

聖灰禮儀後星期五

紫色

若望及保祿兄弟二聖、是聖教會初興時的殉道者；由於他們慈善為懷的愛德、在羅馬被人們特敬為貧窮人的救濟者。今天聖教會把二聖提供我們，當作我們慈愛的模範：因為前二天聖教鼓勵我們補贖及祈禱二德，今天她欲勸勉我們的愛德（這三德便是四旬期內當守的三大要點）

彌撒：我們都是罪人。天主向我們所要求的，尤其在四旬期內、正是從心坎中徹底的自新，以歸向祂慈愛的法令。我們刻苦工作的價值，當以孝愛的精神、承行天主旨意的深切渴望為標準（書信、集禱經）。另一方面，倘我們能對我們的近人、顯示基督的友愛，那末天主才能把祂的寬宥、和合我們的祈禱。這個基督化的愛德、該彷彿天主對我們的愛、是沒有限制的，是具有中悅祂之純正意向的。

我們便該懇求這個彼此相愛的特恩（領後經）；我們又該確信，為實行這個完美的愛德，克勝各種人性的困難與逆意是四旬期內一種最優越的刻苦工作。

詠 29 : 11 , 2

Audívit Dóminus, et misértus est mihi: Dóminus factus est adiutor meus. Exaltábo te, Dómine, quóniam suscepísti me: nec delectásti inimícos meos super me. Glória Patri,

Inchoáta ieiúnia, quæsumus, Dómine, benigno favore proséquere: ut observántiam, quam corporáliter exhibémus, méntibus étiam sincéris exercére valeámus. Per Dóminum nostrum.

依 58 : 1 – 9

Hæc dicit Dóminus Deus: Clama, ne cesses: quasi tuba exálta vocem tuam: et annúntia pópulo meo scélera

進臺詠

上主，請俯聽我，憐憫我；上主，求你前來助佑我。上主，我稱揚你，因為你救拔了我，你也沒有使我的仇敵向我自誇。光榮歸於父……。

集禱經

主，對於我們已經開始的嚴齋，求祢慈惠地繼續協助，務使我們不單外表遵行這規例，內心也能真誠地實踐。因我們主……。

書信

上主我們的天主說：「你大聲呼喊，不要停止，提高你的喉嚨，

eórum, et dómui Iacob peccáta eórum. Me étenim de die in diem quærunt, et scire vias meas volunt: quasi gens, quæ iustítiam fécerit, et iudícium Dei sui non derelíquerit: rogant me iudícia iustítiae: appropinquáre Deo volunt. Quare ieiunávimus, et non aspexísti: humiliávimus ánimas nostras, et nescísti? Ecce, in die ieiúnii vestri invénitur volúntas vestra, et omnes debitóres vestros repétitis. Ecce, ad lites et contentiónes ieiunátis, et percútitis pugno ímpie. Nolíte ieiunáre sicut usque ad hanc diem, ut audiátur in excélso clamor vester. Numquid tale est ieiúnium, quod elégi, per diem afflígere hóminem ánimam suam? numquid contorquére quasi círculum caput suum, et saccum et cínerem stérnere? numquid istud vocábis ieiúnium, et diem acceptábilem Dómino? Nonne hoc est magis ieiúnium quod elégi? dissólve colligatiónes impietátis, solve fascículos depriméntes: dimítte eos, qui confrácti sunt, líberos, et omne onus dirúmpe. Frange esuriénti panem tuum, et egénos vagósque induc in domum tuam: cum víderis nudum, operi eum, et carnem tuam ne despéxeris. Tunc erúmpet quasi mane lumen tuum, et sánitas tua cítiús oriétur, et anteíbit fáciem tuam iustítia tua, et glória Dómini cólligete. Tunc invocábis, et Dóminus exáudiet: clamábis, et dicet: Ecce, adsum. Quia miséricors sum, Dóminus, Deus tuus.

