

常年期第三主日

進堂詠

請眾齊向上主歌唱新歌；普世大地，請向上主謳歌！威嚴與尊榮，常在他面前，權能與光耀，圍繞他的聖壇。（詠96:1,6）

集禱經

全能永生的天主，求你按你的美善，指引我們的生活，使我們因你愛子之名，勉力行善。因你的聖子、我們的主耶穌基督，他和你及聖神，是唯一天主，永生永王。亞孟。

聖道禮

獻禮經

仁慈的上主，求你悅納並聖化我們的獻禮，使我們獲得救恩。因主耶穌基督之名，求你俯聽我們的祈禱。亞孟。

常年期頌謝詞

領主詠

你們瞻仰他，要喜形於色；你們的面容，絕不會羞愧。（詠34:6）

或

主說：我是世界的光；跟隨我的，決不在黑暗中行走，必有生命之光。（若8:12）
（領主後默禱片刻）

領主後經

全能的天主，你既以聖事的恩寵，賜給我們新生，求你使我們常以你的恩賜為莫大光榮。因主耶穌基督之名，求你俯聽我們的祈禱。亞孟。

可舉行隆重祝福

甲年讀經

讀經一（外方人的加里肋亞看見了一道皓光。）

恭讀依撒意亞先知書 8:23-9:3

昔日，上主曾使則步隆和納斐塔里地域，受了侮辱，但日後卻使沿海之路，約但東岸，外方人的加里肋亞，獲得了光榮。

在黑暗中行走的百姓，看見了一道皓光；那寄居於漆黑之地的人，已有光輝

照射在他們身上。你加強了他們的快樂，增加了他們的喜悅；他們在你面前歡樂，有如人收割時的歡樂，又如分贓時的愉快；因為，你折斷了他們所負的重軛，和他們肩上的橫木，以及壓迫他們者的短棍，有如在米德楊那天一樣。

——上主的話。

（默想片刻）

答唱詠 詠27:1, 4, 13-14

【答】：上主是我的光明，我的救援。（詠27:1）

領：上主是我的光明，我的救援，我還畏懼何人？上主是我生命穩固的保障，我還害怕何人？【答】

領：我有一事祈求上主，我要懇切請求此事：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。【答】

領：我深信在此活人地區，定會享見上主的幸福。你要鼓起勇氣，期望上主！你要振作精神，期望上主！【答】

讀經二（我們要言談一致，不要有分裂。）

恭讀聖保祿宗徒致格林多人前書 1:10-13,17

弟兄姊妹們：

我因我們的主耶穌基督之名，請求你們眾人言談一致；在你們中不要有分裂，但要同心合意，精誠團結。

因為，我的弟兄們，我由黑羅厄的家人，聽說你們中發生了紛爭。我的意思是說，你們各自聲稱：我是屬保祿的，我是屬阿頗羅的，我是屬刻法的，我是屬基督的。

基督被分裂了嗎？難道保祿為你們被釘死在十字架上嗎？或者你們受洗，是歸於保祿名下嗎？

原來基督派遣我，不是為施洗，而是為宣傳福音，且不用巧妙的言辭，免得基督的十字架失去效力。

——上主的話。

（默想片刻）

福音前歡呼

領：亞肋路亞。

眾：亞肋路亞。

領：耶穌宣講天國的福音，治好民間各種疾病。（參閱瑪4:23）

眾：亞肋路亞。

【長式】

福音（為應驗依撒意亞先知所說的話，耶穌來到了葛法翁。）

恭讀聖瑪竇福音 4:12-23

耶穌聽到若翰被監禁以後，就退避到加里肋亞；後來，又離開納匝肋，住在海邊的葛法翁，即住在則步隆和納斐塔里境內。這應驗了依撒意亞先知所說的話：

「則步隆與納斐塔里地，通海大路，約但河東，外方人的加里肋亞，那坐在黑暗中的百姓，看見了皓光；那坐在死亡陰影之地的人，已有光明為他們升起。」

從那時起，耶穌開始宣講說：「你們悔改吧！因為天國臨近了。」

耶穌沿加里肋亞海行走時，看見了兩個兄弟：稱為伯多祿的西滿，和他的兄弟安德肋，在海裡撒網；他們原是漁夫。耶穌就對他們說：「來，跟隨我！我要使你們成為漁人的漁夫。」他們立刻捨下網，跟隨了耶穌。

耶穌從那裡再往前行，看見了另外兩個兄弟：載伯德的兒子雅各伯和他的弟弟若望，在船上，同他們的父親載伯德，修理他們的網，就召叫了他們。他們也立刻捨下漁船，及自己的父親，跟隨了耶穌。

