



将临期至圣诞节反思

2024-25 (丙年)

新福传办公室

OFFICE FOR THE NEW EVANGELISATION



成立于2013年9月的新福传办公室（ONE）是新加坡天主教总教区的一个机构，旨在实现总教区成为充满活力、有使命感和广传福音的愿景。

作为新福传的推动者，新福传办公室的使命是促进受洗的天主教徒成为传教门徒的过程和倡议。

这计划得到天主教基金会的
GIFT 计划的支持



目录

- 5 将临期至圣诞期序言
- 6 这本册子的目的
- 6 如何使用这本册子
- 7 聚会形式
- 8 引导小组反思
- 11 将临期主日（丙年）
- 12 将临期第一主日
- 16 将临期第二主日
- 20 将临期第三主日
- 24 将临期第四主日
- 29 圣诞期节日（丙年）
- 30 圣诞节
- 34 天主之母节
- 38 主显节
- 42 附录 一 活动
- 51 致谢

圣言成了血肉，
寄居在我们中间

若 1: 14

将临期至圣诞期序言 2024 — 2025

我们再次迎来一个充满挑战的时刻：将临期。之所以充满挑战，是因为我们周围有很多让人分心的事；我们分心去购买圣诞节时要穿的、订购圣诞节时要吃的、参加12月25日圣诞节之前的办公室庆祝活动，等等。其实圣诞节是为了庆祝天主圣三的爱。圣三在拯救我们的计划中是一体的。天父的爱通过耶稣可见的存在表现出来，而这是通过圣神的工作来进行。

虽然是一个挑战，但我们要牢记庆祝的原因。这是天主圣三的爱。我们的天父、耶稣和圣神是如此地渴望与我们亲密联系，这应该迫使我们转向他们，并尽可能地回报我们所得到的爱。我们投入越多的准备，就越能回报这份爱。只有花时间沉浸在这爱的奥迹中，才能理解这份爱的深度。

还有一个挑战，就是把耶稣基督的福音带给我们所爱的人，与他们分享。我们要满怀喜悦地宣布我们救主诞生的好消息，这样他们也能享受到主的喜悦。如果我们收的多，分享的也该多。

最后，在这个不确定的时期为圣诞节做准备也是一项挑战。我们听闻持续发生的战争，以及气候变化所带来的灾难。我们需要应付不断上涨的生活成本、冠病流行的持续影响，以及数不清的事故给脆弱百姓生活所带来的破坏。然而，作为基督徒，我们应该满怀希望迎接圣诞节，记住我们的天父爱我们、关心我们。

祝你们度过一个有意义的耶稣圣诞准备期。

Terence Pereira 神父
新福传总主教代表

这本册子的目的

这本册子是为家庭、成人慕道团、堂区组织、事工团体、基督徒小团体和邻里团体而编的。它也适用于个人反省。

- 使基督徒小团体成为一个我们可以听到天主的话语和将之付诸实践的场所。
- 通过接触邻居和需要帮助的人，使参与者对团体有所体验并了解他们自己的使命。
- 聚集堂区组织/团体一起祈祷，重新把基督作为中心。
- 促进家庭成员之间的沟通。爱应该是沟通的主要信息，因此聚会的目的是与家人分享故事、一起做有意义的活动、作信德分享和互相和好。

如何使用这本册子

这些反思可用在(1)参与主日弥撒前，为接受天主圣言作准备，也可用在(2)参与主日弥撒圣祭后，继续“擘开天主圣言”，好让天主的话进入我们的生活。

在服务的精神下，组员们可提前表示自愿宣读圣言和册子其他的段落。

不同的主持人可以轮流带领聚会，计时以促进良好的关系。

其中一位组员可以记录所讨论的大纲，并电邮给缺席的组员。

每次聚会大约两个小时。

下回聚会的时间和地点应该在聚会结束前告诉大家。

聚会形式

开始祈祷	大家一起祈祷并唱一首圣歌，为天主圣言和彼此培养反思与开放的心神。
读经	应该至少把三个读经读两次，并给一些时间静默聆听圣言。 接下来，主持人或催化员根据提供的注释解释读经。建议主持人或催化员在会前先作阅读和了解经文的准备。
反思	另一人朗读这部分。这部分是为加深我们对本周读经的反思。请提供足够的反思时间。
分享题	这部分分为个人和小组情境分享。后者旨在根据小组的情境，即基督徒小团体、教会团体组织或家庭，引导分享。请留出时间反思这些问题，也让每个人有时间作出回应。
你的行动	你为福传或接触他人而采取的行动。
结束祈祷	大家一起进行结束祈祷。每人为每位参与者，以及团体祈祷。
附录：活动	附录的活动丰富我们与主内兄弟姐妹共同的灵性旅程。

引导小组反思

“因为那里有两个或三个人，因我的名字聚在一起，我就在他们中间。”
(玛18:20)

要意识到基督确实存在我们中间。小组进行谈话与交流时，应采用谦卑和虔诚的方式。阅读并默思文本，特别留意圣经的话语。

“愿众人都合而为一！父啊！愿他们在我们内合而为一，就如你在我内，我在你内。”
(若17:21)

让参加者有宾至如归的感觉，并特别欢迎新来者。以爱心对待每个组员，并邀请他们轮流朗读。使用每个人都可以理解的语言，没有人会感觉被拒于门外。

“但你们中间，却不可这样：谁若愿意在你们中间成为大的，就当作你们的仆役”
(谷10:42-43)

避免权威性或霸气的作风，教训别人，炫耀知识，或告诉其他人该怎么做。如果要给些什么建议，在完成反思之后才说。说话时选择所有人都理解的字句。避免冗长的分享，这会剥夺其他人分享的机会。

“谁若愿意跟随我，该弃绝自己，天天背着自己的十字架跟随我。”
(路9:23)

反思的中心是天主圣言，教会训导，和邀请我们归向基督。如果小组离题，婉转地带领他们回到这中心点。

“因为在那个时刻，圣神必要教给你们应说的话。”
(路12:12)

不必事先准备分享或委任组员分享。耐心等待圣神的启示。记得要感谢组员们自愿分享他们的经历。

“你们的光也当在人前照耀，好使他们看见你们的善行，荣耀你们在天之父。”
(玛5:16)

这些反思挑战我们去实行天主的旨意——与别人相遇时，从自己身上反映出基督的爱。在下次聚会开始的时候，花些时间彼此分享上周实行后的心得。



CATHOLICSG RADIO
brings you the audio version of 2024-25 Advent to Christmas
Reflection Booklet.

Join our presenters as they take you through the reflection
via the CatholicSG Radio app, starting from **28 November 2024**.

Live broadcast: Thursdays at 8am
Same day encore at 9pm

Repeat broadcasts:
8am, 11.45am, 3.45pm, and 9pm
each day from Friday to Monday

Besides listening via a web browser: <https://radio.catholic.sg/>,
the CatholicSG Radio app is available for downloading
by scanning the following QR code:



Podcast Versions
The same reflections will be available as podcasts on the app itself.

