大斋期三圣颂

目录

税吏与法利赛人周 3
- 在大晚祷中
- 晨祷
- 圣体礼仪

浪子周 10
- 在大晚祷中
- 晨祷
- 圣体礼仪

肉斋前星期六 17
- 晚祷时
- 晨祷
- 圣体礼仪

肉斋周 27
- 大晚祷
- 晨祷
- 圣体礼仪

乳斋星期六 36
- 晚祷时
- 晨祷
- 圣体礼仪

乳斋周 47
- 大晚祷
- 晨祷
- 圣体礼仪
- 该周的晚上

大斋期第一周

星期一 56
- 晨祷时
- 第六时辰
- 晚祷时
- 晚祷

星期二 81
- 晨祷
- 第六时辰
- 晚祷
- 晚祷

周三 102
- 晨练时
- 第六课时
- 晚祷时
- 晚祷

星期四 124
- 晨祷
- 第六时辰
- 晚祷
- 晚祷

星期五 145
- 晨祷
- 第六时辰
- 晚祷

星期六 155
- 晨祷时
- 圣体礼仪

大斋期第一周 164
- 小晚祷
- 大晚祷
- 晨祷
- 在圣体礼仪中
- 周日晚间
- 晚祷

大斋期第二周 176
- 在大晚祷时
- 晨祷时
- 在圣体礼仪中
- 周日晚间

大斋期第三周 187
- 在小晚祷中
- 在大晚祷中
- 晨祷
- 圣体礼仪
- 复活节后第一周的傍晚

大斋期第四周 198

• 在大晚祷中 • 晨祷时 • 在圣体礼仪中 • 周日晚间
大斋期第五周
星期三..... 207
• 第六时辰 • 晚祷时
星期四..... 213
• 晨祷时 • 第六时辰 • 晚祷时
星期五..... 240
• 第六时辰 • 晚祷时
圣咏日 244
• 晨祷时 • 圣体礼仪
大斋期第五周 255
• 大晚祷 • 晨祷 • 圣体礼仪 • 周日晚间
瓦伊周
星期五..... 265
• 第六时辰 • 晚祷时
圣洁义人拉撒路主日..... 269
• 晚祷时 • 在晨祷中 • 圣体礼仪
棕枝主日。主进入耶路撒冷..... 282
• 小晚祷 • 大晚祷 • 晨祷
• 在圣体礼仪中 • 圣周傍晚
受难周
大星期一..... 294
• 晚祷时 • 晨祷时 • 第六时辰 • 晚祷
大星期二..... 304
• 晚祷 • 晨祷时 • 第六时辰 • 晚祷
大星期三..... 314
• 晚祷 • 晨祷时 • 第六时辰 • 晚祷
大星期四..... 324
• 晚祷 • 晨祷 • 第一时辰 • 大晚祷
大星期五..... 337
• 晚祷
• 圣受难礼仪..... 339
• 圣周五的时辰礼..... 357
• 第1节课 • 第3小时 • 6点钟方向 • 第9时辰
• 在大晚祷时
大圣周六..... 381
• 晚祷时 • 晨祷时 • 大晚祷 • 午夜祷告

星期六的大晚祷

诵读开端诗篇后，诵读第一卡菲斯姆全文。在《我向主呼求》**之后，唱10首诗篇：其中3首取自复活节《八音集》，4首取自东方《八音集》，2首取自《三圣集》的自唱诗，并重复第一首两次：**

第一调

弟兄们，我们不要像法利赛人那样祷告：/ 因为自高自大的人必被贬低。/ 让我们在神面前谦卑自己，/ 如同斋戒期间税吏的呼求：/ “神啊，求祢怜悯我们这些罪人！”**（2）**

法利赛人被虚荣所胜，/ 税吏则因悔改而蒙垂听，/ 他们都来到祢面前，独一的主：/ 但一人因自夸而失去了恩典，/ 另一人却无需多言便蒙受了恩赐。/ 基督上帝啊，求祢以那爱人的心，/ 在这些哀叹中坚固我。

颂荣，第八调：全能的主啊，/ 我深知眼泪的力量：/ 因为它们曾将希西家从死亡之门中救起，/ 使罪人脱离了长久以来的罪孽，/ 更使税吏比法利赛人更蒙称义；/ 因此我恳求：/ “求祢将我列在他们之中，怜悯我！”

如今，圣母颂：普通调式的信经。

在礼仪中，圣殿的诗篇

颂荣，第三调：我灵魂啊，既已领悟税吏与法利赛人之别，/当憎恶前者那傲慢之声，/却当效法后者那怀着诚挚悔意之祷告，呼求道：/“上帝啊，可怜我这罪人，怜悯我吧！”*

如今，圣母节主日同调的诗篇：祢无须种子，藉着圣灵，/ 并按圣父的旨意，怀了神的儿子。/ 祂自创世以前就由圣父而生，无母，/ 但为了我们，祂由祢无父而生，/ 祢在胎中怀着祂的肉身，/ 并像哺育婴儿一样以乳汁哺育祂。/ 因此，请勿停止代祷，/ 求祢拯救我们的灵魂脱离灾祸。

《八音集》诗篇中的诗节

《荣耀颂》，第五调：我因自己的罪孽而沉重，/ 双眼无法仰望并看见天上的高处；/ 但救主啊，请接纳我这悔改的税吏，/ 并怜悯我。

如今，圣母颂，第五调：圣殿与门户，王宫与宝座，——/ 就是你，尊贵的童贞女；/ 藉着你，我的救赎主，主基督，/ 向沉睡在黑暗中的人显现，如同公义的太阳，/ 愿照亮祂所创造的人，/ 按祂的形象亲手所造之人。/ 因此，万福者，/ 因祢获得了向祂祈求的母性勇气，/ 请不断为我们代求，/ 求祂拯救我们的灵魂。

晨祷时

六篇诗篇之后，主上帝：**按《八音集》调式，复唱复活节颂词两次，并唱《圣母颂》一次。随后是《诗篇》的常规诵读。《八音集》的坐咏。在“无瑕者”之后，唱颂词：**天使众：**伊帕科伊。按调式唱阶诗和前诵。**“万物有息”：**主日常规福音。**基督复活：**“第50篇诗篇”。**

《荣耀颂》，第八调：赐生命者，求祢为我开启悔罪之门，因自破晓时分，我的灵便奔向祢的圣殿，却背负着这被玷污的肉体之殿。但祢满怀怜悯，求祢以祢仁慈的恩典洁净它。

如今，圣母颂：求圣母引导我走上救赎之路，/ 因我以可耻的罪孽玷污了灵魂，/ 并轻率地虚度了整个人生。/ 但愿藉着你的祈祷，/ 使我脱离一切污秽。

此外，第六调：上帝啊，求祢凭祢的大慈爱怜悯我，/ 凭祢丰盛的恩惠，涂抹我的罪孽。

思量着我所犯下的诸多重罪，/我这不幸之人，在可怕的审判之日面前战栗不已。/但我寄望于祢仁慈的恩典，/如同大卫一般向祢呼求：/“上帝啊，求祢怜悯我，/因祢的大慈大悲！”

第一首圣咏——复活节第四调，第二首——十字架复活节第二调，第三首——圣母颂第二调，以及《三圣咏集》第六调：均为格奥尔基所作。其名字的首字母缩写见于圣母颂中。

圣咏，乔治所作，第六调。

第一首

伊尔莫斯：以色列人如同在陆地上行走 / 脚踏深渊，/ 看见追赶他们的法老溺水而亡，便高呼：/ “让我们为上帝唱胜利之歌！”

基督用寓言引导众人 / 改过自新，/ 因税吏的谦卑而提拔他，/ 又借法利赛人的自高，显明谦卑者的尊荣。

既见谦卑带来尊荣，/又见自高导致惨痛的跌落，/当效法税吏的美德，/并憎恶法利赛人的邪恶。

因轻率，一切美德皆成虚妄；/因谦卑，一切邪恶皆被铲除；/信徒们啊，让我们爱慕谦卑，/并由衷厌恶自负者的行径。

愿祂的门徒都成为谦卑而智慧的人，/万王之王劝诫并教导他们，要效法/税吏的哀叹与谦卑。

颂词：我如税吏般哀叹，/ 带着止不住的抽泣，主啊，/ 如今我来到祢的仁慈面前：/ 求祢怜悯我，/ 如今以谦卑之心度过此生！

如今，向圣母祈祷：理智、意志、希望，/ 身体、灵魂与精神，主母，/ 我将这一切托付于祢：/ 求祢救我脱离恶毒的仇敌、诱惑，以及将来的惩罚。

卡塔瓦西亚：我将张开双唇，/ 它们便充满圣灵；/ 我将向王后圣母献上颂词，/ 并以光辉之姿欢庆，/ 欢欣地歌颂祢的奇蹟。

第三首

伊尔莫斯：没有圣者，/能如祢一般，我的主、我的上帝，/祢提升了忠于祢之人的尊严，祢是良善的，/并将我们坚立在/祢信仰的磐石之上。

谦卑者从污秽与情欲中升起，/而凡心怀骄傲者，必从美德之巅悲惨地坠落：/让我们远离那样的品性，远离那样的恶习！

虚荣使公义的财富化为乌有，/而谦卑则驱散种种情欲；/求祢，救主，使我们这些效法谦卑之人，/成为税吏的同伴。

如同税吏一般，我们也捶胸顿足，/在痛悔中呼求：/“上帝啊，求祢怜悯我们这些罪人！”/——为要因此获得赦免。

信徒们，让我们满怀热忱地前行，/ 追求温顺，以谦卑为生，/ 在内心哀叹与泪水交织的祈祷中，/ 愿从上帝那里获得宽恕。

颂词：信徒们，让我们摒弃傲慢的自夸，/ 以及无度的轻率，/ 还有可憎的狂妄，/ 以及在神面前最可憎的、/ 法利赛人那种无情的冷酷。

如今，圣母颂：我坚信祢是唯一的避难所，/ 愿我不致失去美好的盼望，/ 愿我从祢那里得到帮助，圣洁的圣母，/ 从而免于一切伤害与灾祸。

卡塔瓦西亚：圣母，祢的赞美者——/ 活泼丰沛的泉源，/ 他们筹办了这场属灵的庆典，求祢坚固他们，/ 并在祢神圣的荣耀中，/ 赐予他们荣耀的冠冕。

座咏，第四调

谦卑使 / 因恶行而玷污的税吏得以升华，/ 他满怀悲恸，向造物主呼求："可怜我吧！"；/ 而自高自大则使 / 那个自以为义的可悲法利赛人跌倒，使他丧失了义。/ 因此，让我们效法行善，/ 远离恶行。

颂词：谦卑曾使那位税吏高升，/他曾哭泣着呼求："可怜我们吧！"/并使他得以称义。/让我们都效法他，/我们这些已深陷罪恶深渊的人，/从心底向救主高呼：/"我们得罪了，独一的爱人者，可怜我们吧！"

如今，圣母颂：主母啊，求祢速速垂听我们的祈求，并将它们呈献给祢的圣子、我们的上帝，全无玷污的主母。求祢化解向祢求助之人的灾难，粉碎诡计，击溃那些武装起来对抗祢仆人的无神论者的狂妄。

第四首

伊尔莫斯："基督是我的力量，/ 是神，是主"，/ ——圣教会虔诚地歌唱，/ 从纯净的心智中高声宣告，/ 在主内欢庆。

至高的升华之道——就是谦卑，/ 道已昭示，/ 祂甚至谦卑至奴仆的模样：/ 效法祂的人，凡谦卑者皆得升华。

那义人法利赛人自以为义——便跌倒了；/而那税吏，虽被诸多罪恶所压迫，/却谦卑下来，反而得以升高，/超乎所望地获得了称义。

对于那些自以为贫穷的人，/尽管美德丰盛，/却显出鲁莽；/而谦卑恰恰相反——即使在极度贫乏中，/也能获得称义。/让我们去追求它吧！

主啊，祢曾预言，/ 祢以各种方式抵挡自以为聪明的人，/ 而将祢的恩典赐予谦卑的人，救主；/ 如今，求祢将祢的恩典，/ 降临在我们这些谦卑的人身上。

颂荣：救主与主，常将我们提升至神圣的高处，/ 向我们彰显了使人升华的谦卑：/ 因为祂亲手为门徒 / 洗了脚。

如今，圣母颂：你生下了不可企及之光，/ 童贞女啊，请用明亮的光辉驱散我灵魂的黑暗，/ 并引导我的生命走向得救之路。

卡塔瓦西亚：坐在荣耀中 / 神性的宝座上，/ 乘着轻柔的云彩，/ 至圣的耶稣降临，/ 被无瑕之手托起，/ 并拯救了呼求的人：/ "荣耀归于基督，归于祢的大能！"

第五首

伊尔莫斯：仁慈的主啊，求祢以祢的神圣之光，/照亮那些从黎明起就向祢奔涌的灵魂，/以爱光芒照耀——我如此祈求——/好叫我们认识祢，上帝的道，真神，/祢正从罪恶的黑暗中/召唤我们归向祢。

让我们努力效法法利赛人的美德，/ 并以税吏的谦卑为榜样，/ 憎恶他们二人身上的恶：/ 鲁莽与堕入罪恶的毁灭。

公义之跑被揭露为徒劳：/ 因为法利赛人将其与自负混为一谈；/ 而税吏却恰恰相反，他将 / 提升美德的谦卑作为自己的同伴。

法利赛人自以为能像御者般在美德中疾驰；/但税吏徒步与疾驰的战车竞速，/却成功地超越了他，/将谦卑与悲恸的呼喊融为一体。

既然我们已用心领悟了税吏的比喻，/ 让我们流着泪心生羡慕，/ 向神献上痛悔的心，/ 当我们寻求罪得赦免之时。

颂词：谦卑与邪恶、自负且狂妄的 / 让我们远避，明智之人，法利赛人的性情，那可怕的傲慢，/ 免得我们失去 / 神的恩典。

如今，圣母颂：仁慈的圣母，求祢赐下 / 权能之杖，予我们所有投奔祢的人，/ 使我们在众仇敌中得胜，/ 并使我们免于一切灾祸。

卡塔瓦西亚：整个世界都为 / 祢的神圣荣光而惊叹：/ 因为祢，未曾经历婚姻的童贞女，/ 在祢的子宫中怀了至高无上的上帝 / 并生下了永恒的圣子，/ 祂赐予所有赞美祢的人平安。

第六首

伊尔莫斯：目睹尘世之海 / 掀起试探的波涛，/ 我投奔祢宁静的港湾，向祢呼求：/ “求祢将我的生命从灭亡中拯救出来，/ 满有慈爱的祢！”

税吏与法利赛人 / 曾一同走过人生之路：/ 但一人被轻率所惑，/ 遭遇了可耻的覆灭；/ 另一人却因谦卑而得救。

我们，将生命转向公义，/ 效法税吏的行径，/ 效法他那令人羡慕的思维方式：/ 但要远离法利赛人可憎的傲慢，/ 如此我们方能存活。

让我们在品行上效法 / 救主耶稣及其谦卑，/ 我们这些渴望抵达永恒喜乐之居所的人，/ 定居在活水之国

主啊，祢向门徒们彰显了 / 那使人高升的谦卑，/ 束上毛巾，为他们洗脚，/ 并吩咐他们效法祢的榜样。

颂词：二人过着截然不同的人生：/ 法利赛人以美德为生，税吏则沉溺于罪孽。/ 但一人因疯狂的骄傲而背离了谦卑；/ 另一人却因显出谦卑的智慧而得以高升。

如今，圣母啊：我因单纯而赤身裸体，/ 并为过无伪的生活而被造，/ 却被仇敌用罪孽的衣裳包裹，并背负着肉体的重担；/ 如今，藉着你的代祷，/ 我得蒙拯救，童贞女啊。

卡塔瓦西亚：在这神圣且受众人尊崇的 / 圣母节庆中，/ 诸位敬神者，请前来，/ 让我们一同鼓掌欢呼，/ 颂扬由她所生的上帝。

康达克，第四调

我们要远离法利赛人的空谈，/ 并学习税吏那谦卑言语中的至高真谛，/ 带着悔改之心高呼：/ “世界的救主，/ 求祢怜悯祢的仆人！”

另一首康达克，第三调

让我们像税吏一样向主献上哀叹，/ 作为罪人，我们投靠祂，如同投靠主一样：/ 因为祂愿拯救所有的人，/ 向所有悔改的人赐予宽恕；/ 毕竟，祂是为了我们而道成肉身，/ 这位与圣父同本源的神。

伊科斯：弟兄们，让我们都谦卑自己，/用哀叹和懊悔刺痛良心，/好使我们在永恒的审判中，/能作为忠信、无辜之人出现，并获得宽恕。/ 因为那里确有喜乐，/ 为了让我们得以看见，如今让我们献上祈求；/ 那里苦难已消逝，悲伤与发自深处的哀叹亦已消散，/ 在那奇妙的伊甸园中，其创造者是基督，/ 神，与圣父同本同源。

第七首

伊尔莫斯：天使为虔诚的少年们 / 造了一座充满露水的炉灶，/ 而那灼烧迦勒底人的神谕，/ 使折磨者不得不呼求：/ “愿祢蒙福，我们列祖的神！”

法利赛人因行善而自高自大，/ 深陷虚荣的罗网，悲惨地被高举起来，/ 他无节制地自夸；/ 而税吏则凭着谦卑的轻盈翅膀升起，/ 亲近了上帝。

税吏以谦卑为阶梯，/ 由此升至天国之巅；/ 而那个可悲的法利赛人，/ 却因自夸与腐朽的虚空而飘扬，/ 最终坠入地狱深渊。

那欺骗者捉住义人，/ 借着虚荣的行径掠夺他们，/ 却用绝望之网捆绑罪人；/ 但我们必竭力摆脱这两种邪恶，/ 热切地效法税吏。

让我们在向我们的上帝祈祷时，/ 带着眼泪和热切的哀叹，/ 效法税吏那高尚的谦卑，/ 并作为信徒齐声歌唱：/ “愿祢蒙福，我们列祖的上帝！”

颂荣：主啊，祢教导门徒，/ 吩咐我们不要自以为是，/ 而是要效法谦卑之人，救主。/ 因此，我们信徒向祢高呼：/ “愿祢蒙福，我们列祖的上帝！”

如今，圣母颂：我们知道，雅各的荣美与神圣的梯子——/他曾预先看见的，/从地上延伸至高天，/圣洁的圣母，/将道成肉身的上帝从上头领下来，/又将凡人重新领回那里。

卡塔瓦西亚：那些通晓神理的人 / 并未将受造之物尊崇于造物主之上， / 而是勇敢地战胜了威胁他们的烈火， / 欢欣地歌唱道： / “至可赞美的主，我们列祖的神， / 愿祢蒙福！”

第8首

伊尔莫斯：祢从烈火中为虔诚者汲出甘露，/ 并以水浇灌义人的祭物：/ 因为基督啊，祢凭着祢独一的旨意成就万事。/ 我们永世颂扬祢。

税吏以谦卑智慧重获新生，/ 遇见了仁慈的主并得救；/ 但法利赛人因口舌的恶行，/ 背离了公义。

让我们远离那自高自大的、被法利赛人所推崇的 / 及其所谓的纯洁， / 作为信徒，我们当效法税吏的谦卑与品行， / 并热切地追随他——正是他带来了神的怜悯。

信徒们啊，让我们在圣殿中 / 发出税吏的呼求：“上帝，怜悯我们吧！”， / 好与他一同获得宽恕， / 摆脱那自夸的法利赛人带来的祸害。

让我们都效法税吏的哀叹，/ 并与上帝交谈，流着热泪/ 向祂呼求：/ “仁爱的主，我们得罪了祢！/ 慈悲的、富有同情心的主，求祢怜悯并拯救我们！”

愿我们颂赞圣父、圣子、圣灵，我们的主。

上帝垂听了税吏的哀叹，/ 并赦免了他，以此向众人昭示：要时刻谦卑，/ 带着哀叹与眼泪祈求，/ 求得罪孽的宽恕。

如今，圣母颂：除你之外，我别无他助，/ 我恳求你代祷，纯洁无瑕者，/ 你，作为我们与你所生之子之间的中保：/ 求你使我脱离一切忧愁。

卡塔瓦西亚：在火窑中，圣母之子拯救了虔诚的少年们：/那时是预表，如今是现实；/祂召聚整个宇宙为你歌唱。/受造之物啊，歌颂上主，/并永远赞美祂！

第九首

伊尔莫斯：世人无法得见上帝，/ 连天使的军团也不敢直视祂；/ 但藉着祢，至洁者，/ 道成肉身之主向凡人显现。/ 我们在颂扬祂的同时，/ 与天上的军旅一同 / 赞美祢。

通往升华之路在于谦卑，因从基督那里领悟了救赎的榜样，我们效法税吏的品行，将轻蔑的傲慢驱逐得远远的，以谦卑智慧的心来取悦上帝。

我们将摒弃内心的轻率，/在谦卑中培养正直的品性，/不追求自我辩解，/憎恶虚荣的傲慢，/并像税吏一样向神求恩。

让我们像税吏一样，带着哀叹向造物主献上祈求，/ 远离法利赛人那些毫无恩典的祷告，/ 以及那些对邻人妄加评判的自夸之词，/ 只为将神的怜悯与光明吸引到自己身上。

被无数罪孽所压垮，/ 我因罪恶的泛滥而胜过税吏，/ 并染上了法利赛人那自夸的傲慢，/ 结果发现自己四面八方都丧失了所有美德：/ 主啊，可怜我吧。

求祢赐予那为祢之故而甘受属灵贫乏之人以祢的福乐：/ 因为祢教导的根基——/ 我们向祢献上痛悔的心；/ 救主啊，求祢慈爱地接纳他们，/ 拯救那些侍奉祢的人。

颂荣：昔日那位向神祈祷的税吏，/怀着信心进入圣殿，便蒙称义；/因为他带着哀叹与眼泪前来，/并以痛悔之心，/在神的怜悯下，卸下了所有的罪孽重担。

如今，圣母颂：求祢赐予我们——那些尊崇祢的人——得以歌颂、赞美并高举祢，至圣者；并颂扬从祢所生的基督，独一蒙福者：因为祢是基督徒的赞美，也是在神面前蒙恩的代祷者。

卡塔瓦西亚：凡生于世者 / 皆当因圣灵的启迪而欢欣；/ 无形之灵的本质亦当欢庆，/ 敬拜圣母的圣节，/ 并高呼：/ “欢喜吧，至福者，/ 纯洁的圣母，永贞童女！”

复活节六经
随后诵读《三圣咏》：

颂荣：让我们远离法利赛人那最可耻的夸夸其谈，/ 学习税吏那最值得称道的谦卑，/ 使我们得以高升，与他一同向神呼求：/ “基督救主，求祢怜悯祢的仆人，/ 祢按祢的旨意由童贞女降生，/ 并经受十字架的苦难，以神圣的大能，/ 与祢一同建立了祢的和平！”

如今，圣母啊：万物的创造者与万有的上帝，/从你无瑕的胎中取了人的肉身，/万福的圣母；/祂更新了我这必朽的本性，/使我在祂降生前后都如初般被保守。 / 因此，我们众人怀着信心赞美祢，高呼：/ “欢喜吧，世界的荣耀！”

赞美诗
主日《八音集》第4篇及《三圣集》第4篇：

弟兄们，我们不要像法利赛人那样祷告：/ 因为自高自大的人必被贬低。/ 让我们在神面前谦卑自己，/ 如同斋戒期间的税吏呼求：/ “神啊，求祢怜悯我们这些罪人！”

诗句：我因祢而欢欣鼓舞，我将歌颂祢的名，至高者！

法利赛人被虚荣所胜，/税吏则因悔改而屈膝，/他们都来到你面前，唯一的君王：/但一人因自夸而失去了恩典，/另一人却无需多言便蒙受了恩赐。/基督上帝啊，求你在那些哀叹中坚固我，/如同你那爱人的心意。

诗句：起来吧，我的主，我的神，愿祢的手高举，/ 直到永远，请勿忘记祢的贫穷子民！

诗篇 9:33

第三调：我的灵魂啊，既已明辨税吏与法利赛人的区别，/ 便当憎恶前者那傲慢的言辞，/ 却当效法后者那痛悔的祷告，并呼求：/ “神啊，求祢怜悯我这罪人，并赦免我！”

经文：主啊，我要全心赞美祢，/ 传扬祢的一切奇事。

诗篇 9:2

我们憎恶法利赛人那自夸的言辞，/ 却羡慕税吏那痛悔的祈祷，/ 不要自以为是，而要谦卑自己，在痛悔中呼求：/ “上帝啊，求祢怜悯我们的罪！”

颂荣，第8调：主啊，祢谴责了那个以善行自夸、自以为义的法利赛人，/ 却称义了那个克制情欲、/ 带着哀叹恳求怜悯的税吏：/ 因为祢不理会骄傲的意念，/ 也不轻视痛悔的心。/ 因此，我们也谦卑地 / 投靠祢——那位为我们受苦的主：/ “求祢赐给我们赦免与大慈爱！”

如今，第二调：至福的圣母童贞女：

大赞美诗与遣散礼。

在圣体礼仪中

《八音集》第六调的《蒙福者》及《三圣集》第六首（第四调）。

康达克．第四调

我们要远离法利赛人的虚伪言辞，/ 并学习税吏那谦卑言语的崇高，/ 带着悔改之心高呼：/“世界的救主，/ 求祢怜悯祢的仆人！”

复活节前夕的序诗。

《提摩太后书》第296节

我儿提摩太，你在教义、生活、志向、信心、慷慨、爱心、忍耐，以及我在安提阿、以哥念、路司得所遭遇的逼迫与苦难上，都效法了我。我经历了怎样的逼迫，主却从这一切中救了我！　凡立志在基督耶稣里敬虔度日的人，都必受逼迫。至于那作恶的和欺骗的人，他们必越发败坏，既迷惑人，也被迷惑。　至于你，要持守你所受的教导和确信的真理，要知道是谁教导了你；而且你从幼年就熟读圣经，这些圣经能借着对基督耶稣的信心，使你得着救恩。

提摩太后书 3:10–15

《路加福音》第89章

主讲了这个比喻：有两个人上圣殿去祷告，一个是法利赛人，另一个是税吏。　那法利赛人站着，心里这样祷告说：“神啊，我感谢你，我不像别人——那些强盗、欺诈者、奸淫的人，甚至不像这个税吏。我一周禁食两次，凡我所得的都捐上十分之一。”　那税吏却远远地站着，连举目望天都不敢，只捶着胸说：‘神啊，可怜我这个罪人吧！’我告诉你们：这人比那人更蒙神称义地回去了。因为凡自高的，必降为卑；自卑的，必升为高。

路加福音 18:10–14

圣咏：诸天啊，你们要赞美上主；诸天之上，你们要赞美祂。阿肋路亚。（3）

浪子周

星期六大晚祷

诵读开端诗篇后，诵读第一卡菲斯姆全文。自“我向主呼求”起，诵读十节诗篇：选自复活节《八音集》三首，东方诗篇三首，以及《三圣集》中四首自唱诗篇，每首重复两次：

第一调

我曾被引入无罪且充满生命之地，/却因播下罪孽，用镰刀收割了怠惰的麦穗，/并收集了成堆的麦束——即我的行为，/用它们铺满了打谷场——但这并非为了忏悔！ / 但我恳求祢，永恒的、我们的农夫、上帝，/ 愿祢仁慈之风 / 吹散我行为中的糠秕，/ 并将麦子——即宽恕——赐予我的灵魂，/ 将我收进祢天上的粮仓，/ 并拯救我。 **(2)**

弟兄们，让我们领悟圣礼的大能，/ 因为那位从罪中回归父家炉火旁的浪子，/ 蒙慈爱的天父迎面而出，将他拥入怀中，/ 并再次赐予他认识自己荣耀的恩典；/ 并在天上诸位天使面前举行盛大的庆典，/ 宰杀那肥美的公牛犊，/ 使我们能与那献上自己——仁慈的天父，/ 以及那荣耀的牺牲——我们灵魂的救主，/ 一同过上配得的生活。 **(2)**

颂荣，第二调：我这可怜人，竟使自己失去了何等巨大的恩惠！/ 我这不幸的人，竟从何等国度中背离了！/ 挥霍了所领受的财富，违背了诫命。/ 唉，我这可怜的灵魂！ / 你今后必受永火之刑。/ 因此，在终结之前，当向基督上帝呼求：/ “上帝啊，求祢像接纳浪子那样接纳我，/ 并怜悯我！”

如今，圣母颂：普通声部的信条诗。

礼仪中的圣殿诗篇

颂荣，第四调：我如那浪子一般前来，啊，仁慈的主：/ 在异乡挥霍了全部家产，/ 我挥霍了祢赐予我的财富，父啊。/ 上帝啊，请接纳我这悔改之人，并怜悯我！*

如今，圣母节同调的赞歌：全无玷污者，求祢垂听祢仆人的祈求，/ 止息降临于我们的灾祸，/ 使我们脱离一切忧患：/ 因为唯有祢是我们坚固可靠的依靠，/ 我们在祢内找到了庇护。/ 主母啊，愿我们呼求祢时不致蒙羞！/ 求祢速速应允那些怀着信心向祢祈求之人的恳求：/ “欢喜吧，主母，万人的帮助，/ 喜乐、庇护与我们灵魂的救赎！”

《八音集》诗篇中的诗节

颂荣，第六调：我挥霍了天父所赐的财富，/ 作为不幸之人，我与愚昧的牲畜一同吃草，/ 渴望它们的食物，却饥肠辘辘，始终无法饱足；/ 但当我回到仁慈的天父身边，我含泪呼求：/ “求祢接纳我，如同接纳那个雇工，/ 投靠祢的仁爱，/ 并拯救我！”

如今，圣母啊：我的造物主与救赎主，至圣者，/ 主基督，/ 从你的胎中降生，/ 化身为我这人，/ 并将我从亚当自古以来的咒诅中解救出来。/ 因此，至洁者，作为上帝之母和真正的童贞女，/ 我们不停地向祢高呼天使的问候“万福”：/ “万福，主母，我们的庇护、遮盖，/ 以及我们灵魂的救赎！”

晨祷时

在第六篇诗篇之后，诵读《主》篇：**按《八音集》调式，复活节颂词唱两遍，圣母颂唱一遍。随后是《诗篇》的常规诵读。《八音集》的坐咏。在常规的两篇“多利埃”诗篇之后，加入第三篇：**

第136篇诗篇

我们在巴比伦的河边坐下，一想起锡安就痛哭流涕。**哈利路亚。**我们在河边的柳树上挂起了我们的琴。**哈利路亚。**因为在那里，掳掠我们的人问起我们的歌词，掳走我们的人问起我们的歌声。**哈利路亚。**“请为我们唱一首锡安的歌。” **哈利路亚。**我们在异乡怎能歌唱耶和华的诗歌呢？**哈利路亚。**耶路撒冷啊，我若忘记你，愿我的右手也忘记我！ **哈利路亚。**若我不记念你，若不将耶路撒冷置于我喜乐之首，愿我的舌头贴在我的喉咙上。**哈利路亚。**耶和华啊，求你记念耶路撒冷遭难之日，以东人所说的话：“毁灭它，毁灭它，直到根基。”**哈利路亚。**可悲的巴比伦之女，凡将你加给我们的报应加在你身上的人，那人是有福的。**哈利路亚。**凡抓住你的婴孩，将他们摔在石头上的人，那人是有福的。**哈利路亚。**

圣咏：伊帕科伊天使大公会议。**按调诵读经节与序诗。** “凡有气息的：”**主日常读福音。**基督复活：**第50篇诗篇。随后为“荣耀颂”，第8调：**为我开启悔改之门：**（参见“税吏与法利赛人”主日的晨祷）。**

第一首赞美诗——复活节第4调，第二首——十字架复活节第2调，第三首——圣母颂第2调，以及《八音集》第6调。周五晚上的晚祷中，我们唱《圣历》中的序曲。

约瑟夫先生的圣咏，第二调。

第一首

伊尔莫斯：开始吟诵摩西之歌，/ 灵魂啊，呼求道：/ “我的帮助者和庇护者成了我的救赎：/ 祂是我的上帝，我要赞美祂！”

耶稣上帝，/如今也接纳我这悔改之人吧，/如同那浪子一般，/我一生懒散度日，/并曾触怒了祢。

祢先前赐予我的——神圣的财富——/我却在罪恶中挥霍一空；/远离了祢，过着放荡的生活。/仁慈的天父，/求祢也接纳我这归返的人。

颂荣：如今展开父般的怀抱，/主啊，求祢也接纳我，/如同那浪子一般，全仁慈的主，/使我能满怀感恩地赞美祢。

如今，向圣母颂：上帝啊，祢在我身上显明了祢一切的恩惠，/ 求祢作为施恩者，/ 因祢神圣母亲的祈求，宽恕我众多的罪过。

代替卡塔瓦西亚，我们唱诵圣咏集的伊尔莫斯。

第三首

伊尔莫斯：我这不结果实的思绪，/ 求祢，上帝，在我里面使其结出果实，/ 善的耕耘者，美德的播种者，/ 凭着祢的怜悯！

我全然失了心智，/ 疯狂地依附于情欲的制造者：/ 但基督啊，请接纳我，/ 如同接纳那浪子一般。

效法那浪子的呼求，/我呼喊道：“我犯了罪，父亲！/求祢如今像拥抱他那样拥抱我，/切莫弃绝我！”

颂荣：基督啊，请张开你的双臂，/ 热情地接纳我，/ 我正从遥远的罪恶与情欲之乡 / 归来。

如今，向圣母颂：万女之中最美者，/ 求祢以各种美德丰盛地滋养我——/ 这因诸多罪过而变得贫瘠的罪人，圣洁的圣母，/ 使我能颂扬祢。

座咏，第一调

求祢速速向我敞开慈父般的怀抱：/ 我如浪子般虚度了此生，/ 面对祢那取之不尽的恩典，救主啊，我却漠然以对！ / 如今，请勿轻视我这贫瘠的心， / 因为我怀着痛悔向祢呼求，主啊： / “父啊，我得罪了天，也得罪了祢！”

颂荣：重复同一首颂荣诗。

如今，向圣母颂：无瑕纯洁的圣母童贞女，/ 是信徒唯一的庇护与遮蔽！/ 求祢从灾祸、悲伤和艰难处境中解救所有/ 将希望寄托于祢的人，童贞女，/ 并借着祢神圣的代祷，拯救我们的灵魂。

第四首

伊尔莫斯：预见祢由童贞女降生的先知 / 宣告并呼求道： / “我听闻关于祢的消息便心生敬畏： / 因为祢，基督，是从提曼和那圣洁、荫蔽的山上 / 降临的！”

天父啊，/ 你赐予我的丰盛恩典，/ 我却挥霍在罪恶之中，/ 像奴隶般侍奉着陌生的主人。/ 因此我向你呼求：/ “我在你面前犯了罪，/ 求你像当年接纳浪子那样接纳我，/ 向我张开你的双臂！”

我沦为一切恶习的奴隶，/可悲地屈从于情欲的肇因者，/因疏忽而迷失了自我；/求祢怜悯我，救主，天上的父，/我正投靠祢那无边的慈悲。

颂词：我满身蒙羞，/ 不敢仰望天上的高处，/ 因我轻率地屈服于罪恶；/ 如今，我悔改归向祢，满怀痛悔地呼求：/ “我在祢面前犯罪，/ 求祢接纳我，万王之王！”

如今，向圣母祈祷：世人的帮助，全体基督徒坚定的希望，/得救之人的避难所，圣洁的圣母！/童贞女啊，求祢以母性的代祷拯救我，/并使我配得来世的生命。

第五首

伊尔莫斯：看哪，黑夜已过，白昼临近，/ 世界的光已照耀：/ 因此，天使的军团歌颂祢，/ 并赞美祢，基督上帝。

我曾被异邦人奴役，/ 流亡至毁灭之地，/ 身陷耻辱之中；/ 如今，我回转归向祢，仁慈的主，向祢呼求：/ “我犯了罪！”

天父啊，求祢如今向我敞开祢慈父的怀抱，/ 接纳这从罪恶中回转的人，/ 且莫将我弃绝，/ 因祢的慈爱丰盛无比。

颂荣：我不敢仰望高天， / 基督啊，因我已无量地得罪了祢； / 但我深知祢仁慈的恩典，便呼求： / “我在祢面前犯罪， / 求祢怜悯，拯救我！”

如今，向圣母祈祷：至圣童贞女，蒙恩者，/ 因诞下救赎者而使众人得蒙宽恕，/ 求祢以祷告减轻我沉重的罪孽重担。

第六首

伊尔莫斯：我被罪孽的深渊所吞没，救主，/ 在尘世的深渊中饱受风暴之苦：/ 但正如将约拿从巨兽口中救出，/ 求祢也将我从情欲中解救出来，/ 并拯救我。

罪孽的深渊时刻环绕着我，/ 罪恶的波涛将我吞没；/ 基督上帝啊，请引导我驶向生命的港湾，/ 荣耀之王啊，求祢拯救我！

我悲惨地挥霍了父辈的财富，/ 沦落至赤贫，满心不耻之事，/ 被无益的念头所奴役。/ 因此我向祢呼求，仁爱的主：/ “求祢怜悯，拯救我！”

颂词：我因饥饿而精疲力竭，被剥夺了一切恩惠，/ 并与祢——全善者——隔绝，/ 基督啊，求祢怜悯此刻归向祢的我，并拯救我，/ 让我得以颂扬祢对人类的慈爱。

如今，圣母颂：曾怀抱救主与主基督于腹中的圣母，/ 求祢赐我得救的恩典，童贞女，/ 我这穷困潦倒、一无所有的人，/ 好叫我颂扬祢的威严，纯洁的童贞女！

康达克，第三调

我因疯狂地背离了祢父的荣耀，/ 将祢赐予我的财富挥霍在罪恶之中。/ 因此，我向祢发出浪子般的呼求：/ “我得罪了祢，仁慈的父，/ 请接纳我这悔改的人，/ 并待我，/ 如同待祢的一名雇工一般！”

伊科斯：从我们的救主那里，/祂每日亲口从圣经中教导我们，/让我们听闻那曾放荡、如今重归贞洁之人的故事，/并怀着信心效法他美好的悔改。 / 让我们怀着谦卑的心，向洞察一切隐秘的主呼求：/ “我们已在祢面前犯罪，仁慈的天父，/ 再也不配/ 像从前那样被称为祢的儿女！”/ 但祢本性仁爱，求祢亲自接纳我，/ 并待我，/ 如同待祢的雇工之一。

第七首

伊尔莫斯：效法智天使，/少年们在窑中欢欣鼓舞，高呼：/“神啊，你当受称颂，/因你凭真理与公义，为我们的罪孽降下这一切，/你至为可赞美，世世代代受颂赞！”

我屈从于肉体的享乐，/ 招致了巨大的不幸，/ 完全沦为情欲的奴隶，/ 并因此与你——爱人的上帝——疏远。/ 如今，我以浪子的声音呼求：/ “我犯了罪，基督，求你不要轻视我，/ 因你是独一无二的仁慈者！”

“我犯了罪，”——我呼求道——/“万王之王，我根本不敢仰望天上的高处，/因为我因愚昧而独自得罪了祢，/违背了祢的诫命；/因此，作为唯一的仁慈者，/请不要将我从祢的面前赶走。

颂荣：主啊，藉着使徒、先知、圣徒及圣洁殉道者，以及义人的祈祷，/求祢赦免我一切的过犯，/因我得罪了祢的仁慈，基督，/好叫我世世代代颂扬祢。

如今，圣母颂：圣母啊，祢显现时比智天使更光辉，/ 比炽天使，以及整个天军更耀眼，/ 请与他们一同恳求那位祢曾赐予肉身的——无玷圣母，/ 即无始之父的神圣圣言，/ 使我们所有人都能蒙受永恒的恩典。

第八首

伊尔莫斯：在荆棘丛中向摩西显现的 / 圣母的奇迹 / 昔日在西奈山上， / 你们要歌唱、颂赞并尊崇祂，直到永远！

祢因大慈大悲降临人间，/ 愿以祢自愿的贫穷拯救世界，/ 求祢以仁慈拯救我——如今一无所有、/ 丧失一切善行之人。

因背离了祢的诫命，/ 我曾以最可悲的方式沦为诱惑者的奴隶；/ 如今我如当年那浪子一般归来，/ 天父啊，求祢接纳这投靠祢的人！

愿我们颂赞圣父、圣子、圣灵，我们的主。

屈从于毁灭性的念头，/ 我心蒙尘，远离了祢，/ 整个人都迷失了自我。/ 因此，求祢——仁慈的主——拯救我，/ 这在悔改中向祢俯伏的人。

如今，圣母颂：纯洁的上帝之母，/ 破碎者唯一的复兴，/ 求祢也复兴我——因种种罪过/ 而全然破碎、卑微的人。

我们赞美、祝福、敬拜主，世世代代歌颂并尊崇祂。

第九首

伊尔莫斯：在世上出生的人中，/谁曾听闻此事？/又或谁曾见过，/童贞女腹中怀有身孕，/并无痛产下婴孩？/这就是祢的奇迹，我们赞美祢，纯洁的，/上帝之母玛利亚。

基督啊，请垂顾我心中悲痛，/请垂听我的祈求，/救主啊，请垂顾我的眼泪，切莫轻视我，/但愿祢凭着仁慈再次拥抱我，/将我列入得救之人的行列，/使我能满怀感恩地颂扬祢的恩典。

我如强盗般呼求：“求祢记念我！”/ 我如税吏般悲痛地捶胸，如今高呼：/ “求祢施恩，全能的仁慈者，像拯救浪子那样拯救我，/ 万王之王，求祢救我脱离一切罪恶，/ 好叫我颂扬祢至高的宽恕！”

我这最不幸的灵魂啊，如今要哀叹，/ 并向基督呼求：/ “主啊，祢曾为我甘愿变得一无所有，/ 如今我这一无所有、丧失一切美德的人，/ 唯独祢是良善且满有怜悯的，/ 求祢以丰盛的恩惠使我富足！”

颂荣：那份喜乐，是祢，仁慈的主，曾为浪子自愿归来而预备的，/如今也请为我这不幸之人成就，/向我张开祢神圣的怀抱，/使我得救后，得以颂扬/祢至高的宽恕。

如今，圣母颂：童贞女啊，求祢以光辉的代祷，/照亮我因恶意而蒙蔽的心灵之眼，我恳求祢，/并引领我走上悔改之路，/使我能如应有的那样，以诗歌赞美祢，/祢使道成肉身，超乎人的理智。

复活节六经文
随后选自《三圣咏集》：

恩典的财富，/ 救主，您赐予我的，/ 我这不幸之人，无故离去，/ 虚度光阴，放荡度日，/ 并将之惨痛地挥霍给恶魔。/ 因此，求您接纳我这悔改之人，/ 如同接纳那浪子一般，/ 仁慈的天父，求您拯救我。

另一首：我挥霍了祢的财富，/ 主啊，我将其挥霍一空，/ 并屈从于狡诈的恶魔，我这不幸之人；/ 但，至仁慈的救主，/ 请怜悯这迷途之人，洁净这被玷污者，/ 将祢国度的最初衣袍/归还于我。

圣母颂：圣母童贞女，/ 使徒、殉道者、先知及圣徒们伟大的宣讲！/ 求祢向祢的儿子和主求情，/ 祢是上帝之母，求祢为我们这些祢的仆人求情，/ 当祂按各人的行为公正审判之时。

在“赞美”时，唱《复活节八音集》第4卷、东方第1卷的诗篇
及《三圣咏》第三首：

第二调：主啊，我向祢献上 / 浪子的呼求：/ “我在祢眼前犯罪，仁慈的主，/ 挥霍了祢恩赐的财富；/ 但救主啊，求祢接纳悔改的我，/ 并拯救我！”

诗句：起来吧，我的主，我的神，愿祢的手高举，/ 直到永远，请勿忘记祢的贫穷人！

诗篇 9:33

第四调：哦，仁慈的主，我如同那浪子一般归来，/ 在异乡虚度了整个人生；/ 挥霍了祢赐予我的财富，父啊。/ 神啊，求祢接纳这悔改的我，/ 并怜悯我！

经文：主啊，我要全心赞美祢，/ 传扬祢的一切奇事。

诗篇 9:2

第八声调：我放荡地挥霍了父亲遗产的财富，/ 挥霍一空后，身无分文，/ 便寄居在那些不义之人的国度；/ 因再无法忍受与他们同住，/ 我便回转，向你——仁慈的天父——呼求：/ “我得罪了天，也得罪了你，/ 不配称为你的儿子；/ 神啊，请将我当作你的一名雇工，/ 并怜悯我！”

颂荣，第六调：仁慈的天父，我远离了祢，/ 求祢不要离弃我，也不要让我/ 成为祢国度中无用之人。/ 那满怀恶意的仇敌使我赤身露体，夺走了我的财富，/ 我却在放荡中挥霍了内心的恩赐。 / 如今，我起身转向祢，呼求道：/ “求祢待我如祢的雇工之一，/ 祢曾为我将至纯至圣的双手伸展在十字架上，/ 为了将我从凶猛的野兽手中救出，/ 并赐我初生的衣裳，/ 祢是独一无二、满有怜悯的！”

如今，第二调：至福的圣母童贞女：

大赞美诗与遣散礼。

在圣体礼仪中

《八音集》第六调的《蒙福者》及《三圣集》第六首（第四调）。

康达克，第三调

我因狂妄而远离了祢父的荣耀，/ 将祢赐予我的财富挥霍在罪恶之中。/ 因此，我向祢发出浪子般的呼求：/ “我得罪了祢，仁慈的父，/ 请接纳我这悔改的人，/ 并将我视为/ 祢的雇工之一！”

复活节前诵经。

《哥林多前书》，第135节

弟兄们，凡事我都可行，但不都有益处。凡事我都可行，但无论哪一件，我都不受它的辖制。食物是为肚腹，肚腹是为食物；但神要使这两样都归于无有。身体不是为淫乱，乃是为主；主也是为身体。神既叫主复活，也必用祂的大能叫我们复活。　难道你们不知道，你们的身体是基督的肢体吗？既然如此，我岂能将从基督所得的肢体，当作淫妇的肢体呢？断乎不可！难道你们不知道，与淫妇联合的，就是与她成为一体吗？　因为经上说：“二人要成为一体。”与主联合的，　便是与主同有一个灵。要逃避淫行！人无论犯什么罪，都是在外面；惟独行淫的，是得罪自己的身体。　难道你们不知道，你们的身体就是那住在你们里面的圣灵的殿吗？这圣灵是你们从神那里领受的，你们并不属于自己。因为你们是用重价买来的。所以，要在你们的身子和灵里荣耀神，因为这两样都是属神的。

《哥林多前书》6:12–20

《路加福音》第79章开头

主讲了这个比喻：有一个人有两个儿子。小儿子对父亲说：“父亲，请把应得的那份家产分给我。”父亲就把家产分给了他们。过了不多几日，小儿子就把一切都收拾好，动身去了远方，在那里挥霍无度，把家产都花光了。　当他把钱花光之后，那地方又遇上了大饥荒，他便陷入了窘境。于是，他去投靠了那地方的一个居民，那人派他到田里去放猪。他甚至想用猪吃的豆荚填饱肚子，却没人给他。 他醒悟过来，自言自语道：“我父亲的雇工 都有吃不完的粮食，我却在这里饿死！我要起来，回到我父亲那里，对他说：‘父亲，我得罪了天，也得罪了你；我不配再称为你的儿子；请把我当作你其中一个雇工吧。’” 于是他起身，往他父亲那里去。还在远处的时候，他父亲就看见了他，动了恻隐之心。便跑过去，扑进他怀里，亲吻他。儿子对他说：“父亲，我得罪了天，也得罪了你；我不配再称为你的儿子。” 父亲就对仆人说：“快把最好的袍子拿来给他穿上，把戒指戴在他手上，把鞋穿在他脚上；把那只肥牛犊牵来宰了，我们吃喝快乐吧！因为我这个儿子，曾死而复生，失而复得。”他们就欢欢喜喜地吃喝起来。　他的大儿子当时正在田里；回来时，快到家了，听见音乐和跳舞的声音；他便叫来一个仆人，问这是怎么回事。　那人告诉他：“你弟弟回来了，你父亲因为他

平安归来，就把那只肥壮的小牛犊宰了。”他便生气，不肯进去。他父亲出来劝他。 他却对父亲说：‘看哪，我像奴仆一样服侍你这么多年，从来没有违背过你的诫命；你却从来没有给我一只山羊羔，让我和朋友们尽情欢乐。而你那个儿子，把你的财产都挥霍在娼妓身上，他一回来，你却为他宰了那头肥牛犊。’父亲对他说：“孩子，你一直与我同在，我的一切都是你的；但我们应当欢喜快乐，因为你这个兄弟曾死而复生，失而复得。”

路加福音 15:11–32

圣餐经文：诸天啊，你们要赞美耶和华；在至高之处，你们要赞美祂。哈利路亚。（**3**）

肉斋前星期六

星期五晚祷时

我们纪念自古以来所有已安息的东正教基督徒，我们的父辈和弟兄。

在诵读开端诗篇和常规诗节后，于“我向主呼求”处：诵读第6节诗节；并从《八音集》中诵读三首殉道者诗节（普通调），以及从《三圣集》中诵读三首：

第8调

自古以来，所有/以虔诚之信度日而逝的亡者，/今日我们按名纪念他们，信徒们，/让我们赞美救主与主，虔诚地祈求/在审判之时，他们能得到美好的答复/ 愿我们的上帝，/那位审判全地的主，/使他们得以在喜乐中站在祂的右边，/在义人的位置上，并在圣徒光明之地，/配得祂的天国。

救主啊，祢以自己的宝血赎了世人，/ 又以祢的受死将我们从苦涩的死亡中拯救出来，/并藉着祢的复活赐给我们永生，/ 主啊，求祢使所有在虔敬中离世的人得享安息，/ 无论是在旷野、在城中、在海上，/ 还是在陆地，或在任何地方： / 君王、司祭、主教、/ 修士及各年龄、各阶层的平信徒，/ 并使他们有幸进入祢的天国。

因着祢，基督，从死里复活的恩典，/死亡不再辖制那些虔诚离世的人。/因此，我们恳切地祈求：/求祢在祢的宫中，在亚伯拉罕的怀抱里，安息祢的仆人，/从亚当直到今日，他们一直纯洁地敬拜祢， / 我们的祖先和兄弟，/ 以及朋友和亲属，/ 凡在世时忠心侍奉，/ 并以各种不同方式归向祢、上帝的人，/ 求祢使他们有幸进入 / 祢的天国。

颂荣，第八调：我哀哭痛泣，/ 每当我想起死亡，/ 看见躺在坟墓中、/ 按上帝形象所造的美丽身躯，/ 竟变得丑陋、蒙羞、面目全非。/ 啊，何等奇事！ / 这降临在我们身上的奥秘究竟是什么？/ 我们怎会沦为朽坏之躯？/ 又如何与死亡结合？/ 诚然，正如经上所记，这是上帝的旨意， / 祂赐予离世者安息。

如今，圣母颂：第一调。

无入堂咏。

代替前颂，我们唱“哈利路亚”，第八调

诗句：主啊，蒙祢拣选并接近的人是有福的，他们的名号将世世代代被传颂。

诗句：他们的灵魂将在福乐之中安居。 参见《诗篇》64:5；101:13；24:13

在诗咏台上为殉道者唱同调的诗节，
以及两首为安息而唱的诗篇，献给达马斯库斯的约翰

所唱的诗节即为上述所列。

《荣耀颂》，第六调：/ 祢的创造之命，成为我的开端与根基：/ 因为祢愿将我这有生命的受造物，/ 由无形与有形的本性所造，/ 祢从尘土中造了我的身体，/ 并以祢神圣而赐生命的气息赐予我灵魂。/ 因此，救主，求祢使居住在这世上的祢的仆人，/ 在义人的居所中得享安息。

如今，圣母之子，仍以同样的声音祈求：凭着生下祢的圣母的代祷，基督，/以及祢的殉道者、/使徒、先知、主教、/圣徒、义人及所有圣者，/求祢赐安息于祢已离世的仆人们。

如今诵念：《三圣颂》。荣耀颂，如今诵念：《至圣三一》：主啊，求祢怜悯。（3）荣耀颂，如今诵念：《我们的天父》：司祭：因为国度是祢的：诵经员：阿们。

颂歌，第8调

以至深的智慧仁爱地治理万物 / 并赐予众人所需， / 独一的造物主，主啊，求祢使祢仆人的灵魂得安息， / 因为他们将希望寄托在祢身上， / 造物主、护佑者，以及我们的上帝。

《荣耀颂》，现今，圣母颂：我们在祢身上既有坚固的城墙，又有避难所，/ 还有蒙神喜悦的代祷者，/ 祢——圣母，未曾经历婚姻，却生下了祂，/ 信徒们的救主。

祈祷文与遣散礼。

晚祷结束之后，我们在前厅举行追思礼，期间唱普通调的安魂经。

晨祷

代替"上帝主"的经文：哈利路亚，第8调

诗句：主啊，蒙祢拣选并亲近的人是有福的。

诗句：他们的名号将世世代代被传颂。

诗句：他们的灵魂将在福乐之中安居。 参见《诗篇》64:5；101:13；24:13

颂词：以至深的智慧：**重复两次。荣耀颂，及"如今，圣母颂"：**我们在祢内既有护墙，亦有避难所：**诵读第16卡菲兹姆，诵读《八音集》中的坐课经文，随后分两段吟唱"无瑕者"，唱毕后：**

为亡者所作的颂歌，第五调

副歌：主啊，你受赞美，/ 求你教导我你的诫命。

圣徒的合唱团已寻得生命之泉与乐园之门；/愿我也寻得悔改之道。/我是那迷失的羊；/救主啊，呼唤我，拯救我！

主啊，你是应当称颂的：

那些宣扬上帝羔羊的人 / 如同羔羊般被宰杀， / 圣徒们，你们已进入不衰老的生命， / 并迁居于永恒之中， / 殉道者们，请热切地恳求祂， / 赐予我们罪孽的赦免。

主啊，你受赞美：

那些行走在狭窄而艰难的道路上的人，/ 一生都将十字架如轭般扛在肩上，/ 并凭着信心跟随我的人，/ 请来，享受我为你们预备的：/ 天上的赏赐与冠冕！

主啊，赞美祢：

我是祢那不可言喻之荣耀的写照，/ 尽管我身上带着罪孽的创伤：/ 主啊，求祢怜悯祢的受造物，/ 凭祢的仁慈洁净我，/ 并将我向往的故乡赐予我，/ 使我再次成为 / 天堂的公民。

主啊，愿祢蒙福：

祢在远古从无中创造了我，/并以祢的神圣形象尊荣了我，/但因我违背了诫命，/祢又将我送回尘土，/那是我被取出的地方！/求祢将我提升至祢的形像，/使我恢复往日的美丽。

主啊，愿祢蒙福：

上帝啊，求祢使祢的仆人安息，/并将他们安置在乐园中，/在那里，圣徒的合唱团，主啊，/与义人如星辰般闪耀，/求祢使祢已故的仆人安息，/尽管他们犯下种种过错。

颂荣：让我们虔诚地歌颂 / 那以三位一体之光照耀的 / 唯一神性，呼求道：/“圣哉，无始的圣父，/ 同样无始的圣子与圣灵：/ 求祢光照我们这些凭信心侍奉祢的人，/ 并将我们从永火中拯救出来。

如今：欢欣吧，尊贵的圣母，/ 祢按肉身生下上帝，为要拯救众人，/ 因着祢，人类获得了救赎；/ 愿我们藉着祢进入乐园，/ 纯洁的、蒙福的圣母。

哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚，荣耀归于祢，上帝。**三次。**

随后为亡者诵念祈祷文：反复诵念：

司祭诵祷文：圣灵之神：**我们回应：**主啊，求祢怜悯，**（40）。**

随后唱第五调的《座上颂》

我们的救主啊，求祢使祢的义仆安息，/并将他们安置在祢的殿中，正如经上所记，/祢是仁慈的，不看重他们的过犯——/无论是自愿的还是非自愿的，/以及一切在明知或无知中所犯的过错，祢是爱人的。

《荣耀颂》，现今，圣母颂：从童贞女中向世界显现的光明，基督上帝，/ 藉着她使我们成为光之子，/ 求祢怜悯我们。

让我们诵唱：“我们向主歌唱：”

唱圣堂六调及本日八调的赞歌。此为圣西奥多·斯图迪特所作。在圣三一及圣母的颂词中，首字母缩写为：“图·阿纳克西乌·西奥多”，即“不配的西奥多”，第八调。

第一首

伊尔莫斯：众人啊，让我们献上赞歌，/ 献给我们奇妙的上帝，/ 祂使以色列脱离了奴役，/ 唱着胜利之歌并呼求：/“我们要向祢歌唱，独一的主！”

让我们一同向基督祈祷，/ 在这一天纪念自古以来逝去的亡者，/ 愿祂将那些/ 怀着信仰与永生希望离世的亡者，从永火中拯救出来。

基督啊，凭着祢审判的深奥，/祢以至高的智慧为每个人预定了/生命的终结、界限与形态。/因此，愿祢——全仁慈的主——在审判之日拯救那些/被坟墓掩埋在各国之中的灵魂。

祢为我们划定了生命的界限；/ 因此，求祢，主啊，将那些在尘世长夜之后安眠之人，/ 显明为永不消逝之日的儿女：/ 包括东正教神父与君王，/ 以及祢全体的子民。

那些被水淹没的、/被战争吞噬的、/被地震困住的以及被凶手杀害的，/还有被烈火焚烧的信徒，/仁慈的主啊，求祢将他们安置在义人的国度中。

我们的救主啊，无论肉身有何过犯，/请让全人类中各年龄段的所有人，/在祢的审判台前不被定罪，/向祢——造物主——交出答复。

荣耀颂（三位一体）：我颂扬三位，本性合一，/ 各具位格：/ 未受生的圣父、受生的圣子及圣灵——/ 无始的国度、权能、唯一的神性。

如今，圣母颂：祢确是在地上显现了天国，/ 超越至高天穹，/ 因为从祢——未曾知婚的童贞女——/ 世界中升起了太阳——公义的统治者。

卡塔瓦西亚：众人啊，让我们高唱：

第二首

伊尔莫斯：看啊，看啊，我就是你们的上帝，/ 自亘古以来由圣父所生，/ 并在末世由童贞女/ 未经丈夫受孕，/ 并作为爱人的上帝，/ 消除了始祖亚当的罪孽！

看啊，看啊，我就是你们的上帝，/ 以公义的审判确立了生命的界限，/ 将所有怀着永恒复活希望的亡者，/ 从朽坏中接纳到不朽之中。

主啊，从地极四方，/祢接纳了怀着信心的亡者：/无论是在海中、陆地、河流、/泉源、湖泊或井中，/或是被野兽、飞鸟和爬行动物所吞食的，/求祢使他们全都安息。

万物皆在祢手中，/ 祢已预定一切，主啊；/ 那些已化作四大元素的，/ 求祢在祢再来之时将他们聚集并复活，/ 赦免他们的过犯——/ 无论是在无知中还是在明知中所做的。

主啊，祢那可畏的第二次降临！/ 因为祢将如闪电降临大地，/ 审判祢所创造的一切；/ 那时，愿那些凭着对祢的信心而活、迎接祢的人，/ 有幸与祢同在。

荣耀归于圣三：至完美、至神圣的 / 三位一体： / 未受生的圣父与独生圣子， / 由圣父发出、藉圣子显现的圣灵， / 同一本体与本性， / 主权、国度，求祢拯救我们众人！

如今，圣母颂：你怀胎的奇迹 / 难以言表，童贞圣母： / 因为你既从孕中分娩，却仍保持纯洁？ / 你如何生下圣婴， / 却全然未曾与丈夫同房？ / 那由你所生、超乎本性 / 的上帝之道，如何以前所未有的方式知晓这一切！

卡塔瓦西亚：你们看，你们看，我就是你们的上帝：

第三首

伊尔莫斯：以祢之手奠定诸天者！/ 愿祢真知识的光辉，上帝之道，/ 坚固我们这些/ 仰望祢之人的心。

那些走完人生道路的人，/ 愿他们在虔诚的荣耀中，/ 蒙神赐予公义的冠冕，/ 并享永恒的福乐。

那些被猝死夺走生命的人，/被闪电击中的人，/以及因严寒/和各种灾祸而断气的人，/愿祢在以火试炼万物之时，赐予他们安息，上帝啊。

那些渡过人生这片永不停息的波涛之海，/抵达祢永不朽坏的生命之港的人，基督啊，求祢使他们得蒙抵达，/因他们受正统信仰的引导。

那些被各种 / 海中生物和空中飞鸟 / 作为食物吞噬的人，基督啊，求祢凭祢的审判， / 上帝啊，在末日以荣耀使他们复活。

荣耀颂（三位一体）：我以理智将神圣的唯一，/ 作为三个位格在单纯中，/ 既分离又联合，不可分割：/ 因为祂如闪电般迅疾，放射三重光芒，/ 在唯一性中被观照。

如今，圣母颂：祢的奇迹难以测度：/ 因为祢未婚便怀胎，/ 且在分娩后仍保全了祢的童贞，圣洁的圣母。/ 因此，众天使与全人类 / 永世歌颂祢。

卡塔瓦西亚：以手确立者：

简短的常规祈祷文。

座咏，第五调

为我们的缘故，祢忍受了十字架与死亡，/ 击败了阴间，并将死者与祢一同复活！ / 救主啊，求祢安息那些已离我们而去的人，/ 作为爱人的上帝，/ 并在那令人战栗、可畏的 / 祢再来之日，生命之赐予者，/ 因祢满有恩典，/ 使他们配得祢的国度。

颂荣：并重复上述内容。

如今，圣母颂：至洁者，求祢向祢的仆人显出祢迅速的庇护、帮助与恩典，/平息虚妄思虑的波涛，/并扶起我这堕落的灵魂，圣母：/因为我知道，童贞女，我知道，/祢有能力并能成就/祢所愿的一切。

第四首

伊尔莫斯：从那阴凉的山上，唯一的圣母，/ 那位渴望道成肉身的——祢，圣言，/ 先知以蒙神启迪的目光洞察了祢，/ 并怀着敬畏之心颂扬祢的大能。

先辈与始祖，祖先与先人，/ 从创世之初直至末世，/ 那些恪守律法、持守正信而离世者，/ 求祢记念他们，我们的救主。

在山上、路上、坟墓中、旷野里，/ 那些因信德而过早离世的人，/ 无论是修道士还是平信徒，青年还是长者，/ 求祢，基督，将他们安置在圣徒之中。

无论是因悲伤还是因超乎所望的喜乐，/ 因信德而骤然离世者，/ 无论是在顺境还是逆境中经历这一切者，/ 求祢赐予他们安息，我们的救主。

那些被严寒夺去性命、被狂奔的马匹践踏，/被冰雹、大雪和滂沱大雨吞噬；/那些被砖块压死或被泥土掩埋的人，/基督，我们的救主，求祢赐予他们安息。

荣耀颂（三位一体）：奇妙的是，神性既为一又为三；/祂在每位位格中全然不可分割：/因为圣父、圣子、圣灵/作为唯一的神接受敬拜。

如今，圣母颂：求祢（童贞女）以祢的祈祷引导我们，/ 如同舵手一般，将我们这些被罪恶的狂浪所裹挟的人，/ 引领至救赎的港湾，主的母亲，/ 使我们脱离一切灾祸。

卡塔瓦西亚：来自那座阴凉的山：

第五首

伊尔莫斯：自破晓时分起，/我的心灵便向祢飞奔，上帝，/因祢降临的诫命之光；/求祢以这光照亮我们的心智，主啊，/并引导我们走上生命之道。

主啊，今日我们纪念自古以来在虔诚中离世的所有亡者，/ 诚心向祢呼求：/“求祢使他们与祢的圣徒一同安息！”

那些被祢从各族各族中接纳的人，/无论是君王、王子还是修道者，/凡持守正统信仰者，求祢，仁慈的主，/使他们免于永恒的惩罚。

主啊，在祢所创造的所有人中，/祢明知其益处，/容许他们因普遍的瘟疫而猝然离世，/求祢，我们的上帝，使他们免于一切惩罚。

求祢，我们的救主，将所有在信仰中离世的人，/从永恒燃烧的烈火、远离光明之黑暗、/从咬牙切齿之苦以及不断折磨的蛆虫，/以及一切惩罚中拯救出来。

荣耀归于圣三：同座、无始、三位一体的唯一者，/ 在区分中保有合一，/ 反之——在三位格中具有同一本性；/ 求祢以对祢诫命的爱将我们结合在一起。

如今，圣母颂：祢，圣洁者，/ 显明出比火般的炽天使更高的荣耀，/ 怀抱救主于腹中——祂对炽天使而言是不可企及的，/ 祢借着道成肉身，使地上所生之人重获生命。

卡塔瓦西亚：自破晓时分便热切期盼：

第六首

伊尔莫斯：我因诸多罪孽而深陷其中，/ 并投靠于祢的怜悯，/ 求祢如接纳先知一般接纳我，/ 仁慈的主啊，求祢拯救我。

以祢的受难终结了死亡的折磨，/ 生命的元首，我们的上帝，/ 求祢安息自古以来离世的祢的仆人。

那些因祢不可言喻的审判，/被他们饮下的毒药所害的人，/以及因噎骨而亡的人，/求祢，主啊，与圣徒一同赐予他们安息。

当祢审判全世界之时，/ 那些赤身露体、在祢面前站立的人，/ 那时，求祢怜悯那些忠心事奉祢的人，/ 仁慈的上帝。

当祢的大天使吹响末日的号角，/召唤万物复活之时，/基督啊，求祢使祢的仆人安息。

那些祢——上帝——自亘古就接纳的忠信者，/求祢使全人类有幸 / 与侍奉祢的人一同永远赞美祢。

荣耀归于三位一体：至圣的上帝本源，同坐宝座的，/圣父、圣子与圣灵！/祢是我的上帝，以祢的全能/维系万有。

如今，圣母颂：耶西先祖，请欢欣：/ 生命之花从你的根上萌发：/ 由纯洁的童贞女所生——基督上帝，/ 拯救世界。

卡塔瓦西亚：为被诸多罪过所困者：

伴有香炉的小悼念祷文。

康达克，第8调

基督啊，求祢与圣徒一同安息，/ 祢仆人的灵魂，/ 在那里没有痛苦、没有悲伤、没有哀号，/ 唯有永恒的生命。

伊科斯：祢自己——唯一的永生者，/ 创造并造就了人类：/ 而我们这些凡人，是从尘土中被造的，/ 终将归于尘土，/ 正如祢所命定的，祢在创造我并对我说道：/ “你是尘土，也必归于尘土”，/我们这些凡人终将前往那里，/将墓前的哭泣化作“哈利路亚！”的赞歌

先诵《圣人传》，随后诵《安息经》。

第七首

伊尔莫斯：起初奠定大地，/ 并以圣言确立诸天，/ 主啊，我们的列祖之神，/ 愿祢受永世颂赞！

为纪念自古以来虔诚离世者，/我们呼求：/“主啊，我们的祖先之神，愿祢受赞美，直到永远！”

那些在虔诚中猝然离世的人，/因各种突然降临之物——/树木、铁器、各类石块——而遇难者：/上帝啊，求祢赐安息于这些已故的信徒。

在祢那可畏的再来之时，仁慈的主，/求祢将那些在世时/以正统信仰侍奉祢、基督，/并已归于祢的人，安置在祢右边，与祢的羊群同在。

基督啊，求祢将祢的仆人 / 安置在祢选民的圣咏团中，使他们向祢呼求： / “主啊，祢是永受称颂的， / 我们列祖的上帝！”

从尘土中造出肉身，/ 并以圣灵使其复活的，仁慈的救主，/ 求祢，上帝，使那些被祢接纳的人，/ 在永不衰老的生命中得享安息。

荣耀归于圣三：愿神性如三轮太阳般被颂扬，/在唯一的光芒交融中：/圣父、圣子与圣灵，/本性唯一，位格三位。

如今，圣母颂：我们照着大卫的诗歌向祢歌唱，/称祢为“神的山”，童贞女，/道成肉身降临于此，/在祂自己里面以圣灵使我们成圣。

卡塔瓦西亚：起初奠定大地者：

第8首

伊尔莫斯：在圣山上受尊崇的，/ 并在荆棘丛中以火焰向摩西显现的，/ 向永贞童女显明奥秘的主——/ 愿你们世世代代歌颂并尊崇祂。

祢曾击碎死亡的阴影，/ 如太阳般从坟墓中照耀而出，/ 荣耀的主啊，求祢使所有在信仰中离世的人，/ 永远成为祢复活的儿女。

深知隐秘与奥秘的主啊！/ 当你揭露黑暗之事 / 并显明我们心中的意图时，/ 那时，求你不要向所有凭着信心离世的人 / 进行严厉的审问。

当你决心登上宝座，/并命令那些被号角从地极召集而来的人接受审判时，/那时，基督啊，求你作为仁慈者，/怜悯所有人。

那些因意外事故猝然离世的人：/ 因震耳的尖叫和疾驰的奔跑，/ 因耳光、拳打或脚踢，/ 主啊，荣耀的主，/ 求祢永远释放那些怀着信仰离世的人。

让我们赞美圣父、圣子和圣灵，我们的主。

我以本性颂扬祢为唯一，/ 以位格尊崇祢为三位一体：/ 圣父、圣子、圣灵；/ 我永世颂扬祢国度那无始的权能。

如今，圣母啊：祢——童贞圣母，/ 如同被封印的活水泉源显现：/ 因祢未经丈夫便生下主，/ 便永远以不朽之水滋养信徒。

我们赞美、祝福、敬拜主，世世代代歌颂并尊崇祂。

伊尔莫斯：在圣山之上，那位受尊崇者：

第九首

伊尔莫斯：昔日曾在山上向立法者显现的 / 那在火焰与荆棘丛中的景象 / 如今我们以不绝的颂歌，/ 颂扬基督由永贞童女降生，/ 为拯救我们这些信徒。

在欢欣者的居所——主啊，祢的圣徒们，/ 凡自古以来在信仰与盼望中安息的，/ 求祢赐予他们喜乐。

那些因上帝的愤怒而遭灭亡的：/ 无论是在各种致命的灾祸中，/ 无论是从天而降的，/ 还是在裂开的大地中，抑或汹涌的海水中，/ 基督啊，求祢使所有信徒安息。

无论年龄大小：长者与少年，/年少者与已成年者，/孩童与尚未足月的婴孩，/男女不分，/上帝啊，求祢赐安息给那些被祢接纳的信徒。

因毒蛇咬伤而离世的亡者，/被蛇吞噬的，/被马践踏或窒息而亡的，/以及被邻人亲手扼杀的，/那些曾以信心侍奉祢的人，求祢赐予安息。

愿每位信徒——/自古以来及历代以来在信仰中离世者——/都能按名无罪地站在祢面前，圣言，/在祢再来之时，求祢赐予他们这恩典。

荣耀归于圣三：三位一体的独一真神，/ 愿荣耀永归于祢！/ 因为虽然三位各为神，/ 但祂在本质上仍是一：/ 圣父、圣子、圣灵，/ 由三光辉的属性所区分。

如今，圣母颂：您的生育超乎理智：/ 因为您生下了先存者，/ 并以不可言喻的乳汁哺育 / 赐予世界食物的那位：/ 您将掌管万有的主 / 安放在马槽中，祂就是我们唯一的救赎主基督，全无玷污者！

卡塔瓦西亚：先前在山上向立法者显现的：

简短的常规祈祷文。

《六颂》

祢如神一般 / 统管生者与死者！/ 求祢使祢的仆人安息于祢所拣选的居所：/ 因为虽然他们犯了罪，救主，/ 但他们并未背离祢。

颂荣：求祢使祢的仆人 / 安息在生者之国，主啊，/ 那里已无痛苦，/ 悲伤与哀叹皆已消逝；/ 求祢作为爱人的主，仁慈地赦免 / 他们在世上所犯的一切罪过：/ 因为唯有祢——无罪且仁慈，/ 生者与死者的主！

如今，圣母玛利亚，上帝的新娘！/ 求祢在基督面前不断为我们——祢的仆人——代求，/ 与神学的先知们、/ 众殉道者、主教们、圣徒们以及所有义人一同，/ 使我们能与他们一同成为 / 天国之继承人。

赞美诗，第4节，第8调

弟兄们，在末日来临之前，请大家前来，/ 凝视我们的尘土，我们本性的软弱，/ 以及我们的渺小，我们将看见结局，/ 以及这血肉之躯的器皿；/ 人不过是尘土，是蠕虫的食物和朽坏之物，/ 我们的骨头已干枯，全然没有气息。/ 让我们凝视坟墓：荣耀何在？ / 容颜之美何在？甜言蜜语何在？ / 眉毛何在？眼眸何在？一切皆为尘土与阴影： / 因此，救主啊，求祢怜悯我们众人！

人为何自欺欺人，自吹自擂？/ 那由泥土所造、转眼即逝之人， / 为何徒劳地焦躁不安？/ 尘土为何不思量， / 它本由尘土构成， / 腐朽与瓦解本是它的归宿？ / 倘若我们人类——不过是泥土， / 那我们为何还依附于大地？ / 倘若我们已与基督联合， / 为何不投奔于祂？ / 既然弃绝了一切转瞬即逝、流逝的生命， / 为何不追随那不朽的生命， / 那生命就是基督， / 祂是我们灵魂的光明[与赎罪]！

救主啊，是祢亲手创造了亚当，/并在不朽、死亡与恩典中的生命之间划定了界限；/祢使我们脱离了朽坏，/将我们带回了最初的生命！ / 主啊，求祢亲自使那些祢从我们中间接走的仆人， / 与义人及蒙拣选的众圣同享安息； / 并将他们的名字记在生命册上， / 待大天使吹响号角之时使他们复活， / 赐予他们祢天上的国度！

基督复活了，/解开了始祖亚当的枷锁，/摧毁了阴间的权势。/众死者啊，请鼓起勇气：/死亡已被消灭，/阴间连同死亡一同被摧毁，/被钉十字架并复活的基督已登基为王。 / 祂赐予我们肉身的不朽，/ 祂使我们复活并赐予我们复活，/ 并以那荣耀的喜乐使所有/ 以坚定不移的信心热切信靠祂的人得以分享。

荣耀颂，第二调，为安息祈祷：正如花朵凋谢，如梦境消逝，/ 凡人亦皆如此消亡。/ 但当号角声再次响起，/ 死者将如地震时一般全都复活，/ 迎接祢，基督上帝。 / 那时，主啊，求祢将那些祢从我们中间接走的人，/ 安置在祢圣洁的居所中，/ 仁慈的主啊，求祢勿顾他们的过犯！

如今，圣母颂：万福，圣母玛利亚，/ 坚不可摧的圣殿，更重要的是——圣洁的，/ 正如先知所呼求的：/ “祢的圣殿是圣洁的，在公义中奇妙。”

在诗篇唱段中，诵读圣费奥凡所作的、属于《八音集》当前调式的诗篇

赞美诗，第6调，达马斯金：亚当的灾祸源于 / 远古时在伊甸园中品尝那棵树的果实， / 当那条蛇倾泻出它的毒液之时： / 因为正因如此，死亡进入了世界， / 吞噬着人类及其整个后代。/ 但主降临后，击退了那条龙， / 并赐予我们安息。/ 让我们向祂呼求：/ “救主啊，求祢怜悯那些祢所接纳的人，/ 并让他们与祢的选民一同安息，（作为爱人的主！）”

如今，圣母之子，那声音依然如故：祢是我们的上帝，以至智创造万物并充满万物！ 基督啊，祢曾差遣先知，/预言祢的降临，/又差遣使徒，宣扬祢的伟业。/有的预言了祢的降临，/有的则藉着洗礼使万民得蒙启迪。 / 至于殉道者，他们历经苦难，终于达到了所渴望的，/ 他们与生下祢的圣母一同，/ 在祢面前为众人代祷。/ 上帝啊，求祢安息那些被祢接纳之人的灵魂，/ 并使我们配得祢的国度，/ 祢为我这被定罪之人忍受了十字架，/ 我的救赎主，我的上帝！

赞美主是美事：**“三圣颂”；《圣咏》：**“以至深的智慧”**；“荣耀颂”及“如今”：**“我们在祢内既有坚固的城墙，又有避难所”；**第一时辰及结束祷文。**

在圣体礼仪中

《有福了》，选自《三圣节赞美诗集》第3首和第6首。

圣咏，第八调

以至深的智慧仁爱地治理万物 / 并赐予众人所需， / 独一的造物主，主啊，求祢使祢仆人的灵魂得安息， / 因为他们将希望寄托在祢身上， / 我们的造物主、护佑者，以及我们的上帝。

《荣耀颂》与《康达克》，同调：基督啊，求祢与圣徒一同安息，/祢仆人的灵魂，/在那既无痛苦、亦无悲伤、更无哀号之处，/唯有永恒的生命。

如今，圣母颂，同调：我们在祢内既有堡垒，又有避难所，/ 又有蒙神喜悦的代祷者，/祢——圣母，未曾经历婚姻，/ 生下了祂，信徒的救主。

前诵，第六调：他们的灵魂 / 将在福乐之中安居。**诗节：**主啊，我的灵魂向祢仰望，我的上帝。

《哥林多前书》第146节

弟兄们，凡事我都可行，但不都有益处。凡事我都可行，但不都造就人。凡事都不可求自己的益处，只要求别人的益处。市上所卖的，什么都可吃，不用察验，凭着良心吃，因为地和其中所充满的，都是属主的。　若有不信主的人请你们去，你们愿意去，凡摆在你们面前的，都不要察看，凭着良心吃。但若有人对你们说："这是祭偶像之物"，你们就不要吃，为那告诉你们的人，也为你们的良心；因为地和其中所充满的，都是属主的。

哥林多前书 10:23–28

并为安息祈祷，
《帖撒罗尼迦前书》，第270节

弟兄们，我们不愿你们对已睡的人一无所知，免得你们像那些没有指望的人一样悲伤。因为我们若信耶稣死了又复活了，那在耶稣里睡了的人，神也必将他们与耶稣一同带来。因为我们凭着主的道告诉你们：我们这活着存留到主降临的人，断不能在那已经睡了的人之前；因为主必亲自凭着命令的声，大天使的声音和神的号角，从天降临，那在基督里死了的人必先复活；　随后，我们这些活着存留的人，必与他们一同被提到云里，在空中与主相遇；这样，我们就要永远与主同在。

帖前 4:13–17

哈利路亚，第四调：主啊，蒙祢拣选并亲近的人是有福的。**诗句：**他们的名声将世世代代流传。

《路加福音》第105段

主说："你们要小心，免得被人迷惑。因为将有许多人冒我的名而来，说'我是基督'，又说'时候近了'；你们不要跟从他们。你们听见打仗和动乱的消息，不要惊慌；因为这些事必须先发生，但末日还未到。"　那时，太阳、月亮和星辰将出现异象；地上万民因海浪的轰鸣和波涛的翻涌而惊惶失措，人们因恐惧和对即将降临全宇宙的灾祸的期待而魂不附体；因为天上的万象都将动摇。　那时，他们将看见人子驾着云降临，带着大能与大荣耀。　天地都要过去，但我的话绝不会过去。你们要谨慎，免得你们的心因宴乐、醉酒和生活的忧虑而沉重，以致那日子忽然临到你们；因为那日子要像网一样，降临在全地所有活着的人身上。　所以，你们要警醒，时时祷告，好叫你们能逃过这一切将要发生的事，得以站在人子面前。

路加福音 21:8–9, 25–27, 33–36

并为安息祈祷，
《约翰福音》第16章开头

主对前来见祂的犹太人说：“我实实在在地告诉你们：听见我的话又信那差我来的，就有永生，不至于定罪，是已经出死入生了。　我实实在在地告诉你们：时候将到，现在就是，死人要听见神儿子的声音，听见之后就要活过来。因为父怎样在自己里面有生命，就照样赐给儿子在自己里面有生命，并且赐给他权柄施行审判，因为他是人子。　你们不要为此感到惊讶，因为时候将到，凡在坟墓里的人都要听见祂的声音，并且出来：行善的，复活得生命；作恶的，复活受审判。　我凭自己不能作什么：我怎样听见，就怎样审判；我的审判是公义的，因为我不求自己的意思，只求那差我来的父的意思。

约翰福音 5:24–30

《基诺尼克》：主啊，蒙祢拣选并亲近的人是有福的，他们的名号将世世代代被传颂。

须知，此礼仪亦常于圣五旬节的安息日举行。

斋前周

在圣灵降临节大晚祷的星期六

在开端诗篇之后，诵读第一卡菲斯姆全文。在“我向主呼求”之后，**诵读10节诗篇：其中三首取自复活节《八音集》，三首取自东方圣咏集，四首取自《三圣咏集》：**

第六调

当你决心降临 / 施行公义的审判时，至公义的审判者， / 坐在你荣耀的宝座上， / 那令人惊骇的火河 / 在你审判席前将众人卷走， / 天上的众军侍立在你面前， / 世人怀着敬畏之心接受审判， / 因各人所行的； / 那时，基督啊，求祢怜悯我们，/ 并因祢的仁慈，使我们有幸得救，/ 我们怀着信心恳求祢。

书卷将展开，/ 人的行为将在那难以承受的审判台前显露，/ 整个哀哭谷将回荡着可怕的牙关磨擦声，/ 目睹所有犯罪之人，/ 因祢公义的审判被送入永恒的痛苦中，/ 徒劳地悲痛哀哭。/ 因此，我们恳求祢，仁慈的主：/ “怜悯我们这些颂扬祢的人，/ 独一无二的满有慈爱者！”

号角将吹响，坟墓将空无一人，/ 整个人类都将战栗着复活：/ 行善者欣喜若狂，/ 期待着获得奖赏；/ 而犯罪者则战栗不已，痛哭流涕，/ 被送入苦难之中，与蒙拣选者分离。 / 荣耀的主啊，求祢以仁慈怜悯我们，/ 并赐予那些爱祢的人应得的福分。

我哭泣，我痛哭，/ 每当我想象那永恒的烈火、/ 外面的黑暗、地狱深渊，以及那可怕的蛆虫， / 还有那永无休止的磨牙声， / 以及等待着那些犯下无量罪孽之人、 / 因恶行而触怒了至善之主的折磨—— / 其中之一，而且还是第一个——就是我，这可怜人！ / 但凭着祢的恩典，审判者， / 求祢以仁慈之心拯救我。

颂荣，第八调：当宝座设立，书卷展开， / 上帝为审判而坐上宝座， / 那时该是何等可怕，连天使都战战兢兢地侍立， / 烈火之河正将人卷入！ / 那时我们， / 这些犯下诸多罪孽的人，该如何是好？ / 当我们听见祂 / 召唤蒙福者进入天父的国度， / 却将罪人遣往刑罚之地时， / 谁能承受那可怕的判决？ / 惟有那位爱人的救主、万世之王， / 在末日来临之前， / 求祢使我悔改，怜悯我！

如今，圣母颂：普通声部的信条颂。

在礼仪游行中

《荣耀颂》，第七调： 既已领悟主的诫命，我们便当照此而行：/ 喂养饥饿者，给口渴者喝水，/ 给赤身者穿衣，接待旅人，/ 探望被囚者，/ 好叫那位将要审判全地的主对我们说：/ “来吧，我父所赐福的，/ 承受为你们预备的国度吧！”

如今，圣母颂：在您的庇护下，主母，/我们所有生于尘世的人，都向您呼求：/“圣母，我们的希望，/求您赦免我们无数的罪过，/并拯救我们的灵魂！”

《八音集》诗篇中的诗节

《荣耀颂》，第八调：唉，我这蒙尘的灵魂，/ 你要到何时才不再沉溺于恶行？/ 你要到何时才不再沉溺于放纵？/ 为何不思量那可怕的死亡时刻？/ 为何面对救主那可怕的审判台时，你全身不战栗？/ 你要如何为自己 辩护？ / 或者你会给出怎样的回答？ / 你的所作所为将作为控告你的证据， / 你的行为正在揭露并指控你。 / 从今时起，啊，灵魂啊，时候已到：/ 快逃，快去，满怀信心地呼求：/ “主啊，我得罪了祢，在祢面前犯了罪；/ 但我知道，仁爱的主

，祢的怜悯，良善的牧者，/ 求祢凭祢的大慈大悲，不要将我从祢右边等候的人中 / 驱逐出去！”

如今，圣母颂：未曾经历婚姻的童贞女，/以肉身不可言喻地怀了神，/——至高神的母亲！/求祢垂听祢仆人的祈求，全无玷污者，/赐予众人罪孽的洁净；/如今，求祢接受我们的祈求，/为我们众人祈求得救。

晨祷时

唱完第六篇诗篇后，唱《主是神》**：按《八音集》调式，并两次唱复活节赞词，再唱一次《圣母颂》。随后是《诗篇》的常规诵读。《八音集》的坐咏。在常规的两篇“多利埃”诗篇之后，加入第三篇：**

第136篇诗篇

我们在巴比伦的河边坐下，一想起锡安，便痛哭流涕。**哈利路亚。**我们在河边的柳树上挂起了我们的乐器。**哈利路亚。**因为在那里，掳掠我们的人问起我们的歌词，掳走我们的人则问起我们的歌声。**哈利路亚。**“请为我们唱一首锡安的歌吧。” **哈利路亚。**我们在异乡怎能歌唱耶和华的诗歌呢？**哈利路亚。**耶路撒冷啊，我若忘记你，愿我的右手也忘记！ **哈利路亚。**若我不记念你，若不将耶路撒冷置于我喜乐之首，愿我的舌头贴在我的喉咙上。**哈利路亚。**耶和华啊，求你记念耶路撒冷遭难之日，以东人所说的话：“毁灭它，毁灭它，直到根基。” **哈利路亚。**可悲的巴比伦之女，凡将你加给我们的报应加在你身上的人，那人是有福的。**哈利路亚。**凡抓住你的婴孩，将他们摔在石头上的人，那人是有福的。**哈利路亚。**

无玷圣母颂后：天使众：**伊帕科伊。调式诗篇与前诵。** 一切有气息的：**主日常规福音。**基督复活：**第50篇诗篇。随后《荣耀颂》，第8调：**为我开启悔改之门：**（参见“税吏与法利赛人”主日的晨祷）。**

主日赞美诗，圣母赞美诗（第6调），以及《三圣节赞美诗》（第8调）。

圣咏，由西奥多·斯图迪特先生所作，第6调。

第一首

伊尔莫斯：帮助者与庇护者：

思及那可怕之日 / 祢那对众人而言不可言喻的再来，/ 我心惊胆战；/ 怀着恐惧，我预见那日，/ 祢将坐上审判席，审判生者与死者，/ 我全能的上帝。

当祢降临之时，上帝啊，/ 带着万千 / 天上的天使长，/ 那时，也请赐予我这可怜人，/ 有幸在云端迎接祢，基督啊。

去吧，我的灵魂，去领悟 / 那时刻与那日子，/ 当上帝向你显现之时；/ 并要痛哭，要哀号，/ 好使你在试炼之时 / 得以纯洁。

地狱中永不熄灭的烈火、/ 痛苦的蛆虫、牙齿的磨牙声，/ 都令我惊骇不已；/ 但求祢宽恕我、赦免我，/ 并将我，基督啊，安置在/ 祢的选民所站立之处。

愿我这可怜人也能听见 / 你那令人向往的声音，/ 呼召你的圣徒进入喜乐，/ 并得享天国 / 那难以言喻的喜乐。

求祢不要与我同受审判，/ 不要揭露我的行为，/ 不要审视我的言语、揭露我的私心，/ 而是凭祢的怜悯，不顾我沉重的罪孽，/ 全能者啊，求祢拯救我。

荣耀归于三位一体：三位一体的合一，/万有的至高主宰，/至臻至高的 / 万有之源！/求祢亲自拯救我们：/圣父、圣子、圣灵！

如今，圣母颂：谁按圣父所定的律法，/ 无种生下圣子？/ ——正是那位由圣父亲自、无母所生的。/ 何等非凡的奇迹！/ 因为你，圣洁者，/ 同时生下了神与人。

卡塔瓦西亚：我的帮助者和庇护者 / 成了我的救恩： / 祂是我的上帝，我要赞美祂， / 我父亲的上帝——我要高举祂， / 因为祂已得着荣耀！

第三首

伊尔莫斯：主啊，求祢使我立于祢诫命的磐石之上：

主将降临，/ 谁能承受祂的威严？/ 谁能面见祂的面容？/ 但我的灵魂啊，/ 务要预备好迎接祂！

让我们赶紧行动，痛哭流涕， / 在末日来临之前与上帝和好： / 因为审判之日令人恐惧，/ 届时我们都将赤身露体地站在祂面前。

主啊，求祢怜悯，求祢怜悯我，我向祢呼求，/ 当祢与祢的天使一同降临，/ 按各人行为的功过予以报应之时。

主啊，我怎能承受 / 你审判那难以忍受的烈怒， / 因我违背了你的诫命？ / 但求你在审判之时怜悯我，怜悯我。

忏悔吧，哀叹吧，不幸的灵魂啊，/ 在生命之宴尚未结束之前，/ 在主尚未关闭 / 宫殿之门之时。

主啊，我犯了罪，/ 远胜于世间任何人，/ 逾越了人的界限；/ 但求你在审判之前怜悯我，/ 仁爱的主！

荣耀归于圣三：单纯的、未被创造的合一，/ 无始的本性，/ 在三位位格中被颂扬，/ 求祢拯救我们这些凭着信心敬拜/ 祢大能的人。

如今，圣母颂：至圣者，祢孕育了，/ 无种生下活泼的道，/ 祂在祢的子宫中道成肉身，毫无改变。/ 荣耀归于圣母，因祢生下基督！

卡塔瓦西亚：主啊，求祢将我摇摆不定的心， / 坚立在祢诫命的磐石上， / 因为唯有祢是君王和主。

塞达伦，第六调

我思念那可怕的日子，/并为我恶行的所作所为哀恸。/我将如何向不朽的君王交代？/或者，我这迷途之人，又怎敢直视审判者？/仁慈的天父、独生子/和圣灵，求祢怜悯我！

颂荣：在哀哭谷中， / 在祢所指定的地方， / 当祢——仁慈的主——坐上宝座施行公义审判之时， / 求祢不要揭露我的隐秘之事， / 也不要在天使面前使我蒙羞， / 但求祢怜悯我，上帝，并恩待我！

如今，向圣母祈祷：世人的美好希望，童贞圣母，/我们只求祢那唯一的、威严的庇护：/怜悯那些轻易陷入困境的人，/恳求仁慈的上帝，/使我们的灵魂免于一切惩罚，/独一无二的蒙福者！

第四首

伊尔莫斯：先知曾听闻：

日子已到，灵魂啊，要警醒，/审判已近在门前，/那里君王与诸侯、/富人与穷人都将聚集，/每个人都将按其所行的善恶，/各得应得的报应。

无论修道士还是主教，/ 长者还是少年，仆人还是主人，/ 都将接受考验；/ 寡妇和处女将交出账目；/ 那时，凡生活不无瑕疵者，/ 皆将陷入悲痛。

祢的审判无可指责，/在祢的审判席前，既无法隐藏诡计，/也无法掩盖那些掩盖真理的辩词，/更无法隐瞒那些欺骗公义的证词；/因为在祢——上帝——面前，众人的隐秘行为都显露无遗。

愿我不至进入哀哭之地，/愿我不见黑暗之所，我的基督，/愿我不被捆绑手脚，道，/也不被逐出祢的宫殿，这最不幸的人，/如同身披被玷污的/不朽之衣一般。

当你将罪人与义人分开，/对世界施行审判之时，/求你将我算为你的羊之一，/将我与山羊分开，仁爱的主，/好叫我得以听见你那蒙福的声音。

当审判来临，/记录所作所为的书卷展开之时，/你将如何是好，啊，可悲的灵魂？/在审判席上，你将如何为自己辩护，/既然你没有义行的果实，/无法献给基督——你的造物主？

听闻那富人在痛苦的烈火中/发出的哀叹，/我这同样该受审判的可怜人，/不禁痛哭悲伤，并祈求：/“世界的主救主啊，/在审判之时，求你怜悯我！”

荣耀归于三位一体： 我赞美圣子与圣灵，/如同从太阳发出的光与光芒：/一位——作为被生的，/因祂确已降生；/另一位——作为所出的，/因祂确已发出；/同源的圣三一，/接受万有受造之物的敬拜。

如今，圣母颂：童贞女，你生下婴孩/并保持了纯洁，/你，圣洁者，显明为生下神与人者，/祂在两种形像中实为同一位。/童贞圣母，你的奇蹟，/令一切听闻者与思索者惊叹不已！

卡塔瓦西亚：先知听闻/主啊，关于祢降临的消息，便心生敬畏，/因祢欲由童贞女降生并向世人显现，于是高呼：/“我听闻关于祢的消息，便心生敬畏。”/荣耀归于祢的大能，主啊！

第五首

伊尔莫斯：从黑夜到黎明：

那里有难以言喻的战栗与恐惧：/因为主将降临，/祂的显现将揭示/每个人的所作所为；/到那时，谁能不为自己/痛哭流涕呢？

那火河使我惊惶，折磨着我，/牙齿的磨牙声与深渊的黑暗折磨着我；/我究竟该做些什么，/才能平息上帝的怒气？

求祢怜悯，求祢怜悯，主啊，祢的仆人，/切莫将我交予严酷的刑罚者，/那些毫不留情的天使：/在那里，身处他们之中，绝无安宁可言。

在那儿，王侯与首领皆无区别，/富者与卑微者，/大人物与小人物，/都将同样接受审判；/那时，凡未作准备者，必将遭遇悲惨！

主啊，求祢宽恕、赦免，/并原谅我在祢面前所犯的罪，/不要让我在天使面前/被定罪投入火中，/遭受无尽的羞辱。

主啊，求祢怜悯、怜悯祢的受造物。/我犯了罪——求祢宽恕我，/因为唯有祢本性纯洁，/除祢以外，/无人能免于污秽。

荣耀归于圣三：我颂扬祢——圣三——本性为一，/无始、不可测、至高、/尊贵、至善的合一，/上帝、光明、生命，/以及世界的创造者。

如今，圣母颂：在祢超自然的怀胎中，圣母，/自然法则显然因祢而废除：/确实，祢无种生下/永恒的上帝，由圣父所生。

卡塔瓦西亚：从黎明破晓之时起，/向祢奔赴的，仁爱之主，/求祢赐我光明，/并引导我遵行祢的诫命，/救主啊，求祢教导我，/遵行祢的旨意。

第六首

伊尔莫斯：我全心呼求：

在基督那可畏的再来之时，/ 当你从天而降，/ 宝座设立，书卷展开，/ 那时，救主啊，求你怜悯、怜悯你的受造之物。

在那儿，当上帝亲自担任审判官时，/ 没有任何东西能提供帮助：/ 无论是努力、诡计、荣耀还是友谊，/ 倘若你的坚固根基不源于你的善行，/ 哦，我的灵魂啊！

在那里，王子与首领将同在，/ 贫者与富者亦将同在，啊，我的灵魂；/ 那时，父亲无法相助，母亲也无能为力，/ 兄弟亦无法使你免于定罪。

思量着在审判者面前那可怕的考验，/ 灵魂啊，为此而战栗，/ 准备好你的答复，/ 以免被判处永恒的枷锁。

“拿走你的东西！”——主啊，愿我听不见这话，/被你驱逐时，/也愿听不见“去与被咒诅者一同下火湖”的话语，/而是听见义人那令人向往的声音。

主啊，求祢救我脱离地狱之门，/脱离深渊、脱离无光之暗，/脱离地下牢狱和永不熄灭的烈火，/以及一切其他/永恒的刑罚。

荣耀颂（三位一体）：我颂扬三位一体的独一神性：圣父、圣子与圣灵，这独一本源的权能，由三个位格所彰显。

如今，圣母颂：祢是那扇门，那位独一无二的——进入又出去的——/ 祢的童贞之门未曾被打破，圣洁的，/ 就是耶稣，亚当的造物主，也是祢的圣子。

卡塔瓦西亚：我全心全意地呼求 / 那满有怜悯的上帝，/ 祂从最深的阴间听见了我的呼求，/ 并将我的生命从灭亡中拯救出来。

康达克，第一调

当祢，上帝，带着荣耀降临人间时，/ 整个世界都将战栗；/ 烈火之河在审判宝座前奔流，/ 书卷展开，奥秘昭示。/ 那时，求祢救我脱离不灭之火，/ 并使我有幸站在祢的右边，/ 最公义的审判者。

伊科斯：思及祢那可畏的审判，至圣的主啊，以及审判之日，我心惊胆战，战战兢兢，因良心正指证我！/ 当你坐在你的宝座上，/ 施行审判之时，/ 那时无人能否认自己的罪孽，/ 因为真理本身会揭露一切，恐惧将笼罩人心：/ 地狱之火将猛烈燃烧，/ 罪人则会咬牙切齿！ / 因此，在末日来临之前，求祢怜悯我，/ 最公义的审判者啊，求祢宽恕我！

第七首

伊尔莫斯：我们犯了罪，我们做了：

让我们俯伏痛哭，信徒们，/在那审判来临之前，/当诸天消逝，/星辰坠落，大地剧烈震动之时，/好使我们能直到终末，/蒙上帝——我们列祖之父——的慈爱。

审判公义无私，审判令人恐惧，/在那位无所不知的审判者面前，/无法用礼物使祂偏袒；/那时，主啊，求祢怜悯我，/并救我脱离祢一切可怕的愤怒。

主为审判而来，/谁能承受祂的显现？/我这不幸的灵魂啊，要战兢，/要战兢并为你的事端做好离世之准备，/好叫你以仁慈和怜悯之心寻见祂，/那受祝福的列祖之神。

不灭之火使我惊惶，/ 最苦涩的蛆虫在嘎吱作响；/ 夺命的地狱令我恐惧，/ 而我却丝毫未能进入那美好的悔改之中。/ 但是，主啊，主啊，在终结之前，/ 求祢用祢的敬畏坚固我。

我俯伏在祢面前，/ 像眼泪一样向祢献上我的话语：/ “我犯了罪，如同那淫妇所未曾犯的；/ 我行了不法之事，地上无人能及；/ 但主啊，求祢怜悯祢的受造物，/ 并呼召我！”

回转吧，悔改吧，敞开心扉，/对全知的神说：/“你深知我的隐秘，独一的救主；/但求你亲自怜悯我，正如大卫所唱，/凭着你的慈爱！”

三一颂：三位一体、本性唯一，/ 我在三位格中颂扬独一者：/ “圣父、圣子、圣灵——/唯一的大能、意志与作为。/唯一的三圣神，唯一至高的国度！”

如今，圣母颂：至美之神/从你子宫的宫殿中降生，/如同君王，身披神所织的朱红袍，/这袍子以你至洁的宝血神秘地染就，/你未曾经历婚姻，/并在地上作王。

卡塔瓦西亚：我们犯了罪，行了/悖逆与不义之事在你面前，/既未遵守，也未遵行/你所吩咐我们的。/但求你不要永远弃绝我们，/列祖之神！

第8首

伊尔莫斯：天军啊：

一想到祢那可畏的/第二次再来，主啊，/便因祢威严的显现而战栗，/惧怕祢的忿怒，并呼求：/“从那一刻起，求祢永远拯救我！”

当祢，上帝，审判万民之时，/凡生于尘世者，谁能承受这审判，既已受过情欲的煎熬？/因为那时，不灭的烈火/与剧烈嘎吱作响的虫子，/将永远吞噬那些被定罪的人。

当你召聚一切有气息的生灵，/一同来到你的审判台前，基督啊，/那时将有巨大的恐惧，巨大的灾难，/唯有我们的善行能永远拯救我们。

万有的审判者，我的上帝和主啊，/愿我那时能听见/你那令人向往的声音，/愿我看见你那伟大的光芒，/愿我凝视你的居所，/愿我目睹你的荣耀，永远欢欣。

公义的救主，求祢怜悯，/救我脱离那火与刑罚，/那是我在审判时理应承受的：/求祢在我终结之前赐我宽慰，/因我的美德与悔改。

当你作为仁慈的审判者坐上审判席，/并显明你那可畏的荣耀时，基督啊，/——哦，那时，/那燃烧的火炉将给所有/惧怕你那难以忍受的审判的人带来何等的恐惧！

让我们颂扬圣父、圣子、圣灵，我们的主。

我敬拜本性唯一的神，/颂扬三位位格，并区分祂们：/虽不同，却非分离，/因为神性在三位格中合而为一：/圣父、圣子与圣灵。

如今，圣母啊：基督从你光明的心怀中降生，/如同新郎从婚筵中走出，/向那些身处黑暗中的人放射出伟大的光芒。/看哪，祂作为公义之日照耀，/照亮了世界，圣洁的圣母。

我们赞美、颂福、敬拜主，世世代代歌颂并尊崇祂。

卡塔瓦西亚：那受天军颂扬的，/那使基路伯和撒拉弗战栗的，/凡有气息、凡受造之物，/都要歌唱、祝福、/并永远尊崇祂！

第九首

伊尔莫斯：无种受孕：

主将降临，惩罚罪人，/拯救义人；/我们将战栗并痛哭，/并以心灵感受那一天，/当祂揭示人类未知的奥秘，/按各人的行为报应他们。

摩西因看见祢在身后，便满怀恐惧与战栗；/那么，当祢从天而降之时，/我这不幸之人，/怎能站立得住，/面对祢的面容？/但求祢，仁慈的主，/以祢慈爱的目光怜悯我。

但以理惧怕试炼的时刻，/而我这可怜人，/在主那可怕的、即将到来的日子里，又将承受何等苦难？/但求祢让我在离世之前，/能以祢喜悦的方式侍奉祢，/并得着祢的国度。

火已备好，蠕虫已就位；／同样——欢欣的荣耀、喜乐，／永不熄灭的光芒、义人的喜乐；／谁能如此有福，既能率先逃脱惩罚，／又将后者作为自己的份？

愿祢那猛烈的忿怒，/ 主啊，不要将我 / 从祢的面前驱逐；/ 愿我不听见祢那咒诅的声音，/ 将人打入火中；/ 但愿我能进入 / 祢那不朽婚筵的喜乐之中，/ 那时我便与祢的圣徒同在。

心灵受创，躯体衰弱，/ 灵性病痛，言语无力，/ 生命已死，终局近在咫尺。/ 那么，我这不幸的灵魂啊，当审判者前来审视你的作为时，/ 你将如何自处？

荣耀归于圣三：独一的父，独生子之生父；/ 独一的光，独一之光的辉耀；/ 独一的圣灵，独一之神的圣灵，/ 诚然是主之主权之灵。/ 啊，圣三一，圣洁的独一者！/ 拯救我这论及祢的信徒吧！

如今，圣母颂：基督由你诞生的奇迹 / 令我惊叹，全无玷污者，/ 你如何在无种的情况下怀了那不可测度的圣子。/“请说，祢既作为母亲生下祂，/ 又如何仍保持童贞？”/ ——“以信德领受那超乎本性之事，/ 敬拜那将要降生的：/ 因为祂所愿所行，无所不能！”

卡塔瓦西亚：无种受孕的诞生不可言喻，/ 未曾知夫的圣母所怀的圣子纯洁无瑕：/ 因为神的降生更新了自然的法则。/ 因此，我们万族，/ 尊你为我们的神之母，/ 虔诚地颂扬你。

复活节六日颂
随后是《三圣咏》：

思及那可怕的审判之日 / 以及祢那不可言喻的荣耀，/ 我全身战栗，主啊，/ 怀着敬畏之心惊呼：/“当你带着荣耀降临尘世，/审判整个世界时，基督上帝，/那时求你拯救我这可怜人，免受一切惩罚，/主啊，求你恩准我，/得以站在你的右边。

看哪，全能主的日子临近了，/谁能承受祂降临的惊骇？/因为那是愤怒之日，犹如烈火窑炉，/当审判者坐上宝座，按各人/所行的报应各人。

圣母颂：思及试炼之时与那慈爱之主的恐怖降临，/我全身战栗，悲恸地向祢呼求：/“我至公义、独一无二且满有怜悯的审判者，/求祢凭圣母的代祷，/接纳我这悔罪之人！”

在“赞美”时，使用《复活节八音集》第4卷、东方第1卷的诗篇
及《三圣节书》第4首自唱诗，第6调：

诗节：当以悦耳的钹赞美祂，当以清脆的钹赞美祂。凡有气息的，都要赞美上主！

《诗篇》150:5–6

我思念那日那时，/ 届时我们所有人将赤身裸体，/ 如同被定罪者一般，站在那位不偏不倚的审判者面前。/ 那时号角将响彻云霄，/ 大地的根基将动摇，/ 死人将从坟墓中复活，/ 众人将同归一龄，/ 所有隐秘之事都将显明于祢面前；/ 他们将捶胸痛哭，/ 那些从未悔改的人 / 将被送入外面的火湖，/ 而义人的归宿 / 则是进入喜乐与欢欣之中———进入天国。

经文：主啊，我要全心赞美祢，/ 传扬祢的一切奇事。

诗篇 9:2

那将是何等可怕的时刻与日子，/ 当审判者坐在那可畏的宝座上之时！/ 书卷展开，行径被揭露，/ 黑暗中的隐秘被公之于众；/ 天使们从四面八方匆匆赶来，聚集万民。/ 诸王与诸侯、奴仆与自由人、/ 罪人与义人、富人与穷人，都来听吧，/ 因为审判者即将降临，审判整个宇宙。/ 谁能在祂面前站立得住，/ 当天使们现身，揭露 / 日夜所行的作为、/ 意图与心思之时。/ 那将是何等时刻！/ 但在末日来临之前，/ 灵魂啊，当竭力呼求：/“上帝啊，求祢回心转意，拯救我，/ 因祢是独一的仁慈者！”

经文：我要因祢欢喜快乐，要向至高者歌颂祢的名！

诗篇 9:3

先知但以理，曾是满怀热忱之人，/ 目睹神的统治后，如此宣告：/“审判者已就座，书卷已展开。”/ 看哪，我的灵魂：你是否在斋戒？/ ———切勿轻视你的邻舍。/ 你是否节制饮食？/ ———不要定你弟兄的罪，/ 免得你被投入火中，像蜡一样烧尽，/ 愿基督引导你毫无绊阻地 / 进入祂的国度。

经文：起来吧，我的主，我的神，愿你的右手高举，/ 直到永远，不要忘记你的穷人！

诗篇 9:33

第一声调：弟兄们，让我们以美德之王后洁净自己：/　因为看哪，她已经来了，赐给我们丰盛的恩惠：/ 她平息情欲的骚动，/ 并使犯罪者与主和好。 / 因此，让我们满怀喜乐地迎接她，向基督上帝高呼：/ “从死里复活的主，/ 求祢保守我们不被定罪，/ 因我们赞美祢——独一无二的无罪者！”

颂荣：重复同一首诗篇。

如今，第二调：至福的圣母童贞女：

大颂赞与遣散礼。

在圣体礼仪中

《八音集》第六调及《三圣集》第六首，第四调。

康达克，第一调

当祢，上帝，带着荣耀降临人间时 / 整个世界都将战栗； / 烈火之河在审判宝座前奔流，/ 书卷展开，奥秘昭示。 / 那时，求祢救我脱离不灭之火 / 并使我有幸站在祢的右边， / 至公义的审判者。

前诵，第三调：我们的主伟大，祂的大能伟大，/　祂的智慧不可测度。**诗节：**赞美主，因为唱诗是美事，愿我们对神的赞美甘美悦耳。

《哥林多前书》，第140节

弟兄们，食物不能使我们更亲近上帝：因为我们吃，并没有得着什么；不吃，也没有失掉什么。　所以，你们要小心，免得你们的自由成了软弱之人的绊脚石。因为如果有人看见你这个有知识的人躺在偶像的庙里，他那软弱的良心岂不被引诱去吃那祭过偶像之物吗？那样，因你的知识，那个基督曾为之舍命的软弱弟兄就要灭亡了。你们这样得罪弟兄，打击他们软弱的良心，就是得罪基督。所以，若食物叫我的弟兄跌倒，我就永远不吃肉，免得叫我的弟兄跌倒。　我岂不是使徒吗？我岂不是自由的吗？我岂不是见过我们的主耶稣基督吗？你们在主里面，岂不是我的事吗？若在别人看来我不是使徒，但在你们看来，我就是使徒；因为你们在主里面，就是我使徒职分的印证。

哥林多前书 8:8–9:2

哈利路亚，第8调：来吧，让我们因主欢欣，向我们的救主上帝欢呼。**诗句：**让我们带着赞美急忙来到祂的面前，用诗篇向祂欢呼。

《马太福音》第106段

主说：“人子在他荣耀里，同着众圣天使降临的时候，要坐在他荣耀的宝座上，万民都要聚集在他面前；　祂要像牧人把绵羊和山羊分开一样，把他们彼此分开；把绵羊安置在祂的右边，山羊则安置在左边。那时，王要对祂右边的人说：‘你们这蒙我父赐福的，　承受那为你们预备的国度吧，这国度是从创世以来就为你们预备的。因为我饿了，你们给我吃；我渴了，你们给我喝；我是客旅，你们接待我；我赤身露体，你们给我穿；我病了，你们看顾我；我在监里，你们来看我。” 那时，义人要回答他说：‘主啊，我们什么时候看见你饿了，给你吃？或是渴了，给你喝？我们什么时候看见你作客旅，接待了你？或是赤身露体，给你穿？我们什么时候看见你病了，或在监里，来看你呢？’ 王就对他们说：“我实在告诉你们：你们为我这最小的弟兄中的一位所做的，就是为我做的。”那时，他也要对那些在左边的人说：“你们这些被咒诅的人，离开我，进入那为魔鬼和他的使者所预备的永火里去。　因为我饿了，你们没有给我吃；我渴了，你们没有给我喝；我是客旅，你们没有接待我；我赤身露体

，你们没有给我穿；我病了，下在监里，你们没有来看我。”那时，他们也要回答说：“主啊，我们什么时候看见你饿了、渴了、作客旅、赤身露体、患病或被囚，却没有服侍你呢？”那时，他要回答他们说：“我实在告诉你们：你们没有为这些最微小的人中的一位所做的，就是没有为我做的。”他们就要进入永恒的刑罚，义人则要进入永恒的生命。

马太福音 25:31–46

圣体颂：诸天啊，赞美上主；诸天之上，赞美祂。**另颂：**义人啊，因上主而欢欣——赞美是义人的本分。阿勒路亚。（3）

乳制品星期六

星期五晚祷时

我们纪念所有在苦修中光辉灿烂的圣洁且敬神之父。

星期五晚祷中，在开祷文之后，按惯例诵读第18卡菲兹玛的诗节。

在“主啊，我呼求你：”之后，唱与第8调第6声部相似的诗节，每句重复两次：

众信徒啊，请前来，/让我们齐声颂扬圣父们的队伍：/其中首位是安东尼，还有光荣的尤菲米乌斯，/以及每一位，还有全体圣父。/如同漫步于甘美的乐园，/在心中回味他们的功绩，/我们欢欣地高呼：/ “这些是我们的上帝所栽种的树木：/它们结出不朽的生命之果，/将果实献给基督，滋养我们的灵魂！”/我们将向他们呼求：/“蒙神眷顾的、蒙福的圣徒们，/请为我们代求得救！”

欢欣吧，忠信的埃及！/ 欢欣吧，虔诚的利比亚！/ 欢欣吧，蒙拣选的菲瓦伊达！/ 欢欣吧，每一处地方、每一座城市、每一片土地，/ 你们培育了天国的子民，/ 使他们在节制与劳作中成长，/ 并将他们作为完全顺服上帝的人呈献给祂。 / 他们成为我们灵魂的明灯， / 并以奇蹟的曙光与非凡的作为， / 在大地各处灵性地照耀。 / 让我们向他们呼求：“至福的圣父们，/ 请为我们代求得救！”

世间生者中，谁能传扬 / 你们这些普世圣父们奇妙的生平？ / 又有什么语言能述说 / 你们在圣灵中神圣的功绩与劳苦： / 为美德所受的苦难，肉身的疲惫， / 以及在守夜、祈祷与泪水中与情欲的搏斗？ / 你们在世上确如天使显现， / 并亲手彻底击溃了魔鬼的势力， / 行了奇妙而惊人的神迹。 / 因此，至福者啊，请与我们一同代祷， / 使我们得以获得 / 无尽的喜乐。

颂荣，第六调：你们将我们内里按上帝形象所赋予的本质完好保全，/ 使心灵成为对抗毁灭性情欲的斗士，/ 从而尽可能地升华至与上帝相似的境界：/ 因为你们勇敢地制服了本性，/ 竭力使邪恶服从于善，/ 并使肉体屈从于灵。 / 因此，你们成为了修道者的巅峰，/ 旷野的居民，疾行者的导师，/ 美德准则的最精确体现。/ 如今在天上——那里无需镜子——你们这些至虔敬者，/ 纯净地凝视着圣三一，/ 无需中介，为那些/ 以信心和爱心敬奉你们的人代祷。

如今，圣母颂：普通声部的信条颂。

持香炉入场：“令人欣慰的光”：

前诵，第七调

上帝，祢是我的庇护者，/ 祢的慈爱必速速临到我。

诗节：上帝啊，求祢救我脱离仇敌，从那些攻击我的人手中赎回我。

参见《诗篇》58:10B–11A, 2

撒迦利亚书预言诵读

万军之耶和华如此说：第四、第五、第七、第十的斋期，对犹大家[和以色列家]而言，将成为欢乐、喜乐和美好的节期；你们要欢欣鼓舞，并要喜爱真理与和平。 万军之耶和华如此说：将来必有许多民族和许多城邑的居民前来；五座城的居民必聚集到一座城里，说：“我们去在耶路撒冷向万军之耶和华祈求，寻求万军之耶和华的面。”（各人都要说：“我也去！”） 那时，许多民族和 许多族类都要来到耶路撒冷，寻求万军之耶和华的面，并要使耶和华的脸得蒙悦纳。 万军之耶和华如此说：“到那日，各族中说不同语言的十个人，必抓住一个犹大人的衣襟，说：‘我们要与你同去，因为我们听见神与你们同在！’”

撒迦利亚书 8:19–23

前诵，第六调

愿以色列仰望耶和华 / 从今时直到永远。

诗节：主啊，我的心没有骄傲，我的眼也没有狂妄。

诗篇 130:3, 1A

“求祢恩准，主啊：”

在诗节处自唱，第二调

弟兄们，让我们洁净自己，/ 除去一切肉体与灵里的污秽，/ 借着对穷人的爱心点亮我们灵魂的灯，/ 不要用诽谤互相伤害：/ 因为新郎降临的时候已经临近，/ 他要按各人的行为报应众人。/ 让我们与那聪明的童女一同进入基督的殿中，/ 效法强盗那著名的呼求向祂呼喊：/ “主啊，当你进入你的国度时，请记念我们！”

诗句：我将眼目仰望于祢，住在天上的主。看哪，正如仆人的眼目仰望主人的手，正如女仆的眼目仰望女主人的手，我们的眼目也仰望我们的主、我们的神，/ 直等到祂怜悯我们。

随后再次唱同一首诗篇。

诗句：主啊，求祢怜悯我们，求祢怜悯我们，因为我们饱受轻蔑之苦。我们的灵魂饱受安逸之人的诽谤 / 和骄傲之人的轻蔑。

致殉道者：当圣洁的殉道者 / 为我们代祷 / 并颂扬基督时，/ 一切迷误皆止息，/ 人类因信得蒙拯救。

颂荣，第八调：众修道士中的众多导师，/如今我们敬拜你们，可敬的父老们：/因为多亏了你们，我们才明白/如何行走在真正正直的道路上。/ 你们是蒙福的，曾侍奉基督，/ 并战胜了仇敌的势力，/ 天使的同伴，义人与圣徒的同居者：/ 请与他们一同在主面前代求，/ 求祂怜悯我们的灵魂。

如今，圣母啊：万福，纯洁的宝藏！/ 万福，无形之光的纯净居所！/ 欢喜吧，我们得救的根基！/ 欢喜吧，使徒们所传的福音！/ 欢喜吧，殉道者们的赞美！/ 欢喜吧，先知们预言的应验，全无瑕疵者！/（欢喜吧），苦修者和修士们的荣光，/ 以及信徒们的救赎！

如今诵念：“三圣颂”。《荣耀颂》，及“如今”：至圣三一：“主啊，怜悯我们。”（3）《荣耀颂》，及“如今”：《主祷文》：“祭司”：“因为你的国是永恒的”：诵经员：“阿们。”

