
祈祷使人得救

30日杂志

祈祷使人得救

Edited by
don Giacomo Tantardini

雅各伯·唐塔尔蒂尼编著

30日杂志

序言

“所以主耶稣，祢来。来到我这里，寻找我、寻获我、把我抱起来、抱着我”

这是雅各伯·唐塔尔蒂尼非常喜爱的一段圣盎博罗削的祈祷文，他经常以此祈祷，让我们记起他那孩童般的心，他的祈祷文清楚地意识到是主先行动的，没有祂我们什么都不能做。这本小册子采用了圣亚尔丰索的话《祈祷使人得救》命名绝非偶然。雅各伯神父的朋友们将它视为最好的礼物：一本小册子，应皈依了基督信仰的年轻人的要求，神父想收集基督信仰传统中最简单的祷文，这样好能帮助他们妥当地办告解。被翻译成几种语言后，已经由《30天》杂志社在全世界各地发行了数十万册，还免费送给遍布天涯海角的许多传教区。他们告诉我说，今天还不断有许多人要求得到这本小册子。

“妥当告解的人会成为圣人”：雅各伯神父在他生命的最后阶段里经常重复这句话。这本小册子告诉人们怎样妥当告解。首当其冲的就是良心的省察，

对所犯的罪真心痛悔。具体、明确地告每一条罪。不要为自己……的羞耻感到难为情。因为，如果能推动我们请求宽恕，那么羞耻也是一种恩宠，就好像眼泪是一种恩宠，洗净我们的眼目、让我们更好的看清事实……。对于主来说，只要一个悔改的举止便足以。就像我们在福音中学到的，天主的慈悲，耐心地等待着浪子的回归，确切地说祂在浪子回归之前，就已先行触摸了他的心，从而唤醒了浪子渴望重新拥抱父亲那无限温柔、重新迈开脚步的愿望。在告解亭中，我们在告解时应该具体，毫无保留地告明自己的罪。然后，我们便会发现是主亲自“堵住我们的嘴”，好像是在对我们说：这就够了……。祂只要看到痛悔的举动就够了，祂不想让你的灵魂受煎熬、祂只想拥抱它。祂要的是你的喜乐。因为耶稣来就是拯救实实在在的我们的：可怜的罪人，渴求被祂寻找、被找到、被祂抱在怀里、被祂抱着。

二〇一八年三月二十八日，梵蒂冈城

教宗方济各

引言

祈祷是人的天性。古往今来，人始终深知自己不是孤独地活在世上、有人在倾听他。人始终意识到，为了自己满全的人生，需要一位更伟大的祂、该不断靠近这位祂。然而，天主的圣容始终是隐身的，只有耶稣为我们展示了祂真正的圣容。看见祂的人，也就是看见了父（参见若14, 9）。

由此，一方面，人觉得祈祷是自然而然的（在危难时求救、在喜悦时感恩）；另一方面，又总觉得不知道该如何向隐身的天主祈祷或者交流。就象圣保禄说的，我们不知道如何祈求才对（参见罗8, 26）。为此，我们就应该象门徒那样不断向上主说：主，请教给我们祈祷（路11, 1）。上主教导我们，《天主经》是真正的祈祷典范；赐予了一位帮助我们祈祷的母亲——教会。而教会从圣经中获得了祈祷这一宝藏。在历史的进程中，从信众的心中涌现出了无数的祷文。因着这些祷文，他们不断向天主求教。与慈母教会一同祈祷的同时，我们自己也学会了祈祷。

我非常高兴《30日》杂志社再版这本小册子，其中囊括了基督信徒在历史进程中逐渐总结的最基础的祷文。它们伴随着我们人生的全部历程、帮助我们善度祈祷教会的礼仪生活。我祝愿这部小册子能够成为许许多多基督信徒的人生旅伴。

罗马，二〇〇五年二月十八日

约瑟夫·拉青格枢机

二〇〇五年四月十九日
当选为教宗本笃十六世

中文版前言

“祈祷的人不会恐慌，祈祷的人永不孤独，祈祷的人将救赎自己”。去年七月，教宗本笃十六世在星期三的接见时再次对聚集在圣伯多禄广场的信友们，同时也是对整个教会重复了这几句话。这本小书也以此得名。它搜集了几个世纪以来基督徒们一直在用的最简单的祷词。

近几年来，全世界成千上万的基督徒们都在使用这本简洁的小书，把它当作信仰旅途中的良伴。如今，随着中文版的面世，中国的天主教友们在他们的日常生活中也能从这件宝贵、精致的礼物中寻得裨益与慰藉。通过其中简洁的祷词，满怀信德与望德，我们可将各自的需求与意向委托于耶稣、玛利亚、圣若瑟以及诸圣人，以能在困苦中获得安慰，在忧患时寻得保障。书中的祷词也可助我们为所受的大小祝福献上感恩，抑或是帮我们更好地告解阐明自己的罪过，从而获得主的宽赦。

在平日生活中简单地重复诵念这些祷词也是与罗马教会诚挚紧密合一的表征。她建立在致命宗徒圣伯多禄与圣保禄的根基上，从相同的源头汲取恩宠，共享相同的圣事与祈祷，促进全世界的教会子女们在由宗徒传下来的同一信仰内形成共融。因此，共享相同的祈祷形式在古时就已成为与罗马教会合一的确切象征。

我确信，无数的同胞将为这一精美的小小礼品而欢欣并将从中获益匪浅。中国的天主教友们在历史上曾多次地体味过这些简洁祷词与敬礼甜美平和的能力。很多的成年人，特别是我们这些老人，都有这样的经历：在世间的种种灾祸中，就是因着这些从孩提时就已熟稔于胸，且在任何环境中都可反复诵念的祷词，忠实于他的救恩应许的主在时时处处保护了我们。

如今我希望在这本小书的陪伴下，中国的无数青年们也能有幸体尝到圣保禄在弟茂德前书中所描绘的恩宠内的生活——而这也是教宗本笃十六世在他给中国天主教友的信中特意引用的一段：“首先我劝导众

人，要为一切人恳求、祈祷、转求和谢恩，并为众君王和一切有权位的人，为叫我们能以全心的虔敬和端庄，度宁静平安的生活。这原是美好的，并在我们的救主天主面前是蒙受悦纳的。因为他愿意所有的人都得救，并得以认识真理。”（弟前2,1-4）

上海教区主教金鲁贤

比约十世要理问答摘录

祈祷是必要的吗？

祈祷是必要的，而且应常常祈祷，因为这是天主的命令；通常而论，是透过祈祷，天主赐人神形诸恩。

天主会赐给我们所祈求的恩惠吗？

会的，因为天主是无限忠信的；祂曾许下，只要我们恒心信赖，并因主耶稣的名祈祷，祂一定俯听。

为什么我们要因着耶稣基督之名祈祷呢？

我们要因耶稣基督之名祈祷，因为祂是天主子，也是天人间唯一的中保，只有经过祂，我们的祈祷和善工才有价值。所以在祈祷结束时教会常说：因着你的圣子，我们的主耶稣基督。

常用经文

圣号经

因父、及子、及圣神之名。
阿们。

In nomine Patris et Filii et
Spiritus Sancti. Amen.