詠 26 : 4

Unam pétii a Dómino, hanc requíram,

有如號筒，向我的百姓宣佈他們的過犯，向雅各伯家指明他們的罪孽。他們固然天天尋找我，喜歡認識我的道路，好似一個行義而沒有背棄天主法令的民族，向我要求正義的措施，祈望天主與之接近：『為什麼我們守齋而你看不見，我們克苦而你不理會呢？』看哪！你們在守齋日仍然苦心經營，勒索你們所有的工人。看哪！你們一面守齋，一面爭吵，打架，以惡拳打人；你們不必再如今天一樣守齋了，免得你們的嘈雜在高處可以聽到。難道這就是我所中意的齋戒嗎？難道這就是人們克己的日子嗎？難道低頭如同蘆葦，以苦衣和灰塵鋪床，你就稱為齋戒，稱為上主悅納的日子嗎？我所中意的齋戒，豈不是要人解除不義的鎖鏈，廢除軛上的繩索，使受壓迫者獲得自由，折斷所有的軛嗎？豈不是要人將食糧分給飢餓的人，將無地容身的貧窮人領到自己的屋裡，見到赤身露體的人給他衣穿，不要避開你的骨肉嗎？若這樣，你的光明將要射出，有如黎明，你的傷口將會迅速地復原；你的救援要走在你前面，上主的光榮要作你的後盾。那時，你如呼喊，上主必要俯允；你若哀求，他必答說：我在這裡！因為我是仁慈的上主、你的天主。

臺階詠

我有一事祈求上主，我要懇切請

ut inhábitem in domo Dómini, Ut vídeam voluptátem Dómini, et prótegar a templo sancto eius.

詠 102 : 10 ; 78 79 : 8 – 9

Dómine, non secúndum peccáta nostra, quæ fécimus nos: neque secúndum iniquitátes nostras retríbuas nobis. Dómine, ne memíneris iniquitátum nostrarum antiquarum: cito antícipent nos misericórdiæ tuæ, quia páuperes facti sumus nimis. *Hic genuflectitur* Adiuva nos, Deus, salutáris noster: et propter glóriam nóminis tui, Dómine, libera nos: et propítius esto peccátis nostris, propter nomen tuum.

瑪 5 : 43 – 48 , 6 : 1 – 4

In illo témpore: Dixit Iesus discípulis suis: Audístis, quia dictum est: Diliges próximum tuum, et ódio habébis inimicum tuum. Ego autem dico vobis: Dilígite inimícos vestros, benefácite his, qui odérunt vos, et oráte pro persecuéntibus et calumniántibus vos, ut sitis filii Patris vestri, qui in cœlis est: qui solem suum oriri facit super bonos et malos, et pluit super iustos et iniústos. Si enim dilígitis eos, qui vos díligunt, quam mercédem habébitis? nonne et publicáni hoc fáciunt? Et si salutavéritis fratres vestros tantum, quid ámplius fáctis? nonne et éthnici hoc fáciunt? Estóte ergo vos perfécti, sicut et Pater vester cœléstis perféctus est. Atténdite, ne iustítiam vestram faciátis coram homínibus, ut videámini ab eis: alióquin mercédem non habébitis apud Patrem vestrum,

求此事：使我一生的歲月，常居住在上主的殿裡，欣賞上主的甘飴慈祥，瞻仰上主聖所的堂皇。

連唱詠

主啊！求祢不要按我們所犯的罪惡，對待我們；求祢不要按我們的過犯、報應我們。主啊！求祢不要追念我們已往的過犯，而懲罰我們；願祢的慈悲、速來救濟我們，因為我們太荏弱了。（*此處跪下*）天主啊！我們的救援啊！因祢聖名的榮耀、救助我們。因祢的聖名、解救我們，饒恕我們的罪惡。