颂歌，第四调

我们列祖的上帝，/ 祢总是以祢的温和待我们，/ 求祢不要将祢的慈爱从我们身上收回，/ 而是凭着他们的祈求，/ 平安地引导我们的生活。

荣耀颂，及“如今”，圣母颂，同调：自亘古以来隐秘的 / 连天使也未曾知晓的奥秘，/ 藉着祢，圣母，向世人显明，/ ——神，在两种本性不可分割的联合中道成肉身，/ 并为我们甘愿背负十字架，—— / 藉此，祂使原初的亚当复活，/ 并拯救了我们的灵魂脱离死亡。

在《主是神》时及晨祷结束时，亦唱此诗。随后诵念祈祷文：“神啊，求祢怜悯我们：”并行三次大鞠躬。“愿主的名受称颂：”三次。第33篇诗篇，“当称颂：”及遣散礼。随后按惯例举行餐宴，如斋期星期三所规定。而在晚祷时，我们在安息堂中唱普通调的安魂经。

晨祷

第一段诗篇诵读后，唱第八调的《座诗》

蒙圣父们的闪电照耀，/ 如今仿佛步入宜人的乐园，/ 让我们沉醉于甘美的溪流之中；/ 惊叹地凝视他们的英勇事迹，/ 效法他们的美德，向救主呼求：/ “上帝啊，藉着他们的祈祷，使我们成为/ 祢天国的一份子！”

颂荣：让我们齐声颂扬修道之首保罗，/ 以及睿智的安东尼、尤菲米乌斯，还有其他诸位圣父，/ 并恳求他们，/ 愿他们不断为我们在基督面前代祷，/ 我们在颂扬救主和主的名时，/ 纪念他们神圣而光辉的圣名。

如今，圣母颂：我们永远感谢你，圣母，/ 并尊崇你，圣洁者，向你敬拜，/ 颂扬你——蒙恩者——所诞生的基督，/ 不断呼求：/“全仁慈的童贞女，求祢以仁慈拯救我们，/ 并在试炼之时，使我们免于与恶魔的可怕争辩，/ 免得我们——祢的仆人——蒙受羞辱。

按第二首圣咏调，第四声调

让我们与安东尼及尤菲米亚一同，/ 连同所有其他敬神的神父们，/ 通过圣咏一同赞美他们，纪念他们的节日：/ 因为他们在主面前为全世界代祷，/ 使我们摆脱古老的诅咒，/ 免于惩罚。

《荣耀颂》，另一首圣座颂，第八调： 犹如漫步于美德繁花盛开的草场，/与敬神苦修者同行，/我们被芬芳的气息所充满：/因为他们在与诱惑的斗争中历练，/以节制将肉体如奴仆般臣服于灵，/在世上过着天使般的生活，/因而蒙受了荣耀。

如今，圣母颂：因着祢那些无形之圣者、施洗者约翰、门徒、先知和殉道者、/所有圣徒与敬虔之人的代祷，/以及祢那未曾嫁人、仁慈的母亲的祈求，基督啊，受其感召，/ 求祢赐我们行在祢的光中，/ 并因祢仁慈的恩典，使我们有幸进入祢的国度。

此外，我们将圣以弗所关于已故长者的讲道分为三部分诵读。第50篇诗篇。

修道院圣人六声调赞歌，及诸圣八声调赞歌。随后诵读《诗篇》：“我们要向主歌唱：”。第八声调。

第一首

伊尔莫斯：众人啊，让我们高唱：

让我们齐声以灵歌 / 赞美那些在修行中大放异彩的、我们神圣的先辈们，/ 他们出自埃及、底比斯和利比亚，/ 出自每一处地方、每一座城市、每一片土地。

欢欣吧，修士之始祖，/ 备受赞颂的安东尼，/ 承载神恩的阿穆内，尼特里亚的荣耀，/ 阿尔塞尼——天使，静默之力，/ 以及充满圣灵的阿蒙。

欢欣吧，真正的上帝器皿，/ 圣灵充满的阿加丰；/ 阿基拉与阿莫伊，沙漠之花，/ 阿努夫与阿洛尼、阿蒙纳法与安菲姆，/ 美德闪耀的明珠。

理智之灯 / 今日让我们颂扬：/ 阿里斯与伟大的阿波罗；/ 顺服之光——阿弗雷与阿卡基，/ 与他们一同闪耀的还有阿瓦基尔，/ 犹如一颗晨星。

奥克森提乌斯 / 展现了崇高的生活境界；/ 而大阿夫拉米乌斯则是纯洁的苦行者；/ 与他们一同，阿芙罗迪西乌斯被尊为节制的支柱，/ 与阿菲诺多尔并列。

在修行者之中，阿蒙尼乌斯 / 与神圣的阿尼纳 / 如星辰般在天上闪耀；/ 与他们一同闪耀的还有伟大的安提阿克，/ 著名的阿加皮特，以及其他任何 / 与他们同辉之人。

让我们以神圣的圣咏赞美 / 伟大的亚法纳西，/ 他在阿索斯山光辉灿烂地修行，/ 是整个宇宙最伟大的明灯：/ 因他的代祷，我们所有人都得救了。

你们以那真正受圣灵感召的生平，/ 成为了基督教会中的乐园，蒙福的圣父们；/ 请在主面前，/ 不懈地为我们逐一代祷！

致殉道者：信徒们，敬爱殉道者的人们，请前来，/让我们以每年惯常的颂歌和诗篇来尊崇殉道者，/怀着对基督——我们的上帝——的信仰，歌唱并呼求：/“我们要向你，唯一的君王，歌唱！”

三一颂：我颂扬三位一体，本性唯一， / 各具位格： / 未受生的圣父、受生的圣子及圣灵——/ 无始的国度、权柄、唯一的神性。

如今，圣母颂：欢欣吧，至圣的圣殿，/ 被上帝滋润的羊毛，/ 封存着不朽泉水的源泉；/ 主母啊，求祢保守祢的城邑，/ 使其对各种敌人坚不可攻。

卡塔瓦西亚：众人啊，让我们高唱赞歌，/献给我们奇妙的上帝，/祂使以色列脱离了奴役，/唱着胜利之歌，呼求道：/“我们要向祢歌唱，独一的主！”

至于《诗篇》的第二首，我们不唱，而是唱副歌：敬虔的圣父们，请为我们向神祈祷。

第二首

伊尔莫斯：看哪，看哪，我就是你们的上帝，/ 自亘古以来由圣父所生，/ 并在末世由童贞女/ 未经丈夫受孕而生，/ 并作为爱人的上帝，/ 消除了始祖亚当的罪孽！

如今我们被芬芳充满，/仿佛正匆匆奔向另一个乐园，/那里是神所栽种的苦修者美德之园：/他们在节制与泪水中培育了这些美德，/以多种方式向神献上果实：/每个人都有自己独特的生活方式，/最尊贵的圣者们！

伟大的维萨里昂，以鸟类般的生活度过一生，宛如另一位天使，/ 亦是新的约伯——坚定的便雅悯，/ 正如维塔利——那为上帝拯救妓女的明灯，/ 神圣的维蒂米和光荣的瓦维拉与他们一同 / 欢唱吧！

凭着崇高的生活，你已升入天界，啊，本笃！/ 智慧之殿——牧者瓦西安；/ 而瓦西里也摘取了顺服的桂冠：/ 因为他生前便已安息于坟墓之中，/ 向我们展现了顺服的光辉。

颂歌献给赫拉西乌斯：他是令人难忘的苦难之王；/ 赞美赫拉西姆，那野兽曾如奴仆般侍奉他：/ 因为他因美德的完美而来到它面前。/ 荣耀也归于赫尔曼神父 / 以及盖乌斯，这位基督的睿智仆人。

大卫，帖撒罗尼迦的荣耀与赞美，/ 受神启示的但以理当受颂扬，/ 他在神迹中大有能力，无论在行为还是言语上，/ 斯基特山的但以理，以及迪伊和达尔马特，/ 修士们的领袖，信仰的基石。

顺服彰显出 / 远胜星辰的光明 / 仿佛两颗照耀我们的明灯 / ——虔智的多梅蒂安与多梅提亚； / 愿与他们同在、姓名不详的圣父们 / 也得享荣耀。

致殉道者：愿信徒们速速获得取之不尽的财富——那些为上主虔诚奋斗的圣徒；/ 信徒们，来吧，让我们将他们颂扬为殉道者，/ 借着信仰收获果实——/ 心灵与肉体的医治。

荣耀颂（三位一体）：至完美、至神圣的 / 三位一体的唯一： / 未受生的圣父与独生圣子， / 由圣父发出、藉圣子显现的圣灵， / 同一本体与同一本质， / 同一主权、同一国度，求祢拯救我们众人！

如今，圣母颂：唯你一人将非凡的诞生 / 带入人类； / 唯你一人未受本性之玷污， / 无种而产，保持无瑕： / 因此，我们信徒，将你作为圣母 / 理应地，至洁者，予以颂扬。

卡塔瓦西亚：看啊，看啊：

第三首

伊尔莫斯：没有谁像主那样圣洁：

进入那另一个乐园，/ 领受神圣先祖的美德，/ 我们将永远品味那赐予生命、/ 充满灵性的喜乐，/ 并怀着信心赞美他们。

愿尤菲米乌斯——那光辉灿烂的星辰——受尊崇，/ 晨星埃拉迪乌斯，/ 受神启示的以弗所，/ 以及著名的埃夫洛吉乌斯，/ 他们以事迹与神迹照亮了世界的尽头。

愿歌声颂扬奇妙的佐西马，/ 以及至尊的撒迦利亚，/ 还有西农、佐伊尔、伟大的以赛亚，/ 愿光荣的以利亚与他们一同受尊崇。

我颂扬费尔米乌斯的费奥多尔——万世尊崇者，/ 以及备受赞誉的耶纳特；/ 与他们一同，我颂扬费奥杜拉与费奥娜，/ 并尊崇那奇妙而伟大的费奥多西。

愿费奥克蒂斯特——最卓越的牧者——受赞美，/ 以及智慧超群的法拉西乌斯，/ 被称为“西科伊人”的伟大费奥多尔，/ 他以神迹奇事显明自己在世上的崇高地位。

其他光芒四射的星辰 / 在远古时代升起：科洛夫的约翰，/ 与《天梯》中提到的三位光辉者，/ 以及许多其他人，荣耀地闪耀着。

致殉道者：让我们齐聚一堂，怀着庆贺之心，/以灵歌与圣咏，/纪念这至圣且一年一度的殉道者纪念日：/因为他们始终在基督面前为/我们这一族代求。

荣耀归于圣三一：同质的三位一体，/ 超神性的唯一，/ 虽有位格之分，/ 却又具有相反的本质之统一！/ 求祢以祢诫命的意愿，/ 将我们结合为一体。

如今，圣母颂：你，这由上帝所造的圣所，/ 摩西曾预示，/ 与炽天使一同遮盖至圣所，/ 预表了你，童贞女，那纯洁的圣子——/ 基督，祂愿化身为肉身。

卡塔瓦西亚：没有圣者如主，/ 也没有义人如我们的上帝，/ 万物都向祂歌颂：/ “主啊，没有比祢更公义的了！”

座咏，第四调

基督，公义之日，差遣你们，/ 如同照亮大地的光芒，圣洁的导师们：/ 因此，我这被恶意蒙蔽的灵魂，/ 藉着你们神圣的祈祷，/ 请用认识神的圣光照亮它吧，蒙神赐福的圣者们！*

另一首塞达伦，第8调

安东尼的温顺与纯洁，/ 尤菲米娅的崇高与美德，/ 保罗和阿尔塞尼的质朴与静默，/ 费奥克蒂斯特的荣光，/ 以及所有其他圣徒的行列，/ 让我们这些信徒在歌声中颂扬（并赞美）；/ 与他们一同，让我们为童女欧弗拉西娅 / 以及所有敬虔的妇女歌唱 / 并齐声呼求：/ “请在基督上帝面前代祷 / 赐予赦免罪过 / 给那些满怀爱意庆祝你们圣洁纪念日的人！”

颂荣：你们挣脱了情欲的枷锁，/ 以爱依附于真正的福分，/ 披戴了基督里超乎世俗的荣耀，/ 从劳苦中获得了安息，/ 通过苦修达到了天上的生命；/ 因此，你们有资格与至高诸位一同欢欣，/ [欢快地歌唱，侍立在上帝面前。] / 我们敬奉上帝的圣父们，/ 请为怀着爱意庆祝你们圣洁纪念日的人们，/ 祈求赦免他们的罪过。

如今，圣母啊：我已陷入罪恶的泥潭，/ 内心毫无依靠，/ 我那汹涌的罪孽洪流将我可怕地淹没；/ 但正如你曾诞下道成肉身、唯一爱人的圣言，/ 恳求你垂顾我——你的仆人，/ 救我脱离罪恶与致命的私欲，主母，/ 并免除恶人的一切侮辱，/ 使我能欢欣地歌唱：/ “求祢在基督上帝面前代求，/ 赐我罪得赦免，/ 因我以祢为盼望，/ [不配的]祢的仆人！”

第四首

伊尔莫斯：来自阴凉的山巅：

向世人显现的明灯——神圣的伊拉里昂，/ 知识之山——伟大的尤斯廷；/ 愿耶拉克斯与伊维斯蒂昂与他们一同受尊崇，/ 他们与约瑟夫一同蒙受荣耀。

耶利米也因生命而光辉灿烂；/ 伊斯基里昂亦以大能显现。/ 与他们一同闪耀的还有卡里昂、科普里和卡斯托尔，/ 以及卡西安——二人之中最美者。

我惊叹于卡利斯塔悦耳的言辞，/ 赞美劳伦提乌斯的善行，/ 传扬隆吉努斯的善举，/ 尊崇罗得的英勇。

在歌谣中，我颂扬莱昂提乌斯——神学之深邃，/ 歌颂马克西姆——学问之深渊，/ 以及马尔基安——荣耀之饰，还有马尔科，/ 谦卑且顺服上帝。

英勇之德的荣耀之礼——伟大的马卡里乌斯，/而戈罗德斯基则是虔诚的象征。/与他们并列的还有著名的马可，/与达尔马托伊并列的则是埃塞俄比亚的摩西。

我颂扬马蒂尼安和马尔卡，/他们为纯洁而奋斗与牺牲，/至于马尔凯拉——牧者的领袖，我尊崇其美德，/以及米拉——那位使死者复活者。

致殉道者：基督的殉道者们！请向造物主和创造者 / 不断献上祈祷，/ 为世间的和平，也为那些在圣咏中 / 纪念你们的人。

荣耀颂（三位一体）：奇妙的是，神性既为一又为三；/ 祂在每位位格中全然不可分割：/ 因为圣父、圣子、圣灵 / 作为唯一的神接受敬拜。

如今，圣母颂：欢欣吧，广阔的上帝之殿！/ 欢欣吧，新约的约柜！/ 欢欣吧，那赐予/ 所有凡人天降吗哪的器皿！

卡塔瓦西亚：从那荫蔽的山上，独一的圣母，/ 先知以蒙神启迪的目光，洞察了你——道，/ 那渴望道成肉身者，/ 并怀着敬畏之心颂扬你的大能。

第五首

伊尔莫斯：求祢将我从情欲的迷雾中：

来吧，让我们一同观赏永生不凋的花朵，/ 那些在伊甸园中的花朵，/ ——由上帝培育的先祖之功，/ 而培育它们的农夫，唯有主一位。

尼罗河般的话语之流 / 滋润着每一个有理智的灵魂，/ 纳夫克拉提亚和尼康的生平闪耀着光芒，/ 而纳法纳伊尔与尼斯费诺尔则使这灵魂得到慰藉。

克塞诺丰特与他的两个儿子，/以美德闪耀，启迪着我们，/还有伟大的奥尔西西乌斯，以及更伟大的奥努弗里乌斯；/至于皮梅纳，凡人之中/又有谁能真正领略其价值呢？

帕姆沃，无论在行为还是言语上都如此崇高，/ 理应被称为“蒙福者”；/ 曾制服恶魔的荣耀的普布利乌斯，/ 愿他受赞美，同样，光明的皮努弗里也当受赞美。

愿真正荣耀的帕夫努提乌斯、/皮奥尔、帕特穆菲乌斯、质朴的保罗、/伟大的皮提鲁恩以及诸圣父中杰出的那位，/都得到应有的尊崇。

愿众星之星帕霍米乌斯受到辉煌的赞美；/ 帕拉蒙，他的同伴，神圣的佩特罗尼乌斯；/ 愿帕萨里昂与他们一同 / 被神圣的赞歌所颂扬。

[致殉道者：在竞技场上以苦修之姿 / 宣扬基督即上帝，/ 你们这些不可战胜的殉道者，/ 已获冠冕，并与 / 无形的天军一同欢庆。**]**

荣耀颂（三位一体）：神性具有三个位格，/ 虽在本质上合而为一；/ 我们奉祂们的名受洗，也信靠祂们：/ 圣父、圣子、圣灵，/ 与祂们同有一性。

如今，圣母颂：你以圣言生下超乎理智的圣言！/ 我们恳求你，至洁者：请勿停止为你的羊群 / 祈求恒久免于灾祸。

卡塔瓦西亚：求祢将我从情欲的迷雾中，/ 如同从最深的夜色中拯救出来，/ 求祢使我的灵得以在黎明时分保持警醒，/ 在白昼之光中遵行祢的诫命，基督。

第六首

伊尔莫斯：被诸多罪孽所缠绕者：

我们至圣的诸位圣父何等奇妙：/ 他们的功绩、他们的奋斗、他们的医治皆属神圣；/ 因为除了他们，还有谁显明了神迹的大能？

奇妙的拉武拉，以及与他同在的鲁夫，/还有与天使同等的西索伊，愿他们受赞美；/与他们同在的，还有神圣的塞里德和西卢安。

天穹携四颗明灯降临尘世：/ 即那两对同名的西缅兄弟；/ 其中三人曾立于柱上修行，/ 另一人则是圣愚。

在那些他所统领的星辰之中，/ 受圣化的萨瓦如太阳般闪耀，塞拉皮昂与西尔万也因他们的善行而与他一同发光。

萨尔马特与提摩太，提福伊连同伊佩雷希乌斯，/ 还有法尔穆菲乌斯、福卡、哈里顿、赫里蒙，/ 愿普索伊与睿智的奥尔一同被颂扬。

圣洁而荣耀的众圣父，/ 无论是我们所纪念的，还是无名者！/ 求祢拯救那些以爱心纪念你们的人，使他们免于灾祸。

[致殉道者：祢真奇妙，仁爱的主，/ 在祢的受难者身上：/ 他们的壮举、神迹与医治皆属神圣；/ 主啊，求祢因他们的代祷拯救我们！**]**

三一颂：我颂扬祢，至初的三一 / 及神圣的唯一：/ 光与诸光，生命与诸生命；/ 智、道、圣灵——/ 圣中之圣，独一真神。

如今，圣母颂：耶西先祖，请欢欣：/ 从你的根——那纯洁的童贞女——/ 萌发了拯救世界的生命之花——/ 基督上帝。

卡塔瓦西亚：我被诸多罪过所缠绕，/ 俯身求告祢的怜悯，/ 求祢以先知之姿接纳我，/ 仁慈的主啊，求祢拯救我。

康达克，第8调

作为虔诚的先驱与不义的遏制者，/ 你以荣耀装饰了这群神之使者，/ 他们照亮了太阳之下的一切。/ 求你借着他们的祈求，在完美的世界中，/ 保守那些赞美你、颂扬你的人，/ 他们向你歌唱，主啊：“哈利路亚”。

伊科斯：我凝视世间的享乐，/在心中默观所发生的一切，/并探究其痛苦之处，/认为凡人的生命是悲惨的，/唯独称你们为有福的，/因你们选择了美好的命运：/渴慕基督，与祂同在，/并欢欣地与先知大卫一同歌唱：“哈利路亚”。

圣人传。诗句：献给那些记忆永存的义人之魂，/我以这些话语作为永恒的祭酒。

第七首

伊尔莫斯：滋润少年们的：

来吧，让我们按应有的方式献上颂歌 / 给那些虔诚生活、如天使般纯洁的妇女们 / 并高呼：“上帝啊，借着她们的祈求 / 拯救我们所有人！”

愿基督之母弗里埃娜 / 与神圣的费夫罗尼娅、托玛伊达和耶里娅一同受尊崇；/ 普拉托尼达与她们同在，梅拉尼亚 / 亦当被忠实地颂扬。

赞美那如天使般睿智的欧普拉克西娅，/ 以及两位至福的狄奥多拉和阿纳斯塔西娅：/ 向那些以奇妙方式侍奉上帝的圣女们，献上永无止境的颂歌与荣耀！

埃及的玛利亚——世间之光，/ 另一位名为玛琳的，/ 成为宇宙之星，/ 而尤弗罗西尼娅——如太阳般，/ 因美德而熠熠生辉。

如火焰般炽烈的费奥杜利亚，与她一同在苦修中 / 闪耀着光芒的还有费奥多蒂娅和尤利塔， / 与她们一同因善行而光辉灿烂的 / 是至福的伊西多拉。

充满天界智慧的玛丽娜 / 如今当与伟大的马特罗娜一同受尊崇， / 而辛克利蒂基娅、萨拉与尤斯托 / 作为智者，当以颂歌歌颂。

佩拉吉娅，主的使者，/ 塔伊西娅，悔改之灯，/ 愿她们一同被颂扬，/ 若有其他女性 / 在苦修中焕发光芒。

|致殉道者：在纪念受难者之际，/我们恳求生命唯一的赐予者，/赐予歌颂者恩典，/并赦免我们的罪过。**|**

三一颂：我们与圣子一同敬拜圣父，/ 并敬拜圣灵；同心赞美，满怀信心地呼求：/ “荣耀归于祢，三位一体的独一真神，我们的上帝！”

如今，圣母颂：圣母，蒙福的童贞女，/ 生下了世界的救主和主！/ 求祢恳求祂常向/ 我们的灵魂显出怜悯。

卡塔瓦西亚：祢在熔炉中滋润了少年们，/ 并保全了生下祢的童贞女，以及她在分娩之后，/ 祢是蒙福的，我们列祖的上帝！

第八首

伊尔莫斯：在圣山上，那位受尊崇者：

牧者与睿智的导师，/基督教会的主教们，/让我们与众圣徒一同歌唱，/颂扬主，/并世世代代地尊崇祂。

愿伟大的瓦西里 / 按其尊荣在诗歌中被颂扬 / 与他同在的，确是饱经磨难的亚法纳西 / 以及在神学上凌驾于众人的格里高利。

让我们颂扬约翰那金口 / 以及基里尔们——这些充满神智的支柱； / 同样，颂扬另一位神学家伊西希亚 / 以及通晓神学且神圣的梅莱提乌斯。

愿尼西的格里高利得享荣耀，/ 与两位同名的行奇迹的圣父一同；/ 以及在神圣之事上至睿智的埃皮法尼乌斯，/ 与那璀璨明灯安菲洛基乌斯，/ 愿他们永世被颂扬。

米特罗法纳，司祭之荣光，/ 与内克塔里乌斯、阿提库斯、根纳迪乌斯，/ 以及与他们同在的阿纳托利乌斯——生命之明灯，/ 连同睿智的优西比乌和普罗克洛斯一同颂扬。

尼古拉，神圣的传道者，/ 索弗罗尼乌斯，真正口若悬河者，/ 与埃夫拉利乌斯一同颂扬，还有迪亚多赫，/ 连同埃夫斯塔菲乌斯和尤韦纳利乌斯，/ 他们在诸圣父中居于至高。

|致殉道者：无论是灵魂还是肉体的医治，/都如从泉源涌流般，/我们将怀着信心从受难者的圣龛中汲取，/颂扬主，/并世世代代地尊崇祂。**|**

愿我们颂赞圣父、圣子、圣灵，我们的主。

三位一体颂：我以本性颂扬祢为唯一，/ 以位格尊崇祢为三位一体，/ 圣父、圣子、圣灵：/ 我永世赞美祢国度那无始的权能。

如今，圣母颂：圣母啊，祢显现为上帝之山，/基督居住在祢内，/使歌唱者成为神圣的殿宇：/“要歌颂主，并永远尊崇祂！”

我们赞美、祝福、敬拜主，世世代代歌颂并尊崇祂。

卡塔瓦西亚：在圣山上彰显荣耀的，/ 并在荆棘丛中的火焰中向摩西显现，/ 向永贞童女显明奥秘的主——/ 要歌颂并尊崇主，直到永远。

我们唱道："比智天使更崇高的荣耀："

第九首

伊尔莫斯：先前在山上向立法者显现的：

谁能述说安布罗斯的胆识？ / 又如何传扬耶罗菲耶 / 与亚历山大——这些敬虔的圣父们——/ 在信仰中的坚定？

神圣的费迪姆、承载神恩的斯皮里东，/ 与安提帕特、帕姆维亚、帕拉迪乌斯和诺恩，/ 以及最受尊崇的耶罗尼姆和赫尔曼，/ 愿他们如神圣的星辰般被颂扬。

在神圣事工中伟大的狄奥尼修斯当受尊崇，/ 如同被启示于天界奥秘者一般，/ 多受苦难的克利门特、弗拉维安，以及伟大的保罗，/ 正义信仰的先驱者。

米哈伊尔·西纳德斯基当与塔拉西一同被颂扬，/ 随后是尼基福尔与著名的狄奥多尔，/ 以及名副其实的圣者狄奥法恩，/ 他们是基督圣像的捍卫者。

彼得与伊格纳提乌斯，实为上帝的承载者，/ 如同基督的使徒，亦是神圣的受难者，/ 愿他们与波利卡普和基普里安一同被颂扬，/ 他们是基督的殉道者。

主圣洁的父老与主教们，/ 连同圣殉道者与圣女们，/ 无论被点名者还是未被点名者！/ 请为我们灵魂的得救代祷。

[致殉道者：在天上的居所中，因主的荣耀 / 与殉道者和使徒的圣咏团一同蒙福， / 殉道者们，请向造物主 / 为我们这些在地上生活的人代求。**]**

三一颂：三位一体的独一真神，/ 愿荣耀永归于祢！/ 因为虽然三位各为神，/ 但祂在本质上仍是一：/ 圣父、圣子、圣灵，/ 由三光之属性所区分。

如今，圣母颂：正如那被火焚烧却未被烧毁的荆棘丛，/ 摩西在西奈山上早已预见，/ 童贞女啊，你那孕育了上帝的圣胎，/ 正接纳着不朽之火。

卡塔瓦西亚：昔日曾在山上向立法者显现——在火焰与荆棘丛中——基督由永贞童女降生，为拯救我们这些信徒，我们以不绝于耳的圣咏颂扬祂。

《六诗篇》

那些弃绝尘世、背负十字架的人：/ 众圣父，/ 与殉道者之众，/ 主教之会及圣女之众！/ 求你们使我们欢欣，好让我们能值得地颂扬/ 你们那光辉灿烂的纪念。

荣耀颂，及如今：让我们以欢快的圣咏， / 颂扬在功绩中大放异彩的敬神圣父们， / 以及主教们与圣洁的圣母们， / 还有圣殉道者的大军， / 使我们得以成圣， / 并借着他们的祈祷和圣母的代祷， / 轻松走完斋戒之路。

在"赞美吧："之后，四节诗篇，第八调

众多虔诚修行的圣父，/ 让我们信徒们一同以诗歌颂扬他们，/ 并以圣咏赞美基督的圣主教们，/ 弟兄们，让我们以神圣的智慧和同心合意来赞美：/ 因为他们过着节制的生活，持守纯洁的斋戒，/ 并向我们阐明了基督的福音。/ 让我们与他们一同颂扬那些敬神且荣耀的圣母们，/ 在心中热切效法她们蒙神喜悦的生活，/ 以便在来世获得罪孽的宽恕。

那些在功绩中光芒四射、/ 虔诚度日的人，/ 弟兄们，让我们荣耀地赞美他们，/ 因他们过着美好的生活，/ 并在虔诚中满怀喜乐，/ 移居至永恒的生命，/ 进入那不朽且幸福的彼岸。/ 那些秉持美德与谦逊、正直地奔向天国的人，/ 看哪，让我们以应有的尊荣来敬拜他们，/ 好

使我们因他们的恳求而蒙受上帝的恩典，/ 获得永恒的荣耀与喜乐，/ 并在彼岸的世界中，/ 免于不可避免的折磨。

全体主教的圣咏团，/义人的集会，/苦修者与圣洁的修女们，/你们都曾虔诚地生活！/ 蒙恩典感召，恳求那位独一的良善 / 且满有怜悯的主也怜悯我们， / 使我们也能借着你们这些智慧者的祷告， / 永远脱离那里的定罪， / 并享受将来的赏赐， / 永远欢欣，直到永永远远，/ 并在诗歌中不断颂扬 / 不断向生命之赐予者高声颂扬。

信徒们，让我们在这纪念圣徒的日子里，/以热烈的欢呼，/开始一场配得上上帝的庆典：/纪念主教、苦修者、殉道者，/以及虔诚敬虔的圣女们； / 因为他们确实藐视了虚幻短暂之物 / 将其视为蛛网与粪土， / 只为得着基督及其王宫， / 以及那些 / 眼睛未曾看见、耳朵未曾听闻的神圣恩典。 / 求祢，上帝， / 藉着他们的代祷，拯救我们的灵魂脱离灭亡！

颂荣，第六调：尊贵的圣父们，/ 你们的功绩传遍了全地：/ 正因这些功绩，你们在天上 / 获得了劳苦的赏报；/ 你们消灭了魔鬼的军团，/ 进入了天使的行列，/ 并以无瑕疵的生活效法了他们的生活。 / 因在主面前有胆量，/ 求你们为我们的灵魂祈求平安。

如今，圣母颂：圣母，祢是真葡萄树：

大赞美诗。及结束祷文。

在圣体礼仪中

《蒙福者》，选自《三圣节赞美诗集》第3首和第6首。

颂歌，第四调

我们列祖的上帝，/ 祢总是以祢的温和待我们，/ 求祢不要将祢的慈爱从我们身上收回，/ 而是凭着他们的祈求，/ 平安地引导我们的生活。

康达克，第八调

作为虔诚的先驱与不义的遏制者，/祢以荣耀妆点这群神之仆人，/他们照亮了太阳之下的一切。/求祢借着他们的祈求，在完美的平安中，/保守那些赞美祢、颂扬祢的人，/他们向祢歌唱："哈利路亚"。

前诵，第4调：圣徒将在荣耀中受赞美，/并在他们的床上欢欣鼓舞。**诗句：**他们喉中颂扬上帝，手中持双刃剑。

《罗马书》第115段

弟兄们，我们要追求那促进和平与彼此造就的事。不要因食物而破坏上帝的事工。 万物虽都洁净，但若吃得使人跌倒，便是坏事。不吃肉，不喝酒，不做任何使弟兄跌倒、被引诱或受苦的事，都是好的。你有信心吗？就当在神面前自己持守。不因所选择的而自责的人是有福的。 但那存疑心而吃的人，就自受定罪，因为他不是凭着信心；凡不凭着信心的，都是罪。那能照着我的福音和耶稣基督的传道坚固你们的，就是那从亘古以来被隐藏、 如今却已显明，并借着先知的经文，按永生神的命令传给万民，使他们顺服真道——愿荣耀归给独一的智慧神，借着耶稣基督，直到永永远远。阿们。

罗马书 14:19–26

致圣徒，
《加拉太书》，第213段

弟兄们，圣灵的果子就是仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、温柔、节制；这些事，律法并没有禁止。但属基督耶稣的人，已经把肉体连同情欲和私欲都钉在十字架上了。我们若是靠圣灵而活，就当靠圣灵行事。　我们不要自高自大，彼此惹恼，彼此嫉妒。弟兄们，若有人被发现在某种过犯中，你们这些属灵的人，要凭着温柔的心去纠正他，同时也要警醒自己，免得自己也被引诱。你们要彼此担当重担，如此便能成全基督的律法。

加拉太书 5:22–26；6:1–2

哈利路亚，第二调：栽于耶和华殿中、在我们神院里的，必开花结果。**诗句：**义人哪，你们当因耶和华欢喜，并传扬祂圣所的荣耀。

《马太福音》，第16章开头

主说：“你们行善时，不要在人面前炫耀，为要叫人看见；若是这样，就不能得着你们在天上的父所赐的赏赐。所以，你施舍的时候，不要在你面前吹号，像那假冒为善的人在会堂里和街道上所行的，为要得人的荣耀。　我实在告诉你们：他们已经得了他们的赏赐。但你施舍的时候，不要让左手知道右手所做的，好叫你的施舍是在暗中；你那察看暗中的父，必在明处赏赐你。　你们祷告的时候，不要像假冒为善的人，因为他们喜欢在会堂里和街角祷告，故意让人看见。我实在告诉你们，他们已经得了他们的赏赐。　你祷告的时候，要进你的内室，关上门，向你在暗中的父祷告；你父在暗中察看，必在你明处赏赐你。你们祷告，不可像外邦人那样啰嗦；因为他们以为话多了就蒙垂听。　所以，你们不要效法他们；因为你们的父知道你们所需用的，在你们求祂以先，祂已经知道了。你们要这样祷告：我们在天上的父！愿祢的名被尊为圣；愿祢的国降临；愿祢的旨意行在地上，如同行在天上；　今日赐给我们日用的饮食；赦免我们的罪，正如我们赦免了得罪我们的人；不叫我们遇见试探；救我们脱离那恶者。因为国度、权柄、荣耀，全是你的，直到永远。阿们。

马太福音 6:1–13

并为圣徒，
《马太福音》第43章

主对门徒说：“凡事都由我的父交给我了；除了父，没有人认识子；除了子和子所愿意启示的人，也没有人认识父。　凡劳苦担重担的人，可以到我这里来，我就使你们得安息；你们当负我的轭，学我的样式，因为我心里柔和谦卑，你们就必得着灵魂的安息；因为我的轭是容易的，我的担子是轻省的。

马太福音 11:27–30

圣咏：义人啊，你们当因主欢喜——赞美是义人的本分。哈利路亚。（3）

乳斋周

星期六的大晚祷

在开端诗篇之后，诵读第一卡菲斯姆全文。自“我向主呼求”起，**诵读十节诗篇：其中三首取自复活节《八音集》，三首取自东方圣咏集，四首取自《三圣咏集》：**

第六调

我的造物主主啊，/ 祢取了地上的尘土，/ 以赐生命的气息将灵魂注入我内，使我复活，/ 并赐予尊荣，命我为地上/ 一切有形受造物的统治者，/ 与天使同居。 / 然而狡诈的撒但， / 利用他手中的蛇作为工具， / 用食物引诱了我， / 将我从神的荣耀中驱逐， / 并使我陷入地狱般的死亡； / 但求祢作为主和满有怜悯者， / 再次召我归向祢。

这件由上帝编织的衣袍，/我这不幸之人已将其褪下，/因我违背了祢的神圣诫命，主啊，/听从了仇敌的诡计；/如今我身披无花果树的叶子，/和皮衣：/因为我被判在汗流满面的劳苦中，/只能吃那匮乏的饼； / 大地亦因诅咒而注定 / 向我生出荆棘与蒺藜。/ 但末世从圣母降生的救主，/ 呼召我，请再次引领我进入乐园。

珍贵的乐园，/ 至臻之美，/ 上帝所造的居所，/ 无尽的喜乐与欢愉， / 义人的荣耀，先知的甘饴，圣徒的居所，/ 请借你枝叶的沙沙声，恳求万物的造物主 / 为我开启那因我的罪过而关闭的门户，/ 并恩准我再次享用生命树的果实，/ 重获我曾因你而享有的喜乐。

亚当因违命被逐出乐园，/ 被驱逐出那充满欢愉的居所，受妻子言语所骗，/ 如今赤身裸体坐在那地方对面，哀叹道：“我真可怜啊”。 / 因此，让我们都努力度过这段斋期，/ 聆听福音的传述，/ 借此蒙基督喜悦，/ 使我们重获乐园的居所。

颂荣，第六调：亚当坐在乐园对面，/ 哀叹着自己的赤身裸体，痛哭流涕：/ “唉，我真可怜，竟相信了狡猾者的欺骗，/ 被剥夺了一切，又被逐出了荣耀！/ 唉，我真可怜，因天真而赤身裸体，/ 如今却茫然无措！ / 啊，乐园啊，我再也无法享受你的荣华， / 再也见不到我的主、我的上帝和造物主； / 因为我将归于尘土，那正是我被取出的地方。 / 仁慈的、富有同情心的主，我向你呼求： / 怜悯我这堕落之人吧！」

如今，圣母颂：普通声部的信条颂。

在礼仪游行中

《荣耀颂》，第六调：太阳收起了光芒，/月亮与群星化作了鲜血，/群山震动，丘陵颤抖，/当乐园之门关闭之时。/亚当走出乐园，/双手捂脸，高呼：/“主啊，可怜我这堕落之人吧！”

如今，圣母颂，同调： 我们以奥秘之声颂扬你，圣母玛利亚：/ 因你显现为至大君王的宝座，/ 圣所，比天穹更为广阔，/ 基路伯的战车，/ 炽天使的至高之座，荣耀的宝座：/ 因万有的神从你而出，道成肉身。/ 求你为我们的灵魂向祂祈求得救。

《八音集》诗咏中的诗篇

《荣耀颂》，第六调：亚当因品尝禁果而被逐出乐园，/ 因此，他坐在乐园对面哀叹，/ 以悲恸的声音哭泣，并高呼：/ “唉，我这不幸的人啊！/ 我只违背了主的一条诫命，/ 却失去了种种福分！” / 那为我栽种的至美乐园， / 因夏娃之故而向我关闭， / 求你恳求那位创造你、也创造我的主， / 让我能饱览你花朵的美丽！” / 因此，救主回答他说： / “我不愿我的受造物灭亡， / 而是愿他得救并认识真理， / 因为凡到我这里来的，我绝不赶他出去！”

如今，圣母啊：我的造物主和救赎主，至圣者，/ 主基督，/ 从你的胎中降生，/ 化身为我——人类，/ 并将亚当从古老的诅咒中解救出来。 / 因此，至洁者，/ 作为上帝之母和真正的童贞女，/ 我们与天使一同不停地高呼“万福”：/ “万福，主母，我们的护佑、庇荫，/ 以及我们灵魂的救赎！”

晨祷

唱完第六篇诗篇后， 主上帝：**按《八音集》的调式，唱两遍复活节特歌，再唱一遍《圣母颂》。随后是《诗篇》的常规诵读。《八音集》的坐咏。在常规的两篇《多利埃利》诗篇之后，加入第三篇：**

第136篇诗篇

我们在巴比伦的河边坐下，一想起锡安，便痛哭流涕。**哈利路亚。**我们在河边的柳树上挂起了我们的琴。**哈利路亚。**因为在那里，掳掠我们的人问起我们的歌词，掳走我们的人则问起我们的歌声。**哈利路亚。**“请为我们唱一首锡安的歌吧。” **哈利路亚。**我们在异乡怎能歌唱耶和华的诗歌呢？**哈利路亚。**耶路撒冷啊，我若忘记你，愿我的右手也忘记我！ **哈利路亚。**若我不记念你，若不将耶路撒冷置于我喜乐之首，愿我的舌头贴在我的喉咙上。**哈利路亚。**耶和华啊，求你记念耶路撒冷遭难之日，以东人所说的话：“毁灭它，毁灭它，直到根基。” **哈利路亚。**可悲的巴比伦之女，凡将你加给我们的报应加在你身上的人，那人是有福的。**哈利路亚。**凡抓住你的婴孩，将他们摔在石头上的人，那人是有福的。**哈利路亚。**

无玷圣母颂后：天使众：**伊帕科伊。调式诗篇与前诵。** 一切有气息的：**主日常规福音。**基督复活：**第50篇诗篇。随后《荣耀颂》，第8调：**为我开启悔改之门：**（参见“税吏与法利赛人”主日的晨祷）。**

第一首赞美诗——复活节第4调，第二首——十字架复活节第2调，第三首——圣母颂第2调，以及《三圣节赞美诗》第6调：

圣咏，由克里斯托弗·普罗塔西克里特所作，第6调。

第一首

伊尔莫斯：以色列人如何在旱地上行走：

去吧，我可怜的灵魂，/ 为自己所作所为哀悼，/ 在这一天追忆伊甸园中昔日的赤身露体，/ 正因如此，你被逐出/ 那充满欢愉/ 与永恒喜乐之地。

凭着大慈大悲，/祢——万物之造物主与创造者，/曾先从尘土中使我复活，/吩咐我与祢的天使一同/颂扬祢。

凭着丰盛的仁慈，/祢——造物主与主，/在伊甸园中栽种了天堂般的甘美，/命我享用/那些美好、可口、/且永不枯竭的果实。

颂词：唉，我这不幸的灵魂啊，/ 你从上帝那里获得了 / 享用伊甸园中一切事物的权柄，/ 却被吩咐不可品尝 / 那知识之果；/ 你为何竟违背了上帝的律法？

如今，向圣母祈祷：曾怀神于腹中的童贞女！/ 虽按血统是亚当之女，/ 但因恩典成为基督上帝之母，/ 求你将我——这被逐出伊甸园之人——如今召回伊甸园。

代替卡塔瓦西亚，我们吟唱圣咏：正如以色列人踏着干地 / 穿越深渊， / 看见追赶他们的法老溺毙时，便高呼： /“让我们为上帝唱胜利之歌！”

第三首

伊尔莫斯：世上无圣人：

那狡诈的蛇，/ 曾因嫉妒我的荣耀，/ 将谎言耳语给夏娃；/ 而我被她引入歧途，/ 唉，我竟被逐出 / 生命之列。

我肆无忌惮地伸出手，/ 品尝了那棵知识树的果实，/ 上帝曾命令我/ 绝对不可触碰它，/ 于是我悲痛地/ 被神圣的荣耀所弃绝。

颂词：唉，我这可悲的灵魂啊！/ 你怎会未能识破那诡计？/ 你怎会未能察觉仇敌的欺骗与嫉妒，/ 却因心智蒙蔽而违背了/ 你造物主的诫命？

如今，圣母啊：我的希望与庇护，圣洁者，/ 唯有祢遮盖了堕落之亚当的原始赤裸，/ 因祢——圣洁者——生下基督！/ 求祢再次以不朽之袍将我包裹。

卡塔瓦西亚：没有圣者，/ 像祢一样，我的主、我的神，/ 祢提升了忠于祢之人的尊严，仁慈的主，/ 并将我们坚立在 / 祢信仰的磐石上。

座咏，第四调

亚当因苦涩的诱惑被逐出甘美的乐园，/ 因无法克制而未能遵守主之诫命，/ 遂被判在土地上劳作——那正是他被取出的地方，/ 并与众多后代一同享用自己的面包。/ 因此，让我们爱慕节制，/ 免得像他那样在乐园之外痛哭，/ 而是得以进入乐园。

颂荣，另一首，第四调：如今美德之时已至，/审判者已站在门前；/ 让我们不要灰心，而要通过斋戒，/ 献上眼泪、痛悔与施舍，呼求道：/ “我们的罪孽多如海沙，/ 但求救赎主赦免众人”，——/ 好使我们获得不朽的冠冕。

如今，圣母啊：我们这些不配的人，永不停止 / 宣扬你的大能，圣母，/ 因为若非你以你的祈祷护佑我们，/ 谁能使我们脱离如此多的灾祸，/ 谁能使我们至今仍保持自由？/ 主母啊，我们绝不背离您，/ 因为您总是将您的仆人从各种灾难中拯救出来。

第四首

伊尔莫斯：基督是我的力量：

我这不幸之人，/ 曾在伊甸园中蒙主赐予尊荣；/ 唉，我何等可悲，竟被欺骗，/ 因遭魔鬼的嫉妒，/ 被逐出您的面前！

天使大军啊，请痛哭吧，/ 天堂之美与那里的植物之华，/ 为我这不幸地陷入迷途、/ 背离上帝的人而哭泣。

福乐的草场，/ 上帝栽种的植物，乐园的甘美，/ 如今请从叶片上，/ 如同从眼眶中般，/ 为我——这赤身露体、失去上帝荣耀之人——流下眼泪吧。

颂词：我再也无法见到你，/ 无法享受你那最甘美、最神圣的光辉，/ 最珍贵的乐园：/ 因为我赤身裸体地被抛在地上，/ 惹怒了造物主。

如今，圣母：圣洁的主母，/ 祢为所有信徒开启了天堂之门，/ 那曾因亚当的罪行而关闭的门，/ 求祢也为我敞开恩典之门。

卡塔瓦西亚：“基督是我的力量，/ 上帝和主”，/ ——圣教会虔诚地歌唱，/ 从纯净的心智中高声宣告，/ 在主内欢庆。

第五首

伊尔莫斯：以祢的神圣之光：

那憎恶人类的仇敌在远古之时，/因嫉妒我安居乐园的幸福，/便化作蛇的模样欺骗了我，/使我与永恒的荣耀/隔绝。

我心中哀叹、痛苦，/ 竭力让眼眶涌出无数泪水，/ 当我凝视并认清自己的赤身裸体，/ 这正是我因罪孽而招致的

颂词：我是由上帝之手从尘土中被造的，/ 作为不幸之人，我听闻自己将重归尘土；/ 谁不会为我哀悼——我这被上帝弃绝、/ 将伊甸园换成地狱的人？

如今，圣母颂：在奥秘的荣耀殿堂中，/我们所有信徒都宣扬你，/全无玷污的上帝之母。/因此，我恳求你，圣洁者：/“请使我这堕落之人，/配得进入天堂的殿堂！”

卡塔瓦西亚：仁慈的主啊，求祢以祢的神圣之光，/照亮那些从黎明起就向祢奔涌的灵魂，/以爱照耀他们——我如此祈求——/好使我们得以认识祢，上帝的道，真神，/祢正从罪恶的黑暗中/召唤我们归向祢。

第六首

伊尔莫斯：目睹尘世之海：

救主啊，祢曾以神亲手编织的衣裳 / 仁慈地为我披上， / 使我在伊甸园中蒙恩； / 而我却轻视了祢的诫命， / 信了那毁灭者， / 最终赤身露体，沦为可怜之人。

我那最不幸的灵魂啊，/ 你已远离上帝，/ 因你的疏忽，/ 失去了乐园的欢愉，/ 与天使分离，坠入毁灭。/ 啊，何等堕落！

颂词：全能的上帝，求祢怜悯、恩待，/祢手所造之物；/我恳求祢，仁慈的主，/不要轻视我，/我这将自己/从祢的天使大军中隔绝出来的人。

如今，圣母颂：玛利亚，蒙神召唤者，/ 万物之主，/ 因你生下主——/ 万王之王与救赎主，/ 求你将我——这被囚禁在天堂荣光之外之人，/ 再次召回祂的怀抱。

卡塔瓦西亚：目睹尘世之海 / 掀起试探的波涛， / 我投奔祢宁静的港湾，向祢呼求： / “求祢将我的生命从灭亡中拯救出来， / 至仁慈者！”

康达克，第六调

智慧的导师，理智的赐予者，/ 愚昧者的导师，贫穷者的护卫者，/ 求祢坚固并启迪我的心，主啊。/ 求祢赐我圣言，天父的圣言，/ ——因为看哪，我无法禁止自己的嘴唇向祢呼求：/ “仁慈的主，怜悯我这堕落之人吧！”

伊科斯：那时亚当坐下痛哭，/面对那甘美的乐园，/双手捶打自己的脸颊，高声呼喊：/“仁慈的主，怜悯我这堕落之人吧！”

亚当看见那位将他逐出、/并关闭了神圣乐园之门的天使，/便放声哀号，高呼道：/“仁慈的主，怜悯我这堕落之人吧！”

啊，乐园，请怜悯你那一贫如洗的主人，/ 并以你枝叶的沙沙声恳求造物主，/ 不要将你关闭：/ “仁慈的主啊，可怜我这堕落之人吧！”

至臻完美、至圣、至福的乐园，/ 因亚当而栽种，又因夏娃而关闭，/ 请为这堕落者向神恳求：/ “仁慈的主啊，可怜我这堕落者吧！”

第七首

伊尔莫斯：祢使炉灶充满露水：

主啊，您统治万世，/ 按您的旨意创造了我！/ 我曾经历过狡诈巨龙的嫉妒，/ 并曾触怒了您——救主，/ 上帝啊，请勿轻视我，/ 而是再次召我归向您。

身披可耻的衣裳——唉，我何等悲哀——/ 取代了那光辉灿烂的圣袍，/ 我为自己的灭亡哀恸，救主，/ 并怀着信心向祢，仁慈的主，呼求：/ “上帝啊，请不要轻视我，/ 而是再次召我归向祢！”

颂词：那恶毒的蛇 / 因嫉妒而伤透了我的整个灵魂，/ 使我被逐出乐园的欢愉；/ 但，啊，仁慈的救主，/ 求祢不要轻视我，/ 而是作为上帝将我召回祢的怀抱。

如今，圣母啊：我这恳切的祈求，无玷圣母，/请以您特有的慈悲接纳，/并赐予我罪孽的宽恕，圣洁的圣母，/我正含泪热切地呼求：/“仁慈的圣母，请勿轻视我，/而是召我得救！”

卡塔瓦西亚：天使为虔诚的少年们 / 使熔炉变得如露水般清凉，/ 而那焚灼迦勒底人的上帝旨意，/ 使折磨者不得不呼求：/ “愿祢蒙福，我们祖先的上帝！”

第8首

伊尔莫斯：祢从烈火中为虔诚者汲出甘露：

在远古，祢以多种恩赐 / 尊荣了祢亲手所造之物，独一的爱人者；/ 而那可怕的巨龙却以它的嘶鸣 / 迷惑了我——唉，我真可悲——/ 使我失去了曾拥有的福分。

你为何听从了那苦涩的建议，/ 却违背了神圣的诫命？/ 唉，我这可怜的灵魂，竟冒犯了上帝，/ 而你本该与天使们一同，/ 不断赞美祂！

让我们颂扬圣父、圣子、圣灵，我们的主。

既已成为爬虫与野兽的统治者，/ 你竟与那致命的毒蛇交谈，/ 竟将恶人当作良友来商议？/ 啊，你的迷惑，/ 我这最不幸的灵魂！

如今，圣母啊：我们颂扬你——作为上帝道成肉身的光明圣所，/蒙神恩宠的玛利亚；/因此，请用仁慈之光照亮我——这个被情欲彻底蒙蔽的人，/绝望者的希望！

我们赞美、祝福、敬拜主，世世代代歌颂并尊崇祂。

卡塔瓦西亚：祢从烈火中为虔诚者汲出甘露，/ 并以水浇灌义人的祭物：/ 因为基督啊，祢凭着祢独一的旨意成就万事。/ 我们永世颂扬祢。

第九首

伊尔莫斯：人无法看见上帝：

那甘美的知识之果 / 在伊甸园中向我显现，我曾以此为食而饱足，/ 但它的结局却如苦胆一般。/ 唉，我这不幸的灵魂啊！/ 放纵如何使你 / 被逐出那天堂般的居所？

万有的上帝，仁慈的主，/ 请慈悲地垂顾我的谦卑，/ 不要将我驱逐出神圣的伊甸园，/ 好让我看见那曾背离的美丽之地，/ 便急切地以泪水重新赢回/ 我所失去的一切。

我哀叹、呻吟、哭泣，/ 凝视着手持火焰之剑的基路伯，/ 他们被派来守卫伊甸园的入口，/ 对于所有罪人——唉，我啊——那是无法进入的，/ 除非祢，救主，/ 使我得以畅通无阻地进入。

颂词：我大胆地寄望于 / 祢无数的慈爱，基督救主，/ 以及祢神圣肋旁流出的宝血，/ 祢藉此圣化了凡人的本性，/ 并为侍奉祢的信徒，仁慈的主，敞开了乐园之门，/ 那曾对亚当关闭的门。

如今，圣母颂：那不可逾越、无形无相的生命之门，/ 未曾经历婚姻的童贞圣母！/ 曾对我紧闭的天国之门，/ 求祢以祢的代祷开启，/ 使我得以赞美祢，/ 祢是我在神之后的首位帮助者，/ 也是我坚固的避难所。

卡塔瓦西亚：世人无法得见上帝，/ 连天使的军团也不敢直视祂；/ 但藉着祢，至洁者，/ 道成肉身之主向凡人显现。/ 我们在颂扬祂的同时，/ 与天上的众军一同/ 赞美祢。

复活节六经文
随后选自《三圣节经书》：

《荣耀颂》：主啊，我这不幸之人，/违背了祢的诫命，/失去了祢的荣耀，满心羞愧，唉，我真可悲！/被逐出乐园的甘美，啊，仁慈的主！/慈悲的主，求祢怜悯/这因公义而被剥夺祢恩典的人。

如今，圣母颂：主啊，那些因品尝禁果 / 而曾被逐出乐园的人，/ 你借着十字架 / 和你的受难，又将他们带回乐园，我的救主、我的上帝。/ 求祢坚固他们与我们，/ 使我们能如应有的那样，在纯洁中完成斋戒，/ 并敬拜神圣的复活——救赎的复活节，/ 藉着生下祢者的代祷。

在"赞美"时，唱《八音集》第4卷复活节诗篇，东方诗篇第1首
及《三圣咏集》第4首自唱诗：

第五调："唉，我真可怜！"——亚当在悲痛中呼喊道，/——"因为蛇和妻子因对神的冒犯而将我驱逐，/并因品尝了伊甸园的树上的果实，使我失去了享乐。/ 唉，我再也无法承受这般羞辱：/ 我，曾是上帝一切地上造物的君王，/ 如今却因一个不法之计沦为囚徒；/ 且，曾蒙不朽之荣光加冕，/ 如今却如凡人一般，可悲地披着这具必死的躯壳。/ 唉，我该向谁倾诉我的哀愁？/ 但祢，仁爱之主，曾用尘土创造我，/ 满怀怜悯，/ 求祢将我从敌人的奴役中召回祢身边，/ 并拯救我！"

经文：主啊，我要全心赞美祢，/ 传扬祢的一切奇事。

《诗篇》9:2

美德的竞技场已敞开，/ 愿参赛者们，/ 束上斋戒之带，为美好的壮举做好准备：/ 因为按规矩参赛的人必将获得公正的奖赏。/ 让我们拿起十字架的全副武装，抵御仇敌，/以信仰为坚不可摧的城墙，/以祈祷为铠甲，以施舍为头盔；/以斋戒代替宝剑，/它能从心中斩断一切恶习。/如此行的人，将在审判之日，/从万王之王基督那里获得真正的冠冕。

经文：我要因祢欢喜快乐，我要向至高者歌颂祢的名！

诗篇 9:3

第六调：亚当因品尝禁果，/ 如同悖逆者般被逐出乐园；/ 摩西却因斋戒洁净了心灵之眼，/ 得以亲见上帝。/ 因此，若愿成为乐园的居民，/ 让我们远离无益的食物；/ 并为仰望上帝，/ 像摩西一样禁食四十天，/ 纯洁地投身于祈祷与恳求；/ 平息内心的激情，/ 驱散肉体的放纵，/ 轻装踏上通往至高的旅程，/ 前往那里，天使大军以不绝于耳的声音 / 颂扬不可分割的圣三一，/ 使我们得以凝视那难以言喻且至高无上的美。/ 愿祢在那里，上帝之子、生命的赐予者，/ 使我们这些仰望祢的人，能与天使大军一同欢欣鼓舞，/ 藉着生下祢的圣母、基督，/ 以及使徒、殉道者和所有圣徒的代祷。

诗句：起来吧，我的主，我的神，愿祢的右手高举，/ 直到永远，请勿忘记祢的贫穷子民！

诗篇 9:33

时候已到，/属灵功绩的开端，战胜魔鬼的胜利，/身披节制之全副军装，/天使般的荣光，向神大胆祈求：/因为借着它，摩西成了造物主的对话者，/并以不可见之耳聆听了祂的声音。/ 主啊，求祢借着他，也使我们 / 得以敬拜祢的受难与圣洁的复活，/ 祢是爱人的主！

颂荣：重复上述内容。

如今，第二调：至福的圣母童贞女：

大赞美诗及遣散礼。

在圣体礼仪中

《有福者》，第六调；以及选自《三圣节赞美诗集》的第六首赞歌，第四调。

康达克，第六调

智慧的导师，理智的赐予者，/ 愚昧者的导师，贫穷者的护卫者，/ 求祢坚固并启迪我的心，主啊。/ 求祢赐我话语，圣父的圣言，/ ——因为看哪，我必不禁止我的口向祢呼求：/ “仁慈的主，求祢怜悯我这堕落之人！”

前诵，第8调：当祈祷并向 / 我们的主、我们的神履行誓愿。**诗句：**神在犹大为众所知，祂的名在以色列中为大。

《罗马书》，第112段

弟兄们，如今救恩离我们更近了，比我们初信的时候更近。黑夜已过，白昼将近。 所以，我们要脱去黑暗的作为，穿上光明的盔甲。要像白昼一样端正行事：不可荒宴醉酒，不可淫乱邪荡，不可争竞嫉妒；总要披戴主耶稣基督，不可为肉体安排，去放纵私欲。 至于在信仰上软弱的人，你们要接纳他，不要与他争论意见。有人信可以吃一切，但软弱的人只吃蔬菜。 吃的人不可轻看不吃的人；不吃的人也不可论断吃的人，因为神已经接纳了他。你是谁，竟论断别人的仆人呢？他在自己的主面前或站立，或跌倒。他必被扶起，因为神有能力扶起他。

罗马书 13:11b–14:4

哈利路亚，第四调：赞美主是美事 / 歌颂至高者的名。**诗句：**清早传扬你的慈爱，每夜宣扬你的信实。

《马太福音》第17章开头

主说：“你们若赦免人的过犯，你们的天父也必赦免你们；你们若不赦免人的过犯，你们的天父也必不赦免你们的过犯。你们禁食的时候，不要像假冒为善的人那样愁眉苦脸；因为他们把脸弄得阴沉，为要让人看出他们在禁食。 我实在告诉你们，他们已经得了他们的赏赐。你禁食的时候，要抹上香油，洗净你的脸，不要叫人看出你是禁食的，只要叫你在暗中的父看见；你父在暗中察看，必然报答你。 不要为自己积攒财宝在地上，地上有虫子咬，有锈蚀，也有贼挖洞来偷；只要积攒财宝在天上，天上没有虫子咬，没有锈蚀，也没有贼挖洞来偷；因为你的财宝在哪里，你的心也在那里。

马太福音 6:14–21

电影经：你们要从天上赞美主，在至高处赞美祂。哈利路亚。 **(3)**

乳酪周晚祷

在“主啊，我呼求你”的开篇诗篇之后，唱第8调的诗节： 4首来自当前《八音集》调式中的懊悔诗——其中两首置于晚祷仪式中的诗咏本上，另两首置于晨祷的诗咏本上（圣大斋期前五周的其他主日亦同），以及《三圣集》中的3首和《圣人传》中的3首。

在“主啊，我呼求你”的诗节中，第2调的诗节，
约瑟夫先生所作

让我们都急切地通过节制来克制肉体，/ 走过无瑕斋戒的神圣征途，/ 并以祈祷和眼泪寻求拯救我们的主，/ 并完全忘却恶意，呼求道：/ “我们在祢面前犯了罪， 求祢拯救，/ 如同昔日拯救尼尼微人一般，基督君王，/ 并使我们成为天国的一员，仁慈的主！”

我因自己而绝望，/ 主啊，当我思及自己的所作所为，/ 这些都配受一切的折磨！ / 因为看哪，救主啊，我藐视了祢神圣的诫命， / 竟将我的一生都虚度在放荡之中。 / 因此我恳求：请用悔改的活水洁净我， / 借着斋戒与祈祷，使我成为祢——那独一无二的仁慈者——的荣耀， / 万有的恩主、至善者啊，求祢不要厌弃我。

费奥多尔先生的其他诗篇，同调

让我们欢欣地开始斋期，/激励自己践行属灵的功课； / 净化灵魂，净化肉体， / 如同节制饮食般远离一切情欲， / 沉醉于圣灵的美德之中； / 以便我们怀着爱心在这些美德中臻于完善， / 使我们所有人都有幸在灵性的喜乐中 / 目睹基督上帝至圣的受难与圣洁的复活节。

另选自《圣人历》第3篇。若该圣人自有颂词，则唱“荣耀”；若无，则唱“荣耀，如今，圣母颂”，采用《圣人历》中该圣人的调式。持香炉入堂：圣荣之光，令人欣喜：

前诵，第8调

求祢不要向祢的仆人转脸，因为我心中忧伤；/ 求祢速速垂听我，侧耳倾听我的心，并救赎它。应答：上帝啊，愿祢的救恩扶持我。应答：愿贫穷的人看见这事，便欢喜。应答：你们当寻求上帝，你们的灵魂就必存活。

诗篇 68:18–19A, 30B, 33A, 33B

再次以最高的声音：求祢不要转脸不顾：

须知，在圣大斋期的所有星期，傍晚都会举行入堂礼，以诵念大入堂诗。

“主啊，求祢恩准：”伴随三次鞠躬及恳求的祈祷文。

诗篇颂词在诗咏台诵读，第四调

主啊，祢的恩典已照耀，/ 照亮了我们灵魂的光明。 / 看哪，这是蒙恩的时刻，看哪，这是悔改的时刻； / 让我们弃绝黑暗之事，披上光明的盔甲， / 好使我们渡过斋戒这深渊， / 抵达三日复活之日， / 达到我们的主和救主耶稣基督， / 祂拯救我们的灵魂。（2）

诗句：**我将眼目举向祢，住在天上的主。看哪，正如仆人的眼目仰望主人的手，正如婢女的眼目仰望女主人的手，我们的眼目也仰望我们的主、我们的神，/ 直到祂怜悯我们。**

我们再次吟诵同一首诗节。

诗句：**主啊，求祢怜悯我们，求祢怜悯我们，因为我们饱受轻蔑之苦。我们的灵魂饱受安逸之人的诽谤，/ 以及骄傲之人的轻蔑。**

致殉道者：因纪念你的圣徒而受赞美的基督上帝！/ 因他们恳求，/ 求你赐下大恩典给我们。

《荣耀颂》，若《圣历》中有，则自行诵读。

如今，按《圣人传》的调式诵念《圣母颂》。若无：《圣母颂》：

《荣耀颂》及《如今》，按《圣人传》中圣母颂的调式：天使军团赞美祢，圣母：/ 因为祢——至洁者——生下了上帝，/ 祂永远与圣父及圣灵同在，/ 并凭祂的旨意从无中创造了天使军团。 / 求祂拯救并启迪 / 那些以正统信仰颂扬祢的灵魂，全无瑕疵者。

现诵：三圣颂。荣耀颂，及“如今”：至圣三一：主，怜悯我们。（3）荣耀颂，及“如今”：我们的天父：司祭：因为你的国是永恒的：诵经员：阿们。以及现行赞词，第四调：童贞圣母，欢喜吧： 并行一次鞠躬。荣耀颂：基督的施洗者：鞠躬。如今：圣使徒及诸圣，

为我们祈祷：鞠躬。随后：圣母，我们投靠于祢仁慈的庇护之下：不鞠躬。主，怜悯我们（40），以温和柔和的声音诵念。 荣耀颂，及“如今”：比智天使更高的荣耀：奉主之名，神父，请赐福。司祭：那受祝福的——基督，我们的上帝，永远：如今、现在、直到永远。我们：阿们。并诵念祷文：天上的君王：

并诵念圣以弗所·西里尔的祷文，伴以三次深鞠躬：

主啊，我生命的君王！求祢不要将我交于懒惰、虚浮、好权势和空谈之灵。（鞠躬）

求祢赐予我——祢的仆人——贞洁、谦卑、忍耐与仁爱的精神。（鞠躬）

是的，主——万王之王，求祢让我看见自己的罪过，而不论断我的弟兄，因为祢是世世无尽的福源。阿们。（鞠躬）

我们亲吻圣像。随后，主礼者高声宣告：“荣耀归于祢，基督上帝，我们的盼望，荣耀归于祢。”唱诗班：“荣耀归于祢，如今也是。主啊，怜悯我们。”（3）司祭诵念祷文并赐予祝福。

晚祷结束后，在餐宴中弟兄们彼此安慰。当我们从餐席起身时，便按照大斋期的规定，边行腰鞠躬和地鞠躬，边唱小晚祷。

大斋期第一周

星期一晨祷时

圣大斋期的开始

在黎明前，副司祭会因晚祷的缘故稍晚一些发出信号，我们便按惯例齐聚教堂。唱午夜祷文时不鞠躬，仅在结尾时行三次大鞠躬并诵念祷文：“主啊，我的主”：**但这仅在第一天如此。 而在圣大斋期的其他日子里，我们按照惯例，在整套十六篇的午夜祷文中都进行鞠躬。 随后，神父起身，按惯例向修道院院长行礼，进入圣坛，拿起香炉，立于圣座前，以十字形熏香，高声宣告：**“我们的上帝是应当称颂的。**”当我们应答“阿们”后，神父走出圣坛继续熏香。 指定的诵经员诵念“三圣颂”，始终不鞠躬。在**《主祷文》**之后，司祭高声宣告：“因为你的国……”，在“阿们”之后，宣告：“主啊，求你怜悯”（12）。“来，让我们敬拜”：**诵念三次，不鞠躬。接着诵读第19和20篇诗篇，结束后诵念“三圣颂”，不鞠躬。 《主祷文》之后：诵读惯常的圣咏。诵读期间，司祭向圣坛及整个教堂焚香。此外，还有祈祷文：**“上帝，求祢怜悯我们”；**呼应：**“因为祢是仁慈且爱人的上帝”；**诵经员：**“阿们”。**随后高呼：**“奉主之名赐福，神父。”**随即司祭诵念：**“荣耀归于圣者、同质者……”等。当天的值日修士站在指定位置，全神贯注地诵读六篇诗篇，不慌不忙，怀着对上帝的敬畏，仿佛正在与上帝本人进行无形的对话。

任何人都不应窃窃私语、吐痰或咳嗽；而应更加专注地聆听诵读者的诵读，双手合十置于胸前，低垂头颅，目光注视地面，同时以心灵之眼凝望东方，为我们的罪孽祈祷，默念死亡、未来的苦难以及永恒的生命。

在第102篇诗篇开始时，神父开始诵读晨祷。诗篇结束后，诵念“荣耀颂”、“如今”和“哈利路亚”各三次。此外，还诵念大祈祷文和呼号。随后， 指定的修士按照《八音集》的当前调式唱诵“哈利路亚”。 第1节：从夜间到黎明，我的灵向祢飞奔，上帝啊，因为祢的命令之光照耀大地。**第2节：**住在地上的人啊，要学习公义。**第3节：**未受教导的百姓必遭嫉妒之灾。 **第4节：**主啊，求祢加增他们的灾祸，加增这地上尊荣之人的灾祸。**每节之后，唱“哈利路亚”三次。同样采用三调式。我们当怀着虔诚之心，高声且从容地歌唱。在第二首特罗帕里之前，唱“荣耀颂”；在第三首之前，唱“如今”：**

随后诵读《诗篇》中的一篇卡菲兹玛。每段应答诗后，在“哈利路亚”时，众人齐声向下鞠躬三次，跟随修道院长或司仪。第一篇卡菲兹玛之后，诵读《八音集》中普通调的感人深切的坐咏。

此外，还诵读圣耶弗拉姆的著作，因为从这一天起开始诵读这些著作，并将持续至花冠周的星期五。

第二卡菲兹玛后，诵读《三圣集》中的坐咏
约瑟夫所著的《三圣咏集》，第二调

藉着神圣的斋期 / 让我们获得心灵的痛悔，呼求道： / “主基督啊，求祢接受我们的祷告，如同精选的乳香， / 并恳求祢拯救我们， / 脱离恶臭的腐朽与可怕的惩罚， / 因祢是唯一速速带来和解的主！”

颂荣：重复上述内容。

如今，向圣母颂：慈悲之源，/ 求祢赐予我们怜悯，圣母；/ 垂顾这些犯了罪的人，/ 一如既往地显明祢的大能，/ 因为我们仰望祢，向祢呼求：“万福”，/ 正如昔日加百列，/ 无形军队的统帅。

再次诵读圣以弗所的经文。

按第三调式诵读
第3节，第2调

让我们满怀喜乐地开始这至圣的斋戒，/ 闪耀着我们主基督圣诫的光芒：/ 爱的光辉，祈祷的荣光，/ 纯洁的澄澈，美德勇气的力量，/ 以便以光辉之姿迎接 / 神圣的三日复活节，/ 它以不朽之光照亮了世界。

颂荣：重复上述内容。

如今，向圣母颂：在剧烈的患难中，/ 因有祢不可战胜的代祷，/ 我得以从压迫我的困境中解脱，/ 这奇妙之事超乎所望，啊，上帝之母！/ 因为祢总是迅速垂听那些怀着信心向祢祈求的人，/ 驱散许多罪孽的黑暗。/ 因此，我们满怀感恩地向祢呼求：/ “圣母，请接受我们简短的感谢：/ 正因这些感谢，祢在一切事上都成为我的帮助！”

随后诵读《拉夫萨伊克》。第50篇诗篇。以及惯常的祈祷：“上帝啊，拯救你的子民。”**此外还有[晨祷第10篇]和呼求。随后开始唱圣经诗歌：**“我们向主歌唱：”**采用《圣历》中该圣日的圣咏调式。 随后迅速诵唱诗歌的诗节，每个唱诗班各唱一节，直至**“水凝固了”**这句；从该处开始唱第14调的圣咏。首先唱《圣历》中的圣咏，配以第6调的伊尔莫斯，唱法如下：第一唱诗班诵唱诗节**“水凝固了”，并唱伊尔莫斯。第二唱诗班则领唱第二节：**“仇敌说：”，随后唱圣咏的托帕里。接着依次唱各节——每个唱诗班唱一节——直到**“那时他们便急忙赶去”这句；从这一节开始，我们唱约瑟夫先生的四节圣咏。 从**“主必作王”这一节开始，我们开始唱另一首由西奥多·斯图迪特先生创作的三首诗篇：第一合唱团唱圣咏。第二合唱团则唱第二节经文和圣咏。随后，两个合唱团合而为一，以高亢的声调唱《荣耀颂》和《三位一体颂》；“如今，圣母颂”。我们还以最高音调高呼：**“荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。”接着唱圣西奥多先生的另一首特罗帕里，因为这首圣歌共有五首特罗帕里。最后，我们唱第二卡农的卡塔瓦西娅和伊尔莫斯。

第八首和第九首歌曲也是这样唱的。

至于第三首圣歌，我们这样唱：

第一合唱团诵读诗节：“主升天了”，**并唱《圣历》中该圣咏的颂词。 第二合唱团吟唱诗句：**“并将权能赐予君王”，**以及《米内亚》圣咏集的第二首圣咏。同样，唱“荣耀颂”和“如今”，并配以圣咏集的圣咏。最后，第一合唱团唱《米内亚》圣咏集第三首的伊尔莫斯。**

第六首亦按此方式唱诵。

至于第四、第五和第七首，则按以下方式唱诵：

先唱《米内亚》圣咏集的第一首伊尔莫斯，接着唱该圣咏集最后两节诗句及圣咏集的颂词，以及“荣耀归于”和“如今”，但不以伊尔莫斯结束该圣咏，因为伊尔莫斯已在圣咏开头唱过。而《米内亚》的伊尔莫斯仅在第三首和第六首圣咏的结尾处唱，因为这两首圣咏开头不唱伊尔莫斯。 至于星期一以外的其他日子，第一首圣歌的唱法与第四、第五首圣歌的说明相同。而在设有三首圣歌的圣歌中，圣咏结束后会唱卡塔瓦西亚——即三首圣歌的伊尔莫斯，如上所述。

须知，除复活节主日外，整个圣大斋期均不诵唱《八音集》。仅诵唱《圣名集》和《三圣集》。而在没有三圣诗的圣歌中，仅诵唱《圣名集》。第三首圣歌结束后，司祭诵念小祈祷文。同时诵念圣人的《座祷文》，一次。 《荣耀颂》及《如今，圣母颂》：并诵读《拉夫萨伊克》经文。第六首圣咏后诵读小祈祷文。 此外，还诵读殉道者的《座诗》；若圣人另有《康达克》，则在此处诵读；殉道者的《康达克》则在第一卡菲兹玛之后，连同《座诗》一并诵读，并以副歌“神在祂的圣徒中是奇妙的”**作结；随后诵读《圣人传》。**

约瑟夫先生的三首圣歌，第二调。

第一首

伊尔莫斯：来吧，众人：

在此开始第一首圣歌。

如今我当如何为我的背离哀恸？/ 我这放荡度日之人，/ 该如何开启我的得救之路？/ 仁慈的主啊，求祢按祢所知的道路，/ 拯救我！

看哪，（悔改）之时已至，/ 看哪，救赎之日——斋戒的开始。/ 灵魂啊，要警醒，关闭情欲之门，/ 仰望主。

罪孽的汹涌波涛 / 将我卷入绝望的深渊；/ 但我投身于祢仁慈的深渊：/ 救我吧，主啊！

唯我一人如此被罪所奴役，/唯我一人为情欲敞开了大门，/求祢速速赐下和解之言！/救主啊，求祢以祢的怜悯使我回转。

圣母颂：怀中孕育无欲之泉者！ / 童贞女啊，请医治这被情欲所伤的人， / 并将我从永恒之火中拯救出来， / 唯独你满载神的恩典。

费奥多尔先生的另一首三节诗，调式与伊尔莫斯相同

众人啊，请前来，/ 在这一天，让我们领受斋戒这恩典的礼物，/ 作为上帝赐予的悔改之时，/ 藉此我们必能平息救主的忿怒。

如今已至，时刻已到，/是行善的时节，是斋戒的战场；/让我们全心投入其中，/将美德作为礼物献给主。

三一颂：单纯的唯一，/ 三重光明，至高无上的唯一，/ 全能的，永生的！/ 神与主：全能的圣父、圣子与圣灵，/ 拯救敬拜祢的人。

圣母颂：让我们颂扬上帝的圣山，/——玛利亚，远离污秽，/从她那里，真理之日升起，照亮那些身处黑暗中的人：/基督，万有的生命。

荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

火焰战车接走了 / 那奇妙的以利亚，他以斋戒为武器， / 而斋戒使摩西成为 / 不可言传奥秘的观照者； / 我们若效法他，便能得见基督。

荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

亚当尝了食物，/ 便因放纵而被逐出乐园；/ 主啊，这即将到来的斋期，/ 将使我们这爱人的上帝，显明我们配得悔改！

伊尔莫斯：来吧，众人，/让我们向基督上帝歌唱，/祂分开了大海，引领了祂从埃及奴役中拯救出来的子民，/因为祂已得着荣耀。

按殉道调第6首。

第8首

伊尔莫斯：在烈火之洞中：

我被情欲如火般焚烧，/ 心灵之眼被蒙蔽，/ 基督啊，求祢以祢的敬畏之火更新我，/ 以救赎之光照耀我，/ 使我世世代代赞美祢。

厌弃了情欲的饱足，/ 请以善行这精致的食粮滋养自己，/ 并更享受斋戒的奢华，/ 避开享乐的苦涩，/ 我这谦卑的灵魂啊，愿你永生。

我心灵已变得刚愎，/ 被情欲的醉意所蒙蔽，/ 我实在无法仰望祢——独一的上帝。/ 因此，求祢怜悯我，赐我光明，/ 并为我开启悔改之门。

圣母颂：/ 使我们尘世朽坏的本性 / 得以与天界相仿！/ 凭祢炽热的代祷，圣洁者，/ 愿我们的祈求与恳求 / 直达祢及万有的 / 上帝与君王面前。

另一首三节诗

伊尔莫斯：昔日曾滋润过：

信徒们，让我们欢欣地迎接斋期的到来，/ 不要面带愁容；/ 而是用无欲之水洗净我们的面庞，/ 永远颂扬并尊崇基督。

用慈悲的圣油膏抹灵魂之首，/ 勿多言，/ 向我们在天上的父献上祈祷，/ 永远祝福并颂扬祂。

让我们颂扬圣父、圣子、圣灵，我们的主。

信徒们，让我们颂扬永恒、无始的圣父，/以及同样无始的圣子，/还有与祂一同从圣父光辉中显现的圣灵——/他们确是全能者的同质位格，/是唯一之源与权能。

圣母颂：蒙神召唤的圣母，/ 确是信徒的赎罪者，/ 因为从祢那里，宽恕丰沛地赐予众人！/ 求祢不要停止为歌颂祢的人，/ 向祢的圣子兼主祈求。

荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

主啊，祢曾经历四十天的斋戒，/如今，弟兄们，祢已使这些日子成圣并洁净，/当我们抵达这一天时，我们高呼：/“愿你们永远称颂并尊崇基督！”

我们赞美、颂福、敬拜主，世世代代歌颂并尊崇祂。

伊尔莫斯：昔日祂曾 / 使犹太少年在烈火中得蒙庇护，/ 并以奇妙的方式使迦勒底人在火中受灼，/ 让我们歌颂主，高呼：/ “愿你们永远称颂并尊崇祂！”

并吟唱至圣童贞女的圣歌：“我的灵魂颂扬主：”

第9首

伊尔莫斯：源于上帝的上帝之言：

愿这斋日成为你，灵魂啊，远离罪恶的斋戒，/ 同时也是向神奔赴与亲近的契机，/ 使你避开恶习的深渊，/ 唯独喜爱那些/ 通往彼岸安息之路。

无论是思绪滑落，/ 还是肉体犯罪，我皆悲恸、哀叹、呼求：/ “主啊，救我，救我，独一无二、无恶意的救主，/ 切莫将我——这当受审判之人——/ 定罪于那地狱之火中！”

披上斋戒的洁白长袍，/ 脱去酗酒那黑暗而难以承受的衣裳，/ 因着神的美德而变得光明，/ 我们将凭着信心，目睹救主那光辉灿烂的受难。

圣母颂：因遭受最邪恶恶魔的一切攻击而精疲力竭的 / 我这充满情欲的灵魂，求祢医治，至圣的主母，/ 祢生下了基督——我们的医治者，祢是我们的拯救，/ 我们认识祢，童贞女，无瑕的圣母。

另一首三节诗

伊尔莫斯：超自然：

如今圣大斋期已至；/ 让我们以良善的行为开启斋期：/ 因为“不可在争论和纷争中斋戒”，/ 主如是说。

在何里夫山上，以斋戒洁净自己后，/ 以利亚见到了上帝；/ 我们也当以斋戒洁净心灵，/ 从而得见基督。

三一颂：我敬拜唯一本性，/ 颂扬三位一体，/ 唯一全能的上帝：/ 圣父、圣子、圣灵，永恒的源头。

圣母颂：圣洁的，你将圣子生于世；/ 童贞女——你涌出乳汁：/ 既然你同时兼具这两件事，/ 既生子又保全童贞，这究竟如何？/ ——“是神成就了这一切；/ 不要追问我，这是如何做到的！”

荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

正如所言，/ 凡生于世者，生命仅有一日；/ 但对于因爱而劳苦的人，/ 有四十天的斋戒，/ 我们将欢欣地完成。

伊尔莫斯：那在肉身中超自然地受孕于母腹的 / 圣言，从父那里超越时间而发光的，/ 信徒们啊，让我们在永不停息的颂歌中赞美祂！

此外：当颂：**并鞠躬一次。祈祷文：**反复诵念：**并以三位一体之光的声音。** 在“凡有气息的”**之后：不唱诗节，而是诵读：**“诸天啊，赞美上主”：**3篇常规诗篇。若 《圣人历》中记载了两位圣人的礼仪，则晚上为其中一位唱诗节，早上为另一位在“诸天啊，赞美上主”之后唱第4节。 若无诗篇，则由指定的修士宣告：**“荣耀归于祢，我们的主上帝；我们将荣耀归于祢——圣父、圣子、圣灵，如今、永远，

直到世世代代，阿们。”荣耀归于祢，祢向我们显明了光明。荣耀归于至高之神：以及其余经文。我们站在原地同时行三拜。随后，司祭说：“让我们举行晨祷：”并宣告。

随后，两个唱诗班合而为一，一同唱道：

诗篇颂，第五调

斋期已至，贞洁之母，/ 罪恶的揭露者与悔改的协助者，/ 天使的生活典范与人类的救赎。/ 信徒们，让我们高呼：“上帝，怜悯我们！”（2）

并为殉道者：天国君王的军旅是蒙福的！/ 因为虽然这些受难者生于尘世，/ 但他们急于达到天使的尊荣，/ 轻视自己的肉体，/ 并通过受难获得了无形者的荣耀。/ 主啊，藉着他们的祈祷，/ 拯救我们的灵魂！

《**荣耀颂》（现今版，圣母颂）**：我们以悠扬的歌声颂扬祢——神的母亲、纯洁的童贞女、/ 比智天使更为圣洁者，/ 因为我们以身心承认祢是圣母，/ 确已生下道成肉身的上帝。/ 至圣者，求祢为我们的灵魂代祷！

此外，还要诵念《圣三颂》两次。在《主祷文》之后诵念《圣三颂》。随后，在“因为你的国”的呼号之后，诵念圣咏：“站在你荣耀的圣殿中”，并诵念“主啊，求你怜悯”第40句。接着，司祭走出圣所，高声宣告：“受称颂的基督，我们的上帝，天上的君王！” 随后，我们伫立并默祷，在心中默诵我们尊贵的圣父以弗所的祷文：“主啊，我生命的君王：”并行三次大鞠躬和十二次小鞠躬；每次鞠躬时，我们在心中默念：“上帝啊，求祢怜悯我这罪人。” 随后再次行一次大鞠躬，并诵念前述圣以弗所的祷文。起身后，主礼者开始领诵：“来吧，让我们敬拜”，重复三次，并行三次小鞠躬。接着进行第一时辰的礼仪。第三篇诗篇结束后，高呼：“哈利路亚”，并行三次小鞠躬。

须知，在圣大斋期所有的星期一，第一时辰不诵读卡菲兹玛。而在其他日子，则诵读卡菲兹玛，并在每段应答经后行三次小鞠躬。

同样，在星期五的第一时辰和第九时辰也不诵读卡菲兹玛。

随后，指定的诵经员或神父在教堂中央以第六调唱诵特罗帕里：“清晨，求祢垂听我的声音”；我们亦高声齐唱，并屈膝跪拜至地。其余两节亦依此进行：第一节：“主啊，求祢垂听我的话语，体恤我的呼求。” 第二节：因为我要向祢祈祷，主啊。接着再次唱：“清晨，求祢垂听我的声音”：荣耀颂，以及“如今”：我们当如何称呼祢，啊，蒙恩者，并行三次小鞠躬。 此外：求祢照祢的话引导我的脚步，使我免于一切不法之事。并重复上述内容。随后：求祢救我脱离人的诽谤，我必遵守祢的诫命。再次重复上述内容。求祢将祢面上的光照在祢的仆人身上，教导我祢的律例。 再次重复上述内容。随后，我们高声且从容地唱三遍：“愿我的口充满对祢的赞美，主啊：”在《主祷文》之后诵念《三圣颂》。司祭宣告：“因为祢的国：”诵念“阿们”后，我们高声诵念圣咏。周一、周二和周四诵念圣母颂： “荣耀的上帝之母”；周三和周五则唱：“基督，我们的上帝，求祢速速来帮助我们”；“主啊，怜悯我们”（40次），以及祷文：“在任何时候：主啊，怜悯我们”，重复三次。“荣耀颂”，以及“如今，比智天使更崇高的荣耀”，并鞠躬一次。“奉主之名赐福，神父。” 司祭：上帝，怜悯我们，赐福于我们；向我们显明祢面容的光辉，并怜悯我们。我们按规定行鞠躬礼；随后，主礼或诵经员诵读：“主祷文”后的《三圣颂》。主啊，求祢怜悯，12次。祷文：基督，真光：

司祭：荣耀归于祢，基督上帝，我们的盼望，荣耀归于祢。我们：荣耀归于祢，如今：主啊，怜悯我们，重复三次。求祢赐福。随后是遣散礼。此外，我们唱《长寿颂》，并亲吻圣像。

随后走出圣所，举行游行礼。

在那里，照例诵念常规祷文，并由主礼或教会执事按照规定宣读我们尊贵的圣父狄奥多尔·斯图迪特的神学讲道，即在星期三和星期五。

最后，诵念遣散祷文，结束礼仪。

这就是圣大斋期期间举行晨祷和第一时辰礼仪的规程。礼成后，我们离开教堂，在完全静默中返回各自的修道室或前往服侍；在修道院中，我们不应在途中与他人交谈：这是圣父们所禁止的。

约第三时辰，点灯人敲响木槌，我们便聚集到教堂。在唱诗开始前，我们每人都在圣门前行三次小鞠躬，亲吻圣像，并向每个唱诗班鞠躬。经神父祝福后，我们开始诵念：《天上的君王》；《三圣颂》接在《主祷文》之后。　神父：“因为你的国是……”；“阿门”之后，诵念“主啊，求你怜悯”12次。“来吧，让我们敬拜”：重复三次，并行三次小鞠躬。随后按惯例诵读第三时辰的经文。

在第三篇诗篇的结尾，于“哈利路亚”处行三次小鞠躬。随后诵读常规卡菲兹玛；在每一段应答经时均行三次小鞠躬。卡菲兹玛结束后，诵经员或神父立于教堂中央，高声诵读第六调的圣咏：主啊，求祢赐下至圣的圣灵：　我们随之齐声歌唱，同时双膝跪地。其余两节经文后亦如此。经文：上帝啊，求祢在我心中创造纯洁的心，在我里面更新正直的灵。经文：求祢不要将我从祢的面前赶出去，也不要从我身上收回祢的圣灵。　《荣耀颂》及《如今，圣母颂》：圣母，祢是真葡萄树；并行三次小鞠躬。随即开始诵读《灵梯》。从这一天起，在整个圣大斋期期间，指定的修士将悄然巡行于修士们之间，若发现有人熟睡，便按既定方式唤醒他们聆听。　诵读结束后：主上帝受赞美：在《我们的父》之后诵念《三圣颂》。司祭宣告：因为国度是祢的：在“阿们”之后，我们以第八调唱圣咏：受赞美的是祢，我们的基督上帝：荣耀颂：耶稣啊，求祢赐予祢的仆人们迅速而可靠的安慰：“如今”：基督徒的盼望、护卫与避难所：“主啊，怜悯我们”，40次，以及祷文：“在任何时候、任何时刻”：“主啊，怜悯我们”，三次。　《荣耀颂》和《如今》：比智天使更崇高的荣耀：愿主的名赐福于我们，神父。司祭：上帝，怜悯我们：随后按规定行鞠躬礼，主礼者诵念祷文：主上帝，全能的父：

星期一第六时辰

点灯人向主礼人行常规鞠躬后，退下并敲响钟六次。祷文结束后，诵念“来吧，让我们敬拜”三次，并行三次小鞠躬。随后开始第六时辰。　诵读三篇诗篇后，唱“荣耀归于父、子、圣灵”，并三次唱“阿勒路亚”，行三次小鞠躬。随后诵读卡菲斯姆，每段应答诗后，三次唱“阿勒路亚”，并行三次小鞠躬。随后诵读第二调的颂歌：在第六日及第六时辰，/将亚当在乐园中那僭越的罪钉在十字架上，/并撕毁我们罪孽的文书，/基督上帝，求祢拯救我们。第一节：上帝啊，求祢垂听我的祷告，不要轻视我的恳求。　第二节：我向神呼求，主便应允了我。按规定行三拜大礼。颂荣，及“如今”：因我们罪孽深重，不敢冒昧求告：并行三拜小礼。

先知颂，第五调

主啊，主啊，万物因祢而惊骇 / 因祢大能的面容而战栗！ / 我们投靠祢，永生者， / 我们向祢祈祷，圣者： / “求祢藉着祢众圣徒的代祷，拯救我们的灵魂！”

《荣耀颂》及《如今》：重复上述内容。

前诵，第四调

上主深知义人的道路，/ 恶人的道路必归于灭亡。

诗节：不随从恶人的计谋，不站立在罪人的道路上，不坐席在诡诈人的座位上的人是有福的。

诗篇 1:7, 1A

以赛亚书的诵读

亚摩斯的儿子以赛亚所见的异象，就是他在犹大王乌西雅、约阿施、亚哈斯和希西家执政期间，关于犹大和耶路撒冷所见的异象。　诸天啊，请侧耳倾听；大地啊，请留心听，因为耶和华已经发声：我生了儿女，又将他们养大，他们却弃绝了我。牛认识主人，驴认识主人的槽；但以色列不认识我，我的百姓也不明白。　唉！这罪孽深重的族类，满是罪恶的百姓，邪恶的后裔，悖逆的儿女！你们离弃了耶和华，惹动以色列的圣者发怒，（竟背道而行

）。你们这些加增悖逆的人，还要受多少惩罚呢？每个人的头都患病，每个人的心都忧伤；从脚到头，没有一处完好：这既非伤口，亦非擦伤，更非化脓的疮；既无法贴上膏药，也无法涂抹香油，更无法缠上绷带！你们的土地荒凉；你们的城邑被火焚烧；你们的国土在你们眼前被外邦人吞噬；它已被掠夺一空，遭外邦列国蹂躏。　锡安的女儿将被遗弃，如同葡萄园中的帐篷，如同菜园里的果库，如同被围困的城邑。若非万军之耶和华给我们留下余种，我们早已像所多玛一样，也必像蛾摩拉一样。所多玛的官长们，当听耶和华的话；蛾摩拉的百姓啊，当听神的律法！　“你们的许多祭物与我何干？”——耶和华说。“我已厌倦了公绵羊的燔祭，也不想要羔羊的脂油，更不想要公牛和公山羊的血。你们不要再来在我面前露面——因为谁曾要求你们这样做呢？”　不要再践踏我的院宇：即使你们将上好的面粉献给我，也是徒劳；香气于我而言是可憎的。我不容忍新月节、安息日和节期；我的灵魂憎恶你们的禁食、停工和节期。　你们已使我厌烦；我再也无法忍受你们的罪孽。当你们向我举手祈求时，我必转眼不看你们；即使你们加倍祈祷，我也不听你们，因为你们的手满是血迹。你们要洗净自己，使自己圣洁；在我眼前除去你们心中的罪恶。　当离弃你们的罪孽，学习行善：查明是非，为受欺压者伸张正义，为孤儿伸张公道，为寡妇伸张公义。那时，你们就来，我们便一同审判，这是耶和华说的。　“你们的罪虽像朱红，我必使之白如雪；虽像绯红，我必使之白如羊毛。你们若肯听从我，就必享用地上的美物；若不肯听从我，刀剑必吞灭你们；因为这是耶和华亲口说的！”

以赛亚书 1:1–20

前诵，第七调

当存敬畏之心事奉耶和华，/ 并在祂面前战战兢兢地欢喜。

诗节：外邦人为何发怒，万民为何图谋虚妄？

诗篇 2:11, 1

随后诵读《圣梯》经文。另诵颂歌：愿祢的慈悲速速临到我们；**《主祷文》后诵《三圣颂》。司祭高呼：**因为国度是祢的**；并按第二调诵颂歌：**祢在世上成就了救恩：**《荣耀颂》：**我们敬拜祢至圣的圣像：**以及《如今》：**仁慈之源：**周三和周五诵念《圣母受难颂》：**至圣的童贞圣母，祢受赞美：主啊，怜悯我们，**40。**在任何时候、任何时刻：主啊，怜悯我们，**三次。　荣耀颂，及“如今”：**比智天使更高的荣耀：奉主之名赐福，神父。**司祭：**上帝，怜悯我们并赐福于我们：**我们按惯例行叩拜礼。叩拜礼结束后，主礼者开始在《天主经》之后诵念结束的“三圣颂”。　“主啊，怜悯我们”，**共12次。司祭亦诵：**“荣耀归于祢，基督上帝，我们的盼望，荣耀归于祢。”**随后进行遣散礼。**

整个圣大斋期，在第三时辰和第六时辰都应遵守这一顺序和规程。若无出堂礼，在诵念“上帝与万军之主”**祷文**后，**立即诵念**“来吧，让我们敬拜”**三遍，随后进入第九时辰。　若有礼仪活动，约在第九时辰，点灯人敲响九下，我们便聚集于教堂。经神父祝福后，从“我们的天父”开始诵念《三圣颂》。神父宣告：**“因为国度是祢的”，**随后在“阿们”之后，**诵念“主啊，求祢怜悯”，**共12次。　“来，让我们敬拜”：**重复三次，并行三次小鞠躬，随后开始诵读第九时辰的三篇诗篇。第三篇诗篇结束时，在**“哈利路亚”处行三次小鞠躬。接着开始诵读卡菲斯姆：每段应答经后均行三次小鞠躬。

结束后诵读第8调的颂词：在第九时辰，为我们的缘故 / 在肉身中尝了死亡滋味，/ 求祢使我们肉体的意念归于无有，/ 基督上帝，并拯救我们。：**第1节：**愿我的祈祷临到祢的面前，主啊——求祢照祢的话语启迪我。　**第二节：**愿我的恳求升到祢面前，主啊——求祢照祢的话拯救我。**随后行三次大鞠躬。颂荣，及“如今”：**为我们的缘故由童贞女所生：**并行三次小鞠躬。随后再次诵读《灵梯》。　诵读结束后，诵念经文：**为祢的名，求祢不要撇下我们直到终末：**在《主祷文》后诵念《三圣颂》。司祭宣告：**因为国度是祢的：**在“阿们”之后，我们高声诵念第八调的赞词：**见生命之源：荣耀颂：**在两个强盗之间是祢的十字架：　**“如今：**羔羊、牧者、世人的救主：主啊，怜悯我们”，**共40次。**“在任何时候、任何时刻：主啊，怜悯我们”，**重复三次。“荣耀颂”及“如今：**比智

天使更高的荣耀：奉主之名赐福，神父。”**司祭：**上帝，怜悯我们：**并行三次大鞠躬，心中默诵圣埃弗拉姆所指明的祷文；其余12次则不进行。并高声诵念祷文：**主耶稣基督：

随即圣咏团以第八调开始歌唱：“主啊，求你在你的国度里记念我们。”**并以同一调式，用甜美而洪亮、不急不缓的歌声唱诵《有福了》：**“心灵贫穷的人有福了，因为天国是他们的。” 主啊，当你进入你的国度时，请记念我们。**以及其他诗节。**荣耀归于圣父、圣子、圣灵。主啊，请记念我们：如今、永远、直到世世代代。阿们。主啊，请记念我们： **两个唱诗班汇合后，揭开头巾，以最高音调唱道：**主啊，当你进入你的国度时，请记念我们。**并行大鞠躬。**主啊，当你进入你的国度时，请记念我们。**并行鞠躬。**圣者啊，当你进入你的国度时，请记念我们。 **并行大鞠躬。随后高声宣告：**天上的圣咏团颂扬祢并呼求：**诗句：**当到祂那里去，便得光照：**再次：**天上的圣咏团：**荣耀颂：**圣天使与大天使的圣咏团：**如今：**我信独一真神：宽恕、赦免、原谅：我们的天父： **此外还有当日及圣殿的赞歌。若为基督圣殿，先诵读圣殿的赞歌，随后诵读当日及普通圣人的赞歌（如有）。《荣耀颂》：**与圣徒同安息：**如今，圣母圣殿，或：**基督徒可靠的护佑：主啊，怜悯我们，**40。《荣耀颂》及《如今》：**比智天使更高的荣耀：奉主之名赐福，神父。**司祭宣告：**上帝，怜悯我们并赐福于我们：**随后按照规定，配合圣以弗所的祷文，行16次鞠躬礼。**

副司祭向修道院院长行礼并接受祝福后，便上前敲钟。随后，主礼开始诵念：“来吧，让我们敬拜”：**重复三次，并行三次轻鞠躬。诵经员以柔和温顺的语调诵读诗篇：**“我的灵魂啊，你要称颂主。”**司祭则在圣门前诵读惯常的晚祷。 诗篇结束后，诵念“荣耀归于父、子、圣灵”，以及“如今”、**“哈利路亚”，**各三次，并行三次鞠躬。随后进行大祈祷，并诵读第18篇卡菲斯姆：**“在我悲伤之时，我归向主”：**每段应答经后，诵念“荣耀归于父、子、圣灵”，以及“如今”、**“哈利路亚”，**各三次，并行三次鞠躬。**

星期一晚祷

《我向主呼求》：第6调的诗篇。
约瑟夫主，第二调

我犯下一切罪过，/ 放荡之举更胜于人；/ 若想忏悔，/ 却无泪水可流！/ 若我如今仍轻率度日，/ 必将遭受惩罚。/ 但求独一良善的上帝赐我悔改，/ 并怜悯我！

基督啊，请赐我泪水， / 在这美好的斋戒之日， / 使我哀恸并洗净因享乐而生的污秽， / 并在祢面前以洁净之身显现， / 当祢——审判者——乐意 / 从天而降，主啊，审判世人， / 作为审判者与唯一的公义者。

圣费奥多尔·斯图迪特，第五调

让我们满怀热忱地前来，/以斋戒这坚固的武器为盾牌，/信徒们啊，我们将击退仇敌的一切诡诈欺骗。/我们不被情欲的享乐所迷惑，/也不惧怕试探之火，/借此，爱人的基督/将以忍耐的奖赏加冕于我们。 / 因此，我们满怀胆量地祈祷，/ 俯伏在地， 高声呼求， 祈求和平，/ 并祈求祂赐予我们灵魂大慈大悲。

以及《圣咏集》中的三首。颂荣，及“如今，圣母颂”。“令人欣慰的光明：”

前诵，第六调

救恩来自上主，/ 你的祝福临于你的子民。

诗节：主啊，为何逼迫我的人如此众多？

诗篇 3:9, 2

1.《创世记》诵读

起初，神创造了天地。那时，大地还未成形，一片混沌，黑暗笼罩着深渊，神的灵在水面上运行。 神说："要有光。"就有了光。神看光是好的，就把光与暗分开。神称光为昼，称暗为夜。有晚上，有早晨，这是头一日。

神说："让穹苍出现在水中间，将水与水分开。"事就这样成了。神就造了穹苍，将穹苍以下的水与穹苍以上的水分开。神称穹苍为"天"。神看这是好的。 有晚上，有早晨：这是第二日。

神说："天上的水要聚在一处，使旱地显出来。"事就这样成了。天上的水果然聚在一处，旱地就显出来了。神称旱地为"地"，称水的聚处为"海"。神看这是好的。

神说："地要长出青草——各从其类、各按其形结种子的草，和结果子的树，果子中各含其种，各从其类，在地上。" 事就这样成了。大地就长出了青草——各从其类、各按其形结种子的草，以及结果子的树，树上结的果子都含有各从其类的种子，在地上。神看这是好的。有晚上，有早晨，这是第三日。

创世记 1:1–13

前诵，第五调

主必垂听我，/ 每当我向祂呼求。

经文：我呼求的时候，那按我公义的上帝就应允我。

诗篇 4:4B, 2A

2. 箴言 读

所罗门——大卫之子，曾作以色列王——的箴言，旨在领悟智慧与训诲，明辨明理之言；　领悟言语的奥秘（和谜语的解答），明白真正的公义，以及如何主持公道；愿这能赐给无恶之人机智，赐给少年人敏锐和通晓；　因为听从这些，智慧人必更显智慧，明理者必得着指引；他必明白箴言、隐语、智慧人的言语和谜语。智慧的开端是敬畏耶和华；良善的智慧对所有运用它的人都有益；　敬畏神是明辨的开端；但恶人却将智慧和教诲视为无物。儿啊，你要听从你父亲的训诲，不可轻视你母亲的诫命，这样，你必得着恩惠的冠冕戴在头上，金项链挂在颈项上。　儿啊！切莫被不义之徒迷惑；若他们邀请你说："跟我们去，参与流血之事；我们要不义地将义人埋入地下，像阴间一样活活吞噬他，从地上抹去他的名号。"我们要夺取他那珍贵的财物，用战利品填满我们的房屋；你把你的签投在我们中间，让我们都设立一个共同的钱袋，让我们只有一个钱袋。"[我儿！] 不要与他们同行，要使你的脚远离他们的道路，因为他们的脚奔向邪恶，他们热衷于流血。毕竟，为捕鸟而设的网并非徒然张开。因为参与谋杀的人正在为自己积蓄灾祸；而消灭违法之人的行为——是可耻的。　这就是一切行不法之人的道路：因为他们凭着不义，将自己的灵魂从自己身上驱逐出去。智慧在出口处被颂扬，在街上却显出狂妄。

箴言 1:1–20

主啊，求祢恩准：并三拜。司祭：让我们诵念晚祷：

诗篇颂，第三调

让我们以一种令主喜悦、蒙主悦纳的方式斋戒；/ 真正的斋戒——远离恶习，/ 克制言语，摒弃愤怒，/ 远离情欲，/ 远离诽谤、谎言和违背誓言。/ 摒弃这一切——这才是真正的斋戒，/ 也是蒙主悦纳的斋戒！ **(2)**

致殉道者：基督啊，祢的殉道者大有能力：/ 因他们在坟墓中安息——却驱逐邪灵，/ 并废除了仇敌的权势，/ 凭着对圣三一的信仰，/ 为虔诚完成了壮举。

《荣耀颂》（现今版）：圣母，万名向祢祈求者的护佑者，/ 因祢我们敢于祈求，并以祢为荣，/ 我们的全部希望都在祢身上；/ 求祢为祢那不配的仆人们，/ 向从祢所生的主祈求。

此外，领唱者向每个唱诗班行常规鞠躬礼，唱诗班成员则向他鞠躬。现予遣散：**三圣颂：并行三次小鞠躬。司祭：**因为你的国是**永恒的：在"阿门"之后：**童贞圣母，欢喜吧：**并行一大鞠躬。** **《荣耀颂》：**基督的施洗者：**并鞠躬。以及《如今》：**为我们祈祷：**并鞠躬。此外，**《在祢仁慈的庇护下》**：不鞠躬。**主啊，求祢怜悯，**第40节，以柔和的声音诵读。《荣耀颂》，以及《如今》：**比智天使更高的荣耀：奉主之名赐福，神父。 **司祭：**那受称颂的——基督，我们的上帝：**诵经员：**阿们。天上的君王：**并默诵圣埃弗拉姆的祷文：**主啊，我生命的君王：**并行三次大鞠躬和十二次小鞠躬。再次诵念上述祷文并行一次大鞠躬。三圣颂。** 主啊，求祢怜悯，12次。祷文：至圣三位一体，同质的主权：**亦诵：**愿主的名从今直到永远蒙福。**三遍。并行三次小鞠躬。** **《荣耀颂》及《如今》：**我必时时称颂主；**随后，**诵念《诚然配得》**并行一拜。另一唱诗班诵念：《荣耀颂》及《如今》：**主啊，求祢怜悯，**诵念三次。**求祢赐福。**按惯例进行礼成。** **当摆设圣餐时，诵读第144篇诗篇：**"我要尊崇你，我的上帝"：**随后进行遣散礼。走出圣所时，按惯例唱圣殿颂歌。司祭诵念惯常的祷文，并为亡者祈祷。 随后进行最终的遣散礼。这种晚祷仪式在整个圣大斋期中举行，此时不举行预圣体礼。按照传统，在周三之前不举行预圣体礼，因为全体修士都按传承所言斋戒；而有能力者，应斋戒至周五。

圣山规约规定，第一天完全不可进食。而在周二、周三和周四，应各食用一升面包和水，除盐和面包外，不得食用其他任何食物。

须知，在我们尊贵的萨瓦圣父的修道院中，晚祷并非在教堂内唱诵，而是在修士的居室中进行。

在巴勒斯坦的集体修道院中，晚祷的唱诵方式如下：

星期一晚祷

神父：我们的上帝永远受赞美，如今、永远，直到世世代代。

诵经员：阿门。荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

天上的君王：三圣颂。荣耀，如今：至圣三一：主啊，求祢怜悯。（3）荣耀，如今：我们的天父：司祭：因为国度是祢的：**诵经员：**阿们。 主啊，求祢怜悯。**（12）荣耀归于祢，如今：来吧，让我们敬拜：（3）**

第69篇诗篇

神啊，求祢向我施援；主啊，求祢速速帮助我。愿那些寻索我性命的人蒙羞受辱；愿那些图谋害我的人退后受辱；愿那些对我说"好啊，好啊！"的人，立刻带着羞愧退去。 愿一切寻求祢的人，神啊，因祢而欢欣鼓舞，愿喜爱祢救恩的人不断地说："愿主得荣耀！"我却是贫穷困苦的；神啊，求祢帮助我。祢是我的帮助者，也是我的拯救者；主啊，求祢不要迟延！

我们现在要唱我们尊贵的圣父安德烈·克里特斯（耶路撒冷）所作的《大赞美诗》，在每首特罗帕里之前重复副歌："上帝啊，怜悯我，怜悯我。"

第一首，第六调

伊尔莫斯：我的帮助者和庇护者 / 成了我的救赎： / 祂是我的上帝，我要赞美祂， / 我父亲的上帝——我要高举祂， / 因为祂已得着了荣耀！**（2）**

副歌：上帝啊，怜悯我，怜悯我。

我该从何处开始哀悼 / 我这不幸人生的种种行径？ / 基督啊，我该如何开篇， / 唱起这首哀歌？ / 但祢作为仁慈的主， / 求祢赦免我的罪过。

来吧，这可悲的灵魂与你的肉体，/向万物的造物主忏悔，/并终于戒除往日的轻率，/在悔改中向神献上眼泪。

效法始祖亚当的罪行，/ 我发现自己因罪孽，/ 已被逐出上帝的怀抱，/ 也失去了永恒的国度与甘美。

唉，我那不幸的灵魂啊！/ 你为何要效法最初的夏娃？/ 因为你以邪恶的目光凝视，深受其苦，/ 触碰了那棵树，并肆无忌惮地品尝了/ 那鲁莽的果实。

取代了感官上的夏娃，/ 思想中的夏娃在我心中苏醒——/ 肉身中那充满情欲的念头，——/ 它展现出愉悦，/ 却总在味蕾上带来/ 苦涩的滋味。

亚当因未能遵守祢——救主——的唯一诫命，/ 理应被逐出伊甸园；/ 那么，我若始终拒绝祢那赐予生命的言语，/ 又将遭受何等苦难？

荣耀归于三位一体：超然的三位一体，在合一中受敬拜，/ 求祢从我身上卸下沉重的罪孽重担，/ 并以祢的仁慈，/ 赐予我悔改的泪水。

如今，圣母颂：圣母，是颂扬祢之人的希望与庇护！/ 求祢从我身上卸下沉重的罪孽重担，/ 并作为纯洁的女王，/ 接纳我这悔罪之人。

第二首

伊尔莫斯：天啊，请侧耳倾听——我要宣告，/我要颂扬基督，/祂由童贞女降生为人。（2）

诸天啊，请侧耳倾听——我要宣告；/ 大地啊！请聆听这声音，/ 这是在神面前悔改 / 并颂扬祂的人。

上帝啊，求祢以仁慈之心垂顾我，/用祢慈爱的眼目，/接纳我诚挚的忏悔。

我比世人更甚地犯罪，/独自在祢面前犯罪；/但求祢，救主啊，作为上帝，/怜悯祢的受造物。

因沉溺于情欲的丑态，/ 被享乐的欲望所驱使，/ 我玷污了心灵的美好。

邪恶的风暴正将我吞没，/ 仁慈的主啊，/ 但求祢像向彼得那样，/ 也向我伸出援手。

我玷污了肉身的衣袍，/并污损了那/承载着祢的形象与样式之处，救主啊。

我用情欲的欢愉 / 蒙蔽了灵魂之美， / 并将整个心灵 / 彻底化为尘土。

如今我撕裂了那最初的衣袍，/那是造物主起初为我编织的，/因此我赤身裸体地躺着。

我披上了破烂的衣裳，/那是蛇凭其诡计为我编织的，/我为此感到羞愧。

仁慈的主啊，我正流着淫妇般的泪水；救主啊，求祢凭着祢的怜悯，垂怜我。

我曾凝视园中那棵树的美貌，/ 心智被迷惑，/ 如今赤身躺着，满怀羞耻。

一切邪恶的首领 / 都在我的脊背上劳作， / 继续对我 / 行他们那不法之事。

三一颂：我赞美祢，三位一体的独一真神：/ 圣父、圣子、圣灵。

如今，圣母颂：至洁的圣母童贞女，/ 唯一受万民颂扬者，/ 请热切地为我们祈求得救。

第三首

伊尔莫斯：基督啊，求祢将我的心思 / 坚立在祢诫命那坚不可摧的磐石上。（2）

主降下的烈火啊，我的灵魂，/如倾盆大雨，/主在远古之时/焚毁了所多玛之地。

灵魂啊，快逃往山上， / 如同你所熟知的罗得， / 赶紧躲进西戈尔去。

逃离烈火吧，我的灵魂啊，/ 逃离所多玛的焚烧，/ 逃离神之烈焰中的灭亡。

唯我一人在你面前犯罪，/ 罪孽深重于众人，基督救主，/ 求你莫轻视我！

祢，良善的牧人，/ 求祢寻回我——这只羔羊，/ 切莫轻视这迷途的羔羊。

至甘甜的耶稣，/ 祢是我的造物主！/ 救主啊，因着祢，我将得蒙称义。

我在祢面前忏悔，救主：/ 我犯了罪，得罪了祢，/ 但求祢宽恕，赦免我，/ 因祢是仁慈的。

荣耀归于圣三：哦，圣三，独一无二的上帝！/ 求祢拯救我们脱离迷惑、/ 试探与灾祸。

如今，圣母颂：欢欣吧，曾孕育上帝的圣胎，/ 欢欣吧，主的宝座，/ 欢欣吧，我们生命的母亲。

第四首

伊尔莫斯：先知听闻 / 主啊，关于祢降临的消息，便心生敬畏，/ 因祢欲由童贞女降生并向世人显现，于是高呼：/ “我听闻关于祢的消息，便心生敬畏。” / 荣耀归于祢的大能，主啊！（2）

公义的主啊，求祢勿轻视祢的作为，/ 勿漠视祢的受造物。/ 虽然我作为人犯了罪，/ 且比任何人都更甚，仁爱的主啊，/ 但祢作为万物的主，/ 拥有赦免罪孽的权柄。

灵魂啊，终点临近了，临近了，/ 而你却不欢喜，也不作准备；/ 时光在缩短，快起来吧：审判者就在门前。/ 生命如梦，如花，时光飞逝，/ 我们为何还要徒劳地焦躁不安？

振作起来吧，我的灵魂啊！/ 默想你所行的一切，/ 将它们呈现在你眼前，/ 流下几滴眼泪，/ 勇敢地向基督坦露你的行为与心思，/ 并为自己辩护。

世间没有一种罪孽、行为或邪恶，/ 是我——救世主——未曾犯过的，/ 无论是思想、言语、意志，/ 还是意图、念头或行为，我都犯过罪，/ 其程度之深，无人能及。

正因如此，我才被定罪，/ 正因如此，我这不幸之人，才被自己的良心指控，/ 世上再没有比它更严厉的了；/ 我全知的审判者与拯救者啊！/ 求祢怜悯、拯救并救赎我——祢的仆人。

那在远古时代 / 被列祖中的伟人所见到的阶梯，/ 我的灵魂啊，它指引着 / 积极的攀登与理性的升华；/ 因此，若你渴望在行动中、在认知中、/ 以及在沉思中生活——就焕然一新吧。

那位族长 / 不得不忍受白日的酷热，/ 也熬过了夜间的严寒，/ 每天都创造收益，/ 放牧、战斗、像奴仆一样服侍，/ 只为与两位妻子结合。

所谓“两位妻子”，当理解为 / 行动与在静观中的认知：/ 利娅，作为多子之妻——代表行动，/ 拉结，作为经多方劳苦才得之妻——代表认知，/ 因为若无劳苦，既无行动，亦无静观，/ 我灵魂啊，皆无法实现。

荣耀归于三位一体：本质上不可分割，/在位格上不可混同，/我论及祢——三位一体的唯一神，/如同论及独一君王与同座者一般。/我向祢高唱伟大的赞歌，/这赞歌在天上世界被三度颂扬。

如今，圣母颂：祢既生子，又仍为童贞女，/ 始终按本性保持童贞；/ 由祢所生的圣子更新了自然法则，/ 并由童贞之胎诞生。/ 凡神所喜悦之处，自然秩序便被超越，/ 因为祂随心所欲地创造万物。

第五首

伊尔莫斯：从黎明时分起，我便从黑夜中 / 奔向祢，仁爱之主， / 求祢赐我光明， / 并引导我遵行祢的诫命， / 救主啊，求祢教导我， / 遵行祢的旨意。（2）

我曾终日沉溺于黑夜之中，/ 因为罪恶之夜对我而言，/ 便是黑暗与深邃的迷雾；/ 但求祢，救主，使我成为白昼之子。

效法流便，我这不幸之人，/在至高上帝面前实施了不法且罪恶的阴谋，/玷污了我的床榻，正如他玷污了父亲的床榻。

我在祢面前忏悔，基督君王：/ 我犯了罪，我犯了罪，/ 正如当年出卖约瑟的兄弟们——/ 那纯洁与贞洁的果实。

那公义的灵魂曾与亲族相连，/ 所爱之人被卖为奴，/ ——这预表了主；/ 而你，灵魂啊，却将自己全然出卖，/ 献给了你那邪恶的行径。

啊，不幸而可悲的灵魂， / 效法那公义且贞洁的约瑟的智慧， / 莫因轻率的欲望而玷污自己， / 莫不断行不义之事。

纵使约瑟夫曾一度身陷深坑，/ 主啊，/ 那也是预表了祢的安葬与复活；/ 而我，又何时能向祢献上类似的祭物呢？

荣耀归于圣三：我们赞美祢，圣三一，独一真神：/ “圣哉，圣哉，圣哉：圣父、圣子、圣灵，/ ——单纯的本体，/ 永受敬拜的独一真神。

如今，圣母颂：从祢——那不朽、未曾嫁人的童贞圣母——身上， / 创造万世的神， / 披上了我的形体， / 并将人性与祂自己结合在一起。

第六首

伊尔莫斯：我全心全意地呼求 / 那满有怜悯的上帝， / 祂从最深的阴间听见了我的呼求， / 并将我的生命从灭亡中拯救出来。（2）

救主啊，我眼中的泪水，/ 以及发自深处的哀叹，/ 我都怀着诚挚的心，伴着内心的呼喊献上：/ “上帝啊，我在祢面前犯了罪，/ 求祢怜悯我！”

我的灵魂啊，你背离了你的主，/ 如同达凡和阿维伦；/ 但要从地狱深处呼求怜悯，/ 免得地穴将你吞没。

我的灵魂啊，你如同发狂的母牛，/ 竟效法了以法莲；/ 但要像从网罗中逃脱的山羊，保全你的性命，/ 用行动与默想来振奋你的心灵。

愿摩西之手使我们确信，灵魂啊，/ 神如何能使这被痲疯侵蚀的生命 / 恢复洁白与纯净，/ 切莫为自己绝望，/ 纵使你身患痲疯。

三一颂：“我是三位一体，不复杂，不可分割，/ 按位格可辨，/ 且本性相合的合一”，/ ——圣父宣告，圣子与圣灵亦宣告。

如今，圣母颂：你的圣胎为我们生下了上帝，/祂取了我们的形像，/圣母啊，请向这位万物的创造者祈求，/使我们因你的祈祷而得称义。

主啊，怜悯我们（3）。**荣耀颂，如今：**

康达克，第六调

我的灵魂啊，我的灵魂啊，醒来吧，你为何沉睡？/ 末日临近，你将面临困顿。/ 快快振作起来，愿基督上帝——/ 无所不在、充满万有的主——怜悯你！

第七首

伊尔莫斯：我们犯罪，行了 / 悖逆与不义，在你面前， / 既未遵守，也未遵行， / 你所吩咐我们的。 / 但求你不要将我们弃绝到底， / 列祖之神！ (2)

我犯了罪，行了不法之事，/ 并弃绝了祢的诫命，/ 因为我生来就在罪中，/ 又在自己的疮上添了伤口；/ 但求祢亲自怜悯我，/ 仁慈的父神。

我已将心中的隐秘 / 向祢——我的审判者——倾诉， / 求祢垂顾我的谦卑， / 垂顾我的忧伤， / 此刻请倾听我的自责， / 并亲自怜悯我，作为那满有怜悯的 / 列祖之神。

扫罗曾因丢失了父亲的驴群，/ 竟意外获得了王位，踏上了成名的道路；/ 但看哪，我的灵魂，切莫忘乎所以，/ 不要因你那畜生的欲望，/ 而舍弃基督的国度。

大卫曾是上帝之父，/ 纵使我的灵魂犯下重罪：/ 被通奸之箭所伤，/ 又因谋杀之罪遭受如长矛般的报应，/ 但你自己却正因那些最严重的罪行而受苦——/ 即任性的欲望。

大卫曾将罪恶叠加于罪恶之上，/将谋杀掺杂于通奸之中，/但很快便献上了深切的忏悔；/而你，我的灵魂，却犯下了更恶劣的罪行，/却未在神面前悔改。

大卫曾写下，/ 如同在圣像上绘制一般，一首诗歌，/ 借此他指责自己的所作所为，呼求道：/ “求祢怜悯我，因我得罪了祢——独一的上帝。/ 求祢亲自洁净我！”

