏推磨。但是他的頭髮在剃了以後，又漸漸長起來。

培肋舍特人的酋長聚集起來，爲給他們的神達貢舉行祭獻大典，表示慶祝；他們說：「我們的神把我們的仇人三松交在我們手中。」民衆一見三松，就讚頌他們的神說：「我們的神把破壞過我們的田地，殺害過我們多人的仇人，交在我們手中了。」當他們興高采烈的時候，就喊說：「讓三松給我們表演把戲！」他們就

從監獄裏叫出三松來，在他們面前要把戲；以後把他放在兩根柱子中間。三松對牽他手的僮僕說：「讓我摸摸支持大殿的柱子，好能靠一靠。」那時殿內擠滿了男女，培肋舍特人的酋長也在裏面，在天台上約有三千男女，都在看三松表演把戲。三松呼求上主說：「吾主上主，求祢眷念我！天主，求祢再賜我力量，只要這一次！以報培肋舍特人剷我雙眼的仇。」三松就抱住正中那支撐大殿的兩根柱子，右手抱一根，左手抱一根；然後三松說：「

讓我的性命和培肋舍特人同歸於盡吧！」於是他奮力屈身，大殿隨之倒塌，壓在酋長和裏面所有民衆身上。這樣他在臨死時所殺死的人，比一生所殺死的還多。此後，他的兄弟和父親的全家下來，把他抬上去，葬在祚辣和厄市陶耳之間，他父親

瑪諾亞的墳墓裏。他做以色列民長共有二十年。

對答詠

詠四二，2；三十，4；

民十六，28

領：天主，求祢爲我伸冤，駁斥變聖的民族。 答：因爲祢是我的勇力，我的避難所。

領：天主、求祢眷念我，再賜我力量。

答：因爲祢：

誦讀二

續讀聖啓廉主教論天主經

不僅該以言語祈禱，還該以行為

祈禱

弟兄們：主基督教導我們這樣的一篇禱詞，將我們所有的祈求，總括在這幾句能拯救我們的話中，這有什麼可驚奇的呢？先知依撒意亞早已預言了這事，他當時充滿聖神，論及天主的尊威和仁慈說：

「這是一句完美的話，包括一切義德，因爲天主將在普世使人聽到一句簡短的話。」

因爲當天主的聖言，我們的主耶穌基督爲了衆人而降來時，祂聚集了明智和愚昧的人，給男女老幼頒佈了救恩的誠命。祂也對這些誠命作了一個內容豐富的綱要，使人容易記憶，並能迅速學會爲真實信仰所必要的真理。

這樣，祂爲教導我們永生是什麼，便以簡短而神聖的話、總括這永生的奧蹟說：「永生就是認識祢是惟一的眞天主，並且認識祢所派遣的耶穌基督。」同樣，祂把法律和先知書綜合在首要而最大的兩條誠命中，祂說：「以色列啊！你聽着，上主、你的天主，是唯一的上主；你要全心、全靈、全力愛上主，你的天主；這是第一條誠命。第二條與它相似，就是要愛

人如己。全部法律和先知書都以這兩條誠命爲根據。」又說：「你們願意人怎樣善待你們，你們也要怎樣善待別人：這就是法律和先知的意義。」

主耶穌不僅以言語，而且用行爲教導我們祈禱。祂自己時常祈禱，並以實際的榜樣指示給我們當如何祈禱，一如聖經所記載的：「祂退入曠野去祈禱。」又說：「祂出外到山上去祈禱，整夜祈求天主。」

主祈禱並懇求，並不是爲祂自己——純潔無罪的人爲什麼爲自己懇求呢？——而是爲了我們的罪；一如祂對伯鐸說話時所聲明的：「撒殫想要得到你們，好節你們如同篩麥子一樣。但是我已爲你祈求，使你的信德不致喪失。」然後，祂爲所有的人祈求聖父說：「我不但爲他們祈求，也爲那些因他們的話而信我的人祈求：使他們

都合而爲一，像父、祢在我內，我在祢內一樣，使他們也在我們內。」

天主爲了使我們得救，所顯示的愛心和慈善是何等偉大：祂以自己的血救贖了我們，仍感不足，還要爲我們祈禱。請看祂在祈禱中所表示的願望：就像父和子是一體，我們也要常在祂們的合一中，保持團結一致。

對答詠

詠二四，1，2，5

領：上主，我一心仰望祢； 答：我的天主，我依靠祢，便不會蒙羞。

領：求祢以真理指導我：我終日仰望祢，因爲祢是我的救主。

答：我的天主，：

結束禱詞 見常年主日

第十二主日

聖詠集第四週

第一晚禱

謝主曲對經：誰在世人面前承認我，我也
要在我父面前承認他。

誦讀

誦讀一 恭讀撒慕爾紀上

十六，1-13

達味受傅為王

那時候，上主對撒慕爾說：「我既然
廢棄了撒烏耳，不要他作以色列的君王，
你爲他悲傷要到幾時呢？把你的角盛滿
油，我派你到白冷人葉瑟那裏去，因爲在
他的兒子中，我已爲我選定了一位君王。」

撒慕爾回答說：「我怎能去呢？若是撒烏

耳聽說了，必要殺我。」上主回答說：「
你手牽一頭小母牛說：我爲祭獻上主而
來。你應請葉瑟參與祭獻，我要告訴你當
作的事，你要爲我所指給你的人傅油。」
撒慕爾便依照上主吩咐他的作了。一到了
白冷，城內的長老都戰慄地前來迎接他
說：「你駕臨這裏平安嗎？」他回答說：
「平安，我是爲祭獻上主而來的，你們應
聖潔自己，來同我一起獻祭。」他聖潔了
葉瑟和他的兒子，請他們來參與祭獻。他
們一來，他見了厄里雅布，心裏想：這
一定是站在上主面前的受傅者。但上主對
撒慕爾說：「你不要注意他的容貌和他高
大的身材，我拒絕要他，因爲天主的看法
與人不同：人看外貌，上主却看人心。」葉
瑟叫阿彼納達布來，領他到撒慕爾面前；
但是他說：「這也不是上主所揀選的。」

葉瑟就叫沙瑪來；他又說：「這也不是上主所揀選的。」葉瑟就叫他的七個兒子都到撒慕爾面前來，撒慕爾對葉瑟說：「上主沒有揀選這些人。」於是撒慕爾問葉瑟說：「孩子們全到了嗎？」他回答說：「還有一個最小的，他正在放羊。」撒慕爾對葉瑟說：「快派人帶他來，因為他不來，我們決不入席。」於是他派人把他帶來，他是一個有血色，眉目清秀，外貌英俊的少年。上主說：「起來，給他傅油，就是這一個。」撒慕爾拿起油角來，在他兄弟們中間給他傅了油。從那天起，上主的神使降臨在達味身上。事後，撒慕爾就起身回了辣瑪。

對答詠

詠八八，20，22，21

領：我已將王冠加給了一位勇士，我

從民間選拔了一位聖者；

答：因為我的手臂使他堅強。

領：我揀選了我的僕人達味，以聖油

傅首賜他王位。 答：因為我：

誦讀二 選讀福思丁神父論天主聖三

基督是君王，也是永遠的祭司

我們的救主，按人性而論，是真正的受傅者，真是君王和真祭司，二者都是自己，因為這都是祂救主身份所不能缺少的。請聽祂自己說祂如何成爲君王：「我已在熙雍、祂的聖山上被立爲王。」也請聽聖父證明基督是祭司，祂說：「祢照默基瑟德的品位永爲祭司。」亞郎是第一個人按照古代法律被傅聖油而成爲祭司的；但是天主不說：「依照亞郎的品位」，以免有人相信救主的祭司職能夠世襲。亞郎的祭司職之常存確是由於世襲；而救主的祭司職，並不由世襲而傳遞給他人，因爲

祂永遠是祭司，依照聖經所載：「祢照默基瑟德的品位、永為祭司。」

所以，救主按人性而論，既是君王，又是祭司，但是祂接受的傅油，不是物質的，而是屬神的。在以色列人中，國王和祭司通常被傅以有形的油，才成為國王或祭司，一個人不可兼得兩者名銜，他或者是國王，或者是祭司；唯獨基督能如此，因祂擁有各方面的完美和圓滿，祂來是為完成法律。

但是，雖然每人不能兼有兩個名銜，因為他們身體方面接受了國王的傅油，或祭司的傅油，使都能稱為基督——受傅者。至於救主，祂是真基督，由聖神而傅油，以便應驗關於祂所記載的：「因此，天主、你的天主，給你傅了喜樂的油，勝過你的同伴。」這指出祂因被傅油而超越其他受

傅者，因為祂傅了喜樂的油，這油除了指聖神外，別無所指。

我們從救主身上曉得這是真確的。當祂接過依撒意亞先知書，展開書卷念這段話：「上主的神臨於我，因此祂給我傅油」，然後祂說，這預言為聽眾已經應驗了。此外，使徒之長伯鐸指出那給救主所傅的聖油便是聖神，就是天主的神能。宗徒大事錄載，伯鐸對那最虔誠、最仁慈的百夫長說話，其中有這些話：「在若翰宣講洗禮以後，從加里肋亞開始所發生的事，天主以聖神和大能傅了納匝肋人耶穌。祂走遍各地，施恩行善，解救所有被魔鬼壓制的人。」

你看到，伯鐸也說過：這耶穌按人性說，是以「聖神和大能」而受傅的。因此，耶穌本身按人性說，真正成了基督——受傅

者，祂藉聖神傅油永遠成爲君王和祭司。

對答詠

領：請看，來拯救萬民的那一位，是多

麼偉大！ 答：祂就是正義之王；

祂的世代沒有終結。

領：祂來作我們的前驅，按照默基瑟

德的品位，永爲祭司。 答：祂

就是：

結束禱詞 見常年期主日

晨 禱

讚主曲對經：主啊！救命！我們快淹死了

！天主，請出命使風浪平靜。

結束禱詞

天主，祢從不遺棄深切愛慕祢的人；

求祢使我們永遠敬畏、愛慕祢的聖名，並

仰賴祢的聖名而生活。

第二晚禱

謝主曲對經：誰決定追隨我，就應該捨棄

自己，背起他的十字架來追

隨我。

常年期第十二週

星期一

誦 讀

誦讀一 恭讀撒慕爾紀上 十七，1-10，32，38-51

10，32，38-51

達味與哥肋雅交戰

培肋舍特人調集了軍隊，準備作戰，

集合在猶大，在索苛與阿則卡之間的厄斐

斯達明紮了營。撒烏耳和以色列人也齊集起來，在厄拉谷紮了營，擺陣準備迎擊培肋舍特人。培肋舍特人站在這邊一座山上，以色列人站在那邊一座山上，中間隔着山谷。從培肋舍特人陣地中走出一個挑戰的人，名叫哥肋雅，是加特人，身高約三公尺，頭戴銅盔，身穿鎧甲，鎧甲的銅重約六十公斤，腿裹銅葉，肩插銅鎗。矛竿像織布機的大軸，矛頭重約七公斤；有個持盾的人給他開道。他站在以色列人的陣地前，喊道：「你們爲什麼出來擺陣作戰？我不是培肋舍特人嗎？你們不是撒烏耳的奴隸嗎？你們挑選一人，下來同我對抗！假使他能和我決鬥，而殺了我，我們就作你們的奴隸；可是，如果我得勝而殺了他，你們就應服事我們，作我們的奴隸。」那培肋舍特人還說：「今天我向以色列罵陣，

你們給我派個人來，讓我們彼此決鬥。」
達味對撒烏耳說：「請我主心中不必因那人而沮喪，你僕人要去同這個培肋舍特人決鬥。」

撒烏耳給達味穿上自己的武裝：頭戴銅盔，身穿鎧甲，又在鎧甲上給達味佩上了自己的刀。達味試走了兩步，因他沒有穿慣，就說：「穿戴這些東西，我不能行動，因爲我以前總沒有穿過。」所以他又將盔甲脫下來。

達味手裏拿着棍子，在河裏選了五塊很光滑的石頭，放在牧童隨身所帶的袋子，就是石囊內，手裏拿着投石器，向那培肋舍特人走去。那培肋舍特人也大搖大擺地走近了達味，替他持盾的人在前給他開路。那培肋舍特人瞪眼一看，見了達味，就看不起他，因爲達味還很年輕，面色紅潤，

眉目清秀。那培肋舍特人對達味說：「莫非我是隻狗，你竟拿棍子來對付我？」達味回答說：「你比一隻狗還不如！」那培肋舍特人就指着自己的神詛咒達味，並對達味說：「你到我這裏來，我要把你的肉給空中的飛鳥和田野間的走獸吃。」達味回答那培肋舍特人說：「你仗着刀槍箭戟來對付我，我却仗着你所凌辱的萬軍的主、以色列軍旅的天主的聖名來對付你。今天上主定把你交在我手中，我必打死你，割下你的頭來；今天我要把你的屍體和培肋舍特軍人的屍體、給空中的飛鳥和田野間的走獸吃：這樣，全世界要知道天主在以色列人中間。所有在場的人也要知道：上主不靠刀槍賜人勝利，戰爭的勝負只屬於上主，祂已把你們交在我們手中了。」

正當那培肋舍特人起身，大搖大擺地向達

味走來時，達味趕快由陣地跑出來，迎上那培肋舍特人去，同時伸手從囊中取出一塊石頭，套在投石器上投過去，正打在那培肋舍特人的額頭上，石頭穿入額內，他就跌倒在地上了。這樣，達味用投石器和石頭戰勝了那培肋舍特人，打中了他，將他殺死。他既然手無寸鐵，就跑過去，站在那培肋舍特人身上，拿起他的刀，從鞘內拔出來殺死了他，又砍下了他的頭。所有培肋舍特人看見他們的英雄死了，就四散奔逃。

對答詠

撒上下七，37；

參閱詠五六，4，5

領：上主從獅子的口中、也從野獸的爪下拯救了我。 答：祂必將把我從仇人手中救出。

領：天主賜下了慈愛和信實：把我從

幼獅羣中救出； 答：祂必將：
誦讀二 選讀尼森主教聖國瑞論基督徒

的楷模

基督徒是基督第二

保祿使徒比其他的人，更確切認識基督是誰，並且以身作則，指示給我們，凡接受基督徒之名的人，應該是怎樣的人。因為他曾如此精確地師法了基督，他自身竟真正成爲主的肖像。由於他師法基督維妙維肖，他靈魂的圖像竟和它的典型互相混淆，好像已不是保祿，而是基督本人在他內生活、說話。他曾奇妙地意識到自己在這種恩寵，向格林多人說：「既然你們在尋求基督藉着我說話的証據」，又說：「活着的不是我，而是基督在我內生活。」

他給我們指出，基督這名字有什麼力量，他說：「基督是天主的大能和天主的

智慧；還有，他稱基督爲「和平及不可接近的光明」，天主居住其中；他稱基督是我們的聖化和救贖、大祭司、逾越節的羔羊和人靈的贖罪祭；榮耀的燦爛光輝，天主本體的肖像，宇宙的造物主；精神的飲食，磐石和活水，信德的基礎，屋角石，無形天主的肖像，偉大的天主、祂身體——教會——的頭，先萬物而生的長子，長眠者的初葉，從死人中復活的長子，衆兄弟的長兄，天人之間的中保，以榮耀和尊崇爲冠的唯一聖子，榮耀之主，萬物的原始，正義之王與和平之王、萬民之王，擁有毫無限制的王權。

保祿還有許多其他應用於基督身上的名號，數目衆多，不可勝數。可是如果我們把這些名號集在一起，並把不同的意義合在一起，便可指示給我們，基督的名號

所具有的種種意義；我們就理智能力所及，也能了解這不可言喻的名號所有的偉大處。

我們由於天主的慈善而分享了這最偉大、最神聖，首屈一指的名號，而以基督之名被尊稱為「基督徒」，那麼，每個名號所表示的意義，理當在我們身上清楚地顯示出來。我們這「基督徒」的美名不應是有名無實的，要藉生活予以證實。

對答詠

詠五，12；八八，16-17

領：上主，凡投奔祢的人，必興高彩烈，永遠歡欣。凡愛祢聖名的人，必蒙祢護祐，

答：因祢而歡樂。

領：上主，他們將在祢慈顏的光輝中行走，常常因祢的名而歡躍。

答：因祢而：

結束禱詞 見常年期主日

星期二

誦 讀

誦讀一 恭讀撒慕爾紀上 十七，57-

十八，9，20-30

撒烏耳嫉妬達味

達味殺了培肋舍特人回來時，阿貝乃爾帶他去見撒烏耳，他手中還拿着那培肋舍特人的頭。撒烏耳問他說：「少年人，你是誰的兒子？」達味答說：「我是你僕白冷人葉瑟的兒子。」

達味同撒烏耳說完了話，約納堂的心與達味的心很相契；約納堂愛他如同愛自己一樣。那一天，撒烏耳把達味留下，不讓他回到他父親家去。約納堂和達味結為

盟友，愛他如同愛自己一樣。約納堂脫下自己穿的外氅，連軍裝，帶刀劍，甚至弓和腰帶，都給了達味。

撒烏耳派達味出去無論作什麼事，沒有不成功的；因此撒烏耳派他作軍隊的將領；軍民和撒烏耳的臣僕都非常喜愛他。

當達味殺死那培肋舍特人後，班師回來時，婦女們從以色列各城中出來，唱歌跳舞，打鼓彈琴，興高彩烈地前來歡迎撒烏耳君王。婦女們邊跳邊唱說：「撒烏耳殺了一千，達味殺了一萬！」撒烏耳因此很是憤怒，這話使他不高興，就說：「給達味一萬，只給我一千；他所缺少的只有王位了！」從那一天起，撒烏耳常嫉視達味。

當時撒烏耳的女兒米加耳很愛達味；有人告訴了撒烏耳，他看着這事好，心

想：「我把她嫁給達味，使她成爲他的羅網，藉培肋舍特人害他。」所以撒烏耳再次對達味說：「今天你要作我的女婿了！」

撒烏耳吩咐他的臣僕說：「你們暗暗地告訴達味說：請看，君王多麼喜愛你，他的臣僕又都愛你，如今你要作君王的女婿了！」撒烏耳的臣僕將這些話告訴了達味；達味反問說：「你們以爲作君王的女婿是件小事嗎？我不過只是個貧窮卑賤的人罷了。」撒烏耳的臣僕回報王說：「達味如此如此說了。」撒烏耳答說：「你們要這樣對達味說：君王不要什麼聘禮，只要一百培肋舍特人的右耳，爲報復君王的仇敵。」撒烏耳有意使達味落在培肋舍特人手中。他的臣僕將這些話轉告給達味，達味認爲這事爲作君王的女婿也是合理的，所限的日期尚未過去，達味就和他的

人起身去殺死了一百培肋舍特人，將他們的右耳帶回，足數交給君王，為作君王的女婿；撒烏耳就將女兒米加耳嫁給他為妻。撒烏耳看出了上主與達味同在，全以色列也都愛他，從此更疑懼達味，終生與他為敵。培肋舍特人的首領仍不斷出征；但每遇他們出征，達味所行的常比撒烏耳所有的臣僕成就更大，因此他更受人景仰。

對答詠

詠五五，2，4，14

領：天主，求祢憐憫我，因為有人謀害我，終日攻擊我，欺壓我。

答：我只有全心仰賴祢。

領：因為祢救我脫離死亡，使我不致跌倒。 答：我只有：

誦讀二

選讀尼森主教聖國瑞論基督徒

的楷模

我們應以全部生活宣示基督

有三件事表示出基督徒生活的特點：行為、言語、思想。其中思想佔首位，言語居第二位，因言語以詞句開啓並表達銘刻在靈魂中的思想。在思想和言語之後，就是行為；行為將人所想的付諸實施。如果在我們生活中，我們必須行動、思想或說話時，我們的一切言語、行為、思想，都必須遵守一項規則，即以顯示基督，使人認識基督為準繩。這樣我們的行為，言語和思想將不會違背其高尚的目標。

那相稱帶有基督偉大的名號的人，應該作什麼呢？他要仔細審查自己的思想，言語和行為是否都趨向基督或違背祂。這種反省有許多方式。無論行為、思想或言語如導致任何擾亂不安，則絕不符合基督，而帶有「仇敵」的標記；他把靈魂的

珍珠浸在偏情的泥漿中，並使那寶石的光輝黯然失色。

相反的，誰若不受偏情的侵擾，而心地純潔，便能瞻仰和平的主宰和君王，那就是基督。人從祂那裏，好像從一股清澈而潔淨的泉水中，汲取各種知識，而使祂肖似最初的典型；那種相似性就好像水與水，從泉源中湧出的水，與盛在瓶子中的水那樣相似。

原來，在基督內所看到的純潔和我們思想中的純潔本質上是同一的。然而基督是那湧出純潔的源頭，基督徒的純潔是從這泉源汲取的，並把這種知識的美帶到生活中。這樣，那內在的人和表面的人就互相協調。因為是那來自基督的思想與情感指導人的行爲趨向和諧、聖善。依我看來，基督徒生活的完美就在於此：分享那

描述基督聖名之意義的稱號，並把這意義在我們的思想、言語和行爲上努力表現出來。

對答詠 哥三，17；羅十四，7

領：你們所言、所行的一切，

答：都要因主耶穌的名而作。

領：我們沒有一個人爲自己活，也沒有一個人爲自己死。

答：都要：

結束禱詞 見常年期主日

星期三

誦 讀

誦讀一 恭讀撒慕爾紀上

十九，8-10，

二十，1-17

達味和約納堂的友誼

那時候，再次爆發了戰爭，達味又出征攻打培肋舍特人，大敗了他們，他們都從他面前逃散了。惡神從上主那裏又降在撒烏耳身上；有一天，君王在家中坐着，手中拿着長槍；同時達味正在彈琴。撒烏耳想用長槍把達味釘在牆上，但是達味立刻由撒烏耳面前躲開，君王把長槍釘在牆上，達味就逃跑了，沒有喪命。

達味由辣瑪納約特逃走，去見約納堂說：「我作了什麼事，有什麼過錯，那裏得罪了你父親，他竟要殺害我呢？」約納堂回答他說：「決沒有這回事，你決死不了。我父親不論作什麼大事小事，沒有不告訴我的；我父親爲什麼偏要對我隱瞞這件事呢？決不會的！」達味却對他說：「你父親明知我在你眼裏得寵，所以他想：

不要讓約納堂知道這事，免得他悲傷。總之，我指着永生的上主敢在你面前發誓：我與死之間只差一步！」約納堂對達味說：「你願意我爲你作什麼呢？達味回答約納堂說：「明天是月朔，我原該和君王同席吃飯，但是你讓我走，藏在田野間，直到第三天晚上。如果你父親發覺我不在，你應說：達味懇切求我，讓他速回白冷本城，因爲在那裏全族舉行年祭。他若說：好！你的僕人就平安無事；他若勃然大怒，你就知道：他已決意行惡。望你仁慈對待你的僕人！因爲你使你的僕人因上主的名與你訂立了盟約；假若我有罪惡，你可殺我，爲何偏要將我交給你父親呢？」約納堂答說：「千萬別這樣想！如果我確實知道，我父親決意要加害你，我怎會不告訴你呢？」達味就問約納堂說：「若是

你父親憤然答覆你，誰來通知我呢？」約

納堂對達味說：「來，我們到田間去。」

二人就往田間去了。約納堂對達味說：「

上主、以色列的天主作證：明天或後天這

時候，我探得了我父親的意思，不論對達

味有利與否，我必派人來告訴你。倘若我

父親願意加害你，我若不通知你，不让你

走，使你平安離去，願上主也這樣並加倍

罰我約納堂！願上主與你同在，有如曾與

我父親同在一樣！若是那時我尚在人世，

願你對我表示上主的仁慈；假若我死了，

望你不要由我家永遠撤銷你的仁慈！當上

主由地面上——剷除達味的敵人時，若約

納堂的名字被達味家族消滅了，願上主藉

達味的仇人的手追究此案！」約納堂由於

愛達味，又向他起了誓，因為他愛達味如

同愛自己的性命。

對答詠

箴十七，17；若壹四，7

領：朋友時時刻刻常相愛， 答：患

難之中得見兄弟情。

領：愛人者生自天主，而認識天主。

答：患難：

誦讀二 選讀真福艾樂篤院長論精神的

友誼

真實、完美而永久的友誼

約納堂是位最傑出的青年，他不顧王

位和王權與達味締結盟約。友誼使他們主

僕之間彼此平等。他甚至愛達味勝過愛自

己。達味正遠避約納堂的父母，而隱藏在

曠野裏，因為他被判死刑，將被殺害。約

納堂却貶抑自己而高舉達味，說：「你將

為王，我將在你以下位居第二。」

這是真正友誼多麼傑出的明鏡啊！這

是多麼令人驚奇的事啊！撒烏耳王對臣僕

達味發怒，傾全國以自衛，以爲達味會貪求王位。他控告祭司們反叛，僅由於猜疑而加以屠殺。他搜查樹林，探索山谷，以軍隊佔領所有山頭和峭壁。衆人都誓願爲了國王所受的侮辱而實行報復。唯有約納堂，只有他原來更有理由嫉妬達味，却認爲應該反對他的父親，而設計使朋友逃走，給他出主意，幫助他脫離逆境。他愛友誼勝於王國，他向朋友說：「你將爲王，我將在你以下位居第二。」請注意這作父親的，如何設法在兒子身上，激起對朋友的嫉妬；他對他大加侮辱，恐嚇他，將喪失王位，提醒他將失去國王的榮耀。

事實上，雖然達味已宣判死刑，約納堂仍不捨棄他的朋友：「達味爲何該死呢？他犯了什麼罪？他作了什麼？他冒生命的危險，殺死了培肋舍特人，你也曾高

興。他爲什麼該死呢？」國王聽見這些反對他的話，勃然大怒，便舉起長矛，要把約納堂釘在牆上，恐嚇之外，又加上侮辱：「娼婦的兒子，我知道你愛達味，這是你的耻辱，也是你母親的耻辱。」然後，把全部的毒汁吐出來，而把它注入這青年的心中，爲了激起野心，產生嫉妬厭惡和酸苦，他又加上一句話：「葉瑟的兒子活一天，你的王位就不得安穩。」

聽了這話，誰能不動情，不動聲色呢？這些話在什麼凡人身上不能毀滅、削減窒息他的真愛、情感和友誼呢？但這位青年依舊心懷至愛，忠於友誼的誓言，勇敢面對威脅，堅忍一切侮辱。他爲了友誼而輕視王位，忘却榮華，只牢記友情，他說：「你將爲王，我在你以下位居第二。」

這便是真正而完美，持久而永遠的友誼。嫉妬不能破壞，猜疑不能減少，野心也不能解除這友誼。這友誼如此受試探而始終忠誠；如此受打擊，仍保持完整；如此受侮辱，仍不屈不撓；如此受欺凌，依然屹立不搖。那麼，「你也去照樣作吧！」

對答詠

德六，14，16

領：忠實的朋友，是強有力的保障。

答：誰找到了他，就是得到了寶藏。

藏。

領：敬畏天主的人，必有真正的友誼，因為他怎樣，他的朋友也怎樣。

答：誰找到：

樣。

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦 讀

誦讀一 恭讀撒慕爾紀上

一一，1-9，

一二，1-5

達味逃亡

那時候，達味去諾布，到了阿希默肋客祭司那裏；阿希默肋客戰戰兢兢的出來迎接達味，問他說：「爲什麼你一個人來，沒有人隨從你呢？」達味回答祭司阿希默肋客說：「君王今天吩咐我一件要事，曾對我說：我派你，吩咐你去作的事，別讓任何人知道。我已經和我的僮僕約定在了某處見面。現在你手中若有五個餅，請給我，或給我別的什麼東西。」祭司回

答達味說：「我手中沒有普通的餅，只有聖餅；但是你的僮僕們戒絕了女色沒有？」

達味回答祭司說：「當然我們戒絕了女色；我出征時，僮僕們常是身潔的；這次上路雖爲了俗務，但今天他們仍是身潔的。」於是祭司就將聖餅給了他，因爲那天在那裏沒有別的餅，只有供餅，就是由上主面前撤下來，好再換上新的供餅。那一天，在那裏正有撒烏耳的一個臣僕留在上主面前，是一個厄東人，名叫多厄格，是撒烏耳的侍衛長。達味又對阿希默肋客說：「你手邊有沒有一隻長槍或一把刀？我的刀和我的武器沒有帶在手邊，因爲君王的事很緊急。」祭司答說：「有你在厄拉谷中所殺的那培肋舍特人哥肋雅的菜刀。用外衣包着，放在『厄弗得』後面；假使你願意拿去，就拿去吧！因爲在這裏沒有

別的。」達味答說：「沒有像這把刀更好的了！就請你給我罷！」祭司就給了他。達味離開那裏，逃到了阿杜藍山洞。

他的兄弟和父親全家聽說這事，都來到他那裏。凡受迫害、負債、心中憂苦的人，都投奔到他那裏，他便成了他們的首領；這時隨從他的約有四百人。達味從那裏來到摩阿布的米茲帕，對摩阿布王說：「求你讓我父母來你們這裏，直到我明白天主對我有什麼計劃時爲止。」達味把他們留在摩阿布王那裏：達味在山寨裏住了多久，他們在那裏也住了多久。加得先知對達味說：「你不要住在這山寨裏，你要到猶大地方去！」達味就去了，來到赫勒特樹林。

對答詠

羅七，6；谷二，25，26

領：我們已脫離了那束縛我們的死亡

的法律； 答：我們不該再拘泥於舊的條文，而該以新的心神侍奉天主。

領：你們從未讀過：達味在飢餓時所作的嗎？他怎樣進入了天主的殿，吃了供餅。 答：我們：

誦讀二 選讀尼森主教聖國瑞講道詞

天主好似不能攀登的峭壁

天主的聖言的崇高，就像高山之巔，當我從那裏觀看天主思想的深邃時，就像一個人從高山頂俯瞰浩浩無垠的大海一樣，具有相同的感受。

在海濱有許多地方，可以看到一座山，臨海的部分，好像一半被削平，形成一極高的峭壁，如果有人從其絕頂俯視深淵，定會感到頭暈。同樣，當我的心靈聽到主所說的：「心地純潔的人是有福的，

他們將看見天主」這句偉大的話，而被舉高時，也感到頭暈目眩。

天主應許讓淨化的心靈能看到祂。但是偉大的若望說：「從來沒有人見過天主。」而聖保祿的卓越思想，也加強這一肯定，他說：「沒有人見過天主，也沒有人能看見祂。」天主好像是滑溜而陡峭的絕壁，人的理智無法捉摸，無法了解；梅瑟在他的訓誨中也宣稱，天主對我們的心靈來說，是不可接近的。他勸止那些設法理解天主、並接近祂的人說：「沒有人看見了天主而還能活着。」

然而，看見天主便是永生。信德的柱石若望、保祿和梅瑟却宣稱這是不可能的；你是否了解我們的心靈被這些話所吸引，而思考其深邃時，所感到的頭暈目眩？如果天主是生命，誰看不見天主，就

看不到生命；而先知們以及使徒們受聖神啓示，證明人不能看見天主，那麼人類的希望不是走投無路了嗎？可是主却激起並支持我們人這衰微的希望。祂曾拯救了伯鐸，使他脫離滅頂的危險；耶穌拉起他來，好像把他放在堅實的地上一樣。

同樣，倘若天主聖言的手也向我們伸出，並且當我們由於這些觀察而搖擺不定时，堅定我們的思想，我們便不必畏懼了；因為我們被天主聖言那領導我們的手緊緊捉住。因為祂說：「心地純潔的人是有福的，他們將看見天主。」

對答詠 若一，18；詠一四四，3

領：從來沒有人看見過天主。

答：只有那在父懷裏的獨生子，

使我們認識了祂。

領：上主偉大，應極受讚美；祂的偉

大高深莫測。 答：只有：

結束禱詞 見常年期主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀撒慕爾紀上

二五，14 ~ 24，28 ~ 39

達味和阿彼蓋耳

納巴耳的一個僕人告訴納巴耳的妻子阿彼蓋耳說：「達味從曠野派了使者來向我們主人問安，他竟侮辱了他們。那些人原來待我們很好，總沒有擾亂過我們；當我們在田野間同他們在一起時，總沒有失落過什麼。我們同他們一起放羊的時期內，不分晝夜，他們常作我們的護衛。現在請你思量一下，看你應該作什麼，因為

達味已決定要加害我們的主人和他的全家，而主人又脾氣暴躁，無法同他交談。」阿彼蓋耳急忙拿了二百個餅，兩皮囊酒，五隻宰好的羊，五公升炒過的麥子，一百串乾葡萄，二百個無花菓餅，放在幾匹驢上，對僕人說：「你們走在我前面，我跟着你們去。」她並沒有將這事告訴他的丈夫納巴耳。

她騎着驢由山嶺後面下來，同時達味帶着他的人也向着她走來遇見她。達味正思量說：「我白白地在曠野中保護了這人的一切，使他所有的一點未受損失；他竟對我以惡報德。若是我把這人的一切和所有的男人還存留到天亮，就望上主這樣加倍懲罰達味我。」阿彼蓋耳一看見達味，急忙從驢上跳下來，俯伏在達味面前，屈膝下拜，跪在達味腳前說：「我主，這過

錯全歸於我，讓你的婢女向你進一言，求你垂聽你婢女的話。

請你原諒你婢女的過錯！的確，上主要給我主建立一個堅固的王朝，因為我主打的是上主的仗；並且，你一生也沒有什麼過錯。縱然有人起來迫害你，謀害你的性命，但是我主的生命是保存在上主你的天主的生命錦囊中；至於你敵人的性命，上主却用投石器將他們拋掉。當上主對我主作了祂關於你所說的一切好事，立你作以色列的元首時，我主將不會因流了無辜者的血、或因親手雪恨，而感到心中不安，良心有愧。當上主恩待我主時，望你不要忘了你的婢女！」

達味向阿彼蓋耳說：「上主、以色列的天主，是可稱頌的！感謝祂今天派你來迎接我。你的聰慧是可讚美的，你也是可

讚美的，因為你阻止了我傾流人血，親手復仇。我指着那阻止我加害你的上主、以色列的永生天主起誓：假使你沒有急忙來迎接我，明天天亮，一個男子也不會給納巴耳留下。」達味從她手裏接過她所帶來的一切，向她說：「現在你可以平安回到你家裏去。看哪，我聽從了你的勸告，顧全了你的面子。」

阿彼蓋耳回到納巴耳那裏，他正在家中設了像君王的盛宴。納巴耳心中非常快活，吃得大醉，直到早晨天亮，阿彼蓋耳一點也沒有將這事告訴他。第二天早晨，納巴耳酒醒了，他的妻子便將發生的事告訴了他；他一聽這話，嚇得魂不附體，呆如頑石。大約過了十天，上主打擊了納巴耳，他就死了。達味聽說納巴耳死了，就說道：「上主應受讚美，因為祂給我伸了

冤，洗淨了我由納巴耳所受的凌辱，防止了他的僕人行惡；上主把納巴耳的罪惡歸在他自己的頭上。」以後達味派人對阿彼蓋耳說要娶她為妻。

對答詠 撒上二五，32，33；瑪五，7

領：願上主、以色列的天主受讚頌，因為祂今天派你來迎接我。

答：你阻止了我傾流人血，親手復仇。

領：憐憫人的人真是有福，因為他們要受人憐憫。 答：你阻止：

誦讀二 選讀尼森主教聖國瑞講道詞

論希望看見天主

天主所許諾的幸福確實偉大，超越幸福的極限。一個人獲得如此的恩惠後，還能希望其他的事嗎？因為他看見天主便擁有一切。因為聖經的用語「看見」是「

擁有」的同義字，例如：「看到耶路撒冷的幸福」，與「你擁有」相同，又如先知說：「願惡人被除去，使他看不到上主的榮耀」，「看不到」便是「不得分享」的意思。

所以，誰看到天主，便擁有一切可能的美善：無休止的生命，永遠的不朽，無窮的真福，不會滅亡的王國，持久的喜樂，真正的光明，精神的和甘飴的聲音，不可接近的榮光，永不終止的歡騰，總之，是一切的幸福。

藉此真福的許諾，我們所希望得到的，實在美好！然而以上已經指出，能看天主的條件，繫於心靈的純潔。現在我的心靈再次感到眩暈，深恐心靈的純潔是超越人性而不可能的事。因為人如果看見天主是由於心潔，而梅瑟和保祿沒有看到

天主，却又肯定，他們自己或任何人都不能看見天主。那麼，現在聖言在真福八端中所提示的，似乎是一件不可能的事。

如果看見天主是不可實現的遠景，那麼，知道看見天主的方法又有什麼益處呢？這就好像有人對我們說：生活在天堂是真福，因為從那裏能夠看到世間所看不到的事物。如果那人也給我們講解升天堂的方法，那麼聽眾曉得，在天堂生活可享什麼福氣，對他們才大有裨益。但一旦升天不可實現時，關於真福的知識也就毫無益處。這只能使我們難過，因為我們得知，這是一件我們不能獲得的事物。主頒佈給我們這條偉大的誠命時，難道是要我們嚮往那超越我們人性、和非我們人力所能及的事物嗎？

決非如此，天主決不會命令無翅膀的

動物要飛翔；也不會命令牠指定在陸上生活的生物，生活在水裏。在其他萬物內，自然律都與牠們本性的能力相符，決不會勉強在牠們作超越牠們本性的事。因此我得到一項確切的結論：我們對主所許諾的真福，不該絕望。若望、保祿和梅瑟或類似他們的人，都沒有失去這種瞻仰天主的至高幸福。保祿沒有失去這幸福，他說：「正義的榮冠已經爲我準備好了，正義的法官將要把它賞給我。」若望也沒有，因爲他會靠在耶穌的懷中。梅瑟也沒有，因爲他曾聽到天主對他說：「我在衆人中間認識你。」這些曾宣稱，看到天主超過我們能力的人，無疑的都得到了真福。真福在於享見天主，而能否享見天主，要看心靈是否純潔。因此，我們確知：那使人獲得真福的條件——心靈的純潔，並不是不可

能的。

如此，那和保祿一同肯定，享見天主是超乎我們能力的人，說的是真話，可是主應許只有心靈純潔的人，能夠看見天主，並不是反對前者。

對答詠

詠六二，2；十六，15

領：我的天主，我的靈魂渴慕祢；

答：我的肉身切望祢。

領：上主，我將因正義得見祢的慈

顏；願我醒來時，能以仰瞻祢爲

幸福。 答：我的肉身：

結束禱詞 見常年期主日

星期六

誦 讀

達味恩待撒烏耳

達味起身來到撒烏耳紮營的地方，察看撒烏耳和他的統帥乃爾的兒子阿貝乃爾睡覺的地方：撒烏耳睡在行營中心，他的部隊駐紮在他的四周。達味就問赫特人阿希默肋客和責魯雅的兒子約阿布的兄弟阿彼瑟說：「誰同我下到撒烏耳的營中去？」

阿彼瑟答說：「我同你下去。」達味和阿彼瑟便在夜間深入敵營，看見撒烏耳睡在行營的中心，他的長槍插在頭旁的地上，阿貝乃爾和部隊環繞他睡在四周。阿彼瑟對達味說：「今天天主將你的仇人交在你手裏了！如今讓我用他的長槍把他釘在地上，只一下，不需要給他第二下。」達味却對阿彼瑟說：「不可殺他！因為誰敢伸

手加害上主的受傅者，而能無罪呢？」達味又說：「我指着永生的上主起誓：只有上主能打擊他，或到了他的日子，終於死去，或下到戰場陣亡。在上主面前，我決不願伸手加害上主的受傅者。現在你快拿去他頭旁的長槍和水壺，我們就離開。」達味便從撒烏耳頭旁拿了長槍和水壺，二人就走了。誰也沒有看見，誰也沒有察覺，誰也沒有醒來，都在沉睡，因為上主使他們沉入睡夢中。

達味走到對面，遠遠站在山頂上，他們彼此相隔很遠，於是達味對軍隊和乃爾的兒子阿貝乃爾喊道：「阿貝乃爾！你不答應嗎？」阿貝乃爾答說：「你是誰？竟敢吵醒君王！」達味對阿貝乃爾說：「你不是個好漢嗎？以色列人中有誰能與你相比？民間來了一個要殺害你的主上君王

的，你爲什麼沒有好好保護你的主上君王呢？這事你作的實在不對！我指着永生的上主起誓：你們都該死，因爲你們沒有好好保護你們的主子、上主的受傳者。現在，你去看看君王的長槍在哪裏？他頭旁的水壺又在哪裏？」撒烏耳認出是達味的聲音，就說：「我兒達味，這不是你的聲音嗎？」達味答說：「我主大王，是我的聲音。」又接着說：「我主爲什麼迫害他的僕人？我究竟作了什麼惡事？現在請我主大王聽他僕人一句話：如果是上主感動你來害我，願祂收納這個祭獻；然而，若是有人煽惑你，他們在上主面前是該詛咒的，因爲他們今天將我驅逐，不容我分享上主的產業，無異是說：你去事奉外邦的神罷！現在願我的血不流在離上主很遠的地方，因爲以色列君王出來獵取我的性

命，就像獵人在山上獵取鷓鴣一樣！」撒烏耳說：「我兒達味，我犯了罪，你回去罷！我再不加害你了！因爲你今天實在珍惜了我的性命。唉！我太昏愚，實在錯了！」達味答說：「這裏有大王的長槍，叫一個僕人過來拿去吧！願上主報答各人的正義和忠誠！因爲今天上主把你交在我手裏，我却不願伸手加害上主的受傳者。請看！今天我怎樣重視了你的性命，也願上主怎樣看重我的性命，從一切憂患中拯救我！」撒烏耳對達味說：「我兒達味，你實在是可讚美的，你必有所作爲，也必有成就。」然後達味就走了，撒烏耳也回家了。

對答詠

詠五三，5，3，8，4

領：傲慢的人起來向我進攻；蠻橫的人想謀害我的性命；天主！求祢

因祢的名拯救我， 答：以祢的大能爲我伸冤。

領：我甘願向祢呈奉祭獻；天主，求祢俯聽我的祈禱。 答：以祢：

誦讀二 選讀尼森主教聖國瑞講道集

在人心內可以找到天主

身體的健康固是人生的幸福，但這種幸福，不是在於知識，而是在於實在健康地生活着。如果一個人有健康的知識，却取用那危害健康的食物，而致害病，失掉健康，則他對健康的知識又有何用？我們要在同樣的意義下去領悟基督的話：不是對天主具有一些知識的人就有福了，而是在自己內擁有天主的人才是有福的。主說：「心地純潔的人是有福的，因爲他們將看見天主。」

依我看來：這句話並不是指天主讓心

淨的人面對面地看他；這句深奧的話或許暗示基督在另一處所清楚表示的，那就是：「天主的國就在你們心內。」這是教訓我們：誰若心地純潔，滌除一切對受造物不合理的貪情，他便在自身的美好上，看見天主性體的肖像。

而且，我認爲：天主聖言在祂所說的這幾句話裏，含有以下的意思：你們人哪！你們都有一種瞻仰那真美好的願望；你們聽說天主的尊威至高無比，天主的榮耀莫可言喻，天主的美妙無法予以描述，天主的性體不能予以澈悟，但切不可因爲你們不能看見所切望的真福，而感到失望。

因此，如果你生活謹慎，一再滌除你心中的污穢，那麼，天主的美就會在你心內大放光明。正如一塊銹鐵，經過火煉，除去鐵銹後，就會像太陽閃閃發光；同

樣，專務內修的人——主稱他為「心」——滌除了心中那使他變醜的污穢，便恢復原有的天主肖像。如此，因為他相似天主的美，而自己也必然是很美的。

所以，心地純潔的人看見自己，他就以自己作他所願望的對象。這樣，他就會幸福，因為當他看到自己的純潔時，就彷彿通過這肖像，而看見其真形。正如一個人，在鏡子裏看到太陽，雖然他不能直接注視太陽，可是，他在鏡子中，見到那太陽反射的像，如真的一樣。同樣，一如聖經所載，雖然你們太軟弱，而不能注視那不可接近的光本身，但若你們恢復天主起初所賦予你們的光輝燦爛的肖像，那麼，在你們內就會找到你們所要尋求的一切。

因為天主性就是純潔，絕無私慾偏情，遠離一切罪惡。因此，在你內心若有

這些美德，天主就在你內。所以，如果你心內清除一切邪惡，沒有任何私慾，不染任何罪污，你就會幸福，因為你能看的清楚。你能清楚地看到那心地不潔的人所不能看到的。因為那來自物質的黑暗遠離了你靈魂的視綫之後，你在心內純潔光明的氣氛中，才會清楚地看到，那真正使人感到幸福的景象。你能看到聖德、純潔、誠樸、以及從天主性放射出的光輝；我們藉此光輝才能看見天主的真貌。

對答詠

若一四，6，9；六，47

領：主說：我是道路、真理和生命。

答：誰看見我，就是看見了父。

領：誰相信我，就有永生。 答：誰

看見：

結束禱詞 見常年期主日

第十三主日

聖詠集第一週

第一晚禱

謝主曲對經：主說，誰接待你們，就是接待我；誰接待我，就是接待那派遣我的。

誦讀

誦讀一 恭讀撒慕爾紀上

二八，3-25

撒烏耳求問女巫

那時，撒慕爾已死，全以色列人舉喪哀悼他，把他葬在他的故鄉辣瑪。撒烏耳也早已將招魂的和行巫術的人驅逐出境。培肋舍特人調齊以後，來到叔能黎營；撒

烏耳也調集全以色列，在基耳波亞紮營。

撒烏耳看見培肋舍特人的軍營就害怕起來，心中非常恐慌，就去求問上主，但上主沒有藉夢境，也沒有藉「烏陵」，也沒有藉先知答覆他。撒烏耳便對臣僕說：「你們給我找個招魂的女巫，我願到她那裏去問。」他的臣僕回答他說：「現今在恩多爾有個招魂的女巫。」撒烏耳就改裝易服，帶了兩個人作伴，夜間來見那女人，對她說：「求你用招魂的法術給我占卜，將我向你所指出的人給我招上來。」那女人回答說：「啊！你知道撒烏耳作了什麼，他已經將國內招魂和行巫術的人剷除，爲什麼你來設陷阱害我的性命，叫我死呢？」撒烏耳就指着上主對她發誓說：「上主永在！爲這事你決不會受害。」那女人問說：「要我給你招誰上來？」他答

說：「你給我招撒慕爾上來。」

那女人一看見撒慕爾，就大喊一聲，對撒烏耳說：「你爲什麼哄騙我？你就是撒烏耳！」王對她說：「不要怕！你究竟看見了什麼？」那女人回答撒烏耳說：「我看見神由地中上來。」撒烏耳問說：「什麼形狀？」她答說：「上來了一位老人，身披外氅。」撒烏耳便知道這是撒慕爾，便俯首至地下拜。撒慕爾對撒烏耳說：「爲什麼你擾亂我，叫我上來？」撒烏耳答說：「我非常痛苦。培肋舍特人攻擊我，上主已遠離我，又不藉先知，也不藉夢境答覆我，所以我招你上來，指教我該作什麼。」撒慕爾說：「上主既已離開了你，協助你的近人，你爲什麼還來問我？上主對你實踐了祂藉我所說的話：上主已由你手中奪去了王權，賜給了你的近人達味；

因爲你沒有聽從上主的話，沒有執行祂對阿瑪肋克所懷的盛怒，因此上主今天這樣對待了你。上主還要把以色列和你一起在培肋舍特人手中；明日你和你的兒子要同我在一起；並且，上主也要把以色列軍隊交在培肋舍特人手中。」

撒烏耳一聽撒慕爾的話，非常恐懼，忽然跌倒在地；又因他一日一夜沒有吃喝，一點力氣也沒有了。那女人就走到撒烏耳跟前，看見他非常驚慌，就對他說：「你看，你的婢女聽了你的話，不顧性命，聽從了你給我說的話。現在你也該聽從你婢女的話：我給你拿點食物來，你吃了，好有力氣走路。」他却拒絕說：「我不吃。」但是他的臣僕和那女人都勉強他，他纔聽從了他們的話，從地上起來，坐在床上。那女人在家裏有頭肥牛，急忙

宰了，又把麵和好，烤成無酵餅，擺在撒烏耳和他臣僕面前；他們吃了以後，當夜就起身走了。

對答詠

參閱編上十，13，14

領：撒烏耳背叛上主，沒有遵守上主的話，而付出了生命的代價。

答：因此，上主將王位轉交給了達味。

領：因為他求問女巫，而沒有求問上主。 答：因此：

誦讀二

選讀教宗保祿六世的講道詞（

一九七〇年十一月廿九日訪問

馬尼拉時所講）

我們宣講基督直到地極

「如果我不宣講福音，我是有禍的」，因為正是爲此我才由基督派遣。我是使徒，也是證人。目的越遠，使命越難，愛就越

熱烈地催促我。我應該宣講耶穌聖名：耶穌是基督，永生天主之子；是祂把看不見的天主顯示給我們：「祂是一切受造物的首生子；萬物在祂內而存在。」基督是人類的導師，也是人類的救主；祂爲我們誕生，也爲我們死而復活。

基督是歷史及宇宙的中心；祂認識我們，愛護我們；祂是我們人生中的夥伴和朋友；祂是飽受痛苦而常懷有希望的人；祂將來還要降來，作我們的法官；我們希望，祂將是我們生命的圓滿，我們的真福。

我講基督時，總不能講完：祂是光，是真理；祂還是「道路、真理、生命」；祂是滿足我們飢渴的食糧與活水之泉。祂是我們的牧人、嚮導、模範，我們的安慰，我們的長兄。祂會像我們一樣生活，而且比我們更渺小、更貧窮、更謙卑、更

辛勞、更受壓迫、更忍耐。祂爲我們說過話，行過奇蹟，建立了新的王國；在那裏，窮人生活幸福；在那裏，和平是公共生活的原則；在那裏，心淨者與涕泣者將被高舉並獲得安慰；慕義似飢渴者將獲得飽飫；在那裏，罪人們能獲得寬恕；在那裏，所有的人們都是弟兄。

這便是耶穌基督。你們至少聽過人講過祂，而且，你們大部份是屬於基督的人，因爲你們已是基督徒。因此，諸位基督徒！我要向你們重述耶穌聖名；我要向你們衆人報告：基督耶穌是起點也是終點，是「阿爾法」，也是「奧默加」。祂是新世界的君王，人類歷史的奧秘，我們命運的關鍵和最後解釋；祂是天人之間的中介、橋樑；祂是比任何人更完美的人子，因爲祂是永恆與無限之天主的兒子，也是女中最

受讚美的瑪利亞之子；瑪利亞按肉軀而論，是耶穌的母親。由於我們與祂奧體的聖神共融，瑪利亞也是我們的母親。

請你們記住：耶穌基督是我們永遠向你們宣講的對象。我們願意祂的聖名傳到地極，直到萬世萬代。

對答詠

弟後一 10；若一，16；

哥一 16，17

領：我們的救主耶穌基督摧毀了死亡，藉着福音彰顯了不朽的生命。

答：我們衆人都從祂的滿盈中，領受了恩寵，而且恩上加恩。

領：萬物是藉着祂、並爲了祂而受造；祂在萬有之先就已存在；萬有都賴祂而各得其所。 答：我們衆人：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚主曲對經：耶穌轉身看到她說：女兒，
不要怕，妳的信德救了妳，
阿肋路亞。

常年期第十三週

星期一

誦 讀

結束禱詞

天主，祢以恩寵化育，使我們成爲光明之子；求祢賞賜我們，常生活在真理的光輝中，不爲錯謬的黑暗所籠罩。

誦讀一 恭讀撒慕爾紀 上三一， 1（

下 4；
16

第二晚禱

謝主曲對經：人子不是來毀滅人，而是來
拯救人。

撒烏耳陣亡

培肋舍特人攻打以色列人，以色列人
由培肋舍特人面前逃走，在基耳波亞山上
陣亡的人很多。培肋舍特人隨後追擊撒烏
耳和他的兒子，殺了撒烏耳的兒子約納堂、
阿彼納達布和瑪耳基叔亞；以後，集中攻
打撒烏耳，弓手射中了他，傷勢很重。當

時撒烏耳對自己的執戟者說：「拔出你的劍來，將我刺死，免得這些未受割損的人來刺死我，侮辱我！」但是執戟者十分害怕，不肯作這事。於是撒烏耳拔出劍來，伏劍自刺而死。

撒烏耳死後，達味擊殺阿瑪肋克人回來，在漆刻拉格住了兩天。第三天，有個人從撒烏耳營中跑來，衣服撕爛，滿頭灰塵，來到達味前，伏地叩拜。達味問他說：「你從那裏來？」他答說：「我從以色列營中逃命而來。」達味又問他說：「戰事怎樣？請告訴我！」他答說：「軍民從戰場上逃跑了，許多人陣亡，撒烏耳和他的兒子約納堂也死了。」達味問那報信的少年人說：「你怎麼知道撒烏耳和他兒子約納堂死了呢？」那報信的少年人答說：「我無意中來到基耳波亞山上，看見撒烏耳

伏在自己的槍上，戰車和騎兵都快要迫近他。他轉身見了我，就招呼我。我答說：我在這裏。他問我說：你是誰？我答說：我是阿瑪肋克人。他向我說：來我身邊，殺了我罷！我現在雖還完全活着，但十分暈眩。我就來到他身邊，明知他倒下後，決不能生存，便殺了他；取下他頭上的王冠，腕上的手鐲，帶到這裏來奉獻給我主。」達味就抓住自己的衣服撕破了；同他在一起的人也照樣作了。大家為撒烏耳和他的兒子約納堂，以及上主的百姓和以色列的家族，舉哀痛哭，禁食直到晚上，哀悼他們喪身刀下。

達味又問那報信的少年說：「你是那裏的？」他答說：「我是阿瑪肋克僑民的兒子。」達味向他說：「你怎敢伸手殺害上主的受傅者？」達味就叫一個少年人來，

向他說：「你來，殺了他！」少年把他一刀砍死了。同時達味對他說：「你的血應歸在你頭上，因為你親口承認說：我殺死了上主的受傅者。」

對答詠

撒下一，21，19

領：基耳波亞山，在你那裏雨或露不再降下。 答：因為以色列的勇士曾在那裏倒下。

領：上主要巡行周圍的羣山；但對基耳波亞山卻棄之不顧。 答：因為：

誦讀二 選讀聖思定主教的講道集

祂是我們的天主，我們是祂牧養的子民

我們咏唱的這首聖詠表示我的身份：我們是天主的羊羣：「祂就是造生我們的上主、我們的天主。」祂是「我們的天主，

我們是祂牧養的子民，是祂手下的羊羣。」人間的牧人所有的羊，以及他們所牧放的羊，都不是由他們所造。但我們的上主天主是造物主，是天主，祂所有的以及祂所牧養的羊，都是由祂創造的。不是別人牧養祂所造的羊，也不是別人創造祂所牧養的羊。

我們用這首聖詠承認了我們是天主的羊，是祂牧養的子民、是祂手下的羊羣；現在要聽從祂對羊羣所說的話。祂從前曾向牧人們說話，如今卻向羊羣說話。從前我們是戰慄地聽祂的話，你們卻是心平氣和地聽。那麼祂今天說話時，我們要怎樣呢？難道聽話的態度要變換過來嗎？是我們要平靜地聽，而你們要戰慄地聽嗎？不！決不！第一，因為，雖然我們是牧人，牧人不僅戰慄地聽祂向牧人說話，而且也戰

慄地聽祂向羊說話。如果牧人漠不關心地聽祂對羊羣所說的話，那就顯示，他並不關懷他的羊羣。第二，我們在過去，業已向你們講過：我們具有雙重身份：就是，一方面我們是基督徒，另一方面，我們是教會的首長；我們既是教會首長，被列在牧人之中；但我們也是基督徒，所以，我們同你們都是基督的羊。因此，上主所說的話，無論是為牧人，或是為羊羣，我們都該以戰慄的心情去領教，絕不可漠不關心！

所以，弟兄們，我們聽一聽，上主如何譴責不忠的羊，並向自己的羊應許了什麼。祂說：「你們是我的羊。」第一：做天主的羊，多麼幸福！弟兄們，誰若加以深思，即使在千辛萬苦中，也會感到莫大的欣慰。因為按聖經上所載：「祢牧養以

色列」；又說：「這位保護以色列者，不打盹，也不會睡着。」所以，我們醒著，祂也醒著；我們睡着，祂還是醒著。如果一個羊羣有牧人守護，必定安全；何況我們由天主牧養，尤其是，我們不但由祂牧養，還是由祂所造，那更該如何安全呢？

祂說：「你們是我的羊，這是上主天主所說的話：我要在綿羊與綿羊之間，山羊與公山羊之間施行審判。」這裏，公山羊在天主的羊羣裏在做什麼呢？在同一牧場上，在同一水泉旁；公山羊和綿羊雜居共處，使綿羊學習容忍，以肖似天主。但到將來，主基督要把牠們分列在左右兩旁。對答詠 若十，27，28；則三四，15

領：我的羊聽從我的聲音；我認識我的羊，羊也跟隨我；我賜給牠們永生。 答：牠們永不喪亡；誰

也不能從我手中把牠們搶走。

領：我牧養我的羊；我使牠們安睡在

羊棧裏。 答：牠們永：

結束禱詞 見常年主日

星期二

誦 讀

誦讀一

恭讀撒慕爾紀下

二，1

11；三1-5

達味受傳作猶大王

這事以後，達味求問上主說：「我可以上猶大的一座城中去？」上主對他說：「可以。」達味又問說：「我上何處去？」答說：「往赫貝龍去。」於是達味帶着他兩個妻子：依次勒耳人阿希諾罕和作過加爾默耳人納巴耳妻子的阿彼蓋耳，

上那裏去了。凡跟隨達味的人，他也叫他們各帶家眷一起上去，住在赫貝龍城各區內。以後，猶大人來，在那裏給達味傅油。立他作猶大家族的君王。

有人告訴達味，基肋阿得、雅貝士人埋葬了撒烏耳。達味就派遣使者到基肋阿得、雅貝士人那裏，向他們說：「願上主祝福你們！因為你們對你們的主撒烏耳行了這件善事，將他埋葬了。願上主對你們顯示祂的慈愛和忠信！因為你們作了這事，我也要恩待你們。現在你們要加強自己的力量，作勇敢的人，因為你們的主撒烏耳已經陣亡，但猶大家族已給我傅油，立我做了他們的君王。」

那時，撒烏耳的軍長，乃爾的兒子阿貝乃爾，已帶領撒烏耳的兒子依市巴耳過河，到了瑪哈納殷，立他為基肋阿得、革

叔爾、依次勒耳、厄弗辣、本雅明，全以色列的君王。撒烏耳的兒子依市巴耳爲以色列王時，已四十歲，爲王兩年。此時隨從達味的，只有猶大家族。達味在赫貝龍作猶大家族君王的年數，共七年零六個月。

撒烏耳家與達味家間的戰爭相持很久；但達味家逐漸強盛，撒烏耳家却日趨衰弱。

達味在赫貝龍生的兒子：長子阿默農，是依次勒耳人阿希諾罕所生；次子基肋阿布，是曾作加爾默耳人納巴耳妻子的阿彼蓋耳所生；三子是阿貝沙隆，是革叔爾王塔耳買的女兒瑪阿加所生；四子阿多尼雅，是哈基特所生；五子舍法提雅，是阿彼塔耳所生；六子依特蘭，是達味妻子厄革拉所生；以上是達味在赫貝龍所生的兒子。

對答詠

創四九，10，8

頌：權杖將不會離開猶大。 答：直

到那應得權杖者來到，萬民都要歸順他。

頌：猶大！你的兄弟們將讚揚你；你父親的兒子要向你俯首致敬。

答：直到那：

誦讀二 選讀聖思定的講道集

如果我想討人喜歡，我就不是基督的僕人

「我們認爲光榮的事，就是有我們的良心作証。」有人是冒失的法官，說我們的壞話，抱怨不休，吹毛求疵，妄生疑忌。對付這種人，除了我們良心的作証外，還有什麼辦法呢？弟兄們，我們也願意使這一種人喜悅；但我們所尋求的，不是我們的光榮，而是他們的得救，務使他們跟從我們，而不致誤入歧途。如果我們師法基督，他們就應該師法我們；如果

我們沒有師法基督，他們仍該師法基督。因為是基督牧放祂的羊羣；而且唯有祂自己 and 所有善牧在一起，因為所有善牧都是在祂內而生活。

所以，當我們願意使人喜悅時，並不尋求我們自己的利益，而是願意在他人身上找到喜樂，就是說我們看到他們喜歡善事時就高興，這不是爲了我們的榮譽，而是爲了他們的利益。保祿攻擊那尋求己利的人說：「如果我想討人喜歡，我就不是基督的僕人了。」爲那些人他又說：「你們要像我一樣，事事使大家喜歡。」他這兩句話都很清楚、平靜、純真，而不混亂。你只管吃喝就好了，不要踐踏牧場，也不要污染飲水。

你們一定聽到使徒之師、耶穌基督說過：「你們的行爲要在人前照耀，好使

人們見到你們的善行，來光榮你們在天之父，」就是那位創造你們如此的天主。因爲「我們是祂牧場上的子民，是祂領導的羊羣。」所以，你如果好，要讚美那使你好的天主，而不該讚美你，因爲你單憑自己不能行善。那麼你爲何要顛倒是非呢？你行善時，爲什麼要人讚美？你作惡時，爲什麼要抱怨天主呢？那說「你們的善行，要在人前照耀」的基督也說過：「你們不要當着人的面、行正義。」以上保祿所說的兩句話，爲你似乎有矛盾，同樣，福音中的這兩句話，也似乎如此。可是，如果你保持心平氣和，就會承認聖經這兩句話的和諧，你也會在聖經中尋獲平安。

因此，弟兄們，我們不但要努力善度生活，還要在人面前樹立良好的風範；不僅要勉力有好的良心，還要盡力注意我們

自身的軟弱，設法避免可在軟弱的弟兄身上招致懷疑。我們仍要注意，在吃青草、喝清水時，不亂踐踏牧場，致使軟弱的羊應吃那被踐踏的草，喝那被污染的水。

星期三

誦讀

誦讀一 恭讀撒慕爾紀下

四，2-5，7

對答詠

斐二，2-4；

得前五，14，15

達味為王並佔領耶京

領：你們要思想一致，同氣相愛；要謙遜地承認別人勝過自己，好使我充滿喜樂。 答：各人不可只顧自己，也要關心別人。

領：你們要扶助軟弱的人，要以耐心等待人！常常互相善待，並要善待所有的人。 答：各人不：

撒烏耳的兒子依市巴耳有兩個土匪頭目，一個名叫巴阿納，一個名叫勒加布，是本雅明子孫貝洛特人黎孟的兒子，——貝洛特被認為是本雅明族，因為貝洛特人逃到了基塔殷，僑居在那裏，直到今日。撒烏耳的兒子約納堂有個兒子雙足跛了，當撒烏耳與約納堂的凶信由依次勒耳傳來時，他只有五歲，他的乳母帶他逃跑，在慌張逃跑中，他跌癱了腿；他名叫默黎巴

結束禱詞 見常年期主日

耳。

貝洛特人黎孟的兒子勒加布和巴阿納出去，正當中午炎熱的時候，到了依市巴耳家裏，他正在床上睡午覺。看門的女僕在篩麥子，也打盹睡着了。此時勒加布和他兄弟巴阿納溜進去，到了屋內，見依市巴耳正睡在臥室的床上，便將他打死，砍下他的頭，帶着頭，在阿辣巴的大路上走了一夜。他們帶着依市巴耳的頭，到了赫貝龍見達味王說：「大王的仇人撒烏耳常謀害你的性命；請看，他兒子依市巴耳的頭；上主今天爲我主向撒烏耳和他的後代報了仇。」但是，達味答覆貝洛特人黎孟的兒子勒加布和他兄弟巴阿納說：「我指着那救我脫離了一切患難的永生上主起誓：那告訴我說：撒烏耳死了的，自以爲是報喜信，我却拿住他，在漆刻拉格殺了，作爲他報信的賞報；那麼，現在這些

匪徒，偷進屋內，殺了睡在床上的義人，我豈不更該從你們手中追討他的血債，將你們由地上剷除？」達味就命自己的僮僕殺了他們，砍去他們的手足，掛在赫貝龍的池旁；至於依市巴耳的頭，叫人拿去葬在赫貝龍，阿貝乃爾的墳墓內。

以色列各支派聚集到赫貝龍，來見達味說：「我們都是你的骨肉。以前，連撒烏耳當我們的君王時，也是你率領以色列出入征討；上主曾對你說過：你應牧養我的百姓以色列，作以色列的領袖。」隨後，以色列所有的長老都到赫貝龍來見君王，達味君王就在赫貝龍，當上主的面同他們立了盟約；他們便給達味傅油，立他爲以色列王。達味登極時已三十歲，做王四十年；在赫貝龍做猶大王，七年零六個月；在耶路撒冷做全以色列和猶大王三十三年。

以後，達味和他的人向耶路撒冷進發，攻打住在那地方的耶布斯人，有人告訴達味說：「你決攻不進去，因為瞎眼、癩腿的也會把你趕走。」這是說：「達味決攻不進去。」但是達味却佔領了熙雍山堡，就是達味城。

對答詠

詠二，2，6，1

領：世上列王羣集一堂；諸侯畢至，聚首相商，反抗上主，反抗祂的受傅者。 答：我已在此熙雍我的聖山上、立了我的君王。

領：列國爲什麼囂張？萬民爲什麼妄想？ 答：我已在此：

誦讀二 選讀聖女大德蘭論全德的途徑

願祢的國來臨

一個人不論多麼粗野無禮，如果他要向某某顯要請求一項恩惠，他一定先想

想，如何向他開口說話，好使他歡心，而不惹他生氣；然後要考慮，向他要求什麼，向他作此請求的理由何在，特別若是所要求的是一項重要的恩惠，一如我們的好耶穌教訓我們要求的。這一點，依我看來，應該特別注意。主啊！祢不能用一句話包括一切嗎？比如說：「父啊！凡爲我們有利而適宜的，都賞給我們吧！」因爲天主洞悉一切，似乎不需要再多說話。

永遠的智慧！這爲在祢與祢天父中間，業已夠了；祢在日色瑪尼山園中就這樣祈求了。是的，祢已把祢的意願和恐懼，都向天父坦白了，而且完全隨祂的旨意去安排。但，我的主！祢知道，我們不像祢那樣完全順從天父的聖意。我們需要把所求的指陳出來，使我們能看清楚我們所求的，是否爲我們有利；假使沒有利的

話，我們就不再求了。因為我們本性如此：除非我們所需要的得到手，我們既有自由，就拒絕接受天主的恩賜；即使這為我們是一件極為珍貴的恩惠，除非我們親手握到現金，就總不認為我們富有。

好耶穌教訓我們，用以下的話祈求天主國的來臨，說：「願祢的名受顯揚，願祢的國來臨。」請想想我們這位導師的高深智慧。我想這為我們大家是一個很好的時刻：要了解在求天國來臨時，所求的是什麼。至尊的天主知道：除非在地上先賜給我們祂的神國、並賦予我們能力，我們絕不能相稱地頌揚、光榮永生天父的聖名。所以我們的好耶穌把這兩項祈求放在一起。我在此願意給你們說明，我對此事的了解：如此你們會明白祈求的是什麼，所祈求的是如何重要，應如何竭盡所能取

悅那能施與這恩惠的天主。

依我看來，在天國裏最大的幸福是：在那裏，塵世的一切已屬毫無價值，而是因同伴之幸福而在自身內產生的喜樂。因為一個靈魂看到周圍的人，都在稱揚天主，讚頌祂的聖名，也知道在那裏沒有一個人犯罪凌辱天主。因此，心內感到一種持久的平安與極大的滿足。在天國內衆人都在愛慕天主；而且只知道愛天主，不能不愛天主；因為他們都認識天主。但願我們能認識天主，好使我們在現世也能那樣愛天主。雖然我們的愛遠不如在天上的愛那麼完全，而且在本質上也不一樣，至少在程度方面，要比我們目前對天主的愛高深的多。

對答詠

領：那能給予子女恩惠的，催迫我們

去祈求、去尋找、去叩門。

答：我們信心越堅、期待越切、願望越深，我們所得到的，也越多。

領：在祈禱時，哀求勝於空言，哭泣

勝於講話。 答：我們信：

結束禱詞 見常年期主日

星期四

誦 讀

誦讀一 恭讀撒慕爾紀下 六，1，23

約櫃被運到耶京

達味又調集了以色列所有的精兵，共三萬人。達味和他身邊所有的人，起身到猶大巴阿拉去，要從那裏將天主的約櫃運上來。這約櫃名叫「坐於革魯賓上的萬軍

的上主」。人們就將天主的約櫃，從丘陵上的阿彼納達布家裏抬出，放在一輛新車上，阿彼納達布的兩個兒子，烏匝和阿希約駕駛新車。烏匝走在天主約櫃的後面，阿希約走在前面。達味和以色列全家在上主面前興高彩烈地舞蹈奏樂，彈琴、擊弦、敲鼓、搖鈴、擊鈸。當他們來到納貢的禾場時，因為牛幾乎使天主的約櫃傾倒，烏匝便伸手扶住。爲了他一時的冒失，上主就向烏匝發怒，將他擊殺，他便死在天主的約櫃旁。達味因爲上主擊殺了烏匝，很覺悲傷，於是那地方名叫培勒茲烏匝，直到今日。

那天，達味對上主害了怕，心想：「上主的約櫃如何能進入我那裏？」因此，達味不願上主的約櫃遷入達味城自己那裏，却運往加特人敖貝得厄東家中。上主

的約櫃在加特人敖貝得厄東家中，存放了三個月，上主降福了敖貝得厄東和他的全家。

有人告訴達味，上主爲了天主的約櫃降福了敖貝得厄東的家，和他所有的一切。達味就去將天主的約櫃，由敖貝得厄東家興高彩烈地抬上達味城來。每當抬上主約櫃的人走六步，他就祭獻一頭牛和一隻肥羊。同時達味束着細麻的「厄弗得」，在上主面前盡力跳舞。

這樣，達味與以色列全家大聲歡呼，吹起號筒，將上主的約櫃迎上來。當上主的約櫃進入達味城時，撒烏耳的女兒米加耳，由窗內窺看，見達味王在上主面前跳躍舞蹈，心中就輕視他。他們將上主的約櫃抬來，安置在預備好的地方，停在達味爲約櫃建立的帳幕中央；達味給上主奉獻

了全燔祭與和平祭。達味獻完了全燔祭與和平祭後，以萬軍上主的名祝福了百姓。以後，分給所有百姓，全以色列民衆，不論男女，每人一塊餅，一塊肉，一塊葡萄乾餅。然後百姓各自回了本家。

達味回來祝福本家時，撒烏耳的女兒米加耳出來迎接達味說：「以色列的君王今天多麼榮耀！他今天在臣僕的婢女前赤身露體，活像一個赤身露體的小丑。」達味回答米加耳說：「在廢棄你父和他全家，而選拔了我的上主面前，在派我爲上主百姓以色列首領的上主面前，我甘願舞蹈，甘願加倍卑賤我自己！我在你眼中被視爲卑賤，但在你所說的婢女們面前，我必受到尊敬。」從此撒烏耳的女兒米加耳，到死再沒有生育。

對答詠

詠一三一，8，9；

二三，7，9

領：上主，請祢和祢的約櫃起來，駕

臨祢安居之所。 答：願祢的祭

司身披正義；願祢的信徒踴躍歡

喜。

領：城門，請高舉你們的門楣；古老

的門戶，請高抬門扉，因為光榮

的君王要進入城內。 答：願祢

的：

誦讀二 選讀聖業樂向新教友講道詞

我將遷移到神奇的帳幕裏去

「天主，正如麋鹿渴望水泉，我的靈

魂同樣渴望着祢。」那些鹿如何渴望水

泉，我們的鹿也是一樣：他們出離了埃

及，離開了世俗，把法郎及其軍隊淹死在

海中，就是淹死在洗禮的水裏。惡魔的權

勢被摧毀後，他們渴望教會的水泉：父、子及聖神。

聖父是水泉，耶肋米亞先知論及祂說：

「他們離棄了我——這活水的泉源，却給自

己掘了蓄水池，不能蓄水的漏水池。」聖

經論及聖子，這樣記載說：「他們離棄了

智慧的泉源。」另一處論及聖神說：「誰

若喝了我賜與他的水，他將永遠不渴；並

且，我賜給他的水，將在他內，成爲湧到

永生的水泉。」這是若望聖史記載救主直

接論及聖神的話。這些話都很明顯地證

明：教會的三個水泉就是聖三的奧蹟。

信者靈魂，受過洗的靈魂渴望這個水

泉說：「我的靈魂渴望到活泉——天主那裏去。」

因爲，這樣的靈魂，不是淡然地願意看見

天主，而是全心熱切地渴望天主。他們在

領洗之前曾互相講論說：「何時我才能前

來，出現在天主面前呢？」現在，他們所求的，已如願以償：他們來了，且已站在天主面前；出現在祭臺前，及救主的聖事前。

他們領受基督聖體，並在生命的水泉中重生後，堅信地說：「我將邁向神奇的帳幕，直達天主的宮室。」天主的宮室就是聖教會；這也是神奇的帳幕；因爲在那裏，「有勝利的歡呼聲，頌揚聲，歡宴的歌唱聲。」

所以你們如今穿上基督的人，追隨我們的領導，好像小魚隨著釣鉤上來：讓天主聖言把你們拖出世海。因此，你們能說：世物的本性，在我們身上就變了。因爲魚離水就會死去；但是使徒們把我們從世海中打撈上岸，卻使我們從死者之中得以生活。當我們在世俗中生活時，我們的眼睛

離不開深海，我們生活在污泥之中。但我們從海浪中被救出之後，就開始看到太陽，就開始凝視眞光，而樂不可支，向自己的靈魂說：「期望天主吧！因爲我要讚頌祂，祂就是我的救援，我的天主。」

對答詠

詠二六，4

領：我只向上主請求一事，懇切請求此事。 答：使我一生一世住在上主的殿裏，

領：凝視上主的美善，參拜上主的聖殿。 答：使我一：

結束禱詞 見常年期主日

星期五

誦 讀

誦讀一

恭讀撒慕爾紀下

七，1-25

納堂有關默西亞的預言

那時，君王住在宮殿裏，上主賜他安享太平，不爲四周仇敵所侵擾，君王就對納堂先知說：「請看，我住在香柏木的宮殿裏，而天主的約櫃却在帳幕內。」納堂回答君王說：「你心內打算的，你全可照辦！因爲上主與你同在。」但是，當夜就有上主的話傳於納堂說：「你去告訴我的僕人達味，上主這樣說：你要建築一座殿宇給我居住嗎？我自從埃及領以色列子民上來那一天起，直到今日，從沒有居住過殿宇，只隨帳棚和會幕漂泊。我與以色列子民同行時，我何嘗向我立爲牧養我民以色列的一個民長說過：你們爲什麼不爲我建造一座香柏木的殿宇？」

現在，你要對我的僕人達味說：「萬軍的上主這樣說：是我揀選你離開牧場，

離開放羊的事，作我民以色列的領袖。你不論到那裏去，我總是偕同你，由你面前消滅你的一切仇敵；我要使你成名，像世上出名的大人物；我要把我民以色列安置在一個地方，栽培他們，在那裏久住，再也不受驚恐，再也不像先前受惡人的欺壓，有如自從我爲我民以色列立了民長以來一樣；我要賜他們安寧，不受仇敵的騷擾。上主也告訴你：祂要爲你建立家室。當你的日子滿期與你祖先長眠時，我必在你以後興起一個後裔，即你所生的兒子；我必鞏固他的王權。是他要爲我的名建立殿宇；我要鞏固他的王位直到永遠。我要作他的父親，他要作我的兒子；若是他犯了罪，我必用人用的鞭，世人用的棍，來懲戒他；但我決不由他收回我的恩情，就如在你以前由撒烏耳收回我的恩情一樣。

你的家室和王權，在我面前永遠存在，你的王位也永遠堅定不移。」納堂便照這一切話，將整個啓示告訴了達味。

達味王就進去，端坐在上主面前說：

「我主上主！我是誰？我的家族又算什麼，祢竟領我到了這個地步？我主上主！這在祢眼中還以為太小，而祢又說明了祢僕人的家族未來的遠景，並將此事顯示給我這個人，我主上主！達味還能對祢說什麼？我主上主！祢認識祢的僕人。祢爲了祢的預許，按照祢的心意，成就了這些偉大的事，爲使祢的僕人認識清楚。我主上主！爲此，祢是偉大的，沒有與祢相似的；按照我所聽的，除了祢以外，沒有別的神。世上那裏有一個民族能得上祢的民族以色列？天主親自去解救他們出來，作爲自己的民族；爲使他們成名，在祢從

埃及解救出來的人民面前，行了大而可畏的奇事，驅除異民以及他們的神。祢將祢的民族以色列永遠堅定爲祢的民族，祢，上主做了他們的天主。我主上主！現在，求祢永遠堅持祢論及祢的僕人和他的家室所說的話，按照祢所說的履行罷！」

對答詠

路一，30-32；

詠一三一，11

領：佳播天使對瑪利亞說：你將懷孕生子；天主將把祂祖先達味的御座賜給祂； 答：祂要爲王，統治雅格家，直到永遠。

領：上主向達味起了誓，決不會將誓言收回。我要使你的兒子，繼承你的王位。 答：祂要爲：

誦讀二

選讀聖思定「論聖人們的預定」

耶穌按人性而言，出自達味後裔

耶穌基督是救主、是天主與人間的中保。祂是有關預定恩寵的最光耀顯著的例子。祂的人性以前有什麼信德的功勞或作過什麼善行，而使祂獲得這種地位呢？請答覆我的問題：這個人需有什麼功績，而使祂被那與聖父相同的永遠聖言所攝取，而與祂合為一位，成為天主的獨生子呢？他立過什麼優異的功勞嗎？在過去他做了什麼，信了什麼？祈求了什麼？使他獲得如此超越而不可言喻的地位呢？那個人一開始存在時，就開始成為天主的唯一子，這不是由於他被聖言所攝取的事實嗎？

因此，先應該在我們的頭上去發現恩寵泉源，這恩寵從那裏，按各部分的接受能力，傳達到祂的全部肢體。而那使人性開始成為基督的恩寵，便是那使任何人在初信時成為基督徒的恩寵；那使基督受孕

而誕生的聖神，就是使我們重生於天主恩寵的聖神；那赦去我們罪惡的聖神，也就是使基督不染任何罪惡的聖神。天主早已預知這一切事情的發生。因此，有關聖人的預定，已在聖者中之聖者身上，充分地顯示出來。凡正確認識真理之言者，誰能否認這事呢？因為我們知道：榮耀之基督，就其是人而成為天主子而言，也是預定的。

因此，耶穌早已被預定：祂按人性而言，將是達味之子；但按聖化的聖神而言，卻是全能的天主子；因為祂是由聖神及貞女瑪利亞誕生成人。這樣天主聖言，以獨特而不可言喻的方式攝取了人性，而使這個人能實在而恰當地、同時被稱為天主子，及人子：他是人子，因為有所取的人性；祂是天主子，因為取人性的聖言就

是天主的獨生子。如果不是這樣，我們就應該相信四位一體，而不是三位一體了。

天主預定了，基督的這個人性，被提升到極為尊高而無可復加的地步；同樣基督的天主性，爲了我們，深自貶抑到不能再貶抑的地步，竟與軟弱的人性結合，甚至死在十字架上。因此，一如唯有基督一人被預定爲我們的頭，同樣，我們衆多的人也被預定爲基督的肢體。人的功績在此無發言的餘地，因爲已在亞當身上死去；該讓聖寵爲王，這是藉我們的主耶穌基督、天主之獨生子、唯一主而爲王的聖寵。如果有人人在我們的「頭」上，能找到他誕生以前所行功勞，就讓他在我們這爲肢體的身上、去尋找我們多次重生以前所積的功勞吧！

對答詠

參閱迦四，4 { 5；
弗二，4 { 5；羅八，3

領：時期一滿，天主就派遣了祂的兒子來，生於童貞女，生於法律之下，
答：爲把生活在法律之下的人贖出來。

領：天主因爲深愛我們，就派遣了祂的兒子，帶著罪惡肉身的形狀，
答：爲把生：

結束禱詞 見常年期主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀撒慕爾紀下

十一，1 { 17，26 { 27

達味的罪

年初，正當諸王出征的季節，達味派約阿布率領他的將官和全以色列人出征；他們蹂躪了阿孟子民，就包圍辣巴。當時達味住在耶路撒冷。

一天傍晚，達味由床上起來，在宮殿的房頂上散步；從房頂上看見一個女人在沐浴，這個女人容貌很美。達味就派人打聽那女人是誰；有人告訴他說：「這不是厄里安的女兒，赫特人烏黎雅的妻子巴特舍巴嗎？」達味就派人將她接來；她來到他那裏，達味就與她同寢，那時她的月經剛潔淨了。事後，她便回了家。不久，那女人自覺懷孕，就打發人告訴達味說：「我懷孕了。」

達味派人給約阿布說：「打發赫特人烏黎雅來見我。」約阿布就打發烏黎雅去見達味。烏黎雅一來到他跟前，達味就

問：「約阿布近來如何？士兵好嗎？戰事怎樣？」達味向烏黎雅說：「你下到家清洗洗腳罷！」烏黎雅剛離開王宮，隨後就送來了王的飲食。烏黎雅却同他主人的僕役一起睡在宮門旁，沒有下到家裏。有人報告達味說：「烏黎雅並沒有回到自己家裏。」達味便向烏黎雅說：「你不是由遠道回來的嗎？爲什麼不下到你家裏去呢？」烏黎雅回答達味說：「約櫃、以色列和猶大人都住在帳幕裏，我主約阿布和我主的僕人都在野外露宿，我怎能回家吃喝，和我妻子一起睡覺？上主永在，陛下萬歲！我決不做這樣的事。」達味向烏黎雅說：「今天你還留在這裏，明天我要打發你回去。」烏黎雅那一天就留在耶路撒冷。第二天，達味召他來與自己一起宴飲，將他灌醉。傍晚，烏黎雅出去，仍與他主人

的僕役睡在一起，並沒有到家裏去。

到了早晨，達味給約阿布寫了一封信，要烏黎雅親手帶去。他在信上寫說：

「你應派烏黎雅到戰事最激烈的前線，然後，在他後邊撤退，讓他受攻擊陣亡。」約阿布查看那城以後，知道那裏有最強悍的敵人，就派烏黎雅到那裏去了。城內的人出來，與約阿布交戰，達味的僕役中，有些人陣亡了，赫特人烏黎雅也陣亡了。

烏黎雅的妻子聽說他丈夫陣亡了，就爲他丈夫舉哀。居喪期一滿，達味就派人將她接到自己的宮中，成了他的妻子，給他生了一個兒子。達味這樣行事，使上主大爲不悅。

對答詠

參閱撒下十二，9；

出二〇，2，13，14

領：你借刀殺了烏黎雅，把他的妻子

佔爲己有。 答：你爲何輕視上

主的話，作出祂眼中視爲邪惡的事？

領：我是上主你的天主，領你出離埃

及的天主。你不要殺人、不要奸淫。 答：你爲何：

誦讀二 選讀耶城主教聖啓祿要理書

你要及時認罪求救

如果在此有人仍是罪的奴隸，應即刻準備自己，藉着信德獲得重生，而成爲天主的子女。他應擺脫罪惡最不幸的奴役，以便成爲天主的幸福之僕，如此才能有資格承繼天國的基業。你們要藉着認罪悔改，除去爲邪情所敗壞的舊我，以換上按造物主之肖像所革新的新我。你們要通過信德求得聖神的保證，好能進入永遠的住所。你們要來領受奧妙的印號，使主容易

認出你們來。你們要做基督聖善的羊羣，好使你們將來能站在基督的右邊，以繼承那為你們準備的永生。

那仍然穿着罪惡粗劣外衣的人，必將站在基督的左邊，因為他沒有藉着基督在重生的洗禮中獲得天主的恩寵。但我所說的重生，不是指肉體，而是指靈魂超性的重生，因為肉身是藉着本性的父母而生，而靈魂的重生，却是藉信德；因為「神隨意向那裏吹。」那時，你若是相稱，良心純潔，無可指摘，你就會聽到上主給你說：「做的好！善良的僕人。」

如果在場的人中，有人妄想試探天主的恩寵，他是在欺騙自己，他不知道聖寵的能力。人哪！你要常保持心靈的純樸，因為天主明察隱微。

如今正是認罪悔過的時候。你要承認

你在黑夜白日，言語行為上所犯的一切罪過。你要在天主悅納的時刻，承認你的罪過，好使你在救援之日，領受天上的寶藏。

你要洗滌你的心，好使你能接受更豐富的恩寵。固然，衆人都會同樣獲得赦罪之恩，但聖神所賦予的恩賜，却按各人信德的大小，而有所不同。你若勉力的少，則你接受的也少；你若多工作，則你領受的賞報也多。你是在為自己奔波，要注意你自己的利益。

如果你跟某人有過節，你要寬恕。你來到這裏，是要領受赦罪之恩，你也應該寬恕得罪你的人。

對答詠 箴二八，30；若壹一，9

領：文過飾非的人，必不會順利；

答：認罪悔改的，將蒙受憐憫。

領：如果我們明認所犯的罪過，信實

而正義的天主必赦免我們的罪

過。 答：認罪悔：

結束禱詞 見常年期主日

第十四主日

聖詠集第二週

第一晚禱

謝主曲對經：主說：我的軛是甘飴的，我的擔子是輕省的。

誦 讀

誦讀一 恭讀撒慕爾紀下

十二，1-25

達味悔過

上主打發納堂先知去見達味；他一來

到他跟前，就對他說：「在一座城裏有兩

個人，一富一貧：富的有很多牛羊；貧

的，除一隻小母羊外，什麼也沒有。這隻

小母羊是他買來餵養的，在他和他兒女身

邊長大，吃他自己的食物，喝他自己杯中

的飲料，睡在他的懷裏，待牠如同自己的

女兒一樣。有一個客人，來到富人那裏，

他捨不得拿自己的牛羊，款待那來到他這

裏的旅客，却取了那貧窮人的母羊，來款

待那到他這裏來的人。」達味對這人大發

忿怒，向納堂說：「上主永在！作這事的

人該死！並且，因為他這樣行事，捨不得

自己的牛羊，他應七倍償還。」納堂對達

味說：「這你就是你！以色列的天主上主

這樣說：是我給你傅油，立你作以色列的

君王，是我由撒烏耳手中將你救出，是我

將你主人的家室賜給你；我把你主人的妻妾放在你懷裏，把以色列和猶大的家族也賜給了你；若還以為太少，我願再給你這樣那樣的恩惠。你爲什麼輕視上主，作出祂眼中視爲邪惡的事，借刀殺了赫特人烏黎雅，爲佔取他的妻子，據爲己有？你借阿孟子民的刀殺了烏黎雅。從此，刀劍永不離開你家！因爲你輕視了我，佔取了赫特人烏黎雅的妻子，據爲己有。上主這樣說：我要由你自己的家裏激起災禍反對你，我要當你的眼前拿你的妻妾給與你的近人，他要在光天化日之下與你的妻妾同寢。你在暗中行的事，我却要叫這事在衆以色列前和太陽下進行。」達味對納堂說：「我得罪了上主！」納堂對達味說：「上主已赦免了你的罪惡，你不至於死；但因你在這事上蔑視了上主，給你生的那

個孩子，必要死去。」

以後，納堂就回家去了。上主打擊了烏黎雅妻子給達味所生的孩子，使他患病甚重。達味就爲孩子懇求天主，並且禁食，進入房內，穿着苦衣，在地上過夜。皇室的長老到他跟前，要將他從地上扶起來，他却不願意，也不與他們一起吃飯。到了第七天，孩子竟然死了。達味的臣僕怕告訴他孩子死了，因爲他們說：「孩子活着的時候，我們勸他，他還不聽我們的話；我們若告訴他孩子死了，豈不是更使他痛苦？」達味見自己的臣僕低聲耳語，就曉得孩子死了，便問他的臣僕說：「孩子死了嗎？」他們答說：「死了。」達味就由地上起來，沐浴、抹油、更衣，進了上主的庭院朝拜了；然後回到家裏，叫人給他擺上飯來，他就吃了。他的臣僕對他

說：「你這是作的什麼事？孩子活着，你爲他禁食哀哭；孩子死了，你反而起來吃飯。」他答說：「孩子活着，我禁食悲哀，因爲我想：也許上主會可憐我，使孩子生存，有誰知道？如今，他死了，我爲什麼還要禁食？難道我能叫回他來？是我要到他那裏去，他不會回到我這裏來！」

事後，達味安慰了妻子巴特舍巴，再走近她，與她同寢；他又生了一個兒子，給他起名叫撒羅滿；上主也喜愛他，派了先知納堂去，代替上主給他起了個別號，叫耶狄狄雅。

對答詠

默納舍禱詞 9, 10, 12;

詠五〇, 5, 6

領：上主，我的罪多過海沙，我犯罪多端，不配仰視上天，因爲我惹起了祢的憤怒。 答：我當着祢

的面犯了罪。

領：我認清了我的罪過，我的罪惡常在
在我的眼前，因爲我唯獨得罪了
祢。 答：我當着：

誦讀二 選讀聖思定主教講道詞

悔罪的心是對天主的祭獻

達味說：「我承認我的罪。」天主，我既認罪，求祢就寬恕吧！但我們絕不敢妄想，我們一生保持聖潔，毫無罪過。我們要求得罪赦，我們的生活才值得稱讚。但是不可救藥的人，他們很少注意自己的罪，反而對別人的罪特別好奇。因爲他們所尋求的，不是改過遷善，而是如何去批評他人。而且，當他們犯罪無法推諉時，他們就準備去控告別人。然而達味給我們的祈禱榜樣，並不如此。他說：「我承認我的罪過，我的罪惡常在我的面前。」他

不注意別人的罪過，他自己控告自己，不文過飾非，反而深自反省。他絕不寬恕自己，所以他才謙虛地哀求天主赦罪。

你願意與天主和好嗎？你要學習如何自制，好使天主喜歡你。你要注意聖詠的話：「因為祢如果真的喜悅祭獻，我就給祢獻上；祢並不喜歡全燔祭。」那麼，你就不祭獻了嗎？你就完全不獻什麼禮品，以求與天主和好嗎？你說了什麼呢？「因為祢真的喜悅祭獻，我就給祢獻上，祢並不喜歡全燔祭。」但是請聽下去，並且說：「天主，我的祭獻就是這痛悔的精神；天主，你不輕看痛悔和謙卑的赤心。」拋棄你從前所獻的，便會找到你現在所應獻的。因為你過去所獻的，是先祖所稱的牛羊的犧牲。「祢如果真的喜悅祭獻，我就給祢獻上。」所以，祢並不尋求古代的

犧牲，卻尋求另一種犧牲。

達味說：「祢不喜悅全燔祭。」祢既然不喜歡全燔祭，祢就不要任何祭獻了嗎？決不！「天主喜歡的祭獻是痛悔的精神；祢不輕看痛悔和謙卑的赤心。」因此，你擁有該獻的犧牲。你不必去尋找羊羣，也不必遠涉重洋去搜尋香料來祭獻天主。你只該在你的內心去尋找取悅天主的禮品。你該撕碎你的心。你怕撕碎了心就會死去嗎？聖詠說：「天主，求祢在我內再造一顆純潔的心吧！」所以，你要先撕碎你污穢的心，好使天主給你再造一顆純潔的心。

幾時我們犯罪，就該厭惡自己，因為罪使天主不悅。又因為我們不是沒有罪的人，至少在我們不喜歡罪這件事上該肖似天主。如此就在這一點上你的心意同天主的心意合一，因為你所不喜歡的，也是那

造生你的天主所憎惡的。

對答詠

詠五〇，12

領：上主，我的罪像利箭一樣刺入我心；但是，上主天主，在我受傷之前，
答：求祢賜我懺悔的良藥治癒我。

領：天主，求給我再造一顆純潔的心，在我身內，注入堅強的精神。

答：求祢賜：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚主曲對經：很多聽眾對耶穌的道理感到

驚奇說：他這一切是從那裏

學來的呢？這不是那個木匠

嗎？祂不是瑪利亞的兒子嗎？

結束禱詞

天主，祢因聖子謙卑自下，拯救了陷於死亡中的人類。請使我們因生活的革新而鼓舞；既然祢讓我們脫免罪惡的奴役，求祢也賜予我們得享永恆的歡樂。

第二晚禱

讚主曲對經：莊稼多，工人少；因此你們要祈求莊稼的主人，派遣更多的工人去收割。

常年期第十四週

星期 一

誦 讀

誦讀一 恭讀撒慕爾紀下

十五，7 \ 14，24 \ 30；

十六，5 \ 13

阿貝沙隆造反及達味逃亡

四年以後，阿貝沙隆向君王說：「我求父王讓我去赫貝龍，向上主還我所許的願，因為你的僕人住在阿蘭革叔爾時，曾許願說：若上主領我再回到耶路撒冷，我要在赫貝龍崇拜上主。」君王向他說：「你平安去罷！」他便起身往赫貝龍去了。阿貝沙隆打發特務到以色列各支派說：「你們一聽見號聲，就喊說：阿貝沙隆在赫貝龍爲王了！」由耶路撒冷與阿貝沙隆同來的，還有二百人，他們因爲被請，就好心好意的來了，對於事情的真相，却一點不知。當阿貝沙隆獻祭時，就派人將達味的參謀，基羅人阿希托費耳由他的本城基羅請來參與祭祀。這樣，叛亂就更形擴大，隨從阿貝沙隆的民衆也逐漸加多。

有報信的人來到達味面前說：「以色列人的心都歸向阿貝沙隆了。」達味就對所有跟他在耶路撒冷的臣僕說：「我們趕快逃跑，不然，我們就來不及逃避阿貝沙隆了。你們趕快上路，免得他忽然趕到，殘害我們，用刀屠殺全城的人。」

匝多克和所有的肋未人抬着天主的約之櫃來了，他們把天主的約櫃放在厄貝雅塔爾面前，等由城中出來的人民全都走過。君王對匝多克說：「你將天主的約櫃抬回城去，放在原處！若我在上主眼中蒙恩，祂必會領我回來，再能見約櫃和祂的聖所。但若上主說：我不喜歡你，請看，我在這裏，他看着怎樣好，就怎樣處置我罷！」君王又向匝多克祭司說：「看哪！你和厄貝雅塔爾可以平安回城，你的兒子阿希瑪茲和厄貝雅塔爾的兒子約納堂，你們的兩個兒子，也應隨你們回去。我願在

曠野中的渡口暫且住下，等你們來給我報告消息。」匝多克和厄貝雅塔爾抬着天主的約櫃回了耶路撒冷，且住在那裏。以後，達味上了橄欖山：一邊上，一邊哭，蒙着頭，赤着腳；隨着他的人民也都蒙着頭，哭着上山。

達味王來到巴胡陵時，出來一個撒烏耳家族的人，是革辣的兒子，名叫史米的。他罵着走來，投石襲擊達味和達味王的衆臣僕，雖然百姓和勇士都圍在王的左右，他毫不畏懼。史米這樣罵君王說：「滾罷！滾罷！你這個殺人王！你這個敗類！上主將撒烏耳一家的血都歸在你身上，你奪了他的王位，現在，上主將王權交在你兒子阿貝沙隆手裏，使你陷入絕境，足見你是一個殺人王。」責魯雅的兒子阿彼瑟對君王說：「爲什麼讓這死狗辱罵我主大王？讓

我去砍下他的頭來！」君王說：「責魯雅的儿子，我和你們有什麼關係？讓他罵罷！如果上主吩咐他說：你咒罵達味！誰還敢說：你爲什麼這樣做？」達味對阿彼瑟和他的衆臣僕說：「唉！我親生的兒子，尙且謀害我的性命，這個本雅明人更將如何？讓他罵罷！因爲上主吩咐了他。也許上主會憐視我的困苦，會將他今日的咒罵，變爲我的幸福。」達味與跟隨自己的人沿路前行，史米也沿着山麓與他平行進行，邊走邊罵，向他拋石撒土。

對答詠

詠四十，10；谷十四，18

領：連我最信賴的知心好友，

答：同桌共食的，也舉腳踢我。

領：你們當中有一人，和我一起吃飯的，要負責我。 答：同桌：

誦讀二

選讀聖克勉教宗致格林多人書

人人都應謀求公益，不要只顧私利

有人寫過：「你們要與聖人交往，因

為接近聖人者，將會成聖。」經上又載：

「你與純潔人同處，你也會成為純潔；你

與被選人同處，你也會被選；你與奸詐的

人同處，你也會變為奸詐。」故我們祇該

與純潔正直的人交往，因為他們是天主的

特選者。

那麼，你們為什麼彼此不和、憤怒、

紛爭，製造分裂，互相攻擊呢？難道我們

不是共有一個天主，一個基督嗎？不是同

一個恩寵的聖神傾注在我們身上嗎？我們

不是同在基督內蒙召嗎？我們為什麼撕裂、

拆散基督的肢體？為什麼自相攻擊？為什

麼竟如此愚昧，而至忘掉我們彼此互為肢

體呢？

你們該記住主耶穌的教訓。祂說：「那

人是有禍的，他若沒有生，為他更好。把

一塊磨石，套在我所召選的人頸上，投入

海中，比讓他引誘我召選的一人跌倒，為

他更好。」你們的分裂已使多人誤入歧途，

使多人灰心喪志，使多人徬徨猶疑，也使

我們大家都悲憤、憂慮；而你們還繼續紛

爭不已。

請你們重讀聖保祿的書信！他在開始

傳福音時，首先給你們寫了什麼？他確實

是受聖神感動給你們寫了一封信，談到他

自己、則法及亞玻羅，因為當時在你們中

間，已經有了派別。可是，那時的分裂罪

過還輕，因為你們當時各派所依附的，都

是信譽卓著的使徒們以及他們所贊許的人。

因此，我們應把這種派系迅速予以除

去。請大家伏在主的腳下，流淚痛哭，哀

求祂可憐我們，使我們重修舊好，恢復我們過去的光榮，在弟兄來往上，重建我們聖潔的友愛。因為這是正義之門，通往永生之門。誠如聖經所載：「請給我們做開正義之門，我要進去向上主謝恩；正義之門屬於上主，唯有義人才能進入。」原來做開的門不少，但是正義之門是基督的門，所有進入此門，並在聖德與正義之路上，向那裏邁進者，是有福的，他們善盡職責，避免製造混亂。一個人儘管是忠信的，儘管有能力表達思想，儘管有明智能評斷言論，儘管行為聖潔，但是他越是被認為偉大，就越應該謙虛；並且他該尋求大眾的公益，而不求個人的私利。

對答詠

格前九，19，22；

約二九，15-16

領：我原是自由的，卻自願成爲衆人

的奴僕。對軟弱的人，我就成了軟弱的人。 答：在怎樣的人當中，我就作怎樣的人，爲使所有的人得救。

領：我作了盲人的眼，跛者的腳；我成了窮人之父。 答：在怎樣：

結束禱詞 見常年主日

星期二

誦 讀

誦讀一 恭讀撒慕爾紀下

十八，6-17，
24-29，4

阿貝沙隆死亡，達味悲傷

軍人出發，來到平原，攻打以色列；在厄弗辣森林，發生了戰事。以色列人在

那裏被達味的臣僕打敗，那天死傷慘重，陣亡的有二萬人。戰爭蔓延全境，樹林內死的人，比刀劍所殺的人還多。

阿貝沙隆正遇上了達味的臣僕，阿貝沙隆在那時正騎着一匹騾子，由大橡樹的叢枝下經過，他的頭髮被橡樹枝纏住，身懸在天地間，所騎的騾子已跑走。有一個人看見，就告訴約阿布說：「我看見阿貝沙隆懸在橡樹上。」約阿布對那向他報信的人說：「你看見了，爲什麼不在那裏把他砍倒在地？那麼，我必賞你十塊銀子和一條腰帶。」那人對約阿布說：「即使人交在我手裏一千塊銀子，我也不願伸手加害君王的兒子，因爲我們親耳聽見君王吩咐你、阿彼瑟和依泰說：你們應爲了我，保全少年阿貝沙隆。並且，若我冒性命的危險，做錯了事，也決不能瞞過君王，那

時你也許不會保護我。」約阿布說：「我不願在你面前這樣耽誤時間！」他就拿了三根短箭，射在阿貝沙隆心中，那時，他在橡樹上還活着。約阿布的十個執戟的少年圍上前來，將阿貝沙隆擊斃。約阿布就吹起號角，軍人便回來，不再追趕以色列人，因爲約阿布願顧惜人民。人們取下阿貝沙隆，將他丟在樹林中的一個大坑內，在他上面堆上了一大堆石頭。衆以色列人各自逃回家去了。

那時，達味正坐在兩門中間，守衛士兵上了門樓頂。守衛兵舉目一望，見一人獨自跑來，就大聲喊叫，報告君王。王說：「如果只是一個人，必有喜信傳報。」他越來越近了。守衛兵又看見一個人跑來，守衛兵立即對看門的大聲喊說：「看哪！又有一人獨自跑來。」王說：「這也是來報

喜信的。」守衛兵說：「我看見前一個人的跑法，像匹多克的兒子阿希瑪茲的跑法。」王說：「他是個好人，必是來報喜信的。」阿希瑪茲上前對君王說：「安好！」就俯首至地，叩拜君王，接着說：「上主，你的天主是可讚美的，因為祂消滅了舉手反抗我主大王的人。」王問說：「少年阿貝沙隆是否無恙？」阿希瑪茲答說：「當大王的臣僕約阿布打發你的僕人時，我見有大騷動，但不知是什麼事。」王說：「你退在一邊，站在那裏。」他便退在一邊，站在那裏。雇士人也來了，雇士人說：「有喜信報告給我主大王！上主今日對一切起來反抗你的人爲你伸了冤。」王問雇士人說：「少年阿貝沙隆是否無恙？」雇士人答說：「願我主大王的仇敵，以及凡心懷惡意起來反抗你的人，

都相似這個少年人！」

君王一聽這話，不勝悲傷，就登上了門樓痛哭；他哭着說：「我兒阿貝沙隆！我兒；我兒阿貝沙隆！巴不得我替你死了！我兒阿貝沙隆！我兒！」有人報告約阿布說：「君王在痛哭哀悼阿貝沙隆。」那天的勝利爲全軍竟變成了悲哀，因爲他們那天聽說君王爲自己的兒子悲傷。因此，那天軍人暗暗地進了城，好像由戰場上受辱逃回來的軍隊。

對答詠

詠五四，13，14，15；

詠四十，10；撒下十八，33

領：如果我的仇人辱罵我，我還可以容忍；
答：可惜是你——我的同僚，我的夥伴，竟舉腳踢我。

領：君王登上了門樓，痛哭說：

答：可惜是……

誦讀二 選讀聖思定聖詠釋義

教外的人不論願意與否、

都是我們的弟兄

弟兄們，我們特別勸告你們，不僅你自己要彼此相愛，還要愛教會以外的人們：包括那還沒信仰基督的，或與我們分離的，他們承認基督是「頭」，却與祂的身體脫離關係。弟兄們，我們應為他們而悲傷，待他們如弟兄。他們無論願意與否，都是我們的弟兄。等他們停止唸「我們的天父」時，他們才不再是我們的弟兄。

對於某些人，先知說過：「對於那些對我們說：『你們不是我們的弟兄』的人，你們該答說：『你們是我們的弟兄』。」請你們思索一下：先知所說的，是指那些人呢？難道是指異教人嗎？不是的，因為按聖經以及教會的慣例，我們不稱異教人

為我們的弟兄。難道先知所說的，是指那些不信基督的猶太人嗎？

你們如果打開保祿書信一看，就會知道：當保祿簡單地稱呼「弟兄」時，他是指基督徒而言，保祿說：「你為什麼判斷你的弟兄？或者，你為什麼輕視你的弟兄？」又說：「你們使人受屈，叫人吃虧，甚至對自己弟兄也是這樣！」

因此，那些說，「你們不是我們的弟兄」的人們，說我們是異教人。他們說我們沒有領受聖事的實效，所以他們要再給我們付洗。因為他們的錯誤是否認我們是他們的弟兄。可是，先知為什麼給我們說，「你們要對他們說：你們是我們的弟兄」呢？這是因為我們承認他們不必再受洗。他們之所以否認我們是他們的弟兄，是因為他們否認我們的洗禮效能。我們承

認他們的洗禮如同我們的一樣有效，所以，我們對他們說：你們是我們的弟兄。

也許他們說：「你們爲什麼尋找我們？你們願意我們作什麼呢？」我們要回答他們說：「你們是我們的弟兄。」他們說：「你們去吧！我們與你們沒有關係。」我們却說：「我們和你們絕對有關係：我們大家信仰一個基督；基督是頭，我們都該隸屬這同一的頭，而成爲一個身體。」

所以，弟兄們，我們因愛德本源的緣故，懇求你們，我們都以其奶作飲食，以其餅加強我們的力量，也因我們的主耶穌基督及祂的良善，懇求你們。（因爲如今正是我們應該向他們表現愛心、憐憫和同情的時候，我們要爲他們哀求天主，恩賜他們有一天清醒過來，而恢復理智，以便看清自己反對真理是毫無根據的。他們祇

有一種怨恨的病症而已；他們越想自己有能力，就越軟弱。）

我是代表這些軟弱的人們、世俗方面聰明的人們、偏重肉慾的人們懇求你們，他們畢竟也是我們的弟兄；因爲他們雖然不和我們在一起，却舉行一樣的聖事，答應一樣的「阿們。」所以，請你們以全部愛心爲他們懇求天主。

對答詠

弗四，1，3，4

領：我在主內懇求你們，行事爲人要與你們的聖召相稱。 答：要盡力以和平的聯繫、保持聖神所賜的合一。

領：因爲只有一個身體和一個聖神，正如你們蒙召享有同一個希望一樣。 答：要盡力：

結束禱詞 見常年期主日

星期三

誦讀

誦讀一 恭讀撒慕爾紀下

二四，1-4，10-18，

24 b，-25

統計人口·建築祭壇

上主對以色列又大發忿怒，就激動達味去難為他們，並向他說：「你去統計以色列和猶大人口。」王就對在自己身邊的約阿布和其餘的軍長說：「你們應走遍以色列各支派，由丹直到貝爾舍巴，統計人民，我好知道人民的數目。」約阿布對君王說：「願上主你的天主將目前的百姓增加百倍，願我主大王親眼見到！但我主大王，爲什麼要行此事？」可是君王堅持向

約阿布和衆軍長所出的命令，約阿布和衆軍長便離開君王，去統計以色列百姓。

達味統計人民以後，心中感到不安，就向上主說：「我做這事，實在犯了重罪。

上主，現在我求祢，赦免祢僕人的罪，因爲我所行的實在昏愚。」達味清早一起來，上主有話向先知加得——達味的先見者，說：「你去告訴達味：上主這樣說：我給你提出三件事，任你選擇一件，我好向你實行。」加得來到達味面前，告訴他說：「你要在國內遇到三年飢荒呢？或是要三個月逃避那迫趕你的敵人呢？或是要在國內發生三天瘟疫呢？現在請你考慮一下，決定我應向那派我來者回覆什麼。」達味對加得說：「我很作難！我們寧願落在上主的手中，因爲祂富於仁慈，而不願落在人的手中。」

達味就揀選了瘟疫；正當收割麥子

時，上主就使瘟疫降於以色列，從早晨直到規定的時期，由丹直到貝爾舍巴，民間死了七萬人。當時上主派一位使者往耶路撒冷去，要毀滅那城。達味看見那打擊人民的使者，就向上主說：「是我犯了罪，行了不義；然而這些羊作了什麼？請祢伸手打擊我和我的父家。」上主後悔降災，就吩咐那毀滅人民的使者說：「夠了，現今收回你的手！」那時，上主的使者正站在耶布斯人敖爾納的打禾場上。

那一天，加得來到達味前，對他說：

「你上去，在耶布斯敖爾納的打禾場上，爲上主建立一座祭壇。」於是達味以五十塊銀子，買了那塊打禾場和牛。達味在那裏爲上主建立了一座祭壇，奉獻了全燔祭與和平祭。這樣上主纔憐恤了那地，以色

列間的災禍遂告平息。

對答錄

友九，18；編上二一，15；

撒下二四，17

領：上主，求祢念及祢的盟約，對那

打擊人民的使者說：停手吧！

答：以免大地荒涼，生靈滅絕。

領：是我犯了罪、是我行了不義；然

而這些羊作了什麼？上主！求祢

不要對祢的百姓發怒。

答：以免大：

誦讀二

選讀「十二使徒訓誨錄」

論感恩祭

你們該這樣感恩：首先爲聖爵感謝

說：「我們的父，我們感謝祢，祢曾通過

祢的聖子耶穌，把祢的僕人達味的後裔（

神聖的葡萄樹），顯示給我們；願光榮永

歸於祢。」然後爲分開的餅感謝說：「我

們的父，我們感謝祢，祢會通過祢的聖子耶穌，把生命與智識，顯示給我們；願光榮永歸於祢。這個分開的餅原是由散生在山上的麥粒，集合而成爲一個餅；但願祢的教會，也同樣從世界各處、從地極，集合成爲祢的王國；因爲光榮與德能，通過耶穌基督，都歸於祢，萬世無疆。」

但是，未因主名而受洗者，不得吃喝謝恩的餅和酒。因爲主曾說過：「不要把聖物給狗吃。」

吃飽以後，你們該這樣謝恩：「聖父，我們感謝祢，祢會使祢的聖名居住在我們心中；祢又通過祢的聖子耶穌把智識、信德以及不死不滅的永生，顯示給我們。願光榮永歸於祢。」

「全能的上主！祢爲了祢的聖名，創造了一切，並賜人飲食，讓人享用，是爲

了使人感謝祢。但是，現在祢却藉祢的子賞賜我們神糧、神飲，和永生。爲此，我們萬分地感謝祢，祢是全能的父；願光榮永歸於祢。」

上主，求祢垂念祢的教會，救它脫免一切凶惡，使它在祢的聖愛中日趨完善；並求祢從四面八方，聚集祢的聖教會，使它進入祢所預備的王國。因爲德能與榮耀，永歸於祢。願恩寵來臨，願此世消逝！要向達味的天主歡呼！誰若是聖者，就請前來；誰若不是，就請悔罪求赦。願主來臨。阿們！」

主曰，你們要來聚會、分餅、謝恩；但於事前，先該悔罪求赦，使你們的祭獻聖潔無瑕。誰與人不睦，要先行和好，然後再來聚會，以免你們的祭獻，受到玷污。這原是上主所說過的祭獻：「隨時隨

地，都有人爲我的名奉獻潔淨的祭品，因爲，我是偉大的君王——上主說——我的名在異民中是神奇的。」

對答詠

格前十，16（17

領：我們所祝福的杯，不是分享基督的血嗎？ 答：我們所擘開的餅，不是分享基督的身體嗎？

領：因爲餅只有一個；我們雖多，只是一個身體，因爲我們衆人都是分享同一個餅。 答：我們擘：

結束禱詞 見常年期主日

星期四

誦 讀

誦讀一 恭讀編年紀上 二二，5（19

達味準備建築聖殿

達味曾想：「我兒撒羅滿年幼脆弱；爲上主要建造的殿宇，必須極其輝煌，聲譽榮耀應傳遍萬邦，所以我必須爲他預備一切。」因此，達味在未死以前，預備了許多建築材料。

達味將兒子撒羅滿召來，囑咐他爲上主以色列的天主建築殿宇。達味對撒羅滿說：「我兒，我心裏原想爲上主我的天主的名，建築一座殿宇；無奈有上主的話傳於我說：你流了許多血，屢經大戰，你不能爲我的名建造殿宇，因爲你在我面前在地上流了許多血。你將生一個兒子，他是一個和平的人，我要使他安寧，不受四周一切仇敵的侵擾，因爲他的名字要叫撒羅滿；他在位時，我要將和平與安寧賜予以色列。他將爲我的名建造殿宇，他將做我的兒子，我將做他的父親。我必鞏固他的

王位，治理以色列，直到永遠。我兒，如今，願上主與你同在，使你成功，爲上主你的天主建造殿宇，有如祂論及你所說的話。唯願上主賜給你智慧和聰明，使你治理以色列時，遵循上主你天主的法律。如果你謹守遵行上主藉梅瑟吩咐以色列的法律和典章，你必會成功；要有瞻量，有勇氣，不必畏懼，不必驚惶。你看，我辛辛苦苦爲上主的殿宇，預備了十萬「塔冷通」的金子，一百萬「塔冷通」的銀子，銅和鐵多得不可衡量；又預備了木材和石頭，你還可以補充。並且在你身邊還有許多工匠、鑿匠、石匠、木匠，以及各種工藝的技術工人。關於金銀銅鐵，多得無數。起來興工罷！願上主與你同在！」

達味又吩咐以色列的領袖協助自己的兒子撒羅滿說：「上主，你們的天主不是

與你們同在嗎？祂不是使你們四周都安寧了嗎？祂已將這地的居民交在我手中，這地已在上主和祂的百姓面前歸服了；所以現在你們要專心致志，尋求上主你們的天主。起來！興工建造上主天主的聖所，將上主的約櫃和天主的聖器，運入爲上主的名所建造的殿宇內。」

對答詠

編上二二，19；

詠一三一，7；依五六，7

領：你們要專心致志，起來興工，建造上主天主的聖所；

答：我們要進入上主的住宅，在祂脚前俯首叩拜。

領：上主說：我的殿宇，將稱作爲全民的祈禱之所。 答：我們要：

誦讀二 選讀聖安博主教聖詠一一八首

釋義

天主的殿宇是聖的，你們就是祂

的聖殿

基督說：「我和父要同來，並在他內居住。」祂來時，你要為祂開門；你要把你的心靈打開，把你的心胸敞開，為使祂看到簡樸的富裕，平安的寶庫，恩寵的甜美。你要大開心門，迎接那永光的太陽，這光「照耀所有的人」。固然，它是光照衆人的眞光，但誰若緊閉心門，將自絕於永生之光。因此，你若關上你的心門，你就給耶穌吃閉門羹。雖然，祂能進入，但如果你不願意，祂絕不強力闖入，做不受歡迎的客人。

基督生自貞女胎中，作為世界之光，照耀普世衆人。凡渴望永光的人，都受到

祂的光照，黑夜不能予以遮斷。我們天天看到的太陽有起有落；但義德的太陽永不西沈，因為智慧永不能給邪惡讓位。

因此，蒙基督來敲門的人是有福的。我們的門是信德，信德若是堅強的話，就會使全家得到保障。基督就是從此門登堂入室。因此，教會在雅歌中說：「你聽！我的愛人在敲門。」我聽到他在敲門，而願意進來：「我的妹妹，我的愛卿，我的鴿子，我的完人，請給我開門！因為我的頭上滿了露水，我的髮辮滿了夜露。」

請想一想：天主聖言在頭上滿戴着黑夜的露水，如何急切地來敲你的門。幾時你有困難和誘惑，祂便惠然來訪，救助你，免陷於凶惡。因此當祂的身體勞累時，祂的頭就為露水濕透。那麼，你就該常常醒着，不要讓你的淨配——基督駕臨

時，不得其門而入。如果你在熟睡，你的心靈沒有醒着，祂不敲門，便離你而去；如果你的心靈醒着，祂就敲門，並要你給祂開門。

所以，我們的心靈有一個門；我們也有那聖經上所說的門：「城門，請提高你的門楣，古老的門戶，請加大門扉，因為光榮的君王要進入城內。」如果你願意提高你的信德之門，光榮的君王就要帶着苦難的勝利，來到你那裏。此外正義也有門。因為我們恭讀聖經，得悉主耶穌，會藉先知的口說：「請給我敞開正義的門。」

所以，靈魂有他的門，基督來到門前扣門。你要給祂開門，祂願意進入，祂願意找到淨配正在醒着等待祂。

對答詠

默三，20；瑪二四，46

領：你看！我站在門口敲門；誰若聞

聲而給我開門，答：我就進去，與他同食共飲。

領：當主人回家時，發現他的僕人這樣做，這個僕人，就有福了。

答：我就進：

結束禱詞 見常年期主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀列王紀上

一，11-35；二，10-12

達味選撒羅滿繼位為王

納堂對撒羅滿的母親巴特舍巴說：「你沒有聽說：哈基特的兒子阿多尼雅已作了王，而我們的主上達味還不知道嗎？現在，我給你出個主意，好保全你和你兒子

撒羅滿的性命。你去見達味，對他說：我主大王，你不是曾向你的婢女起誓說：你的兒子撒羅滿必要繼我爲王，坐上我的寶座嗎？爲什麼阿多尼雅却作了王呢？當你還在那裏與君王說話時，我便隨後進來，證實你的話。」巴特舍巴於是進了君王的內室。君王年紀已老，叔能女子阿彼沙裕正在旁服侍君王。巴特舍巴便俯伏叩拜君王。君王問說：「你有什么事？」巴特舍巴答說：「我主，你曾指着上主你的天主向你的婢女起誓說：你的兒子撒羅滿必要繼我爲王，坐上我的寶座。但是，現在阿多尼雅已作了王，而我主大王，你還不知道。他宰殺了許多牛、肥犢和羊，邀請了君王所有的兒子和厄貝雅塔爾祭司及約阿布元帥，唯獨你的僕人撒羅滿沒有被邀請。我主大王，現在全以色列人的眼望着

你，等待你通告他們，誰要坐上我主大王的寶座，繼承大王。不然，將來我主大王同祖先長眠之後，我和我的兒子撒羅滿必被列爲罪犯。」正當她同君王談話時，納堂先知進來了。有人稟告君王說：「納堂先知來了。」他來到君王面前，便俯首至地，向君王下拜。納堂說：「我主大王，想必你說過，阿多尼雅必要繼我爲王，坐上我的寶座。因爲他今天下去，宰殺了許多牛、肥犢和羊，邀請了君王所有的兒子和軍官，以及厄貝雅塔爾祭司；他們在他面前吃喝，呼喊說：阿多尼雅王萬歲！至於你的僕人我、匝多克祭司、約雅達的兒子貝納雅，以及你的兒子撒羅滿，都沒有被邀請。如果這事是出於我主大王，難道你會不通告你的僕人，誰要坐上我主大王的寶座，繼承大王嗎？」達味回答說：「

快給我召巴特舍巴來！」她便進來立在君王面前。君王起誓說：「救我脫離各種患難的上主永在！我既然曾指着上主以色列的天主向你起誓說：你的兒子撒羅滿必要繼我爲王，代我坐上我的寶座：今天我就要這樣作。」巴特舍巴就俯伏在地，叩拜君王說：「願我主大王達味萬歲！」

達味王接着說：「將祭司匝多克、先知納堂、約雅達的兒子貝納雅，給我召來。」他們都來到君王面前。君王對他們說：「率領你們主子的僕人，立刻叫我兒撒羅滿騎上我自己的騾子，護送他下到基紅去。祭司匝多克和先知納堂要在那裏給他傅油，立他爲以色列王。你們要吹號歡呼說：撒羅滿王萬歲！以後，你們跟他上來，他要來坐我的寶座，繼位爲王，因爲我已欽定他作以色列和猶大的領袖。」

達味與列祖同眠，葬在達味城。達味作以色列王四十年；在赫貝龍作王七年，在耶路撒冷作王三十三年。撒羅滿於是坐上了他父親達味的寶座，他的王國很是鞏固。

對答詠

歌三，11；詠七一，1，2

領：熙雍女子，你們出來，觀看撒羅滿王，頭戴王冠；這是他母親給他戴上的王冠。 答：在他歡樂的日子。

領：天主，求祢把祢的正義授予君王，使他按公道、審理你貧苦的人民。 答：在他：

誦讀二 選讀聖克勉教宗致格林多人書

我們如果遵守主誡，相親相愛，就有福了

親愛的衆位！請看愛德多麼偉大，多

麼神妙！言語不能描述它的完美。假設沒有天主特賜的恩寵，誰適於享有這種愛呢？因此，我們要懇求天主的仁慈，賞賜我們真愛德，完全剷除人本性的偏愛。自元祖亞當以來，世世代代，都已成過去。惟有承蒙主寵，在愛德上達到完美地步的人，才能被列於聖者之中，而要在基督王國光臨時，將蒙受顯耀。按聖經所載：「你要進入你的內室，關上門，隱藏片刻，等待我的盛怒過去，我將回念舊好，要使你們從墳墓中復活起來。」

親愛的衆位，如果我們本着愛德精神、同心合意地遵守天主的誠命，因而獲得愛德的功效，獲得了罪赦，這樣我們就有福了。誠如聖經所載：「罪惡蒙赦免，過犯被遮掩的人，真是有福；上主不責怪，心中無欺詐的人，真是有福。」這種

真福是那些因君王耶穌的功績，蒙天主簡選的人們才能獲得的。願光榮歸於基督，萬世無疆。阿們。

因此，我們要懇求天主，寬赦我們誤從魔鬼的詭計所犯的一切過錯。那些製造分裂與叛亂的首領，應當珍視我們大眾的期望。凡懷着敬畏和愛慕天主之情而生活的人們，寧願自己吃虧，而不願他人受苦；寧願自己承受責罰，而不願破壞我們所忠實承受的那和睦的傳統。因為人坦白地認罪求赦，遠比執迷不悟好的多。

你們中間有誰慷慨大方，慈悲為懷，富有愛心呢？請自我檢討：「如果我是叛亂、紛爭、和分裂的原因，我甘願自行引退，依照公衆的意見，退往任何地方。目的無他，唯求基督的羣羊與他們的神長保持和諧。」採取這樣行動的人，必在基督

內獲得榮耀，將來他不論遷移到任何地區，都會受歡迎。因為「大地和地上的萬物，屬於上主。」事實上，凡度天上生活的人，已往這樣做了，將來仍要這樣做；他們對此毫無遺憾。

對答詠

若壹四，21；瑪二二，40

領：我們擁有出自天主的命令；

答：愛天主的人，也該愛自己的

弟兄。

領：整個法律和所有先知，都繫於這

兩條命令。 答：愛天主：

結束禱詞 見常年期主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀德訓篇 四七，14-31

撒羅滿的歷史

繼達味興起了一位明智的兒子，他因了父親的緣故，生活很安適。撒羅滿爲王時，正當太平時代，天主使四周安寧，是要他給自己的聖名，建立一座殿宇，預備一個永遠的聖所。撒羅滿啊！你年輕時，是何等聰明！你洋溢智慧，有如江河；你的精神籠罩大地；你用含有寓意的箴言，廣傳於大地；你的名聲傳至遼遠的島嶼；因你的和平，人人都喜愛你；因你的詩歌、箴言、寓言，你贏得了天下萬邦的讚嘆；因上主天主的名，即因稱爲以色列的天主的名，你積金如錫，蓄銀似鉛。此後，你將你的腰委諸婦女，讓她們霸佔你的身體；你玷污了你的尊榮，凌辱了你的牀第，給你的子孫招來了義怒；讓他們慨嘆你的愚昧！從此國家分裂爲二，從厄弗辣興起了

一個叛亂的王國。但是上主決不放棄自己的仁慈，不破壞，也不廢棄自己的任何工作，不滅絕自己所選者的子孫，不剷除敬愛上主的苗裔；祂賜給雅格一個餘子，賜給達味一個由他發出的苗裔。

撒羅滿終於同他的祖先長眠。身後從他後裔中，留下了一個人民中最愚昧無知，用自己的計謀，使百姓造反的勒哈貝罕，和一個引以色列犯罪，給厄弗辣開犯罪之路的乃巴特之子雅洛貝罕。他們二人都惡貫滿盈，人就把它們逐出本國。他們企圖犯各種罪惡，直至懲罰臨到他們身上為止。最後天主又從各種罪惡中救出他們。

對答詠

則三七，21-24；若十，16

領：我要把以色列子民聚集起來；他們不再成爲兩個國家，也不再爲

偶像所玷污。 答：他們將做我的子民，他們全體只有一個牧人。

領：我還有別的羊，不屬於這個羊棧；我該把牠們領來，歸於一個羊棧。 答：他們將：

誦讀二 選讀聖思定主教聖詠釋義

主耶穌基督是真撒羅滿

撒羅滿爲上主所建的聖殿，是未來教會的預像，也是基督身體的象徵；因此，祂在福音中說：「你們拆毀這座聖殿，三天之內，我要把它重建起來。」是的，撒羅滿建了那座聖殿；而真的撒羅滿——我們的主耶穌基督、真正的和平者，也爲自己建了一座聖殿。撒羅滿意即締造和平者；但那真正的締造和平者是保祿使徒所說的那一位：「祂是我們的和平，祂使雙方合

而爲一。」基督是真正的和平：祂使來自不同方向的牆壁合而爲一，祂自己作爲這牆壁的角色：爲受割損的信徒與未受割損之外邦人的信者合而爲一的角色。祂把這兩個民族形成一個教會，以自己作角色，如此成爲一位真正締造和平者。

因爲過去的撒羅滿是達味及巴特舍巴的兒子；他是以色列王；他建造聖殿，只不過是那位真正締造和平者的預像。所以你不要想，給天主建聖殿的撒羅滿，就是那位締造和平者，因爲聖詠給你指出另一位撒羅滿，聖詠這樣開始說：「若非上主興工建屋，建築的人徒然勞碌。」所以，是上主興工建屋，是我主耶穌基督建築自己的宮室。固然有許多人在建築上勞力辛苦，然而如果上主不興工建造，「建築的人徒然勞碌。」

誰是那些辛勞建屋的人呢？那就是所有在教會內，宣揚聖道，施行天主聖事的人們。我們大家奔走，大家辛勞，大家都在建築；在我們以前有其他人會奔走、勞碌、建築。可是，「若非上主興工建屋，建築的人徒然勞碌。」使徒們尤其是保祿，在看見有些人墮落時說：「你們謹守了日子、月份、節期、年分，我爲你們擔心，恐怕我白白地爲你們辛勞了。」因爲他深知他自己內心的建築是主的工程，他爲一些人憂傷惋惜，因爲自己在他們身上徒勞無功。所以，我們只是從外面講，是主在人心內建築。我們只能注意你們如何聽道；但你們心裏想什麼，唯有洞悉肺腑的天主知道。是祂興建，是祂勸勉，是祂警告，是祂使你們領悟，是祂指引你們的理智歸向信仰。但是我們也工作，像工

人一樣工作。

對答詠

領：聖殿落成，上主的榮耀充滿了它

的庭院；君王欣然歡呼： 答：

願上主以色列的天主受讚美，因

為祂實踐了向我父達味所作的諾

言。

領：你們要拆毀這座聖殿，我能在三

日內把它重建起來。 答：願上

主：

結束禱詞 見常年主日

第十五主日

聖詠集第三週

第一晚禱

謝主曲對經：種子代表天主的話，撒種者

是基督；凡聽從祂的，必將
永遠生活。

誦 讀

誦讀一 恭讀列王紀上

十六，29-十七，16

阿哈布為王時，厄里亞開始執行

先知職務

猶大王阿撒三十八年，敖默黎的兒子

阿哈布登極作以色列王。敖默黎的兒子阿

哈布在撒瑪黎雅作以色列王，共二十二

年。敖默黎的兒子阿哈布行了上主視為惡

的事，甚於他以前的人。他走了乃巴特的

兒子雅洛貝罕犯罪的路，還以為是小事，

又娶了漆冬王厄特巴耳的女兒依則貝耳為

妻，親自去服事敬拜巴耳，在撒瑪黎雅為

巴耳建築了一座廟宇，廟內為巴耳設立了

一座祭壇。阿哈布又立了阿舍辣；阿哈布行事激怒上主，以色列的天主，尤其於他以前的以色列王。他在位的時候，貝特耳人希耳重建了耶里哥；奠基的時候，死了長子阿彼蘭；安門的時候，死了幼子色古布：這正應驗了上主藉農的兒子若蘇厄所說的話。

基肋阿得提市貝出身的提市貝人厄里亞對阿哈布說：「我指着我所服侍的永生上主、以色列的天主起誓：這幾年如果沒有我的命令，天決不降露或落雨！」

有上主的話傳於厄里亞說：「你離開這裏，轉向東方，隱居在約旦河東的革黎特小河旁。你要喝那小河裏的水，我已經吩咐烏鴉在那裏供給你食物。」厄里亞就依照上主的話去做，去住在約旦河東的革黎特小河旁。烏鴉早晨給他送餅和肉來，

晚上也給他送餅和肉來；渴了，就喝那小河裏的水。

幾天以後，那地方沒有落雨，小河也乾涸了。有上主的話傳於厄里亞說：「你起身往漆冬、匝爾法特去，住在那裏；我已吩咐那裏的一個寡婦供養你。」他就起身往匝爾法特去了，來到城門時，看見一個寡婦在那裏拾木柴。厄里亞喚她說：「請你用器皿取點水來給我喝！」她正要去取水的時候，厄里亞又叫住她說：「請你也順便給我拿點餅來！」那寡婦說：「我指着永生上主你的天主起誓：我沒有餅，缸裏只有一把麵，罐裏還有一點油。你看，我正要拾兩根木柴，回去爲我和我的兒子做點東西，吃了等死。」厄里亞對她說：「你不用害怕，儘管照你所說的去；只是先爲我做一個小餅，給我拿來！然後，

再爲你和你的兒子做，因爲上主以色列的天主這樣說：直到上主使雨落在這地上的那一天，缸裏的麵，決不會用完；罐裏的油，也決不會缺少。」那個寡婦就照厄里亞的話去做了；她和厄里亞及她的孩子吃了許多日子；缸裏的麵，果然沒有用完，罐裏的油，也沒有減少，正如上主藉厄里亞所說的話。

對答詠 雅五，17，18；德四八，1，3

領：厄里亞先知呼求上主，不要降雨，天就不會下雨。 答：他呼求上主降雨，天就下雨。

領：厄里亞有如烈火出現；他的言詞有如火炬燃燒。他憑上主的一句話，就關閉了蒼天。 答：他呼求：

誦讀二 選讀聖安博主教論奧蹟

論領洗前的禮儀

自四旬期開始，我們給你們望教的人天天講解了倫理方面的道理，同時給你們誦讀古聖祖的行實，或箴言上的教訓，我深願你們藉此訓誨，能逐漸習慣追隨先人的芳踪，順從天主的話；如此你們透過聖洗聖事重新做人後，能度一個適於教友身份的生活。

如今是我們要講解奧蹟，要揭示聖事奧理的時候了。如果我們想在你們領洗之前，就給你們提示這些奧理，我們將被認爲是傳統的背叛者，而不是你們的導師。

此外，奧蹟的光芒更容易射入那未曾體驗過的人，而不易照射那預先接受過任何教導的人。那麼就請你們開啓耳朵，並請你們吸入聖事向你們噓出的永生芳香，這是開啓禮指出的意義：當我們給你們舉行開

啓禮時說：「厄弗達」，意思是「開了吧！」好使你們在領洗時，各自領悟對你們所發的問題，並記住所應給予的答覆。按福音所載，基督開啓一個聾啞人時舉行了這個奧蹟。

此後，至聖所的門爲你開啓，你就進入重生的聖地。請回憶你被詢問過的問題；請記起你所作過的答覆。你拒絕了魔鬼及其一切行爲，拒絕了世俗及其榮華歡樂。你的諾言不是保存在死人的墳墓裏，而是記錄在活人的書冊裏。

在那裏，你會看到輔祭，看到祭司，也看到主教。你不要只注意他們的貌相，而要想到這聖職的恩寵。你是在天使面前講了話，正如聖經所載：「祭司的唇舌應保衛智識，人應從他的口中得到教訓，因爲他是全能上主的使者。」這真是不能受騙，

也不能否定的：那宣報基督王國及宣報永生的人，就是天主的使者。你不可以貌取人，而要看他的職務。你要尊重他所賦給你的，看重他的職務，承認他的地位。

所以，你進來，是爲了面對仇敵，你已決意當面拒絕他，然後轉身面向東方；因爲誰拒絕魔鬼，就轉向基督，直接注視祂。

對答詠

鐸三，3，5；弗二，3

領：我們從前也都昏愚，不服從，而走入迷途；生活在邪惡和嫉妒之中，自己可憎可惡，又彼此仇恨。

答：但是天主大發慈悲，藉著重生的洗禮和聖神更新的力量，拯救了我們。

領：我們從前都度過放縱肉身和私慾的生活，並且生來就是義怒之子。

答：但是：

結束禱詞 見晨禱

常年期第十五週

星期一

晨 禱

誦 讀

讚主曲對經：門徒們出去宣講，勸人悔改

誦讀一 恭讀列王紀上 十八 16 b ~ 40

結束禱詞

，用傅油治好許多病人。

厄里亞勝過巴耳的先知

天主，祢常以真理之光照耀徬徨歧途的人，引領他們返回正道，求祢使我們信仰基督的人，都能尋求真理，擯棄一切有辱信仰的事物。

阿哈布前去迎接厄里亞。阿哈布一見

第二晚禱

謝主曲對經：師傅，法律中那一條最重要呢？耶穌說：你要全心愛你的上主天主，阿肋路亞。

厄里亞，就對他說：「使以色列遭難的人，不就是你嗎？」厄里亞答說：「不是我使以色列遭難，而是你和你的父家，因為你們拋棄了上主的誠命，歸順了巴耳邪神。現在，你派人去召集以色列人，同受依則貝耳供養的那四百五十個巴耳的先知，【及那四百個阿舍辣的先知，】上加爾默耳山，到我跟前來。」阿哈布便派人召集所有的以色列子民，聚集了那些先知，

一起到了加爾默耳山上。

厄里亞走向全體民衆面前說：「你們搖擺不定，模稜兩可，要到幾時呢？如果上主是天主，你們就應該隨從上主；如果巴耳是天主，就該隨從巴耳。」人民一句話也不回答。厄里亞對人民說：「上主的先知只剩下我一個人了，巴耳的先知却有四百五十人。請給我們牽兩隻公牛犢來；他們可任選一隻，剖分成塊，放在木柴上，不要點火；我也照樣預備另一隻，放在木柴上，也不點火。你們呼求你們神的名字，我也呼求上主的名字：那降火顯示應允的神，就是真神。」民衆回答說：「你這話說得很好！」厄里亞對巴耳的先知們說：「因為你們人數衆多，你們該先挑選一隻牛犢，準備好，然後呼求你們神的名字，只是不要點火。」他們就將人給他們的公

牛犢牽來，預備好，從早晨直到中午呼求巴耳的名字說：「巴耳，應允我們罷！」但是沒有聲音，也沒有人答應。他們就在自己所築的祭壇旁，跪下又起來，跳個不停。到了中午，厄里亞嘲弄他們說：「你們再高聲喊叫，因為他是神，或者他正在沉思冥想，或者他暫時隱退，或者正在外旅行，或者他正在睡覺，必須把他叫醒。」他們就更高聲喊叫，照他們的習慣，用刀用槍割傷自己，直到全身流出血來。過了中午，他們仍繼續狂喊亂叫，直到晚祭的時候，但仍然沒有聲音，也沒有人答應，也沒有人理會。

厄里亞對全體人民說：「你們到我這邊來。」全體人民便都到他那邊去；厄里亞立即重修了已經坍塌了的上主的祭壇；依照雅格子孫的支派數目，取了十二塊石

頭，——這雅格就是上主曾對他說過：「你的名字要叫以色列。」——用這些石頭，爲上主的名築成一座祭壇，在祭壇四周作了一個水溝，可容兩「色阿」穀種。把木柴放好，將牛犢剖分成塊，放在木柴上，然後吩咐說：「盛滿四桶水，倒在全燔祭和木柴上！」他們就這樣做了。他又吩咐說：「再倒一次！」他們就再倒了一次；他再吩咐說：「倒第三次！」他們就倒了第三次；水沿祭壇四周奔流，溝裏滿了水。到了要奉獻晚祭的時候，厄里亞先知走近前來說：「上主，亞巴郎、依撒格和以色列的天主，求祢今天使人知道祢是以色列的天主，我是祢的僕人、是祢命我作這一切事。上主，求祢應允我，應允我！使這人民知道上主，祢是眞天主，是祢叫他們心同意轉。」於是上主的火降下，焚

盡了全燔祭、柴木、石頭和塵土，也燒乾了溝中的水。全體人民見了，都俯伏在地說：「雅威是天主，雅威是天主！」厄里亞對民衆說：「你們捉住巴耳的先知，不要讓他們逃脫一個！」民衆立即捉住他們。厄里亞帶他們下到克雄小河旁，在那裏將他們全部殺死。

對答詠

列上十八21；瑪六24

領：厄里亞走到民衆前面說：你們搖

擺不定，模稜兩可，要到幾時呢？

答：如果上主是天主，你們就該

跟隨上主。

領：誰也不能侍奉兩個主人；所以你們不能侍奉天主，也侍奉錢財。

答：如果：

誦讀二 續讀聖安博主教論奧蹟

我們由水及聖神重生

你在聖洗池那裏看到什麼？一定看到水，但不僅是水，你還看到執事們在那裏供職；主教在那裏詢問、祝聖。首先，保祿使徒教訓你說：「我們不當注目那看得見的，而要注目那看不見的；因為那看得見的，是暫時的；那看不見的，才是永遠的。」他在別處又說過：「自從天主創世以來，祂那看不見的美善，即祂永遠的大能，和天主的本性，都可憑祂所造的萬物，辨認出來。」因此，主基督也親口說過：「你們縱然不肯信我，至少要信這些工作。」所以，你要相信在那裏有天主的臨在。你信祂的工作，而不信祂的臨在嗎？除非祂先臨在，又怎能工作呢？

但你要思考，這聖事的奧蹟多麼古老，在世界開始時便有了象徵。按創世紀

所載：「在起初天主創造了天地，天主的神，在水面上運行。」所謂「在水面上運行」，不就是天主在那裏工作嗎？是的，你要知道：是祂為創造天地而工作。因為先知對你說：「因天主的一句話，諸天造成；因上主的一口氣，萬象生成。」祂在運行，祂在工作；兩種說法都有先知作證。梅瑟稱祂在運行，達味則稱祂在工作。

請聽別的證據：人人都因罪惡而腐敗。

因為上主說：「人既屬血肉，我的神不能常在他內。」這就是說：聖神的恩寵，與縱情恣慾的重罪，勢不兩立。因此，天主為了恢復祂賜與的恩惠，用洪水淹沒了大地，而命義人諾厄，登上方舟。當洪水退後，諾厄先放出一隻烏鴉，然後再放出一隻鴿子；鴿子終於啣着橄欖枝回來了。如今你看到水，看到木枝（十字架），看到

鴿子，怎能不想起有關這聖事的奧蹟呢？

肉體浸入水中，以滌除一切肉慾的罪污。是在水裏，一切醜惡要被埋葬。是在木十字架上，主耶穌為我們受苦受難並被釘死。鴿子則象徵聖神，正如新約所教導你的：祂以鴿子形狀降下，祂的啓示帶給你心靈的平安，和內心的寧靜。

對答詠

依四四，3，4；若四，14

領：我要倒水滋潤乾土，我要降雨灌溉旱地。 答：我要傾注我的神，澆淋你的苗裔；他們要生長，有如水邊的青草。

領：將有活水從泉源中流出，湧向永生。 答：我要傾注：

結束禱詞 見常年主日

星期二

誦 讀

誦讀一 恭讀列王紀上 十九 1-9 a

11-21

上主顯現給厄里亞

阿哈布將厄里亞所作的一切，以及他如何刀斬衆先知的事，全告訴了依則貝耳。依則貝耳就派使者去對厄里亞說：「明天這個時候，如果我不使你的性命如同那些先知一樣，願衆神明嚴厲，且加倍嚴厲地懲罰我！」厄里亞害怕，就起身逃命，到了猶大境內的貝爾舍巴，叫他的僕人留在那裏，自己却進入曠野，走了一天的路，來到一棵杜松樹下，坐下求死說：「上主啊！現在已經夠了！收去我的性命罷！因

爲我並不如我的祖先好。」以後，就躺在那棵杜松樹下，睡着了；忽然，有位天使拍醒他，對他說：「起來，吃罷！」他看了看，見頭旁有一塊用炭火烤熟的餅和一罐水；他吃了喝了，又躺下睡了。上主的使者第二次又來拍醒他說：「起來，吃罷！因爲你還有一段很遠的路。」他就起來，吃了喝了，賴那食物的力量，走了四十天四十夜，一直到了天主的山曷勒布。

他來到那裏，進了一個山洞，在那裏過夜；上主吩咐他說：「你出來，站在山上，立在上主面前。」那時，上主正從那裏經過，在上主前面，暴風大作，裂山碎石，但是，上主却在風暴中；風過後有地震，但是上主也不在地震中；地震以後有烈火，但是上主仍不在火中；烈火以後，有輕微細弱的風聲。厄里亞一聽見這聲音，

就用外衣蒙住臉出來，站在洞口。有聲音對他說：「厄里亞，你在這裏做什麼？」他答說：「我爲上主萬軍的天主憂心如焚，因爲以色列子民背棄了祢的盟約，毀壞了祢的祭壇，刀斬了祢的先知，只剩下了我一個，他們還要奪取我的性命！」

上主對厄里亞說：「你回去，仍取道曠野，往大馬士革去，到了那裏，給哈匝耳敷油，立他爲阿蘭王。去給尼默史的孫子耶胡敷油，立他爲以色列王；再去給阿貝耳默拉人沙法特的兒子厄里叟敷油，立他接替你爲先知；將來躲過哈匝耳的刀的，必爲耶胡所殺；躲過耶胡的刀的，必爲厄里叟所殺。然而，在以色列我要爲我自己留下七千人；他們全是從未向巴耳屈過膝，未與巴耳親過嘴的人。」

厄里亞於是從那裏起身，去找沙法特

的兒子厄里叟。他正在耕田，在他面前有十二對牛，他自己趕着第十二對；厄里亞經過他身邊，將自己的外衣披在他身上。

厄里叟丟下那些牛，追上厄里亞說：「請你讓我先回去和我的父母吻別，然後來跟隨你。」厄里亞對他說：「你去罷！要再回來！因為我該爲你作的，已經作了。」厄里叟離開了厄里亞，回來牽出一對牛宰殺了，用駕馭牛的用具煮熟，分給衆人吃；然後他便起身跟隨厄里亞，作了他的侍從。

對答詠

出三三，22，20；若一，18

領：上主對梅瑟說：當我的榮耀經過時，我把你放在磐石縫裏，用我的手遮掩你，直到我過去爲止。

答：因爲沒有人見到天主而仍然活着。

領：從來沒有人見過天主，唯有那在父懷中的獨生子，親自將祂啓示

出來。 答：因爲沒：

誦讀二 續讀聖安博主教論奧蹟

洗禮在聖經中的預象

保祿教訓我們說：「我們的祖先，都曾在雲柱的保護下，都從海中走過，都曾在雲中和海中受了洗而歸於梅瑟。」梅瑟在讚歌中也曾向上主說過：「祢曾發出祢的氣息（祢的神），海水就淹蓋了他們。」請注意：猶太人越過紅海、得到自由，埃及人却淹沒在海中，這也是聖洗聖事的預象。我們每天藉這聖事所得到的教訓，顯然是：罪惡被淹沒、過錯被毀滅，而虔誠及純潔卻安然渡過。

你聽說「我們的祖先都曾在雲柱下」；

是的，這雲是慈祥的雲，它平息慾火，它蔭庇聖神所眷顧的人。然後它也臨於貞女瑪利亞身上，當她懷孕人類救主時，至高

者的德能蔭庇了她。這個奇蹟是梅瑟昔日以象徵的方式所完成的。那麼如果聖神祇是預象，實際上祂就不臨在嗎？因為聖經給你說：「法律是藉梅瑟傳授的，但恩寵和真理却是由耶穌基督而來的。」

梅瑟把木頭扔在瑪辣地方的苦水裏，苦水立即變為甜水。現在，水若沒有救主十字架的祝福，對人之得救也毫無用處。但是，如果水藉着十字架的奧蹟被聖化後，它就常能作為洗滌靈魂及救恩飲料之用。因此，正如梅瑟先知從前把木頭插入水泉，同樣，如今祭司呼求主名，以十字架插入這聖洗泉水中，水就成為甜水，能帶給人聖寵。

因此，你不要祇信你的肉眼：那肉眼看不見的，人却看得更清楚；因為那看得見的，是短暫的；那看不見的，才是永遠

的。那眼睛所不能覺察的，卻能以心靈分辨的更清楚。

然後，你要讀列王紀，學習其中的教訓。納阿曼是一個患了癩病的敘利亞人；沒有人能治好他。這時有一個被俘的女孩說，在以色列有一位先知，能潔淨他的癩病。納阿曼一聽到這個消息，立即帶了金銀，趕到以色列王那裏去。國王一知來意，就撕裂自己的衣服說：他是找機會來與我為難，因為他所求的不是國王的能力所可做到的。但厄里叟先知得知後，便派遣人去見君王說：叫他來見我，他就會知道在以色列有天主。納阿曼來見先知，先知吩咐他去約旦河裏洗七次。納阿曼心裏想：在自己國內也有大河，不比以色列所有的河水都好嗎？我在那裏曾經洗過多次，總也沒有洗淨癩病。於是，他想抗命回國，

但經過臣僕們勸告後，便遵命去洗了，他立刻就潔淨了；於是他恍然大悟：那潔淨他的，不是水，而是天主的恩寵。

納阿曼在獲得痊癒之前，曾經懷疑；但公司已獲得痊癒，就不該再有所懷疑了。

對答詠 詠七七，52，53；格前十，2

領：上主像領羊羣一樣領出了祂的子民；領他們平安前行，使他們有恃無恐。 答：他們的敵人卻悉遭滅頂。

領：他們都曾在雲中、在海裏受洗歸於梅瑟。 答：他們的敵人：

結束禱詞 見常年主日

星期三

誦 讀

誦讀一 恭讀列王紀上

二一，1-20，27-29

厄里亞是社會正義的維護者

依次勒耳人納波特在依次勒耳，靠近撒瑪黎雅王阿哈布的宮殿，有一個葡萄園。阿哈布對納波特說：「請將你的葡萄園讓給我，我可以用作菜園，因為離我的宮殿很近；我願拿一個更好的葡萄園來與你交換；或者，如果你認為好，我也可以照葡萄園的價值給你錢。納波特回答阿哈布說：「上主決不許我將我祖先的產業讓給你！」阿哈布由於依次勒耳人納波特對他所說：「我決不將我祖先的產業讓給你」的話，便悶悶不樂地回到宮中，躺在床上，轉過臉去，不肯吃飯。他的妻子依則貝耳來見他，問他說：「你爲什麼心裏這樣憂悶，連飯都不肯吃？」阿哈布回答

說：「因為我對依次勒耳人納波特說：請將你的葡萄園按現價賣給我，或者如果你願意，我可以拿另一個葡萄園來與你交換；他却回答說：我決不將我的葡萄園讓給你。」他的妻子依則貝耳對他說：「你真會統治以色列！只管起來吃飯，心情愉快，我必將依次勒耳人納波特的葡萄園交給你。」依則貝耳便以阿哈布的名義寫了一封信，蓋上君王的印章，送給與納波特同住一城的長老和官紳，信上寫道：「請你們宣佈禁食，叫納波特坐上民衆的首位，然後再叫兩個流氓坐在他的對面，作證控告他說：納波特辱罵了天主和君王，你們應將他拉出城外，用石頭砸死。」那些與納波特同住在一城的長老和官紳，便照依則貝耳吩咐他們的，照她在送給他們的信上所寫的做了：宣布禁食，叫納波特

坐上民衆的首位，兩個流氓前來坐在他的對面，當衆作證控告他說：「納波特辱罵了天主和君王。」衆人便將他拉出城外，用石頭砸死了。然後派人告訴依則貝耳說：「納波特已被人用石頭砸死了。」依則貝耳聽說納波特已被石頭砸死了，就對阿哈布說：「你起來，去佔領依次勒耳人納波特，先前不肯照現價賣給你的葡萄園，因為納波特已經不在了，已經死了。」阿哈布一聽說納波特死了，就起身下到依次勒耳人納波特的葡萄園，霸佔了那葡萄園。

那時，有上主的話傳於提市貝人厄里亞說：「你起來，下去會晤住在撒瑪黎雅的以色列王阿哈布；他現在正在納波特的葡萄園內，他下到那裏去霸佔了那葡萄園。你要對他說：上主這樣說：你殺了

人，還要霸佔他的產業嗎？繼而對他說：上主這樣說：狗在什麼地方，舔了納波特的血，也要在什麼地方舔你的血。」阿哈布對厄里亞說：「我的對頭，你又找到了我的錯嗎？」厄里亞答說：「是，我找到了你的錯，因為你出賣了你自己，去行上主視為惡的事。」

阿哈布一聽這些話，就撕破衣服，身穿麻衣，禁食，穿着麻衣睡覺，低頭緩步行走。於是有上主的話傳於提市貝人厄里亞說：「阿哈布在我面前這樣自卑自賤，你看見了沒有？他既然在我面前自卑自賤，在他有生之日，我不降此災禍；但是，到他兒子的日子，我要使這災禍臨於他家。」

對答詠：雅四，8，9，10；五，6

領：罪人們，你們要洗淨你們的手；

三心兩意的人，要清潔你們的心！
答：你們要在上主面前悲哀哭泣，
自謙自卑。

領：你們把義人定罪殺害，他並沒有
反抗。 答：你們要：

誦讀二 續讀聖安博主教論奧蹟

沒有聖神，水就不能使人潔淨

我給你講過：你不該祇相信那看得見的，因為也許你說：這莫非就是那「眼所未見，耳所未聞，人心所未想到的」偉大奧蹟嗎？如今我看到的，正如我天天可以見到的水；我屢次下水洗澡，却從來沒有洗淨過，難道這水真能洗淨我嗎？從此可知：沒有聖神，那水不會洗淨你。

你由聖經知道，在洗禮中有三個見証：水、血與聖神；三者缺一，那就不成爲聖洗聖事。因爲，若有水而沒有基督十

字架的功勞，那水是普通的水，怎能有聖事的效力呢？同樣若沒有水，也不能有重生的奧蹟，因為「人除非由水和聖神重生，不能進入天主的國。」一個望教人，雖然也信仰吾主耶穌的十字架，並接受了十字架，可是，他若不因父及子及聖神之名而受洗，就不能獲得罪赦，也不能領受天主的恩寵。

納阿曼曾依法律七次浸入水裏；而你如今是因聖三之名浸入水中。要回想你會做過的：你曾明認聖父，也明認聖子及聖神。你要記住每件事的順序。你因這個信仰，已死於世俗，復生於天主；你又好像被埋在水裏，死於罪惡，然後復活起來，獲得永生。所以，你要相信這水具有奇能。

再者，那個靠近羊門之水池旁的癱子，會期待着一個人。他所期待的那人，不就

是出生於貞女的主耶穌嗎？祂來到世上，不再是一種象徵，一個一個地治愈病人，而是真理能治愈全人類。所以，人所期待的那一位，就是祂。天主聖父也會對若翰講到祂：「你看見聖神降下，停在誰身上，誰就是那要以聖神施洗的人。」若翰也會為祂作証說：「我看見聖神彷彿鴿子，從天降下，停在祂身上。」聖神之所以藉鴿子形像降下，無非是使你看見，使你認出諾厄從方舟放出去的那隻鴿子，就是這鴿子的預像，這鴿子也是聖洗聖事的預像。

既然，按福音所載，天父清楚地給你聲明說：「這就是我所喜悅的兒子」，你還有什麼可懷疑的呢？聖神以鴿子形像停留在聖子頭上，聖子也給你聲明；那以鴿子形像降下的聖神，也給你聲明；連達味也聲明說：「上主的聲音響徹水面，天主以雷鳴顯示莊嚴，上主臨於澎湃的水面。」

此外，聖經也爲你證明：由於基德紅的祈禱，天降大火；厄里亞也曾求天主，命天降火來祝聖祭品。

你不要注意祭司個人的功績，而要看他們的職務；倘若你重視功績，那麼，一如尊重厄里亞，也要尊重聖伯鐸及聖保祿的功績；因爲是他們從主耶穌接受了這奧蹟，並將它傳授給我們。那時曾有可見之火顯示給他們，使他們相信；爲我們這些相信的人，是無形之火在發生作用。這火爲他們只是一種預象，爲我們却是一種警告。因此，你要相信：當祭司們呼求主基督時，祂的確與我們同在，祂說過：「不論在哪裏，有兩三個人因我的名聚在一起，我也就在那裏。」尤其是哪裏有教會，哪裏有聖事奧蹟，那裏就必有耶穌基督的臨在。

所以，你會進入聖洗池。要想起你如何答覆了當時的問話：你相信聖父、相信聖子、相信聖神。你不須答覆：我相信一位較大者，及一位較小者，和一位最小者。但你藉同一的誓言，你應相信子，正如你相信父一樣；你應信聖神正如你相信子一樣，只有一點例外：你明認應相信唯有主耶穌爲你被釘在十字架上而死。

對答詠

瑪三，11；依一，16-18

領：在我以後要來的那一位，比我更強；我就是替祂提鞋也不配。

答：祂要以聖神及水洗你們。

領：上主說：你們要停止作孽，學習

行善。 答：祂要以：

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦 讀

誦讀一 恭讀列王紀上

二二， 1 ~ 9，

15 ~ 23， 29， 34 ~ 38

天主顯示了他對阿哈布的計劃

阿蘭與以色列之間連續三年沒有戰爭。第三年，猶大王約沙法特下去見以色列王。以色列王對自己的臣僕說：「你們知道辣摩特基肋阿得原屬於我們，而我們一直沒有設法從阿蘭王的手中奪回來。」然後對約沙法特說：「你願意同我一起去攻取辣摩特基肋阿得嗎？」約沙法特回答以色列王說：「你怎樣，我也怎樣；我的人民就如同是你的人民，我的馬就如同是

你的馬。」

以後，約沙法特對以色列王說：「請你先求問上主的意見。」以色列王於是召集了衆先知，人數約有四百，問他們說：「我上去進攻辣摩特基肋阿得，還是不去呢？」他們回答說：「上去，上主必將那地交於大王手中。」但是，約沙法特說：「這裏就沒有一位上主的先知，我們可託他求問嗎？」以色列王回答約沙法特說：「還有一個，我們可以託他求問上主；不過我憎恨他，因為他對我說預言，總不說吉祥話，只說凶言；這人就是依默拉的兒子米加雅。」約沙法特對他說：「請大王別這樣說！」以色列王於是召一個宦官來，吩咐他說：「快去將依默拉的兒子米加雅召來！」米加雅來到君王那裏，君王問他說：「米加雅，我們應該上去進攻辣摩特

基肋阿得，還是不去呢？」他回答說：

「上去，必然順利！上主必將那地交在大王手中！」君王對他說：「我應該多少次叫你宣誓，你纔奉上主的名對我說實話呢？」米加雅答說：「我看見全以色列人散在山上，好像沒有牧人的羊羣。上主說：這些人既然沒有主人，就讓他們各自平安回家罷！」以色列王對約沙法特說：「我不是告訴過你：他對我說預言總不說吉祥話，只說凶言？」米加雅答說：「爲此，你且靜聽上主的話：我見上主坐在寶座上，天上的萬軍侍立在祂左右。上主問說：有誰能去唆使阿哈布，叫他上去進攻辣摩特基肋阿得，而死在那裏呢？那時有的說這樣，有的說那樣。以後，有一個神出來，立在上主面前說：我能唆使他。上主問他說：用什麼方法？那神回答說：我去，在

他所有的先知口中做虛言的神。上主答說：你必能唆使他，也必會成功，你去照辦罷！現在上主將虛言的神，放入你們這些先知口中，上主已注定你必遭殃。」

以色列王就與猶大王約沙法特上去，進攻辣摩特基肋阿得。有人偶然一箭，射入以色列王的鎧甲與腰帶中間，君王對駕車的人說：「轉回去！載我離開陣地，我已受傷。」但那天戰事越來越激烈，君王仍然立在車上，抵抗阿蘭人；晚上君王就死了；傷處的血直流到車底。

約在日落的時候，營中傳出號令說：「各自回城，各自歸家，君王已死！」人們將君王送回撒瑪黎雅，埋葬在那裏。人在撒瑪黎雅的池塘中，洗滌君王的車時，有狗來舔他的血，有妓女在那裏沐浴，這正應驗上主所說的話。

對答詠

耶二九，8，9，11；

申十八，18

們緊緊追隨祿，我們追逐祿衣服發出的芳香。」他們都希望呼吸祿復活的芬芳。

領：不要讓你們中間的先知欺騙你們，因為他們因我名給你們說不實的預言。 答：上主說：我知道我對你們所懷的計劃。

領：我要興起一位先知，把我的話放在他的口裏。 答：上主說：

誦讀二

續讀聖安博主教論奧蹟

領洗後禮儀的講解

因為我們都傳上了屬神的恩寵，而加入了天主的國，成爲祭司。

你受洗後，上到主教跟前。你要想到以下的禮節。這不正是達味所說過的：「好像珍貴的油，流在亞郎頭上，流在他的鬍鬚上」？這也是撒羅滿所說的傅油：「你的香氣芬芳怡人，你的令名香氣四射，因此少女都愛慕你。」主耶穌，今天有多少重生於祿的靈魂愛慕祿，對祿說：「讓我

以後，你領取了白衣，說明你卸下罪

惡的外衣，穿上了聖潔的衣服，一如達味先知所說：「求祿以牛膝草灑我，使我清潔；求祿洗滌我，使我比雪還要白。」因爲受過洗的人，按照法律與福音，都算是潔淨者。按照法律，因爲梅瑟以牛膝草灑羊血使人淨化；按照福音，是基督在福音中顯示祂復活的光榮時，祂的衣服潔白如

因此，你要領悟爲什麼這樣做：「智慧者的眼睛是在他的頭上。」所謂「像珍貴的油流在鬍鬚上」，意指放射青春的芬芳，

因此，「流在亞郎的鬍鬚上」意指：使你

成爲「特選的種族」、祭司與高貴的種族。

雪。那獲得罪赦的人比雪還要潔白。因此，上主藉依撒意亞先知說：「你們的罪雖似朱紅，將變成雪一樣的潔白。」

教會藉着重生的洗禮穿上這衣服後，在雅歌中說：「耶路撒冷的衆女子！我雖黑，却秀麗。」「黑」意指人性的軟弱；「秀麗」意指因恩寵而秀麗；「黑」是因爲由罪人所組成；「秀麗」是由於信德的聖事。耶路撒冷的女子們看到了這件衣服，不禁驚訝說：「那潔白如雪的，是誰呀？」她原是黑的，如今怎麼突然變成這樣白呢？

但基督看到了祂那穿白衣的教會——基督爲了她，一如匝加利亞先知所說，自身穿上了髒衣服——或看到那因重生的洗禮而變得純潔的靈魂，就說：「我的愛卿，妳多麼美麗，多麼美麗！妳的眼，有如鴿子

的眼。」聖神就是藉鴿子的形狀，從天降下。

因此，你也要想起：你會領受聖神的神印：「智慧和聰敏的神，超見和剛毅的神，明達和孝愛以及敬畏的神」；而且，你要保存你所領受的神恩。天主聖父已給了你印號；主基督已堅強了你，並且一如你從保祿書信得知，祂也派遣聖神到你心裏，作爲保證。

對答詠

弗一，13，14；
格後一，21，22

領：你們信從了福音，並接受了恩許
聖神的印證；這聖神是我們得嗣
業的保證， 答：使我們蒙受完
全的救贖。

領：天主在我們身上蓋了印，傳了

油，並在我們心中賜下聖神，作爲保證。 答：使我們：

結束禱詞 見常年主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀編年紀下

二十一 9，13 24

約沙法特蒙天主援助

此後，摩阿布人、阿孟人，還有一些瑪紅人前來攻打約沙法特。有人來告訴約沙法特說：「由海那邊，由厄東有一支大軍前來攻擊你；他們現在已到達哈匝宗塔瑪爾，即恩革狄。」約沙法特很害怕，一面懇求上主，一面宣佈全猶大禁食。猶大人便集會，求上主援助；猶大各城的人也

前來祈求上主。

約沙法特在猶大和耶路撒冷的會衆中，站在上主殿宇的新院前，說「上主，我們祖先的天主！祢不是天上的天主嗎？祢不是治理萬國萬民的麼？祢手中有能力和權威，沒有誰能抵抗祢。我們的天主！不是祢將這地方的居民，在祢百姓以色列面前趕走，將這地方永遠賜給了祢友人亞巴郎的後代嗎？他們現在住在這地方，並在這地方爲祢的名建造了聖殿說：如果我們遭遇了禍患，刀兵災害，或瘟疫饑饉，我們站在這殿前和祢面前，在災難中向祢呼籲，祢必予以垂聽，施行拯救，因爲祢的名在這殿內。」

當時全猶大民衆，連他們全家妻子兒女，都立在上主面前。

上主的神在會衆中臨於肋未人阿撒夫

的後裔，瑪塔尼雅的玄孫，耶依耳的曾孫，貝納雅的孫子，則加黎雅的兒子雅哈齊耳身上，他就說：「全猶大人，耶路撒冷的居民以及約沙法特王，都要靜聽！上主這樣對你們說：你們不要為這支龐大軍隊害怕，因為戰爭不在乎你們，而在乎天主。明天你們要下去迎敵，他們要由漆茲山坡上來，你們要在耶魯耳曠野前的谷口遇到他們。這次你們無須交戰，只須佈陣以待，觀看上主為你們所行的救援。猶大和耶路撒冷，不必畏懼，不必害怕！明天你們只管出去迎敵，因為上主與你們同在。」約沙法特俯首至地，猶大民眾和耶路撒冷居民也都俯伏在上主面前，朝拜上主。刻哈特子孫和科辣黑子孫中的肋未人起立，引吭高歌，讚頌上主以色列的天主。

次日，他們一早就起來，開往特科亞曠野；在出發時，約沙法特立起來說：「猶大和耶路撒冷的居民，請聽我的話！你們信賴上主你們的天主，必保生命；相信祂的先知，必定勝利。」他與百姓商定之後，便派歌詠人員讚頌上主，身穿聖潔服裝，走在軍隊前面，歌頌說：「你們應讚頌上主，因為祂的慈愛永遠常存！」他們正歌頌讚美時，上主派出伏兵，襲擊了那些來攻擊猶大的阿孟人、摩阿布人和色依爾山地的居民；他們便被擊敗了。阿孟人和摩阿布人起來攻擊色依爾山地的居民，決心將他們殺盡滅絕；殲滅了色依爾山地居民以後，他們又自相殘殺。猶大人到了俯瞰曠野的高崗上，觀看大軍，見伏屍遍野，沒有一個能逃脫。

對答詠 弗六，12，14；編下二十，17

領：我們戰鬥不是對抗人，而是對抗黑暗世界的牽領者、掌權者，對抗邪惡的勢力。 答：所以，你們要站穩，用真理作腰帶、束起你們的腰。

領：你們放心，出去迎敵，觀看上主為你們所施的救援。 答：所以，你：

誦讀一 續讀聖安博主教論奧蹟

向受洗者講聖體聖事

新受洗者如此淨化後，佩上豐富的裝飾，走向基督的祭臺時說：「我要走近天主的祭臺，走向那使我青春喜悅的天主面前。」因為他已洗心革面，他的青春也更新如鷹，於是他興高采烈，趕赴天上筵席。他來到，看見筵席業已備妥，就驚呼說：

「祢在我面前，已為我擺設筵席。」達味曾代表這些人說：「上主是我的牧者，我實在一無所缺。祢使我憩息在翠綠的牧場上，又領我走近幽靜的溪水旁。」又說：「縱使我要走過陰森的幽谷，我也不怕凶險，因為有祢與我同在。祢的牧杖和牧棒，使我欣慰和舒暢；在我敵人面前，祢為我擺設了筵席；在我頭上傳油，使我的杯爵滿溢。」

這的確是一件奇事：古時天主從天降下瑪納，作猶太人的日用糧。因此，經上說：「人竟吃了天使的食糧。」不過在曠野吃「瑪納」的猶太人，也都死了。相反地，你如今所領取地「自天而降的生命之糧」，却使你獲得永生；因為這是基督的身體：「誰若吃了這食糧，必要生活，直到永遠。」

基督的肉顯然就是生命之體，你要想一想：天使的食糧與基督的聖體，哪個更尊貴呢？瑪納自天降，而基督的聖體超越諸天；前者屬於天上，後者却屬於天上之主。猶太人的瑪納貯存到第二日就腐朽了；基督的聖體不但永不腐朽，而且，因為凡虔誠地領取這神糧的人將永不腐朽。石頭曾為猶太人流出水來，基督却為你流出血來；那時的水只是暫時地解除了猶太人的口渴；而基督的血洗滌你，直到永遠。猶太人喝了那水，還會口渴；你却喝了之後，再不會口渴。前者祇是預像；後者才是真正的事實。

這聖事的「預像」尚令你驚奇，何況這真正的聖事呢？請聽：在先祖們身上所發生的、如何成為聖事的預象：「我們的祖先所喝的，是來自伴隨他們的神磐石；

那磐石就是基督。可是他們大多數的人不是天主所喜悅的，因此都死在曠野裏了。這些事的發生是一種預像。」由此可知，哪個更可貴；因為光明必勝過陰影；事實必勝過預像；造主的身體勝過自天而降的瑪納。

對答詠

格前十，1，2，11，3，4

領：我們祖先都經過紅海，在雲中和海中受洗而歸於梅瑟。 答：這一切事的發生只是一種預象。

領：他們都吃過同樣的神糧，都喝過同樣的神飲。 答：這一切：

結束禱詞 見常年主日

星期六

誦 讀

誦讀一

恭讀列王紀下

二，1-15

厄里亞被提升天

上主要用旋風接厄里亞升天的時候，厄里亞和厄里叟正離開基耳加耳；厄里亞對厄里叟說：「請你留在這裏，因為上主派我到貝特耳去。」厄里叟却答說：「我指着永生的上主和你的性命起誓：我決不離開你。」於是二人下到貝特耳。在貝特耳的先知弟子們出來見厄里叟說：「上主今天要接你的師傅離開你，你知道嗎？」他回答說：「是，我知道，你們不要作聲。」厄里亞對厄里叟說：「厄里叟，請你留在這裏，因為上主派我到耶里哥去。」

他回答說：「我指着永生的上主和你的性命起誓：我決不離開你。」於是二人往耶里哥去了。在耶里哥的先知弟子們前來，對厄里叟說：「上主今天要接你的師傅離開你，你知道嗎？」他回答說：「是的，我知道，你們不要作聲。」厄里亞又對厄里叟說：「請你留在這裏，因為上主派我到約旦河去。」厄里叟回答說：「我指着永生的上主和你的性命起誓：我決不離開你。」二人於是繼續前行。先知弟子中有五十個人同去，遠遠站在他們對面，他們二人立在約旦河邊，厄里亞將自己的外衣捲起，擊打河水，水就左右分開，他們二人從乾地上走了過去。過去以後，厄里亞對厄里叟說：「在我被接去離開你以前，我應該爲你作什麼，你儘管求罷！」厄里叟答說：「求你把你的精神給我兩分。」

厄里亞說：「你求了一件難事；不過當我被接去離開你的時候，你若能看見我，你就可以得到；否則，你就不能得到。」他們正邊走邊談的時候，忽然有一輛火馬拉的火車出現，把他們二人分開；厄里亞便乘着旋風升天去了。

厄里叟一見，就呼喊說：「我父，我父！以色列的戰車，以色列的駿馬！」隨後就再看不見他了；厄里叟就抓住自己的衣服，撕成兩半，然後拾起厄里亞身上掉下來的外衣，回去站在約旦河邊，拿着從厄里亞身上掉下來的外衣擊打河水說：「上主，厄里亞的天主在那裏？」他一擊打河水，河水就左右分開，厄里叟走了過去。耶里哥的先知弟子們從對面看見了他，就說：「厄里亞的精神已降在厄里叟的身上了。」他們便前來迎接他，俯伏在

地，叩拜他。

對答詠

拉三，23；路一，15，17

領：在上主那偉大及可怕的日子來臨以前，我必派遣先知厄里亞到你們這裏來。 答：他將使父親與兒子和好，使兒子與父親和好。

領：若翰在上主面前將是偉大的；他必擁有厄里亞的精神和能力，行在主的在前面。 答：他將使：

誦讀二

續讀聖安博主教論奧蹟

你所領的聖事是藉基督的話而完成的

我們知道：恩寵的功能遠勝於本性的功能。但我們到此只看到了聖寵藉先知的祝福所完成的一些事功。倘若一個人的祝福尚能改變本性，那麼我們對天主的聖化功能應說什麼呢？這聖化確是救主基督的

話在發揮功能。因為你所領受的這聖事是藉基督的話而完成的。如果厄里亞先知一言能使天降大火；基督一言難道不能把餅酒變質嗎？你們讀過聖經，知道整個世界都由天主一言而造成。因此，基督一言既能從無中造成萬物，難道不能一言把餅和酒變成祂的體和血嗎？因為從無中造成新物質，比改變此已存在的物質，並不更困難。

但爲什麼我們還用證理呢？讓我們用有關基督的一些實例，以基督降生成人的奧跡來證明這奧跡的真實性。主基督之生於貞女瑪利亞，是不是依照人本性的過程呢？按本性：女人是與男人結合而懷孕；顯然地貞女懷孕是違反本性的。但我們所成的聖體確是生自貞女的體。既然主基督生於貞女是超出本性常規之外，那麼，你

對基督的聖體還尋求什麼本性的規則呢？的確，聖體聖事內的基督之體，就是那曾被釘死在十字架上，被埋葬在墳墓裏的基督之體。

主耶穌親自聲明說：「這就是我的身體。」不錯，在被祝聖之前，這是普通的餅；但在被祝聖之後，這便是基督的身體。同樣，基督說：「這是我的血」；所以，這酒在被祝聖之前，是普通的酒；但一經被祝聖之後，這便是基督的血。而你說：「阿們」，就是說：「這是真實的」。你口所說的，你心裏也要相信。口舌所表達的，內心也要體認。

教會看到如此鴻恩，就敦勸自己的子女，敦勸自己的近人，來領聖事說：「我的近人，你們來吃吧！我的弟兄們，你們來喝，你們來陶醉吧！」我們所吃所喝的，

聖神會藉先知對你說過：「請你們體驗，請你們觀看：上主是何等的美善！投奔祂的人真是有福。」基督真正在聖事內，因為這聖事就是基督的體。這不是為身體用的食糧，而是精神的食糧。因此，聖保祿論及聖體聖事的預像時說：「我們的祖先都吃過同樣的神糧，都喝過同樣的神飲。」原來天主的體是精神體。基督的體是天主之神的體，因為基督是神，按聖經所載：「在我們面前的神，是主基督。」——聖伯鐸也說：「基督會為你們而死去。」最後，先知也會提醒我們：這個神糧堅強我們的心靈，這個神飲使人心舒暢。

對答詠

瑪二六，26；約三一，31

領：他們用晚餐時，耶穌接過餅來，

祝福了、擘開，交給門徒們說：

答：你們拿去吃吧！這就是我的身體。

領：與我同住的人說過：誰要把自己的肉給我們吃呢？ 答：你們

拿：

結束禱詞 見常年主日

第十六主日

聖詠集第四週

第一晚禱

謝主曲對經：天國好像酵母，婦女把它混
合在麵團裏，麵團就會發起
來。

誦 讀

誦讀一 恭讀致格林多人後書

一，1-14

磨難中頌謝主恩

因天主的旨意，做基督耶穌使徒的保祿和弟茂德兄弟，致書於格林多的天主教會和全阿哈雅的衆位聖徒：願恩寵與平安由我們的父天主，和主耶穌基督賜給你們！

願我們的主耶穌基督的天主和父，仁慈的父和施與各種安慰的天主受讚揚，是祂在我們的各種磨難中，常安慰我們，爲使我們能以自己由天主所親受的安慰，去安慰那些在各種困難中的人。因爲基督所受的苦難，加於我們身上的越多，我們藉着基督，所得的安慰也越多。我們如果受磨難，那是爲使你們受安慰與得救；我們如果受安慰，那也是爲使你們受安慰；這安慰足以能使你們堅忍那與我所受的一樣苦難。爲此，我們對你們所懷有的希望是堅定不移的，因爲我們知道：你們怎樣分

受了痛苦，也要怎樣同享安慰。

弟兄們！我們深願你們知道，我們在亞細亞所受的磨難：我們受到了非人力所能忍受的重壓，甚至連活的希望也沒有；而且我們自己也認爲必死無疑，這是爲了使我們不要倚靠自己，而只倚靠那使死人復活的天主。祂由這樣多的死亡危險中救援了我們，而今仍在施救，我們切望將來還要施救，只要你們以祈禱協助我們；這樣，因有許多爲我們求得恩賜，好使將來也有許多人替我們感恩。

我們認爲光榮的事，就是有我們的良心作證：我們處世是本着由天主而來的直爽與真誠，並不是本着本性的智慧，而是本着天主的恩寵；對於你們尤其如此，因爲我們給你們所寫的，無非是你們所能朗誦，所能了解的。我盼望你們能完全了解

我們，就如你們對我們已有了幾分了解，好在我們的主耶穌的日子里，我們是你們的誇耀，而你們也是我們的誇耀。

對答詠 詠九三，18-19：格後一，5

領：上主！你會大發慈悲，作我的依靠。
答：我憂愁焦慮的時刻，祇給我安慰和快樂。

領：基督所受的苦難加於我們身上的越多，我們藉著基督所得的安慰也越多。
答：我憂愁……

誦讀二 選讀殉道聖納爵主教致瑪尼西

人書

應作名實相副的基督徒

我納爵，又名德福祿（意即懷主）、

致書於那在耶穌基督內接受了天主父恩寵的教會。是在基督內我竭誠致候墨安德·瑪尼西的教會；願天主父與耶穌基督，賜

福你們，滿渥恩寵。

我知道你們順從天主聖意，度着一個有組織有秩序的愛德生活，現在我本着對耶穌基督的信仰，和你們談談，實感欣慰。我享有至尊美名，就是身受繚繞之苦時，我仍讚揚各地的教會，視他們與耶穌基督的身體、合而為一，耶穌是我們的永生。願他們信仰一致，愛德一致；這是最高的美德；最重要的是，我希望他們與耶穌及聖父團結一致。如此才能在忍受世間的磨難、並安然脫險後、獲得天主。

天主賞賜我在祂所寵愛的、並代表你們的達瑪斯主教身上，會見了你們。我見到了巴蘇與亞波龍兩位可敬長老，也見到那和我一起工作的執事曹齊永。我很高興，因為曹執事本着服從天主聖寵的心願，服從了主教，又本着服從耶穌基督的

訓令，也服從了長老團。

你們不得因主教年輕，而予以輕視或有所失敬。反之，爲了服從天主聖寵的權能，你們要尊敬他；你們要效法我所熟識的許多年高德劭的長老們，他們決不因主教年輕而有所蔑視。他們隨天主賜與的識見行事，一致服從主教。其實，他們不是服從他，而是服從統治宇宙的監護、卽耶穌基督的聖父。爲了光榮那愛慕我們的主，我們應竭誠服從主教，不得虛僞！因爲虛僞的服從不是欺騙這肉眼所見的主教，而是欺騙那肉眼所看不見的監護——天父。總之，這不是與血肉的人、而是與洞悉人心的天主交往。

所以，我們不僅被稱爲基督徒，且該實在作基督徒才是。有些人，口頭上，稱主教爲監護，但他們所作所爲，並沒有主

教的核准。這樣的人，依我看來，良心並不正直，因爲他們是擅自聚會，也不合主的誡命。

事實上：「物有本末，事有始終」。擺在我們前面的，有兩個結局：一是死亡，一是生命；每人都應到「自己的地方」去。正如兩種錢幣，一是天主的，一是塵世的，各有各的字號。沒有信德的人們，都印着塵世的字號；而有信德的人們，同屬於一個愛德團體，藉耶穌基督的德能，都印有天主父的字號。因此，我們如不甘願犧牲性命，效法基督受苦至死，在我們內就沒有祂的生命。

對答詠

弟前四，12，16，15

領：你要在言行上，在愛德、信德和潔德上，作信徒的模範。

答：你這樣做，才能救你自己，

和你的聽衆。

領：這些事，你要認真去做，專心實行，使衆人看出你的進步。

答：你這樣……

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚主曲對經：耶穌看見羣衆，就對他們動

了慈心，因為他們好像沒有

牧人照顧的羊羣。

結束禱詞

仁慈的天主，求祢垂憐，廣賜恩寵；

使我們的信望愛三德日益真切，並能兢兢

業業，恆心遵守祢的誠命。

第二晚禱

謝主曲對經：瑪利亞選擇了最好的一份，

別人決不能從她手中奪走。

常年期第十六週

星期 一

誦 讀

誦讀一 恭讀致格林多人後書

一，15-21，11

保祿改變行程

我懷着這種信念，原先有意到你們那裏去，爲使你們再一次獲得恩惠，並經過你們那裏到馬其頓，再由馬其頓回到你們那裏，然後由你們送我往猶太去。那麼，我這樣決定難道是我行事輕浮嗎？或者我的計劃是隨情感而定的，以致在我內有「是」而又「非」嗎？天主是信實的！我們對你們所說的話，並不是「是」而又「非」的，因爲藉我們，卽藉我和息耳瓦

諾同弟茂德，在你們中所宣講的天主子耶穌基督，並不是「是」而又「非」的，在祂只有一個「是」，因為天主的一切恩許，在祂內都成了「是」，爲此也藉着祂，我們纔答應「阿們」，使光榮藉我們歸於天主。那在基督內堅定我們同你們的，並給我們傅油的，就是天主；祂在我們身上蓋了印，並在我們心裏賜下聖神作爲抵押。

我指着我的性命呼求天主作證：我沒有再到格林多去，是爲了顧惜你們。這並不是說：在信仰方面我們願管制你們，而是說：我們願作你們喜樂的合作者，因爲你們在信仰上已站穩了。

所以我拿定了主意，不再帶憂苦到你們那裏去，因爲如果我使你們憂苦，那麼，除了那因我而憂愁的人外，又有誰可使我歡樂呢？爲此，我寫了那樣的信，免

得我來到的時候，那應該使我喜樂的，反而使我憂苦，因爲我相信你們衆人都以我的喜樂爲你們的喜樂。我在萬般的痛心憂苦中，流着許多淚給你們寫了信，並不是要使你們憂苦，而是要你們知道我對你們有多麼深厚的愛。

如果有人使人憂苦，他不是使我憂苦，而是使你們衆人，至少使一部分，免得我說的過分。這樣的人，受了你們大多數人的譴責，已足夠了；你們寬恕勸慰他，反而倒更好，免得他一時爲過度的憂苦所吞噬。爲此，我勸告你們對他再建起愛情來。其實，也正是爲此我纔寫了那信爲要考驗你們，看你們是否在一切事上都服從命令。你們寬恕誰什麼，我也寬恕，因爲我所寬恕的——如果我會寬恕過什麼——是爲你們的緣故，當着基督的面而寬恕

的，免得我們讓撒旦有機可乘，因為我們並非不知他的心意。

對答詠

格後一，21-22；

申五，2，4

領：那在基督內堅定我們同你們、並給我們傅油的，就是天主；祂在我們身上蓋了印。 答：並在我們心裏，賜下聖神作為抵押。

領：上主、我們的天主與我們立了約，面對面地與我們談過話。

答：並在我……

誦讀二 選讀聖納爵主教致瑪尼亞人書

愛德中只有一種祈禱、一個希望

既然，我在上述的神長身上、透過信德會見了你們，也愛了你們，我就勸勉你們，同心合意，為天主而勤奮工作，團結一致；主教作主席，代表天主；長老們代

表使徒團，而我最鍾愛的各位執事，則奉命處理耶穌基督的事務。祂在世界未有以前，就在天父懷中，並在此末世顯現於人間。因此，你們眾人既接受了天主同樣的薰陶，就該互敬互愛，誰也不可按肉情待人，都該在耶穌基督內，常常相親相愛。在你們中不可有破壞團結的事件；你們要與主教與眾神長同心合意，成為永生的反映和典範。

正如主基督與父合為一體；祂若沒有聖父同意，自己不做任何事，也不透過使徒們做任何事；同樣，你們也該如此：你們若沒有主教與長老團的同意，不該做任何事。不該為了私人的活動而尋找似是而非的理由：作事應該團結一致：一起祈禱，一起求主，共有一個精神，在愛德中，共有一個希望，共享神聖的歡樂，只

有一位耶穌基督，祂是惟一獨尊的。大家要進入同一聖殿，走近同一祭台，投奔同一耶穌基督；祂由聖父所生，常與聖父同在，而又回到祂那裏去。

你們切不可為異端及無益的神話故事所迷惑。假設我們還要按猶太律法而生活，那就是承認我們尚未領受恩寵。因為接受天主啓示的先知們也曾依照耶穌基督而生活。因此，他們也遭受了迫害。他們藉聖寵的靈感而宣講，使無信仰的人們明認天主祇有一個，祂透過自己的兒子耶穌基督而顯示於人；耶穌基督就是那出自靜默的祂的聖言；祂在一切事上，常使派遣祂的聖父歡心。

因此，凡從古教中過來的人，進入新教，就不再遵守安息日，但須遵守主日；因為在主日，耶穌用祂的死亡，給我們帶

來了新生命。有的人不肯承認，但我們是藉這奧蹟獲得了信德的神恩，並為此而甘心受苦，好使我們成爲唯一導師耶穌基督的眞門徒。既然古代的先知是基督精神上的門徒，並期望祂來作他們的導師；我們若沒有基督，又怎能生活呢？因此，他們以聖善生活所期望的那一位來到時，必會把他們從死者中復活起來。

對答詠

伯前三，8，9；

羅十二，10，11

領：你們都該同心合意，互相體恤，友愛弟兄，慈悲爲懷，謙遜溫和，

答：你們是爲承受福祐而蒙召。

領：要以手足之情彼此相親相愛；論尊敬，要彼此爭先，對於主，要忠心侍奉。

答：你們是……

結束禱詞 見常年主日

星期二

誦 讀

誦讀一 恭讀致格林多人後書

二，12；三，6

新約的僕人保祿

當我爲宣講基督的福音來到特洛阿時，雖然給我開了爲主工作的大門，但因爲沒有遇到我的弟兄鐸鐸，我的心神得不到安寧，就辭別他們，到馬其頓去了。感謝天主時常使我們在基督內參與凱旋的行列，並藉我們在各處播散認識基督的芬芳；因爲我們無論在得救的人中間，或在喪亡的中間，都是獻與天主的基督的馨香；但是爲喪亡的人是死亡的芬芳，使人

死；爲得救的人，却是生命的芬芳，使人活。對這樣的工作，誰夠資格呢？至少我們不像那許多人爲利而混亂了天主的道；我們宣講乃是出於真誠，出於天主，當着天主的面，在基督內。

我們又是在舉薦我們自己嗎？或者，難道我們也應像某些人一般，需要給你們遞上薦書，或由你們寫薦書嗎？你們就是我們的薦書，是寫在我們心上，爲衆人所共知共讀的。因爲明顯地、你們就是我們供職所寫的基督的書信，不是用墨水寫的，而是以生活的天主聖神；不是寫在石版上、而是在血肉的心版上。

我們藉着基督在天主前纔敢這樣自信，但這並不是說：我們憑自己能夠承擔什麼事，好似出於自己一般；而是說：我們所以夠資格，是出於天主，並且是祂使

我們能夠做新約的僕役：這約並不是在於文字，而是在於神，因為文字使人死，神却使人活。

對答詠

格後三，4，6，5

領：我們藉著基督在天主前才敢這樣自信。 答：天主使我們作新約的僕役；這約並不是在於文字，而是在於神。

領：這並不是說：我們憑自己能夠承擔什麼事，好似出於自己一般；而是說：我們所以夠資格，是出於天主。 答：天主使……

誦讀二 選讀聖納爵殉道主教致瑪尼西

人書

你們有基督在你們內

我們對基督的慈善，不要麻木不仁。

假設祂按我們的行為對待我們，我們早已

喪亡了。因此，我們既然作了祂的門徒，就要學習按祂的教導去度基督徒的生活。誰若沒有基督的名號，不屬於基督，他就不是天主的人。所以，你們要拋棄那酸腐的舊酵母，將你們變為新酵母，就是耶穌基督。你們要在基督內變為鹽，以防止腐朽；因為腐朽的氣味會控告你們。誰若信仰基督，而又要依猶太人的方式生活，實在是荒謬的事。因為不是基督的教相信了猶太教，而是猶太教相信了基督的教，是基督的教把所有信仰天主的人、都集合在一起。

親愛的諸位！我給你們寫這些話，不是因為你們中有人陷入歧途，而是因為你們中最微小的我、願以忠言相勸，免得你們墮入異端的陷阱。同時也是要你們完全相信吾主降生、受難、復活的事蹟，這是

在般雀比拉多執政時發生的事跡。這一切是我們的希望——耶穌基督親身經歷而完成的事蹟，千真萬確，你們決不可懷疑。

倘若我有資格，我深願也高興在一切事上都能與你們合一；雖然，我有為主受到繚繞之榮，但不能與你們當中任何一個人相比，因為你們是自由人。我知道你們決不自誇自大，因為在你們內擁有耶穌基督。而且，當我誇讚你們時，我知道你們會引咎自責，誠如聖經所載：「義人必自訟自承。」

因此，你們要堅持吾主及其使徒們的教訓，好使你們所做的一切都能順利進行；就是為肉身與靈魂的好處，或為增進信德與愛德，依仗父、子、聖神，與你們可敬的主教，與形成精神花冠的衆長老，與所有聖執事始終團結一致，同心合意。

你們要服從主教，也要彼此服從，效法耶穌基督，祂按人性服從聖父；使徒們則服從基督、服從聖父及聖神，如此形成一個靈性與肉性的完美結合。

我知道你們已滿渥主恩，簡短地勸勉你們就好了。請你們不忘為我代禱，好使我獲得天主；並請你們也為那敘利亞的教會祈禱。我不配被稱為這教會的一員，但我需要你們為我向天主祈禱，也需要你們的愛德，好使敘利亞的教會，托賴你們的教會，獲得天主的恩澤。

厄弗所的信友從我寫信的這斯米納城中，問候你們；他們為了天主的光榮，連同本城主教鮑理嘉，在一切事上竭力安慰了我；此外，其他的教會，也為了尊敬耶穌基督的緣故，問候你們。願你們擁有那與你們不能分離的神，即耶穌基督，而常

與天主合而爲一。

對答詠

弗三，16，17，19；

哥二，6-7

領：天主使基督因著你們的信德，住在你們心中，答：並使你們在愛德上根深蒂固，奠定基礎，是要使你們充滿天主的一切富裕。

領：你們要在基督內生活，在祂內生根修建，堅持信德。

答：並使你……

結束禱詞 見常年主日

星期三

誦讀

誦讀一

恭讀致格林多人後書

三，7-四，4

為新約服務的光榮

如果那以文字刻在石頭上而屬死的職務，倘且有過光榮——甚至以色列子民爲了梅瑟面貌上易於消逝的光榮，不能注視他的面貌——那麼，屬神的職務，豈不更該有光榮嗎？如果先前定罪的職務有過光榮，那麼，成義的職務更該多麼充滿光榮！其實，那先前有過光榮的，因了這更超越的光榮，已算不得光榮了，因爲如果那易於消逝的曾一度有過光榮，那麼，這常存的更該多麼有光榮！

所以，我們既懷有這種希望，就坦白行事，不像梅瑟一般，將帕子蒙在臉上，免得以色列子民看到那易於消逝的光榮的終結；但是他們的心意陷於遲鈍，因爲直到今天，在讀舊約時，同樣的帕子仍然存在，沒有揭去，因爲只有在基督內纔得除

去；而且直到今天，幾時讀梅瑟書，還有帕子蓋在他們的心上；他們幾時轉向主，帕子就會除掉。主就是那神：主的神在那裏，那裏就有自由。我們衆人以揭開的臉面反映主的光榮的，漸漸地光榮上加光榮，都變成了與主同樣的肖像，正如由主，即神在我們內所完成的。

爲此，我們既蒙垂青，獲得了這職務，我們決不膽怯；反而戒絕了一切可恥的隱瞞行爲，不以狡猾行事，也不變通天主的道理，只是藉着顯示真理，在天主前將我們自己舉薦給衆人的良心。但如果說我們的福音也被蒙住了，那只是爲喪亡的人蒙着，因爲這世代的神已蒙蔽了這些不信者的心目，免得他們看見基督——天主的肖像——光榮福音的光。

對答詠

格後三，18；斐三，3

領：我們衆人都揭去了臉帕，反映主的光榮。 答：光榮上加光榮，都變成了與主同樣的肖像。

領：我們以心神奉事天主，並在基督耶穌內誇耀。 答：光榮上……

誦讀二 選讀師主篇卷二，一，1-6

天主之國，就是平安喜樂

你該全心歸向天主，把可憐的世俗丟在一邊，你的心才會找到平安。因爲天主的國就是在聖神內的平安和喜樂。你如果在心內爲基督準備適宜的住處，祂必定來賞你神樂。

基督所喜歡的一切光榮、美好都是內在的。專務內修的人，基督常來安慰他，同他談論，賞他神樂安寧，也成爲他的知心密友。

忠誠的靈魂哪！趕快爲你的淨配好好

預備你的心，使祂住下。祂曾說過：「誰愛我，必遵守我的話，我父也愛他，我們要到他那裏，並且在那裏住下。」

所以，你該全心依靠天主，愛慕天主，敬畏天主；任何事，祂會替你安排的妥妥當當。

你在世上，沒有常久的住處。無論你住在哪裏，總是過路旅客；若你不同基督密切地結合，你總沒有平安的時候。你的心思該上昇到至尊的天主台前，又該不停地呼求基督。倘若你不會默想天上高深的事理，就該默想基督的苦難，安歇在祂的聖傷中。倘若你願意和基督同居王位，則你在世上，就該為祂，同祂一起多受些苦難。倘若你一旦完全進入耶穌聖心中，嘗到一些聖愛的神味，你就不會顧慮你個人的安逸自在，反而以受人凌辱為樂事，因

為愛耶穌的愛，能使人輕視自己。

對答詠

詠七十，1-2，5

領：上主！我投靠祢，永遠不會蒙

羞。 答：祢是公正的，求祢救拔我。

領：因為祢是我的寄望：從我幼年時，祢就是我的仰仗。

答：祢是公……

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦 讀

誦讀一 恭讀致格林多人後書

四，5-18

使徒的軟弱與信心

弟兄們：我們不是宣傳我們自己，而

是宣傳耶穌基督爲主，我們只是因耶穌的緣故作了你們的奴僕。因爲那吩咐「光從黑暗中照耀」的天主，曾經照耀在我們心中，爲使我們以那在耶穌基督的面貌上，所閃耀的天主光榮的知識，來光照別人。

但我們是在「瓦器中存有這寶貝，爲證明那卓著的力量是屬於天主，並非出於我們。我們在各方面受了磨難，却沒有被困住；絕了路，却沒有絕望；被迫害，却没有被棄捨；被打倒，却没有喪亡；身上時常帶着耶穌的死狀，爲使耶穌的生活也彰顯在我們身上。的確，我們這些活着的人，時常爲耶穌的緣故被交於死亡，爲使耶穌的生活也彰顯在我們有死的肉身上。這樣看來，死亡施展在我們身上，生活却施展在你們身上。

但我們既然具有經上所載的：「我信

了，所以我說」那同樣的信心，我們也信，所以也說，因爲我們知道那使主耶穌復活的，也要使我們與耶穌一起復活，並使我們與你們一同站在祂前。其實，這一切都是爲了你們，爲使獲得恩寵的人越多，感謝也越增加，好歸光榮於天主。爲此，我們決不膽怯，縱使我們外在的人日漸損壞，但我們內在的人却日益更新，因爲我們這現時輕微的苦難，正分外無比地給我們造就永遠的光榮厚報，因爲我們並不注目那看得見的，而只注目那看不見的；那看得見的，原是暫時的；那看不見的是永遠的。

對答詠

格後四，6；申五，24

頌：天主吩咐光要從黑暗中照耀，

答：祂曾經照耀在我們心中，使我們放射出天主的光輝，就是使

人認識耶穌基督臉上的光輝。

領：看哪，我們的天主上主使我們看

見了祂的榮耀和偉大；我們聽見

了祂的聲音。 答：祂曾經……

誦讀二 選讀聖安博主教，聖詠釋義

主，祢聖容的光輝已刻印在我們

心中

「祢爲什麼掩起祢的慈顏？」當我們遭遇艱困，眼前一團漆黑，不能看到真理時，我們就認爲，天主掩起了慈顏，不理睬我們了。因爲如果天主肯注意我們的理智，眷顧我們的心靈，我們決不會墮入雲霧。因爲人不是藉其他肢體而是藉其顏面的容光煥發，而使我們人識人先識其面，或見面憶及其人；何況天主之面容，豈不更能光照我們嗎？

對於這端道理，和其他道理一樣，聖

保祿使徒真是基督的代言人；他能以適當

的詞句給我們解釋清楚。他說：「因爲那

吩咐光從黑暗中照耀的天主，曾經照耀在

我們心中，使我們放射出天主的光輝，就

是使人認識耶穌基督臉上的光輝。」我們

由此而知，我們身體哪一個部位接受基督

的光輝。因爲祂是人心永恒之光；聖父

之所以派遣祂來到此世，是爲使我們接受

祂聖容的光照；如此雖然我們從前爲此世

的黑暗所籠罩，現在却能瞻望天上永恆的

事物。

既然，聖伯鐸使徒曾對胎生的跛子

說：「注視我們吧！」那麼；我對基督還

要多說什麼呢？跛子注視了伯鐸，就藉信

德的大恩得到光照；因爲如果他不先相

信，也不會獲得痊癒。

因此，在使徒身上尚有如此大的榮

耀，何況在耶穌身上呢？請看：匝凱因身材矮小，不能在羣衆中見到耶穌，他就爬到樹上，看到了耶穌，就獲得了光明而回頭改過；那先前貪取不義之財的，竟把自己所有的、甘心拿來補償別人。

「祢爲什麼掩起祢的面容？」這無異是說：「上主，雖然祢轉而不顧我們，但是祢的容光已銘刻在我們心中。」我們把這光保存在心中，使其在內心照耀；因爲如果祢掩面不顧，就沒有人能存在。

對答詠

格後四，6；希十，32

領：天主吩咐光要從黑暗中照耀，

答：祂曾經照耀在我們心中，使我們放射出天主的光輝，就是使人認識基督臉上的光輝。

領：請你們回想先前的日子，那時你們才蒙受光照，就忍受了苦難的

嚴厲打擊。 答：祂曾經……

結束禱詞 見常年主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀致格林多人後書

五，1-21

期望天上寓所·修好的職務

因爲我們知道：如果我們這地上帳棚式的寓所拆毀了，我們必由天主獲得一所房舍，一所非人手所造，而永遠在天上的寓所。誠然，我們在此歎息，因爲我們切望遷到那屬於天上的住所，好像更換衣服一樣。穿上新衣以後，就不會赤身出現了。我們在這帳棚裏的人，苦惱歎息，是由於我們不願脫去這個軀殼，却希望能穿

上那新的衣服，爲使這有死的爲生命所吸收。但那安排我們如此的，是天主，是祂給我們賜下了聖神作抵押。所以不論怎樣，我們常放心大膽，因爲我們知道，我們幾時住在這肉身內，就是與主遠離——因爲我們現今只是憑信德往來，並非憑目覩——我們放心大膽，是爲更情願脫離肉身，與主同住。爲此我們無論是住在肉身軀殼內，或是與身體分開，常專心以討主的喜悅爲光榮。因爲我們衆人都應出現在基督的審判台前，爲使各人藉他肉身所行的，或善或惡，領取相當的報應。

我們既然知道主的可畏，就盡力使人相信我們；我們在主前是顯明的，我也盼望在你們的良心前也是顯明的。這並不是我們又向你們舉薦自己，而是爲給你們一個機會，能以我們爲榮耀，使你們可以應

付那些只憑外貌，而不憑內心誇耀的人們；如果說我們發狂，那是爲了天主；如果說我們清醒，那是爲了你們。

因爲基督的愛催迫着我們，因我們會如此斷定：既然一個人替衆人死了，那麼衆人就都死了；祂替衆人死，是爲使活着的人不再爲自己生活，而是爲替他們死而復活了的那位生活。所以我們從今以後，不再按人的看法認識誰了；縱使我們會按人的看法認識過基督，但如今不再這樣認識祂了。所以誰若在基督內，他就是一個新受造物，舊的已成過去，你看，都成了新的。這一切都是出於天主，祂曾藉基督使我們與祂自己和好，並將這和好的職務賜給了我們：這就是說：天主在基督內使世界與自己和好，不再追究他們的過犯，且將和好的話放在我們的口中。所以我們

是代基督作大使了，好像是天主藉着我們來勸勉世人。我們如今代基督請求你們：與天主和好罷！因為祂曾使那不認識罪的，替我們成了罪，好叫我們在祂內成爲天主的正義。

對答詠

格後五，18；羅八，32

領：天主曾藉基督使我們與祂自己和好；答：並將這和好的職務賜給了我們。

領：天主沒有憐惜自己的兒子，却爲了我們衆人把祂交付出來。

答：並將這……

誦讀二 選讀聖思定主教懺悔錄

(卷十，四三章)

基督爲衆人而死

天主，基於祢的奧妙仁慈，祢派來了一位真中保，要人效法祂謙卑的榜樣。這

位天人間的中保，是一個人、耶穌基督；祂站在有死的罪人和永生而公義的天主之間；祂是人，所以祂可以受死；祂是天主，所以祂是永生的義者。原來，生命與和平是義德的酬報；靠著那使祂親近天主的義德，祂來消滅懺悔罪人的死亡；祂願意接受人類死亡的共同命運。

慈善的聖父，祢這樣愛了我們，竟爲我們罪人，不惜犧牲祢的獨子！祢這樣愛了我們，祢的聖子和祢雖處於同等地位，竟爲我們聽命至死，死在十字架上。祢是我們該死的人中唯一的自由者，因爲祢有權能捨生取死，也有權能捨死取生。祢在祢面前，爲了我們，既作勝利者，又作犧牲；祢是勝利者，正是因爲祢是犧牲；祢在祢面前爲了我們，既作祭司，又是祭品；祢是祭司，正是爲了祢是祭品。祢是

祿生的，祂使我們做奴隸者、一躍而為祿的義子，祂自己反而做了我們的奴僕。

因此，我絕對相信，祂坐在祿的右邊，為我們轉禱，祿將治好我的一切疾病。要不是這樣，我就要失望了。我的疾病既多且重，可是，祿的良藥更堅強有效。假使聖子不降生為人，居我人間，我們就會想，祂是絕對不能和我們打成一片的，並且對我們失望。

我一想到我的罪，就非常惶恐；看到我的苦，彷彿壓得我氣都喘不過來；於是，我計劃避入曠野；可是，祿阻止了我，壯我的膽說：「基督為眾人死了，使生者不再為自己而生，要為那為眾人死而復活的基督而生。」

上主！我把我的憂慮、委託於祿，好使我生活；我要思念祿法律的奇蹟。祿認

識我的愚昧，我的軟弱。請祿教訓我，醫治我！一切智慧學問的寶庫，都藏在祿的獨生子身上。祂用自己的血救贖了我。願傲慢之徒，不要再誹謗我：我常念及贖我的代價，我看它當作我的飲食並與人分享；我雖貧窮，也深願飢餓之輩，能和我同得飽飫，好使尋求上主的人們，能歌頌祂。

對答詠

格前五，14，15；羅八，32

領：基督的愛催促著我們，因我們如此斷定：基督代替眾人死了；

答：是要使活著的人，不再為自己生活，而是為替他們死而復活的那位而生活。

領：天主沒有憐惜自己的兒子，却為

我們眾人，交付了祂，

答：是要使……

結束禱詞 見常年主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀致格林多人後書

六，1~7，1

保祿受的苦及成聖的勸告

我們與主合作的人，勸你們不要白受天主的恩寵。因為經上說：「在悅納的時候，我俯允了你；在救恩的日子，我幫助了你。」看哪！如今正是悅納的時候；看哪！如今正是救恩的日子。我們在任何事情上，為避免這職務受詆毀，不但沒有給任何人跌倒的因由，反而處處表現我們自己，有如天主的僕役，就是以持久的堅

忍，在艱難、貧乏、困苦之中，在拷打、監禁、暴亂之中，在勞苦、不寢、不食之中，以清廉，以明智，以容忍，以慈惠，以聖神，以無偽的愛情，以真理的言辭，以天主的德能，以左右兩手中正義的武器，歷經光榮和凌辱，惡名和美名；像是迷惑人的，却是真誠的；像是人所不知的，却是人所共知的；像是待死的，請看！我們却活着；像是受懲罰的，却沒有被置於死地；像是憂苦的，却常常喜樂；像是貧困的，却使許多人富足；像是一無所有的，却無所不有。

格林多人哪！我們的口向你們張開了，我們的心也敞開了。你們在我們心內並不窄狹，而是你們的心腸窄狹。為了以報還報，如今我對你們猶如對自己的孩子說：你們也敞開你們的心罷！

你們不要與不信的人共負一軛，因為正義與不法之間，那能有什麼相通？或者，光明之於黑暗，那能有什麼聯繫？基督之於貝里雅耳，那能有什麼協調呢？或者，信者與不信者，那能有什麼股份？天主的殿與偶像，那能有什麼相合？的確，我們就是生活的天主的殿，正如天主所說的：「我要在他們內居住，我要在他們中徘徊；我要做他們的天主，他們要做我的百姓。」為此，「你們應當從他們中間出來，離開他們——這是上主說的——你們不可觸摸不潔之物，我要收納你們，我要做你們的父親，你們要做我的子女；這是全能的上主說的。」

所以，親愛的！我們既有這些恩許，就當潔淨自己，除去肉體和心靈上的一切玷污，以敬畏天主之情來使我們成聖。

對答詠

格後六，14，16；

格前三，16

領：正義與不法之間怎能相通？天主的殿與偶像怎能相容？

答：你們是生活之天主的殿。

領：你們不知道你們是天主的殿，並且天主的神就居住在你們內嗎？

答：你們是……

誦讀二

選讀金口·聖若望主教格林多

人後書釋義

我們的心敞開了

「我們的心敞開了。」正如熱力使物體膨脹；同樣，愛德是一種熱烈的能力，它能擴大心胸。也是愛德使保祿使徒開口並擴大心胸。他說：「我愛你們，不僅用口舌，還用我的心。我心口合一，因此我大膽地用我的整個聲音全心和你們講話。」

沒有其他的心比保祿的心張開的更大的。他熱愛所有虔敬的人們，而是全心愛每一個人，並不因此使自己的愛分裂或削弱。既然，他心胸廣大，甚至愛不信主的人們，那麼，他對虔敬的人如此熱愛，還有什麼稀奇呢？

因此，保祿不說：「我愛你們」；却以加重的語氣說：「我們的口張開了，我們的心敞開了。」我們心內懷有所有的人，不是以任何無所謂的方式，而是以一顆完全慷慨的心。事實上，被愛的人在愛他，不是以何無所懼。因此，他說：「你們在我們心內並不覺窄狹，而是你們的心腸窄狹。」你們！保祿使徒對他們的譴責充滿了溫情：因為他實在愛他們。他不說：「你們不愛我」，但說：「你們不像我一樣。」此無他，因為他不願嚴厲地譴

責他們。

誰若從聖保祿使徒的每一封信內搜集證據，他就可看出，他愛信友們的熱誠，實令人難予置信。他給羅馬人寫道：「我切願看到你們。」又說：「我屢次決意要到你們那裏去」，「我切望總有一日，順道來到你們那裏。」他給迦拉達人寫說：「我的愛子們，我重新產生你們。」他給厄弗所人寫說：「爲了這個緣故，我爲你們雙膝跪禱。」他給得撒洛尼人寫說：「什麼是我的希望，我的喜樂，我光榮的冠冕呢？不是你們嗎？」事實上，聖保祿所說的，都是出自肺腑之言，即在縲絏之中，他還是念念不忘他們。

保祿致哥羅森人書，說：「我願你們看到我怎樣爲你們，並且爲那些肉眼沒有見過我的人從事艱苦的奮鬥，好使你們的

心獲得安慰。」他給得撒洛尼人寫說：「正如母親乳養自己的子女，同樣，我想念你們，不僅切望給你們傳播福音，還願爲你們獻出我的心靈。」他給格林多人寫說：「你們在我們的心內，並不覺窄狹。」他不僅表示自己愛他們，也說他爲他們所愛，用以激發他們更大的愛心。對於這一點，他作證說：「弟鐸來了，他把你們的願望，你們的哭泣，你們的熱情，也都帶給我們了。」

對答詠

格前三，4，6；

箴十，12

頌：愛是含忍的，愛是慈祥的，愛不

嫉妬，不作無理的事；

答：愛不以不義爲樂，却與真理

同樂。

頌：仇恨引起爭端；愛情遮掩一切罪

過。答：愛不以……

結束禱詞 見常年主日

第十七主日

聖詠集第一週

第一晚禱

謝主曲對經：天國好像一個商人，到處搜購珍珠；當他找到一顆寶貴的珍珠時，就變賣了一切產業，把它買下來。

誦 讀

誦讀一 恭讀致格林多人後書

七，2 ~ 16

格林多人悔改，保祿得安慰

你們的心要容納我們！我們並沒有侵犯過誰，沒有敗壞過誰，也沒有佔過誰的便宜。我說這話，並不是要定你們的罪，因為我以前曾說過：你們常在我們心中，甚至可以同生共死。

我對你們大有信心，我因你們而感到十分光榮；我充滿了安慰，在我們各樣的苦難中，我格外充滿喜樂，因為自從我們到了馬其頓，身體就沒有得到一點安寧，反而處處遭難：外有爭鬥，內有恐懼。但那安慰謙卑人的天主，以弟鐸的來臨安慰了我們；不但以他的來臨，而且也以他由你們所得的安慰，安慰了我們，因為他把你們的切望，你們的悲痛，你們對我的熱忱，都給我們報告了，使得我更加喜歡。雖然我那封信使你們憂苦了，我現在並不後悔，縱然我曾經後悔過，因為知道那封

信實在使你們憂苦了，雖然只是一時。如今我却喜歡，並不是因為你們憂苦了，而是因為你們的憂苦帶來了悔改，因為你們是按照天主的聖意而憂苦的，所以沒有由我們受到什麼損害。因為按照天主聖意而來的憂苦，能產生再不反悔的悔改，以至於得救；世間的憂苦却會招致死亡。且看，這種按照天主聖意而來的憂苦，在你們中產生了怎樣的熱情，辨白，憤慨，恐懼，切望，熱忱，及譴責；在各方面，你們表明自己對那事件是無罪的。因此，雖然我從前給你們寫了信，却不是為了那侵犯人的，也不是為了那受侵犯的，而是要把你們對我們的熱情，在天主面前表彰出來；為此我們得到了安慰。

在這安慰之外，我們尤其因弟鐸的喜樂而更加喜樂，因為他的心由你們衆人得

到寬慰，因為，我如果對弟鐸誇耀過你們什麼，我也不至於羞愧，因為我向他誇耀你們的話，成了真的，正如我們對你們所說的一切都是真的一樣；並且，他一起你們衆人的服從，怎樣以敬畏和戰慄的心情來接待他，他的心腸就越發傾向你們。我真喜歡，因為我對你們在各方面都可以放心了！

對答詠

格後七，10，參閱9

領：按照天主的聖意而來的憂苦，能產生再也不反悔的悔改，以至於得救。 答：世間的憂苦，却招致死亡。

領：我們會按天主的聖意憂傷，却没有受到什麼損害。

答：世間的……：

誦讀二 選讀金口·聖若望主教，保祿

致格林多人後書講道詞

苦中有樂

保祿使徒抑制了他嚴厲的譴責，再度談到愛德的主題。他先前曾責斥格林多教友，因為他們不以愛還愛，反而背棄他的愛，而與壞人爲伍；但以後他却緩和了這譴責的嚴厲性說：「容納我們吧！」這就是說：請你們愛我們吧！他只向他們要求一項小的恩惠，而這恩惠將爲施予者比較受者更爲有益。他沒有命他們說：「你們該愛我們！」他祇以憐惜的語氣說：「容納我們吧！」誰離開了你們的心？他問說：是誰使我們遠離你們，是誰把我們逐出你們的心？什麼原因迫使我們在你們心中受到排擠呢？因爲他在上文說過：「你們的心腸狹窄。」他在這裏更清楚地說：

「你們的心要容納我們！」這是吸引他們再回到他身邊的話。因為被愛的人需要明白那愛他的人如何渴望自己的愛情，而世界上沒有什麼比這種了解更具有偉大的力量，能激發被愛者的愛。

保祿又說：「我以前說過：你們常在我們心中，甚至可以同生共死。」這是愛情最偉大的力量，即使被輕視，仍願意同生共死。你們在我們的心裏確實如同我說過的。可能有人有愛心而不願為所愛的人冒險犯難；但是，我們決不是這種人。

「我充滿了安慰。」什麼安慰呢？那就是從你們那裏來的安慰：因為你們改善了；我們因着你們的善行獲得了安慰。這原是愛人的本來面目：當自己不受人愛的時候，他就渴求；又恐責備太嚴，而使所愛的人憂愁。故此，他又說：「我充滿了

安慰，格外充滿喜樂。」

這好像說：「我雖然因你們而憂傷，你們却完全使我滿意，安慰了我。你們不但消除了我痛苦的原因，而且給我帶來了洋溢的喜樂。」

最後，保祿為表示他得到了多大的喜樂，不僅說：「我充滿了安慰」，而且，還加上一句：「在我們各樣的苦難中，我格外充滿喜樂。」這是說：你們所帶給我的喜樂如此之大，是任何大災大難所不能抵銷的。這喜樂勝過我們遭遇的任何痛苦，甚至不容許我們受到痛苦的影響。

對答詠

格後十二，12，15

領：我在你們中間以各種堅忍，藉徵兆，奇蹟和異能，答：作為使徒的憑證。

領：我心甘情願爲你們的靈魂付出一切，鞠躬盡瘁。

答：作爲使……

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚主曲對經：大家看到耶穌所行的奇跡，

就彼此說：這一定是經上預

言要來的那位先知！

結束禱詞

天主，仰望祢的人必蒙助祐；離開了祢便一無保障，一無是處。求祢廣施憐憫，使我們在祢的引領、照顧下，善用世物，得享永生。

第一一晚禱

謝主曲對經：你們求，必有所得；你們找

，必會找到；你們叩門，必給你們打開，阿肋路亞。

常年期第十七週

星期 一

誦 讀

誦讀一 恭讀致格林多人後書

八，1-24

保祿要求為耶路撒冷捐款

弟兄們！如今我們願意告訴你們：天主在馬其頓各教會所施與的恩惠，就是他們在患難頻繁的試探中所充滿的喜樂，和他們極度的貧困所湧出的豐厚慷慨。我可以作證：他們是盡了力量，甚至超過了力量，自動的捐輸，再三懇求我們准他們分

享供應聖徒的恩惠。他們所作的，不但如我們所盼望的，而且按照天主的旨意，把自己先奉獻給主，也獻給了我們；因此，我們勉勵弟鐸，既然開始了這慈善的事，也要在你們那裏完成。

就如你們在一切事上，比如，信德、語言、知識、各種熱情，和從我們所接受的愛情，都很富足，那麼在這慈善事上也要顯出你們的富足。我說這話並不是出命，而是藉別人的熱情來試驗你們愛情的真誠，因為你們知道我們的主耶穌基督的恩賜：祂本是富有的，爲了你們却成了貧困的，好使你們因着祂的貧困而成爲富有的。我在這事上只給你們貢獻意見，因爲這樣更適合於你們，因爲你們從去年不但已開始實行了，而且還是出於自願。所以如今，請完成你們所實行的事罷！好使你

們怎樣甘心情願，也怎樣照所有的予以完成，因爲人只要甘心情願，就照所有的蒙受悅納，不是照所無的。這不是說要使別人輕鬆，叫你們爲難；而是說要出於均勻：在現今的時候，你們的富裕彌補了他們的缺乏，好使他們的富裕也彌補你們的缺乏，這樣就有了均勻，正如所記載的：「多收的沒有剩餘，少收的也沒有不足。」

感謝天主，把我對你們所有的同樣熱情放在弟鐸的心裏，因爲他接受了我們的請求，而且因他自己更爲關心，便自動地起身往你們那裏去了。同時，我也打發了一位弟兄和他同去，這人在宣講福音上所受的讚美傳遍了各教會——不但如此，而且各教會也派定了他在這恩惠上作我們的旅伴，我們經管這事是爲主的光榮，並爲表

現我們的好心——我們這樣防範，是為避免有人在我們所經管的這巨款上來毀謗我們，因為我們不但在主面前關心我們的名，而且也在人面前。我們還打發了一位弟兄與他們同去，我們在許多事上，多次考驗過他，知道他很熱心；如今他對你們大有信心，當然更加熱心了。論到弟鐸，他是我的同伴，為你們也是我的助手；論到我們的那兩位弟兄，他們是教會的使者，是基督的光榮；所以你們要在眾教會前，向他們證實你們的愛心，和我們對你們所有的誇耀。

對答詠

格後八，9；斐二，7

領：你們知道我們的主耶穌基督的恩賜；祂本來富有，却為你們成了貧窮； 答：好使你們因着祂的貧窮而成爲富有。

領：基督貶抑了自己，接受了奴僕的形體， 答：好使……

誦讀二 選讀阿而樂主教聖凱撒的講道詞

論天上與人間的慈愛

耶穌說：「憐憫人的人是有福的，因為他們要受到憐憫。」親愛的弟兄們，「憐憫」一詞是溫柔的；「憐憫」的名詞尚且如此，那麼，憐憫人的行爲，更該如何呢？雖然，人人都希望得到憐憫，但不幸的是：不是人人都憐憫別人，以使自己堪當接受憐憫。人人都願意接受人憐憫，但很少人願意憐憫別人。

人哪！你所不願施予人的，你有何顏面去要求呢？誰若願意在天上受到憐憫，他就該在世上先憐憫別人。親愛的弟兄們，我們既都願意受到憐憫，就請大家在世上拿憐憫作「主保」，好使我們將來到

天上時，得到「她」的救助。因為在天上也有一種憐憫，這種憐憫只有藉地上的憐憫才可得到。聖經上說：「上主，祢的慈愛在天上。」

故此，慈愛有天上的，有地上的：就是有天主的，有人的。那一種是屬人的慈愛呢？那就是你對窮人的慈愛——憐憫。

但那一種是天主的慈愛呢？無疑的，那就是寬恕人罪的那種慈愛。人在塵世旅程中因憐憫所施予的一切，天主的憐憫必在天上還給他。因為天主在此世上，在一切窮人身上，忍飢受渴，誠如吾主基督親口說的：「凡你們對我這些最小弟兄中的一個所做的，就是對我做的。」所以，那自天上肯施恩的天主，願意在地上接受。

我們是怎樣的人？當天主施恩時，我們願意接受它；但當天主有求於我們時，

我們就不願意給祂嗎？窮人飢餓，就是基督飢餓，誠如基督親自說的：「我餓了，你們給了我吃的。」因此，你如果願意獲得罪赦的保證，就不該輕視可憐的窮人。弟兄們，基督自己現在就在窮苦人身上忍飢受渴。祂在地上所接受的，祂在天上必將還給你。

弟兄們，試問：當你們來到聖堂時，你們願意什麼？或你們要尋找什麼？你們不是來求天主施恩憐憫嗎？你們先施予地上的慈愛，你們就會領取天上的慈愛。窮人向你祈求，你却向天主祈求；窮人向你求的，是一塊麪包；而你向天主求的，是永生。給窮人麪包吧！好使你從基督那裏領取永生。請聽基督自己說的話：「你們給，也就給你們。」如果你不給別人，我不知道你將有何顏面領受？所以，當你們

來到聖堂時，你們應按你們的能力、賙濟窮人。

對答詠

路六，36，37；瑪五，7

領：你們應當慈悲，就像你們的父那樣慈悲。 答：你們要寬恕人，也就得到寬恕；你們給，也就給你們。

領：憐憫人的人是有福的，因為他受到憐憫。 答：你們要……

結束禱詞 見常年主日

星期二

誦 讀

誦 讀 一

恭讀致格林多人後書

九，1-15

樂捐的善果

關於供應聖徒之事，我給你們寫信原是多餘的，因為我知道你們甘心情願做。對這事，我曾向馬其頓人誇獎過你們，說阿哈雅從去年就預備好了，並且你們的熱心曾激勵了很多的人。不過，我打發那幾位弟兄去，好使我們在這方面對於你們的誇獎，不至於落空，好叫你們正如我所說過的，準備好了，免得萬一馬其頓人與我同去，見你們沒有準備好，使我們在這件事上受到羞辱，那更不用說你們了。所以我認為必須請求那幾位弟兄先到你們那裏，使你們事先籌足從前所答應的捐款；這樣，你們所準備的實在是一種慷慨的行為，而不是出於勉強。

再一說：小量播種的，也要小量收穫；大量播種的，也要大量收穫。每人要照心中所決定的捐獻，不要心疼，也不要

勉強，因為『天主愛樂捐的人。』天主能豐厚地賜與你們各種恩惠，使你們在一切事上常十分充足，能多行各種善事，正如經上記載說：『他博施濟貧，他的仁義永世常存。』那供給播種者種子，而又賜下食糧給人吃的，必要加倍地供給你們的種子，並且增加你們仁義的果實。你們將事事富足，可以慷慨捐輸，使人因此藉着我們生出感謝天主的心情，因為這供應的事不但補助了聖徒的貧乏，也使許多人多多感謝天主。藉着這次供應的證明，他們必要因你們而明認和服從基督的福音，和你們對他們以及衆人的慷慨捐助，而光榮天主；同時，他們也必因天主在你們身上所賜的鴻恩，而爲你們祈禱，嚮往你們。我們要感謝天主，感謝祂莫可名言的恩賜！

對答詠

路六，38；格後九，7

領：你們給，也就給你們；並且用大

升斗，連按帶搖，按你們所能攜帶的，滿滿地倒給你們。

答：你們用什麼升斗量給人，天主也用什麼升斗量給你們。

領：每人要照心中所決定的捐獻，不要心疼，也不要勉強。

答：你們用……：

誦讀二 選讀聖大西略主教講道詞

你們要散播義德的種籽

人哪！你要像大地一般出產果實，不可表現出來你低於沒有生命的東西。大地出產果實，但享用那果實的並不是大地，而是你。相反地，你不論做了什麼慈善，是你自己收取果實，因爲行善所應得的報酬屬於行善的人。當你給飢餓的人食物時，你所給予的、仍是你的，甚至將加上

利息給你。正如一粒落到地裏的麥子，將爲播種的人結出許多新麥粒；同樣，你如果給飢餓的人餅吃，你必將獲得豐富的利潤。因此，你好似一個農夫，在世播種工作完畢後，就開始在天上收穫。一如歐瑟亞先知所說：「你們應該播種正義。」

即使你不願意，你也要有一天放棄你地上的財產；相反地，你若善用你的錢財，你能把因行善所得到的榮耀帶到上主面前，那時你所賙濟過的窮人環繞着你，他們將在萬民的法官面前稱呼你是養育者、是大恩人；並因你爲人所作的慈善事工給你各種光榮的稱呼。你沒有見過一些人在戲劇明星身上、在鬥獸勇士身上；；在不值一顧的競賽上如何揮霍財富嗎？他們爲了短暫的榮譽，爲了譁衆取寵而一擲千金！

而你爲了得到那樣大的榮耀，却吝於消費嗎？天主將顯揚你，天使們將同聲讚頌你，所有的人都將稱你有福；你以可朽的錢財，賙濟窮人，換取的是永遠的榮耀，義德的榮冠！天上的王國。對這一切你却無動於衷，你依戀現世財物，而輕視那應期望的真福。所以，你該對所有急需的人慷慨解囊，樂善好施。聖經上也說：「那散財而賙濟貧苦人的，他的仁義，必萬世留存。」

你如果能施捨，應如何感激窮人——你的恩人，因爲他會帶給你榮耀；又應如何知足，因爲你不需向別人扣門求乞，而是別人登門向你求恩。可是現在你却不愉快，令人不易接近。你躲避與人相遇，以免被迫施捨最小量的救濟。你只會說一句話：「我沒有，也不要給，因爲我是窮

人。」果然如此的話，那麼不錯，你真是窮人，乏善可陳：既沒有「仁」，又沒有「愛」；對天主也缺乏信心，自己也缺乏永生的希望。

星期三

誦 讀

對答詠

依五八，7-8

誦讀一 恭讀致格林多人後書

十，1-11，6

領：你要將食糧分給飢餓的人，將無地容身的貧窮人，領到你的家裏； 答：這樣，你的光將要射出，有如黎明；你的義德，將走在你前面。

保祿為自己的職務辯護

領：見到赤身露體的人，你要給他衣服穿；不要避開你的骨肉親人。

答：這樣……：

結束禱詞 見常年主日

保祿我，就是那在你們中間對面時就謙卑，不在的時候就對你們膽大的。我親自藉基督的溫和良善勸告你們，甚至求你們，不要叫我到你們那裏時，才自信有膽量，本來我認為應該如此自信，去對付那些以為我們是照世俗的標準行事的人。我們固然是在塵世中行事，却不是按照世俗的方式而交戰，因為我們作戰的武器，不是屬於這世界的，而是憑天主有力的武器，足以攻破堅固的堡壘：攻破人的詭

辯，以及一切爲反對天主的智識所樹立的高寨，並擄獲一切人的心意，使之服從基督；並且我們已準備好了，等你們完全服從時，來懲罰所有不服從的人。

你們看看擺在眼前的事實罷！如果有人自信是屬於基督的，他自己該再想想：他怎樣屬於基督，我們也怎樣；因爲，即便我對我們的權柄有一點過分的誇耀——這權柄原是主所賜與，爲建樹你們，而不是爲破壞——我也不羞愧，免得有人以爲我好像只會藉着書信來恐嚇你們。因爲有人說：「他的書信的確嚴厲而又強硬，但他本人在時却軟弱無能，言語又空洞可輕。」說這話的人該想一想：我們不在你們那裏的時候，信上怎樣寫，我們來到的時候，也必這樣做。

其實，我們不敢和那些自我推薦的人

相提並論；他們是以自己來度量自己，以自己來比自己，這決不是明智。我們誇耀却不越過範圍，而只是按照天主所指給我們的界限，界限一直達到你們那裏。我們並沒有過於伸展自己，好像從沒有到達過你們那裏似的；其實，是我們先帶着基督的福音，到了你們那裏的；我們並沒有越過了範圍，以別人的勞苦而誇耀；我們只希望因着你們信德的長進，在你們中按照指給我們的界限越發開展，以致將福音傳到你們以外的地方，但不在別人的界限內，以別人已成的事而誇耀。「凡要誇耀的，應當因主而誇耀。」因爲不是自我舉薦的人是可取的，而是天主所舉薦的人。

但願你們容忍我這一點愚昧！其實，你們也應容忍我，因爲我是以天主的妒愛而妒愛你們。原來我已把你們許配給一

個丈夫，把你們當作貞潔的童女獻給了基督。但我很怕你們的心意受到敗壞，失去

那對基督所有的赤誠和貞潔，就像那蛇以狡猾誘惑了厄娃一樣。如果有人來給你們宣講另一個耶穌，不是我們所宣講過的；或是你們領受另一神，不是你們所領受過的；或者另一福音，不是你們所接受過的，你們竟然都好好地容忍了，但是，我以為我一點也不在那些超級的使徒以下，縱使我拙於言詞，却不拙於知識，這是在我們各方面，已經對你們所表現出來的。

對答詠

格後十，3~4；

弗六，16~17

領：我們固然在世上行事，却不是按照世俗的方式而交戰。 答：因為我們作戰的武器，並不屬於世

俗。

領：你們要以信德作盾牌，以聖神作利劍，那就是天主的話。

答：因為我……

誦讀一 選讀耶城主教聖啓祿「要理書」

教會或稱天主子民的聚會

教會之所以被稱為「大公的」或「普遍的」，因為教會遍及天涯地角，無遠弗屆；又因為它所傳授的教義，不拘是論及有形的或無形的，也不管是論及天上的或地上的，都是完整無缺，大公無私，而為人人所應知的。此外，教會願使所有的人，無論貴賤智愚都隸屬在真正的信仰下。它對人類所犯的種種罪惡，不管是靈魂方面的或是肉身方面的，都可予以醫治；同時它也擁有在言行方面的各種能力，擁有任何種類的神恩。

教會之名，原意為「聚會」，這個名

稱非常適當，因為教會召喚並聚集所有的人，正如上主在肋末紀所說的：「你該召聚會衆，集合在結約帳幕的門前。」這裏值得注意的是：當上主立亞郎爲大祭司時，聖經首次在這裏用聚會這個名詞。按申命紀所載，天主對梅瑟說：「你該聚集民衆到我這裏來聆聽我的話，好使他們學習怎樣敬畏我。」當梅瑟論及十誡的石板時，他也用聚會這個名詞。他說：「凡上主在山上，從火焰中，在聚會的那天，向你們所說的一切話，都鐫刻在這兩塊石板上。」這無非是說：「在上主召集你們，聚會在一起的那一天。」聖詠的作者曾這樣說過：「上主，我將在盛大的聚會中歌頌祢，我將在衆多的民族中稱揚祢。」

此外，聖詠的作者從前也詠唱說：「你們應在盛大的聚會中讚美天主，以色

列的子孫，應讚美上主。」後來我們的救世主耶穌在外邦人中，建立了第二個聚會——就是我們基督徒的聖教會。祂會對聖伯鐸說：「我在你這磐石上，將建立我的教會，陰間的門決不能戰勝它。」

那猶太的第一個教會被拋棄，基督所建的教會便傳遍全球各地。聖詠的作者指着這教會曾說過：「請衆齊向上主歌唱新歌，在聖人們的聚會上，祂要受到讚頌。」瑪拉基亞先知也同意這一點，曾對猶太人說過：「我不喜歡你們——萬軍的上主說——：因爲從日出到日落，我的名在異民中大受顯揚。」聖保祿曾致書於弟茂德，論及這同一個聖而公教會，說：「你要知道，在天主的家中應當如何行動。這家就是永生天主的教會，真理的柱石和基礎。」

對答詠

伯前一，9，10

領：你們是特選的種族，王家的祭司，聖潔的國民，屬於主的民族。

答：爲使你們宣揚由黑暗中召叫你們，進入祂奇妙的光裏那一位的德能。

領：從前你們不是天主的子民，如今却是天主的子民。

答：爲使你……

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦 讀

誦 讀 一

恭讀致格林多人後書

攻擊偽使徒

十一，7-29

弟兄們：我白白地給你們傳報天主的

福音，屈卑我自己，爲使你們高升，我這樣做就有了不是嗎？我剝削了別的教會，取了酬資，爲的是給你們服務啊！當我在你們那裏時，雖受了匱乏，却没有連累過你們一個人，因爲有從馬其頓來的弟兄們，補助了我的匱乏；我一向在各方面設法避免連累你們，將來還要如此。基督的真理在我內，我敢說：我這種誇耀在阿哈雅地方是不會停止的。爲什麼呢？因爲我不愛你們嗎？有天主知道！我現今作的，將來還要作，爲避免給與那些找機會的人一個機會，免得人看出他們在所誇耀的事上也跟我們一樣，因爲這種人是假使徒，是欺詐的工人，是冒充基督使徒的。這並不希奇，因爲連撒旦也常冒充光明的天使；所以倘若他的僕役也冒充正義的僕役，並不

算是大事；他們的結局必按他們的行為而定。

我再說：誰也不要以為我是愚昧的，若不然，你們就以我為愚昧看待罷！好叫我也稍微誇耀一下。我在這誇耀的事上所要說的，不是按照主說的，而是如同愚昧人在說話。既有許多人按照俗見誇耀，我也要誇耀，因為像你們那樣明智的人，竟也甘心容忍了那些愚昧的人！因為，若有人奴役你們，若有人侵吞你們，若有人榨取你們，若有人對你們傲慢，若有人打你們的臉，你們竟然都容忍了！我慚愧的說：在這方面好像我們太軟弱了！

其實，若有人在什麼事上敢誇耀——說句愚昧的話我也敢。他們是希伯來人？我也是。他們是以色列人？我也是。他們是亞巴郎的苗裔？我也是。他們是基督的僕

役？我瘋狂地說：我更是。論勞碌，我更多；論監禁，更頻繁；論拷打，過了量；冒死亡，是常事。被猶太人鞭打了五次，每次四十下少一下；受杖擊三次；被石擊一次；遭翻船三次；在深海裏度過了一夜；又多次行路，遭遇江河的危險、盜賊的危險、由同族來的危險、由外邦人來的危險、城中的危險、曠野中的危險、海洋上的危險、假弟兄中的危險；勞碌辛苦，屢不得眠；忍飢受渴，屢不得食；忍受寒冷，赤身裸體；除了其餘的事以外，還有我每日的繁務，對衆教會的掛慮。誰軟弱，我不軟弱呢？誰跌倒，我不心焦呢？

對答詠

迦一，11，12；

格後十一，10，7

領：我所宣講的福音，並非按照人的意思。 答：因為這福音不是我

從人領受的，而是藉耶穌基督的
啓示而得來的。

領：基督的真理在我內，因為我給你
們傳報了天主的福音。

答：因為這……

誦讀二 選讀耶城主教聖啓祿「要理書」

教會是基督的淨配

「至公」教會是我們衆人的慈母，聖
教會的專有名稱；她也是吾主耶穌基督，
天主獨子的淨配，因為按聖保祿所說：「丈
夫應愛自己的妻子，如同基督愛了教會，
並把祂自己交付給她。」她是天上的耶路
撒冷——一個預像：「她是自由的，是我
們衆人之母。」她起初是荒胎者，如今却
是子女衆多的母親。

第一淨配已被休棄，天主就在第二淨
配、即教會身上、按聖保祿的意思，首先

「設立了使徒，第二是先知，第三是教
師，以後是行異能的，有治病奇能的，救
助人的，治理人的，說各種語言的。」以
及其他種種美德，例如：明智、超見、節
制、公義、慈悲、仁愛、與在患難中百折
不撓的忍耐。

的確，天主曾以義德的武器，武裝了
教會，左右護祐她，使她經歷光榮與侮
辱，首先遭受欺壓與迫害，給諸聖殉道者
戴上了以各種忍耐之花交織成的榮冠。如
今在太平時代，聖教會因天主的恩寵則受
到各級首長：各階層人士應有的尊敬。但
各國元首的職權，各有其限制；唯有聖而
公教會的職權，遍及全球各地，超越一切
之上。因為按聖經所載：「天主賜給她和
平作爲邊界。」

我們在這聖而公教會裏，既接受了卓

越的誠命與傑出的品德薰陶，必將獲得天國，承繼永生的基業。我們應忍受一切苦難，好使我們從上主手裏，領受永生的鴻恩。因為我們的目標並非微不足道的事物，而是永生；因此，在表明我們的信仰時，我們說：「我信肉身的復活；我信常生。」；我們基督徒就是爲了常生而生活，而奮鬥。

這真實的生命就是天主父，祂是生命之源，藉着基督在聖神內向所有受造物傾注天上神恩。並且祂對人大慈大悲，也真實地預許給我們人永生的鴻恩。

對答詠

領：天主的選民是可讚頌的，因爲上
主曾降福他說： 答：你是我雙
手的工程，是我的產業以色列。

領：上主天主所揀選作爲嗣業的民

族，真是有福。 答：你是我：
結束禱詞 見常年主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀致格林多人後書

十一，30 ~ 十二，13

使徒誇耀自己的軟弱

弟兄們：如果必須誇耀，我就要誇耀我軟弱的事。主耶穌的天主和父，那永遠應受頌揚的，知道我不撒謊。我在大馬士革時，阿勒達王的總督把守了大馬士革人的城，要逮捕我，而我竟被人用籃子從窗口，沿着城牆繫下，逃脫了他的手。

如果必須誇耀，這固然無益，我就來說說主的顯現和啓示。我知道有一個在基

督內的人，十四年前，被提到三層天上去——或在身內，我不知道，或在身外，我也不知道，惟天主知道——我知道這一人——或在身內，或在身外，我不知道，天主知道——他被提到樂園裏去，聽到了不可言傳的話，是人不能說出的。對這樣的人，我要誇耀；但爲我自己，除了我的軟弱外，我沒有可誇耀的。其實，即使我願意誇耀，我也不算是狂妄，因爲我說的是實話；但是，我絕口不談，免得有人估計我，超過了他在我所見到的，或由我所聽到的。

免得我因那高超的啓示而過於高舉自己，故此在身體上給了我一根刺，就是撒殫的使者來拳擊我，免得我過於高舉自己。關於這事，我曾三次求主使它脫離我；但主對我說：「我的恩寵爲你足夠

了，因爲我的德能在軟弱中纔完全顯出來。」所以我甘心情願誇耀我的軟弱，好使基督的德能常在我身上。爲此，我爲基督的緣故，喜歡在軟弱中，在凌辱中，在艱難中，在迫害中，在困苦中，因爲我幾時軟弱，正是我有能力的時候。

我成了愚昧的人，那是你們逼我的。本來我該受你們的褒揚，因爲縱然我不算什麼，却一點也不在那些超級的使徒以下。使徒的記號，也在你們中間，以各種的堅忍，藉着徵兆、奇蹟和異能，真正實現了；其實，除了我本人沒有連累過你們這件事外，你們有什麼不及別的教會之處呢？關於這個委屈，你們寬恕我罷！

對答詠

格後十二，9；四，7

領：我甘心情願誇耀我的軟弱，好使基督的德能常在我身上，

答：因為德能在軟弱中才完全顯出來。

領：我們是在瓦器中，存有這寶貝，為彰顯那卓著的力量，是屬於天主。

答：因為德……

誦讀二 選讀聖納爵殉道主教致保利嘉

主教書

我們該為愛天主而忍受一切

我納爵，別號德福（意即懷主），竭誠向斯米納教會的主教保利嘉問候，他自己却以天主父與主耶穌基督作監護。

我欽佩你對天主那種穩如磐石，堅定不移的虔誠心志，又承蒙天主恩賜，使我得見你聖潔的道貌，衷心感謝天主；願天主恩賜我能常在主內得到與你會晤的喜樂。按你所受的恩寵，我勸你速奔前程，引入領取救恩；願你在身靈的一切事上，

殫精竭慮，善盡聖職。團結第一，願你竭力維護；願你容忍眾人，一如吾主容忍你；願你本着愛德，支持眾人，一如你一向所做的；願你不斷求主，賜你更大的智慧；願你常清醒少睡，保持心神的警覺；願你效法天主的作風和每一個人交談；願你像一位典型的戰士，肩負眾人的病痛。多一分耕耘，也就多一分收穫。

如果你只愛好的門徒，那沒有多大的功德。對待頑強之徒，你要特別和藹；願你對症下藥，相機行事。願「你在一切事上，明智如蛇，純潔如鴿。」你身心俱備就是要你以和藹處理有形可見的惡，至於那無形的惡，你要祈求光照，使你明察秋毫，並能廣施一切神恩。現在的時代需要你，好像舵手等待順風，又好像被狂風襲擊的船期望港口，以便到達天主那裏。願

你像天主的賽跑選手一樣，生活淡泊。你將來所得的「錦標」，就是永生不死，一如你所堅信的。我和我的鎖鏈，這是你所口親過的，在一切事上，都要爲你充作贖罪之祭。

有些人，外表聖善，似堪信任，其實却散播邪說謬論；你不要因此而驚慌不安。相反地，你該如鐵砧一般，不怕千錘百煉。偉大的鬥士需要忍痛犧牲，以獲得勝利的榮冠。爲了愛天主，我們尤需堅忍一切，好讓天主也容忍我們。願你也日益勤勉，審察時機。仰賴那超越時間而無時間性的天主；祂是無形的，却爲了我們成了有形的；祂是不可捉摸的，不可受苦的天主，却爲了救贖我們成爲能忍受痛苦的天主，受盡了各種苦難。

我希望你不要忽視寡婦們。要代替天

主照顧她們。沒有你的同意，不要作什麼，你若沒有天主的同意，也不可做任何事；你一向就這樣做。願你恒心到底。要經常聚會，依名單邀請所有的教友。不要鄙視奴婢們；而奴婢們也不要自高自大，但該爲了天主的光榮，特別爲天主服役，以便從天主那裏，獲得更大的自由。奴婢們也不要希望別人動用公款來替自己贖身，以免自己成爲私慾的奴隸。

對答詠

弟前六，11-12；

弟後二，10

領：你要追求正義、虔敬、信德、愛德、堅忍和良善。 答：要爲信
仰打那場好仗，以爭取永生。

領：我要爲蒙選的人忍受一切，爲使他們也獲得救恩。 答：要爲信：

結束禱詞 見常年主日

星期六

誦讀

誦讀一 恭讀致格林多人後書

十二，14-十三，13

使徒預告往訪格林多

弟兄們：這已是第三次我預備好，到你們那裏去，我還是不會連累你們，因為我所求的不是你們的東西，而是你們自己；原來不是兒女應為父母積蓄，而是父母該為兒女積蓄。至於我，我甘心情願為你們的靈魂付出一切，鞠躬盡瘁；難道我越愛你們，就越該得不到你們的愛嗎？是啊！我沒有連累過你們，但我是出於狡猾，以詭詐榨取了你們。在我所打發到你

們那裏去的人中，難道我會藉着其中的一位，佔過你們的便宜嗎？我曾請求了弟鐸，並打發了一位弟兄同去；難道弟鐸佔過你們的便宜嗎？我們行動來往，不是具有一樣的心神，一樣的步伐嗎？

你們一直以為我是向你們申辯嗎？其實，我們是在基督內當着天主的面說話；親愛的，這一切都是為了建樹你們，因為我怕我來到的時候，見你們不如我所想的，你們也見我不如你們所想的：就是怕有爭端、嫉妒、憤怒、分裂、譏謗、挑唆、自大、紛亂；又怕我到的時候，我的天主再使我在你們前受委屈，並為那許多從前犯罪的人慟哭，因為他們行了不潔、淫亂和放蕩的罪而不肯悔改。

這是我第三次要到你們那裏去。「無論什麼事，憑兩個或三個見證的口供，纔

得成立。」我第二次在你們那裏時已經說過，如今不在的時候，再預先向那些以前犯了罪的，和其餘的衆人說：我若再來，必不寬容！這是因爲你們願尋求基督在我內說話的證驗，基督對你們並不是軟弱的，相反，祂在你們中是有能力的。祂雖然由於軟弱而被釘在十字架上，却由於天主的德能仍然活着；我們也是一樣，雖然我們在祂內也成了軟弱的，但對於你們，我們却也要由於天主的德能同祂一起活着。你們該考查考查自己，是否仍站在信德上，你們要考驗考驗自己！難道你們自己認不出耶穌基督就在你們內嗎？若不然，你們就是禁不起考驗的。但我希望你们認清我們並不是禁不起考驗的。

我們祈求天主，使你們不作什麼惡事，並不是爲顯明我們是禁得起考驗的，

而是爲叫你們行善，使我們好似成爲禁不起考驗的一般。因爲我們並不能作什麼來反對真理，只能擁護真理。因爲幾時我們軟弱，而你們有能力，我們纔喜歡；我們只求一件事：就是你們成爲完人。爲此，當我還未來到的時候，先寫了這些，免得我來到的時候，要照主所賜給我的，那原是爲建樹而不是爲破壞的權柄，嚴厲對待你們。

此外，弟兄們！你們要喜樂，要勉力作完人，要服從勸勉，要同心合意，要彼此和睦：這樣，仁愛與平安的天主必與你們同在。

你們要以聖吻彼此問候；這裏的衆聖徒都問候你們。願主耶穌基督的恩寵，和天主的愛情，以及聖神的相通，常與你們衆人同在。

對答詠

格後十三，11；

斐四，7

領：你們要喜樂，要勉力作完人，要彼此和睦。 答：這樣，仁愛與平安的天主，必與你們同在。

領：天主賜予的、那超過人所能理解的平安，必在耶穌基督內，固守你們的心思念慮。 答：這樣，仁……

誦讀二 續讀聖納爵殉道主教致保利嘉

主教書

一切都要為光榮天主而做

妖法邪術，應加以禁止；並應多向民衆講解，揭穿它們的欺騙。請勸導我的姐妹們，要愛慕天主，並在身心各方面，都要忠於丈夫。同樣，請你因耶穌基督之名吩咐我的弟兄們，要愛慕自己的妻子，一如

吾主愛慕教會一樣。誰若爲了尊敬吾主的肉身，能保持童貞，他要謙遜持守。但如因此而妄自尊大，那就前功盡棄了；如果自己想比主教更大，那潔德就喪失了。願要結婚的男女，徵求主教的意見，舉行婚禮，好使婚姻的舉行，是按吾主的聖意，而不是按男女的私慾。凡事都該爲尊敬天主而做。

你們該照顧主教，好使天主也照顧你們。我準備爲那些服從主教，神父和執事的信友們，奉獻我的生命；而且，我切望和他們分享天主的生命。你們要彼此合作，並肩奮鬥，携手同行；你們要同時睡，同時起，一如天主的管家、天主的傭人，天主的侍僕一樣。你們要取悅天主，因爲你們是祂的兵士，也將從祂的手裏領取你們的糧餉。願你們中，誰也不要作逃

兵；願你們所領的聖洗聖事，作爲你們的兵器；願你們的信德作爲你們的盔甲；願你們的愛德作爲你們的刀槍；願你們的忍耐作爲武裝；願你們的善工，成爲你們的儲備金，以換取來日豐厚的獎賞。因此，你們要彼此忍讓，和衷共濟，好像天主也那樣寬待你們。但願我常與你們同在，分享共同生活之樂。

有人報告我，敘利亞安提約教會賴你們的祈禱得享平安；我的心神如今在天主的懷中，更覺得安慰舒暢；倘若我藉痛苦而回到天主那裏，只希望在復活之日，人能認出來，我是你的真實弟子。保利嘉，你在主內是最有福的！你應召集爲天主所喜歡的一個會議，選舉一位你最喜愛，並且能幹的人，作爲天主的使者，使他代表你們到敘利亞去，爲了天主的榮耀，宣揚

你們勤奮不懈的愛德。

基督徒無權自作主張，應專爲天主服務。這是天主的工程，當你們完成了這事時，也就是你們的工程。我相信：你們因天主的恩寵，常準備好，爲服事天主去實行種種善工。既然我知道你們熱愛真理，我就簡短地寫信來勸勉你們。

事實上，我不能對所有的教會一一致書勸勉，因爲我猝然奉命，應趕快乘船，從特勞亞到納波里去。你既以天主之心爲心，我就請你給那些東方的衆教會寫信，勸勉他們，採取一致行動：那些能作到的，就分別派遣專使前往，其他的則由你的使者帶信去。願你們由這件永遠的事上得光榮，這也是你應得的。

願你們在我們的天主耶穌基督內，身心康樂，願你們藉著基督，常與天主合

一，並蒙受祂的監護，願你們在主內安好！
對答詠

格前十五，58；

得後三，13

領：你們要堅定不移，要不辭勞苦地

為主工作， 答：因為你們知道

你們的勤勞在主內決不會落空。

領：你們行善總不可懈怠，

答：因為你……

結束禱詞 見常年主日

第十八主日

聖詠集第二週

第一晚禱

謝主曲對經：那時，跟隨耶穌的人很多，

他們沒有東西吃；耶穌就召

集門徒，對門徒們說：我實在同情這些人。

誦 讀

誦讀一 恭讀亞毛斯先知書

一，1-2，3

上主對異民的審判

亞毛斯的言論：亞毛斯原是特科亞的一個牧人，在猶大王烏齊雅時代和以色列王耶曷阿士的兒子雅洛貝罕時代，地震前二年，見了關於以色列的神視。

他說：「上主由熙雍一怒吼，從耶路撒冷一出聲，牧場即淒涼，加爾默耳山頂即乾枯。」上主這樣說：「爲了大馬士革再三再四犯罪，我不收回成命，因爲他們用鐵錘壓榨了基肋阿得。我必把火投於哈匝耳家，燒毀本哈達得的王宮。我必打斷

大馬士革的門門，消滅彼卡特阿文的居民和貝特厄登的掌權者；阿蘭人民必被擄往克爾」——上主說。

上主這樣說：「爲了迦薩再三再四犯罪，我不收回成命，因爲他們將戰俘全都擄去，賣給厄東。我必把火投在迦薩城牆上，燒盡它的王宮。我必消滅阿市多得的居民和阿市刻隆的掌權者，伸手打擊厄刻龍，培肋舍特的殘餘必要滅亡」——吾主上主說。

上主這樣說：「爲了提洛再三再四犯罪，我不收回成命，因爲他們將戰俘全都賣給了厄東，毫不念及兄弟的盟約。我必把火投在提洛的城牆上，燒盡它的王宮。」

上主這樣說：「爲了厄東再三再四犯罪，我不收回成命，因爲他們持刀追擊自己的弟兄，毫無憐憫，常存怒氣，永懷憤

怒。我必把火投於特曼，燒盡波責辣的王宮。」

上主這樣說：「爲了阿孟子民再三再四犯罪，我不收回成命，因爲他們剖開基肋阿得的孕婦，爲擴展自己的疆土。在作戰之日的吶喊中，在風雨天的狂暴中，我必在辣巴的城牆上放火，燒盡它的王宮。他們的君王和君王的官吏必一起被擄去」——上主說。

上主這樣說：「爲了摩阿布再三再四犯罪，我不收回成命，因爲他們曾將厄東君王的骨骼焚化成灰。我必將火投於摩阿布，燒盡克黎約特的王宮；摩阿布必在騷嚷、吶喊和號角聲中滅亡。我必由其中消滅民長，將它的一切長官同它一起殺死」——上主說。

對答詠

詠九，8，9；亞一，2

領：上主永遠爲王，安置寶座，秉公審

判，將以公義審判世人；

答：祂將以正直管理萬民。

領：上主將由熙雍怒吼，從耶路撒冷

高呼。 答：祂將以：

誦讀二 選讀巴納博書信

生命的希望是我們信德的起點與

終點

子女們，主愛我們，我因祂的名祝你們平安！

天主賞給你們的恩惠偉大而豐富；我

看到你們的靈魂因所受的這種恩惠，那樣

幸福和光輝燦爛，感到非常欣慰！你們領

受了種植在你們內的神恩；因此，我的喜

樂有增無減；因爲，我看到吾主從祂的豐

富的泉源中把聖神傾注在你們身上時，我

就希望我自己也會獲得救援。所以，我看到你們就驚喜不止，因爲我曾熱切渴望。

因此，我深信而且明知：我教導了你們許多事情，是因爲吾主在義德的路上作我的同伴；我也深感有義務愛慕你們在我的生命之上；因爲你們心中住有偉大的信德和愛德，並且懷着永生的希望。因此我想：如果我關懷你們，而把我所知的一些真理傳授給你們，我必將由於此種服務而獲得賞報；所以我竭誠寫此短信，好使你們不僅有信德，還要獲得完備的知識。

吾主的主要教訓有三：(一)生命的希望，是我們信德的起點和終點；(二)義德是判斷的起點和終點，(三)樂善好施的愛德，是義德生活的明證。因爲主藉先知把過去和現在的事都告訴了我們，並使我們預嘗

未來的事物。我們既見這些預言一一應驗，自應善度生活，增加我們對於天主的敬畏。如今我寫信給你們，不是以導師的身份，而是因為我是你們中的一份子；我願向你們說幾句話，使你們在目前的處境中能保持喜樂。

現在小人當道，這確是一個罪惡的時代；我們當修身律己，尋求吾主所要我們遵守的規誡。敬畏和忍耐能協助我們維持信德；而容忍和節制能協助我們從事人生的奮鬥；倘若我們在一切有關天主的事上保持這些美德，我們也將欣然得到智慧、聰明、知識和見識。

天主曾派遣先知，明明告訴我們：祂不需要犧牲和燔祭，也不需要供奉的禮品。因為聖經記載：「上主說：你們爲什麼向我奉獻那麼多的犧牲？我已飽壓了公羊的

燔祭和肥犢的脂膏。牛犢、羔羊、和山羊的血我已不喜歡；即使你們親身來到我面前我也不再接受。誰向你們要求了這些東西？不要再蹂躪我的殿院！你們奉獻細白的麵粉，毫無用處；你們焚香已爲我所憎惡；你們舉行月朔、安息日，我都不能容忍。」

對答詠

迦二，16；創一五，6

領：我們知道一個人成義、是藉着對耶穌基督的信仰。 答：我們信從了基督耶穌，就是爲了藉着對基督的信仰而成義。

領：亞巴郎相信了上主，上主就以此算爲他的正義。 答：我們信：

結束禱詞 見晨禱

晨禱

常年期第十八週

星期一

讚主曲對經：你們不要爲那必朽壞的食物操勞，應爲那永存的食糧努力。

誦讀

誦讀一 恭讀亞毛斯先知書

二，4-16

結束禱詞

上主，求祢廣施仁慈，扶助祢的僕人們。我們深感榮幸地承認祢是創造和主宰宇宙的君王；求祢改造我們並保護我們。

第二晚禱

謝主曲對經：弟兄們，你們若願意致富，就應該喜愛真的財富。

上主這樣說：「爲了猶大再三再四犯罪，我不收回成命，因爲他們離棄了上主的法律，沒有遵守祂的誡命；他們祖先所追隨的邪神，使他們走入了歧途。我必把火投於猶大，燒盡耶路撒冷的王宮。」

上主這樣說：「爲了以色列再三再四犯罪，我不收回成命，因爲他們爲了銀錢出賣義人；爲一雙鞋，出賣無辜的人。他們把窮人的頭踏在塵土裏，侵奪卑微人的

權利；兒子與父親走近同一少女，以致褻瀆了我的聖名；他們靠近每個祭壇，躺在

抵押者的衣服上，在他們的神廟內喝剝削來的酒。是我由你們面前消滅了阿摩黎

人，他們雖高大似香柏，堅固如橡樹，但我仍從樹上摘去了果實，由樹下拔出了根

子。是我由埃及國領你們上來，四十年之久引你們經過曠野，使你們佔領了阿摩黎

人的國土。是我從你們的子孫中立了一些人爲先知，由你們的少年中選拔了一些人

作獻身者。以色列子民，是不是這樣呢？

——上主說。但是，你們竟叫獻身者喝酒，又吩咐先知說：「不要傳神言！」我

要使你們脚下的地搖蕩，好像滿載禾捆的車搖蕩一樣，以致疾行者無法逃遁，強有力者無法施展，武士救不了自己，弓手不能屹立，捷足者不能逃脫，騎馬者不能自

救。在那一天，武士中最勇敢的，也僅能赤身逃走」——上主說。

對答詠

亞二，10，11，12；

詠九四，10，11

領：是我從埃及帶領你們上來；四十年之久，引導你們經過曠野。

答：我說：這個民族冥頑不靈，不肯承認我的道路。

領：我從你們的子孫中立了一些人爲先知，你們卻吩咐先知們說：不

要講預言。答：我說：這：

誦讀二

恭讀巴納博書信

吾主的新法律

天主廢除了舊約的一切祭獻，爲使吾主耶穌基督那不受約束的新法律，不再接受人爲的祭品。此外，上主又對以色列人說：「你們的祖先出離埃及後，難道我曾

命令他們獻上燔祭或供品嗎？我當時只命令他們說：你們不可心中懷恨近人，也不可喜歡發假誓。」

聽了以上的經訓，我們既非愚昧無知，就應該領悟我們天父的善意。因為祂向我們說話，是要我們避免犯與他們同樣的過錯，而使我們尋求如何走上親近祂的坦途。祂如此向我們說：「上主喜歡的祭祀是一顆悔罪的心，上主喜歡的甘飴馨香是一顆頌揚自己造主的心。」因此，弟兄們，我們應小心謹慎，尋求我們的救援，不讓惡魔混入我們中間，而使我們失去永生。

上主對以色列又這樣說過：「你們爲什麼爲我禁食？是爲使你們的聲音在天上被聽到嗎？這不是我所中意的齋戒。我不願意人如此克己。」然後上主却向我們

說：「看哪！這是我所中意的齋戒，上主說：要解除不義的鎖鏈，廢除軛上的繩索，使受壓迫者獲得自由，要將食糧分給饑餓的人吃，將無地容身的貧窮人領到自己的屋裏住；見到赤身露體的人，要給他衣服穿。」

因此，我們該遠避一切虛偽，痛絕不義罪行。你們總不要只想自己，只爲自己生活，好像已經成義的人；却要彼此團聚一處，共謀衆人得救大事。因爲聖經記載：「禍哉，那些自視爲聰明，和自以爲通達的人。」

我們該成爲屬神的人，該成爲天主的完美殿宇。我們要按照我們的能力，去默思如何敬畏天主，並努力恪遵天主的誠命，好使天主的旨意成爲我們的喜樂。吾主將審判世界，「絕不看人的情面」；祂

憑人的功罪而論賞罰：善有善報，惡有惡報。我們既蒙天主召選，就不該遊手好閒，以免昏睡於罪惡之中，而致使罪惡的首領得勢、把我們逐出主的國。

弟兄們！你們還要知道這一點：曾有多少奇蹟顯現於以色列子民！結果，他們還是遭受天主遺棄。因此，我們應以此爲「前車之鑑」而深自警惕，不要讓聖經所載，「蒙召者多，而被選者少」，這句話應驗在我們身上。

對答詠

迦三，24 ~ 25，23

領：法律成了我們的啓蒙師，引導我們歸向基督，好使我們藉着信仰而成義。 答：但是信仰一到，

我們就不再隸屬於啓蒙師權下。

領：在信仰尚未來到以前，我們都被

禁錮在法律的監守之下，以期待

信仰的出現。 答：但是信：
結束禱詞 見常年期主日

星期二

誦 讀

誦讀一 恭讀亞毛斯先知書

七，1 ~ 17

毀滅的神視

吾主上主使我看見這事：割完君王的青草，當晚草初生時，蝗蟲就出現了。當蝗蟲要吃光地上的青草時，我就說：「吾主上主，求祢饒恕罷！雅格還怎能存在？他已這樣弱小！」上主對這事後悔了。上主說：「這事不會發生。」

吾主上主使我看見這事：看哪，吾主上

主召來懲罰的火，燒毀了廣大的深淵，又燒毀了上主的基業。我就說：「吾主上主！求祢罷休！雅格還怎能存在？他已這樣弱小！」上主對這事後悔了。吾主上主說：「這事也不會發生。」

吾主上主使我看見這事：有一個人站在牆上，手中拿着一條鉛垂線。上主對我說：「亞毛斯，你看見了什麼？」我答說：「一條鉛垂線。」吾主說：「看哪，我將鉛垂線安置在我民族以色列當中，我不再放過他們。依撒格的高丘必要荒蕪，以色列的聖所必要廢棄；我必起來用刀攻擊雅洛貝罕家。」

那時，貝特耳的祭司阿瑪責雅派人向以色列王雅洛貝罕說：「亞毛斯在以色列家中圖謀背叛你，國家不能再容受他的一切言論，因為亞毛斯這樣說：雅洛貝罕必

死於刀下，以色列必被擄去充軍，遠離本土。」事後，阿瑪責雅又向亞毛斯說：「先見者，你走罷！趕快到猶大國去，在那裏餬口，在那裏講預言。在貝特耳不可再講預言，因為這裏是君王的聖所，王國的殿宇。」亞毛斯回答阿瑪責雅說：「我原不是先知，也不是先知的弟子，只是一個放羊兼修剪野無花果的人。但是，上主正在我趕羊時提了我來。上主對我說：你向我的百姓以色列講預言罷！現今，你且聽上主說什麼。你說：不要講預言攻擊以色列，不要發言反對依撒格家！爲此，上主這樣說：你的妻子必在城中賣淫，你的子女必喪生刀下，你的田地必被人以繩墨瓜分，你自己必死在不潔之地，以色列必被擄去充軍，遠離本土。」

對答詠

亞三，7，8；七，15

領：上主若不先將祂的計劃啓示給祂的先知，就什麼也不作。

答：上主發了言，誰能不傳祂的話？

領：我正在趕羊時，上主提了我來，

對我說：你去向我的百姓講預言吧！ 答：上主發：

誦讀二 恭讀巴納博書信

新受造物

主甘願捨生命、灑熱血，是爲了使我們得罪赦而成聖成賢。聖經論及祂所記載的，一方面涉及以色列人，一方面也涉及我們；聖經這樣說：「祂被刺透，是因了我們的悖逆；祂被打傷，是因了我們的罪惡；因祂受了創傷，我們便得了痊愈；祂受虐待，仍然謙遜忍受，總不開口，如同被牽去待宰的羔羊，又像母羊在剪羊毛的

人前默不出聲，祂也同樣不開口。」因此，我們應萬分感謝上主，因爲祂不僅讓我們知道過去，還教訓我們現在和將來的事。但聖經上又說：「張網捕鳥，並非不義之舉。」這就是說：凡明知正路，而偏走黑暗之途者，理應遭受滅亡。

諸位弟兄：主是世界的主宰，天主在創世時曾給祂說過：「我們照我們的肖像，按我們的模樣造人。」我們知道：主卻爲我們受了苦難，但是，祂既然造了人，又怎能受人的磨難呢？須知，先知們曾從祂那裏接受恩寵而預言了有關祂的事。但祂自己，因爲祂該帶着肉體現身於人間，以摧毀死亡並彰顯祂從死者中復活的奇跡，所以，祂才受苦受難。這是爲應驗先知的預言：在今世爲祂自己準備一個新子民。再者，由於祂是復活的主宰，也

證明祂是我們的審判者。可是，祂之所以教訓了以色列人，也為他們顯了奇蹟、奇事，並不是因為他們頌揚祂，愛戴祂的緣故。

當祂赦免了我們的罪過時，改造了我們的靈魂，使我們好似重生，具有嬰兒般的靈魂。按聖經所載，父對子說：「我們要照我們的肖像、按我們的模樣造人，使他管理海中的魚，天空的鳥，以及地上的走獸。」上主看到我們的美貌時，又說：「你們要生育繁殖，充滿大地。」

以上的話，是聖父對聖子說的；但我還要告訴你，祂如何對我們說話。祂在近世完成了第二次創造。祂說：「請看！我要使萬物更新，如同最初的一樣。」關於這一點，先知曾這樣預言過：「你們應進入流乳流蜜的福地，把它建成你們的領

土。」如此，我們已被改造，煥然一新了！誠如厄則克耳先知所記載的：「上主說：我必要從他們身上——即從聖神所預示的人們身上——拿走他們鐵石的心，而給他們換上一顆血肉的心。」事實上，祂自己願意以肉身出現，並住在我們中間。弟兄們，我們的心就是主的住所，主的聖殿。因為上主說過：「我將在我弟兄們的聚會上宣揚你，並在聖人們的聚會中歌頌你。」所以，我們就是上主領入福地的子民。

對答詠

宗三，25；迦三，8

領：你們是先知和盟約之子，那盟約是天主與你們的祖先所訂立的，祂曾向亞巴郎說：答：地上萬民，都要因你的後裔，獲得福祐。

領：聖經預見天主將使異民憑信德而成義，就向亞巴郎預報說：

答：地上萬：
結束禱詞 見常年期主日

星期三

誦 讀

誦讀一 恭讀亞毛斯先知書

九，1 ~ 15

義人的得救

我看見吾主站在祭壇旁，祂說：「要擊打柱帽，門限將震動，要砍下他們衆人的頭，剩下的我要用刀殺盡；他們中一個也逃不了，一個也不能倖免生存。即使鑽入陰府，我的手必從那裏將他們揪出；即使飛上高天，我也必從那裏將他們拉下；即使藏在加美樂山頂，我必去搜尋，從那

裏將他們逮回；即使避開我的眼目潛入海底，我也必令蛟龍將他們咬死；即使在敵人面前被擄去充軍，我必命刀劍殺死他們；我的眼注視他們，是爲加害，不是爲祝福。」吾主萬軍的上主一觸摸大地，大地就溶化，地上所有的居民便都哀號，全地泛濫有如尼羅，退落有如埃及大河。祂在高天建造了樓閣，在地上奠定了穹蒼，召海水傾流於地面，祂名叫「雅威」。以色列子民！你們對我豈不是像雇土子民？——上主說——豈不是我由埃及領出了以色列，由加非托爾領出了培肋舍特人，由克爾領出了阿蘭人？看哪，吾主上主的眼注視這犯罪的國家，我必由此地面上將它消滅。

然而我不全部消滅雅格家——上主說——我必下令，要在萬民中如同一個人用篩

子篩以色列，不讓一顆籽粒落在地上。我百姓中那些說「災禍不會臨近，不會來到我們身上」的罪人，都要死在刀下。在那一天，我必樹起達味已坍塌的帳幕，修補它的缺口，重建它的廢墟；使它重建有如往日，使他們征服厄東的遺民和屬於我名下的萬民——行這事的上主說——日子將到——上主說——那時耕田的人要緊靠着收割的人，榨酒的人要緊靠着播種的人；山嶺要滴下新酒，丘陵都要溶化奔流。我一定要轉變我以色列的命運，他們必要重建已荒廢的城市，再住在其中；栽植葡萄園，飲其中的美酒；耕種田園，吃其中的出產。我要將他們栽植在自己的地內，他們不會再從我賜與他們的地上被拔除——上主你的天主說。

對答詠

參閱宗一五，16、17，14

領：主說：爲了使萬民和所有呼喚我名的民族尋求上主，

答：我要回來，重建達味那傾倒的居民。

領：一如聖經所記載的，天主從外邦人中，選拔了一個民族屬於祂的名下。 答：我要：

誦讀二 恭讀巴納博書信

光明之路

光明之路如下：誰若願意抵達目的地，就該注意自己的行爲。以下是天主所賜、妥行此路的指南：你要敬愛你的造主；你要光榮那從死亡中贖回你的救主；你要心地純潔，神靈富足；你不要和那些走死路的人們朋比爲奸；相反地，你要痛恨那爲天主所憎惡者；要擯棄一切虛僞行徑；不要違犯吾主的誠命，不要自高自

大，反而要在一切事上自謙自卑；不要誇耀自己；不要謀害你的近人；勿使你的心靈傲慢自大。

你要愛你的近人在你的生命之上。你不可打胎；也不可殺嬰。你不可不管教你的子女，但該從小就教導他們敬畏上主。你不可貪戀他人財物，也不可吝嗇而作一個守財奴；你不可一心與驕傲人爲伍，但該同謙遜人與義人多多來往。

須知凡事都由天主而成；所以你不論遭遇什麼環境，總要樂於忍受，一如接受恩惠一樣。做事不可反覆無常，不可指東話西，口是心非；因爲口是心非是死亡的陷阱。

你對你的近人要有通財之誼，不要說：這是我私有的財物。你們既在不朽的財富上共同享受、不分彼此，何況在可朽

可腐的財物上呢？「禍從口出」，出言不可不慎！爲了你的靈魂，應全力保持貞潔。你不要樂於接受，而捨不得施與。凡給你講聖道的人，你要愛他們，一如愛你的眼珠一樣。

你要日夜不忘審判之日，天天尋求與聖人們會晤；不管你講道，或是勸告別人，務必常想到如何用你的言語救你的靈魂，或如何用你手所行的善工贖你的罪過。

施與時不要猶豫，施與後也不要抱怨，你將會知道，報恩者是誰。你所接受於人的，你要保持完整，無增無損。你要憎恨邪惡，始終不渝；判斷別人要公正！你不要製造分裂，但該排難解紛，和衷共濟。你要認罪求赦；良心不正時，不要去祈禱。這就是光明之路。

對答詠

詠一一八，101~102

領：上主，我使我的脚迴避一切邪

路，答：使我能遵守祢的訓誨。

領：我不偏離祢的約法，因為是祢教

訓了我。答：使我能：

結束禱詞 見常年期主日

星期四

誦 讀

誦讀一 恭讀歐瑟亞先知書

一，1~9，

三，1~5

先知的婚姻象徵天主如何愛其子民

烏齊雅、約堂、【阿哈次和希則克雅】

爲猶大王，約阿士的兒子雅洛貝罕爲以色列

列王時，上主有話傳給貝厄黎的兒子歐瑟亞。

上主開始藉歐瑟亞發言時，上主對歐瑟亞說：「你去娶一個娼婦爲妻，讓她生淫亂的子女，因爲此地淫亂放蕩，背離了上主。」

歐瑟亞便去娶了狄布拉因的女兒哥默

爾爲妻；她懷孕，給他生了一個兒子。上

主對歐瑟亞說：「你要給他起名叫依次勒

耳，因爲過不久，我要向耶胡家追討依次

勒耳的血債，要消滅以色列家的王室。到

那一天，我必要在依次勒耳山谷折斷以色列

列的弓。」哥默爾再懷孕，生了一個女

兒，上主對歐瑟亞說：「你給她起名叫羅

魯阿瑪（不蒙愛憐者），因爲我不再愛憐

以色列家，以致我不再寬宥他們。但我要

愛憐猶大家族，要拯救他們，因爲上主我

是他們的天主；但是我不以弓弩、刀劍、戰爭、戰馬和騎士拯救他們。羅魯阿瑪斷奶之後，哥默爾又懷孕，生了一個兒子。上主說：「你給他起名叫羅阿米（非我人民），因為你們已不是我的人民，我也不是你們的上主。」

上主對我說：「你再去愛那個另結新歡的淫婦，就如我還是愛慕以色列子民一樣；雖然他們轉向了別的神，愛上了葡萄乾餅。」我就用十五塊銀錢，一「荷默爾」零一「肋特客」大麥，把她給我再買回來。然後對她說：「你要爲我安心多住些日子，不要行淫，不要屬於任何人；我對你也是這樣。」因爲以色列子民也將好些日子沒有君王，沒有首領、沒有祭獻，沒有柱像，沒有「厄弗得」，沒有「忒辣芬」。此後以色列子民將要回轉過

來，尋求上主他們的天主，和他們的君王達味；到末日，他們必要戰戰兢兢地奔向上主，來分享祂的美物。

對答詠

伯前二，9，10；羅九，26

領：你們是被選的種族，王家的祭司，答：你們從前不是天主的子民，現在却成了天主的子民。
領：人在那裏對他們說：你們不是我的人民，在同樣的地方，他們將被稱爲永生天主的子女。

答：你們從：

誦讀二

恭讀坎特布里主教包端的著作

愛情猛如死亡

死亡是凶猛的，因它能奪去我們的生命。愛情是凶猛的，因它能促使我們度一個更美的生活。

死亡是凶猛的，因它能剝奪我們的肉

身；愛情是凶猛的，因它能把死亡所奪去的生命還給我們。

死亡是凶猛的，所有的人，都不能抗拒它；愛情是凶猛的，它能從死亡中獲得勝利，能挫折死亡的鋒芒；它能平息紛爭，能摧毀勝利。因為死亡被譏笑的那一天來到時，它會聽到人說：「死亡！你的勝利在那裏？死亡！你的芒刺在那裏？」

「愛情猛如死亡。」因為基督的愛情摧毀了死亡。因此祂說：「死亡啊！我將是你的毀滅；陰府啊！我將是你的災害。」我們愛基督的愛情也猛如死亡；因為它能把我們的舊生活置於死地，把我們罪惡的習慣、和死亡的行爲一一予以摧毀。

我們對基督的愛情，與基督對我們的愛情、雖不可相提並論，却多少有些相似。因為「祂先愛了我們」，而且祂叫我

們效法祂愛祂的榜樣，如此，我們才會除去凡人的影像，而成爲天主的肖像。祂這樣愛了我們，我們也應照樣愛祂；因爲祂「曾給我們立了榜樣，使我們追隨祂的芳踪。」

因此，祂說：「請將我猶如印璽，放在你的心上」；這言外是說：「你要愛我像你愛你一樣；在你的心裏、意念裏、記憶裏、在你的呼吸、以及嗟嘆哭泣中，常要想念着我。人哪！你要記住：我如何造了你，使你成爲『萬物之靈』；我又如何提高你的地位，使你受到尊榮略遜於天使，而把所有的受造之物都放在祢的腳下，受你管轄。你該記得的：不祇是我爲你所創造的一切，而且還有我替你忍受的一切痛苦、侮辱。你想想看，你如果不愛我，是不是得罪我。其實，誰像我那樣愛

你呢？除了我以外誰造生了你？誰救贖了你呢？」

主！請拿去我的鐵石之心！拿去我的凍結之心，拿去我的不潔之心，而給我換上一顆新的心，肉的心，潔淨的心吧！主，祢是人心的淨化者，純潔心靈的鍾愛者，求祢佔有我心、並住進我心，控制它，充實它，做我無上的主宰，至親的密友！主，祢是「美」的典型，「聖」的印璽，求祢在我的心上印上祢的肖像；並用祢的仁慈庇護我的靈魂！『天主，祢是我心靈的天主，是我永遠的福分。』

對答詠

雅八，6 ； 7 ； 若十五，13

領：愛情猛如死亡；焚燒有如火焰，是上主的火焰。 答：洪流不能

熄滅愛情。

領：人若為自己的朋友捨棄生命，再

也沒有比這種愛情更偉大的了。
答：洪流不……

結束禱詞 見常年期主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀歐瑟亞先知書

二，4，8 ； 25

天主對其子民的懲罰與憐愛

上主說：你們譴責罷！要譴責你們的母親！因為她不是我的妻子，我也不是她的丈夫；望她從自己的臉上除去自己的淫相，從自己的胸間去掉淫亂，因此我要以荆棘堵塞她的去路，築一道牆壁，使她找不到她的途徑；她要追隨她的情人，也追

不上，要尋找他們，也找不到，那時她要說：我願回去，回到我的前夫那裏去，因為那時爲我比現在好得多。

她不肯承認是我賜給了她五穀、美酒和油；反之，她把我廣施給她的金銀，都獻給了巴耳；因此等時期一到，我必要奪回我的五穀；時機一到，我必要奪回我的美酒，收回我用以遮蔽她裸體的毛衣和麻布；我要這樣在她情人們眼前揭露她的羞恥，誰也不能由我手中救出她來。我要使她的歡樂停止，她再沒有節日、朔日、安息日和一切的盛會。我要摧殘她的葡萄園和無花果園，因她曾說：「這就是我的情人給與我的身價」。我必要使它們成爲山林，叫野獸來吃盡。我要爲了她敬拜巴耳的日子，懲罰她，就是她向他們燒香，以鼻環和項鍊修飾自己去追隨她的情人，而

忘却了我的那些日子——上主說。

爲此，我現在要誘導她，領她到曠野裏和她談心。從此我仍要將她的葡萄園賜給她，仍將阿苛爾山谷作爲她的希望之門；她要上到那裏，就如她幼年時，就如她從埃及上來的那一天一樣。到那一天——上主說——她要稱呼我爲「依士」（我的丈夫），不再稱呼我爲「巴里」（我主）。我必要從她的口中把巴耳的名號除掉，使他們再也不提起他們的名字。到那一天，爲了他們，我要同田間的野獸，天空的飛鳥和地上的爬蟲訂立盟約，並且我要從地上將弓箭、刀劍和戰爭毀滅，使他們安居樂業。我要永遠聘娶你，以正義、公平、慈愛、憐憫聘娶你；以忠實聘娶你，使你認識我是上主。到那一天，我必要應允——上主說——我要應允高天，高天要應允大

地，大地要應允五穀、酒、油，五穀、酒、油也要應允依次勒耳。我要爲我把她種在這地上，我要愛憐羅魯阿瑪（不蒙愛憐者），我要對羅阿米（非我人民）說：「你是我的人民」。而她要說：「你是我的天主」。

對答詠

默一九，7，9；歐二，20

領：羔羊的婚期已到；祂的新娘也盛粧以待。 答：那被邀請來赴羔

羊婚宴的人，真是有福。

領：我要以忠實聘娶你，使你認識我是上主。 答：那被邀：

誦讀二 選讀聖十字若望神父神修著作

：靈歌

我和你永結神婚

靈魂與天主結合並在祂內改變後，就在天主內呼吸，天主也在它內呼吸，彼此

息息相通；靈魂就具有與天主一樣的生命旋律。據我所了解的，聖保祿所說的，就是要闡明這個意義，他說：「你們是天主的子女，所以天主派遣祂兒子的神到你們的心裏，呼號說：『阿爸，父啊！』」這在完人們身上就是如此。

天主恩賜人靈能達到如此高奧的境界，也不足爲奇：因爲天主恩賜人靈肖似天主，並與天主聖三結合時，人靈就分享天主性；那麼，人靈以分享的方式在聖三內、與聖三一齊，並且極其像似聖三去了解、認識、愛慕，還有什麼不可信的理由呢？

可是，這怎麼會成呢？這除了天主子以外，任何能力，任何智慧，都不能予以說明。是天主子曾爲我們求得了這麼高超的地位，使我們成爲天主的子女。祂曾這

樣求父說：「父啊！我願意我在那裏，你所交給我的人們也在那裏，和我在一起。」就是說：使徒們由於分享基督的德能也會做祂所做的工作。祂又說：「我不但爲他們祈求，而且也爲那些因他們的話而信從我的人祈求，願他們衆人都合而爲一。父啊，願他們在我們內合而爲一，就如祢在我內，我在祢內，爲使世界相信是祢派遣了我。我將祢賜給我的光榮賜給了他們，爲使他們合而爲一，就如我們原爲一體一樣。我在他們內，祢在我內，使他們完全合而爲一，爲使世界知道是祢派遣了我，並且，祢愛了他們，如同愛了我一樣。」

因此，聖父以愛聖子的愛愛了我們，但其性質完全不同：前者的愛是出於聖父的本性，後者的愛是由於天父的恩賜；同樣，聖人們與聖父之「合而爲一」，也完

全不同：前者是由於天主的慈愛，後者是由於天主的本性。因此，人靈藉着分享、而與天主共有同樣的美善，被稱爲「在天主內的天主」，與天主相似，有分於天主的性體。

故此聖伯鐸說：「願恩寵與平安、因認識天主和我們的主耶穌基督，豐富地賜與你們。因爲我們認識了那藉自己的光榮和德能、召叫我們的基督，基督天主性的大能就將各種有關生命和虔敬的恩惠、賞給了我們，並藉着祂自己的光榮和德能，把最大和最寶貴的恩許賞給了我們，爲使你們藉着這些恩許、能成爲有分於天主性體的人。」的確，人靈與聖三合而爲一時，就是如此；雖然這種完美的結合、要在將來永生的境界才會完成；可是，人靈在此世達到與天主合一的生活時，也可窺

見其梗概，預嘗其神味。

人靈啊！你受造，是爲了分享如此卓越的恩賜！你要做什麼呢？你還要爲什麼而忙碌呢？盲目的亞當子孫哪！你們對如此光明的前途竟視若無睹；對如此偉大的呼聲竟充耳不聞，真是可惜！

對答詠

若壹三，1-2

領：請看，父賜給了我們如何深厚的愛情，
答：使我們得稱爲天主的子女，而且我們也真是如此。

領：我們知道：一旦顯明了，我們必
要相似祂，因爲我們要看見祂的
真貌。
答：使我們：

結束禱詞 見常年期主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀歐瑟亞先知書

六，1-7，2

你們的愛有如朝露

上主說：他們在遭難時開始尋找我，
說：「來，我們回到上主那裏去，因爲祂
撕碎了我們，也必要治愈；祂打傷了我們，
也必要包紮。兩天後祂必使我們復生，
第三天祂必使我們興起，生活在祂的
慈顏下。讓我們認識上主，讓我們努力認
識上主！祂定要像曙光一樣出現，祂要來
到我們中間，有如秋雨，有如滋潤田地的
春雨。」

厄弗辣因，我可對你作什麼？猶大，
我可對你作什麼？因爲你們的愛有如早晨
的浮雲，有如易於消逝的朝露。因此，我

藉先知們砍伐了他們，以我口中的言語殺戮了他們；我的裁判出現有如光明：因為我喜歡仁愛勝過祭獻，喜歡人認識天主勝過全燔祭。

但是他們在阿當就違犯了盟約，在那裏已背叛了我。基肋阿得是座作惡者的城池，滿了血跡。一隊祭司就如埋伏的強盜，在往舍根的路上行兇；的確，他們行了可恥的事。在貝特耳我見了可惡的事：在那裏厄弗辣因行了淫，以色列玷污了自己。當我轉變我百姓的命運時，猶大啊！爲你也註定了一個收割期。

當我着手醫治以色列時，厄弗辣因的罪孽就顯露出來，撒瑪黎雅的惡行也暴露出來，因為他們行了詭詐的事：竊賊潛入室內，而外遇強盜；但他們並不存心細想：我記住他們的一切惡行。現今他們的

罪行圍繞着他們，一一擺在我眼前。

對答詠

瑪九，13；歐六，6，4

領：你們要去研究這句話的意義：

答：我喜歡仁愛，勝過祭獻；喜歡人認識天主勝過全燔祭。

領：你們的仁愛有如早晨的浮雲，

有如易於消逝的朝露。

答：我喜歡：

誦讀二 選讀聖宜仁主教「駭斥異端」

我喜歡的是仁愛，而不是祭祀

爲了要救人，天主所要求於人的不是祭獻和全燔祭，而是信仰、服從和義德；

天主教在歐瑟亞先知書中曾表達自己的意願說：「我願意仁愛，勝過祭獻，願意人認識天主、勝過全燔祭。」吾主耶穌也同樣教訓人們說：「假設你們領悟什麼叫做：我要的、是仁愛而不是祭祀，你們就絕不

會懲罰無辜的人。」這樣，祂不僅證實先知們所言之不虛，而且說明了猶太人的頑固和愚昧。

吾主耶穌也勸祂的門徒、從受造物中挑選初熟之菓，獻於天主；這不是因爲天主需要祭品，而要求他們不可辜負天主的鴻恩。祂先從受造物中拿過餅來，感謝了說：「這是我身體。」相仿地，祂從受造物中拿過酒爵來聲明那是祂的血，並教導我們那是新約的祭獻。這就是教會使徒接受的，在普世各地奉獻於天主的聖祭；這就是我們在新約時代，奉獻於那位供應我們食糧的天主的聖祭。關於這事，十二先知中之一的瑪拉基亞曾這樣預言過：「我不喜歡你們——全能的上主說——也不悅納你們經手所獻的祭品，因爲從日出到日落，我的名在異民中大受顯揚，到處

有人爲我的名焚香獻祭，並奉獻潔淨的祭品，因爲我的名在異民中大受顯揚——全能的上主說——。」這裏，天主很清楚地表示：從前猶太人所獻的祭祀必將停止；而全球各地代之而獻於天主的，是這個純潔之祭；於是，上主的聖名就在異民中大受顯揚。

但那「在異民中大受顯揚」的，不就是吾主耶穌的聖名嗎？藉着祂、聖父受光榮，人也受光榮。因爲這是祂聖子的名，也是祂使其降生成人，因此，將聖子視爲自己的。就如一個國王，若親筆描繪太子的肖像，理應被稱爲他自己的肖像，因爲是他太子的肖像，也是他自己畫的肖像。同樣，那在全球各地的教會中，受到顯揚的耶穌聖名，聖父承認其爲自己的聖名，因爲這是祂兒子的聖名，也是祂親自刻畫

的；聖父爲救贖人類賜下了這個名字。

事實上，耶穌之名就是聖父之名；教會是藉耶穌基督之名，向全能的天主獻祭。所以，先知說的很好，理由有二：「到處有人爲我的名焚香，並奉獻潔淨的祭品。」但按若望默示錄所載：焚香獻祭，是指聖人們的祈禱。

對答詠

參閱路二二，19 ~ 20；

箴九，5

領：主說：這是我的身體，將爲你們而犧牲；這是新約的血，將爲你們而傾流。 答：你們每次吃喝我的體血，要爲紀念我而這樣做。

領：你們來吃我的餅，喝我所配製的

酒吧！ 答：你們每：

結束禱詞 見常年期主日

第十九主日

聖詠集第三週

第一晚禱

謝主曲對經：主！讓我在水上走到祢那裏去吧！耶穌伸手拉住伯鐸，向他說：你這個小信心的人，爲什麼懷疑？

誦 讀

誦讀一 恭讀歐瑟亞先知書

十一，1 ~ 11

上主永恆的慈愛

上主說：當以色列尚在童年時，我就愛了他；從在埃及時，我就召叫他作我的兒子。可是我越呼喚他們，他們越遠離

我，去給巴耳獻祭，向偶像進香。是我教了厄弗辣因邁步，雙臂抱着他們，但他們却不理會是我照顧了他們。是我用仁慈的繩索，愛情的帶子牽着他們，我對他們有如高舉嬰兒到自己面頰的慈親，俯身餵養他們。他們不要返回埃及，而要亞述作他們的君王，因為他們拒絕歸依我。刀劍必要在他們的城中橫行，殺絕他們的子女，在他們的堡壘中吞噬他們。我的百姓因着他們的叛逆使我厭煩了；爲此上主給他們指定應負的重軛，因為他已不再憐惜他們。

厄弗辣因！我怎能捨棄你？以色列！我怎能拋掉你？我怎能使你如同阿德瑪，待你如同責波般？我的心已轉變，我的五內已感動；我不再按我的盛怒行事，不再毀滅厄弗辣因，因為我是天主而不是人，

是在你中間的聖者，而不是伏於城門的仇敵。的確，他們必要追隨上主，他要像獅子吼叫；他一吼叫，他的子女便要從西方急速歸來，猶如飛鳥由埃及急速飛來，猶如鴿子從亞述飛來；我要使他們安居在他們的家中——上主說。

對答詠

歐十一，8，9；

耶三一，3

領：我的心業已轉變；我的五內業已感動。 答：我不再按我的盛怒行事，因為我是天主，而不是人。

領：我愛你，我永遠愛你，因此我給你保留了我的仁慈。

答：我不再：

誦讀二 選讀聖女佳琳·瑟納對話：論

天主的照顧

在愛德的鎖鏈中

我的甘飴之主，求祢大發慈悲，回顧

這個民族，同樣也垂憐祢的教會——祢的奧體，因為你若寬恕如此衆多人的罪行，則祢聖名所得的榮耀，比祢只可憐如此得罪祢的我更爲偉大。假設祢的子民死去，而我活着，坐視而不去救他們，我怎能安心呢？而且，我怎能坐視罪惡的黑暗，由於我的以及他人的過失，而籠罩在祢所親愛的淨配身上呢？

因此，我願意爲他們轉求祢特別開恩，因爲祢以無比仁慈按祢的肖像、按祢的模樣造了他們；求祢就按祢的無限慈愛垂憐他們！我要請問：是什麼動機使祢提拔人類到如此崇高的地位？這一定是純粹由於祢不可思議的愛，祢把受造物視爲祢自己的反映，而愛上了他。但我清楚知

道，人已因犯罪、失去了祢所賜予的崇高地位，這也是應該的。

但祢爲同一的愛所推動，決意與人重修舊好，就把祢獨子的聖言，賞給了我們。祢真實實做了祢與我們之間的和解人及中保；祢爲了使我們成義，就甘受懲罰，並把我們的一切不義、一切罪惡、都放在祢自己肩上。這是爲服從祢——天父的命令：因爲祢曾決定使祢攝取我們的人性。這是多麼高深莫測的愛情深淵啊！人心面對如此高深的愛，怎能還是這樣堅硬！想到至尊至高的天主如此屈尊就卑、深愛我們卑賤的人類，怎能仍然無動於衷？

我們是祢的肖像，祢也藉祢與人性的結合，成爲我們的肖像，只是祢取了亞當那可憐而有罪的肉體時，隱藏了祢永遠的

天主性。這怎麼會成呢？這只是由於祢的無可言喻的愛所致。因為祢具有無限的愛，我就竭盡心力，謙卑地懇求祢大發慈悲，垂視祢這可憐的受造物。

對答詠

詠一〇〇，1-3

領：我要歌頌仁愛與公正；上主，我還要向祢歌詠。 答：我要度完美的生活；祢何時才肯駕臨？

領：我要以純潔的心在家中養性修身。 答：我要度：

結束禱詞

見晨禱

晨 禱

讚主曲對經：我實在告訴你們，誰相信我，就必有永生，阿肋路亞。

結束禱詞

全能永生的天主，我們能稱祢為父，

深感榮幸；求祢在我們心中培育祢義子的精神，以承受祢所預許的天堂產業。

第二晚禱

謝主曲對經：主說：你的財富在那裏，你的心也在那裏。

常年期第十九週

星期 一

誦 讀

誦讀一 恭讀歐瑟亞先知書

十四，2-10

召人回頭·預許救治

上主這樣說：「以色列！歸向上主祢

的天主罷！因爲你跌倒了，是因了你的罪孽。準備你們的話，好在回來歸向上主

時，對祂說：『求祢寬恕我們的一切罪過，使我們重獲幸福，好使我們給祢獻上我們嘴唇的佳果。亞述不能拯救我們，我們也不再騎坐埃及的馬；我們也決不再對我們雙手的作品說：你是我們的天主。』因爲孤兒只有在祢那裏纔得到憐恤。」

我要治療他們的不忠，我要從心裏疼

愛他們，因爲我的怒氣已遠離了他們。我對以色列將如甘露；她將開花如百合，扎根如白楊；她的枝條必要茂盛，她的秀麗就如橄欖樹，她的芬芳就如黎巴嫩的馨香。他們必將歸來，坐在我的庇蔭下；他們必將繁殖有如五穀，滋生有如葡萄；她的聲譽將如黎巴嫩的美酒。厄弗辣因與偶像還有什麼關係？是我磨難了她，我也要

福祐她；我像一棵翠綠的松樹，由於我，她纔結出了果實。

誰明智，就會明瞭；誰聰敏，就能領會，因爲上主的道路是正直的；義人在上面暢行，惡人反在上面跌倒。

對答詠

歐十四，5；岳三，21

領：我要治療他們的不忠，我要從心裏疼愛他們，答：因爲我的怒氣已遠離了他們。

領：我必要洗除他們尚未滌淨的罪污，上主將住在熙雍。答：因爲我：

誦讀二

選讀席爾主教德奧道所著：論

天主降生

我將治癒他們的不忠

耶穌自動地走向舊約所載有關祂所要受的苦難。祂曾多次向祂的門徒們預言祂

的受難；當伯鐸不予贊同時，祂就立刻斥責，並明示祂是藉著苦難而拯救世界。因此，當惡人來逮捕祂時，祂就挺身而出，向他們說：「我就是你們要找的那位。」惡人誣告祂，祂也不爲自己辯護；祂雖多次受人陷害，却都能安然脫險；但受難之日一到，祂雖能躲避，却不願意。

此外，祂曾爲了耶路撒冷的不信和將遭受的毀滅而悲傷流淚，並預言其著名聖殿的荒廢。祂還忍受無情的僕役打擊祂的頭。祂不僅受人唾污，批頰、辱罵，還受人折磨、鞭打，最後被釘死於兩盜中間，而與殺人犯同列；祂口嘗酸醋苦膽，頭戴荆棘茨冠，身披絳色敝袍，受人呼喝嘲笑，慘絕人寰，終至肋旁被刺，死後葬身墓穴。

耶穌飽受了這一切痛苦，是要我們因

此而得救。凡爲罪惡奴役的，都該受罪惡的懲罰；但耶穌基督並沒有絲毫罪惡，並且常常遵從天主聖意而生活，祂却甘願代罪人受死，並用祂的十字架取消了人類自古以來所受的咒罵。因此聖保祿使徒說：「基督由法律的咒罵中贖出了我們，爲我們成了可咒罵的，因爲經上記載說：凡被懸在木架上的是可咒罵的。」同時祂因祂所戴的茨冠，結束了亞當應受的懲罰。原來天主在亞當犯罪後對他說：「地爲了你的緣故成了可咒罵的；地要給你生出荆棘和蒺藜。」

是的，耶穌基督藉著苦膽也親自嚐到人生的種種痛苦與麻煩。祂藉著酸醋體味到人性的敗壞，而改善人的處境；祂的絳袍象徵了祂的王權；蘆葦暗示魔鬼的勢力脆弱，不足畏懼；祂受人批頰，忍受我們

應受的苦辱、懲處及打擊，宣佈了我們的自由。

祂的肋旁像亞當一樣、被人洞開；但從肋旁湧出來的不是誘人致死的女人，而是生命之泉。這生命之泉藉著兩條小河，給世界帶來生命：一條是洗禮之河，使我們重生而穿上永生之服；另一條是聖祭之河，使我們重生者在聖筵中獲得滋養，正如嬰孩之受母乳哺育。

對答詠

依五三，5；伯前二，24

領：祂被刺透是因了我們的叛逆；祂被打傷是因了我們的罪惡。祂受了懲罰，使我們獲得安全。

答：祂受了創傷，使我們得到痊癒。

領：祂親身承擔了我們的罪過；祂被釘死在十字架上，為使我們脫

離罪惡而度正義的生活。

答：祂受了……

結束禱詞 見常年期主日

星期二

誦讀

誦讀一 恭讀米該亞先知書

三，1-12

由於首領的罪惡，耶路撒冷將被毀滅

雅格的首領，以色列家的官吏，請你們傾聽！認識正義，豈不是你們分內的事？然而他們憎恨行善、喜歡作惡，從平民身上剝下他們的皮，從骨頭上剔下他們的肉。他們吞食我百姓的肉，剝去他們的

皮，折斷他們的骨頭，將他們切成碎塊，如釜中的肉，如鼎中的肉。當他們呼求上主時，上主決不俯聽他們；反而轉面不理他們，因為他們行了窮凶極惡的事。

關於迷惑我百姓的先知，上主這樣說：當他們的牙齒有咀嚼的東西時，他們便呼喊：「和平。」但凡不將食物送到他們口上的，他們便宣佈：「戰爭。」因此，為你們只有黑夜而沒有神視，只有黑暗而沒有神諭；太陽必為先知而沒落，白晝必為他們而變為黑暗。先知必將抱歉慚愧，巫士必將蒙羞，他們都要掩住自己的鬍鬚，因為沒有天主的答覆。至於我，我因上主的神而充滿力量、正義和勇氣，向雅格指出她的邪惡，向以色列說明她的罪過。

雅格家的首領，以色列家的官吏，請

你們傾聽這事！你們憎惡正義，曲解一切真理；你們以血債建築熙雍，用邪惡建設耶路撒冷。它的首領為賄賂而審判，祭司為薪俸而設教，先知為銀錢而占卜，尚依賴上主說：「上主不是在中間嗎？災禍決不會臨於我們身上！」因此，為了你們的緣故，熙雍必被耕耘有如一塊田地，耶路撒冷必成爲一堆廢墟，聖殿山必成爲叢林中的一個丘陵。

對答詠 詠七八，1；達三，42，29

領：天主，異民侵入了祢的遺產，褻瀆了祢的聖殿，使耶路撒冷顛覆。 答：求祢不要使我們蒙羞，但願祢按祢的寬容和祢無限的仁慈，善待我們。

領：我們犯罪作惡，離棄了祢。

答：求祢不：

誦讀二 選讀席爾主教德奧道所著：論

天主永生

我們因祂的創傷而獲得痊愈

我們的良藥就是我們救主的苦難。先知曾預言說：「祂所背負的是我們的疾苦，祂所擔負的是我們的疼痛；我們還以為祂受了懲罰，為天主所擊傷，和受貶抑的人。可是祂被刺透，是因了我們的悖逆；祂被打傷，是因了我們的罪惡；祂受了懲罰，我們才獲得安全；祂受了創傷，我們才得到痊愈。我們都像羊一樣迷了路，因此，祂如同被牽去待宰的羔羊，又像母羊在剪毛人面前，緘默不語。」

正如牧羊人見羊羣四處亂跑，便從牠們中先捉住一隻羊，領牠到所喜歡的草原去，以吸引其他的羊跟隨牠；同樣，天主聖言看到人類迷了路，便取了奴僕的形

體，與之合而為一，然後藉祂所結合的人性，叫整個人類歸向自己。如此祂把那些營養不足、處於豺狼威脅中的羊，引入天主的牧場。

就是為了這個緣故，我們的救主耶穌基督取了我們的人性；也是為了這個緣故，祂接受了那帶給我們的救恩的苦難；祂也接受死亡並被埋葬，使我們脫離原罪的奴役，並預許我們有死的人、常生不朽的鴻恩。因為祂把拆毀的聖殿（即祂的身體），在三日內重建了起來，這個事實說明祂對期待復活人們所作的諾言是千真萬確的。

「事實上，祂說的：我從你們中取的人性，由於天主性居於其中，並與其結合，而得到了復活，並藉天主性使其脫離腐朽及痛苦，而達到不朽與永生的境界；

同樣，你們也要從死亡的奴役中被解放出來，擺脫腐朽與痛苦，而穿上不朽的衣服。」

因此，祂通過使徒們，把聖洗聖事賜給了整個人類。祂向他們說：「你們要去使萬民成爲門徒，因父、及子、及聖神之名給他們授洗。」聖洗聖事就是吾主死亡的反映與象徵，正如聖保祿所說：「我們藉着洗禮已歸於死亡，與祂同葬了，爲的是基督怎樣藉着父的光榮、從死者中復活了，我們也怎樣度新生活。」

對答詠 若十，15，18；耶十二，7

領：我爲我的羊，犧牲我的生命。

答：沒有人能從我身上取去生命，而是我自願犧牲。

領：我離開了家，拋棄了產業；把我鍾愛的生命交於敵人手中。

答：沒有人：

結束禱詞 見常年期主日

星期二

誦 讀

誦讀一 恭讀米該亞先知書

四，1-7

萬民攀登上主的聖山

上主說：「到末日，上主的聖殿山必要矗立在羣山之上，超乎一切山岳，萬民都要向它湧來；將有許多民族前來說：『來，我們攀登上主的聖山，往雅格天主的殿裏去！祂必指示我們祂的道路，教導我們循行祂的途徑，因爲法律將出自熙雍，上主的話將出自耶路撒冷。』祂將統治萬民，

爲遠處的強國宣佈定案；他們必要把自己的刀劍鑄成鋤頭，將自己的槍矛製成鐮刀；民族與民族不再持刀相向，人也不再學習武鬥；各人只坐在自家葡萄樹和無花果樹下，無人來驚擾，因爲萬軍的上主親口說了。雖然萬民各奉自己神祇之名而生活，但是我們却永遠奉上主我們天主之名而生活。

到那一日——上主說——我要聚集跛行的人，集合被驅散和我所磨難的人；我必使跛行的人成爲遺民，使離散的人成爲強大的民族。從今以後，上主我要在熙雍山上作他們的君王，以至永遠。」

對答詠

米四，2；若四，25

領：請來，讓我們攀登上主的聖山，前往雅格天主的聖殿； 答：祂必指示我們祂的道路，我們要遵

行祂的途徑。

領：默西亞、卽基督將要來臨；祂一來，必會告訴我們一切。

答：祂必指：

誦讀二 選讀聖思定主教聖詠釋義

請來，讓我們攀登上主的聖山

「我們所見，正如所聞。」有福的教會！你有聽到的時候，也有見到的時候。

你聽到了許諾，看到了許諾的兌現；你在先知的預言中所聽到的，在福音中見到了。因爲現在所完成的一切，都在以前預言過。因此，教會！你要舉目縱觀普世大地。請看天主子民的基業擴展到天涯地角。請看這項預言業已應驗：「衆王都要崇拜祂，萬民都要事奉祂。」再看，另一個預言也實現了：「天主，願祢的尊威彰顯於天；祢的光榮普臨塵寰。」請看！基

督的手脚都被釘穿；祂的骨骼被懸在木架上，歷歷可數；祂的衣服被兵士拈鬪分了！請看，猶太人所目覩的、身懸在木架上的基督、確已爲王了；請看，他們所輕視的、曾在世上行走的基督，如今坐在天上。請看，以下這項預言也在此應驗：「整個大地將覺醒而歸順天主；天下萬民將在祂面前屈膝叩首。」你看到了這一切，要高聲歡呼：「我們所見，正如所聞。」因此，教會很適當地被稱爲「出自萬民的教會」：「女兒！請聽，請看，也請側耳細聽：忘却你的民族，和你父的家庭！」請聽！請看：首先請聽你所未見的；然後，你將見到你所聽到過的一切。上主說：「我不認識的民族竟給我服役；一聽到是我，即刻服從我。」所以，如果他「一聽到是我，即刻服從我」，那就表

示他並沒有見到我。「他們將見到那沒有向他們宣告過的；凡沒有聽到過的人將會領悟。」——這又是指那些人呢？這是指那些沒有給他們派遣先知的人；他們將首先聽到並了解先知們，因爲他們首先沒有聽到，後來聽到了，就驚訝不已。先知們曾被派遣到猶太人那裏，他們雖擁有「先知書」，却不會領悟真理；他們雖擁有約板，却未獲得承嗣的福分。可是我們，「我們所見，正如所聞。」

「在萬軍之上主的城裏，在我們天主的城裏。」就是在那裏，我們聽到了，也看到了。「天主奠定了這城直到永遠。」那些說，「看哪，基督在這裏！看哪，祂在那裏」的人們，不要自誇自大。那說，「看哪，祂在這裏；看哪，祂在那裏」的人，是製造分裂。天主却預許大家合而爲

一：君王們精誠團結，沒有分崩離析。可是這座統治世界的城，也許有被摧毀的一日。絕不會！因為「天主奠定了它，直到永遠。」如果「天主奠定了它，直到永遠」，你還怕它會被推翻嗎？

對答詠

肋二六，11；12；格後六，16

領：我將在你們中間安置我的住所，再不厭惡你們。 答：我必住在你們中間，做你們的天主，你們要做我的子民。

領：正如天主所說，你們是永生天主的聖殿。 答：我必住……

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦讀

誦讀一 恭讀米該亞先知書

四，14；五，1；7

默西亞將是我們的和平

上主說：被圍困的女子，現在你要抓傷己身，他們已圍困住我們，用棍杖擊打以色列民長的面頰。厄弗辣大、白冷！你在猶大城邑中雖是最小的，但是，將由你為我出生一位統治以色列的人，他的來歷源於亘古，遠自永遠的時代。因此，上主必將遺棄他們，直到孕婦生產之時，那時他弟兄中的遺民必將歸來，與以色列子民團聚。他必卓然屹立，以上主的能力和上主的天主之名的威權，牧放自己的羊羣。他們將獲得安居，因為他必大有權勢，直到地極。他本人將是和平！當亞述

侵入我們地區，蹂躪我們領土時，必有七個牧者，八個人民首領奮起對抗。他們必用刀統治亞述，用劍管轄尼默洛得。當亞述侵入我們地區，蹂躪我們的領土時，他必救援我們。

那時，雅格的遺民，在許多民族中，必如由上主而來的朝露，必如落於青草上的甘霖，不再期待於人，也不寄望於人子。那時，雅格的遺民，在萬民中，在許多民族中，必如獅子在森林百獸中，必如幼獅在羊羣中，所經之處，必加以蹂躪摧殘，無人能夠搶救。

對答詠 米五，2，4，5；匝九，10

領：白冷！你在猶大城邑中雖是最小的，但是將由你爲我出生一位統治以色列的人；祂的來歷源於亘古，遠自永遠的時代。 答：祂

本人就是和平。

領：祂要向萬民宣佈和平；祂的權柄，由這海到那海，從大河直達地極。 答：祂本人：

誦讀一 選讀尼森主教聖國瑞

「論基督徒的完美典型」

我們擁有基督，祂是我們的平安與光明

「基督是我們的和平，祂使雙方合而爲一。」我們知道了基督是我們的和平，我們就要藉我們心內的和平，表現出基督確實在我們生活中，如此，我們才是真正的名實相副的基督徒。如保祿使徒所說，基督早已「誅滅了仇恨」。所以，我們不要再讓仇恨在我們心內死灰復燃，但該徹底予以誅滅。天主既爲救我們而誅滅了仇恨，我們絕不可讓它復活陷害我們的心

靈：絕不可再屈服於報仇、洩恨的思想，而誤使基督以光榮除滅的，再死而復生。

基督是和平；我們既擁有基督，就該誅滅仇恨，好使我們在基督身上所信仰的，得在我們的生活中表達出來。就如基督本人以祂自己的肉身，摧毀了中間阻隔的牆壁，那就是雙方的仇恨，爲把雙方在自己身上造成一個新人而樹立了和平；我們也該如此：不僅要和那外在地攻擊我們的仇人重修舊好，而且還要使在我們身內製造叛亂的種種，彼此和諧；使我們的肉身不再反對心靈；我們的心靈也不再反對肉身。我們肉性的明智屈服於天主的法律時，我們將成爲一個新人、喜好和平的人；我們的靈魂和肉身能團結一致時，我們心內才會享受和平。

雙方消除歧見，團結一致，這就是和

平的定義。因此：當我們靈肉的內戰被消弭時，在我們身內便建立了和平，那時我們就成了和平，也證明那給予基督的稱呼也可真正地應用到我們身上。

如果我們想到，基督是眞光，祂絕不說謊，也就會了解，在我們的生活中該如何反映出祂的眞光來。但「義德之日」的光芒，就是那爲照耀我們而發的聖德本身；這光芒使我們「脫去黑暗的行爲，行動端莊，好像在白天走路一樣。」我們要避免隱密的醜行，做事要光明磊落，我們也就成爲基督之光，並按光的本性，以善行去光照別人。

如果我們想到，基督是我們的聖化者，我們就該戒避醜惡和不潔的思言行爲。如此我們才表示出我們眞正分享基督的美名，就是說，我們不僅在言語上，而

且在行爲上，要表現出基督聖化的力量。
對答詠 路一，78，79

領：旭日由高天向我們照耀，

答：引導我們的脚步走向和平的道路。

領：以光照那坐在黑暗和死影中的

人， 答：引導我：

結束禱詞 見常年主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀米該亞先知書

六，1-15

上主與祂的子民爭訟

惟願你們傾聽上主所說的話：「起來，

在諸山面前進行訴訟，使諸丘陵能聽見你

的聲音！」諸山！請聽上主的申訴；大地的基礎，側耳聆聽罷！因爲上主與祂的人民有所爭訟，與以色列有所爭辯：「我的人民！我對你做了什麼？我在什麼事上使你討厭？請你答覆我！難道是因爲我由埃及領了你上來，從奴隸之家贖了你回來，在你面前委派了梅瑟、亞郎和米黎盎？我的人民，請你記憶摩阿布王巴拉克圖謀過什麼事，貝敖爾的兒子巴郎答應了他什麼；再記憶從史廷到基耳加耳發生過什麼事，好使你明瞭上主的仁慈作爲。」

「我要到上主那裏，叩拜至高者天主，應進獻什麼？應進獻全燔祭，還是應進獻一歲的牛犢？上主難道喜悅萬千的公羊，或萬道河流的油？爲了我的過犯，我應否獻上我的長子？爲了我靈魂的罪惡，我應否獻上我親生的兒子？」人哪！已通

知了你，什麼是善，上主要求於你的是什麼；無非就是履行正義，愛好慈善，虛心與你的天主來往。

請聽上主向城邑的呼聲：我必拯救敬畏我名的人。支派和城市的會衆，靜聽：我豈能忘記惡人家中的不義之財，和那可詛咒的小「厄法」？我豈能把用欺騙的天秤和囊中有假法碼的人視爲清廉？城中的富人充滿了強暴，其中的居民好說謊話，滿口欺詐；因此，我纔開始打擊你，爲了你的罪惡使你荒涼。你要吃，却吃不飽，腹中常感到空虛；你縱然能把寶藏搬走，却不能保全；即使你能保全，我也必要付之於刀劍。你要播種，却得不到收穫；你要榨橄欖油，却得不到油抹身；你要榨葡萄酒，却得不到酒喝。」

對答詠

米六，8；詠三六，3

領：人哪！我將指示你什麼是善，上主向你要求的是什麼？ 答：你要履行正義，愛好慈善，虛心與你的天主來往。

領：你該信賴上主，致力善行，你必安居樂土，享受康寧。 答：你要履：

誦讀二 選讀聖巴其安主教講道詞：

論聖洗

我們藉聖神、在基督內，度一個新生活

亞當的罪傳及整個人類，一如聖使徒所說：「罪惡藉着一人進入了世界，死亡藉著罪惡進入了世界：這樣死亡就殃及了衆人。」因此，基督的義德也需要傳及整個人類。正如亞當因罪而使自己的後裔墮落；同樣，基督因自己的正義使整個人類

復生。故聖使徒對此強調說：「正如因一人的悖逆，衆人都成了罪人；同樣，因一人的服從，大衆都成了義人。正如罪惡怎樣藉死亡爲王，恩寵也怎樣藉正義而爲王，使人獲得永生。」

有人或許責難我說：「衆人既由亞當所生，則他的罪理當傳及衆人；但我們既由基督所生，怎能因祂而得救呢？」你們不要想肉性的事。你們將會領悟我們如何由基督所生。時期一滿，基督從瑪利亞身上，取得肉軀與靈魂，而成爲人：祂來到世上，正是爲救此肉軀；祂沒有把它留在陰府，而把它同自己的神合成一體，使之成爲己有。這就是基督與其「肉軀」所結的婚姻，其目的是按此偉大的奧蹟，基督與教會二者能合爲一體。

當聖神降臨時，基督的子民，就從這

個婚姻中出生。我們靈魂的實質，與天賦的恩寵結合，就在慈母教會的懷中孕育，出生時，就在基督內生活。因此，聖使徒說：「第一個亞當成了生靈；第二個亞當，成了使人生活的神。」基督在教會內，就這樣通過自己的祭司，產生了自己的子民，誠如聖使徒所說：「我在基督內生了你們。」就是這樣，基督藉祂的聖神使人出生：祂使人在母懷中孕育，並藉祭司之手，通過洗禮而誕生，以信仰作爲證人。

所以，我們該接受基督，好使我們生於基督，因爲聖若望使徒說過：「凡接受祂的，祂給他們，即給那些信祂名字的人權能，好成爲天主的子女。」可是，誰要成爲天主的子女，非藉洗禮、堅振與主教不可。因爲人藉洗禮而得罪赦；藉堅振而

得領受聖神；但這兩件聖事都是藉主教的手和口而完成。如此，整個的人都在基督內重生與革新。就如「基督從死者中復活，同樣，我們也要度新生活。」這就是說，我們應該放棄錯誤的舊人生活，而藉聖神在基督內度一個新生活。

對答詠

羅五，19，21；
若壹，四，10

領：正如因一人的悖逆，大眾都成了罪人；同樣，因一人的服從，大眾都成了義人。 答：就如罪惡怎樣藉死亡爲王，恩寵也怎樣藉正義而爲王，使人藉著我們的主耶穌基督獲得永生。

領：天主派遣自己的兒子爲我們作贖

罪祭。 答：就如罪……

結束禱詞 見常年主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀米該亞先知書 七，7-20

天主的子民期待著祂的救恩
祂的救恩就是罪的赦免

我要仰賴上主，寄望於拯救我的天主；我的天主必要俯聽我。我的仇敵！你不要因我遭難而高興；我雖然跌倒，必再起來；我雖坐在黑暗中，但上主是我的光明。因爲我得罪了上主，我必須承當上主的義怒，直到祂審斷我的案件，爲我主持公道時，祂必領我進入光明，我必能目睹祂的正義。我的仇敵見了，必然蒙受羞辱，因爲他曾對我說：「上主你的天主在

那裏？」我的眼必要看見他，有如街上的污泥被人踐踏。

必有一天，要重建你的城垣；那一天，你的疆界必要擴展；那一天，從亞述到埃及，從提洛到幼發拉底河，從這海到那海，從這山到那山的人民，都要向你歸來；但其餘的地區，必因其中居民行爲的惡果，變爲一片荒涼。

上主，求祢拿祢的牧杖牧放祢的人民——獨留在草莽中，在田園間，作祢基業的羊羣；讓他們在巴商和基肋阿得獲得養養，一如昔日。上主，讓我們一如在祢出離埃及的時日內，見到奇蹟；讓異民見了，感到自己一籌莫展，深自慚愧，用手掩口，雙耳變聾。他們將舔土如蛇，像地上爬行的爬蟲，戰戰兢兢地從他們的洞穴裏爬出來，向祢，上主我們的天主，表示

尊崇敬畏。

哪裏有神相似祢，赦免罪惡，寬宥他的基業——遺民的過錯，不堅持憤怒於永遠，反而喜愛仁慈？祢必再憐憫我們，將我們的邪惡踏於脚下，將我們的一切罪過投入海底。祢必按照祢昔日向我們祖先所發了的誓，對雅格表示忠信，對亞巴郎施行仁慈。

對答詠

希十，37；米七，19

領：要來的那一位，就要來到，決不遲延；我們人世間將再無所畏懼：

答：因為祢就是我們的救主。

領：祢必將我們的邪惡踏於脚下，將我們的一切罪過投入海底。

答：因為祢……

誦讀二 選讀聖巴其安主教論聖洗

天主，誰能像祢一樣除去我們的

罪孽呢？

「我們現在帶著那屬於土的人的肖像」，「因為那第一個人出於土，是屬於地上的；第二個人出於天，是屬於天上的。」親愛的弟兄們，我們若如此行動，就不再死亡了。縱然我們的肉體死去，我們將在基督內生活；誠如基督親口說過的：「誰若信我，即使死了，仍將生活。」

我們有吾主為證，確知古聖祖亞巴郎、依撒格、雅格，以及其他諸位天主的聖人都活著。因為主說的「天主是活人的天主，不是死人的天主」，就是論他們說的。保祿使徒論及自己說：「為我，生是基督，死是福；我切望死去，而與基督同在。」又說：「我們幾時住在這肉身內，

就是與天主遠離。因為我們現今只是憑信德往來，並非憑親眼目睹。」親愛的弟兄們，這就是我們所信仰的道理。此外，

「如果我們只寄望於今生，我們就是衆人中最可憐的了。」你們知道：世界上的生命，無論是為人的，或是為飛禽走獸的，都是大同小異的。但為人所專有的就是永遠的生命。這是基督藉著聖神所賦予我們的生命；但祂的條件是：我們不再犯罪。因為正如犯罪招致死亡，修德避免死亡。同樣，犯罪失去生命，修德保存生命。原來「罪惡的薪俸是死亡，但是天主的恩賜，是在我們的主基督耶穌內的永生。」

那救贖我們的，就是祂；誠如聖使徒所說的，「祂赦免了我們的一切過犯；塗抹了那反對我們告發我們對誠命負債的債務，把它從中除去，將它釘在十字架上。」

解除了率領者和掌權者的武裝，把他們公然示衆，仗賴十字架，帶著他們舉行凱旋的儀式。」基督解開了我們的腳鐐手銬，誠如達味所說的：「上主扶持跌倒的人；上主釋放囚犯；上主開啓瞎子的眼睛。」他還說過：「上主！祢將我的鎖鍊給我開釋，我要獻給祢讚美之祭。」事實上，我們通過聖洗聖事，擺脫了罪惡的桎梏，共聚在吾主的旗幟下，我們因基督的血及祂的聖名成了自由人。

