

三月廿二日 星期五
四旬期第五周 平日

進堂詠 詠三〇 10, 16, 18

上主，求祢憐憫我，因為我困苦難當；求祢救我擺脫我的仇敵。上主，因為我呼求了祢，求祢莫讓我蒙羞。

集禱經

上主，我們由於軟弱，長久為罪惡所奴役，而不能自拔；求祢仁慈地憐憫我們，解除我們罪惡的枷鎖，使我們獲得心靈的自由。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（與我同在的上主，像一位孔武有力的戰士。）

恭讀耶肋米亞先知書 二十 10-13

我聽到了許多人的辱罵，和群眾的恐嚇：「你們揭發，我們就必控訴他。」甚至我所有的朋友也偵察我的破綻：「也許他會上當，我們必能勝過他，向他報復。」但是，上主與我同在，像一位孔武有力的戰士；因此迫害我的人都要失敗，決不能制勝；由於謀事不成，必將蒙受極大、而永不可磨滅的羞辱。萬軍的上主！祢考驗義人，洞察人的肺腑和內心；我把我的案情交給祢，願祢使我看見祢對他們的報復。你們要歌頌上主，讚揚上主，因為祂從惡人手中，搶救了窮人的性命。——上主的聖言。

答唱詠 詠一七 2-7

答：我在急難中呼求上主，祂聽了我的禱聲。

一、上主，我的力量，我愛慕祢！祢是我的磐石，我的保障，我的救主。**答**

二、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，祂就把我從仇敵手中救出。**答**

三、死亡的洪水圍困着我，滅頂的巨浪沖擊着我。陰府的繩索纏繞着我，死亡的羅網等待着我。**答**

四、我在急難中呼求上主，向我的天主求助；祂從聖殿中聽了我的禱聲，我求救的聲音傳進祂的耳中。**答**

福音前歡呼 若六 63, 68

答：主耶穌，我們讚美祢、光榮祢。

領：主，祢的話就是神，就是生命，祢有永生的話。

答：主耶穌，我們讚美祢、光榮祢。

福音（他們想捉拿祂，祂却從他們手中逃脫了。）

恭讀聖若望福音 十 31-42

那時候，猶太人又拿起石頭來要砸耶穌。祂對他們說：「我把從父來的許多善事顯示給你們，你們因為哪一件要砸死我呢？」猶太人回答說：「為了善事，我們不會砸死

你；而是為了褻瀆的話，因為祢是人，却把自己當做天主。」耶穌說：「你們的法律上不是記載：『我說過：你們是神』麼？經書是不能廢除的，如果那些承受天主話的人，天主尚且稱他們是神，那麼，父所聖化並派遣到世界上來的，因為說過『我是天主子』，你們就說：『祢說褻瀆的話』麼？假使我不做我父的事，你們就不必信我；但若是我做了，你們縱然不肯信我，至少要信這些事，這樣你們就清楚知道，父在我內，我在父內。」他們又想捉拿祂，祂却從他們手中逃脫了。

耶穌到了約旦河對岸，到若翰從前施洗的地方住下來，有許多人來到祂那裡，說：「若翰沒有行過神蹟，但若翰關於這人所說的一切話，都是真的。」在那裡有許多人就信了耶穌。——上主的聖言。

獻禮經

仁慈的天主，求祢使我們每次來到祭臺前，都能以應有的虔敬侍奉祢；並使我們因常參與聖祭，而獲得永生的救恩。以上所求，是因我們的主基督。

主受難頌謝詞（一）（十字架的大能）

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。因為祢的聖子受苦受難，拯救了世界，促使我們讚頌祢的偉大；祢藉十字架的大能，顯示了祢對世界的審判，和被釘死者的勝利。

因此，我們隨同天使，和所有聖人，歌頌祢的光榮，不停地歡呼：

領主詠 伯前二 24

耶穌親身承擔了我們的罪過，被釘在木架上，使我們不再生活於罪惡中，只為正義而生活；我們是因祂的創傷而獲得了痊癒。

領聖體後經

上主，但願所領的聖體聖事，永遠做我們安全的保障，使一切對人靈有害的事物遠離我們。以上所求，是因我們的主基督。