

五月八日  
耶穌升天節（節日）



加里肋亞人！你們為什麼站著望天呢？你們看見他怎樣升了天，他也要怎樣降來。亞肋路亞。  
（宗1:11）

讀經一（耶穌就在門徒觀望中，被舉上升。）

恭讀宗徒大事錄 1:1-11

德敖斐羅，我在第一部書中，已論及耶穌所行所教的一切，直到他藉聖神，囑咐了所選的宗徒之後，被接去的那一天為止。他受難以後，用了許多憑據，向他們顯明自己還活著，四十天之久，顯現給他們，講論天主國的事。

耶穌與他們一起進食時，吩咐他們不要離開耶路撒冷，但要等候父的恩許，說：「你們聽我所說過的，若翰固然以水施了洗，但不多幾天以後，你們要因聖神受洗。」

他們聚集的時候，就問耶穌說：「主，現在就要給以色列復國嗎？」耶穌回答說：「父以自己的權柄，所定的時間和日期，不是你們應當知道的；但當聖神降臨於你們身上時，你們將充滿聖神的德能，要在耶路撒冷，及全猶太和撒瑪黎雅，並直到地極，為我作證人。」

耶穌說完這些話，就在他們觀望中，被舉上升；有一朵雲彩接了他去，離開他們的眼界。

他們向天注視著他上升的時候，忽然，有兩個穿白衣的人，站在他們面前，向他們說：「加里肋亞人！你們為什麼站著望天呢？這位離開你們，被接到天上去的耶穌，你們看見他怎樣升了天，也要怎樣降來。」

——上主的話。

答唱詠 詠47:2-3, 6-7, 8-9

【答】：天主上升，有歡呼之聲護送；上主騰空，有號角之聲相從。（詠47:6）  
或「亞肋路亞」

領：萬民，你們要鼓掌歡騰，也要向天主歡呼慶祝。因上主至大至尊，可敬可畏；他是統治宇宙的偉大君王。【答】

領：天主上升，有歡呼之聲護送；上主騰空，有號角之聲相從。你們應歌頌，歌頌我們的天主；你們應歌頌，歌頌我們的君王。【答】

領：因為天主是普世的君王，你們都應該以詩歌讚揚。天主為王，統治萬國，天主登上神聖的寶座。  
【答】

(讀經二可選用以下其中一篇)

讀經二 (天主使基督在天上坐在自己右邊。)

恭讀聖保祿宗徒致厄弗所人書 1:17-23

弟兄姊妹們：

願我們的主耶穌基督的天主，即那光榮的父，把智慧和啟示的神恩，賜與你們，好使你們認識他。並願他光照你們心靈的眼目，為叫你們認清：他的寵召，有什麼希望；在聖徒中，他嗣業的光榮，是怎樣豐厚；他對我們相信的人，所施展強而有效的德能，是怎樣偉大。正如他已將這德能，施展在基督身上，使他從死者中復活，叫他在天上，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，可稱呼的名號以上。

天主又將萬有置於他腳下，使他在教會內做至高的元首；這教會就是基督的身體，是基督在一切內，充滿一切的圓滿。

——上主的話。

或

讀經二 (基督進入了上天本境。)

恭讀致希伯來人書 9:24-28; 10:19-23

基督並非進入了一座人手所造，為實體模型的聖殿，而是進入了上天本境；他今後出現在天主面前，是為我們轉求。

基督無須再三奉獻自己，好像大司祭每年應帶著不是自己的血，進入聖殿一樣，否則，從創世以來，他就必須多次受苦受難了。

可是，現在，基督在今世的末期，只出現了一次，以自己作犧牲，除滅了罪過。就如規定，人只死一次，以後就是審判。

同樣，基督也只一次奉獻了自己，為除免大眾的罪過；將來他要再次顯現，是與罪過無關，而是要向那些期待他的人，施行救恩。

弟兄們！我們既然靠著耶穌的寶血，得以懷著坦然無懼的信心，進入聖殿，就是藉著他給我們開創的、一條又新又活、通過帳幔，即他肉身的道路。

而且我們又既然有了這位掌管天主家庭的偉大司祭，我們就應以洗淨的心靈、已脫離邪僻的良心，及用淨水洗滌的身體，懷著真誠的心，以完備的信德，去接近天主。

我們也應該堅持所明認的望德，毫不動搖，因為那應許者是信實的。

——上主的話。

福音前歡呼

領：亞肋路亞。

眾：亞肋路亞。

領：主說：你們要去使萬民成為門徒；我同你們天天在一起，直到今世的終結。(瑪28:19,20)

眾：亞肋路亞。

福音 (耶穌正降福他們的時候，被提升天去了。)

恭讀聖路加福音 24:46-53

那時候，耶穌對門徒說：「經上曾這樣記載：默西亞必須受苦，第三天要從死者中復活；並且必須從耶路撒冷開始，因他的名，向萬邦宣講悔改，以得罪之赦。你們就是這些事的見證人。

「看，我要把我父所恩許的，遣發到你們身上。至於你們，你們應當留在這城中，直到佩戴上

自高天而來的能力。」

耶穌領他們出去，直到伯達尼附近，就舉手降福了他們。正降福他們的時候，就離開他們，被提升天去了。他們叩拜了耶穌，皆大喜歡，返回耶路撒冷，常在聖殿裡稱謝天主。  
——上主的話。