因此，親愛的弟兄們，我們曾一度被洗淨，曾一度得到自由，也曾一度而爲永遠被迎接到不死的王國中。誠如達味所說：「罪惡蒙赦免，過犯被遮掩的人，眞有福氣」，一次而爲永久。因此，你們要高興地保持所領受的恩寵，永不再犯罪；今後，你們要保持冰清玉潔，纖塵不染，

直到主的日子。

對答詠

格前一五，47，49；

哥三，9，10

領：第一個人出於土，是屬於塵土的，第二個人出於天，是屬於天上的。 答：我們現在帶著那屬於塵土之人的肖像，將來也要帶著那屬於天上之人的肖像。

領：你們要脫去舊我和舊習慣，而穿上新我；這新我由創造者照祂的肖像予以更新，爲獲得知識。

答：我們現：

結束禱詞 見常年主日

第二十一日

聖詠集第四週

第一晚禱

謝主曲對經：婦人，你的信心很大，我就

答應你的要求。

誦讀

誦讀一 恭讀依撒意亞先知書

六，1-13

先知依撒意亞蒙召

烏齊雅王逝世那年，我看見吾主坐在崇高的御座上，祂的衣邊拖曳滿殿。「色辣芬」侍立在祂左右，各有六個翅膀：兩個蓋住臉，兩個蓋住腳，兩個用來飛翔。他們互相高呼說：「聖！聖！聖！萬有的

上主！祂的光榮充滿大地！」由於呼喊的聲音，門限的基石也震撼了；殿宇內充滿了烟霧。我就說：「我有禍了！我完了！因為我是個唇舌不潔的人，住在唇舌不潔的人民中間，竟親眼見了君王——萬軍的上主！」當時有一個「色辣芬」飛到我面前，手中拿着鉗子，從祭壇上取了一塊火炭，接觸我的口說：「你看，這炭接觸了你的口唇，你的邪惡已經消除，你的罪孽已獲赦免！」那時我聽見吾主的聲音說：「我將派遣誰呢？誰肯為我們去呢？」我回答說：「我在這裏，請派遣我！」他說：「你去對這民族說：你們聽是聽，但不明白；看是看，却不理解。你要使這民族的心遲鈍，使他們的耳朵沉重，使他們的眼睛迷矇，免得他們眼睛看見，耳朵聽見，心裏覺悟而悔改，獲得痊癒。」我追問

說：「吾主！要到幾時呢？」祂回答說：「直到城邑變成廢墟，沒有居民，房屋無人居住，田地變為荒蕪。」上主必將人民遷到遠方，本地區荒蕪異常。境內雖祇留下十分之一，還要遭受摧殘；就如松樹和樟樹在伐倒後，尚留有餘幹，聖善的苗裔將由這餘幹產生。

對答詠

默四，8；依六，3

領：聖！聖！聖！上主、全能的天主！

昔在、今在、將來永在者！

答：祂的光榮充滿大地。

領：熾愛天使們互相高呼說：聖！

聖！聖！萬有的上主。 答：祂

的光：

誦讀二

選讀金口聖若望瑪竇福音釋義

地上的鹽，世上的光

「你們是地上的鹽。」主說這句話

時，也好像給使徒們說：「我把宣道的職務委託給你們，不是為你們自己，而是為全球人類！因為我派遣你們，不是到兩座城或十座，二十座城去宣道，也不是到一個民族那裏去宣道，像古時的先知一樣，而是要到天涯地角、到全世界，到這敗壞到極點的世界去傳教。」因為當祂說：「你們是地上的鹽」時，祂披露整個人性失去了滋味，且為罪惡所腐蝕。因此主基督要求使徒們、必須具備照顧人靈的各種美德。原來良善的、端莊的、慈悲的、正義的主，不願「獨善其身」，而願使祂的善行「兼善天下」。同樣祂既是心淨者，締造和平者，渴慕真理者，自然也是為了人的利益而生活。

基督說：「你們是地上的鹽」——你們不要想，祂要你們打的仗是小型的；也不

要想，祇要你們做的事是微不足道的。什麼？難道那已腐臭的還能恢復原狀嗎？不，絕不！因為那已腐臭的食物，即使加上食鹽，也無濟於事；無疑地，他們沒有這樣作。他們所應作的、是將主以前所更新的、由腐朽所救出的人性加以食鹽，而保持其新鮮。因為免除罪惡的腐朽，乃是基督大能的工作；但為保持人不犯罪不腐臭的生活，却是祇弟子們應努力從事的工作。

你們看到嗎？主如何漸漸地向使徒們表示，他們遠勝於古時的先知。因為祇說，他們所施教的地區，不只限於巴勒斯坦一帶，而是整個世界。因此祇說，你們不要奇怪：我撇開了其他的人，而專門給你們講話，並派遣你們身歷險境。你們要想一想：我將派遣你們，去治理多少城鎮、地區、民族。故此我不但願你們充滿

智慧，也願你們能使他人相似你們。否則，你們自己就不會有充足的智慧。

倘若有些腐化的人，能因你們的服務，而棄邪歸正；但若你們自己却不幸而陷於罪惡，則會導致其他的人與你們同歸於盡。因此，我所託給你們的使命越大，你們也越該淬勵奮勉，善盡厥職。因此，主說：「鹽若失了味，可用什麼使它再鹹呢？它便一無所用，只好被人扔在外邊，任人踐踏罷了。」

主曾對他們說：「如果有人爲了我而辱罵迫害你們，捏造一切壞話，毀謗你們。」這話不是要他們畏懼而垂頭喪氣；因此祇說：「假使你們不準備如此忍苦受辱，你們就白白地被召了。爲此，倘若忍辱受罵不可避免，這爲你們並無損害，反而證實了你們的決心。相反地，假設你們

因此而畏懼，失去了你們應有的毅力，則你們所受的苦辱將更爲重大，人們將羣起而攻擊你們，輕視你們；屆時，你們就成爲『任人踐踏的，一無所用的鹽』了。」

然後，基督談及另一個更卓越的比喻說：「你們是世界的光」。同樣，「世界的光」光照了全球，絕不限於某一個民族，或某一些城市：因爲這個「光」是可理解的，遠勝於太陽的光，就好像以上所說的「神鹽」一樣。主先說「鹽」而後說「光」，好使你學習：如何從一句嚴肅的言詞中，獲得好處；從一項鄭重的教訓中獲取利益。因爲這種言詞有發人深省，引人向善的力量。因此祂說：「你們是世界的光，是不能隱藏的。人點燈，並不是放在斗底下，而是放在燈台上，照耀屋中所有的人。」主曾用這幾句話勉勵使徒們，

要度一個嚴肅的生活，並教訓他們，在世界的大舞臺上，在衆目睽睽之下，要謹慎自持。

對答詠

宗一，8；瑪五，16

領：你們將充滿聖神的德能；

答：你們要爲我作證，直到天涯地角。

領：你們的光要在人前照耀，使人們見到你們的善行，而光榮你們的父。
答：你們要：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚主曲對經：我是從天降下的生活的食糧，誰吃了這食糧，必將永遠生活，阿肋路亞。

結束禱詞

天主，祢為所愛的人準備了奇妙的真福；求祢將聖愛之火傾注我們心中，使我們愛祢在萬有之上，以獲得遠勝我們所希望的恩許。

第二晚禱

謝主曲對經：我來是要在地上點火，如果這火燃燒起來，我才如願以償。

常年期第二十週

星期一

誦讀

誦讀一 恭讀依撒意亞先知書

三，1-15

對耶路撒冷的斥責

看哪，主、萬軍的上主將奪去耶路撒冷和猶大的支柱和依靠、各種食糧和水的供應，勇將和戰士、法官和先知、占卜者和長老、五十夫長和顯貴、謀士、機警的術士和巧言的咒師。祂將使青年人作他們的首領，使頑童管治他們，百姓將互相壓榨，彼此殘害；幼童欺凌老翁，賤者虐待貴人。那時，人要抓住自己家族裏的一個弟兄說：「你還有一件外衣，你可作我們的領袖，這廢墟即屬於你手下。」那一日，這人必要大聲回答說：「我不是個醫生，我家裏沒有糧食，也沒有外衣，不要立我作百姓的首領！」

耶路撒冷傾覆了，猶大崩潰了，因為

他們的口舌和行爲都與上主作對，使祂光輝的眼目冒火。他們的厚顏已在指責他們，他們像索多瑪人一樣揭示了自己的邪惡，而毫不隱瞞；這些人是有禍的，因為他們爲自己招致了災禍。你們要說：「義人是有福的，因爲他們必享受自己行爲的善果。禍哉，作惡的人！他必遭災禍，因爲他手中的作爲必回報於他！」至於我的百姓：孩童要壓搾他們，婦女要管轄他們。我的百姓啊！領導你的，領你走錯了路，混亂了你行徑的方向。

上主要站起來審判，立着審判祂的百姓。上主要開庭審訊祂百姓的長老和領袖：「是你們侵吞了我的葡萄園，窩藏了由窮人那裏勒索來的物件；你們爲什麼壓搾我的百姓，折磨窮人的臉面？」——吾主，萬軍的上主說。

對答詠

依三，10，11，13

領：義人是有福的，因爲他們必享受自己行爲的善果。 答：禍哉，作惡的人！因爲他手中的作爲，必將回報他。

領：上主要起來審判，立着審判祂的百姓。 答：禍哉，作：

誦讀二 選讀聖國瑞教宗約伯傳註釋

外有戰爭，內存敬畏

在困苦奮鬥中的聖人們對待一些敵人，一面要用打擊的方法，一面要用勸勉的方法；後者需要以忍耐爲干盾，前者需要以訓導爲刀槍；在此雙重戰爭中，他們都得到輝煌的成就：內則明智地教導罪人悔改；外則勇毅地鄙視仇敵。對於敵人，則以勸導改正；對於罪人，則以容忍促使他們悔改。故此聖人們對於仇人們的迫

害，安心忍受，不予介意；對軟弱的人，都以同情引導他們邁向得救的途徑：他們一面竭力抗拒仇人，以免他人亦受迫害；一面唯恐罪人們，怙惡不悛，導致喪亡。

請看！天主陣營中的戰士如何內外應

戰！他說：「他外有刀劍，內有恐怖。」他將外在的攻擊——指出說：「他遭遇江河的危險，盜賊的危險，由同族來的危險，由外邦人來的危險，城中的危險，曠野裏的危險，海洋上的危險，假兄弟中的危險。」除了這些外來的危險之外，還加上「勞碌辛苦，屢不成眠，忍飢受渴，屢不得食；忍寒受冷，衣不蔽體。」

天主的戰士被如此衆多的戰鬥所困擾，仍要說：他應如何警覺以保護陣營，因爲他又繼續說：「除這些事以外，我還有每日的繁務，對衆教會的掛慮。」由此

可見，他如何勇毅地接受戰爭，慈祥地保護近人。他講述自己受的苦楚，也加上他爲他人所作的善行。

因此我們要想一想，他如何忍受外來的打擊，同時又如何保護內在的弱者。他忍受外來的打擊，因爲他受人鞭打，手足被縛。同時他忍受內心的恐懼，因爲他怕自己的門徒因他所受的苦而受害。因此，他函告他們說：「在這些困苦中，誰也不要受動搖，因爲你們知道，我們註定如此。」他唯恐他人因他的受苦而失足，即怕門徒們得知他爲了信仰而受鞭打，因而不願承認他們自己的信仰。

這真是悲天憫人的偉大愛心！他對自身受的苦痛，不予介意，却關心門徒們心靈上遭受傷害；他輕視自己肉體的創傷，却醫治他人內在的疾病。這原是義人們的

本色：自己雖身受痛苦，而不忽視他人利益；自身雖遭災殃，却仍以教訓救助他人。他們真好像一批偉大的抱病醫師：他們自己雖身受創傷，却給他人治病施醫，恢復他人的健康。

對答詠

約十三，20，21；耶十，24

領：上主，求祢不要迴避我；請從我身上撤回祢的手。

答：莫讓祢的威風恐嚇我。

領：上主，求祢按照仁慈懲戒我，不要隨祢的忿怒，免得我歸於烏

有。答：莫讓祢：

結束禱詞 見常年期主日

星期二

誦 讀

誦讀一 恭讀依撒意亞先知書

七，1-17

在戰爭的恐懼中、上主給的徵兆

當烏齊雅的孫子，約堂的兒子阿哈次為猶大王時，阿蘭王勒斤和以色列王勒瑪里雅的儿子培卡黑，上來攻打耶路撒冷，但是不能攻陷。有人報告達味家說：「阿蘭已經駐紮在厄弗辣！」君王與人民都膽戰心驚，有如風中搖動的樹木。上主對依撒意亞說：「你和你的兒子舍阿爾雅叔布出去，到上池的水溝盡頭，即漂工田間的大道上，去會見阿哈次；對他說：你必須審慎，保持鎮定，不必畏懼，不要因那兩個冒烟的火把頭——即勒斤、阿蘭和勒瑪里雅之子——的怒火而膽怯。雖然阿蘭、厄弗

辣、和勒瑪里雅的兒子同謀，迫害你說：「我們上猶大去，擾亂它，把它佔領過來歸於我們，並在那裏立塔貝耳的兒子爲王；但是吾主上主却這樣說：『這事決不能成立，也不能發生！因爲阿蘭的首都是大馬士革，大馬士革的首領是勒斤；厄弗辣的首都是撒瑪黎雅，撒瑪黎雅的首領是勒瑪里雅的兒子。』（六年或五年以後，阿蘭將被消滅，厄弗辣將要衰敗。）」假使你們不肯相信，你們必然不能存立。」

上主又對阿哈次說：「你向上主你的天主要求一個徵兆罷！或來自陰府深處，或來自上天高處。」阿哈次回答說：「我不要求，我不願試探上主。」依撒意亞說：「達味的家族，你們聽着罷！你們使人厭惡還不夠，還要使我的天主厭惡嗎？因此，吾主要親自給你們一個徵兆：請

看，有位貞女要懷孕生子，給他起名叫厄瑪努爾。到他知道棄惡擇善的時候，要吃乳酪和蜂蜜；因爲在這孩子尙未知道棄惡擇善以前，你在那兩個君王面前所擔心的國土，必將荒廢。上主必使患難的日子臨於你、你的百姓和你的父家身上；這是從厄弗辣叛離猶大那一天所未有過的，（卽亞述王加禍的日子。）」

對答詠 依七，14；八，10；路一，30，31

領：請看，有位貞女要懷孕生子；

答：祂名叫厄瑪努爾，意卽「天

主與我們同在」。

領：瑪利亞，不要怕！你將懷孕生子。

答：祂名叫：

誦讀二 選讀聖納德講道集「童貞聖母

頌」

為主上所預備、為古聖祖們所預示的女子

只有生於童貞女的誕生才與天主的尊高相稱；同樣，也只有這種生子的方式適於一位貞女：她所生的就是天主。因此，造人的天主應從眾人中簡選，或最好說，創造一位相稱而使自己中意的母親，以使自己生自人，並成為人。

為此，祂願意祂的母親是一位貞女，好由無玷之母出生無玷之子，以便後來消除萬民的罪污。

祂願意祂的母親也是良善心謙的，好由良善心謙者，出生良善心謙之子，祂將成為這些美德的楷模，這些美德為萬民的得救也是必需的；所以祂先啓發她發願守貞，賞給她謙遜美德，然後才賜她懷孕自己。

否則，倘若她有些許缺點，非來自聖寵，天使怎能向她說：「萬福，滿被聖寵者」呢？因此，那將懷孕並將產生聖者中之聖者的女子，早已在心神方面領受了守貞與謙德的恩賜，好使她在肉體方面也是聖潔的。

這位王家貞女，身潔心清，諸德俱備，美麗超羣，容光煥發，甚至引起天上神聖的注視：天上的君王開始戀慕她，從天上給她頒佈聖旨。

福音記載：「天使奉天主差遣到一位童貞女那裏去」。她冰清玉潔，矢願守貞，像保祿使徒所描寫的，她身心聖潔；而且她不是最後或偶然被發現的，而是自永遠即被簡選的，由至高者天主所預先認識的和準備好的，由天使所保衛的，由古聖祖所預示的，由先知所應許的。

對答詠

路一，35；詠四四，11，12

領：瑪利亞，聖神要降臨到你身上，

至高者的能力要蔭庇你。

答：因此你要生的兒子，是聖

者，稱爲天主子。

領：女兒！請聽請看，請側耳聆聽：

君王戀慕你的雅麗。

答：因此你：

結束禱詞 見常年期主日

星期三

誦 讀

誦讀一

恭讀依撒意亞先知書

九，8-10，4

天主向以色列發怒

天主發出了一句反對雅格的話，這話

落在以色列身上，整個民衆，卽厄弗辣和撒瑪黎雅的居民終必領悟，因爲他們曾自負，且心高氣傲說：「假使磚瓦墮毀了，我們將以方石再建；假使桑樹伐倒了，我們將代以香柏！」所以上主必興起他的對手，愆愆他的仇敵來攻擊他：東有阿蘭，西有培肋舍特，他們必會張口併吞以色列；然而祂的震怒並未因此而熄滅，祂的手仍然伸着。

但民衆仍沒有歸依打擊他們的天主，仍不尋求萬軍的上主。因此，上主要在一天之內，砍斷以色列的首尾、棕枝和蘆葦。（長者 and 尊者 is 首，傳授謊言的先知是尾。）因爲領導這民族的人走入了歧途，受引導的人陷入了混亂。因此，吾主將毫不憐憫他的少年，毫不撫恤他的孤兒和寡婦，因爲他們都是乖戾邪惡的，並且

都是口出惡言的；然而祂的震怒並未因此而熄滅，祂的手仍然伸着。

罪惡猶如燃燒的火焰，焚毀荆棘和蒺藜，使叢林燎起大火，煙柱因此旋轉上騰。由於萬軍上主的憤怒，遍地將被燒毀，百姓成爲火燄的柴薪，無人撫恤自己的弟兄，各吃自己近人的肉：向右攫食的，仍舊遭受飢餓；向左吞噬的，依然不得果腹。默納協吞噬厄弗辣，厄弗辣吞滅默納協，二者又合力併吞猶大；然而祂的震怒並未因此而熄滅，祂的手仍然伸着。

禍哉，那些制定不義的法例，記錄不義的斷案，爲屈枉小民的案件，剝削我窮民的權利，攘奪寡婦和劫掠孤兒的人！當懲罰之日，風暴由遠而近的時候，你們將怎樣應付？你們將向誰求助？你們的財寶

將棄於何地？唯有屈伏在被俘者中，倒斃在被殺者下；然而祂的震怒並未因此而熄滅，祂的手仍然伸着。

對答詠

哀二， 1

領：怎麼？上主竟然發怒，使熙雍女子黯然無光！ 答：將以色列的榮譽由高天拋在地上！

領：祂在震怒之日，不再記起自己的脚凳！ 答：將以色列：

誦讀二

選讀聖思定主教講道集

誰堅持到底，必能得救

每當我們受苦受難時，就要記起這是警告，同時這也是對我們的懲戒。因爲聖經並沒有許給我們和平、安全、寧謐；反之，福音却給我們預報了困苦、迫害和考驗；但誰堅持到底，必會得救。我們的一生不是乏善可陳嗎？因爲從原祖所得到的

只是死亡和詛咒；主基督從這詛咒中解救了我們。

弟兄們，雖然如此，我們也不該抱怨，一如聖保祿所說：「就如他們當中有些人抱怨，就被毒蛇所消滅」。弟兄們，如今人類受到的那不尋常的磨難，你以為先祖們沒有受過嗎？或是我們受苦時是否知道，先祖們也受了同樣的苦？你會發覺，人們都在抱怨：我們的時代沒有先祖時代的好；他們若能回到古代又將抱怨什麼呢？你之所以要想過去的時代好，那是因為那已經不是你的時代了，所以是好的。

既然你已脫離了天主的詛咒，已信仰了天主聖子，已受到了聖經的薰陶，那我就奇怪，你還想原祖亞當，有過一段幸福的時期。你的父母承受了來自亞當的痛

苦。以下的話正是對亞當說的：「你必須汗流滿面才有飯吃，你一生日日勞苦才能得到吃的，地要給你生出荆棘和蒺藜。」這是他應承受的，他也接受了，是他由天主的公義所得到的。那麼，你為什麼還想過去的時代比現在的好呢？人類從古時的亞當起，一直到今日的亞當，常常需要辛勞流汗；大地也常常給人類生出荆棘和蒺藜。過去如此，今日何嘗不然？古時的洪水，難道今天給我們免除了嗎？聖經記載的饑饉與戰爭的時代為我們免除了，豈不是為教訓我們不要為了現代而抱怨天主嗎？

那麼，過去究竟是一個怎樣的世代呢？我們聽到、讀到古代的情況後，不是都為之毛髮悚然嗎？因此，我們對我們的時代，非但不該抱怨天主，反該感到慶幸才是！

對答詠

詠七六，6，7，3；11，10

領：我回憶往昔的時日，我懷念過去的歲月；我的心靈夜間默默自問，答：我說：天主，求祢憐憫我。

領：我在患難之日，尋求上主，我整夜伸手向祢求助。答：我說：

結束禱詞 見常年期主日

星期四

誦讀

誦讀一

恭讀依撒意亞先知書

十一，1-16

葉瑟之根·天主的遺民歸來

由葉瑟的樹幹將生出一個嫩枝，由它

的根上將發出一個幼芽。上主的神，智慧和聰敏的神，超見和剛毅的神，明達和敬畏上主的神將住在他內。他將以敬畏上主為快慰，他必不照他眼見的施行審訊，也不按他耳聞的執行判斷。他將以正義審訊微賤者，以公理判斷世上的謙卑者，以他口中的棍杖打擊暴戾者，以他唇邊的氣息誅殺邪惡者。正義將是他腰間的束帶，忠誠將是他脅下的佩帶。

豺狼將與羔羊共處，虎豹將與小山羊同宿；牛犢和幼獅一同飼養，一個幼童即可帶領牠們。母牛和母熊將一起牧放，牠們的幼雛將一同伏臥；獅子將與牛一樣吃草。吃奶的嬰兒將遊戲與蝮蛇的洞口，斷奶的幼童將伸手探入毒蛇的窩穴。在我的整個聖山上，再沒有誰作惡，也沒有誰害人，因為大地充滿了對上主的認識，有如

海洋滿溢海水。

那一日，葉瑟的根子將成爲萬民的旗幟，列邦必將尋求他；他駐節之地，將是輝煌的。那一日，吾主將再舉起自己的手，贖回祂子民的殘存者，即殘留於亞述、埃及、帕特洛斯、雇士、厄藍、史納爾、哈瑪特和海島上的人。祂將向列邦高舉旗幟，召集以色列的流徙者，由大地四極聚集猶大的離散者。厄弗辣的嫉妬必將止息，猶大的仇視勢必消滅：厄弗辣不再忌恨猶大，猶大也不再敵視厄弗辣。他們將往西撲向培助舍特的山麓，一起擄掠東方的子民；厄東和摩阿布將屬於他們的權下，阿孟子民將順服於他們。上主將使埃及海灣涸竭，藉烈風向大河揮手把它分成七個支流，使人穿着鞋即可走過。爲祂子民的殘存者，即存留在亞述中者，將有一

條大道，有如爲當日由埃及上來的以色列一樣。

對答詠

依五五，12；十一，16

領：你們要愉快地出來，平安地隨從上主的領導。 答：高山丘陵必在你們面前高聲讚頌，田間所有的樹木必將鼓掌歡騰。

領：爲我那殘存的子民將有一條道路，如同以色列出離埃及時走的那道路一樣。 答：高山丘：

誦讀二 選讀坎特布里主教包端論聖母經

出自葉瑟之根的花朵

我們每天念聖母經，向至福童貞瑪利亞請安，在這端經文中有一段說：「你的親子同受讚頌」。這段話，是由聖婦麗莎在接受聖母問候後所加上的，好似在複述天使問候的末句：「你在婦女中受讚頌，你的親

子同受讚頌。這裏所說の子，就是指依撒意亞先知所說的：「那一日，上主的苗芽必將發出，具有光輝與榮耀，地上的果實必成爲以色列遺民的誇耀與光彩。」這個「果實」是指誰？不是指以色列的聖者嗎？他就是那亞巴郎的後裔，由上主所發出的苗芽，出自葉瑟之根的花朵，也是我們所分享的生命之果。

誠然，祂真是應受讚頌的：在開始時應受讚頌，在發芽時應受讚頌，在開花時應受讚頌。在感恩時，在讚美時，祂都應受讚頌。亞巴郎的後裔、基督按人性而論是生自達味的後裔。

唯有基督，是人中擁有一切美善的；因爲唯有祂，無限度地充滿聖神，使祂充滿一切義德。唯有祂的義德足使全人類成義，誠如依撒意亞先知所預言的：「正如

大地怎樣產生苗芽，田園怎樣使種子發芽；同樣，吾主上主也要怎樣在萬民前產生正義和讚揚。」因爲主基督就是正義的苗芽，它在祝福中成長後，飾以光榮的花朵。那麼是什麼榮耀呢？那是出乎我們的想像之外的最高榮耀，我們根本無法思議。因爲這花朵是自葉瑟之根長出。要長多高呢？長到最高處，因爲「耶穌基督居於天主父的榮耀中」；祂的尊威超越諸天之上，好使上主的苗裔享有光輝與榮耀，地上的果實也被提升，達於高峯。

可是，從這果實中我們得到什麼效益呢？就是從那被讚頌的果實所帶來的恩澤之果。原來那被讚頌的果實是出自「上主所發出的苗芽」，「出自葉瑟之根的花朵」，來到我們中間。首先，祂藉着赦罪的恩寵，好似植於人間的一顆種籽；又藉

着義德的增長，好似成長的幼苗；最後藉着望德及榮耀的獲得，而如同已開的花朵。因為祂蒙天主降福，而且也是在天主內受降福，如此天主也在祂身上受到光榮。所以祂為我們也是蒙降福的，好使我們受到祂的福祐而在祂身上受到光榮。因為天主透過祂對亞巴郎的諾言，把恩澤賜給所有的民族。

對答詠

羅一五，12；

詠七一，17，7

領：葉瑟之根將要起來統治外邦人，他們將希望寄託在祂身上。

答：願祂的名永受讚美！

領：在祂的歲月中正義必要興盛，到

處國泰民安。 答：願祂的：

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀依撒意亞先知書

三十，1-18

與異民締約純屬幻想

禍哉，悖逆的子民——上主說：他們自作主張，不請示於我；自訂盟約，不依照我的精神，致使罪上加罪。他們沒有請求我的許可，便起程南下埃及，想托庇於法郎的保障之下，想隱匿於埃及的蔭庇之下。但是法郎的保障將是你們的羞恥，隱匿於埃及的蔭庇之下，將是一種污辱。雖然他的首領已在左罕，他的使者已到達哈乃斯；但是他們都要因這於他們毫無裨益

結束禱詞 見常年期主日

的民族而受到羞慚，因為這民族為他們不但毫無幫助，毫無益處，反而是一種羞恥和污辱。他們以牲畜帶着貴物經過南方——殘酷苦痛的地方，即壯獅和牝獅咆哮，蝮蛇和火蛇飛行的地方——驢背上馱着他們的財富，駱駝背上馱着他們的寶物，到一個於他們毫無裨益的民族那裏去。埃及人的援助是無用的，是空虛的，因此我稱呼它是「靜坐的辣哈布」。

你現在去，當他們面前，寫在版上，記在書中，為後世作證據：「這是一個反叛的民族，不忠實的子女，拒絕聽從上主法律的子民。」他們曾對先見者說：「你們不要再看異象。」對先知說：「你們不要給我們說什麼預言，給我們說些好聽的話，預示些幻想故事罷！離開你們的正道罷！轉移你們的路線罷！在我們面前不要

再提以色列的聖者！」因此，以色列的聖者這樣說：「因為你們藐視了這話，而依賴邪說謬論，且傾心信賴；所以這罪惡，為你們將如一堵高牆上突起而將倒下的缺口，頃刻之間就會突然坍塌，坍塌得有如毫不痛惜地被摔碎的陶器，碎得找不到一塊碎片，能用以從爐中取火，從井裏取水。」因為吾主上主，以色列的聖者這樣說過：「你們的得救是在於歸依和安靜，你們的力量是在於寧靜和信賴。」然而你們不願意；你們反說：「不！我們要騎馬逃去！」的確；你們必要逃去。「我們要乘駿馬疾馳。」的確，追擊你們的必然疾馳。千人要逃避一人的叱咤，萬人要逃避五人的叱咤，直到你們所剩餘的，有如山頂上的木杆，或山嶺上的旗幟。

然而上主仍舊等着向你們施惠，仍高

興向你們表示憐愛，因為上主是正義的天主，凡信賴祂的人是有福的。

對答詠

依三〇，15，18

領：倘若你們回頭、安靜，必會得救； 答：你們的力量在於寧靜和信賴。

領：上主等待着憐憫你們；凡信賴祂的人是有福的。 答：你們的：

誦讀二

選讀聖安博主教聖詠釋義

天主與人之間的唯一中介——

耶穌基督

「弟兄不能贖回弟兄，但是人將贖回人。沒有人能贖回自己，也不能向天主付出生命的代價。」那麼，「我在困厄的日期，還怕懼什麼？」因為我不需要救主，而且，我自己就是萬有的救主，所以，有什麼可以使我受害呢？我既拯救他人，我為

自己還怕什麼呢？我將刷新一切，我超越一般的兄弟之情，家庭之愛。兄弟不能彼此相救，因為他們生自同一母胎，具有同樣的軟弱人性；可是有一個人將救贖他：即聖經所載的那人：因為上主將派遣一個人來救贖他們；這個人也會論自己說：「你們想謀害我——給你們講真理的人。」

但是，基督雖是一個人，誰能認識祂呢？為什麼沒有人認識祂呢？因為正如天主有一個，同樣，天主與人之間也有一位中介，就是人——耶穌基督。唯有祂救贖了人類，祂的愛超過弟兄的愛；因為唯有祂為外人流了血；這種犧牲是無人能作到的，甚至為自己的弟兄。因此，祂不惜犧牲自己的肉體，為把我們從罪惡中救贖出來；按聖經所載：祂「為我們的罪惡，捨棄了自己」。誠如基督的證人——聖保祿所

說的：「我說真話，並沒有撒謊。」

可是，爲什麼唯有祂救贖人類呢？因爲沒有人在愛情方面可和祂並駕齊驅：祂竟爲自己的奴僕，捨棄了自己的生命；也沒有人在純潔方面可與祂相比，因爲所有的人既是亞當的子孫，都隸屬於罪的權下。唯有祂被選爲救主，因爲祂不能沾染原罪。因此，我們應該了解：我們是藉着這一個人——耶穌基督而獲得救贖。祂接受了人的肉體，好能在祂身上把衆人的罪都釘死，並用自己的熱血滌除罪券的字跡。

按聖經所載，祂會說：「我要向我的弟兄宣揚祢的聖名。」但也許你要說：爲什麼有人否認這位弟兄能救贖呢？理由很簡單：因爲祂不是憑祂是我們的弟兄，而是憑祂是耶穌基督——人而天主——寬恕了我們的罪過。聖保祿這樣說過：「天主在耶穌

基督身上，使世界與自己和好」。天主在耶穌基督身上，聖若望只有對祂這樣說：「聖言成了血肉，居住在我們中間」。所以，當祂帶著肉體住在我們中間時，祂不是以兄弟的身份，而是以主的身份同我們住在一起。

對答詠

依五三，12；路二三，34

領：祂把自己的性命，交於死亡，被列於罪犯之中。 答：祂承擔了大衆的罪過，並爲罪人們祈禱。

領：耶穌說：父啊！求祢寬恕他們，因爲他們不知道自己在作什麼。

答：祂承擔：

結束禱詞 見常年主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀依撒意亞先知書

三七，21-35

依撒意亞對亞述王的預言

那時，阿摩茲的兒子依撒意亞打發人去見希則克雅說：「上主以色列的天主這樣說：你既然爲了亞述王散乃黑黎布而向我懇求，我已經俯聽了你。這就是上主論他所說的話：熙雍貞女輕視你，嘲笑你；耶路撒冷少女在你背後搖頭！你辱罵詛咒的是誰？你提高聲音、舉起眼睛攻擊的是誰？是攻擊以色列的聖者。你藉你的僕人辱罵了吾主，你說：我用我的大批車輛，

登上了叢山的極峯，到黎巴嫩的山頂，砍伐了其中最高的香柏，最好的青松；我衝入了人蹟罕到之處，走近了菓木的林園。我掘了井，喝了外邦的水，用我的腳掌踏乾了埃及所有的河川。難道你沒有聽見：很久以前我所計劃的，昔日我所決定的，現在我就實現，使你毀壞堅城，化爲廢墟，使城中的居民軟弱無力，驚惶失措，有如田野的青草，有如青綠的嫩苗，有如屋頂上被東風吹焦的小草。你或起或坐，或出或入，以及對我的癡狂，我都知道。因爲你對我的暴怒，和你的狂囂，已達到我的耳鼓，所以我要把環子穿在你的鼻上，把轡頭套在你的嘴上，由你來的路上將你牽回去。這是給你的記號：今年你要吃自然所生的，明年你仍要吃自然所生的，第三年你們要播種收穫，栽種葡萄

園，吃園中的果實。猶大家所剩餘的人，仍要向下生根，往上結實。因為剩餘的人將由耶路撒冷而出，逃脫的人將從熙雍山而來：萬軍上主的熱誠必要成就這事。為此，上主論亞述王這樣說：他決不會進入這城，決不會向這城放射一箭，決不會持着盾牌，走近城下，造起土堆攻城。他必要由來路回去，決不能進入這城：上主說：爲了我自己，爲了我的僕人達味，我必要保護拯救這城。

對答詠

依五二，9 ~ 10

領：上主安慰了祂的子民，救贖了耶路撒冷； 答：大地四極看到了我們天主的救恩。

領：上主在萬民眼前彰顯了祂的大能。 答：大地四：

誦讀二一 選讀聖安博聖詠釋義

基督以自己的血使世界與天主和好

基督既使世界與天主和好，當然祂自己不需要再與天主和好。因爲沒有罪的人，有什麼罪可贖呢？當猶太人按梅瑟法律，向基督耶穌要求繳付贖罪殿稅時，祂就對伯鐸說：「西滿！你以爲怎樣？地上的君王向誰徵收關稅或丁稅呢？向自己的兒子或是向外人？」伯鐸說：「向外人。」耶穌向他說：「所以兒子是免稅的了。但爲了避免冒犯他們，你往湖邊去垂釣，把先釣上的第一條魚拿來，打開牠的口，就會找到一塊金幣，拿去交給他們，當作我和我的殿稅。」

基督在這裏表示祂不該爲自己贖罪，因爲祂不是罪惡的奴隸，而是純潔無罪的天主之子。天主子是來解救人的，而奴隸屬於罪惡權下。因此，祂自己無罪可贖；

祂傾流的鮮血，足可為世界全人類贖罪。祂既不需要為自己贖罪，自然是為他人贖罪。

再說，基督不僅不該為自己的得救付出代價，也不該為自己贖罪，而且，當你想到任何一個人時，你要了解，他個人也不該為自己贖罪。因為基督是所有人的贖罪者，祂是全人類的救贖。

基督既為救贖眾人的罪，傾流自己的血，還能有誰的血配作贖罪的代價呢？還有誰的血能和基督的血相比呢？換言之，既然唯有基督以自己的血，使人與天主和好，那麼，還有那一個人能為自己付出比基督的血更大的代價呢？還有什麼更高貴的祭品嗎？還有什麼更尊貴的祭祀？基督為了救贖我們的罪，捨棄了生命，並常為人求主赦罪，那麼，還有那一位代禱人

能勝過基督呢？

所以，除基督外，我們每個人不要再尋找自己的贖罪與得救，因為基督的血作了所有人的贖價。是用這血，主耶穌救贖了我們，唯獨祂使我們與父和好了。祂曾鞠躬盡瘁，親自承擔了我們的辛勞，祂說：「凡勞苦和負重擔的，你們都到我跟前來吧！我要使你們安息。」

對答詠

哥一，21；22；羅三，25

領：你們從前由於邪惡的行為和思想，遠離了天主，做了祂的敵人；可是現在天主却藉着基督肉體的死，使你們與祂和好了，

答：使你們常在祂面前，保持聖潔無瑕、無可指摘。

領：天主選定了耶穌，使祂以自己的血，為信仰祂的人作贖罪之祭。

答：使你們：
結束禱詞 見常年期主日

第二十一主日

聖詠集第一週

第一晚禱

謝主曲對經：祿是基督，生活的天主子。

巴耳·約納·西滿，你真是
有福。

誦 讀

誦讀二 恭讀索福尼亞先知書

一，1 \ 7、14 \
18；二，1 \ 3

上主的懲罰

在阿孟的兒子約史雅為猶大王的時

代，上主的話傳給希則克雅的玄孫，阿瑪黎雅的曾孫，革達里雅的孫子，雇史的兒子索福尼亞。

我必要由地面上掃除一切——上主說——我要掃除人和獸，我要掃除天空的鳥和海中的魚；我必使作惡的人倒斃，並由地面上剷除世人——上主說——我要伸手懲罰猶大和耶路撒冷所有的居民，我要由這地方剷除巴耳的紀念和祭司的名字，剷除那在露台上敬拜天象和那敬拜上主而又指米耳公起誓的人，剷除那背離上主，不尋覓上主，不求問上主的人。

在我主上主面前要肅靜，因為上主的日子臨近了；上主準備了祭宴，祝聖了祂所邀請的人。

上主偉大的日子臨近了，臨近了，且來的很快。哀哉！上主的日子是苦的，連

壯士那時也要哀號。那天是忿怒的一天，困苦艱難的一天，破壞摧殘的一天，昏暗幽冥的一天，烏雲陰霾的一天；是向堅城、碉堡吹號鳴角的一天！我要使人苦惱，使他們行路有如瞎子，因為他們得罪了上主；他們的血流出有如塵土，他們的屍體有如糞土。連他們的金銀財寶也不能救拔他們！在上主忿怒的日子，整個大地必要爲上主的妬火所吞滅，因爲祂要向地上的一切居民，執行徹底而又可怕的毀滅。

沒有廉恥的民族！在你們尙未像糠秕一般被吹散之前，在上主的怒火尙未來到你們身上，在上主忿怒的日子尙未來到你們身上以前，你們聚首檢討罷！地上所有遵守上主法律的卑微人！你們應求上主，你們要尋求公義，要尋求謙和，也許你們

在上主忿怒的日子能藏身免禍。

對答詠

索二，3；路六，20

領：地上所有遵守上主法律的卑微人！你們應求上主； 答：你們要尋求公義，要尋求謙和。

領：你們貧窮人是有福的，因爲天主的國是屬於你們的。 答：你們要：

誦讀二 選讀「教會在現代世界牧職憲

章」(39)

新天新地

關於大地及人類終窮的日期，我們一無所知。我們也不知萬物將如何改變。但爲罪惡所玷污的世界面目，必將逝去。天主告訴我們，祂將替我們準備一個正義常存其內的，新的住所、新的天地，其幸福將要滿足人心，並要超出人心所能想到的

一切和平的願望。屆時死亡將被擊敗；天主的子女將復活於基督內，那在軟弱及朽壞中所播種者，將穿上不朽。愛德及愛德的功績將永存不滅；天主爲人所造的萬物將由虛妄的奴役中解放出來。

基督告訴我們：人若喪失自己，即使獲得普世，何益之有？但期待新天地的希望，不僅不該削弱，還該加強我們建設此世的心火。因爲是在此世新人類大家庭的雛型、正在成長，並能使人預見來日新天地的遠景。故此，應分清，現世的進步與基督神國的廣揚，確有不同；但現世進展也能有助於人類社會的改善；從此觀點看，則此種進步也有益於天主的神國。

我們在天主之神內，並按天主的誠命，在此世上，闡揚人性尊嚴、四海一家及自由的價值。凡此種種，既皆淵源於人

性及人類努力的成果，那麼，當基督將一永恆而普遍的神國、真理及生命的神國、聖德及聖寵的神國、正義、聖愛及和平的神國「交還與天主聖父時，我們將要再度看到這些美妙成果。但那時的這些美妙成果，將是毫無玷污、改變面貌而光輝奪目的。這王國已存在於此世，不過尙隱蔽於奧跡內；當基督再度來臨時，它將達到圓滿無缺的境界。

對答詠

詠九五，11；依四九，13；

詠七一，7

領：願諸天歡樂，願大地踴躍；山嶺要歡呼高唱，因爲我們的上主要駕臨； 答：祂要憐憫祂的窮人。

領：在祂的歲月中正義必要興盛，到

處國泰民安。 答：祂要憐：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

常年期第二十一週

讚主曲對經：主！我們要投奔誰呢？祢有

永生的話；我們相信，並且

確知祢就是天主子、基督，

阿肋路亞。

星期 一

誦 讀

誦讀一 恭讀索福尼亞先知書

三，8 \ 20

結束禱詞

天主，求祢使我們信眾團結一致，愛

慕祢的誠律，期待祢的恩許；雖然處身於

變幻的塵世中，而能潔身自好，一心嚮往

天堂。

萬民將歸向上主、以民將獲救

上主說：你們等待我，等到我起來作

證的一天，因為我已決定聚集萬民，召集

列國，在他們身上傾洩我的忿怒和我所有

的怒火：全地必要為我的妬火所吞滅。

那時，我要使萬民的口唇純潔，好能

稱呼上主的名號，同心協力服事上主。欽

崇我的人，【即我所分散的集團】要從雇

第二晚禱

謝主曲對經：將來要有許多從東方、西方

來的人，在天國裏和亞巴郎

、依撒及雅格一同歡宴。

士河那邊給我貢獻祭品。

在那一天，你決不再因你反抗我的一切作爲而羞慚，因爲那時我必由你中間驅逐你那些驕矜自誇的人，使你不再在我的聖山上自誇；但我必在你中間留下謙遜和貧苦的百姓，他們必依賴上主的名號。以色列的遺民不再行邪惡，也不再說謊言；在他們的口裏也不再找不到欺詐的舌頭：的確，他們或是牧放，或是休息，沒有人來恐嚇。

熙雍女子，你應歡樂！以色列，你應歡呼！耶路撒冷女子，你應全心高興喜樂！上主已撤消了對你的定案，掃除了你的仇敵；以色列的君王——上主，在你中間，你再不會遇見災禍！那一天，人必對耶路撒冷說：「熙雍，你不用害怕，不要雙手低垂！上主你的天主，在你中間，祂

是一位施救的勇士，祂必爲你喜不自勝，

對你重溫祂的愛情，且因你歡躍喜樂，有如慶節之日。我必消滅打擊你的人，使你不再受羞辱。看哪！在那時，我必要了結一切迫害你的人，我必要拯救瘸腿的，聚集漂流的；我必使他們在各地所受的羞辱，化爲稱讚和榮譽。那時，我必要召你們回來；那時，我必要聚集你們；當我要在你們的面前轉變你們的命運時，我必使你們在普世萬民中，獲得榮譽和稱讚——上主說。

對答詠

索三，12，13，9

領：我必在你中間留下謙遜、和貧苦的百姓；
答：以色列的遺民必依賴上主的名號。

領：那時我要使萬民的口唇純潔，好能稱呼上主的名號。

答：以色列：

誦讀二 選讀聖道茂若望福音釋義

以色列人受牧養

「我是善牧」。顯然，只有基督有資格作牧者，因為正如羊羣由牧者牧放、餵養；同樣，信友是由基督以神糧、甚至以自己的體和血餵養。聖伯鐸說：「你們從前有如無牧人照顧的羊羣，如今却皈依你們的靈牧和監督。」先知也說過：「祂像牧者一樣牧養自己的羊羣。」

可是，基督既說善牧由門而入羊棧，又說祂就是門，所以，也該說祂由自己進入自己的羊棧。的確，祂由自己進入羊棧，因為祂顯示自己，又由自己認識天父。我們則由基督進入，因為我們藉祂而獲得安樂。

但須注意：除了基督之外，沒有其他

的門，因為沒有其他的人是眞光；其他的人，只能分享一些眞光而已。故若望作証說：「他——洗者若翰——不是那個光，只是爲給那光作証者。」但他論及基督說：「祂就是那普照萬民的眞光。」所以，沒有人自稱是門。原來「門」是基督爲自己保留的專有名詞；但祂却把牧人的名銜與職務傳給了他人，賜給了自己的肢體；因爲伯鐸以及其他使徒與主教們都是牧者；誠如聖經所載：「我將按我的心意，賜給你們牧人。」雖然，教會的首長、也是其子女，都被稱爲牧者，但基督在說，「我是善牧」時，只是指一位牧者，是爲使人了解愛的力量，因爲人除非藉著愛德與基督合一，成爲眞牧人的肢體，誰也不得被稱爲善牧。

善牧的職責是愛；因此基督說：「善

牧爲自己的羊捨棄生命。」須知善牧有別於惡牧：因爲善牧謀求羊羣的利益，惡牧謀求自己的私利。

在普通牧羊生活中，善牧並不需要爲救羊羣而捨生；但精神羊羣的得救，較牧人的肉體生命更爲重要；因此，在羊羣的安全遭遇危險時，任何牧人都該捨棄肉體的生命，以拯救羊羣。因此主說：「善牧爲了自己的羊羣該捨棄生命——肉體的生命。」他這樣作是出於愛德與責任，這兩者爲使羊羣隸屬於基督，基督愛羊羣，都是需要的：因爲只有前者而無後者，仍不足以稱爲善牧。

基督對此端道理曾以身作則：「基督既爲我們捨生，我們自當也爲弟兄們捨生。」

對答詠

則三四，12；若十，28

領：我要尋找我的羊； 答：那曾在

陰雲和黑暗之日、四散在各地的羊，我要把牠們從那裏救回來。

領：我的羊永遠不會喪亡；誰也不能從我手中把他們奪去。 答：那

曾在：

結束禱詞 見常年主日

星期一

誦 讀

誦讀一 恭讀耶肋米亞先知書

一，1-19

先知耶肋米亞的蒙召

本雅明地內阿納托特城的祭司中，希耳克雅的儿子耶肋米亞的言行錄。——上主

的話傳給他，是在阿孟的兒子約史雅爲猶大王執政第十三年；以後傳給他，是在約史雅的兒子約雅金爲猶大王，直到約史雅的儿子漆德克雅爲猶大王第十一年年底，卽直到是年五月，耶路撒冷居民被擄去充軍時爲止。

上主對我說：「我還沒有在母腹內形成你以前，我已認識了你；在你還沒有出離母胎以前，我已聖化了你，選定了你作萬民的先知。」我回答說：「哎呀！我主上主！祢看，我還太年輕，不會說話。」上主對我說：「你別說：我太年輕，因爲我派你到那裏去，你就應到那裏去；我命你說什麼，你就應說什麼。你不要害怕他們，因爲有我與你同在，保護你——上主說。」此後，上主伸出手來，觸摸我的口，對我說：「你看，我將我的話放在你

口中；我今天就委派你對萬民和列國，執行拔除、破壞、毀滅、推翻、建設和栽培的任務。」

上主的話傳給我說：「耶肋米亞！你看見什麼？」我回答說：「我看見一根杏樹枝。」上主對我說：「你看的對，因爲我要警醒，看我的話怎樣實現。」上主的話再次傳給我說：「你看見什麼？」我回答說：「我看見一個沸騰的鍋，它的口由北面傾倒過來。」上主對我說：「災禍將由北方燒起，一直燒到這地上的一切居民。看哪，我必召集北方的一切國家——上主說——叫各國前來，在耶路撒冷城門口，在城牆四周以及猶大各城市旁，建立自己的寶座。我要向各城市的人民宣告我的判決，懲罰他們的一切罪惡，因爲他們離棄我，向別的神祇獻香，崇拜了他們手製的作品。」

至於你，你要束上腰，起來向他們傳示我命你的一切。在他們面前，你不要畏懼，免得我在他們面前令你畏懼。看哪，我今天使你成爲堅城、銅牆、鐵壁，以對抗猶大君王和首領，祭司和當地的人民。他們要攻擊你，却不能得勝你，因爲有我與你同在，協助你——上主說。」

對答詠 耶一，5，9；依四二，6

領：我還沒有在母腹內形成你以前，我已認識了你；在你還沒有出離母胎以前，我已聖化了你。

答：我將我的話，放在你的口中。
領：上主我因仁慈召叫了你；我必提

携你，保護你，立你作人民的盟約，萬民的光明。 答：我將我：

誦讀二 選讀金口聖若望主教講道集

五條贖罪的途徑

對於贖罪改過的一些途徑，你們要我列舉出來嗎？是的，這些途徑不一而足，各有千秋，但都是引人升天的捷徑。

第一條贖罪的途徑：是承認你自己的罪：「首先你該說出你的罪來，好使你成義。」因此，先知也說：「我說：我要向上主承認我的罪孽，你即刻寬赦了我心的罪債。」所以，你自己也該承認你犯的罪。如此，上主才會寬恕你。一個人承認自己的罪過，以後就不易再犯；故此，你該激發你的良心，自我控告，以免你的良心將在上主的審判臺前控告你的罪行。這是一條最佳的贖罪的途徑。

仍有另一條同樣好的途徑，便是：不記仇，不發怒，真心寬恕得罪我們的人；我們若這樣做，天主也就寬恕我們的罪過；這就是贖罪的第二途徑。誠如基督

所說：「你們若寬恕別人的過犯，你們的天父也必寬恕你們的。」

你還要知道第三條贖罪的途徑嗎？那就是：你要從心靈深處發出你熱誠與專心的祈禱。

如果你還願知道第四條途徑，那我可告訴你：你要賙濟窮人；這個善工具有非常大而深遠的效能。

另一種方法也不遜於以上所說的，就是：如果你自謙自卑，你的罪惡也會被根本消除。聖經所載的稅吏便是一個明證：他既乏善可述，就獻上了自己的謙卑，因而擺脫了罪惡的重擔。

所以，這就是我們所說的五條贖罪的途徑：一是認罪求赦；二是寬恕仇人；三是恒心祈禱；四是賙濟窮人；五是自謙自卑。

因此，你不要投閒置散，要每天在這五條途徑上向前邁進。這都是容易履行的途徑，不要以貧窮為藉口而推諉，因為縱然你生活非常貧苦，你仍可平息怒氣，自謙自卑、不斷祈禱，承認你的罪過；貧苦絕不阻止你這樣作。所以，我還要說什麼呢？縱然你沒有金錢賙濟窮人，但你的貧窮決不阻止你履行這贖罪的途徑，和遵守天主的命命。經上所載的只捐獻兩個小錢的寡婦，不就是一個明證嗎？

我們已學會了治療我們創傷的辦法，我們就該善為利用，好使我們及早恢復健康，放心去享受聖筵；使我們在偉大的榮耀中去迎接基督——光榮的君王。並藉著我們的主耶穌基督的恩寵、仁慈、善良能獲得永福。

對答詠

多十二，8，9；

路六，37，38

領：祈禱加上齋戒，才是上策，施捨

救濟勝於儲蓄黃金。 答：因爲

施捨滌除一切罪惡。

領：你們要赦免，也就蒙赦免；你們

給，也就給你們。 答：因爲

施：

結束禱詞 見常年主日

星期三

誦 讀

誦讀一 恭讀耶肋米亞先知書

二，1 \ 13，20 \ 25

天主子民的不忠

上主的話傳給我說：「你去！向耶路

撒冷大聲疾呼說：上主這樣說：我憶起你年輕時的熱情，你訂婚時的戀愛；那時你在曠野裏，在未耕種的地上追隨了我。以色列成了上主的聖民，成了祂收穫的初果，凡吞食這果實的，都要有罪，災禍必要因此降在他們身上——上主說。

雅格家和以色列家的一切家族！你們聽上主的話，上主這樣說：你們的祖先在我身上發見了什麼不義，竟遠離我而去追隨「虛無」，自成爲虛無呢？他們也不問一問：那曾引我們由埃及地上來，那經過曠野、荒原和崎嶇之地，乾旱和黑暗之地，沒人遊歷，無人居住之地，引導我們的上主現在哪裏呢？我引你們進入了肥沃的土地，享受其中的出產和美物；但你們一進來，就玷污了我的土地，使我的產業成了可憎之物。

祭司們也不問一問：「上主在哪裏？」

那些管理法律的，不認識我了；那些爲人牧者的，叛離了我；先知們也奉巴耳講預言，追隨無能的神祇。爲此，我要控訴你們——上主說，也要控訴你們的子孫。好罷！你們往基廷島嶼去觀察一下，派人到刻達爾去詳細調查，看看有沒有與此相類似的事：難道有一個民族更換了自己的神祇？——雖然他們並非真神；但是我的人民竟以自己的光榮，換取了一個「無能的東西。」

諸天！你們對此應驚駭戰慄，大爲驚異——上主說，因爲我的人民犯了雙重的罪惡：他們離棄了我這活水的泉源，却給自己掘了蓄水池，不能蓄水的漏水池。

從古以來，你就折斷了你的軛，掙斷了你的繩索說：我不願服從；反在一切高

丘上，和一切綠樹下，偃臥行淫。我種植你時，原是精選的葡萄，純粹的真種子；你怎麼竟給我變成了壞樹，成了野葡萄？現在即使你用碱洗濯，多加鹵汁，你的罪污仍留在我面前——我主上主說——你怎能說：我沒有玷污我自己，我沒有追隨過巴耳？觀察你在谷中的行動，便知你的行動，無異一隻到處遊蕩，敏捷的母駱駝；又像一頭習慣在荒野，急欲求偶，呼氣喘息的野母驢；誰能抑制牠的性慾？凡尋找牠的，不必費辛苦，在牠春情發動的月份，就可找着。留心不要使你的脚赤裸，不要使你的喉嚨乾渴！但是你却說：不會，不可能！我既愛異邦神祇，我要跟隨他們。

對答詠

耶二，21；瑪二一，43；

依五，7

領：我種植你時，原是精選的葡萄，

純正的種子；你怎麼竟給我變成了壞樹、成了野葡萄？ 答：因

此，天主的國必由你們奪去，而要賜給那結果子的外邦人。

領：我原希望正義，請看，竟是凶

殺；我原希望公正，請看，却是

冤聲！ 答：因此，天：

誦讀二 選讀聖高隆院長訓誨錄

口渴的人，請來我這裏喝吧

親愛的弟兄們！你們要側耳聆聽我們的訓誨，一如當務之急。倘若你們的心靈渴慕我所要講的天上靈泉，你們要激發你們這種渴慕，不要止息它；你們要喝，却不要喝飽，因為那活水的泉源、生命的泉源、耶穌基督、召叫我們到祂那裏去，祂說：「誰若渴了，到我這裏來喝吧！」

你們要明白你們喝什麼。但願耶肋米

亞先知告訴你們，那活水之泉也親口對你們說明：「主說：他們離棄了我——活水之

泉。」因此，主、我們的天主、耶穌基督就是生命之泉；祂邀請我們到祂那裏去，

就是要我們暢飲祂。其實，誰愛祂就是暢

飲祂；誰飽享天主的話，就是暢飲祂；誰

越是愛祂，誰就越是渴望祂；誰熱愛智

慧，就是暢飲祂。

請你們注意，這水泉從何處流出，它

源自天糧之出處。原來天糧、水泉，都是指那唯一的聖子、我們的主、天主基督。

我們常該渴望祂。縱然我們因熱愛而吃

祂，因渴望而取食祂，我們還要像飢餓似

的渴望祂；就如同暢飲泉水一樣，我們要

懷著無限的愛不停地暢飲祂，要滿懷渴望

之情暢飲祂，要愉快地品嚐祂的甘飴。

誠然，上主是甘飴的、甜蜜的。縱然我們吃祂喝祂，我們還是常感到飢渴。因為我們的這種飲食是取之不盡，用之不竭的：祂雖被吃，却吃不盡；祂雖被喝，却喝不光，因為我們的食糧是永恆的，我們的水泉是常存的。因此，達味先知說：「誰渴，就到水泉去吧。」原來這水泉是為口渴的人，而不是為飽飫的人。所以主呼喚饑渴者——祂在別處稱之為有福者——到祂那裏去。他們從未有足夠的水喝。但是他們越喝越渴，永無止渴之日。

弟兄們，這智慧之泉、至上天主的聖言，理當為我們所渴望，所追求，所愛慕，永無休止；因為誠如聖保祿所說的：「在祂內，蘊藏著智慧和知識的一切寶藏。」凡饑渴的人，上主都召請他們去暢飲。

故此，你若口渴，就去喝那生命之泉吧；你若饑餓，就去吃那生命之糧吧。凡暢飲此泉，飽食此糧者，真是有福，因為他們將越吃越想吃，越喝越想喝。這是多麼甜蜜的事：凡常吃祂喝祂的，仍然常想吃祂喝祂；常品嚐祂的，仍然常渴慕祂。因此達味聖王說：「請你們體驗，請你們觀看：上主是何等的甘飴慈善！」

對答詠

若七，37，38

領：耶穌站起來，喊道： 答：誰若

口渴，請到我身邊來喝吧！

領：凡信仰我的人，將有一道河流，

從他腹中流出，湧向永生。

答：誰若口：

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦讀

誦讀一 恭讀耶肋米亞先知書

三，1-5，

19-四，4

召請以民回頭

上主的話傳給我說：如果一個男人離棄了自己的妻子，她離開他而另嫁了別人，前夫豈能再回到她那裏去？像這樣的女人，豈不是已被玷污了嗎？你已與許多愛人行淫，你還想回到我這裏來嗎？——上主說——你舉目環顧高丘，看看在什麼地方你沒有受過玷污？你坐在各路旁等候他們，像個在曠野裏的阿剌伯人，以

你的淫亂和邪惡玷污了這土地。因此，秋雨不降，春雨不來。你具有娼妓的面孔，仍然不知羞恥。從今以後，你要向我喊說：「我父，你是我青年時的良友！」心想：「他豈能永遠發怒，懷恨到底？」你雖如此，却仍盡力作惡。

我曾想過：多麼願意待你像一個兒子，賜給你賞心悅目的土地，列國中最美的領土，我以為你會以「我父」稱呼我，不會轉身遠離我；但是，你們，以色列家對待我，正如對自己良友不忠的婦女——上主說。在荒丘上可聽到一片喧嚷：那是以色列子民的哀號哭泣，因為他們走入了邪途，忘却了自己的天主，上主。「歸來！失節的子民，讓我療愈你們的失節。」

「請看，我們回到祢這裏，的確，祢

是上主，我們的天主。誠然，丘頂和山上的狂歡盡是虛幻；唯在上主，我們的天主那裏，有以色列的救援。可恥的神祇，自我們幼年就吞噬了我們祖先的收入，他們的羊羣、牛羣和子女。讓我們躺臥在我們恥辱中，讓我們以羞愧遮蓋我們，因為我們和我們的祖先，自我們幼年直到今日，得罪了上主我們的天主，從來沒有聽從上主我們的天主的聲音。」

以色列，若是你歸來——上主說——

就應向我歸來；若是你從我面前除去你可惡的偶像，就不應再四處遊蕩；若是你以誠實、公平和正義指着「上主永在」起誓，那麼，萬民必因你而蒙受祝福，也因你而得到光榮。因為上主對猶大人和耶路撒冷居民這樣說：「你們要開懇荒地，不要在荆棘中播種。猶大人和耶路撒冷的居

民！你們應為上主自行割損，要在心靈上割損，以免因你們的惡行，我的忿怒如火發作，焚燒得無人能熄滅。」

對答詠 耶一四，7；詠一二九，3

領：上主，我們的罪過若指證我們，

那就求祢因祢的名字而施救；

答：因為我們屢次失節，得罪了祢。

領：上主！你若細察我們的罪過，我

主，有誰還能站得住？ 答：因

為我：

誦讀二 選讀聖高隆院長訓言

天主，祢是我們的一切

弟兄們，我們該聽從召喚：我們被生命召喚到生命的源頭；這不僅是活水，而且且是永生的源頭，光明的源頭。因為智慧、生命、永光，這一切無一不淵源於它。生命的創造者就是生命的源頭；光的

創造者就是光明的源頭。所以我們該撇開一切看得見的世物、離開世界而上升高天，像一羣非常靈敏而聰明的魚一樣，去尋求光明、生命、活水的源頭，好使我們在那裏暢飲活水，湧到永生的活水。

仁慈的天主，慈悲的上主，求祢賜我，來到這個水源，好使我在那裏，和那些渴慕祢的人們共飲那活水；但願我飽享它的甘飴後，對它更日益切望，並能常居住在這水泉旁，說道：「這活水的源頭何等甘飴，它流出的水常湧向永生，永不涸竭！」

主啊！祢就是這個泉源，常爲人所渴慕的泉源。我們常可以、也常應該由這裏汲水。主基督，求祢常賜給我們這活水，好使這活水也在我們內成爲湧入永生的水泉。誰不知道，我所求的確是一項鴻恩？

可是，祢榮耀之主，祢知道如何賜予我們偉大的恩惠，也曾應許過。主，沒有恩惠比祢更大的，祢賜給我們的恩惠就是祢自己；祢爲了我們，竟把祢自己賜給了我們。

因此，我們求祢，使我們認識我們所愛的，因爲除祢以外，我們一無所求；祢是我們的一切，我們的生命，我們的光明，我們的救援，我們的食糧，我們的飲料，我們的天主。我們的耶穌，求祢藉聖神的氣息光照我們的心神，並求祢以祢的愛火，燒熱我們的靈魂，好使我們每一個人都能真正地說：「告訴我：我靈所愛的是誰」，因爲我因愛情而受傷了。

主，我切望在我身上帶着這愛的傷痕。凡如此因愛而受傷的靈魂真是有福。這樣的靈魂尋求水源，這樣的靈魂暢飲活

水；但是，它越喝越渴，永無止渴之日。如此，它常因愛情而尋求祿；也因受傷而獲得痊癒；故此，天主、我們的主耶穌基督，慈悲的神醫啊！求祿把那使人得救的創傷，也傷到我們的心靈深處。祿和聖父暨聖神，原為一體，萬世無疆！阿們。

對答詠

若四，13，15

領：誰若喝了我賜給他的水，他將永遠不會口渴。 答：我賜給他的水，將在他內成爲活水的源頭，湧向永生。

領：主啊！求祿賜給我這樣的水，使我不再口渴。 答：我賜給：

結束禱詞 見常年期主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀耶肋米亞先知書

四，5 ~ 8，13 ~ 28

來自北方的災禍

上主說：你們應該在猶大宣佈，在耶路撒冷發表，在境內吹起號角，大聲疾呼說：「你們應集合，我們要進攻堅城！」你們要給熙雍指出路標，趕快逃難，絲毫不可遲延，因爲我要由北方招來災禍，絕大的毀滅。獅子已衝出牠的叢林，毀滅萬民者已起程走出了他的宮廷，前來使你的地區變爲曠野，使你的城邑荒涼，再沒有人居住。因此，你們要身穿苦衣，涕泣哀號，因爲上主尙未由我們身上撤回祂的烈怒。看哪，祂如濃雲湧上來，祂的戰車有如旋風，祂的戰馬快過飛鷹，禍哉！我們

算是完了！耶路撒冷！洗淨你心內的邪

惡，好使你能獲救。你那不義的思念藏在
你內，要到何時？因為由丹傳來信息，由
厄弗辣山聽到了凶信：你們要通知人民，
轉告耶路撒冷：圍攻的人由遠方前來，向
猶大各城高聲吶喊，像護守田地的人將它
團團包圍，因為它觸怒了我——上主說。
是你的行徑和作為給你造成了這一切；是
你的邪惡使你受苦，受到傷心的痛苦。

我的肺腑，我的肺腑！我痛苦欲絕，
我心已破碎，我心焦躁不寧，我不能緘
默！因為我親自聽到了角聲，開戰的喧
嚷。真是毀滅上加毀滅，整個地區已被破
壞；我的帳蓬突然倒塌，我的帷幔忽然毀
壞。我瞻望敵旗，聞聽角聲，要到幾時？
這是因為我的人民愚昧，竟然不認識我；
他們是些無知的子民，沒有理性，只知作

惡，不知行善。

我觀看大地，看到空虛混沌；我觀看
諸天，却毫無光亮；我觀看山岳，看到它
在戰慄；我觀看，一個人也沒有看到，連
天空的飛鳥都已逃遁；所有的丘陵都在搖
撼。我觀看，看到農田盡變為荒野，所有
的城邑盡毀於上主，毀於上主的烈怒。原
來上主這樣說：全地固然要荒蕪，但我却
不徹底加以毀滅。因此，大地要悲傷，在
上諸天要昏暗；因為我說了，再不後悔；
決定了，再不撤回。

對答詠

參閱耶四，24-26；

八，18；詠八四，5

領：天主，整個大地因祢的烈怒而戰
慄；上主！求祢憐憫。 答：不
要完全毀滅我們。

領：天主，我們的救援，求祢使我們

復興，消除祢對我們的忿怒。

答：不要完：

誦讀二 選讀聖業樂岳厄爾先知註釋

你們歸向我吧

「你們要全心歸向我」，並以齋戒、哭泣、熱淚來表達你們心靈的懺悔之情。你們現在齋戒，將來必會獲得飽飫；現在哭泣，將來必會獲得歡笑；現在流淚，將來必會獲得安慰。按古老的習慣，你們遇到悲憤、逆境時，便撕碎自己的衣服。例如福音所載：當時大祭司，爲了強調救主的罪行，曾撕裂衣服；保祿與巴爾納伯，一聽到褻瀆的話，也撕裂衣服以示憤怒。但是，我吩咐你們，不要撕裂衣服，而要撕裂你們的心——充滿罪惡的心——這心好比一個皮囊，如果不撕破它，它會自己破裂。你們如此做時，要回歸到你們的主天

主那裏；因爲你們的罪惡曾使你們與天主分離。你們也不要因爲罪孽的重大，而失望敗興，因爲天主的大慈大悲，將會赦免任何大罪。

上主是和善的、慈悲的；祂切願罪人悔改，而不願罪人喪亡；祂是忍耐的，富於仁慈的；祂決不會像人一樣的不耐煩；祂耐心地等待我們悔改，並樂於撤回祂對我們的懲罰。就是說，一旦我們悔改了，祂就撤回祂的恐嚇，不再加諸我們應遭遇的災禍。如果我們回心轉意，祂也就改變心意。但我們仍要明白：這裏所說的災禍，並不是與德行相反的災禍，而是在他處所說的痛苦：「一天的苦足夠一天受了」。

岳厄爾在上面說過，天主是和善的、慈悲的、忍耐的、富於仁慈的，樂於取消

祂對罪惡的懲罰；但爲了使我們不要因爲

天主的偉大仁慈而漫不經心，胡作妄爲，

先知又親口說：「誰知道，也許祂會回心

轉意，予以寬恕，予以賜福？」但在我這

一方面，唯有勸你悔改；同時我也毫無猶

豫地肯定：天主是仁慈的；誠如達味所說

的：「天主，祢是仁慈的，求祢憐憫我，

祢有豐厚的慈愛，求祢消滅我的罪惡」；

但因我們不能知道，天主的智慧、知識、

與財富，多麼深邃，我就不得不謹慎小

心，而不敢誇口。所以我說：誰知道：也

許祂會回心轉意，而予以寬恕？這裏所謂

「誰知道」，卽不可能，或難以知道的意思。

思。

「要給我們的上主天主奉獻祭祀和奠

祭」；這就是說：上主降福了我們，並

寬恕了我們的罪過之後，我們就能向天

主奉上我們的祭品。

對答詠 參閱詠二三，4；格後六，6；

哥二，24；岳二，13

領：你們衆人，都要以純潔的心靈，

無偽的愛情，來歸向天主，

答：爲消除你們罪惡的記錄。

領：你們要撕裂你們的心，而不是你

們的衣服；你們要歸向上主你們

的天主。 答：爲消除：

結束禱詞 見常年期主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀耶肋米亞先知書

七，1-20

虛偽的信賴

上主有話傳給耶肋米亞說：「你站在上主殿宇的門口，宣佈這話說：你們凡由這些門進來，朝拜上主的猶大人，請聽上主的話。萬軍的上主，以色列的天主這樣說：改善你們的生活和行爲，我就讓你們住在這地方；不要信賴虛偽的話說：這是上主的聖殿，上主的聖殿，上主的聖殿！只有你們徹底改善你們的生活和行爲，在人與人之間行事公道，不虐待旅客、孤兒、寡婦，不在這地方傾流無辜者的血，不自招禍患去跟隨外方的神祇，我纔讓你們住在這地方，即我從開始便永遠賜給了你們祖先的土地。可惜！你們竟信賴虛偽無益的話。怎麼！你們竟偷盜、兇殺、通姦、發虛誓、向巴耳獻香、跟隨素不相識的外方神祇，然後來到這座歸我名

下的殿裏，立在我面前說：「我們有了保障！」好再去行這一切可惡的事？難道這座歸我名下的殿宇，在你們眼中竟成了賊窩嗎？哎！我看實在是這樣——上主說。

那麼，請你們到我昔日在史羅立我名的地方去，察看我因我人民以色列的邪惡對它所做的事。現在因爲你們做了這一切事——上主說——我再三懇切勸告你們，你們又不聽；我呼喚你們，你們也不答應；因此，我要對付你們依恃的這座歸我名下的殿宇，並對付我給你們及你們祖先的地方，像對付史羅一樣；我必將你們由我面前拋棄，如同拋棄了你們所有的兄弟，厄弗辣全體後裔一樣。

至於你，你不必爲這人民祈禱，不必爲他們呼籲哀求，也不必向我懇求，因爲我不會俯聽你。他們在猶大各城和耶路撒

冷街道上做的是什麼事，難道你沒有看見？兒子拾柴，父親燒火，母女揉麵給天后做餅，向外方神祇行奠祭，來觸怒我。他們果真是觸怒我嗎？——上主說——豈不是觸犯自己，使自己滿面羞慚？因此我主上主這樣說：我的憤恨和怒火，必要傾注在這地方的人和走獸身上，田間的樹木和土地的出產上，燃燒不熄。

對答詠

耶七，11；依五六，7；

若二，16

領：難道這座歸我名下的殿宇，在你們眼中，竟成了賊窩嗎？

答：我的殿宇將被稱為萬民的祈

禱所。

領：不要使我父的殿宇成為商場。

答：我的殿：

誦讀二

選讀金口·聖若瑟瑪竇福音釋義

當你裝飾殿宇時，不要忘記那受苦的弟兄

你願尊敬基督之體嗎？那麼，當祂赤身裸體時，你不要輕視祂；你不要在此聖堂內以華衣美服尊敬祂，而讓祂在聖堂外忍饑受寒，衣不蔽體。因為那說：「這是我身體」，也使祂的話見諸實行的又親口說過：「你們看到我饑餓，而沒有給我吃的」；又說：「你們沒有給我最小的一個弟兄做的，就是沒有給我做」。的確，在聖堂中，祂並不需要衣服，却需要你的——一顆純潔之心，而在外面的窮人都需要你多多去照顧。

為此，我們該學習按智慧去生活並如何尊敬基督，一如祂所願意的；因為祂所最喜歡接受的敬禮，是祂自己所要求的，並不是我們所選定的敬禮。的確，當伯鐸

不讓基督給他洗腳時，他還想自己是在尊敬主；可是，他這種尊敬並不是真正的尊敬，而是抗命。你也要按祂所規定的方式去尊敬祂：要把財物賑濟窮人；因為天主所要的，不是純金的祭器，而是珍貴的心。

我這樣說，不是在禁止你們為天主奉獻重禮，而是要求你們在獻祭品的同時，甚至以前，也賑濟窮人。天主接受第一項禮品，但祂更喜歡後者。因為給天主獻禮時，只有獻禮者自己受益，而濟貧時，受禮者也同時獲利；獻禮能是一種自誇的機會；但是賑濟窮人純粹是一種愛德的善行。

事實上，縱然在基督的筵席上滿是金杯銀盤，但若基督本人挨餓，那有什麼用呢？首先你該使饑者飽飫，然後用你的餘

款再裝飾祂的祭臺。你製金聖爵，却不給祂一杯水喝嗎？你用金縷繡織的台布遮蓋祭臺，而你不給祂需要的衣服來遮蓋身體，那有什麼益處呢？假如你見基督需要食糧，而你置之不理，却用金銀器皿去裝飾祭臺，試問基督感激你呢？還是憤憤不平？假如你見祂衣不蔽體，受寒挨凍，而你為祂豎立金柱，試問，你的作為是尊敬祂，或者對祂是一個絕大的凌辱呢？

同樣，當一個流離失所的旅客，在你四周尋找安身之處時，你也該想到，那是基督。你若不接納這個旅客，也不去探望監獄中的囚犯，却用花毯鋪設聖堂的地板，張燈結綵，裝飾聖堂的牆壁，那有什麼用呢？當然，我這樣說，並不是要禁止你去裝飾聖堂，而是要你同時也去照顧窮人。而且更進一步，我願勸告你：先去照

顧窮人的急需，然後再來裝飾聖堂：因為如果你不去裝飾聖堂，你不會受到控告；反之，你若不去照顧窮人，你會下地獄，和惡魔們同受不滅之火的煎熬。所以，弟兄們，當你裝飾聖堂時，總不要輕視那受苦的弟兄，因為他比聖堂更尊貴。

對答詠

瑪二五，35，40；

箴十九，17

領：我餓了，你們給我吃的；我渴了，你們給了我喝的；我作旅客時，你們接待了我。

答：我鄭重對你們說：幾時你們為我最小的弟兄之一所做的，就是為我做的。

領：向窮人施捨，是借錢給上主。

答：我鄭重：

結束禱詞 見常年期主日

第二十二主日

聖詠集第二週

第一晚禱

謝主曲對經：就算你們賺到了全世界，却送掉了自己的靈魂，那又有什麼益處呢？

誦讀

誦讀一 恭讀耶肋米亞先知書

十一，18 \ 20；

十二，1 \ 13

先知向上主訴苦

上主啓示我，我纔知道；那時我看透了他們的作爲：我好像一隻馴服被牽去宰殺的羔羊，竟不知他們對我蓄意謀害：

「讓我們毀壞這株生氣蓬勃的樹，將他由活人的地上拔除，使他的名字不再受人記念。」公平審判和洞察肺腑的萬軍的主！願我見到祢對他們的報復，因為我已向祢提出我的控訴。

上主，每次我與祢爭辯，總是祢有理；但我仍願與祢討論正義：「爲什麼惡人的生活總是順利，一般詭詐極惡的人總享安寧？你栽植了他們，他們就生根滋長，結出果實；他們的口離祢近，他們心却離祢遠。至於祢，上主，祢是認識我和了解我的，祢考察了我對祢的心意；求祢把他們像待宰的羊一樣拉出來，留待宰殺的一天。【這地要哀傷，整個田野的草木要枯萎到幾時？由於居民的邪惡，野獸和飛鳥都被消滅。】因爲他們說：「天主不管我們的作爲。」你與人徒步競走，

尙覺疲乏，你怎麼能與馬角逐？在平安的地區尙覺不安全，在約但河的叢林區，你更將何如？連你的兄弟和你的父族，對你都無誠意，在你後面厲聲喊叫；即便他們對你說好話，你也不要相信。」

「我離開了我的家，拋棄了我的產業，將我最心愛的交在敵人的手中。我的產業對我竟好像是森林中的獅子，向我咆哮，因此我憎恨它。我的產業對我竟成了一隻帶斑點的鷺鳥，以致鷺鳥圍着向它襲擊。你們去聚集田野的一切野獸，叫牠們來吞噬。許多牧童毀壞了我的葡萄園，蹂躪了我的產業，使我喜愛的產業變爲荒蕪的曠野。他們使它荒涼，荒涼得在我面前哀傷；全地荒涼，因爲沒有一人關心。破壞者已來到曠野的一切高崗上，因爲上主的刀劍正在砍伐，從地極到地極，凡有血

肉的，都不得安寧。他們播種了麥子，却收割了荊棘；雖筋疲力竭，却沒有受益；由於上主的盛怒，都因自己的收穫而害羞。」

對答詠

若十二，27，28；

詠四一，6

領：如今我心煩亂；我要說什麼好呢？父，救我脫離這時刻吧！但是我正是爲此才來到了這時刻。

答：父啊！光榮祿的名吧！

領：我的靈魂，你爲何悲傷，爲何憂

苦？ 答：父啊！光：

誦讀二 選讀聖思定主教講道集

上主可憐了我們

如果我們將所聽到的、和所歌頌的，付諸實行，我們就幸福了。因爲聽就是接受種籽，而我們的實踐是這種籽的果實。

這一點說明後，親愛的弟兄們，我願意勸告你們不要白白地進聖堂，只以聽好道理爲滿足，而不付諸實踐。因爲聖保祿使徒說過：「我們得救是藉著天主的恩寵；既然是出於恩寵，就不是出於作爲；人沒有可以自誇的理由。」因爲我們得救，不是由於我們先度善生，天主才喜愛我們，對我們說：我們來救救這些人，因爲他們的生活善良。事實上正相反，我們的生活會使天主不悅；我們的所作所爲都會使祂難堪，但基督在我們身上所作的一切，無一不使天主不悅。所以天主將懲罰我們所做的，而拯救祂在我們身上所做的一切。

那麼，我們原來並不好；而天主可憐了我們，派遣祂自己的兒子，命祂受死，不是爲好人，而是爲惡人；不是爲義人，而是爲不義的人！的確，一如聖保祿所說：

「基督爲不虔敬的人死了。」接下去他說什麼？「爲義人死是罕有的事：爲善人或許有人敢死的。」在世上或許有人肯爲善人而死，但爲了一個惡人、一個壞人、一個罪犯，除基督外，誰願爲他而死呢？因爲祂是義人，能使不義之人成爲義人。

因此，我的弟兄們，從前我們沒有做過什麼善工，只有種種惡行。人類雖然這樣壞，仁慈的天主却並沒有捨棄我們。而且還派遣祂自己的兒子來救贖我們，不是用金銀，而是用自己的血作爲贖價；祂是無玷羔羊，却被牽去，爲玷污的羊作犧牲（只要這些羊只是受玷污，而非完全敗壞）。我們就是接受了這樣的鴻恩！所以我們應當好好度生，不要辜負所接受的恩惠。基督是一位偉大的醫師，祂來到我們中間，完全赦免了我們的罪過，使我們得

以康復。假如我們再願害病，我們就不僅自陷於危險境地，而且還辜負了神醫的鴻恩。

故此，我們應遵行基督所指示的道路，特別是祂那謙遜的道路，祂自身就是這道路。因爲祂以言教身教、作了我們謙卑的模範。祂身爲天主聖言，本來不能死亡，但爲了能爲我們死，祂「便成了血肉，居住在我們中間」。祂本來是永生不死的，却接受了能死的肉體，好能爲我們受死，並以祂自己的死亡來置「死亡」於死地。

這就是主所做的，這是祂施予我們的大恩。祂原是偉大的，却深自謙抑；祂甘願謙卑而被人殺死；但祂却死而復活，被舉升天，好使我們死者不再留於地府。祂願意我們在死人復活的那天，也在祂內被

「舉升天；基督如今已使我們藉著信德及明認祂的名而被提升。所以祂已指示給我們謙卑的途徑。如果我們緊跟著祂走，必將讚頌上主，並且有足夠的理由唱：「我們感謝祢，上主，我們感謝祢，稱頌祢的名號。」

對答詠

詠八五，12-13；
一一七，28

領：我的天主，我要全心讚頌祢；上主，我要永遠光榮祢的聖名。

答：因為祢對我的仁慈浩大無邊。

領：祢是我的天主，我感謝祢；我的

天主，我高聲頌揚祢。 答：因

為祢：

晨 禱

讚主曲對經：你們要聽從並了解主所留給你們的傳授。

結束禱詞

全能的天主，萬美萬善的主宰，求祢加深我們對祢的敬愛，堅強我們的信德；並求祢在我們心中播下愛德的種子，使它發芽滋長；在祢的助祐之下，得以成熟、豐收。

第二晚禱

謝主曲對經：你去赴宴時，要先坐末席；

主人看這情形，會對你說：

朋友，請上座！那時，你在

賓客前，便大有光彩，阿肋

路亞。

結束禱詞 見晨禱

常年期第二十二週

星期一

誦讀

誦讀一 恭讀耶肋米亞先知書

十九，1-5，10

20，1-6

碎瓶的象徵行為

上主這樣對耶肋米亞說：「你去向陶工買一個瓦瓶，然後帶些民間長老和祭司首長，到陶業門進口處的本希農山谷去，在那裏宣布我要對你說的話。你要說：猶大王和耶路撒冷的居民！請聆聽上主的話。萬軍的上主，以色列的天主這樣說：

我必給這地方招來災禍，凡聽見的，必要耳鳴，因為他們離棄了我，使這地成了異地，在這裏向他們和他們的祖先以及猶大王都不認識的外邦神祇獻香，使這地充滿無辜的血，給巴耳建立了高丘，向巴耳火焚自己的兒子作全燔祭：這都是我從沒有吩咐，沒有說過，沒有想到的事。以後，你就在與你同來的人眼前將那瓶打破，對他們說：萬軍的上主這樣說：我要這樣破壞這人民和這城市，就如人打破這陶工的器皿，再也無法補救，人必將托斐特充作墳場，因為再沒有其他地方可供埋葬。我必這樣對待這地方和這地的居民——上主說——使這城市像托斐特一樣；耶路撒冷的房屋和猶大王的宮殿，就是他們在樓頂上向天上的萬象獻香，並給外方的神祇行奠禮的一切房屋，都必像托斐特一樣，成

爲不潔的地方。」

耶肋米亞奉上主派遣到托斐特宣講預言回來以後，站在上主殿宇的庭院裏，向全體人民說：「萬軍的上主，以色列的天主這樣說：我必給這城市 and 它所屬的一切市鎮，招來我對它說過的災禍，因爲它們硬着頸項，不肯聽從我的話。」

依默爾的兒子帕市胡爾祭司，上主殿宇的總監督，聽見了耶肋米亞預言這些事，帕市胡爾便打了耶肋米亞先知，給他加上腳鐐，把他囚在上主殿內本雅明上門的監牢裏。次日，帕市胡爾給耶肋米亞去了腳鐐；耶肋米亞便對他說：「上主不再稱你爲「帕市胡爾」，却稱你爲「驚慌四起」。因爲上主這樣說：我必使你和你的所有友人遭受驚慌；他們必倒在敵人的刀下，而且你要親眼看見這事；我要將全猶

大人交在巴比倫王的手中，他要將他們擄到巴比倫去，用刀殺死。這城的一切財物，一切積蓄，一切珍寶，以及猶大列王的一切寶藏，我都要交在他們敵人的手中，讓他們搶劫掠奪，運到巴比倫去。至於你，帕市胡爾！以及凡住在你家中的人，都要被擄去充軍；你和你向他們講假預言的一切友人，都要到巴比倫去，死在那裏，埋在那裏。」

對答詠

瑪二三，37；耶十九，15

領：耶路撒冷！你常殘殺先知，用石頭砸死那被派遣到你這裏來的人們。答：我多少次願意聚集你的子女們，有如母雞把自己的幼雛，聚集在自己的翅膀底下，但你却不願意！

領：他們硬着頸項，不肯聽從我的話。

答：我多少：

誦讀二 選讀師主篇（卷三，三）

我教導了我的先知

吾子！你當聽我的話，我的話最甘飴，超越世間哲人智者的一切學理。經上說：「我的話是神力，是生命。」這話不可用世俗的見解去測度，更不可爲了虛榮去聆聽，但當默默恭聽，只當懷著滿腔的謙遜、熱烈的情緒傾聽。

我曾說過：「主啊！祢所教導的人，真是有福；祢拿祢的律法來教訓他，爲減輕他度日的艱難」，爲使他在世上得些安慰。

主啊：我從開始就教訓了先知們；直到如今，我還不斷教訓所有的人；可是有許多人耳聾了，心硬了，不願聽我的話。

有許多人聽從世俗，比聽從天主更爲

樂意；他們隨從肉身的偏情、比隨從天主的聖意更覺爽快。

其實，世俗所許的福樂既虛幻、又卑污，人反而滿心去奉承它；我所許的福樂既無限、又無窮，人事奉我，反而沒有心火。

有誰事奉我、聽我的命，如同事奉世俗、事奉普通主人一樣呢？因此，懶惰並好抱怨的僕人，你該害羞：因爲你爲得常生，反而不如世人爲得喪亡那樣肯吃苦！他們求虛榮的心火、反而比你求真理的心火更大！他們所期望的，多次落空；但我所許諾的，誰都能得；只要人常常忠信，愛我到底，我是既許必踐，言出必行的。但該知道：我是無功不賞的；我對一切善人，必嚴加考驗。

我說的話，你當銘刻在心，常常默

想：因為當你受誘惑時，我的話是最要緊的。你在看聖書時所不能領悟的道理，等我來看顧你的時候，你會恍然大悟。

我照顧被選的人們、常用兩種方式：一是考驗；二是安慰。我天天用這兩樣功課教訓他們：一為責罰他們的毛病，二為鼓勵他們修德立功。

「凡聽了我的話而予以輕視的，在末日自有審判他的」。

對答錄 箴二三，26；一，9；

五，1；四，20

領：我兒，將你的心交給我，注視我的道路， 答：我必增加你頭上的光彩。

領：我兒，你應注意我的智慧，側耳傾聽我的見解。 答：我必增：

結束禱詞 見常年主日

星期二

誦 讀

誦讀一 恭讀耶肋米亞先知書

二〇，7-18

先知的憂慮

上主，祢引誘了我，我讓我自己受了祢的引誘；祢確實比我強，祢戰勝了我。我終日成爲笑柄，人都嘲笑我。因爲我每次發言，必得叫喊，必得高呼：「暴虐！破壞！」實在，上主的話，爲我日日成爲受侮辱和譏笑的因由。假使我說：我不再想念祢，不再以祢的名發言；在我心中就像有火在焚燒，蘊藏在我的骨髓內；我竭力抑制，也不可能。實在，我聽到了多少人

私相耳語：「驚慌四起！你們揭發，我們就必對他提出控訴。」甚至我一切的好友都在偵察我的破綻：「也許他會入彀，那我們必能制勝他，對他施行報復。」但是，與我同上的上主，好像是一位孔武有力的戰士，因此迫害我的人只有失敗，決不能制勝；由於謀事不成，必蒙受極大的恥辱，永不可磨滅的羞辱。噫！萬軍的上主！祇考驗義人，洞察人的肝膽肺腑；我既給祢訴說了我的案情，願祢使我見到祢對他們的報復。你們應歌頌上主，讚揚上主，因為祢從惡人的手中，救出了窮苦人的性命。

願我誕生的那一天，是可咒罵的；願我母親生我的那一天，不蒙受祝福！願那給我父親報信說：「給你生了一個男孩，」叫他異常高興的人，是可詛咒的！願這人

像上主不顧惜消滅的城市：早晨聽到哀號，正午聽到警報；因為他沒有叫我死在母胎，使我的母親成為我的墳墓，叫她永遠不分娩生我！為什麼我要從母胎裏出來，眼見辛酸痛苦，在羞辱中消磨我的歲月？

對答詠

耶二〇，10-11，

詠三〇，14

領：我從我舊日的友好，忍受了侮辱、恐嚇，他們在偵察我的破綻
 說：我們要制勝他，對他施行報復。
 答：但是，上主，祢與我同在，好像是一位孔武有力的戰士。

領：我聽到許多人在呼嘯，恐怖瀰漫四境；他們在羣集商議，如何謀害我的生命。
 答：但是，上：

誦讀二 選讀師主篇（卷三，十四章）

主的真理永遠常存

來；我們仍游移不定，賴祢而堅定不移；我們冷淡懈怠，賴祢而神火炎炎。

主，一提起祢的審判，我就嚇得渾身顫抖，神魂驚惶。我之所以這樣驚惶，是因為我想：「在祢面前，連頭上的青天也不潔淨」。如果「祢在天使身上也找出了過錯」，且沒有寬恕他們，那麼，在我身上更該怎樣呢？如果「星辰尚從天上墜下來了」，那麼，我這糞土之人、還有什麼希望呢？會有許多人的善工、可讚可誇，但到如今，他們早已墜入深淵！他們曾吃過天使之糧，後來反而愛吃豬吃的東西！

各樣的驕傲矜誇、都沉沒在祢的嚴厲審判的深淵裏。一切的人、在祢面前算什麼呢？「泥土塑成的瓦器，豈敢驕矜，與自己的創造者為仇麼？」如果一個人誠心聽天主的命，則世人的假稱讚、怎能使他自高自大呢？如果一個人澈悟了真理，則普世的誘惑也不能使他驕傲；一個人全心依靠天主，則普世的讚美、也不能搖撼動他的心。因為他知道：讚美他的人全是虛無；讚美的聲音一過，什麼也不存在了；但「天主的真理却永存不滅」。

對答詠

詠一一八、114, 115, 113

領：上主，祢是我的保障，我的盾牌，祢的話就是我的希望。

答：邪惡的人，離開我吧！讓我

遵守天主的法律。

領：我惱恨三心二意的人；我却喜愛

祇的法律。 答：邪惡的：

結束禱詞 見常年主日

星期三

誦讀

誦讀一 恭讀耶肋米亞先知書

二六，1-15

耶肋米亞被捕與受審

猶大王約史雅的兒子約雅金即位之

初，上主有這話傳給耶肋米亞說：「上主

這樣說：你去站在上主殿宇的庭院裏，對

猶大各城凡來到上主殿內朝拜的人，說我

命你對他們應說的一切話，一句也不可減

少。或許他們會聽從，終於各自離棄自己

的邪道，使我後悔而取消會因他們行事邪

惡，要加給他們的災禍。你應對他們說：

上主這樣說：假使你們不聽從我，不遵行

我給你們當面頒佈的法律，不聽信我不斷

給你們派來，而你們不聽從我的僕人——

先知們的話，我必使這殿像史羅一樣，使

這城成爲舉世萬民詛咒的對象。」

祭司和先知以及全體人民，都聽見耶

肋米亞在上主殿裏宣布了這些話。當耶肋

米亞講完了上主命他向全體人民應說的一

切話以後，祭司和先知以及全體人民就拿

住他說：「你真該死！爲什麼你奉上主的

名預言說：這殿必要像史羅，這城必要荒

蕪，而沒有人居住呢？」全體人民都在上

主的殿裏集合起來反對耶肋米亞。猶大的

民事官員聽到發生了這事，便從王宮上到

上主殿裏，坐在上主殿宇的新門口。祭司

和先知便對官員和全體人民說：「這人該死，因為他預言反對這城，你們也親耳聽見了。」耶肋米亞就答覆官員和全體人民

說：「是上主派我預言你們剛纔聽到的一切反對這殿和這城的話。現在你們應當改善你們的品行和作爲，聽從上主你們天主的勸告，上主就必會後悔自己曾決意要給你們降的災禍。至於我，我現在已在你們手裏，你們看着怎樣好，怎樣對，就怎麼對待我。但你們却要切實知道：你們若殺害我，便是給自己和這城與其中的居民招來無辜的血債，因為實在是上主派了我來，給你們當面宣布這一切話。」

對答詠

耶二六，15；瑪二七，24

領：你們要知道：如果你們殺害我，

答：便是給你們自己和這城招來

無辜的血債。

領：比拉多在民衆面前洗手說：我對這個義人的血，是無辜的。

答：便是給：

誦讀二 選讀奧利振神父若望福音註釋

基督論及祂自己的身體卽聖殿

「你們拆毀這座聖殿，我要在三天之內把它重建起來。」我認爲所說的愛肉體、愛世物的人是以猶太人爲代表。他們對耶穌深爲不滿，因爲他們把父的聖殿變爲商場而遭耶穌驅逐。他們便向祂要求一個徵兆。但是藉此徵兆，他們將會明瞭，他們所拒絕接受的天主子這樣做是對的。當他們要求說：「你能給我們什麼徵兆，以證明你做的對呢？」祂便答說：「你們拆毀這座聖殿，我要在三天之內把它重建起來。」

但依我看來，聖殿，或耶穌的身體，按照一種可能的解釋，二者都是教會的象徵。因為這個教會是由活石砌成；是為聖潔的祭司所造的屬神的殿宇；這就是以耶穌基督為屋角基石，建基在使徒、先知身上的宮殿，因此，基督的確可稱為「聖殿」。另一方面「你們是基督的身體，而彼此互為肢體」。正因此，這座聖殿不同的石頭可能分崩離析；一如聖詠第二十一篇所載的，或基督的全身骨骼，在受迫害時，可能為打擊教會（聖殿）合一者的陰謀所陷害，而遭受分解。但是使祂屈服的那災難的日子一過，聖殿將會重建，祂的身體將在第三日復活。災難的日子過後就是完成的日子。

因為，在新天新地之中，將有第三天，那時這些骨骼——以色列全家——將復活

起來。那一天就是基督戰勝死亡後偉大的主日。因此，基督從十字架的苦難中復活的奧蹟，也包括基督整個奧體將來復活的奧蹟。正如同基督可見的肉體，曾被釘死在十字架上，並被埋葬，然後復活起來；同樣，這基督聖徒們的全體的肉軀，已與基督同被釘死在十字架上，不再生活了。因此，每一個基督徒，一如保祿使徒，除了誇耀我們的主耶穌基督的十字架，便沒有其他可誇耀之處了。因為藉著十字架，基督為世人被釘死，世俗也為祂被釘死。

因此，所有的基督徒，不僅為了世俗與基督同被釘於十字架上，而且還與基督同被埋葬於墳墓內，正如聖保祿所說：「我們與基督一同被埋葬了」。但他同時好似已預見將來復活的保證，就又接著說：「我們也要與基督同生。」

領：你們的身體是聖神所居住的宮

殿，這聖神是天主賜給你們的，

你們已不再屬於你們自己；你們

原是用高價買來的。 答：所以

你們要用你們的身體，光榮天

主。

領：你們不要污染你們的心靈；你們

應是聖的，因為我是聖的。

答：所以你：

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦讀

先知致函慰問充軍的同胞

以下是先知耶肋米亞從耶路撒冷給被擄去的長老、祭司和先知，以及拿步高從耶路撒冷擄往巴比倫的其餘民衆寄送的書信全文。這是在耶苛尼雅王與太后和太監，猶大和耶路撒冷的政要、技工及鐵匠，離開耶路撒冷之後。當時猶大王漆德克雅派沙番的兒子厄拉撒和希則克雅的儿子革瑪黎雅去巴比倫見巴比倫王拿步高，耶肋米亞便託他們把這書信帶去。信上說：

「萬軍的上主，以色列的天主，向由耶路撒冷被擄往巴比倫的全體俘虜這樣說：你們應建築房屋居住，種植田園，吃田園的出產；自己娶妻，生養兒女，也給

自己的子女娶妻擇夫，生養兒女；在那裏繁殖，不要減少。在我令你們流徙所到的城裏，你們應尋求當地的平安，爲當地祈禱上主，因爲你們的幸福是有賴於當地的安寧。爲此萬軍的上主，以色列的天主這樣說：不要讓你們中間的先知和卜卦師欺騙你們，不要聽信他們所作的幻夢，因爲這些人奉我名給你們預言謊話，我並沒有派遣他們——上主說——上主只這樣說：巴比倫的七十年期限一滿，我必看顧你們，給你們履行我的諾言，領你們回到這地方。誠然，我知道我對你們所懷的計劃——上主說——是和平而不是災禍的計劃，令你們有前途，有希望。那時，你們呼求我，前來懇求我，我必俯聽；尋找我，必找到我，因爲你們是全心尋求我。我必將我自己顯示給你們——上主說——

轉變你們的命運：從我驅逐你們所到的各國各地召集你們——上主說——領你們回到我以前使你們從那裏被擄去的地方。」

對答詠 詠一〇四，1，4；德二，11

領：請感謝上主，呼號祂的聖名；

答：請尋求上主和祂的德能，不

斷追求祂的儀容。

領：你們要知道：依賴上主的人，決

不會蒙羞。 答：請尋求：

誦讀二 選讀聖教宗大良論眞福講道詞

我將把我的法律放在他們心中

親愛的弟兄們，當我們的主耶穌基督、宣講天國的福音，在加里肋亞各處、治癒了各種病人時，祂顯奇能的聲名傳到敘利亞各地；猶太各地區的民衆，也紛紛湧向這位天上神醫那裏。因爲，無知的人類不易相信那看不見的事理，也不易仰望

那不知的事理。所以基督所講的天國福音，應用那有形可見的奇蹟——肉體方面的恩惠作爲佐證，好使人們體驗了基督的恩澤之後，毫無猶豫地信仰祂所講的救恩道理。

故此，主基督爲了使外在的治愈成爲內心的良藥，爲了使身體康復者，也獲得心靈的治愈，祂就離開周圍的人羣，登上高山。祂召集了祂的使徒，從那神秘的高處向他們宣佈極奧妙的道理。祂施教的地方，和祂的作爲表示自己就是會與梅瑟談過話的那一位。但從前說話的態度嚴厲公正，令人生畏；而現在却溫良慈善。這正是爲應驗耶肋米亞先知的預言：「看哪，時日將到——上主說——我必要與以色列和猶大家訂立新約，在那些日子以後，我要將我的法律放在他們的肺腑裏，寫在他們的

心頭上。」

那對梅瑟說話的天主，也對使徒們說話；祂藉祂聖言敏捷的手，把新約的法律寫在使徒們的心上；祂宣佈新約，不是像從前一樣，濃雲密布，雷聲隆隆，閃電交加，威風凜凜，令民衆聞聲發抖，不敢靠近聖山；而是一種令人清晰聽到的安靜的談話，如此那法律的嚴厲、爲祂恩寵的溫良所軟化；那奴隸般的畏懼、爲赤子般的愛所驅逐。

基督講道的內容，有祂自己的話說明；因此那切望抵達永福領域的信衆，現在可以知道登上永福的階梯。基督說：「神貧的人是有福的，因爲天國是他們的。」假設真理——基督不說明貧窮的性質，只說：「貧窮的人是有福的」，我們就不能確知，祂是指那種貧窮人。因此也

許有人要誤會，認為所有物質方面貧窮的人都可入天國。可是，基督說：「神貧的人是有福的」，這就是說：那些心靈謙虛的人，而不只是物質方面貧窮的人才能進天國。

對答詠

詠七七，1-2

領：我的子民，你們要傾聽我的教言，
 答：要側耳細聽我的訓勉。

領：我要開口講述比喻；我要揭開歷史的奧秘。
 答：要側耳：

結束禱詞 見常年主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀耶肋米亞先知書

三〇，18-24；

三一，1-9

以色列的復興的諾言

上主這樣說：「我現在要轉變雅格帳

幕的命運，憐憫他的家室，好使城市仍建

在自己的山上，宮殿依然聳立在自己的原

處，從那裏發出頌謝的歌聲，歡樂的呼

聲。我必使他們繁盛，人數不再減少；我

要顯耀他們，使他們不再受人輕視。他們

的子孫必要像昔日一樣，在我面前重新建

立自己的集會；凡壓迫他們的，我必予以

懲罰。他們的元首，將是他們中的一個；

他們的統帥，將出自他們之中；我要使他

前來接近我，他必與我接近，因為誰敢冒

性命的危險來與我接近呢？——上主說

——這樣，你們必作我的人民，我必作你

們的天主。」看上主的憤怒，有如暴風怒號，有如橫掃的暴風，在惡人的頭上旋轉。上主的烈怒必不止息，直到祂執行並完成了祂心裏的計劃；在末日你們必會明瞭。

在那時候——上主說——我將作以色列各宗族的天主，他們將作我的人民。上主這樣說：逃脫了刀劍的人民，在曠野中找到了寵遇；以色列來到了自己安身的地方。上主自遠處顯現給她說：我愛你，我永遠愛你，因此我給你保留了我的仁慈；我要再修建你，而你必再建立起來；你必再帶着你的小鼓，出來歡樂歌舞；再在撒瑪黎雅山上栽種葡萄，栽種培植，必有收穫；因為終有一天，守望的人要在厄弗辣山上喊說：起來，讓我們上熙雍去，到上主我們的天主那裏去！

因為上主這樣說：你們應為雅格歡呼，向為首的民族喝采，傳揚稱讚說：上主救了祂的百姓，以色列的遺民。看哪，我由北地引他們歸來，從大地的盡頭召集他們，其中有瞎子，有跛子，有懷孕的和正在生產的，形成一大隊回到這裏來。他們含淚前行，我却撫慰引導，領他們踏上不會跌倒的坦途，來到溪流旁，因為我是以色列的慈父，厄弗辣是我的長子。」

對答詠

耶三一，6；依二，5

領：終有一天守望的人，要喊說：

答：起來，讓我們到熙雍去，到上主我們的天主那裏去。

領：雅格的家族，請你們來，走在上主的光明裏。 答：起來，讓：

誦讀二 選讀聖教宗大良論真福講道詞

神貧的人是有福的

毫無疑問的：窮人比富人更容易修成謙遜的美德；因為窮人在貧乏時易與溫良爲伴，富人在富足時易與驕傲爲隣；可是在富人中，也不乏富而不驕的善心人，甘願以他們的財富作慈善事業；他們以扶弱濟貧的善舉，作爲他們最大的財富。

這神貧的美德，貧富咸宜：儘管他們擁有的財富不一，但他們濟貧的意志則能完全相同。精神財富相等的人，對現世財產的多少，並不介意。因此那不貪戀現世財物，也不想增加地上財富、但願以天上財產致富的人，才真是有福的窮人。

基督以後，使徒們首先給我們樹立了慷慨的神貧榜樣：他們聽到基督的召喚，立刻拋棄了一切；他們藉著迅速的悔改，從捕魚的漁夫，一變而爲捕人的漁夫，並藉着他們的榜樣，而引導許多人追隨他們

的信仰。那時在這些教會的第一代子女們中，所有信者，一心一德。他們拋棄了一切世俗的財物，却由於他們慷慨接受的貧窮，儲蓄了永恆的財富；他們遵照使徒的教訓，以在此世一無所有爲樂，並以爲擁有基督就是擁有一切。

因此，當聖伯鐸使徒進入聖殿，有一個胎生的跛子向他討錢的時候，便坦白地說：「銀子和金子，我都沒有；但我把我所有的給你：因納匝肋人耶穌基督的名字，你起來行走吧！」還有比這種謙虛更偉大的事嗎？也還有什麼比這貧窮更富有呢？他沒有金錢方面的資產，却擁有天賦的才能。那胎生的跛子，竟因伯鐸的一句話立即行走了；那窮伯鐸沒有施捨一個刻著凱撒像的錢幣，却在那人身上恢復了基督的肖像。

但這寶藏的財富，不僅協助了胎生的

跛子恢復健康，而且也幫助了五千聽衆，

他們也因此奇蹟而相信了使徒的宣講。如

此，這位身無分文的窮使徒竟能如此大量

分施天主恩寵：藉著治愈一個胎生的跛

子，而促使千萬人心棄邪歸正。他遇到不

良於行的人，就使他們因基督而健步如

飛。

對答詠 瑪五，1-3；依六六，2

領：耶穌的門徒來到耶穌跟前；祂就

開口訓誨他們說： 答：神貧的

人是有福的，因為天國是屬於他

們的。

領：我要垂顧的是窮人、悔罪的人和

敬畏我的話的人。 答：神貧

的：

結束禱詞 見常年主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀耶肋米亞先知書

三一，15-22，27-34

預告救恩與新盟約

上主這樣說：「在辣瑪聽到了嘆息

聲，酸辛哭泣。辣黑耳悲悼自己的兒子，不

願受安慰，因為他們已不存在了！」上主

這樣說：「你要止住痛哭，不要再流淚，

因為你的辛苦將得到報酬——上主說——

他們必會由敵人的地區歸來！你的前途大

有希望——上主說——你的子孫都要回到

自己的疆域。我實在聽到了厄弗辣在悲

歎說：你懲罰了我，我受了棍杖打擊，有

如一頭不馴服的公牛犢；祇使我歸來，我必歸來，因為祿是上主，我的天主。的確，我自離棄祿以後，我已後悔；在我覺悟以後，我拍腿自慚自愧，因為我又染上了我少年時的恥辱。厄弗辣豈不是我的寵兒，我鍾愛的嬌子？因為我幾時恐嚇他，反倒更顧念他；我對他五內感動，不得不大施愛憐——上主說。」

請你給自己豎立路程碑，設置指路牌，細心回想你走的路線，以往你走過的大道；以色列處女！歸來吧！回到你自己的城邑。你要流浪到幾時？叛逆的女兒！因為上主在地上正在創造一件新事：女人包圍男人。

時候將到——上主說——我要給以色列家和猶大家播散人種和獸種；就如昔日我會監視他們，為將他們拔除、破壞、推

翻、毀滅、損害；同樣，日後我必要監視他們，為將他們建設、栽培——上主說——在那個時候，人必不再說：「祖先吃了酸葡萄，子孫的牙齒也要酸軟。」不，各人只因自己的罪惡而死；只有吃酸葡萄的人，自己的牙齒纔酸軟。

「時候將到——上主說——我必要與以色列家和猶大家訂立新約，不像我昔日——握住他們的手，引他們出離埃及時——與他們的祖先訂立的盟約；雖然我是他們的夫君，他們已自行破壞了我這盟約——上主說——我願在那些日子後，與以色列家訂立的盟約——上主說——就是：我要將我的法律放在他們的肺腑裏，寫在他們的心頭上；我要作他們的天主，他們要作我的人民。那時，誰也不再教訓自己的近人或兄弟說：「你們該認識上主」，

因爲不論大小，人人都必認識我——上主說——因爲我要寬恕他們的過犯，不再記憶他們的罪惡。」

對答詠

詠五〇，12，11

領：天主，求祢給我再造一顆純潔的心，
答：在我五內注入堅強的精神。

領：求祢轉面，不要看我的罪過，消

除我的一切邪惡。 答：在我五：

誦讀二 選讀聖教宗大良論真福講道詞

基督王國的福樂

主耶穌在宣講神貧真福後，又接著說：「哀慟的人是有福的，因爲他們要受安慰。」親愛的弟兄們，這使人要受永遠安慰的哀慟，與塵世間的悲痛並不同。全人類因悲傷所傾流的淚水並不能使人幸

福；聖者哀慟的動機是極不相同的，可流出使人幸福的淚水。虔誠的哀慟，是爲別人、或爲自己的罪惡而哭泣。他之所以哀慟，不是因爲天主實行公義，而是因爲人類作孽。作惡者比忍受者更值得哀慟。因爲不義的人，將因自己的罪惡受到懲罰；而正義的人却因自己的容忍，而受到光榮。

然後主又說：「溫良的人是有福的，因爲他們要承受土地。」對那溫柔良善、謙卑自制、準備忍受任何凌辱的人，天主已許諾，使他們承受土地。不該將這種嗣業視爲微不足道，或毫無價值；以爲這土地有別於天上永居之所。要明白，將來能進入天國的就是這樣的人，而不是別人。事實上，天主所應許給善良溫柔人的土地就是聖人們的肉軀。這些肉軀，由於它們

謙卑的功勞，將藉光榮的復活而改變，穿上永生的榮耀。此後它們將永與靈魂合一，不再與精神對抗。到了那時，外在的人將被內在的人和平地、永恆地佔有。

原來，在「這可朽壞的，穿上不可朽壞的；這可死的，穿上不可死的」那天，溫良的人將承受土地，享受永恆的平安，再沒有任何事物能侵害他們的產權。他們過去所遭的險惡，將轉變為賞報；所負的重擔，將轉變為榮耀。

對答詠

瑪五，5，6，4

領：哀慟的人是有福的，因為他們將受到安慰。 答：慕義如飢似渴的人是有福的，因為他們將得到飽餒。

領：溫良的人是有福的，因為他們要承受土地。 答：慕義如：

結束禱詞 見常年期主日

第二十三主日

聖詠集第三週

第一晚禱

謝主曲對經：主說：那裏有兩個人或三個人因我的名聚在一起，我就在他們中間。

誦 讀

誦讀一 恭讀耶肋米亞先知書

三七，20；三八，14-28

先知在獄中勸人和平

漆德克雅王下令，將耶肋米亞囚禁在監獄的庭院裏，每日由麵包房取一分食物給他，直到城中糧食用盡。從此耶肋米亞

就住在拘留所內的庭院裏。

漆德克雅王派人帶耶肋米亞先知到上主殿宇第三入口處去見他。君王對耶肋米亞說：「我要問你一件事，你什麼也不可對我隱瞞！」耶肋米亞答覆漆德克雅說：

「我若稟告你，你豈不要將我處死嗎？我如果提出建議，你也不會聽從我！」漆德克雅王暗地對耶肋米亞發誓說：「那賜與我們這生命的上主永在，我決不將你處死，也決不將你交在這些圖謀你性命者的手中。」於是耶肋米亞對漆德克雅說：「萬軍的天主，以色列的天主上主這樣說：如果你出去，向巴比倫王的將帥投降，你的性命必可保全，這城不至於被焚；你和你全家也必生存。但是，如果你不出去向巴比倫王將帥投降，這城必會被交在加色丁人的手裏，由他們放火燒城，

而你也逃不出他們的手。」漆德克雅王便對耶肋米亞說：「我很害怕那些投降加色丁人的猶太人，將我交在他們手中，任他們凌辱我。」耶肋米亞答說：「他們不會將你交出！在我對你所說的事上，你只管聽上主的聲音，事必於你有利，你的性命必可保全。但是，如果你拒絕投降，這就是上主使我預見的事：凡留在猶大王宮的一切婦女，都要被領出，交給巴比倫王的將帥，哭訴着說：對你高唱和平的友人，欺騙了你，愚弄了你；見你雙腳陷入泥淖，就轉身逃遁。你的妻子兒女，都要被領出，交給加色丁人；連你也逃不出他們的手，終於被巴比倫王捉去；至於這城，必要被火焚毀。」

於是漆德克雅對耶肋米亞說：「任何人不得知道這些話，否則你就該死！倘若

首長們聽說我曾與你談論，而前來問你說：請你告訴我們，你對君王說了什麼，你不可對我們隱瞞，否則我們就要你的命！究竟君王對你說了些什麼。你要回答他們說：我向君王面呈我的請求，請他不要叫我再回到約納堂的家裏去，而死在那裏。」果然，衆首長前來質問耶肋米亞，他就全依照君王吩咐的話答覆了他們。他們對他無話可說，因為那次的談話，沒有被人竊聽了去。這樣，耶肋米亞直到耶路撒冷淪陷的那一天，就住在拘留所的庭院裏。

對答詠

格後六，4-5；友八，23

領：在艱難中、在貧乏與困苦中、在受拷打與監禁時， 答：我們受恒心忍耐，表現出我們是天主的

僕役。

領：所有取悅於天主的人們，雖歷經艱苦，仍然忠心耿耿。

答：我們要：

誦讀二 選讀聖教宗大良論真福講道詞

基督徒的智慧

主接着說：「慕義如饑似渴的人是有福的，因為他們將得到飽飫。」這裏所謂饑渴，不是指肉體的饑餓，也不是對世物的渴望，而是指善人切望義德。饑渴的對象是進入所有奧跡的深處，渴望完全擁有天主自己。

這種慕義如飢似渴的人，真是有福！

假設他們沒有嘗到義德的甘飴，他們絕不會渴望義德。一個靈魂聽到聖神藉先知所說的：「請你們體驗，請你們察看，上主是何等的甘飴！」也就嘗到一點天上的甘飴，而激起一種極純潔的欲望。他們便輕

視一切世物，全心渴慕義德；同時也領悟了第一條誠命的真理：「你要全心、全意、全力愛你的主、天主。」因為，愛天主就是渴慕義德。

正如愛天主與愛人是相連的，同樣，渴慕義德也與憐憫人的美德相結合；因此，基督又接着說：「憐憫人的人是有福的，因為他們要受憐憫。」

基督徒！你要認清你智慧的崇高價值；你要了解：你之蒙召是為得到甚麼賞報，該守甚麼紀律以得到賞報。那憐憫人的天主，願意你也憐憫別人；那正義的天主，也願意你成為正義的人；這樣造物主在自己的受造物身上可以顯示出來，天主的肖像在人心的鏡子裏，也藉着人與祂相似的特點而反映出來。你的信仰如果配以善行才是穩妥的；你所希望的，將為你實

現；你所愛的，你將永遠享有。

因為一切事物，也因你的憐憫施捨而成為純潔的，所以你也可得到主所預許的另一真福，即：「心地純潔的人是有福的，因為他們要看見天主。」親愛的弟兄們，天主為心地純潔的人，準備了如此大的賞報，他們將來的福樂該是多麼大啊！但這裏所謂心地純潔的人，不就是指那些努力追求以上各種美德的人嗎？享見天主的那種幸福，有誰能了解呢？有誰能以言語形容呢？但在人性變化之後，就會看見天主；到那時，不像現在藉着鏡子觀看，模糊不清，而是要面對面的觀看天主了。固然，自古迄今，從來沒有人能面對面地見過天主的真貌，見過天主的性體；可是將有一天，心地純潔的人會永遠瞻仰天主，在一種不可言喻的喜樂中，而得享那

「眼所未見，耳所未聞，人心所想不到
的幸福。」

對答詠

詠三〇，20；格前二，9

領：上主，為敬畏祢的人，祢保留的
恩澤何等豐盛。 答：祢為所有
投靠祢的人，施予的慈愛何其寬
宏！

領：這是眼所未見，耳所未聞，人心
所未想到的。 答：祢為所：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚主曲對經：祂所做的一切都好，祂使聾

子聽見，使啞巴說話，阿肋

路亞。

結束禱詞

天主，祢救贖了我們，收我們為子女
；求祢仁慈地照顧我們，使我們因信仰祢
的聖子真能獲得心靈的自由，以繼承天國
永恆的產業。

第二晚禱

謝主曲對經：主說，誰不背起他自己的十
字架來跟隨我，就不配作我
的門徒。

常年期第二十三週

星期一

誦 讀

誦讀一 恭讀耶肋米亞先知書

四一，1-16；

四三，4-7

先知及遺民攻佔耶城後的命運

衆部隊首領與卡勒亞的兒子約哈南和瑪阿色雅的兒子阿匝黎雅及全體人民，不分大小，前來對耶肋米亞先知說：「願你接受我們對你的請求，請你爲我們全體遺民，轉求上主的天主。我們原來人數衆多，如今只剩下你親眼見的這幾個人了。惟願上主你的天主指示我們該走的路，和當行的事！」耶肋米亞先知答覆他們說：「我聽見了！好，我願依照你們的話，祈求上主你們的天主；但凡上主答覆的話，我必全告訴你們，不對你們隱瞞什麼。」他們答覆耶肋米亞說：「願上主在我們中間作真實和忠信的見證：我們一定要依照

上主你的天主命你傳給我們的一切話去做。或好或壞，我們願意聽從上主我們天主的話，因爲是我們派你去向祂祈求；我們聽從了上主我們的天主的話，我們就必順利。」

十天以後，上主有話傳給了耶肋米亞，他便召集卡勒亞的兒子約哈南和隨從他的衆部隊首領以及全體人民，不分大小，對他們說：「你們派我去向上主、以色列的天主、面陳你們的請求，祂這樣說：如果你們決意住在這地方，我必建立你們，決不加以破壞；我必栽培你們，決不予以拔除，因爲我已後悔給你們所降的災禍。你們不要害怕你們所害怕的巴比倫王；不要害怕他——上主說——因爲有我與你們同在，作你們的救援，從他的手中搶救你們。我必憐恤你們，也使他憐恤你

們，讓你們仍住在你們的國土內。但是，如果你們不聽從上主你們的天主的話，說：我們不願住在這地方；或說：不，我們要去埃及，在那裏再見不到戰爭，再聽不到號聲，再不缺乏食糧；我們要去住在那裏！那麼，猶大的遺民！請你們聽上主的話。萬軍的上主，以色列的天主這樣說：假使你們決意要往埃及去，在那裏寄居，你們害怕的刀劍，必在埃及襲擊你們；你們憂慮的饑荒，必在埃及跟踪你們，使你們死在那裏。」

卡勒亞的兒子約哈南和衆部隊首領以及全體人民，沒有聽從上主的勸告，住在猶大地內。卡勒亞的兒子約哈南和衆部隊首領，反而率領全體猶大遺民，即那些四散到各民族間，又回來住在猶大境內的人：男子和婦女，幼童和王家閨秀，以及

衛隊長乃步匝辣當給沙番的孫子，阿希甘的兒子留下的人，連同先知耶肋米亞和乃黎雅的儿子巴路克，到埃及去了；沒有聽從上主的勸告，而來到塔黑培乃斯。

對答錄

耶四二，2；哀五，3

領：請你爲我們全體遺民，轉求上主、你的天主。 答：因爲我們原來人數衆多，如今却所剩無幾。 領：我們成了沒有父親的孤兒，我們的母親也與寡婦無異。

答：因爲我：

誦讀二

選讀聖教宗大良論眞福講道詞

愛慕祢法律的人飽享平安

主把享見天主的眞福許給心地純潔的人，是非常合乎情理的。因爲污染的目光不能見到眞光的光輝。清潔的心靈得見天主的福樂，將是污穢心靈的懲罰。因此人該

撥開世幻的雲霧，除去神目邪惡的玷污。如此，那純潔的目光方能飽享目睹天主的最大福樂。

我們還該了解要達到這個目的，吾主以下所說的真福途徑也是必需的，就是：「締造和平的人是有福的，因為他們要被稱為天主的子女。」親愛的弟兄們，這種真福，不是來自人彼此間的普通和諧，也不是來自任何一種和諧的生活，而是來自使徒保祿所說「你們要與天主和好」的那種和平；也是先知達味所說的和平，就是：「愛慕祿法律的人必飽享和平，他們沒有一點失足的危險。」

再者，即使極親密的友誼，或心靈的完全相契，除非與天主的聖意協調，也不能要求有這種和平。當然，在狐羣狗黨，狼狽為奸的人當中，更不可能有和平。愛

世界的愛與愛天主的愛不能協調，那些與塵世之子不能分離的人，不能加入天主子女的行列。反之，那些常與天主情投意合的人，常藉和平的聯繫，努力保持著精神的團結，從來不違犯永恆的誠命，並不斷祈禱說：「願祿的旨意，奉行在人間，一如在天上。」

這就是締造和平的人；他們同心向善，團結一致，理應被稱為「天主的子女，基督的同繼承者」：這是他們由於愛天主又愛人所要領受的報酬；這樣的人永不可能再與人為仇，不再畏懼任何誹謗；所有的考驗一過去，他們就可靜享天主的無限平安，因我們的主耶穌基督，祂和父及聖神，永生永王。阿們。

對答詠

參閱依三八，3；

若壹二，6；五，3；二，5

領：我們要誠心誠意在我們的上主、
 天主面前生活。 答：要奉行祂
 的旨意，遵守祂的誡命。

領：如此我們對天主的愛，才是完全
 的。 答：要奉行：

結束禱詞 見常年主日

星期二

誦 讀

誦讀一 恭讀哈巴谷先知書

一，1（2，4

先知在困苦中的祈禱

哈巴谷先知在神視中所得的神諭：上
 主，我呼救而祢不予垂聽，要到何時？向
 祢呼喊「殘暴」，而祢仍不施救？爲什麼

祢使我見到邪惡，人受壓迫，而祢竟坐
 視？在我面前，只有迫害和殘暴，爭吵不
 休，辯論迭起。因此法律鬆弛，正義不
 彰，惡人包圍了義人，因而產生歪曲的審
 判。

你們應觀察列邦，且應注視，你們必
 要詫異驚奇，因在你們的日子內，我要做
 一件事，縱然有人述說，你們也不相信。
 我就要激起加色丁人——那殘忍兇猛的民
 族，向廣大的地區進發，侵佔別人的居
 所。這民族獨斷獨行，目中無人，實在令
 人恐怖。他們的馬捷於虎豹，猛於夜狼；
 他們的馬隊由遠方飛騰而來，像撲食的老
 鷹；大事摧殘，面目焦躁，有如烈風；聚
 集的俘虜，多似塵沙。他們嘲笑列王，譏
 諷諸侯，嗤笑任何堡壘，只堆一堆土，即
 可攻下；然後鼓起勇氣向前猛進，以自己

的力量爲神。

上主，祢自古不就是我的天主，我的聖者嗎？祢決不會死亡！上主，祢派他們來是爲執行審判；磐石，祢立定他們是爲施行懲罰。祢的眼睛這樣純潔，以致見不得邪惡，見不得折磨！祢爲什麼垂顧背信的人？當惡人吞噬較他更義的人時，祢又爲什麼緘默？祢竟把人當作海裏的魚，當作沒有主宰的爬蟲！他們把所有的一切用鉤子鉤上來，用網拉上來，用罟收集起來，爲此歡欣踴躍，向網獻祭，向罟焚香，因爲給他們帶來了富裕的財物，豐美的飲食。難道他們因此就應時常倒空自己的網，無情地屠殺萬民嗎？

我要立在我的守望台上，置身於堡壘上窺探，看祂對我說什麼，看祂怎樣答覆我的怨訴。上主回答我說：「你寫出這神

視，清楚地刻在版上，使人能流利誦讀。

因爲這神視有一定的時期，最後必要實現，決無欺詐；若遲延了，你應等待；它必定來，決不誤期。心術不正的人必然消逝；義人必因他的信賴而生活。」

對答詠

希十，37-38，39

領：還有片刻，要來的那一位就要來到，決不遲延。 答：義人必將靠信德而生活。

領：我們並不是那般退縮而沉淪的人，而是有信德而得救的人。

答：義人靠：

誦讀二 選讀聖納定講道集

我要站在我的崗位上，看看上主要給我說什麼

我們讀福音，得悉主耶穌講道時，教訓門徒必須以祂的體血作飲食，以分擔祂

的苦難；當時就有些人說：「這話生硬，誰能聽得下去呢？」於是「有許多人退去了，不再同祂往來」。但當主問祂的門徒是否也願意離開祂時，門徒們就回答說：「主！惟祢有永生的話，我們去投奔誰呢？」

所以，弟兄們，我可告訴你們：直到如今，仍有些人認為耶穌所說的話是「神也是生命」，故此信從了祂；但也有些人以為「這話是生硬的」，因而遠離祂而到別處去尋求可憐的安慰。但智慧本身在走向死亡的大路上，不斷地呼喚人回頭歸止。

上主又說過：「我四十年之久，厭惡了那一世代；這百姓心中迷惑，不肯承認我的真道」，又按其他聖詠所載：「天主說過一次」。是的，天主說過一次，因為一次就是常常的意思。祂說話只有一次，

因為祂永遠繼續，永不間斷地說。

天主召叫罪人回心轉意，也指責罪人心邪形穢；因為天主就居住在人心，從人心內向人說話；祂實現了祂藉先知給人的教訓：「你們應向耶路撒冷的心講話。」

弟兄們，你們看到了：先知給我們的勸言多麼有益：我們今天如果聽到天主的話，不要心硬如鐵。你們在福音裏也會聽到幾乎同樣的勸告。主說：「我的羊，聽從我的聲音」；達味聖王也說過：「你們是祂的人民，是祂親手引導的羊羣，今天該聽從祂的聲音，不要硬心。」

最後，請聽哈巴谷先知的話。他毫無隱諱地宣告上主的譴責，並非常小心地加以思考與反省。他說：「我要站在我的守望臺上，置身於堡壘上窺探，看祂對我說什麼，我要怎樣答覆祂對我的責斥」。所

以，弟兄們，我請求你們，要站在我們的守望臺上，因為這是戰爭的時期。

基督住在我們心裏，我們要深自反省，要使我們的行為合乎正道；不可依靠自己的力量，也不可仗恃脆弱的守衛。

星期三

誦 讀

誦讀一 恭讀哈巴谷先知書

二，5-20

對答詠

詠一七，23；一八，9；

若壹二，5

對壓迫者的詛咒

領：我常遵守上主的一切誡命；沒有違背祂的任何法令。 答：上主的規誡是正直的，能悅樂心情；上主的命令是光明的，能燭照眼睛。

財物使人失信，使人驕傲，不能使人安息；它張開自己像陰府的咽喉，又如不知鑿足的死亡，聚集萬民，滙合列國，歸屬自己。

領：誰若遵從天主的話，祂對天主的愛才是完全的。 答：上主的：

那時，這些人民豈不都吟諷刺詩，以隱語嘲弄他說：禍哉，那只顧聚斂他人財物的人，他堆積抵押於自己家中，要到何時？你的債主豈不要忽然起來嗎？追債者

豈不要醒來嗎？你必成爲他們的掠物！因

爲你搶掠過許多民族，各民族的遺民也必
要搶掠你；因爲你流了人的血，使地區、
城市和其中所有的居民遭受了摧殘。

禍哉，那取重利，而給自家招禍，並
在高處設置窩巢，想避免災禍的人！你消
滅許多民族，正是爲自家招來羞辱，危害
自己的性命，因爲石頭必由牆中呼喊，棟
樑必由屋脊應和。

禍哉，那以血債建造城市，以邪惡建
立城鎮的人！這豈不是出於萬軍上主的意
願：列國只爲火而勤勞，萬民辛苦只是一
場空？因爲大地要充滿對上主光榮的知
識，就如水充滿海洋。

禍哉，那以攬有毒物的酒給自己近人
喝，使他酣醉，圖見他裸體的人！你必飽
嘗恥辱，而毫無光榮。如今應該你喝，顯
露你未受割損之物。上主右手中的杯已輪

到了你，恥辱要遮蓋你的光榮。你加於黎
巴嫩的摧殘，必臨於你；你施於走獸的虐
待，必使你恐懼，因爲你流了人的血，使
地區、城市和其中所有的居民遭受了摧
殘。

彫像有何用處，竟使工匠彫刻它呢？
鑄像，卽撒謊之師，又有何用，竟值得製
造它的人依賴它呢？他不是爲自己製造了
啞像嗎？禍哉，那對木頭說「醒來」，對
啞石說「起來」的人！這樣的東西怎能施
救呢？它只是塗了一層金銀，內裏却毫無
氣息。但上主却住在自己的聖殿內，整個
大地在祂面前都應肅靜。

對答詠 羅二，12；三，23；十一，32

領：凡在法律之外犯了罪的人，也必
要在法律之外喪亡；凡在法律之
內犯了罪的人，也必要按照法律

受審判。 答：因為所有的人都犯了罪，都失掉了天主的光榮。

領：天主使所有的人陷於不服從的罪中，是為對人顯示祂的慈愛。

答：因為所：

誦讀二 選讀聖納定講道集

論默觀的等級

我們要站在穩妥的地上，我們要全力依附基督——永不動搖的磐石，就如聖經所載：「祂放在我磐石上，穩定我的脚步。」

我們這樣站穩之後，就要開始默觀天主，看看祂要對我們說什麼，我們要如何答覆祂的指摘。

親愛的弟兄們，默觀的第一級就是我們不斷地思考：上主願意什麼，祂喜歡什麼，在祂眼中祂悅納的是什麼。因為我們在許多事上得罪了天主，我們的倔強時常

與天主的聖意作對，因而不能與祂合一及相契。所以我們該在至上天主的威能前謙誠懺悔，一心仰望祂的慈目垂視我們可憐的處境，向祂說：「主，求祢醫治我，我必獲得治癒；求祢救我，我必會得救」；「主，求祢可憐我，醫治我！因為我得罪了祢。」

我們的神目既藉這種思想獲得淨化，我們的生活不再充滿悲酸苦痛，却在天主的神內，獲享極大的喜樂；那時，我們不再考慮：天主在我們身上的旨意是什麼，而是天主聖意本身究竟是什麼。

因為我們的生活就是在於實行天主的聖意；我們深信，在任何事上沒有比「承行主旨」為我們更為有用，更為有益的。因此，我們若願意保持我們靈魂的生命，就該小心翼翼，不要違背天主的聖意。

當我們隨從那尋求天主奧秘之聖神的指引，在神修方面稍有進展時，我們就該默想：上主是何等甘飴；祂本身如何美善。我們要同先知一起祈禱，求使我們認識上主的旨意，並拜訪祂的聖殿，而不是巡視我們的心，同時向天主說：「我的靈魂惴惴不寧，因此我將懷念祢。」

整個靈修生活繫於這兩種因素：當我們想到自己時，就驚慌不安，我們的悲傷會帶來救援；當我們默觀天主時，便精神振作，並在聖神內獲得欣慰；因此，前者使我們產生畏懼與謙遜；後者激起希望與愛火。

對答詠

詠一一〇，10；

智六，19；德十九，18

領：敬畏上主是智慧的開始；按智慧行事，才能增長見識。 答：祂

的榮譽，萬世常存。

領：愛智慧就是遵守法律，因為一切智慧，就在於敬畏天主。 答：祂的榮：

結束禱詞 見常年期主日

星期四

誦 讀

誦讀一 恭讀哀歌

一，1-12，18-20

耶城遭浩劫

怎麼！這個人烟稠密的京都，却孤坐獨處！從前是萬民的主母，現在好像成了寡婦；往日諸王的王后，如今竟然成了奴僕！她夜間痛哭飲泣，眼淚流滿雙頰；她所有的愛人，却沒有一個前來安慰她；

她的親友都背棄了她，成了她的冤家！猶大已經流亡遠去，備受壓迫奴役；散居在異民中間，再不得安息；她處於絕境之中，所有迫害她的人，盡來相逼！熙雍的街道悲慘淒涼，因無人前來過節！她的城門零落蕭條，祭司哀嘆，處女惆悵；她已憂苦備嘗！她的敵人得了優勢，仇人獲得勝利，都因她犯罪多端，而遭受了上主的懲罰；她的幼兒被擄去，在敵人面前作囚徒。一切華麗，已經都由熙雍女郎身上消失；她的首長好像找不到牧場的公羊，受追逐者驅使，無力前行。耶路撒冷在困苦和患難的日子，回憶昔日享有的一切榮華；現在呢？當她的人民陷入敵人手中時，竟然沒有人來施救！仇人看見了她，都嘲笑她的滅亡。耶路撒冷犯罪作惡，因而成了可憎惡的；昔日尊重她的人，今日

一見到她的裸體，都予以輕視；而她自己只有飲泣，轉身退去。她的污穢沾滿了她的衣裙，她從未想到會有如此的結局，以致一落千丈，却沒有人安慰。「上主，求祢憐視我的痛苦，因為敵人正在意氣高揚。暴徒伸手劫掠了她所有的珍寶；祢雖然嚴禁異民進入祢的集會，她却眼看着他們闖進聖所。她所有的人民都在嘆息，搜求食糧；而應交出珍寶，換取食物，以維持生活。上主，求祢垂視眷顧，我怎樣受人輕慢！」

所有過路的人哪！請你們細細觀察，看看有沒有痛苦能像我所受的痛苦？因為上主在祂盛怒之日，折騰了我！唯有上主是公義的，因為我違背了祂的訓示。一切民族！請你們聽一聽，看一看我的痛苦：我的處女和壯丁，都已充軍去了。我向愛

人求救，但他們都捨棄了我，我的祭司和長老，雖然尋覓食糧以求活命，但他們却在城中氣絕喪命。上主，求祢憐視，因為我實在痛苦：五內恐懼，心如倒懸，因為我常背命頑抗。外邊有刀劍使我喪子，在家裏有人死亡。

對答詠 約十六，17；哀一，16，18，12

領：我的雙目因哭泣而模糊不明，因為安慰我的人已離我遠去；民衆們，你們看，答：是否有痛苦，相似我的痛苦？

領：所有過路的人哪！請你們細細觀察，答：是否有：

誦讀二 選讀聖布路諾神父聖詠釋義

耶路撒冷，如果我忘記你

「祢的居所多麼可愛！我的靈魂渴望抵達上主的宮廷」，就是偉大的天上耶路

撒冷——上主的聖城。

聖詠作者指出，他為什麼渴望來到上主的宮廷：上主全能的天主、我的君王，我的天主，我渴望來此，是因為「那些住在祢的宮裏——天上的耶路撒冷——的人、是有福的。」這就好似說：祢是天主、萬物的上主造物主、君王，既然凡住在祢宮廷裏的人是有福的，那麼，誰不渴望住在祢的庭院裏呢？這裏所謂「庭院」與「宮殿」具有同樣的意義。所謂的「有福」，是指他們享有人所能想像到的一切福樂。他們之所以有福，是因為他們「將永遠讚美祢」。除非他們永遠有福，他們就不會永遠讚頌上主。

但是，人們即使有望德信德和愛德，誰也不能憑自己的力量獲得這樣的真福。唯有那藉祢的助祐，以達到他所渴望的幸

福程度的人，才能獲得這種真福，才可被稱爲「有福之人」；換句話說：達到真福的，只有這樣的人：他藉著不同等級的美德與善行，準備自己的心靈，達到此幸福的境界，而同時接受主的助祐；因爲他自己不能達到這種境界，一如主親自作證說：「除了那在天上的人子外，誰也不能（憑己力）升到天上去。」

我說，那人「準備了上升的階梯」，因爲人是生活在此「涕泣之谷」，即在此卑下與充滿淚水與痛苦的人生中；而另一種生活的境界，比較起來好比一座高山，在那裏有各種福樂。

按聖詠集所載：「凡以祢作自己助祐的人，真是有福」，可能有人要問：天主真的幫助人獲得真福嗎？對於這個問題的答覆是肯定的。因爲那立法者基督給了我

們誠命，並且現在與將來常不斷地賜福於我們，常給我們寵祐，提升我們達到真福的境界。我們藉著祂的降福而力量倍增，逐步上升；將來，我們便登上熙雍聖山，面見基督——衆神之神；祂是天主，必將使我們天主化。再說一句：我們將來在那裏也都能瞻仰衆神之神——天主聖三；這就是說：那如今不能見到的天主，也將爲聖人們用心靈看到，因爲「天主將成爲萬有之中的萬有」。

對答詠

若壹三，213

領：現在我們是天主的兒女，但我們將來如何，還沒有顯明；

答：我們知道：一旦顯明了，我們必要相似祂，因爲我們要看見祂的真貌。

領：所以，凡對祂懷著希望的，要聖

化自己，就像基督那樣聖潔。

答：我們知：

結束禱詞 見常年主日

星期五

誦讀

誦讀一

恭讀哀歌

三，2-33

災禍與希望

在上主盛怒的鞭責下，我成了受盡痛苦的人；祂引我走入黑暗，不見光明；且終日再三再四，伸手與我為敵；祂使我肌膚枯瘦，折斷我的骨頭；祂在我四周築起圍牆，用毒草和痛苦環繞我，讓我居住在黑暗之中，好像久已死去的人。祂用垣牆圍困我，不能逃脫；並且加重我的桎梏；

我呼籲求救時，祂却掩耳不聽我的祈禱。祂用方石堵住了我的去路，阻塞了我的行程。

上主之於我，像是一隻潛伏的大熊，是一頭藏匿的獅子，祂把我拖到路旁，撲捉撕裂，加以摧殘；又拉開祂的弓，瞄準我，把我當作衆矢之的。祂用箭囊的箭，射穿了我的雙腰；使我成了萬民的笑柄，終日受他們的嘲笑；祂使我飽食苦菜，醉飲苦酒。祂用砂礫打斷我的牙齒，用灰塵給我充饑。祂除去了我心中的平安，我已經忘記了一切幸福；於是我說：「我的光榮已經消逝，對上主的希望也已經幻滅。」

我回憶着我的困厄和痛苦，盡是茹苦含辛！我的心越回想，越覺沮喪。但是我必要追念這事，以求獲得希望：上主的慈愛，永無止境；祂的仁慈，無窮無盡。祇

的仁慈，朝朝常新；祢的信實，浩大無垠！我心中知道：上主是我的福分；因此，

我必信賴祢。上主對信賴祢和尋求祢的人，是慈善的。最好是靜待上主的救援，人最好是自幼背負上主的重軛，默然獨坐，因為是上主加於他的軛；他該把自己的口貼近塵埃，這樣或者還有希望；向打他的人，送上面頰，飽受凌辱。

因為上主決不會永遠把人遺棄；縱使懲罰，祢必按照自己豐厚的慈愛，而加以憐憫。因為祢苛待和懲罰世人，原不是出於祢的心願。

對答詠 哀三，52，54，56，57，58；

宗二一，13

領：我的仇人無故追捕我；我說：我要完了。上主，我向祢求助，祢就俯聽了我的禱聲。 答：祢對

我說：不要害怕！祢爲我辯護，贖回了我的生命。

領：爲了主耶穌的名，我不但準備坐牢，而且也準備犧牲性命。

答：祢對我：

誦讀二 選讀眞福依撒格院長講道集

基督通過教會赦免人罪

有兩件事，是天主自己的專利：接受認罪與赦罪的權柄。我們應該向祢認罪，也只能向祢期待罪赦。因爲只有天主能赦罪，所以我們該向祢認罪。可是，全能至尊者娶了貧弱卑賤的女子的淨配，使她成爲王后；她原是祢足下的婢女，一躍而坐於祢的身邊。她生自祢的肋旁，因此祢就娶了她爲淨配。正如父的一切既是子的，而子的一切也就是父的，因爲，父與子本性就是一體；如此，基督把一切給了自己

的淨配，也與她分享她的一切。基督使淨配同祂自己和父，自然也合為一體。因此子為自己的淨配轉求父說：「父啊！我願意他們在我們內合而為一，就如我們原是一體一樣。」

因此，基督與父是一體，也與其淨配是一體。因為祂已把非屬祂淨配本性的一切拿來都釘在十字架上。祂在木架上承擔了她的罪過，也藉木架除去了她的罪污。祂把淨配本性專有的一切接受過來，擁為己有，却把自己專有的、屬於天主性的一切賜給淨配。因為祂除去了那屬於魔鬼的成份，而完全接受了那屬人性的成份，而把那屬於天主性的成份賜給祂的淨配，好使淨配的一切也成為基督的一切；因此，那無罪者、口中也找不到「欺詐」的那一位能說：「主，可憐我吧，因為我是軟弱

的。」如此祂分擔了淨配的軟弱和她的悲嘆，也把自己的一切給予祂的淨配。故此淨配也有接受認罪的特權，也有赦罪的能力。這也是主說，「你去讓祭司檢驗吧！」這句話的理由。

教會沒有基督不能赦罪；基督不經過教會也不願赦罪。除非你謙卑認罪，亦即為基督所感動，教會也不能赦你的罪；同時，基督絕不願意寬赦那輕視教會的人；因為「天主所結合的，人不能將他們分開」；我說：「這奧秘真是偉大，但我是指基督與教會說的。」

所以你不要把「頭」與「身體」分開，而破壞基督整個奧體。因為基督沒有教會，就不是整個基督，正如教會沒有基督，也不是整個教會。惟有「頭」「體」合一，才成一個完整的基督；因此，基督

說：「除了那在天上的人子以外，沒有人上過天。」只有這一個「人」，才能赦免人罪。

對答詠

若十七，20，21，22，18

領：我爲他們祈求，使他們合而爲一，如同父、祢在我內，而我在祢內一樣。我已把祢給我的光榮，給了他們，答：使他們合而爲一，就如我們原是一體一樣。

領：正如祢派遣了我到世上來，同樣我也派遣他們到世界上去。

答：使他們：

結束禱詞 見常年期主日

星期六

誦 讀

誦讀一

恭讀哀歌

五，1-22

祈求上主拯救祂的子民

上主，求祢眷念我們的遭遇，垂顧憐視我們受的恥辱。我們的產業，轉入外人手中；我們的房舍，歸屬了異邦人。我們自己變成了無父的孤兒，我們的母親好像寡婦一樣。我們自己的水，必須用錢買來喝；我們自己的木柴，需要用款換來。重軛加在我們的頸項上，受人折磨迫害；我們困憊疲乏，不得安息。我們向埃及伸手，向亞述乞食充饑。我們的祖先犯了罪，已不存在；我們却要承擔他們的罪債；原是作奴隸的人，竟然統治我們，但沒有人解救我們，脫離他們的手。我們面臨曠野刀劍的威脅，該冒性命的危險，纔能得到食糧。我們的皮膚因飢餓而發炎，發熱有如火爐。婦女們在熙雍被人強姦，

處女們在猶大遭人奸污。王臣被人縛手吊起，長老的儀容受人凌辱，青年人應該服役推磨，幼童倒在柴捆之下。長老們不再於城門口安坐，青年們不再奏樂高歌。

我們心中已毫無樂趣，我們的歌舞反而變成悲愁。我們頭上的花冠已經墮地。我們犯了罪，是有禍的！我們的心神所以徬徨，我們的眼睛所以模糊：因為熙雍山已經荒蕪，狐狸成羣出沒其間。

上主，至於祢，祢永遠常存，祢的寶座萬世不替。爲什麼祢常忘記我們？爲什麼祢常拋棄我們？上主，求祢使我們歸向祢，我們必定回心轉意；求祢重整我們的時代，如同往昔一樣。祢豈能完全擯棄我們，豈能向我們憤怒到底？

對答詠

哀五，19，20；21；瑪八，25

領：上主，祢永遠常存；祢爲什麼常

常忘記我們？ 答：上主，求祢

使我們歸向祢，我們必定回心轉意。

領：上主，救救我們罷！我們要死

了。 答：上主，求：

誦讀二

選讀聖達修主教宣講集

請賜我們新生命

當人類走上了滅亡之路時，天主、至善之父的聖言並沒有放棄人類。祂獻出祂自己的肉體，剷除了那統制人類的死亡，以祂自己的教導改正了人性的缺點，並以祂自己的能力，恢復了原屬於人性的一切。

關於這個道理，凡讀過聖經的人，都可以用救主之門徒兼神學家的權威、予以證明：聖保祿使徒說：「基督的愛催迫著我們，因我們會如此斷定：既然一個人替

衆人死了，那麼，衆人就都死了，祂替衆人死，是爲使活著的人，不再爲自己生活，而是爲替他們死而復活了的那位生活。」又說：「我們看見了那位暫時稍遜於天使的耶穌，因所受的死亡之苦，接受了尊崇和光榮的冠冕；這原是出於天主的恩寵，使祂爲每個人嘗到死味。」後來同一保祿又指出：爲何必須是天主聖言，而非另一位應成爲人。他說：「那爲萬物的終向和萬物根源的天主，既領導衆子進入光榮，藉苦難來成全拯救衆子的首領，也是適當的。」從這些話裏，可見使人類脫離腐朽的那一位，不是別人，而是那起初創造人類的天主聖言。

天主聖言接受了肉軀，是要把自己的肉軀爲那相同的人類肉軀作爲犧牲，聖保祿對此也有所聲明：「兒女既然都有同樣

的血肉，祂照樣也取了同樣的血肉，爲能藉著死亡，毀滅那握有死亡的權勢者——魔鬼，並解救那些因死亡的恐怖一生當奴隸的人。」基督藉着犧牲自己的肉軀結束了那與我們作對的律法，爲我們開始一種新生活，給予我們復活的希望。

其實，死亡是從人開始，而控制人；因此死亡的毀滅及生命的恢復，是藉著降生爲人的天主聖言，誠如那位充滿基督精神的保祿所說：「就如罪惡藉著一人而進入世界，而死亡也藉著罪惡而進入世界；這樣，死亡就殃及衆人，因爲衆人都因亞當而死亡，同樣衆人也因基督而得復活。」故此，我們現在死亡，不再是因爲罪有應得而受罰。因爲我們現在已是復活的人，期待著萬民全體的復活。那復活之主宰，賜與生命的天主，必在一定的時候

使我們看到那復活的一天。

對答詠 羅三，23-25；格前十五，22

領：每個人都犯了罪，都失去了天主的光榮；天主却無代價地施予恩寵，使我們在耶穌基督內蒙受救贖，而成爲義人。 答：天主使基督傾流鮮血，作爲所有信者的贖罪祭。

領：正如衆人因與亞當聯合而死亡；同樣，衆人因與基督聯合而復生。 答：天主使：

結束禱詞 見常年主日

第二十四主日

聖詠集第四週

第一晚禱

謝主曲對經：耶穌對伯鐸說：我不對你說

，寬恕七次；却說，應該寬恕七十個七次。

誦讀

誦讀一 恭讀厄則克耳先知書

一，3-14、22-28

在充軍之地關於天主榮耀的神視
在加色丁地方，靠近革巴爾河，上主的話傳給我、步齊的兒子厄則克耳司祭，上主的大能臨在我身上。

我觀看，看見一陣暴風從北方吹來，颳來一大塊火光四射的雲彩，雲中有一團旋轉的火，火中有一種發亮的金屬。火中似乎有四個活物的形狀，牠們的外表是這樣的：都有人的形狀。每個有四種形像，每個有四隻翅膀。牠們的腳直立，腳掌像

牛蹄，發亮像磨光的銅。在牠們四面的翅膀下邊都有人手；四個活物各有自己的形像和翅膀。牠們的翅膀互相連接，在行走時不必轉身，各朝着自己的前面行走。關於牠們外表的形像：牠們四個的正面都具有人的形像。右邊有獅的形像，左邊有牛的形像，背面有鷹的形像。牠們的翅膀向上伸開，每個用兩隻翅膀互相連接，用兩隻翅膀遮蓋身體。每個朝着自己的前面行走；神力催迫牠們往那裏去，牠們就往那裏去；行走時不必轉身。在活物中間有一種好像燃着的炭火，又好像火炬在活物中旋轉。這火有亮光，從火中射出閃光。活物來回飛奔，好像閃電。

在活物的頭上，有像穹蒼的東西，好像發亮的水晶，在牠們頭上展開。在穹蒼下伸直牠們的翅膀，一隻的翅膀與另一隻

的翅膀彼此相接，又各有兩隻翅膀遮蓋着身體。當牠們行動時，我聽見翅膀的颯颯聲，像洪水的聲音，又像全能者的聲音，又似軍營中的吶喊。牠們站住時，就摺起翅膀。那時，從牠們頭頂上的穹蒼發出響聲；活物就停止，摺起翅膀。在牠們頭頂上的穹蒼上面，有一塊像藍玉的石頭，有寶座的形狀；在這狀如寶座的上面、坐着的、外貌像人。我看見在他像腰部的上面，好像有發亮的金屬，裏面和周圍好像一團火。我又看見在像腰部的下面，好像有火的形狀，周圍有光環繞，環繞在周圍的光，如同落雨時雲彩中所出現的彩虹。這就是上主的光榮顯現時的奇象。

對答詠

參閱則一，26；三，12；

默五，13

領：我看見在這狀如寶座的上面坐着

的、外貌像人，我也聽見隆隆的聲
音： 答：願上主的榮耀在祂的
住地永受讚美。

領：願讚頌與尊敬，榮耀與權能，永
遠歸於那坐在寶座上的羔羊。

答：願上主：

誦讀二 選讀聖思定主教、論牧者

我們是基督徒，也是牧者

我們的全部希望在於基督，祂自身就
是我們真實的榮耀和救恩，你們不只一次
聽過這端道理。因為你們屬於那牧養以色
列的牧者的羊羣。但因有一些司牧，只願
享有司牧的美名，而不願善盡司牧的職
責，所以我們要重述天主藉先知向他們所
說的話。請你們注意聽，我們也都要戒慎
恐懼地聽。

「上主的話傳給我說：人子，你該說

預言，攻斥以色列的牧者；向他們講話」。

我們剛聽到以上的讀經；因此，我們決意
要向諸位說幾句話。如果我們不說我們的
事情時，那麼天主自己會來協助我們講真
理。因為如果我們說我們自己的事，我們
將是牧養自己，而不是牧養羊羣的牧者
了；反之，如果我們所說的是來自祂，那
麼，不論誰說話，都是基督在牧養我們。

「吾主上主這樣說：禍哉以色列的牧
者！你們只知道牧養自己。難道牧者不該
牧養羊羣嗎？」這就是說：牧者不應牧養
自己，而應牧養羊羣。這便是這些牧者之
所以被責為：「只牧養自己，而不牧養羊
羣」的主要原因。那麼，誰是那牧養自己
的牧者呢？使徒保祿談到他們時曾說：
「他們都謀求自己的事，而不尋求耶穌基
督的事。」

主賦予我這司牧的職位，不是出於我的功德，而是出於祂的垂愛，祂要我交代的帳目充滿危險。這職務應分兩方面說：一方面我是基督徒，另一方面，我也是司牧。我之所以為基督徒，是為我自己；而我之所以為司牧，乃是為了你們。因為我是基督徒，所以要注意我自己的利益；因為我是司牧，所以要注意你們的利益。

有許多人雖然是基督徒，卻不是司牧；他們沒有重擔，也許更容易、更順利地走到天主臺前。而我呢，我既然是基督徒，就該向天主交出我一生的帳目；同時，我既然是司牧，也該向天主交出我牧職的帳目。

對答詠

詠二二，1、2，3

領：上主是我的牧者，我一無所缺；

答：祂使我憩息在翠綠的草地上。

領：為了光榮祂的名，祂領我踏上了

正途。 答：祂使我：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚主曲對經：主說：誰為了我及福音的緣故喪失了生命，必將得到生命。

結束禱詞

創造、宰制萬有的天主，求祢垂顧我們，使能以整個心靈侍奉祢，讓我們體會到祢慈愛的恩效。

第二晚禱

謝主曲對經：我對你們說：一個罪人回頭

改過，天主的天使都要為他歡喜。

常年期第二十四週

星期一

誦讀

誦讀一 恭讀厄則克耳先知書

二，8 三，1

4 11，16 5 21

厄則克耳先知蒙召

那時上主向我說：「人子，你要聽我向你講的話，你不要像叛逆的家族一樣叛逆。你要張口，把我給你的東西吞下去。」我觀看時，看見一隻手向我伸來，手上拿着一卷書。我把那卷書在我面前展開，內外都寫着字，寫的是哀傷、悲歎和災禍的話。

以後祂向我說：「人子，將給你的東

西吞下去。你吞下這卷書，然後去向以色列子民宣講。」我便張開口，祂使我吞下那卷書，並向我說：「人子，要吞到肚子裏，要把我給你的這卷書充滿你的五內。」我就吃了，這卷書在我嘴裏甘甜如蜜。

然後祂向我說：「人子，起來往以色列家族那裏去，向他們宣講我所說的話。你被派遣，並不是往言語不通，說話不懂的人民那裏去，而是到以色列家族。也不是到言語不通，說話不懂，而你聽不明白他們話的各民族那裏去；若是我派遣你到他們那裏，他們必肯聽你的話。但是以色列家族却不肯聽你，原來他們不肯聽我，因為以色列家族都額堅心硬。我要使你的臉堅硬，好像他們的臉；使你的額堅硬，好像他們的額。使你的額好像金鋼鑽，比火石還堅硬。他們雖然是叛逆的家族，不

必害怕他們，在他們面前不必膽怯。」祂又向我說：「人子，我向你說的一切話，你要聽到耳中，存在心裏。起來，到流亡者，你百姓的子民那裏，向他們宣講，對他們說：吾主上主這樣說。無論他們聽不聽。」

過了七天，上主的話傳給我說：「人子，我派你作以色列家族的守衛；當你從我口中聽到什麼話時，你要代我警告他們。如果我向惡人說：你必喪亡！你若不警告他，也不宣講，使惡人知所警惕，而脫離邪道，好能生存；那惡人要因自己的罪惡而喪亡，但是我必向你追討血債。你若警告了惡人，而他不肯離開罪惡和邪道，他必要因自己的罪惡而喪亡；至於你却救了你的靈魂。如果一個義人離棄正義而行不義，我要在他面前放上絆腳石，使

他死亡；若你沒有警告他，他必因自己的罪惡而喪亡，他所行的正義，也不被記念；但我必向你追討血債。但是若你警告了義人，使他不犯罪，而他沒有犯罪：這様他必要生存，因為他聽從了警告，你也救了你的靈魂。」

對答詠

則三，17；
二，6，8；三，8

領：我派你作以色列家族的守衛；你要聽我親口所說的話，要因我的名傳報給他們。 答：因此，你不要怕他們；在他們面前不要膽怯。

領：我要使你的臉堅硬，好像他們的臉；使你的額堅硬，好像他們的額。 答：因此，你：

誦讀二

選讀聖思定主教論牧者

牧者自牧

我們要注意上主對那些牧養自己、而不牧養羊羣的牧者們所說的不徇人情的話。祂說：「你們吃羊奶，穿羊毛衣，宰肥羊，却不牧養我的羊；瘦弱的你們不扶養；患病的你們不醫治；受傷的你們不包紮；迷路的你們不領回；遺失的，你們不尋找；反而用強力和殘暴去管治牠們；因為沒有牧人，我的羊就都四散了。」

這話是上主對牧養自己、不顧羊羣的牧者，而不是對羊說的；祂提到他們喜愛什麼，疏忽什麼。他們喜愛什麼？「你們吃羊奶，穿羊毛衣」。因此保祿使徒說：「誰種葡萄而不吃葡萄呢？誰牧養羊羣而不吃羊奶呢？」天主的子民所供應司牧們的任何東西，那就是羊羣的奶。這就是我以上所引證保祿使徒那段話的意義。

雖然保祿使徒寧願親手勞作，以維持

生活，不願從羊身上尋求奶吃，但他說明：他有權利吃羊的奶；因為主曾這樣安排：使宣講福音的人，該藉福音而生活。保祿使徒聲明：其他的使徒享用了這項合法得到的權利。但他更勝一籌：自願放棄權利。他沒有要求自己應得的一份，而他人要求的也並非不應該的，只是保祿比別人做的多。他這樣做，也許是為表明自己願作那位撒瑪黎雅人：當他把病人帶到旅店時，說道：「你不論額外花費多少，我回來的時候，要還給你。」

因此，對那不需要吃羊奶的牧者，我們還要多說什麼呢？他們更慈善，或更好說：他們更慷慨地盡好他們施恩行善的職責；他們能夠這樣做，是按他們所能做到的。這些牧者固然應受讚美，其他的也不

可予以指責。因為保祿使徒自己並未要求別人的施捨。可是，他切望他的羊羣蕃殖多產，而不願牠們不育而缺奶。

對答詠

則三四，15 \ 16

領：上主天主說：我要親自牧放我的

羊，親自使他們躺臥休息。

答：失落的，我要尋找；迷路的，

我要領回。

領：病弱的，我要療養；肥胖和強壯

的，我要看護。 答：失落的：

結束禱詞 見常年主日

星期一

誦 讀

誦讀一 恭讀厄則克耳先知書

八，1 \ 6，16 \ 九，11

審判犯罪的耶京

六年六月五日，當我坐在我屋內，猶大的長老們坐在我面前時，吾主上主的大能臨在我身上。我觀看，看見一個形像，形狀如人，在他像腰部的下面，有一團火，在他腰部的上面好像有一道光輝，像發亮的金屬。他伸出一隻像手的形狀，抓住我的一綵頭髮，有一種神力把我提到天地之間，在神視中將我提到了耶路撒冷，到了內門的北門入口，那裏供着引起上主妬火的偶像。在那裏出現了以色列天主的光榮，正像我在平原所見的異像。祂對我說：「人子，舉目向北看！」我就舉目向北看；看見在靠近祭壇的北門入口處，有一尊引起上主妬火的偶像。祂又對我說：「人子，你看他們在作什麼嗎？以色列家族在這裏所作的最醜惡的事，迫使我非離

開我的聖所不可，但是你還要看見更醜惡的事。」

以後，祂領我到了上主聖殿的內院；就在上主聖所的入口，在走廊和祭壇中間約有二十五個人，背向上主的聖所，面向東方，他們正在向東方朝拜太陽。

祂又向我說：「人子，你看見了嗎？在這裏所作的這些醜惡事，爲猶大家還不夠嗎？他們還使此地充滿了殘暴，時常惹我大怒。他們還把枝子舉到自己鼻子上。我必大發憤怒，我的眼決不憐視，一點也不顧惜；即使他們在我耳旁高聲喊叫，我也不俯聽他們。」

以後我聽見祂高聲喊說：「懲罰這城的人，快來吧！每人手中該拿着毀滅的工具。」立即就有六個人從上邊朝北的門走來，每人拿着破壞用的武器。他們中間有一

個人身穿細麻衣，腰間帶着書記的墨盒。他們來到，就站在銅祭壇旁。那停在革魯賓上的以色列的天主光榮，就從革魯賓身上升起，來到聖殿的門限上，叫那身穿細麻衣、腰間帶着墨盒的人來。上主對他說：「你要走遍全城，走遍耶路撒冷，凡因城中發生的醜惡之事而悲痛哀號的人，要在他們額上劃一個十字記號。」以後我聽見祂對其餘的人說：「你們也跟着他走遍全城去屠殺，你們的眼不要憐視，一點也不要顧惜；把老人、少年、處女、嬰兒和婦女都要殺盡滅絕；但是凡額上有十字記號的人，不可走近。你們從聖所這裏開始。」果然他們就從在聖殿前的長老開始。以後又對他們說：「你們要玷污這聖殿，使被殺者充塞整個庭院，然後出去！」他們就出去，在城中屠殺。

他們去屠殺時，只留下我一人。我就

伏地掩面呼求說：「吾主上主啊，祢在耶路撒冷發洩祢的憤怒，要滅絕以色列的遺民嗎？」祂回答我說：「以色列和猶大的家族，實在罪大惡極；此地充滿了血債，滿城都是暴行，他們還說：上主已離棄了此地，上主看不見。因此，我的眼也決不憐視，一點也不顧惜；反而我要把他們的行為歸在他們頭上。」看哪，那身穿細麻衣，腰間帶着墨盒的人，回來報告說：「我已照祢所吩咐的做了。」

對答詠

瑪二四，15，21，22；

默七，3

領：當你們看到聖地淪為荒廢時，必有大災難。那些日子若不縮短，沒有一個人能得救。 答：但是爲了那些選民，那些日子必將縮

短。

領：你們不可毀滅大地和海洋，要等我們在我們天主衆僕人的額上先蓋上印。 答：但是爲了：

誦讀二

選讀聖思定主教論牧者

保祿的芳表

有一段時期保祿很是窮困，因爲宣揚真理而身繫囹圄，弟兄們送來他生活所需要的一切。他寫信感謝他們說：「你們分擔了我的困苦，你們做得好。我已經學會了在任何環境中常常知足。我知道怎樣受窮，也知道過富裕的生活。我賴使我堅強的那一位，無所不能；然而，你們也實在做得好：因爲你們幫助了我。」

可是他在接受他們的幫助時、願意指出，他不是牧養自己，而不牧養羊羣的牧者；他所慶幸的更是他們的慷慨，而不是

他們的幫助。那麼他追求什麼呢？他說：「我並不貪求餽贈，我貪求的只是歸在你們賬上的豐厚的利息。」他說：「我所貪求的不是我自己的滿足，而是不願你們受窮。」

因此，那不能像保祿一樣自食其力的牧者，可以吃羊的奶，以補助自己的急需，但他不要忽視他羊羣的軟弱。所以他們不應貪圖私利，而被視為只圖滿足個人需要，才去宣講福音的人。他們應被視為燭照世人的真理之光。他們是世光，如同聖經所載：「你們要束上腰，把燈點著」，又說：「人點上燈，不會放在斗底下，而是放在燈臺上，照耀屋中所有的人。照樣，你們的光也當在人前照耀，好使他們看見你們的善行，光榮你們的在天之父。」

如果你在屋中點上燈，不是需要加

油，以免熄滅嗎？但若加了油而不能發光，那麼，你的燈便不配安置在燈臺上，而該立即拋棄。因此，牧者爲了生活而需要接受，信友由於愛德而應捐獻。不應把福音視爲搾取生活所需的工具，當作買賣的商品；倘若他們這樣銷售，便是把值錢的物品以賤價賣出。但願他們爲生活而接受信友們的供應，可是，爲了盡職宣講，願他們由主接受酬報。因爲他們是因愛德、藉宣講福音爲信友服務，不該從信友手中接受報酬。他們只能從天主那裏期望報酬，只有天主能賜給信友救恩。

那麼，牧者們究竟爲什麼受到上主的指責呢？他們之所以受到指責，是因爲他們雖然吃了羊的奶，穿了羊的皮，却沒有盡心去牧養羊羣。他們只求自己的利益，而沒有關心耶穌基督的利益。

對答詠

格後十二，14 15；斐二，17

領：我所要的，不是你們的財物，而

是你們自己。原來兒女不需要為父母積蓄，父母却應為兒女積蓄。我甘心情願為你們的靈魂付出一切； 答：把我自己完全耗盡。

領：即使我必須流血，作為奠祭，澆在你們以信德所奉獻的祭品上面，我也喜歡。 答：把我自己：

結束禱詞 見常年主日

星期三

誦 讀

誦讀一

恭讀厄則克耳先知書

十，18 22；十一，14 25

上主的光榮離開聖殿

那時候，上主的光榮離開了聖殿的門限，停在革魯賓上。革魯賓展開翅膀，在我眼前從地面升起；當他們離去時，輪子也跟着離去。他們停在上主聖殿的東門入口時，以色列的天主的光榮就停在他們上面。這就是我靠近革巴爾河，在以色列的天主下面所看見的那些活物，現在我明白他們是革魯賓。每個有四樣形狀，每個有四個翅膀，在他們翅膀下有一隻像人的手。關於他們的形像，和我靠近革巴爾河所見的形像一樣，每個朝前進行。

上主的話傳給我說：「人子，耶路撒冷的居民談論你的同胞，同你一起被擄的人，就是以色列全家族的人，這樣說：他們遠離了上主，這地應歸於我們佔有了。因此你應宣講說：吾主上主這樣說：我雖

遷移他們遠至異民之中，將他們分散到各國，但是在他們所到的地方，我暫時仍作他們的聖所。因此你應宣講：吾主上主這樣說：我要從各民族聚集你們，從你們分散所到的各國中召集你們，把以色列的土地再賜給你們。他們一回到那裏，必須滅絕那裏的偶像，剷除那裏的一切醜惡的事。我必賜給他們另一顆心，在他們身內放上另一種精神；拿走他們鐵石的心，給他們換上一顆血肉的心，使他們遵行我的法令，謹守我的法律，而一一實行：如此他們要作我的百姓，我要作他們的天主。至於那些心中仍然隨從偶像和醜惡之事的人，我要把他們的行為歸在他們的頭上——吾主上主這樣說。」

那時候，革魯賓展開翅膀，輪子也隨着轉動，以色列天主的光榮停在他們上

面。上主的光榮從城中升起，停在城東的山上。神力把我提起，在異象中，就是在天主的神力中把我帶到加色丁流亡的那裏。我所看見的異象就在我面前消失了。我就向流亡的人講述上主顯示給我的一切事。

對答詠

則十，4，18；
瑪二三，37，38

領：上主的光榮升起，停在聖殿的門限上；聖殿內充滿了雲彩；院中也充滿了上主榮耀的光輝。
答：那時上主的光榮離開了聖殿的門限。

領：耶路撒冷啊！我多少次願意聚集你的子女，你却不願意。你們的房屋必給你們留下一片荒涼。

答：那時上：

誦讀二 選讀聖思定主教論牧者

每人不該只顧自己的事，而該關

心耶穌基督的事

我已經解釋了「吃奶」的意義，現在我們檢討穿羊毛的意義。誰供應奶，就是供應飲食；誰供應羊毛，就是對人表示尊敬。誰從民衆身上追求這兩項，就是牧養自己，而不牧養羊羣：他們只知貪求自己的生活所需，和別人對他們的稱讚與尊敬。

羊毛衣被認為是榮譽，因為能遮蓋赤裸。每個人都是軟弱的。那管理你們的牧者，不是如同你們一樣嗎？他帶著肉體，將來要死，他起居、飲食、睡眠；他生在世上，不久要死去。試想他本身是什麼，他是個人。當你對他特別尊敬時，就好像你遮蓋了他的軟弱。

請看，同一位保祿如何從天主子民手

中接受這種衣裳，他說：「你們接待我如一位天主的天使。我為你們作證：如果可能，你們那時甚至會把你們的眼睛挖出來給我！」他因為受到極大的尊敬，就不責斥他們誤入歧途嗎？或者因為他責斥他們而唯恐受到較少的稱讚嗎？假設他這樣做，他就成為牧養自己、而不牧養羊羣的牧者中之一了。他也許對自己說：「這關我什麼事？讓每人為所欲為吧！我不愁吃喝，又有人尊敬我：我有足夠的奶和羊毛；讓每人走自己的路吧！」那麼，如果每人都為所欲為，你的一切就都安全了嗎？那麼，我就不願立你為領袖，我把你當作人民的一份子：「如果一個肢體受苦，所有的肢體也一同受苦」。

因此保祿使徒提起他們如何對待他

時，表示他並未忘記他們對他的尊敬，並證實他們接待他好像天主的天使，如果能，甚至他們的眼睛也肯挖出來給他。可是他仍然去看顯生病的羊、腐敗的羊，割除毒瘡，也不憐惜腐爛的肉；請注意，他說：「那麼，因為我給你們說實話，反而成了你們的仇人嗎？」我以前說過，他吃了一些羊奶，他穿了羊毛衣，可是他並沒有忽視羊羣；因為他沒有謀求私利，而謀求了耶穌基督的利益。

對答詠

德三二，1 \ 2；谷九，35

領：別人推選你當主席嗎？你不要自高！
答：你在賓客中間，要與同席的一樣；你要招待他們。

領：誰想作爲首的，就該作末後的，並要做衆人的僕役。
答：你在賓：

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦 讀

誦讀一 恭讀厄則克耳先知書

十二，1 \ 16

先知以象徵預言以民的流亡

上主的話傳給我說：「人子，你是住在叛逆的家族中，他們有眼睛，却看不見；有耳朵，却聽不到；因為他們是叛逆的家族。人子，你要白天在他們眼前準備流亡的行囊，並在他們眼前從一個地方遷移到另一個地方；他們或者能看清自己是叛逆的家族。你白天在他們眼前把行囊搬出來，像搬出流亡的行囊；傍晚在他們眼

前出發，像流亡者出發。你還要在他們眼前在牆上挖一個洞，從那裏走過去。你當着他們的面，把行囊背在肩上，天黑時出發，並且蒙着臉，看不到地面：因為我要使你作爲以色列家族的一個預兆。」我就遵命作了：白天我把行囊搬出來，如同流亡的行囊，傍晚用手在牆上挖了一個洞；到天黑時，當着他們的面，把行囊背在肩上出發。

第二天早晨，上主的話傳給我說：「人子，以色列家族，那叛逆的家族不是問你說：你在作什麼？你要回答他們說：吾主上主這樣說：這神諭是有關耶路撒冷的君王和城中的以色列全家族。並且說：我爲你們是一個預兆：像我所作過的，也要發生在他們身上：他們要被擄充軍異地。君王在他們當中背着重擔，黑夜出

發，在牆上要打一個洞，好叫他出去；他要蒙着臉，再不能親眼看見這地方。我要在他面前設下羅網，他必要陷在我的羅網中而被捉住；然後我領他到加色丁人的地方巴比倫，但他一無所見，就死在那裏。我還要把他左右的護衛，以及一切軍隊，驅散到四方，並拔出劍來追趕他們。當我把他們驅散到異民中，把他們分散到各國時，他們必承認我是上主。但是我要在他們中保留少數的人，免受刀兵、饑荒和瘟疫之害，爲使他們給他們所到之地的異民、講述自己的醜惡之事，使那些人也認識我是上主。」

對答詠 則十二，15；詠八八，31，33

領：當我把他們驅散到異民中，把他們分散到各國時， 答：他們必承認我是上主。

領：如果他們放棄我的法律，拒絕遵守我的命令，我必用棍杖懲罰他們的罪行。 答：他們必：

誦讀二 選讀聖思定主教論牧者

你該作信眾的模範

上主述說了這些牧者愛好什麼以後，又指出他們忽視什麼。因為到處有生病的羊；健康而肥胖的羊却很少，就是說：利用真理作食糧，攝取天主所給的飼料而身體健壯的羊。但是壞牧者也不愛惜牠們：因為有病的、軟弱的、迷途的、喪亡的羊，他們都很少照顧。甚至挑選那些健壯和肥胖的，就能力所及、予以宰殺。這些羊還活著，牠們活著是由於天主的仁慈；但是從壞牧者的角度看來，他們是在殺害羊。你說：「他們怎樣殺害羊呢？」我說：他們生活不檢，而用惡表殺了羊。

「你該顯示自己是行善的楷模」並「要作信友們的模範」，難道這些話對至高牧者的肢體中的天主之僕是白講了嗎？

若是健壯的羊觀察到自己的牧者行為失檢，如果他不顧天主的法規，而只注意到人，便在心中說：「如果我的牧者這樣生活，我是誰，他所作的，我為什麼不能作呢？」這樣，他便殺死了那健壯的羊。如果他殺了健壯的羊，他要怎樣對待其他的羊呢？即使這些羊不是他親自養大的，牠們雖然是健壯，也因他生活不檢而遭殺害。

我對你們說，我再說一遍：即使有些羊活著，即使牠們靠主的訓誨而堅強，堅持從他們的主所聽到的話：「你們要去做他們所說的，却不要去做他們所做的！」但是，一位牧者在民衆眼前生活欠善的，就

他本人而言，就是殺害了觀察到他的那個人。那麼他就不該因那人沒有死而竊喜：他固然活著，但他仍然是一個兇手。這就如同一個淫蕩的人企圖姦淫婦女，縱然那婦女是清白的，但他却犯了姦淫。因為主的判詞是清晰而確實的：「任何人注視婦女，有意貪戀她的，他已經在心裏姦淫了她。」他雖然沒有進入她的臥室，但他已在他內心的臥室姦淫了她。

同樣，凡在教友面前生活欠善的牧者，就他本人而論，就是殺害了羊，連健壯的羊也殺害了。誰效尤，就要死亡；誰不效尤，就要生活。但就惡牧者而論，他殺害了兩種羊，上主說：你們宰了肥羊，却不牧養我的羊羣。」

對答詠

路十二，48；智六，6

領：給誰的多，向誰要的也多；

答：交托誰的多，向誰索取的也多。

領：對身居高位者的審判將是極嚴厲的。 答：交托誰：

結束禱詞 見常年主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀厄則克耳先知書

十六，3，5b \ 7a，

8 \ 15，35，37，

40 \ 43，59 \ 63

上主不忠的淨配、耶路撒冷

吾主上主這樣對耶路撒冷說：「你的

起源和來歷是迦南，你的父親是阿摩黎人，你的母親是赫特人。你生下來，因為

惹人討厭，就被拋棄在田野。我從你身旁經過時，見你輾轉在血污中，就向你說：你在血中生活罷！生長有如田野間的花草。你漸漸發育長大，到了青春年華。我又經過你身旁時，看見了你，見你的時期即懷春期到了，我就向你展開了我的衣襟，遮蓋了你的裸體，也向你發了誓，立了約——吾主上主說——你就成了我的人。我用水洗淨了你，滌除了你身上的血污；又用香膏傅抹了你，給你穿上錦繡的衣服，穿上海狗皮鞋，蒙上細麻頭巾，披上綢緞；以後又用珠寶裝飾你，在你手腕上帶上鐲子，頸上掛上項鍊，鼻子上套上環子，耳朵掛上金環，頭上戴上花冠。金銀作你的點綴，細麻、綢緞和錦繡作你的衣服；細麵、蜂蜜和油作你的飲食。你實在美麗絕倫，堪登后位。因你的美麗，你

的名聲傳徧了萬國；因我用我的飾物點綴了你，你才如此美麗無瑕——吾主上主說。

然而你仗恃你的美麗，憑着你的名聲去行淫，與任何過客縱情淫亂。因此，你這淫婦，聽上主的話罷！我要聚集你所戀愛的情人。他們要召集聯軍來攻打你，用石頭砸死你，用刀劍把你凌遲，放火焚燒你的房舍，在衆婦女前裁判你。我要這樣停止你的淫亂，使你再也不能贈送淫資。如此，我就平息了我向你發的憤怒，我的妬火也要遠離你，我要寧靜，不再發怒。因為你不追念你幼年的日子，反在這些事上激怒我；我要把你的行為報復在你頭上——吾主上主說——使你再不與你所有的醜惡之物行淫。」

吾主上主這樣說：「因為你輕視了誓

言，破壞了盟約，我要照你所作的對待你；然而我還紀念同你在你青年時所立的盟約，並且還要同你結一個永久的盟約。

你要收納你的姊妹，我要把她們交給你，作爲你的女兒，你會想起你的行爲，而自覺羞愧，雖然這並不包括在與你所立的盟約之內。我要與你重訂盟約，你要承認我是上主，爲的是當我寬恕你所作的一切時，你一回想就覺慚愧，面對這恥辱再不敢開口——吾主上主說。」

對答詠

參閱依五四，6，8；

則一六，60

領：上主召見你時，你是一個被離棄

的婦女，我在片時的盛怒中，曾

對你轉面不顧； 答：我要以永

恒的愛、憐愛你——你的救主上主

說。

領：在你年輕時，我同你訂立的盟

約，我定會記憶。並且還要同你結一個永久的盟約。 答：我要以：

誦讀二 選讀聖思定主教論牧者

準備你的心靈承受試探

你們已聽到壞司牧喜好的是什麼。現在再看他們所疏忽的是什麼。「瘦弱的你們不扶養；患病的你們不醫治；受傷的你們不包紮；迷路的你們不領回；遺失的你們不尋找，反而用強力和殘暴去管治他們，宰殺他們」。所謂瘦弱的羊是指缺乏勇氣的信友，當他疏忽或未準備時，誘惑一來，便會陷於其中。

一位疏忽的牧者不會對這種信友說：「我兒，你前去服事上主時，要固守正義與敬畏，並要準備你的心承受試探。」一

位如此說話的牧者便會使軟弱的堅強，使他由軟弱變爲剛強，這樣，當他有了信德時，便會輕視現世的榮華富貴。因爲如果他學會希冀現世的榮華，他將被此世的榮華所腐蝕；一遭遇逆境，便會受到傷害，甚至喪亡。

所以，這樣的建築師、不是把信友建在磐石上，而是把他建築在沙土上；而「磐石就是基督」。基督徒應效法基督的受苦受難，而不該尋求逸樂；對軟弱的人這樣說，他便會變爲堅強：「你要預期會遇到此世的試探，但是假如你的心不離開吾主，祂必將從試探中拯救你。因爲祂爲了使你的心靈堅強，甘願來受苦、受死；祂來受人唾污，祂來戴茨冠，祂來聽人辱罵，最後被釘在十字架上。這一切都是爲了你，而你爲祂却没有做過任何事。」

這一切不是爲了祂，而是爲了你。」

牧者怕講話而得罪人，不僅不準備他們接受試探，甚至預許他們現世的幸福，而這種幸福，天主也未會許諾過要給現世的人。這是怎樣的牧者呢？主預言人在現世將苦上加苦直到世末；你却要基督徒豁免痛苦嗎？正因爲他是基督徒，在現世更應多受些苦。

因爲保祿說過：「凡願在基督內虔誠生活的人，都將遭受迫害。」但你這位牧者只追求自己的利益，而不顧基督的利益；你忽視保祿所說的：「凡願在基督內虔誠生活的，都將遭受迫害」；你却說：「如果你願在基督內虔誠生活，你將充滿一切福樂。如果你沒有子女，你將擁有衆人，並且扶養他們，沒有一個會死去。」這就是你建築的方式嗎？請注意你在作什

麼，你把房屋建築在哪裏。你是在沙子上築屋。風吹雨打，洪水泛濫，衝擊這座房屋，它將會坍塌，成爲一片廢墟。

你該把這座坍塌的房子從沙子中扶起來，安置在磐石上：你願意誰成爲基督徒，就該使他生活在基督內。要讓他觀察基督無辜而受苦難；讓他注視無罪的基督，爲祂所沒有偷竊的而補償；要讓他注意聖經告訴他的話：「祂鞭打所收養的每一個兒子。」要教他準備受鞭打，或者設法不要被收養爲兒子。

對答詠

得前二，4，3

領：我們是被天主考驗合格，而受委託傳福音的人。 答：我們宣講，不是爲取悅於人，而是爲取悅於天主。

領：我們的講勸，不是出於幻想，不

是出於不誠，也沒有欺詐。

答：我們宣：

結束禱詞 見常年主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀厄則克耳先知書

一八，1-13，20-32

善惡終有報

上主的話傳給我說：「在以色列境內，你們有這樣流行的俗話說：『祖先吃了酸葡萄，子孫的牙齒酸倒了』，這話有什麼意思？我指着我的生命起誓——吾主上主說——以色列境內決不再容許這俗話流行。所有的生命都屬於我，祖先的生命

和子孫的生命都屬於我；誰犯了罪，誰就該死。一個人若是公正的，必行公道正義的事。他不上山吃祭物，不舉目瞻仰以色列人的偶像，不污辱近人的妻子，不接近經期中的婦女，不欺壓任何人，償還債戶的抵押，不搶劫，施給饑餓者食物，給赤身的人衣服穿，不加重利，不取利息，使自己的手遠避邪惡，在人與人之間執行公正的審斷，遵行我的法律，謹守我的誠命，行事忠信：這樣的人纔是公正的，必得生存——吾主說。

倘若這人生了一個兒子，性暴好殺，只行這類的事；對上述的事不但不作，反而上山吃祭物，污辱近人的妻子，欺壓貧窮無告的人，搶劫，不償還抵押，舉目瞻仰偶像，作醜惡的事，加重利，取利息：這樣的人決不能生存，因為他作了這些醜

事，必要喪亡，他的血債必由他自己來負。

誰犯罪，誰就該死；兒子不必承當父親的罪過，父親不必承當兒子的罪過；義人的正義歸於他自己，惡人的邪惡也歸於他自己。

若是惡人悔改，遠離所犯的罪過，遵守我的法度，遵行我的法律和正義，必得生存，不致喪亡。他所作的一切邪惡必被遺忘；他必因所行的正義而得生存。難道我喜歡惡人喪亡嗎？——吾主說——

我更喜歡他離開舊路而得生存。若是義人離棄了正義而作惡，如同惡人所慣行的醜惡，他怎能生存？他作過的正義必被遺忘，因為他背信違約，犯了罪過，必要喪亡。你們或許說：上主的作法不公平！以色列人哪，請聽我說：是我的作法不公平

嗎？難道不是你們的作法不公平嗎？若是義人離棄正義而作惡，因而喪亡，是因為他所作的惡而喪亡。若是惡人遠離他所作的惡事，而遵行法律和正義，必能保全生命，因為他檢討之後，離棄了所作的一切惡事，他必生存，不致喪亡。若以色列人還說：吾主的作法不公平。以色列人哪！是我的作法不公平嗎？難道不是你們的作法不公平嗎？

以色列人哪！我要照各人的行為審判你們——吾主上主說——你們該回心轉意，離開你們的一切罪惡，避免它們再做你們犯罪的絆腳石。從你們身上拋棄一切得罪我的惡行罷！你們要改造一顆新心，一種新精神！以色列人哪，你們為什麼偏要喪亡？因為我不喜歡任何人喪亡——吾主上主說——你們回心轉意罷！你們必得

生存！」
對答詠

耶三一，29；

則一八，20，30

領：將來的人永不會再說：祖先吃了酸葡萄，子孫的牙齒也要酸軟。

答：誰犯罪，誰就該死。

領：我要按你們各人的行為裁判你們；兒子不必承當父親的罪過；父親也不必承當兒子的罪過。

答：誰犯罪：

誦讀二 選讀聖思定主教論牧者

給與安慰的繃帶

保祿使徒說：「上主鞭打所收納的每一個兒子」，而你却對你的信友說：「也許你將被豁免。」如果誰被豁免受鞭打之苦，誰就不算作天主的兒子。你要說：

「那麼，上主鞭打所有的兒子嗎？」是的，祂鞭打所有的兒子，正像鞭打祂的獨生子一樣。那獨生子生自聖父的性體，具有「天主的本性本體」，與聖父平等；祂是聖言，萬物是藉祂而造成的；祂本來不能受鞭打。因此祂穿上了肉體，以便受鞭打。那麼，天主鞭打了無罪的獨子，祂能夠放過那有罪的義子嗎？保祿使徒說：天父名叫我們做祂的義子。我們做了祂的義子，好使我們與祂的獨子成爲共繼承者，甚至作祂的基業：「你請求我，我必將列邦賜給你作基業」。基督受苦受難時便給我們樹立了模範。

但是，顯然地，爲使軟弱的基督徒、面對未來的試探，不致跌倒，善牧不該以虛偽的希望欺騙他，也不該使他因恐懼而氣餒。該對他說：「你要準備你的靈魂承

受試探。」也許他開始戰慄、驚惶，拒絕前進。你還可說其他的話：「天主是信實的，祂絕不容許你們受試探超過你們所能承受的。」宣講未來的痛苦時，強調天主的應許，就是使軟弱的人堅強。對那過份害怕而驚恐的人，你要向他說明天主的仁慈：這不是說將不會有試探，而是因爲天主不容許人受他所不能承受的試探——這樣你就是在包紮那受傷的。

有些人聽到將要來的困難，便更加武裝自己，好像口渴的人想喝水一般。他們認爲：治療信友的普通藥物對他們自己並不重要；他們甚至尋求殉道者的光榮。還有其他的人聽到將來那不可避免的考驗，當這考驗來到時，便灰心喪志、不能前行。但是這種事情發生在基督徒身上是正常的，而且除非一個人希望作一個真基督

徒，其他任何人是不會體驗到這些考驗的。

你要提供安慰的繃帶，要包紮那受傷的。你要說：「不要害怕，你所信仰的那位、在你受試探時不會離棄你。信實的天主、不會容許你受試探、超過你所能承受的。你聽到的不是我的話，而是保祿的話，他也說：『基督在我內說話，你們願意要一個證據嗎？』因此，當你聽到這話時，就是聽基督親自在說話，就是牧養以色列子民的牧者在說話。聖經有話對他說：「祢給我們喝適量的眼淚。」保祿使徒所說「祂不容許你們受試探超過你們所能承受的」，先知則說「適量的」。天主糾正你又鼓勵你、恐嚇你又安慰你、打擊你又治愈你。你不要拒絕祂。

對答詠

詠四三，23；羅八，37；

詠四三，12

領：上主，我們爲了祢的緣故、整日被宰割；我們被當作待宰的羔羊。

答：然而靠著那愛我們的主，我們在一件事上、大獲全勝。

領：祢把我們交出、有如待宰的羔羊，把我們放逐到異邦。

答：然而靠：

結束禱詞 見常年主日

第二十五主日

聖詠集第一週

第一晚禱

謝主曲對經：請你們也到我葡萄園裏來，

我要給你們合理的工資。

誦 讀

誦讀一 恭讀厄則克耳先知書

二四，15-27

先知的生活為人民是一種預兆

上主的話傳給我說：「人子，我就要把你眼中所喜悅的人猝然奪去，你不可哀悼，不可哭泣，不可流淚；只可默默歎息，却不可哀悼死者。頭上仍纏着頭巾，腳上仍穿着鞋，不可遮蓋鬍鬚，也不可吃喪食。」早晨我向人民講了這事，晚上我的妻子便死了；次日早晨我照吩咐我的作了。人民問我說：「你能不能告訴我們：你這樣作對我們有什麼意思？」我回答他們說：「上主的話傳給我說：你要告

訴以色列人：吾主上主這樣說：我要把我的聖所，就是你們所誇耀的勢力，眼目所喜愛，心靈所繫戀的地方加以褻瀆，你們所遺留下的子女要死於刀下。那時你們要作我所作的：不遮蓋你們的鬍鬚，不吃喪食，你們的頭仍纏着頭巾，腳仍穿着鞋，不舉哀，不哭泣，因你們的罪惡而消沉，而彼此傷歎。厄則克耳為你們是一個預兆：當那事來到時，你們要照他所作的去作。到那時你們必承認我是上主。」

「人子，在我從他們手中取去他們的堡壘，就是他們所誇耀的喜樂，眼目所喜愛，心靈所繫戀的子女的那一天，那時必有一個逃難的來到你這裏，報告你這消息。那一天你要向那逃難的開口說話，不再作啞吧。這樣，你為他們是一個預兆，那時他們將承認我是上主。」

對答詠

則二四，24；岳二，13

領：厄則克耳爲你們是一個預兆：你們要照他所作的去作。 答：你們必將承認我是上主天主。

領：你們要撕裂你們的心，而不是你們的衣服；你們要歸依上主你們的天主。 答：你們必：

誦讀二 選讀聖思定主教論牧者

論軟弱的基督徒

上主說：「瘦弱的、你們不扶養。」

這是對邪惡的牧者們所說的，他們是假牧者，只尋求私利，而不尋求耶穌基督的利益；完全不照顧羊羣；患病的羊，也不醫治，却喜愛吃羊奶、穿羊毛衣。所謂「軟弱的」，是指不健康的，因爲稱之爲軟弱的，也包括患病的在內。可是，在軟弱的和患病的（就是不健康的）二者之間有所

區別。

弟兄們，當我試圖做這種區分時，也許我們能講得更清楚、更確切，或者另一位有經驗而聰明的人做得更好。目前，我只是按我所了解的、給你們講解聖經。關於那瘦弱的，但願他不遭遇試探，而受傷害；病弱的人已經因某種貪慾而患病，貪慾在阻止他走上天主的道路，並負起基督的軛。

你們要注意那些願意善生的人，他們立志要度一個好的生活；但他們雖然已有行善的準備，還沒有忍受痛苦的能力。然而基督徒的健康不只在於行善，也在於忍受痛苦。因此，有些人表面看來熱心行善，但一遇困苦，便不願或不能忍受，便是軟弱的人。至於那些心懷惡念，貪戀世福的，不願行善，都是像臥病不起的人；

奪去了他們行善的力量。

這種人便好似癱子：抬他的人既不能把他們抬到主跟前，就揭開屋頂，把他縋下去。這在靈魂方面，就好像你願意揭開屋頂，把癱瘓的靈魂縋到主面前。他四肢癱瘓，不能行善，擔負着罪惡的重擔，又因惡念而疾病纏身。由於你的四肢行動不自如，患了內在的癱瘓，不能到醫生那裏去。（或許醫生就隱藏在室內——因為聖經的真正意義是隱密的。）你要把隱密的顯示出來，打開房頂，把癱子縋下去。

那些不這樣做，或疏於這樣做的牧者，要聽主的話：「那患病的、你們沒有醫治；那受傷的、你們沒有包紮」，這一點，我以上已經說過。人由於害怕考驗而受傷；這裏有些東西可以包紮他的傷，就是安慰的話：「天主是信實的，不會容許

你們受試探、超過你們所能忍受的，祂必定給你們開一條出路，使你們能忍受得住。」

對答詠

格前九，22 / 23

領：和軟弱的人在一起，我就成爲軟弱的人，爲了要爭取那軟弱的人。 答：同什麼樣的人在一起，我就作什麼人，總要救一些人。

領：我做這一切，都是爲了福音，目的在與人共沾福音的恩澤。

答：同什麼：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚主曲對經：主說：你們當中那最大的一位，該作你們的僕人；自大

的人，必被貶抑；自謙的人，必受尊敬。

結束禱詞

天主，祢曾曉諭我們「愛主、愛人，」乃是祢所有誠律的中心；求祢使我們恪遵祢的誠命，日後獲享天國永生。

第二晚禱

謝主曲對經：主說：沒有人能侍奉兩個主人，你們不能侍奉天主，而又侍奉錢財。

常年期第二十五週

星期一

誦讀

誦讀一 恭讀厄則克耳先知書

三四，1-6，
11-16，23-31

以色列是上主的羊羣

上主的話傳給我說：「人子，你應說預言責斥以色列的牧者；向他們說預言：吾主上主這樣說：禍哉以色列的牧者！你們只知牧養自己；牧人不該牧養羊羣嗎？你們吃羊奶，穿羊毛衣，宰肥羊，却不牧養羊羣：瘦弱的，你們不扶養；患病的，你們不醫治；受傷的，你們不包紮；迷路了的，你們不領回；遺失的，你們不尋找，反而用強力和殘暴管治他們。因為沒有牧人，羊都四散了；羊四散後，便成了一切野獸的食物。我的羊在羣山峻嶺中迷了路，我的羊四散在全地面上，沒有人照顧，沒有人尋找。」

吾主上主這樣說：我要親自去尋找我的羊，我要親自照顧我的羊。如同牧人在羊羣失散的那天怎樣尋找他的羊，我也怎樣尋找我的羊；我要把那些曾在陰雲和黑暗之日四散到各地的羊，從那些地方救回來。我要從各民族中將他們領出來，從各國將他們聚集起來，領他們回到本土；我要在以色列的羣山上，溪水畔，以及本國的一切牧場上牧放他們。我要在茂盛的草原上牧放他們，在以色列的高山上有他們的羊棧，在那裏他們要臥在舒適的羊棧裏，在以色列的羣山上，在肥美的牧場上吃草。我要親自牧放我的羊，親自使他們臥下——吾主上主說——失落的，我要尋找；迷路的，我要領回；受傷的，我要包紮；病弱的，我要療養；肥胖和強壯的，我要看守；我要按正義牧放他們。

我要爲他們興起一個牧人，那就是我的僕人達味，他要牧放他們，作他們的牧人。上主我要作他們的天主，我的僕人達味在他們中間作領袖：這是上主我說的。我要和他們訂立平安的盟約，使猛獸從那地上滅絕，他們便可在曠野中安居，在森林裏安眠。我要降福他們和我山丘的四周，按時降雨，那是滿帶幸福的雨；因此田間的樹木要結果子，土地要有出產；他們將安居在本鄉。當我打斷他們所負的軛，從奴役他們者的手中救出他們時，他們必承認我是上主。他們不再作異民的獵物，地裏的野獸也不吞噬他們，他們反而要安居樂業，不再受人恐嚇。我要使他們的植物茂盛，他們在境內不再爲飢荒所消滅，再也不受異民的羞辱：如此，他們必承認上主我是他們的天主，與他們同在，

而他們——以色列人是我的百姓——吾主上主說——你們作我的羊，是我牧場上的羊羣。我是你們的天主——吾主上主說。」

對答詠

則三四，12，13，14，

若十，10

領：我的羊在陰雲和黑暗之日、曾四散各地，我要拯救他們，領他們回到本土。 答：我要在青草茂盛的牧場上牧放他們。

領：我來的目的，是要使他們獲得生命，而且是獲得更豐富的生命。

答：我要在：

誦讀二 選讀聖思定主教論牧者

無論順境逆境總要堅持

「迷路的、你們沒有領回；遺失的、你們沒有尋找。」我們好似生活在盜賊的掌握裏，和豹狼的爪牙下，我們要求你們

為我們的險惡環境祈禱。這些羊也是倔強的。牧者去尋找這迷途的羊，但是因為牠們漫遊而遺失了，牠們便宣稱，這牧者不再屬於我們：「你們為什麼要我們？為什麼要尋找我們？」就好像說，我們召喚並尋找他們的理由，並不是因為他們迷了路，遺失了。其中一個說：「我若迷路，我若遭遇死的危險，你為什麼召喚我？為什麼要尋找我？」我說：「因為你迷路了，我要把你領回來；因為你遺失了，我要尋找你。」他說：「我願意迷路；我願意遺失。」

你願意迷路，願意遺失嗎？我不願意這樣做，豈不更好！我敢大膽的說：我不合時宜。但因我聽到保祿使徒說：「你要宣講真道，不論順境或逆境，總要堅持不變。」對誰是逆境呢？對誰是順境呢？對

於願意聽的人，就是順境；對於不願意聽的人，就是逆境。我雖然是不合時宜的，我不敢說：「你願意迷路，你願意遺失，我却不願意！」因為我所敬畏的那一位不願意。假設我願意這樣做，就請聽祂責斥的話：「那迷路的、你沒有領回；那遺失的、你沒有尋找」。難道我寧要怕你而不怕祂嗎？要知道，「我們衆人都該出現在基督的審判臺前」。

我將領回那迷途亡羊；我要尋找那遺失的羊。你願意與否，我要這樣做。在我尋找時，樹林中縱然有荆棘刺痛我，我也要走遍條條狹路，穿過所有叢林。只要我所敬畏的上主賜我力量，我必要到處去尋找。那迷路的，我必要領回；那將遺失的、我必去尋找。如果你不願我受苦，你就不需要迷路，不要遺失！我爲了你的迷

路，你的遺失而悲傷，還是小事。我害怕的是，如果我忽略了那強壯的。請注意以下的話：「連那強壯的，你也殘殺了。」如果我忽略迷路和遺失的，那強壯的也將樂於迷路而遺失。

對答詠

德四，28-29；弟後四，2

領：在救助人時，不要緘口不言，不要隱藏你的智慧， 答：因爲從談話中可以看出智慧，在言詞上可以顯露知識。

領：你要宣講眞道，不論順境逆境，總要堅持不變；用最大的耐心和各樣的教訓去規勸、斥責，和鼓勵。 答：因爲從：

結束禱詞 見常年主日

星期二

誦 讀

誦讀一 恭讀厄則克耳先知書

三六，16-36

天主子民在物質與精神方面的復興

上主的話傳給我說：「人子，以色列人住在本土時，以他們的生活和行爲玷污了此地，他們的行爲在我面前好似經期的污穢。因爲他們在此地所流的血，又因爲他們的偶像玷污了此地，我便在他們身上發洩我的憤怒，將他們分散到異民中，散佈到各國，照他們的生活和行爲懲罰了他們。他們到了應去的異民那裏，還褻瀆了我的聖名，因爲人們談論他們說：『這些人是雅威的百姓，但是他們却應當離開本

土！』我便憐惜我的聖名，就是以色列人在他們所到的異民中所褻瀆的聖名。因此，你要告訴以色列人，吾主上主這樣說：以色列人哪，我作這事並不是爲了你們，而是爲了我的聖名，就是你們在所到的異民中所褻瀆的聖名。我要使我的名顯聖，就是在異民中被褻瀆，即你們在他們中所褻瀆的聖名；當我在你們身上，在他們眼前顯爲聖的時候，異民就要承認我是上主——吾主上主說。我要把你們從異民中領出來，從各地聚集你們，領你們回到故土。那時，我要在你們身上灑清水，潔淨你們，淨化你們脫離各種不潔和各種偶像。我還要賜給你們一顆新的心，在你們五內放上新的精神，從你們的肉身內取去鐵石的心，給你們換上一顆血肉的心。我要將我的神賜給你們，使你們遵行我的規

律，恪守我的誠命，而且一一實行。這樣，你們要住在我賜給你們祖先的地方；你們要作我的百姓，我作你們的天主。我要救你們脫離各種不潔，命五穀豐登，不再讓你們遭受饑荒。我要使樹上的果實、田間的出產豐收，免得你們因饑荒受異民

凌辱。那時你們想起你們的惡行和所犯的過錯，連你們自己對你們的罪過和醜惡之事，也感覺討厭。你們應清楚知道：我作這事並不是爲了你們——吾主上主說——以色列人哪！爲你們的品行感到慚愧罷！

吾主上主這樣說：在我洗淨你們脫離各種罪過的那天，使城邑有人居住，廢墟得以重建，在過客眼中曾爲荒蕪的地方，再得以耕種，那時人們要說：那曾荒廢的地方，如今成了「伊甸」樂園；荒蕪廢棄和破壞的城池，現在成了設防安居之地。

這樣，你們四周的殘餘民族便要承認，是上主我重建了破壞的城，種植了荒廢的地。上主我言出必行。

對答詠

則十一，19-20，19

領：我要拿走他們鐵石的心，給他們換上一顆血肉的心。 答：好使他們遵行我的法令；他們將成爲我的百姓，我要作他們的天主。
領：我必賜給他們一顆健全的心，在他們身內注入新的精神。

答：好使他：

誦讀二 選讀聖思定主教論牧者

教會像葡萄樹，日益增長，伸展到各處

「我的羊在羣山峻嶺中迷了路；我的羊四散在全地面上。」
「我的羊四散在全地面上」這句話是什麼意思？有些人貪戀

塵世財物和世俗的光榮；他們喜愛的、貪慕的就是這些。他們不願死亡，不願使他們的生命隱藏在基督內。「四散在全地面上」，因為他們貪戀世上的財物，成爲迷路的羊，便四散在全地面上。他們分散各地；但只有一位母親——驕傲——產生了他們，一如我們的慈母教會產生了所有的基督徒，而散佈到普世各地。

這不足爲怪：如果驕傲產生分離，愛德便產生統一。可是這位慈母教會自己就是一位牧者，她到各處尋找迷路亡羊；堅強那軟弱的；醫治那患病的；包紮那受傷的。雖然他們彼此並不相識，但慈母教會却都認識他們，因為她把他們與她塑造成一體。

這樣，慈母教會就像一株葡萄樹，繁榮滋長，伸展到各地。我所說的那些亡羊

就像無用的葡萄枝；園丁不得不用鐮刀砍下那不結果實的葡萄枝，這是爲了修剪葡萄樹，免得全部被鏟除。葡萄枝被砍下來後，就留在原處。但是葡萄樹向四處伸展，認識那些留在樹上的葡萄枝，也認識那些被砍掉而放在旁邊的葡萄枝。

然而，它仍要去叫回那些迷路的；因爲保祿使徒論及被剪去的葡萄枝說：「天主能夠把他們再接上去。」所以，無論你說是迷路亡羊，或是被剪去的葡萄枝，天主總是能夠把牠們叫回來，或是把被剪去的葡萄枝再接上去，因爲祂是至高的牧者，是真正的園丁：「我的羊四散在全地面上，沒有人去尋找，沒有人去把牠們領回來。」這是說，在惡劣的牧者中沒有一個人這樣做。

「因此，牧者們，聽上主的話吧！我

是生活的——吾主上主說。」你們要注意祂開始的話：這是天主的誓言，是指著祂的生命起誓。「上主說：我是生活的。」牧者們死了，但羊羣是安全的：因為上主是生活的，「上主說：我是生活的」。是哪些牧者們死了？是那些尋求私利，而不尋求基督利益的牧者。那麼，有沒有不尋求私利，而尋求基督利益的牧者呢？當然有，而且當然會找到。現在不虞匱乏，將來也不會缺少。

對答詠

格後三，4，6，5

領：我們藉著基督在天主前、才有這樣的信心。 答：祂使我們能夠為新約服務；這約不是字面的、而是聖神的法律。

領：這並不是說，我們憑自己能夠承擔什麼工作，而是說，我們之所

以夠資格、是出於天主。

答：祂使我：

結束禱詞 見常年主日

星期三

誦 讀

誦讀一 恭讀厄則克耳先知書

三七，1-14

天主子民復活的神視

上主的手臨於我，上主的神引我出去，把我放在平原上，那裏佈滿了骨頭；祂領我在骨頭周圍走了一遭；見平原上骨頭的確很多，又很乾枯。祂問我說：「人子，這些骨頭可以復生嗎？」我答說：「吾主上主！祢知道。」祂對我說：「你

向這些骨頭講預言，向他們說：乾枯的骨頭，聽上主的話罷！吾主上主對這些骨頭這樣說：我要使氣息進入你們內，你們必要復活。我給你們放上筋，加上肉，包上皮，把氣息吹入你們內，你們就復活了：這樣，你們便要承認我是上主。」於是我遵命說預言。正當我說預言時，忽然有一個響聲，一陣騷動，骨頭互相結合起來。

我看見他們身上有了筋，長了肉，包上皮，但他們還沒有氣息。上主對我說：「你要向氣息說預言！人子，要向氣息說預言：吾主上主這樣說：氣息，你應由四方來，吹進這些被殺的人身上，使他們復活。」我遵命說了預言，氣息就進入他們內，他們就復活了，並且站立起來；實在是一支龐大的軍隊。

上主對我說：「人子，這些骨頭就是

以色列人。他們常說：我們的骨頭乾枯了，絕望了，我們都完了！因此，你向他們說預言：吾主上主這樣說：我要親自打開你們的墳墓；我的百姓，我要從你們的墳墓中把你們領出來，領你們進入以色列本土。我的百姓！當我打開你們的墳墓，把你們從墳墓內領出來的時候，你們便承認我是上主。我要把我的氣息吹入你們內，使你們復活，讓你們安居在你們的土地上，那時，你們便要承認上主我言出必行——吾主上主說。」

對答詠

則三七，12，13，5；

若十一，25

領：我要親自打開你們的墳墓；我的子民，我要從你們的墳墓中，把你們領出來。 答：你們就會承認我是上主。

領：我就是復活和生命。信我的人，即使死了，依然要活著。

答：你們就：

誦讀二 選讀聖思定主教論牧者

你們要遵從他們的教訓，不要效

法他們的行為

「因此，牧者們！聽上主的話吧！」

牧者要聽什麼話呢？「吾主上主這樣說：我要攻擊那些牧者；並從他們手裏追討我的羊。」

天主的羊啊！你們要傾聽，要學習：

天主從惡牧人的手裏討回祂的羊，追查死在他們手中的羊。因為天主曾藉同一位先知說過：「人子！我立你作以色列家族的警衛；你要聽我口中的話！應代我警告他們；因此，當我告訴惡人說：『惡人！你必喪亡！』你若不講話，也不警告惡人離

開邪道，那惡人因自己的罪惡必要喪亡；但我要從你手中追討他的血債。你若警告惡人，叫他離開邪道，但他不肯歸正，不肯離開邪道，他必因自己的罪惡而喪亡，你却救了你自己。」

弟兄們，這是什麼意思？你們看到，緘默不語是多麼危險嗎？罪人死了，而且他該死；他死在不敬和罪惡中；因為他沒有聽牧者的警告而致死。因為他原來能找到永生的牧者，就是那說：「我活着」的上主；但是他疏忽了，那被委派作警衛者也沒有警告他。因此，他理當死亡，而那作警衛的也應受懲罰。但是上主說：當我用劍危脅他時，如果你向他說：「你一定要死了！」而他竟不躲避那迫近的劍，而致劍落身亡，他便是死在罪惡中，而你却保全了性命。因此，我的本分是不該緘默不

語；至於你們的本分是，如果我保持緘默，你們要從聖經中聆聽至高牧者的話。

既然我說了以上的話，那麼，讓我們看看：上主是不是把羊從惡牧人手中領回來，再交給好牧人。我確實知道祂把羊從惡牧人手中領回來，因為祂這樣說：「我從他們手裏追討我的羊；我不再讓他們牧放羊羣。」因為當我說：「要他們牧放我的羊羣」時，他們却牧養自己，而不牧養我的羊。因此，「我不再讓他們牧放我的羊。」

上主怎樣不讓他們牧放祂的羊呢？

「你們要做他們所吩咐的，不要效法他們所做的。」這好像說：「他們說我的話，他們做自己的事。」如果你們不做惡牧者所做的事，他們就不是牧放你們；你們做他們所吩咐的事，便是我在牧放你們。

對答詠 路十二，42，43；格前四，2

領：誰是那又忠信、又精明的管家，主人指派他管理家務，按時配給僕人食糧呢？ 答：主人回來時，看見這僕人忠於職守，這僕人才有福氣。

領：主人對管理人所要求的，就是要他忠信可靠。 答：主人回：

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦 讀

誦讀一 恭讀厄則克耳先知書

三七，15-28

以色列與猶大將要統一的象徵

上主的話傳給我說：「人子，你拿一

塊木頭，上面寫：『猶大和他的同族以色列子民。』再拿另一塊木頭，上面寫：

『若瑟——厄弗辣木頭——和他的同族的以色列子民。』以後，你把兩塊木頭連成一塊，在你手中成爲一塊。若你民族的子民間你說：『這是什麼意思？你不能告訴我們嗎？』你要回答他們說：吾主上主這樣說：我要拿若瑟的——就是在厄弗辣木頭中的——和他的同族以色列支派的木頭，將它同猶大的木頭連結成爲一塊木頭，在我手中成爲一塊。你應把在上面寫過字的兩塊木頭拿在你手中，在他們面前，對他們說：吾主上主這樣說：我要把以色列子民從他們所到的異民中領出來，把他們從各方聚集起來，帶他們回到本土；我要使他們在那裏和以色列山上成爲一個民族，他們只有一位國王，不再是兩

個民族，不再分爲兩個國家；他們也不再爲他們的偶像、怪物和各種邪惡所玷污；我要把他們從他們因背約所犯的各種罪過中救拔出來，淨化他們，成爲我的民族，我作他們的天主。我的僕人達味要作他們的國王，他們全體只有一個牧人；他們要遵行我的法律，謹守我的誠命，而且一一實行；他們要安居在我賜給我的僕人雅格，就是他們的祖先所居住的地方；他們、他們的兒子，他們的子子孫孫直到永遠，住在那裏；我的僕人達味永遠作他們的領袖。我要同他們訂立和平的盟約，同他們訂立永遠的盟約；我要厚待他們，使他們昌盛，而且在他們中間建立我的聖所，直到永遠。我的住所也設在他們中間；我要作他們的天主，他們要作我的子民。當我的聖所永遠在他們中間時，異民

便承認我是聖化以色列的天主。」

對答詠

則三七，21，22，

若一〇，16，11

領：我要把以色列子民領出來，把他們從各方聚集起來，要使他們成爲一個民族。 答：且使他們成爲一棧一牧。

領：善牧爲了自己的羊羣捨命。

答：且使他：

誦讀二 選讀聖思定主教論牧者

我要在茂盛的牧場上牧羊

「我要從各民族中領他們出來，從各國將他們聚集起來，領他們回到自己的地區；我要在以色列的羣山上牧放他們」。上主豎立了以色列的羣山，就是聖經的作者。你們要在那裏安全地牧羊，凡是從聖經聽到的，你們要好好體味；聖經以外

的，要加以擯棄。你們要聽牧者的聲音，以免迷失在霧中。你們要集合在聖經的山上。在那裏，有你們心靈的美味，沒有毒物，沒有不可吃的東西，那裏有極肥沃的牧場。只有你們這些強壯的羊，請來吧！在以色列的羣山上獲得牧養吧。

「我將在小溪畔和本國的一切牧場上、牧放他們」。從我們以上所說的山上、流下福音的小溪，因爲「他們的聲音達到地極」；世界各地也都成了一片優美肥沃的牧場，以牧養羊羣。

「我要在茂盛的牧場上牧放他們；在以色列的高山上有他們的羊棧」，這就是說：他們能安息在裏面，他們在那裏可以說：「好啊！」他們可以說：「是真的，是明顯的，我們沒有受騙。」他們將安息在天主的榮耀裏，好像在羊棧裏一樣。

「他們安眠」，就是「安息在歡樂中」。

「在以色列的羣山上，在肥美的牧場上吃草。」我已經談到以色列的山、優美的山——我們所仰望的山，能給我們救助的山。但是我們的救助是來自那創造天地的天主。因此，我們不要把希望寄托在優美的山本身，要依靠上主的話：「我要在以色列山上牧放我的羊羣」。也不要停留在那物質的山上，因為上主接着說：「我要牧放我的羊」。因此，你要舉目望山，仰望那能給你賜下援助的山。然而，你要注意祂的話：「我要牧放」，因為你的救援是來自創造天地的上主。

上主這樣作結論說：「我要按正義牧放他們。」你看！天主獨自牧放，用正義牧放羊羣。因為人怎能公正地判斷別人呢？到處充滿著妄斷。我們對某人絕望時，

他可能忽然改變，成爲很好的人；我們對某人非常信任時，他可能忽然改變，成爲最壞的人。我們所怕的是不確定的；我們所愛的，也不是確定的。

一個人今天是怎樣的，連他自己也難知道。可是，人稍微知道、他今天是怎樣的人；但是明天如何，連他自己也不知道。因此上主以正義牧放；按每人的情況而分施：把這些賜給這些人，把那些賜給那些人，或此或彼，都按每人所應得的。因為祂知道祂在做什麼。祂以正義而牧放；祂救贖了祂所審判過的羊。所以祂按正義而牧羊。

對答詠 若一〇，14；則三四，11，13

領：我是善牧。 答：我認識我的羊；我的羊也認識我。

領：我要尋找我的羊，我要看顧他

們；我要從各民族中領出他們來，而牧養他們。 答：我認識：

結束禱詞 見常年主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀厄則克耳先知書

四〇， 1 ； 4 ；

四三， 1 ； 12 ；

四四， 6 ； 9

以色列與聖殿將重建的神視

我們充軍後第二十五年，京城被毀後第十四年正月初十日，就在這一天，上主的手臨於我。在神視中領我來到以色列本

土，把我放在最高的山上，山的南方有一座像城的建築物。祂領我到了那裏，我看見一個人，面色似銅，手中拿着一條麻繩和測量竿，站在門樓旁。那人對我說：「人子，你要用眼看，用耳聽，注意我指示你的一切，因為我帶你到這裏來，是爲叫你看見；你要把你所見的，告訴以色列人。」

祂領我到了面朝東的門。我看見以色列天主的光榮從東方而來，有一種響聲，像大水的澎湃聲，大地也因祂的光榮而炫耀。我所看見的神視和我從前來摧毀城市時所看見的神視一樣，神視的情形也和我以前在革巴爾河畔所見的神視一樣。於是我就伏地掩面。上主的光榮從朝東的門進入聖殿。神力把我提起來，領我進入內院。我看見上主的光榮充滿了聖殿。

當那人站在我身旁時，我聽見從殿內有一位向我說話，對我說：「人子，這是安放我寶座的地方，這是我腳掌所踏的地方，我願在這裏永遠住在以色列子民中。以色列人和他們的君王，不再以淫亂和君王的屍體玷污我的聖名。因為他們靠着我的門限安置他們的門限，也靠着我的門框安置他們的門框，在我和他們之間僅有一牆之隔。他們會以自己所行的醜惡之事玷污了我的聖名，因此我發怒，把他們消滅。現在他們要從我面前除去他們的淫亂和君王的屍體，這樣我要永遠住在他們中間。人子，你要向以色列人闡述這聖殿，使他們對自己的罪惡感到慚愧；闡述聖殿的完美和構造，使他們對自己所作的感到慚愧。你要畫出聖殿的圖形、結構、出路、進口和所有的式樣，並把各種規定和

各種法律告知他們，在他們眼前寫出來，使他們遵守各種法律和規定，一一奉行。這是關於聖殿的規定：山頂周圍的地，都是神聖不可侵犯的。」

你要對叛逆的以色列人說：吾主上主這樣說：以色列人哪，你們所作一切醜惡的事，該夠了罷！當你們奉獻給我食品、脂肪和牲血時，竟然帶領心身未受割損的外方人進入我的聖所，褻瀆我的殿宇；這樣以你們的一切醜惡、破壞了我的盟約。你們既不在我聖所內供職，却派他們代我在我聖所內供職。因此吾主上主這樣說：心身未受割損的外方人、在以色列人中的外方人，都不准進入我的聖所。

對答詠 則四三，4 / 5；參閱路二，27

領：上主的光榮從東門進入了聖殿，
答：上主的光榮就充滿聖所。

領：耶穌的父母帶著嬰兒耶穌、進入聖殿。 答：上主的：

誦讀二 選讀聖思定主教論牧者

所有的善牧都在一位牧者內

基督是你的牧者與審判者；祂辨認誰是祂的羊，誰不是祂的羊。祂說：「凡是我的羊，都聽我的聲音，他們也跟隨我。」

在這裏我發覺，所有的善牧都在一位牧者內。因為善牧並不缺乏，而是所有的善牧都在一位牧者內合為一體。若說有許多善牧，就意謂他們分裂了。這裏只宣稱有一位，因為要強調牧者之間的團結。在此不提牧者們，而只提唯一善牧的理由，不是因為主未曾找到一位可以把祂的羊託付給他的牧者。主把羊羣託付給了一位牧者，因為祂找到了伯鐸。是的，主在伯鐸身上也強調了團結。使徒有多位，祂却只

對一位說：「你牧放我的羊。」不要相信，今天教會缺乏善牧，也不要相信我們缺少善牧：不要以為天主的仁慈不願產生善牧和指派善牧。

的確，如果有好羊，也有好牧者：因為好牧者是從好羊羣中產生的。但是所有的好牧者都在一個善牧內，大家成爲一體。只要他們牧羊，就是基督在牧羊。因爲新郎的朋友不是用他們自己的聲音說話，而是因爲聽到新郎的聲音而非常歡樂。所以當他們牧羊時，就是基督自己在牧羊。祂說：「我牧羊」，因爲主的聲音、主的愛、就在他們內。當主把羊託給伯鐸時，如同一個人對另一個人，祂願伯鐸與祂自己成爲一體。這樣，祂把羊羣託付給伯鐸的方式，是要祂自己作爲頭，而使伯鐸代表身體，就是教會；這就好像夫妻二

人成爲一體。

因此，主把祂的羊託付給伯鐸時，爲了表示祂與伯鐸的合一關係，首先說了什麼呢？祂說：「伯鐸，你愛我嗎？」他答道：「我愛祢。」主又問：「你愛我嗎？」他又回答說：「我愛祢。」第三次主又問：「你愛我嗎？」他答道：「我愛祢。」主確定伯鐸對祂的愛，是爲了鞏固合一。這樣，這位牧者在這些牧者內牧養祂的羊，而這些牧者是在這一位內牧羊。

聖經未提到牧者們，但並未忽略他們。牧者們有理由誇耀，但「誰要誇耀，應在主內誇耀。」這是說：是基督在牧羊，他們是爲了基督，並在基督內牧羊；除了爲基督，他們並不謀求私利。這不是由於缺少牧人（一如先知預言將來的惡劣時代），基督才說：「我將牧放我的羊」，

我找不到一個人可以把羊託付給他。即使在伯鐸及其他使徒在世時，唯一牧人——在祂內所有的牧人成爲一體——曾說：「我還有別的羊，不屬於這羊棧，我必須把牠們領來，好成爲一個羊羣，一個牧者。」

因此，所有的牧者都應在一位牧者內，都發出那一位牧者的聲音，使羊羣聽見，並追隨他們的牧者，不是追隨任何的牧者，而是追隨唯一的牧者。所有牧者都該在這一位牧者內發出一個聲音，而不是不同的聲音。「弟兄們，我因我們的主耶穌基督的名、勸你們大家要言談一致，在你們中不要分裂」。所有的羊都應聆聽這根絕了分裂、掃除了異端的聲音，並應追隨他們的牧者，祂說：「我的羊聽我的聲音，也跟隨我。」

對答詠

領：上主，求祢不要離棄祢的羊羣；

答：祢是善牧，祢永不睡眠，常

常護守我們。

領：上主，求以祢的仁慈眷顧我們，

以免那狡猾的仇敵——魔鬼來侵襲

我們。 答：祢是善：

結束禱詞 見常年主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀厄則克耳先知書

四七，1-12

聖殿下水湧成河的神視

天使領我回到聖殿門口，我看見有水

從聖殿門限下湧出，流向東方——因為聖

殿正面朝東；水從聖殿的右邊經過祭壇的

南邊流出。隨後他領我從北門出來，帶我

從外面轉到東門。水從右邊流出來。那人

手拿繩索向東走去，量了五百公尺，他叫

我從水中走過去，水只到腳踝。他又量了

五百公尺，再叫我從水中走過，水到了膝

蓋。他又量了五百公尺，又叫我走過去，

水到了腰部。他又量了五百公尺，水已經

成了河，不能走過去，因為水已高漲，成

了可供游泳的水，不能走過去的河。於是

他對我說：「人子，你看見了嗎？」他便

帶我回到河岸上。

當我回來時，我看見沿河兩岸有許多

樹木，於是他對我說：「這河向東方流到

阿辣巴而入海——鹽海中，海水就會變成

好水。這條河所流過的地方，凡蠕動的生

物都得生活，魚類也繁多，因為凡這水所

到的地方，萬物必能生存。漁夫要住在海邊，從恩革狄到恩厄革拉因，都是曬網的地方。那裏的魚種類很多，像大海裏的一樣。但是所有的沼澤和湖泊的水却不會改變，留作產鹽之區。沿河兩岸，要生長各種果樹，枝葉總不凋零，果實決不匱乏，並且按月結出果實，因為水是從聖所流出來的；樹上的果實可當作食物，枝葉可當作藥材。」

對答詠

則四七，1，9；

參閱若四，14

領：我看見水從聖殿的右側流出來。

答：這水所流經的地方，萬物必

能生存。

領：我要給的水，將在他們內成爲水

泉，湧出活水，使人得到永生。

答：這水所：

誦讀二 選讀聖怡樂主教聖詠釋義（詠

六四）

河水使天主之城歡樂

「天主的河川洋溢；祿爲他們準備了食糧；這一切都是祿的安排。」關於河川的意義是毫無疑問的。因爲先知說：「河水要使天主之城歡樂。」主親自在福音中說：「誰若喝了我所賜給的水，將永遠不渴；我賜給的水，將在他內成爲湧到永生的水泉。」又說：「信我的人，就像經上所說的：從他的腹中要流出活水的江河。祂說這話，是指那信祂的人，將要領受的聖神。」所以這條江河充滿天主的活水。因爲我們要滿溢聖神的恩惠；而且，天主的這條河從那生命之泉、滿溢著活水、灌注在我們身內。

我們還有準備好了的食糧。這食糧是

什麼？就是準備我們分享天主性體的食品：藉聖體聖事我們日後都與祂的聖體共融。這就是本篇聖詠所指示的，說：「祢供應了他們的食糧，這一切都是祢的安排。」因為藉這食糧不但現在準備我們獲得救援，而且準備我們將來獲得救援。

我們藉聖洗聖事而重生的人，當我們覺察聖神在我們內的初步行動時，就感到非常歡樂。祂使我們了解各種奧秘，享有先知的知識，說智慧的話，有堅強的望德，享有癒病的神恩，和使魔鬼屈服於我們的權利。這些恩賜，好像水滴滋潤我們，使我們逐漸發榮滋長，而結出豐美的果實。

對答詠

詠三五，9，10；六四，5

領：上主，他們飽饗祢家中的盛筵，

暢飲祢那怡人的溪水。 答：因

為在祢那裏有生命的泉源；藉著祢的光照，我們才能看到光明。

領：我們將飽饗祢家中的恩澤。

答：因為在：

結束禱詞 見常年主日

第二十六主日

聖詠集第二週

第一晚禱

謝主曲對經：不是所有對我說「主啊！主啊！」的人都能進入天國，只有遵行我天父旨意的人，才能進去。

誦 讀

誦讀一 恭讀致斐理伯人書

一，1-11

問候與感謝

基督耶穌的僕人保祿和茂德，寫信給斐理伯的衆位在基督耶穌內的聖徒、監督和執事：願恩寵與平安從天主我們的父和主耶穌基督賜給你們！

我一起想起你們，就感謝我的天主；我每次祈禱，總懷着喜悅爲你們大家祈禱，因爲你們從第一天直到現在，都協助宣傳福音的工作；我深信：在你們內開始這美好工作的那一位，到耶穌基督的日子必予以完成。我這樣想念你們衆人是理當的，因爲我在心內常懷念你們，不論我帶鎖鍊、或辯護、或確證福音時，你們常參與了我所受的恩寵。天主爲我作證：我是怎樣以基督耶穌的情懷愛你們衆人。我所祈

求的是：願你們的愛德日漸增長，滿渥真知識和各種見識，使你們能辨別卓絕之事，爲使你們直到基督的日子，常是潔淨無瑕的，賴耶穌基督滿結義德的果實，以光榮讚美天主。

對答詠

斐一，9，10，6

領：願你們的愛心不斷地與真知識和各種識見一起進步。 答：使你們常能辨別是非，而成爲純潔無瑕的人。

領：我深信，在你們中間開始了這美好工作的那一位，到了耶穌基督的日子，必予以完成。 答：使你們：

誦讀二

選讀聖力康主教致斐理伯人書

你們因恩寵而得救

力康和他的長老、致書與僑居斐理伯

城天主的教會：願全能的天主、和我們的救主耶穌基督，賜給你們仁慈與平安！

我在我們的主耶穌基督內、與你們一同歡慶，因為你們歡迎了那些真愛德的典型，並利用這機會，幫助了許多身披鎖鏈的人；他們的鎖鏈正合乎聖者的身份，也正是天主和我們的主為祂所特選的人準備的榮冠。我也高興知道，你們那從很久以來就享有盛譽的、深深扎根的信德，到現在仍然繁茂，並在我們的主耶穌基督內結出果實。祂爲了我們的罪過，甚至忍受了死亡，然後「天主解除了祂死亡的痛苦，使祂復活了；你們沒有看見祂，却信了祂；因此，你們就享有不可言傳和充滿光榮的喜樂。」這喜樂是許多人所期望分享的；他們知道「你們得救是靠著恩寵，不是由於行爲」，而是由於天主的旨意、藉

耶穌基督而得救。

「因此，你們要束上腰，在敬畏與真理中事奉天主」；擯棄荒謬的言論，和鄙俗的錯誤。你們要「信天主，祂使我們的主耶穌基督從死人中復活，並賜給祂榮耀」，使祂坐在自己的右邊。上天下地的一切都屬於祂權下，萬物都要尊崇祂；祂仍將降來，審判生者死者。天主要向那些不信基督的人、追討祂的血債。

那使基督從死人中復活的天主，將來也要使我們復活，只要我們承行祂的旨意，遵守祂的誠命，愛祂所愛的一切，就是不行不義，不欺詐，不貪吝，不譏謗，不妄證，「不以惡還惡，不以怨報怨」，不以拳還拳，不以咒詛還咒詛；而要牢記主的教訓：「你們不要判斷人，免得你們受判斷；你們要寬恕人，你們就蒙寬恕；

你們要憐憫人，就會受憐憫；你們用什麼尺寸量給人，也要用什麼尺寸量給你們」；主又說：「貧窮的人和受迫害的人是有福的，因為天主的國是他們的。」

對答詠

弟後一，9；詠一一三，1

領：天主拯救了我們，召叫了我們度聖潔的生活，不是按照我們的行為，而是按照祂的計劃和恩寵。

答：祂在萬世以前，就藉著基督耶穌把這恩寵賜給了我們。

領：上主，光榮不要歸於我們，不要歸於我們；只是為了祢的慈愛、和祢的信實，願光榮只歸於祢的聖名。 答：祂在萬世：

晨 禱

讚主曲對經：主說：無論誰因我的名，給你們一杯涼水喝，因為你們是我的門徒，那人決不會得不到酬報。

結束禱詞

天主，祢在仁慈及寬恕方面，充分地顯示了祢的全能；求祢隨時以聖寵傾入我們心中，促使我們追求祢的恩許，來日分享祢天國的財富。

第二晚禱

謝主曲對經：孩子，你要記得，你一生享盡福樂，拉匝祿却受盡苦楚。

星期一

誦讀

誦讀一 恭讀致斐理伯人書

一，12-26

重要的事是基督受頌揚

弟兄們！我願意告訴你們，我的處境對於福音的進展反而更有益處，以致御營全軍和其餘的人都明明知道，我帶鎖鏈是爲了基督的緣故；並且大多數的弟兄，因見我帶鎖鏈，就依靠主，更敢講論天主的道理，毫不害怕。有些人宣講基督，固然是出於嫉妒和競爭，有些人却是出於善意；這些出於愛的人，知道我是被派來護衛福音的；那些出於私見宣傳基督的人，

動機不純正，只想要當我帶鎖鏈時，增加我的煩惱。可是，這有什麼關係呢？無論如何，或是假意，或是誠心，終究是宣傳了基督。爲此我現在喜歡，將來仍然要喜歡。

因爲我知道，賴你們的祈禱和耶穌基督的聖神的輔助，這事必有利於我的釋放。按照我熱切期待希望的，我在任何事上必不會蒙羞，所以現在和從前一樣，我反而放心大膽，我或生或死，總要讓基督在我身上受頌揚。因爲在我看來，生活就是基督，死亡便是利益。但如果我生活在肉身內，還能獲得工作的效果：我現在選擇哪一樣，我自己也不知道。我正處於兩難之間：我渴求解脫，而與基督在一起，這實在是再好沒有了，但存留在肉身內，對你們却十分重要。我深信不疑：我知道

我必須活下去，並且必須為你們眾人活下去，為使你們在信德上得到進展和喜樂。並使你們因着我再到你們那裏去，你們在基督耶穌內將更加以我為榮。

對答詠

斐一，20，21

領：按照我所熱切期待希望的，我在任何事上，必不會蒙羞；所以現在和從前一樣，我反而放心大膽。 答：我或生或死，總要讓基督在我身上受頌揚。

領：因為在我看來，生活原是基督，死亡乃是利益。 答：我或生：

誦讀二

選讀聖力康主教致斐理伯人書

我們要佩帶義德的武器

弟兄們，我寫這封信給你們講解義德的道理，不是出於主動，而是由於你們的請求。不論是我，或其他同道，都不會像

可頌的和榮耀的保祿那樣有智慧。他住在你們那裏時，正確而有力地、給當時的人講授真理之言。他離開後，仍給你們寫信：你們如果捧讀這些書信，便能在賜給你們的信德上進步。信德是「我們衆人之母」，望德隨之而來，而對天主、對基督、對近人的愛德走在前面。誰若具有這些，便實行了義德的誠命，因為誰有愛德，便遠離一切罪惡。

「貪財是萬惡之根」。要知道，「我們沒有帶什麼到世界上來，也不能帶什麼走」。所以我們要佩帶正義的武器，首先要教訓我們自己遵守天主的誠命；然後教訓你們的妻子：按照傳授給她們的信德、愛德和潔德而生活；教訓她們忠誠地愛丈夫，並以純潔而同等的愛去愛所有的人；還要教訓子女敬畏天主；並要訓導寡婦：

在他們對吾主的信仰上要謹慎，並不斷為衆人代禱；遠避一切誣罔、毀謗、偽證、貪財、以及一切罪惡。他們要知道，他們是天主的祭臺，而天主明察秋毫，任何事，任何思想或意念，連心中的秘密，都不能瞞過祂。

我們知道：「天主不受人嘲笑」，所以，我們應當以符合祂的誠命和旨意的方式而生活。同樣，執事要牢記自己是天主與基督的僕役、而不是人的僕役，該在正義的天主面前無可指摘。他們不要譏謗人，不要言而無信，也不要貪財；而該在一切事上有節制、慈祥、勤勞，按主的真理而生活，祂曾作衆人的僕役；我們若在此世使祂歡心，便能領受來世，一如祂所應許的：要使我們從死人中復活，並且如果我們生活得與祂相配，並有信德，也將偕

同祂為王。

對答詠

斐四，8，9

領：一切真實的，高尚的，正義的，可愛的事， 答：無論是美德、或可稱讚的事，你們都應該思念。

領：你們在我身上所學習的，所接受的一切，你們都應該實行；這樣，賜與平安的天主，必與你們同在。

答：無論是：

結束禱詞 見常年主日

星期二

誦讀

誦讀一 恭讀致斐理伯人書

一，27 ~ 二，11

師法基督的勸言

弟兄們：你們生活度日應當符合基督的福音，好使我或來看望你們，或不在你們中間時，聽到關於你們的事，而知道你們仍保持同一的精神，一心一意爲福音的信仰共同奮鬥。在任何情況下絕不怕懼敵人：這就證明他們必將喪亡，你們必將得救，這是出於天主。因爲，天主爲了基督的緣故，賜給你們的恩寵，使你們不但相信基督，而且也爲祂受苦。你們所面對的戰爭和你們會在我身上所見到的，現在又從我所聽到的是一樣的。所以，如果你們在基督內獲得了鼓勵，愛的勸勉，聖神的交往，哀憐和同情，你們就應彼此意見一致，同氣相愛，同心合意，思想一致，使我充滿喜樂。不論做什麼，不要自私自利，也不要追求虛榮，只存心謙下，彼此

該想自己不如人；各人不可只顧自己的事，也該關心別人的事。你們該懷有基督耶穌所懷有的心情：祂雖具有天主的形體，並沒有以自己與天主同等，認爲是應當把持不捨的，却空虛自己，取了奴僕的形體，與人相似，形狀也一見如人；祂貶抑自己，服從至死，而且死在十字架上。因此，天主極度舉揚祂，賜給了祂一個名號，超越一切名號，使天上、人間和地下一切，一聽到耶穌的名號，無不屈膝叩拜；一切唇舌都承認耶穌基督是主，以光榮天主聖父。

對答詠

伯前二，24；

希二，14；十二，1

領：基督在十字架上，承擔了我們的罪過，是要我們不再生活在罪惡中，而善度聖潔的生活。

答：以便藉著死亡，去毀滅那握有死亡之權的魔鬼。

領：我們信德的創始者爲了那擺在面前的喜樂，就忍受了十字架。

答：以便藉：

誦讀二 選讀力康主教致斐理伯人書

基督以身作則

長老要慈善爲懷，同情衆人，領回迷路者、探望病患，不忽視孤兒寡婦或貧困；要「在主前和人前奮勉行善」，戒絕憤怒，不厚此薄彼，不作不公的判斷，遠避貪財，不輕信對某人的控告；要知道，我們都欠了罪債，不可苛責他人。

如果我們祈求上主寬恕我們，我們也該寬恕別人，因我們都在我們的天主上主面前生活，每人都該「站在基督的審判台前，爲自己交賬」。因此我們該以敬畏、

以虔敬事奉天主。這是主基督、向我們傳福音的使徒，以及預言主來臨的先知們所吩咐我們的。我們要專心行善，避免導人犯罪的任何行爲；要遠離假弟兄，以及那些假借主的名字引誘愚者走入歧途的人。

「凡是不明認耶穌基督帶着肉身而來的人，就是反基督者」；凡是否認十字架明證的人，便是來自魔鬼。凡是按私意曲解主的言語，而說沒有復活也沒有審判的人，就是撒殫的長子。因此我們要遠離這些人的邪說謬理，回歸起初就傳給我們的教義。我們要「警醒祈禱」，恒心齋戒，懇求洞悉一切的天主，「不要讓我們陷於誘惑」，一如主所說的：「心靈雖然剛強，肉體却是軟弱的。」

我們該恒心不懈，保持希望，依恃那是我們義德保證的耶穌基督；「祂從來沒

有犯過罪，在祂口裏也找不到詭詐；祂在木架上、親身承擔了我們的罪」，祂爲了我們，並使我們在祂內生活，而忍受了一切。所以我們要效法祂的忍耐；如果我們爲了祂的聖名而受苦，就該將光榮歸於祂。這是祂親自給我們所立的榜樣，我們也信服這榜樣。

對答詠

格後，八，21；六，3；

宗二四，15；16

領：我們不僅在天主面前，也在人面前謀求美好的事，不要得罪任何人；
答：以避免我們的職務受詆毀。

領：我仰望天主，我努力奮勉，對天主、對人時常保持良心無愧。

答：以避免：

結束禱詞 見常年主日

星期三

誦 讀

誦讀一 恭讀致斐理伯人書二，12；30

你們要為你們的得救而工作

我親愛的諸位，你們常常服從，不但我與你們同在的時候，就是現今我不在的時候，你們更應該服從。你們要懷着恐懼戰慄，努力成就你們得救的事，因爲是天主在你們內工作，使你們願意，並使你們力行，爲成就祂的善意。你們無論做什麼事，總不可抱怨，也不可爭論，好使你們成爲無可指摘和純潔的，在乖僻敗壞的世代中，做天主無瑕的子女；你們應在世人中發光，如同天空中的星辰，把生命的話顯揚出來，使我在基督的日子有可自誇的，

那我就沒有白跑，也沒有徒勞。即使我應在你們信德的祭品和供物上奠我的血，我也喜歡，並且和你們衆位一同喜歡；同樣，你們也該喜歡，也該與我一同喜歡。

我在主耶穌內希望不久派遣茂德到你們那裏去，好使我知道你們的事而放心。實在，我沒有一個像他那樣誠心關照你們的人，因為其他的人都謀求自己的事，而不謀求基督耶穌的事。至於他，你們知道他所受過的考驗，他對我如同兒子對待父親一樣，與我一同從事了福音的工作。所以，我希望，幾時我一看出我的事怎樣了結，就立即打發他去；並且在主內我自信，我自己也快去。

再者，我以爲必須把我的弟兄、同事和戰友，即你們派來爲供給我的急需的使者，厄帕洛狄托給你們打發回去，因爲他

常想念你們衆人，又因你們聽說他病了，他更爲心焦。實在，他曾病得幾乎要死；但天主可憐了他，不但他，而且也可憐了我，免得我愁上加愁。那麼，我儘快打發他回去，好使你們看見他再感到喜樂，而我也減少憂苦。所以你們應該在主內滿心喜歡接待他；像這樣的人，你們應當尊敬，因爲他爲了基督的工作，曾冒性命的危險，接近了死亡，爲彌補你們未能事奉我的虧缺。

對答詠

伯後一，10，11；

弗五，8，11

領：你們要更加努力，使你們的蒙召和被選，賴善行而堅定不移。

答：這樣，你們便更有把握，進入我們的主和救主耶穌基督永恆的王國。

領：你們生活，要像光明之子一樣；不要參與那黑暗無益的作爲。

答：這樣，你：

誦讀二 選讀聖力康主教致斐理伯人書

我們要憑着信心與正義跑我們的賽程

現在我請求你們諸位，聽從正義的召叫，修練完美的忍耐，這忍耐是你們不僅在聖納爵、鄒西謀和盧福身上，而且在你們本城的人身上，還有在保祿和其他使徒身上所親眼看見的。你們要確信，這些人並「沒有空跑」，而是憑着信心與正義跑他們的賽程，並且已到達他們理當去的地方，在主身旁，他們從前會與祂一同受苦。因爲「他們沒有愛這現世」，却愛了那爲我們死去，又因爲我們而被天主復活的基督。

所以，你們要在這些事上站穩，效法主的榜樣，在信德上屹立不搖，以兄弟之愛彼此相愛；要在真理內聯合一致，以主的溫和彼此相待，不輕視任何人。你們若能施捨，就不要遲延，因爲「施捨能救人免於死亡」。你們要彼此尊重，注意「在教外人中、言詞要無可指摘」。這樣，由於「你們的善行」，你們將得到讚美，天主也不會因你們而被褻瀆。但是「那因己過而使上主的名受褻瀆的人是有禍的」。因此你們要教導衆人度自制的的生活，如同你們一樣。

瓦蘭斯曾經是你們中間的長老，對於賦與他的職責如此無知，我爲他感到非常悲痛。因此我勸你們：不要貪財，而要保持純潔，誠實不欺，遠離一切罪惡。誰若在這些事上不能自制，怎能向別人宣講自

制呢？誰若不能禁絕貪財的心，便會因崇拜偶像而敗壞，而被視為教外人，他們對於天主的審判茫然無知。聖保祿教訓人說：「你們不知道聖徒將審判世界嗎？」

但是，我並沒有發覺，也沒有聽說，你們中間有這樣的事。當時可讚頌的保祿在你們中間工作，在他書信的開端曾推薦你們。他因你們而在各教會中誇耀；當時只有那些教會認識了天主，我們還沒有認識祂。

弟兄們！我為瓦蘭斯和他的妻子感到非常悲傷。但願天主賜他們真實的悔改。在這件事上，你們也要自制，「不要把他們當作仇人看待」，而要把他們看作患病而迷失的肢體，使他們改邪歸正，好使你們整個的身體獲得健康。因為你們這樣做，就是建樹你們自己。

對答詠

斐二，12 ~ 13；若十五，5

領：你們要戰戰兢兢，努力完成你們自己的得救。 答：因為天主在

你們心內工作，使你們既願意，又能實行祂的美善計劃。

領：主說：沒有我，你們什麼也不能做。 答：因為天：

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦 讀

誦讀一 恭讀致斐理伯人書三，1 ~ 16

保祿的榜樣

我的弟兄們！你們要因主而喜樂；給你們寫一樣的事，為我並不困難，却加強你們的安全。你們要提防那些狗，要提防

邪惡的工人，要提防自行割禮的人。其實，真受割禮的人是我們，因為我們是藉天主的聖神實行敬禮，在耶穌基督內自豪，而不信賴外表的人，雖然我對外表也有可信賴的。如果有人以為自己能將信賴

放在外表上，那我更可以：我生後第八天受了割禮，出於以色列民族，屬於本雅明支派，是從希伯來人所生的希伯來人；就法律說，我是法利塞人；就熱誠說，我會迫害過教會；就法律的正義說，是無瑕可指的。凡以前對我有利益的事，我現在爲了基督，都看作是損失。不但如此，而且我將一切都看作損失，因為我只以認識我主耶穌基督爲至寶；爲了祂，我自願損失一切，拿一切當廢物，爲賺得基督，爲結合於祂，不是藉我因守法律獲得的正義，而是藉由於信仰基督而獲得的正義，就是

從天主而來、基於信德的正義。我只願認識基督和祂復活的大能，參與祂的苦難，相似祂的死，我希望也得以從死人中復活。

這並不是說：我已經達到這目標，或已成爲完美的人；我只願向前跑，看看是否我也能夠奪得，因爲基督耶穌已奪得了我。弟兄們！我並不以爲我已經奪得，我只願一件事：就是忘記背後的，只向在我前面的奔馳，爲達到目標，爲爭取天主在基督耶穌內召我向上爭奪的獎品。所以，我們中間凡是成熟的人，都應懷有這種心情；即使你們另有別的心情，天主也要將這種心情啓示給你們。但是，無論我們已達到什麼程度，仍要照樣進行。

對答詠

斐三，8，10；羅六，8

頌：我把一切都當作廢物，爲賺得基

督。 答：我只願認識基督，和祂復活的大能，並參與祂的苦難。

領：如果我們與基督同死，我們相信也要與祂同生。 答：我只願：

誦讀二 選讀聖力康主教致斐理伯人書

願基督使你們在信仰與真理上成長

我相信你們精通聖經，沒有你們不曉得的事理。我却沒有獲得這麼多。據聖經所載：「你們發怒，却不要犯罪」，又說：「你們含怒不可到日落。」記得這些話的人是有人有福的；我相信你們就是這樣的人。

但願天主——我們的主耶穌基督的父，和永生的大祭司、耶穌基督——天主之子、使你們在信仰與真理上成長，使你們溫良，總不發怒，寬容而大量，從容而純潔。願祂恩賜你們列於聖者之中，並分享

聖人之福；而且也賜給我們，和天下所有信仰我們的主耶穌基督、並信仰使祂從死人中復活的聖父的人。

請你們為衆聖徒祈禱。也為君王、為掌權者、元首，為迫害你們和仇恨你們的人，以及所有十字架的仇人祈禱，使你們信德的果實在衆人面前彰明皎著，你們也在基督內完美無缺。

你們和納爵都曾給我寫信，問我是否有人去敘利亞、好把我給你們所寫的信帶去。如果我們有適當的時機，我本人，或是我派代表，會把信帶給你們。

納爵寫給我的許多信件，還有其他我們所保存的信件，照你們的請求，都隨這封信一併附上，你們從這些信裏可以獲得許多神益，因為其中包括信德、堅忍以及有關主的一切啓迪。至於納爵和他的同

伴，你們如果得到確切的消息，請報告給我們。

我給你們寫這封信是由克來森代筆，我以前曾把他推薦給你們，現在我再次推薦，因為他與我們相處，品行無瑕可指。我相信，他和你們相處也是一樣。當他的姐姐到你們那裏時，我也把她推薦給你們。祝你們在主耶穌基督內享平安，並願祂的恩寵與你們的家人同在。阿們。

對答詠 希十三，20，21；加下一，3

領：願賜平安的天主使你們有能力行各種善工，以承行祂的旨意。

答：願祂在你們身上、藉耶穌基督完成祂所喜悅的事。

領：願祂賜給你們衆人一顆心，崇拜祂，承行祂的旨意。 答：願祂在：

結束禱詞 見常年主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀致斐理伯人書

三，17-4，9

你們要在主內屹立

弟兄們！你們要一同效法我，也要留意那些按我們的榜樣而行事的人，因為有許多，我曾多次對你們說過，現在又含着淚對你們說：他們行事為人，是基督十字架的敵人；他們的結局是喪亡，他們的天主是肚腹，以羞辱為光榮，只思想地上的事。至於我們，我們的家鄉是在天上，我們等待主耶穌基督、我們的救主從那裏降來，祂必要按祂能使萬有屈服於自己的

大能、改變我們卑賤的身體，相似祂光榮的身體。

因此，我所親愛的和所懷念的弟兄們，我的喜樂和我的冠冕，我親愛的諸位！你們應這樣屹立在主內。我勸厄敖狄雅和欣提赫，要在主內有同樣的心情。至於你，我忠誠的同伴，我也求你援助她們，因為她們會伴隨我為福音而奮鬥，與克肋孟以及我的其他的同事一樣，他們的名字已寫在生命冊上了。你們在主內應當常常喜樂，我再說：你們應當喜樂！你們的寬仁應當使眾人知道：主快來了。你們應當毫無掛慮，只在一切事上，以懇求和祈禱，懷着感恩的心，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。此外，弟兄們！凡是真實的、高尚

的、正義的、純潔的、可愛的、榮譽的、不論是美德，不論是稱譽：這一切你們都該思念；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：這樣，賜平安的天主必與你們同在。

對答詠

弗四，17；得前五，15-18

領：我在主內苦勸你們，不要再像外邦人那樣生活：常順隨自己虛妄的思想。却要常常彼此關懷，為所有人的好處著想。 答：這就是天主在基督耶穌內對你們所有的旨意。

領：你們要常常喜樂，不斷祈禱，事事感謝天主。 答：這就是：

誦讀二

選讀聖安博主教致斐理伯人書

釋義

你們要常在主內喜樂

親愛的弟兄們，慈悲的天主，為救我們的靈魂，召喚我們分享永福。你們剛才在今日的讀經中聽使徒說：「你們要常在主內喜樂。」世俗的歡樂領人到永遠的悲哀；但那承行主旨的歡樂，却把恒心的人帶到那永遠常存的幸福中；因此使徒才說：「我再說一遍：你們要喜樂。」

保祿勸我們在天主內的喜樂，和遵守天主誠命的喜樂、要日益增長。因為我們在世上，越努力遵守我們的主天主的誠命，我們在來生也越幸福，在天主臺前所獲得的榮耀也越大。

「你們的謙和應使大家都知道。」這就是說：你們聖善的生活，不僅在天主臺前，而且在人面前要表現出來。你們的生活要在和你們同居此地的人面前、作為淡

泊和謹慎的楷模，並在天主和世人前作為美好的紀念。

「主來近了，你們什麼也不要掛慮。」凡是不斷以真誠、以堅信、切望、純愛呼求上主的人，上主就常靠近他們：因為祂在你們求祂之前，就知道你們需要什麼。祂常準備好，幫助那些忠信服事祂的人的急需。因此我們遭遇困難時，不要太焦慮。我們要知道：天主正靠近我們，保護我們。按聖經所載：「上主親近心靈破碎的人，救助精神痛苦的人。義人雖然多災多難，上主將要把他救出。」假使我們奮勉遵守上主的誠命，祂必不延遲祂所應許給我們的賞報。

「但在一切事上，要以懇求和祈禱，懷著感恩之心，向天主呈示你們的請求。」因此，我們在困苦中不要抱怨或憂慮，但

該忍耐與喜樂，「在一切境遇中，時常感謝天主。」

對答詠

詠三九，3~4

領：上主把我安置在磐石上，穩定我的脚步。

答：祂教我口唱新歌。

領：祂俯聽了我的哀訴；把我從可憐的禍坑中救起。

答：祂教我：

結束禱詞 見常年主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀致斐理伯人書

四，10~23

斐理伯人對保祿的慷慨

弟兄們：我在主內非常喜樂，因為你們對我的關心又再次表現出來；你們始終

關心我，只是缺少表現的機會。我說這話，並不是由於貧乏，因為我已學會了，

無論處在甚麼環境中常能知足。我知道受窮，也知道享受；在各樣事上和各種境遇中，或是飽飫、或是饑餓、或是富裕、或是貧乏、我都得了祕訣。我賴加強我力量的那一位，能應付一切。但是，你們也實在做得好，因為你們分擔了我的困苦。你們斐理伯人也知道：當我在傳福音的初期，離開馬其頓時，除了你們以外，沒有任何教會在收支上供應過我；連我在得撒洛尼時，你們不只一次，而且兩次給我送來我的急需。我並不貪求餽贈，我所追求的，是歸在你們賬上的豐厚的利息。我已收到了全數——而且綽綽有餘；我已經足夠了，因為我從厄帕洛狄托收到了你們所送來的芬芳的馨香，天主所接納、所喜悅的

祭品。我的天主必要以自己的財富，在基督耶穌內，豐富地滿足你們一切的需要。願光榮歸於天主我們的父，直到永遠。阿們。

你們要在基督耶穌內問候各位聖徒；同我在一起的弟兄們都問候你們。衆位聖徒，特別是凱撒家中的聖徒，都問候你們。願主耶穌基督的恩寵與你們的心神同在。阿們。

對答詠

斐四，12 ~ 13；

格後十二，10

頌：我知道受窮，也知道享受，我體

驗過飽飫和飢餓，富裕與貧乏。

答：我賴加強我力量的那一位，

能應付一切。

頌：我爲基督的緣故，以忍受軟弱與

艱難爲喜樂。 答：我賴加：

誦讀二 選讀尼撒主教聖國瑞論教友生活

要打一場信德的好仗

「誰若在基督內，他就是一個新受造的人，舊事已經過去。」聖保祿稱這新創造是指聖神居住在純潔無玷的心靈內——沒有沾染任何邪惡或罪污的心靈內。因爲人心若惱恨罪惡，全力行善，洗心革面，便領受了聖神的恩寵，完全成爲一個新人，再次受造。保祿也說過：「你們應當把舊酵母除盡，好使你們成爲新的麵團……所以我們過節，不可用舊酵母，也不可用奸詐邪惡的酵母，而該用純潔真誠的無酵餅。」我說，這些話正符合關於新受造的人所說過的。

原來人靈的試探者設了許多陷阱。人性本身是軟弱的，不能克服他。因此保祿吩咐在我們身上佩帶天上的武器，他說：

「你們要穿上正義的盔甲，把和平的福音準備好了，穿在腳上。你們要站穩，以真理束腰。」你看，保祿給你指出了多少得救的方法，都領向同一條路，同一個目標。這樣，為完成人生的賽程、直到天主誠命的高峯便容易了。保祿在他處又說：「我們該以堅忍的心、跑那擺在我們面前的賽程，注視著信德的創始者和完成者——耶穌。」

因此，誰完全輕視今生的榮華、捨棄現世的富貴，也該一生犧牲自己。這種犧牲自己就是說，絕不尋求私意，而尋求天主的聖意，而以天主聖意為生活的指南；也就是說，除了必需之物外，一無所有。這樣，他便更容易愉快地、滿懷希望、迅速地實行長上的命令，好像基督的僕人，好像一個被救贖的人給弟兄們服務一樣。

這也原是主願意的，因為祂說：「誰想在你們中間為首和最大的，就該做最小的，做眾人的僕役。」

這種服役該是義務的，僕役應該隸屬眾人權下，他對弟兄們的服務，就像債務人對債權人一樣。作長上的人，應該比別人更加辛勞，比屬下更為謙卑；好像僕役使自己的一生為眾人服務，把託付給他們照管的人，當作天主託付給他們的任務。

因此，長上應該照顧弟兄們，好像師長照顧父母所託付給他們的兒童一樣。如果你們主僕彼此這樣作，屬下便樂於聽長上的命令，長上也欣然領導弟兄們抵達完美的境界；你們如果互相尊敬，你們在世上就要度天使的生活了。

對答詠

迦五，13；格前十，32

領：弟兄們，你們蒙召得到了自由；

但不要把這自由，作為放縱肉慾的藉口。 答：却要以聖神的愛，

彼此服事。

領：你們不可成為猶太人、或希臘人、

或天主的教會跌倒的原因。

答：却要以：

結束禱詞 見常年主日

誦 讀

誦讀一 恭讀致茂德前書 一，1-20

茂德的使命·福音的宣講者——保祿
 奉我們的救主天主，和作我們希望的
 基督耶穌的命令，作基督耶穌使徒的保
 祿，致書給在信德上作我真兒子的茂德。
 願恩寵、仁慈與平安，從天主父和我們的
 主基督耶穌賜給你！

當我往馬其頓去的時候，曾請求你留
 在厄弗所，是要你訓令某些人，不要講異
 端道理，也不要探求無稽的傳說，和無窮
 盡的祖譜，因為這些事只會激起爭辯，對
 於天主所立的那基於信德的救世計劃，毫
 無益處。這訓令的目的就是愛，就是從純
 潔的心、光明磊落的良心和真誠的信仰所
 發出的愛；但有些人離開了這些，而轉向

第二十七主日

聖詠集第三週

第一晚禱

謝主曲對經：他定要兇狠地把那些壞人殺
 光，然後把葡萄園租給那如
 期交付租金的園戶。

了空談；他們願意充當法學士，却不明白自己所說和所主張的是什麼。

我們知道法律原是好的，只要人用得恰當；我們也知道法律不是爲義人立的，而是爲叛逆和不服從的、爲不虔敬和犯罪的、爲不敬神和瀆聖的、爲弑父母的、爲殺人的、爲犯奸淫的、爲行男色的、爲拐賣人口的、爲說謊話的、爲發虛誓的、並爲其他反對健全道理的事而立的；這道理是按着可頌的天主所託給我的光榮福音而宣講的。

我感謝那賜我能力的、我們的主基督耶穌，因爲祂認爲我忠信，就派了我服事祂。我從前是個褻瀆者、迫害者和施暴者；但是我蒙受了憐憫，因爲我當時是在不信之中，由於無知而作了那些事。然而我們主的恩寵對我格外豐厚，使我在耶穌

基督內有了信和愛。這話是確實的，值得完全接納：就是「基督耶穌到世界上來，是爲拯救罪人」；而我就是其中的魁首。但是我竟然蒙受了憐憫，好使基督耶穌在我這個魁首身上、顯示祂完全的容忍，爲給將來信祂而獲永生的人作榜樣。願尊崇和光榮歸於萬世的君王：那不死不滅，不可見的惟一天主，直到永遠！阿們。

我兒茂德！我根據以前指着你所說過的那些預言，把這訓令委託給你，爲使你藉此打這場好仗，保持信德和良心純潔；有些人竟擯棄了良心，而在信德上沉淪了；其中有依默納約和亞歷山大，我已經把他們交給撒殢，使他們學習不再褻瀆。

對答詠 弟前一，14，15；羅三，23

頌：我們的主賜給了我格外豐厚的恩寵，賜給了我信心和愛心。

答：基督耶穌降世，是要拯救罪人。

領：因為衆人都犯了罪，都失掉了天

主的光榮。 答：基督耶：

誦讀二 選讀教宗聖大國瑞牧靈指南

牧人緘默要謹慎，說話要有益

作人靈領袖者要慎重決定，何時應緘默，常說有益的話。這樣，他才能避免說出不該說的話，或該說話時而保持緘默。

因為說話不謹慎，會導致錯誤；同樣，不智的緘默會使那能接受教導的人、存留於錯誤之中。因為往往有些不智的牧者，唯恐失去他人的歡心，而怕公開說出該說的話。按「真理」所說的，這些領袖不像熱心照顧羊羣的牧人，而像傭工一樣，因為他們躲藏在緘默背後，就像牧人當狼來時逃跑一樣。

因此上主藉先知責備他們說：「他們是一羣不會吠的狗。」上主又埋怨說：「你們沒有上去對抗敵人，也沒有給以色列家建築城牆，好使你們在上主的日子，在戰爭中站穩。」「上去對抗敵人」，是指爲了保衛羊羣、大膽直言，反擊現世的權勢。「在上主的日子，在戰爭中站穩」，是指爲了愛護正義，而抗拒惡勢力。

牧人怕說正經事，這樣的緘默不就是轉身逃跑嗎？如果他挺身而出，保衛羊羣，這就是爲了防禦敵人、而給以色列家建築城牆。因此，上主又對犯罪作惡的子民說：「你們的先知看到你們虛幻而愚蠢的作爲，他們沒有揭露你們的罪惡，好使你們悔過。」在聖經中先知被稱爲教師，他們指出現在飛逝的事，而啓示未來的事。天主的話責備他們只看到虛偽的事；因爲他

們怕糾正惡人的過錯，便許給他們以空虛的安全，以取悅他們；他們毫未揭露罪人的罪孽，因為他們不敢說責備的話。

糾正他人過失的話是開門的鑰匙，因為能揭露那連有罪者往往不能認識的罪過；因此聖保祿說：「你要堅持那合乎教義的眞道，好能以健全的道理勸戒人，並且能駁斥反對的人。」瑪拉基亞先知也說：「祭司的唇舌應保衛知識；人民也要從他的口中得到教訓，因為他是萬軍之主的使者。」上主又藉依撒意亞勸人說：「你要大聲喊叫，不要停止，像號角一樣響亮。」

凡領受鐸品的人，便接受了宣講的任務：在威嚴的審判主駕臨之前，他應向人們大聲疾呼，爲主開道。如果一位祭司疏忽講道，他就是一個啞吧講道人，怎能發出喊聲呢？這也就是天主聖神爲什麼要借

火舌的形象、降臨到最初的牧者頭上的理由：因為聖神所充滿的人，聖神就使他們立即宣講。

對答詠

詠五〇，15，16，17

領：我要引導惡人走上祢的道路；罪人也要歸依祢。 答：我的口舌必要宣揚祢的公義。

領：上主，求祢開啓我的口，我要親口讚頌祢。 答：我的口：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚主曲對經：不要阻止孩童到我這裏來，因為天國正屬於這樣的人。

結束禱詞

全能永生的天主，祢以無限慈愛恩待我們，遠超過我們的功德和期望；求祢廣

施仁慈憐憫，赦免那使我們內心不安的罪惡，賞賜我們於哀禱中所不敢希求的恩惠。

第二晚禱

謝主曲對經：你們要說：我們是無用的僕人，只不過盡我們的本分而已。

常年期第二十七週

星期一

誦讀

誦讀一 恭讀致茂德前書 二，1-15

天主子民的祈禱

親愛的，我所勸你的、最重要的是，要為一切人、為眾君王和一切有權位的

人，懇求、祈禱、轉求並謝恩，為使我們能以充分的虔敬和端莊，度寧靜平安的生活。這是美好的，並在我們的救主天主面前是蒙受悅納的，因為祂願意所有的人都得救，並得以認識真理，因為天主只有一個，在天主與人之間的中保也只有一位，就是降生成人的基督耶穌，祂奉獻了自己，作眾人的贖價：這事在所規定的時期已被證實，而我也為了這事，被立為宣道者和使徒——我說的是實話，並非說謊——在信仰和真理上，做了外邦人的教師。

我願意男人們在各處舉起聖潔的手祈禱，不應發怒和爭吵。我也願意女人們服裝端正，以廉恥和莊重裝飾自己，不要用鬢髮和金飾、珍珠或極奢華的服裝，而要以善行裝飾自己，這纔配稱為虔敬天主的女人。

女人要在沉靜中受教，事事服從。我不准許女人施教，也不准許她管轄男人，她要保持沉靜，因為亞當是先受造的，以後纔造了厄娃。亞當沒有受騙，受騙陷於背命之罪的是女人。可是女人若持守信德、愛德、聖德和莊重，藉着生育子女，必能獲救。

對答詠

弟前二，5 7 6；希二，17

領：天主只有一個；在天主與人之間的中保也只有一位，就是耶穌基督。答：祂奉獻了自己，為做衆人的贖價。

領：基督應在各方面相似弟兄們，好能對他們慈悲為懷。答：祂奉

獻：

誦讀二 選讀聖安博主教論加音與亞伯

爾

應特別為教會全體祈禱

「你該向天主奉獻讚頌之祭，又該向至高者還願。」讚頌天主就是向天主許願並還願。因此那因主的一句話被治愈的撒瑪黎雅痲瘋病人、比其他九個痲瘋病人，更得到主的讚揚；因為只有他一個人回到基督面前，頌揚天主，感謝天主。耶穌論到他說：「除了這個外邦人，就沒有別人回來歸光榮與天主嗎？」耶穌就對他說：「起來，走吧！你的信德使你痊愈了。」

主耶穌神奇地把父的慈善指示給你，父知道把好東西給人，好使你向「善」的本身求好東西。祂也勸告人要熱切並時常祈禱；不是無味而冗長的祈禱，而是恒心不懈的祈禱。冗長的祈禱往往充滿無用的話；但如果對祈禱乏味，則是疏忽祈禱的結果。

主還勸告你，當你求祂寬恕你時，最重要的是你該先寬恕別人，好使你的善行加強你的請求。保祿也教訓你，祈禱時不要發怒或與人爭論，好使你的祈禱不致被擾亂或被破壞。救主也教人要處處祈禱，因為祂說：「進入你的內室裏去。」

然而你要了解，這內室不是指牆壁圍成的房間，把你的身體關在裏面；而是指那在你心裏的內室，那裏面關着你的思想，也有你的情感。這樣的祈禱內室到處和你在一起，也到處是秘密的，只有天主是這間內室的見證。

有人教導你應特別為民衆祈禱，就是為全體、為慈母教會的所有肢體祈禱，教會傑出的標記便是互愛。如果你只為自己祈求，便只有你自己一人為你祈禱。如果每人只為自己祈求，對於一個罪人的恩

寵，便比一個人為別人代禱所得到的少。現在因為每人都為衆人祈禱，衆人也就都為每人祈禱。

所以我們可以結論說：如果你只為自己祈禱，便像我們說過的，便只有你一人為你祈禱。若是你為衆人祈禱，衆人都將為你祈禱，因為你是其中的一份子。因此，你所得到的酬報便多。因為全體子民，由於每人的祈禱，而使每人得到全體的支持。這裏沒有傲慢，只有更深的謙遜，更豐富的神益。

對答詠

詠六〇，2 3，6

領：天主，求祢俯聽我的哀求；求祢細聽我的祈禱。 答：我從地極呼求祢。

領：天主！因為祢滿足了我的願望，把敬畏祢名者的財產賜給了我。

答：我從地：

結束禱詞 見常年主日

星期二

誦 讀

誦讀一 恭讀致茂德前書 三，1-16

教會內的職務

親愛的：這話是可靠的：誰若渴望監督的職分、便是渴望一件善事：這話是確實可信的。因此，監督必須是無可指摘的，只作過一個妻子的丈夫，有節制，應慎重，端莊，好客，善於教導；不嗜酒，不暴戾，而要溫和，不貪財，善於管理自己的家庭，使子女們服從，凡事端莊；誰若不會管理自己的家庭，怎能照管天主的教會呢？不可是新入教的，怕他妄自尊

大，而陷於魔鬼所受的判決，並且在教外人中也必須有好聲譽，免得他要遭人誹謗，落入魔鬼的陷阱。

執事也必須端莊，不一口兩舌，不飲酒過度，不貪圖不義之財；以純潔的良心，保持信德的奧蹟。這些人應當先受考驗，如果無瑕可指，然後纔能作執事。女人也必須端莊，不說謊言，有節制，凡事忠信。執事應當只作過一個妻子的丈夫，善於管理自己的子女和家庭，因為善於服務的執事，就可獲得優越的品位，並且大膽地宣揚對基督耶穌的信仰。

我雖然希望不久到你那裏去，但是我仍然把這些事寫給你；假使我來遲了，你可以知道在天主的家中應當如何行事；這家就是永生天主的教會，真理的柱石和基礎。衆人無不公認，這虔敬的奧蹟是偉大

的，就是：祂在肉身內出現，由聖神所證明，發顯給天使，被傳於外邦，為世人所信服，被接到光榮裏。

對答詠

宗二〇，28；格前四，2

領：聖神既在整個羊羣中立你們為監督，你們就該牧養教會，

答：牧養天主用自己兒子的血所取得的教會。

領：管理人的主要資格，就是他要忠於職守。 答：牧養天：

誦讀二

選讀安提約基主教聖納爵致特

拉里亞人書

我願你們預防，因為你們是我鍾

愛之子

納爵、別號德福祿，致書給亞細亞省特拉里亞的聖教會。這教會為天主——耶穌基督之父所鍾愛。為天主所特選、並相稱

於天主，因耶穌基督的苦難而享有身心的自由。基督使我們懷有希望，在祂內得以復活。我依照使徒的方式，問候這個教會，祝它滿渥主寵、萬事順遂。

我知道你們的品行無瑕可指，在困苦中仍不畏縮；這不是出於習慣，而是出於天性：這是你們的主教鮑立比告訴我的，是天主和耶穌基督的聖意要他來到斯彌納。他與我這在耶穌基督內的囚犯共聚時充滿喜樂，使我在他身上看到了你們全體。當我透過他接受你們按天主聖意對我所表示的恩情時，我就頌揚天主：我發覺你們真如我所知道的，確實效法了天主。

你們服從主教就像服從耶穌基督一

樣，可見你們已不是按世人而是按耶穌基督的方式而生活，祂會為我們而死，使你們因信仰祂的死亡而免於死亡。因此，重

要的是，像你們所做的：沒有主教，你們什麼也不要做；同時你們也該服從長老，如同服從耶穌基督的使徒們一樣，祂是我們的希望，我們若在祂內生活，將來便會在祂內。

執事們是耶穌基督奧體的聖職人員，該是在一切事上受到衆人稱許的人。因為他們不僅是管理飲食的人，而是天主教會的聖職人員，因此應該遠避罪惡，好像遠避烈火一樣！

同樣，衆人都該敬重執事，像敬重耶穌基督一樣，正像你們以主教爲聖父的肖像，並視神職班是使徒團所形成的天主的議會。因爲沒有這三個品級，就不能稱爲教會。我確信你們也有同感，因爲我在你們的主教身上，看到了你們愛德的榜樣，他現在和我在一起；他的舉止就是一項偉

大的教訓；他的溫良是一股力量。

天主賜我知道許多事，但我有所節制，以免因誇口而喪亡。目前我更應戒慎恐懼，絕不側耳聆聽那些誇讚我的人。因爲誰誇讚我，就是鞭打我。我固然渴望殉道，但不知道我是否當得起。大多數人並不知我這熱切的渴望，然而這渴望却更強烈地攻擊我。因此，我現在所最需要的是謙遜，是藉着謙遜，此世的首領被打倒了。

因此，我，其實不是我，而是耶穌基督的愛請求你們，只可食用基督徒的食物，要禁絕那有如惡草的異端。

只要你們不驕傲自大，也不脫離基督和你們的主教，以及使徒們的教訓，就是在實行以上所說的。在聖所裏的人是聖潔的；而在聖所以外的人是不潔的。這就是說：凡脫離主教、長老、執事而行動的

人，良心是不潔的。

我寫這些話，不是因為我懷疑你們中間有這樣的事，只是我願意你們預防，因為你們是我鍾愛之子。

星期三

誦 讀

誦讀一 恭讀致茂德前書

對答詠 弗四，3 } 5；格前三，11

領：你們要盡力以和平的聯繫，保持

論假導師；論敬老

四，1 } 5，2

心神的合一，因為只有一個身體和一個聖神；正如你們蒙召，共有一個希望一樣。 答：只有一個主、一個信德、一個洗禮。

領：除了那已建立的根基、即耶穌基督外，任何人不能再建立別的根基。 答：只有一：

結束禱詞 見常年主日

聖神明明地說：在最後的時期，有些人要背棄信德，聽信欺詐的神和魔鬼的教訓，這教訓是出於那些偽善的說謊者，他們的良心已烙上了火印。他們禁止嫁娶，戒絕一些食物；這些食物本是天主所造，使那信仰而認識真理的人，以感恩的心所享用的；因為天主所造的都是好的，只要以感恩的心領受，沒有一樣是可擯棄的；都藉天主的話和祈禱聖化了。

你若拿這些話提醒弟兄們，就是基督

耶穌的好僕役，並顯出你在信德和你一向所追隨的好教訓上得到好的教育。至於凡俗和老婦的無稽傳說，務要躲避！但要在虔敬上操練自己，因為身體的操練益處不多，可是虔誠敬主在各方面都有益處，因為享有今生與來世的應許。這話是確實的，值得完全接納。我們正是為這個緣故而勞苦奮鬥，因為我們的希望在於永生的天主，祂是全人類，尤其是信徒們的救主。

你要拿這些事指導人、教訓人，不要讓人小看你年輕；但要在言語行為上，在愛德、信德和潔德上，做信徒的模範。在我來以前，你要專心宣讀、勸勉和教導。不要疏忽你所有的神恩，就是從前藉預言和長老團的覆手賜給你的神恩。你要專心做這些事，全神貫注在這些事上，使眾人看出你的進步。你應注意你自己和你的訓

言，在這些事上要有恆心，因為你這樣做，纔能救你自己，也能救你的聽眾。

不要嚴責老年人，却要勸他如同勸父親；勸青年人如同勸弟兄；勸老婦如同勸母親；以完全純潔的心，勸青年女子如同勸姊妹。

對答詠

弟前四，8，10；格後四，9

領：虔誠敬主、在各方面都有益處，因為享有今生與來世的應許；我們正是為這個緣故而勞苦奮鬥。

答：因為我們的希望在於永生的天主。

領：我們曾受害，却沒有被棄捨；被打倒，却沒有喪亡。 答：因為我：

誦讀二

選讀聖納爵主教致特拉里亞人

書

你們要靠信德、就是主的體，並

靠愛德、就是主的血而革新

你們要良善和藹；要靠信德、就是主的體，並靠愛德、就是主的血而革新。你們誰也不要對鄰人有任何嫌隙；也不要給教外人藉口，而使他們因少數愚蠢人而辱罵天主的信衆。「誰使我的名受人辱罵，他是有禍的。」

因此，如果有人給你們講道而不講耶穌基督，你們就充耳不要聽。耶穌基督是達味的後裔，確實由瑪利亞出生，也吃也喝，確實在般雀比拉多執政時受苦受難，確實被人釘死在十字架上，這是天上、地上、地下的神人所共睹的。祂確實從死人中復活，因為祂的父使祂復活。同樣，天父要像使基督復活一樣，使我們這些信基督的人在祂內復活，我們沒有祂，便沒有

眞生命。

所以你們要遠避有毒的植物——異端：他們產生致命的菓實，誰若嘗了，立即死亡。因為他們不是天父所種植的樹木；因為他們如果眞是，就會生長十字架的枝子，結出不朽的菓實。基督在受難時用這十字架邀請你們，因為你們是祂的肢體。頭不能沒有肢體而出生；天主預許使人合一，因為天主就是合一的基礎。

我從斯彌納城偕同天主的其他教會一起問候你們，他們在一切事上，無論在精神或肉體方面都給予我慰藉。我祈求天主賜我到達祂台前，我爲了耶穌基督而帶着鎖鍊，這些鎖鍊懇求你們，務要和睦相處，彼此代禱。你們每個人，尤其是長老們應支持主教，以光榮聖父、耶穌基督和使徒們。

我請求你們爲了愛德而聽我的話，不要使這封信成爲反對你們的證據。你們也要爲我代禱，就天主的仁慈而論，我需要你們的愛德，好使我相稱地獲得我所切望的一分，而不致被拒絕。

斯彌納和厄弗所的教友問候你們，也送上他們的愛。請在你們的祈禱中，不忘爲敘利亞的教會祈禱。我不配稱爲他們中間的一份子，因爲我是他們中最微末的。在耶穌基督內再見吧！願你們服從主教，如同服從天主的誠命，對於聖職人員亦然。你們衆人都要全心彼此相愛。

我的生命爲你們而祭獻，不但現在，而且將來我面見天主時還是如此。我仍然處於危險中；但天主教在耶穌基督內是信實的，祂必俯允我們和你們的祈求。我希望你們都在基督內完美無瑕。

對答詠 得後二，14-15；德十五，13

領：天主藉著福音召叫了你們，使你們獲得我們的主耶穌基督的光榮。
答：因此，你們要站穩，要堅持你們所學得的傳授。

領：上主憎恨一切惡事，敬畏祂的人也絕不喜愛惡事。
答：因此，你：

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦 讀

誦讀一 恭讀致茂德前書 五，3-25

論寡婦及長老

你要敬重那些真正做寡婦的。假使寡婦有子孫，他們就應先學習孝道，報答

親恩，因為這是天主所喜悅的事。那真正做寡婦的，孤獨無依，寄望於天主，日夜常在懇求和祈禱；但那任性奢侈的寡婦，雖生猶死。你要拿這些話勸戒她們，使她們無可指摘。如果有人不照顧自己的親屬，尤其是自己的家人，就是背棄信德，比不信的人還不如。

錄用一個寡婦，年紀不要小於六十歲，只做過一個丈夫的妻子，又必須有行善的聲望，例如：教育兒女，款待旅客，洗過聖徒的腳，賙濟遭難的人，勤行各種善工。至於年輕的寡婦，你要拒絕錄用，因為當她們情慾衝動而違背基督的時候，便想再嫁；這樣必招致譴責，因為她們背棄了起初的信誓；同時她們空閒無事，習慣串門子；不但空閒無事，而且還好說閒話，好管閒事，說些不該說的話。所以我

要年輕的寡婦再嫁，生兒育女，管理家務，不給敵人任何誹謗的藉口，因為有些人已經轉身隨從了撒彈。若是女信徒家中有寡婦，就應自己供養她們，不可加重教會的負擔，教會好能供養那些真正的寡婦。

那些善於治理教會的長老，尤其那些出力講道和施教的人，配受加倍的敬重和供奉，因為經上說：「牛在打穀的時候，不可籠住牠的嘴；」又說：「工人配得工資。」控告長老的事，除非有兩三個證人，你不可受理。犯罪的人，你要在衆人前責備他們，使其餘的人也有所警惕。我在天主和基督耶穌、以及蒙選的天使前叮囑你，要遵守這些話，不可存成見，做事也不可偏心。不可匆匆給人覆手：不可在別人的罪上有分，務要保守自己清白。

至於你，你以後不要只喝水，由於你

的胃病，你又時常生病，可以喝一點酒。
 有些人的罪過，在受審以前便是顯明的；有些人的罪過、只在受審以後才被發現；同樣，善工也是顯明的；即使不明顯，也不能隱藏長久。

對答詠

斐一，27；二，4，5

領：你們的生活要合乎基督的福音，要一心一意爲信仰共同奮鬥。

答：不可只圖私益，也要顧及別人的福利。

領：你們彼此相待，該懷有基督耶穌所懷有的精神。 答：不可只：

誦讀二 選讀聖納爵主教致斐拉德人書

一位主教與其長老及執事

納爵、號稱德福祿，致書與亞細亞、斐拉德城、天主教與耶穌基督的教會；這教會獲得天主的慈恩，和天主堅強地契

合，並因我主的苦難而喜樂，因祂的大慈悲，也完全確信祂的復活。我因耶穌基督之血問候貴教會；這是我永遠而持久的喜樂：特別是教友和主教、長老及執事團結一致時，他們的指派，都符合耶穌基督的意思，祂照自己的旨意，藉祂的聖神，使教會建立在穩固的基礎上。

我確實知道，你們的主教領受了管理信衆的職責，不是由於自己的努力，也不是靠別人的力量，更不是爲了虛榮，而是由於聖父和主耶穌基督對他的愛。我非常欽佩他的莊重：他的沉默比人的空言更強而有力。因爲他與天主的規誡相合諧，一如琴之與絃。因此我爲了這樣一位對天主虔敬的靈魂而慶幸，因爲我體認他的完美、他的各種聖德，他的莊重、穩健，宛似永生天主的溫和。

因此你們這些真理之光的子女，務要遠避分裂和各種邪論。你們的牧者在哪裏，你們也要像羊羣追隨他到哪裏。

凡是屬於天主和基督的人都和主教在一起。凡是悔改而返回教會統一中的人，也都屬於天主，都將依照耶穌基督而生活。我的弟兄們，你們不要錯誤：誰附和分裂份子，「就不能獲得天國的產業」；誰追隨其他的教理，就與基督的苦難無分。

因此，你們要努力舉行同一的感恩祭，因為我主耶穌基督的身體只有一個，藉祂的聖血而使人團結的聖爵也只有一個，只有一個祭臺；同樣，長老及執事——我的同仁所輔佐的主教也只有一位。這樣你們無論做什麼，都能按照天主的聖意去做。

我的弟兄們，我非常愛你們；我也非常樂意地來堅強你們——其實，這不是我，

而是耶穌基督。我正是爲了祂的緣故而被囚禁；然而我更加懼怕，因爲我還不完善；但是你們向天主的祈禱將使我完善，好能享有因天主的仁慈而許給我的基業。我投靠福音，猶如投靠降生成人的基督；我與教會的神職聯合，猶如與使徒們聯合。

對答詠

弗二，20，22，21

領：你們是建立在使徒和先知的基礎上，基督耶穌自己就是它的角石。 答：你們也在祂內一同被建築成一座殿宇，是天主藉聖神居住的地方。

領：整個建築物，靠著祂，逐漸擴大，成爲在主內的聖所。 答：你們也：

結束禱詞 見常年主日

星期五

誦讀

誦讀一 恭讀致茂德前書 六，1-10

論奴隸和假導師

凡負軛作奴隸的，應認爲自己的主人配受各種尊敬，以免天主的名和道理被人褻瀆。奴隸若有信教的主人，也不可因他們是弟兄，便加以輕視，反要多加服事他們，因爲得到服事的好處的是信徒，是可愛的弟兄；你要拿這些事教訓人，勸勉人。

若是有人講異端道理，不順從我們的主耶穌基督純正的道理，與那虔敬的教訓，他必是妄自尊大，一無所知，患有辯論和舌戰之癖的人；由此產生嫉妒、爭吵、

謾罵、惡意的猜疑，以及心思敗壞和喪失真理者的口角；他們以虔敬爲獲利的方法。的確，虔敬是一個獲利的富源，但應有知足的心，因爲我們沒有帶什麼到世界上來，同樣也不能帶什麼去，只要我們有吃有穿，就該知足。至於那些想致富的人，便陷於誘惑，墮入陷阱和許多背理有害的私慾中，使人沉溺在敗壞和滅亡中，因爲貪財是萬惡之根；有些人貪愛錢財，因而離棄了信德，使自己受了許多刺心的痛苦。

對答詠

瑪六，25；弟前六，8

領：你們不要爲生活憂慮吃什麼，也不要爲身體憂慮穿什麼。

答：難道生命不比食物貴重？身體不比衣服貴重嗎？

領：只要我們有吃有穿，就應當知足。
答：難道生：

誦讀二 選讀萊林·聖文生第一訓誨

基督教義的發展

在基督的教會裏，將沒有什麼教義的進展嗎？確實有，而且該有最大的進展。因為誰能那樣嫉妬他人、仇視天主，而阻止教義發展呢？可是所謂教義的進展，是信仰的真正進展，而不是改變。「進展」是說教義的每一點本身的擴張；而「改變」是指某一物從一物變成另一不同的物。

因此，理應有所進展，而且要有極大的進展：不論個人或團體、一位教友或整個教會都該在了解上、在知識與智慧上、隨着歲月與時代的演進而成長；但是却該在其本質的範圍內成長，就是在同一教義、同一意義、和同一理論上發展。

屬靈的宗教要仿效身體發展的過程：人的身體雖然隨年齡而發育，每一部分都成長，但仍然是同一的身體。兒童期的花朵，與老年期的成熟、其間雖大有區別；但是到了老年的人和幼年時的他還是同一個人。同樣，每人的身高和外表儘管有變化，仍然是同一人性，是同一個人。乳嬰的肢體短小，青年的肢體壯大，却是同樣的肢體。兒童有多少肢體，成人也有多少肢體；而且，人體隨年齡所顯示的較為成熟的部份，早在胚胎期已經存在了。因此，老人身上並沒有新的部分，因為早已隱藏在兒童身上了。

無疑的，這便是進展的合理與正確的規則，是生長的準確與美妙程序：造物主的智慧在兒童身上所創始的或預先形成的肢體，在成人身上會與年齡同時成長。假

設人的面貌發生變化，或者在肢體上如果有什麼增損，全身必會死亡或變成奇形怪狀、或至少變得衰弱。同樣，基督教會的信仰也該遵循這進展的規律，好使它隨著時代而增強，隨著歲月而發展，並隨著年齡而更高深。

我們的祖先古時曾在這教會的田地裏播下了信仰的麥種，我們作後代的若收穫錯誤的莠草，而不收穫真理的純麥，真不應該，太不合理了。

相反的，那合理而適當的規則是：開始與終結不應互相矛盾。我們種下了真理的麥種，就要收穫信仰的麥穗。這樣，當我們看到開始所播的麥種逐漸成長時，現在便應感到愉快而加以耕耘。

對答詠

申四，1，2；若六，63

領：以色列，你要聽我教導你們的法

令和規律。 答：我所吩咐你們的話，你們不可增刪。

領：我給你們所說的話，就是神，就是生命。 答：我所吩：

結束禱詞 見常年主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀致茂德前書 六，11-21

最後的勸告

極親愛的：至於你，天主的人哪！你要躲避這些事；但要追求正義、虔敬、信德、愛德、堅忍和良善，要奮力打這一場信仰的好仗，要爭取永生：你正是為這永生而蒙召的，又在許多證人前宣示了你那美好的誓言。我在賦與生命給萬物的天主

前、和對般雀比拉多宣過美好誓言的基督耶穌前命令你，務要保守這訓令，不受玷污，無可指摘，直到我們的主耶穌基督的顯現：在預定的時期使人看見這顯現的，是那可稱頌的，惟一的全能者，萬主之王，萬主之主；只有祂不死不滅，住在不可接近的光中，沒有人看見過祂，也不能看見祂。願尊崇和永遠的威權都歸於祂！阿們。

至於今世富有的人，你要勸告他們，不要心高氣傲，也不要寄望在無常的財富上，而要仰望那將萬物豐富地供給我們享用的天主。又要勸他們行善，在善工上致富，慷慨施捨，爲自己積蓄良好的根基，好使他們將來能享受那真正的生命。

茂德啊！你要保管所受的托付，要躲避世俗的空談，和假冒知識之名的反調。

有些人自充有這知識，終於失落了信德。願恩寵與你們同在。

對答詠 哥二，6，7；瑪六，19，20

領：你們既然接受了基督耶穌爲主，就該在祂內生活，在祂內扎根、修建，使你們按照所學到的，堅強你們的信心， 答：滿懷著感恩的心情。

領：你們不要在天上爲自己積蓄財寶，而該在天上爲自己積蓄財寶。 答：滿懷著：

誦讀二 選讀聖國瑞教宗福音講道集

我們執行的職務

讓我們敬聽當主派遣宣道者時，對他們說了什麼話：「莊稼多，而工人少；所以，你們要請求莊稼的主人，派遣工人去收割他的莊稼。」莊稼多，工人少；我說

這話不能不難過，因為雖然有許多人要聽福音，却沒有人宣講。請看，世界上充滿司鐸，但在收割天主的莊稼時，很難找到一個工人；因為我們雖然接受了鐸職，却没有盡職。

親愛的弟兄們，你們要思索一下主所說的話：「你們應當求莊稼的主人派遣工人，去收割祂的莊稼。」這是說：你們應當為我們祈禱，使我們能為你們作所當作的事，孜孜不倦地教訓你們，以免我們將來站在公義的審判者前時，因為失職怠惰、緘口不言而受懲罰。因為多次宣道者由於自己的罪過而被迫緘默；但有時也因為屬下的過錯而使宣道者沉默不語。

宣道者由於自己的罪惡而緘口不語，一如聖詠作者所說：「天主對惡人說：你怎敢傳述我的法律呢？」有些宣道者，因

為屬下的罪惡而被阻宣講，如同上主對厄則克耳說：「我要使你的舌頭貼在顎上，你將成為啞吧，不能責斥他們，因為他們是叛逆的人民。」這就是明明地說：我不要你宣道，因為這人民在行為上背叛了我，他們不配接受真理的勸告。至於因為誰的過失，而使宣道者停止講道，並不容易知道；但我們確知，宣道者的失職，有時使自已受害，並且常常使屬下受害。

親愛的弟兄們，有關牧人的生活，仍有另一件事使我非常悲傷；但為使我所說的不傷害任何人，我也同樣控告我自己，雖然我並非情願陷於同樣過錯，而是為此野蠻時代的情勢所迫。

由於我們為外在的事務所牽累，因此，我們接受了榮譽是一回事，而我們所表現的盡職的方式又是另一回事：我們放

棄了講道的職責，而我們仍被稱為主教，我想這是爲了懲戒我們，因爲我們徒有榮譽的虛名，而沒有主教的品德。因爲託付給我們的人離開了天主，我們却緘默不語；他們跌在罪惡中，而我們不伸出責備的援手。

我們怠忽職守，何時才能糾正別人的生活呢？我們都爲俗務纏身，對於俗事越是忙碌，對內心的事也越麻木不仁。

因此，聖教會對它病弱的肢體說得好：「他們派我看守葡萄園，我却沒有看守。」我們雖被委任爲葡萄園的守護者，却沒有看守我們的葡萄園，因爲我們被外務所糾纏，而忽視了我們自己的職責。

對答詠

路十，2；詠六一，9

領：莊稼多，工人少；所以你們該求莊稼的主人，答：派遣工人來

收割祂的莊稼。

領：全體子民，你們要常信賴上主；要在祂面前、傾訴你們的心曲。

答：派遣工：

結束禱詞 見常年主日

第二十八主日

聖詠集第四週

第一晚禱

謝主曲對經：有一個人擺設了盛筵，請了許多客人；一切都準備好了，他就派僕人去催促客人來赴宴，阿肋路亞。

誦 讀

誦讀一 恭讀哈蓋先知書

一，1-2，9

勸以民重修聖殿·新聖殿的光榮

達理阿王二年六月初一，上主藉哈蓋

先知傳給沙耳提耳的兒子猶大省長則魯巴貝耳，和約匝達克的兒子大祭司耶叔亞說：萬軍的上主這樣說：這百姓說：「建築上主殿宇的時候還沒有到！」於是上主藉哈蓋先知說：「當這座殿宇還是一堆廢墟時，難道爲你們就到了住在有天花板的房屋的時候？現在萬軍的上主這樣說：你們應細心反省一下你們的行徑！你們播種多，却收成少；你們吃，却總吃不飽；你們喝，却總喝不夠；你們穿衣，却總不覺溫暖；賺了工資，無異是將工資投進了破囊。萬軍的上主這樣說：你們應細心反省一下你們的行徑！你們應上山去，搬運

木材，建造殿宇！我必因此而喜悅，並發顯光榮。——你們期望豐收，反而歉收；

你們運到家裏，我反把它吹散：這是爲了什麼呢？——萬軍的上主說——是因爲我的殿宇尚在荒廢，而你們竟各自趕造自己的房屋。因此，天爲你們停降雨露，大地也停止了出產，因爲我使大地、羣山、五穀、新酒、新油、田中的出產、人畜和手中的一切工作都遭了旱災。」

於是沙耳提耳的兒子則魯巴貝耳，約匝達克的兒子大祭司耶叔亞，和全體遺民、都聽從了上主、他們天主的聲音，也聽從了上主、他們的天主給他們派遣來的哈蓋先知的話；因此人民在上主面前都起了敬畏的心。上主的使者哈蓋就以上主使者的名義向人民說：「我與你們同在」——上主說。於是上主振興了沙耳提耳的兒

子猶大省長則魯巴貝耳的精神，約匝達克的兒子大祭司耶叔亞的精神，和全體遺民的精神，他們便都前來興工建造萬軍的上主、他們的天主的聖殿。時在達理阿王二年六月二十四日。

七月二十一日，上主藉哈蓋先知說：「你對沙耳提耳的兒子猶大省長則魯巴貝耳，和約匝達克的兒子大祭司耶叔亞，以及遺民說：你們這些遺民中，凡見過這座殿宇在昔日的光榮之中的，你們現在看它怎樣？在你們眼中，不是如同沒有一樣嗎？但是現在，則魯巴貝耳，努力！——上主說。約匝達克的兒子大祭司耶叔亞，努力！境內全體民衆，努力！——上主說。努力工作罷！因為我與你們同在——萬軍的上主說。【這是我在你們出離埃及時，與你們訂立的盟約】：我的神常存在你們

中間，你們不要害怕。因為萬軍的上主這樣說：不久，我要震動天地海洋和陸地，震動萬民，使萬民把珍寶運來；我必使這殿宇充滿榮耀——萬軍的上主說。銀子是我的，金子也是我的——萬軍的上主說。這座後起的殿宇的光榮，比以前那座所享有的還要大——萬軍的上主說；我要在這裏頒賜和平——萬軍的上主說。」

對答詠 蓋一，8；依五六，7

領：你們要上山，建造一所殿宇。

答：上主說：我必因此而喜悅。

領：我的殿宇將被稱為萬民的祈禱

所。 答：上主說：

誦讀二 選讀亞歷山大城主教聖齊禮

哈蓋先知書釋義

我的名字在萬民中得到光榮

我們的救主來臨時，便出現了一座無

與倫比的聖殿，遠較古時的聖殿更爲華麗、更加偉大。新聖殿超越舊聖殿，好像在基督和福音內的敬禮超越法律所制定的敬禮，又好像實體超越陰影一樣。

對此問題，我認爲還可以說：古時只有一所聖殿，只是在耶路撒冷；也只有以色列民族在那裏舉行祭祀。後來，天主的獨生子雖然祂如同聖經所說、是「天主和上主，賜給我們光明」，却成爲相似我們的一個人。隨後世界就滿佈敬禮天主的處所，和無數的敬禮者，奉獻精神的祭品、和馨香的祭祀，敬拜宇宙的天主。我認爲這就是瑪拉基亞先知，以天主的身份所說預言的意思：「我是偉大的君王，上主說，我的名在萬民中大受顯揚，到處有人爲我的名焚香，奉獻潔淨的祭品。」

所以，可以合理地說，那新聖殿、就

是教會的榮耀是更偉大的。那些關心教會、並爲建設教會而工作的人，天主要賜給他們一件禮物、來自救主的禮物：就是基督——祂是萬民的平安；「我們藉著祂，都在同一聖神內，到達父的面前。」先知接著說：「我要在此地頒賜平安，心靈的平安，以拯救所有奠定基礎並建立聖殿的人。」基督也在某處說過：「我要賜給你們平安。」聖保祿要解釋這平安對愛天主者的好處說：「基督那超過人所能了解的平安，必將固守你們的心思意念。」聰明的依撒意亞也同樣祈禱說：「主，我們的天主，賜給我們平安吧！因爲祢已給了我們一切。」因爲一個人一旦獲得基督的平安，會發現：救自己的靈魂，和從事修德立功、都將成爲容易的。

因此先知才說，凡建築聖殿的人，將

獲享平安。一個人建築教會，或以教師的身份，講解神聖的奧蹟，而被選為天主聖殿的管理人；或者藉改善自己的靈魂，而使自己成爲精神的、生活的石頭，以「建築一座聖殿、天主的屬神的居所」。這樣的人定會獲得神益，就是使他容易拯救自己的靈魂。

對答詠

詠八三，5；匝二，15

領：上主，居住在祢殿宇的人、真是

有福。 答：他們將永遠讚美祢。

領：在那一天有許多民族要歸依上

主，要成爲祢的子民。

答：他們將：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚主曲對經：你們拋棄了一切來跟隨我，

都要得到百倍的報酬，並且
獲得永生。

結束禱詞

上主，求祢以聖寵引領我們，支援我們，使我們時時處處專務善功。

第二晚禱

謝主曲對經：其中一個痲瘋病人，看見自己痊癒了，就回來高聲讚美
天主，阿肋路亞。

常年期第二十八週

星期 一

誦 讀

誦讀 一 恭讀哈蓋先知書 二，11 ~ 24

預告將來的繁榮·對則魯巴貝耳的許諾

達理阿王二年九月二十四日，上主的話傳給哈蓋先知說：萬軍的上主這樣說：你去詢問祭司們這件有關於法律的事說：「如果有人用他的衣襟攜帶了聖肉，然後又用衣襟接觸麵餅，或湯，或酒，或油，或其他的食物，這些東西是否也成了聖的？」祭司們答說：「不。」哈蓋又問說：「如果一個人因為接觸了屍體而陷於不潔，觸摸了這些東西，是否這些東西也成了不潔的？」祭司們答說：「是的。」於是哈蓋說：「這人民就是這樣，他們在我面前就是這樣——上主說；他們手中的一切工作都是這樣；他們在這裏所獻的，都是不潔的。」

但是現在，從今天起回頭想想：上主

的殿還沒有石上壘石以前，那時你們怎樣？有人來收二十斗，却只有十斗；有人來到榨油池舀五十桶，却只有二十桶。我以熱風、以霉爛、以冰雹摧毀了你們手中的一切工作，而你們仍然沒有歸向我——上主說。你們要從今天起，留心注意，就是從九月二十四日，上主殿宇的奠基日起，請你們留心注意：倉房裏不是還沒有種子嗎？葡萄樹、無花果樹、石榴樹和橄欖樹，不是還沒有結果子嗎？從今天起，我必降福你們！」

同月二十四日，上主的話又傳給哈蓋說：你要對猶大省長則魯巴貝耳說：「我要震動天地，推翻列國的寶座；我要毀滅異邦列國的勢力，我要推翻戰車和駕車的人，戰馬與騎士個個必倒在自己兄弟的刀下。」在那一天——萬軍的上主說——沙

耳提耳的兒子，我的僕人則魯巴貝耳！我必提拔你——上主說——我必以你作印璽，因為我揀選了你——萬軍的上主說。

對答詠

蓋二，7，8，10

領：我要震動天地， 答：萬民所渴

望的那一位即將來臨。

領：這座殿宇的光榮，偉大無比。我

要在這裏頒賜和平。 答：萬民

所：

誦讀二 選讀路斯本聖富振秋主教「駁

斥法比安」

分享主的體血可聖化我人

我們每次獻祭時，就是實踐救主的命

令，一如聖保祿使徒所記載的：「主耶穌

在祂被出賣的那一夜，拿起餅來，祝謝

了，擘開，說：『這是我的身體，為你

們而捨的，你們應這樣作，為紀念我。』

晚餐後，又同樣拿起杯來，說：『這杯是用我的血所立的新約；你們每次喝，應這樣作，為紀念我。』因為你們每次吃這餅，喝這杯，就是宣告主的死亡，直到主再來。」

所以奉獻這祭祀，便是為了宣告主的死亡，也是為紀念主為我們而捨生致命。因為主親口說過：「人為朋友捨生，沒有比這更大的愛情了。」因為基督確為愛我們而死，當我們在祭獻中紀念祂的死亡時，便祈求天主藉聖神的來臨而賜給我們愛德。我們懇切祈求，是為了使我們藉基督為我們被釘死的愛，靠聖神的恩寵，使世界為我們是被釘死的，我們自己為世界也是被釘死的。基督「死於罪惡，只死了一次；祂活着，則活於天主」。我們也要效法基督的死，「要度一個新生活」；我

們接受了愛德的恩寵，我們就要死於罪惡，而生活於天主。

因為「天主的愛，藉著祂所賜給我們的聖神、已傾注在我們心中。」當我們吃祂的餅、喝祂的酒時，那分享主的聖體聖血的行爲，就逐漸促使我們死於世俗，把我們的生命同基督一起隱藏在天主內，並且把我們的肉身和私慾偏情都釘在十字架上。

如此，所有熱愛天主、熱愛世人的信徒，雖然沒有喝我主肉體受難的苦爵，仍可喝主的聖愛之爵，喝醉後，便把屬於世上的肢體置於死地，穿上主基督後，便不再沉溺於私慾之中；也不再貪戀那可見的，而想望那看不見的事物。這樣，保持聖愛之約時，就是喝吾主的杯；誰若沒有這聖愛，縱然交出自己的身體而被焚燒，對他

也毫無益處。但是我們藉這聖愛而獲得聖寵，使我們實際成爲我們在祭獻時所舉行的奧蹟。

對答詠

路二二，19；若六，59

領：耶穌接過餅來，祝福了，擘開，交給他們說：答：這是我身體，將爲你們而犧牲，你們要這樣作，來紀念我。

領：這是自天而降的食糧，誰吃了這食糧，必要永遠生活。答：這是我：

結束禱詞 見常年主日

星期二

誦 讀

誦讀一

恭讀匝加利亞先知書

一，1-17；二，1-4

重建聖殿的神視

達理阿第二年八月，上主的話傳給依多的孫子，貝勒基雅的儿子匝加利亞先知說：「上主曾對你們的祖先大發忿怒；現在你要對他們說：萬軍的上主這樣說：你們歸向我罷——萬軍的上主說——我必轉向你們，萬軍的上主說。你們不要像你們的祖先。以前的先知曾對他們宣告說：萬軍的上主這樣說：你們轉身離開你們的邪道，和你們的惡行罷！但是他們不聽，也不順從我——上主說。你們的祖先在哪裏？先知難道能永遠生存嗎？但是我吩咐我的僕人先知們所傳的話和定案，不是臨到你們的祖先身上了嗎？後來他們反悔說：萬軍的上主真按照祂的決定，並按照我們的行徑和作爲對待了我們。」

達理阿第二年十一月，就是「舍巴

特」月二十四日，上主的話傳給依多的孫子，貝勒基雅的儿子匝加利亞先知說：夜間我看見一個人騎着栗色的馬，站在盆地的長春樹中間，他後面有栗色、雜色和白色的馬。我問他說：「我主，這是什麼意思？」那對我談話的使者對我說：「我要給你解釋這是什麼意義。」但是那站在長春樹中間的人却答說：「這些是上主所派遣來巡視大地的。」他們答覆那站在長春樹中間的上主的使者說：「我們已經巡視了大地，看到全地都安寧平靖。」上主的使者說：「萬軍的上主！祢拒絕憐恤耶路撒冷和猶大各城，要到何時呢？祢向他們發怒，到現在已經七十年了！」上主就用安慰的話答覆那與我談話的使者；祂對我說：「你要宣佈說：萬軍的上主這樣說：我仍要深深地愛惜耶路撒冷和熙雍；但是

我極惱怒那些傲慢的異民，因為我對我的人民稍一發怒，他們便大加虐待。因此上主這樣說：我要再以慈悲對待耶路撒冷，我的殿宇必要在城中重建起來——萬軍的上主說——墨線必要再拉在耶路撒冷上。你要再宣佈說：萬軍的上主這樣說：我的城必再度充滿幸福，上主必再次憐憫熙雍，再次揀選耶路撒冷。」

我又舉目觀看，看見了四隻角。我問那對我談話的使者說：「這是什麼意思？」他回答我說：「這就是驅散了猶大、以色列和耶路撒冷的角。」後來上主讓我看見四個工匠。我問：「這些人來作什麼？」他回答：「那些角驅散了猶大，甚至沒有人敢抬頭，這些人是來恐嚇那些角，並打掉異民之角的，因為異民曾舉起角來摧毀了猶大的土地，並驅散了它的人民。」

對答詠

匝一，16；默二一，23

領：我要再度以慈悲對待耶路撒冷：

答：我的殿宇在城中必將重建。

領：那城也不需要日月照明，因為羔

羊就是城中的明燈。 答：我的

殿：

誦讀二

選讀聖高隆邦院長訓誨錄

永遠大祭司聖殿中的永光

「主人來到時，發覺那些僕人醒着，他們是多麼有福，又多麼快樂啊！當我們警醒而期待著那充滿一切、超越萬有的天主——宇宙的創造者時，那警醒才是有福的。」

我雖然微賤，却也是祂的僕人，但願祂把我從懶惰的睡夢中喚醒，用祂的聖愛之火灼熱我，但願這愛的火焰高升到星辰之上；也願這聖愛之火在我內常燃不熄。

但願我能適於使我的燈在吾主的聖殿

裏夜間常常點亮，光照所有進入我主聖殿的人。主，我因祢的聖子耶穌基督之名祈求祢，賜我那永不熄滅的愛火，使我的燈常燃不熄，使它爲我而點燃，也使它光照別人。

基督、我們最甘飴的救主，求祢點燃我的燈，使它永遠照耀在祢的聖殿裏，也從祢——永光接受永光，以光照我們的黑暗，並從我們身上驅逐世界的黑暗。

我的耶穌，求祢把祢的光賜給我的燈，使我藉它的光看到祢的至聖所，這至聖所迎接祢——永恒的大祭司，進入祢大殿的庭院。但願我永遠只享見祢、瞻仰祢、思慕祢；但願我以熱愛只瞻仰祢，並願我的燈在祢面前永遠發光，永遠點燃。

親愛的救主，我們敲門，求祢將祢自己顯示給我們，賜我們認識祢，使我們只

愛慕祢，唯獨愛慕祢，只渴慕祢，只想念祢，日夜不輟。但願祢在我們內啓發祢的聖愛，使我們相稱地愛慕祢，尊奉祢爲我們的天主。但願祢的聖愛佔有我們的內心，完全擁有我們整個的人，並充滿我們一切的官能，好使我們除祢以外，不知愛別的，只知道愛永遠的祢。願我們這種愛情永不可能被世界上空氣中、陸地和海洋的大水所熄滅，一如箴言所說：「洪水不能熄滅愛情。」

但願這句話，藉著祢賜給我們的耶穌基督，能在我們身上實現，或部分地實現，願光榮永遠歸於耶穌基督。阿們。

對答詠

依六〇，19-20

領：太陽不再爲你在白天發光，月亮的光輝也不再爲你照耀；

答：上主要作你永久的光明；你

的天主要作你的光輝。

領：你的太陽不再降落；你的月亮不

再虧缺。 答：上主要：

結束禱詞 見常年主日

星期三

誦 讀

誦讀一

恭讀匝加利亞先知書

三，1-4，14

對則魯巴貝耳國王及耶叔亞大祭

司的諾言

上主使我看見大祭司耶叔亞站在上主的使者面前，同時撒殫站在耶叔亞右邊控告他。上主的使者對撒殫說：「但願上主責斥你，撒殫！但願揀選耶路撒冷的上主責斥你。這不是由火中抽出來的一根木柴

嗎？」那時耶叔亞身穿污穢的衣服，站在使者面前。使者就吩咐那些站在他面前的人說：「把他身上污穢的衣服脫掉！」然後對耶叔亞說：「我已經脫下了你的罪，也給你穿上了華麗的禮服。」接着吩咐說：「在他頭上纏上一條潔淨的頭巾！」他們就在他頭上纏上了一條潔淨的頭巾，給他穿上了潔淨的禮服。那時，上主的使者站在旁邊。上主的使者便警告耶叔亞說：「萬軍的上主這樣說：如果你遵行我的道路，謹守我的法令，你便可以管理我的家，看守我的庭院；我必要使你在侍立在這裏的人中間自由出入。」

所以，大祭司耶叔亞，你聽着：你和我坐在你面前的同伴都是要作預兆的人。我必要使我的僕人「苗芽」生出。這是我在耶叔亞面前放置的石頭，在這惟一的石頭

上有七隻眼睛；我要親自在石頭上刻上名字——萬軍的上主說——並且要在那一天除去這地面的罪惡。在那一天——萬軍的上主說——你們必要互相邀請自己的鄰居到葡萄樹和無花果樹下。

那對我談話的使者又來喚醒我，如同喚醒夢中人一樣；他問我：「你看見了什麼？」我回答說：「我看見一座純金的燈台，上面有一個油壺和七盞燈，每盞燈都有七個燈心。燈台兩旁有兩棵橄欖樹，一左一右。我便問那對我談話的使者說：「我主，這是什麼意思？」那對我談話的使者回答我說：「你不知道這是什麼意思嗎？」我說：「我主，我不知道。」他對我說：「這七盞燈就是那遍察全地的上主的眼睛，」我又問他說：「燈台左右的兩棵橄欖樹是什麼意思？」我又問他說：「

這兩根經過兩個金管流出金色油的橄欖樹枝是什麼意思？」他對我說：「你不知道這是什麼意思嗎？」我回答說：「我主，我不知道。」他說：「這是侍立在全地的主宰面前的兩位受傳者。」

這是上主關於則魯巴貝耳所說的話：不是藉權勢，不是藉能力，而是靠我的神能——萬軍的上主說。

大山哪！你算什麼？在則魯巴貝耳面前，你必化爲平地！他要在「好啊！好啊！」的歡呼聲中搬出角石。

上主的話傳給我說：「則魯巴貝耳的手奠定了這殿宇的基礎，他的手也要完成這工程：這樣你們便要知道：是萬軍的上主派遣了我到你們這裏來。因爲誰敢因爲事業開端的微小，就輕視這一天呢？當他們看到則魯巴貝耳手中拿出特選的石頭

時，就會很高興。」

對答詠

默十一，4，3

領：有兩棵橄欖樹和兩座燈台，

答：站在世界之主面前。

領：上主將派遣兩位見證人，傳述上

主的信息。 答：站在世：

誦讀二 選讀聖馬西牧院長致達拉西書

光照衆人的光

那放在燈台上的燈是我們的主耶穌基督——來自聖父的真光，是那「普照每一個進入世界的人的真光。」祂成爲人類的一分子，攝取了我們的人性，因而成爲明燈，也被如此稱呼。這就是說，就天主性而言，祂是父的智慧和聖言：祂在天主的教會裏，忠實而虔誠地宣講的。祂藉那些修德和遵守誠命者的生活，在萬國中間被高高舉起並光芒四射，光照屋中所有的人，

就是全世界的人，正如同祂自己——天主的聖言所說的：「人點上燈，不會放在斗底下；却要把它放在燈台上，好光照屋中所有的人。」祂清楚地自稱是燈，因爲祂本性雖是天主，却依照天主救恩的計劃而成爲一個人。

我認爲，偉大的達味稱上主爲燈時，也了解這層意義。他說：「祢的法律是我脚步前的明燈，是我路途上的光明。」我的救主和我的天主，的確是這樣的：祂驅逐無知和罪惡的黑暗：因此聖經也稱祂爲明燈。

基督確實像一盞明燈，只有祂祛除無知的烏雲、驅逐罪惡的黑暗，而成爲人類得救的道路。祂藉大能和智慧、引導所有遵守天主誠命、履行正道的人、到達聖父台前。祂稱聖教會爲燈台：因爲天主的言

語、藉着宣講，從教會裏放出光芒，以真理之光照耀在屋中所有的人，即世上所有的人，並使他們的心靈充滿天主性的知識。

天主的言語絕不願意被放在斗底下，而願被放在崇高而榮耀的地位，這就是聖教會。因為天主的言語束縛在法律的字面下，就好像把光放在斗底下，而使整個人類不能得到永光；這樣天主的言語就不能供給那努力擺脫感官知識的人、精神方面的默觀，那屬於感官的知識是騙人的、只能使人誤入歧途，只能認知那像人本性一樣的可腐朽的事物。然而，天主的言語如果被安置在燈台上、就是在教會中，藉着精神的、真實的敬禮，也將光照眾人。

因為，如果文字不按精神的意義去了解，便只限於字面的意義，它所願表達的被束縛，所寫字句的真正力量不能進入心

靈。

所以，我們不要把我們用精神的默觀和行動，所點燃的這盞燈，就是那點燃知識之火的言語，放在斗底下。我們也不要以文字窒息那智慧的無比的力量、而成爲罪犯。讓我們把它放在教會的燈台上，放在真正的默觀的頂峯上，使它向所有的人，發射出天主的真理的光芒。

對答詠

若十二，35，36；九，39

領：你們要趁着有光的時候行走，以免黑暗籠罩你們。 答：你們要趁着有光的時候，信從這光，使你們成爲光明之子。

領：我到這世界上來，是要使瞎子能夠看見。 答：你們要：

結束禱詞 見常年期主日

星期四

誦讀

誦讀一 恭讀匝加利亞先知書

八，1 ~ 17，20 ~ 23

以民的復興

萬軍上主的話：萬軍的上主這樣說：「我以極度的妬愛愛着熙雍，爲了它我生了很大的妒恨，上主這樣說：我要返回熙雍，住在耶路撒冷；耶路撒冷將稱爲忠城，萬軍上主的山將稱爲聖山。」

萬軍的上主這樣說：「老夫老婦將要坐在耶路撒冷各街市上，每人因爲年高老邁，手中拄着拐杖；城裏街市上，都擠滿了男女兒童，在那裏遊戲。萬軍的上主這樣說：到了那時候，這事在這百姓的遺民

眼中是一件奇事，難道在我眼中也是件奇事嗎？——萬軍的上主說。萬軍的上主這樣說：我要從東方和西方救回我的百姓；我要本着忠實和正義領回他們來，住在耶路撒冷；他們要作我的子民，我要作他們的天主。」

萬軍的上主這樣說：「當建築萬軍上主的殿，奠基的日子，你們從先知的口中聽見這些話的人，應堅強你們的手臂。即使在這些日子以前，人得不到工資，牲畜也沒有報酬，出入的人由於仇敵都得不到平安，因爲我曾使人互相攻擊；但是現在我對待這百姓的遺民，決不像從前一樣——萬軍的上主說。因爲我要散播和平；葡萄樹必結果實，土地必有出產，蒼天必降甘露；我必要使這百姓的遺民獲得這一切。猶大和以色列的人民哪，從前你們在異民

中怎樣成爲可詛咒的，可是將來我仍要拯救你們，使你們受人祝福；你們不要害怕，應堅強你們的手臂！因爲萬軍的上主這樣說：你們的祖先惹我發怒的時候，我曾決意降罰他們——萬軍的上主說——未改變主意；但是現在我要決意善待耶路撒冷和猶大的人民；你們不要害怕！你們應該遵行的訓令是：彼此說話要誠實，在城門口應作公正與和平的裁判；不可中心圖謀惡事，彼此相害，也不可喜歡發假誓，因爲這一切都是我所憎惡的——上主說。

對答詠

匝八，7，9；宗三，25

領：萬軍的上主這樣說：我要從東方

和西方救回我的子民。 答：你

們從先知的口中聽見這些話的

人，要堅強你們的手臂。

領：你們是先知和盟約之子；那盟約是天主與你們的祖先所訂立的盟約。 答：你們從：

誦讀一 選讀聖思定主教若望福音釋義

我將拯救我的子民

「除非父吸引人，誰也不能到我這裏來。」你不要想你被吸引是違背你的意願。因爲你的心靈能被愛所吸引。我們也不要害怕那衡量文字而遠離真理、尤其天主之真理的人，他們用福音這句話來駁斥我們，對我們說：「如果我被吸引，我又怎能自願地相信呢？」我說：「你的意志被吸引，仍不夠，因爲你也被樂趣所吸引啊！」

「人爲樂趣所吸引」是什麼意思呢？

「你要在上主內尋求喜樂，祂必滿足你的意願。」人心有某種樂趣：比如，它喜歡

天上的神糧。如果詩人能說：「人被個人的樂趣所吸引」，這不是由於需要，而是由於樂趣；不是出於強迫，而是出於喜歡，那麼，我們更能說：一個喜歡真理，喜歡永福、喜歡正義、喜歡永生的人被吸引到基督那裏，因為這一切都是基督。

肉體有其樂趣，心靈怎能沒有樂趣呢？假設心靈沒有自己的樂趣，聖經怎會這樣說：「世人都藏身在祢的翼蔭下，他們飽嘗祢殿中的盛筵，暢飲祢甘飴的泉水。因為在祢那裏有生命的泉源，在祢的光明中，我們看到光明」？

請指示給我一個會愛的人，他會了解我說的是什麼。請指示給我一個有所希冀的人，一個饑餓的人，一位旅客、在此塵世的曠野中忍受口渴的人，一個渴望永生天鄉之泉水的人；請指示給我這樣的一個

人，他就會了解我說的是什麼。但是，如果我向一個毫無知覺的人講話，他不會了解我說的是什麼。

你把綠葉給一隻羊，你就能吸引牠。把栗子拿給兒童看，他便被吸引。他因受吸引而跑來；他被吸引，因為他喜愛栗子；他被吸引，不是由於身體方面的壓力，而是由於食慾。如果世上的幸福、快樂，顯示給喜愛的人，能吸引他們——因為「每個人都被他個人所喜愛的樂趣吸引」——是真實的——那麼，聖父所啓示給人的基督、怎能不吸引人呢？人靈喜愛什麼能比喜愛真理更強烈呢？人靈如饑似渴地喜愛智慧、正義、真理、永福，不是因為要獲得這一切嗎？

主耶穌說：「慕義如飢似渴的人是有福的」——這是說在現世，「因為他們要得

到飽飫」——這是說在天上。基督說：我要賜給每個人他所喜愛的，我要賜給每個人他所盼望的；他將看到他所信仰而未見的；他將吃到他所想吃的，他將喝到他所想喝的。幾時？死人復活時；因為「我在世界末日將使他復活。」

對答詠

若六，44 ~ 45

領：除非那派遣我的父吸引人，誰也不能到我這裏來。 答：凡聽了父的教訓而肯學習的，都要到我這裏來。

領：先知書上記載：「衆人都要蒙天主訓誨。」 答：凡聽了：

結束禱詞

見常年期主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀瑪拉基亞先知書

一，1 ~ 14、

二，13 ~ 16

論怠職的祭司和休妻

神諭：上主藉瑪拉基亞傳給以色列的話。

上主說：我愛了你們，而你們却說：你怎樣愛了我們呢？厄撒烏不是雅格的哥哥嗎？——上主說——但是我却愛了雅格，而恨了厄撒烏。我曾使他的山荒涼，使他的產業變為豺狼所住的曠野。如果厄東說：我們雖然被毀滅，但我們必要重建廢墟。萬軍的上主却這樣說：他們可以重

建，但我必加以破壞，人們將稱之爲「邪惡的地區」，或「上主永遠憤恨的人民」。你們必要親眼看見，並且要說：上主連在以色列境界之外，也顯示了自己偉大。

兒子應孝敬父親，僕人應敬畏主人。

但如果我是父親，對我的孝敬在哪裏？如果我是主人，對我的敬畏在哪裏？祭司們！萬軍的上主對你們說：「你們輕視了我的名。」但你們却說：「我們在什麼事上輕視了祢的名？」就在你們以不潔的食物供奉在我的祭壇上。你們又說：「我們在什麼事上玷污了它？」就是在你們說：「上主的祭壇是可輕賤的」的時候。你們將一隻盲目的畜牲獻爲犧牲，不是罪過嗎？你們奉獻一隻跛腿的，或生病的，不是罪過嗎？將這樣的禮品獻給你的省長罷！看他是否會喜歡，會悅納？——萬軍

的上主說。現在你們懇求天主開恩，求祂憐恤我們！這事既然是你們經手，看祂是否會對你們垂青？——萬軍的上主說。

但願你們當中有人關閉殿門，免得你們在我的祭壇上白白地點火！我不喜歡你們——萬軍的上主說——也不悅納你們經手所獻的祭品，因爲從日出到日落，我的名在異民中大受顯揚，到處有人爲我的名在異民中大受顯揚——萬軍的上主說。但你們却褻瀆了它，就是在你們說：「主的祭壇是污穢的，上面的食物是可輕賤的」的時候。你們還說：「唉，這是多麼麻煩！」你們且嗤之以鼻——萬軍的上主說。你們將奪來的，跛腿的和生病的拿來獻爲祭品，我怎能從你們手中悅納呢？——上主說。那在家畜羣中原有公的，且許了