荣耀颂（三位一体）：三位一体，简单而不可分割，/同质且本性唯一：/如同光明与光，三位圣者与唯一圣者，/我们颂扬三位一体的上帝；/但灵魂啊，你要歌颂、赞美生命与生命，/——即万有的上帝。

如今，圣母颂：我们颂扬祢，我们祝福祢，/我们敬拜祢，上帝之母，/因为祢在腹中怀了/不可分割的三位一体中的一位——基督上帝，/并亲自向我们，/这些活在世上的人，显明了天上的奥秘。

第8首

伊尔莫斯：天军所颂扬的，/ 智天使与火天使在祂面前战栗的，/ 一切有气息的受造之物，/ 都要歌唱、祝福 / 并永远尊崇祂！ (2)

救主啊，求祢怜悯这犯了罪的人，/ 使我的心志转向悔改，/ 接纳我这悔罪之人，向呼求祢的人施怜悯：/ “我在祢面前犯了罪，求祢拯救；/ 我行了不法之事，求祢怜悯我！”

驾车者以利亚，/ 登上美德的战车，/ 仿佛昔日升入天堂，/ 超越一切尘世之物；/ 我的灵魂啊，当默想他的升天。

以利沙昔日蒙伊利亚的恩惠，/便从上帝那里获得了加倍的恩典；/而你，我的灵魂啊，却因放纵不节制，/未能分享那份恩典。

约旦河的流水因以利亚的恩典，/ 曾为以利沙在两岸停流；/ 而你，我的灵魂啊，却因放纵不节制，/ 未能分享那恩典。

昔日那撒玛利亚妇人 / 曾以义人的善意接待了客旅， / 而你，我的灵魂，却未曾将 / 异乡人或过路人迎入家中； / 因此，你将被从宫殿中驱逐出去，伴随着抽泣。

你，这不幸的灵魂， / 总是效仿希耶西那不洁的品行； / 哪怕在晚年也要摒弃他的贪财之心， / 远离地狱之火， / 弃绝你所行的恶事。

荣耀归于圣三：无始的圣父，与圣父同始的圣子，/ 良善的安慰者，公义的圣灵；/ 上帝之言的生者，/ 圣父无始的圣言，/ 活泼且创造万物的圣灵，/ 三一圣三，求祢怜悯我。

如今，圣母颂：仿佛由紫色织物，至洁者，/ 那意念中的朱红——以马内利的肉身 / 在你的子宫中编织而成；/ 因此，我们真诚地敬拜你，圣母。

第九首

伊尔莫斯：无种受孕的诞生不可言喻，/ 未曾知夫的圣母怀中，圣婴无瑕：/ 因神的降生更新了自然的法则。/ 因此，我们万族，/ 尊崇祢为我们的神之母，/ 按正统之道颂扬祢。 **（2）**

心灵受创，躯体松弛，/ 精神病痛，言语无力，/ 生命已死，终点近在咫尺。/ 那么，我这不幸的灵魂啊，当审判者前来审视你的作为时，/ 你将如何自处？

摩西所著的《创世记》/ 我已在你面前重述，灵魂啊，/ 随后是所有隐秘的经文，/ 讲述义人与不义之人的事；/ 灵魂啊，你效法了后者，而非前者，/ 在上帝面前犯了罪。

律法已失效，福音也无能为力，/而你却轻视了全部圣经：/先知们失去了力量，义人的话语也尽失效力。/你的创伤，啊，灵魂，已日益增多，/却没有医生能医治你！

我为你举出新约圣经中的例子，/ 使你，我的灵魂，心生懊悔。/ 因此，要效法义人，远离罪人，/ 并借着祷告、禁食、/ 纯洁与虔敬来取悦基督。

基督道成肉身，/ 呼召强盗和娼妓悔改。/ 灵魂啊，快来悔改：天国的门已经敞开，/ 法利赛人、税吏，/ 以及悔改的通奸者，都是首批被接纳的。

基督化身为婴孩，/ 借着肉身与我联合，/ 并甘愿经历了 / 除罪以外一切本性所固有的事，/ 以此向你——啊，灵魂——彰显榜样，/ 并显明祂的宽恕。

基督拯救了东方三博士，/召集了牧羊人，/使许多婴孩成为殉道者，/荣耀了长老和年迈的寡妇。/灵魂啊，你既未效法他们的行为，也未效法他们的生活；/但当你站在审判台前时，你将何等悲惨。

主在旷野中禁食四十天，/ 最终感到饥饿，/ 显明了祂的人性。/ 灵魂啊，不要灰心：倘若仇敌向你袭来，/ 愿他因你的祷告与禁食，从你脚前退却。

荣耀归于圣三：让我们赞美圣父，颂扬圣子，/ 怀着信心敬拜圣灵 / ——不可分割的圣三，本质上合而为一，/ 如同光明与诸光，生命与诸生命，/ 赋予万物生命并照亮世界各处。

如今，圣母颂：求祢护佑祢的城邦，/至圣的上帝之母。/因在祢的庇护下，他凭着信德掌权，/并从祢那里获得力量，/在祢的协助下，/凯旋地击退一切诱惑，/俘虏仇敌，/并使他们顺服。

副歌：可敬的安德烈神父，请为我们向天主祈祷。

受尊崇的安德烈，至福的三福之父，/ 克里特岛的牧者！/ 请勿停止为颂扬你的人祈祷，/ 愿我们所有人——那些怀着信心纪念你的人——/ 都能摆脱愤怒、悲伤、朽坏，/ 以及无边的罪孽。

伊尔莫斯：无种受孕，诞生不可言喻，/ 由未曾知夫的圣母所生，圣婴无瑕：/ 因神的降生更新了自然法则。/ 因此，我们万族，/ 将祢尊为我们的神之母，/ 按正统礼仪颂扬。 **（鞠躬）**

并继续举行大晚祷。

诗篇第4篇

我呼求时，公义的上帝听见了我的声音；在我困苦时，祢使我宽广。求祢怜悯我，垂听我的祷告。世人啊，你们的心何时才不再沉重？为何喜爱虚妄，追寻谎言？当知道，主使祂的圣者行了奇妙的事。　我向耶和华呼求，祂必应允我。你们要发怒，却不可犯罪；在心里默想时，当在床上痛悔。要献上公义的祭，并仰望耶和华。许多人说：“谁能向我们显明福乐？”——耶和华啊，祢面上的光已照耀我们！　祢使我的心欢喜：因祢的麦子、酒和油，他们便饱足。我必安然躺下，立刻入睡，因为祢，耶和华啊，唯独赐我满有盼望地活着。

第一周的星期一

《诗篇》第6篇

耶和华啊，求祢不要在祢的烈怒中定我的罪，也不要用祢的忿怒惩罚我。耶和华啊，求祢怜悯我，因为我软弱；耶和华啊，求祢医治我，因为我的骨头都战栗，我的心极其惊惶；耶和华啊，祢还要等到几时呢？　耶和华啊，求祢转意，拯救我的灵魂；因祢的慈爱，求祢救我。因为在死人中，谁还记念祢？在阴间，谁还称颂祢？我因哀叹而疲惫；每夜我要用眼泪洗净我的床榻，用眼泪浇灌我的卧榻。　我的眼睛因愤怒而昏花：我在众仇敌中已衰老。一切行不义的人，都离我远去吧，因为耶和华听见了我的哀哭，耶和华听见了我的恳求，耶和华接受了我的祷告。 愿我一切仇敌都蒙羞、惊惶，愿他们转回退后，速速蒙羞。

诗篇 12

耶和华啊，你要到几时才忘记我，直到永远？你要到几时才向我掩面？我心里要到几时才思虑，我心中要到几时才昼夜忧愁？　我的仇敌还要在我头上得意到何时？耶和华——我的神啊，求祢垂顾，听我的呼求；求祢照亮我的眼睛，免得我沉睡不醒；免得我的仇敌说：“我已胜过他。”若我动摇，逼迫我的人就欢喜；但我仍仰望祢的慈爱。　我的心因你的救恩而欢喜：我要向赐恩于我的耶和华歌唱，也要颂扬至高者的名。

求祢垂顾，求祢垂听我，我的主，我的神，求祢照亮我的眼睛，免得我沉睡于死亡的沉睡中，免得我的仇敌说：“我已稳固地抵挡他。”

荣耀归于祢，如今也是：哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚，荣耀归于祢，上帝。 (3) 主啊，求祢怜悯。 (3) **荣耀归于祢，如今也是：**

第24篇诗篇

主啊，我将我的灵魂仰望于祢。我的上帝，我仰赖祢——愿我永不蒙羞，愿我的仇敌不向我嗤笑；因为凡等候祢的，必不蒙羞；惟有行不义的人，必因虚妄而蒙羞。　耶和华啊，求祢将祢的道路指示我，教导我走祢的途径。引导我归向祢的真理，并教导我，因为祢是我的神，我的救主，我终日等候祢。　耶和华啊，求祢记念祢的怜悯和祢的慈爱，因为它们自古以来就存在。求祢不要记念我年少时的过犯和我的无知；耶和华啊，求祢因祢的慈爱记念我，因祢的良善。耶和华是良善且公义的，因此祂必将律法赐给在路上犯罪的人。　祂必在审判中引导谦卑的人，教导谦卑的人走祂的道路。耶和华的一切道路，对寻求祂的约和祂法度的人，都是慈爱和诚实。耶和华啊，求祢因祢的名，怜悯我的罪，因为我的罪甚大。　谁是敬畏耶和华的人？祂必在他所选择的道路上赐他律法。他的灵魂必安居在福乐之中，他的后裔必承受地土。耶和华是敬畏祂之人的坚固台，祂必向他们显明祂的约。我的眼睛时常仰望耶和华，因为祂必将我的脚从网罗中救出来。　求祢眷顾我，怜悯我，因我孤单贫穷。我心中的忧愁加增，求祢救我脱离患难。求祢看顾我的谦卑与软弱，赦免我一切的罪孽。求祢看顾我的仇敌——因他们众多，并以不义的恨恶恨我。　求祢保全我的灵魂，拯救我，使我不至因仰望祢而蒙羞。心地纯良、正直的人都与我同在，因为我等候祢，耶和华啊。神啊，求祢使以色列脱离一切的苦难！

《诗篇》第30篇

主啊，我仰望你，愿我永不蒙羞：求你凭你的公义拯救我、释放我，侧耳倾听我的呼求，速速拯救我；求你作我的护卫神，作我的避难所，拯救我。　因为你是我的坚固台，是我的避难所；你必因你的名引导我，供养我，将我从为我暗设的网罗中救出来，因为你是我的保护者，耶和华啊。我将我的灵交在你手中；耶和华——真理的上帝啊，你已经救了我。祢憎恶那些徒然敬奉虚妄之物的人；但我仰望祢，耶和华啊！我要因祢的慈爱欢喜快乐，因为祢垂顾我的谦卑，救我的灵魂脱离患难，没有将我交在仇敌手中，使我的脚站在宽阔之处

。　耶和华啊，求祢怜悯我，因为我极其困苦；我的眼睛、我的心、我的内脏都因愤怒而昏迷。因为我的生命在苦难中耗尽，我的年岁在哀叹中消逝；我的力量在贫穷中衰弱，我的骨头都战栗了。　我成了所有仇敌的笑柄，尤其是我的邻舍；我成了熟人的惊骇，那些在街上看见我的人都逃离我。　我被遗忘，如同死人；在心里，我如同破碎的器皿，因为我听见周围许多人的诽谤，他们聚集起来攻击我，决心夺取我的灵魂。但我仰望你，耶和华啊，我说：“你是我的神。”我的命运掌握在祢手中；求祢救我脱离仇敌之手，脱离追赶我之人的手。求祢向祢的仆人显出祢的面，凭祢的慈爱救我。主啊，求祢不要使我因呼求祢而蒙羞；愿恶人蒙羞，愿他们被降入阴间。　愿那些诡诈的嘴巴缄默，他们以骄傲和蔑视之心，指责义人为不义。主啊，祢的慈爱何其浩大！祢将这慈爱隐藏给敬畏祢的人，并在世人面前赐给仰望祢的人！　祢将他们藏在祢面前的隐秘之处，使他们免受世人的骚动；祢用帐幕遮盖他们，使他们免受各族争论的伤害。耶和华是应当称颂的，因为祂在有保障的　城中奇妙地显明了祂的慈爱。但我曾在晦暗中说：“我已被从祢眼前弃绝”，——因此，当我向祢呼求时，祢便听见了我的祈求之声。祂一切的圣徒啊，你们都要爱耶和华，因为耶和华寻求真理，并报应那些狂傲自大的人。凡仰望耶和华的，都要刚强，你们的心都要坚固！

《诗篇》第90篇

倚靠至高者的，必住在天神的荫下。他要对耶和华说：“你是我的护卫，是我的避难所，是我的神，我投靠祂。”因为祂必救你脱离猎人的网罗，脱离那令人惊惶的消息。　祂必用祂的翅膀遮蔽你，你必在祂的翅膀下得安息——祂的信实必如盾牌环绕你。你必不惧怕黑夜的惊骇，也不惧怕白昼飞来的箭；不惧怕在黑暗中游荡的灾祸，也不惧怕正午的灾难和恶魔。虽有一千人倒在你身旁，一万人倒在你右边，却不会临近你。你只需用眼观看，便能看见罪人的报应。因为主啊，你是我的盼望！　你以至高者为你的避难所。灾祸必不临到你，灾害也不靠近你的帐篷；因为祂必吩咐祂的天使保护你，在你一切所行的路上——他们必用手托住你，免得你的脚碰在石头上。 你必践踏蝮蛇和蜥蜴，必践踏狮子和龙。“因为他倚靠我，我必拯救他；我必保护他，因为他认识我的名。他若呼求我，我必应允；他在患难中，我必与他同在，我必拯救他，使他尊荣；我必以长寿满足他，并将我的救恩显明给他。”

荣耀颂，如今：哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚，荣耀归于祢，上帝。（3）主啊，求祢怜悯。（3）**荣耀颂，如今：**

随后以应答式吟唱诗节（以赛亚书 8:8B—10；12B—14A；18A；9:2, 6），每节诗后皆附副歌：因为神与我们同在。

神与我们同在，万民啊，当知晓，/ 并当顺服。/ 因为神与我们同在。（2）

直到地极，都要听见。/ 因为神与我们同在。

大能者啊，你们当顺服。/ 因为神与我们同在。

因为若你们再次奋起，/ 必再次被击败。/ 因为神与我们同在。

无论你们策划何种计谋，/ 主必将其摧毁。/ 因为神与我们同在。

无论你们说什么话，/ 都无法在你们那里生效。/ 因为神与我们同在。

我们不惧怕你们的威吓，/ 也不惊惶。/ 因为神与我们同在。

至于我们的主、我们的上帝，我们要敬畏祂，/祂必成为我们的庇护。/　因为上帝与我们同在。

我若仰望祂，/ 祂必使我成圣。/ 因为神与我们同在。

我必仰望祂，/ 祂必拯救我。/ 因为神与我们同在。

看哪，我和神赐给我的儿女。/ 因为神与我们同在。

那行在黑暗中的百姓，/ 已看见大光。/ 因为神与我们同在。

住在死亡阴影之地的，/ 光必照耀你们。/ 因为神与我们同在。

因为有一婴孩为我们而生，/ 有一子赐给我们。/ 因为神与我们同在。

他的统治权担在他的肩上。/ 因为神与我们同在。

祂的平安无穷无尽。/ 因为神与我们同在。

祂的名字叫：/ 大能者、永在者、至高者。/ 因为神与我们同在。

奇妙的策士。/ 因为神与我们同在。

全能的上帝，至高者，/ 世界的统治者。/ 因为上帝与我们同在。

来世之父。/ 因为神与我们同在。

神与我们同在，万民当知晓 / 并归顺。/ 因为神与我们同在。（2）

愿荣耀归于圣父、圣子、圣灵。上帝与我们同在。

如今、永远，直到世世代代。阿们。上帝与我们同在。

因为神与我们同在。

颂歌

一日已尽，我感谢祢，主啊；/ 恳求祢：救主啊，/ 赐我一个无罪的黄昏与夜晚，/ 并拯救我。

颂荣：白昼已尽，我赞美祢，主；/ 恳求祢，救主，/ 赐我一个无诱惑的黄昏与夜晚，/ 并拯救我。

如今：度过这一天，我颂扬祢，圣者；/恳求祢，救主，/赐我一个没有仇敌诡计的黄昏与夜晚，/并拯救我。

无形之性的智天使以不绝的赞歌颂扬祢。/ 六翼的智天使，以不息的呼喊尊崇祢。/ 全体天使军团以“圣、圣、圣”的颂歌赞美祢。/ 因为祢是万有之先的永存圣父，/ 祢有与祢同始的圣子，/ 并怀着同等尊崇的生命之灵，彰显出不可分割的圣三一。/ 至圣童贞女、天主之母，圣言的见证者与侍奉者，/ 众先知与殉道者的群圣，/ 你们拥有不朽的生命，/ 请为众人热切代祷，/ 因为我们全都身处患难之中，/ 好使我们摆脱恶者的迷惑，/ 高声唱出天使的圣歌：/ 圣哉、圣哉、圣哉，三圣的主，/ 求祢怜悯并拯救我们。阿们。

随后以低沉的声音：

《信经》

1 我信独一的神，圣父，全能者，天地万物——无论可见或不可见——的创造者。 2 我信独一的主耶稣基督，神的独生子，在万世以前由父所生，光从光，真神从真神，受生而非受造，与父同质，万物都是藉着祂而有的。 3 祂为了我们人类，也为了我们的救恩，从天降下，由圣灵和童贞女马利亚成肉身，成为人。 4 祂在彼拉多执政期间为我们被钉在十字架上，受苦，并被埋葬。5 第三天，照着圣经所记，祂复活了。6 祂升天，坐在父的右边。7 祂将带着荣耀再次降临，审判活人死人，祂的国度永无穷尽。 8 我信圣灵，主，赐生命者，由父而出，与父及子同受敬拜、同受荣耀，曾借先知们说话。 9 我信唯一、圣洁、大公、使徒的教会。10 我承认唯一一次的洗礼，为赦免罪过。11 我期待死人复活，12 以及来世的生命。阿们。

以及伴随鞠躬的诗句：

至圣的主母圣母，为我们这些罪人祈祷。（3）

诸天军中圣天使与大天使，请为我们这些罪人祈祷。（2）

圣约翰，先知、施洗者，我们主耶稣基督的施洗者，为我们这些罪人祈祷。（2）

光荣的圣使徒、先知和殉道者，以及所有圣徒，请为我们这些罪人祈祷。（2）

我们敬爱的、敬奉上帝的父老们，普世的牧者与导师，请为我们这些罪人祈祷。（2）

（此处亦纪念该圣堂的主保圣人。）

神圣而赐予生命之十字架那不可战胜、不可摧毁、神圣的大能，请不要离弃我们这些罪人。（2）

上帝啊，求祢怜悯我们这些罪人。（2）

上帝啊，求祢怜悯我们这些罪人，并宽恕我们。（不鞠躬）

《三圣颂》。《荣耀颂》，及《如今》：至圣三一：主啊，求祢怜悯。（3）《荣耀颂》，及《如今》：我们的天父：司祭：因为国度是祢的：诵经员：阿们。

周一和周三晚上诵读圣咏，第二调

基督上帝，求祢照亮我的双眼，/ 免得我沉睡于死亡之眠，/ 免得我的仇敌说：/ “我已对他固若金汤。”

颂荣：上帝啊，求祢作我灵魂的护卫，/ 因我行走在许多罗网之中；/ 仁慈的主，求祢救我脱离这些罗网，/ 并以祢爱人的心拯救我。

如今：因我们罪孽深重，我们不敢妄自尊大，/ 但求你，童贞圣母，向你所生的圣子代求！/ 因为圣母向仁慈的主所作的祈求大有能力。/ 至圣者，请勿轻视罪人的恳求，/ 因为那位为我们承受苦难的主，/ 既满有怜悯，又大有能力拯救我们。

主啊，求祢怜悯。（40）**荣耀，如今：**

我们颂扬祢——那比智天使更尊贵、/ 比火天使更荣耀、/ 以童贞之身诞下圣言、/ 真正的圣母。

父啊，求你奉主之名赐福。

司祭：凭我们圣父们的祈祷，主耶稣基督，我们的上帝，求祢怜悯我们。

诵经员：阿们。

圣大巴西尔的祷文

主啊，主啊，你已使我们免受白昼飞来的各种箭矢之害，求你也使我们免受在黑暗中游荡的各种危险之害，求你接受我们傍晚的祭物——我们双手所献的供物。　求祢使我们能无瑕地走过夜路，不遭恶事侵扰，并救我们脱离魔鬼加诸于我们的种种扰乱与恐惧。求祢赐予我们的灵魂以痛悔之心，使我们的思绪时刻警醒，预备面对祢那可畏而公义的审判。　求祢以对祢的敬畏钉住我们的肉体，使我们地上的肢体归于死，好叫我们在沉睡的静默中，也能因默观祢的审判而得着光照。　求祢将一切不雅的梦境与毁灭性的私欲从我们身上驱除，并在祷告之时，藉着祢独生子——与祢同受颂赞、至圣、至善、赐生命之圣灵——的恩宠与慈爱，使我们坚固于信仰，并在遵行祢诫命的事上有所长进，如今、　直到永远，世世无穷。阿们。

来吧，让我们敬拜我们的君王、我们的上帝。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督——我们的君王、我们的上帝面前。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督本人——我们的君王和上帝面前。

《诗篇》第50篇

神啊，求祢按祢的大慈爱怜悯我，按祢丰盛的恩典涂抹我的过犯；求祢彻底洗净我的过犯，洁净我一切的罪。因为我知道我的过犯，我的罪常在我面前。　我得罪了你——独一的

上帝，在你面前行了恶；但你必因你的话语被证明是公义的，若有人与你对质，你必得胜。因为看哪，我是在罪孽中受孕的，我母亲怀我时，我已在罪中出生。　看哪，你喜爱真理，将你智慧中隐藏的奥秘向我显明。你用牛膝草洒我，我就洁净；你洗涤我，我就比雪更白；你使我听见喜乐和欢欣，我这受压制的骨头就欢喜。　求祢转脸不看我的罪孽，涂抹我一切的过犯。神啊，求祢为我造清洁的心，在我里面更新正直的灵。求祢不要将我从祢面前赶出去，也不要从我身上收回祢的圣灵。　求祢使我重享祢救恩的喜乐，并以祢大能的圣灵坚固我。我必将祢的道路教导悖逆的人，不义之徒必归向祢。神啊，我的救主，求祢救我脱离流血之罪，　，我的舌头必因祢的公义而欢欣。　主啊，祢必开启我的口，我的口便要传扬祢的赞美。因为倘若祢喜悦祭物，我必献上；但祢不喜悦燔祭。献给神的祭是痛悔的心；神必不轻看痛悔谦卑之人的心。　耶和华啊，求祢凭祢的恩惠眷顾锡安，使耶路撒冷的城墙得以重建——那时，祢必悦纳公义的祭、献上的祭和燔祭；那时，人必将公牛犊献在祢的祭坛上。

诗篇 101

耶和华啊，求祢垂听我的祷告，愿我的呼求达到祢面前。在我忧愁的日子，求祢不要向我掩面；在我呼求祢的日子，求祢侧耳听我，速速应允我。因为我的日子如烟消散，我的骨头也如枯柴干枯。　我像草一样被割倒，我的心干枯了，以致我忘了吃我的饭。因我哀叹的声音，我的骨头紧贴着我的肉体。我像旷野中的鹈鹕，像废墟上的猫头鹰。我无法入睡，像一只孤单地栖息在屋顶上的小鸟。　我的仇敌终日辱骂我，那些曾称赞我的人也以我起誓。因为我吃灰如吃饼，我的饮品因你的忿怒和你的烈怒而化作眼泪，因为你曾将我高举，又将我摔下。　我的日子如影消逝，我如草枯萎。但主啊，祢永远长存，对祢的纪念将世世代代延续。　祢必兴起，怜悯锡安，因为是怜悯它的时辰，因为时候已到；因为祢的仆人喜爱它的石头，为它的尘土哀恸。万民必敬畏耶和华的名，地上的诸王都必敬畏祢的荣耀；因为耶和华必重建锡安，并在祂的荣耀中显现。　祂垂听谦卑人的祷告，没有轻视他们的恳求。愿后世的人将此事记下，那将要建立的子民必赞美耶和华，因为祂从祂圣洁的高处俯身，　耶和华从天上垂顾大地，要听受囚之人的哀叹，释放被杀之人的子孙，在锡安传扬耶和华的名，在耶路撒冷颂赞祂；当万民聚集，列王齐聚，为要事奉耶和华之时。　他在路上，在他强盛的日子里，向祂祈求：“求祢将我余下的日子指示我；不要在我半生之时将我带走：祢的年岁存到万代。”耶和华啊，起初祢立定大地，祢手所造的便是诸天；　它们都要消亡，惟有祢存到永远；万物都如衣服渐渐陈旧，祢要像卷起外袍一样将它们卷起，它们便改变。但祢是永恒不变的，祢的年岁永无止尽。祢仆人的子孙必得安居，他们的后裔必永远稳固。

犹大王玛拿西的祷文

全能的主，我们列祖——亚伯拉罕、以撒、雅各及其义后裔的上帝：祢创造了天地及其一切荣美，用祢命令的话语束缚了大海，封锁了深渊，并以祢那令人敬畏且荣耀的名将其封印；万物都敬畏祢，　世人因祢大能的面容而战栗，因为无人能抵挡祢荣耀的威严，祢对罪人的烈怒更是令人难以承受！但祢应许的慈爱却是无量且不可测度的；　因为祢是至高的主，是仁慈的、忍耐的、大有怜悯的，并且为人的恶行而悯惜。主啊，祢因祢丰盛的良善，应许了向祢犯罪之人的悔改与赦免；又因祢丰盛的怜悯，为罪人预定了悔改以得救赎。　看哪，主——万军之神，祢没有将悔改赐给义人亚伯拉罕、以撒和雅各——他们并未得罪祢；却将悔改赐给我这罪人，因为我的罪过多如海沙。　我的罪孽已成堆积，主啊，我的罪孽已成堆积；因我罪孽众多，我竟不配抬头仰望天上的高处。　我被无数铁链捆绑，以致无法抬起头来，也得不到丝毫宽慰，因为我激起了你的愤怒，在你面前行了恶事：既未遵行你的旨意，也未遵守你的诫命。如今，我内心屈膝，渴求你的慈爱。　主啊，我犯了罪，我犯了罪，我也知道我的罪孽；但我恳求祢：主啊，赦免我，赦免我，不要因我的罪孽而灭绝我，也不要永远发怒，记念我的恶行，更不要将我定罪，使我下到地底最深处。　因为　，祢是神——

悔改之人的神，祢必向我显明祢一切的恩慈；因祢必凭祢大大的怜悯拯救我这不配的人，我必在我一生中无时无刻不赞美祢，因为天上万军都歌颂祢，祢的荣耀直到永永远远。阿们。

《三圣颂》。《荣耀颂》，《如今》：至圣三一：主啊，求祢怜悯。（3）《荣耀颂》，《如今》：我们的天父：司祭：因为国度是祢的：**诵经员：**阿们。

忏悔圣咏，第六调

主啊，求祢怜悯我们，求祢怜悯我们，/ 因为我们这些罪人，自知毫无可辩解之处，/ 便向祢——我们的主——献上这祷告：/ “求祢怜悯我们！”

颂荣：主啊，求祢怜悯我们，因我们仰望祢，/ 求祢不要向我们大发烈怒，/ 也不要记念我们的过犯，/ 但求祢如今以仁慈之心垂顾我们，/ 并拯救我们脱离仇敌。 / 因为祢是我们的上帝，我们是祢的子民； / 我们都是祢手所造的， / 并呼求祢的名。

如今：求祢为我们开启仁慈之门，/蒙福的圣母，/使我们仰望祢而不致蒙羞，/并藉祢的祈祷脱离患难，/因为祢是基督徒的救主。

主啊，求祢怜悯。**（40）荣耀颂，如今：**

我们颂扬祢——那比智天使更尊贵、/比火天使更荣耀、/以童贞之身诞下圣言、/真正的圣母。

奉主之名赐福，神父。

司祭：凭我们圣父们的祈祷，主耶稣基督，我们的上帝，求祢怜悯我们。

诵经员：阿们。

祷文：至高上帝，全能之父，主，独生子耶稣基督，以及圣灵！唯一的神性，唯一的大能，求祢怜悯我这罪人，并按祢所知的方式拯救我这不配的仆人，因为祢是世世代代受称颂的。阿们。

来吧，让我们敬拜我们的君王、我们的上帝。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督——我们的君王、我们的上帝面前。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督本人——我们的君王和上帝面前。

诗篇142

主啊，求祢垂听我的祷告，照祢的信实侧耳听我的恳求；求祢凭祢的公义应允我，不要与祢的仆人争辩，因为在祢面前，活人中无人能称义。　因为仇敌追逼我的灵魂，将我的生命贬抑至地，使我住在黑暗中，如同自古以来已死的人一般。我的灵在我里面消沉，我的心在我里面惊惶。我追想古时的日子，默想你的一切作为，默想你手所造的。　我向祢伸出双手；我的灵魂在祢面前，如同干旱之地。耶和华啊，求祢速速垂听我，我的灵已疲乏；求祢不要向我掩面，免得我像下到阴间的人一样。求祢使我清晨就听见祢的慈爱，因我仰望祢；耶和华啊，求祢为我指明当行的路，因我已将我的灵魂仰望祢。耶和华啊，求祢救我脱离我的仇敌，因我已投靠祢。求祢教导我遵行祢的旨意，因祢是我的神；祢良善的灵必引导我进入公义之地。　主啊，为了你的名，你必使我复活；凭你的公义，你必使我的灵魂脱离忧愁；凭你的慈爱，你必消灭我的仇敌，毁灭一切压迫我灵魂的人，因为我是你的仆人。

每日颂赞

在至高之处归荣耀于神，在地上平安归于祂所喜悦的人。我们赞美祢，颂赞祢，敬拜祢，荣耀祢，感谢祢，因祢那大 的荣耀。 主啊，天上的君王，上帝，全能的父，主啊，独生子耶稣基督，以及圣灵！主上帝，上帝的羔羊，父的儿子，为世人担负罪孽者，求祢怜悯我们。　除掉世人罪孽的，求祢垂听我们的祷告；坐在父右边的，求祢怜悯我们。因为祢是独

一的圣者，祢是独一的主——耶稣基督，为父神的荣耀。阿们。每晚我都要称颂祢，永远赞美祢的名，直到永永远远。　主啊，祢是我们世世代代的避难所。我说：主啊，怜悯我，医治我的灵魂，因为我在祢面前犯了罪。主啊，我投靠祢，求祢教导我遵行祢的旨意，因为祢是我的神。因为生命之源在祢那里，在祢的光中，我们必得见光明。　求祢将祢的慈爱施予那些认识祢的人。主啊，求祢恩准我们在今夜免于犯罪。主啊，我们列祖的上帝，祢是应当称颂的，祢的名在万世中当受赞美和荣耀。　阿们。主啊，愿祢的慈爱临到我们，正如我们仰望祢一样。主啊，祢是应当称颂的，求祢教导我遵行祢的诫命。主啊，祢是应当称颂的，求祢用祢的诫命使我明白。圣者啊，祢是应当称颂的，求祢用祢的诫命启迪我。　主啊，祢的慈爱永存，求祢不要轻视祢亲手所造的众生。赞美归于祢，颂歌归于祢，荣耀归于祢——圣父、圣子、圣灵，如今、永远，直到世世代代。阿们。

三圣颂。荣耀颂，及"如今"：至圣三一：主啊，怜悯我们。（3）荣耀颂，及"如今"：我们的天父：司祭：因为国度是祢的：**诵经员：**阿们。

颂歌，第六调

全能的主啊，求祢与我们同在，/ 因为除了祢以外，/ 我们别无助人在患难中；/ 全能的主啊，求祢怜悯我们。**另一声部重复。**

第一声部。第1节：当在祂的圣者中赞美上帝，/ 当在祂大能的穹苍中赞美祂。

全能的主啊，求祢与我们同在：——每节经文后重复。

第二声部。第2节：因祂的大能，赞美祂；/因祂无穷的威严，赞美祂。

第三节：当以号角之声赞美祂，/ 当以竖琴和琴瑟赞美祂。

第4节：当以定音鼓和舞蹈赞美祂，/当以弦乐和管风琴赞美祂。

第5节：当用悦耳的钹赞美祂，当用清脆的钹赞美祂。/ 凡有气息的，都要赞美上主！

两队人齐声：在祂的圣者中赞美上帝。/ 在祂大能的穹苍中赞美祂。

万军之主，求祢与我们同在，/ 因为除了祢以外，/ 我们在这苦难中别无帮助；/ 万军之主，求祢怜悯我们。

颂荣：主啊，若非有祢的圣徒为我们代求，/ 以及祢那怜悯我们的仁慈，/ 救主啊，我们怎敢颂扬祢——/ 那连天使都日夜不停地赞美祢的？/ 洞察人心的主，求祢怜悯我们的灵魂。

如今：圣母玛利亚，我犯下了数不胜数的罪过，—— / 我向您投奔，圣洁的圣母，因我需要得救。/ 求祢仁慈地垂顾我这软弱的灵魂 / 并在祢的圣子、我们的上帝面前为我代祷，/ 使我所得的宽恕 / 能洗净我所犯的严重罪过，/ 唯一蒙福者。

至圣圣母，/在我的一生中，请勿离弃我，/勿将我托付于人的庇护，/但愿您亲自保护我并怜悯我！

我将所有的希望 / 都寄托在祢身上，天主之母，/ 求祢将我保佑在祢的庇护之下。

主啊，求祢怜悯。（40）

以及祷文：在任何时候、任何时刻，在天上和地上都接受敬拜与颂赞的基督上帝，您是长久忍耐、大有怜悯、至为仁慈的，您爱义人，怜悯罪人，并以未来福分的应许召唤所有人得救！　主啊，求祢在此时此刻也接受我们的祷告，并引导我们的生活遵行祢的诫命：圣化我们的灵魂，洁净我们的身体，纠正我们的意念，净化我们的思想，　，并拯救我们脱离一切忧愁、灾祸和痛苦。　求祢以祢的圣天使护卫我们，使我们在他们的守护与教导下，得以在信仰中合而为一，并领悟祢那不可企及的荣耀；因为祢是应当受颂赞的，直到永永远远。阿们。

主啊，求祢怜悯。（3）**荣耀归于：**

我们颂扬祢——那比智天使更崇高、比火天使更荣耀、以童贞之身诞下圣言、真正的圣母。

奉主之名赐福，神父。

司祭：上帝啊，怜悯我们，赐福于我们；向我们显明祢面容的光辉，并怜悯我们。

诵经员：阿们。

随后，司祭诵念圣以弗所·西里尔的祷文，并行十六次鞠躬：

主啊，我生命的主宰！求祢不要将我交于懒惰、虚浮、好权势和空谈之灵。（鞠躬）

求祢赐予我——祢的仆人——贞洁、谦卑、忍耐与仁爱的灵。（鞠躬）

是的，主——万王之王，求祢让我看清自己的罪过，而不论断我的弟兄，因为祢是应当受颂赞的，直到永永远远。阿们。（鞠躬）

此外，伴随以下祷文行12次小鞠躬：

上帝啊，求祢洁净我这罪人。

再次诵念整段祷文：主啊，我生命的君王：**并行一次大鞠躬。**

《三圣颂》。荣耀颂，如今：至圣三一：主啊，怜悯我们。（3）荣耀颂，如今：我们的天父：司祭：因为你的国是永恒的：**诵经员：**阿门。主啊，怜悯我们。（12）

致至圣童贞圣母的祷文，
由圣母埃韦尔盖蒂德修道院的修士保罗所作，
即施恩者

无瑕、无污、无辜、无玷、纯洁的童贞女，上帝的新娘，女主！ 祢以奇妙的受孕将神之圣言与人类结合，并将我们被弃绝的本性与天上的力量相联结；祢是绝望者的唯一希望，是受攻击者的帮助，是投靠祢之人的可靠保障，更是所有基督徒的避难所！ 求祢不要厌弃我——这个罪人，这个污秽之人，因可耻的意念、言语和行为使自己全然不配，又因心志疏忽而沦为世俗享乐的奴隶。 但求祢以仁爱之心怜悯我——这有罪且迷途之人，如同那仁爱之神的圣母一般；求祢接受我这污秽之口向祢献上的祈求，并以母性的胆量恳求祢的圣子、我们的主和救主， 使祂也能向我敞开祂仁爱良善的胸怀，赦免我数不胜数的罪过，引导我归向悔改，并使我成为祂诫命的忠实践行者。 愿祢永远与我同在，作为仁慈、富有同情心且热爱美善的圣母，在这世上——成为我热忱的代祷者与帮助者，保护我免受敌人的攻击，并引导我走向救赎； 在我离世之时，护佑我这可怜的灵魂，将邪恶恶魔的阴森幻象驱离于它之外；在可怕的审判之日，救我脱离永恒的惩罚，使我成为祢的圣子、我们的上帝那不可言喻的荣耀的继承者。 愿我，我的主母、至圣童贞女玛利亚，藉着你的代祷与护佑，因你独生子——我们的主、上帝和救主耶稣基督的恩典与仁爱，得以获得这一切。 一切荣耀、尊贵和敬拜都归于祂，与祂无始的父，以及祂至圣、至善、赐生命的圣灵同在，如今、直到永远、世世代代。阿们。

修士安提阿向我们的主耶稣基督的祷文

主啊，求祢赐予我们这些即将入睡的人，身心安息，并保护我们免受罪恶的黑暗之梦，以及一切幽暗与夜间的情欲之害。 求祢平息情欲的冲动，熄灭那恶者狡猾地射向我们的炽热箭矢，安抚我们肉体的叛逆，并使我们一切关于尘世与物质的思虑沉睡。 上帝啊，求祢

赐给我们清醒的头脑、贞洁的理智、清醒的心灵，以及轻松的睡眠，使我们免于一切撒但的幻梦。求祢在祷告之时，使我们因坚守祢的诫命，并将祢的审判铭记于心而得以坚立。　求祢赐我们整夜赞美，好叫我们歌颂、祝福并尊崇祢那备受尊崇、威严圣名——圣父、圣子、圣灵，如今、直到永远、世世代代。阿们。

至荣的永贞童女、基督上帝之母，请将我们的祈祷呈献给祢的圣子、我们的上帝，愿祂因祢的代祷而拯救我们的灵魂。

圣约安尼基的祷文

我的盼望是圣父，我的避难所是圣子，我的庇护是圣灵；圣三一，荣耀归于祢！

司祭：荣耀归于祢，基督上帝，我们的希望，荣耀归于祢。

诗班：荣耀归于祢，如今，主啊，求祢怜悯。**（3）**求祢赐福。

随后众人俯身触地，司祭则在结束礼前诵念祷文：

满有慈爱的主，主耶稣基督，我们的上帝！藉着我们至洁的主母、圣母玛利亚的代祷，凭着神圣而赐生命的十字架的大能，靠着天上无形圣军的护佑，以及圣而荣耀的先知、　施洗者约翰、圣洁、荣耀且受万民赞美的使徒们、圣洁、荣耀且得胜的殉道者们、我们敬虔且敬奉上帝的先贤们、圣洁且义人、上帝的父母约阿基姆和安娜，以及祢所有的圣徒，求祢垂听我们的祈祷，　求祢赦免我们的罪过，以祢翅膀的荫庇遮盖我们，驱逐一切仇敌与敌对者，使我们的生活得享平安，主啊，求祢怜悯我们，赐下祢的平安，并拯救我们的灵魂，因祢是良善且爱人的。

我们说：阿们。

赦罪礼

司祭向会众鞠躬，说道：圣父们，请赐福于我，并宽恕我这个罪人，赦免我一切在行为、言语、意念及所有情感上的过犯。

我们则回答：愿上帝宽恕您，圣父。

神父诵念以下祈祷文：

让我们为我们的至圣宗主教**（姓名）**、为我们的至尊都主教**（或：大主教，或：主教）（姓名）**，以及为我们在基督里的全体弟兄祈祷。

[在修道院中：为我们可敬的院长**（姓名）**及本圣修道院的修士们祈祷。**]**

唱诗班在每次祈求后应唱：主啊，怜悯我们。

为受神庇佑的祖国、政府及全体国民。

为憎恨我们和爱我们的人。

为怜悯我们并侍奉我们的人。

求主垂怜那些嘱咐我们这些不配之人替他们祈祷的人。

求拯救被掳之人。

为那些与我们决裂的父亲和兄弟们。

为在海上航行的人。

为那些卧病在床的人。

让我们也为大地丰饶的果实祈祷。

并为所有东正教信徒的灵魂祈祷。

让我们缅怀东正教的主教们以及这座圣殿（**或：**这座圣修道院）的创建者们。

为我们的父母，以及所有先我们而去的、安息于此及各地的东正教先辈——我们的父亲和兄弟们——祈祷。

我们也为自己祈求：

唱诗班：主啊，求祢怜悯。 **（3）**

司祭：主耶稣基督，我们的上帝，求祢因我们圣父们的祈祷，怜悯我们。

我们：阿门。

在修道院中，修士们行叩拜礼，向院长求恕，并说道：

“圣父，请赐福于我，并宽恕我这个罪人。”

在获得院长宽恕后，我们便回到自己的小室，诵念以下祷文：

主啊，仁爱之主，求祢宽恕那些憎恨和伤害我们的人。求祢以善报善。求祢应允我们的弟兄和亲人的祈求，凡有助于得救之事，并赐予他们永生。求祢探望病患，并赐予他们痊愈。求祢引导那些在海上的人。 请与旅人同在。求祢赦免那些侍奉我们、怜悯我们之人的罪过。求祢凭祢的大慈大悲，怜悯那些托付我们——这些不配之人——为他们祈祷的人。主啊，求祢记念我们先逝的父辈和弟兄，让他们在祢面光照耀之处安息。 主啊，求祢记念我们那些身陷囹圄的弟兄，并使他们脱离一切灾祸。主啊，求祢记念在祢圣教会中奉献祭物、行善之事的人，成就他们一切有助于得救的祈求，并赐予他们永生。 主啊，也请记念我们这些谦卑、有罪且不配的仆人，用认识祢的光照亮我们的心灵，引导我们走上祢诫命的道路，借着我们至圣的主母、圣母玛利亚和祢所有圣徒的祈祷，因为祢是永远受称颂的。 阿们。*

第一周的星期二
晨祷时

按第二调式唱两节经文，第二声调

至圣斋期的恩典何等蒙福：/ 因着它，摩西得蒙荣耀，/ 并领受了刻在石版上的律法；/ 少年们显出比火更刚强的勇气。/ 让我们借此熄灭肉体中熊熊燃烧的私欲，/ 向基督救主呼求：/ “求祢赐予我们所有人悔改，/ 并拯救我们脱离地狱！”

荣耀颂，同声：悔改之时已至。/ 我的灵魂啊，显出节制的果实吧！/ 仰望那些先你悔改之人，向基督呼求：/ “我犯了罪，求祢拯救我，/ 正如祢，主啊，曾拯救那税吏，/ 他从内心重生，仁慈的主，/ 祢确是独一无二的至仁至慈者！”

如今，向圣母祈祷：基督徒的热忱护佑者，/ 圣母啊，请时刻向祢的圣子祈求，/ 使我们免于一切恶行与仇敌的诡计，/ 并因祢仁慈的心，/ 借着祢的祈求，童贞圣母啊，赐予我们所犯之罪的宽恕！

按第三首圣咏的韵律，第五调

主啊，在拯救性的斋戒中 / 进入第二日，我们向祢呼求：/ “求祢使我们这些祢的仆人之心谦卑，/ 并悦纳我们怀着敬畏之心所献的祷告，/ 赐给我们迅速行进在斋戒之路上，/ 得着洁净与大恩典。

颂荣：重复上述内容。

如今，向圣母颂：那孕育出神圣根基与花朵的，/ 方舟、灯台，以及盛满吗哪的全金圣器，/ 圣洁的筵席，承载着生命之粮！/ 求祢与圣施洗者约翰一同恳求祢的圣子、上帝，/ 怜悯并拯救 / 那些以圣母之名承认祢的人。

《圣历》和《三圣咏集》中的赞美诗。
第二首，第二调

并按《诗篇》第二首的韵律吟唱。

伊尔莫斯：看啊，看啊，这就是我，/曾在海中拯救、在旷野中使以色列民得饱足，/并为凡人从磐石中涌出活水，/为要拯救那自古以来因本性而陷入灭亡的世人，/凭着不可言喻的慈爱将他们吸引到我这里来！

清醒吧，警醒吧，哀叹吧，流泪吧，/ 灵魂啊，借着斋戒抛弃一切罪孽的重担，/ 以炽热的忏悔逃离烈火，/ 并以对情欲的悲恸撕裂这哀伤的外衣，/ 穿上神圣的衣袍。

让我们都通过斋戒，迈向崇高善行的山巅，/ 摒弃那些将人拖向尘世的享乐诱惑；/ 并进入神圣默观的幽暗之中，/ 我们将看见那唯一令人向往的基督之美，/ 借着神圣的升华，神秘地领受成神。

唉，我真可悲！我将何去何从？/ 我这无耻之徒，既犯下罪过，/ 又对主毫无敬畏，该如何是好？/ 正因如此，我在审判之前已被定罪。/ 仁慈的公义审判者，/ 求祢回心转意，拯救我——/ 这个比所有凡人更令祢伤心的罪人！

圣母颂：那片未经耕耘的土地，孕育了万物的养育者，/祂张开双手，凭着祂的恩意，/以神圣的力量滋养一切生灵！/求祢以生命之粮坚固我们的心，/这些因沉溺于我们沉重的罪孽而疲惫不堪的心。

另一首三节诗，第五调

伊尔莫斯：看啊，看啊：

来吧，让我们一同进入灵魂的内在安息，/ 向主献上祈祷并呼求：/ “住在天上的父啊！/ 求祢宽恕并赦免我们的过犯，/ 因祢是独一的仁慈者！”

在斋戒期间显明我们灵魂的喜乐，/ 不要愁眉不展，/ 期待这些期盼已久的日子结束，/ 因为虔诚事工之光已为我们照耀。

三一颂：无始、未被创造的 / 三位一体的唯一者， / 万世之主！ / 无数天使与全人类 / 都赞美祢——圣父、圣子与圣灵。

圣母颂：我们颂扬你——充满一切美德**者，/** 颂扬我们族类的荣耀，/ 因为托你的福，我们获得了成神，童贞女，——/ 因为你为我们生下了救主和上帝基督，/ 他使我们脱离了咒诅。

荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

是什么熄灭了火焰？/ 是什么封住了野兽的嘴？/ ——是斋戒，它使少年们脱离了火窑，/ 也使先知但以理免遭狮子吞噬。/ 弟兄们，让我们也欢欣地迎接祂吧！

伊尔莫斯：你们看啊，你们看啊，我就是上帝，/ 凭着自己的自愿决定化身为肉身，/ 为了拯救亚当——他因受蛇的诱惑而陷入罪恶。

第8首

伊尔莫斯：在荆棘丛中对摩西说：

灵魂啊，抛开沉重的懈怠之梦，/ 保持警醒，勤勉遵行神的诫命：/ 新郎即将到来，快 / 提着灯出去迎接祂。

我被享乐之剑重创，/ 慈悲的、仁慈的祢，请以祢的医治与关怀 / 治愈我，圣言，使我能 / 永远满怀感恩地赞美祢。

远离有害的私欲、嫉妒与仇恨，/ 远离一切恶习，我的灵魂啊，/ 以那带来至高喜乐的非物质食粮 / 滋养自己。

圣母颂：纯洁的上帝之母，/ 请医治我灵魂的创伤、心中的情欲，/ 以及思想的偏离，/ 作为罪人唯一的帮助者，/ 以及受围困者的堡垒。

另一首三节诗

伊尔莫斯：万物之造物主：

藉着灵魂的节制赋予我们翅膀，/ 我们将一切祈祷升向天国，/ 这些祈祷都蒙主悦纳。

怀着痛悔之心，/ 为灵魂得救而流泪，/ 永远颂扬基督。

愿我们颂赞圣父、圣子、圣灵，我们的主。

三一颂：同质的三一，/ 未被造的唯一，万有的上帝，/ 我们永世颂扬祢。

圣母颂：至圣者，求祢为颂扬祢的人代祷，/使他们得以脱离/一切试探与危险。

荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

让我们鄙弃富人的奢华，/ 与拉撒路一同斋戒，/ 愿亚伯拉罕的怀抱也能温暖我们。

我们赞美、祝福、敬拜主，世世代代歌颂并尊崇祂。

伊尔莫斯：万物之造物主，/天使们在祂面前战栗，/世人啊，要歌颂祂，并永远尊崇祂。

第九首

伊尔莫斯：地上生者中，谁曾听闻：

世间生者之中，有谁曾因一时失足，/ 竟如此激怒了上帝？/ 有谁曾随从恶念，/ 并像我这不幸之人一样，沦为罪恶的巢穴？/ 然而，上帝啊，您对万物都怀有仁慈，/ 求您怜悯我。

神似的天使大军啊！/ 恳求你们速速劝谏上帝与我和解，/ 拯救这灵魂——它深陷尘世享乐的深渊，/ 被激情的风暴所裹挟，/ 并饱受敌对邪灵的侵扰。

来吧，灵魂，让斋戒的美德之翼 / 使你轻盈—— / 从将你拖向尘世的罪恶中崛起， / 并沉醉于最明亮的默观之中， / 它们带来美德的甘美， / 使你借着信德变得与神相似。

圣母颂：谁能向祢——圣洁者，那生下超乎理智的、配受赞美的主和救主——献上赞美？祂正是天使军团统帅所颂扬的。求祢为那些犯了罪的人代祷，未曾知晓婚姻的童贞女。

另一首三节诗

伊尔莫斯：以赛亚，欢欣吧：

时机已至，救赎之日：/ 让我们向神献上美德的礼物；/ 此刻，摒弃黑暗之事，/ 弟兄们，让我们披上光明之甲，/ 正如保罗所宣告的。

让我们效法主以斋戒击溃仇敌，/ 我们也以此粉碎他的箭矢与诡计：/ “撒但，离开我！”——愿每个人都如此宣告，/ 当他来试探我们之时。

三一颂：我颂扬祢，同质者， / 无始的三一，神圣的，生命之源； / 不可分割的唯一： / 未受生的父，受生的道与子， / 以及圣灵，拯救我们这些颂扬祢的人。

圣母颂：圣母，主从你怀中诞生，这超乎人的理智：/ 因为你未婚便受孕，/ 且以童贞之身怀胎——/ 因为那诞生的就是神。/ 我们颂扬祂，也赞美你，童贞女。

荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

藉着斋戒迈向祈祷之山，/ 我们也必以纯洁的心目睹上帝，/ 将诫命之石铭刻于心，/ 如同摩西面容发光，/ 因祂爱的荣光。

伊尔莫斯：以赛亚，欢欣吧！/ 童贞女在腹中受孕，/ 并生下以马内利之子，/ 既是神又是人，/ 祂的名叫东方。/ 我们在颂扬祂的同时，也赞美童贞女。

圣灯颂。

诗篇唱诵，第三调

众人啊，让我们开始这无瑕的斋戒，/ 它乃是灵魂的救赎； / 让我们怀着敬畏之心将自己献给主，/ 用仁爱的圣油膏抹头顶，/ 并以纯净之水洗涤面容；/ 祷告时切勿冗长，/ 而是照所受的教导高声宣告：/ “我们在天上的父，/ 求祢赦免我们的罪，/ 因为祢是爱人的！” **(2)**

致殉道者：基督的战士们 / 面对君王与暴君，抛却了恐惧， / 怀着美好的胆量与勇气，见证祂是 / 万有的主、神与王， / 并为我们的灵魂代求。

《荣耀颂》，现今，圣母颂：圣母，所有向祢祈求者的护佑者，/ 因祢我们敢敢祈求，并以祢为荣，/ 祢是我们一切的盼望；/ 求祢向从祢所生的主祈求，/ 为祢这些不配的仆人。

星期二第六时辰

先知颂，第一调

既然我们是世上的寄居者，/ 如同我们的列祖一样，/ 求祢，我们的救主，使我们短暂的一生得以无罪地度过，/ 并以祢对人类的慈爱怜悯我们。

荣耀颂，如今：并重复上述内容。

前诵，第四调

求祢垂听我祈求的声音，/我的君王，我的上帝。

诗节：主啊，求你垂听我的话语，体恤我的呼求。

诗篇 5:3A, 2

以赛亚书的诵读

耶和华如此说：你们若愿意，又听从我，就必享用地上的美物；若不愿意，也不听从我，刀剑必吞灭你们；因为这是耶和华亲口所说的！那忠信的城、满有公义的锡安，怎竟成了淫妇！　公义曾住在其中，如今却有杀人者。你们的银子是污秽的；你们的商人将酒掺水；你们的官长悖逆，与盗贼为伍，贪爱礼物，追求赏赐，不为孤儿伸张正义，也不为寡妇伸张冤情。　因此，万军之耶和华——以色列的统治者如此说：‘耶路撒冷的权贵们啊，你们有祸了！因为我对敌人的烈怒不会止息，我必向我的仇敌施行审判；我必伸手攻击你，用火将你彻底洁净；　我必灭绝悖逆的人，将一切作恶的从你中间除掉，使一切狂傲的人降为卑。我必照从前设立你的审判官，照起初设立你的谋士；此后，你必称为‘公义之城，信实的都城——锡安’。因为她的被掳之民必因公义和慈爱得救。　不法之徒和罪人必一同被击碎，那些至终离弃耶和华的必灭绝。因此，他们[如今]必因自己所喜爱的偶像而蒙羞，必因自己所渴慕的雕像而蒙羞，[也必因自己所筹划的手所作之事而蒙羞]。　因为那地必如落叶的橄榄树，又如没有水的园子。他们的力量必如麻絮，他们的劳苦必如火花；悖逆之人和罪人必一同焚烧，无人能扑灭。　这是向亚摩司的儿子以赛亚所说的话，论到犹大和耶路撒冷：末后的日子，耶和华的山和神的殿必显明在诸山之巅，高过诸山，万族都要涌向那里。　那时，许多民族将前来说：“来吧，我们一同上耶和华的山，到雅各神的殿；祂必将祂的道指示我们，我们也要遵行祂的道！”

以赛亚书 1:19–31；2:1–3

前诵，第四调

主啊，求祢不要在祢的烈怒中责备我。

诗句：主啊，求祢怜悯我，因我软弱。

诗篇 6:2A, 3A

星期二晚祷

《我向主呼求》：第6首诗篇，第2调

昔日因苦涩的食物被逐出乐园，/ 愿我们通过克制情欲，急切地重返乐园，/ 向我们的上帝呼求：/“祢在十字架上伸展双手，/ 饮下醋，尝过胆汁，/ 忍受了钉子的折磨，/ 将我们灵魂中最苦涩的 的欢愉尽数驱除，/ 求祢凭着祢仁慈的心，拯救祢的仆人！”

昔因品尝那树上的果实而被逐出乐园，/如今我们借着祢的十字架，又重新住进了乐园。/ 我们将其作为恳求呈献于祢，至仁慈者，/ 并怀着信心一同恳求祢：/“求祢如今在斋戒期间，/ 赐给我们眼泪的泉源，/ 洗净我们一切情欲与罪过的污秽，/ 使我们都能热切地向祢呼求：/ 主啊，荣耀归于祢！”

另一首诗篇，第二调

圣言啊，求祢也赐我斋戒的甘甜，/ 正如昔日赐予亚当的乐园：/ 我们的上帝，求祢让我品尝祢的一切诫命，/ 并永远远离祢所禁止的果实——即罪恶，/ 好使我能早日满怀喜乐地迎接 / 祢在十字架上那赐予生命的受难。

以及《圣咏集》中的三首。颂荣，以及“如今，十字架上的圣母颂”。“令人欣慰的光：”

前诵，第六调

主啊，我的上帝！/ 我仰望祢；求祢拯救我。

诗节：求祢救我脱离一切逼迫我的人。

诗篇 7:2

1.《创世记》诵读

神说："天上要有光体，照亮大地，（并）分昼夜，作记号、定节令、日子和年岁；又要作光体，在天上照亮大地。" 事就这样成了。神就造了两个大光体：大的管白昼，小的管黑夜，又造了众星；神把这些光体安置在穹苍上，照耀大地，管理白昼和黑夜，区分光明与黑暗。神看这是好的。 有晚上，有早晨，这是第四日。

神说："水要滋生活物，要有飞鸟在穹苍之上飞翔。"事就这样成了。神就造了大鱼和水中各样按着种类滋生的活物，以及各样按着种类飞翔的飞鸟。 神看这一切都甚好。神就赐福给它们，说："要生养众多，充满海中的水；鸟也要在地上生养众多。"有晚上，有早晨，这是第五日。

创世记 1:14–23

前诵，第五调

主啊，我们的主，/ 祢的名在全地何等奇妙。

诗节：因为你的荣耀高过诸天！

诗篇 8: 2

2. 箴言 读

智慧在出口处被颂扬，在街上却显出胆量；（并）从城墙顶端被宣告，在统治者的城门旁安坐。在城门处，她大胆地宣告："只要无恶之人持守公义，他们就永远不会蒙羞； 但愚昧人因喜爱狂妄，沦为不义之徒，憎恶明辨，便成了受责备的对象。看哪，我要向你们述说我心所思*的话语，并用我的话教导你们。因为我呼唤，你们却不听从；我继续说话，你们却不留心； 反而使我的劝诫归于徒然，也不听从我的责备——因此，我必因你们的灭亡而嘲笑；当灾祸临到你们时，我必欢喜；当混乱忽然降临你们，毁灭如风暴般来袭；或是当困苦与围困临到你们， （或当毁灭临到你们时）。那时必是这样：你们呼求我，我必不听；恶人必 地寻找我，却寻不着。 因为他们憎恶智慧，没有选择敬畏**耶和华，也不愿听从（我的）劝诫，反而嘲笑我的责备；因此，他们必尝到自己道路的果子，并因自己的不虔而饱足，[以及因私欲]。 因为他们欺压婴孩，必被杀戮；审判必毁灭不义之人。但听从我的人，必在盼望中支搭帐篷，安然无恙，不惧怕任何灾祸。"

*** 希腊文《米涅》：**劝诫 **** 斯拉夫文《米涅》：**话语

箴言 1:20–33

主啊，求祢恩准：并行三拜。司祭：让我们诵念晚祷：

在诗咏台上诵读诗篇，第八调

让我们完成斋戒，/不仅节制饮食，/更要远离一切世俗的欲望：/好使我们制服那压制我们的肉体，/ 得以配领羔羊的圣体——/ 即为世界自愿被献祭的上帝之子，/ 并在灵性上庆祝救主从死里复活，/ 借着美德升至高处，/ 在卓越善行的光辉与甘美中，/ 使爱人者欢喜。（2）

又为殉道者：主啊，祢的殉道者，/ 忘却了今生的种种，/ 为了来世的生命而轻视了苦难，/ 因而成为了来世的继承者。/ 正因如此，他们与天使一同欢欣。/ 求祢藉着他们的祈求，赐予祢的子民/ 伟大的恩典。

《荣耀颂》，现今，圣母颂：“啊，前所未闻的奇迹！/ 啊，崭新的奥秘！/ 啊，令人战栗的奇事！”——/ 当圣母在十字架上看见祢，/ 被悬挂在两个强盗中间时，她如此高呼。/ 对于那位她曾以无痛且 / 惊人的方式诞下的圣子，/ 她哭泣着呼喊：/“唉，我最亲爱的孩子！/ 那残忍且忘恩负义的百姓 / 怎能将你钉在十字架上？”

以及后续的礼仪，按规定进行。

星期二晚祷

司祭：我们的上帝永远受赞美，如今、永远，直到世世代代。

诵经员：阿门。荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

天上的君王：三圣颂。荣耀，如今：至圣三一：主啊，求祢怜悯。（3）荣耀，如今：我们的天父：司祭：因为国度是祢的：**诵经员：**阿们。 主啊，求祢怜悯。**（12）荣耀归于祢，如今：来吧，让我们敬拜：（3）**

第69篇诗篇

神啊，求祢向我施援；主啊，求祢速速帮助我。愿那些寻索我性命的人蒙羞受辱；愿那些图谋害我的人退后受辱；愿那些对我说“好啊，好啊！”的人，立刻带着羞愧退去。 愿一切寻求祢的人，神啊，因祢而欢欣鼓舞，愿喜爱祢救恩的人不断地说：“愿主得荣耀！”我却是贫穷困苦的；神啊，求祢帮助我。祢是我的帮助者，也是我的拯救者；主啊，求祢不要迟延！

现在，让我们吟唱我们尊贵的圣父安德烈（克里特和耶路撒冷的）所作的这首《大赞美诗》，在每首颂词之后重复副歌：“上帝啊，怜悯我，怜悯我。”

第一首，第六调

伊尔莫斯：我的帮助者和庇护者 / 成了我的救赎： / 祂是我的上帝，我要赞美祂， / 我父亲的上帝——我要高举祂， / 因为祂已得着荣耀！ **（2）**

副歌：上帝啊，怜悯我，怜悯我。

我犯下比该隐更严重的杀戮，/ 凭着自己的意愿，我成了内心良知的刽子手，/ 使肉体复活，并用我诡诈的行径 / 武装起来对抗它。

耶稣啊，我在义德上不及亚伯，/从未向祢献上蒙悦纳的礼物，/既无讨神喜悦的善行，也无纯洁的祭物，/更无无瑕的生命。

如同该隐，我们这可悲的灵魂，/一同向万物的造物主献上了/邪恶的行径、/污秽的祭物，/以及不堪的生活；/因此而受到定罪。

祢如同造物主般使泥土复活，/赐予我血肉、骨骼、/气息与生命；/但，我的造物主、我的救赎主、我的审判者，/求祢接纳这悔改的我！

救主啊，我向祢坦露所犯的罪，/以及我灵魂与身体的创伤，/这些创伤是那些内心的杀戮意念/如强盗般加诸于我的。

救主啊，纵使我犯了罪，/但我深知祢是爱人的：/祢以怜悯之心惩戒，以慈爱之心宽恕，/祢垂顾哀哭之人，/并如父亲般急切地呼唤那迷途的儿子。

荣耀归于圣三：超然的圣三，在合一中受敬拜，/　求祢从我身上卸下沉重的罪孽重担，/并以仁慈之心，/赐予我悔改的泪水。

如今，圣母颂：圣母，是颂扬祢之人的希望与庇护！/求祢从我身上卸下沉重的罪孽重担，/并作为纯洁的女王，/接纳悔改的我。

第二首

伊尔莫斯：天啊，请侧耳倾听——我要宣告，/我要颂扬基督，/祂由童贞女降生为人。（2）

罪恶也为我缝制了皮衣，/剥去了我身上那件/由上帝亲手编织的最初衣袍。

我披上了羞耻的衣袍，/如同无花果树的叶子，/以此揭露我任性的情欲。

我披上了被玷污的衣袍，/因沉溺于情欲与感官的生活，/竟被污秽的血迹所染。

我遭受了情欲的折磨/以及肉体的腐朽，/正因如此，如今仇敌正折磨着我。

我宁可选择不贪求，救主啊，也不愿沉溺于对物质与财富的爱恋，如今我正背负着沉重的负担。

我用五彩斑斓的衣裳，/装饰了那充满卑劣念头的肉身偶像，/因而受到谴责。

我竭力追求外在的华美，/却将内在那按上帝形象所造的圣所/置之不理。

救主啊，我用自己的情欲掩盖了最初形象的美，但愿祢如同当年寻找那枚德拉克马一样，寻回并找到它。

我犯了罪，如今如那淫妇般向祢呼求：/“唯我一人在祢面前犯罪，/救主啊，求祢收纳我的眼泪，/如同收纳香膏一般！”

“求祢怜悯”，——我如税吏般向祢呼求，/——“求祢怜悯我，救主，/因为亚当的子孙中，无人像我这般，/在祢面前犯了罪！”

三一颂：我赞美祢，三位一体的独一真神：/圣父、圣子、圣灵。

如今，圣母颂：至洁的圣母童贞女，/唯一受万民颂扬者，/请热切地为我们祈求得救。

第三首

伊尔莫斯：主啊，求祢将我摇摆不定的心/坚立在祢诫命的磐石上，/因为唯有祢是圣洁的主。（2）

我在祢内获得了生命的源泉，/死亡的摧毁者，/我在生命终结之前，从内心深处向祢呼求：/“我犯了罪，求祢怜悯并拯救我！”

主啊，我犯了罪，/在祢面前犯了罪！求祢怜悯我：/因为世上没有一个罪人，/其罪过能比我更甚。

我效法了/挪亚时代那些行淫乱之人，救主啊，/并承受了他们的惩罚：/在洪水中沉没。

效法众所周知的哈穆——/那侮辱父亲的人，我的灵魂啊，/你没有遮掩邻人的羞耻，/反而转过脸去，/转身离去。

如同罗得逃离烈火，/我的灵魂啊，要远离罪恶，/逃离所多玛和蛾摩拉，/避开一切轻率欲望的烈焰。

主啊，求祢怜悯，求祢怜悯我，我向祢呼求，/当祢与祢的天使一同降临，/按各人行为的功过予以报应之时。

荣耀颂（三位一体）：单纯的、未被创造的合一，/无始的本性，/在三位位格中被颂扬，/求祢拯救我们这些凭着信心敬拜/祢大能的人。

如今，圣母颂：那在时间之外由圣父所生的圣子，/在时间之中，天主之母，/未曾与男子结合，祢却生下祂，/——啊，何等非凡的奇迹！/——祢仍保持童贞，并以乳汁哺育祂。

第四首

伊尔莫斯：先知听闻/主啊，关于祢降临的消息，便心生敬畏，/因祢欲由童贞女降生并向世人显现，于是高呼：/“我听闻关于祢的消息，便心生敬畏。”/荣耀归于祢的大能，主啊！（2）

醒来吧，我的灵魂，/像众宗徒之首那样精进，/以便获得明智的作为，/借着能洞见上帝的智慧而富足，/并借着默观穿透不可企及的黑暗，/成为伟大的商人。

十二位先祖/孕育了先祖中的伟人，/为你，我的灵魂，奥秘般地确立了/积极攀登的阶梯，/将孩童的智慧作为台阶，/并将自己的脚步——如同攀登一般/安排在这些台阶之上。

效法那被鄙视的以扫，/你，我的灵魂，将你原始之美的长子权，/交给了你的诱惑者，/失去了父亲的祈祷，/并双重地陷入了诱惑，可怜的人：/既在行为上，也在理智上；/因此，现在要悔改。

以扫被称为以东，/因其对妻子的极度贪恋；/因为他始终被放纵之火灼烧，/并因享乐而玷污自己，/故被称为以东，/意为：“罪恶之魂的炽热”。

听闻约伯躺在脓疮中，/我的灵魂啊，也听闻他被宣告无罪，/你却未曾效法他的刚毅，/面对所知、所见、所经历的一切，/你缺乏坚定的意志，/反而显露出不耐烦。

曾坐在宝座上的他，/如今赤身裸体，躺在脓疮遍体的污秽之地；/原本子嗣众多、声名显赫，/却突然变得无子无家；/看哪，他竟将那污秽之地视为自己的宫殿，/将那些脓疮视为珍珠。

荣耀归于圣三：本质上不可分割，/在位格上不可混同，/我论及祢——三位一体的唯一神，/如同论及独一君王与同座者一般。/我向祢高唱伟大的赞歌，/这赞歌在天上世界被三度颂扬。

如今，圣母颂：祢既生子，又仍为童贞女，/始终按本性保持童贞；/由祢所生的圣子更新了自然法则，/并由童贞之胎诞生。/凡神所喜悦之处，自然秩序便被超越，/因为祂随心所欲地创造万物。

第五首

伊尔莫斯：从黑夜到黎明，/我向祢奔去，仁爱之主，/求祢赐我光明，/并引导我遵行祢的诫命，/救主啊，求祢教导我，/遵行祢的旨意。（2）

我的灵魂啊，你曾听闻摩西在圣约柜中的事迹，/远古时他被河流的波涛托起漂流，/又如何在宫殿中逃脱了法老的阴谋——那场苦难。

关于那些助产婆，你可曾听说过，可怜的灵魂啊，/她们过去曾不得不杀死/男婴——这是贞洁之举；/但如今，像伟大的摩西一样，/去吮吸智慧的乳汁吧。

正如伟大的摩西/重创了埃及的智慧，/你，可怜的灵魂，却未曾杀害他；/请告诉我，你将如何/通过忏悔，栖身于情欲的荒漠？

伟大的摩西定居于旷野；/ 那么，灵魂啊，你也去吧，效法他的生活，/ 以便你也能在默观时，/ 亲历荆棘丛中显现的上帝。

灵魂啊，请效法摩西的杖，/它击打大海，使深渊分开，/作为神圣十字架的象征，/借此你也能/成就伟业。

亚伦曾向神献上纯净无瑕的火；/ 但俄弗尼和非尼哈却像你一样，灵魂啊，/ 献上了与神隔绝的不洁生活。

荣耀颂（三位一体）：我们赞美你，三位一体的独一真神：/ “圣哉，圣哉，圣哉：圣父、圣子、圣灵，/——单纯的存在，/ 永受敬拜的唯一者。

如今，颂扬圣母：从你——不朽的、未曾嫁人的童贞圣母——身上，/创造万世的神，/披上了我的形体，/并将人性与祂结合在一起。

第六首

伊尔莫斯：我全心全意地呼求 / 那满有怜悯的上帝，/ 祂从最深的阴间听见了我的呼求，/ 并将我的生命从灭亡中拯救出来。（2）

救主啊，我的罪孽之浪，/ 如同红海中的浪涛般回涌，/ 骤然将我淹没，/ 正如昔日淹没埃及人和他们的骑兵一般。

我的灵魂啊，你的选择是愚昧的，/ 如同古时的以色列人：/ 因为你轻率地舍弃了神圣的吗哪，/ 却选择了被情欲所充斥的享乐。

我的灵魂啊，你宁愿选择迦南人的思虑，/ 也不愿选择那涌出活水的磐石，/ 那磐石仿佛智慧之杯，/ 倾泻出神学的泉流。

我的灵魂啊，你竟将猪肉、锅釜和埃及的食物 / 置于天上的食物之上，/ 正如当年那群在旷野中鲁莽的子民。

当你的仆人摩西 / 用杖击打磐石时，/ 他象征性地预表了你那赐生命的肋旁，/ 我们所有人，救主啊，/ 都从那里汲取生命的甘泉。

我的灵魂啊，试着去体验并观察，如同约书亚一般，/那应许之地究竟是怎样的，/并通过遵守律法在其中定居。

荣耀颂（三位一体）：“我是三位一体，不复杂，不可分割，/按位格可区分，/且本性相合而为一”，/——圣父、圣子、圣灵一同宣告。

如今，圣母颂：你的圣胎为我们生了上帝，/祂取了我们的形像，/圣母啊，求你向这位万物的创造主祈求，/使我们因你的祈祷而得称义。

主啊，怜悯我们（3）。**荣耀颂，如今：**

康达克，第六调

我的灵魂啊，我的灵魂啊，醒来吧，你为何沉睡？/ 末日将至，你将面临困顿。/ 快快振作起来，愿基督上帝——/ 无所不在、充满万有的主——怜悯你！

第七首

伊尔莫斯：我们犯罪，行了 / 悖逆与不义之事在你面前，/ 既未遵守，也未遵行，/ 你所吩咐我们的。/ 但求你不要将我们弃绝到底，/ 列祖之神！（2）

当用战车运送约柜时，/你所熟知的俄撒，/当时因偏离牛群的方向，/仅仅触碰了一下，便亲身尝到了神的愤怒；/但我的灵魂啊，要远离他的狂妄，/虔诚地敬拜神。

你曾听闻押沙龙的事，/他如何背叛本性；/你知道他的恶行，/他以此玷污了大卫父王的寝榻。/但你自己却效仿了他那充满情欲、/贪图享乐的欲望。

你将自己自由的尊严屈从于肉体，/ 因为遇见了另一个敌人——亚希多弗，/ 你，灵魂啊，便屈从于他的建议；/ 但基督亲自摧毁了这些建议，/ 使你能全然得救。

奇妙的所罗门，/ 曾充满恩典与智慧，/ 却曾行恶抵挡上帝，/ 背离了祂。/ 你自己，灵魂啊，以你那/ 该受咒诅的生活，效法了他。

被情欲的享乐所诱惑，/所罗门玷污了自己。/唉，这位智慧的捍卫者，/竟成了放荡女子的追求者，与上帝疏远。/你自己，灵魂啊，在心思上效法了他，/沉溺于可憎的淫欲之中。

灵魂啊，你竟嫉妒罗波安，/ 他未听从他父亲的顾问，/ 甚至效法了最邪恶的仆人——耶罗波安，那位古老的叛逆者。/ 但请停止效法他们，向神呼求：/“我犯了罪，求祢怜悯我！”

荣耀颂（三位一体）：三位一体，简单、不可分割、/同质且本性唯一：/如同光明与光，亦如三位圣者与唯一圣者，/我们颂扬三位一体的上帝；/但灵魂啊，你要歌颂、赞美生命与生命，/——即万有的上帝。

如今，圣母颂：我们颂扬祢，我们祝福祢，/ 我们敬拜祢，上帝之母，/ 因为祢在腹中怀了 / 不可分割的三位一体中的一位——基督上帝，/ 并亲自向我们，/ 这些活在世上的人，显明了天上的奥秘。

第八首

伊尔莫斯：天军所颂扬的，/ 智天使与炽天使在祂面前战栗的，/ 一切有气息、被造之物，/ 都要歌唱、颂赞、/ 并永远尊崇祂！（2）

啊，乌西雅，你的灵魂因嫉妒，/ 竟在自己身上背负着双倍的痲疯，/ 因为你思虑不该思虑的，行不义之事。/ 弃绝你所执着的，/ 归向悔改吧。

灵魂啊，你曾听闻尼尼微人，/ 他们身披麻衣、头撒灰烬，向神悔改，/ 你却未效法他们，反而比那些在律法之前和之后犯罪的人更为顽固。

我的灵魂啊，你曾听闻耶利米的故事，/他在通往锡安城的泥泞沟渠中，/痛哭哀号，以泪求告；/效法他那充满悲恸的生活，你便得救。

约拿逃往法尔西斯，/预见尼尼微人将悔改：/因为他作为先知，深知上帝的怜悯，/因此满怀热忱，/唯恐预言落空。

我的灵魂啊，你曾听闻，/ 但以理在坑中如何封住了野兽的嘴；/ 你也知道，那些与亚撒利雅同在的少年们 / 如何凭着信心熄灭了窑中熊熊燃烧的火焰。

我从《旧约》中 / 把所有这些都作为榜样呈现在你面前，灵魂啊，/ 效法义人讨神喜悦的作为，/ 但要远离 / 邪恶之人的罪孽。

荣耀归于圣三：无始的圣父，同为无始的圣子，/ 良善的安慰者，公义的圣灵；/ 上帝之言的源头，/ 圣父无始的圣言，/ 充满生命与创造力的圣灵，/ 三一而唯一的神，求祢怜悯我。

如今，圣母颂：仿佛由紫色织物，至洁者，/ 那意念中的朱红——以马内利的肉身 / 在你的子宫中编织而成；/ 因此，我们真诚地敬拜你，圣母。

第九首

伊尔莫斯：无种受孕的诞生不可言喻，/ 未曾知夫的圣母怀中，圣婴无瑕：/ 因神的降生更新了自然的法则。/ 因此，我们万族，/ 尊崇祢为我们的神之母，/ 按正统之道颂扬祢。（2）

基督曾受试探：/ 魔鬼试探祂，/ 展示石头，/ 要祂将石头变成面包；/ 把祂带上山，/ 要在顷刻间让祂看见世上所有的国度；/ 啊，灵魂啊，要惧怕此事，/ 保持清醒，时时向神祈祷。

那喜爱旷野的鸠鸟，/ 发出呼喊之声，/ 作为基督的明灯，宣讲悔改；/ 但希律与希罗底行了不法之事：/ 看哪，我的灵魂，切勿陷入不法之徒的罗网，/ 却要喜爱悔改。

恩典的施洗者定居在旷野，/ 来自整个犹太和撒玛利亚的 / 听众纷纷涌来，/ 承认自己的罪过，/ 热切地接受洗礼。/ 但你却没有效法他们，我的灵魂。

婚姻是圣洁的，床榻是纯洁的，/ 因为基督曾赐福于它们，/ 曾以肉身享用食物，/ 又在迦拿的婚宴上将水化为酒，/ 并显出这第一个神迹，/ 只为使你悔改，啊，我的灵魂。

基督使瘫痪者痊愈，/ 扶起他所躺卧的床榻，/ 并使那死去的少年——寡妇之子——复活，/ 正如使百夫长的少年复活一样；/ 祂向撒玛利亚妇人显现，/ 藉着圣灵侍奉上帝，/ 为你，我的灵魂，预定了这条道路。

主仅以衣襟一触，便医治了患血漏的妇人，/洁净了痲疯病人，/使瞎眼和瘸腿的人重见光明、恢复行动，/又以话语医治了聋哑人和驼背之人，/只为使你得救，可怜的灵魂啊。

荣耀颂（三位一体）：我们要赞美圣父，颂扬圣子，/ 怀着信心敬拜圣灵，/ ——不可分割的三位一体，本质上唯一，/ 如同光与诸光，生命与诸生命，/ 赐予万物生命并照亮世界尽头。

如今，圣母颂：求祢护佑祢的城邦，/至圣的上帝之母。/因在祢的庇护下，它凭着信德掌权，/并从祢那里获得力量，/在祢的协助下，/凯旋地击退一切诱惑，/俘虏仇敌，/并使他们服从。

副歌：**可敬的安德烈神父，请为我们向天主祈祷。**

受尊崇的安德烈，至福的三福之父，/ 克里特岛的牧者！/ 请勿停止为颂扬你的人祈祷，/ 愿我们所有人——那些怀着信心纪念你的人——/ 都能脱离愤怒、悲伤、朽坏，/ 以及无边的罪孽。

伊尔莫斯：无种受孕，诞生不可言喻，/ 由未曾知夫的圣母所生，圣婴无瑕：/ 因神的降生更新了自然的法则。/ 因此，我们万族，/ 将祢尊为我们的神之母，/ 按正统礼仪颂扬祢。

接着进行大晚祷。

第4篇诗篇

我呼求的时候，我的公义之神垂听了；我在困苦中，祢使我宽裕。求祢怜悯我，垂听我的祷告。世人啊，你们的心何时才不再沉重？为何喜爱虚空，追求谎言？你们当知道，耶和华使祂的圣者行了奇妙的事。　我向耶和华呼求，祂必应允我。你们要发怒，却不可犯罪；在心里默想时，当在床上痛悔。要献上公义的祭，并仰望耶和华的　。许多人说：“谁能向我们显明福乐？”——耶和华啊，祢面上的光已照耀我们！　祢使我的心欢喜：因祢的麦子、酒和油，他们便饱足。我必安然躺下，立刻入睡，因为祢，耶和华啊，唯独赐我满有盼望地活着。

诗篇 6

耶和华啊，求祢不要在祢的烈怒中定我的罪，也不要用祢的忿怒惩罚我。耶和华啊，求祢怜悯我，因为我软弱；耶和华啊，求祢医治我，因为我的骨头都战栗，我的心极其惊惶；耶和华啊，祢还要等到几时呢？　耶和华啊，求祢转意，拯救我的灵魂；因祢的慈爱，求祢救我。因为在死人中，谁还记念祢？在阴间，谁还称颂祢？我因哀叹而疲惫；每夜我要用眼泪洗净我的床榻，用眼泪浇灌我的卧榻。　我的眼睛因愤怒而昏花：我在众仇敌中已衰老。

一切行不义的人，都离我远去吧，因为耶和华听见了我的哀哭，耶和华听见了我的恳求，耶和华接受了我的祷告。 愿我一切仇敌都蒙羞、惊惶，愿他们转回后退，速速蒙羞。

诗篇 12

耶和华啊，你要到几时才忘记我，直到永远？你要到几时才向我掩面？我心里要到几时才思虑，我心中要到几时才昼夜忧愁？ 我的仇敌还要在我头上得意到何时？耶和华——我的神啊，求祢垂顾，听我的呼求；求祢照亮我的眼睛，免得我沉睡不醒；免得我的仇敌说：“我已胜过他。”若我动摇，逼迫我的人就欢喜；但我仍仰望祢的慈爱。 我的心因你的救恩而欢喜：我要向赐恩于我的耶和华歌唱，也要颂扬至高者的名。

求祢垂顾，求祢垂听我，我的主，我的神，求祢照亮我的眼睛，免得我沉睡至死，免得我的仇敌说：“我已稳固地抵挡他。”

荣耀归于祢，如今也是：哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚，荣耀归于祢，上帝。 (3) 主啊，求祢怜悯。 (3) **荣耀归于祢，如今也是：**

第24篇诗篇

主啊，我将我的灵魂仰望于祢。我的上帝，我仰赖祢——愿我永不蒙羞，愿我的仇敌不向我嗤笑；因为凡等候祢的，必不蒙羞；惟有行不义的人，必因虚妄而蒙羞。 耶和华啊，求祢将祢的道路指示我，教导我走祢的途径。引导我归向祢的真理，并教导我，因为祢是我的神，我的救主，我终日等候祢。 耶和华啊，求祢记念祢的怜悯和祢的慈爱，因为它们自古以来就存在。求祢不要记念我年少时的过犯和我的无知；耶和华啊，求祢因祢的慈爱记念我，因祢的良善。耶和华是良善且公义的，因此祂必将律法赐给在路上犯罪的人。 祂必在审判中引导谦卑的人，教导谦卑的人走祂的道路。耶和华的一切道路，对寻求祂的约和祂法度的人，都是慈爱和诚实。耶和华啊，求祢因祢的名，怜悯我的罪，因为我的罪甚大。 谁是敬畏耶和华的人？祂必在他所选择的道路上赐他律法。他的灵魂必安居在福乐之中，他的后裔必承受地土。耶和华是敬畏祂之人的坚固台，祂必向他们显明祂的约。我的眼睛时常仰望耶和华，因为祂必将我的脚从网罗中救出来。 求祢眷顾我，怜悯我，因我孤单贫穷。我心中的忧愁加增，求祢救我脱离患难。求祢看顾我的谦卑与软弱，赦免我一切的罪孽。求祢看顾我的仇敌——因他们众多，并以不义的恨恶恨我。 求祢保全我的灵魂，拯救我，使我不至因仰望祢而蒙羞。心地纯良、正直的人都与我同在，因为我等候祢，耶和华啊。神啊，求祢使以色列脱离一切的苦难！

《诗篇》第30篇

主啊，我仰望你，愿我永不蒙羞：求你凭你的公义拯救我、释放我，侧耳倾听我的呼求，速速拯救我；求你作我的护卫神，作我的避难所，好拯救我。 因为你是我的坚固台，是我的避难所；你必因你的名引导我，供养我，将我从为我暗设的网罗中救出来，因为你是我的保护者，耶和华啊。我将我的灵交在你手中；耶和华——真理的上帝啊，你已经救了我。祢憎恶那些徒然敬拜虚妄之物的人；但我仰望祢，耶和华啊！我要因祢的慈爱欢喜快乐，因为祢垂顾我的谦卑，救我的灵魂脱离患难，没有将我交在仇敌手中，使我的脚站在宽阔之处。 耶和华啊，求祢怜悯我，因为我极其困苦；我的眼睛、我的心、我的内脏都因愤怒而昏迷。因为我的生命在苦难中耗尽，我的年岁在哀叹中消逝；我的力量在贫穷中衰弱，我的骨头都战栗了。 我成了所有仇敌的笑柄，尤其是我的邻舍；我成了熟人的惊骇，那些在街上看见我的人都逃离我。 我被遗忘，如同死人；在心里，我如同破碎的器皿，因为我听见周围许多人的诽谤，他们聚集起来攻击我，决心夺取我的灵魂。但我仰望你，耶和华啊，我说：“你是我的神。”我的命运掌握在祢手中；求祢救我脱离仇敌之手，脱离追赶我之人的手。求祢向祢的仆人显出祢的面，凭祢的慈爱救我。主啊，求祢不要使我因呼求祢而蒙羞；愿恶

人蒙羞，愿他们被降入阴间。　愿那些诡诈的嘴巴缄默，他们以骄傲和蔑视之心，指责义人为不义。主啊，祢的慈爱何其浩大！祢将这慈爱隐藏给敬畏祢的人，并在世人面前赐给仰望祢的人！　祢将他们藏在祢面前的隐秘之处，使他们免受世人的骚动；祢用帐幕遮盖他们，使他们免受各族争论的伤害。耶和华是应当称颂的，因为祂在坚固的城中奇妙地显明了祂的慈爱。但我曾在晦暗中说："我已被从祢眼前弃绝"，因此，当我向祢呼求时，祢便听见了我的祈求之声。耶和华的众圣民啊，你们都要爱耶和华，因为耶和华寻求真理，必报应那些狂傲自大的人。凡仰望耶和华的，都要刚强，你们的心都要坚固！

《诗篇》第90篇

倚靠至高者的，必住在天神的荫下。他要对耶和华说："你是我的护卫，是我的避难所，是我的神，我投靠祂。"因为祂必救你脱离猎人的网罗，脱离那令人惊惶的消息。　祂必用祂的翅膀遮蔽你，你必在祂的翅膀下得安息——祂的信实必如盾牌环绕你。你必不惧怕黑夜的惊骇，也不惧怕白昼飞来的箭；不惧怕在黑暗中游荡的灾祸，也不惧怕正午的灾难和恶魔。虽有一千人倒在你身旁，一万人倒在你右边，却不会临近你。你只需用眼观看，便能看见罪人的报应。因为主啊，你是我的盼望！　你以至高者为你的避难所。灾祸必不临到你，灾害也不临近你的帐篷；因为祂必吩咐祂的天使保护你，在你一切所行的路上——他们必用手托住你，免得你的脚碰在石头上。　你必践踏蝮蛇和蜥蜴，必践踏狮子和龙。"因为他倚靠我，我必拯救他；我必保护他，因为他认识我的名。他若呼求我，我必应允；他在患难中，我必与他同在，我必拯救他，使他尊荣；我必以长寿满足他，并将我的救恩显明给他。"

荣耀颂，如今：哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚，荣耀归于祢，上帝。（3）主啊，求祢怜悯。（3）**荣耀颂，如今：**

随后以应答式吟唱诗节（以赛亚书 8:8B—10；12B—14A；18A；9:2, 6），每节诗后皆附副歌：因为神与我们同在。

神与我们同在，万民啊，当知晓，/ 并当顺服。/ 因为神与我们同在。（2）

直到地极，都要听见。/ 因为神与我们同在。

大能者啊，你们当顺服。/ 因为神与我们同在。

因为若你们再次奋起，/ 必再次被击败。/ 因为神与我们同在。

无论你们策划什么计谋，/ 主必将其摧毁。/ 因为神与我们同在。

无论你们说什么话，/ 都无法在你们那里生效。/ 因为神与我们同在。

我们不惧怕你们的威吓，/ 也不惊惶。/ 因为神与我们同在。

至于我们的主、我们的上帝，我们要敬畏祂，/祂必成为我们的庇护。/　因为上帝与我们同在。

我若仰望祂，/ 祂必使我成圣。/ 因为神与我们同在。

我必仰望祂，/ 祂必拯救我。/ 因为神与我们同在。

看哪，我和神赐给我的儿女。/ 因为神与我们同在。

那行在黑暗中的百姓，/ 已看见大光。/ 因为神与我们同在。

住在死亡阴影之地的，/ 光必照耀你们。/ 因为神与我们同在。

因为有一婴孩为我们而生，/ 有一子赐给我们。/ 因为神与我们同在。

他的统治权担在他的肩上。/ 因为神与我们同在。

祂的平安无穷无尽。/ 因为神与我们同在。

祂的名字叫：/ 大能者、永在者、至高者。/ 因为神与我们同在。

奇妙的策士。/ 因为神与我们同在。

全能的神，主宰，/ 世界的统领。/ 因为神与我们同在。

未来时代的先驱。/ 因为上帝与我们同在。

上帝与我们同在，万民当知晓 / 并归顺。/ 因为上帝与我们同在。（2）

愿荣耀归于圣父、圣子、圣灵。上帝与我们同在。

如今、永远，直到世世代代。阿们。上帝与我们同在。

因为上帝与我们同在。

颂歌

一日已尽，我感谢祢，主啊；/ 恳求祢：救主啊，/ 赐我一个无罪的黄昏与夜晚，/ 并拯救我。

颂荣：白昼已尽，我赞美祢，主；/ 恳求祢，救主，/ 赐我一个无诱惑的黄昏与夜晚，/ 并拯救我。

如今：度过这一天，我颂扬祢，圣者；/恳求祢，救主，/赐我一个没有仇敌诡计的黄昏与夜晚，/并拯救我。

无形之性的智天使以不绝的赞歌颂扬祢。/ 六翼的智天使，以不息的呼喊尊崇祢。/ 全体天使军团以“圣、圣、圣”的颂歌赞美祢。/ 因为祢是万有之先的永存圣父，/ 祢有与祢同始的圣子，/ 并怀着同等尊崇的生命之灵，彰显出不可分割的圣三一。/ 至圣童贞女、天主之母，圣言的见证者与侍奉者，/ 众先知与殉道者的群圣，/ 你们拥有不朽的生命，/ 请为众人热切代祷，/ 因为我们全都身处患难之中，/ 好使我们摆脱恶者的迷惑，/ 高声唱出天使的赞歌：/ 圣哉、圣哉、圣哉，三圣的主，/ 求祢怜悯并拯救我们。阿们。

随后以低沉的声音：

《信经》

1 我信独一的神，圣父，全能者，天地万物——无论可见或不可见——的创造者。2 我信独一的主耶稣基督，神的独生子，在万世以前由父所生，光从光，真神从真神，受生而非受造，与父同质，万物都是藉着祂而有的。3 祂为了我们人类，也为了我们的救恩，从天降下，由圣灵感孕，从童贞女玛利亚（ ）所生，并成为人。4 祂在彼拉多执政期间为我们被钉在十字架上，受苦，并被埋葬。5 第三天，照着圣经所记，祂复活了。6 祂升天，坐在父的右边。7 祂将带着荣耀再次降临，审判活人死人，祂的国度永无穷尽。8 我信圣灵，主，赐生命者，由父而出，与父及子同受敬拜、同受荣耀，曾借先知们说话。9 我信唯一、圣洁、大公、使徒的教会。10 我承认唯一一次的洗礼，为赦免罪过。11 我期待死人复活，12 以及来世的生命。阿们。

以及伴随鞠躬的诗句：

至圣的主母圣母，为我们这些罪人祈祷。（3）

诸天军中圣天使与大天使，为我们这些罪人祈祷。（2）

先知圣约翰，我们的主耶稣基督的施洗者，请为我们这些罪人祈祷。（2）

光荣的圣使徒、先知和殉道者，以及所有圣徒，请为我们这些罪人祈祷。（2）

我们敬爱的、敬奉上帝的父老们，普世的牧者与导师，请为我们这些罪人祈祷。（2）

（此处亦纪念该圣堂的主保圣人。）

神圣而赐予生命之十字架那不可战胜、不可摧毁、神圣的大能，请不要离弃我们这些罪人。（2）

上帝啊，求祢怜悯我们这些罪人。（2）

上帝啊，求祢怜悯我们这些罪人，并宽恕我们。（不鞠躬）

《三圣颂》。《荣耀颂》，及《如今》：至圣三一：主啊，求祢怜悯。（3）《荣耀颂》，及《如今》：我们的天父：司祭：因为国度是祢的：**诵经员：**阿们。

周二和周四晚上
圣咏，第八调

主啊，你知道我的无形仇敌从未松懈，/ 我这可怜的肉体日渐衰弱，祢也知晓，我的造物主，/ 因此，我将我的灵交托在祢手中。 / 求祢以仁慈之翼遮蔽我，/ 免得我沉入死亡之眠，/ 并以祢神圣话语的丰盛光照我心灵之眼，/ 且在定时唤醒我，使我颂赞祢，/ 因为唯有祢是良善的、爱人的。

诗句：求祢垂顾我，垂听我，主——我的上帝。

主啊，祢的审判何等可畏，/ 天使伫立其前，世人被带入，/ 册卷展开，行径被审视，/ 心思被试炼！ / 身为生于罪中之人，我将面临何等判决？ / 若祢——主啊——不以爱人的心怜悯我， / 谁能为我熄灭烈火，谁能为我驱散黑暗？

颂荣：上帝啊，求祢赐我眼泪，/如同昔日赐予那位罪妇一般，/并使我有幸以泪洗涤祢的双足，/祢曾将我从迷途解救出来，/并向祢献上芬芳的香膏——那纯洁的生命，/是我在悔改中所得的，/好叫我也能听见祢那令人向往的声音：/“你的信心救了你，平安地去吧！”

如今：圣母，因对祢怀有无愧的盼望，我必得救；/ 全洁者，蒙祢庇护，我必无所畏惧。/ 我将追击我的仇敌并捆绑他们，/ 唯以祢的庇护为铠甲。 / 我恳求祢全能的帮助，向祢呼求，主母：/ “求祢以祢的代祷拯救我，/ 并从黑暗的沉睡中唤醒我，好让我颂扬祢，/ 借着从祢降生、成为肉身的圣子与上帝的大能。”

主啊，求祢怜悯。（40）**荣耀，如今：**

我们颂扬祢——那比智天使更尊贵、/ 比火天使更荣耀、/ 以童贞之身诞下神之圣言、/ 真正的圣母。

奉主之名赐福，神父。

神父：凭着我们圣父们的祈祷，主耶稣基督，我们的上帝，求祢怜悯我们。

诵经员：阿门。

圣大巴西尔的祷文

主啊，主啊，祢已使我们免于白昼飞来的各种箭矢，求祢也使我们免于在黑暗中游荡的各种危险，求祢接受我们傍晚的祭献——我们双手所献的供物。 求祢使我们得以纯洁地走过夜路，不遭恶事侵扰，并救我们脱离魔鬼加诸于我们的种种扰乱与恐惧。求祢赐予我们的灵魂以痛悔之心，使我们的思绪时刻警醒，预备面对祢那可畏而公义的审判。 求祢以对祢的敬畏钉住我们的肉体，使我们地上的肢体归于死，好叫我们在沉睡的静默中，也能因默观祢的审判而得着光照。 求祢将一切不雅的梦境与毁灭性的私欲从我们身上驱除，并在祷告之时，藉着祢独生子——与祢同受颂赞、至圣、至善、赐生命之圣灵——的恩宠与慈爱，使我们坚固于信仰，并在遵行祢诫命的事上有所长进，如今、 直到永远，世世无穷。阿们。

来吧，让我们敬拜我们的君王、我们的上帝。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督——我们的君王、我们的上帝面前。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督本人——我们的君王和上帝面前。

《诗篇》第50篇

神啊，求祢按祢的大慈爱怜悯我，按祢丰盛的恩典涂抹我的过犯；求祢彻底洗净我的过犯，洁净我的罪。因为我知道我的过犯，我的罪常在我面前。　我得罪了你——独一的上帝，在你面前行了恶；但你必因你的话语被证明是公义的，若有人与你对质，你必得胜。因为看哪，我是在罪孽中受孕的，我母亲怀我时，我已在罪中出生。　看哪，你喜爱真理，将你智慧中隐藏的奥秘向我显明。你用牛膝草洒我，我就洁净；你洗涤我，我就比雪更白；你使我听见喜乐和欢欣，我这受压制的骨头就欢喜。　求祢转脸不看我的罪孽，涂抹我一切的过犯。神啊，求祢为我造清洁的心，在我里面更新正直的灵。求祢不要将我从祢面前赶出去，也不要从我身上收回祢的圣灵。　求祢使我重得祢救恩的喜乐，并以祢大能的圣灵坚固我。我必将祢的道路教导悖逆的人，不义之徒必归向祢。神啊，我的救主，求祢救我脱离流血之罪，我的舌头必因祢的公义而欢欣。　主啊，祢必开启我的口，我的口便要传扬祢的赞美。因为倘若祢喜悦祭物，我必献上；但祢不喜悦燔祭。献给神的祭是痛悔的心；神必不轻看痛悔谦卑之人的心。　耶和华啊，求祢凭祢的恩惠眷顾锡安，使耶路撒冷的城墙得以重建——那时，祢必悦纳公义的祭、献上的祭和燔祭；那时，人必将公牛犊献在祢的祭坛上。

诗篇 101

耶和华啊，求祢垂听我的祷告，愿我的呼求达到祢面前。在我忧愁的日子，求祢不要向我掩面；在我呼求祢的日子，求祢侧耳听我，速速应允我。因为我的日子如烟消散，我的骨头也如枯柴干枯。　我像草一样被割倒，我的心干枯了，以致我忘了吃我的饭。因我哀叹的声音，我的骨头紧贴着我的肉体。我像旷野中的鹈鹕，像废墟上的猫头鹰。我无法入睡，像一只孤单地栖息在屋顶上的小鸟。　我的仇敌终日辱骂我，那些曾称赞我的人也以我起誓。因为我吃灰如吃饼，我的饮品因你的忿怒和你的烈怒而化作眼泪，因为你曾将我高举，又将我摔下。　我的日子如影消逝，我如草枯萎。但主啊，祢永远长存，对祢的纪念将世世代　代。　祢兴起，必怜悯锡安，因为是怜悯它的时辰，因为时候已到；因为祢的仆人喜爱它的石头，为它的尘土哀恸。万民必敬畏耶和华的名，地上的诸王都必敬畏祢的荣耀；因为耶和华必重建锡安，并在祂的荣耀中显现。　祂垂听谦卑人的祷告，没有轻视他们的恳求。愿后世的人将此事记录下来，那将要建立的子民必赞美耶和华，因为祂从祂圣洁的高处俯身，　耶和华从天上垂顾大地，要听受囚之人的哀叹，释放被杀之人的子孙，在锡安传扬耶和华的名，在耶路撒冷颂赞祂；当万民聚集，列王齐聚，为要事奉耶和华之时。　他在路上，在他强盛的日子里，向祂祈求：“求祢将我余下的日子指示我；不要在我半生之时将我带走：祢的年岁存到万代。”耶和华啊，起初祢立定大地，祢手所造的便是诸天；　它们都要消亡，惟有祢长存；万物都如衣服渐渐陈旧，祢要像卷起外袍一样将它们卷起，它们便改变。但祢是永恒不变的，祢的年岁永无止境。祢仆人的子孙必得安居，他们的后裔必永远稳固。

犹大王玛拿西的祷告

全能的主，我们列祖——亚伯拉罕、以撒、雅各及其义后裔的上帝：祢创造了天地及其一切荣美，用祢命令的话语束缚了大海，封锁了深渊，并以祢那令人敬畏且荣耀的名将其封印；万物都敬畏祢，　世人因祢大能的面容而战栗，因为无人能抵挡祢荣耀的威严，祢对罪人的烈怒更是令人难以承受！但祢应许的慈爱却是无量且不可测度的；　因为祢是至高的主，是仁慈的、忍耐的、大有怜悯的，并且为人的恶行而悯惜。主啊，祢因祢丰盛的良善，应许了向祢犯罪之人的悔改与赦免；又因祢丰盛的怜悯，为罪人预定了悔改以得救赎。　看哪，主——万军之神，祢没有将悔改赐给义人亚伯拉罕、以撒和雅各——他们并未得罪祢；却将悔改赐给我这罪人，因为我的罪过多如海沙。　我的罪孽已成堆积，主啊，我的罪孽已成堆积；因我罪孽众多，我竟不配抬头仰望天上的高处。　我被无数铁链捆绑，以致无法抬起头来，也得不到丝毫宽慰，因为我激起了你的愤怒，在你面前行了恶事：既未遵行你的旨意

，也未遵守你的诫命。如今，我内心屈膝，渴求你的慈爱。　主啊，我犯了罪，我犯了罪，我也知道我的过犯；但我恳求祢：主啊，赦免我，赦免我，不要因我的过犯而灭我，也不要永远发怒，记念我的恶行，更不要将我定罪，使我下到地底最深处。　因为祢，上帝，是悔改之人的上帝，祢必向我显明祢一切的恩慈；因祢的大慈爱，祢必拯救不配的我，我必在我一生的每一天中不断赞美祢，因为天上万军都歌颂祢，祢的荣耀直到永永远远。阿们。

《三圣颂》。《荣耀颂》，及《如今》：至圣三一：主啊，求祢怜悯。（3）《荣耀颂》，及《如今》：我们的天父：司祭：因为国度是祢的：诵经员：阿们。

忏悔颂，第六调

主啊，怜悯我们，怜悯我们，/ 因为我们这些罪人，自知毫无可辩解之处，/ 便向祢——我们的主——献上这祷告：/“怜悯我们！”

颂荣：主啊，求祢怜悯我们，因我们仰望祢，/ 求祢不要向我们大发烈怒，/ 也不要记念我们的过犯，/ 但求祢如今以仁慈之心垂顾我们，/ 并拯救我们脱离仇敌。 / 因为祢是我们的上帝，我们是祢的子民； / 我们都是祢手所造的， / 并呼求祢的名。

如今：求祢为我们开启仁慈之门，/蒙福的圣母，/使我们仰望祢而不致蒙羞，/并藉祢的祈祷脱离患难，/因为祢是基督徒的救主。

主啊，求祢怜悯。（40）**荣耀颂，如今：**

我们颂扬祢——那比智天使更尊贵、/比火天使更荣耀、/以童贞之身诞下圣言、/真正的圣母。

奉主之名赐福，神父。

司祭：凭我们圣父们的祈祷，主耶稣基督，我们的上帝，求祢怜悯我们。

诵经员：阿们。

祷文：至高上帝，全能之父，主，独生子耶稣基督，以及圣灵！唯一的神性，唯一的大能，求祢怜悯我这罪人，并按祢所知的方式拯救我这不配的仆人，因为祢是世世代代受称颂的。阿们。

来吧，让我们敬拜我们的君王、我们的上帝。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督——我们的君王、我们的上帝面前。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督本人——我们的君王和上帝面前。

诗篇142

主啊，求祢垂听我的祷告，照祢的信实侧耳听我的恳求；求祢凭祢的公义应允我，不要与祢的仆人争辩，因为在祢面前，活人中无人能称义。　因为仇敌追逼我的灵魂，将我的生命贬抑至地，使我如自古以来已死之人，置于黑暗之中。我的灵在我里面消沉，我的心在我里面惊惶。我追想往昔的日子，默想你的一切作为，默想你双手的创造。　我向祢伸出双手；我的灵魂在祢面前，如同干旱之地。耶和华啊，求祢速速垂听我，我的灵已疲乏；求祢不要向我掩面，免得我像下到阴间的人一样。求祢使我清晨就听见祢的慈爱，因我仰望祢；耶和华啊，求祢为我指明当行的路，因我已将我的灵魂仰望祢。耶和华啊，求祢救我脱离我的仇敌，因我已投靠祢。求祢教导我遵行祢的旨意，因祢是我的神；祢良善的灵必引导我进入公义之地。　主啊，为了你的名，你必使我复活；凭你的公义，你必使我的灵魂脱离忧愁；凭你的慈爱，你必消灭我的仇敌，毁灭一切压迫我灵魂的人，因为我是你的仆人。

每日颂赞

在至高之处归荣耀于神，在地上平安归于祂所喜悦的人。我们赞美祢，颂赞祢，敬拜祢，荣耀祢，感谢祢，因祢的大荣耀。　主啊，天上的君王，上帝，全能的父，主啊，独生子耶稣基督，以及圣灵！主上帝，上帝的羔羊，父的儿子，为世人的罪担负重担者，求祢怜悯我们。　除掉世人罪孽的羔羊，求祢垂听我们的祷告；坐在父右边的祢，求祢怜悯我们。因为祢是独一的圣者，祢是独一的主——耶稣基督，为父神的荣耀。阿们。每晚我都要称颂祢，永远赞美祢的名，直到永永远远。　主啊，祢是我们世世代代的避难所。我说：主啊，怜悯我，医治我的灵魂，因为我在祢面前犯了罪。主啊，我投靠祢，求祢教导我遵行祢的旨意，因为祢是我的神。因为生命之源在祢那里，在祢的光中，我们必得见光明。　求祢将祢的慈爱施予那些认识祢的人。主啊，求祢恩准我们在今夜免于犯罪。主啊，我们列祖的上帝，祢是应当称颂的，祢的名在万世中当受赞美和荣耀。　阿们。主啊，愿祢的慈爱临到我们，正如我们仰望祢一样。主啊，祢是应当称颂的，求祢教导我遵行祢的诫命。主啊，祢是应当称颂的，求祢用祢的诫命使我明白。圣者啊，祢是应当称颂的，求祢用祢的诫命启迪我。主啊，祢的慈爱永存，求祢不要轻视祢亲手所造的受造物。赞美归于祢，颂歌归于祢，荣耀归于祢——圣父、圣子、圣灵，如今、永远，直到世世代代。阿们。

三圣颂。荣耀颂，及"如今"：至圣三一：主啊，怜悯我们。（3）荣耀颂，及"如今"：我们的天父：司祭：因为国度是祢的：**诵经员：**阿们。

颂歌，第六调

全能的主啊，求祢与我们同在，/ 因为除了祢以外，/ 我们别无助人在患难中；/ 全能的主啊，求祢怜悯我们。**另一声部重复。**

第一声部。第1节：当在祂的圣者中赞美上帝，/ 当在祂大能的穹苍中赞美祂。

全能的主啊，求祢与我们同在：——每节经文后重复。

第二声部。第2节：因祂的大能，赞美祂；/因祂无穷的威严，赞美祂。

第3节：当以号角之声赞美祂，/当以竖琴和琴瑟赞美祂。

第4节：当以定音鼓和舞蹈赞美祂，/当以弦乐和管风琴赞美祂。

第5节：当用悦耳的钹赞美祂，当用清脆的钹赞美祂。/ 凡有气息的，都要赞美上主！

两队人齐声：在祂的圣者中赞美上帝。/ 在祂大能的穹苍中赞美祂。

万军之主，求祢与我们同在，/ 因为除了祢以外，/ 我们在这苦难中别无帮助；/ 万军之主，求祢怜悯我们。

颂荣：主啊，若非有祢的圣徒为我们代祷，/ 以及祢那怜悯我们的仁慈，/ 救主啊，我们怎敢颂扬祢——/ 那被天使们不断赞美的祢？/ 洞悉人心者，求祢怜悯我们的灵魂。

如今：圣母，我的罪孽数不胜数，——/ 我向祢投奔，圣洁的圣母，因我需要救赎。/ 请仁慈地垂顾我这软弱的灵魂，/ 并在祢的圣子、我们的上帝面前为我代求，/ 使我能获得宽恕，/ 赦免我所犯下的重罪，/ 唯一的蒙福者。

至圣圣母，/在我的一生中，请勿离弃我，/勿将我托付于人的庇护，/但愿祢亲自保护我并怜悯我！

我将一切希望 / 寄托于祢，天主之母，/ 求祢以祢的庇护护佑我。

主啊，求祢怜悯。（40）

以及祷文：在任何时候、任何时刻，在天上和地上都接受敬拜与颂赞的基督上帝，您是长久忍耐、大有怜悯、至为仁慈的，您爱义人，怜悯罪人，并以未来福分的应许召唤所有人得救！　主啊，求祢在此时此刻也接受我们的祷告，并引导我们的生活遵行祢的诫命：圣化我

们的灵魂，洁净我们的身体，纠正我们的意念，净化我们的思想，并使我们脱离一切忧愁、灾祸和痛苦。　求祢以祢的圣天使护卫我们，使我们在他们的守护与教导下，得以在信仰中合而为一，并领悟祢那不可企及的荣耀；因为祢是应当受颂赞的，直到永永远远。阿们。

主啊，怜悯我们。**（3）荣耀颂，如今：**

我们颂扬祢——那比智天使更崇高、比火天使更荣耀、以童贞之身诞下圣言、真正的圣母。

奉主之名赐福，神父。

司祭：上帝啊，怜悯我们，赐福于我们；向我们显明祢面容的光辉，并怜悯我们。

诵经员：阿们。

随后，司祭诵念圣以弗所·西里尔的祷文，并行十六次鞠躬：

主啊，我生命的主宰！求祢不要将我交于懒惰、虚浮、好权势和空谈之灵。**（鞠躬）**

求祢赐予我——祢的仆人——贞洁、谦卑、忍耐与仁爱的灵。**（鞠躬）**

是的，主——万王之王，求祢让我看清自己的罪过，而不论断我的弟兄，因为祢是应当受颂赞的，直到永永远远。阿们。**（鞠躬）**

此外，伴随以下祷文行12次小鞠躬：

上帝啊，求祢洁净我这罪人。

再次诵念整段祷文：主啊，我生命的君王：**并行一次大鞠躬。**

《三圣颂》。荣耀颂，如今：至圣三一：主啊，怜悯我们。（3）荣耀颂，如今：我们的天父：司祭：因为你的国是永恒的：**诵经员：**阿们。主啊，怜悯我们。**（12）**

致至圣童贞圣母的祷文，
由圣母埃韦尔盖蒂德修道院的修士保罗所作，
即施恩者

无瑕、无污、无辜、无玷、纯洁的童贞女，上帝的新娘，女主！　祢以奇妙的受孕将神之圣言与人类结合，并将我们被弃绝的本性与天上的力量相联结；祢是绝望者的唯一希望，是受攻击者的帮助，是投靠祢之人的可靠保障，也是所有基督徒的避难所！　求祢不要厌弃我——这个罪人，这个污秽之人，因可耻的意念、言语和行为使自己全然不配，又因心志疏忽而沦为世俗享乐的奴隶。　但求祢以仁爱之心怜悯我——这有罪且迷途之人，如同那仁爱之神的圣母一般；求祢接受我这污秽之口向祢献上的祈求，并以母性的胆量恳求祢的圣子、我们的主和救主，　使祂也能向我敞开祂仁爱良善的胸怀，赦免我数不胜数的罪过，引导我归向悔改，并使我成为祂诫命的忠实践行者。　愿祢永远与我同在，作为仁慈、富有同情心且热爱美善的圣母，在这世上成为我热忱的代祷者与帮助者，保护我免受敌人的攻击，并引导我走向救赎；　在我离世之时，护佑我这可怜的灵魂，将邪恶恶魔的阴森幻象驱离于它之外；在可怕的审判之日，救我脱离永恒的惩罚，使我成为祢的圣子、我们的上帝那不可言喻的荣耀的继承者。　愿我，我的主母、至圣童贞女玛利亚，藉着你的代祷与护佑，因你独生子——我们的主、上帝和救主耶稣基督的恩典与仁爱，得以获得这一切。　一切荣耀、尊贵和敬拜都归于祂，与祂无始的父，以及祂至圣、至善、赐生命的圣灵同在，如今、直到永远、世世代代。阿们。

修士安提阿向我们的主耶稣基督的祷文

主啊，求祢赐予我们这些即将入睡的人，身心安息，并保护我们免受罪恶的黑暗之梦，以及一切幽暗与夜间的情欲之害。　求祢平息情欲的冲动，熄灭那恶者狡猾地射向我们的炽热箭矢，安抚我们肉体的叛逆，并使我们一切关于尘世与物质的思虑沉睡。　上帝啊，求祢赐给我们清醒的头脑、贞洁的理智、清醒的心灵，以及轻松的睡眠，使我们免于一切撒但的幻梦。求祢在祷告之时，使我们因坚守祢的诫命，并将祢的审判铭记于心而得以坚立。　求祢赐我们整夜赞美，好叫我们歌颂、祝福并尊崇祢——圣父、圣子、圣灵——那备受尊崇、威严圣名，如今、直到永远、世世代代。阿们。

至荣的永贞童女、基督上帝之母，请将我们的祈祷呈献给祢的圣子、我们的上帝，愿祂因祢的代祷而拯救我们的灵魂。

圣约安尼基的祷文

我的盼望是圣父，我的避难所是圣子，我的庇护是圣灵；圣三一，荣耀归于祢！

司祭：荣耀归于祢，基督上帝，我们的希望，荣耀归于祢。

诗班：荣耀归于祢，如今，主啊，求祢怜悯。（3）求祢赐福。

随后众人俯身触地，司祭则在结束礼前诵念祷文：

至仁慈的主，主耶稣基督，我们的上帝！藉着我们至洁的主母、圣母玛利亚的代祷，凭着神圣而赐生命的十字架的大能，依靠天上无形圣军的护佑，以及圣而荣耀的先知、　施洗者约翰、圣洁、荣耀且受万民赞美的使徒们、圣洁、荣耀且得胜的殉道者们、我们敬虔且敬奉上帝的先贤们、圣洁且义人、上帝的父母约阿基姆和安娜，以及祢所有的圣徒，求祢垂听我们的祈祷，　求祢赦免我们的罪过，以祢翅膀的荫庇遮盖我们，驱逐一切仇敌与敌对者，使我们的生活得享平安，主啊，求祢怜悯我们，赐下祢的平安，并拯救我们的灵魂，因祢是良善且爱人的。

我们说：阿们。

赦罪礼

神父向信众鞠躬说道：“圣父们，请赐福于我，并宽恕我这个罪人，赦免我一切在行为、言语、意念及所有情感上的过犯。”

我们则回应道：“愿上帝宽恕你，圣父。”

神父诵念以下祈祷文：

让我们为我们的至圣宗主教（姓名）、为我们的至尊都主教（或：大主教，或：主教）（姓名），以及为我们在基督里的全体弟兄祈祷。

[在修道院中：为我们可敬的院长（姓名）及本圣修道院的修士们祈祷。**]**

唱诗班在每次祈求后应唱：主啊，怜悯我们。

为受神庇佑的祖国、政府及全体国民。

为那些憎恨我们和爱我们的人。

求祢垂怜那些怜悯我们、侍奉我们的人。

求主垂怜那些嘱咐我们这些不配之人替他们祈祷的人。

求拯救被掳之人。

为那些与我们决裂的父辈和兄弟们。

为在海上航行的人。

为那些卧病在床的人。

让我们也为大地丰收祈祷。

并为所有东正教信徒的灵魂祈祷。

让我们缅怀东正教的主教们以及这座圣殿（**或：**这座圣修道院）的建造者们。

为我们的父母，以及所有先我们而去的、安息于此及各地的东正教先辈——我们的父亲和兄弟们——祈祷。

我们也为自己祈求：

唱诗班：主啊，求祢怜悯。 **（3）**

司祭：主耶稣基督，我们的上帝，求祢因我们圣父们的祈祷，怜悯我们。

我们：阿门。

在修道院中，修士们行叩拜礼，向院长求恕，并说道：

“圣父，请赐福于我，并宽恕我这个罪人。”

在获得院长宽恕后，我们便回到自己的小室，诵念以下祷文：

主啊，仁爱之主，求祢宽恕那些憎恨和伤害我们的人。求祢以善报善。求祢应允我们的弟兄和亲人的祈求，凡有助于得救之事，并赐予他们永生。求祢探望病患，并赐予他们痊愈。求祢引导那些在海上的人。　请与旅人同在。求祢赦免那些侍奉我们、怜悯我们之人的罪过。求祢凭祢的大慈大悲，怜悯那些托付我们——这些不配之人——为他们祈祷的人。主啊，求祢记念我们先逝的父辈和弟兄，让他们在祢面光照耀之处安息。　主啊，求祢记念我们那些身陷囹圄的弟兄，并使他们脱离一切灾祸。主啊，求祢记念在祢圣教会中奉献祭物、行善之事的人，成就他们一切有助于得救的祈求，并赐予他们永生。　主啊，也请记念我们这些谦卑、有罪且不配的仆人，用认识祢的光照亮我们的心灵，引导我们走上祢诫命的道路，借着我们至圣的主母、圣母玛利亚和祢所有圣徒的祈祷，因为祢是永远受称颂的。 阿们。*

第一周的星期三
晨祷时

按《八调集》第一首座诗的韵律。

按第二首诗篇的“座诗”，第二调

仁爱之主，祢以受难使众人脱离情欲，/ 并以祢的十字架使我肉身的私欲归于无有，/ 求祢恩准那些以斋戒取悦祢荣耀的人，/ 得以目睹祢神圣的受难，/ 使我丰盛地领受祢的大慈爱。

颂荣：重复上述内容。

如今，十字架上的圣母，同调： 基督啊，祢的童贞圣母，/ 见祢被悬挂在十字架上，已然死去，/ 便痛哭着呼喊：/ “我的儿子，这何等可怕的奥秘：/ 祢赐予众人永生，/ 为何却在十字架上自愿承受/ 这蒙羞的死亡？”

