

將臨期第一主日

經文摘要

依六三 16-17、六四 1,3-8

上主！我們離開祢，背叛祢，求祢回心轉意，我們仍將得救。我們的一切**善行**都好似髒汙的衣服，被遺棄在**罪惡**的權下。但是，上主是我們的父和陶工，我們只是泥土，是**上主手中**的作品。

詠八十

天主，請彰顯祢的**威能**與光榮；求祢扭轉我們的命運，顯露祢的聖容，**保護**祢親手撫養和培育的子民，使祢特選的人獲得救恩。

格前一 3-9

感謝天主在基督內賜予的**恩寵**，使你們在一切事務、言論和知識上，都成了富有。天主必要堅強你們到底，好能在主耶穌基督再度**來臨**的日子，無瑕可指，並蒙祂召喚，得與主**合而為一**。

谷十三 33-37

耶穌說：你們要當心、要**警醒**，因為你們不知道主人什麼時候回來；免得他突然**來臨**，發現你們正在睡覺。

教理回應

讀經一默想資料

《天主教教理》385-387 號；其他參考 1731-1738 號

一切美善都出於上主的手，可是沒有人能倖免痛苦和災害，甚至道德的惡。只有皈依天主，才能找到出路。天主的愛在基督身上已啟示了，一面顯露現今世界的罪惡，一面也顯示恩寵的盈溢。這樣，人能在善惡之間自由抉擇，並對自己的行為負責。人之所以淪為罪惡的奴隸，就是妄用了天主恩賜的自由，沒有選擇愛祂和彼此相愛。

聖詠默想資料

《天主教教理》300-301 號；其他參考 2632 號

天主的威能不可測量，超越萬有；祂是至高的造物主，但同時也深刻地臨在於所有受造物當中，使祂的子民能生活、行動並存在於祂的愛內。天主創造了萬

物且時時保護，引導一切達到終向，使人祈求並迎接天國的來臨。

讀經二默想資料

《天主教教理》678-679 號；其他參考 2822-2825 號

我們期待基督末日的來臨，那時各人的言行舉止，已顯露出接納或拒絕天主的恩寵與慈愛。拒絕基督恩寵和真理的人，今世他已自我判決。我們雖是罪人，但在基督內已成了嗣子。所以，在一切事上，信友能交出自己的自由意志，放在天主手裡，並與聖子的意願合而為一，學習懷著祂的愛，分辨並承行天主的旨意。

福音默想資料

《天主教教理》2816-2821 號；其他參考 672、2612、2849 號；

《YOUCAT：天主教青年教理》186、520 號

天主的國在耶穌身上雖已來到，但還是警醒的時期，因為教會仍在做最後的戰鬥。教會不單紀念聖子第一次以血肉之軀謙卑地降臨，如今更以純潔的心，在思、言、行為上恪守愛德和正義，期待聖子基督光榮地來臨。那時，世界才會圓滿地彰顯天主的仁愛與和平。這正是默西亞光榮神國的降臨、天主審判的時候，一切都要歸還聖父，而我們要領受應得的報應。為此，在這急難和邪惡考驗的時代，我們要悔改、堅信和醒寤，在祈禱中免陷於誘惑。

要理重溫

《簡編》73、363-365 號：善用自由，擇善去惡。

《簡編》5 號：天主創造、保存受造界，引導它走向圓滿。

《簡編》135 號：宣信「基督還要光榮地降來，審判生者死者」。

《簡編》544、590 號：主禱文有關警醒及天國來臨的意義。

結束祈禱

全能仁愛的造物主，在新的禮儀年度開始之際，求祢更新我們的思、言、行為，強化我們在生活中常意識到祢的臨在與恩賜，好能更自由地擇善去惡，期盼祢聖子的再度來臨。（念一遍天主經）

聖言誦讀的「訊息」與「行動」

日期

字句

訊息

行動

* 你現在的生活習慣與方式，有哪些需要警醒？期待如何改變？

* 試從本週的社會時事及生活周遭，發現天主的愛與臨在。

備註

將臨期第二主日

經文摘要

依四十 1-5, 9-11

天主說：安慰我的**子民**吧！向耶路撒冷傳報**喜訊**：奴役已結束，罪債已償清，在曠野中預備上主的道路，修平一條大路！你們的天主要帶著威能來到，獲得勝利；祂像牧人，要牧放羊群，集合小羊，把牠們抱在懷裡。