願，却拿有殘疾的獻給上主的騙子，是可詛咒的！我是大君王——萬軍的上主說：我的名在異民中必受敬畏。

你們還作了這件事：你們向上主的祭壇灑盡了眼淚，哭泣呻吟，因為上主不再垂顧你們的祭祀，不再悅納你們手中的祭品，而你們還問：「這是因為什麼？」是因為上主是你與你青年時所娶的妻子之間的證人。她雖是你的伴侶，是你結盟的髮妻，你竟對她不守信義。上主不是造了他們成爲一體，有一個肉身，一個性命嗎？爲什麼要結爲一體？是爲求得天主的子女；所以應關心你們的性命，對你青年結髮的妻子不要背信。上主以色列的天主說：我憎恨休妻，休妻使人在自己的衣服上沾滿了不義，萬軍的上主聲明說。所以你們要謹慎不可對妻子不忠。」

對答詠

拉二，5，6；

詠一〇九，4

領：我與祭司肋未訂立一項盟約：我許諾給他生命和平安。我賜給了他怕懼，他就敬畏我。 答：他的口傳佈真實的教訓；他的唇舌從未說過謊話。

領：上主發了誓，決不反悔：你按默基瑟德的品位，永爲祭司。

答：他的口：

誦讀二 選讀聖思定主教：天主之城

到處向我的名獻祭，並供奉潔淨的祭品

真的祭獻就是使我們在神聖的團體內與天主結合的行爲，這行爲使我們能達到那真能使我們幸福的終向。因此，即便救濟人的行爲，若不是爲了天主而做，並不

是祭獻。因為祭獻雖然由人所完成、所奉獻，却是一件神聖的事物，一如古代拉丁作家所稱的。因此，一個人因天主之名而獻身，並向天主發願，就是一種祭獻，因為他死於世俗，以便活於天主。這種行為也是一種仁愛的行為，是每人對自己所做的仁愛行為。因此聖經說：「你要藉着悅樂天主，憐愛你的靈魂。」

因此仁愛的工作，無論對我們自己或對隣人、若為愛天主而行，都是真祭獻。施行仁愛工作的目的是為了使我們免遭災禍，就是為了獲得幸福。若得不到聖經所說的那種美好，便不能幸福：「我真正的幸福就是親近天主。」明顯的結論就是：整個的獲救之城、就是諸聖徒們的團體與聚會、藉大祭司被奉獻給天主作為全體的祭獻；那位大祭司曾為我們取了奴隸的形

像、受難時祭獻了自己，使我們成為如此偉大首領的身體。祂奉獻了這奴隸的性體，也是在這形像下，祂被奉獻了，因為祂是按照這性體，而作中保；是按照這性體而作祭司；是按照這性體而作祭獻。

因此聖保祿勸我們，要把我們的身體獻給天主，「當作生活的、聖潔的和悅樂天主的祭品，與合理的敬禮」，不要模仿世俗，而要以革新的心靈改造自己，好能辨別什麼是天主的旨意，什麼是善事，什麼是悅樂天主的事，什麼是完善的事，因為我們本身就是那整個的祭獻。聖保祿接着說：「我憑所賜給我的聖寵，告訴你們每一位，不可自視太高，但應按照天主所給各人的信德大小、估計得適中。就像一個身體上有許多肢體，每個肢體都有不同的功用。同樣，我們衆人在基督內也都是

一個身體，彼此都是肢體，按我們個人所受的聖寵，各有不同的恩賜。」

這原是基督徒的祭獻：「他們大家在基督內成爲一個身體。」這就是教會在聖體聖事內所時常舉行的祭獻，這聖事是信友所共知的；它顯示教會在它所舉行的祭獻中，也將自己奉獻給天主。

對答詠 米六，6，8；申十，14，12

領：我要向上主奉獻什麼禮物呢？人哪！我要告訴你，什麼是善；上主向你要求的是什麼。 答：無非是履行正義，愛好慈善，虛心和你的天主來往。

領：天地和天地間的一切，都屬於上主你的天主，現在上主天主向你要求的是什麼？ 答：無非是：

結束禱詞 見常年期主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀瑪拉基亞先知書

三，1-24

上主的日子

上主天主這樣說：我要派遣我的使者，在我前面預備道路。你們所尋求的主宰，必要忽然進入祂的聖殿；你們所渴望的盟約的使者，祂已經來了——萬軍的上主說。但是，祂來的日子誰能支持得住？祂顯現時，誰能站立得住呢？因爲祂像煉金者用的爐火，又像漂布者用的鹼汁。祂必要坐下，像溶化和煉淨銀子的人，煉淨肋未子孫，精煉他們像精煉金銀一樣，使他們能懷着虔誠，向上主奉獻祭品：那

時，猶大和耶路撒冷所祭獻的祭品，必能悅樂上主，如同從前一樣。那時，我必前來接近你們，執行審判，迅速作證指控術士、犯奸和發虛誓的人，指控欺壓傭工、寡婦和孤兒的人，指控侵害外方人的權利，而不敬畏我的人——萬軍的上主說。是的，我是上主，決不改變；但你們總是雅格的子孫。

自從你們祖先的日子以來，你們就離棄了我的法令，而不遵守。現在你們轉向我罷！我必轉向你們——萬軍的上主說。你們却說：「我們應怎樣轉向祢呢！」人怎能欺騙天主？可是你們却欺騙了我！你們却說：「我們在什麼事上欺騙了祢呢？」就是在什一之物和應獻的祭物上。你們全體人民！你們必要遭受嚴厲的詛咒，因為你們都欺騙了我。你們應把什一之物送入

府庫，好使我的殿宇存有食糧。你們就在這事上試試我罷！——萬軍的上主說——看我是否給你們開啓天閘，將祝福傾注在你們身上，直到你們心滿意足。我一定要為你們嚇走那吞食者，不容牠再損害你們的田產，也不讓你們田間的葡萄樹不結果實——萬軍的上主說。萬民都要稱你們是有福的人，因為你們將成爲一片樂土——萬軍的上主說。

上主說：「你們竟然敢用言語頂撞我。」你們却說：「我們在什麼話上頂撞了祢？」就是在你們說：「事奉天主只是徒然！遵守祢的誡命，在萬軍的上主面前，穿苦衣而行，有什麼好處？現在我們該稱驕傲人是有福的；作惡的人，居然順利，試探天主的人居然免罰！」這是敬畏上主的人彼此談論的。但上主都加以注意

而聽見了，並且在祂面前的記錄簿上，登記了那些敬畏上主和投靠祂名號的人。在我行事的日子——萬軍的上主說——他們必是屬於我的特殊產業，我要憐愛他們，如同人憐愛服事自己的兒子。你們將要重新看出義人和惡人，服事天主和不服事天主的人的區別。那日子來臨，必定如同冒火的爐子，所有的驕傲人和作惡的人都要成爲稻草；那一天來到，必要將他們燒盡——萬軍的上主說——不給他們留下根和枝子。但爲你們這些敬畏我名的人，正義的太陽將要升起，以它像箭羽的光芒普施救恩；你們必將出來，蹦蹦跳跳有如出欄的牛犢。你們要踐踏惡人，因爲在我行動那天，他們將像你們腳下的塵土——萬軍的上主說。

你們應記得我僕人梅瑟的法律，就是

我在曷勒布山，命他傳給全以色列的誠命和制度。在上主偉大而可怕的日子來到以前，我要派先知厄里亞到你們這裏來；他將使父親和子女重歸於好，免得我來到時，以毀滅律打擊這個國家。

對答詠

拉三，1；路一，76

領：我要派遣我的使者，在我面前預備道路。 答：你們所尋求的主宰，必要忽然進入祂的聖殿，你們所相望的盟約的使者已經來了。

領：至於你，我兒，你將稱爲至高者的先知，你要作主的前驅，爲祂預備道路。 答：你們所：

誦讀二 選讀「教會在現代世界」憲章

(40, 45)

我是本與末，始與終

天上神國與地上王國的互相滲透，只能爲信德所覺察。這常將是人類歷史的一個奧跡，這歷史直到天主義子的光明完全彰顯爲止，經常爲罪惡所滋擾。

教會在追求救人的固有目的的過程中，不僅把天主的生命通傳給人類，也以某種形式，把這生活所發射的光明散播到全世界；教會特別藉以下方式這樣做，就是它醫治並提高人性的尊嚴，鞏固人類社會的結構，並將人們日常活動沉浸在更崇高的意義中。所以教會深信，透過它的成員和整個團體的活動，能夠非常有助於人類大家庭和歷史的改造，使之更適合於人性。

教會一面幫助世界，一面由世界接受幫助，只有一個目的，就是使天主的國來臨，並使整個人類得救。凡天主子民在這

世界的旅途上、所能提供給人類大家庭的好處，都同出一源，就是「教會是救恩的普遍聖事」，揭示並執行天主愛人的奧蹟。

萬有藉以受造的天主聖言、成爲有血肉的人，成爲一個完人，是爲了救贖萬民，並使萬物重歸合一。主是人類歷史的終向，歷史和文明所有的企望、都以祂爲依歸；祂是人類的中心，是人心的喜樂，和一切企望的滿全。祂是聖父從死人中所復活的，所顯揚的，並使祂坐在祂的右邊，指定祂爲審判生者死者的法官。我們在基督的聖神內重生，並集合在一起，朝向人類歷史的圓滿而邁進：這正符合天主聖愛的計劃：「使天上和地上的萬有在基督內同歸於一。」

主基督說：「看哪！我快要來。我隨身帶著報酬，要按照各人的行爲報應他。」

我是阿耳法和敖美加，最初的和最後的；
元始和終末。」

對答詠

宗十，36；四，12；十，42

領：天主派遣了聖言，並藉耶穌基督

宣講了和平的喜訊。 答：基督

是萬有之主；除祂以外，無論憑

誰，決無救恩。

領：天主指派了祂審判生者、死者。

答：基督是：

結束禱詞 見常年主日

第二十九主日

聖詠集第一週

第一晚禱

謝主曲對經：屬於凱撒的，應還給凱撒；

屬於天主的，應還給天主，
阿肋路亞。

誦 讀

誦讀一 恭讀艾斯德爾傳

一，1-3，9-14，16，

19；二，5-10，16-17

瓦市提被廢，艾斯德爾被選

薛西斯為王時，發生了這樣的事：

——薛西斯當時管轄的版圖，自印度至厘
士，共計一百二十七省——他在蘇撒禁城
登極後第三年，設宴款待所有的公卿朝
臣、波斯與瑪待的將官，各省的賢達與總
督，同時瓦市提皇后，在薛西斯王的後宮，
也擺設盛宴，款待婦女。

第七日，君王一時酒酣耳熱，就命默
胡曼、彼次達、哈波納、彼革達、阿巴革

達、則塔爾和加爾加斯，——七個侍從薛西斯王的宦官——去召瓦市提王后，使她頭戴后冠，到君王跟前來，讓衆百姓與朝臣瞻仰她的美麗，因爲她的容貌嬌媚可愛。但是瓦市提王后拒絕前來，不肯遵行宦官傳來的王命。於是君王勃然大怒，五內如焚，就和通達時務的幾個朝臣商議——因爲當時君王要辦一事，必與精通法律民情的朝臣商議；那時在國王身旁的有加爾舍納、舍塔爾、阿德瑪達、塔爾史士、默勒斯、瑪色納、默慕干，七位波斯和瑪待的公卿；他們常在君王左右，分居國家的高位——默慕干在君王及公卿前建議說：「瓦市提王后不但得罪了君王，而且也得罪了薛西斯王各省的諸侯與人民，陛下如果贊成，可頒一道上諭，附於波斯與瑪待的法典內成爲法律，禁止瓦市提后

今後朝見薛西斯王；至於她的后位，陛下可賜與另一位比她賢淑的王妃。」

在蘇撒禁城內有一個猶太人，名叫摩爾德開，是雅依爾的兒子，史米的孫子，本雅明族人克士的曾孫；克士是巴比倫王拿步高從耶路撒冷將猶大王耶苛尼雅擄走時，被擄的俘虜之一。摩爾德開撫養了他的堂妹哈達撒，又名叫艾斯德爾，她自幼就喪失了父母。這女孩身材標致，容貌美麗，她的父母去世後，摩爾德開就收養她作自己的女兒。不久，皇帝的諭旨和詔令傳遍了全國，許多少女都被召到蘇撒禁城，受赫革的監護，艾斯德爾也被帶到王宮，交給管理嬪妃的赫革看管。她很討赫革的喜悅，大得他的寵愛，立即供給她美容潤身的物品和所需的食物，並選派了七個美麗的宮女服侍她，又將她和她的侍女

遷移到後宮最好的宮院裏。但艾斯德爾卻沒有說出她自己的民族和身世，因為摩爾德開早已吩咐她不要提起這事。艾斯德爾在薛西斯爲王第七年十月，就是「太貝特」月，被召進王宮。王愛艾斯德爾超過所有的嬪妃。在所有的處女中，她最得君王的歡心和喜愛。王便將后冠戴在她頭上，立她爲王后，取代瓦市提。

對答詠

路一，51~52

詠一一二，5~8

領：誰能與上主我們的天主相比？祂從高處俯視諸天和大地。

答：祂把軟弱的人從塵埃裏救起；把窮苦的人由糞土中高舉，使他們與公卿同席。

領：上主把心高氣傲的人擊潰；祂從高座上推下權貴，却提拔了弱小

卑微。 答：祂把軟……

誦讀二 選讀聖思定主教致普勞巴書

心靈的願望是祈禱的靈魂

深恐我們祈求的不適當，就多方尋找，以便找到所該祈求的，這又有什麼用呢？爲什麼不用聖詠的話說：「我向天主祈求一件事，我要懇切請求此事：願我一生歲月住在上主的殿裏。凝視上主的美善，參拜上主的聖殿」？在那裏歲月不是一日接一日地來去，一日的開始不是另一日的結束；所有的歲月、渾然一體而無休止；在那裏，生活在那些歲月中的生命本身也沒有止境。

爲使我們得到這種幸福的生活，眞「生命」本身教訓我們祈禱時，不要喋喋不休，好像我們越多言、祈禱就會越獲得垂允似的：因爲一如主自己說的，我們所祈

求的那一位，在祈求祂之前早已知道我們所需要的了。

既然在我們祈求祂以前，祂知道我們所需要的，爲什麼還要勸告我們要祈求呢？這個問題可能使我們困擾，但是我們該明白：我們的主天主、並不願意我們把我們的願望稟告祂，因爲祂不能不知道；而是願意我們在祈禱中練習我們的願望，以準備領受天主爲我們所預備的恩惠。這原是非常偉大的恩惠，但是我們領受的器量是微小的，心胸是狹窄的。因此聖保祿對我們說：「擴大你們的心胸！不要和不信的人共負一軛。」

道。我們的信德越深，望德越強，願望越熱切，我們接受那恩惠的能力也就越大。所以，我們該懷著不懈的願望、在堅信、切望和熱愛中祈禱。但是在某一定的時間與季節，我們也用口禱祈求天主，這是要我們利用外面的記號提醒我們自己，檢討在這種願望中有多少進展，並且激發我們更努力加強這種願望。因爲願望越熱切，所得到的效果也越豐富。因此聖保祿說：「你們要不斷祈禱。」這就是說：你們要不斷地希望那幸福的生命——就是永生，並要向唯一天主祈求，只有祂能賜給這種生命。

對答詠

耶二九，13，12，11

領：你們尋找我時，要全心尋找我，你們必會找到我。 答：你們呼求我，我必俯聽你們。

領：我所懷的計劃是和平的計劃，而

不是災禍的計劃，目的是要你們

有前途、有希望。 答：你們呼：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚主曲對經：人子不是來受人服事，而是

要來服事別人，並且犧牲性

命，作為眾人得救的代價。

結束禱詞

全能永生的天主，求祢使我們常能爽

快地服從祢的旨意，為了祢的光榮，誠懇

地奉獻我們的服務。

第一晚禱

謝主曲對經：當人子來臨時，你想，祂會

在世上找到信德嗎？

常年期第二十九週

星期一

誦 讀

誦讀一 恭讀艾斯德爾傳 三，1-15

危難中的猶太人民

那時候，薛西斯王擢陞阿加格人哈默

大達的兒子哈曼，使他晉級，位居所有同

僚公卿之上。君王下命，凡在御門供職的

臣僕，都要向哈曼俯首下拜，只有摩爾德

開不肯向他低頭，也不下拜。於是御門供

職的臣僕問摩爾德開說：「你為什麼違抗

王命？」他們天天這樣問他，他也不聽；

他們便告訴了哈曼說：摩爾德開違背王

命，想觀察摩爾德開的態度是否堅持到

底，因為他曾對他們說他是猶太人。哈曼

見摩爾德開不向他低頭下拜，就非常忿怒，心想只殺害摩爾德開一人，還不足洩恨，因為有人向他告訴了摩爾德開的身世；於是哈曼打算把薛西斯王整個帝國內的一切猶太人和摩爾德開一起殺盡滅絕。

薛西斯爲王第十二年正月，就是「尼散」月，有人在哈曼前抽「普爾」，就是抽籤，爲定一個日子和月份，好在那一天滅絕摩爾德開的種族。結果，抽出了十二月，就是「阿達爾」月十三日。於是哈曼對薛西斯王說：「在你全國各省內，有一個民族，散居在各民族之間，他們的法律和各民族的都不相同，又不遵守王法；留着他們，對於君王實在不利。若是君王贊同，可下令把他們滅絕，我願捐六千萬銀幣，交與管理國庫的人，歸入王庫。」於是君王從他的手上取下指璽，交給那迫害

猶太人的阿加格人哈默大達的兒子哈曼。接着又對哈曼說：「錢仍是你的，至於這個民族，你可任意處置。」正月十三日召集了衆御史，根據哈曼的意見，用各省習用的文字和各民族的方言，擬定了一道文書，頒發給各省御史大臣，各省省長，各民族族長；文書用薛西斯王的名義措辭，並蓋上君王的指璽；然後由衆驛使傳遞到帝國各省，限令在一天內，就是十二月，「阿達爾」月十三日，把全國所有的猶太人，不論老幼婦孺，一律加以殲滅、屠殺、剷除，財產一律沒收。

上諭應在各省公佈，通知天下人民，準備應付這一天。驛使因迫於君令，就迅速出發；在蘇撒禁城裏立即公佈了這道上諭。這時君王與哈曼同席共飲；但是蘇撒全城却陷於混亂。

對答詠

艾十三，9；詠四三，26；

艾十三，17

全熄滅。

領：我的上主，全能的君王，萬物都屬於祢的權下；誰也不能違抗祢的旨意。 答：求祢因祢的名解救我們。

領：上主，求祢俯聽我們的祈禱，把

我們的悲哀化為喜樂。 答：求

祢因：

誦讀二 選讀聖思定主教致普勞巴書

我們應定時收斂心神而祈禱

我們要常向主天主企望真福的生活，

並要常常祈禱。但我們的渴望之情，往往

為俗務或掛慮所沖淡，因此常該收斂心神

定時口禱。我們藉著禱詞提醒自己注意我

們企望的對象；這樣我們的熱切企望、時

常以祈禱來點燃，就不會慢慢冷卻，或完

因此聖保祿所說：「要把你們的請求

告訴天主」，這不是說要使天主知道我們的請求，因為祂在我們請求之前就知道；而是說，使我們在天主面前意識到我們的請求，却不是在人面前誇耀我們的祈禱。

既然如此，當我們有機會時或有空閒時，也就是說，如果祈禱不阻止我們作其他善事或必要的工作時，作長時間的祈禱，並不是錯誤或無益的事。因為即使當我們作善事或盡本份時，也該一如我說過的，常該有祈禱的願望。其實，長久的祈禱，並不像某些人所想的，喋喋不休的祈禱。喋喋不休的講話是一回事，而延長的熱情祈禱又是另一回事。因為聖經記載吾主自己徹夜祈禱，並且長時間的祈禱。這

不是爲我們樹立榜樣嗎？在世時，祂在適當的時候祈禱，現在同天主父垂聽我們的祈禱。

據說埃及曠野中的隱修士時常祈禱；但他們的祈禱是很簡短的，迅速如同射箭一樣，以免長久祈禱會鬆弛或分散他們的注意力，這注意力是爲任何祈禱的人所最需要的。由此可知：如果一個人不能長久祈禱，不可勉強；如果能夠，不要很快便停止。

祈禱時不應說話太多，但是，如果能繼續維持熱誠的注意力，要作深度的祈禱。祈禱時多言，就是用多餘的話談論一件重要的事。深度的祈禱是指：我們以心中持久而虔敬的敲門聲，在天主的門前祈求祂。多次這種祈禱，說話不如嘆息，流淚勝於談論。「祂把我們的眼淚放在祂面

前，我們的悲嘆不能對祂隱瞞」，祂曾藉聖言創造了萬物，並不需求人的言語。

對答詠 詠八七，2-3；依二六，4

領：上主，拯救我的天主，我整天向祢求助，徹夜向祢哀告。

答：願我的哀禱上達祢面前。

領：祢的名號、祢的紀念是我們心靈的願望。 答：願我的……

結束禱詞 見常年主日

星期二

誦 讀

誦讀一 恭讀艾斯德爾傳 四，1-17

哈曼圖謀消滅猶太人

摩爾德開聽說猶太人要被消滅，就撕裂了自己的衣服，披上苦衣，撒上灰土，

走到京城中心，大聲哀號，一直走到御門前：因爲身披苦衣的人，不准進入御門。這時在各省裏，凡是上諭和敕令傳到的地方，猶太人都哀號、禁食、哭泣、悲痛；許多人甚至身穿苦衣，躺在灰土中。

艾斯德爾的宮女和太監跑來報告她，王后知道了，萬分悲傷，立即送衣服去，叫摩爾德開穿上，脫下苦衣；但是他沒有接受。艾斯德爾就叫君王派來侍候她的太監哈塔客來，吩咐他去見摩爾德開，探聽一下發生了什麼事，爲何如此。哈塔客走到御門前的廣場，去見摩爾德開。摩爾德開便將所遭遇的事，也將哈曼爲消滅猶太人、給王庫捐獻的銀錢，都詳細告訴了他，並且把在穌撒已公佈的滅絕猶太人的一分上諭交給他，轉呈艾斯德爾看，並請她快去懇求君王爲自己的民族求情，並且

叫他向艾斯德爾說：「請你回憶你孤苦零丁的時候，怎樣在我手下長大成人。現在一人之下的哈曼已經有了許可要處死我們。請你呼求上主，並爲我們向君王求情，救我們不死！」哈塔客回去，將摩爾德開的話回報給艾斯德爾。艾斯德爾吩咐哈塔客回覆摩爾德開說：「君王所有的公卿與各省的百姓都知道，任何人不論男女，未奉召見，而擅入內廷晉謁君王的，除非君王向他伸出金杖，賜他生存，一律應依法處死。況且我已經有三十天未蒙召親近君王了。」哈塔客將艾斯德爾的話轉告給摩爾德開。摩爾德開叫他回覆艾斯德爾說：「不要心想一個猶太人在王宮裏就可保全性命！決不會。在這生死關頭，你若緘默不言，猶太人也必會從別處得到救援和援助。但是，在這情形下，你和你的

民族必遭滅亡。誰知道，你能進入朝廷，不正是爲了挽救現在的危機嗎？」艾斯德爾令人轉告摩爾德開說：「請召集所有住在蘇撒的猶太人，爲我禁食，三天三夜不吃不喝。同時，我與我的宮女也同樣禁食；然後我就違法去見君王，即使我死了，死得也情願！」於是摩爾德開就去進行艾斯德爾所吩咐他的一切事。

對答詠

參閱艾十四，14；

多三，13；友六，15

領：以色列的天主，除了祢以外，我從未信賴過他人。 答：祢雖發怒，却仍然憐憫；祢寬恕遭難人的一切罪過。

領：上主天主、天地的創造者，求祢垂憐我們的微賤。 答：祢雖發：

誦讀二 選讀聖思定主教致普勞巴書

論天主經

我們祈禱時需要言辭，是爲提醒我們，並使我們考慮應該祈求什麼；我們不要想這是爲使上主知道，或爲說服祂。

因此當我們唸「願祢的名受顯揚」時，我們是在勸告我們自己要熱切希望天主永遠神聖的名字、在人間受到顯揚；也在人間受到顯揚，就是說，不受凌辱：這並非有利於天主，而是有利於人。

當我們唸「願祢的國來臨」時，這國度，無論我們願意與否，一定會來臨；但是我們激起我們的願望：切望祂的國來臨到我們身上，也使我們配在祂的國內爲王。

當我們唸「願祢的旨意，奉行在人間，如同在天上」時，我們是在求天主恩賜我們服從，好使我們服從祂的旨意，如

同天上的天使服從祂的旨意一般。

當我們唸「求祢今天賞給我們日用的食糧」時，所說的今天，是指現在。在此處我們所求的，或是指我們所需要的一切，這一切我們用食糧代表；或是指信友的聖事，這是我們在現世所需要的；並不是爲得到現世的幸福，而是爲獲得永遠的幸福。

當我們唸「求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣」時，是在提醒我們：爲了獲得寬恕，我們該求什麼，以及我們該做什麼，才配得寬恕。

當我們唸「不要讓我們陷於誘惑」時，是在提醒我們祈求天主，不要使我們因缺少祂的助祐、而同意那騙人的誘惑，或者屈服於那強烈的誘惑。

當我們說「救我們免於凶惡」時，是

在提醒我們：我們還沒有抵達那免除凶惡的幸福境界。這是天主經中的最後一個祈求，所包括的範圍很廣：一位基督徒處在任何困苦中，都可藉這祈求發出嘆息，流下眼淚，或以此祈求開始，以此繼續，以此結束他的祈禱。我們需要這些詞句，使我們記起種種事實。

因爲當我們用任何其他言詞時，無非是爲準備祈禱，激發熱情，或爲繼續祈禱，以加強我們的熱情；只要我們以正確和適當的方式祈禱，我們的禱詞，無不包括在天主經內，倘若某人所做的祈禱與這篇福音的禱詞互不相容，即使並不是非法的祈禱，一定是屬於本性和世俗的祈禱。我不知道，這種祈禱如何不能稱之爲非法的祈禱，因爲由聖神而重生的人只該在聖神內祈禱。

對答詠

加下一，5，3

領：願上主俯聽我們的祈禱，並與你們重修舊好。 答：你們在逆境中時，願上主天主不會遺棄你們。

領：願祂使你們誠心崇拜祂，並承行祂的旨意。 答：你們在：

結束禱詞 見常年主日

星期三

誦 讀

誦讀一

恭讀艾斯德爾傳

補錄丙10~24

王后艾斯德爾的哀禱

那時候，艾斯德爾王后，自覺有死亡的威脅，便投奔到上主台前；脫去華服，穿上悲傷哀悼的衣裳，把灰塵和穢物撒在

頭上，以代替貴重的香膏，嚴厲刻苦肉身，頭髮披散，毫無裝飾，向上主以色列的天主祈禱說：「我的上主！只有祢是我們的君王，求祢援助我這孤苦無靠的人罷！除祢以外，我沒有別的救援，因為危險已迫在眉睫。

我自幼在我家裏，就聽說是上主祢，從各民族中揀選了以色列；又從民族的祖先中揀選了我們的祖先，作祢永遠的產業；凡祢所預許的，無不一一實踐。但是現在我們犯罪得罪了祢，祢將我們交在敵人手中，因為我們敬奉了他們的神明；上主，祢這樣作，是公道的。

我們備受奴役慘痛的苦楚，他們仍然以為不足，現在還向他們的神明宣誓：要廢除祢發出的號令，消滅祢的家業，杜絕頌揚祢的口舌，熄滅祢聖殿的光輝，拆毀

祢的祭壇，放縱異教人的口舌，去稱揚虛偽的偶像，永遠崇拜一個有血肉的君王。

上主！不要將祢的權杖交給那些根本是虛無的人物；不要使他們嘲笑我們的沒落，反使他們的陰謀傷害自己，作為那謀害我們者的鑑戒。上主！求祢記念我們，在我們遭難的日子，求祢顯現！衆神明的君王，全能的主宰，求祢增我勇氣！賜我在猛獅面前，口能說動聽的話；求祢轉變他的心意，去憎恨我們的仇人，使那人和與他同謀的人同歸於盡。

但願祢親手拯救我們！上主！求祢援助我這孤苦無告的人，除祢以外，我沒有別的依靠。祢洞悉一切，知道我憎恨所有不法者的光榮，厭惡未受割損者和一切異民的牀褥；祢知道我是迫不得已，因為我憎惡上朝時戴在我頭上的那尊貴的徽號：

憎厭它像沾了不潔的褻布；在我獨居時，我決不佩戴。況且，祢的婢女沒有吃過哈曼席上的食物，沒有嘗過君王的盛宴，也沒有喝過奠祭的酒。從我被帶到這裏的那一天起，直到現在，上主，亞巴郎的天主！除祢以外，祢的婢女沒有別的喜樂。威能超衆的天主，求祢俯聽失望者的呼聲，拯救我們脫離惡人的毒手，並救我脫離恐怖！

對答詠

參閱艾四，補錄丙17，14

領：聖者的君王，全能的上主，求祢增我勇氣。 答：求祢恩賜我的口能說適當而動聽的話。

領：上主，求祢恩賜我們懺悔的餘地，不要杜塞那歌頌祢的口。

答：求祢恩……

誦讀二 選讀聖思定主教致普勞巴書

天主經內無所不包

例如有人說：「願祢在萬民之中受到光榮，一如祢在我們中間受到光榮」，又說：「願祢的先知們顯示他們的忠實」，那不就是說：「願祢的名受顯揚」嗎？

有人說：「萬軍的天主，求祢復興我們，顯示祢的慈顏，我們必將得救」，那不就是說：「願祢的國來臨」嗎？

有人說：「請引導我的脚步，履行祢的訓示，不要允許任何邪惡主宰我」，那不就是說：「願祢的旨意奉行在人間，如同在天上」嗎？

有人說：「請勿賜我貧乏或富裕」，那不就是說：「求祢今天賞給我們日用的食糧」嗎？

有人說：「主，請祢記起達味，和他

一切的溫柔良善」，或說：「主，如果我做了這事，或在我手中有什麼不義，或者恩將仇報，求祢寬恕我」，那不就是說：「求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣」嗎？

有人說：「天主，求祢救我脫離仇敵，使我擺脫那攻擊我的人」，那不就是說：「救我們免於凶惡」嗎？

如果你瀏覽聖經的每篇禱詞，我想你會發現無一不包括在天主經內。因此，祈禱時每人可以自由用這些或其他的詞句，而祈求相同的事；但不可任意祈求與天主經不同的事。

我們祈禱時，應毫不遲疑地爲自己、爲我們的親友、爲外人，甚至爲仇人祈求；但是依照需要的不同、或者關係的遠近，在祈禱者心中的感情，可能因人而

異，有強弱之別。

我想，現在你已知道，祈禱時應有的方式，和你該祈求什麼。這不是我教你的，而是屑於教授我們大家的那一位。

我們該追求幸福的生活，並且該向天主請求。但什麼是幸福呢？許多人都曾辯論過，我們爲什麼要請教許多人，或尋找許多解釋呢？天主的聖經簡短而確定的說：「尊奉上主爲天主的人民是有福的。」

爲了使我們屬於這有福的人民，爲了能瞻仰他們，永遠同他們一起生活，「這訓令的目的就是愛，這愛出自純潔的心，無愧的良心和無偽的信德」。

在以上列舉的三種德行中，無愧的良心表示望德。而信德、望德和愛德引導祈禱的人到達天主面前，因爲祈禱的人就是堅信、切望、熱愛天主的人，他也注意在

天主經內應向天主求什麼。

對答詠 詠一〇一，2 ； 18 ； 一二九，2

領：上主，求祢俯允我的祈求；垂聽

我求助的呼喚。 答：天主，祢

不輕視窮人的祈禱。

領：求祢注意諦聽我求助的禱聲。

答：天主，祢……

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦 讀

誦讀一 恭讀艾斯德爾傳

五，1 ； 6、七，3 ； 10

君王和哈曼赴宴

第三天，艾斯德爾身穿王后的華服，站在王宮的內院，面向宮殿；那時君王正

坐在宮殿的寶座上，面向宮門。君王一見艾斯德爾王后在庭院內，就喜愛她，於是向艾斯德爾伸出手中的金杖，艾斯德爾走上前去，摸了金杖的頂端。君王問她說：

「艾斯德爾王后，你有什麼事？你請求什麼？即使你要一半江山，我也必賜給你！」

艾斯德爾答說：「若陛下開恩，請陛下今天和哈曼一同去赴妾爲陛下所預備的酒宴。」王說：「快叫哈曼來，以滿足艾斯德爾的心願！」

於是王和哈曼一同去赴艾斯德爾預備的酒宴。酒興之餘，王對艾斯德爾說：

「你請求什麼，我必給你；不管你求什麼，哪怕是半壁江山，也必照辦。」艾斯德爾王后回答：「陛下！如果我獲得你垂青寵愛，如果陛下歡喜，請饒我一命，這是我的懇請；也饒我民族一命，這是我的

要求，因爲我和我的民族，已被人出賣，快要遭受蹂躪、屠殺、毀滅。若是我們只被人賣爲奴婢，那麼我必不開口；但這仇人毫不顧及君王所受的災害。」

薛西斯王問艾斯德爾王后說：「這人是誰？那心內打算作這事的人在那裏？」艾斯德爾答說：「這仇人和死敵，就是這敗類哈曼。」哈曼在君王及王后前立時驚惶萬分。於是君王勃然大怒，即刻退席，走進了御苑；哈曼起來懇求艾斯德爾王后饒他一命，因爲他看出了君王已決意要將他置於死地。

王從御苑回到餐廳，哈曼正俯伏在艾斯德爾所坐著的榻旁，王惡聲喝叱說：「在王宮內，當著我的面，居然膽敢存心侮辱王后！」王的話一出口，僕人就蒙起哈曼的臉。君王座前的一個太監哈波納

說：「正巧，在哈曼家裏，有他給那位曾一言造福大王的摩爾德開豎立的一個五十尺高的刑架。」王說：「把他吊在上面！」人們就把哈曼吊在他自己爲摩爾德開所做

的刑架上；王的忿怒纔平息了。

對答詠 參閱艾十，9；依四八，20

領：以色列向上主呼號，上主便救了祂的子民。 答：上主把他們從一切災禍中解救出來，並在萬民中做了許多偉大的奇蹟。

領：你們要歡呼說：上主拯救了自己
的僕人雅格。 答：上主把……

誦讀二 選讀聖思定主教致普勞巴書

我們不知道應如何祈求

也許你還要追問，爲什麼聖保祿說：「我們不知道應該怎樣祈禱」，因爲我們絕不能相信，保祿自己或聽他說這話的人

們，並不知道天主經。

保祿指出他自己也不能免除這種無知，他也不知道如何祈禱：爲了使他不要因高超的啓示而高抬自己，就有了一根刺加在他身上，使撒殫的使者攻擊他；因此他三次求天主除去這根刺。這說明確實他不知道應該怎樣祈求。最後，他聽到了天主的答覆，說明如此一個偉大人物的祈禱爲什麼沒有獲得垂允：「我的聖寵爲你足夠了，因爲我的能力在軟弱中才顯得最有力。」

因此在這些能爲我們有利、也能有害的困苦中，我們不知道應該怎樣祈求。但是由於這些困苦難以忍受、令人煩惱、不合乎我人軟弱的本性，我們還是依照一般人所作的，祈求天主除免這些困苦。但我們該向天主表示信賴，若天主不免除這些

困苦，我們不要想天主忽略我們，却該虔敬地忍受，希望獲得比困苦更大的恩惠。

這樣，「天主的能力在軟弱中才顯得最有力」。這些話是爲阻止人，因天主垂允所求而自高自大；或許當他急切請求某事時，如果得不到，反而更好一些。另一方面，若是他未蒙垂允，也不該灰心，或對天主的仁慈表示失望，因爲若是天主俯允了他，也許帶給他更大的不幸；或者由於順利，而使他敗壞，甚至喪亡。在這些情形之下，我們就不知道應該如何祈求。

因此，當我們所遭遇的、和我們所求的相反時，我們要耐心忍受，並在一切事上感謝天主；我們也絕不該懷疑天主所願意的，比我們所願意的，更爲相宜。

我們的中保給我們樹立了這樣的榜樣，當祂說了：「父啊！若是可能，求祢

使這杯離開我吧」之後，轉變了祂人性的意志——由於祂取了人性——立刻便接著說：「但不要照我的意思，而要照祢的旨意。」如此改變了祂由於取人性而享有的人性意志。「因着一人的服從，衆人都成了義人」這句話是對的。

對答詠

瑪七，7，8；

詠一四四，18

領：你們求吧！必會給你們：

答：因爲凡祈求的，就會得到；尋找的，就會找到；敲門的，就給他開門。

領：上主親近所有真心呼求祂的人。

答：因爲凡：

結束禱詞 見常年主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀巴路克先知書

一，14 ；二，5
；三，1 ； 8

悔罪子民的哀禱

請你們閱讀我們寄給你們的這本書，
好能在帳棚節和大集會的日子，在上主的
聖所裏自訟自承，你們要說：

「正義屬於上主我們的天主，但是，
像今天的恥辱，是我們所應得的，就是猶
大人和耶路撒冷的居民，我們的君王和政
要，我們的祭司和先知，以及我們的祖先
所應得的：因為我們都在上主面前犯了
罪，而且背叛了祂，沒有聽從上主我們天

主的聲音，沒有隨從上主給我們頒布的法
令。從上主領我們的祖先離開埃及國那一
天，直到今日，我們常背叛上主、我們的
天主，固執不聽祂的聲音，因此如同今天
一樣，許多災難纏繞着我們；而上主在領
我們的祖先離開埃及國、為賜與我們流奶
流蜜之地的那一天，藉祂的僕人梅瑟預告
的詛咒，都降到我們身上。我們不但沒有
依照上主給我們派來的先知的種種教訓，
聽從上主我們天主的聲音，反而各隨自己
的邪心惡念行事，供奉外邦的神明，作了
上主我們天主所憎惡的事。

因此，上主實踐了祂對我們，和對治
理以色列的我們的長官，對我們的君王和
政要，對以色列人和猶大人所說的話：祂
在耶路撒冷按着梅瑟法律的記載所作的，
在普天之下從來沒有發生過，就是我們中

間有人烹食親生兒子的肉，有人烹食親生女兒的肉；而且將他們交付給我們四周的列國權下，使他們在上主使他們流徙所到的四鄰民族中、遭受詛咒凌辱，他們成了階下囚，不是在人之上，因為我們得罪了上主我們的天主，沒有聽從祂的聲音。

全能的上主，以色列的天主！憂傷的靈魂和苦惱的心靈正在向祢呼號：上主！求祢俯聽垂憐，因為祢是仁慈的天主；求祢垂憐，因為我們得罪了祢。祢永居王位，而我們却要永遠喪亡。全能的上主，以色列的天主！求祢俯聽垂死的以色列人，和犯罪得罪了祢的人的子孫的祈禱：他們沒有聽從祢、他們天主的聲音，因此災禍便纏繞我們。

求祢不再記憶我們祖先的不義，求祢此時只想起祢的威能和祢的聖名，因為祢

是上主，我們的天主，我們要讚頌祢，上主！祢使我們存心敬畏祢，是要我們稱呼祢的名；如今我們就在流徙之地讚頌祢，從心裏離棄我們的祖先在祢前所犯的一切不義。我們今天仍在祢使我們流徙所到的充軍之地，飽受詛咒凌辱，為補贖我們祖先一切的不義，因為他們離棄了上主、我們的天主。」

對答詠

弗二，4 / 5；參閱巴二，12

領：富於慈悲的天主，因為祂深愛我們，
答：竟在我們因罪惡死了的時候，使我們同基督一起生活。

領：上主，我們犯了罪，行了不義，
違犯了祢一切的誠命。
答：竟在我：

誦讀二

選讀聖思定主教致普勞巴書

聖神為我們轉求

凡是向上主祈求，並尋找這唯一恩惠的人，是懷着信心與安靜的心情去祈求。他不懼怕，如果獲得這恩惠、會對他有害；因為，倘若沒有這恩惠，無論他應得到其他任何事物，對他都毫無好處。這唯一的恩寵就是那真實的、獨一無二的幸福生活，這生活在於我們帶着常生不死的肉體和靈魂、永遠瞻仰天主的慈祥。正是爲了這種生活，我們便去追求其他事物，而且追求這些並無不當。凡獲得這生命的人，就獲得了他所期望的一切；他在天上將不能期望任何不適合的事物，因為他將不能擁有它。

生命之泉就在天上，我們如今應在祈禱中渴望那泉水，因為我們仍然生活在希望中，還沒有看見我們所希望的；我們還

在「祂的翼蔭下居住」，我們的「一切希求」都在祂那裏；我們渴望沉醉在「祂家中的富裕中」，而暢飲「祂福樂的激流」，因爲「生命之泉就在祂那裏，我們將在祂的光明裏、看見光明」；那時我們的願望將飽享美物而滿足，我們將不再嘆息着去尋求任何事物，只是愉快地擁有。

可是，因爲這平安超越理智，即使我們在祈禱中祈求這平安，仍然不知道應該如何祈求。因爲我們不能想像實際是怎樣的事物，我們就確實不知道。我們想到的任何事物，我們便予以拒絕、摒棄和斥退；雖然我們還不知道這事物的性質，但我們知道，這不是我們所尋求的。

因此，在我們心中，有一種我可稱爲「受教的無知」，受教於那扶助我們的軟弱的天主聖神。因爲保祿說過：「我們若

希望那看不見的，必須耐心地期待」。他接着說：「同樣，聖神也扶助我們的軟弱，因為我們不知道應該怎樣祈求。但聖神親自以不可言喻的嘆息為我們轉求。那洞悉人心的天主知道聖神的心意，因為祂照天主的旨意代聖徒轉求。」

這裏我們不該誤解，不要想天主聖神好像不是天主，而為聖者轉求天主，聖神在聖三內是永不改變的天主，與父及子共是一個天主。所謂「代聖者轉求」，意思是聖神使聖者轉求；如同聖經說：「上主你們的天主試探你們，是要知道你們是否愛祂」，這是說：是祂要使你們知道。所以聖神促使聖者以不可言喻的嘆息轉求，在聖者心中激起一種渴望，追求那還不知道的、但應耐心期待的偉大恩惠。人若不認識所渴求的對象，怎能用言語述說呢？

如果我們一無所知，一定不會企望；而且我們若是看見了，就不會企盼，也不會嘆息着追求了。

對答詠

羅八，26；匝十二，10

領：我們不知道應該怎樣祈求。

答：聖神親自以不可言喻的嘆息

為我們轉求。

領：上主說：在那一天，我要對達味

家和耶路撒冷的居民傾注憐憫和

哀禱的神。 答：聖神親：

結束禱詞 見常年期主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀巴路克先知書

三，9 ~ 15，24 ~ 38；

四，1 ~ 4

以色列靠智慧而得救

以色列，請聽生命的規律，請側耳領悟智慧。以色列！這是什麼事呢？你怎麼竟住在敵人的國內，在異地衰老，與亡者同污，與降入陰府的人同列呢？這是因為你離棄了智慧的泉源。倘若你走天主的道路，必永遠處於平安之中。你應學習智慧的所在，力量的所在，聰明的所在；這樣，你也知道長壽和生命的所在，眼睛的光明和平安的所在。誰找到了智慧的所在？誰進入了智慧的寶庫？

以色列啊！天主的住所多麼廣大，祂的領域多麼寬濶！真是廣大無邊，高遠無垠。在那裏曾出生過自古有名，身材魁梧和勇敢善戰的巨人，天主却沒有簡選他們，沒有指示給他們智慧的道路；他們滅亡了，因為沒有智慧；他們滅亡了，因為

他們昏愚。

誰曾升到天上，取得智慧，使它從雲中降下？誰曾橫渡海洋，尋獲智慧，用純金購買了它呢？沒有人認識它的道路，沒有人探得它的途徑。

惟有全知者認識它，以自己的才智尋獲了它，是祂永遠堅定了大地，使大地充滿了牲畜；是祂命閃電發光，閃電便發光了；祂一召回，便顛慄應命。星辰各在崗位上閃爍，喜形於色；祂一召喚，隨即答說：我們在此！向自己的創造者欣然閃爍。祂就是我們的天主，沒有別的能同祂相比；祂尋獲了智慧的一切道路，將它賜給了祂的僕人雅格和祂心愛的以色列；從此智慧在地上出現，與世人共相往還。

它就是天主的誠命書，是永存的法律；凡遵守它的，必得生命；凡離棄它

的，必要死亡。雅格！你該悔悟，該爭取它，該在它的光照下，朝向光輝進發；你不該將你的光榮給與他人，不要將你的特權讓給異民。以色列人哪，我們真有福！因為我們能知道那使天主喜悅的事。

對答詠

羅十一， 33；
巴三， 32， 37

領：啊！天主的富饒、智慧和知識，

多麼高深！ 答：祂的判斷多麼難測，祂的道路多麼難尋！

領：唯有那全知者認識智慧；並將它賜給了祂所心愛的以色列。

答：祂的判：

誦讀二

選讀金言·聖伯鐸主教講道集

聖言——天主的智慧成了血肉

聖保祿使徒述說，人類源自兩個人：

就是亞當和基督。二人在肉體方面是相同

的，在功德方面却不同；軀體構造完全相似，但每人的來源完全相異。聖保祿說：「第一個人亞當成了有生命的人，最後的亞當成了賜與生命的神。」

第一個亞當為後者所造成，也從祂接受了靈魂，而得以生活。後者是祂自己的創造者，祂不期待別人給祂生命，但唯有祂能把生命賜與所有的人。第一個亞當是用極卑賤的黃土塑造而成；而第二個亞當却從貞女珍貴的胎中出生。在前者身上黃土變成肉軀；而在後者身上，肉軀却提升而成為天主。

還要多說嗎？第二個亞當，在塑造第一個亞當時，便在他身上印上了自己的肖像。因此第二亞當接受了第一亞當的角色和名字，以免祂按照自己的肖像所創造的人喪亡。有第一個亞當，有最後的亞當：

第一個亞當有一個開始，最後的亞當却没有終結。因為這最後的亞當確實是第一個，因為祂說：「我是第一，也是最後的。」

「我是第一」，意思是我沒有開始。

「我是最後的」，意思是我沒有終結。聖保祿說：「那先有的不是屬神的，而是屬血氣的，然後才有屬神的。」的確，土地先於果實；但土地並不如果實那樣貴重。土地要求勞力耕作；果實提供食物和生命。因此先知合理的以這果實而誇耀說：「我們的土地產生果實。」什麼果實？就是他在別處所說的果實：「我要使你的兒子（你腹中的果實）、榮登你的王位。」聖保祿說：「第一個人出於地而屬於土，第二個人出於天而屬於天；那屬於土的人怎樣，所有屬於土的也怎樣；那屬於天的

人也怎樣，所有屬於天的也怎樣。」那些生來並非屬於天的人，將成為屬於天的，他們不再像生下來時一樣，而像他們再生時一樣。這如何成就呢？

弟兄們，理由在此：天主聖神藉着祂神性之光的照射、使純潔之泉成為能生育的母胎：如此使那原出自土而處於可憐境地的人們、能夠重生而成為屬於天的人，並使他們相似他們的創造者。所以，我們已經重生了，已經按造物主的肖像被再造，就應該實踐聖保祿所命令的：「正如我們已經帶着屬於土的肖像，將來也要帶上屬於天的肖像。」

我們已經按我們的主的形像而重生了，一如我們說過的，天主收我們作為義子，我們就應帶着我們造物主的完整肖像：不是在祂獨有的尊威上相似祂，而是

在祂的聖潔、純樸、溫良、忍耐、謙遜、仁慈、和諧上相似祂：祂就是帶着這些美德甘願作爲我們當中的一員，並與我們相似。

對答詠

羅五，18，12

領：就如因一個人犯罪，衆人都被定罪； 答：同樣，因一個人的義行，衆人都得到釋放，並獲得新生。

領：就如罪惡藉着一個人進入了世界，死亡藉着罪惡也進入了世界。 答：同樣，因：

結束禱詞 見常年期主日

第三十主日

聖詠集第二週

第一晚禱

謝主曲對經：師傅，法律中那一條最重要呢？耶穌說：你要全心愛你的上主、天主，阿肋路亞。

誦 讀

誦讀一

恭讀智慧篇

一，1-15

頌讚天主的智慧

統治世界的人哪，你們應愛正義，對上主應有正確的觀念，應以誠樸的心尋找到上主；對上主不失信的，上主必顯示給他。邪曲的思想使人離開天主；愚人試探全能者，只有使自己蒙羞，因為智慧不進入存心不良的靈魂裏，也不住在一個屈服於罪惡的身體內。的確，施訓的聖神遠避欺詐，遠離無知的思念；不義一到，即刻退去。

智慧是愛人的神。口出咒語的人，它必懲罰；因為天主洞悉他的內心，確切監視他的心靈，聽聞他的言語；的確，上主的神充滿了世界，包羅萬象，通曉一切語言。因此，談論不義之事的，無不終被識破；執行報復的正義，也決不會將他放過。因為惡人的思念必將受審訊；上主聽到他的言語，必懲罰他的罪行。原來天主嫉惡的耳朵，能聽萬事；連低聲的怨言也不能隱藏。所以你們要謹防無益的怨言，控制口舌，別說毀謗的話；因為暗中的言語，決不會空空過去；說謊的口舌，必殺害靈魂。

不要因生活墮落而自招喪亡，也不要因你們雙手的作爲而自取滅亡，因為天主並未造死亡，也不樂意生靈滅亡。祂造了萬物，爲使它們生存；世上的生物都有活

力，本身都沒有致命的毒素，陰府在地上也沒有權勢；因爲正義是不死不滅的。

對答詠 箴三，13，15，17；雅三，17

領：找到智慧的人，真是有福，因爲智慧的價值超過一切財富。

答：它的道路賞心悅目；它的途徑引向和平。

領：來自上天智慧的特徵是：純潔、和平、謙和，充滿着仁慈，能結出豐富的善果。 答：它的道：

誦讀二 選讀聖克勉一世教宗致格林多

人書

天主對待萬有，溫良慈善；建立宇宙，井然有序

我們要仔細觀察宇宙的大父和造物主，要緊握祂所賜的和平、種種珍貴無比的恩惠。我們要用思想來瞻仰祂，要以神

目來觀看祂長遠的偉大計劃，並了解祂對所有的受造物是何等仁慈。

諸天是在祂的管理下運行，平安地隸屬於祂；晝和夜按祂所制定的軌道而運轉，互不干擾。日月星辰也奉祂的命令而和諧地運行，毫無差池。多產的大地也按祂的旨意、按時出產豐美的食物，供應人和獸類、以及所有地面上的生物，從不反抗、從不違反天主所制定的一切規律。

同樣的規律支撐着深不可測的深淵，和地下無可言喻的地區。汪洋大海，由於天主的措置，而聚集成不同的區域，不會超越爲它所限定的範圍，而只按天主所命令的而行動。因爲天主說：「你到此爲止，不得越過，你的狂濤，要在這裏停止。」還有人不能涉過的大洋，和重洋以外的世界，也都受上主同樣規律的管轄。

春夏秋冬循環不已，井然有序。五風十雨，按時盡職，毫不干擾。那爲供我們利用，並維持健康而造的長流不息的水泉不斷豐富地供人水喝，以維持生命。極微小的生物也團聚在一起，和平相處。

偉大的工程師和萬物的主宰，命令這一切要在融洽中完成，因爲祂對萬物廣施慈惠，而對我們人類却更爲豐富地大施恩惠，我們藉我們的主耶穌基督投靠祂的仁慈，願光榮、尊威永遠歸於基督。阿們。

對答詠

參閱友九，17；六，15

領：天地的主宰，海洋河川的創造者，萬有的君王， 答：求祢俯聽祢僕人們的祈禱。

領：上主天主，天地的君王，求祢垂顧我們的卑微。 答：求祢俯：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

常年期第三十週

讚主曲對經：達味之子，可憐我吧！你要

星期 一

我爲你作什麼？主，請使我

誦 讀

看見。

誦讀 一 恭讀智慧篇

結束禱詞

一，16 ；二，1a，10 ；25

全能永生的天主，求祢堅定我們的信

惡人心存荒謬思想、反對義人

德，加強我們的望德，激發我們的愛德，

不義的人因自己的言行自招死亡，與

使我們愛慕、遵守祢的誡命，以獲得祢的

死亡相愛相戀，結立盟約，實堪作死亡的

恩許。

伴侶。惡人胡思亂想自語說：

第二晚禱

我們要壓迫窮苦的義人，不必顧惜寡

謝主曲對經：稅吏回到家裏，竟成爲義人

婦，連白髮年高的老人也不必敬重。我們

；因爲自大的人，必受貶抑

的勢力就是正義的法律，因爲軟弱只呈現

；自謙的人，必受尊敬。

自己無用。我們要陷害義人，因爲他太令

我們討厭：反對我們的行爲，指責我們違

犯法律，控訴我們品行不檢，自誇認識天

主，自稱是上主的僕人，自充我們思想的裁判員，我們看見他，就覺得討厭；因為

他的生活與衆不同，他的行徑與人兩樣。

他竟將我們視爲雜種，遠避我們的行徑，

像遠避不潔之物；聲言義人有幸福的結

局，而且自誇有天主爲父。我們且看他的

話是否屬實，看他究有什麼結局。因爲如

果義人是天主的兒子，天主一定要幫助

他，拯救他脫離敵人的手。來罷！我們用

恥辱和酷刑考驗他，查看他是否溫良，考

驗他是否忍耐。我們判他受可恥的死刑，

看他是否蒙受眷顧，如同他所說的一樣。」

他們這樣思想，真是荒謬，因爲邪惡

使他們喪失了理智，不明瞭天主的奧理，

不希望聖德的酬報，也不賞識無罪靈魂的

獎賞。其實天主造了人，原是不死不滅

的，使他成爲自己本性的肖像；但因魔鬼

的嫉妬，死亡才進入了世界；只有與他結緣的人，纔經歷死亡。

對答詠 智二，1，12，13，17，18；

瑪廿七，43

領：惡人們說：我們要壓迫那個義

人，因爲他反對我們的行爲，自

稱是天主之子。答：我們且看祂

的話是否屬實；如果祂是天主之

子，天主一定要拯救祂脫離我們

的手。

領：祂信賴天主；如果天主喜歡祂，

如今就該救祂，因爲祂說過：我

是天主之子。答：我們且：

誦讀二 選讀聖克勉一世教宗致格林多

人書

我們不該違背天主的聖意

敬愛的諸位！大家要小心，不要使天

主的許多恩惠轉變成我們的永罰！我們要度符合祂的生活，在和睦相處中履行祂所悅納的善事，祂曾說過：「上主之神的光燈，探索五內隱密處。」

因此，我們該想天主離我們多麼近！我們的任何思想和言語都不能隱瞞祂。所以，我們總不要違背祂的聖意是應該的。我們寧要反對那些愚昧傲慢、狂言亂語的人，而不要得罪天主。

我們該欽崇我們的主耶穌，祂為我們傾流了聖血，我們還要尊敬上司和年長的；要教導青年敬畏天主；要領導婦女行善；教導她們藉言行表現她們潔德的美麗，藉溫良表現她們心靈的純樸；藉緘默寡言、表現她們對口舌的節制；要泛愛眾人，毫無偏私，對敬畏天主的人，一視同仁。你們的子女要接受基督的規律；要他

們明瞭謙遜在天主臺前多麼有價值，純潔的愛情多麼有力！敬畏天主的心情多麼聖善，又多麼偉大！它能使那些敬畏天主、行為聖善、心地純潔的人、穩妥地得到救恩。因為天主洞察人的思想和願望，祂的神就在我們內；祂可以隨意撤去祂的神。

當我們信基督時，這一切便都得到了證實。因為主親自藉聖神這樣催促我們說：「青年們，請你們前來聆聽！我要教導你們敬畏上主。誰願長壽，生活順遂，就該謹口慎舌，不出惡言；克制唇舌，不可欺詐；躲避罪惡，努力行善；尋求和平，實踐和平。」

慈悲而善良的聖父愛顧敬畏祂的人；凡以純潔的心靈投靠祂的人，祂就極慈善而和藹地賜以各種恩惠。因此我們不可口是心非，也不要懷疑天主的殊恩異寵。

對答詠

多四，20；十四，10，11

領：你要時時讚美上主；你要祈求祂指引你的道路。 答：使你的計劃順利成功。

領：你要全心全力，做祂所喜歡的事。 答：使你的：

結束禱詞 見常年期主日

星期二

誦 讀

誦讀一

恭讀智慧篇

三，1-19

義人將得到國度

義人的靈魂在天主手裏，痛苦不能傷害他們。在愚人看來，他們算是死了，認為他們去世是受了懲罰，離我們而去，彷彿是歸於泯滅；其實他們是處於安寧中；

雖然在人看來，他們是受了苦；其實，却充滿着永生的希望。他們受了少許的痛苦，却要蒙受絕大的恩惠，因為天主考驗了他們，發覺他們配作自己的人：祂試煉了他們，好像爐中的黃金；悅納了他們，如同悅納全燔祭。他們蒙眷顧時，必要閃爍發光，如同禾稈中間往來飛馳的火花。他們要審判萬國，統治萬民，上主要永遠作他們的君王。倚恃上主的人，必明白真理；忠信於上主之愛的人必與祂同住，因為恩澤與仁慈原歸於祂所選拔的人。

但是，不虔敬的人必因他們的思念而受懲罰，因為他們蔑視了義人，離棄了上主。輕視智慧和教訓的人是有禍的：他們的希望只有落空，辛苦只是徒勞，工作只有失敗；他們的妻子愚蠢，子女邪惡，後裔可咒罵。

不育而無罪，而又不知床第罪惡的婦女是有福的；到靈魂受眷顧的時候她必富有果實。同樣，不生育的男人，手若不作非法的行爲，心不思念反對上主的惡事是有福的；天主見他忠貞，必賜給他特賞，在上主的聖殿中，賜給他更稱心的一份。因爲高尚的勞苦必結榮譽的果實，智慧的根蒂絕不會中斷。淫亂的兒子長不到成年，苟合而生的子孫必將滅絕。他們縱使長命，也不值一文；即便到了高年，也無人尊敬；假若他們早死，也沒有什麼希望，在審判之日，也沒有安慰。惡人後裔的結局實在悲慘！

對答詠

智三，6，9

領：天主試煉祂所簡選的人，好像試煉爐火中的黃金；悅納了他們，如同悅納全燔祭；他們蒙眷顧

時，必要閃爍發光。 答：因爲天主將賜給祂所選拔的人恩澤與平安。

領：依恃祂的人必明白真理；忠信的人必與祂一起在愛中生活。

答：因爲天：

誦讀二 選讀聖克勉一世教宗致格林多

人書

天主信實，既許必踐

敬愛的諸位，讓我們觀察一下：上主如何不停地明示我們將來要復活：祂曾使主耶穌基督從死人中復活，成爲復活的第一个人。敬愛的各位，請看每時每刻所發生的復活：晝和夜昭示我們一種復活：夜就寢了，日便起身；晝離去了，夜又歸來。我們看看五穀百果：如何播種，如何成熟；播種者出去播種，把種籽種在地裏，

種子落在地裏腐爛了；然後上主的奇工妙化使它們從腐朽中復生，並從一顆籽粒結出許多籽粒。

爲此，我們的心靈應切望天主，因爲祂是信實的，既許必踐，祂審判時是公正的。祂既禁止說謊，祂自己更不會說謊。任何事，除了說謊，對天主來說，都不是不可能的。因此我們要激發對天主的信德，也該體會萬物與祂近在咫尺。

天主一言而創造萬物，也能一言而摧毀萬物。「誰敢對祂說：祢作了什麼？誰能反抗祢大能的力量？」祂願意何時，並願意如何，一切都將按祂的意願完成；祂一次決定的事，決不會過去。萬物都在祂面前，任何計謀瞞不過祂。因爲「高天陳述天主的光榮，穹蒼宣揚祂手中的化工。日與日互遞消息，夜與夜相傳知識；不是

言也不是語，是聽不到的言語。」

既然一切呈現在天主的耳目目前，我們就該敬畏祂，棄絕惡念惡行，好使我們將來受審時，獲得祂仁慈的庇蔭。誰能從祂全能的手中逃脫呢？有什麼世界能接納從天主手中逃脫的人呢？因爲聖經說：「我到何處，方能逃避祢的面容？我到天上，祢已在那裏；我若逃到天涯海角，祢的右手也在那裏；我若潛入深淵，祢的神也在那裏。」因此，一個人能到哪裏、逃到哪裏，才能逃避那萬物的掌握者呢？

所以，我們要懷着聖潔的心靈、走近天主臺前；要向祂舉起我們純潔無瑕的雙手；愛慕我們慈悲善良的大父，祂簡選了我們分享祂的真福。

對答詠

艾十三，9，10

頌：上主、全能的君王，萬物都隸屬

祢的權下，誰也不能違抗祢的旨意。 答：爲了光榮祢的名，求祢解救我們。

領：祢創造了天地和天地間的一切。

答：爲了光：

結束禱詞 見常年期主日

星期三

誦 讀

誦讀一 恭讀智慧篇 六，1-27

應珍愛智慧

智慧勝於體力，智者勝於勇士。所以，列王！你們要聽着，而且要明白；世上的法官！你們應受教；統治羣衆，因百姓衆多而自負者！你們要傾聽：你們的權威是上主所賜予的，高位來自至高者，祂

要檢查你們的行爲，追究你們的心意。因爲你們是祂王國的公僕，如果你們判案不公，不守法律，不按天主的旨意行事，天主必要可怕而迅速地來到你們面前，對身居高位的執行嚴厲的審判。因爲卑微的人還堪憐可恕；有權勢的，必受嚴厲的拷問。萬有的主宰決不看情面，也不畏懼權勢，因爲無論大小，都是祂造的；祂對一切都一律加以照顧；但對有權勢的人必嚴加審訊。所以，各位君侯！我的話是對你們說的，要你們學習智慧，不再失職。誰聖善地持守聖善的法律，便是聖善的人；誰學習這些法律，必會得到辯護。所以你們應思慕我的話，珍愛我的話；這樣，你們必將深受教益。

智慧是光明的，從不暗淡；愛慕它的，很容易看見它；尋覓它的，就可找

到；一有追求它的志願，它必預先顯示給他們。早起尋求它的，不必費力，因為必發現它坐在門前。思念智慧，是完美的明哲；爲它守夜不眠的，很快就必無顧慮。因爲智慧到處尋找配得上自己的人，它在路上親切地把自己顯示出來，很關心地迎接他們。智慧的眞起點、是切願受教；切願受教就是愛；愛就在於遵守法律；遵守法律，便是不朽的保證；不朽使人親近天主；所以，愛慕智慧，引人高登王位。萬民的君侯！你們若喜愛王位與王權，就應尊重智慧，好能永居王位。萬民的統治者，你們應愛慕智慧的光明！

我要陳述什麼是智慧，它是怎樣有的；我決不向你們隱瞞它的妙理，反而探源推本，將對它的認識公開陳述，決不歪曲眞理。我決不與使人消沉的嫉妒同行，

因爲它與智慧絕無共同之處。智慧人衆多，世界纔有救；君王明達，民生纔安定。所以，你們應接受我的訓言；這樣，你們必受教益。

對答詠

智七，13，14；

三，11；七，28

領：我誠心地學習了智慧，也豪爽地與人分享智慧。 答：因爲智慧是人的無限寶藏。

領：輕視智慧和教訓的人是有禍的，因爲天主只愛那與智慧同居共處的人。 答：因爲智：

誦讀二 選讀聖克勉一世教宗致格林多

人書

我們該遵循眞理的道路

我們要和乎相處、謙和、自制，遠避閒談和誹謗，要以行動，而不是以言語證

實我們的正直。聖經說：「喋喋不休的人也應該聆聽；難道多說話的人就證明他有理嗎？」

因此，我們該以爽快的心情去行善，因為一切都來自天主，天主曾警告我們說：「看哪！我快要來。我隨身帶著報酬，要按照各人的行為報應他。」這就是教訓我們要全心信仰祂，不要懈怠或忽略任何善行。我們要信賴祂，要以祂而自豪，要服從祂的旨意；也要用心想一想：所有的天使如何侍立在天主臺前、奉行祂的旨意。聖經記載：「千萬天使服侍祂；億萬天使侍立在祂面前」；他們互相呼應說：「聖哉、聖哉、聖哉，萬軍的上主！祢的光榮充滿天地。」

因此，我們也該同樣地聯合在一起，同心合意，同聲同口，不停地向天主高

呼，使我們都能分享祂的偉大和豐厚的許諾。聖經說：「上主為期待祂的人所預備的一切，是眼睛未曾見過，耳朵未曾聽過，人心也未曾想到的。」

親愛的弟兄們！天主的恩賜多麼令人有福，又多麼神妙！常生不死的生命，義德燦爛的光輝、自由中的真理、信賴中的信德、成聖中的節制：這些恩惠都是我們理智所能了解的，那麼，為期待祂的人所預備的是什麼呢？唯有至聖之造物主和永遠的大父、知道那些恩賜的偉大和美麗。

為了分享祂所預許的恩惠，我們該竭盡心力，使我們能列於期望上主的人數中。親愛的諸位，這事怎樣才能成就呢？如果我們仰賴上主，堅信不疑；如果我們用心尋求祂喜歡的、祂所願接納的事物；如果我們行事完全符合祂的完美旨意，遵

循真理的道路，棄絕一切不義。

對答詠

詠二四，4 / 5，16

領：上主，請指示給我祢的道路，教

給我祢的途徑；以真理指導我。

答：因為祢是救我的天主，我終

日仰望祢。

領：上主，求祢回顧我、憐憫我，因

為我孤苦伶仃。 答：因為祢：

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦 讀

誦讀一

恭讀智慧篇

七，15 / 30

智慧是天主的肖像

願天主使我遵照祂的意願說話，使我的思想配合祂的恩賜，因為是祂領導智

慧，指引智者；原來，我們和我們的言論、一切聰明和技巧，都在祂手中。是祂把所有事物的正確知識賜給了我，使我明瞭世界的構造，和元素的能量，時間的始末和中心，冬至夏至的轉變，和季節的變更，歲月的循環與星辰的位置，生物的天性，和野獸的本能，鬼神的力量，和人類的思想，植物的繁雜，和草根的效能。所有或隱或顯的事我都知道，因為教導我的，是那造萬物的技師——智慧。

在它內的神原是聰明的、至聖的、唯一的、多樣的、微妙的、敏捷的、精明的、無玷的、率直的、不受損害的、好善的、銳敏的、無敵的、施惠的、愛人的、穩固的、堅決的、無慮的、無所不能的、無所不察的、又是洞悉所有明達、潔淨和精微心靈的。實在，智慧比一切活動更為活

動；它是如此精純，能滲透深入一切。它是天主威能的氣息，是全能者榮耀的真誠流露；因此，任何污穢都不能浸入它。

它是永恒光明的反映，是天主大能的明鏡，是天主美善的肖像。它雖是獨一的，却無所不能；它雖恒存不變，却常使萬物更新。它世世代代，進入聖善的靈魂，使他們成爲天主的朋友和先知；因爲天主只愛那與智慧同居共處的人。的確，智慧比太陽還美麗，壓倒一切星座；如與光明相比，它必佔優勢；因爲光明還要讓位於黑夜，但是邪惡絕不能戰勝智慧。

對答詠 哥一，15 / 16；智七，26

領：基督是那看不見的天主的肖像，是一切受造物的長子。 答：因

爲天主在祂內創造了萬物。

領：智慧是永恒光明的反映，是天主

大能的明鏡，是天主美善的肖像。 答：因爲天：

誦讀二 選讀聖達修主教駁斥亞略異端

書

智慧的形狀和肖像刻在天主的工程上

在我們內，並在萬物內都刻有智慧的一個印記，因此那創造萬物的真「智慧」要求把所有帶着祂肖像的一切，視爲祂自己，而正確地說道：「上主在祂化工內創造了我。」這是在我們內的智慧說的，但上主將這句話視爲自己的話。

因此，身爲創造者的不是被造的。但是因爲在受造物內有被造的祂的肖像，祂說這些話便好像是論自己本身而說的。正如同主親自說過：「誰接納你們，就是接納我」，這是因爲祂的肖像印在我們身上。

同樣，天主的智慧雖然不是受造物中的一，但因祂的印記和肖像印在受造物上，因此祂說話時，好像自己是一受造物：「上主在造化之初就創造了我。」

智慧的印記蓋在受造物上，是要使世界藉此而認識自己的創造者——聖言，並藉著聖言而認識父。這正是聖保祿所訓示的：

「關於天主，人所能知道的，對他們說來原是明顯的，因為天主已經親自顯示給他們了。其實，自從創世以來，祂那看不見的美善，都可憑祂所造的萬物爲人所認識。」因此天主聖言就本性而言、絕不是受造的，箴言所說的智慧，應當指那真在我們身上的智慧，並且被認爲是如此。

可是，假設有人不願意相信這些，他們應答覆我們：在受造物內，有沒有某種智慧呢？若說沒有，那麼，保祿爲什麼這

樣抱怨說：「由於天主的智慧，世人沒有藉著智慧而認識天主」呢？若說沒有任何智慧，爲什麼聖經提到很多智者呢？「智者心懷恐懼而戒避邪惡，並以智慧建築房屋。」

訓道篇也說：「智慧使人容光煥發。」又對傲慢者帶著責問的語氣說：「你不要問：『爲什麼往昔的日子比現在的好？』因爲這不是一個明智的問題。」

息辣的兒子證實受造物內有智慧，他說：「祂把智慧傾注在祂一切的化工上，並照自己的恩賜，傾注在一切有血肉的人身上；又將它賜給那些愛慕自己的人。」這裏所說的「傾注智慧」，絕不是指傾注智慧的本質，因爲智慧的本質是自由的，是天主的獨生子；而是指呈現在世界上的智慧。所以：如果那創造萬物的真

智慧，以智慧與知識的形式把自己傾注在世界上，而像談論自己一般的說：「上主在祂的化工內創造了我」，那有什麼不可信的呢？因為那在世物上的智慧也不是造物者，而是在天主的化工內被造的，是藉著這種智慧，「高天陳述天主的光榮，穹蒼宣揚祂手造的化工。」

對答詠

智七，22，23，

格前二，10

領：在智慧內有一位聰明而聖潔、唯一而多樣、微妙而精明、好善而無敵的神。 答：祂無所不能，無所不察，又洞悉一切心靈。

領：聖神洞察一切，甚至洞察天主的奧秘。 答：祂無所：

星期五

誦 讀

誦讀一

恭讀智慧篇

八，1-2b

應向天主求智慧

智慧施展威力，從地極直達地極，從

容治理萬物。我愛慕智慧，自幼就尋求

它，設法娶它作我的配偶；我確實喜愛它

的美麗，因它與天主共同生活，更彰顯了

它身世的尊貴；萬有的主宰也喜愛它。它

確實透澈天主的奧秘，自行抉擇天主的工

程。如果財富是人今生所極貪求的對象，

還有什麼比創造一切的智慧更為富足呢？

如果理智指導工作，那麼，在萬有中還有

誰比智慧更配作技師呢？若有人愛慕正

義，該知道：德行是智慧工作的效果，因

結束禱詞 見常年主日

爲它教訓人節制、明智、公義和勇敢：在此生沒有比這些爲人更有裨益。若有人希望有豐富的經驗，智慧知道往古，推測未來，通曉深言奧義，會解釋謎語，預知奇蹟和異事，年代和世紀的結局。

因此，我決意娶它與我一同生活，深知它是我順境中的參謀，是我憂慮與困苦中的安慰。我雖然年幼，藉着它，我在民衆中必獲得榮耀，必爲長老所尊重；我在斷案時，必斷獄機敏，有權勢的人看見，都對我表示欽佩。長官看見，莫不對我驚奇。我沉默，他們就靜候；我發言，他們就側耳靜聽；我若講論不絕，他們就用手掩口。藉着它，我將永垂不朽，而且爲我以後的人、留下永恆的紀念。我要統治萬民，列邦都要歸順我。可畏的君侯聽見我必要恐懼；在民衆面前，我將顯示溫良；

在戰爭時，我將顯出勇敢。回到家，只有在它身傍，我纔獲得安息；因爲只要與它爲伴，便沒有苦惱；與它共同生活，便沒有悲哀，只有喜樂和愉快。

我每次想到這些思想，心裏反覆思量：不死不滅是在於親近智慧，純潔的喜樂是在於與智慧爲友，無盡的財富是在於智慧手中的工作；明哲是在於與智慧結交，聲譽是在於與智慧交談；因此，我尋找一切方法，好能將它娶到手中。我原是一個善良的孩子，獲得了一個善良的靈魂；或更好說，因爲我善良，我進入了一個無玷的身體內；但我知道，天主若不將它賜給我，我不會獲得它——連知道這是誰的恩賜，已經是由於智慧——我於是轉向上主全心祈求祂。

對答詠

智七，7，8；雅一，5

領：我曾祈求過，天主就賜給我聰明； 答：我曾呼籲，智慧之神便來臨到我身上；我寧要智慧而不要王權和王位。

領：你們當中誰若缺少智慧，就該向天主祈求，必會賜給他，因為天主對眾人施恩慷慨大方，從不責斥。 答：我曾呼：

誦讀二 選讀坎特布里主教包德文著作

天主的話是生活而有效的

「天主的話是生活而有效的，比一切雙刃的劍更銳利。」從此可知在天主的話裏有多大的能力、多大的智慧！這些話顯示給那些尋找基督的人，基督就是天主的聖言，天主的智慧，天主的大能。這聖言在太初、就與父同是永恆者；在指定的時期，聖言就被啓示給使徒們，並通過他們

而被宣揚、而且受到信徒們以信德謙遜地接受。因此聖言在父內，聖言在宣講者的口中，聖言在我們心裏。

這天主的話是生活的：父使它在自己內有生命，如同父自己在自己內具有生命。因此，聖言不僅是生活的，而且就是生命，一如祂論自己說：「我是道路、真理、和生命」。祂既然是生命，所以是生活的，也能賜予生命。因為「父怎樣使死人復活，使他們生活，同樣，子也隨自己的意思使人生活。」祂曾從墓中叫一個死人出來，並說：「拉匝祿，出來吧！」這時，祂就是在賜予生命。

當這話被宣講時，這話便藉宣講者的聲音、給那外面所聽到的聲音一種能力，在內心所感覺到的能力，而使死人復活，並復興亞巴郎的子孫。所以這聖言生活在

父的心裏，生活在宣道人的口裏，生活在信祂和愛祂的人心裏。既然這聖言是如此生活的，無疑的，也是有效的。

聖言有效地創造世界，有效地管理世界，有效地救贖世界。還有什麼比祂更有效更有能力的呢？「誰能述說上主所作的大事，誰能充分地讚頌祂呢？」聖言在行動時有效，在宣講時有效。因為聖言不空空回來，而要在那些接受聖言的人身上繁榮滋長。

當聖言爲人所信仰、所愛慕時，是有效的，「比一切雙刃的劍更銳利」。爲信仰祂的人，有什麼不可能的事呢？爲愛祂的人，有什麼困難的事呢？聖言說話時，這話能穿透人心，就像強人射出的利箭，又像深入的釘子，如此深入，竟然到達心靈的最深處。因爲這聖言比任何雙刃的利

劍更銳利。祂深入人心的能力比任何力量都要強，比任何人的聰明更精明；比任何人的智慧，比任何學者的知識還要敏銳。

對答詠

德一，5，16

領：智慧的泉源，是天主的言語；

答：它的道路是永久的誠命。

領：敬畏上主是智慧的開始。

答：它的道……

結束禱詞 見常年主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀智慧書 十一，21 b ；

十二，2，11 b ； 19

天主的仁慈和忍耐

上主，祢處置一切，原有一定的尺

度、數目和衡量。祢隨時可用祢的大能，誰能抵抗祢有力的手臂呢？整個世界，在祢跟前，宛如天秤上的一粒塵埃，落在地面上的一滴朝露。但是，祢憐憫衆生，因為祢是無所不能的，祢假裝看不見人的罪，是爲使罪人悔改。的確，祢愛所有的一切，不恨祢所造的；如果祢憎恨什麼，祢必不會造它。如果祢不願意，甚麼東西能夠存在呢？如果祢不吩咐，甚麼東西能夠保全呢？愛護衆生靈的主宰！只有祢愛惜萬物，因爲都是祢的。

祢那不死不滅的生氣在萬物之內；因此，祢逐步地懲罰墮落的人，要他們想起所犯的罪惡，藉以警告他們離棄惡事，相信祢，上主。祢沒有降罰他們的罪行，並非因爲祢怕誰。誰敢對祢說：祢作了什麼？誰能反抗祢的判斷？祢消滅了祢所造

的民族，誰敢控告祢？又誰敢起來面對著祢，爲惡人作辯護呢？因爲除祢以外，別無照顧萬物的神，祢應向他指明祢的審判，並非不公；也沒有一個君王或君主、敢爲祢懲罰的人，對祢怒目而視。

祢是公義的，祢必按照公義處理一切；懲罰不應受罰的，祢必認爲這與祢的權威不合。祢的權力原是祢公義的本源，因爲祢主宰一切，所以祢必能諒解一切。因此，如果有人不相信祢具有絕對的權威，祢就將祢的權力顯示出來；如果他們知道而仍膽大妄爲，祢就予以懲罰。祢雖掌有大權，但施行審判却很溫和，治理我們很有寬忍，因爲權能屬於祢，只要祢願意，祢就能行使。祢這樣作，是爲教訓祢的子民，義人必須憐愛衆人；並使祢的女子滿懷希望，因爲人犯罪後，祢常賜他憐

悔的機會。

對答詠

參閱智十一，24，27；

德三六，1

領：上主！祢憐憫衆生，並不嫌棄祢所造的一切；祢寬容人的罪過，是要罪人悔改，而得到罪赦。

答：因為祢是上主、我們的天主。

領：天主！求祢憐憫我們、垂顧我們，賜我們得見祢仁慈的光輝。

答：因為祢：

誦讀二 選讀謝納聖女佳琳對話

論天主的照顧

永恒的父、以無可言喻的慈愛垂視我，

向我這樣說：「我最可愛的女兒，我已完全決心對世人大發慈悲，並在各種境遇中照顧世人。但世人無知，把我所賜給他賴以生活的恩惠，轉變為致死的因由，這樣

他就是虐待自己。我仍時常在照顧他們。因此，我願妳知道：我賜給人的一切，無不出自我的至高上智。

因此，當我用上智創造人的時候，我就注視我自己，我就愛上受造物的美麗而爲之着迷，因爲我樂意以大智慧造了他，使他像我的肖像和模樣。我賜給他記憶力，使他記憶我的恩惠，也願意他分享我的大能，永生之父的大能。

我又賜給人理智，使他藉我兒子的智慧認識並了解我的旨意，我是一切聖寵的賜予者，我以火熱的父愛賜人恩寵。我也賜給他能愛的意志，使他分沾聖神的愛，能愛那理智所認識、和所看到的一切。

我愛心的照顧作了這一切，只爲使人能夠認識我，體味我的美善，極爲愉快地永遠享見我。如同我以前告訴過你：天門曾因

爲你原祖亞當的違命而關閉：由於這違命的罪，一切的禍患泛濫普世。

我爲了消除人類因違命而招致的死亡，就非常慈悲地預先計劃，以偉大的愛心把我的獨生子賜給你們，使祂除去你們的患難。我加給祂服從的重擔，使祂把整個人類從毒害中救出來，這是因你們原祖的違命所散佈到全世界的遺毒。因此這位被愛所驅使，完全服從，非常豪爽的接受了十字架的屈辱的死刑，並藉祂最神聖的死亡給了你們生命，這不是藉祂人性的力量，而是藉祂天主性的力量。」

對答詠

詠十六，8，7

領：上主，求祢保護我，有如眼中的瞳人。
答：讓我藏身在祢的翼

蔭下。

領：上主，求祢彰顯祢奇妙的慈愛；

以大能從敵人手中拯救投靠祢的人。
答：讓我藏……

結束禱詞 見常年主日

第三十一主日

聖詠集第三週

第一晚禱

謝主曲對經：你們只有一位天上的導師：主基督。

誦 讀

誦讀一 恭讀瑪加伯上 一，1-25

希臘人的勝利與傲慢

馬其頓人斐理的兒子亞歷山大由基廷地出擊，戰勝了波斯和瑪待國王達理阿以

後，就代之爲王，成爲第一位希臘王。他身經百戰，攻佔了許多要塞，斬殺了各地的君王，踏遍了大地四極，擄掠了許多民族的財物，以致大地在他面前都默然無言；因此他心高氣傲，妄自尊大。他招募了精銳的軍隊，征服各地、各族、各王，使他們向他納稅進貢。此後，當他患病在床，自覺將要去世的時候，就召集了與他自幼長大成人，身爲同僚的貴族，趁自己還活著的時候，把國家分給他們。亞歷山大爲王十二年去世。於是他的臣相各據一方，他死後，各自加冕稱王，他們和繼位的子孫，以後多年之久，所做的惡事遍佈全國。

從他們中產生了一條禍根，就是安提約古的兒子安提約古厄丕法乃，他曾在羅馬做人質，於希臘帝國一二三七年登極爲

王。那時，在以色列人中出現一些歹徒，煽惑民衆說：「我們去和我們四隣的外方人立約，因爲自從與他們絕交以來，就遭遇了許多患難。」這種輿論很受當時人的歡迎；就有一些人極爲興奮，便去朝覲國王，國王就批准他們採用外邦的禮俗。他們便照外邦人的風俗，在耶路撒冷修建了一座體育場，並且彌補割損的痕跡，背離聖約，爲服從外邦人的規律，自甘墮落。安提約古見自己的王位業已鞏固，便企圖統治埃及，願作兩國的君王，就率領大軍、戰車、象隊、騎兵及龐大的艦隊進攻埃及，與埃及王仆托肋米交戰，仆托肋米竟臨陣脫逃，士兵傷亡慘重。於是埃及國設防的各城全部陷落了，財產被搶掠一空。安提約古征服埃及以後，於一四三年回國時，北上以色列，率領大軍直逼耶路

撒冷。他貿然進入了聖所，搬走了金祭壇、燈台及所有器皿。供餅的供桌、奠酒器、杯盤、金香爐、帳幔和冠冕，連聖殿正面的金飾，都洗劫得一空；還拿去了金銀和貴重的器皿，凡尋到的珍藏寶物，都帶走了。而且帶着這些東西回國的時候，肆意屠殺，還說了狂傲的大話；因此在以色列人中哀聲遍野。

對答詠

加下七，33；希十二，11

領：天主爲了責罰和懲戒我們，雖一時向我們發怒，答：祂最後還要與祂的僕人重新和好。

領：我們受懲戒的時候，會悶悶不樂，但是以後定會結出義德的果實。答：祂最後：

誦讀二

選讀教會在現代世界牧職憲章

論促進和平

和平並不只是沒有戰爭，也不只是建敵對武力之間的平衡，更不在於獨裁的統治，而是正確而真實的所謂「正義的事業」。這是秩序的成果，而秩序是神聖的創造者種植在人類社會中的；這秩序應由那些不斷渴求更完美正義的人促其實現。至於人類的公益，基本上應由永恆的法律所統轄，但是具體的要求、則按時代的進展而不斷的演變：因此和平絕不是一勞永逸的，而是應常常加以建樹的。此外，由於人類意志薄弱，又爲罪惡所傷害，爲了獲致和平，要求人人恒心控制私慾，以及合法權力的督導。

但是這還不夠。除非人們的利益獲得保障，除非人們互相信任，而自動地彼此分享其心靈與天才的財富，在世界上便不

能獲得和平。決心尊重他人和各民族的尊嚴，實行並致力於博愛，都是為建立和平所絕對必需的；所以和平也是愛德的成果，因為愛德超過正義所能提供的。發源於愛人的現世和平，是基督和平的標記和效果，而基督則出自聖父。降生成人的天主子是和平之王，祂藉十字架使人類與天主重歸於好，並恢復了全人類的合一、成為一個民族，一個身體；祂在自己的身上殺死了仇恨，復活後被高舉，又把愛德之神傾注在人心。

因此，我們懇切呼籲所有的基督徒，要「在愛德內實踐真理」，聯合所有真正愛好和平的人士，共同祈禱和平，建立和平。

我們為同一精神所激勵，不得不讚揚那些為爭取個人的權利而放棄暴力，並願

採用弱者的方法而自衛的人士，只是這種自衛要盡量不損害他人或團體的權利與義務。

對答詠

參閱編上二九，11-12；

加下一，24

領：上主，尊威與權能都屬於祢；祢

高高在上、治理萬邦。 答：上

主，求祢在我們這個時代賜予和

平。

領：天主，祢是可畏而有力的、公義

而慈悲的、萬物的創造者。

答：上主，求：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚主曲對經：你要全心愛上主你的天主，

且要愛人如己。沒有其他更

大的誠命。

結束禱詞

全能仁慈的天主，由於祢的恩寵助祐，祢的信徒們才能相稱地讚美祢，合宜地侍奉祢，求祢使我們順利尋獲祢的恩許。

第二晚禱

謝主曲對經：人子降來，是為尋找並拯救迷途的人。

常年期第三十一週

星期一

誦讀

誦讀一

恭讀瑪加伯上

一，41-64

安提約古迫害猶太人

安提約古王諭令全國，使各國民族合
成一個民族，完全放棄本國的禮俗。於是
各外邦民族都表示服從君王的諭令；也有
許多以色列人甘心接受了他的宗教，向偶
像祭獻，褻瀆安息日。王又派遣使臣帶着
詔書到耶路撒冷及猶太各城去，令人隨從
外邦的禮俗，廢止聖殿內舉行的全燔祭、
和平祭與奠祭，禁止遵守安息日和慶節，
污辱聖殿和神職人員，而且修築祭壇、殿
宇和寺廟，供奉偶像，宰殺豬和不潔的牲
畜作祭獻，不准給孩子行割損，且行各樣
不潔和褻瀆的事，自陷罪污，使人忘却法
律，廢除禮規。凡不遵從王命的人，死無
赦。王便按照以上的話向全國寫了論文，
也給所有百姓派了監察員，走遍猶太各
城，督促人民祭獻。百姓中有許多背教的
人附和他們，在國內犯罪作惡，因此迫使

一些以色列人逃難，到能避難的隱密地方去了。

一四五年「基色婁」月十五日，王在祭壇上立了一個可憎惡的邪物，同時在猶太各城修築了祭壇，在各家門前及街市上焚香；凡找到的法律書都撕毀焚燒，凡搜出存有約書或恪守法律者，不論是誰，都應按諭令處死。有人在各城內每月搜查，發見違命的以色列人，就用暴力處置；每月二十五日，在建於全燔祭壇上的祭壇上獻祭；那些給孩子行割損的婦女，他們都按諭令，把孩子懸在他們脖子上，一同處死；甚至她們的家屬，及執行割損者，也應處死。雖然如此，仍有許多以色列人堅持不變，絕不喫不潔之物，寧願捨生，而不願因吃禁食而自污，更不願褻瀆聖約；因此他們被判處死刑。這實在是天主向以

色列人發的盛怒。

對答詠

達九，18；宗四，29

領：我的天主，求祢睜眼垂視我們的處境，異民困了我們，要懲罰我們。 答：上主，求祢伸手拯救我們。

領：請注意他們的恐嚇，幫助祢的僕人勇敢宣講祢的眞道。 答：上主，求：

誦讀二 選讀教會在現代世界牧職憲章

(82 / 83)

要教導人愛好和平

人們要注意：不要只把促進和平工作的努力交給少數的某些人，而忽略了個人的態度。因爲各國的元首不獨負責本國人民的福利，同時也應促進全世界的公益，他們極爲大衆的輿論和民情所左右。如果

敵對、輕視、不信任、種族仇恨，和固執成見、使人分裂並互相對壘，他們建立和平的努力將徒勞無功。因此，當務之急便是思想的再教育，引導輿情朝向新的方向。

凡獻身於教育，尤其是獻身於青年教育或造成輿論者，要以新的和平思想培養人心，並應視之為最重最大的責任。我們每人都應該改造自己的心，並應着眼於全世界，着眼於與他人攜手所能從事的工作，以改善人類的生活。

我們也不該為虛妄的希望所愚弄。除非放棄敵視與仇恨，並為保證將來的和平而締結堅強正直的協約，則業已處於嚴重危機中的人類，即使擁有傑出的科學成就，也將不免走向一個兇險的時代；那時人類除了死亡的和平外，將無其他和平可言。生活在現代焦慮中的基督教會，在說

這些話時，仍不放棄極堅定的希望。教會向我們這個時代，不論時機的好壞，一再陳述保祿使徒的訊息說：「現在正是悅納的時候」，即回心轉意的時候，「如今正是得救的時候！」

為了建立和平，首先要徹底根除民族間所有促成戰爭的爭執原因，尤其是違反正義的行為。爭執往往肇端於經濟上過度的不平均，及其補救方法的過度遲緩。有時則導源於征服他人及蔑視人權的邪惡精神；如果我們追究更深刻的原因，則是由於人的妬忌、不信任、驕傲及自私等私慾的猖獗。因為人無法容忍這麼多的紊亂，結果，即使不致爆發戰爭，世界仍不免為不斷的糾紛和暴亂所騷擾。

又因這些不幸也存在於國際關係間，所以絕對需要有組織良好而堅強的國際團

體，使各國互相合作，彼此協調，以克服或預防這些不幸，並制止這些無羈的暴力；此外，要不斷致力於創建各種專門促進和平的機構。

對答詠

參閱德二三，2；

三七，35；詠三三，15

領：上主說：我在你心內放置了智慧的訓導。 答：我已俯聽了你，

保衛這座城市，使你的日子享有平安。

領：你要避惡行善，追求和平，實踐

和平。 答：我已俯：

結束禱詞 見常年主日

星期一

誦 讀

誦讀一 恭讀瑪加伯上

二，1，15-28，

42-50，65-70

瑪塔提雅的反抗與逝世

那時，若望的兒子、西默盎的孫子、屬於約阿黎布家的祭司瑪塔提雅起來，離開耶路撒冷，遷居摩丁。

君王派來強迫人民背教的官吏，也來到了摩丁城勒令人祭神。有些以色列人附和了，但瑪塔提雅和他的兒子却一致反抗；君王的官吏對瑪塔提雅說：「你是這城的首領，有名望又有勢力，遷受兒子兄弟們的擁護。如今，請你首先來遵行王的諭令，如同各國的人、猶太居民以及留在耶路撒冷的人所作的一般；這樣，你和你的兒子就算是君王的朋友，你和你的兒子可以榮獲金銀和各種恩賜。」瑪塔提雅

高聲回答說：「即便所有君王國土中的人民都聽從他，背棄了他們祖先的敬禮，服從王的命令，我和我的兒子以及我的弟兄，仍然照我們祖先的盟約去行，絕不背棄法律和教規，絕不聽從王的諭令，而背離我們的教規，或偏左或偏右。」他剛說完了這些話，正有一個猶太人前來，當衆在摩丁的祭壇上祭神，全照王的諭令。瑪塔提雅一見，熱情勃發，五內俱焚，要照法律發洩義怒，於是衝上前去，把那人殺死在祭壇上。同時也把迫令人民獻祭的官吏殺了，並把祭壇拆毀。他對於法律這樣熱誠，完全像丕乃哈斯對撒路的兒子齊默黎所作的一樣。於是瑪塔提雅在城內高聲喊說：「凡熱心法律，擁護盟約的，請跟我來！」接着，他和他的兒子，把所有的家產都留在城裏，逃到山中去了。當時，

哈息待黨派的人也與他們會合；這些人都是以色列的勇士，甘心爲法律捨生的人。還有逃難流亡的人都同他們聯合，支持他們。於是他們便組成軍隊，發憤攻打罪人，怒襲叛徒；其餘的人都逃往外邦人那裏，爲求安全。瑪塔提雅和他的朋友便到處巡行，拆毀祭壇，凡在以色列境內遇見未受割損的孩子，便強迫他們割損；此外，還掃蕩了暴徒，在歷次戰役中都很順利。如此，保障了法律，擺脫了外邦人及國王的控制，不讓惡人得勢。

瑪塔提雅臨死時，對他的兒子們說：「現在是傲慢暴橫得勢，也是災難和仇恨的時候。孩子們！現今你們對法律更應熱誠服膺，應爲我們祖先的盟約捨生致命。你們的兄弟息孟，我曉得他是具有超見的人，你們該常聽從他，他該接你們父親之

位。猶大瑪加伯自幼奮勇，他該是你們的將領，作戰攻打異族。你們應召集所有遵行法律的人來跟隨你們，爲百姓復仇雪恨。應反抗異族，應堅守法律的規條。」他祝福了他們以後，就回到他親族那裏去了。他死於一四六年，他的兒子們把他葬在摩丁的祖塋裏，全以色列爲他舉喪誌哀。

對答詠

加上二，51，64

領：你們要懷念我們的祖先當日所創的大業； 答：你們必會獲得無上的光榮和不朽的芳名。

領：孩子們，你們要剛強不屈，遵守

法律；法律必使你們蒙受光榮。

答：你們必……

誦讀二 選讀教會在現代世界牧職憲章

(88 ~ 90)

基督徒建立和平的任務

基督徒應甘心樂意通力合作，以建立國際秩序：這秩序基於對合法自由的尊重，和人與人之間的兄弟之情。現在全世界大部份人類尚處於貧困中，這種目標尤爲迫切。基督個人藉著貧困者在大聲疾呼，籲請祂的弟子實踐愛德。某些國家的大多數人民身爲基督徒，豐衣足食；而其它國家却缺乏生活的必需品，並爲饑餓、疾病及各種不幸所困擾，這種可恥的事不應存在，因爲基督教會的光榮和標誌，便是基督徒貧窮的精神和愛德。

有些基督徒，尤其是青年，他們自願獻身於幫助他人和其他民族，值得頌揚並支援。天主的子民全體、在主教教導和榜樣的領導下，都該盡力之所能減輕現代的疾苦；並應如古代的習慣，不僅以剩餘

的，甚至以必需品慷慨輸捐。

收集和分發救濟物資的方式，不必十分嚴格和一致。在各教區、各國家及全世界，應有良好的秩序。而且，如果合適，公教信友應與其他基督徒弟兄攜手合作。愛德精神對有秩序、有組織的社會與慈善工作，不獨不禁止，反而予以要求。因此，凡有意援助開發中的國家的人，應在適當的機構接受訓練。

因此，教會應置身於國際團體內，以透過其所有公共機構，和只以服務他人為目標的基督徒們的真誠合作，而培養並促進整個人類的合作精神。

假使基督徒意識到自己作人及作基督徒的責任，並在日常生活中設法感召他人與國際機構真誠合作，這一目的便可有效地達成。在以青年為對象的宗教和公民教

育中，更應特別注意這一點。

最後，為使信友善盡在國際機構內的責任，應設法與奉行同一愛的福音的其他基督徒，並與所有渴慕真正和平的人士、主動而積極地合作。

對答詠

參閱哈三，3；

肋二六，1，6，9

領：看哪！我從南方而來。 答：你們的天主、上主我將在平安中巡視你們。

領：我要眷顧你們，使你們生長，使你們興盛；我要鞏固與你們訂立的盟約。 答：你們的：

結束禱詞 見常年主日

星期三

誦讀

誦讀一 恭讀瑪加伯上 三，1-26

猶大·瑪加伯的事跡

瑪塔提雅的兒子猶大又名瑪加伯的，接了他的位。他的衆兄弟及附和他父親的人，都來輔佐他，大家都奮勇爲以色列作戰。他增加了百姓的光榮，身披甲冑，狀似英雄，腰佩兵器，率軍作戰，持刀護陣，着手行事，有如壯獅，捕獵怒號，好似幼獅。把歹徒搜查追捕，將加害百姓者，以火焚燒。於是違法歹徒，不寒而慄；作惡匪類，驚惶失措；救國大業，賴其成功。他使許多君王苦惱，行事却使雅格歡樂，因爲他集合了四散的人。他出巡猶

太各城，將城中惡徒剷除，從以色列挽回聖怒。他的聲名遍傳地極，他的紀念永受讚美。

阿波羅尼調集異民，又從撒瑪黎雅調來一支勁旅，要進攻以色列。猶大一聽說，就出兵迎擊，將阿波羅尼殺死，敵方傷亡甚衆，殘敵四散逃命，猶太人奪得了許多物資；猶大取了阿波羅尼的寶劍，一生用之作戰。叙利亞的軍長色龍，聽說猶大召集了很多軍民，號召一夥忠誠的猶太人，隨他前往作戰，就說：「我要成名，在國內受光榮，要戰勝猶大和跟隨他而輕視王命的人。」他於是出征，率領一支強大而兇悍的軍隊，來向以色列子民復仇。當他行近貝特曷龍山坡時，猶大帶着一小隊兵，前去迎擊。他們一見大軍迎面而來，便向猶大說：「我們人數少，怎能

攻打這麼衆多強大有力的敵人呢？何況我們今天還未用飯，疲乏無力呢！」猶大回答說：「多數人困在少數人手裏，是容易的事；用多數或用少數人施救，爲上天沒有區別。因爲戰爭的勝利，不在於軍隊的多寡，而在於從天而來的力量。他們來攻打我們，蠻橫傲慢，無法無天，原爲剷除我們和我們的妻子兒女，前來洗劫搶掠。但是，我們是爲保護性命和法律而戰；因此，天主必會親自在我們面前粉碎他們；所以千萬不要害怕！」

他一說完這話，便突然出擊，色龍與他的軍隊不支敗退。猶大從貝特曷龍山坡，一直追到平原。敵人陣亡的約有八百，餘下的都逃到培肋舍特人的地方去了。從此，衆人對猶大和他的兄弟都害怕起來，四周的異民也都爲之震驚。猶大的名聲傳

到了君王那裏，異民都稱述他的戰功。

對答詠

加上，三，19 / 22

領：他們來攻打我們，蠻橫傲慢；你們却不要怕懼。 答：因爲戰爭的勝利，不在於軍隊的多寡，而在於從天而來的力量。

領：我們是爲保護性命和法律而戰；因此，天主必會親自在我們面前粉碎他們。 答：因爲戰：

誦讀二

選讀耶城主教聖齊禮要理

信德的能力超越人力

「信德」的名稱只有一個，但能有兩種意義：有關教義的信仰是一種，包括心靈對某特殊對象的同意和接受；這也與靈魂的益處有關，如同主所說的：「誰聽我的話，又信那派遣我來的，便有永生，不會被定罪。」祂又說：「信子的人，不被

定罪，却經過死亡，而進入生命。」

天主待人是多麼仁慈啊！義人因多年勞苦而悅樂天主；可是，那多年奮勉奉事天主的賞報，耶穌在短時間內就可賞給你；因為如果你信耶穌基督是主，並信祂從死人中復活，你必將得救；那帶領右盜升天的基督，也將帶你進入天國。你也不要懷疑這事是否能成就，祂曾救了那加爾瓦略聖山上的右盜、是因爲他一小時的信德。如果你信，同一基督也要救你。

還有另一種信德，這是基督所賜的一種特殊的恩惠。「有人藉聖神領受了智慧的言語；另有人因着同一聖神領受了知識的言語；又有人由同一聖神內，領受了信心，還有人因着同一聖神領受了治病的奇恩。」

這種由聖神所賜的信德，不僅與教義

有關，而且還能產生超乎人力的能力。因爲誰若有這種信德，並對高山說：「從這裏移到那裏去，它必會移開。」無論誰若懷著信心說這句話，相信它必將實現，而且心中毫不懷疑，他就會獲得這恩寵。

關於這種信德，聖經說：「假使你們有像芥菜子那麼大的信德。」芥菜子雖小，却具有火一般的力量；種在狹小的地方，會發出很大的枝葉，日後一旦長成，便可供天空的飛鳥棲息；同樣，信德在靈魂內也能轉瞬間產生很大的效用。靈魂爲信德所光照，便能按照人性所能的注視天主；信德的視線遠超地極，使人在世界窮盡之前看到審判，預見天主所許諾的酬報。

所以，但願你擁有那種屬於你而領你歸向天主的信德，好使你也從祂那裏接受那超越人力的信德。

對答詠

迦二，16；羅三，25

領：我們知道：人成義不是由於遵守法律，而只是藉著對基督的信仰。 答：所以我們相信了基督耶穌，好使我們藉著信仰基督而成義。

領：天主選定了耶穌，使祂靠自己的血，並藉著人的信德作為贖罪祭。 答：所以我：

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦 讀

誦讀一

恭讀瑪加伯上

四，36-59

聖殿的洗潔與奉獻

猶大和他的兄弟們說：「看哪，我們

的敵人業已粉碎，我們要上去清潔聖所，再行祝聖禮。」於是全體軍隊集合，一齊上熙雍山。當他們看見聖所荒蕪，祭壇被玷污，門戶被焚毀，庭院生滿小樹，像在樹林或山上生長的一般，廂房都已倒塌，便撕裂了衣服，大聲哀哭，頭上撒灰，俯首在地；號角一響，他們便向天哀號。那時猶大派人去攻打那些住在堡壘裏的人，直到聖所清潔了為止。然後又選定了聖潔和熱愛法律的祭司；這些祭司便清潔聖殿，將被玷污的石頭，拋到污穢的地方。他們商議，該怎樣處理被玷污的全燔祭壇；終於想出了一個好主意，就是將祭壇毀壞，免得常存着為異民玷污的恥辱。於是就將祭壇拆毀了，將那些石頭安放在聖殿山上一個適當的地方，直到一位先知來到，再另行安排。他們按法律用整塊石

頭，照原先的樣式，另修了一座新祭壇。將聖所及聖殿內部都修飾好，也祝聖了庭院。又製造了新的聖器，將燈台、香壇、供桌，搬進聖殿。在香壇上獻香，又點着了燈台上的燈，在殿裏放光。在供桌上放上餅，將帳幔掛起來；他們應作的一切工作於是完成。

一四八年九月，卽「基色婁」月，二十五日清晨，他們起來，按照法律，在新建的全燔祭壇上獻祭。卽在異民玷污祭壇的同月同日，在唱歌、彈琴、鼓瑟和鳴鈸中，奉獻了祭壇。全體百姓都俯首至地，欽崇讚美那使他們成功的上天。八日之久，舉行祭壇的奉獻典禮，都歡樂地獻了全燔祭、和平祭及感恩祭。他們又用金冠銅牌，裝飾聖殿正面，又重修大門和廂房，安裝門戶。民衆皆大歡喜，因爲異民

所加與他們的恥辱，現在全除去了。猶大和他的兄弟們以及以色列全會衆，規定每年在這節期，慶祝重新奉獻祭壇節，卽由「基色婁」月二十五日起，一連八天歡樂慶祝。

對答詠

加上四，57，56，58；

加下十，38

領：他們以金冠裝飾了聖殿的正面；

又將祭壇奉獻給上主； 答：民

衆皆大歡喜。

領：他們詠唱詩歌，讚美上主。

答：民衆皆……

誦讀二 選讀耶城主教聖齊禮要理

論信經

在學習與表白信仰時，你只應接受並持守教會現在所傳授給你的信德，這信德是以聖經爲後盾。然而不是人人都能唸聖

經：因為有些人不識字，另一些人由於日常的職務阻止他們，因此我們用一些簡短的詞句、扼要地敘述信理的大綱，以免靈魂因無知而喪亡。

我吩咐你們要常常保存這個信仰，當作你們一生的餵糧；而且除此信仰之外，不要再接受其他的信仰；即使我自己改變了，或講論那與我現在所教導的相反的道理，或者即使是惡天使借光明天使的形象領你們陷於錯誤，你們也不要信從。因為「無論是我們，或是從天上降來的天使，若傳給你們的，和我們以前傳給你們的福音不同，就該受咒詛。」

你剛剛聽見用平常的話唸出的信經，首先該相信並且牢記。到了適當的時機，你會發現信經中的每條信理，在聖經中都有證明。這篇信理大綱，不是純粹凡人的

作品，而是從聖經中選取最重要的詞句，集合而成，涵蓋信理的撮要。這正像一粒纖細的芥菜子內、包含許多枝葉；同樣，這簡短的信經也包羅舊約和新約所載的宗教的一切真理。

所以，弟兄們，你們要留神，要牢記現在所傳授給你們的信理，並且銘刻在你們心裏。

你們要虔誠保持這些信理，以免因你們的疏忽懈怠而為仇人所搶走，或遭異端人所破壞。因為信仰就如同把託給你們的錢存在銀行中。天主要查看你們存款的帳目。如同聖保祿所說：「我在那使萬有生活的天主面前，和那對般雀·比拉多美妙作證的基督耶穌前命令你，務要保持你所接受的信仰毫無玷污，直到我們的主耶穌基督顯現。」

如今生命的寶藏已經託給你，主在祂顯現的時候，將要和你算帳。「到了預定的時候，使人看見這顯現的是那可稱頌的、惟一全能者、萬王之王、萬主之主，只有祂是不死不滅的，住在不能接近的光中，沒有人看見過的，也不能被人看見的天主。」願光榮、尊敬與權威歸於祂，直到永遠。阿們。

對答詠

希十，38-39

領：我的義人靠信德而生活；假如他畏縮，我就不會喜歡他。

答：我們不是那些退縮、以致喪亡的人，我們靠信德生活，因而得以保全生命。

領：無信的人不能持久遵循正路。

答：我們不：

結束禱詞 見常年期主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀瑪加伯下

十二，32-45

為亡者獻祭

過了所謂的五旬節，猶大和同伴又出發進攻依杜默雅的總督哥爾基雅。哥爾基雅率領三千步兵，四百騎兵出來應戰。雙方交鋒後，有些猶太人陣亡了。那時，托布隊中，有一名叫多息太的，驍勇善騎，趕上哥爾基雅，扯住他的外衣，用力拉他，想活活捉住這個可咒罵的人。不料有個特辣克的騎兵向他撲來，砍傷多息太的肩膀。這樣，哥爾基雅便逃到瑪黎撒去了。當時，厄次辣的部下由於長久作戰，

都感厭倦；猶大便呼求上主顯示助戰，作他們作戰的領導者。然後用祖國的語言高呼戰鬥的口號，歌唱詩歌，隨後突襲哥爾基雅的部隊，擊潰了他們。

事後，猶大率領兵馬到了阿杜藍城；因爲到了第七日，他們就在那裏照例自潔，過了安息日。第二天，由於事不宜遲，猶大的部隊便出去收殮陣亡者的屍體，好把他們安葬在祖墳裏，與親族在一起。當時在每個死者的內衣下，都發現雅木尼雅偶像的符籙，這原是法律所禁止佩帶的；衆人便都明白這正是他們陣亡的原因。於是衆人稱讚秉公審判並揭示隱密的上主，同心哀禱，求使所犯的過惡，得以完全赦免。隨後，英勇的猶大勸勉民衆避免犯罪，因爲大家都親眼看見這些陣亡者因罪所受的罰，於是募集了二千銀一達

瑪」，送到耶路撒冷作贖罪祭的獻儀；他所作的是一件很美好而虔敬的事，因爲他想念着復活；如果他不希望那些死過的人還要復活，爲亡者祈禱，便是一種多餘而愚昧的事。何況，他還想到爲那些善終的人保留下的超等報酬：這實在是聖善而有益的思想。因此，他爲亡者獻贖罪祭，是爲使他們獲得罪赦。

對答詠

參閱加下十二，45，46

領：有些得到善終的人： 答：他們

必會接受超等的報酬。

領：爲了使亡者獲得罪赦，爲他們獻祭祈禱，實在是聖善而有益的思想。 答：他們必：

誦讀二 選讀納祥·聖國瑞講道集

為亡者祈禱是聖善的思想

「世人算什麼，祢竟懷念他？」關於

我人性的新奧蹟是什麼呢？我是微小的，又是偉大的；是卑賤的，也是高貴的；我是不免一死的，又是長生不死的；是屬於地上的，又是屬於天上的。我該與基督同被埋葬，與基督一同復活，與基督同為承嗣者，成為天主之子，而且成為天主。

這便是這偉大奧蹟指示給我們的意義：天主竟爲了我們的緣故而取了人性，成為窮人，爲了提拔墮落的人性，恢復天主的肖像，再造人類，使我們衆人在基督內成爲一體；祂在我們身上完全成爲原來的祂；這樣我們不再有「男女之別，也不再文明與野蠻，自由與奴隸之別」——這些區別都源自人的肉體——我們只應帶着天主的標記，我們都是被祂並爲了祂而受造的。我們是照這標記被塑造並形成的，唯有從這標記上，才能辨認出我們都是屬於

天主的。

但願慷慨的天主偉大的慈悲、使我們成爲我們所希望的。祂對誠心愛祂的人，今生或來世，要求的少，賜給的多；因爲我們愛天主並盼望天主，就該「擔當一切，忍受一切」，並因一切恩惠而感謝天主（因爲聖經告訴我們，痛苦往往是得救的武器）。此外，我們要把我們的靈魂託給天主；也把那些與我們走向一人生旅途，而較快抵達安所的靈魂託給天主。

萬有的主和創造者，祢特別是人類的創造者！祢是天主，人類的大父和管理者！祢是生命和死亡的主宰！祢是我們靈魂的保護者和恩主！祢是萬物的創造者。祢藉祢聖言的活動、在適當的時間、依照祢智慧的計劃和照顧而改變萬物。現在求祢迎接凱撒利到祢那裏，他是我們團體的

初果。

求祿在適當的時候也收納我們，就是當我們塵世的旅途完結時。但願我們因爲敬畏祿而常準備好，絕不驚慌，這樣，在臨終時，我們將不會畏縮、或被強迫而離世，如同醉心於肉慾和世俗的人們一樣；但願我們爽快、欣然奔向那永遠幸福的生命，這生命就在我們的主耶穌基督內，願光榮歸於祿，直到永遠！阿們。

對答詠

領：上主，我們的天主，求祿收納我們亡者的靈魂，祿爲他們曾傾流聖血。 答：求祿記憶，我們是灰土；人生短暫，好像野地的花草。

領：上主！祿溫良慈善，憐憫衆生。

答：求祿記：

結束禱詞 見常年期主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀瑪加伯上 九，1-22

猶大陣亡

德默特琉聽說尼加諾爾已經陣亡，軍隊也已覆沒，便又派遣巴基德和阿耳基慕，率領右翼軍到猶太去。他們沿着通往加里肋亞的大道行走，包圍了阿爾貝拉的買撒羅特，攻陷了那地方，殺死了很多人。一五二年正月，面對耶路撒冷安營。以後又拔營，率領步兵兩萬，騎兵兩千，前往貝爾則特。同時猶大帶着精兵三千，在厄拉撒駐紮。猶太人看見敵軍人數衆

多，都很害怕，於是許多人離營潛逃，剩下的僅有八百人。猶大看見他的軍隊潛逃，戰事又迫於眉睫，心中焦急，來不及集合兵馬；就失意地對剩下的人說：「起來，去攻打敵人，也許能與他們對抗！」他們勸阻他說：「我們不能去！現在只能逃命！不如回去聯合我們的弟兄，再與他們決戰，因為我們人數太少了！」猶大說：「逃走？我絕不逃。若時機到來，我們要為我們的弟兄勇敢犧牲，絕不可喪失我們的光榮。」敵軍從營裏衝出來，猶太人便去迎戰。這時敵騎分成兩翼，投石手與弓手走在軍隊前面，前鋒都是勇士，巴基德坐鎮右翼。敵軍兩翼進攻時，吹起號角，猶大方面的人也吹起號角。於是兩軍喊聲震地，從早到晚，一直在混戰中。猶大看見巴基德和軍隊主力都在右翼，就集

合所有勇敢的人，專攻右翼；右翼便被他們擊潰，他們將敵人迫到阿左托山。敵軍左翼看見右翼敗退，便轉身從背後追擊猶大和他的軍隊。戰事十分激烈，雙方死傷甚重。猶大也陣亡了，其餘的人也逃散了。約納堂便和息孟將他們的兄弟猶大抬回，埋葬在摩丁城的祖墳裏。以色列全國都痛哭他，非常悲哀，一連多日哀悼他說：「拯救以色列的英雄怎麼會陣亡？」猶大其餘的言行、所有的戰功、英勇的事跡、和他的偉大，都沒有記載出來，因為實在太多了。

對答詠 參閱加上四，8，9，10，9

領：你們不要害怕敵人的攻擊，你們要回憶，我們的祖先昔日怎樣獲救。 答：現在我們呼求上主，我們的天主必會憐憫我們。

領：你們要想起，天主對法郎和他的軍隊在紅海中所作的奇事。

答：現在我：

誦讀二 選讀聖安博主教論死亡之益

我們要在身上帶着基督的死

保祿使徒說：「世界對我來說，已被釘在十字架上；我對世界來說，也被釘死在十字架上。」爲使我們知道：這死亡是在今世，而且是善死，他勸勵我們「身上要時常帶着耶穌的死，使耶穌的生活也彰顯在我們身上。」

所以，死亡應在我們身上活動，好使生命在我們身上活動。美好的生命是在死後，這就是說，勝利後的生命，這生命是在戰爭結束後，是在我們肉性的法律、不再反對靈性的法律時；是在我們必死的肉體之間再沒有鬥爭時，那時，在死亡的身

體中只有勝利。我不能確知：這死亡是否比生命更有力量。我的確有保祿的話作憑證：「這樣看來，死亡施展在我們身上，生命却施展在你們身上」。但這一個人的死亡、曾使多少人生活！因此他教導我們即使在此世，便該渴望這種死亡，好使基督的死亡在我們的肉體上大放光彩。這就是那美好的死亡：它使外在的人性腐朽了，好使「內在的人性更新」；「我們地上的房屋倒塌了」，好使天上的住所爲我們大開。

因此，一個人解脫肉體的奴役，並除去肉體的鎖鍊，用隱喻來說，這就好像一種死亡。關於這事，上主曾藉先知依撒意亞對你說：「你要解除不義的鎖鍊，除去軛上的繩索，使受壓迫者獲得自由，折斷所有的軛。」

天主允許死亡進入世界，是為使罪惡停止；但祂惟恐人性在死亡中喪失，就恩賜死者復活，好使罪惡藉死亡而完結，人性藉復活而永遠生存。

因此，死亡是人人必經之路。你應該常常地經過：經過腐朽而至不朽，經過必死而到達永恆，經過擾亂而抵安寧。所以你不要害怕死亡這一名詞，反而要因死亡帶來許多恩寵為樂。死亡是什麼？無非是罪惡的埋葬，聖德的再生。亞巴郎說：「但願我死在義人中間。」這就是說，他希望他的惡習和他同被埋葬，因而得到義人的恩寵。義人就是那些身上與靈魂上帶着基督死的人。

對答詠 弟後二，11~12；德一，29

領：這話是確實的：如果我們與基督同死，也必與祂同生。 答：如

果我們堅忍到底，也必與祂一同為王。

領：忍耐的人暫時容忍，最後必有喜樂的賞報。 答：如果我：

結束禱詞 見常年期主日

第三十二主日

聖詠集第四週

第一晚禱

謝主曲對經：到了半夜，有人喊說：新郎來了，快來迎接吧！

誦 讀

誦讀一 恭讀達尼爾先知書

一，1~21

以色列青年在巴比倫王宮裏保持忠貞

猶大王約雅金在位第三年，巴比倫王拿布高圍攻耶路撒冷，上主將猶大王約雅金和天主殿內的一部分器皿、交在拿布高手中，他便將這些器皿帶到史納爾地方，存放在他神殿的倉庫內。

君王吩咐他的宦官長阿市培納次，從以色列子民中，選出一些王室或貴族的青年，他們應沒有缺陷，容貌俊美，足智多才，學識豐富，明察事理，適合在王宮內充當侍從。應教給他們加色丁文字和語言。君王也下令供給他們每天吃君王所吃的食品 and 所飲的美酒，這樣教養他們三年；期滿以後，他們便可侍立在君王左右。他們當中是猶大後裔的有達尼爾、阿納尼雅、米沙耳和阿匝黎雅。宦官長另給他們起了名字：給達尼爾起名叫貝特沙匝，阿納尼雅叫沙得辣客，米沙耳叫默沙客，阿匝黎

雅叫阿貝乃哥。

但是達尼爾心中早已拿定主意，決心不讓自己為君王的食品和君王飲的美酒所玷污，所以他請求宦官長使他自己免受此玷污。天主賞達尼爾在宦官長眼中獲得寵遇和同情。宦官長對達尼爾說：「我害怕我的主上君王，他原給你們規定了飲食，若是看見你們的面容比你們同年的青年消瘦，這樣你們不是將我的頭斷送給君王嗎？」達尼爾對宦官長派來照管達尼爾、阿納尼雅、米沙耳和阿匝黎雅的人說：「請你一連十天試一試你的僕人們，只給我們蔬菜吃，清水喝；然後，你親自觀察我們的容貌，和那些吃君王食品的青年人的容貌，就照你所觀察的，對待你的僕人們罷！」他答應了他們的要求，試驗了他們十天，十天以後，他們的容貌比那些吃君

王食品的青年顯得更美麗，肌肉更豐滿。負責照顧的人就將他們的食物和應喝的美酒撤去，祇給他們蔬菜。

至於這四個青年，天主賜給了他們精通各種文字和學問的智力和聰明，而且達尼爾還通曉各種神視和夢兆。君王規定帶他們進宮的期限一滿，宦官長就領他們晉見拿布高。君王和他們交談，發現其中沒有一個能比得上達尼爾、阿納尼雅、米沙耳和阿匝黎雅的，因此他們就隨侍在君王前，君王無論詢問他們什麼智識和學問，發現他們總比全國所有的巫師和術士好十倍。達尼爾留在那裏直到居魯士王元年。

對答詠

參閱達一，17，20

領：上主賜給他們知識和智慧，在他們身上增強祂聖神的恩寵；

答：上主使他們的心充滿明智。

領：君王無論詢問他們什麼知識和學

問，他們都應對如流。 答：上

主使：

誦讀二 選讀第二世紀作家講道集

基督曾願意拯救將要喪亡的人

弟兄們，我們常該記住：耶穌基督是天主，是審判生者死者的法官；我們也不該輕視我們自身的得救，因為這樣便是限定了我們得救的希望。若有人聽到這些話而認為無關緊要，他們就犯了罪。如果我們不知我們從何處蒙召，為誰所召，被召到何處，也不知耶穌基督為我們受了什麼苦，我們也有罪過。

那麼，我們該如何報答基督的救恩，該如何為捨生救贖的基督結出相稱的果實呢？我們對祂負了多少債？祂賜給我們光明，祂對我們說話，像慈父對子女一樣，

我們瀕於死亡，祂拯救了我們。我們該怎樣頌揚祂，報答祂施給我們的鴻恩呢？我們心靈軟弱，朝拜過木、石、金、銀、銅等人造的偶像，我們的一生只是死亡。我們被黑暗所包圍，眼前一團漆黑；祂的聖意使我們擺脫包圍我們的烏雲，又使我們重見光明

因爲，祂看到我們徬徨歧途，走向喪亡，也知道我們除祂以外沒有其他得救的希望，就大動慈心而憐憫了我們，拯救了我們。當我們還不存在時，祂就召叫了我們；祂願意我們從虛無中成爲實有的。

「不能懷孕，沒有生育的女子，喜樂吧！未經產痛的女人，歡呼高唱吧！因爲被遺棄的女人、比有丈夫者所有的子女更多。」所謂：「不能懷孕，沒有生育的女子，喜樂吧！」正是指我們：我們的教

會，在天主給她子女之前，原是不能懷孕的女子。所謂：「未經產痛的女人，歡呼高唱吧！」這就是說：我們不要像忍受產痛的婦女那樣疲倦，而要全心向天主呈上我們的祈禱。所謂：「被遺棄的女人比有丈夫者所有的子女更多」，這就是說：從前我們好像是遭到天主遺棄的子民；如今我們信仰了天主，我們比那些自認爲恭敬天主的國家人數更多。

聖經又說：「我來是要召罪人，不是要召義人」，這就是說：祂該拯救即將喪亡的人。扶起那跌倒的人、而不是那站立的人，才真是一件偉大而令人驚奇的事。基督就是這樣作了：祂要來拯救那些即將喪亡的人，祂確實已經拯救了許多人。祂來了，也把我們從喪亡中召回來。

對答詠

得前五，9、10；哥一，13

領：天主揀選我們不是要我們受懲

罰，而是要我們藉著主耶穌基督

獲得救援。祂曾為我們犧牲性命，

答：是要我們同祂一起生活。

領：基督從黑暗的權勢下、救出了我

們，並將我們移置在祂愛子的國

內。 答：是要我：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚主曲對經：這位窮寡婦比他們奉獻的都

多，因為她一貧如洗，却把

全部生活費都獻出了。

結束禱詞

全能仁慈的天主，求祢剷除對我們不

利的一切障礙，使我們能以自由的身心，

遵守祢的誠命，奉行祢的旨意。

第二晚禱

謝主曲對經：天主不是死人的天主，而是

活人的天主：所有的人都在

祂而生活，阿肋路亞。

常年期第三十二週

星期 一

誦 讀

誦讀 一 恭讀達尼爾先知書

二，26 ~ 47

雕像和石頭的神視·天主的永恒

王國

拿布高王對名叫貝耳特沙匝的達尼爾

說道：「你能告訴我，我所做的夢和夢的

意義嗎？」達尼爾回答君王說：「大王所問的奧秘，不是智者、術士、巫師和占卜者所能告訴大王的；但是，在天上有一位啓示奧秘的大主！祂已將那日後要發生的事指示給大王。大王！你在睡覺時所做的夢，所見的神視是這樣的：大王！你睡在牀上忽然想到日後所要發生的事，啓示奧秘的那一位，把要發生的事指示給你了。這奧秘已啓示給我，並非因爲我比任何人更有智慧，而只是爲把夢兆告訴大王，使你知道你心中的意念。」

「大王！你夢見一尊巨大的雕像。這尊雕像異常高大，非常光輝燦爛，立在君王面前，相貌可怕。這尊雕像，頭是純金的，胸和臂是銀的，腹和大腿是銅的，小腿是鐵的，脚一部份是鐵，一部份是泥的。大王，你在觀看，忽然有一塊石頭，

未經手鑿就滾下來，擊中了那像，把鐵和泥混合的脚打得粉碎；同時鐵、泥、銅、銀和金立即完全粉碎，如同夏天禾場上的糠粃被風吹散，無蹤無影；那塊擊碎雕像的石頭却變成了一座大山，佔據了全世界。」

「夢是這樣的，現在我們要給大王解釋夢兆。大王！你是王中之王，上天大主賜給了你領土、勢力、權威和尊榮，凡有人居住的地方，田野的走獸，天空的飛鳥，都交在你手中，由你統治這一切，你便是那像的金頭。在你以後，將興起另一個比你弱的國家，以後興起第三個銅的國家，它要統轄全世界；繼之而來的是第四個堅強如鐵的國家，就像鐵能粉碎擊破一切，這個國家也要如鐵粉碎擊破一切。至於你看見脚和趾，一部份是泥，一部份是

鐵，表示這個國家必要分裂，然而國內仍有鐵的堅強，如同你看見鐵和泥混合一

的天主，萬王的主宰，奧祕的啓示者，因爲你能啓示這個奧祕。」

樣。脚趾一部份是鐵，一部份是泥，表示

對答詠 參閱路二〇，17，18；達二，44

這個國家一部份強，一部份弱。你看見鐵和泥混合，是說他們要與其他人種混合，

領：上天的大主將要興起一個永不滅亡的國家，它要粉碎並毀滅一切

但是彼此不能相合，就像鐵不能和泥混合一樣。在這些君王時代，上天的大主必要

邦國。 答：天主的王權却永存不替。

興起一個永不滅亡的國家，它的王權也絕不歸於其他民族，它要粉碎和毀滅這一切

領：匠人所棄而不用石頭，反而成了屋角的基石；跌落到這基石上的任何石頭，必被撞碎。

邦國，惟獨它永存弗替，如同你看見那塊未經手鑿就從山上滾下來的石頭，把鐵、

答：天主的……

銅、泥、銀和金打得粉碎一樣。偉大的天主已指示了大王，今後將要發生的事。這

誦讀二 選讀第二世紀作家講道詞
我們該以行為承認天主

夢是真實的，夢的解釋也是正確的。」

上主對待我們大慈大悲：首先我們活

拿步高王於是俯首至地，叩拜達尼

著的人沒有向死的神祇祭獻，或朝拜他

爾，下令給他奉上禮物和香品，然後開口

們；却藉著基督認識了那位真理之父。所謂認識父，就是否認那領導我們認識祂

對達尼爾說：「的確，你們的天主是萬神

謂認識父，就是否認那領導我們認識祂

的基督。祂親自說：「誰承認我，我在父前也要承認他。」所以如果我們承認拯救我們的那一位，那就是我們的酬報。但我們如何承認祂呢？我們該履行祂所說的，不要違背祂的命令；不該只以唇舌來尊敬祂，而該全心全靈愛祂。祂在依撒意亞先知書中說：「這個民族嘴唇上尊敬我，他們的心却遠離我。」

所以，我們不要只以呼喚上主爲滿足，這不會使我們得救。因爲主說過：「不是對我說『主啊！主啊！』的人，就能進天國；而是那遵行我天父旨意的人，才能進去。」因此，弟兄們，我們該以行爲承認上主：該彼此相愛，不犯姦淫，不要毀謗，不要嫉妬，但該度有節、良善、仁慈的生活。我們該有同情心，不可貪財。我們要用這些行爲、承認天主，要避

免與此相反的行爲。我們不要怕人，而要怕天主。否則主會對你們說：「如果你們和我聚集在一起，而沒有遵守我的誡命，我要拋棄你們，並對你們說：我不認識你們是從哪裏來的；你們這些作惡的人，都離開我吧！」

因此，我的弟兄們，我們要奮戰不懈，我們知道競賽迫近了。有許多人爲了爭取不朽的錦標而奮鬥，但不是所有的人都能得到勝利的花冠，唯有那吃苦耐勞、奮勇應戰的人才能獲得。因此，我們要努力奮鬥，好使我們都得到榮冠。我們要奔走正路，去爭取永生，我們要有許多人參加，以爭取勝利；即使我們不能都得到勝利，至少我們都要接近花冠。我們該知道：即使那爲了暫時的榮冠競爭的人，如果違反賽規，將受懲罰，並被逐出競賽場。

如果有人爲了不朽的榮冠而在競賽中犯規，他應受什麼刑罰呢？主曾對那些沒有保持聖洗印號的人說：「蛀食他們的蟲子不死，焚燒他們的火永不熄滅，有血肉的人都要憎惡他們。」

對答詠

得前一，9 2 10；

若壹二，28

領：你們會回頭改過、以待奉那永生而真實的天主，並期待著祂的聖子從天降下，就是祂從死者中復活的基督。 答：祂救我們脫免那即將來臨的震怒。

領：孩子們，你們要常在祂內生活，這樣在祂顯現時，我們才可以坦然無懼，不致因祂的來臨，而慚愧地躲避。 答：祂救我：

結束禱詞 見常年主日

星期二

誦 讀

誦讀一 恭讀達尼爾先知書

三，8 2 12，19

2 24，91 2 97

國王的金像·三青年從火窯中被救出

當時有幾個加色丁人控告猶太人，向拿布高王啓奏說：「大王萬歲！大王！你發出了諭令，要所有聽見角、笙、琴、瑟、箏、簫和各種樂器齊奏的人，都應立刻俯伏朝拜金像，誰不俯伏朝拜，就應立即把他投入烈火窯中。然而有幾個你所委任管理巴比倫省政務的猶太人，——沙得辣客、默沙客和阿貝得乃哥，大王！他們違

背了你的命令，不恭敬你的神，也不朝拜你所立的金像。」

拿步高一聽這話，怒火填胸，立刻對沙得辣客，默沙客和阿貝得乃哥變了臉，下令要人把火窰燒得比平常熱七倍，又命軍中的幾個壯士把沙得辣客、默沙客和阿貝得乃哥捆起來，投入烈火窰中。這三個人穿着外氅、長袍、頭巾和其他的衣服，被捆起來，投入烈火窰中。由於君王的命令急迫，火窰又燒得猛烈，火焰反將投擲沙得辣客、默沙客和阿貝得乃哥的那些人燒死了。至於沙得辣客、默沙客和阿貝得乃哥三個人，被捆着落入烈火窰中。他們在火焰中來回走動，歌頌天主，讚美上主。

那時拿步高王十分驚慌，急忙站起來，問他的臣僕說：「我們不是把他們三

個人全捆起來拋入烈火窰中了嗎？」僕人回答君王說：「大王，是的！」君王又問說：「我爲甚麼看見四個人無拘無束地在火中行走，絲毫沒有受傷，而且那第四個人的外貌，彷彿是神的兒子？」於是拿步高走近烈火窰口說道：「至高天主的僕人沙得辣客、默沙客、和阿貝得乃哥，你們出來罷！」沙得辣客、默沙客和阿貝得乃哥就從火中出來。省長、太守、總督和君王的臣僕一齊前來，查看這幾個人，見烈火在他們身上一點不發生作用，連他們頭上的一根頭髮都沒有燒掉，他們的外氅也沒有變色，他們身上也沒有一點煙火的氣味。

於是拿步高說道：「沙得辣客、默沙耳和阿貝得乃哥的天主是可讚美的！祂派了天使來解救那些信賴祂的僕人，他們敢

違背王命，寧願捐軀，除自己的天主以外，不願事奉叩拜其他任何神祇。因此我現在頒發詔書，無論哪一個民族，哪一個國，哪一個異語的人民，凡對沙得辣客、默沙耳和阿貝得乃哥的天主敢出言不恭的，必被萬剛凌遲，他們的住宅必成爲廢墟，因爲沒有其他的神能像祂這樣施行拯救。」

然後君王在巴比倫省擢陞了沙得辣客、默沙耳和阿貝得乃哥。

對答詠

達二，49，50，95

領：上主的天使下降火窯，來到阿匝黎雅及他的同伴身邊，驅逐了窯中的火焰。 答：火焰未曾接觸他們，也沒有帶給他們任何不便。

領：願他們的天主受稱讚！祂派遣了祂的天使，拯救那信賴祂的僕人

脫離危險。 答：火焰未：

誦讀二

選讀第二世紀某作家講道詞

真誠的懺悔

只要我們生活在世界上，就該懺悔。我們是陶工手中的陶土。陶工捏塑陶器，若是陶器變了型，或破碎了，他就再次塑造，一旦被送入火窯中，燒製成器，就再沒有補救的方法了；我們也是一樣，趁我們在上時，該全心懺悔我們在身體上所犯的罪，好使我們在懺悔的時間時，獲得上主的救助。

我們離開世界以後，便再不能懺悔或做補贖了。因此，弟兄們，我們要奉行天父的旨意，保持肉身的貞潔，遵守上主的誠命，我們便會獲得永生。主基督曾在福音中說：「你們若在小事上不忠信，誰還把大事托給你們呢？我告訴你們：誰在最

小的事上忠信，在大事上也忠信。」這就是說：你們要保持身體潔淨，維護聖洗的神印完美無瑕，才能獲得永生。

你們誰也不要說：這個肉身不會受審判，也不會復活。請想一想：你們是在什麼情況下被救，又重見光明的？不是在你們帶著肉軀生活的時候嗎？所以我們該看守肉軀，好像看守聖殿一樣；因為你們蒙召時，是帶著肉軀；同樣，你們將來還要帶著肉軀來受審。那拯救我們的基督，起初是神體，然後成爲血肉之人，祂就是帶着肉軀召叫了我們；同樣，我們也將帶着肉軀接受酬報。

所以我們該彼此相愛，好使我們都能進天主的國。趁我們有時間就醫，就該把自己交給我們的醫生——天主，並要給祂酬勞。什麼酬勞？就是出自誠心的懺悔。因

爲天主預知一切，祂洞悉我們心裏的一切。因此我們要心口合一地讚頌祂，好使祂接納我們，好像接納祂的子女一樣。因爲主說過：「凡是遵行我天父旨意的，就是我的兄弟。」

對答詠

則十八，31，32；

伯後三，9

領：你們要拋棄一切罪惡，要爲你們塑造一顆新的心，並注入一種新的精神。 答：上主說：我不喜歡任何人喪亡，回頭改過吧！你們必將生存。

領：主容忍你們。祂不願任何人喪亡，只願人人都回頭改過。

答：上主說：

結束禱詞 見常年主日

星期三

誦讀

誦讀一 恭讀達尼爾先知書

五，1 ~ 2，5 ~ 9，

13 ~ 17，25 ~ 30

貝耳沙匝筵席上出現天主的審判
貝耳沙匝王擺設了盛筵，邀請一千名
達官貴人，飲酒作樂。貝耳沙匝乘着酒
興，命人把他父親拿步高從耶路撒冷殿中
劫掠來的金銀器皿取來，給君王和他的大
臣以及他的妻妾用來喝酒。

正在此時，忽然出現了一個人的手
指，在燈臺後面王宮的粉牆上寫字，君王
也看見了那寫字的手。當時君王的面色立
即改變，心意煩亂，兩腰關節鬆弛，兩膝

互相碰擊，君王就大聲呼喊，命人召來術士、占星者和占卜者；君王就向巴比倫的智者說：「不論誰能讀這些字，給我解說其中的意義，就必身被絳袍，帶上金項鍊，居全國第三高位。」巴比倫所有的智者都來了，却沒有一個人能讀那些字，也不能給君王說明其中的意義。因此貝耳沙匝王非常驚慌，面色大變，他的大臣也都不知所措。

於是達尼爾被帶到王前，王問達尼爾說：「你就是我父王從猶大擄來的猶大俘虜中的達尼爾嗎？我聽說你有神的精神，具有真知灼見，和卓越的智慧。方纔智者 and 術士被引至我前，要他們念這些字，給我說明其中的意義，但是他們都不能給我解釋這些字的意義。我聽說你能解疑釋難，現在你若能念這些字，給我說明其中的意

義，你就要身披絳袍，帶上金項鍊，居全國第三高位。」

達尼爾回答君王說：「你的禮物仍歸你所有，你的酬報可賞給別人；至於我，我仍要給大王念這些字，使大王得知其中的含義。」

寫出來的這些字是：『默乃，默乃；特刻耳，培勒斯。』這些字的含義是：

『默乃』：天主數了你的國祚，使它完結；『特刻耳』：你在天秤上被衡量了，不夠分量；『培勒斯』：你的國被瓜分了，歸於瑪待人和波斯人。」於是貝耳沙匝下令，給達尼爾披上絳袍，帶上金項鍊，並宣布他居全國第三高位。當晚加色丁王貝耳沙匝就被人暗殺。

對答詠

詠七四，6，8，9；

默十四，9，10

領：不要夜郎自大，反抗天主，因為

只有天主是審判者；祂把這人貶抑，把那人高舉。 答：上主已把一杯苦酒拿在手中，準備讓世上的惡人喝下。

領：凡朝拜那獸和獸像的人，就得喝下天主那忿怒的烈酒。 答：上主已……

誦讀二 選讀第二世紀某作家講道詞

我們要懷著希望忍受痛苦

弟兄們，我們要承行父的旨意；祂召叫了我們，是要我們生活，並努力修德。我們要禁絕惡習，這是罪惡的先驅；也要遠避不虔敬，以免遭受災禍。因為如果我們努力行善，就會得到平安。因此，那些由於人性的恐懼而寧願現世的享受、而不願來生賞報的人，不能獲得平安。他們不

知道，今生的享受將帶來多大的痛苦，而來的賞報將帶給我們何等的幸福。假設只有他們自己這樣作，還可以容忍；但是他們以邪惡的道理煽惑其他單純的人；殊不知他們將受雙重的懲罰：他們自己，和隨從他們的人都將受罰。

所以，我們要以純潔的心靈事奉天主，必會成爲義人。假設我們因爲不相信天主的許諾，而不事奉天主，我們將是可憐的人！先知的預言說：「三心二意，遲疑不決的人，是可憐的；他們說：『我們祖先活著的時候，我們就聽見過；我們一日復一日的期待，並沒有看見什麼。愚人哪！你們好比樹木，例如葡萄樹：起初時沒有葉子，後來就發了芽，然後結出酸葡萄來，最後才結成熟葡萄。同樣，我的子民先忍受折磨困苦，然後才領受賞報。』」

因此，弟兄們，我們不要三心二意，却要懷著希望而忍受一切，以便獲得賞報。因爲天主是信實的，祂親自許諾，將按每个人的工作而予以報應。所以，我們若在天主臺前履行正義，必將進入祂的王國，並領受所預許的賞報，享受那「耳所未聞，眼所未見，人心所意想不到的」幸福。

所以，我們要度愛德和正直的生活，期待著天主的王國，因爲我們不知道它何時來臨。弟兄們！我們要即刻回頭改過，立志行善，因爲我們充滿了愚昧和罪污。我們要洗淨已往的罪過，真心作補贖，以使得救。我們不該諂媚人，我們不僅要使弟兄們歡欣，而且該爲了義德，也要使外教人歡欣，以免天主的聖名，因爲我們的原故而受褻瀆。

對答詠

格前十五，58；得後三，13

領：你們要堅定不移；要常常發憤、
 勉力爲主工作。 答：因爲你們
 知道：你們的勤勞，在主內決不
 會徒勞無功。

領：你們行善，總不可懈怠。

答：因爲你：

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦 讀

誦讀一 恭讀達尼爾先知書

九，1-4 a，18-27

達尼爾的祈禱和神視

瑪待人薛西斯的兒子達理阿作加色丁

的國王，他在位的第一年，達尼爾我注意

了經書中上主對耶肋米亞先知有關年數所說的話，即關於耶路撒冷的荒蕪應滿七十年的事。我面向吾主天主，以祈禱、懇求、禁食、穿苦衣，頂灰塵求問祂。

我哀求上主我的天主而認罪說：「我的天主！求祢側耳俯聽，睜眼垂視我們的廢墟，和屬祢名下的城市！我們把我們的哀禱呈在祢面前，不是憑我們的正義，而是依賴祢的大慈大悲。吾主，求祢俯聽！吾主，求祢寬宥！吾主，求祢垂聽，迅速實行！爲了祢自己的緣故，我的天主，祢不要再遲延，因爲祢的城和祢的人民是屬祢名下的。」

我還在陳訴、祈禱和承認我罪和我同胞以色列的罪，並爲天主的聖山，將我的哀禱陳於上主我的天主面前時，即我還在祈禱傾訴時，約在晚祭時，先前我在異象

中所見的那像人的佳播、迅速向我飛來；他來到了，就對我說：「達尼爾！我現在顯現出來，使你完全明白，當你開始哀求時，便有話傳出，要我前來通知你，因為你是一個極可愛的人；所以你應該注意這話，了解這異象！」

「關於你的同胞，和你的聖城已注定了七十個星期，爲終止過犯，爲結束罪惡，爲賠補不義，爲帶來永遠的正義，爲應驗神視和預言，爲給至聖者傅油。你應該知道，也應該明白：自從頒發重見耶路撒冷的命令、直到受傅的君王，共有七個星期；再過六十二個星期，城邑的廣場和溝渠要重新建起來，而且是在困難之時；六十二個星期之後，一位受傅者雖然無罪，却要被殺害，而且那將要來臨的首領的民族要破壞這座城和聖所，但他的結局

是在洪流中；直到末期要有戰爭，及決定了的毀滅。在一個星期內，他要與許多人訂立盟約；在半個星期內，他要使祭祀和供物停止，在聖所內要設立那招致荒涼的可憎之物，直到決定了的毀滅傾注在破壞者的身上。」

對答詠

巴二，16；達九，18；

詠七九，20

領：上主，求祢從祢的聖殿，垂視眷念我們；上主，求祢側耳俯聽。

答：求祢睜眼，看看我們的災禍。

領：上主，萬軍的天主，求祢使我們回心轉意；也求祢顯示祢的儀容，我們必會得救。 答：求祢

睜：

誦讀二 選讀第二世紀某作家講道集

生活的教會是基督的身體

上主說：「我的名不斷在萬民中受褻瀆」。又說：「那使我的名受到褻瀆的人是有禍的！」爲何受褻瀆呢？因爲我們的言行不一致：外邦人民從我們的口中聽到天主的話，讚賞其美善與偉大；後來看我們言行不符，就會轉身而褻瀆天主說：他們所說的是神話，是邪說！

例如，他們聽到我們告訴他們，天主說：「如果你們愛那些愛你們的人，你們還有什麼賞報呢？但是你們若愛你們的仇人，愛那恨你們的人，你們就有賞報了。」他們聽了便會驚訝那種崇高的愛德；但當他們看見我們不僅不愛那恨我們的人們，甚至不愛那些愛我們的人；他們就譏笑我們，又褻瀆天主的聖名。

因此，弟兄們，如果我們承行我們天主父的旨意，我們就屬於那建立於天地之

前的精神教會。假如我們不承行上主的旨意，我們就像聖經所說的：「我的殿宇成了賊窩」。因此，我們該決意屬於生活的教會，以便得救。

我想，你們不會不知道：「生活的教會就是基督的身體」。因爲聖經說：「天主造了男人和女人。」男人是基督，女人是教會；而且聖經和使徒們也說，教會並非源自我們這時代，而是從起初就有。因爲它是屬神的，如同我們的耶穌一樣，是在最近的日子才顯現的，是爲了拯救我們。

精神的教會顯現在基督的身體上，爲指示我們，如果我們中間誰能完整地保持它在自己身上，而不喪失，便將在聖神內接受這教會。因爲身體是精神的模式；無論誰喪失了這模式，便不能再獲得原始的實體。弟兄們，這就是說：你們要保持肉

軀，好使你們分享「神」的生命。但如果我們能說，肉軀是教會，精神是基督，那麼誰玷污肉軀，就是玷污基督；這樣的人將不會與精神有分，這精神就是基督。這肉軀靠聖神的助祐，就能獲得不朽的生命。誰也不能說明上主為祂簡選的人所準備的幸福。

對答詠

耶七，3；雅四，8

領：萬軍的上主、以色列的天主這樣說：你們要改善你們的生活和行為，
答：我就同你們居住在這個地方。

領：你們要親近天主，天主就會親近你們；罪人們，你們要洗淨雙手，清潔心靈。
答：我就同：

結束禱詞 見常年主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀達尼爾先知書

十，1-21

人的神視和天使顯現

波斯王居魯士第三年，那名叫貝耳特沙匝的達尼爾得了一個啓示，這啓示是真實的，是有關一場大戰的事；達尼爾注意了這事，也明白了這異象。

在這些日子裏，我達尼爾憂悶了三個星期：我食不知味，酒肉也沒有沾過唇，也沒有用油抹過身，直到滿了三個星期。

正月二十四日，我在底格里斯大河邊時，我舉目觀看：看見有一個人身穿麻衣，腰束敖非爾金帶，他的身體好像碧玉，面

容好似閃電，眼睛有如火炬，手臂和腿如同磨光了的銅，他說話的聲音彷彿羣衆的喧嚷。只有我達尼爾一個人看見了這異象，隨從我的人都沒有看見，只有一種巨大的恐怖臨到他們身上，因而他們都逃避躲藏了。只留下我一個人，獨自觀看這巨大的異象；我頓時全身無力，容貌改變，面色蒼白，沒有一點力氣，但仍能聽到他說話；一聽到他說話，我就昏迷過去，俯

伏在地。忽然有一隻手觸摸我，使我用膝和手掌勉強支持，然後他對我說：「達尼爾，最可愛的人！你要明白我對你所說的話！你站起來，因為我現在是被派到你這裏來的。」他對我說這話時，我站立起來，渾身戰慄。他又對我說：「達尼爾，不要害怕！因為自從你下決心要明白此事，在你的天主前，自卑自賤的第一天以來，你

的祈禱就蒙應允，我就是因你的祈禱而來的。但是波斯國的護守天使却反對我，使我在波斯國護守天使那裏滯留了二十一天，後來忽有總領護守天使之一的彌格前來協助我，我纔來了，爲使你明白，你的同胞在末日所要遭遇的事，因爲這神視是有關將來的。」

他對我說這些話時，我俯首至地，啞口無言。忽然有一個像人子的手，觸摸了我的唇，我便開口向那站在我面前的說道：「我主！由於這異象，我又感到非常痛苦，沒有一點力氣。我主的這個僕人怎能同我主說話呢？因為我現在全身無力，連氣息也沒有了。」那像人子的又撫摸了我，使我恢復體力，他說：「極可愛的！不要害怕！願你平安！鼓起勇氣，振作精神！」他一對我說話，我立刻覺得有了力

量，於是我說：「我主，請你發言罷！因爲你恢復了我的體力。」於是他說：「你知道我爲什麼到你這裏來嗎？現在我要回去，同波斯的護守天使交戰。我一去，希臘的護守天使就會前來。我要把載於真理書上的事告訴你。除了你們的護守天使彌格外，沒有人前來協助我。」

對答詠

達十，12，19，21

領：你決心求得了解、並願意在天主面前自謙自卑的那一天，祢的祈禱就已獲得應允； 答：我就是因你的祈禱而來到這裏。

領：達尼爾，不要害怕！我要把那真理書上所記載的事告訴你。

答：我就是……

誦讀一 選讀第二世紀作家講道集

我們該歸向那召喚我們的天主

我想，關於節制我給你們提供了一個好建議，誰若隨從了，將不會後悔，他將會救他自己，並救我這提供意見的人。事實上，引導迷失、錯誤的靈魂歸正，功績不小。天主造了我們，如果我們不論講或聽，都懷著信德與愛德去講去聽，就是報答天主。

所以，我們要堅持我們所信的道理，要成爲正直而聖潔的人，好使我們懷著信賴向天主祈求，祂說：「你還在說話時，我就回答你說：我在這裏。」這句話是一項偉大的許諾，因爲上主說祂常準備施恩，遠超我們的需求。我們分享如此鴻恩，切不可對我們所受的如許恩惠彼此妬忌。因爲天主的話把歡樂帶給承行主旨的

人，却把懲罰帶給違命的人。

因此，弟兄們，趁我們還有時間時，要把懺悔的機會，及時歸向名叫我們的天主。祂常及時準備收納我們。如果我們克制肉情的快樂，控制我們的心靈，不順從私慾，耶穌必將憐憫我們。要知道：「審判的日子像一個燃燒著的爐子，快要來到，日月星辰將被焚毀」，大地沸騰而化為鉛液；那時候，人類的一切行爲，隱密的或顯明的，都要顯露出來。樂善好施可以補贖罪惡；齋戒比祈禱好，而施捨比二者都好。聖雅格使徒說：「愛德遮蓋許多罪惡。」但那出於純潔良心的祈禱能教人不死。凡在這些事上十全十美的是有福的；因爲施捨減輕罪的重量。

所以，我們要全心懺悔，但願我們中間沒有一個人喪亡。既然我們接受了命

令，要我們拯救那敬禮偶像的人，並教導他們，那麼，拯救那認識天主的人免於喪亡，不是更重要嗎？因此我們該彼此協助，使軟弱的弟兄們也改惡遷善，而使我們衆人都能得救。願我們都要歸向上主，互相規過勸善。

對答詠

參閱友二一；鐸二，12

領：你們要常沐浴在天主的愛裏，

答：期待著我們的主耶穌基督廣施仁慈，領你們進入永生。

領：天主教導我們棄絕不虔敬的行爲，和世俗的貪慾，在今世度著自制、正直、虔敬的生活。

答：期待著……

結束禱詞 見常年主日

星期六

誦讀

誦讀一 恭讀達尼爾先知書

十二，1-13

有關末日的預言與復活

天使對我說：「那時保佑你同胞的偉大護守天使彌格必會出現；那將是一個災難的時期，是自開國以來，直到那時從未有過的；那時，你的同胞，凡是名字登記在那書上的，都必得救。許多長眠在塵土中的人要醒起來：有的要進入永生，有的要永遠蒙羞受辱。賢明之士要發光如同穹蒼的光輝；那些引導多人履行正義的人，要永遠發光如同星辰。」

「至於你，達尼爾！你要隱藏這些

話，密封這部書，直到末期；將有許多人要探討，因而智識必要增長。」

那時我達尼爾觀看：看見另外兩位天使：一位站在河岸這邊，一位站在河岸那邊。我就問那身穿細麻衣，站在河水上的人說：「這些奇事何時纔會實現呢？」我聽見那身穿細麻衣、站在河水上的人向天舉起左手和右手，指著永生者起誓說：「的確，這事必須經過一段時期，另兩段時期和半段時期：直到摧殘聖民的勢力終止時，這一切事纔要實現。」

我聽了以後，仍然不明白，便問道：「我主！這些事的結局究竟怎樣呢？」他回答說：「達尼爾，你去罷！因為這些事隱藏密封，直到末期。將有許多人要使自己純潔清白，並受鍛鍊；而惡人却要更加作惡。凡作惡的人不能領悟，惟有賢明之

士纔能領悟。

自從廢棄日常祭，設立那招致荒涼的可憎之物的時候起，必要經歷一千二百九十天。凡能守候到一千三百三十五天的是有福的。你應等候末期，好好安息罷！到末日，你要復活，接受你的福分。」

對答詠

參閱路二〇，35，36，38

領：那些配得從死人中復活的人，不再死亡。 答：他們相似天使，他們是天主的兒女，因為他們是復活的兒女。

領：但是天主不是死人的天主、而是活人的天主，所有的人都為祂而生活。 答：他們相……

誦讀二

選讀第二世紀作家講道集

我們應修義德，以便最後都能得救
我們要與那些感謝天主、事奉天主的

人在一起，不要與那將被定罪的惡人們為伍。我是大罪人，不能逃脫試探，仍處於魔鬼的勢力下；但是我努力追求義德，使我至少能走近義德，因為我怕將來的審判。

因此，兄弟姊妹們，你們聽了真理的天主之後，我要勸告你們，常注意聖經所記載的，這樣，你們和那向你們宣講的人都能得救。我所要求的報酬是你們要全心懺悔，使你們得救並獲得永生。我們這樣做，就是給青年樹立生活的榜樣，他們都願從事於恭敬天主、宣揚天主的美善。我們都能犯錯，若有人勸告我們、改過遷善，我們不要厭煩或動怒。因為有時候由於我們心中對天主不忠不信，而心靈為那虛幻的貪慾所蒙蔽，而不注意他人的忠告。

因此我們而努力修義德，使我們最後

都能得救。聽從這些教訓的人是有福的。雖然他們在世界上暫時受苦，將要收穫復活的不朽成果。所以敬主的人即使現世受苦，也不要難過，因為幸福的時刻正在等着他，他復活以後將與祖先們永遠歡樂，無憂無慮。

我們看到惡人富足，和天主僕人的困苦，也不要心亂。兄弟姊妹們，我們要發信德：我們為生活的天主接受考驗，我們在今生操練，這樣才可使我們來世得到榮冠。沒有一個義人能立即收穫，而該期待。假設天主迅速報答義人，我們便是在跟天主作交易，而不是崇敬天主；我們看來是義人，而不是虔誠的，只是謀求私利的人；因此，天主的判斷要打擊不義的人，使他身繫囹圄。

唯一而不可見的天主、真理之父、

曾給我們派遣了救主、永恒生命的主宰，藉着祂把真理和天上生命顯示給我們。願光榮永遠歸於祂。阿們。

對答詠

詠三六，27，28，1

領：你們要行善避惡； 答：因為上主喜愛正義，絕不遺棄祂的聖徒。

領：你不要因作惡的人而忿怒；也不要對歹徒，心生嫉妬。

答：因為上：

結束禱詞 見常年期主日

第三十三主日

聖詠集第一週

第一晚禱

謝主曲對經：做得好，你真是一位好僕人

，你在小事上忠於職守。來，分享主人的快樂吧！

誦 讀

誦讀一 恭讀岳厄爾先知書

二，21 ~ 27，

三，1 ~ 5

論末世

上主這樣說：「田地，你不要害怕，反要歡愉喜樂，因為上主成就了大事。田間的野獸，你們不要害怕，因為原野的牧場又已發青，樹木已再結果實，無花果樹和葡萄樹必再供給出產。」

熙雍的子女！你們要歡樂，要喜樂於上主、你們的天主，因為祂按公義，像以前一樣賜給了你們時雨，而且給你們降下春霖和秋雨。禾場必充滿五穀，榨池必溢

出美酒和新油。我給你們派來了大軍：飛蝗、螽斯、蚱蜢和蝻子，連年吃掉了收成，我必要補償你們，你們必得吃飽，必要頌揚你們的天主、上主的名，因為祂為你們成就了奇事。【我的百姓永不再蒙羞。】你們將會知道：我是在以色列中間，我是你們的天主、上主，除了我沒有別的神；我的百姓永不再蒙羞。

此後，我要將我的神傾注在每一個有血肉的人身上：你們的兒女們要說預言，你們的老人要看到夢境，你們的青年要看見神視；那時，我甚至要把我的神傾注在奴僕和婢女身上。我要在天上地下顯示奇異的徵兆：有血、有火和烟柱。在上主偉大可畏的日子來臨以前，太陽要昏暗無光，月亮要變成血紅。將來，凡呼號上主之名的人必然得救，因為正如上主所說，

在熙雍山上，在耶路撒冷必有救援，必有上主召選的劫後餘生。」

對答詠

路二一，25，31；

谷十三，33

領：日、月、星辰將有大異像；普世

萬民將有大災難。 答：當你們

看到這一切時，就知道：天主的

國已經臨近。

領：你們要醒寤、祈禱，因為你們不

知道這些事將在何時發生。

答：當你們：

誦讀二 選讀聖思定主教聖詠註解

不要拒絕主第一次來臨，以免畏

懼第二次來臨

「森林中的樹木，要在上主面前舞

蹈，因為祂駕臨了，來審判世人。」第一

次祂駕臨了，將來祂還要駕臨。祂第一次

來臨時，祂自己的聲音在福音中發出：「以後，你們將要看見人子乘雲降來。」「以後」是什麼意思？不是說吾主在地上萬民哭號的時候將要駕臨嗎？祂首先藉着宣道者駕臨，而充滿全世界。我們不要拒絕祂第一次來臨，以免畏懼第二次來臨。

那麼，基督徒該做什麼呢？他該利用世界，而不該做世界的奴隸。這是什麼意思？擁有世物要像沒有一樣。聖保祿這樣說：「弟兄們，我給你們說：時限是短促的，今後有妻子的要像沒有一樣；哭泣的要像不哭泣的；歡樂的要像不歡樂的；購買的要像一無所得的；享用這世界的要像不享用的，因為這世界的局面都要逝去；我願你們無所掛慮。」無所掛慮的人，一定會安心地期待主的駕臨。如果畏懼基督的來臨，怎能說是愛祂呢？弟兄

們，我們愛基督，却又怕祂駕臨，我們不覺得羞恥嗎？我們確實愛祂嗎？還是更愛罪呢？因此，我們該惱恨罪惡，該愛那來懲罰罪惡的基督。無論我們願意與否，祂必駕臨。不是因為祂現在不駕臨，將來就不會駕臨。祂必定駕臨，你却不知何時。若是祂發現你準備好了，你雖不知道何時，又有何妨？

「森林中所有樹木都要舞蹈。」祂第一次來過了，以後還要審判世人：祂要發現那些信仰祂第一次來臨的人們興高采烈，因為祂已來臨。

「祂將以公平審判世人，以真理審判萬民。」公平和真理的意義是甚麼？祂將集合祂所選的人審判世人；而把其他的人分開，有些站在祂右邊，有的在左邊。那些在法官來臨之前，不願行慈善事業的

人，不要指望法官施恩憐憫，還有比這更公平、更合理的事嗎？但是，那些憐憫他的人，自將受到仁慈的審判。因為法官將對右邊的人說：「我父所降福的，你們來承受自創世以來給你們預備好的國度吧！」祂又讚賞他們的慈善事工說：「因為我餓了，你們給了我吃的。我渴了，你們給了我喝的……」等等的話。

然後法官轉向左邊的人，祂判決他們什麼呢？因為他們不願行善事。他們將到哪裏去呢？「你們到永火裏去吧！」這可怕的宣判，將會引起號啕大哭。另一首聖詠記載了什麼？「義人必要永遠不被遺忘。噩耗不會使他驚惶。」什麼是「噩耗呢？」「可咒罵的，離開我，到那給魔鬼和牠的使者所預備的永火裏去吧！」那些聽到讚賞的話而欣喜的人，絕不怕聽到

那不幸的宣判。這就是公平！這就是真理！

難道公義的法官，因為你的不義而也成爲不義的嗎？或者「真理」因為你欺騙，而不說實話嗎？但是，如果你願意得到憐憫，在法官駕臨之前，你就該憐憫別人；如果有人得罪了你，你要寬恕他；你富裕，就要矜濟他。你所施捨的不是來自祂的財富嗎？假設你所施捨的是你的財富，才是慷慨；但你所施捨的是屬於祂的，那麼，你的施捨只是還報。聖保祿說：「你有什么不是領受的呢？」這便是最悅樂天主的祭品：慈悲、謙遜、讚頌、平安、仁愛。我們若携帶著這些禮品，就可安心地期待著法官的駕臨，「祂將以公平審判世人，將以真理審判萬民。」

對答詠

瑪十六，27；詠九五，13

領：人子將在父的光榮中、偕同天使再度來臨。 答：那時，祂要按每個人的行爲，予以賞罰。

領：祂將以公平審判世人；將以真理審判萬民。 答：那時，祂：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚主曲對經：他們將看到人子乘着彩雲，帶着威能和榮耀降臨。

結束禱詞

上主，我們的天主，求祢使我們常樂於忠誠爲祢服務；因爲唯有侍奉祢、萬有真原的主宰，才能獲得永恆、圓滿的幸福。

第二晚禱

謝主曲對經：主說：你們堅忍到底，就必能保全你們的靈魂。

第三十三週

星期一

誦 讀

誦讀一 恭讀岳厄爾先知書

四，1 3，9 21

最後審判；永恒幸福

上主這樣說：「看哪，在那些日子，在那個時候，當我轉變猶大和耶路撒冷的命運時，我必聚集萬民，領他們下到約沙法特山谷，在那裏我要審問他們，對於我的百姓，我的基業以色列所做的：他們使我的百姓散居在異民中，而且瓜分了我的土

地，為我的百姓抽了籤，以男童換取淫婦，賣掉女童，換酒買醉。

你們要在異民中宣布：準備聖戰，激勵勇士！一切戰士應前進襲擊！把你們的犁頭鑄成刀劍，把你們的鐮刀製成長槍；連弱者也要說：我是個戰士！四周的異民！你們快來，到這裏集合。上主，使祿的勇士降臨罷！

異民，起來，往約沙法特山谷去，因為我要在那裏開庭審判四周的一切異民。伸出鐮刀！因為莊稼已經成熟；前來踐踏！因為酒榨已經滿盈，酒槽已經溢出，因為他們惡貫滿盈。成羣結隊的人齊集在審判谷，因為上主的日子已臨近審判谷了。

太陽和月亮都昏暗了，星辰失去了光芒。上主從熙雍怒吼，從耶路撒冷發出聲

音，天和地都震動；但上主却是祂百姓的避難所，是以色列子民的堡壘。那時，你們必要知道：上主我是你們的天主，我住在熙雍，我的聖山上。那時，耶路撒冷必要成爲聖地，外人不能再從那裏經過。

到了那一天，山嶽必要滴下新酒，丘陵必要流下乳汁，猶大的一切河流必要湧流清水；從上主的殿裏，將有一條泉水流出，澆灌史廷山谷。埃及將變成荒地，厄東將成爲曠野，因爲他們虐待了猶大子民，在他們的境內流了無辜者的血。但猶大必永遠會有人居住，耶路撒冷也必世代代有人寄居。我必要追討我尚未追討的血債；因爲上主住在熙雍。」

對答詠 岳四，18；默二二，17，1

領：到了那一天，山嶽將流下滴滴的新酒，猶大的一切河川將有湧流

不止的清水；從上主的殿裏將有一清泉噴出。 答：凡口渴的，請來喝吧！凡願意的，可免費領取生命的泉水。

領：天使又指示給我一條生命之水的河流，光亮燦爛有如水晶，從天主和羔羊的寶座那裏湧出。

答：凡口渴：

誦讀二 選讀路斯本主教聖富振秋「論罪赦」

勝利的，將不受第二次死亡的害聖保祿說：「這是在頃刻、眨眼之間，在末次吹號角時發生的。號角一響，死人必要復活，成爲不朽的，我們也必要改變。」他說「我們」，這表示，他與那將來獲得改變的恩賜的人們聯合在一起，他們是他在教會共融中、在共度正直的生

活中的伙伴。他也指出這種改變的性質說：「這必朽壞的必須穿上那不朽壞的，這必死的穿上那不死的。」但要獲得這樣的改變、作為正義的賞報，現在就必須經過一種改變，這種改變完全出自天主豐富的恩寵。誰在今生經過改惡遷善的改變過程，來世必會獲得所預許的一種改變，作為賞報。

在現世乃是聖寵藉使人成義和精神的復活、在人身上進行一種初步的改變，這改變也純粹是天主的恩惠。然後在肉身復活時才完成義人的改變；此後，他將永遠得到完美的光榮，永遠不再改變。人先賴恩寵而成義，然後又藉恩寵獲得光榮的復活，這種改變的目的，就是使人享受永不變更的幸福與榮耀。

人在現世先經過第一次的復活而獲得

光照，回頭歸正。人藉此從死亡轉入生命，從不義而成義，從不信而獲得信德，從惡行轉為善生。因此，第二次死亡在這些人身上毫無權力。默示錄論這些人說：「分享第一次復活的人是有福的。第二次的死亡，沒有能力管轄這些人。」同一聖經又說：「勝利的必不受第二次死亡的害。」

因此，誰若不願意在第二次死亡時遭受永罰，就該趕快分享第一次復活。誰在今生由於敬畏上主而改惡遷善，從死亡轉入生命；以後，他們將從卑賤的境界、轉變為光榮的境界。

對答詠 哥三，3-4；羅六，11

領：你們已經死了；你們的生命已經與基督一同藏在天主裏面。

答：當你們的生命、基督顯現

時，你們也要和祂一起在光榮中顯現。

領：你們要想自己已死於罪惡，在主基督耶穌內活於天主。

答：當你們：

結束禱詞 見常年期主日

星期二

誦 讀

誦讀一 恭讀匝加利亞先知書

九，1；十，2

將救恩許諾給熙雍

「上主的話臨於哈得辣客地，停在大馬士革，因為阿蘭的城市也像以色列的各支派一樣，是屬於上主的。哈瑪特也要屬於祂的版圖，還有極有才智的漆冬。提洛

為自己建築了碉堡，堆積的銀子多如灰塵，金子像街市上的泥土。上主必要佔據它，把它的財富拋入海中；它必為火所吞滅。阿市刻隆看見了，必要害怕；迦薩也要極度戰慄，厄刻龍也是如此，因為它所依賴的遭受了羞辱。迦薩的君王必要喪亡，阿市刻隆再沒有人居住。阿市多得必為混血的人種所居住。當我這樣消除了培肋舍特人的傲慢，從他的口中除去帶血的祭肉，從他的牙齒間除去可憎的祭物之後，他的遺民也必要歸屬於我們的天主，如同猶大中的一個家族；厄刻龍也必像耶步斯人。我要為我的家自作營寨，防禦往來的人，不再讓殘暴者從他們中間經過，因為現在我親眼看見了我子民的痛苦。

「熙雍女子，你要盡量喜樂！耶路撒冷女子，你要歡呼！看哪，你的君王到你

這裏來，祂是正義的，勝利的，謙遜的，騎在驢上，騎在驢駒上。祂要從厄弗辣剷除戰車，從耶路撒冷除去戰馬，作戰的弓箭也要被消除；祂要向萬民宣佈和平，祂的權柄普及四海，從幼發拉底河直達地極。

你，熙雍女子！由於你盟約的血，我要從無水地牢中釋放你的俘虜。懷著希望的俘虜，必要回到你這裏。熙雍女子！我必加倍償還你在流亡時所遭受的一切，因為我要以猶大作我張開的弓，以厄弗辣作我弓上的箭。熙雍！我要鼓勵你的子民，使你有如勇士的劍，去攻擊雅汪子民。上主必要在他們上面出現，像閃電一般射出祂的箭；吾主上主必要吹起號角，乘著南方的旋風前來。萬軍的上主必保衛他們，使他們前進，踐踏投石的人；他們必要喝他們的血，有如喝酒；飽享鮮血，有如祭

壇的四角。那一天，他們的天主上主必要拯救他們，要牧放祂的百姓，有如牧放羊羣；他們將如王冠上的寶石，在祂的地上閃爍。那時，這地是多麼幸福，多麼美麗！五穀滋養少男，新酒培育處女。

「在春雨的時節，你們應向上主求雨，上主必興起雷電，降下傾盆大雨，賜人食糧，使田間生出青草，因為偶像所說的只是謊話，占卜者所見的只是虛幻，所報告的只是幻想，只會以空言安慰人；因此，民衆流離失所，有如沒有牧人的羊羣。」

對答詠

匝九，9；若十二，14

領：熙雍女子，你要盡量喜樂！耶路撒冷女子，你要歡呼！ 答：看哪！你的君王將來到你這裏；祂是正義的救主，祂謙卑自下，騎

在驢上、騎在一匹驢駒上。

領：正如經上所記載的，耶穌找到了

一匹驢子，就騎上去。 答：看

哪……

誦讀二 選讀克來特主教聖安德講道詞

看哪！你的君王來了，祂是正義的救主

我們要向基督說：「因上主名而來的

以色列君王當受讚美。」我們要像高舉著棕櫚樹枝的人一樣，用寫在十字架上的話向祂歡呼。我們要向祂致敬，但不是用橄欖樹枝，而是用我們彼此間互相施捨的善工；我們要以心中的善念作為衣服舖在祂脚下，好使祂進入我們心中，完全住在我們心中，把我們完全顯示在祂內，並把祂完全顯示在我們內。我們要用先知的話向熙雍高呼：「熙雍的居民哪，歡樂吧！不

要怕！請看！你的君王來到你這裏，祂是謙虛的，騎著一匹驢，騎著一匹驢駒。」

那無所不在者來了；祂充滿萬有，以便在你身上進行拯救衆人的工程。祂來了！「祂來不是要召義人，而是要召罪人悔改」，喚回因罪惡而迷失的人。因此，你們不要害怕。天主在你們中間，你們不會動搖。

你要雙手接納祂，祂裝飾了你的圍牆，並放在手中。你要迎接祂，是祂在祂自己的手掌中建立了你的基礎；你要歡迎祂，因為祂除了罪以外，接受了人性的一切。慈母熙雍城，喜樂吧！不要怕！「歡慶你的節日吧！」你要因祂的仁慈而讚頌祂，因為祂在你內來到我們中間。耶路撒冷女郎，你要喜出望外，載歌載舞。我們像依撒意亞一樣向你高呼說：「耶路撒冷

啊！起來吧！照耀吧！因為你的光明已經來到，上主的榮光照耀著你！」

什麼樣的「光明」呢？就是那來到世界為普照萬民的眞光。我說：這是永光，超越時間而在時間內照耀的光，在人性上顯示出來的光，本性是不可見的光；是照耀牧童，並做賢士嚮導的光。這是在起初就在世界上的光，世界藉這光而受造，世界却不認識祂！這是來到本家的光，而本家的人却不曾接受祂。

「主的榮耀」又是什麼呢？無疑地那是基督藉以得到榮耀的十字架：我是說：基督是聖父榮耀的光輝，一如祂在受難迫近時所說的：「現在人子得到了光榮，天主也在祂身上得到光榮。而且祂還要不斷地光榮祂。」祂在這裏所說的光榮，是指祂被高舉在十字架上。因為基督的光榮是

十字架，是祂的被高舉，祂自己說：「當我從地上被舉起來時，就要吸引萬民歸向我。」

對答詠

詠一一七，26，27，23

領：奉上主之名而來的，應受讚美！

答：我們的天主上主，讓祂的光明照耀我們。

領：那是上主的所作所為，在我們的眼中神妙莫測。 答：我們的：

結束禱詞 見常年主日

星期二

誦 讀

誦讀一 恭讀匝加利亞先知書

十，37十一，3

以民的得救與復興

上主這樣說：「我的怒火必要向牧人發作，我必要懲罰公山羊，因為萬軍的上主將要看顧自己的羊羣——猶大人民，使他們有如祂戰場上的駿馬。角石是出於祂，幕樁是出於祂，戰弓是出於祂，而且所有的首領也是出於祂。他們都是勇士，在戰場上踐踏敵人，有如踐踏街上的污泥；他們必要戰勝，因為上主與他們同在；騎馬的人反要慚愧！我要使猶大人民強盛，使若瑟家勝利；我要使他們復興，因為我憐憫了他們，他們必好像我從未放逐過他們一樣；因為我是他們的天主上主，我必要應允他們。厄弗辣人要像勇士，他們的心必像喝了酒的人那樣喜樂；他們的子孫看見也要喜樂，他們的心必因上主而歡樂。我要向他們吹哨，聚集他們，因為我解救了他們；他們的人數衆多，和從前一樣。」

我雖然會將他們分散到各異民中，但他們在遠方仍懷念著我，養大他的兒子，然後歸來。我要從埃及領他們回來，由亞述聚集他們，領他們到基肋阿得和黎巴嫩，但這地為他們仍然不夠。他們要渡過埃及海，擊打海中的波浪，使河底乾涸；亞述的高傲必要受挫，埃及的權杖必被奪去。他們的力量全在於上主，他們必以祂的名為自己的光榮——上主這樣宣佈了。

黎巴嫩！打開你的門吧！讓火來吞滅你的香柏樹！松樹，哀號罷！因為香柏樹已被伐倒，高大者已被摧毀；巴商的橡樹，哀號罷！因為茂密的樹林全已倒下。聽啊！牧人在哀號，因為他們的光榮消逝了；聽啊！幼獅在咆哮，因為約旦的豪華已遭摧殘。」

對答詠

匝十，6，7；依二八，5

領：我要使他們復興，因為我憐憫了他們；我是他們的天主、上主。

答：他們的心必將因上主而歡

喜。

領：到了那一天，萬軍的上主將親自作祂殘餘人民的華冠和榮冕。

答：他們的……

誦讀二 選讀聖思定主教講道集

義人的心將因上主而歡欣

「義人將因上主而歡欣，並投靠祂，心地正直的人也因此而自豪。」我們確實心口合一地唱過這幾句詩節。這是基督徒從良心、用口舌向天主說過的話：「義人將要歡欣」，但不是因世俗，而是因上主而歡欣。另一首聖詠說：「光明已升起，照耀著義人，賜喜樂給心地正直的人。」你或許尋求這喜樂從何而來，請聽：「義

人將因上主而歡欣。」又說：「你要在上主內喜樂，祂必滿足你的意願。」

這裏指示我們什麼？給予我們什麼？命令我們什麼？賜予我們什麼？要我們因上主而歡欣。誰能因他看不見的事而喜樂呢？或許我們會看見上主嗎？是的，天主曾預許了我們這個恩賜。聖保祿說：「只要我們還住在這肉身內，就是遠離了主，因為我們活著是憑信德。」是憑信德，不是憑目睹。何時才能目睹呢？就是在聖若望的話應驗時：「親愛的諸位，現在我們是天主的子女；我們將來如何，還沒有顯明；可是我們知道：一旦顯明了，我們必像祂，因為我們要看見祂的真相。」

那時候，義人的喜樂才是最大的、圓滿無缺的；那裏不再靠希望的奶而生活，而是以實體為飲食。即使現在，在實體來

到我們這裏以前，或者我們獲得實體以前，我們要因上主而歡欣。因為現在的希望將來必會實現，而這個希望給我們不少的喜樂。

因此，如今我們因有希望而產生愛；所以說：「願義人因上主而歡欣。」以後又說：由於他還沒有看見天主，「他仰望上主」。

然而我們如今已有聖神的初果，或許我們能用另一種方式、接近我們所愛慕的那一位。而且，我們現在就可以稍微預先品嚐並體驗、我們所渴望參加的盛筵。

既然上主離我們很遠，我們怎能因上主而歡欣呢？上主離我們並不遠啊！你要設法使祂不要遠離，你愛祂，祂就親近你；你愛祂，祂就住在你內。「上主近在咫尺，不要掛慮」。你願意知道：為何你愛

天主祂和你在一起嗎？「天主就是愛」。

你會對我說：「你以為什麼會愛呢？」愛就是那我們用來愛的德行。我們愛什麼呢？是不可言喻的美善、施恩的善，一切美善的創造者。祂使你喜歡祂；使你喜樂的一切都從祂而來。但不包括罪惡，因為祇有罪惡不是從祂來的。除了罪以外，你所擁有的任何事物無不從祂而來。

對答詠

領：如果你願意看到那目前隱藏的天主，你要相信祂。 答：你要藉信德行走，有一天你會目睹祂的聖容。

領：如果信德在塵世的旅途中不能安慰你，你在天鄉也不會因仰望天主聖容而得到幸福。 答：你要藉……

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦 讀

誦讀一 恭讀匝加利亞先知書

十一，4；十二，8

牧者的比喻

我的天主教主這樣說：「你要牧放這待宰的羊羣！那些購買牠們來宰殺的，未受懲罰；那賣出牠們的還說：上主應受讚美，因為我成了富翁！那牧放牠們的，毫不憐惜牠們。我也絕不再憐恤這地上的居民——上主說；我要將每個人交在他的牧人手中，和他的君王手中，讓他們毀滅這地，我絕不由他們手中搶救。這樣我就代替賣羊的人牧放待宰的羊羣。我拿了兩根

棍杖：一根我稱它為「愛護」，一根我稱它作「合一」；我這樣牧放了羊羣。在一個月內我竟廢除了三個牧人；終於我的心神也厭煩羊羣，而他們的心也厭惡我。於是我说：『我不願再牧放你們：那要死的，就讓他死吧；那要喪亡的，就讓他喪亡吧；那剩下的，就讓他們互相殘殺。』然後，我就拿起我的棍杖「愛護」，把它折斷，廢除了我與衆百姓所結的盟約。盟約便在那一天廢除了；於是那些注視我的羊販子，便都知道這是上主的話。以後，我對他們說：『如果你們認爲好，就給我工資；不然，就算了。』於是他們衡量了三十兩銀子作我的工資。那時上主對我說：『你把他們對我所估計的高價投入寶庫內！』我就拿了那三十兩銀子，投入上主殿內的寶庫裏。然後我又折斷了我的另

一根棍杖「合一」，廢除了猶大與以色列間的手足情誼。

上主又對我說：「你再爲你拿一套愚昧牧人的服裝，因爲，我將在地上興起一個牧人；那喪失的，他不去尋找；那迷途的，他不去搜索；那受傷的，他不去醫治；那病弱的，他不去扶持；却要擇肥而食，並且剝去牠們的蹄子。禍哉！那拋棄羊羣的愚昧牧人！願刀劍落在他的臂膊和他的右眼上！願他的臂膊枯槁！願他的右眼完全失明！」

神諭：上主論以色列的話：展開蒼天，奠定大地，在人體內造化人靈的上主的話：「看哪，我要使耶路撒冷成爲四周萬民的醉杯；在耶路撒冷被圍困時，猶大也必如此。在那一天，我必使耶路撒冷成爲一切民族的舉重石；凡想舉起它的，必

受重傷。地上所有的民族，都要聚集起來攻擊它。那一天——上主說——我要以驚慌打擊一切戰馬，以瘋狂打擊騎兵；但對猶大人民，我仍要睜開我的雙眼；我要以盲目打擊萬民所有的戰馬。那時，猶大的族長心裏必要說：『耶路撒冷居民的力量全在於萬軍的上主，他們的天主。』那一天，我必要使猶大的族長好像木柴中的火盆，如同草堆中的火把；他們必左右吞滅四周所有的民族；但耶路撒冷人民必仍安居在原處。上主首先要使猶大的家族勝利，免得達味後代的光榮和耶路撒冷居民的光榮超過猶大。那一天，上主必要保衛耶路撒冷的居民，使他們當中的衰弱者，在那一天也會像達味，而達味的後代領導他們却有如神明、有如上主的使者。

對答詠

匝十一，12，13；

瑪二六，15

領：他們秤了三十兩銀子，作為我的

工資， 答：這是他們對我所估

計的高價。

領：猶達斯說：我如果把祂交給你

們，你們願意付給我什麼呢？他

們約定給他三十塊銀幣。

答：這是他：

說話。」

我這樣稱呼祢，因為祢的名字超越一切名字，勝過一切理性：有理性的受造物不能表達或領悟。祢的名字顯示祢的慈祥，祢的名字是我的靈魂對祢的愛的表達。我雖如此黝黑，祢竟如此愛了我，甚至爲了祢所牧放的羊羣捨命，我怎能不愛祢呢？祢用祢的生命作我得救的代價，誰也不能想像比這更大的愛了。

誦讀二 選讀尼撒主教聖國瑞雅歌釋義

向善牧祈禱

善牧，祢在那裏牧羊呢？祢肩負著整

個羊羣。因爲全人類只形成一隻羊，祢將

它背在肩上。求祢指給我憩息的地方，領

我到豐美的牧場；求祢提名呼喚我，使我

這隻羊聽到祢的聲音；並藉祢呼喚我的聲

音、請賜我永生。「我心所愛的，請對我

她說：求祢指示，「祢在哪裏牧羊？」

好使我能找到那賜人救恩的牧場，飽饗天上的食糧。因爲誰若不吃天糧，就不能進入永生。我還要奔向水泉，汲取天上的飲料，這是祢爲口渴的人所湧出的，它從祢那被長矛刺開的肋旁流出，凡是喝這水的人，就成爲湧入永生的水泉。

如果祢領我到這牧場上，祢會完全使

我安息於「中午時分」，我將安然入睡，在毫無陰影的光明中休息。的確，中午時沒有陰影，太陽正直接從上方照在最高處，在那裏，祢使祢所牧養的羊羣臥下，祢帶領祢的兒女和祢安息在床上。除非人成爲光明之子和白晝之子以外，就不配享受這午時的安息。但是，誰若與那清晨及晚上的黑暗都保持相同的距離，就是遠離那邪惡的開始和終了，義德的太陽將會使他在中午安睡。

她說，那麼，請祢給我說明，我該怎樣安眠、吃草，指示我到中午的休息去的路，以免我放鬆了祢領導我的手，因爲昧於真理，而加入不屬於祢的羊羣。

雅歌中的愛人說了這些話，因爲她關心天主所賜予她的美艷，也願意知道如何才能永遠保持這種秀麗。

對答詠

詠二六，13，4；斐一，21

領：我深信在這人世間，必能見到上主的美麗。 答：我只向上主請求一事：願我一生一世住在上主的殿裏。

領：對我來說：生活就是基督，死亡就是獲益。 答：我只：

結束禱詞 見常年主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀匝加利亞先知書

十二，9 ~ 12^a，十三，1 ~ 9

救恩在耶路撒冷

上主這樣說：「到那一天，我必設法消滅一切來攻打耶路撒冷的異民。我要對

達味後代和耶路撒冷的居民傾注憐憫和哀禱的神，他們要瞻望他們所刺透的那一位：哀悼他如哀悼獨生子，痛哭他像痛哭長子。那一天，在耶路撒冷必要大事舉哀，如同在默基多平原的哈達得黎孟的哀悼。全國將要哀悼，各家各族合成一夥：達味後代的家族一夥，他們的女人一夥。

那一天，爲達味後代和耶路撒冷的居民將開放一個水泉，爲洗滌罪過和不潔。那一天——萬軍的上主說——我要由地上剷除一切偶像的名，不再爲人所記念；並且我還要將假先知們和不潔的神從地上滅絕。將來，如果有人還要冒充先知，生養他的父母必要對他說：『你不能生存，因爲你藉上主的名字說了謊話』。生養他的父母就在他說妙語時，要把他刺死。到那一天，每個假先知在他說妙語時，必因自己

的神視感到羞慚；他們必不再穿毛外氈去欺騙人；他反要說：『我不是先知，我是一個農夫，因爲我自幼就以務農爲業。』若有人問他說：『你兩手上爲甚麼有這些傷痕呢？』他要答說：『那是在愛我的人家裏所受的傷。』

刀劍，起來攻擊我的牧人，攻擊那作我同伴的人——萬軍的上主說。打擊牧人，羊羣就要四散，然而我要向那弱小的羊伸出我的手。將來在全國——上主說——三分之一必被剷除而死去，其中只留下三分之一。我要使這三分之一經過火煉，煉淨他們如同煉淨銀子，試驗他們如同試驗金子。他們必要呼求我的名字，我也必要俯聽他們；我要說：『這是我的百姓。』他們每人也要說：『上主是我的天主。』

對答詠

瑪二六，31；匝十三，7

領：今夜你們都要為我的緣故跌倒，

因為經上記載說： 答：我要打

擊牧人，羊羣就紛紛四散。

領：上主說：刀劍，起來吧！來攻擊

我的牧人，攻擊我那勇武的同

伴。 答：我要打：

誦讀二 選讀聖若望歐德神父著「耶穌

的王國」

基督的奧蹟在我們內，並在教會內

我們應在我們身上繼續並完成基督生活的各個階段和種種奧蹟，也該時常懇求祂，使祂的奧蹟在我們身上，也在祂整個教會中得以圓滿完成。

原來耶穌的奧蹟還沒有圓滿完成。我們是基督的肢體，教會是祂的奧體；在耶穌身上所完成的一切，還沒有在我們內，

也沒有在教會內完成。天主聖子願意我們分享祂的奧蹟，使祂的奧蹟在我們身上擴展，也願在我們身上，以及在祂整個教會裏繼續祂的奧蹟：祂一方面決定賜給我們許多恩寵；另一方面，祂也願意通過這些奧蹟、在我們身上發生效果。這就是祂願意在我們身上完成這些奧蹟的理由。

因此聖保祿說，整個基督在祂的教會內正在完成，我們也在幫助祂建立教會，而「到達成年」，達到祂奧體所有的年齡。這年齡只有在末日公審判時，才能達到完滿。同一保祿在別處又說，他在自己的肉身上，補充基督苦難的不足。

這樣，天主聖子願意在我們身上完成祂生活的各個階段和種種奧蹟。祂願意藉聖洗和聖體聖事使自身在我們內形成，在我們內降孕、誕生、度隱晦的生活。祂使

我們能度精神和內修的生活，和祂一起在天主內度隱晦的生活。

祂願意在我們身上完成祂受難和復活
的奧蹟，是爲了使我們偕同祂、在祂內、
受苦、受死並復活。最後祂願意在我們身
上完成祂光榮和永恒的生命，祂將要使我
們偕同祂、在祂內永享永生於天廷。至於
祂的其他的生階段和奧蹟，祂也同樣願
意和我們分沾，在我們身上繼續，並在
我們身上、以及在祂的教會中完成。所以，
基督的奧蹟不到世末不會圓滿完成，因爲
祂自己這樣安排了：祂的奧蹟在我們身上
和在教會中，到世界末日才告完成。

對答詠

哥一，24，29

領：我在爲你們受苦時，反覺高興。

答：因爲這樣我可在我的肉身
上，爲基督的身體——教會，補充

基督苦難的不足。

領：我就是爲這事而勞苦，藉基督的
大能在我身上所發動的力量，盡
力奮鬥。 答：因爲這：

結束禱詞 見常年主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀匝加利亞先知書

十四，1-21

耶路撒冷在末日所受的災難與光榮
上主這樣說：「看哪，屬上主的日子快

來到，那時，人們要在你中間分贓。我要
聚集衆異民來與耶路撒冷交戰；城池必被
佔領，住宅必遭洗劫，婦女必被強姦，城
中半數的人要被擄；但剩下的人民必不會

消滅。

那時，上主必要出來，像從前作戰一樣，與這些異民交戰。那一天，祂的脚要站在耶路撒冷對面：東邊的橄欖山上；橄欖山必從中間裂開，由東至西形成一條很大的山谷，其中一半山向北移，另一半則向南移。希農山谷從哥亞一直到阿匝耳必要被填平，如同在猶大王烏齊雅的時代，因地震曾被填平一樣；那時上主我的天主以及衆聖者、必與祂一同降來。那一天，沒有炎熱，也沒有寒冷和冰霜。那將是獨特的一天，只有上主知道的一天，沒有白天黑夜的交替，晚間仍有光明。

在那一天，必有活水從耶路撒冷流出來，一半流到死海，一半流到地中海；冬夏川流不息。上主必作普世的君王；在那一天，只有唯一的上主，只有祂唯一的聖

名。到那一天，從革巴直到耶路撒冷南部黎孟，整個地區都要變成平原，而耶路撒冷仍聳立在原處；從本雅明門到舊門——角門，從哈納乃耳堡到君王的榨酒池，仍有人居住；其中再沒有毀滅，人們將安居在耶路撒冷。

這是上主要用來打擊那些凡進攻耶路撒冷的民族的災難：他們的雙腳還直立時，他們的肉就已經腐爛了；他們的眼珠就已經在眼窩裏腐爛了；他們的舌頭就已經在口裏腐爛了。到那一天，在他們當中必有從上主來的一場大混亂：一人抓住另一人的手，彼此動手打鬥。連猶大也要在耶路撒冷作戰，四周一切異民的財物都必被聚集起來：金子、銀子、衣服，多得不可勝數。同樣，戰馬、騾子、駱駝、驢和營盤內所有的牲畜，都要遭受與這災禍同

樣的災禍。

進攻耶路撒冷民族的生還者，必將每年上來朝拜君王、萬軍的上主，舉行帳棚節。但是，凡地上各民族中，有不上耶路撒冷來朝拜君王、萬軍上主的，他們就沒有雨露。如果埃及人不上來參加，那麼上主打擊那不上來舉行帳棚節的民族災禍，必要落在他們身上：這是埃及和凡不上來舉行帳棚節的人民所要遭受的懲罰。那一天，馬鈴上也要刻著「聖化歸上主」；上主殿裏的鍋、也將像祭壇前的灑血盆那樣神聖；而且在耶路撒冷和猶大所有的鍋，都是聖化歸萬軍的上主的；凡願獻祭的人，必用這些鍋來煮祭肉。到那一天，在萬軍上主的殿裏必不再有商人。」

對答詠

匝十三，1；十四，8；

若十九，34

領：在那一天將有活水從耶城湧出，

為達味家將開放一個水泉，

答：以洗除我們的罪過。

領：有一個兵士用長槍刺透了祂的肋

旁，立刻就有血和水湧出。

答：以洗除……

誦讀二 選讀聖道茂神父講道集

祢的榮耀顯現時，我將心滿意足

信經的最後一句說「我信常生。阿

們」，這是很恰當的，因為我們一切企望

的終極目標，就是常生。

首先要注意的是，常生就是人與天主

契合，因為天主本身就是我們一切善工的

賞報和終向：「我要保護你，你的報酬非

常豐厚。」與天主結合在於面對面的享見

天主：「我們現在是對著鏡子觀看，模糊

不清；到那時候，就要面對面了。」永生

又在於完美的讚頌，如同先知所說的：「在那裏有歡樂和愉快，感恩和讚美的聲音。」

永生在於人欲望的完全滿足，因為有福的人，那時將擁有的要超過他所追求的和所渴望的。理由是：沒有人在今生能滿足自己的欲望，也沒有任何受造物能使人心滿足。因為只有天主才能滿足人的欲望，而且無限地超越人的欲望。因此人若得不到天主，就不會心安。誠如聖思定所說：「主，祢造了我們，是爲了歸向祢；我們的心若不安息於祢內，總不會平安。」

聖人在天鄉完全擁有天主，顯然地，他們的願望得到了滿足，而且他們的榮耀超過了他們的企望。因此主說：「進來享受你主人的福樂吧！」聖思定解釋說：「並非圓滿的福樂進入享福的人中，而是所有

享福的人進入福樂中。祢的榮耀顯現時，我將心滿意足。」又說：「祢將以各種美善滿足你的心願。」

因爲在那裏任何使人賞心悅目的事無不綽綽有餘。如果要尋求福樂，在那裏將有至上與最完美的福樂，因爲這福樂就是至善的天主：「在祢右邊有無窮的福樂。」

最後，永生在於聖人們的團聚，這種團聚最令人悅樂，因爲每人與衆聖人同享所有的福樂，每人都愛人如己，所以每人因他人的福樂而快樂，如同自己享福一樣。這樣，個人的幸福和快樂增加，大家的幸福和快樂也增加。

對答詠 詠十六，15；格前十三，12

領：上主，我將因我的正義享見祢的聖容。 答：我醒來時，將盡情欣賞祢的慈顏。

領：我現在只認識一部份，那時就要

完全認清了，如同主完全認清我

一樣。 答：我醒來：

結束禱詞 見常年主日

尋找迷失的亡羊。

三、遵父命降生救人，

高懸十字架上，

流盡聖血，

治愈我們的創傷。

四、基督，宇宙的君王，

光榮歸於祢，

及父及聖神，

萬世無疆。阿們。

第三十四主日

基督普世君王

節日

第一晚禱

讚美詩

一、基督，祢是天地的主宰，

萬民的君王，

天使俯伏朝拜，

我們同聲讚揚；

二、祢是和平的領袖，

正義的太陽，

祢安慰痛苦的心靈，

聖詠吟唱

聖詠一一二

對經一：祢將被稱爲「致力和平者」，

祢的王位穩固，永世不替。

上主的僕人，請同聲讚頌，※

讚頌上主的名。

願上主的名受讚美，※

從現在直到永遠。

從日出到日落，※
願上主的名受讚美。

上主超越列國萬邦，※

祂的光榮凌駕穹蒼。

誰能與上主，我們的天主相比？※

祂從高處俯視諸天和大地，

把軟弱的人從塵埃裏救起，※

把窮苦的人由糞土中高舉。

使他們與公卿同席，※

與民間的縉紳並坐。

使那不妊的婦女安居家中，※

成爲多子的母親，其樂融融。

對經一：祂將被稱爲「致力和平者」

，祂的王位穩固，永世不替

聖詠一一六

對經二：祂的王國是永遠的王國；所

有國王都將侍奉祂、服從祂。

萬國啊！請讚美上主，※
萬民哪！請歌頌上主。

因爲上主對我們慈悲無量，※

祂的真誠永世常存。

對經二：祂的王國是永遠的王國；所

有國王都將侍奉祂、服從祂。

聖歌 默四，11，59，10，12

對經三：基督接受了君王的權威與尊

榮；萬邦萬國，各民各族都

要永遠侍奉祂。

上主、我們的天主，※

祇理當接受光榮，尊威和權能，

因爲祇創造了萬物，※

萬物都是因祇的旨意而存在，而造成。

上主，只有祇堪當接受那書卷，※

開啓書卷上的封印。

因為祢曾被宰殺，十
從各支派，各語言，

各民族，各國家中，※

用祢的血，把我們拯救出來，

歸於天主；

使我們成爲天國的子民，※

我們必要爲王，統治世界。

被宰殺的羔羊理當接受權能，※

富裕、智慧、英勇、尊威、

光榮和讚頌！

對經三：基督接受了君王的權威與尊

榮；萬邦萬國，各民各族都

要永遠侍奉祂。

簡短讀經

參閱弗，20 \ 23

天主使基督從死者中復活，使祂在天

上坐在自己的右邊，遠超過一切執政者、

掌權者、異能者、統治者，以及今生來世

所能舉出的一切名銜。天主又使萬有屈服
在祂的腳下，並使祂作教會至高的元首。

教會就是祂的身體，是那位在萬有內充滿

萬有者的圓滿。

短對答詠

領：上主，偉大和能力屬於祢，王權屬

於祢。 答：上主：

領：祢是萬有的主宰。答：王權屬於祢。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

謝主曲對經：上主天主要把祂祖先達味的

王位賜給祂，祂要爲王統治

雅格家，直到永遠；祂的王

權無窮無盡。

禱詞

基督在萬有之先就已存在，萬有都靠着祂

而存在，我們現在一起呼求祂：

主，願祢的國來臨。

基督，我們的君王，我們的善牧，求祢從各地把祢四散的羊羣聚在一起，

—求祢在祢茂盛而青綠的牧場上牧養祢的羊。

我們的首領、我們的救主，求祢使所有的人都成爲祢的子民，

—求祢把流亡者召回，使分散者重聚，使破碎的心靈燃起希望。

永恆的審判者，當祢把祢的王國交給天父的時候，求祢讓我們站在祢的右邊，

—使我們能承繼從創世之初就給我們準備的天國。

和平之王，求祢毀滅戰爭的武器，

—使萬民聽從祢和平的計劃。

萬國的君王，求祢將所有的人和人的一切美善都聚在一起，而成爲祢的神國，就是

天主教託付給祢的教會，

—使萬民都在聖神的共融中承認祢是他們的首領。

基督，祢是死者中首先復生的，是睡着的人初熟的果子，

—求祢恩賜亡者分享祢復活的光榮。我們的天父：

結束禱詞

全能永生的天主，祢願意藉着祢的愛子重整一切，使天上地下無不奉祢爲萬王之王；求祢使我們，所有自奴役中被解救的人類，都能崇奉祢爲尊威的主宰，永遠同聲讚揚祢。

序經對經：耶穌基督是萬王之王，請大家前來朝拜。

誦 讀

讚美詩 見第一晚禱

聖詠吟唱

聖詠二

對經一：我在熙雍、祂的聖山上，已經被立為君王，傳報祂的聖

旨。

列國爲什麼囂張，※
萬民爲什麼妄想？

地上的列王羣集一堂，+

諸侯也聚首相商，※

反抗上主，反抗祂的受傅者：

「我們要掙開他們的枷鎖，※

擺脫他們的束縛！」

那住在天上者，在向他們冷笑，※

上主在對他們熱嘲。

祂在震怒下向他們發言，※

祂的氣憤使他們心驚膽戰：

「我在熙雍、我的聖山上，※

已經封立了我的君王。」

我要傳報上主的聖旨：+

上主對我說：「祢是我的兒子，※

我今日生了祢。

祢向我請求，

我就將萬民賜祢掌管，※

使整個世界歸祢統治。

祢要用鐵杖粉碎他們，※

就像打破陶匠的瓦器一樣。」

衆王侯，你們要覺悟，※

大地掌權者，你們要留心受教！

要以敬畏的心事奉上主，※

戰戰兢兢向祂叩拜；

否則，祂若動怒，※

你們必被毀滅在中途。

祂的怒火一觸即發，※

然而，投靠祂的人真是有福。

對經一：我在熙雍、祂的聖山上，已

經被立爲君王，傳報祂的聖旨。

聖詠七一 壹

對經二：衆王都要朝拜祂，萬民都要

事奉祂。

天主，請將審判權授與君王，※

將祢的正義交給王子：

使祂公正地統治祢的百姓，※

公道地管理祢貧苦的民衆。

願高山給人民帶來和平，※

願丘陵爲百姓帶來公正！

願祂護衛百姓中的窮人，+

救助貧苦人的子孫，※

打倒那欺壓人的莠民。

祂將與日月同光，※

世世代代，萬壽無疆。

祂有如喜雨落在草原，※

又像甘露滋潤農田。

祂爲王時，正義必要伸張，※

如月之恒，永享安康。

祂的領域廣及四海，※

祂的王權遠達地極。

祂的仇人要向祂屈膝叩拜，※

祂的頑敵要舌舐塵埃。

塔西和羣島的衆王都前來進貢，※

舍巴和色巴的君王都來給祂獻禮。

衆王都要朝拜祂，※

萬民都要事奉祂。

對經二：衆王都要朝拜祂，萬民都要

事奉祂。

聖詠七一 貳

對經三：列邦都將因祂而得福，萬民

也都要稱頌祂。

祂必拯救哀號的貧民，※

扶持無依無靠的窮人。

祂將憐恤弱小的羣衆，※

救護窮苦百姓的生命。

祂要拯救他們脫離暴政，※

他們的血在祂眼中十分貴重。

吾主萬歲！

願把舍巴的黃金獻給祂，※

願人們不斷爲祂祈禱，

終日爲祂祝福！

願大地五穀豐登，+

遍山果實搖曳，有如黎巴嫩的茂林，※

城市人煙稠密，好像原野上的青草。

願祂的名永受讚揚，※

願祂的名與日爭光。

願列邦都因祂而得福，※
願萬民也都要稱頌祂。

上主天主、

以色列的上主應受讚頌，※

因爲只有祂能作奇妙化工。

願祂的威名永受讚美，※

願祂的榮耀充滿大地。阿們！阿們！

對經三：列邦都將因祂而得福，萬民

也都要稱頌祂。

領：我使祢作萬民之光。

答：祢要把我的救恩帶到天涯地角。

誦讀一 恭讀默示錄

一， 4 7 6， 10， 12

7 18， 二， 26， 28，

三， 5， 12， 20 7 21

威嚴中的人子

若望致書與亞細亞的七個教會：願恩

寵與平安從那今在、昔在、將來永在者，從祂寶座前的七神，並從那原是信實的見證，死者中的首先復生者，和地上萬王的元首耶穌基督賜給你們。願光榮和權能歸於那愛我們，並以自己的血從我們的罪中解救我們，使我們成爲國度，成爲侍奉祂的天主和父的祭司的那一位，直到萬世萬代。阿們。

有一個主曰：我在神魂超拔中，聽見在我背後有一個大聲音，好像號角的聲音，我轉過身要看看那同我說話的聲音；我一轉身，就看見了七盞金燈臺，燈臺中間有一位好像人子的，身穿長衣，胸間佩著金帶。祂的頭和頭髮潔白，有如白羊毛，又如同雪；祂的眼睛有如火焰；祂的脚好像在烈窯中燒煉的光銅；祂的聲音有如大水的響聲；祂的右手拿著七顆星；從

祂的口中發出一把雙刃的利劍；祂的面容發光如同正午的烈日。

我看見了祂，就仆倒在祂脚前，像死了一樣，祂把右手按在我身上說：「不要害怕！我是元始，我是終末，我是生活的；我曾死過，可是，看哪，我現在却活著，一直到萬世萬代；我持有死亡和陰府的鑰匙。

勝利的，而且到最後堅守我旨意的人，我必賜給他治理萬民的權柄——他將用鐵杖管轄他們，如同打碎瓦器一樣——正如我從我父所領受的權柄一樣；我還要賜給他那顆晨星。勝利的必要這樣穿上白衣，我絕不將他的名字從生命冊上抹去；反之，我要在我父面前，在祂的天使面前承認他。

勝利的，我要使他成爲我天主殿宇的

柱子，絕不再讓他到外面去；我還要把我天主的名、和從天上我天主那裏降下的我天主的城——新耶路撒冷的名、以及我的新名、寫在他身上。

看哪，我站在門口敲門，誰若聽見我的聲音而給我開門，我要進到他那裏去，同他坐席，他也要同我一起坐席。勝利的，我要賜他同我坐在我的寶座上，正如我得勝了，同我的父坐在祂的寶座上——

對答詠

谷十三，26-27；

詠九七，9

領：他們要看見人子充滿威能和光榮，乘雲降來；那時祂要派遣天使，答：從四方，從地極到天邊，集合選民。

領：祂要以正義審判世人，要以公平

治理萬民。 答：從四方：

誦讀二 選讀奧利振神父「論祈禱」

願祢的國來臨

「天主的國」，按我們的主、救主耶穌所說的，「並不是顯然可見的；人不能說：看哪！在這裏，或說在那裏。因為天主的國就在我們心中」。「因為天主的話離我們很近，就在我們口裏，就在我們心中」。無疑的，那求天主的國來臨的人祈求，使天主的國在他心中生長結果，並且成熟，求得合理。天主在每位聖人身上為王，每位聖人都恪遵天主神聖的誠命，天主住在他心中，如同住在一座管理完善的城內。聖父與聖人同在，基督與聖父一同臨在這完美的靈魂上為王，一如聖經所說：「我們要到他那裏去，並且要住在他那裏。」

如果我們不斷發展，那在我們內的天主的國，將趨於完善。那時候，便應驗了聖保祿所說的，一切仇敵都將屈服在基督權下：「基督將把祂的王國交給天主父，好使天主成爲萬有之中的萬有。」因此，我們要懷著聖言所聖化的心情，不斷向我們的天主祈求說：「願祢的名受顯揚，願祢的國來臨。」

關於天主的國要注意這一點：「正義與不義不能相通；光明與黑暗不能聯繫，基督和貝里雅耳也不能協調」；同樣，天主之國也不能與罪惡之國並立。

因此，如果我們願意天主在我們內爲王，我們就「不要讓罪惡在我們必死的肉身內稱王」；而要致死我們那屬於地上的肢體，好使我們結出聖神的果實。這樣，天主能在我們心內、如同在精神的樂園裏

散步，並獨自與祂的基督在我們心內爲王；基督將在我們心內、坐在祂神聖威能的右邊，就是我們所希望領受的威能；基督坐在那裏，直到祂所有的仇敵在我們心內都屈伏在祂的腳下，直到祂將一切率領者和掌權者以及大能者都從我們心內逐出。

這一切都可能發生在我們每個人身上；那最後的仇敵、死亡也將被毀滅；那時基督便可在我們內說：「死亡！你的勝利在哪裏？死亡，你的刺在哪裏？」這樣，我們那必朽壞的要穿上聖德和不朽壞的；那必死的，消滅了死亡後，要穿上了父的不死不滅性。這樣，天主將在我們心內爲王，就在現在，我們便已經享有重生和復活的恩寵。

對答詠

默十一，15；

詠廿一，28-29

領：世上的王權已屬於我們的上主、
和祂的基督。 答：祂要爲王，

直到永遠！

領：天下萬民將在祂面前屈膝叩首；

因爲王權屬於上主。 答：祂要

爲：

唸「天主，我們讚美祢」(17)頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一、基督，至高天主的形像，

我們歌頌祢，

祢是開始與終結，

祢是宇宙的中心，

人類的君王。

二、祢不留戀天上的榮華，

降生在貧陋的山洞，
爲援救迷途的亡羊，

甘願自作犧牲，

被釘死在十字架上的。

三、祢是至聖的祭司，

天人之間的橋樑，

祢是永恆的真理，

祢是生命的生命，

祢是照世的眞光。

四、基督，萬王之王，

願天下萬國，

普世權威，

一切榮耀，

永歸於祢。阿門。

聖詠吟唱

對經一：請看，有一個人名叫「旭日」

；祂將爲王，統治一切；祂

將向萬民宣佈和平。

聖詠、聖歌見聖詠集第一週主日晨禱

25頁。

對經二：祂將到處受頌揚，直到天涯
海角，祂自己將是和平。

對經三：上主賜給了祂權力、尊榮和
王國；萬邦萬國、各民各族
都要侍奉祂。

簡短讀經

弗四，15 / 16

我們要在愛德中持守真理，在各方面
長進，而歸於那為元首的基督；本着祂，
全身都結構緊湊，藉着各關節的互相補助
，按照各肢體的功用，各盡其職，使身體
不斷增長，在愛德中將它建立起來。

短對答詠

領：上主，祢的衆聖者將宣揚，祢王國

的光榮。 答：上主：

領：並稱述祢的大能。 答：祢王國的

光榮。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

讚主曲對經：祂是死者中首先復活的，普
世君王的首領，祂使我們形
成了一個王國，奉獻給祂的
父天主。

禱詞

基督在萬有之先就已存在，萬有都靠着祂
而存在，我們現在一起呼求祂：

主，願祢的國來臨。

救主基督，祢是主、我們的天主，我們的
君王和善牧，

——求祢領導祢的子民進入永生的牧場。

善牧基督，祢為自己的羊犧牲了性命，

——求祢照顧我們，我們就一無所缺。

我們的救主，祢是普世的君王，

——求祢使萬物都在祢內得以重整。

宇宙的君王，祢來到世界上，是為真理作證，

——願萬民都承認祢在一切事上具有最高權威。

我們的導師和楷模，祢引導我們進入了祢的王國——祢的教會，

——求祢幫助我們今天在祢面前保持聖潔無罪、無可指摘。

我們的天父：

結束禱詞

全能永生的天主，祢願意藉着祢的愛子重整一切，使天上地下無不奉祢為萬王之王；求祢使我們，所有自奴役中被解救的人類，都能崇奉祢為尊威的主宰，永遠同聲讚揚祢。

日間祈禱

聖詠見第一週主日 31 頁

午前

對經：上主是我們的審判者，上主是我們的立法者，上主是我們的君王；是祂要拯救我們。

簡短讀經

哥一，12-13

我們感謝那使我們有資格，在光明中分享聖徒福分的天父，因為是祂由黑暗的權勢下救出了我們，並將我們遷入祂愛子的國內。

領：上主將永遠為王。

答：上主將賜福祂的子民安享太平。

午時

對經：將有生命之水從耶路撒冷流出；上主將要為王，統治普世。

簡短讀經

哥一，16-17

萬有都是藉着祂、也是爲了祂而造的；祂在萬有之先就已存在，萬有也都靠着祂而存在。祂又是身體的頭、就是教會的頭。祂是元始，是死者中首先復生的，好讓祂在萬有之上獨居首位。

領：請向我們的君王謳歌吟詠，

答：因爲祂是普世君王。

午後

對經：祂的王權將日益強大，祂王國的平安永無窮盡。

簡短讀經

哥一，19-20

天主樂意祂的聖子擁有整個完美無缺的富源；又藉着祂在十字架上所流的血建立了和平，使地上和天上的一切都藉着祂而與天主自己重歸和好。

領：你們在天主君王面前歡樂吧！

答：因爲祂來審判世界。

結束禱詞 見晨禱

第二晚禱

讚美詩 見第一晚禱 722*

聖詠一〇九，1-5, 7

對經一：祂將坐在達味的王座上，永遠統治祂的王國，阿肋路亞。

上主對我主起誓說：「祢坐在我的右邊，※等我使祢的仇敵，做祢的腳凳。」

上主自熙雍伸出祢的權杖，※

祢要在祢仇敵中統治爲王，

在聖山上，祢誕生之日，王位就屬於祢，※我已經生了祢，好像在黎明之前的朝露。

上主發了誓，決不反悔：※

「祢按照默基瑟德的品位，永爲祭司。」

上主常在祢的右邊，※

祂發怒之日，必要粉碎列王。

君王將在路旁暢飲溪水，※

因此祂將挺胸抬頭。

對經一：祂將坐在達味的王座上，永

遠統治祂的王國，阿肋路亞。

聖詠一四四，1-13

對經二：祢的王國是萬代的王國；祢

的王權，萬世無疆。

我的天主，我要頌揚祢，※

我的君王，我要永遠歌頌祢的名。

我要日日歌頌祢，※

讚美祢的聖名，永不停止。

上主偉大，極堪讚揚，※

祂的偉大，不可測量。

世世宣揚祢的工程，※

代代傳述祢的大能；

稱頌祢的尊榮，※

傳揚祢的化工；

講述祢驚人的威能，※

讚揚祢無限的偉大；

懷念祢無比的甘飴，※

吟詠祢無上的正義。

上主慈悲，寬仁大方，※

緩於發怒，仁愛無量。

上主對待萬有，溫和善良，※

對祂所創造的萬物，仁愛慈祥。

上主，願祢創造的一切都稱謝祢，※

願祢的聖徒同聲讚美祢；

講述祢王國的光榮，※

傳頌祢行事的威能；

使世人盡知祢的威能，※

和祢王國偉大的光榮。

祢的王國，是萬代的王國，※

祢的王權，萬世無疆。

對經二：祢的王國是萬代的王國；祢的王權，萬世無疆。

聖歌 默一九，1~7

對經三：在祂的衣服和大腿上，寫着

「萬王之王，萬主之主」的名號。願光榮、權能永遠歸於祂。

阿肋路亞！

勝利、光榮和德能，屬於我們的天主，祂的判斷正確而又公平。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

天主的僕人，請讚美我們的天主，※
凡敬畏祂的人，無論大小尊卑，
請讚美天主。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

我們上主全能的天主已經爲王，※
我們要歡欣鼓舞，把光榮歸於天主。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

羔羊的婚期已經臨近，※
他的新娘也盛粧以待。

阿肋路亞！

對經三：在祂的衣服和大腿上，寫着

「萬王之王，萬主之主」的名號。願光榮、權能永遠歸於祂。

簡短讀經

格前一五，25~28

基督必須爲王，直到把一切仇敵屈服在祂的脚下。最後被毀滅的仇敵便是死亡；因爲天主使萬物都屈服在祂的脚下。既然說萬物都已屈伏了，顯然那使萬物屈伏於祂的不在其內。萬物都屈伏於祂以後，

自己也要屈伏於那使萬物屈服於自己的父，好使天主成爲萬物之中的萬有。

短對答詠

領：天主，祢的王位，永世常存。

答：天主：

領：祢王國的權杖是正義的權杖。

答：永世常存。

領：願光榮歸於父： 答：天主：

謝主曲對經：主說：天上和人間的一切權

柄都交给了我。

禱詞及結束禱詞 見第一晚禱 724*頁

常年期第三十四週

星期一

誦讀一 恭讀聖伯鐸後書 一，1-11

論得救之道的勸言

耶穌基督的僕人和使徒西滿·伯鐸，

致書與那些因我們的天主和救主耶穌基督的正義、與我們分享同樣寶貴信德的人。

願恩寵與平安，因認識天主和我們的主耶穌，豐富地賜予你們。

因爲我們認識了那藉自己的光榮和大

能，召叫我們的基督，基督天主性的大

能，就將各種有關生命和虔敬的恩惠、賞

給了我們，並藉著祂的光榮和大能，將最

大和最寶貴的恩許賞給了我們，爲使你們

藉著這些恩許，在逃脫世界上所有敗壞的

食慾之後，而能分享天主的性體。

正因爲這個原故，你們要全力奮勉，

在你們的信仰上還要加毅力，在毅力上加

知識，在知識上加節制，在節制上加忍耐，

誦讀

在忍耐上加虔敬，在虔敬上加兄弟的愛，在兄弟的愛上加愛德。

這些德行如果存在你們內，並且不斷增添，你們絕不致在認識我們的主耶穌基督上、成爲不工作、不結果實的人，因爲人若沒有這些德行便是瞎子，是近視，忘却了他從前的罪惡已被清除。因此，弟兄們，你們更要盡心竭力，使你們的蒙召和被選、賴善行而堅定不移；倘若你們這樣作，絕不會跌倒。的確，這樣你們便更有把握、進入我們的主和救主耶穌基督永遠的國。

對答詠

參閱伯後一，3，4；

迦三，27

領：上主以自己的光榮和大能召叫了

你們，並賜給你們最大最寶貴的

恩許，答：使我們分享天主的

本性。

領：你們領了洗，歸入基督，就是披

戴基督。答：使我們……

誦讀二

選讀聖教宗大良講道集

有一分耕耘，就有一分收穫

主基督說：「你們的義德若不超過經師和法利塞人的義德，你們就絕不能進天國。」可是怎樣超過他們的義德呢？不是「仁慈待人勝過判斷別人」嗎？其實，人既然是按天主的肖像和模樣被造生的，那麼，效法自己的創造者、天主，還有比這更合理的、更應該的嗎？祂憐憫信仰祂的人，藉著寬恕罪過，使他們改過成聖。這樣，罪人應受的嚴厲處分 and 任何刑罰都豁免了，有罪的人就轉變成無罪的，罪惡的消失就成爲修德的開始。

基督徒的義德能超過經師與法利塞人

的義德：不在於取消法律，而是要摒棄世俗的智慧。因此主把禁食的正確方式傳給門徒們時說：「你們禁食時，不要像偽君子一樣，面帶愁容；他們哭喪著臉，讓人看出他們在禁食。我實在告訴你們，他們已經得到了他們的賞報。」除了他人的稱讚，還有什麼賞報呢？他們爲了貪虛榮，便僞裝行義；爲了愛慕虛名，而不顧良心；樂於文過飾非，假善欺人。

愛天主的人只以使他所愛的天主喜歡爲滿足；因爲人不能期望比愛本身更好的賞報。愛來自天主，而天主就是愛。純潔而虔誠的人以充滿天主之愛爲樂，除天主之外別無所樂。主說的很對：「你的寶藏在哪裏，你的心也就在哪裏。」人的寶藏是什麼呢？不就是收集他的果實、和勞苦的出產嗎？「人種什麼，就收什麼」；有

一分耕耘，就有一分收穫；人在哪裏尋到快樂，他的心也必常繫念哪裏。但是有不同的財富，也有不同的享受，因此每人的寶藏便是他許多企望的總和。倘若人貪求世物，不會使人因享有它們而快樂，反而使他變得可憐。

另一方面，那些仰望天上事物，而不貪圖塵世財富的人，只求永遠的真福，而不貪求瞬息即逝名利的人，將獲得不朽的寶藏；依撒意亞先知論及這等人說：「上主是你命運的保障，得救的府庫、智慧和明智；敬畏上主將是你的寶藏。」這就是義德的寶藏；義人們藉此寶藏、在天主聖寵的助祐之下，把地上的財富轉變爲天上的財富。實際上，有許多人把自己合法所繼承的、或以其他方式得到的財富，作爲行善的工具。他們把富裕的財產調濟貧

病，正是爲自己積聚不朽的財富；他們爲濟貧所分施的，絕不會喪失；他們真的做到了，「他們的寶藏在哪裏，他們的心也在哪裏」。因爲他們這樣積聚天上財富，便是最大的幸福；他們儘管積聚，永無損失之虞。

對答詠

迦六，9、10，8

領：我們行善絕不可厭倦；如果努力不懈，必會及時收穫。 答：所以，一有機會，就該行善。

領：人種什麼，就收穫什麼。

答：所以，……

結束禱詞 見常年主日

星期一

誦 讀

誦讀一 恭讀聖伯鐸後書 一，12、21

使徒與先知們的作證

親愛的諸位：你們雖然已經知道這些事，已經堅定在所懷有的真理之上，我還要常提醒你們。我以為只要我還在這帳幕內，就有義務以勸言來鼓勵你們。我知道我的帳幕快要拆卸了，正如我們的主耶穌基督指示我的。我要盡心竭力使你們在我去世以後，也時常記念這些事。

我們將我們的主耶穌基督的大能和來臨、宣告給你們，並不是依據虛構的荒誕故事，而是因爲我們親眼見過祂的威榮。祂實在從天主接受了尊敬和光榮，因爲那時曾有這樣的聲音，從顯赫的光榮中發出來，向祂說：「這是我的愛子，我所喜悅的。」這從天上發出來的聲音，是我們同祂在那座聖山上的時候，親自聽見的。因

此，我們認定先知的話更是確實的，對這話你們要十分注意，如同注意在暗中發光的燈，直到天亮，晨星在你們的心中昇起的時候。

最重要的，你們應當知道經上的一切預言絕不該隨私人的解釋，因為預言從來不是由人意而發的，而是天主所派遣的聖人，在聖神推動之下說出來的。

對答詠 若一，14；伯後一，16，18

領：聖言成了血肉，寄居於我們中間。
答：我們看見了祂的光榮：就是父獨生子的光榮。

領：我們同祂在那座聖山上時，曾親眼見過祂的威榮。
答：我們看：

誦讀二 選讀聖思定主教若望福音釋義

你將來到光源，將要看見光明本身

我們基督徒與外教人比較，我們已經

是光；因此聖保祿說：「你們從前是黑暗，現今在主內却是光；就該像光明之子一樣的行事為人。」又說：「黑夜已深，白晝近了，所以我們該除去黑暗的行為，佩帶光明的武器；行事為人要光明磊落，好像在白天一樣。」

但是我們若與我們將要投奔的光相比，我們雖在白晝、仍然是黑夜，請聽使徒伯鐸的話：他說：「那時會有聲音、從顯赫的光榮中發出來，向主基督說：『這是我所喜悅的。』」這從天上來的聲音、是我們同祂在聖山上的時候，親自聽見的。「但是因為我們不會在那裏，我們未曾聽到這從天上來的聲音，伯鐸親自對我們說：『我們認為先知的話更為確實，你們要特別注意，好像注意在暗中發光的燈，直到天亮，晨星在你們心中升起

的時候。」

因此，當我們的主耶穌基督來臨時，如同聖保祿所說的：「祂要照出暗中的隱情，顯露人心的秘密」，使各人由天主那裏獲得稱讚。」那時有了白天的光，就不再需要燈光了：不必給我們唸先知書，保祿的書信也不必打開，我們不需要若翰的作證，連福音也不需要了。在現在的黑暗中，聖經照耀着我們，使我們不致居留在黑暗中，到了那時，將被取走。

由於我們不再需要照明，當這些光源被取走時，當那給我們分施光明的天主之人，沒有那些幫助，也能與我們看到那真實而極亮的光時，我們將要看到什麼呢？我們的心靈將以什麼作飲食呢？將有什麼使我們賞心悅目呢？我們那「眼睛未曾見過，耳朵未曾聽過，人心也未曾想到的」

眞福又從何而來呢？我們將要看見什麼呢？

我請求你們，同我一起愛吧！和我一起趕快相信吧！我們要思念天鄉，要想望天鄉，我們要感到：我們在現世都是旅客。那時我們將要看見什麼呢？請聽福音的話：「太初有聖言，聖言與天主同在，聖言就是天主。」你今生已經接受過滴滴的露水，你將來到泉源；現在有光經過彎曲的途徑照耀你心中的黑暗，你將清楚地看到光的本身；你由於看到、並體驗到這光，就會得到淨化。若望親自說：「極親愛的諸位，我們是天主的子女，將來如何，還沒有顯明；可是我們知道：一旦顯明了，我們必要像祂，因為我們要看見祂的真相。」

我感到你們的心靈同我高舉而嚮往上天，但是「這可腐朽的肉身重壓著靈魂；

這屬於土的寓所迫使心神多慮。」我將放下我這本書；你們也將離開，每人回到本家。我們都曾分享同一光明，我們曾一起歡欣、一同踴躍，這為我們是件美事。我們就要彼此分離，却總不要離開天主。

對答詠

默二二，5，4

領：那時不再有黑夜；也不再需要燈火和日光， 答：因為上主天主要光照他們；他們必要為王，萬世無疆。

領：他們將看見祂的面容；他們額上常帶著祂的名字。 答：因為上：

結束禱詞 見常年主日

星期三

誦 讀

恭讀聖伯鐸後書 二，1-9
假教師

從前在選民中，有過假先知；同樣，將來在你們中間也要出現假教師：他們要倡導使人喪亡的異端，甚至否認救贖他們的主，這將導致自己的迅速喪亡。有許多人將要隨從他們的放蕩，甚至真理之道也要因他們而被人誹謗。他們因貪婪成性，要以花言巧語在你們身上圖利；可是審判他們的，自古以來就沒有鬆懈；他們的喪亡也不可避免。

天主既然沒有寬恕犯罪的天使，把他們投入了地獄，囚在幽暗的深坑，拘留到審判之時；天主沒有寬恕古時的世界，曾引來洪水淹滅了惡人的世界，只保存了宣講正義的諾厄和其他七個人；又降罰了索多瑪和哈摩辣城，化為灰燼，予以毀滅，

作爲後世作惡者的鑑戒，只救出了那因不法之徒的放蕩生活而悲傷的義人羅特——因爲這義人住在他們中間，他正直的靈魂，天天因所見所聞的不法行爲感到苦惱——那麼，上主自然也知道拯救虔誠的人脫離磨難，而留下不義的人，等候審判的日子處罰他們。

對答詠

瑪七，15；廿四，11，24

領：你們要提防假先知來到你們中間，他們外披羊皮， 答：裏面却是殘暴的狼。

領：將有許多假先知出現，顯大奇蹟，迷惑民衆。 答：裏面却：

誦讀二

選讀聖馬加略主教講道詞

沒有基督居住的心靈是有禍的

古時猶太人得罪了天主，天主就把耶

路撒冷交給敵人，使他們出醜，並讓仇恨他們的人統治他們；也不再慶節和祭獻。同樣，人獲罪於天主，使天主發怒；天主就把他交給仇敵，把他引入歧途，徹底地敗壞了他。

一座房屋若沒有主人居住，一定髒亂不堪，漆黑一團；同樣，人若被「主人」和天使棄而不住，也一定充滿罪惡的黑暗、各種可恥的偏情，和各種玷辱！那沒有人走的路，不聞人聲，是有禍的！因爲那是野獸出沒之所。人靈若沒有上主居住，並大聲趕走罪惡的野獸，真是有禍的！沒有主人居住的房屋、是有禍的！沒有農夫耕種的荒地、是有禍的！沒有舵手掌舵的船、是有禍的！因爲它爲怒濤狂風所沖擊，而致沉沒。沒有基督作舵手的靈魂、是有禍的！因爲它在黑暗的大海裏飄

盪，被情慾的巨浪所沖擊，又被惡魔好像冬天的暴風雨所搖盪，最後慘遭滅頂！

那沒有基督悉心耕耘，而不能產生聖神之果的人、是有禍的！他有如荒地，荆棘與雜草叢生，最後他的收穫不是果實，而是被火所焚毀的燃料。那沒有主基督居住的靈魂、是有禍的！因為他既被唾棄，必將充滿私慾的惡臭，成為萬惡的淵藪。

農夫耕地時，必須帶著適當的工具，並穿上適於工作的衣服。同樣，基督那位天國的君王和真農夫、來到被罪惡所敗壞的人性園地裏，穿上了肉軀的外衣，背著十字架作為工具，來耕種荒蕪的人靈，鋤去惡魔的荆棘，拔除罪惡的野草，用火焚毀罪惡的乾草；當祂用十字架把靈魂耕了以後，就在那裏修築一座聖神的最美麗的花園，它將為他的主人出產各種最甜美、

最使天主喜愛的果實。

對答詠

若一五，1，5，9

領：我是真葡萄樹，你們是樹枝。

答：誰住在內，我也住在內，他就結出許多果實。

領：正如父愛了我，我也愛了你們。

答：誰住在……

結束禱詞 見常年主日

星期四

誦讀

誦讀一 恭讀聖伯鐸後書 二，9-22

告發罪人

親愛的諸位：天主自然也知道拯救虔誠的人，脫離磨難，而留下不義的人，等候審判的日子處罰他們，尤其是留下那些

隨從肉慾、而生活在污穢情慾中的人，以及那些輕視當權者的人。

他們都是些膽大驕傲的人，竟不怕褻瀆「衆尊榮者」，連力量權能大於他們的天使，也不敢在上主面前，以侮辱的言詞對他們下判決。然而這些人實在像無理性的牲畜，生來就是爲被捕捉，被宰殺，凡他們不明白的事就要褻瀆；他們必要如同牲畜一樣喪亡，受他們不義的報應。他們以白晝享樂爲快事，實在污穢，是瑕疵；當他們同你們宴樂時，縱情於淫樂；他們滿眼邪色，犯罪不止，引誘意志薄弱的人；他們的心習慣貪婪，是應受咒罵的人。他們離棄正道，走入歧途，隨從貝敖爾的兒子巴郎的道路，他曾貪愛過不義的酬報，可是也受了他作惡的責罰：一個不會說話的牲口，竟用人的聲音說了話，制

止了這先知的妄爲。

他們像無水的泉源，又像爲狂風所吹散的雲霧：爲他們所保留的是黑暗的幽冥。因爲他們好講虛僞的大話，用肉慾的放蕩爲餌，誘惑那些剛纔擺脫錯謬生活的人：他們應許給人自由，自己却是敗壞的奴隸，因爲人被誰制服了，就是誰的奴隸。

如果他們由於認識主和救世者耶穌基督、而擺脫世俗的污穢以後，又爲這些事所纏繞而被制服，他們以後的處境，就必比以前的更壞了：因爲不認識正義之道，比認識後、又背棄那傳授給他們的神聖誠命，爲他們好得多了。在他們身上正應驗了這句俗語：「狗回頭吃牠吐出來的東西；豬洗乾淨了，又回到泥裏打滾。」

對答詠

斐四，8，9；

格前十六，13

領：凡是真實的、高尚的、和聖潔的事，你們都該思念，答：你們也都該實行，這樣，賜平安的天主必與你們同在。

領：你們要警醒，要在信德上站穩，要勇敢、要剛強。答：你們也：

誦讀二 選讀金口·聖若望主教瑪竇福

音釋義

我們若是羊，就會勝利；若是狼，就必戰敗

只要我們是羊，就會勝利，即使狼羣圍攻，我們仍能戰勝。但是我們如果變成狼，就要失去牧人的保護。因為祂牧放的是羊，而不是狼；你若不讓祂顯示祂的大能來保護你，祂就捨棄你而離去。

基督的話是這樣的：你們不要因為我派你們到狼羣裏去、吩咐你們要如同羊、

要如同鴿子，就心煩意亂。我本來能夠做與此相反的事：我可以派遣你們去，而不受任何傷害，我可以不讓你們作屈服於狼的羊，也可使你們比獅子更令人可怕。可是這樣作是對的，這使你們更為光榮，並顯示我的大能。這是祂對保祿所說的話：「你有我的聖寵就足夠了，因為我的能力在軟弱中才顯得剛強。」因此，我決定也這樣對待你們衆人。當祂說，「我派遣你們好像派遣羊」時，言外是說：你們不要膽怯！因為我知道，我當然知道：你們攻打所有的敵人，必將所向無敵。

爲了促使他們自己也努力奮勉，免得他們想，一切都有賴於聖寵，好像無功而受賞，基督又說：「你們要像蛇一樣機警像鴿子一樣純潔。」但是他們說：我們的機警在這樣多的危險中、能作什麼呢？我

們被狂浪沖擊，我們怎能還有明智呢？一隻羊無論怎樣明智，當牠在狼羣中時，而狼又是數目衆多，牠能作什麼呢？一隻鴿子無論怎樣純潔，當牠被老鷹圍攻時，純潔對牠又有什麼好處呢？的確，這對無靈之物一無所用，但對你們而言，却大有幫助。

讓我們看一看，這裏所要求的是怎樣的明智，祂說是「蛇」的機警。一條蛇會犧牲一切，甚至讓身體被切斷，也不加反抗，只要能保存牠的頭部。同樣，只要能保有信德，你該犧牲金錢、身體、甚至你的生命。因爲信德是頭和根。你只要保全信德，雖然你失去一切，日後也會復得，而且得到的更豐富。所以基督吩咐人，不要只有機警，或只有純潔，而要合併二者成爲一種真正的德行。人該有蛇的機警，

以免受致命傷；他應有鴿子的純潔，以免對那陷害他的人報仇，或怨恨那暗算他的人。沒有純潔，機警則毫無益處。

誰也不要想，這些誠命不可能遵守。因爲基督比任何人更明瞭事務的本質。祂知道暴力不能以暴力戰勝，而是要以忍耐而制服。

對答詠

瑪十，16；若十二，36

領：主說：「我派遣你們，好像把羊送進狼羣。 答：你們要像蛇一樣機警，要像鴿子一樣純潔。」

領：你們要趁有光的時候，信從這光，使你們成爲光明之子。

答：你們要：

結束禱詞 見常年主日

星期五

誦 讀

誦讀一 恭讀聖伯鐸後書 三，1-18

如何期待主的來臨

親愛的諸位！這是我給你們寫的第二封信，在這兩封信中，我都用提醒的話，來鼓勵你們應有赤誠的心，使你們想起聖先知們說過的話，以及你們的使徒們傳授的主和救世者的誠命。首先你們該知道：在末日要出現一些愛嘲笑戲弄，按照自己的私慾生活的人，他們說：「祂要來臨的應許在哪裏呢？因為自從我們的父老長眠以來，一切仍照舊存在，與創造之初一樣。」

他們故意忘記了：在太古的時候，因天主的話，就有了天，也有了從水中出

現，並在水中而存在的地；當時舊的世界爲水所淹沒而消滅了；現有的天地也是因天主的話得以保存，直到審判及惡人喪亡的日子，被火焚燒。

親愛的諸位，有一件事，你們不可忘記：就是在天主看來，一日如千年，千年如一日。主並不同某些人所想的，遲遲不實踐祂的應許；其實是祂對你們容忍，不願任何人喪亡，只願人人回心轉意。可是，主的日子必要如同盜賊一樣來到；在那一日，天要轟然一聲過去，所有的元素都要因烈火而熔化，大地和其中所有的工程、也都要被焚毀。

這一切既然都要這樣消失，那麼，你們應該怎樣以聖潔和虔敬的態度生活，等候並催促天主日子的來臨呢！在這日子，天要爲火所焚毀，所有的元素也要因烈火而

熔化；可是，我們按照祂的應許，等候新天新地，在那裏，正義常存。因此，親愛的諸位，你們既然等候這一切，就應該努力，使祂看見你們沒有玷污，沒有瑕疵，安然無懼；並應以我們主的容忍當作得救的機會；這也是我們可愛的弟兄保祿，本着賜給他的智慧，曾給你們寫過的；他在一切書信內都談論這些事，在這些書信中，有些難懂的地方，不學無術和不穩定的人加以曲解，如同曲解其他經典一樣，自趨喪亡。

所以，親愛的諸位，你們既然預先知道了這些事，就應該提防，免得為不法之徒的錯謬所誘惑，而從自己的堅固立場跌下來。你們却要在恩寵和認識我們的主、和救世者耶穌基督上長進。願光榮歸於祂，從現在直到永遠。阿們。

對答詠

依六五，17，18；

默廿一，5；依六五，18

領：我要創造新天新地；你們都將因我所造的而永遠喜樂。 答：看哪，我就要更新一切。

領：我要建立一座令人喜悅的耶路撒冷，一個令人歡欣的百姓。

答：看哪：

誦讀二 選讀聖啓廉主教論死亡

我們不要怕死，而要存想永生

我們要記得：依照主命令我們天天祈禱的訓示：我們該承行天主的聖意，而不是我們的私意。如果我們祈求天主的聖意得以承行，當天主召我們離開這世界時，我們却不願立即從命，這是多麼愚蠢，多麼倔強啊！我們抵抗，並加以拒絕好像執拗的奴隸，愁眉苦臉地被帶到天主

面前。我們離開世界，是出於不得已，而不是甘心服從。我們期待天主賜給我們天上的酬報，我們却不心甘情願到祂那裏去。倘若地上的奴役使我們快樂，爲什麼我們仍祈求天主說，「願祢的國來臨」呢？如果我們樂於在世上服事魔鬼，而不願偕同基督爲王，爲什麼一再地懇求天主，恩賜祂王國的日子及早來臨呢？

既然這個世界仇恨基督徒，你爲什麼寧願愛那仇恨你的世界，而不願跟隨那愛你、救贖你的基督呢？聖若望在他的書信中大聲疾呼，勸我們不要隨從肉慾，不要愛戀世俗：「你們不要愛世界、和世界上的事物。誰若愛世界，天父的愛就不在他內。原來世界上的一切：肉身的貪慾，眼睛的貪慾，以及人生的驕傲，都不是出於父，而是出於世界。這世界和世上的貪慾

都要過去，但那履行天主旨意的人却永遠存在。」親愛的弟兄們，我們要專心致志，懷著堅強的信德、強大的力量，準備好履行天主的任何旨意。我們要驅逐對死亡的怕懼，而想死後的永生。讓我們表示出這就是我們所信的。

親愛的弟兄們，我們該考慮，該反復思想：我們棄絕了世界，現在好像過客和旅人暫時生活在世界上。讓我們歡迎那一天：那時候，將分給每個人一處住所，將救我們脫離現世，解開現世的束縛，使我們回到樂園和天國。哪一個旅客不急忙回歸家鄉呢？我們認爲我們的家鄉是天堂。在那裏，有許多親人等著我們：父母、兄弟、子女。有一大羣人想念著我們，他們自己的安全雖已確保，仍就心著我們的得救。我們將去和他們相會，互相擁抱，

這爲他們和我們將是何等快樂啊！在天國中不再有死亡的恐懼，是怎樣的愉快！享受永生，又是多麼偉大而永恆的福樂啊！不再有死亡的恐懼，是怎樣的愉快！享受永生，又是多麼偉大而永恆的福樂啊！

在天上，有榮耀的使徒團，那裏有歡欣鼓舞的先知們；那裏有身受酷刑、英勇奮戰而榮獲勝利冠冕的殉道者的隊伍；那裏有凱旋的貞女，她們以貞潔的勇力、制服了血肉的私慾偏情。在那裏，憐憫他人的、獲得了酬報，他們曾行義，把食物和施捨給予窮人；他們遵守了主的誠命，把在世上所繼承的，轉移到天上的寶庫裏。親愛的弟兄們，我們要懷著切望之情，急忙去和他們團聚！但願天主看到我們的切望，但願基督發現我們心靈的決意和信心。誰渴望的越熱切，祂賜給他們的愛的報酬也

越大。

對答詠

斐三，20；21；哥三，4

領：我們的家鄉是在天上；我們期待

著主耶穌基督、我們的救主從那裏降來。

答：祂要改變我們這卑賤的身體，相似祂光榮的身體。

領：當基督——你們的生命顯現時，你們也要與祂一起在光榮中顯現。

答：祂要改……

結束禱詞 見常年主日

星期六

誦 讀

誦讀一 恭讀猶達書

1 ~ 8, 12 ~ 13, 17 ~ 25

勸信友提防惡人

耶穌基督的僕人，雅格的兄弟猶達，致書與在天主父內蒙愛，爲了耶穌基督而保存的蒙召者。願仁慈、平安、愛情豐富地賜予你們。

親愛的，我早已切望給你們寫信，討論我們共享的救恩；現在必須給你們寫信，勸勉你們要奮鬥，維護從前一次而永遠傳給聖徒的信仰。因爲有些早已被注定要受這審判的人，潛入你們中間；他們是邪惡的人，竟把我們天主的恩寵、變爲放縱情慾的機會，並否認我們獨一的主宰和主耶穌基督。

雖然你們一次而永遠知道這一切，但我仍要提醒你們：主固然從埃及救出了百姓，隨後却把那些不信的人消滅了；至於那些沒有保持自己尊位，而離棄自己居所的天使，主也用永遠的鎖鏈把他們拘留在

幽暗中，以等候那偉大日子的審判；同樣，索多瑪和哈摩辣及其附近城市的人，因爲也和他們一樣恣意行淫，隨從逆性的肉慾，至今受著永火的刑罰；這件事作爲鑑戒。

可是這些作夢的人照樣玷污肉身，拒絕天主的權威，褻瀆衆尊榮者。這些人是你們愛宴上的污點，他們同人宴樂，毫無廉恥，只顧自肥；他們像無水的浮雲，隨風飄盪；又像晚秋不結果實、死了又死、該連根拔出來的樹木；像海裏的狂濤飛濺無恥的白沫；又像出軌的行星；爲他們所存留的，乃是直到永遠的漆黑的幽冥。

但是你們呢，親愛的，你們要記得我們的主耶穌基督的使徒所預言的話，他們曾向你們說過：「到末期，必有一些好嘲弄人的人，按照他們個人邪惡的私慾行

事。」這就是那些好分黨分派，屬於血肉，沒有聖神的人。

可是你們，親愛的，你們要把自己建立在至聖的信德上，在聖神內祈禱；這樣保存你們自己常在天主的愛內，期望賴我們的主耶穌基督的仁慈進入永生。對那些猶疑不定的人，你們要說服；對另一些人，你們要拯救，把他們從火裏搶救出來；但對另一些人，你們固然要憐憫，可是應存戒懼的心，甚至連他們肉身所玷污了的內衣，也要憎惡。

願那能保護你們不失信，並能使你們無瑕地、在歡躍中站在祂光榮面前的、唯一的天主、我們的救主、藉我們的主耶穌基督、獲享光榮、尊威、主權和能力，從萬世之前到現在，直到永世。阿們。

對答詠

鐸二，12；13；希十，24

領：我們在現世要度自制、公正和虔敬的生活。 答：期待著所希望

的幸福，和我們偉大的天主、及救主耶穌基督光榮的顯現。

領：我們要彼此關懷，激發愛心，勉勵行善。 答：期待著……

誦讀二 選讀聖思定主教講道集

我們該向救我們脫離凶惡的好天主唱阿肋路亞

我們在此下土，仍然憂慮不安，讓我們唱「阿肋路亞」，好使我們有一天能在天上無憂無慮地歌唱。我們為什麼在現世憂慮呢？當我唸到「人生在世，不是充滿試探嗎？」這句話時，你不願我感到憂慮嗎？當我聽到「你們要警醒並祈禱，免陷於誘惑」這句話時，你不願我感到憂慮嗎？基督教我們唸的「天主經」說：「求

祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人的一樣」，這也提醒我們世上有這麼多的試探，你不願我感到憂慮嗎？我們天天祈求，天天都負着罪債。我每天求天主寬恕我的罪，在危險中求助，你希望我無憂無慮嗎？我爲了過去的罪愆：「求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人的一樣」之後，爲了將來的危險立即又加上一句說：「不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡」。當人們同我一起呼求：「但救我們免於凶惡」時，怎能說人們生活在安全中呢？可是，弟兄們，我們處於這凶惡中，仍然該向那救我們免於凶惡的好天主歌唱「阿肋路亞」。

縱然現在處於危險和試探中，我們與其他的人仍要唱「阿肋路亞」。因爲「天主是信實的；祂絕不容許你們受試探超過

你們的能力。」所以我們在世上也該唱「阿肋路亞」。即使人是罪犯，天主還是信實的。聖經不說：祂不許你們受試探，却說：「不容許你們受試探超過你們的能力；而且在受試探時，天主必定給你們開一條出路，使你們能夠承擔。」你正在受試探；但是天主必定開一條出路，使你在試探中喪亡。你好像陶器一般，該受宣道的塑造，並要被試探的火所燒製。但當你在試探中時，該設法找出路。因爲天主是信實的，「你或出或入，上主都將保護你。」

當我們的肉體成了不死也不朽的時候，所有的試探就都消失了。因爲「肉體的確死了，爲什麼呢？因爲罪惡而死。但心神是生命」；爲什麼？因爲「它因正義而生活」。那麼，我們捨棄了一個死去的

肉身嗎？不！請聽保祿的話：「如果那使耶穌從死人中復活的聖神住在你們內，那麼那使基督從死人中復活的，也必要藉那住在你們內的聖神、使你們必死的肉體復活。」因為現在的肉體是屬於地上的，那時的肉體是屬神的。

在那裏大家高唱「阿肋路亞」，多麼幸福，多麼平安！沒有對頭，沒有仇人，不會失去朋友。在這裏和在那裏，我們都歌頌天主。但在這裏，我們是在憂慮中歌頌；在那裏，却是在安寧中。在這裏，是將要死的人歌頌；在那裏，却是永生的人。在這裏，是在希望中歌頌，在那裏，是在希望實現時歌頌；在這裏，我們是在旅途中歌頌，在那裏，却是在家鄉。

所以，我的弟兄們，現在讓我們歡唱，並不是因為享受安息之樂，而是爲了

安慰我們的勞苦。旅人們慣常這樣歡唱：一面歌唱，一面趕路。你若歡唱，便會忘記長途跋涉之苦。千萬不要怠惰！你要一面歌唱，一面趕路！「趕路」是什麼？就是要前進，但是要在德行上前進。聖保祿說，有些人是向壞的方面前進。你若繼續前進，就是在趕路；但是你要在德行上、在真實的信德上、在好品行上前進。那麼你就一面歌唱，一面趕路吧！

對答詠

多十三，22，13，14

領：耶路撒冷，你的街道用純金築成，從你當中將唱出快樂的歌聲。

答：家家戶戶都要歡呼：阿肋路亞。

領：你將以燦爛的光輝照耀世界；列國萬民都要前來向你致敬。

答：家家戶戶：

結束禱詞 見常年主日

常年期主日及平日結束禱詞

常年期主日各時辰祈禱結束禱詞均用各主日專有者。

但平日誦讀日課之結束禱詞可取自該週主日之專有者，或取自以下任何一週之結束禱詞。

1

天主！求祢廣施慈愛，俯允祢子民的祈求和願望，使我們看清當盡的職務，並賜給我們善盡職務的能力。

2

全能永生的天主，天地萬物的統治者，求祢仁慈地俯聽祢子民的哀禱，使我們今世得享祢所賜的平安。

3

全能永生的天主，求祢指引，使我們能以言行配合祢仁愛的計劃；並使我們常在祢愛子的名下，結出豐碩的果實。

4

上主，我們的天主，求祢使我們以兒女孝愛之情愛祢，以祢聖子博愛的精神愛人。

5

仁慈的天主，求祢垂顧祢的子民；祢的恩寵既是人類唯一的希望，求祢時時保祐我們。

6 天主，祢樂於住在誠樸、正直人的心中。但願賴祢恩寵的助祐，我們也能度誠樸、正直的生活，使我們的心靈，真能成爲祢所喜愛的居所。

7

全能的天主，求祢使我們思念純正，常常嚮慕精神的美善，並能以言以行遵奉祢的旨意。

8

上主，但願世局的演變，都遵照祢正義與和平的計劃邁進；並使祢的教會不受任何干擾，常能歡欣鼓舞的侍奉祢。

9

天主，祢上智的安排永不會錯；求祢消除人間的災禍，恩賜我們萬事順遂。

10

天主，祢是一切美善的根源；求祢啓發我們尋求正理，並賴祢的助祐，而能付諸實行。

11

仁慈的天主，仰望祢的人，必獲得勇氣；我們生性軟弱，沒有祢的助祐，便一無所能。求祢俯允我們，廣施恩寵；助祐我們遵守祢的誠命；所有思言行爲，都能得到祢的歡心。

12

天主，祢從不遺棄深切愛慕祢的人；
求祢使我們永遠敬畏、愛慕祢的聖名，並
仰賴祢的聖名而生活。

13

天主，祢以恩寵化育，使我們成爲光
明之子；求祢賞賜我們，常生活在真理的
光輝中，不爲錯謬的黑暗所籠罩。

14

天主，祢因聖子謙卑自下，拯救了陷
於死亡中的人類；請使我們因生活的革新
而鼓舞；既然祢讓我們脫免罪惡的奴役，
求祢也賜予我們得享永恆的歡樂。

15

天主，祢常以真理之光照耀徬徨歧途
的人，引導他們返回正道，求祢使我們信
仰基督的人，都能尋求真理，擯棄一切有
辱信仰的事物。

16

仁慈的天主，求祢垂憐，廣賜恩寵；
使我們的信望愛三德日益真切，並能兢兢
業業，恒心遵守祢的誠命。

17

天主，仰望祢的人必蒙助祐；離開了
祢便一無保障，一無是處。求祢廣施憐憫，
使我們在祢的引導、照顧下，善用世物，
得享永生。

18

上主，求祢廣施仁慈，扶助祢的僕人們。我們深感榮幸地承認祢是創造和主宰宇宙的君王；求祢改造我們並保護我們。

19

全能永生的天主，我們能稱祢爲父，深感榮幸；求祢在我們心中培育祢義子的精神，以承受祢所預許的天堂產業。

20

天主，祢爲所愛的人準備了奇妙的真福；求祢將聖愛之火傾注我們心中，使我們愛祢在萬有之上，以獲得遠勝我們所想要的恩許。

21

天主，求祢使我們信衆團結一致，愛慕祢的誠律，期待祢的恩許；雖然處身於變幻的塵世中，而能潔身自好，一心嚮往天鄉。

22

全能的天主，萬美萬善的主宰，求祢加深我們對祢的敬愛，堅強我們的信德；並求祢在我們心中播下愛德的種子，使它發芽滋長；在祢的助祐之下，得以成熟、豐收。

23

天主，祢救贖了我們，收我們爲子女；求祢仁慈地照顧我們，使我們因信仰祢的

聖子，真能獲得心靈的自由，以繼承天國永恆的產業。

24

創造、宰制萬有的天主，求祢垂顧我們，使能以整個心靈侍奉祢，讓我們體會到祢慈愛的恩效。

25

天主，祢曾曉諭我們，「愛主、愛人」乃是祢所有誠律的中心；求祢使我們恪遵祢的誠命，日後獲享天國永生。

26

天主，祢在仁慈及寬恕方面，充分地顯示了祢的全能；求祢隨時以聖寵傾入我們心中，促使我們追求祢的恩許，來日分

享祢天國的財富。

27

全能永生的天主，祢以無限慈愛恩待我們，遠超過我們的功德和期望；求祢廣施仁慈憐憫，赦免那使我們內心不安的罪惡，賞賜我們在哀禱中所不敢希求的恩惠。

28

上主，求祢以聖寵引導我們，支援我們，使我們時時處處專務善功。

29

全能永生的天主，求祢使我們常能爽快地服從祢的旨意，爲了祢的光榮，誠懇地奉獻我們的崇敬。

30

全能永生的天主，求祢堅定我們的信德，加強我們的望德，激發我們的愛德，使我們愛慕、遵守祢的誠命，以獲得祢的恩許。

31

全能仁慈的天主，由於祢的憐寵助祐，祢的信徒們才能相稱地讚美祢，合宜地侍奉祢，求祢使我們順利尋獲祢的恩許。

32

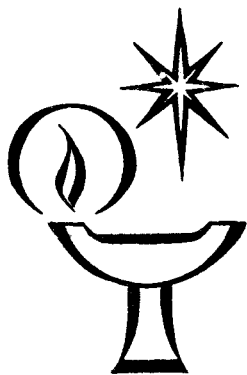
全能仁慈的天主，求祢剷除對我們不利的一切障礙，使我們能以自由的身心，遵守祢的誠命，奉行祢的旨意。

33

上主，我們的天主，求祢使我們常樂於忠誠為祢服務；因為唯有侍奉祢、萬有眞原的主宰，才能獲得永恆、圓滿的幸福。

34

天主！求祢振作我們的精神，使我們以全副熱忱，善用祢的聖寵，多蒙祢的救援。



常年期讚美詩

晨禱、晚禱讚美詩均見聖詠集

日間祈禱

午時

午前

一、至聖聖神，

敬請翩然光臨，

偕聖父及聖子，

充滿我心。

二、口舌與心靈讚頌聖神；

五官與活力同聲歌吟，

燃起愛的烈火，

照亮別人。

三、回歸天父靠祢接引，

追隨聖子也是祢的大恩，

我們永遠相信，

祢是父與子的真神。阿們。

一、上主施大能，萬物化生，

宇宙的千變萬化，

早晨的曙光，

午時的太陽，

莫不唯命是從。

二、全能的造物主，

求祢消滅邪惡的火燄，

剷除人間的紛爭，

賜我形體安康，

心靈享受真正的和平。

三、至仁至慈的聖父，

同性同體的聖子，

二者與聖神共融，

統治大地人類，

萬世無窮。阿們。

午後

一、生命有磐石，
永恆的上主，
時序雖常變，
祢的慈光，
却時常照耀萬物。

二、黃昏已近，
我心無所求，
只嚮往救主，
助祐我得到善終，
賜我永享天福。

三、聖父聖子聖神，
統治萬有的上主，
不分大小先後，
萬世萬代，
同享榮福。阿們。



常用經文

序經

這是每天日課開始應先念的禱詞，然後再念「誦讀日課」或「晨禱」。

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

然後念「聖詠九四首」及其「對經」。先以對經開始，然後在每一詩節後重複對經。個人誦念日課時，只在念聖詠前念一次對經即可，不必在每一詩節後重複。

聖詠第九四首可由聖詠第九九、六六或二、三首取代。但如果取代聖詠第九四首的聖詠在繼續念下去的日課中出現，則應念聖詠九四首。

1 常用經文

常年期主日及平日的「對經」，見聖詠集。季節專用的對經，則見季節專用部份

。為了方便起見，特將較多用的對經排印於下。

節日及慶日的對經則見本日專用部份或「通用部份」。紀念日，除有專用對經外，則取用「通用部份」或平日或季節的對經。

序經對經

季節專用

將臨期

截至十二月十六日：請大家前來朝拜主！

即將來臨的君王。

自十七日至廿三日：主已經來近了，請大

家前來朝拜。

聖誕期

主顯節前：基督爲我們誕生了，請大家前

來朝拜。

主顯節後：基督出現在我們面前，請大家前來朝拜。

四旬期

包括聖週：主基督爲我們接受了考驗和苦難，請大家前來朝拜。

任選，聖週除外：你們今天要聽從上主的聲音，不要固執倔强。

復活期

升天節前：主眞復活了，阿肋路亞。

升天節後：主基督許給我們派遣聖神，請大家前來朝拜。

常年期

第一及第三週

主日：請大家前來向上主歡呼，向拯救我們的天主歌舞。

星期一：請大家一起到上主面前感恩讚頌。

星期二：請大家前來朝拜偉大的君王上主。

星期三：請大家前來朝拜，創造我們的上主。

星期四：請大家前來朝拜上主，因爲他是我們的天主。

星期五：請大家讚美天主，因爲祂的慈愛永遠常存。

星期六：大地和地上的萬物屬於上主，請大家前來朝拜。

第二及第四週

主日：我們是上主的子民，是祂牧場的羊羣，請大家前來朝拜。

星期一：請大家向上主歌唱聖詩，歡呼吟詠。

詠。

星期二：請大家前來朝拜偉大的天主、上主。

星期三：普世大地，請向天主歡呼，興高

彩烈地事奉上主。

星期四：請到上主面前謳歌歡呼。

星期五：上主良善寬仁，請讚美祂的聖名。

星期六：請大家聽從上主的聲音，進入祂的安居之所。

聖詠九四

「只要還有今天在，你們要天天彼此勸勉

。」（希三，13）

（先念對經並重複一次）

請大家前來，向上主歡呼，

向拯救我們的磐石歌舞。

一齊到祂面前感恩讚頌，

向祂歌唱聖詩，歡呼吟詠。（對經）

因為上主是崇高的天主，

是超越諸神的偉大君王；

大地深淵都在祂的手中，

高山峻嶺都是祂的化工。

海洋屬於祂，因為是祂所創造，

陸地屬於祂，因為是祂所形成。（對經）

請大家前來叩首致敬，

向造我們的天主跪拜，

因為祂是我們的天主，

我們是祂牧養的子民，

是祂親手領導的羊羣。（對經）

你們今天要聽從祂的聲音：

不要像在默黎巴那樣心硬，

不要像在曠野中瑪撒那天，

你們的祖先看到我的工作，

在那裏仍然試探我、考驗我。（對經）

我四十年之久厭惡那一世代，

我曾說：這個民族冥頑不靈，

他們不肯承認我的道路；

因此，我在盛怒之下起誓說：

他們絕不得進入我的安居之所。(對經)

願光榮歸於父、及子、及聖神，

起初如何，今日亦然，直到永遠。阿

們。(對經)

每一時辰開端詞

領：天主，求祢快來拯救我。

答：上主，求祢速來扶助我。

領：願光榮歸於父、及子、及聖神，

答：起初如何，今日亦然，直到永遠

。阿們。(阿肋路亞)

以上開端詞在下列情形則省略：(1)如果念「序經」；(2)如果是在一時辰之後立刻接念另一時辰。

福音聖歌

以下兩首聖歌用於每日日課中，前者用於「晨禱」，後者用於「晚禱」。

讚主曲 (匝加利讚美詩) 路一，68 / 79

(默西亞與祂的前驅)

請讚美上主、以色列的天主，※

因為祂眷顧了祂的子民，

拯救了祂的民族；

祂在自己僕人達味的家中，※

為我們興起了一位大能的救主，

正如祂曾藉眾聖者的口說過，※

就是藉祂歷代的先知所作的許諾：

一位救主將救我們脫離敵手，※

使我們擺脫仇人的掌握。

祂向我們的祖先廣施慈恩，※

祂常念及祂的神聖盟約。

祂曾向我們的先祖亞巴郎立誓：※

賜我們脫離敵手，無憂無懼，

生活聖潔，行為正直，※

虔誠事主，終身不渝。

至於你我兒，你將稱爲至高者的先知，※
你要作主的前驅，爲祂預備道路。

使祂的百姓認識救恩，※
使他們的罪得到寬恕。

這是出於我們天主的慈懷，※
令旭日從高天向我們照耀，

光照那坐在黑暗中、死影下的人羣，※
引領我們的脚步，走上平安的道路。

願光榮歸於父：

謝主曲（瑪利亞的讚美詩）路一，46 / 55

我的靈魂頌揚上主，※

我的心靈歡躍於我的救主、天主。

因爲祂垂顧了祂卑微的使女，※

今後萬代的人都要稱我有福。

全能者給我作了奇事，※

祂的名號何其神聖。

祂對敬畏祂的人們，※
廣施慈愛，千秋萬世。

祂運用手臂，大施神威，※
把心高氣傲的人擊潰。

祂從高位上推下權貴，※
却提拔了弱小卑微。

祂使饑餓者飽饜美味，※
却使富有者空手而回。

祂扶助了祂的僕人以色列，※

因爲祂常念及自己的仁慈。

正如祂曾應許我們的先祖：※

永久眷顧亞巴郎和他的家族。

願光榮歸於父：

西默盎讚美詩

路二，29 / 32

（基督是萬民之光，以色列的榮耀）

上主，現在可照祢的話，

放祢的僕人平安去吧！

因為我已目睹，※

祢為萬民準備的救主：

就是啓示列邦的光明，※

以色列子民的光榮。

天主經

晨禱與晚禱中，念完禱詞後結束禱詞前，應念天主經。開始前可加念簡短導言，如彌撒中的：「我們既遵從救主的訓示，又承奉祂的教導，才敢說：」或其他類似語句。

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。

念天主經以後，立刻念「結束禱詞」

，不念「請大家祈禱」。常年期平日日課的「結束禱詞」均見聖詠集；其他時期日課，則見專用部份。

結束禱詞

結束禱詞在「誦讀日課」、「日間祈禱」、「夜禱」中以「請大家祈禱」開始。在「晨禱」與「晚禱」中則省略之。

晨禱與晚禱用長式結束語：

以上所求是靠祢的子，我們的主天主、耶穌基督，祢和祢及聖神，永生永王。

（如果直接向基督祈禱，則結束語如

下：）

祢是天主，和聖父及聖神，永生永王。

（如果禱詞結束部份提到基督，則結

束語如下：）

祢是天主，和祢及聖神，永生永王。

其他時辰則用短式結束語：

以上所求，是靠我們的主基督。

（如果直接向基督祈禱，則結束語如下：）

祢是天主，永生永王。

（如果禱詞結束部份提到基督，則結

束語如下：）

祂是天主，永生永王。

將臨期、聖誕期、四旬期、復活期中

每日的專用禱詞用作每時辰的結束禱詞，

夜禱除外。常年期主日的專用禱詞也是如

此；但常年期平日的結束禱詞均見聖詠集。

聖人慶日和節日的專用禱詞用作每時

辰的結束禱詞，但夜禱除外。聖人紀念日

的專用禱詞只用作晨禱與晚禱的結束禱詞。

晨禱與晚禱

（如日課由神父或執事主持，同時並不立刻接念其他部份，則用以下方式

結束：）

領：願主與你們同在。

答：也與你的心靈同在。

領：願全能的天主、聖父、聖子、聖

神降福你們。

答：阿們。

（遣散詞）

領：祝大家平安！

答：感謝天主。

（如果無神父或執事主禮，或者個人

誦念日課時，則結束如下：）

願全能的天主降福我們，保護我們免於災

禍，引導我們到達永生。阿們。

結束詞

日間祈禱

（如不接念其他部份，或至少在公念

日課時，結束如下：）

領：請讚美上主。

答：感謝天主。

夜禱

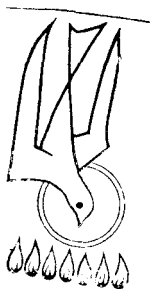
（降福式結束如下：）

願全能的上主使我們圓滿地結束這一

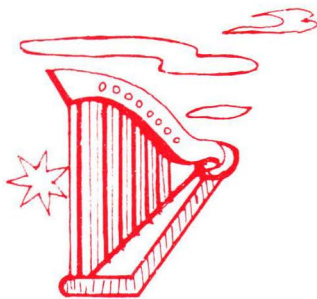
天，恩賜我們一夜平安。

答：阿們。

（降福後以聖母曲作結束）



聖詠集



除日間祈禱之對經外，季節專用對經皆印於聖詠集中。平日如無指定季節專用對經，則用每首聖詠前之第一端對經（宋體）。主日晨禱、晚禱之常年期用對經皆用宋體印出，其他季節專用則以正體印出。

第一週：主日

第一晚禱

領：天主，求祢快來拯救我。上主，求祢

速來扶助我。願光榮歸於父。起初如

何。（*阿肋路亞）。

* 四旬期內不唸

讚美詩

一、上主，

祢創造萬有，

統治宇宙，

祢使白晝燦爛光輝，

黑夜適於安歇，

讓勞作者安眠無憂。

二、當體力恢復時，

再負起工作的擔子，

繼續向前走。

仁慈的上主，

減輕我心靈的疲勞，

解除焦慮和憂愁。

三、日光流逝，

又近黃昏，

我們舉心向上，

歌唱頌禱，

求祢大發慈悲，

接引罪人回頭。

四、我們全心歌頌，

我們同聲呼求，

獻出聖潔的愛心，

獻出赤子的思慕，

在上主面前，

敬拜叩首。

五、白日盡，夜將臨，

信德無所懼，

信德無所憂；

上主的光明，

照耀不分晝夜，

溫暖在心頭。

六、至仁至慈的天父，

俯聽我們的哀求，

偕聖子及聖神，

掌管天地萬物，

同享福樂，

永無盡頭。 阿們。

聖詠吟唱

聖詠一四〇，179：急難中的

祈禱

「乳香的烟與聖徒的祈禱，由那位天使的手中升到天主面前」（默八，4）。

對經一

常年期：上主，願我的祈禱上升到祢

台前，在祢面前有如馨香。

將臨期：請向萬民宣佈說：請看，我

們的救主天主即將來臨。

四旬期：第一主日：上主，我們的天

主，願我們謙卑、懺悔的心

蒙祢悅納，願我們今天所作

的祭獻也博得祢的歡心。

四旬期：第五主日：我要把我的法律

寫在他們心中；我將作他們

的天主，他們將作我的子民。

復活期：願我雙手向祢高舉，有如獻

上晚祭，阿肋路亞。

上主，我向祢呼求，請快來拯救我，※

我向祢呼求，請俯聽我的禱聲。

願我的祈禱上升到祢台前，十

在祢面前有如馨香，※

願我的雙手高舉，有如晚間的祭獻。

上主，求祢看守我的口唇，※

防衛我的唇舌。

不要讓我的心偏向邪惡，+

與罪人同流合污，※

不要讓我分食他們的美味。

義人打擊我，責斥我，是出於仁愛，※

但不要用罪人的油敷我的頭。

罪人雖然作惡多端，※

我的祈禱仍不間斷。

他們的首領拋落在懸崖時，※

他們才體會到我的話如何甘飴。

他們的骸骨分散在陰府門口，※

好像耕作時翻起的碎土。

上主、天主，我的眼睛仰望祢，※

我投靠祢，不要把我拋棄。

求祢保護我，遠離仇人的羅網，※

逃脫惡人的陷阱。

願光榮歸於父，及子及聖神。※

起初如何，今日亦然，直到永遠。阿們。

除另有說明外，照常例每篇聖詠和聖

歌，都應加念「願光榮歸於父」。

對經一

常年期：上主，願我的祈禱上升到祢

台前，在祢面前有如馨香。

將臨期：請向萬民宣佈說：請看，我們

的救主天主即將來臨。

四旬期：第一主日：上主，我們的天

主，願我們謙卑、懺悔的心蒙

祢悅納，願我們今天所作的

祭獻也博得祢的歡心。

四旬期：第五主日：我要把我的法律

寫在他們心中；我將作他們

的天主，他們將作我的子民。

復活期：願我雙手向祢高舉，有如獻

上晚祭，阿肋路亞。

聖詠一四一：上主，祢是我的避

難所。

「這一切在主受苦受難時都應驗了」

（聖怡樂）

四旬期：第五主日：我只以認識我主

耶穌基督為至寶，其他一切

我都視為糟粕。

復活期：為了使我讚頌祢的名，祢把

我從牢獄中救出，阿肋路亞。

我大聲向上主呼號，※

我高聲向上主祈禱。

在祢面前傾吐我的哀怨，※

訴說我的苦難。

我的精神萎靡不振時，※

唯有祢認識我的途徑。

在我所走的道路上，※

惡人給我佈下羅網。

我左右觀看，沒有人認識我，※

我走投無路，也沒有人尋找我。

上主，我向祢呼號說：十

對經二

常年期：上主，祢是我的避難所，在

這人世間，祢是我的福分。

將臨期：請看，上主即將來臨，所有

聖人也都伴隨著祢，那一天

將有巨光出現，阿肋路亞。

四旬期：第一主日：那時，你呼求上

主，祢就俯聽；你向祢哀號

，祢必會說：我在這裏。

「祢是我的避難所，※

在這人世間，祢是我的福分。」

求祢俯聽我的哀號，※

因為我實在無依無靠。

求祢從迫害我的手中拯救我，※

因為他們强悍有力，遠超過我。

求祢領我出離監牢，※

讓我讚美祢的名號。

祢厚待我的時候，※

義人也必擁護我。

對經二

常年期：上主，祢是我的避難所，在

這人世間，祢是我的福分。

將臨期：請看，上主即將來臨，所有

聖人都伴隨著祂，那一天

將有巨光出現，阿肋路亞。

四旬期：第一主日：那時，你呼求上

主，祂就俯聽；你向祂哀號

，祂必會說：我在這裏。

四旬期：第五主日：我只以認識我主

耶穌基督為至寶，其他一切

我都視為糟粕。

復活期：為了使我讚頌祢的名，祢把

我從牢獄中救出，阿肋路亞。

聖歌斐二 6 / 11：論基督，天主

的僕人

對經三

常年期：主耶穌自謙自卑，因此，天

主高高舉揚祂。

將臨期：上主將在威能顯赫中來臨，

凡有血肉的都將看見祂的光

榮。

四旬期：第一主日：基督為我們的罪

而死，是義者代替不義者而死，為把我們獻於天主；祂肉體雖被處死，神魂仍然活著。

四旬期：第五主日：祂雖然是天主子

，仍然從所受的苦難中學習了服從。

復活期：祂雖然是天主子，仍然從所

受的苦難中學習了服從，成為所有服從祂的人永遠得救的根源，阿肋路亞。

耶穌基督雖具有天主的形體，※

却沒有將自己與天主同等的地位，

把持不捨。

反而空虛自己，取了奴僕的形體，※
降生成人，與人相似。

形態完全與人一樣，※

祂自謙自卑，服從至死，

且死在十字架上。

因此，天主高高舉揚了祂，※

賜給祂一個名號，超越一切名號；

使天上、人間和地下的一切，※

一聽耶穌的名號，都屈膝叩拜。

眾口同聲都明認耶穌基督為主，※

以光榮天主聖父。

對經三

常年期：主耶穌自謙自卑，因此，天

主高高舉揚祂。

將臨期：上主將在威能顯赫中來臨，

凡有血肉的都將看見祂的光

榮。

四旬期：第一主日：基督為我們的罪

而死，是義者代替不義者而

死，為把我們獻於天主；祂肉體雖被處死，神魂仍然活著。

四旬期：第五主日：祂雖然是天主子，仍然從所受的苦難中學習了服從。

復活期：祂雖然是天主子，仍然從所受的苦難中學習了服從，成為所有服從祂的人永遠得救的根源，阿肋路亞。

簡短讀經

羅一一，33-36

啊！天主的富饒、上智和知識，是多麼高深！祂的決斷是多麼不可測量！祂的道路是多麼不可探索！有誰知道上主的心意？或者，有誰當過祂的顧問？或者，有誰先施恩於祂，而希望祂還報呢？因為萬

物都出於祂，依賴祂，而歸於祂。願光榮歸於祂，直到永遠！阿們。

短對答詠

領：上主，祢的工程何其浩繁。

答：上主：

領：萬有都是出於祢的智慧。

答：何其浩繁。

領：願光榮歸於父：

答：上主：

謝主曲對經 見季節專用經文

禱詞

聖父、聖子和聖神是唯一天主，我們現在一起光榮祂，謙恭地懇求祂：

上主，求祢助祐我們。

至聖上主，全能的父，求祢使我們的世界充滿正義，

也使祢的子民，度和平、幸福的生活。

求祢使萬民都進入祢的天國，

—使所有的民族都能獲得救恩。

求祢使所有夫妻都順從祢的聖意，常享平

安，

—使他們相親相愛，永不間斷。

上主，求祢報答我們的恩人，

—也賞賜他們永生的歡樂。

求祢憐憫那些因仇恨和戰亂而喪生的人，

—使他們進入天鄉，永享平安。

我們的天父：

結束禱詞 見季節專用經文

結束詞 見常用經文

對經：請大家前來向上主歡呼，向拯

救我們的天主歌舞，阿肋路亞。

聖詠第九四首，見3頁

誦 讀

領：天主，求祢快來拯救我。願光榮歸於

父。起初如何。（阿肋路亞）。

（如念序經，則省去此開端詞）

讚美詩 夜間或清晨用

一、太初第一天，

天主創造宇宙；

一週第一日，

救主復活，

驅逐人間黑暗，

拯救我們脫離死亡。

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

二、擺脫睡魔，

奮發自強，

求主伸援手，

劃破漫漫長夜，

東方既白，

迎接天上的光芒。

三、掃蕩罪惡，

世間充滿希望，

人生苦短，

分秒必爭；

在此寧靜的時光，

讓我們向上主歌唱。

四、求賜天上的恩寵，

永生的希望；

並願父子聖神

同受讚揚，

共享福樂，

萬世無疆。阿們。

日間用

一、耶穌，祢選擇了這神聖的日子，

以復活的光輝，

美化天地，

光照待救的子民。

二、求祢今天廣施救恩，

復活我們的靈魂，

日後征服死亡，

也復活我們的肉身。

三、基督，我們將列隊迎接，

望著祢乘雲降臨；

要永遠與祢生活在一起，

祢是復活——生命的大本。

四、我們要瞻仰祢的慈顏，

親近祢的心神；

真光與寬仁，

同享同分。

五、基督，祢使我們回歸聖父，

充滿聖神的七恩，

與祢同在，

永遠歡欣。

六、至聖聖三的尊威，

萬古常新，

大慈大悲，

福祐萬民。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一：兩種人的道路

「仰望十字架而浸入水中的，是有福的。」

（第二世紀佚名作者）

對經一

將臨期：請看，至高的君王掌握大

權，要降來拯救萬民。阿肋

路亞。

復活期：阿肋路亞，石頭已從墓穴門

口移開。阿肋路亞。

其他時期：主的十字架顯示出是生

命樹。

不隨從惡人的計謀，不與罪人同路，※

不與譏諷者爲伍的人，真是有福。

他喜愛上主的誠命，※

晝夜默想祂的法令。

他好像種在溪畔的樹木，十

按時結果，枝葉常青，※

所作所爲，順利成功。

惡人並不如此，※

他們好像被風吹散的糠粃。

審判之日，惡人決站立不住，※

罪人在義人中間也不能立足。

因爲上主賞識義人，※

邪惡的人必自趨沈淪。

對經一

將臨期：請看，至高的君王掌握大

權，要降來拯救萬民。阿肋路亞。

復活期：阿肋路亞，石頭已從墓穴門口移開，阿肋路亞。

其他時期：主的十字架顯示出是生命樹。

聖詠二：默西亞是君王，是勝利者
「他們聚集起來，反對祢的聖僕人耶穌，
反對祢的受傅者。」（宗四，27）

對經二

將臨期：耶路撒冷的女兒，歡樂吧！
你的君王將為你而駕臨。熙
雍，不要怕，因為你的救援
就要來到。

復活期：阿肋路亞，婦人，你在找
誰？是在死人中活著的那一
位嗎？阿肋路亞。

其他時期：我在熙雍祝聖了我的君
王。

列國爲什麼囂張？※
萬民爲什麼妄想？

地上的列王齊集一堂，十
諸侯也聚首相商，※

反抗上主，反抗祂的受傅者：

「我們要掙開他們的枷鎖，※
擺脫他們的束縛！」

那坐在天上者，在向他們冷笑，※
上主在對他們熱嘲。

祂在震怒下向他們發言，※
祂的氣憤使他們心驚膽戰：

「我在熙雍、我的聖山之上，※
已經封立了我的君王。」

我要傳報上主的聖旨：+
上主對我說：「祢是我的兒子，※

我今日生了祢。」

祢向我請求，

我就將萬民賜祢掌管，※

使整個世界歸祢統治。

祢要用鐵杖粉碎他們，※

就像打破陶匠的瓦器一樣。」

衆王侯，你們要覺悟，※

大地掌權者，你們要留心受教；

要以敬畏的心事奉上主，※

戰戰兢兢向祢叩拜；

否則，祢若動怒，※

你們必毀滅在中途。

祢的怒火一觸即發，※

然而，投靠祢的人真是有福。

對經二

將臨期：耶路撒冷的女兒，歡樂吧！

你的君王將為你而駕臨，熙

雍，不要怕，因為你的救援就要來到。

復活期：阿肋路亞，婦人，你在找

誰？是活在死人中的那一位

嗎？阿肋路亞。

其他時期：我在熙雍祝聖了我的君

王。

聖詠三：上主是我的保護者

「他躺下安眠，又醒起來，因為上主扶持

了他。」（聖宜仁）

對經三

將臨期：我們都要洗心革面，迎接至

高君王的降臨：因為祢即將

到來，不會遲延。

復活期：阿肋路亞。瑪利亞，不要哭

了！主已復活了。阿肋路

亞。

其他時期：上主，祢是我的盾牌，是

祢使我抬起頭來。

上主，我的敵人何其衆多？※

成羣結隊來攻擊我。

好多人曾議論我說：※

「天主決不會幫助他。」

上主，祢却是保護我的盾牌，※

我的榮耀，是祢使我抬起頭來。

我向上主大聲疾呼，※

祂便從聖山俯聽我的哀訴。

我躺下安眠，又醒起來，※

因爲上主扶持了我。

縱有千萬人向我進攻，※

我一點也不驚恐。

上主，求祢起來，※

我的天主，求祢救我；

因爲祢掌擊了我仇敵的面頰，※

打掉了惡人的門牙。

救恩屬於上主，※

願祢的子民蒙受祝福。

對經三

將臨期：我們都要洗心革面，迎接至

高君王的降臨：因為祂卽將

到來，不會遲延。

復活期：阿肋路亞。瑪利亞，不要哭

了！主已復活了。阿肋路

亞。

其他時期：上主，祢是我的盾牌，是

祢使我抬起頭來。

常年期

領：要讓基督的話充分地存在你們內。

答：以各種智慧彼此教導規勸。

其他時期領答句見季節專用經文

誦讀及結束禱詞均見季節專用部份

晨 禱

領：天主，求祢快來拯救我。願光榮歸於

父。起初如何。（阿肋路亞。）

（如念序經，則省去以上開端詞）

流浪的人羣，

不再誤入迷途。

四、鷄鳴再起時，

航海者重新振作，

風浪逐漸平復；

教會的磐石聖伯鐸，懺悔痛哭。

五、耶穌，垂憐我罪人，

救我出迷途；

只要祢一回顧，

罪惡即將解除。

六、祢是我的光明，

照耀我心神，

將惡夢驅除；

我要詠詩讚頌上主。

七、基督，

大慈大悲的君王，

與聖父聖神，

讚美詩

一、永恆的造物主，

祢使晝夜運轉，

季節常變遷，

多采多姿少痛苦。

二、晨鷄報曉，

旭日東方出，

給夜行人一綫光亮，

宛如守夜的更夫。

三、晨星初現，

黑暗即將消除，

世世代代，
同享榮福。阿們。

聖詠吟唱

聖詠六二，279：靈魂渴慕上

主

「放棄黑夜的行為，早起尋求上主。」

對經一

常年期：天主，我急切尋求祢，想要

看到祢的威能。

將臨期：那一天，山嶽必將滴下醇酒

，丘陵定要流下乳蜜，阿肋

路亞。

四旬期：第一主日：上主，我要一生

一世讚頌祢，我要因祢的名

高舉雙手。

四旬期：第五主日：我的天主，祢是
我的援助者。

復活期：誰渴了，將會領取免費的生
命之水，阿肋路亞。

天主，祢是我的天主，※

我急切尋求祢！

我的靈魂渴慕祢，我的肉身切望祢，※
好像一塊乾涸無水的田地。

我在聖殿裏會這樣仰瞻過祢，※
想要看到祢的威能和祢的榮光。

因為祢的慈愛比生命更爲寶貴，※
我的唇舌稱揚讚頌祢。

我要一生一世這樣讚美祢，※
我要奉祢的名把雙手舉起。

我的靈魂好像飽饜了膏脂，※
我要以歡愉的口唇讚美祢。

我在床上想起了祢，※
徹夜不眠地思念着祢。

因為祢作了我的助祐，※

我在祢護翼之下歡舞。

我的心神緊緊地追隨祢，※

祢的右手時時扶持我。

對經一

常年期：天主，我急切尋求祢，想要

看到祢的威能。

將臨期：那一天，山嶽必將滴下醇酒

，丘陵定要流下乳蜜，阿肋

路亞。

四旬期：第一主日：上主，我要一生

一世讚頌祢，我要因祢的名

高舉雙手。

四旬期：第五主日：我的天主，祢是

我的援助者。

復活期：誰渴了，將會領取免費的生

命之水，阿肋路亞。

聖歌

達三，57 / 88，56：一切

受造物應歌頌上主

「天主的眾僕人，請讚美我們的天主。」

（默一九，5）

對經二

常年期：三人在火窖中同聲歌頌讚美

說：上主應受讚美，阿肋路

亞。

將臨期：羣山必在上主面前引吭高歌

，茂林都要鼓掌歡慶，因為

上主即將來臨，建立永遠的

王國，阿肋路亞。

四旬期：第一主日：你們要永遠謳歌

，讚頌天主。

四旬期：第五主日：求祢用祢的奇能

拯救我們，救我們擺脫死亡的掌握。

復活期：海洋和水泉，請朝拜創造天地的上主，阿肋路亞。

上主的一切化工，請讚美上主，※
稱揚歌頌祂，直到永遠。

上主的天使，請讚美上主，※
層層高天，請讚美上主。

天上所有的水，請讚美上主，※
上主的軍旅，請讚美上主。

太陽和月亮，請讚美上主，※
天上的星辰，請讚美上主。

一切雨露，請讚美上主，※
所有的風，請讚美上主。

火與熱，請讚美上主，※
寒與暑，請讚美上主。

露和霜，請讚美上主，※

凍和冷，請讚美上主。

冰和雪，請讚美上主，※
夜和晝，請讚美上主。

光明和黑暗，請讚美上主，※
閃電和雲彩，請讚美上主。

願大地讚美上主，※
稱揚歌頌祂，直到永遠。

山嶽和丘陵，請讚美上主，※
地上所有的生物，請讚美上主。

清泉水源，請讚美上主，※
海洋江河，請讚美上主。

鯨魚和水中所有的生物，請讚美上主，※
天空所有的飛鳥，請讚美上主。

所有野獸和家畜，請讚美上主，※
普世人類，請讚美上主。

以色列子民，請讚美上主，※
稱揚歌頌祂，直到永遠。

上主的衆祭司，請讚美上主，※
上主的衆僕人，請讚美上主。

義人的心靈，請讚美上主，※

聖者和心謙的人，請讚美上主。

阿納尼雅，阿匝黎雅和米沙耳，

請讚美上主，※

稱揚歌頌祂，直到永遠。

我們要讚美父、子和聖神，※

稱揚歌頌祂，直到永遠。

上主，祢在穹蒼之上，應受讚美，※

應受稱讚，應受光榮，應受頌揚，

直到永遠。

此詩歌後，不加念「願光榮歸於父」

對經二

常年期：三人在火窖中同聲歌頌讚美

說：上主應受讚美，阿肋路

亞。

將臨期：羣山必在上主面前引吭高歌

，茂林都要鼓掌歡慶，因為

上主即將來臨，建立永遠的

王國，阿肋路亞。

四旬期：第一主日：你們要永遠謳歌

，讚頌天主。

四旬期：第五主日：求祢用祢的奇能

拯救我們，救我們擺脫死亡

的掌握。

復活期：海洋和水泉，請朝拜創造天

地的上主，阿肋路亞。

聖詠一四九：諸聖賢士的歡樂

「教會的子女，新民族的子女將因他們的

君王基督而歡欣踴躍。」（海西邱）

對經三

常年期：願熙雍子民，因他們的君王

而歡樂，阿肋路亞。

將臨期：請看，有一位大先知耶穌來

臨，祂將親自重建耶路撒冷

，阿肋路亞。

四旬期：第一主日：上主喜愛祂的子

民，祂將使善良的人榮獲救

恩。

四旬期：第五主日：人子受光榮的時

刻已經來到。

復活期：所有聖者都將因祂的榮耀而

歡欣鼓舞，阿肋路亞。

請你們向上主高唱新歌，※

在聖民的集會中向祂祝賀。

願以色列因他們的創造者而喜悅，※

願熙雍子民因他們的君王而歡樂。

願他們舞蹈讚美祂的聖名，※

願他們擊鼓彈琴向祂歌詠。

因為上主喜愛祂的人民，※

把勝利賜給謙卑的人。

願聖徒在所受的光榮中喜慶，※

在床榻上歡呼高詠。

願他們的口充滿頌揚天主的歌聲，※

願雙刃的寶劍掌握在他們手中，

向外邦人復仇雪恨，※

嚴厲懲罰列國異民。

用鎖鏈捆起他們的國君，※

用鐐銬鎖住他們的縉紳；

向他們施行經上記載的判斷，※

這是祂所有聖徒的光榮。

對經三

常年期：願熙雍子民，因他們的君王

而歡樂，阿肋路亞。

將臨期：請看，有一位大先知耶穌來

臨，祂將親自重建耶路撒冷

，阿肋路亞。

四旬期：第一主日：上主喜愛祂的子

民，祂將使善良的人榮獲救

恩。

四旬期：第五主日：人子受光榮的時

刻已經來到。

復活期：所有聖者都將因祂的榮耀而

歡欣鼓舞，阿肋路亞。

簡短讀經

默七，10，12

救恩來自那坐在寶座上的我們的天主，並來自羔羊！願讚頌、光榮、智慧、稱謝、尊威、權能和勇毅，全歸於我們的天主，至於無窮之世。阿們。

短對答詠

領：基督，永生天主之子，求祢垂憐

我們。

答：基督：

領：坐在聖父之右者。

答：求祢垂憐我們。

領：願光榮歸於父：

答：基督：

讚主曲對經 見季節專用經文

禱詞

主基督是我們的白晝和太陽，祂光照眾人，祂的光永不消失；我們現在同聲歡呼讚

頌祂：

主，祢是我們的生命和救援。

日月星辰的創造者，祢以慈愛賞賜我們又能享受今天旭日的光輝，我們感謝祢，

——我們也紀念祢的復活。

求祢的聖神今天教導我們奉行祢的旨意，

——願祢的智慧時常引導我們。

求祢使我們滿心喜樂地參與主日彌撒——天

主子女們的聚會，

——以祢的聖言和祭台上的聖體、作我們的

飲食。

我們的心靈深深感謝祢，

——感謝祢無數的恩惠。

我們的天父：

結束禱詞 見季節專用經文

結束詞 見常用經文

日間祈禱

領：天主，求祢快來拯救我。願光榮歸於

父。起初如何。（阿肋路亞。）

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠 一一七：歡樂和得救的

歌聲

「這就是你們匠人棄而不用，反成了屋角的基石。」（宗四，11）

對經一：我們要投奔上主，因為祂的

仁慈永遠常存，阿肋路亞。

將臨期、聖誕期及四旬期對經見季節

專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

壹

請你們頌謝上主，因為祂美善寬仁，※

祂的慈愛永遠常存。

願以色列子民說：※

上主的慈愛永遠常存。

願亞郎的家族說：※

上主的慈愛永遠常存。

願敬畏上主的人說：※

上主的慈愛永遠常存。

我在急難中呼求上主，※
祂俯聽了我，將我救出。

上主在我身邊，我無恐無懼，※

世人對我又能如何？

上主在我身邊，作我的助祐，※

我必見到我的仇人蒙羞。

投奔上主，※

勝過依賴世人；

投奔上主，※

勝過依賴權貴。

對經一：我們要投奔上主，因為祂的

仁慈永遠常存，阿肋路亞。

貳

對經二：上主是我的力量，我的歌詠，

阿肋路亞。

縱然萬民都來圍困我，※

我必能以上主的名把他們消滅。

縱然他們由四方來圍困我，※

我也必能以上主的名把他們消滅。

縱然他們猶如黃蜂一般的圍困我，+

好似荆棘中焚燒的烈火，※

我也必能以上主的名把他們消滅。

雖然他們用力推我，想把我推倒，※

但是上主必前來扶持我。

上主是我的力量，我的歌詠，※

上主是我的救主。

在義人居住的帳幕中，※

響起了勝利的歡呼聲；

上主的右手獲得了勝利！+

上主的右手把我高高舉起，※

上主的右手獲得了勝利。

我不至於死，我要生存，※

我要宣揚上主的化工。

上主懲罰我嚴厲非常，※

但沒有把我交於死亡。

對經二：上主是我的力量，我的歌詠，

阿肋路亞。

叁

對經三：上主，我感謝祢，因為祢應

允了我，阿肋路亞。

請給我敞開正義之門，※

我要進去向上主謝恩。

正義之門屬於上主，※

只有義人才能進入。

我稱謝祢，因為祢俯允了我，※

將祢的救恩賜給了我。

匠人棄而不用，的廢石，※

反而成了屋角的基石。

這是上主的作為，※

在我們眼中神奇莫測。

這是上主選定的一天，※

我們要歡欣鼓舞。

上主！求祢救助，※

上主，求祢賜福。

奉主名而來的，當受讚美，※

我們從上主的殿內向你們祝福。

上主是天主，祂給了我們光明，※

請帶着樹枝，向祭壇列隊前進。

祢是我的天主，我稱謝祢，※

祢是我的天主，我頌揚祢。

請你們頌謝上主，因為祂美善寬仁，※

祂的慈愛永遠常存。

對經三：上主，我感謝祢，因為祢應

允了我，阿肋路亞。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

若壹，四，16

我們認識了，也相信了天主對我們所懷有的愛。天主是愛，那生活在愛內的，

就是生活在天主內，天主也生活在他內。

領：天主，求祢使我的心傾慕祢的律例。

答：求祢按照祢的道路賜我生命。

午時

簡短讀經

迦六，8

那隨從肉情播種的，必由肉情收穫敗壞；然而那隨從聖神播種的，必由聖神收穫永生。

領：上主，祢的聖言永遠常存，

答：祢的真誠世世流傳。

午後

簡短讀經

迦六，9-10

我們行善不可厭倦；如不鬆懈，到了適當的時節，必可收穫。所以，我們一有

機會，就該向衆人，尤其向有同樣信德的家人行善。

領：上主，我全心呼求了祢，祢也應允了我，

答：我要遵守祢的法律。

結束禱詞 見季節專用經文

結束詞 見常用經文

第二晚禱

領：天主，求祢快來拯救我。願光榮歸於

父。起初如何。（阿肋路亞。）

讚美詩

一、創造光的天主，

祢使白晝大放光明，

在新光的照耀下，
開始創造宇宙的工程。

二、自清晨到黃昏，

白晝是祢命名；

在這夜幕低垂時，

俯聽我們的禱聲。

三、當我們忘掉永生，

沉溺在罪惡中，

求祢伸出援手，

別讓我們失落生命。

四、天國爲我們開啓，

爭取永恒的光榮；

逃避邪惡的遭遇，

罪污皆洗淨。

五、至仁至慈的天父，

同性同體的聖子，

二者與聖神共融，

統治天地，

萬世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一一〇，175，7：默西

亞是君王也是祭司

「基督必須為王，直到把一切仇敵屈伏在
祂的脚下。」（格前一五，25）

對經一

常年期：上主由熙雍伸出祂的權杖，

祂要永遠為王，阿肋路亞。

將臨期：熙雍女子，你要盡情歡樂；

耶路撒冷女子，你要踴躍歡

呼，阿肋路亞。

四旬期：第一主日：你要朝拜上主、

你的天主，只應侍奉祂。

四旬期：第五主日：正如梅瑟在曠野

裏舉起了銅蛇，人子也必將被人舉起。

復活期：主復活了，祂坐在天主的右

邊，阿肋路亞。

上主對我主起誓說：「祢坐在我的右邊，※等我使祢的仇敵，做祢的腳橈。」

上主自熙雍伸出祢的權杖，※

祢要在祢仇敵中統治爲王。

在聖山上，祢誕生之日，王位就屬於祢，※我已發生了祢，好像在黎明之前的朝露。

上主發了誓，決不反悔：※

「祢按照默默基瑟德的品位，

永爲祭司。」

上主常在祢的右邊，※

祂在發怒之日，必要粉碎列王。

君王將在路旁暢飲溪水，※

因此祂將挺胸抬頭。

對經一

常年期：上主由熙雍伸出祂的權杖，

祂要永遠爲王，阿肋路亞。

將臨期：熙雍女子，你要盡情歡樂；

耶路撒冷女子，你要踴躍歡

呼，阿肋路亞。

四旬期：第一主日：你要朝拜上主、

你的天主，只應侍奉祂。

四旬期：第五主日：正如梅瑟在曠野

裏舉起了銅蛇，人子也必將

被人舉起。

復活期：主復活了，祂坐在天主的右

邊，阿肋路亞。

聖詠 一一三，1 / 8：天主由埃

及救出以色列

「你們要知道，你們這些棄絕世俗的人，也就是出離埃及。」（聖思定）

對經二

常年期：大地！你要在上主面前戰慄

，阿肋路亞。

將臨期：我們的君王基督就要來到，

祂就是若翰預言的那要來的

羔羊。

四旬期：第一主日：請看，現在就是

被悅納的時刻。請看，這就

是獲得救恩的日子。

四旬期：第五主日：萬有的上主是保

護者和救援者，是救贖者和

拯救者。

復活期：祂將我們從黑暗的權勢下救

出，移植在祂兒子的國土，

阿肋路亞。

當以色列出離埃及之時，※

雅格家離開蠻夷之日，

猶大成了上主的聖所，※

以色列做了祂的王國。

海洋見勢，立刻逃走，※

約旦河也回轉倒流。

山嶽好似公羊跳躍，※

丘陵有如羔羊舞蹈。

海洋，你爲什麼逃走？※

約旦，你爲什麼倒流？

山嶽，你爲什麼好似公羊跳躍？※

丘陵，你爲什麼有如羔羊舞蹈？

大地！你要在上主面前戰慄，※

在雅格的天主面前震撼。

祂使磐石變成了水潭，※

祂使岩石變成了水泉。

對經二

常年期：大地！你要在上主面前戰慄

，阿肋路亞。

將臨期：我們的君王基督就要來到，

祂就是若翰預言的那要來的

羔羊。

四旬期：第一主日：請看，現在就是
被悅納的時刻。請看，這就

是獲得救恩的日子。

四旬期：第五主日：萬有的上主是保

護者和救援者，是救贖者和
拯救者。

復活期：祂將我們從黑暗的權勢下救
出，移植在祂兒子的國土，

阿肋路亞。

常年期：我們的上主、全能的天主已

經爲王，阿肋路亞。

將臨期：主說：記著，我就要隨身帶

著報酬而來，對每個人論功
行賞。

復活期：阿肋路亞，我們的主掌握了

王權，我們要歡欣鼓舞讚頌
祂，阿肋路亞。

阿肋路亞！

勝利、光榮和德能，屬於我們的天主，※
祂的判斷正確而又公平。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

天主的僕人，請讚美我們的天主，※
凡敬畏祂的人，無論大小尊卑，

請讚美天主。

阿肋路亞！

四旬期外

聖歌默一九，1 2，5 7：

論羔羊的婚筵

對經三

阿肋路亞！

我們的上主，全能的天主已經爲王，※

我們要歡欣鼓舞，將光榮歸於天主。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

羔羊的婚期已經臨近，※

祂的新娘也盛粧以待。

阿肋路亞！

對經三

常年期：我們的上主，全能的天主已

經爲王，阿肋路亞。

將臨期：主說：記著，我就要隨身帶

著報酬而來，對每個人論功

行賞。

復活期：阿肋路亞，我們的主掌握了

王權，我們要歡欣鼓舞讚頌

祂，阿肋路亞。

四旬期

聖歌伯前二，21 / 24：天主之僕

基督自願忍受苦難

對經三

第一主日：我們現在就去耶路撒冷，

經上關於人子所記載的一

切即將實現。

第五主日：祂爲了我們的過錯身受重

創；爲了我們的罪孽遍體

鱗傷，我們因祂的創傷才

獲得痊癒。

基督爲我們忍受了痛苦，十

給你們留下了榜樣，※

使你們能追隨祂的足跡。

祂平生從未犯罪，※

從未口出欺人之言。

祂受辱罵，從不還口；
祂受虐待，也不報復，※

只把自己交付給那公義的審判者。

祂身懸十字架木架上，※

親自承擔了我們的罪過。

使我們死於罪惡，而活於正義，※

你們是因祂的創傷才獲得痊癒。

對經三

第一主日：我們現在就去耶路撒冷，

經上關於人子所記載的一

切即將實現。

第五主日：祂爲了我們的過錯身受重

創；爲了我們的罪孽遍體

鱗傷，我們因祂的創傷才

獲得痊癒。

（常年期以外的簡短讀經見季節專用

部份）

常年期內常用以下：

簡短讀經

格後一，3-4

願我們的主耶穌基督的天主和父受讚揚，祂是仁慈的父和施與各種安慰的天主。是祂在我們的各種磨難中，常安慰我們，使我們能以受自天主的安慰，去安慰那處於各種困難中的人。

短對答詠

領：上主，祢在穹蒼之上，應受讚美。

答：上主：

領：應受歌頌，應受光榮，直到永遠。

答：應受讚美。

領：願光榮歸於父：

答：上主：

謝主曲對經 見季節專用經文

禱詞

主基督是我們的首領，我們是祂的肢體，
現在我們歡欣踴躍地向祂歡呼：

主，願祢的國來臨！

我們的救主，求祢使祢的教會真正成爲人
類合一的標記與合一力量的泉源，

—使它更有效地領導萬民，認識眞主，進
入祢的大家庭。

求祢常常助祐我們的教宗和所有主教們，
—並賞賜他們團結、愛德與平安的恩寵。

求祢使信徒們與祢這神聖首領密切連合，
—以生活爲祢作見證，宣揚祢的天國。

求祢賞給世界和平，
—使所有的人都能安居樂業。

求祢賞賜去世的人，在末日復活的光榮，
—也使我們將來與他們同享永生的眞福！

我們的天父……

結束禱詞 見季節專用經文

結束詞 見常用經文



第一週：星期一

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：請大家一齊到主面前感恩讚頌。

聖詠第九四首，見3頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、睡眠消除了疲勞，

迅速起床；

全能的天父，

我們向祢讚頌歌唱，

求賜今日身心健康。

二、虔心敬拜、口舌頌揚，

聖化一天的工作，

把握生活的方向，

祢是一切的原始，

求祢賞賜力量。

三、黑暗向光明投降，

邪魔遠遁，

晨暉普照，

黑夜已盡，

太陽將大放光芒。

四、天父，我們懇切呼求，

剷除罪惡，

給人生撒下希望；

祢的大慈大悲，

我們永遠歌唱。

五、至仁至慈的天父，

同性同體的聖子，

二者與聖神共融，

統治大地人類，
永生永王。阿們。

日間用

一、永恒的光明，

三位一體的天主，

我們自認微弱，

虔心向祢求助；

二、我們相信聖父至尊，

父子互相愛慕，

共發聖神，

結合為唯一主。

三、仁慈的天主，

祢是真理，

祢是仁愛，

祢是我們的歸宿。

四、求祢使我們希望，

令我們愛慕，

常常尋求祢——

我們的幸福。

五、祢是原始，

祢是終結，

祢的仁慈無限，

創造了萬物。

六、祢是萬民的光明，

只有祢能使萬物滿足；

使渴望祢的人，

獲得真正的幸福。

七、我們呼求全能天父，

我們呼求救主基督，

呼求愛的聖神，

俯聽我們的哀訴。阿們。

聖詠吟唱

聖詠六：受迫害者哭求上主憐憫

「現在我心煩意亂，父啊！救我脫離這時

刻吧！」（若一二，27）

對經一：上主，祢是慈悲的，求祢拯

救我。（復：阿肋路亞）。

上主，求祢不要含怒責罰我，※

不要在氣憤中懲戒我。

上主，我的體力衰弱，求祢憐恤我，※

上主，我的骨骼戰慄，求祢醫治我。

我的心神驚惶已極，※

上主，祢要等到何時？

上主，求祢回來援助我，※

祢是慈悲的，求祢拯救我。

在死人中，誰會想起祢？※

在陰府裏，誰來稱謝祢？

我呻吟痛哭，※

夜夜流淚，濕透床褥。

我的視力因憂傷而衰退，※

四面受敵，使我老弱憔悴。

作孽的人，離開我吧，※

因為上主聽見了我的哭聲。

上主俯允了我的哀號，※

上主接受了我的祈禱。

我的仇敵必要慚愧驚惶，※

轉瞬之間，含羞逃亡。

對經一：上主，祢是慈悲的，求祢拯

救我。（復：阿肋路亞）。

聖詠九：為勝利而感恩

「祢還要降來，審判生者死者。」（信經）

壹

對經二：上主是受壓迫者急難中的避

難所（復：阿肋路亞）。

上主，我要全心讚美祢，※

宣揚祢的一切奇妙作為。

我要因祢而歡欣踴躍，※

至高者，我要歌頌祢的名號。

因為我的仇敵轉身潰退，※
在祢面前紛紛跌倒滅亡。

祢登上寶座，執行正義，※

為我伸冤，維護我的權益。

祢摧毀了異民，殲滅了惡徒，※
連他們的名字也永遠消除。

敵人已經覆滅，永遠沈淪，※

祢摧毀的城市，永不留存。

上主為王，直到永遠，※

設立寶座，秉公審判；

將以正義審訊世人，※

將以公理裁判萬民。

上主將是受迫害者的避難所，※
作他急難中的藏身處。

上主，凡認識祢聖名的人，

必仰望祢，※

尋求祢的人，祢決不離棄。

對經二：上主是受壓迫者急難中的避
難所（復：阿肋路亞）。

貳

對經三：我要站在熙雍城門口，宣揚

祢的美德（復：阿肋路亞）。

你們要歌頌住在熙雍的上主，※

在萬民中宣揚祢的偉業。

因為追討血債者懷念貧苦的人，※

絕不忘記他們含冤的呼聲。

上主，求祢憐憫，+

請看仇人加給我的痛苦，※

救我脫離死亡之門。

使我站在熙雍門口，※

宣揚祢的美德，因祢的助祐而歡欣。

異民跌進自掘的深坑，※

雙腳陷入自設的陷阱。

上主出現，執行審判，※

惡人被自設的羅網所纏。

願陰間成爲無神者的末路，※

一切惡人的歸宿。

貧困的人總不會被遺忘，※

窮苦人的希望永不會落空。

上主，求祢起來，不要讓世人得意，※

使異民都到祢面前受審。

上主，求祢使異民恐懼，※

自知不過是凡人而已。

對經三：我要站在熙雅城門口，宣揚

祢的美德（復·阿肋路亞）。

領：求祢賜我智力，爲能遵行祢的誠律。

答：並以全副精神持守不渝。

唸適合於本日的誦讀及結束禱詞

晨 禱

一、基督，聖父的榮耀，

出自光明的光明，

一切光明的源頭，

照耀白晝的眞光；

二、基督，祢是眞理的太陽，

放射永恆的光芒，

請將聖神的光輝，

撒在我們心上。

三、永恆光榮的天父，

求祢廣施恩澤，

除去我們的罪污，

增強聖寵的力量。

四、粉碎邪魔的爪牙，

扭轉艱難的情況，

扶弱濟貧，

天恩浩蕩。

五、基督，指引我心，

不離正路，
保持身心的純潔，
賜我信德堅強。

六、信德作飲料，

基督是食糧，

歡飲聖神恩澤，

陶醉又舒暢。

七、白晝易逝，

尤其是歡樂時光，

聖潔芬芳似清晨，

信德要堅強，像中午的太陽。

八、全能的上主，

請賜我生命的活力，

勇往直前，

不受黃昏的影響。

九、日夜交替，曙光再現，

父子聖神同是生命的曙光，

導我信衆，
奔向天鄉。阿們。
聖詠吟唱

聖詠五，2、10、12、13：求助

的晨禱

「將聖言迎接到心內同住的人，必然
永遠歡樂。」

對經一

復活期外：上主，清晨我向祢哀求，祢
必俯聽我的聲音。

復活期：敬愛祢聖名的人，將因祢而
歡欣，阿肋路亞。

上主、求祢傾聽我的言語，※
留意我的心曲。

我的君王，我的天主，十
請垂聽我求助的呼聲，※
上主，因為我向祢哀求。

早晨祢必俯聽我的聲音，※

清早我向祢傾訴，期待祢應允。

因為祢不是喜愛罪惡的天主，※

惡人不能與祢同住。

狂傲的人不能在祢面前站立，※

作惡的人，祢必厭惡痛恨。

說謊不實的人，祢必予以消除，※

奸詐好殺的人，上主一律厭惡。

我能進入祢的聖殿，全靠祢豐富的慈愛，※

我要滿懷敬畏之情，向祢的聖所俯首叩拜。

上主、因為仇敵在窺伺我，+

請引領我遵循祢的正義，※

在我面前指出祢的途徑。

因為他們口中毫無真誠，※

他們的心中滿是毒害。

他們的喉嚨是做開的墳墓，※

他們的唇舌只會詭媚奉承。

凡投靠祢的人，※

必興高彩烈，永遠歡欣；

凡愛祢聖名的人，※

必蒙祢護祐，因祢而歡樂。

上主，因為祢只向義人賜福，※

以仁愛作盾牌，在他四面圍護。

對經一

復活期外：上主，清晨我向祢哀求，

祢必俯聽我的聲音。

復活期：敬愛祢聖名的人，將因祢而

歡欣，阿肋路亞。

聖歌 編上二九，10 / 13：

尊嚴和光榮歸於唯一的天主

「願我們的主耶穌基督的天主和父受

讚美。」（弗一，3）

對經二

復活期外：我們的天主，我們現在讚

揚祿光榮的名號。

復活期：上主，王權屬於祿，祿是萬

君之君，阿肋路亞。

天主，我們祖先以色列的天主，※

應受讚美，從永遠直到永遠。

上主！偉大、能力和榮耀，

勝利和尊嚴，都屬於祿，※

因為上天下地所有的一切都屬於祿。

上主，王權屬於祿，※

祿應受舉揚，為萬有的元首。

富貴和尊榮由祿而來，※

祿是萬有的主宰。

能力和權威掌握在祿手中，※

使人強大，使人昌盛，都出於祿的手。

我們的天主，我們現在稱謝祿，※

讚揚祿光榮的名號。

對經二

復活期外：我們的天主，我們現在讚

揚祿光榮的名號。

復活期：上主，王權屬於祿，祿是萬

君之君，阿肋路亞。

聖詠二八：頌揚上主聖言

「有聲音從天上說：這是我的愛子，

我所喜悅的。」（瑪三，17）

對經三

復活期外：凡在上主庭院中的，請朝

拜上主。

復活期：上主將要登上寶座，永遠為

王，阿肋路亞。

天主的子女，請讚美上主，※

將榮耀和權能歸於上主。

請將上主之名的榮耀，歸於上主，※

穿上聖潔的華服朝拜天主。

上主的聲音響徹水面，十

天主以雷霆顯示尊嚴，※

上主臨於澎湃的水面。

上主的聲音具有德能，※

上主的聲音具有威嚴。

上主的聲音折斷了香柏，※

上主劈斷了黎巴嫩的香柏。

祂使黎巴嫩像牛犢一樣跳躍，※

使息爾翁像野牛犢一樣舞蹈。

上主的聲音噴射出火舌，+

上主的聲音震撼了原野，※

上主震動了卡德士荒漠。

上主的聲音震撼了橡樹，剝落了森林，※

凡在祂殿中的，都齊聲高呼「光榮」！

上主高居於洪水之上，※

上主將永遠安坐為王。

上主將勇力賞給祂的百姓，※

上主以平安賜與祂的民衆。

對經三

復活期外：凡在上主庭院中的，請朝

拜上主。

復活期：上主將要登上寶座，永遠為

王，阿肋路亞。

簡短讀經

得後三，10-13

誰若不願意工作，就不應該吃飯，因為我們聽說，你們中間有些人游手好閒，什麼也不作，且好管閒事。我們因主耶穌基督之名吩咐和勸勉這樣的人，要安分工作，自食其力。弟兄們，你們行善却總不要懈怠。

短對答詠

領：上主應受讚美，從現在直到永遠。

答：上主：

領：唯有祂作了奇妙的化工。

答：從現在：

頌：願光榮歸於父： 答：上主：

讚主曲對經：願我們的天主上主受讚美。

禱詞

基督充滿恩寵和聖神，我們一起頌揚祂，

誠心地呼求祂：

主，求祢把祢的聖神賜給我們！

求祢今天賞賜我們充滿喜樂、和平安，並

保持心靈的純潔，

使我們在今天晚上能以喜樂和純潔的心，

再度讚美祢。

願祢的光輝今天照耀我們眾人，

指導我們的一切工作。

求祢顯示祢的慈顏，使我們心靈得到平安，

用祢大能的手，保護我們免於兇險。

求祢眷顧所有託我們代禱的人，

使他們身心獲得所需要的恩寵。

我們的天父：

結束禱詞

上主，求祢啟發我們的言行，輔助我

們前進；使我們的一切作為，常由祢而開

始，並賴祢而完成。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠一八，8-15：讚頌天主、

立法的上主。

「你們應當是完善的，如同你們的天

父一樣完善。」（瑪五，48）

將臨期、聖誕期、四旬期對經見季節

專用部份

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

對經一：上主的法律能悅樂心情，能

照亮眼睛。

上主的法律是完美的，能暢快人靈，※

上主的約章是真誠的，能開啓愚蒙。

上主的規誡是正直的，能悅樂心情，※

上主的諭令是光明的，能照亮眼睛；

上主的訓誨是純潔的，萬世常存，※

上主的判斷是真實的，永遠公允；

比黃金，比精純的黃金更可愛戀，※

比蜂蜜，比蜂巢的流汁更加甘甜。

祿的僕人因而得到教訓，※

謹守不渝，必有重賞。

誰能發覺自己的一切過犯？※

求祿洗淨我未覺察的罪愆。

求祿使祿僕人免於自負，※

不要讓驕傲把我控制。

這樣我便成爲無可指摘的人，※

重大的罪惡也不致沾污我身。

上主，我的磐石，我的救主，+

願我口中的言語，心中的思慮，※

常能使祿稱心如意！

對經一：上主的法律能悅樂心情，能

照亮眼睛。

聖詠七：義人受侮辱時的祈禱

「看哪！審判者已站在門前。」（雅

五，9）

對經二：上主要起來按正義審判萬民。

壹

上主，我的天主，我投靠祿，※

求祿救我，救我脫離所有迫害我的人。

免得他們像獅子一般把我攫走，※

將我撕碎，而無人搭救。

上主，我的天主，+

如果我做了這事，※

如果我手上有罪；

我若加害過我的友好，※

或者無故劫掠過我的仇敵，

就讓敵人追逐我，逮捕我；+

把我的性命踐踏在地，※

使我的光榮歸於灰塵。

上主，求祢發憤起來，

制服我仇敵的傲慢，※

求祢醒來助我，實行祢的斷案。

萬民要齊聚，環繞着祢，※

祢君臨其上，坐於高天。

上主要審判萬民，+

上主，請按我的正義審判我，※

請照我心靈的純潔保護我。

公義的天主！祢明察肺腑，※

願惡人的毒害絕跡，願祢堅定義人。

對經二：上主要起來按正義審判萬民。

聖詠七

對經三：天主是公義和強有力的審判

者，祂拯救心地正直的人。

貳

天主是我的助祐，※

祂拯救心地正直的人。

天主是公義的審判者，※

對作惡的人，天天震怒。

惡人雖然在磨刀擦劍，※

張弓拉弦，準備射擊，

却是爲自己預備的致命武器，※

爲自己製造的殺身火箭。

他既然孕育毒惡，※

也必然產生罪孽。

他挖掘坑穴，設置陷阱，※

終必陷入自掘的深坑。

他的惡計必落到他的頭上，※

他的強暴必降在他的頭頂。

我要稱謝上主的公道，※

歌頌至高上主的名號。

對經三：天主是公義和强有力的審判

者，祂拯救心地正直的人。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

羅一三，8，10

你們除了彼此相愛以外，對人就沒有任何虧欠，因為誰愛別人，誰就成全了法律。愛不加害於人，所以愛就是法律的成全。

領：上主，祢是我唯一的救援，不要

置我於不顧，

答：我的救主，不要拋棄我不管。

結束禱詞

天主、至聖至善的父，祢分派我們工

作，願意我們互相砥礪，日益進步。求祢

恩賜我們，於立身行事之間，常常以兒女

的精神侍奉祢，并以手足之情對待別人。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

雅一，19-20，26

每人都該敏於聽教，遲於發言，緩於動怒；因為人的憤怒，並不成全天主的正義。誰若自以為虔誠，却不控制唇舌，反而欺騙自己，他的虔誠便是虛偽的。

領：我必要時時讚美天主，

答：我的口常常頌揚祂。

結束禱詞

天主，祢是農田及葡萄園的主人和守

護者；祢分派我們工作，并按工作的勤勞

賜予報酬。求祢使我們能任勞任怨，肩負

起這一天的重擔。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

伯前一，17-19

你們要懷著敬畏的心，度過這段旅居的時期。要知道，你們不是用可朽的金銀贖回來的，而是用寶血，就是那無玷羔羊基督的寶血。

領：上主，求祢救我，求祢憐憫我，

答：我要在聚會中，讚美上主。

結束禱詞

天主，昔日此時，祢曾召叫使徒們進入聖殿，現在祢也召叫我們祈禱；懇切求祢，使我們虔誠地奉耶穌基督之名，所行的祈禱，能有助於所有呼求祂聖名的人獲得救恩。

結束詞 見常用經文

晚禱

讚美詩

一、無限的上主，

祢創造了宇宙，

混沌初開時，

天連水，水連天，

祢使它們分開，

天地有界限。

二、上有天界，

下有河川，

各有定位，

秩序井然；

流水節制地熱，

使大地安全。

三、求主賜我豐富的恩典，

面對新的誘惑，

不要讓我們重犯舊錯，

陷入兇險；

信仰放射光芒，

助我脫離虛幻。

四 大慈大悲的天父，

同性同體的聖子，

偕同天主聖神，

世世代代，

掌管宇宙，

統治人寰。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一〇：上主是義人的依靠

「慕義如飢似渴的人是有福的，因為

他們要得飽飫。」（瑪五，6）

對經一

復活期外：上主的眼睛垂視貧民。

復活期：你們要放心，我已戰勝了世

界，阿肋路亞。

上主是我的避難所，你們怎麼對我說：※

你要像一隻麻雀飛入山中？

原來惡人正在挽弓搭箭，※

暗中射擊忠良。

基礎一旦崩潰，※

義人尙有何爲？

上主住在自己的聖殿，※

上主的寶座設在天上。

祂的眼睛垂視貧民，※

祂的目光細察世人。

上主試探義人和惡人，※

痛恨強暴的人。

祂使火炭硫磺降在惡人身上，※

熱風將是他們杯中的命運。

因爲上主是公義的，喜愛公正，※

心地正直的人必享見祂的聖容。

對經一

復活期外：上主的眼睛垂視貧民。

復活期：你們要放心，我已戰勝了世

界，阿肋路亞。

聖詠一四：誰堪當肅立在上主面

前？

「你們臨近了熙雍山和永生天主的城。」

對經二

(希一二，22)