按第三诗调的座诗，第二调

这充满光明的大斋期，/ 主啊，如今祢已将其圣化并赐予我们，/ 求祢亲自使我们众人得以在痛悔中纯洁地度过，/ 凭着十字架的大能保守和平，/ 独一的爱人者。

颂荣：重复上述内容。

如今，十字架圣母颂，同调：蒙祢圣子圣十字架护佑，/ 纯洁的女王，圣母，/ 我们皆能轻易击退/ 仇敌的一切侵袭。/ 因此，我们理当尊崇祢，作为光明之母，/ 我们灵魂唯一的希望！

随后诵读《赞美集》。第50篇诗篇。

《米涅》中的赞美诗。以及三首诗篇，第二调。
第三首

伊尔莫斯：旷野如百合花般绽放：

让我们通过节制来钉死肉体的肢体，/ 如经上所记，在祷告中保持清醒，／并追随那受苦、/ 并使情欲归于无有的主的足迹度过一生。

将苦涩的罪孽从心中驱除，/ 让我们急切地取悦基督，/ 祂甘愿尝了苦胆，/ 并用十字架击倒了邪恶之首。

罪恶已成习惯，/ 正将我拖向最终的灭亡；/ 但祢，满有怜悯的主，求祢以祢的十字架，/ 满有慈爱的主，将我从其中拯救出来。

圣母颂：统御万有的主母！/ 正如祢生下主一样，/ 求祢使我脱离那欺骗者的奴役，/ 以及众人共同的敌人！

另一首三节诗，同调

伊尔莫斯：求祢坚固我们：

十字架之树为世人结出了节制的果实；/让我们满怀爱意地迎接它，/一同享用基督神圣诫命所结出的种种果实。

如今仍持守克制，远离情欲，/ 为了主，让我们将肉体钉在十字架上，/ 并向众人显明我们已使肉体思虑如死一般，/ 活出神圣的生命。

荣耀颂（三位一体）：我赞美三位一体、本性合一的圣三：/ 圣父、圣子、圣灵，/ 神性唯一的大能，/ 万有的国度与尊荣。

圣母颂：圣母，你诞下基督，/ 这自然令人战栗：/ 因为道成肉身者就是上帝——/ 祂自起初就由圣父所生，/ 并在末世由你 / 无夫受孕而生。

荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

我颂扬祢被钉十字架，以及长矛刺穿 / 祢神圣的肋旁，/ 我每日从其中汲取不朽之饮，/ 基督啊，并因此得以成圣。

伊尔莫斯：主啊，求祢使我们坚定于祢——那以圣树扼杀罪恶的主，并将祢的敬畏 / 植入我们这些颂扬祢之人的心中。

第8首

伊尔莫斯：昔日巴比伦的烈火窑：

情欲之炉正焚灼我的灵魂，/ 但求祢以恩典之露将其熄灭，/ 祢曾从不朽的肋旁涌出无欲之泉，/ 当祢被钉十字架之时，恩主，/ 因祢的大慈大悲。

基督啊，祢借着被钉十字架的升天，将我们这些陷入罪恶的人提升。/ 因此，请将我在罪恶深渊中失足的我，从那里救起，并立我在救恩的磐石上，/ 使我能颂扬祢的大能。

基督啊，求祢用祢的长矛，/从我心中清除情欲的腐朽，/医治我全身，/我已被毒蛇的利齿所咬，/并赐我坚定不移地/行在神圣的道路上。

圣母颂：我们敬拜祢——这盏闪耀的灯盏与明灯，/ 神圣之火栖息于祢之上，/ 照亮了那些被如夜般黑暗所笼罩的人，/ 我们众人皆敬拜祢，圣洁者，并颂扬/ 由祢所生的圣子，蒙福者。

另一首三节诗

伊尔莫斯：在荆棘丛中向摩西：

在强盗中间，被钉在木十字架上，/ 肋旁被长矛刺穿，生命之源涌流，/ 你们要歌唱、要祝福、/ 并要世世代代颂扬祂。

全地的审判者，/ 祢站在审判台前，/ 忍受了脸上的击打与嘲弄，/ 被悬挂在十字架上，/ 使我脱离灭亡——/ 脱离古老的罪孽——直到永远。

让我们颂扬圣父、圣子、圣灵，三位一体的主：唯一的神性，三位一体，/ 本质不可分割，但按位格区分，/ 永恒的统治，圣父、圣子、圣灵，/ 我们以诗歌颂扬祢，直到永远。

圣母颂：纯洁的上帝之母，/天国之门，救赎之门！/请接受所有基督徒的祈祷，/他们世世代代称你为有福者。

荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

基督的十字架，使强盗归信，/也使我——在斋戒之路上虔诚前行！/求祢恩准我速得机会敬拜祢，/并得着生命。

我们赞美、祝福、敬拜主，世世代代歌颂并尊崇祂。

伊尔莫斯：在荆棘丛中向摩西显现的 / 圣母的奇迹 / 昔日在西奈山上，/ 你们要歌唱、祝福并颂扬，直到永远！

第九首

伊尔莫斯：无始之父：

比太阳更明亮的斋期已照耀，/多光辉的恩典，向众人宣告/关于十字架光芒的佳音，/以及神圣受难的黎明，/还有救赎的复活之日。

让我们爱慕纯洁，远离淫乱，/以贞洁束紧腰带，/好让我们以纯洁之身，呈现在那位纯洁的、/独一无二、向众人寻求纯洁的、/我们灵魂的救主面前。

基督啊，求祢以对祢的敬畏 / 将我的肉体钉在十字架上，/ 正如祢曾将亚当的罪钉在十字架上；/ 求祢解开我罪恶的枷锁，/ 主啊，求祢用祢的长矛击碎那恶者的箭矢，/ 并救我脱离他的伤害。

圣母颂：你生下了基督主——至公义的审判者 / 也是唯一乐于和解者，/ 童贞圣母，求你救我脱离审判，/ 也救我脱离火焰与刑罚，/ 这些都是罪恶的享乐所招致的。

另一首三节诗

伊尔莫斯：纯洁无瑕者：

啊，祢的仁慈！/ 因为祢承受了十字架，/ 承受了钉子与长矛，主啊，/ 为了我——这被判处灭亡之人；/ 因此，我歌颂祢，基督。

十字架、苇杖、钉子与长矛，/ 祢那赐予生命的受难，/ 我们全人类都向祢俯首敬拜，/ 基督啊，我们以圣歌颂扬祢。

荣耀颂（三位一体）：三位一体的唯一，/ 唯一的圣三，至高无上的主权，/ 同等荣耀的本质：/ 圣父、圣子与圣灵，/ 求祢拯救我们众人！

圣母颂：万福，圣母，世人的赎罪者，/我们这些罪人投靠于祢，/便永远与天主和好。

荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

主啊，求祢以祢的圣十字架坚固我，/ 仁慈的主，求祢赐我力量，/ 使我能完成斋戒期。

伊尔莫斯：纯洁无瑕的圣母与童贞女，/ 全体信徒，/ 虔诚地以圣歌颂扬祢为圣母。

圣灯颂。

诗篇唱诵，第八调

让我们借着斋戒来制服情欲的思念，/ 以灵性的翅膀遮盖自己，/ 使我们能轻松穿越迫近的仇敌风暴，/ 配得敬拜那为世界自愿被献为祭的上帝之子，/ 并以灵性庆祝救主从死里复活：/ 登上山巅，与门徒一同颂扬 / 从父那里领受了一切权柄的 / 爱人的圣子！ **(2)**

致殉道者：不可战胜的基督殉道者，/ 你们凭着十字架的大能战胜了诱惑，/ 因此获得了永生的恩典；/ 你们不惧暴君的威胁，/ 虽受酷刑折磨却依然欢欣。/ 如今，你们流淌的鲜血 / 已成为我们灵魂的医治：/ 求你们为我们灵魂的得救代祷！

荣耀颂，此刻，十字架上的圣母，仍以同样的声调唱道：“我们眼前这景象，/ 我的双眼所见，主啊？/ 掌管万有的主，祢被高举在十字架上，/ 赐予万物生命的主，祢却被处死！”——/ 至圣童贞女玛利亚哭泣着高声呼喊，/ 当她凝视着十字架上 / 从她身上不可言喻地放射出光芒的 / 神与人。

第一时辰，诵读诗篇并行常规鞠躬礼：随后诵读遣散祷文。

星期三第六时辰

预言颂，第四调

祢深知我们的本性，/ 深知我们的软弱，仁爱之主：/ 我们虽犯了罪，却未背离祢，上帝，/ 也未向异教之神伸出双手。/ 求祢凭祢的仁慈怜悯我们，慈悲的主！

荣耀颂，如今：并重复上述内容。

前诵．第四调

主啊，我要全心全意地赞美祢。

诗节：我因祢而欢欣鼓舞。

诗篇 9:2A, 3A

以赛亚书预言诵读

上主如此说：律法将从锡安发出，上主的话语将从耶路撒冷传出。祂将在各族中施行审判，并责备众多民族；他们将把刀剑打成犁头，把长矛打成镰刀：民族不再举刀相向，也不再学习战争。　如今，雅各家啊，你们要来，让我们在耶和华的光中行走；因为祂已经离弃了祂的子民，雅各家；因为他们的地，如同从起初一样，充满了外邦人的预言，并且有许多外邦人的儿女在他们中间出生。　因为他们的地充满了金银，他们的财宝多得数不清；他们的地充满了马匹，他们的战车多得数不清；他们的地充满了可憎之物——就是他们手所做的，他们竟向自己手指所造的偶像下拜。　人便屈身，男子便卑微，我必不宽容他们！如今你们要进入磐石中，藏身于地里，躲避耶和华的威严和祂大能的荣耀，因为祂要兴起，要击打这地。因为耶和华的眼目高举，人却微不足道；人的高傲必被贬低；在那日，惟有耶和华被尊崇。

以赛亚书 2:3–11

前诵．第六调

耶和华是公义的，他喜爱公义，/他的面转向公义。

诗节：我仰望耶和华；正如你们对我的灵魂所说的。

诗篇 10:7, 1A

以及其余的时辰礼仪，和结束祷文。

周三晚祷

举行预圣体礼时，司祭在每段应答诗之后诵念简短的祈祷文。

《我向主呼求》：第10调的诗篇

自“求祢将我的灵魂从监牢中领出来”起：按当日自唱调，重复两次。同调的殉道诗；另诵三首《三圣节诗集》所载诗篇及三首《圣人传》诗篇，其中第一首重复一次。

第8调：弟兄们，我们在肉体上斋戒，/ 也要在灵性上斋戒：/ 解开一切不义的枷锁；/ 撕毁奴役性协议的束缚。/ 撕毁一切不公的契约，/ 给饥饿者面包，/ 让无家可归的乞丐有栖身之所，/ 好使我们从基督上帝那里获得大恩。（2）

随后向殉道者祈祷：还有什么荣耀可言？/ 还有什么赞美配得上圣徒？/ 因为他们为祢——那位俯身降临、从天而降的主——/ 在刀下低下了头；/ 为祢——那位谦卑自己、取了奴仆形像的主——/ 倾洒了自己的鲜血；/ 谦卑至死，/ 效法祢的贫穷；/ 因着他们的祈祷，凭着祢丰盛的怜悯，/ 神啊，求祢怜悯我们！

随后是约瑟夫先生．第二声调

耶稣，实为属灵的太阳，/将你们如光辉闪电般遣往世界各地，/借着你们神圣讲道的光芒，/驱散了迷途的黑暗，啊，见神之光的使徒们，/并照亮了那些被诡诈地困在无知黑暗中的人。/ 求你们恳求祂，也赐予我们 / 启迪与大慈大悲。

另一首同题诗：以利亚，乘上神圣的美德战车，/ 通过斋戒获得启迪，升入天界之巅。 / 我谦卑的灵魂啊，当效法他， / 远离一切恶意、嫉妒与仇恨， / 以及转瞬即逝的享乐与欢愉， / 以便你能逃脱沉重的折磨， / 永恒的地狱之火，向基督呼求： / “主啊，荣耀归于祢！”

另一首关于费奥多尔先生的诗，第五调

神圣的使徒们，/ 世间最热忱的代祷者，/ 正教信徒的守护者！ / 你们有胆量向我们的主基督祈求，/ 恳求你们，至圣者，为我们代祷，/ 使我们能安然度过这美好的斋期，/ 并领受同质圣三一的恩典。/ 伟大的、荣耀的传道者，/ 为我们的灵魂祈祷吧！

及《圣人传》第4卷。“荣耀颂”，以及“如今，圣母颂”。持香炉入堂，不诵读福音书。[若应诵读福音书，则连同福音书一同诵读。] 喜乐之光：

前诵，第五调

主啊，祢必保守我们，护佑我们 / 脱离这世代，直到永远。

诗节：主啊，求祢拯救我，因为世上已无义人。

诗篇 11:8, 2A

1.《创世记》诵读

神说：“地要生出活物来，各从其类：四足的、爬行的，和地上的走兽，各从其类。”事就这样成了。神就造出地上的走兽，各从其类；牲畜，各从其类；地上一切爬行的生物，各从其类。神看这一切都甚好。 神说：“我们要照着我们的形象、按着我们的样式造人，使他们管理海里的鱼、空中的鸟、（和野兽）、牲畜，以及全地，和地上一切爬行的生物。” 神就照着神的形像造人，乃是照着神的形像造男造女。 神就赐福给他们，说：“要生养众多，遍满地面，治理这地；也要管理海里的鱼、（地上的野兽）、空中的飞鸟，和一切牲畜，并全地，以及地上一切爬行的生物。” 神说：“看哪，我将地上一切结种子的菜蔬和一切结果子、里面有种子的树木，都赐给你们作食物。 至于地上一切的走兽、空中一切的飞鸟，以及在地上爬行的、一切有生命气息的爬行动物，它们的食粮就是一切青翠的草。”事就这样成了。神看着祂所造的一切，看哪，甚好。有晚上，有早晨，这是第六日。 天地和其中的一切都造齐了。神在第六日完成了祂所造的一切工作，就在第七日从祂所造的一切工作中歇了息。 神就赐福给第七日，定为圣日，因为在这日，神从祂一切的创造工作中歇了息。

创世记 1:24–31；2:1–3

前诵，第六调

求祢垂顾，求祢听我，/ 主啊，我的神。

诗句：主啊，你要到几时才忘记我，直到永远？你要到几时才向我掩面？

诗篇 12:4A, 2

2. 箴言 读

我儿！你若领受我诫命的训词，将它藏在心里：你的耳朵若听从智慧，你的心若转向明达，你也要将它转给你的儿子，使他受教。 因为，若你呼求智慧，向明达敞开你的口（并以大声寻求敏锐的听觉）；若你像寻找银子一样寻求智慧，像探寻珍宝一样追寻它，那时你便会明白对耶和华的敬畏，并获得对神的认识。 因为耶和华赐下智慧，知识和明达都出于祂；祂为有福的人预备拯救，保护他们的道路，使义人的行为得以保全；祂也要保全敬畏祂之人的道路。那时，你便明白公义和审判，并使一切良善的根基都变得正直。 因为，若智慧进入你的心思，你心灵的敏锐便显为美好，良善的谋略必保全你，圣洁的思虑必护卫你，使你远离恶人的道路，远离那不讲真话的人。 啊，那些离弃正直之道、转而行在黑暗之路

的人啊！啊，那些为恶行欢欣、因邪恶的败坏而雀跃的人啊！他们的路径蜿蜒曲折，足迹歪斜，旨在使你远离正直之道，与正确的见解疏远。　儿啊！切莫被恶人的谏言所诱——那人背弃了年少时的教诲，遗忘了神的诫命：因为她将自己的家建在死亡附近，将根基立在阴间，与地上的恶人同在。凡走向她的人，都无法回头，也无法抵达正直的道路；因为他们无法活到寿数。　因为，倘若他们行善道，必能寻得义人的平坦之路。良善的人必住在地上，无恶的人必存留其中；因为正直的人必居住在地上，圣洁的人必存留其中。恶人的道路必在世上灭亡，作恶的人必从地上被除灭。

箴言 2:1–22

诵读经文结束后，司祭宣告：“愿平安与你同在。”**执事回应：**“智慧。”**诵经员唱道：**“愿我的祷告被接纳。”**此时，教堂左右两侧的圣坛区以及两侧全体会众均跪下祷告。诵经员唱毕后，第一唱诗班也唱道：**“愿我的祷告被接纳。”**诵经员、第二唱诗班以及该侧的会众均跪着，直至唱诗结束。 随后，诵经员唱第一节经文：**“主啊，我向祢呼求，求祢垂听我”；唱完经文后，第二圣咏团唱：**“愿我的祈祷蒙垂听”；**此时，诵经员、第一圣咏团以及该侧的信众皆跪下。诵经员接着唱第二节经文：**“主啊，求祢在我口上设守望者”；　**第一合唱团再次唱道：**“愿我的祷告被接纳。”**诵经员、第二合唱团以及在场的会众再次屈膝。诵经员唱第三节经文：**“求祢不要使我的心偏离正道。”**第二合唱团唱道：**“愿我的祷告被接纳。”**诵经员、第一合唱团和会众再次屈膝。 诵经员再次唱道：**“愿我的祈祷如香烟，升到祢的面前。”**此时，两个唱诗班和教堂内全体信众皆跪下，在诵经员歌唱期间保持跪姿；起身后，在圣坛上唱完：**“我举起的双手，如同晚祭。”**仪式结束后，我们行三次大鞠躬。

若是“发现施洗者约翰圣首节”或“四十位殉道圣徒节”，则礼仪结束后，当诵念“愿我的祈祷被接纳”时：**随即在敞开的圣门前，诵读前诵经，宣读使徒书信，唱“哈利路亚”，宣读福音，其余按惯例进行。 若非节日，**在“愿我的祈祷被接纳”之后：**执事诵读求祷文，司祭诵读虔诚祈祷文。我们则行三次鞠躬礼。其余“预圣体礼”的仪式流程，均按礼仪书规定的规程进行。**

须知，在移送圣体并诵唱《如今天上的力量**》之后，我们应脱帽行三次大鞠躬。**

须知，在移送神圣圣物时，由于它们已全然圣化，信众与唱诗班成员皆俯伏在地，向居于其中的基督献上理应归于上帝的敬拜。

领圣体时：尝尝吧——你们便会知道上主是何等美善。哈利路亚，**三次。开启圣门后，执事宣告：**怀着对上帝的敬畏、凭着信心[与爱心]上前。 **我们齐行一拜：并唱道：**“我要时时称颂耶和华，／ 我的口中常有祂的赞美。”哈利路亚，**三次。司祭宣告：**“永远，如今，直到永远。”**圣咏团：**“阿们。” 愿我们的口充满：哈利路亚，**三次。讲道台后祷告后：**愿主的名从今时直到永远蒙福：**并行三次小鞠躬。**我要时时称颂主：**随后分发圣饼。然后举行完整的遣散礼。**

整个大斋期中，当举行预圣体圣礼时，礼仪流程即如上所述。若无圣礼，则在晚祷中唱第六调的诗篇：其中两首取自《三圣集》，三首取自《圣历》。《荣耀颂》及《如今，圣母颂》按《圣咏集》的调式唱诵。在诗咏台上，先唱两遍取自《三圣咏集》的当日自唱诗，再唱置于“主啊，我呼求”之后的**殉道诗，随后唱同调的《荣耀颂》及《如今，圣母颂》。最后以惯常的结束式结束。进入食堂后，我们食用干粮，并饮用加了蜂蜜的饮料。 本周四不设餐，但斋戒至周五：届时进入餐厅进食。**

周三晚祷时

司祭：我们的上帝永远受赞美，如今、永远，直到世世代代。

诵经员：阿门。荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

天上的君王：三圣颂。荣耀，如今：至圣三一：主啊，求祢怜悯。（3）荣耀，如今：我们的天父：司祭：因为国度是祢的：**诵经员：**阿们。　主啊，求祢怜悯。**（12）荣耀归于祢，如今：来吧，让我们敬拜：（3）**

第一周的星期三

第69篇诗篇

神啊，求祢向我施援；主啊，求祢速速帮助我。愿那些寻索我性命的人蒙羞受辱；愿那些图谋害我的人退后受辱；愿那些对我说“好啊，好啊！”的人，立刻带着羞愧退去。 愿一切寻求祢的人，神啊，因祢而欢欣鼓舞，愿喜爱祢救恩的人不断地说：“愿主得荣耀！”我却是贫穷困苦的；神啊，求祢帮助我。祢是我的帮助者，也是我的拯救者；主啊，求祢不要迟延！

现在，让我们吟唱我们尊贵的圣父安德烈（克里特和耶路撒冷的）所作的这首《大赞美诗》，在每首颂词之后重复副歌：“上帝啊，怜悯我，怜悯我。”

第一首，第六调

伊尔莫斯：我的帮助者和庇护者 / 成了我的救赎： / 祂是我的上帝，我要赞美祂， / 我父亲的上帝——我要高举祂， / 因为祂已得着荣耀！ **（2）**

副歌：上帝啊，怜悯我，怜悯我。

基督啊，我自幼便违背了祢的诫命，/ 我以狂热、疏忽、轻率的态度 / 度过了整个人生，/ 因此我向祢呼求，救主：/ “哪怕在临终之际，也救救我吧！”

救主啊，我俯伏在祢的门前，/ 求祢至少在晚年不要将我一无所有地打入地狱，/ 但在离世之前，求祢作为爱人的主，/ 赐我罪孽的赦免。

救主啊，我将财产挥霍在放荡之中，/ 失去了虔诚的果实，/ 如今饥肠辘辘，我呼求：/ “仁慈的父啊，请快来，/ 亲自怜悯我吧！”

我——如同落入强盗之手的——/因我自己的意念，/如今浑身伤痕累累，遍体溃疡；/但祢自己，基督救主，/请来医治我吧。

祭司看见我，却从我身边走过；/利未人见我身陷重难、赤身露体，竟轻视了我。/但从玛利亚身上显现的耶稣，/求祢前来怜悯我。

副歌：圣母玛利亚，求祢为我们向天主祈祷。

求祢赐予我那来自至高神圣旨意的 / 光辉恩典—— / 使我免于情欲的蒙蔽， / 并热切颂扬祢，玛利亚， / 生平中的美德事迹。

斯拉瓦·特罗伊琴：超然的三位一体，/ 受人敬拜的唯一，/ 请从我身上卸下沉重的罪孽重担，/ 并以仁慈之心，/ 赐予我悔罪的泪水。

如今，圣母颂：圣母，是颂扬祢之人的希望与庇护！/ 求祢从我身上卸下沉重的罪孽重担，/ 并作为纯洁的女王，/ 接纳我这悔罪之人。

第二首

伊尔莫斯：天啊，请侧耳倾听——我要宣告，/我要颂扬基督，/祂由童贞女降生为人。 **（2）**

因无法自制，我如大卫般失足， / 使自己蒙羞； / 但救主啊，求祢以我的眼泪洗净我。

我既无眼泪，亦无悔改，更无懊悔之情； / 救主啊，求祢作为上帝， / 亲自将这一切赐予我。

我毁掉了原初的美 / 和我的荣光， / 如今赤身躺卧，满心羞愧。

那时，求祢不要向我关闭祢的门，/ 主啊，主啊，/ 而是为我——这向祢悔改的人——敞开它。

求祢垂听我灵魂的哀叹，/ 接纳我眼中流下的泪珠，救主，/ 并拯救我。

仁爱之主，愿众人得救，/求祢呼召我，并以祢的仁慈，/接纳这悔改之人。

副歌：至圣童贞圣母，拯救我们。

至洁的童贞圣母，/ 唯一受万民颂扬者，/ 请热切地为我们祈求得救。

伊尔莫斯：看哪，看哪，我是上帝，/曾如雨般降下吗哪，/并从磐石中涌出水来，/在远古的旷野中赐予我的子民，/仅凭我的一只右手和我的大能。

“看哪，看哪，我是上帝！”/ 我的灵魂啊，要侧耳倾听主呼唤的声音，/ 远离往日的罪孽，/ 敬畏祂——这位施行报应者，/ 这位审判者，这位上帝。

你这多罪的灵魂，你效法了谁？/ 唉，你效法了古时的该隐和拉麦，/ 用石头——即恶行——击打身体，/ 又用鲁莽的欲望扼杀了理智。

灵魂啊，当你审视所有律法颁布前生活的人时，/你既未效法西弗，/也未效法以诺，/既未效法以诺的迁移，也未效法挪亚，/却在义人的生活中显得贫乏。

唯有你，我的灵魂，开启了你之神的愤怒瀑布，/ 如同洪水淹没大地一般，淹没了所有的肉体、行为与生命，/ 并留在了救赎方舟之外。

副歌：圣母玛利亚，求你为我们向神祈祷。

你以全心的热忱与爱，/投奔了基督，/弃绝了昔日的罪恶之路，/在人迹罕至的旷野中修习，/并无瑕地遵行祂的神圣诫命。

荣耀颂（三位一体）：无始、未被创造的三位一体，/ 不可分割的合一，/ 请接纳悔改的我，/ 拯救犯了罪的我，/ 不要轻视祢所造的我，/ 而是怜悯我，并救我脱离 / 火刑的审判。

如今，圣母颂：至洁的主母，神的母亲，/ 投奔祢者的希望，/ 遭风暴袭击者的避难所，/ 求祢以祷告，/ 使仁慈的造物主和祢的圣子，/ 也向我施恩。

第三首

伊尔莫斯：主啊，求祢将我摇摆不定的心 / 坚立在祢诫命的磐石上，/ 因为唯有祢是圣洁的主。（2）

你，这不幸的灵魂，既未承继西缅的祝福，/ 也未如雅弗那般拥有广袤的疆域，/ 更未在世上获得宽恕。

从哈兰之地——脱离罪恶，/ 我的灵魂啊，/ 快去那流淌着永恒生命、不朽之地的土地，/ 那是亚伯拉罕所继承的。

我的灵魂啊，你曾听闻亚伯拉罕的事迹，/他在远古时便离开了故土，/成为异乡人；/当效法他的决心。

在玛姆雷的橡树下，这位族长，/款待了天使，/在晚年继承了/作为奖赏的应许。

以撒啊，我这不幸的灵魂，/ 得知他作为新的全燔祭，/ 被神秘地献给主，/ 请效法他的顺服。

我的灵魂啊，你曾听闻以实玛利，/ 那被驱逐的，如同婢女所生的；/ 看哪，要清醒，免得你也/ 因放荡而遭受同样的遭遇。

副歌：圣母玛利亚，请为我们向天主祈祷。

我被罪孽的风暴与波涛所吞没，/ 但母亲啊，求你亲自拯救我，/ 引领我来到神圣悔改的避风港。

副歌：圣母玛利亚，求主为我们代祷。

圣母啊，如今请将仆人的祈求 / 呈献给仁慈的圣母，/ 借着你的代祷，也为我开启 / 神圣的门户。

三一颂：单纯的、未被创造的合一，/ 无始的本性，/ 在三位位格中被颂扬，/ 求祢拯救我们这些凭着信心敬拜/ 祢大能的人。

如今，圣母颂：那在时间之外由圣父所生的圣子，/在时间之中，天主之母，/你未曾与男子结合，却生下了祂，/——啊，何等非凡的奇迹！/——你仍保持童贞，并以乳汁哺育祂。

第四首

伊尔莫斯：先知听闻 / 主啊，祢将要降临，便心生敬畏，/ 因祢欲由童贞女降生并向世人显现，于是高呼：/ “我听闻关于祢的消息，便心生敬畏。” / 荣耀归于祢的大能，主啊！（2）

我的身体已被玷污，灵魂蒙上污点，/ 我浑身布满疮痂；/ 但祢，基督啊，如同医治者，/ 求祢借着我的悔改医治这两者，/ 洗净、洁净、使我纯白，/ 并显明我，我的救主，/ 使我如最纯净的雪一般。

祢——道成肉身者，为众人被钉十字架，/ 献上了祢的圣体与圣血：/ 圣体——为要重造我，/ 圣血——为要洗净我。/ 祢又赐下圣灵，/ 基督啊，为要引领我，/ 归向祢的圣母。

仁慈的主，祢在世上成就了救赎：/ 为了拯救我们，/ 祢甘愿被钉在十字架上；/ 封闭的伊甸园敞开了；/ 天上地下，/ 万物与万民，/ 得救之人，都敬拜祢。

愿祢肋旁流出的宝血 / 成为我的洗礼之泉，/ 并成为我的饮品，/ 涌出赦罪之水，/ 使我全然洁净，/ 藉着涂抹与饮用，/ 如同受膏与饮用，圣言，/ 藉着祢那赐生命的言语。

教会如何将祢那赐生命的肋旁 / 作为圣杯得着，/ 从中向我们倾注了双重恩流：/ 罪得赦免与真知，/ 正如旧约与新约的样式，——/ 这两约合而为一，我们的救主。

我失去了殿堂，/ 失去了婚宴，也失去了晚宴；/ 灯盏熄灭了，因为其中没有油，/ 殿堂在我沉睡时已关闭，/ 晚宴已结束，/ 而我手脚被捆绑，/ 被驱逐出去。

荣耀归于三位一体：本质上不可分割，/在位格上不可混同，/我向祢——三位一体的唯一神——颂扬神学，/如同颂扬那位独一无二、同坐宝座的君王。/我向祢高唱伟大的赞歌，/这赞歌在天上世界被三度吟唱。

如今，圣母颂：祢既生子，又仍为童贞女，/ 始终按本性保持童贞；/ 由祢所生的圣子更新了自然法则，/ 并由童贞之胎诞生。/ 凡神所喜悦之处，自然秩序便被超越，/ 因为祂随心所欲地创造万物。

第五首

伊尔莫斯：从黎明破晓之时起，/我便向祢奔去，仁爱之主，/求祢赐我光明，/并引导我遵行祢的诫命，/救主啊，求祢教导我，/遵行祢的旨意。（2）

我性情刚愎，/ 主啊，如同残暴的法老，/ 我的灵魂与身体都成了伊安尼和伊安布里，/ 心智也深陷其中；但求祢帮助我。

我这不幸之人，将自己的心智与污秽混杂在一起，/ 但求祢，主啊，用我眼泪的洗礼池洗净我，/ 我恳求祢，使我肉身的衣袍/ 洁白如雪。

救主啊，若我审视自己的所作所为，/便见我比任何人都罪孽更深，/因我是在完全清醒的状态下犯罪，/而非出于无知。

主啊，求祢怜悯、怜悯祢的受造物。/ 我犯了罪——求祢宽恕我，/ 因为唯有祢本性纯洁，/ 除了祢以外，/ 无人能保持无瑕。

为了我，祢虽是神，/却取了我的形像，/行了神迹：医治了麻风病人，/使瘫痪者恢复了力量，/止住了那患血漏之人的流血，救主啊，/仅凭触摸祢衣裳的穗子。

副歌：圣母玛利亚，请为我们向神祈祷。

渡过约旦河的溪流，/ 你获得了无痛的安息，/ 避开了肉体的享乐；/ 求你以你的祈祷，/ 使我们也能从其中得救，圣母。

荣耀颂（三位一体）：我们赞美你，三位一体的独一真神：/ “圣哉，圣哉，圣哉：/ 圣父、圣子、圣灵，/ ——单纯的本体，/ 永受敬拜的独一真神。

如今，圣母颂：从你——不朽的、未曾嫁人的童贞圣母——的躯体中，/创造万世的神，/取了我的形体，/并将人性与祂结合。

第六首

伊尔莫斯：我全心全意地呼求 / 那满有怜悯的上帝， / 祂从最深的阴间听见了我的呼求， / 并将我的生命从灭亡中拯救出来。（2）

起来并征服， / 如同耶稣征服亚玛力人那样，征服肉体的情欲， / 并征服基遍人——那些诡诈的意念， / 时刻战胜它们。

跨越流逝时光的本质，/ 如同昔日的方舟，/ 灵魂啊，进入那应许之地的疆域：/ 上帝如此吩咐。

正如祢曾拯救呼求的彼得，/ 救主啊，求祢也速速拯救我，/ 伸出祢的手，将我从野兽手中解救出来，/ 并从罪恶的深渊中提拔我。

我知道祢是宁静的避难所，/ 主啊，基督主啊；/ 但求祢速速将我从难以测度的罪恶与绝望深渊中 / 拯救出来。

荣耀颂（三位一体）：“我是三位一体，不复杂，不可分割，/ 按位格可区分，/ 且是本性所结合的合一”，/ ——圣父宣告，圣子与圣灵亦宣告。

如今，圣母颂：你的圣胎为我们生下了上帝，/祂取了我们的形像，/圣母啊，请向这位万物的创造者祈求，/使我们因你的代祷而得称义。

主啊，求祢怜悯（3）。**荣耀归于祢，如今也是：**

康达克，第六调

我的灵魂啊，我的灵魂啊，醒来吧，你为何沉睡？/ 末日将至，你将陷入困顿。/ 快快振作起来，愿基督上帝——/ 无所不在、充满万有的主——怜悯你！

第七首

伊尔莫斯：我们得罪了祢，犯了 / 罪孽与不义， / 既未遵守，也未遵行 / 祢所吩咐的一切。/ 但求祢不要将我们弃绝到底， / 列祖之神啊！（2）

你自愿集结了玛拿西的罪行，/ 取代异教的可憎之事，竖起了情欲，/ 从而使灵魂对它们的愤慨倍增；/ 但若热切渴慕他的悔改，/ 便能获得痛悔。

我的灵魂啊，你竟与亚哈 / 在可憎之事上相竞，唉，我真可悲！ / 你成了肉欲污秽的避难所 / 和可耻情欲的器皿； / 但请从你内心深处哀叹 / 并将你的罪孽向神倾诉。

天门已为你关闭，我的灵魂，/ 神的饥饿已降临于你，/ 正如往昔，/ 当亚哈不顺从提斯比人以利亚的话语之时；/ 但要效法撒勒法的寡妇：/ 滋养先知的灵魂。

从前以利亚曾两次焚烧 / 耶洗别的那五十个仆人， / 那时他也消灭了那些行可憎之事的先知， / 以谴责亚哈； / 但灵魂啊，切莫效法他们二人， / 当坚强起来。

荣耀颂，三位一体：三位一体，简单、不可分割、/同质且本质唯一：/如同光明与光，以及三位圣者与唯一圣者，/三位一体的上帝被颂扬；/但灵魂啊，你要歌颂、赞美生命与生命，/——即万有的上帝。

如今，圣母颂：我们颂扬祢，我们祝福祢，/我们敬拜祢，上帝之母，/因为祢在腹中怀了/不可分割的三位一体中的一位——基督上帝，/并亲自向我们，/这些活在世上的人，显明了天上的奥秘。

第8首

伊尔莫斯：天军所颂扬的，/ 智天使与火天使在祂面前战栗的，/ 一切有气息的受造之物，/ 都要歌唱、祝福 / 并永远尊崇祂！（2）

公义的救主，求祢怜悯我，/ 救我脱离那火与刑罚，/ 那是我在审判时理应承受的：/ 求祢在我终结之前赐我宽慰，/ 因我的美德与悔改。

我如强盗般向祢呼求："求祢记念我！"／我如彼得般痛哭流涕。／"救主啊，求祢赦免我"，——我如税吏般呼求，/ 如淫妇般潸然泪下；/ 求祢接纳我的哭泣，/ 如同当年接纳那迦南妇人的哭泣。

救主啊，请医治 / 我这谦卑灵魂的溃疡，唯一的医治者，/ 请为我敷上膏药、橄榄油和葡萄酒——这些是悔改的象征，/ 伴随着泪水的痛悔。

效法那迦南妇人，我也：/ "可怜我吧"，——我向大卫之子呼求；/ 像那个患血漏的妇人一样，触摸祢衣裳的穗子，/ 像马大与马利亚为拉撒路哀恸那样，我痛哭流涕。

荣耀归于圣三：无始的圣父，同为无始的圣子，/ 良善的安慰者，公义的圣灵；/ 上帝之言的源头，/ 圣父无始的圣言，/ 充满生命与创造力的圣灵，/ 三一而唯一的神，求祢怜悯我。

如今，圣母颂：仿佛由紫色织物，至洁者，/ 那意念中的朱红——以马内利的肉身 / 在你的子宫中编织而成；/ 因此，我们真诚地敬拜你，圣母。

第九首

伊尔莫斯：无种受孕的诞生不可言喻，/ 未曾知夫的圣母怀中，圣婴纯洁无瑕：/ 因为神的诞生更新了自然的法则。/ 因此，我们万族，/ 尊崇祢为我们的神之母，/ 按正统之道颂扬祢。（2）

基督——道，医治疾病，/向穷人传扬福音；/治愈残障者，与税吏同席，/与罪人交谈；/以手一触，便使雅伊罗已逝的女儿，/重获生机。

税吏得救了，淫妇也变得贞洁了，/而自夸的法利赛人却遭到了谴责。 / 因为前者呼求："求祢怜悯我！" / 后者说："求祢宽恕我！" / 而最后那人却自鸣得意，高声宣称："神啊，我感谢祢！" / 随后便是那些荒谬的言辞。

撒该虽是税吏，却获得了救赎，/而法利赛人西门却被引诱，/那淫妇则从那位有权赦免罪孽的主那里/获得了完全的赦免；/快去吧，我的灵魂，/你也当效法她。

那淫妇啊，我这可悲的灵魂，/你却没有效法她，/她曾捧着一瓶香膏，/流着泪用头发擦拭并用香膏膏抹主的双脚，/主便撕毁了她/以往罪孽的记录。

基督曾向哪些城邑传讲福音，/ 你知道它们是如何被咒诅的，我的灵魂；/ 当以此为戒，莫要像他们那样，/ 因为主将他们比作所多玛，/ 甚至判他们下地狱。

我的灵魂啊，切莫因绝望而比那迦南妇人更糟，/ 当你听闻那使她女儿藉着上帝的话语得医治的信心时。/ "大卫的子孙，也救救我吧！"/ ——要像她向基督那样，/ 从心底深处呼求。

荣耀归于圣三：让我们赞美圣父，颂扬圣子，/ 怀着信心敬拜圣灵 / ——不可分割的圣三，本质上合而为一，/ 如同光明与诸光，生命与诸生命，/ 赋予万物生命并照亮世界各处。

如今，圣母颂：求祢护佑祢的城邦，/至圣的上帝之母。/因在祢的庇护下，他凭着信德掌权，/并从祢那里获得力量，/在祢的协助下，/凯旋地击退一切诱惑，/俘虏仇敌，/并使他们顺服。

副歌：可敬的安德烈神父，请为我们向天主祈祷。

受尊崇的安德烈，至福的三福之父，/ 克里特岛的牧者！/ 请勿停止为颂扬你的人祈祷，/ 愿我们所有人——那些怀着信心纪念你的人——/ 都能摆脱愤怒、悲伤、朽坏，/ 以及无边的罪孽。

伊尔莫斯：无种受孕，诞生不可言喻，/ 由未曾知夫的圣母所生，圣婴无瑕：/ 因神的降生更新了自然法则。/ 因此，我们万族，/ 将祢尊为我们的神之母，/ 按正统礼仪颂扬祢。

接着进行大晚祷。

诗篇第4篇

我呼求时，公义的上帝垂听了我的声音；在我困苦时，祢使我宽广。求祢怜悯我，垂听我的祷告。世人啊，你们的心何时才不再沉重？为何喜爱虚空，追寻谎言？当知道，主使祂的圣者行了奇妙的事。　我向耶和华呼求，祂必应允我。你们要发怒，却不可犯罪；在心里默想时，当在床上痛悔。要献上公义的祭，并仰望耶和华。许多人说：“谁能向我们显明福乐？”——耶和华啊，祢面上的光已照耀我们！　祢使我的心欢喜：因祢的麦子、酒和油，他们便饱足。我必安然躺下，立刻入睡，因为祢，耶和华啊，唯独赐我满有盼望地活着。

《诗篇》第6篇

耶和华啊，求祢不要在祢的烈怒中定我的罪，也不要用祢的忿怒惩罚我。耶和华啊，求祢怜悯我，因为我软弱；耶和华啊，求祢医治我，因为我的骨头都战栗，我的心极其惊惶；耶和华啊，祢还要等到几时呢？　耶和华啊，求祢转意，拯救我的灵魂；因祢的慈爱，求祢救我。因为在死人中，谁还记念祢？在阴间，谁还称颂祢？我因哀叹而疲惫；每夜我要用眼泪洗净我的床榻，用眼泪浇灌我的床　。　我的眼睛因愤怒而昏花：我在众仇敌中已衰老。一切行不义的人，都离我远去吧，因为耶和华听见了我的哀哭，耶和华听见了我的恳求，耶和华接受了我的祷告。 愿我一切仇敌都蒙羞、惊惶，愿他们转回后退，速速蒙羞。

诗篇 12

耶和华啊，你要到几时才忘记我，直到永远？你要到几时才向我掩面？我心里要到几时才思虑，我心中要到几时才昼夜忧愁？　我的仇敌还要在我头上得意到何时？耶和华——我的神啊，求祢垂顾，听我的呼求；求祢照亮我的眼睛，免得我沉睡不醒；免得我的仇敌说：“我已胜过他。”若我动摇，逼迫我的人就欢喜；但我仍仰望祢的慈爱。 我的心因你的救恩而欢喜：我要向赐恩于我的耶和华歌唱，也要颂扬至高者的名。

求祢垂顾，求祢垂听我，我的主，我的神，求祢照亮我的眼睛，免得我沉睡至死，免得我的仇敌说：“我已稳固地抵挡他。”

荣耀归于祢，如今也是：哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚，荣耀归于祢，上帝。 (3) 主啊，求祢怜悯。 (3) **荣耀归于祢，如今也是：**

第24篇诗篇

主啊，我将我的灵魂仰望于祢。我的上帝，我仰赖祢——愿我永不蒙羞，愿我的仇敌不向我嘲笑；因为凡等候祢的，必不蒙羞；惟有行不义的人，必因虚妄而蒙羞。　耶和华啊，求祢将祢的道路指示我，教导我走祢的途径。引导我归向祢的真理，并教导我，因为祢是我的神，我的救主，我终日等候祢。　耶和华啊，求祢记念祢的怜悯和祢的慈爱，因为它们自古以来就存在。求祢不要记念我年少时的过犯和我的无知；耶和华啊，求祢因祢的慈爱记念我，因祢的良善。耶和华是良善且公义的，因此祂必将律法赐给在路上犯罪的人。　祂必在审判中引导谦卑的人，教导谦卑的人走祂的道路。耶和华的一切道路，对寻求祂的约和祂法度的人，都是慈爱和诚实。耶和华啊，求祢因祢的名，怜悯我的罪，因为我的罪甚大。　谁是敬畏耶和华的人？祂必在他所选择的道路上赐他律法。他的灵魂必安居在福乐之中，他的后裔必承受地土。耶和华是敬畏祂之人的坚固台，祂必向他们显明祂的约。我的眼睛时常仰望耶和华，因为祂必将我的脚从网罗中救出来。　求祢眷顾我，怜悯我，因我孤单贫穷。我心中的忧愁加增，求祢救我脱离患难。求祢看顾我的谦卑和软弱，赦免我一切的罪孽。求祢看顾我的仇敌——因他们众多，并以不义的恨恶恨我。　求祢保全我的灵魂，拯救我，使我不至因仰望祢而蒙羞。心地纯良、正直的人都与我同在，因为我等候祢，耶和华啊。神啊，求祢使以色列脱离一切的苦难！

《诗篇》第30篇

主啊，我仰望你，愿我永不蒙羞：求你凭你的公义拯救我、释放我，侧耳倾听我的呼求，速速拯救我；求你作我的护卫神，作我的避难所，好拯救我。　因为你是我的坚固台，是我的避难所；你必因你的名引导我，供养我，将我从为我设下的网罗中救出来，因为你是我的保护者，耶和华啊。我将我的灵交在你手中：耶和华——真理的上帝啊，你救了我。　祢憎恶那些徒然敬拜虚妄之物的人；但我仰望祢，耶和华啊！我要因祢的慈爱欢喜快乐，因为祢垂顾我的谦卑，救我的灵魂脱离患难，没有将我交在仇敌手中，使我的脚站在宽阔之处。耶和华啊，求祢怜悯我，因为我极其困苦；我的眼睛、我的心、我的内脏都因愤怒而昏迷。因为我的生命在苦难中耗尽，我的年岁在哀叹中消逝；我的力量在贫穷中衰弱，我的骨头都战栗了。　我成了所有仇敌的笑柄，尤其是我的邻舍；我成了熟人的惊骇，那些在街上看见我的人，都逃离我，　。　我被遗忘，如同死人；从心里看，我如同破碎的器皿，因为我听见周围许多人的诽谤，他们聚集起来攻击我，决心夺取我的灵魂。但我仰望你，耶和华啊，我说：“你是我的神。”我的命运掌握在祢手中；求祢救我脱离仇敌之手，脱离追赶我之人的手。求祢向祢的仆人显出祢的面，凭祢的慈爱救我。主啊，求祢不要使我因呼求祢而蒙羞；愿恶人蒙羞，愿他们被降入阴间。　愿那些诡诈的嘴巴缄默，他们以骄傲和蔑视之心，指责义人为不义。主啊，祢的慈爱何其浩大！祢将这慈爱隐藏给敬畏祢的人，并在世人面前赐给仰望祢的人！　祢将他们藏在祢面前的隐秘之处，使他们免受世人的骚动；祢用帐幕遮盖他们，使他们免受各族争论的伤害。耶和华是应当称颂的，因为祂在坚固的城中奇妙地显明了祂的慈爱。但我曾在晦暗中说：‘我已被从祢眼前弃绝’——因此，当我向祢呼求时，祢便听见了我的祈求之声。耶和华的一切圣民啊，你们要爱耶和华，因为耶和华寻求真理，必报应那些狂傲自大的人。凡仰望耶和华的，都要刚强，你们的心都要坚固！

《诗篇》第90篇

倚靠至高者的，必住在天神的荫下。他要对耶和华说：“你是我的护卫，是我的避难所，是我的神，我投靠祂。”因为祂必救你脱离猎人的网罗，脱离那令人惊惶的消息。　祂必用祂的翅膀遮蔽你，你必在祂的翅膀下得安息——祂的信实必如盾牌环绕你。你必不惧怕黑夜的惊骇，也不惧怕白昼飞来的箭；不惧怕在黑暗中游荡的灾祸，也不惧怕正午的灾难和恶魔。虽有一千人倒在你身旁，一万人倒在你右边，却不会临近你。你只需用眼观看，便能看见罪

人的报应。因为主啊，你是我的盼望！　你以至高者为你的避难所。灾祸必不临到你，灾害也不临近你的帐篷；因为祂必吩咐祂的天使保护你，在你一切所行的路上——他们必用手托住你，免得你的脚碰在石头上。 你必践踏蝮蛇和蜥蜴，必践踏狮子和龙。“因为他倚靠我，我必拯救他；我必保护他，因为他认识我的名。他若呼求我，我必应允；他在患难中，我必与他同在，我必拯救他，使他尊荣；我必以长寿满足他，并将我的救恩显明给他。”

荣耀颂，如今：哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚，荣耀归于祢，上帝。（3）主啊，求祢怜悯。（3）**荣耀颂，如今：**

随后以应答式吟唱诗节（以赛亚书 8:8B—10；12B—14A；18A；9:2, 6），每节诗后皆附副歌：因为神与我们同在。

神与我们同在，万民啊，当知晓，/ 并当顺服。/ 因为神与我们同在。（2）

直到地极，都要听见。/ 因为神与我们同在。

大能者啊，你们当顺服。/ 因为神与我们同在。

因为若你们再次奋起，/ 必再次被击败。/ 因为神与我们同在。

无论你们策划何种计谋，/ 主必将其摧毁。/ 因为神与我们同在。

无论你们说什么话，/ 都无法在你们那里生效。/ 因为神与我们同在。

我们不惧怕你们的威吓，/ 也不惊惶。/ 因为神与我们同在。

至于我们的主、我们的上帝，我们要敬畏祂，/祂必成为我们的庇护。/　因为上帝与我们同在。

我若仰望祂，/ 祂必使我成圣。/ 因为神与我们同在。

我必仰望祂，/ 祂必拯救我。/ 因为神与我们同在。

看哪，我和神赐给我的儿女。/ 因为神与我们同在。

那行在黑暗中的百姓，/ 已看见大光。/ 因为神与我们同在。

住在死亡阴影之地的，/ 光必照耀你们。/ 因为神与我们同在。

因为有一婴孩为我们而生，/ 有一子赐给我们。/ 因为神与我们同在。

他的统治权担在他的肩上。/ 因为神与我们同在。

祂的平安无穷无尽。/ 因为神与我们同在。

祂的名字叫：/ 大能者、永在者、至高者。/ 因为神与我们同在。

奇妙的策士。/ 因为神与我们同在。

全能的上帝，至高者，/ 世界的统治者。/ 因为上帝与我们同在。

来世之父。/ 因为神与我们同在。

神与我们同在，万民当知晓 / 并归顺。/ 因为神与我们同在。（2）

愿荣耀归于圣父、圣子、圣灵。上帝与我们同在。

如今、永远，直到世世代代。阿们。上帝与我们同在。

因为神与我们同在。

颂歌

一日已尽，我感谢祢，主啊；/ 恳求祢：救主啊，/ 赐我一个无罪的黄昏与夜晚，/ 并拯救我。

颂荣：白昼已尽，我赞美祢，主；/ 恳求祢，救主，/ 赐我一个无诱惑的黄昏与夜晚，/ 并拯救我。

如今：度过这一天，我颂扬祢，圣者；/恳求祢，救主，/赐我一个没有仇敌诡计的黄昏与夜晚，/并拯救我。

无形之性的智天使以不绝的赞歌颂扬祢。/ 六翼的智天使，以不息的呼喊尊崇祢。/ 全体天使军团以"圣、圣、圣"的颂歌赞美祢。 / 因为祢是万有之先的永存圣父， / 祢有与祢同始的圣子， / 并怀着同等尊崇的生命之灵，彰显出不可分割的圣三一。 / 至圣童贞女、天主之母，圣言的见证者与侍奉者，/ 众先知与殉道者的群圣，/ 你们拥有不朽的生命，/ 请为众人热切代祷，/ 因为我们全都身处患难之中，/ 好使我们摆脱恶者的迷惑，/ 高声唱出天使的圣歌：/ 圣哉、圣哉、圣哉，三位一体的主，/ 求祢怜悯并拯救我们。阿们。

随后以低沉的声音：

《信经》

1 我信独一的神，圣父，全能者，天地万物——无论可见或不可见——的创造者。 2 我信独一的主耶稣基督，神的独生子，在万世以前由父所生，光从光，真神从真神，受生而非受造，与父同质，万物都是藉着祂而有的。 3 祂为了我们人类，也为了我们的救恩，从天降下，由圣灵和童贞女马利亚成肉身，成为人。 4 祂在彼拉多执政期间为我们被钉在十字架上，受苦，并被埋葬。5 第三天，照着圣经所记，祂复活了。6 祂升天，坐在父的右边。7 祂将带着荣耀再次降临，审判活人死人，祂的国度永无穷尽。 8 我信圣灵，主，赐生命者，由父而出，与父及子同受敬拜、同受荣耀，曾借先知们说话。 9 我信唯一、圣洁、大公、使徒的教会。10 我承认唯一一次的洗礼，为赦免罪过。11 我期待死人复活，12 以及来世的生命。阿们。

以及伴随鞠躬的诗句：

至圣的主母圣母，为我们这些罪人祈祷。（3）

诸天军中圣天使与大天使，请为我们这些罪人祈祷。（2）

先知圣约翰，我们的主耶稣基督的施洗者，请为我们这些罪人祈祷。（2）

光荣的圣使徒、先知和殉道者，以及所有圣徒，请为我们这些罪人祈祷。（2）

我们敬爱的、敬奉上帝的父老们，全宇宙的牧者与导师，请为我们这些罪人祈祷。（2）

（此处亦纪念该圣堂的主保圣人。）

神圣而赐予生命之十字架那不可战胜、不可摧毁、神圣的大能，请不要离弃我们这些罪人。（2）

上帝啊，求祢怜悯我们这些罪人。（2）

上帝啊，求祢怜悯我们这些罪人，并宽恕我们。**（不鞠躬）**

《三圣颂》。《荣耀颂》，及《如今》：至圣三一：主啊，求祢怜悯。（3）《荣耀颂》，及《如今》：我们的天父：司祭：因为国度是祢的：**诵经员：**阿们。

周一和周三晚上诵读圣咏，第二调

基督上帝，求祢照亮我的双眼，/ 免得我沉睡于死亡之眠，/ 免得我的仇敌说：/ "我已对他固若金汤。"

颂荣：上帝啊，求祢作我灵魂的护卫，/ 因我行走在许多罗网之中；/ 仁慈的主，求祢救我脱离这些罗网，/ 并以祢爱人的心拯救我。

如今：因我们罪孽深重，我们不敢妄自尊大，/ 但求你，童贞圣母，向你所生的圣子代求！/ 因为圣母向仁慈的主所作的祈求大有能力。/ 至圣者，请勿轻视罪人的恳求，/ 因为那位为我们承受苦难的主，/ 既仁慈又大有能力拯救我们。

主啊，求祢怜悯。（40）**荣耀，如今：**

我们颂扬祢——那比智天使更尊贵、/ 比火天使更荣耀、/ 以童贞之身诞下圣言、/ 真正的圣母。

奉主之名赐福，神父。

司祭：凭我们圣父们的祈祷，主耶稣基督，我们的上帝，求祢怜悯我们。

诵经员：阿们。

圣大巴西尔的祷文

主啊，主啊，你已使我们免受白昼飞来的各种箭矢之害，求你也使我们免受在黑暗中游荡的各种危险之害，求你接受我们傍晚的祭物——我们双手所献的供物。　求祢使我们能无瑕地走过夜路，不遭恶事侵扰，并救我们脱离魔鬼加诸于我们的种种扰乱与恐惧。求祢赐予我们的灵魂以痛悔之心，使我们的思绪时刻警醒，预备面对祢那可畏而公义的审判。　求祢以对祢的敬畏钉住我们的肉体，使我们地上的肢体归于死，好叫我们在沉睡的静默中，也能因默观祢的审判而得着光照。　求祢将一切不雅的梦境与毁灭性的私欲从我们身上驱除，并在祷告之时，藉着祢独生子——与祢同受颂赞、至圣、至善、赐生命之圣灵——的恩宠与慈爱，使我们坚固于信仰，并在遵行祢诫命的事上有所长进，如今、　直到永远，世世无穷。阿们。

来吧，让我们敬拜我们的君王、我们的上帝。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督——我们的君王、我们的上帝面前。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督本人——我们的君王和上帝面前。

《诗篇》第50篇

神啊，求祢按祢的大慈爱怜悯我，按祢丰盛的恩典涂抹我的过犯；求祢彻底洗净我的过犯，洁净我一切的罪。因为我知道我的过犯，我的罪常在我面前。　我得罪了独一的你，在你面前行了恶——若有人与你同　上法庭，你必因你的话语被证明是公义的，并得胜。因为看哪，我是在罪孽中受孕的，我母亲在罪中生了我。　看哪，祢喜爱真理，将祢智慧中隐藏的奥秘向我显明。祢用牛膝草洒我，我就洁净；祢洗涤我，我就比雪更白；祢使我听见喜乐和欢欣，我这受压制的骨头就欢喜。　求祢转脸不看我的罪孽，涂抹我一切的过犯。神啊，求祢为我造清洁的心，在我里面更新正直的灵。求祢不要将我从祢面前赶出去，也不要从我身上收回祢的圣灵。　求祢使我重享祢救恩的喜乐，并以祢大能的圣灵坚固我。我必将祢的道路教导悖逆的人，不义之徒必归向祢。神啊，我的救主，求祢救我脱离流血之罪，我的舌头必因祢的公义而欢欣。　主啊，祢必开启我的口，我的口便要传扬祢的赞美。因为倘若祢喜悦祭物，我必献上；但祢不喜悦燔祭。献给神的祭是痛悔的心；神必不轻看痛悔谦卑的心。　耶和华啊，求祢凭祢的恩惠眷顾锡安，使耶路撒冷的城墙得以重建——那时，祢必悦纳公义的祭、献上的祭和燔祭；那时，人必将公牛犊献在祢的祭坛上。

诗篇 101

耶和华啊，求祢垂听我的祷告，愿我的呼求达到祢面前。在我忧伤的日子，求祢不要向我掩面；在我呼求祢的日子，求祢侧耳听我，速速应允我。因为我的日子如烟消散，我的骨头也如枯柴干枯。　我像草一样被割倒，我的心干枯了，以致我忘了吃我的饭。因我哀叹的声音，我的骨头紧贴着我的肉体。我像旷野中的鹈鹕，像废墟上的猫头鹰。我无法入睡，像一只孤单地栖息在屋顶上的小鸟。　我的仇敌终日辱骂我，那些曾称赞我的人也以我起誓。因为我吃灰如吃饼，我的饮品因你的忿怒和你的烈怒而化作眼泪，因为你曾将我高举，又将我摔下。　我的日子如影消逝，我如草枯萎。但主啊，祢永远长存，对祢的纪念将世世代代延续。　祢必兴起，怜悯锡安，因为是怜悯它的时辰，因为时候已到；因为祢的仆人喜爱它

的石头，为它的尘土哀恸。万民必敬畏耶和华的名，地上的诸王都必敬畏祢的荣耀；因为耶和华必重建锡安，并在祂的荣耀中显现。　祂垂听谦卑人的祷告，没有轻视他们的恳求。愿后世的人将此事记下，那将要建立的子民必赞美耶和华，因为祂从祂圣洁的高处俯身，　耶和华从天上垂顾大地，要听受囚之人的哀叹，释放被杀之人的子孙，在锡安传扬耶和华的名，在耶路撒冷颂赞祂；当万民聚集，列王齐聚，为要事奉耶和华之时。　他在路上，在他强盛的日子里，向祂祈求："求祢将我余下的日子指示我；不要在我半生之时将我带走：祢的年岁存到万代。"耶和华啊，起初祢立定大地，祢手所造的便是诸天；　它们都要消亡，惟有祢存到永远；万物都要像衣服一样朽坏，祢要像卷起外袍一样将它们卷起，它们便要改变。但祢是永恒不变的，祢的年岁永无止尽。祢仆人的子孙必得安居，他们的后裔必永远稳固。

犹大王玛拿西的祷文

全能的主，我们列祖——亚伯拉罕、以撒、雅各及其义后裔的上帝：祢创造了天地及其一切荣美，用祢命令的话语束缚了大海，封锁了深渊，并以祢那令人敬畏且荣耀的名将其封印；万物都敬畏祢，　世人因祢大能的面容而战栗，因为无人能抵挡祢荣耀的威严，祢对罪人的烈怒更是令人难以承受！但祢应许的慈爱却是无量且不可测度的；　因为祢是至高的主，是仁慈的、忍耐的、大有怜悯的，并且为人的恶行而悯惜。主啊，祢因祢丰盛的良善，应许了向祢犯罪之人的悔改与赦免；又因祢丰盛的怜悯，为罪人预定了悔改以得救赎。　看哪，主——万军之神，祢并未将悔改的要求加在未曾得罪祢的义人亚伯拉罕、以撒和雅各身上，却将悔改的要求加在我这罪人身上，因为我的罪过多如 海沙。 我的罪孽已成堆积，主啊，我的罪孽已成堆积；因我诸多不义之举，我已不配抬头仰望天上的高处。　我被许多铁链捆绑，以致无法抬起头来，也得不到丝毫宽慰，因为我激起了你的愤怒，在你面前行了恶事：既未遵行你的旨意，也未遵守你的诫命。如今，我内心屈膝，渴求你的慈爱。　主啊，我犯了罪，我犯了罪，我也知道我的过犯；但我恳求祢：主啊，赦免我，赦免我，不要因我的过犯而灭我，也不要永远发怒，记念我的恶行，更不要将我定罪，使我下到地底最深处。因为祢，上帝，是悔改之人的上帝，祢必向我显明祢一切的恩惠；因祢的大慈爱，祢必拯救我不配的我，我必在我一生中无时无刻地赞美祢，因为天上万军都歌颂祢，祢的荣耀直到永永远远。阿们。

三圣颂。荣耀颂，如今：至圣三一：主啊，怜悯我们。（3）荣耀颂，如今：我们的天父：司祭：因为国度是祢的：**诵经员：**阿们。

忏悔颂，第六调

主啊，求祢怜悯我们，求祢怜悯我们，/ 因为我们这些罪人，自知毫无可辩解之处，/ 便向祢——我们的主——献上这祷告：/ "求祢怜悯我们！"

颂词：主啊，求祢怜悯我们，因为我们仰望祢，/ 求祢不要向我们大发烈怒，/ 也不要记念我们的过犯，/ 但求祢如今以仁慈之心垂顾我们，/ 并拯救我们脱离仇敌。 / 因为祢是我们的上帝，我们是祢的子民； / 我们都是祢手所造的， / 并呼求祢的名。

如今：求祢为我们开启仁慈之门，/蒙福的圣母，/使我们仰望祢而不致蒙羞，/并藉祢的祈祷脱离患难，/因为祢是基督徒的救主。

主啊，求祢怜悯。（40）**荣耀颂，如今：**

我们颂扬祢——那比智天使更尊贵、/比火天使更荣耀、/以童贞之身诞下圣言、/真正的圣母。

奉主之名赐福，神父。

司祭：凭我们圣父们的祈祷，主耶稣基督，我们的上帝，求祢怜悯我们。

诵经员：阿们。

祷文：至高上帝，全能之父，主，独生子耶稣基督，以及圣灵！唯一的神性，唯一的大能，求祢怜悯我这罪人，并按祢所知的方式拯救我这不配的仆人，因为祢是世世代代受称颂的。阿们。

来吧，让我们敬拜我们的君王、我们的上帝。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督——我们的君王、我们的上帝面前。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督本人——我们的君王和上帝面前。

诗篇142

主啊，求祢垂听我的祷告，照祢的信实侧耳听我的恳求；求祢凭祢的公义应允我，不要与祢的仆人争辩，因为在祢面前，活人中无人能称义。　因为仇敌追逼我的灵魂，将我的生命贬抑至地，使我如自古以来已死之人，置于黑暗之中。我的灵在我里面消沉，我的心在我里面惊惶。我追想往昔的日子，默想你的一切作为，默想你双手的创造。　我向祢伸出双手；我的灵魂在祢面前，如同干旱之地。耶和华啊，求祢速速垂听我，我的灵已疲乏；求祢不要向我掩面，免得我像下到阴间的人一样。求祢使我清晨就听见祢的慈爱，因我仰望祢；耶和华啊，求祢为我指明当行的路，因我已将我的灵魂仰望祢。耶和华啊，求祢救我脱离我的仇敌，因我已投靠祢。求祢教导我遵行祢的旨意，因祢是我的神；祢良善的灵必引导我 进入公义之地。　主啊，为了你的名，你必使我复活；凭你的公义，你必使我的灵魂脱离忧愁；凭你的慈爱，你必消灭我的仇敌，毁灭一切压迫我灵魂的人，因为我是你的仆人。

每日颂赞

在至高之处归荣耀于神，在地上平安归于祂所喜悦的人。我们赞美祢，颂赞祢，敬拜祢，荣耀祢，感谢祢，因祢的大荣耀。　主啊，天上的君王，上帝，全能的父，主啊，独生子耶稣基督，以及圣灵！主上帝，上帝的羔羊，父的儿子，为世人的罪担负重担者，求祢怜悯我们。　除掉世人罪孽的羔羊，求祢垂听我们的祷告；坐在父右边的祢，求祢怜悯我们。因为祢是独一的圣者，祢是独一的主——耶稣基督，为父神的荣耀。阿们。每晚我都要称颂祢，永远赞美祢的名，直到永永远远。　主啊，祢是我们世世代代的避难所。我说：主啊，怜悯我，医治我的灵魂，因为我在祢面前犯了罪。主啊，我投靠祢，求祢教导我遵行祢的旨意，因为祢是我的神。因为生命之源在祢那里，在祢的光中，我们必得见光明。　求祢将祢的慈爱施予那些认识祢的人。主啊，求祢恩准我们在今夜免于犯罪。主啊，我们列祖的上帝，祢是应当称颂的，祢的名在万世中当受赞美和荣耀。　阿们。主啊，愿祢的慈爱临到我们，正如我们仰望祢一样。主啊，祢是应当称颂的，求祢教导我遵行祢的诫命。主啊，祢是应当称颂的，求祢用祢的诫命使我明白。圣者啊，祢是应当称颂的，求祢用祢的诫命启迪我。主啊，祢的慈爱永存，求祢不要轻视祢亲手所造的众生。赞美归于祢，颂歌归于祢，荣耀归于祢——圣父、圣子、圣灵，如今、永远，直到世世代代。阿们。

三圣颂。荣耀颂，及“如今”：至圣三一：主啊，怜悯我们。（3）荣耀颂，及“如今”：我们的天父：司祭：因为国度是祢的：诵经员：阿们。

颂歌，第六调

全能的主啊，求祢与我们同在，/ 因为除了祢以外，/ 我们别无助人在患难中；/ 全能的主啊，求祢怜悯我们。另一声部重复。

第一声部。第1节：当在祂的圣者中赞美上帝，/ 当在祂大能的穹苍中赞美祂。

全能的主啊，求祢与我们同在：——每节经文后重复。

第二声部。第2节：因祂的大能，赞美祂；/因祂无穷的威严，赞美祂。

第3节：当以号角之声赞美祂，/当以竖琴和琴瑟赞美祂。

第4节：当以定音鼓和舞蹈赞美祂，/当以弦乐和管风琴赞美祂。

第5节：当用悦耳的钹赞美祂，当用清脆的钹赞美祂。/ 凡有气息的，都要赞美上主！

两队人齐声：在祂的圣者中赞美上帝。/ 在祂大能的穹苍中赞美祂。

万军之主，求祢与我们同在，/ 因为除了祢以外，/ 我们在这苦难中别无帮助；/ 万军之主，求祢怜悯我们。

颂荣：主啊，若非有祢的圣徒为我们代求，/ 以及祢那怜悯我们的仁慈，/ 救主啊，我们怎敢颂扬祢——/ 那连天使都日夜不停地赞美祢的？/ 洞察人心的主，求祢怜悯我们的灵魂。

如今：圣母，我的罪孽数不胜数，——/ 我投奔于祢，圣洁者，因我需要救赎。/ 请仁慈地垂顾我这软弱的灵魂，/ 并在祢的圣子、我们的上帝面前为我代求，/ 使我所得的宽恕，/ 能洗净我所犯的严重罪过，/ 唯一的蒙福者。

至圣童贞圣母，/在我的一生中，请勿离弃我，/勿将我托付于世人的庇护，/但愿您亲自护佑并怜悯我！

我将所有的希望 / 都寄托于祢，天主之母，/ 求祢以祢的庇护护佑我。

主啊，求祢怜悯。（40）

祷文：在任何时候、任何时刻，在天上和地上都接受敬拜与颂赞的基督上帝，您是长久忍耐、大有怜悯、至为仁慈的，您爱义人，怜悯罪人，并以未来福分的应许召唤众人得救！主啊，求祢在此时此刻也接受我们的祷告，并引导我们的生活遵行祢的诫命：圣化我们的灵魂，洁净我们的身体，纠正我们的意念，净化我们的思想，并使我们脱离一切忧愁、灾祸和痛苦。　求祢以祢的圣天使护卫我们，使我们在他们的守护与教导下，得以在信仰中合而为一，并领悟祢那不可企及的荣耀；因为祢是应当受颂赞的，直到永永远远。阿们。

主啊，怜悯我们。（3）**荣耀颂，如今：**

我们颂扬祢——那比智天使更崇高、比火天使更荣耀、以童贞之身诞下圣言、真正的圣母。

奉主之名赐福，神父。

司祭：上帝啊，怜悯我们，赐福于我们；向我们显明祢面容的光辉，并怜悯我们。

诵经员：阿们。

随后，司祭诵念圣以弗所·西里尔的祷文，并行十六次鞠躬：

主啊，我生命的主宰！求祢不要将我交于懒惰、虚浮、好权势和空谈之灵。（鞠躬）

求祢赐予我——祢的仆人——贞洁、谦卑、忍耐与仁爱的灵。（鞠躬）

是的，主——万王之王，求祢让我看清自己的罪过，而不论断我的弟兄，因为祢是应当受颂赞的，直到永永远远。阿们。（鞠躬）

此外，伴随以下祷文行12次小鞠躬：

上帝啊，求祢洁净我这罪人。

再次诵念整段祷文：主啊，我生命的君王：**并行一次大鞠躬。**

《三圣颂》。荣耀颂，如今：至圣三一：主啊，怜悯我们。（3）荣耀颂，如今：我们的天父：司祭：因为国度是祢的：**诵经员：**阿们。主啊，怜悯我们。（12）

致至圣童贞圣母的祷文，
由圣母埃韦尔盖蒂德修道院的修士保罗所作，
即施恩者

无瑕、无污、无辜、无玷、纯洁的童贞女，上帝的新娘，女主！ 祢以奇妙的受孕将神之圣言与人类结合，并将我们被弃绝的本性与天上的力量相联结；祢是绝望者的唯一希望，是受攻击者的帮助，是投靠祢之人的可靠保障，更是所有基督徒的避难所！ 求祢不要厌弃我——这个罪人，这个污秽之人，因可耻的意念、言语和行为使自己全然不配，又因心志疏忽而沦为世俗享乐的奴隶。 但求祢以仁爱之心怜悯我——这有罪且迷途之人，如同那仁爱之神的圣母一般；求祢接受我这污秽之口向祢献上的祈求，并以母性的胆量恳求祢的圣子、我们的主和救主， 使祂也能向我敞开祂仁爱良善的胸怀，赦免我数不胜数的罪过，引导我归向悔改，并使我成为祂诫命的忠实践行者。 愿祢永远与我同在，作为仁慈、富有同情心且热爱美善的、在这世上热忱的代祷者与帮助者，保护我免受敌人的攻击，并引导我走向救赎； 在我离世之时，护佑我这可怜的灵魂，将邪恶恶魔的阴森幻象驱离于它之外；在可怕的审判之日，使我免于永恒的惩罚，并使我成为祢的圣子、我们的上帝那不可言喻的荣耀的继承者。 愿我，我的主母、至圣童贞女玛利亚，藉着祢的代祷与护佑，以及祢独生子——我们的主、上帝和救主耶稣基督的恩典与仁爱，得以获得这一切。 一切荣耀、尊贵和敬拜都归于祂，与祂无始的父，以及祂至圣、至善、赐生命的圣灵同在，如今、直到永远、世世代代。阿们。

修士安提阿向我们的主耶稣基督的祷文

主啊，求祢赐予我们这些即将入睡的人，身心安息，并保护我们免受罪恶的黑暗之梦，以及一切幽暗与夜间的情欲之害。 求祢平息情欲的冲动，熄灭那恶者狡猾地射向我们的炽热箭矢，安抚我们肉体的叛逆，并使我们一切关于尘世与物质的思虑沉睡。 上帝啊，求祢赐给我们清醒的头脑、贞洁的理智、清醒的心灵，以及轻松的睡眠，使我们免于一切撒但的幻梦。求祢在祷告之时，使我们因坚守祢的诫命，并将祢的审判铭记于心而得以坚立。 求祢赐我们整夜赞美，好叫我们歌颂、祝福并尊崇祢那备受尊崇、威严圣名——圣父、圣子、圣灵，如今、直到永远、世世代代。阿们。

至荣的永贞童女、基督上帝之母，请将我们的祈祷呈献给祢的圣子、我们的上帝，愿祂因祢的代祷而拯救我们的灵魂。

圣约安尼基的祷文

我的盼望是圣父，我的避难所是圣子，我的庇护是圣灵；圣三一，荣耀归于祢！

司祭：荣耀归于祢，基督上帝，我们的希望，荣耀归于祢。

诗班：荣耀归于祢，如今，主啊，求祢怜悯。（3）求祢赐福。

随后众人俯身触地，司祭则在结束礼前诵念祷文：

满有慈爱的主，主耶稣基督，我们的上帝！藉着我们至洁的主母、圣母玛利亚的代祷，凭着神圣而赐生命的十字架的大能，靠着天上无形圣军的护佑，以及圣而荣耀的先知、 施洗者约翰、圣洁、荣耀且受万民赞美的使徒们、圣洁、荣耀且得胜的殉道者们、我们敬虔且敬奉上帝的先贤们、圣洁且义人、上帝的父母约阿基姆和安娜，以及祢所有的圣徒，求祢垂听我们的祈祷， 求祢赦免我们的罪过，以祢翅膀的荫庇遮盖我们，驱逐一切仇敌与敌对者，使我们的生活得享平安，主啊，求祢怜悯我们，赐下祢的平安，并拯救我们的灵魂，因祢是良善且爱人的。

我们说：阿们。

第一周的星期三

赦罪礼

司祭向会众鞠躬，说道：圣父们，请赐福于我，并宽恕我这个罪人，赦免我一切在行为、言语、意念及所有情感上的过犯。

我们回答：愿上帝宽恕你，圣父。

司祭诵念以下祈祷文：

让我们为我们的至圣宗主教**（姓名）**、我们至尊的大主教**（或：总主教，或：主教）（姓名）**，以及我们在基督里的全体弟兄们祈祷。

[在修道院中：为我们可敬的院长**（姓名）**及本圣修道院的修士们。**]**

唱诗班在每次祈求时：主啊，怜悯我们。

为受神庇佑的祖国、政府及全体国民。

为那些憎恨我们和爱我们的人。

求祢垂怜那些怜悯我们、侍奉我们的人。

求主垂怜那些嘱咐我们这些不配之人替他们祈祷的人。

求拯救被掳之人。

为那些与我们决裂的父亲和兄弟们。

为在海上航行的人。

为那些卧病在床的人。

让我们也为大地丰饶的果实祈祷。

并为所有东正教信徒的灵魂祈祷。

让我们缅怀东正教的主教们以及这座圣殿**（或：**这座圣修道院**）**的创建者们。

为我们的父母，以及所有先我们而去的、安息于此及各地的东正教先辈——我们的父亲和兄弟们——祈祷。

我们也为自己祈求：

唱诗班：主啊，求祢怜悯。**（3）**

司祭：主耶稣基督，我们的上帝，求祢因我们圣父们的祈祷，怜悯我们。

我们：阿门。

在修道院中，修士们行叩拜礼，向院长求恕，并说道：

“圣父，请赐福于我，并宽恕我这个罪人。”

在获得院长宽恕后，我们便回到自己的小室，诵念以下祷文：

主啊，仁爱之主，求祢宽恕那些憎恨和伤害我们的人。求祢以善报善。求祢应允我们的弟兄和亲人的祈求，凡有助于得救之事，并赐予他们永生。求祢探望病患，并赐予他们痊愈。求祢引导那些在海上的人。　请与旅人同在。求祢赦免那些侍奉我们、怜悯我们之人的罪过。求祢凭祢的大慈大悲，怜悯那些托付我们——这些不配之人——为他们祈祷的人。主啊，求祢记念我们先逝的父辈和弟兄，让他们在祢面光照耀之处安息。　主啊，求祢记念我们那些身陷囹圄的弟兄，并使他们脱离一切灾祸。主啊，求祢记念在祢圣殿中奉献祭物、行善事的人，成就他们一切有助于得救的祈求，并赐予他们永生。　主啊，也请记念我们这些谦卑、有罪且不配的仆人，用认识祢的光照亮我们的心灵，引导我们走上祢诫命的道路，借着我们至圣的主母、圣母玛利亚和祢所有圣徒的祈祷，因为祢是永远受称颂的。阿们。*

第一周的星期四
晨祷

按使徒座诗第一篇，诵两首八声调诗，并诵《圣母颂》。随后诵读经文。

按第二首使徒座诗，第二调

祢曾使门徒成为地极之光，/ 藉着他们的宣讲，上帝之道，/ 求祢以美德之光照亮我们的心，/ 并藉着斋戒洁净我们，赐予祢的仆人悔改之心，/ 使他们能赞美祢，救主，/ 祢是唯一真正至善的。

颂荣：重复上述内容。

如今，圣母颂：圣母，请勿轻视我，/我正需要您的帮助，/因为我的灵魂仰赖于您；/求您怜悯我。

按第三首座诗的韵律，第五调

与天上诸位同居者——/ 诸美德中最光明的节制，/ 求你们为我们代祷，使我们平安地走完人生路程，/ 并获得救恩的果实，/ 我们恳求你们，十二使徒的圣众：/ 因为你们确实是生于世上者的堡垒，/ 也是我们灵魂的避难所。

颂荣：重复上述内容。

如今，圣母颂：至圣的智天使，至高的天界，/ 众人颂扬的圣母！我们诚心信奉祢，/ 我们这些罪人便得蒙救赎，/ 并在试探中于祢那里获得庇护。/ 因此，请勿停止为我们代祷，/ 我们灵魂的堡垒与避难所！

《圣历》赞美诗。以及约瑟夫先生的三首诗歌。并诵读《诗篇》中的诗歌。

约瑟夫先生的《三首诗》，第二声调。
第4首

伊尔莫斯：祢由童贞女降生：

接受节制之光照，灵魂啊，请闪耀吧，/ 避开罪恶的阴霾，/ 使宽恕之光借着圣灵 / 照耀于你。

欺骗者用甘美的鱼钩将我钓住，/ 掳走并使我沦为俘虏；/ 但使徒们用话语之网捕获了世界，/ 求你们将我从他的恶意中解救出来。

你们作为荣耀之太阳的余晖显现，/ 光荣的使徒们，/ 驱散迷途的干旱；/ 求你们也照亮我，/ 这被种种恶意蒙蔽的人。

圣母颂：我昼夜向祢呼求，/ 在我的忧伤中必得拯救，/ 并将超越一切享乐，童贞女啊，祢是我的堡垒与帮助，/ 因祢的大能护佑我。

另一首三节诗，费奥多尔先生作，第五调

伊尔莫斯：主啊，祢的作为：

公义之日的明灯，光芒普照，使徒们，/ 你们照亮尘世，/ 驱散迷途的黑暗。

作为受圣灵感动的救主之琴，/ 降临尘世的使徒们，/ 你们为我们吟唱悦耳的圣言，/ 并引领世人归向上帝。

三一颂：赞美三位一体、同质同体的圣三，/ 让我们歌颂独一的主上帝：/ 未受生的圣父、受生的圣子，以及圣灵。

圣母颂：童贞女在腹中受孕，主啊，/ 并生下了你，以马内利：/ 因为你降临是为了拯救你的子民，/ 拯救你的受膏者，仁爱的主。

荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

十二使徒的圣团，/ 神圣而至圣的！/ 恳求你们为我们向基督祈祷，/ 求祂使我们能虔诚地走完这四十天的修行之路。

伊尔莫斯：主啊，祢的作为，/ 令先知哈巴谷惊叹不已：/ 因为祢出来拯救祢的子民，/ 祢降临是为了拯救祢的受膏者。

第8首

伊尔莫斯：顺从暴君的命令：

让我们远离一切享乐，/ 藉着斋戒使感官变得清瘦，/ 并怀着炽热的信仰饮下悔罪之酒，歌唱道：/ “主的一切受造物啊，你们要称颂主！”

当你们与基督一同坐下审判世人时，/ 使徒们，请为我祈祷，/ 使我——这个罪孽深重、应受审判之人——能与站在右边的人同享恩典。

让我们在斋戒中洁净自己，/ 登上神圣美德的战车，/ 并以心灵飞向天际，高唱：/ “主的一切受造物啊，你们要称颂主！”

圣母颂：童贞女啊，你虽生下神性的圣火，/却未被灼伤；/但那些以天使之声向你呼求的灵魂，/因情欲而受煎熬，/你是唯一的喜乐赐予者！

另一首三节诗

伊尔莫斯：祢那虔诚的少年们：

圣灵的号角，基督的门徒 / 歌颂着，我们呼求： / “耶和华的受造物啊，你们要称颂耶和华！”

作为为世界代求者，以及驱散迫害者迷途的引路人，/ 我们颂扬基督的门徒，呼求道：/ “主的一切受造物啊，你们要称颂主！”

让我们颂扬圣父、圣子、圣灵，我们的主。

三位一体颂：至圣三位一体 / 在圣父、圣子、圣灵之中， / 我们以赞美诗颂扬： / “主的一切受造物啊，请颂赞主！”

圣母颂：我们这些凡人， / 都为那由祢所生、不可言喻的圣子 / 虔诚地高声呼求，圣母： / “主的一切受造物，都要赞美主！”

荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

使徒们，请为我们代祷，/ 使我们在世上能安然度过蒙恩的日子，/ 呼求道：“愿主的一切受造之物，都赞美主！”

我们赞美、颂扬、敬拜主，世世代代歌颂并尊崇祂。

伊尔莫斯：基督啊，祢那虔诚的少年们，/在火窑中歌唱，高呼：/“愿主的一切受造之物，都来称颂主！”

第九首

伊尔莫斯：那不可测度的上帝：

被抛入享乐的深渊之中，/ 我呼求祢仁慈的深渊：/ “舵手啊，救我！”

仁慈的泉源！/ 求祢如今赐我痛悔与哀叹，/ 使我能为/ 我那无边无际的恶行之海而痛哭。

耶稣啊，藉着祢门徒的圣洁祈祷，/ 求祢让我敬拜神圣的复活 / 以及祢神圣的受难。

圣母颂：全无玷污者，因将上帝内住于祢， / 使我们尘世的躯体成为天上的， / 求祢拯救众人脱离灾祸。

另一首三节诗

伊尔莫斯：我们赞美你，基督：

从救主之泉 / 汲取了永生之水，正如预言所言， / 使徒们以生命之教诲 / 时刻滋润着渴求者。

使徒们，作为天国君王的使者，/你们使整个宇宙归顺于祂，/教导世人敬奉祂独一无二，/如敬拜上帝一般敬拜并赞美祂。

荣耀归于三位一体：不可分割的三位一体，/全能全效的唯一：/圣父、圣子与圣灵！/祢是我的上帝、主和光明，/我向祢唱赞美诗，并向祢敬拜。

《圣母颂》：我们称你为"蒙福者"，纯洁的童贞圣母，万族之母，因为你为世人成为赎罪之祭，在腹中怀了救主与造物主，这恩典难以言表。

荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

使徒之合唱团！求祢拯救那些颂扬祢的人，/并赐予我们以痛悔之心，/度过这光辉大斋期的每一天。

伊尔莫斯：基督啊，我们颂扬，/ 祢那全然无瑕的圣母，/ 因她以超自然的方式按肉体生下祢，/ 祢已将我们从一切迷误与毁灭中拯救出来。

圣咏调。

诗咏台上的诗篇，第三调

主啊，祢为我这罪人预定了悔改，/ 愿以祢无量的大慈大悲 / 拯救我不配的灵魂。/ 我俯伏在祢面前，祈求：/ "求祢以斋戒使我的灵魂谦卑，/ 因我已投奔祢——独一无二的大慈大悲者！" **(2)**

致殉道者：你们如同星辰在世上闪耀，/ 圣洁的殉道者们，即便在死后，/ 仍以善行奋力事奉；/ 求你们怀着胆量，向基督祈求，/ 怜悯我们的灵魂。

《荣耀颂》，现今，圣母颂：圣母，所有向祢祈祷之人的护佑者，/ 因祢我们敢于祈求，因祢我们引以为荣，/ 祢是我们一切的希望；/ 求祢代祷，那由祢所生的，/ 为祢这些不配的仆人。

星期四第六时辰

先知颂，第一调

主啊，求祢救我们脱离可见与不可见的仇敌，/ 免得外邦人永远说："他们的神在哪里？"/ 主啊，愿他们知道，/ 祢不看重祢那些悔改之人的罪。

荣耀颂，如今：并重复上述内容。

前诵，第一调

当主使祂的子民从被掳之地归回之时。

经文：愚顽人在心中说："没有神！"

诗篇 13:7B, 1A

第一周的星期四

以赛亚书预言诵读

在那日，唯有上主必被高举。因为万军之主的日子，必临到一切狂妄自大、傲慢自负、高傲自大、自以为是的人——他们必被贬低。　凡黎巴嫩高大威严的香柏树，凡巴珊的橡树，凡高耸的山峰（和一切高高的丘陵），凡高大的塔楼，凡高耸的城墙，凡海上的船只，以及凡因船只之美而心生羡慕的人，　那时，凡人必被贬低，人的高傲必倒下，惟有耶和华在那日必被高举。他们必将一切人手所造的偶像藏起来，把它们搬进洞穴、岩石的裂缝，以及地上的深渊　，以躲避耶和华的威严和祂大能的荣耀，因为祂要兴起，要击碎这地。　因为在那日，人必抛弃他们所造的银、金可憎之物——那些为敬拜虚妄之神和蝙蝠而制作的偶像——为要躲避耶和华的威严和祂大能的荣耀，进入坚固磐石的洞穴和岩缝之中，因为祂要兴起，击打这地。

以赛亚书 2:11–21

前诵，第四调

主啊，谁能住在祢的居所中？

经文：行事纯全、行公义的人。

诗篇 14:1A, 2A

星期四晚祷

《我向主呼求》：约瑟夫的六节诗篇，第二调

我这被仇敌诡计蒙蔽的人，/ 我的基督，求祢照亮我，/ 祢曾悬挂在十字架上，遮蔽了太阳，/ 却以宽恕的真光明显地照亮了信徒，/ 使我行在祢诫命的光中，/ 得以在纯洁中抵达祢复活那拯救的曙光。

救主啊，如同葡萄藤悬挂在十字架上，/ 基督啊，祢以不朽之酒滋润了世界的四方。 / 因此我呼求：/ “我这常被罪恶的醉意重重蒙蔽之人，/ 求祢以真挚悔改的甘甜滋润我，/ 救主啊，求祢作为仁慈且爱人的主，/ 坚固我，使我如今能远离世俗的享乐！”

另有一人似西奥多先生，声调如出一辙：啊，祢十字架的大能！ / 祢为教会孕育了节制， / 将亚当在伊甸园中那古老的放纵连根拔除： / 因为它给人类带来了死亡， / 而这节制却如从另一个天堂之源 / 涌流而出，通过祢那赐生命之血与水的倾注， / 向世界源源不断地倾注不朽的生命， / 借此万物都获得了生机。 / 以色列的上帝，满有大慈爱的祢，/ 求祢使斋戒之乐成为我们的甘饴！

选自《圣咏集》第3卷。“荣耀归于圣母，如今亦然”。

前诵，第四调

我要称颂上主，/ 因祂使我得着智慧。

诗节：主啊，求祢保守我，因我仰望祢。

诗篇 15:7A, 1

1.《创世记》诵读

这是关于天地起源的书。在神创造天地、田野的一切青草（在它们出现在地上之前）和田野的一切草（在它们长出来之前）的那一天——因为那时（主）神还没有将　（耶和华）上帝尚未将雨降在地上，地上也没有人来耕种，但有泉源从地里涌出，滋润全地。上帝用地

上尘土造人，将生命的气息吹进他的鼻孔，人就成了有灵的活人。　耶和华上帝在东方的以东栽种了伊甸园，并将他所造的人安置在那里。上帝又使地上长出各种树木，既美观又可作食物，园中还有生命树和分辨善恶的树。　有一条河从以东流出，滋润伊甸园；从那里分出四条支流。第一条名叫斐松，环绕整个埃维拉特地；那里有金子，那地的金子很纯；那里还有红宝石和绿宝石。　第二条河名叫基训，环绕着整个埃塞俄比亚地。第三条河是底格里斯河，流经亚述人对面。第四条河是幼发拉底河。耶和华上帝　将祂所造的人安置在伊甸园中，使他耕种并看守那园子。　耶和华上帝吩咐亚当说："乐园中各样树上的果子，你可以随意吃，唯独那棵分辨善恶的树，你不可吃，因为你吃的日子必定死。"耶和华上帝说："人独居不好；我要为他造一个与他相配的帮手。"于是，上帝又用土造了各种空中的飞鸟和田野的走兽，把它们带到亚当面前，看他给它们起什么名字。亚当怎样称呼每一种活物，那活物就叫什么名字。

创世记 2:4–19

前诵，第四调

主啊，求祢保护我，/ 如同保护眼中的瞳仁。

诗节：主啊，求你垂听我的公义。

诗篇 16:8A，1A

2. 箴言 读

我儿！不要忘记我的律法，要将我的话语存记在心；因为它们必使你得着长寿、年岁和平安。　施舍与信实不可离开你：要将它们系在颈项上，刻在心版上，你便得着恩惠。要在（耶和华）神和人面前行善。要全心倚靠耶和华，不可倚靠自己的聪明。　在你一切的道路上都要认识祂，好使祂能纠正你的道路[——你的脚便不致绊倒]。不要自以为聪明；要敬畏耶和华，远离一切恶事：这样，你的身体必得医治，你的骨头必得安宁。　要用你公义的劳碌来尊荣耶和华，将你公义之果实的初熟之物献给他，这样，你的仓库必因小麦而充满，你的酒醡必因葡萄酒而溢出。

我儿！不要轻视主的管教，也不要在受祂责备时灰心；因为主所爱的，祂必管教；祂所接纳的每一个儿子，祂都要鞭打。　得着智慧的人是有福的，明白理智的凡人也是有福的——因为得着智慧，胜过得着金银财宝。智慧比珍贵的宝石更宝贵：没有任何邪恶能抵挡它；凡爱她的人都深知她的价值，一切珍宝都不配与她相比。　因为长寿和年岁在她右手，财富和荣耀在她左手；真理从她口中发出；律法和慈爱在她舌头上；她的道路是美好的，她的一切路径都充满平安。　她对所有持守她的人而言，是生命树；那些倚靠她如同倚靠耶和华的人，必得稳固。

箴言 3:1–18

诗篇唱诗，第四调

渴望领受神圣的复活节圣餐，/ 这圣餐的源头不在埃及，而在锡安，/ 让我们借着悔改除去罪恶的酵，/ 借着克制享乐束紧腰带，/ 穿上能阻止我们行走在一切邪恶道路上的鞋，/ 并倚靠信心的杖。/ 切勿效法主十字架之敌，/ 将肚腹当作神明，/ 而是要循着斋戒之道，/ 追随那位为我们树立了战胜魔鬼典范的——/ 我们灵魂的救主。（2）

致殉道者：因纪念祢的圣徒而受赞美的 / 基督上帝！/ 因他们恳求，/ 求祢赐予我们大恩。

荣耀颂，如今，圣十字架之母，同声唱道：当祢的羔羊与母亲　/　看见祢被钉在十字架上时，主啊，　/ 她惊愕不已，呼喊道：　/ "这是何等景象，我最亲爱的儿子？　/ 这不忠不义的子

民竟如此报答祢，/ 他们曾因祢的诸多神迹而欢欣。/ 但愿荣耀归于祢那不可言喻的/ 宽恕，主啊！”

随后按惯例进行其余礼仪。

星期四晚祷时

司祭：我们的上帝永远受赞美，如今、现在，直到世世代代。

诵经员：阿们。荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

天上的君王：三圣颂。荣耀，如今：至圣三一：主啊，求祢怜悯。（3）荣耀，如今：我们的天父：司祭：因为国度是祢的：**诵经员：**阿们。 主啊，求祢怜悯。**（12）荣耀归于祢，如今：来吧，让我们敬拜：（3）**

第69篇诗篇

神啊，求祢向我施援；主啊，求祢速速帮助我。愿那些寻索我性命的人蒙羞受辱；愿那些图谋害我的人退后受辱；愿那些对我说“好啊，好啊！”的人，立刻带着羞愧退去。 愿一切寻求祢的人，神啊，因祢而欢欣鼓舞，愿喜爱祢救恩的人不断地说：“愿主得荣耀！”我却是贫穷困苦的；神啊，求祢帮助我。祢是我的帮助者，也是我的拯救者；主啊，求祢不要迟延！

现在，让我们吟唱我们尊贵的圣父安德烈·克里特斯基和耶路撒冷的《大赞美诗》，在每首颂词后重复副歌：“上帝啊，怜悯我，怜悯我。”

第一首，第六调

伊尔莫斯：我的帮助者和庇护者 / 成了我的救赎： / 祂是我的上帝，我要赞美祂， / 我父亲的上帝——我要高举祂， / 因为祂已得着荣耀！**（2）**

副歌：上帝啊，怜悯我，怜悯我。

上帝的羔羊，你担当世人的罪孽，/ 求你从我身上卸下沉重的罪孽重担，/ 并以你仁慈的胸怀，/ 赐予我悔改的泪水。

我投靠于祢，耶稣，/ 我在祢面前犯了罪，求祢怜悯我，/ 求祢从我身上卸下沉重的罪孽重担，/ 并作为仁慈的上帝，/ 赐予我悔改的泪水。

求祢不要与我对质，/ 不要揭露我的行为，/ 不要审视我的言语，也不要揭露我的私心；/ 但求祢凭着祢的仁慈，不顾我的重罪，/ 拯救我，全能者。

这是悔改之时；/我来到祢面前，我的造物主：/求祢从我身上卸下沉重的罪孽重担，/并作为仁慈的主，/赐予我悔改的泪水。

我将心灵的财富挥霍在罪恶之中，/ 没有虔诚的果实，/ 饥饿难耐，我呼求：/ “施恩者，请快来，/ 亲自怜悯我吧！”

副歌：圣母玛利亚，请为我们向天主祈祷。

你顺服于基督的神圣律法，/ 便亲近了祂，/ 舍弃了对享乐的无尽渴求，/ 并以虔诚之心，/ 将一切美德合而为一，尽数践行。

荣耀颂（三位一体）：超然的三位一体，/ 受敬拜于合一之中，/ 请从我身上卸下沉重的罪孽重担，/ 并以仁慈之心，/ 赐予我悔罪的泪水。

如今，圣母颂：圣母，是颂扬祢之人的希望与庇护！/ 求祢从我身上卸下沉重的罪孽重担，/ 并作为纯洁的女王，/ 接纳我这悔罪之人。

第二首

伊尔莫斯：你们看，你们看，我就是上帝，/曾如雨般降下吗哪，/从磐石中涌出活水，/在远古的旷野中赐予我的子民，/仅凭我的一只右手和我的大能。（2）

“我杀了一个男人，”拉麦说，“/ 使我受创；又杀了一个少年，使我受伤，”/——他一边哭泣一边如此呼喊；/ 而你却毫不战栗，我的灵魂啊，/ 既玷污了肉体，又污秽了心智。

我的灵魂啊，你早已盘算着要建造直达天际的高塔，/ 并用你的欲望筑起坚固的堡垒，/ 倘若造物主没有打乱你的计划，/ 也没有将你的诡计击落尘世。

哦，我何等效法了古时的凶手拉麦，/ 灵魂如壮汉，心智如少年，/ 并像杀害兄弟的该隐一般，/ 凭着贪恋情欲的渴望，杀害了我的肉体。

主曾如雨倾泻 / 昔日的烈火 / 降临在狂妄的罪恶之上，焚毁了所多玛人；/ 而你却点燃了地狱之火，/ 哦，我的灵魂啊，你必将在其中 / 遭受痛苦的焚烧。

我受了创伤，身负重伤；/看哪，敌人的箭矢，击中了我的灵魂与肉体，/看哪，这些伤口、化脓的溃疡、残缺/都在控诉我任性情欲的打击。

副歌：圣母玛利亚，求你为我们向天主祈祷。

玛利亚，你向仁慈的上帝伸出了双手，/ 沉溺于罪恶的深渊之中，/ 祂如同对彼得那般充满仁爱，/ 向你伸出了援手，/ 竭力寻求你的悔改。

荣耀颂（三位一体）：无始、未被创造的三位一体，/不可分割的合一，/请接纳悔改的我，/拯救犯了罪的我，/我乃祢的受造物——请勿轻视，/但求祢怜悯并拯救我，/使我免于火刑的审判。

如今，圣母颂：至洁的主母，上帝之母，/ 投奔祢者的希望，/ 遭风暴袭击者的避难所，/ 求祢以祷告，/ 使仁慈的造物主和祢的圣子，/ 也向我施恩。

第三首

伊尔莫斯：主啊，求祢将我摇摆不定的心 / 坚立在祢诫命的磐石上，/ 因为唯有祢是圣洁的主。（2）

我的灵魂啊，你竟效法了 / 古时的埃及女子夏甲，/ 屈从于私欲，并生下了 / 新的以实玛利——那便是狂妄。

啊，那向雅各显现的梯子，/我的灵魂啊，你曾知道，/它通向从地到天，/为何你却未能获得/那坚定的攀登——虔诚？

效法上帝的祭司与孤独的君王——/ 即基督在人间 / 与世人同在的生活典范。

回转吧，哀叹吧，不幸的灵魂啊，/在生命之宴尚未结束之前，/在主尚未关闭/宫殿之门之时。

灵魂啊，莫要成为盐柱，/ 切勿回头，/ 让所多玛的先例令你惊惧：/ 向上，逃往西戈尔得救吧。

主啊，求祢不要拒绝 / 那些颂扬祢之人的祈求，/ 但求祢，仁爱之主，施予怜悯，/ 并赐予怀着信心祈求的人赦免。

荣耀归于圣三：单纯的、未被创造的合一，/ 无始的本性，/ 在三位位格中被颂扬，/ 求祢拯救我们这些凭着信心敬拜/ 祢大能的人。

如今，圣母啊：那在时间之外由圣父所生的圣子，/ 在时间之中，天主之母，/ 你未曾与男子结合，却将祂生下，/ ——啊，何等非凡的奇迹！／——你仍保持童贞，并以乳汁哺育祂。

第四首

伊尔莫斯：先知听闻 / 主啊，关于祢降临的消息，便心生敬畏，/ 因祢欲由童贞女降生并向世人显现，于是高呼：/ “我听闻关于祢的消息，便心生敬畏。” / 荣耀归于祢的大能，主啊！（2）

我的一生短暂，/ 充满苦难与罪恶；/ 但求祢接纳我这悔改之人，/ 并唤醒我的理智，/ 使我不致成为仇敌的猎物与食物，/ 救主啊，求祢亲自怜悯我。

身披王权尊荣、冠冕与紫袍，/ 这位拥有众多产业且正直的人，/ 财富与牲畜丰盛，/ 却突然失去了财富、荣耀与王权，/ 变得一贫如洗。

倘若他本是义人，比众人更无瑕疵，/ 却仍未能逃脱欺骗者的诡计与陷阱，/ 那么你，这不幸且沉溺罪恶的灵魂，又将如何自处，/ 倘若某件意想不到之事 / 降临于你？

我如今言语傲慢，/ 心中亦倨傲，/ 行事鲁莽且轻率；/ 求祢不要像定法利赛人的罪那样定我的罪，/ 而是赐予我税吏的谦卑，/ 独一的仁慈而公义的主，/ 求祢将我与他同列。

我犯了罪，玷污了这副血肉之躯，/ 我知道，仁慈的主；/ 但求祢在悔改中接纳我，/ 并唤醒我的理智，/ 免得我沦为仇敌的猎物与食物，/ 救主啊，求祢亲自怜悯我。

我将自己变成了偶像，/ 因情欲玷污了我的灵魂，啊，仁慈的主；/ 但求祢在悔改中接纳我，/ 并唤醒我的理智，/ 免得我成为仇敌的猎物和食物，/ 救主啊，求祢亲自怜悯我。

我未曾听从祢的声音，/ 未曾遵行祢的经文，律法颁布者；/ 但求祢在悔改中接纳我，/ 并唤醒我的理智，/ 使我不致成为仇敌的战利品与食物，/ 救主啊，求祢亲自怜悯我。

副歌：圣母玛利亚，为我们向天主祈祷。

虽被卷入深重的罪恶之中，/ 你却未曾沉溺其中，/ 而是借着善念与善行，/ 显赫地升华至至高的美德，/ 玛利亚，你那天使般的本性令人惊叹。

荣耀颂（三位一体）：在本质上不可分割，/在位格上不可混同，/我论及祢——三位一体的唯一神，/如同论及独一无二、同坐宝座者一般。/我向祢高唱伟大的赞歌，/这赞歌在天上世界被三度颂扬。

如今，圣母颂：祢既生子，又仍为童贞女，/ 始终按本性保持童贞；/ 由祢所生的圣子更新了自然法则，/ 并由童贞之胎诞生。/ 凡神所喜悦之处，自然秩序皆被超越，/ 因祂随心所欲地创造万物。

第五首

伊尔莫斯：从黎明破晓之时起，/我便向祢奔去，仁爱之主，/求祢赐我光明，/并引导我遵行祢的诫命，/救主啊，求祢教导我，/遵行祢的旨意。（2）

我的灵魂啊，效法那弯腰屈膝的人，/ 前来，俯伏在耶稣的脚前，/ 好叫祂使你挺直，/ 使你能正直地行走 / 在主的道路上。

主啊，虽然祢是深不可测的井，/但求祢从祢至洁的泉源中为我涌出活水，/使我如撒玛利亚妇人般，一饮之后便不再口渴：/因为祢所涌出的正是生命之泉。

愿我的眼泪成为我的西罗亚，主啊，/ 愿我也洗净我心灵的眼睛，/ 并在心中看见祢——永恒之光。

副歌：圣母玛利亚，请为我们向天主祈祷。

以无与伦比的爱 / 渴望朝拜十字架， / 你已蒙受所求之恩； / 愿你也恩准我，至福者， / 得以达到至高的荣耀。

三一颂：我们赞美祢，圣三一，独一的上帝：/ “圣哉，圣哉，圣哉：/ 圣父、圣子、圣灵，/ ——单纯的本体，/ 永受敬拜的唯一者。

如今，圣母颂：从你——不朽的、未曾嫁人的童贞圣母——的躯体中，/创造万世的上帝，/取了我的形体，/并将人性与祂结合。

第六首

伊尔莫斯：我全心全意地呼求 / 那满有怜悯的上帝， / 祂从最深的阴间听见了我的呼求， / 并将我的生命从灭亡中拯救出来。（2）

我，救主， / 曾是你那枚遗失的王室德拉克马； / 但当你点燃那盏明灯——你的先驱，道， / 求你寻觅并找到你的形像。

起来，征服—— / 如同耶稣征服亚玛力人那样，征服肉体的私欲， / 以及迦巴仑人——那些诡诈的意念， / 永远战胜它们。

副歌：圣母玛利亚，求你为我们向天主祈祷。

为了熄灭情欲之火，/ 玛利亚，你不断流下泪水，/ 灵魂燃烧；/ 也请将这份恩典赐予我，/ 你的仆人。

副歌：圣母玛利亚，求主为我们代祷。

圣母啊，你以尘世至高的生活，/ 获得了天上的无欲；/ 因此，求你代祷，使颂扬你的人，/ 也能借你的代求，/ 摆脱情欲的束缚。

荣耀颂（三位一体）：“我乃三位一体，不分裂，不可分割，/ 按位格可辨，/ 且本性合一”，/ ——圣父、圣子、圣灵一同宣告。

如今，圣母颂：你的圣胎为我们生下了上帝，/祂取了我们的形像，/圣母啊，求你向这位万物的创造主祈求，/使我们因你的祈祷而得称义。

主啊，怜悯我们（3）。**荣耀颂，如今：**

康达克，第六调

我的灵魂啊，我的灵魂啊，醒来吧，你为何沉睡？/ 末日临近，你将面临困顿。/ 快快振作起来，愿基督上帝——/ 无所不在、充满万有的主——怜悯你！

第七首

伊尔莫斯：我们得罪了祢，犯了 / 罪孽，在祢面前行不义， / 既未遵守，也未遵行， / 祢所吩咐我们的。 / 但求祢不要将我们弃绝到底， / 列祖之神啊！（2）

我的日子已如醒来者所见的梦境般消逝，/ 因为我如希西家一般在病榻上哭泣，/ 祈求能延长我的寿命；/ 但我的灵魂啊，除了全能的上帝，/ 还有哪位以赛亚能站在你面前呢？

我俯伏在你面前，/将我的话语如泪水般献给你：/“我犯了罪，如同那淫妇未曾犯过的罪，/行了不义，地上无人能及；/但主啊，求你怜悯你的受造物，/并召我归去！”

我蒙蔽了祢的形像 / 歪曲了祢的诫命， / 我的一切美善都蒙上了阴影， / 灯火被情欲熄灭； / 但求祢怜悯并赐还我，救主啊， / 正如大卫所唱的那样，赐我喜乐。

回转吧，悔改吧，敞开心扉，/ 对全知的神说：/ “你深知我的隐秘，独一的救主；/ 但求你亲自怜悯我，正如大卫所唱，/ 因你的慈爱！”

副歌：圣母玛利亚，为我们向神祈祷。

你向至圣童贞圣母祈求，/ 曾先驱散了狂暴的私欲，/ 那些曾肆虐横行之物，/ 并使那诱惑之敌蒙羞；/ 但如今，也请赐予我——你的仆人——/ 在忧患中得着帮助。

副歌：圣母玛利亚，求祢为我们向天主祈祷。

那位你所深爱、所渴慕的，/ 为了祂你耗尽了血肉之躯，尊贵的圣母，/ 如今请为祂的仆人们向基督祈求，/ 愿祂显出祂的仁慈，/ 赐予我们所有敬拜祂的人 / 平安的安宁。

荣耀颂（三位一体）：三位一体，简单而不分离，/同质且本性唯一：/如同光明与光，亦如三位圣者与唯一圣者，/我们颂扬三位一体的上帝；/但灵魂啊，请歌颂并荣耀生命与生命，/——即万有的上帝。

如今，圣母颂：我们颂扬祢，祝福祢，/ 敬拜祢，上帝之母，/ 因为祢在腹中怀了 / 不可分割的三位一体中的一位——基督上帝，/ 并亲自向我们，/ 活在世上的人，显明了天上的奥秘。

第8首

伊尔莫斯：天军所颂扬的，/ 智天使与火天使在祂面前战栗的，/ 一切有气息的受造之物，/ 都要歌唱、祝福 / 并永远尊崇祂！（2）

我如倾倒雪花石膏般的眼泪，/ 如同圣膏油浇在祢的头上，救主，/ 我像那寻求怜悯的淫妇一样向祢呼求，/ 献上恳求并祈求，/ 愿我能获得宽恕。

纵使无人如我这般在你面前犯罪，/ 仁慈的救主啊，仍求你接纳我，/ 让我怀着悔罪的敬畏与呼求的爱，/ 呼喊道："我得罪了独一的你，/ 犯了罪，求你怜悯我！"

救主啊，求祢怜悯祢的受造物，/ 如同牧人一般寻回迷失的羊，/ 拯救迷途者脱离狼的魔爪，/ 使我成为祢羊群中的一只羔羊。

当你作为仁慈的审判者坐下 / 并显明你那可畏的荣耀时，基督啊，/ ——哦，那时，那燃烧的火炉将给所有 / 惧怕你那难以承受的审判的人带来何等大的恐惧！

副歌：圣母玛利亚，求祢为我们向天主祈祷。

永不落之光的圣母，祂照亮了你，/使你脱离了情欲的蒙蔽；/因此，既已领受了恩典之灵，/玛利亚，求你/以信德照亮那些赞美你的人。

副歌：圣母玛利亚，求祢为我们向天主祈祷。

圣母啊，当神圣的佐西马在你身上目睹这新奇的奇迹时，/他确实欣喜若狂，/因为他看见了道成肉身的天使，/心中充满惊奇，/永远颂扬基督。

荣耀颂（三位一体）：无始的圣父，与圣父同始的圣子，/ 良善的安慰者，公义的圣灵；/ 上帝之言的源头，/ 圣父无始的圣言，/ 充满生命与创造力的圣灵，/ 三位一体的唯一者，求祢怜悯我。

如今，圣母颂：仿佛由紫色织物，至洁者，/ 那意念中的朱红——以马内利的肉身 / 在你的子宫中编织而成；/ 因此，我们真诚地敬拜你，圣母。

第九首

伊尔莫斯：无种受孕的诞生难以言喻，/ 在未曾嫁人的圣母怀中，圣婴纯洁无瑕：/ 因为神的降生更新了自然的法则。/ 因此，我们万族，/ 将祢尊为我们的神之母，/ 以正统之礼颂扬祢。（2）

求祢施怜悯，拯救我，/ 大卫之子，求祢垂怜，/ 祢曾以话语医治狂乱之人；/ 并向我这强盗发出仁慈之声：/ "我实在告诉你，你将与我同在乐园，/ 当我以我的荣耀降临之时！"

那个强盗曾辱骂祢，/ 那个强盗却也承认祢是上帝，/ ——而他们二人都悬挂在祢的十字架旁；/ 但，哦，至仁慈者，正如那位信靠祢、/ 并在祢身上认出上帝的强盗一样，/ 也请为我敞开/ 祢荣耀之国的大门。

受造之物目睹祢被钉十字架而痛苦：/ 山岳与磐石因惊骇而崩裂，/ 大地震动，阴间失去财富，/ 白昼之光黯淡，/ 凝视着祢，耶稣，/ 被钉在十字架上的（肉身）。

求祢不要向我索取应得的悔改之果，/ 因我的力量已在我里面枯竭；/ 求祢赐我常存痛悔的心 / 与属灵的贫穷，/ 使我能将它们献给祢 / 作为蒙悦纳的祭物，独一的救主。

我的审判者，深知我一切的！/祢将与众天使一同再来，/为要审判整个世界；/那时，求祢以仁慈的目光垂顾我，/怜悯并恩待我，耶稣，/我这在全人类中罪孽最深者。

副歌：圣母玛利亚，为我们向天主祈祷。

你以非凡的生活 / 令众人惊叹：/ 无论是天使的军团，还是凡人的群体，/ 你活得如同无形之体，超越了我们的本性。/ 因此，玛利亚，你仿佛无形般前行，/ 踏着脚步跨越了约旦河。

副歌：圣母玛利亚，求你为我们向天主祈祷。

求你向造物主代求，/ 为那些赞美你的圣母，/ 使他们免于灾祸与悲伤，/ 这些从四面八方袭来的灾祸；/ 好叫我们脱离试探，不断颂扬/ 那荣耀你的主。

副歌：圣安德烈神父，求你为我们向天主祈祷。

受尊崇的安德烈，至福的三福之父，/ 克里特岛的牧者！/ 请勿停止为颂扬你的人祈祷，/ 愿我们所有人——那些以信心纪念你的人——/ 都能摆脱愤怒、悲伤、朽坏，/ 以及无边的罪孽。

三一颂：让我们赞美圣父，颂扬圣子，/ 怀着信心敬拜圣灵，/ ——不可分割的三一，本质上合而为一，/ 如同光与诸光，生命与诸生命，/ 赋予万物生命并照亮世界尽头。

如今，圣母颂：求祢护佑祢的城邦，/至圣的上帝之母。/因在祢的庇护下，它凭着信德掌权，/并从祢那里获得力量，/在祢的协助下，/凯旋地击退一切诱惑，/俘虏仇敌，/并使他们顺服。

伊尔莫斯：无种受孕的诞生不可言喻，/ 未曾知夫的圣母所怀的圣子无瑕：/ 因神的降生更新了自然的法则。/ 因此，我们万族，/ 尊崇祢为我们的神之母，/ 并以正统之礼颂扬祢。

接着进行大晚祷。
诗篇第4篇

我呼求的时候，我的公义之神垂听了；我在困苦中，祢使我宽裕。求祢怜悯我，垂听我的祷告。世人啊，你们的心何时才不再沉重？为何喜爱虚空，追求谎言？你们当知道，耶和华使祂的圣者行了奇妙的事。　我向耶和华呼求，祂必应允我。你们可以发怒，但不可犯罪；在心里默想时，要在床上痛悔。要献上公义的祭，并仰望耶和华。许多人说：“谁能向我们显明福乐？”——耶和华啊，祢面上的光已照耀我们！　祢使我的心欢喜：因祢的麦子、酒和油，他们便饱足。我必安然躺下，立刻入睡，因为祢，耶和华啊，唯独赐我满有盼望地活着。

《诗篇》第6篇

耶和华啊，求祢不要在祢的烈怒中定我的罪，也不要用祢的忿怒惩罚我。耶和华啊，求祢怜悯我，因为我软弱；耶和华啊，求祢医治我，因为我的骨头都战栗，我的心极其惊惶；耶和华啊，祢还要等到几时呢？　耶和华啊，求祢转意，拯救我的灵魂；因祢的慈爱，求祢

救我。因为在死人中，谁还记念祢？在阴间，谁还称颂祢？我因哀叹而疲惫；每夜我要用眼泪洗净我的床榻，用眼泪浇灌我的卧榻。　我的眼睛因愤怒而昏花：我在众仇敌中已衰老。行不义的人啊，都从我这里退去吧　，因为耶和华听见了我的哀哭，耶和华听见了我的恳求，耶和华接受了我的祷告。 愿我一切仇敌都蒙羞、惊惶，愿他们转回退后，速速蒙羞。

诗篇 12

主啊，你要到几时才忘记我，直到永远？你要到几时才向我掩面？我心里要到几时才满是忧虑，心中昼夜都要到几时才满是愁苦？　我的仇敌还要在我头上得意到何时？耶和华——我的神啊，求祢垂顾，听我的呼求；求祢照亮我的眼睛，免得我沉睡不醒；免得我的仇敌说："我已胜过他。"若我动摇，逼迫我的人就欢喜；但我仍仰望祢的慈爱。 我的心因你的救恩而欢喜：我要向赐恩于我的耶和华歌唱，也要颂扬至高者的名。

求祢垂顾，求祢垂听我，我的主，我的神，求祢照亮我的眼睛，免得我沉睡至死，免得我的仇敌说："我已稳固地抵挡他。"

荣耀归于祢，如今也是：哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚，荣耀归于祢，上帝。 (3) 主啊，求祢怜悯。 (3) **荣耀归于祢，如今也是：**

第24篇诗篇

主啊，我将我的灵魂仰望于祢。我的上帝，我仰赖祢——愿我永不蒙羞，愿我的仇敌不向我嘲笑；因为凡等候祢的，必不蒙羞；惟有行不义的人，必因虚妄而蒙羞。　耶和华啊，求祢将祢的道路指示我，教导我走祢的途径。引导我归向祢的真理，并教导我，因为祢是我的神，我的救主，我终日等候祢。　耶和华啊，求祢记念祢的怜悯和祢的慈爱，因为它们自古以来就存在。求祢不要记念我年少时的过犯和我的无知；耶和华啊，求祢因祢的慈爱记念我，因祢的良善。耶和华是良善且公义的，因此祂必将律法赐给在路上犯罪的人。　祂必在审判中引导谦卑的人，教导谦卑的人走祂的道路。耶和华的一切道路，对寻求祂的约和祂法度的人，都是慈爱和诚实。耶和华啊，求祢因祢的名，怜悯我的罪，因为我的罪甚大。　谁是敬畏耶和华的人？祂必在他所选择的道路上赐他律法。他的灵魂必安居在福乐之中，他的后裔必承受地土。耶和华是敬畏祂之人的坚固台，祂必向他们显明祂的约。我的眼睛时常仰望耶和华，因为祂必将我的脚从网罗中救出来。　求祢眷顾我，怜悯我，因我孤单贫穷。我心中的忧愁加增，求祢救我脱离患难。求祢看顾我的谦卑与软弱，赦免我一切的罪孽。求祢看顾我的仇敌——因他们众多，并以不义的恨恶恨我。　求祢保全我的灵魂，拯救我，使我不至因仰望祢而蒙羞。心地纯良、正直的人都与我同在，因为我等候祢，耶和华啊。神啊，求祢使以色列脱离一切的苦难！

诗篇 30

主啊，我仰望你，愿我永不蒙羞：求你凭你的公义拯救我、释放我，侧耳倾听我的呼求，速速拯救我；求你作我的护卫神，作我的避难所，拯救我。　因为你是我的坚固台，是我的避难所；你必因你的名引导我，供养我，将我从为我暗设的网罗中救出来，因为你是我的保护者，耶和华啊。我将我的灵交在你手中；耶和华——真理的上帝啊，你已经救了我。祢憎恶那些徒然敬拜虚妄之物的人；但我仰望祢，耶和华啊！我要因祢的慈爱欢喜快乐，因为祢垂顾我的谦卑，救我的灵魂脱离患难，没有将我交在仇敌手中，使我的脚站在宽阔之处。　耶和华啊，求祢怜悯我，因为我极其困苦；我的眼睛、我的心、我的内脏都因愤怒而昏迷。因为我的生命在苦难中耗尽，我的年岁在哀叹中消逝；我的力量在贫穷中衰弱，我的骨头都战栗了。　我成了所有仇敌的笑柄，尤其是我的邻舍；我成了熟人的惊骇，那些在街上看见我的人都逃离我。　我被遗忘，如同死人；在心中，我如同破碎的器皿，因为我听见周围许多人的诽谤　，他们聚集起来攻击我，决心夺取我的灵魂。但我仰望你，耶和华啊，我

