

三月十二日 星期二  
四旬期第四周 平日

### 進堂詠 依五五 1

上主說：凡口渴的，請到水泉來！那沒有錢的也請來、高興地喝吧！

### 集禱經

上主，求祢幫助我們在這贖罪與祈禱的時期，妥善準備心靈，好能接受逾越奧蹟的大恩，並向世人傳報祢救恩的喜訊。以上所求，是因祢的子，我們的主天主、耶穌基督，祂和祢及聖神，永生永王。

### 讀經一（有水從聖殿湧出，所流過的地方，一切都將生活。）

恭讀厄則克耳先知書 四七 1-9, 12

在那些日子，天使領我回到聖殿門口。我看見有水從聖殿門限下湧出，向東方流，因為聖殿正面朝東；水從聖殿的右邊經過祭壇的南邊流出。然後他領我從北門出來，帶我從外面轉到東門。我看見有水從右邊流出來。那人拿繩尺向東走去，量了一千肘，他叫我由水中走過去，水深到了腳踝。他再量了一千肘，再叫我從水中走過去，水到了膝蓋。又量了一千肘，又叫我走過去，水到了腰。他又量了一千肘，水已經成了河，不能走過去，因為水已高漲，成了河，深得不能過去。於是他對我說：「人子，你看見了嗎？」於是他領我回到河岸。

當我回來時，看見河的兩岸有很多樹。於是他對我說：「這水往東方流，下至阿辣巴，流入死海，鹹水會變成淡水；這河流所經過的地方，凡蠕動的生物都將生活，魚類繁多，這水流過的地方，萬物必能生存。河的兩岸，會生長各種果樹，葉子總不乾枯，也不斷的結果實，每個月結出新鮮的果實，因為水是從至聖所流出來的：樹上的果實可作食物，枝葉可作藥材。」——上主的聖言。

### 答唱詠 詠四五 2-3, 5-6, 8-9

**答：**萬有的上主與我們同在，雅格的天主是我們的保障。

一、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，我們也不因此而驚慌。**答**

二、一道河流給天主的城帶來喜樂，它是至高者居住的聖所。天主定居城中，它絕不會動搖，曙光一現，天主即刻支援。**答**

三、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。**答**

### 福音前歡呼 亞五 14

**答：**基督，光榮的君王，我們讚美祢。

**領：**你們要尋求善，不可尋求惡，這樣你們才能生存。

**答：**基督，光榮的君王，我們讚美祢。

**福音**（那人立刻痊癒了。）

恭讀聖若望福音 五 1-3, 5-16

那時候，正是猶太人的節期，耶穌上耶路撒冷去。在耶路撒冷靠近羊門有一個水池，希伯來語叫做貝特匝達，周圍有五個走廊。在這些走廊內，躺着許多病人，有瞎眼的、癱腿的、麻痺的，都在等候水動。那裡有一個人，病了三十八年。耶穌看見他躺在那裡，知道他病了多時，就問他說：「你願意痊癒嗎？」那病人回答說：「先生，水動的時候，沒有人把我放到水池中；我正去的時候，別人在我以前已經下去了。」耶穌對他說：「起來，拿起你的床走罷！」那人便立刻痊癒了，拿起床來走了。

那一天正是安息日。因此猶太人對那痊癒的人說：「今天是安息日，不許你拿床。」他回答他們說：「使我痊癒了的那一位對我說：『拿起你的床走罷！』」他們就問：「對你說『拿起床來走吧』的那人是誰？」那痊癒的人却不知道他是誰，因為那地方人很多，耶穌已經躲開了。後來，耶穌在聖殿裡遇見了他，便對他說：「你已經痊癒了，不要再犯罪，免得你遭遇更不幸的事。」那人就去告訴猶太人：使他痊癒的就是耶穌。因此猶太人便開始迫害耶穌，因為他在安息日做這樣的事。——上主的聖言。

### 獻禮經

上主，祢賜予我們餅酒，滋養我們現世的生命；求祢悅納在這祭臺上呈獻給祢的禮品，使成為我們獲享永生的飲食。以上所求，是因我們的主基督。

### 四旬期頌謝詞（二）（藉齋戒革新生活）

主、聖父、全能永生的天主，我們時時處處感謝祢，實在是理所當然的，並能使人得救。祢為了淨化我們的心靈，特別制定了四旬齋期，幫助我們抑制私慾偏情，擺脫世物的困擾，追求永恆的幸福。

因此，我們隨同眾聖人和所有天使，歌頌祢的光榮，不停地歡呼：

（另有其他三式「四旬期頌謝詞」供選擇使用，請看《感恩祭典》）

### 領主詠 詠二二 1-2

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。

### 領聖體後經

仁慈的天主，求祢以聖體聖事，淨化我們的心靈，革新我們的生活，使我們的肉軀今生蒙受恩祐，將來也獲享復活的光榮。以上所求，是因我們的主基督。