復活期外：心地純潔的人是有福的，

因為他們要看到天主。

復活期：他將住在祢的帳幕內，安息

在祢的聖山上，阿肋路亞。

上主，誰能住在祢的帳幕裏？※

誰能在祢的聖山上安居？

是那行為無瑕，實行正義，※

心口無欺的人；

他不隨口詆毀，不加害近人，※
也不欺凌鄰居；

他輕看作姦犯科的人，+

而尊重那敬畏天主的人，※

他起誓而損己也不反悔；

他不放高利貸，※

也不受賄加害無辜。

這樣行事的人，※

才能永不動搖。

對經二

復活期外：心地純潔的人是有福的，

因為他們要看到天主。

復活期：他將住在祢的帳幕內，安息

在祢的聖山上，阿肋路亞。

聖歌 弗一，3-10：論救主天主

對經三

復活期外：天主藉祢的聖子簡選我們

成爲祂的義子。

復活期：我從地上被舉起的時候，就

要吸引萬民歸向我，阿肋路

亞。

願天主，我們的主耶穌基督的父受讚美，※

祂在天上，在基督內，

賜給我們各種屬神的福分；

因爲祂在創世之前，

已在基督內簡選了我們，※

使我們在祂面前聖潔無瑕。

祂又出於愛心，按照自己的決意，十

藉耶穌基督預定了我們，※

成爲祂的義子，而歸祂所有，

使人頌揚祂恩寵的光榮，※

這是祂在愛子內賜給我們的恩寵；

我們藉祂愛子的血在祂愛子內，※

獲得了救贖和罪過的赦免。

天主把這恩寵，

豐厚地傾注在我們身上，※

賜給我們各種智慧和明達，

使我們知道祂旨意的奧秘，※

這都是依照祂在愛子內所定的計劃。

按照祂的措施，時期一滿，※

就使上天下地的一切，重歸於基督。

對經三

復活期外：天主藉祂的聖子簡選我們

成爲祂的義子。

復活期：我從地上被舉起的時候，就

要吸引萬民歸向我，阿肋路

亞。

簡短讀經

哥一，9 b \ 11

你們要對天主的旨意有充分的認識，
充滿各種屬神的智慧和見識，使你們的行
動合乎主的要求，事事叫祂喜悅；在一切

善功上結出果實，對天主的認識，獲得進展；賴祂光榮的德能堅強起來，欣然堅忍，包容一切。

短對答詠

領：求祢治愈我，因為我得罪了祢。

答：求祢：

領：我曾哀求說：上主，求祢憐憫我

答：因為我得罪了祢。

領：願光榮歸於父： 答：求祢：

謝主曲對經：我的靈魂頌揚上主，因為天

主垂顧了我的卑微。

禱詞

天主同祂自己的子民訂立了永恆的盟約，且不斷地施恩，因此我們向祂致謝，以依恃之心向祂祈禱：

上主，求祢降福祢的子民。

上主，仍有很多人，不認識祢愛的盟約，

——求祢拯救他們。

求祢使所有基督徒都能團結一致，

——讓世人相信是祢派遣了基督。

求祢降福我們的親友和相識的人，

——使他們把基督聖善的芬芳散佈到人間。

求祢對臨終的人，顯示祢的慈愛，

——讓他們親眼看見祢的救恩。

求祢仁慈對待去世的人，

——使他們在基督的懷抱，得到永恆的安息。

我們的天父：

結束禱詞

上主，我們願藉今晚卑微的祈禱，頌揚祢的偉大；昔日祢為拯救世人，曾垂顧了謙遜的童貞瑪利亞；求祢因她的代禱，也使我們獲得圓滿的救恩。

第一週：星期二

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：請大家前來朝拜偉大的君王上

主。

聖詠第九四首，見 3 頁

誦讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、基督，祢是白晝，

祢分享聖父的光明，

掃蕩黑暗，

請俯聽我們的禱聲。

二、我們的歌聲，

劃破了黑夜的寂靜，

求祢不棄微賤，

接受我們的讚頌。

三、解除心靈的羈絆，

驅逐罪惡的陰影，

使我們不再消沈疏懶，

及時清醒。

四、基督，請寬待祢的信徒，

我們歡呼吟詠，

載歌載舞，

向祢獻上讚頌。

五、基督，仁慈的君主，

與聖父聖神，

同享光榮，

世世無窮。阿們。

日間用

一、至聖聖三，

祢創造萬有，
統治人寰；

白天使人辛勤工作，
夜間使人休息安眠。

二、由清晨到日落，
我們同聲歌頌，

晝夜不斷；

求祢時時刻刻，
保我平安。

三、請垂視卑微的僕人，
向祢俯首朝拜，

願世人的祈禱與善願，
似馨香騰空，

上升到祢台前。

四、仁慈的天父，
與聖子聖神，

同性同體，

統治乾坤，

尊威無邊。阿門。

聖詠吟唱

聖詠九：謝恩

「神貧的人是有福的，因為天國是他們的。」（路六，20）

壹

對經一：上主將為貧困者主持公道，

（復·阿肋路亞。）

上主，祢為什麼站在遠處？ ※

在我困苦時，掉頭不顧？

惡人傲慢，欺壓窮人，※

但願他們墮入自設的陷阱。

惡人為所欲為，而洋洋得意，※

匪徒侮辱上主，而沾沾自喜。

惡人傲慢地說：「上主決不追究。」※

他們妄想：「絕對沒有天主。」

惡人所行所爲，無往不利，
也不把祢的判斷放在眼裏，※
只知道嘲笑仇敵。

他心裏想：「我不會動搖，※
我永遠不會遭受困擾！」

他滿口盡是咒罵、欺詐和恐嚇，※
舌底下只有毒汁和邪惡。

他在村中埋伏，※
在暗處殺害無辜。

他窺伺窮人，※
有如獅子潛伏洞中。

他要把窮人俘擄，※
使他陷入羅網，把他拖走。

他俯身，蹲在地下，※
不幸者屈服於他的爪牙下。

他心裏想：「天主已經忘記，※
祂掉過頭去，置之不理。」

對經一：上主將爲貧賤者主持公道，
(復：阿肋路亞)。

貳

對經二：上主，祢已看到我們的患難
和愁苦。(復：阿肋路亞)。

上主，求祢起來，伸手救我，※
天主，請不要忘記困苦的人。

爲什麼讓惡人藐視天主，※
心裏說：「祢決不會追究」？

祢已看到我們的患難和愁苦，※
祢會想到隨時伸手援助。

祢是窮人的倚靠，※
祢是孤兒的救星。

願祢消滅惡人和暴徒的勢力，※
懲罰他們的罪孽，追究到底。

上主爲王，萬世無疆，※
異族必由祂的領域中滅亡。

上主，祢垂聽了謙卑者的心聲，※
加強他們的勇氣，並側耳諦聽。

保護孤兒和受壓迫者的權益，※

使他們不再受世人的恐嚇。

對經二：上主，祢已看到我們的患難

和愁苦（復：阿肋路亞）。

聖詠二：詛咒惡人

「天主為我們這些微賤的人，甘心派遣祂
的聖子。」（聖思定）

對經三：上主的言語極其純真，有

如煉淨的白銀（復：阿肋路

亞）。

上主，求祢幫助，因為虔誠者已經消逝，※

因為忠實人在人間已經絕跡。

人們彼此言談，盡是虛偽，※

他們油腔滑調，口是心非。

願上主割除欺詐的口唇，※

剪去大言不慚者的舌頭。

他們曾說過：「我們要暢所欲言，※

嘴唇是我們的，誰能干涉？」

上主說：「因為窮人受委屈，十

貧困者痛苦呻吟，※

我必要援助那渴望救恩的人。」

上主的言語極其純真，※

有如煉過七次的白銀。

上主，求祢護祐我們，※

使我們擺脫這世代的惡人。

歹徒們到處橫行，※

壞事普受世人歌頌。

對經三：上主的言語極其純真，有如

煉淨的白銀（復：阿肋路亞）。

頌：上主教導謙卑的人履行正義。

答：指引善良的人走上正途。

唸適於本日的誦讀及結束禱詞

晨 禱

讚美詩

- 一、晨光報喜，
人心舒暢，
大地一片錦繡，
萬物光輝明朗；
- 二、基督，祿是生命的活力，
祿是永恒的太陽，
我們向祿歡唱新歌，
信賴祿的人，永不失望。
- 三、祿是聖父的智慧，
光照世界的聖言，
使萬物光輝燦爛，秩序井然，
令人心神嚮往；
- 四、請指引我們，做光明之子，
孜孜行善，

以言以行，
使天父的形像大放光芒。

- 五、求祿護祐我們，
口舌寬厚真誠，
透過真理的實踐，
喜氣洋洋；
- 六、基督，仁慈的君王，
偕聖父聖神，
同享榮光，
萬世無疆。阿們。

聖詠吟唱

聖詠二三：上主臨於聖殿

「基督肉身升天，天門為祂大開。」

（聖依肋乃）

對經一

復活期外：手潔心淨的人，才能攀登

上主的聖山。

復活期：從前降下的那位，就是現在

升到諸天之上的那位，阿肋

路亞。

大地和地上的萬物屬於上主，※

世界和世上的居民歸於上主。

因為是祂將大地奠立在海洋上，※

把大地安置在江河間。

誰能攀登上主的聖山？※

誰能侍立在祂的聖殿？

是那手潔心淨，不慕虛幻的人，※

是那不發虛誓，不懷詭計的人。

這樣的人必蒙上主降福，※

必由拯救他的天主獲得報酬。

這就是那尋求上主的世代，※

那求見雅格天主聖容的子孫。

城門，請高舉你們的門楣，十

古老的門戶，請高抬門扉，※

因為光榮的君王要進入城內。

誰是這位光榮的君王？十

是那英勇大能的上主，※

是那強力作戰的上主。

城門，請高舉你們的門楣，十

古老的門戶，請高抬門扉，※

因為光榮的君王要進入城內。

誰是這位光榮的君王？※

萬軍的上主就是這位光榮的君王。

對經一

復活期外：手潔心淨的人，才能攀登

上主的聖山。

復活期：從前降下的那位，就是現在

升到諸天之上的那位，阿肋

路亞。

聖歌 多一三，1)5，7，8

：天主懲罰人也拯救人

「願我們的主耶穌基督的天主和父親受讚美，祂因偉大的仁慈重生了我們」

(伯前一，3)

對經二

復活期外：你們的一切作爲，都要頌

揚萬世萬代的君王。

復活期：你們要慶祝這喜樂的日子，

讚頌上主，阿肋路亞。

永生的天主應受讚頌，※

祂的王權永遠常存。

因爲祂懲罰人，也憐憫人，+

祂把人投入陰府，也把人救出，※

沒有人能逃出祂的掌握。

以色列子民，

你們要在外邦人面前頌揚天主，※

因爲祂把我們分散到異民中間，

是爲讓我們在他們中間傳揚祂的偉大，※

在衆生之前歌頌祂；

因爲只有祂是我們的上主天主，※

只有祂永遠是我們的大父。

祂懲罰我們，是爲了我們的不義，※

但祂仍要顯示祂的仁慈。

你們要觀察祂向我們所作的一切，※

高聲感謝祂。

請讚美公義的上主，※

請讚揚永世的君王。

我要在充軍之地讚美祂，※

向犯罪的國民宣示祂的尊嚴和偉大。

罪人們！你們應該悔改，+

在祂面前實行正義，※

誰知道，祂也許會寬待你們，

憐憫你們。

我要頌揚我的天主，※

我的靈魂歡樂於天上的君王。

願眾人頌揚祂的偉大，※

在耶路撒冷稱謝祂。

對經二

復活期外：你們的一切作爲，都要頌

揚萬世萬代的君王。

復活期：你們要慶祝這喜樂的日子，

讚頌上主，阿肋路亞。

聖詠三二：讚頌照顧人的上主

「萬物是藉著祂而造成的」（若一，3）

對經三

復活期外：正直的人理當讚美上主。

復活期：天主的慈愛充滿大地，阿肋

路亞。

義人，請向上主踴躍歡呼，※

正直的人理當讚美上主。

請你們彈琴稱謝上主，※

彈奏十弦琴頌上主。

請你們向上主高唱新歌，※

在歡呼聲中彈琴奏樂。

因爲上主的話句句真實，※

祂的一切作爲完全可靠。

祂愛護正義和公理，※

祂的慈愛瀰漫大地。

因上主的一句話，諸天造成，※

因上主的一口氣，萬象發生。

祂聚集海水，好像裝入皮囊，※

祂安置深淵好像放入庫房。

願整個大地敬畏上主，※

願普世居民表示恐懼。

因祂一發言，萬有形成，※

祂一出命，萬物化生。

上主使異邦的計劃破壞，※

使萬民的策略失敗。

上主的計劃却永恆不變，※

祂心中的謀略萬代長存。

尊上主爲天主的民族真是有福！※

上主選爲產業的國民真是有福！

上主由天眷顧，※

觀看所有居民。

祂由自己的居處，※

垂視居於大地的人民。

祂塑造了他們的心靈，※

洞悉他們的一切言行。

君王並不能因大軍而戰勝，※

巨人也不能因力大而救命。

靠馬得勝，乃是枉然，※

體力雖大，難得保全。

因爲上主的眼睛垂視那敬畏祂的人，※

眷顧那些投靠祂慈愛的人。

祂爲救他們免於死亡，※

在饑荒中養活他們。

我們的靈魂仰望上主，※

祂是我們的救助和保障。

因爲我們的心靈將因祂而歡騰，※

我們寄望於祂的聖名。

上主，求祢向我們廣施慈愛，※

滿足我們對祢的期待。

對經三

復活期外：正直的人理當讚美上主。

復活期：天主的慈愛充滿大地，阿肋

路亞。

簡短讀經

羅一三，11、12 / 13

現在已經是我們由睡夢中醒來的時辰，

因爲我們的救恩，現在比我們初信的時候

更爲臨近。黑夜已深，白日將近，所以我

們該脫去黑暗的行為，佩帶光明的武器，行動要端莊，好像在白天一樣。

短對答詠

領：我的天主是我的磐石，我要一心

依靠祂。 答：我的天主：

領：祂是我的保障，我的避難所。

答：我要一心依靠祂。

領：願光榮歸於父： 答：我的天主：

讚主曲對經：上主按照祂藉歷代先知所預

言的，興起了大能的救主。

禱詞

親愛的弟兄們！基督降來是為召喚我們分享天主的生命，讓我們現在一起讚頌我們信仰的大祭司：

主，祢是我們的天主和救主。

全能的君王，祢藉著聖洗，把王者的祭司

職授給了我們，

——求祢使我們常給祢奉獻讚頌之祭。

求祢幫助我們遵守祢的誠命，

——使我們藉著祢的聖神，能常居住在祢內，

祢也常住在我們內。

求祢把永恆的智慧賞給我們，

——使祢的智慧常與我們同在，並指導我們

今天的工作。

求祢幫助我們，今天與人和平相處，表現

出愛德的精神，

——使所有與我們共處的人，都感到坦然愉

快。

我們的天父：

結束禱詞

上主，求祢仁慈地俯聽我們的晨禱，

使我們明察內心隱密的罪愆；祢曾以天恩

之光照亮了我們的心靈，不要再使我們甘

處黑暗。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠一一八：1-8 (一)：默想上

主法律中的聖言

「原來愛天主，就是遵行祂的誠命」

(若壹，五，3)

將臨期、聖誕期、四旬期，對經見季

節專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

對經一：遵行上主法律的人，真是有

福。

品行完美，履行上主法律的人，

真是有福！※

遵行約法，全心尋求上主的人，

真是有福！

他們從不爲非作歹，※

只按主的道路生活。

祢頒發了命令，※

使人嚴格奉行。

願我的行徑堅定，※

常遵守祢的章程。

我若重視祢的法規，※

就不會感到羞愧。

當我學會了祢公義的條例，※

就必以至誠的心頌謝祢。

我要遵守祢的規律，※

千萬不要把我拋棄。

對經一：遵行上主法律的人，真是有

福。

聖詠一二：義人依賴上主，向祂

哀訴

「願賞賜望德的天主使你們充滿各種喜樂」

(羅一五，13)

對經二：我的心靈因祢的救援而歡樂。

上主，祢忘記我，要到何時？+

莫非要到永遠？※

祢轉面不顧我，要到何時？

我心中焦慮，終日惆悵，要到何時？※

我的仇人向我耀武揚威，要到何時？

上主，我的天主！+

求祢垂顧我，應允我，※

求祢照亮我的眼睛，不要讓我沉睡喪亡。

免得我的仇敵說：「我戰勝了他！」※

免得我跌倒時，仇人歡欣若狂。

但我却仰賴祢的慈愛，+

我的心靈因祢的救援而歡樂，※

我要向厚待我的上主謳歌。

對經二：我的心靈因祢的救援而歡

樂。

聖詠一三：惡人的愚昧

「那裏罪惡越多，恩寵在那裏也格外豐富。」

(羅五，20)

對經三：天主使人處於違命之中，是

為對眾人顯示仁慈。

愚人心裏說：「沒有天主。」+

他們喪盡天良，任意作惡，※

竟沒有一個行善的人！

上主由高天俯察世人，※

察看有無智者和尋求天主的人。

人人都走入歧途，同惡相濟，※

甚至一個行善者，也無處可尋覓。

所有惡人豈是愚蠢無知？※

他們魚肉我的人民，像吃乾糧，

也從不呼號上主。

他們必將驚慌失措，※

因爲上主與義人常相左右。

你們儘管嘲笑窮人的計劃，※

但上主却是他們的避難所。

但願以色列的救援來自熙雍；+

當上主扭轉他們的命運時，※

雅格必將欣喜，以色列必將歡樂。

對經三：天主使人處於違命之中，是

爲對衆人顯示仁慈。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

耶一七，7 / 8

凡信賴上主，依靠上主的人，必蒙降

福。他必像一棵移植在水邊的樹，生根河

畔，不怕炎熱，枝葉茂盛，不愁乾旱，且

不斷結果。

領：上主從不拒絕賜福生活聖潔的人。

答：萬有的上主，依賴祢的人真是有

福。

結束禱詞

全能永生的天主，祢曾在第三時辰，

給使徒們派遣了聖神；求祢此刻也派遣這

位聖愛之神降來我們心中，使我們忠貞地

向世人爲祢作證。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

箴三，13 / 15

找到智慧和獲得明哲的人是有福的，

因爲獲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；凡你所

追求的，都不足以與它相比。

領：上主，祢喜愛內心的真誠，

答：求祢使我的心靈充滿智慧。

結束禱詞

仁慈的天主，祢曾將拯救人類的計劃啓示給伯鐸；求祢助祐我們，於日常工作中都能契合祢的聖意，以實現祢愛人救世的計劃。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

約五，17 / 18

的確，天主懲戒的人是有福的；全能者的訓戒，你決不可忽視。因爲祂打傷了，又包紮傷口；祂擊碎了，又親手治療。

領：上主，求祢以仁慈恩待祢的僕人，

答：也求祢教我明白祢的誠命。

結束禱詞

天主，祢曾派遣天使指示高乃略百夫長得救之路，求祢使我們常以被派遣爲榮，一心救助衆人，今生在祢的教會內聚首，日後同升天廷，仰瞻祢的聖容。

結束詞 見常用經文

晚禱

讚美詩

一偉大的造物眞主，

祢固定了大地，

穩如泰山，

由混沌的洪水中浮出；

二百花齊放，

大地生長植物，

結實纍纍，

人人得以果腹。

三 天降神恩，

治愈靈魂的創痛，

淚水洗罪污，

蠢動賴以制服；

四 服從天命，

遠離邪惡，

逃避死亡的威脅，

為善最有福。

五 仁慈的聖父，

與聖子聖神同性同體，

統治大地，

永享真福。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一九：為君王的勝利祈禱

「凡呼喊上主名號的人，必然獲救。」

(宗二，21)

對經一

復活期外：上主賜祂的基督獲得勝利。

復活期：現在，我們的天主掌握了王權，也顯示了祂基督的大能，阿肋路亞。

願上主在憂患的時日俯允你！※

願雅格的天主保祐你！

願祂由聖所救助你。※

由熙雍眷顧你！

願祂懷念你的一切祭獻，※

悅納你的燔祭。

願祂使你得償心願，※

成全你的一切計劃。

我們要因你的勝利而歡呼，+

奉我們天主的名豎起旗幟，※

願上主滿足你的一切請求！

現在我知道，十

上主從神聖的高天俯聽，※

以無敵的右手使祂的受傳者獲勝。

有人依靠戰車，有人依靠戰馬，※

我們却依靠我們的天主，上主。

他們倒地斃命，※

我們却屹立不動。

上主，求祢使君王獲勝，※

我們呼求的時日，願祢垂聽！

對經一

復活期外：上主賜祂的基督獲得勝利。

復活期：現在我們的天主掌握了王權

，也顯示了祂基督的大能，

阿肋路亞。

聖詠二〇，278，14：為君王

的勝利謝恩

「基督取得生命而復活起來，永遠常存。」

（聖依肋乃）

對經二

復活期外：我要歌頌稱揚上主的德

能。

復活期：祢已取得權能，而開始為王

，阿肋路亞。

上主，祢的能力使君王歡喜，※

祢賜的勝利使他快樂無比。

祢成全了他心內的願望，※

沒有拒絕他口中的祈求。

因為祢已使他諸事順遂，※

以純金的冠冕加在他的頭上。

他只求祢保全性命，※

祢却賜給他長壽百歲。

祢協助他獲得了偉大的光榮，※

又加給他無比的威嚴和榮耀。

祿使他永蒙鴻福，※

使他在祿面前歡欣踴躍。

君王全心依靠上主，※

賴至高者的慈愛永不動搖。

上主，起來，顯示祿的能力，※

我們要歌頌，稱揚祿的德能。

對經二

復活期外：我要歌頌稱揚上主的德

能。

復活期：祿已取得權能，而開始為王，

阿肋路亞。

聖歌 默四，11，五，9，

10，12：蒙救贖者的

讚詞

對經三

復活期外：上主，祿使我們成為天國

的子民，和侍奉天主的祭

司。

復活期：願祿所創造的萬物都事奉祿

，因為祿一出命，萬物立刻

形成，阿肋路亞。

上主、我們的天主，※

祿理當接受光榮，尊威和權能。

因為祿創造了萬物，※

萬物都是因祿的旨意而造成，

而存在。

上主，只有祿堪當接受那書卷，※

開啓書卷上的封印。

因為祿曾被宰殺，十

從各支派，各語言，

各民族，各國家中，※

用祿的血把我們贖回來，歸於天主；

使我們成為天國的子民，

和侍奉天主的祭司，※

我們必要為王，統治世界。

被宰殺的羔羊理當接受權能，※

富裕、智慧、英勇、尊威、

光榮和讚頌！

對經三

復活期外：上主，祢使我們成為天

國的子民，和侍奉天主的祭

司。

復活期：願祢所創造的萬物都事奉祢

，因為祢一出命，萬物立刻

形成，阿肋路亞。

簡短讀經

若壹三，1 a / 2

請看！父是怎樣愛我們，祂使我們稱

為天主的兒女，而我們也真是如此。親愛

的諸位，現在我們是天主的兒女，但我們

將來究竟如何，還不明顯；可是我們知道

：一旦明顯了，我們都要像祂，因為我們

將看見祂的真相。

短對答詠

領：上主，祢的聖言永遠存留。

答：上主：

領：祢的真理，永世常存。 答：永

遠存留。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

謝主曲對經：我的心神歡躍於上主、天主，

我的救主。

禱詞

主基督生活在我們中間，我們是祂以高價

取得的子民。現在我們一齊讚頌祂、懇求

祂：

主，求祢俯聽我們的讚頌！

主，統治萬民的君王，求祢教導祢的子民

和所有從政人員，

使他們按照祢的法律，謀求公共的福

利。

主，祢以教會和聖事拯救我們擺脫邪惡的奴役，

—求祢使身心被世俗俘擄的兄弟姊妹，恢復天主兒女的自由。

願我們的青年子弟，在祢面前保持純潔無罪，

—使他們慷慨順從祢的召喚。

求祢使兒童們效法祢的榜樣，

—使他們在智慧和恩寵上，日漸增長。

求祢把去世的人接入永恒的天國，

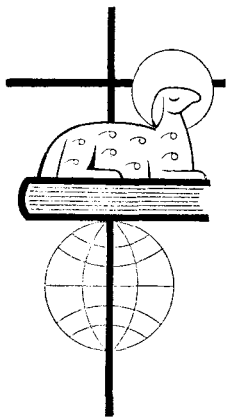
—我們都希望將來在那裏與祢一同爲王。

我們的天父：

結束禱詞

主、全能的天主，感謝祢使我們又度過了一天。求祢使我們向祢所作的祈禱，成爲祢歆饗的祭品。

結束詞 見常用經文



第一週：星期三

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：請大家前來朝拜，創造我們的

上主。

聖詠第九四首，見 3 頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、最美善的造物真主，

祢管理萬有，

救我出離夢境，

事主勤奮忠誠。

二、基督，請寬恕我們的惡行，

打破沈沈黑夜，

振作起來，

向上主呼求歌頌。

三、記起先知的指引，

保祿的訓示，

夜間也舉心向上，

向祢祈禱誦經。

四、祢洞察惡事，

誰能遮羞？

請垂聽我們的禱聲，

赦免我們的罪行。

五、基督，大慈大悲的君主，

與聖父聖神，

世世代代，

同享光榮。阿們。

日間用

一、全知的上主，

祢洞悉一切，

我們向祢歡呼，

求祢廣施慈恩，

時時保護。

二、偉大的善牧，

祢尋找亡羊，

悉心照顧，

接引我們走向豐盛的草原，

共成一棧一牧。

三、不要讓震怒的法官，

把我們列入受罰的羊羣，

但求祢末日審判時，

容我們進入祢的牧場，

永遠追隨善牧。

四、人類的救主，

願光榮與尊威，

德能與勝利，

永遠歸於祢！

統治萬物的天主。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一七，2-30：為救恩和勝利

而謝恩

「在那時候，發生了大地震。」

(默一，13)

壹

對經一：上主，我的力量，我愛慕祢

+ (復：阿肋路亞)。

上主，我的力量，我愛慕祢！※

+ 祢是我的磐石，我的保障，我的救主。

我的天主，我的避難所，

我一心投靠祢，※

我的護盾，我大力的救援，

我的堡壘。

我一呼求應受頌揚的上主，※

祂就把我從仇讎手中救出。

死亡的洪水圍困著我，※

滅頂的巨浪沖擊著我。

陰府的繩索纏繞著我，※

死亡的羅網等待著我。

我在急難中呼求上主，※

向我的天主求助；

祂從聖殿中俯聽了我的禱聲，※

我求救的聲音傳進祂的耳中。

對經一：上主，我的力量，我愛慕祢

(復：阿肋路亞)。

貳

對經二：上主救了我，因為祂喜愛我

(復：阿肋路亞)。

大地戰慄震動，+

羣山搖撼，搖搖欲墜，※

因為上主大發義怒。

祂的鼻孔冒出濃烟，+

祂的口中噴出烈焰，※

祂的身上射出火炭。

祂揭開天幕，親自降臨，※

祂的腳下佈滿了烏雲。

祂駕著革魯賓而飛揚，※

藉著風的雙翼而翱翔。

在祂四周有黑暗作成幃帳，※

密雲黑水當作祂的屏障。

閃電在祂面前掠過，※

冰雹與火炭隨即降落。

上主由高天發出雷鳴，※

至高者發出吼聲。

祂放射火箭，將敵人驅散，※

祂發出閃電，使他們混亂。

上主，祢一呵斥，祢一震怒，※

海底立即出現，地基隨就顯露。

祂從高天伸手把我捉住，※

將我由大水中救出。

救我脫離了敵手，※

擺脫了強於我的凶仇。

我遭難時他們襲擊我，※

幸而上主保護我。

祂使我自由生活，※

祂救了我，因為祂喜愛我。

對經二：上主救了我，因為祂喜愛我

(復：阿肋路亞)。

叁

對經三：上主，祢給我帶來光明，為

我驅除黑暗 (復：阿肋路

亞)。

上主因我正直給我酬勞，※

因我雙手清白賜我賞報；

我遵行了上主的道路，※

我沒有作惡背棄天主。

我常遵守祂的一切誠命，※

沒有違背祂的任何法令。

我在祂面前，沒有過錯，※

我時常遠離一切罪惡。

因此，上主因我正直給我酬勞，※

因我雙手清白賜我賞報。

仁慈的人，祢待他也仁慈，※

正直的人，祢待他也正直。

純潔的人，祢降福他，※

邪惡的人，祢敵視他。

謙卑的人，祢必將他救起。※

傲慢的人，祢必把他貶低。

上主，祢給我帶來光明，※

我的天主為我驅除黑暗。

我賴祢的助祐，衝上了戰場，※

我靠我的天主，跳過了圍牆。

對經三：上主，祢給我帶來光明，為

我驅除黑暗（復：阿肋路

亞）。

領：衆人都驚奇耶穌動聽的話。

答：就是祢口中所說的話。

唸適合於本日的誦讀及結束禱詞

晨 禱

讚美詩

一 離去吧！

黑夜沈沈，

昏暗及烏雲，

世間的動亂糾紛。

二 東方發白，

曙光初現，

大地燦爛，

基督已來臨。

三 陽光撥烏雲，

普照塵寰，

五光十色，

萬物莫不振奮。

四 心靈的昏蹟，

人間的虛偽，

也雲消霧散，

因為上主已降臨。

五 基督，我們只尋求祢，

懷著純樸的心神，

向祢屈膝叩拜，

哀禱歌吟。

六 求祢垂顧我們的心願，

掃除生活的困惑及缺失，

在祢的光明中，

重獲自由的精神。

七 基督，大慈大悲的君王，

偕聖父及聖神，

同享光榮，

永無窮盡。阿們。

聖詠吟唱

聖詠三五：罪人的邪惡，天主的

慈善

「跟隨我的，決不在黑暗中行走，必有生

命的光」（若八，12）

對經一

復活期外：天主，在祢的光明中，我

們看到光明。

復活期：上主，在祢那裏有生命的泉

源，阿肋路亞。

罪惡在罪人心中說：※

「不必敬畏天主，把祂放在眼裏。」

因為他在自我陶醉，※

認為罪惡無人發現，不必悔恨。

他滿口邪惡與欺騙，※

不再追求智慧，努力行善。

他躺在床上，籌劃作惡，※

立足於邪道，不怕罪過。

上主，祢的慈愛達於高天，※

祢的眞誠上徹霄漢。

祢的正義有如高山，十

祢的公平有如深淵，※

上主，惟有祢能救護世人與走獸。

天主，祢的慈愛是多麼寶貴，※

世人都藏身在祢的翼蔭下。

他們飽嘗了祢殿中的盛筵，※

暢飲了祢甘飴的水泉。

因為在祢那裏有生命的泉源，※

在祢的光明中，我們看到光明。

請向認識祢的人廣施慈愛，※

為心地正直的人主持公道。

不要讓驕傲人的屈威脅我，※
不要讓罪人的手動搖我。

請看，作惡的人已經一敗塗地，※

他們已被打倒，無法興起。

對經一

復活期外：天主，在祢的光明中，我

們看到光明。

復活期：上主，在祢那裏有生命的泉

源，阿肋路亞。

聖歌

友一六，1 / 13，15：上主、

宇宙的創造者保護祂的子民

「他們高唱新歌」（默五，9）

對經二

復活期外：上主，祢實在偉大，祢的

德能超羣出衆。

復活期：上主，祢派遣了聖神，萬物

就被造成，阿肋路亞。

請大家擊鼓讚美上主，※
敲鐃歌頌上主。

吟詠新詩稱揚上主，※

高呼祂的聖名。

祂是消除戰爭的天主，※

祂的名號是上主。

我們要歌頌上主，※

高唱新歌讚美天主：

上主，祢實在偉大，實在光榮，※

祢的德能超羣出衆，戰無不勝。

願祢所創造的萬物都服事祢，※

因為祢一發言，萬物造成。

祢一噓氣，一切形成，※

祢一出命，無人抗拒。

羣山基礎隨水流動，※

磐石在祢面前，像蠟溶化。

祢對敬畏祢的人，※

仍然大發慈悲。

對經二

復活期外：上主，祢實在偉大，祢的

德能超羣出衆。

復活期：上主，祢派遣了聖神，萬物

就被造成，阿肋路亞。

聖詠四六：萬有的君王，上主

「祂坐在聖父的右邊，祂的神國萬世無疆

。」（信經）

對經三

復活期外：請大家以歡樂的歌聲頌揚

上主。

復活期：天主是普世君王，你們要各

盡所能，謳歌讚頌，阿肋路

亞。

萬民，你們要鼓掌，※

以歡呼的歌聲，頌揚上主。

因為上主至高至尊，可敬可畏，※

是統治大地的偉大君王。

祂使萬民屬我們管轄，※

使列邦屈服在我們腳下。

祂為我們選擇了產業，※

就是祂所愛的雅格的榮耀。

在歡呼聲中，天主上升，※

在號角聲中，上主騰空。

你們要歌頌，歌頌我們的天主，※

要歌頌，歌頌我們的君王。

因為天主是普世的君王，※

你們要謳歌讚頌。

天主坐於神聖的寶座，※

天主為王，統治萬邦。

萬國的領袖集合起來，※

成為亞巴郎的天主的子民。

因為大地的權貴都屬於天主，※

唯有天主至高至尊。

對經三

復活期外：請大家以歡樂的歌聲頌揚

上主。

復活期：天主是普世君王，你們要各

盡所能，謳歌讚頌，阿肋路

亞。

簡短讀經 多四，16 / 17，19 / 20 （拉

丁通行本）

你要記著：己所不欲，勿施於人；讓飢餓和貧窮的人，與你共食，給裸體的人衣服，向智者請教。你要時常讚美天主，求祂指引你，使你的一切計劃達到目的。

短對答詠

領：天主，求祢使我誠心服從祢的旨

意。 答：天主：

領：求祢使我遵行祢的道路，而獲得

生命。 答：服從祢的旨意。

領：願光榮歸於父： 答：天主：

讚主曲對經：上主，求祢憐憫我們，記住

祢自己的神聖盟約。

禱 詞

我們應當感謝基督，時時讚美祂，因為祂屈尊就卑，竟稱呼我們為弟兄，我們同聲向祂祈禱：

主，求祢聖化祢的眾弟兄。

求祢使我們以純潔的心，把這一天的開始奉獻給祢，以光榮祢的復活，

也讓我們以我們的工作，聖化這一天，使祢歡心。

每天都是祢愛我們的證明，祢賜給我們新的一天，為我們帶來救恩和喜樂，

求祢使我們日新，日日新，以宣揚祢的光榮。

求祿今天教導我們，在所有的人身上看到祿的臨在，

——特別在憂苦和貧窮的人身上找到祿。

求祿今天使我們與所有的人和平相處，

——不要讓我們對任何人以怨報怨。

我們的天父：

聖詠吟唱

聖詠一一八，9~16 (一)

將臨期、聖誕期、四旬期對經見季節

專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

對經一：上主，我讚美祿，請照祿的

誠命教訓我。

結束禱詞

天主，我們的救主，求祿助祐我們追

求光明，實踐真理；我們都因祿而重生，

成爲光明之子，求使我們也能照亮別人，

爲祿作證。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

青年人如何才能守身如玉？※
只有遵守祿的訓諭。

我一心尋求祿，※

不要讓我違背祿的規律。

我把祿的話藏在心裏，※

免得我得罪祿。

上主，我讚美祿，※

請照祿的誠命教訓我。

我要以唇舌傳揚，※

祢親口頒佈的法令。

我喜愛遵行祢的法令，※

勝過各種財富。

我要默想祢的訓令，※

我要沉思祢的途徑。

我喜愛祢的法令，※

我決不忘記祢的言論。

對經一：上主，我讚美祢，請照祢的

誠命教訓我。

聖詠一六：上主，求祢救我脫離

惡人

——基督還在血肉之身時：獻上了祈禱，而

獲得俯允」（希五，7）

壹

對經二：上主，求祢使我的脚步緊隨

祢的道路。

上主，求祢聆聽我的申訴，十

注意我的哀號，※

傾聽我口中毫無虛偽的祈禱。

願祢明察，判我勝訴，※

因祢的眼睛細察正直。

任憑祢察驗我的心靈，夜間來視察我，※

用火鍛鍊我，在我身上却找不到邪惡。

我也決不口出惡言，中傷他人，※

我常照祢的訓言，迴避惡人的道路。

我的脚步緊隨祢的道路，※

我的雙足絕不致滑倒顛仆。

天主，我向祢呼求，祢必應允我，※

求祢側耳俯聽，俯聽我的訴說。

求祢彰顯祢奇妙的慈愛，※

以大能從敵人手中拯救投靠祢的人。

求祢保護我，有如眼中的瞳人，十

讓我藏身在祢的翼蔭下，※

使我脫離謀害我的仇人。

對經二：上主，求祢使我的脚步緊隨

祢的道路。

貳

對經三：上主，求祢起來，拯救我的

靈魂。

那些企圖圍攻我的仇敵，十

絲毫沒有慈悲心腸，※

他們滿口狂言。

他們追逐我，把我圍住，※

瞪着眼要把我推倒。

好像準備撲食的猛獅，※

又像蹲伏在暗處的幼獅。

上主，求祢起來迎擊，

把他們制服，※

以祢的利劍，救我脫離惡徒。

上主，求祢親手救我脫離這些人，※

脫離那以現世爲終身幸福的愚民。

祢以珍肴填滿了他們的口腹，十

他們多子多孫而心滿意足，※

又給他們的兒孫留下財富。

至於我，我却因正義得見祢的慈顏。※

願我醒來時，能以仰瞻祢爲幸福。

對經三：上主，求祢起來，拯救我的

靈魂。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

伯前一，13 / 14

你們要準備好，提高警覺，把希望完

全寄托在耶穌基督顯現時，帶給你們的恩

寵上；要做孝順的子女，不要迎合你們的

私慾，像往日那樣愚昧。

領：上主，求祢使我認識祢的法度，

答：求祢教訓我履行祢的道路。

結束禱詞

主、聖父、信實的天主，祢為召集因罪失散的人，曾派遣恩許之神降來；求祢使我們在上世界上，促進團結與和平。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

伯前一，15 / 16

你們要像名叫你們的聖者——天主一樣，在一切行為上都是聖的。經上記載：「你們都該是聖潔的，因為我是聖潔的」。

領：上主，願祢的祭司宣揚正義，

答：願祢的聖民喜氣洋溢。

結束禱詞

全能仁慈的天主，感謝祢賜給我們午間這片刻的喘息；求祢垂顧我們正在進行的工作，彌補我們的過失，使能遵照祢

的旨意，予以完成。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

雅四，7 / 8 a，10

你們要服從天主，對抗魔鬼，魔鬼必會遠遁；你們親近天主，天主就親近你們。你們在上主面前自謙自卑，祂就會提拔你們。

領：天主的眼睛關注那敬畏祂的人，
答：祂的雙目眷顧那依靠祂仁慈的人。

結束禱詞

天主，祢的聖子為救贖人類，甘願在十字架上伸開雙手，任人擺佈；求祢使我們的一切作為能博得祢的歡心，藉以向世人宣揚祂的救世大業。

結束詞 見常用經文

晚 禱

讚美詩

一 至聖的造物真主，
祢的光明充滿宇宙，
萬物燦爛光輝，
日月運行，
從不越軌。

二 羣星閃動，
各有規律，
晝夜有分界，
月份各不同，
莫不依次進退。

三 上主，求祢照亮人心，
洗淨精神的污染，
解除罪惡的桎梏，
粉碎邪惡的勢力，

一片祥和福瑞。

四 仁慈的天父，

偕唯一聖子，

施慰的聖神，

統治乾坤，

大地春回。阿們。

聖詠吟唱

聖詠二六：危險中的依賴

「這就是天主與人同在的帳幕」

(默二一，3)

壹

對經一

復活期外：上主是我的光明，我的救

援，我還畏懼何人？

復活期：上主高舉了祂，使祂在自己

的右邊作元首、作救主，阿

肋路亞。

上主是我的光明，我的救援，
我還畏懼何人？※

上主是我生命的保障，我尚害怕何人？

惡人前來攻擊我，要吃我的肉，※
我的對頭，我的仇敵，反而跌倒在地。

雖有大軍向我進攻，我的心也不戰慄，※
縱然戰爭向我逼近，我仍然滿懷信心。

我只向上主請求一事：※

願我一生一世住在上主的殿裏。

凝視上主的美善，※

參拜上主的聖殿。

因爲在我困苦的時日，+

祂把我藏在祂的帳幕中，※

把我藏在祂帳幕的深處，

把我高置在磐石上。

我現在可以昂然抬頭，※

鄙視我周圍的仇人。

我要在祂帳幕中獻上歡樂之祭，※
我要向上主歌唱，吟詠讚美詩詞。

對經一

復活期外：上主是我的光明，我的救
援，我還畏懼何人？

復活期：上主高舉了祂，使祂在自己
的右邊作元首、作救主，阿
肋路亞。

「有數人站起來，作假見證誣告耶穌」

(谷一四，57)

貳

對經二

復活期外：上主，我切望仰瞻祢的慈
顏；求祢不要轉面不顧。

復活期：我深信在這人世間，必能見
到上主的美善，阿肋路亞。

上主，求祢俯聽我的呼聲，※

求祢憐憫我，俯允我。

我一想到祢，心裏就說：+

「你們要尋求上主的慈顏！」※

上主，我切望仰瞻祢的慈顏。

求祢不要轉面不顧，※

祢發怒時，不要趕走祢的僕人。

祢一向是我的救援，※

我的救主，不要把我遺忘。

我的父母捨棄了我，※

上主却收留了我。

上主，求祢把祢的道路指示我，※

請祢引領我踏上坦途，免遭敵手。

求祢不要把我交給仇人，

滿足他們的心願，※

因為假證人起來攻擊我，口噴怒焰。

我深信在這人世間，※

必能見到上主的美善。

你要鼓起勇氣，期待上主，※

你要振作精神，等候上主。

對經二

復活期外：上主，我切望仰瞻祢的慈

顏，求祢不要轉面不顧。

復活期：我深信在這人世間，必能見

到上主的美善，阿肋路亞。

聖歌 哥一，12 / 20

「基督是超越萬物的長子，是首先從死者
中復活的」。

對經三

復活期外：基督是超越萬物的長子，

祂在萬有之中高居首位。

復活期：萬有都出於祂，倚靠祂、歸

於祂；願光榮歸於祂，直到

永遠，阿肋路亞。

感謝天父，使我們在光明中，※
堪享聖徒的福分。

祂救我們脫離了黑暗的權勢，※
把我們徙置到祂愛子的國土。

在祂愛子內，我們得到了救贖，※
獲得了罪赦。

祂是看不見的天主的肖像，※
是超越萬物的長子。

因爲上天下地的一切，無論有形與無形，十
上座者或宰制者，率領者或掌權者，※
都是藉祂而創造的。

一切都藉著祂，並爲了祂而受造，※
祂在萬有之先就已存在，
萬有都賴祂而各得其所。

祂是教會的頭，也就是祂身體的頭，十
祂是原始，是首先從死者中復活的，※
使祂在萬有之中高居首位。

因爲天主樂意，

使整個圓滿住在祂內，※

並藉著祂在十字架傾流的血，
建立了和平。

使人間和天上的一切，※
都與天主重歸於好。

對經三

復活期外：基督是超越萬物的長子，
祂在萬有之中高居首位。

復活期：萬有都出於祂，倚靠祂、歸
於祂；願光榮歸於祂，直到
永遠，阿肋路亞。

簡短讀經

雅一，22 / 25

你們應實踐聖言，不要聽而不作，欺騙
自己；誰若詳察使人得自由的完美法律，
而又遵守不渝，不隨聽隨忘，却身體力行
，這樣的人必因他的作爲得到幸福。

短對答詠

領：上主，求祢拯救我，求祢憐憫我。

答：上主：

領：求祢不要把我的靈魂和罪人一起

收去。 答：求祢憐憫我。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

謝主曲對經：全能者在我身上行了大事，

祂的名號何其神聖。

禱詞

上主以無限的愛心照顧祂的選民，願上主的名號在衆人身上受顯揚。我們現在讚美祢，祈求祢：

上主，求祢顯示祢的仁慈。

上主，求祢記得祢的教會，

—保護它脫離一切邪惡，使它在祢的聖愛

中日益完美。

求祢使各個民族認識祢是唯一的天主，

—也認識祢派遣來的祢的聖子耶穌基督。

求祢賞賜我們的親友，事事順遂，

—使他們今生在祢的愛護下，平安度日，

來世得到永生。

求祢使勞苦和負重擔的人獲得安慰，

—使受輕視的人恢復自尊。

求祢給今天逝世的人，敞開仁慈的大門，

—迎接他們進入天國。

我們的天父：

結束禱詞

上主，求祢俯聽我們的祈禱，晝夜保護我們；我們生活在變化不停的世界，但祢却是永恒不變的；在祢的眷顧之下，讓我們對祢的愛也能堅定不移。

結束詞 見常用經文

第一週：星期四

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：請大家前來朝拜上主，因為祂

是我們的天主。

聖詠第九四首，見 3 頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、夜幕將大地籠罩，

遮蓋了美麗的世界，

人心的裁判，

我們滿懷信心向祢投靠。

二、基督，求祢消除邪惡，

滌淨心靈的罪污，

恩賜聖寵，

使邪魔遠逃。

三、我心冥頑不誠，

難逃罪惡的侵害，

求主救我們脫離黑暗，

只把祢尋找。

四、基督，仁慈的君王，

掃蕩黑暗，重放光明，

與聖父及聖神，

永享榮耀。阿們。

日間用

一、基督，普世君王，

俯聽僕人的祈禱，

別讓世俗的邪惡，

損害我們的信仰。

二、助我驅散邪念，

永不妬恨別人，

以善制惡，

拋棄報復的心腸。

三、憤怒、欺詐和傲慢，

遠離我心靈，

拔除自私惡根，

身心舒暢。

四、付出真誠愛心，

平安才能久享，

心靈保持純潔，

幸福才有保障。

五、基督，大慈大悲的君王，

偕同聖父及聖神，

萬世萬代，

同享榮光。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一七，30-51：謝恩

「若是天主偕同我們，誰能反對我們呢？」

(羅：八，31)

肆

對經一：上主的話像一面盾牌，保護

所有投靠祂的人(復：阿肋

路亞)。

天主的作為完善無比，※

上主的言語真實可靠；

凡投靠上主的人，※

上主必作他的後盾。

除了上主，還有誰是真神？※

除了我們的天主，誰還是靠山？

是天主使我英勇威武，※

使我的道路平坦無阻，

使我能像母鹿飛奔，※

使我能高山站穩。

是祂教導我雙手衝鋒，※

伸展雙臂，拉開銅弓。

對經一：上主的話像一面盾牌，保護

所有投靠祂的人（復：阿肋

路亞）。

伍

對經二：上主，祢的右手扶持了我

（復：阿肋路亞）。

祢把救恩的盾牌賜給了我，+

祢的右手扶持了我，※

祢的慈愛堅強了我。

祢爲我拓寬了道路，※

使我脚步穩健，前進無阻。

我追擊仇敵，把他們逮捕，※

我不把他們消滅，誓不罷休。

我將他們打得一敗塗地，※

使他們在我腳下倒地不起。

祢使我英勇威武，奮力作戰，※

使敵人都向我俯首就範；

使我的仇人轉身逃竄，※

使仇恨我的人完全潰散。

他們呼救，却無人救援，※

呼求上主，也得不到垂憐。

我粉碎他們如風吹的塵土，※

我踐踏他們像泥濘的道路。

祢救我脫離叛亂的人民，※

立我作萬民的國君。

我素不相識的民族，※

都前來向我臣服。

外邦的子民都向我俯首聽命，※

一聽說是我，就對我表示效忠。

外方的子民鬪志全消，※

戰戰兢兢走出城堡。

對經二：上主，祢的右手扶持了我

（復：阿肋路亞）。

陸

對經三：上主，萬歲！救我的天主應

受尊崇（復：阿肋路亞）。

上主，萬歲！我的磐石應受讚頌，※

救我的天主應受尊崇！

天主，是祢爲我雪恨報仇，※

是祢使萬民向我屈服。

是祢拯救我脫離了仇敵，+

從敵人手中把我救起，※

救我不陷於狂徒的手裏。

上主，因此我要在列邦中稱謝祢，※

不斷歌唱讚美祢。

祢使祢的君王大獲勝利，+

向祢的受傅者、達味和他的後代，※

世世代代廣施慈愛。

對經三：上主，萬歲！救我的天主應

受尊崇（復：阿肋路亞）。

領：上主，求祢開啓我的眼睛。

答：使我看清祢法律的奇能。

唸適合於本日的誦讀及結束禱詞

晨 禱

領：天主，求祢快來拯救我。願光榮歸於

父。起初如何。（阿肋路亞。）

（如念序經，則省去以上開端詞）

讚美詩

一 黑夜遁去，

旭日東升，

人心不安，

羞愧又懺悔，

誰能作姦犯科，

光天化日中？

二 盲目與無知，

使人常誤入歧途；

光明帶來寧靜，

使心靈玉潔冰清；

口不出奸詐，

心離黑暗向光明。

三、願今日平安寧靜，

上主常護祐，

口舌保純潔，

雙目雙手不放縱，

身心不受邪惡污染，

生活磊落光明。

四、觀察人心的上主，

從日出到日落，

日以繼夜，

不離我們左右。

光榮歸於父子及聖神，

慈光普照，世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠五六：苦難中的晨禱

「此篇聖詠歌頌主的苦難」（聖思定）

對經一

復活期外：弦琴和豎琴，醒來吧！我

要喚醒曙光。

復活期：天主，願祢的尊威高於諸天，

阿肋路亞。

天主，求祢憐憫我，憐憫我，※

因為我只有投靠祢；

我投奔到祢的翼蔭下；※

等到毀滅的風暴過去。

我呼求至高者天主，※

就是施恩於我的天主；

天主必從天上施恩拯救我，+

使吞噬我的人蒙受羞辱；※

天主必顯示祂的慈愛和信實。

我躺臥在幼獅羣中，※
牠們想把人們吞噬。

牠們的牙齒有如長矛銳箭，※

舌頭好似雙刃的利劍。

天主，願祢的尊威高於諸天，※

願祢的榮耀普照塵寰！

他們在我脚下佈置了羅網，

把我羈絆，※

在我面前掘了陷阱，

自己反而跌入其中。

天主，我的心已準備妥當，+

我的心已準備妥當，※

我要歌唱，我要頌揚。

我的靈魂，醒來吧！+

弦琴和豎琴，醒來吧！※

我要喚醒曙光。

上主，我要在萬民中稱謝祢，※

我要在列邦中歌頌祢。

因為祢的慈愛超越諸天，※

祢的信實直達霄漢。

天主，願祢的尊威高於諸天，※

願祢的榮耀普照塵寰。

對經一

復活期外：弦琴和豎琴，醒來吧！我

要喚醒曙光。

復活期：天主，願祢的尊威高於諸天，

阿肋路亞。

聖歌 耶三一，10 / 14：獲救百

姓的幸福

「耶穌為人而死，使那分散的天主兒女都
聚集起來，合成一體。」

（若一一，51、52）

對經二

復活期外：上主說：我要使我的人民

飽饗美味。

復活期：上主贖回了自己的子民，阿

肋路亞。

萬民，請聽上主的話，※

向遠方的海島宣揚：

那昔日驅散以色列的，要再聚集，※

看守他們好像牧人看守羊羣。

因為上主贖回了雅格，※

從更強者的手中把他救出。

他們要到熙雍山上歡呼，+

奔向上主的美物：※

飽嘗穀、麥、酒、油、小羊和牛犢。

他們的心靈好像灌溉的田園，※

再也不會飢餓。

那時處女載歌載舞，※

老幼必同歡同樂。

因為我要使他們的悲哀變為喜悅，※

使他們在憂苦中獲得安慰和歡樂。

我必用肥脂滋潤祭司的心靈，※

使我的人民飽饗美味。

對經二

復活期外：上主說：我要使我的人民

飽饗美味。

復活期：上主贖回了自己的子民，阿

肋路亞。

聖詠四七：為百姓的得救而謝

恩

「天使把我帶到一座高山上，將聖城耶路

撒冷指給我看。」（默二一，10）

對經三

復活期外：在我們天主的城中，上主

至大，應受讚頌。+

復活期：這天主，就是我們的永生天

主，阿肋路亞。

在我們天主的城中，※
上主至大，應受讚頌。

十祂的聖山偉大壯麗，※

是普世的喜樂。

位於城北的熙雍山，※

是大王的城邑！

天主住在堡壘的中央，※

親自作它的保障。

請看！衆王成羣結隊，※

紛紛向這裏集合；

他們一見熙雍，就驚慌失措，※

慌慌張張，各自逃竄。

他們在那裏膽戰心驚，※

好像臨盆的婦女忍受苦痛；

好像塔爾西斯的船隻，※

爲強烈的東風所襲擊。

在萬軍上主的城中，

在我們天主的城中，+

我們所見的，正如所聽到的，※

天主必使這城永遠穩固。

天主，我們在祢的殿內，※

想念着祢的慈惠。

天主，祢的名號遠達地極，+

祢應受的讚美，普及人寰，※

祢以正義統治大地。

熙雍山因祢的公正而喜樂，※

猶大的女子也因此而踴躍。

請你們圍繞熙雍巡遊，※

數點它的城樓；

觀察它的城郭，巡視它的碉堡，※

以便向後代子孫陳述：

祂是我們的天主，+

是我們永恒的天主，※

祂永遠引領我們。

對經三

復活期外：在我們天主的城中，上主

至大，應受讚頌。

復活期：這天主，就是我們的永生天

主，阿肋路亞。

簡短讀經

依六六，1 / 2

上主這樣說：高天是我的寶座，大地是我的腳凳；你們還能在什麼地方給我建築殿宇，建造我休息的地方呢？這一切都是我親手造的，這一切都是我的——是上主這樣說。我要垂顧的是誰呢？是貧苦者，懺悔者和對我言語懼怕的人。

短對答詠

領：上主，我全心呼號，求祢俯聽。

答：上主：

領：我要遵守祢的法規。 答：求祢

俯聽。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

讚主曲對經：我們應以聖德事奉上主，祢

必會從敵人手中將我們救

出。

禱詞

基督賜給了我們今日的光明，我們感謝祂，祈求祂：

主，求祢降福我們、聖化我們。

祢爲了我們的罪惡，自作犧牲，祭獻天父，

——求祢也將我們的祈禱，勞苦和犧牲奉獻

給天父。

祢今天又賞賜我們新光，使我們又看到祢

美麗的萬物，

——求祢使我們在萬物身上，看到祢的榮耀

和全能。

祢對世人慷慨大方，慈善溫良，

——求祢使我們效法祢的榜樣。

主，求祢今晨對我們廣施仁慈，賜給我們抵抗誘惑的力量，

——也使我們勇敢背起今天生活的重擔。

我們的天父……

結束禱詞

全能永生的天主，我們在清晨、中午及傍晚，虔誠地向祢祈禱；求祢驅散我們心中的黑暗，以接受基督真光。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠一一八，17 / 24 (三)

將臨期、聖誕期、四旬期對經見季節

專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

對經一：上主，求祢開啓我的眼睛，

我要觀察祢法律的奧妙。

求祢恩待祢的僕人，我才會生存，※

才能遵行祢的教訓。

求祢開啓我的眼睛，※

使我觀察祢法律的奧妙。

我在世上原是逆旅，※

不要對我隱瞞祢的誠律。

我時常渴慕祢的訓言，※

致使我的心靈疲憊不堪。

祢對傲慢人加以責罰，※

違背祢誠命的人，實可咒罵。

請除去我所受的羞辱和輕慢，※

因為我常遵守了祢的規範。

王侯雖然開庭，對我妄加非議，※

祢的僕人仍舊沉思祢的律例。

因為祢的誠命是我的喜樂，※

祢的典章是我的謀略。

對經一：上主，求祢開啓我的眼睛，

我要觀察祢法律的奧妙。

聖詠二四：求寬恕和救恩

「望德不使人蒙羞」（羅五，5）

壹

對經二：上主，求祢以真理指導我。

上主，我一心仰望祢，※

我的天主，我倚靠祢，便不會蒙羞。

不要讓我的仇人向我誇耀，+

凡期望祢的人決不致失望，※

唯有妄想而背信的人才會受辱。

上主，請指示我祢的道路，※

教給我祢的途徑。

求祢教訓我，以真理指導我，※

我終日仰望祢，因為祢是我的救主。

上主，求祢念及祢的仁愛，※

祢一向就以慈悲為懷。

上主，

求祢忘掉我青春的罪愆與過犯，※

祢慈愛寬厚，請垂念我。

因為上主溫良而公正，※

指示罪人應走的道路；

引導謙卑的人履行正義，※

教訓善良的人遵循坦途。

上主對遵守祂盟約和誠命的人，※

表現祂的慈愛和真誠。

上主，為了光榮祢的聖名，※

求祢寬恕我的重罪。

對經二：上主，求祢以真理指導我。

貳

對經三：上主，我孤苦伶仃，求祢回

顧我，憐憫我。

凡是敬畏上主的人，※

上主必指示他應走的道路；

他的生活必定幸福，※

他的後裔必將繼承土地。

上主親切對待敬畏祂的民衆，※

使他們了解祂的盟約。

我仰望上主，目不轉睛，※

因為祂使我脫離了陷阱。

我孤苦伶仃，※

求祢回顧我，憐憫我。

求祢減輕我心中的痛苦，※

消除我的一切煩惱。

垂視我的困苦艱難，※

赦免我的一切罪愆。

請看我的仇敵何其衆多，※

他們都凶狠地痛恨着我。

求祢保護我，拯救我，※

別讓我蒙羞，因為祢是我的避難所。

我清白正直，求祢保護，※

我全心倚靠祢。

天主，求祢拯救以色列，※

救他脫離一切災禍。

對經三：上主，我孤苦伶仃，求祢回

顧我，憐憫我。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

亞四，13

是祂創造了山嶽，形成了風暴，向人

宣示祂的旨意，分開黎明和黑暗，在大

地高處巡行；祂的名字是「上主」，萬軍的

天主。

領：上主的一切化工，請讚美上主，

答：歌頌稱揚祂，直到永遠。

結束禱詞

上主，當年使徒們在第三時辰祈禱時，曾領受了祢賜下的聖神；求祢仁慈地賞賜我們，也分享這同樣的恩惠。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

亞五，8

是祂創造了昴星和參星，變黑暗為黎明，使白晝成黑夜，聚集海水並傾注於地面，祂的名字是「上主」。

領：上主具有莊嚴和榮耀，

答：祂的聖所內有威能和光輝。

結束禱詞

全能永生的天主，在祢面前沒有黑暗、沒有晦冥；求祢以燦爛的光輝照耀我們

，使我們遵守祢的誠命，以豁達的胸懷、忠誠地向天國之路邁進。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

亞九，6

是祂在高天建造樓閣，在地上奠定支柱，聚集海水並傾注於地面，祂的名字是「上主」。

領：高天陳述天主的光榮，

答：穹蒼宣揚祂雙手的化工。

結束禱詞

上主，求祢俯聽我們的祈禱，使我們常能追隨祢唯一聖子忍耐的榜樣，并在逆境中堅忍不拔，有始有終。

結束詞 見常用經文

晚禱

讚美詩

- 一、大能的天主，
祢造生萬物，
魚族水中游，
鳥類飛翔在天空，
各歸其所，
各顯其能。
- 二、求祢普施宏恩，
滌除僕人的罪污，
使我們不再失足，
免遭喪亡的悲痛，
上主，我們的天主，
我們向祢哀禱歌頌。
- 三、慈悲的天主，
求祢大力助祐，

不怕邪惡的張狂，
也不自滿自足，
不因挫折而灰心喪志，
不因驕傲而失落恩寵。

四、仁慈的天父，
偕唯一聖子，
施慰的聖神，
統治大地乾坤，
同享尊威與光榮，
世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠二九：死裏逃生，感謝主
恩

「基督在光榮復活後感謝聖父」（加西安）

對經一

復活期外：上主，我一向祢呼救，祢
就醫好了我，我要永遠稱謝

祿。

復活期：上主，祿把我的悲哀化為舞

蹈，阿肋路亞。

上主，我稱揚祿，因為祿救拔了我，※

沒有讓我的仇敵向我誇耀。

上主，我的天主，我一向祿呼救，※

祿就醫好了我。

上主，祿從陰府裏將我救出，※

使我復生，不致墮入幽谷。

上主的聖民，請向上主歌詠，※

稱頌祿的聖名。

因為祿的震怒轉眼消逝，※

祿的恩惠却終生存留。

夜間縱有哭泣淚，※

清晨却聞歡呼聲。

順遂時我會說過：※

「我永遠不會動搖。」

上主，賴祿的恩祐，

我能穩立於山崗，※

但祿一轉面不顧，

我便立刻感到驚惶。

上主，我曾向祿高呼，※

向我的天主苦訴：

「我若墜死深谷，我的血又有何用？※

灰骨豈能讚頌祿，或宣揚祿的真誠？

上主，請祿俯聽我，憐憫我；※

上主，求祿助祐我。」

祿把我的悲哀化為舞蹈，※

脫掉我的苦衣，給我披上歡笑。

因此，我的心靈歌頌祿，永不止息；※

上主，我的天主，我要永遠稱謝祿！

對經一

復活期外：上主，我一向祿呼救，祿

就醫好了我，我要永遠稱謝

禱。

復活期：上主，祢把我的悲哀化為舞蹈，阿肋路亞。

聖詠三一：罪惡蒙赦免的人，真

是有福

「達味也稱那不算功行，而蒙天主認為正義的人，是有福的」（羅四，6）

對經二

復活期外：上主不責怪的人，真是有

福。

復活期：天主藉著祂兒子的死，使我們與祂和好，阿肋路亞。

罪惡蒙赦免，過犯被遮掩的人，真是有福，※

上主不責怪，心中無欺詐的人，真是有福。

我緘默無語，不肯認罪，※

我終日傷歎，骸骨疲憊。

因為祢的手臂日夜重壓著我，※
我的精力好像在盛暑中消耗。

我向祢承認我的罪過，※

絲毫不隱瞞我的邪惡。

我說：「我要向上主承認我的過犯。」※
祢就赦免了我的罪愆。

因此，虔誠的人在困厄中，

都要向祢哀乞，※

縱使洪水氾濫，他也不會受到波及。

祢是我的避難所，必將救我脫離災禍，※
在我四週洋溢著獲救的喜樂。

「我要教導你應走的正道，※
雙目注視你，向你提出勸告。」

不要像無知的騾馬，※

除非勒緊韁繩便不馴服。

惡人必要受許多痛苦，※

仰望上主的人，常有慈愛呵護。

義人，你們要在主內歡欣鼓舞，※

心地正直的人，你們都要歡呼。

對經二

復活期外：上主不責怪的人，真是有

福。

復活期：天主藉着祂兒子的死，使我

們與祂和好，阿肋路亞。

聖歌

默一一，17，18；一二，

10 / 12：論天主的審判

對經三

復活期外：上主賜給基督權力、尊

榮和國度，萬民都要侍奉

祂。

復活期：上主，誰能像祢那樣神聖尊

威，阿肋路亞。

今昔永存的上主，全能的天主！

我們感謝祢，※

因為祢掌握大權統治乾坤。

異民憤憤不平，※

祢的震怒隨卽來到。

那時祢也審判死者，+

對祢的僕人、先知、聖徒，※

以及敬畏祢名的，無論尊卑，一律酬庸。

現在我們的天主已完成救恩，+

彰顯威能，建立神國，※

祂的受傅者基督已擁有權威。

日夜在天主面前的控訴者，※

那誣告我們弟兄的，已從天上被摔下。

他們靠自己的證言和羔羊的血，

戰勝了惡魔，※

他們寧願殺身成仁，捨生取義。

爲此，高天和天上的聖民，※

請你們鼓舞歡欣。

對經三

復活期外：上主賜給基督權力、尊

榮和國度，萬民都要侍奉

祂。

復活期：上主，誰能像祢那樣神聖尊

威，阿肋路亞。

簡短讀經

伯前一，679

你們要歡躍，雖然你們現在必須在種

種考驗中暫時受些苦，爲使你們的信德得以精煉，比經過火煉而易消毀的黃金，更有價值，好在耶穌基督顯現時，堪受稱讚、光榮和尊敬。你們雖然沒有見過祂，却愛祂；雖然你們如今看不見祂，仍然相信祂；並且以不可言傳的喜樂，和無限的榮福而歡躍，因爲你們已有把握得到信仰的效果，就是靈魂的得救。

短對答詠

領：上主以麥子的精華養育了我們。

答：上主：

領：以岩石中的蜂蜜飽飫了我們。

答：養育了我們。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

謝主曲對經：上主從高位上推下權貴，卻

提拔了弱小卑微。

禱詞

天主是我們的助祐，是我們的全部希望，我們一起讚頌祂，熱誠的呼求祂：

上主，求祢垂顧祢的子民！

上主，我們的天主，祢與祢的子民訂立了永遠的盟約，

——求祢使我們時時憶起祢的豐功偉業。

求祢使所有司鐸都富有祢救世愛人的精神，

——也使祢的信衆都能和平相處，團結

一致。

求祿使國家的建設，生活的進步，常能遵從祿的旨意，

——免得那些建設的人，徒勞無功。

求祿派遣工人來收割祿的莊稼，

——使祿的名在萬民中受顯揚。

求祿恩賜已亡的親友恩人，參加祿諸聖的行列，

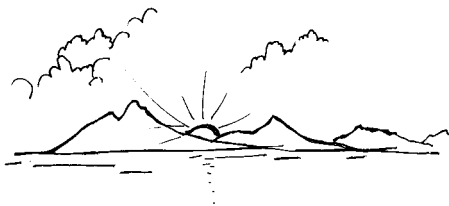
——使我們有朝一日也能與諸聖為伍。

我們的天父：

結束禱詞

天主，夜幕低垂，唯有祿能驅逐黑暗，使大地重光。求祿使我們今晚不受惡魔困擾，安然度過；并使明日曙光臨臨時，還能來到祿面前，讚頌稱謝。

結束詞 見常用經文



第一週：星期五

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：請大家讚美上主，因為祂的慈

愛永遠常存。

聖詠第九四首，見 3 頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、三位一體的天主，

祢統治宇宙，

我們起來同聲讚頌，

求祢仁慈地垂聽。

二、夜深人靜，

遍地安寧，

我們向祢呼求，

治癒心靈的創痛。

三、魔鬼狡計多端，

誘我們墮入陷阱；

恢復心靈的健康，

要靠上主的大能。

四、我們虔誠求主，

賜我們豐富的聖寵，

助我們努力行善，

不再遠離上主的光明。

五、仁慈的天父，

偕同聖子及聖神，

統治大地人類，

世世無窮。阿們。

日間用

一、慈悲的基督，

速來救助人類，
我們向祢哀訴，
請垂視子民的信心，

洗除信徒的罪污。

二、仰望聖架與聖身，

為救萬民，

承受了無盡的痛苦；

求祢保祐祢救贖的子民，

從此得享天福。

三、基督，萬民的救主，

大慈大悲的君王，

偕同聖父及聖神，

世世代代，

同享永福。阿們。

聖詠吟唱

聖詠三四，1-3，9-19，22-23

27-28：上主拯救受迫害者

「他們集會，共同議決圖謀逮捕耶穌。」

(瑪二六，3、4)

壹

對經一：上主，求祢前來，為我助陣

(復：阿肋路亞)。

上主，求祢判斷那判斷我的人，※

求祢攻擊那攻擊我的人。

求祢拿起長矛護盾，※

前來為我助陣。

願祢向我說：※

「我是你的救星！」

我的心靈將因上主而喜悅，※

因祂的救助而滿心歡樂。

我的骨頭都要說：

「上主，誰能與祢相比？+

祢從強暴者手中救出弱小，※

從剝削者權下解救窮困。」

蠻橫的人，妄作見證，※
指責我未犯的罪行。

他們對我恩將仇報，※
使我的心孤苦無告。

對經一：上主，求祢前來，爲我助陣

(復：阿肋路亞)。

貳

對經二：上主，祢掌握大權，求祢爲我

辯護(復：阿肋路亞)。

他們患病時，我身穿苦衣，※
爲他們虔心祈禱，守齋克己；

我待他們有如親友手足，※

悲痛欲絕，有如哀悼怒母。

我一朝遇難，他們都幸災樂禍，※
譏笑、欺凌我，不斷地攻擊我，

他們對我無禮、戲弄我，※

向我咬牙切齒、憎恨我。

對經二：上主，祢掌握大權，求祢爲

我辯護(復：阿肋路亞)。

叁

對經三：我的口舌終日歌頌祢的正義

(復：阿肋路亞)。

上主，祢袖手旁觀要到何時？十

求祢救我免受他們的欺凌，※

從羣獅中救我一命。

我要在盛會中歌頌祢，※

我要在萬民前稱揚祢。

不要讓無理反對我的人沾沾自喜，※

不要讓無故仇恨我的人揚眉吐氣。

上主，祢既看見，

求祢不要再緘默，※

上主，求祢不要遠離我。

我的上主，求祢醒來，爲我伸辯，※

我的天主，求祢前來爲我伸冤。

願那見我沈寃得雪的人額手稱慶：+

「願上主受讚頌，※

因為祂願意祂的僕人獲享安寧。」

我的口舌歌頌祢的正義，※

我要終日讚美祢。

對經三：我的口舌終日歌頌祢的正義

（復：阿肋路亞）。

領：我兒，你要牢記我的話。

答：遵守我的命令，為使你生存。

唸適合於本日的誦讀及結束禱詞

晨 禱

讚美詩

一、基督，祢是聖父的獨子，

聖潔童貞的愛兒；

祢是天上的榮光，

人間衆生的希望；

二、求祢支持我們，

恩賜力量，

滿懷虔敬和興奮，

向祢讚頌歌唱。

三、曉星升起，

迎接朝日的光芒，

黑暗已逝，

得見基督的聖光；

四、但願正義的太陽，

照在我們身上，

照亮我們的心胸，

黑暗不再狂妄。

五、信德在心中生根，

望德使生活振作，

愛德光芒四射，

日益茁壯。

六、基督，大慈大悲的君王，

偕聖父及聖神，

同享榮光。

萬世無疆。阿們。

消除我的罪愆。

因為我認清了我的罪過，※

我的罪惡常在我的眼前。

我得罪了祢，唯獨得罪了祢，※

我在祢面前作了惡事；

因此，祢在判決時，顯示了祢的正義，※

祢在斷案時，表現了祢的公平。

的確！我在罪惡中出生，※

我的母親在罪惡中懷孕了我。

是的，祢喜愛內心的真誠，※

求祢使我的心靈充滿智慧。

求祢洗滌我，使我潔淨，※

洗滌我，使我潔白，白於雪。

求祢使我聽到愉快的歌聲而喜樂，※

使祢所折斷的骨骼再度雀躍。

求祢轉面，不要看我的罪過，※

消除我的一切邪惡。

「你們應在心思念慮上煥然一新，穿上新人。」（弗四，23 / 24）

對經一

復活期外：上主，請悅納祢祭壇上合

宜的犧牲。

復活期：主天主，當祢來作王的時候

，求祢記得我，阿肋路亞。

天主，祢是仁慈的，求祢憐憫我，※

祢有豐厚的慈愛，求祢消滅我的罪惡。

求祢洗淨我的過犯，※

天主！求祢給我再造一顆純潔的心，※
在我五內注入堅強的精神。

求祢不要驅逐我，疏遠我，※
不要從我身上剝奪祢的聖神。

求祢再賜我得救的喜樂，※
以慷慨的精神扶持我。

我要引導惡人走上祢的道路，※
罪人也要歸依祢。

天主，我的救主，求祢豁免我的血債，※
我的口舌必要宣揚祢的公義。

上主，求祢開啓我的唇舌，※
我要親口讚頌祢。

因為祢並不喜歡祭獻，※
我獻全燔祭，祢也不會悅納。

天主，我的祭獻，
就是痛悔的精神，※

祢不輕視痛悔和謙卑的赤心。

上主，求祢對熙雍廣施慈愛，※
爲耶路撒冷重建城垣；

祢必悅納合宜的犧牲，祭品和燔祭，※
那時，

人們將把牛犢呈獻在祢的祭壇上。

對經一

復活期外：上主，請悅納祢祭壇上合
宜的犧牲。

復活期：主天主，當祢來作王的時候
，求祢記得我，阿肋路亞。

聖歌 依四五，15 / 26：萬民應

歸向上主

「衆人聽到耶穌的名號，都要屈膝叩拜」

（斐二，10）

對經二

復活期外：以色列的後裔，都要因上

主獲得光榮的勝利。

復活期：救主，以色列的天主，祢實

在是隱而不彰的天主，阿肋

路亞。

以色列的拯救者，天主，※

祢實在是在隱藏的天主。

製造偶像的人必狼狽不堪，※

他們必將含羞遠遁。

以色列，你們已蒙上主拯救，永享救恩，※

你們永不再蒙羞絕望。

因爲那創造蒼天的上主這樣說：※

祂是天主，

祂創造、形成並奠定了大地；

祂所創造的大地並不是一片荒蕪，※

而是供人居住。

祂這樣說：我是上主，唯一的天主，※

我並沒有在隱暗處說話。

我沒有對雅格的子孫說：※

你們尋求我也是枉然，

上主我，只講正義，宣揚公理。+

從萬邦中獲救的人民！※

請你們集合，一同前來！

人們供奉木製的偶像，※

膜拜不能施救的神明，真是無知！

請你們陳述，請來作證，共同磋商：+

是誰從古時宣佈這事？※

是誰領先發表這事？

豈不是上主我，除我以外，沒有別的神，※

只有我是公義的神和救主。

大地四極的人！歸依我吧！+

你們必能得救，※

因爲只有我是天主，

沒有另一個。

我指著我自己起誓，※
正義的話一出口，決不反悔。

人人都將向我屈膝，※

一切唇舌都要發誓說：

唯獨上主有正義和力量，※

凡背叛祂的，必將含羞地歸依祂。

以色列的後裔，※

都要因上主獲得光榮的勝利。

對經二

復活期外：以色列的後裔，都要因上

主獲得光榮的勝利。

復活期：救主，以色列的天主，祢實

在是隱而不彰的天主，阿肋

路亞。

聖詠九九：進入聖殿者的喜樂

「上主命得救的人高唱凱歌」（聖達修）

對經三

復活期外：你們要載歌載舞，走向上

主面前。

復活期：你們要興高彩烈地侍奉上主

，阿肋路亞。

普世大地，請向上主歡呼，+

興高彩烈地事奉上主，※

到祂面前時載歌載舞。

要知道，唯有上主是天主，※

祂創造了我們，我們屬於祂。

我們是祂的子民，※

是祂牧場上的羊羣。

你們要進入祂的門庭，報謝主恩，+

高唱讚美詩進入祂的庭院，※

稱謝祂，讚美祂的聖名。

的確，上主溫良慈善，+

祂的慈愛直到永遠，※

祂的信實世世綿延。

對經三

復活期外：你們要載歌載舞，走向上

主面前。

復活期：你們要興高彩烈地事奉上主

，阿肋路亞。

領：讓我認識應走的道路。 答：就

體驗到祢的慈愛。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

讚主曲對經：上主眷顧並救贖了祢的民

族。

簡短讀經

弗四，29 / 32

禱詞

你們不可口出惡言；只說幫助人，對人有建設性的話，使聽眾獲得益處。你們不要使天主的聖神憂鬱，因為祂是天主擁有你們的印記，保證你們必有得救的一天。要從你們中間根除一切毒辣、怨恨、忿怒、爭吵、毀謗以及一切邪惡，要彼此以良善，以仁慈相待，且要互相寬恕，如同天主在基督內寬恕了你們一樣。

基督藉著自己的十字架，給人類帶來了救恩；我們一起朝拜祂，熱切的呼求祂：

主，求祢對我們廣施仁慈。

基督，祢是我們的太陽和白晝，請用祢的光輝照耀我們，

—求祢從清晨就抑制我們的私慾偏情。

—求祢指導我們的思、言、行爲，

—使我們所作的一切都能使祢歡心。

—求祢轉面不要看我們的罪過，

—請除掉我們的一切罪惡。

主，請藉祢的十字架和復活，

短對答詠

領：上主，求祢賜我在清晨就體驗到

祢的慈愛。 答：上主：

——使我們充滿聖神的安慰。

我們的天父：

結束禱詞

天主，祢以聖子真理之光，燭照我們靈性的愚昧。求祢賞賜我們堅強的信德，使祢以聖寵在我們心中點燃的愛火，不為任何誘惑所撲滅。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠一一八，25 / 32(四)

將臨期、聖誕期、四旬期對經，見季

節專用部份

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

對經一：上主，我努力遵行祢誠命的

道路，因為祢使我的心靈舒

暢。

我已命在旦夕，行將入土，※

請照祢的諾言使我生存；

我供認了我的行徑，祢就垂聽了我，※

求祢教導我祢的規程。

使我明瞭祢誠命的途徑，※

沈思祢奇妙的工程。

我心煩惱，精神耗盡，※

請照祢的諾言使我振作。

使我遠離邪說，免入歧途，※

賜我奉行祢的法律。

我選定了真理的途徑，※

矢志遵從祢的命令。

上主，我常謹守了祢的法律，※

別讓我蒙羞受辱。

我努力遵行祢誠命的道路，※

因為祢使我的心靈舒暢。

對經一：上主，我努力遵行祢誠命的

道路，因為祢使我的心靈舒

暢。

聖詠二五：無辜者的依恃和祈禱

「天主在基督內揀選了我們，使我們聖潔

無瑕。」（弗一，4）

對經二：我依賴上主，絕不動搖。

上主，請祢主持公道，因為我清白無辜，※

我依賴上主，絕不動搖。

上主，祢儘管考驗我，※

煎熬我的五內和心靈。

因為祢的慈愛常在我的眼前，※

我常照祢的真理行走。

我沒有跟虛偽的人同流，※

也沒有與欺詐的人合污；

我惱恨與小人為伍，※

也絕不和惡人同席。

上主，我今洗手表示無辜，※

繞行祢的祭壇虔心崇拜。

我要向祢高聲稱謝讚頌，※

傳述祢的一切奇妙化工。

上主，我喜愛祢所居住的殿宇，※

和祢榮耀所駐蹕的所在。

求祢不要把我與罪人一同消滅，※

也不要把我與兇手一併除掉。

他們惡貫滿盈，※

右手充滿賄賂。

我却清白無辜，※

求祢救助我，憐憫我。

我的腳已踏上坦途，※

我要在集會中讚頌上主。

對經二：我依賴上主，絕不動搖。

聖詠二七，1，3，6，9：懇
禱與謝恩

「父啊！我感謝祢，因為祢俯聽了我。」

（若一一，41）

對經三：我一心倚靠上主，就獲得了

扶助。

上主，我的磐石，我向祢呼籲，※

求祢不要充耳不聞。

如果祢對我緘口不語，※

我便像陷入陰府的人。

我向祢的聖所舉手呼救，※

求祢俯聽我的哀求！

求祢不要把我與惡徒一同消滅，※

他們陰險惡毒，口蜜腹劍。

願上主受讚頌，※

因為祢俯聽了我的禱聲。

上主是我的力量，我的護祐，十

我一心倚靠祢，就獲得了扶助，※
因此我滿心喜樂，歌舞讚頌。

上主是祂子民的力量，※

是祂受傳者的保障。

求祢拯救祢的子民，福祐祢的嗣業，※

牧養他們，提攜他們，直到永恒。

對經三：我一心倚靠上主，就獲得了

扶助。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

斐二，2，4

你們要意見一致，有同樣的愛心，一

心一意，好使我得到圓滿的喜樂。不論做

什麼，不可順從私見，也不可追求虛榮，

要彼此謙讓，該想自己不如人；不可只顧

自己，也該關心別人。

領：凡持守上主盟約和誠命的人，

答：祂常以慈愛和忠誠對待他們。

結束禱詞

主耶穌基督，祢曾在第三時辰，為拯
救世人，甘願接受了十字架的苦刑。求祢
寬恕我們以往的一切罪過，并保護我們今
後不致再犯。祢是天主，永生永王。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

格後一三，4

基督雖然由於脆弱的人性而被釘死在
十字架上，却靠天主的德能仍然活著；我
們在祂內也成了脆弱的，也要靠天主的德
能與祂一同活著。

領：上主，我已命在旦夕，行將入
土，

答：請照祢的諾言使我生存。

結束禱詞

主耶穌基督，祢當年在第六時辰，太
陽失去了光芒，大地陷於昏暗時，為了拯
救我們，被釘在十字架上；求祢常常賜予
我們光明，指引我們獲享永生。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

哥三，12 / 13

你們是天主所揀選的，所鍾愛的聖徒
，因此要有憐憫的心腸、仁慈、謙卑、良
善和忍耐；如果對人有怨恨，該彼此擔待
，互相寬恕；你們要寬恕別人，如同主寬
恕了你們。

領：上主富於仁愛寬恕，
答：極其慈悲，遲於發怒。

結束禱詞

主耶穌基督，祢曾允許悔過的右盜，
從十字架進入祢的王國。現在我們自訟已
罪，虔恭的求祢；日後也為我們大開天門
，得以歡然進入。

結束詞 見常用經文

晚 禱

讚美詩

一、創造人類的天主，

只有祢能治理宇宙，

造生萬物，

讓大地遍佈走獸爬蟲；

二、祢又賜予人類無數生物，

花草樹木，

家禽牲畜，

任由人類管理取用。

三、求祢驅逐邪惡，

保祐祢的僕人，

也使我們的生活與行動，

永不辜負主的恩寵；

四、求主廣施慈愛，

賜喜樂，加助祐，

排除糾紛，

大家和氣共融。

五、仁慈的天父，

偕唯一聖子及施慰的聖神，

統治大地人類，

世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠四〇：病中祈禱

「你們中間跟我一起吃飯的，有一個
賣我」（谷一四，18）

對經一

復活期外：上主，我犯了罪，求祢治

愈我。

復活期：基督為我們成了貧窮，是要

使我們成為富有，阿肋路

亞。

體恤窮人的，真是有福，※

他遭難的時日，上主必會救助。

上主必保祐他，使他生存，

在世享福，※

決不將他交給仇敵，任其侮辱。

他臥病在床，上主必會醫治，※

他身患重病，必賜他轉危為安。

我會說：「上主，

我犯罪得罪了祢，※

求祢憐憫我，醫治我。」

我的仇敵辱罵我說：※

他何時才死，他的名字何時才被遺忘？

即使有人來探望我，

也是虛情假意，※

他們心懷叵測，一出門便胡言亂語。

惱恨我的人都在交頭接耳，※

猜想我患了什麼絕症：

「他已身患惡疾，※

必然一病不起！」

甚至我最信賴的知心好友，※

同桌共食的，也舉腳踢我。

上主，求祢憐憫我，治愈我，※

讓他們得到報應。

我知道祢真正喜愛我：※

因為我的仇敵不能再戰勝我。

因為我純潔無罪，祢便助祐我，※

使我永遠侍立在祢面前。

願以色列的天主、上主，受讚頌，※

從太古直到永遠。阿們！阿們！

對經一

復活期外：上主，我犯了罪，求祢治

愈我。

復活期：基督為我們成了貧窮，是要

使我們成為富有，阿肋路

亞。

聖詠四五：天主是人的救助和力

量

「人將稱祂的名字為厄瑪努爾，意思是：

天主與我們同在。」（瑪一，24）

對經二

復活期外：萬有的上主與我們同在，

雅格的天主是我們的保障。

復活期：一道河流給天主的城帶來喜

樂，阿肋路亞。

天主是我們的避難所和力量，※

是患難中可隨時得到的保障。

因此，縱然大地震盪，※

高山沉入海洋；

儘管怒濤澎湃，羣山震撼，※

我們也不因此而驚慌：

萬有的上主與我們同在，※

雅格的天主是我們的保障。

一道河流給天主的城帶來喜樂，※

它是至高者居住的聖所。

天主安居城中，它絕不會動搖，※

曙光一現，天主即刻支援。

萬民儘管喧嚷，列邦儘管騷亂，※

天主一聲喝叱，大地立即鎔解。

萬有的上主與我們同在，※

雅格的天主是我們的保障。

請你們來看上主的作為，※

看祂在地上所行的奇事：

祂平息戰爭，直到地極，※

祂折弓斷矛，燒毀盔甲。

路亞。

你們要停戰！承認我是天主，※

上主，全能的天主，※

萬民的至尊，大地的上主。

祢的作爲何等偉大奇妙！

萬有的上主與我們同在，※

萬世的君王，※

雅格的天主是我們的保障。

祢的道路多麼公平真實！

對經二

上主，誰敢不敬畏祢？※

復活期外：萬有的上主，與我們同在，

誰敢不稱揚祢的名號？

雅格的天主是我們的保障。

因爲只有祢是聖善的，+

復活期：一道河流給天主的城帶來喜

萬民都要前來朝拜祢，※

樂，阿肋路亞。

因爲祢彰顯了祢的正義。

聖歌 默一五，3 / 4：崇敬上

對經三

主的讚美詩

復活期外：上主，萬民都要前來朝拜

對經三

祢。

復活期外：上主，萬民都要前來朝拜

復活期：讓我們向上主謳歌，因為祂

祢。

獲得了極光榮的勝利，阿肋

復活期：讓我們向上主謳歌，因為祂

路亞。

獲得了極光榮的勝利，阿肋

簡短讀經

羅一五，1 / 3

我們信心堅強的人，該扶持那弱小者，不可只顧自己的喜好；我們每個人都該顧及別人的利益，使他們滿意，而建立信心。因為基督並沒有尋求自己所好，却如經上所說的：「那侮辱你的咒罵，都落在我身上。」

短對答詠

領：基督愛了我們，以祂的血洗滌了

我們。 答：基督：

領：使我們成爲天主的子民和祭司。

答：以祂的血洗滌了我們。

領：願光榮歸於父： 答：基督：

謝主曲對經：祂會念及自己的仁慈，扶助

了我們這些僕人。

禱詞

天主俯聽貧窮人的祈禱，使饑餓的人得到飽飫；我們要讚美祂，誠懇地向祂呼求：

上主，求祢向我們顯示祢的仁慈。

上主，至仁慈的大父，我們爲祢教會中受苦的肢體，懇求祢，

—肢體的首領，曾爲我們懸在十字架上，完成了晚祭。

求祢使被囚的人獲得自由，使瞎子的眼睛復明，

—求祢支持孤兒和寡婦。

求祢使所有的信徒，佩上祢的全副武裝，—使他們能抵抗魔鬼的狡猾。

主，求祢在我們臨終時，施恩保佑我們，—使我們始終作祢忠實的子女，也使我們

平安的離開這個世界。

求祢引領逝世的人進入祢光明的住所，—使他們永遠仰瞻祢的聖容。

我們的天父：

結束禱詞

上主，我們從祢聖子蒙難的榜樣取得教訓；求祢使我們效法祢的聖子，常能愉快地挑起祢所賜予的輕鬆的擔子。

結束詞 見常用經文



第一週：星期六

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：大地和地上的萬物屬於上主，

請大家前來朝拜。

聖詠第九十四首，見 3 頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、至仁至慈的天主，

創造宇宙的大父，

請俯聽我們的哀哭，

接受我們的頌讚。

二、慈祥的天主，

求祢大發慈悲，

聖化我身心，

享受天上的平安。

三、請賜愛火，燃燒我心，

我們要歡呼歌唱，

迎接主的駕臨，

守夜清醒不敢疏懶。

四、劃破長夜的沈寂，

我們歌詠頌讚，

把握上主的恩許，

來日天國相見。

五、仁慈的天父，

偕聖子及聖神，

同享榮耀，

天上人間。阿們。

日間用

一、萬世光榮的天主，

祿恩賜聖神七恩，
降福我們的家庭，
保佑善良的信衆。

請容我們站在祿的右邊，
得以進入天廷。

二、請驅逐形體的疾病，
使我們躲避惡行，
粉碎邪魔的勢力，
治癒心靈的創痛。

六慈愛的天父，
請垂聽祿子民的禱聲，
讓我們永遠讚頌，

歌唱天主聖三的光榮。阿們。

甲、常年期

聖詠吟唱

聖詠二三〇：赤子般的信賴上主

「我是良善心謙的，你們要向我學習」

(瑪一一，29)

四、一週有七天，

轉眼即飄逝，

第八天的來臨，

將是審判的時辰。

五、仁慈的救主，

那一日不要向我們震怒，

對經一：你們若不變得像小孩，決不
能進入天國。

上主，我不心高氣傲，※

我也不敢自視過高；

我決不好大喜功，※

也不妄想成大業。

但願我的心靈，※
得享平靜與安寧；

我的心靈好像吃奶的嬰兒，※
就像嬰兒偎依在母親懷中。

以色列，你要仰賴上主，※
從現今直到永遠。

對經一：你們若不變得像小孩，決不
能進入天國。

聖詠一三一：天主給達味宗室的恩
許

「上主天主要把祂祖先達味的御座賜給
祂。」（路一，32）

壹

對經二：上主，願祢的聖民踴躍歡
欣，進入祢的住所。

上主，求祢懷念達味，※
和他的一切勞瘁。

因為他曾向上主發誓，※
向雅格的大能者許願：

除非我爲上主找到居處，※

爲雅格的大能者，準備好帳幕，

我決不進入我的房屋，※

也決不登上牀舖，

我決不闔眼，※

也不睡眠。

我們聽說約櫃在厄弗辣，※
就在雅爾平原找到了它。

「讓我們進入祂的住宅，※
在祂脚前俯首叩拜。」

上主，祢和祢威能的約櫃，※

請起來，駕臨祢安居之所。

願祢的祭司身披正義，※

願祢的聖民踴躍歡喜。

爲了祢的僕人達味，※

莫將祢的受傅者拋棄。

對經二：上主，願祢的聖民踴躍歡

欣，進入祢的住所。

貳

對經三：上主向達味起了誓，祢必鞏

固他的王權，直到永遠。

上主向達味起了誓，※

決不會將誓言收回：

「我要使你的兒子，※

繼承你的王位。

你的子孫若遵守我的誓約和典章，※

他們的子孫必世代爲王。」

上主揀選了熙雍，※

作爲自己的王宮。

「這是我永久安息之處，※

我願意在這裏居住。

我要賞賜城中食糧充裕，※

窮人都得飽飫，

祭司蒙受救恩，※

聖民踴躍歡欣。

我要在這裏爲達味興起一位後裔，※

受傅者前明燈常燃，王位永垂弗替。

我要使他的仇敵備嘗羞辱，※

使他頭上的冠冕光耀奪目。」

對經三：上主向達味起了誓，祢必鞏

固他的王權，直到永遠。

領：請來觀賞上主的工程。

答：祂在世上行了驚人的事跡。

唸適合於本日的誦讀及結束禱詞

乙、常年期外

將臨期、聖誕期、四旬期、復活期

應唸下列三篇聖詠

聖詠一〇四：上主忠於自己的諾言

「使徒們把天主來臨的奇事，顯示給萬民。」（聖達修）

壹

對經一：請歌頌上主，紀念祂所行的奇事（復·阿肋路亞）。

請衆稱謝上主，宣揚祂的聖名，※

在萬民中宣傳祂的工程。

你們要謳歌讚頌祂，※

傳述祂的奇工妙化。

你們要以祂的聖名而自豪，※

願尋求上主的人滿心喜悅。

你們要尋求大能的上主，※

時常想望瞻仰祂的慈顏。

天主的僕人亞巴郎的後裔，※

上主所選雅格的子孫！

你們要記念祂的奇事，※

祂的神蹟和祂的判詞。

祂是上主，我們的天主，※

祂的判斷遍及各處。

祂永遠信守祂的盟約，※

萬世不忘祂的承諾：

與亞巴郎所訂的盟約，※

向依撒格所作的承諾。

祂將此約爲雅格定爲法律，※

給以色列立爲永遠的盟約，

說道：「我將迦南賜給你，※

作爲你的基業。」

當時，他們人口寥寥無幾，※

在那裏只是客居而已。

由這一族遷移到另一族，※

由這一國流浪到另一國；

上主不容他們受人壓迫，※

爲了他們，還向衆王恐嚇：

「不要難爲我的受傳者，※
不可加害我的代言人。」

對經一：請歌頌上主，記念祂所行的

奇事（復：阿肋路亞）。

貳

對經二：上主沒有捨棄那被出賣的義

人，從罪人手中救了他

（復：阿肋路亞）。

上主在那地方降下饑荒，※

斷絕了急需的食糧。

祂却預先派遣一位使者，※

就是那被賣爲奴的若瑟。

他的雙足扣上了腳鐐，※

他的頸項帶上了枷鎖，

直到他所講的預言應驗，※

上主的話證明他未嘗欺騙。

於是君王下令釋放了他，+

立他爲國家的宰相，※
一切財物的總管。

使他全權統轄所有公卿，※

教導元老學習智慧。

對經二：上主沒有捨棄那被出賣的義

人，從罪人手中救了他

（復：阿肋路亞）。

叁

對經三：上主想起了祂神聖的諾言，

引導祂的百姓歡樂地離去

（復：阿肋路亞）。

以色列進入了埃及，※

雅格便在含邦寄居。

上主使祂的子民日益昌旺，※

比他們的仇敵更爲堅強。

敵人轉而仇恨上主的子民，※

以欺詐的手段對待祂的僕人。

祂派遣了祂的僕人梅瑟，
和祂所揀選的亞郎前往埃及，
藉著他們行了各種奇跡：

祂使黑暗籠罩地面，※
他們却不聽祂的聖言。

祂將水變爲鮮血，※
使魚類全部滅絕。

青蛙在遍地蕃生，※
侵入衆王的內宮。

祂一發令，飛來了成羣的蒼蠅，※
全境充滿了蚊蟲。

祂降下冰雹代替時雨，※
使閃電火焰橫掃全地。

祂摧毀了葡萄園和無花菓樹，※
折斷了境內的一切樹木。

祂一發令，飛來了蝗蟲，※
和不可勝數的蚱蜢。

吃光了田野的植物，※
啃盡了地上的五穀。

祂打擊了境內所有的頭胎，※
將強壯的長子全數殺害。

祂率領百姓帶著金銀離去，※
個個身強體壯，充滿活力。

他們出走，埃及人無不欣喜，※
因爲他們對選民非常恐懼。

祂展開雲彩，作爲他們的掩護，※
夜間又爲他們燃起了火柱。

他們要求食物，就賜下鵝鶉，※
用天糧飽飫了他們。

祂劈開了岩石，湧出水泉，※
在沙漠中水流成川。

因爲祂想起了祂神聖的諾言，※
對祂的僕人亞巴郎所立的誓言。

祂引導祂的百姓歡樂離去，※

率領著選民欣然就道。

祂使他們承受理邦的領土，※

獲取異民的財富。

使他們遵行祂的誡命，※

恪守祂的法令。

對經三：上主想起了祂神聖的諾言，

引導祂的百姓歡樂地離去

(復：阿肋路亞)。

領答句、誦讀及結束禱詞 見季節專用

晨 禱

讚美詩

一、黎明初現，

白晝開始，

誘惑遠去，

光明在望；

二、夜的陰影消逝，

失足跌倒的人，

快速振作奮起，

懇求上主原諒。

三、在這一週最末的清晨，

我們虔恭讚頌，

早日脫離黑暗的威脅，

進入上主的光芒。

四、光榮歸於父，

及唯一聖子，

施慰的聖神，

萬世無疆。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一一八，145 / 152 (先)

對經一

復活期外：天亮以前，我的雙眼就盼

望著祢。

復活期：上主，祢是仁慈的，求賜我

新的生命，阿肋路亞。

上主，我全心呼求祢，求祢俯聽，※

我要遵守祢的誠命。

我呼求祢，求祢救助，※

使我遵守祢的法度。

天亮以前，我就起來呼救，※

切望祢的訓誨。

我徹夜醒寤不眠，※

默思祢的訓言。

上主，祢是仁慈的，請俯聽我的呼聲，※

祢是正義的，求賜我新的生命。

惡意迫害我的人，已經臨近，※

他們都遠離了祢的教訓。

上主，祢就在我身邊，片刻不離，※

祢的誠命都是真理。

我早已熟悉祢的法律，※

是祢所制訂，千古不變。

對經一

復活期外：天亮以前，我的雙眼就盼

望著祢。

復活期：上主，祢是仁慈的，求賜我

新的生命，阿肋路亞。

聖歌 出一五，1 / 4，8 / 13

，17 / 18：渡紅海後的勝利

之歌

「戰勝那歌的人，高唱天主之僕梅瑟的歌

曲」（參照默一五，2 / 3）

對經二

復活期外：上主是我的力量，我的榮

耀，祂曾拯救了我。

復活期：那些勝利者都唱著天主之僕

梅瑟的詩歌、和羔羊的詩歌

，阿肋路亞。

我要歌頌上主，因為祂大獲全勝，※

將戰馬和騎士投入了海中。

上主，我的力量，我的榮耀，※

祂曾拯救了我。

祂是我的天主，我要頌揚祂，※

祂是我祖先的天主，我要讚美祂。

上主是戰士，祂的名號是「上主」，※

祂把法郎的戰車和軍隊投入海底。

祢一震怒，大水匯聚，波濤高聳如堤，※

深淵凝固在海底。

仇人說：我要追擊，我要擒獲，十

分得戰利品，我才心滿意足，※

我要拔劍，親手把他們斬除。

祢一噓氣，大海就把他們淹沒，※

像鉛塊一般沉入深淵。

上主，衆神之中誰能像祢？十

誰能像祢那樣神聖尊威？※

赫赫可畏，施行奇蹟？

祢一伸手，大地就把他們吞下，※

祢以慈愛領出了祢救贖的子民。

祢以大能，※

領他們走向祢的聖所。

上主，祢把他們領到祢立為基業的山上，十

培植他們在祢所準備的地方，※

就是祢親手建立的聖所。

上主為王，※

萬世無疆。

復活期外：上主是我的力量，我的榮

耀，祂曾拯救了我。

復活期：那些勝利者都唱著天主之僕

梅瑟的詩歌、和羔羊的詩歌

，阿肋路亞。

聖詠一一六：讚美憐憫人的上主

「我是說……使外邦人也能光榮慈悲的天

主」（羅一五，8，9）

對經三

復活期外：萬國啊！請讚美上主。十

復活期：上主對我們慈悲無量，阿肋

路亞。

萬國啊！請讚美上主，※

十萬民哪！請歌頌上主。

因為上主對我們慈悲無量，※

祂的真誠永世常存。

對經三

復活期外：萬國啊！請讚美上主。

復活期：上主對我們慈悲無量，阿肋

路亞。

簡短讀經

伯後一，10 / 11

弟兄們：你們要盡心竭力，使你們的

蒙召和被選，賴善行而堅定不移；果真如

此，你們就決不會跌倒。的確，這樣你們

便有把握，進入我們的主救主耶穌基督永

恒的國度。

短對答詠

領：上主，祢是我的避難所，我呼求

祢。 答：上主：

領：在這人世間，祢是我的福分。

答：我呼求祢。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

讚主曲對經：上主，求祢光照那坐在黑暗

中、死影下的人羣。

禱詞

基督願意在各方面都相似弟兄們，好能在天主面前作他們仁慈而可靠的大祭司；我們感謝祂，一起向祂祈禱：

主，求祢為我們打開祢聖愛的寶藏。

正義的太陽，祢藉聖洗聖事，照亮了我們，

——我們願意把這一天奉獻給祢。

在今天的每個時辰中，我們都要讚美祢，

——在一切事上，讚美祢的聖名。

祢的母親瑪利亞，常常聽從祢的聖言，

——求祢引導我們的脚步，使我們如同聖母一樣，常遵從祢的聖意。

我們生活在這可朽壞的塵世，求祢使我們期待那不可朽壞的天國，

——好能藉著信、望、愛三德從現在就預先嘗到祢那真福的喜樂。

我們的天父：

結束禱詞

上主，求祢以聖子復活的光輝，照亮我們的心靈；使我們能脫離罪惡的黑暗，抵達永光的境界。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠一一八，33 / 40 (五)

將臨期、聖誕期、四旬期對經，見季節專用部份

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋路亞。

對經一：上主，求祢領我走上祢誠命的途徑。

上主，求祢使法律做我成義的道路，※
我要時時遵守。

求祢使我明瞭，

如何遵行祢的誠律，※

我要以全副精神持守不渝。

求祢領我走上祢誠命的途徑，※

我十分樂意遵循。

請使我的心傾慕祢的律例，※

不貪圖塵世間的名利。

請掉轉我的視線，不看浮華，※

請照祢的應許賜我生命。

祢向敬畏祢的人所許的諾言，※

請在祢僕人身上實踐。

我所怕的羞辱，求祢除去，※

因為祢的典章盡善盡美。

我是如何渴慕祢的誠命，※

祢是正義的，請賜我生命。

對經一：上主，求祢領我走上祢誠命
的途徑。

聖詠三三：上主是義人的救援

「你們已經嘗到，上主是何等的甘飴」

（伯前二，3）

壹

對經二：尋求上主的人安享福樂，一

無所缺。

我要時時讚美上主，※

我的口舌不斷讚頌上主。

我的心靈因上主而自豪，※

謙卑的人聽了也必歡躍。

請你們同我一起讚揚上主，※

讓我們齊聲頌揚祢的名號。

我尋求了上主，祢就應允了我，※

祢救我脫離了一切恐懼。

你們仰瞻祢，就會喜形於色，※

絕不致滿面羞慚。

貧困的人一呼求，上主立刻俯允，※

拯救他脫離一切艱辛。

在那敬畏上主的人四周，※

有上主的天使紮營護守。

請你們體驗並觀看，十

上主是何等的美善，※

投奔祂的人真是有福！

上主的聖民，你們要敬畏祂，※

凡敬畏祂的人不虞匱乏。

富翁變成赤貧，忍饑受餓，※

尋求上主的人安享福樂，一無所缺。

對經二：尋求上主的人安享福樂，一

無所缺。

貳

對經三：你要追求和平，維護和平。

青年們，請你們前來聆聽，※

我要教導你們敬畏上主。

你們誰願生活順遂，※

願延年益壽？

就該謹守口舌，不出惡言，※

克制唇舌，不說謊話；

躲避罪惡，勉力行善，※

追求和平，維護和平。

上主的雙目垂顧義人，※

祂的兩耳傾聽他們的呼聲。

上主却敵視惡人，※

把他們的記念從人間抹去。

義人一呼號，上主立刻俯允，※

拯救他們脫離一切艱辛。

上主親近破碎的心靈，※

醫治人精神的苦痛。

義人雖然多災多難，※

上主却護祐他安然無恙。

保全他的全身骨骼，※
連一根也不致折斷。

罪孽必置惡人於死地，※
那憎恨義人的，必受懲罰。

上主必救贖祂的僕人，※
凡投靠祂的，決不會受處分。

對經三：你要追求和平，維護和平。
復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

列上八，60 / 61

地上的萬民都要知道：只有上主是天主，祂以外沒有別的神。但願我們的心全歸於上主我們的天主，遵行祂的律例，恪守祂的誠命，如同今天一樣。

領：我的天主，求祢把祢的道路指示給我，

答：求祢引領我踏上真理之途。

結束禱詞

主天主，全能的天父，我們奉祢的名集合在一起；求祢賞賜聖神光照我們，使能脫免仇敵的陷害，常常歡欣地讚美祢。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

耶一七，9 / 10

人心狡滑詭詐，無可救藥；誰能識透它呢？上主我洞悉人心，透徹肺腑，依照每人的行徑和作為，給予報應。

領：上主，求祢赦免我無意的過錯，
答：更求使祢的僕人免於自負。

結束禱詞

上主，祢是永恆的愛，生命的光；請以祢的愛燃燒我們，使能愛祢在萬有之上

；并以同樣的愛，爲了祢而愛我們的兄弟姊妹。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

智七，27 / 八，1

天主的智慧是唯一的，無所不能；雖然永存不變，卻能使萬象更新。智慧大展威力，從地極到地極，統治萬物，井然有序。

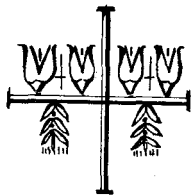
領：上主，祢的工程多麼偉大，

答：祢的設計多麼奧妙。

結束禱詞

上主，求祢賞賜我們平安；使我們在有生之日常愉快地侍奉祢；并賴榮福童貞瑪利亞的轉禱，終能安抵天鄉。

結束詞 見常用經文



第二週：主日

第一晚禱

領：天主，求祢快來拯救我。願光榮歸於
父。起初如何（阿肋路亞）

讚美詩

- 一、上主，全能的天主，
萬有的根源，
祢創造了一切，
大地充滿祢的恩典；
- 二、創造的大功告成時，
祢宣佈安息，
使我們在勞苦中，
心神輕鬆喜歡。
- 三、求祢沛降福祐，
助我懺悔一生的罪過，

進德修業，
勇往直前。

四、當最後審判來臨時，

不憂不懼，

大家齊歡欣，

享受永遠的平安。

五、大慈大悲的聖父，

與父同體的聖子，

施慰者聖神，

請垂聽我們的呼喚。

六、萬民臣服，

榮耀不衰，

君臨天下，

直到永遠。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 一一八，105 ~ 112 (註) . . .

默想法律中上主說的話

「這是我誠命：你們該彼此相愛。」

(若一五，12)

我領去釘在十字架上。

復活期：那實行真理的，必來到光明之中，阿肋路亞。

對經一

常年期：上主，祢的話是我脚步前的

明燈，阿肋路亞。

祢的話是我脚步前的明燈，※
是我道路上的亮光。

我今起誓，堅心定志，※

將臨期：新的熙雍女子，你要歡喜快

樂，因為你的君王就要來臨

遵守祢正義的諭令。

上主，我受苦確已深重，※

，溫和慈祥地來拯救我們的

靈魂。

求照祢的諾言，保全我的性命。

上主，請悅納我口中的頌讚，※

四旬期：第二主日：耶穌帶領伯鐸、

雅格和他的兄弟若望，登上

教導我明瞭祢的判斷。

我的生命不斷處於危險，※

了一座高山，就在他們面前

改變了容貌。

我却沒有忘記祢的規範。

惡人雖然給我設下陷阱，※

聖枝主日：我天天在你們當中、在聖

殿裏施教，你們却没有逮捕

我却沒有違背祢的誠命。

祢的訓誨是我永久的基業，※

我。現在你們却鞭打我，把

使我心中喜悅。

我要決意奉行祢的規範，
步步遵循，直到永遠。

對經一

常年期：上主，祢的話是我脚步前的

明燈，阿肋路亞。

將臨期：新的熙雍女子，你要歡喜快

樂，因為你的君王就要來臨

，溫和慈祥地來拯救我們的

靈魂。

四旬期：第二主日：耶穌帶領伯鐸、

雅格和他的兄弟若望，登上

了一座高山，就在他們面前

改變了容貌。

聖枝主日：我天天在你們當中、在聖

殿裏施教，你們却沒有逮捕

我。現在你們却鞭打我，把

我領去釘在十字架上。

復活期：那實行真理的，必來到光明
之中，阿肋路亞。

聖詠一五：上主是我的基業

「上主解除了耶穌死亡的痛苦，使祂復活
了。」（宗二，24）

對經二

常年期：上主，在祢面前才有圓滿的

喜悅。

將臨期：你們要強固痿弱的手；鼓起

勇氣說：請看，我們的天主

就要來拯救我們，阿肋路

亞。

四旬期：第二主日：祂的面容好像太

陽一樣照耀；祂的衣服潔白

，放射着眩目的光芒。

聖枝主日：有上主天主教助祐我，因此

我決不會受辱。

復活期：死亡的痛苦解除以後，主就

復活了，阿肋路亞。

天主，求祢保佑我，※

因為祢是我的寄託。

我對上主說：「祢是我的上主，※

沒有祢，我就沒有幸福。」

對世上的賢者、聖徒，※

我內心是多麼傾慕！

人們皈依了其他的神明，※

必然會痛苦倍增；

我絕不向他們奉獻奠血之祭。※

他們的名字，我也絕口不提。

上主，祢是我的基業，我的一切，※

是祢掌握著我的命運。

祢給我劃分的是優美的地區，※

我分得的產業實在令我滿意。

我要讚頌引導我的上主，※

我的良知連夜間也督促我。

我時刻仰望上主，※

有祢在我身邊，我決不動搖。

因此我心裏高興，五內喜歡，※

我的肉軀也無憂安眠。

因為祢絕不會將我遺棄在陰間，※

也不會讓祢的聖者遭受腐朽。

祢必要指示給我生命之道，+

在祢面前才有圓滿的喜悅，※

在祢身邊才有永遠的福樂。

對經二

常年期：上主，在祢面前才有圓滿的

喜悅。

將臨期：你們要強固瘦弱的手；鼓起

勇氣說：請看，我們的天主

就要來拯救我們，阿肋路亞。

四旬期：第二主日：祂的面容好像太陽一樣照耀；祂的衣服潔白

，放射着眩目的光芒。

聖枝主日：有上主天主助祐我，因此

我決不會受辱。

復活期：死亡的痛苦解除以後，主就

復活了，阿肋路亞。

聖歌 斐二，6-11：基督是天主

主的僕人

對經三

常年期：天上人間，一聽耶穌的名

號，都屈膝叩拜，阿肋路

亞。

將臨期：法律藉着梅瑟而傳授，恩寵

與真理則由耶穌基督而施

予。

四旬期：第二主日：梅瑟與厄里亞談

論祂在耶路撒冷所要完成的

一切。

聖枝主日：主耶穌自謙自卑，服從至

死，且死在十字架上。

復活期：基督不是必須先這樣受苦，

然後才進入祂的光榮嗎？阿

肋路亞。

耶穌基督雖具有天主的形體，※

却沒有因自己與天主同等的地位，

把持不捨。

反而空虛自己，取了奴僕的形體，※

降生成人，與常人無異。

形態上完全與人一樣，※

祂自謙自卑，服從至死，

且死在十字架上。

因此，天主高高舉揚了祂，※

賜給祂一個名號，超越一切名號。

使天上人間，和地下的一切，※

一聽耶穌的名號，都屈膝叩拜。

衆口同聲都明認耶穌基督爲主，※

以光榮天主聖父。

對經三

常年期：天上人間，一聽耶穌的名號

，都屈膝叩拜，阿肋路亞。

將臨期：法律藉着梅瑟而傳授，恩寵

與真理則由耶穌基督而施

予。

四旬期：第二主日：梅瑟與厄里亞談

論祂在耶路撒冷所要完成的

一切。

聖枝主日：主耶穌自謙自卑，服從至

死，且死在十字架上。

復活期：基督不是必須先這樣受苦，

然後才進入祂的光榮嗎？阿

肋路亞。

簡短讀經

哥一，2 b ~ 6 a

願我們的天父和主耶穌基督，賜給你們恩寵及平安。

我們在祈禱時，常爲你們感謝我們的主耶穌基督之父：因爲我們聽說你們對基督耶穌有信心，而且對衆人有愛心。你們起初接受福音真理的時候聽到過這福音帶給你們的希望，因此你們的信心和愛心，都以那爲你們保存在天上的希望爲根據。這福音不但傳到你們那裏，也傳遍全世界，不斷地生長，不斷地結果；在你們那裏，也是一樣。

短對答詠

領：從太陽東升到西墜，願上主的聖

名受讚美。答：從太陽：

領：祂的光榮凌駕穹蒼。答：願上

主的名受讚美。

領：願光榮歸於父。答：從太陽：

謝主曲對經 見季節專用經文

禱詞

天主護祐祂特選的民族，使他們幸福。我們要念及祂的慈愛，感謝祂的恩惠，呼求祂說：

上主，我們信賴祢。

寬仁的聖父，我們為我們的教宗，和我們的主教，祈求祢，

—求祢保護他們，用祢的德能聖化他們。

願病弱的人常感到自己是與基督一起

受苦，

—也能從為人受苦的基督，得到安慰。

求祢仁慈眷顧無家可歸的人，

—使他們找到適當的居所。

求祢恩賜風調雨順，五穀豐登，

—使人人獲得日用的食糧。

（或：求祢仁慈保護我們的民族免受災禍，

—使我們安居樂業，能自由敬禮祢——天地的眞主。）

上主，求祢大發慈悲，眷顧去世的人，
—使他們進入天鄉。

我們的天父：

結束禱詞 見季節專用經文

結束詞 見常用經文

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：我們是上主的子民，是祂牧場的羊羣，請大家前來朝拜。

聖詠第九四首 見 3 頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、夜深人靜，

耳旁響起先知的邀請，
要讚美父、子及聖神，

日夜不停。

二、唯一的神體，

完美的聖三，
應受欽崇讚頌，

世世無窮。

三、深夜令人膽戰心驚，
想當年天使降臨，

消滅首生者，

使埃及陷入死亡的陰影。

四、深夜也使義人獲救，

天使到處奪取性命，

只有羔羊的血，

使人免除死亡的悲痛。

五、面對死亡，

埃及遍地有哭聲；

面對救援，

以色列却鼓舞歡騰。

六、我們是新興的以色列，

上主是我們的喜樂，

基督的寶血保衛我們，

不怕敵人來勢洶洶。

七、至善的君王，

讓我們分享天國的光榮，

全心歌頌祢，

世世無窮。阿們。

日間用

一、隨著勝利的基督，

光榮的日子已經來到，
幸福的時光，

值得我們慶幸歡笑。

二、基督眞光，使盲者復明，

使惡魔驚逃，

戰勝死亡的威脅，

使天人和好。

三、永恒的君王，

裁決了罪惡的命運，

天恩下降，

扶助人的軟弱。

四、世界奔向罪惡的深淵，

天上的慈恩無邊，

上主的大能與大智，

救我脫離邪魔的困擾。

五、基督復活，

脫離陰府，

人類得以再造，
亡羊重歸天父懷抱。

六、天使與人類共享太平，

萬物又見和諧，

勝利的上主，

永遠受人稱道。

七、慈母教會的讚頌，

歌聲響徹雲霄，

今天高唱阿肋路亞，

上主的子民齊歡笑。

八、死亡的統治覆滅，

世人重見天日，

人間又享和平，

歡慶在天朝。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一〇三：讚頌上主的歌

「誰在基督內，誰就是新受造物，舊的已成過去，都變成新的了。」（格後五，17）

壹

對經一

將臨期：請看，至高的君王，掌握大

權，要降來拯救萬民。阿肋

路亞。

聖誕後第二主日：貞女懷孕了聖言，

仍是貞女；貞女生下了萬王

之王。

復活期：阿肋路亞，石頭已從墓穴門

口移開。阿肋路亞。

其他時期：上主，我的天主，祢穿戴

著榮耀和威嚴，身披光明

，輝煌燦爛。

我的心靈，你要頌讚上主，※

上主，我的天主，祢何其偉大！

祢穿戴著尊榮和威嚴，※

身披著光明，輝煌燦爛！

祢展開蒼天好似帳幔，※

大水之上建築了宮殿；

祢以雲彩作為戰車，※

乘坐風翼，到處飛馳。

祢以暴風作為使者，※

以火焰作祢的隨員。

祢奠定大地在基礎上，※

使它永遠不致搖盪。

祢使海洋覆蓋了地面，※

使洪水淹沒了羣山。

祢一斥責，洪水立刻逃走，※

祢一鳴雷，大水畏縮、倒流。

大水漫過山嶺，流入了峽谷，※

匯集到祢指定之處；

祢劃定了界限，不讓大水越過，※

免得大地重被淹沒。

祢使泉水流入河川，※

蜿蜒奔流羣山之間，

使野獸得到水喝，※

野驢也賴以解渴。

使飛鳥棲息在水旁，※

往來枝頭，婉轉歌唱。

對經一

將臨期：請看，至高的君王，掌握大

權，要降來拯救萬民。阿肋

路亞。

聖誕後第二主日：貞女懷孕了聖言，

仍是貞女；貞女生下了萬王

之王。

復活期：阿肋路亞，石頭已從墓穴門

口移開。阿肋路亞。

其他時期：上主，我的天主，祢穿戴

著榮耀和威嚴，身披光明，
輝煌燦爛。

貳

對經二

將臨期：耶路撒冷的女兒，歡樂吧！

你的君王將為你而駕臨。熙

雍，不要怕，因為你的救援

就要來到。

復活期：阿肋路亞，婦人，你在找

誰？是活在死人中的那一位

嗎？阿肋路亞。

其他時期：上主使大地出產食糧，又

賜人美酒舒暢胸懷。

祢從高天灌溉羣山田野，※

大地飽受祢的恩澤。

祢使青草滋生，飼養牲畜，十

使蔬菜生長，供人食物，※

使大地生出五穀；

祢以美酒舒暢人心，十

以香膏潤澤人身，※

以食糧強化心神。

上主的樹木得到充分的潤澤，※

還有祢所種植的黎巴嫩香柏；

飛鳥在枝頭搭巢，※

白鶴在樹上築窩。

高山為羚羊的住所，※

岩石作野兔的洞穴。

祢造月亮以定月份，※

太陽也自知西沉。

祢造黑暗，才有夜晚，※

林中的百獸四出流竄。

幼獅咆哮尋覓獵物，※

向天主要求食物；

旭日東升，各自逃逸，※

回到洞裏，安然休息。

人們出外謀生，※

勞碌直到黃昏。

對經二

將臨期：耶路撒冷的女兒，歡樂吧！

你的君王將為你而駕臨。熙

雍，不要害怕，你的救援，

就要來到。

復活期：阿肋路亞，婦人，你在找

誰？是活在死人中的那一位

嗎？阿肋路亞。

其他時期：上主使大地出產食糧，又

賜人美酒舒暢胸懷。

叁

對經三

將臨期：我們都要洗心革面，迎接至

高君王的降臨；因為祢即將

到來，不會遲延。

復活期：阿肋路亞，瑪利亞，不要哭

了！主已復活了。阿肋路亞。

其他時期：上主看到祂所創造的一

切，認為樣樣都很好。

上主，祢的工程多采多姿，+

萬有都是祢的果實，※

祢的受造物充滿了大地。

汪洋大海一望無際，+

其中水族不可勝數，※

大小生物浮游不息。

船隻在海裏往來航行，※

祢造的魚類戲遊其中。

一切生物都賴祢扶助，※

等祢按時賜下食物。

祢賜以食物，牠們就會收集，※

祢張開手來，牠們便得飽食。

祢轉面不顧，牠們便驚惶失措，+

祢若收回牠們的氣息，※

牠們就會歸於灰土。

祢一噓氣，萬物化生，※

並使大地煥然一新。

願上主的光榮永世常存，※

願上主喜愛自己的工程！

祂俯視大地，大地即刻顫抖，※

祂觸摸羣山，羣山立即冒烟。

我一息尚存，就要歌頌上主，※

要終身讚揚我的天主。

願我的默禱蒙上主喜悅，※

我將要因上主而歡樂。

願罪人由地上絕跡，+

惡人不復存在，※

我的心靈，祢要讚頌上主。

對經三

將臨期：我們都要洗心革面，迎接至

高君王的降臨；因為祂即將

到來，不會遲延。

復活期：阿肋路亞，瑪利亞，不要哭

了！主已復活了。阿肋路

亞。

其他時期：上主看到祂所創造的一

切，認為樣樣都很好。

常年期

頌：你們的眼睛有福，因為看得見。

答：你們的耳朵有福，因為聽得到。

其他時期頌答句見季節專用

誦讀及結束禱詞均見季節專用

晨禱

讚美詩

一、夜的陰影已經消逝，

曙光開始照耀大地，

讓我們齊心協力，

虔恭致敬，

歌頌全能的上主。

二、求主大發慈悲，

驅除焦慮不安，

賞賜救恩與所需，

願慈父的照顧，

永不撤除。

三、天地真神，

俯允我們的祈求，

聖父聖子聖神，

天涯地角，

同享榮福。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一一七：歡樂和得救的

歌聲

「這就是你們匠人棄而不用，廢石，反而成了屋角的基石。」（宗四，11）

對經一

常年期：奉主名而來的，當受讚美，

阿肋路亞。

將臨期：我們有一座堅城熙雍，救主

將建造城牆外郭保護它；請

你們大開城門，因為天主與

我們同在，阿肋路亞。

四旬期第二主日：上主的右手獲得了

勝利，上主的右手將我高舉。

聖枝主日：前來過節的羣衆，向上主

歡呼：奉主名而來的，應受

讚美。「萬歲」之聲，響徹

雲霄。

復活期：這是上主所選定的一天，阿

肋路亞。

請大家頌謝上主，因為祂美善寬仁，※
祂的慈愛永遠常存。

願以色列子民說：※

上主的慈愛永遠常存。

願亞郎家族說：※

上主的慈愛永遠常存。

願敬畏上主的人說：※

上主的慈愛永遠常存。

我在急難中呼求了上主，※

祂就俯聽了我，將我救出。

上主在我身邊，我無恐無懼，※

世人對我又能如何？

上主在我身邊，作我的助祐，※

我必見到我的仇人蒙羞。

投奔上主，※

勝過依賴世人。

投奔上主，※
勝過依賴權貴。

縱然萬民都來圍困我，※

我必能靠上主的名把他們消滅。

縱然他們由四方來圍困我，※

我必能靠上主的名把他們消滅。

縱然他們猶如黃蜂一般的圍困我，+

好似荆棘中焚燒的烈火，※

我必能靠上主的名把他們消滅。

雖然他們用力推我，

想把我推倒，※

但是上主必前來扶持我。

上主是我的力量，我的歌詠，※

上主是我的救主。

從義人居住的帳幕中，※

響起了勝利的歡呼聲：

上主的右手獲得了勝利！+

上主的右手把我高高舉起，※
上主的右手獲得了勝利。

我絕不至於死，必要生存，※

我要宣揚上主的作爲。

上主懲罰我嚴厲非常，※

却沒有把我交於死亡。

請給我敞開正義之門，※

我要進去向上主謝恩。

正義之門屬於上主，※

只有義人才能進入。

我稱謝祢，因爲祢俯允了我，※

將祢的救恩賜給了我。

匠人棄而不用了的廢石，※

反而成了屋角的基石。

這是上主的作爲，※

在我眼中神奇莫測。

這是上主選定的一天，※

我們要歡欣鼓舞。

上主！求祢救助，※

上主！求祢賜福。

奉主名而來的當受讚美，※

我們從上主的殿內向你們祝福。

上主是天主，祂賜給了我們光明，※

請攜帶樹枝，向祭壇列隊前進。

祢是我的天主，我稱謝祢，※

祢是我的天主，我讚揚祢。

請大家頌謝上主，因為祂美善寬仁，※

祂的慈愛永遠常存。

對經一

常年期：奉主名而來的，當受讚美，

阿肋路亞。

將臨期：我們有一座堅城熙雍，救主

將建造城牆外郭保護它；請

你們大開城門，因為天主與

我們同在，阿肋路亞。

四旬期：第二主日：上主的右手獲得了勝利，上主的右手將我高

舉。

聖枝主日：前來過節的羣衆，向上主

歡呼：奉主名而來的，應受

讚美。「萬歲」之聲，響徹

雲霄。

復活期：這是上主所選定的一天，阿

肋路亞。

聖歌

達三，52 / 57：一切受造

物都應歌頌上主

「造物主……永受讚美。」（羅一，25）

對經二

常年期：我們要詠唱詩歌，讚美我們

的天主，阿肋路亞。

將臨期：凡口渴的，請到水泉這裏來

：趁着上主還能找到時，你們要尋找祂，阿肋路亞。

四旬期：第二主日：讓我們歡唱三聖

童在火窯中所唱的詩歌，讚頌上主。

聖枝主日：願我們信友與諸位天使、

兒童，向死亡的戰勝者同

聲歡呼：「萬歲！萬萬歲！」

復活期：上主，我們的天主，祢在穹

蒼之上，當受頌讚，當受稱揚，直到永遠，阿肋路亞。

上主，我們祖先的天主，當受頌讚，※

當受稱揚和頌讚，直到永遠。

祢光榮的聖名，當受頌讚，※

當受稱揚和頌讚，直到永遠。

祢在祢光榮的聖殿中，當受頌讚，※

當受稱揚和頌讚，直到永遠。

祢在祢王國的寶座上，當受頌讚，※
當受稱揚和頌讚，直到永遠。

祢坐在天使之上，透視深淵，

當受頌讚，※

當受稱揚和頌讚，直到永遠。

祢在穹蒼之上，當受頌讚，※

當受稱揚和頌讚，直到永遠。

上主的一切化工，請你們讚美上主，※

歌頌稱揚祂，直到永遠。

對經二

常年期：我們要詠唱詩歌，讚美我們

的天主，阿肋路亞。

將臨期：凡口渴的，請到水泉這裏來

：趁着上主還能找到時，你

們要尋找祂，阿肋路亞。

四旬期：第二主日：讓我們歡唱三聖

童在火窯中所唱的詩歌，讚

頌上主。

聖枝主日：願我們信友與諸位天使、

兒童，向死亡的戰勝者同

聲歡呼：「萬歲！萬萬歲

！

復活期：上主，我們的天主，祢在穹

蒼之上，當受頌讚，當受稱

揚，直到永遠，阿肋路亞。

聖詠一五〇：請你們讚美上主

「你們要以心靈詠唱，就是以身心讚頌天

主。」（何西秋）

對經三

常年期：請你們讚美上主的無限偉大

，阿肋路亞。

將臨期：請看，我們的上主要帶着威

能降來，為光照祂僕人們的

眼睛，阿肋路亞。

四旬期：第二主日：請在上主顯示威

能的太空讚美上主。

聖枝主日：奉主名而來的，應受讚美

；願高天享平安，願光榮達

於至高之天。

復活期：請朝拜坐於寶座上的天主說：

阿們，阿肋路亞。

請你們在上主的聖所中，讚美上主，※

在祂顯示威能的太空，讚美上主。

請你們讚美上主的豐功偉業，※

讚美上主的無限偉大！

請你們吹起號角，讚美上主，※

彈琴鼓瑟讚美上主。

請你們擊鼓歌舞，讚美上主，※

撫弦吹簫讚美上主。

請你們用響亮的鐃鈸讚美上主，※

以鏗鏘的鐃鈸讚美上主！

一切有生命的，※
都要讚美上主。

對經三

常年期：請你們讚美上主的無限偉大，阿肋路亞。

將臨期：請看，我們的上主要帶着威能降來，為光照祂僕人們的眼睛，阿肋路亞。

四旬期：第二主日：請在上主顯示威能的太空讚美上主。

聖枝主日：奉主名而來的，應受讚美；願高天享平安，願光榮達於至高之天。

復活期：請朝拜坐於寶座上的天主說：阿們，阿肋路亞。

簡短讀經

則三六，25-27
我要把清水灑在你們身上，洗淨你們

，聖化你們，脫離各種不潔和各種偶像。我還要賜給你們一顆新鮮的心，在你們身上注入新的精神。除去你們鐵石的心，換上一顆血肉的心。再將我的神傾注在你們內，使你們遵從我的規律，恪守我的誠命。

短對答詠

領：天主，我們感謝祢，稱頌祢的聖名。 答：天主：

領：我們傳揚祢的奇功。 答：稱頌祢的聖名。

領：願光榮歸於父： 答：天主：讚主曲對經 見季節專用經文

禱詞

我們要感謝我們的救主，祂降來塵世，為使天主與我們同在。我們現在高聲呼求祂說：

基督，光榮的君王，祢是我們的光明和喜樂。

聖詠吟唱

聖詠二二：善牧

主基督，祢是出自高天的光明，是未來復活者的初果，

「羔羊要牧放他們，要領他們到生命的泉源。」（默：七，17）

求祢使我們追隨祢，好能避惡行善，得到將來復活的光榮。

對經一：上主使我憩息在翠綠的草地上，阿肋路亞。

求祢使我們在所有受造物中看到祢的美善，讓我們到處仰瞻祢的光榮。

將臨期、聖誕期、四旬期對經見季節專用部份。

主，求祢今天不要讓邪惡制勝我們，但使我們以善勝惡。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋路亞。

祢曾在約旦河受洗，受聖神傅油，求祢使我們今天善用聖神賜予的恩寵。

上主是我的牧者，※我實在一無所缺。

我們的天父：結束禱詞 見季節專用經文

祂使我憩息在翠綠的草地上，※又領我走近幽靜的溪水旁。

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

祂使我精神振奮，體力恢復，※爲了光榮祂的名，領我踏上了正途。
縱然我要走過陰森的幽谷，※

我也不怕凶險，因為有祿與我同在。

祿的牧杖和牧棒，※

使我欣慰舒暢。

在我敵人面前，祿爲我擺設筵席，※

在我頭上傅油，使我的杯爵滿溢。

在我一生的歲月裏，十

常沐浴在祿的恩寵與幸福中，※

在我有生之年，我要常住在上主的殿裏。

對經一：上主使我懇息在翠綠的草地

上，阿肋路亞。

聖詠七五：爲勝利而謝恩

「萬民都要看見人子乘著天上的雲彩降來」

(瑪二四，30)

壹

對經二：天主在以色列彰顯了自己的

名號，阿肋路亞。

天主在猶大顯示了自己，※

在以色列彰顯了自己的名號。

在撒冷搭起了自己的帳幕，※

在熙雍建立了自己的住處。

祂在那裏折斷了弓上的火箭，※

搗毀了盾牌刀劍，消弭戰亂。

大能者，祿出奇制勝，※

威振羣山，何等光榮。

強敵敗退，一蹶不振，※

猛將陣亡，全軍覆沒。

雅格的天主，祿一聲呵叱，※

戰馬與騎士銷聲斂跡。

對經二：天主在以色列彰顯了自己的

名號，阿肋路亞。

貳

對經三：天主起來審判，大地戰慄，

噤若寒蟬。

唯獨祿尊嚴可畏，※

誰能在祢面前站立？

祢從天上宣佈斷案，※

大地戰慄，噤若寒蟬。

因為天主要起來審判，※

拯救世上所有弱小貧賤。

世人的狂妄反而使祢更受光榮，※

幸免於難的人，將一起歡舞慶祝。

要向上主你們的天主許願，也要還願，※

四周的人都要向可畏者祭獻；

祂抑制了王侯的氣燄，※

使地上的列王心驚膽戰。

對經三：天主起來審判，大地戰慄，

噤若寒蟬。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

羅五，1-2，5

我們既因信德而成義，便藉著我們的主耶穌基督與天主和好了。我們已藉著耶穌，靠信德得以生活在天主的恩寵中，並歡欣地希望分享天主的光榮。望德不叫人蒙羞，因為天主的愛，已藉著賜給我們的聖神，傾注在我們心中。

領：我要永遠歌頌上主的恩寵，

答：千秋萬世稱揚祂的真誠。

午時

簡短讀經

羅八，26

聖神扶助我們的軟弱，因為我們不知道該如何祈求，而聖神却親自以無可言喻的歎息為我們轉求。

領：上主，願我的呼聲上達於祢，

答：求祢照祢的約言，賜我明理。

午後

簡短讀經

格後一，21 / 22

是天主向你我保證，同在基督內生活，並給我們傅油，也是祂在我們身上蓋了印，並在我們心裏賜下聖神作為憑證。

領：上主是我的光明，我的救援，

答：上主是我生命的保障。

結束禱詞

見季節專用經文

結束詞

見常用經文

第二晚禱

讚美詩

一、太陽下山，

黃昏已近，

三位一體的天主，

光明的光明，

照耀我們的心靈。

二、讚美祢在早晨，

讚美祢在傍晚，

我們永遠光榮祢，

永遠向祢呼求，

向祢歌頌。

三、全能的聖父，

聖子及聖神，

三位一體的天主，

保佑國泰民安，

俯聽我們的禱聲。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一〇九，1 / 5，7：默西

亞是君王兼祭司

「基督必須為王，直到把一切仇敵屈服在祂的脚下。」（格前一五，25）

對經一

常年期：主基督按照默基瑟德的品位，

永爲祭司。

將臨期：請看，上主要帶着威能乘雲

降來，阿肋路亞。

四旬期：第二主日：上主在神聖的光

輝中將伸出你大能的權杖。

聖枝主日：祂被人擊傷，受人貶抑，

天主却用自己的右手將祂高

舉。

復活期：天主使基督從死者中復活了

，讓祂在天上坐在自己的右

邊，阿肋路亞。

上主對我主起誓說：祢坐在我的右邊，※

等我使祢的仇敵，做祢的腳凳。

上主由熙雍伸出祢的權杖：※

祢要在祢仇敵中統治爲王。

在聖山上，祢誕生之日，

王位就屬於祢，※

我已經生了祢，好像在黎明之前的朝露。

上主發了誓，絕不反悔：※

「祢按照默基瑟德的品位，

永爲祭司。」

上主常在祢的右邊，※

祂在發怒之日，必要粉碎列王。

君王將在路旁暢飲溪水，※

因此祂將挺胸抬頭。

對經一

常年期：主基督按照默基瑟德的品位

，永爲祭司。

將臨期：請看，上主要帶着威能乘雲

降來，阿肋路亞。

四旬期：第二主日：上主在神聖的光

輝中將伸出你大能的權杖。

聖枝主日：祂被人擊傷，受人貶抑，

天主却用自己的右手將祂高

舉。

復活期：天主使基督從死者中復活了，讓祂在天上坐在自己的右邊，阿肋路亞。

聖詠一一三B：讚頌真天主

「你們拋棄偶像而皈依天主，是為了侍奉永生而真實的天主。」（得前一，9）

對經二

常年期：我們的天主在天上，祂要作什麼，都如願以償。

將臨期：上主必要出現，決不食言；如果尚未來到，你要等待，因為祂一定要來，決不遲延，阿肋路亞。

四旬期：第二主日：我們所敬奉的天主只有一個，是祂創造了天地。

聖枝主日：基督的血洗淨我們，是要

我們侍奉生活的天主。

復活期：你們已背棄偶像，皈依生活的天主，阿肋路亞。

上主，光榮不要歸於我們，

不要歸於我們，※

祢是慈愛而真誠的，

願光榮歸於祢的聖名。

不要讓外邦人說：※

「他們的天主在那裏？」

我們的天主在天上；※

祂要作什麼，都如願以償。

外邦人的偶像是金銀，※

都是人手的彫塑品。

他們有口而不能言，※

有眼而不能見。

有耳却不能聽，※

有鼻却不能聞。

有手而不能觸摸，有脚而不能行走，※
雖有喉嚨，却不能出聲。

願製造偶像的人都同偶像一樣，※
信賴偶像的人也與偶像一般。

以色列，你們要信賴上主，※
祂才是你們的助祐和保護。

亞郎家族，你們要信賴上主，※
祂才是你們的助祐和保護。

敬畏上主的人應信賴上主，※
祂才是你們的助祐和保護。

上主眷念我們，也必降福我們，※
降福以色列，降福亞郎的子孫。

上主必降福敬畏祂的人，※
不分大小貧富。

願上主使你們繁榮，※
使你們和你們的子孫興隆。

願你們蒙受上主的降福，※

祂是天地的創造主。

蒼天是屬於上主的蒼天，※
祂却賜給人類大地塵寰。

死人不能讚頌上主，※
降入陰府的人也不能讚頌上主；

我們却要讚頌上主，※
從現今直到永遠。

對經二

常年期：我們的天主在天上，祂要作
什麼，都如願以償。

將臨期：上主必要出現，決不食言；
如果尚未來到，你要等待，

因為祂一定要來，決不遲延
，阿肋路亞。

四旬期：第二主日：我們所敬奉的天
主只有一個，是祂創造了天

地。

聖枝主日：基督的血洗淨我們，是要我們侍奉生活的天主。

復活期：你們已背棄偶像，皈依生活的天主，阿肋路亞。

四旬期外

聖歌 默一九，1，2，5，7

：羔羊的婚筵

對經三

常年期：上主的僕人，無論大小尊卑，請讚美天主，阿肋路亞。

將臨期：上主是我們的立法者，上主是我們的君王，祂必來拯救我們。

復活期：阿肋路亞，勝利、光榮、威能歸於我們的天主，阿肋路亞。

阿肋路亞！

勝利、光榮和德能，屬於我們的天主，※祂的判斷真實而又公平。

阿肋路亞。

阿肋路亞！

天主的僕人，請讚美我們的天主，※凡敬畏祂的人，無論大小尊卑，請讚美天主。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

我們上主全能的天主已經為王，※我們要歡欣鼓舞，將光榮歸於天主。

阿肋路亞！

羔羊的婚期已經臨近，※

祂的新娘也盛粧以待。

阿肋路亞！

對經三

常年期：上主的僕人，無論大小尊卑

，請讚美天主，阿肋路亞。

將臨期：上主是我們的立法者，上主

是我們的君王，祂必來拯救

我們。

復活期：阿肋路亞，勝利、光榮、威

能歸於我們的天主，阿肋路

亞。

我們的罪過，是要我們死

於罪惡，活於正義。

基督爲你們忍受了痛苦，十

給你們留下了榜樣，※

使你們能追隨祂的足跡。

祂平生從未犯罪，※

從未口出欺人之言。

祂受辱罵，從不還口，十

祂受虐待，也不報復，※

只把自己交給那公義的審判者。

祂身懸十字木架上，※

親身承擔了我們的罪過，

使我們死於罪惡，而活於正義，※

你們是因祂的創傷才獲得痊癒。

四旬期

聖歌 伯前二，21 / 24：天主

之僕基督自願忍受苦難

對經三

第二主日：天主連自己的兒子也不顧

惜，竟爲我們衆人把祂交出。

聖枝主日：祂在十字架上親身擔負了

對經三

第二主日：天主連自己的兒子也不顧

惜，竟爲我們衆人把祂交出。

聖枝主日：祂在十字架上親身擔負了

我們的罪過，是要我們死

於罪惡，活於正義。

謝主曲對經

見季節專用經文

禱詞

願基督受光榮受讚頌。祂拯救那藉著祂親近天主的人，因為祂永遠活著，為我們轉求。我們憑這種信仰，向祂懇求：

主，請垂顧祢的子民。

簡短讀經
得後二，13 / 14
主所喜愛的弟兄們！我們該時常為你們感謝天主，因為天主揀選了你們，藉聖神而聖化，信從真理而首先得救；因此，

天主也藉著我們宣講的福音，召叫了你們，使你們得沾我們的主耶穌基督的光榮。

祢是正義的太陽，在這日落黃昏的時刻，求祢照耀整個人類，

—使我們常沐浴在祢永恒不衰的光輝中。

求祢持守祢以神聖的血訂立的盟約，

—並聖化祢的教會，使它純潔無瑕。

主，求祢記得祢的會衆，

—和祢居住的殿宇。

求祢保護旅行在外的人，使他們旅途平安，

諸事順利，

—使他們安全而愉快地，到達目的地。

短對答詠

領：我們的天主何其偉大，祂的能力

無限無量。 答：我們：

領：祂的智慧深不可測。 答：祂的

能力無限無量。

領：願光榮歸於父： 答：我們：

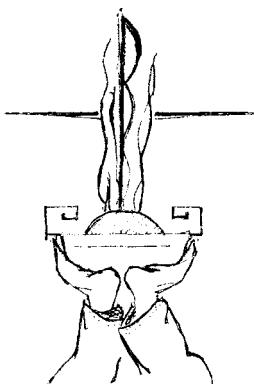
上主，求祢收納亡者的靈魂，
—赦免他們的過犯，賞賜他們永遠的光榮。
我們的天父……

結束禱詞

見季節專用經文

結束詞

見常用經文



第二週：星期一

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：請大家向上主歌唱聖詩，歡呼

吟詠。

聖詠第九四首，見 3 頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、我們深信福音的報導，

偉大的時刻已在面前，

新郎即將來臨，

把天國帶到人間。

二、聖潔的貞女出迎，

手持點亮的明燈，

載歌載舞，

救主即將出現。

三、愚蠢的貞女驚慌，

持燈來到時，

新人已不見，

扣門已太晚。

四、我們要時時警惕，

頭腦清醒，

救主一旦來臨，

即時迎接不遲延。

五、仁慈的君王，

請接引我們到祢台前，

歌頌讚美祢，

永不間斷。阿們。

日間用

一、基督，我們的救主，

祿是生命和道路，
救恩和希望，

世人得救的保障。

二、祿是聖德的根源，

和平的締造者，

我們向祿獻出，

心底的讚揚。

三、求祿賞賜世界太平，

信德廣揚，

求祿寬恕罪人，

普施永生的獎賞。

四、基督，仁慈的君王，

偕聖父及聖神，

永受讚美，

萬世無疆。阿們。

聖詠吟唱

聖詠三〇，1-17，20-25：被迫

害者信賴的懇禱

「父啊！我把靈魂交在祿手裏。」

(路二三，46)

壹

對經一：上主，求祿側耳聽我，快來

救我（復：阿肋路亞）。

上主，我投靠了祿，永遠不會受辱；※

祿是公義的，求祿拯救我。

求祿側耳聽我，※

速來拯救我。

上主，求祿作我避難的磐石，※

我安全的居室。

因為祿是我的力量，我的避難所；※

為了祿的名，求祿領導我，指教我。

求祿拯救我脫離給我暗設的陷阱，※

因為祿是我的保護者。

我把靈魂交在祿手裏；※

上主，信實的天主，祢拯救了我。

崇拜偶像的人，祢深為厭惡，※

我却全心依賴上主。

我將因祢的慈愛而歡暢，+

因為祢俯視了我的慘狀，※

知道了我心靈所受的創傷；

祢沒有把我交於仇敵手裏，※

反使我的腳站在安全之地。

對經一：上主，求祢側耳聽我，快來

救我（復：阿肋路亞）。

貳

對經二：上主，求祢慈祥地對待祢的

僕人（復：阿肋路亞）。

上主，求祢憐憫我，因為我困苦萬狀，※

眼睛紅腫，身心頹喪。

憂苦耗盡了我的生命，※

悲傷縮短了我的歲月；

我因犯罪精力衰退，※

骨瘦如柴，面容憔悴。

我的仇敵都辱罵我，※

我的四鄰都恥笑我。

我的知心好友都害怕我，※

路上遇見我，都迴避我。

我如同死人一般被人忘記，※

好似廢物一樣遭人拋棄。

我聽見許多人竊竊私議，※

周圍瀰漫了恐懼。

他們商議聯手攻擊我，※

圖謀奪取我的性命。

上主，我依然投靠祢，※

我說：「唯獨祢是我的天主。」

是祢掌握著我的命運，※

救我擺脫我的敵人。

求祢仁厚對待祢的僕人，※

大發慈悲把我救出。

對經二：上主，求祢慈祥地對待祢的

僕人。（復：阿肋路亞）。

叁

對經三：願上主受讚美，因為祢向我

顯示了祢的慈悲（復：阿肋

路亞）。

上主，為敬畏祢的人，※

祢保留的恩澤是何等豐盛。

祢在衆人面前為投靠祢的人，※

施予的慈愛何其寬宏！

祢使他們投奔到祢的面前，※

免遭別人的暗算。

祢使他們藏身於祢的營帳，※

免受讒言的中傷。

願上主受讚美，十

因為祢在堅固的城內，※

奇妙地向我顯示祢的慈悲。

我驚惶時雖然說過：※

「祢已拋棄了我，不願再見我。」

但我一向祢求助，※

祢就俯聽了我的哀訴。

衆位聖徒！你們要愛慕上主，※

因為祢保祐忠信的臣僕。

對那蠻橫的歹徒，※

祢却要嚴厲地報復。

凡信賴上主的人，※

你們要鼓起勇氣，振作精神。

對經三：願上主受讚美，因為祢向我

顯示了祢的慈悲。（復：阿肋路亞）。

領：上主，求祢教導我，指引我走上真正

的坦途。

答：因為祢是救我的天主。

唸適合今日的誦讀及結束禱詞

晨 禱

讚美詩

一、上主，光明的主宰

祢是光明的光明，

祢使黑夜消逝，

白晝再度來臨。

二、祢比太陽還要明亮，

燭照心靈的深處；

羣星在祢面前，

俯首稱臣；

三、祢是宇宙的真神，

照耀乾坤，

創造萬有的上主，

垂愛世人；

四、求祢照顧弱小，

沒有祢的恩寵護祐，

我們面對邪惡，

都會心驚膽震。

五、基督，大慈大悲的君王，

偕聖父及聖神，

同享光榮，

永無窮盡。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 四一：渴望朝見天主和祢

的聖殿

「口渴的人，請來吧！願意的人，就汲取

生命之水。」（默二二，17）

對經一

復活期外：我何時才能見到天主的慈

顏？

聖 週：耶穌說：我的心靈憂傷欲絕

，你們要留在這裏，與我一

同警醒。

復活期：天主，我的心渴慕祢，就像

小鹿渴望清泉，阿肋路亞。

天主，我的心渴慕祢，※

就像小鹿渴望清泉。

我的心靈渴慕天主，生活的天主，※

我何時才能見到天主的慈顏？

有人天天向我說：

「你的天主在那裏？」※

我日夜哀哭；眼淚竟成了我的飲食。

我昔日伴同歡樂的人羣歡呼讚頌，+

率領羣衆晉謁天主的聖殿，※

心靈便不禁悲嘆憂傷。

我的靈魂，你爲何悲傷，爲何憂愁，+

要仰望天主，讚頌天主，※

因爲祢是我的救援，我的天主。

我在約旦地區，赫孟山，米匝嶺，※

一想到祢，心中就不禁悲痛。

祢的瀑布發出巨響，+

深淵與深淵回聲相應，※

祢的洪濤巨浪，漫過我的頭頂。

白晝上主廣施慈惠，※

夜間我謳歌讚美賜我生命的天主。

我向天主我的磐石說：

「祢爲什麼忘了我？」※

爲什麼讓我遭受仇人壓迫而沮喪？」

我的仇敵辱罵我，使我心碎，※

他們終日對我說：

「你的天主在那裏？」

我的靈魂，你爲何悲傷，爲何憂愁？+

要仰望天主，讚頌天主，※

因爲祢是我的救援，我的天主。

對經一

復活期外：我何時才能見到天主的慈

顏？

聖週：耶穌說：我的心靈憂傷欲絕，你們要留在這裏，與我一

同警醒。

復活期：天主，我的心渴慕祢，就像

小鹿渴望清泉，阿肋路亞。

聖歌 德三六，1-7，13

16：為聖城耶路撒冷

祝禱

「認識祢是唯一的天主，和祢所派遣來的

耶穌基督，就是永生。」（若一七，3）

對經二

復活期外：上主，求祢使我們得見祢

仁慈的光輝。

聖週：現在正是這世界受審判的時

候；現在這世界的元首就要

被趕走。

復活期：上主，求祢使熙雍洋溢著讚

頌祢的歌聲，陳述祢的偉大事跡，阿肋路亞。

萬有的天主，求祢救助我們，

垂顧我們，※

顯示給我們祢仁慈的光輝。

使尋找祢的萬民，※

都對祢起敬起畏。

讓他們知道除祢以外，沒有別的天主，※

因而傳揚祢偉大的作為。

求祢舉起手來，打擊外邦人民，※

使他們看到祢的威能。

正如祢藉著他們，

顯示給我們祢是聖者，※

同樣也必藉著我們，

顯示給他們祢的偉大。

使他們認識祢，

像我們認識祢一樣，※

因為除祢以外，別無真神。

上主，求祢再顯神蹟，重行奇事，※

彰顯祢手臂的大能。

求祢集合雅格的衆支派，+

使他們明白除祢以外，別無真神，※

使他們傳揚祢的豐功偉業。

使他們分得產業，※

如同古代一樣。

求祢憐憫那呼求祢名的百姓，※

就是祢立爲長子的以色列；

憐憫祢的聖城耶路撒冷，※

就是祢安居的處所，

使熙雍洋溢著讚頌祢的歌聲，※

使聖殿充滿祢的光榮。

對經二

復活期外：上主，求祢使我們得見祢

仁慈的光輝。

聖週：現在正是這世界受審判的時

候；現在這世界的元首要

被趕走。

復活期：上主，求祢使熙雍洋溢著讚

頌祢的歌聲，陳述祢的偉大

事跡，阿肋路亞。

聖詠 一八(A)：讚頌萬物的造物

主

「旭日由高天照耀我們，……引我們走向

和平之路。」(路一，78 / 79)

對經三

復活期外：上主，祢在穹蒼之上，當

受讚美。

聖週：我們信德的創始者和完成者

耶穌，忍受了十字架，輕看

了羞辱，現在就坐在天主的

右邊。

復活期：天主的榮耀照明全城，羔羊

就是這城的明燈，阿肋路

亞。

高天陳述天主的光榮，※

穹蒼宣揚祂手中的化工。

日與日互遞消息，※

夜與夜相傳知識。

不是言也不是語，※

是聽不到的言語；

它們的聲音却傳遍大地，※

它們的言語也直達地極。

天主在天空爲太陽搭起了帷帳，十

太陽好似新郎步出洞房，※

又像壯士就道，欣然奔放。

從天這邊出發，繞到那邊，※

萬物莫不接受它熱力的溫暖。

對經三

復活期外：上主，祢在穹蒼之上，當

受讚美。

聖週：我們信德的創始者和完成者

耶穌，忍受了十字架，輕看

了羞辱，現在就坐在天主的

右邊。

復活期：天主的榮耀照明全城，羔羊

就是這城的明燈，阿肋路

亞。

簡短讀經

耶一五，16

上主，我一聽到祢的話，我就吞了它

，祢的話使我心靈歡樂舒暢。

上主，萬有的天主，因爲我是屬於祢

名下的人。

短對答詠

領：義人，請向上主踴躍歡呼，正直

的人理當讚美上主。

答：義人：

領：請你們向上主高唱新歌。

答：正直的人理當讚美上主。

領：願光榮歸於父： 答：義人：

讚主曲對經：上主應受讚美，因為祂眷顧

我們，救贖了我們。

禱詞

我們的救主使我們成爲祂王國的子民和祭司，以奉獻悅樂天主的祭品；我們現在懷著感恩的心情呼求祂：

主，求祢常保佑我們，使我們爲祢忠

誠服務。

永恒的祭司、基督，祢讓祢的子民分享了

祢的祭司聖職，

—求祢使我們時常奉上天主悅納的精神祭

品。

求祢賜給我們聖神的果實，

—就是忍耐，良善與溫和。

主，祢就是愛，求祢使我們愛祢，以祢作

我們所擁有的一切，

—也使我們行善，一生讚美祢。

求祢使我們常能顧及弟兄們的需求，而慷

慨地伸出援手，

—使他們更容易得到救恩。

我們的天父……

結束禱詞

上主，全能的天主，我們能有今日，

全是祢的恩賜。但願我們在祢大力保護之

下，不再犯罪；所有思、言、行爲，都能

符合祢的旨意。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠一一八，41~48(A)

對經一：聽天主的話又遵行的人，真

有福氣。

將臨期、聖誕期、四旬期對經見季節

專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

上主、願祢以慈愛對待我，※

照祢的諾言拯救我；

因為我仰仗祢的聖言，※

才能反駁那凌辱我的人。

不要使我的言談違背真理，※

因為我一心仰望祢的判斷。

我要常遵守祢的規範，※

直到永遠。

我要自由自在在地生活，※

因為我常遵守祢的訓誡。

我要在列王前傳述祢的規律，※

絲毫不引以為恥。

我謹守祢的規誡感到愉快，※

因為這是我所喜愛。

我要伸開雙手歡迎祢的誠命，※

沈思緬懷祢的律令。

對經一：聽天主的話又遵行的人，真

有福氣。

聖詠三九，2~14，17~18：謝

恩與求助

「犧牲與素祭都非祢所喜，祢就給我預備

了一個身體。」（希一〇，5）

壹

對經二：我的食物就是承行派遣我來

者的旨意。

我懇切期待上主，※

祂便垂顧我，俯聽了我的哀訴。

祂把我從禍坑與污泥中拉出，※

使我站在磐石上，穩定了我的脚步。

祂使我口唱新歌，讚美我們的天主，※

眾人見了都肅然起敬，信賴上主。

全心依靠上主的人，多麼幸福，※

他不羨慕傲慢也不偏袒欺詐之徒。

上主，我的天主，祢的奇蹟何其多！+

祢的計劃，何其妙，無人可比！※

我若想宣揚陳述，也不可勝數！

犧牲和素祭都非祢所喜，+

全燔祭和贖罪祭也非祢所要，※

祢却要我俯首帖耳；

於是我說：「請看，我已來到！」※

書卷上已爲我記載：

我的天主，我樂意奉行祢的旨意，※

我常念念不忘祢的法律。

對經二：我的食物，就是承行派遣我

來者的旨意。

貳

對經三：我是貧苦人，上主眷念了我。

我在盛會中，宣揚了祢的正義，※

我沒有緘口不語；上主，祢已知悉。

我沒有將祢的正義藏在心坎，+

却把祢的信實和救援大事宣傳，※

也沒有將祢的慈愛和真誠，

在盛會中隱瞞。

上主，求祢不斷憐憫我，※

願祢以慈愛和信實始終保護我。

因爲數不盡的災禍困擾着我，+

我的罪孽深重，使我無法抬頭，※

過犯擢髮難數，使我衷心痛苦。

上主，請祢開恩拯救我，※

上主，求祢快來扶助我。

願那些尋求祢的人，

都因祢歡欣鼓舞，※

願渴慕祢救恩的人常說：

「大哉，上主！」

我是貧苦人，※

上主眷念了我；

祢是我的助祐，我的救援；※

我的天主，求祢不要遲延。

對經三：我是貧苦人，上主眷念了我。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

耶三一，33

上主說：那時期一到，我要與以色列家訂立的盟約是這樣的：我要將我的法律放進他們的肺腑，寫在他們的心頭；我要作他們的天主，他們要作我的子民。

領：天主，求祢給我再造一顆純潔的

心，

答：不要把我從祢面前拋棄。

結束禱詞

天主、至聖至善的父，祢分派我們工作，願意我們互相砥礪，日益進步。求祢恩賜我們，於立身行事之間，常常以兒女的精神侍奉祢，并以手足之情對待別人。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

耶三二，40

我要同他們訂立一個永久的盟約，不再離棄他們；為他們謀幸福，將敬畏我的精神傾注在他們心中，使他們不再離開我。

領：天主是我的救恩，我的光榮。

答：祂是我的避難所。

結束禱詞

天主，祢是農田及葡萄園的主人 and 守護者；祢分派我們工作，并按工作的勤勞賜予報酬。求祢使我們能任勞任怨肩負起這一天的重擔。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

則三四，31

上主說：你們做我的羊羣，我牧場上的羊羣，我的百姓；我是你們的天主。

領：上主是我的牧者，我一無所缺，

答：祂使我憩息在翠綠的草地上。

結束禱詞

天主，昔日此時，祢曾召叫使徒們進入聖殿，現在祢也召叫我們祈禱；懇切求

祢，使我們虔誠地奉耶穌基督之名，所行的祈禱，能有助於所有呼求祂聖名的人獲得救恩。

結束詞 見常用經文

晚禱

讚美詩

一、上主，永恒的救主，

一切光明的來源，

俯聽我們的祈禱，

驅散罪惡的陰影，

照耀祢的子民。

二、一天的工作完成，

懇求天父，

保祐我們平安；

我們時時讚頌，

感謝祢無數的慈恩。

三、夕陽西下，

夜幕低垂，

祢的光輝，

永不消逝，

日夜照耀著我們。

四、仁慈的聖父，

寬恕我們的過錯，

在漫漫長夜裏，

以祢的慈光，

護守我們的心神。

五、願天下萬國，

普世權威，

一切榮耀，

歸於聖父聖子聖神，

永無窮盡。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 四四：君王的婚筵

「新郎來了，你們出去歡迎吧。」

(瑪二五，6)

壹

對經一

復活期外：祢英俊無比，談吐溫雅。

聖週：祂沒有引人注目的俊美、華

麗，也沒有使我們戀慕的儀

容。

復活期：奉主名而來的，應受讚美，

阿肋路亞。

我的心靈洋溢著優美的言詞，十

我向君王傾吐我的讚美詩：※

我的舌頭好像作家奔放的妙筆。

祢英俊無比，談吐溫雅，※

因此天主永遠賜福給祢。

大能者！請把劍佩在腰間，※

顯示祢的榮耀和威嚴。

爲了維護真理、慈善和正義，十

願祢勇往直前，※

願祢的右手使祢所向無敵；

祢的利箭射中了仇敵的心窩，※

萬民都將屈服在祢面前。

天主，祢的寶座永遠常存，※

祢手握權杖，治國公允。

祢喜愛正義，憎恨邪惡，十

因此上主！祢的天主，給祢傳了喜樂的油，※

勝過其他的國王。

祢的衣冠散發沒藥、沈香，

和肉桂的芬芳；※

在象牙宮裏，爲祢彈奏悅耳的弦樂。

在祢的嬪妃羣中有各國的公主；※

王后佩帶著金飾，侍立在祢的右邊。

對經一

復活期外：祢英俊無比，談吐溫雅。

聖週：祂沒有引人注目的俊美、華

麗，也沒有使我們戀慕的儀

容。

復活期：奉主名而來的，應受讚美，

阿肋路亞。

貳

對經二

復活期外：新郎來了，你們出去歡迎

吧！

聖週：因為祂捨身成仁，我要使很

多人歸屬祂，作為報酬。

復活期：應邀來赴羔羊婚筵的人是有

福的，阿肋路亞。

女兒！請聽，請看，也請細聽，※

忘卻你的本族和家庭！

因爲君王戀慕你的美麗，※

祂是你的主，你要敬拜祂！

提洛的民衆要來向祢進貢，※
富足的人們也來朝見。

秀麗的公主深居王宮，※

她的衣裳以金絲繡成。

她身穿錦衣華服，前去謁見君王，※

由侍女陪伴，來到祢的身旁；

在歡樂歌舞聲中，※

一齊進入了王宮。

祢的子孫將繼承祢的列祖；※

立他們爲王，統治普天率土。

我要使祢的名號永垂不朽，※

萬民都要歌頌祢，直到永久。

對經二

復活期外：新郎來了，你們出去歡迎

吧！

聖週：因為祂捨身成仁，我要使很

多人歸屬祂，作為報酬。

復活期：應邀來赴羔羊婚筵的人是有
福的，阿肋路亞。

聖歌 弗一，3-10：論救主天

主

對經三

復活期外：依照天主教在愛子內所定的

計劃，時期一滿，就使萬有

總歸於基督。

聖週：天主藉著祂的愛子賜給了我們

這分鴻恩，使我們藉這位

愛子的血得蒙救贖。

復活期：我們都飽沾了祂滿溢的恩寵

，而且恩上加恩，阿肋路亞。

願天主，

我們的主耶穌基督的父受讚美，※

祂在天上，在基督內，

賜給我們各種屬神的福分；

因為祂在創世之前，

已在基督內簡選了我們，※

使我們在祂面前聖潔無瑕。

祂又出於愛心，按照自己的決意，+

藉耶穌基督預定了我們，※

成為祂的義子，而歸祂所有。

使人頌揚祂恩寵的光榮，※

這是祂在愛子內賜給我們的恩寵。

我們藉祂愛子的血，在祂愛子內，※

獲得了救贖和罪過的赦免。

天主把這恩寵，

豐厚的傾注在我們身上，※

賜給我們各種智慧和明達，

使我們知道祂旨意的奧秘，※

這都是依照祂在愛子內所定的計劃。

按照祂的措施，時期一滿，※

就使上天下地的一切，重歸於基督。

對經三

復活期外：依照天主在愛子內所定的計

劃，時期一滿，就使萬有總

歸於基督。

聖週：天主藉著祂的愛子賜給了我們

這分鴻恩，使我們藉這位

愛子的血得蒙救贖。

復活期：我們都飽沾了祂滿溢的恩寵

，而且恩上加恩，阿肋路亞。

簡短讀經

得前二，13

我們不斷地感謝上主，因為我們所傳

授的天主的信息，你們已聽到了，也接受

了，沒有把它視為人的信息，而確實當作

天主的信息，這信息在你們信徒身上發揮

著效力。

短對答詠

領：上主，願我們的祈禱上升到祢台

前，在祢面前有如馨香。

答：上主：

領：願我們高舉的雙手，好像晚間的

祭獻。 答：在祢面前有如馨香。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

謝主曲對經：我的天主，我要常常讚揚祢

的偉大。

禱詞

基督愛護並百般照顧祂的教會，我們

讚頌祂，大膽地呼求祂：

主，求祢滿足祢子民的願望。

主耶穌，求祢使所有的人得救，

——並使他們認識真理。

求祢保護我們的教宗，和我們的主教，

——對他們大力支援，使他們克盡牧職。

求祢照顧那些尋找正當工作和失業的人。

——使他們找到合適的職業，度安定的生活。

主，求祢作貧窮人的避難所，

——在苦難中救助他們。

我們把那些已亡聖職人員託付於祢，

——願他們在天鄉也不停地讚頌祢。

我們的天父：

結束禱詞

全能的天主，我們無用的人蒙祢鼓

勵，完成了今天的勞苦工作，我們感謝祢

所賞賜的鴻恩，求祢接受我們的讚頌，作

為今晚對祢的祭獻。

結束詞 見常用經文

第二週：星期二

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：請大家前來朝拜上主、偉大的天主。

聖詠第九四首，見 3 頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、深夜清醒，

默思聖詠，

全力歌頌上主，

唱出心底的禱聲。

二、歌頌仁慈的君王，

但願有一天，

偕諸聖同登天廷，

獲享永生。

三、至聖的天父，

願祢偕聖子及聖神，

普世同欽，

永享光榮。阿們。

日間用

一、仁慈的上主，

求祢側耳傾聽，

我們的禱聲，

衆僕的虔誠。

二、求祢慈祥地垂顧我們，

點燃我們的油燈，

驅除黑暗，

照耀我們的心靈。

三、求祢大顯慈悲，

滌除我們的罪污，

解除桎梏，
治癒世人的疾病。

四、永恆的聖父，
偕同愛子及聖神，

享受光榮，
世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠三六：惡人與義人的命運

「溫良的人是有福的，因為他們要承受土地。」（瑪五，5）

壹

對經一：將你的命運托給上主，祂必
會照顧。（復：阿肋路亞）。

不要因作惡的人而忿怒，※
也不要對歹徒心生嫉妬；

因為他們像野草，迅速枯乾，※
又像花卉，很快凋殘。

你要信賴上主，致力善行，※
必能安居樂土，享受康寧。

你要因上主而喜歡，※
祂必滿足你的心願。

將你的命運托給上主，※
依靠祂，祂必會照顧。

祂必顯示你守正不阿，※
表彰你為人光明磊落。

你要在上主前耐心等待，※
不要因惡人的成功而苦惱，※

不要因他們飛黃騰達而煩躁。
你要抑制忿恨，平息怒火，※
不可憤怒，以免招致惡果。

因為惡人必被剷除；※
仰望上主的人必能繼承樂土。

轉眼間，惡人就不復存在，※
找尋他的住所，也不知所在。

卑微的人必將繼承樂土，※
安享太平和幸福。

對經一：將你的命運托給上主，祂必
會照顧。(復：阿肋路亞)。

貳

對經二：你要避惡行善，才有久居的

家園(復：阿肋路亞)。

惡徒千方百計陷害忠良，※

向他咬牙切齒、恨之入骨；

上主却向惡人發笑，※

因為知道他的大限已到。

惡人劍拔弩張，※

要殲滅貧困，殺害忠良。

他們的心反而被利劍刺穿，※

他們的弓將被折斷。

義人雖然生活清苦，※

却勝過惡人的財富。

因為惡人的手臂必被折斷，※
義人却有上主作為支援。

上主眷顧善人的歲月，※
他們將擁有永恆的產業。

患難之時，他們決不受辱，※
饑饉之日，他們必得飽足。

惡人和上主的仇人必被消滅，十
像原野的花草一般凋謝，※

像過眼雲烟，轉瞬即逝。

惡人借貸總不償還；※

義人却常樂善好施。

蒙上主降福的人必將繼承樂土，※
受祂咒罵的人必被剷除。

上主引導善人的脚步，※

贊賞他所走的道路；

他縱然失足，也不致顛仆，※

因為有上主扶持他。

我從小到老，十

從未見過義人被遺棄，※

也沒見過他的後裔求乞。

他畢生待人慷慨大方，※

上主必賜他的子孫昌旺。

你要避惡行善，※

才有久居的家園。

因爲上主喜愛正義，※

絕不拋棄自己的聖徒。

歹徒必將永遠消逝，※

惡人的子孫必被剷除；

義人將承受樂土，※

永遠在那裏居住。

對經二：你要避惡行善，才有久居的

家園（復：阿肋路亞。）

對經三：你要仰望上主，遵循祂的道

路（復：阿肋路亞）。

義人的口傾吐智慧，※

他的唇舌講論正義。

天主的法律存留於他的心田，※

他必能穩步向前。

惡人對義人虎視眈眈，※

伺機將他無情地摧殘。

上主却不會使他落在惡人手中，※

也不讓他在法官面前被判死刑。

你要仰望上主，遵循祂的道路，十

祂必要高舉你，使你承受樂土，※

你將親眼看見惡人被根除。

我曾看見惡人橫行霸道，※

有如粗壯的巨樹一般高傲。

我再經過時，它已不復存在，※

我到處尋找，也找不到。

請留意忠良，觀察君子，※
愛好和平的人必有子嗣；

但惡人必盡速淪喪，※
他們的後裔必完全滅亡。

上主是義人的救助，※
是他們困難時的保護；

上主必扶助他們，解救他們，十
從惡人手中挽救他們，※

因為他們曾向上主投奔。

對經三：你要仰望上主，遵循祂的道

路（復：阿肋路亞）。

頌：求祢教給我明智和知識。

答：因為我信賴祢的法律。

唸適合本日的誦讀及結束禱詞

晨 禱

一、創造光明的上主，

祢是永恒的光明，

黑暗退避，白晝來臨，

真光升起，

羣星失色。

二、我們愉快的起床，

向祢歌唱，

唱出感恩的詩歌，

光明在望，

太陽戰勝了茫茫黑夜。

三、神聖的上主，

助祐我們拋棄私慾偏情，

避免動怒和紛爭，

抵抗世俗的誘惑，

決不貪圖口腹之樂。

四、祛除貪財的心思，

遠離放蕩的行爲；

助我生活淡泊，

潔身自愛，

效法基督的生活。

五、大慈大悲的天父，

俯聽我們的呼求，

偕聖子及聖神

萬世爲王，

永享福樂。阿們。

聖詠吟唱

聖詠四二：渴望進入聖殿

「我是來到世界的光。」（若二一，46）

對經一

復活期外：上主，求祢賜下光明和真

理。

聖週：上主，求祢爲我伸冤，救我

脫離狡詐邪惡的歹徒。

復活期：你們來到了熙雍山和永生天

主之城，阿肋路亞。

天主，求祢爲我伸冤，+

駁斥褻聖的民族，※

救我脫離狡詐邪惡的歹徒。

天主，祢是我的保障，+

爲什麼把我拋棄？※

爲什麼讓我在仇人的壓迫下，

終日憂戚？

求祢賜下光明和真理，※

引我到祢的聖山，進入祢的殿宇。

我要走向天主的祭壇，+

到使我心喜的天主台前，※

天主，我的天主，我要彈琴讚頌祢。

我的靈魂，你爲何悲傷？爲何憂苦？+

我該仰望天主！再度頌揚祢，※

因爲祢是我的救主，我的天主。

對經一

復活期外：上主，求祢賜下光明和真

理。

聖週：上主，求祢為我伸冤，救我

脫離狡詐邪惡的歹徒。

復活期：你們來到了熙雍山和永生天

主之城，阿肋路亞。

聖歌 依三八，10~14，17~20

：垂死時的悲傷，病癒後

的喜樂

「我曾死過，現在却活著，……死亡在我
權下。」（默一，17~18）

對經二

復活期外：上主，在我們畢生的歲月

裏，求祢時時助祐我們。

聖週：上主，祢辯護了我的案件；

上主，我的天主，祢贖回了

我的生命。

復活期：上主，祢保護了我的生命，

免於喪亡，阿肋路亞。

我會說過：我正值中年，就要去世；※

我的餘年將奔向陰府之門。

我說過：

我在人間再也見不到天主，※

在世上也看不到任何居民！

我的居所被拆去，※

好像牧童的帳幕被拔除；

祢好像織工捲起我的生命，+

由紡織機上把它割斷，※

祢從早到晚總想結果我。

我整夜呼救直到清晨，+

祢却像獅子咬碎我的骨骼，※

從早到晚總想結果我。

我呻吟如鴿子，哀鳴像乳燕，※

我的雙目仰望上天，疲憊不堪。

是祢搶救了我的生命，※

使我脫離喪亡的深淵。

因為祢將我的罪惡，※

都拋在祢的腦後。

的確，陰府不會讚頌祢，+

死亡也不會稱揚祢，※

墜落深淵的人更不會仰望祢的信實。

活人，唯有活人讚頌祢，

像我今天一樣，※

為父的要使兒女認識祢的真誠。

上主，求祢拯救我，+

我們願以終生的歲月，※

在上主的殿內歌詠奏樂。

對經二

復活期外：上主，在我們畢生的歲月

裏，求祢時時助祐我們。

聖週：上主，祢辯護了我的案件；

上主，我的天主，祢贖回了

我的生命。

復活期：上主，祢保護了我的生命，

免於喪亡，可助路亞。

聖詠六四：隆重的謝恩詞

「熙雍可視為天上的聖城。」（奧利振）

對經三

復活期外：天主，祢當在熙雍受頌

讚。+

聖週：我正義的僕人將使多人成義

，因為祂承擔了他們的罪過。

復活期：祢眷顧了大地，普降甘霖，

使大地肥沃，阿肋路亞。

天主，祢當在熙雍受頌讚，※

十人許願，理當還願。

原來祢有求必應，※

血肉之人因罪而向祢投奔。

我們罪孽深重，不勝負荷，※

但祢都一一寬赦。

祢所選拔的人，住在祢的庭院，

真是有福！※

祢的居所——祢殿中的美物，

使我們心滿意足！

天主，我們的救主，

祢廣施奇能拯救我們！※

天涯海角，普世萬民，都要信賴祢。

祢彰顯大能，※

以威力穩定山嶽；

祢平息了澎湃的海洋，※

咆哮的巨浪，和萬民的擾攘。

遠地的居民，因祢的奇跡而驚異；※

東西兩極的人，都歡天喜地。

祢眷顧大地，普降甘霖，使大地肥沃；十

天主的河川洋溢，五穀豐登，※

這都是出於祢的安排。

祢灌溉田畦，耙平土壤，※

降雨鬆軟土地，賜福幼苗生長。

祢普施慈惠，年年豐收，※

祢足跡所至，處處富裕。

牧場上牛羊成羣，※

山林間，歡聲載道。

羊羣滿山遍野，十

佳禾滿坑滿谷，※

萬象都在歌唱歡呼。

對經三

復活期外：天主，祢當在熙雍受頌

讚。

聖週：我正義的僕人將使多人成義

，因為祂承擔了他們的罪過。

復活期：祢眷顧了大地，普降甘霖，

使大地肥沃，阿肋路亞。

簡短讀經

得前五，4 / 5

弟兄們，至於你們，你們並不生活在黑暗中，那日子不會像盜賊一樣偷襲你們。你們都是光明之子，白晝之子；我們不屬於黑夜，也不屬於黑暗。

短對答詠

領：上主，求祢俯聽我的呼聲，我切

望聆聽祢的訓言。

答：上主：

領：黎明之前，我就起來呼救。

答：我切望聆聽祢的訓言。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

禱詞

請大家讚揚我們的救主，祂以自己的復活照亮了世界。我們謙恭地呼求祂：

主，求祢保佑我們常忠實的追隨祢。

主耶穌，我們清晨祈禱，紀念祢的復活，
 使我們期待著分享祢的光榮，整天快樂。

主，求祢接納我們的心願和善志，

——作為我們今天奉獻的初果。

求祢使我們對祢的敬愛與日俱增，

——使一切事物幫助我們和眾人獲得益處。

主，求祢使我們信仰的光照耀他人，

——讓他們看見我們的善行而光榮天父。

我們的天父：

結束禱詞

讚主曲對經：上主！求祢拯救我們，脫離仇人的毒手。

主，耶穌基督，祢是引領人類得救的

眞光；求祢賞賜我們力量，爲祢準備正義
與和平的道路，期待著祢的來臨。祢與天
主父，和聖神是唯一天主，永生永王。
結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠一一八，49、56(七)

對經一：上主，我在客居之地，遵守

了祢的規誡。

將臨期、聖誕期、四旬期對經見季節

專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

求祢記住許給祢僕人的諾言，※

祢的諾言給我帶來希望，

在我憂苦時安慰了我，※
使我生氣勃勃。

驕傲人雖然對我極力侮辱，※

我却沒有違背祢的法度。

上主，我想到祢往日的訓誨，※

內心就感到安慰。

我一見違犯祢法律的罪人，※

就不禁的怒火如焚。

我在此世，猶如異鄉作客，※

祢的規誡成了我的詩歌。

上主，夜間我想起了祢，※

就決意遵守祢的法律。

我遵守祢的規範，※

使我幸福無邊。

對經一：上主，我在客居之地，遵守

了祢的規誡。

聖詠五二：惡人的愚昧

「衆人都犯了罪，失掉了天主賦予的榮耀」

(羅三，23)

對經二：上主將領回祂流亡的子民，

我們要歡欣鼓舞。

愚蠢人自以爲：「沒有天主。」+

他們都心術敗壞，作惡多端，※

沒有一個好人。

天主由高天俯視人間，※

察看有沒有明智行事，尋求祂的人。

人人都誤入歧途，染上惡習，※

沒有一個好人，一個也沒有。

那些作孽的人，殘害我的子民，+

更不向我祈禱，※

難道他們果真如此無知？

他們毫無理由地驚惶失措，+

因爲天主殲滅了圍攻你的敵人，※

天主棄捨了他們，使他們遭受羞辱。

但願以色列人的救援來自熙雍，+

當天主領回祂流亡的子民時，※

雅格必要歡欣，以色列必要鼓舞。

對經二：上主將領回祂流亡的子民，

我們要歡欣鼓舞。

聖詠五三，1-6，8-9：呼

求救助

「先知祈求上主，以擺脫迫害者的邪惡。」

(加西盎)

對經三：天主必協助我，上主必扶持

我。

天主，求祢因祢的名拯救我，※

以祢的大能爲我伸冤。

天主，求祢垂允我的祈禱，※

側耳傾聽我的哀告。

因爲傲慢的人起來向我進攻，+

強橫的人想謀害我的性命，※

他們沒有把天主放在眼中。

天主必協助我，※

上主必扶持我。

上主，我甘願向祢呈奉祭獻，※

我要頌讚祢的美名。

因為祢救我脫離了一切災患，※

使我親眼看見我的仇敵潰散。

對經三：天主必協助我，上主必扶持

我。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

格前一二，4-6

恩寵雖有區別，却是同一的聖神所賜；職分雖有區別，所侍奉的却是同一的主；功效雖有不同，却是同一的天主在人們身上所推動。

領：敬畏上主的人，必將得救，

答：使祂的光榮久存人間。

結束禱詞

全能永生的天主，祢曾在第三時辰，給使徒們派遣了聖神；求祢此刻也派遣這位聖愛之神降來我們心中，使我們忠貞地向世人為祢作證。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

格前一二，12-13

就像身體只有一個，却有許多肢體；肢體雖多，畢竟還是一個身體；基督也是這樣，因為我們衆人，不論是猶太人或希臘人，為奴的或自主的，都賴一位聖神受了洗，成爲一個身體，又都在一位聖神內汲取恩澤。

領：聖父，求祢以祢的名拯救我們，

答：使我們完全合而為一。

結束禱詞

仁慈的天主，祢會將拯救人類的計劃
啓示給伯鐸；求祢助祐我們，於日常工作
中都能契合祢的聖意，以實現祢愛人救世
的計劃。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

格前一二，24 b \ 26

天主這樣配置了身體，使身體不發生
分裂，各肢體反能彼此關照。一個肢體受
苦，所有的肢體都一同受苦；一個肢體得
榮耀，所有的肢體都一同歡樂。

領：上主，我們的天主，求祢從各民

族中召集我們，

答：使我們讚美祢的聖名。

結束禱詞

天主，祢會派遣天使指示高乃略百夫
長得救之路；求祢使我們常以被派遣為榮
，一心救助衆人，今生在祢的教會內聚首
，日後同升天廷，瞻仰祢的聖容。

結束詞 見常用經文

晚禱

讚美詩

一、創造時間的上主，

劃分白晝與黑夜，

使人日出而作，

日入而安眠；

二、求祢指引我們向善，

不受邪魔的陷害，

罪惡的沾染，

身心確保安全；

三、護祐我心靈，

擺脫私慾的紛擾，

莫讓人間虛榮，

破壞眞平安。

四、大慈大悲的天父，

俯聽我們的呼求，

偕聖子及聖神，

萬世爲王，光耀無邊。阿們。

聖詠吟唱

聖詠四八：財富的虛幻

「富人難進天國」（瑪一九，23）

壹

對經一

復活期外：你們不能侍奉天主，而又

侍奉金錢。

週：我忍受了他們的侮辱、恐嚇

；但是天主却好像一位孔武

有力的戰士與我同在。

復活期：你們要追求天上的事，而不

要醉心於世俗的事，阿肋路亞。

天下萬邦，請你們靜聽，※

普世居民，請側耳細聽。

無論貧富貴賤，※

你們都要聆聽。

我的口要宣講智慧的言語，※

我的心要思念明達的事理。

我要洗耳恭聽比喻，※

彈著弦琴揭開謎底。

當陷害我的仇敵圍攻我時，※

雖然危在旦夕，我又何必恐懼？

他們只知依仗自己的財富，※

誇耀花不完的金錢；

沒有人能贖回自己，※

也不能向天主付出生命的贖債。

因爲生命非常昂貴，※

任何代價都不足以贖回。

人不能長生不老，※

不能不見死亡。

眼見智者凋萎，愚者消逝，※

他們的財產留給他人。

雖然他們曾擁有自己名下的土地，※

墳墓却是他們永久的住宅，長期的居室。

榮華富貴不能久享，※

一如禽獸，終必死亡。

對經一

復活期外：你們不能事奉天主，而又

侍奉金錢。

聖週：我忍受了他們的侮辱、恐嚇

；但是天主却好像一位孔武

有力的戰士與我同在。

復活期：你們要追求天上的事，而不

要醉心於世俗的事，阿肋路亞。

貳

對經二

復活期外：主說：你們應把財寶儲蓄

在天上。

聖週：上主，求祢拯救我，將我置

於祢的身邊，願祢的手保我

安全。

復活期：上主從死亡的手中，贖回了

我的生命，阿肋路亞。

這就是自負者的窮途，※

這就是自誇者的末路。

他們好像被人趕入深坑的羊羣，※

死亡要牧放他們；

他們跌入墳墓，音容就此腐蝕，※

陰間成爲他們的居室。

但是天主必要拯救我，※

使我脫離死亡的掌握。

人發財成了富翁，※

你也不用驚恐；

因為在他死時，絲毫不能帶走，※

他的財寶，也不能跟他同去。

他縱然生前自我陶醉：※

「只要你享福，人必誇讚你！」

但他終要歸到先祖的行列，※

永遠不能再見光明。

人在榮華中如不思量，※

一如禽獸，終必死亡。

對經二

復活期外：主說：你們應把財寶儲蓄

在天上。

聖週：上主，求祢拯救我，將我置

於祢的身邊，願祢的手保我

安全。

復活期：上主從死亡的手中，贖回了

我的生命，阿肋路亞。

聖歌 默四，11，五，9，10，

12：得救者的讚詞

對經三

復活期外：被宰的羔羊理當接受榮耀

和尊威。

聖週：主，祢曾被宰殺，用祢的血

把我們贖回，歸於天主。

復活期：上主，偉大與權能，光榮與

勝利，都屬於祢，阿肋路

亞。

上主，我們的天主，※

祢理當接受榮耀，尊威和權能；

因為祢創造了萬物，※

萬物全憑祢的旨意而存在，而造成。

上主，只有祢堪當接受那書卷，※
並開啓書卷上的封印。

因為祢曾被宰殺，十

從各支派，各語言，各民族，

各國家中，※

用祢的血，把我們贖回，歸於天主。

使我們成爲天國的子民和祭司，

事奉我們的天主，※

我們必要爲王，統治世界。

被宰殺的羔羊理當接受權能，※

富裕、智慧、英勇、尊威，

光榮和讚頌！

對經三

復活期外：被宰殺的羔羊理當接受榮

耀和尊威。

聖週：主，祢曾被宰殺，用祢的血

把我們贖回，歸於天主。

復活期：上主，偉大與權能，光榮與

勝利，都屬於祢，阿肋路

亞。

簡短讀經

羅三，23 ~ 25 a

衆人都犯了罪，缺少天主的光榮：衆人都因天主白白賞的恩寵，靠耶穌基督蒙受救贖而成了義人。天主立意，使基督以自己的血，爲信仰祂的人作贖罪祭。天主就這樣顯示了自己的正義。

短對答詠

領：上主，在祢面前，才有圓滿的喜

悅。 答：上主：

領：在祢身邊才有永遠的福樂。

答：才有圓滿的喜悅。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

謝主曲對經：上主，祢是全能的，祢的名

字是聖的，求祢對我們施行

奇事。

禱詞

基督是我們靈魂的牧者和監牧，祂愛護自己的子民，我們讚美祂，把希望寄托在祂身上，向祂祈求：

主，求祢保護祢的子民。

永恆的善牧，求祢保護我們的主教，

—和祢教會中所有的牧者。

求祢眷顧遭受迫害的人們，

—拯救他們脫離一切痛苦。

上主，求祢憐憫貧困的人，

—使饑餓的人飽享美物。

求祢光照制定法律的代表團，

—使他們在一切事上，作公平而明智的決定。

求祢援助去世的人，因為他們是祢用寶血所救贖，

—使他們同祢一起共赴天國的婚筵。

我們的天父……

結束禱詞

主天主，白晝屬於祢，黑夜也屬於祢；求祢使正義的太陽，常照耀我們的心靈，引領我們到達祢所臨在的光明之鄉。

結束詞 見常用經文

第二週·星期三

序經

頌：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：普世大地，請向天主歡呼，與

高彩烈地事奉上主。

聖詠第九四首，見 3 頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、基督，祢創造了萬物，

人類至高君王和救主，

令人敬畏的裁判者，

我們求祢慈祥保護。

二、光明的創造者，

願我們的禱聲衝破夜幕，

使我振作心神，

虔誠讚頌上主。

三、求賜今日萬事吉祥，

迎接不朽的生命，

助我時時行善，

來日得享永福。

四、求賜天上的神火，

熾熱我們的心胸，

點燃手中的油燈，

時時清醒，期待著上主。

五、救主，仁慈的君王，

偕聖父及聖神，

世世代代，

享受榮福。阿們。

日間用

一、基督，祢是真光與美善，

生命與幸福，
祢的仁慈無邊無涯：
流盡聖血，救人疾苦。

二、求祢普施慈愛，
加強我們的信心，

讓基督的愛火，
燃燒在人間各處。

三、求祢施展大能，
粉碎魔鬼的狡計，

派遣至聖聖神，
濟助貧苦孤獨。

四、天主聖父，
偕聖子及聖神，

世世代代，
享受永福。阿們。

聖詠吟唱

聖詠三八：病人的懇禱。

「受造物屈服於敗壞之下，……是出於天主的決意。」（羅八，20）

壹

對經一：我們悲痛嘆息，等待我們肉身的救贖。

我說過：「我要謹言慎行，※
免得口舌犯罪。」

惡人在我面前，※
我就閉口不言。」

我雖默不作聲，仍然毫無用處，※
反而使我更加痛苦。

我實在憂心如焚，※
越想越覺得烈火熾熱難忍，

我禁不住發問：※
「上主，求祢明白指示我：

我的壽數有幾何？大限何日到？※
我的生命何其短暫！」

祢給我的歲月屈指可數，＋
壽命在祢面前等於虛空，※
人的生命，好像泡影。

浮生如夢，徒勞而無功，※
家財縱萬貫，不知落入何人手中。

對經一：我們悲痛嘆息，等待我們肉
身的救贖。

貳

對經二：上主，求祢垂允我的祈禱，

俯聽我的哀告。

上主，現在我還有什麼希望？※

我的希望只在祢的身上！

求祢救我脫離種種罪愆，※

不要使我受愚人的侮慢。

我緘口不言，默默無語，※

因為是祢所允許。

求祢從我身上除去這場災患，※

在祢責打下，我已消瘦不堪。

世人作孽，祢就懲治，＋
好像蛀蟲把他的珍藏蠶食，※
世人又能活到幾時？

上主，求祢垂允我的祈禱，＋

側耳俯聽我的哀告，※
不要充耳不聞我的哀號。

因為我在祢跟前有如逆旅，※
像我祖先一樣只是過客。

求祢饒了我，※

讓我去世前，得享安閒。

對經二：上主，求祢垂允我的祈禱，

俯聽我的哀告。

聖詠五一：申斥誹謗者

「凡要誇耀的，應該因主而誇耀。」

（格前一，31）

對經三：我信賴天主的慈愛，直到永

遠（復：阿肋路亞）。

你這以作惡爲能事的人哪！※

怎能以犯罪自誇？

你終日包藏禍心，※

出口傷人，猶如利刃。

你獨愛作惡，厭惡行善，※

你偏愛說謊，不講真言。

你這虛偽的騙子，※

總喜歡造謠生事。

因此天主要毀滅你，永遠除掉你，※

由人間把你根除，從營幕中把你逐出。

義人見了，必會驚愕，※

對他冷諷熱嘲說：

「看哪！這就是不依靠天主者的下場，※

他只知道恃財富，作惡逞強。」

我却像青翠的橄欖樹，

長在天主的殿院，※

信賴祂的慈愛，直到永遠。

上主，我將永遠歌頌祢的作爲，※

在聖徒前，不斷讚揚祢的美善。

對經三：我信賴天主的慈愛，直到永

遠（復：阿肋路亞）。

領：我在等待上主的許諾。

答：我的心靈期待上主。

唸適合本日的誦讀及結束禱詞

晨 禱

讚美詩

「上主，祢創造壯麗的穹蒼，

制定了宇宙的秩序，

月亮在夜間照射，

太陽在白天大放光明。

二、黑夜消逝，

萬物重見光明，

人類又充滿活力，
開始一天的勞動。

三、白晝的來臨，

邀請我們向上主讚頌，

明朗的天空，

舒暢我們的心胸；

四、使我們遠離誘惑，

戒除罪過，

生活要聖潔，

口舌要純淨。

五、時序川流不息，

信德日益精深，

使我望德活潑，愛火炎炎，

不怕爲基督犧牲。

六、仁慈的天父，

偕聖子及聖神，

享受光榮，

世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠七六：追念上主的化工

「我們在各方面受了折磨，却没有被困倒」

（格後四，8）

對經一

復活期外：天主，祢的作爲聖潔無瑕

，那裏有神比我們的天主偉

大？

聖週：在患難之日，我舉起雙手祈

求了天主。

復活期：天主，洪流看見了祢，領導

民衆經過大海，阿肋路亞。

我向天主哀呼，※

呼求天主，祂就俯允。

我在患難之日，尋求天主，+

整夜不懈地合手祈禱，※

我的心仍得不到安慰。

我想起天主，不禁咳聲嘆氣，※

我一沉思默想，總覺得沮喪。

祢使我徹夜不得安眠，※

我實在煩躁不安，苦不堪言。

我回憶往昔的時日，※

我懷念悠久的歲月。

我的心靈夜間默默自問，※

我的神魂不斷反覆質詢：

難道天主要永遠拋棄？※

難道祂不再回顧垂視？

難道祂的慈愛將永遠停止，※

祂的諾言也將永世廢棄？

難道天主忘記了慈悲？※

或因憤怒而將愛心關閉？

我說：「我所擔憂的，※

是至高者也許已經改變。」

我要追述上主的作為，※

懷念祢往日的奇蹟；

我要沉思祢的豐功，※

緬想祢的偉業。

天主，祢的作為聖潔無瑕，※

那裏有神比我們的天主偉大？

只有祢是施行奇蹟的天主，※

在萬民中彰顯了祢的威武。

祢以大能拯救了祢的子民，※

就是雅格和若瑟的子孫。

天主，洪流一看見祢，+

洪流一見祢，就恐慌畏懼，※

連海洋也不寒而慄。

烏雲傾降大雨，+

雲霄發出雷聲，※

閃電漫天奔馳。

雷霆隆隆作響，+

閃光將全球照亮，※
大地驚惶震盪。

大海爲祢開道，+

深水給祢讓路，※

祢的足跡並未顯露。

祢藉梅瑟和亞郎的手，※

領導祢的子民有如羣羊。

對經一

復活期外：天主，祢的作爲聖潔無瑕

，那裏有神比我們的天主偉

大？

聖週：在患難之日，我舉起雙手祈

求了天主。

復活期：天主，洪流看見了祢，領導

民衆經過大海，阿肋路亞。

聖歌 撒上一，1~10：窮苦人

因上主而歡欣踴躍

「祂把權貴推下高位，却提拔了弱小
卑微，使飢餓的人飽享美味。」

(路一，52~53)

對經二

復活期外：我的心因上主而歡喜，祂

貶抑人，也抬舉人。

聖週：如果我們與基督同死，我們

相信，也要與基督同生。

復活期：上主使人死，也使人生，阿

肋路亞。

我的心因上主而歡喜，※

我的頭因天主而仰起。

我開口嘲笑我的敵人，※

我因祢的救助而歡欣。

沒有聖者相似上主，+

除祢以外，也沒有真神，※

天主是我們唯一的靠山。

你們不要再三誇口，※

不要口出狂言；

因爲上主是全知的天主，※

人的行爲也都由祂審斷。

壯士的弓已被折斷，※

弱者反而力量倍增。

豐衣足食的，現在要傭工餬口，※

忍饑受餓的，如今却無須勞苦；

不妊的婦女，子女繞膝，※

多產的母親，反而中止生育。

上主使人死，也使人活，※

使人進入黃泉，也使人復出；

上主使人貧困，也使人富有，※

貶抑人，也抬舉人。

上主由塵埃中提拔了弱小，※

從糞土中高舉了貧困。

使他與貴人同席，※

繼承光榮的寶座。

大地的支柱原屬於上主，※

祂在支柱上奠定了世界。

祂必保護聖徒的前程，※

使惡人在黑暗中喪生；

因爲人不能憑己力獲勝，※

誰與上主作對，必被粉碎。

至高者必在天上大發雷霆，※

上主的裁判遠達地極；

將權力賜予祂的君王，※

使受傳者蘄露頭角。

對經二

復活期外：我的心因上主而歡喜，祂

貶抑人，也抬舉人。

聖週：如果我們與基督同死，我們

相信，也要與基督同生。

復活期：上主使人死，也使人生，阿

肋路亞。

聖詠九六：上主在審判時的

榮耀

「這篇聖詠預示世界的得救和萬民的信仰」

（聖達修）

對經三

復活期外：上主爲王，願大地踴躍十

聖週：天主使耶穌基督成了我們的

智慧、正義，聖化者和救贖

者。

復活期：光明已爲義人升起，心地正

直的人必將歡喜，阿肋路

亞。

上主爲王，願大地踴躍，※

十所有島嶼都要一起歡樂！

雲彩和幽暗圍繞在祂的四周，※

正義與公道是祂王國的基礎。

烈火在祂前面前進，※

焚燒祂周圍的敵人。

祂的閃電照亮了塵寰，※

大地一見就戰慄搖撼。

面對上主，普世的大主，※

羣山都要溶化，像蠟燭一般。

蒼天傳報祂的公道，※

萬民看見祂的榮耀。

願所有崇拜偶像，誇讚邪神的人蒙羞，※

願所有神明都在祂面前伏地叩首。

上主，熙雍聽了祢的審判，

滿心喜悅，※

猶大各城也都歡欣踴躍。

因爲祢是至高的上主，十

超越普世大地，※

遠超所有神祇。

上主喜愛那痛恨罪惡的人，※

保護祂聖民的性命，

救他們從惡人手中脫身。

光明已為義人升起，※

心地正直的人必將歡喜。

義人，你們要因上主而歡慶，※

讚頌稱揚祂的聖名。

對經三

復活期外：上主為王，願大地踴躍。

聖週：天主使耶穌基督成了我們的

智慧、正義，聖化者和救贖

者。

復活期：光明已為義人升起，心地正

直的人必將歡喜，阿肋路亞。

簡短讀經

羅八，35-37

誰能迫使我們與基督的愛隔絕呢？是

困苦、是艱難嗎？是迫害、是饑餓、是赤

貧嗎？是危險、是刀劍嗎？但靠着那愛我

們的主，我們在這一件事上都已獲得全勝。

短對答詠

領：我要時時讚美上主。

答：我要……

領：使祂的讚頌常在我口。

答：讚美上主。

領：願光榮歸於父…… 答：我要……

讚主曲對經：我們要一生一世，以聖善和

正義侍奉上主。

禱詞

我們的救主、天主曾許諾，將與祂的教會

天天在一起，直到今世的終結；我們讚美

祂，向祂致謝，並虔誠呼求：

主，求祢常同我們在一起。

主，求祢整天與我們在一起，

——不要讓祢正義的太陽離開我們。

我們把這一天的工作奉獻給祢，作為祭品，

聖詠吟唱

——願我們所言所行，都能使祢歡心。

聖詠一一八，57~64(八)

主，求祢使我們一言一行都能符合祢福音的精神，

對經一：我反省我所走的道路，決意轉向祢的法度。

——使我們成為地上的鹽和世界的光。

將臨期、聖誕期、四旬期對經見季節

願祢聖神的愛，常留在我們心內，表現在我們的言語上，

專用部份。
復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

——使我們善度愛德的生活，不停地讚

路亞。

美祢。

上主，我曾說過：※

我們的天父……

我的福分全在遵守祢的法令。

結束禱詞

我一心祈望得見慈顏，※

上主，求祢光照我們的心靈，使我們

求祢照祢的諾言，憐憫我。

常遵守祢的誠命，不致誤入歧途。

我反省我所走的道路，※

結束詞 見常用經文

便決意轉向祢的法度。

日間祈禱

我迅速進行，毫不猶豫，※
遵守祢的規律。

讚美詩 見季節專用

惡人的繩索，雖然把我纏住，※

我却沒有忘記祢的法度。

爲了祢公道的律例，※

我半夜裏起來讚頌祢。

所有敬畏祢的人都是我的朋友，※

遵守祢誠命的人都是我的伴侶。

上主，祢的慈愛普及大地，※

求祢教我遵守祢的法律。

對經一：我反省我所走的道路，決意

轉向祢的法度。

聖詠五四，2-15，17-24：申

斥背信的朋友

「耶穌開始恐懼驚慌」（谷一四，33）

壹

對經二：恐懼與戰慄侵襲我；上主，

求祢注視我，垂允我。

天主，求祢傾聽我的祈禱，※

不要轉面不理我的哀告。

求祢注視我，垂允我，※

我痛苦、悲歎、憂傷欲絕：

仇敵的叫囂，惡人的壓迫，※

他們嫁禍於我，瘋狂地把我折磨。

我憂心如焚，※

死亡的恐怖籠罩我。

恐懼與戰慄侵襲我，※

使我驚惶失措。

我說：「但願我插翅如鴿，※

遠走高飛，尋覓安身之所！

我要往遠處逃亡，※

棲身在荒野的地方。」

我要趕快尋找避難所，※

躲過這場風波。

主啊！求祢攪亂他們的語言，※

因爲我在城裏見到暴動和騷亂。

他們日夜在城牆上巡行，※

兇殺、搶劫到處發生。

人們爾虞我詐，※

流氓地痞市井稱霸。

對經二：恐懼與戰慄侵襲我；上主，

求祢注視我，垂允我。

貳

對經三：我要呼求上主，上主必拯救

我。

如果我的仇人辱罵我，我還可以容忍；※

如果恨我的人欺凌我，我還可以退讓；

可惜是你，我的同僚，※

我的夥伴，我的友好；

我們曾親密相處，促膝交談，※

隨人羣一同進入天主的聖殿。

我要呼求天主，※

上主必拯救我。

不論清晨中午或黃昏，※

我一哀聲苦訴，祂必俯聽。

攻擊我，迫害我的人不可勝數，※

上主必救我安然脫險。

永恆的天主必俯聽我，使他們挫敗，※

因為他們目無天主，不肯悔改。

我的同伴違背了誓言，※

出手攻擊自己的盟友。

他口出甜言蜜語，心裏却詭計多端，※

他油腔滑調，口蜜腹劍。

把你的重擔託給上主，

祂必扶持你，※

絕不讓義人動搖跌倒。

天主！求祢把他們投入死亡的深淵！十

凶手和騙徒必將夭折，※

上主，我全心信賴祢。

對經三：我要呼求上主，上主必拯救

我。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

申一，16-17 a

我吩咐法官說：你們要受理兄弟間的訴訟；無論是他們彼此間訴訟，或與外人訴訟，都要秉公審斷。開庭時不可偏袒，無論貴賤，一視同仁，不畏權勢，因為審判是天主的事。

領：上主是公平的，祂酷愛正義。

答：正直的人，必得觀祂的慈顏。

結束禱詞

主、聖父、信實的天主，祢曾派遣恩許之神降來，召集因罪而失散的人；求祢使我們在上，促進團結與和平。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

依五五，8-9

上主說：我的想法不是你們的想法，你們的作風也不是我的作風，我的作風和想法與你們的作風和想法有天壤之別。

領：上主，萬有的天主，誰能相似

祢？

答：上主，祢是全能的，祢的信實普及四方。

結束禱詞

全能仁慈的天主，感謝祢賜給我們午間這片刻的喘息；求祢垂顧我們正在進行的工作，彌補我們的過錯，使能遵照祢的旨意，予以完成。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

撒上一六，7 b

天主的看法與人不同：人看外貌，上

主却看人心。

頌：天主，求祢察看我，洞悉我的心思，

答：引導我邁向永生的道路。

結束禱詞

天主，祢的聖子爲救贖人類，甘願在十字架上伸開雙手，任人擺佈；求祢使我們的一切作爲，能博得祢的歡心，藉以向世人宣揚祢的救世大業。

結束詞 見常用經文

晚 禱

讚美詩

一、夕陽西沉，夜幕低垂，

黑暗籠罩了大地，

旭日再度升起，

仍會大放光明；

二、創造萬物的天主，

祢使時光川流不息，

日夜交替，

令人讚嘆稱頌。

三、黑夜籠罩大地，

到處一片沉寂，

辛勤勞作的工人，

尋求一時的寧靜；

四、只有在信德與望德中，

才能享受聖言的光輝，

聖言起初就有，

是天父永恆的光明。

五、祢是永遠照射的太陽，

無始也無終，

上天下地，

莫不因祢而歡騰。

六、至聖聖父，

賜我們永享光明，

我們向祢及子及聖神，
永遠謳歌讚頌。阿們。

聖詠吟唱

聖詠六一：在天主內才有平安

「願給予希望的天主，因著你們的信心，
使你們滿享平安。」（羅一五，13）

對經一

復活期外：我們期待所渴望的幸福，

就是我們救主光榮的來臨。

聖週：惡人說：讓我們來欺壓這個

義人：因為他反對我們的行
為。

復活期：你們不要心慌意亂，只要信

賴我，阿肋路亞。

我的靈魂只有在天主內獲得安寧，※

我的救援來自天主。

唯獨祢是我的磐石，我的救星，※

牠是我的堡壘，我決不會動搖。

你們共同欺凌一個人，向他衝擊，※

如同衝擊將倒塌的牆壁，要到何時？

你們企圖把他從高位上推下，※

你們愛說謊話：口中祝福，

心裏咒罵。

我的靈魂，只有在天主內獲得安寧，※

我的期望全在上主。

唯獨祢是我的磐石，我的救星，※

祢是我的堡壘，我決不會動搖。

我的救恩，我的光榮全在於天主，※

我的堡壘，我的保障全基於天主。

全體百姓，你們要常信賴上主，十

在祂面前傾訴你們的心曲，※

因為天主是我們的避難所。

世人不論貴賤，莫非泡影，※

放在天秤上毫無重量，比空氣還輕。

不要仗勢欺人，十
也不要以劫掠爲榮；※

縱然財富日增，也不要沉溺其中。

天主說了一次，我懂得了兩件事：十
威能屬於天主，慈愛也非祂莫屬；※
上主，祢按照每人的行爲予以報應。

對經一

復活期外：我們期待所渴望的幸福，
就是我們救主光榮的來臨。

聖週：惡人說：讓我們來欺壓這個
義人：因為他反對我們的行
爲。

復活期：你們不要心慌意亂，只要信
賴我，阿肋路亞。

下列聖詠如用作序經，此處
則改念第九十四篇聖詠

聖詠六六：萬民應稱頌上主

「你們要知道：天主已將這救恩，賜給了
外邦人。」（宗二八，28）

對經二

復活期外：天主，願祢的容光照耀我
們，降福我們。

聖週：祂親身承擔了大眾的罪過，
並為罪犯祈禱。

復活期：天主，願萬民都稱謝祢，因
祢的救援，而踴躍歡欣，阿
肋路亞。

願天主憐憫我們，降福我們；※
願祂的容光照耀我們！

讓世人認識祂的道路，※
使萬民得知祂的救贖。

天主，願萬民都稱頌祢，※
願列邦都讚美祢！

願萬民都踴躍歡欣，十

因為祢按正義統治世人，※
在地上以公正領導萬民。

天主，願萬民都稱頌祢，※

願列邦都讚美祢！

大地產生五穀，※

願天主，我們的天主賜福！

願天主給我們賜福！※

願四極八方敬畏天主！

對經二

復活期外：天主，願祢的容光照耀我
們，降福我們。

聖週：祂親身承擔了大眾的罪過，

並為罪犯祈禱。

復活期：天主，願萬民都稱頌祢，因

祢的救援而踴躍歡欣，阿肋

路亞。

聖歌 哥一，12-20：基督是超

越萬物的長子，是首先從死
者中復活的。

對經三

復活期外：一切都藉着祂而受造，萬
有都賴祂而存在。

聖週：我們在基督內並藉着祂的血
得到了救贖，獲得了罪赦。

復活期：祂的威嚴遮蓋諸天，祂的榮
耀充滿大地，阿肋路亞。

感謝天父使我們在光明中，※
堪享聖徒的福分。

祂救我們脫離了黑暗的權勢，※

把我們徙置到祂愛子的國土。

在祂愛子內，我們得到了救贖，※

獲得了罪赦。

祂是看不見的天主的肖像，※

是超越萬物的長子。

因為上天下地的一切，

無論有形與無形，+

上座者或宰制者，率領者，或掌權者，※

都是藉祂而創造的。

一切都藉着祂，並爲了祂而受造，+

祂在萬有之前就已存在，※

萬有都賴祂而各得其所。

祂是教會的頭，也就是祂身體的頭，+

祂是原始，是首先從死者中復活的，※

使祂在萬有之中高居首位；

因為天主樂意，

使整個圓滿住在祂內，※

並藉着祂在十字架傾流的血，

建立了和平，

使人間和天上的一切，※

都與天主重歸於好。

復活期外：一切都藉着祂而受造，萬

有都賴祂而存在。

聖週：我們在基督內並藉着祂的血

得到了救贖，獲得了罪赦。

復活期：祂的威嚴遮蓋諸天，祂的榮

耀充滿大地，阿肋路亞。

簡短讀經

伯前五，5 b } 7

你們都該以謙卑爲服裝，因爲天主拒

絕驕傲人，却賜恩寵於謙遜人。因此，你

們該屈服在天主大能的手下，這樣，時機

一到，祂必提拔你們；將你們的一切掛慮

都託給祂，因爲祂必照顧你們。

短對答詠

領：上主，求祢保護我們，有如眼中

的瞳人。 答：上主：

領：讓我們在祢的翼蔭下藏身。

答：有如眼中的瞳人。

頌：願光榮歸於父： 答：上主：

謝主曲對經：上主，求祢運用手臂，大施

神威，擊潰高傲的人，提拔

弱小卑微。

禱詞

親愛的弟兄們，讓我們一起頌謝我們的天主，因為祂對自己的子民廣施慈恩，現在我們熱誠地祈求祂：

上主，求祢廣施恩寵，賜給我們平安。

永恒的天主，千年的寒暑對祢有如溜過的昨天，

——求祢使我們牢記：人生有如朝生暮死的花草。

求祢把神糧賞給祢的子民，免於饑餓，

——把活水賞給我們，解除永渴。

求祢使祢的信眾常追求和思念天上的事，

——把工作和休閒的時間也用來光榮祢。

上主，求祢賞賜我們風調雨順，

——使我們的大地豐收。

（或：上主，求祢救我們免遭一切災禍，

——求祢多多賜福於我們的家庭）

求祢賞賜去世的人，享見祢的聖容，

——也使我們日後能與他們共享永福。

我們的天父……

結束禱詞

天主，祢的名號何其聖善；對祢的仁慈，世世代代稱揚不盡。求祢俯聽我們的祈禱，使能聯合天上神聖永遠讚美祢。

結束詞 見常用經文

第二週：星期四

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：請到上主面前謳歌歡呼。

聖詠第九四首，見 3 頁

誦讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、雞鳴報曉，

黎明在望，

基督喚醒我們的睡夢，

重振我們的精神。

二、起來吧！不要再昏睡！

正直和淡泊的人，

清醒吧！

天國已經臨近。

三、曙光已經出現，

勞苦負重的人，

期待著光輝的一天，

讚頌上主的慈恩。

四、我們呼號哀求，

投靠耶穌，

遠離昏瞶與邪惡，

永保聖潔的身心。

五、基督，請把睡魔驅除，

打斷夜的鎖鍊，

解除往日的罪污，

恩賜我們煥然一新。

六、基督，大慈大悲的君王，

偕聖父及聖神，

享受榮耀，

世世無盡。阿們。

日間用

一、廣施寬仁的上主，

求祢大發慈悲，

賜我愛火，

消除心靈的罪污。

二、世海艱險，

身受流浪的痛苦，

求祢接引我們，

安抵天鄉港埠。

三、真理之主，生命的源頭，

祢的泉水使人滿足，

雙目尋求祢的人，

才會獲得真福。

四、我們舉心向上，

歌頌祢的偉大，

時時不忘讚美祢，

光榮的上主。

五、大慈大悲的天父，

偕聖子及聖神，

世世爲王，

享受榮福。阿們。

聖詠吟唱

聖詠四三·百姓的災禍

「靠那愛我們的主，我們在一切事上大獲全勝。」（羅八，37）

壹

對經一：上主，祢拯救了我們，我們永

遠稱謝祢（復·阿肋路亞）。

天主，我們親身聽過，十

祖先也曾向我們述說：※

祢昔日在他們的時代所行的偉業。

祢爲栽培他們，親手驅散了外人，※

祢爲發展他們，親手磨難了異民。

他們不是靠刀劍佔領土地，※
也不是靠武器獲得勝利。

而是靠祢的手臂和祢的威儀，※

因為他們博得了祢的歡心。

天主，祢是我的君王，※

是祢使雅格打了勝仗。

我們靠祢克勝了仇敵，※

憑祢的名踐踏了叛逆。

因為我依靠的不是我的弓箭，※

拯救我的也不是刀劍。

而是祢救我們脫離了對頭，※

使仇恨我們的人蒙羞。

我們常以天主自豪，※

永遠稱謝祢的名號。

對經一：上主，祢拯救了我們，我們

永遠稱謝祢（復·阿肋路

亞）。

貳

對經二：上主，求祢憐憫，不要讓祢
的子民遭受侮辱。

天主，現在祢却拋棄我們，+

使我們飽受欺凌，※

祢不再同我們的軍隊出征。

使我們臨陣退却，※

讓敵人大肆搶掠。

使我們有如待宰的羔羊，※

到處漂泊，流亡異邦。

將祢的子民廉價賣出，※

並沒有從中致富。

使我們遭受鄰邦的凌辱，※

被四周的人民嘲笑欺侮；

祢使我們成爲異民的話柄，※

外邦人都向我們冷嘲熱諷。

我終日遭受侮慢，※

時常羞愧滿面。

我常聽到羞辱與欺凌者的聲音，※

又面對強敵和復仇的人民。

對經二：上主，求祢憐憫，不要讓祢

的子民遭受侮辱。

叁

對經三：上主，求祢起來，大發慈悲，

拯救我們（復：阿肋路亞）。

我們沒有忘記祢，+

也沒有違背祢的盟約，※

現在却身受一切災禍。

我們的心沒有背棄祢，※

我們的腳沒有遠離祢。

祢却把我們拋棄在野狗的地區，※

以死亡的陰影把我們遮蔽。

如果我們忘却了我們的天主，※

或向外邦的神明求助，

洞悉人心隱密的天主，※

對此事豈能究查不出？

其實，是爲了祢，+

我們成天被人殺傷，※

被人視作待宰的羔羊。

我主，醒來！祢爲什麼仍在沈睡？※

起來，請不要把我們永遠拋棄！

祢爲什麼坐視不顧？※

忘記我們的辛酸和痛苦？

我們俯伏在灰土中，※

身體傾倒在地面上；

上主，求祢起來，援助我們，※

大發慈悲，拯救我們。

對經三：上主，求祢起來，大發慈悲，

拯救我們（復：阿肋路亞）。

領：主，惟獨祢有永生的話。

答：我們去投奔誰呢？

唸適合於本日的誦讀及結束禱詞

晨 禱

讚美詩

一 旭日初升

我們懇切求主，
恩賜今天的生活，
不受罪惡染污。

二 謹口慎言，

不與人爭吵，
護守眼目，
虛榮不貪圖。

三 心地純潔向善，

排除惡念，
飲食有節制，
驕傲最可惡。

四 當白晝消逝，

黑夜再來時，
我們能以聖潔的心，

讚美上主。

五 光榮歸於父，

及子及聖神，
同聲頌揚，
時時處處。阿們。

聖詠吟唱

聖詠七九：上主！請眷顧祢的葡

萄樹

「主耶穌，請祢快來！」（默二二，20）

對經一

復活期外：上主，請彰顯祢的威能，
來拯救我們。

聖 週：上主，請看，我正處於困境，
求祢快來憐憫我。

復活期：我是葡萄樹，你們是葡萄枝，

阿肋路亞。

以色列的牧者，請留心細聽，※

祢率領若瑟有如率領羊羣。

坐在革魯賓之上者，※

請在厄弗辣因、

本雅明和默納協面前，大顯光榮。

請彰顯祢的威能，※

來拯救我們！

天主，求祢扭轉我們的命運，※

顯露祢的聖容，使我們獲得救恩。

上主，萬有的天主，※

惱怒祢子民的祈禱，要到何時？

祢使他們吃淚水浸透的食物，※

以大量眼淚作他們的飲料。

祢使我們成爲鄰國反對的對象，※

使敵人對我們冷嘲熱諷。

萬有的天主，十

求祢扭轉我們的命運，※

顯露祢的聖容，使我們獲得救恩。

祢從埃及移來一棵葡萄樹，※

爲種植這樹，曾把異民驅除。

祢爲這樹開墾了田畦，※

使它深深扎根，蔓延大地。

它的陰影遮蔽了羣山峻嶺，※

它的枝條有如高聳的蒼松；

樞枝伸展到海岸，※

嫩芽綿延到河畔。

祢爲何拆毀籬笆，※

任憑路人來砍伐？

森林的野豬把它踐踏，※

田間的走獸將它吞下？

萬有的天主，求祢回頭，※

從高天垂顧這葡萄樹。

求祢保護祢親手種植的園圃，※

照顧祢親自培育長大的小樹。

對那些焚燒，砍伐它的人，※

求祢顯出怒容，消滅他們。

願祢的手扶持祢特選的人，※

祢親自撫養的子民。

從此，我們不再背離祢，※

讓我們生存，呼求祢的聖名。

上主，萬有的天主，+

求祢扭轉我們的命運，※

顯露祢的聖容，使我們獲得救恩。

對經一

復活期外：上主，請彰顯祢的威能，

來拯救我們。

聖週：上主，請看，我正處於困境

，求祢快來憐憫我。

復活期：我是葡萄樹，你們是葡萄枝

，阿肋路亞。

聖歌 依一二，176：得救子

民的歡樂

「誰渴了，就到我這裏來喝！」

（若七，37）

對經二

復活期外：上主作了顯赫的事，請遍

傳天下。

聖週：請看，天主是我們的救援；

我依靠祂，便一無所懼。

復活期：你們將從救主的泉源中愉快

地汲水，阿肋路亞。

上主，祢曾向我發怒，我仍舊稱頌祢，※

祢的怒氣已經平息，且安慰了我。

的確，上主是我的救援，※

我依靠祂，決不恐懼不安。

因為上主是我的力量，我的救主，※

我要歌頌祂。

你們要從救恩的泉源中，※
興高采烈的汲水。

你們在那一天要說：※

請你們稱頌上主，呼求祂的聖名！

將祂的作為傳報給萬民，※

稱述祂崇高的名號。

請你們歌頌上主，十

因為祂作了顯赫的事，※

請把這事遍傳天下。

以色列的聖者、

在你們中間何其偉大，※

熙雍的居民，你們要高聲歡唱。

對經二

復活期外：上主作了顯赫的事，請遍

傳天下。

聖週：請看，天主是我們的救援；

我依靠祂，便一無所懼。

復活期：你們將從救主的泉源中愉快

地汲水，阿肋路亞。

聖詠八〇：重訂盟約

「你們要謹慎，不要心存惡意背棄信仰。」

（希三，12）

對經三

復活期外：你們要向救助我們的天主

歌舞。十

聖週：上主以上等的麥麵養育了我

們，用石縫中的野蜜飽飫了

我們。

復活期：上主以上等的麥麵養育了我

們，阿肋路亞。

你們要向救助我們的天主歌舞，※

十向雅格的天主歡呼。

你們要擊鑼鳴鼓，引吭高歌，※

彈琴奏出悅耳的音樂。

朔望之夜吹號角，※

歡度我們的佳節。

這是頒給以色列的誡命，※

是雅格天主的法令。

當祂出征埃及的時候，※

給若瑟立了這個法度。

我聽到從未聽過的諾言：十

「我使你們的肩膀擺脫重擔，※

使你們的雙手放下筐籃。

你們在患難中呼號，我解救了你們，十

從雷鳴的雲彩中，我回答了你們，※

在默黎巴的水旁，我試探了你們。

我的子民，請聽我的忠告，※

以色列，但願你聽從我。

在你們中間，不可有別的神，※

也不可崇拜外邦的神。

我是上主，你們的天主，十

是我從埃及將你們領出，※

張開你們的口，我必使你們滿足。┌

我的百姓却沒有聽從我的呼聲，※

以色列沒有理睬我的命令；

我只好任憑他們的心靈頑梗，※

讓他們照自己的私意而行。

但願我的百姓肯聽從我的命令，※

以色列遵循我的途徑！

我必立刻制伏他們的敵人，※

轉身打擊迫害他們的仇人；

憎恨上主的人，雖然俯首稱臣，※

他們的命運却將永遠注定。

但我要以上等的麥麵，養育選民，※

用石縫中的野蜜飽飫他們。

對經三

復活期外：你們要向救助我們的天主

歌舞。

聖週：上主以上等的麥麵養育了我

們，用石縫中的野蜜飽飫了

我們。

復活期：上主以上等的麥麵養育了我

們，阿肋路亞。

簡短讀經

羅一四，17-19

天主的國不在於吃喝，而在於正義、平安，以及聖神內的喜樂。凡是按這原則事奉基督的，才是天主所喜悅，衆人所稱許的。所以我們該追求平安，和彼此鼓勵。

短對答詠

領：上主，我徹夜不眠，思念着祢。

答：上主：

領：因為祢曾助祐了我。

答：思念着祢。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

讚主曲對經：上主，求使祢的百姓認識救

恩，並寬恕我們的罪過。

禱詞

天主、我們的天父，常保護祢的子女，從不輕視他們的祈禱。我們要讚頌祢，謙恭地一起向祢呼求：

上主，求祢照亮我們的眼睛！

上主，我們感謝祢，因為祢藉着祢的聖子光照了我們，

—求祢使我們整日在祢的照耀下生活。

上主，求祢今天以智慧引導我們，

—使我們今天度一個新生活。

求祢使我們堅強地爲祢忍受一切逆境，

—使我們永久慷慨地侍奉祢。

求祢今天指導我們的思想，言語和行爲，

—使我們常服從祢的旨意，爲光榮祢而工

作。

我們的天父：

結束禱詞

上主，祢是真光，是光明之源，求祢使我們常在祢的光照下生活，對祢的訓誨，常能深思默念，努力實踐。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠一一八，65 / 72 (九)

對經一：上主，祢頒佈的法律對我有

益，千萬金銀不能比擬。

將臨期、聖誕期、四旬期對經，見季

節專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

上主，

祢會按照祢的諾言，※

善待了祢的僕人。

求祢教給我們明智和知識，※

因為我信賴祢的規律。

祢懲戒以前，我曾徘徊歧途，※

現在我却順從祢的法度。

祢一向善良，普施仁惠，※

求祢教導我奉行祢的法規。

驕傲人捏造是非陷害我，※

我却一心恪守祢的規約。

他們腦滿腸肥，心地昏聩，※

我却喜愛祢的訓誨。

遭受苦難，對我有利，※

使我學習祢的規律。

祢頒佈的法律，對我有益，※

千萬金銀不能比擬。

對經一：上主，祢頒佈的法律對我有

益，千萬金銀不能比擬。

聖詠五五，277，9714：信

賴天主的聖言

「描述基督的苦難。」（聖業樂）

對經二：我依靠天主，血肉之人豈奈

我何！

天主，求祢憐憫我，因為有人謀害我，※

終日攻擊我，欺壓我。

至高者！我的仇敵終日陷害我，※

攻擊我的人，實在衆多。

在我恐惶的日子裏，※

我只有全心仰賴祢。

我倚靠天主，歌頌祂的承諾，※

我倚靠天主，血肉之人豈奈我何！

他們時常曲解我的言語，※

千方百計的想加害於我；

他們結夥埋伏，窺伺我的行徑，※

等待時機，圖謀我的性命。

我多少次流離失所，祢全知道，十

請祢記住我流了多少眼淚；※

這一切豈非都寫在祢的冊子上？

我一呼求祢，仇敵便立即敗退，※

我知道是祢在扶助我。

我依靠天主，歌頌祂的承諾，※

我依靠天主，血肉之人豈奈我何！

天主，我要向祢還我所許的願，※

我必向祢獻上讚頌的祭獻。

因為祢救我脫離死亡，使我不致跌倒，※

使我在天主面前，生活在光明的人世間。

對經二：我依靠天主，血肉之人豈奈

我何！

聖詠五六：苦難中的晨禱

「此篇聖詠歌唱主的苦難。」（聖思定）

對經三：上主，祢的慈愛超越諸天。

天主，求祢憐憫我，憐憫我，※
因爲我只投靠祢；

我投奔到祢的翼蔭下，※

直到毀滅的風暴過去。

我向至高者天主呼求，※

向施恩於我的天主求救。

天主必從天上施恩拯救我，+

使欺凌我的人，蒙受羞辱；※

天主必顯示祂的慈愛和信實。

我躺臥在幼獅羣中，※

牠們想把人們吞噬。

牠們的牙齒有如長矛銳劍，※

牠們的舌頭好似雙刃利劍。

天主，願祢的尊威高於諸天，※

願祢的榮耀普照塵寰！

他們在我腳下佈置了羅網，

把我羈絆，※

在我面前掘了陷阱，

自己反而跌入其中。

天主，我的心已準備妥當，+

我的心已準備妥當，※

我要歌唱，我要頌揚。

我的靈魂，醒來吧！+

弦琴和豎琴，醒來吧！※

我要喚醒曙光。

上主，我要在萬民中稱謝祢，※

我要在列邦中歌頌祢。

因爲祢的慈愛超越諸天，※

祢的信實直達霄漢。

天主，願祢的尊威高於諸天，※

願祢的榮耀普照塵寰。

對經三：上主，祢的慈愛超越諸天。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

迦五，13 / 14

弟兄們！你們蒙召是為得到自由，但不要將這自由作為放縱肉慾的藉口，而要以愛德彼此服事。因為全部法律總括在這句話裏：「愛人如己。」

領：我要奮力遵守祢的誡命，

答：因為祢使我心靈舒暢。

結束禱詞

上主，當年使徒們在第三時辰祈禱時，曾領受了祢賜下的聖神；求祢仁慈地賞賜我們，也分享同樣的恩惠。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

迦五，16 / 17

你們若隨聖神的引導行事，就決不會滿足本性的私慾，因為本性的私慾反對聖

神的引導，聖神的引導反對本性的私慾。二者互相敵對，使你們不能隨心所欲。

領：上主，祢一向善良，廣施仁惠，

答：求祢教導我，奉行祢的法規。

結束禱詞

全能永生的天主，在祢面前沒有黑暗、沒有晦冥；求祢以燦爛的光輝照耀我們，使我們遵守祢的誡命，以豁達的胸懷、忠誠地向天國之路邁進。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

迦五，22 / 23 a, 25

聖神的效果是仁愛、喜樂、和平、忍耐、良善、溫和、忠信、柔順、節制。如果我們靠聖神而生活，就該隨從聖神的引導而行事。

領：上主，讓我認識應走的道路；

答：願祢的聖神常常引導我，踏入有
道之邦。

結束禱詞

上主，求祢俯聽我們的祈禱，使我們
常能追隨祢唯一聖子忍耐的榜樣；并在逆
境中堅忍不拔，有始有終。

結束詞 見常用經文

晚 禱

讚美詩

一、全能的天主，
祢的光明照耀大地，
白晝將盡時，

我們以禱聲讚美祢。

二、太陽西斜，黃昏已近，
夜幕又將低垂，

萬物依時序變化，
生息不已。

三、至高的上主，

護祐祢疲倦的僕人，
遠離罪惡的污染，
不受黑暗的侵襲；

四、求祢照顧我們，

得到適當的休息，
在祢慈恩的照耀下，
永保純潔的心地。

五、大慈大悲的天父，

願祢偕聖子及聖神，
萬世爲王，
統治山河大地。阿們。

聖詠吟唱

聖詠七一：默西亞的王權

「賢士們打開寶匣，拿出黃金、乳香、沒

樂等禮物獻給耶穌。」（瑪二，11）

壹

對經一

復活期外：我要祚作萬民的光，使我的救恩達於地極。

聖週：那從死者中首先復生的，地

上衆王的元首，使我們成為

天國的子民，侍奉祂的父、

天主。

復活期：天主已立祂為生者、亡者的

審判者，阿肋路亞。

天主，請將審判權授與君王，※

將祢的正義交給王子；

使祂公正地統治祢的百姓，※

公道地管理祢貧苦的民衆。

願高山給人民帶來和平，※

願丘陵為百姓帶來公正！

願祂保護百姓中的窮人，十

救助貧苦人的子孫，※

打倒那欺壓人的莠民。

祂將與日月同光，※

世世代代，萬壽無疆。

祂有如喜雨落在草原，※

又像甘霖滋潤農田。

祂為王時，正義必要伸張，※

如月之恒，永享安康。

祂的領域廣及四海，※

祂的王權遠達地極。

祂的仇人要向祂屈膝叩拜，※

祂的頑敵要舌舔塵埃。

塔西和羣島的衆王都前來進貢，※

舍巴和色巴的君王都來給祂獻禮。

衆王都要朝拜祂，※

萬民都要事奉祂。

對經一

復活期外：我要祢作萬民的光，使我的救恩達於地極。

聖週：那從死者中首先復生的，地上眾王的元首，使我們成為天國的子民，侍奉祢的父、天主。

復活期：天主已立祢為生者、亡者的審判者，阿肋路亞。

貳

對經二

復活期外：上主要救護貧困，拯救他們脫離暴政。

聖週：上主必拯救哀號的貧民，扶持無依無靠的窮人。

復活期：願列邦都因祢而得福，阿肋路亞。

祢必拯救哀號的貧民，※

扶持無依無靠的窮人。

祢將憐恤弱小的羣衆，※
救護窮苦百姓的生命。

祢要拯救他們脫離暴政，※
他們的血在祢眼中十分貴重。

吾主萬歲！

願把舍巴的黃金獻給祢，※

願人們不斷為祢祈禱，

終日為祢祝福！

願大地五穀豐登，十

遍山果實搖曳，有如黎巴嫩的茂林，※
城市人煙稠密，好像原野上的青草。

願祢的名永受讚揚，※
願祢的名與日爭光。

願列邦都因祢而得福，※
願萬民也都要稱頌祢。

上主天主、

以色列的上主應受讚頌，※

因為只有祂能作奇妙化工。

願祂的威名永受讚美，※

願祂的榮耀充滿大地。阿們！阿們！

對經二

復活期外：上主要救護貧困，拯救他

們脫離暴政。

聖週：上主必拯救哀號的貧民，扶

持無依無靠的窮人。

復活期：願列邦都因祂而得福，阿肋

路亞。

聖歌 默一，17-18，一二，10

b) 12 a：論天主的審判

對經三

復活期外：如今我們天主的救恩和國

度都已建立。

聖週：聖者賴羔羊的血和他們的證

言獲得了勝利。

復活期：耶穌基督昨天、今天，直到

永遠，常是一樣，阿肋路亞。

今、昔永存的上主，全能的天主！+

我們感謝祢！※

因為祢掌握大權，統治乾坤。

異民憤憤不平，※

祢的震怒隨卽來到。

那時祢也審判死者，+

對祢的僕人、先知、聖徒，※

以及敬畏祢名的無論尊卑，一律酬庸。

現在我們的天主已完成救恩，

彰顯威能，建立神國，※

祂的受傳者基督已擁有權威；

日夜在天主面前的控訴者，※

那誣告我們的弟兄的，已從天上被摔下。

他們靠自己的證言，

和羔羊的血戰勝了惡魔，※

他們寧願殺身成仁，捨生取義。

爲此，高天和天上的聖民，※

請你們鼓舞歡欣。

對經三

復活期外：如今我們天主的救恩和國

度都已建立。

聖 週：聖者賴羔羊的血和他們的證

言獲得了勝利。

復活期：耶穌基督昨天、今天，直到

永遠，常是一樣。阿肋路亞。

簡短讀經

伯前一，22-23

你們既因服從真理而淨化了你們的心，獲得了真實的手足之情，就該以赤誠的心，相親相愛。因爲你們是賴天主生活而永存的聖言重生的，不是由於可朽的，而是由於不朽的種子重生的。

短對答詠

領：上主是我的牧者，我一無所缺。

答：上主：

領：祂使我憩息在翠綠的草地上。

答：我一無所缺。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

謝主曲對經：上主使慕義如飢似渴的人飽

饗美味。

禱 詞

上主，我們的救主降福祂的子民，賜以各種神恩。我們衷心感謝祂，熱誠的祈求祂：

上主，求祢降福祢的子民。

仁慈的天主，求祢保護我們的教宗，和我們的主教，

—賜給他們堅強的信德和超人的智慧，以

治理祢的教會。

上主，求祢慈祥地保護我們的地區，

—使我們免受一切災禍。

求祢召叫青年男女能慷慨爲祢獻身服務，

—使他們師法祢聖子貞潔，貧窮和聽命的榜樣。

求祢保護那些宣誓守貞的修女們，

—使她們到處追隨祢的聖子—除罪的羔羊。

求祢使去世的人獲享永恆的安息，

—使他們與我們之間的聯繫，因着神恩的

共享，而日益堅強。

我們的天父：

結束禱詞

仁慈的天主，求祢俯聽我們的晚禱，

使我們時時默念祢的誠律，恪守不渝，也

使我們日後能進入永恆的光明，得到永福

的賞報。

結束詞 見常用經文



第二週：星期五

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：上主良善寬仁，請讚美祂的聖名。

聖詠第九四首，見 3 頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、雞鳴報平安，

驅散黑夜的陰影，

至高的天主，

我們向祢呼求，

使我們不再驚恐。

二、萬物寂靜時，

大家熟睡中，

基督，祢悄悄到來，

保護我們，

給大地帶來光明。

三、求祢從惡夢中喚醒我們，

自黑暗的牢獄中，

拯救我們，

使我們重見天日，

獲享新生命。

四、光榮歸於父、子及聖神，

三位一體的天主；

願萬民都能分享

祂的和平、生命、光明，

永遠讚美祂的聖名。阿們。

日間用

一、創造萬有的主，

祢是聖父的光榮，

沒有祢聖寵的扶助，
我們就會膽戰心驚。

二、與祢的聖神同在，
與祢的教會同行，
邪魔的陰謀詭計，
永遠無法得逞。

三、雖然身在塵世，
負擔繁重，

但賴主福祐、事主忠誠，
罪惡蒙主寬容。

四、基督，大慈大悲的君王，

光榮歸於祢，
及父及聖神，
世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠三七：處於急難中的罪人的

哀禱

「所有與耶穌相識的人遠遠站着。」

(路二三，43)

壹

對經一：上主，求祢不要在氣憤中

處罰我。

上主，求祢不要發怒而譴責我，※
不要在氣憤中而處罰我。

因為祢的箭深深射中我，※
祢的手重重壓著我。

在祢盛怒之下，我已禮無完膚，※
我犯罪的後果，使我粉身碎骨。

因為罪惡的洪流使我滅頂，※
愆尤的重擔使我不勝負荷。

對經一：上主，求祢不要在氣憤中
處罰我。

貳

對經二：上主，我的心願常在祢面

前（復：阿肋路亞）。

我的瘡痍潰爛不治，※

由於我的愚昧無知。

我心悲傷，腰背僵僵，※

終日苦悶，滿懷憂愁。

因為我的五內焦灼如焚，※

我已體無完膚，失去人形。

筋疲力竭，奄奄一息，※

心痛欲絕，嗟嘆不已。

我主，我的心願常呈現在祢的面前，※

我的悲歎不會向祢隱瞞；

我心驚肉跳，精力耗盡，※

我視力衰退，雙目失神。

我遭難時，

良友都袖手旁觀，※

親人都站得很遠。

追索我性命的人，張設羅網，十

想陷害我的人，惡言中傷，※

他們要日夜盤算害人的勾當。

對經二：上主，我的心願常在祢面

前（復：阿肋路亞）。

叁

對經三：我向祢承認我犯了罪愆，上

主，我的救助，求祢不要拋棄

我（復：阿肋路亞）。

我却像聾子，有耳聽不見，※

又像啞吧，有口不能言。

我好像一個人失去聽覺，※

有口而不能辯駁。

上主，我只有仰望祢！※

我主，我的天主，祢必應允我！

我曾說過：「不要讓他們洋洋得意，※

因我失足而沾沾自喜。」

我生來就易於失足，※

因此我心常感痛苦。

的確，我承認我犯了罪，※

因此我常悲傷而羞愧。

無故加害我的人，凶暴強悍，※

無理憎恨我的人，肆無忌憚；

他們對待我以怨報德，※

他們惱恨我，因為我守正不阿。

上主，求祢不要捨棄我，※

我主，求祢不要遠離我。

我的上主，我的援助，※

求祢快來救護。

對經三：我向祢承認我犯了罪愆，上

主，我的救助，求祢不要拋棄

我（復：阿肋路亞）。

領：對祢的救助和祢正義的諾言，

答：我渴望已經望眼欲穿。

唸適合於本日的誦讀及結束禱詞

晨禱

讚美詩

一 天主，光明的創造者，

祢是上天的光明，

祢以慈父的手臂，

創造萬物，照顧人類。

二 黎明使星光隱退，

海洋披上一層淡紅的外衣，

濕潤的微風吹起，

給大地灑上滴滴露水。

三 朝日東昇，

夜影逐漸消失，

象徵基督的曉星，

喚醒大地，不再沉睡。

四 上主，永不沒落的太陽，

祢是光明的光明，

祢是大能的至一，
至一又有三位。

再救主，我們歌頌祢，

向祢俯伏敬拜；

願祢偕聖父及聖神，

同受讚美。阿們。

聖詠吟唱

聖詠五〇：天主，求祢憐憫我

「你們應在心思念慮上煥然一新，穿上新人。」（弗四，23-24）

對經一

復活期外：天主，祢不輕視痛悔和謙

卑的赤心。

復活期：孩子，放心！你的罪赦了，

阿肋路亞。

天主，祢是仁慈的，求祢憐憫我，※

祢有豐厚的慈愛，求祢消滅我的罪惡。

求祢洗淨我的過犯，※

消除我的罪愆。

因為我認清了我的罪過，※

我的罪惡常在我的眼前。

我得罪了祢，唯獨得罪了祢，※

我作了祢視為邪惡的事；

因此，祢在判決時，顯示了祢的正義，※

祢在斷案時，表現了祢的公正，※

的確！我在罪惡中出生，※

我的母親在罪惡中懷孕了我。

是的，祢喜愛內心的真誠，※

求祢使我的心靈充滿智慧。

求祢洗滌我，使我潔淨，※

洗滌我，使我潔白，白於雪。

求祢使我聽到愉快的歌聲而喜樂，※

使祢所折斷的骨骼再度雀躍。

求祢轉面不要看我的罪過，※

消除我的一切邪惡。

天主！求祢給我再造一顆純潔的心，※
在我身內注入堅強的精神。

祢不輕視痛悔和謙卑的赤心。
上主，求祢對熙雍廣施慈愛，※
為耶路撒冷重建城垣；

求祢不要驅逐我，疏遠我，※
不要從我身上剝奪祢的聖神。

祢必悅納合宜的犧牲，祭品和燔祭，※
那時，人們將把牛犢，
呈獻在祢的祭壇上。

求祢再賜我得救的喜樂，※
以慷慨的精神扶持我。

對經一

我要引導惡人走上祢的道路，※
罪人也要歸依祢。

復活期外：天主，祢不輕視痛悔和謙
卑的赤心。

天主，我的救主，求祢豁免我的血債，※
我的口舌必要宣揚祢的公義。

復活期：孩子，放心！你的罪赦了，
阿肋路亞。

上主，求祢開啓我的唇舌，※
我要親口讚頌祢。

聖歌 哈三，2-4，13，15-
19：天主出現執行審判

因為祢並不喜歡祭獻，※
我獻全燔祭，祢也不會悅納。

「你們應當抬起頭來，因為你們的救援近
了。」（路二一，28）

天主，我的祭獻，

對經二

就是痛悔的精神，※

復活期外：上主，當祢發怒時，求祢

念及祢的仁慈。

復活期：上主，祢偕同基督出來，拯

救祢的子民，阿肋路亞。

上主，我聽到了祢的信息，※

上主，我看到了祢的偉業。

求祢在我們這年代中再度實行，※

在我們這歲月裏，再次宣揚！

當祢發怒時，※

請念及祢的仁慈。

天主從特曼地方而來，※

聖者由帕蘭山區而至；

祂的光榮掩蓋了諸天，※

祂的榮耀充滿了大地。

祂的光輝燦爛如日，十

祂手中射出光芒，※

蘊藏着祂的威能。

祢出來拯救祢的百姓，※

救護祢的受傳者。

祢的戰馬穿過大海，※

馳過洶湧的汪洋。

我一聽就膽顫心驚，※

我一看就目瞪口呆。

我的雙腿幾乎癱瘓，※

我的步伐蹣跚零亂。

我在靜待大難之日的來臨，※

來懲罰那侵擾我們的異民。

縱使無花果樹不會發芽，※

葡萄樹也沒有結菓；

橄欖樹一無生產，※

麥田也毫無收穫；

羊棧裏沒有羊羣，※

牛欄中不見牲畜；

我仍然喜樂於上主，※

歡欣於天主，我的救主。

上主、

天主是我的力量，+

祂使我跳躍有如小鹿，※

祂領導我走向高處。

對經二

復活期外：上主，當祢發怒時，求祢

念及祢的仁慈。

復活期：上主，祢偕同基督出來，拯

救祢的子民，阿肋路亞。

聖詠一四七：重建耶路撒冷

「你來，我要把新娘——羔羊的淨配，指給你看。」（默二一，9）

對經三

復活期外：耶路撒冷，你要讚頌上主。+

復活期：熙雍，你要讚頌你的天主，

因為祂使你的四境平安，阿

肋路亞。

耶路撒冷，你要讚頌上主！※

+ 熙雍，你要讚頌祢的天主！

因為祂鞏固了你的城門，※

降福了在你中間的子女；

也使你的四境平安，※

讓你飽享上好的麥麵。

祂向大地發出自己的諭旨，※

祂的聖旨即刻迅速傳遞。

祂降雪有如羊毛，※

祂撒霜好似飛絮。

祂拋下冰雹好似碎石，※

祂發出寒氣，水便凝結；

祂一發言，冰塊即刻溶化，※

祂一噓氣，靜水立即流動。

祂將自己的旨意曉諭了雅格，※

把自己的誠律啓示給以色列。

祂從沒有這樣恩待過任何國家，※
也從未向他們宣示過自己的律法。

對經三

復活期外：耶路撒冷，你要讚頌上主。

復活期：熙雍，你要讚頌你的天主，

因為祂使你的四境平安，阿
肋路亞。

簡短讀經

弗二，13-16

你們從前遠離天主的人，現今在耶穌基督內，靠着祂的血，已經可以親近天主了；因為基督是我們的和平，祂使雙方合而為一；祂以自己的身體，拆毀了中間阻隔的牆壁，就是雙方的仇恨；並廢除了律法的規條，使雙方在祂身上成爲一個新人，得以和平相處。基督以十字架消除了仇恨，也用十字架使雙方合成一體，與天主和好。

短對答詠

領：我向至高者天主呼求，祂會向我

施恩。 答：我向：

領：祂必從天上施恩來拯救我。

答：祂會向我施恩。

領：願光榮歸於父： 答：我向：

讚主曲對經：天主對我們仁慈關懷，使旭

日東昇照耀我們。

禱詞

基督藉着聖神把自己獻於聖父，用自己的血滌除我們的罪污，使我們心靈純潔，常能在天父的愛中生活。現在我們一起朝拜祂，誠心地向祂表明信仰：

主，我們的平安在於服從祢的旨意。

仁慈的主，祢在清晨，又賜給我們新的一

天，

！求祢也使我們再度革新我們的生活。

祢創造了一切，並予以照顧和保全，

——求祢使我們在受造物中看到祢的全能和

慈善。

祢傾流了寶血，為我們訂立了新而永久的

盟約，

——求祢使我們常奉行祢的命令，信守祢的

盟約。

祢身懸十字架上，由祢肋旁湧出了血和水，

——求祢用這救恩的泉水洗掉我們的罪過，

使教外人也分享救恩的快樂。

我們的天父……

結束禱詞

全能的天主，現在我們向祢獻上讚美

之祭；求祢使我們，將來在天上能永不停

止地與諸聖歌頌祢。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠一一八，73-80(十)

對經一：上主，求祢以仁慈來撫慰我。

將臨期、聖誕期、四旬期對經，見季

節專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

祢親手造了我，形成了我，※

求祢賞我智力，學習祢的誠命。

敬畏祢的人看見我就喜歡，※

因為我常仰賴祢的聖言。

上主，我知道祢的判斷公正無私，※

祢使我遭受苦難是出於祢的信實。

按照祢對僕人的許諾，※

求祢以仁慈來撫慰我。

但願祢能憐憫我，使我生活，※

因為祢的法律就是我的喜樂。

願陷害我的驕傲人蒙受羞辱，※

至於我，我要沉思祢的法度。

願敬畏祢的人都與我為鄰，※

認識祢法律的人向我歸順！

願我謹守祢的規範，問心無愧，※

使我不致蒙羞失敗。

對經一：上主，求祢以仁慈來撫慰我。

聖詠五八，2-5，10，11，17

，18：求主扶助抗敵

「願救主的話，教訓我們孝愛天父。」

（歐色比）

對經二：我的天主，求祢保護我，脫

離那攻擊我的人。

我的天主，求祢從仇敵手中搶救我，※

求祢保護我，脫離那攻擊我的人。

救我遠離歹徒，※

使我逃脫兇手。

上主，我雖然沒有犯罪作惡，※

殘暴者却羣起謀害我，反對我。

我雖無辜，他們仍然跑來挑戰，※

求祢醒來扶助我，前去察看。

天主，我的力量，我的堡壘，※

我只有仰賴祢。

我的天主必以慈愛來援助我，※

祂使我因仇敵失敗而歡樂。

我要稱頌祢的威能，※

清晨歡述祢的寬仁；

因為祢是我的碉堡，※

是我困難時的倚靠。

天主，我的力量，我的堡壘，十

我只有仰賴祢，※

因為祢是愛護我的天主。

對經二：我的天主，求祢保護我，脫

離那攻擊我的人。

聖詠五九：遭難者的祈禱

「在世上你們要受磨難，你們放心吧；我已戰勝了世界。」（若一六，33）

對經三：天主所懲罰的人真是有福；

祂打傷了人，又親手治療。

天主，祢拋棄了我們，折磨了我們，※
祢會發怒，求祢回顧我們。

祢會使大地震動，山崩地裂，※

求祢快來彌補裂痕。

祢會使祢的百姓歷盡艱苦，※

東倒西歪，如飲烈酒。

祢為敬畏祢的人豎起旗幟，※

使他們閃避仇敵的射擊；

求祢垂允我們，施展大能，※

拯救祢所愛的子民。

天主在祂的聖所宣佈：十

「我必凱旋，※

我要劃分舍根，測量蘇苛特平原。

基拉阿得屬於我，※

默納協也屬於我；

厄弗辣是我的頭盔，※

猶大是我手中的權杖。

我要使摩阿布作我的僕役，十
我要在厄東豎立我的旗幟，※

向培肋舍高呼勝利。」

誰能領我走進堅城？※

誰能帶我進入厄東？

天主，難道祢已將我們拋棄？※

不肯與我們的軍隊一同出擊？

求祢幫助我們一臂之力，

抵抗仇敵，※

因爲人的援助徒然無益。

我們倚靠天主，才能奮勇戰鬥，※

上主必要親自踐踏我們的仇敵。

對經三：天主所懲罰的人真是有福；

祂打傷了人，又親手治療。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

申一，31 b

上主你的天主在你的旅途中，要帶領

你，如同人帶領自己的兒子。

領：上主，求祢照祢的諾言扶持我，

使我生存；

答：不要使我的希望成爲泡影。

結束禱詞

主耶穌基督，祢曾在第三時辰，爲拯
救世人，甘願接受了十字架的苦刑。求祢

寬恕我們以往的一切罪過，并保護我們今

後不致再犯。祢是天主，永生永王。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

巴四，28 ~ 29

從前你們心智昏愚，徘徊歧途，遠離

天主；如今却要回頭改過，加倍努力尋求

天主；因爲降災給你們的那一位，要拯救

你們，賞給你們永遠的喜樂。

領：天主是仁慈的；

答：祂賜予豐富的救恩。

結束禱詞

主耶穌基督，當年在第六時辰，太陽

失去了光芒，大地陷於昏暗時，祢爲了拯

救我們，被釘在十字架上；求祢常常賜予

我們光明，指引我們獲享永生。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

智一，13 / 15

天主並沒有製造死亡，也不喜歡生靈喪亡。祂創造了萬物，願意他們存在，世上的受造物都是健全的，本身毫無致命的毒素。陰府在地上也沒有權勢，因為正義永存不滅。

領：上主救我脫離死亡，

答：我將在天主前，生活於光明的人

世間。

結束禱詞

主耶穌基督，祢曾允許悔過的右盜，從十字架進入祢的王國。現在我們自認已罪，虔恭的求祢，日後也為我們大開天門，得以歡然進入。

結束詞 見常用經文

晚禱

讚美詩

一、夕陽西下，

日近黃昏，

讓我們虔誠祈禱，

向上主唱出心底的讚頌。

二、基督，我們在祢的葡萄園裏，

辛勤耕耘，

一天的勞苦已經結束，

求祢賞賜預許的光榮。

三、是祢召喚了我們，

爭取未來的賞報，

輔導我們的工作，

振作我們疲倦的心靈。

四、基督，

光榮歸於祢，

及父及聖神，

世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一一四：謝恩

「我們必須歷盡艱苦，才能進入天主的國。」

（宗一四，22）

對經一

復活期外：上主，求祢救我脫離死亡

，不要讓我跌倒。

復活期：上主從死亡的權勢下拯救了

我的生命，阿肋路亞。

我傾心愛慕上主，※

因為祂俯聽了我的哀訴。

祂側耳垂聽了我，※

我要一生呼求祂。

死亡的繩索纏繞著我，十

陰府的恐懼籠罩著我，※

憂苦與煩惱困擾著我。

我呼求上主的聖名：※

「上主，求祢挽救我的生命。」

上主富於憐憫和正義，※

我們的天主慈愛無比；

上主愛護誠樸的人，※

我遭受迫害，祂救拔了我。

我的靈魂，你要恢復平靜，※

因為上主厚待了你。

因為祂曾救我脫離死亡，※

使我不再流淚，使我不致跌倒。

我要在天主面前，※

生活於人世間。

對經一

復活期外：上主，求祢救我脫離死亡

，不要讓我跌倒。

復活期：上主從死亡的權勢下拯救了

我的生命，阿肋路亞。

聖詠一一〇：人民的護守者

「他們將不再飢餓，也不再口渴，太陽和任何炎熱不再傷害他們。」（默七，14）

對經二

復活期外：我的救助來自上主，祂創造了天地萬物。

復活期：上主保護祂的子民，猶如保護眼中的瞳人，阿肋路亞。

我舉目向聖山仰望，※

我的救助來自何方？

我的救助來自上主，※

祂創造了天地萬物。

祂決不讓你的腳滑倒，※

你的護守者，不眠不休。

請看，以色列的護衛，※

不睡眠，也不瞌睡。

上主站在你的身邊，※

看守你，保護你。

白天，太陽不會傷你，※

黑夜，月亮不會害你。

上主庇祐你免遭禍患，※

祂必保護祢身心安全。

上主保祐你出入平安，※

從現今直到永遠。

對經二

復活期外：我的救助來自上主，祂創造了天地萬物。

復活期：上主保護祂的子民，猶如保護眼中的瞳人，阿肋路亞。

聖歌 默一五，3 / 4：崇敬上

主的讚美詩

對經三

復活期外：萬世的君王，祢的道路多

麼公平真實。

復活期：上主是我的力量、我的保障

，祂作了我的救主，阿肋路亞。

上主，全能的天主，※

祢的作爲何等偉大奇妙！

萬世的君王，※

祢的道路多麼公平真實！

上主，誰敢不敬畏祢？※

誰敢不稱揚祢的名號？

因爲只有祢是聖善的，十

萬民都要前來朝拜祢，※

因爲祢彰顯了祢的正義。

對經三

復活期外：萬世的君王，祢的道路多

麼公平真實。

復活期：上主是我的力量，我的保障

，祂作了我的救主，阿肋路

亞。

簡短讀經

格前二，7 / 10

我們所講的，是天主奧秘的智慧，這智慧是隱而不彰，天主在萬世之前已經預定，使我們獲得光榮的智慧；今世有權勢的人，沒有一個人認識它；因爲如果他們認識了，決不至於將光榮的主釘在十字架上。正如經上所載：「天主爲愛祂的人所準備的，是眼所未見，耳所未聞，人心所未想到的。」但天主却藉聖神將這一切啓示給我們了。

短對答詠

領：基督爲我們的罪死了，爲將我們

領到天主面前。 答：基督：

領：論肉身，祇固然被處死了，論神魂，祇仍然活著。 答：爲將我們領到天主面前。

領：願光榮歸於父： 答：基督：

謝主曲對經：上主，求祢照祢對我們祖先所作的許諾，常念及祢的仁慈。

禱 詞

主基督曾慈祥地拭去痛哭者的眼淚；我們要讚美祇，懇切地呼求祇：

主，求祢憐憫祢的子民。

主基督，祢安慰了謙卑的人，

—求祢擦去窮苦人的眼淚。

仁慈的天父，求祢俯聽垂死者的哀禱，

—願祢的天使安慰他們、鼓勵他們。

願所有流亡的人認識祢的照顧，

—能回到自己的家園，日後能進入天鄉。

求祢使生活在罪惡中的人，獲得祢的愛憐，
—與祢和祢的教會和好如初。

求祢施恩拯救我們已亡的兄弟、姊妹，
—使他們獲享祢圓滿的救恩。

我們的天父：

結束禱詞

天主，祢藉着人們視爲愚蠢的十字架，奇妙地顯示出祢無上的智慧；求祢賞賜我們，因常仰瞻祢蒙難而受光榮的聖子，日益領悟十字架的真義，並引以爲榮。

結束詞 見常用經文

第二週：星期六

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：請大家聽從上主的聲音，進入

祂安居之所。

聖詠第九四首，見3頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、不夜的白晝，

永恆的光明，

祢摧毀黑暗，

恢復失去的光輝，

照亮我們的心靈。

二、祢的降生使我們康復，

祢的召喚使我們甦醒，

沒有祢的臨在，

我們確實孤苦零丁，

求祢賜我們起死回生。

三、祢使我們戰勝死亡，

擊潰黑暗和邪惡；

永恆的君王，

求祢以眞光驅逐深夜的黑影，

使我們得蒙福祐，如沐春風。

四、仁慈的天父，

光榮歸於祢及子及聖神。

願三位一體的天主，

賜給我們和平、

生命和光明。阿們。

日間用

一、無始的聖父及親生的聖子，

父子共發的聖神，
共是唯一天主，

我們求祢從天降臨。

二、祢是我們的希望，

是一切愛的源頭，

是我們喜樂的原因，

是我們渴望的救恩。

三、萬民的天父，

偕同聖子及聖神，

求祢指引我們的言行，

照顧我們的身心。

四、天主聖三，

請記起祢的寬仁，

祢創造了我們，

又用寶血再生了我們。

五、唯一眞主創造了世界，

基督的愛救贖了罪人，

祂爲我們受苦受難，

召選我們作祂的子民。

六、平安、德能和王權，

光榮和全能，讚頌和崇敬，

歸於至聖聖三，

永無窮盡。阿們。

聖詠吟唱

甲、常年期

聖詠一三五：逾越節的詩歌

「傳述上主的所作所為，就是歌頌。」

(加西道祿)

壹

對經一：只有上主施展了偉大奇能，

祂的仁慈永遠常存。

請你們稱謝上主，十

因爲祂美善寬仁，※

因爲祂的仁慈永遠常存。

請你們稱謝衆神之神，※

因為祂的仁慈永遠常存。

請你們稱謝萬王之王，※

因為祂的仁慈永遠常存。

只有祂施展了偉大奇能，※

因為祂的仁慈永遠常存。

祂以智慧創造了蒼天，※

因為祂的仁慈永遠常存。

祂將大地鋪展在大水之上，※

因為祂的仁慈永遠常存。

祂創造了巨大的光體，※

因為祂的仁慈永遠常存。

祂創造了太陽統治白晝，※

因為祂的仁慈永遠常存。

月亮和星辰光照黑夜，※

因為祂的仁慈永遠常存。

對經一：只有上主施展了偉大的奇能，

祂的仁慈永遠常存。

貳

對經二：祂從埃及人中間領出以色列，

祂伸出手臂施展了大能。

祂擊殺了埃及人的長子，※

因為祂的仁慈永遠常存。

祂由他們中間領出了以色列，※

因為祂的仁慈永遠常存。

祂伸出手臂施展了大能，※

因為祂的仁慈永遠常存。

祂把紅海從中分開，※

因為祂的仁慈永遠常存。

祂領以色列人從海中走過，※

因為祂的仁慈永遠常存。

祂把法郎和他的軍隊投入紅海，※

因為祂的仁慈永遠常存。

對經二：祂從埃及人中間領出以色列，

叁

祂伸出手臂施展了大能。

因為祂的仁慈永遠常存。

對經三：你們要稱謝天上的天主，祂

祂救我們脫離了仇人，※

因為祂的仁慈永遠常存。

救我們脫離了仇人。

祂把食品供給一切生靈，※

祂領百姓經過曠野，※

因為祂的仁慈永遠常存。

因為祂的仁慈永遠常存。

你們要稱謝天上的天主，※

祂擊敗了強大的君王，※

因為祂的仁慈永遠常存。

因為祂的仁慈永遠常存。

對經三：你們要稱謝天上的天主，祂

祂殺死了阿摩黎王息宏，※

救我們脫離了仇人。

因為祂的仁慈永遠常存。

領：上主，求祢教我認識祢的法度。

祂殺死了巴珊的敖格王，※

答：求祢教我履行祢的道路。

因為祂的仁慈永遠常存。

唸適合於本日的誦讀及結束禱詞

祂使選民佔領他們的土地，※

因為祂的仁慈永遠常存。

乙、常年期外

由祂的僕人以色列來繼承，※

將臨期、聖誕期、四旬期、復活期應唸下

因為祂的仁慈永遠常存。

列三篇聖詠

我們遭難時，祂懷念了我們，※

聖詠一〇五：上主的美善百姓的無信

「這一切事記錄下來，是為了勸戒我們活在世末的人。」（格前一〇，11）

壹

對經一：上主，求祢記得我，快來拯

救我（復：阿肋路亞）。

請稱謝上主，因為祂美善寬仁，※

因為祂的仁慈永遠常存。

誰能述說上主的大能，※

誰能宣揚祂的一切光榮？

守正不阿的人真有福氣！※

為善有恒的人其樂無比！

上主，當祢對子民施恩時，※

求祢記得我，快來拯救我。

使我得見祢選民的福樂，+

分享祢子民的歡笑，※

跟祢的百姓一同誇耀。

我們和祖先都犯了罪，※

違反正道，胡作非為。

我們的祖先在埃及，※

沒有了解祢的奇蹟。

忘記了祢無數的恩典，※

竟在紅海畔，將祢背叛。

但祂爲了自己的聖名，+

爲了彰顯祂的大能，※

仍然拯救了他們。

祂一呵叱紅海，海水立即乾涸，※

領他們走過海底，好像走過沙漠。

上主從敵人手中救出了他們，※

從敵人的掌握中贖回了他們。

海水將敵人淹沒，※

沒有一個人逃脫。

他們這才相信了上主的話，※

高呼歡唱讚美祂。

但他們很快就忘了祂的奇蹟，※

不再順從祂的旨意；

他們在曠野裏，貪得無厭，※
在荒漠中，試探上主。

上主使他們得償所願，※

賜下食物，使他們飽餐。

他們在營中忌恨梅瑟，※

以及亞郎——上主的聖者。

大地裂開，吞下了達堂，※

活埋了阿彼蘭的同黨。

烈焰燒死了他們的同夥，※

大火焚毀了所有的餘孽。

對經一：上主，求祢記得我，快來拯

救我（復·阿肋路亞）。

貳

對經二：你要謹慎，不要忘記上主你

天主的盟約（復·阿肋路亞）。

他們在曷勒布鑄造了牛犢，※

崇拜了雕塑的神像；

他們用吃草的牛犢，※

取代榮耀的上主。

他們忘記了拯救他們的恩主，※

在埃及行過奇蹟的天主；

祂曾在含邦行過靈蹟，※

在紅海作過驚人的奇事。

若非祂所選的梅瑟出現，※

在地裂時站在祂面前，

求祂平息怒火，※

祂早已下令將他們除滅。

他們還藐視了預許的樂園，※

不肯信服上主的諾言。

他們在帳幕中不斷埋怨，※

不肯聽從上主的規勸。

於是上主舉手發誓，※

使他們要在曠野中倒斃；

使他們的子孫分散異邦，※

在國外到處流亡。

他們皈依了邪神，※

分食祭過亡魂的供品。

他們作惡多端，觸怒了上主，※

祂怒降瘟疫將他們嚴加懲處。

非乃斯挺身殺死禍首，※

瘟疫才立即停止。

這的確是他的義行，※

萬代受人懷念崇敬。

他們在默黎巴水畔激怒了上主，※

也連累了梅瑟，遭受痛苦。

他們使梅瑟心煩意亂，※

因而口不擇言。

對經二：你要謹慎，不要忘記上主你

天主的盟約（復：阿肋路亞）。

叁

對經三：上主，求祢拯救我們，求祢

從各國召集我們（復：阿肋

路亞）。

他們違背上主的命令，※

沒有殲滅異族的生靈。

反而同異民交往雜居，※

染上了他們的一切惡習。

供奉他們的偶像，※

招致了自身的喪亡。

他們祭殺了親生的兒女，※

當作犧牲獻給魔鬼。

他們殘殺無辜的子女，※

傾流他們的鮮血，

奉獻給迦南的偶像，※

鮮血就污染了那塊地方。

他們的行為玷污了自己，※

他們的舉止與娼妓無異。

上主向祂的子民大爲震怒，※
對自己的選民產生厭惡；

將他們交到異民手裏，※

讓他們受仇敵的宰制；

被仇敵肆意虐待，※

受盡他們的迫害。

上主曾多次拯救他們，十

他們依然抗命，執迷不悟，※

深陷罪惡、自趨墮落。

上主聽到他們的哀訴，※

就又顧念他們的痛苦。

祂念及與他們所立的誓盟，※

就大發慈悲，施以寬容；

祂使俘擄他們的人，※

對他們施以憐憫。

上主，我們的天主，求祢拯救我們，※

求祢從各國召集我們。

好讓我們稱謝祢的聖名，※
使我們以讚頌祢爲光榮。

願上主、以色列的天主受頌讚，※

從亘古直到永遠。

願民衆都說：※

阿們！阿們！

對經三：上主，求祢拯救我們，求祢

從各國召集我們（復：阿肋

路亞）。

頌答句、誦讀及結束禱詞 見季節專用

晨 禱

讚美詩

一 旭日初升，

萬象歡騰，

歌頌上主的榮耀，

感念基督的恩寵。

二、上主，祢藉基督創造萬有，
劃分了白晝和黑夜，
制定了永久的規律，
使晝夜交替運行。

三、祢是信眾的眞光，
超越時光的川流，
黑暗聞風而逃，
祢是永恆的明燈。

四、無始無終的天父，
求祢引導我們，
今天忠實地追隨基督，
充滿聖神的恩寵。阿們。

聖詠吟唱

聖詠九一：讚頌造物主

「歌頌唯一聖子的功勳。」（聖達修）

對經一

復活期外：上主，我們清晨傳述祢的

仁慈，夜間宣揚祢的眞實。
復活期：上主，祢的作為使我喜悅；
祢的工程也使我歡樂。阿肋
路亞。

至高者，稱謝祢的恩惠，※

歌頌祢的聖名，多麼美好；

清晨，傳述祢的仁慈，※

夜間，宣揚祢的眞實；

彈奏十弦琴和豎琴，※

彈出琵琶優美的旋律。

上主，祢的作為使我喜悅，※

祢的工程也使我歡樂。

上主，祢的化工何其浩繁！※

祢的計劃多麼深遠！

冥頑的人不會明瞭，※

愚昧的人不能知曉。

惡人雖興盛有如野草，※

作孽的人會一時顯耀；

然而他們終必永遠沉淪，※

上主，千秋萬世，唯祢至尊。

上主，請看祢的仇人如何喪亡；※

作孽的人，如何淪落四方。

祢賜我勇氣，使我一無所懼，※

祢給我傅油，恢復青春活力。

我的眼將卑視窺伺我的仇敵，※

我的耳朵欣聞圍攻我的人遭到敗績。

義人好比棕櫚一樣茂盛，※

像黎巴嫩香柏一般高聳。

他們被栽植在上主的殿中，※

在我們天主的庭院裏繁榮。

他們雖已年老，仍然結果，※

枝葉青綠，汁漿豐盈；

這說明上主是何等正直，※

祂是我的靠山，祂處事無不公允。

對經一

復活期外：上主，我們清晨傳述祢的

仁慈，夜間宣揚祢的真實。

復活期：上主，祢的作為使我喜悅；

祢的工程也使我歡樂。阿肋

路亞。

聖歌 申三二，11-12：天主對

子民的恩寵

「我多次想聚集你的子民，有如母鷄把幼

雛聚在翅膀底下。」（瑪二三，37）

對經二

復活期外：請讚頌我們的天主。

復活期：我能使人死，也能使人活；

我擊傷人，也能治療，阿肋

路亞。

蒼天，請聽，我要發言，※

願大地聽我口中的言語！

願我的教訓好像下降的時雨，※

我的言語一如落下的甘露。

像降在綠茵上的細雨，※

像落在青草上的甘霖！

因為我要宣揚上主的名，※

請讚頌我們的天主。

天主的作為完美無比，※

祂的一切行徑公平正直。

祂是真實無妄的天主，※

公義而又正直。

那不配作祂子女的，背叛了祂，※

這實在是邪惡敗壞的世代！

愚昧無知的人民，※

你們怎能這樣對待上主？

祂豈不是生育你，創造你，※

使你生存的大父？

你要回想往古的時日，※

思念歷代的歲月；

問你的父親，他必告訴你，※

問你的長輩，他必給你述說。

至高者為民族分配產業時，※

將亞當的後代分開時，

按照以色列子民的數目，※

劃定了萬民的疆界。

選民是上主保留的一份，※

雅格是祂特選的子民。

上主在荒野之地，※

在野獸咆哮的原野發現了他；

將他抱起，加以撫育，※

保護他像眼中的瞳人。

正如老鷹守護窩巢，※

在幼雛之上飛翔，

上主也怎樣伸展雙翅，※

把他放在自己的肩上。

上主獨自領導了他，※
沒有其他的神在他身旁。

對經二

復活期外：請讚頌我們的天主。

復活期：我能使人死，也能使人活；

我擊傷人，也能治療，阿肋

路亞。

聖詠八：上主的尊嚴及人的高貴

「天主將萬有置於祂的脚下，使祂作全教會的元首。」（弗一，22）

對經三

復活期外：上主，祢的名在普世何其

美妙。

復活期：祢把光榮和尊貴，賜給了基

督，阿肋路亞。

上主，

我們的天主！+

祢的名在普世何其美妙，※
祢的尊榮在天上彰明閃耀。

祢從赤子乳兒口中，

取得完美的讚頌，※

使祢的仇敵匿跡銷聲。

我仰觀祢親手所造的穹蒼，※

和祢滿佈在天空的星辰月亮；

世人算什麼，祢竟對他懷念不忘？※

人子算什麼，祢竟對他照顧周詳？

祢使他稍遜於天使，※

賜予他光榮和尊貴；

叫他統治祢雙手的化工，※

讓萬物服從他的命令：

所有的羊和牛，※

以及田野間的走獸；

天空的鳥和海裏的魚，※

以及游行海中的水族。

上主，我們的天主！※

祢的名在普世何其美妙。

對經三

復活期外：上主，祢的名在普世何其

美妙。

復活期：祢把光榮和尊貴，賜給了基

督，阿肋路亞。

簡短讀經

羅一二，14 / 16

要祝福迫害你們的；是的，只可祝福，不可詛咒。要與喜樂的一同喜樂，與哭泣的，一同哭泣。彼此要同心合意，不可心高氣傲，却要俯就卑微的人。

短對答詠

領：當我讚頌祢時，我要歡呼高唱。

答：當我：

領：我的口舌要宣揚祢的正義。

答：我要歡呼高唱。

領：願光榮歸於父： 答：當我：

讚主曲對經：「主，求祢引導我的脚步，

走上平安的道路。

禱詞

我們要稱頌基督的仁慈和智慧，祂以身作則，教導我們如何在眾弟兄身上，尤其是在受苦的弟兄身上看到天主，敬愛天主。我們要不斷地祈求祂：

主，求祢使我們的愛，日益真誠純潔。

我們在此清晨特別紀念祢的復活，

——願所有的人都獲享祢的救恩。

主，求祢幫助我們今天能為祢作證，

——也使我們通過祢，獻上聖潔和悅樂聖父

的祭品。

求祢使我們在所有的人身上認出祢的儀容，

——也使我們在他們身上事奉祢。

基督，祢是葡萄樹，我們是祢的枝條，

—使我們常與祢合而爲一，結出更多的果實，並光榮天主教。

我們的天父：

結束禱詞

上主，我們願以唇舌、以心靈讚美祢；我們的生命既是祢的恩賜，但願我們以有生之年不斷地稱揚祢。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠一一八，81 / 88 (十)

對經一：主說：天地要消逝，我的話決不會消逝。

將臨期、聖誕期、四旬期對經，見季節專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋路亞。

我的靈魂渴望祢的救援而憔悴，※
我殷切期待祢的許諾。

對祢的諾言望眼欲穿，※
「祢何時才賜我心安？」

我雖久候，心神憔悴，※
却沒有忘記祢的法規。

祢僕人尚能等待多久？※
祢何時才判決迫害我的惡徒？

驕傲的人違背祢的法令，※
給我挖掘了陷阱。

祢的一切誠命盡屬真實，※
他們無理迫害我，求祢扶助我。

他們幾乎將我置於死地，※
我却沒有背棄祢的規律。

求祢惠然賜我生命，※

我將遵守祢頒佈的諭令。

對經一：主說：天地要消逝，我的話

決不會消逝。

聖詠六〇：流浪者的祈禱

「義人渴望永生的祈禱」（聖怡樂）

對經二：上主，祢是我的避難所，是

我對抗敵人的堅固碉堡。

天主，

求祢俯聽我的哀號，※

留心細聽我的祈禱。

當我憂戚時，從遠方向祢呼籲，※

求祢將我安置在高峻的磐石上。

因為祢是我的避難所，※

是我對抗敵人的堅固碉堡。

我將永遠居住在祢的帳幕內，※

藏身在祢雙翼的蔭庇下。

天主，祢果然滿足了我的心願，※

賜給我義人應得的財產。

願祢使君王福壽綿長，※

賜他萬壽無疆！

願他在天主面前永遠為王，※

使慈愛與真誠作他的保障。

因此，我要永久歌頌祢，※

天天實踐我的誓言。

對經二：上主，祢是我的避難所，是

我對抗敵人的堅固碉堡。

聖詠六三：求主保護

「此首聖詠要我們默想主的苦難。」

（聖思定）

對經三：上主，求祢保全我的性命，

免遭仇敵的恐嚇。

天主，求祢俯聽我沉痛的呼聲，※

保全我的性命免遭仇敵的恐嚇。

求祢保護我遠離惡人的暗算，※

使我脫免歹徒的擾亂。

他們磨快舌頭有如利劍，※

口出惡言好像射箭；

他們隱在暗處，襲擊無辜，※

突然發射，肆無忌憚。

他們彼此慫恿，圖謀作惡，※

暗佈羅網說：「誰能發覺？」

他們擬定週密的陰謀，※

人心好似深淵，難以探測。

豈知天主突然射出一箭，※

他們必會立即身受重創。

他們的狂言反使他們顛仆，※

看見他們的人，都將搖頭譏諷。

衆人都要起敬起畏，傳述天主的作爲，※

領悟天主所作的事跡。

義人要因上主而喜樂，

並向祂投靠，※

心地正直的人也因此而自豪。

對經三：上主，求祢保全我的性命，

免遭仇敵的恐嚇。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

申八，5 b / 6

上主你的天主管教你，就如人管教兒

子一樣；所以你應當謹守上主你天主的誠

命，遵行祂的道路，敬畏祂。

領：上主的典章是聖潔的，萬世常存，

答：上主的判斷是真實的，無不公允。

結束禱詞

主天主，全能的天父，我們奉祢的名

集合在一起；求祢賞賜聖神光照我們，使

能脫免仇敵的陷害，恒常歡樂地讚美祢。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

列上二，2 b / 3

你要作英勇有爲的大丈夫，恪守上主你天主的典章，履行祂的道路，遵守祂的規律、誠命、法令和制度，這樣你無論做什麼，無論到何處，必然順利。

領：上主，求祢引領我走上祢誠命的

途徑。

答：因爲我樂意奉行。

結束禱詞

上主，祢是永恆的愛，生命的光，請以祢的愛燃燒我們，使能愛祢在萬有之上；并以同樣的愛，爲了祢而愛我們的兄弟姊妹。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

耶六，16

你們應站在交叉路口，觀察探問舊路，那一條是好路，就往那條路上走，你的心靈必獲安寧。

領：祢的誠命永遠作我的家業，

答：因爲這是我心中的喜悅。

結束禱詞

上主，求祢賞賜我們平安；使我們在有生之日常愉快地侍奉祢；并賴榮福童貞瑪利亞的轉禱，終能安抵天鄉。

結束詞 見常用經文

第三週：主日

第一晚禱

領：天主，求祢快來拯救我。上主，求祢速來扶助我。願光榮歸於父。起初如何。（阿肋路亞）

讚美詩

一、上主，

祢創造萬有，

統治宇宙；

祢使白晝燦爛光輝，

黑夜適於安歇，

讓勞作者安眠無憂。

二、當體力恢復時，

再負起工作的擔子，

繼續向前走。

仁慈的上主，

減輕我心靈的疲勞

解除焦慮和憂愁。

三、日光流逝，

又近黃昏，

我們舉心向上，

歌唱頌禱，

求祢大發慈悲，

接引罪人回頭。

四、我們全心歌頌，

我們同聲呼求，

獻出聖潔的愛心，

獻出赤子的思慕，

在上主面前，

敬拜叩首。

五、白日盡，夜將臨，

信德無所懼，

信德無所憂；

上主的光明，

照耀不分晝夜，

溫暖在心頭。

六、至仁至慈的天父，

俯聽我們的哀求，

偕聖子及聖神，

掌管天地萬物，

同享福樂，

永無盡頭。 阿們。

聖詠吟唱

聖詠一一二：願上主的名常受讚

美

「祂從高座上推下了權貴，却提拔了卑微。」

(路一，52)

對經一

常年期：從日出到日落，願上主的名

受讚美。

將臨期：耶路撒冷，歡欣踴躍吧！因為你的救主就要來到，阿肋

路亞。

路亞。

四旬期：主說：你們要悔改，要相信

福音。

復活期：上主至高，超越諸天，祂從

塵埃裏救起了貧困，阿肋路

亞。

上主的僕人，請同聲讚頌，※

讚頌上主的名。

願上主的名受讚美，※

從現在直到永遠。

從日出到日落，※

願上主的名受讚美。

上主超越列國萬邦，※

祂的光榮凌駕穹蒼。

誰能與上主，我們的天主相比？※
祂從高處俯視諸天和大地。

塵埃裏救起了貧困，阿肋路亞。

把軟弱的人從塵埃裏救起，※
把窮苦的人由糞土中高舉。

聖詠一一五：在聖殿中謝恩

使他們與公卿同席，※

「我們要藉着基督不斷地把讚頌之祭獻給天主。」（希一三，15）

與民間的縉紳並坐。

對經二

使那不妊的婦女安居家中，※
成爲多子的母親，其樂融融。

常年期：我要舉起救恩的杯，我要呼喚上主的名。

對經一

常年期：從日出到日落，願上主的名

將臨期：我是上主，拯救你們的時刻已爲期不遠，我的救恩不再

受讚美。

遲延。

將臨期：耶路撒冷，歡欣踴躍吧！因

四旬期：我要呼求上主的名，獻上讚

為你的救主就要來到，阿肋

頌之祭。

路亞。

復活期：上主，祢解除了我的羈絆，

四旬期：主說：你們要悔改，要相信

我要向祢獻上讚頌之祭，阿

福音。

肋路亞。

復活期：上主至高，超越諸天，祂從

雖然我說過：「我痛苦萬分」，※

我仍然保持信心。

我徬徨時，曾說過：※

「人心虛偽，不可信託。」

上主賜我鴻恩，※

我將何以爲報？

我要舉起救恩的杯，※

我要呼喚上主的名；

我要在全體子民前，※

向上主還我許的願。

聖徒的逝世，※

上主十分珍視。

上主，至於我，我是祢的僕役，※

我和母親同樣侍奉祢。

祢解除了我的羈絆，+

我要呼求祢的名，※

向祢獻上讚頌之祭。

我要在全體子民前，※

在上主聖殿的庭院，

耶路撒冷啊！在你中間，※

向上主還我許的願。

對經二

常年期：我要舉起救恩的杯，我要呼

喚上主的名。

將臨期：我是上主，拯救你們的時刻

已為期不遠，我的救恩不再

遲延。

四旬期：我要呼求上主的名，獻上讚

頌之祭。

復活期：上主，祢解除了我的羈絆，

我要向祢獻上讚頌之祭，阿

肋路亞。

聖歌 斐二，6-11：論基督、

天主的僕人

對經三

常年期：主耶穌自謙自卑，因此，天

主高高舉揚了祂。

將臨期：上主，求祢派遣那統治大地

的羔羊，從曠野的磐石來到

熙雍女兒的山嶺。

四旬期：沒有人能強取我的生命；我

有權捨棄，也有權收回。

復活期：天主子在苦難中學習了服從

，成為永恆救恩的源頭，使

所有服從祂的人都能得救，

阿肋路亞。

耶穌基督雖具有天主的形體，※

却沒有將自己與天主同等的地位，

把持不捨。

反而空虛自己，取了奴僕的形體，※

降生成人，與人相似。

形態上完全與人一樣，※

祂自謙自卑，服從至死，且死在十字架上。

因此，天主高高舉揚了祂，※

賜給祂一個名號，超越一切名號；

使天上人間，和地下的一切，※

一聽耶穌的名號，都屈膝叩拜。

衆口同聲都明認耶穌基督為主，※

以光榮天主聖父。

對經三

常年期：主耶穌自謙自卑，因此，天

主高高舉揚了祂。

將臨期：上主，求祢派遣那統治大地

的羔羊，從曠野的磐石來到

熙雍女兒的山嶺。

四旬期：沒有人能強取我的生命；我

有權捨棄，也有權收回。

復活期：天主子在苦難中學習了服從

，成為永恒救恩的源頭，使
所有服從祂的人都能得救，
阿肋路亞。

簡短讀經

希一三，20-21

賜平安的天主，曾憑著永約的血，把
羣羊的大司牧我們的主耶穌，從死者中領
出來，願祂使你們能行各種善功，以承行
祂的旨意。願天主在我們身上，藉著耶穌
基督，行祂所喜悅的事；願光榮歸於祂，
直到永遠。阿們。

短對答詠

領：上主，祢的化工何其浩繁。

答：上主：

領：萬有都出於祢的智慧。

答：何其浩繁。

領：願光榮歸於父：答：上主：

謝主曲對經 見季節專用經文

禱詞

基督憐憫飢餓的人民，為他們行了愛的奇蹟。我們想到祂的慈愛，也向祂祈求：

主，求祢對我們顯示祢的慈愛。

主，我們承認我們今天所得到的一切恩惠，全是出自祢的慈愛，

不要讓我們白白接受祢的恩惠，而使我們能結出聖德的果實。

祢是萬民的光和救恩，求祢護祐祢派往普世的傳教士，

——在他們心內燃起聖神的熱火。

求祢通過他們使世人認識祢和祢的福音，——在祢的領導下，使我們都能慷慨地順從祢的旨意。

靈魂和肉身的神醫，求祢安慰患病的人，

援助臨終的人，

——求祢也對我們廣施慈恩，扶助我們的軟

弱。

求祢恩賜去世的人都加入祢諸聖的行列，

——將他們的名字記錄在生命冊上。

我們的天父：

結束禱詞 見季節專用經文

結束詞 見常用經文

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：請大家前來向上主歡呼，向拯

救我們的天主歌舞，阿肋路亞。

聖詠第九四首，見 3 頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、太初第一天，

天主創造宇宙；

一週第一日，

救主復活，

驅逐人間黑暗，

拯救我們脫離死亡。

二、擺脫睡魔，

奮發自強；

求主伸援手，

劃破漫漫長夜，

東方既白，

迎接天上光芒。

三、掃蕩罪惡，

世間充滿希望，

人生苦短，

分秒必爭；

在此寧靜的時光，

讓我們向上主歌唱。

四、求賜天上的恩寵，

永生的希望；

並願父、子及聖神

同受讚揚，

共享福樂，

萬世無疆。阿們。

日間用

一、耶穌，祢選擇了這神聖的日子，

以復活的光輝，

美化大地，

光照待救的子民。

二、求祢今天廣施救恩，

復活我們的靈魂，

日後征服死亡，

也復活我們的肉身。

三、基督，我們將列隊迎接，

望著祢乘雲降臨，

要永遠與祢生活在一起，

祢是復活——生命的大本。

四、我們要瞻仰祢的慈顏，

親近祢的心神；

眞光與寬仁，

同享同分。

五、基督，祢使我們回歸聖父，

充滿聖神的七恩，

與祢同在，

永遠歡欣。

六、至聖聖三的尊威，

萬古常新，

大慈大悲，

福祐萬民。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一四四：讚美天主的尊嚴

「今在、昔在的主，祢是公義的。」

(默一六，5)

壹

對經一

將臨期：請看，至高的君王，掌握大

權，要降來拯救萬民。阿肋

路亞。

復活期：阿肋路亞。石頭已從墓穴門

口移開。阿肋路亞。

其他時期：上主，我要日日歌頌祢。

我的天主，我要讚揚祢，※

我的君王，我要永遠歌頌祢的名。

我要日日歌頌祢，※

讚美祢的聖名，永不停止。

上主偉大，極堪讚揚，※

祢的偉大，不可測量。

世世宣揚祢的工程，※

代代傳述祢的大能。

稱頌祢的尊榮，※

傳揚祢的化工。

講述祢驚人的威能，※

讚揚祢無限的偉大；

懷念祢無比的甘飴，※

吟詠祢無上的正義。

上主慈悲，寬仁大方，※

緩於發怒，仁愛無量。

上主對待萬有，溫和善良，※

對祢所創造的萬物，仁愛慈祥。

對經一

將臨期：請看，至高的君王，掌握大

權，要降來拯救萬民。阿肋

路亞。

復活期：阿肋路亞。石頭已從墓穴門

口移開。阿肋路亞。

其他時期：上主，我要日日歌頌祢。

和祢王國偉大的光榮。

貳

對經二

祢的王國，永世常存，※
祢的王權，萬世無疆。

將臨期：耶路撒冷女子，歡樂吧！你

對經二

的君王將為你而駕臨，熙

將臨期：耶路撒冷女子，歡樂吧！你

雍，不要怕，因為你的救援

的君王將為你而駕臨，熙

就要來到。

雍，不要怕，因為你的救援

復活期：阿肋路亞。婦人，你在找

就要來到。

誰？是活在死人中的那一位

復活期：阿肋路亞。婦人，你在找

嗎？阿肋路亞。

誰？是活在死人中的那一位

其他時期：上主，祢的王國是萬世的

嗎？阿肋路亞。

王國。

其他時期：上主，祢的王國是萬世的

上主，願祢創造的一切都稱謝祢，※

王國。

願祢的聖徒同聲讚美祢；

叁

講述祢王國的光榮，※

對經三

傳頌祢行事的威能；

將臨期：我們都要洗心革面，迎接至

使世人盡知祢的威能，※

高君王的降臨，因為祂即將

到來，不會遲延。

復活期：阿肋路亞。瑪利亞，不要哭

了！主已復活了；阿肋路

亞。

其他時期：上主信守祂的諾言，祂的

一切作爲，無比聖善。

上主的諾言，信實不欺，※

上主的作爲，聖善無比。

凡跌倒的，上主必將他扶起，※

受委屈的，必使他直立。

衆人都舉目仰望祢，※

祢按時賜給他們飲食。

祢慷慨伸出雙手，※

滿足衆生的需求。

上主的行徑，至公至義，※

上主的作爲，聖善無比。

上主親近所有呼求祂的人，※

所有誠心誠意呼求祂的人。

敬畏上主的，祂就滿足他們的心願，※

俯聽他們的呼求，施以救援。

愛慕上主的，祂必保護，※

犯罪作惡的，祂必消除。

願我的唇舌稱述上主的光榮，※

衆生世代代讚美祂的聖名。

對經三

將臨期：我們都要洗心革面，迎接至

高的君王降臨；因為祂即將

到來，不會遲延。

復活期：阿肋路亞。瑪利亞，不要哭

了！主已復活了。阿肋路

亞。

其他時期：上主信守祂的諾言，祂的

一切作爲，無比聖善。

常年期

領：我兒，你要注意我的訓言。

答：傾耳細聽我的教導。

其他時期領答句 見季節專用

誦讀及結束禱詞 見季節專用

晨 禱

讚美詩

一、永恒的造物主，

祢使晝夜運轉，

季節常變遷，

多采多姿少痛苦。

二、晨雞報曉，

旭日東方出，

給夜行人一綫光亮，

宛如守夜的更夫。

三、晨星初現，

黑暗即將消除，

流浪的人羣，

不再誤入迷途。

四、雞鳴再起時，

航海者重新振作，

風浪逐漸平復；

教會的磐石懺悔痛哭。

五、耶穌，垂憐我罪人，

救我出迷途；

只要祢一回顧，

罪惡即將解除。

六、祢是我的光明，

照耀我心神，

將惡夢驅除，

我要詠詩讚頌上主。

七、基督，大慈大悲的君王，

與聖父聖神，

世世代代，
同享榮福。阿們。

聖詠吟唱

聖詠九二：造物主的偉大

「我們全能的天主、上主為王了，讓我們
歡欣鼓舞，光榮祂。」（默一九，6，7）

對經一

常年期：上主在高天，具有奇能，阿

肋路亞。

將臨期：上主即將來臨，決不遲延；

祂要來揭露黑暗中的隱密；

並把自己顯示給萬民，阿肋

路亞。

四旬期：上主，祢的誓言信實可靠，

勝過洪水的咆哮。

復活期：上主為王，以尊威作衣冠，

阿肋路亞。

上主為王，以尊威作衣冠，※
上主身披德能，腰繫大權。

祂奠定了塵寰，※

大地永不搖撼。

祢的寶座由太初就已建立，※
祢從永遠就已存在。

上主！江河波濤汹涌，十

洪水澎湃怒吼，※

好似雷鳴狂嘯。

上主在高天，具有奇能，十

鎮壓滔滔洪水的咆哮，※

平息汪洋大海的浪濤。

上主，祢的誓言信實可靠，※

願祢的殿宇，永保聖潔。

對經一

常年期：上主在高天，具有奇能，阿

肋路亞。

將臨期：上主即將來臨，決不遲延；

祂要來揭露黑暗中的隱密，

並把自己顯示給萬民，阿肋

路亞。

四旬期：上主，祢的誓言信實可靠，

勝過洪水的咆哮。

復活期：上主為王，以尊威作衣冠，

阿肋路亞。

聖歌

達三，57 / 88，56；一切
受造物應歌頌上主

「天主的衆僕人，請讚美我們的天主。」

(默一九，5)

對經二

常年期：上主，祢應受讚美、光榮、

頌揚，直到永遠。

將臨期：一切山陵都要剝平；彎曲的

道路要修直；崎嶇的幽徑要

夷平。上主，請快來，不要

遲延，阿肋路亞。

四旬期：清泉、水源，請讚美上主，

稱揚歌頌祂，直到永遠。

復活期：受造物將被拯救，得享天主

兒女光榮的自由，阿肋路

亞。

上主的一切化工，請讚美上主，※

稱揚歌頌祂，直到永遠。

上主的天使，請讚美上主，※

層層高天，請讚美上主。

天上所有的水，請讚美上主，※

上主的軍旅，請讚美上主。

太陽和月亮，請讚美上主，※

天上的星辰，請讚美上主。

一切雨露，請讚美上主，※

天上的風，請讚美上主。

火與熱，請讚美上主，※

寒與暑，請讚美上主。

露和霜，請讚美上主，※

凍和冷，請讚美上主。

冰和雪，請讚美上主，※

夜和晝，請讚美上主。

光明和黑暗，請讚美上主，※

閃電和雲彩，請讚美上主。

願大地讚美上主，※

稱揚歌頌祂，直到永遠。

山嶽與丘陵，請讚美上主，※

地上所有的生物，請讚美上主。

清泉水源，請讚美上主，※

海洋江河，請讚美上主。

鯨魚和水中所有的生物，請讚美上主，※

天空所有的飛鳥，請讚美上主。

一切野獸和家畜，請讚美上主，※

普世人類，請讚美上主。

以色列人民，請讚美上主，※

稱揚歌頌祂，直到永遠。

上主的衆祭司，請讚美上主，※

上主的衆僕人，請讚美上主。

義人的心靈，請讚美上主，※

聖者和心謙的人，請讚美上主。

阿納尼雅，阿匝黎雅和米沙耳，

請讚美上主，※

稱揚歌頌祂，直到永遠。

我們應讚美父、子和聖神，※

稱揚歌頌祂，直到永遠。

上主，祢在穹蒼之上，應受讚美，※

應受讚美、光榮、頌揚，直到永遠。

（此聖歌後不加念「願光榮歸於父」）

對經二

常年期：上主，祢應受讚美、光榮、

頌揚，直到永遠。

將臨期：一切山陵都要剷平；彎曲的

道路要修直；崎嶇的幽徑要

夷平。上主，請快來，不要

遲延，阿肋路亞。

四旬期：清泉、水源，請讚美上主，

稱揚歌頌祂，直到永遠。

復活期：受造物將被拯救，得享天主

兒女光榮的自由，阿肋路亞。

聖詠一四八：讚美造物主之歌

「願讚頌、尊嚴、光榮和權力，歸於坐在

寶座上的那位，也歸於羔羊，直到永遠。」

（默五，13）

對經三

常年期：請你們從天上讚美上主，阿

肋路亞。+

將臨期：我將在熙雍施予救恩，在耶

路撒冷顯示我的榮耀，阿肋

路亞。

四旬期：世間的君王和庶民，請讚美

天主。

復活期：上主的名尊高無比，超越天

地，阿肋路亞。

請你們從天上，讚美上主，※

+ 請你們在高處，讚美上主！

祂的衆天使，請讚美上主，※

祂的衆軍旅，請讚美上主！

太陽和月亮，請讚美上主，※

燦爛的星辰，請讚美上主。

九重高天，請讚美上主，※

天上大水，請讚美上主。

願萬有都讚美上主的名，※

祂一出命，萬有造成。

祂佈置萬物，直到萬世無窮，※

制定的法令，永遠不會變更。

請你們在地上讚美上主，※

海龍和深淵的衆水族；

閃電、冰雹、霜雪和雲霧，※

執行祂命令的狂風暴雨；

山岳和丘陵，※

果樹和松柏；

野獸和家畜，※

爬蟲和飛鳥；

世間的君王和庶民，※

地上的公侯與權貴。

童男和貞女，※

老人與少年。

願萬有都讚美上主的名，※

因爲只有祂的名卓絕尊榮。

上主的尊威遠超天地，※

祂使子民蘄露頭角。

聖徒們都因上主而自豪，※

親近祂的以色列，以祂爲榮耀。

對經三

常年期：請你們從天上讚美上主，阿

肋路亞。

將臨期：我將在熙雍施予救恩，在耶

路撒冷顯示我的榮耀，阿肋

路亞。

四旬期：世間的君王和庶民，請讚美

天主。

復活期：上主的名尊高無比，超越天

地，阿肋路亞。

簡短讀經

則三七，12 b) 14

天主上主說：「我的百姓，請看！我

要親自打開你們的墳墓，使你們從墳墓中

復活，領你們重返以色列。我的百姓，當

我打開你們的墳墓，使你們從墳墓中復活

時，你們就知道我是上主。我要把我的神注入你們身內，使你們生活，安居在你們自己的土地上。那時，你們就知道我是上主，上主我言出必行——上主天主的諭旨。

短對答詠

領：永生天主之子、基督，求祢垂憐。

答：永生：

領：坐在聖父之右者。

答：求祢垂憐。

領：願光榮歸於父：答：永生：

讚主曲對經 見季節專用經文

禱詞

天主派遣了聖神，照耀我們每人的心靈。

我們現在懇切的呼求天主：

上主，求祢光照祢的子民。

天主，祢是我們的光，我們讚美祢，

——爲了祢的榮耀，祢又賜給我們新的一天。

祢藉著祢聖子的復活，照亮了全世界，

——求祢藉著祢的教會，光照所有的人。

祢藉著聖神開啓了祢聖子門徒們的理智，

使他們了解真理，

——求祢也把這同一聖神賜給祢的教會，使

它保持對祢的忠貞。

祢是萬民之光，求祢紀念那些還在黑暗中

的人們，

——開啓他們的心目，使他們承認祢是唯一

的真天主。

我們的天父：

結束禱詞 見季節專用經文

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠一一七：歡樂和得救的歌

聲

「這耶穌就是你們匠人棄而不用、的廢石，反而成了屋角的基石。」（宗四，11）

壹

將臨期、聖誕期、四旬期對經，見季節專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋路亞。

對經一：我在急難中呼求上主，祂就俯聽了我，阿肋路亞。

請你們頌謝上主，因為祂美善寬仁，※祂的慈愛永遠常存。

願以色列子民說：※上主的慈愛永遠常存。

願亞郎的家族說：※

上主的慈愛永遠常存。

願敬畏上主的人說：※

上主的慈愛永遠常存。

我在急難中呼求上主，※

祂就俯聽了我，將我救出。

上主在我身邊，我無恐無懼，※

世人對我又能如何？

上主在我身邊，

作我的助祐，※

我必見到我的仇人蒙羞。

投奔上主，※

勝過依賴世人；

投奔上主，※

勝過依賴權貴。

對經一：我在急難中呼求上主，祂就

俯聽了我，阿肋路亞。

貳

對經二：上主的右手把我高高舉起，

阿肋路亞。

縱然萬民都來圍困我，※

我必能以上主的名把他們消滅。

縱然他們由四方來圍困我，※

我也必能以上主的名把他們消滅。

縱然他們猶如黃蜂一般的圍困我，+

好似荆棘中焚燒的烈火，※

我也必能以上主的名把他們消滅。

雖然他們用力推我，想把我推倒，※

但是上主必前來扶持我。

上主是我的力量，我的歌詠，※

上主是我的救主。

在義人居住的帳幕中，※

響起了勝利的歡呼聲；

上主的右手獲得了勝利！+

上主的右手把我高高舉起，※

上主的右手獲得了勝利。

我不至於死，我要生存，※

我要宣揚上主的作為。

上主懲罰我嚴厲非常，※

但沒有把我交於死亡。

對經二：上主的右手把我高高舉起，

阿肋路亞。

參

對經三：上主是天主，祂賜給我們光

明，阿肋路亞。

請給我敞開正義之門，※

我要進去向上主謝恩。

正義之門屬於上主，※

只有義人才能進入。

我稱謝祢，

因為祢俯允了我，※

並將祢的救恩賜給了我。

匠人棄而不用，廢石，※

反而成了屋角的基石。

這是上主的作為，※

在我們眼中神奇莫測。

這是上主選定的一天，※

我們要歡欣鼓舞。

上主！求祢救助，※

上主，求祢賜福。

奉主名而來的當受讚美，※

我們從上主的殿內向你們祝福。

上主是天主，祂賜給我們光明，※

請帶着樹枝，向祭壇列隊前進。

祢是我的天主，我稱謝祢，※

祢是我的天主，我頌揚祢。

請你們頌謝上主，因為祂美善寬仁，※

祂的慈愛永遠常存。

對經三：上主是天主，祂賜給我們光

明，阿肋路亞。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

羅八，15-16

你們所領受的聖神，不是要奴役你們，使你們恐懼；而是要使你們作義子。因此，我們能稱呼：「阿爸，父啊！」聖神親自與我們的心神一同作證：我們乃是天主的子女。

領：上主，祢那裏有生命的泉源，

答：在祢的光明中，我們才能看到光明。

午時

簡短讀經

羅八，22-23

我們知道，直到如今一切受造之物，

都在痛苦呻吟，好像經歷產痛。不但是萬物，連我們這些最先領受聖神的，也在心中歎息，等待着成爲義子，還我們自由之身。

讚美詩

第二晚禱

一、創造光的天主，

祢使白晝大放光明；

在新光的照耀下，

開始創造宇宙的工程。

二、自清晨到黃昏

白晝是祢命名；

在這夜幕低垂時，

俯聽我們的禱聲。

三、當我們忘掉永生，

沉溺在罪惡中，

求祢伸出援手，

別讓我們失落生命。

四、天國爲我們開啓，

爭取永恒的光榮；

午後

簡短讀經

弟後一，9

天主拯救了我們，召叫我們成聖，並不是因爲我們有好行爲，而是出於祂的計劃和恩寵；這恩寵是在萬世之前，在基督內賜給我們的。

領：上主領他們平安走過，使他們無

恐無懼，

答：領他們進入祂的聖地。

結束禱詞 見季節專用經文

結束詞 見常用經文

逃避邪惡的遭遇，
罪污皆洗淨。

五、至仁至慈的天父，
同性同體的聖子，
二者與聖神共融，
統治天地，萬世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一〇九，175，7：默西

亞是君王也是祭司
「基督必須為王，直到把一切仇敵屈伏在
祢的脚下。」（格前一五，25）

對經一

常年期：上主對我主起誓說：祢坐在
我的右邊，阿肋路亞。+

將臨期：請看，上主就要來臨。祢將
與王侯同席，坐上光榮的寶
座。

四旬期：上主，全能的君王，請為了

祢聖名的緣故拯救我們，賜
給我們悔過自新的時間。

復活期：祢清除了罪惡以後，就坐在
至高至尊者的右邊，阿肋路
亞。

上主對我主起誓說：「祢坐在我的右邊，※
十等我使祢的仇敵，做祢的腳凳。」

上主自熙雍伸出祢的權杖：※
祢要在祢仇敵中統治為王。

在聖山上，祢誕生之日，王位就屬於祢，※
我已經生了祢，好像在黎明之前的朝露。

上主發了誓，決不反悔：※
「祢按照默基瑟德的品位，
永為祭司。」

上主常在祢的右邊，※
祢發怒之日，必要粉碎列王。

君王將在路旁暢飲溪水，※

因此祂將挺胸抬頭。

對經一

常年期：上主對我主起誓說：祢坐在

我的右邊，阿肋路亞。

將臨期：請看，上主就要來臨。祂將

與王侯同席，坐上光榮的寶

座。

四旬期：上主，全能的君王，請為了

祢聖名的緣故拯救我們，賜

給我們悔過自新的時間。

復活期：祂清除了罪惡以後，就坐在

至高至尊者的右邊，阿肋路

亞。

聖詠一一〇：上主的偉大工程

「上主，全能的天主，祢的功行偉大奇妙。」

(默一五，3)

對經二

常年期：慈悲的上主使我們記憶祂的

奇蹟，阿肋路亞。

將臨期：羣山洋溢著喜樂，丘陵流露

出正義，因為世界之光上主

帶著威能來到了。

四旬期：我們藉著無罪羔羊基督的寶

血得到了救贖。

復活期：上主救贖了自己的子民，阿

肋路亞。

在義人的集會和團聚中，※

我必要全心讚頌上主。

上主的化工確實偉大，※

凡喜愛它的，必須探察。

祂的作為輝煌光明，※

祂的正義永遠常存。

上主實在慈悲良善，※

祂的奇蹟永留人間。

祂賜食物給敬畏祂的人，※
永遠懷念自己的盟約。

將祂的奇能啓示給祂的子民，※

把外邦人的產業賞給他們。

祂的作爲，真誠公平，※

祂的規誡，永不變更，

萬世萬代永遠確定，※

是按照真理和公正而構成。

祂迅速救贖了祂的百姓，※

祂訂立了永久的誓盟。

祂的名號，神聖而可畏，※

敬畏上主，是智慧的開端。

按智慧行事，才能增長見識，※

願上主受光榮，直到永世。

對經二

常年期：慈悲的上主使我們記憶祂的

奇蹟，阿肋路亞。

將臨期：羣山洋溢著喜樂，丘陵流露

出正義，因為世界之光上主

帶著威能來到了。

四旬期：我們藉著無罪羔羊基督的寶

血得到了救贖。

復活期：上主救贖了自己的子民，阿

肋路亞。

四旬期外

聖歌 默一九，1~2，5~7

：論羔羊的婚筵

對經三

常年期：我們全能的天主、上主已經

爲王，阿肋路亞。

將臨期：我們要度公正、虔敬的生活，

期待著所渴望的幸福，上主

的來臨。

復活期：阿肋路亞，我們的主為王了；

我們要歡欣踴躍，讚頌祂，

阿肋路亞。

阿肋路亞！

勝利、光榮和德能，屬於我們的天主，※

因為祂的判斷正確而又公平。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

天主的僕人，請讚美我們的天主，※

凡敬畏祂的人，無論大小尊卑，

請讚美天主。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

我們全能的天主上主掌握了王權，※

我們要歡欣鼓舞，將光榮歸於天主。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

羔羊的婚期已經臨近，※

祂的新娘也盛粧以待。

阿肋路亞！

對經三

常年期：我們全能的天主、上主已經

為王，阿肋路亞。

將臨期：我們要度公正、虔敬的生活，

期待著所渴望的幸福，上主

的來臨。

復活期：阿肋路亞，我們的主為王了；

我們要歡欣踴躍，讚頌祂，

阿肋路亞。

四旬期

聖歌 伯前二，21-24

對經三：祂的確承擔了我們的疾病，

負起了我們的痛苦。

基督為你們忍受了痛苦，十

給你們留下了榜樣，※
使你們能追隨祂的足跡。

祂平生從未犯罪，※

從未口出欺人之言；

祂受辱罵，從不還口，+

祂受虐待，也不報復，※

只把自己交付給那公義的審判者。

祂身懸十字木架上，※

親自承擔了我們的罪過。

使我們死於罪惡，而活於正義，※

你們是因祂的創傷，才獲得痊癒。

對經三：祂的確承擔了我們的疾病，

負起了我們的痛苦。

簡短讀經

伯前一，3-5

我們要讚美主耶穌基督的天主和祂的父，祂仁慈無量，藉耶穌基督由死者中的復活，重生了我們，使我們獲得那充滿生

命的希望，並獲得那為你們保留在天上的不朽壞而完整的產業。因為天主以大能保護你們，使你們藉著信心而獲得救恩。這救恩已準備好，要在末世實現。

短對答詠

領：上主，祢在穹蒼之上應受讚美。

答：上主：

領：應受稱讚，應受光榮。

答：應受讚美。

領：願光榮歸於父：答：上主：

謝主曲對經 見季節專用經文

禱詞

天主派遣聖子救贖世人，改造了昔日所創造的世界，並時時以慈愛予以更新。我們現在以歡愉之心向祂呼求：

上主，求祢在我們中間重行祢慈愛的奇蹟異事。

天主，我們感謝祢，因為祢在所創造的萬物身上啓示了祢的全能，

— 宇宙的運行，顯示了祢的照顧。

求祢藉著祢的聖子，和平的使者和十字架上的勝利者，

— 救我們免除無謂的恐懼和失望。

求祢賞賜所有愛護和尊重正義的人，

— 誠心誠意地共同建立世界的真正和平。

求祢援助受壓迫的，拯救被奴役的，安慰貧困的，給飢餓的人食物，使病弱的人堅強，

— 求祢在一切事上，顯示出祢聖子十字架的勝利。

祢曾奇妙地使死後被埋葬的祢的聖子，光榮地復活，

— 求祢恩賜去世的人同祢的聖子共享永生。
我們的天父：

結束禱詞
結束詞

見季節專用經文
見常用經文



第三週：星期一

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：請大家一齊到主面前感恩讚頌。

聖詠第九四首，見3頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、睡眠消除了疲勞，

迅速起床；

全能的天父，

我們向祢讚頌歌唱，

求賜今日身心健康。

二、虔心敬拜，口舌頌揚，

聖化一天的工作，

把握生活的方向，

祢是一切的原始，

求祢賞賜力量。

三、黑暗向光明投降，

邪魔遠遁，

晨暉普照，

黑夜已盡，

太陽將大放光芒。

四、天父，我們懇切呼求，

剷除罪惡，

給人生撒下希望；

祢的大慈大悲，

我們永遠歌唱。

五、至仁至慈的天父，

同性同體的聖子，

二者與聖神共融，

統治大地人類，
永生永王。阿們。

日間用

一、永恒的光明，
三位一體的天主，
我們自認微弱，
虔心向祢求助。

二、我們相信聖父至尊，
父子互相愛慕，
共發聖神，
結合為唯一主。

三、仁慈的天主，
祢是真理，
祢是仁愛，
祢是我們的歸宿。

四、求祢使我們希望，
令我們愛慕，

常常尋求祢——
我們的幸福。

五、祢是原始，
祢是終結，
祢的仁愛無限，
創造了萬物。

六、祢是萬民的光明，
只有祢能使萬物滿足；
使渴望祢的人，
獲得真正的幸福。

七、我們呼求全能天父，
我們呼求救主基督，
呼求愛的聖神，
俯聽我們的哀訴。阿們。

聖詠吟唱

聖詠四九：對上主的真實虔敬

「我來不是為廢除法律，而是為完成。」

(瑪五，17)

對經一：我們的天主來臨，絕不會默

然無聲(復：阿肋路亞)。

上主，衆神之主，昭告普世，※

從日出直到日落之地。

天主由壯麗的熙雍城發出光明，※

我們的天主來臨，絕不會默然無聲。

吞噬的烈火在祂面前開道，※

旋轉的風暴在祂四周怒號。

祂傳喚乾坤，※

來審判祂的子民：

「你們給我召集我的聖民，※

就是那奉獻犧牲與我立盟的人。」

諸天要宣佈天主的正義，※

因為法官就是天主自己。

對經一：我們的天主來臨，絕不會默

然無聲(復：阿肋路亞)。

貳

對經二：你要向上主奉上讚頌的祭獻

(復：阿肋路亞)。

我的百姓，請聽，我要發言，+

以色列，我要控告你，※

我是天主，是你的天主。

我並不因你的祭獻而責備你，※

因為你不斷向我獻上全燔祭。

你家裏的牛，我用不着，※

你圈中的羊，我不需要。

森林裏的百獸全歸於我，※

羣山中的牲畜都屬於我。

天空的飛鳥，我都認識，※

田野的動物，我全知悉。

如果我餓了，不必對你說，※

因為宇宙萬物，都屬於我。

難道我真要吃牛肉，※

或者真要喝羊血？

你要向上主奉上讚頌的祭獻，※

向至高者還你所許的願。

你在患難中要呼求我，※

我必拯救你，你要光榮我。

對經二：你要向上主奉上讚頌的祭獻

（復：阿肋路亞）。

叁

對經三：我要的是憐憫，而不是祭

獻；我要的是認識天主，而

不是全燔祭。（阿肋路亞）。

天主却對惡人說：+

你怎配傳述我的規誡？※

你怎配提起我的盟約？

你總是惱恨我的管教，※

將我的話置諸腦後，

你與盜賊，朋比為奸，※

跟淫亂者，同流合污。

你滿口穢語污言，※

你長舌造謠欺騙。

你一坐下，就反對你的兄弟，※

一出言，就對他吹毛求疵。

你如此行事，我一直緘默，+

你還以為我像你一樣！※

現在我要當面責斥你，

指明你的罪狀。

忘記天主的人哪，你要留意，※

免得我除掉你時，沒有人來救你。

誰奉獻讚頌之祭，就是光榮我，※

誰行為正直，我必拯救他。

對經三：我要的是憐憫，而不是祭獻；

我要的是認識天主，而不是

全燔祭（阿肋路亞）。

領：我的子民，請聽，我要發言。
答：我是天主，是你的天主。
唸適合於本日的誦讀及結束禱詞

晨 禱

讚美詩

一、基督，聖父的榮耀，
出自光明的光明，
一切光明的源頭，
照耀白晝的真光。

二、基督，
祢是真理的太陽，
放射永恒的光芒，
請將聖神的光輝，
撒在我們心上。
三、永恒光榮的天父，
求祢廣施恩澤，

除去我們的罪污，
增強聖寵的力量；
四、粉碎邪魔的爪牙，
扭轉艱難的情況，
扶弱濟貧，
天恩浩蕩。

五、基督，指引我心，
不離正路，
保持身心的純潔，
賜我信德堅強；
六、信德作飲料，
基督是食糧，
歡飲聖神恩澤，
陶醉又舒暢。
七、白晝易逝，
尤其是歡樂時光，
聖潔芬芳似清晨，

信德要堅強，像中午的太陽。

八、全能的上主，

請賜我生命的活力，

勇往直前，

不受黃昏的影響。

九、日夜交替，曙光再現，

父子聖神同是生命的曙光，

導我信眾，

奔向天鄉。阿們。

聖詠吟唱

聖詠八三：對上主殿宇的渴慕

「我們在此世沒有永久的城！而是在尋求

那將來的城。」（希一三，14）

對經一

復活期外：上主，住在祢的殿裏，真

有福氣！

十二月十七、廿三：請看，普世君王的

元首、上主將要來臨，凡準備

好迎接祂的人是有福的。

復活期：我的心靈和肉軀歡欣讚頌生

活的天主，阿肋路亞。

萬有的上主，祢的殿宇多麼可愛，※

我渴慕上主的庭院，而至筋疲力衰。

我的心靈和肉軀，※

讚頌生活的天主。

萬有的上主，我的君王，我的天主，十

麻雀在祢的祭壇旁覓得了居所，※

燕子也找到了安置幼雛的巢窩。

上主，住在祢的殿裏，※

不斷讚美祢的人，真有福氣！

那只以祢為靠山，※

一心嚮往祢的人，真有福氣！

他們經過乾涸的山谷，十

將它化為水泉，※

時雨初降，它將成爲幸福的田園。

他們一路愈行愈健，※

直達熙雍朝見天主。

上主、萬有的天主，請垂允我的祈禱；※

雅格的天主，求祢俯聽我的哀號。

天主，祢是我們的護祐，※

求祢眷顧祢的受傳者。

在祢殿院一日，遠勝他處千日，+

我寧可站在我天主殿宇的門限，※

也不願寄住在惡人的帳幔。

上主有如太陽，又似護盾，+

祂慈暉普照，憐憫我們，※

對忠貞的人，無不慷慨施恩。

萬有的天主，誰依賴祢，※

誰就有福，無憂無慮。

對經一

復活期外：上主，住在祢的殿裏，真

有福氣！

十二月十七、廿三：請看，普世君王

的元首、上主將要來臨，凡

準備好迎接祂的人是有福的。

復活期：我的心靈和肉軀歡欣讚頌生

活的天主，阿肋路亞。

聖歌 依二，2-5；上主的聖

殿超越羣山

「萬民都妥前來崇拜祢。」（默一五，4）

對經二

復活期外：請來，讓我們攀登上主的

聖山。

十二月十七、廿三：請向上主高唱新

歌，稱揚祂的榮耀，直到地極。

復活期：上主的聖殿超越羣山，萬民

都向它湧來，阿肋路亞。

到了末日，上主的聖殿山崗，※

必要矗立在羣山之巔。

超乎一切山岳之上，※

萬民都要向它湧來；

列國萬邦都要前來說：+

請來，讓我們攀登上主的聖山，※

前往雅格的天主的聖殿。

祂將教給我們祂的道，※

我們將遵循祂的路。

因為法律將出自熙雍，※

上主的話將來自耶京。

祂將統治列邦，※

祂要裁判萬民。

他們將把刀劍鑄成鋤頭，※

把槍矛製成鐮刀。

民族與民族不再持刀相向，※

人們也不再習武，動兵打仗。

雅格家族，請你們來吧，※

讓我們在上主的光明中前進。

對經二

復活期外：請來，讓我們攀登上主的

聖山。

十二月十七、廿三：請向上主高唱新

歌，稱揚祂的榮耀，直到地極。

復活期：上主的聖殿超越羣山，萬民

都向它湧來，阿肋路亞。

聖詠 九五：上主是大地的君王和

審判者

「他們在寶座前，在羔羊面前唱著一首新

歌。」（參閱默一四，3）

對經三

復活期外：你們要向上主歌唱，讚美

祂的聖名。

十二月十七、廿三：人子來臨時，能

在世上找到信德嗎？

復活期：你們要向萬民宣報：主為王

了，阿肋路亞。

你們要向上主高唱新歌，※

普世大地，要向上主詠唱。

你們要向上主歌唱，讚美祂的聖名，※

日復一日，不斷宣揚祂的救恩。

在列邦中，傳述祂的光榮，※

在萬民中，宣揚祂的奇能。

因為上主偉大，應極受讚美，※

祂超越衆神，可敬可畏。

衆神盡屬虛幻，※

而上主創造了諸天。

威嚴與尊榮作祂的前導，※

祂的聖所充滿威能和光耀。

各家各戶，請讚頌上主的光榮威能，※

請光耀上主的名號；

攜帶著祭品，進入祂的庭院，※

穿戴著聖潔的衣冠，叩拜上主；

普世大地，在祂面前要戰兢，※

向萬民宣布「上主為王」。

祂穩定寰宇，不再動盪，※

以正義公允審判萬邦。

蒼天和大地要歡欣鼓舞，※

海洋中的一切要踴躍歡騰；

原野中的一切都要雀躍，※

森林中的樹木也要舞蹈；

因為上主已經駕臨，※

祂來審判乾坤；

按正義審判普世，※

以信實對待萬民。

對經三

復活期外：你們要向上主歌唱，讚美

祂的聖名。

十二月十七、廿三：人子來臨時，能

在世上找到信德嗎？

復活期：你們要向萬民宣報：主為王了，阿肋路亞。

簡短讀經

雅二，12-13

你們既然按照那使人自由的法律受審判，就該照這法律說話行事，因為審判時對那不行憐憫的人，也不予憐憫；憐憫人的不怕審判。

短對答詠

領：願上主受讚美，從今世到永遠。

答：願上主：

領：唯獨祂作了奇妙化工。

答：從今世到永遠。

領：願光榮歸於父：答：願上主：

讚主曲對經：願上主、我們的天主受讚

美。

禱詞

天主使人類生活在世界上，同心合意

地努力光榮祂。我們現在誠懇地祈求祂：

上主，求祢使我們常為光榮祢而工作。

天主，萬有的造主，我們讚頌祢，

因為祢為我們創造了這美好的世界，又

賜給我們這新的一天。

我們又將開始日常的勞苦工作，求祢眷顧

我們，

使我們愉快地參與祢的工程，常順從祢

的旨意。

求祢使我們今天的工作，有益於我們的弟

兄，

使我們同他們聯合一起，也為他們的利

益建設一個合乎祢聖意的社會。

求祢救助我們和我們今天所遇見的人，

賞賜我們喜樂和平安。

我們的天父：

結束禱詞

上主天主、天地的君王，求祢今天接照祢的誠命和律法，引導、聖化並管教我們的身心、五官、思、言、行爲，使我們今天所有的活動，賴祢的助祐，都能博得祢的歡心。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠一一八，89 7 96 (±)：默想上

主法律中的聖言

「我給你們一條新命令：你們該彼此相愛，如同我愛了你們。」（若一三，34）
將臨期、聖誕期、四旬期對經，見季

節專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

對經一：上主，我尋求了祢的法律，因此祢使我生存。

上主，祢的話永垂不朽，※
堅定不移，有如蒼天。

祢的真誠代代流傳，※
奠定大地，屹立不變。

天地至今遵行祢的旨意，※
因爲萬有都是祢的僕役。

我若不喜愛祢的法令，※
我早就在患難中喪命。

我永遠不忘祢的命令，※
因此祢使我生存。

我原屬於祢，求祢救拔我，※
因爲我尋求了祢的法律。

惡人們伺機陷害我，※

我仍思念祢的規誡。

我看到任何美善，都有界限，※

惟獨祢的誠命廣濶無邊。

對經一：上主，我尋求了祢的法律，

因此祢使我生存。

聖詠七〇：上主，從我幼年時，

祢就是我的仰仗

「因著望德，要喜樂；在困苦中，要忍耐。」

（羅一二，12）

壹

對經二：上主，從我幼年時，祢就是

我的仰仗。

上主，我投靠祢，※

永遠不會蒙受羞辱。

上主，祢是公正的，求祢救拔我，※

求祢側耳俯聽，速來拯救我。

求祢做我避難的磐石，獲救的堡壘，※

因為祢原是我的磐石、我的堡壘。

天主，求祢救我脫離惡人的毒手，※

擺脫作姦犯科，不法之徒的掌握。

因為，我主上主，祢是我的寄望，※

從我幼年時，祢就是我的仰仗。

我尚在母胎中，祢就保護我，+

我出世以來，就仰賴祢，※

所以，我要不斷地讚美祢。

許多人把我看作奇跡，※

是祢作了我有力的支柱。

我要滿口讚美祢，※

我要終日頌揚祢。

我年老時，求祢不要把我拋棄，※

我力衰時，求祢不要與我遠離。

因為我的仇敵圖謀殺害我，※

窺伺我的人設計對付我說：

「天主已經拋棄了他，※

我們要追捕他，無人會來援救。」

天主，求祢不要遠離我，※

我的天主，求祢快來援助我。

願那謀害我性命的人，蒙羞出醜，※

願那希望我遭殃的人，狼狽受辱。

對經二：上主，從我幼年時，祢就是

我的仰仗。

貳

對經三：天主，直到我年老，求祢不

要離棄我。

至於我，我仍然不斷地期望，※

對祢更加不斷地讚揚。

我的口要傳述祢的寬仁，※

終日宣揚祢無數的救恩。

我要宣揚我主上主的能力，※

上主，我要傳述祢獨有的正義。

天主，我自幼年時，就蒙祢教誨，※

直到今日，我仍宣報祢的奇妙作為。

天主，直到我年老髮落，※

求祢不要離棄我。

我要將祢的威力，※

傳示未來的子息。

天主，祢的能力，祢的正義，※

委實崇高，直達天際；

天主，祢作了偉大奇事，※

誰又能與祢相比。

祢會使我經歷困苦患難，※

却使我復生，脫離大地的深淵。

求祢賜我得享太平，※

再度使我感到快慰平安。

我的天主，我要彈琴讚頌祢的真誠，※

以色列的聖者，我要鼓瑟，向祢歌詠。

當我歌頌祢時，我的雙唇必要歡騰，※

我那蒙祢救贖的靈魂，必要由衷歡慶。

我的唇舌終日傳述祢的正義，※
那些謀害我的人，已飽受羞辱。

對經三：天主，直到我年老，求祢不

要離棄我。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

格後十三，11

弟兄們，你們要喜樂，要力求完美，
要接受勸勉，要同心合意，要彼此和睦相
處。這樣，仁愛與平安的天主必與你們同
在。

領：上主垂視義人，

答：傾聽他們的呼聲。

結束禱詞

天主、至聖善的父，祢分派我們工作，
願意我們互相砥礪，日益進步。求祢恩賜

我們，於立身行事之間，常常以兒女的精
神侍奉祢，并以手足之情對待別人。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

羅六，22

現在，你們已脫離罪惡，獲得自由，
而成爲天主的僕役，就可結出聖德的果實，
最後得到永生。

領：天主，祢必將使我們復生，

答：祢的子民要因祢而歡欣。

結束禱詞

天主，祢是農田及葡萄園的主人和守
護者；祢分派我們工作，并按工作的勤勞
賜予報酬。求祢使我們能任勞任怨，肩負
起這一天的重擔。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