信经

我信全能的天主父，天地万物的创造者。我信父的唯一子，我们的主耶稣基督；我信祂因圣神降孕，由童贞玛利亚诞生；我信祂在比拉多执政时蒙难，被钉在十字架上，死而安葬；我信祂下降阴府，第三日从死者中复活；我信祂升了天，坐在全能天主父的右边；我信祂要从天降来，审判生者死者；我信圣神；我信圣而公教会，诸圣的相通，我信罪过的赦免；我信肉身的复活；我信永恒的生命。阿们。

Credo in Deum Patrem omnipotentem, Creatorem caeli et terrae; et in Iesum Christum, Filium eius unicum, Dominum nostrum, qui conceptus est de Spiritu Sancto, natus ex Maria Virgine, passus sub Pontio Pilato, crucifixus, mortuus et sepultus; descendit ad inferos; tertia die resurrexit a mortuis; ascendit ad caelos, sedet ad dexteram Dei Patris omnipotentis; inde venturus est iudicare vivos et mortuos. Credo in Spiritum Sanctum, sanctam Ecclesiam catholicam, sanctorum communionem, remissionem peccatorum, carnis resurrectionem, vitam aeternam. Amen.

天主经

我们的天父，愿你的名受显扬，愿你的国来临，愿你的旨意奉行在人间，如同在天上。求你今天赏给我们日用的食粮，求你宽恕我们的罪过，如同我们宽恕别人一样，不要让我们陷于诱惑，但救我们免于凶恶。阿们。

Pater noster qui es in caelis, sanctificetur nomen tuum, adveniat regnum tuum, fiat voluntas tua, sicut in caelo et in terra. Panem nostrum cotidianum da nobis hodie, et dimitte nobis debita nostra, sicut et nos dimittimus debitoribus nostris; et ne nos inducas in tentationem, sed libera nos a malo. Amen.

圣三光荣颂

愿光荣归于父，及子及圣神，起初如何，今日亦然，直到永远。阿们。

Gloria Patri et Filio et Spiritui Sancto, sicut erat in principio, et nunc, et semper, et in saecula saeculorum. Amen.

圣母经

万福玛利亚，你充满圣宠！主与你同在。你在妇女中受赞颂，你的亲子耶稣同受赞颂。天主圣母玛利亚，求你现在和我们临终时，为我们罪人祈求天主。阿们。

Ave, Maria, gratia plena; Dominus tecum; benedicta tu in mulieribus, et benedictus fructus ventris tui, Iesus. Sancta Maria, Mater Dei, ora pro nobis peccatoribus, nunc et in hora mortis nostrae. Amen.

母后万福

母后万福！仁慈的母亲，我们的生命，我们的甘饴，我们的希望。厄娃子孙，在此尘世，向您哀呼。在这涕泣之谷，向您叹息哭求。我们的主保，求您回顾，怜视我们。一旦流亡期满，使我们得见您的圣子——万民称颂的耶稣。童贞玛利亚，您是宽仁的、慈悲的、甘饴的。天主圣母，请为我们祈求，使我们堪当承受基督的恩许。

Salve, Regina, mater misericordiae, vita, dulcedo et spes nostra, salve. Ad te clamamus, exules filii Evae. Ad te suspiramus gementes et flentes in hac lacrimarum valle. Eia ergo, advocata nostra, illos tuos misericordes oculos ad nos converte. Et Iesum, benedictum fructum ventris tui, nobis post hoc exilium ostende. O clemens, o pia, o dulcis Virgo Maria.

向护守天使诵

我的护守天使，天主既要你照顾我，求你常保护我、指引我、管理我。阿们。

Angele Dei, qui custos es mei, me tibi commissum pietate superna illumina, custodi, rege et gubernare. Amen.

为炼灵

上主，求你赐给他们永远的安息，并以永恒的光辉照耀他们。阿们。

Requiem aeternam dona eis, Domine, et lux perpetua luceat eis. Requiescant in pace. Amen.

朝拜经（早上）

我的天主，我朝拜你，我全心爱你。感谢你给我生命，并使我成为你的子女；也感谢你保护我一夜平安。我将这新的一天奉献给你，请使我的一切行为都能符合你的旨意，光荣你的圣名。也求你保护我远离一切罪恶和灾祸。愿你的恩宠时常助佑我和我所爱的每一个人。阿们。

每日奉献经

耶稣圣心，我依靠玛利亚无玷之心，将我今日的祈祷、事工、喜乐、忧苦全献给你。为补赎我们的罪过，为成就你在祭台上时刻奉献的旨意，特为本月教宗所嘱咐的旨意。阿们。

朝拜经（晚上）

我的天主，我朝拜你，我全心爱你。感谢你给我生命，并使我成为你的子女；也感谢你保护我平安的度过了这一天。求你宽恕我今天所犯的过错，也接受我所行的善工。求你恩赐我一夜安眠，保护我远离一切危险。愿你的恩宠时常助佑我和我所爱的每一个人。阿们。

圣若瑟中国主保经

大圣若瑟，求你为我们转求你可爱的圣子耶稣，宽恕我们的过犯。求你做我们全中国的主保，转求天主。垂怜我国尚未奉教的同胞，光照指引，弃邪归正，接受信望爱三德，全民崇敬天主，圣教广扬，将来同升天国，共享永福。阿们。

向圣若瑟诵

吁，真福者，大圣若瑟，我等在患难中，特来投尔。既求尔圣净配助佑之后，亦以坚切之望，求尔为我等之主保。以尔得配无染原罪童女，天主圣母，互相之洁爱；又因尔如慈父，爱护耶稣圣童之爱，恳切求尔，慈顾耶稣基利斯督以宝血所赎之遗业，且以大德大能，济佑我等急难。圣家极智之护卫，求尔保护耶稣基利斯督特简之后裔。极爱之父哉，勿许我沾染异端败俗之恶疫，我等勇毅之帅，我与暗冥恶魔，战于此世，求而从天助我之勇。尔昔曾救耶稣圣童于失命之大险，今求护救天主圣而公会，于仇仇之计，及诸灾患。又求尔作我每人之主保。时时保护，赖尔助佑，效尔善生安死，得获天上永福。阿们。