说：“你是我的神。”我的命运掌握在祢手中；求祢救我脱离仇敌之手，脱离追赶我之人的手。求祢向祢的仆人显出祢的面，凭祢的慈爱救我。主啊，求祢不要使我因呼求祢而蒙羞；愿恶人蒙羞，愿他们被降入阴间。　愿那些诡诈的嘴巴缄默，他们以骄傲和蔑视之心，指责义人为不义。主啊，祢的慈爱何其浩大！祢将这慈爱隐藏给敬畏祢的人，并在世人面前赐给仰望祢的人！　祢将他们藏在祢面前的隐秘之处，使他们免受世人的骚动；祢用帐幕遮盖他们，使他们免受各族争辩的伤害。耶和华是应当称颂的，因为祂在坚固的城中奇妙地显明了祂的慈爱。但我曾在晦暗中说：“我已被从祢眼前弃绝”，因此，当我向祢呼求时，祢便听见了我的祈求之声。耶和华的众圣民啊，你们都要爱耶和华，因为耶和华寻求真理，必报应那些狂傲自大的人。凡仰望耶和华的，都要刚强，你们的心都要坚固！

《诗篇》第90篇

倚靠至高者的，必住在天神的荫下。他要对耶和华说：“你是我的护卫，是我的避难所，是我的神，我投靠祂。”因为祂必救你脱离猎人的网罗，脱离那令人惊惶的消息。　祂必用祂的翅膀遮蔽你，你必在祂的翅膀下得安息——祂的信实必如盾牌环绕你。你必不惧怕黑夜的惊骇，也不惧怕白昼飞来的箭；不惧怕在黑暗中游荡的灾祸，也不惧怕正午的灾难和恶魔。虽有一千人倒在你身旁，一万人倒在你右边，却不会临近你。你只需睁眼观看，便能看见罪人的报应。因为主啊，你是我的盼望！　你以至高者为你的避难所。灾祸必不临到你，灾害也不临近你的帐篷；因为祂必吩咐祂的天使保护你，在你一切所行的路上——他们必用手托住你，免得你的脚碰在石头上。　你必践踏蝮蛇和蜥蜴，必践踏狮子和龙。“因为他倚靠我，我必拯救他；我必保护他，因为他认识我的名。他若呼求我，我必应允；他在患难中，我必与他同在，我必拯救他，使他尊荣；我必以长寿满足他，并将我的救恩显明给他。”

荣耀颂，如今：哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚，荣耀归于祢，上帝。（3）主啊，求祢怜悯。（3）**荣耀颂，如今：**

随后以应答式吟唱诗节（以赛亚书 8:8B—10；12B—14A；18A；9:2, 6），每节诗后皆附副歌：因为神与我们同在。

神与我们同在，万民啊，当知晓，/ 并当顺服。/ 因为神与我们同在。（2）

直到地极，都要听见。/ 因为神与我们同在。

大能者啊，你们当顺服。/ 因为神与我们同在。

因为若你们再次奋起，/ 必再次被击败。/ 因为神与我们同在。

无论你们策划何种计谋，/ 主必将其摧毁。/ 因为神与我们同在。

无论你们说什么话，/ 都无法在你们那里生效。/ 因为神与我们同在。

我们不惧怕你们的威吓，/ 也不惊惶。/ 因为神与我们同在。

至于我们的主、我们的上帝，我们要敬畏祂，/祂必成为我们的庇护。/　因为上帝与我们同在。

我若仰望祂，/ 祂必使我成圣。/ 因为神与我们同在。

我必仰望祂，/ 祂必拯救我。/ 因为神与我们同在。

看哪，我和神赐给我的儿女。/ 因为神与我们同在。

那行在黑暗中的百姓，/ 已看见大光。/ 因为神与我们同在。

住在死亡阴影之地的，/ 光必照耀你们。/ 因为神与我们同在。

因为有一婴孩为我们而生，/ 有一子赐给我们。/ 因为神与我们同在。

他的统治权担在他的肩上。/ 因为神与我们同在。

祂的平安无穷无尽。/ 因为神与我们同在。

祂的名字叫：/ 大能的使者。/ 因为神与我们同在。

奇妙的策士。/ 因为神与我们同在。

全能的上帝，至高者，/ 世界的统治者。/ 因为上帝与我们同在。

来世之父。/ 因为神与我们同在。

神与我们同在，万民当知晓 / 并归顺。 / 因为神与我们同在。 **（2）**

愿荣耀归于圣父、圣子、圣灵。上帝与我们同在。

如今、永远，直到世世代代。阿们。上帝与我们同在。

因为神与我们同在。

颂歌

一日已尽，我感谢祢，主啊；/ 恳求祢：救主啊，/ 赐我一个无罪的黄昏与夜晚，/ 并拯救我。

颂荣：白昼已尽，我赞美祢，主；/ 恳求祢，救主，/ 赐我一个无诱惑的黄昏与夜晚，/ 并拯救我。

如今：度过这一天，我颂扬祢，圣者；/恳求祢，救主，/赐我一个没有仇敌诡计的黄昏与夜晚，/并拯救我。

无形之性的智天使以不绝的赞歌颂扬祢。/ 六翼的智天使，以不息的呼喊尊崇祢。/ 全体天使军团以“圣、圣、圣”的颂歌赞美祢。 / 因为祢是万有之先的永存圣父， / 祢有与祢同始的圣子， / 并怀着同等尊崇的生命之灵，彰显出不可分割的圣三一。 / 至圣童贞女、天主之母，圣言的见证者与侍奉者，/ 众先知与殉道者的群圣，/ 你们拥有不朽的生命，/ 请为众人热切代祷，/ 因为我们全都身处患难之中，/ 好使我们摆脱恶者的迷惑，/ 高声唱出天使的圣歌：/ 圣哉、圣哉、圣哉，三圣的主，/ 求祢怜悯并拯救我们。阿们。

随后以低沉的声音：

《信经》

[1] 我信独一的神，圣父，全能者，天地的创造者，一切有形无形之物的创造者。 [2] 我信独一的主耶稣基督，神的独生子，在万世以前由父所生，光从光，真神从真神，受生而非受造，与父同质，万物都是藉着祂而有的。 [3] 祂为了我们人类，也为了我们的救恩，从天降下，由圣灵和童贞女马利亚成肉身，成为人。 [4] 祂在彼拉多执政期间为我们被钉在十字架上，受苦，并被埋葬。[5] 第三天，照着圣经所记，祂复活了。[6] 祂升天，坐在父的右边。[7] 祂将带着荣耀再次降临，审判活人死人，祂的国度永无穷尽。 [8] 我信圣灵，主，赐生命者，由父而出，与父及子同受敬拜、同受荣耀，曾借先知们说话。 [9] 我信唯一、圣洁、大公、使徒的教会。[10] 我承认唯一一次的洗礼，为赦免罪过。[11] 我期待死人复活，[12] 以及来世的生命。阿们。

以及伴随鞠躬的诗句：

至圣的主母圣母，为我们这些罪人祈祷。 **（3）**

诸天军中圣天使与大天使，请为我们这些罪人祈祷。 **（2）**

先知圣约翰，我们的主耶稣基督的施洗者，请为我们这些罪人祈祷。 **（2）**

光荣的圣使徒、先知和殉道者，以及所有圣徒，请为我们这些罪人祈祷。 **（2）**

我们敬爱的、敬奉上帝的父老们，普世的牧者与导师，请为我们这些罪人祈祷。 **（2）**

（此处亦纪念该圣堂的主保圣人。）

神圣而赐予生命之十字架那不可战胜、不可摧毁、神圣的大能，请不要离弃我们这些罪人。 **（2）**

上帝啊，求祢怜悯我们这些罪人。（2）

上帝啊，求祢怜悯我们这些罪人，并宽恕我们。（不鞠躬）

《三圣颂》。《荣耀颂》，及《如今》：至圣三一：主啊，求祢怜悯。（3）《荣耀颂》，及《如今》：我们的天父：司祭：因为国度是祢的：**诵经员：**阿们。

周二和周四晚上
圣咏，第八调

主啊，你知道我的无形仇敌从未松懈，/ 我这可怜的肉体日渐衰弱，祢也知晓，我的造物主，/ 因此，我将我的灵交托在祢手中。 / 求祢以仁慈之翼遮蔽我，/ 免得我沉入死亡之眠，/ 并以祢神圣话语的丰盛光照我心灵之眼，/ 且在定时唤醒我，使我颂赞祢，/ 因为唯有祢是良善的、爱人的。

诗句：求祢垂顾我，垂听我，主——我的上帝。

主啊，祢的审判何等可畏，/ 天使伫立其前，世人被带入，/ 册卷展开，行径被审视，/ 心思被试炼！ / 身为生于罪中之人，我将面临何等判决？ / 若祢——主啊——不以爱人的心怜悯我， / 谁能为我熄灭烈火，谁能为我驱散黑暗？

颂荣：上帝啊，求祢赐我眼泪， / 如同从前赐给那位罪妇一般， / 并使我有幸以泪洗涤祢的双足， / 祢曾将我从迷途中解救出来， / 并向祢献上芬芳的香膏——纯洁的生命， / 这是我在悔改中所得的， / 好叫我也能听见祢那令人向往的声音： / “你的信心救了你，平安地去吧！”

如今：圣母，因对祢怀有无愧的盼望，我必得救；/ 全洁者，蒙祢庇护，我必无所畏惧。/ 我将追击我的仇敌并捆绑他们，/ 唯以祢的庇护为铠甲。 / 我恳求祢全能的帮助，向祢呼求，主母：/ “求祢以祢的代祷拯救我，/ 并从黑暗的沉睡中唤醒我，好让我颂扬祢，/ 借着从祢降生、成为肉身的圣子与上帝的大能。”

主啊，求祢怜悯。（40）**荣耀，如今：**

我们颂扬祢——那比智天使更崇高、/ 比火天使更荣耀无与伦比、/ 以童贞之身诞下神之圣言、/ 真正的圣母。

奉主之名赐福，神父。

神父：凭着我们圣父们的祈祷，主耶稣基督，我们的上帝，求祢怜悯我们。

诵经员：阿门。

圣大巴西尔的祷文

主啊，主啊，祢已使我们免于白昼飞来的各种箭矢，求祢也使我们免于在黑暗中游荡的各种危险，求祢接受我们傍晚的祭献——我们双手所献的供物。 求祢使我们得以纯洁地走过夜路，不遭恶事侵扰，并救我们脱离魔鬼加诸于我们的种种扰乱与恐惧。求祢赐予我们的灵魂以痛悔之心，使我们的思绪时刻警醒，预备面对祢那可畏而公义的审判。 求祢以对祢的敬畏钉住我们的肉体，使我们地上的肢体归于死，好叫我们在沉睡的静默中，也能因默观祢的审判而得着启迪。 求祢将一切不雅的梦境与毁灭性的私欲从我们身上驱除，并在祷告之时，藉着祢独生子 的恩宠与仁慈，使我们坚定于信仰，并在遵行祢诫命的事上有所长进；祢与那至圣、至善、赐生命之圣灵同受颂赞，如今、 直到永远，世世无穷。阿们。

来吧，让我们敬拜我们的君王、我们的上帝。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督——我们的君王、我们的上帝面前。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督——我们的君王和上帝——面前。

第一周的星期四

《诗篇》第50篇

神啊，求祢按祢的大慈爱怜悯我，按祢丰盛的恩典涂抹我的过犯；求祢彻底洗净我的过犯，洁净我一切的罪。因为我知道我的过犯，我的罪常在我面前。　我得罪了你——独一的上帝，在你面前行了恶；但你必因你的话语被证明是公义的，若有人与你对质，你必得胜。因为看哪，我是在罪孽中受孕的，我母亲怀我时，我已在罪中出生。　看哪，你喜爱真理，将你智慧中隐藏的奥秘向我显明。你用牛膝草洒我，我就洁净；你洗涤我，我就比雪更白；你使我听见喜乐和欢欣，我这受压制的骨头就欢喜。　求祢转脸不看我的罪孽，涂抹我一切的过犯。神啊，求祢为我造清洁的心，在我里面更新正直的灵。求祢不要将我从祢面前赶出去，也不要从我身上收回祢的圣灵。　求祢使我重得祢救恩的喜乐，并用祢大能的圣灵坚固我。我必将祢的道路教导悖逆的人，不义之徒必归向祢。神啊，我的救主，求祢救我脱离流血之罪，我的舌头必因祢的公义而欢欣。　主啊，祢必开启我的口，我的口便要传扬祢的赞美。因为倘若祢喜悦祭物，我必献上；但祢不喜悦燔祭。献给神的祭是痛悔的心；神必不轻看痛悔谦卑之人的心。　耶和华啊，求祢凭祢的恩惠眷顾锡安，使耶路撒冷的城墙得以重建——那时，祢必悦纳公义的祭、献上的祭和燔祭；那时，人必将公牛犊献在祢的祭坛上。

诗篇 101

耶和华啊，求祢垂听我的祷告，愿我的呼求达到祢面前。在我忧愁的日子，求祢不要向我掩面；在我呼求祢的日子，求祢侧耳听我，速速应允我。因为我的日子如烟消散，我的骨头也如枯柴干枯。　我像草一样被割倒，我的心干枯了，以致我忘了吃我的饭。因我哀叹的声音，我的骨头紧贴着我的肉体。我像旷野中的鹈鹕，像废墟上的猫头鹰。我无法入睡，像一只孤单地栖息在屋顶上的小鸟。　我的仇敌终日辱骂我，那些曾称赞我的人也以我起誓。因为我吃灰如吃饼，我的饮品因你的忿怒和你的烈怒而化作眼泪，因为你曾将我高举，又将我摔下。　我的日子如影消逝，我如草枯萎。但主啊，祢永存不朽，对祢的纪念将代代相传。　祢必兴起，怜悯锡安，因为是怜悯它的时辰，因为时候已到；因为祢的仆人喜爱它的石头，为它的尘土哀恸。万民必敬畏耶和华的名，地上的诸王都必敬畏祢的荣耀；因为耶和华必重建锡安，并在祂的荣耀中显现。　祂垂听谦卑人的祷告，没有轻视他们的恳求。愿后世的人将此事记下，那将要建立的子民必赞美耶和华，因为祂从祂圣洁的高处俯身，　耶和华从天上垂顾大地，要听受囚之人的哀叹，释放被杀之人的子孙，在锡安传扬耶和华的名，在耶路撒冷颂赞祂；当万民聚集，列王齐聚，为要事奉耶和华之时。　他在路上，在他强盛的日子里，向祂祈求：“求祢将我余下的日子指示我；不要在我半生之时将我带走：祢的年岁存到万代。”耶和华啊，起初祢立定大地，祢手所造的便是诸天；　它们都要消亡，惟有祢存到永远；万物都如衣服渐渐陈旧，祢要像卷起外袍一样将它们卷起，它们便改变。但祢是永恒不变的，祢的年岁永无止尽。祢仆人的子孙必得安居，他们的后裔必永远稳固。

犹大王玛拿西的祷告

全能的主，我们列祖——亚伯拉罕、以撒、雅各及其义后裔的上帝：祢创造了天地及其一切荣美，用祢命令的话语束缚了大海，封锁了深渊，并以祢那令人敬畏且荣耀的名将其封印；万物都敬畏祢，　世人因祢大能的面容而战栗，因为无人能抵挡祢荣耀的威严，祢对罪人的烈怒更是令人难以承受！但祢应许的慈爱却是无量且不可测度的；　因为祢是至高的主，是仁慈的、忍耐的、大有怜悯的，并且为人的恶行而悯惜。主啊，祢因祢丰盛的良善，应许了向祢犯罪之人的悔改与赦免；又因祢丰盛的怜悯，为罪人预定了悔改以得救赎。　看哪，主——万军之神，祢没有将悔改赐给义人亚伯拉罕、以撒和雅各——他们并未得罪祢；却将悔改赐给我这罪人，因为我的罪过多如海沙。　我的罪孽已成堆积，主啊，我的罪孽已成堆积；因我罪孽众多，我竟不配抬头仰望天上的高处。　我被无数铁链捆绑，以致无法抬起头来，也得不到丝毫宽慰，因为我激起了你的愤怒，在你面前行了恶事：既未遵行你的旨意

，也未遵守你的诫命。如今，我内心屈膝，渴求你的慈爱。　主啊，我犯了罪，我犯了罪，我也知道我的过犯；但我恳求祢：主啊，赦免我，赦免我，不要因我的过犯而灭绝我，也不要永远发怒，记念我的恶行，更不要将我定罪，使我下到地底最深处。　因为祢，上帝，是悔改之人的上帝，祢必向我显明祢一切的恩慈；因祢的大慈爱，祢必拯救不配的我，我必在我一生的每一天中不断赞美祢，因为天上万军都歌颂祢，祢的荣耀直到永永远远。阿们。

《三圣颂》。《荣耀颂》，及《如今》：至圣三一：主啊，求祢怜悯。（3）《荣耀颂》，及《如今》：我们的天父：司祭：因为国度是祢的：**诵经员：**阿们。

忏悔颂，第六调

主啊，怜悯我们，怜悯我们，/ 因为我们这些罪人，自知毫无可辩解之处，/ 便向祢——我们的主——献上这祷告：/ “怜悯我们！”

颂荣：主啊，求祢怜悯我们，因我们仰望祢，/ 求祢不要向我们大发烈怒，/ 也不要记念我们的过犯，/ 但求祢如今以仁慈之心垂顾我们，/ 并拯救我们脱离仇敌。 / 因为祢是我们的上帝，我们是祢的子民； / 我们都是祢手所造的， / 并呼求祢的名。

如今：求祢为我们开启仁慈之门，/蒙福的圣母，/使我们仰望祢而不致蒙羞，/并藉祢的祈祷脱离患难，/因为祢是基督徒的救主。

主啊，求祢怜悯。**（40）荣耀颂，如今：**

我们颂扬祢——那比智天使更尊贵、/比火天使更荣耀、/以童贞之身诞下圣言、/真正的圣母。

奉主之名赐福，神父。

司祭：凭我们圣父们的祈祷，主耶稣基督，我们的上帝，求祢怜悯我们。

诵经员：阿们。

祷文：至高上帝，全能之父，主，独生子耶稣基督，以及圣灵！唯一的神性，唯一的大能，求祢怜悯我这罪人，并按祢所知的方式拯救我这不配的仆人，因为祢是世世代代受称颂的。阿们。

来吧，让我们敬拜我们的君王、我们的上帝。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督——我们的君王、我们的上帝面前。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督本人——我们的君王和上帝面前。

诗篇142

主啊，求祢垂听我的祷告，照祢的信实侧耳听我的恳求；求祢凭祢的公义应允我，不要与祢的仆人争辩，因为在祢面前，活人中无人能称义。　因为仇敌追逼我的灵魂，将我的生命贬抑至地，使我如自古以来已死之人，置于黑暗之中。我的灵在我里面消沉，我的心在我里面惊惶。我追想往昔的日子，默想你的一切作为，默想你双手的创造。　我向祢伸出双手；我的灵魂在祢面前，如同干旱之地。耶和华啊，求祢速速垂听我，我的灵已疲乏；求祢不要向我掩面，免得我像下到阴间的人一样。求祢使我清晨就听见祢的慈爱，因我仰望祢；耶和华啊，求祢为我指明当行的路，因我已将我的灵魂仰望祢。耶和华啊，求祢救我脱离我的仇敌，因我已投靠祢。求祢教导我遵行祢的旨意，因祢是我的神；祢良善的灵必引导我进入公义之地。　主啊，为了你的名，你必使我复活；凭你的公义，你必使我的灵魂脱离忧愁；凭你的慈爱，你必消灭我的仇敌，毁灭一切压迫我灵魂的人，因为我是你的仆人。

每日颂赞

在至高之处归荣耀于神，在地上平安归于祂所喜悦的人。我们赞美祢，颂赞祢，敬拜祢，荣耀祢，感谢祢，因祢的大荣耀。　主啊，天上的君王，上帝，全能的父，主啊，独生子耶稣基督，以及圣灵！主上帝，上帝的羔羊，父的儿子，为世人的罪担负重担者，求祢怜悯我们。　除掉世人罪孽的羔羊，求祢垂听我们的祷告；坐在父右边的祢，求祢怜悯我们。因为祢是独一的圣者，祢是独一的主——耶稣基督，为父神的荣耀。阿们。每晚我都要称颂祢，永远赞美祢的名，直到永永远远。　主啊，祢是我们世世代代的避难所。我说：主啊，怜悯我，医治我的灵魂，因为我在祢面前犯了罪。主啊，我投靠祢，求祢教导我遵行祢的旨意，因为祢是我的神。因为生命之源在祢那里，在祢的光中，我们必得见光明。　求祢将祢的慈爱施予那些认识祢的人。主啊，求祢恩准我们在今夜免于犯罪。主啊，我们列祖的上帝，祢是应当称颂的，祢的名在万世中当受赞美和荣耀。　阿们。主啊，愿祢的慈爱临到我们，正如我们仰望祢一样。主啊，祢是应当称颂的，求祢教导我遵行祢的诫命。主啊，祢是应当称颂的，求祢用祢的诫命使我明白。圣者啊，祢是应当称颂的，求祢用祢的诫命启迪我。主啊，祢的慈爱永存，求祢不要轻视祢亲手所造的受造物。赞美归于祢，颂歌归于祢，荣耀归于祢——圣父、圣子、圣灵，如今、永远，直到世世代代。阿们。

三圣颂。荣耀颂，及"如今"：至圣三一：主啊，怜悯我们。（3）荣耀颂，及"如今"：我们的天父：司祭：因为国度是祢的：**诵经员：**阿们。

颂歌，第六调

全能的主啊，求祢与我们同在，/ 因为除了祢以外，/ 我们别无助手，在患难中无处可依；/ 全能的主啊，求祢怜悯我们。**另一声部重复。**

第一声部。第1节：当在祂的圣者中赞美上帝，/ 当在祂大能的穹苍中赞美祂。

全能的主啊，求祢与我们同在：——每节经文后重复。

第二声部。第2节：因祂的大能，赞美祂；/因祂无穷的威严，赞美祂。

第3节：当以号角之声赞美祂，/ 当以竖琴和琴瑟赞美祂。

第4节：当以定音鼓和舞蹈赞美祂，/当以弦乐和管风琴赞美祂。

第5节：当用悦耳的钹赞美祂，当用清脆的钹赞美祂。/ 凡有气息的，都要赞美上主！

两队人齐声：在祂的圣者中赞美上帝。/ 在祂大能的穹苍中赞美祂。

万军之主，求祢与我们同在，/ 因为除了祢以外，/ 我们在这苦难中别无帮助；/ 万军之主，求祢怜悯我们。

颂荣：主啊，若非有祢的圣徒为我们代祷，/ 又非因祢那怜悯我们的仁慈，/ 救主啊，我们怎敢颂扬祢——/ 那被天使们无时无刻不赞美的祢？/ 洞察人心者，求祢怜悯我们的灵魂。

如今：圣母，我的罪孽数不胜数，——/ 我向祢投奔，圣洁的圣母，因我需要救赎。/ 请仁慈地垂顾我软弱的心灵，/ 并在祢的圣子、我们的上帝面前为我代求，/ 使我所得的宽恕，/ 能洗净我所犯的严重罪过，/ 唯一的蒙福者。

至圣圣母，/在我的一生中，请勿离弃我，/勿将我托付于人的庇护，/但愿您亲自保护我并怜悯我！

我将所有的希望 / 都寄托在祢身上，天主之母，/ 求祢将我保佑在祢的庇护之下。

主啊，求祢怜悯。（40）

以及祷文：在任何时候、任何时刻，在天上和地上都接受敬拜与颂赞的基督上帝，您是长久忍耐、大有怜悯、至为仁慈的，您爱义人，怜悯罪人，并以未来福分的应许召唤所有人得救！　主啊，求祢在此时此刻也接受我们的祷告，并引导我们的生活遵行祢的诫命：圣化我

们的灵魂，洁净我们的身体，纠正我们的意念，净化我们的思想，并使我们脱离一切忧愁、灾祸和痛苦。　求祢以祢的圣天使护卫我们，使我们在他们的守护与教导下，得以在信仰中合而为一，并领悟祢那不可企及的荣耀；因为祢是应当受颂赞的，直到永永远远。阿们。

主啊，怜悯我们。**（3）荣耀颂，如今：**

我们颂扬祢——那比智天使更崇高、比火天使更荣耀、以童贞之身诞下圣言、真正的圣母。

奉主之名赐福，神父。

司祭：上帝啊，怜悯我们，赐福于我们；向我们显明祢面容的光辉，并怜悯我们。

诵经员：阿们。

随后，司祭诵念圣以弗所·西里尔的祷文，并行十六次鞠躬：

主啊，我生命的主宰！求祢不要将我交于懒惰、虚浮、好权势和空谈之灵。**（鞠躬）**

求祢赐予我——祢的仆人——贞洁、谦卑、忍耐与仁爱的灵。**（鞠躬）**

是的，主——万王之王，求祢让我看清自己的罪过，而不论断我的弟兄，因为祢是应当受颂赞的，直到永永远远。阿们。**（鞠躬）**

此外，伴随以下祷文行12次小鞠躬：

上帝啊，求祢洁净我这罪人。

再次诵念整段祷文：主啊，我生命的君王：**并行一次大鞠躬。**

《三圣颂》。荣耀颂，如今：至圣三一：主啊，怜悯我们。（3）荣耀颂，如今：我们的天父：司祭：因为你的国是永恒的：**诵经员：**阿们。主啊，怜悯我们。**（12）**

致至圣童贞圣母的祷文，
由圣母埃韦尔盖蒂德修道院的修士保罗所作，
即施恩者

无瑕、无污、无辜、无玷、纯洁的童贞女，上帝的新娘，女主！　祢以奇妙的受孕将神之圣言与人类结合，并将我们被弃绝的本性与天上的力量相联结；祢是绝望者的唯一希望，是受攻击者的帮助，是投靠祢之人的可靠保障，更是所有基督徒的避难所！　求祢不要厌弃我——这个罪人，这个污秽之人，因可耻的意念、言语和行为使自己全然不配，又因心志疏忽而沦为世俗享乐的奴隶。　但求祢以仁爱之心怜悯我——这有罪且迷途之人，如同那仁爱之神的圣母一般；求祢接受我这污秽之口向祢献上的祈求，并以母性的胆量恳求祢的圣子、我们的主和救主，　使祂也能向我敞开祂仁爱良善的胸怀，赦免我数不胜数的罪过，引导我归向悔改，并使我成为祂诫命的忠实践行者。　愿祢永远与我同在，作为仁慈、富有同情心且热爱良善的、在这世上热忱的代祷者与帮助者，保护我免受敌人的攻击，并引导我走向救赎；　在我离世之时，护佑我这可怜的灵魂，将邪恶恶魔的阴森幻象驱离于它之外；在可怕的审判之日，救我脱离永恒的惩罚，使我成为祢的圣子、我们的上帝那不可言喻的荣耀的继承者。　愿我，我的主母、至圣童贞女玛利亚，藉着你的代祷与护佑，因你独生子——我们的主、上帝和救主耶稣基督的恩典与仁爱，得以获得这一切。　一切荣耀、尊贵和敬拜都归于祂，与祂无始的父，以及祂至圣、至善、赐生命的圣灵同在，如今、直到永远、世世代代。阿们。

修士安提阿向我们的主耶稣基督的祷文

主啊，求祢赐予我们这些即将入睡的人，身心安息，并保护我们免受罪恶的黑暗之梦，以及一切幽暗与夜间的情欲之害。　求祢平息情欲的冲动，熄灭那恶者狡猾地射向我们的炽热箭矢，安抚我们肉体的叛逆，并使我们一切关于尘世与物质的思虑沉睡。　上帝啊，求祢赐给我们清醒的头脑、贞洁的理智、清醒的心灵，以及轻松的睡眠，使我们免于一切撒但的幻梦。求祢在祷告之时，使我们因坚守祢的诫命，并在心中坚定地铭记祢的审判，而得以振作。　求祢赐我们整夜赞美，好叫我们歌颂、祝福并尊崇祢——圣父、圣子、圣灵——那备受尊崇、威严圣名，如今、直到永远、世世代代。阿们。

至荣的永贞童女、基督上帝之母，请将我们的祈祷呈献给祢的圣子、我们的上帝，愿祂因祢的代祷而拯救我们的灵魂。

圣约安尼基的祷文

我的盼望是圣父，我的避难所是圣子，我的庇护是圣灵；圣三一，荣耀归于祢！

司祭：荣耀归于祢，基督上帝，我们的希望，荣耀归于祢。

诗班：荣耀归于祢，如今，主啊，求祢怜悯。（3）求祢赐福。

随后众人俯身触地，司祭则在结束礼前诵念祷文：

至仁慈的主，主耶稣基督，我们的上帝！藉着我们至洁的主母、圣母玛利亚的代祷，凭着神圣而赐生命的十字架的大能，依靠天上无形圣军的护佑，以及圣而荣耀的先知、　施洗者约翰、圣洁、荣耀且受万民赞美的使徒们、圣洁、荣耀且得胜的殉道者们、我们敬虔且敬奉上帝的先贤们、圣洁且义人、上帝的父母约阿基姆和安娜，以及祢所有的圣徒，求祢垂听我们的祈祷，　求祢　赦免我们的罪过，以祢翅膀的荫庇遮盖我们，驱逐一切仇敌与敌对者，使我们的生活得享平安，主啊，求祢怜悯我们，赐下祢的平安，并拯救我们的灵魂，因祢是良善且爱人的。

我们说：阿们。

赦罪礼

神父向信众鞠躬说道：“圣父们，请赐福于我，并宽恕我这个罪人，赦免我一切在行为、言语、意念及所有情感上的过犯。”

我们则回应道：“愿上帝宽恕你，圣父。”

神父诵念以下祈祷文：

让我们为我们的至圣宗主教（姓名）、为我们的至尊都主教（或：大主教，或：主教）（姓名），以及为我们在基督里的全体弟兄祈祷。

[在修道院中：为我们可敬的院长（姓名）及本圣修道院的修士们祈祷。**]**

唱诗班在每次祈求后应唱：主啊，怜悯我们。

为受神庇佑的祖国、政府及全体国民。

为憎恨我们和爱我们的人。

求祢垂怜那些怜悯我们、侍奉我们的人。

求主垂怜那些嘱咐我们这些不配之人替他们祈祷的人。

求拯救被掳之人。

为那些与我们决裂的父亲和兄弟们。

为在海上航行的人。

为那些卧病在床的人。

让我们也为大地丰饶的果实祈祷。

并为所有东正教信徒的灵魂祈祷。

让我们缅怀东正教的主教们以及这座圣殿（**或：**这座圣修道院）的创建者们。

为我们的父母，以及所有先我们而去的、安息于此及各地的东正教先辈——我们的父亲和兄弟们——祈祷。

我们也为自己祈求：

唱诗班：主啊，求祢怜悯。 **（3）**

司祭：主耶稣基督，我们的上帝，求祢因我们圣父们的祈祷，怜悯我们。

我们：阿门。

在修道院中，修士们行叩拜礼，向院长求恕，并说道：

“圣父，请赐福于我，并宽恕我这个罪人。”

在获得院长宽恕后，我们便回到自己的小室，诵念以下祷文：

主啊，仁爱之主，求祢宽恕那些憎恨和伤害我们的人。求祢以善报善。求祢应允我们的弟兄和亲人的祈求，凡有助于得救之事，并赐予他们永生。求祢探望病患，并赐予他们痊愈。求祢引导那些在海上的人。　请与旅人同在。求祢赦免那些侍奉我们、怜悯我们之人的罪过。求祢凭祢的大慈大悲，怜悯那些托付我们——这些不配之人——为他们祈祷的人。主啊，求祢记念我们先逝的父辈和弟兄，让他们在祢面光照耀之处安息。　主啊，求祢记念我们那些身陷囹圄的弟兄，并使他们脱离一切灾祸。主啊，求祢记念那些在祢圣　的教会中奉献祭物、行善的人，成就他们一切有助于得救的祈求，并赐予他们永生。　主啊，也请记念我们这些谦卑、有罪且不配的仆人，用认识祢的光照亮我们的心灵，引导我们走上祢诫命的道路，借着我们至圣的主母、圣母玛利亚和祢所有圣徒的祈祷，因为祢是永远受称颂的。　阿们。*

第一周的星期五
晨祷时

三一颂。第一段诗咏后，诵读《八音集》中的十字架座咏，以及《圣母颂》。

在第二首诗篇后，诵读
约瑟夫的颂歌，第二调

仁爱之主，祢以受难使众人脱离情欲，/ 藉祢的十字架使我肉身的私欲归于无有，/ 求祢恩准我这以斋戒取悦祢荣耀的人，/ 得以目睹祢神圣的受难，/ 使我能丰盛地领受祢的大慈爱。

颂荣：重复上述内容。

如今，十字架圣母颂：蒙祢圣子圣十字架护佑，/ 纯洁的女王，圣母，/ 我们轻易击退仇敌的一切攻击：/ 因此，我们理当/ 永远称祢为蒙福者，作为上帝之母，/ 以及我们灵魂唯一的希望。

按第三调式诵读
费奥多尔先生所作，第二调

纯洁的真源！/ 仁慈的主，求祢以斋戒保守我们，/ 垂顾我们这些投靠祢的人，/ 倾听我们举手所献的祈求，/ 祢在十字架上伸展双手，/ 为地上所有受造之人被钉十字架，/ 唯一无形的主。

颂荣：重复上述内容。

如今，十字架上的圣母： 基督啊，祢的童贞圣母，/ 见祢在十字架上被钉、身亡，/ 便痛哭着呼喊：/ “我的儿子，这何等可怕的奥迹：/ 祢赐予众人永生，/ 为何却在十字架上自愿承受 / 这可耻的死亡？”

《圣历》第六日赞美诗及《大斋期圣咏集》三首诗。
第五首，第二调

并以《诗篇》第五篇的韵律吟唱。

伊尔莫斯：照亮沉沦于黑暗中的人们：

那狡诈者见我身有罪，/ 便竭力助长罪恶：/ 因为他确实为我的灭亡而欢喜；/ 但求祢赐我悔改之心，救主，/ 好使我得以消灭他，我恳求！

祢在十字架上战胜了黑暗的权势，/求祢救我脱离他们的恶行，/我虽已坠入罪恶的深渊，/陷入不端行为的深坑，/却因祢的慈爱而盼望得救。

被钉在十字架上、为我舍命的主，/求祢使我这被罪恶所扼杀的灵魂复活，/并使我这竭力遵行祢诫命的人，/有幸在平安中迎接祢神圣的复活，基督啊。

圣母颂：我软弱之光，圣洁者，/ 我蒙尘灵魂的救赎，/ 救我吧，救这将要灭亡的童贞女，/ 并以不朽之衣包裹我，/ 我因沉重的罪过而败坏。

另一首三节诗，同调

伊尔莫斯：看哪，黑夜已过：

祢乐意以肉身在髑髅地被钉十字架，/ 独一不朽者，/ 赐予人类不朽，/ 并使之焕然一新，主啊。

目睹你在受难时遭受的凌辱，/ 整个受造界都为之动容，主啊，/ 为犹太人所犯的谋杀而痛哭；/ 但你忍受了他们，为要拯救万物。

三一颂：至圣的三一！/ 我们向祢侍奉，祢是我们的避难所，也是我们的堡垒；/ 求祢赐予那些颂扬祢唯一本性的人，/ 恩慈地赦免他们的罪过。

圣母颂：被赋予诸多美名的童贞女，/ 欢欣吧，圣母！/ 圣约柜，盛满吗哪的器皿，丰盛的筵席，/ 光芒四射的灯台，如火的荆棘丛，/ 荫蔽的上帝之山。

荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

我们曾欢欣地迎接和平及世间万物，/如今，如同与基督一同被钉十字架，/我们将忍受无礼、嘲笑及其他一切，/为要与祂一同得荣耀。

伊尔莫斯：看哪，黑夜已过，白昼临近，/ 光照耀了世界；/ 因此，天使的军团歌颂祢，/ 并赞美祢，基督上帝。

第八首

伊尔莫斯：进入火窑：

祢谦卑自己，被钉在十字架上，/ 凭着祢的仁慈，高举了 / 曾因品尝树上果实而堕落的人；/ 因此，我们永远颂扬祢——独一至善者，/ 受尊崇的祢。

因疏忽而打盹，/ 我陷入了罪恶的沉重梦境；/ 但祢，为我而睡在十字架上的基督，/ 请唤醒我这堕落之人，/ 免得死亡之夜将我吞没。

被享乐蒙蔽双眼，/ 我灵魂蒙尘而摇摆不定，/ 狡诈的仇敌见我这般，便嘲笑不已；/ 因此，基督啊，求祢光照我，/ 并永远救我脱离他的恶毒。

圣母颂：因疏忽而虚度一生，/ 我让灵魂沉溺于罪恶的沉睡之中；/ 但我求助于祢永不停止的代祷：/ 无玷圣母啊，求祢别让我沉睡至死！

另一首三节诗

伊尔莫斯：在荆棘丛中向摩西显现：

头戴荆棘冠冕，/身披紫袍，/祢显现得何等美好，基督，/祢的美貌超越所有世人，/荣光熠熠。

饮尽苦胆与醋，/ 祢从神圣的肋旁 / 倾泻出两道泉流——生命与不朽——/ 基督啊，我们怀着信心歌颂祢，/ 并永世赞美祢。

愿我们颂赞圣父、圣子、圣灵，我们的主。

三位一体颂：唯一的神性，三位一体，/ 本质不可分割，但按位格区分，/ 永恒的统治，圣父、圣子、圣灵，/ 我们以诗歌赞美祢，直到永远。

圣母颂：纯洁的上帝之母，/天国之门，救赎之门！/请接受所有基督徒的祈祷，/他们世世代代称你为有福者。

荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

十字架，基督的权杖，/ 教会的力量，君王的胜利，/ 基督徒的守护者，你是我的启迪，/ 你也是我世世代代的赞美。

我们赞美、祝福、敬拜主，世世代代歌颂并尊崇祂。

伊尔莫斯：在荆棘丛中向摩西显现的 / 圣母的奇迹 / 昔日在西奈山上，/ 你们要歌唱、祝福并颂扬，直到永远！

第九首

伊尔莫斯：上帝，那先于太阳的明光：

我那因不端思想而染上痲疯的灵魂，/求祢以祢的宝血洒净，神圣的道，/并使我成为祢荣耀的分享者，基督啊，/祢曾为我忍受了那蒙羞的受难。

基督啊，我因不端行为的重担而全然弯腰，/ 满怀沮丧地向祢呼求，仁爱之主：/ “求祢用祢宝贵的宝血，医治我灵魂中无法治愈的创伤，/ 使我能颂扬祢的神性！”

我以恶为食，以疏忽为饮，/在一切事上都无可救药，/却为禁食而欢欣，这实属不妥；/但主说，斋戒本不该如此。

圣母颂：解救我们脱离严苛的远古判决，/ 使始祖得蒙救赎，/ 使我们族裔的始祖与上帝和好，/ 架起通往造物主的桥梁——/ 我们赞美祢，圣母。

另一首三节诗

伊尔莫斯：纯洁无瑕者：

当祢被钉在十字架上时 / 整个受造界都为之震颤： / 祢，真神，因祢仁慈的心 / 道成肉身受苦， / 只为拯救我们。

主啊，祢十字架的大能何其伟大：/ 因为，当我们以十字架为记号时，/ 我们便立刻击退了恶魔的势力。

荣耀颂（三位一体）：三位一体的唯一，/ 至高无上的统治，/ 荣耀同等的神性：/ 圣父、圣子与圣灵，/ 求祢拯救我们众人！

圣母颂：万福，世人的赎罪者，圣母，/我们这些罪人投靠于祢，/便永远与天主和好。

荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

主啊，求祢以祢的圣十字架坚固我，/ 仁慈的主，求祢赐我力量，/ 使我能完成斋戒期。

伊尔莫斯：纯洁无瑕的圣母与童贞女，/ 全体信徒，/ 虔诚地以圣歌颂扬祢为圣母。

光辉之声。

诗篇唱诵，第8调

让我们欢欣地接受斋戒的诫命：/ 因为倘若我们的始祖遵守了它，/ 我们便不会被逐出伊甸园。/ 那使我丧命的果实，/ 外观虽美，滋味虽佳；/ 愿我们不被眼色所惑，/ 也不让我们的喉咙沉醉于/ 那些受人推崇却在享用后被鄙视的美食。/ 让我们远离放纵，/ 也不屈服于饱食后滋生的情欲。 / 让我们以那为我们自愿受死之人的宝血印记自己， / 毁灭者便不会触及我们， / 我们将品尝至圣的基督复活节， / 以拯救我们的灵魂。 (2)

致殉道者：圣徒们，我们该如何称呼你们？/ 是称你们为智天使吗？因为基督曾安息在你们身上。/ 是称你们为火天使吗？因为你们不断地荣耀祂。/ 是称你们为天使吗？因为你们已弃绝了肉体。/ 是称你们为大能者吗？因为你们行神迹奇事。/ 你们的名号众多，恩赐更是无穷无尽！/ 求你们为我们的灵魂代求。

荣耀颂，如今，十字架上的圣母，仍以同样的声调唱道：当救主，/ 祢被钉在髑髅地时，/ 整个受造之物都发生了变化，/ 几乎难以自持，无法承受这震动。 / 而那圣洁的童贞女，祢的母亲， / 哭泣着向祢呼求： /“唉，我的孩子， / 我最亲爱的救主！ / 这究竟是怎样的新奇、前所未闻 / 且非同寻常的景象？”

以及后续经文。第一时辰不诵诗篇：大斋期其他星期五亦同。

星期五第六时辰

先知颂，第五调

主啊，您深知我们罪孽深重的生活 / 与毫无悔意的性情， / 求您速速向我们显出怜悯： / 因为除您之外，我们别无他神， / 您掌管着生与死； / 求您作为爱人的主，拯救我们。

荣耀颂，如今：并重复上述内容。

前诵，第七调

主啊，我的力量，我必爱祢，/ 主是我的坚固堡垒。

诗句：我的神是我的帮助。

诗篇 17:2–3A

以赛亚书预言诵读

看哪， 万军之耶和华——主，必从犹大和耶路撒冷夺去强壮的男子和女子，夺去粮食和水的供应，夺去勇士和强人，夺去军人、审判官、先知、先见者、长老、五十人长、卓越的谋士、聪明的建筑师，以及明辨是非的听众。 我必立少年人为他们的首领，讥笑者必辖制他们。百姓彼此相攻：人攻击人，人攻击邻舍；孩童侮辱长者，不配者藐视尊贵者。因为人必抓住自己的兄弟，或抓住自己父亲的家人，说： ‘你有衣服，就作我们的首领吧；我的食物也当在你手下。’那人就在那日回答说：‘我不能作你的首领，因为我家既无粮食，也无衣服；我不能作这百姓的首领。’因为耶路撒冷被撇弃，犹大也倾覆了。 他们的言语充满不法，因他们不顺从耶和华，以致他们的荣耀如今已受羞辱。他们脸上的羞耻已归于他们自己，但他们却像所多玛一样，公然宣告并显露了自己的罪孽。 唉，他们的灵魂啊！因为他们自己为自己图谋了恶计，说：“我们要捆绑义人，因为他妨碍了我们。”看哪，他们必尝到自己所行之事的果报。唉，那作恶的人啊！因为照他手所行的，祸患必临到他。我的子民啊！你们的报复者像割芦苇一样割你们，勒索者辖制你们。 我的子民啊！那些称赞你们的人欺骗你们，使你们脚下的道路变得崎岖不平。但如今，耶和华要出面审判，并将祂的子民带到审判台前。因为耶和华自己要与这国民的长老和首领一同来审判。

以赛亚书 3:1–14

前诵，第六调

主啊，我的帮助者 / 我的拯救者。

经文：诸天述说神的荣耀。

诗篇 18:15B, 2A

须知，那些在安息日和主日纪念的圣徒，其颂文应在晚祷时诵唱，或由司仪酌情决定。

星期五晚祷时

在诵读开端诗篇之后，诵读第18篇卡菲斯姆。

《我向主呼求》：第10首诗篇，第5调

信徒们，请前来，/让我们在光明中行上帝的事，/如同白昼般行事端正，/将邻人一切不义的行径从我们中间驱除，/ 不给他设下绊脚石或诱惑。 / 让我们摒弃肉体的享乐， / 培养心灵的恩赐， / 给有需要的人提供面包， / 并怀着悔改之心走向基督，呼求： / “我们的上帝，怜悯我们吧！” **(2)**

随后，我们唱《八音集》中献给殉道者的四首诗篇，采用当前的调式。

接着是第4首圣西奥多独唱诗，第2调

凡爱慕殉道者者，请皆前来，/ 让我们在灵里欢欣鼓舞、庆贺，/ 因为今日殉道者狄奥多尔为我们呈上奥秘的筵席，/ 使我们这些喜爱庆典的人欢欣，/ 并因此激励我们向他呼求：/ “欢欣吧，不可战胜的受难者，/ 你推翻了地上暴君的威胁。/ 欢欣吧，你为基督上帝将你渺小的躯体献于苦难。/ 欢欣吧，在种种患难中显现的，/ 天军中真正的战士。/ 因此，我们恳求你，殉道者的荣光，/ 为我们的灵魂代祷。

殉道者西奥多，你将上帝赐予的奇蹟恩典，/ 倾注给所有怀着信心向你求助的人；/ 为此我们赞美你，高呼：/ “你解救被掳者，医治病人，/ 使穷人富足，拯救航行者，/ 阻止奴隶徒劳地逃亡，/ 并揭露掳掠者的罪行，受难者，/ 还教导战士们远离掠夺，/ 仁慈地应允婴孩的祈求，/ 成为热忱的庇护者，/ 护佑那些纪念你圣名的人。/ 至圣的受难者啊，/ 求你向基督恳求大恩，/ 赐予他们以及我们——颂扬你殉道之功的人。

殉道者西奥多，你乃是上帝最卓越的恩赐：/ 因为即使在离世之后，你仍像活着一样，为向你求助的人实现他们的祈求。/ 因此，当某位妇人的儿子被掳走，/ 被异教军队俘虏时，/ 那位寡妇来到你的圣殿前，用眼泪浇灌了你的圣殿；/ 而你，这位仁慈的圣者，骑着白马，/ 悄然将她的孩子带回，/ 此后更未曾停止与他一同行神迹。/ 求你恳请基督上帝拯救我们的灵魂。

我敬拜与你同名的神圣恩赐，/ 三福的狄奥多尔：/ 因你显现为永不落的神圣之光，/ 以你的苦难照亮了整个受造界，/ 并以比火焰更强的力量熄灭了烈火，/ 粉碎了狡猾毒蛇的头颅。/ 因此，在你的苦难中，基督俯身向你，/ 为你的神圣头颅加冕；/ 大殉道者，受难者，/ 因你对上帝怀有胆量，/ 请热切地为我们的灵魂祈祷！

颂荣，第六调：仇敌利用其工具——/ 与他同类的背道暴君，/ 图谋骇人听闻之事，企图用 / 沾染了不洁祭品之血的食物，/ 玷污那借斋戒自洁的虔诚子民。/ 但你以至智的计谋挫败了他的诡计：/ 当时在梦中向大主教显现，/ 你向他揭示了仇敌思想的深奥之处，/ 并宣告了那骇人听闻的图谋。/ 因此，我们向你献上感恩的祭品，/ 讲述这显现的救赎，/ 每年纪念昔日的奇迹，/ 并祈求未来/ 能借着你向天主所作的祈祷，殉道者狄奥多尔，使我们免受恶者诡计的伤害，安然无恙。

如今，圣母颂：普通调的信条颂。

无福音入堂。喜乐之光：

前诵，第五调

愿主在悲伤之日 / 垂听你。

诗节：愿雅各之神的圣名护佑你。

诗篇 19:2

1.《创世记》诵读

亚当给一切牲畜、天空中的飞鸟和地上的走兽都起了名；但亚当却找不到一个与他相配的帮手。于是，上帝使亚当沉睡，　，取了他的一根肋骨，又用肉填补了那处。　耶和华上帝用从亚当身上取下的那根肋骨造了一个女人，领她到亚当跟前。亚当说：“这是我骨中的骨，肉中的肉；她要称为‘妻子’，因为她是从丈夫身上取出来的。”　因此，人要离开父母，与妻子结合，二人便成为一体。亚当和他的妻子都赤身露体，却并不觉得羞耻。蛇是耶和华上帝所造地上一切兽中最狡猾的。蛇对女人说：　“神为什么说‘你们不可吃园中任何树上的果子’呢？”女人对蛇说：“园中各样树上的果子，我们都可以吃；只是园子中央那棵树上的果子

，神曾说‘你们不可吃，也不可摸，免得你们死’。” 蛇对女人说：“你们必定不会死；只是神知道，你们吃的日子眼睛就明亮了，你们便如神能知道善恶。”女人见那树的果子好作食物，也悦人的眼目，且是可喜爱的，能使人有智慧，就摘下果子来吃了；又给她丈夫，他便吃了。于是两人的眼睛都开了，才知道自己是赤身露体，便用无花果树的叶子编成裙子，遮盖自己的身体。 于是，女人摘下果子来吃了；又给她丈夫，他便吃了。两人的眼睛就都开了，才知道自己赤身露体，便用无花果树的叶子编成腰带，束在身上。 他们听见耶和华上帝在午后于伊甸园中行走的声音；亚当和他的妻子便在伊甸园的树丛中躲避耶和华上帝的面。耶和华上帝呼唤亚当，对他说：“亚当，你在哪里？” 亚当回答说：“我听见你在乐园中行走的声音，我就害怕，因为我赤身露体，便藏了起来。”神对他说：“谁告诉你赤身露体呢？难道你吃了那棵我吩咐你不可吃的那棵树上的果子了吗？” 亚当说：“你赐给我作伴的那女人，她把那树上的果子给我，我就吃了。”耶和华上帝对那女人说：“你做了什么？”那女人说：“那蛇欺骗了我，我就吃了。” 耶和华上帝对蛇说：“你既做了这事，就必在一切牲畜和野兽中受咒诅；你必用肚子行走，终身吃土；我又要使你和女人彼此为仇，你的后裔和她的后裔也彼此为仇： 他要伤你的头，你要伤他的脚跟。”又对女人说：“我必多多加增你怀胎的苦楚，你生产的时候必多受苦；你必怀胎生子；你必恋慕你丈夫，他却要管辖你。” 又对亚当说：“你既听从了你妻子的声音，吃了那棵我曾吩咐你‘不可吃’的树上的果子——你竟吃了——地必因你的缘故受咒诅；你一生中都要劳苦才能从地里得吃的； 地必给你长出荆棘和蒺藜；你必吃田间的菜蔬；你必汗流满面才得糊口，直到你归回尘土，因为你是从尘土而来的，你也要归回尘土。”亚当给他妻子起名叫“生命”，因为她是众生之母。

创世记 2:20–25；3:1–20

前诵，第六调

主啊，愿祢在祢的大能中被尊崇！/ 我们要歌唱，颂扬祢的大能。

诗节：主啊，君王因祢的大能而欢欣。

诗篇 20:14, 2A

2. 箴言诵读

上帝以智慧奠定了大地，以聪明建立了诸天；因祂的明察，深渊裂开，云彩便降下甘露。 我儿！不要忽略，要谨守我的劝诫和教导，使你的灵魂存活，恩惠常伴你身——你的肉体必得医治，你的骨头必得滋养，使你能在一切道路上安然行走，你的脚也不致绊倒。 因为，若你坐下，必无惧怕；若你躺卧，必安然入睡。你既不惧怕临到的恐惧，也不惧怕恶人突如其来的袭击；因为主必在你一切的道路上与你同在，并坚固你的脚步，使你不致被捉住。 当你的手能伸出援手时，不要拒绝帮助有需要的人。当你现在就能行善时，不要说：“回去吧，明天再来，明天我会给你的”，因为你不知道明天会发生什么。 不要对住在你身边、且信任你的朋友图谋不轨。不要无故与人结怨，以免他加害于你。 不要招致恶人的谴责，也不要效法他们的行为；因为凡违背律法的人在耶和华面前都是污秽的，他不会与义人商议。耶和华的咒诅临到恶人的家中，义人的居所却蒙福。耶和华抵挡骄傲的人，却赐恩给谦卑的人。

箴言 3:19–34

随后：愿我的祷告蒙悦纳；**以及预圣体礼仪的其余程序。**

讲道台祷告结束后，唱圣西奥多尔的以下祈祷经文。摆好科利沃后，诵读第142篇诗篇：“主啊，求你垂听我的祷告”；**此外，**“神就是主，祂向我们显现了”：

颂歌，第二调

信仰的成就何其伟大！/ 在火焰之源，如同在安息之水上，/ 圣殉道者狄奥多尔满心喜乐。/ 因为他被火焚烧，/ 如同可口的饼被献给圣三一。/ 基督上帝啊，求祢藉他的祈祷拯救我们的灵魂。

颂荣：重复上述内容。

如今，圣母颂：一切超乎理智，一切荣耀无比 / 圣母，你的奥迹：/ 你以纯洁为印记，并保全了童贞，/ 显明为真正的母亲，生下了真正的上帝。/ 求祂为拯救我们的灵魂代祷。

随后诵读第50篇诗篇。

圣咏集，第八调，第一首

此颂由圣约翰·达马斯库斯所作，含首字母诗：我颂扬你，与上帝恩赐同名的。

伊尔莫斯：踏水而行：

西奥多深知你是上帝的捍卫者，/ 并因对你那不可磨灭的爱而与你紧密相连，/ 我将我的灵魂与肉体，/ 以及赞美的言语，全都献给你。

那可憎的诏令曾规定 / 向偶像而非永生上帝献祭：/ 但你，这位受难者，/ 被带去时，并非为了行此等事，/ 而是为了被献给上帝。

颂词：被神圣之爱钉在十字架上，/在至高上帝独生子的大军中，/你，殉道者狄奥多尔，服侍了祂，/在奖赏方面也没有受骗。

《圣母颂》：天使与凡人的队伍 / 不断赞美你——未曾结过婚的圣母：/ 因为你曾将他们的造物主，作为婴孩 / 抱在怀中。

第三首

伊尔莫斯：你是坚固的根基：

我从口中献上颂歌 / 并从饱受苦难的灵魂中献上祈求：/ 受难者西奥多啊，请怜悯它！

光荣的殉道者，你使肉体屈服，/ 如同使专制者屈服于理智，/ 并以二者侍奉造物主。

颂词：你在暴君的审判台上挺身而出，/ 宣讲基督君王的神学：/ 因为你，西奥多，/ 拒绝向虚假的神明献祭。

圣母颂：我们所有基督徒，/ 始终将你视为避难所与堡垒；/ 我们不停地赞美你，/ 未曾结过婚的圣母。

第四首

伊尔莫斯：主啊，我听闻：

你以理智领受了神圣的圣礼，/ 殉道者狄奥多尔，/ 你见证了/ 借着神的降生而得的无愧救赎。

那些沉溺于情欲之人 / 竟将情欲视为神明，/ 而你，受苦的西奥多，/ 在圣灵的启迪下，/ 揭露了他们的虚妄。

颂荣：我们恳求你，蒙福的西奥多，成为我们的拯救者，/ 为我们唱颂，/ 使我们脱离各种不幸与情欲，/ 并将我们的祈求呈献于天主。

圣母颂：未被耕种的田野，圣母，/ 孕育了赐予生命之穗，/ 赐予世界生命，/ 求祢拯救颂扬祢的人。

第五首

伊尔莫斯：自黎明时分起：

“要爱那爱我们的主”，——你，受难者西奥多，/曾如此向与你一同受苦的殉道者们宣告。

你这受难者，心中燃烧着热忱，/ 将那假名之女神及其庙宇 / 尽数付之一炬。

颂词：凭着不可战胜的力量，受难者西奥多，/ 消灭蛮族的狂妄，/ 也消灭我的情欲。

圣母颂：如同产后之童贞女，/我们颂扬你，圣母：/因为你将道成肉身的上帝/生给了世界。

第六首

伊尔莫斯：救主啊，求祢怜悯我：

虚妄之神的狂妄 / 是何等软弱，何等无力！ / 他们需要依靠世人来保护自己， / 却被那些 / 宣扬真理的 / 诚实见证者的反抗所击败。 (2)

颂词：蒙上帝大能坚固，/ 你——蒙福的狄奥多尔，殉道者的荣耀，/ 如同凝视婴孩的箭矢一般，/ 注视着不义之人的苦难，/ 预见未来永恒的福乐。

圣母颂：愿我们藉着你的祈求，圣洁的上帝之母， / 得以摆脱沉重的罪孽， / 并愿我们，至圣者，获得来自你——那不可言喻地道成肉身的上帝之子——的神圣启迪。

康达克，第8调

将基督的信仰如盾牌般纳入心中，/ 你，多受苦难者，践踏了敌对的力量，/ 并永远被冠以天上的冠冕，狄奥多尔，/ 如同不可战胜者一般。

第七首

伊尔莫斯：来自犹太地的：

你以肉身承受了伤痕，/ 因那为我们肉身受苦的道，/ 你满怀感恩地欢欣呼求祂，/ 受难者西奥多：/ “我们祖先的上帝，愿祢蒙福！”

正如救赎主凭祂的旨意被安放在坟墓中 / 并被封存， / 你也住进了被封锁的牢房， / 受难者西奥多，高呼： / “我们祖先的上帝，愿祢蒙福！”

凭着自己的意志，你使内心的肉欲死去并将其弃绝，/ 受难者啊，你并非以食物为生，/ 而是以神的爱为食，歌唱道：/ “我们祖先的上帝，愿祢蒙福！”

颂荣：在牢狱中，正如昔日三位一体中的一位，显现于火窑中的少年们之中，/ 祂鼓励着你，受难者，歌唱道：/ “我们祖先的上帝，愿祢受赞美！”

圣母颂：为要成就我们的救赎，/ 你，救主，降临于童贞女的胎中，/ 并使她成为世界的护佑者。/ 我们列祖的上帝，愿你蒙福！

第八首

伊尔莫斯：七次吟唱：

那心智失常的罪人首领 / 竟不义地谴责你——敬畏上帝之人： / “你这无知之人，竟将希望寄托在 / 惨遭暴力之死的那位人身上？” 但你却呼求道：/ “少年们，要称颂；祭司们，要歌唱；/ 众人啊，要世世代代地颂扬！”

作为明智而通达的恩典管理者，/凭着上帝赐予你的恩典，/你——狄奥多尔——向下达不义命令者呼求道：/“愿这般耻辱/降临在我和所有歌唱者身上：/少年们，你们要颂赞；祭司们，你们要歌唱；/众人啊，你们要世世代代颂扬！”

斯拉瓦：你年少时便勇往直前，果断地揭露：/ “你疯了吗？”——你向暴君高呼——/ “竟命令受造之物去崇拜虚假之物，/ 却抛弃了造物主？” 但我却歌唱：/ “少年们颂扬，祭司们歌颂，/ 世人永远尊崇基督！”

圣母颂：通过物质形态、各种奥秘，/以及象征与比喻的表达，/预示了神学上由你诞生的基督，/这超自然且奇妙的事件，圣母；/因此，我们满怀喜悦地虔诚赞美你，/在万世万代中颂扬基督。

第九首

伊尔莫斯：未曾结过婚的你：

你殉道之真谛 / 乃是对上帝的爱，狄奥多尔。 / 因此，你的肉身穿越了物质之火， / 由此你满怀喜乐地归入神圣之火， / 受难者，上帝的仆人狄奥多尔。

万福的殉道者！/ 虽被焚烧，你却未受灼伤：/ 因为你焚毁了欺骗，却站在上帝面前，/ 作为殉道者，活在祂里面，满心欢喜，/ 受难者，上帝的仆人费奥多尔。

颂荣：我们认识你，独一的基督，/ 三位一体中的独一者，具有两种完美的本性：/ 求你拯救这你的子民，/ 你曾以你宝贵的宝血赎回了他们，/ 藉着受难者费奥多尔的祈祷。

圣母颂：我们赞美祢，祢怀抱了那不可见的神，/ 祂在天上被所有无形的天军所颂扬，/ 并借着祢，在艰难处境中，/ 赐予我们永恒的救恩。

伊尔莫斯：未曾结过婚的上帝之母与童贞女，/ 藉着真神的道，以超乎理智的方式受孕，/ 至高无上的至洁之能，/ 我们以永不停息的赞美颂扬祢。

随即诵念《三圣颂》。

以及圣人的颂歌，第二调

信仰的成就何其伟大！/ 在烈火之源中，如同在安息之水上，/ 圣殉道者西奥多欢欣鼓舞。/ 因为他被火焚烧，/ 如同甘美的面饼被献给圣三一。/ 基督上帝啊，求祢藉他的祈求，拯救我们的灵魂。

《荣耀颂》与《康达克》，第八调

将基督的信仰如盾牌般纳入心中，/你，多受苦难者，践踏了敌对的力量，/并永远被冠以天上的冠冕，西奥多，/如同不可战胜者。

如今，圣母颂，同调：我们这些有罪之人，都获得了 / 作为庇护与强大支持的，至洁者，/ 你那热切的帮助，童贞圣母玛利亚，/ 基督徒的救赎。/ 因此，请不要停止为我们向救主祈求 / 赐予宽恕。

随后进行圣乳的祝福。同时诵念“愿主的名受称颂”**及“**我要称颂上主”；**司祭分发圣饼。最后宣告礼成。**

若无圣体礼仪，则按此方式结束时辰礼。在诵念“宽恕、赦免、原**谅”及作最后鞠躬后，随《主祷文》高唱《三圣颂》，诵念**“主啊，求祢怜悯”**十二遍。随后诵念《**至圣三一祷文》：**并开始晚祷：**“来吧，让我们敬拜”，重复三次。第103篇诗篇。卡菲兹玛。随后**以“主啊，我呼求”为调，**唱第六调的诗节。三首献给殉道者的诗节采用《八音集》的普通调，三首献给圣狄奥多尔的诗节，唱“荣耀归于狄奥多尔”：**仇敌，以自己的武器为工具：**以及“如今，圣母颂”采用普通调。** “令人欣慰的光”：**无入经。帕里米亚。在诗咏台诵读《三圣节书》当日的自唱诗两遍，以及殉道诗，第五调：**“蒙福的军旅”：**荣耀颂，致狄奥多尔，第二调：**“神圣的恩赐”：**见于诗节中。“如今，圣母颂”：** 一切的盼望：如今你赦免：**在“我们的**

父”之后诵念三圣颂，特罗帕里：伟大的信德成就：荣耀颂，以及“如今，圣母颂”：一切超乎理智：此外还有祈求文，“上帝，求你怜悯我们”，并行三次鞠躬。司祭身着深红色长袍，开始诵念：“我们的上帝是蒙福的”： 我们诵读第142篇诗篇：“主啊，求你垂听我的祷告”，其余部分如上所述。第四调圣咏。圣咏结束后，在“配得”之后，唱第九首圣咏的伊尔莫斯：“你，未曾知晓婚姻者”，随后是“主祷文”后的《三圣颂》，以及《圣母颂》： “大信之成就”：颂荣，康达克：“基督之信”：以及“如今，圣母之歌”：作为护佑：此外还有为祝福科利瓦的祷文。随后：“愿主的名受称颂”及“我必称颂主”，并诵读遣散祷文。随后进入圣餐，为圣者之故，以葡萄酒和圣油进食。 这是我们尊贵的萨瓦长老修道院和尊贵的尤菲米乌斯大长老修道院的惯例；但出于对这一节日的敬重，我们如今不照此行。我们食用无油的李子果酱和阿梅亚果酱；自愿者则像星期三那样食用干粮。

须知，圣大四旬斋期间的所有星期五，在晚祷和夜祷中均不进行鞠躬礼，唯独在圣体礼仪中预先祝圣的圣体环节所规定的鞠躬除外，即在“愿我的祈祷被接纳”之后鞠躬三次，在携圣体入堂后鞠躬三次，以及在“愿主的名被称颂”时鞠躬三次。

至于大晚祷，则在安息堂内诵唱当期调式中为亡者所作的赞美诗。

至于《圣咏集》中关于本周安息日及本周的圣咏，我们将在司仪允许时诵唱：其中一首在周五的晚祷中诵唱，另一首则在周日的晚祷中诵唱。

在圣大四旬斋期间的所有星期五，我们都按此方式进行。

第一周安息日
晨祷时

唱完第六篇诗篇后，唱《主上帝》**（第二调），并两次唱圣西奥多尔的颂词：**大信之功：**荣耀颂，以及《如今，圣母颂》：**超乎理智：**随后是常规的诗篇诵唱。第一段诗篇诵唱结束后，唱《八音集》中当前调式的殉道者座诗，并附圣母颂。**

第二段诗咏后，唱
圣狄奥多尔的圣咏，第3调

你因正教之信而炽热，/ 熄灭了可耻的迷误，/ 废除了偶像崇拜的无神之行；/ 并成为神圣的燔祭，/ 以神迹滋润世界的四方；/ 光荣的殉道者，求基督上帝，/ 赐予我们大恩典。

另一首圣人颂歌

主将你作为神圣的恩赐赐予世人，/ 使你成为整个宇宙得救的希望；/ 主在苦难中坚固了你，/ 医治我们心灵的疾病，/ 并制伏我们肉体的情欲；/ 殉道者西奥多，请向基督上帝祈求，/ 赐予我们大恩。

圣母颂：至圣童贞女，你曾怀抱那不可测度的上帝于你的胎中，祂是自亘古以来由圣父所生、不按世俗法则显现的——位格之道，以及同质之子！/ 请与先知、殉道者、/ 圣徒、苦修者及义人一同向祂祈求，/ 赐予我们脱离罪孽的救赎。

随后诵读圣人的生平。接着诵读第50篇诗篇，以及修道院圣人的赞歌（配以6拍的伊尔莫斯）和圣狄奥多尔的赞歌（配以8拍的伊尔莫斯）：接着诵读《诗篇》，并唱《赞美主》。

该赞歌的头韵为："光荣的提龙，第一安息日的荣耀"。但在赞歌的前几首颂词中，头韵有所不同。

此圣咏由约翰，
埃夫哈伊特斯克大主教所作，第四调。
第一首

伊尔莫斯：我将张口：

超越世间万物的主，/将你——那位以不可言喻之方式诞下祂的圣母，/置于祂所有拣选之人的首位。/因此，在这日，我们颂扬祂的冠冕之母，/便从你——万福之母——开始。

在殉道者中最为伟大，/ 光辉灿烂的苦修者，/ 声名显赫且以神迹闻名，/ 从地极到地极皆受尊崇，/ 我将以颂歌歌颂狄奥多尔。

在悲伤之中，这欢乐的日子熠熠生辉，/驱散了阴霾，——/它是即将到来的节日的先驱，/从远方放射出恩典之光，/来自神圣殉道者。

他为我们被宰杀，并作为祭品被接纳，/用那洁净的宝血洒在教会之上，/这宝血源自他所接受的圣洁牺牲，——/他正是那位为彰显神的荣耀/而成就此壮举之人。

圣母颂：这美好的庆典已获认可，/ 尽管乍看似乎不合时宜：/ 因为那位装饰万物的圣母，/ 如今也显明了这庆典，参与了对这位 / 最早在战斗中流血牺牲者的纪念。

另一首圣咏，出自同一位作者，第六调

伊尔莫斯：如同在陆地上：

在圣徒中，祢确是奇妙的神，/基督啊，求祢在我身上奇妙地显明祢的慈爱，/赐我言语，使我能颂扬/祢这位殉道者的奇妙作为。

你在苦难中坚韧不拔 / 在折磨中屹立不倒 / 基督的受难者啊，/ 狄奥多尔，你很快又向我们显明了 / 你的帮助。

颂荣：那暴君恶意地从心中摒弃了先辈们虔诚的信仰，/ 与上帝为敌，/ 企图不断实施/ 他那不敬神的阴谋。

圣母颂：神学先贤们的古老预言 / 在你身上显明地应验了，童贞圣母， / 因为你超自然地生下了 / 真神与真人， / 并因此使众人惊骇。

卡塔瓦西亚：我将张开双唇，/ 它们便充满圣灵；/ 我将向王后圣母献上颂词，/ 并以光辉的庆典之姿显现，/ 欢欣地歌颂她的神迹。

第三首

伊尔莫斯：你的赞美者：

渴望目睹祢圣子的降临之日，/ 那以基督之名自居的子民，/ 效法祂的形象，主母啊，如今预先庆祝 / 这为尊崇祢而举行的庆典，/ 以及祢那光荣的受难者。

至善者以万千方式获胜：/ 因为这位受难者中的伟人 / 将暂时的悲伤化作了喜乐，/ 将无瑕斋戒的艰辛 / 转化为喜悦。

我们的馈赠既恰如其分，又配得上你； / 而且，确实，这是来自你自己人的馈赠，受难者： / 因为我们——你亲自将我们安置于此，在这属于你的命运之中—— / 正满怀喜悦地向你献上赞美的礼物。

你奠定了最美好的基石， / 凭借你的壮举，最光荣的： / 推翻了那头吞噬万物的野兽——它喷吐着火焰与杀戮， / 凭着超凡的英勇，将其视为微不足道。

新出现的背教者陷入狂乱，/其诡计不亚于古人，/将祭品与食物混如毒药；/但这可悲之徒终被智者殉道者识破，蒙受羞辱。

圣母颂：全地因你——向世人显现的童贞女——而充满了对主的认识；/ 但特别丰厚的恩典赐予了/ 神圣的殉道者们，/ 他们以自身坚定了真理。

另一首赞歌。伊尔莫斯：没有圣人：

起初狡猾地向夏娃耳语，/ 又通过她诡诈地欺骗了亚当，/ 如今他仍倾泻出恶毒的毒液，/ 企图迷惑世人。

他本性狡诈：/ 在安逸者心中滋生疯狂，/ 并伺机而动，/ 企图实施骇人听闻之事，/ 这最无律法的恶者。

颂词：圣洁斋期的日子已然开始，/此时每位基督徒都通过诸多节制，/净化自身，/舍弃一切。

圣母颂：世界坚固的希望、庇护所 / 与守护者，至圣童贞女， / 仁慈的圣母，请勿轻视祢仆人的祈求， / 他们始终满怀爱意地称祢为至福者。

卡塔瓦西亚：圣母，您的颂歌者—— / 活泼丰沛的泉源， / 他们筹办了这场属灵的庆典，求您坚固他们， / 并在您神圣的荣耀中， / 赐予他们荣耀的冠冕。

座咏，第八调

你身披一切神圣的盔甲，/ 击溃了偶像崇拜的诡计，/ 促使天使们颂扬你的壮举：/ 因为你以神圣的热忱点燃了你的心灵，/ 并在烈火中坚定地蔑视了死亡。/ 因此，你向向你祈求的人 / 赐下与你圣名相称的神圣恩赐， / 即充满恩典的医治。 / 受难者狄奥多尔，请在基督上帝面前代祷 ， / 求祂赐予赦免罪过之恩， / 给那些满怀爱意庆祝你圣洁纪念日的人。

颂荣：你未曾听从马克西米安的谄媚之言，/ 却因基督的话语而充满勇气，/ 你用火焰将偶像的庙宇焚为灰烬，/ 通过受难光荣地战胜了敌人，/ 并如预言所言，穿越火焰如同穿越水

一般。 / 因此，作为对你英勇事迹应得的奖赏，/ 你赐予治愈之恩，受难者狄奥多尔；/ 求你在基督上帝面前代祷，/ 求祂赦免那些怀着爱心庆祝你圣洁纪念日之人的罪过。

如今，圣母颂： 作为造物主全然无瑕的新娘，/ 作为未曾嫁人的救赎者之母，/ 作为至高者的真实居所，万福者，/ 求你速速拯救我——这确实是罪恶的污秽之所，/ 以及那个自觉成为魔鬼玩物的人，/ 使我脱离他们的恶行， / 祢以美德筑就了这光辉的居所，/ 不朽之光的殿堂！/ 驱散情欲的阴云，/ 并使我有幸蒙受至高的光辉，/ 以及祢那纯正、/ 永不黯淡之光的荣光。

第四首

伊尔莫斯：坐在荣耀中的：

啊，前所未有、闻所未闻的 / 结合与交融！ / 降生的神人将童贞与降生结合在一起 / 并在哀恸的日子里带来了喜乐， / 以此荣耀祂受苦的仆人。

看哪，那位在基督军中服侍的人 / 是何等深爱基督： / 因为他以热忱与烈火消灭了祂的仇敌， / 最终更甘愿将自己作为美好的供物 / 和蒙祂喜悦的祭品献上。

这位英勇者从苦难中凯旋而出，/ 以大胆的言辞和对酷刑的蔑视震撼了围观者，/ 并成为整个受造界/ 前所未有、闻所未闻的奇观。

我主、我上帝的骨头未曾折断，/ 受难者死后——啊，何等长久的忍耐！/ 至于那接纳祂的战士，/ 祂的烈火与车轮在祂死后都不敢触碰他。

圣母颂：生命的仆人们，与主一同死去 / 又与祂一同复活，如今永生于祂身边 / 并与圣子一同颂扬圣母， / 祝福圣父、圣子及圣灵。

另一首赞美诗。伊尔莫斯：基督是我的力量：

那最不虔诚者正在策划阴谋 / 并商议着真正令人战栗之事： / 因为这不幸之人决意用不洁的膳食 / 玷污基督的子民。

他将这不法之计付诸实施，/下令限制食用洁净的食物，/并提供他用血玷污过的食物。

颂词：这不法之事已昭然若揭，/为所有基督徒所知晓：/因此，当他们得知此事时，/众人齐聚于主圣殿之中。

圣母颂：曾怀胎孕育祢——那自永恒之初、由圣父所生的——如今我们这些信徒，恳求她为我们代祷。/ 因着她的祈求，/ 基督啊，求祢恩待祢的仆人。

卡塔瓦西亚：坐在荣耀之中 / 神性的宝座上， / 乘着轻柔的云彩， / 至圣的耶稣降临， / 被无瑕之手托起， / 拯救了呼求的人： / “荣耀归于基督，归于祢的大能！”

第五首

伊尔莫斯：整个世界都惊叹不已：

从今日起，恩典之门敞开，/ 此刻的安息 / 预示着复活日的安息；/ 让我们以光辉灿烂之姿敬拜光明的圣母 / 与光荣的殉道者。

愿上帝赐予那些爱祂的人 / 显现的至爱之主的显现， / 赐予与祂同名的恩赐——狄奥多尔， / 那行出闻所未闻之事者， / 并亲手成就神圣大能者。

殉道者眼中，你的弓箭一文不值，/人类救赎的敌人：/因为即使死后，他依然活着，依然警醒，/并抵御你的恶行，/拯救每一位东正教信徒。

圣母颂：从前，圣母的奇迹似乎令人费解，/但通过殉道者的见证，/它获得了无可置疑的真实性，/并始终被信德所接纳，/值得惊叹，也值得虔诚的敬拜。

另一首赞美诗。伊尔莫斯：以祢的神圣之光：

看哪，当时的主教，/一得知那不敬神者的决定，便惊骇万分，/整夜以圣咏向神祈祷，/求祂不要永远轻视祂产业中的人。

但那位确实迅速的援助者，/对那些以真诚和热切祈求呼求祂的人，/并未轻视他们，而是为他们/迅速地解除了危险。

颂词：从高天迅速降临尘世 / 的援助者——受难者狄奥多尔，/ 现身于主教面前，教导他 / 如何摆脱那不法之徒的阴谋。

圣母颂：凡怀着炽热信仰 / 求助于祢护佑的，主母，/ 绝不会蒙羞，/ 而是祈求恩典，并迅速获得 / 符合其祈求的恩赐。

卡塔瓦西亚：整个世界都为 / 祢的神圣荣光而惊叹：/ 因为祢，未曾经历婚姻的童贞女，/ 在祢的子宫中怀了至高无上的上帝 / 并生下了永恒的圣子，/ 祂赐予所有赞美祢的人平安。

第六首

伊尔莫斯：这位神圣且受众人尊崇的：

救主啊，祢婚宴殿堂中的朋友与儿女 / 无法斋戒：/ 因为他们正与祢的母亲及祢的挚友一同 / 迎接并侍奉祢——这位在我们中间临在的新郎。

那不幸之人背离了拯救之神，/ 也背离了理智，/ 因轻率而背叛了信仰；/ 但作为回应，/ 他遇见了那位名声显赫者。

历经磨难，他变得最为睿智，/这位英勇者更竭诚地行动：/因为他为对抗暴君并取得胜利做好了光荣的准备，/即使在死后，他也没有偏离善行。

圣母颂：主母啊，今日我们因祢受难者的神迹，从那摧毁灵魂的灾祸中得救，凭着祢神圣的旨意，我们向你们二人献上感恩。

另一首赞美诗。伊尔莫斯：尘世之海：

面对你那奇异的异象，大主教惊骇地回应道：/“你是谁，先生，与我交谈？/ 请启迪并教导我们，如何获得/ 最迅速的帮助？”

‘我确是受难者，’——/ 狄奥多尔说道，——‘请听：/ 将小麦煮熟后分给百姓，/ 如此你们便能免于食用/ 被恶人玷污的食物。

颂词：你的神迹何其伟大，费奥多尔，/你的护佑何其非凡！/因此我们所有人，怀着勇气，/诚心向你求助并祈祷：/“拯救你的仆人吧！”

圣母颂：作为光明之居所，/ 圣言纯净的居所，/ 因圣父的恩宠，/ 及圣灵降临于你，/ 你已成圣母；/ 因此，求你将我也引向光明。

卡塔瓦西亚：在这神圣且受众人尊崇的 / 圣母节庆中，/ 诸位敬虔者，请前来，让我们一同鼓掌欢呼，/ 赞美由她所生的上帝。

康达克，第8调

将基督的信仰如盾牌般纳入心中，/ 你，多受苦难者，践踏了敌对的力量，/ 并永远被冠以天上的冠冕，狄奥多尔，/ 如同不可战胜者。

伊科斯：我们怀着感恩与信德，向坐在可携之光宝座上的你歌颂，/ 因为你赐予了我们这神圣的恩赐——/ 受苦中英勇的狄奥多尔，/ 生平三度蒙福，/ 作为真理的捍卫者。/ 他以虔诚的心智领受了基督，/ 成为战胜诡诈者的坚定胜利者，/ 如同不可战胜者一般。

圣人传。

第七首

伊尔莫斯：敬虔之士未曾尊崇：

你曾说，律法不适用于 / 你的义人，公义的主； / 因此，你的圣母， / 以及你这位行诸多神迹的仆人， / 今日因纪念他们的喜乐， / 废除了斋戒的律法。

今日的庆典何等甘美、庄严、喜乐！/ 殉道者中最为卓越、最伟大的那位，/ 如今仅凭他的一件神迹便为我们设立了这一庆典，/ 使基督的子民/ 免受污秽的玷污。

他曾挺身对抗那可怕的恶龙，/如今又战胜了这夺命之敌，/以及玷污灵魂与肉身的恶者，/让我们以胜利的颂歌，/和赞美的花环来加冕他。

圣母颂：我们的始祖，虽预先知晓那致命的食物，却未能免于罪孽；而祢忠信的子民，因祢的殉道者所警示，避开了那致命的食物，如今与他一同向祢——圣母——献上救赎的祭品。

另一部圣咏集。伊尔莫斯：祢使熔炉化作露水：

那在沮丧与酷热中徘徊的露水之云 / 你——荣耀者——显现了，并从暴君的熔炉中拯救了 / 所有高呼的信徒： / “愿你蒙福，我们祖先的上帝！”

最无法无天的君王，你当蒙羞，/愿你的口被封住，/那些对我们图谋不轨的奸佞之徒：/因为万王之王已粉碎了你的权势，/万主已摧毁了一切。

颂词：疯狂的尤利安，/你的心中充满恶毒，/但那曾狡诈地针对我们——向祂呼求之人的心，/已被我们至睿智之神的权能所制伏，/祂显明地将恩典赐予我们。

圣母颂：你的受孕超乎言语，/ 你的降生超乎理智，全无玷污者：/ 因为你按肉体生下了上帝，/ 祂拯救众人脱离朽坏，蒙福者。/ 因此，如今，圣母，我们赞美你。

卡塔瓦西亚：那些敬虔智者 / 并未将受造物尊崇于造物主之上， / 而是勇敢地战胜了威胁他们的烈火， / 欢欣地歌唱道： / “至可赞美的主，我们列祖的上帝， / 愿祢蒙福！”

第8首

伊尔莫斯：万民的拯救者：

因上帝之子的降生而充满喜乐，/ 她既已成就了天上与地上的事，/ 便在哀叹之时适时赐下恩典，/ 与戴冠者一同/ 举办辉煌的庆典。

人们啊，让我们欢庆，/在这安息日里，/从昨天的劳作中歇息，/为那赐予今日安息的上帝，/以及今日殉道者的庆典。

这确实是安息日中的首日，/ 甚至可称为“安息日中的安息日”：/ 因为它充满了殉道者的恩典 / 与神圣的力量，/ 为了这伟大的救赎纪念。

凭着君王与上帝的纯净圣餐，/这位无瑕的殉道者废除了/那不法之国的可憎之物，/并以非凡的方式行神迹，/使圣周得以圣化。

圣母颂：童贞女啊，殉道者们热忱的殉道 / 确立了祢的奥迹： / 因为正如他们信靠了降生的上帝， / 尽管祂自愿承受了苦难， / 他们这些英勇之人，也同样将自己献为祭品。

另一首赞美诗。伊尔莫斯：祢从烈火中拯救了虔诚者：

正如你曾借着神圣的大能，/从烈火中得救，/殉道者西奥多，/如今你也借着你神圣的代祷，/将我们从那诡诈之人的不法阴谋中拯救出来。

傍晚时分，你的仆人们因那背弃我们的卑鄙诡计而哀哭，/但次日清晨，喜乐便因你热切的帮助而绽放，/智慧坚定的殉道者！

颂荣：因在祢身上寻得了解放者 / 及脱离仇敌诡计的拯救者， / 我们这些陷入困境的人， / 基督的殉道者、受难者西奥多， / 愿我们世世代代颂扬祢。

圣母颂：人的心智难以理解，也无法阐明 / 基督借你降生的奥秘，圣母； / 因此，我们怀着虔诚的信心 / 将你尊为圣母 / 并永远赞美你。

卡塔瓦西亚：在熔炉中，圣母之子 / 拯救了虔诚的少年： / 那时是预表，如今是现实； / 祂召聚整个宇宙为你歌唱。 / 万物啊，歌颂上主， / 并永远赞美祂！

第九首

伊尔莫斯：祢的降生永不朽坏：

四方众人汇聚 / 于见证的圣所， / 并颂扬其中居住的恩典—— / 祂在荣耀中比所有殉道者更为耀眼， / 我们与万有的主一同尊崇祂。

基督的教会啊，要刚强， / 并统治那些徒劳地与你为敌的人： / 因为基督的朋友们 / 无论是活在世上的，还是已离世的——如那位英勇者， / 你正为他举行感恩庆典—— / 都为你操心。

那位看似早已离世之人，/ 其事迹在离世后仍显其生，/ 并以同样的热忱再次捍卫信仰。/ 因这热忱而丰盛，我们颂扬这位恩人。

圣母颂：我以神圣的印记／和上帝那封印的书卷 / 称颂你，献上赞美诗， / 并为你，童贞女，收集赞美之词， / 同时以特别的庆典 / 颂扬你的殉道者。

另一首圣咏。伊尔莫斯：世人无法得见上帝：

你显现为美善的护卫者，光荣者，/ 并成为我们强有力的支柱，/ 我们如今敬奉你神圣且被颂扬的纪念，/ 以及你在苦难中的壮举，/ 还有为你我们成就的/ 神圣的帮助。

至福的狄奥多尔，你所行的神迹，/ 犹如圣洁的溪流，/ 传遍了全世界；/ 因此，我们每年聚集在此，/ 向基督献上赞美，/ 因祂使你——至福者——得蒙荣耀。

斯拉瓦：基督的见证者，见你受人赞美之爱，/求你赐下更大的恩典作为回报；/尊贵的圣徒，深知我们信德之浅薄，/求你永不停止作为最热忱的代祷者，/并在我们的上帝面前，/作为殉道者，继续为我们代求。

圣母颂：我们永不停息地颂扬你，童贞女，/你是我们的帮助、庇护、及时的扶持 / 以及我们可靠的守护者：/求你护佑向你祈求的人免于一切灾祸，/永远使我们脱离恶者的各种诡计。

卡塔瓦西亚：凡生于世者，/ 皆当因圣灵的启迪而欢欣；/ 无形之灵的本质亦当欢庆，/ 敬拜圣母的圣节，/ 并高呼：/ “万福，至福者，/ 纯洁的圣母，永贞童女！”

《埃克萨波斯蒂拉里》

圣冠得主，/如今与天使一同侍立于基督宝座前，/并被自那里倾泻而出的光明充满，/受难者，/请不断为世界祈求和平，/也为我们这些虔诚地举行/你这光辉纪念礼的人祈求救赎，至福的狄奥多尔，/ 荣光灿烂的殉道者。

圣母颂：主愿将濒临灭亡的世界 / 从朽坏中召唤至救赎， / 便按祂自己的旨意， / 降临于你的胎中，圣母。 / 看哪，我们众人既已得救，/ 便要向祢高声宣告天使那荣耀的话语：/ “万福，在众女子中蒙福者！”——/ 因为祢确实怀了/ 整个宇宙的喜乐。

第一周的星期六

在“赞美”时，第4节诗篇，第1调

至高天军中最显赫的勇士，/ 作为我们虔诚的坚定战士，/ 信徒们齐聚一堂，/ 以神圣的圣咏赞美他，高声宣告：/ “令人惊叹的耶稣见证者，/ 请为敬拜你的人祈祷！”

正如你的圣名所示，/你确是上帝的恩赐，/也是所有悲伤者的安慰，/三福的狄奥多尔啊：/因为确实，凡是来到你圣殿的人，/都满怀喜乐地领受你神迹的赏赐，/并因此尊崇基督。

你以苦修的劳苦 / 积攒了虔诚的财富与威严的光辉，/ 将你全部的力量作为蒙神喜悦的礼物献上，/ 并以热忱在功绩中践行 / 神赐予你的圣召。

借着这位神圣殉道者普照万物的庆典，/ 让我们所有喜爱庆典的人都得以饱享，/ 并怀着信心欢欣鼓舞，/ 纪念他离世的光明节日，/ 在赞美诗中颂扬耶稣，/ 祂使他的纪念得以荣耀。

颂荣，第六调：你以圣化之恩赐与神圣生命的丰盛，/向世人显现，狄奥多尔：/因为基督已荣耀了你的纪念，智慧者。/在这日子里，我们这些信徒满心喜乐，/齐声颂扬你受难的功绩。

如今，圣母颂，同调：圣母，你是真葡萄树，/为我们结出了生命的果实；/我们恳求你：主母，/请与使徒及众圣徒一同，/为我们的灵魂求得宽恕。[4]

圣人诗篇，第四调

殉道者大军如今在你的圣所中欢欣鼓舞，/受难者西奥多；/天使军团为你受难时的坚韧 / 拍手称赞；/而冠冕的赐予者基督亲自伫立，/用祂的右手将丰盛的恩典 / 赐予那些颂扬你的人。 / 你曾渴慕祂、寻觅祂，/ 既寻得祂，便与所渴慕者亲近；/ 求祂拯救并启迪我们的灵魂。

诗句：义人必如棕树开花，/ 如黎巴嫩的香柏树，日益繁茂。

纯洁无瑕的斋戒，/如今临到我们，/带来了殉道者奇迹的庆典：/因为藉着斋戒，我们从心灵的污秽与不洁中得洁净，/而藉着殉道者的神迹与苦难，/我们以英勇的气概对抗情欲；/ 因此，在神圣节制的恩典照耀下，/ 并藉着殉道者狄奥多尔的奇迹，/ 我们坚定了对基督的信仰，/ 恳求祂赐予我们的灵魂得救。

诗句：栽于耶和华殿中的人，/ 必在我们神的院里繁茂。

狄奥多尔啊，你以殉道者的胆识亲近上帝，/ 使背道者针对基督信仰的诡计化为泡影，/ 成为虔诚信徒的守护者：/ 凭你那令人敬畏的关怀，/ 使他们免受被偶像祭品玷污的饮食之害。 / 因此，我们尊崇你——既作为偶像的歼灭者，/ 又作为基督羊群的拯救者与守护者，/ 以及那位慈爱垂听我们祈求的庇护者，/ 我们在圣咏中恳求，/ 愿借你的代祷，/ 赐予我们灵魂以仁慈与启迪。

颂荣，第八调：你以虔诚的勇气武装自己，在苦难中坚忍不拔，/ 基督的受难者，/ 并凭祂的大能，为传道的事工奥秘地争战，/ 使偶像的邪恶与暴君的残暴 / 显出其软弱，/ 轻视酷刑与暂时的烈火。 / 但你满载神圣恩赐，/ 无论名号或作为皆然！/ 求你以你的代祷，/ 拯救那些纪念你的人，使他们免于一切灾祸！

如今，圣母颂：主母，请垂听祢仆人的祈祷，/ 并使我们免于一切灾祸与悲伤。

以及晨祷的其余部分。并接续第一时辰。

第一周的星期六
在圣体礼仪中

图画圣咏及圣咏集中的第3首和第6首圣咏。

颂歌，第二调

信仰的成就何其伟大！/ 在烈火之源，犹如在安息之水上，/ 圣殉道者狄奥多尔满心欢喜。/ 因为他被火焚烧，/ 如同甘美的面饼，被献给了圣三一。/ 基督上帝啊，求祢借他的祈求，拯救我们的灵魂。

康达克，第8调

将基督的信仰如盾牌般纳入心中，/你，多受苦难者，践踏了敌对的力量，/并永远被冠以天上的冠冕，西奥多，/如同不可战胜者。

前诵，第七调：义人当因主欢喜，/并仰望祂。**诗节：**神啊，当我向祢祈祷时，求祢垂听我的声音。

《希伯来书》，第303段

神在古时曾多次、多方地藉着先知向列祖说话，但在这些末后的日子里，却藉着祂的儿子向我们说话——祂已立祂为万有的继承人，万有也是藉着祂被造的。　祂是神荣耀的光辉，是神本体的真像，用祂大能的话语托住万有；祂借着自己使我们的罪得洁净，就坐在高天至高者宝座的右边，比天使更尊贵，正如祂所承受的名比天使的名更尊贵。因为神曾对哪一位天使说过：“你是我的儿子，我今日生了你”？又说：“我要作他的父，他要作我的子”？此外，当祂将长子引进宇宙时，祂说：“愿一切神的天使都敬拜祂。”　论到天使，祂说：“祂以灵为天使，以烈火为祂的仆人”；论到圣子，祂说：“神啊，你的宝座是永永远远的，公义的权杖就是你国度的权杖。　祢喜爱公义，憎恶不义，因此，神啊，祢的神用喜乐的膏油膏了祢，胜过膏了祢的同伴。”又说：“起初，主啊，你立了大地，诸天是你手所造的；它们都要消亡，惟有你长存；万物都要像衣服一样陈旧，你也要像卷起外袍一样将它们卷起，它们便要改变。但你却永不改变，你的年岁永无穷尽。”

希伯来书 1:1–12

并致圣徒，
《提摩太后书》，第292段

我儿提摩太，你要在基督耶稣的恩典中坚固自己；你从我听见的那话，要在许多见证人面前传给那忠心的人，他们也必能教导别人。　你也要像耶稣基督的好战士一样忍受苦难。服兵役的人，谁也不把世俗的事挂在心上，好讨那招他入伍之人的喜悦。若有人参赛，若不按规则比赛，就得不到冠冕。辛勤耕作的农夫，理应首先享用所收的果实。　你要明白我所说的话：愿主在一切事上赐你智慧！要记念（主）耶稣基督，他是从死里复活的，是大卫的后裔，正如我所传的福音；我为这福音受苦，甚至像罪犯一样被捆锁；但神的道却不受捆锁。所以我为选民忍受这一切，好叫他们也能在基督耶稣里得着救恩，并得着永恒的荣耀。

提摩太后书 2:1–10

哈利路亚，第四调：义人必如棕树发旺，如黎巴嫩的香柏树繁茂。**诗句：**栽于耶和华殿中、在我们神院里的，必发旺。

《马可福音》第10章开头

那时，耶稣在安息日经过庄稼地；他的门徒在路上开始摘麦穗吃。法利赛人对他说：“你看，他们在安息日做不该做的事！”耶稣对他们说：“你们从来没有读过大卫在急需之时，自

己和跟随他的人都饥饿时所做的事吗？他怎样在亚比亚他作大祭司的时候，进了神的殿，吃了陈设饼——这饼除了祭司以外，谁都不该吃——又分给跟随他的人吃？” 他又对他们说：“安息日是为人设立的，人不是为安息日设立的；所以，人子也是安息日的主人。”他又进了会堂；那里有一个手枯干的人。他们正盯着祂，看祂在安息日是否会医治那人，好找借口控告祂。祂对那个手枯干的人说：“站到中间来。”又对众人说：“安息日该行善，还是该作恶？ 是拯救性命，还是杀害性命呢？”他们却沉默不语。耶稣怒目环视他们，因他们心硬而忧伤，就对那人说：“伸出你的手来。”他便伸出来，那手就复原了，和另一只手一样。

马可福音 2:23–3:5

还有圣徒，
《约翰福音》第52章

主对门徒说：“我赐给你们一条新命令：彼此相爱。世人若恨你们，你们知道，他们在我以先已经恨我了。你们若属世界，世界必爱属自己的。 但你们不是属世界的，我却从世界中拣选了你们，所以世界就恨你们。你们要记念我对你们所说的话：仆人不能大于主人。他们若逼迫了我，也要逼迫你们；若遵守了我的话，也要遵守你们的话。但他们因我的名要向你们行这一切，因为他们不认识那差我来的。 我若没有来，也没有对他们说话，他们就没有罪；但如今他们对自己所犯的罪没有推诿的余地。恨我的，也是恨我的父。我若没有在他们中间行别人未曾行过的作为，他们就没有罪；但如今他们既看见了，就恨我，也恨我的父。 但要应验他们律法上所写的话：“他们无故地恨我。”等那保惠师来了——就是我从父那里差给你们的，那从父出来、就是真理的圣灵——祂要为我作见证。你们也要作见证，因为你们从起初就与我同在。 我对你们说这些话，是要你们不致跌倒。他们要把你们赶出会堂；甚至时候将到，凡杀害你们的，就以为是事奉神。

约翰福音 15:17-16:2

相关经文：义人必被永远记念，/ 他必不惧怕恶人的诽谤。

诗篇 111:6B–7A

星期六的小晚祷

星期六傍晚的小晚祷中，我们唱与第4调相似的诗篇，尼古拉所作，第1声调。

类似诗篇：“天军：”

如今，虔诚之光 / 已普照众生， / 如云般驱散不义的欺骗， / 照亮虔诚之人的心灵； / 诸位请来，怀着虔诚之心俯伏敬拜， / 向基督的神圣圣像致敬，东正教徒们。

基督的教会如今 / 因圣像上的神圣图案而熠熠生辉， / 犹如盛装的新娘， / 并召唤众人以灵性之心共庆： / 让我们怀着同心合意与信仰齐聚一堂， / 欢欣地颂扬主。

普世啊，欢欣吧！/ 因为看哪，主已从高天 / 以不可言喻的旨意，将不义之势击垮。/ 而我们这些谦卑之人，在这日 / 在虔诚的东正教信仰这位女王的引导下，得以升华。

瓦西里说，对原型的敬意，正是献给圣像的；因此，我们满怀爱意地敬奉救主基督和所有圣徒的圣像，以便拥有它们后，从此永远不再陷入不敬虔之中。

荣耀，如今：圣母之子，与那同一位相似

那按无始且神圣的本性本是不可见的，/ 作为人，却因祢至深的仁慈，/ 从祢纯洁的血脉中诞生，童贞女，/ 而显明于世。/ 绘制了祂在肉身中的形象，/ 我们所有信徒都怀着敬意向祂敬拜，/ 并虔诚地颂扬祂。

在诗篇唱诵时，第二调。
类似于：“埃夫拉福之家：”

避开那些不光彩之人的危害，/ 借着正教的光辉，/ 让我们这些信徒的心灵得以启迪，/ 赞美上帝！

诗句：将荣耀与尊荣 / 归于上主。 诗篇 28:1B

混沌的阿里乌斯谬论已被废除，/ 马其顿、彼得、塞维鲁与皮洛斯，/ 三日之光正照耀！

诗句：当在他圣所的院中 / 向他下拜。 诗篇 28:2B

不义之人的虚假教义 / 不再夸口： / 因为上帝藉着狄奥多拉的恩宠 / 赐予正教徒坚固的权杖。

荣耀归于圣母，如今亦然。同上

圣母，你生下神之圣言，/ 提升了谦卑者的尊严；/ 因此我们众人/ 怀着信心敬奉你，颂扬你。

颂歌：献给祢至圣的圣像：**随后是结束祷文。**

星期六的大晚祷

诵完开端诗篇后，诵读第一卡菲兹玛全部内容。在《我向主呼求**》之后：十节诗篇：取自《复活节八音集》三首，东方圣咏集三首，以及《三圣咏集》四首：**

第六调

关于祢，那不可测度的，/在晨星之前便无始地照耀的，/从圣母那无形无体的胎中，/先知们， 蒙祢圣灵感召，主啊，/预言祢将化作婴孩，/由未曾结过婚的童贞女道成肉身，/与世

人联合，/并向地上活着的人显现； / 因此，求祢以仁慈之心，赐予我们祢的光照，/ 使我们得以颂扬祢那不可言喻且神圣的复活。

那些用言语宣扬祢的神学先知，/以及以行为尊崇祢的人，/都收获了永恒的生命，如同收获果实一般； / 因为，主啊，他们不愿像你——造物主那样——侍奉受造之物， / 便按照福音的教导，弃绝了整个世界， / 并使自己与他们曾预言的你的受难相契合； / 求你借着他们的祈求，使我们能无瑕地走完节制的赛程，/ 独一无二、满有慈爱的上帝。

祢那不可言喻的神性，/ 主啊，在末世，祢道成肉身，/ 恩准自己被描述：/ 因为祢借着取了肉身，/ 便获得了肉身的全部属性。 / 因此，当我们描绘与祢相似的圣像时，/ 便按应有的礼仪亲吻它，/ 藉此升华至祢的慈爱之中，/ 并从其中汲取医治的恩典，/ 遵循使徒们神圣的传统。

基督的教会将这最光明的圣像——救主基督、圣母及诸圣的圣像—— / 视为珍贵的装饰，/ 并予以恢复； / 因着它，教会焕发光彩并蒙恩典照耀， / 驱逐并排斥异端之众， / 满心喜乐地颂扬那爱人的上帝， / 祂曾为教会甘愿承受苦难。

颂荣，第二调：真理的恩典已照耀：/ 昔日如影般预表的，/ 如今已明确成就； / 因为看哪，教会以基督道成肉身的形象，/ 如同披上最华美的礼服，/ 形似见证的会幕，/ 并恪守正统信仰， / 使我们也能拥有我们所敬拜的那位形象，且对此毫不怀疑。 / 愿不信者因此蒙羞：/ 因为对我们而言，荣耀在于道成肉身的形象，/ 值得虔诚敬拜，却不可奉为神明。/ 信徒们，让我们亲吻祂的额头，呼求：/“上帝啊，拯救你的子民，并赐福于你的产业！”

如今，圣母颂：普通调的教义颂。

在礼仪游行中

颂荣，第二调：欢欣吧，受尊崇的先知们，/ 你们完美地确立了主的律法，/ 并因信德成为/ 不可逾越、坚不可摧的支柱，/ 因为我们在你们身上看见了/ 新约基督的中保。/ 你们既已升入天堂，求祂/ 使世界得享和平，/ 并拯救我们的灵魂。

如今，圣母颂，同调：我将一切希望 / 寄托于祢，天主之母， / 求祢以祢的庇护护佑我。

《八音集》诗咏台上的诗咏

颂荣，第二调：从不虔转向虔诚，/ 并被知识之光照亮，/ 让我们按照诗篇所言拍手欢呼， / 满怀感恩地向神献上赞美，/ 并向绘于墙壁、木板及圣器上的 / 基督圣像、/ 圣母及诸圣，怀着敬意行礼， / 摒弃那不虔敬且无荣光的信仰——/ 因为，正如圣巴西尔所言，对圣像所献的敬意，/ 会转归于原型——/ 并恳求凭着 ，藉着祢至圣母亲及诸圣的代祷，/ 基督，我们的上帝，赐予我们大恩。

如今，圣母颂：啊，新的奇迹，超越一切古老奇迹！/ 因为谁曾知道过一位未婚便生育的母亲，/ 竟在怀中怀抱了拥抱万物的造物主？ / 神的旨意就是这受孕。/ 而祢，至圣者，曾用双手将祂作为婴孩托在怀中，/ 并因母爱之勇向祂求恩，/ 请勿停止为敬拜祢的人代祷，/ 愿祂怜悯并拯救我们的灵魂。

颂词：圣母童贞女，欢喜吧：（2）

圣咏，第二调

我们敬拜你那至洁的圣像，仁慈的主，/ 恳求基督上帝赦免我们的罪过。/ 因为你甘愿以肉身升上十字架，/ 为了将你所创造的众生从仇敌的奴役中解救出来。/ 因此，我们满怀感恩地向祢呼求：/“祢以喜乐充满万物，我们的救主，/ 祢降临世间，为要拯救世界！”

复活节第一周晨祷

诵读六篇诗篇后，主上帝：**按《八音集》调式，两次唱复活节调式的圣咏，**

颂荣，第二调：我们敬拜祢至圣的圣像，仁慈的主，/ 求祢赦免我们的罪过，基督上帝。/ 因为祢甘愿以肉身升上十字架，/ 为了使祢所造的人类脱离仇敌的奴役。 / 因此，我们满怀感恩地向祢呼求：/ “祢使万物充满喜乐，我们的救主，/ 祢降临世间，为要拯救世界！”

如今，圣母颂：一切超乎理智，一切荣耀 / 皆属于祢，圣母，祢的神圣奥迹： / 祢以纯洁为印记，并保全了童贞， / 祢显现为真正的母亲，生下了真正的上帝。 / 求祂为拯救我们的灵魂代祷。

随后是《诗篇》的常规吟诵。《八音集》中的坐咏。在《无玷圣母》之后是圣咏：天使众：**伊帕科伊。该调的阶咏和序咏。** “凡有气息的”：**主日常规福音。**基督复活：**第50篇诗篇。随后是“荣耀颂”，第8调：**“为我开启悔改之门：”（参见“税吏与法利赛人”主日的晨祷）。

第一首赞美诗——复活节第4调，第二首——十字架复活节第2调，第三首——圣母颂第2调，以及《三圣节赞美诗》第6调：西奥法纳先生的赞美诗，第4调，其首字母诗为：“今日，敬虔之光已照亮黎明”。

费奥凡先生的圣咏，第四调。

第一首

伊尔莫斯：红海的深渊：

在这喜庆之日欢欣鼓舞，/ 信徒们，让我们高声赞颂：/ “祢的作为何等奇妙，/ 祢的大能何等浩大，基督啊，/ 祢使我们同心合意！”

神智明达者啊，/ 让我们共同庆祝这喜乐之日：/ 此刻天地欢欣，/ 天使军团与世人众群，/ 皆以格外庄严之仪庆贺。

目睹这至大的恩典，/让我们开始鼓掌欢呼：/基督分散的肢体，/已汇聚成一体，/并赞美赐予和平的上帝。

今日，教会蒙受了胜利的恩赐，/ 这全赖上帝的指引与教导，/ 以及米哈伊尔和费奥多拉——/ 坚守虔诚信仰的我们的君王。

圣母颂：不义异端的武器 / 显然已耗尽： / 因为祢的圣殿，至洁、无瑕的圣母， / 装饰着圣像， / 我们怀着虔敬之心凝视， / 如今满怀神圣的喜乐。

卡塔瓦西亚：古以色列人，/未沾湿双足便跨越了红海的深渊，/在摩西十字架般张开的双手指引下，/将亚玛力人的军队驱逐至旷野。

第三首

伊尔莫斯：祢的教会因祢而欢欣：

从今以后，不虔的异端分子 / 再也无法抬起眉头： / 因为上帝的大能 / 巩固了正统信仰。

愿云彩，照着预言的话语，/ 今日从天上将生命之露 / 洒向我们，/ 以唤醒我们的信仰。

基督使徒们那悦耳而神圣的号角，/愿以超自然之声宣告/尊贵的圣像得以恢复。

让我们颂扬基督，祂向我们显明了 / 那虔诚、爱主的王后 / 及其蒙神加冕的后裔。

圣母颂：至圣者，我们已抵达祢神圣的圣所，/我们这些信徒，如今祈求祢以/如光般的恩典照耀我们。

卡塔瓦西亚：基督啊，祢的教会因祢而欢欣，高呼：/ “祢是我的力量，主啊，/ 也是我的避难所和坚固的保障！”

座咏，第一调

基督啊，我们将祢神圣的形像 / 绘于圣像之上， / 便清晰地宣告祢的降生、 / 不可言喻的神迹，以及祢自愿受难。 / 因此，恶魔在恐惧中被驱散， / 心怀邪念者则如他们的同党一般， / 在沮丧中痛哭。

颂荣：藉先知之像、使徒之容、/ 圣殉道者及诸圣之圣像，/ 以及圣像的描绘而彰显神圣之美，/ 并以属灵的新郎与新娘/ 那无形之美装点自身，/ 我们的母亲，至高的锡安。

如今，圣母颂：对于那些满怀爱意敬奉祢圣像的纯洁之人，/ 以及那些承认祢是真神之母的人，/ 还有那些怀着信心敬拜祢的人，/ 求祢成为他们的守护者，/ 并赐予他们强大的庇护，/ 如同全能者一般，将一切重担都从他们身上驱散。

第四首

伊尔莫斯：看见被高举在十字架上的：

求祢藉圣灵的启示，/ 圣化祢的圣殿，/ 并借祂的降临，/ 驱散异端的迷误，/ 上帝之道，满有慈爱的。

将祢的子民从不义最猛烈的侵袭中拯救出来，/ 显明他们因虔诚而热情如火，/ 并怀着信心呼求：/ “荣耀归于祢的大能，主啊！”

凝视着神圣绘制的圣像，/ 凝视着基督与圣母的形象，/ 凝视着闪耀着神圣荣光的圣所，/ 我们以配得圣所的方式欢欣鼓舞。

戴着冠冕的女王，/ 因渴慕基督真正的国度，/ 绘制了祂至纯的圣像 / 以及诸圣的画像。

圣母颂：生下上帝——道成肉身者，/ 蒙恩者，/ 你彰显了祂神性所配得的圣所；/ 因此，我们以光明的面貌更新你的圣所。

卡塔瓦西亚：看见祢——公义之日——被高举在十字架上，/ 教会便在原地，庄严地呼求：/ “愿荣耀归于祢的大能，主啊！”

第五首

伊尔莫斯：我的主啊：

主啊，求祢赐予祢的教会力量，/ 使她永世长存，坚定不移，/ 免受异端骚扰。

全地都因从上头赐给信徒的喜乐 / 以及神圣的帮助 / 而洋溢着喜悦。

唯一的至善者与喜乐之源，/ 祢亲自高举了正统君王们的威望，/ 他们敬奉祢的形象。

虔诚的隐秘之光已为我们升起，/ 源于受神启示的忠信君王们的诏令，/ 以及他们充满神智的旨意。

圣母颂：求祢为我们恢复昔日的荣光，/ 永无瑕疵的圣母，/ 并以祢的恩典 / 圣化这祢的殿宇。

卡塔瓦西亚：我的主啊，祢以光明降临世间，/ 这圣洁之光，将因无知而陷于黑暗的人，/ 引导至以信德颂扬祢。

第六首

伊尔莫斯：我将向祢献上祭品：

那值得敬拜的主的圣像，/ 正被虔诚地绘制并敬奉，/ 教会再次鼓起勇气，/ 虔诚地颂扬救主。

基督的教会褪去了悲伤 / 与异端的黑暗， / 披上了喜乐的衣裳， / 并蒙受了神圣 / 且充满光明的恩典。

正教信徒的众圣 / 因皇后狄奥多拉 / 及其子——虔诚的 / 独裁者米哈伊尔的旨意， / 重获昔日的荣光与辉煌。

圣母颂：昔日命人建造 / 见证的帐幕， / 正如智慧之帐幕中祢居住其中—— / 独一无二的受赞美者， / 童贞女啊，祢以神迹荣耀祢的圣殿。

卡塔瓦西亚：“我将向祢献上祭品 / 伴随着赞美的歌声，主啊”， / 教会向祢呼求， / 因祢肋旁流出的宝血 / 洗净了魔鬼的污秽， / 这宝血源于祢的慈悲。

康达克，第二调

父神那不可描绘的圣言，/在道成肉身时，通过祢——圣母——得以显现，/并将那曾遭玷污的形象恢复至原初之态，/与神圣之美合而为一。/我们也因信奉我们的救恩，/以言行将其彰显。

伊科斯：这是建立圣家的圣礼 / 古时受神启示的先知们， / 为了我们这些活到世末的人，早已预言了此事，／他们自己也从祂那里获得了启示。 / 因此，我们从祂那里领受了神圣的启示，/ 便认识了独一的主——上帝，/ 祂以三位一体的形式接受敬拜，/ 并只侍奉祂一位，/ 拥有唯一的信仰和唯一的洗礼，/ 并披戴了基督。/ 看哪，我们宣认我们的救恩，/ 并以言行来彰显它。

第七首

伊尔莫斯：亚伯拉罕的子孙在波斯熔炉中：

愿天使大军与教会一同欢欣鼓舞，/以神圣之爱/智慧地颂唱：/“主啊，你在你荣耀的圣殿中是应当称颂的！”

教会中长子与圣徒的庆贺大军，/ 见如今神的子民，/ 同心合意地歌唱：/ “主啊，你在你荣耀的圣殿中是应当称颂的！”

在最尊贵的皇后狄奥多拉的指引下，我们已从昔日的异端黑暗中得救，/ 如今我们齐声颂唱：/ “主啊，你在你的荣耀圣殿中是应当称颂的！”

圣母颂：至圣者，/祢升上高于天界圣咏的境界，/独一无二，成为万物之主的母亲。/看哪，我们欢欣地呼求：/“祢在众妇人中蒙福，/全无瑕疵的女王！”

卡塔瓦西亚：亚伯拉罕的子孙在波斯火窑中，/因对虔诚的热爱而比烈火更为炽热，高呼：/“主啊，你在你荣耀的圣殿中是蒙福的！”

第8首

伊尔莫斯：但以理张开双臂：

恪守教会父辈的律法，/我们以嘴唇、/心灵和全部意志，/亲吻基督及其圣徒的圣像，呼求道：/“主的一切受造物啊，都要称颂主！”

将献给圣像的尊荣与敬拜，/清晰地归向原型，/我们遵照神学教义敬奉圣像，/并满怀信心地向基督呼求：/“主的一切受造之物，都要赞美主！”

心灵被圣灵的光照亮，/尊贵的王后，因拥有上帝智慧的果实，/深爱基督教会的光辉与美，/与信徒一同颂扬神人耶稣。

圣母颂：被无形之光照耀的 / 祢的神圣殿宇 / 如今以圣灵之云庇护众人 / 并圣化信徒，他们齐声歌唱： / “万物啊，你们都要称颂主！”

卡塔瓦西亚：但以理张开双臂， / 堵住了深坑中狮子的口；/ 那熊熊烈火被扑灭，/ 这些以美德为腰带、/ 虔诚的捍卫者——少年们，高呼：/ “主的一切受造物啊，都要称颂主！”

第九首

伊尔莫斯：基石：

看见圣教会再次被神圣绘制的圣像所装饰，/ 我们将怀着虔诚之心齐聚一堂，向神高声赞颂：/ “我们赞美你，三位一体的圣者！”

蒙受尊贵的恩赐与奖赏——/ 祢的十字架，以及受尊崇的圣像，/ 和圣徒的画像，/ 圣堂满怀欢欣与喜乐 / 颂扬祢，主啊。

仁慈的主啊，求祢以祢神圣的荣光 / 照耀我们的君王，/ 并以天使的军团及其全副武装护卫他们，/ 使万民的狂妄在祢面前屈服，主啊。

圣母颂：始祖夏娃的诅咒已被废除，/ 因为祢，纯洁的圣母，/ 以不可言喻的方式生下了万主，/ 我们如今亲吻的圣像，/ 正是祂的形像。

卡塔瓦西亚：那块来自不可分割之山的基石——圣母，/ 祢被凿下，无需人手，/ 基督，祂使分离的本性合而为一。/ 因此，我们满怀喜乐地颂扬祢，圣母。

复活节六经文
随后选自《三圣节经书》：

《荣耀颂》：欢欣吧，鼓掌吧，/ 欢快地歌唱吧，/ 高呼：“基督啊，祢的作为何等奇妙、何等可畏！”/ 救主啊，谁能述说祢的大能，/ 祢使我们同心合意，/ 联合成一个教会。

如今，圣母颂：敌对的异端 / 其武器已耗尽，/ 对其的记忆也随喧嚣消逝：/ 因为看见祢的圣殿，至洁者，在一切荣耀之中，/ 装饰着尊贵的圣像之华美，/ 我们全都充满喜乐。

在“赞美”时，唱《八音集》第4卷复活节诗篇，东方诗篇第1首
及《三圣节书》第4卷：

第四调：教会如今因祢而荣光熠熠，仁爱之主，/ 她的新郎与造物主，/ 祢凭神圣的旨意，使她脱离了偶像的迷惑，/ 并以宝血与她订立盟约，/ 欢欣地迎接圣像的恢复，/ 满怀喜乐，怀着信心歌颂并荣耀祢。

诗句：主啊，我要全心赞美祢，/ 传扬祢的一切奇事。

诗篇 9:2

主啊，我们恢复了祢在肉身中的形象，/ 便按理亲吻它，/ 以此阐明祢建立圣殿这一伟大的奥秘；/ 因为，不像那背神之子马涅斯所言，/ 祢——爱人的主——向我们显现并非虚幻，/ 而是真实地以天然的肉身显现，/ 借此引领我们进入对祢的爱，并使我们渴慕祢。

诗句：我要因祢欢欣喜乐，我要歌颂祢的名，至高者！

诗篇 9:3

今天是一个充满喜乐与欢欣的日子：/ 因为最真实教义的光辉正在闪耀，/ 基督的教会也熠熠生辉，装饰着/ 如今被恢复的圣像，/ 以及那些圣像的形象与它们美貌的光辉，/ 信徒们合而为一的心志也得以实现，这深得上帝喜悦。

经文：我的主，我的神，求你兴起，愿你的右手高举，/ 直到永远，求你不要忘记你的贫穷人！

《诗篇》9:33

第六调：摩西在斋戒期间 / 领受了律法，并引导百姓归向神；/ 以利亚通过斋戒，使天门关闭；/ 而那三位少年，亚伯拉罕的子孙，/ 则以斋戒战胜了那暴虐的暴君。/ 求祢，救主，藉着祂的帮助，使我们这些如此呼求的人 / 得以蒙受复活：/ “圣哉、全能者、永生者，求祢怜悯我们！”

颂荣：重复上述内容。

如今，第二调：至福的圣母童贞女：

大颂歌及遣散礼。

第一主日圣体礼仪

第六调的《蒙福者》，以及当日圣咏集第六首，第四调。

颂词，第二调

我们敬拜祢至圣的圣像，仁慈的主，/ 恳求基督上帝赦免我们的罪过。/ 因为祢甘愿以肉身升上十字架，/ 为了将祢所造之物从仇敌的奴役中解救出来。/ 因此，我们满怀感恩地向祢呼求：/ “祢使万物充满喜乐，我们的救主，/ 祢降临世间，为要拯救世界！”

康达克，第二调

父神那不可描绘的圣言，/在道成肉身之时，借着你——圣母——得以显现，/并将那曾遭玷污的形象恢复至原初之态，/与神圣之美合而为一。/我们也因信奉我们的救恩，/以言行将其彰显。