哥一，21-22

晚禱

你們從前與天主隔絕，並因惡行在心

讚美詩

思上與祂爲敵，可是現在天主却以基督血

一、無限的上主，

肉之軀，藉着死亡使你們與祂和好了，把

祂創造了宇宙，

你們呈獻在祂面前，成爲聖潔無瑕和無可

混沌初開時，

指摘的。

天連水，水連天，

領：上主的聖者，請向上主歌詠，

祂使它們分開，

答：稱頌祂的聖名。

天地有界限。

結束禱詞

二、上有天界，

天主，昔日此時，祢曾召叫使徒們進

下有河川，

入聖殿，現在祢也召叫我們祈禱；懇切求

各有定位，

祢，使我們虔誠地奉耶穌基督之名、所行

秩序井然；

的祈禱，能有助於所有呼求祂聖名的人獲

流水節制地熱，

得救恩。

使大地安全。

三、求主賜我豐富的恩典，

結束詞 見常用經文

面對新的誘惑，

不要讓我們重犯舊錯，

陷入兇險；

信仰放射光芒，

助我脫離虛幻。

四、大慈大悲的天父，

同性同體的聖子，

偕同天主聖神，

世世代代，

掌管宇宙，

統治人寰。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 一二二：上主是祂子民的依

賴

「兩個瞎子喊叫說：主！達味的後裔，可

憐我們吧！」（瑪二〇，30）

對經一

復活期外：我們的雙目常仰望著上主，

直到祂憐憫我們為止。

十二月十七、廿三：請看，普世君王

的元首、上主將要來臨，凡

準備好迎接祂的人，是有福

的。

復活期：上主將是你的永恒之光，天

主將是你的光榮，阿肋路亞。

高居諸天的上主，※

我舉目仰望祢。

正如僕人的眼睛望着主人的手，※

又像婢女的眼睛注視主母的手，

我們的雙目也同樣仰望著上主、

我們的天主，※

直到祂憐憫我們為止。

上主，求祢憐憫我們，憐憫我們，※

因為我們已經飽嘗欺凌，

受盡了富貴人的輕慢，※

驕傲人的侮辱。

對經一

復活期外：我們的雙目常仰望上主，

直到祂憐憫我們爲止。

十二月十七、廿三：請看，普世君王

的元首、上主將要來臨，凡
準備好迎接祂的人，是有福
的。

復活期：上主將是你的永恆之光，天

主將是你的光榮，阿肋路亞。

聖詠一二三：我們的救助來自上

主

「主對保祿說：不要害怕，……因為有我
與你同在。」（宗一八，9、10）

對經二

復活期外：我們的救助來自上主，是

祂創造了天地萬物。

十二月十七、廿三：請向上主高唱新

歌，稱揚祂的榮耀，直到地

極。

復活期：羅網已被扯破，我們都已逃

脫，阿肋路亞。

若不是上主協助我們，十

以色列應該承認：※

若不是上主協助我們，

當敵人羣起來反對我們，十

憤然攻擊我們時，※

我們早被活活地吞噬。

就像洪水將我們沖失，十

急流將我們捲走，※

巨浪將我們淹沒。

請讚美上主，祂沒有拋棄我們，※

任憑敵人摧殘蹂躪。

我們好像一隻麻雀，※

掙脫了獵人的羅網。

羅網已被扯破，※

我們才得逃脫。

我們的救助來自上主，※

是祂創造了天地萬物。

對經二

復活期外：我們的救助來自上主，是

祂創造了天地萬物。

十二月十七、廿三：請向上主高唱新

歌，稱揚祂的榮耀，直達地極。

復活期：羅網已被扯破，我們都已逃

脫，阿肋路亞。

聖歌弗一，3、10：論救主天主

對經三

復活期外：天主藉祂的聖子簡選我們，

成爲祂的義子。

十二月十七、廿三：人子來臨時，能

在世上找到信德嗎？

復活期：我從地上被舉起時，我要吸

引萬民歸依我，阿肋路亞。

願天主，我們的主耶穌基督的父受讚美，※

祂在天上，在基督內，

賜給我們各種屬神的福分：

因爲祂在創世之前，

已在基督內簡選了我們，※

使我們在祂面前聖潔無瑕；

祂又出於愛心，按照自己的決意，十

藉耶穌基督預定了我們，※

成爲祂的義子，而歸祂所有。

使人頌揚祂恩寵的光榮，※

這是祂在愛子內賜給我們的恩寵；

我們藉着祂愛子的血，在祂愛子內，※

獲得了救贖和罪過的赦免。

天主把這恩寵豐厚地傾注在我們身上，※

賜給我們各種智慧和明達，

使我們知道祂旨意的奧秘，※

這都是依照祂在愛子內所定的計劃。

按照祂的措施，時期一滿，※

就使上天下地的一切，重歸於基督。

對經三

復活期外：天主藉祂的聖子簡選我們，

成爲祂的義子。

十二月十七、廿三：人子來臨時，能

在世上找到信德嗎？

復活期：我從地上被舉起時，我要吸

引萬民歸依我，阿肋路亞。

簡短讀經

雅四，11-12

弟兄們，你們不要被彼此詆毀；詆毀弟

兄或評斷弟兄的，就是詆毀法律，評斷法

律；若是你評斷法律，你便不是守法的，

而是審判者；只有一位立法者和審判者，

就是那能拯救人，也能毀滅人的天主；然

而你是誰，竟敢評斷別人？

短對答詠

領：我得罪了祢，求祢醫治我。

答：我得：

領：我曾說過：上主，求祢憐憫我。

答：求祢醫治我。

領：願光榮歸於父。：答：我得：

謝主曲對經：我的靈魂頌揚天主，因爲祂

垂顧了我的卑微。

禱詞

基督願意引領所有的人獲得救恩。因此，

我們誠心誠意地祈求祂：

主，求祢引領所有的人歸向祢。

主，我們讚美祢，因爲祢用祢的寶血把我

們從罪惡的奴役中贖出，

！求祢將天主子女的光榮自由賜給我們。

求祢恩祐我們的主教和教會的全體主教，

結束詞 見常用經文

—使他們以歡愉和熱誠的精神為祢的子民服務。

求祢使追求真理的人，能在追求時找到真理，

—使他們找到真理後，也能與他人分享。

主，求祢救助孤兒、寡婦，和所有被遺棄的人，

—使他們在困難中，體驗到祢的關懷，而

更依賴祢。

求祢慈祥地迎接去世的弟兄進入天國，

—祢在那裏，和聖父聖神將統御一切。

我們的天父：

結束禱詞

天主，祢是永燃不熄之光；求祢今晚照耀我們，驅除我們心中的黑暗，并以祢的無限仁慈，寬恕我們的過犯。



第三週：星期二

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：請大家前來朝拜偉大的君王，

上主。

聖詠第九四首，見 3 頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、基督，祢是白晝，

祢分享聖父的光明，

掃蕩黑暗，

請俯聽我們的禱聲。

二、我們的歌聲，

劃破了黑夜的寂靜，

求祢不棄微賤，

接受我們的讚頌。

三、解除心靈的羈絆，

驅逐罪惡的陰影，

使我們不再消沈疏懶，

及時清醒。

四、基督，請寬待祢的信徒，

我們歡呼吟詠，

載歌載舞，

向祢獻上讚頌。

五、基督，仁慈的君王，

與聖父聖神，

同享光榮，

世世無窮。阿們。

日間用

一、至聖聖三，

祢創造萬有，

統治人寰；

白天使人辛勤工作，

夜間使人休息安眠。

二、由清晨到日落，

我們同聲歌頌，

晝夜不斷；

求祢時時刻刻，

保我平安。

三、請垂視卑微的僕人，

向祢俯首朝拜，

願世人的祈禱與善願，

似馨香騰空，

上升到祢台前。

四、仁慈的天父，

與聖子聖神，

同性同體，

統治乾坤，

尊威無邊。阿們。

聖詠吟唱

聖詠六七：上主光榮的駕臨

「祂帶領俘虜，登上高空，且把恩惠賜與人。」（弗四，8）

壹

對經一：天主興起，仇恨祂的人抱頭

鼠竄（復：阿肋路亞）。

願天主興起，把祂的仇敵驅散，※

仇恨祂的人抱頭鼠竄，

祢驅逐他們，使他們煙消雲散，+

惡人在天主面前滅亡，※

就像蠟被火融化一樣。

義人却歡欣踴躍，※

在天主面前手舞足蹈。

請向上主歡唱，歌頌祂的聖名，+

爲那乘雲者把道路修平，※

祂叫雅威，要在祂面前歡欣吟詠。

住在聖所內的天主，※

是孤兒的慈父，寡婦的保護。

天主使孤苦的人有房屋可住，十

祂釋放囚犯，使他們重獲幸福，※

却使叛徒留在荒涼之處。

天主，當祢救出祢的子民，※

經過曠野的時候，

高天降雨，大地震撼，※

因爲西奈的天主，以民的天主出現。

天主，祢給子民沛降甘霖，※

使旱地得到滋潤。

天主，祢的子民在那裏居住，※

祢大發慈悲，使貧苦得到照顧。

對經一：天主興起，仇恨祂的人抱頭

鼠竄（復：阿肋路亞）。

貳

對經二：我的天主，是救人的天主。

（復：阿肋路亞）。

上主發出命令，※

童女結隊前來報喜；

「諸王和軍隊倉皇回奔，※

家中的婦女分得了戰利品。

你們却在羊棧中安眠，十

猶如鴿子的翅膀鍍上白銀，※

牠的羽毛閃爍好像黃金。

全能者擊潰列王，※

勢如飛雪飄落塞孟山上。」

巴商是天主的山，※

巴商是多峰的山。

羣山，你爲何嫉視天主選住的熙雍，※

上主將住在那裏，直到永恒。

天主的戰車盈千累萬，※

上主由西奈駕臨聖殿。

祢帶領著俘虜，登上高處，+

接受萬人的貢品，※

使叛徒也在祢身邊居住。

願上主日日受讚美，+

祂承擔了我們的重負，※

祂是救我們的天主。

我們的天主是救人的天主，※

祂是使人擺脫死亡的上主。

但天主主要擊碎仇敵的頭顱，※

打破固執於惡者的腦蓋。

上主說：我要把仇敵由巴商帶回，※

將他們由海洋的深處領回。

使你從敵人的血泊中走過，※

你的狗也要來舔他們的鮮血。

對經二：我們的天主，是救人的天主

（復：阿肋路亞）。

叁

對經三：普世萬國，請向天主謳歌，

向上主詠唱（復：阿肋路亞）。

天主，萬人都瞻仰祢凱旋的行列，※

看見我主我王駕臨聖所。

歌手前導，樂隊殿後，※

少女打鼓，中間伴奏。

以色列的子孫，你們要讚美上主，※

在集會時，你們要讚美天主。

幼小的本雅明作前導，+

後有猶大的首領和隨員，※

還有則步隆和納塔里的首腦。

天主，祢曾施展大能，為我們行過奇蹟，

求祢再度顯示祢的威力。

在祢耶路撒冷的聖殿，※

列王必要向祢奉上祭獻。

求祢怒斥埃及、那蘆葦中的野獸，※

譴責列國、那羣牛犢和公牛。

令他們攜帶銀子跪地臣服，※

願祢驅散好戰的民族。

埃及將遣使來朝，※

雇士將前來向天主進貢。

普世萬國，請向天主謳歌，

向上主詠唱，※

祂馳騁在亘古的諸天之上；

請聽，祂發出聲音，隆隆的聲音，※

你們應承認天主的大能。

祂的光輝向以民照耀，※

祂的威能彌漫九霄。

天主，祢在聖所中可敬可畏，+

以色列的天主將力量和權力賜與子民，※

願天主永受讚美。

對經三·普世萬國，請向天主謳歌，

向上主詠唱（復·阿肋路亞）。

領：我要聽上主天主說的話。

答：祂向百姓所講的是和平福音。

唸適合於本日的誦讀和結束禱詞

晨 禱

讚美詩

一、晨光報喜，

人心舒暢，

大地一片錦繡，

萬物光輝明朗。

二、基督，祢是生命的活力，

祢是永恆的太陽，

我們向祢歡唱新歌，

信賴祢的人永不失望。

三、祢是聖父的智慧，

光照世界的聖言，

使萬物光輝燦爛，秩序井然，

令人心神嚮往；

四請指引我們做光明之子，

孜孜行善，

以言以行，

使天父的形像大放光芒。

五求祢護祐我們，

口舌寬厚真誠，

透過真理的實踐，

喜樂洋洋。

六、基督，仁慈的君王，

偕聖父及聖神，

同享榮光，

萬世無疆。 阿們。

聖詠吟唱

聖詠八四：我們的救援近了

「天主藉我們救主的降世，降福了祂自己的國土。」（奧利振）

對經一

復活期外：上主，祢降福了祢的國土，

赦免了祢子民的罪惡。

十二月十七、廿三：上主將離開祢的

聖所，來拯救祂的子民。

復活期：天主，祢將恢復我們的生命，

祢的子民將因祢而歡欣，阿

肋路亞。

上主，祢憐愛祢的國土，※

祢領回了流徙的雅格，

赦免了祢子民的罪惡，※

遮掩了他們的一切過錯。

祢已完全息怒，※

祢的怒火消除。

天主，我們的救主，求祢復興我們，※

止息祢對我們的憤怒。

祢豈能對我們永遠震怒？※

是否祢的氣憤永不平息？

難道祢不會使我們復生，※

使祢的子民因祢而歡欣？

上主，求祢大發慈悲，※

賜給我們救恩。

我要聽天主上主說的話：+

祢要向自己的聖徒和子民，※

向皈依祢的人宣佈和平的福音。

祢的救恩只賜與敬畏祢的人，※

使祢的光榮在我們的地上久存。

慈愛和真誠要彼此相逢，※

正義與和平將彼此相擁。

天主的正義由天上俯視，※

世人的忠誠從地下出生。

上主必會賜下甘露，※

我們的土地必會豐收。

平安緊隨祢的腳步，※

正義在上主面前開路。

對經一

復活期外：上主，祢降福了祢的國土，

赦免了祢子民的罪惡。

十二月十七~廿三：上主將離開祢的

聖所來拯救祢的子民。

復活期：天主，祢將恢復我們的生命

，祢的子民將因祢而歡欣，

阿肋路亞。

聖歌 依二六，1~4，7~9，12

：勝敵後的讚歌

「城牆有十二座基石。」（默二一，14）

對經二

復活期外：我的心靈夜間想望祢，清

晨尋覓祢。

十二月十七~廿三：我們有一座堅城

熙雍，救主將建造城牆外郭保

護它；請你們大開城門，因為
天主與我們同在，阿肋路亞。

復活期：我們信賴上主，祂就賜給我

們平安，阿肋路亞。

我們有一座堅固的城——熙雍，※

有內城外郭作護衛。

你們要大開城門，※

讓忠貞的子民走進。

他們的意志堅定，+

祿使他們保持和平，※

因為他們對祿始終信任。

你們要永遠仰賴上主，※

因為祂是永恒的磐石。

祿修平了義人的道路，※

他們得以暢行無阻；

上主，我們遵守祿的法律，

期待著祿，※

我們的心靈永遠懷念著祿的名號。

我的心靈夜間想望祿，※

清晨尋覓祿。

當祿在世上執行審判時，※

地上的居民就會學習正義。

上主，願祿給我們賜下和平，※

是祿完成了我們的一切作為。

對經二

復活期外：我的心靈夜間想望祿，清

晨尋覓祿。

十二月十七、廿三：我們有一座堅城

熙雍，救主將建造城牆外郭

保護它；請你們大開城門，

因為天主與我們同在，阿肋

路亞。

復活期：我們信賴上主，祂就賜給我

們平安，阿肋路亞。

聖詠 六六：萬民應稱頌上主

「你們要知道：天主已將這救恩，賜給了外邦人。」（宗二八，28）

對經三

復活期外：上主，願祢的容光照耀我們。

十二月十七、廿三：上主，讓我們在

世上認識祢的道路，使萬民得知祢的救贖。

復活期：大地已出產了果實，願萬民

都踴躍歡欣，阿肋路亞。

願天主憐憫我們，降福我們；※

願祂的容光照耀我們！

讓世人認識祢的道路，※

使萬民得知祢的救贖。

天主，願萬民都稱頌祢，※

願列邦都讚美祢！

願萬民都踴躍歡欣，十

因為祢按正義統治世人，※

在地上以公正領導萬民。

天主，願萬民都稱頌祢，※

願列邦都讚美祢。

大地產生五穀，※

願天主，我們的天主賜福，

願天主給我們賜福，※

願四極八方敬畏天主！

對經三

復活期外：上主，願祢的容光照耀我們。

十二月十七、廿三：上主，讓我們在

世上認識祢的道路，使萬民得知祢的救贖。

復活期：大地已出產了果實，願萬民

都踴躍歡欣，阿肋路亞。

簡短讀經

若壹四，14-15

我們曾瞻仰過，並且作證：父派遣子來作世界的救主；誰若明認耶穌是天主子，天主就住在祂內，他也住在天主內。

短對答詠

領：我的天主，我的避難所，我一心

投靠祢。答：我的天主：

領：我的護盾、我的碉堡。

答：我一心投靠祢。

領：願光榮歸於父：答：我的天主：

讚主曲對經：上主，正如祂藉歷代諸聖先

知所作的預言，為我們興起

了大能的救主。

禱詞

基督以自己的血取得了一個新的民族；我們敬拜祂，懇切地呼求祂：

主，求祢紀念祢的子民。

我們的君王、我們的救主，我們在今天的開始歌頌讚美祢，求祢俯聽我們，

—使我們不斷地讚美祢的尊威，宣揚祢的偉大。

祢是我們的希望和依靠，我們信賴祢，

—求祢使我們永不失望蒙羞。

求祢憐視我們的脆弱，快來扶助我們，

—因為沒有祢，我們就一無所能。

求祢眷念貧困和被遺棄的人，不要讓今天

成為他們的負擔，

—但成為他們的安慰和喜樂。

我們的天父：

結束禱詞

全能的天主，祢所創造的萬物多麼光

輝燦爛！求祢使我們，因祢的聖名，愉快地

開始這一天，也使我們敬愛祢，並熱誠

為人服務，以完成今日的工作。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠一一八，97-104(±)

將臨期、聖誕期、四旬期，對經見季節專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋路亞。

對經一：愛成全一切法律。

上主，我多麼愛祢的法律，※

它是我終日默想的對象。

祢的誠命永遠在我心裏，※

使我比仇敵更明智。

我比所有的教師更聰明，※

因為我常默想祢的法令。

我比老年人更爲明智，※

因為我遵守祢的律例。

我遠離了一切邪路，※

爲能遵守祢的聖道。

我沒有背離祢的訓示，※

因爲有祢作我的導師。

祢的教言是多麼甜蜜，※

在我口中比蜜更甘飴。

我從祢的誠命，獲得智慧，※

因此我憎恨邪惡的行爲。

對經一：愛成全一切法律。

聖詠七三：哀悼荒廢的聖殿

「你們不要害怕那殺害肉身的人。」

(瑪一〇，28)

壹

對經二：上主，求祢懷念祢自始所召

選的民族。

天主，祢爲何長久捨棄我們，※
對祢牧場的羊羣如此氣忿？

求祢懷念祢自始所召選的民族，+

祢所贖回作爲基業的部落，※

和祢居住的熙雍山！

請祢巡視這一片廢墟：※

敵人摧毀了聖所中的一切。

仇敵在祢的會堂中咆哮，※

豎起旗幟當作勝利的信號。

他們好像揮舞刀斧的樵夫，※

在森林中濫伐樹木。

他們舉起斧頭鐵錘，※

搗毀祢聖殿的門扉。

縱火焚燒祢的聖殿，※

褻瀆了祢的居所，

心裏說：「讓我們把他們全部消滅」，※

遂卽把所有敬主的會所燒盡。

我們已看不到神聖的標幟，+
也見不到一位先知，※

也沒有人知道這災禍何時終止。

天主，仇人辱罵祢要到幾時，※

敵人豈能褻瀆祢的名，永不休止？

上主，祢爲什麼撒手不管，※

爲什麼袖手旁觀？

但天主自古就是我們的君王，※

是祂在各地施予有力的救助。

對經二：上主，求祢懷念祢自始所召

選的民族。

貳

對經三：上主，求祢起來，伸張正

義。

祢以大能把海水分開，※

在水中擊破了大龍的腦蓋。

打碎了鱷魚的頭顱，※

作爲海怪的食物；

祢使泉水湧流成溪，※

使川流不息的江河涸竭。

祢安排白晝與黑夜，※

祢佈置星辰與日月；

大地的界限是祢劃定，※

春夏秋冬也是祢形成。

上主，求祢記住：仇人褻瀆祢，※

愚昧的民族輕視祢的聖名。

求祢不要把弱小者交與暴徒，※

不要長久忘記祢受欺壓的民族。

願祢回憶祢所立的誓盟，※

因爲暗處不斷發生暴行。

別讓受壓迫的人忍辱回城，※

要讓貧困的人歌頌祢的聖名。

天主，求祢起來，伸張正義，※

記住，愚昧者整天在嘲笑祢。

不要忘记祢仇敵的囂張，※

和祢對頭不止息的喧嚷。

對經三：上主，求祢起來，伸張正

義。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

耶二二，3

你們應該秉公行事，從壓迫者的手中

，解救受欺凌的人；不要傷害，也不要虐

待外方人和孤兒寡婦；不要在這地方殺害

無辜。

領：上主將按正義審判世人，

答：將以公平判斷萬民。

結束禱詞

全能永生的天主，祢曾在第三時辰，

給使徒們派遣了聖神；求祢此刻也派遣這

位聖愛之神降來我們心中，使我們忠貞地
爲祢向世人作證。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

申一五，7-8

如果你國內一座城裏，有一個本族的窮弟兄，你對他不可心硬，也不可袖手旁觀，該向他伸出援手，看他需要什麼，儘量借給他。

領：上主，祢垂聽了謙卑者的心聲，

答：要堅強他們的心靈，並側耳聆

聽。

結束禱詞

仁慈的天主，祢曾將拯救人類的計劃啓示給伯鐸；求祢助祐我們，於日常工作中都能契合祢的聖意，以實現祢愛人救世的計劃。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

箴二二，22-23

你不可剝削窮人，也不可在城門口欺壓弱小，因爲天主必爲他們辯護，懲處那虐待他們的人。

領：上主必拯救無助的窮人，

答：援救貧苦人的生命。

結束禱詞

天主，祢曾派遣天使指示高乃略百夫長得救之路；求祢使我們常以被派遣爲榮，一心救助衆人，今生在祢的教會內聚首，日後同升天庭，瞻仰祢的聖容。

結束詞 見常用經文

晚禱

讚美詩

- 一、偉大的造物真主，
祢固定了大地，
穩如泰山，
由混沌的洪水中浮出。
- 二、百花齊放，
大地生長植物，
結實纍纍，
人人得以果腹。
- 三、天降神恩，
治愈靈魂的創痛，
淚水洗罪污，
蠢動賴以制服。
- 四、服從天命，
遠離邪惡，

逃避死亡的威脅，
爲善最有福。

五、仁慈的聖父，

與聖子聖神同性同體，
統治大地，
永享真福。阿們。

聖詠吟唱

聖詠二四：上主是祂子民的守

護者

「願平安降在天主的新以色列身上。」

(迦六，16)

對經一

復活期外：上主保護祂的子民。

十二月十七、廿三：上主將離開祂的

聖所，來拯救祂的子民。

復活期：祝你們平安，是我：不要害

怕，阿肋路亞。

依賴上主的人，穩如熙雍山，※
要永遠屹立不搖。

羣山圍繞着耶路撒冷，十

上主也保護著祂的子民，※

從現在直到永恒。

上主不容惡勢力統治義人的命運，※

以免他們伸手行凶。

上主，求祢恩待善良的人，※

賜福給心地正直的人。

那離棄正路，走入歧途的人，十

上主必使他們與惡徒一同沉淪，※

唯願以色列永享太平。

對經一

復活期外：上主保護祂的子民。

十二月十七、廿三：上主將離開祂的

聖所，來拯救祂的子民。

復活期：祝你們平安，是我；不要害

怕，阿肋路亞。

聖詠一三〇：赤子般的信賴上

主

「我是良善心謙的，你們要向我學習。」

(瑪一一，29)

對經二

復活期外：你們若不變得像似孩童，

決不能進入天國。

十二月十七、廿三：我們有一座堅城

熙雍，救主將建造城牆外郭

保護它；請你們大開城門，

因為天主與我們同在，阿肋

路亞。

復活期：以色列，你要信賴上主，阿

肋路亞。

上主，我不心高氣傲，※

我也不敢自視過高；

我決不好大喜功，※
也不妄想成大業。

但願我的心靈，※
得享平靜與安寧；

我的心靈好似吃奶的嬰兒，※
就像嬰兒偎依在母親懷中。

以色列，你要仰賴上主，※
從現今直到永遠！

對經二

復活期外：你們若不變得像似孩童，
決不能進入天國。

十二月十七、廿三：我們有一座堅城

熙雍，救主將建造城牆外郭
保護它；請你們大開城門，
因為天主與我們同在，阿肋
路亞。

復活期：以色列，你要信賴上主，阿

肋路亞。

聖歌 默四，11；五，9，10，12

：蒙救贖者的讚詞

對經三

復活期外：上主，求祢使我們成爲天
國的子民和侍奉天主的祭司。

十二月十七、廿三：上主，讓我們在
世上認識祢的道路，使萬民
得知祢的救贖。

復活期：願一切受造物都侍奉祢，因
為祢一發言，萬物就被造成
，阿肋路亞。

上主，我們的天主，※
祢理當接受光榮，尊威和權能；
因為祢創造了萬物，※
萬物都是因祢的旨意而存在，而造成。

上主，只有祢堪當接受那書卷，※

開啓書卷上的封印。

因爲祢曾被宰殺，十

從各支派，各語言，

各民族，各國家中，※

用祢的血把我們拯救出來，歸於天主，

使我們成爲天國的子民和祭司，

侍奉我們的天主，※

我們必要爲王，統治世界。

被宰殺的羔羊理當接受權能，※

富裕、智慧、英勇、尊威、光榮和讚頌！

對經三

復活期外：上主，求祢使我們成爲天

國的子民和侍奉天主的祭司。

十二月十七、廿三：上主，讓我們在

世上認識祢的道路，使萬民

得知祢的救贖。

復活期：願一切受造物都侍奉祢，因

為祢一發言，萬物就被造成，
阿肋路亞。

簡短讀經

羅一二，9-12

愛，不可虛偽；惡，要厭惡；善，要
持守，要以手足之情彼此相愛。論尊敬，
要爭先；論關懷，不可疏忽；對於主，要
熱心侍奉；因著望德，要喜樂；在困苦中
，要忍耐；祈禱要恒心。

短對答詠

領：上主，祢的聖言萬古常新。

答：上主：

領：祢所有的真理代代相傳。

答：萬古常新。

領：願光榮歸於父：

答：上主，祢的聖言萬古常新。

謝主曲對經：我的心神歡躍於天主，我的

救主。

禱詞

天主是祂子民的希望，我們以歡愉的心呼

求祂：

上主，求祢俯聽我們。

上主，我們感謝祢，因為祢使我們因着基督而擁有一切精神的財富。

——求祢藉基督的教導，常加深我們對祢的

認識。

天主，掌權者的心都在祢手中，求祢賞賜國家首長以祢的智慧治理國事，

——使他們事事符合祢的旨意，在思言行爲

上都能使祢歡心。

祢使從事藝術的人，以他們的才能宏揚祢的榮耀和偉大，

——求祢藉着他們的作品，帶給人們希望與

歡樂，美化這個世界。

祢不容許那超越我們能力的試探、考驗我們，

——求祢堅強軟弱的人，扶助失足跌倒的人。

祢藉着祢的聖子曾經許諾：使我們在世界

末日復活，獲得永生，

——求祢永遠不要忘記那些去世的人。

我們的天父：

結束禱詞

仁慈的天主，但願我們的晚禱上達天廷，祢的福祐降臨人間；賴祢的助祐，使我們今生及來世獲得救恩。

結束詞 見常用經文

第三週：星期三

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：請大家前來朝拜、創造我們的

上主。

聖詠第九四首，見 3 頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、最美善的造物真主，

祢管理萬有，

救我出離夢境，

事主勤奮忠誠。

二、基督，請寬恕我們的惡行，

打破沈沈黑夜，

振作起來，

向上主呼求歌頌。

三、記起先知的指引，

保祿的訓示，

夜間也舉心向上，

向祢祈禱誦經。

四、祢洞察惡事，

誰能遮掩？

請垂聽我們的禱聲，

赦免我們的罪行。

五、基督，大慈大悲的君主，

與聖父聖神，

世世代代，

同享光榮。阿們。

日間用

一、全知的上主，

祢洞悉一切，

我們向祢歡呼，

求祢廣施慈恩，

時時保護。

二、偉大的善牧，

祢尋找亡羊，

悉心照顧，

接引我們走向豐盛的草原，

共成一棧一牧。

三、不要讓震怒的法官，

把我們列入受罰的羊羣，

但求祢末日審判時，

容我們進入祢的牧場，

永遠追隨善牧。

四、人類的救主，

願光榮與尊威，

德能與勝利，

永歸於祢！

統治萬物的天主。阿們。

聖詠吟唱

聖詠八八，2-38：上主對達味宗

室的仁慈

「天主從達味的後裔中興起了救主耶穌。」

(宗一三22、23)

壹

對經一：仁慈和信實作祢行事的準則

(復：阿肋路亞)。

我要永遠歌頌上主的仁慈，※

我要萬代傳述祢的真實。

我已確知祢的仁慈永遠常存，※

祢的信實如日之恒。

因為祢曾說過：十

「我所揀選的人立了約，※

向我的僕人達味起了誓：

「我要永遠保護你的後裔，※

世世代代鞏固你的王位。」

上主，願蒼天讚美祢的奇蹟，※

天使雲集頌揚祢的正義。

在高天上，誰能與上主相比？※

在諸神中，誰能與上主並列？

天主教在聖者的集會中，可敬可畏，※

在諸神的簇擁下，至尊至大。

上主，萬有的天主，誰能與祢相比？※

上主，全能的天主，祢事事信實無欺。

祢威鎮猖狂的海洋，※

平息洶湧的波浪。

祢踏碎了辣哈布的屍體，※

以大能的手臂掃蕩了仇敵。

蒼天屬於祢，大地也屬於祢，※

宇宙萬物都是祢所創立。

祢設置了四極八方，※

大博爾、赫爾孟都向祢歡唱。

祢的臂膀，孔武有力，※

祢的勇力強大無比。

正義與公理是祢寶座的基礎，※

仁慈和忠實作祢行事的準則。

上主，向祢歡唱的百姓，真有福氣，※

因為他們將生活在祢慈愛的春暉裏。

他們因祢的名整日歡天喜地，※

祢的正義使他們揚眉吐氣。

因為祢是他們賴以誇耀的神力，※

祢厚愛我們，我們才能嶄露頭角。

上主是我們的保障，※

以色列的聖者是我們的君王。

對經一：仁慈和信實作祢行事的準則

（復：阿肋路亞）。

貳

對經二：天主子按血統說是達味的後

裔（復：阿肋路亞）。

祿曾在異像中，向祿的聖者說：「十

我已將王冠加給了一位勇士，※

我從民間選拔了一位聖者。

我揀選了我的僕人達味，※

以聖油傅首賜他王位。

我的雙手給他力量，※

我的臂膀使他堅強。

仇敵將不會襲擊他，※

惡人也不能戰勝他。

我要當面把他的敵人粉碎，※

把仇恨他的人擊潰。

我常以信實和仁愛對待他，※

他必因我而威震天下。

我要使他統轄四海，※

使他治理三江。

他要稱呼我說：「我的父親！※

我的天主，我的靠山！」

我要立他爲長子，※

作地上至高的君王。

我對他的慈愛永遠保持，※

與他立的盟約，決不廢棄。

使他的後裔綿延萬代，※

使他的王位永垂不衰。

對經二：天主子按血統說是達味的後

裔（復：阿肋路亞）。

叁

對經三：我一次憑我的名起了誓，他

的後裔必要萬世興隆（復：

阿肋路亞）。

他的子孫若違背我的法律，※

不遵循我的訓諭；

他們若違犯我的章程，※

不謹守我的誠命，

我必因他們的罪過懲罰他們，※
因他們的邪惡鞭打他們。

但是我決不中止對他的仁慈，※

決不改變對他的信實。

我決不背棄我的盟約，※

決不收回我的承諾。

我一次憑我的名起了誓，※

就永遠不欺騙達味。

他的後裔必要萬世興隆，※

他的寶座如日之升，

如月之恒，高懸天空，※

永作忠實的見證。

對經三：我一次憑我的名起了誓，他

的後裔必要萬世興隆（復：

阿肋路亞）。

領：祢的言語一經解釋，眞光普照。

答：連純樸的人也能知曉。

驗適合於本日的誦讀及結束禱詞

晨 禱

讚美詩

一、離去吧！

黑夜沉沉，

昏暗及烏雲，

世間的動亂糾紛。

二、東方發白，

曙光初現，

大地燦爛，

基督已來臨。

三、陽光撥烏雲，

普照塵寰，

五光十色，

萬物莫不振奮。

四、心靈的昏瞶，

人間的虛偽，

也雲消霧散，

因為上主已降臨。

五、基督，我們只尋求祢，

懷著純樸的心神，

向祢屈膝叩拜，

哀禱歌吟。

六、求祢垂顧我們的心願，

掃除生活的困惑及缺失，

在祢的光明中，

重獲自由的精神。

七、基督，大慈大悲的君王，

偕聖父及聖神，

同享光榮，

永無窮盡。阿們。

聖詠吟唱

聖詠八五：貧困者在逆境中的祈

禱

「天主教在各種磨難中常安慰我們，願祂受讚美。」（格後一，3，4）

對經一

復活期外：上主，求祢使祢的僕人歡

喜，我的心靈仰賴祢。

十二月十七、廿三：全能的上主將從

熙雍前來，拯救祂的子民。

復活期：上主，萬民都要來朝拜祢，

阿肋路亞。

上主，求祢側耳聽我，※

因為我困苦貧窮。

求祢保護我的靈魂，十

因為我對祢虔誠，※

求祢拯救那仰賴祢的僕人。

我的天主，求祢憐憫我，※

上主，我整天呼求祢。

求祢使祢的僕人歡喜，※
上主，我的心靈仰賴祢。

上主，祢實在良善寬仁，※

以仁慈厚待呼求祢的人。

上主，求祢俯聽我的祈禱，※

細聽我的哀告。

患難之日，我向祢呼救，※

祢定要俯允我的祈求。

上主，沒有一個神明相似祢，※

沒有任何作爲可與祢的相比。

上主，祢創造的萬民齊來欽崇，※

歌頌讚揚祢的聖名。

祢偉大無比，施行奇蹟，※

祢是獨一無二的天主。

上主，求祢指給我祢的途徑，+

我必照祢的眞道進行，※

使我一心敬畏祢的名。

我的天主，我要全心向祢歌頌，※

上主，我要永遠光榮祢的聖名。

因爲祢對我的仁慈，偉大無邊，※

拯救我的靈魂，免陷陰間。

天主，傲慢的人起來攻擊我，+

一羣強橫的人想謀害我的性命，※

他們絲毫不把祢放在眼中。

上主，祢却是良善慈悲的天主，※

極其寬仁而信實，不輕易發怒。

求祢垂視我，憐憫我，+

賜給祢的僕人活力，※

援救祢婢女的兒子。

求祢顯示祢愛我的憑證，+

使仇人一見就感到慚愧，※

上主，因爲祢救助我，安慰我。

對經一

復活期外：上主，求祢使祢的僕人歡

喜，我的心靈仰賴祢。

十二月十七、廿三：全能的上主將從

熙雍前來，拯救祂的子民。

復活期：上主，萬民都要來朝拜祢，

阿肋路亞。

聖歌 依三三，13、16：天主秉

公審判

「這恩許是給你們和你們的子女，以及所有遠方的人。」（宗二，39）

對經二

復活期外：行事正直，說話誠實的人，

真是有福。

十二月十七、廿三：為了熙雍，我決

不緘默，直到她那位正義者

出現，大放光明。

復活期：我們將親眼看到光榮的君王

，阿肋路亞。

遠方的人，你們要聽我所言所行，※

近處的人，你們要承認我的大能。

熙雍的罪人膽戰心驚，※

不法之徒不勝惶恐：

「我們中間，誰能與吞噬的大火共存，※

誰能與不滅的烈燄相處？」

是那行事正直，說話誠實的人，十

他拒絕敲詐來的財物，※

搖手拒受任何賄賂。

他充耳不聞血腥之事，※

他閉眼不看犯法惡行。

這樣的人將安居高處，※

磐石的堡壘作為保護，

他的食糧有人供應，※

他的飲水永保不缺。

對經二

復活期外：行事正直，說話誠實的人，

真是有福。

十二月十七、廿三：為了熙雍，我決

不緘默，直到她那位正義者

出現，大放光明。

復活期：我們將親眼看到光榮的君王，

阿肋路亞。

聖詠 九七：上主審判萬民，獲得

勝利

上主行了奇事，※

你們要高唱新歌。

祂的右手和聖臂，※

爲祂贏得了勝利。

上主宣佈了祂的救恩，※

將祂的正義顯示給萬民。

祂沒有忘記祂的仁慈，※

和對以色列的信實。

大地四極的人，※

看見了我們天主的救恩。

普世大地，

請向上主歡呼，※

咏詩讚頌，載歌載舞。

彈着豎琴，歌頌上主，※

彈着豎琴，伴着絃韻。

吹起喇叭，響起號角，※

在上主君王面前歡呼。

「此聖詠預示主的第一次來臨和萬民的信
仰。」（聖達修）

對經三

復活期外：請在上主、君王面前歡呼。

十二月十七、廿三：上主的神臨於我

身，派遣我向貧苦人傳報喜

訊。

復活期：所有的人都要看見我們天主

的救恩，阿肋路亞。

願海洋和水族同聲高呼，※
願寰宇和萬民歡欣鼓舞。

江河拍手鼓掌，※

山岳起舞歡唱。

在上主面前歡躍，因為祂已駕臨，※

祂要親自審判大地乾坤，

以正義審判普世人羣，※

以公平治理天下萬民。

對經三

復活期外：請在上主、君主面前歡呼。

十二月十七、廿三：上主的神臨於我

身，派遣我向貧苦人傳報喜

訊。

復活期：所有的人都要看見我們天主

的救恩，阿肋路亞。

簡短讀經

約一，21；二，10 b

我赤身出離母胎，也要赤身歸去；上

主賞賜的，上主收回。願上主的名受讚美。
。如果我們由天主接受恩惠，難道就不能
接受災禍嗎？

短對答詠

領：天主，請使我的心服從祢的誡命。

答：天主……

領：請照祢的諾言賜我生命。

答：服從祢的誡命。

領：願光榮歸於父……答：天主……

讚主曲對經：上主，求祢對我們大發慈悲，

記起祢的神聖盟約。

禱詞

基督撫養並愛護教會，曾為它犧牲了性命。
我們現在懇切地祈求祢：

主，求祢垂顧祢的教會。

主，教會的善牧，祢今天賞給了我們光明

和生命，我們讚美祢，

—求祢使我們對如此鴻大的恩惠表示感謝。

求祢以慈心照顧祢所聚集的羊羣，

—不要讓父賜給祢的人，喪亡一個。

求祢引領祢的教會遵守祢的誡命，

—願聖神使教會永遠對祢效忠。

求使祢的教會在祢聖言和聖體的筵席上，

獲得活力，

—使教會藉此神糧的力量，愉快地追隨祢。

我們的天父：

結束禱詞

仁慈的天主，祢以無上的智慧造生了

我們，又細心地照顧我們；求祢光照我們

的心靈，使我們以言以行，對祢保持忠

貞。

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠一一八，105-112(廿)

將臨期、聖誕期、四旬期對經，見季

節專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

對經一：主說：跟隨我的，決不在黑

暗中行走，必有生命的光。

祢的話是我脚步前的明燈，※

是我路途上的亮光。

我今起誓，堅心定志，※

遵守祢正義的諭旨。

上主，我受苦確已深重，※

求照祢的諾言，保全我的性命。

結束詞 見常用經文

上主，請悅納我口中的頌讚，※

教導我明瞭祢的判斷。

我的生命不斷地處於危險，※

我却沒有忘記祢的規範。

惡人雖然給我設下陷阱，※

我却沒有違背祢的誠命。

祢的訓誨是我永久的基業，※

使我心中喜悅。

我要決意奉行祢的規範，※

步步遵循，直到永遠。

對經一：主說：跟隨我的，決不在黑

暗中行走，必有生命的光。

聖詠六九：天主，求祢快來救

我

「主啊！救命啊！我們快沒命了！」

（瑪八，25）

對經二：天主，我實在卑微而貧困，

求祢快來拯救我。

天主，求祢快來拯救我，※

上主，求祢速來扶助我。

願那些謀害我的人受辱，※

願那些幸災樂禍的人蒙羞；

願那些嘲笑我的人，※

滿面羞慚，轉身逃遁。

願那些尋求祢的人，都歡欣鼓舞，※

願渴慕祢救恩的人常說：

「大哉！天主。」

天主，我實在卑微而貧困，※

求祢快來拯救我。

上主，祢是我的助祐，我的救援，※

求祢不要遲延。

對經二：天主，我實在卑微而貧困，

求祢快來拯救我。

聖詠七四：上主是最高審判者

「祂從高座上推下權貴，却提拔貧困卑微。」

(路一，52)

對經三：上主審判，不憑外貌，只按

正義和公道。

我們感謝祢，天主，我們感謝祢，※

歌頌祢的名號，傳揚祢的奇蹟；

我預定的時期一旦來臨，※

我將依照公道審判眾人，

即使大地崩潰，居民驚恐，※

我仍使大地的支柱穩固不動。

我對傲慢人說：「你們不要狂妄」※

我對邪惡人說：「你們不要傲慢」。

不要夜郎自大，※

不要大言不慚，反抗天主。

救援不來自東方，也不來自西方，※

不是來自曠野，也不是來自山崗。

因為只有天主是審判者，※

祂把這人貶抑，把那人提拔；

上手持酒囊，※

滿盛祂震怒的烈釀。

要惡人們都來酌飲共享，※

直喝到最後一滴，僅餘糟糠。

這些事我要永遠傳揚，※

向雅格的天主歌唱。

惡人的權勢，我都要粉碎，※

義人的力量，我必增強。

對經三：上主審判，不憑外貌，只按

正義和公道。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

格前一三，4-7

愛是含忍的，慈祥的；愛不嫉妬，不誇張，不自大，不作失禮的事，不自私

自利，不輕易動怒，不計較別人的過錯，不喜歡不義，只喜愛真理。愛包容一切，相信一切，事事盼望，事事忍耐。

領：願那尋求祢的人都歡欣鼓舞。

答：願渴慕祢救恩的人常說：大哉天主。
主。

結束禱詞

主、聖父、信實的天主，祢曾派遣恩許之神降來，召集因罪而失散的人；求祢使我們在上，促進團結與和平。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

格前一三，8 ~ 9，13

愛永垂不朽，而先知之恩，終必消逝；語言之恩，終必停止；知識之恩，終必過去。因為我們現在所知道的，只是一部份；我們作先知所講的，也是一部份；現

今存在的，有信、望、愛這三德，其中最大的是愛。

領：上主，我們常仰望著祢，

答：求祢大發慈悲。

結束禱詞

全能仁慈的天主，感謝祢賜給我們午間這片刻的喘息；求祢垂顧我們正在進行的工作，彌補我們的過錯，使能遵照祢的旨意，予以完成。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

哥三，14 ~ 15

你們該有愛德，因為愛是全德的關鍵，還要叫基督的平安在你們心中作主；天主召叫你們歸於一體，也正是為此。所以你們該有感恩之心。

領：卑微人必將繼承樂土，

答：安享太平和幸福。

結束禱詞

天主，祢的聖子爲救贖人類，甘願在十字架上伸開雙手，任人擺佈；求祢使我們的一切作爲，幸能博得祢的歡心，藉以向世人宣揚祢的救世大業。

結束詞 見常用經文

晚 禱

讚美詩

一、至聖的造物眞主，

祢的光明充滿宇宙，

萬物燦爛光輝，

日月運行，

從不越軌。

二、羣星閃動，

各有規律；

晝夜有分界，

月份各不同，

莫不依次進退。

三、上主，求祢照亮人心，

洗淨精神的污染，

解除罪惡的桎梏，

粉碎邪惡的勢力，

一片祥和福瑞。

四、仁慈的天父，

偕唯一聖子，

施慰的聖神，

統治乾坤，

大地春回。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一二五：我們的喜樂和希望

全在天主

「你們如何分擔了痛苦，也要同樣共享安

慰。」（格後一，7）

對經一

復活期外：含淚播種的，必含笑收割。

十二月十七~廿三：全能的上主將從

熙雍前來，拯救祂的子民。

復活期：你們的憂苦將化為喜樂，阿

肋路亞。

上主率領俘虜回到熙雍，※

我們彷彿身在夢中。

那時，我們滿心歡樂，※

我們引吭高歌。

那時，異民彼此說：※

「上主爲他們作了大事！」

上主爲我們行了奇蹟，※

我們都滿心歡喜。

上主，求祢領我們重歸故里，※

好像沙漠中再見小溪。

含淚播種的，※

必含笑收割。

他們且行且哭，出去播種耕耘，※

他們載欣載奔，回來背着麥捆。

對經一

復活期外：含淚播種的，必含笑收割。

十二月十七~廿三：全能的上主將從

熙雍前來，拯救祂的子民。

復活期：你們的憂苦將化為喜樂，阿

肋路亞。

聖詠一二六：若無天主，則徒勞

無功

「你們是天主的建築物。」（格前三，9）

對經二

復活期外：上主爲我們興工建屋，防

守城堡。

十二月十七~廿三：爲了熙雍，我決

不緘默，直到她那位正義者

出現，大發光明。

復活期：我們或生或死，都是屬於主

的人，阿肋路亞。

若非上主興工建屋，※

建築的人徒然勞碌；

若非上主防守城堡，※

警醒護守也是徒勞。

縱然你清晨早起，※

深夜不眠，也徒然無益。

茹苦含辛，也僅得一飽；※

上主所愛的，却毫無煩惱。

子女是上主恩賜的產業，※

兒孫承歡是祂的酬報。

年輕力壯所得的子嗣，※

有如勇士手中的箭矢；

裝滿箭囊的人，確實有福，※

城門之前與敵相爭，決不受辱。

對經二

復活期外：上主爲我們興工建屋，防

守城堡。

十二月十七、廿三：爲了熙雍，我決

不緘默，直到她那位正義者

出現，大發光明。

復活期：我們或生或死，都是屬於主

的人，阿肋路亞。

聖歌 哥一，12 / 20：基督是萬物

的長子，是首先從死者中

復活的。

對經三

復活期外：基督是萬物的長子，祂在

萬有中高居首位。

十二月十七、廿三：上主的神臨於我

身，派遣我向貧苦人傳報喜訊。

復活期：萬有都出自祂，依靠祂，並

且歸於祂。願光榮歸於祂，

直到永遠，阿肋路亞。

感謝天父，使我們在光明中，※

堪享聖徒的福分。

祂救我們脫離了黑暗的權勢，※

把我們徙置到祂愛子的國土。

在祂愛子內，我們得到了救贖，※

獲得了罪赦。

祂是看不見的天主的肖像，※

是萬物的長子。

因爲上天下地的一切，無論有形與無形，十

上座者或宰制者，率領者，或掌權者，※

都是藉祂而創造的。

一切都藉着祂，並爲了祂而受造，十

祂在萬有之先就已存在※

萬有都賴祂而各得其所。

祂是教會的頭，也就是祂身體的頭，十

祂是原始，是首先從死者中復活的，※

使祂在萬有之中高居首位；

因爲天主樂意使整個圓滿住在祂內，※

並藉着祂在十字架傾流的血，

建立了和平。

使人間和天上的一切，※

都與天主重歸於好。

對經三

復活期外：基督是萬物的長子，祂在

萬有中高居首位。

十二月十七、廿三：上主的神臨於我

身，派遣我向貧苦人傳報喜

訊。

復活期：萬有都出自祂，依靠祂，並

且歸於祂。願光榮歸於祂，

直到永遠，阿肋路亞。

簡短讀經

弗三，20-21

願光榮歸於天主，祂能以在我們身上所發揮的德能，成就一切，遠超過我們所求所想的。願祂在教會內，藉著耶穌基督獲享光榮，至於萬世萬代。阿們。

短對答詠

領：上主，求祢救助我，求祢憐憫我。

答：上主：

領：不要把我的靈魂與罪人一同拋棄。

答：求祢憐憫我。

領：願光榮歸於父：答：上主：

謝主曲對經：全能者給我作了奇事，祂的

名號何其神聖。

禱詞

天主派遣自己的聖子作祂子民的救主和模範。我們現在謙恭地呼求祂：

上主，願祢的子民都讚頌祢。

我們感謝祢，因為祢揀選了我們獲享救恩的初果，

——祢召叫了我們分享我們的主耶穌基督的榮耀。

願所有信仰祢的人，都能一致相信祢啓示的真理，

——並願他們藉著愛德彼此團結，和平相處。宇宙萬物的造主，祢願意祢的聖子下降人間，與世人一齊出力工作。

——求祢眷顧那以勞力血汗而謀生的工人。

也求祢眷顧那些為服務人羣而獻身的人，

——不要讓他們因失敗或他人的過失，而灰心喪志。

心喪志。

求祢憐憫我們已亡的弟兄，

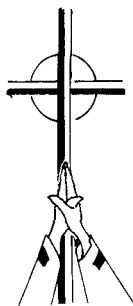
——不要將他們交於惡魔權下。

我們的天父：

結束禱詞

仁慈的天主，求祢俯聽祢教會的禱聲，寬恕我們的過犯，使我們靠祢的寵祐忠誠地侍奉祢，并在祢的保護下，身心獲得保障。

結束詞 見常用經文



第三週：星期四

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：請大家前來朝拜上主，因為祂

是我們的天主。

聖詠第九四首，見 3 頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、夜幕將大地籠罩，

遮蓋了美麗的世界；

人心的裁判，

我們滿懷信心向祢投靠。

二、基督，求祢消除邪惡，

滌淨心靈的罪污，

恩賜聖寵，

使邪魔遠逃。

三、我心冥頑不誠，

難逃罪惡的侵害，

求主救我們脫離黑暗，

只把祢尋找。

四、基督，仁慈的君王，

掃蕩黑暗，重放光明，

與聖父及聖神，

永享榮耀。阿們。

日間用

一、基督，普世君王，

俯聽僕人的祈禱，

別讓世俗的邪惡，

損害我們的信仰。

二、助我驅散邪念，

永不妬恨別人，

以善制惡，

拋棄報復的心腸。

三、憤怒、欺詐和傲慢，

遠離我心靈，

拔除自私惡根，

身心舒暢。

四、付出真誠愛心，

平安才能久享，

心靈保持純潔，

幸福才有保障。

五、基督，大慈大悲的君王，

偕同聖父及聖神，

萬世萬代，

同享光榮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠八八，38~52： 弔達味王朝

之滅亡

「上主在達味家中興起了大能的救主。」

(路一，69)

肆

對經一：上主，求祢垂顧，憐視我們

所受的恥辱。

如今，祢却對受傅者滿懷憤怒，※

將他拋棄不顧。

祢撕毀了與僕人所訂的盟約，※

將他的王冠擲在地上。

祢夷平了他的城池，※

使他的堡壘化為廢墟。

路人恣意劫奪他，※

鄰居也都嘲笑他。

祢幫助他的仇人獲勝，※

使他的敵人得意忘形。

祢使他刀折劍斷，※

作戰時，一蹶不振。

祢奪去了他的光輝，※

推翻了他的王位。

祢把他的青春縮短，※

使他飽受輕慢。

對經一：上主，求祢垂顧，憐視我們

所受的恥辱。

伍

對經二：我是出於達味家族的後裔，

我是那顆燦爛的晨星（復：

阿肋路亞）。

上主，祢不理睬我要到何時？※

祢的怒火何日平息？

求祢記得，我的生命何其短暫，※

祢所創造的人類，多麼可憐！

誰能長生不老，※

逃脫死亡的魔掌？

上主，祢曾憑信實向達味誓許，※

祢往日的慈愛，如今又在那裏？

上主，求祢記得祢僕人所受的恥辱，※

不要忘記我所受的異民的欺侮。

上主，祢的受傅者無論到何處，※

時常遭受仇人的凌辱。

願上主永遠受讚美，※

阿們！阿們！

對經二：我是出於達味家族的後裔，

我是那顆燦爛的晨星（復：

阿肋路亞）。

聖詠八九：願上主給我們廣施恩寵

「在天主面前，一日如千年，千年如一日。」

（伯後三，8）

對經三：我們的年歲有如青草逝去，

從永遠唯獨祢是天主（復：

阿肋路亞）。

上主，世世代代，※
祢是我們的安宅。

群山尚未誕生，宇宙尚未出現，※
祢就是無始無終的天主。

祢命世人歸於灰土說：※
「歸來吧！亞當的子女！」

因為一千年在祢眼前，+
就好像剛過去的昨天，※

又像夜裏的一更時間。
祢消滅他們有如清晨一覺，※

他們就好像剛出土的青草。
早晨還花開繁茂，※

晚上就萎謝枯槁。
我們因祢發怒而消滅，※

因祢的憤怒而氣絕。
祢將我們的罪過都放在祢的面前，※

祢聖容的光輝照耀我們的隱私。

我們的歲月在祢義怒下消逝，※
我們的年華不過是一聲嘆息。

我們的壽命不外是七十春秋，※
即使健壯，也不過八十寒暑。

人生時光大半是勞苦和虛空，※
轉眼即逝，我們也飄落無蹤。

誰能體會祢憤怒的威力？※
誰能覺察祢怒火的強烈。

求祢教我們數算自己的年歲，※
使我們學得內心的智慧。

上主，求祢回顧，尙待何時？※
求祢快來憐恤祢的僕役。

使我們清晨就飽享祢的慈愛，※
歡欣鼓舞，天天愉快。

求祢使我們今生多難的歲月，※
能換取來世的福榮。

求祢使祢的僕人得見祢的功業，※

向他們的子孫彰顯祢的榮耀。

願上主我們的天主廣施恩寵，+

使我們的工作順利，※

使我們手中的事業成功。

對經三：我們的年歲有如青草逝去，

從永遠唯獨祢是天主（復：

阿肋路亞）。

領：上主，在祢那裏有生命的泉源。

答：在祢的光中，我們才能看到眞光。

唸適合本日的誦讀及結束禱詞

晨 禱

讚美詩

一、黑夜遁去，

旭日東升，

人心不安，

羞愧又懺悔，

誰能作姦犯科，

光天化日中？

二、盲目與無知，

使人常誤入歧途；

光明帶來寧靜，

使心靈玉潔冰清；

口不出奸詐，

心離黑暗向光明。

三、願今日平安寧靜，

上主常護祐，

口舌保純潔，

雙目雙手不放縱；

心身不受邪惡污染，

生活磊落光明。

四、觀察人心的上主，

從日出到日落，

日以繼夜，

不離我們左右。

光榮歸於父子及聖神，

慈光普照，世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠八六：耶路撒冷是萬民之

母

「天上的耶路撒冷是自由的，她就是我們的母親。」（迦四，26）

對經一

復活期外：天主之城，人們曾提及關

於你的光榮事跡。

十二月十七、廿三：上主，我心仰望

祢；上主，我只投奔祢，求

祢快來拯救我。

復活期：我們要載歌載舞；天主之城

耶路撒冷，我們的生命之泉，

喜樂之源都在你那裏，阿肋路亞。

熙雍的基礎建於聖山，十

上主喜愛熙雍的門庭，※

勝過雅格所有的帳棚。

天主之城，請聽，※

人們曾提及你的光榮事跡：

我要將埃及和巴比倫，※

列入認識我的人中；

斐力斯、提洛、以及雇斯人，※

都在那裏出生。

提到熙雍，她要被尊稱為母親，十

因為人人都在她那裏誕生，※

至高者要親自使她堅定。

上主要在萬民戶籍簿上登記：※

「這些人都是在那裏出生」。

人們結隊，歌舞高唱：※

「祢是我們的生命之源，我們的家鄉。」

對經一

復活期外：天主之城，人們曾提及關

於你的光榮事跡。

十二月十七、廿三：上主，我心仰望

祢；上主，我只投奔祢，求

祢快來拯救我。

復活期：我們要載歌載舞；天主之城

耶路撒冷，我們的生命之泉，

喜樂之源都在你那裏，阿肋

路亞。

聖歌 依四〇，10、17：善牧是

至高者、大智的天主

「我快要來，要隨身帶來酬報。」

(默二二，12)

對經二

復活期外：上主將帶著大能降臨，隨

身帶來獎品。

十二月十七、廿三：上主，求祢報答

那些期待祢的人，使祢的先

知們都忠貞不渝。

復活期：祂必像牧羊人把羔羊聚在一

起，甚至抱在懷中，阿肋路

亞。

我主上主將帶著大能降臨，※

祂掌握統治一切的大權。

看哪！祂隨身帶來獎品，※

賞報在祂面前。

祂好像牧人，牧放羊羣，+

以手臂聚集羔羊，抱在懷中；※

引導懷胎的母羊。

誰會用手心量過海水？※

用手掌測過蒼天？

誰曾用升斗衡量過地上的塵土，+

用秤稱過山嶺，※

用天平衡量過丘陵的重量？

有誰知曉上主的心思，※

或作過祂的參謀，開導過祂？

祂曾向誰討過主意，向他領教，※

教給祂正義的道路？

有誰授與祂知識，※

指給祂明智的途徑？

萬民就像桶裏的一滴水，+

天平上的一粒細沙；※

島嶼也只是一撮塵土。

黎巴嫩的叢林，不足以充作祭薪，※

所有禽獸，不足以獻作全燔祭品。

萬民在祂面前等於烏有，※

在祂看來，也純屬子虛。

對經二

復活期外：上主將帶著大能降臨，隨

身帶來獎品。

十二月十七、廿三：上主，求祢報答

那些期待祢的人，使祢的先

知們都忠貞不渝。

復活期：祢必像牧羊人把羔羊聚在一

起，甚至抱在懷中，阿肋路

亞。

聖詠九八：上主我們的天主神聖

無比

「祢凌駕羊魯賓之上，當祢取了我們的形

體時，改變了大地的惡劣處境。」

（聖達修）

對經三

復活期外：你們要頌揚上主、我們的

天主，在祂的聖山前俯首朝

拜。

十二月十七、廿三：上主，求祢聊一

迴目，快來惠顧祢的僕人，

請勿遲延。

復活期：上主在熙雍，偉大堂皇；尊

貴崇高，統治萬邦，阿肋路

亞。

上主爲王，萬民膽戰心驚，※

祂在革魯賓之上登極，大地震動。

上主在熙雍，偉大堂皇，※

尊貴崇高，統治萬邦。

願他們讚美祢的大名，※

可敬可畏，至尊至聖。

祢是愛好正義的大能君王，+

祢制定了公正的法律，※

在雅格家執行了審判、主持正義。

你們要頌揚上主，我們的天主，+

在祂的腳凳前俯首朝拜，※

祂是我們的天主，神聖無比。

梅瑟和亞郎是祂的祭司，※

撒慕爾呼求祂的名字。

他們呼求上主，上主立刻俯聽，※

祂從雲柱中，向他們講話。

他們遵守了祂的誠命，※

和頒佈給他們的法令。

上主，我們的天主，祢俯聽了他們，+

天主，祢憐憫了他們，※

但是祢也懲罰了他們的惡行。

你們要頌揚上主，我們的天主，+

在祂的聖山前，俯首朝拜，※

上主，我們的天主，神聖無比。

對經三

復活期外：你們要頌揚上主、我們的

天主，在祂的聖山前俯首朝

拜。

十二月十七、廿三：上主，求祢聊一

迴目，快來惠顧祢的僕人，

請勿遲延。

復活期：上主在熙雍，偉大堂皇；尊

貴崇高，統治萬邦，阿肋路亞。

簡短讀經

伯前四，10-11

你們都應依照自己所領受的神恩，彼此服務，做天主各種恩寵的好管理員。講道的，要按天主的話講；服務的，要本着天主所賜的力量服務，使天主在一切事上，都因耶穌基督而受光榮。

短對答詠

領：上主，我全心呼求祢，求祢俯

聽。 答：上主：

領：我要遵守祢的誠命。

答：求祢俯聽。

領：願光榮歸於父：答：上主：

讚主曲對經：我們要言行聖善事奉上主，

祂必拯救我們擺脫敵手。

禱詞

天主聖父常以無比的愛心引導和照顧我們；我們要感謝祂，歡欣地呼求祂：

上主，願光榮永遠歸於祢。

至寬仁的父，祢對我們的慈愛遠比山高、水深，我們讚美祢，

——因為祢神奇地創造了我們，更神奇地改造了我們。

在這一天的開始，求祢激發我們的心靈，使我們今天能熱誠地侍奉祢，

——使我們以言以行常常讚頌祢。

求祢洗淨我們心中的一切邪念，

——使我們常注意遵行祢的聖意。

求祢使我們對弟兄們的急需，能慷慨援助，

——好讓他們能分享我們的兄弟之愛。

我們的天父：

結束禱詞

全能永生的天主，祢以東方升起的曙光——我們的主耶穌基督，從高天照耀我們；求祢也照耀那些坐在死亡陰影中的人們。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 季節專用

聖詠吟唱

聖詠一一八：113 ~ 120 (曲)

將臨期、聖誕期、四旬期對經，見季節專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋路亞。

對經一：上主，請照祢的諾言支持我，使我生存。

我惱恨三心二意的人，※

我却喜愛祢的法律。

祢是我的藏身地，是我的盾牌，※

祢的話就是我的希望。

邪惡的人，離開我吧！※

讓我遵守天主的法律。

請照祢的諾言支持我，使我生存，※

不要使我的希望成爲泡影。

祢一扶持我，我就安全，※

我要時常恪守祢的訓言。

違背祢法令的，祢都擯棄；※

他們所圖謀的都是詐欺。

地上的惡人，祢都看作渣滓，※

因此，我非常喜愛祢的法制。

我因敬畏祢而全身戰慄，※

對祢的判斷我心懷恐懼。

對經一：上主，請照祢的諾言支持我，

使我生存。

聖詠七八：哀悼耶路撒冷

「但願你知道有關你平安的事。」

(路一九，42)

對經二：天主，我們的救主，求祢寬

恕我們的罪過。

天主，異民侵入了祢的領土，十

褻瀆了祢的聖殿，※

使耶路撒冷成爲廢墟，

將祢僕人的屍首充作飛鳥的食物，※

把祢聖徒的血肉拋給地上的走獸。

他們殺害了祢的聖徒，血流成河，十

染紅了耶路撒冷四周的水渠，※

沒有留下一人來埋葬屍體。

我們成了鄰邦欺凌的對象，※

做了鄰居嘲弄的笑柄。

上主，祢發怒要到何時？難道永不終止？※

祢的怒火是否常燃不熄？

求祢不要向我們追討祖先的罪債，十

求祢速來對我們表示慈愛，※

因爲我們貧困，無所依賴。

天主，我們的救主，※

爲了祢的光榮，求祢協助我們。

上主，爲了祢的聖名。※

求祢寬赦我們的罪過。

爲何讓異民說：「他們的天主在那裏？」十

求祢在我們眼前讓萬民知道，※

祢僕人們的血債，必要償報。

願祢俯聽囚徒的呼救，※

願祢以大能釋放死囚。

我們是祢的子民，祢牧場的羊羣，※

我們要讚頌祢，傳揚祢，萬世無窮。

對經二：天主，我們的救主，求祢寬

恕我們的罪過。

聖詠七九：上主，請看顧祢的葡

萄樹。

「主耶穌！請祢快來！」（默二二，20）

對經三：萬有的天主，求祢自天垂顧

這棵葡萄樹。

以色列的牧者，請留心細聽，※

祢率領若瑟有如率領羊羣。

坐在革魯賓之上者，※

請在厄弗辣、本雅明、默納協面前，

大顯光榮。

請彰顯祢的威能，※

來拯救我們。

天主，求祢扭轉我們的命運，※

顯露祢的聖容，使我們獲得救恩。

上主，萬有的天主，※

祢惱怒祢子民的祈禱，要到何時？

祢使他們吃淚水浸透的食物，※

涕泗交流，充作飲料。

祢使我們成爲鄰國反對的對象，※

使敵人對我們冷嘲熱諷。

萬有的天主，求祢扭轉我們的命運，※

顯露祢的聖容，使我們獲得救恩。

祢從埃及移來一棵葡萄樹，※

爲種植這樹，曾把異民驅除。

祢爲這樹開墾了田畦，※

使它深深扎根，蔓延大地。

它的蔭影遮蔽了崇山峻嶺，※

枝葉茂盛猶如高聳的蒼松；

桤枝伸展到海岸，※

嫩芽綿延到河畔。

祢爲何拆毀了籬笆，※

任憑路人來砍伐？

森林的野豬把它踐踏，※

田間的野獸將它吞下？

萬有的天主，求祢回顧，※
從高天垂顧這葡萄樹。

求祢保護祢親手種植的園圃，※

照顧祢親自培育長大的小樹。

對那些焚燒，砍伐它的人，※

求祢顯出怒容，消滅他們。

願祢的手扶持祢特選的人！※

祢親自撫養壯大的子民。

從此，我們不再背離祢，※

讓我們生存，呼求祢的聖名。

上主，萬有的天主，十

求祢扭轉我們的命運，※

顯露祢的聖容，使我們獲得救恩。

對經三：萬有的天主，求祢自天垂顧

這棵葡萄樹。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

智一九，22

上主，祢以各種方式顯揚並光榮了祢
的子民，從未慢待他們，卻隨時隨地加以
保護。

領：祢是施行奇蹟的天主，

答：在萬民中彰顯了祢的大能。

結束禱詞

上主，當年使徒們在第三時辰祈禱時，
曾領受了祢賜的聖神；求祢仁慈地賞賜
我們，也分享這同樣的恩惠。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

申四，7

有哪個強大民族的神，像上主、我們
的天主，在我們每次呼求祂時，這樣親近
我們呢？

領：上主親近所有呼求祂的人，

答：祂必俯聽他們的呼求，施以救

援。

結束禱詞

全能永生的天主，在祢面前沒有黑暗、
沒有晦冥；求祢以燦爛的光輝照耀我們，
使我們遵守祢的誠命，以豁達的胸懷、忠
誠地向天國之路邁進。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

艾一〇，9

我的選民是以色列。他們曾向天主哀
號。上主拯救了祂的子民，使我們脫離了
一切災禍，天主在列邦中行了空前的奇蹟
和偉業。

領：上主，我稱謝祢，因為祢俯允了

我，

答：並將祢的救恩賜給了我。

結束禱詞

上主，求祢俯聽我們的祈禱，使我們
常能追隨祢唯一聖子忍耐的榜樣，并在逆
境中堅忍不拔，有始有終。

結束詞 見常用經文

晚禱

讚美詩

一、大能的天主，

祢造生萬物，

魚族水中游，

鳥類飛翔在天空，

各歸其所，

各顯其能。

二、求祢普施宏恩，

滌除僕人的罪污，

使我們不再失足，
免遭喪亡的悲痛；

上主，我們的天主，
我們向祢哀禱歌頌。

三、慈悲的天主，

求祢大力助祐，

不怕邪惡的張狂，

也不自滿自足，

不因挫折而灰心喪志，

不因驕傲而失落恩寵。

四、仁慈的天父，

偕唯一聖子，

施慰的聖神，

統治大地乾坤，

同享尊威與光榮，

世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 一三一：天主給達味宗室的

恩許

「上主天主要把耶穌祖先達味的御座賜給
祢。」（路一，32）

壹

對經一

復活期外：上主，願祢的聖民踴躍歡
欣，進入祢的住所。

十二月十七、廿三：上主，我心仰望
祢；上主，我只投靠祢，求
祢快來拯救我。

復活期：上主天主把耶穌祖先達味的
王座賜給了祢，阿肋路亞。

上主，求祢懷念達味，※
和他的一切勞瘁。

因為他曾向上主發誓，※
向雅格的大能者許願：

除非我爲上主找到居處，※

爲雅格的大能者，準備好帳幕，

我決不進入我的房屋，※

也決不登上牀舖，

我決不閉眼，※

也不睡眠。

我們聽說約櫃在厄弗辣，※

就在雅爾平原找到了它。

「讓我們進入祢的住宅，※

在祢脚前俯首叩拜。」

上主，祢和祢威能的約櫃，※

請起來，駕臨祢安居之所。

願祢的祭司身披正義，※

願祢的聖民踴躍歡喜。

爲了祢的僕人達味，※

莫將祢的受傅者拋棄。

對經一

復活期外：上主，願祢的聖民踴躍歡

欣，進入祢的住所。

十二月十七、廿三：上主，我心仰望

祢；上主，我只投靠祢，求

祢快來拯救我。

復活期：上主天主把耶穌祖先達味的

王座賜給了祢，阿肋路亞。

貳

對經二

復活期外：上主揀選了熙雍做祢的王

宮。

十二月十七、廿三：上主，求祢報答

那些期待祢的人，使祢的先

知們都忠貞不渝。

復活期：耶穌基督是唯一大能者，萬

主之王，衆主之主，阿肋路

亞。

上主向達味起了誓，※
決不會將誓言收回：

「我要使你的兒子，※

繼承你的王位。」

你的子孫若遵守我的誓約和典章，※

他們的子孫也必世代爲王，

上主揀選了熙雍，※

作爲自己的王宮：

「這是我永久安息之處，※

我願意在這裏居住。

我要賞賜城中食糧充裕，※

窮人都得飽飫，

祭司蒙受救恩，※

聖民踴躍歡欣。

我要在這裏爲達味興起一位後裔，※

受傅者前明燈常燃，王位永垂弗替。

我要使他的仇敵備嘗羞辱，※

使他頭上的冠冕光耀奪目。」

對經二

復活期外：上主揀選了熙雍做祂的王

宮。

十二月十七、廿三：上主，求祢報答

那些期待祢的人，使祢的先

知們都忠貞不渝。

復活期：耶穌基督是唯一大能者，萬

主之王，衆主之主，阿肋路

亞。

聖歌 默一一，17、18；一二，

10、12：天主的審判

對經三

復活期外：上主，萬民將一同前來，

向祢叩拜。

十二月十七、廿三：上主，求祢聊一

迴目，快來惠顧祢的僕人，

請勿遲疑。

復活期：上主，誰能像祢那樣神聖尊

威，阿肋路亞。

今昔永存的上主，全能的天主！+

我們感謝祢，✽

因為祢掌握大權，統治乾坤。

異民憤憤不平，✽

祢的震怒隨即來到。

那時祢也審判死者，+

對祢的僕人、先知、聖徒，✽

以及敬畏祢名的，無論尊卑，一律酬庸。

現在我們的天主已完成救恩，

彰顯威能，建立神國，✽

祂的受傅者基督已擁有權威；

日夜在天主面前的控訴者，✽

那誣告我們弟兄的，已從天上被摔下。

他們靠自己的證言和羔羊的血，

戰勝了惡魔，✽

他們寧願殺身成仁，捨生取義。

為此，高天和天上的聖民，✽

請你們鼓舞歡欣。

對經三

復活期外：上主，萬民將一同前來，

向祢叩拜。

十二月十七、廿三：上主，求祢聊一

迴目，快來惠顧祢的僕人，

請勿遲疑。

復活期：上主，誰能像祢那樣神聖尊

威，阿肋路亞。

簡短讀經

伯前三，8-9

你們大家都要同心合意，同甘共苦，

友愛如弟兄，慈悲為懷，謙虛溫和；總不

要以惡報惡，以罵還罵；反而要祝福，因

為你們蒙召，就是為了承受主的降福。

短對答詠

領：上主要以上等的麥麵養育選民。

答：上主：

領：用石縫中流出的野蜜飽飫我們。

答：養育選民。

領：願光榮歸於父：答：上主：

謝主曲對經：上主從高座上推下權貴，却

提拔了弱小卑微。

禱詞

基督是祂子民的牧者，保護者和安慰者。

我們現在以虔誠的心懇求祂：

主，我們的避難所，求祢俯聽我們。

主，祢召叫了我們進入祢的聖教會，我們

感謝祢，

——求祢保佑我們，使我們常常忠於祢的教

會。

祢會把照顧全世教會的責任，交託給我們

的教宗，

——求祢賞賜他堅強的信德，活潑的望德和

熱切的愛德。

求祢賞賜罪人回頭改過，使失足跌倒的人

能再站起來，

——使所有的人，都能改過自新，獲得救恩。

祢會寄居異地，度過流亡的生活，

——求祢記得那些離鄉背井，居無定所的人。

求祢也記念那些會仰望祢的亡者，

——賞賜他們永遠的安息。

我們的天父：

結束禱詞

天主，在這一天的快要結束的時刻，我

們感謝祢的照顧；并求祢以無限仁慈，寬

恕我們因人性脆弱所造成的種種過錯。

結束詞 見常用經文

第三週：星期五

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：請大家讚美天主，因為祂的慈

愛永遠常存。

聖詠第九四首，見3頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、三位一體的天主，

祢統治宇宙，

我們起來同聲讚頌，

求祢仁慈地垂聽。

二、夜深人靜，

遍地安寧，

我們向祢呼求，

治癒心靈的創痛。

三、魔鬼狡計多端，

誘我們墮入陷阱，

恢復心靈的健康，

要靠上主的大能。

四、我們虔誠求主，

賜我們豐富的聖寵，

助我們努力行善，

不再遠離上主的光明。

五、仁慈的天父，

偕同聖子及聖神，

統治大地人類，

世世無窮。阿們。

日間用

一、慈悲的基督，

速來救助人類，
我們向祢哀訴，

請垂視子民的信心，

洗除信徒的罪污。

二、仰望聖架與聖身，

爲救萬民，

承受了無盡的痛苦；

求祢保祐祢救贖的子民，

從此得享天福。

三、基督，萬民的救主，

大慈大悲的君王，

偕聖父及聖神，

世世代代，

同享永福。阿們。

聖詠吟唱

聖詠六八，2-22，30-37：對祢

殿宇的熱忱已將我耗盡

「他們就拿苦艾調合的酒給耶穌喝。」

(瑪二七，34)

壹

對經一：我因呼救而聲嘶力竭，期待

着我的天主(復·阿肋路亞)。

天主，求祢快來援救，※

因爲大水已淹至我的咽喉。

我已深陷泥淖中，不能自拔，※

我沈入深水中，慘遭滅頂。

我因呼救而聲嘶力竭，喉嚨沙啞，※

我期待我的天主，望眼欲穿。

無故憎恨我的歹徒，※

擢髮難數。

無理攻擊我的仇敵，※

比我孔武有力。

我沒有搶過財物，※

反倒要我交出。

天主，我的愚昧，祢完全知悉，※
我的罪過，也瞞不過祢。

上主，萬有的天主，※

願仰望祢的人，不要因我而蒙羞。

以色列的天主，※

願尋覓祢的人，不要因我而受辱。

我爲了祢飽受輕慢，※

害得我滿面羞慚。

兄弟把我視爲過路客，※

同胞拿我當作陌生人。

我對祢的聖殿滿懷熱忱，

而致心力交瘁，※

辱罵祢的話都落在我身上。

我含淚守齋，克己苦身，※

竟成了我受辱的原因。

我身披麻衣，以示哀慟，※

也被他們當作笑柄。

他們在街頭巷尾議論我，※
連酒徒也拿我作歌戲弄我。

對經一：我因呼救而聲嘶力竭，期待

着我的天主（復·阿肋路亞）。

貳

對經二：他們拿苦膽給我當食物，我

渴了，他們竟給我酸醋喝。

上主，在祢施恩的時候，※

我懇切祈求祢。

天主，祢是慈愛的，求祢俯允我，※

祢是正義的，求祢拯救我。

求祢把我救出泥淖，不致沈沒，※

救我擺脫仇敵和洪水的旋渦。

莫讓洪濤淹沒我，+

勿讓深淵吞滅我，※

別讓陷阱掩埋我。

上主，祢仁愛慈祥，求祢俯聽我，※

祢慈悲無量，求祢垂顧我。

求祢不要掉頭不理祢的僕人，※

因為我身處困境，求祢速加憐憫。

求祢快來我身旁，保護我，※

我仇敵衆多，求祢拯救我。

祢知道我所受的欺凌和侮辱，※

也都認得那些迫害我的歹徒。

欺凌使我心碎，而致筋疲力盡，十

我期待人的同情，却舉目無親，※

我渴望人的安慰，却四顧無人。

他們拿苦膽給我當食物，※

我渴了，他們竟給我酸醋喝。

對經二：他們拿苦膽給我當食物，我

渴了，他們竟給我酸醋喝。

叁

對經三：你們要尋求上主，必會滿心

喜樂（復：阿肋路亞）。

天主，我痛苦悲傷，※

祢的救助使我堅強。

我要以詩歌讚美天主的聖名，※

以稱謝宣揚天主的尊榮；

這比奉獻公牛或牛犢，※

更能取悅於上主。

謙卑的人看見了，必要歡欣鼓舞，※

你們要尋求天主，必會滿心喜樂。

因為上主常憐憫貧困的人，※

從不忘記祂被囚的人。

願高天和大地讚美上主，※

願海洋和水族頌揚天主。

天主要拯救熙雍，重建猶大的城邑，※

使祂的子民據為己有，在那裏定居。

祂僕人的後裔要繼承這塊土地，※

愛慕祂名的人，都要住在那裏。

對經三：你們要尋求上主，必會滿心

喜樂（復：阿肋路亞）。

領：上主將指示給我們祂的道路。

答：我們將遵行祂的途徑。

唸適合於本日的誦讀及結束禱詞

晨 禱

讚美詩

一、基督，祢是聖父的獨子，

聖潔童貞的愛兒；

祢是天上的榮光，

人間衆生的希望；

二、求祢支持我們，

恩賜力量，

滿懷虔敬和興奮，

向祢讚頌歌唱。

三、曉星升起，

迎接朝日的光芒，

黑暗已逝，

得見基督的聖光。

四、但願正義的太陽，

照在我們身上，

照亮我們的心胸，

黑暗不再狂妄。

五、信德在心生根，

望德使生活振作，

愛德光芒四射，

日益茁壯。

六、基督，大慈大悲的君王，

偕聖父及聖神，

同享榮光，

萬世無疆。阿們。

聖詠吟唱

聖詠五〇：天主，求祢憐憫我

「你們應在心思念慮上煥然一新，穿上新

人。」（弗四，23-24）

對經一

復活期外：上主，我唯獨得罪了祢，

求祢憐憫我。

十二月十七-廿三：將要為王的那一

位，要從熙雍而來：祂是主

，厄瑪努爾是祂偉大的名號。

復活期：上主，求祢洗淨我的過犯，

阿肋路亞。

天主，祢是仁慈的，求祢憐憫我，※

祢有豐富的慈愛，求祢消滅我的罪惡。

求祢洗淨我的過犯，※

消除我的罪愆。

因為我認清了我的罪過，※

我的罪惡常在我的眼前。

我得罪了祢，唯獨得罪了祢，※

我在祢面前做了惡事；

因此，祢在判決時，顯示了祢的正義，※
祢在斷案時，表現了祢的公平。

的確，我在罪惡中出生，※

我的母親在罪惡中懷孕了我。

是的，祢喜愛內心的真誠，※

求祢使我的心靈充滿智慧。

求祢洗滌我，使我潔淨，※

洗滌我，使我潔白，白於雪。

求祢使我聽到愉快的歌聲而喜樂，※

使祢所折斷的骨骼再度雀躍。

求祢轉面不要看我的罪過，※

消除我的一切邪惡。

天主！求祢給我再造一顆純潔的心，※

在我五內注入堅強的精神。

求祢不要驅逐我、疏遠我，※

不要從我身上剝奪祢的聖神。

求祢再賜我得救的喜樂，※

以慷慨的精神扶持我。

我要引導惡人走上祢的道路，※

罪人也要歸依祢。

天主，我的救主，求祢豁免我的血債，

我的口舌必要宣揚祢的公義。

上主，求祢開啓我的唇舌，※

我要親口讚頌祢。

因爲祢並不喜歡祭獻，※

我獻全燔祭，祢也不會悅納。

天主，我的祭獻，就是痛悔的精神，※

祢決不輕視一顆痛悔和謙卑的赤心。

上主，求祢對熙雍廣施慈愛，※

爲耶路撒冷重建城垣；

祢必悅納合宜的犧牲，祭品和燔祭，※

那時，人們將把牛犢

呈獻在祢的祭壇上。

復活期外：上主，我唯獨得罪了祢，

求祢憐憫我。

十二月十七~廿三：將要爲王的那一

位，要從熙雍而來，祢是主

，厄瑪努爾是祢偉大的名號。

復活期：上主，求祢洗淨我的過犯，

阿肋路亞。

聖歌 耶一四，17~21：飢荒和

戰爭中的哀歎

「天主的國臨近了，你們悔改，信從福音

吧！」（谷一，15）

對經二

復活期外：上主，我們向祢認罪，我

們實在得罪了祢。

十二月十七~廿三：你們要貫徹始終，

便會看到上主賜與你們的救

對經一

援。

復活期：基督在十字架上親身承擔了

我們的罪過，阿肋路亞。

願我的眼淚直流，晝夜不息，※

因為我的民族遭受嚴重的摧殘和打擊；

我走到田野，

便看到死於刀下的屍體，※

進入城中，就看見忍饑受餓的羣衆。

先知和祭司也都流亡，※

紛紛逃往陌生的地方。

難道祢決意拋棄猶大，※

或者祢真心厭惡熙雍？

爲什麼祢打擊我們，※

致使我們無法醫治？

我們原指望和平，却不見好轉，※

希望醫治的時日，却只有恐怖。

上主，我們向祢認罪，十

也承認祖先的過犯，※

我們實在得罪了祢。

願祢爲了祢的聖名，

不要嫌棄我們，※

不要玷污祢光榮的御座！

求祢記憶，※

不要廢除祢與我們訂立的盟約。

對經二

復活期外：上主，我們向祢認罪，我

們實在得罪了祢。

十二月十七~廿三：你們要貫徹始終，

便會看到上主賜與你們的救

援。

復活期：基督在十字架上親身承擔了

我們的罪過，阿肋路亞。

聖詠九九：進入聖殿者的喜樂

「上主命得救的人高唱凱歌。」（聖達修）

對經三

復活期外：上主是天主，我們是祂的

人民，是祂牧場的羊羣。

十二月十七~廿三：至於我，我要仰

賴上主，寄望於我的救主天

主。

復活期：要載歌載舞地到上主面前，

阿肋路亞。

普世大地，請向上主歡呼，十

興高彩烈地事奉上主，※

到祂面前時，載歌載舞。

要知道，唯有上主是天主，※

祂創造了我們，我們屬於祂。

我們是祂的子民，※

是祂牧場的羊羣。

你們要進入祂的門庭，報謝主恩，十

高唱讚美詩進入祂的庭院，※

稱謝祂，讚美祂的聖名。

的確，上主溫良慈善，十

祂的慈愛直到永遠，※

祂的信實，世世綿延。

對經三

復活期外：上主是天主，我們是祂的

人民，是祂牧場的羊羣。

十二月十七~廿三：至於我，我要仰

賴上主，寄望於我的救主天

主。

復活期：要載歌載舞地到上主面前，

阿肋路亞。

簡短讀經

格後一二，9~10

我寧願誇耀我的軟弱，好讓基督的能

力常在我身上。因此，我為基督的緣故，

樂於忍受各種軟弱、艱難、迫害和困苦，

因為我軟弱的時候，正是我剛強的時候。

短對答詠

領：求祢使我早晨得聞祢的仁慈。

答：求祢：

領：因為我全心仰賴祢。

答：得聞祢的仁慈。

領：願光榮歸於父：答：求祢：

讚主曲對經：上主眷顧、救贖了自己的民族。

禱詞

基督爲了我們而誕生在世，死而復活。我們現在舉目仰望祢，虔敬地祈求祢：

主，求祢拯救祢用寶血所贖回的人。

人類的救主、耶穌！祢曾毫不遲疑地爲我們受苦受難，受十字架的苦刑，並以祢的寶血贖回了我們。

！我們感謝祢，讚美祢。

祢曾答應，要把湧入永生的活水賜給我們，
！求祢把祢的聖神賜給萬民。

祢派遣了門徒向普世宣講福音，

！求祢輔助他們，擴展祢十字架的勝利。

祢願意病弱和受苦的人，共同背負祢的十字架，

！求祢賞賜他們毅力和忍耐。

我們的天父：

結束禱詞

全能的父，求祢以眞光照耀我們，使我們遵循祢誠命的道路，常常追隨祢——我們的領袖、和導師。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠二一：義人哀求，上主垂

允

「耶穌大聲喊：厄里，厄里，拉瑪，撒巴克塔尼？」（瑪二七，46）

壹

將臨期、聖誕期、四旬期對經，見季

節專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

對經一：我們看見祂受盡了侮辱，是

個苦人，飽嘗病痛。

我的天主，我的天主，

爲何捨棄我？※

我哀號求助，爲何不理我？

我的天主，我白日呼號，

祢不俯聽，※

我黑夜哀禱，也得不到安寧。

至於祢，祢本崇高而神聖，※

常享以色列的歌頌。

我們的祖先曾依賴祢，※

他們依賴祢，祢便把他們救起。

他們呼求祢，便得到拯救，※

他們信靠祢，便沒有蒙羞。

至於我，我是條微蟲，已無人形，※

人們侮辱我，冷嘲熱諷。

凡看見我的人，都在譏笑我，※

都撇着嘴，搖着頭說：

「他既然信賴上主，上主就應解救，※

上主既然喜愛他，上主就該救助。」

是祢使我由母腹出生，※

叫我在母懷中得享安寧。

我尚在母胎，祢早已是我的天主，※

我一出生，就被托付給祢。

現在大難臨頭，求祢不要遠離我，※

求祢快來，因爲沒有人能扶助我。

對經一：我們看見祂受盡了侮辱，是個苦人，飽嘗病痛。

貳

對經二：他們分了耶穌的衣衫，爲祂

的長袍抽籤。

兇狠的敵人把我圍困，※

有如成羣的公牛向我逼近。

他們都向我張牙舞爪，※

好像怒吼掠食的獅子。

我好像被潑出的水，※

我的骨頭，支離破碎。

我的心好像成了蜂蠟，※

在我身內全然溶化。

我的喉嚨乾得好似瓦片，+

舌頭緊貼在口腔上面，※

祢竟使我在死灰中輾轉。

成羣的惡犬把我圍困，※
大批的歹徒向我逼近。

他們穿透了我的手足，※
我的骨骼，歷歷可數。

他們注目監視着我，+
瓜分了我的衣衫，※

爲我的長袍抽籤。

上主，求祢不要遠離我，※

我的救主，求祢速來援助我。

求祢救我免遭刀割，※

使我擺脫惡犬。

求祢由獅子口中救我脫身，※

從野牛角下救出這苦命人。

我要向我的弟兄宣揚祢的名，※

在盛大的集會中，向祢歌頌。

對經二：他們分了耶穌的衣衫，爲祂

的長袍抽籤。

叁

對經三：列國萬民必在上主面前屈膝

叩拜。

敬畏上主的人，請讚美上主，※

雅格的後裔，請光耀上主。

以色列的子孫，請敬畏上主，※

因為祂從不忽視窮人的苦楚。

對窮人祂從未轉面不顧，※

窮人一呼求上主，祂立刻俯聽。

在盛大的集會中，我要向祂頌讚，※

在敬畏祂的人面前，我要向祂還願。

貧苦的人都能飽餐，+

尋求上主的人，讚頌上主說：※

「願他們萬壽無疆！」

普世萬民要幡然醒悟，歸順上主，※

列國人民必在上主面前屈膝叩首。

因為，上主擁有王權，※
萬民由祂掌管。

凡瞑目於黃泉下的人，
都要朝拜上主，※

凡歸於灰土的人也要朝拜上主。

我的靈魂將為祂而生活，※

我的後裔也將事奉上主，

向未來的世代傳述上主的奇事，+

向後代的人民宣揚祂的正義：※

「這一切都是上主所作所為。」

對經三：列國萬民必在上主面前屈膝

叩拜。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

羅一，16-17

福音是天主的大能，要救所有相信的

人，因為福音啓示了天主的正義；這正義來自信德，而歸於信德。正如經上所說：「義人靠信德而生活。」

領：我們的心靈將因上主而歡騰，

答：因為我們仰賴祂的聖名。

結束禱詞

主耶穌基督，祢曾在第三時辰，為拯救世人，甘願接受十字架的苦刑。求祢寬恕我們以往的一切罪過，并保護我們今後不致再犯。祢是天主，永生永王。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

羅三，21~22

如今天主已經明示，不靠法律就可以成義；法律和先知都可作證：就是凡信仰耶穌基督的，天主都願他們成義，一視同仁。

領：上主的規誡是公正的，能悅樂心情。

答：上主的諭令是光明的，能照亮眼睛。

結束禱詞

主耶穌基督，祢當年在第六時辰，太陽失去了光芒，大地陷於昏暗時，為了解救我們，被釘在十字架上；求祢常常賜予我們光明，指引我們獲享永生。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

弗二，8~9

你們得救是靠天主的恩寵，憑着信德；不是靠你們自己，而是靠天主的恩寵；既不是靠自己的行為，就沒有好誇口的。

領：上主，願世人認識祢的道路，

答：使萬民得知祢的救贖。

結束禱詞

主耶穌基督，祢曾允許悔過的右盜，從十字架進入祢的王國；現在我們自訟己罪，虔恭地求祢，日後也爲我們大開天門，得以歡然進入。

結束詞 見常用經文

晚禱

讚美詩

一、創造人類的天主，

只有祢能治理宇宙，

造生萬物，

讓大地遍佈走獸爬蟲；

二、祢又賜予人類無數生物，

花草樹木，

家禽牲畜，

任由人類管理取用。

三、求祢驅逐邪惡，

保佑祢的僕人，

也使我們的生活與行動，

永不辜負主的恩寵；

四、求主廣施慈愛，

賜喜樂，加聖祐，

排除糾紛，

大家和氣共融。

五、仁慈的天父，

偕唯一聖子及施慰的聖神，

統治大地人類，

世世無窮。 阿們。

聖詠吟唱

聖詠一三四：讚頌行奇蹟的上

主

「特選的民族，天主從黑暗中召叫你們進入光明，你們要宣揚祂的威能。」

(參照伯前二，9)

壹

對經一

復活期外：上主偉大無比，我們的天

主凌駕萬神之上。

十二月十七-廿三：將要為王的那一

位，要從熙雍而來；祂是主

，厄瑪努爾是祂偉大的名號。

復活期：是上主、我，把你拯救，把

你贖回，阿肋路亞。

上主的衆僕人，請你們讚頌，※

讚頌上主的名。

侍立在上主的殿裏，※

在我們天主庭院中的人們，

請讚揚上主，因為祂至善至美，※

歌頌祂的名，因為祂可親可愛。

上主原為自己揀選了雅格，※
將以色列歸為己有。

我知道上主偉大無比，※

我們的天主凌駕萬神之上。

在天上、地下、海洋的深處，※

上主隨心所欲，創造了萬物。

祂使烏雲由地極升起，十

使閃電挾著雷雨，※

使輕風從天庫吹出。

祂將埃及的首生者殺盡，※

不論是人或牲畜。

埃及，上主在你境內行了奇蹟、異能，※

懲罰了法郎和他的所有臣民。

祂擊敗了列邦，※

殺死了強悍的國王：

阿摩黎王息宏，巴珊的敖格王，※

和迦南的所有酋長。

祂將他們的土地賞給以色列，※
作為祂選民的基業。

對經一

復活期外：上主偉大無比，我們的天

主凌駕萬神之上。

十二月十七、廿三：將要為王的那一

位，要從熙雍而來；祂是主

，厄瑪努爾是祂偉大的名號。

復活期：是上主、我，把你拯救，把

你贖回，阿肋路亞。

貳

對經二

復活期外：以色列家族，請讚揚上主，

歌頌祂的名，因為祂可親可

愛。

十二月十七、廿三：你們要貫徹始終，

便會看到上主賜與你們的救
援。

復活期：達味的王國已經建立，願上

主受頌讚，阿肋路亞。

上主，祢的聖名永受頌揚，※

祢的令譽萬古流芳。

因為上主必為祂的子民伸冤，※

對祂的僕人必將垂憐。

異民的偶像是金銀，※

是人手塑造的物品。

有口不能言，※

有目不能視。

有耳不能聆聽，※

有口不能呼吸。

鑄造偶像的人，與偶像無異，※

供奉偶像的人，與偶像類似。

以色列家族，請讚頌上主，※

亞郎的家族，請讚頌上主。

肋味的家族，請讚頌上主，※

敬畏上主的，請讚頌上主。

願住在耶路撒冷的上主，※

由熙雍接受讚頌。

對經二

復活期外：以色列家族，請讚揚上主，

歌頌祂的名，因為祂可親可

愛。

十二月十七~廿三：你們要貫徹始終，

便會看到上主賜與你們的救

援。

復活期：達味的王國已經建立，願上

主受頌讚，阿肋路亞。

聖歌 默一五，3~4：崇敬上

主的讚美詩

對經三

復活期外：上主，萬民都要前來朝拜

祢。

十二月十七~廿三：至於我，我要仰

賴上主，寄望於我的救主天

主。

復活期：我們要向上主謳歌，因為祂

獲得了偉大的勝利，阿肋路

亞。

上主，全能的天主，※

祢的作爲何等偉大奇妙！

萬世的君王，※

祢的道路多麼公平真實！

上主，誰敢不敬畏祢？※

誰敢不稱揚祢的名號？

因為只有祢是聖善的，十

萬民都要前來朝拜祢，※

因為祢彰顯了祢的正義。

對經三

復活期外：上主，萬民都要前來朝拜

禱。

十二月十七、廿三：至於我，我要仰

賴上主，寄望於我的救主天主。

復活期：我們要向上主謳歌，因為祂

獲得了偉大的勝利，阿肋路

亞。

簡短讀經

雅一，2、4

我的弟兄們，你們若遇到各種試探，都要引以為樂。因為你們知道，你們的信德受過考驗，才生出堅忍，而且你們要忍耐到底，才能使你們完美無缺。

短對答詠

領：基督愛了我們，用自己的血洗滌

了我們。

答：基督：

領：使我們成為天國的子民和祭司。

答：用自己的血洗滌了我們。

領：願光榮歸於父：

答：基督：

謝主曲對經：上主念及自己的仁慈，扶助

了我們——祂的僕人。

禱詞

天主父為了我們的過犯，犧牲了主耶穌；為了我們的成義，又使祂復活。我們現在向主耶穌懇切祈求：

主，求祢憐憫祢的子民。

主，求祢俯聽哀告者的祈禱，寬恕犯罪者的罪過，

——求祢也寬恕我們，賜我們平安。

主，祢藉使徒的口說過：「那裏罪惡越多，

恩寵在那裏也就越豐富。」

——求祢大發慈悲，寬恕我們的衆多罪過。

主，我們固然犯罪多端，但我們明認祢無限的仁慈，

——求祢使我們回心轉意，我們必能回頭改過。

主，求祢拯救祢的子民脫離罪惡，

——使他們常隨從祢的旨意。

祢給那明認祢為救主的右盜敞開了天國之門，

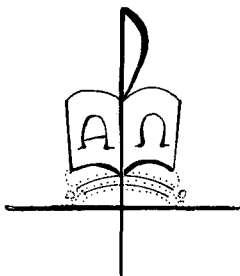
——求祢不要把亡者關在天門之外。

我們的天父：

結束禱詞

主，聖父，祢派遣了祢的唯一子為人受苦受難，作為我們得救的贖價；求祢使我們在日常生活中，甘願分擔祢的苦難，來日在天上，也能與祢同享復活的光榮。

結束詞 見常用經文



第三週：星期六

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：大地和地上的萬物屬於上主，

請大家前來朝拜。

聖詠第九四首，見3頁

誦讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、至仁至慈的天主，

創造宇宙的大父，

請俯聽我們的哀哭，

接受我們的頌讚。

二、慈祥的天主，

求祢大發慈悲，

聖化我身心，

享受天上的平安。

三、請賜愛火，燃燒我心，

我要歡呼歌唱，

迎接主的駕臨，

守夜清醒不敢疏懶。

四、劃破長夜的沈寂，

我們歌詠頌讚，

把握上主的恩許，

來日天國相見。

五、仁慈的天父，

偕聖子及聖神，

同享榮耀，

天上人間。阿們。

日間用

一、萬世光榮的天主，

祢恩賜聖神七恩，
降福我們的家庭，
保祐善良的信衆。

二、請驅除形體的疾病，

使我們躲避惡行，
粉碎邪魔的勢力，
治癒心靈的創痛。

三、請賜我心神安寧，

行善修德，貫徹始終；
俯聽我們的祈禱，
恩賜永福永生。

四、一週有七天，

轉眼即飄逝，
第八天的來臨，
將是審判的時辰。

五、仁慈的救主，

那一日不要向我們震怒；

請容我們站在祢的右邊，
得以進入天廷。

六、慈愛的天父，

請垂聽祢子民的禱聲，

讓我們永遠讚頌、

歌唱天主聖三的光榮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一〇六：為獲救而謝恩

「天主，藉耶穌基督把這道先傳給以色列子民。」（宗一〇，36）

壹

對經一：願他們頌謝上主的仁慈，稱

頌祂為人所作的奇事（復：

阿肋路亞）。

你們要頌謝上主，因為祂美善寬仁，※
因為祂的仁慈永遠常存。

願上主教贖的人都這樣讚頌上主，十

因爲上主把他們由敵人手中救出，※

將他們從東西南北召集一處。

他們迷失在人煙絕跡的曠野，※

找不到安居之所。

他們又渴又饑，※

生命奄奄一息。

他們在患難中，呼求上主，※

上主便救他們脫離困苦。

帶領他們踏上正途，※

進入城市找到棲身之處。

願他們頌謝上主的仁慈，※

稱頌祂爲人所作的奇事；

使口渴的獲得滿足，※

使饑餓的飽享美物。

他們生活在死亡的幽暗中，※

身陷囹圄，忍受各種苦痛。

因爲他們反抗天主的誠命，※

藐視了至高者的諭令。

祂以勞役折磨他們的心志，※

他們跌倒，却無人援助。

他們在患難中，呼求上主，※

上主卽刻救他們脫離困苦。

願他們脫離死亡的幽暗，※

折斷了他們的鎖鍊。

願他們頌謝上主的仁慈，※

稱頌祂爲人所作的奇事。

因爲上主把銅門摧毀，※

又把鐵門擊碎。

對經一：願他們頌謝上主的仁慈，稱

頌祂爲人所作的奇事（復·阿

肋路亞）。

貳

對經二：他們看到了上主的作爲和奇

蹟（復·阿肋路亞）。

他們走上了邪路而身患重病，※
因多行不義而遭受苦痛。

他們喪失了食慾，※

接近了死亡的邊緣。

他們在患難中，呼求上主，※

上主卽刻救他們脫離困苦。

上主一言，治好他們的疾病，※

拯救他們脫離死城。

願他們頌謝上主的仁慈，※

稱頌祂爲人所作的奇事：

願他們獻上感恩之祭，※

歡樂地傳述祂所行的奇跡。

他們乘船放洋，※

航行四海，往來經商。

他們看到了上主的作爲，※

遇到祂在海上所行的奇事。

祂一出命，狂風呼嘯，※

掀起洶湧的浪濤。

危舟忽上忽下，萬分驚險，※

使他們魂飛魄散。

東倒西歪，有如醉漢，※

雖有技巧，一籌莫展。

他們在患難中，呼求上主，※

上主卽刻救他們脫離困苦：

使風暴平息，※

使怒濤停止。

祂使風平浪靜，個個欣喜若狂，※

領他們到達渴望的海港。

願他們頌謝上主的仁慈，※

稱頌祂爲人所作的奇事。

願他們在人民集會中頌揚上主，※

願他們在長老會議中讚美上主。

對經二：他們看到了上主的作爲和奇

蹟（復：阿肋路亞）。

叁

對經三：正直的人看到，必將歡天喜

地，體會上主的仁慈（復：

阿肋路亞）。

上主使河川變為沙漠，※

使清泉水源變為枯壑。

由於當地居民的悖逆，※

上主使沃土變為鹼地。

祂使沙漠化為水潭，※

使旱地變為水泉。

使饑餓的人住在那裏，※

要他們興建安居的城邑；

耕田種地，遍植葡萄，※

收穫果實，出產富饒；

上主賜福他們人口繁衍，※

使他們的牲畜有增無減。

以後，他們由於災害和憂患，※
人數減少，受盡欺謾。

上主使王侯飽受恥辱，※

任由他們在沙漠中漂泊，走投無路。

上主援救窮人脫離貧困，※

使他們人丁旺盛，有如羊羣。

正直的人看到，必將歡天喜地，※

邪惡的人看見，只有緘口不語。

但願賢哲詳察這些奇事，※

體會上主的仁慈。

對經三：正直的人看到，必將歡天喜

地，體會上主的仁慈（復：

阿肋路亞）。

領：上主，祢的信實上徹雲霄。

答：祢的公平有如深淵。

唸適合本日的誦讀及結束禱詞

晨 禱

讚美詩

- 一、黎明初現，
白晝開始，
誘惑遠去，
光明在望；
- 二、夜的陰影消逝，
失足跌倒的人，
快速振作奮起，
懇求上主原諒。
- 三、在這一週最末的清晨，
我們虔恭讚頌，
早日脫離黑暗的威脅，
進入上主的光芒。
- 四、光榮歸於父，
及唯一聖子，

施慰的聖神，
萬世無疆。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一一八，145-152 (A)

對經一

復活期外：上主，祢就在我身邊，祢
的一切誠命都是真理。

十二月十七-廿三：天主將要從黎巴

嫩前來，祂的光芒燦爛輝煌。

復活期：我對你們說的話，就是神，

就是生命，阿肋路亞。

上主，我全心呼求祢，求祢俯聽，※

我要遵守祢的誠命。

我呼求祢，求祢救助，※

使我遵守祢的法度。

天亮以前，我就起來哀禱，※

切望聆聽祢的聖道。

我徹夜醒寤不眠，※

默思祢的訓言。

上主，祢是仁慈的，請俯聽我的呼聲，※

祢是正義的，求賜我新的生命。

惡意迫害我的人，已經臨近，※

他們都遠離了祢的教訓。

上主，祢就在我身邊，※

祢的誠命都是真理。

我早已熟悉祢的法律，※

是祢所制訂，千古不變。

對經一

復活期外：上主，祢就在我身邊，祢

的一切誠命都是真理。

十二月十七、廿三：天主將要從黎巴

嫩前來，祂的光芒燦爛輝煌。

復活期：我對你們說的話，就是神，

就是生命，阿肋路亞。

聖歌 智九，1-6；9-11：

上主，求祢賜我智慧

「我要給你們口才和智慧，使你們的仇敵

都不能反駁。」（路二一，15）

對經二

復活期外：上主，願祢的智慧與我同

在，與我一同工作。

十二月十七、廿三：諸天，請降下甘

露，願雲彩賜下義者，願大

地裂開，產生救主。

復活期：上主，祢在祢的聖山上建築

了聖殿和祭壇，阿肋路亞。

列祖的天主，仁慈的上主，※

祢一句話就創造了萬有。

以祢的智慧造成了人類，※

使他統治祢創造的萬物，

治理世界公平正直，※

審案判斷，大公無私。

求祢賜給我那在祢座前的智慧，※

不要從祢的僕人中把我剔除。

因為我原是祢的僕人，是祢婢女的兒子，※

我病弱壽短，不能熟悉祢的訓令和法律。

世人中縱或有一個完人，+

如果他沒有祢賦予的智慧，※

他將一文不值。

智慧與祢同在，他洞悉祢的工作，※

祢創造宇宙時，他已臨在。

他知道祢的喜好，※

明白什麼合乎祢的法律。

求祢從高天差遣智慧，※

從祢榮耀的寶座派遣智慧，

與我同在，與我一同工作，※

教我明瞭祢的喜好。

因為他知悉一切，通達一切，+

能引導我慎重行事，※

以他的能力保護我安全。

對經二

復活期外：上主，願祢的智慧與我同

在，與我一同工作。

十二月十七、廿三：諸天，請降下甘

露，願雲彩賜下義者，願大

地裂開，產生救主。

復活期：上主，祢在祢的聖山上建築

了聖殿和祭壇，阿肋路亞。

聖詠一一六：讚美憐憫人的上

主

「我是說……使外邦人也能光榮慈悲的天

主。」（羅一五，8，9）

對經三

復活期外：上主的真誠永世常存。

十二月十七、廿三：以色列，你要準

備好，前去迎接上主，因為祂就要來到。

復活期：我是道路、真理和生命，阿

肋路亞。

萬國啊！請讚美上主，※

萬民哪！請歌頌上主。

因為上主對我們慈悲無量，※

祂的眞誠，永世常存。

對經三

復活期外：上主的眞誠永世常存。

十二月十七、廿三：以色列，你要準

備好，前去迎接上主，因為

祂就要來到。

復活期：我是道路、真理和生命，阿

肋路亞。

簡短讀經

斐二，14 ~ 15

你們作任何事情，總不可抱怨，也不

可爭論，使你們無可指摘，而又純潔，在乖謬敗壞的世代中，做天主無瑕的子女；在世人中，你們應該大放光明，有如天空的星辰。

短對答詠

領：上主，我向祢呼號，祢是我的避

難所。答：上主：

領：在這人世間，祢是我的福分。

答：祢是我的避難所。

領：願光榮歸於父：答：上主：

讚主曲對經：上主，求祢光照那坐在黑暗

中、死影下的人羣。

禱詞

天主從永遠就簡選了瑪利亞作基督的母親，使她超越天上地下的一切受造物。我們現在懷著依恃之心呼求天主：

上主，求祢垂顧祢聖子的母親，並俯

聽我們。

至仁慈的天父，我們感謝祢，因為祢將瑪利亞也給了我們，作我們的母親和模範，

——求祢因她的轉求，聖化我們的心靈。

祢曾使瑪利亞為祢的聖言熱誠服務，成為祢忠實的婢女，

——求祢使我們也成為祢聖子的忠僕與門徒。

祢曾使瑪利亞堅強地侍立十字架旁，並以祢聖子的復活使她滿懷喜樂，

——求祢因她的轉求，減輕我們的苦難，加強我們的望德。

我們的天父：

結束禱詞

天主，祢是人類得救的根源；求祢賞賜我們，能畢生宣揚祢的榮耀，將來在天上也能與諸聖不停地讚頌祢。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠一一八，121-128 (共)

將臨期、聖誕期、四旬期對經，見季節專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋路亞。

對經一：上主，求祢保證祢僕人的安全。
全。

我一向奉公守法，※
莫使我遭受欺壓。

求祢保證祢僕人的安全，※
不要讓驕傲人把我磨難。

祢的救助和祢履行正義的諾言，※

我期待著，望眼欲穿。

祢是仁慈的，求祢恩待祢的僕人，※

教導我明白祢的聖訓。

我是祢的僕人，求祢賜我明達，※

使我能夠通曉祢的約法。

上主，現在是祢採取行動的時候，※

因為人們違反了祢的法度。

所以，我喜愛祢的法律，※

遠勝黃金和寶玉。

我尊重祢的一切誠命，※

憎惡所有的欺詐途徑。

對經一：上主，求祢保證祢僕人的安

全。

聖詠三三：上主是義人的救援

「你們已經嘗到，上主是何等的甘飴！」

(伯前二，3)

對經二：你們仰望上主，就會喜形於色。

我要時時讚美上主，※

我的口舌不斷讚頌上主。

我的心靈因上主而自豪，※

謙卑的人聽了也必歡躍。

請你們同我一起讚揚上主，※

讓我們齊聲頌揚祢的名號。

我尋求了上主，祂就應允了我，※

祂救我脫離了一切恐懼。

你們仰望祂，就會喜形於色，※

絕不致滿面羞慚。

困苦的人一呼求，上主立刻俯允，※

拯救他脫離一切艱辛。

在那敬畏上主的人四周，※

有上主的天使紮營護守。

請你們體驗並觀看，十

上主是何等的美善；※
投奔祂的人真是有福！

上主的聖民，你們要敬畏祂，※

凡敬畏祂的人不虞匱乏。

富翁變成赤貧，忍飢受餓，※

尋求上主的人安享福樂，一無所缺。

對經二：你們仰望上主，就會喜形於

色。

貳

對經三：上主親近破碎的心靈。

青年們，請前來聆聽，※

我要教導你們敬畏上主。

誰若渴望長壽，※

願意生活幸福，

就該謹守口舌，不出惡言，※

克制唇舌，不說謊話，

躲避罪惡，勉力行善，※

追求和平，維護平安。

上主的雙目垂顧義人，※

祂的兩耳傾聽祂們的呼聲。

祂的威容却敵視惡人，※

把他們的記念從人間除去。

義人一呼號，上主立刻俯允，※

拯救他們脫離一切艱辛。

上主親近破碎的心靈，※

救助精神苦痛的人們。

義人雖然多災多難，※

上主却護祐他安然無恙，

保全他的全身骨骼，※

連一根也不致折斷。

罪孽必置惡人於死地，※

那憎恨義人的，必受懲罰。

上主必救贖祂的僕人，※

凡投靠祂的，決不受處分。

對經三：上主親近破碎的心靈。

簡短讀經

迦五，26；六，2

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋路亞。

我們不要貪圖虛榮，不要彼此激怒，互相嫉妬。你們要彼此分擔重擔。這樣，你們就是守好了基督的法令。

午前

簡短讀經

撒上一五，22

上主豈能喜歡全燔祭和犧牲，勝過聽從上主的命令？服從勝於祭獻，虛心受教勝於犧牲的脂膏。

結束禱詞

領：兄弟們同居共處，是多麼快樂，多麼幸福！
答：上主必在那裏賜福。

領：奉獻讚頌之祭，就是光榮我，

上主，祢是永恆的愛，生命的光；請

答：我必使正人君子見到天主的救恩。

結束禱詞

主天主，全能的天父，我們奉祢的名

弟姊妹。

集合在一起；求祢賞賜聖神光照我們，使

以祢的愛燃燒我們，使能愛祢在萬有之上

能脫免仇敵的陷害，常常歡欣地讚美祢。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

米六，8

午時

人哪，我已指示給你，善是什麼，上

主要求於你的又是什麼，無非是履行正義，
樂善好施，虛心與天主交往。

領：上主，我以遵行祢的法律爲喜
樂，

答：我永不忘記祢的訓言。

結束禱詞

上主，求祢賞賜我們平安；使我們在
有生之日常愉快地侍奉祢；并賴榮福童貞
瑪利亞的轉禱，終能安抵天鄉。

結束詞 見常用經文



第四週：主日

第一晚禱

領：天主，求祢快來拯救我。願光榮歸於父。起初如何。（阿肋路亞）。

讚美詩

一、上主，全能的天主，

萬有的根源，

祢創造了一切，

大地充滿祢的恩典；

二、創造的大功告成時，

祢宣佈安息，

使我們在勞苦中，

心神輕鬆喜歡。

三、求祢沛降福祐，

助我懺悔一生的罪過，

進德修業，

勇往直前。

四、當最後審判來臨時，

不憂不懼，

大家齊歡欣，

享受永遠的平安。

五、大慈大悲的聖父，

與父同體的聖子，

施慰者聖神，

請垂聽我們的呼喚。

六、萬民臣服，

榮耀不衰，

君臨天下，

直到永遠。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一二一：耶路撒冷聖城

「你們走進了熙雍山和永生天主之城，天

上的耶路撒冷。」（希一二，22）

對經一

常年期：你們要為耶路撒冷祈求太平。

將臨期：請看，萬民所仰望的那一位，

就要來到，上主的殿宇將充

滿光榮，阿肋路亞。

四旬期：我們要歡欣踴躍地進入上主

的聖殿。

復活期：願基督的平安在你們心中作

主，阿肋路亞。

我真高興，因為有人對我說：※

「我們要進入上主的聖殿！」

耶路撒冷！我們的腳，※

已經進入你的門限。

耶路撒冷的確是一座京城，※

有雄偉的建築，整齊的市容。

各支派，上主的各支派都湧向城中※
按照以色列的慣例，稱頌上主的名。

這裏設有審判的寶座，※

就是達味宗室的寶座。

請為耶路撒冷祈求太平；※

願那喜愛你的人獲享安寧。

願你的城垣內永享和平，※

願你的堡壘中常保安全。

為了我的弟兄和同伴，※

我要祝禱說：「願平安常在你中間。」

為了上主我們天主的殿宇，※

我要祝福你萬事如意。

對經一

常年期：你們要為耶路撒冷祈求太平。

將臨期：請看，萬民所仰望的那一位，

就要來到，上主的殿宇將充

滿光榮，阿肋路亞。

四旬期：我們要歡欣踴躍地進入上主的聖殿。

復活期：願基督的平安在你們心中作主，阿肋路亞。

聖詠二一九：我從深淵呼救

「祂要把自己的子民，從罪惡中拯救出來。」

對經二

常年期：我的心靈期待上主，勝於更

夫待旦。

將臨期：上主，求祢快來，不要延遲；

赦免祢子民以色列的罪惡。

四旬期：熟睡的人哪，清醒吧！快從死者中起來，基督就要賜給你光明的日子。

復活期：祢用祢的血把我們贖回，交

與天主，阿肋路亞。

上主，我從深淵呼求祢，十

我主，求祢俯聽我的哀告，※
側耳諦聽我的祈禱。

上主，祢若細察人的罪辜，※
我主，又有誰還能站得住？

然而祢一向寬恕為懷，※

我們對祢起敬起愛；

我在期待，我的心靈期待上主，※

期待上主的諾言。

我的心靈期待上主，勝於更夫待旦，※

遠勝巡夜的人等待曙光出現。

以色列，你要仰賴上主，※

因為上主慈悲為懷，樂於救贖。

祂必拯救以色列，※

脫離一切罪惡。

對經二

常年期：我的心靈期待上主，勝於更

夫待旦。

將臨期：上主，求祢快來，不要延遲；

赦免祢子民以色列的罪惡。

四旬期：熟睡的人哪，清醒吧！快從

死者中起來，基督就要賜給

你光明的日子。

復活期：祢用祢的血把我們贖回，交

與天主，阿肋路亞。

聖歌 斐二，6 \ 11：論基督，

上主的僕人

對經三

常年期：天上人間一聽耶穌的名號，

都屈膝叩拜。

將臨期：請看，期限已滿，天主就派

遣祂的兒子來到世界。

四旬期：天主對我們的愛深厚無比：

我們雖因罪過而死，祂仍然

使我們與基督一同生活。

復活期：基督不是應該先受苦，然後

進入祂的光榮嗎？阿肋路亞。

耶穌基督雖具有天主的形體，※

却沒有將自己與天主同等的地位，

把持不捨。

反而空虛自己，取了奴僕的形體，※

降生成人，與人相似。

形態上完全與人一樣，※

祂自謙自卑，服從至死，且死在十字架上。

因此，天主高高舉揚了祂，※

賜給祂一個名號，超越一切名號。

使天上、人間和地下的一切，※

一聽耶穌的名號，都屈膝叩拜。

衆口同聲都明認耶穌基督爲主，※

以光榮天主聖父。

對經三

常年期：天上人間一聽耶穌的名號，

都屈膝叩拜。

短對答詠

將臨期：請看，期限已滿，天主就派

領：從旭日東升到夕陽西墜，願上主

遣祂的兒子來到世界。

的聖名受讚美。答：從旭日：

四旬期：天主對我們的愛深厚無比：

領：祂的光榮凌駕穹蒼。

我們雖因罪過而死，祂仍然

答：願上主的聖名受讚美。

使我們與基督一同生活。

領：願光榮歸於父：答：從旭日：

復活期：基督不是應該先受苦，然後

謝主曲對經 見季節專用經文

進入祂的光榮嗎？阿肋路亞。

禱詞

簡短讀經

伯後一，19-20

基督是眾人的依靠，也是我們幸福的泉源，

我們認為先知的話是更確實的，你

我們現在懇求祂：

們要十分注意。它好似一盞明燈在暗處

主，求祢垂顧我們，俯聽我們。

發光，直到天亮，晨星在你們心中升起

忠實的見證，死者中的首生者，祢傾流聖

時為止。最重要的是你們應當知道：經

血洗淨了我們的罪過。

上的一切預言，決不該隨個人的私意解

——求祢使我們時時紀念祢的奇蹟異能。

釋，因為預言從來不是由人的意願而發

祢曾呼叫了某些人做傳佈祢福音的使者。

的，乃是由天主所派遣的聖人，在聖神

——求祢使他們熱心忠實地宣揚祢的福音，

推動下說出來的。

分施祢的救恩。

和平之王，願祢的聖神降臨在祢子民的牧者們身上，

—使他們特別關注貧苦可憐的人。

求祢眷顧那些由於種族、膚色、身份、語言或宗教的差異而受到歧視的人，

—使他們的人格和應享的權利受到尊重。

求祢使那些生活在祢聖愛中而去世的人，都能進入天國，

—使他們偕同童貞聖母瑪利亞，和衆聖人

聖女分享祢的真福。

我們的天父：

結束禱詞 見季節專用經文

結束詞 見常用經文

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：我們是上主的子民，是祂牧場的羊羣，請大家前來朝拜。

聖詠第九四首，見 3 頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、夜深人靜，

耳旁響起先知的邀請，

讚美父子及聖神，

日夜不停。

二、唯一的神體，

完美的聖三，

應受欽崇讚頌，

世世無窮。

三、深夜令人膽戰心驚，

想當年天使降臨，

消滅首生者，

使埃及陷入死亡的陰影。

日間用

四、深夜也使義人獲救，

一、隨着勝利的基督，

天使到處奪取性命，

光榮的日子已經來到，

只有羔羊的血，

幸福的時光，

使人免除死亡的悲痛。

值得我們慶幸歡笑。

五、面對死亡，

二、基督真光使盲者復明，

埃及遍地有哭聲；

使惡魔驚逃，

面對救援，

戰勝死亡的威脅，

以色列却鼓舞歡騰。

使天人和好。

六、我們是新興的以色列，

三、永恆的君王，

上主是我們的喜樂，

裁決了罪惡的命運，

基督的寶血保衛我們，

天恩下降，

不怕敵人來勢洶洶。

扶助人的軟弱。

七、至善的君王，

四、世界奔向罪惡的深淵，

讓我們分享天國的光榮，

天上的慈恩無邊，

全心歌頌祢，

上主的大能與大智，

世世無窮。阿們。

救我脫離邪魔的困擾。

五、基督復活，

脫離陰府，

人類得以再造，

亡羊重歸天父的懷抱。

六、天使與人類共享太平，

萬物又見和諧，

勝利的上主，

永遠受人稱道。

七、慈母教會的讚頌，

歌聲響徹雲霄，

今天高唱阿肋路亞，

上主的子民齊歡笑。

八、死亡的統治覆滅，

世人重見天日，

人間又享和平，

歡慶在天朝。阿們。

聖詠吟唱

聖詠二三：上主臨於聖殿

「基督肉身升天，天門為祂大開。」

對經一

(聖宜仁)

將臨期：請看，至高的君王，掌握大

權，要降來拯救萬民。阿肋

路亞。

復活期：阿肋路亞。石頭已從墓穴門

口移開。阿肋路亞。

其他時期：誰能攀登上主的聖山？誰

能侍立在祂的聖殿？

大地和地上的萬物屬於上主，※

世界和世上的居民歸於上主。

因為是祂將大地奠立在海洋上，※

是祂把大地安置在江河間。

誰能攀登上主的聖山？※

誰能侍立在祂的聖殿？

是那手潔心清，不慕虛幻的人，※
是那不發虛誓，不懷詭計的人。

這樣的人必蒙上主的降福，※
必由拯救他的天主獲得報酬。

這就是尋求天主的世代，※

那求見雅格天主聖容的子孫。

城門，請高舉你們的門楣，+

古老的門戶，請高抬門扉，※

因為光榮的君王要進入城內。

誰是這位光榮的君王？+

是那英勇大能的上主，※

是那強力作戰的上主。

城門，請高舉你們的門楣，+

古老的門戶，請高抬門扉，※

因為光榮的君王要進入城內。

誰是這位光榮的君王？※

萬軍的上主就是這位光榮的君王。

對經一

將臨期：請看，至高的君王，掌握大
權，要降來拯救萬民。阿肋
路亞。

路亞。

復活期：阿肋路亞，石頭已從墓穴門

口移開。阿肋路亞。

其他時期：誰能攀登上主的聖山？誰

能侍立在祂的聖殿？

聖詠六五：頌謝之祭的讚美詩

論主的復活，和萬民的歸正。（海西秋）

壹

對經二

將臨期：耶路撒冷女子，歡樂吧！你

的君王將為你而駕臨。熙

雍，不要怕，因為你的救援

就要來到。

復活期：阿肋路亞。婦人，你在找

誰？是活在死人中的那一位嗎？阿肋路亞。

其他時期：萬民，請讚美我們的天主，祂保護我們的生命（阿肋路亞）。

普世萬民，請向天主歡呼，
歌頌祂聖名的光榮，※
向祂獻上讚頌。

請向天主說：「祢的工程何等可畏！※
面對祢的大能，祢的仇敵無不驚退。
普世都要朝拜祢，歌頌祢，※
歌頌祢的聖名。」

請來瞻仰天主的作為，※
祂爲人所作的一切，令人敬畏。
祂會使海洋乾涸，使人徒步走過，※
讓我們因祂而歡樂。
祂以大能永遠統治萬邦，※

祂鑑察萬民，使叛逆者不致猖狂。
萬民哪，請讚美我們的天主，※

讓人人聽到讚美祂的聲音；
祂賦與我們靈魂生命，※
不讓我們失足跌倒。

天主，祢考驗了我們，※
像煉銀子一樣精煉了我們；
祢曾讓我們陷入了羅網，※
將重擔放在我們身上。
祢讓異民騎在我們的頭上，
我們曾經處於水深火熱之中，※
祢終於帶我們到達安居的地方。

對經二
將臨期：耶路撒冷女子，歡樂吧！你的君王將為你而駕臨。熙雍，不要怕，因為你的救援就要來到。

復活期：阿肋路亞。婦人，你在我
誰？是活在死人中的那一位
嗎？阿肋路亞。

其他時期：萬民，請讚美我們的天
主，祂保護我們的生命（阿
肋路亞）。

貳

對經三

將臨期：我們都要洗心革面，迎接至
高君王的降臨；因為祂即將
到來，不會遲延。

復活期：阿肋路亞。瑪利亞，不要哭
了！主已復活了。阿肋路
亞。

其他時期：敬畏上主的人，請聽祂為
我所作的偉大工程（阿肋路
亞）。

我帶着全燔祭進入聖殿，※
我要向祢還願：

就是我從前在困難中，※
親口所許的願。

我要獻上肥美的牲畜作為燔祭，十
獻給祢公羊的馨香，※
以及牛犢和山羊。

敬畏天主的人，請前來聆聽，※
我要敘述祂為我作了何等偉大工程。

我親口呼求過上主，※
我的唇舌也稱揚過上主。

如果我心術不正，※
上主絕不會俯聽；

但是祂終於俯聽了我，※
傾聽了我哀禱的聲音。

天主應受讚美：十
祂沒有拒絕我的哀告，※

祂對我的慈愛也從未改變。

晨 禱

對經三

讚美詩

將臨期：我們都要洗心革面，迎接至

一 夜的陰影已經消逝，

高君王的降臨；因為祂即將

曙光開始照耀大地，

到來，不會遲延。

讓我們齊心協力，

復活期：阿肋路亞。瑪利亞，不要哭

虔恭致敬，

了！主已復活了。阿肋路

歌頌全能的上主。

亞。

二 求主大發慈悲，

其他時期：敬畏上主的人，請聽祂為

驅除焦慮不安，

我所作的偉大工程（阿肋路

賞賜救恩與所需，

亞）。

願慈父的照顧，

常年期

永不撤除。

領：天主的話是生活的，具有實效。

三 天地真神，

答：比雙刃的利劍更為銳利。

俯允我們的祈求，

其他時期領答句見季節專用

聖父聖子聖神，

讀經及結束禱詞 見季節專用

天涯地角，

同享榮福。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一一七：歡樂和得救的歌聲

「這耶穌就是為你們匠人所棄而不用的一石，反而成了屋角的基石。」（宗四，11）

對經一

常年期：請你們頌謝上主，因為祂的

慈愛永遠常存，阿肋路亞。

將臨期：請你們在熙雍吹起號角，因

為上主的日子近了；請看，

祂就要來拯救我們，阿肋路

亞。

四旬期：祢是我的天主，我稱謝祢；

祢是我的天主，我頌揚祢。

復活期：我不至於死，我要生存，我

要宣揚上主的功德，阿肋路

亞。

請你們頌謝上主，因為祂美善寬仁，※
祂的慈愛永遠常存。

願以色列子民說：※

上主的慈愛永遠常存。

願亞郎的家族說：※

上主的慈愛永遠常存。

願敬畏上主的人說：※

上主的慈愛永遠常存。

我在急難中呼求上主，※

祂俯聽了我，將我救出。

上主在我身邊，我無恐無懼，※

世人對我又能如何？

上主在我身邊，作我的助祐，※

我必見到我的仇人蒙羞。

投奔上主，※

勝過依賴世人。

投奔上主，※

勝過依賴權貴。

縱然萬民都來圍困我，※

我也必能以上主的名把他們消滅。

縱然他們由四方來圍困我，※

我也必能以上主的名把他們消滅。

縱然他們猶如黃蜂一般的圍困我，+

好似荆棘中焚燒的烈火，※

我也必能以上主的名把他們消滅。

雖然他們用力推我，想把我推倒，※

但是上主必前來扶持我。

上主是我的力量，我的歌詠，※

上主是我的救主。

在義人居住的帳幕中，※

響起了勝利的歡呼聲：

上主的右手獲得了勝利，+

上主的右手把我高高舉起，※

上主的右手獲得了勝利。

我不至於死，我要生存，※

我要宣揚上主的作為。

上主懲罰我嚴厲非常，※

但沒有把我交於死亡。

請給我敞開正義之門，※

我要進去向上主謝恩。

正義之門屬於上主，※

只有義人才能進入。

我稱謝祢，因為祢俯允了我，※

並將祢的救恩賜給了我。

匠人棄而不用廢石，※

反而成了屋角的基石。

這是上主的作為，※

在我們眼中神奇莫測。

這是上主選定的一天，※

我們要歡欣鼓舞。

上主，求祢救助，※

上主，求祢賜福。

因主名而來的，當受讚美，※

我們從上主的殿內向你們祝福。

上主是天主，祂賜給我們光明，※

請帶着樹枝，向祭壇列隊前進。

祢是我的天主，我稱謝祢，※

祢是我的天主，我頌揚祢。

請你們頌謝上主，因為祂美善寬仁，※

祂的慈愛永遠常存。

對經一

常年期：請你們頌謝上主，因為祂的

慈愛永遠常存，阿肋路亞。

將臨期：請你們在熙雍吹起號角，因

為上主的日子近了；請看，

祂就要來拯救我們，阿肋路

亞。

四旬期：祢是我的天主，我稱謝祢；

祢是我的天主，我頌揚祢。

復活期：我不至於死，我要生存，我

要宣揚上主的功德，阿肋路

亞。

聖歌 達三，52-57：一切受造

物都應歌頌上主

「造物主……永受讚美。」（羅一，25）

對經二

常年期：阿肋路亞，上主的一切化工，

請讚美上主，阿肋路亞。

將臨期：上主就要來到，請前去歡迎

祂說：祢的王權廣大，祢的

王國萬世無疆：祢是強有力

的天主，萬民的主宰，和平

的君王，阿肋路亞。

四旬期：上主，祢能從強者的手中將

我們救出；我們的天主，求

祢拯救我們。

復活期：願祢光榮的聖名受讚頌，阿

肋路亞。

歌頌稱揚祂，直到永遠。

對經二

常年期：阿肋路亞；上主的一切化工，

請讚美上主，阿肋路亞。

上主，我們祖先的天主，當受頌讚，※

當受稱揚和頌讚，直到永遠。

將臨期：上主就要來到，請前去歡迎

祢光榮的聖名，當受頌讚，※

當受稱揚和頌讚，直到永遠。

祂說：祢的王權廣大，祢的

祢在光榮的聖殿中，當受頌讚，※

當受稱揚和頌讚，直到永遠。

的天主，萬民的主宰，和平

祢在祢王國的寶座上，當受頌讚，※

當受稱揚和頌讚，直到永遠。

四旬期：上主，祢能從強者的手中將

祢坐在革魯賓之上透視深淵，

當受頌讚，※

我們救出；我們的天主，求

當受稱揚和頌讚，直到永遠。

祢在穹蒼之上，當受頌讚，※

當受稱揚和頌讚，直到永遠。

聖詠一五〇：請你們讚美上主

上主的一切化工，請讚美上主，※

主。」（何西秋）

「你們要以心靈詠唱，就是以身心讚頌上

對經三

常年期：一切有生命的，都要讚美上主，阿肋路亞。

將臨期：上主，祢的全能聖言，即將

離開祢的寶座而降來，阿肋

路亞。

四旬期：請你們讚美上主的豐功偉業。

復活期：請讚美我們的天主，祂的作

為完美無比，祂的行徑公平

正直，阿肋路亞。

請你們在上主的聖所中，讚美上主，※

在祂顯示威能的太空，讚美上主。

請你們讚美上主的豐功偉業，※

讚美上主的無限偉大。

請你們吹起號角，讚美上主，※

彈琴鼓瑟讚美上主。

請你們擊鼓歌舞，讚美上主，※

撫弦吹簫讚美上主。

請你們用響亮的鐃鈸讚美上主。※

以鏗鏘的鐃鈸讚美上主。

一切有生命的，※

都要讚美上主。

對經三

常年期：一切有生命的，都要讚美上

主，阿肋路亞。

將臨期：上主，祢的全能聖言，即將

離開祢的寶座而降來，阿肋

路亞。

四旬期：請你們讚美上主的豐功偉業。

復活期：請讚美我們的天主，祂的作

為完美無比，祂的行徑公平

正直，阿肋路亞。

簡短讀經

弟後二，8，11-13

你要牢記：達味的後裔耶穌基督從死

者中復活了。以下的話是確實的：「如果我們與祂同死，也必與祂同生；如果我們堅忍到底，也必與祂一同爲王；如果我們不承認祂，祂也不會承認我們；如果我們不忠信，祂仍然是信實的，因爲祂不能否定自己。」

短對答詠

領：天主，我們感謝祢，歌頌祢的聖

名。 答：天主：

領：我們傳揚祢的奇蹟，

答：歌頌祢的聖名。

領：願光榮歸於父。 答：天主：

讚主曲對經 見季節專用經文

禱詞

全能、慈善的天主愛護我們，知道我們需要什麼。我們現在歡欣地以讚美的詩歌，向祂敞開我們的心曲：

上主，我們讚美祢，我們稱謝祢。

全能的天主，宇宙萬物的君王，我們讚頌

祢，因爲祢召選了我們這些不義的罪人，

使我們認識祢的真理，作祢的子女。

天主，祢爲我們大開仁慈之門，

求祢使我們總不要偏離生命之路。

我們頌揚祢至愛聖子的復活，

求祢使我們在喜樂中善度這一天。

上主，求祢把祈禱和讚頌的精神賞給祢的

信衆，

使我們在一事物上時時歌頌祢。

我們的天父：

結束禱詞 見季節專用經文

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠二二：善牧

「羔羊要牧放他們，領他們到生命的泉源。」

(默七，17)

將臨期、聖誕期、四旬期對經見季節

專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

對經一：誰吃了這食糧，必要生活直

到永遠，阿肋路亞。

上主是我的牧者，※

我實在一無所缺。

祂使我憩息在翠綠的草地上，※

又領我走近幽靜的溪水旁。

祂使我精神振奮，體力恢復，※

爲了光榮祂的名，領我踏上了正途。

縱然我要走過陰森的幽谷，※

我也不怕凶險，因爲有祢與我同在。

祢的牧杖和牧棒，※

使我欣慰舒暢。

在我敵人面前，祢爲我擺設筵席，※

在我頭上傅油，使我的杯爵滿溢。

在我一生的歲月裏，

常沐浴在祢的恩寵與幸福中，※

在我有生之年，我要常住在上主的殿裏。

對經一：誰吃了這食糧，必要生活直

到永遠，阿肋路亞，

聖詠七五：爲勝利而謝恩

「萬民都要看見人子乘着雲彩降來。」

(瑪二四，30)

壹

對經二：當祂來臨時，要在祂的聖徒

身上受到光榮，受到讚頌，

阿肋路亞。

天主在猶大顯示了自己，※
在以色列彰顯了自己的名號。

在撒冷搭起了自己的帳幕，※

在熙雍建立了自己的住處。

祂在那裏折斷了弓上的火箭，※

搗毀了盾牌刀劍，消弭戰亂。

大能者，祢出奇制勝，※

威振羣山，何等光榮。

強敵敗退，一蹶不振，※

猛將陣亡，全軍覆沒。

雅格的天主一聲呵叱，※

騎士與戰馬鎗聲歛跡。

對經二：當祂來臨時，要在祂的聖徒

身上受到光榮，受到讚頌，

阿肋路亞。

貳

對經三：你們向上主、你們的天主許

唯獨祢尊嚴可畏，※

誰能在祢面前站立？

祢從天上宣佈斷案，※

大地戰慄，噤若寒蟬。

因為天主要起來審判，※

拯救世上所有的貧賤。

世人的狂妄反而使祢更受光榮，※

幸免於難的人將一起歌舞慶祝。

要向上主你們的天主許願，也要還願，※

四週的人必向可畏者祭獻。

祂抑制了王侯的氣燄，※

使地上的列王心驚膽寒。

對經三：你們向上主、你們的天主許

願，也要還願，阿肋路亞。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

格前六，19-20

難道你們不知道，你們的身體就是聖神的宮殿？這聖神是你們由天主領受的，祂住在你們內。你們已不屬於自己了；你們原是用高價買回來的。所以你們務必要用你們的身體光榮天主。

領：我渴望上主的庭院，心急如焚。

答：我的身心向生活的天主踴躍歡欣。

午時

簡短讀經

申一〇，12

你的天主、上主，向你要求什麼？祂只要求你敬畏你的天主上主，遵循祂的一切道路，要愛慕，要全心全靈事奉你的天主上主。

領：上主，誰能在祢的帳幕裏居住？

答：是無瑕可指，說話誠實的人。

午後

簡短讀經

歌八，6b-7

愛情猛烈勝過死亡，嫉恨無情甚於陰府；愛情燃燒有如烈火；洪水不能將它熄滅，江河也不能將它沖失。

領：上主，我的力量，我愛慕祢，

答：祢是我的護盾，我大力的救援。

結束禱詞 見季節專用經文

結束詞 見常用經文

第二晚禱

讚美詩

一 太陽下山，

黃昏已近，

三位一體的天主，

光明的光明，

照耀我們的心靈。

三 讚美祢在早晨，

讚美祢在傍晚，

我們永遠光榮祢，

永遠向祢呼求，

向祢歌頌。

三 全能的聖父，

聖子及聖神，

三位一體的天主，

保祐國泰民安，

俯聽我們的禱聲。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一〇九，1-5，7：默西亞是

君王，也是祭司。

「基督必須為王，直到祂把一切仇敵屈服

在祂的脚下。」（格前一五，25）

對經一

常年期：我已經生了祢，好像在黎明

前的朝露，阿肋路亞。

將臨期：請看，即將進入世界、拯救

萬民的那一位，多麼榮耀。

四旬期：祂就是天主所立的、那位審

判生者死者的法官。

復活期：你們要追求天上的事，基督

在那裏坐在天主的右邊，阿

肋路亞。

上主對我主起誓說：十

「祢坐在我的右邊，※

等我使祢的仇敵，做祢的腳凳。」

上主自熙雍伸出祢的權杖，※

祢要在祢仇敵中統治為王。

在聖山上祢誕生之日，王位就屬於祢，※

我已經生了祢，好像在黎明之前的朝露。

上主發了誓，決不反悔，※

「祢按照默基瑟德的品位，

永爲祭司。」

上主常在祢的右邊，※

祂在發怒之日，必要粉碎列王。

君王將在路旁暢飲溪水，※

因此，祂將挺胸抬頭。

對經一

常年期：我已經生了祢，好像在黎明

之前的朝露，阿肋路亞。

將臨期：請看，卽將進入世界、拯救

萬民的那一位，多麼榮耀。

四旬期：祂就是天主所立的、那位審

判生者死者的法官。

復活期：你們要追求天上的事，基督

在那裏坐在天主的右邊，阿

肋路亞。

聖詠一一：義人的幸福

「你們爲人務要像光明之子，光明所結的

各種果實就是良善、正義和誠實。」

(弗五，8 / 9)

對經二

常年期：慕義如飢似渴的人，是有福的，

因爲他們將得飽飫，阿肋路亞。

將臨期：彎曲的道路要修直；崎嶇的

幽徑要夷平；上主，請祢快

來，不要遲延，阿肋路亞。

四旬期：誠心愛主，樂善好施的人必

然幸福：他永不動搖。

復活期：黑暗中光明出現，向義人照

耀，阿肋路亞。

敬畏上主的人，真有福氣，※

酷愛祂誠命的人，真有福氣。

他的子孫在世必會強盛，※

義人的後裔必蒙祝福。

他的家族要享榮華富貴，※

他的仁風必將萬世永垂。

黑暗中必有光明向義人照耀，※

因為他富於仁愛，慈悲和公道。

樂善好施的人必然幸福，※

他公正無私處理事物。

因為義人永不動搖，※

他將永遠被人懷念。

噩耗不能使他驚惶，※

他仰賴上主，心志堅強。

他必心意堅定，無恐無憂，※

直到看見他的仇敵蒙羞。

他施捨錢財，扶弱濟貧，十

他的仁風萬世流芳，※

他將頭角崢嶸，受人敬仰。

惡人看見，必怒火填胸，十

咬牙切齒，氣憤而終，※

惡人的願望，終成泡影。

對經二

常年期：慕義如飢似渴的人，是有福

的，因為他們將得飽飫，阿

肋路亞。

將臨期：彎曲的道路要修直，崎嶇的

幽徑要夷平；上主，請祢快

來，不要遲延，阿肋路亞。

四旬期：誠心愛主，樂善好施的人必

然幸福：他永不動搖。

復活期：黑暗中光明出現，向義人照

耀，阿肋路亞。

四旬期外

聖歌 默一九，1 / 2，5，7

：論羔羊的婚筵

對經三

常年期：上主的衆僕人，無論大小，請

讚美我們的天主，阿肋路亞。

將臨期：祂的王權日益強大；祂王國
的平安永無終結，阿肋路亞。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

復活期：阿肋路亞，願勝利、光榮和

羔羊的婚期已經臨近，※

德能都歸於我們的天主，阿

祂的新娘也盛裝以待。

肋路亞。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

對經三

勝利、光榮和德能都歸於我們的天主，※

常年期：上主的衆僕人，無論大小，

因爲祂的判斷正確而又公平。

請讚美我們的天主，阿肋路

阿肋路亞！

亞。

阿肋路亞！

將臨期：祂的王權日益強大；祂王國

天主的衆僕人，請讚美我們的天主，※

的平安永無終結，阿肋路亞。

凡敬畏祂的人，無論大小尊卑，

復活期：阿肋路亞，願勝利、光榮和

請讚美我們的天主。

德能都歸於我們的天主，阿

阿肋路亞！

肋路亞。

阿肋路亞！

四旬期

我們全能的天主上主掌握了王權，※

聖歌 伯前二，21~24：天主之

我們要歡欣鼓舞，將光榮歸於天主。

僕基督自願忍受苦難

對經三：「基督必要受苦」，天主藉

衆先知所說的這項預言已經

應驗。

基督爲我們忍受了痛苦，十

給你們留下了榜樣，※

使你們能追隨祂的足跡。

祂平生從未犯罪，※

從未口出欺人之言；

祂受辱罵，從不還口，※

祂受虐待，也不報復，※

只把自己交付給那公義的審判者。

祂身懸十字木架上，※

親自承擔了我們的罪過，

使我們死於罪惡，而活於正義，※

你們是因祂的創傷才獲得痊癒。

對經三：「基督必要受苦」，天主藉

衆先知所說的這項預言已經

應驗。

簡短讀經

希一二，22-24

你們來到了熙雍山和永生天主的城，
就是天上的耶路撒冷，來到了千萬天使和
那些已被登錄在天上的首生者舉行的盛會，
來到了審判衆人的天主，和功德圓滿之
人的靈魂面前；來到了新約的中保耶穌，
以及祂所灑的血那裏。這血所傳的信息比
亞伯爾的血所傳的更美。

短對答詠

領：我們的天主至大至尊，威能無比。

答：我們：

領：祂的智慧不可估計。

答：威能無比。

領：願光榮歸於父： 答：我們：

謝主曲對經 見季節專用經文

禱詞

一切美善都是由上主而來；因此，我們現在滿懷喜樂之情向祂祈禱：

上主，求祢俯聽我們的祈禱。

天父，宇宙萬物的主宰，祢派遣祢的聖子降臨人間，是為使祢的聖名到處受頌揚。

—求祢鞏固祢的教會，使它在萬民中能為祢勇敢作證。

求祢使我們接受使徒們宣講的福音，

—使我們的生活符合我們信仰的真理。

祢喜愛正義，照顧義人，

—求祢為那遭受不合理待遇的人，主持公道。

求祢使被壓迫的人獲得自由，使瞎子重見光明，

—使偃偻的人直身，對旅客時加保護。

對那安息在祢懷中的人，求祢滿足他們的

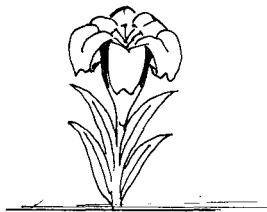
願望，

—使他們靠祢的聖子，日後也能得到光榮的復活。

我們的天父：

結束禱詞 見季節專用經文

結束詞 見常用經文



第四週：星期一

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：請大家向上主歌唱聖詩，歡呼

吟詠。

聖詠第九四首，見3頁

誦讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、我們深信福音的報導，

偉大的時刻已在面前，

新郎即將來臨，

把天國帶到人間。

二、聖潔的貞女出迎，

手持點亮的明燈，

載歌載舞，

救主即將出現。

三、愚蠢的貞女驚慌，

持燈來到時，

新人已不見，

扣門已太晚。

四、我們要時時警惕，

頭腦清醒，

救主一旦來臨，

即時迎接不遲延。

五、仁慈的君王，

請接引我們到祢台前，

歌頌讚美祢，

永不間斷。阿們。

日間用

一、基督，我們的救主，

祿是生命和道路，

救恩和希望，

也是人得救的保障。

二、祿是聖德的根源，

和平的締造者，

我們向祿獻出，

心底的讚揚。

三、求祿賞賜世界太平，

信德廣揚，

求祿寬恕罪人，

普施永生的獎賞。

四、基督，仁慈的君王，

偕聖父及聖神，

永受讚美，

萬世無疆。阿們。

聖詠吟唱

聖詠七二：義人爲何受虐待

「凡不因我而絆倒的，是有福的！」

(瑪十一6)

對經一：以色列的天主對正直的人是

多麼善良（復：阿肋路亞）。

壹

天主對正直的人何其善良！※

對心地純潔的人多麼大方！

但是我幾乎跌跤，※

我的腳險些滑倒。

因爲我嫉妬狂傲之徒，※

不願看到壞人享福。

他們既從不憂愁悲傷，※

身體又肥胖而健康；

他們體驗不到別人的痛苦，※

也不像常人那樣遭殃。

他們以驕傲當作項鍊，※

以殘暴作爲衣衫。

他們滿腹邪惡，※
心中詭計多端。

他們譏諷嘲笑，信口雌黃，※

自高自大，欺壓善良。

他們出口冒犯上天，※

鼓舌詆毀塵寰。

因此祂的子民也歸順了他們，※

全心信服他們的言論。

他們說：「天主豈能知道？※

至高者怎會知曉？」

這般人雖然爲非作歹，※

却能常享平安，積蓄錢財。

對經一：以色列的天主對正直的人是

多麼善良（復：阿肋路亞）。

貳

對經二：他們的歡笑要化爲悲哀，喜

樂要變成憂愁。

我保持心地純潔，反而落得一場空，※
洗手表明無辜，又有何用？

我整天遭受折磨，※

我每朝被祢指責。

假如我真的像他們那樣講話，※

我就算出賣了祢的子民。

我曾設法了解個中道理，※

總是覺得無能爲力；

待我進入天主的殿宇，※

才能領會到他們的結局。

祢要把他們放在光滑的地上，※

使他們滑倒自趨滅亡。

轉瞬之間他們歸於沉寂，※

突來的恐怖使他們毀滅無遺。

上主，他們好像作了一場夢，※

祢醒來時，看他們只是泡影。

對經二：他們的歡笑要化爲悲哀，喜

樂要變成憂愁。

叁

對經三：遠離祢的人必將沈淪，親近

天主是我的幸福（復：阿肋

路亞）。

因此，我心中酸苦，※

悲痛浸入我的肺腑；

我實在愚昧，毫無靈性，※

在祢面前如同畜牲。

然而我常與祢同處，※

是祢攬着我的右手。

祢先以訓誨領導我，※

然後隆重地接納我。

除祢以外，在天上我還有誰？※

既有了祢，在地上我便一無所愛。

我身心衰竭消沉，※

天主却永遠是我的力量和福分。

遠離祢的人必將沉淪，※

祢必消滅背棄祢的人。

親近天主是我的福樂，※

上主天主才是我的寄託。

我要在熙雍城的門口，※

傳述祢的一切作為。

對經三：遠離祢的人必將沉淪，親近

天主是我的幸福（復：阿肋

路亞）。

領：上主，祢的訓言在我口裏多麼甘甜，

答：比蜂蜜更爲甘甜。

唸適合於本日的誦讀及結束禱詞

晨 禱

讚美詩

一 上主，光明的主宰，

祢是光明的光明，

祢使黑夜消逝，

白晝再度來臨。

二、祢比太陽還要明亮，

燭照心靈的深處，

羣星在祢面前，

俯首稱臣。

三、祢是宇宙的眞神，

照耀乾坤；

創造萬有的上主，

垂愛世人。

四、求祢照顧弱小，

沒有祢的恩寵護祐，

我們面對邪惡，

都會心驚膽戰。

五、基督，大慈大悲的君王，

偕聖父及聖神

同享光榮，永無窮盡。阿們。

聖詠吟唱

聖詠八九：願上主的光輝照射在

我們身上

「在天主面前，一日如千年，千年如一日。」

（伯後三，8）

對經一

復活期外：上主，清晨我們就已飽享

祢的慈愛。

十二月十七、廿三：請看，上主，普

世君王的元首將要來臨，凡

準備好迎接祂的人，是有福

的。

復活期：願上主、我們天主的光輝照

耀我們，阿肋路亞。

上主，世世代代，※

祢是我們的安宅。

羣山尙未誕生，宇宙尙未出現，※

祢就是無始無終的天主。

祢命世人歸於灰土說：※

「歸來吧！亞當的子女！」

因爲一千年在祢眼前，十

就好像剛過去的昨天，※

又像夜裏的一更時間。

祢消滅他們有如清晨一覺；※

他們就好像剛出土的青草。

早晨還花開繁茂，※

晚上就萎謝枯槁。

我們因祢發怒而消滅，※

因祢的忿怒而氣絕。

祢將我們的罪過放在祢的面前，※

祢聖容的光輝照耀我們的隱私。

我們的歲月在祢義怒下消逝，※

我們的年華不過是一聲嘆息。

我們的壽命不外七十春秋，※

即使健壯，也不過八十寒暑。

人生時光大半是勞苦和虛空，※

轉瞬卽逝，我們也飄落無蹤。

誰能體會祢忿怒的威力？※

誰能覺察祢怒火的強烈？

求祢教我們數算自己的年歲，※

使我們學得內心的智慧。

上主，求祢回顧，尙待何時？※

求祢快來憐恤祢的僕役。

使我們清晨就飽享祢的慈愛，※

歡欣鼓舞，天天愉快。

求祢使我們今生多難的歲月，※

能換取來世的福樂。

求祢使祢的僕人得見祢的功業，※

向他們的子孫彰顯祢的榮耀。

願上主我們的天主廣施恩寵，十

使我們的工作順利，※
使我們手中的事業成功。

對經一

復活期外：上主，清晨我們就已飽享
祢的慈愛。

十二月十七、廿三：請看，上主，普
世君王的元首將要來臨，凡
準備好迎接祂的人，是有福
的。

復活期：願上主、我們天主的光輝照
耀我們，阿肋路亞。

聖歌 依四二，10、16；讚美勝
利者和救主天主

「他們在天上寶座前唱著一首新歌。」

(默一四，3)

對經二

復活期外：願上主的榮耀達於地極。

十二月十七、廿三：請向上主高唱新
歌，稱揚祂的榮耀，直到地
極。

復活期：我要在他們面前，化黑暗為
光明，阿肋路亞。

請你們向上主高唱一首新曲，※
願祂的榮耀達於地極！

願海洋和其中的一切水族，※
島嶼和島上的居民讚美上主！

願曠野和那裏的城鎮，※
刻達爾人的村落鼓舞歡欣！

願色拉的居民高聲歌唱，※
從山頂上大聲宣揚。

願眾人將光榮歸於上主，※
在島嶼上傳揚祂的榮耀！

上主出征好似勇將，※
有如戰士心情激昂；

祂要嘶喊，祂要呼叫，※
向敵人顯示祂的英豪。

我時常緘默，鎮定自抑；※

現在却像產婦，不停地呻吟歎息。

我必使高山丘陵成爲荒野，※

使山上的花草枯萎凋謝。

我必使河流變爲荒島，※

使池沼的積水乾涸。

我要領瞎子走上生疏的道路，※

帶他們邁向陌生的旅途；

使黑暗在他們面前化爲光明，※

崎嶇的道路變爲平坦的途徑。

對經二

復活期外：願上主的榮耀達於地極。

十二月十七、廿三：請向上主高唱新

歌，稱揚祂的榮耀，直到地

極。

復活期：我要在他們面前，化黑暗為
光明，阿肋路亞。

聖詠一三四：1-12：讚頌行奇

蹟異事的上主

「特選的民族，……天主從黑暗中呼叫你
們進入光明，你們要宣揚祂的威能。」

（參照伯後二，9）

對經三

復活期外：服侍於上主聖殿的，請你

們讚頌上主的名。

十二月十七、廿三：人子來臨時，能

在世上找到信德嗎？

復活期：上主完成了祂所願意的一切，

阿肋路亞。

上主的僕人，請你們讚頌，※

讚頌上主的名。

你們侍立在上主的聖殿，※
在我們天主的庭院，

請你們讚揚上主，因為祂至善至美，※
歌詠祂的名，因為祂可親可愛。

上主爲自己揀選了雅格，※
將以色列作爲祂的產業。

我知道上主偉大無比，※
我們的天主凌駕萬神之上。

在天上、地下，海洋的深處，※
上主隨心所欲，創造了萬物。

祂使烏雲由地極升起，十
使閃電挾着雷雨，※

使清風從天庫吹出。

祂將埃及的長子盡行殺戮，※
不論是人或牲畜。

埃及，上主在你境內行了奇蹟、異能，※
懲罰了法郎和他的臣僕及民衆。

祂擊敗了列邦，※
殺死了強悍的國王：

阿摩黎王息宏，巴珊的敖格士，※
和迦南的所有酋長。

祂將他們的土地賞給以色列，※
作爲祂選民的基業。

對經三

復活期外：服侍於上主聖殿的，請你
們讚頌上主的名。

十二月十七、廿三：人子來臨時，能
在世上找到信德嗎？

復活期：上主完成了祂所願意的一切，
阿肋路亞。

簡短讀經 友八，21b-23（拉丁通俗

本）

請回憶我們祖先所受的試探，考驗他
們是否敬愛天主。請回憶我們祖先亞巴郎

如何受了試探，他歷盡磨難和困苦，成了天主的朋友。依撒格、雅格和梅瑟都這樣博得了天主的歡心，面對各種磨難，對天主忠貞不貳。

短對答詠

領：義人，請你們齊向上主踴躍歡呼。

答：義人：

領：正直的人理當讚美上主。

答：踴躍歡呼。

領：願光榮歸於父：答：義人：

讚主曲對經：上主應受讚美，因為祂眷顧

我們，救贖了我們。

禱詞

基督俯聽並拯救了仰望祂的人；我們要向祂高聲呼求：

主，我們讚頌祢，全心仰望祢。

極慈悲的主基督，我們感謝祢，

——因為祢對我們的慈愛偉大無比。

祢仍在世上與聖父不停地工作，

——求祢以聖神的德能革新一切。

求祢開啓我們和衆弟兄的眼睛，

——使我們今天能目覩祢的奇蹟異能。

祢今天召叫我們來侍奉祢，

——使我們能爲弟兄們分施祢的各種恩寵。

我們的天父：

結束禱詞

天主，祢將土地交付世人耕種、看顧，

又創造了太陽放射陽光，供人享用；求祢

今天使我們賴祢的恩祐，爲光榮祢，并爲

謀求人羣的福利，而能忠信的工作。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠 118, 129 ~ 136 (註)：默

想法律中上主的話

「愛是法律的圓滿。」(羅 13, 10)

將臨期、聖誕期、四旬期對經，見季

節專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

對經一：上主，請照祢的諾言使我穩

步向前。

祢的約法美妙神奇，※

因此我常遵守不離。

祢聖言的解釋，如光普照，※

連平庸純樸的人也能知曉。

我不斷張口噓氣，※

因為我渴慕祢的誠律。

求祢回顧我，憐憫我，※

一如對待敬愛祢的人。

請照祢的諾言使我穩步向前，※

別讓任何邪惡把我羈絆。

請救我擺脫人們的欺凌，※

使我常能遵守祢的訓令。

請向祢的僕人顯示祢的慈顏，※

教導我遵守祢的規範。

我的眼淚傾流如注，※

因為人們違背祢的法度。

對經一：上主，請照祢的諾言使我穩

步向前。

聖詠 81：申斥不義的法官

「時機未到，你們不要判斷，要靜候主的

來臨。」(格前 4, 5)

對經二：立法者和審判者只有一位；

你是誰，竟敢判斷別人？

天主主持神聖會議，※

在衆法官前伸張正義：

「你們審判不公，※

徇私舞弊，要到何時？

你們要爲窮人和孤兒維護公理，※

爲貧弱可憐的人主持正義。

拯救弱小窮苦的人，※

從惡徒手中解救他們。」

他們愚昧無知，暗中胡作非爲，※

動搖了整個大地的根基。

我曾說過：

「你們都是神，※

你們都是至高者的子民。」

但是你們必要像別人一樣死亡，※

必要消逝，像任何王侯一樣。

天主，求祢起來審判大地，※

因爲萬民都屬於祢。

對經二：立法者和審判者只有一位；

你是誰，竟敢判斷別人？

聖詠 一一九：渴望平安

「在困苦中要忍耐；祈禱要恒心。」

（羅一二，12）

對經三：我一呼求，上主就俯聽了我。

我在急難中呼求上主，※

祂就俯聽了我。

「上主，求祢使我脫離說謊的口唇，※

擺脫欺詐的舌根。」

你這虛偽詭詐的人，※

該怎樣對付你，懲罰你？

只有勇士銳利的弓箭，※

和那熾熱的火炭！

我何其不幸！竟在默舍寄居，※

在基達的帳幕中投宿！

我與憎恨和平的人相處，※

相處的時日實在太久。

我一向愛好和平，※
我講和平，他們却發動戰爭。

對經三：我一呼求，上主就俯聽了我。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

肋二〇，26

你們應該成聖而屬於我，因為上主我是聖的，我已將你們與萬民分開，使你們屬於我。

領：尊上主為天主的民族，真有福氣。

答：上主選為基業的子民，真有福氣。

結束禱詞

天主、至聖至善的父，祢分派我們工作，願意我們互相砥礪，日益進步。求祢恩賜我們，於立身行事之間，常常以兒女

的精神侍奉祢，并以手足之情對待別人。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

智一五，1，3

我們的天主，祢良善、信實、寬容，以慈愛治理萬有。認識祢，才是完美的義德；承認祢的權能，就是永生的根源。

領：上主，祢是良善慈悲的天主，

答：緩於發怒，極其寬仁而真誠。

結束禱詞

天主，祢是農田及葡萄園的主人和守護者；祢分派我們工作，并按工作的勤勞賜予報酬。求祢使我們能任勞任怨，肩負起這一天的重擔。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

巴四，21 b ~ 22

孩子們！你們要呼求天主！祂必拯救你們脫離暴徒和敵人的掌握。我曾期望永生者拯救你們，聖者就給我帶來了喜樂；因為永生者、你們的救主，不久就要對你們大發慈悲。

領：上主，求祢念及祢的寬仁和慈愛。

答：因為祢的慈愛自古就已存在。

結束禱詞

天主，昔日此時，祢曾召叫使徒們進入聖殿，現在祢也召叫我們祈禱；懇切求祢，使我們虔誠地奉耶穌基督之名、所行的祈禱，能有助於所有呼求祂聖名的人獲得救恩。

結束詞 見常用經文

晚禱

讚美詩

一、上主，永恒的救主，
 一切光明的來源，
 俯聽我們的祈禱，
 驅散罪惡的陰影，
 照耀祢的子民。

二、一天的工作完成，
 懇求天父，
 保祐我們平安，
 我們時時讚頌，
 感謝祢無數的慈恩。

三、夕陽西下，
 夜幕低垂，
 祢的光輝，
 永不消逝，

日夜照耀著我們。
四 仁慈的聖父，

寬恕我們的過錯，
在漫漫長夜裏，
以祢的慈光，
護守我們的心神。

五 願天下萬國，

普世權威，
一切榮耀，
歸於聖父聖子聖神，
永無窮盡。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一三五：逾越節讚美詩

「傳述上主的豐功偉業，就是讚美上主。」

（加西道）

壹

對經一

復活期外：請你們稱謝上主，因為祂
的仁慈永遠常存。

十二月十七 / 廿三：請看，上主、普
世君王的元首將要來臨，凡
準備好迎接祂的人是有福的。
復活期：誰若在基督內，就是一個新
受造的人，阿肋路亞。

請你們稱謝上主，

因為祂美善寬仁，※

因為祂的仁慈永遠常存。

請你們稱謝眾神之神，※

因為祂的仁慈永遠常存。

請你們稱謝萬主之主，※

因為祂的仁慈永遠常存。

只有祂施展了偉大奇能，※

因為祂的仁慈永遠常存。

祂以智慧創造了蒼天，※

因爲祂的仁慈永遠常存。

祂將大地鋪展在大水之上，※

因爲祂的仁慈永遠常存。

祂創造了巨大的光體，※

因爲祂的仁慈永遠常存。

祂創造了太陽統治白晝，※

因爲祂的仁慈永遠常存。

月亮和星辰光照黑夜，※

因爲祂的仁慈永遠常存。

對經一

復活期外：請你們稱謝上主，因爲祂

的仁慈永遠常存。

十二月十七 / 廿三：請看，上主、普

世君王的元首將要來臨，凡

準備好迎接祂的人是有福的。

復活期：誰若在基督內，就是一個新

受造的人，阿肋路亞。

貳

對經二

復活期外：全能的天主，祢的作爲偉

大奇妙。

十二月十七 / 廿三：請向上主高唱新

歌，稱揚祂的榮耀，直到地

極。

復活期：我們都該愛天主，因為祂先

愛了我們，阿肋路亞。

祂擊殺了埃及人的長子，※

因爲祂的仁慈永遠常存。

祂由他們中間領出了以色列，※

因爲祂的仁慈永遠常存。

祂伸出手臂施展了大能，※

因爲祂的仁慈永遠常存。

祂把紅海從中分開，※

因爲祂的仁慈永遠常存。

祂領以色列人從海中走過，※

因為祂的仁慈永遠常存。

祂把法郎和他的軍隊投入紅海，※

因為祂的仁慈永遠常存。

祂領百姓經過曠野，※

因為祂的仁慈永遠常存。

祂擊敗了強大的君王，※

因為祂的仁慈永遠常存。

祂殺死了阿摩黎王息宏，※

因為祂的仁慈永遠常存。

祂殺死了巴珊的敖格王，※

因為祂的仁慈永遠常存。

祂使選民佔領了他們的土地，※

因為祂的仁慈永遠常存。

由祂的僕人以色列來繼承，※

因為祂的仁慈永遠常存。

我們遭難時，祂懷念了我們，※

因為祂的仁慈永遠常存。

祂救我們脫離了仇人，※

因為祂的仁慈永遠常存。

祂把食品供給一切生靈，※

因為祂的仁慈永遠常存。

你們要稱謝天上的天主，※

因為祂的仁慈永遠常存。

對經二

復活期外：全能的天主，祢的作為偉

大奇妙。

十二月十七、廿三：請向上主高唱新

歌，稱揚祂的榮耀，直到地

極。

復活期：我們都該愛天主，因為祂先

愛了我們，阿肋路亞。

聖歌 弗一，3、10：論救主天

主

對經三

復活期外：天主按照祂的措施，時期

一滿，就使一切重歸於

基督。

十二月十七、廿三：人子來臨時，能

在世上找到信德嗎？

復活期：從祂的滿盈中，我們都領受

了恩寵，而且恩上加恩，阿

肋路亞。

願天主，

我們的主耶穌基督的父受讚美，※

祂在天上，在基督內，

賜給我們各種屬神的福分；

因為祂在創世之前，

已在基督內簡選了我們，※

使我們在祂面前聖潔無瑕；

祂又出於愛心，按照自己的決意，十

藉耶穌基督預定了我們，※

成為祂的義子，而歸祂所有，

使人頌揚祂恩寵的光榮，※

這是祂在愛子內賜給我們的恩寵。

我們藉祂愛子的血在祂愛子內，※

獲得了救贖和罪過的赦免。

天主把這恩寵，

豐厚地傾注在我們身上，※

賜給我們各種智慧和明達，

使我們知道祂旨意的奧秘，※

這都是依照祂在愛子內所定的計劃。

按照祂的措施，時期一滿，※

就使上天下地的一切，重歸於基督。

對經三

復活期外：天主按照祂的措施，時期

一滿，就使一切重歸於基

督。

十二月十七、廿三：人子來臨時，能在世上找到信德嗎？

復活期：從祂的滿盈中，我們都領受了恩寵，而且恩上加恩，阿肋路亞。

簡短讀經

得前三，12-13

願主使你們彼此間的愛，和對衆人的愛日益增長，就像我們對你們所懷的愛一樣；爲使你們的心志堅強，當我們的主耶穌同祂的諸聖來臨時，在我們的父天主面前，完全聖潔，無可指摘。

短對答詠

領：上主，願我的祈禱上達於祢。

答：上主：

領：在祢面前有如馨香。

答：上達於祢。

領：願光榮歸於父：答：上主：

謝主曲對經：我的天主，我願常常頌揚祢。
禱詞

耶穌不捨棄仰望祂的人；我們現在謙恭地祈求祂：

我們的天主，求祢俯聽我們。

帶給人類光明的基督，求祢以祢的眞光，照耀祢的教會，

使它將聖言降生成人的偉大奧跡、傳報給萬民。

求祢保護祢教會中的司鐸和各級職員，

使他們爲祢宣講時，自己常能保持對祢的忠貞。

祢藉着祢的聖血，給世界帶來和平，

求祢消除人間不和睦的罪惡，和戰爭的痛苦。

求祢賞賜所有夫婦豐富的恩寵，

使他們更完善地表現祢教會的奧蹟。

求祢赦免所有亡者的罪過，

——使他們因祢的仁慈、安息於諸聖之中。

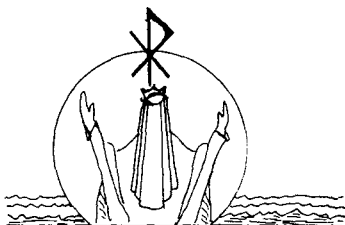
我們的天父：

結束禱詞

主耶穌，請祢留下，因為天色已晚。

求祢作我們生命旅途的伴侶，熾熱我們的心靈，喚起我們的希望，使我們在讀經與分餅時，也能跟我們的兄弟姊妹認出祢來。

結束詞 見常用經文



第四週·星期二

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：請大家前來朝拜偉大的天主、

上主。

聖詠第九四首，見3頁

誦讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、深夜清醒，

默思聖詠，

全力歌頌上主，

唱出心底的禱聲。

二、歌頌仁慈的君王，

但願有一天，

偕諸聖同登天廷，

獲享永生。

三、至聖的天父，

願祢偕聖子及聖神，

普世同欽，

永享光榮。阿們。

日間用

一、仁慈的上主，

求祢側耳傾聽，

我們的禱聲，

衆僕的虔誠。

二、求祢慈祥垂顧我們，

點燃我們的油燈，

驅除黑暗，

照耀我們的心靈。

三、求祢大顯慈悲，

滌除我們的罪污，

解除桎梏，

治癒世人的疾病。

四 永恆的聖父，

偕同愛子及聖神，

享受光榮，

世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一〇一：流亡者的願望和哀禱

「我們遭難時，天主常安慰我們。」

(格後一，4)

壹

對經一：願我的呼聲上達於祢，求祢

不要對我轉面不顧。

上主，求祢俯聽我的祈禱，※

願我的呼聲上達於祢！

我遭難之日，求祢不要轉面不顧我，※

我呼求祢時，請祢快快俯聽我！

因為我的歲月有如過眼雲烟，※

我的骨頭枯燥有如灰炭。

我心憔悴像枯草一般，※

甚至忘記進用三餐。

因為我悲傷過度，※

只剩下皮包骨頭。

我好像曠野中的兀鷹，※

又像廢墟中的貓頭鷹。

我守夜不眠，※

像屋頂上孤單的麻雀。

我的仇敵終日辱罵我，※

嘲弄我的人指名詛咒我。

我以爐灰當作食糧，※

我的眼淚攪和著殘湯。

由於祢的震怒與責斥，※

祢把我提起，又遠遠拋棄。

我的歲月像陰影西傾，※
又像花草一般凋零。

對經一：願我的呼聲上達於祢，求祢
不要對我轉面不顧。

貳

對經二：上主，求祢垂聽謙卑人的
祈禱。

上主，祢却永遠常存，※
祢的名號萬古長春。

祢將興起，憐憫熙雍，※
祢可憐她的時日已經來到。

祢的衆僕喜愛她的每塊石頭，※
憐惜她的每粒塵土。

上主，萬民必敬畏祢的聖名，※
普世列王必尊崇祢的光榮。

那時上主必把熙雍重建，※
必在光榮中顯現。

祂必垂聽窮人的祈禱，※
必不輕視他們的哀告。

要將此事記錄傳於後世，※
使新生的子民讚美上主。

上主從至高的聖所俯瞰，※
由高天之上垂顧人間：

傾聽俘虜的哀歎，※
釋放待斃的囚犯；

使他們在熙雍傳述上主的聖名，※
在耶路撒冷宣揚祂的光榮。

那時萬民都要雲集一處，※
列國都要前來事奉上主。

對經二：上主，求祢垂聽謙卑人的祈
禱。

叁

對經三：上主，祢奠定了大地塵寰，
親手造成了諸天（復：阿肋

路亞)。

祂使我的力量中途衰竭，※
縮短了我的歲月；

我說：「我的天主，十
祢的生命無始無終，※
不要讓我中年喪生。

祢自太初奠定了大地塵寰，※
親手造成了諸天。

天地終將毀滅，祢却永恒不變，※
萬物都要像衣服一樣破爛。

祢變化萬物有如更換衣裳，※
祢始終如一，萬壽無疆。

祢僕人的子女將安居樂業，※
他們的子孫在祢面前要世世綿延。」

對經三：上主，祢奠定了大地塵寰，

親手造成了諸天(復：阿肋

路亞)。

領：我的子民，你們要聆聽我的教誨，
答：要側耳聆聽我的訓導。

唸適合於本日的誦讀及結束禱詞

晨 禱

讚美詩

一、創造光明的上主，

祢是永恒的光明，

黑暗退避，白晝來臨，

眞光升起，

羣星失色。

二、我們愉快的起床，

向祢歌唱，

唱出感恩的詩歌，

光明在望，

太陽戰勝了茫茫黑夜。

三、神聖的上主，

助祐我們拋棄私慾偏情，
避免動怒和紛爭，
抵抗世俗的誘惑，
決不貪圖口腹之樂。

四 祛除貪財的心思，
遠離放蕩的行爲，
助我生活淡泊，
潔身自愛，
效法基督的生活。

五 大慈大悲的天父，
俯聽我們的呼求，
偕聖子及聖神，
萬世爲王，
永享福樂。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一〇〇：仁君的自白

「如果你們愛我，就該遵守我的命令。」

（若一四，15）

對經一

復活期外：上主，我要向祢歌詠，我

要度純潔完美的生活。

十二月十七、廿三：上主將離開祢的

聖所，來拯救祢的子民。

復活期：凡承行我父旨意的人，必將

進入天國，阿肋路亞。

我要歌頌仁愛與公正，※

上主，我要向祢歌詠。

我要度完美的生活，十

祢何時才肯駕臨？※

以純潔的心，在家中養性修身；

我絕不視非禮之物，※

我痛絕惡徒，不與交往相處。

歹意邪念，我要遠離，※

惡徒莠民與我無干。

進入天國，阿肋路亞。

背地毀謗人的，我使他啞口無言，※
心高氣傲的，我必不容忍。

聖歌 達三，26，27，29，34

41：阿匝黎火中祈禱

我顧念國內忠信的人，十
使他們與我同住，※

「你們要悔改，回心轉意，使你們的罪過
消除。」（宗三，19）

行爲純潔的人，

對經二

才可作我的忠僕。

復活期外：上主，求祢不要讓祢的慈

詭詐的人，不能在我家中居住，※
說謊的人，不得在我眼前立足。

十二月十七、廿三：我們有一座堅城
愛遠離我們。

我要及早從境內剷除惡人，※
從上主的城裏把作孽的人消滅。

熙雍，救主將建造城郭保護
它；請大開城門，因為天主

對經一

與我們同在，阿肋路亞。

復活期外：上主，我要向祢歌詠，我

復活期：上主，願萬民都知道祢對我

要度純潔完美的生活。

們的慈愛，阿肋路亞。

十二月十七、廿三：上主將離開祢的

上主，我們祖先的天主，祢應受頌揚，※

聖所，來拯救祢的子民。

祢的名應受讚頌，應受光榮，直到永遠。

復活期：凡承行我父旨意的人，必將

因爲祢對我們所行的一切，

公平正直，※

我們作惡，遠離了祢，

在一切事上犯了重罪。

爲了祢的名字，求祢不要永遠拋棄我們，※

也不要廢除祢的盟約。

爲了祢的朋友亞巴郎，

祢的僕人依撒格，十

以及祢的聖者以色列，※

求祢不要讓祢的慈愛遠離我們；

因爲祢向他們應許過，

使他們的後裔繁多，※

如同天上的星辰，海濱的沙粒。

主啊！

我們犯了罪，

成了最弱小的民族，※

我們今天在全世界蒙受恥辱。

現在我們沒有元首，沒有先知，※

沒有領袖，沒有全燔祭。

沒有祭祀，沒有供物，沒有馨香，※

也沒有給祢奉獻初果的地方。

爲使我們獲得祢的憐愛，※

但願這懺悔的心和謙虛的精神蒙祢悅納。

好像獻上公羊、公牛的燔祭，※

又像獻上成千累萬的肥羊；

願我們今天在祢面前所行的祭獻，※

同樣能博取祢的歡心。

因爲凡信賴祢的人，※

決不會蒙羞受辱。

現在我們全心追隨祢，敬畏祢，※

渴望見到祢的慈顏。

對經二

復活期外：上主，求祢不要讓祢的慈

愛遠離我們。

十二月十七、廿三：我們有一座堅城

熙雍，救主將建造城郭保護
它；請大開城門，因為天主
與我們同在，阿肋路亞。

復活期：上主，願萬民都知道祢對我
們的慈愛，阿肋路亞。

聖詠一四三，1-10：求賜勝利

與和平

「我靠著加強我力量的那位，無所不能。」

(斐四，12)

對經三

復活期外：天主，我們要向祢高唱新

歌。

十二月十七-廿三：上主，讓我們在

世上認識祢的道路，使萬民

得知祢的救贖。

復活期：上主是我的避難所，是我的

救主，阿肋路亞。

我的磐石，上主，應受讚頌！※

祂訓練我如何迎戰，指導我從事戰爭。

祂是我的力量，我的堡壘，※

我的干城，我的救星；

祂是我的盾牌，我的避難所，※

祂使萬民都來歸服我。

上主，人算什麼，

祢對他如此關懷？※

世人又算什麼，祢對他如此眷愛？

他的生命不過是一口氣息，※

人的歲月有如過眼雲烟。

上主，求祢使天低垂，親臨人間，※

祢觸摸羣山，羣山立即冒烟。

求祢發出閃電，將敵人驅散，※

射出祢的利箭，使他們混亂。

求祢從高處伸手援救我，※

救我脫免洪水和敵人的掌握。

他們滿口謊言，※
舉手發誓，也是欺騙。

天主，我要向祢高唱新歌，※
彈着十弦琴，向祢奏樂。

祢使君王獲得了勝利，※
拯救了祢的僕人達味。

對經三

復活期外：天主，我們要向祢高唱新
歌。

十二月十七、廿三：上主，讓我們在

世上認識祢的道路，使萬民
得知祢的救贖。

復活期：上主是我的避難所，是我的
救主，阿肋路亞。

簡短讀經

依五五，1

凡口渴的，請到水泉這裏來吧！沒有
錢的，也請前來！來買不付錢的酒，免費

的奶喝。

短對答詠

領：上主，求祢俯聽我的呼聲，我熱
切期望祢的允諾。

答：上主：

領：天尚未亮，我就起來呼求。

答：我熱切期望祢的允諾。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

讚主曲對經：上主，求祢拯救我們脫離仇
人的手。

禱詞

在這晨禱的時刻，天主賜給我們快樂，加
強我們的希望。因此，我們大膽地懇求祂：

上主，為光榮祢的聖名，求祢俯聽我
們。

我們的救主耶穌的天主父，我們感謝祢，
——因為祢藉着祢的聖子賜給了我們知識和

永生的大恩。

求祢賜給我們謙虛的心及和藹的態度，
—使我們以敬畏基督耶穌的心神去彼此服
務。

求祢爲我們派遣祢的聖神，

—使我們之間的兄弟之愛，沒有虛偽。

祢會命令人類以勞作治理世界，

—求祢使我們以工作讚美祢，聖化我們的

弟兄。

我們的天父：

結束禱詞

上主，求祢加強我們的信德，使我們
由衷對祢所作的讚頌，常能結出永生的果
實。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠一一八，137~144 (大)

將臨期、聖誕期、四旬期對經，見季
節專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

對經一：如果你們知道這事，而付諸

實行，真有福氣。

上主，只有祢大公無私，※

祢的判斷非常正直。

祢以公義和至誠，※

頒佈了祢的誠命。

我的敵人忘掉了祢的聖訓，※

使我心中焦急，筋疲力盡。

祢的訓言無比精湛，※

祢的僕人百讀不厭。

我年幼渺小，被人輕看，※
却沒有忘記祢的規範。

祢的正義始終如一，※

祢的法律就是真理。

縱有困苦、憂患纏身，※

我仍然喜歡祢的聖訓。

祢的約法永遠公允，※

求祢賜我智慧，使我生存。

對經一：如果你們知道這事，而付諸

實行，真有福氣。

聖詠八七：重病者的祈禱

「現在是你們的時刻，是黑暗當權的時刻。」

（路二二，53）

壹

對經二：上主，願我的祈禱上達於祢

面前。

上主，我的天主，我的救助，※

我晝夜向祢哀呼。

願我的祈禱上達於祢面前，※

求祢側耳俯聽我的呼喊。

因為我的心靈備嘗憂患，※

我的性命已接近了陰間。

人們以為我已行將就木，※

我已是走投無路。

我的床舖已設置在死人中間，※

像陣亡者躺在臺中常眠；

祢已經不再記念，※

祢的手也不再照管。

祢把我投入在幽暗的深坑，※

扔進暗無天日的深淵中。

祢的憤怒重壓着我，※

祢的怒濤把我淹沒。

對經二：上主，願我的祈禱上達於祢

面前。

貳

對經三：上主，我現在向祢呼籲，不

要轉面不顧。

祢使我的知己離去，※

使我為他們所嫌棄；

我被拘留不能逃走，※

我悲痛逾恒，雙目失明。

上主，我整天向祢祈求，※

舉起雙手向祢呼救。

祢豈要給死人發顯奇跡？※

難道陰魂能起來稱頌祢？

墳墓之中，誰會稱述祢的仁慈？※

喪亡之地，誰會宣揚祢的信實？

黑暗之處，有誰知道祢的奇蹟？※

遺忘之地，有誰曉得祢的正義？

上主，我現在向祢呼號，※

清晨向祢獻上我的祈禱。

上主，祢為什麼摒棄我？※

為什麼轉面不看我？

我自幼貧苦，幾乎死去，※

備受祢的威嚇，驚惶恐懼；

祢的震怒將我淹沒，※

祢的威嚇將我毀滅；

整天像洪水般將我圍困，※

將我緊緊包圍，不能脫身；

祢使我的親友遠離，※

黑暗成了我的伴侶。

對經三：上主，我現在向祢呼籲，不

要轉面不顧。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

若壹，三，17 \ 18

誰若擁有現世的財物，眼看着他的弟

兄有急難，却硬著心腸不加憐憫，怎能說他心裏有天主的愛呢？孩子們！我們愛人，不可只在言語，和口頭上，而要以行動和事實來表達。

領：樂善好施的人必有幸福，
答：義人必將永遠被人懷念。

結束禱詞

全能永生的天主，祢曾在第三時辰，給使徒們派遣了聖神；求祢此刻也派遣這位聖愛之神降來我們心中，使我們忠貞地向世人為祢作證。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

申三〇，11，14

我今天吩咐你的這條誡命，並不超過你的力量，或是遠不可及的。其實它離你很近，就在你口中，就在你心裏，好讓你

遵行。

領：祢的話是我脚步的明燈。

答：是我路途上的亮光。

結束禱詞

仁慈的天主，祢曾將拯救人類的計劃啓示給伯鐸；求祢助祐我們，在日常工作中都能契合祢的聖意，以實現祢愛人救世的計劃。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

依五五，10-11

正如雨和雪從天降下，不再返回原處，只有灌溉田地，使土地萌芽結實，償還播種者的種子，供給饑餓者食糧；同樣，我口中發出的言語，不能空空的回到我這裏。反之，它必將實行我的旨意，完成我賦給它的使命。

領：上主向大地頒發諭旨，

答：祂的聖旨就迅速傳遞。

結束禱詞

天主，祢曾派遣天使指示高乃略百夫

長得救之路，求祢使我們常以被派遣為榮，

一心救助衆人，今生在祢的教會內聚首，

日後同升天廷，瞻仰祢的聖容。

結束詞 見常用經文

晚禱

讚美詩

一、創造時間的上主，

劃分白晝與黑夜，

使人日出而作，

日入而安眠；

二、求祢指引我們向善，

不受邪魔的陷害，

罪惡的沾染，

身心確保安全；

三、護祐我心靈，

擺脫私慾的紛擾，

莫讓人間虛榮，

破壞真平安。

四、大慈大悲的天父，

俯聽我們的呼求，

偕聖子及聖神，

萬世為王，光耀無邊。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一三六，1-6：巴比倫

河畔

「以民的被俘，應視為靈性被俘的寫照。」

（聖怡樂）

對經一

復活期外：耶路撒冷，我若是忘記你，

寧願我的右手喪失絕技。

十二月十七、廿三：上主將離開祂的

聖所，來拯救祂的子民。

復活期：請為我們詠唱詩歌，唱一首

熙雍的歌曲，阿肋路亞。

我們坐在巴比倫河畔，※

一想起熙雍就淚流滿面。

在河邊的楊柳樹上，※

掛起了我們的豎琴。

俘擄我們的人要我們謳歌，十

迫害我們的人要我們奏樂；※

「給我們唱一首熙雍的詩歌！」

但是我們現在淪落異域，※

又怎能唱出上主的歌曲？

耶路撒冷！我若是忘記你，※

寧願我的右手喪失絕技。

我若不懷念你，十

不把你當作我最大的喜樂，※

就讓我的舌頭僵硬，再不能唱歌。

對經一

復活期外：耶路撒冷，我若忘記你，

寧願我的右手喪失絕技。

十二月十七、廿三：上主將離開祂的

聖所，來拯救祂的子民。

復活期：請為我們詠唱詩歌，唱一首

熙雍的歌曲，阿肋路亞。

聖詠一三七：謝恩

「世上的君王要把自己的光榮和聲譽帶到

聖城。」（參照默一一，24）

對經二

復活期外：我的天主，我要在萬神前

歌頌祢。

十二月十七、廿三：我們有一座堅城

熙雍，救主將建造城郭保護

它；請你們大開城門，因為

天主與我們同在，阿肋路亞。

復活期：我處於困境，祢曾使我生存，

阿肋路亞。

上主，

我要全心稱謝祢，※

因為祢俯聽了我口中的禱詞。

我要在萬神前歌頌祢，※

向祢的聖所叩首至地；

我要頌揚祢的聖名，+

因為祢真誠而慈愛，※

實踐了祢的諾言，超過我們的期待。

我一呼求祢，祢就俯聽，※

使我的靈魂力量倍增。

上主，地上的君王都要稱謝祢，※

因為他們聽到祢的訓諭。

他們要歌頌上主的功績：※

「上主的榮耀偉大無比！」

上主無上尊高，却垂顧弱小，※

傲慢人在祂面前無法遁逃。

我若處於困境，祢必使我生存，※

以右手拯救我，打擊狂怒的敵人，

上主必為我完成這項事功！+

上主，祢的慈愛永世無窮，※

不要放棄祢雙手的妙工！

對經二

復活期外：我的天主，我要在萬神前

歌頌祢。

十二月十七、廿三：我們有一座堅城

熙雍，救主將建造城郭保護

它；請你們大開城門，因為

天主與我們同在，阿肋路亞。

復活期：我處於困境，祢曾使我生存，

阿肋路亞。

聖歌 默四，11；五，9，10，

12：蒙救贖者的讚詞

對經三

復活期外：被宰殺的羔羊理當接受榮

耀和尊威。

十二月十七 / 廿三：上主，讓我們在

世上認識祢的道路，使萬民

得知祢的救贖。

復活期：上主，偉大與權能，光榮與

勝利都屬於祢，阿肋路亞。

上主，

我們的天主，※

祢理當接受榮耀，尊威和權能。

因為祢創造了萬物，※

萬物全憑祢的旨意而存在，而造成。

上主，只有祢堪當接受那書卷，※

開啓書卷上的封印。

因為祢曾被宰殺，十

從各支派，各語言，

各民族，各國家中，※

用祢的血把我們贖回，歸於天主，

使我們成爲天國的子民，

和侍奉天主的祭司，※

我們必要爲王，統治世界。

被宰殺的羔羊理當接受權能，※

富裕、智慧、英勇、尊威、

光榮和讚頌！

對經三

復活期外：被宰殺的羔羊理當接受榮

耀和尊威。

十二月十七 / 廿三：上主，讓我們在

世上認識祢的道路；使萬民

得知祢的救贖。

復活期：上主，偉大與權能，光榮與

勝利都屬於祢，阿肋路亞。

簡短讀經

哥三，16

主，求祢俯聽我們，我們要時時讚頌祢。

要讓基督的話充分地保存在你們心中，用盡智慧彼此教導互相規勸，懷着感恩的心情以聖詠、聖詩和聖歌，讚頌天主。

短對答詠

領：上主，只有在祢面前，才有圓滿的喜悅。

——求祢恩賜他們堅定不移的信心。
主，請依照祢的心意，引導我們的上司，
——求祢賜給他們智慧，使他們能穩妥地領導我們。

答：上主：

祢曾用餅和魚飽饗了聽道的羣衆，

領：在祢右邊方有永遠的福樂。

——求祢教導我們、以所有財富幫助有急需的人。

答：才有圓滿的喜悅。

的人。

領：願光榮歸於父：答：上主：

求祢使各國的當權者不但注意自己的國民，

謝主曲對經：全能的上主，祢是神聖的，

——而且也尊重、照顧所有的人們。

求祢向我們施展大能。

求祢賞賜我們去世的弟兄，獲得復活和永生的幸福，

禱詞

——使他們在祢第二次來臨時，也分享祢的

基督賞賜祂的子民權能和力量；我們要歡欣踴躍，以真誠的心呼求祂：

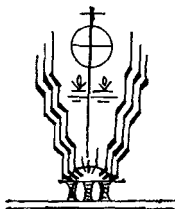
光榮。

我們的天父：

結束禱詞

仁慈的天父，求祢接受我們在祢面前所作的祈禱，使我們以唇舌所宣揚的，也常能在心中深思默念。

結束詞 見常用經文



第四週：星期三

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：普世大地，請向天主歡呼，與

高彩烈地事奉上主。

聖詠第九四首，見 3 頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、基督，祢創造了萬物，

人類至高君王和救主，

令人敬畏的裁判者，

我們求祢慈祥保護。

二、光明的創造者，

願我們的禱聲衝破夜幕，

使我們振作心神，

虔誠讚頌上主。

三、求賜今日萬事吉祥，

迎接不朽的生命，

助我們時時行善，

來日得享永福。

四、求賜天上的神火，

熾熱我們的心胸，

點燃手中的油燈，

時時清醒，期待着上主。

五、救主，仁慈的君王，

偕聖父及聖神，

世世代代，

享受榮福。阿們。

日間用

一、基督，祢是真光與美善，

生命與幸福，
祢的仁慈無邊無涯；

流盡聖血，救人疾苦。

二、求祢普施慈愛，

加強我們的信心，

讓基督的愛火，

燃燒在人間各處。

三、求祢施展大能，

粉碎魔鬼的狡計，

派遣至聖聖神，

濟助貧苦孤獨。

四、天主聖父，

偕聖子及聖神，

世世代代，

享受永福。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一〇二：讚頌上主的慈悲

「由於天主慈悲為懷，旭日從高天照耀我
們。」（參照路一，78）

壹

對經一：我的心靈，請歌頌上主，不

要忘記祂的一切恩寵（復）：

阿肋路亞）。

我的心靈，請歌頌上主，※

我的五內，請讚美祂的聖名。

我的心靈，請歌頌上主，※

不要忘記祂的一切恩寵。

祂赦免了你所有的罪行，※

治癒了你的各種病症；

祂救你脫離陰間，※

給你加上仁愛和慈悲的榮冠；

祂賞你一生幸福滿盈，※

賜你青春永駐，健壯如鷹。

上主行事正直無比，※

爲被奴役的人伸張正義。

祂向梅瑟啓示了祂的旨意，※

向以色列子民彰顯了祂的偉績。

對經一：我的心靈，請歌頌上主，不

要忘記祂的一切恩寵（復：

阿肋路亞）。

貳

對經二：父親憐愛兒女，同樣，上主

也憐愛敬畏祂的人（復：阿

肋路亞）。

上主富於仁愛寬恕，※

極其慈悲，不輕易發怒。

祂絕不長期責問，※

也不會永遠氣憤。

我們犯罪，祂沒有懲罰我們，※

我們作孽，祂沒有報復我們。

天離地有多麼高，※

祂的慈愛對敬畏祂的人也多麼深厚；

東離西有多麼遠，※

祂使罪過離開我們也多麼遙遠。

父親憐愛兒女，※

同樣，上主也憐愛敬畏祂的人。

祂知道我們怎樣形成，※

也記得我們不過是灰塵。

世人的歲月有如青草叢生，※

又像田野的花卉茂盛。

東風一吹過，就不復存在，※

連它生長之處也把它忘懷。

對經二：父親憐愛兒女，同樣，上主

也憐愛敬畏祂的人（復：阿

肋路亞）。

叁

對經三：上主所造的萬物，請讚美上

主（復：阿肋路亞）。

上主永遠憐愛敬畏祂的人，※
祂的正義也惠及他們的子孫。

他們遵守祂的誓盟，※

忠實履行祂的誡命。

上主在天上建立了寶座，※
祂的王權統治萬有。

大能的天使，你們聽從祂的命令，※
你們遵行祂的指示，請讚美上主。

你們是執行上主旨意的忠僕，※

天上萬軍，請讚美上主！

上主所造的萬物，+

在祂統治的各處，請讚美上主，※

我的心靈，請讚美上主！

對經三：上主所造的萬物，請讚美

上主（復：阿肋路亞）。

領：上主，求祢使我們明瞭祢的訓令，

答：沉思祢的奇妙工程。

唸適合於本日的誦讀及結束禱詞

晨 禱

讚美詩

一、上主，祢創造壯麗的穹蒼，

制定了宇宙的秩序，

月亮在夜間照射，

太陽在白天大放光明；

二、黑夜消逝，

萬物重見光明，

人類又充滿活力，

開始一天的勞動。

三、白晝的來臨，

邀請我們向上主讚頌，

明朗的天空，

舒暢我們的心胸；

四、使我們遠離誘惑，

戒除罪過，

生活要聖潔，

口舌要純淨。

五 時序川流不息，

信德日益精深，

使我望德活潑，愛火炎炎，

不怕爲基督犧牲。

六 仁慈的天父，

偕聖子及聖神，

享受光榮，

世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一〇七：歌頌上主，哀求助

祐

「由於天主子已被高舉，超越諸天，因此祂的光榮也傳聞於普世。」（阿諾比）

對經一

復活期外：我的心已準備妥當，天主

，我的心已準備妥當。+

十二月十七、廿三：全能的上主將從

熙雍前來拯救祂的子民。

復活期：天主，願祢的尊榮高於諸天，

阿肋路亞。

我的心已準備妥當，+

天主，我的心已準備妥當，※

+我要歌唱，我要頌揚。

我的靈魂，醒來吧！+

醒來吧！七弦琴和豎琴，※

我要喚醒曙光。

上主，我要在萬民中稱謝祢，※

我要在列邦中歌頌祢。

因爲祢的慈愛高達於天，※

祢的信實直達霄漢。

天主，願祢受尊榮，遍及天上，※

願祢的榮耀普照塵寰。

求祢垂允我們，施展大能，※

拯救祢所愛的子民。

天主在聖所中宣佈：「我必凱旋」，※

我要劃分舍根，測量蘇苛特平原。

基肋阿得屬於我，※

默納協也屬於我。

厄弗辣是我的頭盔，※

猶大是我手中的權杖！

我要使摩阿布作我的僕婢，+

在厄東豎起我的旗幟，※

向倍肋舍特高呼勝利！

誰能領我攻陷堅城！※

誰能帶我征服厄東？

天主，難道祢已將我們拋棄？※

不肯與我們的軍隊一同出擊？

求祢幫助我們，抵抗仇敵，※

因為人的援助徒然無益。

我們倚靠天主，才能奮勇戰鬥，※

上主必要踐踏我們的仇敵。

對經一

復活期外：我的心已準備妥當，天主，

我的心已準備妥當。

十二月十七 / 廿三：全能的上主將從

熙雍前來拯救祂的子民。

復活期：天主，願祢的尊榮高於諸天，

阿肋路亞。

聖歌 依六一，10 / 六二，5：

先知因新耶路撒冷而歡

欣

「我看見那新耶路撒冷：有如一位打扮好

的新娘。」（默二一，2）

對經二

復活期外：上主給我穿上救恩和義德

的衣裳。

十二月十七、廿三：為了熙雍我決不
緘默，直到她那位正義者出
現，大放光明。

復活期：上主在萬民前產生了正義和

讚揚，阿肋路亞。

我要因上主而萬分喜樂，※

我的心靈要因我的天主而歡悅。

因為祂給我穿上救恩的衣裳，※

給我披上義德的外氅。

使我觉得頭戴花冠的新郎，※

又好像佩帶寶珠的新娘。

正如大地發出幼苗，+

田園使種子發芽生長，※

同樣，吾主上主也要在萬民前，

產生正義和讚揚。

爲了熙雍，我決不緘默不語，※

爲了耶路撒冷，我決不休息。

直到他的正義像光芒四射，※
他的救恩像火炬照耀。

萬民都要見到你的正義，※

衆主都要看見你的榮耀。

上主要親口給你取一個名字，※

世人將用這新名字稱呼你。

你將是上主手中的榮冕，※

是你天主掌上的王冠。

你不再稱爲「被遺棄的妻子」，※

你的國土不再稱爲「荒涼的地區」

因爲你要稱爲「我的心上人」※

你的地區要稱爲「有夫之婦」。

因爲上主喜愛你，※

使你成爲祂的佳偶。

猶如青年迎娶處女，※

你的建造者也要同樣迎娶你。

一如新郎喜愛新娘，※
你的天主也要這樣喜愛你。

對經二

復活期外：上主給我穿上救恩和義德

的衣裳。

十二月十七（廿三）：為了熙雍我決不

緘默，直到她那位正義者出
現，大放光明。

復活期：上主在萬民前產生了正義和

讚揚，阿肋路亞。

聖詠一四五：仰望上主的必享真

福

「我們要終身以善行讚美上主。」

（阿諾比）

對經三

復活期外：我要一生一世讚美天主。

十二月十七（廿三）：上主的神臨於我

身，派遣我向貧苦人傳報喜
訊。

復活期 上主將永遠為王；熙雍的天

主，萬壽無疆，阿肋路亞。

我的靈魂，請讚美上主；+

我要一生一世讚美上主，※

只要一息尚存，我必歌頌我的天主。

你們不要仰賴達官和權貴，※

不可依靠無能為力的凡人。

他們一旦氣絕，必將歸於灰土，※

他們的計劃立刻就化為烏有。

凡以雅格的天主為扶助，※

寄望於上主的，真是有福。

上主創造天地萬物，※

海洋和其中的水族。

上主信實，直到永遠，※

為受壓迫的人伸冤。

祂給饑餓者食物，※
使囚犯獲得自由。

上主使瞎子復明，+

使受欺壓者挺身，※

上主眷愛義人。

上主保護旅客，扶助孤兒寡婦，※

使惡人迷失道路。

上主將永世為王，※

熙雍的天主，萬壽無疆！

對經三

復活期外：我要一生一世讚美天主。

十二月十七、廿三：上主的神臨於我

身，派遣我向貧苦人傳報喜

訊。

復活期：上主將永遠為王；熙雍的天

主，萬壽無疆，阿肋路亞。

簡短讀經

申四，39、40 a

今天你們要知道，且要牢記在心，上
天下地只有上主是天主，沒有別的神。你
們要遵守祂的法令和誠命，就是我所訓示
你們的。

短對答詠

領：我要時時讚美上主。答：我要：

領：我的口不斷讚美上主。

答：讚美上主。

領：願光榮歸於父：。答：我要：

讚主曲對經：我要一生一世，以善行事奉

上主。

禱詞

基督是聖父榮耀的反映；祂以自己的聖言
光照我們；我們現在親切的呼求祂：

光榮的永恒君王，求祢俯聽我們。

我們信德的創造者和完成者，祢應受讚美，

——因為祢從黑暗中召叫我們進入了祢奇妙

的光明。

祢曾使瞎子復明，使聾子聽見，

——求祢加強我們的信仰。

主，願我們永久生活在祢的聖愛中，

——不要讓我們彼此分離。

求祢給我們力量，使我們能抵抗誘惑，勇

敢地忍受各種苦難，

——在順境中知道感謝祢。

我們的天父：

結束禱詞

上主，求祢記起，祢曾以羔羊的血，

與人類訂立了新的盟約，使我們都能獲得

罪赦，在救恩的道路上勇往邁進。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠一一八、145~152 (古)

將臨期、聖誕期、四旬期對經，見季

節專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋路亞。

對經一：上主，我呼求祢，切望祢的

訓誨。

上主，我全心呼求祢，求祢俯聽，※

我要遵守祢的誠命。

我呼求祢，求祢救助，※

使我遵守祢的法度。

天亮以前，我就起來哀禱，※

切望聆聽祢的聖道。

我徹夜醒寤不眠，※

默思祢的訓言。

上主，祢是仁慈的，請俯聽我的呼聲，※

祢是正義的，求賜我新的生命。

惡意迫害我的人，已經臨近，※

他們都遠離了祢的教訓。

上主，祢就在我身邊，※

祢的誠命都是真理。

我早已熟悉祢的法律，※

是祢所制定，千古不變。

對經一：上主，我呼求祢，切望祢的

訓誨。

聖詠九三：上主為義人伸冤

「上主要懲罰罪惡；因為天主召叫我們不
是要我們沾染污穢，而是要我們聖潔。」

(得前四，6-7)

壹

對經二：天主洞察世人的思念，祂知

道那些都是虛幻。

上主，祢是賞善罰惡的天主，※

善惡分明的天主，求祢顯現；

審判世人的天主，請祢起來，※

給予傲慢的人應得的報應。

上主，惡人洋洋得意，要到何時？※

歹徒沾沾自喜，要到何日？

他們嘵嘵不休，口出狂言，※

作惡的人個個大言不慚。

上主，他們壓迫祢的百姓，※

他們蹂躪祢的民衆。

他們屠殺寡婦和行旅，※

將孤兒置於死地，

居然還說：「上主不會看見，※

雅格的天主不會照管。」

愚昧人啊！你們現在要知道！※

糊塗人啊！你們何時才明瞭？

耳朵的創造者，難道不能聽？※

眼睛的製造者，難道不能看？

萬民的主宰，難道不能懲治？※

人類的導師，難道沒有知識？

天主洞察世人的思念，※

他知道那些都是虛幻。

對經二：天主洞察世人的思念，祂知

道那些都是虛幻。

貳

對經三：上主必要保護我，祂是我的

避難所。

上主，領受祢的教誨，※

接受祢法律訓導的，真有福氣。

祢使他在患難時，獲享安寧，※

祢却爲惡人掘下了陷阱。

因爲上主不會忘記祂的百姓，※

不會遺棄祂的民衆。

因爲裁判必將依照公理，※

正人君子必維護正義。

誰肯爲我起來攻擊兇手？※

同我一齊抵抗惡人？

若不是上主扶助了我，※

我早已歸於死寂之所。

我只需說：「我要失足跌倒！」※

上主，祢就大發慈悲，作我的依靠。

我憂愁焦慮的時刻，※

祢給我安慰和快樂。

不義的法官豈能與祢交好？※

他們假借法律，製造困擾。

他們謀害義人的性命，※

將無辜者，判處死刑。

上主必要保護我，※

祂是我的避難所。

上主定要懲罰他們的罪惡，※

他們作孽多端，必自食惡果，※

上主，我的天主必把他們殲滅。

對經三：上主必要保護我，祂是我的

避難所。

簡短讀經

哥三，17

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

你們無論作什麼，說什麼，都該因主耶穌的名，藉着祂感謝天主聖父。

午前

領：上主，我要向祢獻上讚頌之祭，

簡短讀經

格前一〇，24，31

答：我要呼求上主的聖名。

人不可只求自己的利益，但該謀求別

結束禱詞

人的利益，所以你們或吃或喝，或者無所作什麼，都要為光榮天主而作。

全能仁慈的天主，感謝祢賜給我們午

領：至高的上主，最幸福的事，

間這片刻的喘息；求祢垂顧我們正在進行的工作，彌補我們的過錯，使能遵照祢

答：是稱謝祢，歌頌祢的名號。

的旨意，予以完成。

結束禱詞

結束詞 見常用經文

主聖父、信實的天主，祢曾派遣恩許

午後

之神降來，召集因罪失散的人；求祢使我

簡短讀經

哥三，23-24

們在世上，促進團結與和平。

你們無論作什麼，都要專心一意，像

結束詞 見常用經文

是為主，而不是為人作的。因為你們該知道，你們將由主承受基業作為酬報；你們

午時

要服事主基督！

領：上主，祢是我的基業，我的一切，
答：祢掌握着我的命運。

結束禱詞

天主，祢的聖子爲救贖人類，甘願在
十字架上伸開雙手，任人擺佈；求祢使我
們的一切作爲，能博得祢的歡心，藉以向
世人宣揚祢的救世大業。

結束詞 見常用經文

晚禱

讚美詩

一 夕陽西沉，夜幕低垂，

黑夜籠罩了大地，

旭日再度升起，

仍會大放光明；

二 創造萬物的天主，

祢使時光川流不息，

日夜交替，
令人讚嘆稱頌。

三 黑夜籠罩大地，

到處一片沉寂，

辛勤勞作的工人，

尋求一時的寧靜；

四 只有在信德與望德中，

才能享受聖言的光輝，

聖言起初就有，

是天父永恒的光明。

五 祢是永遠照射的太陽，

無始也無終，

上天下地，

莫不因祢而歡騰。

六 至聖聖父，

賜我們永享光明，

我們向祢及子及聖神，

永遠謳歌讚頌。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 一三八，1 \ 18，23 \ 24：

上主明察秋毫

「有誰知道上主的心意？或者，有誰當過祂的顧問？」（羅一一，34）

壹

對經一

復活期外：上主，祢的知識深奧無比。

十二月十七 \ 廿三：全能的上主將從

熙雍前來，拯救祂的子民。

復活期：黑夜與白晝將同樣光明，阿

肋路亞。

上主，祢洞察我，認清我，+

我一舉一動，祢無不深知，※

祢在遠處也透澈我的心思。

我或行或止，祢明察無遺，※

我所作所爲，祢都熟悉。

我的話尚未出口，※

上主，祢已知曉，

瞻之在前，忽焉在後，※

聖手所指，不離左右。

祢的知識深奧無比，※

爲我確實高不可及。

我到何處，才能躲開祢的神能？※

我到何處，方能逃避祢的面容？

我到天上，祢已在那裏，※

我潛入陰府，祢也在那裏。

我若振翼飛往日出之鄉，※

我若遁跡息影於遼海之濱，

祢的手仍在那裏引導着我，※

祢的右手依然緊緊地握着我。

我若說：願黑暗把我籠罩，※

願我四周的光明變爲黑夜；

但黑夜爲祢並非朦朧，十
黑夜與白晝同樣光明，※
黑暗與光明爲祢完全相同。

對經一

復活期外：上主，祢的知識深奧無比。

十二月十七 / 廿三：全能的上主將從

熙雍前來，拯救祂的子民。

復活期：黑夜與白晝將同樣光明，阿

肋路亞。

貳

對經二

復活期外：我是明察人心，洞悉肺腑

的上主；我要依照各人的善

惡，予以賞罰。

十二月十七 / 廿三：為了熙雍，我決

不緘默，直到她那位正義者

出現，大放光明。

復活期：我認識我的羊，我的羊也認
識我，阿肋路亞。

上主，我的臟腑原是祢造成，※

祢使我在母胎中成型。

我稱謝祢，祢神奇地把我創造，※

我深切了解祢工程的奧妙。

我未見天日之前，※

我在母胎受造時，

我的靈魂，祢已完全知曉，※

我的形骸，祢已完全明瞭。

我尚未出生，祢已洞察，※

祢的書卷全部記錄。

歲月尚未開始，※

壽限早已註定。

天主，祢的計劃爲我是何等深奧！※

祢的意念浩繁，不可勝數。

我若計算，多於沙粒，※

我若醒來，祢仍然與我同在。

對經三

天主，求祢明察我，認清我的心思，※
考驗我，洞悉我的念慮。

復活期外：一切都藉着祂而受造，萬

有都賴祂而存在。

看我是否誤入歧途，※
引我邁向永生的道路。

十二月十七 / 廿三：上主的神臨於我

身，派遣我向貧苦人傳報喜

對經二

訊。

復活期外：我是明察人心，洞悉肺腑
的上主；我要依照各人的善

復活期：祂的威嚴遮蓋諸天，祂的榮

耀充滿大地，阿肋路亞。

惡，予以賞罰。

感謝天父，使我們在光明中，※

十二月十七 / 廿三：為了熙雍，我決

堪享聖徒的福分。

不緘默，直到她那位正義者

祂救我們脫離黑暗的權勢，※

出現，大放光明。

把我們徙置到祂愛子的國土。

復活期：我認識我的羊，我的羊也認

在祂愛子內，我們得到了救贖，※

識我，阿肋路亞。

獲得了罪赦。

聖歌 哥一，12 / 20：基督是超

祂是看不見的天主的肖像，※

越萬物的長子，祂在萬有

是超越萬物的長子。

中高居首位。

因為上天、下地的一切，

無論有形與無形，
上座者或宰制者，
率領者或掌權者，
都是藉祂而創造的。

一切都藉着祂，
並爲了祂而受造，
祂在萬有之先就已存在，
萬有都賴祂而各得其所。

祂是教會的頭，
也就是祂身體的頭，
祂是原始，
是首先從死者中復活的，
使祂在萬有之中高居首位。

因爲天主樂意使整個圓滿住在祂內，
並藉着祂在十字架傾流的血，
建立了和平。

使人間和天上的一切，
都與天主重歸於好。

對經三

復活期外：一切都藉着祂而受造，
萬物都賴祂而存在。

十二月十七、廿三：
上主的神臨於我
身，
派遣我向貧苦人傳報喜
訊。

復活期：祂的威嚴遮蓋諸天，
祂的榮耀充滿大地，
阿肋路亞。

簡短讀經

若壹，二，3-6

如果我們遵守基督的命令，
我們就知道我們認識祂。
那說「認識祂」而不遵守
祂命令的，
是撒謊的人，
在他心內就沒有
真理。
但是誰若遵守祂的道，
他對天主的
愛才圓滿無缺。
這樣我們就知道我們是與
祂相契合。
那說住在祂內的，
就該照祂所
行的去行。

短對答詠

領：上主，
求祢保護我，
有如眼中的
瞳人。

答：上主：

領：讓我們藏身在祢的翼蔭下。

答：有如眼中的瞳人。

領：願光榮歸於父：答：上主：

謝主曲對經：天主，求祢運用手臂，大施

神威，把心高氣傲的人擊潰，

提拔弱小卑微。

禱詞

永恒的聖父對我們的慈愛超越諸天；我們

現在以歡欣鼓舞的心情呼求祢：

上主，願投靠祢的人都興高彩烈。

上主，祢派遣聖子降來，不是為審判世界

，而是為拯救世界。

求祢使祢的光榮犧牲，帶給我們豐富的

恩寵。

上主，祢選派了祭司，為基督服務，分施

祢的恩惠，

求祢賞賜他們忠於職守，知識豐富，充

滿愛心。

祢召叫了修士修女為天國的緣故度貞潔的

生活，

求祢使我們忠貞不貳，追隨祢的聖子。

祢從起初就造了男人女人，使他們結為夫

婦，

求祢保護所有的家庭，使他們在純正的

愛中度日。

祢藉着基督的犧牲，赦免了人類的罪過，

求祢恩賜所有亡者獲得罪赦。

我們的天父：

結束禱詞

仁慈的天主，祢慈悲為懷，願用天上

的財富滿足飢渴者的心靈，求祢也以豐富

的恩寵滿足我們的需要。

結束詞 見常用經文

第四週：星期四

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：請到上主面前謳歌歡呼。

聖詠第九四首，見3頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、雞鳴報曉，

黎明在望，

基督喚醒我們的睡夢，

重振我們的精神。

二、起來吧！不要再昏睡！

正直和淡泊的人，

清醒吧！

天國已經臨近。

三、曙光已經出現，

勞苦負重的人，

期待着光輝的一天，

讚頌上主慈恩。

四、我們呼號哀求，

投靠耶穌，

遠離昏瞶與邪惡，

永保聖潔的身心。

五、基督，請把睡魔驅除，

折斷夜的鎖鏈，

解除往日的罪污，

恩賜我們煥然一新。

六、基督，大慈大悲的君王，

偕聖父及聖神，

享受榮耀，

世世無窮。阿們。

日間用

一、廣施寬仁的上主，

求祢大發慈悲，

賜我愛火，

消除心靈的罪污。

二、世海艱險，

身受流浪的痛苦，

求祢接引我們，

安抵天鄉港埠。

三、真理之主，生命的源頭，

祢的泉水使人滿足，

雙目尋求祢的人，

才會獲得真福。

四、我們舉心向上，

歌頌祢的偉大，

時時不忘讚美祢——

光榮的上主。

五、大慈大悲的天父，

偕聖子及聖神，

世世爲王，

享受榮福。阿們。

聖詠吟唱

聖詠四三：百姓的災禍

「靠那愛我們的主，我們在一切事上大獲全勝。」（羅八，37）

壹

對經一：上主，祢救了我們，我們永

遠稱謝祢的名號（復：阿肋

路亞）。

天主，我們親身聽過，十

祖先也曾向我們述說：※

祢昔日在他們的時代所行的偉業。

祢爲栽培他們，親手驅散了外人，※

祢為發展他們，親手磨難了異民。

他們不是靠刀劍佔領土地，※

也不是靠武器，獲得勝利。

而是賴祢的手臂和祢的威儀，※

因為他們博得了祢的歡心。

天主，祢是我的君王，※

是祢使雅格打了勝仗。

我們靠祢克勝了仇敵，※

憑祢的名踐踏了叛逆。

因為我依靠的，不是弓箭，※

拯救我的，也不是刀劍。

而是祢救我們脫離了對頭，※

使仇恨我們的人蒙羞。

我們常以天主而自豪，※

永遠稱謝祢的名號。

對經一：上主，祢救了我們，我們永

遠稱謝祢的名號（復：阿肋

路亞）。

貳

對經二：上主，求祢憐憫，不要讓祢

的子民遭受侮辱（復：阿肋

路亞）。

天主，現在祢却拋棄我們，+

使我們飽受欺凌，※

臨陣退却，讓敵人大肆搶掠。

使我們有如待宰的羔羊，※

到處漂泊，流亡異邦；

將祢的子民廉價賣出，※

並沒有從中致富。

使我們遭受鄰邦的凌辱，※

被四週的人民嘲笑欺侮；

祢使我們成為異民的話柄，※

外邦人都向我們冷嘲熱諷。

我終日遭受侮慢，※

時常羞愧滿面。

我常聽到羞辱與欺凌者的聲音，※

又面對強敵和復仇的人民。

對經二：上主，求祢憐憫，不要讓祢

的子民遭受侮辱（復：阿肋

路亞）。

叁

對經三：上主，求祢起來，大發慈悲

拯救我們。

我們沒有忘記祢，十

也沒有違背祢的盟約，※

現在却身受這一切災禍。

我們的心沒有背棄祢，※

我們的腳沒有遠離祢。

祢却把我們拋棄在野狗的地區，※

以死亡的陰影把我們遮蔽。

如果我們忘却了我們的天主，※

或向外邦的神明求助，

洞悉人心隱密的天主，※

對此事豈能究查不出？

其實，是爲了祢，十

我們成天被人殺傷，※

被人視作待宰的羔羊。

我主，醒來！祢爲什麼仍在沈睡？※

起來！請不要把我們永遠拋棄。

祢爲什麼坐視不顧？※

忘記我們的辛酸和痛苦。

我們俯伏在灰土中，※

身體傾倒在地面上。

上主，求祢起來，援助我們，※

大發慈悲，拯救我們。

對經三：上主，求祢起來，大發慈

悲，拯救我們。

領：主，惟獨祢有永生的話，

答：我們去投奔誰呢？
唸適合本日的誦讀及結束禱詞

晨 禱

讚美詩

一 旭日初升

我們懇切求主，
恩賜今天的生活，
不受罪惡染污。

二 謹口慎言，

不與人爭吵，
護守眼目，
虛榮不貪圖。

三 心地純潔向善，

排除惡念，
飲食有節制，
驕傲最可惡。

四 當白晝消逝，

黑夜再來時，

我們能以聖潔的心，

讚美上主。

五 光榮歸於父，

及子及聖神，

同聲頌揚，時時處處。阿們

聖詠吟唱

聖詠一四二，1-11：危難中的

祈禱

「人成義，不是靠遵守法律，而是靠信仰耶穌基督。」（迦二，16）

復活期外：上主，求祢使我清晨得蒙

祢的憐愛。

十二月十七-廿三：上主，我心仰望

祢；上主，我只投奔祢，求

祢快來拯救我。

復活期：上主，為了祢的名，請使我

生存，阿肋路亞。

上主，

求祢快來俯聽我，※

因為我的精神已經萎靡。

上主，求祢俯聽我的祈禱，十
側耳聆聽我的哀號，※

不要對我轉面不顧，※

憑祢的真誠和正義俯允我！

免得我像別人一樣陷入陰府。

請不要審訊祢的僕人，※

我全心仰賴祢，※

因為衆生在祢面前不得稱為義人。

請使我清晨得蒙祢的憐愛。

仇人迫害我，摧殘我的生命，※

我舉心嚮慕祢，※

置我於幽谷，視我如死人；

讓我認識應走的道路。

因而我的精神萎靡不振，※

上主，我一心投靠祢，※

我的心靈惶恐不安。

請救我擺脫我的仇敵。

我回憶以往的時日，十

祢是我的天主；十

追念祢的一切奇事，※

求祢教導我奉行祢的旨意，※

凝思祢手中的作為，

願祢的善神引領我走上坦途。

我不禁向祢伸開雙手，十

上主，為了祢的名，請使我生存，※

我的心渴望祢，※

憑祢的公義，請救我脫離憂患。

有如旱田之望甘雨。

對經一

復活期外：上主，求祢使我清晨得蒙

祢的憐愛。

十二月十七 / 廿三：上主，我心仰望

祢；上主，我只投奔祢，求

祢快來拯救我。

復活期：上主，為了祢的名，請使我

生存，阿肋路亞。

聖歌

依六六，10 / 14 a：聖城

中的安慰和喜樂

「天上的耶路撒冷是自由的，她是我們的

母親。」（迦四，26）

對經二

復活期外：上主要在耶路撒冷廣賜和

平，浩蕩無際。

十二月十七 / 廿三：上主，求祢報答

那些期待祢的人，使祢的先

知們都忠貞不渝。

復活期：我會再來看你們，你們那時

就會滿心喜樂，阿肋路亞。

凡喜愛耶路撒冷的，+

請同她一起歡樂，※

因她而歡欣踴躍。

凡爲她而憂傷的，請同她盡情歡樂！※

好讓你們飽享她的撫慰與恩澤；

體驗她慈愛的甜蜜，※

分享她豐盈的富裕。

因爲上主這樣說：※

我要向她廣賜和平，浩蕩無際；

我要賜給她萬國的財寶，※

好似滿溢的河流。

她必將乳兒抱在懷中，※

放在膝上搖晃。

猶如母親撫慰嬰兒，+

我要同樣撫慰你們，※

使你們在耶路撒冷得到溫馨。

你們見了，內心必將歡暢，※

你們的骨骼也要像嫩草一樣滋長。

對經二

復活期外：上主要在耶路撒冷廣賜和

平，浩蕩無際。

十二月十七、廿三：上主，求祢報答

那些期待祢的人，使祢的先

知們都忠貞不渝。

復活期：我會再來看你們，你們那時

就會滿心喜樂，阿肋路亞。

聖詠一四六：上主的威能和美善

「天主，我們讚美祢；上主，我們歌頌祢。」

對經三

復活期外：歌頌我們的天主，甘飴之

至。

十二月十七、廿三：上主，求祢聊一

迴目，快來惠顧祢的僕人，

請勿遲延。

復活期：上主重建了耶路撒冷，醫治

了破碎的心靈，阿肋路亞。

請讚頌上主，十

歌頌我們的天主是件美事，※

讚美頌揚祢，甘飴之至。

上主重建了耶路撒冷，※

聚集了離散的以色列。

祂醫治了破碎的心靈，※

親自包紮他們的創傷。

點點繁星，由祂制定，※

顆顆星辰，是祂命名。

上主至大至尊，威能無比，※

祂的智慧無法估計。

上主將謙虛的人扶起，※

將作惡的人貶抑至地。

請唱感恩的詩歌，
稱謝上主，※

彈琴頌讚我們的天主！

祂以雲霧遮蔽高天，※

把雨露賜給農田；

祂使青草生於羣山，※

創造植物供人吃穿。

祂將食物賜給家畜，※

飼養索食的鴉雛。

駿馬名駒，祂不喜歡，※

猛將勇士，祂不中意。

祂只喜愛那敬畏祂的人，※

賞識那信賴祂慈愛的人。

對經三

復活期外：歌頌我們的天主，甘飴之

至。

十二月十七、廿三：上主，求祢聊一

迴目，快來惠顧祢的僕人，
請勿遲延。

復活期：上主重建了耶路撒冷，醫治

了破碎的心靈，阿肋路亞。

簡短讀經

羅八，18-21

現在的苦楚，與將要顯示在我們身上的光榮，是無法相比的；受造之物都熱切期待天主子女的顯揚，因為受造之物屈服在無常的狀態之下，並不是出於自願，而是由於使它屈服的那一位這樣決定的；但受造物仍然希望，脫離敗壞的控制，而享受天主子民光榮的自由。

短對答詠

領：上主，我徹夜不眠，思念着祢。

答：上主：

領：因為祢助祐了我。

答：思念着祢。

領：願光榮歸於父：答：上主：

讚主曲對經：上主，求祢使祢的子民認識

救恩，並赦免我們的罪過。

禱詞

我們的救恩來自天主，現在我們誠懇地呼

求祂：

上主，祢是我們的生命。

我們的主耶穌基督的父，我們讚美祢，因

為祢慈悲為懷，派遣聖子來拯救我們，

藉着基督的死亡和復活，使我們重生，

獲得永生的希望。

祢在基督內更新了按照祢肖像所造的人類，

求祢使我們相似祢的聖子。

我們的心靈因嫉妬仇恨，受到創傷，

求祢藉所賜予的聖神，賜給我們愛德。

求祢今天給工人工作，給飢餓的人食物，

使憂苦的人快樂。

——賞賜所有的人寵惠和救恩。

我們的天父：

結束禱詞

上主，求祢使我們真正了解祢所賜予

人類的救恩，幫助我們擺脫罪惡的控制，

使我們有生之年，能自由而忠誠地侍奉祢。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠一一八，153—160 (卅)

將臨期、聖誕期、四旬期對經，見季

節專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

對經一：主說：你們如果愛我，就該

遵守我的命令。

上主！請體恤我的苦難，來救拔我，※
因為我沒有忘記祢的法律。

請爲我申冤，來釋放我，※

依照祢的諾言，使我生活。

惡徒不能獲得救恩，※

因為他們不遵守祢的聖訓。

上主，祢一向大慈大悲，※

請照祢的旨意，賜我生活。

迫害我的人何其衆多，※

我却未曾違背祢的盟約。

我一看見惡徒，就心生厭煩，※

因為他們不遵守祢的規範。

上主，請看我如何喜歡祢的訓令，※

祢是仁慈的，請賜給我生命。

祢法律的綱領，就是真理，※

祢一切公正的典章永世不移。

對經一：主說：你們如果愛我，就該

遵守我的命令。

聖詠一二七：天倫之樂乃上主

所賜

「但願上主從熙雍降福你，就是說：藉祂
的教會降福你。」（阿諾比）

對經二：但願上主降福你，賜你終生

安寧。

凡誠心誠意敬畏上主，※

遵行祂道路的人，真是有福！

你吃雙手勤勞的果實，※

你必有福，萬事亨通！

你的妻子在你的內室，※

像結實纍纍的葡萄樹。

你的兒女圍繞着餐桌，※

好像橄欖樹的嫩枝！

請看，敬畏上主的人，※

就有這樣的好福氣！

但願上主從熙雍降福你，※

使你終生得享耶路撒冷的幸福。

願你看到兒孫滿堂，五世其昌，※

並願天主的子民富強安康！

對經二：但願上主降福你，賜你終生

安寧。

聖詠一二八：受過迫害的百姓重

新表示信賴

「教會論及自己所遭受的一切。」

(聖思定)

對經三：天主必要協助你，擊敗你的

敵人。

我自幼就多次受人迫害，※

願以色列子民這樣說：

我自幼就多次受人迫害，※

他們卻沒有勝過我。

他們在我背上留下傷痕，※

像農夫犁出的深長泥溝。

上主却公正不偏，※

將惡人的繩索斬斷。

願所有仇恨熙雍的人，※

蒙受羞辱，轉身逃遁！

願他們像屋頂的野草，※

不待長成，就已枯槁！

收割的人，手中不夠一把，※

捆禾的人，胸前不滿一捆。

過路的也沒有人說：十

願上主降福你們，※

我們奉上主的名祝福你們。

對經三：天主必要協助你，擊敗你的

敵人。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

若壹，三，23-24

天主的命令是要我們相信祂的子耶穌基督的名，並按照祂的吩咐，彼此相愛。誰遵守天主的命令，就住在天主內，天主也住在祂內。藉着天主所賜給我們的聖神，我們就知道天主住在我們內。

領：上主，求祢指引義人。

答：天主，祢明察人的肺腑。

結束禱詞

上主，當年使徒們在第三時辰祈禱時，曾領受了祢賜的聖神；求祢仁慈地賞賜我們，也分享這同樣的恩惠。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

智一，1-2

世界的統治者，你們要愛護正義，對

上主要有正確的觀念，以誠樸的心尋求上主

：因為誰不試探天主，就可以找到天主；

誰對上主不失信心，上主必顯示給他。

領：你要信賴上主，致力善行，

答：才能安居樂土，享受康寧。

結束禱詞

全能永生的天主，在祢面前沒有黑暗、沒有晦冥；求祢以燦爛的光輝照耀我們，使我們遵守祢的誠命，以豁達的胸懷、忠誠的向天國之路邁進。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

希一二，1-2

我們該排除各種障礙，和糾纏我們的罪過；以耐心奔向擺在我們面前的賽程，常注視着耶穌，祂是信德的創始者和完成者。

領：我的心靈期待上主，

答：期待着上主的許諾。

結束禱詞

上主，求祢俯聽我們的祈禱，使我們
常能追隨祢唯一聖子忍耐的榜樣，并在逆
境中堅忍不拔，有始有終。

結束詞 見常用經文

晚禱

讚美詩

一、全能的天主，

祢的光明照耀大地，

白晝將盡時，

我們以禱聲讚美祢。

二、太陽西斜，黃昏已近，

夜幕又將低垂，

萬物依時序變化，

生息不已。

三、至高的上主，

護祐祢疲倦的僕人，

遠離罪惡的污染，

不受黑暗的侵襲；

四、求祢照顧我們，

得到適當的休息，

在祢慈恩的照耀下，

永保純潔的心地。

五、大慈大悲的天父，

願祢偕聖子及聖神，

萬世爲王，

統治山河大地。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一四三：求賜勝利與和平

「當耶穌戰勝世界的時候，祂的手學會了

戰鬪；因為祂說：「我已戰勝了世界。」

(聖怡樂)

壹

對經一

復活期外：上主是我的力量，我的干

城，我的避難所。

十二月十七、廿三：上主，我心仰望

祢；上主，我只投奔祢，求

祢快來拯救我。

復活期：上主是我的干城，我的救星

阿肋路亞。

上主、我的磐石應受讚頌！※

祂訓練我如何迎戰，指導我從事戰爭。

祂是我的力量，我的堡壘，※

我的干城，我的救星；

祂是我的盾牌，我的避難所，※

祂使萬民都來歸服我。

上主，人算什麼，祢對他如此關懷？※

世人又算什麼！祢對他如此眷愛？

他的生命不過是一口氣息，※

人的歲月有如過眼雲煙。

上主，求祢使高天低垂，

親臨人間，※

祢觸摸羣山，羣山立即冒煙。

求祢發出閃電，將敵人驅散，※

射出祢的利箭，使他們混亂。

求祢從高處伸手救拔我，※

救我脫免洪水和敵人的掌握。

他們滿口謊言，※

舉手發誓，也是欺騙。

對經一

復活期外：上主是我的力量，我的干

城，我的避難所。

十二月十七、廿三：上主，我心仰望

祢；上主，我只投奔祢，求
祢快來拯救我。

復活期：上主是我的千城，我的救星，
阿肋路亞。

貳

對經二

復活期外：奉上主爲天主的民族，真
有福氣。

十二月十七、廿三：上主，求祢報答
那些期待祢的人，使祢的先
知們都忠貞不渝。

復活期：我們要感謝天主，祂藉著我
們的主耶穌基督賜給了我們
勝利，阿肋路亞。

天主，

我要向祢高唱新歌，※

彈着十弦琴向祢奏樂。

祢使君王獲得了勝利，※

拯救了祢的僕人達味。

求祢由無情的刀劍下搶救我，※
從外邦人的手中搭救我！

他們滿口謊言，※

舉手發誓，也是欺騙。

願我們的兒子從小就像茂盛的果樹，※
願我們的女兒像宮殿中彫刻的石柱！

願我們的倉廩中，食糧時常充滿，※
願我們的牧場上，羊羣成千累萬！

願我們的牛羣繁殖肥壯，十
城牆沒有塌陷，也無人陣亡，※

願我們的街市中沒有悲傷！
身處此境的百姓，多麼幸福，※

奉上主爲天主的民族，真有福氣！

對經二

復活期外：奉上主爲天主的民族，真

有福氣。

十二月十七、廿三：上主，求祢報答

那些期待祢的人，使祢的先

知們都忠貞不渝。

復活期：我們要感謝天主，祂藉著我

們的主耶穌基督賜給了我們

勝利，阿肋路亞。

聖歌 默一一，17、18，一二，

10、12：天主的審判

對經三

復活期外：如今我們天主的救恩和國

度都已建立。

十二月十七、廿三：上主，求祢聊一

迴目，快來惠顧祢的僕人，

請勿遲延。

復活期：耶穌基督昨天、今天、直到

永遠，常是一樣，阿肋路亞。

今、昔永存的上主，全能的天主！十

我們感謝祢，※

因為祢掌握大權，統治乾坤。

異民憤憤不平，※

祢的震怒隨卽來到。

那時祢也審判死者，十

對祢的僕人、先知、聖徒，※

以及敬畏祢名的，無論尊卑，一律酬庸。

現在我們的天主已完成救恩，

彰顯威能，建立神國，※

祂的受傅者基督已擁有權威。

那日夜在天主面前的控訴者，※

那誣告我們弟兄的，已從天上被摔下。

他們靠自己的證言和羔羊的血

戰勝了惡魔，※

他們寧願殺身成仁，捨生取義。

爲此，高天和天上的聖民，※

請你們鼓舞歡欣。

對經三

復活期外：如今我們天主的救恩和國

度都已建立。

十二月十七、廿三：上主，求祢聊一

迴目，快來惠顧祢的僕人，

請勿遲延。

復活期：耶穌基督昨天、今天、直到

永遠，常是一樣，阿肋路亞。

簡短讀經

參照哥一，23

你們要在信德上站穩，堅定不移，你

們由聆聽福音所得的希望，總不要放棄。這

福音已傳給天下萬民。

短對答詠

領：上主是我的牧者，我實在一無所

缺。

答：上主：

領：祂使我憩息在翠綠的草地上。

答：我實在一無所缺。

領：願光榮歸於父：答：上主：

謝主曲對經：上主使慕義如飢似渴的人獲

得飽飫，欣饗美味。

禱詞

基督是萬民的光明，是所有生靈的喜樂。

我們要以虔敬的心祈求祂：

主，求祢賜給我們光明，平安和救恩。

聖父永恆的真光和聖言，祢來到世界是為

拯救所有的人，

求祢引導教會中的望教者，使他們在祢

內得到光明。

主，求祢不要看我們的罪過，

因為祢一向寬恕為懷。

祢願意人類用自己的天賦探求宇宙萬物的

奧秘，以統治世界，

—求祢使一切科學和技術都能彰顯祢的光榮，謀求人類的福利。

—求祢保護所有為服務人羣而獻身的人，使他們的工作能自由而順利的推行。

—主，祢所關閉的無人能開啓，

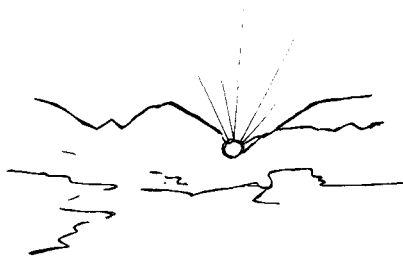
—求祢使那些懷着復活的希望而去世的人，能進入祢的光明。

我們的天父：

結束禱詞

—上主，求祢垂聽我們在這傍晚所作的祈禱，使我們追隨祢聖子的芳踪，能以堅忍不拔的毅力，結出善工的果實。

結束詞 見常用經文



第四週：星期五

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：上主良善寬仁，請讚美祂的聖

名。

聖詠第九四首，見3頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、雞鳴報平安，

驅散黑夜的陰影，

至高的天主，

我們向祢呼求，

使我們不再驚恐。

二、萬物寂靜時，

大家熟睡中，

基督，祢悄悄到來，

保護我們，

給大地帶來光明。

三、求祢從惡夢中喚醒我們，

自黑暗的牢獄中，

拯救我們，

使我們重見天日，

獲享新生命。

四、光榮歸於父及子及聖神，

三位一體的天主，

願萬民都能分享，

祂的和平、生命、光明，

永遠讚美祂的聖名。阿們。

日間用

一、創造萬有的主，

祿是聖父的光榮，
沒有祿聖寵的扶助，
我們就會膽戰心驚。

二、與祿的聖神同在，
與祿的教會同行，
邪魔的陰謀詭計，
永遠無法得逞。

三、雖然身在塵世，
負擔繁重，
但願主福祐，事主忠誠，
罪過蒙主寬容。

四、基督，大慈大悲的君王，
光榮歸於祿，
及父及聖神，
世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

甲、常年期

聖詠五四：申斥背信的朋友
「耶穌開始恐懼驚慌」（谷一四，33）

壹

對經一：我的天主，求祿不要轉面不
理我的哀告。

天主，求祿傾聽我的祈禱，※
不要轉面不理我的哀告。

求祿注視我，垂允我，※
我痛苦、悲歎、憂傷欲絕：

仇敵的叫罵，惡人的壓迫，※
他們嫁禍於我，瘋狂地把我折磨。

我憂心如焚，※
死亡的恐怖籠罩我。

恐懼與戰慄侵襲我，※
使我驚惶失措。

我說：「但願我插翅如鴿，※
遠走高飛，尋覓安身之所。」

我要往遠處逃亡，※
棲身在荒野的地方。」

我要趕快尋找避難所，※

躲過這場風波。

對經一：我的天主，求祢不要轉面不

埋我的哀告。

貳

對經二：上主必將救我們脫離仇人和

陰謀者的手。

主啊！求祢擾亂他們的語言，※
因為我在城裏見到暴動和騷亂。

他們日夜在城牆上巡行，※

兇殺搶劫到處發生。

人們爾虞我詐，※

流氓地痞市井稱霸。

如果我的仇人辱罵我，

我還可以容忍，※

如果恨我的人欺凌我，
我還可以退讓；

可惜是你，我的同僚，※

我的夥伴，我的友好。

我們曾親密相處，促膝交談，※

隨人羣一同進入天主的聖殿。

對經二：上主必將救我們脫離仇人和

陰謀者的手。

叁

對經三：將你的重擔托給上主，祂必
扶持你。

我要呼求天主，※

上主必拯救我。

不論清晨、中午或黃昏，※

我一哀聲苦訴，祂必俯聽。

攻擊我、迫害我的人不可勝數，※

上主必救我安然脫險。

永恆的天主必俯聽我，

使他們挫敗，※

因為他們目無天主，不肯悔改。

我的同伴違背了誓言，※

出手攻擊自己的盟友。

他口出甜言蜜語，

心裏却詭計多端，※

他油腔滑調，口蜜腹劍。

把你的重擔托給上主，

祂必扶持你，※

絕不讓義人動搖跌倒。

天主，求祢把他們投入死亡的深淵，+

兇手和騙徒必將夭折，※

上主，我全心信賴祢。

對經三：將你的重擔託給上主，祂必

扶持你。

領：我兒，你應注意我的智慧。

答：側耳傾聽我的見解。

唸適合本日的誦讀和結束禱詞

乙、常年期外

讚美詩 見季節專用

將臨期、聖誕期、四旬期、復活期應念

下列三篇聖詠。

聖詠七七，1-39：天主的美善和

百姓的無信

「這些事都是我們的鑑戒。」

(格前一〇，6)

壹

對經一：我們的祖先給我們傳報了上

主所行的奇蹟(復：阿肋路

亞)。

我的子民，你們要聽我的教言，※

側耳細聽我的訓勉。

我要開口講述我的比喻，※

我要揭開歷史的奧秘。

就是我們所知所聞，+

祖先講給我們的事蹟，※

我們不能隱瞞後代子孫；

要把上主的光榮和威能，+

以及祂所行的奇蹟，※

傳述給下一代的人聽。

上主曾向雅格頒佈了誠命，※

給以色列制定了法令；

凡祂吩咐我們祖先的話，※

都要告知後代子孫。

使他們也都知悉，※

日後再告訴他們的後裔；

使他們仰望天主，+

常記住祂的偉業，※

遵守祂的規誡。

免得他們步武祖先的後塵，※

成爲冥頑叛逆的子民，

對天主缺乏堅定的信心，※

對祂也沒有不變的忠貞。

厄弗辣的子孫，是射箭能手，※

與敵交鋒，却臨陣逃走。

他們不守天主的誓盟，※

拒絕遵行天主的訓令。

他們忘却了天主的作爲，※

和上主給他們顯示的奇蹟。

就是上主在埃及和左罕之地，※

在他們祖先面前所顯的神蹟。

祂分開了大海，領他們過去，※

使大水豎立，有如牆壁。

白天祂以雲柱引導他們，※

黑夜用火柱光照他們。

在曠野中，祂把岩石敲破，※

泉水湧出，使他們止渴。

祂使溪水從磐石湧出，※
匯集成奔流的江河。

對經一：我們的祖先給我們傳報了上
主所行的奇蹟（復：阿肋路
亞）。

貳

對經二：以色列子民吃了瑪納，喝了
靈水，這是從伴隨他們的神
磐石湧出的水（復：阿肋路
亞）。

他們仍然作惡得罪上主，※
在沙漠中激怒至高之主。
他們心中試探天主，※
要求他們貪吃的食物。

出言反抗天主說：※
「天主豈能在沙漠裏設筵？」

祂曾使磐石出水，匯成巨流，※

祂還能賜給百姓食糧或鮮肉？

天主聽了，大發雷霆，十
向雅格燃起了怒火，※
對以色列義憤填胸。

因為他們不相信天主，※
也不仰賴祂的救助。

天主却命雲彩下降，※
開啓了上天的水閘。

給他們降下瑪納，※
賞給他們天上的糧食。

世人分享了天使的食糧，※
祂賜下食物，使他們飽享。

天主從空中掀起了東風，※
以祂的大能引來了南風。

祂使食物繽紛落下，※
祂賜下的飛鳥多如海沙。

降在他們軍營中間，※

落在他們帳幕的四邊。

他們吃了，而且吃得很飽，※

天主完全滿足了他們的需要。

他們却貪得無饜，※

食物在口，尚未下嚥，

天主便對他們大發雷霆，+

殺死了他們健壯的男子，※

擊斃了以色列優秀的壯丁。

對經二：以色列子民吃了瑪納，喝了

靈水，這是從伴隨他們的神

磐石湧出的水（復：阿肋路

亞）。

叁

對經三：他們想起天主是磐石和救主

（復：阿肋路亞）。

儘管如此，他們仍然犯罪，※

不相信天主的奇異作為。

天主使他們的時日迅速過去，※

使他們的歲月突然消逝。

他們被擊殺時，才尋求天主，※

回心轉意，急切投奔天主；

才想起天主是他們的磐石，※

至高的天主是他們的救主。

但是他們滿口謊言，※

以唇舌欺騙上天。

他們對天主毫無誠心，※

對祂的盟約也不忠貞。

天主却慈悲為懷，赦免罪孽，※

並沒有把他們消滅。

祂多次抑制怒火，※

從不把義憤全部發洩。

天主顧念他們不過是血肉，※

如風吹過，不再回頭。

對經三：他們想起天主是磐石和救主

(復·阿肋路亞)。
領答句，誦讀和結束禱詞，見季節專用

晨 禱

讚美詩

一、天主，光明的創造者，

祢是上天的光明，

祢以慈父的手臂，

創造萬物，照顧人類。

二、黎明使星光隱退，

海洋披上一層淡紅的外衣，

濕潤的微風吹起，

給大地灑上滴滴露水。

三、朝日東昇，

夜影逐漸消失，

象徵基督的曉星，

喚醒大地，不再沉睡。

四、上主，永不沒落的太陽，

祢是光明的光明，

祢是大能的至一，

至一又有三位。

五、救主，我們歌頌祢，

向祢俯伏敬拜；

願祢偕聖父及聖神，

同受讚美。阿們。

聖詠吟唱

聖詠五〇：天主，求祢憐憫我

「你們應在心思念慮上煥然一新，穿上新人。」(弗四，23~24)

對經一

復活期外：天主，求祢給我再造一顆

純潔的心，在我身內注入堅

強的精神。

十二月十七/廿三：將要為王的那一

位要從熙雍而來，祂是上主，厄瑪努爾便是祂偉大的名號。

復活期：基督為我們犧牲了自己，當作供品和祭物獻給天主，阿肋路亞。

天主，祢是仁慈的，求祢憐憫我，※
祢有豐厚的慈愛，求祢消滅我的罪過。

求祢洗淨我的過犯，※
消除我的罪愆。

因為我認清了我的罪過，※
我的罪惡常在我的眼前。

我得罪了祢，唯獨得罪了祢，※
我作了祢視為邪惡的事；

因此祢在判決時，顯示了祢的正義，※
祢在斷案時，表現了祢的公正。

的確！我在罪惡中出生，※

我的母親在罪惡中懷孕了我。

是的，祢喜愛內心的真誠，※
求祢使我的心靈充滿智慧。

求祢洗滌我，使我潔淨，※
洗滌我使我潔白，白於雪。

求祢使我聽到愉快的歌聲而喜樂，※
使祢所折斷的骨骼再度雀躍。

求祢轉面，不要看我的罪過，※
消除我的一切邪惡。

天主，求祢給我再造一顆純潔的心，※
在我身內注入堅強的精神。

求祢不要驅逐我，疏遠我，※
不要從我身上剝奪祢的聖神。

求祢再賜我得救的喜樂，※
以慷慨的精神扶持我。

我要引導惡人走上祢的道路，※
罪人也要歸依祢。

天主，我的救主，十
求祢豁免我的血債，※

我的口舌必要宣揚祢的公義。

上主，求祢開啓我的唇舌，※

我要親口讚頌祢。

因為祢並不喜歡祭獻，※

我獻上全燔祭，祢也不會悅納。

天主，我的祭獻，就是痛悔的精神，※

祢不輕視痛悔和謙卑的赤心。

上主，求祢對熙雍廣施慈愛，※

爲耶路撒冷重建城垣。

祢必悅納合宜的犧牲，

祭品和燔祭，※

那時，人們將把牛犢

呈獻在祢的祭壇上。

對經一

復活期外：天主，求祢給我再造一顆

純潔的心，在我身內注入堅
強的精神。

十二月十七、廿三：將要為王的那一

位要從熙雍而來，他是上主，

厄瑪努爾便是祂偉大的名號。

復活期：基督為我們犧牲了自己，當

作供品和祭物獻給天主，阿

肋路亞。

聖歌 多一三，10、15，17、19

：爲子民的得救而謝恩

「天主將耶路撒冷聖城指給我看，這聖城

具有天主的光榮。」（默二一，10、11）

對經二

復活期外：耶路撒冷，歡樂吧！因爲

萬民都要靠你而聚集到上主

面前。

十二月十七、廿三：你們要貫徹始終，

便會看到上主賜與你們的救
援。

復活期：天主之城、耶路撒冷，你將
放射燦爛的光輝，阿肋路亞。

上主的一切選民，請讚美上主，※
你們要歡慶佳節，歌頌上主。

天主的京城，耶路撒冷，※

上主懲罰了你，是因你的罪行。

你要以善行讚美上主，※

頌揚萬世萬代的天主，

好使祂在你內重建帳幕，十

為你召回一切俘虜，※

使你萬世萬代喜慶歡樂。

你將放射燦爛的光輝，※

大地四極將前來向你膜拜；

萬民由遠處都向你蜂擁而來，※

獻上禮品，

朝拜在你內的上主。

他們將以你的地區視為聖地，※
要在你內稱呼那偉大的名號。

你將因你的子女而喜樂，十
因為他們都將蒙受祝福，※

聚集到上主面前。

愛慕你的人，多麼幸福，※

看到你安享太平，如何高興。

我的靈魂，請讚美上主，十

因為我們的天主上主，

從多災多難中，※

拯救了祂自己的聖城、耶路撒冷。

對經二

復活期外：耶路撒冷，歡樂吧！因為

萬民都要靠你而聚集到上主

面前。

十二月十七、廿三：你們要貫徹始終，

便會看到上主賜與你們的救
援。

復活期：天主之城、耶路撒冷，你將
放射燦爛的光輝，阿肋路亞。

聖詠一四七，12-20：重建耶路

撒冷

「你來，我要把新娘——羔羊的淨配，指給
你看。」（默二一，9）

對經三

復活期外：熙雍，你要讚頌你的天主，

祂向大地發出諭旨。

十二月十七-廿三：至於我，我要仰

賴上主，寄望於我的救主天

主。

復活期：我看到新耶路撒冷從天而降，

阿肋路亞。

耶路撒冷，你要讚頌上主！※

熙雍，你要讚頌你的天主！

因為祂鞏固了你的城門，※

降福了你城中的子女，

也使你的四境平安，※

讓你飽饗上好的麥麵。

祂向大地發出自己的諭旨，※

祂的聖旨即刻迅速傳遞。

祂降雪有如羊毛，※

祂撒霜好似飛絮。

祂拋下冰雹好似碎石，※

祂發出寒氣，水便凝結；

祂一發言，冰塊即刻溶化，※

祂一噓氣，靜水立即流動。

祂將自己的旨意曉諭了雅格，※

把自己的誠律啓示給以色列。

祂從來沒有這樣恩待過任何國家，※

也從未向他們宣示過自己的律法。

對經三

復活期外：熙雍，你要讚頌你的天主

祂向大地發出諭旨。

十二月十七、廿三：至於我，我要仰

賴上主，寄望於我的救主天

主。

復活期：我看到新耶路撒冷從天而降，

阿肋路亞。

簡短讀經

迦二，19 b ~ 20

我已同基督被釘在十字架上。所以我生活，已不是我生活，而是基督在我內生活；我現今在肉身內生活，是靠我對天主子的信仰而生活，祂愛了我，且爲我犧牲了自己。

短對答詠

領：我呼求至高者上主、施恩於我們的天主。
答：我呼求：

領：祂必從天上施恩，來拯救我。

答：呼求施恩於我們的天主。

領：願光榮歸於父： 答：我呼求：

讚主曲對經：由於我們的天主慈悲爲懷，

旭日才由高天照耀我們。

禱詞

天主創造了人類，並藉聖子救贖了人類，祂仍然時時照顧我們。現在我們懷着依恃之情，向祂祈禱：

上主，求祢俯聽，求祢照顧祢的子民。

仁慈的天主，求祢指引我們的脚步，走上

聖德的道路，

—使我們常思念真實、公正和高尚的事物。

爲了祢的聖名，不要永遠拋棄我們！

—上主，不要廢除祢與我們訂立的盟約。

求祢看我們懺悔的心和謙虛的精神，悅納我們的祈禱，

—因爲凡信賴祢的，決不會蒙受羞辱。

祢會藉基督召叫我們充任先知的職務，

—求祢使我們忠實地宣揚祢的威能。

我們的天父……

結束禱詞

上主，求祢廣施恩寵，使我們在祢的

護祐之下，小心翼翼地，遵守祢的誠命，

現世得蒙撫慰，來世獲享永福。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠一一八，161~168 (三)

將臨期、聖誕期、四旬期對經，見季

節專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

對經一：上主，愛慕祢法律的，必得

享平安。

權貴無緣無故地迫害我，※

我仍然敬畏祢的聖言。

我對祢的諾言欣喜若狂，※

像發現了寶藏的人一樣。

我憎惡一切欺詐，※

我却愛慕祢的律法。

因爲祢斷案，大公無私，※

我要每天讚美祢七次。

愛慕祢法律的，必得享平安，※

他們沒有失足的危險。

上主，我期待祢的救助，※

上主，我遵守祢的法度。

我恪守祢的規誡，※

我喜愛祢的法則。

我遵守祢的誠命，祢的勸言，※

我的一切道路都在祢面前。

對經一：上主，愛慕祢法律的，必得

享平安。

聖詠一三二：兄弟們和睦相處的

欣悅

「我們要彼此相愛，因為愛出自天主。」

(若壹，四，7)

對經二：衆信徒一心一意，團結一致。

弟兄們同居共處，※

多麼美好，多麼幸福！

像一種珍貴的香液，使人清爽，+

倒在亞郎的頭上，發散芬芳，※

也薰香了他的衣裳。

又像落在熙雍山上的、赫爾蒙的朝露，+

上主將在那裏賜福，※

賜與永生的幸福。

對經二：衆信徒一心一意，團結一致。

聖詠一三九，1-9，13-14：

祢是我的避難所

「人子要被交在罪人手裏。」

(瑪二六，45)

對經三：上主，祢是我有力的救助，

求祢保護我，免遭惡人欺侮。

上主，求祢救我脫離惡人，※

保護我擺脫暴徒。

他們居心不正，※

天天製造紛爭；

他們口舌傷人，有如蛇蝎，※

他們雙唇之內暗藏毒液。

上主，求祢拯救我，

免遭惡人欺侮，※

保護我擺脫暴徒。

他們圖謀使我失足跌倒，※

傲慢的人給我暗設圈套；

給我張起羅網，※

沿途掘下陷阱。

我向上主說：祢是我的天主，※

上主，請俯聽我的哀禱苦訴。

我主上主，祢是我有力的救助，※

在作戰時，祢掩護了我的頭顱。

上主，請不要讓惡人的陰謀得逞，※

不要容他們的詭計成功。

我深知，上主必將維護弱小，※

必為貧困的人主持公道。

義人要讚頌祢的聖名，※

善人將在祢的面前安度一生。

對經三：上主，祢是我有力的救助，

求祢保護我，免遭惡人欺侮。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

羅一二，17 a，19 b ~ 22

對人不可以怨報怨，因為經上記載上

主的話說：「報仇是我的事，我必要報復

」。所以如果你的仇人餓了，你要給他飯

吃；渴了，要給他水喝，你不可為惡所勝

，而要以善勝惡。

領：上主的慈愛永遠常存，

答：祂為遵守祂誠命的人維護正義。

結束禱詞

主耶穌基督，祢曾在第三時辰，為拯

救世人，甘願受了十字架的苦刑，求祢寬

恕我們以往的一切罪過，并保護我們今後

不致再犯。祢是天主，永生永王。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

若壹，三，16

基督爲我們犧牲了性命；這樣我們才認識了天主的愛，我們也應當爲弟兄們犧牲性命。

領：上主是慈善的，請你們頌謝祂，
答：祂的慈愛，永遠常存。

結束禱詞

主耶穌基督，當年在第六時辰，太陽失去了光芒，大地陷於昏暗時，祢爲了拯救我們，被釘在十字架上；求祢常常賜予我們光明，指引我們獲享永生。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

若壹，四，9-11

天主對我們的愛，在這件事上顯示出來：就是天主把祂的獨生子，派遣到世上來，使我們藉着祂得到生命。不是我們愛了祂，而是祂愛了我們，而且派遣了自己

的兒子，爲我們作贖罪祭，這就是愛。可愛的諸位，既然天主這樣愛了我們，我們也該彼此相愛。

領：上主，我們的保護者，求祢憐視，
答：對祢的受傳者，予以眷顧。

結束禱詞

主耶穌基督，祢曾允許悔過的右盜，從十字架進入祢的王國。現在我們自認己罪，虔恭的求祢，日後也爲我們大開天門，得以歡然進入。

結束詞 見常用經文

晚禱

讚美詩

一、夕陽西下，

日近黃昏，

讓我們虔誠祈禱，

向上主唱出心底的讚頌。

二 基督，我們在祢的葡萄園裏，

辛勤耕耘，

一天的勞苦已經結束，

求祢賞賜預許的光榮。

三 是祢召喚了我們，

爭取未來的賞報，

輔導我們的工作，

振作我們疲倦的心靈。

四 基督，我們的救主，

光榮歸於祢，

及父及聖神，

世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一四四：讚美天主的尊嚴

「今在、昔在的主，祢是公義的。」

(默一六，5)

壹

對經一

復活期外：上主，我要日日歌頌祢，

傳揚祢的妙工。

十二月十七/廿三：將要為王的那一

位要從熙雍而來，祢是上主，

厄瑪努爾便是祢的名號。

復活期：天主這樣深愛世人，甚至連

自己的獨生子也賜給了我們，

阿肋路亞。

我的天主，我要讚揚祢，※

我的君王，我要永遠歌頌祢的名。

我要日日歌頌祢，※

讚美祢的聖名，永不停止。

上主偉大，極堪讚揚，※

祂的偉大，不可測量。

世世宣揚祢的工程，※

代代傳述祢的大能。

稱頌祢的尊榮，※

傳揚祢的化工；

講述祢驚人的威能，※

讚揚祢無限的偉大；

懷念祢無比的甘飴，※

吟詠祢無上的正義。

上主慈悲，寬仁大方，※

緩於發怒，仁愛無量。

上主對待萬有，溫和善良，※

對祂所創造的萬物，仁愛慈祥。

上主，

願祢創造的一切都稱謝祢，※

願祢的聖徒同聲讚美祢；

講述祢王國的光榮，※

傳頌祢行事的威能，

使世人盡知祢的威能，※

和祢王國偉大的光榮。

祢的王國，永世常存，※

祢的王權，萬世無疆。

對經一

復活期外：上主，我要日日歌頌祢，

傳揚祢的妙工。

十二月十七／廿三：將要為王的那一

位要從熙雍而來，祂是上主

厄瑪努爾便是祂的名號。

復活期：天主這樣深愛世人，甚至連

自己的獨生子也賜給了我們，

阿肋路亞。

貳

對經二

復活期外：衆人都舉目仰望祢，祢親

近所有呼求祢的人。

十二月十七／廿三：你們要貫徹始終，

便會看到上主賜與你們的救
援。

復活期：願尊貴和榮耀歸於那位不朽

、肉眼不能見的萬世君王，

阿肋路亞。

上主的諾言，信實不欺，※

上主的作爲，聖善無比。

凡跌倒的，上主必將他扶起，※

受委屈的，必使他直立。

衆人都舉目仰望祢，※

祢按時賜給他們飲食。

祢慷慨伸出雙手，※

滿足衆生的需求。

上主的行徑，至公至義，※

上主的作爲，聖善無比。

上主親近所有呼求祂的人，※

所有誠心誠意呼求祂的人。

敬畏上主的，祂就滿足他們的心願，※
俯聽他們的呼求，施以救援。

愛慕上主的，祂必保護，※

犯罪作惡的，祂必消除。

願我的唇舌稱述上主的光榮，※

衆生世世代代讚美祂的聖名。

對經二

復活期外：衆人都舉目仰望祢，祢親

近所有呼求祢的人。

十二月十七、廿三：你們要貫徹始終，

便會看到上主賜與你們的救

援。

復活期：願尊貴和榮耀歸於那位不朽

、肉眼不能見的萬世君王，

阿肋路亞。

聖歌 默一五，3、4：崇敬的

讚美詩

對經三

復活期外：萬世的君王，祢的道路多

麼公平真實！

十二月十七 / 廿三：至於我，我要仰

賴上主，寄望於我的救主、

天主。

復活期：上主是我的力量，我的保障

，祂作了我的救主，阿肋路

亞。

上主，全能的天主，※

祢的作為何等偉大奇妙！

萬世的君王！※

祢的道路多麼公平真實！

上主，誰敢不敬畏祢？※

誰敢不稱揚祢的名號？

因為只有祢是聖善的，十

萬民都要前來朝拜祢，※

因為祢彰顯了祢的正義。

對經三

復活期外：萬世的君王，祢的道路多

麼公平真實！

十二月十七 / 廿三：至於我，我要仰

賴上主，寄望於我的救主、

天主。

復活期：上主是我的力量，我的保障

，祂作了我的救主，阿肋路

亞。

簡短讀經

從今以後，那些在基督耶穌內生活的

人，就不被定罪了，因為賜予生命之神的

法律，在基督耶穌內，使我脫離了罪惡與

死亡的法律而獲得自由。

短對答詠

領：基督為我們的罪死了，為領我們

羅八，1 / 2

到天主面前。 答：基督：

領：祂的肉身固然已被處死，祂的靈

魂仍然活着。 答：爲領我們：

領：願光榮歸於父…… 答：基督：

謝主曲對經：上主，求祢念及祢的仁慈，

正如祢向我們的祖先所作的

許諾。

禱詞

基督是我們人生旅途中的依靠。我們現在

懷着依恃的心呼求祢：

主，求祢垂憐。

基督，我們生性軟弱，易於失足犯罪，

求祢使我們賴祢的助祐，常能堅定不移。

求祢憐憫那些生來容易犯罪的人，

使他們靠祢的仁慈，常能獲得寬恕。

我們犯罪就是使祢受凌辱；我們悔改，祢

便平息義怒，

求祢赦免我們因犯罪所應得的懲罰。

祢曾寬恕罪婦，把迷失的羔羊背在肩上，

求祢不要讓祢的仁慈遠離我們。

求祢垂顧那些生前，曾仰賴祢的人，

讓他們進入祢因十字架的功勞所開啓的

天國之門。

我們的天父……

結束禱詞

全能仁慈的天主，祢爲拯救世人，甘

願派遣聖子降臨人間，受盡苦難。求祢賞

賜我們發憤勉勵，追隨祢的聖子，自我犧

牲，當作活的祭品奉獻給祢，使我們也常

飽享祢的慈愛。

結束詞 見常用經文

第四週：星期六

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：請大家聽從上主的聲音，進入

祂的安居之所。

聖詠第九四首，見 3 頁

誦 讀

讚美詩 夜間或清晨用

一、不夜的白晝，

永恆的光明，

祢摧毀黑暗，

恢復失去的光輝，

照亮我們的心靈。

二、祢的降生使我們康復，

祢的召喚使我們甦醒，

沒有祢的臨在，

我們確實孤苦零丁，

求祢賜我們起死回生。

三、祢使我們戰勝死亡，

擊潰黑暗和邪惡，

永恆的君王，

求祢以真光驅逐深夜的黑影，

使我們得蒙福祐，如沐春風。

四、仁慈的天父，

光榮歸於祢、及子及聖神；

願三位一體的天主，

賜給我們和平，

生命和光明。阿們。

日間用

一、無始的聖父及親生的聖子，

父子共發的聖神，
共是唯一天主，
我們求祢從天降臨。

二、祢是我們的希望，
是一切愛的源頭，
是我們喜樂的原因，
是我們渴望的救恩。

三、萬民的天父，
偕同聖子及聖神，
求祢指引我們的言行，
照顧我們的身心。

四、天主聖三，
請記起祢的寬仁，
祢創造了我們，
又用寶血再生了我們。
五、唯一真主創造了世界，
基督的愛救贖了罪人，

祂為我們受苦受難，
召選我們作祂的子民。

六、平安、德能和王權，
光榮和全能、讚頌和崇敬，
歸於至聖聖三，
永無窮盡。阿們。

聖詠吟唱

甲、常年期

聖詠四九：對上主的真實虔敬
「我來不是廢除法律，而是為完成。」

(瑪五，17)

壹

對經一：天主傳喚乾坤，來審判祂的
子民。

上主，衆神之主，昭告普世，※
從日出直到日落之地。

天主由壯麗的熙雍城發出光明，※

我們的天主來臨，絕不會默然無聲；
吞噬的烈火在祂面前開道，※
旋轉的風暴在祂四周怒號。

祂傳喚乾坤，※

來審判祂的子民：

「你們給我召集我的聖民，※
就是那以犧牲與我立盟的人。」

諸天要宣佈天主的正義，※

因為法官就是天主自己。

對經一：天主傳喚乾坤，來審判祂的

子民。

貳

對經二：你在患難中，要呼求我，我
必拯救你。

我的百姓，請聽，我要發言，十
以色列，我要控告你，※
我是天主，是你的天主。

我並不因你的祭獻而責備你，※
因為你不斷向我獻全燔祭。

你家裏的牛，我用不着，※

你圈中的羊，我不需要。

森林裏的百獸，全歸於我，※
羣山中的牲畜，都屬於我。

天空的飛鳥，我都認識，※

田野的動物，我全知悉。

如果我餓了，不必對你說，※

因為宇宙萬物，都屬於我。

難道我要真吃牛肉，※

或者真要喝羊血？

你要向天主奉上讚頌的祭獻，※
向至高者還你所許的誓願。

你在患難中，要呼求我，※

我必拯救你，你要光榮我。

對經二：你在患難中，要呼求我，我

必拯救你。

叁

對經三：奉獻讚頌之祭就是光榮我。

天主却對惡人說：+

你怎配傳述我的規誡？※

你怎配提起我的盟約？

你總是惱恨我的管教，※

將我的話置諸腦後。

你與盜賊，朋比爲奸，※

跟淫亂者，同流合污。

你滿口穢語污言，※

你長舌造謠欺騙。

你一坐下，就反對你的兄弟，※

一出言，就對他吹毛求疵。

你如此行事，我一直緘默，+

你還以爲我像你一樣！※

現在我要當面責斥你，

指明你的罪狀。

忘記天主的人哪，要留意，※

免得我除掉你時，沒有人來救你。

誰奉獻讚頌之祭，就是光榮我，※

誰行爲正直，我必拯救他。

對經三：奉獻讚頌之祭就是光榮我。

領：我的子民，請聽，我要發言。

答：我是天主，是你的天主。

唸適合本日的誦讀及結束禱詞

乙、常年期外

讚美詩 見季節專用

將臨期、聖誕期、四旬期、復活期應唸下

列三篇聖詠。

聖詠七七，40、72：上主的美善，

百姓的無信

「這些事都是我們的鑑戒。」

(格前一〇，6)

肆

對經一：上主拯救他們脫離敵手

(復：阿肋路亞)。

他們在曠野裏再三冒犯上主，※

在沙漠中，時常激怒天主。

他們一再試探天主，※

觸怒以色列的聖者。

忘了上主無比的能力，※

忘了祂曾救他們脫離仇敵。

祂曾在埃及顯了神蹟，※

在左罕行了奇事：

祂使河水變成鮮血，※

使埃及人沒有水喝。

祂使成羣的狗蠅毒害他們，※

使無數蝦蟆騷擾他們。

祂使蚱蜢吃光他們的穀物，※

又使蝗蟲毀壞了他們的收穫。

祂降下冰雹，摧毀了他們的葡萄樹，※

又用嚴霜，凍死他們的桑樹。

使他們的牲畜染上瘟疫，※

使他們的羊羣患了熱病。

向他們燃起怒火，+

使震怒、恫嚇及災禍，※

成爲降災的使者。

祂不再抑制自己的義怒，※

用瘟疫殺死他們的牲畜。

擊斃了埃及每家的長子，※

把含族的頭胎全部殺死。

對經一：上主拯救他們脫離敵手

(復：阿肋路亞)。

伍

對經二：上主率領他們進入了祂的聖

山(復：阿肋路亞)。

他像牧人一樣，領出了祂的子民，※

在曠野裏率領他們，有如羊羣。

他們在上主率領下前行，

有恃無恐，※

他們的敵人却悉遭滅頂。

上主領他們進入了祂的聖地，※

進入祂親手所佔領的山區。

親自把他們面前的異民驅散，+

把土地分給他們作爲基業，※

使以色列各支派居有定所。

他們却仍然試探並冒犯上主，※

不遵守至高者的法度。

他們一如祖先叛逆不忠，※

轉而作惡，有如翻背的弓。

他們徧設祭壇，惹起了上主的義憤，※

他們崇拜偶像，激起了上主妒恨。

天主聽見，大發雷霆，※

捨棄了以色列子民；

離開了史羅的住所，※

就是祂在人間居住的帳幕。

祂讓人把祂的約櫃擄走，※

讓光榮的約櫃落入敵手。

任由祂的子民死於刀劍，※

向祂的百姓燃起怒焰。

讓他們的青年葬身戰火，※

他們的少女終身寂寞。

他們的祭司在劍下喪生，※

他們的寡婦也不哀慟。

對經二：上主率領他們進入了祂的聖

山（復：阿肋路亞）。

陸

對經三：天主揀選了猶大支派，揀選

了達味，牧放祂的子民以色

列（復：阿肋路亞）。

上主好像從睡夢中驚醒，※

又像酒後呼喊的勇兵。

從後方攻擊敵人，※

使他們永遠蒙羞，一蹶不振。

祂捨棄了若瑟的帳幕，※

拒絕了厄弗辣家族。

却揀選了猶大支派，※

祂所愛的熙雍聖山。

祂建築了聖殿，高聳至天際，※

祂永遠奠定了它，穩固如大地。

祂揀選了祂的僕人達味，※

從羊棧裏召叫了達味。

使他離開牧羊的生涯，※

作祂百姓雅格的牧者，※

牧養祂的子民以色列。

他一心一意牧養他們，※

機智賢明領導他們。

對經三：天主揀選了猶大支派，揀選

了達味，牧放祂的子民以色列（復：阿肋路亞）。

頌答句、誦讀及結束禱詞，見季節專用。

晨 禱

讚美詩

一 旭日初升，

萬象歡騰，

歌頌上主的榮耀，

感念基督的恩寵。

二 上主，祢藉基督創造萬有，

劃分了白晝與黑夜，

制定了永久的規律，

使晝夜交替運行。

三 祢是信衆的真光，

超越時光的川流，

黑暗聞風而逃，

祢是永恆的明燈。

四無始無終的天父，

求祢引導我們，

今天忠實地追隨基督，

充滿聖神的恩寵。阿們。

聖詠吟唱

聖詠九一：讚頌造物主

「歌頌唯一聖子的功勳。」（聖達修）

對經一

復活期外：至高者，清晨歌頌祢的聖

名，傳述祢的仁慈，多麼美

好。

十二月廿四日：猶大的白冷啊，你在

猶大的諸城中並不是最小的，

因為從你那裏要出現一位領

袖，統治我的子民以色列。

復活期：上主，祢的化工何其偉大浩

繁，阿肋路亞。

至高者，稱謝祢的恩惠，※

歌頌祢的聖名，多麼美好！

清晨，傳述祢的仁慈，※

夜間，宣揚祢的真實；

彈奏十絃琴和豎琴，※

彈出琵琶優美的旋律。

上主，祢的作為使我喜悅，※

祢的工程也使我歡樂。

上主，祢的化工何其浩繁，※

祢的計劃多麼深遠！

冥頑的人不會明瞭，※

愚昧的人不能知曉。

惡人雖興盛有如野草，※

作孽的人會一時顯耀；

然而他們終必永遠沉淪，※

上主，千秋萬世，唯祢獨尊。

上主，請看祢的仇人如何喪亡；※
作孽的人，如何淪落四方。

祢賜我勇氣，使我一無所懼，※

祢給我傅油，恢復青春活力。

我的眼睛將卑視那窺伺我的仇敵，※
我的耳朵欣聞攻擊我者遭到敗績。

義人好比棕櫚一樣茂盛，※

像黎巴嫩香柏一般高聳。

他們被栽植在上主的殿中，※

在我們天主的庭院裏繁榮。

他們雖已年老，仍然結果，※

枝葉青綠，汁漿豐盈，

這說明上主是何等正直，※

祂是我的靠山，處事無不公允。

對經一

復活期外：至高者，清晨歌頌祢的聖
名，傳述祢的仁慈，多麼美

好。

十二月廿四日：猶大的白冷啊，你在

猶大諸城中並不是最小的，

因為從你那裏要出現一位領

袖，統治我的子民以色列。

復活期：上主，祢的化工何其偉大浩

繁，阿肋路亞。

聖歌 則三六，24-28：上主復

興祂的百姓

「他們要作天主的子民，天主要親自與他
們同在，作他們的天主。」（默二一，3）

對經二

復活期外：我要賜給你們一顆嶄新的

心，在你們五內注入新的精

神。

十二月廿四日：你們抬起頭來吧！請
看，你們的救援近了。

復活期：我要把清水灑在你們身上，

阿肋路亞。

我要把你們從異民中領出，＋
把你們從各地聚集在一處，※
領你們回到自己的國土。

那時我要把清水灑在你們身上，＋

淨化你們，滌除你們的不潔，※

清除你們所有的偶像。

我要賜給你們一顆嶄新的心，※
在你們五內注入新的精神。

由你們身內除掉鐵石的心，※

給你們換上一顆血肉的心；

在你們五內注入我的精神，＋

使你們履行我的誠命，※

忠實執行我的諭令。

你們要在我賜給你們祖先的地方居

住，※

你們要作我的子民，
我要作你們的天主。

對經二

復活期外：我要賜給你們一顆嶄新的心，在你們五內注入新的精神。

十二月廿四日：你們抬起頭來吧！請

看，你們的救援近了。

復活期：我要把清水灑在你們身上，

阿肋路亞。

聖詠八：上主的尊嚴，人的高貴

「天主將萬物置於基督的脚下，使祂作全教會的元首。」（弗一，22）

對經三

復活期外：上主，祢從赤子乳兒口中，

取得了完美的讚頌。

十二月廿四日：上主、萬有的天主說：

明天你們必將獲救。

復活期：一切都是你們的，你們却是

基督的，而基督是天主的，

阿肋路亞。

上主，我們的天主！+

祢的名在普世何其美妙，※

祢的尊榮在天上彰明閃耀！

祢從赤子乳兒口中，

取得了完美的讚頌。※

使祢的仇敵匿跡銷聲。

我仰觀祢親手所造的穹蒼，※

和祢滿佈在天空的星辰月亮，

世人算什麼，祢竟對他懷念不忘？※

凡人算什麼，祢竟對他眷顧週詳？

祢使他稍遜於天使，※

賜予他光榮和尊貴。

使他統治祢雙手的化工，※

讓萬物服從他的命令：

所有的羊和牛，※

以及田野間的走獸，

天空的鳥和海裏的魚，※

以及游行海中的水族。

上主，我們的天主！※

祢的名在普世何其美妙。

對經三

復活期外：上主，祢從赤子乳兒口中，

取得了完美的讚頌。

十二月廿四日：上主、萬有的天主說：

明天你們必將獲救。

復活期：一切都是你們的，你們却是

基督的，而基督是天主的，

阿肋路亞。

簡短讀經

伯後三，13-14

我們按照主的許諾，等候那有正義常

存的新天新地。因此，親愛的諸位，你們既然等候這些事，就該勤奮努力，在祂面前度純潔無瑕的生活，得以跟祂和好，並要善用我們主的容忍，作為得救的機會。

短對答詠

領：當我歌頌祢時，我的唇舌必要歡

騰。 答：當我……

領：我的口必將歌頌祢的正義。

答：我的唇舌必要歡騰。

領：願光榮歸於父…… 答：當我……

讚主曲對經：上主，求祢引領我們的脚步

走上平安的道路。

禱詞

天主藉祂的聖子、給我們帶來了希望和生命。我們現在朝拜祂，並謙恭地祈求祂：

天主，求祢俯聽我們。

上主，萬民之父，祢使我們重見今日的曙

光，開始新的一天，

——求祢使我們和基督一同生活，讚美祢、

光榮祢。

祢賜給了我們信、望、愛三種超性的美德，

——求祢也使這些美德常妥善保存在我們心

中。

上主，願我們的眼目時常仰望祢，

——使我們能敏捷地答覆祢的召喚。

求祢使我們遠離一切虛偽和邪惡，

——保護我們，不致失足犯罪。

我們的天父……

結束禱詞

全能永生的天主，祢是燦爛的真光，

永恆的旭日；在這大地初醒的清晨，祢驅

散了象徵罪惡的黑暗。求祢帶着炫耀的光

明來臨，照亮我們的心靈。

結束詞 見常用經文

日間祈禱

讚美詩 見季節專用

聖詠吟唱

聖詠一一八，169、176 (三)

將臨期、聖誕期、四旬期對經，見季節專用部份。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋路亞。

對經一：求祢伸手援助我，因為我願服從祢的命令。

上主，願我的呼聲上達於祢，
願祢的聖言使我通達事理。

願我的祈求直達於祢的面前，
願祢的諾言救我脫險。

願我的唇舌洋溢讚美的歌曲，
因為祢給我傳授了祢的法律，

願我的唇舌歌詠祢的訓令，
祢的一切誠命無不公正。

求祢伸手援助我，
因為我願服從祢的命令。

上主，我渴望祢的救援，
祢的法律是我幸福的泉源。

我願活下去，好能讚美祢，
願祢的法令支持我。

我像亡羊，歧途徬徨，
請來尋覓，領回牧場，

我從未忘掉祢的典章。
對經一：求祢伸手援助我，因為我願服從祢的命令。

聖詠四四：君王的婚筵

「新郎來了，你們出去歡迎吧！」

(瑪二五，6)

對經二：天主，祢的寶座永遠常存。

我的心靈洋溢着優美的言辭，+

我向君王傾吐我的讚美詩；※

我的舌頭好像作家奔放的妙筆。

你英俊無比，談吐溫雅，※

因為天主永遠賜福給你。

大能者！

請把利劍佩在腰間，※

顯示你的榮耀和威嚴。

爲了維護真理、慈善和正義，+

願你順利前進；※

願你的右手做出驚人的事蹟：

你的利箭射中仇敵的心窩，※

萬民都將屈服在你面前。

天主，祢的寶座永遠常存，※

祢手握權杖，治國公允。

你喜愛正義，憎恨邪惡，+

因此上主、你的天主，

給你傅了喜樂的油，※

勝過其他的國王。

你的衣冠散發沒藥、沉香、

和肉桂的芬芳，※

在象牙宮裏，爲你彈奏悅耳的弦樂。

在你嬪妃羣中有各國的公主；※

王后佩戴敖非爾金飾，侍立在你的右邊。

對經二：天主，祢的寶座永遠常存。

貳

對經三：我看見那新耶路撒冷，有如

一位打扮好、迎接丈夫的新

娘。

女兒！請聽，請看，也請細聽，※

忘却你的本族和家庭！

因為君王戀慕你的美麗，※

他是你的主，你要敬拜他！

提洛的民衆要來向你進貢，※

富足的人們也來朝見。

秀麗的公主，深居王宮，※

她的衣裳以金絲繡成。

她身穿錦衣華服，前去謁見君王，※

由侍女陪伴，來到你的身旁；

在歡樂歌舞聲中，※

一齊進入了王宮。

你的子孫將繼承你的列祖；※

立他們爲王，統治普天率土。

我要使你的名號永垂不朽，※

萬民都要歌頌你，直到永久。

對經三：我看見那新耶路撒冷，有如

一位打扮好、迎接丈夫的新

娘。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

午前

簡短讀經

達六，27 b ~ 28

我們的天主是生活而永恆的天主，祂的國永不滅亡，祂的王權永遠常存。祂拯救人，施行援助，祂在天上地下實行神蹟奇事。

領：你們要靜下心來，要承認我是天

主，

答：是萬民的至尊，大地的上主。

結束禱詞

主天主，全能的天父，我們奉祢的名集合在一起；求祢賞賜聖神光照我們，使能脫免仇敵的陷害，常常歡樂的讚美祢。

結束詞 見常用經文

午時

簡短讀經

羅一五，5 ~ 7

願賜予忍耐和安慰的天主，賞賜你們效法基督的榜樣，彼此同心合意，爲能衆口同聲光榮我們的主耶穌基督的父、天主。因此，你們爲了光榮天主要彼此包容，如同基督接納了你們一樣。

領：上主喜愛祂的子民，

答：祂把救恩賜給謙卑的人。

結束禱詞

上主，祢是永恆的愛，生命的光，請以祢的愛燃燒我們，使能愛祢在萬有之上；并以同樣的愛，爲了祢而愛我們的兄弟姊妹。

結束詞 見常用經文

午後

簡短讀經

斐四，8，9 b

弟兄們：凡是真實的，高尚的，正義的，可愛的，榮譽的，不論是美德，或是

稱譽：這一切，你們都該常常思念。那麼賜予平安的天主必與你們同在。

領：我的天主，我的君王，我要頌揚祢，

答：永遠歌頌祢的聖名。

結束禱詞

上主，求祢賞賜我們平安；使我們在有生之日，常愉快的侍奉祢；并賴榮福童貞瑪利亞的轉禱，終能安抵天鄉。

結束詞 見常用經文

夜 禱

主日及節日第一晚禱後

開端詞

領：天主，求祢快來拯救我。

答：上主，求祢速來扶助我。

領：願光榮歸於父、及子、及聖神，

答：起初如何，今日亦然，直到永遠。

阿們（阿肋路亞）。

然後可作省察，團體誦念時，可在此插入

彌撒開始時用的懺悔儀式。

讚美詩

一、日落西山，

夜幕低垂，

仁慈的天父，

求祢保祐我們，

一夜平安。

二、求賜身體健康，

精神振作，

在基督的帶領下，

修德行善，

孜孜不倦。

三、形體需要睡眠，

心靈不忘事主，

曙光再臨時，

歌頌慈恩，

迎接美好的一天。

四、光榮歸於父，

及子及聖神，

唯一真主，

至聖聖三，

直到永遠。阿們。

復活期用

一、耶穌，世界的救主，

至高天父的聖言，
來自光明的光明，
我們需要祢的保護。

二、耶穌，萬物的創造者，

祢劃分時光，

以深夜的寧靜，

掃除肉身的勞苦。

三、人生雖短，

負擔沉重，

助我在安息中，

體力完全恢復。

四、身體即將就寢，

心靈仍要醒寤，

免受邪惡的陷害：

我們都是祢寶血所救贖。

五、光榮歸於祢，耶穌，

祢克服了死亡，

偕父及聖神，
永遠享受榮福。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 四：謝 恩

「上主使祂從死者中復活，令人嘆為觀止。」

(聖思定)

對經一：上主，求祢憐憫我，俯聽我
的祈禱。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

公義的天主！我一呼求祢，

祢就俯允了我，※

我在困苦中，祢曾安慰了我；

上主，求祢憐憫我，※

俯聽我的祈禱。

世人！你們心硬要到何時？※

你們貪虛幻，愛說謊，何時停止？

要知道：上主召選我作祂的僕人，※

我一呼求祂，祂就俯允。

你們應戰戰兢兢，不要作惡；※

靜夜就寢時，要捫心思過。

要奉上當獻的祭物，※

要全心信靠上主。

許多人說：「誰能使我們幸福？」※

上主！願祢向我們顯示慈顏。

祢曾賞賜我滿心歡喜，※

勝過五穀豐登，美酒滿溢。

上主，我一躺下，就安然入睡，※

因為祢使我平安順遂。

對經一：上主，求祢憐憫我，俯聽我

的祈禱。

「你們敬畏天主的衆僕人！無論大小尊卑，請讚美我們的天主！」（默一九，5）

對經二：請徹夜讚頌上主。

上主的衆僕人，請來讚美上主！※

夜間侍立在上主殿中的人，請讚美上主！

請向聖所舉手祈禱，※

讚美上主！

願創造天地的上主，※

由熙雍降福你們。

對經二：請徹夜讚頌上主。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

簡短讀經

申六，4 / 7

以色列！你們要聽着：上主，我們的

天主，是唯一的天主。你們當全心、全靈、

全力，愛上主，你們的天主。我今天吩咐

你們的這些話，你們要牢記在心，並將這

些話，傳授給你們的子女。你們或居家，或行路，或臥或立，要常默思這些話。

短對答詠

復活期外

領：上主，我把靈魂交在祢手裏。

答：上主：

領：上主、信實的天主，祢拯救了我們。

答：我把靈魂交在祢手裏。

領：願光榮歸於父：： 答：上主：

復活節八日慶期

這是上主安排的一天，我們要歡欣鼓舞，

阿肋路亞。

復活期內

領：上主，我把靈魂交在祢手裏，阿肋

路亞。 答：上主：

領：上主，信實的天主，祢拯救了我們。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父：： 答：上主：

聖歌 路二，29-32

對經：上主，我們醒寤時，求祢幫

助我們與基督一起醒寤；我們

睡眠時，求祢保佑我們獲得安

眠。（復：阿肋路亞）

上主，現在可照祢的話，※

放祢的僕人平安去吧！

因為我已目睹，※

祢為萬民準備的救主，

就是啓示列邦的光明，※

以色列子民的光榮。

對經：上主，我們醒寤時，求祢幫

助我們與基督一起醒寤；我們

睡眠時，求祢保佑我們獲得安

眠。（復：阿肋路亞）

結束禱詞

主日及復活節八日慶期內

上主，求祢今夜來看顧我們，使我們

依靠祢的力量，黎明即起，歡欣慶祝祢聖子基督的復活。祢是天主，永生永王。

主日以外的節日

上主，求祢光臨我們家中，驅逐陷害人的惡魔；願祢的聖天使守護我們一夜平安，求祢也常常降福我們。以上：

降福

願全能的上主使我們圓滿地結束這一天，恩賜我們一夜平安。

答：阿們。

聖母對經 見 595 頁

主日及節日 第二晚禱後

頌：天主，求祢快來拯救我。願光榮

歸於父。起初如何。（阿肋路亞）

讚美詩 見 578 頁

聖詠吟唱

聖詠 九〇：在至高者的保護下

「我已授予你們權柄，使你們能踐踏蛇蝎。」

（路一〇，19）

對經：祂要用翅膀蔭庇你；黑夜的恐怖，將不會使你怕懼。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

居住在至高者的護祐下，※

棲身在全能者蔭庇下的人，

要對上主說：「我的天主！

祢是我的避難所，※

祢是我的保障，我要投靠祢。」

祂定要救你脫離獵人的陷阱，※
救你擺脫仇人的惡計。

祂要用自己的翅膀蔭庇你，※

你要投奔到祂的羽翼之下。

祂的信實好像盾牌和盔甲衛護你，※

黑夜的恐怖，將不會使你怕懼。

白天你也不怕亂箭的攻擊，※

夜間流行的瘴癘，中午致命的瘟疫。

縱有千人倒斃在你的身邊，+

萬人氣絕在你的右邊，※

災禍決不會到你面前。

只要你睜開眼睛，+

就會看見惡人遭到報應，※

因爲你以上主爲避難所。

你以至高者天主，作爲碉堡，+

災禍就不會降到你的身上，※

凶惡也不會威脅你的營帳。

因爲祂必爲你派遣天使，※

在你要走的每條路上保護你；

他們要左右扶持着你，※

免得你的脚碰在石頭上。

你可從豺狼虎豹身上走過，※

你可踐踏猛獅和毒蛇。

上主說：因爲他依靠我，我必拯救他，※

他既承認我的名，我必要保護他。

他呼求我，我必俯允他，+

他有困苦，我必和他在一起，※

我定要拯救他，光榮他。

使他延年益壽，※

讓他看到我的救贖。

對 經：祂要用翅膀蔭庇你，黑夜的

恐怖，將不會使你怕懼。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

簡短讀經

默二二，4 / 5

上主的衆僕人都要瞻仰祂的聖容；祂的名字寫在他們的額上；從此不再有黑夜；他們也不需要燈光或日光，因爲上主天主要光照他們。他們必要爲王，萬世無疆。

短對答詠

復活期外

領：上主，我把靈魂交在祢手裏。

答：上主：

領：上主、信實的天主，祢拯救了

我們。 答：我把：

領：願光榮歸於父：

答：上主：

聖週三日慶典

基督爲我們自謙自卑，服從至死，（聖週五加念：）且死在十字架上，（聖

週六加念：）因此，天主高高舉揚了祂，賜給了祂一個名字，超越所有的名字。

復活節八日慶期內

這是上主安排的一天，我們要歡欣鼓舞，阿肋路亞。

復活期

領：上主，我把靈魂交在祢手裏，阿

肋路亞，阿肋路亞。

答：上主：

領：上主、信實的天主，祢拯救了我們。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

聖歌 路二，29 / 32

對經：上主，我們醒寤時，求祢幫助

我們與基督一起醒寤；我們睡

眠時，求祢保佑我們獲得安眠

。（復：阿肋路亞）

上主，現在可照祢的話，※
放祢的僕人平安去吧！

因為我已目睹，※

祢爲萬民準備的救主，

就是啓示列邦的光明，※

以色列子民的光榮。

對經：上主，我們醒寤時，求祢幫

助我們與基督一起醒寤；我

們睡眠時，求祢保佑我們獲

得安眠。（復：阿肋路亞）

結束禱詞

主日及復活節八日慶期內

我們的天父，我們今天慶賀了主復

活的奧跡，求祢俯聽我們卑微的祈禱，

保護我們免遭災禍，賞賜我們一夜安眠，

清晨能與旭日同起，歡唱讚頌祢。

以上：

主日以外的節日及聖週三日慶典

上主，求祢光臨我們家中，驅逐陷害

人的惡魔；願祢的聖天使守護我們一夜平

安，求祢也常常降福我們。以上：

降 福

願全能的上主，使我們圓滿地結束這

一天，恩賜我們一夜平安。

答：阿們。

聖母對經 見 595 頁

星期 一

領：天主，求祢快來拯救我。願光榮

歸於父。起初如何。（阿肋路亞）

讚美詩 見 578 頁

聖詠吟唱

聖詠八五：貧困者在逆境中的祈

禱

「天主在各種磨難中常安慰我們，願祂受讚美。」（格後一，3。4）

對 經：主天主，祢寬容堅忍，慈悲

為懷。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

上主，求祢側耳聽我，※

因為我困苦貧窮。

求祢保護我的靈魂，+

因為我對祢虔誠，※

求祢拯救那仰賴祢的僕人。

我的天主，求祢憐憫我，※

上主，我整天呼求祢；

求祢使祢的僕人歡喜，※

上主，我的心靈仰賴祢。

上主，祢實在良善寬仁，※

以仁慈厚待呼求祢的人。

上主，求祢俯聽我的祈禱，※
細聽我的哀告。

患難之日，我向祢呼救，※

祢定會俯允我的祈求。

上主，沒有一個神明相似祢，※

沒有任何作為可與祢的相比。

上主，祢創造的萬民齊來欽崇，※

歌頌讚揚祢的名。

祢偉大無比，施行奇蹟，※

祢是獨一無二的天主。

上主，求祢指給我祢的途徑，+

我必照祢的眞道進行，※

使我一心敬畏祢的名。

我的天主，我要全心向祢歌頌，※

上主，我要永遠光榮祢的聖名。

因為祢對我的仁慈，偉大無邊，※

拯救我的靈魂，免陷陰間。

天主，傲慢的人起來攻擊我，十
一羣強橫的人想謀害我的性命，※
他們絲毫不把祢放在眼中。

上主，祢却是良善慈悲的天主，※
極其寬仁而信實，不輕易發怒。

求祢垂視我，憐憫我，十

賜給祢的僕人活力，※

援救祢婢女的兒子；

求祢顯示祢愛我們的憑證，十

使仇人一見就感到慚愧，※

上主，因為祢寬容堅忍，救助我，安慰我。

對 經：主天主，祢寬容堅忍，慈悲

為懷。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

簡短讀經

得前五，9 / 10

天主簡選我們，是要我們藉我們的主

耶穌基督、獲得救恩；祂替我們死了，使
我們不論醒寤或睡眠，都同祂一起生活。
短對答詠 見 594 頁

星期二

領：天主，求祢快來拯救我。願光榮

歸於父。起初如何。（阿肋路亞）

讚美詩 見 578 頁

聖詠吟唱

聖詠 一四二：危難中的祈禱

「人成義，不是靠遵守法律，而是靠信仰

耶穌基督。」（迦二，16）

對 經：求祢不要轉面不顧我，因為

我全心信賴祢。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

上主，求祢俯聽我的祈禱，十

側耳聆聽我的哀號，※

憑祢的真誠和正義俯允我。

請不要審訊祢的僕人，※

因為衆生在祢面前不得稱爲義人。

仇人迫害我，摧殘我的生命，※

置我於幽谷，視我如死人；

因而我的精神萎靡不振，※

我的心靈惶恐不安。

我回憶以往的時日，十

追念祢的一切奇事，※

凝思祢手中的作爲。

我不禁向祢伸開雙手，十

我心渴望祢，※

有如旱田之望甘雨。

上主，求祢快來俯聽我，※

我的精神已經萎靡。

不要對我轉面不顧，※

免得我像別人一樣陷入陰府。

我全心仰賴祢，※

請使我清晨得蒙祢的憐愛。

我舉心嚮往祢，※

讓我認識應走的道路。

上主，我一心投靠祢，※

請救我擺脫我的仇敵。

祢是我的天主；十

求祢教導我奉行祢的旨意，※

願祢的善神引導我走上坦途。

上主，爲了祢的名，請使我生存，※

憑祢的公義，請救我脫離憂患。

對 經：求祢不要轉面不顧我，因爲

我全心信賴祢。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

簡短讀經

伯前五，8 / 9

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

你們要節制、要警覺，因為你們的仇

路亞。

敵——魔鬼，如同咆哮的獅子巡行各處，尋找可吞噬的人；你們要用堅強的信德抵擋牠。

上主！我投靠了祢，永遠不會受辱；※
祢是公義的，求祢拯救我。

短對答詠

見 594 頁

求祢側耳聽我，※

速來拯救我。

星期三

領：天主，求祢快來拯救我。願光榮

上主，求祢作我避難的磐石，※

歸於父。起初如何。（阿肋路亞）

我安全的居室。

讚美詩 見 578 頁

因為祢是我的力量，我的避難所；※
為了祢的名，求祢領導我，指教我。

聖詠吟唱

求祢拯救我脫離給我暗設的陷阱，※
因為祢是我的保護者。

聖詠三〇，1 / 6

我把靈魂交在祢手裏；※

「父，我把靈魂交在祢手裏。」（路三，46）

上主，信實的天主，祢拯救了我。

對經一：天主，求祢作我的保護者和

對經一：天主，求祢作我的保護者和

避難所

避難所。

聖詠一二九：我從深淵呼救

「祂要把自己的子民，從罪惡中拯救出來。」

(瑪一，21)

對經二：上主，我從深淵呼求祢。+

上主，我從深淵呼求祢，+

+我主，求祢俯聽我的哀告，※

側耳諦聽我的祈禱。

上主，祢若細察人的罪辜，※

我主，又有誰還能站得住？

然而祢一向寬恕為懷，※

我們對祢起敬起愛；

我在期待，我的心靈期待上主，※

期待上主的諾言。

我的心靈期待上主，勝於更夫待旦，※

遠勝於巡夜的人等待曙光出現。

以色列，你要仰賴上主，※

因為上主慈悲為懷，樂於救贖。

祂必拯救以色列，※

脫離一切罪惡。

對經二：上主，我從深淵呼求祢。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

簡短讀經

弗四，26-27

你們不可犯罪，不可含怒到日落，不

要讓魔鬼乘隙而入。

短對答詠 見 594 頁

星期四

領：天主，求祢快來拯救我。願光榮

歸於父。起初如何。(阿肋路亞)

讚美詩 見 578 頁

聖詠吟唱

聖詠一五：上主是我的基業

「上主解除了耶穌死亡的痛苦，使祂復活了。」（宗二，24）

對 經：我的肉軀必無憂安眠。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

天主，求祢保佑我，※

因為祢是我的寄託。

我對上主說：「祢是我的上主，※

沒有祢，我就沒有幸福。」

對世上的賢者聖徒，※

我內心是多麼傾慕！

人們皈依了其他的神明，※

必然痛苦倍增；

我絕不向他們奉獻血祭，※

他們的名字，我也絕口不提。

上主，祢是我的產業，我的一切，※

是祢掌握着我的命運。

祢給我劃分的是優美的地區，※
我分得的產業實在令我滿意。

我要讚頌引導我的上主，※

我的良知連夜間也督促我。

我時刻定睛仰望著上主，※

有祂在我身邊，我決不動搖。

因此我心裏高興，五內喜歡，※

我的肉軀也無憂安眠。

因為祢絕不會將我遺棄在陰間，※

也不會讓祢的聖者遭受腐朽。

祢要指示給我生命之道，+

在祢面前才有圓滿的喜悅，※

在祢身邊才有永遠的福樂。

對 經：我的肉軀必無憂安眠。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

簡短讀經

得前五，23

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

願賜平安的天主親自完全聖化你們，
將你們整個的人——靈魂和肉身，保持得無
瑕可指，以待我們的主耶穌基督的來臨。

短對答詠 見594頁

上主，我的天主，我的救助，※
我晝夜向祢哀呼。

星期五

願我的祈禱上達於祢面前，※
求祢側耳俯聽我的呼喊。

領：天主，求祢快來拯救我。願光榮

歸於父。起初如何。（阿肋路亞）

因為我的心靈備嘗憂患，※
我的性命已接近了陰間。

讚美詩 見578頁

人們以為我已經行將就木，※
我已是走投無路。

聖詠吟唱

聖詠八七：重病者的祈禱

我的床舖已設置在死人中間，※
像陣亡者躺在墓中常眠；

「現在是你們的時刻，是黑暗當權的時刻。」

祢已經不再記念，※

（路二二，53）

祢的手也不再照管。

對經：上主，我日間向祢求助；夜

祢把我投入幽暗的深坑，※

晚向祢呼籲。

扔進暗無天日的深淵中。

祢的憤怒重壓着我，※

祢的怒濤把我淹沒。

祢使我的知己離去，※

使我爲他們所嫌棄。

我被拘留，不能逃走，※

我悲痛逾恆，雙目失明。

上主，我整天向祢祈求，※

舉起雙手向祢呼救。

祢豈要給死人發顯奇跡？※

陰魂難道能起來稱讚祢？

墳墓之中，誰會稱述祢的仁慈？※

喪亡之地，誰會宣揚祢的信實？

黑暗之處，有誰知道祢的奇蹟？※

遺忘之地，有誰曉得祢的正義？

上主，

我現在向祢呼號，※

清晨向祢獻上我的祈禱。

上主，祢爲什麼摒棄我？※

爲什麼轉面不看我？

我自幼貧苦，幾乎死去，※

備受祢的威嚇，驚惶恐懼；

祢的震怒將我淹沒，※

祢的威嚇將我毀滅；

整天像洪水般將我圍困，※

將我緊緊包圍，不能脫身；

祢使我的親友遠離，※

黑暗成了我的伴侶。

對 經：上主，我日間向祢求助；夜

晚向祢呼籲。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

簡短讀經

耶一四，9

上主，祢常在我們中間，我們是歸於

祿名下的人；主，我們的天主，求祿不要
離棄我們。

短對答詠

復活期外

領：上主，我把靈魂交在祿手裏。

答：上主：

領：上主、信實的天主，祿拯救了我

們。 答：我把：

領：願光榮歸於父。 答：上主：

復活期內

領：上主，我把靈魂交在祿手裏，

阿肋路亞，阿肋路亞。

答：上主：

領：上主、信實的天主，祿拯救了我

們。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父。 答：上主：

聖歌 路二, 29 / 32：基督是萬民

的眞光，是以色列的

榮耀

對經：上主！我們醒寤時，求祿幫助

我們與基督一起醒寤；我們睡

眠時，求祿保祐我們獲得安眠

（復：阿肋路亞）。

上主！現在可照祿的話，※

放祿的僕人平安去吧！

因爲我已目睹，※

祿爲萬民準備的救主，

就是啓示列邦的光明，※

以色列子民的光榮。

對經：上主！我們醒寤時，求祿幫助

我們與基督一起醒寤；我們睡

眠時，求祿保祐我們獲得安眠。

（復：阿肋路亞）

結束禱詞

星期一

上主，求祢賞賜我們今夜身心獲得充分的休息，願我們今日所完成的工作，能為我們得到永恆的收穫。

星期二

仁慈的上主，求祢為我們驅逐這長夜的黑暗，恩賜我們（全家）一夜安眠，明天清晨能愉快地醒來，歌頌祢的聖名。

星期三

溫良而心謙的主耶穌基督，祢加給我們的軛易於肩負，祢賜給我們的擔子也易於挑起。求祢收納我們今天的工作與祈禱，並賜給我們需要的休息，使我們明天能更有精力侍奉祢。祢是天主，永生永王。

星期四

主天主，我們在一天的工作之後，已

筋疲力盡；求祢賞賜我們能藉此整夜的安眠，恢復精力，使我們在祢不斷的助祐下，身心保持健康，忠誠為祢服務。

星期五

全能的天主，祢的聖子曾忍受死亡並被埋葬；求祢恩賜聖寵幫助我們，藉着信德能與祂合而為一，使我們也能與祂一起復活，獲得新生命。祢是天主，永生永王。

降福

願全能的上主使我們圓滿地結束這一天，恩賜我們一夜平安。 答：阿們。

聖母對經

母后萬福 (Salve Regina)

母后萬福！仁慈的母親，我們的生命，我們的甘飴，我們的希望。厄娃子孫，在此塵世，向您哀呼。在這涕泣之谷，向您

嘆息哭求。我們的主保，求您回顧，憐視我們，一旦流亡期滿，使我們得見您的聖子，萬民稱頌的耶穌。童貞瑪利亞，您是寬仁的，慈悲的，甘飴的。天主聖母，請爲我們祈求，使我們堪受基督的恩許。

復活期用

救主之母 (Alma Redemptoris Mater)

天上母后 (Regina Caeli)

大哉救主之母！您是天國之門，星海之星，求您扶助行將墮落的人，奮起前進，您接受佳播天使的問候，超乎自然地生育了創造您的主宰，畢生保持著童身，求您垂憐我們罪人。

天上母后，歡樂吧！阿肋路亞。因爲您親生的愛子，阿肋路亞，正如祂所預言，已經復活了，阿肋路亞。請爲我們祈求天主，阿肋路亞。童貞瑪利亞，歡樂吧！阿肋路亞。因爲主眞復活了，阿肋路亞。

萬福，天上母后 (Ave Regina Coelo-

rum)

也可唱聖母經

萬福，天上母后！萬福，天使主母！

萬福，葉瑟之根！萬福，天國之門！照世

補充聖詠

日間祈禱用

領：天主，求祢快來拯救我。

答：上主，求祢速來扶助我。

領：願光榮歸於父、及子、及聖神。

答：起初如何，今日亦然，直到永遠。

阿們（阿肋路亞）。

讚美詩（見季節專用讚美詩）

以下聖詠用於某些節日的日間祈禱，專用的對經見季節及聖人專用部份或通用部份。此種季節的或專用的對經只在第一首聖詠前及最後一首聖詠之後誦念。

第一組（午前）

聖詠一一九：渴望平安

「在困苦中要忍耐；祈禱要恆心。」（羅一二，12）

對經一：我一呼求上主，祂就應允了

我。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

我在急難中呼求上主，※

祂就俯聽了我。

「上主，求祢使我脫離說謊的口唇，※

擺脫欺詐的舌根。」

你這虛偽詭詐的人！※

該怎樣對付你，懲罰你？

只有勇士銳利的弓箭，※

和那熾熱的火炭！

我何其不幸！竟在默舍寄居，※

在基達的帳幕中投宿！

我與憎恨和平的人相處，※

相處的時日實在太久。

我一向愛好和平，※

我講和平，他們卻發動戰爭。

對經：我一呼求上主，祂就應允了我。

聖詠二二〇：人民的護守者

「他們將不再飢餓，也不再口渴，太陽和任何炎熱不再傷害他們。」（默七，16）

對經二：願上主在你出入時常常保護

你。

我舉目向聖山仰望，※

我的救助來自何方？

我的救助來自上主，※

祂創造了天地萬物。

祂決不讓你的腳滑倒，※

你的護守者，不眠不休。

請看，以色列的護衛，※

不睡眠，也不瞌睡。

上主站在你的身邊，※

看守你，保護你。

白天，太陽不會傷你，※

黑夜，月亮不會害你。

上主庇祐你免遭禍患，※

祂必保護你身心安全。

上主保祐你出入平安，※

從現今直到永遠。

對經二：願上主在你出入時常常保護你。

聖詠二二一：耶路撒冷聖城

「你們走近了熙雍山和永生天主之城，天上的耶路撒冷。」（希一二，22）

對經三：我因他們對我所講的事而滿

心歡喜。

我真高興，因爲有人對我說：※

「我們要進入上主的聖殿！」

耶路撒冷！我們的腳、※

已經進入你的門限。

耶路撒冷的確是一座京城，※

有雄偉的建築，整齊的市容。

各支派，上主的各支派都湧向城中，※

按照以色列的慣例，稱頌上主的名。

這裏設有審判的寶座，※

就是達味宗室的寶座。

第二組（午時）

請爲耶路撒冷祈求太平；※

願那喜愛你的人獲享安寧。

願你的城垣內永享和平，※

願你的堡壘中常保安全。

爲了我的弟兄和同伴，※

我要祝禱說：

「願平安常在你中間。」

爲了上主我們天主的殿宇，※

我要祝福你萬事如意。

對經三：我因他們對我所講的事而滿

心歡喜。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

簡短讀經及結束禱詞見聖詠集，或見季節、慶節專用或通用部份。

聖詠一二二：上主是祂子民的依

賴

「兩個瞎子……喊叫說：主！達味的後裔，

可憐我們吧！」（瑪二〇，30）

對經一：高居諸天的上主，求祢憐憫

我們。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

高居諸天的上主，※

我舉目仰望祢。

正如僕人的眼睛望着主人的手，※

又像婢女的眼睛注視主母的手。

我們的雙目也同樣仰望著上主、

我們的天主，※

直到祂憐憫我們為止。

上主，求祢憐憫我們，憐憫我們，※

因為我們已經飽嘗欺凌。

受盡了富貴人的輕慢，※

驕傲人的侮辱。

對經一：高居諸天的上主，求祢憐憫

我們。

聖詠一二三：我們的救助來自上

主

「主對保祿說：『不要害怕，……因為有我

與你同在。』」（宗一八，9-10）

對經二：我們的救助是依靠上主的名。

若不是上主協助我們，+

以色列應該承認：※

若不是上主協助我們，

當敵人羣起反對我們，+

憤然攻擊我們時，※

我們早被活活地吞噬。

就像洪水將我們沖失，+

急流將我們捲走，※

巨浪將我們淹沒。

請讚美上主，祂沒有拋棄我們，※

任憑敵人摧殘蹂躪。

我們好像一隻麻雀，※

掙脫了獵人的羅網。

羅網已被扯破，※
我們才得逃脫。

我們的救助來自上主，※
是祂創造了天地萬物。

對經一：我們的救助是依靠上主的名。

聖詠一二四：上主是祂子民的守

護者

「願平安降在天主的新以色列身上。」

(迦六，16)

對經三：上主現在和將來常常保衛祂
的子民。

依賴上主的人，穩如熙雍山，※
要永遠屹立不搖。

羣山圍繞著耶路撒冷，+

上主也護衛著祂的子民，※

從現在直到永恆。

上主不容惡勢力統治義人的命運，※
以免他們伸手行凶。

上主，求祢恩待善良的人，※
賜福給心地正直的人。

那離棄正路，走入歧途的人，+
上主必使他們與惡徒一同沉淪，※
唯願以色列永享太平。

對經三：上主現在和將來常常保衛祂
的子民。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋
路亞。

第三組（午後）

聖詠一二五：我們的喜樂和希望
全在天主

「你們如何分擔了痛苦，也要同樣共享安
慰。」（格後一，7）

對經一：上主爲我們作了何等奇事，
我們的確歡欣鼓舞。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋
路亞。

他們且行且哭，出去播種耕耘，※
他們載欣載奔，回來背著麥捆。

對經二：上主爲我們作了何等奇事，我
們的確歡欣鼓舞。

聖詠一二六：若無天主，則徒勞

無功

上主率領俘虜回到熙雍，※
我們彷彿身在夢中。

「你們是天主的建築物。」（格前三，9）

那時，我們滿心歡樂，※
我們引吭高歌。

對經二：上主要爲我們建造房屋；祂
要守護我們的城。

那時，異民彼此說：※
「上主爲他們作了大事！」

若非上主興工建屋，※
建築的人徒然勞碌；

上主爲我們行了奇蹟，※
我們都滿心歡喜。

若非上主防守城堡，※
警醒護守，也是徒勞。

上主，求祢領我們重歸故里，※
好像沙漠中再見小溪。

縱然你清晨早起，※
深夜不眠，也徒然無益。

含淚播種的，※
必含笑收割。

茹苦含辛，也僅得一飽；※
上主所愛的，却毫無煩惱。

子女是上主恩賜的產業，※
兒孫承歡是祂的酬報。

年輕力壯所得的子嗣，※

有如勇士手中的箭矢；

裝滿箭囊的人確實有福，※

城門之前，與敵相爭，決不受辱。

對經二：上主要為我們建造房屋，祂要

守護我們的城。

聖詠一二七：天倫之樂乃上主所

賜

「但願上主從熙雍降福你，就是說：藉祂
的教會降福你。」（阿諾比）

對經三：敬畏上主的人，真有福氣。

凡誠心誠意敬畏上主，※

遵行祂道路的人，真是有福！

你吃雙手勤勞的果實，※

你必有福，萬事亨通！

你的妻子在你的內室，※
像結實纍纍的葡萄樹！

你的子女圍繞著餐桌，※

好像橄欖樹的嫩枝！

請看，敬畏上主的人，※

就有這樣的好福氣！

但願上主從熙雍降福你，※

使你終身得享耶路撒冷的幸福。

願你看到兒孫滿堂，五世其昌，※

並願天主的子民富強安康！

對經三：敬畏上主的人，真有福氣。

復活期：阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋

路亞。

通用經文部份

- 一、教堂奉獻日通用
 - 二、聖母慶節通用
 - 三、使徒慶節通用
 - 四、多位殉道者通用
 - 五、一位殉道者通用
 - 六、牧者通用
 - 七、教會聖師通用
 - 八、貞女通用
 - 九、聖人通用
 - 十、聖婦通用
 - 十一、男女會士通用
 - 十二、慈善家通用
 - 十三、教育家通用
- 追思亡者日課

通用部份

☆對經中括弧內之阿肋路亞，只在復活期內加念。

活期內加念。

☆聖人慶節通用之第一晚禱的謝主曲

對經，可為聖人紀念日的晚禱用。

(一) 教堂奉獻日通用

第一晚禱

讚美詩 見第二晚禱627頁

聖詠吟唱

聖詠一四六

對經一：耶路撒冷的街道將要歡慶，

城內所有的人都要唱出快樂的歌聲，阿肋路亞。

四旬期：在上主的聖殿中，他們都將

高呼：「光榮啊！」

請讚頌上主，+

歌頌我們的天主，是件美事，※

讚美頌揚祂，甘飴之至。

上主重建了耶路撒冷，※

聚集了離散的以色列。

祂醫治了破碎的心靈，※

親自包紮他們的創傷。

點點繁星，由祂制定，※

顆顆星辰，是祂命名。

上主至大至尊，威能無比，※

祂的智慧無法估計。

上主將謙虛的人扶起，※

將作惡的人貶抑至地。

請唱感恩的詩歌，稱謝上主，※

彈琴讚頌我們的天主！

祂以雲霧遮蔽高天，※

把雨露賜給農田；

祂使青草生於羣山；※

創造植物供人吃穿。

祂將食物賜與家畜，※

飼養索食的鴉雛。

駿馬名駒，祂不喜歡，※

猛將勇士，祂不中意。

祂只喜愛那敬畏祂的人，※

賞識那信賴祂慈愛的人。

對經一：耶路撒冷的街道將要歡慶，

城內所有的人都要唱出快樂

的歌聲，阿肋路亞。

四旬期：在上主的聖殿中，他們都將

高呼：「光榮啊！」

聖詠一四七

對經二：上主鞏固了你的城門，降福

了在你中間的子女，（阿肋

路亞）。

耶路撒冷，你要讚頌上主！※

熙雍，你要讚頌你的天主。

因為祂鞏固了你的城門，※

降福了在你中間的子女。

也使你的四境平安，※

讓你飽饜上好的麥麵。

祂向大地發出自己的諭旨，※

祂的聖旨即刻迅速傳遞。

祂降雪有如羊毛，※

祂撒霜好似飛絮。

祂拋下冰雹好似碎石，※

祂發出寒氣，水便凝結；

祂一發言，冰塊即刻溶化，※

祂一嘯氣，靜水立即流動。

祂將自己的旨意，曉諭了雅格，※

把自己的誠律啓示給以色列。

祂從沒有這樣恩待過任何國家，※

也從未向他們宣示過自己的律法。

對經二：上主鞏固了你的城門，降福

了在你中間的子女，（阿肋

路亞）。

四旬期外

聖歌 參閱默一九，1-7

對經三：在天主城內聚會的聖者歡欣

鼓舞，天使在天主的寶座前

謳歌讚頌，阿肋路亞。

阿肋路亞！

勝利、光榮和德能，屬於我們的天主，※

祂的判斷正確而又公平。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

天主的僕人，請讚美我們的天主，※

凡敬畏祂的人，無論大小尊卑，

請讚美天主。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

我們上主全能的天主已經爲王，※

我們要歡欣鼓舞，將光榮歸於天主。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

羔羊的婚期已經臨近，※

祂的新娘也盛粧以待。

阿肋路亞！

對經三：在天主城內聚會的聖者歡欣

鼓舞，天使在天主的寶座前

謳歌讚頌，阿肋路亞。

四旬期

聖歌 哥一，12 / 20

對經三：上主，願光榮藉着臨於教會

的基督，歸於祢。

感謝天父，使我們在光明中，※

堪享聖徒的福分。

祂救我們脫離了黑暗的權勢，※

把我們徙置到祂愛子的國土。

在祂愛子內，我們得到了救贖，※

獲得了罪赦。

祂是看不見的天主的肖像，※

是超越萬物的長子。

因為上天下地的一切，無論有形與無形，十

上座者或宰制者，率領者或掌權者，※

都是藉祂而創造的。

一切都藉着祂，並爲了祂而受造，十

祂在萬有之先就已存在※

萬有都賴祂而各得其所。

祂是教會的頭，也就是祂身體的頭，十

祂是原始，是首先從死者中復活的，※

使祂在萬有中高居首位。

因為天主樂意使整個圓滿住在祂內，※

並藉着祂在十字架傾流的血，

建立了和平，

使人間和天上的一切，※

都與天主重歸於好。

對經三：上主，願光榮藉着臨於教會

的基督，歸於祢。

簡短讀經

弗二，19 / 22

你們已不再是外方人或旅客，而是聖徒的同胞，是天主的家人；已被建築在使徒和先知的基礎上，而基督耶穌自己却是這建築物的角石，靠着祂，整個建築物結

構緊湊，逐漸擴大，在主內成爲一座聖殿，並且靠着祂，你們也一同被建築，因著聖神，成爲天主的住所。

短對答詠

復活期外

領：上主，祢的殿宇應是神聖的。

答：上主：

領：直到永遠。 答：上主：

領：願光榮歸於父： 答：上主：

復活期

領：上主，祢的殿宇應是神聖的，阿

肋路亞，阿肋路亞。

答：上主：

領：直到永遠。 答：阿肋路亞，阿

肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

謝主曲對經：所有愛慕耶路撒冷的人，請

同它一起歡樂，因它而欣喜，
(阿肋路亞)。

禱詞

我們的救主犧牲了性命，爲使四散的天主子女聚集在一起。我們要懇切向祂祈禱：

主，求祢垂念祢的教會。

主耶穌，祢在磐石上建立了祢的教會，

求祢賜給祢的教會堅固的信德和信賴，

使它屹立不搖。

主耶穌，從祢的肋旁流出血和水，

求祢藉祢新而永久的聖事使祢的教會日

益堅強。

主耶穌，幾時人們因祢的名聚集在一起，

祢就在他們中間，

求祢俯聽祢教會同心合意的祈禱。

主耶穌，祢偕同聖父，在愛祢的人心內作

爲住所，

——求祢以祢的聖愛使祢的教會更爲完美。
主耶穌，凡是投奔祢的人，祢總不拒絕，
——求祢把所有去世的人，領到天父的家裏。
我們的天父：

結束禱詞

在所奉獻的聖堂內

全能的天主，我們每年紀念這聖堂的
奉獻日，求祢垂允祢子民的祈禱，使我們
常能虔誠地在此向祢獻上應有的敬禮，得
享圓滿的救恩。

在所奉獻的聖堂外

天主，祢以特選的活石，爲自己修建
莊嚴、永恆的殿宇。求祢以聖神的恩寵廣施
於祢的教會，使忠信於祢的子民日新月盛，
以擴建天上的耶路撒冷。

序經對經：基督是教會的淨配，請大家前

來朝拜。（阿肋路亞）。

或：基督深愛祂的教會，請大家前
來朝拜。（阿肋路亞）。

聖詠九四，3 頁

誦 讀

讚美詩

一、基督，

屋角的基石，

教會的基礎；

聖父親自派遣，

結合萬民的救主。

二、天主的城堡，

光榮的聖殿，

至一至聖的教會，

有基督作基礎，

永遠堅固。

三、上主，

請祢光臨，

光臨祢的帳幕，

大發慈悲，

俯聽祢子民的求助。

四、在此聖所，

求祢施恩賜福，

保護旅途中的教會，

踏著堅定的脚步，

奔向天府。

五、光榮歸於父，

及子及聖神，

三位一體的天主，

世世代代，

永享天福。阿們。

聖詠吟唱

聖詠二三

對經一：城門，請高舉你們的門楣，

古老的門戶，請高抬門扉

（阿肋路亞）。

大地和地上的萬物屬於上主，※

世界和世上的居民歸於上主。

因為是祂將大地奠立在海洋上，※

把大地安置在江河間。

誰能攀登上主的聖山？※

誰能侍立在祂的聖殿？

是那手潔心淨，不慕虛幻的人，※

是那不發假誓，不懷詭計的人。

這樣的人必蒙上主降福，※

必由拯救他的天主獲得報酬。

這就是那尋求上主的世代，※

那求見雅格天主聖容的子孫。

城門，請高舉你們的門楣，+

古老的門戶，請高抬門扉，※

因爲光榮的君王要進入城內。

誰是這位光榮的君王？+

是那英勇大能的上主，※

是那強力作戰的上主。

城門，請高舉你們的門楣，+

古老的門戶，請高抬門扉，※

因爲光榮的君王要進入城內。

誰是這位光榮的君王？※

萬軍的上主就是這位光榮的君王。

對經一：城門，請高舉你們的門楣，

古老的門戶，請高抬門扉

（阿肋路亞）。

聖詠八三

對經二：萬有的上主，祢的殿宇多麼

可愛（阿肋路亞）。+

萬有的上主，祢的殿宇多麼可愛，※

+我渴慕上主的庭院，而至筋疲力衰。

我的心靈和肉軀，※

讚頌生活的天主。

萬有的上主，我的君王，我的天主，+

麻雀在祢的祭壇旁覓得了居所，※

燕子也找到了安置幼雛的巢窩。

上主，住在祢的殿裏，※

不斷讚美祢的人，真有福氣！

那只有以祢爲靠山，※

一心嚮往祢的人，真有福氣！

他們經過乾涸的山谷，+

將它化爲水泉，※

時雨初降，它將成爲幸福的田園。

他們一路愈行愈健，※

直達熙雍朝見天主。

上主，萬有的天主，

請垂允我的祈禱，※

雅格的天主，求祢俯聽我的哀號。

天主，祢是我們的護祐，※
求祢眷顧祢的受傳者。

在祢殿院一日，遠勝他處千日，+
我寧可站在我天主殿宇的門限，※
也不願寄住在惡人的帳幔。

上主有如太陽，又似護盾，+
祂普施慈暉，憐憫我們，※

對忠貞的人，無不慷慨施恩。

萬有的天主，誰依賴祢，※
誰就有福，無憂無慮。

對經二：萬有的上主，祢的殿宇多麼
可愛（阿肋路亞）。

聖詠八六

對經三：天主之城，人們曾提及你的

光榮事跡（阿肋路亞）。

熙雍的基礎建於聖山，+
上主喜愛熙雍的門庭，※

勝過雅格所有的帳棚。

天主之城，請聽，※

人們曾提及你的光榮事跡：

我要將埃及和巴比倫，※

列入認識我的人中；

斐力斯、提洛、以及雇斯人，※

都在那裏出生。

提到熙雍，她要被尊稱為母親，+

因為人人都在她那裏誕生，※

至高者要親自使她堅定。

上主要在萬民戶籍簿上登記：※

「這些人都是在那裏出生」。

人們結隊，歌舞高唱：※

「你是我們的生命之源，我們的家鄉。」

對經三：天主之城，人們曾提及你的

光榮事跡（阿肋路亞）。

頌：我要到祢的聖殿朝拜（阿肋路亞）。

答：上主，我要頌揚祢的聖名（阿肋路亞）。

十二位使徒的十二個名字。

將臨期、聖誕期、復活期

誦讀一 恭讀默示錄 二一，9-27

天上的耶路撒冷

拿着七個滿盛最後七種災禍的那七位天使，其中有一位來告訴我說：「你來！我要把羔羊的淨配新娘指給你看。」

天使就使我神魂超拔，把我帶到一座又高又高的山上，將那從天上，由天主那裏降下的聖城耶路撒冷指給我看。這聖城具有天主的光榮；城的光輝，好似極貴的寶石，像水晶那麼明亮的蒼玉；城牆高而且大，有十二座門，守門的有十二位天使，門上寫着以色列子民十二支派的名字。東面三門，北面三門，南面三門，西面三門。城牆有十二座基石，上面刻着羔羊的