信德经

吾主天主，尔至真实，不能虚言，尔又全知，不能有错。我为此信尔是真天主，一体三位，造世赎世，赏善罚恶之大主宰。尔曾许圣教会内，圣神常在。训诲启迪是以永不能错。所有各端道理，皆而默启。如尔亲口所言无异。我为此坚心全信。我并愿证此信德。虽被万死不辞。阿们。

望德经

吾主天主，尔至忠信，既许必践。尔又全能，能践所许，兼又极慈，肯赐所许。我为此赖尔圣子之功。望尔全赦我罪，宠佑至终，获登天国，永享见尔，如尔圣子所许。阿们。

爱德经

吾主天主，因尔从无生我，安养保存，顷刻吾间，又降生救我，受难赎我。况尔本性自有无穷美善，可爱无比。为此爱尔在万有之上，及为尔爱人如己，而愧悔我罪，立志不敢再犯。阿们。

悔罪经

天主，为了我所犯的一切罪过，和我的失职怠惰，我全心痛悔，因为我如此得罪了你、极仁慈极崇高的天主。现在依靠你圣宠的助佑，我全心定志，善做补赎，以后再不敢犯罪，并远离一切犯罪的机会。天主，求你看我们的主耶稣基督救世受难的功劳怜悯我。阿们。

洗礼誓词

为得享天主子女的自由，你弃绝罪恶吗？

弃绝。

为脱离罪恶的奴役，你弃绝引人犯罪的人、地、事物吗？

弃绝。

你弃绝万恶之源的魔鬼吗？

弃绝。

你信全能的天主圣父创造天地吗？

我信。

你信我们的主耶稣基督、天主的唯一子，由童贞玛利亚降生，受苦受难，死而复活，现今在天上享受光荣吗？

我信。

你信圣神，圣而公教会，诸圣的相通，罪过的赦免，肉身的复活和永恒的生命吗？

我信。

凡在领洗纪念日或复活节守夜礼中，以既定方式重宣领洗誓愿者，可获全大赦。

两端基本的信德道理

1. 天主三位一体。
2. 我们的主耶稣基督的降生、苦难、死亡和复活。

两端爱德的诫命

1. 你要全心，全灵，全意爱上主你的天主。
2. 你要爱人如己。

真福八端

1. 神贫的人是有福的，因为天国是他们的。
2. 哀恸的人是有福的，因为他们要受安慰。
3. 温良的人是有福的，因为他们要承受土地。
4. 饥渴慕义的人是有福的，因为他们要得饱饫。
5. 怜悯人的人是有福的，因为他们要受怜悯。
6. 心里洁净的人是有福的，因为他们要看见天主。
7. 缔造和平的人是有福的，因为他们要称为天主的子女。
8. 为义而受迫害的人是有福的，因为天国是他们的。

天主十诫

1. 当钦崇天主，不可敬拜邪神。
2. 不可妄用天主的圣名。
3. 当遵守主日和瞻礼日。
4. 孝敬父母尊敬师长。
5. 不许杀人、害人。
6. 不许行邪淫。
7. 不许偷盗。
8. 不许妄证、毁谤人。
9. 不许贪恋不合天主法律的交往及一切邪淫的事。
10. 不许贪图他人的财物。

圣教四规

1. 凡主日及一总停工瞻礼之日，该望全弥撒。
2. 遵守教会所定的大小斋期。
3. 该妥当告解，并善领圣体，至少每年一次。
4. 当尽力帮助圣教会的经费。

七件圣事

1. 圣洗
2. 坚振
3. 圣体
4. 告解
5. 病人傅油
6. 神品
7. 婚配

圣神七恩

1. 敬畏
2. 孝爱
3. 聪敏
4. 刚毅
5. 超见
6. 明达
7. 上智

超性三德

1. 信德
2. 望德
3. 爱德

四枢德

1. 智德
2. 义德
3. 勇德
4. 节德

形哀矜七端

1. 饥者食之，
2. 渴者饮之，
3. 裸者衣之，
4. 收留旅人，
5. 照顾病人，
6. 探望囚者，
7. 埋葬死者。

神哀矜七端

1. 解人疑惑，
2. 教导愚蒙，
3. 劝人悔改，
4. 安慰忧苦，
5. 赦人侮辱，
6. 忍耐磨难，
7. 为生者死者祈求。

七罪宗

1. 骄傲
2. 愠吝
3. 迷色
4. 忿怒
5. 嫉妒
6. 贪饕
7. 懒惰

相反圣神六罪

1. 绝望救灵
2. 妄拟升天
3. 故驳真理
4. 忌人福宠
5. 固执于恶
6. 至死不悔

呼吁天主降罚四罪

1. 故意杀人
2. 拂性邪淫
3. 欺压贫穷
4. 克扣工价

万民四末

1. 死亡
2. 审判
3. 天堂
4. 地狱

三钟经与天上母后喜乐经

三钟经

启：主的天使向玛利亚报喜。

应：祂因圣神受孕。

(圣母经一遍)

Angelus Domini

nuntiavit Mariae.

Et concepit de Spiritu Sancto.

Ave Maria.

启：我是主的婢女。

应：请依照你的话在我身上成就。

(圣母经一遍)

Ecce ancilla Domini.

Fiat mihi

secundum verbum tuum.

Ave Maria.

启：天主圣子降生成人。

应：居住在我们人间。

(圣母经一遍)

Et Verbum caro factum est.

Et habitavit in nobis.

Ave Maria.

启：天主圣母请为我们祈求。

应：使我们堪当承受基督的恩许。

Ora pro nobis,

sancta Dei Genetrix.

Ut digni efficiamur

promissionibus Christi.

请众同祷：天主，求你把你的圣宠注入我们心中，我们既因天使的预报，得知你的圣子降生成人，亦愿赖着祂的苦难及他的十字圣架，获享复活的光荣。因我们的主基督。

阿们。

Oremus. Gratiam tuam quaesumus, Domine, mentibus nostris infunde, ut qui, Angelo nuntiante, Christi Filii tui incarnationem cognovimus, per passionem eius et crucem ad resurrectionis gloriam perducamur. Per Christum Dominum nostrum.

Amen.

喜乐经（复活期）

启：天上的母后喜乐！

阿肋路亚！

应：因为您亲生的爱子，

阿肋路亚！

Regina caeli, laetare,
alleluia.

*Quia quem meruisti portare,
alleluia.*

启：依照祂的预言已复活了！

阿肋路亚！

应：请你为我们转求天主，

阿肋路亚！

Resurrexit, sicut dixit,
alleluia.

*Ora pro nobis Deum,
alleluia.*

启：童贞圣母玛利亚喜乐！

阿肋路亚！

应：因为主真的复活了！

阿肋路亚！

Gaude et laetare, Virgo Maria,
alleluia.