詠八十五

上主大發慈悲，給敬畏祂的人賜予救恩，向自己的**子民**，向皈依祂的人宣布**和平**的福音。**正義**在上主前面開路，平安緊隨祂的腳步。

伯後三 8-14

主絕不遲延祂的應許，只願意眾人都回心轉意。你們該度**聖潔**和**虔敬**的生活，以等候天主的日子來臨，就是**正義**常存的新天新地。你們該勤奮努力，使天主見到你們沒有玷汙和瑕疵，並安然無懼。

谷一 1-8

天主子基督**福音**的開始，是先知依撒意亞書上所記載：天主派遣使者作前驅，為預備上主的道，修直祂的路。洗者若翰便在曠野裡為人施洗，宣講悔改的**洗禮**，為使人得到**罪赦**。他宣布說：「我用水洗你們，在我以後要來的那一位，卻要用**聖神**洗你們。」

教理回應

讀經一默想資料

《天主教教理》719、754 號；其他參考 766、1739 號

自人類歷史開始，人就妄用自由，造成種種不幸和迫害。為此，天主藉安慰者的聲音，傳布救恩的喜訊。天主子基督要來到世界作牧人，召集迷失的羊群，進入教會的羊棧，並親自牧養。祂為羊群捨掉性命，以勝利的十字架，把天主子民從罪惡的奴役中拯救出來。

聖詠默想資料

《天主教教理》1741-1742 號；其他參考 1739-1740 號

在經濟和社會、政治和文化方面，盲目和不義的情況使強者和弱者都陷於違

反愛德的誘惑，甚至使人容易濫用自由，斷絕人與人之間的情誼，背離天主的真理和正義。為此，天主宣布基督的救贖，為使其子民獲得聖神的恩寵，克勝來自世界的種種壓迫，重獲自由與和平。

讀經二默想資料

《天主教教理》1037、1042-1043 號；其他參考 2525-2527 號

在天主十誡中，第九誡是關於基督徒的純潔。聖潔和虔敬能使人擺脫汙濫的色情主義和時尚的崇拜，這有賴於良好的社會風氣，以及謹慎而有節制的大眾傳媒資訊。為此，我們需要藉著道德律，教育民眾尊重真理與人格尊嚴，讓基督的福音不斷革新墮落人類的生活與文化，使人從罪惡誘惑造成的錯誤與災禍中解救出來，使各民族在生活中不斷地淨化和戰鬥，悔改己罪，直至世界和人類得以更新。那時就是正義與和平天國的臨現，即新天新地。

福音默想資料

《天主教教理》422、976-978 號；其他參考 1262-1266 號；

《YOUCAT：天主教青年教理》87、194 號

天主何其仁慈與偉大，願意所有人得救，接受天主子耶穌基督的救恩，並領受洗禮。為此，若翰給以色列子民宣布救贖的福音，準備罪人悔改，使人藉著在基督內的洗禮，獲得罪赦而在聖神內重生。洗禮使我們的罪惡，包括原罪和本罪，甚至應受的罪罰，全部獲得赦免；也使新受洗者因聖神的聖化，成為新受造物，依從聖神生活和行動，在倫理道德中成長。可見，整個基督徒的超性生命都植根於聖洗聖事。聖洗是赦罪的首要聖事，使我們能結合於基督，接受祂帶給人類的贖罪與救恩，讓我們度新生活。從此，我們要繼續仰賴聖事的恩寵，戰勝人性軟弱，抵抗私欲偏情的衝動，使自己免陷於邪惡，不斷皈依天主。

要理重溫

《簡編》366 號：接受天主救恩的喜訊，活出天主子女的自由。

《簡編》530 號：基督徒要保持「心地純潔」。

《簡編》263 號：聖洗聖事賜予罪過的赦免，以及聖神的聖化恩寵。

結束祈禱

各自表達內心的祈禱意向，結束時念：「在這將臨期間，求主繼續淨化我們

的軟弱與惡習，賞賜心靈的平安，好迎接基督福音的來臨。」

聖言誦讀的「訊息」與「行動」

日期

字句

訊息

行動

- * 在禮儀年的開始，為準備基督的來臨，有哪些地方需要痛悔與改過？
- * 保持聖神所賜予的心靈淨化、和平與純潔。

備註

將臨期第三主日

經文摘要

依六一 1-2,10-11

上主的神臨到我身上，給我**傅油**，派遣我向**貧窮**人傳報喜訊，宣布上主施恩的禧年。我的心靈因天主而**喜樂**，因為祂給萬民救恩和義德。

依六一；路一

我的靈魂頌揚上主，**喜樂**於我的救主天主。祂給我做了奇事，使萬代的人都稱我**有福**，祂的名號何其神聖。祂給敬畏祂的人們，廣施慈愛，使飢餓者飽饗美味。祂扶助了祂的僕人以色列，因為祂常念及自己的仁慈。