耶穌走遍了全加里肋亞，在他們的會堂施教，宣講天國的福音，治好民間各種疾病、各種災殃。

——上主的話。

（講道後默想片刻）

【短式】

福音（為應驗依撒意亞先知所說的話，耶穌來到了葛法翁。）

恭讀聖瑪竇福音 4:12-17

耶穌聽到若翰被監禁以後，就退避到加里肋亞；後來，又離開納匝肋，住在海邊的葛法翁，即住在則步隆和納斐塔里境內。這應驗了依撒意亞先知所說的話：

「則步隆與納斐塔里地，通海大路，約但河東，外方人的加里肋亞，那坐在黑暗中的百姓，看見了皓光；那坐在死亡陰影之地的人，已有光明為他們升起。」

從那時起，耶穌開始宣講說：「你們悔改吧！因為天國臨近了。」

——上主的話。

（講道後默想片刻）

乙年讀經

讀經一（尼尼微人離開了自己的邪路，信仰了天主。）

恭讀約納先知書 3:1-5,10

上主的話再次傳給約納說：「你起身往尼尼微大城去，向他們宣告我曉諭你的事。」約納便依從上主的話，起身去了尼尼微。

尼尼微在天主前是一座大城，需要三天的行程。約納開始進城，行了一天的路程，宣布說：「還有四十天，尼尼微就要毀滅了。」

尼尼微人便信仰了天主，立即宣布禁食，從大到小，都身披苦衣。

天主看到尼尼微人所行的事，看到他們離開了自己的邪路，於是憐憫他們，

不將已宣布的災禍，降在他們身上。

——上主的話。

（默想片刻）

答唱詠 詠25:4-5, 6-7, 8-9

【答】：上主，求你教訓我履行你的道路。（詠25:4）

領：上主，求你使我認識你的法度，並求你教訓我履行你的道路；引我進入真理之途。我終日仰望你，因你是救我的天主。【答】

領：上主，求你記起你的仁慈，因為你的慈愛，由亙古以來，就常存在。上主，求你按照你的仁慈和良善，紀念我。【答】

領：因為上主仁慈又正直，常領迷途者歸回正路，引導謙卑者遵守正義，教導善良者走入正途。【答】

讀經二（世界的局面正在逝去。）

恭讀聖保祿宗徒致格林多人前書 7:29-31

弟兄姊妹們：

我對你們說：時間是短促的。

今後有妻子的，要像沒有一樣；哭泣的，要像不哭泣的；歡樂的，要像不歡樂的；購買的，要像一無所得的；享用這世界的，要像不享用的。

因為這世界的局面，正在逝去。

——上主的話。

（默想片刻）

福音前歡呼

領：亞肋路亞。

眾：亞肋路亞。

領：天主的國臨近了，你們悔改，信從福音吧！（谷1:15）

眾：亞肋路亞。

福音（你們悔改，信從福音吧！）

恭讀聖馬爾谷福音 1:14-20

若翰被監禁後，耶穌來到加里肋亞，宣講天主的福音，說：「時期已滿，天主的國臨近了，你們悔改，信從福音吧！」

當耶穌沿著加里肋亞海行走時，看見西滿和西滿的兄弟安德肋，在海裡撒網；他們原是漁夫。耶穌向他們說：「來跟隨我！我要使你們成為漁人的漁夫。」他們便立刻丟下網，跟隨了耶穌。

耶穌向前行了不遠，看見載伯德的兒子雅各伯和他的弟弟若望，正在船上修網。耶穌於是立即召叫他們；他們就把自己的父親載伯德和傭工們，撇在船上，

跟隨了耶穌。

——上主的話。

（講道後默想片刻）

丙年讀經

讀經一（司祭讀一段天主的法律書，即作翻譯和解釋，如此，民眾可以明白所誦讀的。）

恭讀乃赫米雅書 8:2-4,5-6,8-10

厄斯德拉司祭在七月一日，將法律書拿到會眾前，在男女和所有能聽懂的人前，在水門前的廣場上，從早晨到中午，在男女和能聽懂的人面前，宣讀了法律。所有人民，都側耳靜聽法律書。

厄斯德拉經師，站在為此特備的木台上；眾人都看見他展開書卷，因他高高站在眾人之上。當他展開書卷時，眾人都站起來。厄斯德拉先讚頌了上主，偉大的天主；全民眾舉手回答說：「阿們，阿們！」以後跪下，伏首至地，欽崇上主。

厄斯德拉讀一段天主的法律書，即作翻譯和解釋，如此，民眾都可以明白所誦讀的。

乃赫米雅省長，及厄斯德拉司祭兼經師，偕同教導民眾的肋未人，向民眾說：「今天是上主你們天主的聖日，你們不可憂愁哭泣！」因為全民眾聽了法律的話，都在哭泣。為此，乃赫米雅又向他們說：「你們應去吃肥美的肉，喝甘甜的酒，且贈送一部分，給那些沒有預備的人，因為今天是我主的聖日；你們不可憂愁，因為喜樂於上主，就是你們的力量。」