在黑暗中行走的百姓
看见了一道皓光，

依 9：2（思高圣经）



将临期反思（丙年）

周 读经

将临期第一主日 耶肋米亚先知书33:14-16
得撒洛尼前书3:12-4:2
路加福音21:25-28, 34-36

将临期第二主日 巴路克先知书5:1-9
斐理伯书1:4-6, 8-11
路加福音3:1-6

将临期第三主日 索福尼亚先知书3:14-18
斐理伯书4:4-7
路加福音3:10-18

将临期第四主日 米该亚先知书5:1-4
希伯来书 10:5-10
路加福音1:39-45



将临期 第一主日



开始祈祷

大家一起祈祷并唱一首圣歌，为天主圣言和彼此培养反思与开放的心神。

天父，当我们欢庆新礼仪年时，我们知道祢将赋予我们新的视角，来善度可以取悦祢的生活方式。我们的心将因祢的圣言和我们彼此的分享得以坚强。我们相信，此时此刻，正当我们耐心地等待着主耶稣的降临时，祢也将赐给我们创新的力量和无比的勇气，来增进我们的关系。阿们。

读经：

朗读以下三段读经及其注释，并提供一些静默反思的时间。

接下来，主持人或催化员根据提供的注释解释读经。建议主持人或催化员在会前先作阅读和了解经文的准备。

注释：

读经一：

耶肋米亚先知书 33:14-16

耶肋米亚向在巴比伦流离失所的以色列人民，传达了天主圣父的预言。由于他们的不忠，天父让他们被敌人占

领。他们的圣殿被摧毁，他们心爱的家园被撕裂，人民被流放。但我们的天父必将恢复破碎的耶路撒冷城和达味的王权。这承诺看来遥不可及，尤其是在他们遭受了最惨痛的失败之后。然而，出乎以色列人的预料，五百年后，天父的预言却在耶稣的身上得以实现。

读经二：

得撒洛尼前书 3:12-4:2

圣保禄在这段经文的第一部分为得撒洛尼人祈祷。他希望他们继续效仿他的基督徒爱的榜样，直到末日主的再来。传道员在言行上一般都会避免引起人们的注意，但圣保禄恰恰相反。在这篇读经的第二部分，圣保禄劝告信友们要信靠他的教训。他鼓励他们以取悦天主的方式生活，以坚强自己的内心。圣保禄对得撒洛尼的基督徒充满信心，不是因为他教诲有功，而是出于基督的恩典。

福音：

路加福音 21:25-28, 34-36

耶稣，达味圣王的后裔，在新盟约下开启了一个新的以色列，实现了读经一里阐述的神谕。今天的福音也指出一个新的预许，承诺人子将在末日再度来临。警惕而勇敢的门徒们在末日的动荡中将无所畏惧，但对陷入凡尘世俗的人来说，结局却可能是灾难性的。基督将进行审判，信靠祂的人在结局中将获得解放。即使需要一千年，我们天父的承诺也会得到实现。

反思

另一人朗读以下部分。这部分是为加深我们对本周读经的反思。请提供足够的反思时间。

我们的天父进入了人类的历史。当以色列陷入困境时，他们呼求天父拯救他们。天父就通过先知许诺将为以色列派遣一位救世主。这位救主将实现天父的一切美好计划。当主耶稣开始祂的救赎

工程时，那些以世俗眼光看待默西亚的人不以为然，而那些认为耶稣实现了天父承诺的人却看到了一个新时代的开始。他们将这视为永恒计划的下一个阶段。这些人将生活在信德中，等待基督预许的“那一天”，即祂在末世的第二次降临。

但我们常将“那一天”描绘成一个充满剧变、痛苦、挣扎和与世界末日相关可怕景象的时刻，也从不认为世界会有一个美好结局。当人们意识到在“那一天”一切都将消失时，焦虑感油然而生，他们一生追求的成就和财富将不复存在。然而，耶稣在这个主日的福音中却向门徒们保证：不要惊慌！我们不必探究“那一天”何时到来，也不必质疑它将如何发生。因为唯一重要的是为什么：历史将永远消逝。

我们应善渡上主的日子。我们所有人的生命都将在圣父神秘的创造计划中展开，我们必定与祂一起回到最后

的乐园。不过，由于人类因罪而迷失，上主需要施予援手。一切生活的考验和“那一天”的痛苦，都不是为了摧毁我们，而是净化我们。坚持以基督爱的方式生活的基督徒无需感到害怕。我们不会灭亡；我们会变得完美。这是我们在将临期所庆祝的伟大希望，它确实是值得分享的好消息！

分享题：

这部分分为个人和小组情境分享。后者旨在根据小组的情境，即基督徒小团体、教会团体组织或家庭，引导分享。请留出时间反思这些问题，也让每个人有时间作出回应。

个人反思分享题

请大家在静默中反思以下问题。如果是小组聚会，你可以分享自己的反思。

说说你从经文中得到什么感触，以及你能如何与人分享天主圣言。

1. 我要如何坚定信心，为“那一天”的到来做好准备？

2. 我希望我的团体和我所爱的人，在“那一天”会发生什么事？

小组情境分享题

你可以根据自己的情境反思以下其中一道问题。大家说说从经文中得到什么感触，以及我们作为团体、教会事工组织或家庭能如何与人分享天主圣言。

为基督徒小团体

我们在周围的人身上看到了什么恐惧和焦虑？我们要如何利用基督给予希望的好消息来增强人们的信心？

为教会团体组织

我们的小组工作如何为“那一天”做准备？

为家庭

我们的家庭要如何在爱中互相勉励，一起准备面对“那一天”的到来？

你的行动

你为福传或接触他人而采取的行动。

世人把圣诞节当作一个带来欢乐、和平和营利的普世庆节。但作为基督徒，我们认识到圣诞节具有主耶稣降临的深层意义。请与你的小组一起讨论圣诞节的深层意义，以及你们希望如何一起庆祝此节日。

结束祈祷

大家一起进行结束祈祷。每人为每位参与者，以及团体祈祷。

天父，祢呼唤我们善度爱的生活。祢圣子的教诲以及祂为我们牺牲自己的伟大爱情，激励我们去效法祂。祢的爱感动我们，支持我们，给了我们希望。当主耶稣基督在末日审判世界时，愿我们能坚定不移、问心无愧地齐声宣告：“主啊，我是属于祢的；我已准备妥当。”阿们。



将临期 第二主日

开始祈祷

大家一起祈祷并唱一首圣歌，为天主圣言和彼此培养反思与开放的心神。

主呵，祢的爱使我们的生命充满良善。这良善使我们能够按照祢的旨意改变自己。我们面临的一些遭遇，是我们与祢靠近的障碍，但仰赖着祢的圣言，祢应许带给所有人救恩，我们在这个将临期怀着希望前行。阿们。

读经：

朗读以下三段读经及其注释，并提供一些静默反思的时间。

接下来，主持人或催化员根据提供的注释解释读经。建议主持人或催化员在会前先作阅读和了解经文的准备。

注释：

读经一：

巴路克先知书 5:1-9

作者给被流放到巴比伦的犹太人写这段经文。他们因身处异乡，与亲人分离而感到痛苦。作者提醒他们，这种情况并不是天父的意图。事实上，百姓们应该在困境中



关注祂的存在。祂将会开始消除障碍，使他们能够回家，与家人欢聚。这将是祂救赎的标志。

读经二：

斐理伯书 1:4-6, 8-11

在这段话中，我们听到圣保禄对斐理伯人充满深情和喜爱的问候。他赞扬并感谢他们自皈依以来的福传努力。同时，他明确指出，他们能够做到这一点是因为天父的倡导和持续的帮助。圣保禄鼓励这个团体加强彼此的联系，敦促他们深化信仰，提升辨别能力。这样，他们可以确信能够实现天父赐给他们的潜力。

