

A photograph of a church interior, showing rows of dark wooden pews with ornate carvings. The pews are arranged in a long row, receding into the distance. The background is a large, textured brick wall. The lighting is warm and focused on the pews, creating a sense of depth and atmosphere. The floor is made of large, light-colored tiles.

時辰祈禱

聖言宣讀員、非常務送聖體員培育

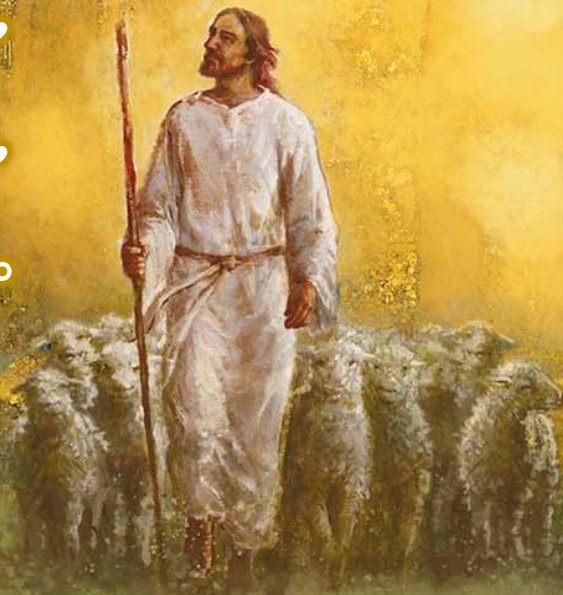
2026年7月22日

祈禱



上主是我的牧者，我實在
一無所缺。

他使我臥在青綠的草場，
又領我走近幽靜的水旁，
還使我的心靈得到舒暢。



他為了自己名號的原由，
領我踏上了正義的坦途。
縱使我應走過陰森的幽谷，
我不怕凶險，因你與我同在。
你的牧杖和短棒，是我的
安慰舒暢。



在我對頭面前，你為我擺設
了筵席；
在我的頭上傳油，使我的杯
爵滿溢。



在我一生歲月裏，幸福與慈
愛常隨不離；

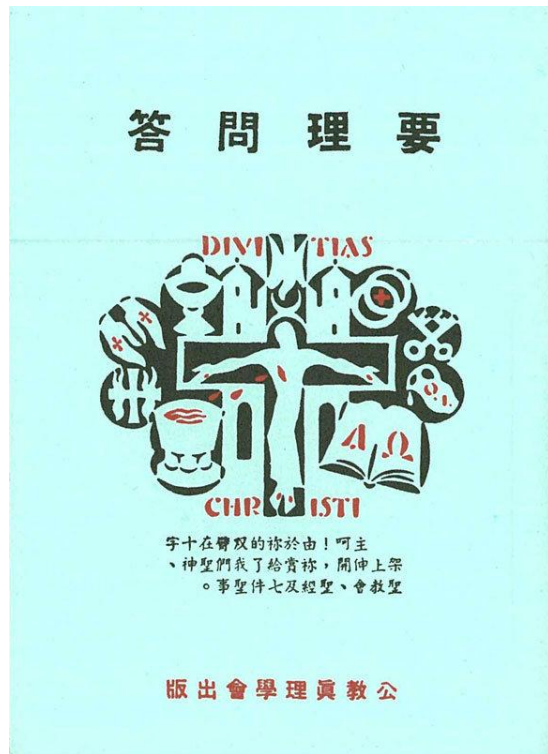
我將住在上主的殿裏，直至
悠遠的時日。

(詠廿三)



想一想

- 你為什麼生在世上？
- 為恭敬天主，**救自己的靈魂**。(谷八36)



靈修是甚麼

- 下定義並不容易
- 人有意識地按照一己的終極價值去整合生命，心懷謙遜，在真理中向聖神開放，接受我之為我，接受天主給我的召叫，並依此召叫去生活和成就自己。

靈修是甚麼

- 基督徒靈修是建基於三位一體天主的奧蹟，以耶穌基督為中心，與主建立一份獨特而親密的關係
- 一個有「靈修生活」的人，承認生命有更深層的意義，追尋及活出這意義就是靈修。

教會指示---聖禮部法令

- 教會為遵守吾主要我們**常常祈禱**的命令，自古以來就有日間舉行禮儀的習慣，以**讚頌天父**，並**為世界得救而祈禱**。

教會指示---禮儀憲章

而教會並不僅以舉行感恩禮，而且以其他方式，尤其以履行神聖日課，來不斷的讚美上主，並為全人類的得救而轉禱。(SC 83)