## 默想反省

“主，求祢賜給我們能在日常生活中作默想的恩寵。因我們的主基督。亞孟。”

救世之母，為我等祈。



## 《請為眾司鐸祈禱》

全能的天主聖父，求祢因聖子耶穌基督的功勞，和祂大司祭的愛心，垂顧祢召選的司鐸。仁慈的主！請不要忘記，他們亦是軟弱的受造物。求祢激發在天主覆手時所給予他們的聖寵，使他們能緊緊地追隨祢，不要被仇敵所戰勝，永遠不做任何不相稱神聖使命的事。主耶穌，我為忠信和熱心的司鐸祈禱，也為不忠信和不熱心的司鐸祈禱；為在本地或在外地工作的司鐸祈禱；為在受誘惑、孤獨、頹喪的司鐸祈禱；並為年輕的、病弱的、臨終的和在煉獄中的司鐸祈禱。更為我所愛、給我付洗、赦免我罪、為我主持彌撒、將聖體聖血分給我的司鐸祈禱；也為開導、訓誨、幫助、鼓勵我的司鐸祈禱。〔靜默片刻〕：〔可加上你所祈求的司鐸名字〕

主耶穌，求祢將他們緊密地放置於祢的聖心內，賜予他們無限量的祝福，從現在直到永遠無窮世之世。亞孟。

敬愛的主耶穌，因著祢的無限慈悲，請緩和所有留在煉獄裏祢的司鐸的痛苦。對那些不忠於他們聖召的司鐸，對那些不相信你真實臨在於聖體中的司鐸，對那些沒有鼓勵信眾敬禮聖體和經常辦告解的司鐸，請祢也減輕他們的刑罰。那些為自己多於為祢服務的，熱衷權勢和支配慾的，相反真理的司鐸，主耶穌，請以祢的神聖愛情，降低包圍著他們的烈火吧。請讓所有在煉獄裏的司鐸都能早點走近天堂的大門。亞孟。望主賜伊等永安，及永光照之，息止安所。凡諸信者靈魂，賴天主仁慈，息止安所。亞孟。玄義玫瑰，為我等祈。〔誦唸三次〕



## 《請為罪人及眾煉靈祈禱》

永生的天主聖父，我呈獻給祢至聖聖子耶穌基督的寶血，並結合今天全世界所奉獻的彌撒聖祭，為了煉獄內全部的煉靈，為世上所有的罪人，也為普世教會內的罪人，那些在我家族內，以及在我家中的罪人。亞孟。

望主賜伊等永安，及永光照之，息止安所。

凡諸信者靈魂，賴天主仁慈，息止安所。亞孟。

罪人之托，為我等祈；煉靈之母，為我等祈。〔誦唸三次〕



## 《請為充滿危機災難的世界祈禱》

天父，在這個充滿危機災難的世界，請讓所有靈魂在祢的聖意中尋找到自己的平安。請恩賜每一個靈魂恩寵，以理解祢在這刻的旨意都是出於祢的聖愛。慈愛的天父，請光照每個人的良心，使能辨認出所走的途徑是否活於祢的聖

意。請恩准恩寵和時間以完成這個世代的轉化。亞孟。

“憂苦之慰，為我等祈！”

On 28.9.10 *Our Lady* gave the following prayer to the *Holy Love Ministry*. She wanted us to pray it before saying the Creed when praying the *Holy Rosary*.

"Heavenly Father, during this time of world crisis, let all souls find their peace and security in Your Divine Will. Give each soul the grace to understand that Your Will is Holy Love in the present moment." "Benevolent Father, illuminate each conscience to see the ways that he is not living in Your Will. Grant the world the grace to change and the time in which to do it. Amen."



*Our Lady* wants us to say that prayer **every day**

"Dear Jesus, through the virtues of Holy Humility and Holy Love, help me never to judge others. Remind me that I must not presume to know the motives for others' actions."

"Take from my heart any sign of a critical

nature and through Holy Love, fill me with a loving and forgiving attitude. Never let me be the one who must be pleased; but as the servant of all, the one who seeks to please everyone. Amen."

( 15 August 2008 *Misssionary Servants of Holy Love* )

「親愛的主耶穌，因著祢的謙卑和聖潔的愛，扶掖我永不判斷別人。提醒我絕不認定自己確知他人行為的動機。「請移去我心中任何天生批判人的跡象，並



因著祢聖潔的愛，給我注滿愛和寬恕的心態。永不讓我成為受讚的對象，使我做一個為所有人尋找喜樂的僕役。亞孟」



“親愛的主耶穌，在這時刻，因著愛祢，我接受任何形式的十字架。我渴望以這個愛的犧牲治癒祢所受傷的聖心。天上的母親，我把目前的處境全交託給妳的慈母聖心。請把它融合在妳聖心的恩寵中，使它跟天主的神聖旨意合而為一。”  
亞孟。

***“ Dear Jesus, in this present moment, for love of You, I accept the cross no matter what form it takes. I desire to heal Your wounded Heart through this Victimhood of Love. Heavenly Mother, I entrust to Your Maternal Heart this situation. Melt it into the grace of Your Heart, making it one with the Divine Will of God. Amen. ”***