前诵，第四调，圣父之歌：主啊，我们列祖的上帝，你是应当称颂的，/ 你的圣名当受赞美、当受荣耀，直到永远。**诗节：**因为你对我们所做的一切都是公义的。

《希伯来书》，第329B段

弟兄们，摩西因着信，长大成人后，拒绝被称为法老女儿的儿子，宁可与神的子民一同受苦，也不愿享受罪带来的暂时的快乐；他看基督受的凌辱比埃及的财宝更宝贵，因为他仰望那将来的赏赐。我还能说什么呢？ 因为若要一一述说基甸、巴拉、参孙、耶弗他， 大卫、撒母耳，以及那些因着信，征服了国度、行出了公义、得了应许、堵住了狮子的口、熄灭了烈火的猛势、躲过了刀剑的锋刃、从软弱中得着力量、在争战中变得刚强、使外邦的军队溃逃的先知们。 有些妇女领回了复活的亲人。还有些人宁可遭受酷刑也不接受释放，为要得着更美的复活。另有些人经历了凌辱、鞭打、捆锁和监禁；有人被石头砸死，有人被锯成两段，有人遭受酷刑；有人被刀剑杀死； 他们身披羊皮、山羊皮，忍受着缺乏、困苦和患难：那些世人配不上的人，在旷野、山岭、洞穴和地缝中流浪。 他们全都因信得了见证，却没有得着所应许的，因为神为我们预备了更美的事，使他们若不与我们同得，就不能完全。 因此，我们既然有这样一大群见证人环绕着我们，就当放下各样的重担，脱去容易缠累我们的罪，怀着忍耐的心奔那摆在我们前头的路程，仰望那信心的创始者和成全者——耶稣。

希伯来书 11:24–26；32–12:2

哈利路亚，第8调：摩西和亚伦在祂的祭司中，撒母耳在呼求祂名的人中。**诗节：**他们呼求耶和华，祂就应允他们。

《约翰福音》第5章开头

那时，耶稣想要往加利利去。他遇见腓力，就对他说：“跟从我吧。”腓力是来自伯赛大，就是安得烈和彼得所在的城。腓力遇见拿但业，对他说： “我们已经找到了摩西在律法书和先知书中所写的那一位：约瑟的儿子耶稣，来自拿撒勒。”拿但业对他说：“拿撒勒能出什么好东西吗？”腓力对他说：“你去看看吧。” 耶稣看见拿但业向祂走来，就论到他，说：“看哪，这真是个以色列人，心里没有诡诈。”拿但业对祂说：“祢从哪里认识我呢？” 耶稣回答说：“在腓力呼召你之前，你还在无花果树下的时候，我就看见你了。”拿但业回答说：“拉比，你是神的儿子，你是以色列的王！” 耶稣回答他说：“我告诉你‘我看见你在无花果树下

’，你就信了吗？你将要看见比这更大的事。”又对他说：“我实实在在地告诉你们：从今以后，你们要看见天开了，并看见神的使者上去下来在人子身上。”

约翰福音 1:43–51

圣体颂：诸天啊，赞美上主；诸天之上，赞美祂。**另颂：**义人啊，因上主而欢欣，赞美是义人的本分。

在祈祷诗中

前诵，第四调：栽于耶和华殿中 / 在我们神的院里必开花结果。**诗节：**义人哪，你们当因耶和华欢喜，赞美是义人所当行的。

《罗马书》第121B节

弟兄们，我劝你们要警惕那些制造分裂和诱惑的人，他们违背了你们所受的教导，要远离他们。因为这样的人并不服事我们的主耶稣基督，而是服事自己的肚腹，用悦耳动听、花言巧语来迷惑单纯之人的心。 你们的顺服是众所周知的；因此，我为你们欢喜，但愿 你们在善事上明智，在恶事上单纯。那赐平安的神，必在不久之后将撒但践踏在你们脚下。愿我们主耶稣基督的恩典与你们同在。阿们。

罗马书 16:17–20

不唱“哈利路亚”。

《马太福音》，第75段

主说：“看哪，你们不可轻看这些小者中的任何一个。我告诉你们，他们在天上的天使，时常看见我天父的面。因为人子来，是要寻找并拯救失丧的人。” 你们以为如何？若有人有一百只羊，其中一只走迷了路，他岂不撇下那九十九只在山上，去找那只迷路的羊吗？若找着了，我实在告诉你们，他为这一只羊所喜乐，比为那九十九只没有迷路的羊更甚。 你们在天上的父，绝不愿这些小者中失丧哪怕一个。倘若你的弟兄得罪了你，你就去，趁着只有他和你在一起的时候，指正他。他若听从你，你就赢回了你的弟兄；若不听从，就再带一两个人同去，要凭两三个见证人的口，使每句话都得到证实。 他若不听从他们，就告诉教会；若连教会也不听从，他就与外邦人和税吏一样。我实在告诉你们：你们在地上所捆绑的，在天上也要捆绑；你们在地上所释放的，在天上也要释放。 我又实在告诉你们：你们中间若有两个人在地上同心合意地求什么事，我在天上的父必为他们成全。因为无论在哪里，有两三个人奉我的名聚会，那里就有我在他们中间。

马太福音 18:10–20

第一主日晚祷

《我向主呼求》：**唱第10调的诗篇，即《八音集》当前调式中4首感人至深的诗篇。**

圣约瑟夫的诗节，第四调

求赐我痛悔之心，/ 使我远离恶行，/ 并得着完全的更新，/ 我这如今深陷肉身情欲之中，/ 远离了祢——万王之王、上帝，/ 且无处可寻盼望的人； / 并凭祢丰盛的仁慈，拯救我这迷途之人，/ 全能的耶稣，我们灵魂的救主！

伟大的摩西，/ 藉着斋戒洁净自己，得见那被渴慕者。 / 因此，我这谦卑的灵魂，效法他的榜样， / 要在禁欲之日竭力从罪恶中洁净自己， / 好得见主， / 祂赐予你赦免， / （以及洁净与拯救， ） / 这位真正良善、仁爱[且全能的主]！

圣西奥多，第六调

如今让我们欢欣地 / 开始度过斋戒的第二周， / 弟兄们，日复一日地为自己 / 打造一辆火战车，如同特斯维的以利亚 / ——四种伟大的美德； / 让我们以无欲无求提升心灵，以纯洁武装肉体， / 使敌人溃逃并战胜敌人。

以及《圣人历》第3篇。颂荣，及“如今，圣母”。

入堂咏：“令人欣慰的光：”

大序诗，第八调：

主啊，祢赐下产业 / 给敬畏祢名的人。

第一节：我从地极向祢呼求。

第2节：我必在祢翅膀的荫下躲藏。

第三节：如此，我将永远歌颂祢的名。

须知，这两首大前歌：“求祢不要转脸不顾”**和**“祢赐下产业”，**连同其诗节，在整个大斋期（从“乳斋周”至斋期第五周）中交替吟唱。**

随后以“主啊，求祢恩准：”**为开端，开始行礼。**

诗咏台上的诗篇，第八调

让我们藉着施舍与对穷人的怜悯来洁净自己，/ 不吹号，也不向众人显露我们的善行，/ 使左手不知道右手所做的，/ 免得虚荣心耗尽施舍的果实； / 而是向那在暗中知晓隐秘之事的主暗自呼求：/ “父啊，求祢作为爱人者，赦免我们的罪过！”（2）

致殉道者：主的殉道者们，你们使各处圣洁，/并医治一切疾病：/如今恳求你们，我们也向你们祈求，/愿我们的灵魂得以脱离仇敌的罗网。

《荣耀颂》，现今，圣母颂：诸天万物皆颂扬祢，蒙恩者，/ 未曾经历婚姻的圣母，/ 我们也赞美祢所生基督那不可测度的降生。/ 圣母，求祢为我们的灵魂代求得救。

其余仪式按惯例进行。

晚祷时

唱圣先知赞美诗，其首字母缩写为：“先知之众当欢欣鼓掌”。

此圣咏由圣费奥凡创作，第五调*。
第一首

伊尔莫斯：基督以高举之手，在战役中击溃了红海中的战马与骑手，将他们推翻，并拯救了以色列，使他们得以高唱胜利之歌。

求你们作为神圣恩典的先知，/恳求基督——万有的源头，/赐予我——歌颂你们神圣纪念的人——/圣灵的恩典与罪孽的赦免。

那些传达神圣启示的言语，/ 以及映照神圣荣光的明镜，/ 他们以配得上帝的方式迎接祂的显现——/ 让我们颂扬所有智慧的先知。

在西奈山上，/ 见神者摩西从上帝那里领受了律法之言，/ 面容如凝视上帝者般光芒四射，/ 如此蒙恩，何等奇妙。

颂荣：凭着认识上帝的洪流，/ 蒙恩的上帝之云，/ 轰然冲散了异教多神崇拜的汪洋，/ 智慧地宣扬那独一的源头之力。

圣母颂：传扬上帝之声的号角——先知们，/称呼你，至圣者，在世世代代的终末生下上帝的，/为上帝之母，/因从上而受教，圣母，/领悟了你的奥秘。

第三首

伊尔莫斯：祢凭自己的旨意使大地稳立于虚空之上，/ 并将这沉重的大地，在无任何支撑的情况下高高举起！/ 求祢在祢诫命这块坚固的磐石上，/ 建立祢的教会，/ 独一的仁慈者与爱人者！

被圣灵所感、以拨片弹奏的灵琴——/ 众先知，/ 皆以同一声音，宣扬基督，/ 承蒙神灵启示，/ 为所有蒙神所爱之人歌颂，/ 以来自上天的光辉滋养他们。

凭祢的命令高举的利剑，/——众先知，/斩断纷扰的迷惑，/以祢神圣的大能，基督，/虔诚地披戴，/并以祢不可测度的威能。

颂荣：神圣而睿智的 / 知识之杯——先知们 / 滋润了整个大地，清晰地预示着 / 祢那难以参透的圣意奥秘，/ 每个人都以自己的方式宣扬着祢。

《圣母颂》：这奥迹，早在远古便已预定，/ 在万世之前便为全知之神所知，/ 近来在祢的胎中，无玷圣母，/ 得以实现，显现于世。

第四首

伊尔莫斯：哈巴谷以先知的目光领悟了祢的神性谦卑，/ 便战战兢兢地向祢呼求，基督：/ “为了拯救祢的子民，/ 祢降临拯救了祢的受膏者！”

你们在圣灵的启示下显现，/ 作为真理的明灯，远离欺骗，/ 智慧的先知们，以你们生平的光辉，/ 照亮万民。

看哪，如今目睹你们所言的应验，/ 神圣的先知们，/ 我们藉着你们来颂扬那位被传扬的，/ 并藉着先知预言之事成就一切的主。

颂荣：蒙至智光照的，/你们受神启示，预见了/外邦人因神的恩典蒙召，/以及以色列的堕落与一切福分的丧失。

圣母颂：凝视道成肉身的上帝，/ 成为神圣的守望者，/ 你们这些至福之人，/ 有幸目睹祂从圣母那里降临。

第五首

伊尔莫斯：以光为衣者！/ 我自破晓便向祢奔去，并呼求祢：/ “基督啊，唯独祢是仁慈的，/ 求祢照亮我蒙尘的灵魂！”

自破晓时分起，你那智慧的灵，以赛亚啊，/便飞向那坐在至高宝座上的主，/并与天上的圣咏团一同赞美祂。

圣徒们啊，你们的舌头受圣灵感动，/ 不断向宇宙宣告祂的话语，/ 你们照亮了认识上帝的曙光。

颂荣：你们仿佛成了上帝的居所，/祂行超自然之事，/你们在自己内里拥有了祂：/如今站在祂面前，为我们祈祷吧！

圣母颂：那从童贞女所生的上帝，/作为独一的仁慈者，/向你们——真理的先知们——宣告了/祂那至智的计划与古老的旨意。

第六首

伊尔莫斯：那因致命的激情风暴而狂暴的 / 大海啊，/ 基督主啊，求祢以祢的仁慈 / 平息风暴，并将我从灭亡中拯救出来。

过着蒙神喜悦的生活，/ 领悟了虔诚的真谛，/ 你们已成为神圣道成肉身 / 的真正先驱，圣徒们。

凭借神圣之力，/你们抵挡住了君王们势不可挡的进攻，/驯服了野兽，/并从鲸鱼腹中安然无恙地获救。

颂词：圣者们，自母腹中，/ 你们向全世界放射光芒，/ 成为美德的导师与播种者，/ 诸位至福的先知。

圣母颂：怀着对上帝的热爱，/ 基督由您降生，主母，/ 先知们通过多种比喻和意象预言了此事，/ 圣洁的圣母！

座咏，第二调

先知们与摩西、亚伦一同 / 在这一天欢欣鼓舞，/ 因为预言正在应验：/ 那拯救我们的十字架正放射光芒。/ 基督上帝啊，求祢藉着他们的祈祷，怜悯我们！

第七首

伊尔莫斯：受尊崇的先祖之主 / 熄灭了火焰，并滋润了少年们，/ 他们齐声歌唱：/ “上帝，你受赞美！”

主诫命的无边大能 / 制服了坑中的狮子，/ 此时先知高呼：/ “上帝啊，你当受称颂！”

与圣三同等尊贵的 / 祢那智慧的少年们，/ 因着纯洁无瑕，熄灭了烈火，/ 齐声歌唱：/ “上帝啊，愿祢蒙福！”

颂荣：如璀璨的星辰，/以美德之花使大地宛如天国，/亚伯拉罕的后裔——先知们高唱：/“上帝，你受赞美！”

圣母颂：主母啊，祢超越了自然的法则，/ 生下了统御律法的上主，/ 我们众人向祂歌唱：/ “上帝，赞美祢！”

第8首

伊尔莫斯：在熔炉中的少年们，向万物之创造主，/ 奏响普世的欢庆之声，歌唱道：/ “万物啊，歌颂主，/ 并永远尊崇祂！”

身处甘美的乐园之中，/受神启示的先知们，/为使所有怀着信心赞美你们的人 / 脱离灾祸，/请组成诗班，向基督祈求。

让我们为所有传扬上帝之声的先知们 / 齐声歌唱，组成合唱，/ 所有因他们的言语而坚定的信徒，/ 借着他们的祈祷得以称义。

颂荣：你们众先知，皆因圣灵的感召，/ 成了芬芳的智慧器皿，/ 引导万民走向真知，/ 并永远高举基督。

圣母颂：源自圣父的无始之光，/ 由你，童贞女，孕育并取了肉身；/ 因此，我们不断向你呼喊“万福！”，/ 并永远尊崇你，至洁者。

第九首

伊尔莫斯：以赛亚，欢欣吧！/ 童贞女在腹中受孕 / 并生下圣子——以马内利，/ 既是神又是人，/ 祂的名叫东方。/ 我们颂扬祂，同时也赞美童贞女。

现在，让我们齐心协力赞美 / 所有受尊崇的上帝先知， / 他们作为超自然神迹的施行者， / 曾宣告那从雅各所拣选的圣洁枝条—— / 基督！

你们是普世喜乐的先驱，/ 知识之光辉宝藏的宣讲者，/ 神圣智慧真理的纯净代言人，/ 借着圣灵的舌头，你们清晰地显明了自己，/ 备受尊崇。

颂词：如同睿智的先知，/ 如同凝视万物之造物主与全能之神，/ 并蒙祂之光照耀，/ 求祢拯救那些怀着信心虔诚纪念祢的人，/ 使他们脱离灾祸。

圣母颂：圣洁的圣母，祢已成为世人的救恩中保，/ 肉身诞下造物主与主，/ 凡颂扬祢的，童贞女，/ 因祢之故，祢赐予他们洁净。

献给先知的诗篇，第一调

光荣的先知们，/你们斥责了君王，/抵制了狂妄之徒，/宣扬三位一体的独一真神，/并热忱地将多神教的谬误驱逐出世间；/如今，请为我们的灵魂祈求/平安与大慈大悲。

光荣的先知们，/你们为虔诚之故在旷野与山间流浪，/忍受饥渴之苦，/作为上帝的仆人，/如今与基督一同在天上安居；/如今，请为我们的灵魂祈求，/赐予我们平安与大慈大悲。

备受赞颂的先知们，/你们为了虔诚而忍受苦难，/被锯断、被石头砸死、/被利剑斩杀，/因着这些苦难而变得光辉灿烂；/如今，请为我们的灵魂祈求/平安与大慈大悲。

荣耀颂（现今，圣母）：诚然，超乎理智，/ 由你所诞生的那位——神的净配——所行的奇妙而伟大的作为，/ 先知们都曾宣告过这一切：/ 至荣的受孕与降生，万福者，/ 不可测度、难以言表，/ 藉此，世界得蒙拯救。

大斋期星期六的大晚祷

诵唱由至圣菲洛菲姆宗主教编撰、我们的圣父格里高利·帕拉马——塞萨洛尼基大主教、行奇迹者——所作的礼仪经文。

诵读开端诗篇后，诵读第一卡菲斯姆全文。在"主啊，我呼求你"之后，诵读10节诗篇：其中三节取自复活节《八音集》，三节取自东方礼仪，四节取自《三圣集》：

第二调

我们该用何等赞美的诗歌来颂扬这位主教，/ 神学的号角，喷吐恩典之火的嘴唇，/ 圣灵的圣殿，/ 教会不可动摇的支柱，/ 宇宙伟大的欢庆，/ 智慧之河，光明之灯，/ 照亮万物的明亮之星？

我们该用何等赞美的花环来装饰这位主教，/虔诚的捍卫者，不义的对抗者，/信仰的热忱捍卫者，/伟大的导师与教师，/圣灵最美妙的竖琴，/闪耀着金光的舌头，/向信徒倾注治愈之流的泉源，/伟大而受人尊敬的格里高利？

我们这些尘世之人，该用怎样的唇舌来赞美这位主教，/ 教会的导师，神圣之光的宣讲者，/ 蒙受圣三一天国奥秘启示者，/ 修道者的伟大荣光，/ 因行德与默观而光辉灿烂者，/ 塞萨洛尼基的荣耀，/ 在天国与神圣而奇妙的流油圣徒迪米特里同为同乡者？

颂荣，第六调：尊贵的、三倍蒙福的、至圣的父啊，/ 良善的牧者，基督这位大牧者的门徒，/ 你为羊群舍弃了自己的灵魂！/ 如今，我们的父，承载神恩的格里高利，/ 请你亲自以你的祈祷向祂恳求，/ 赐予我们这伟大的恩典。

如今，圣母颂：普通声部的信条颂。

《八音集》诗篇中的圣咏

颂荣，第八调：你那充满活力的教诲之舌，/ 向心灵之耳高声宣告，/ 唤醒疏忽大意的灵魂，/ 并借着你那受圣灵感动的言语，成为一座阶梯，/ 将人从地上提升至上帝面前。/ 因此，格里高利，色萨利的奇迹，/ 请勿停止向基督祈祷，/ 求祂以神圣之光启迪敬奉你的人。

如今，向圣母颂：未曾经历婚姻的童贞女，/ 以肉身不可言喻地怀了神，/ ——至高神的母亲！/ 请垂听祢仆人的祈求，全无玷污者，/ 赐予众人罪孽的洁净；/ 如今，请接受我们的祈求，/ 为我们众人的得救代祷。

如今诵念：三圣颂。圣母童贞女，欢喜吧：（3）

第二主日晨祷

在第六篇诗篇之后，诵读《主》篇：**按《八音集》调式，并两次唱复活节调式的《特罗帕里》。**

复活节调的圣咏及献给圣人的

颂，第八调：正教之明灯，教会之根基与导师，/ 修士之荣光，神学家之不可战胜的捍卫者，/ 行奇迹的格里高利，塞萨洛尼基之荣光，/ 恩典的先驱，/ 请不断为我们灵魂的得救祈祷。

如今，圣母颂：为我们的缘故由童贞女所生，/并经历了受难，/以死亡击败了死亡，/并作为上帝显明了复活，/仁慈的主，请勿轻视你亲手所造的众生；/仁慈的主，求祢显明祢对人类的慈爱，/接纳为我们代求的、生下祢的圣母，/我们的救主，求祢拯救那些绝望的人。

随后是《诗篇》的常规吟诵。《八音集》中的坐咏。在《无玷圣母》之后，唱《天使众》的圣咏：伊帕科伊。按调式吟诵阶调和前咏。 “凡有气息的”：**主日常规福音。**基督复活：**第50篇诗篇。随后是《荣耀颂》，第8调：**“为我开启悔改之门：”**（参见“税吏与法利赛人”主日的晨祷）。**

第一篇——主日篇，含第4调伊尔莫斯、第4调三圣颂，以及第6调圣人颂：

圣咏，第8调（译自斯拉夫语）。

第一首

伊尔莫斯：法老战车的御者沉沦了：

以热泪盈眶/开始那浪子的祷词，/我们向祢——万有的父、上帝——俯伏，高呼：/“我们得罪了祢，远离了祢，/像奴隶一样侍奉着放荡，/但求祢接纳我们的悔改！”

我轻视了那君王般的尊贵，/那是祢赐予我的，道成肉身、/为我而成为人的祢！/因尝了罪的滋味，我被判重刑，/不得不去放养猪群；/但求祢怜悯我，救主，/凭祢的慈悲！

主啊，当我跪倒在地时，/求祢像从前迎接浪子那样，急忙接纳我，/并将我拥入祢的怀抱，/为我开启祢救赎的道路，仁爱的主，/使我从雇工重新成为祢的儿子。

圣母颂：因着你，充满神恩的圣母，/人类的本性有幸得见神显：/因为你，童贞女，独为中保，/立于神与人之间。/因此，我们众人皆当尊崇你，/作为神的母亲。

另一首献给圣人的赞歌，第四调

第一首

伊尔莫斯：我将张口：

受圣灵感召的演说家们，/神学家中的翘楚，/通晓神学之言的智者，/请前来，齐聚一堂，/好让我们以应有的尊荣颂扬圣灵的演说家，/神圣的格里高利。

信仰的支柱，教会的捍卫者，/愿我颂扬伟大的格里高利，/萨洛尼卡最卓越的牧者，/确是圣职阶层的荣耀。

自幼年时，你就渴求更美好的生活，/自青年起，你就热爱至善的智慧，神父，/你的生活与思想都与/与你同名的圣人——/神圣的格里高利——如出一辙。

圣母颂：无玷圣母，求祢为我成为/通往神圣居所的生命之路，/因我已受迷惑，/坠入恶意的深渊。/求祢以祢的代祷将我从其中拯救出来。

卡塔瓦西亚：我将张开双唇，/它们便充满圣灵；/我将向王后圣母献上颂词，/并以光辉的庆典之姿显现，/欢欣地歌颂她的神迹。

第三首

伊尔莫斯：天穹的创造者：

因我的所作所为而充满恐惧：/既因远离祢，又因挥霍了祢的财富，/我将之浪费在放荡的欲望中，/如今我怀着悔意向祢呼求，我的父、我的神：/“我犯了罪，求祢拯救我！”

我在地上犯罪，却惧怕天国：/因为我知道那时将有怎样的审判/等待着我，那审判将细致入微，/当万物——道——/都站在祢公义的面前时。

当我这个迷途之人远离祢，救主时，/阴暗而邪恶的念头曾充斥我的心；/如今我向祢呼求：/“我犯了罪，我犯了罪，/求祢拯救我——我正满怀热切的渴慕，/投靠祢的怜悯！”

《圣母颂》：亚当那复杂的本性已得救赎，/ 因为，童贞女，从你的胎中，/ 上帝以肉身显现。/ 借着祂，我们——那些在远古时代 / 被虚假的成神希望所蒙蔽的人—— / 得以从久远的定罪中得释放。

圣人赞歌。伊尔莫斯：圣母，你的颂歌者：

守护着你神圣教义的泉流，/ 避开异端分子的一切诡计，/ 并以你的圣经击退他们所有的攻势，/ 格里高利。

你，蒙福者，/ 因心中怀有位格化的上帝至智，/ 摧毁了异端分子那无知的“智慧”；/ 藉此，你轰然粉碎了/ 他们腐朽的傲慢。

你，至智者，/ 扼杀了凡俗肉体的一切情欲，/ 通过功绩使你灵魂的运动焕发活力，/ 并以神圣的神学之器将其彰显。

圣母颂：我全知全觉、出于自愿，/ 热切地爱上了那可耻而放荡的生活；/ 但求你，童贞女、上帝的新娘，/ 以你神圣的代祷，用神圣的爱将我捆绑。

卡塔瓦西亚：圣母，/——活泼丰沛的泉源，/请坚固那些为你举办属灵庆典的颂歌者，/并使他们在你的神圣荣耀中，/蒙受荣耀的冠冕。

康达克，第四调

如今美德之时已至，/ 审判者已立于门前；/ 让我们不要灰心，而是通过斋戒，/ 献上眼泪、痛悔与施舍，呼求道：/ “我们的罪孽多如海沙，/ 但求祢赦免众人，万有的救赎主”，——/ 好使我们获得不朽的冠冕。

座咏，第四调

至智者啊，你戳穿了异端分子的诡计，/ 完美阐明了正教信徒的信仰，/ 并启迪了世人。/ 因此，你作为手持战利品的胜利者显现，/ 成为教会的支柱，真正的主教；/ 请不要停止向基督祈祷，/ 为我们所有人的得救。

颂荣：重复上述内容。

如今，向圣母颂：主母啊，求祢速速垂听我们的祈祷，/并将它们呈献给祢的圣子兼上帝，全无玷污的主母！/求祢制止恶言诽谤者的攻击，/平息阴谋，挫败那些无神论者的狂妄，/他们正武装起来，向祢的仆人发动进攻，至圣者。

第四首

伊尔莫斯：主啊，祢是我的堡垒：

我未能珍惜父辈诫命所赐的财富，/ 那祢赐予我的恩典，/ 因沉溺于享乐而挥霍殆尽，/ 我成了被剥夺神圣恩赐的穷人，可悲啊。/ 但即便如此，我这忏悔认罪之人，/ 求祢莫要厌弃我，主啊！

祢以合乎神意的方式接纳了我的贫穷，/将我——这个自古以来远离祢的人，/亲自接纳到祢的怀中并使我成圣，/让我分享祢的喜乐，仁爱的主： / 祢神圣的圣体，圣言， / ——我得救的召唤，—— / 成为喜乐的源泉。

为使我们藉着不息的泪水 / 彻底摆脱永恒的折磨—— / 那是上帝为邪恶之灵所预备的—— / 我们如同浪子般呼求： / “我们在祢面前犯了罪，父啊， / 但求祢接纳我们这些投靠祢慈爱的所有人！”

圣母颂：圣言，与圣父及圣灵同为无始，/ 由未曾知夫的童贞女所生，非依自然法则；/ 祂既仍为原有的那一位，/ 亦与从我们所获得的同在。/ 因为在两个本性中，圣子是唯一的，/ 在二者中都保留着各自的特性。

圣人赞歌。伊尔莫斯：默观上帝不可测度的旨意：

智慧之父，你张口 / 宣讲了神圣的智慧，/ 这智慧你始终在心中领受，/ 并使虚妄的巴拉姆显出 / 其轻率与疯狂。

最甘美的你，如同太阳一般，/ 按着本性的法则降临尘世，/ 却在清晨与基督一同升起，成为永不黯淡的太阳，/ 以你的代祷眷顾并守护万民。

恩典使你显现，蒙福的上帝之子，/ 成为正教信徒的赞美与最伟大的支柱，/ 良善的牧者，第二位神学家，/ 以及你羊群的警醒守护者。

圣母颂：求祢为我开启心灵之耳，天主之母，/祢曾诞下那位曾为聋者开启双耳的主，/并使我得以聆听神圣之言，/并蒙恩行其旨意。

卡塔瓦西亚：默观上帝那不可测度的旨意——/ 关于祢，至高者，由童贞女道成肉身，/ 先知阿巴库姆呼求道：/“荣耀归于祢的大能，主啊！”

第五首

伊尔莫斯：祢为何弃绝我：

我已失去神圣的财富与恩赐，/ 流落异乡，/ 因缺乏生命之恩而饥饿难耐，/ 但父啊，祢以仁慈之心，/ 使我这良善之人，/ 充满昔日的荣耀与甘美。

怀着那浪子——/在放荡中虚度一生之人的心意，/让我们投奔仁慈的天父，/怀着毫无疑虑的信心和痛悔的心，/以求得罪过的宽恕。

我的灵魂啊，不要迟疑，/ 虽身处遥远之地，/ 但要赶紧向天主和圣父忏悔，/ 以便从你所犯的恶行中获得解脱，/ 免得毁掉你自己的生命。

圣母颂：我们知道你，明亮的云彩，/至洁的童贞女，/你怀中怀着被怀抱者——公义之日，/驱散鲁莽拜偶像的黑暗，/并以真智慧启迪众人。

我们认识你，明亮的云彩，/至洁的童贞女，/你怀抱真理之日——那被你怀抱的，/驱散鲁莽拜偶像的黑暗，/并以真智慧启迪众人。

圣人赞歌。伊尔莫斯：整个世界都因祢的神圣荣光而惊叹：

你以话语为镰刀，/ 借着你的圣经，/ 铲除了如荆棘般的异端，/ 以及异教的杂草，/ 并播下了正统虔诚的种子，/ 圣主教格里高利。

至睿者，您的言语与尊贵的经文，/对阅读者而言，犹如天露，/如磐石中的蜜，如天使之粮，/如甘露，如神食，如甘美，如调味品，格里高利，/更是活水的泉源。

大地与海洋都尊你为共同的导师，/ 正统信仰的神圣支柱 / 及教义的宝库，/ 睿智的神学家，/ 与使徒们同住同享，/ 品性与他们一致

圣母颂：无瑕的童贞女啊，请用感动的甘泉 / 洗净我心中的污秽，/ 并赐予我悔改的心志，/ 藉着你向仁慈的天主所作的圣洁祈祷，/ 你以不可言喻的方式生下了祂。

卡塔瓦西亚：整个世界都为 / 祢的神圣荣光而惊叹：/ 因为祢，未曾经历婚姻的童贞女，/ 在祢的子宫中怀了至高无上的上帝 / 并生下了永恒的圣子，/ 祂赐予所有赞美祢的人平安。

第六首

伊尔莫斯：我将向主倾诉祈祷：

我成了祢最小的儿子，/却因沉溺于邪恶的生活，/将祢的财富挥霍殆尽；/如今，我这爱人的主，/既已失去祢的恩典，/便来到祢面前——我的父、我的神，/恳求祢宽恕。

我承受了流浪者的苦难，/ 被判去放养猪群，/ 因为我挥霍了我的财富，/ 那是祢曾如此恩慈地迅速赐予我的，/ 结果一无所有；但祢作为上帝，/ 请怜悯我。

因我的罪孽，我不敢妄自尊大；/我既无法抬眼 / 仰望无边无际的天空， / 也无法自称是祢的儿子——我这浪子；/但求祢不因我的功德而怜悯我，仁爱的主， / 祢的慈爱无边无际。

圣母颂：你的诞辰难以言表，/ 童贞女啊，你诞下基督的方式亦不可言喻：/ 你如何生下超乎理解的上帝，/ 同时保持着无瑕的童贞。/ 因此，我们所有人，/ 都理应尊崇你——真正的圣母。

圣人赞歌。伊尔莫斯：这位神圣且受众人尊崇的圣人：

虚妄的傲慢已被击碎，/ 疯狂的瓦拉姆之舌，/ 因那至智君王的话语、教诲与敏锐智慧，/ 以及你——格里高利——的智慧而无地自容。

圣灵的神圣竖琴，/那清晰宣告神圣奥秘的号角，/让我们以赞美诗来尊崇这位塞萨洛尼基的主教，/这位神学家的语言。

昔日，你——万民的领袖，/ 犹如火柱般焚毁了信仰的敌人，/ 却照亮了信徒的集会，/ 敬虔智慧的格里高利父。

圣母颂：至洁的主母，求祢成为我的宁静与慰藉的避难所，/引领我渡向那无波无澜的神圣港湾，/平息我内心的狂风巨浪。

卡塔瓦西亚：在这神圣且受众人尊崇的 / 圣母节庆中， / 诸位智者，请前来， / 让我们齐声鼓掌， / 颂扬由她所生的上帝。

圣人颂，第八调

智慧的神圣与神圣之器，/ 神学响亮的号角，/ 我们和谐地颂扬你，神学家格里高利。/ 但，如同那紧贴至高智慧的智慧，/ 请你引导我们的心灵，父亲，使我们得以高呼：/ “欢喜吧，恩典的先驱！”

伊科斯：你如天使降临尘世，/向世人宣告上帝不可言喻的作为：/因为你以配得上无形之灵的言语令我们惊叹，/尽管你拥有人的理智与肉身，/并使我们信服，向你——神学之父——如此呼求：

“欢欣吧，因藉着你，黑暗已被驱散；/ 欢欣吧，因藉着你，光明取而代之。

欢欣吧，未受造之神性的使者；/ 欢欣吧，虚妄无理之教义的真正揭露者。

欢欣吧，你称那神性为难以企及的高峰；/ 欢欣吧，你称祂的作为为难以测度的深渊；

欢欣吧，因你完美地宣扬了神的荣耀；/ 欢欣吧，因你驳斥了那些别有用心者的谬见。

欢欣吧，显明太阳的光辉；/ 欢欣吧，奉上神圣甘露的圣杯。

欢欣吧，因真理借你而闪耀；/ 欢欣吧，因谎言借你而黯淡。

欢欣吧，恩典的先驱！

第七首

伊尔莫斯：来自犹太地的少年们：

我不敢 / 自称是祢的儿子，仁慈的父啊； / 我恳求祢接纳我，如同祢的一名雇工。 / 求祢不要厌弃我，我正呼求： / “我们祖先的上帝，愿祢蒙福！”

那些因往昔的行为玷污了生命 / 并毁掉了与生俱来的高贵品格的人啊！ / 让我们投靠我们唯一的父和上帝， / 借着热切的悔改获得救赎。

那位残酷的主人，我这不幸之人 / 被判为奴隶侍奉他， / 而我为取悦猪群所忍受的饥饿， / 既强烈又难以忍受； / 但我转而恳求救主： / “可怜我吧！”

圣母颂：祢使已死的本性复活， / 独生圣子之母，童贞圣母。 / 因此，我们这些信徒深知，祢就是我们的救恩， / 祢以肉身生下了我们祖先的上帝。

圣人赞歌。伊尔莫斯：敬虔之士未曾尊崇：

那些领受你言语并研读经文的人，格里高利， / 因认识上帝而得启迪， / 充满属灵的智慧， / 并论述非受造的恩典 / 及上帝的大能。

你彻底粉碎了异端分子的刀剑与箭矢， / 并像最巨大的磐石一般， / 如同撕裂蜘蛛网般， / 击碎了瓦拉姆的傲慢与异端分子的全部力量，圣者。

虔诚者的信仰，因你的言语、教义和著作而得以确立， / 异端的狂妄已然止息，格里高利， / 正统信仰的毁灭已被遏止， / 异端分子的势力亦已受阻。

圣母颂：深知祢确是医治之源，/我们这些被情欲之疾所折磨的人，/汲取救恩与神圣的活水，并呼求：/“全洁者啊，祢腹中的圣子，愿祢蒙福！”

卡塔瓦西亚：那些敬虔智者 / 并未将受造物看得比造物主更尊贵， / 而是勇敢地战胜了威胁他们的烈火， / 欢欣地歌唱道： / “至可赞美的主，我们祖先的上帝， / 愿祢蒙福！”

第8首

伊尔莫斯：迦勒底统治者七次下令：

主啊，我们这些信靠祢的人，/深知祢无边无际、/丰盛无比的慈悲。 / 因此，我们全都投靠于祢，如同那浪子般热切地呼求：/ “求祢接纳那些犯罪却投奔祢的人， / 因为没有任何罪孽能够/ 胜过祢那满有仁爱的慈悲！”

主啊，因着祢的仁慈，祢谦卑自己， / 走近了祢那些跌倒的儿女： / 因为祢——那爱人的主——亲自迎接了跌倒的人， / 亲吻他们，并赐予他们救恩； / 倘若有人跌倒得再深， / 祢因满有恩典，便不发怒， / 正如那爱人的主。

最可怕的审判将迎面而来，哦，主啊！ / 因为看见了你——那爱人且无恶意的， / 我却不以浪子之声向你呼求， / 而是懒惰地度过一生； / 求你怜悯我， / 并因我的悔改，哦，仁慈的主， / 救我脱离那审判。

三位一体颂： 我们所颂扬的并非三位神，而是唯一的神性， / 然而我们确实敬拜三位位格： / 未受生的圣父， / 由圣父所生的圣子， / 以及从圣父发出的圣灵， / 作为三位一体的唯一神——/ 尽管关于每位位格都说祂是神， / ——我们以信心颂扬祂。

圣母颂：我这被诸多灾祸的重担压弯了腰、/被悲伤的风暴所淹没的人，/你，全无玷污者，救恩的避难所，/求你，至圣者，以你的祈祷拯救我，/并将我从一切苦难中解救出来， 拯救我：/ 使我能配得地赞美祢，圣母， / 作为热忱的代祷者，直到永远。

圣人赞歌。伊尔莫斯：在熔炉中的虔诚少年：

你如今伫立于全仁慈者的宝座前，/ 作为伟大的神学家之一，/ 且品行与他们一致，全智的格里高利，/ 塞萨洛尼基的主教，主教们的荣光，/ 熠熠生辉地披戴着圣职的荣光，/ 如今仍在侍奉上帝。

深知你思想的纯洁——/ 早在母腹之前，早在受孕之前，/ 上帝便向那位虔诚爱主的君王 / 明确宣告了你，称你为教会不可战胜的捍卫者；/ 因此，依据不可动摇的教规，你被赋予了 / 主教圣职的印记。

显然，阿金丁那多灾多难的聚会，/ 因你那充满智慧的言语与双手，/ 被战胜并遭受灾祸；/ 荣耀的格里高利，塞萨洛尼基的主教；/ 正如烟雾消散一般，那腐朽的聚众，/ 也被你那雷霆万钧且充满神学智慧的言语驱散。

圣母颂：圣母啊，上帝之道在你内，/ 那被情欲埋葬的人性，/ 因至高的仁慈而得着更新，/ 并使万物焕然一新、蒙受圣化；/ 因此，因你得救的我们，/ 愿世世代代赞美你。

卡塔瓦西亚：在熔炉中的虔诚少年，/ 被圣母之子拯救：/ 那时是预表，如今是现实；/ 祂召聚整个宇宙为你歌唱。/ 受造之物啊，歌颂上主，/ 并永远尊崇祂！

第九首

伊尔莫斯：天界为此惊叹：

如今充满喜乐与欢欣，/ 因祢为我宰杀了祢的羔羊，/ 我的灵魂正期待着祢，上帝啊！/ 接纳迷途的我，/ 使这已死之身复活，/ 并以神圣救赎的袍服——那不朽的袍服——/ 将我包裹。

远离上帝的灵魂 / 被剥夺了神圣恩赐的灵魂！ / 请怀着炽热的热忱前来， / 让我们以浪子悔改为榜样，一同呼求： / “仁慈的天父啊！ / 我们都在祢面前犯了罪， / 求祢洁净并拯救那些 / 投靠祢慈爱的人。”

主啊，主啊，/ 因祢满有无尽的怜悯，/ 求祢不要厌弃我——/ 那个在种种享乐中挥霍了财富的人，/ 如今投奔祢，/ 并以浪子之声呼求：/ “我在祢面前犯了罪，求祢拯救/ 投奔祢慈爱的我！”

圣母颂：救恩的避难所，/ 导师，护佑者，/ 作为祢的仆人，我以祢为依靠； / 愿我藉着祢向天主所作的祈求，脱离一切沉重的绊脚石，仁慈的主母：/ 因为我满怀爱意地将我所有的希望都寄托在祢身上，/ 好让我能凭着信德尊崇祢。

圣人赞歌。伊尔莫斯：凡生于世者：

你已成为上帝的明镜，格里高利，/ 因为你保全了按上帝形象所造的本性，使其无瑕；/ 并将理智勇敢地立为肉身情欲的主宰，/ 从而获得了那按上帝形象所赋予的恩赐。/ 因此，你成为了圣三一最光明的居所。

虔诚的君王将你视为盟友，/你如展翅之鸟，仿佛在空中行走，/全然充满圣灵，/对抗那疯狂而妄自尊大的瓦拉姆，/他妄称高谈神学，/而你却以正义战胜了他。

你全然充满 / 至高无上的智慧，光荣者， / 你为世界点燃了光明， / 阐明了正统教义： / 因为你，至智者，与至高哲理结为盟友， / 在心中孕育了神圣的敬畏， / 并孕育了圣灵的话语。

圣母颂：我们这些信徒，/ 遵照你的旨意献上感恩之歌：/ 因为你，上帝之母，已解除我们古老的诅咒，/ 并且我们所有人，因着你，/ 都获得了神圣祝福的果实：/ 救赎、启迪与恩典，/ 以及永恒的喜乐。

卡塔瓦西亚：凡生于世者 / 皆当因圣灵的启迪而欢欣； / 无形之灵的本质亦当欢庆， / 敬拜圣母的圣节， / 并高呼： / “万福，至福者， / 纯洁的圣母，永贞童女！”

复活节六经
随后是《三圣颂》：

《荣耀颂》：万福，众圣父的赞美，/ 神学家的口舌，静默的居所，/ 智慧的殿堂，/ 师长的完美，言语的深渊。/ 万福，行为的器官，默观的极点，/ 万福，人类病痛的医治者。/ 万福，圣灵的圣所，死后仍存活的圣父。

如今，向圣母颂：主权者，万有的女王，至高无上者，/ 更胜过一切天上军旅！/ 请伸出你大能的手，保全世界；/ 祝福为你举行圣礼的司祭，/ 并宽恕向你祈求的修士。 / 使所有的人，包括掌权者，都得平安； / 并在战时坚固军队； / 圣母，求祢护佑这座城； / 如今也求祢使我们有幸得见 / 天国与乐园之门， / 当审判者降临审判宇宙之时， / 在祂第二次、那可畏的再来之际， / 天使之主！*

在“赞美吧：”之后，唱《八音集》中的复活节诗篇
及《三圣咏集》第4篇：

第一调：在世上圆满了福乐的生命，/如今与众福者一同欢欣，/在世上，你如你自己般温和，与谦卑者同在，主教格里高利，/并因上帝的恩典而充满神迹，/将这恩典赐予敬奉你的人。

诗句：主啊，我必全心赞美祢，/ 传扬祢的一切奇事。

诗篇 9:2

你确立了东正教的教义，/ 福者啊，你砍除了异端的荆棘，/ 并使信仰的种子丰盛地生长：/ 如同勤劳的农夫，你以话语的甘霖，/ 向神献上了百倍的穗子。

经文：我要因祢欢欣喜乐，我要向至高者歌颂祢的名！

诗篇 9:3

你那无瑕的生活，福者啊，其光辉 / 令众天使与世人惊叹不已： / 因为你自愿成为坚定的苦行者、 / 禁欲者、主教、 / 配得上侍奉上帝的仆人、 / 以及祂真诚的朋友。

经文：起来吧，我的主，我的神，愿你的右手高举，/ 直到永远，请不要忘记你的贫穷人！

《诗篇》9:33

第六声：基督啊，在斋戒期间，/ 你向行走在罪恶黑暗中的人们显明了升起的光芒；/ 求你向我们显明你受难的吉日，/ 使我们向你呼求：/ “起来吧，上帝，怜悯我们！”

颂荣：重复上述内容。

如今，第二调：至福的童贞圣母：

大赞美诗及遣散礼。

第二主日圣体礼仪

第六调的“有福者”，以及圣人赞歌集中的第三首，第四调。

圣人颂词，第8调

正教之明灯，教会之根基与导师，/ 修士之荣光，神学家之不可战胜的捍卫者，/ 行奇迹的格里高利，塞萨洛尼基之荣光，/ 恩典的先驱，/ 请不断为我们灵魂的得救祈祷。

致圣人的康达克．第8调

智慧的神圣与神圣之器，/ 神学的响亮号角，/ 我们齐声颂扬你，神学家格里高利。/ 但，正如那紧贴至高智慧的智慧，/ 请你引导我们的心灵，父亲，使我们得以高呼：/ “欢喜吧，恩典的先驱！”

《三圣节》康达克．第4调

如今美德之时已至，/ 审判者已立于门前；/ 让我们不要灰心，而是通过斋戒，/ 献上眼泪、痛悔与施舍，呼求道：/ “我们的罪孽多如海沙，/ 但求祢赦免众人，万有的救赎主”，——/ 好使我们获得不朽的冠冕。

前诵．第五调：主啊，祢必保守我们，拯救我们，/ 脱离这世代，直到永远。**诗节：**主啊，求祢拯救我，因为再没有义人了。

圣徒的序诗．第一调：我的口将述说智慧，/ 我心中的思虑——是明哲。

《希伯来书》第304节

起初，主啊，你立定了大地，诸天是你手所造的；它们都要消亡，惟有你永存；万物都要像衣服一样朽坏，你也要像卷起外袍一样将它们卷起，它们便要改变。但你却永不改变，你的年岁永无穷尽。神曾对哪一位天使说过： “你坐在我的右边，等我使你的仇敌作你的脚凳”？他们岂不都是服侍的灵，奉差遣为那些将要承受救恩的人效力吗？因此，我们更当留心所听见的，免得被洪流冲走。 因为那借着天使所传的话既然是确定的，凡干犯和违背的都必受公义的报应，我们若忽视这如此重大的救恩——这救恩起初是主亲自说的，后来借着听见的人在我们中间确立了——我们怎能逃脱呢？

希伯来书 1:10–2:3

致圣徒

《希伯来书》．第318A段

弟兄们，我们所拥有的 大祭司正是这样的： 是圣洁的、无邪恶的、无瑕疵的，与罪人隔绝，升到诸天之上；祂不像那些大祭司，每天先为自己的罪献祭，然后为百姓的罪献祭；因为祂只一次将自己献上，就永远成就了这事。 因为律法立的是有软弱之处的人为大祭司，但那在律法之后、凭着誓言所立的，却立了永远完全的儿子。 在上述论述中，最关键的是：我们有一位大祭司，祂坐在天上 的荣耀宝座右边，作为圣所和真帐幕的执事，这圣所和真帐幕是主设立的，并非人设立的。

希伯来书 7:26–8:2

哈利路亚调。圣者之声第2调：义人的口说出智慧，他的舌头宣告公义。

《马可福音》第七章开头

那时，耶稣进了迦百农，有人传开祂在屋里的消息。立刻有许多人聚集，甚至门口都挤满了人；祂就对他们讲道。有人抬着一个瘫子来见祂，那瘫子由四个人抬着。 因为人多，无法靠近他，他们就把耶稣所在那所房子的屋顶拆开，凿了个洞，把瘫子所躺的床从洞里放下去。耶稣看见他们的信心，就对瘫子说：“孩子，你的罪赦免了！”当时，有几个文士坐在那里，心里暗自议论说：“他说这话是亵渎神了！除了独一的神以外，谁能赦免罪呢？”耶稣立刻借着圣灵知道他们在心里这样议论，就对他们说：“你们心里为什么这样议论呢？哪一样更容易呢？ 是对瘫子说‘你的罪赦免了’，还是说‘起来，拿起你的褥子走’？但为了叫你们知道，人子在地上有赦罪的权柄，就对瘫子说： ‘我吩咐你：起来，拿起你的褥子，回家去吧！’那人立刻站起来，拿起褥子，当着众人的面走了出去——以致众人惊奇不已，都归荣耀给神，说：‘我们从来没见过这样的事！’

马可福音 2:1–12

并献给圣
《约翰福音》第36章

主对前来见他的犹太人说：“我就是门；凡从我进来的，必然得救，并且进出，找到草场。盗贼来，无非是要偷窃、杀害、毁坏；我来了，是要叫羊得生命，并且得的更丰盛。我是好牧人。　好牧人为羊舍命。雇工不是牧人，因为羊不是他的，他看见狼来，就撇下羊逃跑；狼便掳去羊，把羊赶散了。雇工逃跑，是因为他是雇工，并不顾念羊。　我是好牧人，我认识我的羊，我的羊也认识我。正如父认识我，我也认识父一样；我为羊舍命。我还有别的羊，不是这羊圈里的；我必须领他们来，他们也要听我的声音，并且要合而为一，成为一个羊群，一位牧人。

约翰福音 10:9–16

圣体经：诸天啊，你们要赞美上主；诸天之上，你们要赞美祂。　**另一段：**义人必被永远铭记，他必不惧怕恶人的诽谤。

第二周晚祷时

在“主啊，我呼求你：”之后，唱第10调的诗篇：
本调《八音集》中4首感人至深的诗篇。
圣约瑟夫的诗篇，第8调

我在祢面前犯了无量之罪，/ 如今正等待着无量的惩罚：/ 牙齿的磨牙声与无法安慰的哭泣，/ 烈火地狱、黑暗与塔尔塔罗斯，至公义的审判者！ / 求祢赐我眼泪：/ 藉此我将获得赦免 / 并从我的罪恶中得释放，/ 斋戒并向祢呼求：/ “主基督，求祢怜悯我 / 因祢那伟大而丰盛的慈爱！”

我这在沉重罪孽之山中迷途之人，/ 求祢寻回我，圣言，并再次召我归向祢，/ 将邪恶的习性从我心中驱逐殆尽； / 使这已死之人重获新生，并藉着斋戒洁净我， / 我不断哭泣、呼求并高声宣告： / “主基督啊，求祢怜悯我， / 凭祢那伟大而丰盛的慈爱！”

圣西奥多，第八调

进入斋期第三周，/ 信徒们，让我们赞美尊贵的圣三一，/ 欢欣地度过接下来的时光；/ 使肉体的情欲在我们灵魂中凋零，/ 采撷神圣的花朵，/ 为日子之主编织花冠，/ 使我们所有人戴着花冠，/ 颂扬基督——这位得胜者。

并选自《圣咏集》3首圣咏。

《荣耀颂》，以及《圣母颂》：

持香炉入场。“令人欣慰的光芒：”

大序诗，第八调

求祢不要将祢的面转离祢的仆人，因我忧伤，求祢速速垂听我，/ 侧耳倾听我的灵魂，并赎回它。

诗节：上帝啊，愿祢的救恩扶持我。

诗句：我的灵魂已预备好承受辱骂与灾祸。

诗句：寻求上帝，你们的灵魂就必存活。

诗咏台上的诗咏，第八调

因心志不专而轻视父的训诫，/ 我这不幸之人，竟以兽性的罪恶念头度日；/ 将一生虚度在放荡之中，/ 既无滋养心灵的食粮，/ 仅靠那仅能暂时使人发福的享乐充饥。 / 但，仁慈的父啊，请不要向我关闭您那充满仁爱的怀抱，/ 而是敞开怀抱，像接纳浪子一样接纳我，/ 并拯救我！（2）

致殉道者：主的殉道者们，你们使每个地方都圣洁， / 并医治一切疾病： / 如今，我们恳求你们代祷， / 愿我们的灵魂得以脱离仇敌的罗网。

《荣耀颂》，现今，圣母颂：诸天万物皆颂扬祢，蒙恩者，/ 未曾经历婚姻的圣母，/ 我们也赞美祢以不可测度之方式诞下基督。/ 圣母，求祢为我们的灵魂代求得救。

其余仪式按惯例进行。

大斋期第三周

星期六的小晚祷

在“主啊，我呼求祢”之后，唱第4调第6声的诗篇。
类似于：“天使之歌：”

如今，天使大军 / 护卫着那备受尊崇的圣树， / 虔诚地环绕着它， / 并召聚所有信徒前来敬拜。 / 来吧，受斋戒光照的人们， / 让我们怀着喜乐与敬畏俯伏于它面前， / 虔诚地呼求： / “欢喜吧，珍贵的圣十字架，世界的根基！”(2)

为了消除降临在亚当身上的诅咒，/ 你以无玷之身取了我们的肉身，/ 并被钉在十字架上，最终死去，至善的耶稣；/ 因此，我们怀着信心敬拜你的十字架、长矛、海绵与甘蔗，/ 以及钉子，/ 并恳求得见你的复活。

在远古，蛇借着树封锁了伊甸园，/而十字架之树却为所有渴望通过斋戒与眼泪洁净自己的人敞开了大门。/信徒们啊，让我们看见它横卧在我们面前，/怀着敬畏之心俯伏在它面前，呼求道：/“十字架啊，为爱你的人敞开天国之门吧！”

荣耀归于祢，如今也是。照样：当她看见祢被钉在十字架上，上帝的道，/那位未经受孕就生下祢的圣母，/她呼求着，高声喊道：/“唉，我最亲爱的孩子啊！ / 我的上帝啊，这是何等的谦卑？ / 祢怎能如此无动于衷地承受这不公的审判所带来的苦难？ / 我颂扬祢那令人战栗的[以及]至高的宽容！」

诗篇唱诵。第二调。
类似于：“埃夫拉福之家：”

借着十字架，我们这些信徒已从古老的定罪枷锁中得释放，/ 我们将赞美被钉在十字架上的基督。

经文：当尊崇我们的主、我们的神，/ 并敬拜祂的脚凳，因为它是圣洁的。

《诗篇》98:5

大卫啊，现在请来，/弹奏竖琴，与我们一同歌唱：/“信徒们，要尊崇基督，/[并]敬拜祂的脚凳！”

诗句：我们的神，万世之前的君王，/ 在地上成就了救恩。

诗篇 73:12

众人啊，让我们看见 / 摆在我们面前的圣树， / 基督藉此赐给我们救恩， / 让我们怀着信心亲吻它吧！

荣耀颂，此刻，声调与先前相同：

圣母颂：当祢的圣子被高举在十字架上为世人受难时，/ 童贞女啊，祢目睹此景，/ 便在悲恸的歌声中呼喊：/ “愿荣耀归于祢的仁慈！”

随后，现在诵念：**三圣颂。在**《主祷文》**之后：**

颂歌，第一调

主啊，求祢拯救祢的子民 / 并赐福于祢的产业， / 赐予正统基督徒*战胜异族之胜利 / 并以祢的十字架护佑祢的子民。

***希腊文：**君王们

随后举行遣散礼。遣散礼结束后，神父与教堂执事一同进入圣器室，取来圣树，在灯台和香炉的引领下，一边唱着《特罗帕里》：“主啊，求祢拯救祢的子民”，一边将其移至圣坛，并在圣坛前点燃蜡烛，彻夜不熄。

星期六的大晚祷

诵读开端诗篇后，诵读第一卡菲斯姆全文。在“主啊，我呼求祢”之后，诵读十首诗篇：其中三首取自复活节《八音集》，三首取自东方圣咏集，四首取自《三圣咏集》，献给圣十字架：

第五调

主之圣十字架啊，请以祢恩典那光辉灿烂的闪电，照亮那些敬拜祢、并怀着神所启发的爱拥抱祢之人的心灵——这世人所渴慕的！ / 因你，泪水与沮丧已消逝， / 我们脱离了死亡的罗网， / 进入了永恒的喜乐。 / 显明你美善的荣光， / 赐予你仆人节制之报， / 他们怀着信心祈求你慷慨的庇护， / 以及你伟大的仁慈

欢欣吧，赐予生命的圣十字架，/ 教会美好的乐园，不朽之树，/ 为我们孕育了永恒荣耀的喜乐；/ 因你，魔鬼的军团被驱散，/ 天使的军团欢欣鼓舞，/ 信徒的集会欢庆不已。 / 不可战胜的武器，坚不可摧的堡垒， / 君王们的胜利，司祭们的赞美，—— / 如今也赐予我们得以参与 / 基督的受难与复活。

欢欣吧，赐予生命的圣十字架， / 虔诚胜利不可战胜的标志， / 天堂之门，信徒的坚固保障， 教会的屏障，/藉此咒诅已被摧毁并废除，/死亡的权势已被吞噬，/我们从地上被提升至天上，/不可战胜的武器，对抗恶魔的利器，/殉道者的荣耀，/圣徒们真正的装饰，/救恩的避难所，/赐予世界大恩典的。

看哪，起初的那对，/因杀人魔的嫉妒而从天上诸军的行列中坠落，/在远古之时，/因品尝了那树上苦涩的甘美。/看哪，那至圣之树确实显现在我们面前！ / 投奔于祂，欢欣地拥抱祂， / 并满怀信心地向祂高呼： / “祢是我们的帮助，至圣的十字架， / 蒙神赐福的树，天上的植株！ / 品尝了祢的果实，我们获得了永生， / 坚定不移地重获昔日的伊甸园 / 以及伟大的恩典。

颂荣，第三调：我们的上帝基督，/ 为全人类的复活而甘愿受难，/ 并以十字架和染红你指尖的宝血，/ 如同用苇草与紫色印章般，以君王之姿为我们签署了解放的契约，/ 你满怀仁爱地恩准了这一切！ / 求祢不要轻视我们这些处于困境、再次与祢分离的人，/ 惟愿祢——独一的宽容者——怜悯 / 身处患难中的祢的子民，/ 并作为全能者，起来与那些攻击我们的人争战！

如今，圣母颂：普通声部的信条颂。

在礼仪游行中

《荣耀颂》及《如今》第5声调：万物见祢赤身悬于十字架上， / 祢——万物的造物主与创造者——悬挂在十字架上，/ 便因恐惧而战栗，心怀惶恐：/ 太阳减弱了光芒，大地剧烈震动，/ 磐石崩裂，圣殿中闪耀的幔子裂开，/ 死人从坟墓中复活，/ 天使军团惊愕不已，高声呼喊：/ “啊，奇迹！ 审判者正接受审判，/ 自愿受苦 / 为了拯救世界与更新！」

《八日书》诗篇集中的诗篇

颂荣，现今，第四调：主啊， 祢曾帮助最温顺的大卫 / 战胜外族敌人， / 求祢也在战场上扶持我们忠信的君王， / 并以十字架的武器击溃我们的仇敌； / 仁慈的主，求祢将祢古时的

慈爱显明于我们，/ 使他们真正认识祢是上帝，/ 让我们因仰望祢而得胜，/ 并藉着祢至圣母常有的代祷，/ 求祢赐给我们大慈爱。

颂歌，第一调

主啊，求祢拯救祢的子民 / 并赐福于祢的产业，/ 赐予正统基督徒*战胜异族之胜利 / 并以祢的十字架护佑祢的子民。

*希腊文：君王们

第三主日晨祷

在第六篇诗篇之后，诵读《上帝主》：**按《八音集》调式，并两次唱复活节颂词。**

《荣耀颂》，十字架颂词，第一调

主啊，求祢拯救祢的子民 / 并赐福于祢的产业，/ 赐予正统基督徒战胜异族的胜利 / 并以祢的十字架守护祢的子民。

如今，圣母颂，同调：加百列向你，童贞女，宣告"欢喜"，/ 随着这宣告，万有的主/ 在你——这圣洁的约柜中——道成肉身，/ 正如义人大卫所言。/ 你显现时比诸天更广阔，/ 怀抱你的造物主。/ 荣耀归于降居于祢者；/ 荣耀归于由祢而出者；/ 荣耀归于藉祢的降生拯救我们者。

随后是《诗篇》的常规吟诵。《八音集》中的圣座颂。

多颂经结束后，若圣堂是奉圣十字架之名祝圣的，则唱圣十字架的圣咏，第八调：从前在乐园中，仇敌使我们赤身露体，/ 因吃那树上的果子而招致死亡；/ 但那十字架之树，为世人带来生命之衣，/ 已被竖立在世上，/ 普世便充满了各种喜乐。/ 目睹人们向祂敬拜，/ 我们世人将怀着信心，与上帝同声呼求：/ "圣殿充满了祂的荣耀！" **(2)**

无瑕圣咏之后："天使众军："伊帕科伊调。按调诵读阶调诗和序诗。 "凡有气息的："主日常规福音。"见基督复活："第50篇诗篇。随后为《荣耀颂》，第8调："为我开启悔改之门："（参见"税吏与法利赛人"主日的晨祷）。

第一首赞美诗——复活节第4调，圣母颂第2调，三圣节第8调：

此圣咏由西奥多·斯图迪特先生创作，第1调。
第一首

伊尔莫斯：复活之日！/ 众人欢欣吧！/ 复活节！主的复活节！/ 因为基督上帝将我们从死亡带向生命，从尘世带向天堂，/ 让我们唱起胜利之歌。

庆典之日：/ 因基督复活，/ 死亡已从我们眼前消逝，/ 生命的曙光已照耀，/ 亚当复活，欢欣雀跃；/ 因此，让我们高声欢呼，/ 唱起胜利之歌。

敬拜 / 圣十字架之日，/ 众人皆当前来：/ 因祂如今放射出基督复活的光芒，/ 光辉灿烂；/ 让我们怀着内心的喜乐亲吻祂。

显现吧，伟大的主之圣十字架，/ 如今向我显明 / 你神圣之美的形象，/ 而让我自己成为 / 配得赞美你的敬拜者！/ 看哪，我向你——这有灵的圣物——高声呼喊，/ 并拥抱你。

愿天地齐声 / 颂扬，/ 因为至福的十字架 / 正展现在众人面前，/ 基督曾被钉在上面，/ 以肉身作牺牲；/ 让我们怀着内心的喜乐亲吻它。

荣耀归于圣三：啊，圣三，各具特性！/ 啊，圣一，同体同形！/ 圣父、圣子与圣灵，/ 力量平等的合一，/ 愿祢以祢的智慧、旨意和至高大能，/ 保守祢的和平，赐予世人和平。

如今，圣母颂：全然未曾与男子结合，/ 祢，童贞女，无种生下婴孩，/ 无瑕地怀抱那降生的，/ 世界的创造者，基督上帝；/ 求祂恳求，使万物得享平安。

卡塔瓦西亚：至圣的摩西 / 在远古时代预表了祢的十字架，/ 当他在红海中带领以色列人穿越时，/ 用杖劈开水流，/ 并向祢——基督上帝——唱起出埃及之歌。

第三首

伊尔莫斯：来吧，让我们饮这新酒，/ 并非从不结果的磐石中奇迹般涌出的，/ 而是永生的泉源，/ 由基督从坟墓中倾泻而出，/ 我们因祂而得以坚立。

来吧，让我们唱起新歌，/ 庆祝地狱的毁灭：/ 因为基督从坟墓中复活，/ 战胜了死亡，/ 并拯救了整个宇宙。

来吧，信徒们，让我们汲取，/ 不是从涌出朽坏之水的泉眼，/ 而是从启迪之源，/ 敬拜基督的十字架，/ 我们也以此为荣！

那在古时由摩西 / 张开双臂预表的—— / 如今我们拥抱祢的十字架，/ 战胜了无形的亚玛力，基督主啊，/ 并藉此得救。

以纯洁的双眼与双唇，/ 唱起欢欣的颂歌，/ 信徒们，让我们满怀喜乐地敬拜主的十字架，/ 伴随着震耳欲聋的圣咏。

荣耀颂（三位一体）：我敬拜三位一体中唯一、/ 无始的上帝，/ 其本性不可分割：/ 圣父、圣子与圣灵，/ 我们正是藉着祂们受了洗。

如今，圣母啊：摩西在荆棘丛中 / 远古之时便象征性地领悟了 / 你的奥秘，圣洁者：/ 因为神性的火焰，如同那荆棘丛的烈焰，/ 却未曾灼伤你的胎腹。

卡塔瓦西亚：求主基督，/ 借着祢的十字架，将我坚立在信仰的磐石上，/ 使我的心志不致因恶敌的攻击而动摇，/ 因为唯有祢是圣洁的！

塞达伦，第六调

主啊，祢的十字架是圣洁的：/ 因为从它那里，/ 那些陷于罪恶软弱中的人得以痊愈；/ 藉着它，我们投靠祢，/ 求祢怜悯我们！

诗句：当尊崇我们的主、我们的神，/ 并敬拜祂的脚凳，因为它是圣洁的。

诗篇 98:5

今日，先知的预言得以应验：/ 看哪，我们敬拜那地方，/ 主啊，就是祢双脚曾立过的地方；/ 并从救恩之木上尝了滋味，/ 借着圣母的祈祷，获得了脱离罪恶情欲的自由，/ 独一的爱人者。

颂荣：基督啊，/ 祢的十字架刚一竖立，/ 死亡的根基便动摇了，主啊：/ 因为那被阴间贪婪吞噬的，/ 阴间却战战兢兢地放他走了。/ 圣者，祢向我们显明了祢的救恩，/ 我们便赞美祢：/ “神的儿子，怜悯我们！”

如今，圣母颂：童贞圣母，求祢代求祢的圣子——/ 那甘愿被钉在十字架上、/ 并从死里复活的，我们的基督上帝，/ 为拯救我们的灵魂。

第四首

伊尔莫斯：在神圣的守卫中，/ 神学家阿瓦库姆愿与我们同在，/ 并向我们显明那光辉灿烂的天使，/ 他清晰地宣告：/ “今日——世界得救，/ 因为基督复活了，/ 作为全能者。”

“看哪，基督复活了，”——/天使向那些带着香膏的妇女宣告道——/“不要哭泣，去吧，/告诉使徒们：要欢喜！/今日是世界的救赎之日：/仇敌的统治/已被死亡摧毁！”

在今日，基督啊，我们欢欣敬拜 / 祢那赐予生命的圣十字架，/ 并预先庆祝祢至圣的受难，/ 祢——救主—— / 作为全能者，/ 为拯救世界而承受了这一切。

今日，天地间充满喜乐，/ 因为基督向世人显明了祂的记号，/ 那三福的十字架：/ 它静卧在我们面前，/ 向敬拜祂的人/ 倾注着取之不尽的喜乐。

基督啊，我们该向祢献上什么呢？/ 因为祢让我们敬拜那神圣的十字架，/ 祢至圣的宝血曾倾注其上，/ 祢的圣体也曾被钉在上面。/ 如今我们亲吻十字架，/ 向祢献上感谢。

荣耀颂（三位一体）：我颂扬唯一神性中的三位位格，/宣告其不可分割的单纯本性：/无始的圣父、圣子与同座的圣灵，/唯一的统治、同一个国度，/永恒的权柄。

如今，圣母颂：在众女子中唯独你显明了/奇妙之事，惊人之功：/因为你，圣洁者，更新了本性，/虽无种而生，却仍如从前般保持童贞：/因从你而生的——是真神。

卡塔瓦西亚：当那大能者被钉在十字架上时，/ 伟大的日头见之，/ 因战栗而动，便收起了自己的光芒，将其隐藏，/ 而整个受造之物都在敬畏中颂扬祢的宽容；/ 大地确实充满了 / 对祢的赞美。

第五首

伊尔莫斯：我们将从清晨起便警醒不眠，/ 摒弃阴霾，向主献上颂歌，/ 并得见基督——公义之日，/ 向万物放射生命之光。

祢从坟墓中放射光芒，永不落的光明，/ 以不朽之光照耀世界，/ 主啊，祢以仁慈之心，/ 将死亡的悲哀驱逐至地极。

让我们怀着节制所带来的洁净，/ 满怀热忱地亲吻并赞美至圣之树，/ 基督曾被钉在这树上，/ 拯救了世界，祂是满有怜悯的。

天使的军团在这敬拜祢圣十字架的日子里欢欣鼓舞：/ 因为祢藉此击溃了恶魔的大军，/ 并拯救了人类，基督啊。

教会成为另一座乐园，/ 因它拥有那昔日的生命之树——/ 就是祢的十字架，主啊；而我们触摸它，/ 借着它得以分享永生。

三一颂：我赞美三位同等无始的——/ 唯一本体的上帝：/ 圣父、圣子与圣灵，/ 唯一的三一之光，/ 独一无二的国度，/ 在不可分割的同一性中。

如今，圣母颂：祢按自然法则受孕，/却又超越此法则：/因唯独祢/曾无种而生；/难以用理智领悟，更难以宣扬/基督由祢所生的奥迹，/全无玷污者。

卡塔瓦西亚：自破晓时分，我们便颂扬/祢——世界的救主，/因祢的十字架而获得和平，/祢藉此更新了人类，/引领我们走向永不黯淡的光明。

第六首

伊尔莫斯：祢降临至地底最深处，/ 击碎了永恒的锁闩，/ 那些将囚徒束缚在枷锁中的，基督，/ 并在第三日，如同约拿从鲸腹中出来一般，/ 从坟墓中复活。

基督啊，祢战胜了死亡，复活了，/ 如同伟大的君王，/ 从地狱的牢狱中召唤我们，/ 使我们得以享受天国的喜乐，/ 进入永生的国度。

让我们以神圣的赞歌欢呼，/ 信徒们，向神高声欢呼，/ 亲吻主的十字架：/ 因为祂将圣洁的泉源/ 倾注给世上所有活着的人。

圣咏中的话语正在应验：/ 因为看哪，我们敬拜 / 全能者，祢至洁双足的脚凳，/ ——祢神圣的十字架，/ 那三度被渴慕的圣木。

那植于祢圣饼中的圣木，/正是那位来自先知之列的哀伤诗人所预见的，/——仁慈的主啊，我们亲吻祢的圣十字架，/颂扬祢的捆绑、安葬，/以及那带着铁钉的长矛。

基督啊，祢乐意将圣十字架 / 扛在肩上， / 并借此被高举、肉身被钉在上面； / 我们拥抱它，便获得力量 / 对抗那些看不见的仇敌。

荣耀颂（三位一体）：我颂扬三位一体的唯一神，/ 以及在同一本性中受敬拜的三位一体之神：/ 三位合而为一，如三日之光，/ 圣父、圣子、圣灵。

如今，圣母颂：在祢身上显现了诸奇迹中的大奇迹，/ 无瑕的羔羊，/ 因为祢生下了那除去世人罪孽的羔羊。/ 恳切地为颂扬祢的人向祂祈求。

卡塔瓦西亚：神圣十字架的形象 / 约拿在鲸鱼腹中 / 以张开的双臂预示， / 并因祢的大能从野兽中获救而跃出， / 圣言。

康达克，第七调

那火焰之剑 / 已不再守卫伊甸园之门， / 因它已被十字架之木 / 奇妙地捆绑。 / 死亡的毒钩与地狱的胜利已被驱逐， / 而祢，我的救主，现身于此， / 向那些曾居于地狱者呼喊： / “你们再次进入乐园吧！”

伊科斯：彼拉多在各各他竖立了三座十字架：/ 两座给强盗，一座给赐予生命者。/ 阴间看见祂，便对/ 那些在阴间的人说：/ “哦，我的仆人们，我的军旅们！/ 祂是谁，竟将钉子刺入我的心？/ 祂突然用木矛刺穿了我， / 我很快就要被撕裂了！/ 我的内脏在疼痛，我的腹中在受苦， / 我的感官折磨着我的灵魂， / 我被迫将亚当及其后裔驱逐出去， / 只因那棵树使他们背叛了我。 / 毕竟，正是这棵树将他们重新带回了乐园！」

第七歌

伊尔莫斯：拯救了炉中少年，/ 成为人，/ 如同凡人般受苦，/ 并以祂的受难，/ 使凡人披上不朽之美，/ 独一蒙福的 / 列祖之神，至受赞美者。

第三日，祢从坟墓中复活，/ 如同从睡梦中醒来，主啊，/ 以神圣之力击溃地狱守门人，/ 并使远古的先祖复活，/ 独一蒙福的 / 列祖之神，至受赞美者。

以竖琴之歌欢庆，/ 今日让我们欢欣鼓舞吧，世人，/ 为敬拜圣十字架，/ 颂扬被钉于其上的基督，/ 独一蒙福的 / 列祖之神，至受尊崇者。

将这致死的器具 / 化作生命之源，世人所渴慕的， /——全仁慈的主啊，是祢的十字架， / 求祢圣化敬拜它的人， / 独一蒙福的 / 列祖之神，至受尊崇者。

独一的仁慈且良善者，/ 求祢启迪并圣化，独一的耶稣，/ 那些凭着信心敬拜/ 祢的十字架与神圣受难的人，/ 独一蒙福的 / 列祖之神，至受尊崇者。

荣耀颂（三位一体）：我颂扬那三位一体的唯一神性：/ 因为光是圣父，光是圣子，光是圣灵，/ 这光，在神性的统一中不可分割地存留，/ 并以三位格的三道光芒照耀。

如今，圣母颂：祢是众先知多名的宣讲，/ 因为祢显现为上帝之门、盛满吗哪的金器、/ 圣洁之地，/ 童贞女，上帝的新娘，/ 按肉体生下耶稣基督，/ 列祖之神，至受尊崇者。

卡塔瓦西亚：祢从少年们的烈火中拯救了他们，/ 取了肉身，降临人间，/ 并被钉在十字架上，/ 赐予我们救恩——/ 唯一蒙福的列祖之神，/ 至受赞美的。

第八首

伊尔莫斯：这令人向往且神圣的日子，/ 安息日之后的首日，庄严而至高，/ 是节日中的节日，/ 庆典中的庆典。/ 在这一天，我们永远颂扬基督！

“你们还拿着什么香膏在手里？/ 你们在寻找谁？”/ ——此刻显现在坟墓中的少年呼喊道，—/ “我们的基督和上帝已经复活，/ 将凡人的本性/ 从地狱的深渊中提升出来！”

欢欣吧，三福之树，神圣之树，/ 十字架，黑暗中永恒之光，/ 四端之世界，/ 你的荣光预示着 / 基督复活的辉煌，/ 求你恩准所有信徒得享复活节。

在这日子里，香气从祢神圣的居所中飘散而出——那充满生命之香的圣树，基督的十字架：让我们感受祢那受神感召的芬芳，怀着永恒的信心向祢敬拜。

去吧，先知以利沙，坦率地说，/你投入水中的这棵树究竟是什么？/这是基督的十字架，/我们藉此从朽坏的深渊中被拯救出来，/并怀着信心永远敬拜祂。

在远古时代，雅各，/ 预表了你的十字架，基督，向约瑟，/ 俯身于神圣权杖的顶端，/ 预见了你那威严的王权权杖，/ 我们如今怀着信心，/ 永远敬拜它。

愿我们颂赞圣父、圣子、圣灵，我们的主。

我颂扬三位一体的唯一本体，/不将三位混为一格，/也不分割圣父、圣子与圣灵形象的合一：/因为三位一体中，唯有独一的上帝高居万有之上。

如今，圣母颂：在众母亲中，祢独一无二，/ 童贞玛利亚，天主的新娘，/ 未婚便诞下救世主基督，/ 并保全了贞洁之印；/ 我们这些信徒，永世赞美祢。

卡塔瓦西亚：昔日被投入狮子坑中，/ 双臂呈十字状展开，/ 先知中的伟人但以理，/ 未被狮子吞噬而安然无恙，/ 永远颂扬基督上帝。

第九首

伊尔莫斯：发光吧，发光吧，新耶路撒冷，/ 因为主的荣耀已临到你！/ 锡安啊，如今要欢欣鼓舞，要显出你的荣美！/ 圣母玛利亚啊，你要因你所生之子的复活而欢喜。

祢降入坟墓，/ 赐生命的主、上帝，/ 并摧毁了一切：地狱的锁链与闩栓，/ 使呼求的死者复活，他们高呼：/“荣耀归于祢的复活，/ 基督，全能的救主！”

基督啊，你的坟墓为我倾注了生命，/ 因为你，生命的主，/ 现身时，向坟墓中的居民宣告：/“被捆绑的人啊，你们得享自由，/ 因为我，世界的救主，已经来了！”

愿橡树林中的所有树木 / 都随着圣歌欢欣雀跃，/ 凝视着与它们同名的十字圣木，/ 这圣木在今日被亲吻：/ 基督在上面高举了祂的头颅，/ 正如神圣的大卫所预言的那样。

因那乐园之树而逝去，/我如生命之树般寻得祢，/我那承载基督的十字架，/我那坚不可摧的守护者，/对抗恶魔的强大力量！/今日我向祢敬拜，呼求道：/“求祢以祢的荣耀圣化我！”

欢欣吧，喜乐吧，神的教会，/ 今日敬拜那三倍荣耀的圣木——/ 至圣的基督十字架，/ 天使军团侍奉它，/ 并怀着敬畏之心伫立其前。

荣耀归于圣三：三位一体，本性唯一，/我敬拜祢，圣洁的神性：/圣父、圣子及圣灵，/唯一的源头，唯一的国度，/统御万有的主。

如今，圣母颂：作为基督降居其中的崇高山峦，/ 你显现了，至福的童贞女，/ 正如神圣的大卫所呼求的那样。/ 藉着她，我们升入天堂，/ 藉着圣灵获得了儿子的身份。

卡塔瓦西亚：啊，童贞之母，真正的圣母，/ 祢无种生下我们的主基督，/ 祂以肉身被高举在十字架上！/ 我们所有信徒，如今都与祂一同，/ 尊荣地颂扬祢。

复活节六经
随后向圣十字架：

颂荣：今日得见 / 基督宝贵的十字架 / 横卧在我们面前，让我们俯伏敬拜 / 并满怀信心地欢欣鼓舞，/ 满怀爱意地亲吻它，/ 恳求那自愿被钉在十字架上的主 / 使我们所有人都有幸敬拜这神圣的十字架，/ 并使我们所有人都能无罪地获得复活。

如今，圣母颂：那棵十字架上，祢的圣子——至洁者——为我们张开祂至洁的双手，被钉在上面，如今我们虔诚地敬拜它。/求祢赐予我们平安，/并使我们有幸迎来基督为世人救赎而受的/ 至圣受难日，/ 得以敬拜那光明且令世人欢欣的主复活节，/ 以及这充满光明之日！

在“赞美吧：”之后，诵读《八音集》第4卷的复活节诗篇及《三圣集》第4卷：

第四调：让我们大声呼喊，/ 借着诗歌颂扬 / 宝贵的十字架，亲吻它，/ 并向它高呼：/ “至圣的十字架，/ 求你以你的大能圣化我们的灵魂与身体，/ 并使那些虔诚敬拜你的人 / 免受一切仇敌的伤害！”

上前，从那取之不尽的溪流中汲取 / 由十字架的恩典所倾注的恩典： / 看哪，我们看见横亘在我们面前的 / 圣树，恩赐的源泉， / 它被万王之主的肋旁流出的血与水所滋润， / 祂自愿被钉在上面， / 并使凡人得以升天。

诗句：当尊崇我们的主、我们的神，/并俯伏在祂的脚前，因为那是圣洁的。

诗篇 98:5

至圣的十字架啊，你是教会的根基、君王的权能、/ 修道者的赞美与救恩；/ 因此，我们敬拜你，/ 今日我们的心与灵魂都因那被钉在你上的主所赐的神圣恩典而得蒙光照，/ 祂击溃了狡诈之敌的势力，/ 并消除了咒诅。

诗句：我们的上帝，万世之王，/ 在地上成就了救恩。

诗篇 73:12

让我们大声呼喊，/用歌声颂扬：

诗句：起来吧，我的主，我的上帝，愿祢的手高举，/ 直到永远，请勿忘记祢的贫穷子民！

诗篇 9:33

第八篇：针对那些自以为极有智慧却最邪恶的法利赛人，/万有的主借着比喻教导众人要远离他们，/并告诫所有人不要自以为是，超过应有的智慧，/祂亲自成为这方面的榜样和典范，/在被钉十字架和死亡之前，祂谦卑了自己。 / 因此，我们与税吏一同满怀感恩地高声宣告：/ “为我们受苦却仍保持无私的上帝，/ 求祢救我们脱离情欲，/ 并拯救我们的灵魂！”

颂荣：重复上述内容。

如今，第二调：至福的圣母童贞女：

当开始唱大赞美诗时，修道院院长便穿上全部司祭礼服。他手持香炉，为供奉着圣十字架的圣坛行熏香礼。赞美诗结束时，修道院院长在圣坛前行三次叩地礼，随后将圣十字架从北门抬出。行至君王之门时，在赞美诗结束之际高呼：“至智者！” 让我们虔诚地站立！**随后走向教堂中央的预备好的圣桌，圣十字架盛放在托盘上已置于其上，随后对其进行三次熏香。此时，唱诗班唱诵圣咏：**“主啊，求祢拯救祢的子民”，**共三次。**

随后，我们以第六调唱诵圣咏，并行三次叩地礼：“我们敬拜你的圣十字架，主啊，/并赞美你神圣的复活。”

通常，这首赞词由修道院院长与神职人员和会众交替吟唱，各三次。

当亲吻圣十字架时，我们唱：

朝拜圣十字架的诗篇，第二调

信徒们，请前来，/ 让我们向这赐予生命的圣木下拜，/ 在这圣木上，荣耀之王基督，/ 自愿张开双臂，/ 将我们——那些曾被仇敌以享乐为诱饵，/ 使我们沦为被上帝驱逐之人的——/ 提升至往昔的福乐之中。 / 信徒们，请前来，让我们敬拜这圣树，/ 正因这圣树，我们才蒙恩 / 得以击碎那些无形之敌的头颅。/ 万族万民，请前来，/ 让我们以圣歌尊崇主的圣十字架。/ 圣十字架，你当欢喜，你是堕落的亚当那完美的救赎！ / 我们最忠心的君王以你为荣，/ 因为他们凭你的力量，有力地征服了以实玛利人。 / 如今我们怀着敬畏之情亲吻你，/ 我们这

些基督徒，赞美 / 被钉在你上的上帝，高声宣告：/ “主啊，被钉在十字架上的，求你怜悯我们，/ 因你仁慈且爱人如己！”

第八调：在这日，万物的主宰与荣耀之主 / 被钉在十字架上 / 肋旁被刺穿；/ 教会的甘饴品尝着胆汁与醋；/ 荆棘冠冕被加冕 / 在那位以云彩遮蔽穹苍的主头上；/ 他们给祂披上嘲弄的衣裳 / 并用那从尘土所造的手 / 击打那位亲手创造人类的主的脸颊；/ 他们用鞭子抽打 / 那位以云彩遮蔽穹苍的主的背脊；/ 承受唾骂与伤痕，/ 侮辱与殴打，/ 并为我这被定罪者忍受一切，/ 我的救赎主与上帝，/ 愿祂以仁慈之姿，拯救世界脱离迷途。

颂荣，第八调：在这日子里，本性不可接近的 / 向我显出可及 / 并忍受苦难 / 那使我脱离情欲的救主；/ 赐光给盲人的 / 却被不法之口吐唾沫 / 并为被掳者将背部暴露于伤痛之中。/ 圣母看见祂在十字架上，/ 纯洁的童贞女与母亲痛苦地呼喊：/ “唉，我的孩子，你为何如此行？/ 你本比世人更绚烂，/ 如今却气息全无，面容憔悴，/ 既无容貌，亦无美貌。/ 唉，我的光，/ 我无法将你视为沉睡之人，/ 内心备受煎熬，一把可怕的利剑刺穿了我的心。/ 我颂扬你的苦难，/ 敬拜你的仁慈；/ 宽容的主啊，荣耀归于你！」

如今，第八调：今日先知的话应验了：/ 因为看哪，我们敬拜那地方，/ 主啊，就是祢的双脚曾立过的地方；/ 并从救恩之树上尝了果子，/ 借着圣母的祈祷，获得了脱离罪恶情欲的自由，/ 独一的爱人者。

第三主日圣体礼仪

第六调的《蒙福者》，以及十字架赞歌集中的第三首（第四调）。

特罗帕里，第1调

主啊，求祢拯救祢的子民，/并赐福于祢的产业，/使正统基督徒战胜异族，/并以祢的十字架护佑祢的子民。

康达克，第7调

那火焰之剑 / 已不再守卫伊甸园之门，/ 因它已被十字架之木 / 奇妙地捆绑。/ 死亡的毒钩与地狱的胜利已被驱逐，/ 而祢，我的救主，已显现，/ 向那些在地狱中的人呼喊：/ “你们再次进入乐园吧！”

代替《三圣颂》，我们唱道：我们敬拜祢的十字架，主啊，/并赞美祢神圣的复活。

前诵，第六调：主啊，求祢拯救祢的子民，/并赐福于祢的产业。**诗句：**主啊，我向祢呼求。我的上帝，求祢不要沉默，不要轻视我。

《希伯来书》，第311A段

弟兄们，我们既有一位伟大的大祭司，就是那经过诸天、上帝之子耶稣，就当坚守所承认的道。因为我们的大祭司并非不能体恤我们的软弱，祂在各方面都受过试探，与我们一样，只是没有犯罪。　因此，让我们满怀胆量地来到恩典的宝座前，为要得着怜悯，蒙恩惠，作及时的帮助。　因为凡从人中拣选的大祭司，都是为人在神面前供职，为要献上礼物和赎罪祭；他能体恤软弱和迷途的人，因为他自己也有软弱；正因如此，他必须为百姓和自己献上赎罪祭。　没有人能自己夺取这尊荣，而是像亚伦一样，蒙神呼召才得以担任。　同样，基督也不是自己尊荣自己，成为大祭司，而是那对祂说：“你是我的儿子，我今日生了你”的那位；正如祂在别处所说的：“你是照着麦基洗德的等次永远为祭司。”

希伯来书 4:14–5:6

哈利路亚，第一调：求祢记念祢从起初就所赎回的众圣徒。**诗句：**我们的神，万世之王，已在地上成就了救恩。

《马可福音》第37节

主说："凡要跟从我的，就当舍己，背起自己的十字架来跟从我。因为凡要救自己生命的，必丧掉生命；凡为我和福音丧掉生命的，必救了生命。" 人若赚得全世界，却赔上自己的灵魂，有什么益处呢？人还能拿什么换取自己的灵魂呢？因为谁若在这淫乱罪恶的世代以我及我的话为耻，人子在祂父的荣耀中，同圣天使降临的时候，也要以他为耻。 他又对他们说："我实在告诉你们：站在这里的人中，有几个人在未尝死味之前，必看见神的国大有能力地降临。"

马可福音 8:34–9:1

圣餐经文：主啊，祢面容的光辉已照耀了我们。

第三主日晚祷

在"主啊，我呼求你："之后，第10调的诗篇：
本调《八音集》中4首感人至深的诗篇。
圣约瑟夫的诗篇，第8调

主啊，祢甘愿 / 在十字架上展开双臂； / 求祢恩准我们——那些因斋戒、祈祷、 / 节制与善行而光辉灿烂的人—— / 怀着痛悔之心向祢下拜， / 因祢是仁慈且爱人的主。

主啊，我众多的罪孽，/求祢凭祢无尽的怜悯予以赦免，全仁慈的主，/并使我们在这一周的斋戒期间，/能以纯洁的心灵/既得见又得亲吻祢的十字架，/因祢是爱人的主。

圣西奥多，第三调

最伟大的奇迹！那可见的圣树，/ 基督曾自愿以肉身被钉其上：/ 世人向它敬拜，并在蒙光照时高呼：/ "哦，十字架的大能！ / 它被凝视时便灼烧恶魔，/ 被描绘时——便显为焚毁他们的烈火！」/ 我颂扬你，至洁的圣树，/ 我敬重你并怀着敬畏之心向你叩拜，/ 并赞美上帝，因祂藉你赐予我/ 永恒的生命！

并选自《圣人传》中的3首圣咏。

《荣耀颂》，以及《如今》：圣母颂。

入堂咏："令人欣慰的光："

大序诗，第八调

主啊，祢赐下产业 / 给敬畏祢名的人。

诗节：我从地极向祢呼求。

诗句：我必在祢翅膀的荫下躲藏。

诗句：我必如此歌颂祢的名。

诗篇 60:6B, 3A, 5B, 9A

诗篇唱诵，第八调

我这不幸之人，因我恶行之故，/ 不敢将目光投向天际；/ 但如税吏般仰望，我向祢呼求：/ "上帝啊，求祢怜悯我这罪人，/ 并救我脱离法利赛人的虚伪，/ 因祢是独一仁慈的主！"（2）

致殉道者：主的殉道者们，你们使每个地方都圣洁，/并治愈一切疾病：/如今，我们恳求你们代祷，/愿我们的灵魂得以脱离仇敌的罗网。

《荣耀颂》，现今，圣母颂：诸天万物都颂扬你，蒙恩者，/ 未曾经历婚姻的圣母，/ 我们也赞美你所诞生的基督那不可测度的降生。/ 圣母，求你为我们灵魂的得救代祷。

其余仪式按惯例进行。

大斋期第四周

大斋期星期六的大晚祷

在开端诗篇之后，诵读第一卡菲斯姆全文。在“主啊，我呼求”**之后：十节诗篇，其中三首取自复活节《八音集》，四首取自东方圣咏集，三首取自《三圣咏集》中的圣约翰·梯士篇：**

第8调

尊贵的约翰父，/ 你确实始终在喉间颂扬上帝，/ 以最积极的方式研习/ 受圣灵启示的话语，全智者，/ 并因从中涌流的恩典而丰盛，/ 成为蒙福之人，/ 推翻一切不义之人的诫命。

荣耀的约翰圣父，/ 你以眼泪的泉源洁净了灵魂，/ 并通过彻夜的祈祷平息了上帝的怒气，/ 你升华到了祂的爱与美之中，蒙福者；/ 如今你正值得地享受着这一切，不断欢欣，/ 与你的同伴们同在，这位通晓上帝智慧的圣者。

尊贵的约翰神父，/ 你以信仰使心灵飞向上帝，/ 厌弃了世间无常的纷扰，/ 背起自己的十字架，追随全知者；/ 借着神圣圣灵的力量，/ 通过苦修的训练，使不驯服的肉体服从于理智。

颂荣，第五调：尊贵的父啊，/ 听闻主福音之声，/ 你便弃绝尘世，视财富与荣耀如无物。/ 因此你向众人宣告：/“要爱上帝，便能得着永恒的恩典。/ 不要将任何事物置于对祂的爱之上，/ 这样，当祂在祂的荣耀中降临时，/ 你们便能与众圣徒一同得享安息。”/ 基督啊，求祢藉着他们的祈祷，/ 保守并拯救我们的灵魂。

如今，圣母颂：普通声部的信条颂。

《八音集》诗篇中的诗节

荣耀归于圣者，第二调：在地上是天使，在天上却是神的仆人，/ 世界的装饰，恩惠与美德的丰盛，/ 苦修者的赞美，让我们敬奉约翰： / 因为他被栽种在神的殿中，以公义绽放， / 如同香柏树一般，在旷野中使基督那群有智慧的羊群倍增， / 活出圣洁与公义。

如今，圣母啊：哦，新的奇迹，超越一切古老奇迹！/ 因为谁曾知道这位未婚生子的母亲，/ 竟在怀中怀抱了拥抱万物的造物主？ / 神的旨意——就是这受孕。/ 而你，至圣者，曾用双手托住祂这婴孩，/ 并因母爱之勇向祂求恩，/ 请勿停止为敬拜你的人代祷，/ 愿祂怜悯并拯救我们的灵魂。

赞词，第一调

你，我们神载的圣父约翰，既是旷野的隐士，/又是肉身中的天使，/更是行奇迹者：/你藉着斋戒、守夜和祈祷获得了天上的恩赐，/医治了患病者，也拯救了那些怀着信心向你求助的灵魂。 / 荣耀归于赐予你力量者，/ 荣耀归于加冕于你者，/ 荣耀归于藉着你施行一切医治者。

第四主日晨祷

唱完第六篇诗篇后，主上帝：**按《八音集》的调式，唱复活节的颂词。**

颂荣，圣约翰·克里索斯托姆的颂歌，第一调

你，我们神所托付的约翰圣父，既是隐士，/又是肉身中的天使，/更是行奇迹者：/你通过斋戒、守夜和祈祷获得了天上的恩赐，/治愈了病患，也医治了那些怀着信心向你求助的灵魂。/荣耀归于赐予你力量者，/荣耀归于加冕于你者，/荣耀归于藉你施行一切医治者。

如今，圣母，那声音依然如故：加百列向你，童贞女，宣告"万福"，/随着这宣告，万有的主/在你——这圣洁的约柜中——道成肉身，/正如义人大卫所言。/你显现得比诸天更广阔，/怀抱你的造物主。/荣耀归于降居于祢者；/荣耀归于由祢而出者；/荣耀归于藉祢的降生拯救我们者。

随后是《诗篇》的常规吟诵。《八音集》中的"座咏"。"无玷者"颂歌之后：天使众军：**"伊帕科伊"。该调的阶颂与前颂。** 一切有气息的：**主日常规福音。**见基督复活：**第50篇诗篇。随后是"荣耀颂"，第8调：**为我开启悔改之门：**（参见"税吏与法利赛人"主日的晨祷）。**

第一首赞美诗——复活节第4调，圣母颂第2调，三圣节第4调及圣人颂第4调：

圣咏，第5调。

第一首

伊尔莫斯：救主上帝：

基督啊，我如同/落入强盗之手/又被他们殴打至奄奄一息；/我也因自己的罪孽而伤痕累累，救主啊。

"救主啊，请不要轻视我这身受重伤的人，"/——那位将你的财富交给强盗的人/一边抽泣一边呼求。/我也如此祈求：/"可怜我，拯救我吧！"

基督救主！/我的心灵因罪孽而满是创伤，/被不义的强盗所击打，/又被邪恶的念头所侵蚀；/求祢医治它，以祢的大慈大悲拯救我。

圣母颂：至圣的基督之母！/求祢不断为那由祢受孕成肉身、/且未曾离开圣父怀抱的上帝祈求，/拯救祂所创造的人，使他们免于一切灾祸。

另一首献给圣者的赞美诗，第八调

第一首

伊尔莫斯：穿越水域，如行于陆地：

从物质世界的绝望中升入/无形且超乎理智的光明之中，/圣约翰，/求你以你的祈祷，使我蒙主光照。

你因节制的甘美而心满意足，/便弃绝了享乐的苦涩：/因此，父啊，你使我们的感官所享的甘美，/胜过蜂蜜与蜂巢。

攀登美德之巅，/鄙视低俗的享乐，/你向你的羊群展现了救赎的甘美，/敬虔的父亲。

圣母颂：你生下了不可言喻的/圣父的智慧与圣言！/请医治我灵魂的沉重创伤，/并抚慰我心中的忧伤。

卡塔瓦西亚：我将张开双唇，/让圣灵充满其中；/我将向王后圣母献上颂词，/以光辉之姿欢庆，/并欢欣地歌颂她的奇蹟。

第三首

伊尔莫斯：求祢坚固我们：

基督啊，在生命之路上，/我历经磨难，/被强盗所伤，深陷情欲之中；/但求祢扶我起来，我恳求祢。

强盗掠夺了我的心智，/ 将我半死不活地遗弃，/ 困于我罪孽的创伤之中；/ 但求祢医治我，主啊。

情欲使我赤裸：/ 我无力遵行祢的诫命，基督救主，/ 我被享乐所伤；/ 但求祢将怜悯倾注于我。

圣母颂：无瑕者，请不断为那从你胎中诞生的主祈求，/ 使颂扬你的、神的新娘，/ 能从魔鬼的迷惑中得蒙拯救。

致圣人的赞歌。伊尔莫斯：你是坚固的根基：

你以苦修之火的炽热炭火，/焚尽了情欲的荆棘，尊者，/并以此温暖修道者的集会。

如同圣化之香膏，/由苦修的芬芳调和而成，/你全然化作一缕芬芳，/献给上帝，令祂喜悦。

你在苦修的律法中精进修行，/用你奔流的泪水，/淹没了情欲，/正如昔日法老的仆人们那样。

圣母颂：请平息我思绪中 / 那永无休止的波澜，圣洁者，/ 圣母，将它们的轨迹 / 引向你的圣子。

卡塔瓦西亚：圣母，/ 你是活泼丰沛的泉源，/ 你的颂歌者们已筹办了这场属灵的庆典，/ 求你坚固他们，/ 并在你的神圣荣耀中，/ 赐予他们荣耀的冠冕。

塞达伦，第五调

我们救主啊，祢那至圣的十字架，/ 作为救赎的武器高举着，/ 我们藉此向祢呼求：/ “求祢拯救我们，那位甘愿为我们受苦的万有之神，/ 祢是满有慈爱的！”

荣耀归于圣者，第四调：你以美德的光辉照耀至天际，/ 坚定不移，/ 你虔诚地升入 / 无边深邃的冥想之中。/ 你揭露了恶魔的一切诡计，/ 保护人们免遭其害，/ 约翰，美德之梯，/ 如今你正为你的仆人们的得救代祷。

如今，圣母啊：那位坐在基路伯宝座上、/ 并住在父怀中的主，/ 如同坐在祂圣洁的宝座上一般，主母啊，/ 按着肉身住在你的怀中；/ 因为上帝确实已统治万民，/ 如今我们也理所当然地向祂歌唱。/ 圣洁者，求祢为祢的仆人祈求得救。

第四首

伊尔莫斯：主啊，我听闻一则消息：

强盗掠走了 / 我的积蓄——那神圣的事业 / 并让我因伤痛而受苦。

救主啊，我那反复无常的思绪 / 使我偏离了祢的诫命，/ 因此我因过犯而受创。

利未人看见我身负创伤，/却从我身边走过，我的救主；/但求祢拯救我。

圣母颂：我们这些信徒，比任何人都更尊崇祢，/ 圣母，未曾经历婚姻的，/ 并投奔祢的避难所。

致圣人的赞歌。伊尔莫斯：主啊，我听闻，/ 关于这奥秘：

如同芬芳最浓的草场，/ 如同充满生机的美德乐园，/ 你在其中培育出节制的花朵，/ 以此滋养所有敬奉你的人。

因你在我们中间是苦修的立法者，/ 也是修道士最温和的准则，/ 诚然如同摩西和大卫一般，/ 我们称你为蒙福的父亲。

植根于节制的泉源，/你，蒙福的父亲，显现为一株开花的葡萄藤，/结出虔诚的果穗。

圣母颂：那在永恒中从圣父光芒四射、/却在世间显现的，/圣母，是你为我们生下祂；/求祂拯救我们这些颂扬你的人。

卡塔瓦西亚：坐在荣耀中 / 神性的宝座上， / 乘着轻盈的云彩， / 至圣的耶稣降临， / 由无瑕之手托举， / 拯救了呼求祂的人： / “荣耀归于基督，归于祢的大能！”

第五首

伊尔莫斯：自破晓时分便彻夜不眠：

耶稣啊，请察看我灵魂的创伤，/ 如同古时落入强盗之手一般，/ 基督啊，求祢医治我的伤痛，我如此祈求。

因罪孽的创伤而备受折磨，/我的灵魂已精疲力竭，基督啊，/因此我赤身裸体地躺着，缺乏神圣的美德。/我恳求，救救我吧！

看见我的祭司， / 和利未人都显得无能为力， / 因为他们从我身边走过； / 但祢自己，作为仁慈的主， / 如今赐下拯救，救赎了我。

圣母颂：主啊，求祢不要轻视 / 我这不幸之人，我恳求祢， / 我这被强盗们折磨得心智受创的人， / 但求祢怜悯，救主，因那生下祢者的代祷。

致圣人的赞歌。伊尔莫斯：祢为何弃绝我：

你以功绩之露 / 熄灭了一切情欲，福乐之父， / 你又以爱与信之火 / 丰沛地点燃了节制之灯与无欲之光， / 并显为白昼之子。

凭着你受神启发的耕耘，/ 你培育了信仰的果穗，将其置于磨石之中，/ 并以苦修的劳作将其榨出，/ 又以节制之水盈满灵性之杯，/ 使你羊群的心灵欢欣。

你英勇地承受了敌对之敌的袭击与创伤，/ 成为忍耐的支柱，/ 以神圣的牧杖稳固你的羊群，/ 在节制的牧场和水源旁/ 培育他们，蒙福者。

圣母颂：遵从祢口中的话语，至洁者，/我们称祢为蒙福者。/因为上主已尊崇了祢，/在祢身上行了真正伟大的作为，/并从祢的胎中诞生，/显明祢是真正的天主之母。

卡塔瓦西亚：整个世界都为 / 祢的神圣荣光而惊叹： / 因为祢，这位未曾经历婚姻的童贞女， / 在祢的子宫中怀了至高无上的上帝， / 并生下了永恒的圣子， / 祂赐福给所有颂扬祢的人。

第六首

伊尔莫斯：深渊将我吞没，鲸鱼成了我的坟墓：

我因情欲 / 挥霍了神圣的财富，主啊， / 且因罪孽遍体鳞伤，遂投奔于祢。 / “可怜我吧，”——我恳求。

强盗们掠夺了我的财富，/ 像对待死人一样将我抛弃，/ 情欲刺伤了我的心灵，/ 但求祢怜悯，拯救我，主啊。

当利未人看见我因伤口所受的折磨，/因无法忍受那些伤痕的景象，便从我身边走过。/但祢——仁爱之主，/将祢丰盛的慈爱倾注于我。

圣母颂：我们尊崇祢——那未被烧毁的荆棘丛，/那座山，那有生命的梯子，/那天国之门，/荣耀的玛利亚，正教信徒的赞美。

致圣人的赞歌。伊尔莫斯：救主啊，求祢怜悯我：

你将圣灵的神圣丰盛 / 接纳于灵魂之中： / 无瑕的祈祷、纯洁、专注、 / 警醒的守望、节制的劳苦， / 正因如此，你成为了上帝的殿宇。

至睿者，你超越了尘世事物的虚无，/ 借着无形之祷告使心灵振翅高飞，/ 并因生活之完美，/ 成为了至高天国之份的继承者。

随后，凭借你虔诚的功绩，/ 你确实熄灭了敌人的箭火，/ 并以信仰之火照耀，/ 焚毁了不信与异端的狂妄。

圣母颂：至高者的荣光从锡安山照耀而出，/ 源自你——未曾经历婚姻的圣母，/ 祂借着不可言喻的结合，/ 披上了肉身的外衣，/ 并照亮了世界。

卡塔瓦西亚：在这神圣且受众人尊崇的 / 圣母节庆之际， / 诸位敬神者，请前来，让我们一同鼓掌欢呼， / 颂扬由她所生的上帝。

康达克，第四调

主将你置于节制之巅，/我们的导师与父亲约翰，/如同那颗真实而永恒的星辰，/引领大地尽头走向光明。

伊科斯：你确实将自己/化作了上帝的殿宇，父亲，/凭借你神圣的美德：/以信仰、希望和真爱/明显地装饰自己，如同闪耀的黄金。 / 你阐明了神圣的律法；/ 如同无形之躯，你通过节制 / 习得了明辨、勇气与贞洁；/ 获得了谦卑，并借此得以升华。/ 正因如此，你通过不懈的祈祷获得了启迪 / 并抵达了天上的居所， / 我们的导师和父亲约翰。

第七首

伊尔莫斯：受尊崇的圣父之主：

强盗袭击了我这可怜人，/ 并将我 / 打得仿佛死了一般，气息全无。/ 因此我恳求祢：/“上帝啊，垂顾我吧！”

我心被 / 反复无常的念头所掠夺 / 又被情欲击垮， / 因诸多罪孽而使我濒临死亡； / 但祢，救主，请医治我。

当利未人看见我 / 因伤口而受苦， / 无法忍受我那些看似无法治愈的创伤， / 就从我身边走过了，我的救主； / 但求祢亲自医治我。

圣母颂：祢从童贞女降生为人，拯救了我，/将祢丰沛的怜悯之恩，倾注在我伤口之上，基督。/因此，我赞美祢。

献给圣人的赞歌。伊尔莫斯：从犹太地来的青年们：

在天国的高山牧场，/ 你牧养了自己的羊群，父啊，/ 并以教义之杖如驱赶野兽般赶走异端，高唱：/“我们祖先的上帝，愿祢蒙福！”

你步入基督国度那天上的婚筵，/身着配得那召唤者尊荣的礼服，/并在婚筵上安坐，高呼：/“我们祖先的上帝，愿祢蒙福！”

父亲啊，你显现为节制的河流，/ 未被罪恶淹没，/ 淹没邪念并洗净污秽，/ 使怀着信仰呼求的人：/“我们祖先的上帝，愿你蒙福！”

圣母颂：童贞女啊，从你的胎中诞生了 / 万有的主，祂由你道成肉身。 / 因此，我们以正统的信仰思念你，圣母， / 向你的圣子高呼： /“我们祖先的上帝，愿你蒙福！”

卡塔瓦西亚：那些通晓神理的人 / 并未将受造之物看得比造物主更尊贵， / 而是勇敢地战胜了威胁他们的烈火， / 欢欣地歌唱道： /“至尊的主，我们祖先的上帝， / 愿祢蒙福！”

第8首

伊尔莫斯：献给万物之造物主：

因着强盗——即我的私念，救主，/ 我用罪孽的创伤玷污了我的生命。/ 因此我赤身露体，失去了神的形象，/ ——即祢的形象，仁爱的人子；/ 但求祢怜悯我。

救主啊，祢从高天降临尘世，/怜悯了我这遍体鳞伤之人，/我这被罪孽的疮痍所困的人，仁慈的主，/基督啊，祢将祢的慈爱倾注于我。

祢，救主主啊，/将祢的身体和灵魂 / 作为赎价献出，拯救了我，/我这被罪恶群蜂蜇伤之人，/身陷无法治愈的伤口之中，/祢是满有恩典的。

圣母颂：圣母啊，你以超乎理解的方式，/ 生下了主那神人二性的道，/ 并保全了童贞，/ 我们和万物，/ 都永远祝福并颂扬你。

致圣人的赞歌。伊尔莫斯：天上的君王：

你实为有生命的柱石，/ 并以节制为榜样，父啊，/ 我们众人皆尊崇你的纪念，约翰。

修士们欢欣鼓舞，/ 圣徒与义人的大军也欢欣雀跃。/ 因为你配得上与他们同等的冠冕。

身披美德之饰，/ 你步入那不可言喻的荣耀之婚筵，/ 永远向基督歌唱赞美之歌。

圣母颂：求祢勿轻视向祢求助者，童贞圣母，/ 他们永世歌颂并尊崇祢。

卡塔瓦西亚：在熔炉中，圣母之子拯救了虔诚的少年：/ 那时是预表，如今是现实；/ 祂召聚整个宇宙为你歌唱。/ 受造之物啊，歌颂上主，/ 并永远尊崇祂！

第九首

伊尔莫斯：以赛亚，欢欣吧：

主啊，因我未以理智遵守祢的诫命，/ 沉溺于情欲的享乐之中，/ 我失去了恩典，赤身裸体地被驱逐，浑身长满疮痍。/ 因此，我恳求祢，救主，/ 拯救我。

利未人无法洁净我的疮痍，/ 但祢，仁慈的主，满怀爱意来到我身边，/ 并将祢怜悯的恩典倾注于我，救主，/ 如同最精湛的医师般治愈了我。

仁慈的主啊，你满怀怜悯，/ 基督救主，/ 拯救了我——那个被强盗用鞭子残酷殴打的人，/ 并以你的灵魂与身体，如同两第纳尔，／为我赎罪。

圣母颂：圣母啊，你所生的圣子，其降生超乎人的理智！/ 因为你未婚便受孕，/ 且以童贞之身怀胎，/ 因那降生的正是上帝。/ 我们颂扬祂，也因此荣耀你，童贞女。

致圣人的赞歌。伊尔莫斯：我们诚心承认你是圣母：

你，蒙福者，是上帝差遣来医治因罪而受苦之人的医者，/ 也是追捕和驱逐邪灵的追击者。/ 因此，我们赞美你。

你，父啊，/ 离开了作为朽坏居所的大地，/ 迁居于温柔之人的国度，/ 并与他们一同欢欣，/ 享受着神圣的福乐。

今日是庆日，/ 因为它召集了所有修道者的群羊，/ 参与灵性的欢庆，/ 共进圣餐，品尝不朽的生命。

圣母颂：降临于你怀中，全无玷污者，/ 降生了那位击倒了杀人者，/ 他曾在我们的始祖之前 / 恶意地引诱了他们，/ 并拯救了我们所有人。

卡塔瓦西亚：凡生于世者，/ 皆当因圣灵的启迪而欢欣；/ 无形之灵的本质亦当欢庆，/ 敬拜圣母的圣节，/ 并高呼：/ “万福，至福者，/ 纯洁的圣母，永贞童女！”

复活节六经
随后从《三圣咏集》中，献给圣人：

颂荣：你避开了世俗的安逸，/ 如同避开沉重的劳役；/ 通过禁食使肉体枯竭，/ 重振了灵魂的堡垒，尊者；/ 并因天上的荣耀而富足，至荣者。/ 因此，约翰，请不要停止为我们代祷！

如今，向圣母颂：我们诚心承认你是圣母，主母，/我们因你而得救，/因为你以不可言喻的方式在腹中怀了上帝，/祂以十字架摧毁了死亡，/并吸引众圣者归向祂——/我们与他们一同赞美你，童贞女！

在“赞美吧：”之后唱诗
复活节《八音集》第4卷，东方《三音集》第3卷
及《三圣咏》第1篇：

诗句：起来吧，我的主，我的上帝，愿祢的手高举，/ 直到永远，请勿忘记祢的贫穷子民！

诗篇 9:33

第一调：来吧，让我们在奥秘的葡萄园中劳作，/ 结出悔改的果实；/ 不要为饮食劳苦，/ 而要在祷告与斋戒中践行美德：/ 庄园的主因这些而心满意足，/ 为此赐给我们一个第纳尔，/ 用以赎回灵魂脱离罪孽的债务，/ 独一无二、满有慈爱的上帝。

颂荣：重复上述内容。

如今，第二调：至福的圣母童贞女：

大颂歌与遣散礼。

第四主日圣体礼仪

“有福了”调。

颂歌，第一调

你，我们神之父约翰，既是旷野的隐士，/又是肉身中的天使，/更是行奇迹者：/你通过斋戒、守夜和祈祷获得了天上的恩赐，/治愈了患病者，也治愈了那些怀着信心向你求助的灵魂。/ 荣耀归于赐予你力量者，/ 荣耀归于加冕于你者，/ 荣耀归于藉你施行一切医治者。

康达克，第四调

主将你立于节制之巅，/我们的导师与父亲约翰，/如同那颗真实而永恒的星辰，/引领地极走向光明。

同调的序诗。圣序诗，第七调：圣徒将在荣耀中赞美，/并在他们的床上欢欣。

《希伯来书》第314节

弟兄们，神向亚伯拉罕应许的时候，因找不到比自己更伟大的来起誓，就指着自己起誓，说：“我实在要赐福给你，使你昌盛。”亚伯拉罕正是凭着这样的恒久忍耐，才得以实现那应许。因为世人都是以更伟大的事物起誓，而对他们来说，誓言是任何争端中不可动摇的界限。 因此，神要更充分地向应许的继承者们表明 祂旨意的坚定不移，便借着誓言，使我们在两件不可动摇的事上——神在其中绝不可能说谎——得着极大的鼓励；我们这些寻得避难所、紧握眼前盼望的人，这盼望对灵魂而言，好比锚， 既可靠、又坚固，且能深入幔子之内——耶稣曾作为我们的先驱进入那里，成为按麦基洗德等次永远的大祭司。

希伯来书 6:13–20

致圣徒，
《以弗所书》，第229段

弟兄们，要像光明的儿女一样行事——因为光明的果子就是一切良善、公义和真理——要察验何为蒙主喜悦，不要参与黑暗无果的事，倒要揭露这些事： 因为他们暗中所行的，连提起来都令人羞耻；但这一切一旦被揭露，就显在光中，因为凡显露的都是光。所以经上说：“睡着的人哪，你要起来！从死里复活，基督就要光照你了。” 所以，你们要谨慎行事，不要像愚昧人，要像智慧人一样，要爱惜光阴，因为这些日子邪恶。所以，不要作糊涂人，要明白主的旨意。 不要沉溺于酒，因为酒能使人放荡；倒要被圣灵充满，用诗章、颂词、灵歌彼此教导，互相劝勉，心里向主歌唱。

以弗所书 5:9–19

哈利路亚，圣诗：栽于耶和华殿中、在我们神院里的人，必开花结果。

《马可福音》第40章开头

那时，人群中有一人对耶稣说：“老师，我带我的儿子来见你，他被哑巴鬼附身。无论鬼在哪里附着他，都会把他摔倒在地，他便口吐白沫，牙齿打颤，浑身僵硬；我曾请你的门徒赶出那鬼，他们却做不到。” 耶稣对他们说：“唉，这不信的世代啊！我还要和你们在一起多久？我还要容忍你们到什么时候？把他带到我这里来。”他们就把孩子带到他跟前。那孩子一看见耶稣，邪灵立刻使他剧烈抽搐；他倒在地上，翻来覆去，口吐白沫。耶稣问孩子的父亲：“他患这病有多久了？” 他回答说：“从孩提时代起。那邪灵常常把他扔进火里或水里，想要害死他；但如果你能做什么，就帮帮我们，可怜可怜我们吧。”耶稣对他说：“你说‘如果你能’。信的人，凡事都能。”那孩子的父亲立刻喊道：“我信！求你帮助我的不信！” 耶稣见人群涌来，就斥责那污鬼，对它说：“哑巴又聋的鬼！我吩咐你，从他身上出来，不要再进去。”那鬼大喊一声，使孩子剧烈抽搐，便出来了；孩子像死了一样，以致许多人说：“他死了。” 耶稣却拉着他的手，扶他起来，他就站起来了。耶稣进了屋子，门徒就私下问祂：“我们为什么不能赶出那鬼呢？”祂对他们说：“这一类鬼，除了祷告禁食，别无他法能赶出去。” 他们从那里出来，经过加利利；耶稣不愿被人知道。因为他正教导门徒，告诉他们说：“人子将要被交在人手里，他们要杀害他；他被杀以后，第三天要复活。”

马可福音 9:17–31

并愿圣灵，
《马太福音》，第10A章

那时，有许多人从加利利、十城、耶路撒冷、犹太和约旦河对岸跟随耶稣。耶稣看见众人，就上了山；坐下后，门徒们便来到他跟前。 耶稣就开口教训他们说：“虚心的人有福了，因为天国是他们的。哀恸的人有福了，因为他们必得安慰。温柔的人有福了，因为他们必承受地土。饥渴慕义的人有福了，因为他们必得饱足。 怜悯人的人有福了，因为他们必蒙怜悯。心里清洁的人有福了，因为他们必得见神。使人和睦的人有福了，因为他们必称为神的儿子。为义受逼迫的人有福了，因为天国是他们的。 当人因我的缘故辱骂你们、逼迫你们、诽谤你们、捏造谎言陷害你们时，你们有福了（ ）。你们应当欢喜快乐，因为你们在天上的赏赐是大的：在你们以前的先知，人也是这样逼迫他们的。

马太福音 4:25；5:1–12

圣餐经文：诸天啊，赞美上主；诸天之上，赞美祂。**另一段：**义人必被永远铭记，他必不惧恶名。

大斋期的第四周

第四主日晚祷

在“主啊，我呼求：”之后，第10调的诗篇：
4首本调《八音集》中感人至深的诗篇。
圣约瑟夫的诗篇，第三调

让我们在斋戒期间展现最伟大的功绩，信徒们，/ 为了获得至高的荣耀，/ 凭着伟大上帝[与君王]的仁慈，/ 得以逃离地狱之火。

如今斋期已过半，/ 让我们清晰地展现受神启示的生活开端，/ 并满怀热忱地争先恐后地/率先完成美德生活，/ 从而获得永不衰老的甘美。

圣西奥多，第七调

如今已度过大半 / 这神圣的斋期， / 我们将满怀喜乐地沿着正道迈向未来， / 用善行的圣油膏抹灵魂， / 以便有幸 / 敬拜我们上帝基督的神圣受难， / 以及令人敬畏的圣复活！

并选自《圣人传》中的4首圣咏。

《荣耀颂》，以及此刻：《圣母颂》。

持香炉入场。“令人欣慰的光芒：”

前诵，第8调

求祢不要将祢的面转离祢的仆人，因我满怀忧伤，/ 求祢速速垂听我，侧耳倾听我的心，并赎回它。

诗节：上帝啊，愿祢的救恩扶持我。

诗句：我的灵魂已预备好承受辱骂与灾祸。

诗句：寻求上帝，你们的灵魂就必存活。

诗咏台上的诗咏，第七调

栽种葡萄园、/ 召聚劳工的——救主——近在咫尺；/ 来吧，斋戒的苦修者，让我们领受赏赐，/ 因为施予者既富足又仁慈：/ 稍作劳苦，我们便得着心灵的恩典！

第六调：亚当因陷入强盗的诡计，/ 理智被掠夺，灵魂受创，/ 赤身裸体地躺着，无人相助：/ 无论是律法之前的祭司，都没有注意到他，/ 还是律法之后的利未人，都没有看他一眼：/ 唯有祢，上帝，显现出来，/ 并非来自撒玛利亚，而是来自圣母。 / 主啊，荣耀归于祢！

为殉道者：主啊，祢的殉道者，/ 没有背弃祢，/ 没有违背祢的诫命；/ 求祢因他们的代祷怜悯我们！

荣耀颂，现今，圣母颂，第六调：让我们像大天使一样，信徒们， / 歌颂那真正的天国殿堂与密封之门： / “欢喜吧，因藉着祢，万有的救主基督—— / 生命之赐予者、上帝——为我们降生了。 / 求祢以祢的手击溃那些迫害者， / 我们的无神论仇敌， / 至洁的女主， / 基督徒的盼望。