名稱

- 時辰禮儀/時辰祈禱
- 教會的祈禱
- 日課/日常禮讚
- 神聖的義務(本份經)
- Liturgy of the Hours/Divine Office
- Liturgia Horarum (拉)



耶穌教導我們要時常祈禱

- 耶穌所做的也**命令我們照做**。祂常說：「你們因我的名」(若十四13)
- 在「天主經」裡教導我們**怎樣祈禱** (瑪六9-13)
- 祈禱的**重要** (路十八1)
- 祈禱該是**謙誠**的 (路十八9-14)
- 祈禱該是**清醒**的 (路廿一36)
- 祈禱要**有恒心的**，**信賴**天父仁慈的 (路十一15-13)
- **意向純正**，而能取悅於天主的 (瑪六5-8)



教會指示---禮儀憲章

- 按照基督徒的**古老傳統**而編成的神聖日課。其目的在使日夜的全部過程，藉着**讚美天主**而**聖化**。**司鐸**們及其他由**教會指定的人員**，或者**信友們**同司鐸一起，**依照法定方式**祈禱，舉行這項美妙的讚美之歌，實乃新娘對新郎傾訴的心聲，而且也是基督偕同自己的身體，對天父的禱告。(SC 84)

教會指示---禮儀憲章

- 牧靈人員應設法使主要的課典經文，
尤其是晚禱經，在主日及隆重慶節，
在聖堂內共同舉行。懇勸在俗信友，
或是與司鐸一起，或是他們彼此集合
在一起，甚或每人單獨的，也誦念日
課。(SC 100)

教會指示---禮儀憲章

- 天主子民的公眾和**團體祈禱**，堪稱為教會的**首要任務**之一。所以教會初期，凡領過洗的「都恒心守持宗徒之訓，彼此相迺，分餅和祈禱」(宗二42)。
(GILH 1)

教會指示---禮儀憲章

- 雖在室內閉戶舉行的祈禱(瑪六6)，也該**囑咐教會的肢體**，必須藉著基督在聖神內舉行之，但是**團體祈禱有特殊的價值**，因為耶穌說：「有二三人因我名而會集者，我亦在他們中間」(瑪十八20)。(GILH 9)

小結

- 要常常祈禱
- 讚頌天父
- 為全人類的得救而轉禱
- 聖化每一個時刻
- 司鐸們、指定人員、信友們參與
- 古老傳統
- 法定方式

禮儀改革前後的日課安排

梵二前	梵二後
夜禱 (Matins , 子夜時分)	誦讀日課 (Officium Lectionis)
晨曦禱 (Lauds , 清晨或是三點時)	晨禱 (Laudes主要時辰)
第一時辰 (Prime , 在六點時)	日禱 (次要時辰Hora Media , 分午前、午時、午後)
第三時辰 (Terce , 在九點)	
第六時辰 (Sext , 中午)	
第九時辰 (None , 下午三點)	
晚禱 (Vespers , 點燈時分或下午六點)	晚禱、薄暮禱 (Vespers主要時辰)
睡前禱 (Compline , 睡前或是晚間九點)	夜禱(Completorium)

主要時辰 (梵二後)

- **晨禱**和**晚禱**作為日課的兩個樞紐
- 應視為**主要時辰**，並應實際如此舉行 (SC 89a)



梵二後禮儀改革後的日課安排

- 誦讀日課
- 晨禱
- 午前
- 午時
- 午後
- 晚禱
- 夜禱





主要時辰：晨禱

- 教會不單只是慶祝日出和日落，而也慶祝基督的**復活**，因為**破曉的曙光**象徵了耶穌就是那普照世人的**真光**，**義德的太陽**、由高天升起的旭日

主要時辰

- 早禱是為**聖化早晨**時間而編製的。
- 聖巴西略對於聖化早晨的意義說得很清楚：「早課使我們**心靈的第一個活動**即**奉獻給天主**，使我們**懷念著天主**，**喜悅地**從事我們的工作，.....這一部份日課應於**黎明時誦念**，以**紀念主耶穌早晨的復活**」



Lauds



主要時辰：晚禱

- 基督在**晚餐時**所立的**感恩禮**，與人訂立盟約。這盟約同時也是藉著**當那耶穌敵人和黑暗權勢到來**的時辰，亦即**當太陽被遮掩**並失去了光的時刻，耶穌在**十字架上**的**死亡**，而與我們所訂立的盟約。

主要時辰

- 晚課經傍晚**垂暮時**念之，使我們為一天中所受的恩惠及所行的善事，**感謝天主**。「以我們如馨香上升的祈禱，以我們雙手高舉所行的晚祭」(詠：140:2)



