

四旬期第一周 平日 星期六

進堂詠 詠一八 8

上主的法律是完美的，能暢快人靈；上主的約章是真誠的，能開啟愚蒙。

集禱經

永生的天父，求祢賞賜我們回心歸向祢，使我們只以得救大事為念，勉力實踐愛德，專務恭敬、侍奉祢。以上所求，是因祢的子，我們的主天主、耶穌基督，祢和祢及聖神，永生永王。

讀經一（你們要成為屬於上主的聖潔子民。）

恭讀申命紀 廿六 16-19

梅瑟對民眾說：「你們的天主上主，今天吩咐你們遵行這些法令和規則，你們要全心全靈切實遵行。今天，你們明認上主是你們的天主，願履行祂的道路，謹守祂的法令、誠命和規則，聽從祂的話。上主今天也照祂對你們所說的，明認你們是祂自己的子民，只要你們謹守祂的一切誠命。祂還要使你們在名譽、聲望和光榮上，遠超祂所造的一切民族，你們要照祂所說的，成為屬於上主的聖潔子民。」——上主的聖言。

答唱詠 詠一一八 1-2, 4-5, 7-8

答：遵行上主法律的真是有福。

- 一、品行完美，履行上主法律的人，真是有福！遵行約法，全心尋求上主的人，真是有福。**答**
- 二、祢頒發了命令，使人嚴格奉行。願我的行徑堅定，常遵守祢的章程。**答**
- 三、當我學會了祢公義的條例，就必以至誠的心頌謝祢。我要遵守祢的規律，千萬不要把我拋棄。**答**

福音前歡呼 格後六 2b

答：主耶穌，我們讚美祢、光榮祢。

領：現在正是施恩的時候，正是得救的日子。

答：主耶穌，我們讚美祢、光榮祢。

福音（你們應當努力做完人，就像你們的天父那樣完美。）

恭讀聖瑪竇福音 五 43-48

耶穌對門徒說：「你們一向聽說過：『要愛近人，恨仇人！』我却對你們說：要愛仇人，甚至為迫害你們的人祈禱，這樣你們才算是天父的兒女，因為祂使太陽升起，光照惡人，也光照善人；降雨給義人，也給不義的人。你們如果只愛那些愛你們的人，有什麼值得嘉獎呢？稅務員不也是這樣做嗎？如果你們只問候你們的弟兄，你們做了什麼特別的事呢？外邦人不也是這樣做嗎？所以你們應當努力做完人，就像你們的天父那樣完美。」——上主的聖言。

獻禮經

上主，求祢接受這些禮品，使我們藉着今天的祭獻重振我們的心靈，使我們的生活符合祢愛的誡命。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 瑪五 48

主說：你們應當追求完美，如同你們的天父那樣。

領聖體後經

上主，祢以聖體神糧養育我們，以天上的訓誨引導我們；求祢恩賜我們在困惑時，常蒙受祢的指引，在痛苦中常接受祢的安慰。以上所求，是因我們的主基督。