*Quia surrexit Dominus vere,
alleluia.*

请众同祷：天主，既因你圣子耶稣基督的复活，使天下万民都得喜庆，今求你因童贞圣母玛利亚的转求，赐给我们永远分享常生的喜乐。

阿们。

Oremus. Deus, qui per resurrectionem Filii tui Domini nostri Iesu Christi mundum laetificare dignatus es, praesta, quaesumus, ut per eius Genitricem Virginem Mariam perpetuae capiamus gaudia vitae. Per Christum Dominum nostrum. Amen.

忏悔或告解圣事^{*}

什么是忏悔圣事？

忏悔圣事或称告解圣事，是耶稣基督亲定的，为赦免人领洗后所犯的罪过。

办妥当告解有什么要紧的规矩？

要紧的规矩有五条：一省察；二痛悔；三定改；四告明；五补赎。

^{*} 摘自比约十世要理问答。

罪

什么是罪？

罪是冒犯天主，违背祂的诫命。

人的本罪会犯在哪几个方面呢？

有四个方面，即思想上、言语上、行为上和失职上。

什么是大罪？

在大事情上明知故犯天主的诫命，就是大罪，大罪也叫死罪。

为什么称大罪为死罪呢？

称大罪为死罪，因为它使人失去宠爱，导致灵魂的死亡，因为宠爱是灵魂的生命，犹如灵魂是肉身的生命一样。

大罪给灵魂带来什么祸害？

1. 大罪使灵魂失去宠爱和天主的友谊；
2. 失落天堂；
3. 失去所立的功劳，也不能再立新的功劳；
4. 成为魔鬼的奴隶；
5. 当受地狱及现世的各种惩罚。

大罪与小罪之间有着本质区别。大罪使信友失去宠爱的生命，而小罪是伤害这恩宠的生命，但没达到致死的地步。

为构成大罪有三个必要因素：

1. 是在大事情上；即：严命禁止或严令规定的事项上。
2. 清楚了解；明明知道事情的严重性和违法性。
3. 完全赞同；在做决定时，意志是自由的。

如果三者缺一，则构不成大罪，是小罪。

痛悔

什么是痛悔？

痛悔是心里难过，悔恨自己的罪过，因为得罪了天主。

痛悔有几样？

有上等，下等两样痛悔。

什么是上等痛悔？

上等痛悔是从爱天主发出来的，就是恼恨自己的罪，因为得罪了万万美善，无穷可爱的天主。

为什么称之为上等痛悔呢？

有两个原因：1. 其动机不是因着自己的损失或灾害，而纯是因着天主的无尽美善。2. 因为它使我们立刻获得罪过的赦免，当然我们还有告解的义务。

上等痛悔使我们不借告解圣事，也能得到罪过的赦免吗？

上等痛悔使我们得到罪过的赦免，但并不是说不需要告解圣事了，因为上等痛悔中应包含情愿告解的意思。

为什么上等痛悔有恢复天主宠爱的效力？

因为上等痛悔是来自爱德，而爱德是不能与大罪同时并存的。

省察

省察是什么？

是用心考察自己，自上次妥当告解以来，所犯的种种罪过。

基督信友生活的基本准则

天主十诫

1. 当钦崇天主，不可敬拜邪神。
2. 不可妄用天主的圣名。
3. 当遵守主日和瞻礼日。
4. 孝敬父母尊敬师长。
5. 不许杀人、害人。
6. 不许行邪淫。*
7. 不许偷盗。
8. 不许妄证，毁谤人。
9. 不许贪恋不合天主法律的交往及一切邪淫的事。
10. 不许贪图他人的财物。

两端爱德的诫命

1. 你要全心、全灵、全意爱上主你的天主。
2. 你要爱人如己。

*看第三十一页

圣教四规

1. 凡主日及一总停工瞻礼之日，该望全弥撒。
2. 遵守圣教会所定的大小斋期。
3. 该妥当告解，并善领圣体，至少每年一次。
4. 当尽力帮助圣教会的经费。

严重的罪过

相反圣神的六条罪

1. 绝望救灵
2. 妄拟升天
3. 故驳真理
4. 忌人福宠
5. 固执于恶
6. 至死不悔

呼吁天主降罚的四条罪

1. 故意杀人
2. 拂性邪淫
3. 欺压贫穷
4. 克扣工价

第六诫

我们摘录一段教宗若望·保禄二世给美国主教们的演讲词：

“在基督的爱内，你们以福音的坦诚及牧者的同情心，探讨了婚姻的不可拆散性，并明确指出：‘因着婚姻圣事而缔结在一起的男女信友，他们的婚姻盟约，就如天主对祂子民的爱和基督对祂的教会之爱一样，是永久和不可解散的’。

你们赞扬婚姻的美好，反对避孕的理论和避孕的行为，就如《人类生命》通谕所教导的一样。我自己，同教宗保禄六世的看法完全一致，我也再次肯定，我的前任‘以基督代表之名’所颁发的这部通谕。

夫妻间的性行为，是他们爱情誓盟的特殊表达，就如你们所强调的：‘性关系在婚姻内是人性及道德的善，在婚姻之外，则是不道德’。

你们‘具有真理的话和天主的大能’（格后6,7），是天主法律的真正导师，满富同情的牧人，你们正确无误地声明：同性恋行为（与同性恋倾向不同）是伦理上的偏差”。

“…无论是教会传承，教会训导当局，还是信众的道德意识，都毫不犹豫的肯定：本质上，手淫行为是严重的错误”。

（1975年12月29日信理部有关性方面的伦理问题的声明）

告明

什么罪是我们必须告明的？

一切大罪都是必须告明的，对于小罪，告明也有大益处。

告明时应有什么态度？

要谦虚、全面、严肃、认真，且要简单明了。

告明要全面是什么意思？

即是说，要告明良心认识到的，从上次妥当告解后所犯的一切大罪，以及大罪的次数和当时犯罪的情形。

为使告明全面，该告明哪些情形呢？

应当告明那些改变罪类的各种细情。

哪些情形改变罪类呢？

改变罪类的情形有二：1. 本来是小罪的行为，因着它变成大罪。
2. 本来是一个罪的行为，在这情形下却犯了两条或更多条的大罪。

如果对一条罪不确定是否犯了，也该告明吗？

如果不确定是否犯了罪，没有告明的义务；但若告，该说明自己认识的并不确切。

如果不能确切记得罪过的次数，该怎么办？

该说大约有几回。

告解时如果忘记了一条大罪，或忘记说明该说的情形，还算是妥当告解吗？

如果确实是忘记了，告解还是妥当告解，因为不是故意隐瞒。

告解时忘记的大罪，后来想起来了，该怎么办？

如果告解时，忘记了一条大罪，后来想起来了，应该在下次告解时予以告明。

如果因为害羞，或其他原因，告解时故意隐瞒大罪，有什么后果？

不但瞒下的罪不得赦，别的罪也不得赦，而且犯一个冒告解，亵圣的大罪。

我们必须告明一总的大罪，即良心省察到的，所有未经妥善告解的大罪。

对于是否犯过的罪或对其严重性有怀疑的罪，没有告解的义务。

明知故意地隐瞒大罪，是犯亵圣的罪；需要重新告解，同时也要告明这亵圣之罪。

告解礼

愿天主永受赞美！
从今日直到永远！

因父，及子，及圣神之名。
阿们。

愿天主圣神光照你的心，使你诚心诚意告明你的罪过，并认识天主的仁慈。
阿们。



悔罪经

天主，为了我所犯的一切罪过，和我的失职怠惰，我全心痛悔，因为我如此得罪了你、极仁慈及崇高的天主。现在依靠你圣宠的助佑，我全心定志，善做补赎，以后再不敢犯罪，并远离一切犯罪的机会。天主，求你看我们的主耶稣基督救世受难的功劳怜悯我。阿们。