Vespers

日課的結構

晨禱	晚禱
讚美	謝恩
主耶穌光榮復活	超越死亡、 期待耶穌復活

日課的結構

- 讚美詩
- 聖詠吟唱
- 簡短讀經
- 短對答詠
- 傳統的聖歌
- 禱詞及天主經
- 結束禱詞
- 結束詞

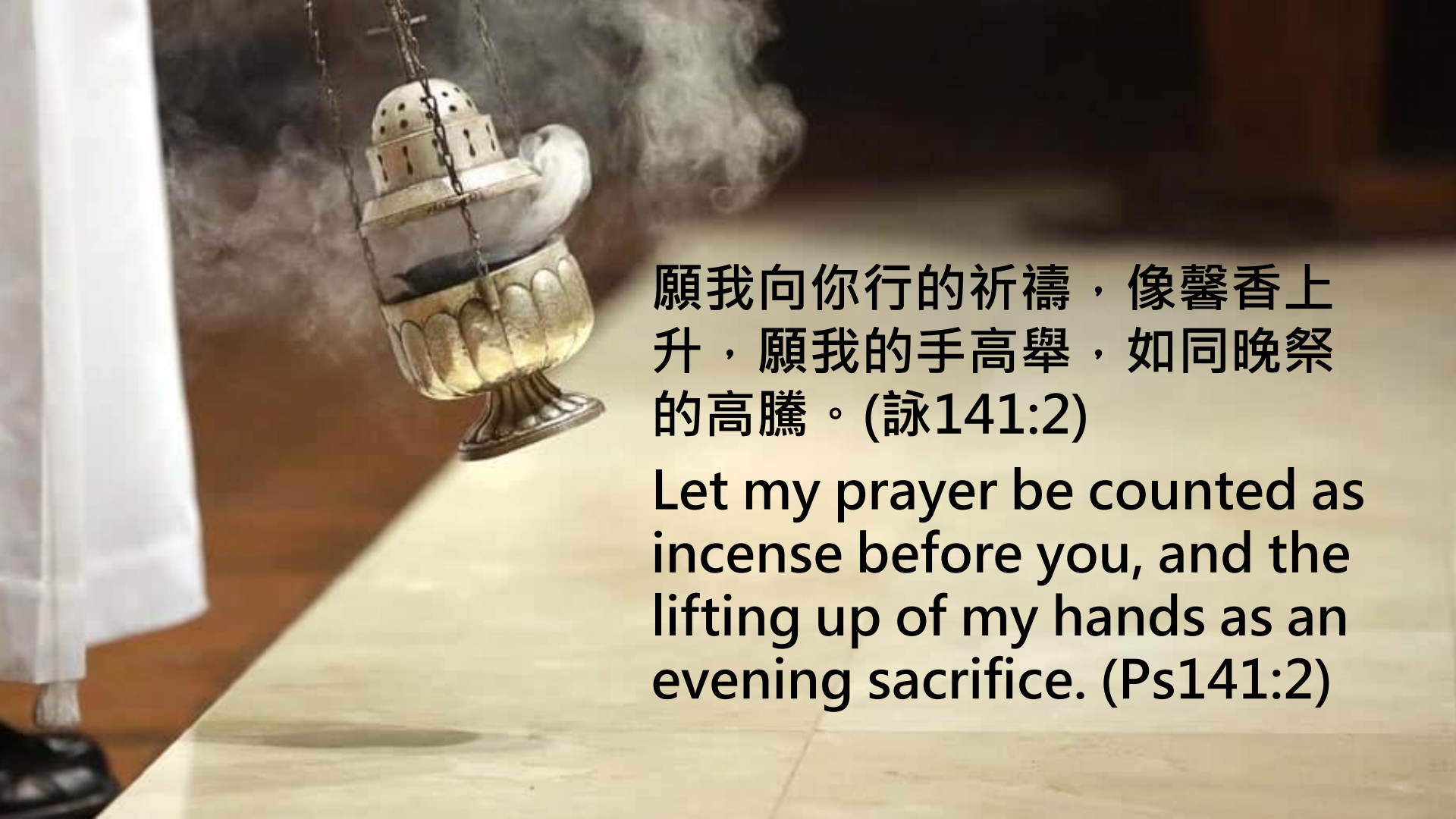


時辰祈禱的結構

開端

- 天主，求你快來救我，上主啊，求你速來扶助我們。光榮歸於父，及子，及聖神，亞利路亞緊隨其後。

(GILH 41)



願我向你行的祈禱，像馨香上升，願我的手高舉，如同晚祭的高騰。(詠141:2)

Let my prayer be counted as incense before you, and the lifting up of my hands as an evening sacrifice. (Ps141:2)



Let my prayer be set
before you like incense;

the lifting up of my
hands be like the evening
oblation.

