

三月十四日 星期四
四旬期第四周 平日

進堂詠 詠一〇四 3-4

願尋求上主的人滿心喜悅。你們要尋求大能的上主，時常相望瞻仰祂的慈顏。

集禱經

仁慈的上主，但願這四旬齋期使我們痛改前非，努力向善；求祢也恩賜我們忠誠地堅守祢的誡命，洗心革面，迎接逾越慶節的來臨。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（求祢撤銷要降於祢子民的災禍。）

恭讀出谷紀 卅二 7-14

那時，上主訓示梅瑟說：「你下山去！因為你從埃及領出來的百姓敗壞了。他們很快就偏離了我指示他們走的道路。他們鑄了一隻金牛，朝拜牠，向牠祭獻，並且說：『以色列，這就是領你們出埃及的天主。』」上主又向梅瑟說：「我看這人民真是執拗。你就讓我向他們發怒，消滅他們吧！我要使你成為一個大民族。」

梅瑟求他的天主上主息怒，說：「上主，祢為什麼要向祢用大力、用強硬的手臂，從埃及領出來的子民發怒呢？為什麼使埃及人說：『祂惡意的領他們出來，要在山中殺死他們，從地面上滅絕他們』呢？求祢息怒，撤銷要降於祢子民的災禍。求祢紀念祢的僕人亞巴郎、依撒格和以色列，祢曾指着自已向他們起誓：『我要使你們的後裔、像天上的星那樣多；我所說的那整個地方，必賜給你們的後裔，做為他們永久的基業。』」於是上主撤銷了要降給子民的災禍。——上主的聖言。

答唱詠 詠一〇五 19-23

答：上主，當祢對子民施恩時，求祢紀念我。

- 一、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。**答**
- 二、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，在紅海做過驚人的奇事。**答**
- 三、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，祂早已下令將他們滅除。**答**

福音前歡呼 若三 16

答：基督，光榮的君王，我們讚美祢。

領：天主這樣愛世人，甚至把祂的獨生子賜給他們，使所有信祂的人得到永生。

答：基督，光榮的君王，我們讚美祢。

福音（有一位控告你們的，就是你們所信賴的梅瑟。）

恭讀聖若望福音 五 31-47

那時，耶穌對猶太人說：「如果我為自己作證，我的證據不足憑信；但另有一位為我作證，我知道祂為我作的證足以憑信。你們曾經派人到若翰那裡去，他就為真理作過證。其實我並不需要人的證據，我提起這事，只是要你們得救。若翰像一盞點亮的燈，你們只暫時享受了他的光明而高興。但我有比若翰更大的證據，就是父所託付給我要完成的工程，就是我所做的這些工程，要為我作證：證明我是父派遣來的。派遣我來的父，親自為我作證；你們從來沒有聽見過祂的聲音，也從來沒有看見過祂的容貌，你們也沒有把祂的話放在心中，因為你們不相信祂所派遣的那一位。你們研究經典，以為在聖經中可以得到永生，正是這些經典為我作證；但你們不願意到我這裡來獲得生命。」

「我不求人所給予的光榮；而且我認得你們，知道你們心內沒有天主的愛。我奉我父的名而來，你們却不接納我；如果有人因自己的名而來，你們反而接納他。你們既然彼此尋求光榮，而不尋求從惟一天主而來的光榮，怎麼能相信我呢？不要想我要在父面前控告你們；有一位控告你們的，就是你們所信賴的梅瑟。若是你們相信梅瑟，必會相信我，因為他寫的是關於我的事；如果你們不相信他所寫的，怎麼會相信我的話呢？」——上主的聖言。

獻禮經

全能的天主，求祢悅納我們所獻上的禮品，使我們所舉行的聖祭常能洗淨罪污，強化軟弱的心靈。以上所求，是因我們的主基督。

四旬期頌謝詞（四）（齋戒的效益）

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。因為祢藉着我們的主基督，教我們刻苦齋戒，清心寡欲，培德養性，而獲得賞報。

尊威的天主，天使以及天上諸聖，藉着基督讚美祢、欽崇祢、敬畏祢、歡躍慶賀祢。求祢恩准我們也和他們謙恭地同聲讚頌：

（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 耶卅一 33

上主說：我要將我的法律放在他們的肺腑內，寫在他們的心坎裡；我要做他們的天主，他們要做我的子民。

領聖體後經

上主，求祢賞賜我們藉所領的聖事，解除罪惡的枷鎖，淨化心靈；我們的良心時常被罪惡折磨，因此求祢以天上妙藥治癒我們，賜予我們平安和喜樂。以上所求，是因我們的主基督。