福音

那時候，耶穌向祂的門徒說：「你們一向聽說過：『你應愛你的近人，恨你的仇人！』我卻對你們說：『你們當愛你們的仇人，當為迫害你們的人祈禱，好使你們成為你們在天之父的子女，因為他使太陽上升，光照惡人，也光照善人；降雨給義人，也給不義的人。你們若只愛那愛你們的人，你們還有什麼賞報呢？稅吏不是也這樣作嗎？你們若只問候你們的弟兄，你們作了什麼特別的呢？外邦人不是也這樣作嗎？所以你們應當是成全的，如同你們的天父是成全的一樣。』——你們應當心，不要在人前行你們的仁義，為叫他們看見；若是這樣，你們在天父之前，就沒有賞報了。所以，當你施捨時，不可

qui in coelis est. Cum ergo facis eleemósynam, noli tuba cánere ante te, sicut hypócritæ faciunt in synagógis et in vicis, ut honorificéntur ab homínibus. Amen, dico vobis, recepérunt mercédem suam. Te autem faciente eleemósynam, nésciat sinístra tua, quid fáciat délixtera tua, ut sit eleemósyna tua in abscóndito, et Pater tuus, qui videt in abscóndito, reddet tibi.

詠 118 : 154 , 125

Dómine, vivífica me secúndum elóquium tuum: ut sciam testimónia tua.

Sacrificium, Dómine, observántiæ quadragesimális, quod offérimus, præsta, quæsumus: ut tibi et mentes nostras reddat accéptas, et continéntiæ promptióriis nobis tríbuat facultátem. Per Dóminum nostrum.

Vere dignum et iustum est, æquum et salutáre, nos tibi semper et ubíque grátias ágere: Dómine, sancte Pater, omnípotens ætérne Deus: Qui corporáli ieiúnio vítia cómprimis, mentem élevas, virtútem largíris et præmia: per Christum Dóminum nostrum. Per quem maiestátem tuam laudant Angeli, adórant Dominatiónes, tremunt Potestátes. Cæli cælorúmque Virtútes, ac beáta Séraphim, sócia exsultatióne concélebrant. Cum quibus et nostras voces, ut admítte iúbeas, deprecámur, súpplíci confessióne dicéntes:

在你前面吹號，如同假善人在會堂及街市上所行的一樣，為受人們的稱讚；我實在告訴你們，他們已獲得了他們的賞報。當你施捨時，不要叫你左手知道你右手所行的，好使你的施捨隱而不露，你父在暗中看見，必要報答你。」

奉獻詠

主啊！請依照你的諾言，使我生活，為使我能夠通曉你的約法。

密禱經

主，祈望我們為配合遵守嚴齋所獻的祭祀，不僅使我們的心靈見悅於祢，並且賜給我們更加欣勤克己的力量。因我們主……。

四旬期頌謝詞

主、至聖的父、全能永生的天主，我們時時處處頌謝祢，實是正義而必須的，屬於我們天職的，也屬我們的得救。祢藉著我們主基督，以我們於肉身上所甘受的齋苦，來遏制我們的私慾，提高我們的心靈，賜給我們功德和酬報。藉著祂（基督），對於祢的尊威，諸天神予以讚美，宰制者予以欽崇，掌權者予以敬畏，諸天萬軍和普天的異能者以及有福的熾愛者，相與歡欣而予以祝賀。求祢恩准我們的禱聲，也同他們的歌

詠 2 : 11 , 12

Servite Dómino in timóre, et exsultáte
ei cum tremóre: apprehéndite
disciplínam, ne pereátis de via iusta.

Spíritum nobis, Dómine, tuæ caritátis
infúnde: ut, quos uno pane cœlésti
satiásti, tua fácias pietáte concórdes.
Per Dóminum nostrum.

Orémus. Humiliáte cápita vestra Deo.
Tuére, Dómine, pópulum tuum et ab
ómnibus peccátis cleménter emúnda:
quia nulla ei nocébit advérsitas, si
nulla ei dominétur iníquitas. Per
Dóminum nostrum.

韻合成一起，共發虔恭的頌讚：

領主詠

你們應以敬畏之情事奉上主，戰戰兢兢向他跪拜叩首，以免他發怒將你們滅於中途。

領主後經

主，求祢將祢的聖愛之神、傾注我們的心中，使我們大家、既蒙祢飽飫了以同一的天糧，也都能在祢的慈愛之下、同心同德。因我們主……。

為教民誦

請眾同禱。請大家向天主俯首！主，求祢保護祢的子民，並慈憫地洗去我們的一切罪惡：因為、只要不受罪惡的控制，任何凶逆也不能有害於我們。因我們主……。