



圣灰日

家庭祈祷礼

## 圣灰日家庭祈祷礼

由圣灰日起至复活主日，家长选择家中某处为祈祷角，于该处放置一本圣经、十字架及一支蜡烛。当家人相聚祈祷时，可点蜡烛。领祷最适宜由家长主持。

领：因父、及子及圣神之名。

众：阿们。

领：今天上主亲自带领我们进入补赎及施予慈悲的日子。愿上主的名永受赞美。

众：从现今直到永远。

领：请大家记起，我们众人只不过是尘土，然而靠着天主的恩宠我们藉圣洗已死于罪恶，穿上了主耶稣基督。我们每年以四十天的祈祷、斋戒补赎及爱德善工作适当准备，为于复活节庆典中我们能再次重宣那赋予生命的圣洗承诺。在四旬期内，我们一家将聚集在这里，一齐诵读及默想圣言，也为教会、世界及我们的需要向天主献上恳求。现在让我们细心聆听圣经的说话。

### 读经

#### 恭读依撒意亚先知书 (58:5-10)

难道这就是我所中意的斋戒吗？难道这就是人们克己的日子吗？难道低头如同芦苇，以苦衣和灰尘铺床，你就称为斋戒，称为上主悦纳的日子吗？

我所中意的斋戒，岂不是要人解除不义的锁链，废除轭上的绳索，使受压迫者获得自由，折断所有的轭吗？岂不是要人将食粮分给饥饿的人，将无地容身的贫穷人领到自己的屋里，见到赤身露体的人给他衣穿，不要避开你的骨肉吗？若这样，你的光明将要射出，有如黎明，你的伤口将会迅速地复原；你的救援要走在你前面，上主的光荣要作你的后盾。

那时，你如呼喊，上主必要俯允；你若哀求，他必答说：「我在这里！」你若由你中间消除欺压，指手画脚的行为和虚伪的言谈，你若把你的食粮施舍给饥饿的人，满足贫穷者的心灵；那么，你的光明要在黑暗中升起，你的幽暗将如中午。--上主的话。

众：感谢天主。

#### 或恭读申命纪 (30:15-20)

你看，我今天将生命与幸福，死亡与灾祸，都摆在你面前，如果你遵行我今天吩咐你的，上主你天主的诫命：爱慕上主你的天主，履行他的道路，谨守他的诫命、法令和

规定，你必能生活繁荣，上主你的天主在你要去占领的地上，必要祝福你。但是，如果你心中叛离，不愿听从，被人引去敬拜事奉其他的神，我今天警告你们：你们必要灭亡；在你渡过约但河去占领的土地上，决不能久存。

我今天指着天地向你们作证：我已将生命与死亡，祝福与诅咒，都摆在你面前；你要选择生命，为叫你和你的后裔得以生存；你应爱慕上主你的天主，听从他的话，完全依赖他；因为这样你才能生活，才能久存，才能住在上主向你的祖先亚巴郎、依撒格和雅各布伯誓许要给他们的土地上。--上主的话。

众：感谢天主。

读经后静默片刻，之后领祷者可作简短训勉。

### 信友祷文 (为世界、教会、社会、疫情及慕道者祈求)

领：仁慈的天主，你从大地的尘土里召叫了我们；你曾以圣洗的水把我们归属于基督。正当我们进入这四十天日子之际，求你垂顾我们，并在这个必须经过旷野才获致重生的旅程中祝福我们。愿我们的斋戒成为对正义的渴求；我们的施舍能够促进和平；我们的祈祷成为出自心底谦卑及感恩的赞歌。

我们所做的一切和祈祷都是因主耶稣的圣名，你借着他的十字架宣示你的大爱，从今世直到永远。

众：阿们。

由家长开始，每人轮流朝拜十字架，可双膝跪下，或俯身致敬。随后一齐起立，领祷者作以下结束祈祷：

在这四旬期内，让我们保持安静和祈祷的心境，默想圣经所揭示的信仰奥迹。借着十字架，你把我们归属于基督。在基督内，我们于这充满慈悲的日子里一起这样祈祷：

### 天主经

领：请大家赞美上主。

众：我们感谢天主。

祈祷礼可以唱一首圣歌结束。

出版：教区婚姻与家庭牧民委员会 (天主教香港教区)

准印：汤汉枢机

天主教香港教区宗座署理

二〇二〇年二月廿一日