Ps 141

日課的結構

- 讚美詩
 - 聖詠吟唱
 - 簡短讀經
 - 短對答詠
 - 傳統的聖歌
 - 禱詞及天主經
 - 結束禱詞
 - 結束詞
- 內容通常比聖詠更為通俗
 - 比較容易瞭解
 - 大部份都源自中世紀
 - **準備心神**參與讚頌

日課的結構

- 讚美詩
 - 聖詠吟唱
 - 簡短讀經
 - 短對答詠
 - 傳統的聖歌
 - 禱詞及天主經
 - 結束禱詞
 - 結束詞
- 兩篇**聖詠**及一篇聖歌
 - 誦唸聖詠：
 - 自己對天主的經驗；
 - 與降生成人的聖言的共融；
 - 在基督的奧秘 內對天主的默想。

日課的結構

- 讚美詩
 - 聖詠吟唱
 - 簡短讀經
 - 短對答詠
 - 傳統的聖歌
 - 禱詞及天主經
 - 結束禱詞
 - 結束詞
- 三篇：兩篇聖詠 + 一篇
聖歌(canticle)
 - 晨禱：聖歌是選自舊約
 - 晚禱：聖歌則是選自新約

日課的結構

- 讚美詩
- 聖詠吟唱
- 簡短讀經
- 短對答詠
- 傳統的聖歌
- 禱詞及天主經
- 結束禱詞
- 結束詞

- 對經⇒聖詠(聖歌)⇒光榮經⇒對經

時辰祈禱的結構

聖詠吟唱

對經一：上主，我一向祢呼救，祢
就醫好了我，我要永遠稱謝祢。

聖詠 29 死裡逃生，感謝主恩
「基督在光榮復活後感謝聖父。」
(加西安)

上主，我稱揚祢，因為祢救拔了
我，*
沒有讓我的仇敵向我誇耀。

上主，我的天主，我一向祢呼救，*
祢就醫好了我。

上主，祢從陰府裡將我救出，*
使我復生，不致墮入幽谷。

- 聖詠
- 對經
- 簡述

時辰祈禱的結構

義人，你們要在主內歡欣鼓舞，*
心地正直的人，你們都要歡呼。

願光榮歸於父、及子、及聖神。*
起初如何，今日亦然，直到永遠。
阿們

聖詠禱詞

天主，祢為了我們的緣故，沒有顧
惜祢的聖子，我們在祢台前沒有隱
藏我們的罪愆，却像那回頭的浪
子，回到祢的懷抱。求祢寬恕我
們，我們願偕同基督一起歌頌讚美
祢的仁慈。 阿們。

對經二：上主不責怪的人，真是有
福。

- 聖三光榮經
- 禱詞
- 第二篇聖詠對經

時辰祈禱的結構

- 新約聖歌

聖歌 默 11,17-18; 12,10-12 論天主的審判

今昔永存的上主，全能的天主！我們感謝祢，*
因為祢掌握大權統治乾坤。

異民憤憤不平，*
祢的震怒隨即來到。

那時祢也審判死者，†
對祢的僕人、先知、聖徒，*
以及敬畏祢名的，無論尊卑，一律酬庸。

現在我們的天主已完成救恩，†
彰顯威能，建立神國，*
祂的受傳者基督已擁有權威。

日夜在天主面前的控訴者，*

日課的結構

- 讚美詩
 - 聖詠吟唱
 - 簡短讀經
 - 短對答詠
 - 傳統的聖歌
 - 禱詞及天主經
 - 結束禱詞
 - 結束詞
- 宣讀聖言
 - 有一簡短的證道和一段短時間的靜默，為能瞭解天主聖言

日課的結構

- 讚美詩
 - 聖詠吟唱
 - 簡短讀經
 - 短對答詠
 - 傳統的聖歌
 - 禱詞及天主經
 - 結束禱詞
 - 結束詞
- 一唱一和
 - 幫助參禮者更主動地參與禮儀
 - 提供另一個吸收天主聖言的方式