赦罪经

天上的慈父，因祂圣子的死亡和复活，使世界与祂和好，又恩赐圣神赦免罪过，愿祂藉着教会的服务，宽恕你，赐给你平安。

**现在我因父，及子，及圣神之名，赦免你的罪过。
阿们。**

愿我们的主耶稣基督的苦难，荣福童贞玛利亚及所有圣人的代祷，以及你所行的善工和所背负的十字架，能助佑你获得罪赦，多得恩宠并得享永生的赏报。平安去吧。

告解和圣体

为善领圣体，有哪些必要的条件？

为善领圣体，要紧的条件有三个：1. 灵魂上有宠爱；2. 知道要领受的是谁；3. 守圣体斋。

a) 对于刚刚皈依基督信仰，来到信友团体，并开始信仰生活的人，如果没有办告解，绝对不可以领圣体。

当然，这是指已经领过洗，但已经完全放弃信仰生活的人说的。如果是教外人士，皈依信仰，不必办告解，只要领受洗礼，就可以得到原本诸罪的赦免。

b) 如果教友放弃了信仰生活（特别是不参与主日弥撒），虽然时间不长，也需要先办告解，而后再领圣体。

c) 按照法律，犯大罪后，必须办告解，而后才可以领圣体。

d) 如果没有办法先办告解，为了重大原因^{*}，也可以领圣体，当然需要先发痛悔，祈求主的宽恕，并立志尽快办告解。

^{*} 重大原因，例如：如果不领圣体，会使在场的信友惊骇或产生恶表。仅是愿意领圣体的心愿，不算是重大原因。

弥撒经文

求主垂怜经

主祭：上主，求你垂怜。

信友：上主，求你垂怜。

主祭：基督，求你垂怜。

信友：基督，求你垂怜。

主祭：上主，求你垂怜。

信友：上主，求你垂怜。

Kyrie, eleison. Kyrie, eleison.

Christe, eleison. Christe, eleison.

Kyrie, eleison. Kyrie, eleison.

光荣颂

天主在天受光荣。主爱的人在世享平安。主，天主，天上的君王，全能的天主圣父，我们为了你无上的光荣，赞美你、称颂你、朝拜你、显扬你、感谢你。主、耶稣基督、独生子；主、天主、天主的羔羊，圣父之子；除免世罪者，求你垂怜我们。除免世罪者，求你俯听我们的祈祷。坐在圣父之右者，求你垂怜我们；因为只有你是圣的，只有你是主，只有你是至高无上的。耶稣基督，你和圣神，同享天主圣父的光荣。阿们。

*Gloria in excelsis Deo
et in terra pax hominibus
bonae voluntatis.*

**Laudamus te, benedicimus te,
adoramus te, glorificamus te,
gratias agimus tibi propter
magnam gloriam tuam,**

*Domine Deus, Rex caelestis,
Deus Pater omnipotens.*

**Domine Fili unigenite,
lesu Christe,** *Domine Deus,*

Agnus Dei, Filius Patris,

**qui tollis peccata mundi,
miserere nobis;**

*qui tollis peccata mundi, suscipe
deprecationem nostram.*

**Qui sedes ad dexteram Patris,
miserere nobis.**

Quoniam tu solus Sanctus,

tu solus Dominus,

tu solus Altissimus, Iesu Christe,

cum Sancto Spiritu:

in gloria Dei Patris.

Amen.

信经

我信唯一的天主，全能的圣父，天地万物，无论有形无形，都是祂所创造的。我信唯一的主、耶稣基督、天主的独生子。祂在万世之前，由圣父所生。祂是出自天主的天主，出自光明光明，出自真天主的真天主。祂是圣父所生，而非圣父所造，与圣父同性同体，万物是籍着祂而造成的。祂为了我们人类，并为了我们的得救，从天降下。

(鞠躬)

“祂因圣神由童贞玛利亚取得肉躯，而成为人”。祂在般雀比拉多执政时，为我们被钉在十字架上，受难而被埋葬。祂正如圣经所载，第三日复活了，祂升了天，坐在圣父的右边。祂还要光荣地降来，审判生者死者，祂的神国万世无疆。

Credo in unum Deum,
Patrem omnipotentem,
factorem caeli et terrae,
visibilium omnium
et invisibilium.
Et in unum Dominum Iesum
Christum,
Filium Dei unigenitum,
et ex Patre natum
ante omnia saecula.
Deum de Deo,
lumen de lumine,
Deum verum de Deo vero,
genitum, non factum,
consubstantialem Patri:
per quem omnia facta sunt.
Qui propter nos homines
et propter nostram salutem
descendit de caelis,

et incarnatus est
de Spiritu Sancto
ex Maria Virgine,
et homo factus est.
Crucifixus etiam pro nobis sub
Pontio Pilato,
passus et sepultus est,
et resurrexit tertia die,
secundum Scripturas,
et ascendit in caelum,
sedet ad dexteram Patris.
Et iterum venturus est cum gloria
iudicare vivos et mortuos,
cuius regni non erit finis.

我信圣神，祂是主及赋予生命者，由圣父圣子所共发。祂和圣父圣子，同受钦崇，同享光荣，祂曾藉先知们发言。我信唯一、至圣、至公、从宗徒传下来的教会。我承认赦罪的圣洗，只有一个。我期待死人的复活，及来世的生命。阿们。

Et in Spiritum Sanctum,
Dominum
et vivificantem:
qui ex Patre Filioque procedit.
Qui cum Patre et Filio simul
adoratur
et conglorificatur,
qui locutus est per prophetas.
Et unam, sanctam,
catholicam et apostolicam
Ecclesiam.
Confiteor unum baptisma
in remissionem peccatorum.
Et exspecto resurrectionem
mortuorum, et vitam venturi
saeculi. Amen.

