

一月二十九日
常年期第四主日



上主，我們的天主，求你拯救我們，由異民中召集我們，為讚美你的聖名，並以讚美你為光榮。（詠 106:47）

讀經一（我必在你中間，留下謙遜和貧苦的百姓。）

恭讀索福尼亞先知書 2:3; 3:12-13

地上所有遵守他法律的卑微人！你們應尋求上主，你們要追求公義，要務求謙和，也許你們在上主憤怒的日子，能藏身免禍。

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。以色列的遺民不再作惡，也不再說謊；在他們的口裡，也再找不到欺詐的舌頭。的確，他們或是牧放，或是休息，再沒有人來恐嚇他們。

——上主的話。

答唱詠 詠 146:7, 8-9, 9-10

【答】：神貧的人是有福的，因為天國是他們的。（瑪 5:3）

或：「亞肋路亞」

領：上主為被欺壓的人辯護，上主賜食物給飢餓的人；上主使被囚的人，獲得自由。【答】

領：上主開啟瞎子的眼睛；上主使偃偻的人挺身；上主喜愛正義的人；上主保護旅客。

【答】

領：上主扶助孤兒寡婦；上主迷惑惡人的道路。願上主永遠為王！熙雍，你的天主萬壽無疆！【答】

讀經二（天主召選了世上懦弱的。）

恭讀聖保祿宗徒致格林多人前書 1:26-31

弟兄姊妹們：

你們看看你們是怎樣蒙召的：按肉眼來看，你們當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，為羞辱那有智慧的；召選了世上懦弱的，為羞辱那堅強的；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，為消滅那些有的，為使一切有血肉的人，在天主前無所誇耀。

你們得以結合於基督耶穌，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。」
——上主的話。

福音前歡呼

領：亞肋路亞。

眾：亞肋路亞。

領：你們歡喜踴躍吧！因為你們在天上的賞報是豐厚的。（瑪 5:12）

眾：亞肋路亞。

福音（神貧的人是有福的。）

恭讀聖瑪竇福音 5:1-12

那時候，耶穌一見群眾，就上了山，坐下；他的門徒來到他面前，他於是開口教訓他們說：

「神貧的人是有福的，因為天國是他們的。」

「哀慟的人是有福的，因為他們要受安慰。」

「溫良的人是有福的，因為他們要承受土地。」

「飢渴慕義的人是有福的，因為他們要得飽飫。」

「憐憫人的人是有福的，因為他們要受憐憫。」

「心裡潔淨的人是有福的，因為他們要看見天主。」

「締造和平的人是有福的，因為他們要稱為天主的子女。」

「為義而受迫害的人是有福的，因為天國是他們的。」

「幾時人為了我而辱罵迫害你們，捏造一切壞話毀謗你們，你們是有福的。你們歡喜踴躍吧！因為你們在天上的賞報是豐厚的。」

——上主的話。

一月二十九日

新春主日

(適用於常年期)

願諸天歡樂；願大地踴躍；願萬物在上主面前歡樂歌舞。(參閱詠 96:11-12)

讀經一(上主必按時給你們的土地降下時雨。)

恭讀申命紀 11:7-9,11-15

上主對他的子民說：「你們親眼見過上主所做的這一切偉大作為。所以，你們應該遵守我今日吩咐你們的一切誡命，好能有力量，去佔領你們過河要去佔領的地方，並在上主向你們祖先誓許：要給他們和他們後裔的地方，即流奶流蜜的地方，得享長壽。

「你們過河去佔領的地方，是一個有山有谷，有天上的雨水，所滋潤的地方，是上主你的天主親自照顧和管理的地方，是上主你的天主，自年首至年尾，時常注目眷顧的地方。

「如果你們真聽從我今日吩咐你們的誡命，愛上主你們的天主，全心全靈事奉他，他必按時給你們的土地，降下時雨、秋雨和春雨；必使你豐收五穀、新酒和新油；也必使田野給你的牲畜生出青草；如此你必能吃飽。」

——上主的話。

答唱詠 詠 85:9,10, 11-12, 13

【答】：上主向自己的聖者和子民，所說的話，確是和平綸音。(詠 85:9)

領：我要聽天主上主說的話；他向自己的聖者和子民，及向全心皈依他的人，所說的話，確是和平綸音。他的救恩，必臨於敬畏他的人；他的光榮，必在我們的地上永存。

【答】

領：仁愛和忠信，必彼此相迎；正義與和平，必彼此相親。忠信從地下生出，正義由天上遠矚。【答】

領：上主也必賜下康樂幸福；我們的土地，必有收穫。正義在上主前面行走，救恩必緊隨上主的腳步。【答】

讀經二(在一切事上，以懇求和祈禱，懷著感謝之心，向天主呈上你們的請求。)

恭讀聖保祿宗徒致斐理伯人書 4:6-9

弟兄姊妹們：

你們什麼也不要掛慮，只在一切事上，以懇求和祈禱，懷著感謝之心，向天主呈上你們的請求；這樣，天主那超乎各種意想的平安，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，不管是美德，不管是稱譽：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。

——上主的話。

福音前歡呼

領：亞肋路亞。

眾：亞肋路亞。

領：締造和平的人是有福的，因為他們要稱為天主的子女。（瑪 5:9）

眾：亞肋路亞。

福音（你們在天上的賞報是豐厚的。）

恭讀聖瑪竇福音 5:1-12

那時候，耶穌一見群眾，就上了山，坐下；他的門徒來到他面前，他於是開口教訓他們說：「神貧的人是有福的，因為天國是他們的。哀慟的人是有福的，因為他們要受安慰。溫良的人是有福的，因為他們要承受土地。飢渴慕義的人是有福的，因為他們要得飽飫。憐憫人的人是有福的，因為他們要受憐憫。心裡潔淨的人是有福的，因為他們要看見天主。締造和平的人是有福的，因為他們要稱為天主的子女。為義而受迫害的人是有福的，因為天國是他們的。幾時人為了我而辱罵迫害你們，捏造一切壞話毀謗你們，你們是有福的。你們歡喜踴躍吧！因為你們在天上的賞報是豐厚的。」
——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
主教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 *Missionary 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. "