日課的結構

- 讚美詩
- 聖詠吟唱
- 簡短讀經
- 短對答詠
- 傳統的聖歌



- 晨禱誦唸「讚主曲」
(Benedictus 匝加利亞
讚美詩)
- 「讚主曲」指向未來，
包含使命性的宣告，
指向**救恩的曙光**

日課的結構

- 讚美詩
- 聖詠吟唱
- 簡短讀經
- 短對答詠
- 傳統的聖歌



- 晚禱誦唸「謝主曲」
(Magnificat 聖母讚美詩)
- 「謝主曲」的主題：
謝恩，也就是為**天主**
許諾的完成而謝恩

日課的結構

- 讚美詩
 - 聖詠吟唱
 - 簡短讀經
 - 短對答詠
 - 傳統的聖歌
 - 禱詞及天主經
 - 結束禱詞
 - 結束詞
- 一如感恩禮的福音，
誦唸這兩首**聖歌**時，
要**站立**並且劃**十字聖號**

日課的結構

- 讚美詩
- 聖詠吟唱
- 簡短讀經
- 短對答詠
- 傳統的聖歌
- 禱詞及天主經
- 結束禱詞
- 結束詞

- 晨禱：奉獻整天的時間及工作給天主
- 晚禱：眾人求恩
 - 加入個人意向
- 以「天主經」作為結束
 - 可以隆重地頌唱

日課的結構

- 讚美詩
 - 聖詠吟唱
 - 簡短讀經
 - 短對答詠
 - 傳統的聖歌
 - 禱詞及天主經
 - 結束禱詞
 - 結束詞
- 晨禱及晚禱都有其專用的結束禱詞

日課的結構

- 讚美詩
- 聖詠吟唱
- 簡短讀經
- 短對答詠
- 傳統的聖歌
- 禱詞及天主經
- 結束禱詞
- 結束詞

- 視乎有沒有神職人員在場
- 有神職人員在場：願主與你們同在.....
- 沒有神職人員在場：願全能的天主降福我們，保護我們，免於災禍，引領我們到達永生，亞孟。

注意事項：靜默

神聖的靜默是慶典的一部分，應在指定的時刻加以遵守。.....《羅馬彌撒經書總論 45》

- 時辰禮儀除了包括了話語、歌唱之外，同時也包括了靜默，好讓每一位參禮者都能夠**默想**一下他所聽或所唱的內容

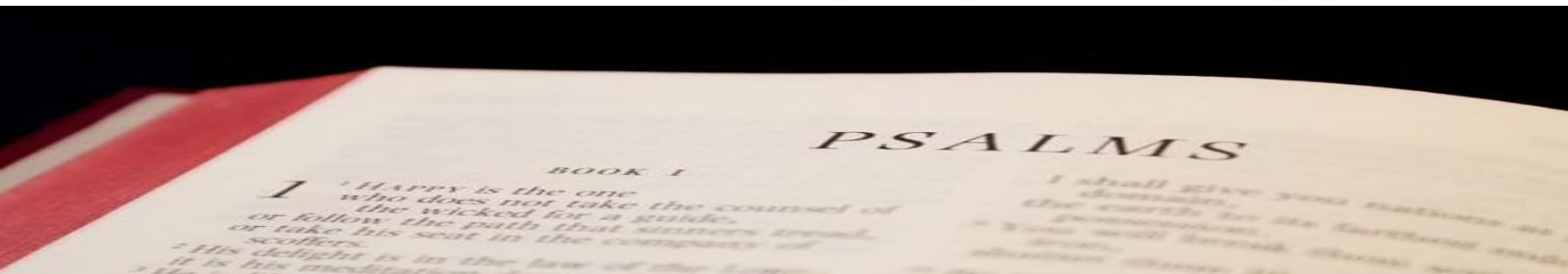


耶穌曾多次以聖詠來祈禱

- 我的天主，我的天主，
你為什麼捨棄了我？
(詠廿二2)
- 我將我的靈魂託於你的
掌握。(詠三一6)

注意事項：認識聖詠

- 耶穌曾多次以聖詠來祈禱
- 閱讀聖詠，我們就會有更好的機會去分享那在字裡行間所已經蘊藏了許多世紀的一切奧秘
- 聖詠是教會抒發最深刻內心生活的詩集



聖詠與禱詞的關係 (GILH 100-09)

- 時辰祈禱採納大量聖詠，因為聖詠是：
 - 讀物
 - 作為祈禱而書寫的文字
 - 讚美詩

聖詠與禱詞的關係 (GILH 100-09)