福音：

路加福音3:1-6

圣路加选择在世俗背景下描绘洗者若翰的呼召，提到了各方的政治和宗教领袖。通过具体指出凯撒的任期，我们可以推算出这一事件发生

在公元27年至29年之间。福音作者引述依撒意亚，表明若翰的出现是先知预言的延续和实现。最后一句明确表明，天主向所有愿意接受的人提供救赎。

反思

另一人朗读以下部分。这部分是为加深我们对本周读经的反思。请提供足够的反思时间。

车辆的盲点指的是驾驶员在查看镜子时无法看到的范围。我们也有盲点，就是因无知或个人选择而对某些事物毫无意识。

这些盲点使许多人在耶稣诞生时未能认出祂。这福音段落显示了这一点：宗教领袖拒绝了若翰的悔改呼召。他们的骄傲让他们无法看到天父的应许在若翰的事工中成就。骄傲会让我们看不到自己的缺陷，使我们无法接受天父的恩典。我们可能会因此相信自己能自给自足，优于他人。

无知源于对天父的旨意缺乏知识或理解。在读经一中，被流放的犹太人在遭受痛苦时难以认出天父的临在和拯救。先知的信息提醒他们天父的应许，并敦促他们关注祂的作为。在读经二中，圣保禄鼓励斐理伯人深化信仰，增强联系，并共同分辨天父的旨意。这种关注帮助我们认出天主的爱和他人的需求，促进彼此之间的支持与共同的灵性成长。

驾驶者会调整座椅和镜子，并仔细检查盲点，以确保自己和他人的安全。我们也必须保持谦卑，认识天主圣言，并无私地克服缺陷。谦卑让我们看到自己对天父和他人的依赖。知识驱散无知，照亮我们的道路。无私使我们意识到他人的需求，并感受到圣神的引导。通过祈祷、反思和我们的信仰团体，我们可以发现并纠正自

己的盲点。这将使我们更接近天父为我们预定的生活。

分享题：

这部分分为个人和小组情境分享。后者旨在根据小组的情境，即基督徒小团体、教会团体组织或家庭，引导分享。请留出时间反思这些问题，也让每个人有时间作出回应。

个人反思分享题

请大家在静默中反思以下问题。如果是小组聚会，你可以分享自己的反思。

说说你从经文中得到什么感触，以及你能如何与人分享天主圣言。

1. 天父如何揭示过你的盲点？你发现了之后有什么行动？
2. 有哪些挑战阻碍你克服这个盲点？

小组情境分享题

你可以根据自己的情境反思以下其中一道问题。大家说说从经文中得到什么感触，以及我们作为团体、教会事工组织或家庭能如何与人分享天主圣言。

为基督徒小团体

基督徒小团体如何帮助你看到生活中的盲点？

为教会团体组织

在服务社区或团体时，我们有哪些盲点？

为家庭

我们的家庭如何培养谦卑，识别彼此的盲点，避免以自我为中心？

你的行动

你为福传或接触他人而采取的行动。

与你的朋友、同事、家人或事工成员讨论圣诞节的深层意义。制定如何庆祝圣诞节深层意义的具体计划。

结束祈祷

大家一起进行结束祈祷。每人为每位参与者，以及团体祈祷。

亲爱的天父，我们知道，因为我们的盲点，我们在许多方面都是不足的。然而，祢从未离开我们，耐心地通过谦卑塑造我们，使我们能够成为祢所希望的孩子。通过向所有我们遇见的人反映祢的形象和样式，我们希望祢会引我们为傲。感谢祢赐予我们祢的子耶稣。阿们。



将临期 第三主日

开始祈祷

大家一起祈祷并唱一首圣歌，为天主圣言和彼此培养反思与开放的心神。

天父，我们在将临期的第三周聚集在这里，以欢喜的心情感谢祢并省思祢的圣言。在这时刻，我们继续默想这通过圣子降生的救恩奥秘，我们的期待充满着喜乐，准备在所有情况下称颂并感谢祢。我们这样祈祷，是因我们的主基督，阿们。

读经：

朗读以下三段读经及其注释，并提供一些静默反思的时间。

接下来，主持人或催化员根据提供的注释解释读经。建议主持人或催化员在会前先作阅读和了解经文的准备。

注释：

读经一：

索福尼亚先知书 3:14-18

索福尼亚是旧约中十二位小先知之一。他的事工主要是敦促犹太人悔改，警告他们会因为崇拜偶像和过着不道德的生活而面临天父的审判。然而，这一章的经文从



严厉的警告转向喜乐的信息。他向信徒保证，尽管他们不忠和罪恶的行径，天父对他们的爱始终不变。这预示基督的降临。基督是我们永恒的希望和救赎，能够拯救我们脱免罪债。索福尼亚的信息也鼓励我们以欢喜的心期待这个上主道成肉身的节庆。

读经二：

斐理伯书 4:4-7

保禄圣徒是在监禁中写给斐理伯人这封信。尽管身处囚禁，他的这封信被许多人视为保禄最充满喜乐的书信之一。他的信息很明确：作为基督的追随者，无论我们身处何种境遇，我们都应始终保持喜乐。他向斐理伯团体提出了持久实用的忠告，今天对我们依然适用。在我们投入准备迎接圣诞节之际，让我们记住：“你们什么也不要挂虑，只在一切事上，以恳求和祈祷，怀着感谢之心，向天主呈上你们的请

求；这样，天主那超乎各种意念的平安，必要在基督耶稣内巩固你们的心思念虑。”

福音：

路加福音 3:10-18

洗者若翰宣讲悔改的洗礼和默西亚即将来临。人们生起一种强烈的信念和热情，纷纷问道：“我们该做什么？”洗者若翰指示人们在对待近人时要守护社会正义。他们必须与有需要的人分享自己所拥有的，税吏必须只收取规定的税款，士兵必须满足于自己的粮饷，避免敲诈勒索。福音鼓励我们以喜悦的心情，期待基督的降临。让我们在日常生活中践行天父的正义与爱。

反思

另一人朗读以下部分。这部分是为加深我们对本周读经的反思。请提供足够的反思时间。

将临期引导我们思考救赎的奥秘。这救赎在于我们的主耶稣基督，来到世间与我们

同在的唯一真神。这救赎的承诺应该让我们欢呼高兴（索福尼亚3:14），并在主内常常喜乐（斐理伯书 4:4）。在将临期第三主日，亦称为“喜乐主日”（Gaudete Sunday），这对我们来说是恰当的召唤。“Gaudete”是拉丁语，意为“喜乐”。我们应该庆祝的，不仅仅是2000年前在马槽中降生的基督，更应期待祂的再来。