——上主的話。

（默想片刻）

答唱詠 詠19:8, 9, 10, 15

【答】：上主，你的話，就是神，就是生命。（若6:63）

領：上主的法律是完善的，能暢快人靈；上主的約章是忠誠的，能開啟愚蒙。【答】

領：上主的規誡是正直的，能悅樂心情；上主的命令是光明的，能燭照眼睛。【答】

領：上主的訓誨是純潔的，永遠常存；上主的判斷是真實的，無不公允。【答】

領：上主，我的磐石，我的救主！願我口中的話，並願我心中的思慮，常在你前蒙受悅納！【答】

【長式】

讀經二（你們是基督的身體，各自都是肢體。）

恭讀聖保祿宗徒致格林多人前書 12:12-30

弟兄姊妹們：

就如身體只是一個，卻有許多肢體；身體所有的肢體雖多，仍是一個身體；基督也是這樣。因為我們眾人，不論是猶太人，或是希臘人，或是為奴的，或是

自主的，都因一個聖神受了洗，成為一個身體；又都為一個聖神所滋潤。

原來身體不只有一個肢體，而是有許多。如果腳說：「我既然不是手，便不屬於身體；」它並不因此就不屬於身體。如果耳說：「我既然不是眼，便不屬於身體；」它並不因此就不屬於身體。若全身是眼，那裡有聽覺？若全身是聽覺，那裡有嗅覺？

但現在天主卻按自己的意思，把肢體一一都安排在身體上。如果全都是一個肢體，那裡還算身體呢？但現在肢體雖多，身體卻是一個。眼不能對手說：「我不需要你；」同樣，頭也不能對腳說：「我不需要你們。」

不但如此，而且那些似乎是身體上比較軟弱的肢體，卻更為重要；並且那些我們以為是身體上比較欠尊貴的肢體，我們就越發加上尊貴的裝飾，我們不端雅的肢體，就越發顯得端雅。至於我們端雅的肢體，就無須裝飾了。天主這樣安排了身體，對那欠缺的，給予加倍的尊重，使身體不會發生分裂，反使各肢體彼此互相關照。若是一個肢體受苦，所有肢體都一同受苦；若是一個肢體受尊榮，所有肢體都一同歡樂。

你們便是基督的身體，各自都是肢體。天主在教會內所設立的：第一是宗徒，第二是先知，第三是教師，此外，是行異能的、治病的、助人的、治理的、說各種語言的。眾人豈能都做宗徒？豈能都做先知？豈能都做教師？豈能都行異能？豈能都有治病的奇恩？豈能都說各種語言？豈能都解釋語言？

——上主的話。

（默想片刻）

【短式】

讀經二（你們是基督的身體，各自都是肢體。）

恭讀聖保祿宗徒致格林多人前書 12:12-14,27

弟兄姊妹們：

就如身體只是一個，卻有許多肢體；身體所有的肢體雖多，仍是一個身體；基督也是這樣。因為我們眾人，不論是猶太人，或是希臘人，或是為奴的，或是自主的，都因一個聖神受了洗，成為一個身體，又都為一個聖神所滋潤。原來身體不只有一個肢體，而是有許多。

你們便是基督的身體，各自都是肢體。

——上主的話。

（默想片刻）

福音前歡呼

領：亞肋路亞。

眾：亞肋路亞。

領：上主派遣我向貧窮人傳報喜訊，向俘虜宣告釋放。（參閱路4:18）

眾：亞肋路亞。

福音（這段聖經，今天應驗了。）

恭讀聖路加福音 1:1-4;4:14-21

德敖斐羅閣下：有關在我們中間所完成的事蹟，雖然已有許多人，依照那些從開始就親眼見過，並為聖言服務的人，所傳給我們的，編寫成書；我也從起頭仔細查訪了一切，認為有必要按次序，給你寫出來，為使你清楚知道：給你所傳授的道理，是正確無誤的。

那時候，耶穌充滿聖神的能力，回到加里肋亞。他的名聲傳遍了附近各地。他在他們的會堂施教，受到眾人的稱揚。

耶穌來到了納匝肋，自己曾受教養的地方；按他的習慣，就在安息日，進入會堂，並站起來要誦讀。有人把依撒意亞先知書遞給他；他於是展開書卷，找到了一處，上邊寫著：

「上主的神臨於我身上，因為他給我傅了油，派遣我向貧窮人傳報喜訊，向俘虜宣告釋放，向盲者宣告復明，使受壓迫者獲得自由，宣布上主恩慈之年。」

耶穌把書卷捲起來，交給侍役，就坐下了。會堂內眾人的眼睛，都注視著他。他便開始對他們說：「你們剛才聽過的這段聖經，今天應驗了。」

——上主的話。

（講道後默想片刻）