随后按惯例进行其余礼仪。

在晚祷时，我们诵唱那位圣人的礼仪，其纪念日恰逢大斋期星期四。

大斋期第五周

第五周的星期三
第六时辰

先知颂，第一调

主啊，求祢因圣徒们为祢所受的苦难而动慈心，我们恳求祢，并医治我们的一切疾病，仁爱之主。

《荣耀颂》，《如今》：并重复上述内容。

前诵，第四调

赞美上主是美事 / 歌颂祢的名，至高者。

诗节：清早传扬祢的慈爱，每夜宣扬祢的信实。

诗篇 91:2, 3

以赛亚书的预言诵读

耶和华如此说："我是起初的上帝，在将来的日子里，我仍是那一位。万民看见便惧怕，地极的人[都惊奇。他们]走近并一同前行，各人商议如何帮助邻舍和弟兄。　他们要说："工匠已稳固，用锤子敲打铜的，连同锻造者，都要说：'连接得很牢固。用钉子将它们固定，安放好，就不会动摇。'" 至于你，以色列——我的少年，雅各——我所拣选的，亚伯拉罕的后裔——我所喜爱的——我从地极领你来，从高处召你，对你说：'你是我的少年，我拣选了你，必不撇弃你。'不要惧怕，因为我与你同在。　我绝不使你迷失方向，因为我是你的神，是坚固你的那一位。我已帮助你，并用我公义的右手保护你。看哪，一切与你为敌的都必蒙羞受辱；你的所有对手都必如无有，都必灭亡。　你虽寻找那些羞辱你的人，却寻不着，因为他们如同不存在一般；也没有人与你为敌。因为我是你的神，我握着你的右手，对你说："不要惧怕，我是你的帮助者。" 雅各啊，人数稀少的以色列啊，不要惧怕——我已帮助你，拯救你的神，以色列的圣者如此说。

以赛亚书 41:4–14

前诵，第六调

主已登基，/ 身披华美。

诗节：耶和华披戴大能，束上腰带。

诗篇 92:1A

第五周的星期三
晚祷时

在诵读第18篇卡菲兹玛之前，先诵读第7篇卡菲兹玛。在"主啊，我呼求你："之后，从"罪人必陷于自己的网罗中："开始诵读诗篇，并以原调重复诵读两次。

第8调：落入强盗——即我的思虑——之手，/ 我这不幸之人，被洗劫一空，丧失了理智，/ 遭受了可怕的殴打，整个灵魂都受了重创，/ 因此，丧失了美德，/ 倒卧在人生的道路上。/ 祭司见我因伤痛而受苦，/ 却因伤势无法治愈而轻视我，连看都不看一眼；/ 利未人同样无法忍受这致命的痛苦，/ 他瞥了我一眼，便从我身边走过。/ 至于祢，并非来自撒玛利亚，/ 而是恩准从玛利亚道成肉身，基督上帝，/ 求祢以祢对人类的慈爱赐我医治，/ 将祢的大慈大悲倾注于我。

诗句：我以我的声音向主呼求，以我的声音向主祈祷。

再次唱同一首诗节：

诗句：我要将我的祈求倾倒在他面前，将我的忧伤向他倾诉。

致殉道者：还有什么荣耀 / 还有什么赞美配得上圣徒呢？/ 因为他们为了祢——那位降下天幕并降临尘世的主——而将头颅伏在刀下；/ 为了祢——那位谦卑自己并取了仆人之形的主——而倾洒了他们的鲜血；/ 效法祢的贫穷，谦卑至死。/ 凭着他们的祈祷，因祢无尽的怜悯，/ 神啊，求祢怜悯我们。

诗句：当我的灵在我里面衰微之时，——那时祢便知道我的道路。

圣约瑟夫的其他诗篇，第八调

主啊，祢以智慧之天 / 显明了祢圣洁的门徒。/ 藉着他们的圣洁代祷，/ 求祢救我脱离尘世的苦难，/ 克制那易受情欲支配的理智，/ 每次都将我的思想提升，/ 因祢是仁慈且爱人的。

诗句：在这条我曾行走的道路上，有人为我设下陷阱。

时刻以斋戒为伴，/作为事奉神之助佑，/让我们发自内心痛哭，/向救主呼求：/“凭着祢门徒的祈祷，仁慈的主啊，/拯救那些怀着敬畏之心颂扬/祢伟大仁爱的人吧！”

圣西奥多另一首诗篇，同调

诗节：我向右观看，四下张望，却无人认得我。

受万民赞美的使徒们，世间的代祷者，/ 软弱者的医治者，健康的守护者！/ 请从四面八方守护我们，/ 这些正在度过斋期的人：/ 让我们在彼此和睦中过着神圣的生活，/ 保持心灵不受情欲的扰乱，/ 好使我们都能齐声赞美复活的基督，/ 作为得胜者。

《大圣咏》其余24首诗篇，按字母顺序排列。

圣安德烈·克里特所作。第四调

诗节：我已无处可逃，也无人能为我的灵魂辩护。

[A] 我的一生 / 都与娼妓和税吏一同虚度；/ 难道我连在晚年都无法为自己的罪过悔改吗？/ 万物的创造者、病患的医治者，主啊！/ 在我彻底灭亡之前，/ 求祢拯救我！

每诵一节，行三拜。

诗句：我向祢呼求，主啊，我说：“祢是我的盼望，是我在活人之地的份。”

[B] 我被沉重的懈怠所笼罩，/ 在污秽中翻滚，被大恶魔的箭所伤，/ 并玷污了我内里按祢形象所造的部分。/ 使轻率者回转、赎罪者的救赎主，主啊！/ 在我彻底灭亡之前，/ 求祢拯救我！

诗句：求祢垂听我的祈求，因我极其卑微。

[Γ] 我成了世人的绊脚石，/ 作为生于尘世之人，却追求尘世之事；/ 遵照祢的旨意结为连理，/ 却违背了祢的命令，玷污了我的床榻。/ 主啊，祢用尘土造了我，求祢不要轻视祢的受造物！/ 在我彻底灭亡之前，/ 求祢拯救我！

经文：求祢救我脱离追赶我的人，因为他们比我更强盛。

[Δ] 我成了自己灵魂的刽子手，/ 沉溺于对肉体的纵欲；/ 成了恶魔的玩物，/ 像奴隶般侍奉享乐与不合时宜之事。/ 求祢凭着仁慈怜悯我，/ 驱逐恶魔的主啊！/ 在我彻底沉沦之前，/ 求祢拯救我！

诗句：求祢将我的灵魂从牢狱中领出来，好叫我尊崇祢的名。

[E] 我比任何人都更甘愿犯罪，因此被弃绝， / 我灵魂的敌人是肉体的私欲， / 它使我陷入黑暗。 / 黑暗中人的光， / 迷途者的引导者，主啊！ / 在我彻底灭亡之前， / 求祢拯救我！

经文：义人必等候我，直到祢向我施行报应。

[Z] 先知曾说：/ 我的灵魂必存活，主啊，并将赞美祢；/ 求祢寻找我这迷路的羊，/ 并将我归入祢的羊群。 / 赐我悔改的时机， / 好让我哀叹着向祢呼求，主啊： / “在我彻底灭亡之前， / 求祢拯救我！”

诗句：我从深处向祢呼求，主啊，主啊，求祢垂听我的声音。

[H] 我犯了罪，犯了罪， / 违背了祢的诫命，基督上帝； / 求祢怜悯我，恩主， / 使我能以心灵之眼看清， / 逃离黑暗，并满怀敬畏地呼求：“主啊， / 在我彻底灭亡之前， / 求祢拯救我！”

经文：愿祢的耳朵侧耳倾听我的祈求之声。

[Θ] 野兽将我团团围住，/ 但求祢从它们手中救我出来，主啊：/ 因为祢作为造物主，/ 愿所有的人得救，/ 并认识真理。/ 主啊，求祢与众人一同拯救我：/ 在我彻底灭亡之前，/ 求祢救我！

诗句：主啊，主啊，若祢察看罪孽，谁能站立得住？因为祢有赎罪之恩。

[I] 求祢作我的医治，施恩者，/ 我的救赎主、救主，切莫弃绝我。 / 求祢垂顾我这被罪孽压倒的人， / 作为全能者，求祢使我站立起来， / 好叫我也传扬我的作为， / 并向祢呼求，主啊： / “在我彻底灭亡之前， / 求祢拯救我！”

诗句：为了祢的名，我等候祢，主啊，我的灵魂仰望祢的话语，我的灵魂倚靠主。

[K] 我将所赐予我的才干藏起来，/ 像个愚昧的奴仆一样，用土将其掩埋；/ 确实，我被定为无用之人，/ 从今以后，我不敢再向祢祈求。 / 求祢像不记恨恶的人一样怜悯我，/ 使我也得以呼求：“主啊，/ 在我彻底灭亡之前，/ 求祢拯救我！”

经文：从晨更到夜更，从晨更起，以色列当仰望耶和华。

[Λ]那位患血漏的妇人的苦海，/因她触摸了祢衣裳的穗子而干涸！/我必因对祢坚定不移的信心，/而得蒙罪孽的赦免。/主啊，求祢也像接纳她那样接纳我，/并医治我的伤痛！/在我彻底灭亡之前，/求祢拯救我！

经文：因为主的慈爱，祂的拯救何其大，祂必使以色列脱离一切罪孽。

[M] 祢本要坐在宝座上，/ 祢凭话语创造了天地！/ 我们所有人终将站在祢面前，/ 向祢坦露我们的罪孽。/ 在那日来临之前，求祢在悔改中接纳我，主啊！/ 在我彻底灭亡之前，/ 求祢拯救我！

经文：万民啊，你们要赞美上主；万族啊，你们要颂扬祂。

[N] 求祢慈爱的目光垂顾，/ 并向我施恩，唯一的救主！/ 求祢将医治的活水倾注于/ 我这可悲又不幸的灵魂，/ 洗净我行为的污秽，/ 使我能歌颂：“主啊，/ 在我彻底灭亡之前，/ 求祢拯救我！”

诗句：因为祂的慈爱坚立在我们身上，主的真理存到永远。

[Ξ] 维利亚尔已备好利剑， / 企图捕获我这被贬抑的灵魂； / 仁慈的主啊，他使我与 / 认识祢面容之光隔绝。 / 大能者！求祢从他的器皿中 / 将我拯救出来，主啊： / 在我彻底灭亡之前， / 求祢拯救我！

诗句：我将眼目举向祢，住在天上的主。看哪，正如仆人的眼目仰望主人的手，女仆的眼目仰望女主人的手，我们的眼目也仰望我们的主、我们的神，直到祂怜悯我们。

[O] 我全然沦为情欲的奴隶，/ 背弃了律法与神圣经文。/ 求祢医治我全身，施恩者，/ 祢为我成为与我相似的良善者；/ 求祢使我回转，满有怜悯者，/ 情欲的歼灭者，主啊！/ 在我彻底灭亡之前，/ 求祢拯救我！

诗句：主啊，怜悯我们，怜悯我们，因为我们已被轻蔑所淹没。我们的灵魂已被安逸之人的辱骂和骄傲之人的轻蔑所淹没。

[Π] 那淫妇以泪水浇灌 / 祢那至洁可敬的双足， / 促使众人投奔祢，并从 / 自己的罪孽中获得解脱。 / 救主啊，求祢也将她的信心赐予我， / 使我能向祢呼求："主啊， / 在我彻底灭亡之前， / 求祢拯救我！"

与其他诗节同唱：荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

[P] 求祢洁净我灵魂的污秽，/ 为了我而变得一无所有，/ 并以肉身成为婴孩的基督；/ 求祢将祢的慈爱之滴，/ 降临于软弱且心碎的我；/ 求祢洗净污秽，医治这受苦的人，主啊！/ 在我彻底灭亡之前，/ 求祢拯救我！

诗句：荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

[Σ] 主啊，求祢坚固我的灵魂，/ 使我不断投靠祢、侍奉祢：/ 因为祢是我的庇护所和守护者，/ 也是我的保障和帮助。/ 神的道啊，求祢恩准我，/ 放胆呼求："主啊！/ 在我彻底灭亡之前，/ 求祢拯救我！"

诗句：荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

[T] 耶稣救主，仁慈的上帝，求祢成为我们坚不可摧的堡垒；因我们的品行与作为已陷入诱惑的深渊：但求祢作为施恩者复兴受造之物，并作为慷慨者与我们和好。主啊！/ 在我彻底灭亡之前，/ 求祢拯救我！

诗句：荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

[Y] 我成了那个浪子：/ 挥霍了财富，如今正饱受饥饿之苦。/ 我投奔到祢的庇护之下；/ 仁慈的天父，求祢像接纳他那样接纳我，/ 并使我有幸参与祢的筵席，/ 好让我向祢呼求："主啊！/ 在我彻底灭亡之前，/ 求祢拯救我！"

诗句：荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

[Φ] 因嫉妒而使人失去乐园的，/正是那原罪的始作俑者；/而那强盗，在十字架上高呼"求祢记念我"，/却因此获得了乐园。/我则怀着信心与敬畏向祢呼求：/主啊，求祢记念我！/在我彻底灭亡之前，/求祢拯救我！

诗句：荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

[X] 求祢向我伸出援手，如同向彼得那样，/ 并从深渊中将我救起，上帝。/ 求祢赐予我恩典与慈爱，/ 藉着无玷圣母的代祷——/ 她未经受孕便生了祢，/ 以及祢所有圣徒的代祷，主啊！/ 在我彻底灭亡之前，/ 求祢拯救我！

诗句：荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

[Ψ] 羔羊啊，求祢每日接纳我这歌唱者，/ 祢是那担负我罪孽的！/ 我将灵魂与身体全然/献在祢手中，/ 日夜如欠债之人/ 向祢呼求："主啊！/ 在我彻底灭亡之前，/ 求祢拯救我！"

荣耀归于圣父、圣子、圣灵。

[Ω] 啊，祢那不可言喻的仁慈， / 至善、不记仇的主啊！ / 啊，无罪且富有怜悯的主！ / 求祢不要将我从祢的面前赶走， / 好让我也能满怀感恩， / 欢欣歌唱地向祢呼求："主啊！ / 在我彻底灭亡之前， / 求祢拯救我！"

如今，圣母颂：啊，难以言喻的宽恕！/ 啊，非凡而奇妙的降生！/ 啊，圣母如何将祢——这婴孩，/ 即造物主与上帝——怀抱在怀中！/ 主啊，祢乐意藉她道成肉身，恩主！/ 在我彻底灭亡之前，/ 求祢拯救我！

持香炉入场。“令人欣慰的光芒：”

前诵，第四调

主是施行报应的上帝，/ 施行报应的上帝已公开显现。

诗节：大地的主啊，求祢高举，向骄傲者施行报应！

诗篇 93:1, 2

《创世记》诵读

亚伯兰九十九岁的时候，耶和华向亚伯兰显现，对他说：“我是你的神；你要在我面前行我眼中看为正的事，作完全人；我必与你立约，使你的后裔极其繁多。” 亚伯兰就俯伏在地。神对他说：“（我——）看哪，我与你所立的约是：你要作多国的父；你不再叫亚伯兰，要叫亚伯拉罕，因为我已立你作多国的父。 我必使你极其繁多，从你那里生出许多民族，列王也必从你而出。我必在我与你之间，以及在你之后你的后裔各代之间，立下永恒的约，作我与你及你后裔的约，作你后裔的上帝。 我必将你寄居之地——整个迦南地——赐给你和你的后裔，作为永远的产业；我必作他们的神。”神又对亚伯拉罕说：“你和你的后裔，要世世代代遵守我的约。”

创世记 17:1–9

前诵，第四调

当向耶和华唱新歌。

经文：当向耶和华歌唱，称颂祂的名。

诗篇 95:1A、2A

箴言诵读

智慧之子使父亲喜悦，愚昧之子却讥笑自己的母亲。愚昧人的道路缺乏智慧，明智之人却行正直之道。不尊重商议的人会推迟计划，而在商议者心中，建议常存。恶人不会听从，也不会说出及时且有益于大众的善言。 生命的道路是智慧人的思想，使他避开地狱，得以得救。耶和华使狂傲人的家倾覆，却坚立寡妇的境况。不义的算计在耶和华眼中是可憎的，纯洁之人的言语却受尊崇。收受贿赂的人自取灭亡，而厌恶收受礼物的人必得拯救。 施舍与信实能洗净罪孽，敬畏耶和华的人都远离恶事。义人的心受教于信德，不义之人的口却以恶报恶。义人的道路在耶和华眼中蒙悦纳，借着他们，仇敌也能成为朋友。 神远离恶人，却垂听义人的祷告。看见美善之事，心便喜乐；好消息使骨头强健。听从生命训诲的，必住在智慧之中。弃绝训诲的，是恨恶自己；遵守训诲的，是爱惜自己的灵魂。 敬畏耶和华是训诲和智慧，荣耀的开端必回应它（谦卑的人必得荣耀）。人的心意在自己，口中的言语却出于耶和华。[你越伟大，就越要谦卑自己；在耶和华——你的神面前，你必蒙恩。] 谦卑人的所作所为在神面前都是显明的，而耶和华使人心坚定。将你的事交托给耶和华，你的计划就必稳固。 耶和华所做的一切都是为了祂自己；恶人在灾难之日必灭亡。凡心里骄傲的，在神面前都是污秽的；凡不义地与人握手的人，必不能免于罪孽。行义是善道的开端；这在神面前比献 的祭更蒙悦纳。 寻求耶和华的，必得着知识和公义；诚心寻求祂的，必得着平安。耶和华的一切作为都是公义的，恶人却为那灾难之日自守。[宁可凭公义得少，也不可凭不义得许多。人心里当思念公义，好叫他的脚步被神引导。]

箴言 15:20–33；16:1–6

随后：愿我的祷告蒙悦纳；以及预圣体礼仪的其余程序。

若无预圣体礼仪：唱《我向主呼求》，诵三首类似《三圣诗集》的诗篇及《大恳求经》的24首诗篇。在诗篇唱诵中，两次唱当日的自唱诗，并唱殉道者诗篇。唱《荣耀颂》、《如今》、《圣母颂》等。唱《序诗》。并诵读经文。

在餐食中允许食用橄榄油，并为即将到来的彻夜祈祷所付出的劳苦而饮用葡萄酒。那些关心自身得救之人应勤于节制；至于多数人，则应真诚地斋戒。我们在修道室中举行简短的晚祷，不作鞠躬礼；“三圣颂”之后诵读《大斋经》的赞歌；午夜祷告亦同。

五旬节第五周的星期四
晨祷

唱完第六篇诗篇后，唱《哈利路亚》、三位一体调的诗篇和一首卡菲兹姆。随后唱《八音集》中的坐咏，并诵读圣女玛利亚的传记（分两段）。

埃及圣女玛利亚的生平。
第一部分

在凯撒利亚附近的一座巴勒斯坦修道院里，住着一位名叫佐西马的圣洁修士。 他自幼被送入修道院，在那里苦修直至五十三岁，当时他心中萌生了一个念头："即便在最遥远的旷野，是否也有圣者，在节制与行善方面胜过我呢？"

他刚一产生这个念头，主的天使便向他显现，说道："佐西马啊，按人的标准来看，你的修行已算不错，但世上没有一个义人（罗马书 3:10）。为了让你明白，还有多少其他更高层次的得救之道，你要像亚伯拉罕离开他父亲的家一样（创世记12:1），离开这座修道院，前往约旦河畔的那座修道院。"

阿瓦·佐西马当即离开了修道院，遵照天使的话，来到约旦河畔的修道院并定居于此。

在那里，他见到了那些在修行中真正光芒四射的长老们。阿巴·佐西马开始效法这些圣洁的修士，在灵性修持上精进不辍。

时光流逝，圣大斋期临近。 修道院中有一项传统，正是为了这一传统，上帝才将尊贵的佐西马带到了这里。在大斋期的第一个星期日，院长主持神圣的圣体圣事，所有人领受了基督至圣的圣体和圣血，随后享用简餐，然后再次聚集在教堂里。

完成祷告并行规定次数的叩拜后，长老们互相求得宽恕，接受院长赐福，在众人齐声吟唱《诗篇》："耶和华是我的光，是我的救主；我当惧谁？ 耶和华是我生命的保障：我从谁那里惧怕呢？"（诗篇26:1）的诗篇齐声吟唱中，打开修道院的大门，走向旷野。

他们每人带上适量的食物，根据各自所需；也有人根本不带任何东西进入旷野，只靠吃根茎果实为生。修士们越过约旦河，尽可能地分散开来，以免看到谁在斋戒和修行。

当大斋期结束时，修士们在棕枝主日带着自己劳作的果实（罗马书 6:21–22），在省察了自己的良心（彼得前书 3:16）后，返回修道院。此时，没有人会询问他人是如何劳作并完成自己的苦修的。

那一年，阿瓦·佐西马也按照修道院的习俗，渡过了约旦河。他希望能更深入地进入旷野，去见见那些在旷野中寻求救赎并为世界祈祷的圣徒和伟大的长老。

他在旷野中行走二十天，有一次，当他唱着第六时的诗篇并进行惯常的祈祷时，突然在他右侧出现了一个仿佛人影般的影子。 他吓了一跳，以为是魔鬼的幻影，但划了十字圣号后，便驱散了恐惧。祷告结束后，他转向那个影子，看见一个赤身裸体的人正在沙漠中行走，他的身体被烈日晒得黝黑，被晒得焦黄的短发已如羔羊的羊毛般泛白。 阿瓦·佐西马欣喜不已，因为这几天他连一个活物都没见到，于是立刻朝那人走去。

但那赤身裸体的隐士一看到佐西马向他走来，便立刻转身逃跑。阿瓦·佐西马忘却了年迈的衰弱与疲惫，加快了脚步。但不久，他便因精疲力竭而在一条干涸的小溪旁停下，含泪恳求那个渐行渐远的苦行者： "你为何要逃离我——这个在荒野中寻求救赎的罪人？请等一等我这个软弱且不配的人，为了那位从未轻视任何人的主，请赐予我你的圣洁祈祷与祝福。"

那位不知名的人没有回头，朝他喊道："请原谅，阿瓦·佐西马，我不能转身面对你：毕竟我是个女人，而且正如你所见，我身上没有任何衣物来遮盖身体的赤裸。 但如果你愿意

为我——这个罪孽深重、可悲的罪人——祈祷，请把你的斗篷扔给我遮身，那样我就能上前接受你的祝福了。”

“若非因她的圣洁与不为人知的苦修，从主那里获得了洞察之恩，她根本不会认出我的名字，”阿瓦·佐西马心想，随即急忙照她所说的去做。

用斗篷遮住身体后，这位苦行女对佐西马说道：“阿瓦·佐西马，你究竟打什么主意，竟要与我这个有罪且愚昧的女子交谈？你想要从我这里学到什么，竟不惜耗费如此多的心力？”

他则跪下，向她求取祝福。她同样向他屈膝，两人彼此恳求了许久：“请赐福。” 最后，这位苦修女说道：“阿瓦·佐西马，你理应赐福并献上祷告，因为你身居长老之位，多年来一直侍立在基督的祭坛前，向主献上圣体圣血。”

这番话让尊贵的佐西马更加惊惶。他深深叹了口气，回答道：“哦，我的属灵母亲！显然，在我们两人之中，是你更接近上帝，并且已经向世人死去了。你从未见过我，却认出了我的名字，并称我为长老。为了主的缘故，你理应为我赐福。”

最终，圣女屈服于佐西马的坚持，说道：“愿上帝蒙福，祂愿赐予世人救赎。”阿瓦·佐西马回答道：“阿门”，两人便从地上站了起来。这位苦修女再次对长老说：“父亲，你为何要来见我这个毫无美德的罪人呢？ 不过，看来是圣灵的恩典引导你前来，为我的灵魂举行一场必要的礼拜。阿爸，请先告诉我，如今基督徒的生活如何？上帝教会中的圣徒们又如何成长并蒙福呢？”

阿瓦·佐西马回答她说：“因着你们圣洁的祈祷，上帝赐予了教会和我们所有人完全的平安。但请你也倾听这位不配的长老的恳求，我的母亲，为了上帝的缘故，请为整个世界和我这个罪人祈祷，愿我这段在旷野的修行之旅不致徒劳。”

这位圣洁的苦修者说道：“阿瓦·佐西马，既然你身负圣职，理应为我和所有人祈祷。你所受的圣职正是为此而设。不过，为了顺服真理，我也会发自内心地乐意遵行你所吩咐的一切。”

说完这话，圣女转向东方，仰起双眼，将双手举向天空，开始低声祈祷。长老看见她悬浮在空中，离地约一肘高。面对这一奇异景象，佐西马俯伏在地，虔诚地祈祷，除了“主啊，怜悯我！”之外，不敢说出任何话。

他心中闪过一个念头——这难道不是鬼魅在引诱他吗？这位虔诚的苦修女转身将他从地上扶起，说道：“阿瓦·佐西马，是什么让你如此心神不宁？我不是鬼魅。 我只是个有罪且不配的女子，尽管已蒙受了圣洗礼的庇护。”

说完这话，她划了十字圣号。长老目睹并听闻这一切，便流着泪扑倒在苦修女的脚前：“我奉我们的上帝基督之名恳求你，不要向我隐瞒你的苦修生活，而是将一切都讲述出来，好让众人都明白上帝的伟大。 因为我信靠我的主上帝——你也因祂而活——我正是为此被差遣到这片荒野，好让上帝将你一切斋戒的善行向世人彰显出来。”

那位圣洁的苦修女说道：“神父，向你讲述我那些无耻的行径，我感到羞愧。因为那时你必会像躲避毒蛇一样，闭上眼睛、捂住耳朵，逃离我。 但我还是会告诉你，神父，不会对我的任何罪过有所隐瞒；我恳求你，请不要停止为我这个罪人祈祷，好让我在审判日能获得勇气。

随后诵读第50篇诗篇。接着开始诵读我们尊贵的安德烈·克里特和耶路撒冷圣父所作的大恳求经，每诵读一首圣咏后，便重复唱道：“上帝啊，怜悯我，怜悯我。”

第一歌，第六调

伊尔莫斯：帮助者与庇护者 / 已成为我的救赎： / 祂是我的上帝，我要赞美祂， / 我父亲的上帝——我要高举祂， / 因为祂已得着荣耀！（2）

副歌：上帝啊，怜悯我，怜悯我。

我该从何处开始哀悼 / 我这不幸人生的所作所为？ / 基督啊，我该如何开篇， / 唱起这首哀歌？ / 但祢作为仁慈的主， / 求祢赦免我的罪过。

来吧，这可悲的灵魂与你的肉体，/向万物的造物主忏悔，/并终于戒除往日的轻率，/在悔改中向神献上眼泪。

效法始祖亚当的罪行，/ 我发现自己因罪孽，/ 已被逐离上帝、永恒的国度与甘美。

唉，我那不幸的灵魂啊！/ 你为何要效法最初的夏娃？/ 因为你以邪恶的目光凝视，深受其苦，/ 触碰了那棵树，并肆无忌惮地品尝了/ 那鲁莽的果实。

取代了感官上的夏娃，/ 思想中的夏娃在我心中苏醒——/ 肉身中那充满情欲的念头，——/ 它展现出愉悦，/ 却总在味蕾上带来/ 苦涩的滋味。

亚当因未能遵守祢——救主——的唯一诫命，理应被逐出伊甸园；/ 那么，我若始终拒绝祢那赐予生命的言语，又将遭受何等苦难呢？

我犯下了比该隐更严重的谋杀，/ 因自己的任性，我成了良心的刽子手，/ 使肉体复活，并用我诡诈的行径 / 武装起来对抗它。

耶稣啊，我在义德上无法与亚伯相提并论，/从未向祢献上蒙悦纳的礼物，/既无讨神喜悦的善行，也无纯洁的祭物，/更无无瑕的生命。

如同该隐，我们这可悲的灵魂，/一同向万物的造物主献上了/邪恶的行径、/污秽的祭物，/以及不堪的生活；/因此而受到定罪。

祢如同造物主般使泥土复活，/赐予我血肉、骨骼、/气息与生命；/但，我的造物主、我的救赎主、我的审判者，/求祢接纳这悔改的我！

救主啊，我向祢坦露所犯的罪，/以及我灵魂与身体的创伤，/这些创伤是那些内心的杀戮意念/如强盗般加诸于我的。

救主啊，纵使我犯了罪，/但我深知祢是爱人的：/祢以怜悯之心惩戒，以慈爱之心宽恕，/祢垂顾哀哭之人，/并如父亲般急切地呼唤那迷途的儿子。

救主啊，我倒在祢的门前，/ 哪怕在晚年，也请别将我一无所有地驱逐到地狱，/ 但在离世之前，求祢作为爱人的主，/ 赐予我罪孽的赦免。

我——被强盗擒获——/因我心中的意念，/如今浑身伤痕累累，遍体鳞伤；/但祢自己，基督救主，/请来医治我吧。

祭司看见我，却从我身边走过，/利未人见我身陷重难、赤身露体，也轻视了我。/但从玛利亚腹中降生的耶稣，/求祢前来怜悯我。

上帝的羔羊，你担当世人的罪孽，/ 求你从我身上卸下沉重的罪孽重担，/ 并以你仁慈的胸怀，/ 赐予我悔改的泪水。

这是悔改之时；/ 我来到祢面前，我的造物主：/ 求祢从我身上卸下沉重的罪孽重担，/ 并以祢的仁慈，/ 赐予我悔改的泪水。

救主啊，求祢不要厌弃我，/ 不要将我从祢面前赶走，/ 求祢从我身上卸下沉重的罪孽重担，/ 并以祢的仁慈，/ 赐予我罪孽的宽恕。

救主啊，我那些有意无意的过犯，/无论是显而易见的，还是隐秘的，/无论是已知的，还是未知的，/求祢如神一般赦免一切，/怜悯我，拯救我。

基督啊，我自幼便违背了祢的诫命，/ 充满激情、疏忽大意、漫不经心地 / 度过了我的一生；/ 因此，我向祢呼求，救主：/ “哪怕在生命的尽头，也请拯救我吧！”

我将灵魂的财富挥霍在罪恶之中，/ 没有虔诚的果实，/ 如今饥饿难耐，我呼求：/ “施恩者，请快来，/ 亲自怜悯我吧！”

我投靠于祢，耶稣，/我在祢面前犯了罪，求祢怜悯我，/从我身上卸下沉重的罪孽重担，/并作为仁慈的上帝，/赐予我悔改的泪水。

求祢不要与我对质，/ 不要揭露我的行为，/ 不要审视我的言语，也不要揭露我的私心；/ 但愿祢凭着祢的仁慈，宽恕我沉重的罪孽，/ 全能者啊，求祢拯救我。

副歌：圣母玛利亚，请为我们向天主祈祷。

求祢赐予我来自至高神圣旨意的 / 光辉恩典—— / 使我免受情欲的蒙蔽， / 并热切颂扬祢，玛利亚， / 生平中的美德事迹。

副歌：圣母玛利亚，求祢为我们向天主祈祷。

顺服于基督的神圣律法，/ 你走近了祂，/ 舍弃了对享乐的无尽渴求，/ 并以虔诚之心，/ 将一切美德尽数践行。

副歌：尊贵的安德烈神父，求祢向天主为我们祈祷。

安德烈，藉着你的祈求，/ 求你使我们脱离可耻的私欲，/ 并使我们如今成为基督国度的同享者，/ 怀着信心与爱心颂扬你，荣耀的圣者，我们如此祈求。

荣耀颂（三位一体）：超然的三位一体，在合一中受敬拜，/ 求祢从我身上卸下沉重的罪孽重担，/ 并以祢的仁慈，/ 赐予我悔改的泪水。

如今，向圣母颂：圣母，是颂扬祢之人的希望与庇护！/ 求祢从我身上卸下沉重的罪孽重担，/ 并作为纯洁的女王，/ 接纳我这悔罪之人。

第二首

伊尔莫斯：天啊，请侧耳倾听——我要宣告，/我要颂扬基督，/祂由童贞女降生为人。

诸天啊，请侧耳倾听——我要宣告；/ 大地啊！请聆听这声音，/ 这是在神面前悔改 / 并颂扬祂的人。

上帝啊，求祢以仁慈之心垂顾我，/用祢慈爱的眼目，/并接纳我这发自内心的忏悔。

我比世人更甚地犯罪，/独自在你面前犯罪；/但求你，救主，作为神，/怜悯你的受造物。

邪恶的风暴正将我吞没，/ 仁慈的主啊，/ 但如同向彼得伸出援手那样，/ 也请向我伸出援手。

哦，仁慈的主，/我也流着娼妓般的泪水；/救主啊，求祢因祢的怜悯，/向我施恩。

我用情欲的欢愉 / 蒙蔽了灵魂的美好， / 并将整个心灵 / 彻底化为尘土。

如今我撕裂了那件最初的衣袍，/那是造物主起初为我编织的，/因此我赤身裸体地躺着。

我披上了破烂的衣裳，/那是蛇用它的诡计为我编织的，/我为此感到羞愧。

我曾凝视园中那棵树的美 / 心智被迷惑 / 如今赤身躺卧，满怀羞愧。

所有邪恶的首领 / 都在我的脊梁上肆虐， / 继续对我 / 行其不法之事。

我毁掉了那最初的美丽 / 和我的荣光， / 如今赤身躺着，满心羞愧。

罪恶为我缝制了皮衣，/ 剥去了我身上那件 / 由上帝亲手编织的最初衣裳。

我披上了羞耻的外衣，/ 如同无花果树的叶子，/ 以此揭露我任性的情欲。

我披上了被玷污的衣袍，/ 因沉溺于情欲与感官的生活，/ 竟被污秽与鲜血所浸染。

我玷污了肉身的衣袍，/ 并污损了那件 / 承载着祢——救主——的形象与肖像的衣袍。

我曾饱受情欲之苦 / 及肉身的朽坏， / 正因如此，如今仇敌正折磨我。

我宁可选择不贪求，救主啊， / 也不愿沉溺于对物质与财富的爱恋， / 如今我正背负着沉重的负担。

我用五彩斑斓的衣裳 / 装点那充满卑劣念头的肉身偶像 / 因而受到谴责。

我竭力追求外在的华美，/却将内在那形似神的圣所/置之不理。

我将私欲的丑陋显露无遗，/ 因沉溺于感官之乐，/ 扭曲了心灵的美。

救主啊，我用自己的情欲 / 掩盖了最初形象的美， / 但求祢如昔日寻回那枚德拉克马， / 寻回并寻见它。

我犯了罪，如今如淫妇般向祢呼求：/ “唯我一人在祢面前犯罪，/ 救主啊，求祢收纳我的眼泪，/ 如同收纳香膏一般！”

我因放纵而失足，/ 如同大卫一般，使自己蒙羞；/ 但救主啊，求祢也用我的眼泪洗净我。

“可怜我吧，”——我如税吏般向祢呼求，/——“可怜我吧，救主，/因为亚当的子孙中，无人像我这般，/在祢面前犯了罪！”

我既无眼泪，亦无悔改，更无懊悔之心； / 救主啊，求祢作为上帝， / 亲自将这一切赐予我。

那时，求祢不要将祢的门关在我面前， / 主啊，主啊， / 而是为我——这向祢悔改的人——/ 敞开那门。

仁爱之主，愿众人得救，/求祢呼召我，并以仁慈之心，/接纳这悔改之人。

求祢垂听我灵魂的哀叹，/ 并接纳我眼中流下的泪珠，救主，/ 拯救我。

副歌：至圣童贞圣母，拯救我们。

至洁的童贞圣母，/ 唯一受万民颂扬者，/ 请热切地为我们祈求得救。

伊尔莫斯：看哪，看哪，我是上帝，/曾如雨般降下吗哪，/并从磐石中涌出活水，/在远古的旷野中赐予我的子民，/仅凭我的一只右手和我的大能。

“看哪，看哪，我是上帝！” / 我的灵魂啊，要侧耳倾听主呼唤的声音， / 远离往日的罪孽， / 敬畏祂——这位施行报应者， / 这位审判者，这位上帝。

你这多罪的灵魂，你效法了谁？/ 唉，你效法了古时的该隐和拉麦，/ 用石头——即恶行——击打身体，/ 又用鲁莽的欲望扼杀了理智。

灵魂啊，当你审视所有律法颁布前生活的人时，/你既未效法西弗，/也未效法以诺，/既未效法以诺的迁移，也未效法挪亚，/却在义人的生活中显得贫乏。

唯你一人开启了你之神的愤怒瀑布，/我的灵魂啊，/如同洪水淹没大地一般，淹没了所有的肉体、行为与生命，/却未能进入那救赎的方舟。

“我杀了一个男人，”拉麦说，“/ 使我受创；又杀了一个少年，使我受伤，”/ ——他一边哭泣一边如此呼喊；/ 而你却毫无惶恐，我的灵魂啊，/ 既玷污了肉体，又污秽了心智。

噢，我何等效法了拉麦——那位远古的杀人者，/ 像杀死丈夫那样杀死了灵魂，像杀死少年那样杀死了理智，/ 并像杀人者该隐一般，因沉溺于情欲的渴望，/ 杀死了我兄弟的肉体。

我的灵魂啊，你早已盘算着要建造直达天际的高塔， / 并用你的欲望筑起坚固的堡垒， / 倘若造物主没有打乱你的计划， / 也没有将你的诡计击落尘世。

我受了伤，身负创痕；/看哪，敌人的箭矢，击中了我的灵魂与肉体，/看哪，这些伤口、化脓的溃疡、残缺/都在控诉我任性情欲的打击。

主曾如雨般倾泻 / 来自主的烈火 / 降在疯狂的罪恶之上，焚烧了所多玛人； / 而你却点燃了地狱之火， / 哦， 我的灵魂， 你必将在其中 / 遭受痛苦的焚烧。

你们当认识并看见，我就是上帝，/ 察验人心、纠正意念，/ 揭露行为、焚烧罪孽，/ 并为孤儿、谦卑者和穷人伸张正义。

副歌：圣母玛利亚，求你为我们向天主祈祷。

玛利亚，你向仁慈的上帝伸出了双手，/ 虽深陷罪恶的深渊，/ 祂却如对彼得那般满怀仁爱，/ 向你伸出了援手，/ 竭力寻求你的悔改。

副歌：圣洁的玛利亚圣母，求祢为我们向天主祈祷。

你满怀热忱与爱意 / 投奔基督， / 弃绝了昔日的罪恶之路， / 在人迹罕至的荒野中修习， / 并纯洁地遵行祂的神圣诫命。

副歌：圣安德烈神父，请为我们在上帝面前代祷。

我们看见了，我们看见了，啊，灵魂啊，/ 上帝与主那爱人的心；/ 因此，在末日来临之前，我们要投靠祂，流着泪呼求：/ “凭着安德烈的祈祷，救主啊，怜悯我们吧！”

荣耀颂（三位一体）：无始、未被创造的三位一体，/不可分割的合一，/求祢接纳悔改的我，/拯救犯了罪的我，/祢的受造物——求祢勿轻视，/但求祢怜悯并拯救我，/使我免于火刑的审判。

如今，圣母颂：至圣的主母，上帝之母，/ 投奔祢者的希望，/ 遭风暴袭击者的避难所，/ 求祢以祷告，/ 使仁慈的造物主和祢的圣子 / 垂怜于我。

第三首

伊尔莫斯：基督啊，求祢将我的心思 / 坚立在祢诫命那块坚固的磐石上。

主降下的烈火啊，我的灵魂，/如倾盆大雨般倾泻，/主在远古之时，/将所多玛之地焚毁。

灵魂啊，快逃往山上，/ 如同你所熟知的罗得，/ 赶紧躲进西戈尔去。

逃离烈火吧，我的灵魂啊，/ 逃离所多玛的焚烧，/ 逃离神之烈焰中的灭亡。

我在祢面前忏悔，救主：/ 我犯了罪，得罪了祢，/ 但求祢宽恕，赦免我，/ 因祢是仁慈的。

唯我一人在你面前犯罪，/ 罪孽最深，基督救主，/ 求你不要轻视我！

祢，良善的牧人，/ 求祢寻回我——这只迷途的羔羊，/ 切莫轻视我这迷失之人。

至甘甜的耶稣，/ 祢是我的造物主！/ 救主啊，因着祢，我将得蒙称义。

副歌：至圣三位一体，我们的上帝，荣耀归于祢！

哦，圣三一，独一无二的上帝！/ 求祢拯救我们脱离迷惑、/ 试探与灾祸。

副歌：至圣圣母，救救我们。

欢欣吧，曾孕育上帝的圣胎，/ 欢欣吧，主的宝座，/ 欢欣吧，我们生命的母亲。

伊尔莫斯：主啊，求祢将我摇摆不定的心 / 坚立在祢诫命的磐石上， / 因为唯有祢是圣洁的主。

我在祢内获得了生命的源泉，/ 死亡的摧毁者，/ 我在生命终结之前，从内心深处向祢呼求：/ “我犯了罪，求祢怜悯并拯救我！”

我效法了 / 挪亚时代那些行淫乱之人，救主啊， / 并承受了他们的惩罚： / 在洪水中沉没。

主啊，我犯了罪，/在祢面前犯了罪！求祢怜悯我：/因为世上没有一个罪人，/其罪过能比我更甚。

效法众所周知的哈慕——/那侮辱父亲的人，我的灵魂啊，/你没有遮掩邻人的羞耻，/反而转过脸去，/转身离去。

你没有继承西缅的祝福，可怜的灵魂啊，/也没有像雅弗那样获得广袤的疆域，/在世上未能得到宽恕。

从哈兰之地——脱离罪孽，/ 我的灵魂啊，/ 快去那流淌着永恒生命、不朽之地的土地，/ 那是亚伯拉罕所继承的。

我的灵魂啊，你曾听闻亚伯拉罕的事迹，/他在远古时便离开了故土，/成为了一名异乡人；/请效法他的决心。

在玛姆雷的橡树下，这位族长，/款待了天使，/在晚年继承了/作为奖赏的应许。

以撒啊，我这不幸的灵魂，/ 得知他作为新的全燔祭，/ 被神秘地献给主，/ 请效法他的顺服。

我的灵魂啊，你曾听闻以实玛利，/ 那被驱逐的，如同婢女所生的；/ 看哪，清醒过来，免得你也/ 因放荡而遭受同样的遭遇。

你，我的灵魂，已变得像古时的埃及女子夏甲，/ 屈从于私欲，并生下了 / 新的以实玛利——那便是狂妄。

那向雅各显现的梯子，/我的灵魂啊，你曾知晓，/它通向从地到天，/为何你却未能获得/那坚定的攀登——虔诚？

效法上帝的祭司与孤独的君王—— / 即基督在人间 / 与世人同在的生活典范。

我的灵魂啊，切莫成为盐柱，/ 切莫回头，/ 让所多玛的先例令你惊惧：/ 向上，逃往西戈尔求救。

如同罗得逃离烈火，/ 我的灵魂啊，要远离罪恶，/ 逃离所多玛和蛾摩拉，/ 避开一切轻率欲望的烈焰。

主啊，求祢怜悯，求祢怜悯我，我向祢呼求，/当祢与祢的天使一同降临，/按各人行为的功过予以报应之时。

主啊，求祢不要拒绝 / 那些颂扬祢之人的祈求， / 但求祢，仁爱的主， / 怜悯我们，并赐予怀着信心祈求的人赦免。

副歌：圣母玛利亚，请为我们向天主祈祷。

我被罪孽的风暴与波涛所吞没，/ 但母亲，求你亲自拯救我，/ 引领我来到神圣悔改的避风港。

副歌：圣洁的玛利亚圣母，请为我们向天主祈祷。

圣母啊，如今请将仆人的祈求 / 呈献给仁慈的圣母， / 借着你的代祷，也为我开启 / 通往天主的门户。

副歌：尊贵的安德烈神父，求你为我们向天主祈祷。

愿藉你的祈祷，/ 也赐予我罪债的宽恕，/ 啊，安德烈，克里特岛的主教！/ 因为你是悔改奥秘中/ 最卓越的导师。

荣耀归于圣三：那单纯、未被创造、/ 无始的本质，/ 在三位一体中被颂扬，/ 求祢拯救我们这些凭着信心敬拜/ 祢大能的人。

如今，圣母颂：那在时间之外由圣父所生的圣子，/在时间之中，天主之母，/未曾与男子结合，祢却生下祂，/——啊，何等非凡的奇迹！/——祢仍保持童贞，并以乳汁哺育祂。

伊尔莫斯：主啊，求祢将我摇摆不定的心，/ 坚立在祢诫命的磐石上，/ 因为唯有祢是圣洁的主。

约瑟夫先生的座诗，第8调

神光照耀的明灯，救主生命的见证者！/ 请照亮我们这些身处尘世黑暗中的人，/ 使我们如今能如白昼般端正地行走，/ 以节制的之光驱散夜间的情欲，/ 并满怀喜乐地凝视基督光明的受难。

另一首塞达伦，第8调

颂荣：蒙神拣选的十二使徒！/ 如今请向基督献上祈求，/ 使众人都能走完斋戒之路，/ 在痛悔中献上祷告，/ 热忱地践行美德，/ 从而得以亲眼目睹 / 基督上帝荣耀的复活，/ 并将荣耀与赞美归于祂。

如今，向圣母祈祷：那不可测度的上帝、圣子与圣言，/ 由祢所生，其奥秘超乎人智，/ 求祢，圣母，与使徒们一同祈求，/ 赐予宇宙真正的和平，/ 并在末日来临之前，赐予我们罪的赦免，/ 并凭祢至高的仁慈，/ 使祢的仆人们有幸进入天国。

现在诵读圣女玛利亚·埃及传的第二部分。

埃及圣女玛利亚的生平。
第二部分

我出生在埃及，在父母尚在世时，年仅十二岁便离家前往亚历山大。在那里，我失去了贞洁，沉溺于无节制且永不满足的淫欲之中。十七年多来，我毫无顾忌地沉溺于罪恶之中，且一切皆不求回报。　我不收钱，并非因为我富有。我生活贫困，靠纺纱谋生。我曾以为，生命的全部意义就在于满足肉体的欲望。

过着这样的生活，有一天我看到大批人群从利比亚和埃及涌向大海，准备乘船前往耶路撒冷参加圣十字架升天节的庆典。　我也想和他们一起乘船去。但并非为了耶路撒冷，也并非为了节日，而是——请原谅我，神父——为了能有更多人陪我沉溺于淫乱之中。于是，我登上了那艘船。

现在，神父，请相信我，连我自己都感到惊讶：大海竟能容忍我的放荡与淫乱，大地为何没有张开大口，将我活活吞入地狱——我这个诱惑并毁灭了如此多灵魂的人……　但显然，上帝希望我悔改，他不愿罪人死亡，而是以极大的耐心等待着我的回心转意。

就这样，我抵达了耶路撒冷，在节日来临前的每一天里，就像在船上时一样，依然沉溺于那些卑劣的行径。

当主圣十字架升天节这一神圣节日来临时，我依然四处游荡，引诱年轻人的灵魂陷入罪恶。见大家都很早就去了供奉着生命之树的教堂，我也跟着众人一起，走进了教堂的门廊。当圣十字架升天节的时刻到来时，我本想随众人一同进入教堂。费了九牛二虎之力挤到门口后，我这个可悲的罪人试图挤进去。　可刚一跨过门槛，便被某种神圣的力量拦住，不让我进去，并将我远远地推离了门口，而其他人却都畅通无阻地走了进去。我以为，或许是因为女性 的体弱，才无法在人群中挤进去，于是又试着用肘部推开人群，向门口挤去。 无论我多么努力，都无法进去。只要我的脚一碰到教堂的门槛，我就停了下来。教堂接纳了所有人，没有阻止任何人进入，却不让我这个可悲的人进去。这样反复了三四次。我的力气耗尽了。我退了回来，站在教堂门廊的角落里。

这时我意识到，正是我的罪孽阻碍了我看见那赐生命之树；主的恩典触动了我的心，我放声痛哭，并在忏悔中捶打自己的胸膛。当我从心底向主发出叹息时，我看见面前有圣母玛利亚的圣像，便向她祈祷道： “啊，童贞女，主之母，你以肉身生下了道成肉身的上帝！我知道自己不配凝视你的圣像。作为这被憎恶的淫妇，我理应被你的纯洁所弃绝，在你眼中成为可憎之物；但我同时也知道，上帝之所以成为人，正是为了呼召罪人悔改。 求祢帮助我，至圣者，让我得以进入教堂。请不要阻止我凝视那棵十字架——主曾在这十字架上被钉死，祂为我这罪人倾洒了无辜的宝血，使我脱离罪恶。求祢吩咐，主母，让我也能进入圣十字架的敬拜之门。 求祢成为我向祢所生之子的英勇代祷者。我向祢承诺，从此刻起，我不再以任何肉体的污秽玷污自己；但一见到祢圣子的十字架，我便要弃绝世界，立刻前往祢作为代祷者所指引我的地方。”

当我这样祈祷时，突然感到我的祈祷已被应允。在信仰的感动中，寄望于仁慈的圣母，我再次加入了进入圣殿的人群，没有人将我推开，也没有人阻止我进入。 我怀着敬畏与战兢的心情前行，直到走到门口，有幸得见主那赐予生命的圣十字架。

就这样，我领悟了上帝的奥秘，也明白了上帝愿意接纳悔改之人。我俯身跪地，祈祷了一番，亲吻了圣物，随后走出教堂，急忙赶回我曾许下承诺的那处，再次面见我的保佑者。我在圣像前屈膝跪拜，如此向她祈祷道：

“哦，我们慈爱的女主，圣母玛利亚！您没有厌弃我这不配的祈祷。愿荣耀归于上帝，因祂借着您接纳罪人的悔改。现在到了我履行誓言的时候了，而您曾是我的担保人。如今，女主，请指引我走上悔改之路。”

就在这时，我还没祷告完，便听见一个仿佛从远处传来的声音说：“如果你渡过约旦河，便会获得福乐的安息。”

我当即确信这声音是为我而发，便哭着向圣母呼求：“主之母，请不要抛弃我这个污秽的罪人，求祢帮助我。”随即我走出教堂门廊，踏上了归途。 有个人给了我三枚铜币。我用这些钱买了三块面包，并向商贩打听通往约旦河的路。

日落时分，我抵达了约旦河畔的圣约翰洗礼者教堂。首先在教堂内虔诚地膜拜后，我立刻下到约旦河边，用圣水洗净了脸和双手。 随后，我在圣施洗约翰教堂领受了基督至圣、赐生命的神圣圣体圣血，吃了一块面包的一半，用约旦河的圣水送下，当晚就在教堂旁的地上睡了一觉。 次日清晨，我在不远处找到一艘小船，乘船渡过河流来到对岸，再次虔诚地向我的导师祈祷，恳求她按自己的意愿指引我。紧接着，我就来到了这片荒野。”

阿瓦·佐西马问这位圣女：“我的母亲，你定居在这片荒漠以来，已经过去多少年了？”——“我想，”她回答道，“自从我离开圣城以来，已经过去了四十七年。”

阿瓦·佐西马又问道：“母亲，你在这里靠什么为生，又从哪里获得食物呢？”她回答道：“我渡过约旦河时，随身带着两个半面包；它们渐渐干透变硬，我便一点一点地品尝，靠它们维持了多年的生计。”

阿瓦·佐西马又问道：“难道你这么多年来一直没有生病吗？也没有受到突如其来的诱惑和引诱的考验吗？” ——“请相信我，阿瓦·佐西马，”这位圣女回答道，“我在这片荒漠中度过了十七年，仿佛在与凶猛的野兽搏斗一般，与自己的念头抗争……当我开始进食时，立刻就会浮现出对肉和鱼的念头——这些是我在埃及时习惯了的食物。 我也渴望葡萄酒，因为在俗世时我常饮用它。而在这里，连普通的水和食物都常常匮乏，我饱受饥渴之苦。我还承受过更严峻的磨难：淫秽歌曲的欲望会占据我的心，那些歌声仿佛在我耳边回响，扰乱我的心神与听觉。 我一边哭泣一边捶胸，回想起当初进入沙漠时，在圣母玛利亚——我的护佑者——圣像前所立的誓言，一边哭泣，一边祈求驱散那些折磨我灵魂的念头。 当通过祈祷

与哭泣完成了忏悔之后，我看见四面八方都有光芒照耀着我，于是，狂风暴雨消散，取而代之的是无边的宁静。

至于那些淫秽的念头，恕我直言，阿爸，我该如何向您忏悔呢？情欲之火在我心中熊熊燃烧，灼烧着我的全身，激起情欲。　每当这些可咒诅的念头浮现时，我便俯伏在地，仿佛看见至圣的保惠主亲自站在我面前，审判我这个违背誓言的人。　于是，我日夜俯伏在地，直到再次完成忏悔，那驱散邪恶骚动与念头的至福之光再次环绕着我。

“就这样，我在这片荒漠中度过了最初的十七年。黑暗接踵而至，灾祸接连不断，笼罩着我这个罪人。但从那时起直至今日，圣母——我的庇护者——始终在各方面引导着我。”

阿瓦·佐西马又问道：“难道你在这里既不需要食物，也不需要衣物吗？”

她回答道：“正如我所说，这十七年间，我的面包已经吃完了。此后，我便靠吃根茎和在沙漠中能找到的东西维持生计。　我渡过约旦河时身上穿的那件衣服，早已破烂不堪、腐朽殆尽，此后我不得不忍受许多苦难和困顿：夏日酷暑中被烈日灼烤，冬日严寒里瑟瑟发抖。我有多少次像死人一样倒在地上。有多少次在无尽的搏斗中，与各种灾祸、苦难和诱惑抗争。　但从那时起直至今日，上帝的大能以不可测度且多种多样的方式，看顾着我这有罪的灵魂和卑微的躯体。我以那包罗万象的上帝之道为食，并蒙其庇护（申命记　8:3），因为人活着，不是单靠饼，乃是靠上帝的一切话语（马太福音 4:4； 路加福音4:4），那些没有遮盖的人，若脱去罪恶的外衣（歌罗西书3:9），便会披上石头（约伯记24:8）。每当我回想主曾将我从多少邪恶和何种罪孽中拯救出来，便从中获得了取之不尽的滋养。”

当阿爸佐西马听到这位圣洁的苦修女还从圣经中引经据典——包括摩西五经、约伯记以及大卫的诗篇——便问这位圣女：“我的母亲，你在哪里学到的诗篇和其他经书？”

她听完这个问题后微笑着回答道：“请相信我，神的仆人，自从我渡过约旦河以来，除了你之外，我从未见过任何人。我以前从未学过书本，也没听过教堂的唱诗，更没听过神圣的诵读。　除非是上帝的道——那活泼且创造万有的道——教导人一切智慧（歌罗西书 3:16；彼得后书 1:21；帖撒罗尼迦前书 2:13）。不过，就此打住吧，我的一生都已向你倾诉，但正如我开头所言，我也以此作结：我奉道成肉身的上帝之名恳求你——圣阿爸，请为我这个大罪人祈祷。

我还要奉救主、我们的主耶稣基督之名恳求你——凡你从我这里听到的，在神将我从地上接走之前，切勿向任何人透露。　，请照我现在要对你说的话去做。“明年大斋期期间，不要按照你们修道院的惯例去约旦河对岸。”

阿瓦·佐西马再次感到惊讶，这位圣洁的苦修女竟然连他们修道院的规条都了如指掌，尽管他此前从未向她提过半句。

“那么，阿瓦，”这位圣女继续说道，“请留在修道院里。不过，即便你想离开修道院，你也做不到……　等到主圣餐的圣大星期四来临之时，请将我们上帝基督那赐生命的神圣圣体与圣血放入圣器中，并带给我。请在约旦河对岸、旷野边缘等候我，好让我抵达后领受圣体圣血。　至于你们修道院的院长约翰，你要这样告诉他：要谨慎自己和自己的羊群（使徒行传 20:23；提摩太前书 4:16）。不过，我不希望你现在就对他说这些，而要等到主指示的时候。”

说完这些，并再次恳求对方为她祈祷后，这位圣女转身走向沙漠深处。

整整一年，长老佐西马都保持沉默，不敢向任何人透露主向他显现的事，并虔诚地祈祷，求主恩准他再次见到这位圣洁的苦修女。

当圣大斋期的第一周再次来临时，尊者佐西马因病不得不留在修道院。这时，他想起了那位圣女预言般的话语——说他将无法离开修道院。　数日后，尊者佐西马虽已痊愈，却仍留在修道院直至受难周。

纪念“最后的晚餐”的日子临近了。于是，佐西马长老遵照指示——深夜离开修道院前往约旦河，坐在河岸边等待。圣女迟迟未到，佐西马长老便向上帝祈祷，恳求祂不要让他与这位苦修女失之交臂。

终于，那位圣女来了，站在了河的对岸。佐西马长老欣喜地站起身来，赞美上帝。他心中不禁思忖：她没有船，怎么能渡过约旦河呢？但那位圣女在约旦河上划了十字圣号，便迅速踏水而行。 当长老想要向她行礼时，她从河中央高声喝止道：“阿爸，你在做什么？你可是神父，是上帝伟大圣事的守护者。”

渡过河后，这位圣女对阿瓦·佐西姆说：“请赐福，神父。”他因这奇妙的异象而惊骇不已，战战兢兢地回答道：“诚然，上帝是信实的，祂应许要使所有自洁之人尽可能地与祂相似，在凡人所能及的范围内。 荣耀归于祢，我们的基督上帝，祢借着祢的圣女向我显明，我离完美还有多远。”

此后，这位圣女请他诵读《信经》和《主祷文》。 祷告结束后，她领受了基督神圣而庄严的圣体圣血，举手向天，含泪且战栗地诵念了圣西缅·接纳主之人的祷文：“主啊，如今照你的话，你容许你的仆人安然离世，因为我的眼睛已经看见了你的救恩。”

随后，这位圣女再次转向长老说道：“请原谅，阿爸，还请满足我另一个愿望。你现在回你的修道院去吧，明年请来到那条干涸的小溪边，就是我们第一次与你交谈的地方。”“倘若我能，”阿瓦·佐西马回答道，“我愿时刻追随你，只为亲眼目睹你的圣洁！”圣女再次恳求长老：“为了主的缘故，请为我祈祷，并记念我的罪孽。”她向约旦河划了十字圣号，像以前一样踏水而过，随即消失在荒漠的黑暗中。长老佐西马则怀着灵性的喜乐与敬畏回到了修道院，唯独自责自己没问那位圣女的名字。但他满怀希望，期待来年终于能得知她的名字。

一年过去了，阿瓦·佐西马再次前往沙漠。他一边祈祷，一边走到了那条干涸的溪流旁，在溪流的东侧，他看见了那位圣洁的苦行女。她已然离世，双手端庄地交叠在胸前，面朝东方。 阿瓦·佐西马用眼泪洗净了她的双脚，不敢触碰她的躯体，在已故的苦修女身旁久久痛哭，并开始吟唱 ——这是为哀悼义人离世而应唱的诗篇，同时诵读葬礼祷文。但他心中存疑：若由他来安葬她，这位圣女是否会欣然接受。 他刚有此念头，便看见她的额头上显现出字句：“阿瓦·佐西马，请将谦卑的玛利亚的遗体安葬于此。将尘土归于尘土。 请为我向主祈祷，我于四月一日，即基督救赎受难之夜，在领受神圣的圣餐后离世。”

读完这段铭文，阿瓦·佐西马起初感到惊讶，不知是谁写的，因为这位苦修女本人并不识字。但他很高兴终于知道了她的名字。 阿瓦·佐西马明白，尊贵的玛利亚在约旦河畔从他手中领受圣体后，转瞬便走完了那段漫长的旷野之路——而他佐西马却花了二十天才走完这段路——随即便归于主了。

阿瓦·佐西马赞美了上帝，用眼泪浸湿了大地和圣女玛利亚的遗体，然后自言自语道：“老者佐西马，现在是时候去完成你受命要做的事了。但你这个可悲的人，两手空空，又如何能挖出坟墓呢？” 话音刚落，他便在不远处的荒野中看见一棵倒下的树，便捡起它开始挖掘。但土地实在太干了。无论他如何挥汗如雨地挖掘，都毫无进展。阿瓦·佐西马直起身来，看见圣女玛利亚的遗体旁有一头巨大的狮子，正在舔舐她的双脚。 长老心中一惊，但他划了十字圣号，坚信在圣女的祈祷庇佑下自己定能安然无恙。这时，狮子开始向长老示好，阿瓦·佐西马精神为之一振，命令狮子挖出坟墓，以便将圣玛利亚的遗体安葬于此。 听从他的吩咐，狮子用爪子挖出了一条壕沟，圣女的遗体便安葬于此。完成遗愿后，两人各奔前程：狮子回到了沙漠，而阿瓦·佐西马则回到了修道院，一路上不断祝福并赞美我们的上帝基督。

回到修道院后，阿瓦·佐西马向修士们和院长讲述了他所见所闻，以及圣女玛利亚对他的启示。众人听闻上帝的威能，无不惊叹，并怀着敬畏、信仰与爱，决定设立圣女玛利亚的纪

念日，并敬奉她离世之日。　修道院院长阿瓦·约翰遵照圣女的嘱托，在神的帮助下，对修道院中需要改进之处进行了修整。阿瓦·佐西马在同一座修道院中继续过着蒙神喜悦的生活，虽距百岁之龄仅差数月，最终在此结束了尘世生涯，进入了永恒的生命。

关于埃及圣女玛利亚生平的这段奇妙故事，是由位于约旦河畔、荣耀的"主之先驱圣约翰"修道院的古代苦修者们传给我们的。这个故事最初并未由他们记录下来，而是由圣洁的长老们怀着虔诚之心，从导师传给弟子。

而我——耶路撒冷大主教圣索弗罗尼乌斯（纪念日为3月11日）——作为《生平》的首位撰述者，将从圣父们那里传承下来的内容，全部以文字记录了下来。

上帝行大神迹，并以丰厚的恩赐报答所有以信心归向祂的人，愿祂也赏赐那些阅读、聆听以及将这段故事传给我们的众人，并使我们有幸与蒙福的埃及的玛利亚以及所有圣徒一同，因着自古以来以敬虔的思想和劳苦取悦上帝的圣徒们，得享美善的份。　让我们也把荣耀归给上帝——永恒的君王，愿祂在审判日因我们的主耶稣基督而赐予我们恩典；一切荣耀、尊贵、权柄和敬拜都当归给祂，与圣父、圣灵同在，如今、直到永远。 阿们。

三颂（不鞠躬），第八调。
第四首

[伊尔莫斯：主啊，我听见了 / 祢神圣旨意的奥秘， / 领悟了祢的作为， / 并颂扬了祢的神性。]

副歌：圣使徒们，请为我们向天主祈祷。

那些以节制度过一生、 / 蒙基督启迪的使徒们， / 借着他们受圣灵感动的代祷， / 使我们度过节制期不再艰难。

十二弦的管风琴，/——神圣门徒的合唱团，/唱响了救赎之歌，/驱散了邪恶的旋律。

你们以圣灵的甘霖 / 滋润了太阳之下的一切， / 驱散了多神教的干旱， / 至福者。

副歌：至圣童贞女，救我们吧。

求祢降卑，拯救我，/ 我这曾活在傲慢中的人，/ 祢生下升天者那谦卑的本性，/（童贞女）至洁者。

另一首三节诗，第八调

副歌：圣使徒们，请为我们向天主祈求。

备受尊崇的使徒们！/ 请虔诚地恳求造物主 / 怜悯我们这些赞美你们的人。

作为基督的工人，/ 你们以神圣之言耕耘了整个世界，/ 你们，使徒们，始终/ 向祂献上果实。

你们已成为 / 基督——那真正蒙爱的——的葡萄园， / 因为你们，使徒们，已将圣灵的美酒倾注于世。

副歌：至圣三位一体，我们的上帝，荣耀归于祢！

至初之源，万事同体，/ 全能的圣三一，/ 圣父、圣子与圣灵，/ 上帝、光明与生命，/ 求祢护佑祢的羊群。

副歌：至圣的圣母，救救我们吧。

欢欣吧，如火的宝座；/ 欢欣吧，手持圣灯的灯台；/ 欢欣吧，成圣之山，生命的约柜，/ 圣者中的圣所！

大赞美诗的伊尔莫斯：先知听闻 / 主啊，关于祢降临的消息，便心生敬畏， / 因祢欲由童贞女降生并向世人显现，于是宣告： / “我听闻关于祢的消息，便心生敬畏。” / 荣耀归于祢的大能，主啊！

公义的主啊，求祢勿轻视祢的作为，/ 勿漠视祢的受造物。/ 虽然我作为人犯了罪，/ 且比任何人都更甚，仁爱的主啊，/ 但祢作为万有的主，/ 拥有赦免罪孽的权柄。

灵魂啊，终点临近了，临近了， / 而你却不欢喜，也不作准备； / 时光在缩短，快起来吧：审判者就在门前。 / 生命如梦，如花，时光飞逝， / 我们为何还要徒劳地焦躁不安？

振作起来吧，我的灵魂！/ 默想你所行的一切，/ 将它们呈现在你眼前，/ 流下几滴眼泪，/ 勇敢地向基督坦露你的行为与意念，/ 并为自己辩护。

生命中没有罪、没有行为、没有邪恶， / 是我，救主，没有在其中犯过罪的， / 无论是思想、言语、意志， / 还是意图、念头和行为，我都犯了罪， / 如同世上无人能及。

正因如此，我才被定罪，/正因如此，我这不幸之人，才被自己的良心指控，/世上再没有比它更严厉的了；/全知全能的我的审判者与拯救者！/求祢怜悯、拯救并救赎我——祢的仆人。

那在远古时代 / 被列祖中的伟人所见到的阶梯， / 我的灵魂啊，它指引着 / 积极的攀登与理性的升华； / 因此，若你渴望在行动中、在认知中、 / 以及在沉思中生活——就焕然一新吧。

那位先祖 / 不得不忍受白日的酷热， / 也熬过了夜间的严寒， / 每日都创造着收获， / 放牧、战斗、如奴仆般侍奉， / 只为与两位妻子结合。

所谓“两位妻子”，即指行动与沉思中的认知：/ 利娅作为多子之母，象征行动；/ 拉结则因历经诸多辛劳而得，象征认知；/ 因为若无辛劳，无论是行动还是沉思，/ 我灵魂啊，都无法实现。

醒来吧，我的灵魂，/像众先祖中的伟人一样精进，/以便获得充满智慧的行动，/借此以洞察上帝的智慧而丰富自己，/并通过沉思穿透那不可企及的黑暗，/成为伟大的商人。

十二位先祖 / 孕育了先祖中的伟人， / 为你，我的灵魂，神秘地确立了 / 积极攀登的阶梯， / 将孩童的智慧作为台阶， / 并将自己的脚步——如同攀登一般 / 安排在这些台阶之上。

效法那被鄙视的以扫，/ 你，我的灵魂，将你原始之美的长子权，/ 交给了你的诱惑者，/ 失去了父亲的祈祷，/ 并双重地陷入了诱惑，可怜的人：/ 既在行为上，也在理智上；/ 因此，现在要悔改。

以扫被称为以东，/ 因其对妻子的极度贪恋；/ 因为他始终被放纵之火灼烧，/ 并因享乐而玷污自己，/ 故被称为以东，/ 意为“罪恶之魂的炽热”。

听闻约伯躺在脓疮中，/我的灵魂啊， 也听闻他被宣告无罪，/你却未曾效法他的刚毅，/面对所知、所见、所经历的一切，/你缺乏坚定的意志，/反而显露出不耐烦。

曾高坐王座者，/如今赤身裸体，躺在脓疮遍体的粪堆上；/曾子嗣众多、声名显赫，/却突然变得无子无家；/看哪，他竟将那粪堆视为宫殿，/将那些脓疮视为珍珠。

身披王权尊严、王冠与紫袍，/ 拥有众多产业且正直的人，/ 财富与牲畜丰饶，/ 却突然失去了财富、荣耀与王国，/ 变得一贫如洗。

倘若他比任何人都更公义、更无瑕，/却仍未能逃脱欺骗者的诡计与诡诈，/那么你，这不幸的、沉溺罪恶的灵魂，又将如何自处，/倘若某件意想不到之事/降临于你？

我的身体已被玷污，灵魂蒙上污点，/ 我全身布满疮痂；/ 但祢，基督，如同医治者，/ 求祢藉我的悔改医治这两者，/ 洗净、洁净、使我纯白，/ 并显明我，我的救主，/ 使我如最纯净的雪一般。

祢——道成肉身者，为众人被钉十字架，/ 献上了祢的圣体与圣血：/ 圣体——为要重造我，/ 圣血——为要洗净我。/ 至于圣灵，祢将之赐下，/ 基督啊，为要引领我，/ 归向祢的圣母。

仁慈的主，祢在世上成就了救赎：/ 为了拯救我们，/ 祢甘愿被钉在十字架上；/ 封闭的伊甸园敞开了；/ 天上地下，/ 万物与万民，/ 得救之人，都敬拜祢。

愿祢肋旁流出的宝血 / 成为我的洗礼之泉， / 并成为我的饮品， / 涌出赦罪之水， / 使我全然洁净， / 藉着涂抹与饮用， / 如同受膏与饮用，圣言， / 藉着祢那赐生命的话语。

我失去了宫殿，/ 失去了婚宴，同时也失去了晚宴；/ 灯盏熄灭了，因为其中没有油，/ 宫殿在我沉睡时关闭了，/ 晚宴已经结束，/ 而我手脚被捆绑，/ 被驱逐出去。

教会如何将祢那赐予生命的肋旁 / 视为圣杯， / 从中向我们倾注了双重恩流： / 罪得赦免与真知， / 正如旧约与新约的样式——/ 这两约合而为一，我们的救主。

我的一生短暂，/ 充满苦难与罪恶；/ 但求祢接纳悔改的我，/ 并唤醒我的理智，/ 使我不致成为仇敌的猎物与食物，/ 救主啊，求祢亲自怜悯我。

我如今言语傲慢，/ 心中亦放肆，/ 行事鲁莽且轻率；/ 求祢不要像定法利赛人的罪那样定我的罪，/ 而是赐予我税吏般的谦卑，/ 独一的仁慈而公义的主，/ 求祢将我与他同列。

我因褻瀆了這副血肉之軀而犯罪，/ 我知道，仁慈的主；/ 但求祢在悔改中接納我，/ 並引導我歸向正道，/ 免得我成為仇敵的獵物和食物，/ 救主啊，求祢親自憐憫我。

我将自己变成了偶像，/ 因情欲玷污了我的灵魂，啊，仁慈的主；/ 但求祢在悔改中接纳我，/ 并唤醒我的理智，/ 免得我成为仇敌的猎物和食物，/ 救主啊，求祢亲自怜悯我。

我未曾听从祢的声音，/ 未曾遵行祢的经文，律法颁布者；/ 但求祢在悔改中接纳我，/ 并唤醒我的理智，/ 使我不致成为仇敌的战利品与食物，/ 救主啊，求祢亲自怜悯我。

副歌：圣母玛利亚，请为我们向天主祈祷。

你在肉身中过着无欲无求的生活，/ 圣母啊，你确实获得了/ 上帝面前最伟大的恩典，/ 得以向祂为那些虔诚敬奉你的人代祷；/ 因此我们祈求：也求你用你的祈祷/ 拯救我们脱离一切灾祸。

副歌：圣母玛利亚，求你为我们向天主祈祷。

虽曾深陷于巨大的罪恶之中，/ 你却未曾沉溺其中，/ 而是凭借善念与善行，/ 显赫地升华至至高的美德，/ 玛利亚，令天使般的本性为之惊叹。

副歌：尊贵的安德烈神父，请为我们在上帝面前代祷。

安德烈，愿父神称颂你！/ 面对至圣的三一，/ 请在你的祈祷中切切恳求，/ 使我们这些满怀爱意地呼求你——这位神圣的守护者、克里特岛的荣耀——的人，得以免于惩罚。

荣耀归于圣三：本质上不可分割， / 位格上不可混同， / 我论及你——三位一体的唯一神，/ 如同论及独一无二、同坐宝座者一般。/ 我向你高唱伟大的赞歌，/ 这赞歌在天上世界被三度颂扬。

如今，圣母颂：祢既生子，又仍为童贞女，/ 始终按本性保持童贞；/ 由祢所生的圣子更新了自然法则，/ 并由童贞之胎诞生。/ 凡神所愿之处，自然秩序皆被超越，/ 因祂随心所欲地创造万物。

第五首

伊尔莫斯：从黎明时分起，我便从黑夜中 / 奔向祢，仁爱之主， / 求祢赐我光明， / 并引导我遵行祢的诫命， / 救主啊，求祢教导我， / 遵行祢的旨意。

我曾终日沉溺于黑夜之中，/ 因为罪恶之夜对我而言，/ 便是黑暗与深邃的迷雾；/ 但求祢，救主，使我成为白昼之子。

效法流便，我这不幸之人，/在至高上帝面前实施了不法且罪恶的阴谋，/玷污了我的床榻，正如他玷污了父亲的床榻。

我在祢面前忏悔，基督君王：/ 我犯了罪，我犯了罪，/ 正如当年出卖约瑟的兄弟们——/ 那纯洁与贞洁的果实。

那公义的灵魂曾与亲族相连，/ 所爱之人被卖为奴，/ ——这预表了主；/ 而你，灵魂啊，却将自己全然出卖，/ 献给了你那邪恶的行径。

啊，不幸而可悲的灵魂，/ 效法那公义且贞洁的约瑟的智慧，/ 莫因轻率的欲望而玷污自己，/ 莫不断行不义之事。

纵使约瑟夫曾一度身陷深坑，/ 主啊，/ 那也是你受难与复活的预表；/ 而我，又何时能向你献上类似的祭物呢？

啊，灵魂啊，你曾听闻摩西在圣约柜中的事迹，/ 远古时被河流的波涛所托，/ 又如何在宫殿中逃脱了法老的阴谋——那场苦难。

啊，不幸的灵魂，你曾听闻那些助产妇，/ 她们昔日本该杀害 / 男婴——这是贞洁之举；/ 但如今，如同伟大的摩西，/ 请饮下智慧的乳汁。

正如伟大的摩西 / 重创了埃及的智慧，/ 你，可怜的灵魂，却未曾杀害他；/ 请告诉我，你将如何 / 通过忏悔来安居于情欲的荒漠？

伟大的摩西定居于旷野；/ 那么，灵魂啊，你也去吧，效法他的生活，/ 以便你也能在默观时，/ 亲历荆棘丛中显现的上帝。

灵魂啊，请效法摩西的杖，/它击打大海，使深渊分开，/作为神圣十字架的象征，/借此你也能/成就伟业。

亚伦曾向神献上纯净无瑕的火；/ 但俄弗尼和非尼哈却像你一样，灵魂啊，/ 献上了与神隔绝的不洁生活。

我这性情沉重之人，/面对残暴的法老，主啊，/我的身心已如伊安尼和伊安布里一般，/连思想也深陷其中；但求祢帮助我。

我这可怜人，将自己的心智与污秽混杂在一起，/ 但求祢，主啊，用我眼泪的洗礼池洗净我，/ 我恳求祢，使我肉身的衣裳/ 洁白如雪。

救主啊，若我审视自己的所作所为，/便见我比任何人都罪孽更深，/因我是在完全清醒的状态下犯罪，/而非出于无知。

主啊，求祢怜悯、怜悯祢的受造物。/ 我犯了罪——求祢宽恕我，/ 因为唯有祢本性纯洁，/ 除了祢以外，/ 无人能保持无瑕。

为了我，虽为上帝，/祢却取了我的形像，/行神迹奇事，医治了麻风病人，/使瘫痪者恢复力量，/止住了患血漏之女的血流，救主啊，/仅凭触摸祢衣裳的穗子。

可怜的灵魂啊，效法那患血漏的妇人，/ 快去抓住基督衣裳的衣角，/ 好使你脱离病痛，/ 并从祂口中听见：/ “你的信心救了你！”

效法那弯腰屈膝的，啊，灵魂啊，/ 前来，俯伏在耶稣的脚前，/ 好叫祂使你挺直，/ 使你能笔直地行走 / 在主的道路上。

主啊，虽然祢是深不可测的井，/但求祢从祢至洁的泉源中为我涌出活水，/好叫我像撒玛利亚妇人一样，喝了之后就不再渴：/因为祢所涌出的正是生命之水。

愿我的眼泪成为我的西罗亚，主啊，/ 愿我也洗净我心灵的眼睛，/ 并在心中看见祢——永恒之光。

副歌：圣母玛利亚，请为我们向天主祈祷。

怀着无与伦比的爱 / 渴望向十字架之木朝拜， / 你已如愿以偿； / 愿你，至福者， / 也赐予我，使我获得至高的荣耀。

副歌：圣母玛利亚，请为我们向天主祈祷。

渡过约旦河的溪流，/ 你获得了无痛的安息，/ 避开了肉体的享乐；/ 求你以你的祈祷，/ 使我们也能从其中得解脱，尊贵的圣母。

副歌：尊贵的安德烈神父，请为我们在上帝面前代祷。

作为最卓越的牧者 / 和真正的拣选者， / 我怀着极大的爱与敬畏恳求你， / 智慧的安德烈， / 愿我因你的代祷 / 获得救赎与永生。

三一颂：我们赞美你，圣三一，独一的上帝：/ “圣哉，圣哉，圣哉：圣父、圣子、圣灵，/ ——单纯的本体，/ 永受敬拜的唯一者。

如今，圣母颂：从你——不朽的、未曾嫁人的童贞圣母——身上，/创造万世的神，/取了我的形体，/并将人性与祂结合。

第六首

伊尔莫斯：我全心全意地呼求 / 那满有怜悯的上帝， / 祂从最深的阴间听见了我的呼求， / 并将我的生命从灭亡中拯救出来。

救主啊，我眼中的泪水，/ 以及发自深处的哀叹，/ 我都怀着诚挚的心，伴着内心的呼喊献上：/ “上帝啊，我在祢面前犯了罪，/ 求祢怜悯我！”

我的灵魂啊，你背离了你的主，/ 如同达凡和阿维伦；/ 但要从地狱深处呼求怜悯，/ 免得地穴将你吞没。

我的灵魂啊，你如同发狂的母牛，/ 竟效法了以法莲；/ 但要像从网罗中逃脱的山羊，保全你的性命，/ 用行动与默想来振奋你的心灵。

愿摩西之手使我们确信，灵魂啊，/ 神如何能使这被痲疯侵蚀的生命 / 恢复洁白与纯净，/ 切莫为自己绝望，/ 纵使你身患痲疯。

救主啊，我罪孽的波涛，/ 如同红海中的波涛般回涌，/ 突然将我淹没，/ 正如昔日淹没埃及人和他们的骑兵一般。

你的选择是愚昧的，灵魂啊，/ 如同古时的以色列人：/ 因为你轻率地舍弃了神圣的吗哪，/ 却选择了被情欲所充斥的享乐。

我的灵魂啊，你宁愿选择 / 迦南人的意念所构成的井， / 也不愿选择那涌出活水的磐石， / 那磐石仿佛智慧之杯， / 倾泻出神学的泉流。

我的灵魂啊，你竟将猪肉、锅灶和埃及的食物 / 置于天上的食物之上， / 正如当年旷野中那群轻率的子民。

当你的仆人摩西 / 用杖击打磐石时， / 他象征性地预表了你那赐生命的肋旁， / 我们所有人，救主啊， / 都从那里汲取生命的甘泉。

我的灵魂啊，试着去体验并观察，如同约书亚一般，/那应许之地究竟是怎样的，/并通过遵守律法在其中定居。

起来并征服，/如同约书亚征服亚玛力人那样，征服肉体的情欲，/以及基遍人——那些诡诈的意念，/永远战胜它们。

跨越时间的流逝，/如同昔日的方舟，/灵魂啊，进入那应许之地：/上帝如此吩咐。

正如祢曾拯救呼求的彼得，/ 救主啊，求祢也速速拯救我，/ 伸出祢的手，将我从野兽手中解救出来，/ 并从罪恶的深渊中提拔我。

我知道祢是宁静的避难所，/ 主啊，主基督；/ 但求祢速速将我从难以测度的罪恶与绝望深渊中 / 拯救出来。

我，救主，/ 曾是祢遗失的一枚王室德拉克马；/ 但当祢点燃那盏明灯——祢的先驱，道——/ 求祢寻觅并找到祢的形像。

副歌：圣母玛利亚，求祢为我们向天主祈祷。

为了熄灭情欲之火，/ 玛利亚，你不断流下泪水，/ 灵魂燃烧；/ 也请将这份恩典赐予我，/ 你的仆人。

副歌：圣洁的母亲玛利亚，求祢为我们向天主祈祷。

圣母啊，你以尘世至高的生活，/ 获得了天上的无欲；/ 因此，求你代祷，使歌颂你的人，/ 也能借着你的代求，/ 摆脱情欲的束缚。

副歌：圣安德烈神父，求你为我们向天主祈祷。

我深知你是克里特岛的牧者与领袖，/ 也是普世的代祷者，/ 因此，安德烈，我投靠你，向你呼求：/ “神父啊，求你救我脱离罪恶的深渊！”

三一颂：“圣三一，我乃不可分割、不可分离，/ 按位格可辨，/ 且本性合一”，/ ——圣父宣告，圣子与圣灵亦宣告。

如今，圣母颂：你的圣胎为我们生下了上帝，/祂取了我们的形像，/圣母啊，请向这位万物的创造主祈求，/使我们因你的祈祷而得称义。

伊尔莫斯：我全心全意地呼求 / 那满有怜悯的上帝，/ 祂从最深的阴间听见了我的呼求，/ 并将我的生命从灭亡中拯救出来。

康达克，第六调

我的灵魂啊，我的灵魂啊，醒来吧，你为何沉睡？/ 末日将至，你将陷入困惑。/ 快振作起来吧，愿基督上帝——/ 无所不在、充满万有的主——怜悯你！

伊科斯：见基督的医治之门敞开，/ 亚当的健康从中流淌而出，/ 魔鬼便开始痛苦挣扎，深受打击，/ 如同遭遇灾难般痛哭，/ 并向他的同党们哀号道：/ “我该如何对付玛利亚之子？ / 那来自伯利恒的人正在杀死我，/ 无所不在、充满万有的主！”

俯首敬拜者有福了，第六调

主啊，当你降临你的国度时，求你在你的国度中记念我们。

那位在十字架上 / 高呼“求祢记念我！”的强盗，/ 基督啊，祢使他 / 比所有人都先 / 成为乐园的公民。 / 求祢也使我这不配的人 / 蒙受他的悔改之恩。

心灵贫穷的人是有福的，因为天国是他们的。

我的灵魂啊，你要聆听玛诺的故事，/他在远古时代曾亲历主显节，/并从那不结果子的树上领受了应许的果实；/让我们效法他的虔诚。

哀恸的人有福了，因为他们必得安慰。

效法参孙的放纵，/ 你，我的灵魂，剪去了你行为的荣耀，/ 为了情欲，将贞洁而幸福的生活/ 出卖给了异族人。

温柔的人有福了，因为他们必承受地土。

曾以驴的下颚 / 战胜异族之人，/ 如今却因情欲的放纵 / 沦为徒劳的牺牲品；/ 但我的灵魂啊，切莫效法 / 他这般行径与软弱。

饥渴慕义的人有福了，因为他们必得饱足。

瓦拉克和耶弗他，这两位将领，/被选为以色列的士师，/与他们同在的还有底波拉，其智慧不逊于男子；/我的灵魂啊，/当从他们的英勇事迹中汲取勇气，从而坚强起来。

仁慈的人是有福的，因为他们必蒙怜悯。

我的灵魂啊，你已知晓雅伊利的英勇，/ 她曾在远古刺穿西西拉，/ 并以锋利的木棍成就救赎——听啊——/ 这木棍正是为你所象征的十字架。

清心的人有福了，因为他们必得见上帝。

献上可称颂的祭物吧，我的灵魂：/ 像耶弗他最纯洁的女儿一样，/ 献上你的善行，/ 并将肉体的情欲，/ 作为祭物献给你的主。

使人和睦的人有福了，因为他们将被称为神的儿女。

我的灵魂啊，要默想基甸的羊毛，/ 接受来自天上的甘露，/ 俯身如犬般饮下 / 从律法中流淌、/ 源自圣经经文的活水。

为义受逼迫的人有福了，因为天国是他们的。

我的灵魂啊，你因缺乏智慧，/ 任凭情欲在自己里面作祟，/ 像以利亚祭司那样，/ 使自己招致了谴责，/ 如同他教导他的儿女行不法之事一般。

你们有福了，当人因我的缘故辱骂你们、逼迫你们，并以各种不义的方式诽谤你们的时候。

在士师时代，一位利未人因愤怒，/将妻子分给了十二支派，我的灵魂啊，/为要战胜那来自便雅悯支派的罪恶所带来的耻辱。

你们要欢喜快乐，因为你们在天上的赏赐是大的。

智慧的安娜，在祷告时，/ 仅以嘴唇赞美，/ 却无人听见她的声音；/ 然而，尽管她原本不孕，/ 却生下了一个配得她祷告的儿子。

主啊，当你进入你的国度时，请记念我们。

被列为士师的，是安娜之子、伟大的撒母耳，/ 她——阿玛法玛的居民——/ 将他送往主的殿中抚养；/ 我的灵魂啊，要效法他，并先于其他一切，/ 审判你自己的事。

主啊，当你进入你的国度时，请记念我们。

大卫，蒙拣选为王者，/曾以神圣的膏油从角中受膏；/我的灵魂啊，若你渴慕至高的国度，/就当以眼泪如膏油般涂抹自己。

圣者啊，当你进入你的国度时，请记念我们。

仁慈的主啊，求祢怜悯祢的受造物，/ 怜恤祢亲手所造的，/ 并宽恕所有犯了罪的人，/ 包括我——那个比任何人都更轻视/ 祢诫命的人。

三一颂：我承认永恒、降生与发源，/ 敬拜生子的圣父，/ 颂扬受生的圣子，/ 歌颂与圣父、圣子同辉的 / 圣灵。

如今，圣母颂：我们敬拜祢那超自然的诞生，/ 神之母，我们不将祢圣婴的荣耀，/ 因其本性所固有的，加以分割；/ 因为那位唯一位格者，/ 被宣认具有两个本性。

第七首

伊尔莫斯：我们犯罪，行了 / 悖逆与不义，在你面前，/ 既未遵守，也未遵行，/ 你所吩咐我们的。/ 但求你不要永远弃绝我们，/ 列祖之神！

我犯了罪，行了不法之事，/ 并弃绝了祢的诫命，/ 因为我本就生在罪中，/ 又在自己的创伤上增添了伤痕；/ 但求祢亲自怜悯我，/ 仁慈的父神。

我已将心中的隐秘 / 向祢——我的审判者——倾诉， / 求祢垂顾我的谦卑， / 垂顾我的忧伤， / 此刻请倾听我的自责， / 并亲自怜悯我，作为那满有怜悯的 / 列祖之神。

扫罗曾因丢失了父亲的驴，/ 却意外获得了王位，踏上了成名的道路；/ 但看哪，我的灵魂，切莫忘却，/ 不要因你那畜生的欲望，/ 而舍弃基督的国度。

大卫曾是上帝之父，/ 虽然他犯了重罪，我的灵魂啊：/ 他被通奸之箭所伤，/ 又因杀人而如被长矛刺中般遭受报应，/ 但你自己却正因那些最严重的罪行而受苦——/ 即你任性的欲望。

大卫曾将罪恶叠加于罪恶之上，/将谋杀掺杂于通奸之中，/但很快便献上了深切的忏悔；/而你，我的灵魂，却犯下了更恶劣的罪行，/却未在神面前悔改。

大卫曾写下，/ 如同在圣像上绘制一般，一首诗歌，/ 借此他指责自己的所作所为，呼求道：/ “求祢怜悯我，因我得罪了祢——独一的上帝。/ 求祢亲自洁净我！”

当圣约柜被运送在战车上时，/你所熟知的俄撒，/当时因偏离牛群的方向，/仅仅触碰了一下，便亲身尝到了上帝的愤怒；/但我的灵魂啊，要远离他的狂妄，/虔诚地敬畏上帝。

你曾听闻押沙龙的事，/他如何背叛本性；/你知晓他的恶行，/他以此玷污了大卫父亲的寝榻。/但你自己却效仿了他那充满情欲、/贪图享乐的欲望。

你将自己自由的尊严屈从于肉体，/ 因为遇见了另一个敌人——亚希多弗，/ 你，灵魂啊，便屈从于他的建议；/ 但基督亲自摧毁了这些建议，/ 使你能全然得救。

奇妙的所罗门，/ 曾充满恩典与智慧，/ 却曾行恶抵挡上帝，/ 背离了祂。/ 你自己，灵魂啊，以你那/ 该受咒诅的生活，效法了他。

被情欲的享乐所诱惑，/所罗门玷污了自己。/唉，这位智慧的捍卫者，/竟成了放荡女子的追求者，与上帝疏远。/你自己，灵魂啊，在心思上效法了他，/沉溺于可憎的淫欲之中。

我的灵魂啊，你竟嫉妒罗波安，/ 他未听从他父亲的顾问，/ 甚至效法了最邪恶的仆人——耶罗波安，那位古老的叛乱者。/ 但请停止效法他们，向神呼求：/ “我犯了罪，求你怜悯我！”

我的灵魂啊，你竟与亚哈 / 在可憎之事上相竞，唉，我真可悲！ / 你成了肉欲的污秽之所 / 和可耻情欲的器皿； / 但要从你内心深处哀叹 / 并将你的罪孽向神倾诉。

从前以利亚曾两次焚烧 / 耶洗别五十名仆人， / 那时他亦除灭了那些行可憎之事的先知， / 以谴责亚哈； / 但我的灵魂啊，切莫效法他们二人， / 当坚强起来。

天门已为你关闭，灵魂啊， / 上帝的饥饿已降临于你， / 正如往昔， / 当亚哈不顺从提斯比人以利亚的话语之时； / 但你要效法撒勒法的寡妇： / 滋养先知的灵魂。

你甘愿积聚玛拿西的罪孽，/ 取代异教的污秽，竖起了情欲的偶像，/ 从而，灵魂啊，加剧了祂对你的愤怒；/ 但若你热切地为他的悔改而热忱，/ 便能获得痛悔。

我俯伏在你面前，/并将我的话语如泪水般献给你：/“我犯了罪，如同那淫妇所未曾犯的罪，/行了不法之事，地上无人能及；/但主啊，求你怜悯你的受造物，/并呼召我！”

我蒙蔽了祢的圣容 / 歪曲了祢的诫命， / 我的一切美善都蒙上了阴影， / 灯火被情欲熄灭； / 但求祢怜悯，救主，将喜乐还给我， / 正如大卫所唱的那样。

回转吧，悔改吧，敞开心扉，/ 对全知的神说：/ “你深知我的隐秘，独一的救主；/ 但求你亲自怜悯我，正如大卫所唱，/ 因你的慈爱！”

我的日子已如醒来者所见的梦境般消逝，/ 因为我像希西家一样在病榻上哭泣，/ 祈求能延长我的寿命；/ 但我的灵魂啊，除了全能的上帝，/ 还有谁能像以赛亚那样站在你面前呢？

副歌：圣母玛利亚，请为我们向天主祈祷。

你向至圣圣母呼求，/ 曾先驱散了狂暴的私欲，/ 那些曾肆虐横行之物，/ 并使那诱惑之敌蒙羞；/ 但如今，也请赐予我——你的仆人——/ 在悲伤中得着帮助。

副歌：圣母玛利亚，求主为我们代祷。

那位你所深爱、所渴慕的，/ 为了祂你耗尽了血肉之躯，尊贵的圣母，/ 如今请为祂的仆人们向基督祈求，/ 愿祂显出祂的仁慈，/ 赐予我们所有敬拜祂的人 / 平安的安宁。

副歌：圣安德烈神父，求你为我们向天主祈祷。

求你以你的代祷，父啊，将我坚立在信仰的磐石上，/用对上帝的敬畏护佑我，/并求你此刻赐我悔改之心，我恳求你，安德烈，/救我脱离那些追捕我的仇敌的罗网。

荣耀颂（三位一体）：三位一体，简单、不可分割、/同质且本性唯一：/如同光明与光，亦如三位圣者与唯一圣者，/我们颂扬三位一体的上帝；/但灵魂啊，请歌颂、赞美生命与生命，/——即万有的上帝。

如今，圣母颂：我们颂扬祢，祝福祢，/敬拜祢，上帝之母，/因为祢在腹中怀了/不可分割的三位一体中的一位——基督上帝，/并亲自向我们，/这些活在世上的人，显明了天上的奥秘。

三首诗篇，第八调。
第8首

伊尔莫斯：无始的荣耀之王，/ 诸天军在祂面前战栗，/ 天使军团在祂面前颤抖，/ 祭司们，请歌颂祂，/ 众人，请世世代代尊崇祂。

副歌：圣使徒们，请为我们向神祈祷。

如同无形之火的炭火，/ 焚尽我肉身的私欲，/ 如今在我心中点燃 / 对神圣之爱的渴望，使徒们。

让我们敬拜那悦耳的号角之言，/ 正因这些话语，/ 敌人脆弱的城墙已然倒塌，/ 认识上帝的堡垒得以巩固。

摧毁我灵魂中情欲的偶像，/ 你们曾摧毁敌人的圣殿与支柱，/ 主的使徒们，/ 圣洁的圣殿。

副歌：至圣童贞女，救我们吧。

祢怀抱了本性上不可容纳者，/ 孕育了孕育万物者，/ 圣洁的祢以乳汁哺育了，/ 滋养万物的基督，/ 生命的赐予者。

另一首三节诗

伊尔莫斯同上。

副歌：圣使徒们，请为我们向神祈祷。

凭圣灵的智慧建立整个教会——基督的使徒们！/ 愿你们在教会中永远颂扬基督。

吹响教义的号角，/ 使徒们击溃了一切偶像的迷惑，/ 将基督高举于万世。

使徒们，美好的团体，/ 世界的守护者与天国的子民！/ 求你们拯救那些不断赞美你们的人，/ 使他们脱离灾祸。

副歌：至圣三位一体，我们的上帝，荣耀归于祢！

三一之光、普照万物的神圣权能，/ 同享荣耀与宝座的唯一本性，/ 圣父，万物之创造者，/ 圣子与圣灵！/ 我将永远赞美祢。

副歌：至圣圣母，救救我们吧。

如同尊贵至高无上的宝座，/ 让我们，世人，不断颂扬 / 神的母亲——分娩后独一无二的 / 母亲与童贞女。

大赞美诗的伊尔莫斯：天军所颂扬的，/ 智天使与火天使在祂面前战栗的，/ 一切有气息、被造之物，/ 都要歌唱、祝福 / 并永远尊崇祂！

救主啊，求祢怜悯这犯了罪的人，/ 使我的心志转向悔改，/ 接纳我这悔罪之人，向呼求祢的人施怜悯：/ “我在祢面前犯了罪，求祢拯救；/ 我行了不法之事，求祢怜悯我！”

驾车者以利亚，/ 登上美德的战车，/ 仿佛昔日升入天堂，/ 超越一切尘世之物；/ 我的灵魂啊，要默想他的升天。

约旦河的流水因以利亚的恩典，/ 曾为以利沙在两岸停流；/ 而你，我的灵魂啊，却因放纵不节制，/ 未能分享那恩典。

以利沙昔日承蒙以利亚的恩宠，/ 便从上帝那里获得了加倍的恩典；/ 而你，我的灵魂啊，却因放纵不节制，/ 未能分享那份恩典。

昔日撒玛利亚妇人 / 曾以义人的善意接待了客旅，/ 而你，我的灵魂，却未曾将 / 异乡人或过路人迎入家中；/ 因此，你将被从宫殿中驱逐出去，伴随着抽泣。

你，这不幸的灵魂，/ 总是效仿希耶西那污秽的品行；/ 哪怕到了晚年，也要摒弃他的贪财之心，/ 远离地狱之火，/ 弃绝你所行的恶事。

你啊，乌西雅的灵魂，因嫉妒，/ 竟在自己身上背负着加倍的痲疯，/ 因为你思虑不该思虑的，行不法之事。/ 弃绝你所执着的，/ 并归向悔改。

啊，灵魂啊，你曾听闻尼尼微人，/ 他们身着粗麻衣、头撒灰烬，向神悔改；/ 你却未效法他们，反而比那些在律法之前和之后犯罪的人更为顽固。

我的灵魂啊，你曾听闻耶利米，/他在通往锡安城的泥泞沟渠中，/痛哭哀号，以泪求告；/效法他那哀恸的生活，你便得救。

约拿逃往法尔西斯，/预见尼尼微人将悔改：/因为他作为先知，深知上帝的怜悯，/因此满怀热忱，/唯恐预言落空。

我的灵魂啊，你曾听闻，/ 但以理在坑中如何封住了野兽的嘴；/ 你也知道，那些与亚撒利雅同在的少年们 / 如何凭着信心熄灭了窑中熊熊燃烧的火焰。

我从《旧约》中 / 把所有这些都作为榜样呈现在你面前，我的灵魂啊，/ 效法义人讨神喜悦的作为，/ 反之，要远离 / 邪恶之人的罪孽。

公义的救主，求祢怜悯，/ 救我脱离那火与刑罚，/ 那是我在审判时理应承受的：/ 求祢在我终结之前赐我宽慰，/ 因我的美德与悔改。

我如强盗般向祢呼求：“求祢记念我！”／我如彼得般痛哭流涕。／“救主，求祢赦免我”，——我如税吏般呼求，/ 如淫妇般潸然泪下；/ 求祢接纳我的哭泣，/ 如同当年接纳那迦南妇人的哭泣。

救主啊，请医治 / 我这谦卑灵魂的溃疡，唯一的医治者，/ 请为我敷上膏药、橄榄油和葡萄酒——这些是悔改的象征，/ 伴随着眼泪的痛悔。

效法那迦南妇人，我也：/ “可怜我吧”，——我向大卫之子呼求；/ 像那个患血漏的妇人一样，触摸祢衣裳的穗子，/ 像马大与马利亚为拉撒路哀恸那样，我痛哭流涕。

如将雪花石膏般的泪水 / 倾注在祢的头上，救主，/ 我像那寻求怜悯的淫妇一样向祢呼求，/ 献上恳求并祈求 / 能获得祢的宽恕。

纵使无人如我这般在你面前犯罪，/但仁慈的救主啊，仍请接纳我，/我怀着悔罪的敬畏与呼求的爱，/高声呼求：“我在你——独一无二的主面前犯罪，/犯了不义之举，求你怜悯我！”

救主啊，求祢怜悯祢的受造物，/ 如同牧人一般寻回迷失的羊，/ 拯救迷途者脱离狼的魔爪，/ 使我成为祢羊群中的一只羔羊。

当你作为仁慈的审判者坐下 / 并显明你那可畏的荣耀时，基督啊，/ ——哦，那时，那燃烧的火炉将给所有 / 惧怕你那难以承受的审判的人带来何等大的恐惧！

副歌：圣母玛利亚，求祢为我们向天主祈祷。

永不落之光的圣母，祂照亮了你，/使你脱离了情欲的蒙蔽；/因此，既已领受了恩典之灵，/玛利亚，求你/以信德照亮那些赞美你的人。

副歌：圣母玛利亚，求祢为我们向天主祈祷。

母亲啊，当神圣的佐西马在你身上目睹了新的奇迹，/他确实激动不已，/因为他看见了化身为肉身的天使，/心中充满了惊奇，/永远赞美基督。

副歌：尊贵的安德烈神父，求你为我们向天主祈祷。

安德烈啊，你因对主怀有胆识，/ 克里特岛的圣者，受人称颂！/ 求你代祷，使我如今因你的祈祷，/ 从不法之枷锁中得释放，/ 我恳求你，悔改的导师，/ 圣者的荣耀！

副歌：愿我们颂赞圣父、圣子、圣灵，我们的主。

无始的圣父，与圣父同始的圣子，/ 良善的安慰者，公义的圣灵；/ 上帝之言的生者，/ 圣父无始的圣言，/ 活泼且创造万物的圣灵，/ 三位一体的唯一者，求祢怜悯我。

如今，圣母颂：仿佛由紫色织物，至洁者，/ 那意念中的朱红——以马内利的肉身 / 在你的子宫中编织而成；/ 因此，我们真诚地敬拜你，圣母。

我们赞美、祝福、敬拜主，世世代代歌颂并尊崇祂。

伊尔莫斯：天军所颂扬的，/ 智天使与火天使在祂面前战栗的，/ 一切有气息、被造之物，/ 都要歌唱、祝福 / 并永远尊崇祂！

随后唱《至圣童贞女颂》。

三节诗，第八调。
第9首

伊尔莫斯：我们——蒙祢拯救的人——诚心承认祢是圣母，/ 纯洁的童贞女，/ 与众无形之灵一同尊崇祢。

副歌：圣使徒们，请为我们向天主祈祷。

你们是救赎之流的源泉，/ 请滋润我这被罪恶之渴所折磨的灵魂吧，/ 使徒们！

我正漂浮在灭亡的深渊中，/ 甚至已沉入水底，/ 主啊，求祢以祢的右手，/ 如同拯救彼得一般拯救我。

愿你们以美善教诲之盐，/ 驱散我心灵的腐朽，/ 驱散无知的黑暗。

副歌：至圣童贞女，拯救我们。

作为生下喜乐的母亲，/ 主母啊，请赐予我泪水，/ 使我能在那将来的日子里 / 借此获得神圣的安慰。

另一首三节诗

伊尔莫斯：你，天与地之间的中保：

副歌：圣使徒们，请为我们向天主祈祷。

你，荣耀的使徒群体，/ 我们以圣咏颂扬你：/ 因为你们已成为照亮宇宙的明亮之光，/ 驱散迷途。

凭着你们福音的渔网，/你们捕获了有智慧的鱼，/并常将它们作为食物献给基督，/蒙福的使徒们。

在你们向天主祈求时，/ 恳求你们，使徒们，请为我们祈祷，/ 使我们——这些满怀爱意歌颂你们的人——/ 得以摆脱一切诱惑。

副歌：至圣三位一体，我们的上帝，荣耀归于祢！

我颂扬祢——三位一体的唯一神，/——圣父、圣子与圣灵，/——作为同质同体的唯一神，/——三位一体，力量统一且无始无终。

副歌：至圣童贞女，求祢拯救我们。

你既生下圣婴，又保持童贞，/ 我们万族都称你为有福的，/ 因为藉着你，我们脱离了咒诅：/ 因为你是我们的喜乐——你生下了主。

大圣咏的伊尔莫斯：无种受孕的诞生不可言喻，/ 未曾知夫的圣母怀有无瑕的圣子：/ 因为神的降生更新了自然的法则。/ 因此，我们万族，/ 尊称祢为我们的神之母，/ 并以正统之礼颂扬祢。

心灵受创，躯体松弛，/ 精神病痛，言语无力，/ 生命已死，终局近在咫尺。/ 那么，我这不幸的灵魂啊，当审判者前来审视你的作为时，/ 你将如何自处？

摩西所著的《创世记》/ 我已在你面前重述，灵魂啊，/ 随后是所有隐秘的经文，/ 讲述义人与不义之人的事；/ 灵魂啊，你效法了后者，而非前者，/ 在上帝面前犯了罪。

律法已失效，福音也无能为力，/而你却轻视了全部圣经：/先知们失去了力量，义人的话语也尽失效力。/我的灵魂啊，你的创伤已成倍增加，/却没有医生能医治你！

我为你举出新约圣经中的例子，/ 使你，我的灵魂，心生懊悔。/ 因此，要效法义人，远离罪人，/ 并借着祷告、禁食、/ 纯洁与虔敬来取悦基督。

基督道成肉身，/ 呼召强盗和娼妓悔改。/ 灵魂啊，快来悔改：天国的门已经敞开，/ 法利赛人、税吏，/ 以及悔改的通奸者，都是首批被接纳的。

基督化身为婴孩，/ 借着肉身与我联合，/ 并甘愿经历了 / 除罪以外一切本性所固有的事，/ 以此向你——啊，灵魂——彰显榜样，/ 并显明祂的宽恕。

基督拯救了东方三博士，/召集了牧羊人，/使许多婴孩成为殉道者，/荣耀了长老和年迈的寡妇。/灵魂啊，你既未效法他们的行为，也未效法他们的生活；/但当你站在审判台前时，你将何等悲惨。

主在旷野禁食四十天，/ 最终感到饥饿，/ 显明了祂的人性。/ 灵魂啊，不要灰心：若仇敌向你袭来，/ 愿他因你的祷告与禁食，从你脚前退却。

基督曾受试探：/ 魔鬼试探祂，/ 展示石头，/ 要祂将石头变成面包；/ 把祂带上山，/ 要在顷刻间让祂看见世上所有的国度；/ 啊，灵魂啊，你要惧怕此事，/ 保持清醒，时时向神祷告。

那喜爱旷野的鸠鸟，/ 发出呼喊之声，/ 作为基督的明灯，宣讲悔改；/ 但希律与希罗底行了不法之事：/ 看哪，我的灵魂，切勿陷入不法之徒的罗网，/ 却要爱慕悔改。

恩典的施洗者定居在旷野，/ 来自整个犹太和撒玛利亚的 / 听众纷纷涌来，/ 承认自己的罪过，/ 热切地接受洗礼。/ 但你却没有效法他们，我的灵魂。

婚姻是圣洁的，床榻是纯洁的，/ 因为基督曾赐福于它们，/ 曾以肉身享用食物，/ 又在迦拿的婚宴上将水化为酒，/ 并显出这第一个神迹，/ 只为使你悔改，啊，我的灵魂。

基督使瘫痪者痊愈，/使他从床上起身，/并使那死去的少年——寡妇之子——复活，/正如使百夫长的少年复活一样；/祂向撒玛利亚妇人显现，/在圣灵中侍奉上帝，/为你，我的灵魂，预定了这条道路。

主仅以衣襟一触，便医治了患血漏的妇人，/洁净了痲疯病人，/使瞎眼和瘸腿的人重见光明、恢复行动，/又以话语医治了聋哑人和驼背者，/只为使你得救，可怜的灵魂啊。

基督——道，在医治疾病的同时，/向穷人传讲福音；/祂医治了残废者，与税吏一同进餐，/与罪人交谈；/祂以手一触，/便使雅伊罗已离世的女儿复活。

税吏得救了，淫妇也变得贞洁了，/而自夸的法利赛人却遭到了谴责。 / 因为前者呼求："求祢怜悯我！" / 后者说："求祢宽恕我！" / 而最后那人却自鸣得意，高声宣称："神啊，我感谢祢！" / 随后便是那些荒谬的言辞。

撒该虽是税吏，却获得了救赎，/而法利赛人西门却被引诱，/那淫妇则从那位有权赦免罪孽的主那里/获得了完全的赦免；/快去吧，我的灵魂，/你也当效法她。

那淫妇啊，我这可悲的灵魂，/你却没有效法她，/她曾捧着一瓶香膏，/流着泪用头发擦拭并用香膏膏抹主的双脚，/主便撕毁了她/以往罪孽的记录。

基督曾向哪些城邑传讲福音，/我的灵魂啊，你知道它们是如何被咒诅的；/要敬畏这个先例，切勿沦落如他们一般，/因为主将他们比作所多玛，/甚至判他们下地狱。

我的灵魂啊，切莫因绝望而比那迦南妇人更糟，/当你听闻那因着信心、/使她女儿借着上帝的话语得医治的信心时。/"大卫的子孙，也救救我吧！"/——请像她向基督那样，/从心底深处呼求。

求祢施怜悯，拯救我，/ 大卫之子，求祢怜悯，/ 祢曾以话语医治被恶灵附身的人；/ 并像对那强盗一样，向我发出仁慈的声音：/ "我实在告诉你，你将与我同在乐园，/ 当我以我的荣耀降临之时！"

那个强盗曾辱骂祢，/ 却又承认祢是上帝，/——他们二人都悬挂在祢的十字架旁；/ 但啊，至仁慈者，正如那位信靠祢、/ 并在祢身上认出上帝的强盗一样，/ 也请为我敞开/ 祢荣耀国度的门。

受造之物目睹祢被钉十字架而痛苦：/ 山岳与磐石因惊骇而崩裂，/ 大地震动，阴间失去财富，/ 白昼之光黯淡，/ 凝视着祢，耶稣，/ 被钉在十字架上的（肉身）

求祢不要向我索取应得的悔改之果，/ 因我的力量已在我里面枯竭；/ 求祢赐我常存痛悔的心 / 与属灵的贫穷，/ 使我能将它们献给祢 / 作为蒙悦纳的祭物，独一的救主。

我的审判者，深知我一切的！/ 祢将与天使们一同再来，/ 审判整个世界；/ 那时，求祢以仁慈的目光垂顾我，/ 怜悯并恩待我，耶稣，/ 因我比全人类都更深地陷于罪中。

副歌：圣母玛利亚，为我们向天主祈祷。

你以非凡的生活 / 令众人惊叹： / 无论是天使的军团，还是凡人的群体， / 你活得如同无形之体，超越了我们的本性。 / 因此，玛利亚，你仿佛无形般前行， / 踏着脚步跨越了约旦河。

副歌：圣母玛利亚，求你为我们向天主祈祷。

求你向造物主代求，/ 为那些赞美你的圣母，/ 使他们免于灾祸与悲伤，/ 这些从四面八方袭来的灾祸；/ 好叫我们脱离试探，不断颂扬/ 那荣耀你的主。

副歌：圣安德烈神父，求你为我们向天主祈祷。

受尊崇的安德烈，至福的三倍圣父，/ 克里特岛的牧者！/ 请勿停止为颂扬你的人祈祷，/ 愿我们所有人——那些以信心纪念你的人——/ 都能摆脱愤怒、悲伤、朽坏，/ 以及无边的罪孽。

三一颂：同质的三一，/ 三位一体的合一！/ 我们颂扬祢，/ 荣耀圣父，尊崇圣子，/ 并敬拜圣灵，/ 祢确是本性唯一的神，/ 生命与众生命之源，永恒的国度。

如今，圣母颂：求祢护佑祢的城邦，/至圣的上帝之母。/因在祢的庇护下，它凭着信德掌权，/并从祢那里获得力量，/在祢的协助下，/凯旋地击退一切诱惑，/俘虏仇敌，/并使他们顺服。

伊尔莫斯：无种受孕的诞生不可言喻，/ 未曾知夫的圣母所怀的圣子无瑕：/ 因祂重塑了自然法则，彰显了神的降生。/ 因此，我们万族，/ 尊崇祢为我们的神之母，/ 并以正统之礼颂扬祢。

并照常点燃圣灯。

诗篇唱诵，第八调

我的灵魂啊，你误入强盗之路，/ 因自身的罪孽而深受创伤，/ 被交给了鲁莽的敌人；/ 但趁着还有时间，请在痛悔中呼求：/ “绝望者的希望，绝望者的生命，/ 救主，请扶起我并拯救我！” **(2)**

又向殉道者们：你们英勇地披上了信仰的盔甲，/并以十字架的形象武装自己，/你们显为强大的战士，/勇敢地对抗暴君，/并摧毁了魔鬼的诱惑；/成为胜利者后，获得了冠冕。/请永远为我们代祷，/使我们的灵魂得救！

《荣耀颂》（现今版）：至圣童贞圣母，/ 求祢垂听祢仆人们的祈祷，/ 并不断为我们代祷，/ 使我们得以从罪中得救，/ 并蒙赐平安。

以及晨祷的常规结束词。

第五周的星期四
第六时辰

先知颂，第六调

仁慈、宽容的全能者，主啊，求祢将祢的慈爱降临在祢的子民身上。

荣耀归于祂，如今也是如此：我们再次重复同样的话。

前诵，第六调

主已登基，/ 愿大地欢欣。

诗节：众岛屿当欢欣。

诗篇 96:1

以赛亚书预言诵读

创造诸天并将其竖立、奠定大地及其上万物、赐予地上万民气息、并赐予行走其上之人灵性的主上帝如此说：我——主上帝——以公义召你，必扶持你的手，坚固你。　我已立你作以色列家的约，作外邦人的光，要开启瞎子的眼睛，释放被囚者的脚镣，使那些坐在黑暗中的人从囚禁之屋中出来。　我是耶和华神，这是我的名；我的荣耀我不赐给别人，我的尊荣也不归于偶像。看哪，起初的事已经成就；我所预言的新事也必临到；这事在预言之前就向你们显明了。　当向耶和华唱新歌，因祂的大能[至高]！从地极赞美祂的名，凡下到海边、在海中航行的，以及各岛及其居民，都要赞美祂。旷野和其中的城邑、帐篷，以及基达的居民，都要欢喜；住在磐石上的，都要欢呼，从山顶上高声欢呼。　他们要将荣耀归给神，在各岛上传扬祂的英勇。万军之耶和华要出来（击溃战阵，激发妒忌），并以大能向祂的仇敌高声宣告。我[自亘古以来]一直沉默，难道我还要永远沉默、克制自己吗？ 我像产子者一样忍耐：我要从我里面出来，将万物一同枯干：我要使山岭荒凉，使山丘枯干，使它们所有的草都枯萎；我要将河流变为岛屿，使沼泽干涸；我要引导瞎子走他们不认识的路，领他们行在他们未曾知道的径上；　将他们的黑暗变为光明，将弯曲的小径变为笔直的大路：我必为他们成就这些事，绝不撇下他们。

以赛亚书 42:5–16

前诵，第六调

当向耶和华唱新歌，因为耶和华行了奇事：/ 他的右手成就了救恩。

诗节：地极的人都看见了我们神的救恩。

第五周星期四
晚祷时

在“主啊，我呼求：”之后，唱第10调的诗节。
自唱两遍，第八调

因我罪恶的意愿，我曾被剥夺 / 自首次犯罪之后 / 美德的光辉，/ 但当祢——神的道——降临于我之时，/ 我随即又披戴上了这光辉。/ 因为祢没有轻视我——这陷入剧烈情欲之人，/ 这在路上被强盗打倒之人：/ 而是以祢最强大的能力眷顾了我，/ 祢使我蒙受了祢的护佑，至仁慈者。

致殉道者：主的殉道者们，你们使每个地方都圣洁，/并治愈一切疾病：/如今我们恳求你们代祷，/愿我们的灵魂得以从仇敌的罗网中得救。

其他诗篇，第一调

被钉在十字架上的主啊，/ 祢用神圣的长矛撕毁了亚当罪孽的文书；/ 因此，圣言啊，求祢解开我的枷锁，/ 使我满怀喜乐，凭着信心向祢献上赞美的祭，/ 如今我已迎来祢为拯救众人而显明的斋戒良机。

昔日摩西因斋戒的光辉而闪耀，/ 得见神的荣耀；/ 我的谦卑灵魂效法此例，/ 向那位因仁慈之故在十字架上为你张开双臂的主，/ 通过善行、节制与祈祷取悦于祂，/ 以便获得神圣的喜乐。

另一首诗篇，第六调

我们敬拜祢那赐生命的主十字架，/ 基督啊，这是祢对我们那不可言喻、无边无际的仁慈的标志，/ 借着它照亮了我们的灵魂，/ 我们不断地歌颂祢，/ 恳求祢让我们能充满活力、满怀喜乐地完成斋戒的赛程，/ 并蒙恩得以歌颂祢的受难，主啊，/ 正是藉此，祢拯救了我们。

并从《圣咏集》中选读4首圣咏。颂荣，及“如今”：圣母颂（十字架）。

持香炉入堂。“令人欣慰的光：”

前诵，第七调

当尊崇我们的主、我们的神，/并俯伏在祂的脚前，因祂的脚是圣洁的。

诗节：主已登基：万民当战栗。 诗篇98:5, 1A

1.《创世记》诵读

耶和华说：“关于所多玛和蛾摩拉的呼声已传到我这里，且甚多；他们的罪孽也甚大。我必下去，察看他们所行的，是否真如那传到我这里的呼声所说的那样；若是没有，我也必知道。” 那些人便从那里转身前往所多玛；亚伯拉罕却仍站在耶和华面前。亚伯拉罕上前说：“难道你要将义人与恶人一同灭绝，使义人像恶人一样吗？若城中有五十个义人，你也要灭绝他们吗？ 倘若那城里有五十个义人，你岂不为这五十个义人的缘故饶恕那全城吗？你绝不会照这话行，将义人与恶人一同杀死，使义人像恶人一样——绝不会！你既是审判全地的主，岂不施行公义吗？”耶和华说：“如果我在所多玛城里找到五十个义人，我就因他们的缘故饶恕那全城。”亚伯拉罕又说：“我虽然只是尘土和灰烬，却敢向我的主说话；但如果那五十个义人的数目减少到四十五个，你难道要因缺少五个就毁灭全城吗？”祂说：“若我在那里找到四十五个义人，我就不毁灭那城。”继续对祂说：“若在那里找到四十个呢？”祂说：“为了这四十个，我也不毁灭那城。”他便说：“主啊，我再讲一次也没关系吧？——倘若那里有三十人呢？”祂说：“（倘若那里有）三十人，我就不毁灭那城。”他又说：“既然我能向主说

话，倘若那里有二十人呢？”祂说：“为了那二十人，我就不毁灭那城。” 亚伯拉罕又说：“主啊，我再问一次，如果那里有十个人呢？”主说：“为了那十个人，我也不毁灭那城。”于是主离开了，因为祂不再与亚伯拉罕说话；亚伯拉罕便回到了自己的地方。