回顾过去的一年，我们回忆天父如何的信实恩待我们。我们以感恩和谦卑的心承认，主天主是凯旋的战士。祂始终与我们同在，绝不会离弃我们（索福尼亚3:17）。索福尼亚的预言提醒我们天父的恒久存在和保护，也指向所有人类通过基督获得的终极救赎。

我们可以确信，我们的天父是信实的。因此，当我们以喜乐的心迎接这个主日时，让我们像那些响应洗者若翰

呼召悔改的人一样虔心热切。我们已经接受了福音，因此，我们对福音的信念与喜乐激励我们通过行动传福音。让我们爱近人，以公道与他人相处，并对我们所拥有的感到满足。让我们始终指引他人走向基督，我们的救主。

分享题：

这部分分为个人和小组情境分享。后者旨在根据小组的情境，即基督徒小团体、教会团体组织或家庭，引导分享。请留出时间反思这些问题，也让每个人有时间作出回应。

个人反思分享题

请大家在静默中反思以下问题。如果是小组聚会，你可以分享自己的反思。

说说你从经文中得到什么感触，以及你能如何与人分享天主圣言。

1. 在过去一年中你感觉不确定或失望的时刻，怎么见证了天父的指引和供应？
2. 认识到天父的信实所带来的喜悦如何鼓励你通过行动来传福音？

小组情境分享题

你可以根据自己情境反思以下其中一道问题。大家说说从经文中得到什么感触，以及我们作为团体、教会事工组织或家庭能如何与人分享天主圣言。

为基督徒小团体

回忆一下我们在团体的冲突和挑战中请求主帮助我们恢复喜乐和团结的时刻。作为基督徒小团体，你们希望如何向他人分享这个好消息？

为教会团体组织

无论是对我们内部成员还是外部群体，我们的教会团体组织是如何向有需要的人伸出援手，支持他们，将福音的喜悦带给他们？

为家庭

我们如何能够更加关注家庭成员的付出？我们又该如何更好地表达对他们的感激和喜悦呢？

你的行动

你为福传或接触他人而采取的行动。

以朋友、同事或家庭成员的身份祈祷，希望你们计划能够顺应天父的旨意。

结束祈祷

大家一起进行结束祈祷。每人为每位参与者，以及团体祈祷。

我们的天父，感谢祢在我们生命中带来了好多的“洗者若翰”，让我们认识耶稣和悔改的道路。祢在过去一年中对我们的信实，使我们怀着感恩和谦卑回想祢的救援，也知道祢始终与我们同在。愿祢的临在所带来的喜悦推动我们通过行动传福音：爱人如己，公正对人，满足于我们所拥有的一切。这一切都因为祢对我们的关怀。阿们。



将临期 第四主日

开始祈祷

大家一起祈祷并唱一首圣歌，为天主圣言和彼此培养反思与开放的心神。

天父，在将临期的最后一周，我们加紧准备庆祝圣诞节。祢一直在我们中间，在我们擘开祢的圣言时，祢向我们揭示祢希望我们领受的信息，帮助我们觉悟圣神的临在。我们也要赞美祢，因为祢把这伟大的爱，主耶稣基督赐给了我们。阿们。

读经：

朗读以下三段读经及其注释，并提供一些静默反思的时间。

接下来，主持人或催化员根据提供的注释解释读经。建议主持人或催化员在会前先作阅读和了解经文的准备。

注释：

读经一：

米该亚先知书5:1-4

米该亚先知在 5:1 为这篇读经设定了背景：天主选民的敌人包围了他们，并袭击了他们的首领。这些都是不听从先知警告的后果。他的选



民肆意压迫他们中的弱者。现在，他们的敌人将反过来压迫他们。然而，天主并没有舍弃祂的选民，因为祂许诺的救主即将到来，祂将复兴以色列。时机成熟时，祂将降临拯救祂的人民并为他们带来和平。

读经二：

希伯来书 10:5-10

希伯来书的作者向我们展示了耶稣，即所应许的默西亚的惊人特质。这封信也预言了天主子民的复兴。天主将按照祂的计划复兴祂的子民。“他废除了那先前的，为要成立那以后的”。天父并不是恢复以色列过去的荣耀，而是寻求祂的子民的服从。这一现实会让大多数以色列人感到不安。然而，当用信仰的眼光看待时，旧约在“祭献【耶稣的】身体”时已经完美实现。这种祭献在每次感恩祭中都会得到更新和重现。

福音：

路加福音1:39-45

全以色列热切期盼的荣耀默西亚，在这段福音中完美地隐藏着。从外表看，这是两个谦卑的女人在山乡小镇闲聊。然而，住在这两个女人腹中的是“没有比他更大的洗者若翰”（玛竇福音 11:11），以及耶稣，“道成肉身”的天主本身。尽管如此，洗者若翰还是认出耶稣并作出反应。若翰隐藏在依撒伯尔的腹中，他的任务已经开始了。他会为耶稣基督的到来做好准备。

反思

另一人朗读以下部分。这部分是为加深我们对本周读经的反思。请提供足够的反思时间。

通过新约的视角与目光，上述读经已为我们讲述了信仰的期待与实现。然而，对于大多数以色列人来说，这是一个“尚待实现的期望”。耶稣基督和祂的宣导并没有满足犹太人的期望。因此，他

们至今仍在等待默西亚的到来。

这种持续的期望与等待是我们基督徒可以借鉴的。每年的圣诞节来了又去，我们对圣诞节的期待是否日益减少？它只是又一个宗教节日吗？我们参加圣诞节活动是因为我们已经习惯了？因此，虽然我们的犹太弟兄可能正被“尚未实现的期望”所困扰，身为基督徒的我们却可能因着“期望已经实现”，而问还有什么？换句话说，基督徒生活的乏味、形式化与常态已经影响到我们。

我们要如何克服这一点呢？我们需要不断地与我们活着的主相遇，因为我们每个人都可以和祂建立个人关系。我们可以在圣经中遇见祂，在圣事中接受祂，并通过个人祈祷与祂建立联系。当我们遇见祂并与祂建立关系时，我们的信仰将不再平淡。天父是一位富有创造力

的真神，常让人满怀惊喜与感激。也因此，圣诞节是一个值得期待和庆祝的时刻：举世欢腾，主耶稣来了！

分享题：

这部分分为个人和小组情境分享。后者旨在根据小组的情境，即基督徒小团体、教会团体组织或家庭，引导分享。请留出时间反思这些问题，也让每个人有时间作出回应。

个人反思分享题

请大家在静默中反思以下问题。如果是小组聚会，你可以分享自己的反思。

说说你从经文中得到什么感触，以及你能如何与人分享天主圣言。

1. 对你来说，今年的圣诞节有什么是“新”的？
2. 你是否在为今年圣诞节的新事物做准备？

小组情境分享题

你可以根据自己的情境反思以下其中一道问题。大家说说从经文中得到什么感触，以及我们作为团体、教会事工组织或家庭能如何与人分享天主圣言。

为基督徒小团体

我们可以在团体聚会中实施哪些具体新步骤，以促进我们与天父的个人关系？

为教会团体组织

我们怎样才能帮助我们的服务对象，在这个圣诞节与耶稣有新的邂逅？

为家庭

我们怎样才能让这个圣诞节与过往的圣诞节有所不同？

你的行动

你为福传或接触他人而采取的行动。

采取初步的行动来推动你的计划。

结束祈祷

大家一起进行结束祈祷。每人为每位参与者，以及团体祈祷。

天父，我们需要不断地通过参与圣事与礼仪，以及通过接触他人，在圣经中与祢相遇。在与他人接触时，我们遇见了祢，并建立了与祢的关系。正如洗者若翰向其他人介绍耶稣一样，我们也要这么做，并藉着我们的一言一行，不断地将光荣归于祢。阿们。