献礼经前的邀请

主祭：各位教友，请你们祈祷，望全能的天主圣父，收纳我和你们共同奉献的圣祭。

Orate, fratres, ut meum ac
vestrum sacrificium
acceptabile fiat apud Deum
Patrem omnipotentem.

信友：望上主从你的手中收纳这个圣祭，为赞美并光荣祂的圣名，也为我们和祂整个圣教会的益处。

*Suscipiat Dominus sacrificium
de manibus tuis ad laudem et
gloriam nominis sui, ad
utilitatem quoque nostram
totiusque Ecclesiae suae
sanctae.*

圣圣圣

圣、圣、圣，上主万有的
天主，你的光荣充满天地。
欢呼之声响彻云霄。奉上
主名而来的当受赞美。
欢呼之声，响彻云霄。

Sanctus, Sanctus, Sanctus
Dominus Deus Sabaoth.
Pleni sunt caeli et terra
gloria tua.
Hosanna in excelsis.
Benedictus qui venit
in nomine Domini.
Hosanna in excelsis.

祝圣后欢呼

主祭： 信德的奥迹。

Mysterium fidei.

信友： 基督，我们传报你
的圣死，我们歌颂你的复
活，我们期待你光荣的来
临。

*Mortem tuam adnuntiamus,
Domine, et tuam
resurrectionem confitemur,
donec venias.*

天主经

我们的天父，愿你的名受
显扬，愿你的国来临，愿
你的旨意奉行在人间，如
同在天上。求你今天赏给
我们日用的食粮，求你宽
恕我们的罪过，如同我们
宽恕别人一样，不要让我

Pater noster,
qui es in caelis,
sanctificetur nomen tuum,
adveniat regnum tuum,
fiat voluntas tua,
sicut in caelo et in terra.
Panem nostrum cotidianum
da nobis hodie,
et dimitte nobis debita nostra,
sicut et nos dimittimus
debitoribus nostris,

们陷于诱惑，但救我们
免于凶恶。阿们。

et ne nos inducas
in tentationem,
sed libera nos a malo.
Amen.

天下万国

天下万国，普世权威，
一切荣耀，永归于你。

Quia tuum est
regnum,
et potestas,
et gloria in saecula.

天主羔羊

除免世罪的天主羔羊，
求你垂怜我们。
除免世罪的天主羔羊，
求你垂怜我们。
除免世罪的天主羔羊，
求你赐给我们平安。

Agnus Dei, qui tollis
peccata mundi,
miserere nobis.
Agnus Dei, qui tollis
peccata mundi,
miserere nobis.
Agnus Dei, qui tollis
peccata mundi,
dona nobis pacem.

礼成经

主祭： 弥撒礼成。

Ite missa est.

信友： 感谢天主。

Deo gratias.

玫瑰经

同其他信友或与家人一起诵念玫瑰经，可获得全大赦。

欢喜五端(星期一、四念)

- 欢喜一端 圣母领报。
- 欢喜二端 圣母往见圣妇依撒伯尔。
- 欢喜三端 吾主耶稣基利斯督降诞。
- 欢喜四端 圣母献耶稣于主堂。
- 欢喜五端 耶稣十二龄讲道。

痛苦五端(星期二、五念)

- 痛苦一端 耶稣山园祈祷。
- 痛苦二端 耶稣系受鞭笞。
- 痛苦三端 耶稣受茨冠之苦辱。
- 痛苦四端 耶稣负十字架陟山受死。
- 痛苦五端 耶稣被钉十字架上死。

荣福五端(星期三、六、日念)

- 荣福一端 耶稣复活。
- 荣福二端 耶稣升天。
- 荣福三端 圣神降临。
- 荣福四端 圣母荣召升天。
- 荣福五端 圣母为天地的母皇。

教宗若望·保禄二世于2002年10月16日发表《童贞玛利亚的玫瑰经》，增添五端光明的奥迹。

光明五端（星期四念）

光明一端 耶稣受洗。

光明二端 耶稣赴加纳婚宴。

光明三端 耶稣宣讲天国来临。

光明四端 耶稣显圣容。

光明五端 耶稣建立圣体。

圣母亲授玫瑰经附诵（法蒂玛圣母祷词）

吾主耶稣，请宽赦我们的罪过，救我们于永火之中。求你把众人的灵魂，特别是那些需要你怜悯的灵魂，领到天国里去。

母后万福

母后万福！仁慈的母亲，我们的生命，我们的甘饴，我们的希望。厄娃子孙，在此尘世，向你哀呼。在这涕泣之谷，向你叹息哭求。我们的主保，求您回顾，怜视我们。一旦流亡期满，使我们得见你的圣子，万民称颂的耶稣。童贞玛利亚，你是宽仁的、慈悲的、甘饴的。天主圣母，请为我们祈求，使我们堪受承受基督的恩许。

Salve, Regina, mater misericordiae, vita, dulcedo et spes nostra, salve. Ad te clamamus, exules filii Evae. Ad te suspiramus gementes et flentes in hac lacrimarum valle. Eia ergo, advocata nostra, illos tuos misericordes oculos ad nos converte. Et Iesum, benedictum fructum ventris tui, nobis post hoc exilium ostende. O clemens, o pia, o dulcis Virgo Maria.

圣母祷文

Kyrie, eleison

Kyrie, eleison

Christe, eleison

Christe, eleison

Kyrie, eleison

Kyrie, eleison

Christe, audi nos

Christe, audi nos

Christe, exaudi nos

Christe, exaudi nos

Pater de caelis,

Deus *miserere nobis*

Fili Redemptor mundi,

Deus *miserere nobis*

Spiritus Sancte, Deus

miserere nobis

Sancta Trinitas, unus Deus

miserere nobis

Sancta Maria,

ora pro nobis

Sancta Dei Genetrix

Sancta Virgo virginum

Mater Christi

Mater Ecclesiae

Mater divinae gratiae

Mater purissima

Mater castissima

Mater inviolata

Mater intemerata

启：天主矜怜我等。

应：基利斯督矜怜我等，
天主矜怜我等。

启：基利斯督俯听我等。

启：基利斯督垂允我等。

启：在天天主父者。

应：矜怜我等。（下同）

启：赎世天主子者。

启：圣神天主者。

启：三位一体天主者。

启：圣玛利亚。

应：为我等祈（后同）

启：天主圣母。

启：童身之圣童身者。

启：基利斯督之母。

启：天主宠爱之母。

启：至洁之母。

启：至贞之母。

启：无损之母。

启：无玷之母。

Mater amabilis	启：可爱之母。
Mater admirabilis	启：可奇之母。
Mater boni consilii	启：善导之母。
Mater Creatoris	启：造物主之母。
Mater Salvatoris	启：救世主之母。
Virgo prudentissima	启：极智者贞女。
Virgo veneranda	启：可敬者贞女。
Virgo praedicanda	启：可颂者贞女。
Virgo potens	启：大能者贞女。
Virgo clemens	启：宽仁者贞女。
Virgo fidelis	启：大忠者贞女。
Speculum iustitiae	启：义德之镜。
Sedes sapientiae	启：上智之座。
Causa nostrae laetitiae	启：吾乐之缘。
Vas spirituale	启：妙神之器。
Vas honorabile	启：可崇之器。
Vas insigne devotionis	启：圣情大器。
Rosa mystica	启：玄义玫瑰。
Turris davidica	启：达味敌楼。
Turris eburnea	启：象牙宝塔。
Domus aurea	启：黄金之殿。
Foederis arca	启：结约之柜。
Ianua caeli	启：上天之门。
Stella matutina	启：晓明之星。
Salus infirmorum	启：病人之痊。
Refugium peccatorum	启：罪人之托。
Consolatrix afflictorum	启：忧苦之慰。