- 詠唱 vs 誦唸 vs 默唸

- 即使個人默不作聲，也可以誦唸一首聖詠詩篇，
- 但不應忽視其音樂性

身體語言

- 私人誦念：可採取合理且適當的姿勢
- 小團體（如家庭）中誦念時，目的在於協助祈禱的虔敬，而非造成分心——通常保持一致的姿勢

身體語言

站立

- 在日課開始時：引言及開端讚美詩
- 福音聖歌：《聖母讚主曲》、《匝加利亞讚歌》或《西默盎讚歌》
- 禱詞、天主經以及結束祈禱

身體語言

劃十字聖號

- 在每一時辰開始
- 在第一次祈時：天主求你開啟我唇
- 在日課開始時：引言及開端聖歌時
- 福音聖歌：《聖母讚主曲》、《匝加利亞讚歌》或《西默盎讚歌》

思考

- 教友在俗世的任務和價值？



慶祝時辰祈禱的任務 (GILH 33)：教友的特質

- 藉著重生的**洗禮**、堅振聖事聖神的傅油，而成為精神的聖殿及神聖的司祭
- 與整個教會的**所有成員聯繫一起**
- 在**俗世生活**中，以工作、祈禱、甚或辛勞和痛苦，履行聖化世界與傳揚福音的使命
- 成為精神的祭品





總結

- 聯同整個教會，不斷的讚美上主，為全人類的得救而轉禱
- 藉着讚美天主而聖化每一個時段
- 教會邀請平信徒一同參與，尤其是晨禱及晚禱這兩個時段



請下載以下手機應用程式

天主教香港教區
「Connect同行」



天主保佑



聖瑪利亞瑪達肋納（慶日）
晚禱

瑪利亞瑪達肋納



瑪利亞瑪達肋納

- 瑪利亞，稱為瑪達肋納，曾被治好，從她身上趕出了七個魔鬼。(路八2)
- 經師和法利塞人帶來一個行淫的婦人，耶穌說：「你們中間誰沒有罪，就先拿石頭打她。」最後祂對婦人說：「我也不定妳的罪，去吧！從今以後不要再犯罪了。」(若八1-13)



瑪利亞瑪達肋納

- (那婦人)來站在他背後，靠近他的腳哭開了，用眼淚滴濕了他的腳，用自己的頭髮擦乾，又熱切地口親他的腳，以後抹上香液。那請耶穌的法利塞人見了，就心裏想：「這人若是先知，必定知道這個摸他的是誰，是怎樣的女人：是一個罪婦。」(路七38-39)
- 我實在告訴你們：將來福音無論傳到全世界什麼地方，必要述說她所作的事，來記念她。(谷三9)



瑪利亞瑪達肋納

- 在耶穌的十字架旁站著祂的母親、祂母親的姊妹、克羅帕的妻子瑪利亞，和瑪達肋納瑪利亞。(若十九25；谷十五40-47)



瑪利亞瑪達肋納

- 一週的第一天，清晨，天還黑的時候，瑪利亞瑪達肋納來到墳墓那裏，看見石頭已從墓門挪開了。於是她跑去見西滿伯多祿和耶穌所愛的那另一個門徒，對他們說：「有人從墳墓中把主搬走了，我們不知道他們把他放在那裏了。」(若二十1-2)
- 耶穌向她說：「你別拉住我不放，因為我還沒有升到父那裏；你到我的弟兄那裏去，告訴他們：我升到我的父和你們的父那裏去，升到我的天主和你們的天主那裏去。」(若二十17)
- 瑪利亞瑪達肋納就去告訴門徒說：「我見了主。」並報告了耶穌對她所說的那些話。(若二十18)



瑪利亞瑪達肋納

- 耶穌復活後，瑪利亞瑪達肋納前往羅馬，覲見了提比略皇帝
- 她向他說：「基督復活了！」並送給他一顆雞蛋作為禮物
- 皇帝不信，說人死而復生就像她手中的蛋變紅一樣不可能
- 雞蛋奇蹟似地變成了**鮮紅色**，證實了復活的真實性