今天在达味城中，
为你们诞生了
一位救世者，
他是主默西亚。

路 2：11

圣诞期节日(丙年)

周 读经

圣诞节 依撒意亚先知书 52:7-10

希伯来书 1:1-6

若望福音 1:1-18

天主之母节 户籍纪6:22-27

迦拉达书 4:4-7

路加福音2:16-21

主显节 依撒意亚先知书60:1-6

厄弗所书3:2-3, 5-6

玛窦福音2:1-12



圣诞节

开始祈祷

大家一起祈祷并唱一首圣歌，为天主圣言和彼此培养反思与开放的心神。

耶稣，祢降生成人，以履行天父的承诺，将所有受造物带回祂身边，使我们能与祢分享永生。我们感谢祢带给所有人的生命礼物。今天，祢与我们同在。当我们彼此分享时，我们都能感受到这份恩典，体验到这种在我们生活中的成全是多么美好。愿所有的人都能在他们的生活中体验到祢的临在。祢与圣父和圣神，是唯一的天主，永生永王。

读经：

朗读以下三段读经及其注释，并提供一些静默反思的时间。

接下来，主持人或催化员根据提供的注释解释读经。建议主持人或催化员在会前先作阅读和了解经文的准备。

注释：

读经一：

依撒意亚先知书 52:7-10

在整个将临期里，先知依撒意亚的身影一直伴随着我



们。今天，在圣诞节这一天也是如此。他的写作不仅预言了默西亚的降临，还表达了人们对救赎和摆脱压迫的希望。这段经文来自以色列人被流放巴比伦五十九年后返回应许之地，体验到天父伟大救赎作为的时期。然而，他们渴望所有人获得更深层次的救赎。“大地四极看见了我们天主的救恩。”今天，我们庆祝基督的降临，祂为所有人带来了丰盈的救赎。

读经二：

希伯来书 1:1-6

《希伯来书》既不是一封信，也不是写给希伯来人的！它的作者匿名，是新约中最优美的文本之一。它劝勉读者在信仰和希望中坚持。这文本的核心信息之一：基督是天父完整的启示。它那美丽的序言对此做了概括：“天主在古时，曾多次并以多种方式，借着先知对我们的祖先说过话；但在

这末期内，祂借着自己的儿子对我们说了话。”在耶稣身上，我们看到了以人的形态向我们直接讲话的天主。

福音：

若望福音 1:1-18

关于《圣经》中最美丽的章节之一——若望福音的序言，我们能说些什么呢？三钟经中的一句经文也源自第14节：“圣言成了血肉，寄居在我们中间。”如果更直接地从希腊原文翻译，应该是“圣言在我们中间支搭了帐篷。”是什么让耶稣愿意放弃神圣的状态，来到卑微的游牧民族中间支搭帐篷呢？爱。我们的天父如此爱我们，祂想让我们看到祂，认识祂。祂在我们中间支搭了帐篷，愿意与我们同在。

反思

另一人朗读以下部分。这部分是为加深我们对本周读经的反思。请提供足够的反思时间。

我们能向他人表达的最伟大

的爱是怎样的？我们可能陪伴过丧亲的家庭，节日期间探访行动不便的人，或者倾听一位婚姻失败的朋友的分享。当那人表示感谢时，我们常会想自己到底做了什么重要的事。别人常回应我们说：“谢谢你能在这里。”

我们没有经历对方正在经历的痛苦，将来可能自己也不会经历类似的事情。然而，我们选择在他们的悲伤或孤独中陪伴他们。这是一种理解圣言成肉身的方式。天主的儿子取了我们的人性，成为我们的一份子，祂这样做是为了在我们的悲伤和孤独中与我们同在。

圣诞节的故事是最美好的故事之一。一对贫穷的年轻夫妇无处可去，最终在马槽里生下了他们的孩子。这是一个美丽的故事，这是天主成为人的故事，天主选择与我们分享生活和痛苦。这是天父爱我们的故事。圣亚

丰索的圣诞赞美诗总结了圣言成肉身的伟大、奥秘和美丽：“天国的君王啊，你从星空降临，你来到寒冷霜冻的洞穴中。为了爱我们，你付出了多大的代价！”

耶稣为爱我们付出了多大的代价？祂放弃祂的神性，成了我们的一份子。这就是天主爱的尺度。

分享题：

这部分分为个人和小组情境分享。后者旨在根据小组的情境，即基督徒小团体、教会团体组织或家庭，引导分享。请留出时间反思这些问题，也让每个人有时间作出回应。

个人反思分享题

请大家在静默中反思以下问题。如果是小组聚会，你可以分享自己的反思。

说说你从经文中得到什么感触，以及你能如何与人分享天主圣言。

1. 回忆你曾陪伴某个正在经历艰难时刻的人。与他人共度艰难时刻是什么样的经历？

2. 圣言成肉身是基督信仰的伟大奥秘。知道天主成为我们的一员，与我们人类同在，这对你意味着什么？

小组情境分享题

你可以根据自己的情境反思以下其中一道问题。大家说说从经文中得到什么感触，以及我们作为团体、教会事工组织或家庭能如何与人分享天主圣言。

为基督徒小团体

受到基督与我们同在的启发，我愿意向谁分享圣诞的意义？

为教会团体组织

在我的组织内，我如何在服务时分享我的圣诞体验？

为家庭

若瑟和玛利亚在困难时互相支持并照顾耶稣。分享你们家庭成员互相支持的一个时刻。

你的行动

你为福传或接触他人而采取的行动。

在你计划了几周的圣诞晚宴或聚会中增加一个读经和分享时刻，来庆祝圣诞节的深刻意义。

结束祈祷

大家一起进行结束祈祷。每人为每位参与者，以及团体祈祷。

慈爱的天父，祢差遣祢的圣子来享有我们的生命，并向我们展示祢的爱。为表感谢，我们愿意成为祢爱的传播者，特别是向那些受苦或感到孤独、被排斥和遗弃的人们传播祢的爱。圣诞节是一个伟大的喜乐时刻，因为我们的救恩已经来临。这也是分享这份喜乐的時刻。祢将耶稣赐予我们，教会了我们这一点，因此我们也将效法祢的榜样。阿们。



天主 之母节

开始祈祷

大家一起祈祷并唱一首圣歌，为天主圣言和彼此培养反思与开放的心神。

慈爱的天父，感谢祢在过去的一年里赐给我们生命中的一切，无论是喜乐还是挑战的时刻。我们每时每刻都需要祢，因为唯祢有永生的信息。我们应当效法圣母的榜样，以坚定和信靠的心来回应祢。犹如圣母，我们将荣耀与赞美归于祢。阿们。