得前五 16-24

你們要常常**喜樂**，不斷**祈禱**，事事感謝；不要輕視**聖神**和先知的話，但要接受考驗，保持美善，遠避邪惡。願賜平安的天主聖化你們，使你們的心靈和肉體，在主耶穌基督來臨時，無可指摘。**召叫**你們的那位是信實的，祂必付諸實行。

若一 6-8, 19-28

天主派遣**若翰**來給光作證，為使眾人相信。他不是默西亞、厄里亞或某一位先知；他是在曠野裡呼喊者的聲音，來修直上主的道路。若翰是用水施洗，但對於以後要來的那一位，若翰連給祂解鞋帶也不配。

教理回應

讀經一默想資料

《天主教教理》436、695、716 號；其他參考 759-769 號

天父決定在自己聖子內施恩，召集因罪惡而破壞共融與四散的子民。耶穌是上主的受傅者，被派遣來傳報喜訊，尤其使那些「貧窮人」，即完全信賴天主救恩計畫的善良百姓，獲得聖神的淨化和光照。因此，聖子的救贖工程完成後，聖神也被派遣來建立和聖化教會，使人藉著教會的聖事，獲享基督救贖的恩寵。

聖詠默想資料

《天主教教理》2675-2676 號；其他參考 2016 號

這是瑪利亞的讚美祈禱。她頌揚天主在自己及以色列子民身上所實現的救恩許諾，相信自己所懷孕的天主子，並準備將救主給予世界。慈母教會的眾子女也

藉著天主的恩寵，被召集在新的耶路撒冷，獲享同一福分，在「萬代的人稱之有福」的瑪利亞身上找到喜樂和歡欣。

讀經二默想資料

《天主教教理》2742、2014-2015 號；其他參考 2012-2013 號

天主召叫所有信徒成義，就是與聖子結合，走向基督徒愛德的完美境界、聖德的成全。這樣，我們要按照基督的肖像與聖神的恩賜，不斷祈禱和醒寤，事事感謝，服從天父的旨意，全心獻身於光榮天主，服務他人。為結出聖德的果實，天主子民要如同基督一樣，通過十字架的犧牲，在屬靈戰鬥與考驗中，活出真福的平安與喜樂。

福音默想資料

《天主教教理》717-720 號；其他參考 1285-1289、1303 號；《YOUCAT：天主教青年教理》116、193、203 號

聖神藉洗者若翰，宣布萬民所期待的默西亞即將來臨，從此結束舊約時代由厄里亞所開始的先知時期。若翰召喚人悔改，迎接天主子帶來的救贖與生命。當耶穌接受若翰的洗禮時，聖神降臨在他身上，表示基督就是天主藉聖神傅油的那一位，因此「基督徒」一詞也是「受傅油者」之意。如今，聖神的一切富饒不只屬於默西亞，也藉著覆手和傅抹聖化聖油，傳遞給全體天主子民。堅振聖事就是賜予天恩聖神，強化與圓滿聖洗恩寵，賦予屬神的印號，使信友與基督緊密結合，以言以行傳揚基督的福音。

要理重溫

《簡編》266 號：有關堅振聖事中的傅油。

《簡編》562 號：教會偕同萬福瑪利亞，讚頌上主，一起祈禱。

《簡編》428 號：基督徒蒙主召叫，通過十字架修德成聖，走向成全。

《簡編》140-141 號：聖神透過最後一位先知若翰，預告天主子來臨。

結束祈禱

採用將臨期主日的集禱經，並誦念一遍聖母經。

聖言誦讀的「訊息」與「行動」

日期

字句

訊息

行動

- ※ 你如何活出聖神藉聖事賜予的恩寵，在家庭和社會中見證信仰？
- ※ 回顧天主在你生命中賜予的恩典和計畫，以基督徒的喜樂面對困難。

備註

將臨期第四主日

經文摘要

撒下七 1-5, 8-11, 16

上主賜予達味王安享太平，不受四周仇敵的侵擾，並藉著納堂告訴**達味**，要為他建立家室。上主又說是祂**揀選**達味作以色列子民的領袖，必使他的家室和王權永遠存在，堅定不移。