開端詞

領：天主，求你快來拯救我；

眾：上主，求你速來扶助我。

領：願光榮歸於父、及子、及聖神。

眾：起初如何，今日亦然，直到永遠。
亞孟。阿肋路亞。

讚美詩

請大家讚頌巾幗英雄，
聖德超群出眾；
猶如天上的明星，
充滿聖潔的熱情，
以祈禱和行動，
服務姊妹弟兄。

一心愛慕耶穌，
不求人間福樂，
追尋永恆；
基督，我們的力量，
降福你的子民，
在人間做你的勇兵。

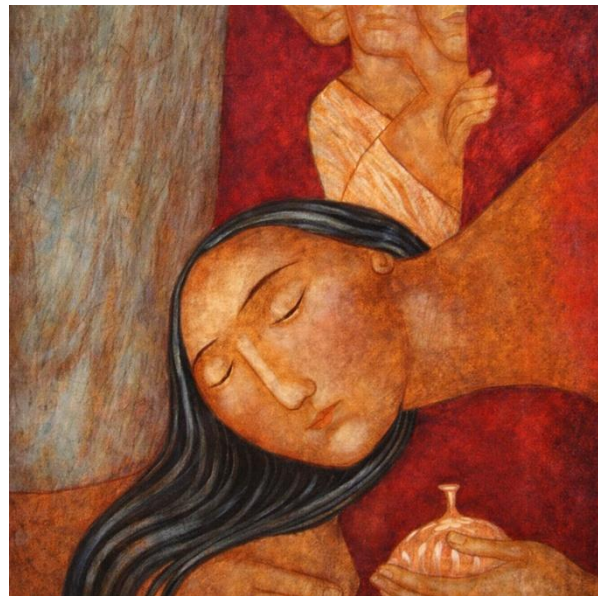
基督，俯聽我們的呼求，
福佑我們，
追隨聖婦的芳踪；
光榮歸於你，
及父及聖神，
世世無窮。亞孟。