读经：

朗读以下三段读经及其注释，并提供一些静默反思的时间。

接下来，主持人或催化员根据提供的注释解释读经。建议主持人或催化员在前先作阅读和了解经文的准备。

注释：

读经一：

户籍纪 6：22-27

这段被称为‘司祭的祝福’经文从古至今一直被使用。经文见于《户籍纪》；当时的以色列人正准备离开西乃，前往应许之地。这是祝福以



色列人启程到客纳罕，天主应许之地的祷文。这天主指示亚郎执行的祝福，象征天父生命和力量的分享。它源自天主与以色列人之间的盟约关系。作为回应，以色列人受召承认并忠于天主子民的身份。

读经二：

迦拉达书4:4-7

天父希望我们成为祂的子女。“时期一满”指的是耶稣基督由一个女人所生，他除了没有原罪，完全与人类的境况相同。经文还指耶稣基督在梅瑟的法律下诞生。祂的到来是为了按照天主的计划而满全梅瑟的法律。圣保禄凭着他深刻的理解写了书信给迦拉达人和我们。在耶稣基督和圣神的帮助下，我们成为了天主父的子女。那些相信的人可以确实地像义子义女一样呼喊：“阿爸父”。

福音：

路加福音 2: 16 -21

牧羊人赶紧去看天使所提的记号。他们发现裹在襁褓的婴儿，躺在马槽里。福音叙述中的对比显而易见。荣耀的众天使带来了救世主诞生的消息，但耶稣基督却诞生在一个贫穷的环境中。也许是路加藉此提醒我们，即使看似不可能的情况下，天主仍然履行了拯救的应许。一个无助的孩子躺在马槽里，父母环绕着他。他有如今日无家可归的难民。难怪圣母玛利亚要默想这些事，努力地理解并将一切信托于天父。

反思

另一人朗读以下部分。这部分是为加深我们对本周读经的反思。请提供足够的反思时间。

我们常认为祝福就是那些符合自己意愿的事。基督徒应从一个与天主父的关系来看待祝福。祂最大的愿望是让所有的受造物都生活在完美的圣爱中。为了更好地理解

这一点，我们可以借鉴圣母玛利亚的榜样。

依撒伯尔问候圣母玛利亚时说：“在女人中你是蒙祝福的，你的胎儿也是蒙祝福的”（路加福音 1:42），承认了圣母在天主计划中的特殊角色。在新年的第一天，教会庆祝天主之母节。我们宣认她被天父赋予丰盛的恩典，在我们的救赎中肩负至关重要的角色。

尽管未婚怀孕而面临死亡惩罚的风险，圣母玛利亚仍然信靠天主的祝福。她并不完全理解她所要怀孕的孩子，却以服从和信德接受了天主之母的角色。玛利亚教导我们，蒙受祝福并不是关于实现我们的愿望，而是参与天主的永恒计划。

此外，蒙受祝福需要有回应。就如圣母玛利亚对天父的回复‘是’，我们也被召唤去接受祂在我们生活中

的旨意。尽管玛利亚并不完全理解她的处境，但她信任天主的计划，并在心中默想一切。当我们不理解天主的计划时，我们是否足够信赖祂？我们会默想这一切，还是依靠我们自己的理解？

虽然我们无法像圣母玛利亚那样亲自‘诞生’耶稣，但我们可以把祂的爱带给他人。每一个爱的行动都让我们能够与世界分享天父的祝福。圣母玛利亚总是把我们引向耶稣，提醒我们“他无论吩咐你们什么，你们就作什么。”（若望福音2:5）。同样地，让我们将他人引向耶稣，祂期望吸引所有人归向祂。我们可以像圣母玛利亚那样回应，将荣耀归于我们的天父并参与祂的伟大计划。

分享题：

这部分分为个人和小组情境分享。后者旨在根据小组的情境，即基督徒小团体、教会团体组织或家庭，引导分享。请留出时间反思这些问题，也让每个人有时间作出回应。

个人反思分享题

请大家在静默中反思以下问题。如果是小组聚会，你可以分享自己的反思。

说说你从经文中得到什么感触，以及你能如何与人分享天主圣言。

1. 关于天主圣父的计划，你从圣母玛利亚的榜样中学到了什么？
2. 你会如何回应天父对你发出的邀请？

小组情境分享题

你可以根据自己情境反思以下其中一道问题。大家说说从经文中得到什么感触，以及我们作为团体、教会事工组织或家庭能如何与人分享天主圣言。

为基督徒小团体

在我们社区的生活中，我们如何像圣母玛利亚一样将耶稣带给他人？

为教会团体组织

在我们的职务中，我们是否像圣母玛利亚一样有意识地并愿意接受天父的计划？

为家庭

当我们在家庭生活中遇到挑战时，与其靠自己的想法回应，我们能做些什么来效法玛利亚的榜样？

你的行动

你为福传或接触他人而采取的行动。

如果圣母玛利亚没有回应天父，那就没有圣诞节了。在你的圣诞晚宴或聚会上，与你的来宾分享你对天主之母节的看法。

结束祈祷

大家一起进行结束祈祷。每人为每位参与者，以及团体祈祷。

天父，我们永远无法理解祢拣选玛利亚成为我们主耶稣基督之母的决定。因她的谦卑和接受了祢的救恩计划，我们满心喜悦。我们尊她为母亲，就是尊重祢的选择，她是我们亲爱的母亲。作为祢所拣选的，圣母的生活为我们树立了伟大的榜样。通过这些榜样，愿我们以生命荣耀祢的圣名。阿们。

主显节

开始祈祷

大家一起祈祷并唱一首圣歌，为天主圣言和彼此培养反思与开放的心神。

天父，在主显节这一天，贤士们向我们传达了这样的信息：所有人都被纳入祢的救赎计划。祢希望我们在今天阅读的圣言中遇见祢，得到启发，发现祢对所有人的爱和旨意。祢的信息是永恒的，是为了所有人的利益。阿们。

读经：

朗读以下三段读经及其注释，并提供一些静默反思的时间。

接下来，主持人或催化员根据提供的注释解释读经。建议主持人或催化员在会前先作阅读和了解经文的准备。

注释：

读经一：

依撒意亚先知书 60:1-6

这首依撒意亚先知书中的诗歌是以一个人流亡巴比伦后的角度写成的。虽然以色列人可以返回故土，但他们已不再是以往的强大国家。诗



歌告诉以色列人，主将照耀外邦，激励他们为上主的子民带来珍宝。这是耶稣将向外邦人开启信仰的早期先兆。

读经二：

厄弗所书 3:2-3, 5-6

圣保禄在《厄弗所书》中宣讲了外邦人和犹太人之间的新合一。这些经文非常清楚地确立了这一概念，使用了“同为承继人”一词。这说明外邦人和犹太人一样有权继承我们天父所承诺的产业：永生。同样，我们也不要忽视周围那些和我们有不同信仰的人。天父与世界上所有人分享祂的爱。