Auxilium christianorum	启：进教之佑。
Regina angelorum	启：诸天神之后。
Regina patriarcharum	启：诸圣祖之后。
Regina prophetarum	启：诸先知之后。
Regina apostolorum	启：诸宗徒之后。
Regina martyrum	启：诸为义致命之后。
Regina confessorum	启：诸精修之后。
Regina virginum	启：诸童身之后。
Regina sanctorum omnium	启：诸圣人之后。
Regina sine labe originali concepta	启：无染原罪始胎之后。
Regina in caelum assumpta	启：至圣玫瑰之后。
Regina sacratissimi Rosarii	启：至圣玫瑰之后。
Regina familiae	启：家庭之后。
Regina pacis	启：和平之后。
Regina sinarum	启：中华之后。
Agnus Dei, qui tollis peccata mundi, <i>parce nobis, Domine.</i>	启：除免世罪天主羔羊者， 应：主赦我等
Agnus Dei, qui tollis peccata mundi, <i>exaudi nos, Domine.</i>	启：除免世罪天主羔羊者， 应：主允我等
Agnus Dei, qui tollis peccata mundi, <i>miserere nobis.</i>	启：除免世罪天主羔羊者， 应：主怜我等

启：天神来报圣母玛利亚。

应：乃因圣神受孕。

请众同祷：天主，求你把你的圣宠注入我们心中，我们既因天使的预报，得知你的圣子降生成人，亦愿赖着祂的苦难及祂的十字圣架，获享复活的光荣。因我们的主基督。阿们。

耶稣圣心祷文

Kyrie, eleison

Kyrie, eleison

Christe, eleison

Christe, eleison

Kyrie, eleison

Kyrie, eleison

Christe, audi nos

Christe, audi nos

Christe, exaudi nos

Christe, exaudi nos

Pater de caelis, Deus,

miserere nobis

Fili Redemptor mundi,

Deus *miserere nobis*

Spiritus Sancte,

Deus *miserere nobis*

Sancta Trinitas, unus

Deus *miserere nobis*

Cor Iesu, Fili Patris aeterni

miserere nobis

Cor Iesu, in sinu Virginis

Matris a Spiritu Sancto

formatum

Cor Iesu, Verbo Dei

substantialiter unitum

Cor Iesu,

maiestatis infinitae

启：天主矜怜我等。

应：基利斯督矜怜我等，
天主矜怜我等。

启：基利斯督俯听我等。

启：基利斯督垂允我等。

启：在天天主父者。

应：矜怜我等！

启：赎世天主子者。
(下同)

启：圣神天主者。

启：三位一体天主者。

启：无始圣父之子耶稣之
圣心。

启：耶稣圣心，圣神所成
于贞母胎中者。

启：耶稣圣心，全体合于
天主圣言者。

启：耶稣圣心，无限尊威
者。

Cor Iesu, templum Dei sanctum	启：耶稣圣心，为天主之圣殿。
Cor Iesu, tabernaculum Altissimi	启：耶稣圣心，为至上者之幕府。
Cor Iesu, domus Dei et porta caeli	启：耶稣圣心，为天主之宫、上天之门。
Cor Iesu, fornax ardens charitatis	启：耶稣圣心，为爱火之烈窑。
Cor Iesu, iustitiae et amoris receptaculum	启：耶稣圣心，为义德慈爱之总汇。
Cor Iesu, bonitate et amore plenum	启：耶稣圣心，充满慈善仁爱者。
Cor Iesu, virtutum omnium abyssus	启：耶稣圣心，为诸德之渊。
Cor Iesu, omni laude dignissimum	启：耶稣圣心，为最宜赞颂者。
Cor Iesu, rex et centrum omnium cordium	启：耶稣圣心，为众心之王、众心之向者。
Cor Iesu, in quo sunt omnes thesauri sapientiae et scientiae	启：耶稣圣心，为上智神明诸宝藏之所在。
Cor Iesu, in quo habitat omnis plenitudo divinitatis	启：耶稣圣心，为主性全备之所居。
Cor Iesu, in quo Pater sibi bene complacuit	启：耶稣圣心，为圣父所忻悦者。
Cor Iesu, de cuius plenitudine omnes nos accepimus	启：耶稣圣心，我等感受其盈馀。
Cor Iesu, desiderium collium aeternorum	启：耶稣圣心，为永远山陵之仰望。

Cor Iesu, patiens et multae
misericordiae
Cor Iesu, dives
in omnes qui invocant te
Cor Iesu, fons vitae
et sanctitatis
Cor Iesu, propitiatio pro
peccatis nostris
Cor Iesu, saturatum
opprobriis
Cor Iesu, attritum propter
scelera nostra
Cor Iesu, usque ad mortem
oboediens factum
Cor Iesu, lancea
perforatum
Cor Iesu, fons totius
consolationis
Cor Iesu, vita et resurrectio
nostra
Cor Iesu, pax et reconciliatio
nostra
Cor Iesu, victima
peccatorum
Cor Iesu, salus in te
sperantium
Cor Iesu, spes in te
morientium
Cor Iesu, deliciae sanctorum
omnium

启：耶稣圣心，最忍耐慈悲者。

启：耶稣圣心，富有以赐祷尔者。

启：耶稣圣心，为神命圣德之源。

启：耶稣圣心，为我等罪恶之补赎。

启：耶稣圣心，饱受凌辱者。

启：耶稣圣心，为我等罪恶伤残者。

启：耶稣圣心，至死顺命者。

启：耶稣圣心，为长矛所刺透者。

启：耶稣圣心，为诸忻慰之泉。

启：耶稣圣心，为我等之生命复活。

启：耶稣圣心，为我等之安乐平和。

启：耶稣圣心，为赎罪之牺牲。

启：耶稣圣心，为望尔者之救援。

启：耶稣圣心，为临终赖尔者之仰望。

启：耶稣圣心，为诸圣人之欢忭。

Agnus Dei, qui tollis
peccata mundi,
parce nobis, Domine.
Agnus Dei, qui tollis
peccata mundi,
exaudi nos, Domine.
Agnus Dei, qui tollis
peccata mundi,
miserere nobis.