聖詠吟唱

對經一：

耶穌向瑪利亞說：

妳為什麼哭泣？妳在找誰？



聖詠吟唱

我真高興，因為有人對我說：※
「我們要進入上主的聖殿！」

耶路撒冷！我們的腳，※
已經進入你的門限。

聖詠吟唱

耶路撒冷的確是一座京城，※
有雄偉的建築，整齊的市容。

各支派，上主的各支派都湧向城中，※
按照以色列的慣例，稱頌上主的名。

聖詠吟唱

這裡設有審判的寶座，※
就是達味宗室的寶座。

請為耶路撒冷祈求太平；※
願那喜愛你的人獲享安寧。

聖詠吟唱

願你的城垣內永享和平，※

願你的堡壘中常保安全。

為了我的弟兄和同伴，※

我要祝禱說：「願平安常在你中間。」

聖詠吟唱

為了上主我們天主的殿宇，※
我要祝福你萬事如意。

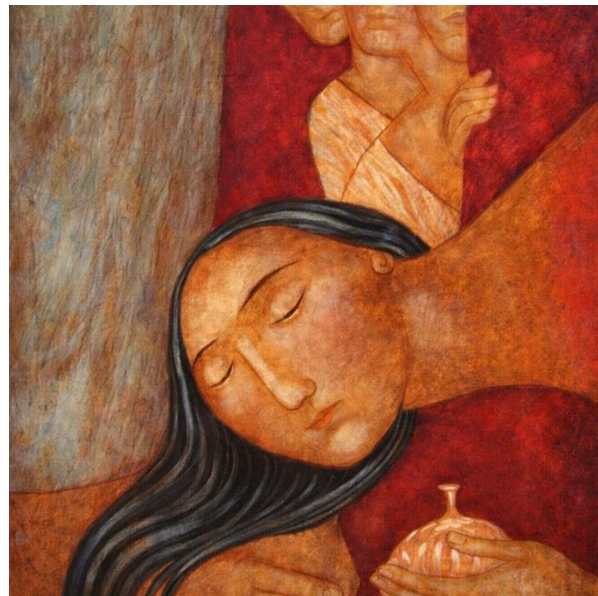
願光榮歸於父、及子、及聖神。※
起初如何，今日亦然，直到永遠。亞孟。

聖詠吟唱

對經一：

耶穌向瑪利亞說：

妳為什麼哭泣？妳在找誰？



聖詠吟唱



對經二：

有人把我主搬走了，
我不知道他們把他放在
那裡。

聖詠吟唱

若非上主興工建屋，※
建築的人徒然勞碌；

若非上主防守城堡，※
警醒護守也是徒勞。

聖詠吟唱

縱然你清晨早起，※
深夜不眠，也徒然無益。

茹苦含辛，也僅得一飽；※
上主所愛的，卻毫無煩惱。

聖詠吟唱

子女是上主恩賜的產業，※
兒孫承歡是他的酬報。

年輕力壯所得的子嗣，※
有如勇士手中的箭矢；

聖詠吟唱

裝滿箭囊的人，確實有福，※
城門之前與敵相爭，決不受辱。

願光榮歸於父、及子、及聖神。※
起初如何，今日亦然，直到永遠。亞孟。

聖詠吟唱



對經二：

有人把我主搬走了，
我不知道他們把他放在
那裡。

聖詠吟唱

對經三：

耶穌說：瑪利亞！

她轉過身來對他說：辣步
尼，意思是「師父」。



聖詠吟唱

願天主，我們的主耶穌基督的父受讚美，※
他在天上，在基督內，賜給我們各種屬神的
福份；

因為他在創世之前，已在基督內簡選了我們，
※
使我們在他面前聖潔無瑕。

聖詠吟唱

他又出於愛心，按照自己的決意，
藉耶穌基督預定了我們，※
成為他的義子，而歸他所有，

使人頌揚他恩寵的光榮，※
這是他在愛子內賜給我們的恩寵；

聖詠吟唱

我們藉他愛子的血在他愛子內，※
獲得了救贖和罪過的赦免。

天主把這恩寵，豐厚地傾注在我們身上，※
賜給我們各種智慧和明達，

聖詠吟唱

使我們知道他旨意的奧秘，※
這都是依照他在愛子內所定的計劃。

按照他的措施，時期一滿，※
就使上天下地的一切，重歸於基督。

聖詠吟唱

願光榮歸於父、及子、及聖神。✠

起初如何，今日亦然，直到永遠。亞孟。

聖詠吟唱

對經三：

耶穌說：瑪利亞！

她轉過身來對他說：辣步
尼，意思是「師父」。



簡短讀經 羅八28-30

我們知道：天主使一切協助那些愛他的人，就是那些按他的旨意蒙召的人，獲得益處，因為他所預選的人，也預定他們與自己兒子的肖像相同，好使他在眾多弟兄中作長子。天主不但召叫了他所預定的人，而且也使他所召叫的人成義，並使成義的人分享他的光榮。

短對答詠

領：瑪利亞，別哭了，主已從死者中復活了。

答：瑪利亞，別哭了，主已從死者中復活了。

領：你到我弟兄那裡去，告訴他們說：。

答：主已從死者中復活了。

領：願光榮歸於父、及子、及聖神。

答：瑪利亞，別哭了，主已從死者中復活了。

聖母讚主曲 (Magnificat)



對經：

瑪利亞就去向門徒們報告：

因為她看見了主，阿肋路亞。

聖母讚主曲 (Magnificat)

我的靈魂頌揚上主，✕

我的心靈歡躍於我的救主、天主。

因為他垂顧了他卑微的使女，✕

今後萬代的人都要稱我有福。

聖母讚主曲 (Magnificat)

全能者給我作了奇事，※
他的名號何其神聖。

他對敬畏他的人們，※
廣施慈愛，千秋萬世。

聖母讚主曲 (Magnificat)

他運用手臂，大施神威，※
把心高氣傲的人擊潰。

他從高位上推下權貴，※
却提拔了弱小卑微。

聖母讚主曲 (Magnificat)

他使饑餓者飽饗美味，※
却使富有者空手而回。

他扶助了他的僕人以色列，※
因為他常念及自己的仁慈。

聖母謝主曲 (Magnificat)

正如他曾應許我們的先祖：✠
永久眷顧亞巴郎和他的家族。

願光榮歸於父、及子、及聖神。✠
起初如何，今日亦然，直到永遠。亞孟。

聖母讚主曲 (Magnificat)



對經：

瑪利亞就去向門徒們報告：

因為她看見了主，阿肋路亞。

禱詞

領：我們要通過聖婦們，為教會祈求上主：

眾：上主，求你垂念你的教會。

領：殉道者以堅毅不屈的精神，戰勝了肉身的死亡，

眾：求你因她們的轉求，使你的教會在考驗中勇往直前。

禱詞

領：已婚的婦女在神聖的婚姻中，善用聖寵，
修德成聖，

眾：求你因她們的轉求，使你的教會在使徒
工作上獲得成效。

禱詞

領：寡婦藉祈禱及款待旅客，減輕並聖化了自己的寂寞，

眾：求你因她們的轉求，使你的教會把你愛的奧秘顯示給世界。

禱詞

領：母親們為天國，為人類生育子女，

眾：求你因她們的轉求，使全人類藉你的教會再生，獲得生命與救恩。

領：眾聖婦掙得了瞻仰你容光的賞報，

眾：求你因她們的轉求，恩賜你教會中去世的人，也能永遠享見你的聖容。

天主經

結束禱詞

天主，你的唯一聖子首先委託瑪利亞瑪達肋納，傳報他復活的喜訊；求你使我們因聖女的轉求和榜樣，在世勇於宣講生活的基督，日後享見在你光榮中為王的基督。他和你及聖神，是唯一天主，永生永王。亞孟。