福音：

玛窦福音 2:1-12

读经一预示了贤士的出现。读经一和福音这两个读经都提到了类似的黄金和乳香礼物。这些相似之处表明了耶

稣诞生所带来的变化：天主的子民开始强大起来。然而，他不再只将以色列人视为自己的子民，而是包括所有种族和国家的信徒。读经二进一步强调了这一点。在那里，圣保禄鼓励犹太人与外邦人合一，接受他们作为基督徒的新身份。

反思

另一人朗读以下部分。这部分是为加深我们对本周读经的反思。请提供足够的反思时间。

我们要记住这重要的一点：贤士们不是犹太人。他们从东方来向作为君王的耶稣致敬，而不是向救世主致敬。然而，天父仍然通过星星引导他们到耶稣那里。我们的君王不会区分那些信仰祂的人和那些尚未认识祂的人。

向全世界揭示耶稣基督的使命现在落在我们身上。天主教会的本质是传教。作为教会的成员，我们必须以自己独特的方式成为传教的门

徒。我们的行动必须显示天父在我们身上工作：面对难相处的同事或家人时，我们是否有耐心？我们是否对有需要的人施以仁慈？我们能否在表达爱方面彼此争先（罗马书 12:10）？在我们的生活中，我们会遇到一些不认识天父的人。我们的行动将向他们展示基督。

最后，正如圣保禄在读经二中所说，我们必须记住，那些没有我们的信仰的人仍然是天主产业的共同继承人。他们也同样值得接受天父的爱。让我们以大小不一的方式帮助所有人认识这份爱，并使他们能接受自己作为天父子女的身份。

分享题：

这部分分为个人和小组情境分享。后者旨在根据小组的情境，即基督徒小团体、教会团体组织或家庭，引导分享。请留出时间反思这些问题，也让每个人有时间作出回应。

个人反思分享题

请大家在静默中反思以下问题。如果是小组聚会，你可以分享自己的反思。

说说你从经文中得到什么感触，以及你能如何与人分享天主圣言。

1. 在你以往的圣诞节庆祝活动中，你曾如何向非基督徒表明他们并未被排除在天主的救赎之外？
2. 你是否认为有需要改变庆祝圣诞节的方式，并传达“救赎是属于所有人”的信息？



小组情境分享题

你可以根据自己的情境反思以下其中一道问题。大家说说从经文中得到什么感触，以及我们作为团体、教会事工组织或家庭能如何与人分享天主圣言。

为基督徒小团体

作为一个基督徒小团体，我们能如何将基督的爱带给那些尚未认识基督的人们？

为教会团体组织

我们怎样成为向所有信徒和非信徒传达祂的救赎的使者？

为家庭

我们的家庭可以用什么方式向邻居见证基督的爱？

你的行动

你为福传或接触他人而采取的行动。

想想你希望哪些人参加今年的复活节和圣诞节庆祝活动。

结束祈祷

大家一起进行结束祈祷。每人为每位参与者，以及团体祈祷。

天父，凭祢的智慧和理解，贤士们认出了耶稣是君王和主。祢的话打开了我们的耳朵，我们的心也感受到了祢的爱。请打开我们的眼睛，让我们在遇到的一切事物中都能看到祢。我们有责任向全世界传播祢的救恩信息，我们感谢祢赋予的使命。我们这样祈祷是奉祢的至圣之名，阿们。

附录

将临期与圣诞节活动

在将临期间，我们强调耶稣的来临：

- 1) 祂过去的来临 —— 在白冷城的第一个圣诞；
- 2) 祂现今的来临 —— 在弥撒和圣事中，并在我们每天的祈祷和工作的恩典中。祂透过我们的近人给我们传达旨意，来到我们中，祂也通过我们走到我们的近人中，即当我们活出天父生命时，我们所遇见的人体验到基督的临在；及
- 3) 祂未来的来临 —— 基督再来。

作为一个家庭、团体或事工，我们思考如何迎接耶稣——天父奇妙的恩赐。为得到这恩赐，也为发现天父深刻的爱，我们需要每日活出天父的圣言，并与他人分享。



以下是家庭、团体或事工可以进行的一些活动建议：



选一天作为退省日，让大家能聚在一起静思(也可以在线上进行)。把购物和烹煮等所有忙碌的活动放在一边，花一天时间来祈祷、反思和分享。你可以浏览以下的网站以获取退省的材料。

► <http://www.ignatianspirituality.com/advent>

► <http://onlineministries.creighton.edu/CollaborativeMinistry/Advent/>



大家一起决定做一次“将临期的守斋”。你可以选择以多听少说的方式进行守斋。首先，我们可以在祈祷和阅读圣经时学习多加聆听我们的天主圣父。接着，我们在家庭、社区、工作场所以及邻里中相互聆听。去发现他人的需求并为他们代祷，祈求我们的天主父指引我们的行动来为他人的需求服务。



大家一起决定如何成为他人的‘馈赠’。你可以向住在你家附近的穷人伸出援手。你也可以考虑去探访生病的或困居家中的邻居、独居的老人或外籍工人。你可以和邻里小组一起探访，或与堂区的组织团体合作。喜悦因分享而更喜悦。利用将临期这段时间来准备援助和探访。不要忘记宣传耶稣基督的福音，让自己在这些援助活动中成为祂的见证人。

将临期花环祈祷

将临期花环的象征意义在于光明与黑暗之间的抗衡，等待着世界之光的默西亚的到来。每一周逐个点燃的蜡烛象征着期待和希望，盼望着主耶稣的第一次来到这个世界，以及期盼祂的第二次到来，以审判生者和死者。当蜡烛每周被点燃时，光明将会增加，黑暗将会减少，这提醒了我们耶稣基督是世界的光，并且祂已经战胜了黑暗。

(4周的将临期花环祈祷改编自天主教家庭祝福和祈祷
(Catholic Household Blessings and Prayer, NCCB, 1988))

将临期第一主日

全体划十字圣号，带领者说：

领：我们的救援是仰赖上主的名。

众：上天和下地都是由他所造成的。

读经

依撒依亚 9:1-2

“在黑暗中行走的百姓看见了一道皓光，光辉已射在那寄居在漆黑之地的人们身上。祢加强了他们的快乐，扩大了他们的欢喜；他们在祢面前欢乐，有如人收割时的欢乐，又如分赃时的愉快。”