启：除免世罪天主羔羊者。

应：主赦我等！

启：除免世罪天主羔羊者。

应：主允我等！

启：除免世罪天主羔羊者。

应：主怜我等！

启：良善心谦之耶稣，

应：恳使我等之心仰合尔心。

请众同祷：全能无始无终者天主，垂视尔极爱子之圣心，并视其代我罪人所献于尔之赞颂，所行之补赎，凡罪人乞尔慈悯，恳祈息怒赦宥之。为尔子耶稣、基利斯督之圣名，其偕尔、偕圣神，唯一天主，乃生乃王，于无穷世。阿们。

圣若瑟祷文

Kyrie, eleison

Kyrie, eleison

Christe, eleison

Christe, eleison

Kyrie, eleison

Kyrie, eleison

Christe, audi nos

Christe, audi nos

Christe, exaudi nos

Christe, exaudi nos

Pater de caelis,

Deus, *miserere nobis*

Fili Redemptor mundi,

Deus, *miserere nobis*

Spiritus Sancte,

Deus, *miserere nobis*

Sancta Trinitas, unus

Deus, *miserere nobis*

Sancta Maria,

ora pro nobis

Sancte Ioseph

Proles David inclita

Lumen patriarcharum

Dei Genetricis sponse

Custos pudice Virginis

Filii Dei nutricie

Christi defensor sedule

启：天主矜怜我等。

应：基利斯督矜怜我等，
天主矜怜我等。

启：基利斯督俯听我等。

启：基利斯督垂允我等。

启：在天天主父者。

应：矜怜我等。

启：赎世天主子者。

启：圣神天主者。

启：三位一体天主者。

启：圣玛利亚。

应：为我等祈。

启：圣若瑟。 （下同）

启：若瑟达味之名裔。

启：古圣祖之光辉。

启：天主圣母之净配。

启：童贞圣母清洁之护卫。

启：鞠养天主圣子者。

启：勤卫基利斯督者。

Almae Familiae praeses	启：圣家之尊长。
Ioseph iustissime	启：若瑟极义者。
Ioseph castissime	启：若瑟至洁者。
Ioseph prudentissime	启：若瑟极智者。
Ioseph fortissime	启：若瑟极勇者。
Ioseph oboedientissime	启：若瑟极听命者。
Ioseph fidelissime	启：若瑟极忠信者。
Speculum patientiae	启：忍耐之明镜。
Amator paupertatis	启：钟爱神贫者。
Exemplar opificum	启：艺者之表率。
Domesticae vitae decus	启：居家之徽美。
Custos virginum	启：童贞者之保护。
Familiarum columen	启：室家之砥柱。
Solacium miserorum	启：苦者之安慰。
Spes aegrotantium	启：病者之仰望。
Patrone morientium	启：临终者之主保。
Terror daemonum	启：邪魔之惊惧。
Protector sanctae Ecclesiae	启：圣而公会之保障。
Agnus Dei, qui tollis peccata mundi, <i>parce nobis, Domine.</i>	启：除免世罪天主羔羊者。 应：主赦我等。
Agnus Dei, qui tollis peccata mundi, <i>exaudi nos, Domine.</i>	启：除免世罪天主羔羊者。 应：主允我等。
Agnus Dei, qui tollis peccata mundi, <i>miserere nobis.</i>	启：除免世罪天主羔羊者。 应：主怜我等。

领：天主特立之家臣。

众：掌其一切所有者。

请众同祷：天主，因尔无可名言之照顾，特简真福若瑟，为尔圣母之净配。恳赐我等，在世敬彼为主保者，得其在天之转达。乃尔偕圣父及圣神，唯一天主，乃生乃王世世。 阿们。

热心短诵

基督胜利，基督为王，基督统御万邦。

满盈圣爱的耶稣圣心，请以你的爱火燃烧我等之心。

良善心谦的耶稣，请使我心相似你的圣心。

耶稣圣心，我信赖你。

我的天主，可怜我罪人吧（路18，13）。

我主，我天主（若 20，28）。

耶稣玛利亚若瑟，我献给你们我的心，我的灵魂，我的生命。

耶稣玛利亚若瑟，在我临终时，护佑我。

耶稣玛利亚若瑟，赐我在你们内得安死之恩。

因着圣母，圣神请你来临。

圣母，我信赖你。

愿圣母协同她的圣子降福我们。

至圣童贞，我赞美你，请给我战胜仇敌的力量。

Christus vincit! Christus regnat! Christus imperat!

Cor Iesu, flagrans amore nostri, inflamma cor nostrum amore tui.

Iesu, mitis et humilis corde, fac cor nostrum secundum cor tuum.

Dominus meus et Deus meus (Jn 20,28).

Dilectus meus mihi. Et ego illi qui pascitur inter lilia.

Veni, Sancte Spiritus, veni per Mariam.

Mater mea, fiducia mea.

Nos cum prole pia benedicat Virgo Maria.

Dignare me laudare te, Virgo sacrata. Da mihi virtutem contra hostes tuos.

哦，有福的罗马！

凡虔诚晋谒罗马四大圣殿之一的信友，无论是团体朝圣或个人拜访，只要心怀虔敬和服从教宗的意向，同时念天主经，信经各一遍，皆可获得全大赦。四大圣殿是：圣若望拉特朗大殿，圣母雪地大殿，圣伯多禄大殿和圣保禄大殿。

《祈祷使人得救》由《30日》月刊于2001年首次出版，
随后多次修订再版。

2005年2月，时任枢机、
后成为教宗本篤十六世的若瑟·拉辛格为该书作序。

本册《祈祷使人得救》为最新版本，
再次得幸由教宗方济各做序。
申领本书者请联系雅各伯·唐塔尔蒂尼协会

邮件：info@assotantardini.it

30日杂志

在教会里和世界上

Giulio Andreotti 社长

《祈祷使人得救》于2001年出版
取自《30日在教会与世俗内》月刊，
该书连续编辑了几个不同的版本，
最后一版完成于2009年

本书是与最后一版相符的抄件，
由don Giacomo Tantardini 协会出版，
地址：Felice Bisleri 路，9号 - 00133，罗马
邮件：info@assotantardini.it
网站：www.associazionedongiacomotantardini.it

本书由小路无营利组织和新文化馆合作社
共同参与出版发行

30日杂志的电话和邮箱依然可用
电话：+39 335 879 4068
邮箱：30giorni@30giorni.it

由Arti Grafiche La Moderna承印
并于2018月完成印刷 - Enrico Fermi 路，13号
Giudonia - 罗马