同我談話的那位天使拿着金蘆葦測量

尺，要測量那城、城門和城牆。城是四方形的，長寬相同。天使用蘆葦測量尺測量了那城，共計兩千四百公里，長、寬、高都相等；又測量了城牆，有六十公尺；天使用的是人的尺寸。城牆是用水蒼玉建造的，城是純金的，好像明淨的玻璃。城牆的基石，是用各種寶石裝飾的：第一座基石是水蒼玉，第二座是藍玉，第三座是玉髓，第四座是翡翠，第五座是赤瑪瑙，第六座是斑瑪瑙，第七座是橄欖石，第八座是綠柱石，第九座是黃玉，第十座是綠玉，第十一座是紫玉，第十二座是紫晶。十二座門是十二種珍珠，每一座門是由一種珍珠造的；城中的街道是純金的，好似透明的玻璃。

在城內我沒有看見聖殿，因為上主全能的天主和羔羊就是它的聖殿。那城也不需要太陽和月亮光照，因為有天主的光榮照耀它；羔羊就是它的明燈。萬民都要藉着它的光行走，世上的君王也要把自己的光榮帶到它內。它的門白日總不關閉，因為那裏已沒有黑夜。萬民都要把自己的光榮和財富運到它內。凡不潔淨、行為可耻的事及撒謊的，絕對不得進入它內；只有那些記載在羔羊生命冊上的，纔得進入。

對答詠

參閱默廿一，21；多十三，

21，22，13

領：耶路撒冷，你的街道將用純金鋪

設，在你那裏將唱出快樂的歌聲。

答：家家戶戶都要歡呼：阿肋路亞。

領：那時你燦爛的光輝將照耀四方，

世界各地的人必將前來向你致

敬。 答：家家戶戶：

四旬期

誦讀一 恭讀列王紀上 八，1-4，

10-13，22-30

奉獻聖殿

當時，撒羅滿召集以色列衆長老，各支派的首領和以色列子民各家族族長，都到耶路撒冷，為將上主的約櫃從達味城、卽熙雍運上來。以色列全體民衆於是在「厄塔寧」月、卽第七月的慶節期中，聚集在撒羅滿王面前。以色列所有的長老來到後，祭司們便抬起約櫃，祭司和肋未人分別將上主的約櫃、會幕和帳幕中所有的聖器運上來。當祭司從聖所出來時，雲彩充滿了上主的殿，以致因為雲彩，祭司們不能繼續奉職：因為上主的榮耀充滿了上主

的殿。當時，撒羅滿便說：「上主曾決定住在幽暗之中，如今我已爲祢建築了一個居所，作爲祢永久的住處。」

撒羅滿當着以色列全會衆，站在上主的祭壇前，舉手向天說：「上主，以色列的天主！上天下地沒有一個神能與祢相比。祢對那全心在祢面前行走的僕人，常是守約表示慈愛。祢對祢僕人我父親達味所應許的，祢都履行了；祢親口應允的，祢也親手成就了，正如今天一樣。上主，以色列的天主，現在求祢實踐祢向祢的僕人，我的父親達味所應許的吧！祢曾說過：「只要你的子孫固守正道，在我面前行走，如你一樣在我面前行走，你決不缺人在我面前坐上以色列的寶座。上主，以色列的天主，現在求祢，實現祢向祢僕人、我父親達味所應許的話吧！但是，天主實

在住在地上嗎？請看，天和天上的天尚且容不下祢，何況我所建造的這座殿宇呢？上主，我的天主，請垂允祢僕人的祈禱和懇求，俯聽祢僕人今天在祢面前所發出的呼號和祈禱！願祢的眼睛晝夜垂視這座殿宇，看顧祢所說：「我的名要永留在此」的地方！願祢垂聽祢僕人向這地方要行的祈禱！願祢垂聽祢僕人和百姓以色列向這地方所發的哀禱！願祢在天上，從祢的居所予以垂聽！請垂聽與寬恕！」

對答詠 瑪一八，19-20；編下七，15

領：如果你們中間有兩個人在地上同心合意地祈禱，無論求什麼，我天上的父必要給你們成就。

答：因爲那裏有兩三個人，因我的名字聚集在一起，我就在他們中間。

領：我的雙目要睜開；我要側耳聆聽

那在這裏祈禱者的禱聲。

答：因為那：

常年期

誦讀一 恭讀伯鐸前書 二，1-17

我們將成為建築用的活石

親愛的諸位，你們應放棄各種邪惡、各種欺詐、虛偽、嫉妒和各種誹謗，應如初生的嬰兒貪求屬靈性的純奶，為使你們靠着它生長，以得救恩；何況你們已嘗到了「主是何等的甘飴。」你們接近了他，即接近了那為人所擯棄、但為天主所精選、所尊重的活石，你們也就成了活石，建成一座屬神的殿宇，成為一班聖潔的祭司，以奉獻因耶穌基督而蒙天主悅納的屬神的祭品。這就是經上所記載的：「看哪，我要在熙雍安放一塊精選的、寶貴

的基石，凡信賴他的，絕不會蒙羞。」所以為你們信賴的人，是一種榮幸；但為不信賴的人，是「匠人棄而不用石頭，反而成了屋角的基石」；並且是「一塊絆腳石，和一块使人跌倒的磐石。」他們由於不相信天主的話而絆倒了，這也是為他們預定了的。至於你們，你們却是特選的種族，王家的祭司，聖潔的國民，屬於上主的民族，為使你們宣揚那由黑暗中召叫你們，進入祂奇妙之光者的榮耀。你們從前不是天主的人民，如今却是天主的人民；從前沒有蒙受愛憐，如今却蒙受了愛憐。

親愛的諸位！我勸你們作僑民和作旅客的，應戒絕與靈魂作戰的肉慾；在外教人中要常保持良好的品行，好使那些誹謗你們為作惡者的人，因見到你們的善行，而在主眷顧的日子，歸光榮於天主。你們

要爲主的緣故服從人立的一切制度：或是服從帝王爲最高的元首，或是服從帝王派遣來懲罰作惡者，獎賞行善者的官長，因爲這原是天主的旨意：要你們行善，使那些愚蒙無知的人閉口無言。你們要做自由的人，却不可做以自由爲掩飾邪惡的人，但該做天主的僕人；要尊敬衆人，友愛弟兄，敬畏天主，尊敬君王。

對答詠 多十三，21；默廿一，19，21

領：耶路撒冷的城牆將用寶石砌成。

答：它的瞭望台將用珠寶築成。

領：它的城門，將用藍寶石和翡翠建成，它周圍的城牆也將用寶石砌成。
答：它的瞭望台：

誦讀二 選讀奧利振神父，若蘇厄書釋義
我們應成爲建築天主聖殿和祭台的活石

我們信仰耶穌基督的人都被稱爲「活石」，依照聖經所說的：「你們該成爲活石，用來建造一座屬神的殿宇，你們將成爲聖潔的祭司，因耶穌基督的緣故，而蒙天主悅納。」

如所週知，建築時所用的石頭，人們注意先把結實而堅硬的作爲奠基之用，好能使人信賴它們能夠支撐整個建築物的重量。同樣，你便可了解：在這座屬神的建築物的基礎上，也該有些活石。那麼用以奠基的是一些什麼人呢？聖保祿這樣教導說：「是使徒和先知。」他說：「你們是建立在使徒和先知的基石上，屋角石便是我們的主耶穌基督。」

各位聽衆，爲了迅速建造這座建築物，爲了使你更接近基礎，要知道，基督本身就是我們所描繪的建築物的基礎。保

祿使徒這樣說：「除了那已經建立了的基礎以外，誰也不能建立別的基礎；而這基礎就是耶穌基督。」因此，凡在如此高貴的基礎上、建築房屋的人是有福的。

然而，在這座建築物裏，就是聖堂裏還必須有一座祭台。我相信，你們都是「活石」，你們中間無論是誰，如果決意從事於祈禱，日夜向天主奉獻他們的祈禱，和他們的懇求作犧牲，都可成爲祭台；耶穌正是用他們去建立祭台。

可是，請看，人們對祭台的石頭施以何等的敬禮。聖經記載，「一如立法者梅瑟所說的，要用完整無損的、鐵器所未會觸及的石頭築立祭台。」這完整無損的石頭指示什麼？這些完整無損的石頭可能就是諸位使徒，由於他們同心同德，大家形成一座祭台。有人這樣報告給我們：他們

一心一意的祈禱，並開口說：「主，祢認識衆人的心。」

所以，他們能夠同心同德、異口同聲的祈禱，便的確堪當被用來建造一座祭台，耶穌便可在這祭台上將祭獻呈奉給聖父。

可是，我們也該努力，使大家有同樣的言語、愛情和情感，不要紛爭不和，貪求虛榮，却該在情感和思想上同趨一致，這樣或許我們也堪當成爲建築祭台的石頭。

對答詠 參閱依一，2，3；詠一二五，6

領：上主的殿宇建築在山頂，俯視羣

山峻嶺。 答：萬民都湧向聖殿

高呼說：上主，願光榮歸於祢（

阿肋路亞）。

領：他們一路前來，載歌載舞，背着

豐收的麥捆。 答：萬民都：

或：選讀聖思定主教講道集

在我們內建築並奉獻天主的宮殿

我們共聚一堂，舉行一座祈禱之所的奉獻典禮。這是我們的祈禱之所，我們就在這裏；但我們自身也是天主的宮殿。如果我們是天主的宮殿，我們是在這世界上被建築起來，爲了在世界末日被祝聖。這座建築物，或更好說它的建築過程是艱辛的；而奉獻典禮却在歡樂中進行。

當這座建築物漸漸聳立時所經歷的事，現在，當信仰基督的人聚集時，那事又在進行。當人們相信時，就如同人們在樹林中砍伐樹木，在山上雕鑿石頭；當信徒學習要理，領受洗禮，接受教導時，就好像他們被木匠和泥水匠鋸開，調整，鉋光一樣。

當愛德把一切連接起來時，才能建造

天主的宮殿。如果木頭和石頭不按某種計畫連結起來，不以和諧的方式互相支持，不因這種連絡而彼此相「愛」，誰也不敢進去。可是如果你見一座建築物的石頭和木頭安全地連結一起，你就敢進去，而不怕它會坍塌。

主基督願意住在我們內。祂好像在建造祂的住所，向我們說：「我給你們一條新誠命，就是你們該彼此相親相愛。」祂說：「這就是我給你們的一條誠命。」你們從前是舊人，你們不是一座爲我居住的房屋；你們是坍塌的房屋。所以，爲了使你們從廢墟重建起來，你們就該彼此相愛。

請你們再觀察這一點：這座宮殿正在全世界上建築中，一如預言和預許的。從前以色列流亡結束後建造天主的宮殿時，有一首聖詠預言說：「你們要向上主高唱

新歌；全地都要向上主謳歌。一當時說：「一首新歌」；主卻說：「一條新誠命」。新歌的特徵是什麼？不就是新的愛情嗎？唱歌是愛的標記。使人能唱歌的，便是一股聖愛的熱情。

我們所看到的牆壁在物質方面所完成的，也該在我們的靈魂上、在精神方面加以實現；我們在這裏觀察到用石頭和木頭所成就的，也該靠天主的聖寵在你們的身體上完成。

首先讓我們感謝主、我們的天主；因為最好的恩惠，最神奇的贈禮都從天主而來。我們要以內心的一切熱情頌揚祂的仁慈。爲了建築這座祈禱之所，祂曾光照信友的心靈，激起他們的熱情，又賜給他們助祐；對於那些尚未決定的人，祂激發了果斷；祂輔助善意的努力，使之達成目的。

這樣，天主在祂的信徒內產生善願和完成，因爲祂願意我們得益，是天主開始了這一切，也是天主予以完成。

對答詠

參閱詠八三，2 / 3，5

領：萬有的天主，祢的殿宇多麼可愛！

答：我渴慕上主的庭院，而至筋疲力

衰（阿肋路亞）。

領：上主，凡住在祢殿中的人、將永

遠讚美祢。 答：我渴慕：

節日、慶日唸讚主詩（17）頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

「基督，天主之子，

萬民的救主，

屋角的基石，

教會的基礎；

二、在天主的聖城中，

普世萬民，

讚頌歡呼，

頌揚三位一體的天主。

三、至高無上的天主，

求祢大發慈悲，

寬待來此聖殿，

尋求祢的信徒；

四、抹乾他們的眼淚，

消除他們的痛苦，

治愈他們的疾病，

施予天上的祝福。

五、願在此祈禱的信衆，

都能心滿意足，

一生善用天恩，

日後得進天府。

六、願聖父聖子聖神，

至高無上的天主，

世世代代，

受享榮福。阿們。

對經一：我的殿宇是祈禱之所，（阿

肋路亞）。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 25 頁

對經二：上主，願祢在祢的聖殿中永

受讚美，（阿肋路亞）。

對經三：在聖徒們的集會中，請讚美

上主，（阿肋路亞）。

簡短讀經

依五六，7

我要領他們登上我的聖山，使他們在
我祈禱的殿裏歡樂，他們的全燔祭和犧牲
在我的祭壇上要蒙受悅納，因為我的殿宇
將稱為萬民的祈禱所。

對答詠

復活期外

領：上主偉大，實在應受讚頌。

答：上主：

領：在我們天主的聖城中，在祂的聖

山上。 答：實在應受讚頌。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

復活期

領：上主偉大，實在應受讚頌，阿肋

路亞，阿肋路亞。 答：上主：

領：在我們天主的聖城中，在祂的聖山

上。 答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

讚主曲對經：匝凱，你快下來，我今天要住

在你家中。他便趕快下來，高

興地款留耶穌。今天這一家得

到了天主的救恩（阿肋路亞）。

我們是活石，建築在被選的基石——基督

上；我們要為祂所愛的教會祈求全能的天

父，並明認我們對教會的信仰：

這是天主的殿宇，上天之門。

聖父，祢是園丁，求祢整理、守護、發展

祢的葡萄園，

——使它在祢面前擴展到世界各地。

永生的牧者，求祢保護，擴展祢的羊棧，

——使羊羣在一個牧者——祢的聖子領導之下

合而為一。

全能的播種者，求祢將聖言散播在祢的田

裏，

——使它結出百倍的果實，永存不朽。

明智的建築者，求祢聖化祢的殿宇和祢的

家庭，

——使自天而降的聖城新耶路撒冷，基督的

淨配在眾人面前，顯示出它的光輝。

禱
詞

我們的天父：

結束禱詞 見第一晚禱 612 頁

日間祈禱

如唸補充聖詠，則詠一二一可由詠一

二八取代，532 頁

午前

對經：上主的殿宇是神聖的；因為它是天主的園地，是天主的建築，（阿肋路亞）。

簡短讀經

格前三，16 / 17

你們不知道，你們是上主的宮殿，天主聖神住在你們內嗎？誰若毀滅天主的宮殿，天主必要毀滅他，因為天主的宮殿是聖的，這宮殿就是你們。

領：上主，我喜愛祢殿宇的華麗，

（阿肋路亞）。

答：和祢榮耀所寓居的帳幕，（阿肋

路亞）。

午時

對經：上主，祢的殿宇應是神聖的，直到永遠，（阿肋路亞）。

簡短讀經

格後六，16

天主的聖殿與偶像怎能協調？的確，我們就是生活的天主的殿，正如天主所說的：「我要居住在他們中間，我要在他們中間徘徊，我要作他們的天主，他們要作我的子民。」

領：請為耶路撒冷祈禱和平。

答：願愛慕你的人獲享安寧。

午後

對經：這是上主的殿宇，非常堅固；因為是建築在堅硬的磐石上，

（阿肋路亞）。

簡短讀經 耶七，2 b，4 / 5 a，7 a

你們凡由這些門進來朝拜上主的人，請聽上主的話：不要信賴虛偽的話說：這是上主的聖殿，上主的聖殿，上主的聖殿！只有你們徹底改善你們的生活和行爲，我才與你們一起住在這地方。

領：請高唱感恩歌邁向上主的殿門，
(阿肋路亞)。

答：吟詠讚美詩進入祂的宮廷，(阿肋路亞)。

結束禱詞 見第一晚禱 612 頁

第二晚禱

讚美詩

一、嶄新的耶路撒冷，
和平的象徵，
在天父的聖愛中，

屹立不動；

二、你自天而降，

做萬民的光明，

做基督的淨配，

玉潔冰清；

三、在這光輝的城牆中，

天主的子民，

耶穌的兄弟姊妹，

歡聚同慶。

四、金石爲牆，

寶石爲門，

聖神親自建立，

光輝燦爛的聖城；

五、在它的居民中，

有十字架的勇士，

有殉道的英雄，

同爲基督作證。

六 願聖父聖子聖神，

三位一體的天主，

世世代代，

享受光榮。阿們。

聖詠四五

對經一：上主祝聖了自己的居所：天

主定居其中，決不會動搖，

（阿肋路亞）。

天主是我們的避難所和力量，※

是患難中可隨時得到的保障。

因此，縱然大地震盪，※

高山沉入海洋。

儘管怒濤澎湃，羣山震撼，※

我們也不因此而驚慌：

萬有的上主與我們同在，※

雅格的天主是我們的保障。

一道河流給天主的城帶來喜樂，※

它是至高者居住的聖所。

天主安居城中，它絕不會動搖，※

曙光一現，天主即刻支援。

萬民儘管喧嚷，列邦儘管騷亂，※

天主一聲喝叱，大地立即鎔解。

萬有的上主，與我們同在，※

雅格的天主是我們的保障。

請你們來看上主的作爲，※

看祂在地上所行的奇事：

祂平息戰爭，直到地極，※

祂折弓斷矛，燒毀盔甲。

你們要停戰！承認我是天主，※

萬民的至尊，大地的上主。

萬有的上主，與我們同在，※

雅格的天主是我們的保障。

對經一：上主祝聖了自己的居所：天

主定居其中，決不會動搖，

(阿肋路亞)。

聖詠 一二一

對經二：我們要高興地進入上主的聖

殿，(阿肋路亞)。

我真高興，因為有人對我說：※

「我們要進入上主的聖殿！」

耶路撒冷！我們的腳，※

已經進入你的門限。

耶路撒冷的確是一座京城，※

有雄偉的建築，整齊的市容。

各支派，上主的各支派都湧向城中，※

按照以色列的慣例，稱頌上主的名。

這裏設有審判的寶座，※

就是達味宗室的寶座。

請為耶路撒冷祈求太平；※

願那喜愛你的人獲享安寧。

願你的城垣內一片祥和，※

願你的堡壘中處處安全。

爲了我的弟兄和同伴，※

我要祝禱說：「願平安常在你中間。」

爲了上主我們天主的殿宇，※

我要祝福你萬事如意。

對經二：我們要高興地進入上主的聖

殿，(阿肋路亞)。

四旬期

聖歌 默一五，3 / 4

對經三：上主，萬民都要前來崇拜祢。

上主，全能的天主，※

祢的作爲何等偉大、奇妙！

萬世的君王，※

祢的道路多麼公平真實！

上主，誰敢不敬畏祢？※

誰敢不稱揚祢的名號？

對經三：天主的僕人，請讚美我們的

天主，（阿肋路亞）。

因為只有祢是聖善的，+

萬民都要前來崇拜祢，※

因為祢彰顯了祢的正義。

對經三：上主，萬民都要前來崇拜祢。

四旬期外

聖歌 參閱默一九，1)7

阿肋路亞！

勝利、光榮和德能，屬於我們的天主，※

祂的判斷真實而又公平。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

天主的僕人，請讚美我們的天主，※

凡敬畏祂的人，無論大小尊卑，

請讚美天主。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

我們上主全能的天主已經爲王，※

讓我們歡欣鼓舞，將光榮歸於天主。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

羔羊的婚期已經來近，※

他的新娘也盛粧以待。

阿肋路亞！

對經三：天主的僕人，請讚美我們的

天主，（阿肋路亞）。

簡短讀經 默二一，2)3，22，27

我看見那新耶路撒冷聖城，從天上由

天主那裏降下，就如一位打扮好，迎接丈

夫的新娘。我聽見由寶座那裏發出一巨大

聲音說：「這就是天主與人同在的帳幕，

祂要同他們住在一起；他們要作祂的子民，

祂親自要與他們同在，作他們的天主。」我

沒有看見城內有聖殿，因為上主全能的天主和祂的羔羊就是城的聖殿。凡不潔淨，行可恥的事，和說謊的，絕對不得進入這城。只有名字記載在羔羊生命冊上的，才可以進去。

短對答詠

復活期外

領：上主，在祢的殿宇居住的人真是

有福。 答：上主：

領：他們將永遠讚美祢。

答：真是有福。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

復活期

領：上主，在祢的殿宇居住的人，真

是有福，阿肋路亞，阿肋路亞。

答：上主：

領：他們將永遠讚美祢。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

謝主曲對經：上主聖化了自己的居所：這

是天主的殿宇，人在此要呼

求天主的聖名；正如所記載

的，天主曾說：我的名字必

留在那裏，（阿肋路亞）。

禱 詞

我們的救主犧牲了性命，為使四散的天主

子女聚集在一起，我們要懇切向祂祈禱：

主，求祢垂念祢的教會。

主耶穌，祢在磐石上建立了祢的教會，

求祢賜給祢的教會堅固的信德和信賴，

使它屹立不搖。

主耶穌，從祢的肋旁流出血和水，

求祢藉祢新而永久的聖事使祢的教會日

益堅強。

主耶穌，幾時人們因祢的名聚在一起，
祢就在他們中間，

— 求祢俯聽祢教會同心合意的祈禱。

主耶穌，祢偕同聖父，在愛祢的人心內作
爲住所，

— 求祢以祢的聖愛，使祢的教會更爲完美。

主耶穌，凡是投奔祢的人，祢總不拒絕，

— 求祢把所有去世的人，領到天父的家裏。

我們的天父：

結束禱詞

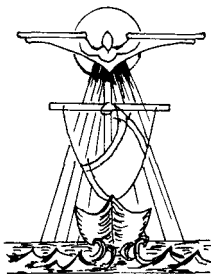
在所奉獻的聖堂內

全能的天主，我們每年紀念這聖堂的
奉獻日，求祢垂允祢子民的祈禱，使我們
常能虔誠地在此向祢獻上應有的敬禮，得
享圓滿的救恩。

在所奉獻的聖堂外

天主，祢以特選的活石，爲自己修建

莊嚴、永恆的殿宇。求祢以聖神的恩寵廣
施於祢的教會，使忠信於祢的子民日新月
盛，以擴建天上的耶路撒冷。



(二) 聖母慶節通用

第一晚禱

讚美詩 亦可唱其他適當聖母歌

- 一 萬福童貞瑪利亞，
人類的希望，
俯聽我們的呼求，
顯示慈母的心腸。
- 二 罪惡的枷鎖沉重，
怎不顫慄驚慌？
慈母速來解救，
心靈得以舒暢。
- 三 助我遠離邪惡，
矢志追隨基督，
使我身在塵世，

心繫天鄉。

四 死亡的威脅可怕，

世俗誘惑使我徬徨，

懇求天上慈母，

時刻伴隨身旁。

五 基督，祢生於童貞，

光榮歸於祢，

偕父及聖神，

萬世無疆。阿們。

聖詠 一一二

對經一：童貞瑪利亞，你真是有福，

因為你懷孕了萬物的創造者

(阿肋路亞)。

上主的僕人，請同聲讚頌，※

讚頌上主的名。

願上主的名受讚美，※

從現在直到永遠。

從日出到日落，※
願上主的名受讚美。

上主超越列國萬邦，※

祂的光榮凌駕穹蒼。

誰能與上主，我們的天主相比？※

祂從高處俯視諸天和大地，

把軟弱的人從塵埃裏救起，※

把窮苦的人由糞土中高舉。

使他們與公卿同席，※

與民間的縉紳並坐。

使那不妊的婦女安居家中，※

成爲多子的母親，其樂融融。

對經一：童貞瑪利亞，你真是有福，

因爲你懷孕了萬物的創造者

（阿肋路亞）。

對經二：你生育了那創造你的，而且
永遠保持着童貞，（阿肋路

亞）。

耶路撒冷，你要讚頌上主！※

熙雍，你要讚頌你的天主！

因爲祂鞏固了你的城門，※

降福了在你中間的子女。

也使你的四境平安，※

讓你飽饗上好的麥麵。

祂向大地發出自己的諭旨，※

祂的聖旨即刻迅速傳遞。

祂降雪有如羊毛，※

祂撒霜好似飛絮。

祂拋下冰雹好似碎石，※

祂發出寒氣，水便凝結；

祂一發言，冰塊即刻溶化，※

祂一噓氣，靜水立即流動。

祂將自己的旨意曉諭了雅格，※
把自己的誠律啓示給以色列。

祂沒有這樣恩待過任何國家，※
也從未向他們宣示過自己的律法。

對經二：你生育了那創造你的，而且
永遠保持着童貞，（阿肋路
亞）。

聖歌 弗一，3 10

對經三：你是上主降福的女兒，我們
透過你分享了生命的果實，
（阿肋路亞）。

願天主，我們的主耶穌基督的父受讚美，※
祂在天上，在基督內，
賜給我們各種屬神的福分；

因為祂在創世以前，
已在基督內簡選了我們，※
使我們在祂面前聖潔無瑕；

祂又出於愛心，按照自己的決意，十
藉耶穌基督預定了我們，※
成爲祂的義子，而歸祂所有。

使人頌揚祂恩寵的光榮，※
這是祂在愛子內賜給我們的恩寵。
我們藉祂愛子的血，在祂愛子內，※
獲得了救贖和罪過的赦免。

天主把這恩寵豐厚地傾注在我們身上，※
賜給我們各種智慧和明達。

使我們知道祂旨意的奧秘，※
這都是依照祂在愛子內所定的計劃。

按照祂的措施，時期一滿，※
就使上天下地的一切，重歸於基督。
對經三：你是上主降福的女兒，我們
透過你分享了生命的果實，
（阿肋路亞）。

簡短讀經

迦四，4 15

時期一滿，天主就派遣祂的兒子來，由女人所生，生於法律之下，為把在法律之下的人贖出來，使我們獲得義子的地位。

短對答詠

復活期外

領：瑪利亞，你生了兒子，你的童貞

並無損傷。 答：瑪利亞：

領：天主之母，請為我們祈禱。

答：你的童貞並無損傷。

領：願光榮歸於父： 答：瑪利亞：

復活期

領：瑪利亞，你生了兒子，你的童貞

並無損傷，阿肋路亞，阿肋路亞。

答：瑪利亞：

領：天主之母，請為我們祈禱。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：瑪利亞：

謝主曲對經：上主垂顧了我的卑微；全能

者在我身上行了大事，（阿

肋路亞）。

或：萬代的人都要稱我有福，因

為天主垂顧了祂卑微的婢女，

（阿肋路亞）。

禱詞

第一式

全能的天父使祂聖子的母親瑪利亞世世代代受人稱揚，我們要熱烈的讚美祂，懇切的向祂祈禱：

求祢因滿被聖寵者的轉求，俯聽我們。

或

求祢垂顧滿被聖寵者，並俯聽我們的

祈禱。

天主，祢行了奇妙的事，祢使無玷童貞瑪利亞肉身和靈魂都能分享基督天上的光榮，

—求祢使祢子女的心靈也能嚮慕同樣的光榮。

祢將瑪利亞賜給我們，作我們的母親，

—求祢因她的轉求，治愈懦弱的，安慰憂苦的，寬恕罪人，並賜給衆人救恩與平安。

祢曾使瑪利亞充滿恩寵，

—求祢也賜給我們祢豐富的恩寵。

求祢使祢的教會一心一德，在愛德中團結一致，

—並使所有信徒同耶穌的母親瑪利亞，同

心合意的專務祈禱。

祢立了瑪利亞爲天上的母后，

—求祢使所有去世的人在祢的國內，能與

諸聖共享永福。

我們的天父：

第二式

全能的天父使祂聖子的母親瑪利亞世世代受人稱揚，我們要熱烈的讚美天父，懇切的向祂祈禱：

願滿被聖寵者爲我們轉求。

或

求祢垂顧滿被聖寵者，並俯聽我們的祈禱。

祢立了瑪利亞爲慈祥的母親，

—求祢使遭遇危難的人，能體驗到她的母愛。

祢曾使瑪利亞在耶穌和若瑟的家中成爲主母，

—求祢因她的轉求，使所有的家庭主婦，能在愛德和聖德上，力求進步。

祢曾使瑪利亞在十字架旁剛毅堅強，也會使她在祢聖子復活時滿心喜悅，

—求祢也安慰憂苦者，加強他們的希望。

祿曾使瑪利亞傾聽祿的聖言，作祿忠實的婢女，

——求祿因她的轉求，使我們成爲祿聖子的僕人和門徒。

祿立了瑪利亞爲天上的母后，

——求祿使所有去世的人在祿的國內，能與

諸聖共享永福。

我們的天父：

結束禱詞 見慶節本日，或無專用者時，

見晨禱 654 頁

序經對經：基督是瑪利亞之子，請大家前

來朝拜（阿肋路亞）。

或：

在此童貞聖母瑪利亞的慶節，

請向上主歡呼歌唱（阿肋路亞）。

聖詠九四， 3 頁

誦 讀

讚美詩

一、天降鴻恩，

童貞受孕，

聖子降生，

造世的主宰，

聖母抱在懷中。

二、日月星辰，

爭相朝拜，

向母后致敬，

天地萬物，

齊聲歌頌。

三、天使尊稱萬福，

聖神沛降恩寵，

伴隨着救主，

拯救蒼生，

萬民喜見光明。

四、基督，

祢生於童貞，

光榮歸於祢，

及父及聖神，

世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠二三

對經一：瑪利亞由上主接受了降福，

由她的救主天主得到了仁慈

的報酬（阿肋路亞）。

大地和地上的萬物屬於上主，※

世界和地上的居民歸於上主。

因為是祂將大地奠立在海洋上，※

把大地安置在江河間。

誰能攀登上主的聖山？※

誰能侍立在祂的聖殿？

是那手潔心淨，不慕虛幻的人，※

是那不發虛誓，不懷詭計的人。

這樣的人必蒙上主降福，※

必由拯救他的天主獲得報酬。

這就是那尋求上主的世代，※

那求見雅格天主聖容的子孫。

城門，請高舉你們的門楣，十

古老的門戶，請高抬門扉，※

因為光榮的君王要進入城內。

誰是這位光榮的君王？十

是那英勇大能的上主，※

是那強力作戰的上主。

城門，請高舉你們的門楣，十

古老的門戶，請高抬門扉，※

因為光榮的君王要進入城內。

誰是這位光榮的君王？※

萬軍的上主就是這位光榮的君王。

對經一：瑪利亞由上主接受了降福，

由她的救主天主得到了仁慈的報酬（阿肋路亞）。

聖詠四五

對經二：至高者聖化了祂的住所（阿

肋路亞）。

天主是我們的避難所和力量，※
是患難中可隨時得到的保障。

因此，縱然大地震盪，※

高山沉入海洋；

儘管怒濤澎湃，羣山震撼，※

我們也不因此而驚慌：

萬有的上主與我們同在，※

雅格的天主是我們的保障。

一道河流給天主的城帶來喜樂，※

它是至高者居住的聖所。

天主安居城中，它絕不會動搖，※

曙光一現，天主即刻支援。

萬民儘管喧嚷，列邦儘管騷亂，※

天主一聲喝叱，大地立即鎔解。

萬有的上主與我們同在，※

雅格的天主是我們的保障。

請你們來看上主的作為，※

看祂在地上所行的奇事：

祂平息戰爭，直到地極，※

祂折弓斷矛，燒毀盔甲。

你們要停戰！承認我是天主，※

萬民的至尊，大地的上主。

萬有的上主與我們同在，※

雅格的天主是我們的保障。

對經二：至高者聖化了祂的住所（阿

肋路亞）。

聖詠八六

對經三：童貞瑪利亞，人們提及了你

的光榮事跡（阿肋路亞）。

熙雍的基礎建於聖山，十

上主喜愛熙雍的門庭，※

勝過雅格所有的帳棚。

天主之城，請聽，※

人們會提及你的光榮事跡：

我要將埃及和巴比倫，※

列入認識我的人中；

斐力斯、提洛、以及雇斯人，※

都在那裏出生。

提到熙雍，她要被尊稱為母親，十

因為人人都在她那裏誕生，※

至高者要親自使她堅定。

上主要在萬民戶籍簿上登記：※

「這些人都是在那裏出生」。

人們結隊，歌舞高唱：※

「你是我們的生命之源，我們的家鄉。」

對經三：童貞瑪利亞，人們提及了你

的光榮事跡（阿肋路亞）。

領：聽從天主聖言，並珍藏在心裏（阿肋

路亞）。

答：這樣的人真是有福（阿肋路亞）。

將臨期、聖誕期、四旬期

誦讀一 恭讀編年紀上 十七，1-15

關於達味之子的預言

當達味住在宮殿時，對納堂先知說：

「你看，我住在香柏木的宮殿裏，上主的

結約之櫃却在帳幕裏。」納堂回答達味說：

「你心中打算的你全可照辦，因為上主與

你同在。」但是，當夜就有天主的話傳與

納堂說：「你去告訴我的僕人達味，上主

這樣說：不是你要為我建築殿宇居住。我

自從領以色列上來那天起，直到今日，從

沒有住過殿宇，只從這帳棚到那帳棚，從

「這會幕到那會幕。在我與全以色列同行時，我何嘗向我立爲牧養我民以色列的一個民長說過：你們爲什麼不爲我建造一座香柏木的殿宇？」

現在你要對我的僕人達味說：萬軍的上主這樣說：是我揀選了你離開牧場，離開放羊的事，作我子民以色列的領袖。你不論往那裏去，我總是同你在一起，由你面前消滅你的仇敵。我要使你成名，像世上出名的大人物。我要爲我子民以色列安置一個地方，栽培他們，在那裏久住，再也不受驚擾，再也不像先前受惡人的蹂躪，有如我爲我子民以色列立民長的時候一樣；我要降服你的一切仇敵。並且我告訴你：上主必要爲你建立家室。等你的日子滿期，到你祖先那裏去時，我必在你以後給你興起一個後裔，即你所生的的一個兒

子，鞏固他的王權。他要爲我建造殿宇，我要鞏固他的王位，直到永遠。我要作他的父親，他要作我的兒子；我絕不使我的寵愛離棄他，有如離棄你以前那一位；反要使他堅立在我的家和我的國中，直到永遠；他的王位永固不移。」納堂便照這一切話，將全部啓示告訴了達味。

對答詠

領：童貞瑪利亞，你真是有福，因爲你懷孕了萬物的創造者。

答：你生育了那創造你的，而且永遠保持着童貞。

領：萬福，瑪利亞，你充滿聖寵，主與你同在。 答：你生育：

復活期

誦讀一 恭讀默示錄 十一，19-十二，17

天上的奇偉景象

那時候天主在天上的聖殿敞開了，天主的約櫃也在祂的聖殿中顯出來了；緊接着便有閃電、響聲、雷霆、地震和大冰雹。

天上出現了一個奇偉的景象：有一個女子，身披太陽，腳踏月亮，頭戴十二顆星的榮冠；她胎中懷了孕，在產痛和苦楚中，呼疼呻吟。隨着天上又出現了另一個景象：有一條火紅的大龍，有七個頭，十隻角，頭上戴着七個王冠。牠的尾巴將天上的星辰勾下了三分之一，投在地上。那條龍便站在那要生產的女人面前，待她生產後，要吞下她的孩子。那女人生了一個男孩子，他就是那要以鐵杖牧放萬民的；那女人的孩子被提到天上和祂的寶座前。女人就逃到曠野去了，在那裏有天主已給她準備好的地方，使她在那裏受供養一千

二百六十天。

以後天上就發生了戰爭，彌格和他的天使一同與那龍交戰；那龍也和牠的使者一起應戰，但牠們敵不住，在天上就再也沒有牠們的地方了。於是那大龍被摔下來了，牠就是那遠古的蛇，號稱魔鬼或撒殫的。那欺騙了全世界的，被摔到地上；牠的使者也同牠一起被摔下來了。

那時我聽見天上有巨大的聲音說：「如今我們的天主獲得了勝利、權能和國度，也顯示了祂基督的權柄，因為那日夜在我們的天主前，控告我們弟兄的控告者，已被摔下去了。他們賴羔羊的血和他們作證的話，戰勝了那條龍，因為他們情願犧牲自己的性命死了。爲此，高天和住在那裏的，你們歡樂吧！禍哉！大地和海洋！因爲魔鬼懷着大怒下到你們那裏去了，因

爲他知道自己只有很短的時間了。」

那條龍一看見自己被摔到地上，就去追趕那生了男嬰的女人。可是有大鷹的兩個翅膀給了那女人，好使她飛入曠野，到她自己的地方去，在那裏受供養一段時期、兩段時期和半段時期，遠離那蛇的面。那蛇就在女人後面，從牠的口中吐出一道像河的水，爲使那女人被河水沖去；可是大地却援助了那女人，張開口把那條龍從口中所吐出的河水吸了去，那條龍便對那女人發了忿怒就去與她其餘的後裔，即那些遵行天主的誠命，且爲耶穌作證的人交戰。

對答詠 格前十五，54-57；默十二，1

領：當這必死的身體，穿上了不死的時候，就應驗了經上這句話：

「在勝利中死亡已經被吞滅。」

答：感謝天主，祂藉着我們的主耶穌

基督，賞賜我們得到勝利，阿肋路亞。

領：天上出現了一個奇偉的景象，有一個女人身披太陽，腳踏月亮，頭戴十二顆星的榮冠。

答：感謝天主：

常年期

誦讀一 恭讀依撒意亞先知書 七10-14

八，10，十二，1-9

厄瑪努爾是和平之王

上主對阿哈次說：「你向上主你的天主要求一個徵兆罷！或求諸陰府深處，或求諸上天高處。」阿哈次回答說：「我不要求，我不願試探上主。」依撒意亞說：「達味的家族，你們聽着罷！你們使人厭惡還不夠，還要使我的天主厭惡嗎？因此，

吾主要親自給你們一個徵兆：看哪，有一位貞女要懷孕生子，給他起名叫厄瑪努爾。你們雖然策劃，必然落空；你們雖然說定，絕不能實現，因為天主與我們同在。」

由葉瑟的樹幹將生出一條嫩枝，由它的根上將發出一棵幼芽。上主的神，智慧和聰敏的神，超見和剛毅的神，明達和敬畏上主的神將住在祂內。（祂將以敬畏上主為快慰）。祂必不照祂眼見的施行審訊，也不按祂耳聞的執行判斷。祂將以正義審訊微賤者，以公理判斷世上的謙卑者，以祂口中的棍杖打擊暴戾者，以祂唇邊的氣息誅殺邪惡者。正義將是祂腰間的束帶，忠誠將是祂脅下的佩帶。

豺狼將與羔羊共處，虎豹將與小山羊同宿；牛犢和幼獅一同飼養，一個幼童即

可帶領牠們。母牛和母熊將一起牧放，牠們的幼雛將一同伏臥；獅子將與牛一樣吃草。吃奶的嬰兒將遊戲於蝮蛇的洞口，斷奶的幼童將伸手探入毒蛇的洞穴。在我的整個聖山上，再沒有誰作惡，也沒有誰害人，因為大地充滿了對上主的認識，有如海洋滿溢海水。

對答詠

依七，14；九，6，7

領：請看，有一位貞女要懷孕生子；

答：祂的稱呼是：神奇的、強有力的天主。

領：祂永遠坐在達味的御座上、統治祂的王國。 答：祂的稱：

或：恭讀致迦拉達人書 三，22；四，7

藉着信德我們作了天主的兒女與

繼承者

弟兄們：一切人都被禁錮在罪惡權下，好使恩許藉着對基督耶穌的信仰，歸於相信的人。在「信仰」尙未來到以前，我們都被禁錮在法律的監守之下，以期待「信仰」的出現。這樣，法律就成了我們的啓蒙師，領我們歸於基督，好使我們由於信仰而成義。但是「信仰」一到，我們就不再處於啓蒙師權下了。其實你們衆人都藉着對基督耶穌的信仰，成了天主的子女，因爲你們凡是領了洗歸於基督的，就是穿上了基督：不再分猶太人或希臘人，奴隸或自由人，男人或女人，因爲你們衆人在基督耶穌內已成了一個。如果你們屬於基督，那麼，你們就是亞巴郎的後裔，就是按照恩許作繼承人。

再說：繼承人幾時還是孩童，雖然他是一切家業的主人，却與奴隸沒有分別，

仍屬於監護人和代理人的權下，直到父親預定的期限。同樣，當我們以前還作孩童的時候，我們是隸屬於今世的蒙學權下；但時期一滿，天主就派遣了自己的兒子來，生於女人，生於法律之下，爲把在律之下的人贖出來，使我們獲得義子的地位。爲證實你們確實是天主的子女，天主派遣了自己兒子的聖神，到我們心內喊說：「阿爸，父啊！」所以你已不再是奴隸，而是兒子了；如果是兒子，賴天主的恩寵，也成了繼承人。

對答詠 參閱迦四 4 5；弗二 4；羅八 3

領：時機成熟，天主就派遣了祂的兒子，來到世上，生於童貞女，隸屬在法律之下， 答：爲救贖那生活在法律之下的人們。

領：天主由於祂對我們的大愛，就派

遣了祂的兒子、取了罪惡之身的形像。 答：爲救贖：

誦讀二

選讀聖索福隆主教講道集

聖父的恩寵經由聖母賜給衆人

「萬福，滿被聖寵的，上主與你同在。」童貞聖母，還有什麼能超越這種喜樂呢？還有什麼能超越你獨自從天主接受的這項聖寵呢？誰還能想像到比這更歡樂和更輝煌的事呢？面對你身上的奇蹟，萬物都瞠乎其後，都甘拜下風。一切或最優越的特恩都屈居第二位，都相形見绌。

「上主與你同在。」誰敢與你一較高下？天主由你而生。誰敢不立即讓位給你，而歡歡喜喜的尊敬你的首席地位和優越身份呢？因此，當我瞻仰你凌駕萬物的高位時，便鼓掌向你高呼：「萬福，滿被

聖寵的，上主與你同在！」由你而來的歡樂，不僅賜給衆人，也賜給了天上的天使。

確實「你在女人中是蒙祝福的」，因爲你將厄娃所受的詛咒，轉變爲祝福；因爲亞當從前被詛咒，現在却因你而蒙祝福。

確實「你在女人中是蒙祝福的」，因爲由於你，聖父的祝福廣施與衆人，並把他們從昔日的詛咒中解脫出來。

確實「你在女人中是蒙祝福的」，因爲你的列祖列宗，因你而獲得救恩；因爲你將生產救世主，祂將賜與他們天主的救恩。

確實「你在女人中是蒙祝福的」，因爲你不因人道而生子；是祂把祝福普施全球，並從產生荆棘的詛咒中贖回普世。

確實「你在女人中是蒙祝福的」，因爲你就本性而論是女人，却真實的成爲天

主之母。因爲你所要生產的，既然真是降生成人的天主，你便理當被稱爲天主之母，因爲你的確生了天主。

天主自己取了肉軀，就居住在你懷中。祂出生猶如一位新郎，爲了把喜樂和天主的光明帶給衆人。

貞女啊！天主在你之內，好像在皎潔燦爛的天上「建立祂的居所」，「好似新郎步出洞房」；又像壯士就道，在他生命的路上奔馳，祂將給所有的活人帶來救恩，從天這邊伸展到那邊，以天主的熱力和使人生活的光明充滿萬物。

對答詠

領：你在婦女中，是真正蒙受祝福的，因爲你把厄娃的詛咒、變成
了祝福。 答：聖父的恩寵通過
你而施與衆人（阿肋路亞）。

領：你的祖先藉着你而獲得救恩。

答：聖父的……

或：選讀真福艾瑞德院長講道集

瑪利亞是我們的母親

我們要投奔上主的淨配，要投奔耶穌的母親，要投奔祂最忠心的婢女。有福的瑪利亞便是這一切。

可是我們將爲她作什麼呢？我們要向
她呈獻什麼禮物呢？但願我們至少能給予
她理應獲得的尊敬！我們應該尊敬她，爲
她服務；我們應該愛慕她、讚頌她。我們
應該尊敬她，因爲她是我們的天主和主的
母親。不尊敬基督的母親，無疑的是侮辱
她的兒子。聖經說：「你要尊敬你的父
母。」

弟兄們，那麼我們要說什麼呢？瑪利

亞不是我們的母親嗎？是的，弟兄們，她真是我們的母親。因為我們是藉着她而誕生，不是生於塵世，而是生於天主。

一如你們所信仰的和所知道的：我們大家都曾經過死亡、衰老、黑暗、窮困的境界。曾經過死亡，因為我們失去了上主；曾經衰老，因為處於腐朽中；曾處於黑暗中，因為我們喪失了智慧之光。總之，我們失去了一切。

然而，我們藉有福的瑪利亞而獲得的生命，遠比藉厄娃所獲得的生命為佳，因為基督是由瑪利亞而誕生的。我們重獲青春，代替了衰老，不朽取代了腐朽，光明驅走了黑暗。

瑪利亞是我們的母親，我們的生命之母，我們的不朽之母，我們的光明之母。保祿使徒論到我們的主說：「天主使祂成

為我們的智慧和正義、聖化和救贖。」

瑪利亞既然是基督的母親，便是我們的智慧之母，正義之母、聖化之母、救贖之母。所以她比我們生身的母親、更是我們的母親。因此，我們生自她的誕生是更好的；因為我們的聖德、我們的智慧、我們的正義、我們的聖化、我們的救贖，都是從她而來的。

聖經說：「你們要在聖人身上頌揚上主。」如果天主應在這些聖人身上受頌揚，因為祂會藉他們行過異能和奇蹟，那麼更該如何在這位貞女身上頌揚上主呢？因為天主在她內成爲人；這是一件奇事，超越一切的奇妙。

對答詠

領：童貞聖瑪利亞，你真有福氣，堪受萬民的稱讚。 答：基督——我們

的天主，義德的太陽，從你出生；我們也藉着祂獲得救援和救贖（阿肋路亞）。

領：我們要歡欣慶祝童貞瑪利亞的慶節。
答：基督——：

或：選讀教會憲章（61—62）

瑪利亞的母性在聖寵的計劃實施中的角色

依照天主上智的措施，使聖言降生成人，有福的童貞瑪利亞，自永遠就被預定為天主之母。她在世時，曾做了救贖主的崇高之母，以特殊名義作為祂慷慨的合作者，和上主謙遜的婢女。她懷孕了基督、產生祂、養育祂、在聖殿中將祂獻與聖父，分擔她那死在十字架上的聖子的痛苦，她以無與倫比的方式、在救主的工程上、

以服從、信德、望德、熱切的愛德、在人靈內恢復超性的生命上通力合作。因此，她在聖寵的境界中是我們的母親。

瑪利亞的這一母性，在聖寵的計劃實施中的角色，永不休止的繼續存在。自從她在領報時，在信德中給予同意時起，便恒心保持這一同意，一直到十字架下，一直到所有被選者達到永生的圓滿境界時為止。事實上，在她蒙召升天之後，她並沒有放棄這項救世的職責；她繼續以各種轉禱，為我們求得永遠得救的恩惠。

她的母愛使她關懷她聖子的弟兄姊妹們——他們還沒有完成他們的旅程，並生活在危險和憂慮之中——直到引導他們達到幸福的天鄉為止。

因此童貞聖母在教會中，有各種被人呼求的頭銜，如：辯護者、輔助者、救護

者、中保等。但是要知道：這對基督唯一中保的尊嚴和效能，並無任何增減。

因為任何受造物，都不能與降生成人的聖言、救贖主等量齊觀。可是，猶如基督的祭司職，以不同的方式由神職人員、或由信友所分享；又如，天主的唯一仁愛，以不同的方式、真實的普及受造物：同樣，救贖主的唯一中保地位，不僅不排除，反而在受造物中促進各種方式的合作，這種方式的合作，都來自唯一的源泉。

教會毫不遲疑的明認瑪利亞這種隸屬性的中保職責，也不斷加以體驗，並昭告信友們，好使他們依恃慈母的助佑，而與我們的中保兼救主，更密切結合。

對答詠

領：聖潔無玷的貞女，我不知道用什

麼言詞讚頌你。

答：因為高天也不能容納你所懷抱的救主。

領：你在婦女中應受讚頌，你的親子也應受讚頌。 答：因為……

節日、慶日唸讚主詩（17）頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一、光榮的童貞聖母，

你是世海的曉星，

面對你的光輝，

羣星甘拜下風；

二、身為受造物，

卻撫育了造物主，

偉大的奧秘，

震撼人的心靈。

三 厄娃失落的幸福，
藉你獨子的犧牲，
重新降到人間，
充實信衆的生命。

四 天國的大道開放，
領人直奔天廷，
普世萬民，
振奮歡騰。

五 你是上天的大門，
你是和平的途徑，
藉你聖子的救贖，
萬民喜獲永生。

六 光榮歸於父，
及子及聖神；
三位開天恩，
使你滿被聖寵。阿們。

對經一：瑪利亞，你真有福，因為世

界的救援由你而來；你現在
已經在上主面前安享光榮福
樂；求你爲我們轉求你的聖
子，（阿肋路亞）。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 25 頁

對經二：你是耶路撒冷的榮耀，你是
以色列的喜樂，你是我們民
族的大光榮，（阿肋路亞）。

對經三：童貞瑪利亞，你要常歡欣，
因爲你堪當作救主基督的母
親，（阿肋路亞）。

簡短讀經

依六一，10

我要萬分喜樂於上主，我的心靈要歡
躍於我的天主，因爲祂給我穿上救恩的衣
服，給我披上義德的外衣，使我有如頭戴
花冠的新郎，有如佩帶珍珠的新娘。

短對答詠

復活期外

領：天主簡選了她，預先簡選了她，

答：天主：

領：使她居住在祂的帳幕裏。

答：祂預先簡選了她。

領：願光榮歸於父： 答：天主：

復活期

領：天主簡選了她，預先簡選了她，

阿肋路亞，阿肋路亞。

答：天主：

領：使她居住在祂的帳幕裏，

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：天主：

讚主曲對經：樂園的門被厄娃給眾人關閉，

却被童貞瑪利亞再度打開，

（阿肋路亞）。

禱詞

第一式

我們的救主屈尊就卑，由童貞瑪利亞誕生，
我們要歡欣慶祝，向祂祈禱：

主，請使祢的母親為我們轉求。

義德的太陽，祢使無玷貞女猶如燦爛的曙光，
在祢面前出現，

求祢使我們常在祢的眷顧之下生活。

永恆的聖言，祢揀選了瑪利亞，猶如不朽的約櫃，
作為祢的居所，

求祢救我們脫免罪惡的玷污。

我們的救主，祢被釘之時，有祢的母親陪伴在十字架旁，

求祢因她的轉求，使我們愉快的分擔祢的苦難。

至良善的耶穌，祢在十字架上，曾將瑪利亞賜給了若望作母親，

—求祢使我們在生活中表現出我們是她的女兒。

我們的天父：

第二式

我們的救主屈尊就卑，由童貞瑪利亞誕生。

我們要歡欣慶祝，向祂祈禱：

主，請使祢的母親為我們轉求。

世界的救主，祢以祢救贖的功勞，預使祢的母親絲毫不受罪惡的玷污，

—求祢也幫助我們避免犯罪，保持心靈的

純潔。

我們的救主，祢將無玷童貞瑪利亞，作為

祢最純潔的住所和聖神的宮殿，

—求祢使我們成為祢聖神永久居住的聖殿。

永恆的聖言，祢教導祢的母親，為自己選擇了最好的一份，

—求祢使我們效法她，追求永生的食糧。

萬主之王，祢使祢的母親肉身與靈魂同升天國，

—求祢使我們常常思念天上的事。

天地的主宰，祢立瑪利亞為母后，位居祢的右邊，

—求祢使我們也能分享同樣的光榮。

我們的天父：

結束禱詞 如無專用禱詞，可用以下禱詞

之一

將臨期

天主，祢決意通過天使傳報，使祢的

聖言由童貞聖瑪利亞的淨胎成人；我們也

確信她是天主的母親，求祢因她的轉求常

常保祐我們。

聖誕期

天主，祢藉聖母童貞瑪利亞的懷孕生

子，賜給人類一位救主；我們也藉她才堪

當接受祢的聖子——生命的主宰，懇求祢使我們常能得到她代禱的幫助。

四旬期

天主，求祢寬恕我們的罪過；我們的行為雖然不能得祢的歡心，但仰賴祢聖子，我們的主，基督之母的代禱，求祢賞賜我們救恩。

或：

上主，我們已由天使傳報，得知祢的聖子降生成人，求祢對我們廣施恩寵，使我們也能因祂的苦難與十字架，得到復活的光榮。

復活期

天主，祢既因祢的聖子、我們的主耶穌基督的復活，使世界歡欣鼓舞，求祢也因童貞瑪利亞的轉求，使我們獲得永生的喜樂。

或：

天主，祢曾將祢的聖神，賜給與聖母瑪利亞共同祈禱的使徒們；求祢也使我們藉著聖母的轉求，忠貞地侍奉祢，並能以言以行傳揚祢的聖名。

常年期

主，天主，求祢賞賜我們身心健康；並因終身童貞瑪利亞的轉禱，使我們今世脫免憂患，來生獲享永恆的福樂。

或：

仁慈的天主，求祢援助我們的軟弱，在這敬禮天主聖母的紀念日，因她的轉求，使我們擺脫罪惡的桎梏。

日間祈禱

如唸補充聖詠，則詠一二一可由詠一二八取代532頁；詠一二六可由詠一三〇取代358頁。

午前

對經：他們和耶穌的母親瑪利亞，都

同心合意地專務祈禱，（阿肋

路亞）。

簡短讀經

索三，14，15

熙雍的女子，請歡呼；以色列，請高聲歡呼；耶路撒冷的女子，請全心高興喜樂。上主、以色列的君王在你們中間。

常年期

領：那些聆聽天主聖言，

答：並且保存聖言在心內的人，是有

福的。

常年期外

領：無玷童貞聖母，榮耀的普世母皇，

（阿肋路亞）。

答：請在上主面前爲我們轉求，（阿

午時

肋路亞）。

對經：耶穌的母親說：祂無論吩咐你

們什麼，你們就作什麼，（阿

肋路亞）。

簡短讀經

匝九，9

熙雍的女子，請盡情喜樂；耶路撒冷的女子，請歡呼；看哪！你的君王即將來到你這裏，祂是正義的救主。

常年期

領：童貞瑪利亞，真是有福。

答：她生育了永恒聖父的兒子。

常年期外

領：這位母親多麼榮耀，（阿肋路亞）。

答：她生育了天上的君王，（阿肋路

亞）。

午後

對經：主對祂母親說：夫人，請看，讚美詩

你的兒子。然後又對那門徒說：

一、萬福海星，

請看，你的母親，（阿肋路亞）。

天主聖母，

簡短讀經

友一四，7 b

卒世童貞，

在所有猶太帳幕裏，你獲得天主的降

天堂福門。

福，因為在所有聽到你名字的萬民中，以

二、天使口中，

以色列的天主將稱讚你。

尊稱萬福，

常年期

賜我平安，

領：你在婦女中受讚頌。

大地更新。

答：你的親子同受讚頌。

三、解放囚犯，

常年期外

發贖振聾，

領：瑪利亞把這一切話都存在心裏，

消災免禍，

（阿肋路亞）。

降福賜恩。

答：她把這些話反覆思量，（阿肋路亞）。

四、顯示慈顏，

結束禱詞 見晨禱

爲我轉求，

有求必應，

第一晚禱

母子情深。

五、溫良慈善，

偉大童貞，

除我罪污，

復我純真。

六、世途艱險，

伴我前進，

與主同在，

歡樂無盡。

七、讚美聖父，

聖子聖神，

三位一體，

萬世同欽。阿們。

聖詠 一一一

對經一：萬福，瑪利亞，你充滿聖寵；

主與你同在（阿肋路亞）。

我真高興，因為有人對我說：※

「我們要進入上主的聖殿！」

耶路撒冷！我們的腳，※

已經進入你的門限。

耶路撒冷的確是一座京城，※

有雄偉的建築，整齊的市容。

各支派，上主的各支派都湧向城中，※

按照以色列的慣例，稱頌上主的名。

這裏設有審判的寶座，※

就是達味宗室的寶座。

請為耶路撒冷祈求太平；※

願那喜愛你的人獲享安寧。

願你的城垣內永享和平，※

願你的堡壘中常保安全。

爲了我的弟兄和同伴，※

我要祝禱說：「願平安常在你中間。」

爲了上主我們天主的殿宇，※

我要祝福你萬事如意。

對經一：萬福，瑪利亞，你充滿聖寵；

主與你同在（阿肋路亞）。

聖詠 一二六

對經二：我是上主的婢女，願祢的旨
意在我身上成全（阿肋路亞）。

若非上主興工建屋，※
建築的人徒然勞碌；

若非上主防守城堡，※
警醒護守也是徒勞。

縱然你清晨早起，※
深夜不眠，也徒然無益。

茹苦含辛，也僅得一飽；※
上主所愛的，却毫無煩惱。

子女是上主恩賜的產業，※
兒孫承歡是祢的酬報。

年輕力壯所得的子嗣，※
有如勇士手中的箭矢；

裝滿箭囊的人確實有福，※

城門之前與敵相爭，決不受辱。

對經二：我是上主的婢女，願祢的旨
意在我身上成全（阿肋路亞）。

聖歌 弗一，3 / 10

對經三：你在婦女中受讚頌，你的親
子同受讚頌，（阿肋路亞）。

願天主，我們的主耶穌基督的父受讚美，※
祂在天上，在基督內，

賜給我們各種屬神的福分；
因為祂在創世之前，

已在基督內簡選了我們，※
使我們在祂面前聖潔無瑕；

祂又出於愛心，按照自己的決意，十
藉耶穌基督預定了我們，※

成爲祂的義子，而歸祂所有，
使人頌揚祂恩寵的光榮，※

這是祂在愛子內賜給我們的恩寵。

我們藉祂愛子的血，在祂愛子內，※
獲得了救贖和罪過的赦免。

天主把這恩寵豐厚地傾注在我們身上，※
賜給我們各種智慧和明達。

使我們知道祂旨意的奧秘，※

這都是依照祂在愛子內所定的計劃。

按照祂的措施，時期一滿，※

就使上天下地的一切，重歸於基督。

對經三：你在婦女中受讚頌，你的親

子同受讚頌，（阿肋路亞）。

簡短讀經

迦四，4 / 5

時期一滿，天主就派遣祂的兒子來，
由女人所生，生於法律，為把在法律之下
的人贖出來，使我們獲得義子的地位。

短對答詠

復活期外

領：萬福，瑪利亞，你充滿聖寵；主與

你同在。 答：萬福：

領：你在婦女中受讚頌，你的親子同

受讚頌。 答：主與你同在。

領：願光榮歸於父： 答：萬福：

復活期

領：萬福，瑪利亞，你充滿聖寵；主

與你同在，阿肋路亞，阿肋路亞。

答：萬福：

領：你在婦女中受讚頌，你的親子同

受讚頌。 答：阿肋路亞，阿肋

路亞。

領：願光榮歸於父： 答：萬福：

謝主曲對經：瑪利亞，你是有福的，因為

你相信了：上主對你所說的

一切都將在你身上成就，

（阿肋路亞）。

禱 詞

第一式

全能的天父使祂聖子的母親瑪利亞世世代代人稱揚，我們要熱烈的讚美天父，懇切的向祂祈禱：

求祢因滿被聖寵者的轉求，俯聽我們。

或：

求祢垂顧滿被聖寵者，並俯聽我們的祈禱。

天主，祢行了奇妙的事，祢使無玷童貞瑪利亞，肉身和靈魂都能分享基督天上的光榮，

—求祢使祢子女的心靈也能嚮慕同樣的光榮。

祢將瑪利亞賜給我們，作我們的母親，

—求祢因她的轉求，治愈懦弱的，安慰憂苦的，寬恕罪人，並賜給眾人救恩與平安。

祢曾使瑪利亞充滿恩寵，

—求祢也賜給我們祢豐富的恩寵。

求祢使祢的教會一心一德，在愛德中團結一致，

—並使信友們同耶穌的母親瑪利亞，同心合意的專務祈禱。

祢立了瑪利亞為天上的母后，

—求祢使所有去世的人在祢的國內，能與諸聖共享永福。

我們的天父：

第二式

全能的天父使祂聖子的母親瑪利亞世世代代人稱揚。我們要熱烈的讚美天父，懇切的向祂祈禱：

滿被聖寵者，請為我們轉求。

或：

求祢垂顧滿被聖寵者，並俯聽我們的

祈禱。

祢立了瑪利亞爲慈祥的母親，

—求祢使遭遇危難的人，能體驗到她的母
愛。

祢曾使瑪利亞在耶穌和若瑟的家中成爲主
母，

—求祢因她的轉求，使所有的家庭主婦，
能在愛德和望德上，力求進步。

祢曾使瑪利亞在十字架旁剛毅堅強，也會
使她在祢聖子復活時，滿心喜悅，

—求祢也安慰憂苦者，加強他們的希望。
祢曾使瑪利亞傾聽祢的聖言，作祢忠實的

婢女，

—求祢因她的轉求，使我們成爲祢聖子的
僕人和門徒。

祢立了瑪利亞爲天上的母后，

—求祢使所有去世的人，在祢的國內，能

與諸聖共享永福。

我們的天父：

結束禱詞 見晨禱 654 頁

星期六紀念聖母

常年期中如果星期六爲「自由紀念日」
，可誦唸紀念聖母的日課。

序經對經：基督是瑪利亞之子，請大家前
來朝拜。

或：在此童貞聖母瑪利亞的紀念日，
請向上主歡呼歌唱。

聖詠九四， 3 頁

誦 讀

讚美詩見聖母慶節通用 638 頁

聖詠、對經、短對答句及誦讀一等均

見聖詠集星期六通用

誦讀一

誦讀二可取自聖母慶節通用 647 頁，或從常年期星期六所指定誦讀，或從以下幾篇誦讀中任選。

選讀君士坦丁堡主教聖波克祿護道詞

祂深愛世人而甘願降生成人、
生於童貞女

「諸天，請由上滴下甘露，願雲彩降下正義，因為上主憐憫了祂的子民。願諸天踴躍歡欣，」因為當它們當初被創造時，亞當也是天主由處女地而形成，以天主的朋友與近親的身份而出現。「願諸天踴躍歡欣」，因為現在由於我們的主藉着攝取肉身降臨人間，而使世界聖化，並使人類脫離對偶像的祭獻。「願雲彩降下正義」，因為今天厄娃所犯的過錯，已經被貞女瑪利亞的聖潔，和她所生的那「人而

天主」所改正與寬恕。在這一天，曾經被判刑的亞當被豁免了那可怕的死刑。

因此，今天基督生自童貞女，按照天主的計劃，從童貞女攝取了人性：「聖言成了血肉，住在我們中間。」所以，童貞女成了天主之母。她雖是母親，卻仍是貞女；因為她生了成人的聖言，並沒有男性的干預。她保存了她的童貞，是因為聖言選擇了那奇妙的誕生方式。由於聖言在她身上取了人性，她是聖言的母親。因為是在她身上聖言成了血肉，顯示於人間，並與人類結合，這一切都是按照那位實行奇跡者的智慧與旨意。正如聖保祿所說：「基督按照血統說，也是從他們來的。」

事實上，祂從前、現在、將來常常是一樣的。然而，是爲了我們的緣故，祂才降生成人；因為祂深愛世人，而自願成

人，雖然祂從前並不是人。但是祂成人後，仍是天主，絲毫沒有變更。因此，祂是爲了我的緣故而變得與我相似；祂從前並不是現在這樣，但現在祂仍保留祂從前的原樣。最後，祂自願成人，是要使我們的痛苦變爲祂的痛苦，藉此準備我們作天主的義子，而把祂的王國賜給我們。但願我們藉着主耶穌基督的恩寵與仁慈都能相稱進入祂的王國。願光榮、尊敬、權能歸於祂、及父及聖神，從現在直到永遠。阿們。

對答詠 詠七一，6、19；默廿一，3

領：祂有如喜雨落在草原；

答：天主的榮耀充滿大地。

領：看哪，天主與人同在的帳幕，祂要與人同住；祂要親自居住在人間，作祂子民的天主。

答：天主的榮耀充滿大地。

或：選讀真福蓋立克院長講道詞

瑪利亞是基督之母及基督徒之母
瑪利亞生了唯一的兒子。在天上祂是天主父的唯一子，在地上祂是瑪利亞的唯一子。瑪利亞是唯一一身爲童貞、又爲母親的女子，她獲得了將天主子生在世上的榮耀，她在她聖子的肢體上也懷抱着這同一聖子。她在許多人身上認出是已形成的基督或正在形成的基督；她也被這些人稱爲母親，並不以此爲耻。

第一個厄娃有些不像一位母親，而更像一位繼母；因爲她所遺留給子女的是死刑的遺產，甚至在他們得見天日之前，就已得到這種遺產。她雖然被稱爲「衆生的母親」，但是最好稱她是衆生的毀滅者、

或亡者的母親，因為她生男育女的唯一果實就是死亡。由於她不能完成她身為母親的職責，瑪利亞代她完成了這奧跡。她是教會的預像，一如教會，她也是所有重生者的母親。她實在是生命的母親，使所有的人生活。當她產生這生命時，在某種意義下，她就是重生那將來靠這生命而生活的人。

基督的母親，藉此奧跡，自知身為衆基督徒的母親，也藉着她對他們的慈愛關懷與照顧、實在表現出一位母親。她對這些子女並不冷酷無情，好似他們並非己有。她的母胎雖曾只懷孕過一次，但從未失去生育能力，她仍不斷產生她母愛的果實。

倘若基督之僕——使徒，不斷地藉着愛心與熱誠生育子女，「直到基督在他們內

形成爲止」，那麼基督的母親不更是如此嗎？保祿是藉着宣講真理之言而生育子女，是藉此真理之言他們獲得重生；但是瑪利亞是藉一種更神聖、更相似天主的方式生育子女，即藉着生產聖言本身。我稱揚保祿的宣講職務，但我更讚賞、更尊敬在瑪利亞身上所完成的生育的奧跡。

你們還要看這些子女是否似乎不承認她是他們的母親。他們藉着信仰所賦予的本能的推動，在各種急需或危險中，會自動地立刻想到呼求她的名字，好似幼兒投到母親的懷抱。因此，我想我有理由去了解、聖經上所說的那句預言也是指的這些孩童：「你的子女們將在你內居住」；當然這句預言主要是指教會。

事實上，我們現在已經居住在至高者之母的助佑下，生活在她的保護下，猶如

棲身在她翅膀的庇蔭下。後來，我們將分享她的榮耀，好似倚偎在她慈母般的懷抱中享受她的撫慰。那時候，將可聽到衆子女們異口同聲、歡欣鼓舞地向他們的母親高呼說：「天主聖母，我們欣喜萬分：我們的居所就在你內。」

對答詠

瑪一，20、21；米五4、5

領：生於瑪利亞的那一位，是出自聖神；她要生一個兒子； 答：祂要從罪惡中救出自己的民族。

領：祂的光榮將達於地極，祂本人將是和平。 答：祂要從：

或：選讀金口·聖若望主教講道集

亞當與基督，厄娃與瑪利亞

你看到了這項驚人的勝利嗎？你看到了十字架的輝煌的成果嗎？現在你要我給

你講述一些更令人驚奇的事嗎？你要知悉獲致勝利的方式，你將更爲驚奇。基督戰勝了魔鬼，用的是與魔鬼用以致勝的同一方法與武器。請聽其所以然。

一位貞女，木頭，死亡：這是我們失敗的象徵。貞女就是厄娃（那時她仍未認識男人），木頭就是一棵樹，死亡是亞當所受的刑罰。但是，我們這失敗的象徵，貞女、樹木、死亡卻變成了勝利的象徵。因爲瑪利亞取代了厄娃，十字架聖木取代了那棵知善惡的樹，基督的死取代了亞當的死。

現在你是否看到，魔鬼是藉牠用以致勝的方法被打敗了？魔鬼藉着一棵樹制伏了亞當，基督用十字架戰勝了魔鬼；第一棵樹將人送進陰府，但十字架卻使已進入陰府的人復出。再者，第一棵樹用作遮

掩那因赤身而害羞的人，十字架卻在衆目注視之下把那赤裸的勝利者高高舉起。

第一個死亡將所有以後誕生的人們定了罪，第二個死亡甚至使以前誕生的人們復活。「誰能述說上主所作的大事？」我們藉着死亡成了不朽的。這就是十字架的偉大成果。

你現在了解了這項勝利嗎？你了解了如何獲致勝利嗎？你現在要知道，這項勝利的獲得，我們並沒有付出任何代價。我們並沒有血染我們的武器，沒有參加戰鬥的行列，沒有受傷，沒有看到戰爭；但是我們卻得到了勝利。戰鬥是主的事，勝利的冠冕卻歸我們。勝利既然是我們的，我們今天要像兵士一般齊聲歡唱勝利的讚美詩，頌揚我們的主說：「死亡已經被勝利吞滅。死亡啊，你的勝利在那裏？死亡

啊，你的毒刺在那裏？——

這一切都是十字架的光輝戰果。十字架是我們抵抗魔鬼而舉起的勝利標誌，是我們抵抗罪惡的利劍，基督用以刺透毒蛇的利劍。十字架是天父的旨意，是祂唯一子的光榮，是聖神的榮耀，是天使的榮耀，是教會的保障，是保祿的驕傲，是聖徒們的依靠，是整個世界的光明。

對答詠

領：上主的善意使我人獲享這種殊榮：

答：使瑪利亞出於厄娃的後裔，猶如一朵玫瑰出於荊棘。

領：這樣，美德克服了過失，聖寵戰勝了罪惡。 答：使瑪利亞：

或：選讀梵二大公會議教會憲章

瑪利亞是教會的典型

榮福童貞以其身為天主母的特殊身份和恩賜，使她與聖子教主相契；這種職份以及她特別享有的特殊恩寵與職份，也使她與教會密切聯繫。依聖安博所教導的，天主之母，在信德、愛德及與基督完美結合的層面上，是教會的典型。

實際上，教會自身也有理由被稱為母親及貞女，但是在教會的奧跡中，榮福童貞瑪利亞首先以卓越而特殊的方式提供了作母親又同時保持童貞的表率。她藉着信德與服從，在人間生育了天主聖子，但她並沒有認識男子，而是靠聖神的庇蔭。她是新厄娃，她未曾聽從古代的毒蛇，卻毫不猶疑地相信了天主的使者。她所生的兒子，被天主立為「衆弟兄中的長子」，就是衆信者中的長子；因此她是以其母愛對

他們的重生和教育，盡其合作的職份。

教會默觀聖母深奧的聖德、效法她的愛德，忠實地實踐天主的旨意，教會自己也由於忠實接受天主聖言而成為母親。因為教會藉講道與洗禮把新而不朽的生命帶給那由聖神所孕育、而生自天主的子女們。她自己是貞女，因為她將她對基督淨配的忠信保持純潔與完整。教會效法其主的母親，靠聖神的能力忠貞地保持着完整的信德、堅強的望德、誠摯的愛德。

雖然教會在聖母身上已達到完美的地步，因為她本身「沒有任何污點或縐紋」，但是基督的信徒卻仍在努力克服罪惡，增進聖德。因此他們仰望瑪利亞，她是聖德的典型，照耀着整個特選者的團體。教會以孝愛之情思念她，在降生成人之聖言的光照下靜觀她，就會以虔敬的心情逐漸深

入聖言成人的崇高奧蹟，並日益肖似其淨配基督。

由於瑪利亞深深地進入了天主的救恩史中，在某種意義下似乎在她身上滙集了並反映出信仰的主要內容。當她成爲宣講或敬禮的對象時，她就指引信徒們投奔她的聖子及其祭獻，並去接受天父的眷愛。教會在追求基督的光榮時，也就日益肖似她最高的典型——瑪利亞，在信德、望德、愛德上不斷前進，在一切事上尋求並隨從天主的旨意。

因此，教會在從事使徒工作時，有理由仰賴瑪利亞的幫助，她因聖神受孕並以童身生了基督，這樣也使基督藉着教會得以在信徒們心中誕生並成長。童貞聖母的一生是母愛的懿範，所有分擔教會使徒使命而從事人類重生工作的人員，都應懷着

這種母愛的精神。

對答詠

領：救恩已藉着童貞瑪利亞、爲所有信者來到了世界。

答：她生命的光輝照耀着整個教會。

領：我們要虔誠慶祝童貞聖母瑪利亞的紀念日。 答：她生命：

其他任選誦讀二可取自聖母無玷之心

紀念日，或七月十六日

結束禱詞 見聖母慶節通用 654 頁

晨 禱

讚美詩

一 光榮的童貞聖母，

你是世海的曉星，

面對你的光輝，

羣星甘拜下風；

二、身爲受造物，

却撫育了造物主，

偉大的奧秘，

震撼人的心靈。

三、厄娃失落的幸福，

藉你獨子的犧牲，

重新降到人間，

充實信衆的生命。

四、天國的大道開放，

領人直奔天廷，

普世萬民，

振奮歡騰。

五、你是上天的大門，

你是和平的途徑，

藉你聖子的救贖，

萬民喜獲永生。

六、光榮歸於父，

及子及聖神，

三位開天恩，

使你滿被聖寵。阿們。

聖詠、聖歌及對經見聖詠集星期六通

用

簡短讀經 可從下列讀經中任選

(一) 迦四，4 / 5

時期一滿，天主就派遣祂的兒子來，

由女人所生，生於法律，爲把在法律之下

的人贖出來，使我們獲得義子的地位。

短對答詠

領：瑪利亞，你生了兒子，你的童貞

並無損傷。 答：瑪利亞：

領：天主之母，請爲我們祈禱。

答：你的童貞並無損傷。

領：願光榮歸於父： 答：瑪利亞：

(二) 依六一，10

我要萬分喜樂於上主，我的心靈要歡躍於我的天主，因為祂給我穿上救恩的衣服，給我披上義德的外衣，使我有如頭戴花冠的新郎，有如佩帶珍珠的新娘。

短對答詠

領：上主簡選了她，預先簡選了她。

答：上主：

領：使她居住在祂的帳幕裏。

答：祂預先簡選了她。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

(三) 默，一二，1

那時，天上出現了一個大異兆：有一個女人，身披太陽，腳踏月亮，頭戴十二顆星的榮冠。

短對答詠

領：萬福，瑪利亞，你充滿聖寵，主

與你同在。 答：萬福：

領：你在婦女中受讚頌，你的親子同

受讚頌。 答：主與你同在。

領：願光榮歸於父： 答：萬福：

讚主曲對經：可從下列對經中任選

(一) 我們要虔誠慶祝至聖童貞瑪利亞的紀念

日，求她在主耶穌基督面前為我們轉求。

(二) 童貞瑪利亞，你在上主、至高的天主面前

蒙受了降福，你超越世界上所有的婦

女。

(三) 無原罪童貞，你為我們恢復了已喪失的

生命：你從天上接受了一個兒子，為世

界生育了一位救主。

(四) 萬福，瑪利亞，你充滿聖寵；主與你同

在；你在婦女中受讚頌，阿肋路亞。

(五) 無原罪童貞瑪利亞，我們不知道怎樣

才能相稱地讚美你，因為我們透過你，

才得到了我們的救主耶穌基督。

(六)你是耶路撒冷的榮耀，你是以色列的喜樂，你是我們民族的大光榮。

禱 詞

第一式

我們的救主屈尊就卑，由童貞瑪利亞誕生，我們要歡欣慶祝，向祂祈禱：

主，請使祢的母親為我們轉求。

義德的太陽，祢使無玷貞女猶如燦爛的曙光，在祢面前出現，

！求祢使我們常在祢眷顧之下生活。

永恒的聖言，祢揀選了瑪利亞，猶如不朽的約櫃，作為祢的居所，

！求祢救我們脫免罪惡的玷污。

我們的救主，祢被釘之時，有祢的母親陪伴在十字架旁，

！求祢因她的轉求，使我們愉快的分擔祢

的苦難。

至良善的耶穌，祢在十字架上，曾將瑪利亞賜給了若望作母親，

！求祢使我們在生活中表現出是她的子女。

我們的天父：

第二式

我們的救主屈尊就卑，由童貞瑪利亞誕生，我們要歡欣慶祝，向祂祈禱：

主，請使祢的母親為我們轉求。

世界的救主，祢以祢救贖的功勞，預使祢的母親絲毫不受罪惡的玷污，

！求祢也幫助我們避免犯罪，保持心靈的

純潔。

我們的救主，祢將無玷童貞瑪利亞，作為最純潔的住所和聖神的寶殿，

！求祢使我們成為祢聖神永久居住的聖殿。

永恒的聖言，祢教導祢的母親，為自己選

擇了最好的一份，

——求祢使我們效法她，追求永生的食糧。

萬王之王，祢使祢的母親、肉身與靈魂同

升天國，

——求祢使我們常思念天上的事。

天地的主宰，祢立瑪利亞為母后，位居祢
的右邊，

——求祢使我們也能分享同樣的光榮。

我們的天父：

結束禱詞 見聖母通用，654 頁

日間祈禱

一切如聖詠集平日星期六的日課。



(三)使徒慶節通用

第一晚禱

讚美詩 見第二晚禱 687 頁

聖詠吟唱

聖詠 一一六

對經一：耶穌把祂的門徒叫來，從他

們中間簡選了十二人，稱他

們爲使徒，（阿肋路亞）。

萬國啊！請讚美上主，※

萬民哪！請歌頌上主。

因爲上主對我們慈悲無量，※

祂的眞誠永世常存。

對經一：耶穌把祂的門徒叫來，從他

們中間簡選了十二人，稱他

們爲使徒，（阿肋路亞）。

聖詠 一四七

對經二：他們捨棄了魚網，跟隨了他

們的主、救世者，（阿肋路

亞）。

耶路撒冷，你要讚頌上主！※

熙雍，你要讚頌你的天主！

因爲祂鞏固了你的城門，※

降福了在你中間的子女。

也使你的四境平安，※

讓你飽饗上好的麥麵。

祂向大地發出自己的諭旨，※

祂的聖旨即刻迅速傳遞。

祂降雪有如羊毛，※

祂撒霜好似飛絮。

祂拋下冰雹好似碎石，※

祂發出寒氣，水便凝結；

祂一發言，冰塊即刻溶化，※
祂一噓氣，靜水立即流動。

祂將自己的旨意曉諭了雅格，※
把自己的誠律啓示給以色列。

祂從沒有如此恩待過任何國家，※
也從未向他們宣示過自己的律法。

對經二：他們捨棄了魚網，跟隨了他
們的主、救世者，（阿肋路
亞）。

聖歌 弗一，3 / 10

對經三：你們是我的朋友，因為你們

忠心愛我，（阿肋路亞）。

願天主，我們的主耶穌基督的父受讚美，※
祂在天上，在基督內，
賜給我們各種屬神的福分；

因為祂在創世之前，
已在基督內簡選了我們，※

使我們在祂面前聖潔無瑕。

祂又出於愛心，按照自己的決意，十
藉耶穌基督預定了我們，※
成爲祂的義子而歸祂所有。

使人頌揚祂恩寵的光榮，※

這是祂在愛子內賜給我們的恩寵。
我們藉祂愛子的血，在祂愛子內，※
獲得了救贖和罪過的赦免。

天主把這恩寵

豐厚的傾注在我們身上，※

賜給我們各種智慧和明達。

使我們知道祂旨意的奧秘，※

這都是依照祂在愛子內所定的計劃。

按照祂的措施，時期一滿，※

就使上天下地的一切，重歸於基督。

對經三：你們是我的朋友，因為你們
忠心愛我，（阿肋路亞）。

簡短讀經

宗二，42 / 45

他們恒心聽使徒們的訓誨，時常團聚，

擘餅，祈禱。因為天主藉使徒們顯了許多

奇蹟異事，每人都懷著敬畏之情。信友常

聚集一處，一切所有皆歸公用。他們把產

業和財物變賣，按照每人的需要加以分配。

短對答詠

復活期外

領：如果你們彼此相親相愛，

答：如果：

領：世人就因此會認出來你們是我的

門徒。 答：如果：

領：願光榮歸於父： 答：如果：

復活期

領：如果你們彼此相親相愛，阿肋路

亞，阿肋路亞。 答：如果：

領：世人就因此會認出來你們是我的

門徒。 答：阿肋路亞，阿肋路

亞。

領：願光榮歸於父： 答：如果：

謝主曲對經：不是你們簡選了我，而是我

簡選了你們，並派遣你們去

結果實，使你們的果實常存，

(阿肋路亞)。

禱 詞 見第二晚禱 691 頁

結束禱詞 見專用

序經對經：請大家前來朝拜主——使徒們的

君王。

復活期：阿肋路亞，請大家前來朝拜主

——使徒們的君王，阿肋路亞。

聖詠九四， 3 頁

誦 讀

讚美詩 見晨禱 684 頁

聖詠吟唱

聖詠一八

對經一：他們的聲音傳遍大地，他們的言語直達地極（阿肋路亞）。

高天陳述天主的光榮，※
穹蒼宣揚祂手中的化工。

日與日互遞消息，※

夜與夜相傳知識。

不是言也不是語，※
是聽不到的言語；

它們的聲音却傳遍大地，※

它們的言語也直達地極。

天主在天空為太陽搭起了帷帳，十
太陽好似新郎步出洞房，※
又像壯士就道，欣然奔放。

從天這邊出發，繞到天那邊，※

萬物莫不接受它熱力的溫暖。

對經一：他們的聲音傳遍大地，他們的言語直達地極（阿肋路亞）。

聖詠六三

對經二：他們傳述了天主的作為，領悟了祂所作的事跡（阿肋路亞）。

亞）。

天主，求祢俯聽我沉痛的呼聲，※
保全我的性命免遭仇敵的恐嚇。

求祢保護我遠離惡人的暗算，※
使我脫免歹徒的擾亂。

他們磨快舌頭有如利劍，※
口出惡言好像射箭；

他們隱在暗處，襲擊無辜，※
突然發射，肆無忌憚。

他們彼此慫恿，圖謀作惡，※
暗佈羅網說：「誰能發覺？」

他們擬定周密的陰謀，※

人心好似深淵，難以探測。

豈知天主突然射出一箭，※

他們必會立即身受重創。

他們的狂言反使他們顛仆，※

看見他們的人，都將搖頭譏諷。

衆人都要起敬起畏，傳述天主的作爲，※

領悟天主所作的事跡。

義人要因上主而喜樂，

並向祂投靠，※

心地正直的人也因此而自豪。

對經二：他們傳述了天主的作爲，領

悟了祂所作的事跡（阿肋路

亞。）

聖詠九六

對經三：他們宣講了天主的正義，萬

民看到了祂的光榮（阿肋路

亞）。

上主爲王，願大地踴躍，※

所有島嶼都要一起歡樂！

雲彩和幽暗圍繞在祂的四周，※

正義與公道是祂王國的基礎。

烈火在祂前面行進，※

焚燒祂周圍的敵人。

祂的閃電照亮了塵寰，※

大地一見就戰慄搖撼。

面對上主，普世的大主，※

羣山都要溶化，像蠟燭一般。

蒼天傳報祂的公道，※

萬民看見祂的榮耀。

願所有崇拜偶像、誇讚邪神的人蒙羞，※

願所有神明都在祂面前伏地叩首。

上主，熙雍聽了祢的審判，

滿心喜悅，※

猶大各城也都歡欣踴躍。

因為祢是至高的上主，

超越普世大地，※

遠超所有神祇。

上主喜愛那痛恨罪惡的人，※

保護祂聖民的性命，

救他們從惡人手中脫身。

光明已為義人升起，※

心地正直的人必將歡喜。

義人，你們要因上主而歡慶，※

讚頌稱揚祂的聖名。

對經三：他們宣講了天主的正義，萬

民看到了祂的光榮（阿肋路

亞。）

領：他們宣講讚頌天主，稱述祂的奇能

（阿肋路亞。）

答：以及祂所行的奇跡（阿肋路亞）。

復活期外

誦讀一 恭讀致格林多人前書

一，18 / 二，5

使徒們宣講十字架

十字架的道理，為喪亡的人是愚妄，

為我們得救的人，却是天主的德能，因為

經上記載：「我要摧毀智者的智慧，廢除

賢者的聰明。」智者在那裏？經師在那

裏？這世代的詭辯者又在那裏？天主豈不

是使這世上的智慧變成了愚妄嗎？因為世

人沒有憑自己的智慧，認識天主，天主就

以祂的智慧，決意以愚妄的道理來拯救那

些相信的人。的確，猶太人要求的是神

蹟，希臘人尋求的是智慧，而我們所宣講

的，却是被釘在十字架上的基督：這為猶

太人固然是絆腳石，為外邦人是愚妄，但

為那些蒙召的，不論猶太人或希臘人，基

督却是天主的德能和天主的智慧：因爲天主的愚妄總比人明智，天主的懦弱也總比人堅強。

弟兄們！你們看看你們是怎樣蒙召的：按肉眼來看，你們中有智慧的人並不多，有權勢的人也不多，顯貴的人也不多；天主偏召選了世上愚妄的，爲羞辱那有智慧的；召選了世上懦弱的，爲羞辱那堅強的；甚而天主召選了世上卑賤的和受人輕視的，以及那些一無所有的，爲消滅那些有的，爲使一切有血肉的人，在天主前無所誇耀。你們得以結合於基督耶穌內，全是由於天主，也是由於天主，基督成了我們的智慧、正義、聖化者和救贖者，正如經上所記載的：「凡要誇耀的，應因主而誇耀。」

弟兄們，就是我從前到你們那裏時，

也沒有用高超的言論或智慧，給你們宣講天主的奧義，因爲我會決定，在你們中不知道別的，只知道耶穌基督，這被釘在十字架上的耶穌基督；而且當我到你們那裏的時候，又軟弱、又恐懼；又戰兢不安；並且我的言論和我的宣講，並不在於智慧動聽的言詞，而是在於聖神和祂德能的表現，爲使你們的信德不是憑人的智慧，而是憑天主的德能。

對答詠

瑪十 18， 19， 20

領：當你們站在君王和官長面前時，不要擔心你們要說什麼：

答：因爲那時候，天主自會指示你們應該說什麼。

領：因爲那說話的不是你們，而是你們父的聖神在你們內說話。

答：因爲那：

誦讀一或：恭讀致格林多人前書

四，1-16

我們要師法使徒們，一如他們師法了基督

人當以我們爲基督的服務員和天主奧秘的管理人。說到管理人，所要求於他的，就是要他表現忠信。至於我，或受你們的審斷，或受人間法庭的審斷，爲我都微不足道，就連我自己也不審斷自己，因爲我雖然自覺良心無愧，但我絕不因此就自認爲義人；那審斷我的只是主。所以，時候未到，你們什麼也不要判斷，只等主來，祂要揭發暗中的隱情，且要顯露人心的計謀：那時各人纔可由天主那裏獲得讚譽。

弟兄們，我爲了你們的緣故，把這些事應用在我自己和阿頗羅身上，好使你們

跟我們學習「不可越過字面所記載的，」免得有人自大，高看這個，鄙視那個。誰使你異於別人呢？你有什麼不是領受的呢？既然是領受的，爲什麼你還誇耀，好像不是領受的呢？你們已經飽滿了，已經富足了，已無需我們，自己可以爲王了；恨不得你們真爲了王，好叫我們與你們一同爲王！我以爲天主把我們作使徒的列在最後的一等，好像被判死刑的人，因爲我們成了供世界、天使和世人觀賞的一場戲劇。我們爲了基督成了愚妄的人，你們在基督內却成了聰明的人；我們軟弱，你們却強壯；你們受尊敬，我們受羞辱。直到此時此刻，我們仍是忍饑受渴，衣不蔽體，受人毒打，居無定所，並且親手勞碌操作。被人咒罵，我們就祝福，被人迫害，我們就忍受；被人誹謗，我們就勸

戒；直到現在，我們仍被視爲世上的垃圾和人間的廢物。

我寫這些話，並不是要使你們羞愧，而是爲勸告你們，就如同勸告我所親愛的孩子一樣，因爲你們縱然在基督內有上萬的教師，但爲父親的却不多，因爲是我在基督耶穌內藉福音生了你們。所以我求你們：要效法我！

對答詠 若十五，15；瑪十三，1

領：我不再稱你們爲僕人，而稱你們爲朋友。 答：因爲我把從父那裏所聽到的一切，都告訴了你們。

領：天國奧秘的知識已賜給了你們；你們的眼睛是有福的，因爲看得見；你們的耳朵是有福的，因爲聽得見。 答：因爲我：

復活期

誦讀一 恭讀宗徒大事錄 五，12-32

初期教會中的使徒

使徒們在百姓中行了許多神蹟奇事。

衆信徒都同心合意地聚在撒羅滿廊下，其他的人沒有一個敢與他們接近的；但是百姓都稱讚他們。信主的人越來越增加，男女的人數極其衆多。使徒們行了這樣多的奇蹟，甚至有人把病人抬到街上，放在床上或褥子上，好叫伯鐸走過的時候，至少他的影子能遮在一些人身上。還有耶路撒冷四周城內許多的人，抬着病人和被邪魔所纏擾的人，齊集而來，他們都得了痊癒。

大祭司和他的一切同人，即撒杜塞黨人，都起來，嫉恨填胸，下手捉住使徒，把他們押在公共拘留所內。夜間，有上主的天使打開了監獄的門，領他們出來說：「你們去，站在聖殿裏，把一切有關生命

的話，講給百姓聽。」他們領了命，天亮就進入聖殿施教。大祭司和他的同黨來召開公議會，卽以色列子民全長老議會，差人去監獄裏，把使徒們提出來。差役來到，在監獄中沒有找到他們，便回去報告說：「我們確實看見監獄關鎖的非常牢固，衛兵也站在門前，但一打開門，裏面却找不到一個人。」聖殿警官和祭司長一聽這些話，十分納悶，不知發生了什麼事。忽有一個人來向他們報告說：「看哪，你們押在監獄裏的人，站在聖殿裏教訓百姓。」

聖殿警官就同差役去把他們領來，但未用武力，因為怕百姓用石頭打他們。他們把使徒領來之後，叫他們站在公議會中，大祭司便審問他們，說：「我們會嚴厲命令你們，不可用這名字施教。你們看，你

們却把你們的道理傳遍了耶路撒冷，你們有意把這人的血推到我們身上來啊！」伯鐸和使徒們回答說：「聽天主的命應勝於聽人的命。我們祖先的天主復活了你們下毒手懸在木架上的耶穌。天主以右手舉揚了祂，使祂作首領和救主，為賜給以色列人悔改和罪赦。我們就是這些事的證人，並且天主給那些服從祂的人所賞的聖神，也為此事作證。」

對答詠

宗四，33，31

領：使徒們以大能，為主耶穌的復活作證。 答：他們在衆人面前大受愛戴，阿肋路亞。

領：他們充滿了聖神，大膽地宣講天主的真道。 答：他們在：

誦讀二 見使徒專用

節日、慶日唸讚主詩(17)頁

結束禱詞 見使徒專用

晨 禱

讚美詩

一 基督的使徒，
聖城的基礎和棟樑，
來自加里肋亞的貧苦村莊，
完成了永垂的偉業，
獲得了不朽的榮光。

二 救世羔羊的光輝，
帶領你們前行，
進入新的耶路撒冷，
把基督的福音，
傳播到天下萬邦。

三 你們不辭辛勞，
到處宣講真道，
以殉道的熱血，

建立教會，修築天主的殿堂。

四 昔日播種，今天豐收，
帶領無數子民赴天鄉。

光榮歸於基督，
及父及聖神，
萬世無疆。阿們。

對經一：這是我的命令，你們該彼此
相愛，如同我愛了你們一樣，
（阿肋路亞）。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 25 頁
對經二：人如果爲自己的朋友捨命，
再沒有比這種愛情更偉大的
了，（阿肋路亞）。

對經三：主說：你們如果照我的吩咐
去作，你們就是我的朋友，
（阿肋路亞）。

簡短讀經

弗二，19 / 20

你們已不再是外方人或旅客，而是聖徒的同胞，是天主的家人；已被建築在使徒和先知的基礎上，而基督耶穌自己就是這建築物的角石。

短對答詠

復活期外

領：上主，祢立他們爲王，統治普天

率土。 答：上主：

領：使祢的名永垂不朽。 答：統治

普天率土。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

復活期

領：上主，祢立他們爲王，統治普天

率土，阿肋路亞，阿肋路亞。

答：上主：

領：使祢的名永垂不朽。 答：阿肋

路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

讚主曲對經：羔羊的十二位使徒的名字刻在

聖城耶路撒冷的基石上；羔

羊自己就是聖城的明燈，

（阿肋路亞）。

禱詞

親愛的弟兄，我們從使徒手中接受了天上的產業，我們要感謝天父賞賜的一切恩惠，向祂歡呼：

上主，願使徒們同聲讚美祢。

上主，我們讚美祢，因爲使徒們傳給了我們聖體聖血的盛筵，

—使我們得到補養，使我們生活。

上主，願使徒們同聲讚美祢。

祢命令使徒們給我們準備了祢聖言的筵席，—使我們獲得光明和喜樂。

上主，願使徒們同聲讚美祢。

祢在使徒身上建立了祢的聖教會，

—使我們成爲一體。

上主，願使徒們同聲讚美祢。

祢託付給使徒們的聖洗和告解聖事，

—使我們滌除一切罪污。

上主，願使徒們同聲讚美祢。

我們的天父：

結束禱詞 見使徒專用

日間祈禱

午前

對經：你們要去宣講天國的福音：你

們白白得來的，也要白白分施，

（阿肋路亞）。

簡短讀經

格後五，19 b / 20

天主在基督內使世界與自己和好，不再追究他們的過犯，且將和好的話放在我

們口中。所以我們是代基督作大使了，好

像是天主藉着我們來勸勉世人。我們如今

代基督請求你們：與天主和好！

領：他們的聲音傳遍普世，（阿肋路

亞），

答：他們的言語達於地極，（阿肋路

亞）。

午時

對經：我常與你們在一起，直到今世

的終結，（阿肋路亞）。

簡短讀經

宗五，12 a，14

宗徒們在百姓中行了許多徵兆，顯了

許多奇蹟。信主的男女日見增多。

領：他們遵守了天主的約言，（阿肋

路亞），

答：和祂的誠命（阿肋路亞）。

午後

對經：你們要憑着堅忍保全你們的靈魂，（阿肋路亞）。

如唸補充聖詠，則詠一二五可以詠一二八取代532頁。

簡短讀經

宗五，41-42

使徒們出了公議會，滿心喜歡，因為他們堪當為這名字受侮辱。他們每天不斷在聖殿內，或挨戶施教，講論耶穌的福音。

領：主說：你們歡欣踴躍吧！（阿肋路亞）。

答：因為你們的名字已經寫在天上了，（阿肋路亞）。

結束禱詞 見使徒專用

第二晚禱

讚美詩

一、普天同慶，
大地歡騰，

萬民齊聲讚頌，
使徒的光榮；

二、你們是世界的裁判，
你們是人間的光明，
請垂視我們的虔敬，
請俯聽我們的禱聲。

三、你們有權釋放，
也有權束縛，
請解除我們的罪過，
醫治我們的苦痛；

四、請帶領我們，
投奔耶穌長兄，
在世多立善功，
死後榮進天廷。
五、末日基督再臨，

審判世界顯威能，
爲我們祈求救主，
大發慈悲，恩賜永生。

六光榮歸於父，
和拯救人類的聖子，
以及施慰的聖神，
世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一一五

對經一：你們是在我受考驗時與我在
一起的人，（阿肋路亞）。

雖然我說過：「我痛苦萬分」，※
我仍然保持信心。

我徬徨時，曾說過：※
「人心虛僞，不可信託」。

上主賜我宏恩，※
我將何以爲報？

我要舉起救恩的杯，※

我要呼號上主的名；

我要在全體子民前，※

向上主還我許的願。

聖徒的逝世，※

上主十分珍視。

上主，至於我，我是祢的僕役，※

我和母親同樣侍奉祢。

祢解除了我的羈絆，+

我要呼求祢的名，※

向祢獻上讚頌之祭。

我要在全體子民前，※

在上主聖殿的庭院，

耶路撒冷啊！在你中間，※

向上主還我許的願。

對經一：你們是在我受考驗時與我在

一起的人，（阿肋路亞）。

聖詠一二五

對經二：我在你們中間，好像是僕人

一樣，（阿肋路亞）。

上主率領俘虜回到熙雍，※

我們彷彿身在夢中。

那時，我們滿心歡樂，※

我們引吭高歌。

那時，異民彼此說：※

「上主爲他們作了大事！」

上主爲我們行了奇蹟，※

我們都滿心歡喜。

上主，求祢領我們重歸故里，※

好像沙漠中再見小溪。

含淚播種的，※

必含笑收割。

他們且行且哭，出去播種耕耘，※

他們載欣載奔，回來背著麥捆。

對經二：我在你們中間，好像是僕人一

樣，（阿肋路亞）。

聖歌 弗一，3 / 10

對經三：我不再稱你們爲僕人，却

稱你們爲朋友，因爲我從

父那裏聽來的一切，都已

經告訴你們了，（阿肋路

亞）。

願天主，我們的主耶穌基督的父受讚美，※

祂在天上，在基督內，

賜給我們各種屬神的福分；

因爲祂在創世之前，

已在基督內簡選了我們，※

使我們在祂面前聖潔無瑕。

祂又出於愛心按照自己的決意，十

藉耶穌基督預定了我們，※

成爲祂的義子，而歸祂所有，

使人頌揚祂恩寵的光榮，※

這是祂在愛子內賜給我們的恩寵。

我們藉祂愛子的血，在祂的愛子內，※

獲得了救贖和罪過的赦免。

天主把這恩寵

豐厚的傾注在我們身上，※

賜給我們各種智慧和明達，

使我們知道祂旨意的奧秘，※

這都是依照祂在愛子內所定的計劃。

按照祂的措施，時期一滿，※

就使上天下地的一切，重歸於基督。

對經三：我不再稱你們為僕人，却稱

你們為朋友，因為我從父那

裏聽來的一切，都已經告訴

你們了，（阿肋路亞）。

簡短讀經

弗四，11-13

基督賜與這些人作使徒，那些人作先

知，有的作傳福音者，有的作司牧和教師，
為成全聖徒，使之各盡其職；為建樹基督
的身體，直到我們眾人都達到對於天主子，
有一致的信仰和認識，成為成年人，達到
基督圓滿年齡的程度。

短對答詠

復活期外

領：請在列邦中傳述上主的光榮。

答：請在：

領：在萬民間宣揚祂行的奇事。

答：傳述上主的光榮。

領：願光榮歸於父： 答：請在：

復活期

領：請在列邦中傳述上主的光榮，阿

肋路亞，阿肋路亞。 答：請在：

領：在萬民間宣揚祂行的奇事。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：請在：

謝主曲對經：在重生的世代，當人子坐在

祂光榮的寶座上時，你們也

要坐下審判以色列十二支派，

（阿肋路亞）。

快的獲得豐收。

祢會派遣祢的聖子，用祂的聖血使世界與

祢修好，

求祢使我們眾人共同努力，促進人類的

和睦。

禱詞

各位弟兄，我們是建築在使徒的基石上的，我們要為神聖的子民向全能的天父祈禱：

上主，求祢垂念祢的教會。

天父，祢要祢的聖子由死者中復活後，先

顯現給使徒們，

求祢使我們為祢作見證，直到天涯地角。

祢會派遣祢的聖子到世界上來，向窮人傳

報福音，

求祢使我們向所有受造物宣講福音。

祢會派遣祢的聖子傳播聖言的種子，

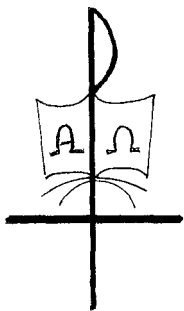
求祢使我們辛勤傳播聖言的人，也能愉

祢使祢的聖子在天上坐在祢的右邊，

求祢恩准去世的人，進入真福的天國。

我們的天父：

結束禱詞 見使徒專用



(四) 多位殉道者通用

第一晚禱

讚美詩 見第二晚禱 711 頁

聖詠吟唱

聖詠 一一七

壹

對經一

多位殉道：這些聖者歷盡艱苦，得到
了殉道的榮冠，（阿肋路
亞）。

一位殉道：凡在人面前承認我的，我
在我天父面前，也必承認
他，（阿肋路亞）。

請你們頌謝上主，因為祂美善寬仁，※

祂的慈愛永遠常存。

願以色列子民說：※

上主的慈愛永遠常存。

願亞郎的家族說：※

上主的慈愛永遠常存。

願敬畏上主的人說：※

上主的慈愛永遠常存。

我在急難中呼求上主，※

祂俯聽了我，將我救出。

上主在我身邊，我無恐無懼，※

世人對我又能如何？

上主在我身邊，作我的助祐，※

我必見到我的仇人蒙羞。

投奔上主，※

勝過依賴世人；

投奔上主，※

勝過依賴權貴。

對經一

多位殉道：這些聖者歷盡艱苦，得到了殉道的榮冠，（阿肋路亞）。

一位殉道：凡在人面前承認我的，在我天父面前，也必定承認他，（阿肋路亞）。

貳

對經二

多位殉道：這些聖者手持棕樹枝來到了天國，他們堪當由天主手中接受花冠，（阿肋路亞）。

一位殉道：凡跟隨我的，決不在黑暗中行走，必有生命的光，（阿肋路亞）。

縱然萬民都來圍困我，※

我必能以上主的名把他們消滅。

縱然他們由四方來圍困我，※

我也必能以上主的名把他們消滅。

縱然他們猶如黃蜂一般的圍困我，+

好似荆棘中焚燒的烈火，※

我也必能以上主的名把他們消滅。

雖然他們用力推我，想把我推倒，※

但是上主必前來扶持我。

上主是我的力量，我的歌詠，※

上主是我的救主。

在義人居住的帳幕中，※

響起了勝利的歡呼聲；

上主的右手獲得了勝利！+

上主的右手把我高高舉起，※

上主的右手獲得了勝利。

我不至於死，我要生存，※

我要宣揚上主的化工。

上主懲罰我嚴厲非常，※

但沒有把我交於死亡。

對經二

多位殉道：這些聖者手持棕樹枝來到
了天國，他們堪當由天主
手中接受花冠，（阿肋
路亞）。

一位殉道：凡跟隨我的，決不在黑暗
中行走，必有生命的光，
（阿肋路亞）。

聖歌

伯前一，21 / 24

對經三

多位殉道：殉道者為基督作證而死，
他們將永遠生活，（阿肋
路亞）。

一位殉道：我們能為基督飽嘗痛苦，
就能從基督多得安慰，

（阿肋路亞）。

基督為我們忍受了痛苦，十
給你們留下了榜樣，※

使你們能追隨祂的足跡。

祂平生從未犯罪，※

從未口出欺人之言。

祂受辱罵，從不還口；十

祂受虐待，也不報復，※

只把自己交付給那公義的審判者。

祂身懸在十字木架上，※

親身承擔了我們的罪過。

使我們死於罪惡，而活於正義，※

你們是因祂的創傷才獲得痊癒。

對經三

多位殉道：殉道者為基督作證而死，

他們將永遠生活，（阿肋
路亞）。

一位殉道：我們能為基督飽嘗痛苦，
就能從基督多得安慰，

(阿肋路亞)。

復活期外

簡短讀經

羅八，35，37 / 39

誰能使我們與基督的愛隔絕呢？是因苦嗎？是窘迫嗎？是迫害嗎？是飢餓嗎？是赤貧嗎？是危險嗎？是刀劍嗎？靠着那愛我們的主，我們在這一件事上，大獲全勝，因為我深信：無論是死亡，是生活，是天使，是掌權者，是現存的或將來的事物，是有權能者，是崇高或深遠的勢力，或其他任何受造之物，都不能使我們與天主的愛相隔絕，即是與我們的主基督耶穌之內的愛相隔絕。

短對答詠

領：義人的靈魂在天主手裏。

答：義人：

領：死亡的痛苦不能傷害他們。

答：義人：

領：願光榮歸於父： 答：義人：

謝主曲對經：這些人輕視了世俗的生活，

獲得了天國的賞報，並在羔

羊的血中洗淨了他們的衣服，

天國是他們的。

禱 詞 見第二晚禱 716 頁

復活期

簡短讀經

默三，10 / 12

因為你遵守了我論堅忍的訓言，我也要在試探期中保存你，這時期將要臨於全世界，為試探世界上的居民。我快要來；你應堅持你所有的，免得人奪去你的花冠。

勝利的，我要使他成爲我殿宇的柱子，決不再讓他到外面去，我還要把我天主的名號，和從天上，我天主那裏降下的我天主的城邑，即新耶路撒冷的名號，以及我的新名號，寫在他身上。

短對答詠

領：聖者、義者，你們要在上主內歡

欣，阿肋路亞，阿肋路亞。

答：聖者：

領：天主簡選了你們作爲祂自己的人，

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父：： 答：聖者：

謝主曲對經：上主，永恒的光輝將爲祢的

聖者照耀，他們將分享祢永

恒的幸福，阿肋路亞。

禱 詞 見第二晚禱 716 頁

結束禱詞 見殉道聖人專用，無專用者時，

見晨禱 709 頁

序經對經：主是殉道者的君王，請大家前

來朝拜，（阿肋路亞）。

聖詠九四 3 頁。

誦 讀

讚美詩

一、基督、殉道者的偉大君王，

爲了追隨祢的芳踪，

祢的忠實信徒，

不怕犧牲性命。

二、世俗的榮華富貴，

不足以吸引他們的心靈；

寧願忍苦受辱，

勇敢爲祢作證。

三、使我們效法諸聖：

爲了獲得永生，
不惜捨棄暫世的福樂，

忍受各種苦刑。

四、願天主教、子及聖神，

以及天上的殉道諸聖，

世世代代，

永享光榮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠二

對經一：殉道諸聖爲了基督在地上傾

流了鮮血，因此獲得了永遠

的賞報（阿肋路亞）。

列國爲什麼囂張？※

萬民爲什麼妄想？

地上的列王羣集一堂，十

諸侯也聚首相商，※

反抗上主，反抗祂的受傅者：

「我們要掙開他們的枷鎖，※
擺脫他們的束縛！」

那住在天上者，在向他們冷笑，※

上主在對他們熱嘲。

祂在震怒下向他們發言，※

祂的氣憤使他們心驚膽戰：

「我在熙雍、我的聖山上，※

已經封立了我的君王。」

我要傳報上主的聖旨：十

上主對我說：「祢是我的兒子，※

我今日生了祢。

祢向我請求，

我就將萬民賜祢掌管，※

使整個世界歸祢統治。

祢要用鐵杖粉粹他們，※

就像打破陶匠的瓦器一樣。」

衆王侯，你們要覺悟，※

大地掌權者，你們要留心受教！

要以敬畏的心事奉上主，※

戰戰兢兢向祂叩拜；

否則，祂若動怒，※

你們必被毀滅在中途。

祂的怒火一觸即發，※

然而，投靠祂的人真是有福。

對經一：殉道諸聖爲了基督在地上傾

流了鮮血，因此獲得了永遠

的賞報（阿肋路亞）。

聖詠三二 壹

對經二：義人將永遠生活，在上主那

裏有他們的賞報（阿肋路

亞）。

義人，請向上主踴躍歡呼，※

正直的人理當讚美上主。

請你們彈琴稱謝上主，※

彈奏十弦琴歌頌上主。

請你們向上主高唱新歌，※

在歡呼聲中彈琴奏樂。

因爲上主的話句句真實，※

祂的一切作爲完全可靠。

祂愛護正義和公理，※

祂的慈愛瀰漫大地。

因上主的一句話，諸天造成，※

因上主的一口氣，萬象發生。

祂聚集海水，好像裝入皮囊，※

祂安置深淵好像放入庫房。

願整個大地敬畏上主，※

願普世居民表示恐懼。

因祂一發言，萬有形成，※

祂一出命，萬物化生。

上主使異邦的計劃破壞，※

使萬民的策略失敗。

上主的計劃却永恒不變，※
祂心中的謀略萬代長存。

對經二：義人將永遠生活，在上主那

裏有他們的賞報（阿肋路

亞）。

聖詠三二 貳

對經三：我的聖者，你們在這個世界

上打了一場好仗，我要酬報

你們的辛勞（阿肋路亞）。

尊上主為天主的民族真是有福！※

上主選為產業的國民真是有福！

上主由天眷顧，※

觀看所有居民。

祂由自己的居處，※

垂視居於大地的人民。

祂塑造了他們的心靈，※

洞悉他們的一切言行。

君王並不能因大軍而戰勝，※
巨人也不能因力大而救命。

靠馬得勝，乃是枉然，※

體力雖大，難得保全。

因為上主的眼睛垂視那敬畏祂的人，※

眷顧那些投靠祂慈愛的人。

祂為救他們免於死亡，※

在饑荒中養活他們。

我的靈魂仰望上主，※

祂是我們的救助和保障。

因為我們的心靈將因祂而歡騰，※

我們寄望於祂的聖名。

上主，求祢向我們廣施慈愛，※

滿足我們對祢的期待。

對經三：我的聖者，你們在這個世界

上打了一場好仗，我要酬報

你們的辛勞（阿肋路亞）。

領：我們的心靈期望上主（阿肋路亞）。
答：祂是我們的救助和保護（阿肋路亞）。

將臨期、聖誕期、四旬期

誦讀一 恭讀智慧篇 三，1-15

義人的靈魂在天主手中

義人的靈魂在天主手裏，痛苦不能再傷害他們。在愚人看來，他們算是死了，認為他們去世是受了懲罰，離我們而去，彷彿是歸於泯滅；其實，他們是處於安寧中；雖然在人看來，他們是受了苦；其實，却充滿着永生的希望。他們受了些許的痛苦，却要蒙受絕大的恩惠，因為天主試驗了他們，發覺他們配作自己人：祂試驗了他們，好像爐中的黃金；悅納了他們，有如悅納全燔祭。他們蒙眷顧時，必閃爍發光，有如禾楷間往來飛馳的火

花。他們要審判萬國，統治萬民，上主要永遠作他們的君王。倚恃上主的人，必明白真理；忠信於上主的人，必與祂同住，因為恩澤與仁慈，原歸於祂所選拔的人。

但是不虔敬的人，必因他們的思念而遭受懲罰，因為他們蔑視了義人，離棄了上主。輕視智慧和教訓的人是有禍的：他們的希望只有落空，勞苦只是徒然，工作只有失敗；他們的妻子愚蠢，子女邪惡，後裔可咒罵。

荒胎無罪，而又不知床第罪惡的婦女，是有福的；到靈魂受眷顧的時候，她必富有果實。同樣，不生育的男人，手若不作非法的行爲，心不思念違背上主的惡事，是有福的；天主見他忠貞，必賜給他特賞，在上主的聖殿中，賜給他更稱心的一份。因為高尚的勞苦必結榮譽的果實，

智慧的根蒂絕不會中斷。

對答詠

參閱弗四，4，5

領：聖人們爲主流血，壯烈成仁；他們生時愛慕了基督，死時效法了基督。 答：因而榮獲冠冕，凱旋升天。

領：他們同有一位聖神，堅持一個信仰。 答：因而榮：

復活期

誦讀一

恭讀默示錄

七，9-17

被選者的衆多

我、若望看見有一大羣人，沒有人能夠數清，是來自各邦國、各支派、各民族、各異語的。他們都站在寶座和羔羊面前，身穿白衣，手持棕櫚枝，大聲呼喊說：「救恩來自那坐在寶座上的我們的天

主，並來自羔羊！」於是所有站在寶座、長老和那四個活物周圍的天使，在寶座前俯伏於地，朝拜天主說：「阿們。願讚頌、光榮、智慧、稱謝、尊威、權能和勇氣，全歸於我們的天主，至於無窮之世。阿們。」

長老中有一位問我說：「這些穿白衣的人是誰？他們是從那裏來的？」我回答他說：「我主，你知道。」於是他告訴我說：「這些人是由大災難中來的，他們會在羔羊的血中洗淨了他們的衣裳，使衣裳雪白，因此，他們得站在天主的寶座前，且在祂的殿宇內日夜事奉祂；那坐在寶座上的，也必要住在他們中間。他們再也不餓，再也不渴，烈日和任何炎熱再也不損傷他們，因爲，那在寶座中間的羔羊要牧放他們，要領他們到生命的水泉；天主也

要從他們的眼上拭去一切眼淚。」

對答詠

參閱智十，17 ~ 20

領：上主，祢的聖者遵守了祢的誠命，走上了奇妙的旅程。

答：海水中出現了乾地，使他們安全走過紅海，順利穿過洪濤。阿肋路亞。

領：上主，他們同聲頌揚祢的奇能，歌頌祢的聖名。 答：海水中：

常年期

誦讀一

恭讀致羅馬人書 八，18 ~ 39

沒有任何事物能使我們與天主的愛相隔絕

弟兄們：我實在以為現時的苦楚，與將來在我們身上要顯示的光榮，是不能較量的。凡受造之物都熱切地等待天主子女

的顯揚，因為受造之物被屈伏在敗壞的狀態之下，並不是出於自願，而是出於使它屈伏的那位的決意；但受造之物仍懷有希望，脫離敗壞的控制，得享天主子女的光榮自由。因為我們知道，直到如今，一切受造之物都一同歎息，同受產痛；不但是萬物，就是連我們這已蒙受聖神初果的，也在自己心中歎息，等待着義子期滿的實現，即我們肉身的救贖。因為我們得救，還是在於希望。所希望的若已看見，就不是希望了；那有人還希望所見的事物呢？但我們若希望那未看見的，必須堅忍等待。同時，聖神也扶助我們的軟弱，因為我們不知道我們如何祈求纔對，而聖神却親自以無可言喻的歎息，代我們轉求。那洞悉心靈的天主知道聖神的意願是什麼，因為祂是按照天主的旨意代聖徒轉求。而

且我們也知道：天主使一切協助那些愛祂的人，就是那些按祂的旨意蒙召的人，獲得益處，因為祂所預選的人，也預定他們與祂的兒子的肖像相同，好使他在衆多弟兄中作長子。天主不但召叫了祂所預定的人，而且也使祂所召叫的人成義，並使成義的人，分享祂的光榮。

面對這一切，我們可說什麼呢？若是天主偕同我們，誰能反對我們呢？祂既然沒有憐惜祂的兒子，反而爲我們衆人把祂交出了，豈不也把一切與祂一同賜給我們嗎？誰能控告天主所揀選的人呢？是使人成義的天主嗎？誰能定他們的罪？是那已死或更好說已復活，現今在天主右邊，代我們轉求的基督耶穌嗎？那麼，誰能使我們與基督的愛隔絕？是困苦嗎？是窘迫嗎？是飢餓嗎？是赤貧嗎？是危險嗎？是

刀劍嗎？正如經上所載：「爲了你，我們整日被置於死地，人將我們視作待宰的羣羊。」然而，靠着那愛我們的主，我們在這一切事上，大獲全勝，因爲我深信：無論死亡、生活、天使、掌權者、現存的、或將來的事物、有權能者、崇高或深遠的勢力、或其他任何受造之物、都不能使我們與天主的愛相隔絕，就是與我們的主基督耶穌之內的愛相隔絕。

對答詠

瑪五44，48

領：你們要愛仇人，善待那惱恨你們的人，要爲那迫害你們和毀謗你們的人祈禱， 答：這樣你們才能成爲天父的子女。

領：所以你們要作完人，如同你們的天父一樣完全。 答：這樣你：

誦讀二 選讀聖啓廉主教書信集

我們既企望獲得主的許諾，便該

在一切事上師法主

親愛的弟兄們，我問候你們，如果我的情況許可我到你們那裏去，我也切望親身和你們會晤。能夠在你們中間，並被你們的手所擁抱——你們的手是純潔而無罪的，保持着對上主的信德、而擯棄褻聖的敬禮；對我來說，還有什麼比這更可希冀，更令人欣慰的呢？

你們的口曾以嘹亮的聲音明認上主；你們的眼睛曾輕視世俗，堪當瞻仰天主；被你們的口所親吻，為你們的眼睛所看到，還有什麼更愜意、更高尚的呢？

可是，由於這一喜樂不能實現，我便給你們寄去這封信，作我的代表，使你們的耳朵聽到我，使你們的眼睛看到我。我藉這封信祝賀你們，同時也勸勉你們：在

為天上的光榮作證時，要勇敢而堅定，貫徹始終。你們既然進入天主恩寵的道路，便要振作精神，勇敢前進，好能接受榮冠。你們有主作為保護者和嚮導，祂說過：「我和你們天天在一起，直到世界末日。」

你們的臨在所光照的監獄是多麼幸福啊！這監獄把屬於天主的人送到天堂上，這是多麼幸福的監獄啊！這監獄的黑暗比太陽本身更燦爛，比世上的光明更輝煌；因為在監獄中建立了天主的聖殿，你們的肢體都因明認天主而蒙祝聖。

如今在你們心中，不該存想其他的事，只要存想天主的教訓和上天的誠命。聖神常用這些誠命激勵你們忍受痛苦；誰也不要想到死亡，而要想到常生不死；不要想暫時的刑罰，而要想永遠的光榮；因

爲聖經記載：「義人的死亡，在天主面前是珍貴的。」又說：「痛悔的精神便是獻給天主的祭祀，天主不輕視痛悔和謙卑的心。」

刑罰祝聖殉道者，受苦的考驗使他們聖化，聖經論到這事說：「他們雖然在人面前受了苦，他們的希望却充滿了永生。他們將審判萬國，並統治萬民，天主也將永遠統治他們。」

所以，當你們想到，你們將偕同基督一同爲王，一同審判時，不能不歡欣踴躍，並因將來的喜樂而輕視暫時的酷刑。因爲你們知道，從創世之初便這樣制定了：正義在現世，由於和世俗的衝突，必定受折磨：從一開始，義人亞伯爾便被殺害，以後還有所有的義人和先知，以及天主所派的使徒。

吾主也爲這些人以身作則，因爲祂教訓人說，除非遵循祂所走的道路，誰也不能抵達天國：「誰在今世愛惜自己的性命，將要喪失性命。誰在現世憎恨自己的性命，便會保全性命，而得永生。」又說道：「你們不要害怕、那些殺害肉身而不能殺害靈魂的人；而要害怕那能使靈魂和肉身一併喪亡在地獄裏的那一位。」

聖保祿也同樣勸告我們：我們既然企望獲得主的許諾，就該在一切事上師法主。他說：「我們是天主的子女。既然是子女，便是天主的後嗣，與基督一同作後嗣。我們既然和祂一同受苦，也必和祂一同受榮耀。」

對答詠

領：天主和祂的天使們，以及基督，
都在觀賞我們爲信仰而努力作

戰。 答：在天主的鑒臨下作戰，有我們的法官基督爲我們加冕，這是多麼榮耀，多麼幸福！

(阿肋路亞)。

領：我們要全副武裝起來：以純潔的

心靈，堅強的信仰和毅力、準備

作戰。 答：在天主：

節日、慶日唸讚主詩(11)頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一 嶄新的耶路撒冷，

和平的象徵，

在天主的聖愛中，

屹立不動；

二 你自天而降，

做萬民的光明，

做基督的淨配，

玉潔冰清；

三 在這光輝的城牆中，

天主的子民，

耶穌的兄弟姊妹，

歡聚同慶。

四 金玉爲牆，

寶石爲門，

聖神親自建立，

光輝燦爛的聖城；

五 在它的居民中，

有十字架的勇士，

有殉道的英雄，

爲基督作證。

六 願聖父聖子聖神，

三位一體的天主，

世世代代，
享受光榮。阿們。

對經一：當基督的殉道者受刑時，仰望天鄉，呼求說：主，求祢助祐我，（阿肋路亞）。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 25 頁

對經二

四旬期外：諸聖者的靈魂，請讚美天主，阿肋路亞。

四旬期：上主的殉道者，請永遠讚美上主。

對經三：殉道者的樂隊，請在至高的天上讚美上主，（阿肋路亞）。

復活期外

簡短讀經

格後一，3 / 5

願我們的主耶穌基督的天主和父，仁慈的父和施與各種恩惠的天主受讚揚，是

祂在我們的各種磨難中，常安慰我們，為使我們能以自己由天主所親受的安慰，去安慰那些在各種困難中的人。因為基督所受的苦難，加於我們身上的愈多，我們藉着基督所得到的安慰也愈多。

短對答詠

領：義人們將永遠生活。

答：義人：

領：在上主那裏有他們的賞報。

答：義人：

領：願光榮歸於父： 答：義人：

讚主曲對經：為正義而受迫害的人是有福的，因為天國是他們的。

復活期

簡短讀經

若壹五，3 / 5

愛天主就是遵行祂的誠命，而祂的誠

命並不沈重，因為凡是由天主所生的，必戰勝世界；戰勝世界的武器，就是我們的信德。誰戰勝了世界呢？不就是那信耶穌是天主子的人嗎？

短對答詠

領：永恆的喜悅將流露在他們的面上，

阿肋路亞，阿肋路亞。

答：永恆：

領：他們將獲得幸福與歡樂。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：永恆：

讚主曲對經：諸位聖者，你們要歡欣踴躍，
因為你們在天上的賞報是豐富的，阿肋路亞。

禱 詞

諸位弟兄，我們的救主是忠實的證人，殉

道者爲了天主的聖言而殺身成仁，我們要通過他們頌揚我們的救主：

祢用祢的血將我們贖回，獻於天主。

祢的殉道者甘願接受死亡，爲信仰作證，

——主，求祢因他們的轉求，賜給我們心靈

的真正自由。

祢的殉道者爲了表明信仰，不惜流血捨身，

——主，求祢因他們的轉求，使我們的信仰

純真而堅定。

祢的殉道者背着十字架追隨了祢的芳踪，

——主，求祢因他們的轉求，使我們勇敢承

受生活上的艱苦。

祢的殉道者在羔羊的血中洗淨了自己，

——主，求祢因他們的轉求，使我們戰勝一

切肉慾和世俗的陰謀詭計。

我們的天父：

結束禱詞 見殉道者專用，無專用結束禱

詞時，則用下列：

復活期外

全能永生的天主，祢賜給了聖○○與○○爲基督捐軀的榮耀；求祢扶助我們脆弱的人，使能效法他們爲祢而從容赴難的精神，勇敢地爲祢作證。

或：

上主，求祢因殉道者聖○○與聖○○的代禱，賞賜我們以言以行博得祢的歡心，使我們的信仰日益堅強。

復活期

全能永生的天主，祢曾賞賜殉道者聖○○及○○爲了祢的聖言，並爲給耶穌作證而犧牲性命，求祢因聖神的德能，使我們保持信仰，並爲信仰勇敢作證。

或：

天主，信德是由祢得以堅強，軟弱也由祢取得力量；求祢因殉道者聖○○及○○的榜樣和祈禱，賞賜我們與祢的唯一聖子同受苦難、共享復活，並能和諸聖在祢台前獲得完美的喜樂。

任何時期

爲殉道貞女

上主，我們今天歡度聖女○○與○○的殉道週年紀念日，求祢因她們的功勳助祐我們，使能取法她們聖潔與英勇衛道的榜樣，追隨被釘在十字架上的基督。

爲殉道聖婦

天主，祢在弱小者身上，更顯示出祢的能力；我們今天在此慶祝殉道者聖婦○○與○○榮升天國，求祢賞賜我們能爲掃

蕩邪惡而戰，也像她們一樣，得蒙祢的神力支援，戰無不勝。

日間祈禱

午前

對經：在艱苦的奮鬥之後，天主賜給他們勝利，並教訓他們：智慧的力量高於一切，（阿肋路亞）。

簡短讀經

復活期外

伯前五，10 / 11

那賜與一切恩惠的天主，即在基督內召叫你們進入祂永恒光榮的天主，在你們受少許痛苦之後，必要親自使你們更爲成全，堅定、強健、穩固。願光榮與權能歸於祂，至於無窮之世。阿們。

復活期

默二，10 / 11

不要怕你要受的苦，請看，魔鬼要把

你們中的一些人投入監牢，使你們受試探，你們要遭受困難十天之久。你應當忠信至死，我必賜給你生命的華冠。有耳朵的，應聽聖神向各教會所說的話：勝利的，必不受第二次死亡的害。

領：聖者們以上主爲依靠，（阿肋路亞）。

答：他們將富有勇力，不會膽怯，（阿肋路亞）。

午時

對經：上主給他們戴上了正義的冠冕，賜給他們光榮的聖名，（阿肋路亞）。

簡短讀經

復活期外

參閱希一一，33

他們藉着信德征服了列國，履行正義，得到了在我們的主耶穌基督內的恩許。

復活期

默三，21

勝利的，我要賜他同我坐在我的寶座上，就如同我得勝了，和我的父坐在祂的寶座上。

領：你們的憂愁（阿肋路亞），

答：將變為喜樂，（阿肋路亞）。

午後

對經：他們哭泣着離去，撒下自己的

種籽，（阿肋路亞）。

簡短讀經

復活期外 智三，172a, 3b

義人的靈魂在天主手裏，痛苦不能傷害他們。在愚人看來，他們算是死了；其實他們是處於安寧中。

復活期 默一九，7，9

讓我們歡樂鼓舞，將光榮歸於天主吧！因為羔羊的婚期來近了，他的新娘也準備

好了。有位天使給我說：「你寫下來：被召赴羔羊婚宴的人是有福的。」又說：「這都是天主真實的話。」

領：他們載欣載奔，（阿肋路亞）。

答：回來背着禾捆，（阿肋路亞）。

結束禱詞 見晨禱

第二晚禱

讚美詩

一、萬世萬代的君王，

榮耀的君王，

帶領祢的忠僕，

進入永恒的光明。

二、請俯聽祢的子民，

為紀念祢的殉道者，

唱出心底的讚頌，

懇切的禱聲。

三、天主聖神的大能，

使我們英勇奮戰，

克服邪惡與死亡，

享受勝利的光榮。

四、殉道者的君王、基督，

光榮歸於祢，

及父及聖神，

世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 一一四

對經一

多位殉道：聖者們的身體雖被安葬，

他們的名字却永存不朽，

（阿肋路亞）。

一位殉道：誰若願意跟隨我，該棄絕

自己，背着自己的十字架

來跟隨我，（阿肋路亞）。

我傾心愛慕上主，※

因為祂俯聽了我的哀訴。

祂側耳垂聽了我，※

我要一生呼求祂。

死亡的繩索纏繞著我，+

陰府的恐懼籠罩著我，※

憂苦與煩惱困擾著我。

我呼求上主的聖名：※

「上主，求祢挽救我的生命。」

上主富於憐憫和正義，※

我們的天主慈愛無比；

上主愛護誠樸的人，※

我遭受迫害，祂救拔了我。

我的靈魂，你要恢復平靜，※

因為上主厚待了你。

因為祂曾救我脫離死亡，※

使我不再流淚，使我不致跌倒。

我要在天主面前，※
生活於人世間。

對經一

多位殉道：聖者們的身體雖被安葬，
他們的名字却永存不朽，
(阿肋路亞)。

一位殉道：誰若願意跟隨我，該棄絕
自己，背着自己的十字架
來跟隨我，(阿肋路亞)。

聖詠 一一五

對經二

多位殉道：我看見那些爲宣講聖道和
爲給主作證而被害者的靈
魂，(阿肋路亞)。

一位殉道：誰若事奉我，我天上的父
必要尊重他，(阿肋路亞)。

雖然我說過：「我痛苦萬分，」※
我仍然保持信心。

我徬徨時，曾說過：※
人心虛僞，不可信託。

上主賜我宏恩，※
我將何以爲報？

我要舉起救恩的杯，※
我要呼號上主的名；

我要在全體子民前，※
向上主還我許的願。

聖徒的逝世，※
上主十分珍視。

上主，至於我，我是祢的僕役，※
我和母親同樣侍奉祢。

祢解除了我的羈絆，十
我要呼求祢的名，※

向祢獻上讚頌之祭。

我要在全體子民前，※
在上主聖殿的庭院，

耶路撒冷啊！在你中間，※

向上主還我許的願。

對經二

多位殉道：我看見那些爲宣講聖道和
爲給主作證而被害者的靈
魂，（阿肋路亞）。

一位殉道：誰若事奉我，我天上的父

必要尊重他（阿肋路亞）。

聖歌 默四，11；五，9，10，12

對經三

多位殉道：這是爲給天主作證而捐軀
的聖者，他們在羔羊的血
中洗淨了自己的衣服，

（阿肋路亞）。

一位殉道：誰爲我的緣故喪失了自己

的性命，必要獲得永生，
（阿肋路亞）。

上主，我們的天主，※

祢理當接受光榮，尊威和權能。

因爲祢創造了萬物，※

萬物都是因祢的旨意而存在，而造成。

上主，只有祢堪當接受那書卷，※

開啓書卷上的封印。

因爲祢曾被宰殺，十

從各支派，各語言，各民族，

各國家中，※

用祢的血，把我們拯救出來，

歸於天主。

使我們成爲天國的子民和祭司，※

我們必要爲王，統治世界。

被宰殺的羔羊理當接受權能，※

富裕、智慧、英勇、尊威、

光榮和讚頌！

對經三

多位殉道：這是為給天主作證而捐軀

的聖者，他們在羔羊的血

中洗淨了自己的衣服，

（阿肋路亞）。

一位殉道：誰為我的緣故喪失了自己

的性命，必要獲得永生，

（阿肋路亞）。

短對答詠

領：義人們，你們要在上主內歡欣踴

躍。 答：義人們：

領：心地正直的人，你們要歌唱讚頌。

答：義人們：

領：願光榮歸於父： 答：義人們：

謝主曲對經：追隨基督的衆聖人在天上歡

慶，他們為基督傾流了鮮血，

因此永遠與基督為王。

復活期外

簡短讀經

伯前四，13 〉 14

你們要喜歡，因為分受了基督的苦難，

這樣好使你們在祂光榮顯現的時候，也能

歡欣踴躍。如果你們為了基督的名字，受

人辱罵，便是有福的，因為光榮的神，即

天主的神，就安息在你們身上。

復活期

簡短讀經

默七，14 b 〉 17

這些人是由大災難中來的，他們曾在

羔羊的血中洗淨了自己的衣裳，使之雪白，

因此他們得站在天主的寶座前，且在祂的

殿宇內日夜事奉祂；那坐在寶座上的也必

要住在他們中間。他們再也不餓，再也不

渴，烈日和任何炎熱再也不能損傷他們，因爲那在寶座中間的羔羊要牧放他們，要領他們到生命的水泉那裏，天主也要從他們臉上拭去一切淚痕。

短對答詠

領：義人將在天主面前發出光輝，阿

肋路亞，阿肋路亞。

答：義人：

領：心地正直的人將歡欣踴躍。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：義人：

謝主曲對經：諸位聖者，你們要在羔羊面

前歡樂；自從世界開始，天

國就爲你們準備好了，阿肋

路亞。

正在此時，殉道者的君王，在最後晚餐中把自己的生命奉獻作爲祭品，在十字架上把自己的生命交付出來了，我們要感謝祂：

主，我們頌揚祢。

主，我們的救主，祢是所有殉道者的根源

和模範，我們讚美祢，因爲祢愛我們愛到

極點，

——主，我們頌揚祢。

因爲祢召喚所有的罪人悔改，以獲得生命

的賞報，

——主，我們頌揚祢。

因爲祢傾流了新而永久的盟約之血，以赦

免罪惡，並將這血賜給了教會，作爲祭獻

的犧牲，

——主，我們頌揚祢。

因爲靠着祢的恩寵，我們才能堅持信德直

到今天，

——主，我們頌揚祢。

因爲今天祢使許多弟兄有分於祢的死亡，——主，我們頌揚祢。

我們的天父：

結束禱詞 用殉道者專用，無專用者時，

則由下列者選用合適者：

復活期外

全能永生的天主，祢賜給了聖○○與○○爲基督捐軀的榮耀；求祢扶助我們脆弱的人，使能效法他們爲祢而從容赴難的精神，勇敢地爲祢作證。

或：

上主，求祢因殉道者聖○○與聖○○的代禱，賞賜我們以言以行博得祢的歡心，使我們的信仰日益堅強。

復活期

全能永生的天主，祢曾賞賜殉道者聖

○○及○○爲了祢的聖言，並爲給耶穌作證而犧牲性命，求祢因聖神的德能，使我們保持信仰，並爲信仰勇敢作證。

或：

天主，信德是由祢得以堅強，軟弱也由祢取得力量；求祢因殉道者聖○○及○○的榜樣和祈禱，賞賜我們與祢的唯一聖子同受苦難、共享復活，並能和諸聖在祢台前獲得元美的喜樂。

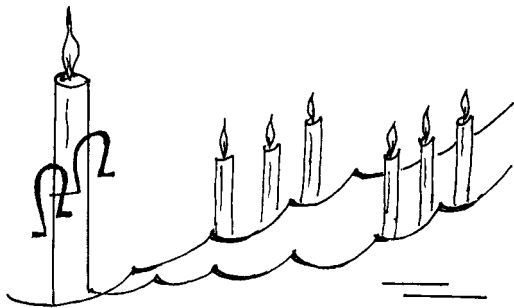
任何時期

爲貞女殉道

上主，我們今天歡度聖女○○與○○的殉道週年紀念日；求祢因她們的功勳助祐我們，使能取法她們聖潔與英勇衛道的榜樣，追隨被釘在十字架上的基督。

爲聖婦殉道

天主，祢在弱小者身上，更顯示出祢的能力；我們今天在此慶祝殉道者聖婦○
○與○榮升天國，求祢賞賜我們能為掃蕩邪惡而戰，也像她們一樣，得蒙祢的神力支援，戰無不勝。



(五) 一位殉道者通用

第一晚禱

讚美詩 見第二晚禱 735 頁

聖詠 及一位殉道者對經，見 692 頁

復活期外

簡短讀經

羅八，35，37 / 39

誰能使我們與基督的愛隔絕呢？是因苦嗎？是窘迫嗎？是迫害嗎？是飢餓嗎？是赤貧嗎？是危險嗎？是刀劍嗎？然而靠著那愛我們的主，我們在這一件事上，大獲全勝，因為我深信無論是死亡、是生活、是天使、是掌權者、是現存的或將來的事物、是有權能者、是崇高或深遠的勢力，或其他任何受造之物，都不能使我們與天主

的愛相隔絕，即是與我們的主基督耶穌之內的愛相隔絕。

短對答詠

為殉道聖人

領：上主，祢給他戴上了光榮和華麗的冠冕。 答：上主……

領：祢立他管理祢雙手的工程。

答：上主……

領：願光榮歸於父…… 答：上主……

為殉道聖女

領：天主簡選了她，祂預先簡選了她。

答：天主……

領：使她居住在祂的帳幕裏。

答：祂預先簡選了她。

領：願光榮歸於父…… 答：天主……

謝主曲對經

殉道聖人：這位聖者為維護天主的法

律奮鬥至死，對惡人的恐

嚇毫不畏懼；因為他好像

建築在石頭上的房屋。

殉道聖女：她以勇力束上腰，增強了

臂力；因此她的燈永不熄

滅。

寫在他身上。

短對答詠

領：聖者、義者，你們要在上主內歡

欣，阿肋路亞，阿肋路亞。

答：聖者：

領：天主簡選了你們作為祂自己的人，

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：聖者：

謝主曲對經：上主，永恒的光輝將為祢的

聖者照耀，他們將分享祢永

恒的幸福，阿肋路亞。

簡短讀經

默三，10 / 12

你遵守了我論堅忍的訓言，我也要在

試探期中保存你，這時期將要臨於全世界，

為試探世界上的居民。我快要來，你應當

堅持你所有的，免得人奪去你的花冠。勝

利的，我要使他成為我殿宇的柱子，決不

讓他再到外面去；我還要把我天主的名號，

和從天上我天主那裏降下的我天主的城邑，

即新耶路撒冷的名號，以及我的新名號，

禱詞 見第二晚禱 736 頁

結束禱詞 專用或見晨禱 732 頁

序經對經：主是殉道者的君王，請大家前

來朝拜（阿肋路亞）。

聖詠九四，3頁

誦讀

讚美詩

一、世界的救主基督，
聖○○追隨祢的芳踪，
作祢的門徒，
甘願捨棄一切，
追尋永生的道路。

二、他聽從了祢的福音，
拋棄世俗的財富，
懷着滿腔愛火，
爲福音作證，
不怕艱難困苦。

三、爲了保持信仰，

灑熱血、拋頭顱，

播下了信德的種子，

使教會欣欣向榮，

傳遍世界各處。

四、願祢十字架的光輝

照亮人生的旅途，

領我們進入天鄉，

世世代代，

瞻仰三位一體的天主。阿們。

聖詠吟唱

聖詠二

對經一：爲了我的緣故，大家都要憎

恨你們，但那忍耐到底的，

必然得救（阿肋路亞）。

列國爲什麼囂張？※

萬民爲什麼妄想？

地上的列王羣集一堂，+

諸侯也聚首相商，※

反抗上主，反抗祂的受傅者：

「我們要掙開他們的枷鎖，※

擺脫他們的束縛！」

那住在天上者，在向他們冷笑，※

上主在對他們熱嘲。

祂在震怒下向他們發言，※

祂的氣憤使他們心驚膽戰：

「我在熙雍、我的聖山上，※

已經封立了我的君王。」

我要傳報上主的聖旨：+

上主對我說：「祢是我的兒子，※

我今日生了祢。

祢向我請求，

我就將萬民賜祢掌管，※

使整個世界歸祢統治。

祢要用鐵杖粉碎他們，※

就像打破陶匠的瓦器一樣。」

衆王侯，你們要覺悟，※

大地掌權者，你們要留心受教！

要以敬畏的心事奉上主，※

戰戰兢兢向祂叩拜；

否則，祂若動怒，※

你們必被毀滅在中途。

祂的怒火一觸即發，※

然而投靠祂的人真是有福。

對經一：爲了我的緣故，大家都要憎

恨你們，但那忍耐到底的，

必然得救（阿肋路亞）。

聖詠一〇

對經二：現世的苦難與你們將來要得

到的榮耀，不能相比（阿肋

路亞）。

上主是我的避難所，你們怎麼對我說：※
你要像一隻麻雀飛入山中？

原來惡人正在挽弓搭箭，※

暗中射擊忠良。

基礎一旦崩潰，※

義人尙有何爲？

上主住在自己的聖殿，※

上主的寶座設在天上。

祂的眼睛垂視窮民，※

祂的目光細察世人。

上主試探義人和惡人，※

痛恨強暴的人。

祂使火炭硫磺降在惡人身上，※

熱風將是他們杯中的命運。

因爲上主是公義的，喜愛公正，※

心地正直的人必享見祂的聖容。

對經二：現世的苦難與你們將來要得

到的榮耀，不能相比（阿肋路亞）。

聖詠一六

對經三：上主鍛鍊了祂特選的僕人，

有如在火爐中鍛鍊黃金；祂

接納了他們，作爲永遠的全

燔祭（阿肋路亞）。

上主，求祢聆聽我的申訴，+

注意我的哀號，※

傾聽我口中毫無虛偽的祈禱。

願祢明察，判我勝訴，※

因祢的眼睛細察正直。

任憑祢察驗我的心靈，

夜間來視察我，※

用火鍛鍊我，在我身上却找不到邪惡。

我也決不口出惡言，中傷他人，※

我常照祢的訓言，迴避惡人的道路。

求祿彰顯祿奇妙的慈愛，※

以大能從敵人手中拯救投靠祿的人。

求祿保護我，有如眼中的瞳人，+

讓我藏身在祿的翼蔭下，※

使我脫離謀害我的仇人。

那些企圖圍攻我的仇敵，+

絲毫沒有慈悲心腸，※

他們滿口狂言。

他們追隨我，把我圍住，※

瞪着眼要把我推倒。

好像準備撲食的猛獅，※

又像蹲伏在暗處的幼獅。

上主，求祿起來迎擊，

我的脚步緊隨祿的道路，※

我的雙足絕不致滑倒顛仆。

天主，我向祿呼求，祿必應允我，※

求祿側耳俯聽，俯聽我的訴說。

把他們制服，※

以祿的利劍，救我脫離惡徒。

上主，求祿親手救我脫離這些人，※

脫離那以現世為終身幸福的愚民。

祿以珍肴填滿了他們的口腹，+

他們多子多孫而心滿意足，※

又給他們兒孫留下財富。

至於我，我却因正義得見祿的慈顏。※

願我醒來時，能以仰瞻祿為幸福。

對經三：上主鍛鍊了祂特選的僕人，

有如在火爐中鍛鍊黃金；祂

接納了他們，作為永遠的全

燔祭（阿肋路亞）。

頌：痛苦患難困擾着我（阿肋路亞）。

答：我仍然默思祿的誠命（阿肋路亞）。

將臨期、聖誕期、四旬期

誦讀一 恭讀德訓篇 五一，1-17

向天主謝恩

上主，君王，我要感謝祢；我要讚美祢，天主，我的救主！我要稱揚祢的名，因為祢是我的保護者，我的救助者；祢救了我的肉身，免於喪亡，脫離誣告者唇舌的圈套，和捏造謊言的嘴唇；在圍困我的人前，祢作了我的援助，拯救了我；因祢的大慈大悲和大名，祢救我脫離了那些向我咆哮，準備吞噬我的人；救我脫離了謀害我生命者的手，和我所受的各種災難；使我脫離了環繞我的窒息熱火，我在火中，卻沒有燒傷；使我脫離了陰府的最深處，擺脫不潔的唇舌和謊言，就是使我在君王前，脫離誣告我的不義口舌；我的靈魂已臨近死亡，我的生命已接近地獄的邊緣，但祢却拯救了我。

這些困難，從各方面包圍了我，却沒有一個人前來援助；我期待有人來輔助，却沒有一個人。上主啊！當時我想起了祢的仁慈，和祢昔日的作爲；上主啊！因爲祢救助期待祢的人，救他們擺脫了仇敵的手。我從地上高聲懇求，求祢救我脫免死亡；上主，祢是我的父，我呼求了祢；求祢在我危難之日不要離棄我；在驕傲人得勢之時不要使我孤立無援。我要時常讚美祢的名號，我要知恩地歌頌祢的名號，因爲祢俯聽了我的祈禱；因爲祢救我免於喪亡，在不幸之時拯救了我。因此，我要感謝祢，頌揚祢，讚美上主的名號。

對答詠

德五一，2；詠三〇，8

領：上主，我要稱揚祢的名，

答：因爲祢是我的保護者，我的救助者。

領：上主，我要因祢的慈愛，歡喜快樂。
答：因為祢：

復活期

誦讀一

默七，9-17

見多位殉道通用 701 頁

常年期

誦讀一

恭讀致格林多人後書

四，7-5，8

在磨難中彰顯出基督的力量

我們是在瓦器中存著這寶貝，為彰顯那卓著的力量是屬於天主，並非出於我們。我們在各方面受了磨難，却没有被困住；絕了路，却没有絕望；被迫害，却没有被棄捨；被打倒，却没有喪亡；身上時常帶着耶穌的死狀，為使耶穌的生活也彰

顯在我們身上。的確，我們這些活着的人時常為耶穌的緣故被交於死亡，為使耶穌的生活也彰顯在我們有死的肉身上。這樣看來，死亡施展在我們身上，生活却施展在你們身上。

但我們既然具有經上所載的：「我信了，所以我說」那同樣的信心，我們也信，所以也說，因為我們知道那使耶穌復活的，也要使我們與耶穌一起復活，並使我們與你們一同站在祂面前。其實，這一切都是為了你們，為使獲得恩寵的人越多，感謝也越增加，好歸光榮與天主。因此，我們絕不膽怯，縱使我們外在的人日漸損壞，但我們內在的人却日日更新，因為我們這現時輕微的苦難，正分外無比地給我們造就永遠的光榮厚報，因為我們並不注目那看得見的，而只注目那看不見

的；那看得見的，原是暫時的；那看不見的，纔是永遠的。

因為我們知道：如果我們在這地上帳棚式的寓所拆毀了，我們必由天主獲得一所房舍，一所非人手所造，而永遠在天上的寓所。誠然，我們在此歎息，因為我們切望套上那屬天上的住所，只要我們還穿着衣服，不是赤裸的。我們在這帳棚裏的人，苦惱歎息，是由於我們不願脫去衣服，而套上另一層，為使這有死的為生命所吸收。但那安排我們如此的，是天主，是祂給我們賜下了聖神作擔保。所以不論怎樣，我們時常放心大膽，因為我們知道，當我們住在這肉身內時，就是遠離主——因為我們現今只是憑信德往來，並非憑目睹——我們放心大膽，是為更情願出離肉身，與主同住。

對答詠

瑪五，11，12 a，10

領：人們爲了我的緣故而辱罵、迫害你們，捏造各種壞話毀謗你們，你們是有福的，你們要歡喜踴躍。

答：因為你們在天上將有豐厚的賞報。

領：爲義而受迫害的人是有福的，因爲天國屬於他們。答：因爲你：

誦讀二 選讀聖思定主教講道集

殉道者珍貴的死亡、是以基督聖死的代價所購買

教會由於殉道者光榮的勳業，而處處欣欣向榮，我們親眼證明，我們所歌唱的是多麼真確：「聖人們的死亡，在上主面前是多麼珍貴。」：在我們眼中是珍貴的，在他們爲祂的名字而死的那一位的眼中也是珍貴的。

可是，這些死者的代價，却是一個人的死亡。祂一個人死了，買到了多少死者？因為如果祂沒有死，麥粒便不會增多。當祂瀕臨受難時，也就是瀕臨我們獲得救贖時，你們曾聽到祂所說的話：「一粒麥子，若不落在地裏死了，仍然是一粒；如果死了，便將結出許多果實來。」

因為有一項大交易在十字架上完成了；在十字架上敞開了盛有我們贖價的錢袋：當祂的肋旁被兵士的長矛所刺開時，便流出了購買全世界的代價。

信友和殉道者都被贖回來了；然而殉道者的信德業已證實，他們的鮮血便是見證。他們償還了為他們所付出的代價，他們也實踐了聖若望的話：「基督為我們捨生，我們也該為弟兄們捨生。」

另一處說：「你赴盛宴時，要仔細觀

察為你所擺設的食物，因為你也該準備同樣的。」所謂盛宴，便是與設宴的主人本人同桌共食，誰也不能以本身宴客，主基督却作到了：祂自己是邀請者，祂自己是食物也是飲料。殉道者注意到他們所吃的和所喝的是什麼，以使用同樣的來報答。

可是如果那位先出代價的，不賜給我們用以報答的事物，他們怎能同樣的報答呢？再者，我們所唱的這首聖詠，勸告我們什麼呢：「聖人們的死亡，在上主面前是珍貴的」？

人曾觀察他從天主手中接受了何許恩惠：他遍察全能者賜給他何等寵惠：天主造了人；人喪亡了，天主去尋找他；找到之後，又寬恕了他；人的力量軟弱，天主幫助他從事戰鬥；人失敗了，天主並不離棄他；人戰勝了，天主便給他加冕，把自

已當作獎品而賞給人：當人看到了這一切，便大聲喊道：「我將怎樣報答主，為我所作的這一切呢？我將舉起救恩之杯。」

這一杯是什麼？這便是苦難的苦味與救恩的杯；這一杯如果醫生不先喝，病人便不敢觸摸。這便是這一杯，我們從基督口中辨認出這一杯，祂說：「父啊！如果可能，但願這一杯離開我吧！」當殉道者論及這一杯時，曾說道：「我要舉起救恩之杯，我要呼求上主的名。」你不怕失敗嗎？他回答說：「不怕。為什麼？因為「我將呼求上主的名。」除非祂使殉道者戰勝，殉道者怎能奏凱呢？祂曾說：「你們喜樂吧，因為我戰勝了世界。」諸天的大帝統治殉道者的心靈和舌頭；祂在地下藉殉道者征服了魔鬼，在天上給殉道者加

冕。如此喝了這一杯的人，是有福的！他們的痛苦已成過去，並接受了榮耀。

親愛的諸位，請你們注意：你們所不能以眼睛看到的，要用理性和心靈加以思索，請看：「聖人們的死亡，在上主面前是珍貴的」。

對答詠

弟後四7；斐三8-10

領：我已打了一場好仗；我已跑完了賽程，也保存了信仰； 答：正義的冠冕已為我預備好了（阿肋路亞）。

領：我把一切事都看作損失，因為我只要認識基督，只願與祂一同受苦，體驗祂的死亡。

答：正義的：

節日、慶日唸讚主詩(17)頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一、上主，祢是殉道聖人的產業，

祢是殉道英雄的榮冠，

求祢因殉道聖者的轉求，

降福祢的子民，

寬恕我們的罪債，

改造我們的精神。

二、聖○○，你是基督的見證。

爲宣揚信仰，

流盡自己的血；

你是基督的忠僕，

熱愛十字架的苦路，

追隨救主前進。

三、殉道者的光輝，

照耀人生的旅途，

鼓舞世人，

克苦犧牲，日新又新。

光榮歸於父、子及聖神，

永無窮盡。阿們。

對經一：上主，我將用唇舌讚美祢，

因爲祢的慈愛勝過生命，

（阿肋路亞）。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 25 頁

對經二：上主的殉道者，請永遠讚美

上主，（阿肋路亞）。

對經三：主說：勝利者，我將使他成

爲我殿宇的砥柱，（阿肋路

亞）。

復活期外

簡短讀經

格後一，3 / 5

願我們的主耶穌基督的天主和父，仁慈的父和施與各種恩惠的天主受讚揚。是祂

在我們的各種磨難中，常常安慰我們，爲使我們能以自己由天主所親受的安慰，去安慰那些在各種困難中的人。因爲基督所受的苦難，加於我們身上的愈多，我們藉着基督所得到的安慰也愈多。

短對答詠

領：上主是我的力量，我要讚美祂。

答：上主：

領：祂是我的救援。

答：我要讚美祂。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

讚主曲對經：在現世憎恨自己生命的，必

會保存生命，直到永遠。

復活期

簡短讀經

若壹五，3 / 5

愛天主，就是遵行祂的誠命，而祂的

誠命並不沈重，因爲凡是由天主所生的，

必戰勝世界；戰勝世界的武器，就是我們的信德。誰戰勝了世界呢？不就是那信耶穌是天主子的人嗎？

短對答詠

領：永恒的喜悅將流露在他們的面上，

阿肋路亞，阿肋路亞。

答：永恒：

領：他們將獲得幸福與歡樂。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：永恒：

讚主曲對經：諸位聖者，你們應歡欣踴躍，

因爲你們在天上的賞報是豐

富的，阿肋路亞。

禱詞

諸位弟兄，我們的救主是信實的證人，殉道者爲了天主的聖言而殺身成仁。我們要通過他們頌揚我們的救主：

祢用祢的血將我們贖回，獻於天主。

祢的殉道者甘願接受死亡，為信仰作證，

——主，求祢因他們的轉求，賜給我們心靈

真正的自由。

祢的殉道者為了表明信仰，不惜流血捨身，

——主，求祢因他們的轉求，使我們的信仰

純潔而堅定。

祢的殉道者背著十字架追隨祢的芳踪，

——主，求祢因他們的轉求，使我們勇敢承

受生活上的艱苦。

祢的殉道者在羔羊的血中洗淨了自己，

——主，求祢因他們的轉求，使我們戰勝一

切肉慾和世俗的陰謀詭計。

我們的天父：

結束禱詞 用殉道者專用，如無專用者時，

則由下列者選用合適者：

復活期外

全能仁慈的天主，祢曾恩賜殉道者聖

○○克勝了酷刑的折磨，榮升天國；我們

今日慶祝聖人的凱旋，求祢護祐我們，

也能禁得起生活的種種考驗，不受邪魔的

陷害。

或

全能永生的天主，殉道者聖○○曾為

信仰而奮鬥到底傾流了熱血；求祢賞賜我

們因聖人的轉禱，為了愛祢甘願忍受一切，

全心全力地奔向祢——唯一的生命之源。

復活期

天主，祢為光耀祢的教會，以殉道的

勝利顯揚了聖○○；求祢恩賜我們，跟他

一樣效法基督的苦難，並追隨他的芳踪，

到達永福的境界。

任何時期

爲殉道貞女

上主，我們今天歡度聖女○○的殉道週年紀念日；求祢因聖女的功勳助祐我們，使能取法她聖潔與英勇衛道的榜樣，追隨被釘在十字架上的基督。

爲殉道聖婦

天主，祢在弱小者身上，更顯示祢的能力；我們今天在此慶祝殉道者聖婦○○榮升天國。求祢賞賜我們能爲掃蕩邪惡而戰，也像她一樣，得蒙祢的神力支援，戰無不勝。

日間祈禱

午前

對經：在艱苦的奮鬥之後，天主賜給他們勝利，並教訓他們：智慧

的力量高於一切，（阿肋路亞）。

簡短讀經

復活期外

伯前五，10 / 11

那賜與一切恩惠的天主，即在基督內召叫你們進入祂永恒光榮的天主，在你們受少許苦痛之後，必要親自使你們更爲成全，堅定、強健、穩固。願光榮與權能歸於祂，至於無窮之世。阿們。

復活期

默二，10 / 11

不要怕你們要受的苦！看，魔鬼要把你們中的一些人投入監牢，叫你們受試探；你們要遭受困難十天之久。你們應當忠心至死，我必要賜給你們生命的華冠。有耳朵的應聽聖神向各教會說的話：勝利的必不受第二次死亡的害。

領：上主給他（她）穿上了喜樂的長袍，（阿肋路亞），

答：給他（她）戴上了華麗的冠冕，

（阿肋路亞）。

午時

對經：上主給他（她）戴上了正義的

冠冕，賜給他（她）光榮的聖

名（阿肋路亞）。

簡短讀經

復活期外

雅一，12

忍受試探的人是有福的，因為他既禁得起考驗，必能得到主向愛祂的人，所預許的生命之冠。

復活期

默三，21

勝利的，我要賜他同我坐在我的寶座上，就如同我戰勝了，和我的父坐在祂的寶座上一樣。

領：上主是我的依靠，（阿肋路亞）。

答：世人要對我作什麼，我決不害怕

（阿肋路亞）。

午後

對經：他們哭泣着離去，撒下自己的

種籽，（阿肋路亞）。

簡短讀經

復活期外

智三，1 / 2 a, 3 b

義人的靈魂在天主手裏，痛苦不能傷害他們。在愚人看來，他們算是死了，其實他們是處於安寧中。

復活期

默一九，7, 9

讓我們歡樂鼓舞，將光榮歸於天主吧！

因為羔羊的婚期近了，他的新娘也準備好了；有位天使給我說：「你寫下來：被召赴羔羊婚宴的人是有福的」，又說：「這都是天主真實的話」。

領：他們載欣載奔，（阿肋路亞）。

答：回來背着禾捆，（阿肋路亞）。

結束禱詞 見晨禱

第二晚禱

讚美詩

一、萬世萬代的君王，

榮耀的君王，

帶領祢的忠僕，

進入永恒的光明。

二、請俯聽祢的子民，

為紀念祢的殉道者，

唱出心底的讚頌，

懇切的禱聲。

三、天主聖神的大能，

使我們英勇奮戰，

克服邪惡與死亡，

享受勝利的光榮。

四、殉道者的君王、基督，

光榮歸於祢，

及父及聖神，

世世無窮。阿們。

聖詠及為一位殉道者對經，見 712 頁

復活期外

簡短讀經

伯前四，13

你們要喜歡，因為分受了基督的苦難，

這樣好使你們在祂光榮顯現的時候，也能

歡欣踴躍。

短對答詠

領：天主，祢曾考驗了我們，又領我

們得到自由。 答：天主：

領：他像煉銀子一般煉淨了我們，

答：又領我們得到自由。

領：願光榮歸於父： 答：天主：

謝主曲對經：在天國裏有聖者的住所，他們在那裏安居，直到永遠。

短對答詠

領：義人將在天主面前發出光輝，有

如太陽，阿肋路亞，阿肋路亞。

答：義人：

領：心地正直的人將歡欣踴躍。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：義人：

謝主曲對經：一粒麥子如果不死在地裏，仍是一粒；如果死了，就會結出許多子粒來，阿肋路亞。

簡短讀經

默七，14 b / 17

這些人是由大災難中來的，他們曾在羔羊的血中洗淨了自己的衣裳，使之雪白，因此他們得站在羔羊的寶座前，且在祂的殿宇內日夜事奉祂；那坐在寶座上的，也必要住在他們中間。他們再也不餓，再也不渴，烈日和任何炎熱再也不能損傷他們，因為那在寶座中間的羔羊要牧放他們，要領他們到生命的水泉那裏；天主也要從他們眼中拭去一切淚痕。

禱詞

正在此時，殉道者的君王，在最後晚餐中把自己的生命奉獻作為祭品，在十字架上把自己的生命交付出來了，我們要感謝祂：
主，我們頌揚祢。

主，我們的救主，祢是所有殉道者的根源和模範，我們讚美祢，因為祢愛我們愛到極點，

—主，我們頌揚祢。

因為祢召喚所有的罪人悔改，以獲得生命的賞報，

—主，我們頌揚祢。

因為祢傾流了新而永久的盟約之血，以赦免罪惡，並將這血賜給了教會，作為祭獻的犧牲。

—主，我們頌揚祢。

因為靠著祢的恩寵，我們才能堅持信德，直到今天，

—主，我們頌揚祢。

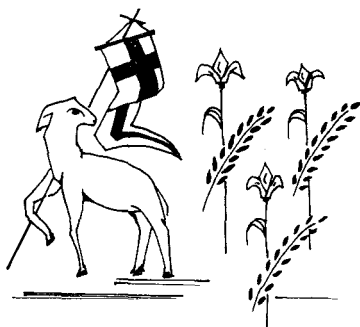
因為今天祢使許多弟兄有分於祢的死亡，

—主，我們頌揚祢。

我們的天父：

結束禱詞

殉道者專用，如果無專用禱詞，則見晨禱，732 頁



(六) 牧者通用

第一晚禱

讚美詩 見第二晚禱 764 頁

聖詠吟唱

聖詠 一一一

對經一

牧者：我將給你們一些稱我心意的牧者，以智慧和明智牧養你們

(阿肋路亞)。

聖人：天主的諸位聖者，請讚美我們的天主，(阿肋路亞)。

上主的僕人，請同聲讚頌，※

讚頌上主的名。

願上主的名受讚美，※

從現在直到永遠。

從日出到日落，※

願上主的名受讚美。

上主超越列國萬邦，※

祂的光榮凌駕穹蒼。

誰能與上主，我們的天主相比？※

祂從高處俯視諸天和大地。

把軟弱的人從塵埃裏救起，※

把窮苦的人由糞土中高舉。

使他們與公卿同席，※

與民間的縉紳並坐。

使那不妊的婦女安居家中，※

成爲多子的母親，其樂融融。

對經一

牧者：我將給你們一些稱我心意的牧

者，以智慧和明智牧養你們

(阿肋路亞)。

聖人：天主的諸位聖者，請讚美我們的天主（阿肋路亞）。

聖詠一四五

對經二

牧者：我要牧放我的羊；失去的，我

要去尋找；迷路的，我要把牠

領回（阿肋路亞）。

聖人：慕義如飢似渴的人是有福的，

因為他們將得飽飫，（阿肋路

亞）。

我的靈魂，請讚美上主；+

我要一生一世讚美上主，※

只要一息尚存，我必歌頌我的天主。

你們不要仰賴達官和權貴，※

不可倚靠無能為力的凡人。

他們一旦氣絕，必將歸於灰土，※

他們的計劃立刻就化為烏有。

凡以雅格的天主為扶助，※

寄望於上主的、真是有福。

上主創造天地萬物，※

海洋和其中的水族。

上主信實，直到永遠，※

為受壓迫的人伸冤。

祂給饑餓者食物，※

使囚犯獲得自由。

上主使瞎子復明，+

使受欺壓者挺身，※

上主眷愛義人。

上主保護旅客，+

扶助孤兒寡婦，※

使惡人迷失道路。

上主將永世為王，※

熙雍的天主，萬壽無疆。

對經二

牧者：我要牧放我的羊；失去的，我要去尋找；迷路的人，我要把牠領回（阿肋路亞）。

聖人：慕義如飢似渴的人是有福的，因為他們將得飽飫，（阿肋路亞）。

聖歌 弗一，3-10

對經三

牧者：善牧為羊捨命（阿肋路亞）。

聖人：願天主受讚美：祂簡選了我們，使我們成為聖潔無瑕的人，並度愛德的生活（阿肋路亞）。

願天主，我們的主耶穌基督的父受讚美，※
祂在天上，在基督內，
賜給我們各種屬神的福分；

因為祂在創世之前，

已在基督內簡選了我們，※

使我們在祂面前聖潔無瑕；

祂又出於愛心，按照自己的決意，藉耶穌基督預定了我們，※

成為祂的義子，而歸祂所有，

使人頌揚祂恩寵的光榮，※

這是祂在愛子內賜給我們的恩寵；

我們藉祂愛子的血，在祂愛子內，※
獲得了救贖和罪過的赦免。

天主把這恩寵，

豐厚地傾注在我們身上，※

賜給我們各種智慧和明達，

使我們知道祂旨意的奧秘，※

這都是依照祂在愛子內所定的計劃。

按照祂的措施，時期一滿，※

就使上天下地的一切，重歸於基督。

對經三

牧者：善牧爲羊捨命，（阿肋路亞）。

聖人：願天主受讚美：祂簡選了我們，

使我們成爲聖潔無瑕的人，並

度愛德的生活，（阿肋路亞）。

簡短讀經

伯前五，1-4

我這同爲長老的，爲基督苦難作證的，以及同享那將要顯示的光榮的人，勸勉你們中間的衆長老：你們務要牧放天主託付給你們的羊羣；盡監督之職，不是出於不得已，而是出於甘心，隨天主的聖意；也不是出於貪圖卑鄙的利益，而是出於情願；不是做託你們照管者的主宰，而是做羣羊的模範。這樣，當總司牧出現時，你們必接受那不朽的榮冠。

短對答詠

復活期外

領：上主的祭司們，請讚美上主。

答：上主：

領：聖潔與心謙的人，請頌揚天主。

答：請讚美上主。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

復活期

領：上主的祭司們，請讚美上主，阿肋路亞，阿肋路亞。

答：上主：

領：聖潔與心謙的人，請頌揚天主。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

謝主曲對經

教宗、主教：民衆的善牧，你是至高的祭司和種種美德的明鏡，你獲

得了天主的喜愛，（阿肋路亞）。

司鐸：我對一切人就成爲一切，爲使

所有的人得救，（阿肋路亞）。

禱 詞 見第二晚禱 768 頁

結束禱詞 見晨禱 761 頁

序經對經：基督是牧者們的首領，請大家

前來朝拜祂（阿肋路亞）。

聖詠九四， 3 頁

誦 讀

讚美詩

一、基督，我們的救主，

我們的善牧，

我們是祢的羊羣，

祢時時在我們左右，

給予愛心的照顧。

二、在此牧者聖○○的慶節，

我們歡欣鼓舞，

慶祝聖者的功勳，

願他為我們代禱，

懇祈天父賜福。

三、溫良心謙的基督，

求使所有牧者，

跟隨聖者的脚步，

處處表現愛心，

為羊羣服務。

四、我們要永遠讚頌，

全能的天父，

降生救人的基督，

以及施慰的聖神，

虔誠叩拜唯一天主。阿們。

聖詠吟唱

聖詠二〇， 2 / 8， 14

對經一

牧者：誰願意居首位，就該佔末位，

作大家的奴僕（阿肋路亞）。

聖人：上主，他曾向祢求生命，祢就

賜給了他；又加給他無比的尊

威和榮耀（阿肋路亞）。

上主，祢的能力使君王歡喜，※

祢賜的勝利使他快樂無比。

祢成全了他心內的願望，※

沒有拒絕他口中的祈求。

因為祢已使他諸事順遂，※

以純金的冠冕加在他的頭上。

他只求祢保全性命，※

祢却賜給他長壽百歲。

祢協助他獲得了偉大的光榮，※

又加給他無比的威嚴和榮耀。

祢使他永蒙鴻福，※

使他在祢面前歡欣踴躍。

君王全心依靠上主，※

賴至高者的慈愛永不動搖。

上主，起來，顯示祢的能力，※

我們要歌頌，稱揚祢的德能。

對經一

牧者：誰願意居首位，就該佔末位，

作大家的奴僕（阿肋路亞）。

聖人：上主，他曾向祢求生命，祢就

賜給了他；又加給他無比的尊

威和榮耀（阿肋路亞）。

聖詠九一 壹

對經二

牧者：當牧者之首出現時，你們將接

受不朽的榮冠（阿肋路亞）。

聖人：義人的途徑好像黎明的曙光，

逐漸明亮，直到中天（阿肋路

亞）。

至高者，稱謝祢的恩惠，※

歌頌祢的聖名，多麼美好；

清晨，傳述祢的仁慈，※
夜間，宣揚祢的真實；

彈奏十弦琴和豎琴，※
彈出琵琶優美的旋律。

上主，祢的作為使我喜悅，※

祢的工程也使我歡樂。

上主，祢的化工何其浩繁！※
祢的計劃多麼深遠！

冥頑的人不會明瞭，※

愚昧的人不能知曉。

惡人雖興盛有如野草，※
作孽的人會一時顯耀；

然而他們終必永遠沉淪，※
上主，千秋萬世，唯祢至尊。

對經二

牧者：當牧者之首出現時，你們將接
受不朽的榮冠（阿肋路亞）。

聖人：義人的途徑好像黎明的曙光，

逐漸明亮，直到中天（阿肋路亞）。

聖詠九一 貳

對經三

牧者：又善良又忠心的僕人哪，進來
分享你主人的福樂吧！（阿肋路亞）。

聖人：義人好比棕櫚一樣茂盛，像黎

巴嫩香柏一般高聳（阿肋路亞）。

上主，請看祢的仇人如何喪亡，※
作孽的人，如何淪落四方。

祢賜我勇氣，使我一無所懼，※
祢給我傅油，恢復青春活力。

我的眼睛將鄙視窺伺我的仇敵，※
我的耳朵欣聞圍攻我的人遭到敗績。

義人好比棕櫚一樣茂盛，※
像黎巴嫩香柏一般高聳。

他們被栽植在上主的殿中，※
在我們天主的庭院裏繁榮。

他們雖已年老，仍然結果，※

枝葉青綠，汁漿豐盈；

這說明上主是何等正直，※

祂是我的靠山，祂處事無不公允。

對經三

牧者：又善良又忠心的僕人哪，進來

分享你主人的福樂吧！（阿肋

路亞）。

聖人：義人好比棕櫚一樣茂盛，像黎

巴嫩香柏一般高聳（阿肋路

亞）。

領：你要聆聽我所說的話（阿肋路亞）。

答：也要向人傳揚我的指示（阿肋路亞）。

為教宗及主教

將臨期、聖誕期、四旬期

誦讀一 恭讀致得撒洛尼人前書

二，1-13，19-20

你們記得我們的勞苦

弟兄們，你們自己也知道，我們來到你們那裏，並非沒有效果。你們也知道我們來到之前，曾在斐理伯吃了苦，受過凌辱；可是依靠着我們的天主，我們還有勇氣，在艱鉅的格鬥中，給你們宣講了天主的福音。我們的講勸並不是出於幻想，也不是出於不誠，也不是在於欺詐；反之，我們是被天主考驗合格而受委託傳福音的人；我們宣講，並不是為取悅於人，而是為取悅那考驗我們心靈的天主。我們從來沒有用過諂媚之辭，就如你們所知道的，也沒有託故貪婪；天主可以作證；也沒有向任何人尋求過光榮：沒

有向你們，也沒有向別人。我們當基督的使徒，雖有權利叫人敬重我們，但我們在你們中却成了慈祥的，像撫育自己孩子的母親。我們如此眷愛你們，不但願意將天主的福音交給你們，而且也願意將我們的性命交給你們，因為你們是我們所疼愛的。弟兄們，你們應回憶我們的勤勞和辛苦：我們向你們宣講天主的福音時，黑夜白日操作，免得加給你們任何人負擔。你們自己和天主都可作證：我們對你們信友會是怎樣的聖善、正義和無可指摘。你們也同樣知道：我們怎樣對待了你們中每一個人，就像父親對待自己的孩子一樣：勸勉、鼓勵、忠告你們，使你們的行動相稱於那召選你們進入祂的國和光榮的天主。為此，我們不斷地感謝天主，因為你們由我們接受了所聽的天主的言語，並沒有拿

它當人的言語，而實在當天主的言語領受了，這言語在你們信者身上發生了效力。

當我們的主耶穌來臨時，在祂面前，誰是我們的希望，或喜樂，或足以自豪的冠冕呢？不就是你們嗎？你們的確是我們的光榮和喜樂。

對答詠

弟後四，7，8；一，12

領：我已打完了一場好仗，我已跑完了當跑的賽程，也保存了信仰。

答：正義的冠冕已為我準備好了。

領：我知道：我所信賴的是誰；也深信祂能保管我所寄托的，直到那一天。 答：正義的：

復活期

誦讀一 恭讀宗徒大事錄 二十，17-36

保祿規勸厄弗所教會監督

保祿從米肋托派人到厄弗所，請教會的長老來。他們到了他那裏，他便向他們說：「你們知道：自從我來到亞細亞的第一天起，與你們在一起，始終怎樣爲人，怎樣以極度的謙遜，含着眼淚，歷經猶太人爲我所設的陰謀，而忠信事奉主。你們也知道：凡有益於你們的事，我沒有一樣隱諱而不傳給你們的，我常在公衆前，或挨家教訓你們，不論向猶太人或希臘人，我常苦勸你們悔改，歸向天主，並信從吾主耶穌。

看哪，現在，我爲聖神所束縛，必須往耶路撒冷去，在那裏要遇到什麼事，我不知道；我只知道聖神在各城中向我指明說：有鎖鏈和患難在等著我。可是，只要我完成了我的行程，完成了受自主耶穌叫我給天主恩寵的福音作證的任務，我沒

有任何理由珍惜我的性命。我曾在你們中往來，宣講了天主的國，但現在，我知道你們衆人以後不得再見我的面了。因此，我今天向你們作證：對於衆人的血我是無罪的，因爲天主的一切計劃，我都傳告給你們了，毫無隱諱。

聖神既在全體中立你們爲監督，牧養天主用祂的血所取得的教會，所以你們要對你們自己和整個羊羣留心。我知道在我離開之後，將有兇暴的豺狼進到你們中間，不顧惜羊羣，就是在你們中間，也要有人起來講說謬論，勾引門徒跟隨他們。因此，你們要警醒，記住我三年之久，日夜不斷地含淚勸勉了你們每一個人。現在，我把你們托付給天主和祂恩寵之道，祂能建立你們，並在一切聖徒中，賜給你們嗣業。

我沒有貪圖過任何人的金銀或衣服。

你們自己知道：這雙手供應了我，和同我一起的人的需要。在各方面我都給你們立了榜樣，就是必須這樣勞動，扶助病弱者；要記住主耶穌的話，祂說過：『施予比領受更爲有福。』說完這些話，便跪下同衆人祈禱。

對答詠

宗二〇，28；格前四，2

領：你們要關心整個羊羣：聖神立了你們爲羊羣的牧者，

答：牧養天主用祂聖子的血所取得的教會，阿肋路亞。

領：對於管理人的要求，就是要他忠於職守。 答：牧養：

常年期

誦讀一 恭讀弟鐸書

一，7-11，二，1-8

使徒論基督的德行與職責

作監督的，就是天主的管家，該是無可指摘的、不自負、不發怒、不嗜酒、不暴戾、不貪污；但該好客、樂善、慎重、公正、熱心、有節，堅持那合乎教理的眞道，好能以健全的道理勸戒並駁斥抗辯的人。

實在有許多人尚不服從，好空談，欺騙人，尤其是那些受過割損的人；應封閉這些人的口，因爲他們爲了可耻的利潤，竟教導那不應教導的事，破壞人的整個家庭。

至於你，你所講的該合乎健全的道理；教訓老人應節制、端莊、慎重，在信德、愛德和忍耐上，要正確健全。也要教

訓老婦在舉止上要聖善，不毀謗人，不沉湎於酒，但教人行善，好能教導青年婦女愛丈夫，愛子女，慎重，貞節，勤理家務，良善，服從丈夫，免得使人詆毀天主的聖道。你也要教訓青年人在一切事上要慎重。你該顯示自己爲行善的模範，在教導上應表示純正莊重，要講健全無可指摘的話，使反對的人因爲無從詆毀而感到羞愧。

對答詠

宗二〇，28；格前四，2

領：你們要關心整個羊羣，聖神立了你們爲羊羣的牧者，

答：牧養天主用祂聖子的血所取得的教會。阿肋路亞。

領：對於管理人的要求，就是要他忠於職守。
答：牧養：

爲一位司鐸

將臨期、聖誕期、四旬期、復活期

誦讀一

恭讀弟茂德前書

五，17-22，六，11-14

司鐸及天主之人打的好仗

親愛的弟兄：凡善於督導的長老，尤其那些出力講道和施教的人，堪受加倍的敬奉，因爲經上記載：「牛在打場的時候，不可籠住牠的嘴；」又說：「工人自當有他的工資。」反對長老的控告，除非有兩三個證人，你不可受理。犯罪的人，你要在衆人前加以斥責，爲使其餘的人有所警惕。我在天主與基督耶穌，以及蒙選的天使前懇求你，要遵守這些話，不可存成見，做事也不可有偏心。不可輕易給人覆手：不可在別人的罪上有分子，務要守身清白。

至於你，天主的人哪！你要躲避這些事；但要追求正義、虔敬、信德、愛德、堅忍和良善，要奮力打這場有關信仰的好仗，要爭取永生，你正是爲此而蒙召，並爲此在許多證人前宣示了你那美好的誓言。我在萬有生活的天主台前、和曾對般雀比拉多宣過美好誓言的基督耶穌前命令你，務要遵守這訓令，不受玷污，無可指摘，直到吾主耶穌基督的顯現。

對答詠 格前四，1)2；箴二〇，6

領：人們應把我們看作基督的僕人和天主奥秘的經理。

答：對於經理的要求，就是要他忠於職守（阿肋路亞）。

領：自命爲仁人者，比比皆是；但是誰能找到一個忠貞的人呢？

答：對於經：

常年期

誦讀一 恭讀伯鐸前書 五，1)11

司鐸與信友的義務

我這同爲長老的，爲基督苦難作證的，以及同享那將要顯示的光榮的人，勸勉你們中間的衆長老：你們務要牧放天主托付給你們的羊羣；盡監督之職，不是出於不得已，而是出於甘心，隨天主的聖意；也不是出於貪卑鄙的利益，而是出於情願；不是做托你們照管者的主宰，而是做羣羊的模範：這樣，當總司牧出現時，你們必要接受那不朽的榮冠。

同樣，你們青年人，應該服從長老；彼此謙讓，因爲「天主拒絕驕傲人，却賞賜恩寵與謙遜人。」爲此，你們該屈服在天主大能的手下，這樣在適當的時候，祂必高舉你們；將你們的一切掛慮都托給祂，

因為祂必照顧你們。

你們要節制，要警醒，因為你們的仇敵魔鬼如同咆哮的獅子巡遊，尋找可吞食的人；應以堅固的信德抵抗牠，也該知道：你們在世上的衆弟兄，都遭受同樣的苦痛。那賜萬恩的天主，即在基督內召叫你們進入祂永遠光榮的天主，在你們受了少許苦痛之後，必要親自使你們更爲完全、堅定、強健、穩固。願光榮與權能歸於祂，至於無窮之世。阿們。

對答詠 與以上對答詠相同

爲教宗

誦讀二 選讀聖良大教宗講道集

基督在伯鐸身上所制定的、將永遠常存

親愛的諸位，爲了完成我的職務，我發

現我是軟弱而鬆懈的：因爲當我切願而勤勉的工作時，却因我本性的脆弱而遲遲不進。然而我擁有全能而永生的祭司不懈的代禱，祂與我們相似，却與聖父相等。祂貶抑了天主性直到人的境界，而把人性高舉到天主的境界。我對天主的措施、理當並虔誠的感到欣喜：因爲祂雖把羊羣委託給許多牧人照管，然而祂自己並沒有放棄對祂鍾愛羊羣的守護。

從祂這主要而永久的助祐中，我也獲得了使徒伯鐸的支援，他不會放棄他的工程。這堅固的基礎——教會整個的崇高建築便屹立其上——將不斷的支撐著聳立其上的聖殿。

使徒之長蒙基督嘉獎的那種信德是堅強而永久的。伯鐸在基督身上所相信的要永遠長存；同樣，基督在伯鐸身上所制定的也將永遠常存。所以「真理」所安排的要存立：

聖伯鐸永遠保持着賜與他的這種磐石的堅固性，從來沒有放棄那託付給他的教會的船艙。

伯鐸優先於他人而被授予聖職。他被稱為磐石，被宣告為基礎，被立為天國的守門者，被立為束縛或釋放的法官，他的判決一直在天堂都將有效。默思他這些稱呼中所涵蓋的奧蹟，我們便能體認他與基督的關係是多麼密切。

現在，他在更多方面，而且更有力地執行委託給他的任務，他是在基督內並偕同基督完成他的各項職責和義務，也是通過基督而受光榮。

因此，我之所以能行事正確，判斷正確，並藉我每天的祈禱而能蒙受天主憐憫，都是由於伯鐸的工作和功勞；他仍在其職位上，繼續執行他的權力，擁有至高

的權威。

親愛的諸位，這些都是他藉表明信仰而得到的，是天主聖父在伯鐸心中啓發的信仰；這信仰超越人的意見的一切猶豫，並具有磐石般的堅固性，任何攻擊都不能使之動搖。

伯鐸在整個教會中每天在說：「祢是基督，永生天主之子」，凡如此明認吾主的那些口舌，都是由於受到了這句話的訓誨。

對答詠

瑪一六，18；詠四七，9

領：耶穌曾對西滿說：我告訴你，你是磐石，我要在這磐石上建立我的教會，
答：陰間的門決不能戰勝它（阿肋路亞）。

領：天主必使它穩固，永不動搖。

答：陰間的：

爲主教

誦讀二 選讀路斯玻主教、富振秋講道集

忠心而精明的管家

主願意指出，祂置於子民之上的僕役們，有特殊的義務，說過：「誰是那忠心而精明的管家，主人委派他管理僕人，爲按時分配給他們食糧呢？主人來到時，看見他這樣做，這僕人就有福了。」

弟兄們，這位主人是誰呢？無疑的就是基督，因爲祂對祂的門徒說：「你們稱我老師和主，你們說得對，我原來就是。」

主人的家又是什麼呢？顯然的便是主自己從仇敵手中贖回的，並遷移到祂王國中去的那個家。這個聖家便是公教會，它因子孫繁衍而傳遍普世，並因它的主人以自己的血爲代價而被贖回而自豪。如同祂自己所說：「人子來，不是要人服侍，而

是要服侍人，並且交出自己的生命，作爲衆人的贖價。」

祂也是善牧，祂曾爲祂的羊而捨命。所以善牧的羊羣，便是救贖主的家。

但是，該是忠心又精明的那位管家是誰呢？保祿使徒論及他自己和他的同伴時，給我們指出了：「人應該把我們看作基督的職員，和天主奧秘之事的管家。對於管家的要求，就是要他表現忠心。」

我們中間誰也不要，只有使徒們是天主的管家。那懶惰的僕人，忽略從事神靈戰爭的本分而打盹，便是不忠心而又愚蠢的僕人。聖保祿指出，主教也是天主的管家，說道：「監督是天主的管家，必須是無可指摘的。」

所以，我們是家主的僕人，我們是天主的管家，我們領取了一份食糧，應分施

給你們。

如果我要問這份食糧是多少呢？仍然是聖保祿要給我們解釋，他說：「按照天主分給每個人信德的多少。」

基督所稱的食糧的份量，保祿則稱之為信德的大小，是爲了使我們了解，精神的食糧，無非是基督徒信仰中令人尊敬的奧蹟。我們蒙受天主聖寵之恩的光照，依照真實信仰的法規，每一次給你講解教義，便是把食糧分給你們。當你們每天透過天主的僕人，聆聽真理的言語時，你們便是經過上主的管家領取食糧。

對答詠

瑪二五，21，20

領：善良忠信的僕人，你做得好，你既然在一些小事上忠信，我必委派你管理許多大事。

答：進來，分享我的福樂吧！（阿肋

路亞）。

領：主人！祢交給了我五個元寶；請看，我又賺了五個。

答：進來：

爲某教會的創建者

誦讀一 選讀聖怡樂主教

論聖詠一二六首

天主建築並守護祂的城

「若非上主興工建屋，建築工人徒然勞碌」，「你們是天主的宮殿，天主的神住在你們內。」這座房屋又是天主的宮殿，充滿了天主的教訓和聖寵，是一間聖所，能夠容納天主之心；同一先知曾爲它作了這見證：「你的聖殿是神聖的，是公正的，令人稱奇。」人的聖德、公正、貞

潔，便是天主的聖殿。

這座房屋該由天主來興建。因為人工所造的建築物不能持久，依照世俗的學說所制定的不能常存，我們的徒勞和掛慮也都無濟於事。

所以必須以其他方式來興建，來保存：不該興建在流動而易坍塌的沙灘上，而該奠基在先知和使徒們身上。

要用活石來興建，藉屋角石加以鞏固，逐漸的彼此密切連結，而達到成人的境地，和基督身體的身量；還要以屬神恩寵的光彩和華麗加以裝飾。

一座如此由天主興建的房屋，就是用天主的教訓興建的房屋，決不會倒塌。由於信友們每人的努力建樹，這座房屋將增多而成爲許多座房屋，如此就會成爲一座美化而廣大的真福之城。

天主從許久以來便是這座城池機警的

守護者；祂保護旅途中的亞巴郎，保存了被祭殺的依撒格的性命，使傭工的雅格成爲富翁，使被出賣的若瑟成爲埃及的首相；使梅瑟堅強，以反抗法郎；選擇若蘇厄作爲戰爭的統帥；拯救達味，免遭危險；賦與撒落滿智慧之恩，協助先知；攫取了厄里亞，揀選了厄里叟；給達尼爾食物吃，使火窖中的三聖童感到涼爽，並且保護他們。祂由童貞女降孕，曾藉天使訓示了若瑟並使瑪利亞心神安定；祂派若翰作前驅；祂選擇了使徒並祈求天主說：「聖父，求祢保全他們；當我和他們在一起時，我已因祢的名保全了他們。」最後，祂在受難後，曾應許要關懷我們，永遠保護我們，說道：「我和你們天天在一起，直到世界末日。」

祂將永遠守護這座真福和神聖的城，這是屬於天主的城，由集合在一起的羣衆所組成，並存在於我們每人的心中，因此這座城必須由上主來建造，好能漸漸擴展到完成的階段。因爲開始建造時，雖然是不完美的，只有在不斷建築的過程中，才終會趨於完美。

對答詠

伯前二，4-5；詠一一七，21

領：你們要親近基督、我們的活石。

答：你們也要像活石，用來建造一座屬神的殿宇；成爲一班聖潔的祭司，藉着耶穌基督、獻上爲天主所悅納的、屬神的祭品（阿肋路亞）。

領：基督就是那成了屋角基礎的活石。

答：你們也：

爲司鐸

誦讀一 選讀司鐸職務與生活法令

(三，12)

司鐸應修全德的聖召

聖秩聖事使司鐸們與至高祭司基督相似，成爲「頭」的職員，負責培植並建築祂的整個身體——就是教會，這樣，他們便是司牧職的合作者。他們如同所有基督信徒一樣，在洗禮中被祝聖，而領受了如此偉大召叫和聖寵的標記及恩惠，他們雖然有人性的軟弱，却有能力和義務應修全德，依照吾主所說的：「你們該是完善的，如同天父一樣完善。」

然而司鐸們由於一個特殊的動機，有義務獲得這種全德。他們透過聖秩聖事，以新的方式被奉獻給天主，並成爲永遠祭司——基督之生活的工具，以便在今世繼續

救恩的奇妙工程，即基督以至高的效能，將整個的人類大家庭聚集在一起的工程。

既然每位司鐸都以他自己的方式，代表基督本人，便也賦與他特殊的聖寵；這聖寵使他能爲自己的羊羣和整個天主子民服務，這樣他也更能達到他所代表的那一位的全德。同時，他人性的軟弱，被那身爲我們大祭司的基督的聖德所治癒：「祂是聖潔的、無罪的、無玷的、由罪人中分別出來的。」

基督爲聖父所聖化或祝聖，被派遣到世上來，「祂爲我們犧牲了自己，是爲了救贖我們脫離一切不法的事，並且洗淨我們，使我們作爲屬於祂的子民，熱心行善。」這樣，祂便經過苦難而進入了祂的光榮。同樣，司鐸們爲聖神的傅油所祝聖，爲基督所派遣，也致死他們肉慾的活

動，完全獻身於服務大眾。這樣他們具備了在基督內所獲得的聖德，使他們能逐漸達到「完人」的境界。

所以，司鐸們執行聖神和正義的職責時，只要他們服從那賜予生命並領導他們的基督之神，便能在神修生活上日益強健。促使他們達到全德的方法，便是每天的禮儀行爲，以及他們與主教們和其他司鐸在共融中所執行的全部職責。

司鐸們的聖德，爲使他們所執行的職務產生效果，實攸關匪淺：雖然天主的聖寵能藉不配的人員實踐救恩的工程，但是依照常規，天主却寧願藉那順從聖神推動和領導的人，顯示祂聖寵的奇跡。這樣的司鐸藉他們與基督密切結合，和他們聖德的生活，能和保祿使徒一起說：「我生活，但不再是我了，而是基督在我內生

活。」

對答詠

得前二，8；迦四，19

領：我切願交給你們的，不僅是福音，而且是我們的生命。

答：因為你們是我所疼愛的人
(阿肋路亞)。

領：我的孩子們，我願為你們再受產痛，直到基督在你們內成形。

答：因為你：

為傳教士

誦讀二 選讀教會傳教工作法令

(4-5)

往訓萬民

主耶穌在甘願為世人捨生之前，曾制定了使徒工作，並應許派遣聖神，為使這

工作和使命時時處處聯合在一起，而實踐救世的工程。聖神歷代以來，在共融和使徒工作中使整個教會統一化，並賦予教會聖統性與神恩性的各種恩寵。祂又像靈魂，將生命賜與教會的各個團體，祂把傳教的熱忱置於信友心中，這熱忱使曾推動過耶穌本人。有時可覺察到祂在為使徒工作舖路，就如祂不斷陪伴着教會，並以許多方式領導教會。

主耶穌在傳教的開始，「召叫祂自己所要召叫的人，來到祂面前，指定了十二個人，使他們同祂在一起，並派遣他們去宣講。」於是使徒們便成了新以色列的嫩芽，同時也成為聖統的起源。

以後，主藉祂的死亡和復活，在祂自己身上、一勞永逸的完成了我們救恩的聖事。祂本身曾受聖父派遣，同樣祂也派遣

使徒們到全世界去，命令他們說：「你們去使萬民成爲我的門徒，因父及子及聖神之名給他們付洗；並教導他們遵守我所吩咐你們的一切。」

因此，教會有責任，傳揚基督所帶來的信德和救恩：這責任是受使徒們傳下來的那項特別的委任，他們將它遺留給主教的職位，主教們由司鐸來輔佐，而與伯鐸的繼位者、教會的至高司牧結合無間。這責任也是由於基督通傳給各肢體的生命活力。

所以教會是藉以下的行動而完成使命：教會由聖神的恩寵和愛德所推動，而服從基督的命令。教會實際臨在於所有的人和所有的民族，它利用生活的善表、宣講、聖事和其他得聖寵的方法，領導衆人獲得對基督的信仰、自由與和平。教會向

他們顯示：它是一條自由而穩妥的道路，能引導他們充分的分享基督的奧蹟。

對答詠 瑪一六，15，16；若三，5

領：你們要往普天下去，向一切受造物宣講福音。 答：凡信而受洗的人才能得救。

領：人除非由水和聖神而重生，不得進入天主的國。 答：凡信而：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一、基督，天父的聖言，
聖徒的偉大君王，
我們由衷相信，
祢是世界的救援，
祢是人類的光芒。

二、祢是信眾的希望，
生命的飲料與食糧，
祢是心靈的安定，

鼓勵和保護，
救助和力量。

三、求祢藉聖神光照我們，
掃除黑暗的威脅，
指示我們人生的方向，
引領我們踏上坦途，

回歸天父永恆的家鄉，阿們。

對經一：你們是世界的光。建在山上的城是不能隱藏的，（阿肋路亞）。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 25 頁

對經二：你們的光應當在人前照耀，
好讓人看到你們的善行，光榮你們的在天之父（阿肋路亞）。

對經三：天主的話是生活的，是有效的，鋒利無比，勝過雙刃的利劍，（阿肋路亞）。

簡短讀經

希一三，7-9 a

你們應該紀念那些曾給你們講過天主的道理，作過你們領袖的人，默想他們的結局，好效法他們的信德。耶穌基督、昨天、今天、直到永遠，常是一樣。你們不可因各種異端道理而誤入歧途。

短對答詠

復活期外

領：耶路撒冷，我在你城牆上派了守

望者。 答：耶路……

領：他們日夜不停地宣講上主的聖名。

答：耶路……

領：願光榮歸於父…… 答：耶路……

復活期

領：耶路撒冷，我在你城牆上派了守

望者，阿肋路亞，阿肋路亞。

答：耶路：

領：他們日夜不停地宣講上主的聖名

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：耶路：

讚主曲對經：講話的不是你們，而是你們

父的神藉你們講話，（阿肋

路亞）。

禱詞

基督善牧爲自己的羊犧牲了性命；我們要

感謝祂，讚美祂，祈求祂：

主，求祢牧養祢的子民。

基督，祢在牧者諸聖身上，顯示了祢的慈

祥和仁愛，

——求祢因他們的轉求，常仁慈的對待我們。

祢透過祢的代表，繼續行使牧靈的任務，

——求祢通過我們的牧者，不斷的領導我們。

祢藉祢的諸聖——祢子民的領袖，顯示出祢

是我們身心的良醫，

——求祢繼續工作，聖化我們的生活。

祢曾用諸聖的智慧和愛德，訓誨了祢的羣

羊，

——求祢藉我們牧者的幫助，使我們在聖德

上日益進步。

我們的天父：

結束禱詞 如無專用禱詞，則由下列者選

用適合者：

(一) 教宗

全能永生的天主，祢曾派遣聖○教宗

治理祢的子民，使他以言以行領導我們

修德行善；求祢因他的代禱，保護祢教會的

全體司牧、以及祢所託付給他們的羊羣，指引我們邁向永恆救恩的道路。

(二) 主教

天主，祢曾賜給聖○○主教熾熱的愛心、及足以征服世界的堅強信德；使他脫穎而出，躋身於善牧和聖者之林。求祢因他的代禱，賞賜我們也能堅持信仰，實行仁愛，來日在天上，與他分享祢永恆的光榮。

(三) 某教會的創建者

天主，祢曾藉聖○○(主教)的宣講，召選我們的前輩先進，接受了奇妙的福音真光。求祢因他的代禱，使我們在祢的聖寵培育之下日漸茁壯；並對祢聖子、我們的主耶穌基督的認識，日益加深。

(四) 牧者

上主，祢是聖徒的真光，靈魂的善牧。

祢曾選拔聖○○(主教)在祢的教會中，以言以行訓誨並教化祢的羣羊；求祢因聖人的轉禱，賞賜我們堅守他以言語所傳授的信仰，遵循他以榜樣所指示我們修德成聖的途徑。

或：

天主，祢曾以真理與聖愛之神傾注在聖○○(主教)心中；使他牧養祢的子民；在這聖人的紀念日，求祢因他的轉禱不斷助祐我們，追隨他的芳踪，日進於德。

(五) 傳教士

無限仁慈的上主，祢召選了聖○○宣揚基督，帶給人類無限富裕的恩寵。求祢因聖人的代禱，賞賜我們對祢的認識日益加深；使我們在祢面前忠信地實踐福音的真訓，豐富地結出善功的果實。

日間祈禱

午前

對經：父啊，如同祢派遣我到世界上來，同樣我也派遣他們到世界上去，（阿肋路亞）。

簡短讀經

弟前四，16

應注意你自己和你的訓言，在這些事上要堅持不變，因為你這樣作，才能救你自己，又能救你的聽眾。

領：上主簡選了自己的僕人，（阿肋路亞），

答：使他牧放自己的百姓雅格，（阿肋路亞）。

午時

對經：誰接待你們，就是接待我；誰接待我，就是接待那派遣我來

的父，（阿肋路亞）。

簡短讀經

弟前一，12

我感謝那賜我能力的、我們的主耶穌，因為祂認為我忠信，就派定了我服役。

領：我從不以福音為恥（阿肋路亞），

答：因為這福音正是天主的能力，可使人得救，（阿肋路亞）。

午後

對經：我們是天主的助手，你們是天主的田園，是天主的建築物，（阿肋路亞）。

簡短讀經

弟前三，13

善於服務的，自可獲得優越的品位，且能大膽地宣揚他們對基督耶穌的信仰。

領：若不是上主興工建屋，（阿肋路亞），

答：建築的人徒然勞苦，（阿肋路亞）。

結束禱詞 見晨禱

第二一晚禱

讚美詩

一、耶穌，萬民的善牧，

聖徒的榮冠，

人類的救主，

願祢的名受顯揚，

時時處處。

二、請垂視聖○○的轉求，

鞏固祢的教會，

領導祢的子民，

戰勝邪惡，

光榮上主。

三、我們向聖人致敬，

他一生追隨祢的脚步，

孝愛天父，

以言以行，

為福音作證不辭辛苦。

四、基督，求祢在聖人的國裏，

給我們指引及保護，

光榮歸於祢，

及父及聖神，

超越千古。阿們。

聖詠一四

對經一

牧者：我依照天主賜與的恩寵，作了

這福音的僕役（阿肋路亞）。

聖人：他是一位無瑕可指的完人；他

將獲享永恒的光榮，（阿肋路

亞）。

上主，誰能住在祢的帳幕裏？※

誰能在祢的聖山上安居？

是那行爲無瑕，實行正義，※

心口無欺的人；

他不隨口詆毀，不加害近人，※

也不欺凌鄰居；

他輕看作姦犯科的人，+

而尊重那敬畏天主的人，※

他起誓而損己，也不反悔。

他不放高利貸，※

也不受賄，加害無辜。

這樣行事的人，※

才能永不動搖。

對經一

牧者：我依照天主賜與的恩寵，作了

這福音的僕役，（阿肋路亞）。

聖人：他是一位無瑕可指的完人；他

將獲享永恒的光榮（阿肋路亞）。

聖詠一一一

對經二

牧者：請看忠信而明智的僕人，主人

派他作自己的管家，（阿肋路

亞）。

聖人：天主的聖者必獲恩寵和仁慈，

祂簡選的人必蒙眷顧，（阿肋

路亞）。

敬畏上主的人，真有福氣，※

酷愛祂誠命的人，真有福氣。

他的子孫在世必會強盛，※

義人的後裔必蒙祝福。

他的家族要享榮華富貴，※

他的仁風必將萬世永垂。

黑暗中必有光明向義人照耀，※

因爲他富於仁愛、慈悲和公道。

樂善好施的人，必然幸福，※

他公正無私處理事務。

因爲義人永不動搖，※

他將永遠被人懷念。

噩耗不能使他驚惶，※

他仰賴上主，心志堅強。

他必心意堅定，無恐無憂，※

直到看見他的仇敵蒙羞。

他施捨錢財，扶弱濟貧，+

他的仁風萬世流芳，※

他將頭角崢嶸，受人敬仰。

惡人看見，必怒火填胸，+

咬牙切齒，氣憤而終，※

惡人的願望終成泡影。

對經二

牧者：請看忠信而明智的僕人，主人

派他作自己的管家，（阿肋路

亞）。

聖人：天主的聖者必獲恩寵和仁慈，

祂簡選的人必蒙眷顧，（阿肋

路亞）。

聖歌 默一五，3-4

對經三

牧者：我的羊認識我的聲音；將只有

一個羊羣，一個牧人，（阿肋

路亞）。

聖人：這些聖者在天主及羔羊的寶座

前高唱新歌，他們的歌聲傳遍

大地，（阿肋路亞）。

上主，全能的天主，※

祢的作爲何等偉大奇妙！

萬世的君王！※

祢的道路多麼公平真實！

上主，誰敢不敬畏祢？※

誰敢不稱揚祢的名號？

因爲只有祢是聖善的，十萬民都要前來朝拜祢，※因爲祢彰顯了祢的正義。

對經三

牧者：我的羊認識我的聲音；將只有

一個羊羣，一個牧人，（阿肋

路亞）。

聖人：這些聖者在天主及羔羊的寶座

前高唱新歌，他們的歌聲傳遍

大地，（阿肋路亞）。

簡短讀經

伯前五，1-4

我這同爲長老的，爲基督苦難作證的以及同享那將要顯示的光榮的人，勸勉你們中間的衆長老：你們務要牧放天主託付給你們的羊羣，隨天主的聖意盡監督之職，不是出於不得已，而是出於甘心；也不是出於貪圖卑鄙的利益，而是出於情願；不

是做託你們照管者的主宰，而是做羣羊的模範。這樣當總司牧出現時，你們必要接受那不朽的榮冠。

短對答詠

復活期外

領：這是一個愛護弟兄的人，他常爲

百姓祈禱。 答：這是：

領：他爲自己的弟兄犧牲了性命。

答：他常爲百姓祈禱。

領：願光榮歸於父： 答：這是：

復活期

領：這是一個愛護弟兄的人，他常爲

百姓祈禱，阿肋路亞，阿肋路亞。

答：這是：

領：他爲自己的弟兄犧牲了性命。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：這是：

謝主曲對經：這是那位忠信而精明的管家，

主人派他管理家中的僕人，

按時分配給他們食糧，（阿

肋路亞）。

或：善牧基督，祢領導我獲得這

種光榮，我感謝祢；懇求祢

使祢託付給我的羊也能與我

一同分享祢永恆的恩寵，

（阿肋路亞）。

禱 詞

基督被立為大祭司，代表世人與天主交往；

我們要熱烈的讚美祢，謙恭的祈求祢：

主，求祢援助祢的子弟。

祢曾藉聖善和傑出的牧者，奇妙的光耀了

祢的教會，

— 求祢使祢的信徒，也能享有同樣的光輝。

祢因牧者諸聖，如同梅瑟一樣祈求了祢，

就赦免了人們的罪過，

— 求祢因他們的轉求，不斷淨化祢的教會，

使它聖潔無瑕。

祢從弟兄中選拔了祢的聖人，給他們敷了

油，並遣發祢的聖神，降臨在他們身上，

— 求祢使祢子民的牧者都充滿聖神。

祢是牧者諸聖的產業，

— 求祢使那些用祢聖血所拯救的人，都能

與祢常在一起。

祢藉著教會的牧者，將永生賜給了祢的羣

羊，求祢不要讓任何人從祢的手中將他們

奪去，

— 求祢也拯救所有去世的人，因為祢爲了

他們，曾犧牲了祢的性命。

我們的天父：

結束禱詞 見專用，或無專用者時見晨禱

(七) 教會聖師通用

除下列經文外，一切皆同牧者通用

738 頁。

第一晚禱

簡短讀經

雅三，17-18

從上而來的智慧，首先是純潔的，其次是和平的、寬仁的、柔順的、滿有仁慈和善果的，不偏不倚，毫無矯飾。為締造和平的人，正義的果實，乃是在和平中種植的。

短對答詠

復活期外

領：義人的口傾吐智慧。

答：義人：

領：他的唇舌講論正義。

答：傾吐智慧。

領：願光榮歸於父： 答：義人：

復活期

領：義人的口傾吐智慧，阿肋路亞，

阿肋路亞。 答：義人：

領：他的唇舌講論正義。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：義人：

謝主曲對經：那奉行誠命而又勸人遵守的，

他在天國裏將稱為偉大的

(阿肋路亞)。

結束禱詞 如無專用禱詞時，見晨禱。

序經對經：上主是智慧的泉源，請大家前

來朝拜祂(阿肋路亞)。

聖詠九四 3 頁。

誦 讀

讚美詩、聖詠、對經等均如牧者通用 172 頁

將臨期、聖誕期、四旬期

誦讀一 恭讀智慧書

七，7 16，22 30

義人的幸福在天主內

我曾祈求，天主就賜給了我聰明；我曾呼籲，智慧的神便臨於我身。我寧要智慧，而不要王權和王位；財富與她相較，分文不值。無價的寶石也不能與她相比，因為，一切黃金在她面前，不過只是一粒細沙；白銀在她跟前，無異一撮泥土。我愛她勝過健康和美色，我以她比光明更為可取，因為，由她而來的光輝從不暗淡。的確，一切美物都伴她而來，在她手中握有不可勝數的財富。爲了這一切美物，我

極爲歡樂，因爲智慧是一切美物的先導；我一向都不知道，智慧竟是一切美物的母親。我誠心地學習了，我也豪爽地分施與人，我絕不隱藏智慧的財富。因爲智慧是人用之不盡的寶藏；凡佔有的人必獲天主的友愛，賴受教而獲得的恩賜，深得天主的歡心。願天主使我遵照祂的意願說話，使我的思想配合祂的恩賜，因爲是祂領導智慧，引導智者；原來，我們和我們的言論，我們的一切聰明和技巧都在祂手中。在她內的神，原是聰明的，至聖的，唯一的，多樣的，微妙的，敏捷的，精明的，無玷的，率直的，不受損害的，好善的，銳敏的，無敵的，施惠的，愛人的，穩固的，堅決的，無慮的，無所不能的，無所不察的，又是洞察所有明達、潔淨和精微心靈的。實在，智慧比一切活動更爲

活動；她是如此精純，能滲透深入一切。她是天主威能的氣息，是全能者榮耀的真誠流露；因此，任何污穢都不能浸入她內。她是永遠光明的反映，是天主德能的明鏡，是天主美善的肖像。她雖是獨一的，却無所不能；她雖恆存不變，却常使萬物更新。她世世代代進入聖善的靈魂，使他們成爲天主的朋友和先知；因爲天主只愛那與智慧同居共處的人。實在，智慧比太陽還美麗，壓倒一切星座；如與光明相比，她必佔優勢；因爲，光明還要讓位於黑夜，但是邪惡絕不能戰勝智慧。

對答詠

智七，7 8；雅一，5

領：我曾祈求；天主就給了我聰明；

答：我曾呼籲，智慧之神便臨於我身；我寧要智慧，而不要王權

和王位。

領：你們中誰若缺乏智慧，就該向天

主祈求，天主必賜給他，因爲天

主對人慷慨施恩，從不責斥。

答：我曾呼：

復活期

誦讀一 恭讀格林多前書 二，1 16

天主的智慧

弟兄們，就是我從前到你們那裏時，也沒有用高超的言論或智慧，給你們宣講天主的奧義，因爲我會決定，在你們中不知道別的，只知道耶穌基督，這被釘在十字架上的耶穌基督；而且當我到你們那裏的時候，又軟弱，又恐懼，又戰兢不安；並且我的言論和我的宣講，並不在於智慧動聽的言詞，而是在於聖神和祂德能的表現，爲使你們的信德不是憑人的智慧，而

是憑天主的德能。

我們在成全的人中也講智慧，不過不是今世的智慧，也不是今世要消滅的有權勢者的智慧；我們所講的乃是那隱藏的、天主奧秘的智慧，這智慧是天主在萬世之前，爲使我們獲得光榮所預定的；今世有權勢的人中沒有一個認識她，因爲如果他們認識了，絕不致將光榮的主釘在十字架上。經上這樣記載說：「天主爲愛祂的人所準備的、是眼所未見、耳所未聞、人心所未想到的。」

可是天主藉着聖神將這一切啓示給我們了，因爲聖神洞察一切，就連天主的深奧事理祂也洞悉。除了人內裏的心神外，有誰能知道那人的事呢？同樣，除了天主聖神外，誰也不能明瞭天主的事。我們所領受的，不是這世界的精神，而是出於天

主聖神，爲使我們能明瞭天主所賜與我們的一切。爲此，我們宣講，並不用人的智慧所教的言詞，而是用聖神所教的言詞，給屬神的人講論屬神的事。然而屬血氣的人，不能領受天主聖神的事，因爲那爲他是愚妄；他也不能領悟，因爲這些事只有藉聖神纔可審斷。惟有屬神的人能審斷一切，但祂却不爲任何人所審斷。經上說：「誰知道上主的心意，而指教祂呢？」可是我們有基督的心意。

對答詠

格前一，21，23，25

領：天主決意以愚妄的道理，來拯救那相信的人。

答：我們所宣講的，却是被釘在十字架上的基督，阿肋路亞。

領：天主的愚妄，總比人明智；天主

的懦弱，也總比人堅強。

答：我們所：

常年期

誦讀一 恭讀德訓篇 三九，1-14

精通聖經的智者

智者必研究歷代古人的智慧，必專務先知的預言，必保留名人的言論，必領悟比喻的妙理，必考究箴言的真諦，必玩味寓言的微妙。他出入偉人之中，出現於王侯之前；周遊異民的邦國，考察人間的善惡。他清早起來，即將自己的心交給造他的上主，並在至高者的面前祈禱。他開口唸經，為自己的罪求饒。若偉大的上主願意，必使他充滿智慧的精神：他就傾吐智言，有如甘霖；在祈禱時他必稱謝上主。他會支配他的智謀和知識，時常默想天主

的奧秘。他必將所得的知識公諸世人，並

因上主盟約的法律而自豪。衆人都要稱揚

他的明智，他永遠不會被人遺忘；他的紀

念總不消失，他的美名永世常存。民衆要

傳揚他的智慧，集會要謳歌他的盛譽。

對答詠

德一五5-6

領：在集會中，上主使他開口發言，

答：使他充滿上智和聰敏之神。

領：上主使他獲得喜樂和愉快。

答：使他充：

誦讀二 選讀聖戴奧多隱院院長維廉

「信德之鏡」

當在聖神內尋求了解信德

基督信徒，當許多信德的艱深奧蹟，

呈現在你戰兢的本性之前時，你要勇敢的

發問：「這些事如何能成就呢？」這樣問

不是出於反對的精神，而是由於受教的願望。

你的問題該成爲你的祈禱，成爲愛情、虔敬和謙虛的願望；不是爲了窺探天主權威的高深，而是在天主救援人的行動中尋求我們的救援。這時「偉大謀士的天使」將回答你說：「當我從父那裏要派遣給你們的護衛者來到時，祂要爲你們作證，並教導你們一切的事。一切真理都從真理之神而來。」因爲「除了在人內的人之神，誰也不知道人的事；同樣，除了天主的神以外，誰也不知道天主的事。」

那麼，你要趕快領受聖神吧！你呼求祂時，祂便來到，帶着天主的許多恩惠而來。祂是河中的激流，使天主的城歡暢。

當祂來時，如果發現你是謙虛的、安靜的、並敬畏天主的言語，祂就要安息在

你內；並把天主教對此世的智者和聰明的人所隱藏的事啓示給你；「智慧」在世時對弟子們所說的那些事，將要對你顯示出來，昭然若揭；可是這些事，直到那教導一切真理的真理之神降臨時，他們無力承擔。

爲了領受並學習這真理，我們不能期望由任何人的口中得到那由「真理」本身之口所不能領受或學習的事。因爲「真理」親口說：「天主是神」。凡是朝拜祂的人，必須以精神和真理朝拜祂；同樣，凡是期望認識祂的人，也只該在聖神內，尋求如何領悟信仰，和這純粹無瑕真理的意義。

因爲在今生的黑暗和愚昧中，祂是光照神貧者的光明，祂是吸引人的愛德，是令人感到的甘飴，祂使人接近天主，是愛者

的愛德，祂是熱誠，祂是虔敬。

聖神把天主的公義啓示給信友：公義由信德開始，又以信德而完成；祂爲了聖寵而賜人聖寵，爲了那來自聽道的信德，便賜人已被光照的信德。

對答詠

瑪一三，52；箴一四，33

領：凡成爲天國門徒的經師，

答：就好像一個家主，從他的寶庫裏，提出新的和舊的財物（阿肋路亞）。

領：智慧住在哲人心中，甚至教訓愚人。
答：就好像：

或：選讀天主的啓示教義憲章（7）（8）

論天主啓示的傳遞

在基督的身上，至高天主的全部啓示集其大成。祂會命令使徒們向萬民宣講

天主的福音。這福音是從前藉先知預許的，以後在祂身上應驗並由祂親口所頒佈的。使徒宣講時，將福音作爲一切救援真理和道德規律的泉源，同時也把天主的恩惠通傳給萬民。

使徒們果然忠實的執行了這項命令。首先由使徒們所完成，他們藉口頭的宣講、榜樣和各種教導傳授了這一切：即從基督口中、生活中和行爲中所接受的，以及因聖神提示而學習的一切。以後由其他使徒和使徒時代的人們，因同一聖神的靈感，將救恩的信息筆之於書。

爲了使福音在教會內，時常保持完整和活力，使徒們留下了主教們作爲繼承人，把代替他們訓導人的權柄交給主教們。使徒們所傳授的包括一切爲天主子民度聖善的生活並發展信仰所需要的。如

此，教會在教義、生活和敬禮各方面垂之永久，並把它本身和它所信仰的傳遞給世世代代的人。

來自使徒的這傳統，由於聖神的助祐，在教會中仍進步不止：因為對於事蹟和傳下來的言語的了解、常有進步：即透過信友的反省和研究，反覆在心中思量，透過他們體驗到的對精神事理的領悟；以及透過那些繼承主教職而領受了保證真理特恩的人的宣講而日益進步。這就是說，教會歷代以來，不斷的朝向天主的全部真理邁進，直到天主的言語在教會內完成為止。

聖教父們的言論證實這傳統富有活力的臨在，而此傳統的富源、便傾注在信仰和祈禱的教會中、在它的習俗上和生活上。

這同一傳統使教會認識聖經的完整書目。也是它在教會中，使人更深入了解聖經，並使聖經不斷產生效果。這樣，從前曾說過話的天主，仍不斷的和祂愛子的淨配交談；而聖神——福音生動的聲音藉祂在教會中，並藉教會而在世界上迴響着——引導信友們進入一切真理，並使基督的言語充沛的居住在他們內。

對答詠

伯前一，25；路一，2

領：上主的話，永遠存在； 答：這話就是傳報給你們的福音（阿肋路亞）。

領：這是按那起初親自目睹的人，及宣道人所傳給我們的話。

答：這話：

節日、慶日唸讚主詩（17）頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一、基督，永恆的導師，

智慧的泉源，

祢是真理、生命和道路，

又有永生的聖言。

二、萬民的善牧，

不畏世途艱險，

領導羣羊，

走向永生的羊棧。

三、祢使聖師放射光輝，

驅散無知的黑暗，

領導羣衆，

追求至善。

四、祢使他們傳播愛的福音，

給人間帶來溫暖，

將祢聖言的種子，

深植在世人的心田。

五、基督，至聖導師，

我們讚頌祢，

及父及聖神，

永不間斷。阿們。

簡短讀經

智七，13-14

我誠心地學習了，也豪爽地分施與人，絕不隱藏智慧的財富。因為智慧是人用之不盡的寶藏；凡佔有它的人，必獲得天主的友愛，賴受教而獲得的恩賜，深得天主的歡心。

短對答詠

復活期外

領：萬民要傳揚聖者們的智慧。

答：萬民：

領：集會要謳歌他們的盛譽。

答：萬民：

領：願光榮歸於父： 答：萬民：

復活期

領：萬民要傳揚聖者們的智慧，阿肋

路亞，阿肋路亞。 答：萬民：

領：集會要謳歌他們的盛譽。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：萬民：

讚主曲對經：賢明的人，將如穹蒼的光輝

一般照耀；教導多人履行正

義者，有如星辰，永遠光芒

四射，（阿肋路亞）。

結束禱詞 如無專用者，則用以下：

主、天主，祢使聖○聖師深刻領悟

了祢啓示的真理；求祢因聖人的代禱，賞

賜我們堅信同一真理，並能身體力行，為

真理作證。

日間祈禱

經文見牧者通用 763 頁

第二晚禱

讚美詩 見牧者通用第二晚禱 764 頁

簡短讀經 雅三，17-18

從上而來的智慧，首先是純潔的；其

次是和平的、寬仁的、柔順的、滿有仁慈

和善果的，不偏不倚，毫無矯飾。為締造

和平的人，正義的果實，乃是在和平中種

植的。

短對答詠

復活期外

領：在集會中，他開口發言。

答：在集：

領：上主使他充滿智慧聰敏之神。

答：他開口發言。

領：願光榮歸於父： 答：在集：

復活期

領：在集會中，他開口發言，阿肋路

亞，阿肋路亞。

答：在集：

領：上主使他充滿智慧聰敏之神。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：在集：

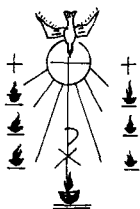
謝主曲對經：聖善導師，教會之光，天主

誠命的敬愛者，聖○○，請

爲我們轉求天主聖子，（阿

肋路亞）。

結束禱詞 專用，或見晨禱



(八) 貞女通用

第一晚禱

讚美詩 見第二晚禱 796頁

聖詠吟唱

聖詠 一一二

對經一

貞女：女兒們，請來瞻仰上主，

要喜形於色（阿肋路亞）。

聖婦：願上主的名受讚美，祂會

對祂的婢女表現了慈愛，

（阿肋路亞）。

上主的僕人，請同聲讚頌，※

讚頌上主的名。

願上主的名受讚美，※

從現在直到永遠。

從日出到日落，※

願上主的名受讚美。

上主超越列國萬邦，※

祂的光榮凌駕穹蒼。

誰能與上主、我們的天主相比？※

祂從高處俯視諸天和大地。

把軟弱的人從塵埃裏救起，※

把窮苦的人由糞土中高舉。

使他們與公卿同席，※

與民間的縉紳並坐。

使那不妊的婦女安居家中，※

成爲多子的母親，其樂融融。

對經一

貞女：女兒們，請來瞻仰上主，

要喜形於色（阿肋路亞）。

聖婦：願上主的名受讚美，祂會

對祂的婢女表現了慈愛，

(阿肋路亞)。

聖詠一四七

對經二

貞女：上主，我們現在全心追隨

祢、敬畏祢、尋找祢的聖
顏，不要使我們失望，(阿
肋路亞)。

聖婦：耶路撒冷，你要讚頌上主，

因為祂降福了你城內的衆
子女(阿肋路亞)。

耶路撒冷，你要讚頌上主！※

熙雍，你要讚頌你的天主！

因為祂鞏固了你的城門，※

降福了在你中間的子女。

也使你的四境平安，※

讓你飽饗上好的麥麵。

祂向大地發出自己的諭旨，※

祂的聖旨即刻迅速傳遞。

祂降雪有如羊毛，※

祂撒霜好似飛絮。

祂拋下冰雹好似碎石，※

祂發出寒氣，水便凝結；

祂一發言，冰塊即刻溶化，※

祂一噓氣，靜水立即流動。

祂將自己的旨意曉諭了雅格，※

把自己的誠律啓示給以色列。

祂從沒有這樣恩待過任何國家，※
也從未向他們宣示過自己的律法。

對經二

貞女：上主，我們現在全心追隨

祢、敬畏祢、尋求祢的聖
顏，不要使我們失望，(阿
肋路亞)。

聖婦：耶路撒冷，你要讚頌上主

因為祂降福了你城內的衆
子女，（阿肋路亞）。

聖歌 弗一，3（10）

對經三

貞女：基督的貞女們，歡躍吧！

因為基督將永遠作你們的
淨配，（阿肋路亞）。

聖婦：上主喜愛你，你的天主將

因你而歡欣，（阿肋路亞）。

願天主，我們的主耶穌基督的父受讚美，※

祂在天上，在基督內，

賜給我們各種屬神的福分。

因為祂在創世之前，

已在基督內簡選了我們，※

使我們在祂面前聖潔無瑕；

祂又出於愛心，按照自己的決意，十

藉耶穌基督預定了我們，※

成爲祂的義子，而歸祂所有，

使人頌揚祂恩寵的光榮，※

這是祂在愛子內賜給我們的恩寵；

我們藉祂愛子的血，在祂愛子內，※

獲得了救贖和罪過的赦免。

天主把這恩寵，

豐厚地傾注在我們身上，※

賜給我們各種智慧和明達，

使我們知道祂旨意的奧秘，※

這都是依照祂在愛子內所定的計劃。

按照祂的措施，時期一滿，※

就使上天下地的一切，重歸於基督。

對經三

貞女：基督的貞女們，歡躍吧！

因為基督將永遠作你們的

淨配（阿肋路亞）。

聖婦：上主喜愛你，你的天主將

因你而歡欣（阿肋路亞）。

簡短讀經

格前七，32，34 a

我願你們無所掛慮：沒有妻子的，所掛慮的是主的事，只想怎樣悅樂天主；沒有結婚的女子和童貞女，所掛念的是主的事，一心使身心聖潔。

短對答詠

復活期外

領：我心中知道，上主是我的福分。

答：我心中：

領：上主對尋求祂的人是慈善的。

答：我心中：

領：願光榮歸於父…… 答：我心中：

復活期

領：我心中知道，上主是我的福分，

阿肋路亞，阿肋路亞。

答：我心中：

領：上主對尋求祂的人是慈善的。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父…… 答：我心中：

謝主曲對經

殉道貞女：請看，英勇的貞女，如何追隨爲我們釘死在十字架上的羔羊，作了純潔的獻品，貞潔的犧牲，（阿肋路亞）。

一位貞女：新郎到了，那準備好的貞

女就同他進去，共赴婚筵，

（阿肋路亞）。

多位貞女：明智的貞女們！新郎來了，

準備你們的燈，出來迎接

吧！（阿肋路亞）。

禱 詞 見第二晚禱 800 頁

結束禱詞 專用，如無專用者，見晨禱

序經對經：主基督是貞女們的君王，請大

家前來朝拜，（阿肋路亞）。

或：

貞女們追隨着羔羊，請大家前

來朝拜，（阿肋路亞）。

聖詠九四，3 頁

誦 讀

讚美詩

一、今逢貞女的慶節，

我們歡欣鼓舞，

她（們）畢生保持了心靈純潔，

忠心追隨了基督。

二、耶穌——潔德的玉簪花，

貞女的君王與保護，

讓她們聖德的芬芳，

驅散世界罪惡的毒素。

三、願她們一生的榜樣，

鼓勵我們忠於上主，

常保持純潔的心靈，

避免罪惡的玷污。

四、耶穌——衆童貞的先鋒，

領我們走上聖德的正路，

賜給我們聖寵活力，

克服我們人生的艱苦。

五、願光榮歸於耶穌，

祂生於童貞母，

偕同聖父與聖神，

永享榮福。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一八A，2 ~ 7

對經一：純潔而明智的貞女，聖言要

做你靈魂的淨配（阿肋路亞）。

聖婦：她的口傾吐智慧，她的舌流露

仁慈的教誨（阿肋路亞）。

高天陳述天主的光榮，※

穹蒼宣揚祂手中的化工。

日與日互遞消息，※

夜與夜相傳知識。

不是言也不是語，※

是聽不到的言語；

它們的聲音却傳遍大地，※

它們的言語也直達地極。

天主在天空爲太陽搭起了帷帳，+

太陽好似新郎步出洞房，※

又像壯士就道，欣然奔放，

從這一邊繞到另一邊，※

萬物莫不接受它熱力的溫暖。

對經一：純潔而明智的貞女，聖言要

做你靈魂的淨配（阿肋路亞）。

聖婦：她的口傾吐智慧，她的舌流露

仁慈的教誨（阿肋路亞）。

聖詠四四 壹

對經二：爲了我主耶穌基督的愛，我

將地上的王國和世界的一切

都視如敝屣（阿肋路亞）。

聖婦：信賴天主的聖婦心中歡唱讚美

詩（阿肋路亞）。

我的心靈洋溢着優美的言辭，+

我向君王傾吐我的讚美詩；※

我的舌頭好像作家奔放的妙筆。

你英俊無比，談吐溫雅，※

因爲天主永遠賜福給你。

大能者！

請把利劍佩在腰間，※

顯示你的榮耀和威嚴。

爲了維護真理、慈善和正義，+

願你順利前進；※

願你的右手做出驚人的事蹟：

你的利劍射中仇敵的心窩，※

萬民都將屈服在你面前。

天主，祢的寶座永遠常存，※

祢手握權杖，治國公允。

你喜愛正義，憎恨邪惡，+

因此上主，你的天主，

給你傳了喜樂的油，※

勝過其他的國王。

你的衣冠散發沒藥、沉香、

和肉桂的芬芳，※

在象牙宮裏，爲你彈奏悅耳的弦樂。

在你嬪妃羣中有各國的公主；※

王后佩戴敖非爾金飾，侍立在你的右邊。

對經二：爲了我主耶穌基督的愛，我

將地上的王國和世界的一切

都視如敝屣（阿肋路亞）。

聖婦：信賴天主的聖婦心中歡唱讚

美詩（阿肋路亞）。

聖詠四四 貳

對經三：君王戀慕你的秀麗，因爲祂

是祢的天主上主（阿肋路亞）。

聖婦：她們在歡樂歌舞聲中被領到

上主面前（阿肋路亞）。

女兒！請聽，請看，也請細聽，※

忘却你的本族和家庭！

因爲君王戀慕你的美麗，※

他是你的主，你要敬拜他！

提洛的民衆要來向你進貢，※

富足的人們也來朝見。

秀麗的公主，深居王宮，※

她的衣裳以金絲繡成。

她身穿錦衣華服，前去謁見君王，※
由侍女陪伴，來到你的身旁；

在歡樂歌舞聲中，※

一齊進入了王宮。

你的子孫將繼承你的列祖；※

立他們爲王，統治普天率土。

我要使你的名號永垂不朽，※

萬民都要歌頌你，直到永久。

對經三：君王戀慕你的秀麗，因爲祂

是祢的天主上主（阿肋路亞）。

聖婦：她們在歡樂歌舞聲中被領到

上主面前（阿肋路亞）。

領：祢已指示給我生命之路（阿肋路亞）。

答：祢的聖容使我滿心喜悅（阿肋路亞）。

誦讀一 恭讀格林多前書 七，25-40

基督徒的童貞

關於童身的人，我沒有主的命令，只就我蒙主的仁慈，作爲一個忠信的人，說出我的意見：爲了現時的急難，依我看來，爲人這樣倒好。你有妻子的束縛嗎？不要尋求解脫；你沒有妻子的束縛嗎？不要尋求妻室。但是你若娶妻，你並沒有犯罪；童女若出嫁，也沒有犯罪；不過這等人要遭受肉身上的痛苦，我却願意你們免受這些痛苦。弟兄們，我給你們說：時限是短促的，今後有妻子的，要像沒有一樣；哭泣的，要像不哭泣的；歡樂的，要像不歡樂的；購買的，要像一無所得的；享用這世界的，要像不享用的，因爲這世界的影像正在消逝。我願你們無所掛慮：沒有妻子的，所掛慮的是主的事，想怎樣悅樂主；娶了妻子的，所掛慮的是世俗的

事，想怎樣悅樂妻子；這樣他的心就分散了。沒有丈夫的婦女和童女所掛慮的是主的事，一心使身心聖潔；至於已出嫁的所掛慮的是世俗的事，想怎樣悅樂丈夫。我說這話，是爲你們的益處，並不是要設下圈套陷害你們，而只是爲使你們更齊全，得以不斷地專心事主。

若有人以爲對待他的女兒不合宜，怕她年華已逝，而事又在必行，他就可以隨意辦理，讓她們結婚，不算犯罪。但是誰若心意堅定，沒有不得已的事，而又能隨自己的意願處置，這樣心裏決定了要保存自己的女兒，的確作得好；所以誰若叫自己的女兒出嫁，作得好；誰若不叫她出嫁，作得更好。

丈夫活着的時候，妻子是被束縛的；但如果丈夫死了，她便自由了，可以隨意

嫁人，只要是在主內的人。可是，按我的意見，如果她守節，她便是更有福；我想我也有天主的聖神。

對答詠

領：君王戀慕你的秀麗，這是祂所創造的；祂原是你的天主，你的君王。
答：你的君王也是你的淨配（阿肋路亞）。

領：你要許配於你的君王、你的天主；你原是由祂所賜予，由祂所裝飾，由祂所救贖，由祂所聖化的。
答：你的君：

誦讀二 選讀聖啓廉主教殉道：論貞女的服裝

童貞女衆多增加慈母教會的喜樂

現在我要對貞女們發言。她們的榮耀越大，我們對她們也越關心。如將教會比

作一棵樹，則童貞是它開的花朵；是天主聖寵的光榮和美麗；是我們的喜樂，是讚頌和榮譽無玷而不朽的傑作；是天主的肖像，反映出主的聖德；是基督羊羣中最傑出的一部分。慈母教會因她們而感到高興，並在她們身上顯示出她的充沛活力。貞女的數目愈多，慈母教會的喜樂也愈增加。我是在向貞女們說話，我是在勸告她們，不是用權威，而是出自愛心。我自知是最微末和最渺小的，實不堪當敢於糾正錯誤，只是因為我對她們越關心，就越願意促使她們事事謹慎，深恐魔鬼來襲擊她們。

這種謹慎並非無用，這種恐懼也並不徒然。它指示出人得救的道路，可助人遵守主那賜予生命的規誡。貞女們已將自己奉獻給基督，棄絕了肉慾，而將身心奉獻

於天主，以完成注定獲得大賞的工程。她們不該設法美容而取悅任何人，只該取悅於主，她們期望從祂手中領受童貞的酬報。

貞女們，你們要保持你們所已開始的生活方式，要保持你們將來所應有的童貞身份。偉大的酬報在等待着你們！德行的偉大酬報，貞潔的最大獎賞。我們將來是怎樣的，你們已經開始是那樣子。你們在現世便擁有復活的光榮。你們經過世界，而未受世俗的污染。如果你們常保持貞潔和童貞，你們便與天主的天使媲美；但是你們要使你們的貞潔聖願常保持堅強、無玷；你們已勇敢開始的生活方式，要貫徹始終，堅持到底。不要尋求珍寶和衣服的美麗，而要尋求品德的美好。

使徒保祿被主稱為特選之器，天主派遣他宣佈天主的誠命，請聆聽他的話：「

第一個人出於地，是屬土的；第二個人出自天。那屬土的人怎樣，凡是屬土的人也怎樣；那屬天的人怎樣，凡是屬天的也都怎樣。我們既然帶着那屬土的人的肖像，將來也要帶着那屬天的人的肖像。」這便是童貞所帶着的肖像，貞潔帶着它，聖德和眞理也帶着它。

對答詠

格前七，34；詠七二，26

頌：沒有丈夫的婦女和貞女，

答：她所掛慮的是主的事，一心

使身心聖潔（阿肋路亞）。

頌：天主是我心的天主；天主永遠是

我的福分。 答：她所掛：

或：選讀修會生活革新法令

(1, 5, 6, 12, 25)

教會追隨唯一淨配基督

從教會伊始以來，就有許多男女，意欲實踐福音的勸諭，以便能以更大的自由追隨基督，並更親密的效法祂。他們以各種不同的方式度獻身於天主的生活。其中有許多人，因聖神的默啓，度隱修的生活，或創立修會；教會以其權威，加以接納並批准。從此，正符合天主的計劃，各種不同的修會團體相繼建立起來。這些修會對教會貢獻良多：不但使教會配備好、以從事「各種善功」，並準備好作「建樹基督身體」的工作，而且教會還因其子女的各種神恩而美化，好像「一位打扮好去迎接丈夫的新娘」，並顯示出「天主的各種智慧」。

在這許許多不同的神恩中，凡是被天主召叫實踐福音勸諭並忠實發願遵守的人，

都以特殊的方式將自己奉獻於天主。他們追隨童身而貧窮的基督——「服從至死，而且死在十字架上」，救贖並聖化人類的基督。他們因聖神傾注在他們心中的愛所激勵，愈加為基督並為祂的奧體、教會而生活。他們藉着包括全部生命的自我奉獻，與基督更熱切結合，教會的生活也越加富饒，教會使徒工作的成果也越加豐碩。

每一修會的會士首先該牢記在心：他們因發願遵守福音勸諭而響應了天主的號召，因此他們不僅該死於罪惡，而且要棄絕世俗，只為天主而生活。他們為事奉祂獻出了整個生命：這構成一種特殊的奉獻，深深植根於洗禮時的奉獻，並更圓滿的表達這種奉獻。

凡是發願遵守福音勸諭的人首先要尋求並孝愛那首先愛我們的天主。他們在一

切環境中應努力培養在天主內偕同基督的隱晦生活；這種生活能產生並激勵愛人之德，為能拯救世界並建立教會。而且福音勸諭的實踐，也因這愛德受到鼓舞和指引。

會士「因天國之故」所發的貞潔願，當珍視之為聖寵的特恩。貞潔以特殊方式使人心獲得自由，如此使人心更燃燒起對天主和衆人的愛火。因此這是上天賜福的特殊標誌，也是會士欣然獻身於事奉天主和使徒工作最適宜的方法。這樣他們便能提示所有的基督信徒：這奇妙的天作之合，應在來世完全彰顯出來：教會承認基督是它的唯一淨配。

對答詠

領：基督的貞女啊！你是多麼美麗！

答：你堪當接受主的花冠，終身

守貞的花冠（阿肋路亞）。

頌：沒有事物會使你放棄貞潔，也沒有事物會使你與天主子的愛相隔離。 答：你堪當：

節日、慶日唸讚主詩（17）頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

爲一位貞女

一、基督，諸聖童貞的君王，

祢召喚聖○ ○追隨祢的芳踪，

在聖神的助祐下，

贏得了靈肉的戰爭。

二、祢賜給她一顆純潔的心靈，

百折不撓的意志，

慷慨的心胸，

爲天國勇敢作證；

三、遵從福音的勸諭，

喜愛貞潔、貧窮，

一心嚮往天國，

不怕任何犧牲；

四、追隨救主走苦路，

表現無比英勇，

榮獲貞女華冠，

萬民崇敬。

五、光榮歸於聖子基督，

及父及聖神，

唯一天主，

世世無窮。阿們。

爲多位貞女 見第二晚禱

對經一：我要勇敢地明認基督，我熱

切地尋求基督，我渴望與基

督永久在一起（阿肋路亞）。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 25 頁

對經二：貞女們，請讚美上主：祂在

你們心中播下潔德的種子，

也爲所結出的果實戴上冠冕，

（阿肋路亞）。

對經三：聖者們將在光榮中歡躍，他

們的血肉之身將閃爍着勝利

的光輝（阿肋路亞）。

簡短讀經

歌八，7

洪水不能熄滅愛情，江河不能將它冲

去，如有人獻出全部家產，想購買愛情，

必受人輕視。

短對答詠

復活期外

領：我的心靈向祢說：我尋求了祢的

聖顏。 答：我的：

領：上主，我要繼續尋找祢的聖顏。

答：我尋求了祢的聖顏。

領：願光榮歸於父： 答：我的：

復活期

領：我的心靈向祢說：我尋求了祢的

聖顏，阿肋路亞，阿肋路亞。

答：我的：

領：上主，我要繼續尋找祢的聖顏。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：我的：

讚主曲對經

殉道貞女：棄絕自己，背起十字架的

那位貞女是有福的，她效

法了貞女的淨配，殉道者

的君王，我們的主基督，

（阿肋路亞）。

一位貞女：請看，明智的貞女已到達

基督面前，她在衆貞女中

間光芒四射，有如天空的

太陽，（阿肋路亞）。

多位貞女：上主的貞女們，請永遠讚

美上主，（阿肋路亞）。

禱 詞

基督是貞女的淨配和榮冠；我們要向祂歡呼慶祝，虔誠的向祂祈禱：

耶穌，貞女的榮冠，求祢俯聽我們。

基督，童貞聖女將祢作為唯一的淨配而愛祢，

求祢不要讓我們與祢的聖愛分離。

祢立了祢的母親為諸童貞之后，

求祢使我們因她的轉求，以純潔的心，

恆心侍奉祢。

祢的諸聖貞女會專心一意的侍奉祢，為了

祢把身心完全奉獻，

求祢因她們的轉求，勿使我們受到這轉

瞬即逝的世俗所迷惑而遠離祢。

主基督，明智的貞女會等候祢的來臨，

求祢使我們滿懷希望，醒寤警惕，期待

祢的降臨。

聖女○○是賢慧明智的貞女，

求祢因她的轉求，賞賜我們真正的智慧，常度聖善的生活。

我們的天父：

結束禱詞 如無專用者，則由以下禱詞中

選用適合者：

（一）一位童貞聖女

上主，祢曾訓示我們，祢樂於居住在人

們純潔的心中；求祢因童貞聖女○○的代禱，使我們善用祢所賜予的恩寵，淨化自己的心靈，使它成為祢喜愛居住的殿宇。

或：

上主，我們今天熱誠追念聖女○○的

貞德；求祢俯聽我們的祈禱，使我們常能生活在祢的聖愛中，并使我們的愛與日俱增，直到生命結束。

(二) 多位童貞聖女

上主，我們今天以無比的歡欣祝賀童貞聖女○○與○○的慶節；求祢大發慈悲，恩上加恩，使我們將來在天上，也能與她們歡聚在一起。

日間祈禱

唸補充聖詠，則詠一二一可由詠一二八 532 頁取代；詠一二六可由詠一三〇 358 頁取代。

午前

對經：親近天主對我是多麼美好：我只寄望於上主天主，（阿肋路亞）。

簡短讀經

智八， 21

我知道，天主若不將智慧賜給我，我不會獲得它——連知道這是誰的恩賜，已經是由於智慧。

領：這是那位明智的貞女，（阿肋路亞）。

答：是主來到時發現醒寤着的貞女，（阿肋路亞）。

午時

對經：上主，請照祢的諾言，扶持我的生命，不要讓我的希望成爲泡影，（阿肋路亞）。

簡短讀經

格前七， 25 ~ 26

關於獨身的人，我沒有主的命令，但是因爲我蒙主的仁慈，作爲一個忠實的人，我也提出我的意見：依我看來，在目前的困難情形下，獨身倒好。

領：這是那位明智的貞女，（阿肋路亞）。

第二晚禱

答：她是那聰明貞女當中的一位，

讚美詩

（阿肋路亞）。

午後

對經：這純潔的一代是多麼光輝，多

一、耶穌，貞潔的羔羊，
童貞聖女的不朽榮冠，

麼美麗（阿肋路亞）！

請保護祢的教會，
使它純潔聖善；

簡短讀經

默一九，6-7

二、衆童貞喜樂歡騰，

我們全能的天主、上主爲王了！讓我們歡欣鼓舞，將光榮歸於祂吧！因爲羔羊的婚期到了，祂的新娘也準備好了。

經歷了世途的艱險，

領：我找到了我心愛的那一位，（阿肋路亞）。

追隨祢到天國，
參加永恆的婚筵。

助路亞）。

三、童貞瑪利亞的聖子，
貞潔生活的模範，

答：我留住他，不讓他離去，（阿肋路亞）。

衆貞女齊聲歌頌，

路亞）。

仰瞻祢的慈顏；

結束禱詞 見晨禱

四、求祢堅定我們的信仰，
克服我們生活的困難，

以天上的雨露，

滋潤我們的心田。

五、耶穌，光榮歸於祢，

及父及聖神，

世世代代，

永不間斷。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一二一

對經一

貞女：淨配，我要爲你保持貞潔，

手持輝煌的燈前去迎接你

（阿肋路亞）。

聖婦：上主，祢的婢女因祢的救

恩而喜樂，（阿肋路亞）。

我真高興，因爲有人對我說：※

「我們要進入上主的聖殿！」

耶路撒冷，我們的腳，※

已經進入你的門限。

耶路撒冷的確是一座京城，※

有雄偉的建築，整齊的市容。

各支派、上主的各支派都湧向城中，※

按照以色列的慣例，稱頌上主的名。

這裏設有審判的寶座，※

就是達味宗室的寶座。

請爲耶路撒冷祈求太平：※

「願那喜愛你的人獲享安寧，

願你的城垣內永享和平，※

願你的堡壘中常保安全。」

爲了我的弟兄和同伴，※

我要祝禱說：「願平安常在你中間。」

爲了上主我們天主的殿宇，※

我要祝福你萬事如意。

對經一

貞女：淨配，我要爲你保持貞潔，

手持輝煌的燈前去迎接你
(阿肋路亞)。

聖婦：上主，祢的婢女因祢的救
恩而喜樂，(阿肋路亞)。

聖詠 一二六

對經二

貞女：心地純潔的人是有福的，
因為他們要看見天主，
(阿肋路亞)。

聖婦：天主的誠命在聖婦的心中
好像建在石頭上的永恆基
礎，(阿肋路亞)。

若非上主興工建屋，※
建築的人徒然勞碌；

若非上主防守城堡，※
警醒護守也是徒勞。

縱然你清晨早起，※
深夜不眠，也徒然無益；

茹苦含辛，也僅得一飽；※
上主所愛的，却毫無煩惱。

子女是上主恩賜的產業，※
兒孫承歡，是祂的酬報。

年輕力壯所得的子嗣，※
有如勇士手中的箭矢；
裝滿箭囊的人確實有福，※
城門之前與敵相爭，決不受辱。

對經二

貞女：心地純潔的人是有福的，
因為他們要看見天主，
(阿肋路亞)。

聖婦：天主的誠命在聖婦的心中
好像建在石頭上的永恆基
礎，(阿肋路亞)。

聖歌 弗一，3~10

對經三

貞女：我的信心不會動搖，基督
是我信心的基礎，（阿肋

路亞）。

聖婦：上主親手賜給了她力量，
因此她將永遠蒙受祝福，

（阿肋路亞）。

願天主，我們的主耶穌基督的父受讚美，※
祂在天上，在基督內，
賜給我們各種屬神的福分；

因為祂在創世之前，

已在基督內簡選了我們，※

使我們在祂面前聖潔無瑕；

祂又出於愛心，按照自己的決意，+

藉耶穌基督預定了我們，※

成爲祂的義子，而歸祂所有，

使人頌揚祂恩寵的光榮，※

這是祂在愛子內賜給我們的恩寵；

我們藉祂愛子的血，在祂愛子內，※
獲得了救贖和罪過的赦免。

天主把這恩寵，

豐厚地傾注在我們身上，※

賜給我們各種智慧和明達，

使我們知道祂旨意的奧秘，※

這都是依照祂在愛子內所定的計劃。

按照祂的措施，時期一滿，※

就使上天下地的一切，重歸於基督，

對經三

貞女：我的信心不會動搖，基督

是我信心的基礎，（阿肋

路亞）。

聖婦：上主親手賜給了她力量，

因此她將永遠蒙受祝福，

(阿肋路亞)。

簡短讀經

格前七，32，34 b

我願你們無所掛慮：沒有妻子的所掛慮的是主的事，只想怎樣悅樂天主；沒有結婚的女子和童貞女，所掛念的是主的事，一心使身心聖潔。

短對答詠

復活期外

領：貞女被帶到君王面前，滿心喜樂。

答：貞女：

領：她們進入君王的宮殿。

答：滿心喜樂。

領：願光榮歸於父： 答：貞女：

復活期

領：貞女被帶到君王面前，滿心喜樂，

阿肋路亞，阿肋路亞。

答：貞女：

領：她們進入君王的宮殿。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：貞女：

謝主曲對經

一位殉道貞女：我們慶祝貞女因一次

犧牲，而獲得貞潔與殉道的
的雙重冠冕：她為主捨棄
性命，也保持了童貞，

(阿肋路亞)。

一位貞女：基督的淨配，請來接受上

主從永遠就為你準備好的

華冠，(阿肋路亞)。

多位貞女：這是尋找上主、尋找我們

天主聖顏的聖女，(阿肋

路亞)。

禱詞

基督讚揚那些為天國而守貞的人；我們要

熱烈的讚美祂、祈求祂：

基督，貞女的君王，求祢俯聽我們。

基督，祢將教會作為獻給祢的、貞潔的淨配，

— 求祢使它常保持純潔神聖。

基督，聖潔的貞女提著燈來迎接祢，

— 求祢保護獻身於祢的修女，使她們忠信的燈常燃不熄。

主，身為貞女與慈母的教會，對祢常常保持完整與純真的信德，

— 求祢使衆信友也能保持信仰的純真與完整。

祢使祢的子民歡慶童貞聖女○○的慶節，

— 求祢使我們常常因她的代禱而感到歡欣。

祢會迎接聖潔的貞女，參加天上的婚筵，

— 求祢恩賜已亡的信衆，進入天上婚筵的大廳。

我們的天父：

結束禱詞 專用或見晨禱



(九) 聖人通用

第一晚禱

讚美詩 見第一晚禱 821頁

聖詠及對經 見牧者通用第一晚禱 738頁

簡短讀經 斐三，7-8a

凡以前對我有利益的事，現在爲了基督，我都看作是損失。不但如此，而且我將一切都看作損失，因爲我只以認識我主基督耶穌爲至寶。

短對答詠

復活期外

領：上主喜愛了他，使他享受榮華。

答：上主：

領：給他穿上了華麗的服裝。

答：使他享受榮華。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

復活期

領：上主喜愛了他，使他享受榮華，

阿肋路亞，阿肋路亞。

答：上主：

領：給他穿上了華麗的服裝。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

謝主曲對經

一位聖人：他好像一位明智的人，在

石頭上建築了房屋，（阿

肋路亞）。

多位聖人：上主的眼睛關注敬畏祂的

人，眷顧依靠祂仁慈的人

（阿肋路亞）。

一位會士：主說：如果你們不捨棄一

切所有，不能做我的門徒
(阿肋路亞)。

或：他必獲得上主的降福，和

救主天主的報酬，這樣的人
是尋求天主的一代，

(阿肋路亞)。

一慈善家：誰憐憫窮人，必蒙降福；

誰相信上主，必喜愛慈善，

(阿肋路亞)。

一教育家：我兒，你應堅守父親的命

令，不要拒絕母親的教訓，

要把它銘刻在你心中，

(阿肋路亞)。

禱詞 見第二晚禱 818 頁

結束禱詞 專用，或見晨禱 819 頁

序經對經：天主在聖者身上的作為令人驚

奇，請大家前來朝拜，(阿肋
路亞)。

或：今天在這聖○○的慶節，請大

家讚美我們的天主，(阿肋路
亞)。

聖詠九四， 3 頁

誦 讀

讚美詩

一、欣逢聖○○的慶節，

我們喜悅歡騰：

上主的聖寵在人身上，

完成了偉大工程。

二、要效法聖人的榜樣，

保持心靈潔淨，

忠於福音的訓誨，

不圖虛假光榮。

三、求主廣施恩寵，

助我克服名利誘惑，

畢生致力善行，

日後得享永生。

四、求主賜給我聖人的愛心，

關懷病苦貧窮，

帶給世界溫暖，

引人嚮往天廷。

五、我們願唱出讚美的歌聲，

偕同天上諸聖，

感謝三位一體的天主，

歌頌祂偉大的聖名。阿們。

聖詠吟唱

聖詠及對經均如牧者通用 742 頁

領·：上主領導了義人行走正路（阿肋路

亞）。

答·：並指示給他天主的王國（阿肋路亞）。

將臨期、聖誕期、四旬期

誦讀一

恭讀智慧書

五，1 ~ 16

義人是天主的真子女

那時候，義人有恃無恐，站在那些曾經壓迫他，輕視他受苦的人面前；他們一見，就不勝驚恐，驚奇他竟也意外獲得了救恩。他們必將懊悔心傷地彼此嘆息說：「這就是我們曾一度譏笑侮辱過的那人！我們真糊塗，曾將他的生活視為愚狂，曾將他的死亡視為耻辱。他怎麼也被列在天主的兒子中？怎麼在聖人中也有他的分子？顯然是我們偏離了真理的道路，正義的光沒有燭照過我們，智慧的太陽也沒有為我們升起。我們走遍了邪惡與滅亡的行徑，穿越了無路的曠野，唯有上主的道路，我們却沒有認識。傲慢為我們有什麼用處？財富與虛榮為我們又有什麼利益？

這一切都過去了，像陰影，像疾逝的流言；像在波濤起伏的水面上航行的船隻，駛過之後，無跡可尋，波濤裏也沒有留下船行的踪跡；或如空中飛過的鳥，一去無踪；牠鼓翼而飛，用力衝擊，一路穿破輕微的空氣，振翼飛過之後，也不見飛過的痕跡；或如射向靶子的箭，穿破的空氣立即復原，認不出它經過的路徑；我們也是這樣，剛一出生，即不存在，沒有表現一點功德的痕跡，只在邪惡中消耗了我們的一生。[罪人在地獄中說了這些話。的確，惡人的希望，像被風吹去的糠粃，像被暴風颳去的薄霜，像被風飄散的雲煙，像投宿一日即行消逝的旅客紀念。

至於義人却永遠生存；在上主那裏，有他們的酬報；在至高者那裏，有他們的照顧。

對答詠

若壹三，7，8，10

領：不要讓人迷惑你們！那行正義的，就是義人。 答：那犯罪

的，就屬於魔鬼，因為魔鬼自始就犯了罪。

領：天主的子女和魔鬼的子女在這事上，就可以認出來。 答：那犯罪……

或：恭讀致斐理伯人書 一，29-32，16

你們該懷有基督所懷有的心情

弟兄們：天主爲了基督的緣故，賜給你們的恩賜，使你們不但相信祂，也要爲祂受苦：就是要遭受你們會在我身上所見的，及如今由我所聽到的同樣的決鬥。

所以，如果你們在基督內獲得了鼓勵，愛的勸勉，聖神的交往，哀憐和同

情，你們就應彼此意見一致，同氣相愛，同心合意，思念同樣的事，以滿全我的喜樂。不論做什麼，不從私見，也不求虛榮，只存心謙下，彼此該想自己不如人；各人不可只顧自己的事，也該顧及別人的事。你們該懷有基督耶穌所懷有的心情；祂雖具有天主的形體，並沒有將自己與天主同等的地位，把持不捨，反而空虛自己，取了奴僕的形體，降生成人，與人相似，形態上完全與人一樣。祂自謙自卑，服從至死，且死在十字架上。因此，天主高高舉揚了祂，賜給祂一個名號，超越一切名號，而使天上、人間和地下的一切，一聽耶穌的名號，都屈膝叩拜；眾口同聲都明認耶穌基督為主，以光榮天主聖父。因此，我親愛的，就如你們常常聽了命，不但我與你們同在的時候，就是如今不在

的時候，你們更應該聽命。你們要懷着恐懼戰慄，努力成就你們得救的事，因為是天主在你們內工作，使你們願意，並使你們力行，為成就祂的善意。你們做一切事，總不可抱怨，也不可爭論，好使你們無可指摘、純真無邪，在乖僻敗壞的世代中，做天主無瑕的子女；你們在世人中應發光，有如宇宙間的明星，將生命的話顯耀出來，使我到基督的日子，有可自誇的，那我就沒有白跑，也沒有徒勞。

對答詠 斐二，12-13；若十五，5

領：你們要懷着恐懼戰慄，努力成就你們得救的事， 答：因為天主在你們內工作，使你們願意，並使你們力行，為成就祂的善意。

領：主說：沒有我，你們什麼也不能做。 答：因為……

復活期

誦讀一 恭讀默示錄 十四，1-5，

十九，5-9

被邀赴羔羊婚宴的人是有福的

我看見羔羊站在熙雍山上，同他在一起的，還有十四萬四千人，他們的額上都刻着羔羊的名號和他父的名號。我聽見一個聲音發自天上，好像大水的聲音，又好像巨雷的聲音；我所聽見的那聲音，也好像彈琴者在琴上所彈的聲音。他們在寶座前，在那四個活物和長老前唱的歌，似乎是一首新歌；除了那些從地上贖回來的十四萬四千人外，誰也不能學會那歌。這些人沒有與女人有過沾染，仍是童身；羔羊無論到哪裏去，他們常隨着羔羊。這些人是從人類中贖回來，獻給天主和羔羊當作初熟之果的；他們口中沒有出過謊言，他

們身上也沒有瑕疵。有聲音由寶座那裏發出說：「天主的衆僕人，凡敬畏祂的，無論大小，請讚美我們的天主罷！」我聽見彷彿有一大羣人的聲音，就如大水的響聲，又如巨雷的響聲說：「阿肋路亞！因為我們全能的天主上主爲王了！讓我們歡樂鼓舞，將光榮歸於祂罷！因爲羔羊的婚期來近了，他的新娘也準備好了；天主又賞賜她穿上了華麗而潔白的細麻衣：這細麻衣就是聖徒們的義行。」有位天使給我說：「你寫下來：被召赴羔羊婚宴的人，是有福的！」他又給我說：「這都是天主真實的話。」

對答詠

默十四，2，3；十

二，10；十九，5

領：我聽到一個發自天上，像巨雷的聲音說：我們的天主，要永遠爲

王。答：因爲祂的救恩、權能、國度，和祂基督的權柄已經來到了（阿肋路亞）。

領：從寶座那裏有聲音發出說：天主的衆僕人，凡敬畏祂的，無論大小，請讚美我們的天主！

答：因爲祂……

常年期

誦讀一 恭讀致哥羅森人書

三，1-17

你們的生命與耶穌一起隱藏在天

主內

你們既然與基督一同復活了，就該追求天上的事，在那裏有基督坐在天主的右邊。你們該思念天上的事，不該思念地上的事，因爲你們已經死了，你們的生命已

與基督一同藏在天主內了；當基督——我們的生命顯現時，那時，你們也要與祂一同出現在光榮之中。因此，你們要致死屬於地上的肢體，致死淫亂、不潔、邪情、惡慾和無異於偶像崇拜的貪婪，爲了這一切，天主的義怒纔降在悖逆之子身上；當你們生活在其中時，你們也曾一度在其中行動過，但是現在你們却該戒絕這一切：忿怒、暴戾、惡意、詬罵和出於你們口中的穢言。不要彼此說謊：因爲你們已脫去了舊人和他的作爲，而穿上了新人，這新人就是照那創造他者的肖像而更新，爲獲得知識的；在這一點上，已沒有所謂希臘人或猶太人，受割損的或未受割損的，野蠻人、叔提雅人、奴隸，或自由人的分別，而只有那是一切並在一內內的基督。爲此，你們該如天主所揀選的，所心

愛的聖者，穿上憐憫的心腸、仁慈、謙卑、良善、含忍；如果有人對某人有什麼怨恨的事，要彼此擔待，互相寬恕；就如

主怎樣寬恕了你們，你們也要怎樣寬恕人。在這一切以上，尤該有愛德，因為愛德是全德的聯繫。還要讓基督的平安在你們心中作主；你們所以蒙召生存於一個身體內，也是爲此；所以你們該有感恩的心。要讓基督的話充分地存在你們內，以各種智慧彼此教導規勸；懷着感恩之情，以聖詠、詩詞和屬神的歌曲在你們心內、歌頌天主。你們無論作什麼，在言語上或在行爲上，一切都該因主耶穌的名而作，藉着祂感謝天主聖父。

對答詠

迦三，27，28；弗四，24

領：你們凡是受洗歸於基督的人，就是穿上了基督：不再分猶太人或

希臘人；答：因爲你們在基督耶穌內都成了一體。

領：你們要穿上新人，這是按照天主的肖像、在公義和真實的聖潔裏所創造的新人。答：因爲：

或：恭讀致羅馬人書

十二，1-21

基督徒的生活

弟兄們！我以天主的仁慈請求你們，獻上你們的身體當作生活、聖潔和悅樂天主的祭品：這纔是你們合理的敬禮。你們不可與此世同化，反而要以更新的心思變化自己，爲使你們能辨別什麼是天主的旨意，什麼是善事，什麼是悅樂天主的事，什麼是成全的事。

我因所賜給我的聖寵，告訴你們每一位：不可把自己估計得過高；但應按照天

主所分與各人的信德尺度，估計得適中。就如我們在一個身體上有許多肢體，但每個肢體都有不同的作用；同樣，我們衆人在基督內，也都是一個身體，彼此之間每人都是肢體。按我們各人所受的聖寵，各有不同的恩賜；如果是說預言，就應與信德相符合；如果是服務，就應用在服務上；如果是教導，就應用在教導上；如果是勸勉，就應用在勸勉上；施與的，應該大方；監督的應該殷勤；行慈善的，應該和顏悅色。

愛情不可是虛偽的。你們當厭惡惡事，附和善事。論兄弟之愛，要彼此相親相愛；論尊敬要彼此爭先。論關懷不可疏忽；論心神要熱切；對於主要衷心事奉。論望德要喜樂；在困苦中要忍耐；在祈禱上要恒心；對聖者的急需要分擔；對客人

要款待。迫害你們的要祝福；只可祝福，不可詛咒。應與喜樂的一同喜樂，與哭泣的一同哭泣。彼此要同心合意，不可心高妄想，却要俯就卑微的人。不可自作聰明。對人不可以惡報惡，對衆人要勉勵行善；如若可能，應盡力與衆人和睦相處。親愛的諸位，你們不可爲自己復仇，但應給天主的忿怒留有餘地，因爲經上記載：「上主說：復仇是我的事，我必報復。」所以：「如果你的仇人餓了，你要給他飯吃，渴了，應給他水喝，因爲你這樣作，是將炭火堆在他頭上。」你不可爲惡所勝，反要以善勝惡。

對答詠 羅十二，2；弗四，23-24

頌：你們要以更新的心思改變自己，

答：爲使你們辨別什麼是天主的旨意，什麼是善事，什麼是悅樂

天主的事，什麼是完美的事。

領：你們應在心思念慮上改換一新，

穿上新人。 答：爲使你：

或：爲結過婚的聖人

常年期外

誦讀一 恭讀伯鐸前書 三，7 { 17

基督在你們心中

你們作丈夫的，應該憑着信仰的智慧與妻子同居，待她們有如較爲脆弱的器皿，尊敬她們，有如與你們共享生命恩寵的繼承人：這樣你們的祈禱便不會受到阻礙。

總之，你們都該同心合意，互表同情，友愛弟兄，慈悲爲懷，謙遜溫和；總不要以惡報惡，以罵還罵；但要祝福，因爲你們原是爲繼承祝福而蒙召的。所以

「凡願意愛惜生命，和願意享見幸福日子的，就應謹守口舌，不說壞話，克制嘴唇，不言欺詐；躲避邪惡，努力行善，尋求和平，全心追隨，因爲上主的雙目垂顧正義的人，祂側耳俯聽他們的哀聲；但上主的威容敵視作惡的人。」

如果你們熱心行善，誰能加害你們呢？但若你們爲正義而受苦纔是有福的。你們不要害怕人們的恐嚇，也不要心亂，只要在心內尊崇基督爲主；對那詢問你們爲什麼心中懷着希望的人，你們要時常準備答覆，且要以溫和、以敬畏之心答覆，保持純潔的良心，好使那些誣告你們在基督內有良好品行的人，在他們誹謗你們的事上感到羞愧。

如果天主的旨意是要你們受苦，那麼因行善而受苦，總比因作惡而受苦更好。

對答詠 見以下常年期誦讀一後

常年期

誦讀一 恭讀致厄弗所人書

五，21-32

基督徒的婚姻

你們作妻子的應當服從自己的丈夫，

如同服從主一樣，因為丈夫是妻子的頭，

如同基督是教會的頭，他又是這身體的救

主。教會怎樣服從基督，作妻子的也應怎

樣事事服從丈夫。你們作丈夫的應該愛妻

子，如同基督愛了教會，並為她捨棄了自

己，以水洗藉言語來潔淨她聖化她，好使

她在自己面前呈現為一個光耀的教會，沒

有瑕疵，沒有皺紋，或其他類似的缺陷；

而使她成為聖潔和沒有污點的。作丈夫的

也應當如此愛他的妻子，如同愛自己的身

體一樣；那愛妻子的就是愛自己，因為從來沒有人恨過自己的肉身，反而培養撫育它，一如基督之對教會；因為我們都是他身上的肢體。「為此，人應離開他的父母，與他的妻子結合，二人成為一體。」這奧秘真是偉大！但我是指基督和教會說的。

對答詠 伯前一，13，15；肋十一，44

領：你們要準備心靈，時時警惕，要

像那位召叫你們的聖者一樣。

答：在作任何事時都要保持聖

潔（阿肋路亞）。

領：我是上主你們的天主；你們該是

聖的，因為我是聖的。 答：在

作任：

誦讀二 選讀金口聖若望宗徒大事錄

釋義

基督徒的光不能隱藏

沒有比一個對他人的得救漠不關心的基督徒更冷酷的了。

在這裏，你不能以貧窮作爲託辭：因爲那投進兩個小錢的寡婦將要控告你。伯鐸也說：「我沒有金銀。」保祿同樣是那麼窮，竟至往往挨餓，而且缺乏必需的食物。

你不能以出身微賤作爲託辭：因爲使徒們都是沒沒無聞的人，出身微賤。你不能藉口說你是白丁：因爲他們也是不學無術的人。你不能以身體軟弱作爲託辭，因爲弟茂德也是如此，他時常生病。

誰願意盡力而爲，就能幫助他人。你們沒有看到不結果實的樹嗎？多麼堅實，多麼美麗而粗壯，枝葉茂密，而且

高大。可是，如果我們有一座果園，我們寧要石榴樹和結實累累的橄欖樹，而不要那些不結果子的樹：因爲這些樹是爲了賞心悅目，而毫無用途，即使有用，也微不足道。

那些只關心自己的人，就是這樣；甚至還要更壞，他們只配被焚燒，而那些不結果子的樹，尚可作爲建築房屋或作柵欄之用。這就是比喻中糊塗的童女：雖然貞潔、衣著相稱而莊重，但不幫助任何人，因此便被焚燒。凡不給基督食物的人，就是這樣。

試看他們中間沒有人是因個人犯了罪而被控告的：不是因爲犯了姦淫，不是因爲發虛誓，或其他相似的罪，而是因爲他未曾幫助他人。這就像那個把元寶埋在地裏的人，他的私人生活雖無瑕可指，但從

不幫助別人。

我請問：這樣的人怎能成爲一個基督徒呢？如果酵母混合在麪粉裏，而不改變整個的麪團，它真的是酵母嗎？再者，如果香液不把芬芳發散到走近的人身上，我們還稱之爲香液嗎？

你不要說：「我不能影響他人。」如果你不是基督徒，不可能不如此。因爲凡屬於本性的事物是不可否認的；我們所說的就是這樣：因爲這正是屬於基督徒本質的一項事實。

你不要侮辱天主。如果你說太陽不能發光，你便是侮辱天主；如果你說基督徒不能幫助人，你便是侮辱天主，並且說祂是說謊者。因爲太陽不放熱、不發光，比基督徒不發光、更爲容易；光明成爲黑暗，也比基督徒成爲黑暗更爲容易。

你不要說：這是不可能的：因爲相反的才是不可能的。你不要侮辱天主。如果我們正確的依正理去生活，便會自然而然影響別人的。基督徒的光不能隱藏；如此明亮的燈不能被遮掩。

對答詠 弗五，8，9；瑪五，14，16

頌：你們是在主內的光。你們要像光明之子一樣作人行事。 答：光明所結的果子，就是一切良善、正義、真理。

頌：你們是世界的光。你們的光應在人前照耀。 答：光明所：

或：選讀聖思定主教講道集

人人都有修德的聖召

「誰願跟隨我，就該棄絕自己，背著他的十字架來跟隨我。」主所命令的：」

誰願跟隨祂，該棄絕自己」，似乎艱難而困苦；然而，祂所命令的，祂要協助人完成，祂所命令的，便不艱難也不困苦了。

因為聖詠中對祂所說的話是真實的：

「由於你口唇的言語，我遵行艱困的道路。」祂親口所說的也是真的：「我的軛是柔和的，我的擔子是輕省的。」因為無論什麼艱苦的命令，愛德能使之成爲容易的。

「該背著他的十字架」的意義是什麼？就是他該忍受任何煩惱的事：他該這樣跟隨我。因爲當一個人開始使他的生活符合我的誠命時，便會有許多人反對他，有許多人禁止他，有許多人勸阻他，並且這些人還以基督的伴侶而自居。那些禁止瞎子呼叫的人，正是和基督同行的人。那麼，如果你要追隨祂，你就該把無論威

脅、或詔媚、或任何禁止，都轉變爲十字架。要忍受，要背起來，不要投降！

所以，我們生活在這個聖善的、美好的、已經和解的、被拯救的世界裏，或更好說將要拯救的，但現在却因望德而被拯救的世界裏：「因爲我們由於這望德而得救。」基督就在這個世界裏，也就是在那跟隨祂的整個教會裏，向所有的人說：「誰願跟隨我，就該棄絕自己。」

這裏所說，不是貞女該聽、而已婚者不該聽；或是寡婦該聽，而作妻子的不該聽；或是修士該聽，而已婚男子不該聽；或是聖職人員該聽，而在俗教友不該聽的問題。因爲整個教會、整個身體、所有從事不同職務的肢體，都該追隨基督。

教會是唯一的整體，它該整個的追隨，該像鴿子般追隨，該像新娘般追隨，

它是用新郎的血所救贖的、並作為嫁奩。在教會裏，童女的貞德有它的地方，寡婦的守節有它的地方，夫妻的純潔有它的地方。

在教會中的這些肢體，都該按自己的個性，自己的地位，自己的方式跟隨基督；該棄絕自己，就是說，不要自恃己力；該背著自己的十字架，就是說，他們該在世界上，為基督忍受世俗所加給他們的一切。他們該愛基督：只有祂不騙人，只有祂不能受騙，只有祂不說謊。他們都該愛祂，因為祂所許諾的是真實的。可是因為祂現在不立刻給人實踐，信德有時會動搖。你要恒心、堅持、忍耐、接受這遲延！你便是背了十字架。

對答詠

頌：這位聖者在天主面前行了奇事，

全心讚頌了上主。 答：願他常為所有罪人代禱，求得寬恕（阿肋路亞）。

頌：他從不抱怨訴苦，常真心敬拜天主；他遠避一切惡行，心靈保持潔白純樸。 答：願他常：

節日、慶日唸讀主詩（17）頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一、基督，諸聖的元首，
今逢聖○○的慶典，
同聲向祢謳歌，
歡欣頌讚。

二、紀念聖人的功勳，
激勵我們努力向善，

求聖人爲我們代禱，
使我們修德不倦。

三、師法聖者的芳表，
不畏困苦艱難，
克服世俗邪惡，
爭取天上榮冠。

四、求主賜予助祐，
使我們遠離犯罪危險，

保持心靈純潔，
得觀天父慈顏。

五、讓我們與諸聖歡聚，
讚頌天主聖三，
日日夜夜，
永不間斷。阿們。

聖詠吟唱

對經一：上主賜給他們永恆的榮耀，

他們將要承繼不朽的名號，
（阿肋路亞）。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 25 頁

對經二：上主的僕人，請永遠讚美上
主，（阿肋路亞）。

對經三：聖徒們將因所受的光榮而歡
欣，日夜歡呼歌唱，（阿肋
路亞）。

簡短讀經

羅一二，1-2

弟兄們，我以天主的仁慈請求你們，
獻上你們的身體當作生活、聖潔並悅樂天
主的祭品，這才是你們合理的敬禮。你們
不可與此世同化，反而應以更新的心思變
化自己，爲使你們能辨別什麼是天主的旨
意，什麼是悅樂天主的事，什麼是完善的
事。

短對答詠

復活期外

領：天主的法律在他的心田。

答：天主：

領：他的脚步必定穩健。

答：在他的心田。

領：願光榮歸於父： 答：天主：

復活期

領：天主的法律在他的心田，阿肋路

亞，阿肋路亞。 答：天主：

領：他的脚步必定穩健。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：天主：

讚主曲對經

一位聖者：誰履行真理，必來接近光

明，以顯示出他的行爲是

靠天主完成的，（阿肋路

亞）。

多位聖者：締造和平，心地純潔的人

是有福的，因爲他們將看

見天主，（阿肋路亞）。

一位會士：主說：遵行我父旨意的人，

就是我的兄弟、姊妹和母

親，（阿肋路亞）。

或：上主是我的福分；祂對尋

求祂的人溫良慈善，（阿

肋路亞）。

一慈善家：如果你們彼此相親相愛，

世人就因此認出來你們是

我的門徒，（阿肋路亞）。

一教育家：具有愛心的人教導人，有

如牧者教導他的羊羣，

（阿肋路亞）。

禱 詞

各位弟兄，我們要頌揚至聖的天主——基督，我們要祈求祂使我們一生在祂面前，以聖善和正義侍奉祂，我們也要高聲歡呼：

主，只有祢是聖的。

主耶穌，祢曾受過試探，除了罪以外，在一切事上與我們相似，

——求祢垂憐我們。

主耶穌，祢召叫我們修完全的愛德，

——求祢聖化我們。

主耶穌，祢命令我們作地上的鹽，世界的光，

——求祢光照我們。

主耶穌，祢曾服侍人，而不願受人服侍，

——求祢使我們謙遜地爲祢及弟兄們服務。

主耶穌，祢是聖父的光輝，祢是祂的肖像，

——求祢使我們在光榮中享見祢的聖容。

我們的天父：

結束禱詞 專用，如無專用者，則由以下

禱詞中選用適當者：

(一) 一位聖人

上主，唯獨祢是至聖的，沒有祢的幫助，人便一無是處。求祢因聖○○的轉禱，賞賜我們在世善度聖潔的生活，來日在天上永遠分享祢的榮耀。

或：

全能的天主，祢以聖人們的榜樣，激勵我們日進於德；求祢使我們今天歡度聖○○的慶節，也能因聖人卓越的言行而獲得鼓勵，忠信追隨祢的聖子。

(二) 多位聖人

全能永生的天主，祢在聖人聖女們身上顯示祢的榮耀，並在他們身上證明祢對我們的慈愛；求祢因聖○○與聖○○的代禱，賞賜我們追隨他們的芳表，忠信師法

祢的唯一聖子。

(三) 一位會士

天主，聖○○曾仰賴祢聖寵的助祐，終其一生，師法基督神貧與謙遜的榜樣；求祢因聖人的轉求，賞賜我們畢生忠於祢的召喚，追隨祢聖子指示的道路，達到祢所期望於我們的完美境界。

(四) 慈善家

天主，祢曾訓示祢的教會，「愛天主，愛人」是祢全部誠命的總綱；求祢使我們效法聖○○的榜樣，終生致力於仁愛的工作；來日審判時，能加入祢降福的人羣中，共享天國的永福。

(五) 教育家

上主，祢曾選派聖○○在祢的教會內，教導青年走上救恩的道路；求祢賞賜我們因聖人的榜樣，勉力追隨萬世師表的基督，

偕同所有兄弟姊妹們，投奔到祢的懷抱。

日間祈禱

午前

對經：誰若聽從基督的話，天主的愛在他內才是完全的，（阿肋路亞）。

簡短讀經

迦六，8

人種什麼，就收什麼：誰隨從肉情播種，必由肉情收穫敗壞；誰隨從聖神播種，必由聖神收穫永生。

領：上主引導謙卑者遵守正義，（阿肋路亞）。

答：教導善良者走上正途，（阿肋路亞）。

午時

對經：那承行我在天之父旨意的人，才能進入天國，（阿肋路亞）。

簡短讀經

格前九，26-27

我這樣奔跑，不是毫無目的；我這樣打拳，不是如同打空氣似的；我克制我的身體，使它爲奴。

領：上主，那受祿教訓和守祿法律的

(阿肋路亞)，

答：是有福的人(阿肋路亞)。

午後

對經：天主，除祿以外沒有人看過、

祿爲依靠祿的人所準備的一切

(阿肋路亞)。

簡短讀經

斐四，8，9

弟兄們！凡是真實的、高尚的、正義的、純潔的、可愛的、榮譽的、無論是美德、或是稱譽，這一切你們都該思念。那麼，賜平安的天主，必與你們同在。

領：但願投奔祿的人興高彩烈(阿肋

路亞)。

答：他們將永遠歡樂；祿將居住在他們中間(阿肋路亞)。

結束禱詞 見晨禱

第二一晚禱

讚美詩

一、耶穌，萬民的善牧，

聖徒的榮冠，

人類的救主，

願祿的名受顯揚，

時時處處。

二、請垂視聖○的轉求，

鞏固祿的教會，

領導祿的子民，

戰勝邪惡，光榮上主。

三、我們向聖人致敬，

他一生追隨祢的脚步，

孝愛天父，

爲福音作證，

不辭辛苦。

四、基督，求祢在聖人的國裏，

給我們指引及保護。

光榮歸於祢，

及父及聖神，

超越千古。阿們。

聖詠與對經 見牧者通用 764 頁。

簡短讀經

羅八，28-30

我們知道，對於那些愛天主的人，就是那些按祢的旨意而蒙召的人，天主使萬事都協助他們獲得益處，因爲祢所預選的人，也預定他們與祢兒子的肖像相同，好

使祢在衆弟兄中作長子。天主不但召叫了

祢所預定的人，而且也使祢所召叫的人成

義，並使成義的人分享祢的光榮。

短對答詠

復活期外

領：上主是正義的，也喜愛正義。

答：上主：

領：祢的聖容轉向正直的人。

答：上主：

領：願光榮歸於父： 答：上主：

復活期

領：上主是正義的，也喜愛正義，阿

肋路亞，阿肋路亞。

答：上主：

領：祢的聖容轉向正直的人。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

一位聖人：善良忠信的僕人，進來分

享你主人的福樂吧！（阿

肋路亞）。

多位聖人：他們忠貞到底，因而從主

手中接受了生命的花冠，

（阿肋路亞）。

一位會士：你們拋棄一切來跟隨我的，

都要得到百倍的報酬，而

且獲得永生，（阿肋路亞）。

或：哪裏有弟兄一起讚美天主，

上主必將賜福，（阿肋路

亞）。

一慈善家：我實在告訴你們：凡你們

為我最小的一个兄弟所做

的，就是為我做的。我父

所降福的人，來承受在創

世之先就給你們預備好的

國度吧！（阿肋路亞）。

一教育家：讓孩童到我跟前來，因為

天國正屬於這樣的人（阿

肋路亞）。

禱詞

天父是一切聖德的根源，我們求祂因聖

人的德表和代禱，引導我們度一個聖善的

生活：

求祢使我們成聖，因為祢是聖的。

聖父，祢使我們得稱為，而且確實是祢的

子女，

求祢使聖教會在世界各地稱揚祢。

聖父，祢使我們的行為合乎身份，事事令

祢喜悅，

求祢使我們結出善功的果實。

聖父，祢使我們藉基督與祢修好，

——求祢因祢的名保全我們，使我們衆人合而爲一。

聖父，祢召叫我們共赴天上聖筵，

——求祢藉天降的食糧，使我們在愛德上日益成長。

聖父，求祢寬恕所有的罪人，

——並接納所有去世的人，使他們享見祢聖容的光輝。

我們的天父：

結束禱詞 專用或見晨禱



(十) 聖婦通用

第一晚禱

讚美詩 見第一晚禱 834 頁

聖詠與對經 見貞女通用 780 頁

簡短讀經

斐三，7-8 a

凡以前對我有利益的事，現在爲了基督，我都看作是損失。不但如此，而且我將一切都看作是損失，因爲我只有以認識我主基督耶穌爲至寶。我爲祂，情願失去萬物，視之如糞土，只要我得到基督。

短對答詠

復活期外

領：我要因祢的慈愛歡欣踴躍。

答：我要：

領：因爲祢垂視了我的卑賤。

答：我要：

領：願光榮歸於父： 答：我要：

復活期

領：我要因祢的慈愛歡欣踴躍，阿肋

路亞，阿肋路亞。

答：我要：

領：因爲祢垂視了我的卑賤。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：我要：

謝主曲對經

一位聖婦：願她享受她雙手操勞的成

果；願她的事業在城門口

使她受讚揚，(阿肋路亞)。

多位聖婦：你們要以她的聖名爲光榮，

願尋求上主的人樂滿心中，

(阿肋路亞)。

一位修女：上主以信實和慈愛永遠聘娶了她，（阿肋路亞）。

一慈善家：誰憐憫窮人，必蒙降福；誰相信上主，必喜愛慈善，

（阿肋路亞）。

一教育家：我兒，你應堅守父親的命令，不要拒絕母親的教訓，要把它銘刻在你心中，

（阿肋路亞）。

禱 詞 見第二晚禱 835 頁

結束禱詞 專用，或無專用時見晨禱

序經對經：天主教在聖者身上的作為令人驚奇，請大家前來朝拜，（阿肋路亞）。

或：今天在這聖○○的慶節，請大家讚美我們的天主，（阿肋路亞）。

誦 讀

讚美詩 見晨禱

聖詠及對經見貞女通用 785 頁

領：我心內的思想常在祢面前（阿肋路亞）。

答：上主，祢是我的助祐、我的救贖者（阿肋路亞）。

誦讀 一 可由聖人通用誦讀（804頁）
中選用適當者。

或：為結過婚的聖女

誦讀 一 恭讀箴言 三一 10 ~ 31

敬畏天主的婦女

賢淑的婦女，有誰能找到呢？她本身的價值遠勝過珠寶。她的丈夫對她衷心信賴，一切所需從來不會缺少。她一生歲

月，只使他幸福，不給他煩惱。她買來羊毛細麻，愉快地親手勞作。她宛如一隻商船，由遠處運來食糧。天還未明，她已起身，爲給家人分配食物，給婢女們分派家務。她看中一塊田地，就將它買了來，以雙手所得的收入，栽植了葡萄園。她以勇力束腰，增強臂力。她發覺自己經營生利，她的燈夜間仍不熄滅。她手執紡錘，手指旋轉紡錘。對貧苦的人，她隨手賙濟；對無靠的人，她伸手扶助。她的家人，不害怕風雪，因爲全家上下，都穿雙重的衣裳。她爲自己做了華麗的鋪蓋，身穿的是細麻和紫錦的衣裳。她的丈夫與當地長老同席，在城門口深爲衆人所認識。她紡織紗布予以出售，又製造腰帶賣與商賈。剛毅和尊嚴是她的服飾，一念及將來，便笑容滿面。她一開口卽傾吐智慧，

舌上常有仁慈的訓誨。她不斷督察家務，從不白吃閒飯。她的子女起來向她祝福，她的丈夫對她讚不絕口：「賢淑的女子很多，唯有你超羣出衆。」姿色是虛幻，美麗是泡影；敬畏上主的女人，纔堪當受人讚美。願她享受她雙手操勞的成果！願她的事業在城門口使她受讚揚！

對答詠

參閱箴三一，17，18；

詠四五，6

領：她以勇力束腰，增強臂力；

答：所以，她的燈常燃不熄（阿肋路亞）。

領：天主將顯示慈顏，助祐她；天主在她內，她決不會動搖。

答：所以……

或：恭讀伯鐸前書

三，1 { 6，8 } 17

你們要在心中讚美基督

你們作妻子的，應當服從丈夫，好使那些不信道的丈夫，爲了妻子無言的品行而受感化，因爲他們看見了，你們懷有敬畏的貞潔品行。你們的裝飾不應是外面的髮型、金飾，或衣服的裝束，而應是那藏於內心，基於不朽的溫柔，和寧靜心神的人格：這在天主前纔是寶貴的。從前那些仰望天主的聖婦，正是這樣裝飾了自己，服從了丈夫。就如撒辣聽從了亞巴郎，稱他爲「主」；你們如果行善，不害怕任何恐嚇，你們就是她的女兒。

總之，你們都該同心合意，互表同情，友愛弟兄，慈悲爲懷，謙遜溫和；總不要以惡報惡，以罵還罵；但要祝福，因爲你們原是爲繼承祝福而蒙召的。所以「凡願意愛惜生命，和願意享見幸福日

子的，就應謹守口舌，不說壞話，克制嘴唇，不言欺詐；避惡行善，努力尋求和平。因爲上主的眼睛垂顧義人，祂的耳朵俯聽他們的禱聲；但上主的威容敵視作惡的人。」

如果你們熱心行善，誰能加害你們呢？但若你們爲正義而受苦，纔是有福的。你們不要害怕人們的恐嚇，也不要心亂，你們但要在心內尊崇基督爲主；若有人詢問你們心中所懷希望的理由，你們要時常準備答覆，且要以溫和、以敬畏之心答覆，保持純潔的良心，好使那些誣告你們在基督內有良好品行的人，在他們誹謗你們的事上感到羞愧。

若天主的旨意要你們因行善而受苦，自然比作惡而受苦更好。

對答詠

斐二，2，3，4；

得前五，14，15

領：你們當有同樣的愛心，要彼此謙

讓，看別人比自己強。 答：各

人不要只顧自己，也要關心別

人。

領：你們要扶持病弱，要以耐心待

人；彼此相處、對待衆人，常要

盡力爲別人的好處著想。

答：各人不……

誦讀一 可由聖人通用誦讀（812…頁）

中選用適當者。

節日、慶日唸讚主詩（17）頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一、今天紀念女中模範，

教會的巾幗英雄，

高唱讚頌的詩句，

表示我們的崇敬。

二、聖婦修德立功，

歷盡千辛萬苦，

爲福音作證，

讓我們同聲讚頌；

三、師法聖婦的美德，

聖化我們的心靈，

實踐基督的聖訓，

不怕犧牲。

四、願全能的天主，

聖父、聖子及聖神，

永享光榮，

世世無窮。阿們。

對經一：我的靈魂緊緊追隨祢，祢的

右手常常扶持我，（阿肋路

亞）。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 25頁

對經二：上主親手賜給你力量，因此

你將永遠蒙主賜福，（阿肋

路亞）。

對經三：上主，我要因祢的慈愛歡欣

踴躍，（阿肋路亞）。

簡短讀經

羅一二，1-2

弟兄們，我以天主的仁慈請求你們，

獻上你們的身體當作生活、聖潔和悅樂天

主的祭品，這才是你們合理的敬禮。你們

不可與此世同化，反而應以更新的心思變

化自己，為使你們能辨別什麼是天主的旨

意，什麼是善事，什麼是悅樂天主的事，

什麼是完美的事。

短對答詠

復活期外

領：天主是她的助祐。

答：天主：

領：天主與她同在，她不會動搖。

答：天主：

領：願光榮歸於父： 答：天主：

復活期

領：天主是她的助祐，阿肋路亞，阿

肋路亞。 答：天主：

領：天主與她同在，她不會動搖。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：天主：

讚主曲對經

聖婦：天國好像一位尋找珍珠的商人

他一找到了一顆極珍貴的，就

變賣了他的一切產業，把它買

下來，（阿肋路亞）。

修女：主說：遵行我父旨意的人，就是我的兄弟、姊妹和母親，

（阿肋路亞）。

或：上主是我的福分；祂對尋求祂的人溫良慈善，（阿肋路亞）。

慈善家：如果你們彼此相親相愛，世人就因此認出來你們是我的門徒，（阿肋路亞）。

教育家：具有愛心的人教導人，有如牧者教導他的羊羣，（阿肋路亞）。

禱詞

各位弟兄，我們要偕同衆聖女，一同稱揚我們的救主，並向祂祈禱：

主耶穌，求祢降臨。

主耶穌，祢寬赦了罪婦的許多罪，因為她愛得多，

——求祢寬赦我們，因為我們也犯了許多罪過。

主耶穌，聖婦曾在旅途中服侍了祢，

——求祢使我們常常追隨祢，在弟兄們身上侍奉祢。

主耶穌，我們的導師，當瑪爾大服侍祢的時候，瑪利亞聽祢說話，

——求祢使我們以信德和愛德侍奉祢。

主耶穌，祢稱所有承行祢旨意的人爲兄弟、姊妹及母親，

——求祢使我們常能以言以行令祢喜悅。

我們的天父：

結束禱詞 專用，如無專用者，則由下列禱詞中選用合適者：

（一）一位聖婦

天主，我們每年歡度聖婦○○的紀念日；求祢賞賜我們，也能追隨她的芳踪，

虔誠地度聖潔的生活。

或：

上主，祢曾將智慧、聖愛之神，傾注在聖婦○○的心中，使她終於登上了諸德的巔峰。求祢也賞賜我們同一聖神，使能勤勉地步武她的芳踪，忠誠遵循祢的旨意以信德、以善行博取祢的歡心。

(二) 多位聖婦

全能的天主，祢曾使聖婦○○與○○修成了完美的聖德，作世人的表率；求祢因她們的代禱，自天助祐，激勵我們善度福音的生活。

(三) 修女

天主，聖○○曾仰賴祢聖寵的助祐，終其一生，師法基督神貧與謙遜的榜樣；求祢因聖女的轉求，賞賜我們畢生忠於祢的召喚，追隨祢聖子指示的道路，達到

祢所期望於我們的完美境界。

(四) 慈善家

上主，祢曾訓示祢的教會，「愛天主、愛人」是祢全部誠命的總綱；求祢使我們效法聖○○的榜樣，終生致力於仁愛的工作；來日審判時，能加入祢降福的人羣中，共享祢天國的永福。

(五) 教育家

上主，祢曾選派聖○○在祢的教會內，教導青年走上救恩的道路；求祢賞賜我們因聖人的榜樣，勉力追隨萬世師表的基督，偕同所有的兄弟姐妹們，投奔到祢的懷抱。

日間祈禱

唸補充聖詠時，詠一二一可由詠一二八取代 32 頁；詠一二六可由詠一三〇取代 32 頁。

午前

對經：我要在我的僕人和婢女身上傾注我的神，（阿肋路亞）。

簡短讀經

迦六，8

人種什麼，就收什麼，誰隨從肉情播種，必由聖神收穫永生。

領：品行無瑕的，是有福的，（阿肋路亞）。

路亞）。

答：遵守上主法律的，是有福的，（阿肋路亞）。

午時

對經：我的心靈和我的肉身向生活的

天主踴躍歡欣，（阿肋路亞）。

簡短讀經

格前九，26-27 a

我這樣奔跑，不是毫無目的；我這樣打拳，不是如同打空氣似的；我克制我的

身體，使他為奴。

領：我找到了我心愛的那一位，（阿肋路亞）。

答：我留住他，不讓他離去，（阿肋路亞）。

路亞）。

午後

對經：我屬於我的愛人，我的愛人屬於我，（阿肋路亞）。

簡短讀經

斐四，8，9

弟兄們！凡是真實的，高尚的、正義的、純潔的、可愛的、榮譽的、無論是美德、或是稱譽，這一切你們都該思念；那麼，賜平安的天主，必與你們同在。

領：上主，我要向祢謳歌，（阿肋路亞）。

路亞）。

答：我要向祢吟詠，我要走齊全的道路，（阿肋路亞）。

結束禱詞 見晨禱

第二一晚禱

讚美詩

一、請大家讚頌巾幗英雄，

聖德超羣出衆；

猶如天上的明星，

充滿聖潔的熱情，

以祈禱和行動，

服務姊妹弟兄。

二、一心愛慕耶穌，

不求人間福樂，

追尋永恆；

基督，我們的力量，

降福祢的子民，

在人間做祢的勇兵。

三、基督，俯聽我們的呼求，

福祐我們，

追隨聖婦的芳踪。

光榮歸於祢，

及父及聖神，

世世無窮。阿們。

聖詠與對經 見貞女通用 780 頁

簡短讀經

羅八，28-30

我們知道：對於那些愛天主的人，就是那些按祢的旨意蒙召的人，天主使萬事都協助他們獲得益處。因為祢所預選的人也預定他們與祢兒子的肖像相同，好使祢在衆弟兄中作長子。天主不但召叫了祢所預定的人，而且使祢所召叫的人成義，並使成義的人分享祢的光榮。

短對答詠

復活期外

領：天主簡選了她，預先簡選了她。

答：天主：

領：讓她居住在祂的帳幕裏。

答：祂預先簡選了她。

領：願光榮歸於父： 答：天主：

復活期

領：天主簡選了她，預先簡選了她。

阿肋路亞，阿肋路亞。

答：天主：

領：讓她居住在祂的帳幕裏。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：天主：

謝主曲對經

聖婦：我的心靈因上主而歡躍，我的

心胸也感到舒暢，因為祢給我的

的救助使我喜樂，（阿肋路亞）。

修女：你們拋棄了一切來跟隨我的，

都要得到百倍的報酬，而且獲

得永生，（阿肋路亞）。

或：哪裏有弟兄一起讚美天主，上

主必將賜福，（阿肋路亞）。

慈善家：我實在告訴你們：凡你們為

我最小的一個兄弟所做的，就

是為我做的。我父所降福的人

，請來承受在創世之先就給你

們預備好的國度吧！（阿肋路

亞）。

教育家：讓孩童到我跟前來，因為天

國正屬於這樣的人，（阿肋路

亞）。

禱詞

我們要通過聖婦們，為教會祈求上主：

上主，求祢垂念祢的教會。

殉道者以堅毅不屈的精神，戰勝了肉身的

死亡，

——求祢因她們的轉求，使祢的教會在考驗中勇往直前。

已婚的婦女在神聖的婚姻中，善用聖寵，修德成聖，

——求祢因她們的轉求，使祢的教會在使徒工作上獲得成效。

寡婦藉祈禱及款待旅客，減輕並聖化了自己的寂寞，

——求祢因她們的轉求，使祢的教會把祢愛的奧秘顯示給世界。

母親們為天國，為人類生育子女，

——求祢因她們的轉求，使全人類藉祢的教會再生，獲得生命與救恩。

衆聖婦掙得了瞻仰祢容光的賞報，

——求祢因她們的轉求，恩賜祢教會中去世的人，也能永遠享見祢的聖容。

我們的天父：

結束禱詞 專用，無專用者時見晨禱 831

頁

(十一) 男女會士通用

序經對經，讚美詩，聖詠等均如聖人

通用 802 頁，或 聖婦通用 825 頁

誦 讀

常年期外

誦讀一 恭讀致厄弗所人書

弗四 1 ~ 24

人人都接受了建立基督身體的聖寵

弟兄們：我這在主內為囚犯的人，懇

求你們，行動務要與你們所受的寵召相

稱，凡事要謙遜、溫和、忍耐，在愛德中

彼此擔待，盡力以和平的聯繫，保持心神

的合一：因為只有一個身體，一個聖神，正如你們蒙召，同有一個希望一樣。只有一個主，一個信德，一個洗禮；只有一個天主，衆人之父，祂超越衆人，貫通衆人，且在衆人之內。但我們各人所領受的恩寵，却是按照基督賜恩的尺度。爲此經上說：「祂帶領俘虜，登上高天，且把恩惠賜與人。」說祂上升了，豈不是說祂曾下降到地下嗎？那下降的，正是上升超乎諸天之上，以充滿萬有的那一位，就是祂賜與這些人作使徒，那些人作先知，有的作傳福音者，有的作司牧和教師，爲成全聖徒，使之各盡其職；爲建樹基督的身體，直到我們衆人都達到對於天主子有一致的信仰和認識，成爲成年人，達到基督圓滿年齡的程度；使我們不再做小孩子，爲各種教義之風所飄盪，所捲去，而中了

人的陰謀，陷於引入荒謬的詭計；反而在愛德中持守真理，在各方面長進，而歸於那爲元首的基督，本着祂，全身都結構緊湊，藉着各關節的互相補助，按照各肢體的功用，各盡其職，使身體不斷增長，在愛德中將它建立起來。

爲此我說，並且在主內苦勸你們，生活不要再像外邦人，順隨自己的虛妄思念而生活；他們的理智受了蒙蔽，因着他們的無知和固執，與天主的生命隔絕了。這樣的人既已麻木，便縱情恣慾，貪行各種不潔。但你們却不是這樣學了基督。如果你們真聽過祂，按照在耶穌內的真理，在祂內受過教，就該脫去你們照從前生活的舊人，就是因順從享樂的慾念而敗壞的舊人，應在心思念慮上改換一新，穿上新人，就是按照天主的肖像所造，具有真實的正

義和聖善的新人。

對答詠

瑪一九，29，27

頌：無論誰，爲了我的名而捨棄了他

的房屋、弟兄、姊妹、父母、妻

子、兒女或田地， 答：必要得

到百倍的酬報，並承受永生。

頌：你看，我們捨棄了一切，來跟隨

祿，我們將得到什麼呢？

答：必要得……

或：爲隱修會修女

對答詠

參閱路十，42，39

頌：最需要的只有一件：她選擇了上

好的一分， 答：沒有人能從她

手裏奪去（阿肋路亞）。

頌：她坐在主的脚前聽祂講道。

答：沒有人……

常年期

誦讀一

恭讀致斐理伯人書

三，7-10，1，4-9

你們要常在主內喜樂

弟兄們：凡以前對我有利益的事，我

如今爲了基督都看作是損失。不但如此，

而且我將一切都看作損失，因爲我只以認

識我主基督耶穌爲至寶；爲了祂，我自願

損失一切，視一切爲廢物，爲賺得基督，

爲結合於祂，並非藉我因守法律獲得的正

義，而是藉由於信仰基督獲得的正義，即

出於天主而本於信德的正義。我只願認

識基督和祂復活的德能，參與祂的苦難，

相似祂的死，我希望也得到由死者中的復

活。

這並不是說：我已經達到這目標，或

已成爲完美的人；我只願向前跑，看看是

否我也能夠奪得，因為基督耶穌已奪得了我。弟兄們！我並不以為我已經奪得，我只顧一件事：即忘盡我背後的，只向在我前面的奔馳，為達到目標，為爭取天主教在耶穌內召我向上爭奪的獎品。所以，我們凡是成熟的人，都應懷有這種心情；即使你們另有別種心情，天主也要將這種心情啓示給你們。但是，不論我們已達到什麼程度，仍應照樣進行。

弟兄們！你們要一同效法我，也要注意那些按我們的榜樣生活行動的人，因為有許多人，我會多次對你們說過，如今再含淚對你們說：他們行事為人是基督十字架的敵人；他們的結局是喪亡，他們的天主是肚子，以羞辱為光榮，只思念地上的事。至於我們，我們的家鄉原是在天上，我們等待主耶穌基督我們的救主從那裏降

來，祂必要按祂能使一切屈服於自己的大能，改變我們卑賤的身體，相似祂光榮的身體。

為此，我所親愛的和所懷念的弟兄，我的喜樂和我的冠冕，我可愛的諸位！你們應這樣屹立在主內。你們在主內應當常常喜樂，我再說一次：你們應當喜樂！你們的寬仁應當使眾人知道：主快來了。你們什麼也不要掛慮，只在一切事上，以懇求和祈禱，懷着感謝之心，向天主呈上你們的請求；這樣，天主那超乎各種思想的平安，必要在基督耶穌內固守你們的心思念慮。此外，弟兄們！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，不論是美德，不論是稱譽：這一切你們都該思念；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：這樣，賜平安的天主必與你們同在。

對答詠

路十二，36-36，瑪二四，42

領：你們要束起腰，點起手裏的燈；

答：你們要像僕人等待著自己的主人由婚筵回來。

領：所以你們要警醒，因為你們不知道主人要在那一時辰來臨。

答：你們要像……

或：為隱修會修女

對答詠

領：為了我主耶穌基督，我把地上的王國和世俗的榮華視如敝屣。

答：我看到了主，熱愛了祂，信靠了祂，戀慕了祂。

領：我的心靈洋溢著優雅的詩句；我要向君王唱出我的歌曲。

答：我看到……

誦讀二 選讀聖國瑞大教宗福音講道集

在世界中，但不屬於世界

我願勸告你們捨棄一切，但是我並不擅自專斷。如果你們不能捨棄此世的一切，至少在保有世物時，不要讓它在這世界上控制你們；可以佔有世物，但不要讓它佔有你們；要使你們的理性控制你們所有的；否則，倘若你們的理性被世物的貪愛所征服，那就是它被它的所有物完全佔有。

所以，你們要利用暫世的財物，而仰慕永遠的事；你們在旅途中要利用現世的財物，仰慕在抵達永生時的永福。你們看世間的一切世物，都要如走馬看花。讓我們的神目向前方注視，全神貫注，矚目於我們將要抵達的目的地。應連根拔除惡習，

不僅在行爲上，也在心中的思想上予以剷除。不要使肉身的享受，好奇心的驅使，野心的熱症，阻止了我們赴主的晚餐。即使我們在這世上所做的正事，也不要予以專心注意，好使那會令我們賞心悅目的事物，只爲我們的身體服務，而不爲我們的心靈構成任何阻礙。

所以，弟兄們，我不敢向你們說，要捨棄一切；可是，如果你們願意，即使擁有一切，而仍能捨棄一切：只要你們處理事物時，能全心全意嚮往永恆的事物。人能利用這世界，却像不利用一樣，只要他能利用外在的一切財物，去維持他的生活，却不允許它們控制他的心靈；這樣世界屬於他的權下，自身外爲他服務，而決不會打斷他的心靈對天上事物的注意力。所以無論誰這樣行事，便擁有一切世物，供

其利用，而不是其所仰慕的對象。因此任何事物都不該阻止你們心靈的企望，任何世俗的快樂，都不該迷惑你們。

如果善是人所喜愛的，那麼，就讓心靈因更好的善，就是天上的善、而喜樂吧！如果惡是人所畏懼的，就讓永遠的惡呈現在心靈前吧！好使它看到，在哪裏有它所最喜愛的，和它所最畏懼的，它便不再依戀任何世物了。

爲了如此行事，我們有一位天人之間的中保，如果我們燃起對祂的真愛，便可透過祂更迅速的獲得一切，祂是天主，偕同聖父及聖神，永生永王，萬世無疆。阿們。

對答詠 格前七，29、30、31；二，12

領：時限是短暫的；今後，歡笑的，要像不快樂的；享用世上財物

的，要像沒有享用的（阿肋路亞）。答：因為這世界的局面正在逝去。

領：我們所領受的，不是這世界的精神。答：因為……

慶日、節日唸讚主詩(17)頁

結束禱詞 見晨禱 818 或 831 頁

(十一) 慈善家通用

除下列誦讀外，一切經文均見聖人通用 802 頁，或聖婦通用 825 頁。

誦 讀

常年期外

誦讀一 恭讀聖若望壹書 四，7-21

我們要彼此相愛，因為愛出自天主

可愛的諸位，我們應該彼此相愛，因為愛是出於天主；凡有愛的，都是生於天主，因為天主是愛。天主對我們的愛在這事上已顯出來：就是天主把祂的獨生子派到世界上來，好使我們藉着祂得到生命。愛就在於此：不是我們愛了天主，而是祂愛了我們，並且派祂的兒子為我們做贖罪祭。

可愛的諸位，既然天主這樣愛了我們，我們也應該彼此相愛。從來沒有人瞻仰過天主；如果我們彼此相愛，天主就存留在我們內，祂的愛在我們內纔是圓滿的。我們所以知道我們存留在祂內，祂存留在我們內，就是由於祂賜給了我們的聖神。至於我們，我們却會瞻仰過，並且作證：父派了子來作世界的救主。誰若明認耶穌是天主子，天主就存在祂內，祂也存

在天主內。我們認識了，並且相信了天主對我們所懷的愛。

天主是愛，那存留在愛內的，就存留在天主內，天主也存留在祂內。我們內的愛得以圓滿，即在於此：就是我們可在審判的日子放心大膽，因為那一位怎樣，我們在這世界上也怎樣。在愛內沒有恐懼，反之，圓滿的愛把恐懼驅逐出去，因為恐懼內含着懲罰，那恐懼的在愛內還沒有圓滿。

我們應該愛，因為天主先愛了我們。假使有人說：我愛天主，但他却惱恨他的弟兄，便是撒謊；因為那不爱他所看見的弟兄的，就不能愛他所看不見的天主。我們從祂蒙受了這命令：那愛天主的，也該愛自己的兄弟。

對答詠

若壹，五，3；德二三，37

領：原來愛天主，就是遵行祂的誡命，

答：祂的誡命並不沉重（阿肋路亞）。

領：沒有什麼比服從上主的命令更為

甘飴。 答：祂的誡……

常年期

誦讀一 恭讀格林多前書

十二，31；十三，13

愛德的卓越

弟兄們：你們該熱切追求那更大的恩賜。我現在把一條更高超的道路指給你們。

我若能說人間的語言，並能說天使的語言；但我若沒有愛，我就成了個發聲的鑼，或發響的鈸。我若有先知之恩，又明白一切奧秘和各種知識；我若有全備的信

心，甚至能移山；但我若沒有愛，我什麼也不算。我若把我所有的財產全施捨了，我若捨身投火被焚；但我若沒有愛，爲我毫無益處。

愛是含忍的，愛是慈祥的，愛不嫉妬，不誇張，不自大，不作無禮的事，不求己益，不動怒，不圖謀惡事，不以不義爲樂，却與真理同樂：凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。

愛永存不朽，而先知之恩終必消失；語言之恩終必停止；知識之恩終必消逝。因爲我們現在所知道的只是局部的；我們作先知所講的也只是局部的；當那圓滿的一來到，局部的就必要消逝。當我是兒童的時候，說話像兒童，看事像兒童，思想像兒童；一旦長大成人，就把孩子的事拋棄了。我們現在是在鏡子裏觀看，模糊不

清，到那時，就要面對面的觀看了。我現在所認識的只是局部的，那時我就要全部認清了，如同我完全被認清一樣。現今存在的有信、望、愛這三樣，但其中最大的是愛。

對答詠

若壹，四，16，7

領：我們相信了天主對我們所懷的愛。

答：那存留在愛內的，就存留在天主內，天主也存留在他內。

領：我們應彼此相愛，因爲愛是出自天主。 答：那存留……

誦讀二 選讀金口聖若望主教，致羅馬

人書釋義

基督命我們要憐憫人

天主曾交付了祂的兒子，你竟然連祂包也不肯給耶穌，祂曾代替你被交付並被

殺害。

聖子雖然是聖父的兒子，爲了你的原故，聖父沒有憐惜祂；當祂餓的要死，你却輕視祂，雖然你所消耗的本是屬於祂的財富，並且都是爲了你的利益而消耗。

還有什麼比這種不公平更壞的呢？祂爲了你而被交付，爲了你而被殺害；祂忍飢挨餓，週遊各地，是爲了你；你只要從那屬於祂的物品中給祂一點，便可使你自己受益；可是你連這麼一點也不給。

如果有人受到這麼多的勸導，却仍然像魔鬼般的冷酷無情，不是比石頭還頑冥不靈嗎？祂被釘死在十字架上，仍然認爲不夠；祂更願成爲窮人和外方人，到處流浪，赤身裸體，被投入監獄，而且生病，希望至少這樣能感動你。

如果你不因爲我爲你受苦而報答我，

你却該因我貧窮而憐憫我。如果你不願意因爲我貧窮而憐憫我，就因我患病而坐監而心軟吧！如果連這些事都不能激發你的同情心，那麼就因我所求不多而應允吧！我不向你要求值錢的東西，我只要一些麪包，一個住處和幾句安慰的話。

如果你仍然心如鐵石，至少要因了天國和我所許諾的酬報、變得好一點吧！難道這一些對你來說都毫無意義嗎？

當你看見一個人赤身露體，至少你會因本性的惻隱之心而受感動吧！記起我在十字架上曾赤身露體，這是爲了你而忍受的；如果赤身露體的人不能感動你，但願貧窮而赤身露體的我、能夠感動你。

從前我曾爲了你而被束縛，現在還是爲了你：爲使你因爲從前的或現在的痛苦而受感動，好能憐憫我一點；從前我曾爲

你而守齋，現在我仍爲你而挨餓；我身懸十字架上曾忍受口渴，現在我在窮人身上仍感到口渴：是爲了藉我曾作過的事，或現在作的事，吸引你歸向我，並使你爲了你的自己的得救而轉變爲善良的人。

因此，我要求你因身受千百恩惠而還報。我並不如同向欠債者向你這樣要求，而是要獎勵你的慷慨大方。我賜給你天國，和這些微不足道的事交換。

雖然我爲了你而成爲窮人，我不向你說：「請解除我的貧窮」，或「請把錢財施捨給我。」我只要求一塊麪包、一些衣服，稍微解除我的飢餓。

如果我被投入監獄，我並不勉強你釋放我，我只求你一件事：來探望爲你成爲囚犯的人；這個恩惠已足夠使我把天堂賞給你。雖然我會把你從最粗重的鎖鏈中解

救出來，如果你來探望我這囚犯，我就滿足了！

雖然沒有這一些，我也能獎賞你，但是我却願意作你的欠債者，爲使你懷著信賴去接受榮冠。

對答詠 瑪二五，35；40；箴一九，17

領：我餓了，你們給我吃的；我渴了，你們給我喝的；我作客，你們收留了我； 答：我實話告訴你們：你們對我這些最小兄弟中的一个所做的，就是對我做的（阿肋路亞）。

領：憐憫窮人的人，就是向上主還債。 答：我實話……

節日、慶日唸讚主詩(17)頁

結束禱詞 見晨禱 818 或 831 頁

(十三) 教育家通用

除以下誦讀外，一切經文均見聖人通用 802 頁，或聖婦通用 825 頁

誦 讀

誦讀一 選讀金口聖若望主教，瑪竇福音釋義

音釋義

我們應該注意兒童們的利益

主曾說：「兒童們的天使時常看到我天父的面容」，「因此我來了」，「這也是我父的旨意」。祂說這些話是要那些負責照顧兒童們的人更善盡職務。

你是否看到，祂用何等的圍牆保護他們？對那些使兒童們跌倒的人，祂以難以忍受的懲罰威脅他們；對那些為兒童們服

務、照顧他們的人許諾了偉大的酬報。這一切祂以祂自己的和聖父的典範加以肯定。讓我們也效法祂吧！為了弟兄們的緣故，毫不拒絕接受那些似乎卑賤而辛苦的工作；我們應該服事的人無論多麼微小、多麼卑賤，工作無論怎樣辛苦，即便應該穿過高山和峻嶺，我們要為了弟兄的得救，而忍受這一切。天主如此關心人靈，「竟然連自己的兒子也不憐惜」。因此我請求你們，從早上離開家門時，就該有這唯一目標，與主要任務：要挽救遭遇危險的弟兄。

沒有什麼比靈魂更寶貴的：「一個人若贏得了全世界，却不幸喪失了自己的靈魂，為他有什麼好處呢？」貪財之心敗壞一切，並貶抑一切，一旦佔領了人靈，正像暴君佔領城堡，便將對天主的敬畏驅逐

出去。因此，我們便會忽略子女的和我們自己的得救；我們只有一個目標：如何更爲富有，而將財富留給他人，他們又留給別人，這些人再傳給他們的子孫。我可以這樣說：我們成爲金錢和財產的傳遞人，而不是主人。這是極愚蠢的事：視子女比奴隸更卑賤。因爲我們管教奴隸，不是爲了他們的好處，而是爲了我們的好處；然而子女却沒有享受同等的照顧，我們似乎視奴隸比他們更有價值。

爲什麼我談起奴隸呢？因爲我們照顧子女還不如我們照顧牲畜；我們對驢馬比對子女更加操心。如果某人有一匹驢子，便十分關心，爲牠尋求一名最好的騾夫：不要流氓，不要小偷，不要酒鬼，不要外行人。可是如果你必須給兒子找一位教師，誰先來到，我們就隨便而不加選擇地

接納了。可是沒有其他藝術比教育更偉大的了！

有什麼能與指導心靈、訓練青年人之心智和品行的藝術相比呢？誰負有這種職責，應該比任何畫家和雕刻家更爲勤勞。可是我們對這事毫不關心，而我們尋求的只有一件事，便是教他學習說話。如果我們對此事關心，也只是爲利益的原故：因爲他學習說話，主要不是爲了說話說得好，而是爲了賺錢，如果不需要說話而仍能致富，我們對於教育便毫不關心了。

你是否看到金錢的暴虐？它如何征服一切？它如何隨意指使人、好像牽著被網綁的野獸、到它要去的地方？可是我們從這些對金錢的譴責又得到什麼利益呢？我們只能以言語攻擊它的殘暴，但是它却以行動戰勝我們。雖然如此，我們仍要不停