读经员：天主的圣言。

众：感谢天主。

静默一段时间后，大家彼此相互代祷并诵念天主经。然后带领者邀请大家：

领：现在让我们祈求天主降福我们和这个花环。

众人将他们的手掌朝下放在将临期的花环上，接着带领者说：

领：我们的天主，我们因祢的子耶稣基督赞美祢：祢是厄玛奴尔，是万民的希望，祢是教导和引导我们的智慧，祢是每个国家的救主。

主天主，当我们点燃这个花环蜡烛时，请祢降福我们。

愿这花环及其亮光成为基督应许我们的救恩记号。

愿祢快来，不要迟延。

因主耶稣基督之名，求祢俯听我们的祈祷。

众：阿们。

然后点燃第一支紫色蜡烛。

领：让我们赞美上主。

众：感谢天主。

赞颂可以“O Come, O Come, Emmanuel”(中文版)的一段词作结束：

众：万邦之望，来临，来临；团结万民，一志一心，

永息兵戈、妒忌、纷争，祢是我们和平君王。

欢欣！欢欣！以色列民，厄玛奴耳快要降临。

将临期第二主日

第一支和第二支紫色蜡烛被点燃时，带领者说：

领：上主，万有的天主，我们赞美祢：在黑暗和光明中。我们满怀喜悦地等待我们的救主耶稣基督的来临，我们赞美祢。

众：天下万国，普世权威，一切荣耀，永归于祢。

领：请来吧，主耶稣！

众：请快来！

领：让我们在这个世界严肃地、公正地和虔诚地生活，满怀喜悦地期待着永生的幸福，和救主耶稣的来临。

众：天下万国，普世权威，一切荣耀，永归于祢。



将临期第三主日

点燃第一支和第二支紫色蜡烛以及粉红色蜡烛时，带领者说：

领：上主，万有的天主，我们赞美祢：在黑暗和光明中。我们满怀喜悦地等待我们的救主耶稣基督的来临，我们赞美祢。

众：天下万国，普世权威，一切荣耀，永归于祢。

领：请来吧，主耶稣！

众：请快来！

领：让我们在这个世界上严肃地、公正地和虔诚地生活，满怀喜悦地期待着永生的幸福，和救主耶稣的来临。

众：天下万国，普世权威，一切荣耀，永归于祢。

将临期第四主日

点燃第一、二、三紫蜡烛和粉红蜡烛时，带领者说：

领：上主，万有的天主，我们赞美祢：在黑暗和光明中。我们满怀喜悦地等待我们的救主耶稣基督的来临，我们赞美祢。

众：天下万国，普世权威，一切荣耀，永归于祢。

领：请来吧，主耶稣！

众：请快来！

领：让我们在这个世界上严肃地、公正地和虔诚地生活，满怀喜悦地期待着永生的幸福，和救主耶稣的来临。

众：天下万国，普世权威，一切荣耀，永归于祢。

圣诞节前夕或圣诞节

领：我们已经来到了圣诞节前夕，耶稣生日的前夕。

（或者：今天我们庆祝耶稣的生日。）我们用了一段时间为祂的来临做好准备。让我们聆听那些先知预言祂来临的话。

读经员一：在黑暗中行走的百姓看见了一道皓光，光辉已射在那寄居在漆黑之地的人们身上。

读经员二：因为有一婴孩为我们诞生了，有一个儿子赐给了我们；他肩上担负着王权，他的名字要称为神奇的谋士、强有力的天主、永远之父、和平之王。

读经员三：你犹太的白冷啊！你在犹太的群邑中，决不是最小的，因为将由你出来一位领袖，他将牧养我的百姓以色列。

领：今天我们庆祝所有这些伟大承诺的实现。圣经说：“今天在达味城中，为你们诞生了一位救世者，他是主默西亚。”因此，我们点燃了将临期花环所有的蜡烛。

首先，我们为希望点燃蜡烛，因为耶稣是我们的希望。（点燃第一支紫色蜡烛）

其次，我们为和平点燃蜡烛，因为耶稣是我们的希望与和平。（点燃第二支紫色蜡烛）

第三，我们为喜乐点燃蜡烛，因为耶稣带来喜乐。（点燃粉红蜡烛）

第四，我们为爱点燃蜡烛，因为耶稣就是爱。（点燃第三支紫色蜡烛）

最后，我们点燃中间的蜡烛。这是基督的蜡烛。我们点燃这支蜡烛来庆祝耶稣的诞生。祂永远地走进了我们的生命。（点燃白蜡烛）

领：慈爱的天父，我们感谢祢赐予我们祢的子耶稣基督。爱的天主，万有之父，覆盖大地的黑暗已经让位给祢黎明的圣言，成了血肉的圣言。使我们成为这光明的子民。让我们忠于祢的圣言，将祢的生命带进这个期待的世界。我们这样祈祷，因我们的主基督。

众：阿们。

将临期大对经

大对经在圣诞节前的八日庆期中使用，是来自每日颂祷之晚祷的七大大对经。这对经显示出宏伟的神学，选用旧约期待默西亚时所用的形象，来宣告基督的来临不仅是旧约希望的实现，也是现今所盼之实现。对经在英文和原文拉丁文中反复使用号令“来！”（Come）表示对神圣默西亚长久的盼望。

每个对经以「啊」开始，并以独特的称号来称呼耶稣，称号来自依撒意亚的预言：

12月17日「啊！智慧」（O Sapientia）依 11：2-3

12月18日「啊！上主」（O Adonai）依 11：4-5

12月19日「啊！叶瑟的苗裔」（O Radix Jesse）依 11：1

12月20日「啊！达味的钥匙」（O Clavis David）依 22：22

12月21日「啊！旭日」（O Oriens）依 9：2

12月22日「啊！万民的君王」（O Rex Gentium）依 9：7

12月23日「啊！厄玛奴耳」（O Emmanuel）依 7：14

按照日课的颂祷礼来进行祈祷：从对经开始，接着用圣母赞主曲祈祷，然后重复对经。



12 月17日

智慧啊！祢由至高者的口中生出，从地极到地极，治理万物，宽猛相济；求祢来教导我们智慧之路。



12 月18日

上主啊！以色列家族的首领，祢曾在荆棘丛冒出的火焰中，显现给梅瑟，又在西乃山上颁赐给他祢的法律；求祢伸出援手来救赎我们。



12 月19日

叶瑟之根啊，祢将成为万民的旗帜；在祢面前，列王都要缄口无言，万民都要惊奇不已。求祢来拯救我们，不要再迟延。



12 月20日

达味之钥匙啊！祢是以色列家的权杖，祢开了，无人能关；祢关了，无人能开。求祢前来，从牢狱中领出那些坐在黑暗中和死影里的囚犯。



12 月21日

升起的旭日啊！祢是永恒光明的光辉，正义的太阳。求祢来光照那坐在黑暗和死影中的人们。



12 月22日

万民的君王啊！祢是万民的希望。使双方合而为一的角石：求祢来拯救祢用黄土所造成的人类。



12 月23日

厄玛奴耳啊！我们的君王和立法者，万民的期望，万民的救主：求祢前来拯救我们，上主、我们的天主。

如何把册子做得更好？

感谢您使用这本册子！我们希望这些反思能帮助您和您的团体在信仰上得到成长。这本册子符合您的期望吗？您希望以后的册子呈现些什么？您的反馈对我们很重要。请告诉我们。



致谢

编写组

Agnes Ngou

Andrew Kiflie

Arthur Goh

Cheryl Sim

Daphne Leong

Desmond Soon

Jacqueline Fletcher

Jervis Kang

Rev. Fr. Gerard Louis

Rev. Fr. Reginald Marie

Sara Wee

Vanessa Chan

翻译组

新加坡天主教总教区华文教务委员会 (ACAMS)

Archdiocesan Commission for Tamil Speaking (ACTS)

设计

Jeslynn Seah



2 Highland Road #02-19 S(549102)



6911 0420



one.org.sg



enquiries.one@catholic.org.sg



[@officeforthenewevangelisation](https://www.facebook.com/officeforthenewevangelisation)



Office for the New Evangelisation



[@evangelise.sg](https://www.instagram.com/evangelise.sg)

