

六月十四日 星期五
常年期第十周 平日

進堂詠 詠二六 1-2

上主是我的光明，我的救援，我還畏懼何人？上主是我生命的保障，我尚害怕何人？
我的對頭，我的仇敵，反而跌倒在地。

集禱經

天主，祢是一切美善的根源；求祢啟發我們尋求正理，並賴祢的助祐，而能付諸實行。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（你站在山上，立在上主面前。）

恭讀列王紀上 十九 9, 11-16

那時，厄里亞進了一個山洞，在那裡過夜。上主吩咐他說：「你出來，站在山上，立在上主面前。」那時，上主正從那裡經過，在上主前面暴風大作，山崩石裂，上主却不在風暴中；風以後有地震，上主也不在地震中；地震以後有烈火，上主仍不在火中；烈火以後，有輕微的風聲。厄里亞聽見這聲音，就用外衣蒙住臉，出來站在洞口。他聽到一個聲音說：「厄里亞，你在這裡做什麼？」他答說：「我為了萬軍的天主上主憂心如焚，因為以色列子民背棄了祢的盟約，拆毀了祢的祭壇，刀斬了祢的先知，只剩下了我一個人，他們還要奪取我的性命！」

上主對厄里亞說：「你回去，仍取道曠野，往大馬士革去，到了那裡，給哈匝耳敷油，立他為阿蘭王。去給尼默史的孫子耶胡敷油，立他為以色列王；再去給阿貝耳默曷拉人沙法特的兒子厄里叟敷油，立他接替你做先知。」——上主的聖言。

答唱詠 詠二六 7-9, 13-14

答：上主，我切望仰瞻祢的慈顏。

一、上主，求祢俯聽我的呼聲，求祢憐憫我，俯允我。我一想到祢，心裡就說：「你們要尋求上主的慈顏。」 **答**

二、上主，我切望仰瞻祢的慈顏，求祢不要轉面不顧；祢發怒時，不要趕走祢的僕人。祢一向是我的救援。 **答**

三、我深信在這人世間，必能見到上主的美善。你要鼓起勇氣，期待上主！你要振作精神，等候上主！ **答**

福音前歡呼 斐二 15, 16

答：阿肋路亞。

領：你們在這世代中要像明燈般照耀，堅持生命之道。

答：阿肋路亞。

福音（凡注視婦女有意貪戀她的，已犯了姦淫。）

恭讀聖瑪竇福音 五 27-32

那時，耶穌對門徒說：「你們一向聽說過：『不可姦淫！』我却對你們說：凡注視婦女，心懷淫念的，他在心裡已經姦淫了她。若是你的右眼使你失足犯罪，把它剜出來扔掉，因為你喪失一個肢體，比全身投入地獄，為你更好；若你的右手使你失足犯罪，砍下它來扔掉，因為你喪失一個肢體，比全身投入地獄，為你更好。

又說過：『誰若休妻，就該給她一張休書。』我却給你們說：若不是為犯姦的緣故休妻，便是促使她犯姦淫；誰若是娶被休的婦人，也是犯姦淫。」——上主的聖言。

獻禮經

仁慈的上主，求祢垂顧在此聚會崇拜祢的子民，惠然接納這些獻禮，使我們心中的愛苗日益滋長。以上所求，是因我們的主基督。

通用頌謝詞（五）（我們宣報基督的奧蹟）

主、聖父、全能永生的天主！藉着我們的主基督，我們時時處處感謝祢，實在是理所當然的，並能使人得救。我們以熱誠的愛德歌頌基督的死亡，以活潑的信德頌揚祢的復活，以堅強的望德期待祢光榮的來臨。

因此，我們隨同所有天使和聖人，同聲讚美祢，不停地歡呼：

（另有其他五式「通用頌謝詞」供選擇使用，請看《感恩祭典》）

領主詠 詠一七 3

上主，祢是我的保障，我的避難所和救主；祢是我的天主，我的助祐。

或：若壹四 16

天主是愛，那存留在愛內的人，就存留在天主內，天主也存留在他內。

領聖體後經

上主，祢以聖體聖事醫治了我們的心靈；求祢仁慈地助祐我們遠離罪惡，引導我們度聖善的生活。以上所求，是因我們的主基督。