地以言語攻擊它，如果成功了，我們和你們都將受益；如果你們依然故我，至少我們已經盡了我們的職責。

但願天主治好你們的病，並賞賜我們以你們為榮。因為光榮和王權應歸於祂，世世無窮。阿們。

對答詠

參閱箴二三，26；

一，9；五，1

領：吾兒！你要把心交給我，你的眼目要注視我的道路， 答：我將在你的頭上加上恩寵的冠冕（阿肋路亞）。

領：我兒！你要注意我的智慧，傾聽我的訓言。 答：我將在……

節日、慶日唸讚主詩(17)頁

結束禱詞 見晨禱 818 或 831 頁



讚主曲與謝主曲對經

爲第一晚禱所指定的謝主曲對經，也可在聖人紀念日的晚禱中取用。

(一) 教堂奉獻日通用

第一晚禱：所有愛慕耶路撒冷的人，請同它一起歡樂，因它而欣喜，（阿肋路亞）。

晨禱：匝凱，你快下來，我今天要住在你家裏，他便趕快下來，高興地款待耶穌。今天這一家得到了天主的救恩，（阿肋路亞）。

第二晚禱：上主祝聖了自己的居所：這是

天主的殿宇，人在此要呼求天主的聖名；正如所記載的，天主曾說：我的名字必留在那裏，（阿肋路亞）。

(二) 聖母慶節通用

第一晚禱：上主垂顧了我的卑微，全能者在我身上行了大事，（阿肋路亞）。

或：萬代的人都要稱我有福，因爲天主垂顧了祂卑微的婢女，（阿肋路亞）。

晨

禱：樂園的門被厄娃給衆人關閉，
却被童貞瑪利亞再度打開，
（阿肋路亞）。

晨

禱：羔羊的十二位使徒的名字刻在聖
城耶路撒冷的基石上；羔羊自
己就是聖城的明燈，（阿肋路
亞）。

第二晚禱：瑪利亞，你是有福的，因爲你

相信了：天主對你所說的一切
都將在你身上成就，（阿肋路
亞）。

第二晚禱：在重生的世代，當人子坐在祂光

榮的寶座上時，你們也要坐下，
審判以色列十二支派（阿肋路
亞）。

（三）使徒慶節通用

第一晚禱：不是你們簡選了我，而是我簡

選了你們，並派遣你們去結果
實，使你們的果實常存，（阿
肋路亞）。

（四）多位殉道者通用

第一晚禱

復活期外：這些人輕視了世俗的生活，獲得
了天國的賞報，並在羔羊的血中

洗淨他們的衣服；天國是他們的。

復活期：諸位聖者，你們要在羔羊面前歡

復活期：上主，永恆的光輝將為祢的聖者

樂；自從世界開始，天國就為你們準備好了，阿肋路亞。

照耀，他們將分享祢永恆的幸福

(五) 一位殉道者通用

，阿肋路亞。

晨 禱

復活期外：為正義而受迫害的人是有福的

第一晚禱

因為天國是他們的。

復活期外

復活期：諸位聖者，你們應歡欣踴躍，因

殉道聖人：這位聖者為維護天主的法律奮

為你們在天上的賞報是豐富的，

鬥至死，對惡人的恐嚇毫不畏懼，

阿肋路亞。

因為他好像建在石頭上的房屋。

第二晚禱

復活期外：追隨基督的衆聖人在天上歡慶，

因此她的燈永不熄滅。

他們為基督傾流了鮮血，因此永

復活期：上主，永恆的光輝將為祢的聖者

遠與基督為王。

照耀，他們將分享祢永恆的幸福

阿肋路亞。

晨 禱

復活期外：在現世憎恨自己生命的，必會

保存生命，直到永遠。

復活期：諸位聖者，你們應歡欣踴躍，因為

你們天上的賞報是豐富的，阿肋

路亞。

第二晚禱

復活期外：在天國裏有聖者的住所，他們

在那裏安居，直到永遠。

復活期：一粒麥子如果不死在地裏，仍是

一粒；如果死了，就會結出許多

子粒來，阿肋路亞。

(六) 牧者通用

第一晚禱

教宗主教：民衆的善牧，你是至高者的祭

司、和種種美德的明鏡，你獲

得了天主的喜愛，(阿肋路亞)。

司 鐸：我對一切人就成爲一切，爲使

所有的人得救，(阿肋路亞)。

晨 禱：講話的不是你們，而是你們父

的神藉你們講話，(阿肋路亞)。

第二晚禱：這是那位忠信而明智的管家，

主人派他管理家中的僕人，按

時分配給他們食糧，(阿肋路

亞)。

(七) 教會聖師通用

第一晚禱：那奉行誠命而又勸人遵守的，他

在天國裏將稱爲偉大的，（阿肋路亞）。

晨 禱：賢明的人，將如穹蒼的光輝一

般照耀；教導多人履行正義者，有如星辰，永遠光芒四射，（阿肋路亞）。

第二晚禱：聖善導師，教會之光，天主誠

命的敬愛者，聖○○，請爲我們轉求天主子，（阿肋路亞）。

(八) 貞女通用

第一晚禱

殉道貞女：請看，英勇的貞女，如何追隨

爲我們釘死在十字架上的羔羊，作了純潔的獻品，貞潔的犧牲，（阿肋路亞）。

一位貞女：新郎到了，那準備好的貞女就同他進去，共赴婚筵（阿肋路亞）。

多位貞女：明智的貞女們！新郎來了，準備你們的燈出來迎接吧！（阿肋路亞）。

晨 禱

殉道聖女：棄絕自己，背起十字架的那位
貞女是有福的，她效法了貞女
的淨配，殉道者的君王，我們
的主基督，（阿肋路亞）。

一位貞女：請看，明智的貞女回到了基督
那裏，在貞女羣中，燦爛發光，
有如天上具有奇能的太陽，
（阿肋路亞）。

多位貞女：上主的貞女們，請永遠讚美上
主，（阿肋路亞）。

第二晚禱

一位殉道貞女：我們慶祝貞女，因一次犧
牲而獲得貞潔與殉道的雙重榮
冠；她為主捨棄性命，也保持

了童貞，（阿肋路亞）。

一位貞女：基督的淨配，請來接受上主從
永遠給你準備好的冠冕，（阿
肋路亞）。

多位貞女：這是尋找上主，尋找我們天主
聖顏的聖女，（阿肋路亞）。

（九）聖人通用

第一晚禱

一位聖人：他好像一位明智的人，在石頭
上建築了房屋，（阿肋路亞）。

多位聖人：上主的眼睛關注敬畏祂的人，
眷顧依靠祂仁慈的人，（阿肋
路亞）。

晨 禱

一位聖者：誰履行真理，必接近光明，以顯示出他的行為是靠天主完成的。（阿肋路亞）。

多位聖者：締造和平，心地純潔的人是有福的，因為他們將看見天主，（阿肋路亞）。

第二晚禱

一位聖人：善良忠信的僕人，進來分享祢主人的福樂吧！（阿肋路亞）。

多位聖人：他們忠信到死，因而從上主手中接受了生命的花冠，（阿肋路亞）。

(十) 聖婦通用

第一晚禱

一位聖婦：願她享受她雙手操勞的成果，願她的事業在城門口使她受讚揚，（阿肋路亞）。

多位聖婦：請妳們以祂的聖名為光榮，願尋找上主的人樂滿心中，（阿肋路亞）。

晨 禱

天國好像一個尋找珍珠的商人；他一找到了一顆極珍貴的，就變賣了他的一切產業，把它買下來，（阿肋路亞）。

第二晚禱：我的心靈因上主而歡躍，我的心胸也感到舒暢，因為祢對我的救助使我喜樂（阿肋路亞）。

(十一) 男女會士通用

第一晚禱：主說：如果你們不捨棄一切所有，不能作我的門徒，（阿肋路亞）。

男會士：他必獲得上主的降福，和救主天主的報酬，這樣的人是尋求天主的一代，（阿肋路亞）。

修女：上主以信實和慈愛永遠聘娶了她（阿肋路亞）。

晨

禱：主說：遵行我父旨意的人，就是我的兄弟、姊妹和母親，（阿肋路亞）。

或：上主是我的福分；祢對尋求祢的人溫良慈善，（阿肋路亞）。

第二晚禱：你們拋棄了一切來跟隨我的，都要得到百倍的報酬，而且獲得永生，（阿肋路亞）。

或：那裏有弟兄一起讚美天主，上主必將賜福，（阿肋路亞）。

(十二) 慈善家通用

第一晚禱：誰憐憫窮人，必蒙降福；誰相

信上主，必喜愛慈善（阿肋路亞）。

晨

禱：如果你們彼此相親相愛，世人就因此認出來你們是我的門徒（阿肋路亞）。

第二晚禱：我實在告訴你們：凡你們爲我最小的一個兄弟所作的，就是爲我作的，我父所降福的人，請來承受在創世之先就爲你們預備好的國度吧！（阿肋路亞）

(三) 教育家通用

第一晚禱：我兒，你應堅守父親的命令，

不要拒絕母親的教訓，要把它銘刻在你心中，（阿肋路亞）。

晨

禱：具有愛心的人教導人，有如牧人教導他的羊羣（阿肋路亞）。

第二晚禱：讓孩童到我跟前來，因爲天國正屬於這樣的人，（阿肋路亞）。



追思亡者日課

序經對經：所有的人都爲君王基督而生活，

請大家前來朝拜祂。

聖詠九四 3頁。

誦 讀

讚美詩 調見聖經樂章第35頁

對經：

請記住，

耶穌基督從死者中復活起來，

祂是我們的救主，

祂是永遠的光輝。

詩節：

一、若與主同捨命，

將與主享永生。（對經）

二、若與主共患難，

將與主同爲王。（對經）

三、在主內同憂苦，

在主內同樂。（對經）

四、在主內享榮光，

在主內相愛。（對經）

五、在主內獲救恩，

在主內蒙寵幸。（對經）

六、在主內得恩赦，

在主內享太平。（對經）

聖詠吟唱

聖詠三九，2 ~ 14，17 ~ 18

壹

對經一：上主，我的救主，祢用泥土

形成了我；讓我穿上了血肉

之身，求祢賜給我末日後

活的大恩。

我殷切期待上主，※

祂便垂顧我，俯聽了我的哀訴。

祂把我從禍坑與污泥中拉出，※

使我站在磐石上，穩定了我的脚步。

祂使我口唱新歌，讚美我們的天主，※

衆人見了都肅然起敬，信賴上主。

全心依靠上主的人，多麼幸福，※

他不羨慕傲慢，也不偏袒欺詐之徒。

上主，我的天主，祢的奇蹟何其多！+

祢的計劃何其妙，無人可比！※

我若想宣揚陳述，也不可勝數！

犧牲和素祭都非祢所喜，+

全燔祭和贖罪祭也非祢所要，※

祢却要我俯首帖耳；

於是我說：「請看，我已來到！」※

書卷上已爲我記載：

我的天主，我樂意奉行祢的旨意，※

我常念念不忘祢的法律。

對經一：上主，我的救主，祢用泥土

形成了我；讓我穿上了血肉

之身，求祢賜給我在末日復

活的大恩。

貳

對經二：上主，請祢開恩拯救我；上

主，求祢快來扶助我。

我在盛會中，宣揚了祢的正義，※

我沒有緘口不語；上主，祢已知悉。

我沒有將祢的正義藏在心坎，+

却把祢的信實和救援大事宣傳，※

也沒有將祢的慈愛和真誠，

在盛會中隱瞞。

上主，求祢不斷憐憫我，※

願祢以慈愛和信實始終保護我。

因爲數不盡的災禍困擾著我，+

我的罪孽深重，使我無法抬頭，※

過犯擢髮難數，使我衷心痛苦。

上主，請祢開恩拯救我，※

上主，求祢快來扶我。

願那些尋求祢的人，

都因祢歡欣鼓舞，※

願渴慕祢救恩的人常說：

「大哉，上主！」

我是貧苦人，※

上主眷念了我；

祢是我的助祐，我的救援；※

我的天主，求祢不要遲延。

對經二：上主，請祢開恩拯救我；上

主，求祢快來扶我。

聖詠四一

對經三：我的心靈渴慕天主、生活的

天主，我何時才能見到天主

的慈顏？

天主，我的心渴慕祢，※

就像小鹿渴望清泉。

我的心靈渴慕天主、生活的天主，※

我何時才能見到天主的慈顏？

有人天天向我說：

「你的天主在那裏？」※

我日夜哀哭；眼淚竟成了我的飲食。

我昔日伴同歡樂的人羣歡呼讚頌，十

率領羣衆晉謁天主的聖殿，※

心靈便不禁悲嘆憂傷。

我的靈魂，你爲何悲傷，爲何憂愁？十

要仰望天主，讚頌天主，※

因爲祢是我的救援，我的天主。

我在約旦地區，赫孟山，米匝嶺，※

一想到祢，心中就不禁悲痛。

祢的瀑布發出巨響，十

深淵與深淵回聲相應，※

祢的洪濤巨浪，漫過我的頭頂。

白晝上主廣施慈惠，※

夜間我謳歌讚美賜我生命的天主。

我向天主我的磐石說：

「祢爲什麼忘了我？※

爲什麼讓我遭受仇人壓迫而沮喪？」

我的仇敵辱罵我，使我心碎，※

他們終日對我說：

「你的天主在那裏？」

我的靈魂，你爲何悲傷，爲何憂愁？十

要仰望天主，讚頌天主，※

因爲祂是我的救援，我的天主。

對經三：我的心靈渴慕天主、生活的

天主，我何時才能見到天主

的慈顏？

領：上主，祢大慈大悲。

答：請照祢的諾言，賜給我生命。

誦讀一 恭讀格林多前書十五，12-34

基督的復活是信友的希望

弟兄們：我們既然傳報了基督已由死者中復活了，怎麼你們中還有人說：死人的復活是沒有的事呢？假如死人復活是沒有的事，基督也就沒有復活；假如基督沒有復活，那麼，我們的宣講便是空的，你們的信仰也是空的。此外，如果死人真不復活，我們還被視爲天主的假證人，因爲我們爲天主作反證，說天主使基督復活了，其實並沒有使祂復活，因爲如果死人不復活，基督也就沒有復活；如果基督沒有復活，你們的信仰便是假的，你們還是在罪惡中。那麼，那些在基督內死了的人就喪亡了。如果我們在今生只寄望於基督，我們就是衆人中最可憐的了。

但是，基督從死者中實在復活了，做了死者的初果。因為死亡既因一個人而來，死者的復活也因一個人而來；就如在亞當內，衆人都死了，照樣，在基督內，衆人都要復活；不過各人要依照每人的次第：首先是爲初果的基督，然後是在基督再來時屬於基督的人，再後纔是結局；那時，基督將消滅一切率領者、一切掌權者和大能者，把他的王權交與天主。因爲基督必須爲王，直到把一切仇敵屈伏在祂的腳下。最後被毀滅的仇敵便是死亡；因爲天主使萬物都屈伏在他的腳下。既然說萬物都已屈伏了，顯然那使萬物屈伏於祂的不在其內。萬物都屈伏於祂以後，自己也要屈伏於那使萬物屈服於自己的父，好使天主成爲萬物之中的萬有。

不然，那些代人受洗的是作什麼

呢？如果死人總不復活，爲什麼還代他們受洗呢？我們又爲什麼時時冒險呢？弟兄們，我指着我在我們的主基督耶穌內，對你們所有的榮耀起誓說：我每天冒著死的危險。我若只憑人的動機，當日在厄弗所與野獸搏鬥，爲我有什麼益處？如果死人不復活，「我們吃喝罷！明天就要死了。」你們不可爲人所誤：「交結惡友，必敗壞善行。」你們當徹底醒悟，別再犯罪了。你們當中有些人實在不認識天主；我說這話是要你們感到羞愧。

對答詠

格前一五，25 ~ 26；

參閱默二〇，13，14

領：基督必須爲王，直到天主把所有仇敵屈服在祂的腳下。 答：那最後被摧毀的仇敵便是死亡。

領：那時候，死亡和陰府將把它們的

死者交出；死亡和陰府也將被投入火坑。 答：那最後……

或：恭讀格林多前書 十五，35-57

死人的復活和主的再臨

弟兄們有人要說：「死人將怎樣復活呢？他們將帶着什麼樣的身體回來呢？糊塗人哪！你所播的種子若不先死了，絕不能生出來；並且你所播種的，並不是那將要生出的形體，而是一顆赤裸的種子，譬如一顆麥粒，或者別的種子；但天主隨自己的心意給它一個形體，使每個種子各有各的本體。不是所有的肉體都是同樣的肉體：人體是一樣，獸體又是一樣，鳥體另是一樣，魚體却又另是一樣。還有天上的物體和地上的物體：天上物體的華麗是一樣，地上物體的華麗又是一樣；太陽的光

輝是一樣，月亮的光輝又是一樣，星辰的光輝另是一樣；而且星辰與星辰的光輝又有分別。死人的復活也是這樣：播種的是可朽壞的，復活起來的是不可朽壞的；播種的是可羞辱的，復活起來的是光榮的；播種的是軟弱的，復活起來的是強健的；播種的是屬生靈的身體，復活起來的是屬神的身體；既有屬生靈的身體，也就有屬神的身體。

經上也這樣記載說：「第一個人亞當成了生靈，一最後的亞當成了使人生活的神。但屬神的不是在先，而是屬生靈的，然後纔是屬神的。第一個人出於地，屬於土，第二個人出於天。那屬於土的怎樣，凡屬於土的也怎樣；那屬於天上的怎樣，凡屬於天上的也怎樣，我們怎樣帶了那屬於土的肖像，也要怎樣帶着那屬於天上的

肖像。

弟兄們，我告訴你們：肉和血不能承受天主的國，可朽壞的也不能承受不可朽壞的。看哪，我告訴你們一件奧秘的事：我們衆人不都死亡，但我們衆人却全要改變，這是在頃刻眨眼之間，在末次吹號筒時發生的。的確，號筒一響，死人必要復活，成爲不朽的，我們也必要改變，因爲這可朽壞的，必須穿上不可朽壞的；這可死的，必須穿上不可死的。當這可朽壞的，穿上了不可朽壞的；當這可死的，穿上了不可死的，那時就要應驗經上所記載的這句話：「死亡在勝利中被吞滅了。」

「死亡！你的勝利在哪裏？死亡！你的刺在哪裏？」死亡的刺就是罪過，罪過的權勢就是法律。感謝天主賜給了我們因我們的主耶穌基督所獲得的勝利。

對答詠

參閱約一九，25，26，27

領：我相信我的救贖主還活著，並且在末日，我也要復活。 答：我將帶著肉軀看到天主、我的救主。

領：我要親自看到天主，而不是透過別人；我要親眼瞻仰祂。

答：我將帶……

或：恭讀格林多後書 四，16-15，10

地上的寓所拆毀了，必獲得一所天上永恆的房舍

弟兄們：縱然我們外在的人，日漸損壞，但我們內在的人却日日更新，因爲我們現在短暫而輕微的苦難，將帶給我們無與倫比的、永遠的光榮，因爲我們所注目的不是那看得見的，而是那看不見的；那看得見的，原是暫時的；那看不見的，纔

是永遠的。

因為我們知道：如果我們這地上帳棚式的寓所拆毀了，我們必由天主獲得一所房舍，一所非人手所造，而是在天上永遠的寓所。誠然，我們在此歎息，因為我們切望住進那天上的住所，好像穿上衣服，只要我們穿上了，就不至於赤身裸體。我們在這帳棚裏的人，苦惱歎息，是由於我們不願脫去衣服，而就穿上另一層，爲使這必死的被生命所吞滅。但那安排我們如此的、是天主，是祂給我們賜下了聖神作抵押。所以不論怎樣，我們時常放心大膽，因為我們知道，我們幾時住在這肉身內，就是與主遠離——因爲我們現今只是憑信德往來，並非憑目觀——我們放心大膽是爲更情願出離肉身，與主同住。爲此我們或住在身內，或出離肉身，常專心討主的

喜悅。因爲我們衆人都應出現在基督的審判台前，爲使各人按他本身所行的，或善或惡，領取適當的報應。

對答詠

領：上主，求祢不要按我的行爲審判

我：我在祢面前，沒有做過任何有價值的事；因此，尊威的天主，我向祢哀求：答：天主，求祢消除我的罪惡。

領：上主，求祢洗滌我的不義，清除我的罪孽。 答：天主，……

誦讀二 選讀聖達修主教論基督的復活

基督將要改變我們卑賤的身體

「基督死了又復活了，是爲了作死人和活人的主。」但是「天主不是死人的天主，而是活人的天主。」所以，復活的那

一位所統治的死人，不再是死人，而是活人。生命統治他們，他們便不再畏懼死亡而生活著，如同「基督從死人中間復活，就不再死亡。」

這樣，他們復活了起來並免除了朽腐，便不再死亡。他們將要分享基督的復活，一如祂曾分享了他們的死亡。

基督之所以降世，降到這座使人與永生隔絕的監獄，沒有別的原因，只是爲了「打破銅門，擊碎鐵門」，把我們的生命從朽腐中救拔出來，而引導我們的生命到祂那裏，並且賜給我們自由，以取代奴役。

雖然這救恩的計劃看來尚未全部完成——因爲人們依然死亡，肉身因死亡而解體——這絕不可有損於我們的信德。因爲我們已藉著我們的初稟基督，預先領受了祂應許的一切恩惠的保障。我們藉著祂而升

入高天，並且與祂、那把我們帶到高天的那一位同坐；正如同聖保祿在某處所說：「祂使我們在基督耶穌內一同復活，一同坐在天上。」

當聖父所指定的時候來到時，當我們摒棄兒童時期而「達到成人」時，我們便將看到那諾言的實現。這便是世代之父的旨意：使祂賜與我們的恩惠永久確保，不再因重返兒童時期而被拋棄。

不需要說：主復活後的肉體、是精神的。保祿關於我們的肉體作證說：「所播種的是屬血氣的，復活的是屬神的」，這就是說：肉體已變得像走在前面的首領——在光榮中變容的基督。

而且，確知此事的保祿使徒說，這事將藉基督而發生在整個人類身上，「祂將改變我們卑賤的身體」，使它「相似祂榮

耀的身體。」

如果這種改變是變成屬神的身體，並且如果這身體相似基督光榮的身體，那麼基督就是帶著屬神的身體而復活的。這身體就是曾「在羞辱中被播種」的，但也是這同一個身體已變成光榮的身體了。

當基督將我們人性的初葉帶到聖父台前時，祂並且照祂已許諾過的，把整個宇宙也帶來，祂曾說：「當我被舉起來時，我將吸引眾人歸向我。」

對答詠 若五，28，29；格前一五，52

領：凡在墳墓裏的，都要聽見天主子的聲音。 答：凡行善的，都要復活而獲得生命；凡作惡的，也要復活而接受審判。

領：在頃刻、在眨眼之間，在最後一次吹起號角時，死人要復活起

來。 答：凡行善……

或：選讀薩拉高撒主教聖卜洛理書
信集

復活的基督是衆信友的希望

基督是衆信友的希望，祂稱呼逝世的人為睡眠者，而不是死人。祂說：「我們的朋友拉匝祿睡着了」。聖保祿使徒也不願意我們「因長眠的人而悲戚」，他的理由是，我們的信德主張，凡信基督的人，依照福音的話，將永遠不死。我們由信德確知：基督沒有死，因此我們也將不死。

「因為主必親自從天降來，將有總領天使發號施令的聲音，還有天主的號聲。那些在基督內死了的人必要復活。」

但願復活的希望鼓舞我們：因為我們將要再次看到我們在上上所失去的人。重

要的是我們堅信祂，就是說，遵守祂的誠命：因為祂有至高無上的能力，使死人復活，比我們叫醒睡眠的人還要容易。請看，我們說這話時，我不知道，是什麼情緒却又使我們流淚，某種自私情緒勝過我們的信心，可嘆啊！人的境遇就是這樣可憐；沒有基督，我們的整個生活就毫無意義！

無情的死亡啊！你殘酷的拆散了夫妻，並使友誼所結合的人分離！現在你的勢力已被毀滅，你那殘忍的軛，已被藉先知歐瑟亞以怒吼威脅你的那一位所折斷了：「死亡啊！我將是你的死亡！」我們也藉使徒保祿譏笑你說：「死亡啊！你的勝利在哪裏？死亡啊！你的毒刺在哪裏？」

戰勝你的那一位救贖了我們。祂把祂鍾愛的靈魂交在惡人手中，為把惡人變成

祂所鍾愛的人。如果要引證聖經中一切能安慰人的話，將太冗長了。然而，我們舉目仰望救贖主的光榮，我們便有了足夠的復活的希望。因為我們藉信德而得知：我們已經在基督內復活了；如同使徒保祿說：「如果我們與基督同死，我們相信，也要與祂同生。」

因為我們不屬於我們自己，而是屬於救贖我們的基督。我們的意志當以祂的意志為依歸；因此我們祈禱時說：「願祢的旨意承行。」因此我們在喪事中應和約伯一同說：「上主賞賜的，上主收回，願上主的名受讚美！」讓我們在此世的環境中效法他，我們將來在天堂中便不會不相似他。

對答詠

參閱得前四，13，14；

耶二二，10

領：關於離世長眠的人，你們不要悲傷，像那沒有望德的人一樣。

答：我們既然相信耶穌死而復活，就該相信，天主要使那些相信耶穌而死去的人，同祂一起復活。

領：你們不要爲亡者哭泣，也不要爲亡者悲哀。 答：我們既……

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一 仁慈的基督，
光榮的君王，
祢降生成人，
爲解救生靈，
摧毀死亡。
二 大能的救主，

完成了逾越奧蹟，
出死入生，
追隨祢的人，
永不失望。
三 當祢再來時，
邀請衆門徒，
共赴天國喜筵，
助我清醒祈禱，
心燈常明亮。
四 大慈大悲的上主，
請垂憐我們的祖先，
請垂憐去世的人，
洗除罪污，
賜他們早登天鄉。
五 讚美聖父，
讚美聖子，
讚美聖神，

享受光榮，

萬世無疆。阿們。

聖詠五〇

對經一：被折斷的骨骼將因上主再度

雀躍。

天主，祢是仁慈的，求祢憐憫我，※

祢有豐厚的慈愛，求祢消滅我的罪惡。

求祢洗淨我的過犯，※

消除我的罪愆。

因為我認清了我的罪過，※

我的罪惡常在我的眼前。

我得罪了祢，唯獨得罪了祢，※

我在祢面前作了惡事；

因此，祢在判決時，顯示祢的正義，※

祢在斷案時，表現祢的公平。

的確！我在罪惡中出生，※

我的母親在罪惡中懷孕了我。

是的，祢喜愛內心的真誠，※

求祢使我的心靈充滿智慧。

求祢洗滌我，使我潔淨，※

洗滌我，使我潔白，白於雪。

求祢使我聽到愉快的歌聲，而喜樂，※

使祢所折斷的骨骼再度雀躍。

求祢轉面，不要看我的罪過，※

消除我的一切邪惡。

天主，求祢給我再造一顆純潔的心，※

在我五內注入堅強的精神。

求祢不要驅逐我，疏遠我，※

不要從我身上剝奪祢的聖神。

求祢再賜我得救的喜樂，※

以慷慨的精神扶持我。

我要引導惡人走上祢的道路，※

罪人也要歸依祢。

天主，我的救主，

求祢豁免我的血債，※

我的口舌必要宣揚祢的公義。

上主，求祢開啓我的唇舌，※

我要親口讚頌祢。

因為祢並不喜歡祭獻，※

我獻全燔祭，祢也不會悅納。

天主，我的祭獻，就是痛悔的精神，※

祢不輕視痛悔和謙卑的赤心。

上主，求祢對熙雍廣施慈愛，※

為耶路撒冷重建城垣。

祢必悅納合宜的犧牲，祭品和燔祭，※

那時，人們將把牛犢

呈獻在祢的祭壇上。

對經一：被折斷的骨骼將因上主再度

雀躍。

聖歌 依三八，10 ~ 14，17 ~ 20

對經二：上主，求祢自陰府之門拯救

我的靈魂。

我說過：我正值中年，就要去世；※

我的餘年將奔向陰府之門。

我說過：

我在人間再也見不到天主，※

在世上也看不到任何居民！

我的居所被拆去，※

好像牧童的帳幕被拔除。

祢好像織工捲起我的生命，+

由紡織機上把它割斷，※

祢從早到晚總想結果我。

我整夜呼救，直到清晨，+

祢却像獅子咬碎我的骨骼，※

從早到晚總想結果我。

我呻吟如鴿子，我哀鳴像乳燕，※

我的雙目仰望上天，疲憊不堪。

是祢搶救了我的生命，※
使我脫離喪亡的深淵。

因為祢將我的罪惡，※
都拋在祢的腦後。

的確，陰府不會讚頌祢，+

死亡也不會稱揚祢，※

墜落深淵的人更不會仰望祢的信實。

活人，唯有活人讚頌祢，

像我今天一樣，※

為父的要使兒女認識祢的真誠。

上主，求祢拯救我，+

我們願以終生的歲月，※

在上主的殿內歌詠奏樂。

對經二：上主，求祢自陰府之門拯救

我的靈魂。

聖詠一四五

對經三：我要一生讚美我的天主。

我的靈魂，請讚美上主；+

我要一生一世讚美上主，※

只要一息尚存，

我必歌頌我的天主。

你們不要仰賴達官和權貴，※

不可依靠無能為力的凡人。

他們一旦氣絕，必將歸於灰土，※

他們的計劃立刻就化為烏有。

凡以雅格的天主為扶助，※

寄望於上主的，

真是有福。

上主創造天地萬物，※

海洋和其中的水族。

上主信實，直到永遠，※

為受壓迫的人伸冤。

祂給饑餓者食物，※

使囚犯獲得自由。

上主使瞎子復明，+

使受欺壓者挺身，※

上主眷愛義人。

上主保護旅客，+

扶助孤兒寡婦，※

使惡人迷失道路。

上主將永世爲王，※

熙雍的天主，萬壽無疆。

對經三：我要一生讚美我的天主。

或：聖詠一五〇

對經三：願一切有生命的讚美上主。

請你們在上主的聖所中，讚美上主，※

在祂顯示威能的太空，讚美上主。

請你們讚美上主的豐功偉業，※

讚美上主的無限偉大。

請你們吹起號角，讚美上主，※

彈琴鼓瑟讚美上主。

請你們擊鼓歌舞，讚美上主，※

撫弦吹簫讚美上主。

請你們用響亮的鐃鈸讚美上主，※

以鏗鏘的鐃鈸讚美上主。

一切有生命的，※

都要讚美上主。

對經三：願一切有生命的讚美上主。

簡短讀經

得前四，14

我們若是信耶穌死了，也復活了，同

樣也必信天主要帶領那些安眠於耶穌內的

人同祂一起來。

短對答詠

領：上主，我要讚揚祢，因爲祢拯救

了我。 答：上主：

領：祢把我的痛苦化爲喜樂。

答：因爲祢拯救了我。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

讚主曲對經：我就是復活，就是生命；信

我的人，雖然死了，仍然要

活着；活着而信我的人，必

永遠不死。

復活期：基督復活了；祂光耀了祂用

寶血所救贖的人民，阿肋路

亞。

禱詞

全能的天父使耶穌基督從死者中復活，又

將生命賜給我們有死的肉身；我們要向祂

祈禱：

上主，求祢使我們在基督內生活。

聖父，我們藉聖洗已歸於死亡，與祢的聖

子一同埋葬，一同復活，度一個新生活，

求祢使我們死後，也能永遠與基督一起

生活。

聖父，祢照顧宇宙萬物，祢賜給我們天降

的活糧，使我們以聖潔的心靈領受，

求祢賜給我們永生，並使我們在末日復

活起來。

天主，祢的聖子在山園憂悶祈禱時，祢曾

派遣了天使加強祢的力量，

求祢當我們出離此世時，賜給我們甘飴

的希望，而獲得安慰。

天主，祢從火窖中拯救了三聖童，

求祢將亡者的靈魂，從他們應受的罪罰

中拯救出來。

生者死者的天主，祢使耶穌從死者中復活，

求祢也使逝世的人復活起來，使我們同

他們一起進入永恒的光榮。

我們的天父：

結束禱詞

(一) 爲一位亡者

上主，我們堅信祢的聖子已從死者中

復活，求祢仁慈地垂允我們的祈禱，讓我們對自己和祢這位逝世的僕人（某）的復活，也懷著殷切的期望。

(二) 爲一位亡者

天主，祢是義人的生命，衆信徒的光榮；我們因祢聖子的死亡和復活，得到了救恩；求祢憐憫祢已故的僕人（某），他在世時曾堅信自己必將復活的奧蹟，求祢賞賜他獲得永恆的福樂。

(三) 爲一位亡者

無限仁慈的天主，求祢俯聽我們的哀禱！祢既曾使祢的僕人（某），在世時作祢的子民；求祢今日也賞賜他進入光明、安寧的天鄉，得與衆聖人爲伍，永享萬福。

(四) 爲多位亡者

天主，祢使祢唯一聖子戰勝了死亡，榮歸天國爲王。求祢也賞賜祢已故的僕人

們（某及某），使他們也能戰勝死亡，早登天鄉，永遠瞻仰祢、造生救贖的真主。

(五) 爲親友恩人

天主，祢普施慈恩寬宥，喜見人人得救；求祢使我們已亡的祖先、兄弟姊妹、親友恩人們，仰賴終生童貞聖母瑪利亞和諸聖的轉求，獲登永福的天鄉。

日間祈禱

讚美詩

如唸午前、午時、午後三時辰經文，則午前可唸讚美詩之一、二、五、六節，午時唸一、三、五、六節，午後唸一、四、五、六節。

一 仁慈的救主，

祢爲了減輕朋友的痛苦，
安慰憂傷的姊妹，

復活了拉匝祿。

二 祢對悔過的右盜，

求得天父的寬恕，

同登天鄉，

接受永福。

三 在生命的末刻，

祢將聖母託給愛徒，

求祢對臨終的信者，

也惠予垂顧。

四 基督，生命之主，

我們是祢寶血所救贖，

求祢將死亡的悲傷，

化爲永生的幸福；

五 求祢恩召祢的僕人，

使他（她／他們）返回天府，

日日夜夜，

與天父永久相處；

六 偕同天上神聖，

載歌載舞，

永遠讚頌，

三位一體的天主。阿們。

午前 對經：上主，求祢轉身援助我。

午後 對經：上主，求祢治愈我，因爲我

得罪了祢。

午後 對經：天主，求祢因祢的名援救我，

以祢的權能爲我伸冤。

聖詠六九

天主，求祢快來拯救我，※

上主，求祢速來扶助我。

願那些謀害我的人受辱，※

願那些幸災樂禍的人蒙羞。

願那些嘲笑我的人，※

滿面羞慚，轉身逃遁。

願那些尋求祢的人，都歡欣鼓舞，※

願渴慕祢救恩的人常說：

「大哉！天主。」

天主，我實在卑微而貧困，※

求祢快來拯救我。

上主，祢是我的助祐，我的救援，※

求祢不要遲延。

聖詠八四

上主，祢憐愛祢的國土，※

領回了流徙的雅格。

赦免了祢子民的罪惡，※

遮掩了他們的一切過錯。

祢已完全息怒，※

祢的怒火消除。

天主，我們的救主，請祢復興我們，※

止息祢對我們的憤怒。

祢豈能對我們永遠震怒？※

是否祢的氣憤永不息？

難道祢不會使我們復生，※

使祢的子民因祢而歡欣？

上主，求祢大發慈悲，※

賜給我們救恩。

我要聽天主上主說的話：十

祂要向自己的聖徒和子民，※

向皈依祂的人宣佈和平的福音。

祂的救恩只賜與敬畏祂的人，※

使祂的光榮在我們的地上久存。

慈愛和真誠要彼此相逢，※

正義與和平將彼此相擁。

天主的正義由天上俯視，※

世人的忠誠從地下出生。

上主必會賜下甘露，※

我們的土地必將豐收。

正義在上主前面開路，※

平安緊隨祂的腳步。

聖詠八五

上主，求祢側耳俯聽我，※
因爲我困苦貧窮。

求祢保護我的靈魂，十
因爲我對祢虔誠，※
求祢拯救那仰賴祢的僕人。

我的天主，求祢憐憫我，※
上主，我整天呼求祢。

求祢使祢的僕人歡喜，※
上主，我的心靈仰賴祢。

上主，祢實在良善寬仁，※
以仁慈厚待呼求祢的人。

上主，求祢俯聽我的祈禱，※
細聽我的哀告。

患難之日，我向祢呼救，※
祢定要俯允我的祈求。

上主，沒有一個神明相似祢，※
沒有任何作爲可與祢的相比。

上主，祢創造的萬民齊來欽崇，※
歌頌讚揚祢的聖名。

祢偉大無比，施行奇蹟，※
祢是獨一無二的天主。

上主，求祢指給我祢的途徑，十
我必照祢的眞道進行，※

使我一心敬畏祢的名。
我的天主，我要全心向祢歌頌，※

上主，我要永遠光榮祢的聖名。
天主，傲慢的人起來攻擊我，十

一羣強橫的人想謀害我的性命，※
他們絲毫不把祢放在眼中。

上主，祢却是良善慈悲的天主，※
極其寬仁而信實，不輕易發怒。

求祢垂視我，憐憫我，十

賜給祢的僕人活力，※

援救祢婢女的兒子，

求祢顯示祢愛我的憑證，+

使仇人一見就感到慚愧，※

上主，因為祢救助我，安慰我。

午前

對經：上主，求祢轉身援助我。

簡短讀經

約一九，25-26

我確實知道，我的救主還活著，在末日我要從地上復活起來，我的皮膚將要在我身上恢復，我要帶著血肉之軀看見天主。

領：我的靈魂，你為何悲傷，為何憂

苦？

答：你要仰望天主，因為我還要向祂

頌祝。

午時

對經：上主，求祢治愈我，因為我得

罪了祢。

簡短讀經

智一，13-14，15

天主並未製造死亡，也不樂意生靈滅亡。祂創造了萬物，是要他們生存；因為正義是不死不滅的。

領：在陰森的幽谷，我也不怕凶險。

答：上主，因為祢與我同在。

午後

對經：天主，求祢因祢的名援救我，

以祢的權能為我伸冤。

簡短讀經

依二五，8

天主要永遠取消死亡，上主要從人人臉上拭去淚痕，要由整個地面除去祂民族的恥辱，因為上主如此說過。

領：天主，求祢俯聽我的禱聲。

答：一切有血肉的都將到祢台前。

結束禱詞 見晨禱

晚禱

讚美詩

一、仁慈的基督，
光榮的君王，
祢降生成人，
為解救生靈，
摧毀死亡。
二、大能的救主，
完成了逾越奧蹟，
出死入生，
追隨祢的人，
永不失望。
三、當祢再來時，
邀請衆門徒，
共赴天國喜筵，
助我清醒祈禱，

心燈常明亮。

四、大慈大悲的上主，

請垂憐我們的祖先，

請垂憐去世的人，

洗除罪污，

賜他們早登天鄉。

五、讚美聖父，

讚美聖子，

讚美聖神，

享受光榮，

萬世無疆。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 一二〇

對經一：上主庇祐你免遭禍患，願上

主保護你身心安全。

我舉目向聖山仰望，※

我的救助來自何方？

我的救助來自上主，※

祂創造了天地萬物。

祂決不讓你的腳滑倒，※

你的護守者不眠不休。

請看，以色列的護衛，※

不睡眠，也不瞌睡。

上主站在你的身邊，※

看守你，保護你。

白天，太陽不會傷你，※

黑夜，月亮不會害你。

上主庇祐你免遭禍患，※

祂必保護你身心安全。

上主庇祐你出入平安，※

從現今直到永遠。

聖詠 一二九

對經二：上主，祢若細察我的罪辜，

我主，有誰還能站得住？

上主，我從深淵呼求祢，+

我主，求祢俯聽我的哀告，※

側耳諦聽我的祈禱。

上主，祢若細察人的罪辜，※

我主，又有誰還能站得住？

然而祢一向寬恕為懷，※

我們對祢起敬起愛；

我在期待，我的心靈期待上主，※

期待上主的諾言。

我的心靈期待上主，勝於更夫待旦，※

遠勝巡夜的人等待曙光出現。

以色列，你要仰賴上主，※

因為上主慈悲為懷，樂於救贖。

對經一：上主庇祐你免遭禍患，願上

主保護你身心安全。

祂必拯救以色列，※
脫離一切罪惡。

對經二：上主，祢若細察我的罪辜，

我主，有誰還能站得住？

聖歌 斐二，6-11

對經三：正如父使亡者復起而生活，

子也賜生命給祂所願賜予的
人。

耶穌基督雖具有天主的形體，※

却沒有將自己與天主同等的地位，

把持不捨。

反而空虛自己，取了奴僕的形體，※

降生成人，與人相似。

形態上完全與人一樣，※

祂自謙自卑，服從至死，

且死在十字架上。

因此，天主高高舉揚了祂，※

賜給祂一個名號，超越一切名號。

使天上、人間和地下的一切，※

一聽耶穌的名號，都屈膝叩拜。

衆口同聲都明認耶穌基督爲主，※

以光榮天主聖父。

對經三：正如父使亡者復起而生活，

子也賜生命給祂所願賜予的
人。

簡短讀經

格前一五，55-57

「死亡！你的勝利在哪裏？死亡！你

的毒刺在哪裏？」死亡的毒刺就是罪過，

罪過的權勢就是法律。感謝天主！祂藉我

們的主耶穌基督賜我們獲得勝利。

短對答詠

領：上主，我投靠了祢，決不會永遠

受辱。 答：上主：

領：我將因祢的仁慈歡欣踴躍。

答：決不會永遠受辱。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

或：

領：上主，求祢因祢的仁慈賜給他們

安息。 答：上主：

領：祢要降來，審判生者、死者。

答：賜給他們安息。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

謝主曲對經：凡父交給我的，必到我這裏來；而到我這裏來的，我決不把牠拋到外邊。

復活期：被釘死在十字架上的那一位已從死者中復活，拯救了我們，阿肋路亞。

禱 詞

我們希望藉著主基督，改變我們卑賤的肉

身，使之相似祂光榮的身體；我們要向祂高歌歡呼：

主，祢是我們的生命，我們的復活。

基督，生活天主之子，祢從死者中復活了祢的朋友拉匝祿，

求祢使所有去世的人復活起來，享受生命與光榮。因為他們是祢用寶血所救贖的。

基督，憂苦之慰，祢在拉匝祿、青年、少女死亡時，仁慈的擦乾了他們親友的眼淚，求祢安慰那些因親友去世而悲痛哭泣的人。

救主基督，罪惡給我們帶來了死亡，求祢在我們有死的肉體內摧毀罪惡的統治，並使我們藉著祢而獲得永生。

救主基督，求祢垂視那些不認識祢，而沒有望德的人，

——使他們相信復活及來世的生命。

祢曾賞賜瞎子復明，使他們能瞻仰祢，

——求祢使那些尚未獲得祢光明的亡者，得
享見祢聖容的光輝。

祢讓我們現世的寓所、有一天終被拆毀，

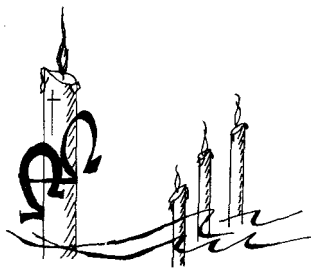
——求祢賜給我們那在天上、非人手所造的

永久居處。

我們的天父：

結束禱詞 見晨禱

夜禱 見聖詠集主日夜禱。



聖人專用部份



聖人專用部份

參閱日課總論 218 — 239 條

聖人的慶祝分為節日（第一等慶節）、慶日（第二等慶節）、紀念日。

紀念日又分為必行紀念日或自由紀念日。

節日有第一及第二晚禱，每時辰經文取自專用或通用部份。

慶日無第一晚禱（主的慶日如在主日舉行，則有第一晚禱）。各時辰經文取自專用或通用部份，但日間祈禱之聖詠與對經通常取自聖詠集平日或季節通用。如有專用聖詠及對經時則予指明。

紀念日，無論必行或自由，對於經文的選用有較大的自由，除非有指定的經文；但是通常，每時辰的聖詠與對經，以及日間祈禱的全部經文，包括結束禱詞，都取自聖詠集或季節專用部份。

自十二月十七至二十三日，聖誕節八日慶期以及四旬期中之聖人紀念日當作自由紀念日追憶，即在當日晨禱、晚禱結束禱詞後加念聖人紀念日之對經及結束禱詞。

耶穌聖心節後星期六

聖母無玷之心

經文見聖母通用 633 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖柔倫·猶斯定主教講道集

瑪利亞把這一切默存心中

瑪利亞把她所讀所聽所見的一切，都默存心中，所以她信仰日堅，功德日增，智慧日廣，她的愛火亦愈熾愈烈。她常重溫啓示給她的天上奧跡，而滿心喜樂；她接受聖神無比恩寵，終生謙卑自居，一心嚮往天主。這完全是天主恩寵的功能；將一個人從最卑微處，提昇到最高貴的地位；將一個人轉變，使他具備出羣的聖德。貞女的心靈如何幸福！她由於聖神的居住和

領導，事事服從天主聖言的命令。她從不爲私情或私見所左右；凡是智慧在內心對她的信仰所指示的，她必身體力行。天主的智慧，卽那在教會中爲自己建立寓所的瑪利亞的幫助，以求得法律的遵守、心靈的淨化、謙遜的理想，及屬神的祭獻，是很合適的。

忠信的靈魂哪！你要效法瑪利亞。你該進入你內心的宮殿，好洗淨你的污穢，滌除你的罪污。天主所注意的，不是我們的工作本身，而是我們的善志。因此，不論我們默禱，與天主教談，或做某些善工，去爲我們的弟兄服務，我們的主要動機，是因基督的愛催促我們。這就是一個屬神的、純潔的、爲天主所悅納的祭獻。這種祭獻的舉行，不是在人手所建的殿裏，而是在人的內心——吾主基督所樂意進

入的聖殿。

對答詠

領：聖潔無瑕的童貞，我不知用什麼

話來讚頌你。 答：因為那天地
所無法容納的天主，你却把祂抱
在懷中。

領：你在婦女中應受讚頌，你的親子

耶穌，同受讚頌。

答：因為那：

晨 禱

讚主曲對經：我的心靈和肉身都向生活的

天主踴躍歡欣。

結束禱詞

天主，祢裝飾了童貞聖母無玷之心，
使聖神樂於居住；求祢因聖母的轉求，改
造我們的心靈，使它也成爲祢光輝燦爛的
殿宇。

五月

五月十四日

聖瑪迪(瑪弟亞 S. Matthias)使徒

慶日

按宗徒大事錄所載：聖瑪弟亞由使徒
們所選拔，以補若答斯之缺，而榮為十二
位使徒之一，成爲吾主復活的證人。

經文見使徒通用 674 頁

誦 讀

誦讀二 選讀金口。聖若望主教講道集

主！求祢指示祢揀選的那一位

「有一天，伯鐸從弟兄中間站起來說
話。」因爲他熱心，基督就把羊羣託付給

了他，又因爲他是這團體的首領，常是他首先發言：「弟兄們！應該從我們中間來選擇。」他讓羣衆來決定，如此使候選人受人尊敬，並爲他除去一切偏袒的嫌疑。因爲重大的決定往往產生類似的困難。

爲什麼呢？難道伯鐸自己沒有選擇權嗎？當然有，但爲了表示他對任何人沒有偏袒，他放棄了。不然，天主聖神便好像被棄置一旁了。宗徒大事錄說：「他們便推舉了兩個人：一個叫巴爾撒巴，別號猶斯篤的若瑟；一個是瑪廸。」不是伯鐸推荐了他們，而是所有在場的人。至於他本人，他提出了一個建議，並指出這建議不是從他而來的，要上溯到一項預言。因此他行事像一位代言人，而不像一位發號施令的人。

伯鐸說：「我們要從這些常同我們在

一起的人中間選擇。」請注意，他是如何堅持新使徒該是一位目擊者；雖然聖神仍要降來認可這項選擇，伯鐸對這項條件極爲重視。

他繼續說：「當主耶穌在我們中間來的時候，從常同我們在一起的人中間。」這給他們指出：他們應和祂曾生活在一起，並且不只是門徒。事實上，一開始跟隨祂的人很多。請看福音如何記載，伯鐸就是「那聽若翰講道並跟隨耶穌的兩位門徒中的一個。」

伯鐸繼續說：「即當主耶穌在我們中間來往的時候，由若翰的洗禮起。」他說的對，人對於在此時期以前的事，一無所知，但是他們從聖神那裏學到了。

「直到祂被提升天的日子，其中應當有一個人，和我們共同作祂復活的見證

人。」他並沒有說其它事的見證人，而只說，「作祂復活的見證人」。因為如果一位門徒能宣稱：那位曾吃過、喝過和被釘死在十字架上的，就是祂復活了，他就更值得信任。因此，他所需要的，不是這事以前或以後時期、或奇蹟的見證人，而只是祂復活的見證人。其他的事跡都已顯示與人並公之於世。然而復活的事跡却是在秘密中完成的，只有少數的人看到。

於是他們一起祈禱說：「主！祢認識衆人的心，求祢指示我們吧。」是祢，而不是我們。他們稱天主為認識人心者，稱呼的對：因為是由天主而不是由他們選擇。他們這樣有信心地說話，因為必須選擇其中的一個人。他們不說：「請祢選擇吧！」却說：「求祢指示被選者！」指示出「祢所選擇的那一位」，因為他們知道

天主預先決定了一切。於是「他們拈鬮。」他們自以為選不配親自選擇；因此他們願意天主利用徵兆來指示他們。

對答詠

、 宗一，24，25

領：主，祢認識衆人的心， 答：求祢指示，祢揀選了那一位，使他取得使徒的職位，阿肋路亞。

領：他們給二人拈鬮，瑪廸中了鬮，就列入十二位使徒之中。

答：求祢指……

唸「天主，我們讚美祢」(17)頁

晨 禱

讚主曲對經：我們需要選立一個人，與我們一起為主的復活作證，這個人必須是主耶穌在我們中間來往時，常與我們在一起的人，阿肋路亞。

結束禱詞

天主，祢曾召選聖瑪迪加入使徒的陣營；但願賴他的轉求，使我們也能加入被選者的行列，永遠沐浴在祢的聖愛中。

日間祈禱

聖詠見聖詠集平日通用，唸復活期對經。簡短讀經見使徒通用 686 頁。結束禱詞如上。

晚禱

謝主曲對經：不是你們簡選了我，而是我簡選了你們，並派遣你們去結果實，使你們的果實常存，阿肋路亞。

五月十七日

眞福劉文元（伯鐸）殉道

眞福劉文元，聖名伯鐸，貴州省人，

一七六〇年生，父母均為教外人，文元四十歲時才入教。嘉慶年間被充軍到黑龍江，始終保持信仰。一八三四年五月十七日為主殉道。一九〇〇年五月廿九日由教宗良十三世宣佈他為眞福。

經文見一位殉道通用 719 頁

結束禱詞

全能永生的天主，祢曾賜給眞福伯鐸堅強的信德，使他在教難時，英勇為基督作證，甚至捨生致命；求祢也賞賜我們在任何環境中都能忠於信仰，至死不渝。

五月十八日

聖若望一世 (S. Ioannes I)

教宗殉道

若望一世出生於都斯卡納，公元五二三年被選為羅馬教宗。曾為德奧多王的使者，首途君士坦丁堡，覲見猶斯丁皇帝；返國後德王不滿其使命，乃予以逮捕，禁於拉文那城。五二六年逝世獄中。

經文見復活期一位殉道通用 719 頁；
或牧者通用 738 頁。

誦 讀

誦讀一 選讀聖若望·雅味拉神父書信集
讓耶穌的生活彰顯在我們身上

「願我們的主耶穌基督的天主和父，仁慈的父和施與各種安慰的天主受讚揚，是祂在我們的各種磨難中常安慰我們，為使我們能以自己由天主所親受的安慰，去安慰那些在各種困難中的人。因為基督所受的苦難加於我們身上的越多，我們藉着

基督所得的安慰也越多。」

這些話都是聖保祿使徒所說的，他曾受杖擊三次，被石擊一次，以為他死了而被人遺棄，被鞭打五次；被各種人所迫害，受過各種刑罰和痛苦的折磨，這不只一兩次，而是如同他在別處所說的：「我們常常爲了耶穌的緣故，被交付於死亡，爲使耶穌的生活彰顯在我們肉身上。」

保祿在這一一切困苦中，不僅不怨天尤人，如同懦弱的人一樣；也不像那些愛慕光榮和逸樂的人們那樣心中悲傷；他不要天主救他脫離憂苦，如同那些無知的人們不知苦難的價值，而不願受苦一樣；也不如同那些以爲痛苦並無價值的人們而輕視痛苦一樣。然而他輕視了愚昧無知，而在困苦中頌揚天主，感謝賜與他這些困苦的天主，好像領受了一個好獎品。他認爲

能爲光榮天主，而受一些苦是幸福的。因爲主爲了救拔我們脫離因罪惡所招致的苦辱，而受了如此的奇恥大辱；祂又賞給我們天主聖神，使我們獲得光榮，而成爲天主的義子。天主在基督內，藉着基督給我們天堂幸福的保證和標誌。

我最親愛的弟兄們！願天主開啓你們的眼睛，使你們看清祂在世界所認爲是屈辱的考驗中，給與我們多少賞報！當我們尋求天主的光榮時，祂使羞辱化爲榮耀，現世的痛苦成爲天上榮耀的泉源。當我們在戰場上受傷時，天主以何等撫慰，熱情和甘飴的雙臂歡迎我們！無疑地，這一切所帶給我們的喜樂，遠超過我們在上所能努力求得的。如果我們了解這一點，我們必定非常渴望祂的擁抱。因爲除了那些茫然無知、一無所求的人以外，誰能不希

冀那最可愛和最可盼望的天主呢？

如果這樣的慶節使你們愉快，如果你們期望看到，並參與，你們該知道：除了受苦以外，別無其他穩妥的途徑。這是基督和祂的朋友所走的路；祂稱之爲窄路，却能引人直達生命那裏。祂教訓我們，如果我們期望到達祂身邊，就該遵循祂所走的道路。因爲天主子在屈辱的路上前進，而人子們却尋求光榮的道路，這顯然是不對的：「徒弟不能勝過老師，僕人不能超過主人。」

天主曾安排，使我們的靈魂在世上找不到安息，尋不到食物，只有在苦難中，在主的十字架前才會找到。

對答詠

格後四，11，16

領：我們這些活著的人，時常爲耶穌的緣故被交於死亡，

爲使

耶穌的生活也彰顯在我們有死的肉身上，阿肋路亞。

領：縱使我們外在的人日漸損毀，但我們內在的人却日日更新。

答：爲使耶……………

結束禱詞

天主，凡信仰祢的人，都獲得賞報。我們今天特別慶祝聖若望教宗的殉道紀念日，求祢因他的功績，俯聽我們的祈禱，使我們能效法他堅強的信德，以及他在苦難中不屈不撓的精神。

五月二十日

聖納定 (伯爾納定 S. Bernardinus)

司鐸

聖人一三八〇年在謝納出生；及長，入方濟會修道，晉陞鐸品後，在義國各地講道，裨益人靈良多；竭力傳揚對耶穌聖名的敬禮；在本修會裏，一面促進會士求學守規的精神，一面從事神學著作。一四四四年安逝。

經文見牧者通用 738 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖納定神父講道集

耶穌聖名是宣道人的光榮

耶穌聖名是宣道人的光榮，因爲它使人在燦爛的光輝中，宣講並聆聽祂的言語。若不是有人宣講耶穌，你怎能相信在全世界上能有如此偉大、迅速和如此熱烈的信德之光呢？豈不是天主因這名字的光輝和芬芳，而「召叫我們進入祂奇妙的光

中」嗎？保祿使徒對那些受到光照，和那些在祂這光明中看見光明的人說得好：「從前你們原是黑暗，但現在你們在主內却成了光明。你們該像光明之子一樣生活。」

因此，應該使人認識這名字，好使它大放光明，而不該使祂隱姓埋名。可是不該以不潔的心和污穢的唇舌去宣講，而應該以特選之器將它保存與傳揚。

因此，主基督論及保祿使徒說：「這個人是我所選擇的器皿，要我把我的名字帶到外邦人、國王和以色列子民前。」祂說：「我所選擇的器皿」，就是說在他內盛有極甜而珍貴的美酒，令人欲乾杯而後快，因為美酒在特選之器中光芒四射，燦爛輝煌，主說：我要這特選之器「帶着我的名字。」

當人們點火清除田地時，乾枯的野草

和荊棘便被焚毀。又當旭日的的光芒驅逐黑暗時，宵小就會斂跡。同樣，保祿的宣講如雷灌耳，如燎原烈火，如曉明的旭日，消滅無信，驅散錯謬，彰顯真理，好像烈火熔化蠟燭一樣。

事實上，保祿藉言語、書信、奇跡和榜樣把耶穌聖名帶到各處。因為「他不斷讚美耶穌聖名，並在感恩中讚美這聖名。」

此外，保祿使徒還把這名字帶到外邦人、國王和以色列子民前，就像把光明帶到他們面前，去光照他們一樣，他到處大聲疾呼說：「黑夜離去，白日已近，所以我們該脫去黑暗的行爲，佩帶上光明的武器；行動要端正，好像光天化日一樣。」他把放在燈台上的明燈指示給衆人，到處宣揚「被釘的耶穌」。

基督的淨配、教會常常靠他所作的見

證，與先知達味一起歡躍：「天主啊，遠自我幼年時，祢就教導了我；直到今天，就是說永遠，我要宣揚祢的奇事。」這位先知也勸我們說：「請向上主歌唱，讚美祂的聖名，一日復一日地，宣揚祂的救恩」，就是宣揚救主耶穌。

對答詠

德五一，15；詠九，3

領：我要時常讚美祢的名號。

答：我要懷着感恩之心歌頌祢。

阿肋路亞。

領：我要因祢而歡欣踴躍；至高者，

我要歌頌祢的名號。

答：我要懷……

結束禱詞

天主，祢曾使聖納定司鐸特別敬愛耶

穌聖名；求祢因聖人的功績和轉求，在我

們心中也燃起祢聖愛的火焰。

五月二十五日

聖伯達 (S. Beda Venerabilis) 司

鐸聖師

伯達公元六七三年出生於味爾茅茨隱院附近；後從聖本篤·畢斯可接受教育；入該隱院修道晉鐸，擔任教授、著述工作。他撰寫神學及歷史書籍，並維護教父的傳授及注釋聖經。七三五年安逝。

經文見聖師通用 769 頁；或聖人通用

會士 836 頁。

誦 讀

誦讀二 選讀顧伯德論聖伯達之死

我渴望見到基督

耶穌升天節前的星期二，伯達氣喘轉劇，頗爲痛苦，而且雙腳呈現微腫。但是他那一整天仍在教導我們，並和善地口授，令人筆錄；在講述其他事務時，他曾數次這樣說：「你們趕快學習吧！我不知道還能活多久，是否造物主不久就把我取去。」在我們看來，他好像自知死期已近。因此，他整夜未睡，只是在感謝主恩。

天色微明，已是星期三了，他吩咐我們，要快快寫完我們所開始寫的書。我們一直寫到九點鐘，那時，我們按當天的習慣，舉行聖蠲遊行。當時有一個人陪伴他，對他說：「最可敬愛的老師！你所口述的那本書，還缺少一章；如果我們再問一些問題，你以爲困難嗎？」他答道：「容易，拿起你的筆和墨水，趕快寫。」他便

照樣作了。

下午三點鐘時，他對我說：「在我的小匣子裏，有一些寶物，就是胡椒，領巾和乳香，你快去把這些東西拿來，並把我們隱修院的神父們叫來，我要把天主給我的這些東西，送給他們，當作小小的禮物。」他們來到後，他向他們說話，鼓勵每個人，請求他們爲他奉獻彌撒，並熱心地爲他祈禱，他們都欣然應允了他。

每個人都悲傷而哭泣，尤其因爲他說，他以爲他們在世上能與他見面的時候不多了。但是他們也感到歡欣，因爲他說：「如果造物主喜歡，這是我回到祂那裏去的時候了，是祂造了我；當我尙在烏有之鄉時，是祂從虛無中造了我。我已活了很久，我慈悲的法官已爲我準備好一個幸福的生活。我啓程的時候到了。因爲

我切望消失，爲能與基督同在，因爲我的靈魂切望看到我的君王基督、看到祂的榮耀。」他爲了我們的利益、還說了許多別的話，他這樣愉快地度過了他最後的一天，直到夜晚。

名叫雅伯德的那個小孩向他說：「敬愛的老師！我還有一句話沒寫下來。」他說：「快寫吧！」過了片刻，小孩說：「現在這句話寫好了。」他說：「好，你說了實話；一切都完成了。請你用手扶著我的頭，因爲我喜歡面對我聖者的小聖堂坐著，我習慣在那裏祈禱，這樣我好能坐著呼求我的天父。」

他就這樣坐在小房間的地板上，當他唱到：「光榮歸於父、及子、及聖神」時，就吐出了最後的一口氣（衆人都深信不疑）。他在此下土曾極熱心地常爲頌揚

天主而工作，現在已升天享受他所切望的天堂福樂去了。

對答詠

領：我在隱修院中度過了一年，勤於默想聖經，謹守會規，每日在聖堂內讚頌天主； 答：我常以學習、教導、和著作爲樂，阿肋路亞。

領：誰若遵守我的誠命，並教訓人遵守，他在天國裏將稱爲偉大的。
答：我常以……

結束禱詞

天主，祢賜給了聖伯達司鐸卓絕的學識，顯揚了祢的教會。求祢使我們，藉他智慧的教導能澈悟真道；並因他的功績，常蒙祢助祐。

五月二十五日

聖國瑞七世（額我略七世）

S. Gregorius VII) 教宗

國瑞原名喜德伯郎，約在公元一〇二八年出生於義大利都斯卡納省；後在羅馬受教育，入本篤會度隱修士生活。他曾以特使身份幫助當代的幾位教宗，致力於教會的革新。一〇七三年繼承伯鐸位，取名國瑞七世；日後特別遭受國王亨利四世的攻擊，逃亡至撒萊諾。一〇八五年逝世。

經文見牧者通用 738 頁。

誦 讀

誦讀二 選讀聖國瑞七世教宗書信集

教會是自由的、聖潔的、大公的。主耶穌藉其死亡救贖了我們，我們在祂內懇求你們，要細心查考，好能了解我們爲什麼並如何忍受考驗和困難——這些都是基督教會的仇敵們所加於我們的。

我們的慈母聖教會依天主的安排，把極不稱職的我置於使徒的寶座上，天主也可以作證，我本不願接受這職位，因此我已盡全力使聖教會、天主的淨配、我們的王后和母親恢復她固有的光榮，使她常保持自由、聖潔、至公。可是因爲這事使古老的仇敵大爲不快，牠便動員了嘍囉，來反對我們，爲了破壞我們的一切成果。

因此牠自從君士坦丁大帝時代以來所未能作的一切，牠現在用來反對我們，或更好說反對宗座。這不足爲奇，時間越前進，牠便越急於消滅基督的教會。

我最親愛的弟兄們，請注意傾聽我向你們說的話！全球所有帶着基督徒之名的，並真正認識基督信仰的人，都知道也都相信使徒的首領聖伯鐸，是所有基督徒的父親，是在基督之後、他們的第一位牧人；他們也相信羅馬教會是一切教會的母親和導師。

如果你們相信這些，也堅信不疑，我身為你們的弟兄和你們的不稱職的導師，我請求你們，也命令你們，如果你們期望藉着你們的父母，在今生和來世獲得罪赦，以及天主的降福和恩寵，就要藉全能的天主去支持、協助他們。

願全能的天主，萬有的根源常常光照你們的心靈，並使你們的心靈滿懷愛主愛人之情；如此使你們的父母因你們那不可搖撼的熱誠，而成爲你們的債務人；你們

也能不差於生活在他們的團體中。阿們。
對答詠
德四五，3；

詠七七，70，71

領：上主在衆王前光榮了他，命他指揮自己的百姓，
答：使他看見自己的光榮，阿肋路亞。

領：上主揀選了他作祂的僕人，牧放祂的人民以色列。
答：使他看：

結束禱詞

上主，祢賜給了聖國瑞教宗百折不撓的精神，和維護正義的熱誠。求祢也賞賜我們指斥邪惡的勇氣；使我們以愛德的精神從事合乎正義的事業。

五月二十五日

聖德蓮·戴博濟（瑪達肋納）

卅季 S. Maria Magdalena de

Pazzi) 修女

聖女一五六六年出生於翡冷翠城，接受了良好的教育，及長入聖衣會，度著祈禱與刻苦的隱修生活；為教會的革新熱誠祈禱。聖女從天主接受許多恩寵，並指導修女們成聖的途徑。於一六〇七年逝世。

經文見貞女通用 780 頁；或聖女、會士通用 836 頁。

誦讀

誦讀一 選讀聖德蓮·戴博濟修女論啓

示與考驗

聖神！請降來

聖言，祢在聖神內真是奇妙！是祢使祢進入人靈，這樣靈魂與天主結合在一起，便會領悟天主、品嘗天主，並發現除天主以外，一切都索然無味。

聖神進入人靈中，帶着那被宰殺的羔羊，即聖言的寶血的印記；更有進者，雖然聖神自己主動地並切望來到人靈中，而是羔羊的血激勵祢降來。

這活動的聖神其本身也是聖父和聖言的本體；祢是從聖父的本質和聖言的意願所發出，來到人靈中，好像浸潤人靈的泉水。就好像兩條河流匯合在一起時，小河便失去名字而取了大河的名字，同樣，當天主聖神來到靈魂中時，便與他結合，將他吸收。靈魂是微小的，它應該捨去名字，而歸順於聖神。如果人靈皈依聖神，而與祂結合為一，便會產生那種效果。

這位聖神是聖父懷中寶藏的分施者，也是聖父與聖子之間的一切善謀的守護者，祂帶着如此的甜蜜將自己傾注在靈魂內，而人並不覺察，只有少數人重視祂真正的偉大。

聖神被祂愛的力量所驅使，却以完全的自由，前往所有適合並準備好接待祂的一切處所。祂頻頻向人講話，並以深沉的靜默，使我們聽到祂的聲音。祂同時是靜止的，也是最活躍的，是愛的力量促使祂進入所有人的心中。

聖神啊！祢不是靜止地居住在不變動之父內，和聖言內；可是祢却常在父內，也常在聖言內，在祢自己內，在一切有福的天使內和一切受造物之內。所有受造物需要祢，由於唯一子聖言藉其所流的血，並因其熾熱的愛火，使所有受造物都需要

祢。祢在那些準備好接待祢的受造物內安息，如此他們由於接受祢的神恩，而能在他們身內、以純潔的心接受祢的肖像。祢在那接受聖言之血效果的人內安息，使他們堪當成爲祢的宮殿。

聖神，請來！願聖父的合一與聖言的喜樂光臨！真理之神，祢是聖人們的賞報，人靈的安慰，黑暗中的光明，窮人們的財富，愛天主者的寶藏，饑餓者的滿足，旅行者的慰藉；最後，祢是珍藏一切寶藏的府庫。

請來！祢會降到瑪利亞身上，使聖言降孕成人。求祢藉着聖寵，在我們身上完成、祢藉着恩寵和本性、在她內所完成的工作。

請來！祢是一切貞潔思想的營養，一切仁厚的泉源，一切潔德的巔峯。

請來！求祢剷除那阻止我們被祢同化

五月二十六日

的一切。

對答詠

格前二，9-10

領：天主為愛祂的人所準備的一切，

正是眼所未見，耳所未聞，

答：是人心所未曾想到的，阿肋

路亞。

領：可是天主藉着聖神將這一切啓示

給我們了。 答：是人心：

結束禱詞

天主，祢最喜愛完全獻身於祢的人，

祢恩賜聖女德蓮豐富的天恩和熾熱的愛火，

使她善度為主獻身、為人服務的生活；求

祢也賞賜我們效法她的貞潔和愛人的榜樣。

聖斐理·乃立（斐理伯內利

S. Philipus Neri）司鐸紀念

聖人一五一五年在翡冷翠出生；後首

途羅馬，開始獻身於青年教育，度著基督

徒的生活。並創立了為貧病人服務的團體，

一五五一年晉鐸，創立了「祈禱會所」，

其目的在講道誨人，練習聖歌，實行愛德

善工。聖人一生愛人，遵守福音聖訓，樂

意為天主服務。一五九五年安逝。

經文見牧者通用 738 頁；或聖人通用

會士 802 頁。

誦 讀

誦讀二 選讀聖思定主教講道集

你們要常在主內喜樂

保祿使徒吩咐我們要喜樂，但是要在主內、而不要因世俗而喜樂，一如聖經所說：「誰若願意作這俗世的朋友，就被視爲天主的仇敵。」正如一人不能事二主，同樣，人不能同時因世俗而喜樂，又在主內喜樂。

所以，但願在主內的喜樂占優勢，甚至驅除那世俗的喜樂。願在主內的喜樂時時增加，世俗的喜樂常常減少，直到它完全消失爲止。我並不是說，我們生活在現世總不該喜樂，而是說，即使我們生活在現世，應該在主內喜樂。

可是有人說：我生活在世上；如果我喜樂，我是在我所處的地方而喜樂。然後呢？你是說：因爲你在世上，就不在主內了嗎？請再聽保祿使徒向雅典人和他在宗

徒大事錄中論及我們的主天主、造物主所說的話：「我們是在祂內生活、活動和存在。」天主既然是無所不在的，何處祂不在呢？因此，保祿對這事曾勸我們說：「主臨近了，你們甚麼也不要掛慮。」

這是一大奧秘：祂已升到諸天之上，祂也與那些寄居下土的人很親近。除了那仁慈地接近我們的主之外，誰能同時距離我們很遠又很近呢？

因爲那個躺在路上半死半活的人，代表整個人類，他被強盜遺棄，被路過的祭司和肋未棄之不顧，只有一個撒瑪黎雅人走近他，爲他療傷並救助他。當那位永生者和聖者離我們有死的人和罪人很遠時，祂雖然距離我們那麼遙遠，就降到我們中間，以便親近我們。

「祂沒有按我們的罪過對待我們」，

因為我們是祂的子女。如何證明這事呢？天主的唯一子為我們的罪死了，免得祂仍然是孤單單的一人；祂一個人死了，不願是孤伶伶的一人。因此天主的唯一子使許多人成為天主的子女。祂用自己的寶血買了許多弟兄，祂曾被人唾棄，却得到了許多弟兄；祂曾被人出賣，却把他們贖回；祂受人侮辱，却使他們備受榮耀；祂曾被人處死，却把生命賜給了他們。

所以，弟兄們，「你們要在主內喜樂」，而不要因世俗而喜樂，就是說：你們要在真理中，而不要在邪惡中喜樂；你們要在永恆的希望中喜樂，不要在脆弱的虛榮中喜樂。所以你們該喜樂：時時處處要喜樂，不論你們身在何方，「主臨近了，你們什麼也不要掛慮。」

對答詠

格後十三，11；
羅十五，13

領：弟兄們！你們要喜樂，努力作完人，服從勸勉，要同心合意，和平相處； 答：這樣，仁愛與平安的天主必與你們同在，阿肋路亞。

領：願賜望德的天主，因著你們的信心，使你們充滿各種喜樂與平安。 答：這樣，仁：

結束禱詞

天主，祢不斷使祢的忠僕們在聖德上登峯造極，曾使聖神的愛火，在聖斐理的心中奇妙的燃燒；求祢也以這同樣的神火燃燒我們心中的愛火，使我們能效法聖人愛主愛人的榜樣。

五月二十七日

坎特布里·聖思定（奧斯定

S. Augustinus Cantuariensis）

主教

聖思定原在羅馬安德隱修院修道，五九七年奉聖教宗大國瑞命，往英國傳播基督福音。愛特伯王曾予以協助。後被祝聖為坎特布里主教，一生勸化多人奉教；曾在肯特王轄地內，建立了一些教會團體。公元六〇五年五月二十六日逝世。

經文見牧者通用 738 頁

誦 讀

誦讀一 選讀大聖國瑞教宗書信集

英國人民為神聖的信德之光所浸潤

「天主在天受光榮，主愛的人在世享

平安」，因為那顆麥粒已經落在地裏死了，為了使祂不僅在天上為王：祂的死亡使我們生活，祂的軟弱使我們強壯，祂的痛苦使我們解除痛苦，祂的愛促使我們在不利艱尋找素昧平生的弟兄們，祂的聖寵使我們找到了我們所尋找的、素不相識的那些人。

誰也不能描述這事件在信友心中激起了何等的喜樂！由於全能天主的恩寵的化工、和我的兄弟你的辛勞，英國人民驅除了錯誤的黑暗，而沐浴在神聖的信德之光中。此後，他們洗心革面，足踏他們從前以悖理的畏懼所膜拜的偶像。他們以純潔的心靈，崇拜全能的天主；藉神聖宣講所給與他們的規律，保護他們不再陷入邪惡中。天主的訓誨屈伏他們的靈魂，却提升他們的理性。在祈禱中，他們俯伏至地，

爲使他們的心不致依戀世物。這樣偉大工程的工人是誰呢？不是說，「我父到現在一直工作，我也工作」這句話的那一位嗎？

世界的歸化，並不是由於人的智慧，而是靠天主的德能。爲了證明這一點，基督便選擇了一些不學無術的人作爲宣道者，派遣他們到世界上去。這也是祂現在正在作的：因爲祂藉如此軟弱的人，在英國人民中作出了如此轟轟烈烈的事。親愛的弟兄們，天主的這一恩惠中，有一些事使我們非常喜樂，同時也使我們非常畏懼。

因爲我知道全能的天主因你對祂所愛的人民的愛德，而顯了許多大奇蹟。所以，天主的這一恩惠，該使你高興中有畏懼，畏懼中也有喜樂：你應該高興，因爲

外在的奇蹟吸引英國人民獲得內在的恩寵；但是你也該害怕，害怕宣講者軟弱的靈魂由於所完成的這些奇蹟而夜郎自大；害怕由於被人抬舉和可見的光榮，而使它因虛榮而崩潰於無形。

我們應該回憶那些宣道回來的門徒與高彩烈地向天上的導師報告說：「主！因祢的名，連惡魔也屈服於我們了。」耶穌對他們說：「你們不要因爲魔鬼屈服於你們而喜歡，你們應當因爲你們的名字已經登記在天上而喜歡。」

對答詠

斐三，17；四，9；

格前一，10

領：弟兄們！你們要一同效法我，也要學習那些按我們的榜樣而生活的人； 答：你們從我所學習、領受、所聽到、看到的一切，你

們都該實行；這樣，那賜平安的
天主必與你們同在，阿肋路亞。

領：我因我們的主耶穌基督之名，勸

你們大家，言談要一致。

答：你們從：

結束禱詞

天主，祢會藉聖思定主教的宣講，引
領英格蘭人接受福音；懇切求祢，使聖人
的工作成果，時時刻刻在祢的教會中發榮
滋長。

五月二十七日

真福桑實 (B. Petrus Sanz) 主教

殉道

真福桑實主教，一稱白主教，聖名伯
鐸，西班牙人，道明會士，於十八世紀時
來華，在福建省傳教，一七四七年五月廿
六日，在福州郊區被斬首，為主殉道。教
宗良十三世於一八九三年宣佈他為真福。

經文見一位殉道通用 719 頁
結束禱詞

天主，祢會賜給真福伯鐸主教堅強的
信德，赤誠的愛德，使他離鄉背井，遠涉
重洋，來到我國傳佈祢的福音，並以鮮血
灌溉了祢的葡萄園地；求祢使我們因他的
轉求，能師法他為基督作證的榜樣，忠於
我們的信仰，至死不渝。

五月二十九日

五月卅一日

眞福何開枝（雅敬）殉道

聖母訪親

慶日

眞福何開枝，亦作郝開枝，聖名雅敬，貴州修文縣人，一七八三年生，約在二十歲時入教，一八三九年為主殉道。一九〇〇年五月廿九日，教宗良十三世宣佈他為眞福。

經文見一位殉道通用 719 頁

結束禱詞

讚美詩、聖詠 見聖母通用 658 頁
誦讀 一 恭讀雅歌 二， 8 ~ 14；

全能永生的天主，祢曾賜給眞福雅敬

愛人來了

堅強的信德，使他在教難時，英勇爲基督作證，甚至捨生致命；求祢也賞賜我們在任何環境中都能忠於信仰，至死不渝。

聽，這是我愛人的聲音；看哪，他來了；跳過山崗，躍過丘陵。我的愛人彷彿羚羊，宛如幼鹿；你看，他已站在我們的牆後，由窗外向裏凝視，由窗櫺往內窺望。我的愛人招呼我說：「起來，我的愛

卿！快來，我的佳麗！看哪，嚴冬已過，時雨止息，且已過去；田間的花卉已露，歌唱的時期已近。在我們的地方已聽到斑鳩聲；無花果樹已發出初菓，葡萄樹已開花放香；起來，我的愛卿！快來，我的佳麗！我那在岩石縫中，在懸崖隱處的鴿子！請讓我看到你的面貌，聽見你的聲音，因為你的聲音柔和可愛，你的面貌美麗動人。」

請將我有如印璽，放在你的心上，有如印璽，放在你的肩上，因為愛情猛如死亡，妒愛頑如陰府：它的焰是火焰，是上主的火焰。

洪流不能熄滅愛情，江河不能將它沖去，如有人獻出全部家產想購買愛情，必受人輕視。

對答詠

路一，41 ~ 43，44

領：麗莎充滿了聖神，高聲說：你在婦女中受讚頌，你的親子同受讚頌。
 答：我主的母親來看我，這是我那裏得來的呢？阿肋路亞。

領：你看，你問安的聲音一入我耳，我腹中的胎兒就歡喜跳躍。

答：我主的：

誦讀二 選讀可敬聖伯達神父講道集

瑪利亞頌揚在自己內工作的上主

「我的靈魂頌揚上主，我的心神歡躍於天主，我的救主」。瑪利亞用這幾句話首先承認天主所賜與她的特恩；然後她也回憶天主對整個人類世代所賜下的恩惠。

當一個人的靈魂貢獻他內在的一切能力為頌揚並事奉天主時，他便是在頌揚上

主。當他遵從天主的誠命時，便表示他時常想到天主的大能和尊嚴。

他的心神歡躍於他的救主、天主，他只要想起他的唯一造物主就感到快樂，因為永遠救恩的希望是由祂而來。

無疑地，這些話正表明所有聖者所想的，但是經由真福天主之母說出更特別合適：只有她蒙受了唯一的特恩，得到了在她肉身內懷孕救主的喜樂，並對祂燃燒着一種完全靈性的愛火。

她比其他聖人更有理由，因她的救主耶穌而歡欣，因為她知道，身為永恒救恩之源的那一位在一定的時間將藉她的肉體而誕生；這誕生者在同一的位格上，真實地是她的兒子和她的主。

「因為全能者在我身上行了大事，祂的名字是聖的。」瑪利亞並沒有把功勞歸

於自己。她把她一切的偉大處，完全歸於天主的恩惠。天主本體，就是大能和偉大。祂慷慨地將自己的偉大和力量通傳給祂的信者，不論他們本身如何軟弱和微小。

「祂的名字是聖的」，這句話加得恰當，是爲了勸導她的聽衆和所有將來聽到這些話的人，常常要信賴並呼求上主的名。因爲他們也能分享天主的永恒聖德和真實的救恩，一如先知所說：「將來凡是呼求上主之名的人必然獲救。」這就是她剛才所說的名字：「我的心神歡躍於天主，我的救主。」

聖教會也有一個很好而有益的習慣，便是每天在晚禱中，咏唱瑪利亞的這首讚美歌。我們可以期待，信者靈魂因屢屢記念天主降生成人，而日益虔誠；又因時常想起聖母的芳表，而堅定於德。在晚禱時

咏唱此歌最爲合適，因爲我們的心靈在一天工作後甚爲疲乏，並且易於分心走意，因而需要一段安靜的時刻，來收斂心神，集中思想。

對答詠

路一，45-46；詠六五，16

領：相信上主傳給她的話必要完成的

女子，是有福的。瑪利亞說：

答：我的靈魂頌揚上主。

領：請來瞻仰天主爲我所行的奇事。

答：我的靈：

唸「天主，我們讚美祢」(17)頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一、光榮的童貞聖母，

你是世海的曉星，

面對你的光輝，

羣星甘拜下風。

二、身爲受造物，

却撫育了造物主，

偉大的奧秘，

震撼人的心靈。

三、厄娃失落的幸福，

藉你獨子的犧牲，

重新降到人間，

充實信衆的生命。

四、天國的大道開放，

領人直奔天廷，

普世萬民，

振奮歡騰。

五、你是上天的大門，

你是和平的途徑，

藉你聖子的救贖，
萬民喜獲永生。

六光榮歸於父，

及子及聖神；

三位開天恩，

使你滿被聖寵。阿們。

聖詠吟唱

對經一：瑪利亞起身急忙往山區去，
到了猶大的一座城。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 25 頁

對經二：麗莎一聽到瑪利亞的問候，

胎兒就在她腹中跳躍，她並

且充滿了聖神。

對經三：瑪利亞，你是有福的，因為

你相信了：天主對你所說的

話，將在你身上完成。

簡短讀經

岳二，27，三，1 a

你們將會知道，我是在以色列中間，
我是上主，你們的天主，此外再沒有別的神；
而我的百姓永不再蒙受羞辱。我要將我的神傾注在所有的人身上：你們的兒女們都要說預言。

短對答詠

領：上主簡選了她，預先簡選了她。

答：上主……

領：讓她居住在祂的帳幕中。

答：祂預先簡選了她。

領：願光榮歸於父……

答：上主……

讚主曲對經：麗莎一聽到瑪利亞的問候，

就大聲喊說：我主的母親來
拜訪我，我怎能當得起？

午前

簡短讀經

友一四，7 b

在所有猶太帳幕裏，妳獲得天主的讚頌，因為在所有聽到妳名字的萬民中，以色列的天主將稱讚妳。

禱詞 見聖母通用 653 頁

結束禱詞

領：無玷童貞聖母，榮耀的普世母皇。

答：請在上主面前為我們轉求。

全能永生的天主，童貞聖母瑪利亞會因祢的啓迪，身懷聖子訪問了她的表姊麗莎；求祢使我們也能順從聖神的指引，常常與她同聲讚頌祢。

午時

簡短讀經

多一二，6

你們該讚頌天主；該在衆生靈面前稱揚祢，因為祢對你們廣施慈恩。

領：生養祢的那位，真是有福。

聖詠、對經見聖詠集平日通用。如用補充聖詠時，詠二二可用詠二八 532 頁代替，詠一二六可用詠一二〇 358 頁代替。

却更有福。

答：但那聽了天主的話而又遵行的人

午後

簡短讀經

智七，27-28

讚美詩

一 萬福海星，

天主聖母，

卒世童貞，

天堂福門。

二 天使口中，

尊稱萬福，

賜我平安，

大地更新。

三 解放囚犯，

發贖振聾，

消災免禍，

降福賜恩。

四 顯示慈顏，

爲我轉求，

有求必應，

母子情深。

智慧雖恆存不變，却常使萬物更新。她世世代代進入聖善的靈魂，使他們成爲天主的朋友和先知；因爲天主只愛那與智慧同居共處的人。

領：瑪利亞把這一切話都存在心裏。

答：她把這些話反覆思量。

結束禱詞

全能永生的天主，童貞聖母瑪利亞會因祢的啓迪，身懷聖子訪問了她的表姊麗莎；求祢使我們也能順從聖神的指引，常常與她同聲讚頌祢。

晚禱

五 溫良慈善，

偉大童貞，

除我罪污，

復我純真。

六 世途艱險，

伴我前進，

與主同在，

歡樂無盡。

七 讚美聖父，

聖子聖神，

三位一體，

萬世同欽。阿們。

聖詠吟唱

對經一：瑪利亞進了匝加利亞家，問

候了麗莎。

聖詠、聖歌見聖母通用 658 頁

對經二：我一聽到你問安的聲音，腹

中的孩子就高興得跳躍。

對經三：你在婦女中受讚頌。

簡短讀經

伯前五，5-7

你們大家都該穿上謙卑的服裝，彼此服侍，因為天主拒絕驕傲人，却把恩寵賜給謙卑人。因此，你們該屈服在天主大能的手下，這樣在適當的時候，祂必舉揚你們；將你們的一切掛慮都託給祂，因為祂必關注你們。

短對答詠

領：萬福瑪利亞，你充滿聖寵，主與

你同在。 答：萬福：

領：你在婦女中受讚頌，你的親子同

受讚頌。 答：主與你同在。

領：願光榮歸於父：： 答：萬福：：

謝主曲對經：萬代的人都要稱我有福，因
為天主垂顧了祂這卑微的使
女。

禱 詞 見聖母通用 600 頁

結束禱詞

全能永生的天主，童貞聖母瑪利亞曾
因祢的啓迪，身懷聖子訪問了她的表姊麗
莎；求祢使我們也能順從聖神的指引，常
常與她同聲讚頌祢。



六月

六月一日

聖猷定(猷思定 S. Iustinus) 殉道

紀念

聖人是一位哲學家兼殉道烈士，第二世紀初葉生於外教家庭，原籍撒瑪黎雅的那波里(今稱那布路斯)。回頭信主後，撰寫多數護教書籍；但現存者祇有兩部：「護教書」及「與脫利風對話」。他在羅馬開設學府，公開舉行辯護。約於一六五年，瑪爾谷·奧來利王執政時，與其他的同志一同殉道。

經文見一位殉道通用 719 頁

誦 讀

誦讀一 選讀聖猷定等殉道錄

我信仰了基督徒的真實道理

聖人們被捕，並且被押解到羅馬總督羅斯蒂那裏。當他們出現在法庭前時，羅斯蒂對猷定說：「首先你要朝拜諸位神明，並服從皇帝。」猷定回答說：「我們服從我們的救世主耶穌基督的命令，人們不能為此而控告我們或處罰我們。」

總督羅斯蒂說：「你信仰什麼教義？」猷定說：「我曾努力學習一切的道理，可是我却信仰了基督徒的真實道理，雖然這些道理使那些被囚禁於錯誤中的人們所不喜愛。」

總督說：「你這可憐蟲！你喜愛這些道理嗎？」猷定說：「是的，我遵循這

些，便找到了真信仰。」

總督說：「這種信仰是什麼？」猷定說：「我們恭敬基督徒的天主；我們信祂從開始就是創造整個有形和無形宇宙的唯一造物主；我們也恭敬天主之子，耶穌基督，祂是先知們所預言要來爲人類宣報救恩的使者，和有益的知識的導師。我只是一個凡人，我想我的話與祂無限的天主性相比，實在無足輕重；但是我承認預言的能力，先知們事先預言過，如同我剛才所說的：祂是天主之子。所以你要知道，先知們由於上天的啓示曾經預言祂要來到人間。」

總督羅斯蒂又說：「那麼，你真是基督徒嗎？」猷定回答說：「是的，我是基督徒。」

羅斯蒂說：「你聽着！人們說你是有

學問的人，你也想像你擁有真實的道理。如果你受鞭笞，然後被斬首，你相信你將升天嗎？」猷定回答說：「如果我忍受這些，我就可希望我將在天上有我的住所。我知道凡善生的人，天主的酬報要一直爲他們保留到宇宙毀滅時。」

總督說：「那麼你真的想像你將升天堂，去領受美好的賞報嗎？」猷定說：「我不只是想像，而是確切知道，而且深信無疑。」

羅斯蒂總督又說：「讓我們言歸正傳，這是當務之急，刻不容緩的。所以，你們大家都要同意，一起向諸神獻祭！」猷定回答說：「有正確思想的人，誰也不會揚棄對真主的敬禮，而去事奉邪神。」

總督又說：「如果你們不遵命獻祭，就要受酷刑。」猷定回答說：「我們所渴望

的，正是爲我們的主耶穌基督受苦而得救。因爲這一切會帶給我們救恩和信心，使我們能面對比這更可怖的法庭，在那裏我們的主救主將審判整個人類。」

其他的殉道烈士們也同樣宣稱：「你要作什麼，悉聽尊便。我們都是基督徒，絕不向偶像獻祭！」

於是羅斯蒂總督宣判說：「凡不願服從皇帝命令而向諸神祭祀者，依法將被帶去受鞭笞，並處以斬首之刑。」烈士們聽到判刑後，一面頌揚天主，一面走向刑場。頭一落地，便這樣因承認我們的救世主而完成了他們的殉道壯舉。

對答詠 宗二十，21，24；羅一，16

領：我曾宣講了對吾主耶穌基督的信仰，一無所懼。 答：只要我能跑完我的行程，完成我從主耶穌

領受的職分：給天主恩寵的福音作證，我並不珍惜我的性命，阿肋路亞。

領：我決不以福音爲恥，這福音正是天主的德能，爲拯救所有相信的人，先是猶太人，後是希臘人。

答：只要我：

晨 禱

讚主曲對經：我們獻祭時，藉天主子耶穌基督和聖神，讚頌萬有的創造者。

結束禱詞

天主，祢藉世人視爲愚蠢的十字架，將耶穌基督所啓示的卓越知識，奇妙地授給了殉道聖人猷定；求祢因他的轉求，使我們能摒棄惑人的邪說，常忠於我們的信仰。

晚 禱

謝主曲對經：在我心內立刻燃起了熱火，
對先知們和基督朋友們的愛
佔據了我的心靈。

六月二日

聖才林 (瑪策廉 S. Marcellinus)

及

聖伯鐸 (伯多祿 S. Petrus) 殉道

達魁 (達瑪蘇) 教宗從刑役口中獲得
資料證實：二聖曾在彫克里先王教難時殉
道，他們在一樹林中被斬首，遺體被葬於
拉比卡納路、二桅樹地窖中；教難平息後，
教會曾建堂於此，以資紀念。

經文見多數殉道者通用 692 頁

誦 讀

誦讀二 選讀歐利振神父勸殉道篇

分享基督的痛苦，就會分享祂的
安慰

我們既然「出死入生」，從無信仰到
達信仰，如果世俗恨我們，不必大驚小
怪。因為凡未「出死入生」，而仍留在死
亡中的人，不能愛那些脫離死亡的黑暗住
所——如果能這樣稱呼它——而進入那由
活石所築成，並充滿生命之光的建築物的
人。

「耶穌爲了我們而捨生，我們也應該
奉獻我們的生命」；我不說爲了祂，而說
爲了我們自己，或更好說，爲了那些因我
們的殉道壯舉而得到建樹的人。

諸位基督徒！我們受光榮的時刻來到

了！因為聖經說：「我們在磨難中也該歡躍，因為我們知道：磨難生忍耐，忍耐生老練，老練生望德，望德不使人失望，因為天主的愛，藉着所賜與我們的聖神，已傾注在我們心中了。」

「正如我們越有分於基督的苦難，同樣，我們藉着基督所得的安慰也越多。」我們要以無比的歡欣接受基督的苦難，如果我們希望多得安慰，就要多多分擔祂的苦難。「凡涕泣的必得安慰」。然而每人受的安慰或許並不相等，如果相等，聖保祿就不會這樣說：「正如我們越有分於基督的苦難，同樣，我們藉着基督所得的安慰也越多。」

凡有分於基督苦難的人，也將有分於祂的安慰，所得到的安慰與所受的苦難適成正比。這項道理，你們從使徒堅定的話

中得知：「我們知道：你們怎樣分受痛苦，也要怎樣同享安慰。」天主藉先知之口說：「在悅納的時候，我俯允了你，在救恩的日子，我援助了你。」當我們有一天由於在基督內對天主保持崇敬，而被刑役隆重地帶到街上時，我們並不像戰敗者，倒像簇擁凱旋者遊行，還有比這時刻更是接納恩寵的時刻嗎？

因為基督的殉道烈士與基督聯合在一起，完全摧毀了「率領者和掌權者」，並偕同基督一起奏凱。他們由於有分於祂的痛苦，也分享祂藉着受苦受難所得到的勝利。你們如此光榮地出離此世的一天，不是比其他日子更適當地稱為救恩的日子嗎？

但是我請求你們：「不要給任何人跌倒的緣由，以免我們的職務受到詆譭。要以

持久的堅忍處處表現出你們是天主的僕役。」你們要說：「除了天主以外，我現在還能期待什麼呢？」

對答詠

弗六，12，14，13

領：因為我們戰鬥不是對抗人，而是對抗率領者、掌權者，對抗天界裏邪惡的鬼神； 答：所以要站穩，用真理作腰帶，束起腰，阿肋路亞。

領：你們要穿起天主的全副武裝，使你們在險惡的日子能夠抵抗得住，並在完成任務之後，仍屹立不動。 答：所以要：

結束禱詞

天主，祢藉聖才林和聖伯鐸二位殉道者的英勇作證、支持我們、保護我們。求

祢使我們追隨他們的芳表，日進於德；並賴他們的轉求，常獲得祢的助祐。

六月三日

聖嘉祿 • 盧安江 (S. Carolus

Lwanga) 等殉道

紀念

許多烏干達教友於公元一八八五年至一八八七年間，因莽加王仇教，被害而殉道。其中有些教友、曾在朝中供職，或為莽加王私人的侍衛。聖嘉祿與其他二十一位同道尤為著名，他們都為保衛信德而奮鬥：因為不願滿足莽加王的無恥慾望，有的被利刃所刺死，有的為烈火所焚斃。

經文見多數殉道者通用 692 頁

誦 讀

誦讀二 選讀教宗保祿六世爲殉道者列

品時的講道詞

殉道者的光榮是重生的標誌

這幾位非洲的殉道者爲殉道錄——勝利者之書——又添了新的一頁，這一頁記載的事蹟，非常悲慘而又特別壯觀；這一頁的確值得與古代非洲光榮的記述並列。我們現代人由於我們的小信德，從未想到這些記述會在後代重演。

例如，我們想到西里、迦太基的殉道者、以及烏底科那「潔白羣衆」的動人事蹟，這是聖思定和蒲魯登所憶起的；我們在金口若望的豐富讚辭中也讀到埃及殉道烈士們，和汪達爾教難時殉道烈士的動人事蹟。誰能想到今天新殉道者的事蹟與古

代聖者的英勇及光榮事蹟相比，並不遜色。

誰能預見，有朝一日，人們要把嘉祿·盧安加、瑪迪·莫隆巴和他們二十位同伴的芳名、與非洲這些偉大的殉道者和精修者、這些令人不能忘懷的人物並列呢？諸如聖啓廉、聖芬莉、聖蓓蓓和偉大的聖思定等。我們也不要忘記那些屬於英國教會而爲基督之名捨命的烈士。

非洲的這些殉道烈士的確展開了一個新的時代。我們的意思並非說這時代將走向迫害與衝突，而是走向宗教與政治的重生。

事實上在被這新時代的元勳、殉道烈士的鮮血所灌溉的非洲土地上——天主樂意這殉道者是最後的：因爲他們的全燔祭是如此的高尚而寶貴——一個自由而獨立

的非洲正在重生。

這些殉道者所忍受的慘無人道的折磨，令人可怖，却富有意義。這時代的慘劇清楚地顯示出，一個新民族需要一個倫理基礎，需要一種嶄新而紮根的精神傳統，為能傳遞給後代。這種慘劇象徵式地說明並促成一種由簡單而原始的生活方式到更文明的生活的演變。當然，舊的生活方式並不缺乏美好的人性價值，但是它是受到破壞而有缺陷的，好像被約束在各種限制之中。在新的社會生活中，人類心靈能享有更崇高的表現，和更美好的社會生活。

對答詠

領：天主觀看我們作戰，在信仰的戰場上作戰，天主的天使和基督也在一旁觀戰；
答：我們在天主

台前作戰，是多麼的光榮！多麼的幸福！我們將從法官基督手中，接受勝利的榮冠，阿肋路亞。

領：我們要全力以赴，要以純潔的心、真誠的信德及堅決的勇氣，準備那最後一戰。

答：我們在：

結束禱詞

天主，祢使殉道者的血成為新教友的種子；懇求祢，使聖嘉祿及其同伴們用鮮血所灌溉的教會園地，不斷地結出豐碩的果實。

六月五日

聖博義 (波尼法爵 S. Bonifatius)

主教殉道

紀念

聖人於公元六七三年左右在英格蘭出生。曾在厄斯特隱修院裏發願而度隱修生活。七一九年起程至日爾曼（今德國）傳教，成績卓著，乃被祝聖為主教，統轄麥因茲區教務；招集同道，分遣至巴伐利亞、多林其亞、法蘭各尼亞各地區興建教會；又召開會議，推行教會律法。七五四年當他給弗利森人宣講福音時，為外教人所殺害，其遺體葬於富而達隱院。

經文見殉道者通用 719 頁；或牧者

738 頁

誦 讀

誦讀一 選讀聖博義主教殉道書信集

細心的牧者看守基督的羊羣

教會猶如航行在世海上的一艘船，在現世受到種種考驗的驚濤駭浪所激盪。但

是這艘船，不應該放棄，而應該予以控制。

關於這件事，我們有古代教父們的榜樣：在羅馬有克勉、高略，和其他許多的人，在迦太基有啓廉，在亞力山大有達修。他們生活在外教帝王的統治下；他們以訓誨，以保衛真理，以辛勞，以受苦甚至灑熱血，駕駛基督的船，或更好說照顧祂的至愛淨配——教會。

當我想到這些人和類似他們的人時，不勝惶恐之至：「驚懼與戰慄侵襲我，罪惡的黑暗籠罩着我。」如果我能在教父和聖經的榜樣中找到一項支持我的理由，我極願完全放棄所託付與我的這教會舵手的職務。

實情既已如此，又由於真理雖能被攻擊，却不能被戰敗，也不能錯誤，讓我們以勞瘁的心神投奔到藉撒羅滿之口說話的

那一位：「你應全心信賴上主，不要依賴你自己的聰明。在一切行動中要想到祂，祂必指導你的行徑。」在其他地方也說：「上主的名號是堅固的堡壘。義人投奔那裏，必得安全。」

我們應堅定地作正義的事，並準備我們的靈魂以接受考驗，好能期待上主支持我們，並能向祂說：「主，從永遠到永遠，你常是我們的避難所。」

我們要信賴祂，因為是祂加給我們這副重擔。我們自己所無法肩負的重任，要靠全能基督的幫助去肩負，因為祂說：「我的軛是易於肩負的，我的擔子是輕省的。」

在主的日子，我們要繼續奮鬥，因為「困苦和災難」臨到我們身上。如果天主願意，「就讓我們為我們列祖神聖的法律

而死」，好能與他們獲得永恆的基業。

我們不要作不出聲的狗，也不要作緘默的旁觀者，更不要作那狼來了就逃跑的傭工。要作細心的牧人，看守基督的羊羣。要依照天主給我們的能力，向大小、貧富的人，向各種階級與年齡的人，宣講天主的計劃。我們要常宣講，不論時機適合與否，一如聖國瑞所著的「牧靈指南」一書所指示的。

對答詠

得前二，8；迦四，19

領：我們不但渴望與你們分享天主的福音，而且連我們的生命也願意給你們， 答：因為你們是我所疼愛的，阿肋路亞。

領：我的孩子們！我願為你們再受產痛，直到基督在你們內形成為止。 答：因為你：

結束禱詞

上主，求祢因殉道者聖博義主教的轉求，使我們忠實維護聖人所辛勤宣講、並以鮮血所證明的信仰，也在日常生活中，果敢地表現出來。

六月六日

聖諾博（諾伯多 S. Norbertus）主教

公元一〇八〇年左右，聖諾博出生於德國萊茵地區。曾任蒼坦大教堂誦經員，後看破紅塵，度紀律生活，一一一五年領受鐸品。開始傳教，特別在高盧、日爾曼各地宣道。又糾集同志，創立「普來蒙斯修會」，並建立了隱院數座。一一二六年

當選為馬德堡總主教，竭力革新教友生活，傳播福音真理。一一三四年逝世。

經文見牧者通用 738 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖諾博主教傳

他或與顯要、或與卑微的人交往時，都平易近人

國瑞第七世教宗會進行革新運動，諾伯應被列於此運動最有效的推行者之中。事實上，他首先曾願意成立一個神職團體，獻身於真正福音及使徒生活，他們應守貞潔和神貧。他們應穿上「新人的衣服和裝飾，就是穿上會衣，和代表司鐸尊位的裝飾。」這神職班應「按聖經去生活，並奉基督為導師。」諾伯囑咐他們三件事：「在祭台前，並在舉行禮儀時應保持清

潔；舉行院務會議時，要糾正過錯與缺失；要照顧窮人並招待客人。」

但是除了在修院中度使徒生活的神父之外，聖諾伯又集合了許多的男女信徒，效法初期的教會。有不少人說：自從使徒時代以來，沒有一位會祖，在如此短暫時期內，爲基督征服了這麼多的人，來努力度全德的生活。

他被任命爲馬德堡總主教後，便召集他的弟兄們赴德國東部文得地區傳教。他不顧民衆的暴動與煽惑，而努力使本教區的神職人員從事革新。

最後他一生主要任務之一就是維持宗座與帝國之間的和諧，却同時堅持教會選任神職的自由。他的努力獲致成效，因此教宗依諾森三世向他致謝函說：「宗座全心全意感謝你——這位忠信之子」，而德皇

竟任命他爲帝國的總理。

在執行這些職務時，他表現了不屈不撓的信德：人們都說：「諾博以信德超羣出衆，明谷的納德以愛德超羣出衆。」此外，他那溫文爾雅的談吐使「他或與顯要、或與卑微的人交往時都平易近人，對所有的人和藹可親」。他又具有超人的口才：「他的言語炙熱如火，焚毀惡習，激勵德行，以他的智慧之光照耀那些準備妥善的靈魂」。他用很長的時間默觀天主的奧蹟，而且大膽地廣爲傳播。

對答詠 弟後四，2，5；宗二十，28

領：你務要宣講眞道，不論順境逆境，總要堅持不變；以百般的忍耐和各樣的教訓去反駁，去斥責，去勸勉； 答：你要在一切事上忍受艱苦，作傳揚福音者的

工作，阿肋路亞。

領：聖神既然立你們為全羊羣的監督，治理天主的教會，所以你們要對你們自己和整個羊羣留心。

答：你要在：

結束禱詞

天主，祢使聖諾博主教，因善度祈禱生活及其傳教救靈的熱火，成為祢教會傑出的司牧；但願賴聖人的轉求，使祢的教會，都擁有契合祢心意的司牧領導我們，供給我們救恩的食糧。

六月九日

聖義範 (愛弗冷 S. Ephraem) 執事

聖師

聖人公元三〇六年左右出生於尼西伯城（敘利亞）一教友家庭。晉陞執事後，便在本鄉又厄得撒盡職，並在該地奠定了神學學府。他雖然度著苦修生活，但對講道、著作的職責並不鬆弛，以駁斥當時的邪說。三七三年逝世。

經文見聖師通用 769 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖義範聖師講道集

天主的措施是精神世界的藍圖

主啊！求祢以祢的智慧之光，驅散我們心靈的黑暗，使我們受到光照後能以革新而純潔的心靈事奉祢。當日出東方時，世人開始工作；主啊！求祢使我們的心靈成為那永無終結之日的良好住所。求祢賞賜我們心內擁有復活的生命，我們不要讓

任何世物分心，而放棄祢賜給的賞心樂事。主啊！求祢賞賜我們熱切地尋求祢，使這一天的痕跡銘刻在我們身上，這一天並不為太陽的運行所左右。

願我們能藉祢的聖事而每天擁抱祢，將祢迎接到我們的身體之內。求祢使我們堪當體驗到我們所期盼的復活。我們藉着聖洗聖事的恩寵，把祢天主教生命的寶藏隱藏在我們的身體內；這寶藏在祢聖事的餐桌上而益形豐富。求祢賞賜我們因祢的聖寵而喜樂！我們在祢的神筵中領受了祢的紀念；願我們在將來萬有更新時，能夠永遠擁有這紀念。

讓我們了解，為我們準備的是何等美好的事物，這種美好，是透過祢不朽的意志、在我們有死的本性上所激起的那精神的美好，而能隱約地看到的。

我們的救主！祢被釘死在十字架上，結束了祢肉身的生命；求祢幫助我們釘死我們的私意，使我們生活在聖神內。耶穌！願祢的復活帶給我們的心神真正的偉大；願祢的聖事成為我們認識祢的明鏡！

我們的救主！祢神聖的計劃預示我們精神世界的遠景；求祢賞賜我們如同屬神的人一樣，生活在這屬神的世界。

主啊！求祢不要從我們的心靈中撤去祢神性臨在的標記，也不要從我們身上除去祢愛的溫暖。那潛藏在我們的肉身內的死亡性，在我們身上播散腐朽；願祢神愛的洪流，從我們心中滌除死亡的效果。主啊！求祢賞賜我們速返天鄉，並如同梅瑟從山頂上遙望一般，使我們現在能藉着神視看到它。

對答詠

德四七，10，11，12

領：他全心歌頌，並愛慕創造他的天
主， 答：他派人在祭壇前歌詠
奏樂，以優美的聲音唱出悅耳的
歌曲，阿肋路亞。

領：他使讚美上主聖名的聲音，從清
晨就響徹聖殿。 答：他派人：

結束禱詞

上主，聖義範執事曾因聖神的啓迪，
以美妙的詩詞，歌頌祢無窮美善的奧秘；
更因聖神的助祐，忠心侍奉祢。求祢也仁
慈地派遣聖神，降臨我們心中，使我們終
生讚頌祢，全心侍奉祢。

六月十一日

聖納博(巴爾納伯 S. Barnabas)使

徒

紀念

聖納博塞浦路斯島人，耶路撒冷初期
的信友之一，曾在安提約基宣講福音；在
保祿第一行程中，納博同他一起傳教。曾
參加耶城會議，後返回本鄉，傳佈福音，
以至逝世。

序經對經：聖神藉先知和聖師們的口向我
們講了話：請大家前來朝拜（
阿肋路亞）。

聖詠九四首 3 頁

誦 讀

誦讀二 選讀克路馬主教論瑪竇福音

你們是世界的光

「你們是世界的的光，建在山上的城，
是不能隱藏的，沒有人點了燈，去放在斗
底下，一定是放在燈臺上，為照耀屋中所
有的人。」主曾稱門徒為「世上的鹽」，

因爲魔鬼使人心淡泊無味，他們以天上的智慧予以調味。祂又稱他們爲「世界的光」，因爲他們受到祂——永恒與真正的光所照耀，而成爲黑暗中的光明。

因爲祂自己是義德的太陽，便也能稱祂的門徒爲「世界的光」；祂藉着他們，如同藉着閃爍的光線，而把祂智慧的光發射到全世界；因爲，他們藉着向人顯示真理之光，而從人類心中驅散了錯誤的黑暗。

我們本身也曾受到他們的光照，我們從前是黑暗，現在成爲光明，一如保祿使徒所說：「從前你們原是黑暗，但是現在你們在主內成了光明；你們生活就要像光明之子一樣。」他又說：「你們不屬於黑夜，也不屬於黑暗，你們都是光明之子和白晝之子。」

聖若望在他的書信裏說得很對：「天主是光」，「誰住在天主內，就是處於光明之中，如同天主自己處於光明內一樣。」因爲我們會有幸從錯誤的黑暗中被救出來，我們便該如同光明之子一樣，生活在光明之中。因此，保祿使徒說：「你們持有生命的言語，就該在世中間照耀，如同天上的光體。」

如果我們不如此行事，便會看到這爲我們、爲別人都是有害的；因爲由於我們缺乏信德，我們好像把人所急需的光遮掩並隱藏起來了。我們從聖經也都知道：那位領受一個元寶的人，應該用來爲他賺取天堂，他却寧願把元寶埋藏在地下，而不願存入錢莊生利，因而得到應受的懲罰。

所以，這一盞用來使我們得救恩的明燈，應該在我們內常燃不熄。因爲我們有

天主的誠命和屬神的聖寵爲明燈，達味曾爲這事作證說：「你的言語是我步履的燈，是我道路上的光。」撒羅滿也說過：「法律的命令是一盞燈。」

我們不該把法律與信德的這盞明燈隱藏起來，而該爲衆人的得救，常把它放在教會中，如同放在燈台上一樣。這樣，我們本身能享見基督的真理之光，所有信衆也能得到光照。

對答詠

宗十一，23~24

領：納博一來到安提約基，看見天主所賜的恩惠，就很喜歡；

答：因爲他是好人，充滿聖神和信德，阿肋路亞。

領：並勸勉衆人要堅心依靠主。

答：因爲他：

結束禱詞

天主，祢特別召選了充滿信心與聖神的聖納博，派遣他作歸化外教人的使者。求祢幫助我們以言以行，使聖人所英勇宣講的基督福音，傳播給那沒有真信仰的人。

晨 禱

讚美詩 見使徒通用 684 頁

聖詠、聖歌見聖詠集平日通用

簡短讀經 格前一五，1~2a，3~4

我願你們認清我以前給你們所傳報的福音，這福音你們接受了，且穩立其上，假使你們照我給你們所傳報的話持守福音，就必因這福音得救。我當日把我所領受的而又傳授給你們的，其中首要的是：基督照經上記載的，爲我們的罪死了，被埋葬了，且照經上記載的，第三天復活了。

短對答詠

領：他們講述了上主的榮耀和祂的大能。

答：他們：

領：和祂所做的奇事。

答：和祂的大能。

領：願光榮歸於父：

答：他們：

讚主曲對經：納博親自到塔爾索去找掃祿，

找到以後，便領他回到安提

約基，在那裏的教會中共同

工作，教導了許多人。

禱詞

我們的救主摧毀了死亡，並藉福音使生命燦爛不朽。我們要熱烈地讚美祂，要謙恭

地祈求祂：

求祢使祢的教會在信德和愛德中堅定不移。

祢藉聖善和傑出的博學之士、奇妙地光耀了祢的教會，

—求祢使所有信者也能享有同樣的光輝。

祢因牧者諸聖如同梅瑟一樣的祈求了祢，就赦免了人們的罪過，

—求祢因他們的轉求，不斷地淨化祢的教會，使它聖潔無瑕。

祢從弟兄中選拔了祢的聖人，給他們傳了油，並遣發祢的聖神降臨到他們身上，

—求祢使祢子民的牧者也都充滿聖神。

祢就是牧者諸聖的產業，

—求祢恩賜祢以聖血所拯救的人，都能與祢常在一起。

我們的天父：

結束禱詞

天主，祢特別召選了充滿信心與聖神的聖納博，派遣他作歸化外教人的使者。求祢幫助我們以言以行，使聖人所英勇宣講的基督福音，傳播給那沒有真信仰的人。

日間祈禱

聖詠及對經見聖詠集

午前

簡短讀經

羅一，16 \ 17

我不以福音為恥，因為福音正是天主的德能，為使一切有信仰的人獲得救恩，先是猶太人，後是希臘人，因為福音啓示了天主所施行的正義，這正義源於信德，而又歸於信德，正如經上所載，「義人因信德而生活」。

領：他們的聲音傳遍普世。

答：他們的言語達於地極。

午時

簡短讀經

得前二，2 b \ 4

依靠我們的天主，我們有勇氣，在艱鉅的格鬥中，也向你們宣講了天主的福音。我們的講勸並不出於幻想，也不是出於不誠，也不是在於欺詐；反之，我們是被天主考驗合格而受委託傳福音的人；我們宣講並不是為取悅於人，而是為取悅那考驗我們心靈的天主。

領：他們遵守了天主的約言。

答：和祂的誠命。

午後

簡短讀經

弟後一，8 b \ 9

你要依賴天主的大能，為福音與我同受勞苦。天主拯救了我們，以聖召召叫了

我們，並不是按照我們的行爲，而是按照祂的計畫和恩寵，這恩寵是萬世以前，在基督耶穌內賜予我們的。

領：你們歡欣踴躍吧！

答：因為你們的名字已經寫在天上了。

結束禱詞 見晨禱

晚 禱

讚美詩 見使徒通用 688 頁

簡短讀經

哥一，3 a) 6

我們在祈禱時常爲你們感謝我們的主耶穌基督的天主和父，因爲我們聽說你們在耶穌基督內的信德，和對所有聖徒的愛德；這是爲了那給你們所存留在天上的希望，這希望，你們由福音真理的宣講中早已聽過了。這福音一傳到你們那裏，就如

在全世界，便不斷結果，不斷發展。

短對答詠

領：你們要在列邦中宣報上主的榮耀。

答：你們：

領：在萬民間講述祂所行的奇事。

答：上主的榮耀。

領：願光榮歸於父：

答：你們：

謝主曲對經：衆人都緘默不語，靜聽納博

和保祿述說天主藉著他們在外邦人所行的神蹟奇事。

禱 詞

天主——光明之父、曾藉祂聖子的聲音、召叫了我們，信從真理。我們要爲祂神聖的

子民向祂祈求：

上主，求祢垂念祢的教會。

天父，祢將祢的聖子——羊羣偉大的牧者，
從死者中領了出來，

——求祢使我們在世界每個角落作祂的見證。

祢派遣了祢的聖子來到世界，向貧窮人傳
播福音，

——求祢使我們也向一切受造物宣講福音。

祢派遣了祢的聖子，散播聖言的種子，

——求祢使我們含淚散播聖言，含笑獲享收成。

祢會派遣祢的聖子，用祂的聖血使世界與
祢修好，

——求祢使我們眾人共同努力，促進彼此之
間的和睦。

祢會使祢的聖子在天上坐在祢的右邊，

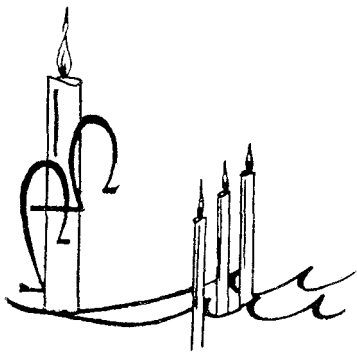
——求祢接納所有去世的人，使他們進入永
福的天國。

我們的天父：

結束禱詞

天主，祢特別召選了充滿信心與聖神
的聖納博，派遣他作歸化外教人的使者。

求祢幫助我們以言以行，使聖人所英勇宣
講的基督福音，傳播給那沒有真信仰的人。



六月十三日

聖安道

(安多尼 S. Antonius de Padua) 司鐸聖師 紀念

聖人約在十二世紀末葉，出生於葡萄牙里斯本。起初加入聖奧斯定誦經團；晉鐸後，轉入方濟會，以便往非洲傳教。但在法國及義大利各地講道，成績卓著：許多異端教人，因他而回頭歸正。他是該會的第一位神學家，教授會士們神學。所撰寫的講道辭，內容充實，文詞甘美。一三二一年在巴杜亞逝世。

經文見牧者通用 738 頁；或聖師

769 頁或會士 836 頁

誦讀

誦讀一 選讀聖安道司鐸講道集

當行動在說話時，言語才是活的

誰充滿了聖神便會講各種語言。這些不同的語言便是為基督所作的各種見證，例如謙遜、貧窮、忍耐和服從。當我們把我們身上這些美德顯示給他人時，便是在說各種語言。當行動在說話時，言語才是生活的。我請求你們，務要使言語三緘其口，而使行動大聲疾呼。我們滿口好話，行為却空空如也；因此吾主才詛咒我們，祂曾詛咒一棵枝葉茂密而不結果的無花果樹。聖國瑞說：「法律頒布給宣講者，要他實踐他所宣講的。」誰以個人的行動摧毀了他的講道，而向人傳播對法律的體認，只是徒勞無功。

可是使徒們是「照聖神所賜的語言恩惠而說話」。那按聖神的恩賜、而不照個人的私意去說話的，才是有福的！因為有

些人是按自己的喜好而說話，他們拾人牙慧，將別人的話當作是自己的話。上主藉耶肋米亞先知的口，論到這些人和類似的人說：「我要懲罰那些先知，他們互相竊取我的話。上主說：我要懲罰那些先知，他們只會轉動舌頭道：上主的話，上主這樣說。我要懲罰那些先知，他們預言並傳述幻夢，以自己的謊言妄語迷惑我的人民；我從未派遣他們，也未曾對他們有所吩咐，他們對這人民毫無用途，上主說。」

所以，我們要照聖神所賜給我們的語言之恩而說話。我們要謙遜而虔誠地祈求聖神在我們內廣施恩寵，使我們藉着遵守十誡，善用五官，使五旬節實現在我們當中。我們也懇求使我們充滿強烈的悔罪精神和點燃的火舌，去承認我們的信仰。如此，我們受到點燃和光照，才能在「諸聖

的光輝中」，得以享見三位一體的天主。

對答詠

參閱歐十四，6；

詠九一，13；德二四，4

領：正義的人將如百合一般開花，

答：永遠在上主面前盛開。

領：他將在衆聖人面前受讚頌。

答：永遠在：

結束禱詞

全能永生的天主，祢將卓越的宣道聖師安道司鐸，賜給了祢的子民，作我們在急難時的救助者。求祢恩賜我們靠他的扶助，善度基督徒的生活，在一切困危中，常蒙祢的助祐。

六月十九日

聖樂牧 (羅慕鐸 S. Romualdus)

院長

約第十世紀中葉、在拉威那出生，他潛跡隱修，多年耕田生活，建立了幾座小隱修院。一面努力修德，一面竭力革除當時隱修士的惡習。約於一〇二七年逝世。

經文見聖人通用，會士 802 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖伯鐸·達勉所著聖樂牧傳

棄絕自己並追隨基督

樂牧在巴倫佐城附近住了三年。第一年他建立了一座隱修院，並派了一位院長和修士們住在那裏。以後兩年之久他在那

裏度隱居的生活。慈善的天主提昇他到如此高的聖德境界：他因聖神的默感能預知許多未來的事，並以其理性之光能深入舊新二約許多隱密的奧蹟。

事實上，對天主如此崇高的瞻想，時常使他陶醉，而至流淚不止。他被那不可言喻的天主的愛火所焚燒，而大喊道：親愛的，親愛的耶穌，我的甘飴的蜜，不可言喻的渴望，諸聖的甘飴和天使們的美味和其他類似的話。這些由聖神所啓示而說出來的話，好像唱歌，我們不能以人的言語加以描述。

當聖人願意住在一個地方時，必先在小房間內佈置一個祈禱所和一座祭台，然後緊閉房門，以度隱修生活。

他這樣住過了許多地方之後，預見死期將近，就回到他在加斯特山谷所建立的

隱修院，安心等待即將來臨的死期。他令人築一小房間，和一祈禱室，以便隱居其中，嚴守靜默，直到死期。

當小屋完成時，他想到不久就要禁閉其中，他的身體便開始被日益難忍的痛苦所纏繞，並且主要由於年事已高，又加上疾病使他屈曲僵僵。有一天，他的體力漸漸消失，病入膏肓，力不能支，太陽將要西下時，他吩咐兩位伺候他的弟兄出去，並隨手關門，破曉時他們應再回到他身邊，以便共唸晨經。由於他們關心他的死期將至，出去時心有不甘，便不急於立刻去休息。他們害怕老師即將死去，就隱藏在他的房間附近，窺探這位老師，好像守護珍寶一樣。他們這樣待了一段時間，然後，仔細一聽，聽不到任何動靜和聲息。他們猜想他已過世，便破門而入，急忙點

燈一看，發現聖人的遺體躺在那裏，而他有福的靈魂剛剛已被提升到天上。他躺在那裏，好像一顆被人遺忘的天上珍珠，但是很快就要榮耀地被安置在萬王之王的寶庫中。

對答詠

申二，7；八，5

領：上主你的天主降福了你所作的一切，保護你經過了這遼闊的曠野，
答：上主你的天主常與你同在。

領：上主你的天主管教你，就像一位父親管教兒子一樣。
答：上主你的天主常與你同在。

結束禱詞

天主，祢曾在祢的教會內，藉聖樂牧院長德行的表率，使隱修生活得以復興；求祢恩賜我們，能矢志棄絕自己，追隨基

督，以期將來榮登天國。

六月二十一日

聖亞路亞(類思S. Aloisius)

Gonzaga) 修士 紀念

聖人於公元一五六八年，在龍巴底地區、茫都阿附近之加斯德王族出生。自幼受母親熱心教育，非常傾向修會生活；看破紅塵，侯爵名位讓給弟弟；然後往羅馬入耶穌會修道；後在醫院服事病人，不幸染疫而歿。時於一五九一年。

經文見聖人通用，會士802頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖嘉思稟母書

我將永遠歌頌天主的仁慈

最可敬愛的母親：我爲您祈求天主賞賜您聖神的聖寵與恒久的安慰。無疑的，當人把您的信交給我時，我仍在此人世間。現在呢？我應該嚮往天堂，好使我們在活人的世界中讚頌永恆的天主。我自從好久以來就希望及早走完今世的旅程。依照聖保祿所說的，倘若愛德在於「與樂者同樂，與泣者同泣」，那麼，最可敬愛的母親，您必須從這件事中，汲取無涯的喜樂，因爲天主由於祂的慈愛和對您的寵幸，而賜給我真正的喜樂與保證，使我不再懼怕永遠失去它。

最可敬愛的母親！我向您承認，當我默想天主的仁慈時，它好比深不見底、一望無際的大海，我的靈魂便墜入了深淵；沈浸在這樣的無涯無際中，而使我迷失方

向，不知道說什麼。天主在我如此短暫和微薄的工作之後，竟召我進入永恆的安息！祂從天上召叫我去享永福，就是我會這樣疏忽地尋找的永福；我祇流了少許的眼淚，而天主却願賜給我永遠的賞報。

最可敬愛的母親！請您特別注意，慎勿冒犯天主的無限仁慈：就是如果一個人生活在天主台前，而且他藉着祈禱、在您有困難時比在今世更能多多幫助您，您却爲他痛哭，好像爲一個死人而痛哭，您便是忽視天主的仁慈。而且我們的離別爲時並不久遠；我們將在天堂上重相聚首，我們將與救恩的施與者一同結合在一起，將以全靈讚揚天主並永遠歌頌天主的仁慈，而享受永福。上主收回祂所借給我們的，沒有別的意向，只是願把我們的珍寶安置在一個更寧靜，更妥善的住所，並且祂要

賜給我們所希冀的各種美善。

我說了這一切，只是爲了滿足我的一個熱切的願望：就是，最可敬愛的母親，您和全家的人都應該把我的離去看作令人喜樂的恩賜；我希望您以慈母的祝福陪伴着渡過世海的我，一直到達彼岸——我的一切希望的所在。我極甘願寫了這一切，因爲我沒有其他方式，清楚地向您表示，一個兒子對母親應有的孝愛和崇敬之情。

對答詠

詠四十，13；八三，11

領：上主，因爲我純潔無罪，祢便接受了，
答：使我永遠侍立在祢面前。

領：我寧願站在我天主殿宇的門限，
也不願寄住在惡人的帳幔。

答：使我永……

結束禱詞

廣施神恩的天主，祢曾使聖磊思一生度着天使般純潔和苦行贖罪的生活；我們雖未能取法他的聖潔，但求祢因聖人的功績和轉求，使我們至少則效他補贖的芳表。

六月二十二日

聖博嵐(保林 S. Paulinus Nolanus)

主教

947 用專人聖

聖人公元三五五年，出生於法國波爾多。最初曾追求名利，娶妻生子。但後來為了要度嚴肅的生活，乃領洗奉教，捨棄一切財物。三九三年，動身至諾拉，開始度隱修生活。任主教後，推動聖費利的敬

禮，協助旅客並竭力解救當時遭遇的種種災患，所作之詩非常出名。四三一年逝世。

經文見牧者通用 738 頁

誦讀

誦讀二 選讀聖博嵐主教書信集

天主的愛藉聖神

在各地的子女中活動

主教閣下：您真是聖人，堪稱為最幸福的，也是我的摯友！您對我這卑微的人，所表現的實在是真正的愛，完善的愛。我的僕人儒廉從迦太基回來時，帶來一封信，這封信讓我看到您聖德的光輝。對我來說似乎不僅在其中發現您對我的愛德，而是重新獲得您的愛德。這個愛德是來自天主的。祂從造世之初就預定我們屬於祂；我們出生以前，就在祂內被創

造了。因為「是祂，而不是我們造了我們自己」。是祂造了未來的一切。我們既由天主的預知和全能所形成，而有同一意志和同一信德，在我們彼此相識之前，就藉着愛德而結合在一起了。這樣，我們在彼此見面之前，藉聖神的啓示就彼此認識了。

所以，我慶幸，也在主內自誇，祂是唯一的主，在全球各地，藉着聖神，在屬於祂的人身上，使祂的愛有所行動。祂把聖神傾注在一切人身上，以祂滿溢的河水使全城歡騰。在這城裏，祂適宜地立您為主教，立您為祂子民的首領，使您坐在使徒的寶座。至於我，祂也從塵埃中提拔可憐的我，祂願意我分享您的榮譽。可是更使我因天主的厚愛而慶幸的是，祂竟把我安置在您的心中，祂屑於使我享有您的盛

情。因此，我向您的愛德要求一種極特殊的信賴，以鼓勵我們善盡主教的職責。如此便不能允許我猶豫而膚淺地去愛您。

我不願意您對我一無所知，您要知道，我是一個根深蒂固的罪人。不久以前我才從黑暗與死亡的陰影中被救出來，我才開始呼吸生命的氣息；不久之前我才把手放在犁上，我才用相當的力量背負基督的十字架；為使我恒心到底，我需要您祈禱的助祐。如果因您的代禱減輕了我的重擔，您將在您的功勞上多得一份報酬，因為那協助勞苦者——因我不敢稱自己為「弟兄」——的聖人，將「高高升起，猶如一座大城」。

我寄給您一個餅，表示我們的合一；這餅也象徵不可分的聖三。如果您極願領受此餅，它將成為帶給您祝福的餅。

對答詠

德三一，8，11，10

領：無瑕可指，不追求黃金，不寄望

於錢財的富人，是有福的；

答：他在上主那裏的幸福，必會

確保。

領：他能犯法而未犯，能作惡而未

作。 答：他在上……

結束禱詞

天主，祢曾在聖博嵐主教身上，給予我們一個愛護貧困、關心牧靈工作的典範懇切求祢，使我們在歌頌慶賀聖人的功績之餘，也能師法他愛主愛人的熱忱。

六月二十二日

聖若望 • 費舍 (若望菲雪 S. Ioan-

nes Fisher) 主教及

聖多默 • 穆安 (多默莫爾 S. Tho-

mas More) 殉道

若望 • 費舍一四六九年出生於英國劍

橋。攻讀神學並晉陞鐸品。後被立為洛契

斯特區主教，生活清苦，時常訪問教友，

不愧為傑出司牧。他又著書以攻斥時弊。

多默 • 穆安於一四七七年出生，在牛

津求學。學成後結婚生一子三女。在王朝

任宰相之職，著書論應如何執政及如何保

衛教會。

二聖均因反對英王亨利八世之婚姻，

先後於一五三五年六月廿二日與七月六日

被斬首殉道。前者在監獄時，曾為教宗保

祿第三世擢陞為樞機主教。

經文見多位殉道通用 692 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖穆安在獄中致愛女麗達書

我以完全的希望和信賴，

把我整個地託付給天主

我的麗達，雖然我明知由於我過去的罪惡，爲天主所拋棄是應該的，可是我只有完全信賴祂無限的仁慈。祂迄今賞給我

最神聖的恩寵，賜我勇力使我歡欣捨棄我的財富、家產甚至生命，而不願違背我的良心去向國王發誓。天主的仁慈也使國王寬待我，因爲他迄今只剝奪了我的自由。國王這樣做，爲我提供了很大的益處；就是神修方面的進步，這是我在這裏確信能獲得的，這種恩惠遠勝於國王從前賜給我的一切榮華富貴；因此我不能不信靠天主的恩寵：或者天主繼續約束君王的心，使

他不加害於我；或者天主願意不斷地賜我需要的力量，使我堅忍地、勇敢地、甚至樂意地忍受任何考驗。

我的痛苦與主的受苦受難的功勞相結合（祂的苦難論到功勞和性質比我當忍受的實在超過千萬倍），足以減輕我在煉獄中所應受的罰，也因天主的寬仁大量，稍爲增加我在天上的酬報。

親愛的麗達，我不願對天主缺乏信賴，但我却感覺畏懼之情可能使我滅頂。當我目睹驚滔駭浪而要下沉時，我想起聖伯鐸，由於他的小信德，一陣風吹來，便開始下沉，我也要效法他所做的：呼求耶穌，向祂求救。這樣我相信祂會伸出援手抓住我，不讓我下沉。

如果天主允許我扮演伯鐸以後的角色：發誓並背棄信仰而完全跌倒，但願吾

主因祂慈悲的苦難保祐我不致如此，而且這樣的墮落，比我得不到任何利益更爲有害。如果祂真的允許我跌倒，我仍然希望祂向我投以仁慈的一瞥，如同對伯鐸一樣，好使我重新站立起來，重新承認真理，解除我良心的負擔，並使我在此毅然忍受我否認天主應得的懲罰和慚愧。

我的麗達，最後，我絕對確知，除非我有罪，天主不會捨棄我。我懷着完全的希望和信賴，整個地把我託付給天主。如果天主因我的罪過而讓我喪亡，至少可利用我來頌揚天主的公義。可是我仍然信靠天主的慈愛，保護我的靈魂平安無恙，也使人在我身上看到祂的仁慈、而不是祂的公義大放光明。

所以，我的女兒！妳放心吧！我在此世不論遭受到什麼事，妳也不要過份掛

慮；天主若不願意，任何事都不能發生。我確信天主所願意的，在我們看來像是壞的，而實在是最好的。

對答詠

領：基督的殉道烈士在受酷刑時，嚮往天上的事說： 答：主啊！求祢助祐我們，完成祢的工程，使我們無瑕可指。

領：求祢垂顧祢的忠僕和祢的工程。
答：主啊！……

結束禱詞

天主，祢願意人以捨身殉道的壯舉，表明對祢的真實信仰；懇切求祢，因聖若望·費舍及聖多默·穆安兩位殉道聖者的代禱，使我們以口舌所宣揚的信仰，也能因實際生活的作證，而更形堅強。

六月二十三日

眞福袁在德（若瑟）司鐸殉道

眞福袁在德，聖名若瑟，四川彭縣人，生於一七六六年，二十七歲時晉鐸，四川教難時，被絞殉道，時在一八一七年六月廿三日。教宗良十三世於一九〇〇年五月廿九日宣佈他為眞福。

經文見一位殉道通用 719頁

結束禱詞

全能永生的天主，祢賜給了眞福若瑟堅強的信德，使他在教難時，英勇爲基督作證，甚至捨生致命；求祢也賞賜我們在任何環境中都能忠於信仰，至死不渝。

六月二十四日

洗者聖若翰誕辰

節日

第一晚禱

讚美詩

一、普世教會，

喜氣洋洋，

萬衆一心，

讚美聖若翰，

齊聲歌唱。

二、聖殿肅穆沉靜，

天使爲你命名，

尙未出母胎，

歡躍迎救主，

萬民的希望。

三偉大的先知，

原野的呼聲，

喚醒醉生夢死的人，

歸向救主，

久已期待的君王。

四光榮的基督，

天主的聖言，

偕父及聖神，

同受欽崇，

萬世無疆。阿們。

對經一：匝加利亞的妻子麗莎，生了

一位偉人：主的前驅、洗者

若翰。

聖詠、聖歌見聖人通用 802 頁

對經二：主的前驅若翰生自一位年老

荒胎的母親。

對經三：在由婦女所生的人中，沒有

一位比洗者若翰更大的。

簡短讀經

宗一三，23-25

天主按照祂的許諾，從達味的後裔中給以色列興起了一位救主耶穌；在祂來臨以前，若翰先向以色列人民宣講了悔改的洗禮，若翰快將完成任務時說道：你們以為我是誰？我不是你們等待的那一位。但是，請看，祂要在我以後來，我並不配給祂解腳上的鞋帶。

短對答詠

領：你們要準備上主的道，修直祂的

路。 答：你們：

領：有一個人將在我以後來，祂本來

先我而存在。

答：修直祂的路。

領：願光榮歸於父： 答：你們：

謝主曲對經：匝加利亞進了上主的聖殿，

上主的天使站在香壇的右邊

顯現給他。

禱詞

天主簡選了洗者若翰向人民宣報：基督的國即將來臨。我們以歡欣之情向天主祈禱：

上主，請領導我們走上和平的道路。

祢爲了準備祢聖子的道路，若翰仍在母胎時，祢便召叫了他，

求祢召叫我們追隨基督，就如若翰作基督的前驅一樣。

祢會賞賜若翰認出基督是天主的羔羊，

求祢也使祢的教會將基督顯示給世界，

讓世人也認出基督來。

祢會使先知若翰衰微，而使基督興盛，

求祢教導我們能在他人面前忍讓，好使

他人更認識祢。

祢願藉若翰的殉道證實祢的諾言，

求祢使我們常能勇敢地爲真理作證。

求祢垂念所有逝世的人，

領他們進入光明與和平的天鄉。

我們的天父：

結束禱詞

全能的天主，求祢引領祢教會的大家庭，遵循得救之路邁進；並恩賜我們遵照前驅聖若翰的訓誨，終能遇到他所預報的救主——祢的聖子，我們的主耶穌基督。

序經對經：若翰高興地將天主羔羊指示給

了我們，請大家前來朝拜。

聖詠九四首 3 頁

誦讀

讚美詩 見晨禱

對經一：上主在我出生以前，就召叫了我；我仍在母胎時，祂就給我起了名字。

聖詠見聖人通用 804 頁

對經二：上主使我的舌頭成爲利劍，祂伸開雙臂保護了我。

對經三：這是若翰所作的見證：在我以後要來的那一位，先我而存在。

領：他來了，是爲給光作證。

答：使所有的人藉着他而相信。

誦讀一 恭讀耶肋米亞先知書

一，4 ~ 10，17 ~ 19

先知蒙召

上主對我說：「我在母胎內形成你以前，我就認識了你；在你出離母胎以前，我就聖化了你，選定了你作萬民的先知。」

我回答說：「哎呀！我主上主！祢看，我還太年輕，不會說話。」上主對我說：「你別說：我太年輕，因爲我派你到那裏去，你就該到那裏去；我命你說什麼，你就該說什麼。你不要害怕他們，因爲有我與你同在保護你——上主這樣說。」

此後，上主伸出手來，觸摸我的口，對我說：「你看，我將我的話放在你口中；我今天就委派你對萬民和列國，執行拔除、破壞、毀滅、推翻、建設和栽培的任務。」

所以，你要束上腰，起來向他們傳示我命令你的一切。在他們面前，不要畏懼，免得我在他們面前令你畏懼。看哪，我今天使你成爲堅城、銅牆、鐵壁，以對抗猶大君王和首領，祭司和當地的人民。他們要攻擊你，却不能得勝你，因爲有我

與你同在，協助你——上主說。」

對答詠

耶一，5，9，10

領：我在母腹內形成你以前，就認識了你；在你出離母胎前，我就聖化了你。 答：選定了你作萬民的先知。

領：你看，我將我的話放在你口中，派你統治列國萬民。

答：選定：

誦讀一

選讀聖思定主教講道集

曠野中的呼聲

教會視若翰的誕生為特別神聖的事：任何一位以前的聖人的誕辰，並不如此地隆重地慶祝。但我們慶祝若翰的誕辰，和耶穌聖誕，一定有它的意義在。這一天，我不能不講道理而讓它過去。或許我這簡短的講解與這如此崇高的奧秘不

配，但你們仍可以作深度的默想，從中獲得效益。

若翰是由荒胎老婦所生，基督則由童貞少女所生。若翰的父親因不信若翰要誕生，而成爲啞巴；聖母相信基督要誕生，因信德而懷孕了耶穌。我們剛才已建議研究其中的理由，也告訴過你們，我們要以反省。然而這只是前言，如果因爲我們智力或時間的不足，不能深入如此偉大奧蹟的堂奧，最好讓在你們內說話的那一位教導你們，即使我們不在場，你們所虔誠思念的那一位，你們所歡迎來到你們心中的那一位，你們成爲祂聖殿的那一位，要教導你們。

所以，若翰好像是置於舊新二約之間的界限。主基督證實若翰是界限說：「法律及先知到若翰爲止」。所以若翰是舊時

代的人，也是新時代的前驅。因為代表舊時代，他乃由年老的父母所生；因為他代表新時代，他尚在母胎中的時候，已被宣佈為先知。當他出生前，當聖母走近時，便在母胎中歡躍。那時，他已經被委以使命，在出生以前已被指定。在默西亞尚未看見他以前，他已顯示出他是默西亞的前驅。這些事都是神聖的奧秘，超越人性軟弱的了解力。最後若翰誕生了，接受了命名，他父親的舌便被解開了。你們要深思所發生的這些事的象徵意義。

匝加利亞失聲而不能言，直到主的前驅若翰誕生時，主才使他開口說話。匝加利亞的緘默，不是指那隱藏着的先知預言嗎？在基督講道以前，先知的預言不是好像隱密而關閉的嗎？若翰誕生了，匝加利亞又開口說話；他的聲音，在所預言的那

一位來臨時，也變得清晰。匝加利亞恢復說話能力，正與聖殿的帳幔在基督被死時的分裂前後呼應。如果若翰自己已被預報他的誕生，匝加利亞的口就不能再開。因為聲音誕生了，他的舌頭才被解開；因為當若翰預報基督時，有人問他說：「你是誰？」他回答說：「我是曠野中的呼聲。」聲音就是若翰，而主就是聖言：「在太初已有聖言」。若翰是短暫的聲音；而基督是在太初就有的永恆的聖言。

對答詠

路一，76-77

領：至於你，我兒，你將稱為至高者的先知，

前驅，為祂預備道路。

領：使祂的百姓認識救恩，使他們的罪得到寬恕。

唸「天主，我們讚美祢」(17)頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一 偉大的前驅，
忠實的見證，
甘願自人間消逝，
只求彰顯救主的聖名。

二 當年的約旦河中，
耶穌親來受洗，
喜見天門大開，
仰瞻救主的光榮。

三 荒野的呼聲，
召喚罪人悔改，
追隨救世的羔羊，
奔向永生。

四 大聖若翰，

請爲我們轉求，

世途艱險，

助我常與主同行。

五 基督，贖罪羔羊，

光榮歸於祢，

及父及聖神，

世世無窮。 阿們。

對經一：他的名字叫若翰，許多人將

因他的誕生而喜樂。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 19 頁

對經二：他將以厄里亞的精神和能力

作祂的前驅，爲上主準備善

良的子民。

對經三：至於你，我的孩子，你要稱

爲至高者的先知，走在上主

前面，爲祂預備道路。

看哪！在上主偉大及可怕的日子來臨以前，我必派遣先知厄里亞到你們這裏來，他將使父親的心轉向兒子，使兒子的心轉向父親，免得我來臨時，以毀滅打擊這地方。

短對答詠

領：他在上主面前將是偉大的，並將

充滿聖神。 答：他在：

領：他將作主的前驅，為祂準備善良的子民。 答：並將充滿聖神。

領：願光榮歸於父： 答：他在：

讚主曲對經：匝加利亞立刻開口，講預言

說：以色列的天主應受讚美。

禱詞

基督派遣了若翰作祂的前驅，準備祂的道路。我們大膽地向祂祈禱：

升起的旭日，請照耀我們。

祢曾使若翰在麗莎的懷中跳躍，

——求祢使我們對祢的降臨塵世常感快樂。

祢曾藉若翰的一言一行指示給我們悔改的道路，

——求祢使我們回心轉意，遵守祢的誡命。

祢願意我們藉口舌宣揚祢，

——求祢派遣使者到世界各地宣報祢的福音
祢願意從若翰手中接受洗禮，以實現天主

的計劃，

——求祢賜給我們力量，共同努力使祢的正

義與和平實現在人間。

我們的天主：

結束禱詞

天主，祢簡選了洗者聖若翰，幫助祢的子民善作準備，以迎接主基督的來臨。求祢賜予祢的子民內心的喜樂，並引領所

有信從祢的人，走上救恩與平安的道路。

日間祈禱

補充聖詠 597 頁；如遇主日則唸第一週主日聖詠 31 頁。

午前

對經：他在上主面前將是偉大的；他在出生之前就已經充滿聖神。

簡短讀經

依四九，1

諸島嶼，請聽！遠方的人民，請靜聽！上主由母腹中就召叫了我，自母胎中就給我取了名字。

領：我看見聖神從天降下，停在祂身上。

答：祂就是因聖神而施洗的那一位。

午時

對經：我一聽到妳問候的聲音，我腹

中的胎兒就高興的跳躍。

簡短讀經

參閱依四九，5-6

上主由母胎中形成我作祂的僕人，向我說：我要使你作萬民的光明，使我的救恩達於地極。

領：上主在我出生以前就召叫了我。

答：在我誕生以前，祂就宣佈了我的名字。

午後

對經：這個孩子在上主面前將是偉大的，因為上主的手與他同在。

簡短讀經

依四九，7 b

列王見了你必要起立，諸侯見了你必要下拜，這是因為上主信實可靠，以色列的聖者揀選了你的緣故。

領：我已將我的話放在你口中。

答：我已將你置於萬國萬民之上。

結束禱詞 見晨禱

第二晚禱

讚美詩 見第一晚禱

對經一：曾有一人，是天主派遣來的，

他的名字叫若翰。

聖詠、聖歌見聖人通用 822 頁

對經二：這個人來，是為給真理作證。

對經三：若翰好似一盞閃耀發光的明

燈。

簡短讀經

宗一三，23-25

天主按照祂的許諾，從達味的後裔中給以色列興起一位救主耶穌。在祂來臨以前，若翰先向以色列人民宣講了悔改的洗禮。若翰快將完成任務時說道：你們以為我是誰？我不是你們所等待的那一位，但是，請看，祂要在我以後來，我並不配給祂解腳上的鞋帶。

短對答詠

領：你們要準備上主的道，修直祂的

路。 答：你們：

領：有一個人將在我以後來，祂本來

先我而存在。

答：修直祂的路。

領：願光榮歸於父： 答：你們：

謝主曲對經：為我們誕生的這個嬰孩比先

知還要大；因為救主談到他

的時候曾說過：由婦女所生

的人中間，沒有一位比洗者

若翰更大的。

禱 詞

天主簡選了洗者若翰宣報給人民：基督的國即將來臨。我們以歡欣之情向天主祈禱：

上主，請領導我們走上和平的道路。

祢爲了準備祢聖子的道路，若翰仍在母胎時，祢便名叫了他，

——求祢召叫我們追隨基督，就如若翰作基督的前驅一樣。

祢曾賞賜若翰認出基督是天主的羔羊，

——求祢也使祢的教會將基督顯示給世界，

讓世人也認出基督。

祢曾使先知若翰衰微，而使基督興盛，

——求祢教導我們能在他人面前忍讓，好使

他人更認識祢。

祢願藉若翰的殉道證實祢的諾言，

——求祢使我們常能勇敢爲真理作證。

求祢垂念所有逝世的人，

——領他們進入光明與和平的天鄉。

我們的天父：

六月二十七日

亞力山大·聖啓祿（濟利祿 S.

Cyrillus Alexandrinus）主教聖師

聖啓祿出生於公元三七〇年。度隱修

生活，晉鐸後，追隨其伯父——亞利山大主

教；四一二年繼承其主教職位。竭力攻斥

奈斯多略的邪說謬論，在厄弗所大公會議

中，居於領導地位。著作等身，頗有益於

傳道護教。公元四四四年逝世。

經文見牧者通用 738 頁；或聖師 769 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖啓祿主教聖師書信集

「童貞瑪利亞為天主之母」的辯

護者

我非常詫異：有些人竟然自問是否聖

結束禱詞 見晨禱

童貞女應被稱爲天主之母。如果我們的主耶穌基督是天主，那生育祂的聖童貞女，爲何不該稱爲天主之母呢？這就是聖使徒們傳授給我們的信德，雖然他們並沒有利用這一說法；這也是我們從聖教父們接受的教訓，特別是由我們那位著名的教父聖達修。在他所著的「論同性同體之天主聖三」一書之卷三中，時常稱聖童貞女爲天主之母。

我不得不在此逐字地引證他自己的話：「正如我們屢次所提示的，聖經的目的與特點主要地在此：關於我們的救主基督，它提出雙重的肯定：一方面，祂是天主，無時不存在，因爲祂是聖父的聖言，是聖父的光輝與智慧；另一方面，這同一基督，在最近的時期，爲了拯救我們，由童貞瑪利亞，天主之母取了肉身，而成爲

人。」

他稍後又說：「有過許多聖人，沒有罪的人：例如耶肋米亞從在母胎起便已被聖化；洗者若翰尙未出生時，聽見天主之母瑪利亞的聲音而歡躍。」這是一個適當的人所說的話，聖達修值得我們完全信賴，因爲他所教導的，無不符合聖經上的話。

此外，天主所啓示的聖經宣稱，天主聖言成爲血肉，就是說，祂與一個具有理性的肉身結合在一起。所以，天主聖言成爲亞巴郎的後裔，祂由女人取得肉身，與血及肉結合；這樣祂就不僅是天主，而且人們由這種結合而了解：祂成了像我們一樣的人。

所以，我們應該承認，「厄瑪努爾」是由兩個實體所構成的；天主性和人性。

但是只有一個主，耶穌基督，唯一而真正的親生子，祂是天主，同時也是人；祂不是天主化的人，如同那些因天主的聖寵，而天主化的人一樣；祂是真天主，爲了救贖我們，在人的形像下，出現人間。正如保祿關於這事向我們所肯定的：「時期一滿，天主就派遣了祂的兒子，生自女人，屬於法律權下，爲了救贖在法律權下的人，使我們獲得義子的地位。」

對答詠

領：這位聖人在天主面前完成了偉業，他的教訓傳佈到世界各地；
 答：願他在我們的天主面前爲我們轉求。

領：他是上主的祭司，日夜默思上主的命令。
 答：願他在我：

結束禱詞

天父，祢曾使聖啓祿主教，堅決辯護並宣講：童貞瑪利亞確是天主之母；我們也確信並珍愛這端信理，求祢恩賜我們能因祢聖子基督的降生而獲得救恩。

六月二十八日

聖宜仁 (依勒納 S. Irenaeus) 主教

殉道

紀念

聖宜仁約於一三〇年出生，於斯米納城受教育，係聖鮑理嘉主教的門徒。一七七年在高盧里昂晉鐸；不久升為里昂主教。著書立說保衛公教信理，駁斥不可知論的荒謬。據說他於二〇〇年左右殉道。

經文見一位殉道通用 719 頁；或牧者

738 頁。

誦 讀

誦讀二 選讀聖宜仁主教駁斥異端書

活人是天主的光榮，

人的生命是享見天主

天主的光輝使人生活：凡享見天主的人，都接受生命。因此，那不可捉摸的、無法理解的、無形可見的天主把自己給人，成爲可捉摸的、可理解的和有形可見的，爲使那些接待祂和看見祂的人生活。

因爲沒有生命，不可能生活，而生命的本質來自分享天主的生命；而分享天主的生命便是享見天主，享受天主的慈愛。

所以，人將來享見天主，是爲了生活；人由於享見天主便成爲不死不滅的，

並達到天主台前。因爲正如我所說的，先知們藉象徵向人報告：凡有祂的聖神並不斷期待祂來臨的人，都要享見天主。梅瑟在申命紀中這樣說：「在那一天，我們將要看見，因爲天主將向人說話，人將生活。」

天主是萬有之所以存在的根源。但祂的本質及偉大對於祂所創造的一切來說、是不可見的，和不可形容的；然而並不是不可知的。藉着祂的聖言萬物得知：有一位天主聖父，祂包羅萬有，祂使一切存在。一如福音所記載的：「從來沒有人見過天主，只有那在父懷中的獨生子，把天主啓示給我們了。」

所以，聖子自始便給我們講述聖父，因爲祂自始便與聖父同在。祂爲了人類的利益，在適當的時候把先知的神視、各種奇恩、祂自己的任務、聖父的光榮，依照

次序，啓示給人類；哪裏有順序，就有和諧；哪裏有和諧，就是適當的時機；哪裏有適當的時機，便對人有益。

因此，聖言爲了人們的益處，而成爲聖父恩寵的分施者；聖言爲了人類完成了如此多的計劃：把天主顯示與人，也把人呈獻給天主；祂保持了聖父的無形可見的本性，以免人因而輕視天主，同時也是爲了使人常向着一個目標邁進。另一方面，祂也以多種方式，使天主成爲有形可見的，以免人由於完全離開天主而中止存在。因爲活人是天主的光榮，人的生命是享見天主。倘若天主藉着創造工程所作的啓示，把生命賜給世上的一切生存者，那麼聖父藉聖言對人的顯示，要如何豐富地把生命賜給那些享見天主的人呢？

對答詠

拉二，6；詠八八，22

領：在他口中有真實的教訓，在他唇

舌上從不見謊言； 答：他心懷

虔誠和正直與我往來。

領：我的雙手必常扶持他，我的臂膀

必常堅強他。 答：他心懷：

讚主曲對經：宜仁確實名副其實，終身喜

愛和平，爲了教會的和平，

畢生努力奮鬥。

結束禱詞

天主，祢曾使殉道聖者宜仁主教，勇

敢維護真道，鞏固了教會的和平。求祢因

他的轉求，使我們藉信仰與愛德，從事生

活的革新，致力於促進彼此間的團結與和

睦。

六月廿九日

聖伯鐸（伯多祿）及

聖保祿 兩位使徒

節日

第一晚禱

讚美詩

一、這是一個光輝的日子，

我們慶賀兩位偉大的使徒，

以赴湯蹈火的精神，

以殉道的熱血，

給天上神聖帶來了喜樂，

給世間罪人帶來了寬恕。

二、你們是天門的守護者，

你們是信仰的導師，

一人被釘十字架，

一人死於劍下，

同是殉道的英雄，

同獲永恆的天福。

三、有福的羅馬，

幸運的羅馬，

使徒的鮮血使你淨化，

他們的功德和勞苦，

使你超羣出衆，

領導萬民歸向上主。

四、天下萬國，

普世權威，

一切榮耀，

永歸基督，

及父及聖神，

三位一體的天主。阿們。

對經一：祿是基督，生活的天主之子，

西滿伯鐸，你是有福的。

聖詠、聖歌見使徒通用 674 頁

對經二：你是伯鐸，我將在這磐石上

建立我的教會。

對經三：聖保祿使徒，你是特選之器，

普世真理的宣講者。

簡短讀經

羅一，1) 2，7

基督耶穌的僕人保祿，蒙召作使徒，奉派傳天主的福音。這福音是天主先前藉先知在聖經上所預許的。我保祿致書與一切住在羅馬，為天主所鍾愛，並蒙召為聖徒的人。願我們的父天主和我們的主耶穌基督賜給你們恩寵與平安。

短對答詠

領：使徒們大膽宣講天主的道。

答：使徒們：

領：他們為耶穌基督的復活作證。

答：宣講天主的道。

領：願光榮歸於父： 答：使徒們：

謝主曲對經：基督的兩位光榮使徒在世時

相親相愛，去世時也不分離。

禱 詞

基督將祂的教會建立在使徒和先知的基石上，我們要懷著信心向祂祈禱：

主，求祢救助祢的子民。

祢會召叫漁夫西滿，做捕人的漁夫，

求祢也不斷召選工人，使衆人都能得救。

求祢會命令海中的風浪，不使門徒的船沉沒，

求祢保護祢的教會，勿使它受到任何紛

擾的危險。

善牧，祢會在復活後，將祢四散的羊羣集

合在伯鐸身邊，

善牧，求祢也集合祢的全體子民，使之

成爲一個羊棧。

祢會派遣使徒保祿，向外邦人宣講福音，

——求祢也使救恩的聖言，傳播給一切受造之物。

祢會將天國的鑰匙交給了教會，

——求祢給終生信賴祢仁慈的人，打開天門。我們的天父：

結束禱詞

上主，我們的天主，祢藉着聖伯鐸與聖保祿奠定了信仰的基礎；求祢也因他們的轉求，使我們珍視所接受的信仰，以得永生。

序經對經：請大家前來朝拜主，使徒們的

君王。

誦 讀

讚美詩 見晨禱或第一晚禱

對經一：西滿伯鐸，你如果愛我，就

牧養我的羊吧！

聖詠見使徒通用 677 頁

對經二：對我來說，生活就是基督，

死亡乃是收穫；我應當以主耶

穌的十字架而誇耀。

對經三：主，果真是祢，就讓我從水

面上走到祢那裏去吧！

領：上主的話永遠常存。

答：這話就是向你們所傳佈的福音。

誦讀一 恭讀聖保祿致迦拉達人書

一，15-二，10

伯鐸和保祿交談

那從母胎中已選拔了我，以恩寵召叫了我的天主，決意將祢的聖子啓示給我，使我在異民中傳揚祢。我當時沒有與任何人商量，也沒有上耶路撒冷去見那些比我

先作使徒的人，却立即去了阿刺伯，然後又回到了大馬士革。此後過了三年，我纔上耶路撒冷去拜見刻法，在他那裏逗留了十五天。除了主的兄弟雅格以外，我沒有看見別的使徒。我給你們寫的都是真的，我在天主跟前作證，我絕沒有說謊。此後，我就往敘利亞和基里基雅地區去了。那時，猶太境內屬於基督的各教會，都沒有見過我的面；只是聽說過：「那曾經迫害我們的，如今却在傳揚他曾經想消滅的信仰了。」他們就爲了我而光榮天主。

過了十四年，我同巴爾納伯再次上耶路撒冷去，還帶了弟鐸同去。我是受了啓示而上去的；我在那裏向他們陳述了我在外族中間所講的福音，和私下向那些有權威的人陳述過，免得我白白地奔跑，或者徒然奔走了。但是，即連與我同行的弟

鐸，雖是希臘人，也沒有被強迫領受割損，因爲，有些潛入的假弟兄，會要他受割損；這些人潛入了教會，是爲窺探我們在基督耶穌內所享有的自由，好使我們再成爲奴隸。對他們，我們連片刻時間也沒有讓步屈服，爲使福音的真理在你們中保持不變。至於那些所謂有權威的人——不論他們以前是何等人物，與我毫不相干；天主決不顧情面——他們也沒有另外吩咐我什麼。相反地他們看出來，我是受了委托，向未受割損的人，宣傳福音，就如伯鐸被委派向受割損的人宣傳福音一樣；因爲，那使伯鐸爲受割損的人致力盡使徒之職的，也使我爲外邦人致力盡使徒之職。所以，他們一認清了所賦與我的恩寵，那稱爲柱石的雅格、刻法和若望，就與我和巴爾納伯握手，表示通力合作，要我們往

外邦人那裏去，而他們却往受割損的人那裏去。他們只要我們懷念窮人；對這一點是我一向盡力而爲的。

對答詠

瑪十六，18-19

領：你是伯鐸，我要在這磐石上建立我的教會，死亡的權勢不能勝過它。 答：我要把天國的鑰匙交給你。

領：你在地上捆綁的，在天上也被捆綁；你在地上釋放的，在天上也被釋放。 答：我要把：

誦讀二 選讀聖思定講道集

殉道者體驗到他們所宣講的

聖伯鐸與保祿二位使徒的殉道爲我們祝聖了今天。我們所談的不是一些無名的殉道者。因爲「他們的聲音傳遍普世，他們的言語達到地極。」這兩位殉道者體驗

到他們所宣講的，他們追隨了公義，承認了真理，並爲真理而死。

聖伯鐸，這位使徒之長，熱愛基督者，有資格聽到這話：「我也對你說：你是伯鐸（磐石）。」因爲他先向耶穌說：「祢是默西亞，永生天主之子。」因此，基督才對他說：「我也對你說：你是磐石，我要在這磐石上建立我的教會。」我要在這塊磐石上，建立你所承認的信仰，就是在你所說的「祢是默西亞，永生天主之子」這句話上，建立我的教會。因爲你是伯鐸，伯鐸之名出自「磐石」，而不是磐石出自伯鐸。伯鐸之名出自磐石，正如基督徒出自基督一樣。

你們都知道，主耶穌在受難之前，揀選了門徒，稱之爲使徒。而在衆使徒中，惟有伯鐸幾乎處處表現出有資格代表整個

教會。由於他這種代表整個教會的角色，也有資格聽到這句話：「我要把天國的鑰匙交給你。」接受這些鑰匙的不是單獨一個人，而是整個教會。所以當耶穌對伯鐸說：「我要交給你」時，說明了伯鐸的崇高地位，因為他代表教會的至公性和統一性。爲了使你們了解，是整個教會接受了天國的鑰匙，請聽吾主在別處對所有使徒們所說的話：「你們領受聖神吧！」祂又立刻接着說：「你們赦誰的罪，誰的罪就赦了；你們存留誰的罪，誰的罪就存留。」

那麼，主在復活後，把祂的羊羣託付給伯鐸牧養，這也是理所當然的。並不是因爲在門徒中只有伯鐸有資格牧養主的羊羣，而是因爲當基督向一個人說話時，是爲了強調全體的合一；祂先向伯鐸發言，因爲伯鐸是使徒之長。使徒伯鐸，請別憂

傷，你要一而再，再而三地答覆。主要你三次表明你對祂的愛，是要你重獲你三次因畏懼而否認祂所失落的。你三次受束縛，理當三次受釋放。你該以真愛釋放那你會因畏懼所束縛的。儘管如此，吾主却一而再，再而三地把祂的羊羣託付給伯鐸。

我們在這同一天紀念二位使徒的殉道，因爲他們二人成爲一體。雖然他們在不同的日期殉道，可是他們二人却是一體。伯鐸走在前面，保祿尾隨在後。因此，我們慶祝由這二位使徒的血所祝聖的這一天。我們要愛慕他們的信心、生活、辛勞、痛苦，他們所表明信仰、和所宣講的眞道。

對答詠

領：聖保祿使徒！你是眞理的宣講者和外邦人的導師。 答：你實在

應受稱讚。

領：萬民藉你的宣講認識了天主的救

恩，答：你實在：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一、大聖伯鐸，

俯聽我們的祈求，

你是天門的守護者，

求主恩賜心靈的自由，

助我今生不犯罪，

日後得享天福。

二、大聖保祿，

萬民的師表，

走遍天下傳福音，

不怕千辛萬苦；

賜我信心與愛火，

畢生追隨救主。

三、天下萬國，

普世權威，

一切榮耀，

永歸基督，

及父及聖神，

三位一體的天主。阿們。

對經一：我知道我所信賴的是誰，也

深信公正的法官必能保管我

所受的寄託，直到那一日。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 89 頁

對經二：天主賜給我的恩寵沒有落空，

祂的恩寵常在我身上。

對經三：這場好仗我已打完；這場賽

跑，我也跑完，並保持了信

仰。

簡短讀經

伯前四，13-14

摯愛的諸位：你們要分擔基督的苦難，

這樣好使你們在祂光榮顯現的時候，也能歡欣踴躍。如果你們爲了基督的名字受人辱罵，便是有福的，因爲光榮的神就安息在你們身上。

短對答詠

領：他們爲了我們的主耶穌基督的名字，付出了自己的性命。

答：他們：

領：一路上歡喜快樂，因爲他們有幸爲祂受辱。

答：付出了自己的性命。

領：願光榮歸於父： 答：他們：

讚主曲對經：西滿伯鐸說：主，我們去投

奔誰呢？唯獨祢有永生的話。

我們相信，而且也知道祢是

禱詞

基督、天主子，阿肋路亞。

基督將祂的教會建立在使徒和先知的基石上，我們要懷着信心向祂祈禱：

主，求祢對祢的教會廣施恩寵。

祢會爲伯鐸祈禱，使他的信德永不动摇，

求祢堅強祢教會的信德。

祢在復活後，曾顯現給西滿伯鐸，並將祢自己啓示給保祿，

求祢光照我們的理智，使我們承認祢是永遠生活的主。

祢揀選了使徒保祿，給外邦人宣講祢的聖言，

求祢使我們也成爲祢福音的真正宣講者。

祢會仁慈的寬恕了伯鐸否認祢的罪，

求祢也寬恕我們的一切罪過。

我們的天父：

結束禱詞

天主，祢今天賜給了我們歡欣鼓舞的心情，慶祝聖伯鐸及聖保祿的慶節；祢的教會首先由他們接受了信仰；求祢恩賜我們在一件事上，遵從他們的遺訓，以繼續發揚祢的教會。

日間祈禱

補充聖詠 597 頁。如遇主日，則唸第一週主日聖詠 31 頁。

午前

對經：伯鐸還在說話的時候，聖神就降臨在每一個聽道的人身上，他們在說方言，讚美天主。

簡短讀經

宗一五，7-9

天主選定了我，要藉我的口，使外邦人聽福音的道理而信從。洞察人心的天主，

已為他們作證，因為賜給了他們聖神，如同賜給了我們一樣，在我們和他們中間沒有任何區別，因祂以信德淨化了他們的心。

領：他們的聲音傳遍普世。

答：他們的言語達於地極。

午時

對經：約在正午，伯鐸上了屋頂祈禱。

簡短讀經 迦一，15-16 a，17 b-18 a

從母胎中已選拔我，以恩寵召叫我的天主，樂意將祂的聖子啓示給我，使我在外邦人中傳揚祂。我去了阿拉伯，然後又回到大馬士革。過了三年，我才上耶路撒冷去拜見伯鐸。

領：他們遵守了天主的約言，

答：和祂的誠命。

午後

對經：伯鐸和若望，在下午三點鐘到

聖殿去祈禱。

簡短讀經

格後四，13

我們既然具有經上所載的：「我信了，所以我說話」那同樣的信心，我們也就信，所以也說話：因為知道那使主耶穌復活的，也必定使我們與耶穌一同復活，並把我們和你們呈獻在祂面前。

領：主說：你們歡欣踴躍吧！

答：因為你們的名字已經寫在天上了。

結束禱詞 見晨禱

第二晚禱

讚美詩

一、舉世歡騰，萬民稱慶，

慶祝二位使徒的節日，

基督藉自己的聖血，

祝聖他們為教會的元首，

領導普世信眾。

二、他們摧毀了罪惡的枷鎖，

引領我們走向天國，

得到永恆的生命；

他們是戰勝世俗的英雄，

照世的燈塔，

天上的明星。

三、光耀歸於父，

王權歸於子，

讚美歸聖神，

聖三是唯一救援，

萬民齊聲歌頌，

世世無窮。 阿們。

對經一：伯鐸，我已經為你祈禱，使

你不致失去信心，待你回頭

後，要堅強你的弟兄們。

聖歌、聖詠見使徒通用 688 頁

對經二：我甘願誇耀我的軟弱，好使基督的能力常在我身上。

對經三：你是使徒之長，羣羊之牧；

天國的鑰匙已託付給你。

簡短讀經

格前一五，3-5，8

我當日把我所領受、而又傳授給你們的主要信息就是：基督照經上記載的，為我們的罪死了，埋葬了，且照經上所記載的，第三天復活了，並且顯現給刻法，以後顯現給那十二位，最後也顯現了給我這個像流產兒的人。

短對答詠

領：使徒們大膽宣講天主的道。

答：使徒們：

領：他們為耶穌基督的復活作證。

答：宣講天主的道。

領：願光榮歸於父： 答：使徒們：

謝主曲對經：主，祢的使徒伯鐸，外邦人

的導師保祿，給我們講授了

祢的法律。

禱 詞 見第一晚禱 968 頁

結束禱詞 見晨禱

六月三十日

羅馬教會初期殉道烈士

公元六四年，羅馬發生大火，暴君尼羅掀起了第一次教難；當時有許多信友慘遭殺害。關於此事，外教史家塔其多與羅馬主教格來孟致格林多人的書信中，可資證明。

經文見多位殉道者通用 692 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖教宗克勉一世

致格林多人書

他們作了嫉妬的犧牲品，
樹立了最佳的榜樣。

暫且不提古代的榜樣，讓我們講述距離我們最近的烈士們吧！我們就提出我們這個時代崇高的榜樣。他們曾是教會最偉大和最正直的柱石，因被人嫉妬和狂熱而受迫害，並且戰鬥至死。

讓我們先看看好使徒們的榜樣：伯鐸由於無理地被人妬恨，而不止一次地受了種種苦辱，終於爲此而捨生殉道，到達了他應得的光榮境界。也是由於他人的嫉妬與紛爭，保祿給我們指出了忍耐所應得的代價。他曾七次帶鎖鍊，曾被驅逐，受石

擊。他曾在東方和西方宣講福音，獲得了因他的信心而應得的盛名。他在世界各地宣講正義後，來到了西方世界的邊陲，在官長面前證道而殉難。他就這樣離開了此世，被接到聖所內。在他身上，我們看到一個非常傑出的忍耐典範。

除這些度過過聖善生活的人以外，仍有一大羣被選者，由於被人嫉妬，而受了種種虐待和刑罰，給我們樹立了堅忍的最佳榜樣。

有許多婦女被人所嫉妬而遭受迫害：他們被打扮成神話中的祭品，忍受了酷刑和凌辱。她們雖然是女流之輩，身體脆弱，却榮獲信德競賽的獎品。是由於嫉妬使妻子們的心遠離丈夫，並違反了我們的元祖亞當所說的話：「這才是我骨中之骨，肉中之肉。」嫉妬與不睦毀滅了許多

大城，也消除了許多強國。

最親愛的弟兄們！我們這樣給你們寫信，不僅是爲勸勉你們，而且也爲使我們自己提高警覺。因爲我們都在同一的戰場上，打同樣的仗。因此，我們要拋棄一切虛幻而無用的操心，而轉向我們那傳統中的光榮而可敬的規範。也要看清什麼事在我們的造物主眼中，是美好的、愜意的、受悅納的。我們要凝視基督的聖血，並了解這聖血對聖父是如何珍貴：這聖血是爲了我們的救恩而傾流的，並把悔改的聖寵帶給了全世界。

對答詠

默七，14

領：他們爲了天主而寧願受刑捐軀，
答：因而賺得了永恆的榮冠。
領：這些人是由大災大難中出來的，

他們曾用羔羊的血洗淨了自己的

衣裳。 答：因而賺：

晨 禱

讚主曲對經：無數的殉道者始終相親相愛，
宛如兄弟，因爲他們同心同
德，同一信仰。

結束禱詞

天主，祢曾藉第一批殉道者的血，聖
化了新生的羅馬教會；懇切求祢，使他們
排除萬難、堅忍不拔的精神，加強我們的
信德，也使我們日後能分享他們勝利的喜
樂。

晚 禱

謝主曲對經：他們一生愛慕基督，在死時
效法基督，因此與基督永遠
爲王。

七月

七月三日

聖多默(S. Thomas)使徒

慶日

誦讀

誦讀二 選讀聖教宗大國瑞福音釋義

我的主，我的天主

「十二位門徒中之一，號稱『學生子』

的多默，耶穌來的時候，他沒有和門徒們在一起。」唯有這一位使徒不會在現場，回來時聽到了所發生的事，但拒絕相信。

多默在使徒中，以缺乏信心而著名；但當他看到復活的基督時、便相信了。當他說：「我主，我天主！」時，他正宣布了、教會的信仰所宣稱的復活節的事實。我們對於他的生平，除福音所載外，並無正確史料。但據傳說，他曾向印度人民宣講福音。教會自第六世紀以來，在每年七月三日有一慶節，紀念他的遺骸遷葬艾代薩。

主第二次來，讓這位不願相信的門徒，觸摸祂的肋旁；向他伸出雙手，讓他看手上的釘痕，因而治癒了他的不信的創傷。最親愛的弟兄們！你們在這些事蹟中注意到什麼？你們相信這些事都是偶然發生的嗎？第一次這一位被選的門徒不在現場，然後他來了，聽說了，却仍然遲疑；遲疑時，却摸到了；摸到時，就相信了。

經文見使徒通用 674 頁

這件事並不是出於偶然，而是出於天

主的計畫。因為仁慈的天主以奇妙的方
式，使這位遲疑不信的門徒，藉着觸摸他
老師身體上的傷痕，而治癒我們不信的創
傷。因為多默的不信，比其他門徒們的信
德，為我們的信德更為有益。這位門徒藉
觸摸而獲得了信德，我們也因而消除了一
切懷疑，加強了我們的信德。因此，這位
先懷疑，而後觸摸耶穌傷痕的門徒，竟成
為耶穌復活這一事實的見證人。

多默觸摸耶穌，同時喊道：「我的主！
我的天主！」耶穌對他說：「多默，你因
為看見了我，纔相信。」保祿使徒說：「
信德是所希望之事的擔保，是未見之事的
確證。」顯然可見，信德是不可見之事的
確證。因為已見的事並不要求信，而要求
承認。那麼，當多默看到、摸到時，為什
麼耶穌對他說：「你因為看見了我，纔相

信」呢？因為他所相信的並不是他所看見
的：天主是不能被凡人所看到的。多默所
看見的是人，而他所信的却是天主，因為
他說：「我的主！我的天主！」所以，他
是因為看見了而相信：因為他看到一個真
實的人，而承認這一位就是天主；是他所
不能看見的天主。

以下的話令人非常高興：「那些沒有
看見而相信的人纔是有福的。」這句話尤
其是指向我們而說的，我們並沒有看見具
有肉身的基督，而我們的心靈却認識祂。
因為誰將他所信的付諸實行，才是真正的
信者。相反地，保祿對那些徒負信仰虛名
的人說：「他們宣稱自己認識天主，但是
他們的行為却否認天主。」因此雅格也說：
「信德若沒有善行，本身便是死的。」

對答詠

若壹一，2，1，3

領：這生命已顯示出來，我們看見了，也爲祂作證，並傳報給你們永生， 答：這就是那與父同在，且已顯示給我們的永生。

領：我們親眼看見過，也親手摸過生命的聖言，我們將所見所聞的傳報給你們。 答：這就是：

唸「天主，我們讚美祢」(17)頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一 大聖多默，
光芒萬丈，
頭角崢嶸，
求你慈祥地，
接受我們的讚頌。

二 基督愛你，

賜予你使徒的寶座，
你愛基督，

畢生追隨祂的芳踪，
壯烈成仁，爲主捨生。

三 祢曾受到信與愛的困惑；

向弟兄們坦誠聲明，

渴望親見基督的傷痕；

恩師的顯現使你感動，

我主我天主，呼喚不停。

四 我們沒有親眼看到基督，

但是我們的信德，

却因你而益形堅定，

我們追隨基督的愛心，

也因而而更加熱誠。

五 一切榮耀，

歸於救主；

願祂因你的轉求，

恩賜我們今生堅信不移，

日後永遠享見祂的聖容。阿們。

對經一：多默說：主，我們不知道祢

往那裏去，怎能知道道路呢？

耶穌向他說：我就是生命、

真理和道路。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 68 頁

對經二：號稱狄狄摩的多默，當耶穌

來時，沒有和他們在一起；

別的門徒向他說：我們看見

了主，阿肋路亞。

對經三：伸過你的手來，探入我的釘

孔，不要作無信心的人，而

要作個有信德的人，阿肋路

亞。

你們已不再是外方人或旅客，而是聖

徒的同胞，是天主的一家人；已被建築在

宗徒和先知的基礎上，而基督耶穌便是這

建築物的角石。靠着祂，整個建築互相連

繫，逐漸擴大，成爲在主內的一座聖殿；

你們在祂內也一同被建築，成爲天主藉聖

神居住的所在。

短對答詠

領：上主，祢立他們爲王，統治普天

率土。 答：上主：

領：使祢的名永垂不朽。 答：統治

普天率土。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

讚主曲對經：多默，你因爲看見了我、才相

信；那些沒有看見而相信的，

才是有福的，阿肋路亞。

簡短讀經

弗二，19 / 22

禱 詞 見使徒通用 685 頁

結束禱詞

全能的天主，在這聖多默使徒的慶日，求祢使我們靠聖使徒的助佑，在懷疑時能保持信仰；效法他真切認識祢的聖子，我們的主耶穌基督；並因主的聖名，而獲享永生。

日間祈禱

聖詠、對經見聖詠集，簡短讀經見使徒通用，結束禱詞見晨禱。

晚禱

讚美詩、聖詠均見使徒通用 687 頁；對經見晨禱 983 頁

簡短讀經

弗四，11-13

基督賜與這些人作使徒，那些人作先知，有的作傳福音者，有的作司牧和教師，

為成全聖徒，使之各盡其職，為建樹基督的身體，直到我們眾人都達到對於天主子，有一致的信仰和認識，成為成年人，達到基督圓滿年齡的程度。

短對答詠

領：你們要在列邦中宣報上主的榮耀。

答：你們：

領：在萬民間傳述祂所行的奇事。

答：上主的榮耀。

領：願光榮歸於父： 答：你們：

謝主曲對經：我將手指探入了釘孔，我伸手探入了祂的肋旁，我說：我的主，我的天主，阿肋路

亞。

禱詞 見使徒通用 691 頁

結束禱詞 見晨禱

七月四日

葡萄牙・聖麗莎（依撒伯爾）

S. Elisabeth Lusitanae

一二七一年聖婦生於阿拉圖王室，年輕時便嫁與葡萄牙王，生有二子。她平生以祈禱和慈善事業、克服許多考驗和困難。葡王歿後，她把財產分施窮人，穿上聖方濟第三會會衣。一三三六年她說服兒子和女婿重歸和好後，安然辭世。

經文見聖婦，慈善家通用 825 頁

誦讀

誦讀二 選讀金言・聖伯鐸主教講道集

締造和平的人是有福的

聖史說：「締造和平的人是有福的，因為他們要稱爲天主的子女。」最親愛的弟兄們，基督徒的德行在那保持基督之和平的人身上才能成長；誰不配稱爲締造和平者，就不能獲得天主子女的名銜。

最親愛的弟兄們！是和平使人脫離奴役，使他成爲自由的人，在天主台前變更他的身份：由僕人變爲子女，由奴隸變爲自由的人。弟兄間的和平相處，是天主的意願，是基督的歡樂，聖德的圓滿，正義的規範，真理的導師、品行的保障、一種各方面值得稱讚的修養。和平給予我們祈禱的力量，和平是使我們的祈禱到達天主那裏去的簡易而有效的途徑。和平能夠滿足我們一切的願望。和平是愛德之母，是同心合意的鎖鏈，是靈魂純潔的明顯標

記。這樣的靈魂能向天主要求它所願意的；它願意什麼，就求什麼；它求什麼，就得到。和平應該按照主的誠命加以維護。因爲主基督曾親口說：「我將平安留給你們，將我的平安賜給你們」，這就是說：我在平安中離開你們，我也要在平安中找到你們。基督在離世時留給衆人一項禮物，祂期望在祂回來時，仍在衆人身上找到。

我們有一條天上的誠命，爲保存祂的禮物：只有一句話，就是我要找到我所留下的。深植和平的根是天主的工作，澈底根除和平是仇敵的工作。正如兄弟之愛來自天主，同樣，仇恨則出自魔鬼；因此，仇恨應加譴責，因爲聖經說：「惱恨弟兄的，便是凶手。」

所以，最親愛的弟兄們！你們已看

到，爲什麼該愛好和平，並喜愛和睦。因爲它們產生並滋養愛德。你們都知道若望使徒的話，「愛德出於天主」；所以，誰沒有愛德，就是遠離天主的人。

所以，弟兄們！我們要遵守誠命；因爲誠命是我們的生命。但願我們衆弟兄們常常團結在深厚的平安中；但願我們常彼此相親相愛，並藉使人獲救的愛德鎖鍊常結合在一起，因爲「愛德遮蓋許多罪過」。

所以，我們的全部願望應以擁有愛德爲目標，因爲愛德能使我們獲得豐厚的恩寵和賞報。我們要維護和平，超乎諸德之上，因爲在和平中常有天主臨在。

你們愛好和平吧！一切都會寧靜。這樣，你們就是爲我們準備賞報，也使你們自己歡欣；天主的教會也奠基於和平的基礎上，在基督內度一個完善的生活。

對答詠

依五八，7~8

七月五日

領：你要將食糧分給饑餓的人，將無

家和貧窮的人領到你的家裏；

答：這樣，你的光將如曙光放

射，你的義行要走在你的前面。

領：你見到赤身露體的人，要給他衣

穿，不要避開你的骨肉。

答：這樣：

聖安道·沙嘉理

(S. Antonius Maria Zaccaria)

司鐸

聖人一五〇二年生於龍巴底之克來蒙城；他初在巴杜阿攻讀醫學，後晉升鐸品，創立聖保祿神職會，稱巴納伯會士，致力於教友倫理生活的革新。一五三九年逝世。

結束禱詞

締造和平、樂善好施的天主，祢賜給了聖婦麗莎排難解紛的能力；求祢因聖婦的代禱，使我們努力促進人間的和平，堪被稱為天主的兒女。

經文見牧者通用 738 頁；或聖人、

教育家 802 頁，或會士 836 頁。

誦 讀

誦讀一 選讀聖沙嘉理司鐸致本會會士書

我是保祿使徒的門徒

「我們爲了基督而成爲愚人」：這是

我們的真福導師和至聖主保——聖保祿論及他自己、其餘使徒、以及所有承認基督徒和使徒生活的人所說的。可是，各位最親愛的弟兄們！這不該使我們驚奇或恐懼，因為「徒弟不能勝過師傅，僕人也不能勝過主人。」那些反對我們的人，為他們自己有害，對我們却有利；為我們裝飾永福的榮冠，為他們自己招致天主的義怒；所以我們應該可憐並愛慕他們，而不應該詛咒或憎恨他們。我們甚至應該為他們祈禱，以免我們「為惡所勝，反應以善勝惡。」我們要多行熱心的善功，「像愛德的炭火」一樣，「堆在他們的頭上」，正如保祿使徒所勸勉我們的，要向他們表示我們的熱愛；這樣，他們看到了我們的忍耐和溫良以後，可能會改過遷善，燃起愛慕天主的熱火。

我們雖然不配，却蒙天主的仁慈，從世俗中被選出來，使我們侍奉祂而日進於德，並在堅忍中結出許多愛德的果實。我們不僅由於分享天主子女的光榮而誇耀，也要因所受的磨難而誇耀。

最親愛的弟兄們，「請想一想你們的聖召」；如果我們加以深思熟慮，便會了解聖召所要求於我們的。我們既然追隨了——雖然是遠遠地追隨——諸位聖使徒，和基督的其他勇兵的芳踪，我們就不該拒絕分擔他們的痛苦。「我們要以堅忍的心，跑那擺在我們面前的賽程，雙目常注視著信德的創始者和完成者耶穌。」

我們既然選擇這樣一位偉大的使徒作為我們的導師和慈父，也矢志追隨他，我們就該努力把他的教訓和榜樣，在我們的生活付諸實行。因為在如此偉大的元首

麾下作戰，不宜有懈怠的士兵或逃兵，作爲如此高貴的父親的兒子不應該對其不肖。

七月六日

對答詠 宗二十，21，24；羅一，16

聖瑪麗·葛瑞迪（瑪利亞葛

蕾蒂 S. Maria Goretti）

領：我曾作證，信從主耶穌基督；現

貞女殉道

在我一無所懼。 答：我只求跑

聖女於一八九〇年生於義國安高那、

完我的行程，完成受自主耶穌的

一個窮苦家庭，在奈都諾附近度過了她貧

職分，給天主恩寵的福音作證；

苦的童年，協助母親處理家務。聖女自幼

此外，我並不珍惜我的生命。

信教虔誠，勤於祈禱。一九〇二年為保護

領：我決不以福音爲恥。

貞潔，遭企圖強暴她的惡少以短刀所刺殺。

答：我只求：

經文見一位殉道通用 719 頁；或貞女

結束禱詞

780 頁。

誦 讀

上主，聖安道司鐸曾師法聖保祿使徒，

在祢的教會內，不斷宣講基督救世的福音，

求祢恩賜我們，也能獲取耶穌基督的卓越

誦讀二 選讀教宗碧岳十二世宣布貞女

知識，而能爲祢有效地作證。

爲聖者典禮訓詞

主，我不怕險惡，

因為祢與我同在

如所週知，這位手無寸鐵的貞女必須打一場非常險惡的仗。一個卑鄙而盲目的狂潮忽然對他掀起，企圖玷污她天使般的純潔。但是當她面對如此可怕的危機時，

她可能重複「師主篇」這本寶書的話，對她神聖的贖世主說：「我若受考驗，儘管各種艱困，我也不怕任何險惡，祇要祢的聖寵常與我同在。聖寵是我的毅力，是它給予我忠告和助力。它比任何仇敵更強而有力。」這樣，在天主恩寵的助祐下，她意志堅強，勇敢奮鬥，最後犧牲了性命，但保持了女童貞的榮耀。

我們粗枝大葉地描述了這位小女孩的生活，她不僅應享天上的光榮，而且值得我們現代人的欽佩和崇敬。願為人父母者

學習如何正確地、聖善地、勇敢地教育天主賜給他們的兒女，並且教導他們遵循教會的生活規誡。這樣，一旦面臨危險時，他們因天主聖寵的助祐，而常能克敵致勝，不受任何傷害。

歡樂的兒童和熱情的少年應該學習，不可愚昧地貪圖肉慾短暫而虛偽的快樂，而陷入迷人的惡習。他們應該毅然尋求基督徒倫理的完美，不怕一切險阻。如果我們的意志堅決並賴天主聖寵的支持，透過努力工作和祈禱，我們都能達到那種目標。

的確，我們並不是都蒙召捨身殉道；但是我們都蒙召追求基督徒的美德。但修德要求毅力。我們可能達不到這位小女孩那種毅力的巔峯。可是它却要求我們恒久不懈和謹慎的努力，至死不渝。因此，我們可以說這是一種長期而緩慢的殉道。耶

耶穌基督曾提醒我們說：「天國要以強力爭取，強有力的人才能搶到手。」這話就是指的那種殉道。

但願我們大家賴聖寵的支持都奔向這個目標；但願殉道貞女葛瑞迪的榜樣堅強我們的意志，她如今在天上享受永遠的真福。願她透過向救主所作的祈禱，為我們求得這項恩惠：使我們每個人，按照自己的生活環境，都能欣然地、堅決地、實際地，步武她的芳踪。

對答詠

領：基督的貞女，你是多麼的美麗啊！

答：天主賜給你應得的賞報，就是永恒童貞的榮冠。

領：任何事物不能使你放棄童貞，也不能使你與天主聖子的愛相分

離。 答：天主賜：

結束禱詞

天主，祢是純潔的根源，貞潔美德的愛護者。祢將殉道的榮冠賜給了為貞潔而奮鬥的少女瑪麗·葛瑞迪；求祢因她的代禱，使我們今後恒心遵守祢的誠命，忠於祢的教訓。

七月九日

眞福艾士傑 (Gregorius Grassi)

主教及同伴殉道

艾主教聖名國瑞，為義大利籍方濟會士。來華後在晉省一帶傳教，曾任晉北教區主教。一九〇〇年拳匪之亂時，在太原與同會富格辣主教、三位神父、七位修女、

五位修生及九位教友，一同為拳匪所殺害，為主殉道。五位殉道修生為：董博第、張景光、張志和、張煥、王銳；教友是：張榮、張板紐、申計和、閻國棟、陳西滿、馮德、趙全信、武安邦、王西滿。教宗碧岳第十二世於一九四六年，宣佈他們為真福。

經文見多位殉道通用 692 頁

結束禱詞

全能永生的天主，祢曾賜給真福艾主教及其同伴堅強的信德，使他們在教難時，英勇為基督作證，甚至捨生致命；求祢賞賜我們在任何環境中都能忠於信仰，至死不渝。

七月十一日

聖本篤 (S. Benedictus) 院長

紀念

聖人公元四八〇年左右，生於翁伯里省諾西亞村。曾在羅馬受教育，後在蘇比亞各度隱修生活，並招收生徒；後在加西亞山潛修，建立一座著名的隱修院，並撰寫會規，為各處隱修院所遵循，人稱之為西方隱修之祖。公元五四七年三月廿一日逝世。但自第八世紀來以還，許多地區，七月十一日舉行他的紀念日。

經文見聖人通用，會士 802 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖本篤院長的會規

要愛基督，超過一切

你無論開始行什麼善工，首先該極懇切地祈求天主完成這個善工；這樣，祂既然屑於將我們列於祂義子之數，就永不會因我們的惡行而悲傷。因為我們該時常留心：利用祂賜予我們的財富事奉祂；這樣，祂就永不會如同一位發怒的父親，褫奪兒子們的繼承權；祂也不會如同一個可怕而被我們的惡行激怒的家主，使我們受永罰，好像那些不願追隨祂進入光榮的惡僕一樣。

所以，我們要振作精神，聖經這樣勉勵我們：「現在是你們由睡夢中醒來的時刻了。」讓我們睜眼注視天主所賜給的光，讓我們傾耳恭聽天主每天對我們所提出的忠告：「如果你們今天聽從祂的聲音，就不要使你們的心堅硬」；又說：「有耳朵的，請聽聖神向各教會說什麼。」

聖神說什麼呢？「孩子們，你們來聽我說話吧，我要教你們敬畏上主。你們趁着有光的時候行走吧！免得死亡的黑暗籠罩了你們。」

在羣衆中尋找工人的上主，對他們又呼籲說：「你們誰願生活順遂，延年益壽？」如果你聽到，就該回答上主說：「我願意」，天主對你說：如果你願意獲得真實而永久的生活，「就該謹守口舌，不出惡言，克制唇舌，不說謊言；躲避罪惡，勉力行善，追求和平，維護和平。」當你們這樣做時，我的眼睛將注視你們，我的耳朵將傾聽你們的祈禱，甚至在你們尚未呼求我以前，我將對你們說：「看哪，我在這裏。」

最親愛的弟兄們！還有什麼比那邀請我們的主的聲音更甘飴的呢？請看，仁慈

的主如何親自指示給我們生命的道路！

所以，讓我們以信德和實踐善工束上我們的腰；在福音的領導下，追隨主的芳踪；這樣我們有一天才配享見「那召選我們進入祂王國的主。如果我們願意住在祂王國的帳幕裏，應該知道：除非勤行善工，向前奔跑，否則就不能抵達。

正如那惡與酸苦的嫉妬之情使人遠離天主，並領人下地獄；同樣，善情也使人遠離罪習，領人到天主台前並獲得永生。隱修士應以熱烈的愛德，實踐這種善情，就是「彼此尊敬，要爭先。」要容忍彼此神形方面的軟弱。要爭先彼此服從。不求利己，只求利人。要以純潔的愛表現兄弟之情。要敬畏天主。對於院長要有謙遜而誠樸的愛。要愛基督超過一切，是祂引導我們大家邁向永生。

對答詠

領：聖本篤只願使天主歡心，因而離鄉背井，放棄家產，去度神修生活。
答：他在那洞察一切的天主面前，隱修獨居。

領：他離開了世俗，雖有知識，却不諳俗事；雖具大智，却未學塵世的聰明。
答：他在那：

讚主曲對經：聖本篤是一位名副其實、聖德超眾、為天主所降福的人。

結束禱詞

天主，祢曾使聖本篤院長，成為侍奉祢者的傑出導師。求祢使我們遵從他的教導，愛祢在萬有之上，並以豪爽的心情，恪遵祢的誠命。

謝主曲對經：這一位由上主接受了降福，由拯救他的天主得到了憐憫；

因爲這是尋求上主的人的世
代。

七月十三日

聖亨利 (S. Henricus)

聖人於公元九七三年在巴伐里亞出生，繼其父任公爵。後被立為神聖羅馬皇帝。在革新教會協助傳教工作上，頗負盛名；他曾創立許多教區，建築許多隱修院。一〇二四年安逝，教宗歐金尼三世，於一四六年將宣佈他為聖者。

經文見聖人通用 802 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖王亨利傳

他曾為教會確保和平與安定

天主的至福僕人被傅油為王以後，他這現世的窄小王國並不能使他滿足；因此，爲了獲得永生不朽的榮冠，他決定在萬王之王麾下作戰，因爲事奉祂，就是爲王。他爲擴展宗敬禮，殫精竭慮，也爲充裕教堂財產，而慷慨解囊，並裝飾各地的聖堂。他在轄區內建立了班拜格教區，奉獻於聖伯鐸與保祿兩位使徒和殉道者聖喬治，並藉特別的契約將教區與神聖羅馬教會相聯繫，目的是要向基督教會的首席表示應有的尊敬！這首席地位原是由於天主所定立的——也是要藉宗座的維護而使他所建立的教區更爲穩固。

爲使大家明瞭這位聖王，如何周密地確保了他新建教會的安定與和平，甚至爲

了將來，我們在此插入他寫的一封認可的信：

「亨利由於天主的上智和仁慈被立爲王，致書與教會現在和將來的衆子女。聖經的教訓是極有益的，它教訓並勸勉我們應該拋棄暫時的財物，並將現世的利益置於次要地位，爲使我們努力追求天上的永恒居所。因爲現世的光榮是短暫而空虛的，人若擁有了，便會忽略而不思念永恒的天堂。可是天主的仁慈，却爲人類準備了救藥：祂使我們世上的財物，能爲我們換取天鄉的住所。」

我們常念及天主的這種仁慈，並且深知我們被提昇到國王的尊位，不是靠我們的德能，而純粹是出於天主的仁慈。因此我們認爲作這些事是很合理的：不僅對先王們所建立的聖堂加以擴建，而且爲愈顯

主榮，也應該建築新堂，並爲聖堂慷慨捐獻，表示我們的虔誠與感謝。因此，我們聽從主的命令，也服從天主的勸告，願意將天主慷慨賜給我們的大量財物，儲蓄在「天堂，因爲那裏沒有蟲蛀，沒有銹蝕，也沒有賊挖洞偷竊」。還有，當我們想到在天上所積蓄的一切時，我們的心便會常常想念和愛慕天鄉。

因此，我們願意公告所有信徒，我們已將我們的祖產一部份地區卽班拜格，陞爲教區。這將爲我們本人和我們的父母是一項光榮的紀念，並爲一切正統的信友將不斷地在此舉行救恩之祭。」

對答詠

智十，11，12，14，10

領：上主使他致富，保護他脫離仇敵，使他安全，不受暗算。

答：也賞給了他永垂不朽的光榮。

領：上主引導義人，走上了正路，將天主的國指示給他。

答：也賞給：

結束禱詞

天主，祢曾賜予聖亨利國王豐富的恩寵，使他先在塵世治理國家，日後在天鄉接受永福；求祢因聖王的代禱，使我們在這變幻無常的世界，能以專一純潔的心追尋祢。

七月十四日

聖嘉民 (加彌祿 S. Camillus de

Lellis) 司鐸

聖人一五五〇年，出生於義大利阿普

路齊區季耶堤附近。先曾為軍人，生活浪漫，回頭後，生活虔誠，乃獻身於服務病人的工作。數年後有意晉鐸，開始學習拉丁文；晉鐸後，創立修會，專門建立醫院，服務病患，即「靈醫會」。聖人於一六一四年在羅馬逝世。

經文見聖人通用，慈善家 802 頁

誦讀

誦讀二 選讀聖嘉民司鐸傳

在弟兄們身上服侍基督

愛德是諸德之根，又是聖嘉民所有的最特殊的神恩，我便以愛德為出發點。我可以作證，他為這愛德之火所焚燒，他不僅愛天主，而且也愛近人，尤其愛病人。只要他一看見病人，就會心軟而好像完全融化，使他忘懷現世的一切快樂安逸和繫

戀。他伺候任何病人時，都是盡心竭力，滿懷極度的熱誠。他好像甘願自己忍受他們的一切病痛和災難，以減輕他們的痛苦，或治癒他們的疾病。

嘉民在病人身上，活生生地看到基督的肖像；當他幫助病人進食時，常將他們當基督看待，竟然要求他們賜給他恩寵並寬赦他的罪過。他以如此尊敬的態度站在病人面前，好像自己真實地站在基督面前一樣。他在與人交談時，更多次論及愛德，比講其他德行更爲熱情，他切望把愛德種植在所有的人心中。

爲了使會士們燃起對這首要之德的愛火，他習慣對他們重覆基督的這句甜甜的話：「我患病時，你們探望了我。」這些話好像真實地銘刻在他心上，所以他才一再重覆。

嘉民的愛德如此生動活潑，廣被衆生，他的慈心和關切不限於病人和臨終者，而且也普及窮人和可憐的人。最後，他對貧窮人的愛心如此熱誠，而使他慣常對人說：「由於窮人在世上無人關心，我們就該設法去尋找他們，並從地下把他們救出來，好能善待他們，向他們表示慈心。」

對答詠

得前五，14，15，18；

羅十五，7

領：你們要扶助軟弱的人，常爲別人的好處着想； 答：這就是天主在基督耶穌內對你們所有的旨意。

領：因此，你們要爲光榮天主而彼此接納，猶如基督接納你們一樣。
答：這就是：

結束禱詞

天主，祢曾賜予聖嘉民司鐸，為病人服務的愛心與熱忱。求祢因聖人的功績，將仁愛的精神傾注在我們心中，使我們此生能慷慨為兄弟姊妹們服務；在臨終時也使我们安然辭世歸天，永遠與祢歡聚。

七月十五日

聖文德 (文都拉 S. Bonaventura)

主教聖師

紀念

聖人於公元一二一八年左右，生於義大利多斯卡納。負笈巴黎攻讀哲學與神學，獲得大學教授職，乃致力於教授本會修士，成績卓著；旋當選方濟會總會長，賢明處

理會務。最後被擢升為阿巴諾樞機主教。

於一二七四年安逝於法國里昂；生平著作等身，所著神學與哲學書籍，影響深遠。

經文見牧者通用 738 頁；或聖師 769 頁

誦 讀

誦讀一 選讀聖文德主教聖師論

靈魂奔赴天主的旅程

藉聖神啓示給人的神秘智慧

基督是道路，也是門。祂是梯子，也是車輛；祂是「安置在約櫃上的贖罪蓋，也是歷代隱藏着的奧秘。」誰藉着信、望、愛、熱誠、讚嘆、興奮、感激、稱頌和雀躍的心情，全心將視線轉向基督，注視祂身懸十字架上，便是與祂一同慶祝巴西卦，就是說靠着十字架這棍杖，啓程穿過紅海。他離開埃及，進入曠野，以便在

那裏嘗到隱藏的瑪納，並與基督安息在墳墓中，就好像他已經死於外在的事物。但他將盡可能依照個人的生活情形，體驗到基督在十字架上向右盜所說的話：「今天你就要與我同在樂園裏。」

在這穿越的過程中，如果有人願意成爲完人，就應該拋棄一切理性的思考，把整個的意願轉向天主並在天主內加以改變。這是最神秘的奧蹟。「除了接受它的，誰也不能認識它」；除非人渴望它，誰也不能接受它；除非那人的最深處爲天主聖神的火所焚燃——這聖神是基督派遣到世上來的——誰也不能渴望它。因此保祿使徒說，這神秘的智慧是藉着聖神而啓示給人的。

如果你願意知道這些事如何發生，你要問聖寵，不要問道理；你要問你內心的

渴望，不要問你的理智；你要問祈禱的嘆息，不是要多讀書；你要問新郎，不要問老師；你要問天主，不要問人；你要問黑暗，不要問光明；不要問那發光的，而要問那燃燒一切的烈火，這火要以極大的甘飴和熾熱的愛情將人帶到天主之內。這烈火實際上便是天主本身；火窖在耶路撒冷，這是基督以祂苦難的烈火所點燃的。唯有與約伯一同說這話的人才能領悟，就是那說：「我的靈魂選擇了絞架，我的骨頭選擇了死亡」的人。凡愛這樣死在十字架的人，就能看見天主，因爲毫無疑問地，以下這句話是真的：「人看見我，就不能生活。」那麼，就讓我們死，而進入黑暗吧！讓我們使心思念慮、私慾偏情和想像沉默下來。讓我們偕同被釘的基督，越過此世到父那裏去。當父顯示給我們

時，我們要同斐理伯一起說：「我們對此已心滿意足了。」我們要同保祿一起聽：「我的恩寵爲你足夠了。」我們要同達味一起歡欣說：「我的肉身和我的心靈雖已憔悴；天主却永遠是我心的福分和磐石。願天主永受讚美！願衆百姓答覆說：『阿們，阿們！』」

對答詠

若壹三，24；德一，9，10

領：那遵守天主命令的人，就住在天

主內，天主也住在這人內：

答：我們所以知道祂住在我們

內，是藉着賜給我們的聖神。

領：上主藉着聖神，創造了智慧，把

它傾注在所有的人身上，又將它

賜給那愛慕祂的人。

答：我們所：

結束禱詞

全能的天主，我們今天慶祝聖師文德主教的在誕辰；求祢使我們能因聖人傑出的遺訓而獲得神益；並在日常生活中，常能師法他愛主愛人的熱忱。

七月十六日

加美樂（加爾默羅）山聖母

厄里亞先知，曾在加美樂山上，保衛以民對活天主的純粹信仰，聖經曾頌揚該山的美麗。十二世紀時，有一批隱士到該山隱修，日後即成為加美樂修會（聖衣會）。在天主聖母的保護下，度默禱生活。

經文見聖母通用 633 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖教宗大良講道集

瑪利亞的心靈在肉身之先懷孕

達味王族中的一位童貞女被選了。她要生一位神聖的兒子，這兒子同時是天主又是人。在她的肉身懷孕之前，她的心靈必須先懷孕祂。由於她還不明瞭天主的計劃，在看到不尋常的現象時可能會吃驚，因此，天使告訴她，在她身上要完成的事是天主聖神的化工。她相信不久將成爲天主之母，但對她的貞潔並無損害。既然天主預許這事由至高者的德能所玉成，她爲何還對貞女懷孕的新奇事而失望呢？她的信德因麗莎日前意外受孕的奇蹟而堅定：因爲天主既然使荒胎的婦女受孕，人就不該懷疑天主也能使一位貞女懷孕生子。

所以，天主聖言、天主、天主子，祂在「太初就與天主同在，萬物是藉祂而造

成的；凡受造的，沒有一樣不是藉祂而造的」，祂爲了從永死中解救人類而降生成人。祂紆尊降貴，取了我們人性的卑賤，但未減少祂的尊威；祂仍然保持祂原有的，同時取了祂以前所沒有的，祂使奴僕的真正性體，跟那與父平等的性體互相結合：祂使這兩種本性如此地密切連結在一起，以致祂的光榮並不破壞低級的人性，所結合的人性也不貶抑高級的天主性。

所以，每種性體所固有的，都保持完整無缺，並在同一位格下彼此結合：尊威取了卑賤，能力取了軟弱，不死不滅取了有死有壞；祂那神聖不可侵犯的天主性結合了可受苦的人性，以清償我們的罪債；眞天主與眞人在唯一主耶穌身上互相結合。這樣做，是爲了提供治癒我們的一種

合適方式：「天主與人之間的唯一而同一的中保」能藉人性而死，也能藉天主性而復活。所以，救主的誕生理當毫無損於童貞女的完整：因為真理的降世是貞潔的保障。

最親愛的弟兄們！這種誕生才適宜於那身為天主的德能和智慧、耶穌基督：祂藉這種誕生與我們的人性結合，却仍保留着祂天主性的超越性。假如祂不是真天主，就不能帶給我們救藥。假如祂不是真人，就不能為人表率。

因此，主誕生時，天使們歡唱：「天主在天受光榮，」並報導說：「主愛的人在世享平安。」因為他們看見天上的耶路撒冷將由普世萬邦所築成。可憐的人類面對天主仁慈的這種不可言喻的工程，應該多麼高興！因為那具有高貴本性的天使們

尚且如此歡欣鼓舞。

對答詠

領：我們要紀念光榮的童貞瑪利亞，

因為上主垂顧了她的卑微；

答：她接受了天使報喜後，便懷

孕了世界的救主。

領：我們藉著天主之母的慶日而歌頌

基督的光榮。 答：她接受：

讚主曲對經：我會公開以祈禱來尋求智慧，
她的花開得有如成熟的葡萄。

結束禱詞

上主，求祢因童貞聖母瑪利亞懇切的代禱，眷顧我們；並賴她的助佑，使我們幸能抵達天上的聖山——祢的聖子耶穌基督面前。

謝主曲對經：瑪利亞聽了天主的話，把它

保存心中，反覆思量。

七月二十日

布林底希・聖樂倫 (S. Laur-

entius de Brindisi)

司鐸聖師

一九〇〇年義和團作亂時，河北省獻縣教區內為主捨生者三千餘人。其中有四位耶穌會神父：任德芬（良納爵），湯愛玲、路懋德、趙席珍，及五十二位男女教友，一九五六年為教宗碧岳第十二世宣佈為真福。

經文見多位殉道者通用 692 頁

結束禱詞

天主，今天我們慶祝真福納爵等司鐸及五十二位教友的殉道紀念日，求祢因他們的代禱，在他們以鮮血所灌溉的葡萄園裏，信仰的種子能發芽成長，欣欣向榮。

七月二十一日

真福任德芬 (B. Leo Ignatius

Mangin) 司鐸及同伴殉道

樂倫出生於公元一五五九年；入嘉布遣會後，教授神學，並擔任會中許多職務，週遊歐洲各地，成為馳名的講道家；著述甚多，闡明教會信理。一六一九年安逝於里斯本。

經文見牧者通用 738 頁；或聖師通用

769 頁。

誦 讀

誦讀二 選讀聖樂倫司鐸聖師講道集

宣講是使徒的職責

我們和天上的天使都是按照天主的肖像和形像所受造的，因此我們和他們具有相同的精神生活；爲了度這種生活，所必需的食糧是，聖神的恩寵和天主的愛。有了聖寵和愛，而沒有信德，毫無益處，因爲「沒有信德，不可能使天主喜悅」。沒有人宣講天主的話，就不能產生信德：「信德是由聽道而產生；聽道就是聽基督的話」。所以，宣講天主的話爲精神生活所必需，就如同播種爲肉體生活所必需一樣。

基督說：「有一個播種的人出去播種」。出去播種的人，就是宣講正義的先驅。我們由聖經知道這位先驅有時是天主，比如，祂曾親口從天上把正義的法律交給曠野中的以色列全體子民；有時是指上主的一位天使，他曾在哭泣之地，指控以色列人違犯天主的法律；因此，全以色列

列子民聽了天使的話，心如刀割，而放聲大哭。梅瑟也在摩阿布曠野向全民宣講上主的法律，一如申命紀所記載的。最後，天主而人的基督來宣講上主的話，並派遣使徒們作同樣的事，如同祂從前派遣了先知們一樣。

所以，宣講是使徒的、天使的、基督徒的、天主的職責。因此，天主的話具有無限的價值，因爲天主的話是萬善的寶庫。因爲信、望、愛三德、一切德行、天主聖神的一切恩惠、福音的一切真福、一切善工，人生的一切功勞和天堂的一切光榮，都由天主的話而來：「接受那種在你們心裏的言語吧，因爲它能救你們的靈魂。」

天主的言語是人理智的光明，意志的火焰，能使人認識並愛慕天主。對於藉聖

寵因聖神而生活的內修人來說，天主的言語就是他的餅和水，而這餅比蜂蜜和蜂巢更要甘甜，這水比酒和乳更爲香醇。天主的言語對人的靈魂來說，是功勞的寶庫，因此被稱爲黃金和寶石。是劈開固執於惡者的心的利斧；也是對抗肉身、世俗和魔鬼，致死一切罪惡的利劍。

對答詠

依四十，9；路九，59，60

領：你這給熙雍傳報喜訊者，請登上

高山！ 答：向猶大各城報告

說：你們的天主來了。

領：你跟隨我吧！你要去宣揚天主的

國。 答：向猶大：

結束禱詞

天主，祢曾將智慧和剛毅之神賜給聖

樂倫司鐸，使他勝任愉快地光榮祢的聖名，

並從事拯救人靈的工作。求祢因聖人的轉

求，賞賜我們智慧，以認清自己應作的事務，也賞賜我們足夠的力量，予以完成。

七月二十一日

真福郭西德 (B. Albericus

Grescitelli) 司鐸殉道

真福生於義國，洗名博理 (亞培利

谷)。晉鐸後奉命到中國陝西南部傳教。

一九〇〇年義和團教難興起時，被仇教者

逮捕，英勇殉道，時在同年七月廿一日。

一九五一年由教宗碧岳第十二世宣佈為真

福。

結束禱詞

天主，祢賜給了真福博理堅強的毅力、

救人的熱忱，使他離鄉背井、遠涉重洋，

來到我國傳佈祢的福音，並以鮮血灌溉了
祢的葡萄園；求祢也賞賜我們能師法眞福
不屈不撓的精神，在任何環境中不怕爲信
仰作證。

經文見聖婦通用 825 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖教宗大國瑞福音釋義

她想基督被人搬走，

仍渴望看到祂

七月二十二日

聖德蓮 (瑪達肋納 S. Maria)

Magdalena) 紀念

1007 用專人聖

聖女曾與其他門徒一同追隨基督，親
見基督被釘身死。復活日清晨，復活的基
督首先顯現給她 (谷一六，9)。教友對
她的敬禮特別在第十二世紀時盛行於西方
教會中。

瑪麗·德蓮來到墳墓後，沒有找到主
的遺體，而認爲被人搬走了，就去報告門
徒們。他們來察看之後，便相信了她所說
的話。福音立刻記載說：「然後兩位門徒
就回家裏去了。」以後繼續說：「可是瑪
麗却站在墳墓外邊哭泣。」

在此，瑪麗的態度值得我們深思，她
對主的愛情以何等力量燃燒着她的靈
魂：門徒們都離開了主的墳墓，而她却不
肯離開。她仍在尋找她所沒有找到的那一
位，邊哭邊找；她爲愛火所燃燒，仍熱切

渴望看到那位、她相信被人搬走的基督。因此，唯有她見到了主，是她獨自留下來尋找主，因為善工的效果端在有恒，「真理」說過這句話：「只有堅持到底的人纔能得救。」

所以，她開始去尋找時，却沒有找到；她堅持去尋找，就終於找到了。因為企望因期待而加強，企望越加強，才能找到所尋找的。因為期待能使聖善的企望加強；如果企望缺少期待，便不是真企望。凡找到真理的人，都是由於心中燃起了愛情之火所致。達味也說：「我的靈魂渴望生活的天主，我何時能來到天主面前？」教會雅歌中也說：「我因愛情而受創傷。」又說：「我的靈魂融化了。」

「女人！妳爲什麼哭？妳找誰？」主詢問她哭泣的原因，是爲了增加她的渴

望，當她說到她尋找耶穌時，她對耶穌的愛就更爲熱烈。

「耶穌對她說：瑪麗！」當耶穌用普通的話稱呼她「女人」時，她沒有認出耶穌來，耶穌便直呼她的名字。這好像給她明言：「妳要認出我來，就如我認出妳來一樣！因爲我以特殊的方式認識妳；我認識妳如同認識其他人一樣。」瑪麗因爲主叫了她的名字，才認出基督來，並立即稱祂爲「辣包尼」，就是說「老師」，因爲她在外面尋找的那一位，正是在她的內心教訓她去尋找的那一位。

對答詠

領：瑪麗·德蓮從主的墳墓回來，就告訴門徒們說：我見了主。

答：那首先報導基督復活的女人，真是有福。

領：她哭着尋找時，看見了她所愛的主，並立刻傳報了這個喜訊。

答：那首先：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩 見聖婦通用 829 頁

對經一：星期日清晨，天還未亮，瑪麗·德蓮就來到墳前。

麗·德蓮就來到墳前。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 89 頁

對經二：我心熱如焚，切望見到我主，

我尋找祂，但不知道他們把

祂放在哪裏了，阿肋路亞。

對經三：瑪麗哭的時候，俯身向墳墓

內察看，看見兩位身穿白衣

的天使坐在那裏，阿肋路亞。

簡短讀經

羅一二，1 / 2

弟兄們，我憑天主的仁慈請求你們，獻上你們的身體當作生活、純潔和悅樂天主的祭品，這才是你們合理的敬禮。你們不可與此世同化，反而要以更新的心思變化自己，為使你們辨別什麼是天主的旨意，什麼是善事，什麼是悅樂天主的事，什麼是完美的事。

短對答詠

領：瑪麗，別哭了，主已從死者中復活。

活了。 答：瑪麗：

領：妳到我弟兄們那裏去，告訴他們

說： 答：主已從死者中復活了！

領：願光榮歸於父： 答：瑪麗：

讚主曲對經：星期日清早，復活的耶穌首

先顯現給瑪麗·德蓮，耶穌

曾從她身上趕走七個魔鬼。

結束禱詞

七 天主，祢的聖子曾首先命聖婦德蓮傳
報復活的喜訊；我們懇切求祢，因聖婦的

代禱和榜樣，使我們在世宣講復活的基督，
日後得升天國，仰瞻在祢的光榮中爲王的
基督。祢是天主：

晚禱

讚美詩 見聖婦通用 834 頁

對經一：耶穌向瑪麗說：妳爲什麼哭？

妳在找誰？

聖詠、聖歌見聖婦通用 834 頁

對經二：有人把我的主搬走了，我不

知道他們把祂放在哪裏。

對經三：耶穌說：瑪麗！她轉過身來

對祂說：辣包尼，意思是「

老師」。

簡短讀經

羅八，28 / 30

我們知道，天主使一切事都協助那些
愛祂的人，就是祂照自己的旨意所召叫的
那些人獲得益處。因爲祂所預簡的人，也
預定他們與祂兒子的肖像相同，好使祂兒
子在衆弟兄中作長子。天主不但召叫了祂
所預定的人，而且也使祂所召叫的人成義，
並使成義的人獲享光榮。

短對答詠

領：瑪麗，別哭了，主已從死者中復

活了。 答：瑪麗：

領：妳到我弟兄們那裏去，告訴他們

說： 答：主已從死者中復活了。

領：願光榮歸於父： 答：瑪麗：

謝主曲對經：瑪麗就去向門徒們報告：因

爲她看見了主，阿肋路亞。

禱 詞 見聖婦通用 835 頁，或用平日
結束禱詞

天主，祢的聖子曾首先命聖婦德蓮傳
報復活的喜訊；我們懇切求祢，因聖婦的
代禱和榜樣，使我們在世宣講復活的基督，
日後得升天國，仰瞻在祢的光榮中為王的
基督。祂是天主：

七月二十三日

聖碧瑾 (彼利日大 S. Brigitta)

修女

聖婦於一三〇三年出生於瑞典。年幼
出嫁，生有子女八人，一一予以良好的宗

教教育。曾加入方濟第三會，迨其夫逝世
後，雖仍生活在世俗中，決意度一更嚴肅
的神修生活，不久之後，創立修會，並首
途羅馬，為眾人樹立了大德的芳表。她為
了做補贖，曾去聖地朝聖。她撰寫許多書
籍，描述她所有過的神秘經驗。一三七三
年在羅馬逝世。

經文見聖婦通用，修女 825 頁

誦 讀

誦讀 11 選讀聖碧瑾修女祈禱詞

向救世主基督的禱詞

主耶穌基督！祢應受讚美！因為祢事
先預告了祢的死亡；祢在最後晚餐中，把
物質的餅祝聖為救贖我們的聖體，祢因愛
人而把聖體賜給使徒們，以紀念祢極珍貴
的苦難；祢用祢極神聖而尊貴的手為他們

洗脚，謙卑地爲他們樹立了謙遜的楷模。

主耶穌基督！願榮耀歸於祢：祢因怕受苦和受死，便從祢無罪的身體內流出血汗來；然而祢仍按照祢所願意的，完成了救贖我們的工程；這樣，祢就彰顯了祢對人類的厚愛。

主耶穌基督！祢應受讚美！祢被解送到蓋法前，祢原是審判萬民的法官，却謙卑地容許人們把祢交付給比拉多而受審判。

主耶穌基督！願光榮歸於祢！因爲祢忍受了各種譏笑：祢身披紅袍，頭戴尖銳的茨冠；祢曾以極大的忍耐承受惡人們在祢光榮的臉上唾污，蒙住祢的眼睛，以殘酷的手沉重地打擊祢的面頰和頭部。

主耶穌基督！願讚頌歸於祢！祢曾被惡人們綁在石柱上，受無情的鞭打，滿身鮮血淋漓，被解送到比拉多的法庭前，如

同無罪的羔羊，表示了無限的忍耐。

主耶穌基督！願榮耀歸於祢！祢血淋漓的光榮身體，被判以十字架的死刑；祢的神聖的雙肩痛苦地背負十字架；被兇狠的人帶到祢受難的地方，然後被剝去衣服，祢願這樣被釘在十字架上。

主耶穌基督！願永恆的榮耀歸於祢！祢處於如此的痛苦中，仍然以孝愛的眼光注視祢高貴的母親！她從未犯過罪，也從未同意過最微小的過失；祢爲了安慰她，便把她託付給祢的愛徒照顧。

主耶穌基督！願永恆的讚美歸於祢！因爲祢在彌留之際，恩賜一切罪人獲得赦罪的希望，因爲祢仁慈地以樂園的光榮，許諾給回頭歸向祢的右盜。

主耶穌基督！願永恆的讚頌歸於祢！因爲這個時刻祢在十字架上受苦，爲我們

罪人忍受極大的痛苦，和極度的憂傷；因為那出自祢聖傷的極劇痛苦，竟達到了祢幸福的靈魂，也殘酷地刺透了祢的至聖聖心；最後祢的心崩潰了，祢便嘆氣了；祢低下頭，謙卑地把祢自己交付在天主祢的聖父手中；這時祢的肉身死了，祢留在那裏，全身完全冰冷。

主耶穌基督！願祢受讚美！因為祢以寶血和最神聖的死亡救贖了靈魂，祢仁慈地把他們由充軍之地重新領回到永生。

主耶穌基督！願祢受讚美！因為祢爲了救贖我們，竟讓長槍刺透了祢的肋旁和聖心；爲了救贖我們，祢讓祢的寶血和水從祢的肋旁大量傾流。

主耶穌基督！願光榮歸於祢！祢願祢的遺體被祢的朋友卸下，躺在祢非常痛苦的母親懷中；祢也讓祢的母親用殮布包裹

祢的遺體，爲了安葬在墳墓中，並爲兵士所看守。

主耶穌基督！願永恆的榮耀歸於祢！因爲祢第三天從死者中復活了；祢顯現給祢所喜愛的人，證明祢仍然活着；四十天之後，祢在許多證人眼前升天了，把祢從陰府中所救出來的朋友團聚在祢左右，共享榮耀。

主耶穌基督！願永恆的歡樂與讚頌歸於祢！祢曾派遣聖神降到祢門徒們心中，在他們心中發展了天主的無限愛情。

我主耶穌！願祢永遠受讚美、頌揚和光榮！祢在祢的天國裏，在祢天主性的光榮中坐在寶座上，帶着祢取自童貞女肉身的身體和祢的一切至聖肢體生活著。就是這樣，祢在公審判那一天，將這樣再度顯現，來審判生者和死者的靈魂：祢與聖父

及聖神，永生永王。阿們。

對答詠 參閱默一，5，6；弗五，2

領：基督愛了我們，並以祂的血洗淨了我們的罪過； 答：使我們成爲國度，成爲侍奉祂的天主和父的祭司。

領：你們要在愛德中生活，就如基督愛了我們，且爲我們把自己交出。 答：使我們：

結束禱詞

上主，我們的天主，聖婦碧瑾默想祢聖子苦難的時刻，祢曾將天國的奧秘啓示給她；求祢也賞賜我們，將來在天上得見祢所顯示的光榮，獲享永遠的福樂。

七月二十五日

聖雅格（雅各伯 S. Iacobus）使徒

慶日

聖雅格是載伯德之子，若望使徒之兄，生於貝特賽達，曾目覩吾主所行最主要的奇蹟。約於公元四二年為黑落德所殺害。西班牙恭包斯代拉、對雅格之敬禮尤為著名；建有美輪美奐教堂、敬禮聖人。
經文見使徒通用 674 頁

誦 讀

誦讀一 選讀金口·聖若望主教

瑪竇福音釋義

有份於基督的苦難

載伯德的兩個兒子用這些話催逼基督說：「求祢使我們：一個坐在祢的右邊，

一個坐在祇的左邊。」祇回答了什麼？祇願給他們指出，他們請求的不是精神的恩賜，並且如果他們知道所求的是什麼，便絕不敢有這種要求了。因此祇對他們說：

「你們不知道你們所求的是什麼」，這要求多麼重大，多麼令人驚訝，多麼超越天上的權力！後來耶穌又繼續說：「你們能喝我將要喝的爵嗎？你們能受我將受的洗嗎？」祇要說的是：「你們同我談論榮耀和榮冠，而我却要同你們談論戰鬥和流汗。現在不是受賞的時候，也不是顯示我光榮的時候。現世的生活却是流血、戰爭和危險。」

請看耶穌以什麼方式勸勉他們，並誘導他們祈求那該求的。耶穌並沒有對他們說：「你們能接受慘死嗎？你們能傾流你們的鮮血嗎？」耶穌說什麼呢？「你們能

喝那爵嗎？」祇爲了誘導他們又繼續說：我將要喝的那爵」，這樣使他們更企望與祇共飲。此外，祇稱這事是「洗禮」，以指出祇的苦難是洗淨全世界的偉大洗潔禮。門徒們對祇說：「我們能。」他們立刻以興奮的心情承諾了，但他們不知所云，只是期待所求能如願以償。

基督說什麼呢？「我喝的爵，你們必喝；我受的洗，你們也要受。」祇向他們所預言的是一項極大的恩惠，因爲祇在告訴他們：你們當然要殉道，也將和我一樣的受苦，將因慘死而結束此生，這樣使你們與我分擔一切苦難，「至於坐在我右邊或左邊，不是我可以賞賜的，而是我父給誰預備了就給誰。」這樣基督高舉了他們的心神，趨向更高的目的，並準備他們克服憂傷，然後才糾正他們的要求。

「那十個人聽了，就對他們兄弟二人

憤憤不平」。你看，他們都是如何不完

善：兄弟二人想望位居其他十人之上，而

這十個人却嫉妬他們兄弟二人，可是，正

如我所說過的，請你指示給我：他們以後

將成爲什麼樣的人，你將看出來他們這些

惡劣的情感都將消逝。依照宗徒大事錄的

記載，你可以曉得，現在這位愛爭先恐後

的若望，後來當伯鐸講道和顯奇蹟時，常

常讓伯鐸居首位。至於雅格，在世生活，

爲時不久。他從一開始就熱火如焚，拋棄

了人間的一切利益，而攀登上不可言喻的

高峯，立刻便被人處死了。

對答詠

領：這些人生活在世上的時候，以自

己的鮮血建立了教會； 答：他

們喝了主的爵，而成爲天主的朋

友。

領：他們的聲音傳遍普世，他們的言

語達於地極。 答：他們喝：

唸「天主，我們讚美祢」(17)頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一、大聖雅格，基督的使徒，

我們欣然祝賀你的慶節，

你拋棄捕魚的生涯，

成爲教會的基礎。

二、一聽救主的召叫，

你偕同兄弟若望，

放棄一切，

勇敢地追隨基督。

三、宣揚得救的福音，

指示天國的道路，

爲基督的聖名，

不辭千辛萬苦。

四、你追隨基督，不離左右，

大博山上瞻仰聖容，

山園中陪伴恩師，

親睹救主的憂苦。

五、在使徒的行列中，

你第一人捨生殉道，

爲愛基督，

甘願受苦受辱。

六、求你以信望愛的光輝，

照亮我們的心胸，

爲主的福音作證，

不懼艱難困苦。

七、天下萬國，

普世權威，

一切榮耀，

永歸基督。阿們。

對經一：耶穌往前走，又看見載伯德的兒子雅格和他弟弟若望，

就召叫了他們。

就召叫了他們。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱

對經二：他們立刻撇下魚網和父親，

跟隨了祂。

對經三：我要喝的「杯」，你們都要

喝；我所受的洗，你們也要受。

簡短讀經

弗二，19-20

你們已不再是外方人或旅客，而是聖徒的同胞，是天主的一家人；已被建築在使徒和先知的基礎上，而基督耶穌便是這建築物的角石。

短對答詠

領：上主，祢立他們爲王，統治普天

率土。 答：上主：

領：使祢的名永垂不朽。 答：統治

普天率土。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

讚主曲對經：耶穌帶着伯鐸、雅格和他的

兄弟若望，到了一座高山上，
在他們面前改變了容貌。

日間祈禱

聖詠、對經見聖詠集平日；簡短讀經
見使徒通用；結束禱詞見晨禱。

晚禱

讚美詩 見晨禱

對經一：耶穌帶了伯鐸、雅格和若望
同去，開始憂悶恐怖起來。

聖詠、聖歌見使徒通用 688 頁

對經二：祂對他們說：你們醒寤祈禱
吧！免得陷於誘惑。

對經三：黑落德王下手磨難教會中的
一些人，用劍刺殺了若望的

哥哥雅格。

簡短讀經

基督賜與這些人作使徒，那些人作先
弗四，11 / 13

禱詞 見使徒通用 685 頁
結束禱詞

全能永生的天主，聖雅格是第一位使
徒，爲傳佈福音而傾流了熱血，爲新生的
教會奉獻了生命。求祢因聖人的殉道，賞
賜祢的教會日益發揚，因聖人的護佑，使
它活力充沛，富有朝氣。

知，有的作傳福音者，有的作司牧和教師，爲成全聖徒，使之各盡其職；爲建樹基督的身體，直到我們衆人都達到對於天主子，有一致的信仰和認識，成爲成年人，達到基督圓滿年齡的程度。

短對答詠

領：你們要在列邦中宣報上主的榮耀。

答：你們：

領：在萬民間傳述祂所行的奇事。

答：宣報上主的榮耀。

領：願光榮歸於父： 答：你們：

謝主曲對經：你們中間誰要居第一，就該

先作大家的公僕；誰要當領

袖，就應作大家的奴隸。

七月二十六日

聖雅敬 (若亞敬 S. Joachim) 及

聖安納 (亞納 S. Anna) 紀念

可上溯至第二世紀的古老傳說，便稱雅敬與安納、是聖母瑪利亞的雙親；聖安納的敬禮，第六世紀時，在東方教會中即已開始，而於第十世紀時，方在西方教會中流行；對聖雅敬的敬禮，則是在晚近的事。

經文見聖人通用 802 頁

誦 讀

誦讀二 選讀達瑪森·聖若望主教講道集

你們可憑他們的果實認出他們來

禱 詞 見使徒通用 691 頁

結束禱詞 見晨禱

童貞瑪利亞——天主之母將由安納誕生，因此人性不敢超越聖寵而提前結果：人性一直荒胎，直到聖寵結果時爲止。那要誕生的應該是頭胎女兒，因爲她要生產「那先於萬物的首生子，萬物都在祂內而存在」。

聖雅敬與聖安納，真是一對幸福的伉儷！一切的受造物都感激你們。因爲一切受造物藉著你們，把一切恩惠中最珍貴的恩惠，一位完全聖潔的母親，呈獻給造物主，唯有她才相稱造物主。

「不生育的石女安納，歡樂吧！未經產痛的女子，歡呼高唱吧！」聖雅敬，歡欣踴躍吧！因爲「一個嬰兒由你的女兒爲我們誕生了，一個兒子賜給了我們，祂的名字要稱爲神奇的，」全人類得救的「謀士，天使，強有力的天主」。因爲這個嬰

兒就是天主。

雅敬與安納，真是一對幸福的，完全聖潔的伉儷！我們可憑你們的女兒認出你們來，正如主所說的：「你們可從他們的果實認出他們來。」你們的行爲取悅於天主，也相稱你們所生的那一位千金。由於你們聖潔的生活，你們才產生了這童貞的瑰寶。她在產前是貞女，產時是貞女，產後仍然是貞女；我說，唯有她在精神、靈魂和肉體方面畢生保持童貞。

雅敬與安納，最貞潔的伉儷！你們守了自然的貞潔，而獲得了那超越自然的恩惠：你們爲世界生了一位「不識男子」的天主之母。你們在人性方面度了虔誠而聖善的生活，你們生了一位女兒，她超越天使而現在是天使的主母。她是一位最雍容大方和最溫柔的女兒！她是亞當的女

兒，也是天主的母親！那生育妳的胎和腹是有福的！那懷抱妳的雙臂是有福的！那

將獲得生命；我要與你們訂立一項永久的盟約，即誓許給達味的慈惠。

只接受妳聖潔之吻的口唇是有福的！妳永

短對答詠

遠是完美的貞女。整個大地，請向上主歡

領：天主慈悲為懷，眷顧了我們。

呼，請踴躍，請歡樂，彈琴演奏。「請大

答：天主：

聲疾呼！高呼吧！不要害怕！」

領：祂從達味的後裔中興起了救主耶

對答詠 參閱路二，37，38；七，16

穌。 答：眷顧了我們。

領：他們齋戒祈禱，晝夜事奉天主；

領：願光榮歸於父： 答：天主：

答：他們切望以色列的救贖。

讚主曲對經：上主，以色列的天主應受讚

領：他們祈求天主眷顧自己的百姓。

美，因為祂在自己的僕人家

答：他們切：

中，為我們興起了大能的救主。

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

禱 詞 見聖人通用 818 頁或平日

結束禱詞

讚美詩 見聖人通用 816 頁

上主，我們祖先的天主，祢賜給了聖

簡短讀經

依五五，3

你們側耳，到我跟前來聽吧！你們必

的聖子之母，由他們生養教育；求祢因二

雅敬和聖安納特殊的恩寵，使祢降生成人

聖的轉求，賞賜我們獲得祿所預許的救恩。

晚 禱

簡短讀經

羅九，4 / 5

他們是以色列人；義子的名分、光榮、盟約、法律、禮儀以及恩許，都是他們的，聖祖也是他們的，並且基督按血統說，也是從他們來的，祂是在萬有之上，世世代代應受讚美的天主，阿們。

短對答詠

領：祂會記起自己的仁慈，扶助了祂的僕人以色列。 答：祂會：
領：正如祂會向我們的祖先所許諾過的。
答：扶助了祂的僕人以色列。

領：願光榮歸於父： 答：祂會：

謝主曲對經：葉瑟這棵著名的樹幹生出了

一支俊美的嫩枝，將由它結出芬芳四溢的花朵。

結束禱詞 見晨禱

七月二十八日

眞福陳昌品（保祿）修生等殉道

眞福陳昌品，聖名保祿，貴州興仁縣人；眞福張文瀾，聖名若瑟，四川巴縣人，二人均為大修院的神哲學生，準備晉鐸；眞福羅廷蔭，聖名若翰，貴陽人；眞福王羅氏，聖名曼德（瑪爾大），貴州人；四位教友於貴州教難時殉道，時在一八六一年七月廿九日；一九〇九年宣佈為眞福。

經文見多位殉道者通用 692頁

結束禱詞

全能永生的天主，祢曾賜給真福保祿及其同伴堅強的信德，使他們在教難時、英勇爲基督作證，甚至捨生致命；求祢也賞賜我們在任何環境中都能忠於信仰，至死不渝。

七月二十九日

聖曼德（瑪爾大 S. Martha） 紀念

聖曼德是德蓮（瑪大肋納）與拉匝祿的姐姐，當主在伯大尼作客時，她曾殷勤款待；並因她的轉求，主使他的弟弟起死回生。

經文見聖婦通用 825 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖思定主教講道集

堪當把基督接到家中的人，
是有福的

我們常爲了種種世俗雜物而勞碌，吾主耶穌基督的話却勸我們奔向唯一目標。我們現在是旅行，沒有久居之所；是在路上，還沒有返鄉；是在切望中，尙未享有。但我們該朝向目標前進，毫不鬆懈，以期有朝一日能夠抵達目的地。

曼德和瑪麗是姊妹，不僅是由於血統，也是由於相同的信仰。二人都熱愛主，當主來到她們家中時，二人都以同樣的心意親身事奉祂。曼德接待主，如同慣常接待旅客一樣。然而她是以婢女的身份接待主人，是病人接待救主，是受造物接

待造物主。她以肉體的食物招待救主，她自己却需要由精神的食物滋養。因爲主願意取奴僕的性體，並願在這奴僕的形體下從奴僕手中接受飲食，這不是出於需要，而是由於仁慈。因爲是由於仁慈，才讓人來養活祂。因爲祂有一個肉身，自然會覺得饑渴。

所以，主受人接待如同客人一樣，祂來到本家，自己家的人却沒有接受祂。但是，凡接受祂的，祂給他們權力，使他們成爲天主的子女。」祂收留了奴僕，使他們成爲弟兄；祂贖回了俘虜，使他們成爲祂的共繼承人。可是希望你們中間沒有人說：「堪當把基督接到自己家中的人，是有福的！」你不要難過，也不要抱怨：因爲你生不逢時，不能目睹生活在人間的基督。但基督並沒有剝奪你的這種福分，

祂說：「凡你們對我這些最小的弟兄中的一個所做的，就是對我做的。」

此外，曼德！請妳許可我說句話，妳殷勤接待，也應受讚美！妳的辛勞所得到的酬報是安息。現在妳忙於種種招待的活動，妳設法養育有死有壞的身體，當然，這是聖善的身體。但是當妳抵達天鄉時，妳能找到妳所願收留的一位旅客嗎？你能找到一位需要食物的飢餓者嗎？你能找到一位需要水喝的口渴者嗎？你能找到妳要訪問的一位病人嗎？妳能找到妳能調停的爭訟者嗎？妳能找到妳要安葬的一個死人嗎？

在天堂上沒有這一切。那麼那裏有什麼呢？有瑪麗所選擇的：在那裏，我們將受養育，我們不需養育他人。因此，瑪麗在現世所選擇的，在天上將達到圓滿無

缺：她今生從主的聖言的豐盛筵席上，在收集一些碎屑。你們願意知道在天上將有什麼嗎？主親自論及祂的僕人說：「我實在告訴你們：主人要束上腰，請他們坐席，親自伺候他們。」

對答詠

領：耶穌復活拉匝祿後，有人在伯大

尼爲祂擺設了晚宴， 答：曼德

伺候耶穌。

領：瑪麗拿一斤極珍貴的純香液敷抹

了耶穌的腳。 答：曼德伺：

讚主曲對經：曼德向耶穌說：祢是生活的

天主子、基督，要來到世界

上的那一位。

結束禱詞

全能永生的天主，昔日祢的聖子樂於

在聖女曼德之家接受款待；求祢因聖女的

代禱，使我們在兄弟姊妹們身上，忠誠地爲基督服務，來日在天廷，也蒙受祢的款待。

謝主曲對經：耶穌愛曼德和她的妹妹瑪麗，

以及她的弟弟拉匝祿。

七月三十日

金言聖伯鐸鐸（伯多祿金言 S

Petrus Chrysologus）

主教聖師

聖人公元三八〇年左右，在厄米利亞

省以摩拉出生。後晉升鐸品，公元四二四

年被選為拉文那區主教。照顧羊群，無微不至，以宣講及著述、訓誨教友。四五〇

年逝世。

經文見牧者通用 738 頁；或聖師通用

769 頁。

誦 讀

誦讀 11 選讀金言聖伯鐸主教講道集

論天主降生成人的奧蹟

童貞女懷孕，當她生產時，仍然是貞女，這不是常規，而是奇蹟；不是常理，而是天主的德能；是天主的作爲，不是本性之事；不是司空見慣的，而是絕無僅有的；是天主的工程，而不是人的工程。基督的誕生不是出於需要，而是出於大能；是信德的奧蹟，是人類的革新與得救。祂未誕生時，以淨土造了人，祂誕生時，是由潔淨的身體而造了人；爲創造我們而屑於拿起泥土的那隻手，也屑於攝取我們的肉體，以再造我們。造物主在受造物內，

天主在肉身內，是受造物的榮幸，而不是造物主的恥辱。

人哪！你爲何如此輕視自己呢？而你在天主眼中却是珍貴的。天主如此尊重你，你爲何如此自暴自棄呢？你爲何尋求你怎樣受造，而不尋求你爲何而受造？你所看見的整個世界，不是爲你所造的住所嗎？天主賦給你的光輝驅散了四周的黑暗；黑夜是爲了你而制定，白天是爲了你而劃分；是爲了你，天上的日月星辰光輝照耀；是爲了你，地上的花草樹木爲你開花結果；是爲了你，大羣的動物被創造，生活在空中、在原野、在晶瑩的水中，以免一片荒涼而破壞了新世界的歡樂。

此外你的造物主又設法增加你的光榮：祂把祂的肖像置於你身上，這樣，藉這有形可見的肖像，使無形的造物主臨在

於世界。祂也託付你管理世間的財富，使你對如此龐大的財產作上主在世的代表。

天主在自己身上取用了祂親自在你身上所創造的；祂現在願意在人身上真實地顯示自己，祂從前只是願意人作祂的肖像；祂從前以肖像為滿足，而現在却賜與實體。

因此基督誕生了，好使敗壞的人性恢復完整；祂成了一個嬰孩，讓人養育祂，並經歷了各種年齡，以恢復祂所創造的那完美而持久的年齡；祂帶着人性，使人不再跌倒；祂從前所創造的地上的人，祂使他們現在成爲天上的人；那藉着人靈而生活的人，祂使他藉天主之神而生活。這樣，祂把整個人高舉到天主台前，使人所有的罪惡，死亡，辛勞，痛苦和任何屬於地上的事物，都一無所留；這是靠我們的主耶穌基督而完成的，祂現在是天主，永

遠是天主，偕同聖神永生永王。阿們。

對答詠

伯前二，4，5；

詠一一七，22

領：你們要接近活石基督； 答：你們也要作活石，建築在祂身上。

領：這就是那活石，祂成了屋角的基石。 答：你們也：

結束禱詞

天主，祢曾使金言聖伯鐸主教卓越地宣揚祢降生成人的聖言；求祢因聖人的轉求，開啓我們的理智，使我們領悟救恩的奧秘，也使我們以實際生活把救恩的意義昭告世人。

七月三十一日

誦讀

羅耀拉·聖納爵(依納爵羅)

誦讀一 選讀路易·龔薩維所撰

耀拉 S. Ignatius de Loyola)

聖納爵口述錄

司鐸

要考驗那些神是否出於天主

紀念

聖人於一四九一年出生於西班牙之羅耀拉，他在王宮中充當侍衛，又入營從戎。不久之後回頭皈依天主。赴巴黎攻讀神學，並召集同志。後於羅馬，創立耶穌會；他從事使徒事業，成效卓著。又著書立說，訓練會士，其弟子多人對教會之革新功不可沒。一五五六年安逝羅馬。

納爵當時最愛好閱讀荒誕不經的騎士小說；有一天他要求人給他幾本看，以資消遣。可是遍尋家中竟找不到一本；於是有人給他拿來以西班牙文撰寫的「基督傳」和「諸聖之花」。

他便常常閱讀這些書籍，對於這些書籍的內容感到某種吸引力。當他一中斷閱讀時，便反覆回想所曾讀過的；但有時也想到從前曾在腦海中縈迴的世俗事物。

經文見牧者通用 738 頁；或聖人通用
會士 802 頁

這時，仁慈的吾主就來協助他，使他因最近的閱讀而產生的思想來取代世俗的思想。因為當他閱讀基督和諸聖的傳記

時，他心中思想並自問道：「如果我能夠到聖方濟或聖道明所做的，那將怎樣呢？」他就這樣沉思許多的事。這些思想持續相當長的時間，又有其他事物進入腦海。然後一些無益的和世俗的思想又占據他的內心，使他作長時間的存想。這些不同的思想在他內心長久的此起彼伏。

可是在這些思想中，有一點不同之處：當他想到世俗事物時，當時感到極大的樂趣，可是當他厭煩而不去思想時，便覺得枯乾無味；反之，當他想到他認識的聖人們，如何度嚴厲刻苦的生活時，他不僅當時獲得神慰，即使他不再思想時，依然覺得快慰。可是當時他並未注意到，也沒有想到這種區別，直到有一天，他的神目開啓，便開始對這種區別驚訝不已，並加以反省。這種經驗使他看清：某些思想

使他憂愁，另一些思想使他高興。這是他對天主的事理所作的初步反省。當他實行神操後，他便是以這初次的經驗作出發點，來給人講明如何分辨神類。

對答詠

伯前四，11，8

領：誰若宣講，就該宣講天主的話；
誰若服事，就該用天主所賜的德能服事， 答：好使天主在一切事上，因耶穌基督而受到光榮。
領：最重要的是：你們應該彼此真誠相愛。 答：好使：

讚主曲對經：我只願認識基督，和祂復活
的德能，並參與祂的苦難。

結束禱詞

天主，爲了宏揚祢的聖名，彰顯祢的

榮耀，祿在教會中興起了聖納爵；求祿賞賜我們，靠聖人的扶助，今生能師法他的榜樣，力求上進，奮勉不懈；來日在天上，也能與他同享永遠的光榮。

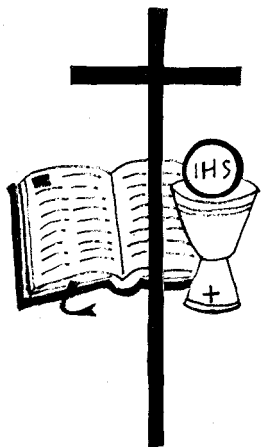
八月
八月一日

聖雅風(亞豐素 S. Alfonsus Maria

de Liguori) 主教聖師

紀念

謝主曲對經：一個人賺得全世界，却賠上了自己的靈魂，爲他又有什麼益處？



聖人於一六九六年在納玻里出生。他攻讀法律，獲得教法與民法雙重博士。晉陞鐸品後，創立贖世主修會。他一生從事宣講，以促進真正的教友生活，又致力於寫作，特別有關倫理神學，他被認為是該科的泰斗。後被選為聖主加大區主教，不久後辭職而重返修會，一七八七年在納玻里附近諾柴拉的會院中逝世。

經文見牧者通用 738 頁，或聖師 769 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖雅風主教的作品

論愛基督

靈魂的整個聖德與完美，端在於對我們的天主耶穌基督的愛，祂是我們的「至善」及我們的救贖者。愛德是那使人完善的一切德行之聯繫與維護的力量。

難道天主不應當得到我們全部的愛嗎？祂從永遠就愛了我們。祂向我們這樣說：「人哪！你仔細想想：是我先愛了你。你還沒有出生，這世界尚未存在，我已愛了你。我從永遠就愛了你。」

天主知道，人易於受恩惠吸引，祂願意藉祂的恩惠催迫人愛祂：「人們讓自己陷入羅網，我願意用這些羅網來吸引他們，使他們愛我，因為這是愛的鎖鍊。」

因此，天主給人的一切恩惠，都是爲了這個目的。天主給人一個肖似祂自己的靈魂，具有記憶、理智、意志；祂又給人一個肉體，具有五官；並爲人創造了天地和萬物，祂創造了這一切，都是爲了愛人，好使萬物爲人服務而使人因身受鴻恩，而愛慕天主。

天主不僅願意賜給我們這許多美麗的造物；而且，爲了獲得我們的愛情，竟然把祂自己完全給了我們。永遠的父竟把祂的唯一聖子賜給了我們。當祂看到我們因罪惡而死亡，並喪失了祂的寵愛，祂做了什麼呢？祂由於對我的無限愛情，或者一如保祿使徒所說的，由於對我們過分的深情大愛，就派遣了祂的愛子，爲我們作補贖，將我們召回，重享被罪惡所奪去的永生。

祂把聖子賜給我們，懲罰了祂，好使我們得到寬恕，祂同時把所有的恩惠一併賜給了我們：聖寵、愛德、樂園；因為這一切恩惠的確較聖子為遜色：「祂甚至沒有憐惜自己的兒子，爲了我們衆人把祂交出，怎能不也把一切與祂一起賜給我們呢？」

對答詠

詠一四四，19~20；

若壹三，9

領：敬畏上主的，祂就滿足他們的心願；俯聽他們的呼求，施以救援。

答：愛慕上主的，祂必保護。

領：凡由天主出生者，就不犯罪過，

因爲天主的種子存留在他內。

答：愛慕上……

結束禱詞

天主，祢在教會中，不斷興起新的聖德樞樞；求祢賞賜我們勉力師法聖雅風的榜樣，來日也能與他共享天上的永福。

八月二日

聖因心彪 (歐瑟伯 S. Eusebius Ver-

cellensis) 主教

聖人於第四世紀初在撒丁島出生。後在羅馬參加神職班，三四年被選為伍策里區首任主教。他以講道廣揚聖教，在本教區內，創始隱修生活。後被君士坦斯帝充軍，爲了信仰受苦良多。返國後保衛信德，不遺餘力攻斥亞略異端。公元三七一年安逝於主教任所。

誦 讀

誦讀二 選讀聖恩彪主教的書信

我跑完了賽程，保持了信仰

親愛的弟兄們，我知道：你們平安無恙，一如我所切望的。我感覺我彷彿被携到你們面前，好像哈巴谷先知一般猝然被天使攜帶穿過空間，而到達尼爾面前。當我收到你們每人的書信時，並在字裏行間窺見你們聖潔的心靈和愛情時，我的眼中充滿了喜淚，我渴望讀下去，竟被淚水所阻止。眼淚與喜悅都是不可避免的：因為當我們的渴望遇到滿足時，這兩種情感都願搶先盡它們表示愛情的義務。我多日這樣想着，好像和你們交談，因而忘記我過去的苦楚；我此時喜氣洋洋，想到你們堅

定的信仰、愛德、進步，便使我心花怒放。身受如此衆多的恩惠，使我覺得不是被充軍，而是在你們中間。

因此，親愛的弟兄們，我因你們的信德而喜樂，我因藉信德而產生的救恩而喜樂，我因你們的許多善工而喜樂，你們的善工不但嘉惠你們的近人，而且惠及遠方的人。好比一個農夫，把一株好樹苗種在一棵樹上，這棵樹由於將開花結果，就不會被斧子所砍，也不會被投入火中。同樣，我爲了你們的聖德，我願意並盼望在肉身方面爲你們服務；而且，爲了你們的得救，甚至捐軀殞命，亦樂意爲之。

此外，我們會盡所能給你們寫完這封信。我不停地祈求天主，使獄卒在較長的時間內不要來臨，並使執事不僅把我受苦的消息寄給你們，而且也帶給你們書面的

問候。因此我懇求你們，要竭力做醒地保衛信德，要和睦相處，要專心祈禱，要不斷紀念我們，好使主屑於拯救在全世界遭難的教會，並使受磨難的我，也能及早獲得自由，而與你們同樂。

同樣我請求並因天主仁慈而懇求：使你們每一個人，都能藉此信而獲得問候；因為我為環境所迫，不能照慣例給你們一寫信。弟兄們，我願藉這封信問候諸位，還有你們眾姊妹、衆子女無論什麼年齡或性別，請接受我的問候，請你們同樣代我問候那些待我們很好，足可稱為朋友的教外人士。

對答詠 路十二，35-36；瑪二四，42

領：你們要束起腰，手拿點着的燈，

答：要像那些等候主人由婚筵回來的。

領：你們要警醒，因為不知道你們的主人什麼時候要來。

答：要像：

結束禱詞

主、天主，祢使聖恩彪主教闡揚了祢聖子的天主性。求祢賞賜我們，效法聖人維護聖道的堅毅精神，並能遵從他的教誨，確保信仰，以分享祢聖子的生命。

八月四日

聖若翰·衛雅（若翰維雅內

S. Ioannes Maria Vianney）

司鐸

紀念

聖人於一七八六年在里昂附近出生。歷經阻擾、困難，終於晉陞鐸品，而被委

任亞爾斯堂區主任。聖人以宣講、克己、祈禱、愛德，奇妙地使他的堂區復甦且發達。他協助前來告解的人，馳名遐邇，各方信眾蜂擁而來，請求指導。一八五九年逝世。

經文見牧者通用 738 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖衛雅司鐸的要理講解

人的光榮職責是祈禱與愛

我的孩子們，你們要深思熟慮：基督徒的寶藏不是在世上，而是在天上。那麼，我們的思想應該指向我們寶藏之所在。我們的光榮職責，就是祈禱與愛，這就是你們在世上的幸福。

祈禱無非是與天主契合。當人有一顆純潔的心與天主相契合時，他就會體驗到

一種令人陶醉的溫馨，一種耀眼的光明。在這親密的契合中，天主與人靈好像兩塊蠟融化在一起，誰也不能再把它們分開。天主與祂自己的微賤受造物的這種結合美妙無比；這是人所不能領悟的福樂。

我們本已成爲不配祈禱的人，但是慈善的天主准許我們和祂說話。我們的祈禱，就像極中悅祂的乳香一般。

我的孩子們！你們的心是窄小的，但是祈禱使它擴大，使它能夠愛天主。祈禱使我們預嘗天上的美味，是樂園中洋溢出的幸福。祈禱總不會使我們嘗不到甘甜。這是降到我們靈魂上的蜂蜜，使一切都成爲甘飴的。倘若祈禱作的好，痛苦就像太陽之下的雪，必被融化。

祈禱能使時間很快的逝去，是那麽令人愉快，竟使人不覺時間的長久。請你們

聽聽：當我在布來斯村服務時，我的同道們多半都患了病，我必須長途跋涉。我向好天主祈禱，請你們相信，時間對我說來，一點也不顯得漫長。

有些人沉浸在祈禱中，猶如魚在水中，因為他們完全與好天主契合無間。在他們心中毫無分割。我多麼羨慕這些慷慨的人哪！聖五傷方濟、和聖女高來達都會看見過吾主，並與祂談話，好像我們彼此談話一樣。

至於我們，多少次到聖堂來，竟不知道來做什麼，也不知道願意求什麼！然而當我們去見某人時，總會知道爲什麼要去。可是有些人似乎這樣向好天主說：「我只要向祢說兩句話，祢就放我走吧！」我多次這樣想，當我們來朝拜吾主時，如果我們以活潑的信德和純潔的心向祂祈

求，就必會得到所求的一切。

對答詠 格後四，17；格前二，9

領：我們這現世輕微的苦難，

答：要爲我們成就永遠而極大無比的榮耀。

領：天主爲愛祂的人所準備的，是眼所未見，耳所未聞，人心所未想到的。 答：要爲我：

結束禱詞

全能仁慈的天主，祢曾使聖若翰·衛雅司鐸，對牧靈工作付出了無比的熱忱；求祢賞賜我們因聖人的代禱，能師法他的榜樣，以愛德工作贏得弟兄們皈依基督，來日也能與他們共享永恒的光榮。

八月五日

聖母大殿奉獻日

厄弗所大公會議（公元四三一年），曾宣佈聖母為天主之母信道；此後，教宗西斯第三世（四三二至四四〇）在羅馬之艾斯奎里山丘上，建立大殿一座，以恭敬天主之母，日後該殿即稱為「聖母大殿」。這是西方教會奉獻於童貞瑪利亞的最古老的聖堂。

經文見聖母通用 633 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖啓祿主教

在厄弗所會議中的講道詞

讚頌天主之母——瑪利亞

我看到教長們答覆天主之母——卒世童貞瑪利亞的邀請，在此滿懷興奮地共聚一堂。我心中雖然極爲憂戚，但在此得見諸位聖教父，使我轉憂爲喜。現在聖詠作者達味的那句甘飴的話，在我們中間應驗了：「請看，兄弟們同居共處，多麼美好！多麼幸福！」

神聖奧妙的聖三，我們向祢致候，因爲是祢召叫了我們衆人，來到天主之母瑪利亞的聖堂。天主聖母瑪利亞，我們問候你！你是全人類的可敬寶藏，不滅之燈，童貞的冠冕，正道的權杖，無法拆毀的一座聖殿，不可衡量的那一位的住所；你是母親，也是貞女。神聖福音中「因主名而來的」那一位，是透過你而被稱爲「當受讚美」者。

我們問候你。在你的貞女胎中，懷孕

了無限無量的那一位；聖三藉着你受到光榮與欽崇；寶貴的十字架，藉着你，在普世受到頌揚和朝拜；天庭因你而歡騰；藉着你，天使與總領天使載歌載舞；藉着你，魔鬼聞風而逃；藉着你，誘惑人的惡魔自天跌下；藉着你，墮落的人得以被提升天；藉着你，迷惑於崇拜偶像的全世界，得以認識真理；藉着你，信的人，得以領受神聖的洗禮；藉着你，得傅以「歡樂之油」；藉着你，教會團體得以在全球建立；藉着你，外教國家蒙召而回頭向善。

我還多說什麼呢？是藉着你，天主的唯子——世界之光，燭照了那些「坐在黑暗和死影中的人們」；是藉着你，先知預言了未來；藉着你，使徒們向外教人宣講了救恩；藉着你，死人得以復活；藉着

你，君王靠聖三的力量而得以治理百姓。

誰能相稱地頌揚這位最應受讚頌的瑪利亞呢？她是母親，又是貞女。這是何等的奇事！這是令我震驚的奇蹟！沒有人能禁止建築者住在自己親自建築的宮殿裏，這是自然的道理，但有誰不怕人譏笑，竟肯把婢女當作自己的母親呢？

所以，請看：萬物都在歡欣；但願我們欽崇並朝拜唯一天主，驚歎並尊敬不可分的聖三；同時該頌揚卒世童貞瑪利亞——天主的聖殿，以及她的聖子，她的淨配。願光榮永遠歸於祂！阿們。

對答詠

領：凡愛天主的人，請與我同樂，因為我雖微小，却博得了至高者的歡心。
答：從我胎中誕生了身

爲天主，又是人的基督。

領：萬代的人都要稱我有福，因爲天主垂顧了祂卑微的使女。

答：從我胎：

八月六日

耶穌顯容

慶日

讚主曲對經：天主之母，卒世童貞瑪利亞，

你在婦女中受讚頌，你的親子同受讚頌。

第一晚禱

（本慶節遇到主日時用）

結束禱詞

上主，我們只靠自己的作爲，不能博得祢的歡心；但求祢因祢聖子之母的轉求，寬恕我們的罪過，並賜予救恩。

讚美詩 見晨禱

聖詠 一一二

對經一：耶穌帶著祂的門徒，上了一座高山，在他們面前變了容貌。

謝主曲對經：天主聖母瑪利亞，求你現在

和我們臨終時，爲我們罪人祈求天主。

上主的僕人，請同聲讚頌，※
讚頌上主的名。

願上主的名受讚美，※
從現在直到永遠。

從日出到日落，※
願上主的名受讚美。

上主超越列國萬邦，※

祂的光榮凌駕穹蒼。

誰能與上主，我們的天主相比？※

祂從高處俯視諸天和大地。

把軟弱的人從塵埃裏救起，※

把窮苦的人由糞土中高舉。

使他們與公卿同席，※

與民間的縉紳並坐。

使那不妊的婦女安居家中，※

成爲多子的母親，其樂融融。

對經一：耶穌帶著祂的門徒，上了一座高山，在他們面前變了容貌。

貌。

聖詠 一一六

對經二：忽然，梅瑟和厄里亞也顯現給他們，正在同耶穌講話。

萬國啊！請讚美上主，※

萬民哪！請歌頌上主。

因爲上主對我們慈悲無量，※

祂的眞誠永世常存。

對經二：忽然，梅瑟和厄里亞也顯現

給他們，正在同耶穌講話。

聖歌 默一九，177

對經三：主啊！我們在這裏真好！如

果祢願意，我們就在這裏搭

三個帳棚：一個爲祢，一個

爲梅瑟，一個爲厄里亞。

阿肋路亞！

勝利、光榮和德能，屬於我們的天主，※

祂的判斷正確而又公平。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

天主的僕人，請讚美我們的天主，※

凡敬畏祂的人！無論大小尊卑，

請讚美天主。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

我們天主全能的上主已經爲王，※

我們要歡欣鼓舞，將光榮歸於天主。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

羔羊的婚期已經臨近，※

祂的新娘也盛粧以待。

阿肋路亞！

對經三：主啊！我們在這裏真好！如

果祢願意，我們就在這裏搭

三個帳棚：一個爲祢，一個

爲梅瑟，一個爲厄里亞。

簡短讀經

斐三，20 / 21

我們的家鄉原來在天上，我們等待主耶穌基督，我們的救主從天上降來；祂要按祂能使一切屈服於自己的大能，改變我們卑賤的身體，相似祂光榮的身體。

短對答詠

領：祢在上主面前顯示了榮耀，阿肋

路亞，阿肋路亞。 答：祢在：

領：因此上主給祢穿上美服，

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：祢在：

謝主曲對經：天父光榮的反映和天主本體的眞像、耶穌基督以祂大能的話支配著萬有，洗淨人的罪過，今天在一座高山上顯示了祂的榮耀。

禱 詞及結束禱詞見第一晚禱1054頁。

序經對經：請大家前來朝拜光榮的至高無

上的君王！

誦 讀

讚美詩 見晨禱或第二晚禱

聖詠吟唱

聖詠八三

對經一：在祢的殿院一日，遠勝他處

千日。

萬有的上主，祢的殿宇多麼可愛，※

我渴慕上主的庭院，而至筋疲力衰。

我的心靈和肉軀，※

讚頌生活的天主。

萬有的上主，我的君王，我的天主，十

麻雀在祢的祭壇旁覓得了居所，※

燕子也找到了安置幼雛的巢窩。

上主，住在祢的殿裏，※

不斷讚美祢的人，真有福氣！

那以祢為靠山，※

一心嚮往祢的人，真有福氣！

他們經過乾涸的山谷，十

將它化為水泉，※

時雨初降，它將成為幸福的田園。

他們一路愈行愈健，※

直達熙雍朝見天主。

上主、萬有的天主，

請垂允我的祈禱，※

雅格的天主，請祢俯聽我的哀號。

天主，祢是我們的護祐，※

求祢眷顧祢的受傳者。

在祢的殿院一日，遠勝他處千日，十

我寧願站在我天主殿宇的門限，※

也不願寄住在惡人的帳幔。

上主有如太陽，又似護盾，十
祂普施慈暉，憐憫我們，※

對忠貞的人，無不慷慨施恩。

萬有的天主，誰依賴祢，※

誰就有福，無憂無慮。

對經一：在祢的殿院一日，遠勝他處

千日。

聖詠九六

對經二：光明已為義人升起，心地正

直的人必將歡喜。

上主為王，願大地踴躍，※

所有島嶼都要一起歡樂！

雲彩和幽暗圍繞在祢的四周，※

正義與公道是祢王國的基礎。

烈火在祢前面前進，※

焚燒祢周圍的敵人。

祂的閃電照亮了塵寰，※
大地一見就戰慄搖撼。

面對上主，普世的大主，※

羣山都要溶化，像蠟燭一般。

蒼天傳報祢的公道，※

萬民看見祢的榮耀。

願所有崇拜偶像，誇讚邪神的人蒙羞，※

願所有神明都在祢面前伏地叩首。

上主，熙雍聽了祢的審判，

滿心喜悅，※

猶大各城也都歡欣踴躍。

因為祢是至高的上主，十

超越普世大地，※

遠超所有神祇。

上主喜愛那痛恨罪惡的人，※

保護祢聖民的性命，

救他們從惡人手中脫身。

光明已為義人升起，※
心地正直的人必將歡喜。

義人，你們要因上主而歡慶，※

讚頌稱揚祂的聖名。

對經二：光明已為義人升起，心地正

直的人必將歡喜。

聖詠九八

對經三：你們要頌揚上主，我們的天

主，在祂的聖山前俯首朝拜。

上主為王，萬民膽戰心驚，※

祂在革魯賓之上登極，大地震動。

上主在熙雍，偉大堂皇，※

尊貴崇高，統治萬邦。

願他們讚美祢的大名，※

可敬可畏，至尊至聖。

祢是愛好正義的大能君王，十

祢制定了公正的法律，※

在雅格家執行了審判、主持正義。

你們要頌揚上主，我們的天主，十

在祂的腳凳前俯首朝拜，※

祂是我們的天主，神聖無比。

梅瑟和亞郎是祂的祭司，※

撒慕爾呼求祂的名字。

他們呼求上主，上主立刻俯聽，※

祂從雲柱中，向他們講話。

他們遵守了祂的誠命，※

和頒佈給他們的法令。

上主、我們的天主，祢俯聽了他們，十

天主，祢憐憫了他們，※

但是祢也懲罰了他們的惡行。

你們要頌揚上主，我們的天主，十

在祂的聖山前，俯首朝拜，※

上主，我們的天主，神聖無比。

對經三：你們要頌揚上主，我們的天主，在祂的聖山前俯首朝拜。

領：祂曾在雲柱中向他們講話。

答：他們遵守了祂的法律。

誦讀一 恭讀聖保祿致格林多人後書

三，7-4，6

新約的榮耀

那以文字刻在石頭上而屬死的職務，尙且有過光榮——甚至以色列子民因了梅瑟面貌上易於消逝的光榮，不能注視他的面貌——那麼，屬神的職務豈不該有光榮嗎？如果先前定罪的職務有過光榮，那麼成義的職務更該多麼充滿光榮！其實，那先前有過光榮的，因了這更超越的光榮，已算不得光榮了，因為如果那易於消逝的曾一度有過光榮，那麼，這常存的更該多麼有光榮！

所以，我們既懷有這種希望，便坦白行事，不像梅瑟一般，將帕子蒙在臉上，免得以色列子民看到那易於消逝的光榮的終結；但是他們的心意陷於遲鈍，因為直到今天，在讀舊約時，同樣的帕子仍然存在，沒有揭下，因為只有在基督內纔得除去；而且直到今天，當讀梅瑟書時，還有帕子蓋在他們的心上；當他們轉向主時，帕子就會除去。主就是那神：主的神在哪裏，哪裏就有自由。我們衆人以揭開面帕的臉反映主的光榮的，漸漸榮上加榮，都變成了與主同樣的肖像，正如由主，即神在我們內所完成的。

因此，我們既蒙垂青，獲得了這職務，就決不膽怯；反而戒絕一切可恥的隱瞞行爲，不以狡猾行事，也不變更天主的道理，只是藉着顯示真理，在天主前將我

們自己舉薦給衆人的良心。但是如果說我們的福音也被蒙蔽了，那只是爲喪亡的人蒙着，因爲今世的神已蒙蔽了這些不信者的心意，免得他們看見基督——天主的肖像——光榮福音的光明。因爲我們不是宣傳我們自己，而是宣傳耶穌基督爲主，我們只是因耶穌的緣故作了你們的僕役。因爲那吩咐「光在黑暗中照耀」的天主，曾照耀在我們心中，爲使我們以那在基督的面貌上、所閃耀的天主的光榮的知識而光照別人。

對答詠

若壹三，1，2

領：請看父賜給我們何等的愛情，

答：竟使我們被稱爲天主的子女，而且我們也真是如此。

女，而且我們也真是如此。

領：你們知道，將來一顯明了，我們

必要相似祂，因爲我們要看見祂

實在怎樣。 答：竟使我：

誦讀二 選讀西乃主教·達修

耶穌顯容日講道詞

我們在這裏真好

耶穌在大博爾山上，向祂的門徒們顯示了這奧蹟。耶穌曾向伴隨着祂的門徒們講過天國，及祂在榮耀中再度來臨的事。但門徒們對耶穌所宣講的天國，還不很了解；爲了堅強並加深他們的信德，並使他們藉現在的事件而能相信將來的事件，耶穌便在大博爾山上，使他們目睹天主的一種神奇的顯現，作爲天國的預像。正好像對他們說：「爲使你們心中不致狐疑，現在我就立即告訴你們：『站在這裏的人中間，就有些人在未死之前，必要看見人子帶着父的榮耀來臨。』」

聖史爲了顯示基督完全有能力，去做

祂所願意的事，就繼續說：「六天以後，耶穌率領伯鐸、雅格和他的兄弟若望，單獨領他們上了一座高山。祂在他們面前變了容貌：祂的面貌發光如太陽，祂的衣服潔白如光。忽然梅瑟和厄里亞也顯現在祂們面前，同耶穌談話。」

這就是我們今天隆重慶祝的奇蹟，這是今天在山上爲了我們的得救而實現的奧秘。是基督的死亡與榮耀同時使我們今天聚集在這裏。爲了使我們與主所選的三位門徒，一齊深入這神聖而無言可喻的奧秘，我們就該傾聽天主的神聖聲音，祂從上方，從山頂上，不斷地在召叫我們。

我敢說：我們都該趕快到那裏去，一如耶穌，祂在天上做我們的嚮導和前驅。在那裏，我們要和祂一起閃耀發光；我們的靈魂好像同祂一樣更新，按照祂的肖

像而被塑造；我們將像祂一樣，永遠成爲變容與分沾天主性體的人，準備好度幸福的生活。

我們要快跑，登上山頂，進入雲中，像梅瑟與厄里亞，或者像雅格與若望一樣。要相似伯鐸看到天主性榮耀的顯示而陶醉，因耶穌的變容而革新，從塵世的事物中被提昇，從地上被高舉。讓我們把肉體、受造物留在腦後，轉向造物主。伯鐸在神魂超拔中，曾向祂說：「主啊！我們在這裏真好！」

是的，伯鐸，同耶穌在這裏，並且永久在這裏真好！還有什麼能比我們與天主同在，住在光明中，能與天主相似，更幸福、更崇高的事呢？無疑的，我們每人心中都擁有天主，並且變成了天主的肖像，我們要高興的喊道：「我們在這裏真好！」

這裏一切都充滿光明、喜樂、幸福和愜意；這裏人心都是安和的、寧靜的、和甘飴的；在這裏，我們享見我們的天主（基督）；基督要同聖父住在這裏，當祂來臨時，就說：「今天救恩臨到了這一家。」這裏有永遠財富的一切寶藏和基督在一起。在這裏，初葉和末世的景象，好像都出現在一面鏡子中。

讚美詩

晨 禱

一 正義的太陽，
出自光明的光明，
永生天主的聖言，
請以不朽的光輝，
照耀祢的教會。

對答詠 瑪十七，2，3；路九，32-34

領：耶穌的面容發光如太陽。

答：門徒看見了祂的威儀而驚訝不止，非常害怕。

領：梅瑟和厄里亞也顯現出來和耶穌

交談。 答：門徒：

唸「天主，我們讚美祢」(17)頁

結束禱詞 見晨禱

二 引導我們奔向天父，
回歸愛的源頭；
賞賜我們心靈的自由，
在人間宣揚祢的福音，
永不後退。

三 天天是好天，
節節是好節，
信仰放射着光輝，
聖神的春風，

把希望帶給人類。

四 基督，請展現祢的聖容，

有祢與我們同在，

我們不會再飢渴：

祢是生命的食糧，

祢是天上的活水。阿們。

對經一：今天，主耶穌基督面貌發光

有如太陽，祢的衣服好像雪

一樣潔白。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 25 頁

對經二：主今天變了容貌，父的聲音

為祢作證；梅瑟和厄里亞一

同在光榮中顯現，跟主談話，

講論祢將完成的死亡。

對經三：梅瑟制訂了法律，厄里亞說

過預言，他們在威嚴中與主

一同顯現，正跟主交談，在

山上光輝四射。

簡短讀經

默二一，10，23

天使令我神魂超拔，把我帶到一座又

大又高的山上，將那從天上，由天主那裏

降下的聖城耶路撒冷，指給我看：那城不

需要太陽和月亮照明，因為有天主的光榮

照耀它，羔羊就是它的燈。

短對答詠

領：上主，祢以榮耀與尊榮作祢的冠

冕，阿肋路亞，阿肋路亞。

答：上主：

領：祢立祢治理祢手的化工。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：上主：

讚主曲對經：請聽，有聲音從雲中發出說，

這是我的愛子，我所喜悅的，

你們要聽從祢，阿肋路亞。

禱 詞

我們的救主在山上，在門徒面前，奇妙的改變了容貌。我們要滿懷著信賴向祂祈禱：

主，願我們在祢的光明中見到光明。

仁慈的天父，祢使祢的愛子改變了容貌，並在發光的雲彩中顯示了祢。

！求祢使我們忠誠的聽從基督的聖言。

天主，祢使被選者飽嘗祢宮殿中的盛筵，暢飲祢怡人的激流，

！求祢使我們在基督的聖體中，找到我們生命的泉源。

天主，祢曾使光在黑暗中照耀，並光照我們的心，使我們在基督的聖容上得瞻仰祢的光輝，

！求祢啓發我們的心靈，使我們時時處處看到祢愛子的臨在。

天主，祢按照祢的恩寵，以祢的聖召召叫

了我們，這恩寵如今藉著我們的救主耶穌基督的出現，而顯示出來，

！求祢藉著福音，在人間彰顯永恒不朽的生命。

至仁愛的聖父，祢這樣熱愛我們，使我們成爲祢的子女，

！求祢使我們能在基督顯現時，與祂相似。我們的天父：

結束禱詞

天主，祢的聖子基督榮顯聖容時，祢藉着古聖祖的作證，堅定了我們信德的真理；又奇異地預定了我們作祢的義子；求祢惠賜我們，今生聽從祢愛子的訓誨，來世與祂同爲天國的繼承人。

日間祈禱

聖詠見聖詠集平日通用。補充聖詠第
11及第三組，599頁。

午前

對經：爲給法律和先知作證，耶穌變
了容貌，出現於梅瑟與厄里亞中間。

簡短讀經

出一九，9

上主向梅瑟說：「我要在濃雲中降到
你面前，讓百姓聽見我與你談話，使他們
永遠信服你。」梅瑟便向上主呈報了百姓
的答覆。

領：你在世人中最爲俊美。

答：你的口唇流露著慈惠。

午時

對經：我們的救主、上主天主，藉着
福音彰顯了不朽的生命。

簡短讀經

出三三，9，11

當梅瑟進入會幕的時候，雲柱降下，

停在會幕門口，上主便同梅瑟說話。上主
同梅瑟面對面地談話，就如人同朋友談話
一樣。

領：你們要瞻仰上主，你們必受光照。

答：你們的面容必不會蒙羞。

午後

對經：門徒們聽到父的聲音，就俯首
在地，非常害怕。

簡短讀經

格後三，18

我們衆人揭開了臉上的面帕，反映着主
的光榮，光榮與日俱增，便藉着主的聖神，
都變成了與主同樣的肖像。

領：上主，在祢那裏有生命的泉源。

答：在祢的光明中我們必將看到光明。

結束禱詞 見晨禱

第二晚禱

讚美詩

一、基督，天主的聖言，
天使的君王，

人類的光明與救援，
我們信仰不渝，
齊聲頌揚。

二、祢是生命的食糧，
苦者的安慰，
病人的力量，
流浪者的燈塔，
絕望者的唯一希望。

三、求祢遣發聖神，
在黑暗中放射光芒，
指引我們罪人，
回歸天父，

安抵天鄉。阿們。

聖詠一〇九

對經一：耶穌帶領著伯鐸、雅格和他的弟弟若望，上了一座高山；
在他們面前變了容貌。

上主對我主起誓說：「祢坐在我的右邊，※
等我使祢的仇敵，做祢的腳凳。」

上主自熙雍伸出祢的權杖，※
祢要在祢仇敵中統治為王。

在聖山上祢誕生之日，王位就屬於祢，※
我已經生了祢，好像在黎明之前的朝露。

上主發了誓，絕不反悔：※
「祢按照默基瑟德的品位，永為祭司。」

上主常在祢的右邊。※
祂發怒之日，必要粉碎列王。

君王將在路旁暢飲溪水。※
因此，祂必將挺胸抬頭。

對經一：耶穌帶領著伯鐸、雅格和他的弟弟若望，上了一座高山；

在他們面前變了容貌。

聖詠一二〇

對經二：有一片光耀的雲彩籠罩他們，

並且雲中有聲音說：這是我

的愛子，我所喜悅的。

我舉目向聖山仰望，※

我的救助來自何方？

我的救助來自上主，※

祂創造了天地萬物。

祂決不讓你的腳滑倒，※

你的護守者，不眠不休。

請看，以色列的護衛，※

不睡眠，也不瞌睡。

上主站在你的身邊，※

看守你，保護你。

白天，太陽不會傷你，※
黑夜，月亮不會害你。

上主庇祐你免遭禍患，※

祂必保護你身心安全。

上主保祐你出入平安，※

從現今直到永遠。

對經二：有一片光耀的雲彩籠罩他們，

並且雲中有聲音說：這是我

的愛子，我所喜悅的。

聖歌 參閱弟前三，16

對經三：他們下山的時候，耶穌囑咐

他們說：在人子從死者中復

活以前，不要把所看見的事

告訴任何人。

答：一切民族，請讚頌上主。

祂是天主以人的形體顯現，※

有聖神證實祂為義。

答：一切民族，請讚頌上主。

祂顯現給天使，※
在萬邦中被傳揚。

答：一切民族，請讚頌上主。

祂在各處被人信奉，※

然後被接到光榮中。

答：一切民族，請讚頌上主。

對經三：他們下山的時候，耶穌囑咐

他們說：在人子從死者中復

活以前，不要把所看見的事

告訴任何人。

簡短讀經

羅八，16 / 17

聖神親自和我們的心神一同作證：我

們是天主的子女。我們既是子女，便是繼

承人，是天主的繼承人，和基督一同作繼

承人。只要我們與基督一同受苦，也必要

與祂一同受光榮。

短對答詠

領：偉大和壯麗在祂面前，阿肋路亞，

阿肋路亞。 答：偉大：

領：榮耀和大能在祂的聖所中。

答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：願光榮歸於父： 答：偉大：

謝主曲對經：門徒們聽見了，就俯伏在地，

非常害怕，耶穌就前來撫摸

他們說：起來吧！不要害怕。

禱 詞

我們的救主在山上，在門徒面前，奇妙地

改變了容貌。我們要懷著信心向祂祈禱：

天主，求祢驅除我們的黑暗，帶給我

們光明。

基督，祢在受難前，為給門徒揭示末日的

復活，而改變了容貌，我們為祢在人世間

受苦的聖教會祈禱，

——求祢使它的苦難，常變成祢勝利的喜樂。

基督，祢曾帶領伯鐸，雅格和若望上了一座高山，我們為我們的教宗，和主教們祈禱，

——求祢使他們懷著復活的希望，為祢的子女民服務。

基督，祢在山上改變了面容，光照了梅瑟和厄里亞，我們為昔日屬於祢的民族——猶太人祈禱，

——求祢使他們完全獲享救贖的恩惠。

基督，造物主的光榮已在祢身上顯露，祢照亮了大地，我們為善心的人祈禱，

——求祢使他們在祢的光明中行走。

基督，祢將來必要改變我們卑賤的身體，使它相似祢光榮的身體，我們為去世的弟兄們祈禱，

——求祢恩賜他們進入祢的光榮。

我們的天父：

結束禱詞

天主，祢的聖子基督榮顯聖容時，祢藉着古聖祖的作證，堅定了我們信德的真理；又奇異地預定了我們作祢的義子。求祢惠賜我們，今生聽從祢愛子的訓誨，來世與祂同為天國的繼承人。

八月七日

聖思道二世 (西斯篤 S. Xystus)

II) 教宗及同伴殉道

聖思道於公元二五七年陞任羅馬城主教；翌年當他在加里斯多公墓裏舉行聖祭時，瓦來利王頒諭禁教，而為兵士所逮捕。

二五九年八月六日與四位執事同在羅馬被害，即葬於加里斯多公墓內。

經文見多位殉道通用 692 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖啓廉主教殉道書信集

基督的兵士不會喪亡，

而要接受榮冠

親愛的兄弟：我那時不能直接給你寫信，理由是：所有聖職人員，都處於戰爭狀態，絕對無法離此而去；他們都以內心的虔誠準備好接受神聖的和天上的光榮。你們知道：我爲此事會派遣到羅馬去的人已經回來了，把有關我們的上諭的內容探聽明白，並將真象報告給我們。因爲流傳着許多矛盾而不確實的謠言。

事實是這樣的：瓦來連皇帝頒給元老

院一道上諭，命令立即處死所有的主教、司鐸和執事；至於元老和顯要、以及羅馬騎士將貶爲平民並剝奪其財產；如果他們喪失財產後，仍承認自己是基督徒，將被斬首；貴婦們財產應被剝奪並充軍流徙；所有的政府官員，無論過去或現在仍信仰基督的，他們的財產將被充公後，一律予以囚禁，並在登記後押解到皇帝治下的各地區工作。

瓦來連皇帝還爲我們的事，有諭令傳送各省長。我們天天期望這上諭來到，我們的信仰堅定，準備受苦，希望在天主仁慈的助祐下，獲得永生的冠冕。你們知道：思道已在八月六日同他的四位執事在墳地一起蒙難。總督們在羅馬，發動教難，日益猖獗；凡被告發者，一律斬首，他們的財產都被沒收。

請你們把這些消息通知我們的同道，

使我們的弟兄們在各處、由於這樣的鼓勵而堅強起來，並準備接受精神方面的考驗。我們每一個人，要少想死亡，而多想永生；要以完整的信仰和勇敢把自己奉獻於主，這樣在爲信仰作證時，心中滿懷喜樂，而毫不畏懼，因爲他們知道：天主與基督的兵士，不會喪亡，而要接受榮冠。

親愛的兄弟，我祝你在主內常身體健康，諸事順遂。

對答詠

格後四，11；詠四三，23

領：我們時常爲耶穌的緣故，被交於

死亡， 答：爲使耶穌的生活，

也彰顯在我們有死的肉身上。

領：上主，我們爲了祢，時常面對死

亡；他們竟將我們看作待宰的羔

羊。 答：爲使耶穌：

結束禱詞

全能的天主，祢曾使聖思道教宗及其同伴們，不惜犧牲性命，爲祢的聖子耶穌及其言行作證；求祢賞賜我們，仰賴聖神的德能，虔誠地接受信仰，勇敢地維護真道。

八月七日

聖嘉業（加耶當 S. Caietanus）司鐸

聖人於一四八〇年在義大利維臣撒出生。在巴杜阿攻讀法律；晉鐸後，在羅馬創立了神職修會，以促進傳教事業。該修會推廣到威尼斯與納波里等地。他對於祈禱及實踐愛德努力不懈。一五四七年逝世

於納玻里。

經文見牧者通用 738 頁；或聖人通用，

會士 802 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖嘉業司鐸書信集

願基督透過信德居住在我們心內

我是罪人，微不足道，但我投靠上主

卓越的忠僕們，求他們爲你轉求可讚頌的基督及其聖母瑪利亞。不過你不要忘記：除非你自己努力，他們不能使你在基督前成爲可愛的；這是你的事。如果你願意基督愛你並幫助你，你就該愛祂，並使你的意念常指向祂，好能使他常常歡心；而且，你要堅信不疑：即使所有的聖人和受造物都離棄了你，基督常在你身邊，在急需時幫助你。

你要確知：我們是此世的外方人和旅客，天堂才是我們的家鄉；夜郎自大的人便誤入歧途，自趨滅亡。所以，我們寄居塵世時，常該尋求永生；但靠我們個人，則力有未逮；因爲我們因犯罪失落了永生，但耶穌基督却爲我們重新獲得。我們該常常感謝祂，愛慕祂，服從祂，並竭盡所能，常同祂在一起。

基督把自己交給我們，作爲食糧。如此鴻恩，誰若不知，是有禍的！天主恩賜我們擁有童貞瑪利亞之子基督，而我們竟不願領受。誰不盡心去領受基督，是有禍的！

女兒！這便是我爲自己，並且爲你所祈求的恩惠。但是爲了獲得它，除了屢求童貞聖母之外，沒有其他途徑；但願她偕同祂的聖子來眷顧你；甚至你要大膽求

她，把她的聖子賞給你，祂在聖體聖事內是你靈魂的真正食糧。她將樂意把她的聖子賞給你，而祂也樂意前來，使你堅強，使你能在黑暗的樹林中安全地前進。在那裏有許多仇敵要暗算我們，然而當他們看到我們由這樣一位護衛所保護，便會遠離我們。

女兒！你領受耶穌基督時，不要存心使祂隨從你的主意；我願意你自己交付給祂，好使祂接受你，使你的救主天主，為你並在你內，為所欲為。這是我所願望的，我也勸告你這樣作，而且就我能力所及，促使你這樣作。

對答詠

斐一，21

領：這位聖人的令譽，萬世稱揚；他的愛心，無法測量。 答：他揚棄了世俗，而奔向永生。

領：在他看來，活着是爲了基督，死了是一種收穫。 答：他揚棄：

結束禱詞

天主，祢曾啓發聖嘉業司鐸，仿效使徒的生活方式；求祢恩賜我們，因聖人的轉求，能師法他的榜樣，常信賴祢，不停地追求天國的永福。

八月八日

聖道明 (多明我 S. Dominicus)

司鐸

紀念

聖人在公元一一七〇年左右，生於西班牙加拉洛加，在巴倫濟亞攻讀神學，並為奧斯瑪教堂詠經司鐸。曾以言以行攻斥亞爾比冉異端，成效卓著，因此招收生徒

而創立了宣道會。一二二一年八月六日逝世於鮑洛尼亞。

經文見牧者通用 738 頁；或聖人通用，會士 802 頁。

誦 讀

誦讀一 選讀道明會史資料

他同天主交談，或談論天主

道明常滿面春風，反映出心中的寧靜愉快。他外表和藹而安詳，顯示出他不為外物所動的內心生活。他為人正直，充滿愛主之情，人們都可顯然發現他確是「高貴和聖寵的一項傑作」。他的心志十分平衡，除非因同情心或惻隱心而有所激動。

他到處以言以行顯示他是「福音之人」。白日與會友相處時，沒有人比他更平易近人，更和藹親切。黑夜則專心致志

於守夜及祈禱，無人能出其右。他談話時，常常同天主交談（就是祈禱），或者談論天主，很少談論其他事物；他也勸告會士們這樣作。

他時常祈禱，並特別懇求天主，賜他真實而有效的愛德，能為人尋求並獲得救恩。他認為：一個基督的真正肢體，應當犧牲一切，並盡力之所能，去贏得人靈，一如人類救主耶穌為拯救人，完全犧牲了自己。他爲了這項工作，依照天主上智特定的深遠計畫，便創立了宣道兄弟會（道明會）。

道明以言語，或以書信，多次勸勉本會弟兄，要不斷研讀新約和舊約。他常隨身攜帶瑪竇福音和聖保祿書信，常常研讀，幾乎能夠背誦所有章節。

道明曾兩次或三次被選爲主教，但他

始終堅拒不受；他寧願與弟兄們度貧窮的生活，而不願擁有任何主教職位。他守身如玉，至死不失童貞。他切望爲信仰基督而受鞭打刀割，甚至粉身碎骨，捨生致命。教宗國瑞（額我略）九世曾論及聖人，而肯定地說：「我認識他：他是一位完全遵循使徒法規的人；毫無疑問，他如今在天上分享使徒們的榮耀。」

對答詠

參閱德四八，1；拉二，6

領：當時出現了一位激烈如火的宣道者。 答：他的言詞熾熱如火炬。

領：他的口中有真實的教訓，他的唇

舌不說不義的話。

答：他的言：

結束禱詞

上主，聖道明曾是祢聖道的一位傑出宣揚者；但願他卓越的功德和教誨，仍繼

續有助於祢的教會，並願他今天也常在祢面前爲我們代禱，幫助我們忠於福音聖訓。

八月十日

聖勞倫（老楞佐 S. Laurentius）

執事殉道

慶日

聖人是羅馬教會的執事，在瓦來利教難時，於教宗思道二世和四位執事殉道後四日捨生致命。他的墳墓在蒂布底大道附近之味拉諾田莊。君士坦丁大帝，便在聖人之墓附近建立大殿一座。教友對他的敬禮，到第四世紀，便已傳遍教會。

誦 讀

讚美詩 見通用 721 頁

對經、聖詠及對答詠 見通用 721 頁

誦讀一 恭讀宗徒大事錄

六，1 2 6；八，4 2 8

使徒簡選了七位職員

那時候，門徒們漸漸增多，希臘化的猶太人，對希伯來人發出了怨言，因為使徒在日常的供應品上，疏忽了他們的寡婦。於是十二使徒召集衆門徒說：「讓我們放棄天主的聖言，而管理飲食，實在不適宜。所以，弟兄們！當從你們中間選出七位有好聲望，而且充滿聖神和智慧的人，派他們負責這事。至於我們，我們要專務祈禱，和傳道。」這番話得到了全體

的贊同，就選了德範——他是一位充滿信德

和聖神的人，和斐理、卜洛曷洛、尼加諾爾、提孟、帕爾默納及尼閣——他是一位歸依猶太教的安提約基人；叫他們站在使徒面前；使徒們祈禱以後，就給他們覆手。

那時，耶路撒冷的教會大受迫害。除使徒外，所有的人都逃散到猶太和撒瑪黎雅各地。

那些逃散的人經過各處，宣講真道的喜訊。斐理下到撒瑪黎雅城，向他們宣講基督。羣衆都留意斐理所講的話，同心合意地聽教，並看到了他所行的奇蹟。因為有許多附了邪魔的人，邪魔從他們身上大聲喊叫着出去了。有許多癱瘓和瘸子也被治好了。因此那城裏的人皆大歡喜。

對答詠

瑪十，32；若十二，26

領：主說：誰若在人面前承認我，

答：我在天父面前也要承認他。

領：誰願服事我，就該跟隨我；我在哪裏，服事我的人也會在哪裏。

答：我在：

誦讀二 選讀聖思定主教講道集

基督聖血的分送者

今天，羅馬教會邀請我們，來慶祝聖樂倫凱旋的一天，今天他踐踏了囂張的世俗，今天他唾棄了諂媚的世俗；在這兩種情形中，他都戰勝了迫害者惡魔。如所週知：他曾在羅馬教會內盡執事之職。他在哪裏，分送基督的聖血；他也在哪裏，爲了基督之名而傾流了他自己的血。聖若望使徒曾說明主之最後晚餐的奧蹟，說道：「正如基督爲我們而捨命，同樣，我們也應該爲弟兄們捨生致命。」弟兄們，聖樂倫明白了這事；他也照樣去做了。他在聖餐中怎樣領取聖血，也願意同樣準備流

血。他以生命愛了基督，也以死亡效法了基督。

弟兄們，如果我們真愛基督，就該效法祂。因爲，我們除了效法基督之外，不能拿出真愛的更好證據。「因爲基督，爲我們受了苦，給我們留下榜樣，使我們追隨祂的足跡。」伯鐸使徒在這句話裏，似乎看到，基督受苦，只是爲了那些追隨祂足跡的人們；基督的苦難，爲那些不效法祂的人，將一無所用。那些聖潔的殉道烈士效法了祂，甚至效法了祂的苦難，而傾流了鮮血。是的，殉道烈士跟隨了基督，但不只有他們而已。因爲他們過了橋，橋梁並未拆斷；他們飲了泉水，泉源並未乾涸。

弟兄們，主基督的花園中有各色各樣的花朵；在那裏不僅有殉道的紅玫瑰，也

「有貞潔的白玉簪，已婚者的長春藤，節婦的紫蘿蘭。親愛的弟兄們，人不論處於什麼地位，都不該對自己的蒙召而失望；因為基督受苦是為所有的人。聖經上記載的是千真萬確的：「天主願意所有的人都得救，並完全認識真理。」

要知道：基督徒！除了流血、除了受苦之外，該如何追隨基督。保祿使徒曾論及基督說：「祂雖具有天主的性體，並沒有將自己與天主同等的地位把持不捨。」請看，祂有何等的尊嚴！「反而空虛自己，取了奴僕的形體，與人相似，形態上完全與人一樣。」請看，這是何等的謙遜。

基督這樣自謙自卑：基督徒，這正是為了使你效法。「基督聽命至死」，你為什麼驕傲呢？基督先忍受了屈辱，戰勝了死亡，然後才上升天國：我們要追隨祂！

請聽保祿使徒的話：「你們既然與基督一同復活了，就該追求天上的事；在那裏基督坐在天主的右邊。」

對答詠

領：真福樂倫喊道：我敬奉我的天主；我祇為祂服務。

答：所以，我不怕你的苦刑。

領：我的天主是我的保障，我要依靠

祂。 答：所以，我：

唸「天主，我們讚美祢」(17)頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩 見一位殉道通用 730 頁

對經一：我的心靈依戀祢，我的天主，

因為我的身體爲了祢已被焚燒。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 25 頁

對經二：上主派遣了祂的天使，從火中救出了我，使我未遭焚燒。

對經三：聖樂倫祈禱說：上主，我感謝祢，因為我堪當進入祢的門戶。

簡短讀經及短對答詠 見通用 730 頁

讚主曲對經：我的孩子，不要害怕：因為我與你同在；你若經過火，火焰不會傷害你，你身上也不會聞到火的氣味。

禱詞 見通用 731 頁

結束禱詞

天主，聖樂倫執事受祢慈愛的感召，忠誠地侍奉了祢，更爲了宏揚祢的聖名，捨身成仁；求祢賞賜我們追隨他的芳表，愛主愛人，以行動實踐他的教誨。

日間祈禱

對經、聖詠見聖詠集平日通用；短讀經等見通用 733 頁；結束禱詞見晨禱。

晚禱

讚美詩 見通用 735 頁

聖詠吟唱

對經一：樂倫成爲殉道者，他明認了主耶穌的聖名。

聖詠、聖歌見通用 712 頁

對經二：聖樂倫高聲說：我非常高興，因為我堪作基督的犧牲。

對經三：主耶穌基督，我感謝祢，因爲我堪當進入祢的門戶。

簡短讀經及短對答詠 見通用 735 頁

謝主曲對經：聖樂倫說：我的黑夜並不黑暗，一切都在光明中燦爛輝煌。

禱詞 見通用736頁

結束禱詞 見晨禱

八月十一日

聖佳蘭(加辣 S. Clara) 貞女紀念

聖女一一九三年生於亞西西，她追隨同鄉聖方濟走了貧窮的道路，成為聖佳蘭修女會之母及會祖。她生活清苦，却因行了許多愛德和熱心善工而致富。一二五三年逝世。

經文見貞女通用780頁；或聖婦，修女825頁。

誦讀

誦讀一 選讀聖女佳蘭致布拉格之

真福雅妮書

要深思基督的貧窮、謙卑、仁愛

能參與聖筵的人是有福的：因為聖筵使他能自心靈深處與耶穌結合；耶穌的俊美，有天上所有的天使不斷的稱羨；祂的愛使人感動，瞻仰祂會使人舒暢，祂的慈善使人鑒足，祂的溫柔使人陶醉，懷念祂會受到甜蜜的光照，祂的馨香使死者復活，看到祂光榮的儀容，將是天上耶路撒冷之居民的幸福；因為祂是永恒榮耀的光輝，祂是「永恒光明的反映，無瑕的明鏡。」王后！耶穌基督的淨配！請你天天注視這面鏡子吧！要在裏面不斷的觀察你的面容：這樣可使你內外完全美化，「身

穿錦衣華服」，佩戴上各種美德的裝飾和花朵，一如至高君王的女兒和淨配所適於佩戴的。在這鏡子裏，也閃耀着真福的神貧、聖潔的謙遜、不可言傳的愛德；你依賴天主的聖寵，必能在這面鏡子裏瞻仰這一切。

在這面鏡子的上端，要首先注視那躺在馬槽裏、身裹襁褓者的貧窮。這是多麼令人驚奇的謙遜！令人震驚的貧窮！天使們的君王，天地的主宰，竟躺在馬槽裏！在鏡子的中央你要注意祂的謙遜，或至少注意祂幸福的貧窮，祂為救贖人類所受的辛勞和無數的痛苦。你要在這鏡子的末端，瞻仰祂那不可言傳的愛：祂由於這種愛而願意死在十字架上，並且是以最羞恥的方式而死去。如此，這面鏡子懸在十字聖架上，告訴所有的過路人細想這一切，

向他們說：「諸位路過的人哪！請你們注意，看看有沒有痛苦能和我的痛苦相比？」我們要同聲同心回答這位高呼並哀歎的人說：「我的心越回想，越覺沮喪。」王后，天上君王的淨配，你要以此愛情之火點燃你自己，使你的愛火一天比一天的熱烈。

你要瞻仰祂那不可言喻的溫馨、富裕和永遠的尊榮；你心中要對祂懷着強烈的熱愛、渴望、思慕之情，向祂說：「天上的淨配！求祢拉着我，隨着祢的芬芳奔跑。」我要不停的跑，一直到「祢領我到祢的內室，祢的左手抬起我的頭來，祢的右手擁抱我，祢又用祢甜蜜的口唇親吻我。」當你進入這種默觀中時，你要記憶你可憐的姆姆。你要知道，你的紀念銘刻在我的心版永誌不忘，因為我最喜愛你。

對答詠

詠七二，26；斐三，8，9

領：我身心衰竭消沉， 答：天主却

永遠是我的力量和福分。

領：爲了要賺得基督，並與祂結合，

我將一切都看作損失。

答：天主却：

結束禱詞

天主，祢慈祥地引導了聖女佳蘭愛慕
貧窮的德行；求祢因她的轉求，賞賜我們
以安貧樂道的精神追隨基督，將來得升天
國，瞻仰祢的聖容。

聖宜博 (依玻里多 S. Hippolytus)

司鐸殉道

聖秉天於公元二二一年陞任羅馬主教。

二二五年，與宜博神父，同被馬西彌諾皇

帝放逐於撒丁島，辭教宗職，並逝世於此。

他們的遺體，分別葬於加利斯都與蒂希底

大道的公墓中。羅馬教會對他們的敬禮，

從第四世紀初即已開始。

經文見多位殉道者通用 692 頁；或牧

者通用 738 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖啓廉主教書信集

不能征服的信仰

八月十三日

英勇的弟兄們，我怎樣來頌揚你們

呢？用什麼言語來形容你們心中的毅力、

聖秉天 (彭謙 S. Pontianus) 教宗

信德的堅強呢？是的，你們忍受了最殘暴的酷刑，直到光榮的殉道；你們在酷刑前沒有屈服，更好說酷刑在你們前屈服了。拷打不能結束你們的痛苦：乃是殉道的榮冠使之結束。劊子手的殘暴歷時甚久，不是爲打倒那不可搖撼的信德，而是爲把天主的人，儘快送到主面前。

許多在場的人都以納罕稱奇的眼光、目睹這神聖的和精神的戰鬥，這場基督的戰爭；他們看到基督的忠僕堅定不移，公開承認他們的信仰，具有不屈的靈魂，和天上的神勇；他們赤手空拳，缺乏世間的武器，但是却有信徒的信德作武器。他們身受酷刑，却比刑役更堅強；他們的肢體被打的皮破血流，却戰勝了那施刑的鐵爪。

他們的肉體雖然支離破碎，已不成爲

肢體，而是血肉模糊，但劇刑並未能得勝他們那所向無敵的信仰。他們所傾流的鮮血能熄滅迫害者的火燄，並以其光榮的流血，使地獄的烈火窒息。由主所賜的這種景象是多麼壯觀、多麼卓越、多麼偉大，基督勇兵的這種忠貞和慷慨，在天主眼中是多麼可貴！正如聖詠所記載的，聖神教訓並鼓勵我們大家所說的：「聖者們的死亡在上主眼中是珍貴的。」這死亡是珍貴的，因爲這死亡以鮮血爲代價購得了永生，因最後的犧牲獲取了榮冠。

基督這時多麼高興、多麼樂意在這些忠僕身上戰鬥而取勝，祂是信德的保護者，並賜與信者所需要的力量。這是祂自己的戰鬥，祂親自上陣：祂支持、堅強、鼓舞這些鬥士，這些維護祂聖名的人。祂既爲我們一次戰勝了死亡，祂將繼續在我

們內奏凱。

我們的教會的確有福！天主肯以自己的威嚴光榮它，今日又用殉道者鮮血的光輝照耀它！過去，弟兄們的善工使教會成爲潔白的；如今殉道者的血更使它成爲鮮紅的。在教會盛開的花朵中，有玉簪花，也有玫瑰花。我們每個人都要努力爭取這兩種高貴榮位中最傑出的一級：善生接受白色的榮冠，殉道則接受紅色的榮冠。

對答詠

領：當我們爲信仰奮戰時，有天主觀

戰，有祂的天使觀戰，也有基督

觀戰。 答：這是多麼光榮的

戰爭，在天主面前奮戰，並由法

官基督親臨加冕，是多麼幸福！

領：我們要全力武裝起來，以純潔的心靈、以堅定的信心、充足的毅

力，準備應戰。 答：這是：

結束禱詞

上主，求祢因殉道聖者堅忍不拔的精神，加深我們對祢的孝愛；使我們對祢的信仰也在我們內心日益堅強。

八月十五日

聖母升天

節日

第一晚禱

讚美詩

一 萬福童貞瑪利亞，

人類的希望，

俯聽我們的呼求，

顯示慈母的心腸。

二 罪惡的枷鎖沉重，
怎不戰慄驚慌？

慈母速來解救，
心靈得以舒暢。

三 助我遠離邪惡，
矢志追隨基督，

使我在塵世，
心繫天鄉。

四 死亡的威脅可怕，
世俗誘惑使我徬徨，

懇求天上慈母，
時刻伴隨身旁。

五 基督，祢生於童貞，
光榮歸於祢，

偕父及聖神，
萬世無疆。阿們。

對經一：基督上升天廷，為祂極貞潔

的母親準備了永生的住所，
阿肋路亞。

聖詠、聖歌見聖母通用 633 頁

對經二：樂園的門因厄娃而對全人類

關閉，却被貞女瑪利亞再度
洞開，阿肋路亞。

對經三：童貞瑪利亞已被高舉在諸天

之上；請大家前來：讚美君
王基督，祂的王國萬世常存。

簡短讀經

羅八，30

天主不但召叫了祂所預定的人，而且
也使祂所召叫的人成義，並使成義的人，
分享祂的光榮。

短對答詠

領：瑪利亞被接升天，天使歡欣鼓舞。

答：瑪利亞：

領：他們歌頌讚美上主。 答：天使

歡欣鼓舞。

領：願光榮歸於父： 答：瑪利亞：

謝主曲對經：萬代的人都要稱我有福，因

為全能者給我作了奇事，阿

肋路亞。

禱 詞

全能的天父使祂聖子的母親瑪利亞世世代
代受人稱揚。我們要熱烈地讚美祂，懇切
地向祂祈禱：

求祢因滿被聖寵者的轉求，俯聽我們。

天主，祢行了奇妙的事，祢使無玷童貞瑪
利亞，肉身和靈魂都能分享基督天上的光
榮，

——求祢使祢子女的心靈也能嚮慕同樣的光
榮。

祢將瑪利亞賜給我們，作我們的母親，

——求祢因她的轉求，治愈懦弱的、安慰憂

苦的、寬恕罪人，並賜給眾人救恩與平

安。

祢曾使瑪利亞充滿聖寵，

——求祢也賜給眾人祢豐富的恩寵。

求祢使祢的教會一心一德，在愛德中團結

一致，

——並使信友們同耶穌的母親瑪利亞，同心
合意的專務祈禱。

祢立了瑪利亞為天上的母后，

——求祢使所有去世的人在祢的國內，偕同

諸聖永享歡樂。

我們的天父：

結束禱詞

天主，祢特別垂愛謙遜的童貞瑪利亞，
簡選她作祢唯一聖子降生的母親；今天又
加給她無比的榮耀。求祢因她的轉求，使

我們能分享祢的救恩，日後也能與聖母一樣榮登天廷。

序經對經：今天童貞聖母被接上升天廷，

請大家前來朝拜萬王之王。

誦讀

讚美詩 見晨禱

對經一：貞女王后，請來接受永遠的榮冠；請進入永恒君王光輝的宮殿。

聖詠見「聖母通用」639頁

對經二：天主簡選了她，預先簡選了她，使她住在祂的帳幕裏。

對經三：童貞瑪利亞，人們都講論你的光榮事跡。

領：瑪利亞，你相信了上主，真是有福。

答：對你的一切諾言，都已實現。

誦讀一 恭讀聖保祿致厄弗所人書

一，16-2，10

天主在耶穌基督的身上使我們經過死亡而進入生命

我不斷為你們感謝天主，在我的祈禱中紀念你們，為使我們的主耶穌基督的天主，光榮的父，把智慧和啓示的神恩賜與你們，好使你們認識祂；並光照你們的心目，為使你們認清由於祂的寵召你們有什麼希望，在聖徒中祂嗣業的光榮是怎樣豐厚；祂對我們虔信的人，所施展的強有力而見效的能力是怎樣的偉大。正如祂已將這能力施展在基督身上，使祂從死者中

復活，使祂在天上坐在自己右邊，超乎一切率領者、掌權者、異能者、宰制者，以及一切現世及來世所可稱呼的名號以上；又將萬有置於祂的腳下，使祂在教會內作至上的元首，這教會就是基督的身體，就是在一切內充滿一切者的圓滿。

你們從前由於你們的過犯和罪惡已經死了；那時你們生活在過犯罪惡中，跟隨這世界的潮流，順從在空中執行權力的首領，即現今在悖逆之子身上發生作用的惡神。就連我們從前也都在這樣環境中生活過，放縱肉身的私慾，照肉身和心意所喜好而行事，並且生來就是義怒之子，和別人一樣。然而富於慈悲的天主，因祂對我們的大愛，竟在我們因過犯死了的時候，使我們同基督一起生活——可見你們得救，是由於恩寵——而且使我們同祂一起

復活，在基督耶穌內使我們和祂一同坐在天上，為將祂無限豐富的恩寵，即祂在基督耶穌內，對我們所懷有的慈惠，顯示給未來的世代。的確你們是由於恩寵，藉着信德而得救的，這並不是出於你們自己，而是天主的恩惠；不是出於功行，免得有人自誇。原來我們是祂的工程，是在基督耶穌內受造的，為奉行天主所預先準備的各種善工。

對答詠

領：童貞瑪利亞從此世遷移到了基督身邊，多麼美麗，多麼榮耀。

答：她身披天上大能，在衆聖人中放射光輝，有如太陽。

領：天使以及總領天使，都因童貞瑪利亞而歡欣踴躍。 答：她身：

誦讀二 選讀教宗碧岳十二世論

聖母升天詔書

你的肉身是聖的，並備受榮耀

教會的教父和偉大聖師們，在聖母升天慶節向信眾講道時，都以教友們已知和已接受的真理為主題。他們只是把這道理的意義和事實，予以更明確的解釋；他們特別清晰地指出：本慶節不僅是為紀念聖母的聖肉身死後從未腐朽，而且是為慶祝她戰勝死亡，和在天上所受的榮耀，一如她的獨生子耶穌基督那樣。

達瑪森·聖若望是這項傳統真理最傑出的宣講者。他把天主聖母的肉身被提升天的事，與她所受的其他恩賜和特恩加以比較，他侃侃地說：「聖母在分娩時既保持了童貞不受損傷，死後也理當保存她的肉身不受腐朽。祂既在胎中孕育了造物

主，一如親子，理當居住在天主的帳幕裏。天父所迎娶的新娘，理當住在天上的洞房裏。祂既然瞻仰了被釘在十字架上的兒子，受了如劍穿心的痛苦——她在生祂時所免受的產痛——也理當瞻仰祂與聖父高居寶座。祂既是天主之母，理當享有其子所擁有的權利，並被一切受造物尊敬為天主之母和主之婢女。」

君士坦丁堡的聖日爾曼認為：天主之母童貞瑪利亞的肉身，未曾腐朽而被提升天的特恩，不僅適合於她為天主之母的身份，而且，也適合於她那具有傑出聖德的童身。他說：「你正如經上所載，美麗絕倫的童身，完全貞潔、完全神聖，整個是天主的住所。因此它永不會再歸於灰土；但是，由於是人性的身體，必須經過改變，才能達到那不朽的超越生活；是這同

一人性身體，享有一個嶄新而極光榮的存
在，並保持完整無缺，享受一種完美的生
活。」

另一位古代的作家曾肯定說：「瑪利
亞是生命與永生的施與者——救主基督、我
們的天主最光榮的母親，基督便使她與自
己一樣復活，並永遠分享祂肉身的不朽。
祂使聖母從墳墓中復活起來，並以祂獨知
的方式把她提升到祂自己身邊。」

這些教父們的推理與觀察，均以聖經
為最後根據。聖經記載，主的母親與她的
聖子的關係親密無比，常與祂同甘共苦。

尤須注意的是：從第二世紀始，教父
們便把童貞瑪利亞看作新厄娃。她隸屬在
新亞當權下，但在對抗人類仇敵的戰鬥中
却與祂密切聯合在一起；這場戰爭，一如
原始福音所預言的，當以對罪惡與死亡的

徹底勝利為結束。罪惡與死亡在外邦使徒
的書信中，總是密切相關的。因此，基督
的光榮復活是這勝利的主要行動，和最後
獎品。童貞聖母既與其子共同作戰，她的
聖身也應受到最後的光榮。一如同一使徒
所說：「這必死的將穿上不死的，那時就
應驗了經上這句話：死亡在勝利中被吞噬
了。」

這樣偉大的天主之母，從永遠開始，
照天主預定的計劃，就以神妙的方式與耶
穌基督結合在一起；她始孕無玷；成為天
主之母，却仍然是童貞女；她是基督贖世
的英勇伴侶，完全戰勝了罪惡及其後果。
最後她獲得了諸特恩之冠：在墳墓中免於
腐朽。她也與聖子一樣，在戰勝死亡之
後，靈魂和肉體一同被提升天，獲享至高
的光榮；在天上，她以母后的身分，坐於

她聖子——永生不死的君王——右邊，大放光明。

晨 禱

對答詠

讚美詩

一、仁慈的天后，
人間的至福，

領：這是最光榮的一日：天主聖母童

你撫育降生的救主，

貞瑪利亞光榮升天。我們頌揚她

創造你的天主。

說： 答：你在婦女中受讚頌，

二、一生伴隨基督，

你的親子耶穌同受讚頌。

同甘共苦

領：童貞聖瑪利亞，你真是幸福，極

拯救世人，

應受讚頌，因為義德的太陽——耶

脫離永苦。

穌基督，從你出生。

三、靈肉升天的聖母，

答：你在：

請為我們轉求，

唸「天主，我們讚美祢」(17)頁

你是罪人的救援，

請帶領我們奔向天福。

四、光榮歸於父，

結束禱詞 見晨禱

及子及聖神，

三位永受欽崇，

同是唯一天主。阿們。

對經一：瑪利亞，你是有福的，因為

世人的得救經你而來；你已

在上主面前獲享光榮，快樂

無比。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 9 頁。

對經二：童貞瑪利亞已被高舉在天使

之上；願所有信者歡欣踴躍，

讚美上主。

對經三：上主讚揚了你的名字，使人

們對你的讚頌不絕於口。

簡短讀經

參閱依六一，10

我要萬分喜樂於上主，我的心靈要歡躍

於我的天主，因為祂給我穿上救恩的衣服，

給我披上義德的外衣，有如佩戴珍珠的新娘。

短對答詠

領：今天童貞瑪利亞、升天鄉。

答：今天：

領：永遠與基督高唱凱歌。

答：上升天鄉。

領：願光榮歸於父： 答：今天：

讚主曲對經：請看撒冷女兒的美麗，她上

升天鄉，有如旭日升起。

禱詞

我們的救主屈尊就卑，由童貞瑪利亞誕生。

我們要歡欣慶祝，向祂祈禱：

主，願祢的母親為我們轉求。

世界的救主，祢以祢救贖的功勞，預使祢

的母親絲毫不受罪惡的玷污，

求祢也幫助我們避免犯罪，保持心靈的

純潔。

我們的救主，祢將無玷童貞瑪利亞，作為

祢最純潔的住所和聖神的宮殿，

—求祢使我們成爲祢聖神永久居住的聖殿。

永恒的聖言，祢教導祢的母親，爲自己選

擇了最好的一份，

—求祢使我們效法她，追求永生的食糧。

萬王之王，祢使祢的母親，肉身與靈魂同

祢一樣升天，

—求祢使我們常思念天上的事。

天地的主宰，祢立瑪利亞爲母后，位居祢

的右邊，

—求祢使我們也能分享同樣的光榮。

我們的天父：

結束禱詞

全能永生的天主，祢賜給了祢的聖子

之母，無玷童貞瑪利亞特殊的恩惠，使她

靈魂肉身光榮地升天；求祢也賞賜我們，

今世常仰慕天鄉，來世與她同享榮福。

日間祈禱

補充聖詠 597 頁；如遇主日，則用第

一週主日聖詠 31 頁。

詠一二一可用詠一二八代替 532 頁；

詠一二六可用詠一三〇代替 358 頁。

午前

對經：天主聖母，你被高舉，有如黎

巴嫩的香柏，又好似熙雍山的

扁柏。

簡短讀經

友一三， 22， 23 b

天主以其大能降福妳，因爲祂今天藉

妳的手，把敵人化爲烏有。我女！全世界

的婦女中，妳分外蒙受至高者天主的降福。

領：瑪利亞被接升天，天使歡欣鼓舞，

答：歌頌讚美上主。

午時

對經：瑪利亞，正義的太陽從你的洞房走出，我們理當承認你是天上的母后。

簡短讀經

默一二，1

天上出現了一個大異兆，有一個婦人身披太陽，腳踏月亮，頭戴十二顆星的冠冕。

領：天主聖母已被高舉。

答：在天國裏超越一切天使。

午後

對經：天主聖母已被高舉，在天國裏超越一切天使。

簡短讀經

格後五，1

因為我們知道：如果我們這地上帳棚式的寓所拆毀了，我們必由天主獲得一所房屋，那不是人手所造的，而是天上永存的寓所。

領：童貞瑪利亞，被接到天廷。

答：萬王之王在那裏，坐在羣星圍繞的寶座上。

結束禱詞 見晨禱

第二晚禱

讚美詩 見第一晚禱1070頁

對經一：瑪利亞被接升天，天使歡欣

鼓舞，歌頌讚美上主。

聖詠、聖歌見聖母通用 658 頁

對經二：童貞瑪利亞被接到天廷，萬王之王在那裏，坐在羣星圍繞的寶座上。

繞的寶座上。

對經三：你是上主所降福的女兒，因為通過你，我們才能分享常生的果實。

簡短讀經

格前一五，22 / 23

就如在亞當內，衆人都死了，照樣，在基督內衆人也都要復活；不過各人要依照自己的次序：首先是初果基督，然後是那些在基督再來時屬於祂的人。

結束禱詞

全能永生的天主，祢賜給了祢的聖子之母，無玷童貞瑪利亞特殊的恩惠，使她靈魂肉身光榮地升天；求祢也賞賜我們，今世常仰慕天鄉，來世得與她同享榮福。

短對答詠

領：童貞瑪利亞已被高舉在天使之上。

答：童貞：

領：願高舉她的天主受讚美。

答：在天使之上。

領：願光榮歸於父…… 答：童貞……

八月十六日

匈牙利 • 聖德範 (斯德望國王

S. Stephanus Hungari-

ae)

謝主曲對經：今天童貞瑪利亞被接升天；

請歡欣踴躍，因為她與基督

永遠爲王。

聖人公元九六九年左右出生於邦諾尼

亞；領洗後，於一〇〇〇年加冕爲匈牙利

國王；治理屬下公正而和善，且又慈祥；

敬謹奉行教會規律，並常謀求屬下的福

利。建立許多主教區，極力促進教反生活。
公元一〇三八年逝世。

經文見聖人通用 802 頁

誦 讀

誦讀一 選讀聖王德範對太子的勸告

我兒，要敬聽你父親的教訓

愛兒，首先我命令你，我建議你並勸

告你：如果你要光耀王位，就要保存傳自使徒的公教信仰，以無比的熱誠及勤奮，爲天主所託給你權下的子民樹立榜樣；那麼，所有教會人士才能認出來，你是真正信仰基督的人；否則，你要知道：你便不能被稱爲基督徒或教會之子。在王宮裏，信德之後，教會要佔第二把交椅；教會創始於我們的首領基督，然後由祂的肢體，使徒們及聖教父們所培植、建立而傳於普

世。雖然，教會常添生新子女，某些特定的地區却被認爲是古老的。

可是，我的愛子，教會在我們的王國內，還像一棵新生的幼苗；因此，需要謹慎而明智的照顧。否則，天主非因我們的功績，而由於仁慈所賜給我們的恩惠，將因你的惰性、懈怠和疏忽受到摧毀，而蕩然無存。

我的愛子，我心的甘飴，我將來後代的希望，我請求你，並命令你：要利用一切方法，在一切事上，實踐愛德，對人溫和親切；不僅對王親與盟國、公卿、將領、富人、鄰人及本國人，而且對外方人和所有謁見你的人，都該如此。你如此仁慈待人，將引你到達真福之巔。你要對那受壓迫的人，表現愛心，你要常常在心中紀念着耶穌的榜樣，祂說：「我要的是憐

憫，而不是祭獻。」你要對所有的人表示忍耐，不僅對有權勢的人，而且，對毫無權利的人，都應一視同仁。

最後，你要剛毅，不因順利而驕矜，亦不因逆境而喪志。你也要自謙自卑，好使天主在今世與來世高舉你。你要節制，不要苛責或苛罰任何人。你要溫良，切勿違犯公義。你要誠實，切不可動輒凌辱他人；你要貞潔，要避免一切肉慾的敗德，猶如躲避死亡的毒螫一樣。

以上所提示的種種美德，足以組成一位國王的冠冕；沒有這些美德，誰也不能在此世爲王，也不能抵達永遠的王國。

對答詠 多四，8~9；德三五，11，12

領：你要盡你所能，待人慈善。

答：你擁有的多，就多施捨；擁有的少，也不要怕少施捨。

領：獻禮時，常要喜形於色；至高者賜予你豐富恩惠，你要向祂慷慨奉獻。 答：你擁有的……

結束禱詞

全能的天主，聖德範在人間爲王時，曾致力於廣揚祿的教會；求祿使他今日在天上，也作祿教會光榮的護衛者。

八月十九日

聖若望望 • 歐德 (聖若望歐德)

S. Ioannes Eudes) 司鐸

若望·歐德於一六〇一年在法國諾曼底之塞艾斯教區出生。晉鐸後，多年在堂

區從事宣講工作。後創立二修會，一以在修院中培植優良司鐸，一以領導遭遇危險的婦女善度教友生活為宗旨。聖人極為熱心推動對耶穌聖心和聖母聖心的敬禮。一六八〇年逝世。

經文見牧者通用 738 頁；或聖人通用，會士 802 頁。

誦 讀

誦讀一 選讀聖若望·歐德司鐸

論令人驚奇的耶穌聖心

救恩和真生命的泉源

請你記住，我們的主耶穌基督是你的真正的頭，而你是祂的一個肢體。祂對你好像頭對肢體；祂的一切都是你的；祂的精神、心、身體、靈魂和祂的一切官能，你都該予以運用，好像你自己的一樣，用

來服事、頌揚、愛慕、光榮天主。你屬於祂，宛似肢體屬於頭一樣；祂也切願運用你的一切，好像祂自己的，用來服事並光榮祂的聖父。

祂不但屬於你，還願意在你內生活並為王，好像頭在自己的肢體內生活並統治一樣。祂願意：祂自身內的一切都在你內生活並為王；祂的精神，在你的精神內；祂的心在你的心內；祂靈魂的一切官能，都在你靈魂的官能內，好使這些神聖的話在你身上應驗：「你們務要在你們的身體上光榮天主」，又「為使耶穌的生活在你們身上彰顯出來。」

你不僅屬於天主聖子，而且你該在祂內，一如肢體屬於頭。在你內的一切都該接種在祂內，並從祂那裏領取生命，且由祂來管理。對你來說，只有在祂內，才有

真生命，祂是真生命的唯一泉源；因為除了祂以外，你只能找到死亡與毀滅。要讓基督作你一切活動、行為和你生命能力的唯一原則。你只該在祂內並為祂而生活，好能實現保祿使徒所說：「我們中間沒有一個人是為自己活着，也沒有一個人為自己而死；因為我們活着，是為主活着，我們死了也是為主而死。所以我們或生或死，都是屬於主。因為基督死而復活了，正是為作生者和死者的主。」

最後，你與耶穌只是一個，猶似肢體與頭合成一體。所以你只該與祂有同一個精神，同一個靈魂，同一個生命，同一個意志，同一個情感，同一個心。而祂自己應成為你的精神、心靈、愛情、生命和一切。在基督徒內這一切偉大的事，導源於聖洗，藉堅振聖事，並藉善用天主賜與他

的其他恩寵而擴展並增強，最後藉聖體聖事而達到最高的完美境界。

對答詠

羅一四，9，8，7

領：基督死而復活了，正是為作生者和死者的主。 答：所以我們或生或死，都是為了主。

領：我們中間沒有一個人是為自己而生的，也沒有一個人是為自己而死的。 答：所以我：

結束禱詞

天主，祢奇妙地簡選了若望·歐德司鐸，在世傳播基督無形的財富；求祢恩賜我們，努力追隨聖人的榜樣，聽從他的教導，使我們日益深入地認識祢，善度忠於祢福音的生活。

八月二十日

聖納德（伯爾納鐸 S. Bernardus）

院長聖師

紀念

聖人一〇九〇出生於法國迪榮附近。自幼接受良好教育。一一一一年，入熙篤隱院修道；不久後，即被選為明谷隱修院院長，以身作則，領導修士修德成聖，成績卓著。當時教會發生分裂，乃週遊歐洲各地，以恢復教會之和平與統一。生平對神學及靈修學者作甚多，一一五三年逝世。經文見聖師通用 769 頁；或聖人通用，會士 802 頁。

誦 讀

誦讀二 選讀聖納德院長雅歌釋義

我愛，因為我愛；我愛是為了愛

愛為它自己足夠了，它藉自己並為自己而喜悅。愛就是它自己的功勞，就是它自己的賞報。愛不需要外在的原因或結果：愛的果實就是愛的本身。我愛，因為我愛，我愛是為了愛。如果愛返本歸源，流回本源，從本源不斷汲取湧出的水，愛該是多麼偉大的事！在靈魂的一切活動、情感和情緒中，只有愛，我們能夠用來還報造物主，雖然這種還報並不相當，但至少表現出愛的相互交往。因為當天主愛的時候，無非願意被愛；祂愛人，只是為了使人愛祂；祂知道，凡愛祂的人，在愛中，便能獲致圓滿的喜樂。

「新郎」的愛，或更好說新郎就是愛，只要求互愛與互信。因此，願那被愛者能夠還愛。新娘既身為「愛」的新娘，

怎能不愛呢？「愛」本身怎能不被愛呢？

因此，新娘該摒棄一切內心的其他感情，爲能完全委身於唯一的愛；新娘只能夠以愛報愛。因爲即使她能完全投身於愛情之中，這對從泉源本身湧出來的愛的永恒激流說來，又算得了什麼呢？顯然，愛者與愛本身，人靈與聖言，新娘與新郎，造物主與受造物，二者之愛是不相等的，就好像渴者之於水泉一般。

那麼又怎樣相愛呢？難道新娘完婚的企望就因此而喪失並完全消散嗎？因爲她不能與巨人並駕齊驅，論甘飴她不能與蜜相比，論溫良她不能與羔羊相比，論潔白她不能與玉簪花相比，論光彩她不能與太陽相比，論愛情她不能與愛情本身相比，那麼，她聲聲嘆息所表示的願望，她愛情的熱力，她滿懷信賴的期待，都將全部落

空嗎？不！因爲受造物本性有限，所以愛得少；但若人全心去愛，就全部愛情而論，他將一無所缺。因此，祇要人全心愛主，就彷彿與主締結神婚；因爲在婚姻中不管誰愛的多或誰愛的少，祇要新郎和新娘同意結婚，便成爲真實而完整的婚姻。誰也不要懷疑，天主聖言的愛先於人的愛、超越人的愛。