詠八十九

我要永遠**歌頌**上主的仁慈，萬代傳述上主的信實。上主與自己**揀選**的人立了約，向僕人達味起誓，要永遠保護他的後裔，並鞏固他的王位。上主與達味立的**盟約**，絕不廢棄。

羅十六 25-27

願**光榮**歸於唯一全智的天主，按照奧祕的**啟示**，堅定你們。天主藉著耶穌基督，更透過今天所寫所講，曉諭萬民，使人以**信德**服從主。

路一 26-38

天使加俾額爾奉天主差遣，往童貞女**瑪利亞**那裡。她已經跟達味家族名叫若瑟的男子訂了婚。天使說：上主與妳同在！聖神要降臨在妳身上，妳將懷孕生子，給祂起名叫耶穌。祂是**至高者的兒子**，於祖先達味的御座永遠為王。瑪利亞回應說，願照上主的話成就。

教理回應

讀經一默想資料

《天主教教理》488、709 號；其他參考 721-726 號

聖神在瑪利亞身上實現了聖父和達味所立的盟約。這就是聖神以其恩寵，使童貞女瑪利亞懷孕並生育天主子。蒙主揀選的救主母親，成了最謙卑、欣然接受全能者恩賜的受造物，為天主忠愛的全人類孕育聖子的身體，作為聖子和聖神在人類中居住的寓所。

聖詠默想資料

《天主教教理》709 號；其他參考 2617-2619 號

天主向達味應許的王國，藉著卑微使女的爾旨承行，成就了天主既許必踐的

話。瑪利亞之歌「我的靈魂頌揚上主」，代表以色列子民歌頌天主實現對先祖及其後裔的許諾，也是所有天主子女在教會內，用來感謝天主在救贖工程中的恩賜。

讀經二默想資料

《天主教教理》143、2641 號；其他參考 464-469 號

我們要歌頌救主降生成人的奧蹟。耶穌基督是聖三中的一位，與聖父同性同體、同受光榮。祂為了拯救我們，生於童貞瑪利亞，與我們有同樣的人性。天主子基督因著完全的天主性和完全的人性，給我們啟示生命與真理，並以其死亡戰勝我們人性的死亡。今日，我們藉著信德的服從，把理智和意志全交付於天主，回應天主啟示的愛和信仰。

福音默想資料

《天主教教理》148-149、494 號；其他參考 273-274 號；

《YOUCAT：天主教青年教理》84、114、479 號

童貞女瑪利亞接獲天使加俾額爾的傳報，將藉著聖神的德能，生下至高者的兒子。雖然她不認識男人，但她仍在信德中服從、回應天主的許諾，相信在天主前沒有不可能的事，並表達意願：「我是上主的婢女，願照你的話成就於我吧！」瑪利亞仰賴天主的恩寵，全心接受天主救世的旨意，於是成了耶穌的母親，不再受任何罪惡的阻礙，並徹底獻身於聖子基督的救贖工作。她的信德從未動搖，她始終深信天主的話必會完成。童貞瑪利亞是信德的典範，教導我們在一切事上相信並回應天主的愛，讓主基督活在我們的生命裡。

要理重溫

《簡編》142 號：聖神在蒙選的瑪利亞身上，完成天主給達味的許諾。

《簡編》547 號：「謝主曲」是瑪利亞歌頌和感謝上主的祈禱詞。

《簡編》26、97 號：學習瑪利亞信德的服從，與天主的救恩計畫合作。

《簡編》89 號：宣信「聖子降生成人」的意義。

結束祈禱

誦念「聖母謝主曲」（參閱《簡編》附錄甲「常用禱文」），或念將臨期第三主日的「領聖體後經」。

聖言誦讀的「訊息」與「行動」

日期

字句

訊息

行動

- ※ 你如何在心靈各方面做好準備，期待天主子的來臨？
- ※ 以實際的信德行動，表達你願意服從天主的旨意。

備註