對答詠

詠三十，20；三五，9

領：上主，祢爲敬畏祢的人，所保留的恩澤， 答：是何等豐盛！

領：他們飽嘗了祢殿中的盛筵，暢飲了祢甘飴的水泉。 答：是何等

豐盛！

讚主曲對經：永生天主聖言的光輝，奇妙地照亮了聖納德的靈魂，他

結束禱詞

在整個教會中，放射出信仰和真道的光芒。

月 八 天主，祢在聖納德院長心中燃起了對祢大家庭的愛火，使他在教會中放射光明，散佈溫暖；求祢因他的轉求，恩賜我們也具有聖人同樣的熱情，努力成爲光明之子，善度聖潔的生活。

謝主曲對經：納德是甘飴如蜜的聖師、基督的摯友，令人讚賞的童貞聖母之宣揚者，在明谷成爲最傑出的牧者。

八月二十一日

聖碧岳十世 (比約十世 S. Pius)

X 教宗 紀念

聖人一八三五年出生於義大利威尼斯附近之里愛賽村。晉鐸後，恪盡聖職。先後為茫杜阿主教與威尼斯宗主教，並於一九〇三年被選為教宗。他以「在基督內重整一切」作為自己任期內的座右銘，他的確也踐諸實行：以純樸的心神，以貧窮與剛毅，促進教友的信仰生活，並勇敢地抑制了邪說的猖獗。一九一四年八月二十日逝世。

經文見牧者通用 738 頁

誦 讀

誦讀 1 選讀聖碧岳十世教宗的「天

啓」(Divino afflatu) 詔書

教會的溫柔歌聲

收集在聖經中的聖詠，都是因天主的默感而撰寫的。從教會開始，這些聖詠對

於培植信衆的虔誠，就有一種顯著的影響。他們藉聖詠不斷向天主奉獻讚美之祭，就是奉獻口唇對上主之名的讚頌；教會又根據舊約習慣，把聖詠作爲禮儀和日課經中的主要部份。因此，聖西略稱聖詠爲「教會之聲」；我們的前任教宗烏爾班八世，稱呼聖詠集爲「聖歌之女，她在天主與羔羊座前，不停地歌頌。」按聖達修的意見，聖詠集還特別教訓那些獻身於敬禮天主的人們，如何用相稱的字句歌頌天主。關於這事，聖思定有一句美妙的話：「天主爲使人能相稱地頌揚祂，祂就自己頌揚自己；且因天主會頌揚了自己，因此人才知道怎樣頌揚祂。」

此外，聖詠還擁有一種驚人的效力，能激起人靈勤修諸德的熱火：「受天主默感而寫成的聖經，不論古經或新經，爲訓

誨、督責、糾正、教導人學習正義，都是有益的」；而且，聖詠集好比一個樂園，擁有聖經其他部分中所有的美果；它發出自己的歌聲，因此，在聖詠吟唱時，同時表現出自己和其他的美果。

聖達修又在此加上這幾句話，而且加得十分恰當：「依我看來，歌唱聖詠，宛似一面鏡子，人可在聖詠中看到自己，和自己心靈的種種活動，並以這種種心情誦誦聖詠。」因此，聖思定在他的懺悔錄裏這樣說：「當我歌唱你的讚美詩和聖歌時，我流了多少眼淚，我如何被你教會所唱出的柔和的旋律所激動！這些歌聲深入我耳，真理滲透我心，使我愛火盛燃，熱淚直流，給我帶來莫大的喜樂。」

事實上，聖詠在字裏行間，大聲宣揚天主的無限尊威、全能、不可言傳的正

義、良善、慈悲以及其他無限的美善，誰能對此無動於衷呢？誰能不以聖詠的同樣情感，來感謝受自天主的恩惠呢？或不以謙遜而依恃的祈禱來懇求所期望的恩惠呢？或者不以罪人心靈的呼聲而痛悔呢？誰若體會到聖詠所描述的基督贖主的預像，怎能不燃起對基督的愛火呢？因為聖思定「在每首聖詠裏曾聽到基督的聲音，是歌唱、或嘆息的聲音，是在希望中歡欣鼓舞、或是在困境中長吁短嘆的聲音。」

對答詠

得前二，4，3

領：我們是被天主考驗合格而受委托傳福音的人。 答：我們宣講，不是為取悅於人，而是為取悅於天主。

領：我們的講勸不是出於幻想或不良的動機，也不是為欺騙人。

結束禱詞

答：我們宣：

天主，祢爲了維護至公教會的信仰，振奮世道人心，促使人歸向基督，賜給了聖碧岳教宗天上的智慧和使徒勇毅的精神，求祢仁慈地恩賜我們，遵從聖人的教誨，師法他的榜樣，以期將來獲享永遠的賞報。

八月廿一日

聖母元后

紀念

經文見聖母通用 633 頁

序經對經：請大家前來朝拜、爲自己的母親加冕的君王基督。

誦讀

誦讀二 選讀聖雅美德主教講道集

世界之后與和平之后

請看，這是一個多麼合理的安排：瑪利亞在光榮地被舉升天以前，她的美名已經光耀全球，她的令譽已經流傳各地。這位童貞母，爲了她兒子的光榮，理當首先在世上爲王，然後光榮地蒙召升天；先在地上滿被恩寵，然後上升進入天上的聖所；她會藉聖神幫助在德行的道路上前進，由一種美德，進到另一種美德，同樣她從一種榮耀被高舉到另一種榮耀。

當她在世生活時，已提前嘗到將來王國的初果：有時她神魂超拔，上升到天主面前，有時却以超凡的愛德與地上的人周旋。從天上有天使們恭敬她，在世上有

人們尊崇她。天使佳播曾偕同其他天使服事瑪利亞，童貞使徒若望有幸在十字架旁，得見將童貞聖母託付給他，並同其他使徒事奉聖母。天使們視之爲母后，使徒們視之如主母，都歡欣踴躍，並以虔敬之情孝愛聖母。

瑪利亞高居於諸德的頂峯，滿盈天主極富裕的恩寵，她的恩澤浩蕩無際，超越一切，源源不絕地傾注到信而渴望的子民身上。她擁有使身體和靈魂起死回生的能力，能賜人身體健康、靈魂痊癒。那一個病人，或憂苦的人，或不知天上奧蹟的人，投靠她而被拒絕的呢？有誰去求吾主之母而不欣獲所求，滿載而歸的呢？

享有如此富裕恩寵的新娘，唯一新郎的母親，極其甜蜜，極令人羨慕她的幸福，她像精神花園中的水泉，又是賦予生命的

活水之源，這活水從天主的黎巴嫩山，從熙雍聖山湧流而出，直傾瀉到遠近各國，而成爲和平的江河，及天上恩寵的溪流。因此，諸童貞的童貞，在衆天使、總領天使和天上諸聖的歡呼聲中，由天主萬王之王——她自己的聖子——高舉升天的時候，便應驗了聖詠作者向主所說的預言：「王后身穿錦衣華服，佩戴各種金飾，侍立在祢右邊。」

對答詠

默十二，1；詠四四，10

領：天上出現了一個大異兆；有一個

女人，身披太陽，腳踏月亮，

答：頭戴十二顆星的榮冠。

領：王后佩帶金飾，侍立在祢右邊。

答：頭戴十……

讚主曲對經：至尊至貴的天地元后，卒世

童貞瑪利亞，你生了萬民的

結束禱詞

救主、我們的主基督。

天主，祢曾使祢聖子之母、作我們的母親、和天地的元后；求祢使我們仰賴她的轉求，將來得升天國，獲享作祢子女的榮耀。

讚主曲對經：童貞瑪利亞，你是有福的，因爲你相信了上主對你所說的話：你永遠與基督爲王。

八月二十三日

聖羅維沙 (羅撒 S. Rosa de Lima)

貞女

聖女於一五八六年在秘魯首都利瑪出

生，家居時已開始熱心修德，及至穿上聖道明第三會會衣後，在補贖及奧秘默觀的道路上更突飛猛進。一六一七年八月廿四日逝世。

經文見貞女通用 780 頁；或聖婦，修女 825 頁。

誦 讀

誦讀一 選讀聖女羅莎的作品

但願我們能認知基督那超越知識的愛

救主曾大聲疾呼，並以無比的尊嚴說：「人人須知：在苦難之後，接着便是恩寵；人人該明白：不受磨難，就不能攀登恩寵的巔峯；人人要了解：天主賜人恩惠的多少，要看人所受的勞苦而定。人須戒慎，不要誤入歧途，也不要自欺；這是升天唯一的階梯，除了十字架，便找不到

升天的途徑。」

我聽到這些話後，就有一種強力的衝擊來到我身上，好像促使我跑到大街上，向所有的人高聲大喊，不論年齡、性別和地位，勸他們道：「民衆們，大家請聽！我奉基督的命，用祂親口所說的話勸告你們：若是我們不受苦，便不能獲得聖寵；爲了要密切地與天主結合，分享天主子女的榮耀，和靈魂的圓滿真福，必須苦上加苦。」

這同一的激勵常催促我宣揚天主聖寵的美麗，我因此而感到焦慮，致使我汗流浹背，氣喘不已。我的靈魂好像已經不能再關在肉身的監牢裏，它應該脫離肉身的羈絆，自由而且輕鬆的奔向世界各地，高呼說：「但願人人知道：天主的聖寵多麼重要，多麼美好，多麼寶貴，其中隱藏着

多少寶藏、福樂和甘飴！如果人人知道這一切，必會處心積慮，來尋找痛苦和磨難！全球許多的人，也將捨財富而尋求麻煩、疾病、痛苦，以爭取那無價的聖寵寶庫。這是忍耐的利益和最後酬報。假設人能知道：那衡量人們酬報的天秤，就不會抱怨十字架，或可能遭遇的痛苦了。」

對答詠 格前一，27~29；詠一三七，6

領：天主召選了那世人認為愚笨的，
為羞辱那聰明的人；召選那一無所有的，為消滅那富有的人。

答：使一切有血肉的人，在天主面前無所誇口。

領：上主無上尊高，却垂顧弱小，驕傲的人，祂從遠處就知曉。

答：使一切……

結束禱詞

天主，祢以聖愛之火，點燃了聖女羅莎的心靈，使她毅然捨棄紅塵，選擇了嚴厲的補贖生活，一心獻身於祢。求祢使我們，賴聖女的轉求，今生追隨她的生活楷模，來世在天上與她分享祢無窮的福樂。

八月二十四日

聖祿茂 (巴爾多祿茂 S. Bartholomaeus)

使徒

慶日

祿茂，加納人，由斐理使徒介紹給耶穌。相傳他在主升天後，往印度宣講福音，並在那裏光荣殉道。

經文見使徒通用 674 頁

誦 讀

讚美詩 見晨禱

誦讀二 選讀金口聖若望著致格林多人

前書釋義

天主的軟弱總比人剛強

十字架是藉着不學無術的宣講者，勸服了整個世界；他們所講論的，並非無關緊要的事，而是有關天主、真信仰、如何按福音而生活、以及未來的審判等道理。十字架還使不學無術者和鄉下人成爲哲士。請看「天主的愚笨總比人聰明，天主的軟弱總比人剛強。」

天主的軟弱如何更剛強呢？因爲十字架已傳遍全球，征服了萬民屬於它的權下；無數的敵人雖企圖消滅被釘者的名字，但適得其反，祂的名字却更發揚光大，愈傳愈廣；祂的仇敵却很快死去，雲

消霧散。反對一位亡者的許多活人，竟束手無策。當一個希臘人說我愚笨時，正顯示他自己是最低笨的；因爲他雖認爲我愚笨，我却顯得比智者更明智；如果他以弱者待我，正顯示他更加軟弱。這些哲士、暴君，總之，普世各地，沒有人能想像得到：那些稅吏們和漁夫們，賴天主恩寵所能做到的事。

保祿想到這裏，就說：「天主的愚笨總比人聰明。」從此顯然可知，宣講是天主的工程：那十二個不學無術的人，他們居住在湖旁和溪畔，在曠野裏，怎能想到要從事這樣偉大的事業呢？而且，他們從來沒有進過大城，或到過市場，怎能想到向全世界發動戰爭呢？他們的膽怯懦弱，記載有關他們之事的那位聖史指出了這一點，他並不願意爲他們推諉或隱藏他們的

短處：這一點本身就是真相的最大證明。那麼，聖史關於他們說了什麼話？基督行了無數奇蹟而被捕後，祂的門徒都逃跑了，而門徒之長竟然否認了祂。

這些門徒在基督活着的時候，既不能抵抗猶太人的攻擊，那麼，在基督死而被埋葬後，倘若基督如同你們所說的，沒有復活，沒有向他們說過話，使他們勇敢起來，他們怎能總動員起來征服全世界呢？他們不是也應對自己說：「這是怎麼一回事？祂救不了自己，難道能夠保護我們嗎？祂活着時，還不能自保，現在祂死了，能夠向我們伸出援手嗎？祂自己在世時，沒有征服過任何國家，而我們宣揚祂的名字，就能征服全世界嗎？不但要做這事，而且連想到這事，難道不也是違反理智的嗎？」

事情很明顯，假設他們沒有目睹復活的耶穌，也沒有獲得祂全能的證據，他們決不會冒如此大的危險。

對答詠

格前一，23~24；

格後四，8；羅八，37

領：我們宣講被釘在十字架上的基督；在猶太人看來是絆腳石；在外教人看來是愚蠢；但為蒙召的人，答：基督正是天主的德能，天主的智慧。

領：我們忍受各種磨難，但為了愛我們的那一位，我們在這一件事上，獲得了勝利。答：基督：

唸「天主，我們讚美祢」（17）頁

結束禱詞 見晨禱

讚美詩 (晨禱及晚禱)

一、偉大的使徒祿茂，
在使徒的行列中，

你的光輝照耀世界，
請接受我們的讚頌；
救主一次愛心的注意，
發現你的純樸熱誠。

二、萬民長久期待的救主，
突然出現在你身邊，
使你驚喜又感動；
從此背起十字架，
勇敢地追隨救主，
直到爲祂捐軀捨生。

三、基督的使徒，
你會奉獻一切，
宣揚基督的聖名；
願祂因你的代禱，

恩賜我們力量，

今世努力傳福音，

來日獲享永生。阿們。

結束禱詞

上主，祢賜給了聖祿茂使徒堅強的信
德，使他忠誠地追隨祢的聖子；求祢也賞
賜我們同樣的信德，並使祢的教會賴聖使
徒的代禱，成爲舉世人民藉以獲救的聖事。

日間祈禱

聖詠及對經見聖詠集平日通用；簡短
讀經見使徒通用 688 頁。結束禱詞如上。

八月二十五日

聖路易 (路易 S. Ludovicus IX)

路易生於一二一四年；二十二歲時登基為法國國王（1236-1270）。結婚後生有子女十一人，都受到父王良好的教育。聖王在補贖、祈禱，對窮人的愛德上，頗負盛名；他治理國家不僅致力於國泰民安的政治工作，而且兼顧子民的神益。他曾組織十字軍，以收復聖墓。一二七〇年於迦太基附近逝世。

經文見聖人通用 802 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖路易給太子的精神遺囑

正義之王振興世界

愛子，我首先教訓你，要全心全力愛天主，因為若不如此，就不能作任何有價值的。

你該戒慎，你所能想到的一切，和你

的能力所及的一切，都不要使天主不悅。而且你要立刻定志向，總不要爲了遇到的任何事，而犯一個大罪；你應準備好，寧願忍受別人砍去你的雙腿和雙臂，甚至以最殘酷的刑罰置你於死地，而不願犯一個大罪。

如果吾主讓你遭受迫害、疾病或其他痛苦，你該心平氣和地加以忍受，該感謝祂並向祂表示知恩，因爲你要了解：祂這樣作，是爲你的好處。更進一步，你該想，這是你所應得的——更不必說如果是祂所願意的——因爲你少愛祂，又少事奉祂，並且因爲你作了許多違反祂聖意的事。如果吾主賜你順利、身體健康或其他事物，你該謙遜的感謝祂；更要戒慎，不要由於驕傲，或其他過失而使你變壞，因爲你不應該用天主的恩惠反對祂或獲罪於

祂。

你也要欣然並虔誠的參與教會的禮儀；而且，當你在聖堂時，要小心謹慎，不要東張西望，也不要說閒話，但該熱心的以口禱或心禱，祈求上主。

對於貧、病和受苦的人，你要有慈悲之心，盡力予以救助和安慰。對於天主所賜給你的種種恩惠，你要常常衷心感謝，好使你適於領受更大的恩賜。你對待屬下要公正，持守公義的尺度，不偏右，也不要偏左；在你未知真相之前，寧要袒護窮人，而不要偏袒富人。你要竭盡所能，使你的屬下，尤其是教會與修會人士都能享有公義與和平。

你要忠誠服從我們的慈母教會，和羅馬教宗，一如服從精神之父。你要努力，務使一切罪惡，尤其是辱罵天主的罪、和

異端邪說的罪，在你的國土內完全絕跡。

我的愛子，最後，我賜給你、一位慈父所能給予兒子的一切祝福；願天主聖三和諸位聖人保祐你，免遭一切凶惡。願上主賜你完全承行祂聖意的聖寵，使你服事祂並光榮祂，好能在此生之後，我們能一同達到祂台前，享見祂、愛慕祂並讚美祂，永無休止。阿們。

對答詠 列下十八，3，5，6，7

領：他做了上主所喜悅的事；沒有國王能與他相比； 答：他緊隨上主，從未遠離祂的道路。

領：他遵守了上主的誠命，因此上主與他同在。 答：他緊隨：

結束禱詞

天主，祢將在世掌握王權的聖路易召回了天國，賜給他永恒的光榮；求祢使我

們賴聖王的轉求，能利用現世暫時的職權，以謀求祿永恆的國度。

誦讀

誦讀二 選讀聖若瑟·甘樂善司鐸的作品

八月二十五日

聖若瑟·甘樂善（若瑟加拉桑

S. Josephus Calasanz）

司鐸

無人不知：教育兒童，尤其是教育窮苦兒童，使他們獲得永生，這是何等高貴，何等有功的神聖工作！因為當老師們爲了兒童身心的利益，向他們灌輸知識，培育他們的熱心並教他們聖教要理時，老師們對於兒童，就好像護守天使所盡的職務一樣。

聖若瑟·甘樂善於一五五七年在阿拉岡出生。晉鐸後在本地服務，後至羅馬，創立修會，以教育窮苦兒童為宗旨。他遭人誹謗，受苦良多。一六四八年安逝羅馬。

經文見聖人通用，教育家 802 頁；或牧者 738 頁

此外，老師們提供最好的服務：不僅協助青年們遠離罪惡，而且還引導並鼓勵他們更容易並更欣然行善，不論他們的身世和地位。這樣，青年們因此協助而變得更好，致使人難以認出他們以前的真面目。青年人好比樹木的嫩枝，容易矯正他

們的心靈；若等他們長大而堅硬時，我們深知，使他們彎曲向善的可能性就大為減低，有時竟完全失去。

但願兒童們，尤其是窮苦兒童們、都能受到良好的教育；這不僅幫助他們提高人性的尊嚴，而且還得到社會和教會的讚許：他們的父母見到他們的孩子走上正道，感到高興；地方長官也因得到正直的屬下和良好的公民而欣喜；特別是教會更應歡欣，因為青年們能夠更成熟並更有效地加入教會，作為基督的朋友和福音的實踐者，活動在不同的生活與工作環境中。

教育兒童們必須具有滿盈的愛心、絕大的忍耐、和特別深摯的謙遜；這樣上主必會因他們的虔誠祈禱，恩賜他們相稱與真理合作，支持他們善盡如此高貴的職責，並且最後賜與他們天上的喜樂，一

如聖經所載：「那些教導羣衆實行正義的人，要永遠發光如同星辰。」

如果他們矢志終生如此服務，常努力與基督結合，並只求取悅祂，將更容易達成這個目標。因為祂說過：「凡你們為我最小的弟兄中的一個所做的，就是為我做的。」

對答詠

得前二，8；迦四，19

領：我們不但願意與你們分享天主的福音，連我們的生命也願意給你們。
答：因為你們是我們最疼愛的。

領：我的孩子們！我願為你們再受產痛，直到基督在你們內形成為止。
答：因為你：

結束禱詞

天主，祢賜給了聖若瑟·甘樂善司鐸

無比的愛心與忍耐，使他畢生從事兒童教育。我們今天景仰這位聖人爲賢明的導師，求祿使我們能時時處處效法他爲真理服務的精神。

經文見聖婦通用 825 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖思定主教懺悔錄

(卷九，十，十二)

八月二十七日

聖思定 (莫尼加 S. Monica) 紀念

聖婦公元三三一年生於非洲達加斯特教友家庭；年幼時嫁於巴特利為妻，生有子女數人，其中之一便是思定（奧斯定）。她為愛子的回頭改過，不斷哭求天主，流了不知多少眼淚。她的祈禱、信德以及其聖德，頗負聖名，誠不愧為良母的典範。三八七年在奧斯底亞逝世。

願我們獲得永遠的智慧

母親離世的日子越來越近時——主，祿知道那一天，我們那時却不知道——有一天，我相信由於祿神秘的措施，她和我，唯有我們母子二人，憑窗而立，從那裏可以看到我們客居的花園：這是在泰伯爾河口的奧斯底亞。當時我們遠離了羣衆，在一個疲勞的長途旅行之後，我們正在恢復體力，準備渡海。我們二人在極溫柔的氣氛中相對而談。我們忘記過去，展望未來，在「真理」之前，就是在祿面前，一同探求那「眼所未見，耳所未聞，人心所

未想到的「永生是怎樣的。我們的心貪婪地做開，渴望暢飲祿天上泉源的激流：這泉源就是在祿內的生命之泉。」

這就是我們談話的內容，雖然方式和詞句與我所記述的不盡相同。可是，主，祢知道：那一天我們曾這樣談話，世界及其一切歡樂，在我們的談話中失去了一切價值。我的母親對我說：「我兒，此生爲我已沒有任何快樂可言。在世上我還有什麼可做的事呢？爲什麼我還活着我不知道。我在此世的希望已枯竭了。有一件事使我盼望仍在今世耽擱一些時候，就是在我死前，看見你成爲天主教徒。天主在這一點上的恩賜滿溢，因爲我看到你身爲祂的僕役，而至輕視世間歡樂。那麼，我還在這裏作什麼呢？」

我毫不記得我怎樣回答了這些話。大

約五、六天後，她開始發燒，臥病在床。她在病中有一天失去了知覺，再不能辨認她四周的人。我們趕去時，她就清醒了。她一看到弟弟和我站在她身旁，好像在尋找什麼似的對我們說：「剛才我在那裏呢？」以後她看到我們極爲憂傷，說道：「你們就在這裏埋葬你們的母親吧！」我默不作聲，強忍住我的眼淚。我的兄弟向她說了幾句話：希望她不要死在客地，而要死在老家，較爲幸福。她聽了，面帶愁容，向他投下含有譴責的一瞥，因爲看到他這種思想。然後看着我：「你看他在說什麼。」她又給我們兄弟二人說：「隨便你們把我的肉體葬在那裏，不要爲此事而煩惱！我只要求你們：無論你們在那裏，務要在主的祭臺前記念我。」當她勉強說完這句話以後，便緘默不語，因爲她

的病勢轉劇而使她痛苦。

對答詠

格前七，29，31；二，12

以獲得祿慈愛的饒恕。

謝主曲對經：聖曼妮雖身在塵世，却生活

領：時間是短促的。歡樂的，要像不

歡樂的；享用這世界的，要像不

享用的。答：因為這世界的局

面正在逝去。

領：我們所領受的，不是這世界的精

神。答：因為這……

八月二十八日

讚主曲對經：上主，祿俯聽了她的祈禱，

沒有輕視她的眼淚，因為她

的淚水浸濕了她每個祈禱的

地方。

聖思定（奧斯定 S. Augustinus）

主教聖師

紀念

結束禱詞

天主，祿是憂苦者的安慰；聖婦曼妮

曾爲了愛子思定的回頭，每日以淚洗面，

終於贏得祿仁慈的俯允。求祿恩賜我們，

因他們二聖的代禱，常能痛哭自己的罪過，

聖人公元三五四年出生於非洲達加斯
特。在放浪形骸的生活中，度過了她的青
年時期。直到三八七年，回頭歸正，在米

蘭安博主教手中受洗為止。受洗後，返回
非洲故里，度苦修生活，後被選為希波教

區主教，以講道，以著作，竭力攻斥異端，

講解信理，達三十四年之久，確係羊群的榜樣。四三〇年逝世。

經文見牧者通用 738 頁；或聖師 769 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖思定主教懺悔錄（卷

七，10，18；卷十，27）

永遠的真理，真實的愛德，

及可愛的永遠啊！

主，我得到回歸自我的忠告後，在祢的指導下進入了我的心靈深處，我所以能做到，「因為祢來助祐我」。我進去，我運用我靈魂之目，看到一種超越我視力和智力的不變之光。這並不是大家所能看到的普通的光，也不是屬於這同一性質的、而比較更強烈的光，就好像它越來越明亮，並以它的光輝充滿一切。不，你的光

並不是這樣的，而是另一種，完全是另一種。它不是在我心靈表面，如同油漂浮在水面上一樣，也不像天在地面之上一樣。它在我以上，因為它造了我；我在它以下，因為我是它所造的。誰認識真理，就會認識那光；誰認識那光，就會認識永恒。愛情也認識它。

永遠的真理，真實的愛德，可愛的永恒啊！祢是我的天主；我日夜渴念祢。我第一次認識祢時，祢就提拔我，使我看到我所應該看到的，可是我那時還不能看到。祢用祢強光的能力，使我軟弱的視力昏花，並使我因愛情和驚懼而戰慄。我發現我遠離了祢，居於充軍和化外之地，我彷彿聽到祢來自高天的聲音：「我是堅強者的食糧：生長吧！你將要吃我。你並不像改變身體的食物一樣把我改變成祢，你

却將要變成我。」

因此，我尋求獲得那力量的方法，好能使我與祢生活在一起，但我沒有找到。最後我擁抱了那「成人的耶穌基督，天主與人之間的中保」，祢「超越一切，是永受讚美的天主。」祢在呼喚我們並對我們說：「我是道路、真理、和生命。」祢結合了肉體——因為「聖言成了血肉」——成為我從前所不能吃的食糧；最後，祢用那創造萬物的智慧，把自己變成乳汁，哺養我們這些嬰兒。

我愛祢太晚了，萬古常新的「美」！我愛祢太晚了！請看，當我在外時，祢就在我內，我却在外面尋找祢，我滿身醜陋而投身於受造物的美麗。祢曾與我同在，而我却不與祢同在。受造物牽引我遠離祢，但這些東西若不存在於祢之內，就全

然不會存在。祢曾呼喚我，祢曾高呼，祢克服了 my 的耳聾；祢曾發光照耀我，驅逐了我的眼瞎；祢向我播散了馨香，我聞到了，於是我現在渴慕祢；我品嚐過祢，而對祢仍覺如饑似渴；祢曾感動我，我熱切渴望獲得祢的和平。

對答詠

領：真理啊，我心之光，不要讓黑暗向我說話；我錯了，但我想起了祢。 答：現在我滿懷渴慕之情，投奔到祢的水泉。

領：我自己不是我生活的目的；我會靠自己，生活在罪惡中；在祢內我才能重生。 答：現在我：

讚主曲對經：上主，祢振作我們，使我們歡欣讚美祢，因為祢創造了我們是為歸向祢，除非我們

安息在祢懷裏，心靈永不會
寧靜。

結束禱詞

上主，祢曾賜給聖思定主教改過自新，

追求至善的精神；求祢恩賜今天的教會和
所有信徒都滿懷着這同一精神，唯獨渴慕
祢——真正智慧之泉，唯獨追尋祢——永恒愛
情之源。

謝主曲對經：萬古常新的美麗，我已愛祢
太晚，確實太晚。祢召喚了
我，治好了我的耳聾。

八月廿九日

聖若翰蒙難

紀念

序經對經：請大家前來朝拜天主羔羊；聖

若翰曾先祂而蒙難。

誦讀

讚美詩 見晨禱

誦讀二 選讀可敬者聖伯達講道詞

基督誕生和死亡的前驅

主誕生、宣道及死亡的聖前驅，在死
亡時表現了值得天主青睞的勇敢。一如聖
經所說：「在人們眼中，他受了懲罰；可
是因他懷有希望，他已享有永生。」因
此，我們理應欣然慶祝他的誕辰，因為他
用自己的苦難，使今天成爲隆重的日子；
他用自己的鮮血、使今日成爲光耀的一
天。我們在神樂中慶祝這一位的紀念日，
他以捨身殉道，爲他自己對主所作的見證
蓋上了印。

毫無疑問，有福的若翰是爲了贖世主

而受監禁之苦，藉自己的作證作爲主的前驅，也是爲了主而捨生致命。迫害者並沒有要求他否認基督，但要他隱瞞真理。無論如何，他是爲了基督而死。

因爲基督說過：「我是真理。」若翰既爲真理而流血，當然是爲了基督而流血。他的誕生、他的宣講、他的授洗是爲了那要誕生、要宣講、要授洗的基督作證。他的首先蒙難，也預示基督將要受苦受難。

這一位如此偉大的人物，在長久而痛苦的監禁之後，流血捨命。他爲了宣講天上平安與真正自由的福音，被惡人們投入監牢。他來是要爲光作證，他曾被眞光本身——基督——稱爲一盞點亮的明燈，却被關閉在黑暗的牢獄中。他曾給贖世主付洗，曾聽到天父從天上說話的聲音，他曾

目睹聖神的聖寵降到祂身上，他却用自己的血爲自己付洗。但是對像他一樣的人們說來，爲真理而受暫時的刑罰，不但不痛苦，而且彷彿是輕微的和值得盼望的，因爲他們確知，這暫時的痛苦可以賺得永遠的快樂。

死亡依照自然律，是不可避免的，殉道者認爲，爲了承認基督之名，死亡是值得渴望和接受的，因爲這樣便可領受永生的榮冠。聖保祿使徒說得好：「天主賜給你們恩寵，不僅是爲了信基督，也是要爲祂受苦。」「爲基督受苦」，是天主賜與被選者的恩寵，因爲如同他在另一處所說的：「現時的苦楚和將來在我們身上要顯示的光榮，是無法相比的。」

對答詠

谷六，17，27

頌：黑落德王派人去拘捕了若翰，把

他押在監裏。 答：這是爲了他
弟婦黑落狄亞的緣故，因爲黑落
德娶了她爲妻。

領：黑落德派劊子手到獄中，斬了若

翰的頭。 答：這是爲：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一 偉大的前驅，

忠實的見證，

甘願自人間消逝，

只求彰顯救主的聖名。

二 當年在約旦河中，

耶穌親來受洗，

喜見天門大開，

仰瞻救主的光榮。

三 荒野的呼聲，

召喚罪人悔改，

追隨救世的羔羊，

奔向永生。

四 偉大的先知，

不畏強權暴力，

爲了傳達上主的誠命，

慷慨犧牲。

五 大聖若翰，

請爲我們轉求，

世途艱險，

助我常與主同行。

六 基督，贖罪的羔羊，

光榮歸於祢，

及父及聖神，

世世無窮。阿們。

對經一：上主伸出手來，觸摸了我的

口，立我作萬民的先知。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 8 頁

對經二：黑落德畏懼若翰，知道他是

一個正義聖潔的人，就保護

着他。

對經三：黑落德喜歡聆聽若翰，聆聽

後做了很多事。

簡短讀經

依四九，1 b 2

上主由母腹中就名叫了我，在母胎中就

給我取了名字，祂使我的口好似利劍，將

我掩護在祂的手蔭之下，使我像一支磨光

的箭，將我隱藏在祂的箭囊中。

短對答詠

領：你們派遣使者去見若翰，他曾為

真理作證。 答：你們：

領：他好比一盞輝煌的明燈。

答：他曾為真理作證。

領：願光榮歸於父： 答：你們：

讚主曲對經：新郎的朋友侍立靜聽，聽到

了新郎的聲音就興高采烈；

因此我的喜樂現在已經滿足。

禱詞

基督派遣了若翰作祂的前驅，準備祂的道

路，我們大膽地向祂祈禱：

升起的旭日，請照耀我們。

祢曾使若翰在麗莎的懷中跳躍，

求祢使我們對祢的降臨塵世常感快樂。

祢曾藉若翰的一言一行指示給我們悔改的

道路，

求祢使我們回心轉意，遵守祢的誡命。

祢願意我們藉口舌宣揚祢，

求祢派遣使者到世界各地宣報祢的福音。

祢願意從若翰手中接受洗禮，以實現天主

的計劃，

——求祢賜給我們力量，共同努力，使祢的正義與和平實現在人間。

我們的天父：

結束禱詞

天主，祢簡選了聖若翰洗者，作祢聖子生與死的前驅；他曾為真理和正義而殉難。求祢賞賜我們，也樂於為祢的真道作證，不惜奮勇戰鬥，犧牲性命。

晚禱

讚美詩 見晨禱

對經一：主說：你們不要怕他們，因

為我與你們同在。

聖詠、聖歌見殉道者通用 712 頁

對經二：黑落德派遣一個侍衛到監獄

裏斬了若翰的頭。

對經三：若翰的門徒來把他的屍體領

去，安葬在墳墓裏。

簡短讀經

宗一三，23 / 25

天主按照祂的許諾，從達味的後裔中，給以色列興起了一位救主耶穌。在祂來臨以前，若翰先向以色列人宣講了悔改的洗禮，若翰快將完成任務時，說道：你們以為我是誰？我不是你們等待的那一位。但是，請看，祂要在我以後來，我並不配給祂解腳上的鞋帶。

短對答詠

領：新郎的朋友聽到新郎的聲音非常

喜樂。 答：新郎：

領：我的喜樂現在已經滿足。

答：新郎：

領：願光榮歸於父： 答：新郎：

謝主曲對經：我並不是默西亞，我只是祂

派遣的前驅；祂應該興盛，

禱 詞

我應該衰微。

天主簡選了洗者若翰，向人民宣報：基督的國即將來臨。我們以歡欣之情向天主祈禱：

上主，請領導我們走上和平的道路。

祢爲了準備祢聖子的道路，若翰仍在母胎時，祢便召叫了他，

求祢召叫我們追隨基督，就如若翰作基督的前驅一樣。

祢曾賞賜若翰認出基督是天主的羔羊，

求祢也使祢的教會將基督顯示給世界，讓世人也認出基督來。

祢曾使先知若翰衰微，而使基督興盛，

求祢教導我們能在他人面前忍讓，好使他人更認識祢。

祢願藉若翰的殉道證實祢的諾言，

求祢使我們常能勇敢地爲真理作證。

求祢垂念所有逝世的人，

領他們進入光明與和平的天鄉。

我們的天父：

結束禱詞

天主，祢簡選了聖若翰洗者，作祢聖子生與死的前驅；他曾爲真理和正義而殉難。求祢賞賜我們，也樂於爲祢的眞道作證，不惜奮勇戰鬥，犧牲性命。



九月

九月三日

誦讀二 選讀聖大國瑞厄則克耳先知書

釋義

我為了愛基督，而完全獻身於宣講祂

聖國瑞 (額我略 S. Gregorius)

(Magnus) 教宗聖師紀念

「人子！我派你作以色列家族的守衛。」

聖人於公元五四〇年左右出生於羅馬。初任羅馬總督職。後棄俗隱修，晉陞執事；奉命出使君士坦丁堡。五九〇年九月三日

要注意，上主所派遣的宣道者，常被視作守衛。一個守衛常站在高處，好能遠眺一切可能發生的事。無論誰站在民衆守衛的崗位上，就該在自己的品德方面站在高處，好能時常警醒，多為民衆服務。

榮登伯鐸寶座，處事賢明，傳揚並堅強信德，照顧窮人，克盡司牧聖職，有關倫理學及神學著作甚多。六〇四年三月十二日逝世。

我說這些話，使我多麼痛苦！因為我

說話時，正是自打耳光：我的唇舌沒有盡好宣講的職責；我的生活與我所宣講的原則也不符合。

經文見牧者通用 738 頁；或聖師 769 頁

我不否認我的罪過：我看到我的冷淡

誦讀

和疏忽。也許我自己認罪、將在仁慈的法官前、為我獲得寬恕。的確，當我在隱修

院時，能控制我的口舌，不說無用的話，使我的心靈幾乎不斷地專注於祈禱。可是，在我背負牧靈之職的重擔之後，我的心靈就再也不能常常收斂了，因為有許多使我操心的事。

事實上，我為職責所迫，有時要處理教會的事，有時要處理隱院的事，又多次對某些個人的生活和行為，要加以審斷；有時我還必須負責去處理一些公事；有時對野蠻人的侵襲，不得不憂慮，又害怕惡狼危脅天主所託給我的羊羣。有時我必須為物質的事物操心，為使那些為修院規則所約束的人，不致缺乏援助；有時候，我應安心忍受搶劫的行為；有時候，我該反對他們，以確保愛德。

我的心靈常思慮如此繁重的事務、而致分散、割裂，如何我才能收心，以便完

全注意宣講，而不放棄宣講的天職呢？然而由於我地位的關係，我必須多次與世俗人交往，有時我對管制口舌就有所鬆懈。因為，假設我常太嚴格持守講話的規則，我知道：那些較軟弱的人要遠離我而去，而我永遠不能吸引他們達到目的，一如我所希求的；因此，我多次耐心地聽他們的閒話。但是我本人也是軟弱的，因而逐漸加入了他們的閒話：我也開始說那些我先前所不甘願聽的話。而且，我起初所厭惡的事，最後自己却認為是一種樂趣。

那麼我是誰？我是一個怎樣的守衛呢？我還躺在那軟弱的山谷裏，而沒有站在工作的山頂上。但那人類的造主與救主是全能的，雖然我不配，祂竟然賜我度崇高的生活，使我的宣講產生實效。我為了對祂的愛，而完全獻身於宣講祂。

對答詠

領：聖國瑞從聖經的泉源中，汲取了

講的：他以言語講論奧秘，
也是奧秘生活的典型。

倫理與奧秘生活的教訓；他將福

音的活水引向萬民。 答：他

雖然逝世，却仍然宣講。

九月八日

領：猶如天鷹俯視遼闊的原野，聖人

的愛心普及各階層的人民。

聖母誕辰

慶日

答：他雖然：

讚主曲對經：傑出的牧者聖國瑞給我們留

序經對經：請大家慶祝童貞瑪利亞的誕辰，

下了牧職生活的榜樣和準則。

請朝拜她的兒子主基督。

結束禱詞

聖詠九四，3頁

天主，祢以仁慈治理祢的子民，以愛

誦 讀

心照顧我們，求祢俯聽聖國瑞教宗的代禱，

讚美詩、對經、聖詠等均見聖母通用

將智慧之神，賦予管理祢教會的人，使我

638頁

們的牧者能明智地領導羣羊，在聖德上日

誦讀一 恭讀創世紀

三，9 / 20

1115

聖人專用

謝主曲對經：教宗聖國瑞身體力行他所宣

原祖受罰和預許救恩

那時候，上天主呼喚亞當，並對他說：「你在那裏？」他答說：「我在樂園中聽到了祢的聲音，就害怕起來，因為我赤身露體，就躲藏起來了。」天主說：「誰告訴了你是赤身露體的呢？莫非你吃了我禁止你吃的果子？」亞當說：「祢給我作伴的那個女人，她給了我那樹上的果子，我才吃了。」

上天主就對女人說：「你爲什麼做了這事？」女人答說：「蛇騙了我，我才吃了」。上天主對蛇說：「因你作了這事，你在一切畜牲和野獸中是可咒罵的；你要用肚子爬行，畢生天天吃土。我要把仇恨放在你和女人、你的後裔和她的後裔之間；她的後裔要踏碎你的頭顱，你要傷害他的脚跟。」

然後對女人說：「我要增加你懷孕的

苦楚，你要在痛苦中生子；你要依戀你的丈夫，也要受他的管轄。」以後又對亞當說：「因爲你聽了妻子的話，吃了我禁止你吃的果子，大地爲了你的緣故而成爲可咒罵的；你一生一世勞苦，才得餬口。大地要給你生出荆棘和蒺藜，你要吃田間的蔬菜；你必須汗流滿面，才有飯吃，直到你歸於土中爲止；因爲你是由土來的；你既然是灰土，還要歸於灰土。」

亞當給他的妻子起名叫厄娃：因爲她是衆生之母。

對答詠

領：今天童貞瑪利亞從達味後裔中誕生了。
答：藉著她，世界的救援顯示於所有信者，她生命的光輝照亮了世界。

領：我們要以極虔誠的心情，來慶祝

真福童貞瑪利亞的誕辰。

答：藉著她：

誦讀二 選讀克里特主教聖女德的講道詞

舊的都過去了，看哪，一切都更新
了

「梅瑟法律的終止是基督」；但祂並不廢棄法律條文，而是給它注入新的精神。法律的完成在於此：立法者在其目的達到之後，將文字轉變為精神。如此，在祂內重整了萬物；使法律藉聖寵而成爲生活的，並使法律隸屬在聖寵之下，使聖寵與法律和諧地相配合。但祂並未混亂了二者的特性，反而以奧妙的方式，把法律中沉重的、奴役的和暴虐的因素，化爲輕省和自由的，好使我們一如保祿使徒所說，不再「隸屬於塵世的不完善的制度之下」，也不再作法律條文的奴隸。

這就是基督所賜予我們的最大恩惠；

這就是奧蹟的顯示：本性被更新了：天主成了人，被取的人性也天主化了。那麼，天主如此榮耀、如此顯赫地降臨人間，需要一歡樂的前奏，以便將救贖的鴻恩帶進人間。這便是我們今天慶祝的奧跡：那前奏就是天主之母的誕辰，其完成與結束就是天主聖言與人性的結合。現在童貞女剛剛出生，被人哺乳，她在成長，準備成爲萬世之王、天主的母親。

我們由「聖言」獲得雙重利益：祂引導我們進入真理，並使我們脫離處於法律文字之下的奴役生活。用什麼方式？經由什麼途徑呢？毫無疑問：正如光一來臨，黑影消逝，聖寵的來臨，使自由取代文字。今天的慶典處於這一轉捩點：真理和其預像合而爲一，新的也取代了舊的。

願一切受造物都歡唱鼓舞，盡力之所能，以增加今天的喜慶。願今天天上地下共同慶祝這一慶辰；願天上人間的一切聯合在一起，歡度佳節。因為今天宇宙的創造者所居住的聖所落成了；一個受造物，由於這新穎的措施，已準備好把一座神聖的住所奉獻給造物主。

對答詠

領：我們要以極虔誠的心情，來慶祝今日卒世童貞聖瑪利亞天主之母的誕辰，

答：她光明燦爛的生活在光照普世教會。

領：我們在這天主之母童貞瑪利亞的慶辰，要全心全靈歌頌基督。

答：她光明：

唸「天主，我們讚美祢」(17)頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一、光榮的童貞聖母，
你是世海的曉星，
面對你的光輝，
羣星甘拜下風。

二、身為受造物，
却撫育了造物主，
偉大的奧秘，
震撼人的心靈。

三、厄娃失落的幸福，
藉你獨子的犧牲，
重新降到人間，
充實信眾的生命。

四、天國的大道開放，
領人直奔天廷，

普世萬民，
振奮歡騰。

五、你是上天的大門，

你是和平的途徑，

藉你聖子的救贖，

萬民喜獲永生。

六、光榮歸於父，

及子及聖神，

三位開天恩，

使你滿被聖寵。阿們。

對經一：今天是榮福童貞瑪利亞的誕

辰：她是亞巴郎的後裔，生

於猶大支派，出自達味顯赫

的王室。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 23 頁

對經二：當至聖童貞誕生時，世界得蒙

光照；有福的世家，聖潔的

根源，她懷中之子應受讚美。

對經三：我們興高采烈地慶祝榮福瑪

利亞的誕辰，願她為我們轉

求主耶穌基督。

簡短讀經

依一一，1 / 3

由葉瑟的樹幹將生出一支嫩芽，由它
身上將發出一棵幼苗；上主的神，智慧和
聰敏的神，超見和剛毅的神，明達和敬畏
的神，將住在他內；他將以敬畏上主為快
慰，他必不照他眼見的施行審訊，也不按
他耳聞的執行判斷。

短對答詠

領：天主簡選了她，預先就簡選了她。

答：天主：

領：讓她住在祂的帳幕裏。 答：預

先就簡選了她。

領：願光榮歸於父： 答：天主：

讚主曲對經：身爲天主之母的貞女，你的

誕辰給普世帶來了喜訊，因

爲由你生出了正義的太陽——

我們的天主基督；祂爲我們

除去了咒罵，帶來了幸福，

戰勝了死亡，賜下了永生。

禱詞 見通用 653 頁

結束禱詞

極仁慈的父，求祢賜給我們天上的恩寵；童貞瑪利亞的懷孕生子，是人類救恩的開端，求祢也因我們慶祝她的誕辰，而賞賜和平於人間。

日間祈禱

聖詠見聖詠集

午前

對經：今天是童貞聖瑪利亞的誕辰，

她光輝燦爛的生活照耀了普世的教會。

簡短讀經

歌六，10

那上升如晨曦，美麗似月亮，光耀若太陽，莊嚴如整齊軍旅的，是誰？

領：那聽了天主的話，並且遵行的人，答：是有福的。

午時

對經：出於王室的瑪利亞光輝閃爍；我們誠心誠意懇求她爲我們祈禱，幫助我們。

簡短讀經

友一三，24 / 25

創造天地的上主，應受讚美！因爲今天如此顯揚你的名字，以致凡永遠記得天主能力的人口，對你的讚頌不會消失。

領：童貞瑪利亞的胎是有福的，

答：因爲它孕育了永生天父之子。

午後

對經：在這天主之母、聖瑪利亞的神

聖慶日，我們應全心全靈向基

督謳歌讚頌。

簡短讀經

默二一，3

看哪！天主在人間的帳幕，祂要同他
們住在一起；他們要作祂的人民，祂親自
要與他們同在，作他們的天主。

領：你在婦女中應受讚頌。

答：你的親子同受讚頌。

結束禱詞 見晨禱

晚 禱

讚美詩

一 萬福海星，

天主聖母，

卒世童貞，

天堂福門。

二 天使口中，

尊稱萬福，

賜我平安，

大地更新。

三 解放囚犯，

發贖振聾，

消災免禍，

降福賜恩。

四 顯示慈顏，

爲我轉求，

有求必應，

母子情深。

五 溫良慈善，

偉大童貞，

除我罪污，

復我純真。

六世途艱險，

伴我前進，

與主同在，

歡樂無盡。

七讚美聖父，

聖子聖神，

三位一體，

萬世同欽。阿們。

對經一：童貞瑪利亞出自葉瑟之家，

至高者的神進入她的閨房。

聖詠、聖歌見聖母通用 658 頁

對經二：今天是童貞瑪利亞的誕辰，

天主看到了她的美麗，垂顧

了她的卑微。

對經三：天主之母童貞瑪利亞應受讚

美，應受尊敬，我們慶祝她的

誕辰，求她在主前為我們代禱。

簡短讀經

羅九，4 / 5

他們是以色列人：義子的名份、光榮、盟約、法律、禮儀以及恩許，都是他們的，聖祖也是他們的，並且基督按血統說，也是從他們來的；祂是在萬有之上，世世代代應受讚美的天主。阿們。

短對答詠

領：萬福，你充滿聖寵，主與你同在。

答：萬福：

領：你在婦女中受讚頌，你的親子同

受讚頌。 答：主與你同在。

領：願光榮歸於父： 答：萬福：

謝主曲對經：我們要紀念榮福童貞瑪利亞

的極榮耀的誕辰。天主垂顧

了她的卑微，派遣天使報告

她，即將生育世界的救主。

禱 詞 見通用 660 頁

結束禱詞

上主，求祢賜給我們天上的恩寵；童貞瑪利亞的懷孕生子，是人類救恩的開端，求祢也因我們慶祝她的誕辰，而賞賜和平於人間。

九月十一日

眞福董文學

(B. Ioannes

Gabriel perboyre) 司鐸殉道

眞福董神父(若望)原籍法國，一八

〇二年生，一八一八年入遣使會，一八二

〇年在巴黎晉鐸，曾任神學教授，初學導

師；一八三五年來中國，先在河南，後在

湖北一帶傳教。教難時被捕入獄，受盡諸

般苦辱，一八四〇年九月十一日，被判絞刑。

經文見一位殉道通用 719 頁

結束禱詞

天主，祢曾簡選眞福若望·佳播司鐸，到我國從事使徒的工作，爲了基督的福音受盡諸般痛苦，獲得了殉道的榮冠，求祢使我們師法他的榜樣，分擔基督的苦難，以言以行領人分享祢的救恩。

九月十三日

金口·聖若望(若望金口 S.

Ioannes Chrysostomus)

主教聖師

紀念

聖人於公元三四九年左右出生在安提約基。曾受極良好的教育；後開始度苦修生活，晉鐸後，到處講道，成效卓著。三九七年被選為君士坦丁堡主教，竭力改善神職班與信友們的品行，不愧為善牧典範。但為王室所忌恨，一再被迫而流徙，備受折磨。四〇七年九月十四日歿於龐多之高瑪納。生平著作等身，詮釋公教教義，正確介紹基督徒生活，故有金口之稱。

經文見牧者通用 738 頁；或聖師 769 頁

誦 讀

誦讀二 選讀金口·聖若望主教講道集

在我看來，生活就是基督，死亡就是利益

波濤洶湧，狂風可怖；但是我們不怕被淹沒：因為我們站在磐石上，儘管大海

肆虐，總不能粉碎這磐石；儘管波浪滔天，總不能淹沒耶穌的船。請問我們怕什麼呢？怕死亡嗎？「在我看來，生活就是基督，死亡就是利益」。我們怕充軍嗎？「大地和地上的萬物屬於上主」。我們怕財產被充公嗎？「我們沒有帶什麼到世界上來；同樣，也不能帶走什麼」。

世上的威脅，我加以輕視；世上的財富，只配我嗤笑。我不怕貧窮，也不貪財富。我不怕死；除非是爲了你們的進步，我也不求活着。因此我向你們提起這事，也勸你們要有信賴的心。

你沒有聽到主說：「無論在哪裏、有兩三個人因我的名字聚在一起，我就在他們中間」嗎？這麼多的人民因愛德的連繫結合在一起，吾主能不臨在嗎？我有祂的保证，難道我自恃己力嗎？不！我擁有祂

的話：這就是我的靠山，我的安全，我平安的港口。儘管天翻地覆，我擁有這句話，我要唸出這句經文，這就是我的城堡，我的保障。我唸什麼字句呢？「我要常常同你們在一起，直到今世的終結。」

基督和我在一起，我還怕誰呢？即使海浪或官長的怒火起來反對我，在我看來都好像一根蜘蛛絲般的無足輕重。若不是我對你們的愛德把我強留在這裏，今天我早已首途他去。因為我常向主說：「主，願祢的旨意承行」：不是這人或那人所願意的，而是祢所願意的。這便是我的城堡，這便是我不可搖撼的磐石，這便是我堅固的靠山。但願天主的旨意成就。如果祢願意我留在這裏，我感謝天主；祢無論願意我在那裏，我都感謝祢。

而且我在哪裏，你們也在哪裏；你們

在哪裏，我也在哪裏：因為我們是一個身體；身體不能與頭分離，頭也不能與身體分離。空間使我們彼此遠離，但愛德使我們連合在一起，甚至死亡也不能把我們分開。縱然我的身體死去，我的靈魂却仍然活着，不會忘記我的子民。

你們是我的同胞，我的父老，我的弟兄，也是我的子女；你們是我的手足，我的身體；你們是我的光，而且比光還要溫柔。那麼，光帶給我什麼？你們的愛又帶給我什麼？光在今生爲我是有用的，而你們的愛德，却爲我準備將來的冠冕。

對答詠

弟後二，9 / 10

詠二六，1

領：我爲了傳福音而受苦，甚至帶鎖鏈，像囚犯一樣；但是天主的話，

決不會受束縛。 答：因此，我

爲天主的選民忍受一切。

領：上主是我的光明、我的救援，我

還畏懼何人？ 答：因此：

結束禱詞

天主，仰望祢的人必獲得勇力。祢會
恩賜祢的忠僕聖若望主教，在困難中堅忍
不拔，在口才上超羣出衆；求祢賞賜我們，
因聖人偉大人格的感召，衷心接受他的訓
誨，矢志效法他百折不撓的精神與榜樣。

九月十四日

光榮十字聖架

慶日

讚美詩 見第二晚禱 1139 頁

聖詠 一四六

對經一：祂被釘死以後，從死者中復

活，救贖了我們，阿肋路亞。

請讚頌上主，十

歌頌我們的天主是件美事，※

讚美頌揚祂，甘飴之至。

上主重建了耶路撒冷，※

聚集了離散的以色列。

祂醫治了破碎的心靈，※

親自包紮他們的創傷。

點點繁星，由祂制定，※

顆顆星辰，是祂命名。

上主至大至尊，威能無比，※

祂的智慧無法估計。

上主將謙虛的人扶起，※

將作惡的人貶抑至地。

第一晚禱

（此慶節如遇主日時用）

請唱感恩的詩歌，

稱謝上主，※

彈琴讚頌我們的天主！

祂以雲霧遮蔽高天，※

把雨露賜給農田；

祂使青草生於羣山；※

創造植物供人吃穿。

祂將食物賜予家畜，※

飼養索食的鴉雛。

駿馬名駒，祂不喜歡，※

猛將勇士，祂不中意。

祂只喜愛那敬畏祂的人，※

賞識那信賴祂慈愛的人。

對經一：祂被釘死以後，從死者中復

活，救贖了我們，阿肋路亞。

聖詠一四七

對經二：在耶路撒冷聖城中間有一棵

生命樹，樹葉將給萬民帶來

健康，阿肋路亞。

耶路撒冷，你要讚頌上主！※

熙雍，你要讚頌你的天主！

因為祂鞏固了你的城門，※

降福了你城中的子女。

也使你的四境平安，※

讓你飽饗上好的麥麵。

祂向大地發出諭令，※

祂的聖旨即刻迅速傳遞。

祂降雪有如羊毛，※

祂撒霜好似飛絮。

祂拋下冰雹好似碎石，※

祂發出寒氣，水便凝結；

祂一發言，冰塊即刻溶化，※

祂一噓氣，靜水立即流動。

祂將自己的旨意曉諭了雅格，※

把自己的誠律啓示給以色列。

祂從沒有這樣恩待過任何國家，※
也從未向他們宣示過自己的律法。

對經二：在耶路撒冷聖城中間有一棵

生命樹，樹葉將給萬民帶來

健康，阿肋路亞。

聖歌 斐二，6-11

對經三：我們都應以我們的主耶穌基

督的十字架爲榮。

耶穌基督雖具有天主的形體，※

却沒有將自己與天主同等的地位，

把持不捨。

反而空虛自己，取了奴僕的形體，※

降生成人，與人相似。

形態上完全與人一樣，※

祂自謙自卑，服從至死，且死在十字架上。

因此，天主高高舉揚了祂，※

賜給祂一個名號，超越一切名號；

使天上、人間和地下的一切，※

一聽耶穌的名號，都屈膝叩拜。

衆口同聲都明認耶穌基督爲主，※

以光榮天主聖父。

對經三：我們都應以我們的主耶穌基

督的十字架爲榮。

簡短讀經

格前一，23-24

我們所宣講的是被釘在十字架上的基

督：猶太人看來固然是絆腳石，外邦人看

來是愚妄，但爲那些蒙召的人，不論是猶

太人或希臘人，基督却是天主的德能和天

主的智慧。

短對答詠

領：在主降來的時候，這個記號將在

天空出現。 答：在主：

領：請抬頭，因為你們的救恩近了。

答：在主：

領：願光榮歸於父： 答：在主：

謝主曲對經：基督必須先受苦，從死者中復活，然後才進入祂的光榮。

禱詞

我們的救主用祂的十字聖架救贖了我們。我們要懷著信心向祂祈禱：

求祢以十字聖架提攜我們，進入祢的天國。

基督，祢空虛自己，取了奴僕的形體，與人相似，

求祢使教會的成員都師法祢的謙遜。

基督，祢貶抑自己，聽命至死，且死在十字架上，

求祢賜給祢的僕人服從和忍耐的美德。

基督，祢曾受天主高舉，並獲得了一個名

字，超越其他一切的名字，

求祢使祢的信友恒心奮鬥，堅持到底。

基督，天上、人間和地下的一切，一聽到祢的名字，無不屈膝叩拜，

求祢賜給人們愛德，使他們能在平安中朝拜祢。

基督，一切唇舌都明認祢是主，以光榮天主聖父，

求祢引領我們已亡的弟兄，進入永恆的天國。

我們的天父：

結束禱詞

天主，祢為拯救人類，甘願使祢的唯一聖子被釘死在十字架上；求祢賞賜我們：

今世能深切領悟這無限愛情的奧蹟，來日在天上，獲享祢聖子救恩的果實。

序經對經：君王基督爲我們被高舉在十字

架上，請大家前來朝拜。

聖詠九四 3頁

誦 讀

讚美詩 見晨禱

聖詠吟唱

聖詠一

對經一：請看主的十字架；願祂的敵

人在祂面前遠遁；猶大族之
獅，達味家之根得勝了，阿

肋路亞。

列國爲什麼囂張？※

萬民爲什麼妄想？

地上的列王羣集一堂，十

諸侯也聚首相商，※

反抗上主，反抗祂的受傅者：

「我們要掙開他們的枷鎖，※
擺脫他們的束縛！」

那住在天上者，在向他們冷笑，※
上主在對他們熱嘲。

祂在震怒下向他們發言，※
祂的氣憤使他們心驚膽戰：

「我在熙雍、我的聖山上，※
已經封立了我的君王。」

我要傳報上主的聖旨：十
上主對我說：「祢是我的兒子，※
我今日生了祢。

祢向我請求，
我就將萬民賜祢掌管，※
使整個世界歸祢統治。

祢要用鐵杖粉碎他們，※
就像打破陶匠的瓦器一樣。」

衆王侯，你們要覺悟，※

大地掌權者，你們要留心受教！

要以敬畏的心事奉上主，※

戰戰兢兢向祂叩拜；

否則，祂若動怒，※

你們必被毀滅在中途。

祂的怒火一觸即發，※

然而，投靠祂的人真是有福。

對經一：請看主的十字架；願祂的敵

人在祂面前遠遁；猶大族之

獅，達味家之根得勝了，阿

肋路亞。

聖詠八

對經二：主的聖名在十字架上極受讚

揚，超越諸天和大地，阿肋

路亞。

上主，我們的天主！十

祢的名在普世何其美妙，※

祢的尊榮在天上彰明閃耀！

祢從赤子乳兒口中，

取得了完美的讚頌。※

使祢的仇敵匿跡銷聲。

我仰觀祢親手所造的穹蒼，※

和祢滿佈在天空的星辰月亮，

世人算什麼，祢竟對他懷念不忘？※

凡人算什麼，祢竟對他眷顧周詳？

祢使他稍遜於天使，※

賜予他光榮和尊貴。

使他統治祢雙手的化工，※

讓萬物服從他的命令：

所有的羊和牛，※

以及田野間的走獸，

天空的鳥和海裏的魚，※

以及游行海中的水族。

上主，我們的天主！※

祿的名在普世何其美妙。

對經二：主的聖名在十字架上極受頌

揚，超越諸天和大地，阿肋

路亞。

聖詠九五

對經三：有福的十字架，只有你相宜

托起天上的君王、主基督，

阿肋路亞。

你們要向上主高唱新歌，※

普世大地，要向上主詠唱。

你們要向上主歌唱，讚美祂的聖名，※

日復一日，不斷宣揚祂的救恩。

在列邦中，傳述祂的光榮，※

在萬民中，宣揚祂的奇能。

因爲上主偉大，應極受讚美，※

祂超越衆神，可敬可畏。

列邦的衆神盡屬虛幻，※

而上主創造了諸天。

威嚴與尊榮作祂的前導，※

祂的聖所充滿威能和光耀。

各家各戶，請讚頌上主的光榮威能，※

請光耀上主的名號。

攜帶着祭品，進入祂的庭院，※

穿戴着聖潔的衣冠，叩拜上主。

普世大地，在祂面前戰兢，※

向萬民宣佈：「上主爲王」。

祂穩定了寰宇，不再動盪，※

以正義公允審判萬邦。

蒼天和大地要歡欣鼓舞，※

海洋中的一切要踴躍歡騰；

原野中的一切都要雀躍，※

森林中的樹木也要舞蹈；

因爲上主已經駕臨，※

祂來審判乾坤；

按正義審判普世，※
以信實對待萬民。

對經三：有福的十字架，只有你相宜
托起天上的君王、主基督，

阿肋路亞。

領：梅瑟在曠野中將銅蛇舉起。

答：同樣，人子要從地上被高舉。

誦讀一 恭讀聖保祿致迦拉達人書

二，19 \ 三，7，13

\ 14；六，14 \ 16

十字架的光榮

聖人專用 1133
弟兄們，我已藉法律而死於法律了，
爲能生活於天主；我已同基督被釘在十字
架上了，所以，現在活着的，已不再是我，
而是基督生活在我內；我現今在肉身內生
活，是生活在對天主子的信仰內；祂愛了
我，且爲我捨棄了自己。我決不願使天主

的恩寵無效，因爲，如果成義是賴着法律，
那麼，基督就白白地死了。

無知的迦拉達人哪！被釘在十字架上的耶穌基督已活現在你們眼前，誰又迷惑了你們呢？我只願向你們請教這一點：你們領受了聖神，是由於遵行法律呢？還是由於聽信福音呢？你們竟這樣無知嗎？你們以聖神開始了，如今又願以肉身結束嗎？你們竟白白受了這麼多的苦嗎？果然是白白地嗎？天主賜與你們聖神，並在你們中間施展了德能，是因爲你們遵行法律呢？還是因爲你們聽信福音呢？經上這樣記載說：「亞巴郎信了天主，這就算爲他的正義。」因此你們該曉得：具有信德的人纔是亞巴郎的子孫。但基督由法律的咒罵中贖出了我們，爲我們成了可咒罵的，因爲經上記載說：「凡被懸在木架上的是可咒

罵的。」這樣天主使亞巴郎所蒙受的祝福在基督耶穌內普及萬民，並使我們能藉着信德領受所應許的聖神。

至於我，我只以我們的主耶穌基督的十字架而誇耀，因為藉着基督，世界對我來說，已被釘在十字架上；就世界來說，我也被釘在十字架上。其實，割損或不割損都算不得什麼，要緊的是新受造的人。凡依照這規律而行的人，願平安與憐憫降在他們身上，就是降在天主的新以色列身上！

對答詠

參閱迦六，4；希二，9

領：我們該以我們的主耶穌基督的十字架自誇，靠着祂我們得到了救援、生命和復活。 答：我們藉着祂而獲得救贖和自由。

領：祂受了死亡的痛苦，才接受了尊

貴和光榮的冠冕。 答：我們藉：

誦讀二 選讀克里特主教聖安德的講道集

基督的光榮和受舉揚便是十字架

我們慶祝十字架節，因為這十字架會驅除黑暗而帶來光明。我們慶祝十字架節，並與「被釘者」一起被高舉，好使我們擺脫罪惡的塵世，而獲得天上的恩寵。擁有十字架是多麼偉大的事！誰擁有十字架，誰就是擁有一座寶庫。我所稱的這個寶庫，實在是名副其實的最珍貴的寶庫：因為在它內，藉着它並爲了它，儲蓄着我們救恩的全部富裕，並使我們重新獲得救援。

事實上，倘若沒有十字架，基督便不會被釘死。倘若沒有十字架，「生命」不會被釘在木架上。倘若基督未被釘死，那永生之泉、那淨化世界的血和水，也不會從祂的肋旁傾流出來；我們的罪券也不會

被撕毀，我們不會得到自由，也不會享受生命樹的果實，樂園的門也不會敞開。倘若沒有十字架，則死亡不會被摧毀，邪惡的勢力也不會被解除武裝。

所以十字架是偉大而寶貴的。它是偉大的：因為十字架帶給我們許多恩惠，而且基督的奇蹟和痛苦所獲得的勝利越大，我們獲得的恩惠就越多。它又是寶貴的：因為十字架同時是天主的痛苦和獎品。是天主的痛苦，因為祂甘心死在十字架上；也是天主的獎品：因為在十字架上魔鬼被打敗，死亡和魔鬼一同被戰勝，地獄的門也被打斷。十字架成了普世的救援。

十字架被稱為基督的光榮和祂的被高舉。十字架被認為是所渴望之杯，是基督為我們忍受一切痛苦的總結。十字架是基督的光榮，請聽祂親口向我們說：「現在

人子受到了光榮，天主也在人子身上受到了光榮，並要立刻光榮祂。」又說：「父啊！請祢用那我在創世之前與祢同享的光榮來光榮我吧！」又說：「父啊！光榮祢的名吧！」當時就有聲音來自天上：「我已光榮了我的名，我還要光榮。」這話指出基督在十字架上所應獲得的光榮。

十字架也是基督的受高舉，請聽祂親口說的話：「當我從地上被舉起來時，便要吸引眾人來歸向我。」現在你已看到，十字架確是基督的光榮和被高舉。

對答詠

領：這真是奇妙的十字架，在它上面懸掛著被俘者的寶藏和救援！

答：藉著它，主用自己的血救贖了世界。

領：萬福，十字架！你藉基督的身體

而被祝聖；祂的肢體，像珠寶一樣作你的裝飾。 答：藉著它：

唸「天主，我們讚美祢」(17)頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一、耶穌，人類的救主，

聖父的形象，

光明的光明，

請垂聽我們的歌頌。

二、爲召集天主的子民，

在十字架上，

祢伸開了雙臂，

領我們進入復活的光榮。

三、基督，萬民的救星，

光榮歸於祢，

及父及聖神。

世世無窮。阿們。

對經一：祂忍受了十字架的痛苦，摧

毀了地獄的勢力；祂佩戴了

威能，第三天又重獲生命。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 87頁

對經二：十字架光芒四射，救主高懸，

傾流了寶血，洗滌了我們的

創傷。

對經三：神聖的十字架光輝奪目，世

人藉它重獲救恩；十字架勝

利，十字架爲王，十字架驅

除一切罪惡，阿肋路亞。

簡短讀經

希二，9 / 10

我們看見耶穌，祂因所受的死亡之苦，

接受了尊貴和光榮的冠冕；這原是出於天

主的恩寵，使祂爲每個人嚐到了死的味道。

其實，那做爲萬物的終向和萬物根源的天主，領導許多兒子進入光榮，藉苦難來成全拯救衆子的元首，本是適當的。

短對答詠

領：基督，我們朝拜祢，讚美祢。

答：基督：

領：祢藉十字架救贖了世界。

答：基督：

領：願光榮歸於父： 答：基督：

讚主曲對經：主，我們敬拜祢的十字架，

我們讚美、光榮祢的神聖復

活：因爲喜樂藉助十字聖木

來到了世界。

禱詞

我們的救主以祢的十字架救贖了我們；

我們要懷著信心向祢祈禱：

求祢以十字聖架提攜我們，進入祢的天國。

天主聖子，祢曾以銅蛇的記號，治癒了以色列人民，

求祢現在也保護我們，不受罪惡的傷害。

基督，梅瑟在曠野裏高舉了銅蛇，祢也被

高舉在十字架上，

求祢使我們上升，得享天國的喜樂。

聖父的唯一聖子，天父將祢賜給了世界，

使凡信祢的人不致喪亡，

求祢將永生賜給尋求祢的人。

聖父的鍾愛之子，祢被派到世界上來，不

是爲了審判世界，而是要世界藉祢而得救，

求祢將信德賜給我們的近人，勿使他們

喪亡。

聖父的永生之子，祢來是爲把火投在地上，

並切望它燃燒起來，

——求祢使我們實踐真理，奔向光明。
我們的天父：

結束禱詞

天主，祢為拯救人類，甘願使祢的唯
一聖子被釘死在十字架上；求祢賞賜我們，
今世能深切領悟這無限愛情的奧蹟，來日
在天上，獲享祢聖子救恩的果實。

日間祈禱

聖詠見聖詠集

午前

對經：救主基督，求祢以十字架的大
能拯救我們；祢曾從海中救起
了伯鐸，求祢垂憐我們。

簡短讀經

希五，7 / 9

當基督還在血肉之身時，以大聲哀號
和眼淚，向那能救祂脫離死亡的天主，獻

上了祈禱和懇求，就因祂的虔敬而獲得了
俯允。祂雖是天主子，仍然由所受的苦難
中學習了服從，且在完成之後，為一切服
從祂的人成了獲得永恒救恩的根源。

領：基督，我們朝拜祢，讚美祢。

答：祢藉着十字架救贖了世界。

午時

對經：世界的救主，請拯救我們，祢
會藉十字架和寶血救贖了我們。
我們的天主，求祢助祐我們。

簡短讀經

弗一，7 / 8

我們在基督內，藉祂的血獲得了救贖
和罪過的赦免，都是按着祂豐厚的聖寵，
這聖寵會充裕地賜給了我們。

領：主，願全球朝拜祢，向祢謳歌。

答：歌唱聖詠，讚美祢的聖名。

午後

對經：救主基督，祢以聖死摧毀了我
們的死亡，祢以復活恢復了我
們的生命，求祢以十字架拯救
我們。

簡短讀經

伯前一，18-19

你們不是用能朽壞的金銀等物，由你
們祖傳的虛妄生活中被贖出來的，而是以
寶血，即無玷污也無瑕疵的羔羊基督的寶
血。

領：在主降來審判世人的時候，

答：這個記號將在天空出現。

結束禱詞 見晨禱

第二晚禱

讚美詩

一、基督，永恒的聖言，

祢以愛心創造我們，
又以聖血救贖我們，
仁慈的救主，
求祢帶領我們，
走向永生。

二、祢摧毀了罪惡的桎梏，
求祢保護善良的人，
解救受迫害的人。
仁慈的救主，
在回歸天鄉的路上，
時時與我們同行。
三、願十字架的光輝，
永遠照耀我們，
基督，勝利的君王，
光榮歸於祢，
及父及聖神，
世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一〇九

對經一：這是一件愛的偉大事跡！當

生命在這木架上死亡時，死

亡即刻就被消滅。

上主對我主起誓說：「祢坐在我的右邊，※
等我使祢的仇敵，做祢的腳凳。」

上主自熙雍伸出祢的權杖：※

祢要在仇敵中統治為王。

在聖山上，祢誕生之日，王位就屬於祢，※
我已經生了祢，好像在黎明之前的朝露。

上主發了誓，決不反悔，※

「祢按照默基瑟德的品位，永為祭司。」

上主常在祢的右邊，※

祂發怒之日，必要粉碎列王。

君王將在路旁暢飲溪水，※

因此，祂將挺胸抬頭。

對經一：這是一件愛的偉大事跡！當

生命在這木架上死亡時，死

亡即刻就被消滅。

聖詠一一五

對經二：主，我們朝拜祢的十字聖架，

我們追念祢光榮的苦難。祢

為我們受盡了苦辱，求祢垂

憐我們。

雖然我說過：「我痛苦萬分」，※
我仍然保持信心。

我徬徨時，曾說過：※

「人心虛偽，不可信託。」

上主賜我鴻恩，※

我將何以為報？

我要舉起救恩的杯，※

我要呼號上主的名；

我要在全體子民前，※
向上主還我許的願。

聖徒的逝世，※

上主十分珍視。

上主，至於我，我是祢的僕役，※

我和母親同樣侍奉祢。

祢解除了我的羈絆，+

我要呼求祢的名，※

向祢獻上讚頌之祭。

我要在全體子民前，※

在上主聖殿的庭院，

耶路撒冷啊！在你中間，※

向上主還我許的願。

對經二：主，我們朝拜祢的十字聖架，

我們追念祢光榮的苦難。祢

爲我們受盡了苦辱，求祢垂

憐我們。

聖歌 默四，11；五，9，10，12

對經三：基督，我們朝拜祢，讚美祢。

祢藉十字架救贖了世界。

上主，我們的天主，※

祢理當接受光榮，尊威和權能，

因爲祢創造了萬物，※

萬物都因祢的旨意而存在，而造成。

上主，只有祢堪當接受那書卷，※

開啓書卷上的封印。

因爲祢曾被宰殺，+

從各支派、各語言、各民族、

各國家中，※

用祢的血把我們拯救出來，歸於天主，

使我們成爲天國的子民和侍奉天主的祭司，※

我們必要爲王，統治世界。

被宰殺的羔羊理當接受權能，※

富裕、智慧、英勇、尊威、

光榮和讚頌！

對經三：基督，我們朝拜祢，讚美祢。

祢藉十字架救贖了世界。

簡短讀經

格前一，23 / 24

我們所宣講的是被釘在十字架上的基督，猶太人看來，固然是絆腳石，外邦人看來是愚笨的，但對那些蒙召的人，不論是猶太人或希臘人，基督却是天主的德能和天主的智慧。

短對答詠

領：光榮的十字聖架，天使之王在你

上面獲得了勝利。 答：光榮：

領：祢用祢的血洗淨了我們的創傷。

答：獲得了勝利。

領：願光榮歸於父： 答：光榮：

謝主曲對經：勝利的十字架，可奇的標記，

請領導我們凱旋地進入天廷。

禱 詞

我們的救主以祢的十字架救贖了我們，我們要懷着信心向祢祈禱：

求祢以十字架聖架提攜我們，進入祢的天國。

基督，祢空虛自己，取了奴僕的形體，與人相似，

一求祢使教會的成員都師法祢的謙遜。

基督，祢貶抑自己，聽命至死，且死在十字架上，

一求祢賜給祢的僕人服從和忍耐的美德。

基督，祢曾受天主高舉，並獲得了一個名字，超越其他一切的名字，

一求祢使祢的信友恒心奮鬥，堅持到底。基督，天上、人間和地下的一切，一聽到

祢的名字，無不屈膝叩拜，

——求祢賜給人們愛德，使他們能在平安中
朝拜祢。

基督，一切唇舌都明認祢是主，以光榮天
主聖父，

——求祢引領我們已亡的弟兄，進入永福的
天國。

我們的天父：

結束禱詞 見晨禱

九月十五日

痛苦聖母

紀念

經文見聖母通用 633 頁

序經對經：救主使祂的母親分擔了祂的憂

苦，請大家前來朝拜。

聖詠九四 3 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖納德院長的講道集

聖母侍立十字架旁

童貞聖母的殉道之苦，在西默盎的預
言中、和吾主的受難史中、都會提到。年
高德劭的老人論及嬰兒耶穌、向瑪利亞說：
「請看，這孩子將要成爲受反對的目標，
一把利劍將要刺透你的心靈。」

可讚頌的母親，真有一把利劍刺透了
你的心靈。假設這把利劍沒有刺透你兒子
的肉體，也就不能刺透你的心。誠然：
這屬於你的耶穌——雖然也屬於衆人，可是
祂特別屬於你——斷氣後，那無情的長矛並
沒有刺透祂的心靈；長矛沒有憐惜一位死
人，可是它却不能再使祂感到痛苦，却刺

開了祂的肋旁，可是它所刺透的却是你的心靈。耶穌的靈魂的確已不再那裏，但是你的靈魂却不能逃避。是痛苦的力量刺透了你的心靈，我們理應宣稱你是「超級殉道者」；因為你所受的苦痛，確實超過人體所感到的痛苦。

「母親，這就是你的兒子！」這句話爲你不是比利劍更厲害嗎？它刺透你的心靈，甚至使靈魂與精神分離。這是怎樣的交換啊！若望被交付給你，以代替耶穌，你滿懷熱情的心靈、怎能不被刺透呢？僕人代替主人，弟子代替老師，載伯德之子代替天主之子，凡人代替真天主！我們的心雖然堅硬如鐵石，稍一回憶這句話，也會被撕裂，你一聽到這句話，怎能不「心痛欲裂」？

弟兄們，你們不要驚訝：瑪利亞被稱

爲心靈上的殉道者。誰忘記了保祿所說，外邦人最大的罪孽之一，就是「無情」的話，才會驚訝。這樣的罪，聖母的心中絕對沒有，她忠僕的心中也不會有。

但是也許有人說：「難道聖母沒有預先知道耶穌要死嗎？」毫無疑問。「難道她不知道祂不久就要復活嗎？」——她堅信不疑。既然如此，她看到耶穌被釘，還會感到痛苦嗎？是的，痛苦萬分。弟兄！你是誰？你的智慧從何處而來，使你對瑪利亞的痛苦，比對她兒子的痛苦更驚奇呢？聖子能在肉身內死亡，難道聖母不能在心內與祂一同死亡嗎？是愛德使耶穌受死，人間沒有比這更大的愛；是愛德使聖母忍受痛苦，人間沒有其他母親的愛能與之比。

對答詠

路二三，33；若十九，25；

參閱路二，35

領：在他們來到那名為加爾瓦略的地

方，就在那裏把祂釘在十字架上。

答：耶穌的母親侍立在十字架旁。

領：那時候，那痛苦的利刃刺透了瑪

利亞的心靈。 答：耶穌的：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一、聖子高懸十字架上，

慈母倚立心憂苦，

舉目仰視淚汪汪。

二、慈母悲痛深似海，

有如無情利刃，

刺透心腸。

三、獨子的母親，

為救罪人出苦海，

分擔愛子的悲傷。

四、仁慈的母親，

見愛子受盡侮辱，

內心怎能不悽愴？

五、母子連心，

同憂同苦，

誰能見到不斷腸？

六、基督嘔氣時，

心痛如刀割，

慈母恩情似海洋。

七、願我臨終時，

賴聖母的轉求，

享見救主的榮光。阿們。

對經一：主耶穌，我的靈魂依戀祢。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 25 頁

對經二：我們與基督同受痛苦，要歡

欣愉快。

對經三：天主樂意藉基督的血使萬有

都與祂重歸於好。

讚主曲對經：飽受痛苦的母親，歡欣吧！

因為你現在在天上分享你聖

子的勝利，成為宇宙萬有的

元后。

禱詞 見通用 653 頁

結束禱詞

簡短讀經

哥一，24 / 25

現在我為你們受苦，我覺得高興，因

為這樣我在我的肉身上，為了基督的身體

——教會，補充基督的苦難所欠缺的；我依

照天主為你們所授與我的職責，作了這教

會的僕役，好能充分宣揚天主的道理。

天主，昔日祢的聖子身體懸在十字架

上的時候，祢讓祂的母親站在一旁與祂同

憂共苦；求祢賞賜我們和聖母一起分擔基

督的苦難，將來也能與基督同享復活的光

榮。

短對答詠

頌：童貞聖瑪利亞，願我們藉你獲得

救恩。 答：童貞：

頌：願我們因基督的聖傷，得到痊癒。

答：童貞：

頌：願光榮歸於父…… 答：童貞……

晚禱

讚美詩 見晨禱

對經一：基督是我們的和平，祂藉十

字架使我們與天主和平相處。

聖詠、聖歌見聖母通用 658 頁

對經二：我們要前往生活之天主的聖城，到新約中保耶穌面前。

對經三：我們藉基督的血得到了救恩。

簡短讀經

弟後二，10 / 12 a

我為蒙選的人忍受一切，為使他們也獲得那在基督耶穌內的救恩和永遠的光榮。這話是確實的；如果我們與祂同死，也必與祂同生；如果我們堅忍到底，也必與祂一同為王。

短對答詠

領：天地元后聖瑪利亞，侍立在主的

十字架旁。 答：天地：

領：她是有福的：雖未死亡，却獲得

了殉道的榮冠。 答：侍立在主

的十字架旁。

領：願光榮歸於父： 答：天地：

謝主曲對經：耶穌看見祂的母親及祂所鍾

愛的門徒站在十字架旁，就

對母親說：「夫人，請看，

你的兒子！」又對那門徒說：

「請看，你的母親！」。

禱 詞 見通用 660 頁

結束禱詞 見晨禱

九月十六日

聖高略 (高內略 S. Cornelius) 教宗

及

聖啓廉 (西彼廉 S. Cyprianus) 主教

殉道

紀念

聖高略於公元二五一年陞任羅馬教會

主教，竭力攻斥諾瓦濟裂教徒，並由聖啓廉之協助，得以加強教宗的權威。後被皇帝高盧放逐，於二五三年死於古城。他的遺體被移葬於羅馬加里斯都公墓中。

聖啓廉於公元二一〇年左右，在迦太基外教家庭出生。回頭歸正後，晉陞鐸品，二四九年陞任本城主教。他在教會多災多難之秋，曾以事工以著作，管理教區。在瓦肋里皇帝迫害教會時，先被判充軍，二五八年九月十四日殉道。

經文見多位殉道通用 692 頁；或牧者通用 738 頁

誦 讀

誦讀二 以下兩篇誦讀，可任選其一

(一) 選讀聖啓廉主教書信集

爽快而堅定的信德

啓廉致書於其兄高略。

親愛的吾兄，我獲悉你曾爲信德和勇敢光榮地作証；我也以興奮之情得知你承認信仰的高貴行爲，我竟視自己也分享你的功德和稱讚，作你的同伴。因爲我們共同組成一個教會，精神結合在一起，同心同德，不能分離：哪一位司鐸不以其同道之榮爲榮，視之如同自己的光榮、而深自慶幸呢？又有哪一個弟兄的團體，無論它在何方，不因他們弟兄的歡樂而感到幸福呢？

當我獲得有關你之勇敢的好消息時，我的歡欣，我的快樂，是人的語言不足以形容的：我聽到你如何領導衆弟兄承認對基督的信仰，衆弟兄的宣信如何彰顯了領袖的宣信。祢第一個向光榮邁進，也使許多的人成爲你光榮中的同伴。你首先準

備以衆人的名義承認了信仰，而使大家決定爲信仰作証。我不知道首先應該在你身上慶祝什麼：是你爽快而堅定的信心，或是衆弟兄們那種不可分離的愛情？你以主教身分所表現的勇敢已公然顯示，追隨在你之後的衆弟兄也顯示了團結一致的精神。只要你們大家只有一顆心和一個聲音，就是整個羅馬教會在爲信仰作証。

親愛的吾兄，人們在你身上看到信德大放光明，這信德是保祿使徒所稱讚的。他在心靈中已預見你那值得稱讚的勇敢和不屈不撓的堅毅；他藉着宣揚你將來的功勳，讚頌祖先，以鼓勵後代子孫。你們的勇毅及同心合意，爲其他弟兄們樹立了勇毅及同心合意的典範。

親愛的吾兄，天主上智的措施已指示我，天主仁慈有益的忠告也提醒我：我必

須戰鬥的日子近了。我願意盡力之所能，以那使我們結合在一起的互愛的名義勸勉你們：該與衆子民不斷守齋、守夜並祈禱。因爲這就是供我們使用的天上武器，使我們堅定並恒心到底保持信仰；這就是保衛我們的精神堡壘和神聖的武器。

願我們彼此相念，願我們只有一顆心、一個靈魂；互相代禱；願我們因彼此相愛、而減輕我們的考驗和焦慮。

(二) 選讀聖啓廉受判死刑的法庭紀錄
事既合理，無庸考慮

九月十四日清晨，羣衆奉總督加肋略·馬西牧之命聚集在塞斯多廣場。總督坐堂，命令當天把啓廉帶到刑場；啓廉被押到後，總督問他說：「你是達希伍人啓廉嗎？」

啓廉主教回答說：「我正是」

總督說：「是你自稱爲信奉瀆神道理

者的首領嗎？」啓廉回答說：「是我。」

總督說：「神聖的皇帝們命你向諸神獻祭。」——啓廉答道：「我不要作。」

總督說：「你考慮一下。」——啓廉答道：「你去執行接受的命令吧！事既如此合理，無庸考慮。」

總督和議員會商後，最後判決說：「你長久生活在一種褻聖的道理中，你又糾集許多不良分子，以發動罪大惡極的陰謀；你起而與羅馬諸神及其敬神的禮節爲敵；那虔誠而極神聖的帝王瓦來連和其子加利安，以及至上凱撒，都未能使你回心轉意，而舉行祭神之禮。因此，你既甘心製造並播散可恥的罪孽，你的死將對你的共犯作爲一個榜樣，你的血將維持法律的神聖。」

然後，總督便宣讀寫在木板上的判決書：「達希伍人啓廉被判決斬首。」啓廉主教

說：「感謝天主。」

宣判後，衆弟兄說：「我們也願同他一起被斬首！因此，信衆羣情激昂，有許多人跟隨他。啓廉主教便這樣被押到塞斯多刑場。他脫下外衣，跪下，並俯身向主祈禱。他脫下主教禮服，交與執事，只穿麻布內衣，直立不動，等待刑役的來臨。

刑役來到，啓廉吩咐在旁的人，給刑役二十五個金幣。然後，弟兄們就在他前面鋪上細麻布和手帕。眞福啓廉用自己的手掩蔽雙目。他不能用自己的手捆綁自己，猶廉神父和猶廉五品就給他綁起來。

眞福啓廉就這樣殉道了。爲了避免外教人的好奇心，暫時把他的遺體停放在附近。然後在夜間，信衆手執蠟燭和火炬，把他的遺體遷葬到馬巴利路，水池旁、瑪克祿·甘地德總督的墓地。這次遷葬是在

真正凱旋的歡樂中舉行的。幾天之後，加肋略·馬西牧總督便去世了。

眞福啓廉於九月十四日，在瓦來連和加里安二皇帝執政時，捨生致命，但是却 在吾主耶穌基督治下，願崇敬和光榮歸於祂，萬世無疆。阿們。

對答詠

領：天主和祂的天使在觀看，連基督也在觀看我們作戰，觀看我們爲了信德而奮戰。 答：天主光臨，基督法官親自爲他加冕，這是何等光榮，何等慶幸的事！

領：我們要以純潔的心靈，完整的信仰，虔誠的勇氣，全力以赴，迎接最後的決鬥。 答：天主光：

讚主曲對經：珍貴的死亡：以鮮血爲代價，

換取永生！

結束禱詞

天主，祢曾派遣不辭辛勞、具有大無畏精神的殉道者聖高略和聖啓廉，作祢羣羊的善牧。求祢因他們二聖的代禱，賞賜我們堅強的信德，克服困難的勇氣，能爲教會的合一、團結，而努力工作。

謝主曲對經：慈母教會真是有福，基督的殉道者用他們的鮮血使教會光芒四射。

九月十七日

聖羅伯·白敏

(羅伯多伯辣民)

S. Robertus Bellarmino)
主教聖師

聖人一五四二年出生於義國杜西亞省。及長在羅馬入耶穌會，晉鐸後從事護道工作，並於羅馬公學教授神學，頗負盛名。後被陞任樞機主教和迦普主教，並協助羅馬聖部解決當時的困難問題，貢獻良多。一六二一年安逝於羅馬。

經文見牧者通用 738 頁，或聖師 769 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖羅伯·白敏論舉心向上

請使我心嚮慕祢的律例

「主啊，祢良善而寬仁，又富於慈悲」。誰若略嘗祢慈父權威的甘飴，能不全心事奉祢呢？主，祢吩咐祢的僕人作什麼呢？祢說：「你們要負我的軛。」祢的軛是怎樣的呢？祢說：「我的軛是溫和

的，我的擔子是輕省的。」這軛並不壓人，反而鼓勵人；這擔子並不會加重，反而使人輕鬆，誰還不甘心背負呢？所以，祢合理的又加上一句說：「你們要獲得靈魂的安息。」那不使人疲倦，反而使人獲得安息的軛是什麼呢？這便是第一條和最大的誡命：「你要全心愛你的主、天主。」主，我的天主，還有什麼比愛善、美和愛更容易、更愜意、更甘飴的呢？因為祢自己就是善、美和愛。

此外，祢的誡命比純金更寶貴，比蜂蜜的蜜還甘甜；祢不是許給凡遵守祢的誡命的人一項賞報嗎？是的，祢許諾一項賞報，而且是無限的賞報，一如祢的使徒聖雅格所說：「天主為愛祂的人，準備了生命的冠冕。」生命的冠冕是什麼呢？這是超越我們所能想象的福樂。聖保祿引用

依撒意亞先知的話說：「天主為愛祂的人所準備的是，眼所未見，耳所未聞，人心所未想到的。」

真的，遵守祢的誠命所得的賞報是豐富的。第一條和最大誠命不僅有益於遵守者或出命的天主，而且，其他的誠命也都能使遵守者成聖，堅強他，教誨他，使他具有價值，最後使他成為善良而幸福的人。如果你明智的話，要知道：你的受造，是為光榮天主和你永遠的得救。這才是你的目的，是你靈魂的中心，是你心靈的寶藏。如果你達到這個目的，你將是幸福的；如果達不到，你將是不幸的。

所以，你要認清真善，就是使你達到目的的一切；你也要認清真惡，就是使你失落目的的一切。順與逆、富與貧、健康與疾病、榮譽與羞辱、生命與死亡：明智

人不該為了這些事的本身而加以追求，或者加以逃避。如果這一切，有助於天主的光榮和你永遠的幸福，便是好的，該加以追求；如果它們構成阻礙，就是壞的，該加以逃避。

對答詠

拉二，7；鐸一，7，9

領：祭司的唇舌保衛知識；人也從他的口中獲得教訓， 答：因為他是萬軍上主的使者。

領：做主教的，該是天主的管家，好能以健全的道理，去勸戒人。

答：因為他：

結束禱詞

天主，為了維護祢教會的信仰，祢賜給了聖羅伯主教卓絕的學識與聖德；求祢因聖人的轉求，使我們常能保持完整的信仰，並能愉快地善度信仰生活。

九月十九日

聖佳年(雅納略 S. I anuarius)

主教殉道

聖人是伯納文主教，雕克里先教難時，在納坡里殉道，受到該城人民特別敬禮。

經文見一位殉道者通用 719 頁；或牧者 738 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖思定主教講道詞

為你們我是主教；同你們在一起，我也是基督徒

自從天主在我肩上放置這重擔以來——這重擔加給我極為困難的責任——我就關心這項榮譽，而使我不斷地焦慮不安。在這

主教的職責上，什麼事使我恐懼呢？這便是：我更喜歡接受那具有危險性的榮譽，而忽視為你們謀求福利，而獲得的善果。我主教的身分使我怕懼，然而，我和你們在一起時，却感到安慰：因為對你們來說，我是主教；我和你們在一起時則是基督徒。第一個名銜是我接受的職務，第二個是一項恩寵。前者包含着危險，後者是為了得救恩。

總之，我們好像在汪洋中為狂風暴雨所衝擊。可是，當我們想到那以寶血救贖我們的主時，這種思想帶給我們平安，使我們就好像進入了安全的港口。我個人雖感職責艱苦，但為你們服務時，又覺得安寧。我和你們一同被救贖這個事實，比我作你們的長上，使我更高興。那麼，一如吾主所命令的，我要更慷慨地作你們的

僕人，免得我愧對那使我成爲你們的同伴的代價。當然，我該愛救世主，我也知道祂向伯鐸所說的話：「伯鐸，你愛我嗎？」

「你牧養我的小羊。」祂一而再，再而三地重覆這句話。這是在詢問他的愛情，也是加給他勞苦。因爲愛情越大，勞苦越小。

「上主賜我鴻恩，我將何以爲報？」

如果我說，我要牧養主的羊羣，以報謝天主；即使我這樣做，「並不是我，而是與我相偕的天主的聖寵」所做的。我所做的一切既然都是藉聖寵所促成，我怎能報答祂呢？可是，因爲我們不求代價的愛祂，因爲我們牧養祂的羊羣，所以我們便要求賞報。這事怎能成呢？我不求代價的愛主而牧養羊羣，這和因我牧養羊羣，而要求賞報，二者怎能配合呢？除非那被愛者本身就是我們的賞報，這將是不可能的，也

不該向那不求代價而被愛者要求任何報酬。如果因爲祂救贖了我們，我們便以牧養祂的羊來「報答」祂；那麼，我們既是牧人，爲了祂使我們成爲牧人這個事實，我們將對祂回報什麼呢？因爲如果我們是壞牧人——但願不要如此——這是由於我們自己的罪惡；我們若是好牧人——但願天主賜與我們——那末，這只能是由於天主的聖寵。至於你們，我的弟兄們，「我勸你們不要白白領受天主的恩寵」。要使我們的牧職獲得成效。「你們是天主所耕種的田地」。你們要在外接受「栽種者和灌溉者」，但在內却要接受那「使之生長者」。你們要以祈禱和服從來協助我們，好使我們不僅以作你們的長上爲樂，而且更能以爲你們服務爲樂。

對答詠

領：佳年真是一位殉道烈士，他為基督的聖名傾流了鮮血； 答：他不為威武所屈，亦不求塵世虛榮，現在到達了天國。

領：上主引導義人履行正道，指示他走向天主的國。 答：他不為：

結束禱詞

天主，我們今日紀念聖佳年主教的英勇殉道；求祢賞賜我們，今世能追隨聖人的芳表，來日在天上，也能與他永享無窮的歡樂。

九月二十一日

聖瑪竇 (S. Mattheus) 使徒 慶日

瑪竇是葛法翁城人，蒙召為使徒時，身為稅吏。他以希伯來語編寫福音；相傳他在東方傳教。

經文見使徒通用 674 頁

誦 讀

誦讀一 恭讀聖保祿致厄弗所人書

四，1-16

基督奧體中的各種職務和恩寵

弟兄們！我這因事奉主而被囚禁的懇求你們：行事為人要與你們所受的寵召相符合，凡事要謙虛、溫柔、忍耐，以愛心互相寬容，盡力以和平的聯繫，保持聖神所賜的合一。因為只有一個身體和一個聖神，正如你們蒙召同有一個希望一樣。只有一個主，一個信德，一個洗禮，只有一個天主和衆人之父，祂超越萬有，貫徹

萬有，並且在萬有之內。

我們每個人領受了特寵，都是按照基督施恩的尺度，正如經上所說的：「祂帶領俘虜，上升高天，且把恩惠賜與人。」

「祂上升了」這句話的意思，豈不是指祂曾先下降到地下嗎？那下降的正是上升到諸天之上，以充滿萬有的那一位。就是祂賜與這些人作使徒，那些人作先知，有的作傳福音者，有的作司牧和教師，爲的是要準備聖徒，使他們各盡其職，以建樹基督的身體，直到我們衆人，對於天主子都達成一致的信仰和認識，成爲成年人，達到基督那成熟完美的境界。這樣，我們就不再做小孩子，爲各種邪說之風所飄盪，隨波逐流，而中了人的陰謀，陷於引入荒謬的詭計；相反的，要在愛德中持守真理，在各方面以基督我們的元首爲榜樣，

不斷長進。靠着祂，全身各部份都結構緊湊，藉着各關節的互相補助，按照各肢體的功用，各盡其職，使身體不斷增長，在愛德中把自己建立起來。

對答詠

伯後一，21；箴二，6

領：預言不是出自人的意願。

答：而是在聖神的推動下，由天主的聖者說出來的。

領：恩賜智慧的是上主；睿智和知識都是出自祂的口。

答：而是在：

誦讀二 選讀可敬伯達神父的講道詞

耶穌一看見他，就可憐他並簡選了他

耶穌看見一個人坐在稅關上，名叫瑪竇，就對他說：「來跟隨我！」耶穌不僅用肉眼看他，而且還用祂內心憐愛的眼

看他。祂看到了稅吏，因為祂以憐愛和簡選的眼看他。祂對他說：「來跟隨我」，就是說，來效法我。跟隨不僅是要走在祂後面，而更是要效法祂的行爲；因爲「誰說自己住在基督內，就應該照祂所做的去做」。

瑪竇「就起來跟隨了耶穌」。對稅吏的行爲不必詫異：他一聽到主迫切的召喚，立即拋棄了他所追求的暫世錢財，而跟隨一個他看來「貧無立椎」的人。這是因爲那以言語從外面呼叫他的主藉着一種無形的力量，感動了他的內心深處：祂向他放射天主聖寵的光輝，使他了解：那在今生召叫他拋棄世物的主，將來在天上必能賜給他不朽的寶藏。

「耶穌在屋裏吃飯時，有許多稅吏和罪人也來同祂和祂的門徒一起吃飯」。一

位稅吏的回頭、成爲許多稅吏和罪人悔改和得赦的榜樣。這真是他將來做外邦使徒與導師的美好預兆：他自己回頭的開始，已吸引了許多罪人走上得救之路。他在德行上進步之後將要完成的宣揚福音之職，在他信仰的初步便開始了。再者，如果我們對所發生的事作更深一層的研究，我們就可以領悟，瑪竇不僅在自己家裏準備了有形的宴會，而且，更使主喜歡的，是祂藉着信德和愛德、在自己心內預備了無形的宴會。主親自作証說：「看哪！我站在門口敲門：誰若聽見我的聲音而給我開門，我要走進他家裏，我和他、他和我，共進晚餐。」

當我們自願接受基督的內在或外在的勸告，並履行我們應盡的職責時，我們就是聽到祂的聲音，而爲祂開門。祂一進來，

就和我們一起進餐，因為祂藉着祂聖愛的聖寵、住在被選者的心裏；這樣，祂不斷以祂親臨的光輝滋養他們的心靈，以逐漸提高他們的心思念慮；祂自己也常賞識他們對天堂的熱誠，好像欣賞最甘飴無比的食物一樣。

對答詠

領：瑪竇是一位敏銳的經師，精通天主的律法。 答：他全心研究了上主的法律，並靠上主的助祐，按照他所教導的去生活。

領：天主將祂光榮的福音託付給他。

答：他全心：

唸「天主，我們讚美祢」(17)頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一、大聖瑪竇，

有福的肋未人，

在你的使徒的聖召中，

我們看到了天主的寬仁。

二、當你身為稅吏時，

心中顧慮的是金銀，

基督的召喚，

給你帶來了天主的鴻恩。

三、從此拋棄俗念，

一心追隨基督，

在聖神的啓迪下，

記述救主的言行聖訓。

四、奉獻一生歲月，

完成師傅的使命，

不怕艱難困苦，

到處宣揚福音。

五 耗盡了心力，

不惜犧牲性命，

獲取了天上的榮冠，

留下了不朽的功勳。

六 光榮的殉道使徒，

加強我們傳教的精神，

將來同在天上歌頌救主，

永無窮盡。阿們。

讚主曲對經：耶穌看到一個名叫瑪竇的人，

坐在稅關上，就對他說：「

來跟隨我！」他就起來跟隨

了耶穌。

結束禱詞

天主，祢以無比的仁慈，簡選了出身

稅吏的聖瑪竇為使徒；求祢賞賜我們因聖

人的代禱，常能以他為表率，矢志服膺祢

的聖訓，堅貞地追隨祢，作祢忠信的弟子。

日間祈禱

聖詠與對經見聖詠集；讀經則見使徒

通用 686 頁，結束禱詞見晨禱

晚禱

讚美詩 見晨禱

謝主曲對經：主說：我喜歡仁愛勝過祭獻，

因為我不是來召義人，而是

來召罪人。

九月二十六日

聖高邁（葛斯默 S. Cosmas）及

聖達勉（達彌盎 S. Damianus）

殉道

按古書的記載：二位殉道烈士的墳墓在敘利亞的祺利；建有聖堂一座，以尊敬他們。後來他們的敬禮傳到羅馬，而後遍及全球教會。

經文見多位殉道者通用 692 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖思定主教講道詞

殉道者寶貴的死亡、是以基督死亡的代價所購買的

殉道者英勇的事蹟使教會到處欣欣向榮，這使我們領悟我們所歌唱的「聖人們的死亡、在天主眼中是寶貴的」、這句話是多麼真實。事實上，他們的死亡在我們眼中、和在天主的眼中都具有偉大的價值，他們是爲了祂的名字而死的。

然而，這些人死亡的代價，正是一個

人的死亡。祂一個人的死，贖回了多少人的死呢？因爲祂若不死，麥粒便不會增多。你們曾聽到當祂快要受難時，也就是說，快要救贖我們時，所說的話：「麥粒如果不落在地裏死了，仍然是一粒；如果死了，才會結出許多籽粒來。」

因爲在十字架上完成了一項偉大的交易。在十字架上，那儲有我們贖價的錢囊打開了：便是當耶穌的肋旁、被長矛所刺透時，從那裏所流出來的，便是救贖整個世界的代價。

信友和殉道者都被贖回了；可是殉道者的信德曾受過考驗，他們的血便是証人。他們已經償還了、爲他們所出的代價，他們也實踐了聖若望的話：「基督曾爲我們而捨命；我們也該爲弟兄們捐軀。」

另一處又說：「當你坐在一桌豐盛的宴

席前時，要仔細看看別人給你所準備的一切；因爲你也該爲別人作同樣的準備。」這是一桌令人驚奇的宴席，是宴席的主人把自己當作了食品。沒有人能用自己來宴客：主基督却做到了。祂自己是請客的主人，祂自己也是飲食。因此殉道者會注意他們所吃和所喝的，爲能以同樣的方式來報謝主恩。

可是如果先付出代價的那一位、不給與他們用以還報的方法，他們怎能以同樣的方式還報祂呢？「上主賜我鴻恩，我將何以爲報？我要舉起救恩的杯」。這是怎樣的杯呢？是祂的痛苦之杯，是酸苦的，但能帶給人救恩。如果醫生不先喝這杯，病人甚至害怕去觸摸它。這一杯就是這樣的。我們從基督親口說的話、可以認出來：「父啊，可能的話，求你使這杯離開

我吧！」當殉道者說：「我要舉起救恩的杯，我要呼求上主的名」，就是指的這同樣的杯。

那麼，你不怕失敗嗎？他回答說：我不怕。爲什麼？因爲「我呼求上主的名。」如果基督不先在殉道者身上獲勝，他們怎能獲勝呢？祂會說：「你們高興吧，因爲我戰勝了世界。」諸天的主宰指導他們的靈魂和口舌，藉着他們在世上戰勝了魔鬼，在天上爲他們加冕。如此暢飲這杯的人是有福的：他們結束了痛苦，便會飽享榮譽。

對答詠

領：聖人們爲主光榮地流了鮮血；他們一生熱愛基督。並效法祂捨生殉道， 答：因此獲得了勝利的榮冠。

領：在他們內只有一個精神，一個信仰。
仰。 答：因此……

結束禱詞

上主，在這聖高邁和聖達勉的紀念日，我們歌頌、讚美祢；因為祢以莫可言喻的眷顧，賜給了他們永恆的榮耀。求祢也賞賜我們，在世追隨他們的芳表，來日在天，能與他們同享永遠不朽的財富。

九月二十七日

聖文生·德保 (味增爵 S. Vincentius de Paul)

司鐸

紀念

聖人於一五八一年在法國加斯哥尼出

生。晉鐸後，在巴黎教區任堂區主任，並創立遣使會，專為神職的神修訓練，並以救濟窮人為宗旨。此外，他又因聖女魯懿子的協助，創立了仁愛女修會。一六六〇年安逝於巴黎。

經文見牧者通用 738 頁；或聖人，慈善家 802 頁

誦讀

誦讀一 選讀聖文生司鐸的作品

為窮人服務優先於其他事務

我們對窮人，不該只就外表，也不該按他們智力外在的表現去評定他們。因為他們通常是儀容不整而拙笨的。相反地，你們若藉着信德之光，必會看到：那甘願當窮人的天主子，藉窮人而呈現在我們眼前。的確，祂在受難時，幾乎失去了人形，

外邦人把祂當作瘋子，猶太人把祂視作一塊絆腳石；祂藉這一切說明，祂是來向窮人宣報福音：「父派遣了我把福音帶給窮人。」所以，我們對窮人該有這同樣的思想，該效法基督所做的一切：照顧窮人，安慰他們，幫助他們，引導他們。

基督曾願意生為窮人，並收窮人作祂的門徒；祂自己成為窮人的僕役，與他們同甘共苦，祂甚至說：凡是一個人對窮人所做的善事或惡事，祂認為都是對祂做的。天主愛窮人，所以祂也愛那愛護窮人的：因為如果一個人愛某人，他也必定愛那人的朋友或僕人。因此，我們由於愛窮人，也希望會被天主所喜愛。我們要探訪窮人，關心弱小與有困難的人，同情他們的疾苦，好能同聖保祿一樣說：「我對怎樣的人，就作怎樣的人。」所以，我們要努力分擔

別人的疾苦、掛慮，並祈求天主恩賜我們慈悲憐憫之情，使我們時常有一顆充滿憐愛人的心。

為窮人服務應超越一切，而且不要遲延。如果祈禱的時間，你該拿藥給病人，或幫助一個窮人，你就安心地去吧！把這行為當作祈禱獻給天主。不要為了因此而中斷的祈禱，就心感不安，或有罪惡感：因為倘若為了天主的緣故而中斷祈禱，天主並沒有被慢待，就是說，暫時中斷一項對天主的善工，是為完成另一項善工。

因此，當你為了幫助某某窮人，而必須中斷祈禱時，要切記這一點：這項善工是為天主而做的。愛德較任何會規優先，任何事情都應以愛德為依歸。愛德就是一位極尊高的主母，凡是她吩咐的，都該實行。那麼，就讓我們常懷着熱忱與愛心，

去爲窮人服務，尤其要特別照顧那被遺棄的人。我們要在天主跟前承認他們是我們的主人、我們的保護者，我們不配爲他們提供我們那微不足道的服務。

對答詠 格前九 19，22；約二九 15，16

領：我雖是自由人，却使我成爲衆人的僕役。對軟弱的人，我就成爲軟弱的人。 答：對怎樣的人，我就作怎樣的人，爲能拯救所有的人。

領：我作了盲人的眼，跛者的腳；我成爲窮人之父。 答：對怎樣：

結束禱詞 見晨禱

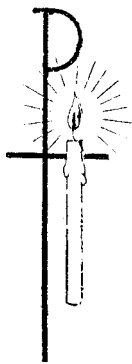
讚主曲對經：聖文生作了憂苦者的安慰，孤兒們的保障和寡婦們的恩

人。

結束禱詞

天主，祢賜給了聖文生使徒的精神與聖德，使他從事救助貧窮、培植聖職人員的工作；求祢賞賜我們與聖人同樣的熱忱，能繼承他的遺志，實行他的教誨。

謝主曲對經：主說：你們給我最微小的一個弟兄所做的，就是給我做的。



九月二十八日（改在九月第三主日）

中華眞福及諸聖

慶日

中國主教團於一九七二年八月九日全體會議中決定，將中華眞福（包括殉道及非殉道者）在九月廿八日教師節，以二等慶節（慶日）慶祝。各眞福原有之慶祝日則保留為「自由紀念日」。

經文見多位殉道者通用 692 頁；或聖人通用 802 頁

讚美詩

一、請衆歡欣歌頌，
偉大的中華眞福，

你們追隨救主的芳踪，

不怕艱苦犧牲，

爲天國作證。

二、你們是信德的豪傑，

望德的明燈，

愛德的典型，

向英勇的中華兒女，

我們俯首致敬。

三、一生堅忍奮戰，

今日榮登聖域，

分享救主的光榮，

勿忘受苦的同胞，

祈求天父的同情。

四、基督，天主之子，

祿是人類的救主，

光榮歸於祿，

及父及聖神，

世世無窮。阿們。

讚主曲對經：爲義而受迫害的人是有福的，
因爲天國是他們的。

結束禱詞

全能的天主，求祢使我們效法中華眞福與諸聖爲信仰作證的芳表，加強我們的信德，賞賜我們毅力，使我們在此動盪不安的世界上，能爲福音勇敢作證。

日間祈禱

聖詠見聖詠集；簡短讀經見多位殉道
通用 710 頁，或聖人通用 820 頁

結束禱詞 見晨禱

謝主曲對經：主說：如果你們爲了我的緣故被人侮辱、虐待、中傷、毀謗，你們是有福的，因爲你們在天上的賞報是豐富的。

九月二十八日

聖樂倫·魯宜茲

(LAURENZO RUIZ)

及同伴殉道

十七世紀時（一六三三—一六三七年），有十六位殉道者，即樂倫及其同伴，在日本長崎，爲了愛基督而流血致命。這些殉道者係道明會會士或與該會有關係者，共有九位司鐸、兩位修士、兩位貞女，以及三位教友，其中之一就是樂倫·魯宜茲，其母乃菲律賓人，父為華裔。這些殉道者曾在不同的時間與環境下，在菲律賓、台灣、以及日本撒下了基督信仰的種子，以驚人的方式表現了基督宗教的普遍性。這些英勇的傳教士以自己生活與死亡的榜

樣，豐富地播下了日後教會的種子。

經文見多位殉道者通用 692 頁

誦 讀

誦讀二

選讀教宗若望保祿二世在馬尼拉

爲真福樂倫等舉行之彌撒中的講

道詞

他們傾流了自己的血完成了崇拜和
深愛天主的偉大壯舉。

以福音的話爲證，那些在人面前承認
基督的信友，基督也真的在父面前承認他
們。

現在以無數聲音向天主所歌唱的光榮
頌是另一首讚美詩「Te Deum」的迴
應，當六位基督徒在長崎殉道的消息傳到

（馬尼拉）後，一六三七年十二月二十七
日晚間在聖道明教堂歌唱了那首讚美詩。

六位殉道者中有安道·龔撒萊斯神父，他
當時做傳教區會長，是來自德雅地方的西
班牙道明會士；另一位名叫樂倫·魯宜茲，
生自馬尼拉畢農道區。這些證人自己在被
看守及接受死刑時，也曾向仁慈全能的天
主歌唱聖詠，他們的殉道會延續三天之久。

信德戰勝世界。宣講信仰就好像太陽
光照所有渴望認識真理的人。原來，在世
界上有不同的語言，然而只有同一個基督
的傳承。

主耶穌以自己的血救贖了那些由各支
派、各語言、各民族、各邦國聚在一起的
僕人們，使他們爲天主成爲王家的祭司。

十六位真福殉道者執行了由洗禮或聖
秩取得的祭司職，傾流了自己的血完成了

崇拜和深愛天主的偉大壯舉；他們與基督在十字架祭台上的犧牲聯合在一起，以受造物所能做到的最高方式，效法了身爲祭司又爲祭品的基督。但同時，這也是對弟兄們所表現的偉大壯舉，促請我們也要效法爲我們交付自己的天主聖子，而能爲弟兄們犧牲自己。

這一點，樂倫·魯宜茲確實做到了。他經歷了滿佈危險的旅程，由天主聖神領導抵達未預料的終點；他向審判官承認自己是基督徒，並將爲天主而死：「我願意把生命一千次奉獻給天主。我決不背教。你如果願意，可殺死我。我決意爲天主而死。」

在此，我們擁有他一生的綱要、他信德的表現、以及他死亡的方式，在此時刻，這青年承認了他在畢農道聖道明會士

學校所接受的基督教義，並且使之達至完美的境界。這教義是以基督爲唯一的心，因爲基督是教理講授的對象，而且是耶穌自己藉著傳報者的口在講授。

樂倫·魯宜茲之父爲華人，母爲菲人；他的榜樣提醒我們，每個人的生命，而且是整個生命，都應該指向基督。

作爲基督徒意思是：每天自我奉獻，還報爲人獻身的基督，祂來到了這個世界，是爲使所有的人獲得生命，且是獲得更豐富的生命。

對答詠

參閱弗四，4、5

領：聖人們爲了上主光榮地傾流了鮮血，他們生時愛了基督，死時也效法了祂。

答：因此獲得了勝利的冠冕。

領：在他們身上有同一聖神、同一信

德。

答：因此獲得了勝利的冠冕。

結束禱詞

上主天主，爲義而受迫害的人在祢的國裏是有福的；求祢恩賜我們效法祢的殉道者聖樂倫及其同伴的榜樣，特別效法他們侍奉祢和服務人群的堅忍精神。

九月二十八日

聖文才 (文策老 S. Wenceslaus)

殉道

聖人於公元九〇七年左右，在波希米亞出生，自幼從姑母處接受熱心敬主的教

育；約於九二五年繼任公爵，對治理所轄人民，並促進他們的信德生活，備嘗艱辛。其弟謀反，遣刺客殺害聖人，時於九三五年。死後即被尊為殉道烈士，成為波希米亞的特敬主保。

經文見一位殉道通用 719 頁

誦讀

誦讀二 選讀古代斯拉夫的最初傳說

據理審斷窮人的國王，他的寶座
永遠鞏固

文才在父王弗拉底崩後、被任爲波希米國王。他因天主的聖寵，信德十分堅強。他善待所有的窮人：給裸體者衣服，給饑餓者食物，依照福音的訓示，接待行旅。他不忍寡婦被欺；他愛所有的人，不分貧富；他協助那服事天主的人，並美化許多

聖堂。

但是有些波希米傲慢的王公煽惑王弟巴勒斯說：「你的王兄文才串通母親與他的手下、將要殺害你。」

當時無論那座城聖堂慶祝聖季奉獻日，文才都前往巡視。某一主日，適逢聖高邁及聖達勉慶日，文才進入巴勒斯的城邑。他參與彌撒後，想要返回布拉格。巴勒斯居心不良，挽留他說：「哥哥，爲什麼要走呢？」翌晨，晨經的鐘聲響了，文才王聞聲而說：「主，願讚美歸於祢：祢賜我活到今天早晨」。於是起身去唸晨經。

巴勒斯立即追到門口。文才王回顧，對他說：「弟弟，昨天你與我作伴，相處很好。」魔鬼向巴勒斯耳語，敗壞了他的心術，他就拔出劍來，答道：「現在我願意待你更好。」說完這話，便用劍砍向文

才的頭。

文才轉身向他說：「弟弟，你想做什麼？」弟弟却把他推倒在地上。當時有一個巴勒斯的謠議跑來砍傷了文才的手。他手受傷後便撇開弟弟，往聖堂跑去。但是有兩個刺客在聖堂門口把他殺死。又有一個人跑來，用劍刺透了他的肋旁。文才當時說：「主啊，我把我的靈魂交在祢的手裏。」說完這句話，就立即斷了氣。

對答詠 參閱歐十四，6；詠九一，13，14

領：義人茂盛，有如百合花； 答：他將永遠在上主面前，開花結果。

領：他被種植在上主的殿裏，在我們天主的庭院裏。 答：他將永：

結束禱詞

天主，祢指引了殉道者聖文才，重視天國的福分，遠勝人間的名利地位；求祢

因聖人的轉求，賞賜我們能取法他的榜樣，捨己爲人，並以整個心靈皈依祢，侍奉祢。

對經一：當總領天使彌格自天而降時，

海洋震盪，大地戰慄。

上主爲王，願大地踴躍，※

所有島嶼都要一起歡樂！

九月二十九日

雲彩和幽暗圍繞在祂的四周，※

正義與公道是祂王國的基礎。

諸聖天使

慶日

烈火在祂前面前進，※

焚燒祂周圍的敵人。

祂的閃電照亮了塵寰，※

聖彌格（彌額爾）
聖佳播（嘉俾厄爾）
聖來福（拉法厄爾）

大地一見戰慄搖撼。

序經對經：在天使面前，請大家前來朝拜

面對上主，普世的大主，※

上主。

羣山都要溶化，像蠟燭一般。

蒼天傳報祂的公道，※

萬民看見祂的榮耀。

讚美詩 見晨禱

願所有崇拜偶像，誇讚邪神的人蒙羞，※

聖詠吟唱

願所有神明都在祂面前伏地叩首。

聖詠九六

上主，熙雍聽了祢的審判，

滿心喜悅，※

猶大各地也都歡欣踴躍。

因為祢是至高的上主，主

超越普世大地，※

遠超所有神祇。

上主喜愛那痛恨罪惡的人，※

保護祂聖民的性命，

救他們從惡人手中脫身。

光明已為義人升起，※

心地正直的人必將歡喜。

義人，你們要因上主而歡慶，※

讚頌稱揚祂的聖名。

對經一：當總領天使彌格自天而降時，

海洋震盪，大地戰慄。

聖詠一〇二 壹

對經二：天使播顯現給匝加利亞說：

你的妻子麗莎將為你生一個

兒子，要給他起名叫若翰。

我的心靈，請歌頌上主，※

我的五內，請讚美祂的聖名。

我的心靈，請歌頌上主，※

不要忘記祂的一切恩寵。

祂赦免了你所有的罪行，※

治癒了你的各種病症；

祂救你脫離陰間，※

給你加上仁愛和慈悲的榮冠；

祂賞你一生幸福滿盈，※

賜你青春永駐、健壯如鷹。

上主行事正直無比，※

為被奴役的人伸張正義。

向梅瑟啓示了祂的旨意，※

向以色列子民彰顯了祂的偉蹟。

上主富於仁愛寬恕，※

極其慈悲，不輕易發怒。

祂決不長期責問，※
也不會永遠氣憤。

我們犯罪，祂沒有懲罰我們，※

我們作孽，祂沒有報復我們。

天離地有多麼高，※

祂的慈愛對敬畏祂的人也多麼深厚；

東離西有多麼遠，※

祂使罪過離開我們也多麼遙遠。

父親憐愛兒女，※

同樣上主也憐愛敬畏祂的人。

對經二：天使佳播顯現給厄加利亞說：

你的妻子麗莎將爲你生一個兒

子，要給他起名叫若翰。

貳

對經三：我是侍立在上主台前的天使

來福，你們要讚美天主，宣

揚祂做的一切奇事。

祂知道我們怎樣形成，※
也記得我們不過是灰塵。

世人的歲月有如青草叢生，※

又像田野的花卉茂盛。

東風一吹過，就不復存在，※

連它生長之處也把它忘懷。

上主永遠憐愛敬畏祂的人，※

祂的正義也惠及他們的子孫。

他們遵守祂的誓盟，※

忠實履行祂的誠命。

上主在天上建立了寶座，※

祂的王權統治萬有。

大能的天使，你們聽從祂的命令，※

你們遵行祂的指示，請讚美上主。

你們是執行上主旨意的忠僕，※

天上的萬軍，請讚美上主！

上主所造的萬物，十

在祂統治的各處，請讚美上主，※
我的心靈，請讚美上主！

對經三：我是侍立在上主台前的天使

來福，你們要讚美天主，宣
揚祂做的一切奇事。

領：天上的衆天使，請讚頌上主，

答：你們具有大能，執行天主的命令。

誦讀一 恭讀默示錄 一二，1-17

聖彌格與毒龍交戰

那時，天上出現了一個奇偉的景象：

有一位婦人，身披太陽，腳踏月亮，頭戴
十二顆星的榮冠；她懷了孕，在生產時疼
痛呻吟。天上又出現了另一個景象：有一
條紅色的大龍，長着七個頭，十隻角，頭
上戴着七個王冠。牠的尾巴將天上的星辰
勾下了三分之一，摔在地上。那條龍站在
那快要生產的婦人面前，等她生產了，就

要吞下她的孩子。那婦人生了一個男孩子，
就是他將要以鐵杖牧放萬民；那婦人的孩
子被提到天主和祂的寶座前。婦人就逃到
曠野去了，在那裏有天主已給她準備好的
地方，使她在那裏受供養一千二百六十天。

以後，天上就發生了戰爭：彌格和他
的天使一同與那龍交戰，那龍也和牠的使
者一起應戰，但是牠們抵擋不住，天上就
再也沒有牠們的地方了。於是那大龍被摔
下來，牠就是那條古時的蛇，名叫魔鬼或
撒彈，是欺騙全世界的。牠被摔到地上，
牠的使者也同牠一起被摔下來。

那時我聽見天上有大聲音說：「如今
我們的天主獲得了勝利、權能和國度，也
顯示了祂基督的權柄，因為那日夜在我們
的天主面前，控告我們弟兄的，已經被摔
下去了。弟兄們賴羔羊的血和他們作證的

話，戰勝了那條龍，因為他們至死也沒有愛惜自己的性命。因此，高天和住在那裏的，你們歡樂罷！禍哉，大地和海洋！因為魔鬼非常忿怒，降到你們那裏去了，因為知道自已時日無多了。

那條龍一看見自己被摔到地上，就去追趕那生了男嬰的婦人。可是有大鷹的兩個翅膀給了那婦人，使她能飛入曠野，到她自己的地方去，在那裏受供養一段時期、一年半載，遠離那蛇的面。蛇就在婦人後面，從口中吐出水來，好像江河，要把婦人沖走；可是大地却援助婦人，張開口，把從那條龍口中所吐出的河水吞下去。龍便對婦人發怒，去和她其餘的後裔，就是和那些遵行天主的誠命、且為耶穌作證的人交戰。

對答詠

參閱默十二，7，8，10

領：當龍與聖彌格總領天使交戰時，

天上萬籟無聲。 答：我聽到有

聲音說：願勝利、光榮和德能，

歸於全能的天主。

領：如今我們天主的救恩到了，祂彰

顯了祂的權能和王國，也顯示了

祂基督的權威。 答：我聽到：

誦讀二 選讀聖大國瑞教宗福音釋義

天使之名是指的職務，

而不是指天性

要知道：「天使」一詞是指的職務，

而不是指的天性。因為這些天鄉的有福的

神體固然常是神體，但並不能常稱之為「

天使」；因為只有他們在傳報一項信息

時，才是「天使」。那傳報次要信息的，

稱為「天使」；那宣告重要事件的，則稱

為「總領天使」。

因此，被派到瑪利亞那裏去的不是任何一位天使，而是總領天使佳播：爲了這項使命當派遣一位極高級的天使，因爲所傳報的是一項最大的事件。

此外，某些天使則用個別名稱來指示，以指明他們的能力與工作。原來在聖域之內，由於享見全能天主，天使們互相徹底認識，本來不需要任何名字。倘若他們都接受個別名稱，並不是爲了使他們彼此認識；而是當他們來到我們這裏，執行一項任務時，才接受一個由他們職務而取的名字。例如，彌格意思是「誰如同天主？」佳播意思是「天主的勇毅」，來福的意思是「天主醫治」。

每次需要展示異常的力量時，常是彌格被派遣：他的行動和名字，使人了解：任何人不能做那只有天主能做的事。那因

驕傲妄想與天主平等的古代仇敵曾說：「我要直冲霄漢，高置我的御座在天上的星宿以上，我要相似至高者。」但是默示錄對我們說，世界末日，牠的能力將被剝奪，然後將受永罰；牠必須與總領天使彌格作戰，一如聖若望所說：「反抗總領天使的戰爭爆發了。」

是天使佳播被派到瑪利亞那裏去：他名字的意義是「天主的勇毅」；他是來報告：願屈尊就卑，將出現人間的那一位，就是爲了要戰勝惡魔的勢力。所以祂藉「天主的勇毅」來宣告祂的來臨，祂來猶如一位「軍旅的上主，英勇的戰士」。

來福，一如我們所說的，意思是「天主醫治」；當他觸摸多俾亞的眼睛時，就是在盡醫生的職務，因而驅除了他雙目的黑暗。天主所派遣來醫病的那一位被稱爲

「天主醫治」，實在非常適當。

對答詠

默八，3，4；達七，10

領：天使站在祭台旁，手提着金香
爐，接受許多乳香。 答：乳香
的煙，從天使手中升到上主面前。

領：有千萬個天使服事祂，有億兆個
天使侍立在祂面前。

答：乳香的：

唸「天主，我們讚美祢」(17)頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一、有福的諸聖天使，
你們侍立在天主座前，
朝拜祂的尊威，
仰瞻祂的慈顏。

二、天主聖子親降凡，

你們前呼後擁作護衛，

歌唱天主慈善，

報喜於人間。

三、基督山園蒙難，

你們安慰支援，

伴同救主走苦路，

登上瓦略山。

四、基督復活大慶日，

喜訊遍傳人間，

歡迎勝利的君王，

光榮地凱旋。

五、大能的天使，

請指引我們避惡行善，

保佑我們安渡世海，

到達天父面前。

六、天主的忠僕，

願我們同聲向主頌讚：

聖、聖、聖，永不間斷。阿們。

對經一：我們要與天使一同讚美上主；

與革魯賓、色辣芬齊聲歡呼：

聖、聖、聖。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 87 頁

對經二：上主的天使，請永遠讚美上

主。

對經三：至聖的上主，天上所有天使

讚美祢；向祢齊聲歡呼：天

主，我們應當讚美祢。

簡短讀經

創二八，12 / 13 a

雅格作了一個夢：看見一架梯子直立

在地上，梯頂與天相接；天主的使者在梯

子上，上上下下。上主站在梯子上說：我

是上主，你祖先亞巴郎的天主，和依撒格

的天主。

短對答詠

領：天使侍立在聖殿的祭台旁。

答：天使：

領：他手中拿着金香爐。

答：天使：

領：願光榮歸於父：： 答：天使：

讚主曲對經：我實在告訴你們，你們要看

見天開，天主的使者在人子

身上，上升又降下。

禱詞

親愛的弟兄們，無數的天使侍立在上主的

座前，同聲歌詠讚頌；我們要感謝上主，

要興高采烈的向祂歡呼：

衆位天使，請你們讚頌上主。

天主，祢吩咐了祢的天使，在我們一生的

旅途中保護我們，

求祢領導我們在祢的道路上前進，不要

讓我們失足跌倒。

聖父，我們的天使在天上常瞻仰祢的聖容，

——求祢使我們不斷尋求祢的聖容。

天主，祢的子女將來在天上要相似天使，

——求祢現在賜給我們身心的純潔。

天主，求祢派遣總領天使聖彌格來扶助祢的
子民，

——保護我們抵抗魔鬼及其同黨。

我們的天父：

結束禱詞

天主，為配合祢永恒的救世計劃，祢委派了人類和天使執行種種職務；求祢命令在天上常侍立於祢左右的天使們，在世也引領我們、保護我們。

日間祈禱

聖詠見聖詠集平日通用

午前

對經：有一位總領天使彌格，前來幫助我。

簡短讀經

達一二，1

那時候，保佑你國家子民的偉大護守天使彌格必要起來；那將是一個災難的時期，是自開國以來，直到那時，從未有過的；那時候，你的子民，凡是名錄在那書上的都必得救。

領：上主將派遣祢的天使吹着號角，

高聲呼喚。

答：從世界各地召集祢的選民。

午時

對經：我在異像中所見的佳播天使，疾速飛來，觸摸了我，教導了我。

簡短讀經

達九，22 / 23

佳播天使對我說：達尼爾，我現在顯現出來，是要你完全明白，當你開始哀求時，便有話傳出，要我前來通知你，因為你是個極可愛的人；所以你應該注意這話，理解這異象。

領：所有天使，請讚美上主。

答：奉行祂旨意的臣僕，請頌謝上主。

午後

對經：來福天使奉遣去治好多俾亞和

撒拉。

簡短讀經 多一二，15 a，18 a，20

我是來福，是侍立在上主面前的七位天使之一。我與你們在一起，並不是出於我的好心，而是出於天主的聖意。你們如今在世上該讚美祂，感謝祂。看哪，我要升到派遣我來者那裏去；你們卻該讚美天主，稱述祂所做的一切奇事。

領：天主把你託付給祂的天使。

答：他們會時時處處做你的護衛。

結束禱詞 見晨禱

晚 禱

讚美詩 見晨禱

聖詠八

對經一：天使之王，祢的光輝超越諸

天。

上主，我們的天主！+

祢的名在普世何其美妙，※

祢的尊榮在天上彰明閃耀！

祢從赤子乳兒口中，

取得完美的讚頌，※

使祢的仇敵匿跡銷聲。

我仰觀祢親手所造的穹蒼，+

和祢滿佈在天空的星辰月亮，※

世人算什麼，祿竟對他懷念不忘？※
凡人算什麼，祿竟對他眷顧周詳？

祿使他稍遜於天使，※

賜與他光榮和尊貴，

使他統治祿雙手的化工，※

讓萬物服從他的命令：

所有的羊和牛，※

以及田野間的走獸。

天空的鳥和海裏的魚，※

以及游行海中的水族。

上主，我們的天主！※

祿的名在普世何其美妙。

對經一：天使之王，祿的光輝超越諸

天。

聖詠一三七

對經二：我的天主，我在天使面前向

祿謳歌。

上主，我要全心稱謝祿，※
因為祿俯聽了我口中的禱詞。

我要在萬神前歌頌祿，※

向祿的聖所叩首至地；

我要頌揚祿的聖名，+

因為祿真誠而慈愛，※

實踐了祿的諾言，超過我們的期待。

我一呼求祿，祿就俯聽，※

使我的靈魂力量倍增。

上主，地上的君王都要稱謝祿，※

因為他們聽到了祿的訓諭。

他們要歌頌上主的功績：※

「上主的榮耀偉大無比！」

上主無上尊高，却垂顧弱小，※

傲慢人，在祂面前無法遁逃。

我若處於困境，祿必使我生存，※

以右手拯救我，打擊狂怒的敵人。

上主必爲我完成這項事功！＋
上主，祢的慈愛永世無窮，※

不要放棄祢雙手的妙工！

對經二：我的天主，我在天使面前向

祢謳歌。

聖歌 哥一，12 / 20

對經三：我看見在寶座上站著一隻好

似被宰殺的羔羊；我又聽見

寶座四周千千萬萬天使的聲

音。

感謝天父，使我們在光明中，※

堪享聖徒的福分。

祂救我們脫離了黑暗的權勢，※

把我們徙置到祂愛子的國土。

在祂愛子內，我們得到了救贖，※

獲得了罪赦。

祂是看不見的天主的肖像，※
是超越萬物的長子。

因爲上天和大地的一切，

無論有形與無形，＋

上座者或宰制者，率領者或掌權者，※

都是藉祂而創造的。

一切都藉著祂，並爲了祂而受造，＋

祂在萬有之先就已存在，※

萬有都賴祂而各得其所。

祂又是教會的頭，也就是祂身體的頭，＋

祂是原始，是首先從死者中復活的，※

使祂在萬有之中高居首位。

因爲天主樂意使整個圓滿住在祂內，※

並藉着祂在十字架傾流的血，

建立了和平。

使人間和天上的一切，※

都與天主重歸於好。

對經三：我看見在寶座上站著一隻好

似被宰殺的羔羊；我又聽見

寶座四周千千萬萬天使的聲

音。

簡短讀經

默一，4 b / 5

願恩寵與平安由那今在，昔在及將來永在的天主，由祂寶座前的七神，並由那原爲忠實的見證，死者中的首生者，和地上萬主的元首耶穌基督賜與你們。基督愛了我們，並以自己的血，把我們從我們的罪中解救出來。

短對答詠

領：縷縷香煙，上升天主台前。

答：縷縷：

領：從天使的手中。

答：上升天主台前。

領：願光榮歸於父：： 答：縷縷：

謝主曲對經：佳播天使向瑪利亞說：你將

懷孕生子，你要給祂起名叫

耶穌。

禱詞

我們要偕同奉行天主旨意的天使們一同祈禱，求主使我們更爽快地聽從祂的聲音。因此，請大家祈禱：

求祢俯聽我們。

求使我們的祈禱經由天使的手，

——猶如馨香之煙，上升到祢台前。

求祢俯聽我們。

求使我們的祭品經由天使的手，

——呈獻到祢至高的祭台上。

求祢俯聽我們。

求使我們偕同天使，在天上光榮天主，

——在地上向他人宣報平安。

求祢俯聽我們。

求祢在我們生命的末日，派遣天使來迎接我們，

——并引領我們到達天國。

求祢俯聽我們。

求祢派遣聖彌格總領天使，

——導引已亡信友的靈魂，進入神聖的光明

中。

求祢俯聽我們。

我們的天父：

結束禱詞

天主，為配合祢永恆的救世計劃，祢委派了人類和天使執行各種職務；求祢命令在天上常侍立於祢左右的天使們，在世也引導我們、保護我們。

九月三十一日

聖業樂 (熱羅尼莫 S. Hieronymus)

司鐸聖師

紀念

聖人公元三四〇年左右出生於達馬底亞之史特里多。在羅馬求學，並受洗，開始度苦修生活，前往東方並晉鐸。後返羅馬，充當達瑪蘇教宗的秘書，並著手把聖經譯成拉丁文，及促進隱修生活。後潛居白冷，曾多方面協助解決教會的各種難題。著作等身，而以註釋聖經為尤著。公元四二〇年安逝於白冷。

經文見牧者通用 738 頁，聖師 769 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖業樂司鐸依撒意亞先知

書注釋序言

不認識聖經就是不認識基督

我實踐了對葆拉的諾言，便是聽從基督的訓示，祂說：「你們要研究聖經」；又說：「你們尋找就會找到」；我不願祂像對猶太人那樣，對我說：「你們錯了，你們既不認識聖經，也不認識天主的能力。」按保祿使徒的話，「基督既是天主的能力和天主的智慧」，誰不明瞭聖經，就不明瞭天主的能力和天主的智慧：不認識聖經就是不認識基督。

因此我要效法家主，「從他的寶庫裏，取出新的和舊的東西來」；我也要像那「雅歌」中的新娘說：「新的舊的美果都有，我都爲你保存了。」我就這樣講解依撒意亞先知書，使人知道：他不只是一位先知，而且還是傳福音者和一位使徒。事實上他在談到自己，一如談到其他傳福

音者時說：「那傳佈喜訊、宣佈和平者的脚是多麼美麗啊！」而且，天主對依撒意亞說話，好像對一位使徒一樣：「我要派誰到這些人民那裏去呢？」依撒意亞回答說：「我在這裏，請派我去吧！」

這部書包括主的全部奧蹟，誰也不該想，我能以簡短的撮要來說明這部書的豐富內容。這書宣報厄瑪努爾由童女出生，祂所行的許多奇蹟和顯明的徵兆，祂的死亡與安葬，祂從陰府復活，而成爲萬邦的救主。關於邏輯學、物理、倫理，我能說什麼呢？凡與聖經有關的一切，凡是人言所能表達的，人的理性所能接受的，都包括在這部書裏。本書的作者本人爲這一切奧蹟作證說：所有的異像，爲你們都像是一本密封之書中的話；若交給識字的人說：「請讀這書！」。他將答說：「我不

能，因為這書是封着的」；若將這書交給一個文盲說：「請讀這書！」他將答說：

「我不識字！」

誰若認為這論證無力，就請他聽聽保祿使徒的話吧：「至於說預言的，可以由兩三個人發言，其餘的人要衡量他們所說的。若在座的有一位得了啓示，那先發言的就該停止。」是聖神藉先知們發言，使他們緘默或發言，他們怎能緘默呢？所以，如果他們了解他們所說的，他們所說的就充滿了智慧和理性。原來，他們所聽到的並不是空氣中的聲浪，而是天主在先知的心中說話，誠如另一位先知所說的：「是天使在我內說了話」；又說：「他們在我心中呼喊：『阿爸，父啊！』」還有：「我要聽主天主，在我內所說的話。」

對答詠

參閱弟後三，16-17；

箴二八，7

領：全部聖經是受天主默感所寫的，為教訓、為督責、為教導人學正義，都有益處， 答：使事奉天主的人得到完善的準備，適於作各種善事。

領：遵守法律者，是明智的人。

答：使事奉：

結束禱詞

天主，祢曾恩賜聖業樂司鐸，對聖經的研究獨具強烈的嗜好，及深湛的領悟；求祢賞賜我們也能從祢的聖言中吸取心靈豐富的滋養，尋獲生命的泉源。

十月

十月一日

里修 • 聖德蘭 (小德肋撒 S.

Teresa a Jesu Infante)

貞女

慶日

聖女於一八七三年在法國阿郎松出生。年少時即入里修聖衣會修道，專務修練謙遜，福音的誠樸，以及依恃天主的美德；並以身作則，特別教誨了初學修女。她奉獻生命，為拯救人靈，傳揚聖教。一八九七年九月卅日逝世。

經文見貞女通用 780 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖女德蘭的回憶錄

我在慈母教會的心中將是愛情

在祈禱時，我的渴望使我受到真正的殉道的痛苦，我展開聖保祿的書信，以尋求答案。我的視線正投射在格林多前書第十二及第十三章。在第十二章中，我看到：不是人人都能成爲使徒、先知、導師……教會是由各種不同的肢體所組成的，眼睛不能同時又是手……這答案是清晰的，却沒有滿足我的渴望，也未曾使我安心。

我並不絕望，而繼續讀下去，讀到這句令人欣慰的話：「你們要熱切追求更完善的恩惠！但是我要指示給你們一條更卓絕的道路。」使徒又加以解釋，所有最完

善的恩賜，如果缺少愛，等於烏有；愛德是一條最好的路，確實能領人直達天主台前。我終究安心了。我觀察教會的奧體，却認不出我屬於聖保祿所描述的那一個肢體，或者更好說我願意在所有的肢體中認出我來。但是愛德對我的聖召給了解答。我了解，教會有一個身體，由各種不同的肢體所組成，它並不缺少最重要的、最高貴的肢體；我了解，教會有一顆心，而這顆心愛火中燒。我了解，唯有「愛情」能使教會的各肢體有所活動；如果「愛情」熄滅了，使徒們便不再傳揚福音，殉道者將拒絕傾流鮮血。我了解，愛情包括一切聖召，愛情是一切，愛情囊括一切時間和空間；；一句話：愛情是永恆的。這時，我欣喜若狂，大聲喊說：「耶穌，吾愛！我終於找到我的聖召，我的聖召就是愛情。」

是的，我在教會中找到了我的地位；我的天主，這是祢指示給我的。在慈母教會的心中，我將是「愛情」；這樣，我將是一切；我的夢想必會實現！

對答詠 參閱詠二十，4；約三一，18

弗三，18；詠三十，20

領：天主，是祢先將祢的愛賜給我，這棵愛苗從我幼年時，就與我一起生長。 答：現在我仍不能體會祢的愛是如何深厚。

領：上主，為敬畏祢的人，祢所保留的恩澤是何等豐厚。

答：現在我：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩（晨禱及晚禱）

「耶穌，童貞瑪利亞的愛子，

諸聖童貞的不朽榮冠，

求祢保護祢的教會，

抵抗世俗的狂瀾，

使它聖潔無損。

二、祢恩賜聖女德蘭，

一顆偉大的赤心，

充滿赤子的信賴，

傳揚福音的熱忱，

一生效法祢的精神。

三、求祢悅納聖女的轉求，

早日拯救我們的同胞，

鼓舞祢的傳教士，

在中華廣大的園地，

傳揚祢的福音。

四、耶穌，人類的救主，

光榮歸於祢，

及父及聖神，

世世代代，

永無窮盡。阿們。

讚主曲對經：我實在告訴你們，除非你們

變得像兒童那樣純真，你們

決不能進入天國。

結束禱詞

天主，祢爲謙遜人與兒童們許下了天

國；求祢賞賜我們因聖女小德蘭的轉求，

在世毅然決然地追隨她的芳踪，來日在天

上，也能瞻仰祢永恆的榮耀。

晚 禱

謝主曲對經：你們歡欣踴躍吧！因爲你們

的名字已登記在天上了。

十月二日

護守天使

紀念

序經對經：請大家來朝拜天使侍奉的上主。

誦讀

誦讀二——選讀聖納德院長的講道詞

願他們在你所走的路上保護你

「上主必給你委派天使，在你走的每條路上保護你。」願天使們因仁慈的上主爲人所行的奇事而頌揚上主。願他們在萬邦中讚頌說：上主爲人做了偉大的事蹟。

上主，人算什麼，祢竟讓他認識祢，爲他開啓祢的心？祢爲他開啓心門，爲他操心，對他施以照顧。最後，祢給他派遣祢的獨生子，遣發祢的聖神，並應許他將享見祢的聖容。而且，爲了使我們不斷得到

天上的關注，祢派這些有福的神體爲我們服務，祢吩咐他們照顧我們，祢命令他們作我們的導師。

「上主委派了天使，在你走的每條路上保護你。」這句話該在你心中啓發何等的尊敬，激起何等的信賴，產生何等的熱誠！對天使的臨在要尊敬，對他們的恩情要感念，對他們的護守要信賴。所以天使常臨在，就在你身邊，不僅和你在一起，還爲了你。他們臨在，是爲了保護你、幫助你。雖然是天主給了他們這項命令，我們對他們絕不該忘恩負義：因爲他們以如此大愛而服從天主，也因爲我們在急需時他們常救助我們。

因此，我們對這樣偉大的護守天使，要敬愛，要感恩，要儘可能去報答他們、尊敬他們。但是我們更應該以全部愛情與

虔敬去還報天主：是天主賜給了我們和天使愛慕祂、孝敬祂的能力，並使我們能相稱地接受祂對我們的厚愛與垂青。

所以，弟兄們，請大家在天主內熱愛祂的天使：意識到他們將來是我們的同承嗣者；但在今世，天主安排並委派他們，作我們的監護和導師。因為我們現在是天主的子女——雖然這一點尚未顯明——既然還是小孩子，就隸屬於監護和導師權下，暫時彷彿與奴隸毫無區別。

然而，無論我們多麼小，無論我們要走的路多麼遙遠——不僅遙遠，而且危險——在如此妥善的保護之下，我們還怕什麼呢？這些在我們所走的路上保護我們的天使，誰也不能戰勝他們，或欺騙他們；他們更不會領導我們走入歧途。他們是忠信的，他們是明智的，他們是強有力

的！我們還怕什麼呢？

我們唯要追隨他們、依賴他們，才會常在天主的護祐之下平安度日。

對答詠

詠九〇，11、12，10

領：天主必為你派遣天使，在你每條路上保衛你。 答：他們要左右扶持着你，免得你的脚碰在石頭上。

領：災禍不會降到你的身上；凶惡不會威脅你的營帳。

答：他們要：

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一、基督，天父的聖言，

天使的君王，

我們朝拜祢，

祢是人類的救援，

世界的光明。

二、我們感謝祢，

派遣護守天使，

領我們遠離黑暗，

度聖潔的生活，

奔向永生。

三、基督，祢是人間的救主，

天上的生命，

光榮歸於祢，

及父及聖神，

世世無窮。阿們。

對經一：天主將派遣祢的天使作你的

伴侶，指引你的道路。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 83 頁

對經二：請讚美天主，祂派遣了天使，

拯救了信賴祂的僕人。

對經三：諸位天使和所有軍旅，請讚

美上主。

簡短讀經

出二三，20 / 21

看哪，我派遣我的使者走在你前面，

在路上保護你，領你到我所預備的地方。

你在他面前應謹慎，聽他的話。

短對答詠

領：我的天主，我在衆天使面前向祢

詠唱。 答：我的：

領：頌揚祢的聖名。 答：向祢詠唱。

領：願光榮歸於父： 答：我的：

讚主曲對經：衆天使都是服役的神，奉派

爲那些要承受救恩的人效勞。

禱詞

親愛的弟兄們，無數的天使侍立在上主的

座前，我們要感謝祂，要祈求祂派遣這些

光榮的使者，在我們人生的旅途中幫助我們：

衆天使，請讚美上主。

天主，祢吩咐祢的天使，在我們一生的旅途中守護我們，

—求祢領導我們在祢的道路上前進，不要讓我們失足。

聖父，我們的天使在天上常瞻仰祢的聖容，

—求祢使我們不斷尋求祢的聖容。

天主，祢的子女將來在天上相似天使，

—求祢現在也賜給我們身心的純潔。

天主，求祢派遣總領天使聖彌格來扶助祢的子民，

—保護我們抵抗魔鬼及其同黨。

我們的天父：

結束禱詞

天主，祢以無比的愛心照顧人類，派

遣了祢的聖天使們來護衛我們；求祢俯聽我們的祈禱，使我們時時處處蒙受他們的保佑，并樂於永遠與他們爲友。

日間祈禱

午前

簡短讀經

宗五，17-20

大祭司和他的一切同黨，即撒杜塞人，都起來，嫉恨填胸，下手拿住使徒們，把他們押在公共拘留所裏；夜間有上主的天使打開獄門，領他們出來說：「你們去，站在聖殿裏，把一切有關生命的話，講給民衆聽！」

領：我的天主，我要在衆天使面前向祢詠唱。

答：我要到祢的聖殿朝拜，頌揚祢的

聖名。

午時

簡短讀經

宗一二，7

忽然，主的一位天使顯現，屋子裏光芒四射；天使拍著伯鐸的肩膀，喚醒他說：「快起來！」鎖鍊就從他手上掉下來了。

領：上主派遣了祂的天使。

答：從黑落德的手中把我救出。

午後

簡短讀經

宗十，3 / 5

有一天，大約下午三點鐘，科爾乃略在異像中，清楚看見天主的一位天使進來，到他跟前，向他說：「科爾乃略！」他注目一看天使，就害怕起來說：「主，有什麼事？」天使回答說：「你的祈禱和施捨已升到天主面前，得蒙紀念。現在你要派人到約培去，請那位號稱伯鐸的西滿前來。」

領：聖人們祈禱的馨香由天使手中，

答：上升到天主台前。

結束禱詞 見晨禱

晚 禱

讚美詩 見晨禱

聖詠三三 壹

對經一：在敬畏上主的人四周，有上主的天使紮營護守。

我要時時讚美上主，※

我的口舌不斷讚頌上主。

我的心靈因上主而自豪！※

謙卑的人聽了也必歡躍。

請你們同我一起讚揚上主，※

讓我們齊聲頌揚祂的名號。

我尋求了上主，祂就應允了我，※

祂救我脫離了一切恐懼。

你們仰瞻祂，就會喜形於色，※
絕不致滿面羞慚。

貧困的人一呼求，

上主立刻俯允，※

拯救他脫離一切艱辛。

在那敬畏上主的人四周，※

有上主的天使紮營護守。

請你們體驗並觀看，十

上主是何等的美善，※

投奔祂的人真是有福！

上主的聖民，你們要敬畏祂，※

凡敬畏祂的人不虞匱乏。

富翁變成赤貧，忍飢受餓，※

尋求上主的人安享福樂，一無所缺。

對經一：在敬畏上主的人四周，有上

主的天使紮營護守。

對經二：上主萬歲！因為祂的天使保

護了我。

青年們，

請你們前來聆聽，※

我要教導你們敬畏上主。

你們誰願生活順遂，※

誰願延年益壽，

就該謹守口舌，不出惡言，※

克制唇舌，不說謊話；

躲避罪惡，勉力行善，※

追求和平，維護和平。

上主的雙目垂顧義人，※

祂的兩耳傾聽他們的呼聲。

上主敵視惡人，※

把他們的記念從人間抹去。

義人一呼號，

上主立刻俯允，※

拯救他們脫離一切艱辛。

上主親近破碎的心靈，※

醫治人精神的苦痛。

義人雖然多災多難，※

上主却護祐他安然無恙，

保全他的全身骨骼，※

連一根也不致折斷。

罪孽必置惡人於死地，※

那憎恨義人的，必受懲罰。

上主必救贖祂的僕人，※

凡投靠祂的，決不會受處分。

對經二：上主萬歲！因為祂的天使保

護了我。

聖歌 默十一，17；18；十二，

10；12

對經三：請讚美天上的天主，偕同萬

有頌揚祂，因為祂對你們廣

施仁慈。

今昔永存的上主，

全能的天主！+

我們感謝祢！※

因為祢掌握大權，統治乾坤。

異民憤憤不平，※

祢的震怒隨即來到。

那時祢也審判死者，+

對祢的僕人，先知、聖徒，※

以及敬畏祢名的，無論尊卑，一律酬庸。

現在我們的天主已完成救恩，

彰顯威能，建立神國，※

祂的受傅者基督已擁有權威；

日夜在天主面前的控訴者，※

那誣告我們弟兄的，從天上已被摔下。

他們靠自己的證言和羔羊的血

戰勝了惡魔，※

他們寧願殺身成仁，捨生取義。

因此，高天和天上的聖民，※
請你們鼓舞歡欣。

對經三：請讚美天上的天主，偕同萬

有頌揚祂，因為祂對你們廣
施仁慈。

簡短讀經

默八，374

另一位天使拿著金香爐來了，站在祭壇前方。他接受了許多乳香，就與眾聖徒的祈禱一同獻在寶座前的金祭壇上。乳香的烟和聖徒的祈禱，就從那一位天使的手中升到天主面前。

短對答詠

領：天主給你委派了祂的天使。

答：天主：

領：在你的每條道路上保護你。

答：天主：

領：願光榮歸於父： 答：天主：

謝主曲對經：他們的天使在天上常看到我
天父的面。

禱詞

我們要偕同奉行天主旨意的天使們一起祈禱，求主使我們更爽快的聽從祂的聲音，我們要向祂感恩：

讓我們與天使一起高唱讚美詩，光榮
祢。

天主，祢曾派遣天使，使他們向世人報告祢的奇妙計劃，

求祢使我們藉他們的幫助，也能向人們
傳報祢的偉業。

至高的上主，天使不斷的高歌，承認祢是
聖的，

求祢使我們在教會內常唱歌讚美祢。
祢會吩咐祢的天使，守護祢旅途中的僕人，

——求祢使所有旅行的人安然無恙，快樂地回家。

祢曾派遣天使向人們報告平安，

——求祢也吩咐他們，向政府和人民不斷的提供和平的計劃。

當祢派遣天使從四方集合祢的選民時，

——求祢恩賜祢所有的子女都能列入被選者的行列。

我們的天父：

結束禱詞 見晨禱

十月四日

聖方濟

(方濟格 S. Franciscus
Assisiensis)

紀念

聖人於一一八二年在義國亞細西出生。

少年時期生活輕浮。回頭改過後，捨棄遺產，全心獻身於天主，實踐福音聖訓，度貧窮的生活，向民衆宣講天主的仁愛。他為自己的徒弟定立了良好的會規，為聖座所批准。他又為聖佳蘭（加辣）女修會和在俗的贖罪團體（第三會），以及向外教人宣道的工作建立了基礎。一二二六年去世。

經文見聖人通用，會士 802 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖方濟致衆信友書

我們該作誠樸、謙虛、純潔的人

如此崇高、如此神聖、如此榮耀的、
天主聖言，將自天降世。至尊的聖父就派
聖佳播總領天使把這事報告給聖潔而榮耀

的童貞瑪利亞；於是聖言從聖母的胎中，取得了我們脆弱的、真正的人性。「祂是富有的」，超過一切，可是祂却願意偕同

祂最有福的母親，選擇了貧窮。祂在受難前夕，和弟子們慶祝逾越節。以後祂向祂的父祈禱說：「父啊，可能的話，讓這一杯遠離我吧！」然而，祂願使自己的意願隨從祂父的旨意，說道：「父啊！但願祢的意願成就，不要照我的意願，而要照祢的意願！」

聖父的旨意是：祂那可讚頌而榮耀的聖子——就是祂賜給我們的，也是爲我們而誕生的基督——用祂自己的血，在十字架祭台上，當作祭祀和犧牲而奉獻自己；這並非爲祂自己，因爲「萬物都是藉着祂而受造的」；而是爲了我們的罪，並「爲我們留下榜樣，好使我們步武祂的芳踪」。聖

父願意我們都因祂而得救，並用一顆潔淨的心和一個聖潔的身體接納祂。

誰愛慕吾主、又實踐祂在福音中所說的：「你要全心、全靈愛你的主、天主，並愛人如己」的誠命，這樣的人是多麼幸福並值得稱讚！所以，我們要敬愛主，要以純潔的心靈和精神朝拜祂！因爲這正是祂所尋求的最重要的一點，祂說：「真正的朝拜者將以精神和真理朝拜父。」因爲凡是朝拜祂的人，都該以精神並以真理朝拜祂。讓我們日夜頌揚祂並祈求祂，說：「我們的父」；因爲「我們該常常祈禱，總不間斷。」

此外，「我們要結出相稱的痛悔的果實。」我們要愛人如己。我們要有愛德和謙遜；我們要施捨，因爲施捨能洗淨我們靈魂的罪污。事實上，人們留在世上的一

切都要喪失；只能帶走他們的愛德和施捨的代價；他們將從天主那裏領取這代價的酬報和相稱的獎賞。

我們不該按血肉之見，去作聰敏與明智的人；而要作一個誠樸、謙虛、純潔的人。我們總不該想在他人之上，反而該爲了天主的原故，做衆人的僕役、並隸屬於人。

凡是如此行事，而又堅持到底的人，主的聖神將安息在他們身上，並在他們內做住所而居留其中。如此，他們將成爲天主的子女，從事祂的事業：他們將是吾主耶穌基督的淨配、弟兄和母親。

對答詠

瑪五，3，5 7 6

領：神貧的人是有福的，因爲天國是他們的。
答：溫良的人是有福的，因爲他們要獲得樂土。

領：嗜義如飢似渴的人，是有福的，因爲他們將獲得飽飫。

答：溫良的：

讚主曲對經：聖方濟一生貧窮謙虛，却如富翁般進入天廷，天使們歌詠歡迎。

結束禱詞

天主，祢曾使聖方濟在貧窮與謙遜諸德行上，維妙維肖地師法了基督；求祢賞賜我們，能步武聖人的芳踪，追隨祢的聖子，使我們滿懷喜樂與愛心，時時處處光榮祢，並服務人羣。

謝主曲對經：我只有以我們的主耶穌的十字架來誇耀，因爲在我身上帶着耶穌的烙印。

十月六日

聖博諾(勃路諾 S. Bruno) 司鐸

聖人公元一〇三五年左右在科隆出生。在巴黎受教育，並晉陞司鐸乃教授神學；但切願度獨修生活，在法國格樂諾布附近建立了加都先隱修院。為教宗烏爾朋二世徵召，襄理教會要務。一一〇一年在義大利加拉布利亞逝世。

經文見牧者通用 738 頁；或聖人通用會士 802 頁

誦 讀

誦讀一 選讀聖博諾司鐸致加都仙會士書

我的靈魂因上主而歡躍

從我們真福弟兄蘭鐸的詳細而令人欣

慰的敘述中，得悉你們生活極度嚴肅，遵守明智而值得讚揚的紀律；他也對我提及你們聖潔的愛情，和你們追求完美與聖德時那種不知疲勞的熱火，因此「我的靈魂因天主而歡躍。」是的，我歡欣雀躍，我覺得必須讚美並感謝天主；可是我也心酸而悲歎。我確實雀躍——這是合理的，因為看到你們德行的果實在增長；然而我悲傷並感到羞愧，因為我停滯在罪惡的困境中，毫無生氣，而事事疏懶。

因此，親愛的弟兄們，你們要因你們的福分，並因天主賜給你們的鴻恩而喜樂！你們要喜樂，因為你們逃脫了世俗風浪的險惡和覆舟滅頂的危險。你們要喜樂，因為你們到達了這隱密而安全寧靜的港口；許多人渴望，並且努力以赴，却没有如願以償。也有許多人已經來到此地，

又被拋棄在外；因為他們中間誰也沒有蒙受上天的聖寵。

因此，我的弟兄們，你們對這一點要確知並堅信：就是，如果有人關心他靈魂的得救，而得到如此可羨慕的福分，以後，無論因何種理由却又喪失了它，一定會終身後悔而莫及。

關於你們，親愛的輔理修士弟兄們，我說：「我靈頌揚天主」，因為按你們的院長和最可愛的父親的報告——他因你們而滿心喜樂並自豪——我看到天主的仁慈所行的偉業。我也感到欣喜，因為你們雖然缺乏學識，而全能的天主在你們心中不僅親手銘刻了祂的愛情，而且也刻上了對祂神聖法律的知識。你們在行為上表達出你們所愛的，和你們所認識的。因為，當你們盡力之所能，小心謹慎地實踐服從時，顯

然可見的，你們就是在明智地採收聖經中那最美好而使人生活的果實。

對答詠 詠五四，7-8；若壹二，17

領：但願我插翅如鴿遠走高飛，尋覓安身之所！ 答：我要往遠處逃亡，棲身在荒野的地方。

領：這世界和它的貪慾，都要過去；但那履行天主旨意的，却永遠存在。 答：我要往：

結束禱詞

天主，祢召喚了聖博諾司鐸遁跡深山，為能更虔誠地事奉祢；求祢因聖人的轉求，賞賜我們在這變化無常的塵世中，常能保持對祢的忠心。

十月七日

玫瑰聖母

紀念

此紀念日為教宗聖碧岳第五世所欽定，以紀念教友因念玫瑰經，得聖母相助，而獲得拉龐多一役的勝利（一五七一年），本日的慶典在激發信友在聖母領導之下，特別默想基督降生，苦難和光榮復活的奧跡，聖母曾有分於這些奧跡。

經文見聖母通用 633 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖納德院長的講道詞

該默想救恩的奧蹟

天使向瑪利亞說：「那將要由你誕生的聖者，稱為天主的兒子。」祂是智慧的

—
 泉源，至高天父的聖言。聖童貞女，這「聖言」將藉你成為血肉之人，好使那位說「我在父內，父在我內」的，也能說：「我由天主所生，而來到這裏」。

聖若望說：「從起初就有聖言。」「泉水」早已湧出，但只在祂內湧流。「聖言與天主同在」，住在確實不可接近的光裏；上主在起初就說：「我策劃的是和平，而不是降災。」但祇的計畫深藏在祇內，我們却不知道。因為「誰會曉得上主的心意？或者誰會是祂的參謀呢？」

因此，和平的計畫降來，而成為和平的工程：「聖言成為血肉，並居住在我們中間。」的確，祂因信德住在我們心內，住在我們記憶裏，住在我們思想裏，甚至深入我們的想像裏。因為從前除非人在他的心靈中製造一個偶像，人怎能對天主有

一種概念呢？天主原是不可領悟的和不可以接近的，是無形可見的，也是完全無法了解和想像的。可是現在，祂願意爲人所領悟，爲人所看到，祂也願意人以思想了解祂。

你或許說，用什麼方式呢？請看，祂躺在馬槽裏；安息在聖母的懷抱裏；在山上宣道；在祈禱中過夜；而且又被懸在十字架上，面色蒼白而死；在死者中成爲自由的，並戰勝地獄；最後第三天復活了，把祂勝利的標記——釘痕指示給使徒觀看；最後，祂當着他們的面，升到天上去。

凡此種種事蹟，哪一件不在我們內心激發起真正的、虔誠的、聖善的思想呢？當我想到其中的任何一項奧蹟時，我就想到天主，而透過這一切，我找到我的天

主。我已說過：默想這些事蹟，就是智慧本身；我認爲回憶那在心中所保存的甜蜜往事也是明智，這就像祭司亞郎的棍杖所結的大量杏仁的甘美，這是聖母瑪利亞從天上所汲取，而大量傾注給我們的甘美。

對答詠

領：童貞聖瑪利亞，在耶京的女子中，沒有一個能和你相比：你是萬王之王的母親，天使的主母，天上的元后。 答：你在婦女中受讚頌，你的親子同受讚頌。

領：萬福瑪利亞，你充滿聖寵，主與你同在。 答：你在……

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩 見聖母通用 651 頁

對經一：稱爲基督的耶穌生自瑪利亞。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 63頁

對經二：慈母，我們與你一同讚美主，

祂臨終時會把我們當作你的

子女，託付給你。

對經三：童貞瑪利亞被高舉在諸品天

使之上，頭戴十二星辰的榮

冠。

簡短讀經

依六一，10

我要萬分喜樂於上主，我的心靈要歡躍於我的天主，因爲祂給我穿上救恩的衣服，給我披上義德的外衣，使我有如頭戴花冠的新郎，有如佩帶珍珠的新娘。

短對答詠

領：萬福，瑪利亞，你充滿聖寵；主

與你同在。 答：萬福……

領：你在婦女中受讚頌，你的親子同

受讚頌。 答：主與你同在。

領：願光榮歸於父…… 答：萬福……

讚主曲對經：無玷的童貞聖母，榮耀的普

世母后，願所有慶祝你今日

盛典的人，都體驗到你的愛

護。

禱詞 見聖母通用 653頁

結束禱詞

上主，我們懇求祢，將祢的恩寵傾注在我們的心靈上。祢藉天使的傳報，使我們得識祢聖子降生的奧蹟；求祢藉童貞瑪利亞的轉求，使我們賴祢聖子的苦難和十字架，也能獲得光榮的復活。

晚禱

讚美詩 見聖母通用 657頁

對經一：佳播天使向瑪利亞報告了喜

訊，她將由聖神懷孕。

聖詠、聖歌見聖母通用 658 頁

對經二：耶穌的母親，站立在十字架

旁。

對經三：童貞聖母，請歡躍！基督已

從墳墓中復活了，阿肋路亞。

簡短讀經及短對答詠見聖母通用 660 頁

謝主曲對經：瑪利亞把這一切話存在心裏，

反覆思量。

禱詞 見聖母通用 660 頁

結束禱詞 見晨禱

十月九日

聖德宜 (雕尼削 S. Dionysius)

主教及同伴殉道

據杜爾的聖國瑞說：第三世紀中葉，

德宜自羅馬來到法國，成為巴黎第一任主

教，並於巴黎近郊，與屬下二位聖職人員

一同殉道。

經文見多位殉道通用 692 頁

誦讀

誦讀一 選讀聖安博聖詠一一八首注釋

你要做一個忠信而勇毅的證人

教難有各種，殉道也有各種。每天你

都為基督作證。(譯者按：「作證」與「

殉道」原為同義字)。你受邪淫之魔的誘

惑，但你因為懼怕基督將來的審判，你認

為不該污染身心的貞潔：你就是基督的殉

道者。你受貪財的誘惑，想要侵佔窮人的

家產，剝奪一位無助的寡婦的權利。但你

想到天主的誠命，你認為賑濟窮人比犯不

義的罪更好，你就是在爲基督作證。基督願意有這樣的證人，一如聖經所說：「你要爲孤兒伸冤，爲寡婦辯護。」——上主說——現在你們來，讓我們互相辯論。」你受驕傲的誘惑；但是你看見窮人，起了同情心，你寧願謙卑自牧，而不願盛氣凌人；這樣，你就是基督的證人；而且更進一步：你不僅以言語，而且還以行爲作證。

誰是最可靠的證人？就是那「承認耶穌基督帶着肉體來到我們中間」，並遵守福音誠命的人。誰聽道而不實踐，就是否認基督；雖然以言語承認基督，却以行爲否認基督。將有許多地向主說：「主啊，主啊！我們不是因祢的名說過預言，驅逐魔鬼，行過許多奇蹟嗎？」但在公審判的那一天，主將回答他們說：「你們這些作惡的人，離開我吧！」誰爲主耶穌的誠命

作證並以事實爲依據的人，才是真證人！

每天有多少基督的隱密的證人，在承認主耶穌基督！保祿使徒，曾知道這種殉道和爲對基督的信仰所做的見證，他說：「我們引以爲榮的，就是有我們的良心作證。」有多少人外面承認了基督，而心裏却予以否認。經上說：「你們不要凡是先知就相信，要從他們的果實上辨認哪些是該相信的。」因此，你要在內在的迫害中保持忠信和勇毅，好能在外在的迫害中獲勝。在內在的迫害中也有「君王和總督」，以及握有大權的可怕法官。吾主曾受過試探，正是你的典範。

聖經又在另一處說：「但願罪惡不要在你們必死的身體上爲王。」如果罪惡爲王，人哪，你要看看：你要在怎樣的君王，在怎樣的總督面前出庭呢？有多少罪

惡和惡習，也就有多少君王。我們就是被押解到他們跟前，在他們面前我們要出庭。這些君王在許多人心中有他們的法庭。可是，誰若承認基督，立即使君王癱瘓，把他從寶座上推下來。在一個人的心裏既有基督的法庭，魔鬼的法庭怎能存在呢？

對答詠

領：天主的聖者們，身經百戰，赴湯蹈火而獲得了救援。 答：他們從主天主那裏接受了榮冠。

領：這些聖者爲天主作證、捨身、致命。 答：他們從：

結束禱詞

天主，祢曾派遣聖德宜主教及其同伴們，向萬民宣揚祢的福音；並賜予他們在艱苦中百折不撓的精神與力量。求祢賞賜

我們效法他們的榜樣，不以世間的名利得失爲重，義之所在，決不向任何橫逆低頭。

十月九日

聖若望·梁納迪

(若望良納第 S. Iohannes)
Leonardi) 司鐸

聖人於公元一五四一年在義國路珈出生。初為藥劑師，後晉陞鐸品，專為兒童們講解聖教要理。一五七四年創立主母會，曾為此備嘗艱辛。後又創立神職團體，專以傳揚信德為宗旨；因此他理宜被視作教宗所推廣的「傳信善會」的創始者。他以愛德及智慧，竭力革新不少修會的紀律。一六〇九年逝世於羅馬。

經文見牧者通用 738 頁；或聖人通用，

慈善家 802 頁

誦 讀

誦讀一 選讀聖若望·梁納迪司鐸致教

宗保祿五世書

人哪，我要指示你，上主對你的

要求

凡是想從事於重整道德的人，首先要尋求天主的光榮。所以他們首先應依恃天主——萬善的根源，該祈求祂，好讓祂在這樣有益而又艱巨的事上助祐他們。然後，他們要置身在那些需要改革的人面前，好像諸德的明鏡，又好像放在燈台上的明燈；他們要以正直的生活和聖德的光芒，照耀吾主家中所有的人。這樣，以柔和的方式牽引他們着手改革，而不是加以

勉強。依照特利騰大公會議的指示，不要向身體要求那在頭上找不到的東西，因為這樣一來，天主之家的秩序便被擾亂了。此外，他們要提高警覺，好像明智的醫生，要徹底認清一切困擾教會的病症，所需要的藥方，好能給每種疾病對症下藥。

關於整個教會所共同需要的醫療方法，由於教會的改革必需上下一致，即領導階層與屬下同時進行，首先應注意領導人的革新，如此，才能使屬下從他們獲得革新的典範。

樞機主教、宗主教、總主教、主教以及堂區主任等，直接負責牧靈工作。他們絕對應該努力革新，好使管理主羊羣的職責能穩妥地委託給他們。但是我們的注意力也該從上司到屬下，從首領一直到最小的；因為我們不該忽略這些基層份子，教

會道德的重建應從他們開始。對於培育兒童的眞正信仰及聖德生活，應從稚齡就開始，絕對不該疏忽任何一點。爲達到這個目的，傳授給兒童們基督的道理，並將他們的教育託付給良好而又敬畏天主的人，是最有效的。

至聖聖父！這便是上主在目前最嚴重的危機中，所屑於提示給我的。乍看之下，如果這事似乎難以實行，要權衡這事業的重要性，就變成很容易的了。不用大力，不能成大事；偉人適於做大事。

對答詠

領：這位聖者完成了天主所賦予的任務；天主就對他說： 答：進來，與我共同安息吧！因爲在萬民中，我只看見你是義人。

領：這位聖者輕視了今世的生命，抵

結束禱詞

達了天國。 答：進來：
天主，一切美善的施予者，祿使聖若望司鐸，向世人傳播了福音；求祢因聖人的轉求，恩賜祢所啓示的眞道，隨着時光的流轉，而得廣傳於世。



十月十四日

聖嘉禮一世(加里多 S. Cal

istus I) 教宗殉道

相傳聖人曾一度淪為奴隸；獲得自由後，由澤斐琳教宗立為執事，後即承繼伯鐸宗座，竭力攻斥異端教徒。二二二年殉道。葬於奧肋里路。

經文見一位殉道通用 719 頁；或牧者 738 頁。

誦讀

誦讀一 選讀聖啓廉主教殉道致福多納

論道書

對殉道者的勸告

「現時所受的苦，和將來要在我身上

顯示的光榮，是無法相比的。」那麼，誰不盡一切的努力，以獲得那偌大的光榮呢？這光榮使他成爲天主的朋友，立即與耶穌基督共享福樂，並在忍受世上折磨和刑罰之後，能領受天上的賞報呢？對現世的士兵來說，在克勝敵人之後，以凱旋的姿態返回祖國，是何等榮耀。對人來說，戰勝魔鬼之後，凱旋式的重回那亞當由於犯罪而被逐出的樂園，在戰勝那以前欺騙人的魔鬼之後，而獲得獎品，豈不是更大的光榮嗎？能把無瑕的信德、堅忍不拔的精神勇毅、與值得稱頌的熱誠，當作偉大的戰利品奉獻給天主，豈不是更大的光榮嗎？當基督再度降來向仇敵報復時，將陪伴着祂；當祂要來審判萬民而加冕時，在祂身旁，有比這更大的光榮嗎？能成爲基督的同繼承人，與天使平等，與古聖祖、使

徒、先知們享受天國的幸福，這又是何等光榮呢！有什麼迫害能夠戰勝這樣的思想呢？有什麼酷刑能使人忘却這些思想呢？

人靈靠默想這些真理，便能保持勇敢，堅忍不拔；人靈面對魔鬼所製造的一切恐怖和世俗的威脅，也會常居於不敗之地：因為他那確切而堅實的信仰使他堅強。

世人的迫害監禁我們，然而天門却為我們大開。假基督威脅我們，真基督却保護我們。我們雖被處死，但永生却繼之而來。

能夠欣然出離此世，歷經種種考驗和酷刑而光榮地出離此世，是何等的榮耀與何等的安全！暫時閉上那用以觀看人類和世界的眼眸，好能立即睜開，來仰視天主和基督！這種轉變是多麼迅速，多麼幸運！你忽然從地上被攬走，好能使你移居天國！

這一切應逐漸深入我們的心靈和我們

的反省，日夜深思默想。如果迫害襲擊如此準備好的一位士兵，決不會戰勝他那決心一戰的勇敢。即使我們在作戰之前就被召回，那為殉道而準備好的信德，也必然得到酬報。神聖的法官將毫不遲延地付給我們獎賞。在迫害中，天主為祂的勇兵加冕；在和平中，他為純潔的良心加冕。

對答詠

宗二十，28；格前四，2

領：聖神立了你們為整個羊羣的監督，你們就該對這羊羣謹慎守護，

答：牧養天主子用自己的血所取得的天主的教會。

領：教會的管理人要表現出他們的忠信可靠。

答：牧養天：

結束禱詞

上主，我們今天慶祝聖嘉禮教宗光榮

的殉道，求祢仁慈地俯聽我們的祈禱；使我們因聖人的卓越功德而獲得祢的助祐。

十月十五日

聖德蘭 (大德肋撒 S. Teresa de

Avila) 貞女聖師 紀念

聖女一五一五年出生於西班牙之亞味

拉。及長，入聖衣會潛修，聖德日進，並獲奧秘啓示。聖女竭力重整會規，受苦良多，却能百折不撓，卒底於成。撰寫許多書籍，道理高深，道出個人的神修經驗。一五八二年安逝於亞爾巴。一九七〇年教宗保祿六世，立之為聖師。

經文見貞女通用 780 頁；或聖師 769 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖女大德蘭的著作

要念念不忘基督的愛

誰擁有耶穌基督作為良友，作為好領袖，便能忍受一切痛苦。祂幫助我們，並賜給我們力量。祂絕不遺棄我們；祂是一位真正而誠實的朋友。我看得很清楚：爲了使天主喜歡，並從祂手中獲得鴻恩，祂願意透過基督至聖人性的手而賜給我們恩寵，天主曾說基督是祂鍾愛之子。

天主曾告訴我這事，我也多次由於經驗看到這事；我再說一次，如果我們願意祂無上的尊威，把偉大的奧秘啓示給我們，我親眼看到，我們該從這個門（基督）進去。即使你已經攀登默觀的高峯，也不該尋求其他途徑；因爲你藉這條道路才能

安全地進入。一切恩寵都是從我們的這一位主而來。祂要教導你；你要觀察祂的生活，這是我們生活最好的模範。

在我們身旁，有一位這麼忠實的朋友，我們有艱難困苦時，祂絕不像世俗的朋友一樣捨棄我們，我們還要尋求什麼呢？那真誠地愛慕祂，並在身邊常擁有祂的人真是有福。請看榮耀的使徒保祿：他的口似乎不能不講耶穌：因為他把耶穌已銘刻在他的心中。自從我領悟了這事以後，會用心觀察並得知：幾位大聖人、大默觀者，如聖方濟、巴杜阿的安道、納德、佳琳·瑟納等，都沒有遵循其他的道路。我們該自由地在這條路上行走，並完全委身於天主手中。如果祂願意把我們提升作祂的侍從，或作祂的親信的助手，我們就要甘心順從。

我們每次想到基督時，我們就該記起祂以何等的愛情賜給我們如許的恩惠；也要記起天主對我們顯示的愛多麼深厚：因為祂在基督身上給與我們這種大愛的保證：愛要求還愛。因此我們努力時常記着這項保證，為能喚醒我們心中對天主的愛。因為如果有朝一日，天主恩賜我們這種恩惠，使這種愛銘刻在我們心中，一切為我們都將是容易的，我們也能很快地、毫無困難地大有成就。

對答詠 詠七二，27，28；格前六，17

領：上主，遠離祢的人必將趨於沉淪。
 答：親近天主是我的福樂，上主天主才是我的寄託。

領：那與主結合的，就是與祂合而為

一。 答：親近天……

結束禱詞

天主，祢曾藉聖神激勵聖女德蘭成爲大聖，使她爲教會指示出達到完美聖德的途徑；求祢賞賜我們，從聖女的靈修遺訓獲得心靈的滋養，并藉以燃起我們修德成聖的渴望。

十月十六日

聖德維 (赫德維 S. Hedwigs) 修女

一一七四年左右在德國巴伐利亞出生。及長與西來西公爵亨利結婚，生有七子。她一生虔誠事主，賑濟貧病，建立醫院。丈夫死後，即進入波蘭之布來斯勞西多隱院潛修。一二四三年安逝。

經文見聖婦通用，慈善家；或修女

825頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖德維傳記

常常歸向天主

天主的婢女知道，那些用來建築天上耶路撒冷的活石、該在此世受到敲打和琢磨，經歷許多考驗，才能獲得天上的榮耀，返回光榮的天鄉。因此，她完全置身於痛苦的洪流中，不斷地打苦鞭、毫無憐惜地折磨自己的身體。由於她每天那樣嚴厲地齊戒苦行，令人稱奇：一個纖弱的女子，怎能承受得住偌大的磨難！

她雖然嚴厲地克苦肉身，却極爲明智謹慎。她越努力克己，靈魂的力量就越堅強，聖寵就越增加，對天主愛情的熱火，

就越為熾熱。她多次被一種極熱烈的願望而提升到天主那裏，竟致失去知覺，對她四週發生的事毫不注意。

正如她靈魂的熱火使她時常歸向天主，同樣，她的慈心也使她常關懷近人，慷慨地調濟貧困。她幫助修會團體，無論他們是生活在修院內，或是在外工作的修士、修女；她幫助寡婦和孤兒、病弱者、癩病人、囚犯、旅客、那有子女需要養育的窮困婦女等。凡前來向她求助的人，她絕不讓任何人空手而回。

天主的這位婢女從來不會忽略行任何善工，因此天主也賜給她一項恩寵：就是當她缺乏用以完成善舉的物資時，當她個人的力量不足時，她却藉基督苦難的力量，能夠得到她為救助急需的人所需要的一切。因此，對那些投奔她、求她解除疾

苦的人，無論肉體的或精神的痛苦，她常能依照天主聖意所樂意的，給與所需要的援助。

對答詠

參閱箴三一，17-18

領：她以勇力束腰，增強自己的臂力。
答：她的燈永不熄滅。

領：她發覺，為上主工作是件美事。

答：她的燈：

結束禱詞

全能的天主，祢使聖婦德維以她一生的奇妙事蹟，為世人樹立了傑出的謙德楷模；求祢因聖婦懇切的代禱，賞賜我們天上的恩祐，效法她謙遜的榜樣。

十月十六日

聖麗達·安蘭閣（瑪加利大

亞拉高 S. Margarita
Maria Alacoque）

聖女一六四七年出生於法國歐丹教區。及長入巴萊莫尼聖母往見會修道；在全德途徑上進步神速，並曾獲得奧秘的啓示，尤其對耶穌聖心敬禮，傳揚此敬禮，不遺餘力。一六九〇年十月十七日逝世。

經文見貞女通用 780 頁；或修女 825 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖女麗達的書信

我們該知悉基督的愛超越一切知識

我認爲吾主熱切希望我人特別敬禮祂

的聖心，是因爲祂願意祂救贖的效果，在我們的靈魂上發揮更新的作用。因爲祂的聖心是一個取之不盡的泉源，祂只尋求把自己傾注在謙遜人的心中，好使他們時時準備並情願按祂的聖意奉獻自己的生命。

這顆聖心是一個不會涸竭的水泉，從這水泉裏不斷湧出三條河流：第一條是爲罪人流出的仁慈的河流，帶給罪人們痛悔和補贖的精神。第二條是愛德的河流，這是爲援助一切有急需的人而流出來的，特別是爲那些尋求全德的人，他們在這河流中找到克服阻礙的力量。第三條是愛情和光明的河流，這是爲基督的最好的朋友而流出來的，祂願意他們與祂完全結合，分享祂的知識，認識祂的誠命，好使他們按照個人的方式，完全獻身於祂，爲祂爭取榮耀。

這顆聖心是一切美善的深淵，窮人該把他們的急需投入其中；這是快樂的深淵，能淹沒我們的一切憂慮；是謙德的深淵，能克服我們的驕傲；是慈悲的深淵，為救助受苦的人；是愛的深淵，能淹沒我們的貧乏。

你們作任何事，都該與吾主耶穌基督的聖心結合在一起；開始歸向祂時，為使你們善為準備；在歸向祂之後，為使你們能為罪作補贖。你在祈禱方面，毫無進步嗎？你就把神聖的救主在聖體聖事內為我們所作的，獻給天主就夠了，奉獻祂的熱情，以賠補你的冷淡。你做每件事時要這樣說：「我的天主，我在祢聖子的聖心內，並按祂的神聖意向做這事，或忍受這痛苦，我把它獻給祢，以賠補我行為中的一切罪過和缺失。」你們要在一生的境遇

中常常這樣作。當你們遇到艱難困苦、或屈辱時，就要對自己說：「接受耶穌聖心給你送來的吧！好使你與祂結合。」

最重要的是：你們要保持內心的平安，這平安比一切寶藏還珍貴。保持內心的平安最好的辦法，是捐棄個人的私意，而以耶穌聖心之意志取代我們的意志；這樣是祂代替我們去作為祂更有光榮的事，我們只應滿心歡喜地服從祂，並全心信賴祂。

對答詠 瑪十一，25 / 26；詠七二，26

領：父，天地的主宰，我稱謝祢，因為祢把那向智者所隱藏的事，啟示給了孩童。 答：父，祢這樣做了，因為這是出於祢的美意。

領：天主永遠是我的力量和福分。

答：父，祢這：

結束禱詞

上主，祢曾使聖女麗達富有奇妙的愛主精神；求祢將這精神傾注在我們心中，使我們也像聖女一樣認識基督對人的無限愛心，並能圓滿地分享祢的神性生活。

十月十七日

聖納爵(依納爵 S. Ignatius Anti-

ochenus) 主教殉道 紀念

聖納爵繼伯鐸之後，治理安提約教會。

一〇七年脫拉雅王在位時，押解到羅馬，為野獸所吞噬，光榮殉道。在被解送羅馬途中，寫信七封，寄與各地教會，講論教會、基督，以及教友生活的真諦。安提約教會自第四世紀開始、今天紀念他的殉道。

經文見一位殉道通用 719 頁；或牧者 738 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖納爵主教殉道致羅馬人書

我是天主的麥子，被獸牙磨碎了

我致書與各教會，並告知眾人：我甘願為天主而死，你們不要阻止我。我請求你們，不要向我表示不合時宜的善意。請你們讓我成為野獸的食物，是牠們把我送到天主台前。我是天主的麥子，將被獸牙磨碎，好能成為基督的極純潔的麵包。請你們為我懇求基督，使我藉野獸的行動而成為獻與天主的祭品。

世俗的安逸，世上的王國，為我都毫無用處。對我而言，在基督耶穌內死去，比統治全世界更好。我所尋求的和所盼望的是為我們死而復活的基督。我分娩的時

刻臨近了。弟兄們，請原諒我，不要阻止我生活，不要希望我死去。我只願意屬於天主，你們就不要設法把我交給世俗，不要利用世物來使我迷路。請讓我接受純潔的光明；因為當我達到那裏時，我才真正成爲一個人。讓我效法我天主的苦難。誰若心中擁有天主，便能了解我所渴望的，也會同情我，知道使我焦慮不安的是什麼。

世俗的君王想要控制我，並願粉碎我對天主的情感。但願你們在那裏的任何人不要援助他；但請你們站在我這一邊，就是天主的這一邊。不要口裏談論耶穌基督，而心裏貪求世俗。但願你們心中不要嫉妬。當我在你們身旁時，如果我懇求你們，你們不要相信我；但要相信我現在給你們所寫的。此時此地我活着給你們寫信

時，却渴望死去。我對塵世的愛戀已經被釘在十字架上，我心中再沒有一絲對世物的貪戀，而有活水在細語，在我內輕輕地說：「到聖父身邊來吧！」我對那易於消失的食物和此生的逸樂，不感興趣。我企望天主的食物，就是達味後裔耶穌基督的肉身；我也企盼祂的血作爲飲料，就是永不消失的愛。

我不再願意如常人一般生活。如果你們願意，將來便如此實現。我請求你們也有這種願望，好使你們符合天主的聖意。我寫這幾句話，請求你們相信我。耶穌基督將使你們知道我說的是實話；祂的口不說謊話，聖父的真理之言就是藉着祂而發出。請你們爲我祈禱，使我滿足心願。我現在給你們寫信，不是按照血肉之見，而是按照天主的思想。如果我受苦，正證明

你們對我的善意；如果我免於一死，表示你們討厭我。

對答詠

領：信德是生命的開端，愛德是終向；如果你們對基督有完整的信和愛，爲你們就沒什麼隱密的事了。 答：信德是開端，愛德是終向。

領：因此，你們要溫良，要使你們在信德和愛德中重生；就是藉耶穌聖體和聖血而重生。

答：信德是：

讚主曲對經：我追尋並渴望那爲我們死而復活的基督。

結束禱詞

全能永生的天主，祢以殉道聖人們的

英勇作證，榮顯了祢的神聖奧體——教會；聖納爵主教的蒙難，使他得到永垂不朽的榮耀，求祢使聖人爲基督捨生的榜樣，加強我們爲信仰作證的勇氣。

謝主曲對經：我願吃天主之糧，達味的後裔耶穌基督的身體；我願飲基督之血，祢不朽之愛的保證。

十月十八日

聖路加 (S. Lucas) 聖史 慶日

路加生於外教家庭，皈依後，追隨保祿傳教，依照他的宣講、撰寫第三部福音。他把教會的初期生活寫在另一部書「宗徒

大事錄」中，敘述教會從開始直到保祿第一次居住羅馬之間所發生的事跡。

序經對經：主在福音內向人講話，請大家

前來朝拜祂。

聖詠九四 3 頁

誦 讀

讚美詩 見晨禱或使徒通用 677 頁

聖詠吟唱 見使徒通用 677 頁

頌：萬民聽到福音，滿心歡喜。

答：讚頌上主的聖言。

誦讀一 恭讀宗徒大事錄

九，27 ~ 31；十一，19 ~ 26

教會充滿着聖神的安慰

那時候，納博接待了掃祿，帶他去見

使徒，並給他們講述掃祿在路上怎樣看見了主，主怎樣給他說了話；他又怎樣在大馬士革因耶穌的名勇敢講道。掃祿就在耶路撒冷同他們來往，也因主的名勇敢講道；並且同希臘化的猶太人談論辯道，他們就打算殺害他。弟兄們一知道了，就送他到凱撒勒雅，以後打發他到塔爾索去了。

教會既在全猶太、加里肋亞和撒瑪黎雅得了平安，就建立了起來，懷着敬畏上主之情行動，並因着聖神的鼓勵而逐漸發展。

在德範受害時，那些由於迫害而四散的人，經過各地，來到了腓尼基、塞浦路斯和安提約基，他們只向猶太人講道。但其中有些塞浦路斯和基勒乃人到了安提約基，也向希臘人講道，宣傳主耶穌的福

音。主的手同他們在一起，信而歸主的人很多。

這消息傳到了耶路撒冷的教會，就派納博到安提約基去。他一來到，看見天主所賜的恩惠，就很喜歡，並勸勉衆人要專心一意地信主。因爲他是好人，充滿聖神和信德，就有許多人歸依了主。以後，他到塔爾索去找掃祿；找到以後，便領他回到安提約基。他們整整一年在那教會中共同工作，教導了許多人；門徒們在安提約基最先被稱爲基督徒。

對答詠 宗十二，24；十三，48，52

領：天主的道逐漸發揚光大。

答：那些被預定獲得永生的人，就都信了。

領：門徒都充滿喜樂和聖神。

答：那些被：

誦讀二 選讀聖教宗大國瑞福音釋義

主伴隨着自己的宣道員

親愛的弟兄們：我們的主、救主，有時以言語，有時以行動教導我們。祂的行動本身便是誠命：因爲當祂作一件事而不發一言時，便是指示我們應該如何行事。比如，祂派遣弟子們兩個兩個地去宣講，這是因爲愛德的誠命有兩條：愛主與愛人。

主派遣弟子們兩個兩個地去宣講，是要暗示我們，誰對人沒有愛德，便絕對不該從事宣講的職務。

以下這句話說得好：「祂派遣他們，在祂之先，到祂自己將要去的各城各地去。」因爲主隨着祂的宣講者而來，宣講是爲祂鋪路，然後主才來到我們心裏居住。首先有勸言作前導，然後心靈藉此勸言而接納真理。因此依撒意亞向宣講者

說：「你們要準備上主的道，修平我們天主的路。」聖詠作者也向他們說：「你們要爲從日落處升起的那一位開道。」主的確自日落之處升起，因爲祂因受苦受難而從那裏降下，在復活時又在那裏升起，顯示了更大的榮耀。祂從日落之處升起，因爲祂藉着復活踐踏了祂所忍受的死亡。因此，我們向你們的心靈宣講祂的榮耀時，就是爲從日落之處升起的那一位開道，以便祂隨後來到時，藉祂愛情的臨在照耀你們的心靈。

現在讓我們聽聽祂向祂所派遣的宣講者所說的話：「莊稼豐收，而工人少。所以你們該求莊稼的主人，派遣工人去收割他的莊稼。」對這豐收的莊稼來說，工人太少了。我們重複這句話，不能不感憂傷。有許多人願聽道，却沒有講道人。世

界上充滿司鐸，却很少遇到一位在收割天主莊稼的工人；我們雖然接受司鐸之職，我們却沒有盡職。

親愛的弟兄，請你們衡量，衡量一下這句話的分量：「你們要請求莊稼的主人，派工人去收割他的莊稼。」你們也要爲我們祈禱，好使我們爲你們工作時能稱職；但願我們的舌頭善盡勸導的責任，總不厭倦；我們既然接受了講道的職責，但願我們不要因緘默而在公正的法官台前被定罪。

對答詠 參閱路一，3，4；宗一，1

領：路加自始就仔細考查了一切，按次序寫了福音。 答：爲使我們認清所學到的道理，正確無誤。

領：他曾論及耶穌所行所教導的一切， 答：爲使：

唸「天主，我們讚美祢」(17)頁
結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一、基督的使徒，
聖城的基礎和棟樑，
來自加里肋亞的貧苦村莊，
完成了永垂的偉業，
獲得了不朽的榮光。

二、救世羔羊的光輝，
帶領你們前行，
進入新的耶路撒冷，
把基督的福音，
傳播到天下萬邦。

三、你們不辭辛勞，
到處宣講真道；

以殉道的熱血，

建立教會，

修築天主的殿堂。

四、昔日播種，今天豐收，

帶領無數子民赴天鄉，

光榮歸於基督，

及父及聖神，萬世無疆。阿們。

聖詠吟唱

對經一：聖史們尋求先賢的智慧，及

先知的教訓，證實了他們的

論述。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 8頁

對經二：天主藉福音召喚了我們信仰

真理，以獲得我們的主耶穌

基督的光榮。

對經三：衆人都將稱揚他們的智慧，

直到永遠不會被人遺忘。

簡短讀經 格前一五，1) 2 a, 3) 4

弟兄們，我要你們知道，我以前向你們傳報的福音，這福音你們已接受了，且以它作穩固的基礎，並因這福音而得救。我當初領受了，又把它傳授給你們，最重要的是：基督照經上記載的，爲我們的罪死了，又埋葬了，而且照經上記載的第三天復活了。

短對答詠

領：他們講述了天主的榮耀和祂的大

能。 答：他們：

領：以及祂所做的奇事。

答：和祂的大能。

領：願光榮歸於父： 答：他們：

讚主曲對經：聖路加傳佈基督的福音時，

也給我們宣報了自高天昇起

的旭日。

禱 詞

我們的救主摧毀了死亡，藉福音使生命燦爛不朽。我們要熱烈的讚美祂，要謙恭地祈求祂：求祢使祢的教會在信德和愛德中堅定不移。

祢聖善和傑出的導師，奇妙的光耀了祢的教會，

—求祢使信友們也能享有同樣的光輝。

諸聖牧者一如梅瑟祈求祢時，祢就赦免了民衆的罪過，

—求祢因他們的轉求，不斷淨化祢的教會，使它日益聖化。

祢從弟兄中選拔了祢的聖人，給他們傳了油，並遣發祢的聖神降臨到他們身上，

—求祢使祢子民的牧者，都充滿聖神。

祢就是諸聖牧者的產業，

—求祢恩賜祢以聖血所拯救的人，都能與

祢常在一起。

我們的天父：

結束禱詞

主、天主，祢簡選了聖路加，藉他的宣講與著述，揭示了祢對窮苦人的偉大愛心。求祢使所有信奉祢聖名的人，常能一心一德堅守他們的信仰；并使所有尚未認識真道的人，都能得到祢的救恩。

日間祈禱

對經及聖詠見聖詠集平日通用

午前

簡短讀經

羅一，16 / 17

我不以福音為恥，因為福音正是天主的德能，為使一切有信仰的人獲得救恩，先是猶太人，後是希臘人。因為福音啓示了天主所施行的正義，這正義源於信德，

而又歸於信德，正如經上所載：「義人因信德而生活。」

領：他們的聲音傳遍普世。

答：他們的言語達於地極。

午時

簡短讀經

得前二，2 b / 4

依靠我們的天主，我們有勇氣，在艱鉅的格鬥中，給你們宣講了天主的福音。我們的講勸並不是出於幻想，也不是出於不誠，也不是在於欺詐；反之，我們是被天主考驗合格而受委託傳福音的人；我們宣講，並不是為取悅於人，而是為取悅那考驗我們的天主。

領：他們遵守了天主的約言，

答：和祂的誠命。

午後

簡短讀經

弟後一，8 b / 9

你們要依賴天主的大能，為福音與我

同受勞苦。天主拯救了我們，以聖召召叫

了我們，並不是按照我們的行為，而是按

照祂的計畫和恩寵；這恩寵是萬世以前，

在基督耶穌內賜予我們的。

你們歡欣踴躍吧！

因為你們的名字已寫在天上了。

結束禱詞 見晨禱

晚 禱

讚美詩 見使徒通用 687 頁

對經一：按照天主聖寵的恩賜，我作

了福音的使者。

聖詠、聖歌見使徒通用 688 頁

對經二：我作一切事都是為了福音，好

使我也得到信福音的好處。

對經三：我蒙受了這種恩寵，是為把

基督那深不可測的豐富傳給

外邦人。

簡短讀經

哥一，3 a) 6

我們在祈禱時，時常為你們感謝我們

的主耶穌基督的天主和父，因為我們聽說

你們在基督耶穌內的信德，和你們對眾聖

徒所有的愛德，這是為了那為你們所存留

在天上的希望，對這希望，你們由福音真

理的宣講中早已聽過了。這福音一傳到你

們那裏，就如在全世界，便不斷結果，不

斷發展。

短對答詠

領：你們要在列邦中宣報上主的榮耀。

答：你們：

領：在萬民間講述祂所行的奇事。

答：宣報上主的榮耀。

領：願光榮歸於父：： 答：你們：

謝主曲對經：眞福聖史路加記述基督的慈

祥，堪當在教會中受光榮。

禱 詞

天主，光明之父，會藉祂聖子的福音，召叫了我們信從眞理。我們要爲祂神聖的子女向祂祈求說：

上主，求祢垂念祢的教會。

天父，祢將祢的聖子，羣羊偉大的牧者，從死者中領出來，

—求祢使我們作祂的見證，直到地極。

祢派遣了祢的聖子來到世界，向窮人傳報福音，

—求祢使我們也向一切受造物宣講福音。

祢派遣祢的聖子，散播聖言的種子，

—求祢使我們含淚散播聖言，含笑獲享收成。

祢會派遣祢的聖子，靠祂的聖血使世界與

祢重修舊好，

—求祢使我們衆人共同努力，促進彼此間的和睦。

祢會使祢的聖子在天上坐在祢的右邊，

—求祢接納所有去世的人，使他們進入永福的天國。

我們的天父：

結束禱詞

主，天主，祢簡選了聖路加，藉他的宣講與著述，揭示了祢對窮苦人的偉大愛心。求祢使所有信奉祢聖名的人，常能一心一德堅守他們的信仰；并使所有尙未認識眞道的人，都能得到祢的救恩。

十月十九日

聖若望·布瑞柏 (S. Ioan-

nes de Brebeuf)

聖宜善·饒格 (S. Isaac

Jogues) 司鐸及同伴殉道

一六四二年至一六四九年間，共有八位耶穌會士在北美傳佈福音而遭土人殺害，捨生殉道；其中宜善·饒格神父，一六四七年十月十八日殉道；若望布萊柏神父，則在一六四八年三月十六日。

經文見多位殉道通用 692 頁，或牧者 738 頁。

誦讀

誦讀 11 選讀聖若望·布萊柏靈修日記

耶穌既為我而死，我也願為祂而死

我兩天之久，不斷感覺到一種對殉道的極大渴望，我也盼望忍受殉道者所忍受的一切刑罰。

我的主，我的救主耶穌，為祢所施與我的「一切恩惠，我能還報祢什麼呢？」我要從祢的手中接受祢的痛苦之杯，並呼喚祢的名字。我在祢永遠的聖父和聖神台前，在祢至聖之母和她的至貞的淨配聖者若瑟面前，在天神們、使徒們和殉道者面前，在我的聖祖納爵和聖方濟·薩威面前發了聖愿。是的，我的救主耶穌，我向祢許過愿：如果有一天，因祢無限的仁慈，將殉道的聖寵賜與我——祢不配的僕人，我要全力以赴，絕不放棄。

因此我這樣發誓：在我的餘年，總不

願意——雖然我也有自由或權利——避免死亡或流血殉道，除非我認爲那時另一種作法會爲祢更有光榮。更進一步，我許諾：當我從祢手中接受死亡的打擊時，我的心靈要感到最大的滿足和喜樂。所以，我所愛的耶穌，從現在起，我懷着極愉快的心情，把我的血，我的肉體和我的生命奉獻給祢。如果祢賜給我這項恩典，我只願爲祢而死，因爲祢會屑於爲我而死。求祢使我善度此生，好能最後蒙祢垂允，賜我愉快地死去。是的，我的天主，我的救主，我要從祢手中接過祢的痛苦之杯，並且呼喚祢的名字：耶穌，耶穌，耶穌！

我的天主，我是多麼難過：因爲人們還不認識祢，這片野蠻的地區還沒有完全皈依祢！罪惡還沒有被驅除！實在說來，我的天主，如果此處的囚犯所應受的一切

處罰，甚至最殘酷的折磨，都落在我身上，我甘願爲他們奉獻我自己，好使我獨自來承受。

對答詠 希十一，33，34，39；智三，5

領：聖人們藉着信德征服了列國，履行了正義，而獲得恩許，成爲戰爭中的英雄。 答：這些人因他們的信德而獲得了褒揚。

領：天主試驗了他們，發覺他們配作自己的人。 答：這些人：

結束禱詞

天主，祢曾派遣聖若望司鐸及其同伴們，在北美地區以宣講并傾流熱血培育了信仰的初果；求祢因他們的轉求，惠賜世界各地的教友幼苗，日益發榮滋長。

十月十九日

十字・聖保祿

(S. Paulus a Cruce) 司鐸

保祿一六九四年出生於里古里亞的奧瓦達；先協助其父經商，後棄家修道，開始調濟貧病，並糾集同志。晉鐸後，救靈之心日切，設立會院，從事使徒工作並作嚴厲的補贖而克己苦修。一七七五年十月十八日逝世於羅馬。

經文見牧者通用 738 頁；或聖人，會士

802 頁。

誦 讀

誦讀二 選讀十字・聖保祿司鐸書信集

我們宣講被釘的耶穌

深思與默想主的苦難，是一件很美而聖善的事：因為這是使人達到與天主結合的途徑。在這神聖的學校中，才能學習真智慧。所有的聖人聖女都是在那裏成爲智者。當我們甘飴之耶穌的十字架，在你們心中更深地扎根時，你們將要歌唱說：「要受苦而不要死」，或說：「或受苦，或死去」，或更好說：「不要受苦，也不要死去，只要完全皈依天主的聖意。」

原來愛是一種結合的力量，愛把所鍾愛者的苦痛據爲己有。這愛火深澈骨髓，把愛者轉變爲被愛者。而且達到更高的層面時，愛情與痛苦，痛苦與愛情混合，二者密切結合爲一，以致不能再區分愛情或痛苦，也不能再區分痛苦或愛情。因此，會愛的人，在痛苦中會歡樂，也在他痛苦的愛情中雀躍不已。

所以你們要恒心修練一切德行，尤其在忍受痛苦方面要效法甘飴的耶穌，因為這是純愛的高峯。你們要努力使所有的人都認出，你們不僅在心中，而且在行爲上，都帶着被釘的基督的肖像、良善及寬仁的典範。因爲誰在心中與生活的天主之子相結合，在外表也會帶着祂的肖像：要不斷地修練英豪之德，尤其是堅忍，總不在暗中或公開地抱怨。你們要把自己深藏在被釘的基督心內，除了引導所有的人都奉行天主的旨意之外，別無所求。

你們既已成爲被釘基督的愛慕者，就要在內心的聖殿中不斷地慶祝十字架的節日：默默地忍受一切，不依賴任何受造物。既然節日是應在歡樂中慶祝的，那麼，凡是那愛慕被釘之主的人，在內心默默地以忍耐慶祝十字架節時，外表要表現

出微笑與安和的面容，雖然這在人眼中隱而不顯，但只有至善的天主知曉。既然在所有的慶節慣常設宴，你們便隨從我們那被釘之主愛的榜樣，以天主聖意作爲你們的食物吧！

對答詠

迦六，14；哈三，18

領：我只以我們的主、耶穌基督的十字架來誇耀。 答：因爲藉着基督，對我來說，世界已被釘在十字架上了；就世界來說，我也被釘在十字架上了。

領：我要因上主而歡樂；我要因我的救主天主而踴躍。

答：因爲藉：

結束禱詞

上主，祢曾使聖保祿司鐸一心愛慕基督的十字架；求祢賞賜我們恩寵，使我們

被他卓越的言行所激勵，勇敢地背負起我們自己的十字架。

十月二十三日

賈必昌・聖若望

(若望嘉庇當

S. Ioannes de Capistrano) 司鐸

聖人一三八六年生於義國阿布魯濟省之賈必昌。在拜路西亞攻讀法律，後即在該城暫任法官之職。後入方濟會修道，晉陞鐸品，在歐洲各地傳教，堅定信友們的信仰，或與異端教人辯道。一四五六年在奧國維拉古逝世。

經文見牧者通用 738 頁；或聖人，會士

802 頁。

誦 讀

誦讀一 選讀賈必昌・聖若望的

「神職寶鑑」

正直的神職人員的生活光明磊落

凡蒙召來赴主聖宴的人，要以聖德的、值得稱讚的生活典範在人前照耀，要潔身自好，掃除惡習。無論對己對人，他們要像地上的鹽，度適於身份的生活；要作世界的光，以智慧的光芒照耀他人。他們應該了解耶穌基督至高的老師，對使徒和門徒，也是對他們的繼承人，即所有的神父和神職人員所說的話：「你們是地上的鹽，鹽若失了味，怎能使它再鹹呢？它已毫無用處：只好扔在外邊，任人踐踏罷了。」

倘若神職人員度着不潔與不道德的生

活，沾染了惡習的污穢，身繫罪惡的鎖鏈，他們的命運就好像令人輕視的糞土被踐踏一樣。的確他們爲自己或爲他人都不能再有所作爲，一如聖國瑞所說：「一個人的生活腐敗，結果使他的宣講也被人牙齒。」

「善盡職責的司鐸，尤其是那些辛勤宣講和訓誨人的司鐸，值得受雙重的尊敬。」是的，好神父值得受雙重的尊敬：

這雙重的尊敬是有關物質和他們本人兩方面的，換言之，暫時與精神兩方面的，或現世與永恒兩方面的。因爲他們雖然受本性的限制仍與凡人們生活在世界上，他們却熱誠努力與天使們生活在天堂上，爲能作君王明智的僕人，蒙受祂的青睞。因此，猶如太陽從高天上升，光照普世，但願神職人員的「光在人前照耀，使他們看

到這些天主之僕所做的善事，而光榮在天主之父。」

「你們是世界的光。」光不但自己發光，而且也把光芒放射到四周，光照它所接觸的物體；同樣，無瑕可指的神職人員光明磊落的生活，放射出聖德的光芒，照耀並撫慰那些注視他們的人。神職人員既負有照顧他人的職責，便該以身作則指示他人、在天主的家中應該如何生活。

對答詠

德四，28-29；弟後四，2

領：當講話時，不要緘默，也不要隱藏你的智慧。 答：因爲從言談中，可以看出智慧；在答話上，可以顯出明智。

領：你要宣講眞道，不管時機是否適當，要堅持不變，以最大的耐心

和教訓去反駁，去責斥，去勸勉。 答：因爲從：

結束禱詞

天主，祢揀選了聖若望司鐸，加強祢忠貞子民的信心，以克服遭遇的種種困難。求祢恩賜祢的教會，永享和平，并使我們在祢的護翼之下，身心安康。

十月二十四日

聖安道·柯樂仁 (S. Antonius)

Maria Claret) 主教

聖人一八〇七年生於西班牙之撒楞特。

晉鐸後十年之久週遊加達龍地區向民衆宣

講聖道。創立傳教修會，並任古巴主教，從事救靈工作，勞苦功高。後返西班牙，為了教會備嘗艱辛。一八七〇年在法國冷泉逝世。

經文見牧者通用 738 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖安道·柯樂仁主教的著作

基督的愛催促我們

諸聖使徒們爲聖神的火所激勵，曾走遍普世。傳教士們被這同樣的火所焚燒，曾經到達、正在到達，或將要自西徂東到達天涯海角，目的是要宣報天主的聖言。他們實在有權利把保祿使徒所說的：「基督的愛催促我們。」這句話應用在自己身上。

基督的愛刺激我們，鼓勵我們奔跑，

也好像用神聖熱誠的翅膀而飛翔。誰真愛天主，也會愛人；真正熱誠的人，是那會愛的人，然而在愛的程度上，却更高一級。人越燃起愛火，越會被熱誠所驅使。如果一個人沒有一點熱誠，這是愛情和愛德在他心中熄滅的標記。誰有真的熱誠，便會希冀並完成最偉大的事業；他努力使天主在今生和來世更爲人所認識、愛慕並事奉，因爲這種聖愛是無止境的。他對近人也一樣；他切望並盡力，使所有的人在今生都心滿意足和快樂，日後在天鄉得享真福；使所有的人都得救；沒有一個人永遠喪亡；沒有一個人冒犯天主，而處在罪惡中，甚至爲了極短的時間。這便是我們在諸聖使徒和那些爲使徒精神所激勵的人身上所看到的。

我對我自己說：一位「聖母無玷之心

的兒子」，是一個被愛德所燃燒，並到處燃起愛德之火的人；他實在切望所有的人都爲聖愛之火所灼熱，並爲此目的而盡全力工作。任何事也不能使他膽怯；他以窮困爲樂；他對勞苦絕不畏縮；他甘願接受困難；他受毀謗，仍然微笑；他受折磨，仍感快樂。他只有一種思想，就是如何追隨耶穌基督，如何藉祈禱、工作和忍耐、效法祂；他心中常有這一個掛慮：天主的光榮和人靈的得救。

對答詠

得前二，8；迦四，19

領：我所切願爲你們交出的，不僅是天主的福音，而且是我的生命。

答：因爲你們是我所最疼愛的。

領：我的孩子們！我願爲你們再受產痛，直到基督在你們內形成爲

止。 答：因爲你……

結束禱詞

天主，祢賜給了聖安道主教無比的容
忍與愛心，使他勇敢地向世人傳播福音。
求祢因聖人的轉求，賞賜我們能慷慨地爲
祢的神國服務，並能盡心竭力地爭取羣衆，
皈依基督。

十月二十七日

眞福施方濟 (B. Franciscus)

Diaz) 司鐸及同伴殉道

眞福施方濟、華若望、德方濟及費若
望四位神父皆西班牙籍，道明會士，十八
世紀中葉，先後來到中國，在福建省傳教。
一七四六年發生教難，四人與白主教先後

被捕入獄，一七四八年十月廿八日在獄中
遇害。

經文見多位殉道者通用 692 頁
結束禱詞

天主，祢賜給了眞福方濟及其同伴堅
強的毅力、救人的熱忱，使他們離鄉背井、
遠涉重洋，來到我國傳佈祢的福音，並以
鮮血灌溉了祢的葡萄園；求祢也賞賜我們
能師法眞福不屈不撓的精神，在任何環境
中不怕爲信仰作證。

十月二十八日

聖西滿 (S. Simon) 及

聖達德 (達陡 S. Thaddaeus)

亦作：聖猷達) 使徒 慶日

西滿之名列於使徒名單的第十一位。

生平不詳，僅知他生於加納，號稱「熱誠者」。達德又名猶達，曾在晚餐時問主耶穌，為什麼祂只顯示給使徒們，而不顯示給世界（若：一四，22）

經文見使徒通用 674 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖啓祿主教若望福音注釋

父派遣了我，我也派遣你們

吾主耶穌基督，為全世界任命了一些人，作嚮導、教師、和天主奧蹟的分施者。祂命令他們要像太陽、月亮、星辰一般發光照耀，不但在猶太，而且在天下各國，光照世界上的所有居民。聖保祿的這句話是真的：「誰也不該把這尊榮歸於自己，而要由於天主的召叫而接受。」事實

上，吾主耶穌基督曾首先召叫了祂的第一批門徒，從事這最光榮的傳教工作。

這批聖門徒好比是「真理的柱石和支撐。」吾主說過，祂派遣他們，好像父派遣了祂自己一樣。這樣，祂便指出使徒工作如何崇高，以及祂所賦與他們的權力的無比光榮。同時，似乎也暗示使徒工作的途徑。

因為，如果祂認為祂該這樣派遣祂的門徒，就像父會派遣祂一樣，祂的門徒們豈不需要了解父派遣子的目的嗎？因為他們將要作基督及其父的效法者。所以聖子曾多次以不同的方式為我們解釋了祂使命的特徵。有一天祂說：「我來不是為召叫義人，而是為召叫罪人，好使他們回頭改過。」又說：「我自天而降，不是承行我的旨意，而是為承行那派遣我來者的旨

意。」另一次說：「天主派遣祂的兒子來到世界上，不是爲審判世界，而是爲使世界藉著祂而得救。」

祂用幾句話扼要地說明使徒們的職務。祂說，祂派遣他們，好像父曾派遣祂自己一樣：他們由此曉得祂賦與他們的使命，便是召叫罪人回頭改過，醫治人肉體和精神方面的疾病；在執行職務時，絕不尋求自己的私意，而要承行派遣他們那一位的旨意；最後，要依照他們從主所接受的訓令而拯救世人。

我們如果閱讀使徒大事錄和聖保祿使徒的作品，便不難看到，諸聖使徒如何努力勤奮地盡了這些職務。

對答詠

若十五，16，8

領：不是你們揀選了我，而是我揀選

了你們，並派你們去結果實，

答：去結常存的果實。

領：我父受光榮，即在於你們多結果

實， 答：去結常：

唸「天主，我們讚美祢」(17)頁

結束禱詞 見晨禱

讚美詩 (晨禱與晚禱)

一、基督的使徒，

教會的棟樑，

追隨救主的芳踪，

服務人羣，

爲天國作證。

二、走遍千山萬水，

傳揚福音，

不怕流血犧牲，

獲得了不朽的光榮，

萬世欽敬。

三、二位偉大的使徒，

請爲我們轉求，

求主恩賜神力，

效法你們的善良，

發揮傳教的熱誠。

四、基督，萬民的導師，

仁慈的救主，

願光榮歸於祢，

及父及聖神，

世世無窮。阿們。

結束禱詞

天主，祢藉着使徒們的教誨，恩賜我

們認識了祢的聖名；求祢因聖西滿和聖達

德二位使徒的代禱，恩賜信仰祢的人迅速

地增加，使祢的教會不斷地發揚光大。

十一月

十一月一日

諸聖節

節日

第一晚禱

讚美詩

一、耶穌，萬民的君王，

聖徒的榮冠，

人類的救主，

願祢的名受顯揚，

時時處處。

二、請垂視諸聖的轉求，

鞏固祢的教會，

領導祢的子民，
戰勝邪惡，

光榮上主。

三、我們向諸聖致敬，

他們一生追隨祢的脚步，

孝愛天父，

為福音作證，

不辭辛苦。

四、基督，求祢在聖人的國裏，

給我們指引及保護。

光榮歸於祢，

及父及聖神，

超越千古。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一一二

對經一：上主，永恆的光輝將照耀祢

的聖者，阿肋路亞。

上主的僕人，請同聲讚頌，※
讚頌上主的名。

願上主的名受讚美，※

從現在直到永遠。

從日出到日落，※

願上主的名受讚美。

上主超越列國萬邦，※

祂的光榮凌駕穹蒼。

誰能與上主，我們的天主相比？※

祂從高處俯視諸天和大地。

把軟弱的人從塵埃裏救起，※

把窮苦的人由糞土中高舉。

使他們與公卿同席，※

與民間的縉紳並坐。

使那不妊的婦女安居家中，※

成為多子的母親，其樂融融。

對經一：上主，永恆的光輝將照耀祢

的聖者，阿肋路亞。

聖詠一四七

對經二：天主之城，耶路撒冷，你將
因你的子女而歡欣，因為他
們將蒙祝福，歡聚到上主面
前，阿肋路亞。

祂拋下冰雹好似碎石，※

祂發出寒氣，水便凝結；

祂一發言，冰塊即刻溶化，※

祂一噓氣，靜水立即流動。

祂將自己的旨意曉諭了雅格，※

把自己的誠律啓示給以色列。

祂從沒有這樣恩待過任何國家，※

也從未向他們宣示過自己的律法。

對經二：天主之城，耶路撒冷，你將

因你的子女而歡欣，因為他

們將蒙祝福，歡聚到上主面

前，阿肋路亞。

也使你的四境平安，※
讓你飽享上好的麥麵。

祂向大地發出自己的諭旨，※

祂的聖旨即刻迅速傳遞。

祂降雪有如羊毛，※

祂撒霜好似飛絮。

聖歌 參閱默一九，1-7

對經三：聖者在天主及羔羊的寶座前

詠唱新歌，大地與他們的歌

聲相應，阿肋路亞。

阿肋路亞！

勝利、光榮和德能，屬於我們的天主，※
祂的判斷正確而又公平。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

天主的僕人，請讚美我們的天主，※
凡敬畏祂的人，無論大小尊卑，
請讚美天主。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

我們上主全能的天主已經爲王，※
我們要歡欣鼓舞，將光榮歸於天主。

阿肋路亞！

阿肋路亞！

羔羊的婚期已經臨近，※

祂的新娘也盛粧以待。

阿肋路亞！

對經三：聖者在天主及羔羊的寶座前

詠唱新歌，大地與他們的歌

聲相應，阿肋路亞。

簡短讀經

希一二，22 ~ 24 a

你們走近熙雍山和永生天主的城，天
上的耶路撒冷；接近千萬天使的盛會，和
那些已被登錄在天上的首生者的集會；接
近審判衆人的天主，接近已獲得成全的義
人的靈魂，接近新約的中保耶穌，以及祂
所灑的血，這血的呼聲比亞伯爾的更有力
量。

短對答詠

領：義人在天主面前歡樂。

答：義人：

領：他們歡欣踴躍。 答：義人：

領：願光榮歸於父： 答：義人：

謝主曲對經：榮耀的使徒團讚美祿，壯大

禱 詞

的先知隊伍讚美祢，白衣的殉道軍旅讚美祢；所有聖者和蒙選者都同聲頌揚祢，至聖聖三、唯一天主。

——求祢也使她們認出：奉獻與祢的童貞，實在是天上財富的特別標誌。
祢在諸聖身上顯示了祢的臨在，祢的聖容和言語，

天主是諸聖的榮冠，我們要興高彩烈的向

——求祢使信徒恭敬他們時，能體會到自己更與祢接近。

祂祈禱：

上主，求祢因諸聖的代禱拯救我們。

求祢恩賜所有去世的人，與真福童貞瑪利亞、聖若瑟和諸聖永遠共居天鄉，

至智的天主，祢藉基督立使徒作為教會的

——求祢藉他們的轉求，也賞賜我們享有同

基石，

一天國。

——求祢保護祢的信者，堅信使徒們的教訓。

我們的天父：

祢曾賜給殉道者剛毅勇敢，不怕捨身流血，為祢作證，

結束禱詞

——求祢使所有信徒也成為祢聖子忠實的見證。

全能永生的天主，我們今天在這同一慶節上，祝賀祢所有聖人聖女們的功德；

祢曾賜給聖善的貞女特殊的恩寵，使她們效法守貞的基督，

求祢因這樣衆多聖者的代禱，豐厚地賞賜我們所殷切期望的恩寵。

序經對經：天主在聖人聖女中彰顯榮耀，
請大家前來朝拜祂。

誦 讀

讚美詩 見晨禱或晚禱

聖詠吟唱

聖詠八

對經一：上主，祢的名何其美妙；祢

賜與祢的聖者光榮和尊貴，

使他們統治祢雙手的化工。

上主，我們的天主！十

祢的名在普世何其美妙，※

祢的尊榮在天上彰明閃耀。

祢從赤子乳兒口中，

取得完美的讚頌，※

使祢的仇敵匿跡銷聲。

我仰觀祢親手所造的穹蒼，※
和祢滿佈在天空的星辰月亮；

世人算什麼，祢竟對他懷念不忘？※

人子算什麼，祢竟對他眷顧周詳？

祢使他稍遜於天使，※

賜予他光榮和尊貴；

使他統治祢雙手的化工，※

讓萬物服從他的命令：

所有的羊和牛，※

以及田野間的走獸；

天空的鳥和海裏的魚，※

以及游行海中的水族。

上主，我們的天主！※

祢的名在普世何其美妙。

對經一：上主，祢的名何其美妙；祢

賜與祢的聖者光榮和尊貴，

使他們統治祢雙手的化工。

聖詠十四

對經二：心地純潔的人是有福的，因

爲他們要看到天主。

上主，誰能住在祢的帳幕裏？※

誰能在祢的聖山上安居？

是那行爲無瑕，實行正義，※

心口無欺的人；

他不隨口詆毀，不加害近人，※

也不欺凌鄰居；

他輕看作姦犯科的人，+

而尊重那敬畏天主的人，※

他起誓而損己也不反悔；

他不放高利貸，※

也不受賄加害無辜。

這樣行事的人，※

才能永不動搖。

對經二：心地純潔的人是有福的，因

爲他們要看到天主。

聖詠十五

對經三：祢將生命之道指示給祢的聖

者；上主，祢賜他們在祢面

前得享圓滿的喜悅。

天主，求祢保祐我，※

因爲祢是我的寄託。

我對上主說：「祢是我的上主，※

沒有祢，我就沒有幸福。」

對世上的賢者、聖徒，※

我內心是多麼傾慕！

人們皈依了其他的神明，※

必然會痛苦倍增；

我絕不向他們奉獻奠血之祭。※

他們的名字，我也絕口不提。

上主，祢是我的產業，我的一切，※

是祢掌握著我的命運。

祢給我劃分的是優美的地區，※

我分得的產業實在令我滿意。

我要讚頌引導我的上主，※

我的良知連夜間也督促我。

我時刻仰望上主，※

有祂在我身邊，我決不動搖。

因此我心裏高興，五內喜歡，※

我的肉軀也無憂安眠。

因為祢絕不會將我遺棄在陰間，※

也不會讓祢的聖者遭受腐朽。

祢必要指示給我生命之道，+

在祢面前才有圓滿的喜悅，※

在祢身邊才有永遠的福樂。

對經三：祢將生命之道指示給祢的聖

者；上主，祢賜他們在祢面

前得享圓滿的喜悅。

頌：你們要仰望上主，就會喜形於色。

答：絕不致滿面羞愧。

誦讀一 恭讀默示錄 五，1-14

基督救贖了我們

若望我，看見那位坐在寶座上的，他右手托着一書卷，內外都寫着字，用七個印密封着。我又看見一位強有力的天使大聲宣佈說：「誰當得起展開這書卷，開啓上面的印呢？」但是，不論在天上、地上、或地下，沒有一個能展開那書卷或閱讀的，我就放聲大哭，因為沒有人當得起展開和閱讀那書卷的。長老中有一位對我說：「不要哭！看哪，那出自猶大支派中的獅子、達味的苗裔已經勝利了，他能展開那書卷和那七個印。」

我看見在寶座和四個活物中間，在長老們中間，站着一隻羔羊，好像被宰殺

的，他有七個角和七隻眼：那眼睛就是被派往全地的天主的七神。羔羊向前來，從坐在寶座上的那位右手中接過那書卷。當他接那書卷的時候，那四個活物和他二十四位長老，都俯伏在羔羊面前，每個長老都拿着琴和滿盛香料的金盃——這香料就是衆聖徒的祈禱，並唱新歌說：「惟有你當得起接受那書卷並開啓上面的印：因為你會被宰殺，曾用你的血，從各支派、各語言，各民族、各邦國中，把人贖回歸於天主，並使他們成爲國度和祭司，事奉我們的天主；他們必要爲王，統治世界。」

我又看見也聽見在寶座、活物和長老的四周，有許多天使的聲音，他們的數目千千萬萬，大聲說：「被宰殺的羔羊理當接受權能、富裕、智慧、勇毅、尊威、光榮和讚頌！」

此後我又聽見一切受造物：天上、地上、地下和海中的萬物都說：「願讚頌、尊威、光榮和權力，歸於坐在寶座上的那位和羔羊，至於無窮世！」那四個活物就答說：「阿們。」長老們便俯伏朝拜。

對答詠

默十一，17；詠一四四，10

領：今昔永存的上主、全能的天主，我們感謝祢， 答：因爲祢登上了王位，要來賞報祢的衆僕和聖徒。

領：上主，願祢所造的萬物都稱謝祢；上主，願祢的聖徒讚美祢。
答：因爲祢：

誦讀二

選讀聖納德院長講道集

我們要趕快奔向等待我們的弟兄

面前

我們爲什麼要讚頌諸聖？我們爲什麼謳歌他們的光榮？甚至我們爲什麼慶祝今天的節日？天父實踐祂聖子的許諾，而親自光榮他們的時候，塵世的光榮能爲他們有什麼用呢？聖人們不需要我們的尊敬，我們的敬禮爲他們也毫無用途。事實上，我們尊敬他們，這爲我們是有益的，爲他們却無關緊要。對我個人來說，我承認，紀念諸聖在我心中點燃了與他們相聚的強烈願望。

首先，因紀念諸聖在我們內心喚醒或更好說激起的第一個願望是：與他們共享那如此令人盼望的共融之樂，並獲准成爲眞福天使的同鄉與同伴，與諸位聖祖和先知爲伍，和使徒的團體及無數的殉道烈

士、精修聖者、貞女們團聚在一起，簡言之，參加諸聖喜樂和共融的大團體。這個首批教友的團體在等待我們，我們却漠不關心！聖人們企望看到我們，而我們却加以藐視！義人們盼望着我們，而我們却加以逃避。

弟兄們，讓我們醒來吧！讓我們和基督一同復活起來！讓我們尋求天上的事物，我們要品嘗這些事物。我們要企望那些企望我們的人，奔向那些等候我們的人，要常以祈禱趨赴那期待我們的人面前。我們不但要期望與諸聖爲伍，而且要期望分享他們的幸福。這樣我們期望着和他們在一起，便會以全副熱心和一切努力，去追求分享他們的光榮。因爲這種貪求毫無不善：貪戀這樣的光榮毫無危險。

紀念諸聖時，所點燃的第二個願望

是：好像他們一樣，得見基督、我們的生命顯現給我們，並使我們也偕同祂顯現在光榮中。但是，目前基督、我們的頭並未以祂本來的面目顯示，而是以祂爲我們受苦時的模樣：不是戴着榮耀的冠冕，而是戴着我們的罪的茨冠。一個肢體，在這戴着茨冠的頭之下，竟選擇一個安逸的生活，應該感到羞愧，因爲祂身穿紫紅袍，不是爲受尊敬，而是爲受凌辱。

基督重臨的日子將要來到：那時不再宣告祂的死亡，我們也將知道，我們也死了，我們的生命在祂內隱藏了。我們的「頭」將在光榮中顯現，衆肢體和頭將一同大放光明，這時基督將革新我們卑賤的身體，使它相似頭的光榮——因爲祂是頭。

我們該以絕對的、堅強的奢望渴慕這種光榮。誠然，爲使我們合理地盼望這樣

的光榮，並企盼如此的幸福，我們也該以最大的雄心，尋求諸聖的助祐和祈禱；這樣，他們的轉禱可爲我們求得、那超乎我們個人能力所要求的恩惠。

對答詠 默十九，5，6；詠三二，2

領：天主的衆僕人，和敬畏祂的人，無論大小尊卑，請讚美我們的主。
 答：因爲上主、全能的主已經爲王。

領：義人，請向上主踴躍歡呼，正直的人理當讚美上主。

答：因爲上：

唸「天主，我們讚美祢」(17)頁

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩

一偉大的聖人聖女，

如今在天上歡聚，

爲了宣揚福音，

他們不怕赴湯蹈火，

捨身取義。

二他們暢飲了救主的苦爵，

也品嚐了苦澀中的甘飴，

爲了獻身基督，

他們歷盡千辛萬苦，

毫不畏懼。

三今逢諸聖的節日，

普世隆重慶祝，

懇請諸位聖人聖女，

爲我們轉求天主，

賜予爲信仰作證的勇氣。

四天主，萬民的慈父，

我們切願與天上諸聖，

歌頌祢、光榮祢，

及子及聖神，

永不止息。阿們。

對經一：聖者居住在天國，永享平安，

阿肋路亞。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 9 頁

對經二：上主的聖者，請永遠讚美天

主。

對經三：願讚美歸於祂的諸聖、以色

列的子女，和祂所接近的百

姓；這爲祂的所有聖者是一

項光榮。

簡短讀經

弗一，17-18

願我們的主、耶穌基督的天主，即那

光榮的父，把智慧和啓示的神恩、賜予你

們，使你們認識祂；並光照你們的心目，

使你們認清祂的寵召有什麼希望，給聖徒

的嗣業，又怎樣充滿了光榮。

短對答詠

領：義人們，你們要在上主內歡欣踴躍。

答：義人們：

領：心地正直的人，你們要歌唱讚頌。

答：義人們：

領：願光榮歸於父：

讚主曲對經：義人在天父的國內光芒四射，

有如太陽，阿肋路亞。

禱詞

天主是諸聖的榮冠，我們要興高彩烈的向

祂祈禱：

上主，求祢因諸聖的代禱拯救我們。

天主，祢是聖德的根源，祢使祢多種恩寵的奇事在諸聖身上大放光明。

——求祢扶助我們、稱揚祢在他們身上所完成的偉大事業。

永生的天主，祢最眷顧世人，祢在諸聖身上給我們顯示了祢聖子更完美的肖像，

——求祢使我們因他們的代禱，得與基督更

有效的合而為一。

天上的君王，祢藉基督忠實的信徒，激勵

我們追求未來的城邑，

——求祢使他們教導我們，遵循更妥善的途

徑到達天國。

天主，祢藉祢聖子的聖體祭獻，將我們與

天上的居民更密切地聯繫在一起，

——求祢增加我們修德成聖的熱忱，使我們

因恭敬他們而能日益相似他們。

我們的天父：

結束禱詞

全能永生的天主，我們今天在這同一

慶節上，祝賀祢所有聖人聖女們的功德；

求祢因這樣衆多聖者的代禱，豐厚地賞賜

我們殷切期望的恩寵。

日間祈禱

補充聖詠 597 頁；如遇主日，則用第

一週主日聖詠 31 頁

午前

對經：上主將安慰熙雍；在它那裏將

找到歡樂、感恩和讚美的歌聲。

簡短讀經

依六五，18 ~ 19

你們都要因我所建造的而永遠喜悅快

樂；因為我要建造一座令人喜悅的耶路撒

冷，一羣令人歡樂的百姓。我要因耶路撒

冷而喜悅，因我的百姓而歡欣，其中再聽

不到哭泣和哀號的聲音。

領：諸位聖者，你們應歡欣踴躍。

答：因為你們在天上有着豐富的賞報。

午時

對經：萬民講述聖者的智慧，整個教

會宣揚對他們的稱讚。

簡短讀經

伯前一，15 ~ 16

召叫你們的那一位既然是聖善的，你們就該在一切舉止上也該是聖善的，因為經上記載：「你們該是聖的，因為我是聖的。」

領：義人們，你們要在上主內歡欣，

答：頌揚祂的聖善。

午後

對經：聖者藉信德征服了萬國，完成

了義德，獲得了許諾。

簡短讀經

默二一，10 ~ 11，二二，3

b ~ 4

我神靈超拔，天使把我帶到一座又高

又大的山上，將那從天上、由天主那裏降

下的聖城耶路撒冷指給我看，這城具有天

主的光榮。天主和羔羊的寶座就在這城中，祂的僕人將事奉祂；他們將看見祂的容貌；他們的額上常帶著祂的名字。

領：上主，義人們將讚頌祢的聖名。

答：心地正直的人將在祢的面前居住。

結束禱詞 見晨禱

第二晚禱

讚美詩 見第一晚禱

聖詠一〇九，1-5，7

對經一：我看見一大羣人，不可勝數，

來自各民族，站在寶座面前。

上主對我主起誓說：「祢坐在我的右邊，」

等我使祢的仇敵，做祢的腳凳。」

上主自熙雍伸出祢的權杖，※

祢要在祢仇敵中統治為王。

在聖山上，祢誕生之日，王位就屬於祢，※

我已經生了祢，好像在黎明之前的朝露。

上主發了誓，決不反悔：※

「祢按照默基瑟德的品位，永為祭司。」

上主常在祢的右邊，※

他發怒之日，必要粉碎列王。

君王將在路旁暢飲溪水，※

因此祂將挺胸抬頭。

對經一：我看見一大羣人，不可勝數，

來自各民族，站在寶座面前。

聖詠一一五

對經二：天主考驗了他們，發覺他們

配得上自己，因此他們從上

主手中接受了榮耀的冠冕。

雖然我說過：「我痛苦萬分」，※

我仍然保持信心。

我徬徨時，曾說過：※

「人心虛偽，不可信託」。

上主賜我鴻恩，※

我將何以爲報？

我要舉起救恩的杯，※

我要呼號上主的名；

我要在全體子民前，※

向上主還我許的願。

聖徒的逝世，※

上主十分珍視。

上主，至於我，我是祢的僕役，※

我和母親同樣侍奉祢。

祢解除了我的羈絆，+

我要呼求祢的名，※

向祢獻上讚頌之祭。

我要在全體子民前，※

在上主聖殿的庭院，

耶路撒冷啊！在你中間，※

向上主還我許的願。

對經二：天主考驗了他們，發覺他們

配得上自己，因此他們從上

主手中接受了榮耀的冠冕。

聖歌 默四，11；五，9、10、12

對經三：主，天主，祢用祢的寶血、

從各支派、各語言、各民族

各國家中救贖了我們；使我們

成爲屬於我們天主的王國。

上主，我們的天主，※

祢理當接受光榮，尊威和權能，

因爲祢創造了萬物，※

萬物都是因祢的旨意而存在，而造成。

上主，只有祢堪當接受那書卷，※

開啓書卷上的封印。

因爲祢曾被宰殺，+

從各支派，各語言，

各民族，各國家中，※

用祢的血，把我們拯救出來，
歸於天主；

使我們成爲天國的子民和祭司，※

我們必要爲王，統治世界。

被宰殺的羔羊理當接受權能，※

富裕、智慧、英勇、尊威、

光榮和讚頌！

對經三：主，天主，祢用祢的寶血，

從各支派、各語言、各民族

各國家中救贖了我們，使我

們成爲屬於我們天主的王國。

簡短讀經 格後六，16 b；七，1

你們是永生天主的聖殿，正如天主所

說：「我要在他們中間居住，我要在他們

中間徘徊；我要作他們的天主，他們要作

我的百姓。」所以，極親愛的，我們既有

這些恩許，就當清潔自己，除去肉體和心

靈上的一切玷污，以敬畏天主之情來完成
聖化自己的工作。

短對答詠

領：聖者、義者，你們要在上主內歡

欣。 答：聖者：

領：天主簡選了你們，作爲祂的家人。

答：聖者：

領：願光榮歸於父： 答：聖者：

謝主曲對經：這是如何充滿榮耀的王國！

所有聖者在那裏與基督一起

歡樂。他們身穿白袍，追隨

基督，形影不離。

禱詞及結束禱詞見第一晚禱1243頁

十一月二日

追思已亡

如遇主日，雖應舉行追思亡者彌撒，却應誦唸主日日課。但如有教友參與時，可誦唸本日的晨禱與晚禱。

一切如追思亡者通用日課 859 頁

誦讀

誦讀一

誦讀二 選讀聖安博主教論亡弟

我們與基督同死，好能與祂同生

我們看到：死亡是利益，而生命是痛苦。因此保祿能夠說：「對我來說，生活就是基督，死亡就是利益。」這裏所說的基督不正是指祂藉肉體的死亡，而給我們

帶來生命的氣息嗎？我們當與祂同死，為能與祂同生。我們應該每天習慣於死亡，並準備死亡，好使我們的靈魂，藉這種分離，學習擺脫世俗的欲望，並使我們的靈魂處於高處——世俗的情慾不能到達而擒拿靈魂的地方——如此在它身上接受死亡的象徵，因而脫免死亡的懲罰。事實上，「肉體的法律在與靈魂的法律作戰」，並設法將它引入歧途。可是有什麼救藥呢？「誰能救我脫離這肉體呢？」是「經由吾主耶穌基督而來的天主的聖寵！」

我們有一位醫生，我們要用祂的藥。

我們的藥品便是基督的聖寵，而死亡的身體便是我們的肉體。所以，我們要遠離肉體，以免遠離基督。雖然我們仍生活在肉體內，但決不該隨從來自肉體的一切；我們也不要放棄本性的權力，但是我們更愛

聖寵的恩賜。

還要多說什麼呢？世界由一個人的死亡而蒙救贖。因為基督如果願意，就能夠不死。可是祂不以爲死亡是可恥而當逃避的，也沒有其他比死亡更好的救人方式。因此，祂的死亡就是每個人的生命。我們帶着祂死亡的標記；我們以祈禱傳報祂的死亡，我們以獻祭宣告祂的死亡。祂的死亡是一項勝利，祂的死亡是一個奧蹟，祂的死亡是世界上最的慶節。

既然天主親作榜樣，爲我們證實：只有死亡尋獲了永生，死亡也救贖了它自己，那麼關於這死亡，還要說什麼呢？所以不該因死亡而悲傷，因爲死亡爲衆人產生救恩；也不該逃避死亡，因爲天主子沒有鄙視死亡，也不願逃避死亡。

死亡原不屬本性，而是以後才成爲本

性的一部份；因爲天主在起初並未創造死亡：祂把死亡作爲醫藥而給了我們。人因背命而被罰，要不斷工作，要忍受勞苦，度一個可憐的生活。這些災禍必須藉死亡結束，好使死亡把生命所喪失的予以恢復。人「常生不死」若沒有聖寵的影響將是一項負擔，而不是利益。

所以人靈應該脫離此生的困苦和這肉體的累贅，並努力奔向天上的聚會。是聖人們才有權利到達那裏。他們彈琴奏樂頌頌天主。我們在默示錄中讀到他們的讚頌詞說：「上主，全能的天主，祢的工程偉大而奇特：萬民之王，祢的道路公平而真實。上主，誰敢不敬畏祢？誰敢不光榮祢的名號？因爲祇有祢是聖的。萬邦都要前來朝拜祢。」耶穌，聖者也要見到祢的婚禮，看到祢的淨配從地上被接引到天上，

同時衆人都在歡呼：「因爲一切血肉之人都將來到祿台前。」祿的淨配不再受世俗所左右，她已與祿的聖神永遠結合在一起。

這便是達味聖王所期盼的最重要的一天，這便是他所願意看到的並瞻仰的：「我只向上主請求一事，我要尋求此事：願我一生一世住在上主的殿裏，凝視上主的美善。」

對答詠 參閱加下十二，45；瑪十三，43

領：那些保持着忠誠的信仰而安眠的人， 答：必將接受爲他們準備的最好賞報。

領：那時候，義人在他們天父的國裏，將光芒四射，猶如太陽。

答：必將接……

結束禱詞

上主，求祿仁慈地垂允我們的祈禱，使我們堅信祿的聖子從死者中復活，也讓我們對所有去世的兄弟姊妹們的復活，懷着殷切的期望。

十一月三日

聖瑪定·包瑞斯 (S. Martinus de Porres) 修士

tinus de Porres) 修士

聖人一五七九年出生於秘魯利馬，其父為西班牙人，母為當地黑人。曾攻讀醫學，後入道明會，慷慨為窮人服務；一生謙卑克己，特別敬愛聖體。一六三九年逝世。

經文見聖人通用，會士 802 頁

誦 讀

誦讀二 選讀教宗若望二十三世宣佈瑪

定為聖人詔書

慈善家瑪定

瑪定·包瑞斯以他生活的榜樣給我們指出：只有耶穌基督所指示給我們的道路，才能領導我們獲得救恩和聖德。這道路就是，首先要全心全靈愛天主，然後要愛人如己。

瑪定深信耶穌基督「為我們受了苦」，「祂在十字架上親身擔負了我們的罪過。」他也對被釘的耶穌有特殊的愛。每當他瞻仰耶穌的痛苦和創傷時，不禁淚流如注，而不能自己。同樣，他也非常虔誠地熱愛聖體，往往藏在更衣室內，數小時之久朝

拜聖體，並盼望盡可能多次領聖體，以滋養自己的靈魂。

他完全服從神聖「老師」的教導；他以超絕的愛德對待他的弟兄們，這種愛德是出於他那純正的信德和一顆極為謙虛的心靈。他泛愛眾人，因為他實在視眾人為天主的子女和自己的弟兄。他甚至愛別人勝過愛自己；他居心謙下，認為別人都比他更好、更有聖德。

他常原諒別人的過錯，甚至寬恕別人對他最厲害的侮辱，因為他深信，自己的罪應受更嚴厲的懲罰。他盡一切努力把罪人引回正路。他以慈善心腸幫助病人，為最窮苦的人籌得食物、衣服和藥品。鄉下人和有色人種；紅人或混血兒被視為是一羣令人鄙視的奴隸，他盡力安慰、幫助、照顧他們。因此，有一天他就得到了這個

通俗的稱呼：「慈善家瑪定」。

這位聖人曾以言語、榜樣和聖德吸引人善度教友生活，今日，他仍然能夠以奇妙的方式，使我們的心靈嚮往天鄉。可惜，不是所有的人都了解並重視這超性的價值。而更嚴重的是，有許多人傾向於惡習的蠱惑，鄙視並厭惡超性的價值，或甚至完全予以忽視。但願聖瑪定的善表，爲人靈的得救，能夠教訓許多人，步武耶穌基督的芳踪，並遵守祂的誠命，是多麼甘飴，多麼幸福。

對答詠

德三一，8，11，9

領：無瑕可指、不追求黃金、不寄望於錢財的人，是有福的。

答：他在上主那裏的幸福、必然穩定。

領：他是誰？我們要稱讚他，因爲他

行了奇事。 答：他在上：

讚主曲對經：願上主受讚美，因爲祂救贖了萬民，召喚了他們脫離黑暗，進入祂奇妙的光明中。

結束禱詞

天主，祢曾引領聖瑪定修士，遵循謙遜的道路，到達榮福的天鄉；求祢也賞賜我們，今生能追隨聖人傑出的榜樣，來世得與他同享天國的光榮。

謝主曲對經：請讚美上主；祂以天上的恩寵高舉了祂卑微的僕人瑪定。

十一月四日

聖嘉祿·鮑榮茂（嘉祿S。

Carolus Borromeo）主教 紀念

聖人一五三八年出生於義國阿羅納。

榮獲教律民法雙料博士學位後，其舅父——教宗碧岳第四世，擢升之為樞機，委為米蘭主教。聖人成為羊群的真實牧者，多次巡視教區，召開會議，制訂許多救靈規範，維護信友的道德生活。一五八四年十一月三日逝世。

經文見牧者通用 738 頁

誦讀

誦讀二 選讀聖嘉祿之最後會議的演講詞

言行要相符

我承認，我們都是軟弱的；可是天主賜給了許多方法，如果我們願意，便可用來輕易地尋獲助祐。有一位司鐸願意度一個無可指摘的生活，他明知他有此義務，他該保持貞潔並該像天使一般度生；

然而他却不下定決心利用種種方法：守齋、祈禱、避免不良的交往、有害而危險的親暱等。

另一位司鐸，當他詠唱日課經時，或舉行彌撒時，常抱怨說，千百思想都湧上心頭，使他遠離天主。可是在詠唱日課經或舉行彌撒之前，他曾在更衣室作了什麼呢？他曾如何準備了自己、並用了什麼方法來收斂心神呢？

你願意我教導你如何日進於德嗎？或者你詠唱日課經時已相當注意，你願意我教導你下次更加注意，為使你的讚頌更能悅樂天主嗎？請你好好聽我所講的話。如果在你心中點燃了一星愛主之火，不要立即顯示出來，不要把它暴露在風中；要把火爐門關好，以免散失了熱力。意思是說：你要盡力逃避分心走意，要收斂心神而與

天主遊，要避免輕浮的談話。

你負有宣講和訓誨的職責嗎？你要研讀，專心致力於爲善盡職責所需要的一切。你所掛慮的，首先是以你的生活和操守來宣講；不要讓人看到你言行不符，而搖頭譏笑你的宣講。

你負有牧靈之職嗎？不要因此而忽略你自己的本分；不要過份慷慨地照顧別人，而致無暇注意自己。因爲你該想念着你所照顧的靈魂，却也不該忘記你自己。

弟兄們，你們要了解，對獻身於教會的人說，沒有比心禱更重要的。這種祈禱應導引、伴同並追隨我們的一切行動。先知說：「我要歌唱，我要默想。」弟兄啊，如果你施行聖事，你要默想你所行的聖事；如果你舉行彌撒，你要默想你所奉獻的聖祭；如果你詠唱日課經，你要默

想，你向誰說話，和你說什麼；如果你指導人靈，便要默想他們是用寶血所洗滌的；「你們作這一切要出於愛。」這樣，我們便能易於克服無數的困難——這是由於我們的地位，每天必然要遭遇的。這樣，我們才有力量，在我們內並在他人內產生基督。

對答詠 弟前六，11；四，11，12，6

領：你要追求正義、虔敬、信德、愛德、堅忍和良善。 答：要拿這些事去指導人、教訓人並要做信徒的模範。

領：如果你用這些話提醒弟兄，就是基督耶穌的好僕人。 答：要拿這：

結束禱詞

上主，求祢在祢的子民中，保持着聖

嘉祿主教所具有的精神，使教會不斷地更新，日益符合福音的典範，把基督的眞容與精神顯示給世人。

十一月七日

眞福吳國盛（伯鐸）殉道

眞福吳國盛聖名伯鐸，一七六八年生於貴州遵義縣，一八一四年殉道，一九〇〇年五月廿九日，由教宗良十三世宣佈他為眞福。

結束禱詞

全能永生的天主，祢曾賜給眞福伯鐸堅強的信德，使他在教難時，英勇為基督作證，甚至捨生致命；求祢也賞賜我們在

任何環境中都能忠於信仰，至死不渝。

十一月九日

拉特朗大殿奉獻日 慶日

相傳自十二世紀時，教會就在今天慶祝君士坦丁大帝所建拉特朗大殿的祝聖週年。此項慶典最初只在羅馬舉行。後來為了尊重該座被稱為「全城及全世教堂之母和首」的大殿，便推行到普世拉丁禮的教會，以作為各地教會對聖座敬愛和團結一致的象徵，正如安提約的聖納爵所寫的：「聖座」在此愛德的整個團體（教會）中居首席地位」。

經文見聖堂奉獻通用 607 頁

誦讀

誦讀二 選讀阿爾肋之聖凱撒主教講道詞

我們藉洗禮都成為天主的宮殿

親愛的弟兄，我們因基督的慈恩，今天雀躍歡欣地慶祝這座聖殿的落成紀念日；但是我們也應該成為天主的真實而生活的聖殿。信奉基督的一切民族，理當以信德慶祝慈母教會的這一盛典，因為他們知道他們是藉這教會而得到精神方面的重生。要知道我們藉第一次的誕生，而成為天主義怒的對象，而第二次誕生，使我們成為天主仁慈的對象。第一次誕生導致我們死亡，第二次誕生却使我們起死回生。

親愛的諸位，我們在受洗之前，曾是魔鬼的住所；在受洗之後，便成為基督的宮殿。如果我們越深思我們靈魂的救恩，

就會更體認，我們的確是天主的真實而生活的殿宇。天主不僅住在人手所建造的殿裏，不僅住在木、石所築的屋子裏，而主要的住在按天主肖像所造的靈魂內，這是天主親手所造的。聖保祿便曾經這樣說過：「天主的宮殿是聖的，而這宮殿便是你們。」

因為基督來把魔鬼從我們心中逐出，是爲了在我们心中給祂自己準備一座宮殿。我們應盡心竭力，仰賴祂的助祐，不要犯罪使祂受辱。因爲誰犯罪，就是侮辱基督。我曾說過，在基督救贖我們之前，我們是魔鬼的住所；以後才成爲天主的住所；因爲天主屑於使我們成爲祂的住所。

因此，親愛的諸位，如果我們願意欣然慶祝這聖殿的落成日，便不該犯罪作惡，而摧毀在我們內的天主的活聖殿。我

說這話，是要大家都能了解：每次我們來到聖堂，都該準備我們的靈魂，使它聖潔無瑕，正如我們願意看到這座聖堂常保持整潔清新一樣。

你願意找到一座華麗的聖殿嗎？你不要以罪惡的污穢而玷辱你的靈魂。你如果願意聖殿內光線充足，天主也願意如此，就讓善行的光明在我們身上照耀吧，好使在天之父受到榮耀。如同你進入這座聖堂，天主也願意同樣進入你的靈魂，一如祂所曾許諾的：「我將住在他們中間，並在他們中間行走。」

對答詠

則四七，1，9

領：我看見水從聖殿右邊流出，阿肋

路亞；那水流到任何地方，

答：那裏的人就都得到救恩，歡

呼說：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：衆人在聖殿祝聖時，異口同聲，

讚頌天主。 答：那裏的：

唸「天主，我們讚美祢」（17）頁

結束禱詞 見通用 612 頁

十一月十日

聖良 (S. Leo Magnus) 教宗聖師

紀念

聖人出生於義大利，公元四四〇年，登上伯鐸宗座，而成為人靈的真牧者和父親，他竭力鞏固信理的完整，維護教會的統一；對野蠻人的侵襲，或力予抗拒，或予以安撫，寬猛相濟，堪稱為「大教宗」。公元四六一年逝世。

經文見牧者通用 738 頁；或聖師 769 頁

誦 讀

誦讀一 選讀聖良教宗講道集

我們牧職中的特殊職務

天主的普世教會是由不同的階層所組成，是爲了使不同的肢體合成一個神聖的整體。然而如同保祿使徒所說的，「我們大家都在基督內合而爲一」。沒有任何一人，會由於職司，而與他人分離；竟至使身體最卑微的部份遠離頭部。親愛的諸位，我們由信仰與洗禮的統一，而組成一個不可分割的團體，並擁有同等的尊嚴。關於這種尊嚴，使徒伯鐸曾以最神聖的語氣說：「你們好像活石，被建造成一座神殿，成爲聖潔的祭司，藉耶穌基督奉獻天主所悅納的神靈祭品」；接着又說：「你

們是特選的種族，王家的祭司，聖潔的國民，屬於主的子民。」

在洗禮中十字架的標記使所有在基督內重生的人，成爲君王；聖神的傅油、更祝聖他們爲祭司。這樣，除了我們牧職中的特殊職務之外，所有領受精神與超性恩寵的基督徒應該知道自己也有分於王家的種族和祭司的職務。一個靈魂由於服從天主，而作肉體的主人，還有比這更當稱王的嗎？一個人將純潔的良心奉獻與主，並在自己心靈的祭壇上，呈上虔誠之情的無玷犧牲，有什麼比這更屬祭司職務呢？這職務是藉天主的聖寵而賜下，並爲衆人所共享的。你們因我們晉升教宗週年日而歡欣，猶如你們親受榮耀一般，這確是一件虔敬而值得讚頌的事。這樣是整個教會在慶祝這唯一祭司職的奧蹟；當祝聖之油傾

注時，誠然，聖油大量地流注在上部的肢體，然而，也充分地達到了居於下位的肢體。

因此，親愛的弟兄們，如果我們因分享這同一恩惠，而皆大歡喜，那麼如果我們不嫌棄我這卑微的人，我們的歡樂則將有更真實而更高貴的理由。因為如果我們轉目去瞻仰聖伯鐸使徒的光榮，將為我們更為有益而合理。因為我們慶祝今天，主要的是為尊敬這一位。他從一切神恩之泉本身接受了如此豐富的恩寵：他獨自接受了這樣多神恩，而使任何人只能經他的手才能分享。

對答詠

瑪十六，18；詠四七，9

領：耶穌對西滿說：你是伯鐸，我要

在這磐石上建立我的教會。

答：邪惡的勢力決不能戰勝它。

領：天主必使它永遠穩固。

答：邪惡的：

讚主曲對經：聖伯鐸藉基督給予的力量，

始終堅如磐石，不停地領導教會。

結束禱詞

天主，祢建立在伯鐸磐石上的教會，絕不容許被地獄之門所戰勝；求祢因聖良教宗的轉求，恩賜祢的教會常以維護、闡揚真理為己任，並享有持久的平安。

謝主曲對經：伯鐸在普世教會中每天宣告

說：祢是基督，永生天主之子。

十一月十一日

都爾·聖瑪定 (S. Martinus)

Turonensis) 主教 紀念

聖人公元三一六年左右，出生於巴諾尼亞（今匈牙利），父母皆屬外教。領洗後，脫去戎裝，在法國里古日創立隱修院，在聖怡樂（依拉略）指導下度隱修生活。晉陞鐸品後，被選為都爾主教。聖人確是善牧的模範，建立修院，訓誨神職，向窮人宣講福音。公元三九七年逝世。

經文見牧者通用 738 頁

序經對經：今天在這聖瑪定的敬禮日，請大家讚美我們的天主。

誦 讀

誦讀二 選讀蘇比師·塞威的書信

貧窮而謙遜的瑪定

瑪定很久以前就預知自己的死期，並且告訴他的弟兄們說，他離世的時日已近。那時，他必須去巡視剛德教區，因為那裏的神職界紛爭不合，聖人企望在那裏重建和平。雖然他並非不知道自己處於生命末刻，然而這一動機並未阻止他啓程，因為他認為，如果他能使那個教會重享和平，他的功德便可趨於完滿。

他在那村莊中，或更好說在他去的聖堂裏住了一段時間，恢復了神職人員間的和平；於是計劃返回隱修院，忽然感覺體力不支。他召集弟兄們，告訴他們說，他就要離開世界了。大家深為悲傷而痛哭，異口同聲說：「父親，你為什麼捨棄我們呢？你要把我們這孤兒留給誰呢？貪婪的狼將侵犯你的羊羣；牧人既被打擊，誰將

阻止牠們來吞噬呢？我們固然知道你切望基督，但是你的報酬已經確保，稍爲遲延，不會使之減少。求你可憐我們這些你所遺棄的人吧！」

瑪定被衆人的哭聲所感動，在他心內激起了那源自天主仁慈之心的同情，有人說，他也不禁淚流滿面。然後轉向天主，僅僅以這句話答覆他們的哭泣：「主啊，如果祢的子民仍然需要我，我將不辭勞苦。但願奉行祢的旨意。」

這是一位多麼不可言傳的人哪！他既未被勞苦所戰勝，也決不對死亡屈服，因爲他不便傾向任何一方：他不畏懼死亡，也不拒絕活下去！他的眼睛和雙手常常向天高舉，也絕不鬆弛他祈禱的精神。聚集在他周圍的司鐸們請求他轉一下身，以減輕他的痛苦。他說：「弟兄們，讓我這樣

吧！讓我繼續看天，我不要看地。這樣我的靈魂常常朝向到天主那裏去的道路。」他說了這話之後，看見魔鬼站在他身旁，說道：「殘酷的野獸！你爲什麼站在那裏？可咒罵的，你在我身上一無所得。亞巴郎的懷抱即將歡迎我！」

他說完這話，便將靈魂交付給天主。瑪定滿心歡樂地投入亞巴郎的懷抱；貧窮而謙遜的瑪定像富翁似的進入天堂。

對答詠

領：這一位真有福氣，在他口中，沒有欺詐，他不判斷別人，也不譏謗別人！ 答：在他口中，只有基督，只有和平，只有仁愛。

領：這確是一位值得萬人稱讚的偉人！他既未被勞苦所戰勝，也絕不對死亡屈服；他既不畏懼死

亡，也不拒絕活下去。

答：在他口……

結束禱詞 見晨禱

晨 禱

讚美詩 見牧者通用 759 頁

對經一：天主的祭司瑪定，我父天國

之門已爲你做開。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 28 頁

對經二：他注視上天，舉起雙手，專

心祈禱，從未稍有鬆懈，阿

肋路亞。

對經三：瑪定被亞巴郎高興地擁抱。

瑪定一生卑微貧窮，却帶着

財富進入天廷，阿肋路亞。

簡短讀經

希一三，7-8

你們應該紀念那些曾給你們講過天主

的道理，作過你們領袖的人，默想他們一

生的成果，要效法他們的信德。耶穌基督

昨天、今天，直到永遠，常是一樣的。

短對答詠

領：耶路撒冷，我在你的城牆上派了

守護者。 答：耶路……

領：他們日夜不停宣講天主的聖名。

答：耶路……

領：願光榮歸於父…… 答：耶路……

讚主曲對經：承繼了樂園的這個人多麼有

福！天使們爲他歡欣，總領

天使爲他踴躍，聖者們向他

歡呼，貞女們發出邀請：請

永遠與我們在一起。

結束禱詞

天主，聖瑪定主教爲顯揚祢的聖名，

畢生竭盡心力，雖死不已。求祢在我們心

中再度顯示祢恩寵的奇妙，使我們或生或死，總不辜負祢的聖愛而與祢分離。

晚 禱

讚美詩 見牧者通用 764 頁

對經一：這真是一位難以形容的偉人：

他未曾被勞苦所戰敗，也不能被死亡所勝過；他不畏懼死亡，也不拒絕活下去。

聖詠、聖歌見牧者通用 764 頁

對經二：主，倘若祢的子民仍需要我，

我決不辭勞苦；但願祢的旨意承行！

對經三：瑪定主教已與世長辭；這位

祭司中的瑰寶，現在生活在基督內。

簡短讀經

伯前五，1-4

我這同為長老的，為基督苦難作證的，以及同享那將要顯示的光榮的人，勸勉你們中間的眾長老：你們務要牧放天主託付給你們的羊羣；按天主的聖意盡監督之職，不是出於不得已，而是出於甘心；不是出於貪圖卑鄙的利益，而是出於情願；不是做託你們照管者的主宰，而是作羣羊的模範。這樣當總司牧出現時，你們必要接受那不朽的榮冠。

短對答詠

領：這是一個愛護弟兄的人，他常為

百姓祈禱。 答：這是：

領：他為自己的弟兄犧牲了性命。

答：他常為百姓祈禱。

領：願光榮歸於父： 答：這是：

謝主曲對經：有福的大祭司：他全心愛慕

君王基督，不畏帝王的勢力！

聖潔的靈魂！迫害者的利劍，
雖未能將你剝奪，你殉道的

榮冠並未喪失。

結束禱詞 見晨禱

十一月十二日

聖樂山（若撒法 S. Iosaphat）主教

殉道

紀念

聖人一五八〇年左右出生於烏克蘭，
父母皆屬東正教；聖人後改信天主教，入
聖巴西略隱修會。晉陞鐸品後，被選為波
羅克城主教，力謀教會之合一。一六二三
年為仇人所害，而捨身殉道。

經文見一位殉道者通用 719 頁；或牧

者 738 頁

誦 讀

誦讀二 選讀教宗碧岳十一世「天主的

教會通牒一

他為了教會的合一而流血

天主按照祂奇妙的計畫建立了教會。

在預定時期來到時，教會應成爲一個全人類的大家庭；我們也知道：在教會特徵性的標記中，尤以其至公性及唯一性爲最明顯。

事實上，主基督說：「天上地下的權柄，都交给了我。所以你們去吧！要使萬民都成爲我的門徒。」祂藉這項命令，把祂從聖父接受的任務只託付給了使徒們。此外，祂還願意這使徒團藉雙重極密切的聯繫而完全合一：第一層聯繫是內在的，是同一信德，和由聖神而傾注在我們心中

的同一愛德；另一種是外在的，是一位元首對全體的統治權威。因為基督把使徒之長的地位賜與伯鐸，使他成爲教會統一的永久原則和有形可見的基礎。天主的上智措施，爲了永久保持這種統一與和諧，便藉聖德和殉道作爲印記而予以祝聖。

這一偉大的榮譽應歸屬於樂山，他是玻羅克城總主教，屬於東方斯拉夫禮教會，我們理當承認他是東方斯拉夫民族的光榮與柱石。他使該教會獲得讚譽，身爲斯拉夫民族的司牧和使徒，爲他們的得救實在貢獻良多；尤其是他爲了聖教會的合一而至傾流鮮血，因此在難於發現有人能出其右者。他曾感覺有一股來自天上的力量，推動他在全世界恢復教會的合一；他也了解，如果他能在教會的合一中，繼續保持東方斯拉夫禮節和西略隱修會，將

大有裨益。

他最關心的是他的同族與聖伯鐸宗座的合一，因此凡能推動並鞏固這合一的論證，他都自各處搜集起來；他特別努力研讀東方按照教父的規定，所用的禮儀書，其中也包括叛教者所用的禮儀書。他在如此用心準備好之後，便從事於恢復合一的工作；他工作時剛柔並用，非常成功，竟使他的敵人稱之爲「掠奪靈魂的人」。

對答詠

若十七，11，23，22

領：耶穌說：「聖父啊！求祢因祢的名，保全那些祢所賜給我的人，使他們合而爲一，如同我們一樣。」
 答：使他們完全合而爲一，爲使世界知道是祢派遣了我。

領：我將祢所賜給我的光榮，賜給了

他們。 答：使他們：

結束禱詞

上主，祢曾使聖樂山主教充滿聖神，不惜爲羣羊捨生。求祢因聖人的轉求，賞賜同一聖神充滿祢的教會，使我們靠聖神賜予的活力也不怕爲兄弟姊妹們犧牲性命。

十一月十五日

聖雅伯 (亞爾伯 S. Albertus

Magnus) 主教聖師

聖人於公元一二〇六年左右出生於德國多瑙河流域的勞因根，曾在巴杜阿及巴

黎求學。後入道明會，多年在各地宣道，成績輝煌。陞任雷根斯堡主教，努力增進民族與城市間的和平。著作等身，不僅在教義方面，即在自然科學方面，也有不少著名的作品。一二八〇年安逝於科隆。

經文見牧者通用 738頁，或聖師 769頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖雅伯主教路加福音註釋

建立基督身體的司牧和聖師

「你們應行此禮，爲紀念我。」在這句話裏，要注意兩件事。第一，吾主命令我們用這件事，這是當祂說「你們應行此禮」時所表示的。第二，這件事應該成爲祂的紀念，紀念祂爲我們而赴死。

所以祂說：「你們應行此禮。」祂似乎不能給予我們比這命令更有用，更甘

甜，更有益，更可愛，更符合永生的了。今分述如下：

這件聖事有利於我們獲得罪赦，最有利於使我們的生命擁有滿溢的聖寵。「衆靈之父管教我們，是爲了我們的好處，使我們分享祂的聖德。」而祂的聖德便存在於祂聖子的祭獻之中，就是說，當基督在這件聖事中爲我們而自獻與聖父時，也把祂自己作爲食物而賜給了我們。「我爲了他們而奉獻我自己。」「耶穌因聖神的推動自獻與天主，祂將淨化我們的良心，而脫離導致死亡的行爲，以便使我們敬奉生活的天主。」

此外，我們不能作任何比這更甘甜的事。因爲天主在這聖事中賞給我們無窮的美味，還有什麼比這聖事更甘飴的呢？「祢不需要祢的子女努力，而從天上賜給他

們現成的食糧，具有各種美味，適合各人的口味。祢賜予的食糧合乎取食者的嗜好，隨每人的願望而變化，這顯示祢對祢子女的慈愛。」

也沒有比這命令更有益的。原來這件聖事便是那棵生命樹的果實；誰以純樸的信心虔誠地吃這果實便永遠不死。「爲擁有它的人，這便是一棵生命樹；凡堅持它的人是有福的。誰吃我，將因我而生活。」

也沒有比這命令更可愛的。因爲這件聖事能產生愛情與合一。愛情最偉大的標記便是把自己作爲食物而給人。「我帳幕裏的人說得好：誰要把自己的肉給我們，讓我們吃飽呢？」這好像基督這樣說：我如此愛了他們，我也切望住在他們的肺腑內；而他們也盼望與我結合，好能成爲我的肢體。他們不能以比這更密切又更合乎

本性的方式與我結合，而我也長成此。

最後，沒有比這命令更符合永生的。

永生也來自這件事，因為天主把甘飴無比的幸福，傾注於享永福的人身上。

對答詠

路二二，29；若一五，16

領：我把王權賜給你們，正如我父賜

給了我一樣， 答：為使你們在

我的國裏，與我同桌共食。

領：我揀選了你們，並派你們去結果

實。 答：為使你…

結束禱詞

天主，祢曾恩賜聖雅伯主教特殊的才

能，使他知道如何將人類的知識與啓示的

真理互相協調，而被譽為當代的偉人；求

祢使我們遵循聖人的教誨，藉着科學的進

步，更能深切地認識祢，愛慕祢。

十一月十六日

聖麗達 (瑪加利大 S. Margarita

Scotiae)

麗達公元一〇四六年左右出生於匈牙利；當時其父充軍該地。及長，嫁於蘇格蘭王，生八子。聖婦是母親及王后最佳模

範。一〇九三年逝世於愛丁堡。

經文見聖婦通用，慈善家 825 頁

誦 讀

誦讀一 選讀「教會在現代世界憲章」

(48)

婚姻和家庭的神聖性

男女雙方由於婚約「已不是二人，而

是一體」；他們透過人格與行動的親密結

是一體」；他們透過人格與行動的親密結

是一體」；他們透過人格與行動的親密結

合，而互相輔助，彼此服務，而且意識到並日益更深地體驗到他們一體的意義。這種親密的結合，二人互相的贈予，以及子女的幸福，都要求夫妻完全的忠貞，並需要二人不可拆散的結合。

純真的夫妻之愛被提升到天主聖愛的境地；基督拯救性的大能和教會的救恩行動指引並充實這愛情，好能有效地領導夫妻直到天主台前，並在爲人父母的崇高任務上，輔助他們並堅強他們。因此基督徒夫婦便由一件特殊的聖事而增強力量並好像被祝聖一般，爲能執行他們本地位的任務並表示其尊嚴。他們因這聖事的力量克盡婚姻及家庭的職責，二人爲基督的精神所浸透；由於這種精神，他們整個的生活便爲信、望、愛所滋潤。如此，他們日益邁向個人的全德和彼此的聖化，並共同光

榮天主。

子女們，甚至生活在家庭範圍中所有的人，由於父母以善表和家庭祈禱領導他們，便會更易於尋獲仁心、得救和成聖的途徑。至於夫妻，既有爲人父母的尊嚴和職務，必會謹慎地善盡教育子女的責任，特別是那屬於他們的宗教教育。

子女們是家庭的活肢體，也要依照他們自己的方式協助父母成聖。他們要以知恩戴德、孝敬及信賴，報答父母的恩情；父母如有困難，或年邁孤獨，子女們要克盡孝道，服事父母。鰥寡生活是婚姻生活的延續，如果毅然接受，將受到衆人的尊敬。每個家庭要慷慨的將其精神的財富通傳給其他的家庭。基督徒的家庭淵源於婚姻，而婚姻是基督和教會愛情盟約的象徵和分享；因此基督徒的家庭應將救主在此

世活生生的臨在，和教會的真正性質，宣告給萬民。基督徒的家庭藉夫妻的恩愛、子女衆多、夫婦的團結和忠貞、家庭中所有成員的親善的合作，而完成其使命。

對答詠

箴三一，30，25，31

領：敬畏上主的女人，應受讚美。

答：剛毅和尊嚴是她的服飾。

領：願她享受她雙手操勞的成果！願

她的事業使她在城門口受讚美。

答：剛毅和：

結束禱詞

天主，祢曾恩賜聖麗達充滿對貧苦人的無比愛心；求祢因她的轉求，賞賜我們能追隨她的芳表，以服務人羣的熱忱，反映出祢無限的慈愛。

十一月十六日

聖潔如（日多達 S. Gertrude）貞女

聖女公元一二五六年生於德國艾斯雷本，自幼受亥弗塔熙篤會修女教育，孜孜攻讀文學與哲學。皈依天主後，在聖德的道路上突飛猛進，專務祈禱默觀。一三〇一年十一月十七日逝世。

經文見貞女通用 780 頁，或會士 825 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖女潔如的神修著作

祢對我的思想是和平的思想

主、天主，我的造物主，願我的靈魂讚美祢；並願祢的仁慈從我內心極深處讚美祢，因為祢洋溢的慈愛如此慷慨大量地

包圍着我。我竭盡全力感謝祢浩瀚無垠的仁慈。我的心靈讚頌着祢的仁慈，稱揚祢總不厭倦的容忍：你會多時對我視若無睹。我嬰兒時期、幼年時期、少年時期、青年時期，幾乎一直到二十五歲的時光，都在瘋狂的瞽盲中虛度了。我今天才了解，過去在我的思想中、言語中、行動中、原來能夠隨心所欲，作一切允許我作的事，而不會良心不安。可是祢維護着我：或者因為我自然而然的感到惡惡好善，或者是由於外來的譴責。我本來能夠如同一個外教人生活在外教人中間，也可能從不會注意，我的天主，祢是賞善罰惡的。然而，自從我嬰兒時期，從我五歲時起，在一座神聖的隱修院的團體中，在祢最忠實的朋友中間，祢就決意為祢自己而準備我。

親愛的父，我把祢鍾愛之子的一切苦難，從祢躺在馬槽的乾草上，發出祢最初的哭聲的時刻開始，都奉獻給祢，做為我的補償。我奉獻祢以後所忍受的一切：嬰兒時的倚賴，小孩時的軟弱，少年時的艱難，青年時的痛苦，一直到祢在十字架上，低下頭，大喊一聲而斷氣時為止。同樣，親愛的父，我把祢鍾愛之子最神聖的一生，在思、言、行為各方面絕對完善的一生，奉獻給祢，為了補償我所有的疏忽；祢的一生，就是從祢自天上寶座被遣派而進入我們的塵世時起，一直到祢的人性得到勝利，將祢的光榮呈獻給祢的時刻為止。

為了感謝祢，我從我卑賤低微的深淵中，頌揚並朝拜祢無比的仁慈和祢無限的恩情。仁慈之父，由於祢的仁慈和恩情，

我的生活雖然墮落，祢對我的思想仍是「和平的思想，而不是降禍的思想」，祢仍提拔我，賜我無數鴻恩。此外，祢又賜給我祢那極珍貴的親密友誼：以不同方式，把天主性最高貴的聖所——祢那天主性的聖心賜給了我，使我的喜樂無以復加。

此外，祢信實的許諾陶醉了我的靈魂：祢指示給我，祢在我臨終時，和我死後，所願賜給我的種種恩典。即便我從祢那裏沒有接受其他恩惠，僅僅這一許諾，便足以使我的心以活潑的望德渴望祢。

對答詠 參閱耶三一，3；歐二，14，19

領：上主以永遠的愛，愛了聖女潔如；祢從聖女嬰孩時期起，就吸引她，領她進入曠野，答：和她親密談心。

領：上主以信實和仁慈，永遠和她締結神婚。 答：和她：

結束禱詞

天主，祢在聖女潔如心中，為自己佈置了舒適的居所。求祢因聖女的轉求，仁慈地光照我們，驅除心中的黑暗，使我們欣然體會到祢的臨在，以及祢聖寵的效能。

十一月十七日

匈牙利・聖麗莎（依撒伯爾
S. Elisabeth Hungariae）

聖婦生於公元一二〇七年，父為匈牙利王安德，十四歲時嫁與徒林根伯爵路易

為妻，生有子女三人。聖婦專心默想天上事理，迨夫死後，立志度貧窮生活，建立病院，親為病人服務。一二三一年安逝於馬爾堡城。

經文見聖婦通用，慈善家 825 頁

誦 讀

誦讀二 選讀聖麗莎之神師的書信

麗莎在窮人身上認出並愛慕基督

麗莎開始顯示出她的種種德行。她一生常安慰窮人；現在她又完全成爲飢餓者的支持者：她吩咐人，在屬於她的一座城堡附近，建造一所醫院，收容了許多病人和衰弱的人。在那裏凡向她求施捨的人，她都慷慨地施以恩澤；在她丈夫轄區的各處也是如此，她用盡了她由丈夫四個領土所有的收入，最後竟變賣了她所有的珠寶

和貴重的衣服。

她慣常每天早晚兩次，親身探望所有的病人。她親自照顧那些最令人厭惡的病人；她扶助他們吃飯、睡覺，背負他們行走，並爲他們提供種種善心的服務。她那留芳後世的丈夫，對於她的行爲，從來沒有表示不悅。她在丈夫去世後，爲了達到最崇高的全德，哭着要求我許可她沿門乞食。

聖週五，在本城聖方濟會士的一座小聖堂裏，她把雙手放在撤去飾物的祭台上，在幾位方濟會士面前，棄絕了她個人的意志，一切世俗的生活，和救主在福音中，勸我們要棄絕的一切。做了這事之後，她深知在丈夫生前會度過輝煌生活的地方，可能被世俗的喧囂和塵世的虛榮所控制，就不顧我的反對，跟隨我到了馬爾

堡；她在城裏建造了一座醫院，收容病人和衰弱的人，並接待最貧窮和最被人輕視的人，與她同桌共食。

雖然她從事於這許多外在工作，我在天主台前敢說：我很少看到一位婦女比她更爲專心於默觀祈禱。事實上，許多修士和修女，不只一次看到她在默禱時，面容散發奇妙的光芒，眼睛好像太陽照耀。

我在她臨終前聽了她的告解。我問她，應當如何處理她的財產和不動產。她回答說，凡是她似乎仍擁有的一切，都是屬於窮人的。她請求我把這一切都分給他們，只要求留給她一件粗糙的外氈，她願意穿着它而被埋葬。諸事停當後，她便領了主的聖體。然後她多次談起她在講道時所聽過的最美的事，這樣一直到晚禱時。然後，她把所有在場的人都虔誠地託付給

天主，便輕輕地斷了氣，好像睡着了一樣。

對答詠 友十五，11；宗十，4

領：你的行爲英勇，心志堅定，因爲你愛慕了貞潔； 答：所以你永受讚美。

領：天主接受了你的祈禱和愛德善行，永遠紀念着你。

答：所以你：

結束禱詞

天主，祢曾使聖婦麗莎，在窮苦人身上認識基督、侍奉基督，求祢使我們因她的代禱，常以愛心爲貧病和遭受患難者服務。

十一月十八日

聖伯鐸及聖保祿

——聖殿奉獻日

十二世紀時，教會便慶祝聖伯鐸及聖保祿兩大聖殿的奉獻週年紀念日，二聖殿為聖思維（西爾物斯德肋）和聖西利祺兩位教宗在第四世紀時所建。晚近，教會才將此紀念日推廣到普世。正如八月五日，教會慶祝聖母大殿的週年紀念日，以尊敬天主之母，同樣教會紀念此兩大殿週年奉獻日，是為尊敬兩位大使徒。

經文見使徒通用 674 頁

誦讀

誦讀二 選讀聖良大教宗的講道集

伯鐸和保祿是天主種子的嫩芽

「聖人們的死亡，在天主眼中是珍貴的。」無論何種殘暴，都不能摧毀由基督的十字架奧蹟所建立的教會。教會不會因迫害而削弱，反而增強。天主的莊田的收穫日益豐碩：因為麥粒一粒粒地落在了地裏，便會結出許多子粒。

天主種子的這兩株傑出的嫩芽，繁殖了多少的後裔：千千萬萬的殉道聖者！他們與使徒們的勝利平分秋色，他們在我們的城中，是被血所染紅的一羣，而照耀四方；他們為羅馬教會戴上了唯一的冠冕，榮冠上有無數閃閃發光的寶石。

是的，親愛的諸位，天主賜給了我們如此的保護，是為給我們一個堅忍的典範，並為了堅強我們的信德。當我們紀念諸聖時，這種保護應使我們大家都歡欣不已。可是在羅馬我們擁有兩位如此傑出的

教會之父，更應該特別歡欣慶祝。天主的聖寵賜與他們一種崇高的地位，超越教會中的一切肢體：他們被放置在以基督為首的身體上，好像兩隻眼睛。

至於談到他們兩人超越一切讚譽的功勳和德行，我們不該在兩人之間加以任何區別，任何分隔；因為他們的聖召使他們不分軒輊；他們的勞苦使他們彼此相似；他們的結局使他們平等。

從我們親身的體驗，和我們前輩的指示，我們深信，在塵世的困苦中，我們能完全信靠這些特殊主保們的祈禱，以獲得天主的仁慈。我們的罪惡愈重壓着我們，這二位使徒的功勞就愈使我們堅強。

對答詠

領：這兩位使徒曾以熾熱的心神，為基督服務；以自己的鮮血，培植

了天主的教會。 答：他們暢飲了主的苦爵，而成爲天主的朋友。

領：他們在生時曾彼此相愛；在死時也沒有彼此分離。

答：他們飲：

讚主曲對經：主，祢的使徒伯鐸和萬民的導師保祿給我們講授了祢的法律。

結束禱詞

上主，祢的教會是藉着聖伯鐸與聖保祿二位使徒的傳揚，開始接受福音；求祢恩賜祢的教會靠使徒們的代禱與保護，能日益進步、茁壯，直到世界末日。

謝主曲對經：聖者們的身體被安葬，他們的名字永存不朽。

十一月二十一日

聖母奉獻日

紀念

在公元五四三年的今天，耶路撒冷聖殿附近的一座聖母聖堂舉行奉獻禮；同時在這一天我們偕同東方禮的教友一起慶祝另一奉獻，即瑪利亞在聖神的推動下，自童年時期就獻身於天主，她在始孕無玷時就充滿了聖神的聖寵。

經文見聖母通用 633 頁

誦讀

誦讀二 選讀聖思定主教的講道集

她因信德而信，因信德而懷孕

我請大家注意，主基督伸手指着門徒所說的話：「這就是我的母親，我的弟兄；凡是遵行我在天之父旨意的，就是我

的弟兄、姊妹和母親。」童貞瑪利亞會因信德而信，因信德而懷孕；她被選，為把救恩帶到人間；她在基督在她之內被造以前，就為基督所創造；難道她沒有遵行聖父的旨意嗎？是的，聖瑪利亞完全遵行了聖父的旨意，所以瑪利亞以為作基督的門徒，比作基督的母親更為重要；她曾作基督的門徒，比她作為基督的母親更為有福。所以瑪利亞是有福的，因為她在生產導師之前，早在胎中懷孕了祂。

請看我所說的是不是真的。吾主顯了許多神蹟，羣衆尾隨着祂；當祂經過時，一個婦人說：「懷過祢的胎是有福的。」吾主為了使人不要尋求本性的福樂，回答了什麼話呢？「可是那聽天主的言語而遵守的人，更有福氣。」所以，瑪利亞是有福的，因為她聽了天主的言語，也加以遵

守。她的心靈喜歡遵守「真理」，勝於她的胎懷孕了肉體。真理便是基督；肉體也是基督。真理是在瑪利亞心靈中的基督；肉體是在瑪利亞胎中的基督。存在於心靈中的，比那在胎中所懷孕的更偉大。

聖潔的瑪利亞，有福的瑪利亞！然而教會却優於瑪利亞。爲什麼？因爲瑪利亞是教會的一部分，是教會卓絕的肢體，超越其他肢體的肢體，但她總是整個身體的一個肢體。整體當然優於一個肢體。主是頭，而整個的基督便是頭和身體。我還要說什麼？我們有一個神聖的頭，我們有天主做爲我們的頭。

所以，親愛的諸位，請看看你們自己：你們是基督的肢體，你們是基督的身體。如何成就呢？請注意祂所說的話：「這就是我的母親和我的弟兄。」你們將如

何成爲基督的母親呢？「凡是聽到並遵行我在天之父旨意的人，就是我的弟兄，我的姊妹，我的母親。」我了解「我的弟兄」，我也了解「我的姊妹」的意義：因爲我們只有一項共同的遺產。因此，基督雖是唯一聖子，並不願形單影隻；祂極爲仁慈，願意我們成爲聖父的繼承人，偕同祂共作繼承人。

對答詠 依六一，10；路一，46-47

領：我要因上主而萬分喜樂，我的心靈要因我的天主而歡躍。

答：因爲祂給我穿上了救恩的衣服，有如佩帶珍珠的新娘。

領：我的靈魂頌揚上主；我的心靈歡躍於我的救主天主。

答：因爲祂：

讚主曲對經：瑪利亞，你是有福的，因爲

你相信了：天主對你所說的話，將在你身上完成。

結束禱詞

天主，我們今天紀念至聖童貞瑪利亞的慶節，求祢因她的轉求，使我們現世能在祢的愛護下生活，日後能分享祢圓滿無缺的幸福。

謝主曲對經：天主聖母，終身童貞瑪利亞，你是上主的殿宇，聖神的居所，你史無前例地獲得了我主耶穌基督的歡心。

十一月二十二日

聖采琪（則濟利亞 S. Caecilia）

貞女殉道

紀念

第五世紀在羅馬就建造了一座聖采琪

大殿，以尊敬聖女；但聖女的敬禮，乃由於她的「蒙難史」而到處流傳，書中敘述她如何保持童貞，為基督捨身成仁，而成為基督徒婦女最完美的楷模。

經文見一位殉道通用 719 頁；或貞女 780 頁

誦 讀

誦讀一 選讀聖思定主教聖詠釋義

你們要在歡呼聲中讚頌天主

「請你們彈琴稱謝上主，彈奏十弦琴讚頌上主。請你們向祂高唱新歌。」你們會唱新歌，就要拋棄腐舊。新人，新約，新歌。新歌不屬於舊人。只有新人才能學習這新歌：他們藉聖寵捨棄舊生活而重新做人；此後他們便隸屬於新約——就是天國。我們的全部愛情嚮往天國，並高唱新歌。我們不要以唇舌，而是要用生活來高

唱新歌。

「你們要向祂高唱新歌，要向祂好好高唱。」你們每人自問要如何向天主歌唱。你要向祂歌唱，却不要亂唱。祂不願祂的耳朵受到傷害。弟兄們，你們要唱得好！當你在一位音樂家面前，有人對你說：「請你唱一首使他高興的歌。」如果你不通曉音樂的藝術，便害怕唱歌，以免使音樂家不悅。因為門外漢所不會注意的，藝術家却會加以指責。天主評判唱歌者，審斷一切，聽到一切，誰敢向天主好好獻唱呢？你何時才能以極精湛的歌唱技術獻唱，而不致使天主那如此細膩的耳朵受到絲毫傷害呢？

這就是祂給你的歌唱方法：不要尋求字句。因為你不能用言辭表達那使天主歡心的情感。你要以歡呼之聲來歌唱。因為

以歡呼之聲歌唱，便是向天主好好歌喲。你要問，什麼是在歡呼聲中歌唱呢？便要了解：在心中所歌唱的，不能以言語來表達。事實上，一般人在收割時，或在葡萄園中，或者其他令人興奮的工作時，就開始唱出表示快樂之歌。但當他們極度興奮，以致不能以言語表達這喜樂時，他們就不再注意唱什麼歌詞，而只顧發出歡呼之聲。

這種歡呼之聲顯示，心中產生了一種言語所不能表達的感情。這種歡呼之聲對誰更適合呢？當然是對那不可言宣的天主。天主是不可言宣的，因為你不能以言語加以說明。如果你不能加以說明，却也不該緘默不語，那麼除了以歡呼之聲來歌唱，你還能做什麼呢？但願你的心踴躍歡欣，而不必講話；更願你無限的喜樂也不

爲字句所限制。「請你們在歡呼聲中向天主好好歌唱吧！」

對答詠

詠七〇，8，23；九，3

領：我要滿口讚美祢；我要終日頌揚

祢。當我歌頌祢時，我的

雙唇必要歡騰。

領：至高者，我要因祢而歡欣踴躍，

我要歌頌祢的名號。

答：當我歌……

讚主曲對經：天已破曉，采琪高聲喊說：

基督的勇士們，你們要拋棄

黑暗的行爲，佩帶上光明的

武器。

結束禱詞

天主，求祢因殉道者聖女采琪的轉求，

仁慈地垂允我們的祈禱，使我們能效法她

心靈的純潔，堪以歌唱永遠讚美祢。

謝主曲對經：貞女采琪常在胸中帶着基督

的福音；日以繼夜與主交談，

不停地祈禱。

十一月二十三日

聖克勉一世(格肋孟 S. Clemens I)

mens I) 教宗殉道

聖克勉是伯鐸後的第三位教宗，第一

世紀末葉治理羅馬教會。他給格林多教友

寫了一封著名的書信，勸勉他們和平相處，

團結一致。

經文見一位殉道者通用 719 頁；或牧

者 738 頁

誦 讀

誦讀二 選讀教宗聖克勉一世致格林多

人書

天主的恩惠是奧妙的

親愛的諸位，天主的恩惠是多麼珍貴，多麼奧妙啊！永遠不死的生命，義德的光輝，自由中的真理，依恃中的信德，聖德中的節制；這一切，我們的理智都能理解。那麼天主為期待祂的人們所準備的恩惠是什麼呢？只有至聖的造物主和萬世之父才知道祂的賞賜多麼豐富美好。所以我們當努力奮勉，好能被列於期待天主的人羣中，分享天主所許諾的種種恩惠。

可是，親愛的諸位，這事將如何成就呢？我們的思想要藉信德而與天主契合；我們而努力尋求天主所喜悅的和天主所嘉

許的事；我們要完全奉行翕合祂神聖旨意的事；我們要遵循真理之路，而擯棄一切不義、邪惡、吝嗇、爭執、狠毒和欺詐。

親愛的諸位，我們只要遵循這條道路，便可找到我們的救恩：耶穌基督、為我們奉獻祭品的大祭司，我們軟弱無能的中保和支持。我們藉着祂能注視諸天的崇高，並瞻仰天主完美無比的面容。我們心靈的眼睛藉着祂得以睜開；我們昏愚和晦暗的理智好像花朵向光明開放，上主願意藉着祂使我們品嘗永生不死的知識，「祂是天主榮耀的光輝，祂所承受的名字，比天使的名字更尊貴，所以祂遠比天使偉大。」

所以，諸位弟兄，讓我們在祂不可錯誤的指揮下，竭力作戰。在軍隊中，長官沒有士兵，士兵沒有長官，都不能有所作為。長官與士兵彼此團結，才能彼此受

益。試以我們的身體作例子：頭不可無脚，脚也不可無頭。我們的肢體雖極微小，對於全身也都是必需而有用的；況且，所有的肢體都該通力合作並服從領導，整個身體才能健全。

讓我們全體與基督耶穌結合，保持無恙，每人要按他所蒙受的恩寵服從他人。但願強者保衛弱者，而弱者則尊重強者。富者該救濟窮人，而窮人則應感激天主，派遣了一個人，救濟他的匱乏。智者不要用言語，而要以善行顯示個人的智慧。謙遜者不要為自己作證，而要讓別人為他證實。

我們擁有的一切都來自天主，因此常該感激天主。願榮耀歸於祂，世世無窮。阿們。

對答詠 參閱瑪七，24；伯前一，22；

撒上一，28；德四四，16，17

領：有一位智者把房子建築在磐石上；在他的口中，找不到欺詐。

答：因為天主揀選了他，作為自己的祭司。

領：請看一位偉大的祭司；他一生中悅天主，而成為義人。

答：因為天：

結束禱詞

全能永生的天主，祢在殉道聖者身上顯示了祢令人驚奇的大能。我們今天慶祝聖克勉教宗的殉道紀念日。他曾作祢聖子的祭司和見證，以鮮血證明他所宣講的愛的奧蹟，並以生活證實他所傳揚的福音。求祢賞賜我們以歡欣鼓舞的心情，矢志追隨他的芳表。

十一月二十三日

聖高隆 (高隆邦 S. Columbanus)

院長

聖人愛爾蘭籍，生於第六世紀前葉，精通人文科學、神學。後棄俗度隱修生活，並移居法國，創立了許多隱修院，院規嚴格。後被迫充軍至義大利，創立包比奧隱修院。基督徒生活與修會生活功德圓滿，六一五年逝世。

經文見牧者通用 738 頁；或聖人，會

士 802 頁

誦 讀

誦讀 一

選讀聖高隆院長神修訓話

人的尊嚴在於相似天主

梅瑟在「法律書」中寫道：「天主按

照自己的肖像和模樣造了人。」我請你們想一想這句話的重要性。那全能的、無形可見的、不能了解的、不可言傳的、不可估量的天主，在以泥土塑造人時，使人相似祂崇高的肖像，因而提昇了人的地位。人與天主相比要算什麼？泥土與精神相比還算什麼？「天主是神」。天主竟把祂永生永在的肖像，和祂自己生活的模樣賞賜給人，這確是祂對人極為重視的標記。人的偉大與尊嚴在於相似天主——如果他保持着這相似性。

如果人善用植於其內的能力，它便與天主相似。天主在我們受造時，所置於我們內的一切能力，祂教訓我們該把這一切交還給祂。首先是「全心愛天主」，因為從一開始，甚至在我們存在之前「祂先愛

了我們」。愛天主便是在我們內重新塑造天主的肖像。誰遵守天主的誠命，便是愛天主。祂曾說：「如果你們愛我，就要遵守我的誠命。」祂的誠命便是彼此相親相愛，一如祂所說：「我的誠命便是要你們彼此相親相愛，如同我愛了你們。」

真正的愛「不僅在乎言語」，而且「在於行動和真理」。所以我們該以聖德為我們的天主、我們的父，反映出祂無玷無瑕的肖像，因為祂是聖的，如同祂說的：「你們該是聖的，因為我是聖的」；還該以真愛反映出祂的肖像，因為天主就是愛，若望曾說：「天主是愛」；該以慈心和真理反映出祂的肖像，因為天主是仁慈的和真實的。

我們不要成為奇形怪狀肖像的畫家。因為凡是野蠻、易怒或驕傲的人，便是描

繪一個暴君的肖像。為了使我們不致把暴君的肖像引到我們內，要讓基督在我們內描繪祂的肖像。祂說：「我把我的平安賞給你們，我把我的平安留給你們。」當祂說這話時，便是在畫肖像。如果我們不善加維護這平安，那麼我們知道平安是好的，為我們又有什麼用呢？通常最好的常是脆弱的；而貴重的物品需要更加注意並多加維護。平安便是脆弱的：它能因一句輕率的話或對弟兄的微小傷害而喪失。因為沒有比說閒話、管閒事、說些不相干的話、或批評不在場的人更使人高興的事；因此，那些人如果不能說：「上主給了我一個受教的舌頭，好使我以言語支持疲倦的人」，就該三緘其口；或者如果他們要說話，就要說促進和平的話。

對答詠 路六，47-48；德二五，15

十一月二十四日

領：那到我跟前、聽我的話，而付諸實行的人；我要告訴你們，他像怎樣的人； 答：他好像一個蓋房子的人，深深掘土，把基礎建立在磐石上。

領：那敬畏上主的人，是有福的；沒有人能與他相比。

答：他好像：

結束禱詞

1297 用專人聖
天主，祢召選了聖高隆熱愛隱修生活而同時善盡了傳佈福音的職務。求祢因他的轉求，使我們效法他的榜樣，全心尋覓祢、皈依祢；并努力傳播福音，使信奉祢的人，日益增多。

眞福徐德新 (B. Ioannes
Dufresse) 主教殉道

眞福徐主教、聖名若望·佳播，十八世紀時生於法國中部。及長入巴黎外方傳教會。晉鐸後，於一七七五年到我國四川傳教，前後凡四十年。一八一五年教難時，為主殉道。教宗良十三世於一九〇〇年五月廿九日宣佈他為眞福。

經文見一位殉道者通用 719 頁

結束禱詞

全能的天主，祢曾召選眞福若望作祢福音的使者，離鄉背井，遠來我國，開拓祢的葡萄園地，並爲此而傾流了鮮血，獲

得殉道的榮冠；求祢賞賜我們堅強的信德，能時時處處勇敢為信仰作證。

十一月二十九日

眞福劉瑞廷（達德）司鐸殉道

眞福劉瑞廷聖名達德，四川人，生於一七七三年，父母皆為熱心教友，嘉慶十二年，由眞福徐主教手中領受鐸品，在川東一帶傳教，一八二二年十一月卅日為主殉道。教宗良十三世，於一九〇〇年五月廿九日宣佈他為眞福。

經文見一位殉道者通用 719 頁

全能永生的天主，祢曾賜給眞福達德

堅強的信德，使他在教難時，英勇為基督作證，甚至捨生致命；求祢也賞賜我們在任何環境中都能忠於信仰，至死不渝。

十一月三十日

聖安德（安德肋 S. Andreas）使徒

慶日

聖安德生於貝特賽達，先為若翰門徒，後偕弟伯鐸追隨基督。他曾與斐理代表一些外邦人求見基督，他也把帶著餅及魚的兒童指給基督。相傳他在聖神降臨後往多處宣講福音，並於阿卡雅（今希臘）被釘死在十字架上。

經文見使徒通用 674 頁

誦讀

誦讀一 恭讀格林多人前書

一，18—2，5

使徒們宣講十字架

弟兄們，十字架的道理爲喪亡的人是愚妄，爲我們得救的人却是天主的大能，因爲經上記載：「我要摧毀智者的智慧，廢除賢者的聰明。」智者在哪裏？經師在哪裏？今世的詭辯家又在哪裏？天主豈不是使這世上的智慧變成了愚妄嗎？因爲世人沒有憑自己的智慧認識天主，天主便以祂的智慧，決意以愚妄的道理來拯救那些相信的人。的確，猶太人要求的是神蹟，希臘人尋求的是智慧，而我們所宣講的却是被釘在十字架上的基督：這爲猶太人固然是絆腳石，爲外邦人是愚妄，但爲那些蒙

召的，不論猶太人或希臘人，基督却是天主的大能和天主的智慧：因爲天主的愚妄總比人明智，天主的懦弱也總比人剛強。

弟兄們！你們看一看，你們是怎樣蒙召的：按肉眼來看，你們中間有智慧的人並不多，有權勢的人也不多，顯貴的人也不多；天主偏召選了世上愚妄的，爲羞辱那些有智慧的；召選了世上懦弱的，爲羞辱那堅強的；甚至天主召選了世上卑賤的和受人輕視的，以及那些一無所有的，爲消滅那些富有的，爲使一切有血肉的人，在天主前無所誇耀。你們得以結合於基督耶穌內，全是由於天主；也是由於天主，基督成了我們的智慧、正義、聖化者和救贖者，正如經上所記載的：「凡要誇耀的，應因主而誇耀。」

弟兄們，我從前到你們那裏時，也沒

有用高超的言論或智慧向你們宣講天主的奧義，因為我曾決定，在你們中不知道別的，只知道耶穌基督，這被釘在十字架上的耶穌基督；而且當我到你們那裏的時候，又軟弱，又恐懼，又戰兢不安；並且我的言論和我的宣講，並不在於智慧動聽的言詞，而是在於聖神和祂大能的表現，為使你們的信德不是憑人的智慧，而是憑天主的大能。

對答詠

瑪四，18，19

領：耶穌沿加里肋亞海行走時，看見了伯鐸和安德，他們正在海裏撒網；祂就召了他們，對他們說：

答：來跟隨我！我要使你們成為捕魚的漁夫。

領：原來他們是漁夫；祂就對他們說：

答：來跟隨……

誦讀二 選讀金口聖若望主教，若望福

音釋義

我們找到了默西亞

安德在耶穌身邊學到很多道理，他沒有把這珍寶貯藏起來，反而急忙跑到他的兄弟那裏，與他分享他的寶藏。請你注意他對弟弟所說的話：「我們找到了默西亞，就是基督。」請看，他如何把他剛剛學到的就告訴了他的弟弟。他指出師傅說服祂弟子的權威；也同時指出他們自己自始就盡力尋求默西亞的熱忱。安德的話表示他的心靈、如何切望默西亞的來臨；他期待祂自天降世；看到祂出現時，充滿了喜樂；又急忙使他人來分享這佳音。這表示一種手足的情誼，深厚的感情，誠懇的個性，願把精神的財富分施給別人。

請你注意，伯鐸一開始便表示爽快而

受教的精神：他毫不遲延的跑去。若望

對答詠

說：「他領他到耶穌跟前。」但是誰也不

領：安德聽了主宣講後，立即拋下藉

該責怪伯鐸的輕信，好像他盲目的接受了

以謀生的漁網， 答：跟隨了永

哥哥的邀請。可能他哥哥給他詳細地講述

生的施與者。

了一切並講了很久。不過，聖史們爲了求

領：安德爲了愛基督及祂的法律忍受

簡潔，而刪除了許多話。此外，若望並沒

了痛苦。 答：跟隨了……

有說伯鐸立即信了，而只是說：「安德領

唸讚主詩(17)頁

他到耶穌跟前」，把他託付給耶穌，使他

結束禱詞 見晨禱

向耶穌學習一切。因爲還有另一位門徒在

晨 禱

那裏，也參加了談話。

當若翰說：「請看天主的羔羊」，又

讚美詩

說：「祂以聖神施洗」時，他把這道理託

一、大聖安德，

付給基督、要祂去清晰地講解。安德所作

你曾是捕魚的能手，

的，比若翰更有充足的理由：因爲他認爲

今日爲捕人的漁夫，

解釋這一切，他無能爲力。他載欣載奔，

奔走四方。

引導弟弟來到光明的源頭本身，一刹那的時

二、偉大的使徒，

光，他也不願意延誤。

請撒下你的魚網，

援救我衆信徒，

脫離世海的驚濤駭浪。

三、與聖伯鐸生爲兄弟，

殉道時也如同手足，

甘心接受十字架的苦刑，

雙雙進入永生的天堂。

四、偉大的同胞兄弟，

共同分享榮冠，

同爲聖教之父，

同爲世界之光。

五、你找到耶穌在先，

又把西滿帶到主的身旁，

求你時時引導我們，

馳騁在天國道上。

六、聖伯鐸的傑出伴侶，

求你顯示愛心，

使戰鬥中的教會，

信心堅強。

七、大聖安德，基督的愛徒，

求你接引我們，

奔向永恆的天鄉，

永遠歌頌上主的榮光。阿們。

聖詠吟唱

對經一：兩個人追隨了主，其中一人

名安德，是西滿伯鐸的長兄。

聖詠、聖歌見第一週主日晨禱 25 頁

對經二：主喜愛安德，有如馨髮的祭

品。

對經三：安德對他的兄弟西滿說：我

們找到了默西亞；並把他領

到耶穌面前。

簡短讀經

弗二，19 ~ 20

你們不再是外人和旅客，而是聖徒的
同胞，是天主的家人；建築在使徒和先知

的基礎上，而基督耶穌就是這建築物的角石。

短對答詠

領：上主，祢立他們爲王，統治普天

率土。 答：上主：

領：使祢的名永垂不朽。

答：上主：

領：願光榮歸於父： 答：上主：

萬福！珍貴的十字架，我的

師傅基督曾高懸其上，請你

也接納祂的徒弟。

禱詞

親愛的弟兄們，我們從使徒手中接受了天上的產業；我們要感謝天父所賞賜的一切恩惠，向祂歡呼：

上主，願使徒們同聲讚美祢。

上主，我們讚美祢，因爲由使徒們傳給了

我們聖體聖血的筵筵，

—使我們得到補養，使我們生活。

上主，願使徒們同聲讚美祢。

祢由使徒們給我們準備了祢聖言的筵席，

—使我們獲得光明和喜樂。

上主，願使徒們同聲讚美祢。

祢在使徒身上建立了祢的聖教會，

—使我們合成一體。

上主，願使徒們同聲讚美祢。

感謝祢託付給使徒們聖洗和告解聖事，

—使我們滌除一切罪污。

上主，願使徒們同聲讚美祢。

我們的天父：

結束禱詞

尊威的天主，祢曾派遣聖安德使徒在世時宣講福音，治理教會；求祢俯允我們

懇切的祈禱，使他在祢面前永遠作我們的
 代言人。

日間祈禱

對經、聖詠見聖詠集；簡短讀經見通

用 686 頁

晚禱

讚美詩 見晨禱

對經一：主一看到伯鐸和安德，便召

叫了他們。

聖詠、聖歌見使徒通用 688 頁

對經二：主說：請你們來跟隨我，我

要使你們成爲捕人的漁夫。

對經三：他們就拋下魚網，跟隨了主。

簡短讀經

弗四，11-13

基督賜與這些人作使徒，那些人作先知，有的作傳福音者，有的作司牧和教師，爲成全聖徒，使之各盡其職，以建樹基督的身體，直到我們衆人都達到對於天主子，有一致的信仰和認識，成爲成年人，達到基督圓滿年齡的程度。

短對答詠

領：請在列邦中傳述上主的光榮。

答：請在：

領：在萬民間宣揚祂所行的奇事。

答：傳述上主的光榮。

領：願光榮歸於父：： 答：請在：

謝主曲對經：基督的僕人、天主的使徒、

安德；他是伯鐸的長兄和他

蒙難的同伴。

諸位弟兄，我們是建築在使徒的基石上的，我們要為神聖的子民向全能的天父祈禱：

上主，求祢垂念祢的教會。

天父，祢願祢的聖子由死者中復活後，先顯現給使徒們，

——求祢使我們勇敢為祂作證，直到天涯海角。

祢會派遣祢的聖子到世界上來，向窮人傳報福音，

——求祢使我們向所有受造物宣講福音。

祢會派遣祢的聖子傳播聖言的種子，

——求祢使我們辛勤傳播聖言的人，也能愉快的獲得豐收。

祢會派遣祢的聖子，藉祂的血使世界與祢修好，

——求祢使我們眾人共同努力，促進彼此間

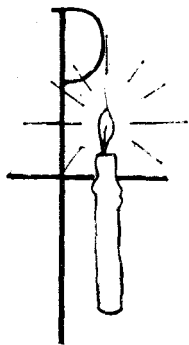
的和睦。

祢使祢的聖子在天上坐在祢的右邊，

——求祢恩准去世的人，進入真福的天國。我們的天父：

結束禱詞

尊威的天主，祢會派遣聖安德使徒在世時宣講福音，治理教會；求祢俯允我們懇切的祈禱，使他在祢面前永遠作我們的代言人。



慶 節 目 錄

主的慶節

Cor	耶穌聖心，聖神降臨後第二週星期五	34*
Corpus et Sanguis	基督聖體聖血，聖三主日後星期四	16*
Exaltatio Crucis	光榮十字架舉架，九月十四日	1126
Rex	基督普世君王，常年期最後主日	722*
Transfiguratio	耶穌顯容，八月六日	1039
Trinitas	至聖聖三	1*
聖母慶節		
Assumptio	聖母升天，八月十五日	1070
A Rosario	玫瑰聖母，十月六日	1204
Dedicatio Bas. S. Mariae	聖母大殿奉獻日，八月五日	1037
de Monte Carmelo	加美樂山聖母，七月十六日	1001
Immaculatum Cor	聖母無玷聖心，聖神降臨後第二主日星期六	889
Nativitas	聖母誕辰，九月八日	1115
Perdolens	痛苦聖母，九月十五日	1143
Praesentatio	聖母奉獻日，十一月廿一日	1288
Regina	聖母元后，八月廿二日	1090
Visitatio	聖三訪觀，五月卅一日	911
其他慶節		
Albericus Crescitelli	郭西德，七月廿一日	1006
Albertus Magnus	聖雅伯，十一月十五日	1277
Alfonsus Maria de Liguori	聖雅風，八月一日	1030
Aloisius Gonzaga	聖路思，六月廿一日	945
Andreas	聖安德，十一月卅日	1298
Angeli Custodes	護守天使，十月二日	1191
Anna	聖安納，七月廿六日	1019
Antonius M. Claret	聖安道·柯樂仁，十月廿四日	1237
Antonius de Padua	聖安道，六月十三日	941
Antonius Maria Zaccaria	聖安道·沙嘉理，七月五日	987
Augustinus	聖思定，八月廿八日	1104
Augustinus Cantuariensis	坎特布利聖思定，五月廿七日	909
Barnabas	聖納博，六月十一日	934
Bartholomaeus	聖祿茂，八月廿四日	1094
Beati et Sancti Sinarum	中華真福與諸聖，九月廿八日(改在九月第三十日)	1166

Beda Venerabilis	聖伯達, 五月廿五日	898
Benedictus	聖本篤, 七月十一日	992
Bernardinus Senensis	聖納定, 五月廿日	897
Bernardus	聖納德, 八月廿日	1086
Birgitta	聖女碧瑾, 七月廿三日	1011
Bonaventura	聖文德, 七月十五日	999
Bonifatius	聖博義, 六月五日	927
Bruno	聖博諾, 十月六日	1202
Caecilia	聖女采琪, 十一月廿二日	1290
Cajetanus	聖嘉業, 八月七日	1057
Callistus	聖嘉禮, 十月十四日	1212
Camillus de Lellis	聖嘉民, 七月十四日	997
Carolus Borromeo	聖嘉祿·鮑榮茂, 十一月四日	1263
Carolus Lwanga	聖嘉祿·盧安江, 六月三日	925
Clara	聖女佳蘭, 八月十一日	1066
Clemens	聖克勉, 十一月廿三日	1292
Columbanus	聖高隆, 十一月廿三日	1295
Cornelius	聖高路, 九月十六日	1147
Cosmas	聖高邁, 九月廿六日	1160
Cyprianus	聖啓廉, 九月十六日	1147
Cyrillus Alexandrinus	亞力山大·聖啓祿, 六月廿七日	962
Damianus	聖達勉, 九月廿六日	1160
Dedicatio:		
— Basilicae Lateranensis	拉特朗聖殿奉獻日, 十一月九日	1266
— Basilicae S. Mariae	聖母大殿奉獻日, 八月五日	1037
— Basilicae SS. Petri et Pauli	聖伯鐸及聖保祿聖殿奉獻日, 十一月十八日	1286
Dionysius	聖德宜主教, 十月九日	1207
Dominicus	聖道明, 八月八日	1059
Elisabeth Hungariae	匈牙利·聖麗莎, 十一月十七日	1283
Elisabeth Lusitaniae	葡萄牙·聖麗莎, 七月四日	985
Ephraem	聖義範, 六月九日	934
Eusebius Vercellensis	聖恩彪, 八月二日	1032
Franciscus Assisiensis	聖方濟, 十月四日	1199
Franciscus Diaz	施方濟, 十月廿七日	1239
Gabriel	聖佳播, 九月廿九日	1172

Gertrudes	聖女潔如，十一月十六日	1281
Gregorius Magnus	聖國瑞，九月三日	1113
Gregorius VII	聖歐瑞七世，五月廿五日	901
Gregorius Grassi	艾士傑，七月九日	991
Hedwigis	聖德維，十月十六日	1216
Henricus	聖亨利，七月十三日	995
Hieronymus	聖業樂，九月卅日	1185
Hippolytus	聖治博，八月十三日	1068
Iacobus	聖雅格（次），七月廿五日	1014
Ianuarius	聖佳年，九月十九日	1154
Ignatius Antiochenus	安底約·聖納爵，十月十七日	1220
Ignatius de Loyola	羅耀拉·聖納爵，七月卅一日	1028
Ioachim	聖雅敬，七月廿六日	1019
Ioachim Ho Kaichih	黃何開枝，五月廿九日	911
Ioannes I	聖若望一世，五月十八日	893
Ioannes Baptista:		
Nativitas	聖若翰誕辰，六月廿四日	952
Passio	聖若翰蒙難，八月廿九日	1107
Ioannes de Brébeuf	聖若望·布諾柏，十月十九日	1231
Ioannes de Capistrano	聖若望·賈必昌，十月廿三日	1235
Ioannes Chrysostomus	金口·聖若望，九月十三日	1123
Ioannes Dufresse	真福徐德斯，十一月廿四日	1297
Ioannes Eudes	聖若望·歐德，八月十九日	1083
Ioannes Fisher	聖若望·費舍，六月廿二日	949
Ioannes Gabriel Perboyre	真福蕭文學，九月十一日	1123
Ioannes Leonardi	聖若望·梁納達，十月九日	1209
Ioannes Maria Vianney	聖若望·衛雅，八月四日	1034
Iosaphat	聖樂山，十一月十二日	1275
Iosephus Calasanz	聖若瑟·甘樂善，八月廿五日	1100
Iosephus Yuan Tsaitch	真福袁在德，六月廿三日	952
Irenaeus	聖富仁，六月廿八日	964
Isaac Jogues	聖直善·饒格，十月十九日	1231
Iudas	聖撒達，十月廿八日	1239
Iustinus	聖猶定，六月一日	920
Laurentius	聖樂倫，八月十日	1061
Laurentius de Brindisi	聖樂倫·布林底希，七月廿一日	1004
Laurenzo Ruiz	聖樂倫·我宜茲，九月二十八日	1167

Leo Magnus	大聖良，十一月十日	1268
Leo Ignatius Mangin	真福任德芬，七月廿日	1004
Lucas	聖路加，十月十八日	1222
Ludovicus IX	聖路易九世，八月廿五日	1097
Marcellinus	聖才林，六月二日	923
Margarita Scotiae	聖瑪達，十一月十六日	1279
Margarita Maria Alacoque	聖麗達·安蘭閣，十月十六日	1218
Maria Goretti	聖女瑪麗·葛瑞迪，七月六日	989
Maria Magdalena	聖德蓮，七月廿二日	1007
Maria Magdalena de Pazzi	聖女德蓮·戴博濟，五月廿五日	903
Martha	聖女曼德，七月廿九日	1023
Martinus de Porres	聖瑪定·包瑞斯，十一月三日	1261
Martinus Turonensis	都爾·聖瑪定，十一月十一日	1271
Matthaeus	聖瑪竇，九月廿一日	1156
Matthias	瑪達使徒，五月十四日	890
Michael	聖彌格，九月廿九日	1172
Monica	聖晏妮，八月廿七日	1102
Norbertus	聖諾哲，六月六日	930
Omnes Sancti	諸聖節，十一月一日	1242
Omnium defunctorum fidelium commemorative	追思已亡，十一月二日	1259
Patricius Tung Poti	真福蕭博第，七月九日	991
Paulinus Nolanus	聖博靈，六月廿二日	947
Paulus ap.	聖保祿，六月廿九日	967
Paulus Chen Changpin	真福陳昌品，七月廿八日	1022
Paulus a Cruce	十字·聖保羅，十月十九日	1233
Petrus ap.	聖伯鐸，六月廿九日	967
Petrus, m.	聖伯鐸使徒，六月二日	923
Petrus Chrysologus	金言·聖伯鐸，七月卅日	1025
Petrus Liu Wenjuan	真福劉文元，五月十七日	893
Petrus Sanz	真福桑贊，五月廿七日	910
Petrus Wu Kuosheng	真福吳國盛，十一月七日	1266
Philippus Neri	聖斐利·乃立，五月廿六日	905
Pius X	聖碧岳十世，八月廿一日	1088
Pontianus	聖秉天，八月十三日	1068
Protomartyres Ecclesiae Romanae	羅馬初期殉道烈士，六月卅日	977
Raphael	聖來福，九月廿九日	1172

Robertus Bellarmino	聖羅伯·白敏，九月十七日	1151
Romualdus	聖樂牧，六月十九日	943
Rosa de Lima	聖女羅莎，八月廿三日	1092
Simon ap.	聖西滿，十月廿八日	1239
Stephanus Hungariae	匈牙利·聖德範，八月十六日	1081
Teresa de Avila	聖女大德蘭，十月十五日	1214
Teresa a Jesu Infante	聖女小德蘭，十月一日	1188
Thaddaeus ap.	聖達德，十月廿八日	1239
Thaddaeus Liu Juiting	真福劉瑞廷，十一月廿九日	1298
Thomas. ap.	聖多默，七月三日	980
Thomas More	聖多默·穆安，六月廿二日	949
Vincentius de Paul	聖文生·德保，九月廿七日	1163
Wenceslaus	聖文才，九月廿八日	1170
Xystus II	聖思道，八月七日	1055

聖詠及聖歌目錄

聖詠	頁	聖詠	頁
42	206	1	20
43	241, 522	2	726*, 697, 721, 999, 1130
44	196, 574, 785, 1001,	3	22
45	628, 640	4	579
46	86,	5	47
47	103	6	43
48	215	7	52
49	324, 563	8	6*, 47, 289, 571, 1131, 1181, 1247
50	120, 264, 406, 547, 871	9A:2-21	44
51	222	9B:1-18	61
52	211	10	56, 722
53	212	11	63
54	231, 541	12	71
55	251	13	71
56	101, 251	14	57, 764, 1248
58	270	15	153, 590, 1248
59	271	16	89, 723
60	40*, 292	17	80, 98
61	235	18A	189, 677, 784, 1000,
62	25	18B	51,
63	40*, 292	19	74
64	208	20	75, 742
65	444	21	411
66	236, 351	22	22*, 171, 454
67	344	23	64, 443, 613, 639
68	403	24	107
69	373, 877	25	126
70	334	26	92
71	727*, 254	27	127
72	464	28	49
73	353	29	110
74	373	30:1-17, 20, 25	183
75	172, 454	30:1-6	589
76	224	31	112
77:1-39	543	32	7*, 67, 698, 699
77:40-72	565	33	147, 432, 1195
78	393	34	117
79	244, 394	35	39*, 84
80	24*, 247	36	202
81	473	37	261
83	328, 614, 1042	38	221
84	348, 878	39	192, 859
85	367, 585, 879	40	129
86	387, 615, 640	41	23*, 186, 861

聖 詠	頁	聖 詠	頁
118	353	87	493, 592
118	151, 372	88:2-38	363
118	392	88:39-53	383
118	431	89	384, 467
118	473	90	582
118	492	91	286, 569, 743
118	142, 427, 511	92	307
118	530	93	512
118	553	94	3
118	574	95	330, 1132
119	474, 597	96	228, 678, 1043, 1172
120	275, 598, 881, 1053	97	41*, 370
121	436, 598, 629, 658, 797	98	389, 1044
122	338, 599	99	123, 409
123	339, 600	100	487
124	601	101	484
125	376, 601, 689	102	503, 1173
126	377, 602, 659, 798	103	159
127	531, 603	104	138
128	532	105	281
129	438, 590, 882, 966	106	423
130	136, 358	107	506
131	137, 397	109	31*, 48*, 735*, 174, 317, 457,
132	554	110	17*, 48*, 35, 318
133	580	111	458, 765
134	416	112	1*, 35*, 722*, 633, 738, 780, 1039, 1243
134:1-12	470	113A	36, 296;
135	479, 477	113B	176
136	496	114	274, 712
137	497, 1182	115	32*, 297, 668, 713, 1140, 1256
138	516	116	723*, 145, 429, 674, 1040
139	554	117	31, 164, 313, 448, 692
140	12	118	70
141	14	118	88
142	525, 587	118	106
143	490, 534	118	125
144	736*, 302, 557	118	146
145	36*, 509, 739, 873	118	192
146	528, 607, 1126	118	211
147	2*, 18*, 267, 551, 608, 634, 674,	118	230
148	310 781, 1127, 1244	118	250
149	28	118	269
150	169, 451, 874	118	291
		118	333

聖 歌	頁	聖 歌	頁
耶 14:17-21	408	出 15:1-4, 8-13, 17-18 . . .	143
耶 31:10-14	102	申 32:1-12	287
則 36:24-28	570	撒 2:1-10	226
達 3:52-57	167, 450	編 29:10-13	48
達 3:57-88, 56	26, 308	多 13:1-5, 7-8	66
達 3:26; 27,29,34-41	488	多 13:8-11, 13-15	
哈 3:2-4, 13, 16-19	265	多 13:10-15, 17-19	549
路 1:46-55	5	友 16:2-3a, 13-15	85
路 1:68-79	4	智 3:1-6	428
路 2:29-32	5, 581, 584, 594	智 9:1-6, 9-11	428
弗 1:3-10	3*, 57, 198, 340, 479, 635, 659, 675, 689, 740, 782, 799	德 36:1-7, 13-16	188
斐 2:6-11	49*, 15, 155, 298, 439, 883, 1128	依 2-5	329
哥 1:12-20	94, 237, 374, 518, 610, 967	依 12:1-6	246
弟 3:16	1053	依 26:1-4, 7-9, 12	349
伯 2:21-24	39, 179, 320, 460, 694	依 33:13-16	369
默 4:11; 5:9, 10, 12	76, 217, 359, 499, 714	依 38:10-14, 17-20	872
默 11:17-18; 12:10b-12a . .	113, 257, 399, 537	依 40:10-17	388
默 15:3-4	132, 275, 419, 559, 629, 766	依 42:10-16	469
默 19:1, 2, 5-7	32*, 737*, 38, 178, 319, 459, 630, 609, 630,	依 45:15-26	121
		依 61:10-62:5	507
		依 66:10-14a	527

每日頌禱(三)

* 版權所有 *

編譯者：天主教中國主教團禮儀委員會

發行人：王 愈 榮

出版者：天主教教務協進會出版社

(暫) 104 台北市林森北路85巷3號

電 話：(02) 2537-1776

承印者：台彩文化事業股份有限公司

台北縣新店市中正路501-11號

定 價：新台幣1200元正

新台幣每套(三冊)3,600元正

登記證：行政院新聞局局版台業字第0863號

民國七十年
本書經中國主教團於 三月廿六日批准
主曆1981年

教廷聖禮部 1981年11月13日認可

中華民國七十一年三月初版

七十七年十二月再版

77,500 80,500 81,500 83,1000 87,400 89,500 92,500 94,500
98,500