创世记 18:20–33

前诵，第六调

全地啊，/ 都要向主欢呼！

经文：当欢欢喜喜地事奉耶和华。 诗篇 99:1A 、 2A

2. 箴言诵读

接受教诲的，必得福；遵守责备的，必得智慧。谨守自己道路的，就是保全自己的灵魂；爱惜自己生命的，必谨守自己的口。狂妄在毁灭之前，诡诈在跌倒之前。 在受辱时心怀谦卑，胜过与狂妄之徒分赃。行事明智者得福，倚靠耶和华的人有福了。智慧和明智的人被称作愚顽，言语温和的人却更受人听从。 生命之泉对明理者有益，但对愚昧人而言，劝诫却是祸害。智慧人的心会深思自己口中说出的话，他的嘴唇上将充满智慧。盛满蜂蜜的蜂巢——美妙的话语，其甘甜能医治心灵。 有些道路在人看来是笔直的，但其尽头却通向地狱的深渊。勤劳的人为自己辛勤劳作，从而战胜了毁灭；但悖逆的人却在自己口中藏着毁灭。鲁莽的人为自己掘下祸坑，并在自己唇间积蓄烈火。 悖逆的人散播邪恶，点燃诡诈之灯，使朋友离散。作恶的人引诱朋友，引他们走邪路：他定睛思量诡诈，咬紧嘴唇图谋一切恶事；他就是怨恨的炉。 赞美的冠冕是年老，它是在公义的道路上获得的。有耐心的男人胜过强壮的人，（有智慧的男人胜过尊贵的农夫，）能克制怒气的人胜过攻取城池的人。不义之人的所有都归于虚空，而耶和华所赐的一切都是公义的。 宁可心满意足地在平安中吃一块（面包），也不愿住在充满各种财物和不义祭品的房屋里却充满纷争。有智慧的仆人必管辖无知的主人，并在弟兄之间分派产业。 正如银子和金子在炉中被炼净，耶和华也试炼选民的心。恶人听从不法之徒的舌头，义人却不理会谎言之口。讥笑穷人的，惹动造他的主发怒；因人灭亡而欢喜的，必不免受责；但怜悯人的，必蒙怜恤。 长者的冠冕是子孙，儿女的荣耀是他们的父亲。忠信者拥有整个世界的产业，不忠信者却一文不值。忠信者的口不适合愚昧人，正如谎言之唇不适合义人。恩典的赏赐是教导，对受用它的人有益：无论他转向何处，都必亨通。 遮掩过失的人寻求爱；不愿遮掩过失的人，则使朋友和家人反目。威胁使明智之人的心碎，而愚昧之人即使受鞭打也感觉不到（伤痛）。 凡作恶者必挑起争端；但耶和华必差遣不仁慈的天使降临在他身上。忧虑将掌控明智之人，而愚昧人却只议论恶事。以恶报善的人，恶必不离其家。公义的话语带来权柄，而困苦之前必有纷争和争吵。 在审判中，将义人定为不义，将不义者定为义的人，在神面前是污秽可憎的。愚昧人拥有财产有何益处？因为无心之人无法获得智慧。 谁若将自己的房屋建得高耸，就是自寻灭亡；谁若偏离教诲，必陷于祸患。你当随时有朋友，在患难中，弟兄必能帮助你。

箴言 16:17–33；17:1–17

以及《预圣体礼》的其余仪式。

第五周的星期五
第六 时

先知颂，第八调

我们的基督上帝啊，祢是何等可赞美！祢曾使大地动摇，为要使地上的人悔改并得救；如今又凭祢的仁慈与难以言喻的怜悯，使大地重新稳固；求祢藉圣母的代祷，怜悯我们！

荣耀颂，如今：并重复上述内容。

前诵，第4调

主啊，我要向祢歌颂祢的慈爱与公义。

诗节：我必在无瑕的道路上歌唱并侧耳倾听。

诗篇 100:1, 2A

以赛亚书预言 经文

万军之耶和华——以色列的圣者，创造未来的主如此说："你们曾问我关于我的儿子们（和我的女儿们），并指教我关于我手所作的事！ ——我创造了大地和地上的世人；我凭自己的手奠定了穹苍，我命定了一切星辰。我凭公义立他为王，他的一切道路都是正直的。他必建造我的城，并使我被掳的子民归回，不用赎价，也不用礼物，万军之耶和华如此说。耶和华如此说： 埃及所劳碌的，古实和西瓦的贸易，那些高大的男子，都要归向你，作你的仆人；他们要跟在你后面，手戴镣铐；他们要归向你，向你下拜，向你祈求，因为神在你里面，他们要说： 除你以外，再没有神。因为你是神，我们却不认识你——以色列的神，我们的救主。凡抵挡他的，都必蒙羞受辱，在羞愧中退去——诸岛啊，当在我面前更新！ 以色列必在耶和华那里得着永恒的拯救；他们必不再蒙羞，直到永远——[万军之耶和华如此说]。

以赛亚书 45:11–17

前诵，第四调

主啊，求祢垂听我的祷告，/ 愿我向祢的呼求达到祢面前。

诗节：求祢不要向我掩面。

诗篇 101:2, 3A

第五周的星期五
晚祷时

诵读第18篇诗篇。在“主啊，我呼求：”之后，唱10节诗篇：自唱调，第6声调，重复两次：

当我离开耶路撒冷，背离祢神圣的诫命，/ 来到耶利哥的情欲之境，/ 我被世俗事务那可耻的虚荣所迷惑，/ 落入了强盗——即邪念的陷阱：/ 他们从我身上剥去了恩典之子身份的衣袍，/ 我因遭受殴打而如死一般倒地。/ 当时在场的祭司，/ 看见我倒地，却置之不理；/ 利未人——他也因厌恶，/ 从我身边走过。/ 主啊，祢从童贞女身上以不可言喻的方式道成肉身，/ 从祢的肋旁倾泻出救赎之血与水，/ 如同倾注圣油的滴落，基督上帝，/ 求祢温柔地愈合我伤口的边缘，/ 并将我列入天上的圣咏队伍，/ 啊，仁慈的主！

致殉道者：主啊，祢的殉道者，/ 没有背弃祢，/ 没有违背祢的诫命；/ 求祢因他们的代祷而怜悯我们！

以及献给至圣童贞女的七节诗，第六调

向祢揭示永恒的旨意，童贞女，/加百列站在祢面前，向祢致意并高呼：/“欢喜吧，未曾播种的土地；/欢喜吧，不被焚烧的荆棘丛；/欢喜吧，肉眼无法窥见的深渊；/ 欢喜吧，通往天国的桥梁，/ 以及雅各所见的高梯；/ 欢喜吧，盛满吗哪的神圣器皿；/ 欢喜吧，解除咒诅的救赎；/ 欢喜吧，召唤亚当得救的呼唤，/ 主与你同在！」**(3)**

“你在我面前如同人一般，”/ ——无玷童贞女对大天使长说，/ ——“你怎能宣告 / 超越人类理智的话语？/ 因为你说，上帝将与我同在 / 并要住进我的胎中。/ 请告诉我，我将如何成为 / 由基路伯所承载的广阔居所 / 与圣洁之地？/ 不要用谎言迷惑我；/ 因为我不懂肉体的欢愉：/ 我未曾参与婚姻之奥秘，/ 我又怎能生下圣婴呢？」**(2)**

“在神所愿之处，/自然法则便让步，”无形者说道，/“那超越人的事，便得以成就。/ 至圣、无玷者啊，请相信我真实的话语！”/ 她便高呼：“愿照你的话成就于我，/ 我将生下那位无形者——祂从我这里取了肉身，/ 愿祂作为独一全能者，/ 藉着与祂的联合，/ 将人类提升至最初的尊荣！”**(2)**

颂荣，如今，第二调：自亘古以来隐藏的奥秘今日揭示，/ 神的儿子成为人子，/ 为了承受最坏的，赐予我最好的。/ 亚当在远古曾受欺骗，/ 因渴望成为神，却未能如愿；/ 神成为人，/ 为了使亚当成为神。/ 受造之物当欢欣，万物当雀跃，/ 因大天使怀着敬畏之情伫立在圣母面前，/ 并以“万福！”的问候，驱散了她的忧伤。/ 因祢慈悲的恩典而道成肉身，/ 我们的上帝，荣耀归于祢！

若不举行预圣体礼仪，则唱圣母第八调的诗篇。在诗篇唱段中，两次唱当日的自唱诗，并唱殉道者自唱诗。荣耀颂及“如今”部分：“她所不知的语言：”**（参见星期六的“赞美吧：”）。**

持香炉入堂：“令人欣慰的光芒：”

前诵，第4调

主是慷慨仁慈的，/ 忍耐且大有怜悯。

诗节：我的灵魂啊，你要称颂主；我的全心都要称颂祂那圣洁的名。

诗篇 102:8, 1

1.《创世记》诵读

这些事之后，上帝要试炼亚伯拉罕，便呼唤他说：“亚伯拉罕，亚伯拉罕！”亚伯拉罕回答说：“我在这里。” 神说：“你带着你所爱的儿子以撒，去我所要指示你的山地，在那里将他献为燔祭。”亚伯拉罕清早起来，给驴套上鞍，带着两个仆人和他的儿子以撒， 他捆好燔祭的柴，起身动身，第三天就到了神所指示他的地方。亚伯拉罕举目远望，看见了那地方。亚伯拉罕对仆人们说：“你们和驴子在这里等候，我和这孩子要到那里去，敬拜之后，再回来找你们。”亚伯拉罕便把燔祭的柴捆好，放在他儿子以撒身上；自己手里拿着火与刀，两人一同前行。 以撒对父亲亚伯拉罕说：“父亲！”亚伯拉罕回答说：“我儿，有什么事？”以撒说：“看哪，有火和柴，但燔祭的羊羔在哪里呢？” 亚伯拉罕说：“我儿，神必自己预备作燔祭的羊羔。”二人一同前行，到了神所指示的地方；亚伯拉罕就在那里筑了一座坛，摆上柴，捆绑了他的儿子以撒，把他放在坛上的柴上。 亚伯拉罕就伸手拿刀，要宰杀他的儿子。忽然，耶和华的天使从天上呼唤他说：“亚伯拉罕！亚伯拉罕！”他说：“我在这里。” 天使说：“不要下手害这童子，也不要向他做什么，因为我如今知道你敬畏神，连你所爱的儿子也没有为我吝惜。”亚伯拉罕举目观看，不料，有一只公羊，两角缠在“沙韦克”的灌木丛中。亚伯拉罕就去把那只公羊取来，代替他的儿子以撒，献为燔祭。亚伯拉罕给那地方起名叫“耶和华以勒”，所以直到今日人们还说：“在山上，耶和华显现了。”耶和华的使者从天上第二次呼唤亚伯拉罕，说： “我指着自己起誓，耶和华说：‘因你行了这事，没有为我顾惜你所爱的儿子，我必大大地赐福给你，使你的后裔多如天上的星，海边的沙； 你的后裔必得着仇敌的城邑；地上万族都必因你的后裔得福，因为你听从了我的声音。」

创世记 22:1–18

前诵，第四调

主啊，你的作为何等威严，/ 你以智慧创造了一切。

诗节：我的灵魂啊，你要称颂耶和华！耶和华——我的神，你是极其尊贵的。

诗篇 103:24A，1A

2. 箴言诵读

弟兄们在患难中当互相帮助，因为他们正是为此而生的。 愚昧人拍手自喜，如同为朋友作保的人——但他却在自己口中积聚火焰。喜爱罪恶的人以争吵为乐，[高举城门的，必自取灭亡，]而心肠刚硬的人不得福乐。 言语反复无常的人必陷于祸患，愚昧人的心必使拥有他的人受苦。父亲不以未受教养的儿子为乐，聪明的儿子却使母亲欢喜。 喜乐的心带来健康，忧愁之人的骨头却枯干。不义地将礼物藏在怀中的人，他的道路必不顺利；恶人却偏离公义的道路。智慧人的面容显出通达，愚昧人的眼睛却望向地极。 愚昧的儿子使父亲恼怒，使生他的母亲受苦。惩罚义人是不对的；对公义的统治者设下诡计也是可耻的。避免说刻薄话的人是通达的，有长久忍耐的人是明智的，（胜过寻求学问的人）。 愚昧人若求智慧，必被视为有智慧；装作哑巴的，却显为明智。想要远离朋友的人，总在寻找借口，他随时都会被人轻视。愚钝的人不需要智慧，因为他更多地被愚昧所支配。 恶人陷入深渊时，他却对此不以为意，但羞辱和责备终将临到他。深水——是人心中的言语，如奔涌的河流 ，也是生命的泉源。在审判中，对恶人的面容表示惊奇是不好的，也是不光彩的，更应远离真理。

箴言 17:17–28；18:1–5

随后是预圣体礼仪的其余部分。奉献礼。在餐宴上，我们饮酒，为的是迎接即将到来的彻夜祈祷。小晚祷和午夜祷文则在修道室中诵唱。在安息堂中，我们诵唱本调为亡者所作的赞美诗。

第五周
的星期六 晨祷

凌晨四点敲钟，以示将举行《阿卡菲斯》的祈祷仪式。众人聚集于教堂，在司祭的开场呼号后，按《大斋期》星期四的规定开始晨祷。唱完第六篇诗篇后， 唱《主是神》：**第八调，并缓慢地唱三遍圣咏。**

颂词，第八调

以理智领悟了那奥秘的旨意，/ 无形者匆匆降临于约瑟的屋檐下，/ 向未曾知婚的女子宣告：/ “祂降临使诸天俯伏，/ 祂未曾改变，却全然容纳于你。 / 见祂在你腹中取了仆人的形像，/ 我惊叹不已地向你呼求： / 欢喜吧，未曾经历婚姻的新娘！”

亦按第16篇卡菲斯姆的韵律吟唱。其后诵读小祈祷文；随后在圣殿中央以悠缓而甜美的歌声吟唱康达克。

康达克，第8调

护卫我的统帅，/因使我脱离可怕的灾祸，/我——祢的城邑——圣母，/特此为祢举行感恩的胜利庆典！/但祢拥有不可战胜的权能，/求祢将我从一切危险中解救出来，/使我能向祢呼求：/“欢喜吧，未曾经历婚配的新娘！”*

***颂词：**护卫我们的统帅 / 因使我们脱离可怕的灾祸 / 我们——祢的仆人——向祢献上胜利的感恩庆典 / 圣母玛利亚！ / 但祢，作为拥有不可战胜之权能者，/ 求祢将我们从一切危险中解救出来，/ 让我们向祢呼求：/ “欢喜吧，未曾经历婚姻的新娘！”

在唱诵期间，执事按既定礼仪向圣像及全体教士焚香。随后再次唱诵此康达克时，仅向修道院院长及两排唱诗班焚香。并诵读6篇伊科斯和康达克。诵读时需站立。这24篇按字母顺序编排的康达克和伊科斯，由司祭在圣坛内诵读。

伊科斯第1首：领队的天使从天而降 / 向圣母宣告：“万福！” / 当他凝视着祢，主啊， / 在祢借着这无形的声音道成肉身之时，他惊叹不已， / 便伫立着，如此向她高呼：

欢欣吧，因藉着祢，喜乐将要照耀；/ 欢欣吧，因藉着祢，咒诅将要消逝。欢欣吧，堕落的亚当得救的呼召；/ 欢欣吧，夏娃脱离眼泪的拯救。 欢欣吧，那超乎人类思虑的高处；/ 欢欣吧，那连天使之眼也无法洞察的深渊。欢欣吧，因你是君王的宝座；/ 欢欣吧，因你怀抱那托住万有的主。 欢欣吧，显明太阳的星辰；/ 欢欣吧，神性道成肉身的圣胎。欢欣吧，因藉着祢，受造之物得以更新；/ 欢欣吧，因在祢内，造物主化作婴孩。欢欣吧，未曾经历婚配的新娘！

第二首康达克：圣女，见自己纯洁无瑕，/ 便大胆地对加百列说：/ “你这奇异的话语，在我心中难以接受；/ 因为你谈论因无种受孕而怀胎，/ 并高呼：/ 哈利路亚！”

第二伊科斯：为探求那不可知之事，/ 童贞女向圣事的仆人呼喊道：/ “从纯洁的子宫中，/ 圣子如何可能降生，请告诉我？”/ 那人虽怀着敬畏之心，却仍如此向她宣告：

欢欣吧，不可言说之奥秘的侍者； / 欢欣吧，需以沉默守护的真理。欢欣吧，基督神迹的开端； / 欢欣吧，关于祂的教义之基石。欢欣吧，上帝降临的天梯； / 欢欣吧，将世人引向天国的桥梁。 欢欣吧，受众天使盛赞的奇蹟； / 欢欣吧，令恶魔痛哭流涕的败北。欢欣吧，生下不可言喻之光者； / 欢欣吧，如往昔般未向任何人揭示者。欢欣吧， 超越智者认知者； / 欢欣吧，照亮信徒思绪者。欢欣吧，未曾经历婚配的新娘！

第三首赞歌：至高者的能力那时 / 降临在未曾经历婚姻便受孕的她身上 / 她那多结果实的子宫 / 仿佛成为一片甘美的田野 / 供所有渴望收获救赎的人 / 歌颂道： / 哈利路亚！

第三伊科斯：怀有孕育上帝的子宫，/童贞女急忙前往探望伊丽莎白；/而伊丽莎白腹中的婴儿，一听到她的问候，/便欢欣雀跃，以欢跃之姿，仿佛歌声般向圣母呼求：

欢欣吧，不凋谢的嫩枝；/ 欢欣吧，不朽果实的归宿。欢欣吧，耕耘仁爱农夫的土地；/ 欢欣吧，孕育我们生命之树的栽种者。 欢欣吧，孕育着丰沛慈悲之果实的田野；/ 欢欣吧，承载着丰盛赎罪之恩的筵席。欢欣吧，因祢使繁茂的草场绽放；/ 欢欣吧，因祢为灵魂预备了避难所。 欢欣吧，代祷中悦人的香；/ 欢欣吧，普世的救赎。欢欣吧，上帝对凡人的恩宠；/ 欢欣吧，凡人在上帝面前的胆量。欢欣吧，未曾经历婚姻的新娘！

第四首赞歌：心中饱受疑虑风暴的煎熬，/ 贞洁的约瑟陷入了困惑，/ 凝视着你——这位未婚的女子，却怀疑，/ 你，无玷者，已玷污了纯洁；/ 然而当他得知你由圣灵受孕后，便高呼：/ 哈利路亚！

再次唱康达克：“护卫我的统帅：”**并诵读分为两部分的《阿卡菲斯颂》经文。同时以诗节颂扬无玷圣母。随后进行祈祷，再次唱康达克：**“护卫我的统帅：”**以及接下来的6个伊科斯和康达克：**

第4伊科斯：牧羊人听见了天使们颂扬 / 基督道成肉身降临的声音， / 便急忙奔向祂——如同奔向牧人一般， / 看见祂如同那无瑕的羔羊， / 在玛利亚的胎中孕育； / 他们颂扬她，高声呼喊：

欢欣吧，羔羊与牧者的母亲；/ 欢欣吧，智慧之羊的羊圈。欢欣吧，抵御无形之敌的护佑；/ 欢欣吧，开启乐园之门的。 欢欣吧，因为天上万物与地上万物一同欢欣；/ 欢欣吧，因为地上万物与天上万物一同欢庆。欢欣吧，使徒们永不沉默的嘴唇；/ 欢欣吧，殉道者们不可战胜的勇气。 欢欣吧，坚固的信仰根基；/ 欢欣吧，清晰的恩典真知。欢欣吧，因藉着祢，地狱被揭露；/ 欢欣吧，因藉着祢，我们披上了荣耀。欢欣吧，未曾经历婚笈的新娘！

康达克第5首：看见那由上帝引导的星辰，东方三博士 / 追随其光芒而行 / 并将之如明灯般高举， / 借此寻觅全能的君王， / 既寻得那不可企及者， / 便欢欣鼓舞，向祂高呼： / 哈利路亚！

伊科斯第5首：迦勒底之子们 / 看见童贞女怀中抱着那位亲手创造人类的主， / 并在祂身上认出了主， / 尽管祂取了仆人的形像， / 他们仍急忙献上礼物来尊崇祂， / 并高呼祂为蒙福者：

欢欣吧，永不落日的星辰之母；/ 欢欣吧，奥秘之日的曙光。欢欣吧，熄灭欺骗之炉的；/ 欢欣吧，启迪圣三奥秘侍者的。欢欣吧，剥夺了非人折磨者权柄的；/ 欢欣吧，显明仁爱之主——基督的。 欢欣吧，使人脱离野蛮仪式的；/ 欢欣吧，使人远离不洁之事的。欢欣吧，终结了对火的崇拜的；/ 欢欣吧，使人脱离情欲烈焰的。欢欣吧，引领信徒走向贞洁的；/ 欢欣吧，历代之喜乐。欢欣吧，未曾经历婚姻的新娘！

第六首康达克：成为受神启示的先知后，三贤士 / 返回巴比伦， / 应验了关于你的预言， / 并将你向众人宣扬为基督， / 抛弃了希律——那个不知歌词的空谈者， / 哈利路亚！

伊科斯第6首：祢在埃及以真理之光照耀，/驱散了谎言的黑暗；/因为那里的偶像，救主啊，/无法承受祢的大能而倒下，/而从它们手中得救的人们向圣母呼求：

欢欣吧，人类的复兴；/ 欢欣吧，魔鬼的覆灭。欢欣吧，破除谎言诱惑者；/ 欢欣吧，揭露偶像崇拜欺骗者。欢欣吧，淹没无形法老之海；/ 欢欣吧，使渴求生命者得饮的磐石。 欢欣吧，引导身处黑暗者的火柱；/ 欢欣吧，比云彩更广阔的世界庇护所。 欢欣吧，取代了吗哪的食粮；/ 欢欣吧，圣洁喜乐的侍者。欢欣吧，应许之地；/ 欢欣吧，流淌着蜂蜜与牛奶的国度。欢欣吧，未曾经历婚姻的新娘！

第七首赞歌：当西缅即将 / 离开这虚幻的现世之时， / 你作为婴孩被赐予他， / 但他却认出你就是那完全的神。 / 因此，他惊叹于你那不可言喻的智慧，高呼： / 哈利路亚！

再次诵读康达克：“护卫我的元帅：” **同时诵读《阿卡菲斯特》的结语。第50篇诗篇。以及赞美诗：圣修道院的赞美诗（配以第六调伊尔莫斯）和至圣童贞女玛利亚的赞美诗（配以第六调伊尔莫斯）。**

圣约瑟夫所作的颂词，带有首字母诗：“喜乐之所，唯你配得喜乐。约瑟夫” [若是圣母教堂，则诵读圣母节的圣咏，配以第12调的伊尔莫斯。伊尔莫斯各诵两次，特罗帕里各诵10次。]

圣咏，第四调。

第一首

伊尔莫斯：我将张口：

当你——基督那有生命的书卷，/ 由圣灵封印——/ 被大天使看见时，那纯洁者便向你高呼：/“欢喜吧，喜乐的殿堂，/ 借着你，始祖之母的咒诅将被废除！”

亚当的救赎，欢喜吧，/ 童贞女，上帝的新娘，地狱的毁灭者。/ 欢喜吧，全无玷污者，万王之王的宫殿。/ 欢喜吧，全能者的火焰宝座！

欢欣吧，不凋谢的玫瑰，/ 唯你独生！/ 欢欣吧，生出芬芳苹果者，/ 独一君王的香气；/ 欢欣吧，未曾经历婚姻者，/ 世界的救赎。

纯洁的珍宝，欢欣吧，/ 因祢，我们从堕落中复活。/ 欢欣吧，芬芳的百合，女主，/ 使信徒心旷神怡，/ 香气馥郁的乳香，珍贵的圣油。

卡塔瓦西亚：我将张开双唇，/ 它们便充满圣灵；/ 我将向王后圣母献上颂词，/ 并以光辉之姿欢庆，/ 欢欣地歌颂祂的奇蹟。

第三首

伊尔莫斯：圣母，你的颂歌者：

如同未经耕耘的田野，/ 明显地孕育出神圣的穗秆！/ 欢欣吧，充满生机的筵席，/ 盛载着生命之粮；/ 欢欣吧，活水的泉源，/ 取之不尽，主母！

母牛啊，你为信徒生下无瑕的犊子，欢欣吧；/ 欢欣吧，羔羊啊，你腹中怀着神的羔羊，/ 祂承担了世间一切的罪孽；/ 欢欣吧，炽热的赎罪者！

光明之晨，欢欣吧，/ 唯独怀抱太阳——基督，光明之居所；/ 欢欣吧，驱散黑暗者，/ 并将阴暗的恶魔彻底赶走。

欢欣吧，唯一的门户，/唯有圣言曾由此通过；/女主，因你诞下基督，/粉碎了地狱的门闩与城门；/欢欣吧，得救之人的神圣入口，上帝的新娘。

卡塔瓦西亚：圣母，你的颂歌者，/——活泼丰沛的泉源，/他们筹办了这场属灵的庆典，求你坚固他们，/并在你的神圣荣耀中，/赐予他们荣耀的冠冕。

小祈祷文。随后诵念康达克：“护卫我的统帅：”**并诵读以下六首伊科斯和康达克。**

第七伊科斯：造物主显明了前所未有的奇事，/ 祂向我们——祂所创造的——显现，/ 无种从童贞女的胎中诞生，/ 并使她保持原样，毫发无损，/ 好让我们看见这奇迹，便颂扬她，高呼：

欢欣吧，不朽之花；/ 欢欣吧，节制之冠。欢欣吧，映照复活之光者；/ 欢欣吧，彰显天使之生命者。欢欣吧，结出美果之树，信徒以此为食；/ 欢欣吧，枝叶荫蔽之树，众人于其下得庇护。 欢欣吧，怀中孕育了被掳之人的救赎主；/ 欢欣吧，生下了迷途者的向导。欢欣吧，公义之审判者的宽恕；/ 欢欣吧，众多罪孽的赦免。 欢欣吧，你乃是胆怯之人的衣袍；/ 欢欣吧，你乃是超越一切渴望的爱。欢欣吧，未曾经历婚配的新娘！

康达克第8首：目睹这非凡的降生，/让我们远离尘世，/将心志投向天国。/因为至高上帝/正是为此以谦卑之人的形象降临人间，/渴望将向祂呼喊：/“哈利路亚！”的人们，/引向至高之处。

第八伊科斯：万物皆在尘世，/ 无边无际的圣言未曾遗留丝毫天界之事；/ 因为神性降临，/ 却非地点的改变，/ 而是由接纳了神的童贞女所诞生的，/ 她听见我们如此说：

欢欣吧，容纳不可测度之神的居所；/ 欢欣吧，神圣奥秘之门。欢欣吧，对不信者而言令人怀疑的消息；/ 欢欣吧，对信徒而言毋庸置疑的赞美。欢欣吧，坐在基路伯上的至圣战车；/ 欢欣吧，坐在撒拉弗上的至美居所。 欢欣吧，将对立之物合而为一者；/ 欢欣吧，将童贞与诞生结合者。 欢欣吧，因藉着你，罪孽已被赦免；/ 欢欣吧，因藉着你，乐园已向我们敞开。欢欣吧，基督国度的钥匙；/ 欢欣吧，永恒福分的盼望。欢欣吧，未曾经历婚笃的新娘！

第九首康达克：整个天使界都为 / 你道成肉身这一伟大事迹而惊叹； / 因为那位作为上帝本不可接近的， / 他们却以凡人皆可亲近的形象凝视着他， / 他与我们同在， / 并倾听众人的呼声： / 哈利路亚！

第九伊科斯：圣母，我们在祢面前看见那些雄辩家，如同无声的鱼一般，/ 因为他们无法解释，/ 祢如何既保持童贞，又能诞下圣子。/ 而我们惊叹于这奥秘，满怀信心地高呼：

欢欣吧，上帝智慧的殿宇；/ 欢欣吧，祂旨意的宝库。欢欣吧，使哲人显为愚拙者；/ 欢欣吧，使言辞娴熟者显为无知者。 欢欣吧，因狡猾的辩论者已陷入疯狂； / 欢欣吧，因编造传说者已黯然失色。欢欣吧，你拆解了雅典的诡辩； / 欢欣吧，你使渔夫的渔网满载而归。欢欣吧，你将人从无知的深渊中拯救出来； / 欢欣吧，你使许多人获得真知。 欢欣吧，求救者的方舟；/ 欢欣吧，生命之海中游泳者的避风港。欢欣吧，未曾经历婚姻的新娘。

第10首赞歌：为拯救世界，万物的创造者 / 按祂自己的应许降临人间； / 作为牧者，祂如同神一般， / 为了我们，化身为与我们一样的人； / 因为祂召唤与祂相似的人归向自己， / 祂作为神，听见众人齐声高呼： / 哈利路亚！

再次唱康达克：“护卫我的女统帅：”

座咏，第一调

无形天使的大元帅，/在拿撒勒城显现，/向你——至圣者——宣告，/关于万世之王与主，/向你高呼：“欢喜吧，蒙福的玛利亚，/不可测度、不可言喻的深渊，/将凡人召向天主！”

《荣耀颂》，以及《如今》：我们重复上述内容。

第四首

伊尔莫斯：坐在荣耀中的：

我们怀着信心，以悠扬的歌声 / 向你呼求，（童贞女）万福者： / “欢喜吧，多产的山峦，被圣灵滋养； / 欢喜吧，灯台与盛满吗哪的器皿， / 使（所有）虔诚者心灵甘甜！”

世人的和解者，/ 欢欣吧，至洁的女主；/ 欢欣吧，那以恩典将众人从地上高举的阶梯；/ 欢欣吧，那确实将所有颂扬祢的人 / 从死亡引向生命的桥梁。

至高天界，欢欣吧，/ 大地之基石，在祢的深处，至洁者，祢轻松地承载着；/ 欢欣吧，紫色贝壳，/ 用祢的血为万军之王染红了/ 神圣的朱红。

你确实生下了律法之主，/ 欢欣吧，女主，你以恩赐赦免了众人的罪孽，/ 不可测度的深渊，不可言喻的高处，/ 未曾经历婚姻，/ 藉着你，我们获得了神化。

我们向祢歌颂，祢为世界编织了非人手所造的冠冕，/高呼“欢喜吧！”向祢，童贞女，/万物的守护者与屏障，/坚固的根基，神圣的避难所。

卡塔瓦西亚：坐在荣耀中 / 神性的宝座上， / 乘着轻柔的云彩， / 至圣的耶稣降临， / 被无瑕的手托起， / 拯救了呼求的人： / “荣耀归于基督，归于祢的大能！”

第五首

伊尔莫斯：全世界都惊叹不已：

孕育生命之道者，欢欣吧，全无瑕疵者，/ 拯救世界脱离罪恶洪流；/ 欢欣吧，上帝的新娘，/ 提及祢之名便令人战栗，/ 欢欣吧，万物之主的居所。

人类的力量与堡垒，/ 欢欣吧，至圣者，荣耀的圣化之所，/ 地狱的克星，光辉灿烂的婚筵；/ 欢欣吧，天使们的喜乐，/ 欢欣吧，向祢虔诚祈祷者的帮助。

圣言如火的战车，/ 欢欣吧，女主，有生命的乐园，/ 其中有生命之树——主，/ 祂的甘美使凭着信心领受圣体的人复活，/ 尽管他们已屈服于朽坏。

蒙祢大能坚固，/ 我们满怀信心地向祢呼求：/ 欢欣吧，万王之城的城邑，/ 关于祢，那荣耀而值得瞩目的事已清晰宣告，/ 欢欣吧，不可分割的山岳，不可测度的深渊。

圣言广阔的帐幕，/ 欢欣吧，至洁者，/ 孕育出神圣珍珠的贝壳；/ 欢欣吧，万福者，你使众人与神和好，/ 众人都称你为圣母，/ 永远称你为有福的。

卡塔瓦西亚：整个世界都为 / 祢的神圣荣光而惊叹： / 因为祢，未曾经历婚姻的童贞女， / 在祢的子宫中怀了至高无上的上帝， / 并生下了永恒的圣子， / 祂赐予所有颂扬祢的人平安。

至此，圣修道院的赞美诗告一段落。

第六首

伊尔莫斯：在这神圣且受众人尊崇的 / 圣母节庆之际， / 诸位敬虔者，请前来， / 让我们一同鼓掌欢呼， / 颂扬由她所诞生的上帝。

圣言无瑕的殿宇，/ 众生成神之源，/ 欢欣吧，至洁者，先知们曾听闻于祢，/ 欢欣吧，使徒们的荣光。

从祢身上降下甘露，/熄灭了多神教的烈火，/因此我们向祢呼求：/“欢喜吧，童贞女，那被甘露滋润的羊毛，/正是基甸先前所见的！”

看哪，我们向祢高呼“欢喜吧！”；/ 求祢成为我们在汪洋中航行的避风港，/ 并在悲痛的深渊中成为我们的支柱，/ 抵御万恶之敌的诱惑。

喜乐之源，请恩赐我们的心灵，/ 使我们向祢高呼：/ “欢喜吧，不被烧毁的荆棘丛，光辉灿烂的云彩，/ 不断庇护着忠信之人！”

此外，还有一首四节诗，
其首字母缩写为：“这首诗是约瑟夫的”。第六声调。
第六首

伊尔莫斯：目睹尘世之海：

殉道者们奋力拼搏，/ 如同精选的磐石，/ 在地上滚动，/ 彻底推翻了敌人的整个体系，/ 并成为了（永生）上帝的圣殿。

我们恳求你们，殉道者们，/ 你们已走完这美好的道路！/ 求你们坚固我们，使我们能完美地跑完斋戒之路，/ 以美德的完美光芒四射。

主啊，求祢使祢的仆人，/那些从尘世归向祢——至善者——的人，/成为祢国度的同享者，/全赖祢——至仁慈者——/祢那些神圣殉道者的神圣代祷。

圣母颂：万民同颂的圣母！/ 求祢向至圣圣言代祷，/ 使那些凭着信心颂扬祢的童贞圣母，/ 得以蒙赦免罪过，/ 并领受神的恩赐。

另一首赞歌，第五调。伊尔莫斯：取自先知基塔：

在纪念殉道者之际，/ 让我们向主献上赞歌，/ 在这一天，因神的启示而欢欣。

不惧刀剑与烈火，/ 凭着坚定的信仰勇往直前，殉道者们，/ 你们以此击溃了暴君。

三位一体颂：我如颂扬三位一体之位格般颂扬祢，/ 如敬拜本质上唯一者般敬拜祢，/ 圣父、圣子、圣灵！

圣母颂：童贞女啊，你是天使与世人的赞美，/ 因你生了基督，/ 我们灵魂的救主。

诗句：神在祂的圣徒中奇妙，以色列的神。

以死亡为代价换取永生，/ 你们在天上欢欣鼓舞，/ 基督上帝那光荣的殉道者们。

诗句：他们的灵魂将安息于福乐之中。

掌管生死的主啊！/ 求祢，基督，使那些凭着信心离开今生的人，/ 与祢的圣徒一同安息。

卡塔瓦西亚：祢曾从鲸鱼口中拯救先知，/ 求祢也从罪孽的深渊中提拔我，/ 主啊，求祢拯救我！

小祈祷文。再次唱诵康达克：“护卫我的元帅：”并诵读剩余的六个伊科斯和康达克。

伊科斯第10首：祢是童贞女们的堡垒，童贞圣母，/也是所有投奔祢之人的堡垒。/因为天地之造物主已将祢高举，至圣者，/祂住在祢的胎中，/并教导众人向祢高声赞颂：

欢欣吧，贞洁之柱；/ 欢欣吧，救恩之门。欢欣吧，灵性重生的引领者；/ 欢欣吧，神圣恩典的赐予者。欢欣吧，因祢使那些蒙羞受孕者焕然一新；/ 欢欣吧，因祢使那些丧失理智者重获明悟。 欢欣吧，驱除邪念者；/ 欢欣吧，孕育纯洁之种者。欢欣吧，无种之 婚姻的殿堂；/ 欢欣吧，将信徒与主结合者。欢欣吧，少女们的美丽导师；/ 欢欣吧，将圣洁的灵魂装扮成新娘者。欢欣吧，未曾经历婚姻的新娘！

第11首赞歌：一切颂歌皆力有不逮，/ 试图尽数颂扬 / 祢丰沛恩典的浩瀚； / 因为，倘若我们向祢——圣王——献上如沙粒般数不胜数的颂歌，/ 也无法配得上祢赐予我们的恩典，/ 我们向祢呼求：/ 哈利路亚！

第十一首伊科斯：我们看见圣母如同 / 向身处黑暗中的人们显现的 / 发光之烛； / 因为她点燃了无形之光， / 引领众人认识神性， / 如同黎明照亮心灵， / 并以这样的颂词受人尊崇：

欢欣吧，属灵太阳的光芒；/ 欢欣吧，永不落之光的光辉。欢欣吧，照亮灵魂的闪电；/ 欢欣吧，如雷鸣般击溃仇敌。欢欣吧，因祢放射出光辉灿烂的光芒；/ 欢欣吧，因祢倾泻出滔滔不绝的江河。 欢欣吧，描绘洗礼池形象者；/ 欢欣吧，洗净罪恶污秽者。欢欣吧，洗涤良心的浴池；/ 欢欣吧，盛满喜乐的圣杯。欢欣吧，基督馨香之气；/ 欢欣吧，奥秘筵席的生命。欢欣吧，未曾经历婚姻的新娘！

第十二首康达克：愿赐下恩典，/赦免古老的债务，/万人的债务赦免者，/亲自来到那些远离祂恩典的人中间，/撕毁了债务凭证，/从众人那里听见：/哈利路亚！

第十二伊科斯：歌颂因你而诞生的基督，/我们众人皆赞美你，/圣母，你如同有生命的圣殿；/因为住在你胎中，/以祂之手掌管万有的主，/使你成圣，使你得荣耀，/并教导众人向你呼求：

欢欣吧，上帝与圣言的居所；/ 欢欣吧，至圣所中的至大者。欢欣吧，被圣灵镀金的约柜；/ 欢欣吧，取之不尽的生命宝藏。欢欣吧，虔诚君王珍贵的冠冕；/ 欢欣吧，敬虔祭司神圣的赞美。 欢欣吧，教会坚不可摧的堡垒；/ 欢欣吧，天国不可动摇的城墙。欢欣吧， 因藉着祢，胜利的战利品得以竖立；/ 欢欣吧， 因藉着祢， 仇敌被推翻。欢欣吧，我身体的医治；/ 欢欣吧，我灵魂的救赎。 欢欣吧，未曾经历婚配的新娘！

第13首赞歌：哦，万福的圣母，/ 您生下了众圣人中最圣洁的圣言！/ 求您接受我们此刻的奉献，/ 拯救所有人脱离一切灾祸，/ 并使一同向您呼求的人 / 免于未来的惩罚：/ 哈利路亚！

这首康达克颂要重复三次。随后诵读第一伊科斯：“天上派遣了一位领队的天使”，**以及康达克颂：**“护佑我的女统帅：”

接着诵读《米内亚圣人传》，随后诵读《三圣咏》。

第七首

伊尔莫斯：敬虔之士并未将受造之物 / 尊崇于造物主之上， / 而是勇敢地战胜了威胁他们的烈火， / 欢欣地歌唱道： / “至尊的主，列祖之神， / 愿祢蒙福！”

我们歌颂祢，呼求道：/ “欢喜吧，属灵的太阳战车；/ 真葡萄藤，结出成熟的果穗，/ 流淌出美酒，使那些/ 凭着信心赞美祢的人心欢喜！”

曾怀抱[万民]之医于腹中，/ 欢欣吧，神的新娘，/ 那孕育出永不凋谢之花的神秘权杖；/ 欢欣吧，女主，因祢我们满怀喜乐，/ 并得着永生。

雄辩的言语 / 无法颂扬祢，女主， / 因为祢比炽天使更为崇高， / 曾在腹中怀着基督君王； / 求祢代祷，使如今凭着信心敬拜祢的人 / 得以从一切灾祸中得救。

世之四方皆颂扬祢，称祢为有福者，/并满怀爱意向祢高呼：/“欢喜吧，圣洁的圣母，那卷由圣父之指/亲笔书写圣言的卷轴；/求祢恳求祂，使祢的仆人们/被记在生命册上！”

我们，祢的仆人，恳求祢，/并屈膝跪拜：/“请侧耳倾听，至洁者，/拯救我们这些被苦难淹没的人，/并保护祢的城邑免受一切敌人的掳掠，/圣母！”

另一首赞美诗，第六调。伊尔莫斯：祢使炉灶充满露水：

至光明的集会 / 祢那神圣的殉道者们，至仁慈的主， / 如今在祢所命定的光中守望。 / 求祢借他们的祈求， / 赐予众人启迪， / 并为罪孽求得宽恕，基督啊。

主啊，祢赐予我们的斋戒时光，何等美好！/在这几日，求祢以仁慈之心怜悯我们的灵魂，/因那些热爱祢美好而尊贵的苦难、/并为祢受难的圣徒们的祈祷。

主啊，求祢将那些历经人生多灾多难风暴的 / 祢的祈求者，引领至 / 生命的港湾， 使他们能与所有蒙拣选者一同呼求： / “主啊，祢是应当称颂的， / 我们列祖的上帝！”

圣母颂：怀抱律法之主于腹中，永贞童女！/ 如今，在这既定的时刻，恳求祢 / 消除一切不义，使那些美好地选择 / 虔诚学习神圣斋戒之人。

另一首赞歌，第五调。伊尔莫斯：上帝啊，你受赞美：

蒙福的，上帝，祢显明了 / 那些为祢而奋战的英勇殉道者， / 至可称颂、至荣耀的！

上帝啊，你将受难的殉道者 / 立为我们在你面前的代祷者， / 至可称颂、至荣耀！

三位一体颂**：**上帝啊，祢本为一性，/却以三位显明，/至可称颂、至荣耀！

圣母颂：蒙福的，上帝，祢无种而生，/并显明那生祢者是纯洁的，/至可称颂、至荣耀！

诗节：主向祂在地上的圣徒们，/奇妙地显明了祂在他们中间的一切旨意。

上帝啊，你使野兽归于平静，/ 并为你的圣徒的荣耀熄灭了火焰，/ 值得称颂，荣耀无比！

诗句：主啊，那些被祢拣选并接近的人是有福的。

上帝啊，你将那些在今生凭着信心侍奉你的人，/从死亡中带入永恒的生命，/你是应当称颂的！

卡塔瓦西亚：上帝啊，祢洞察深渊，/ 坐在基路伯之上，/ 至可称颂、至荣耀！

第8首

伊尔莫斯：在火窑中，圣母之子拯救了虔诚的少年：/那时是预表，如今是现实；/祂召聚整个宇宙向祢歌唱。/受造之物啊，歌颂主，/并永远尊崇祂！

祢在胎中怀了圣言，/ 孕育了万物之主，/ 圣洁的祢，以乳汁哺育了那位仅凭一挥手便滋养/ 整个宇宙的主。/ 我们向祂歌唱：/ “受造之物啊，要歌颂上主，/ 并永远尊崇祂！”

摩西在荆棘丛中领悟了 / 基督由你降生的伟大奥秘；/ 那三个少年则更清晰地预表了这一切，/ 他们站在火中却未被烧伤，/ 无瑕的圣母。/ 因此，我们永世歌颂你！

我们曾因欺骗而赤身露体，/ 却在你怀胎之时，披上了不朽的衣裳；/ 那些沉沦在罪恶黑暗中的人，/ 看见了光明，看见了光明的居所——童贞女。/ 因此，我们永世颂扬你！

因祢，死者复活，/ 因祢曾怀胎那本体的生命；/ 昔日哑巴开始清晰说话，/ 麻风病人得洁净，疾病被驱散，/ 众多空中邪灵被战胜，/ 童贞女，凡人的救主。

为世界诞下救恩者，/ 借着祢，我们从尘世升至高处，/ 欢欣吧，万福者，庇护所与堡垒，/ 歌者们的城墙与坚固堡垒，圣洁者：/ “受造之物啊，要赞美上主，/ 并永远颂扬祂！”

另一首。伊尔莫斯：祢从烈火中为虔诚者汲出甘露：

天上的众圣因圣徒殉道者的壮举 / 深感惊奇；/ 主啊，因着他们的祈祷，求祢将奇妙的恩典，/ 丰沛地显明在我们身上，仁慈的主。

以神圣的甘露平息烈火的 / 主的受难者们，实属令人惊叹！/ 求你们以热切的代祷 / 使我们免于惩罚之火，归向主。

至圣的道！/ 求祢借着得胜的殉道者们的祈求，/ 使那些已离我们而去的东正教信徒，/ 蒙受天上的永生，/ 并得享圣洁的光辉。

圣母颂：凭着怀胎孕育祢的圣母的祈求，仁慈的主，/ 以及圣殉道者和祢的使徒们的祈求，/ 求祢光照我们的灵魂，使我们能以心灵的喜乐 / 永远赞美祢。

另一首。伊尔莫斯：万物之造物主：

圣洁的殉道者大军！/ 请怀着慈爱记念那些歌颂你们的人，/ 以及那些永远颂扬基督的人。

被利剑斩杀的殉道者们，/ 欢欣地颂扬基督，/ 并永远尊崇祂。

愿我们颂扬圣父、圣子、圣灵，我们的主。

三位一体颂：圣三以奇妙的方式分而为三，/ 却如神一般永不分离：/ 我们永世颂扬祂。

圣母颂：童贞女生下圣婴：/ 因为神藉她道成肉身；/ 愿万物永远歌颂祂。

诗句：**在祂的圣徒中，以色列的上帝是奇妙的。**

殉道者们，你们已成为勇气的支柱，/ 因魔鬼的败亡而欢庆，/ 永远颂扬（并尊崇）基督。

诗句：**他们的灵魂将在福乐之中安息。**

求主，使祢的仆人们——/那些怀着信心与盼望归向祢的人——/得以安息在亚伯拉罕的怀抱中。

我们赞美、祝福、敬拜主，世世代代歌颂并尊崇祂。

卡塔瓦西亚：万物之造物主，/天使在祂面前战栗，/世人啊，要歌颂祂，/并永远尊崇祂！

第九首

伊尔莫斯：凡生于世者，/ 皆当因圣灵的启迪而欢欣；/ 无形之灵的本质亦当欢庆，/ 敬拜圣母的圣节，/ 并高呼：/ “万福，至福者，/ 纯洁的圣母，永贞童女！

好使我们这些信徒向祢高呼：‘欢欣吧’，/ 藉着祢成为永恒喜乐的分享者，/ 求祢救我们脱离试探、异邦的囚禁，/ 以及因诸多罪过而降临在罪人身上的/ 一切灾祸，童贞女啊。

祢已成为我们的光明与坚固的根基，/ 因此我们向祢呼求：/ “欢喜吧，永不落下的星辰，/ 引领伟大的太阳降临世间；/ 欢喜吧，开启封闭伊甸园的圣洁者；/ 欢喜吧，火柱，/ 引领人类进入至高的生命！”

让我们虔诚地 / 站在我们上帝的殿中，高声宣告：/ “欢欣吧，世界的女主，/ 欢欣吧，玛利亚，我们众人的女主；/ 欢欣吧，众女子中独一无二的 / 无瑕而美好的；/ 欢欣吧，圣器，/ 承接了倾注于你的取之不尽的圣油。

生下仁慈之主的鸽子，/ 欢欣吧，永贞童女，/ 欢欣吧，众圣者的赞美，/ 苦修者的冠冕；/ 欢欣吧，众义人的神圣装饰，/ 也是我们信徒的救赎。

上帝啊，求祢怜悯祢的产业，/ 如今赦免我们一切的罪过，/ 因我们有这向祢祈求者，/ 她在尘世中未经受孕便怀了祢，/ 基督啊，祢因大慈大悲，甘愿取了/ 原本不属于祢的/ 形体（人形）。

另一首。伊尔莫斯：人无法看见上帝：

如同光，如同升起的太阳，/ 殉道者们以虔诚的光芒 / 和奇迹的明灯照亮了整个大地，/ 驱散了多神教的黑暗：/ 上帝啊，求祢因他们的祈求而怜悯我们！

殉道者的军团不可战胜！/求祢坚固我们所有人，使我们能美好地奋力前行，/并圆满完成斋戒的赛程；/好叫我们完成受神感召的生活，/得以欢欣地分享永恒的生命。

主啊，愿祢的仁慈早日迎接 / 那些因祢可怕的旨意而离我们而去的人：/ 愿祢的慈爱环绕他们 / 并引领他们进入 / 被祢面容之光照耀的居所。

圣母颂：凭着天使——/天父旨意使者——的呼声，/圣母，您以不可言喻的方式受孕；/求您垂听您仆人们的祈祷，/我们在斋戒期间向您献上，/并将它们如香般呈献给上帝。

另一首。伊尔莫斯：以赛亚，欢欣吧：

在这殉道庆典之日，/ 众人啊，让我们欢欣歌唱，/ 颂扬基督——祂确立了苦修之律，/ 并赐予他们战胜仇敌的胜利：/ 我们以圣咏颂扬祂。

被铁爪撕裂，/ 被利剑斩为碎片，/ 你们在爱中与基督合而为一，备受赞颂的殉道者。/ 因此，如今你们在天上欢欣，/ 请为众人代祷。

三位一体颂：在本性合一之中，我颂扬 / 你——无始的三位一体，/ 尊贵、生命之源、不可分割的唯一：/ 未受生的父，以及受生的道与子，/ 圣灵，求你拯救我们，/ 这些颂扬你的人！

圣母颂：圣母啊，你的受孕超乎人的理解，/ 因为你未婚便受孕，/ 且以童贞之身怀胎：/ 确实，所生的就是神！/ 我们颂扬祂，/ 便称你，童贞女，为有福者。

诗节：主向祂在世上的圣徒们奇妙地显明了祂在他们中间的一切旨意。

万王之王、上帝的英勇军团——殉道者们，/ 让我们以歌声为他们加冕吧，众人：/ 因为他们显然战胜了魔鬼的军团。/ 颂扬他们，我们便在赞美主。

诗句：主啊，那些被祢拣选并接近的人是有福的。

当祢将祢所创造的一切 / 带到审判台前时，基督啊， / 求祢怜悯那些祢如今已接纳的 / 忠信仆人， / 赦免他们在世上所犯的过犯， / 并让他们与祢的圣徒一同永享安息。

卡塔瓦西亚：以赛亚，欢呼吧！ / 童贞女在腹中受孕 / 并生下儿子——以马内利， / 神人合一， / 祂的名叫东方。 / 我们颂扬祂，同时也赞美童贞女。

六颂

自古以来深奥的奥秘 / 今日得以显明： / 上帝——上帝之道——藉着圣母玛利亚 / 因着仁慈成为人子， / 加百列宣告这喜讯。 / 让我们与他一同呼喊： / "万福，主之母！"

赞美诗，第4节，第4调

那隐秘的奥迹 / 连天使们也未曾知晓 / 由大天使加百列予以证实。 / 如今他将来到你面前， / 那唯一纯洁而美丽的鸽子， / 也是我们族类蒙召归向上帝的媒介， / 并将向你，至圣者，高呼："欢喜吧！ / 准备好用你的圣言 / 接纳上帝的圣言进入你的子宫吧！」

光辉的宫殿 / 主已为你预备 / ——即上帝童贞女那至洁的子宫。 / 请降临，进入祂的体内， / 怜悯祢的受造物， / 因嫉妒而遭受攻击， / 被恶人囚禁在奴役之中， / 已失去最初的美， / 并期待着祢拯救的降临。

大天使加百列 / 将亲临于祢，全无玷污者， / 并向祢高呼： / "欢喜吧，脱离咒诅的救赎， / 堕落者的救赎！ / 欢欣吧，成为上帝唯一的拣选者！ / 欢欣吧，太阳那有生命的云彩！ / 请接纳那位无形者， / 祂渴望住在你的子宫里！」

荣耀颂，如今，第四调：圣母听见了 / 她所不熟悉的语言： / 因为大天使向她宣告了福音。 / 因此，她怀着信德接受了他的问候， / 怀了你——永恒的上帝。 / 正因如此，我们也满心喜乐地向你呼求： / "上帝啊，你从她那里永恒地道成肉身， / 求你赐给世界和平， / 并赐予我们的灵魂大恩典！"

大赞美诗及结束祷文。

第五周的星期六
在圣体礼仪中

圣像礼。有福者：选自《阿卡菲斯颂》第三首和第六首。

颂词，第八调

以理智领悟了那奥秘的旨意， / 在约瑟的庇护下，那无形者匆匆显现， / 向未曾知婚的你高呼： / "祂降临使诸天俯伏， / 祂未曾改变，却全然容纳于你。 / 见祂在你腹中取了仆人的形像， / 我惊叹不已地向你呼求： / 欢喜吧，未曾经历婚姻的新娘！"

康达克，第8调

护卫我的统帅，/因使我脱离可怕的灾祸，/我——祢的城邑——圣母，/向祢献上胜利的感恩庆典！/但祢，作为拥有不可战胜之权能者，/求祢将我从一切危险中解救出来，/使我能向祢呼求：/"欢喜吧，未曾经历婚姻的新娘！"*

前诵，第三调，圣母颂：我的灵魂颂扬上主 / 我的心灵因我的救主上帝而欢欣。**诗节：**祂垂顾了祂婢女的谦卑，因为从今以后，万世万代都要称我有福。

《希伯来书》，第322节

弟兄们，基督并没有进入那按真像所造的人手所造的圣所，而是进入了天堂本身，如今在神面前为我们代求；并非像大祭司每年带着别人的血进入圣所那样，要多次献上自己；否则，祂从创世以来就该多次受苦了；　祂却在世世代代的末了，只一次以自己的牺牲显现，为要除掉罪。正如人都是定要死一次，死后必受审判；同样，基督也只一次将自己献为祭，为要担当许多人的罪，祂第二次显现，不是为除掉罪，而是为那些等候祂得救赎的人。

希伯来书 9:24–28

并向圣母，
《希伯来书》，第320段

弟兄们，第一约有关礼拜的事和地上的圣所：因为那第一座帐幕已经设立，其中有灯台、桌子和陈设饼，这帐幕称为“圣所”。 在第二道幔子后面，还有一座帐幕，称为至圣所，里面有金香炉和四面都镶金的约柜；柜中盛着盛吗哪的金罐、亚伦发芽的杖和约版，柜顶上有荣耀的基路伯，遮盖着赎罪所；　关于这一点，现在无需详述。按照这样的安排，祭司们总是进入第一座帐幕举行礼拜；而进入第二座帐幕的，则是一年仅此一次的大祭司，且必须带着血，为自己和百姓因无知所犯的罪献上赎罪祭。

希伯来书 9:1–7

哈利路亚，第8调：主啊，求祢兴起，进入祢的安息所，祢和祢圣所的约柜一同进入。**诗句：**主啊，求祢记念大卫和他一切的温柔。

《马可福音》第35章开头

那时，耶稣同门徒前往腓立比的凯撒利亚。在路上，祂问门徒：“人们说我是谁？”他们回答说：“有人说你是施洗约翰；有人说是以利亚；还有人说是一位先知。” 耶稣对他们说：“你们说我是谁？”彼得回答说：“你是基督。”耶稣就嘱咐他们，不要对任何人说起祂。于是开始教导他们说，人子必须受许多苦，被长老、大祭司和文士弃绝，并且被杀，第三天复活。

马可福音 8:27–31

以及圣母，
《路加福音》第54章

那时，耶稣来到一个村庄；那里有一个名叫马大的妇人，接待祂到自己家里；她有一个妹妹名叫马利亚，坐在耶稣脚前听祂讲道。　马大则忙着预备许多饭食，便上前说：“主啊！难道你不介意我妹妹只让我一个人服侍吗？请吩咐她来帮我。”耶稣回答她说：“马大！马大！你为许多事操心烦恼，但只有一件事是必要的；　马利亚却选择了那上好的福分，是不能从她身上夺去的。”耶稣正说这话的时候，有一位妇人从众人中举声对他说：“怀你胎的和哺乳你的有福了！”耶稣却说：“听见神的话并遵守的人有福了。”

路加福音 10:38–42；11:27–28

圣餐经文：我必领受救恩的圣杯，并呼求主的名。

大斋期星期六的大晚祷

诵读开端诗篇后，诵读第一卡菲斯姆全文。在“主啊，我呼求”**之后：诵读十节诗篇，其中三首取自复活节《八音集》，三首取自东方圣咏集，四首取自《三圣咏集》，以及圣玛利亚·埃及的礼仪经文：**

第六调

曾因往昔的污秽所致的玷污，/ 阻碍你凝视圣所；/ 但你那虔诚的心，以及你——智慧的圣女——对所作所为的觉悟，/ 使你内心转向了善。/ 因为，当你凝视蒙福的圣母圣像 / 并意识到自己过去的一切罪过，万福的圣女啊，/ 你便大胆地向圣树俯首敬拜。

你欢欣地朝拜了圣地，/ 从那里领受了美德最救赎的指引，/ 便欢快地沿着美好的道路前行，/ 渡过约旦河的激流，/ 满怀热忱地住进了施洗者约翰的居所，/ 并以你的生活方式驯服了狂放的私欲，/ 这位永受尊崇的母亲，以无畏之心，/ 消解了肉体的放纵。

进入旷野后，/ 你从灵魂中抹去了情欲的痕迹，/ 在心中以各种美德的形象，/ 勾勒出最接近神的肖像，/ 并焕发出如此耀眼的光芒，/ 以至于你，蒙福者，甚至能轻盈地踏水而行，/ 并在你向神祈祷时，从地上升起；/ 如今，万福的玛利亚，你满怀胆量侍立在基督面前，/ 为我们的灵魂祈祷。

荣耀颂，第四调：基督啊，祢十字架的大能行了奇事，/ 使那曾为淫妇之人，/ 通过苦修的功绩而奋力精进；/ 因此，她摒弃了软弱，/ 英勇地对抗了魔鬼。/ 正因如此，她获得了胜利的奖赏，/ 如今为我们的灵魂代祷。

如今，圣母颂：普通调式的信条颂。

《八音集》诗咏中的诗篇

荣耀颂，圣女，第二调：心灵的陷阱与肉体的情欲，/ 你以节制的利剑将其斩断，/ 通过静默的修行，你压制了罪恶的念头，/ 并以你眼泪的溪流灌溉了整个旷野，/ 为我们结出了悔改的果实。/ 因此，圣女，我们庆祝你的纪念日。

如今，圣母颂：啊，新的奇迹，超越一切古时奇迹！/ 因为谁曾知道这位未婚生子的母亲，/ 竟在怀中怀抱了拥抱万物的造物主？/ 神的旨意——就是这受孕。/ 而你，至圣者，曾用双手将祂如婴孩般托起，/ 并因母爱之勇向祂求恩，/ 请勿停止为敬奉你的人祈祷，/ 愿祂动慈心，拯救我们的灵魂。

颂歌，第八调

在您身上，圣母，那按着上帝形象存在于我们之中的特质得以完好保存：/ 因为您背负自己的十字架跟随基督，/ 并以行动教导我们轻视肉身——因其是短暂的，/ 而要关怀灵魂——那不朽的造物。/ 正因如此，圣母玛利亚，您的灵与天使一同欢欣。

圣母颂：为我们的缘故由童贞女所生，/并经历了受难，/以死亡击败了死亡，/并作为上帝显明了复活，/仁慈的主，求祢不要轻视祢那 之手所造的受造物；/ 仁慈的主，求祢显明祢对人类的慈爱，/ 接纳为我们代祷、曾生下祢的圣母，/ 并拯救我们这些绝望的人，我们的救主。

第五主日晨祷

在第六篇诗篇之后，诵读《主》篇：**按《八音集》调式，并唱复活节颂词。**

颂荣，埃及圣女玛利亚的颂歌，第八调

在您身上，圣母，那按着上帝形象存在于我们之中的本质，得以完好保存：/ 因为您背负自己的十字架跟随基督，/ 并以行动教导我们轻视肉身——这转瞬即逝之物，/ 而要关怀灵魂——这不朽的造物。/ 因此，尊贵的玛利亚，您的灵与天使一同欢欣。

如今，圣母之子：为我们的缘故由童贞女所生，/ 并经历了受难，/ 以死亡击败了死亡，/ 并作为上帝显明了复活，/ 仁慈的主，求祢不要轻视祢亲手所造的众生；/ 仁慈的主，求祢显明祢对人类的慈爱，/ 接纳为我们代祷的、生下祢的圣母，/ 并拯救我们这些绝望的人，我们的救主。

随后是《诗篇》的常规吟诵。《八音集》中的坐咏。在《无玷圣母》之后，唱《天使众》的特罗帕里：伊帕科伊调。按调式唱阶调和前咏。 “凡有气息的：”主日常规福音。 “基督复活：”第50篇诗篇。随后是《荣耀颂》，第8调：“为我开启悔改之门：”

第一首赞美诗——主日调第4声，圣母调第2声，三圣调第4声及圣人调第4声：

关于富人和拉撒路的圣咏，第8调。
第一首

伊尔莫斯：如行于陆地般踏水而过：

祢让我沉溺于享乐的财富之中，/ 如同那位日日沉溺于奢华之中的富人。/ 因此我恳求祢，救主，/ 像拯救拉撒路那样，将我从火中解救出来。

救主啊，我身披享乐，/ 如同身着细麻布、黄金，/ 以及金丝织成的衣裳；/ 但求祢不要像他那样将我投入火中。

那富人曾在这短暂的人生中 / 沉溺于财富与奢华， / 因此被判受苦， / 而贫穷的拉撒路却因露水而得滋润。

圣母颂：天使与凡人的队伍 / 不断赞美你，未曾结过婚的圣母， / 因为你曾将他们的造物主 / 如同婴孩一般，抱在怀中。

另一首圣女赞歌，第六调。
第一首

伊尔莫斯：如海浪：

我怀着爱意庆祝你那充满光明与神圣的纪念日，/ 请赐我光明吧，圣女，/ 你侍立在不可接近的光明——基督面前，/ 使我脱离世间一切的诱惑。

主——按肉体与埃及人同住，/ 无边无际、永恒之主，/ 从埃及显明你，这照亮万物的明星，/ 那在诞生之前就洞悉一切的主。

尊贵的圣女啊，因不谙神圣诫命，/ 你曾玷污了上帝那美好的形象，/ 但蒙神圣的安排，你又将其洁净，万福的圣女，/ 并因你神圣的作为而获得了神化，可敬的圣女。

《圣母颂》：哦，我的上帝，祢的仁慈何其伟大，/ 祢的宽恕何其难以言表！/ 祢使那位曾为娼妓的女子，/ 因祢母亲的恳求、/ 纯洁与无瑕，得以与天使相媲美！

卡塔瓦西亚：我将张开双唇， / 它们便充满圣灵； / 我将向王后圣母献上颂词， / 以光辉之姿欢庆， / 并欢欣地歌颂她的神迹。

第三首

伊尔莫斯：祢是坚固的保障：

正如祢从烈火中拯救了拉撒路，基督啊，/ 也求祢将我——祢这不配的仆人——/ 从地狱之火中解救出来。

主啊，我虽沉溺于情欲与享乐，/却如拉撒路般贫穷，因我缺乏美德；/但求祢拯救我！

我身披紫袍与华丽的细麻布，/ 沉溺于享乐与罪孽，/ 因此正在烈火中焚烧。

圣母颂：求祢以祢的祈求 / 赐我们帮助，至圣者，/ 抵御可怕灾祸的侵袭。

圣女赞歌。伊尔莫斯：在水面上：

祢因不端行为 / 已逼近灭亡之门，/ 那位曾以神性之力击碎地狱之门者，/ 如今为你开启悔改之门，尊贵的圣女，/ 祂自己就是生命之门。

曾是罪恶工具的你，长忍之主，/在敬拜神圣十字架之后，/你显明自己全然战胜了/一切魔鬼的工具与诡计，仁慈的主。

祢曾为赎回众人 / 倾洒祢的宝血，/ 使你——曾因最邪恶之行而饱受严重麻风之苦者——/ 借着纯净的眼泪洗礼，/ 成为祢赐予万物全然存有的源泉。

圣母颂：凡言语所能及的 / 都因祢而成就，童贞女啊：/ 因为圣父之道，正如神所当有的，已降临于祢，/ 仅凭一言，便赐予所有犯罪者 / 罪的赦免。

卡塔瓦西亚：圣母，/ 你是你颂歌者——那活泼丰沛的泉源，/ 他们筹办了这场属灵的庆典，求你坚固他们，/ 并在你神圣的荣耀中，/ 赐予他们荣耀的冠冕。

座咏，第八调

你以苦修的劳苦驯服了肉体的种种叛逆，/ 显明了你灵魂中刚毅的品性。/ 因为你虔诚地渴望目睹主的十字架，/ 尊贵的你，为了世界而将自己钉在十字架上；/ 正因如此，你全福者，/ 竭力激励自己追求天使般的生活。/ 因此，我们怀着信心纪念你，玛利亚，/ 祈求你慷慨赐予我们 / 藉着你的代祷，赦免我们的罪过。

《荣耀颂》，如今，圣母颂：让我们颂扬天门与圣约柜，至圣之山，/ 光辉灿烂的云彩，/ 不燃的荆棘丛，属灵的乐园，/ 呼召夏娃得救赎，/ 整个宇宙的伟大珍宝，/ 因为在祂里面，世界的救赎与古罪的赦免得以成就。/ 因此，我们向祂呼求："求祢向祢的圣子兼上帝祈求，赐予那些虔诚敬拜从祢所生之至圣基督的人，罪得赦免！"

第四首

伊尔莫斯：主啊，我听闻：

富人过着奢华的生活，/ 沉溺于美食与华服之中，/ 而拉撒路却渴望饱餐 / 他餐桌上掉下的碎屑。

狗用舌头舔舐 / 穷人拉撒路的疮痍，/ 其怜悯之心对穷人，/ 竟比那富人更为深切。

拉撒路曾被抛弃在富人的门前，/饱受贫困之疮的折磨，/正因如此，救主啊，他如今蒙受荣耀。

圣母颂：至圣者，你曾怀胎者，/求你为颂扬你的人祈求得救，/使他们脱离毁灭者的奴役，/因为唯有你是我们的护佑者。

圣女赞歌。伊尔莫斯：在十字架上，祢显出神圣的谦卑：

作为人类本性的创造者，/作为仁慈的源泉与仁爱的丰盛，/你，爱人的主，怜悯了投奔你的人，/并将她从那毁灭性的野兽手中解救出来。

急切地望见十字架，/ 你，玛利亚，被十字架的光芒照亮，/ 因那将自己交于十字架的圣者神圣的召唤，/ 为世界被钉在十字架上，可敬的圣女。

你曾因放纵罪恶的享乐，/ 成为许多人的罪恶根源，/ 如今却如旭日初升，你显现出来，尊贵的圣女，/ 成为所有罪人的导师。

圣母颂：你的智慧超越了天界，/超越了万王之王所居的灵性之天：/因为，圣洁的你，超越了自然法则，/怀了万物的立法者与创造者。

卡塔瓦西亚：坐在荣耀之中 / 神性的宝座上， / 乘着轻柔的云彩， / 至圣的耶稣降临，／由无瑕之手托举， / 拯救了呼求的人： / “荣耀归于基督，归于祢的大能！”

第五首

伊尔莫斯：祢为何弃绝我：

当那富人看见拉撒路在亚伯拉罕的怀中，/在光明与荣耀中欢欣时，/他便呼求道：“亚伯拉罕之父，可怜我吧！/我已被判入火湖，我的舌头正遭受可怕的灼烧！”

“你曾过着奢华的生活，沉醉于世间的财富，” / 亚伯拉罕对那富人说， / “正因如此，你才在此永受刑罚，身陷烈火之中， / 而那贫穷的拉撒路却在 / 无尽的喜乐中欢欣。”

我因世俗的诱惑而变得富有，/ 就像那位富人一样，将一生都挥霍在享乐之中，仁爱的主啊！/ 但我恳求祢的怜悯，/ 愿我能脱离这火焰，/ 如同拉撒路得救一般。

圣母颂：至圣童贞女，因对圣子怀有母性的胆识，/恳求祢莫忽视对我们的亲情关怀，/因为我们这些基督徒，唯独将祢，/藉着祢对主那蒙恩的宽恕，引向祂。

圣女赞歌。伊尔莫斯：基督啊，求祢向我们显现：

摩西昔日在西奈山因神秘地从背后瞻仰了上帝而闻名遐迩，/并铭刻下了这一非凡的奥秘；/如今，玛利亚如同亲近盛有吗哪的器皿一般，/虔诚地俯身于至圣圣像前，/过着天使般的生活。

她渴望，正如《诗篇》所言， / 得见祢圣殿的荣美 / 与祢荣耀那无形之帐幕； / 这位曾玷污祢圣殿、/ 未曾因丈夫的隐秘代求而知晓的女子， / 已成了祢的圣殿，基督啊。 / 求祢也使我 / 成为全能圣灵的圣殿。

她以肉体的诱惑——用双眼俘获了许多人，并将短暂的欢愉化作魔鬼的食粮，却被神圣十字架的神圣恩典真实地俘获，从而成为基督最甘美的食粮。

圣母颂：那蒙召参与在你身上成就的奥迹、/ 并以奥秘的神圣言语，至圣者，/ 先知之合唱团，/ 曾以多种方式预言了你。 / 而那盛载吗哪的器皿 / 正是玛利亚如今所依附的 / ——这位在神面前为罪人代求的 / 至洁的护佑者。

卡塔瓦西亚：整个世界都因祢的神圣荣光而惊叹：/ 因为祢，这位未曾经历婚姻的童贞女，/ 在祢的子宫中怀了至高无上的上帝，/ 并生下了永恒的圣子，/ 祂赐福给所有颂扬祢的人。

第六首

伊尔莫斯：救主啊，求祢洁净我：

那个富人因沉溺享乐，将自己判入烈火之中；/而贫穷的拉撒路，此生选择贫穷，/却蒙受了无尽的喜乐。

拉撒路蒙恩安息在亚伯拉罕的怀中，/ 因基督而得享永生。/ 那富人却被判入火中，/ 身与魂都要承受刑罚。

那富人因拉撒路之故被投入火中。/ 求祢，仁慈的主，不要定我这不幸之人的罪，/ 我恳求祢，/ 但愿祢像赐予拉撒路那样，也赐我祢的光辉。

圣母颂：愿我们藉着祢的祈求，脱离沉重的罪孽，/ 纯洁的上帝之母，/ 并愿我们，全无瑕疵者，从祢那不可言喻地道成肉身的上帝之子那里，/ 获得神圣的启迪。

圣女赞歌。伊尔莫斯：深渊般的罪孽将我包围：

天使军团欢欣鼓舞，玛利亚，/ 因在您身上看见与他们相仿的圣洁生活，圣女啊，/ 他们高声赞美上主。

阴暗的魔鬼大军 / 因你忍耐的力量而战栗，/ 因为你，那孤独赤裸的妇人，/ 以奇妙的方式使他们蒙羞。

你如太阳般熠熠生辉，万福的玛利亚，/ 用光芒照亮了整个荒漠。/ 因此，也请用你的光辉照亮我。

圣母颂：天使们，因你诞下基督的荣光而焕发光彩，/ 在世上向我们所有人宣告和平，/ 并向世人宣告恩宠，童贞女啊，他们大声宣告。

卡塔瓦西亚：在这神圣且受众人尊崇的 / 圣母节庆中，/ 来吧，敬虔的信徒们，让我们齐声欢呼，/ 赞美由她所生的上帝。

康达克，第三调

你曾沉溺于种种淫行，/如今藉着悔改，你被立为基督的新娘，/你渴慕天使般的生活，/并以十字架为武器战胜了恶魔。/因此，你成为了天国的新娘，/尊贵的玛利亚！

伊科斯： 如今，让我们以颂歌赞美基督的羔羊与女儿——尊贵的玛利亚，/ 她虽出身于埃及人，/ 却避开了他们的一切迷误，/ 并如珍贵的枝条般被完美地献给教会，/ 在节制与祈祷中精进，/ 超越了人类本性的界限。/ 正因如此，你才在基督里因生活与作为而高升，/ 成为天国的新娘，/ 受尊崇的玛利亚！

第七首

伊尔莫斯：从犹太地来的少年们：

正如古时约伯躺在腐烂、蛆虫横行的 / 粪堆上，/ 拉撒路也坐在富人的门前，呼求道：/ “列祖的上帝，愿祢蒙福！”

被抛弃在无情富人门前的拉撒路，/ 曾渴望从他的餐桌上得到些许残羹剩饭，/ 却无人施予；但看哪，/ 代替那些残羹剩饭，他进入了亚伯拉罕的怀抱。

求祢，我的基督，救我脱离那无怜悯的富人的下场，/ 并将我与贫穷的拉撒路同在，/ 使我配得感恩地向祢呼求：/ “我们祖先的上帝，愿祢受称颂！”

圣母颂：从童贞之胎道成肉身，/祢为拯救我们而降临。/因此，我们认明祢的母亲是圣母，/便满怀感恩地高呼：/“我们祖先的上帝，愿祢受赞美！”

圣女赞歌。伊尔莫斯：巴比伦的少年们：

众圣父中最伟大的、睿智的佐西马，/在旷野中游历时，有幸/得见这位圣女，并呼喊道：/“愿祢蒙福，我们列祖的上帝！”

“父亲，你为何前来见这软弱的女子，/ 她与一切实际的美德都相去甚远？”/ ——圣女向长老如此说道；但他却高呼：/ “愿祢蒙福，我们祖先的上帝！”

圣女啊，你已制服了情欲的叛乱，/如今已抵达无欲之港，高呼：/“愿祢蒙福，主啊，我们祖先的上帝！”

圣母颂：祢以不可言喻的方式受孕，/ 仍保持童贞，至洁者，/ 并在腹中怀了世界的救主——我们的基督上帝；/ 因此，我们所有信徒，/ 都以圣歌颂扬祢。

卡塔瓦西亚：那些通晓神理的人 / 并未将受造之物尊崇于造物主之上，/ 而是勇敢地战胜了威胁他们的烈火，/ 欢欣地歌唱道：/ “至可赞美的主，我们列祖的神，/ 愿祢蒙福！”

第8首

伊尔莫斯：七次烘烤：

那可悲的富人，曾身着朱红与紫色丝绸华服；/而乞丐拉撒路却在他家门口，/在极度的贫困中躺卧，/渴望用从餐桌上掉落的碎屑填饱肚子，/却无人施舍给他。/因此，他如今与基督一同在荣耀中作王。

拉撒路躺在富人的家门前，/ 身体因伤口而腐烂，/ 渴望用食物填饱肚子，/ 却无人施予；/ 唯有狗们怜悯地用舌头舔舐 / 他身上的溃疡和痂皮。/ 因此，他有幸在乐园中享受福乐。

我沉溺于享乐之中，/ 如同古时的富人，/ 每日身着紫袍。/ 而我，至仁慈的主，在这奢华的生活中，/ 正因这些享乐与消遣而自我定罪。/ 因此，我恳求祢，基督，救我脱离/ 永恒之火，直到永永远远。

三位一体颂： 三一神性，唯一的光辉，/ 由同一本性在三个位格中放射光芒：/ 无始的圣父，/ 与祂同本性的圣子，/ 以及与祂们一同掌权的同质圣灵，/ 少年们，请颂扬；司祭们，请歌唱；/ 众人，请永世尊崇！

圣女赞美诗。伊尔莫斯：天界啊，当惊叹战栗：

洞察心灵深处的，/在万物未成之前便知晓我们一切作为的，/救主啊，祢从动荡的生活中拯救了投奔祢的人，/她坚定不移地向祢的人爱呼求，从未停息：/“祭司们，请祝福，/众民啊，请永远颂扬！”

啊，神圣的转变，/你向更美好的境界迈进，可敬的圣女！/啊，神圣的爱，你憎恶肉体的享乐！/啊，炽热而神圣的、备受赞颂的玛利亚的信仰，/我们怀着信心赞美她，/并永远颂扬她。

你因劳苦获得了奖赏，/ 因你的苦难得到了报偿，尊贵的玛利亚：/ 你借此击溃了杀人的仇敌，/ 如今与天使们一同高唱赞歌，不绝于耳地呼求，/ 并永远颂扬基督。

圣母颂：至洁者，祢在祢的胎中使我全然更新，/ 万世之主凭祂的仁慈，/ 未曾破坏各本性的特质。/ 因此，作为我们得救的源头，/ 我们以圣歌颂扬祢，直到永远。

卡塔瓦西亚：在熔炉中，圣母之子拯救了虔诚的少年们：/ 那时是预表，如今是现实；/ 祂召聚整个宇宙为你歌唱。/ 受造之物啊，歌颂上主，/ 并永远尊崇祂！

第九首

伊尔莫斯：未曾结过婚的祢：

基督啊，我恳求祢，求祢将我塑造成贫穷的拉撒路，/ 铲除我内心对享乐的渴求，/ 如同祢本性所是：/ 求祢使我富于美德，/ 好让我怀着信心，在赞美诗中颂扬祢。

我这富足而无怜悯之人，轻视了自己的理智，/ 不信靠祢的诫命，仁爱的主，/ 悲惨地倒在门前；/ 但求祢作为富有同情心且乐于施恩的主，将我扶起，/ 正如祢曾因怜悯在第四天使祢的朋友拉撒路复活一样。

我们全都明白了主所讲的比喻。/ 因此，所有信徒啊，让我们憎恶那富人的无情，/ 以便逃脱永恒的惩罚，/ 并在亚伯拉罕的怀中不断欢欣。

圣母颂：我们满怀信心地颂扬祢——曾怀抱那不可见之神，/ 受天地万物在天上同声赞颂，/ 并借着祢，常将救恩赐予我们。

圣女赞歌。伊尔莫斯：母亲，请不要为我哭泣：

母亲，你在旷野中的艰辛你轻松承受，/ 因受基督大能的引导：/ 因为你，圣洁的母亲，用神圣的泪水 / 熄灭了那些邪恶的念头，/ 这是苦修者的完美，是圣者的赞美。

圣洁无瑕的童贞女以最明亮的光芒照耀着你，/ 她独生了光明——基督 /。使你令敌人畏惧，圣洁的你，/ 玛利亚将你显明于众人面前，/ 你是苦修者的美德，是圣徒们的坚固保障。

你明智地舍弃了一切尘世之物，/ 成为了圣灵的神圣居所；/ 因此，请向基督——唯一的救赎主祈求，/ 使那些怀着信心纪念你神圣事迹的人，/ 得以从世间可怕的灾祸中解脱。

圣母颂：童贞女啊，你超乎自然地隐藏于自然法则之外，/ 你在尘世腹中怀着幼童——至洁者，/ 祂是自古以来真正的立法者。/ 因此，作为万物造物主那超然的天国，/ 我们怀着信心与爱意赞美你。

卡塔瓦西亚：凡生于世者，/ 皆当因圣灵的启迪而欢欣；/ 无形之灵的本质亦当欢庆，/ 敬拜圣母的圣节，/ 并高呼：/ “万福，至福者，/ 圣洁的圣母，永贞童女！”

复活节六经
随后诵读《三圣咏》中关于这位圣女的篇章：

颂荣：我们以你为悔改的榜样，/ 至圣的玛利亚！/ 求你在斋期中向基督代祷，也赐予我们斋戒，/ 使我们能怀着信心与爱心，/ 在颂歌中赞美你。

如今，圣母颂：天使的喜乐，悲伤者的慰藉，/ 基督徒的护佑者，主的童贞之母，/ 求你保护我们，使我们免于永恒的痛苦。

在“赞美”诗篇中
复活节《八音集》第4卷，东方礼第4卷
及《三圣咏》第1卷：

诗句：起来吧，我的主，我的上帝，愿祢的右手高举，/ 直到终末，请勿忘记祢的贫穷子民！

诗篇 9:33

第一声：神的国不在于饮食，/而在于公义、节制与成圣。/因此，不是富人能进入其中，/而是那些将自己的财宝分给穷人的人。 / 先知大卫也以此教导我们，他说：/ “那人是有义的，终日施恩，/ 以耶和华为乐，/ 行在光明中，必不致跌倒。”/ 这一切都是为要警戒我们，/ 使我们在斋戒时行善，/ 主必将天上的福分赐给我们，代替地上的福分。

颂荣：重复上述内容。

如今，第二调：至福的圣母童贞女：

大颂歌与遣散礼。

第五主日圣体礼仪

“有福了”调。

颂歌，第8调

在祢身上，母亲，那按着上帝形象存在于我们之中的，确实得以保全：/ 因为祢背负自己的十字架跟随基督，/ 并以行动教导我们轻视肉身——因其是短暂的，/ 而要关怀灵魂——那不朽的造物。/ 因此，圣母玛利亚，祢的灵与天使一同欢欣。

康达克，第三调

你曾沉溺于各种淫行，/如今藉着悔改，你被立为基督的新娘，/你渴慕天使般的生活，/并以十字架为武器战胜了恶魔。/因此，你成为了天国的新娘，/可敬的玛利亚！

前诵，圣女前诵，第四调：神在祂的圣徒中奇妙，/ 以色列的神。

《希伯来书》，第321B段

弟兄们，基督作为未来福分的大祭司，通过那宏大而完美的帐幕——非人手所造，即不属于这受造之物——并非藉着公山羊和公牛犊的血，而是藉着祂自己的血，一次而永远地进入了圣所，从而获得了永恒的救赎。　因为，如果山羊和公牛的血，以及母牛犊的灰，借着洒在污秽之人身上，能使肉体得以洁净，那么，基督的血——祂借着永恒的圣灵，将自己作为无瑕疵的祭物献给神——就更能够洁净我们的良心，使我们脱离死行，去事奉那活着、真实的神。

希伯来书 9:11–14

以及尊贵的，
《加拉太书》，第208A段

弟兄们，我们在信主之前，曾被律法拘禁，等候将来要显明的真道；这样，律法就成了我们通往基督的保姆，使我们因信称义；但真道既已显明，我们就不再受保姆的管束了。因为你们众人，因信在基督耶稣里，都是神的儿子。　因为你们受洗归入基督的，都是披戴基督了。不再有犹太人、希腊人、奴隶、自由人、男、女之分；因为你们在基督耶稣里都成为一了。你们若属基督，就是亚伯拉罕的后裔，是照着应许承受产业的了。

加拉太书 3:23–29

该调的哈利路亚。

《马可福音》第47章开头

那时，耶稣把十二门徒叫来，对他们讲起自己将要遭遇的事：　“看哪，我们要上耶路撒冷去，人子将要被交在祭司长和文士手里，他们要定他死罪，把他交给外邦人；他们要戏弄他，吐唾沫在他脸上，鞭打他，杀害他，第三天他要复活。”　西庇太的两个儿子雅各和约翰上前对他说：“夫子，我们想求你照我们所求的为我们成就一件事。”耶稣对他们说：“你们要我为你们做什么？”他们对他说：“求你在你的荣耀里，叫我们一个坐在你右边，一个坐在你左边。”耶稣对他们说：“你们不知道所求的是什么。我所喝的杯，你们能喝吗？我所受的洗，你们能受吗？”他们对他说：“我们能。”耶稣对他们说：“我所喝的杯，你们必喝；我所受的洗，你们必受；至于坐在我右边或左边，不是我可以赐的，而是为谁预备的，就赐给谁。”那十个门徒听见后，就对雅各和约翰心生不满。耶稣便叫他们来，对他们说：“你们知道，那些被视为列国之首的人，是辖制他们；他们的官长也是以权势辖制他们；但你们中间不是这样。　你们中间谁愿为大，就必作你们的仆人；谁愿为首，就必作众人的奴仆。因为人子来，并不是要受人的服事，乃是要服事人，并且要舍命，作多人的赎价。”

马可福音 10:32b-45

以及尊贵的，
《路加福音》第33章

那时，有一个法利赛人请耶稣去他家吃饭。耶稣进了那法利赛人的家，就坐席。 看哪，城里有个被众人称为罪妇的女人，听说祂在法利赛人的家里坐席，就带着一瓶香膏，站在祂身后，挨着祂的脚，哭着用眼泪湿了祂的脚，又用自己的头发擦干，亲吻祂的脚，并用香膏抹祂的脚。 法利赛人看见了，心里暗自嘀咕：“这人若是先知，就该知道摸他的是谁，是个怎样的女人，因为她是罪人。”耶稣对他说：“西门，我有话要对你说。”西门说：“老师，请说。” 有个债主有两个欠债的人：一个欠五百第纳尔，另一个欠五十。因为他们无力偿还，他就免了两个人的债。 他们二人中，谁会更爱他呢？”西门回答说：“我想，是那个被免去更多债务的人。”耶稣对他说：“你判断得对。”于是，他转向那女人，对西门说：“你看见这个女人了吗？ 我进了你的家，你没有给我水洗脚，她却用眼泪浇湿了我的脚，又用自己的头发擦干；你没有亲吻我，她却从我一进门起，就不断亲吻我的脚；你没有用香油抹我的头，她却用香膏抹了我的脚。 所以我告诉你：她的许多罪都赦免了，因为她爱得多；但那赦免少的，爱得也少。”耶稣对她说：“你的罪赦免了。”同席的人心里议论说：“这人是谁，竟连罪也能赦免呢？”耶稣对那妇人说：“你的信救了你，平安地回去吧。”

路加福音 7:36–50

圣体经：诸天啊，赞美上主；诸天之上，赞美祂。另一段：义人必被永远铭记，他必不惧恶名。

第五主日晚祷

在“主啊，我呼求你：”之后，唱第10调的诗篇：4首动人的诗篇，采用《八音集》当前的调式。

圣约瑟夫的诗节，第一调

基督啊，祢虽曾富足，却甘愿贫穷，/ 使凡人因祢而得永生，并蒙荣耀之光照耀。 / 因此，求祢使我——因世俗享乐而变得贫穷的人——/ 因美德而富足，/ 并将我与 那位贫穷的拉撒路相提并论，/ 使我免于那降临在富人身上的惩罚，/ 也免于那为我预备的地狱之火。

我因贪婪而变得极其富有，/ 沉迷于奢华，/ 沉溺于今生的享乐，主啊，/ 因而注定要遭受地狱之火的惩罚。/ 对于我这个心灵饥饿、/ 在神圣之门前倒下的罪人，/ 求祢像怜悯拉撒路那样怜悯我，/ 主啊，求祢垂怜我！

圣西奥多，第一调

信徒们，让我们虔诚地开启尊贵的斋期第六周，/ 向那以神性大能、带着荣耀降临耶路撒冷、/ 为要消灭死亡的主，/ 献上棕榈枝的节前赞歌。 / 因此，让我们虔诚地准备 / 胜利的象征——美德的枝条，/ 向万物的创造主高呼：“和散那！”

此外，还有《圣人传》中的4首圣咏。

《荣耀颂》，以及《圣母颂》。

入堂咏：“令人欣慰的光：”

前诵，第八调

主啊，祢将产业赐给敬畏祢名的人。

诗节：我从地极向祢呼求。

诗句：我必在祢翅膀的荫下躲藏。

诗句：我必如此歌颂祢的名。

《诗篇》60:6B, 3A, 5B, 9A

诗班唱诗，第一调

救主向我们显明的 / 那满有慈爱的计划何等奇妙： / 因为祂既通晓未来与当下， / 便将拉撒路与财主的一生展现在众人面前。 / 看哪，审视他们二人的结局，/ 让我们远离其中一人的残忍与不人道，/ 却要效法另一人的坚韧与长久忍耐，/ 好使我们能与他在亚伯拉罕的怀中受暖，高声宣告：/ “公义的主啊，愿荣耀归于祢！”**(2)**

为殉道者：主啊，藉着 / 诸圣与圣母的代祷， / 求祢赐给我们平安， / 并作为独一的仁慈者，怜悯我们。

《荣耀颂》，现今，圣母颂：天军之喜乐，/ 地上世人之坚固庇护，/ 至洁童贞女，/ 拯救我们这些投奔于祢的人：/ 因为我们，圣母，/ 除天主之外，将希望寄托于祢。

其余仪式照常进行。

大斋期第六周

瓦伊周的星期五
第六时辰

先知颂，第三调

主啊，祢对罪人的威严之怒令人难以承受，我们不配仰望祢，也不配向祢求恩：求祢不要因祢的烈怒或祢的忿怒，毁灭我们——那些祢曾亲手从尘土中 所造的人。

荣耀颂，如今：我们重复上述内容。

前诵，第四调

为了我们主、我们神的殿，/我为你寻求福分。

诗句：那些对我说："我们要去耶和华的殿"的人，使我欢喜。

诗篇 121:9, 1

以赛亚书诵读

耶路撒冷啊，你要欢喜；凡爱她、住在其中的人，都要在城里欢呼；凡为她哀恸的人，都要与她一同欢喜，好叫你们从她安慰的乳源得饱足，又因她荣耀的降临而心满意足。　因为主如此说："看哪，我要向他们倾注平安之河，如同汹涌的洪流——万族的荣耀。　他们要将你们的儿女扛在肩上，抱在膝上；正如母亲安慰儿子一样，我也必安慰你们，你们必在耶路撒冷得着安慰。你们必看见，你们的心就欢喜；你们的骨头必像青草一样发芽生长；耶和华的手必向敬畏祂的人显明，却要向悖逆的人施行威严。　因为看哪，耶和华如火降临，他的战车如旋风，要在烈火中施行他忿怒的报应和愤怒的惩罚。因为全地必被耶和华的火审判，凡有血气的都必被他的刀剑审判；被耶和华所伤的必多。　那些在园中自以为圣洁、自以为洁净，却在门廊里吃猪肉、可憎之物和老鼠的人，都将一同被灭绝，这是耶和华说的。我深知他们的作为和他们的意念；我必去聚集万族万民，他们必前来看见我的荣耀。　我要在他们身上留下记号，并从他们中间差遣得救的人到各族那里去：到法尔西斯、富德、路德、摩索克、波韦尔、埃拉达，以及那些远方的岛屿——那里的人从未听过我的名，也未曾见过我的荣耀；　他们要在列邦中传扬我的荣耀，并将我们从各支派中的弟兄，连同马匹、战车、骡子、带篷的车辆，一同作为献给耶和华的礼物，带到圣城耶路撒冷，这是耶和华说的——正如以色列人从前带着[喜乐和]诗歌，将他们的祭物带到耶和华的殿中一样。　"我必从他们中间拣选祭司和利未人，"耶和华说，"因为正如我所要创造的新天新地在我面前长存——耶和华说——你们的后裔和你们的名也必长存。　"月复一月，安息日复一安息日，[那时]万民都要来在我面前敬拜，"耶和华说。"他们出去的时候，必看见那些得罪我之人的尸首；因为他们的蛆虫不灭，他们的火不熄；他们必成为万民眼中的景象。"

以赛亚书 66:10–24

前诵，第六调

主啊，求祢怜悯我们，/ 求祢怜悯我们。

诗句：我将眼目举向你，住在天上的主。

诗篇 122:3A, 1

第六周星期五
晚祷时

诵读第18篇卡菲兹姆。在“主啊，我呼求：”**之后，诵读10首诗篇：当日的自唱诗两遍，殉道者诗，以及义人拉撒路七首自唱诗。**

自唱诗，第8调

我们恳求祢，仁爱之主，/ 让我们在完成这有益于灵魂的大斋期后，/ 得以目睹祢受难的圣周，/ 好在那些日子里颂扬祢的威严，/ 以及祢对我们的不可言喻的旨意，/ 同心合意地歌唱：/ “主啊，荣耀归于祢！”**(2)**

致殉道者：主的殉道者们！/ 求你们向我们的上帝代求，/ 恳求祂向我们的灵魂显出/ 丰盛的怜悯，/ 并赦免我们的罪过，我们如此祈求。

此外，我们还以自唱调颂扬圣拉撒路，此曲由虔诚的列夫·智王所作。第六声调。

主啊，你渴望看见拉撒路的坟墓，/ 你自己本打算自愿进入坟墓，/ 便问道：“你们把他安放在哪里了？”/ 听见这本已知之事，/ 祢向所爱之人宣告：“拉撒路，出来！”/ 那已无气息之人便顺从了赐予他气息的，/ 祢——我们灵魂的救主。 **(2)**

主啊，祢来到坟墓前，/ 那里躺着四天前逝去的人，/ ——拉撒路的坟墓，/ ——祢为祢的朋友流下眼泪，/ 祢，生命之穗，使已死四天的他复活了。/ 因此，死亡被祢的声音捆绑，/ 裹尸布则被祢的手解开。/ 那时，门徒们满心喜乐，/ 众人齐声献上同一份赞美：/ “蒙福的救主，求祢怜悯我们！” **(2)**

主啊，祢的声音摧毁了地狱的王宫，/ 祢权能的话语使已死四日的拉撒路从坟墓中复活，/ 拉撒路便成了救赎重生的开端。/ 万事皆能，主啊，万王之王！/ 求祢赐予祢的仆人宽恕 / 与大慈大悲。

主啊，为了使祢的门徒确信 / 祢从死里复活，/ 祢来到拉撒路的坟墓前。/ 当你呼唤他时，/ 阴间被掠夺，放走了四天前去世的人，/ 他向祢呼求：/ “蒙福的主啊，荣耀归于祢！”

主啊，祢带着门徒，/来到伯大尼，要使拉撒路复活；/祢按着人的本性为他流泪，/作为神，祢在他死后第四天使他复活，/他便向祢——救主——呼求：/“主啊，祢是应当称颂的，荣耀归于祢！”

荣耀颂，第八调：我们的救主，祢来到拉撒路的坟墓前，/呼唤那死人，便如从睡梦中将他唤醒：/他以不朽之灵脱去朽坏之躯，/遵照祢的话语，虽仍裹着殓布，却走了出来。 / 祢无所不能，万物皆服侍祢，仁爱世人的主，/ 万物皆归顺于祢。/ 我们的救主，荣耀归于祢！

如今，仍以同样的声音宣告：在完成有益于灵魂的大斋期后，让我们高呼：/ “欢喜吧，比法尼城，拉撒路的故乡！/ 欢欣吧，马大与马利亚，他的姐妹们！/ 明天基督将降临，/ 用祂的话语使你们已逝的兄弟复活。 / 听到祂的声音，那残酷而贪婪的地狱，/ 将在恐惧中战栗并发出巨大的呐喊，/ 释放被裹尸布紧紧缠住的拉撒路。 / 被祂的神迹所震撼的犹太民族，/ 将手持棕榈枝和树枝迎接祂，/ 孩子们也将出现，赞美 / 那些令他们的父亲们嫉妒的那一位。/ 奉主之名而来的，以色列的王，是应当称颂的！

持福音书入场。“令人欣慰的光：”

前诵，第六调

我们的帮助来自耶和华之名，/ 祂创造了天地。

诗节：若非耶和华在我们中间，以色列啊，请你们说。

诗篇 123:8, 1

瓦伊周

1. 《创世记》诵读

雅各停止了对儿子的嘱咐，将双脚抬上床，便去世了，归入他本族的人中。约瑟伏在父亲脸上，为他痛哭，亲吻他。　约瑟吩咐他的仆人——那些行埋葬礼的人——给他的父亲行埋葬礼；那些行埋葬礼的人便给以色列人行了埋葬礼。他安息了四十天，因为安葬的日期是这样计算的。埃及人为他哀悼了七十天。　哀悼的日子过了之后，约瑟对法老的臣仆说："如果我在你们眼中蒙恩，请转告法老说：'我父亲临终前曾让我起誓，说："你要把我葬在我自己在迦南地所挖的坟墓里。"看哪，如今我要去安葬我的父亲，然后回来。"于是，他们照约瑟所说的向法老禀报。法老对约瑟说："你去吧，照他向你所起的誓，安葬你的父亲。"约瑟便动身去安葬他的父亲。法老的所有臣仆、他宫中的长老、埃及全地的长老、住在约瑟身边的人、他的兄弟们，以及他父家的人，都与他同行。至于他的亲属、羊群和牛群，则留在赫塞姆地。　随行还有战车和骑兵，队伍极为庞大。他们来到约旦河对岸的亚塔德禾场，为他哀悼，捶胸顿足，痛哭流涕；约瑟为父亲哀悼了七天。　迦南地的居民看见在亚塔德的禾场上的哀悼，便说："埃及人的哀悼真大！"因此，他们将那地方起名叫"埃及的哀悼"，就在约旦河对岸。　约瑟的儿子们照他所吩咐的为他办理了后事；他的儿子们将他带回迦南地，安葬在双洞穴中，就是亚伯拉罕从赫人以弗仑手中买来作坟墓的，位于玛姆雷对面。　约瑟便独自带着他的兄弟们，以及所有随他一同去安葬他父亲的人，回到了埃及。约瑟的兄弟们见父亲已经去世，便说："约瑟岂不会记恨我们，并因我们曾加给他的一切恶事而报复我们吗？"　于是，他们去见约瑟，说："你父亲临终前曾叫我们起誓，说：'你们要这样对约瑟说：请宽恕他们的过犯和罪孽，因为他们曾恶待你。'现在，求你宽恕你父亲——那位神的仆人们的过犯。"约瑟听他们这样说，就哭了。他们来到他面前，说："看哪，我们是你的仆人。"约瑟说："不要害怕，因为我是神；你们原是图谋害我，但神却为我图谋善，使今日的一切都成就，好使一大群人得着食物。"他又对他们说："不要害怕，我必供养你们和你们的全家。"于是安慰他们，并按着他们心里所想的与他们交谈。　约瑟与他的弟兄们，以及他父亲手下所有的定居者，都住在埃及。约瑟活了一百一十岁。约瑟看见以法莲的子孙直到第三代，玛拿西的儿子玛希拉的儿子们也是在约瑟的膝上出生的。　约瑟对弟兄们说："我将要　，但神必眷顾你们，领你们从这地出去，到神向你们的列祖——亚伯拉罕、以撒、雅各——起誓应许的那地。"约瑟又叫以色列的子孙起誓，说："等神眷顾你们的时候，你们也要把我的骸骨从这里带走。"约瑟活了一百一十岁，就死了。他们把他安葬在埃及，放在棺材里。

创世记 49:33 – 50:26

前诵，第四调

仰望耶和华的人，如同锡安山：/ 永不动摇。

诗节：因为耶和华必不将罪人的杖交给义人。

诗篇 124:1A 、 3A

2. 箴言诵读

我儿，你要张口传讲上帝的话语，并以公义审判众人。你要张口秉公行义，为贫穷人和弱者伸张正义。谁能找到一位贤德的妻子？这样的妻子比珍贵的宝石更宝贵。　她丈夫的心因她而坚定：她必得着美好的报偿，因为她一生都为丈夫谋福。她购得羊毛和亚麻，亲手织成有用的织物。她如同从远方运来货物的大船，为自己积攒财富。　她夜间便起身，为全家预备食物，并安排女仆们各司其职。她看见一块田地，便买了下来，又用自己双手的劳作栽种了那块地。她紧紧束起腰带，强健筋骨，专心致志地工作。　（她）深知勤劳的好处，她的灯整夜都不熄灭。她伸出双臂从事有益的事务，双手牢牢握住纺锤。（她)向穷人张开双手，将所得分给乞丐。即使丈夫在外耽搁，她也不为家中的事忧虑；因为她周围的人都衣着得

体。她为丈夫缝制了两套衣服，又用细麻布和紫色织物为自己做了衣服。　她的丈夫在城门处引人注目，当他与长老们[和]地上的居民一同坐席时。她织了布卖给腓尼基人，又织了腰带卖给迦南人。她以力量和华美为衣，在晚年欢欣喜乐。　她开口谨慎且合乎律法，并为自己的舌头立定准则。通往她家的道路狭窄，她未曾尝过懒惰之粮。（她开口智慧且合乎律法，她的施舍）养育了她的儿女，他们便富足起来，她的丈夫也称赞她。　许多女子显出能力，许多女子积攒财富，但你却胜过她们，远超她们。你没有虚假的奉承，也没有虚浮的女子之美——因为贤慧的妻子蒙福，她当称颂耶和华。愿人因她口中的果子赐福于她，愿她在城门口因丈夫而受称赞！

箴言 31:8–31

随后按惯例进行预圣体礼仪的其余部分。

须知，从今日起，直至圣多马安息日之前，不再诵唱《殉道者圣咏》、《圣母圣咏》及《八音集》。

圣拉撒路安息日

第六周的星期五
在晚祷中

在晚祷中，我们唱以下由圣安德烈·克里特所作的赞美诗，第一调。

第一首

伊尔莫斯：让我们一同向神唱起胜利之歌，/祂以大能之手/行了奇妙的神迹，/并拯救了以色列：/因为祂已得着荣耀。

副歌：荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

我的救主啊，/祢使已死四日的拉撒路复活，/祢以大能的手将他从朽坏中解救出来，/并彰显了祢大能的权柄。

祢呼唤拉撒路出坟墓，/ 祢立刻使他复活；/ 但地狱深处却痛哭哀号，/ 并因祢的大能而呻吟战栗，救主啊。

主啊，祢为拉撒路流下眼泪，/ 彰显了祢按圣意道成肉身，/ 并表明祢本为神，/ 却按本性成为与我们相似的人。

主啊，祢止住了马大与马利亚的泪水，/ 救主啊，祢使拉撒路从死里复活，/ 并借着祢的大能，/ 使这死人重获生机。

按照人的本性，主啊，祢问道："拉撒路被安放在哪里？"/ 救主啊，祢向众人显明了/ 祢对我们真实的眷顾。

那时，祢击碎了地狱的门闩，/呼唤拉撒路，/动摇了仇敌的权势，/并迫使他在十字架之前，/在祢——唯一的救主面前战栗。

被地狱囚禁的拉撒路，/主啊，祢作为神提前探访了他，并解开了他的枷锁：/因为万事，全能者，/皆按祢的旨意而行。

颂荣：我们要颂扬圣父、圣子、圣灵，/这在位格合一中不可分割的圣三，/并同诸天使一同，/将祂作为独一未受造的神 / 尊为至高。

如今，圣母颂：童贞圣母，祢在胎中始终怀着 / 万物之造物主 / 祂由圣灵感孕，承父旨意 / 成为与我们一样的人，/ 却未改变，亦无混杂。

第二首

伊尔莫斯：天啊，请侧耳倾听——我要宣告，/我要颂唱基督，/世界的救主，/唯一爱人的主。

荣耀归于祢，仅凭一声呼唤，/便使祢的朋友——已死四日的拉撒路——从坟墓中复活。

那已无气息的拉撒路听见了祢的声音，/ 随即复活，从死里复活，/ 赞美祢，主啊。

我的救主，拉撒路遵从了祢那赐生命之声的命令，/ 从散发着腐臭的坟墓中复活了。

我的救主，祢为祢的朋友流下眼泪，/ 以此证明祢承担了我们的本性，/ 并使他复活。

阴间惊骇不已，当它看见 / 被丧葬绷带缠绕的拉撒路，/ 仅凭一声呼唤便匆匆 / 奔向尘世的生命。

颂荣：当祢——救主——高声呼唤，/仅凭一言便使那散发腐臭的拉撒路复活时，/犹太人的群众无不惊愕。

如今：当时，地狱的宝库为之震动，/当拉撒路在地狱中复活时，/正是听从了那位使他复活者的声音。

第三首

伊尔莫斯：那被建造者所弃的石头，/竟成了房角石。/这就是基督所立的磐石，/祂在上面建立了那从万族中赎回的教会。

奇异非凡的奇迹：/万物之造物主，/对于祂无所不知之事，/竟如一无所知者般问道：/“你们所哀恸的那人，安息何处？/拉撒路埋葬何处，/稍后我将使他/从死里复活，向你们显明？”

那块石头，是你安葬者/堆在你坟上封住的，/耶稣吩咐挪开后，/随即使你复活，呼唤你说：/“拉撒路，起来，到我这里来”，/使阴间因那向你发出的声音/而战栗。

主啊，马大与马利亚，/哭泣着呼求：/“看哪，你所爱的人，/已经第四天了，尸体已发臭；/倘若你在这里，/拉撒路就不会死了！”/但你作为无处不在者，/立刻呼唤了他，便使他复活。

为了建立家庭，/你为挚友流下眼泪，/你显明了从我们这里所领受的肉身，/它实质上——而非虚幻地——/与你结合，救主啊，/——作为爱人的上帝，/你立刻呼唤他，使他复活。

“唉！我如今真是完了！”——地狱如此呼喊着，对死亡说道：——“看哪，那拿撒勒人震动了阴间，/剖开了我的腹，/呼唤那已无气息的死人，将他复活了！”

犹太人的愚昧何在？他们的不信何在？/你们还要迷失到何时，还要与真道隔绝到何时？/你们目睹那死人仅凭一声呼唤便复活，/却仍不信基督！/你们全都是黑暗之子！

颂荣：我认识你，三位一体中的独一者，/尽管你已道成肉身；/我只颂扬一位——道成肉身的圣子，/由圣母无种而生，/并与圣父、圣灵一同受颂的独生子。

如今，圣母颂：那关于建家的异象，/令人心惊胆战，/这是那些不谎言的先知们所预见的：/圣母童贞女，无种受孕，/无瑕地生下上帝，/产后仍保持纯洁。

第四首

伊尔莫斯：太阳升起/——月亮停留在原处：/你被高举在十字架上，长忍之主/并在其上建立了你的教会。

主啊，祢为拉撒路流下眼泪，/显明祢是人，/主啊，祢使死者复活，/并向世人显明祢是神的儿子。

当那已无气息之人/听见祢的命令：“拉撒路，出来！”/他便迅速挣脱裹尸布站起，欢跃奔跑，/彰显祢的大能，仁慈的主。

马大与马利亚的泪水，/基督上帝，祢已止息：/祢以大能召唤拉撒路，/借着那呼声使他复活，/他便向祢下拜。

祢如人一般为拉撒路流泪，/却以神的身份使他复活。/祢问道：“那埋葬了四天的死人在哪里？”/以此证实了祢道成肉身，至善者。

为了显明祢受难与十字架的景象，/祢——至福者，/撕裂了地狱那永不满足的腹中，/作为神，使四天前死去的人复活。

谁曾见过，谁曾听闻，/ 那具散发恶臭的尸体竟复活了？/ 以利亚曾使死者复活，以利沙亦然，但并非从坟墓中，/ 也并非在第四天。

我们颂扬祢的大能，主啊，/我们也颂扬祢的受难，基督：/因为祢首先作为仁慈者行神迹，/而其次，按祢的旨意，/作为人承受了苦难。

祢是神又是人，/ 并以作为证实了这两个名号的真实：/ 道成肉身，祢进入了坟墓，/ 又作为神使那死去四日的人复活。

主啊，当犹太人的群众 / 看见死去的拉撒路因祢的一声呼唤 / 从坟墓中复活时，他们惊愕不已，/ 然而面对祢的一切神迹，/ 他们依然不肯顺服。

颂荣：救主啊，祢自永恒之初便从祢的父那里放射光芒，/ 作为圣三一中的一位；/ 而在世时，祢藉圣灵由童贞女的血肉而生，/ 取了肉身，超乎受造之物。

如今，圣母颂：圣母的受孕无须种子，/分娩亦无痛苦；/因为上帝创造了这两个奇迹，/并降卑自己，为要与我们联合。

第五首

伊尔莫斯：求祢赐予我们平安，神的圣子，/ 因为除祢以外，我们不认识别的神，/ 我们呼求祢的名，/ 因为祢是生者与死者的神。

主啊，祢既是生命，/又是真光，/呼唤已死的拉撒路，使他复活：/因为祢作为全能者，向众人显明，/祢是生者与死者的上帝。

地狱吞噬了许多人，却因无法承受 / 你那令它难以承受的命令，耶稣啊，而心生畏惧，/ 便将已在坟墓中四日的拉撒路，/ 随着你那一声呼唤，作为活人而非死人交还。

将尘土与灵结合，/在远古时曾以生命之灵赋予泥土生机，/如今又凭祢的话语使祢的朋友复活，/将他从朽坏和阴间中解救出来。

主啊，无人能抗拒祢的旨意：/ 因为当祢呼唤已死的拉撒路时，/ 那无息之人立刻站了起来，/ 虽身缠缚带，却已能行走。

啊，犹太人的鲁莽！/ 啊，仇敌的麻木不仁！/ 谁见过死人从坟墓中复活？/ 以利亚在古时曾使少年复活，/ 但并非从棺材中，也并非在第四天。

不可测度、长有忍耐，/ 凡事都为我们而行，如同神一般，/ 又如人一般受苦！/ 求祢借着拉撒路的代求，/ 使我们众人成为祢国度的同享者。

颂荣：永恒的、同为无始的、/ 荣耀合一的圣三一：/ 全能的圣父、圣子、圣灵，/ 三位一体的圣者！/ 求祢拯救那些自亚当以来、/ 凭着信心颂扬祢的人。

如今，圣母颂：祢那无瑕的胎腹，圣洁者，/ 那从其中取肉身而圣化之的至神圣者，/ 在圣三中受敬拜：/ 道成肉身的上帝，由父所生，/ 并与圣灵同质。

第六首

伊尔莫斯：祢将我抛入深渊，抛入海心，/ 救主啊，祢救我脱离了死亡的奴役，/ 并解开了我罪孽的枷锁。

祢虽无所不知，却仍询问我在何处；/ 救主啊，祢为我流泪，/ 如同本性中的人一般；/ ——并凭祢的命令，使我这死人复活！

“救主啊，祢从最深的阴间呼唤了我”，——拉撒路向祢，阴间的摧毁者，呼求道，——“并凭祢的命令，使我这死人复活！”

救主啊，祢赐我 / 这易朽的躯体，/ 并将生命吹入我内，/ 我便得见祢的光，/ 祢凭祢的命令 / 使我这死人复活。

救主啊，祢使我那毫无生气的血肉之躯重获生机，用骨骼和筋脉使我坚固，并凭祢的命令，使我这死人复活。

救主啊，祢撕裂了地狱那吞噬万物的腹中，/ 凭祢的大能将我救出，/ 并凭祢的命令，/ 使我这死人复活。

救主啊，祢将我的整个躯体 / 全然带走， / 却保全了那纯洁无瑕的子宫， / 祢正是从那里降生为人， / 作为圣三之一。

三一颂：圣三一，/ 我赞美祢的仁慈，/ 并与天使一同唱起三圣颂。/ 求祢怜悯我们这些颂扬祢的灵魂！

如今，圣母颂：圣言降临于祢无瑕的胎中，/却在分娩后仍使之保持原有的纯洁，/天主之母，/——这确是奇妙的奇迹！

第七首

伊尔莫斯：救主啊，在火窑中的 / 祢的少年们， / 火焰既未触及他们，也未扰乱他们。 / 那时，三人仿佛同口 / 歌唱并颂赞，高呼： / “我们列祖的上帝是应当称颂的！”

祢为死者流下眼泪，/ 仁慈的救主，/ 为了向世人昭示，/ 祢虽是上帝，/ 却为了我们化身为人的缘故；/ 并自愿流下眼泪，/ 向我们展现 / 发自内心的爱。

被埋葬四日的拉撒路，/当他在阴间听见/祢的声音，救主，/便起身赞美祢，/并满心喜乐地高呼：/“祢是我的上帝和造物主，我敬拜祢，/并在阴间颂扬那使我复活的祢！”

“虽然枷锁束缚着我，救主，”/——拉撒路从深渊中呼求道，/——“但我绝不会留在阴间，/只要祢，救赎主，向我呼喊：/‘拉撒路，出来吧！’/因为祢是我的光，也是我的生命。”

“我恳求你，拉撒路，起来吧， ”——地狱说道，“快从我的栅栏后走出来，/ 快离开吧：因为对我来说，为那唯一被我残酷夺走的人哀悼，/ 总比为我先前贪婪吞噬的所有人哀悼要好！”

“你还在迟疑什么，拉撒路，”它说道； / “出去吧！”——你的朋友站在那里高呼。 / “快出来吧，好让我也能得到解脱， / 毕竟自从我吞噬了你， / 食物对我来说就变成了令人作呕之物！”

“拉撒路，你怎么还不快点醒来？”——地狱从阴间哀鸣道。“你复活后，为何不立刻逃离此地，以免那使你复活的基督，将其他人也从我手中夺走？”

主基督啊，祢曾以奇妙的方式受尊崇，/ 当时行了许多惊人的神迹：/ 因为祢使瞎子重见光明，/ 又用话语开启了聋人的耳朵，/ 并像神一样呼唤祢的朋友拉撒路，/ 使他从死里复活。

荣耀归于圣三：让我们唱起圣三之歌，/ 赞美无始的圣父，/ 圣子，以及圣灵，/ ——这唯一本体的圣三，/ 让我们三度高唱：/ “圣哉，圣哉，圣哉，圣三！”

如今，圣母颂：我们尊崇祢，基督，作为圣三之一，/ 因为祢从童贞女降生，本性未变，/ 祢以人的身份经历了这一切，/ 耶稣啊，祢虽与我们联合，却未脱离父的本性。

第8首

伊尔莫斯：诸天之天， / 以及高过诸天的水， / 请颂赞、歌颂主！

万物的创造者与维系者，/ 祢因怜悯降临伯大尼，/ 使拉撒路复活。

那已死四日、散发恶臭、/ 被殓葬布裹住的尸体，/ 复活时猛地跳起，原本毫无气息，/ 当你呼唤他时，主啊。

犹太人，/当他们看见那死人，/因祢的呼唤而复活时，基督啊，/便咬牙切齿。

心蒙黑暗、看不见光明的犹太人啊！/ 你们为何不信拉撒路的复活，/ 基督这荣耀的作为？

愿锡安欢欣，/并颂扬生命之赐予者，/祂仅凭一言便使拉撒路从坟墓中复活。

天上的众军和地上的子民 / 都因祢使拉撒路复活， / 而向祢——我的救主——歌颂。

颂荣：我与圣父、圣子 / 及圣灵一同赞美祢， / 并在歌声中不停地呼求： /“三位一体的圣者，荣耀归于祢！”

如今，圣母之子：我称颂祢并敬拜祢 / 祢由童贞女所生， / 却未曾离开祢那圣洁荣耀的宝座。

第九首

伊尔莫斯：祂以大能之手行奇事：/ 因为祂将权贵从宝座上推翻，/ 却使以色列的上帝——谦卑者——升为尊荣。/ 那从高天升起的明光如此临到我们，/ 并引导我们走上和平之路。

愿伯大尼的奇蹟与我们一同歌颂：/ 因为在那里，造物主使拉撒路复活时，/ 按着血肉之躯的本性流下了眼泪，/ 随后，将马大的眼泪和马利亚的哭泣 / 化为喜乐，/ 使死者复活。

为了证实祢的复活，圣言，/祢从坟墓中召唤了拉撒路，/并像神一样使他复活，/为了向世人表明，/祢确实是神，同时也是人，/并且祢亲自重建了祢身体的圣殿。

祢震动了地狱之门与铁闩，/ 祢的声音使地狱惊骇，/ 死亡也随即与地狱一同战栗，/ 救主啊，当它看见拉撒路——/ 曾是地狱的囚徒——/ 因祢的声音复活时。

众人无不惊叹，/ 见祢，救主，/ 为已逝的拉撒路哀悼，/ 那些狂妄之徒便说：/“看哪，祂是多么爱他！”/ 祢随即呼唤他，/ 那已无气息的亡者便脱离了朽坏，/ 遵照祢的命令复活了。

城门震动，门闩崩裂，/ 死者的枷锁被解开，/ 地狱因基督那大能的声音，/ 发出痛苦的呜咽，哀号道：/“我真可怜！这是什么声音，/ 又从何处而来，/ 竟能使死人复活？”

听从这声音，从这里起来吧：/ 因为你的朋友正呼唤你出来。/ 祂曾使死人复活。/ 以利亚确实使死人复活，/ 以利沙也是如此：/ 但那位是借着他们/ 说话并行事的。

我们颂扬祢——圣言——那不可战胜的大能：/ 因为那骨头和筋脉都已死亡的人，/ 祢作为万物的创造者，/ 凭祢的话语使他复活，/ 救主啊，祢将他从阴间复活，/ 如同那被抬在棺柩中的寡妇之子。

颂荣：至圣三位一体！/ 圣父，无始之神， / 同为无始的圣子与神圣道， / 良善的安慰者，神的圣灵： / 唯一且三一的光， / 合一的本性， / 唯一的神与主，求祢怜悯世界！

如今，圣母颂：以智慧创造万物的耶稣，/ 由童贞女全然取了肉身，/ 并永远全然住在父的怀中！/ 基督啊，你将你的圣灵，/ 作为神降临在你的羊群之上，/ 求你降福于我们。

代替“配得：”的伊尔莫斯：祢成就了伟业：

在午夜祷文中，第一段“三圣颂”之后诵唱特罗帕里：“在普世复活中：”在最后的“三圣颂”之后诵唱康达克：“基督，万民的喜乐：”，主啊，怜悯我们（12）及遣散祷文。至于“主啊，求祢记念：”的祷文，则不诵念。

圣义人拉撒路主日
晨祷

在“主啊，上帝”之后：颂词，第一调

在普世复活节中 / 为预证祢受难之前， / 祢使拉撒路从死里复活，基督上帝。 / 因此，我们也如儿女一般，手持胜利的象征， / 向祢——战胜死亡者呼求： / “在至高处，和散那， / 奉主之名而来的，是应当称颂的！”（3）

随后诵读第16篇卡菲斯姆：主对我的主说：

第一段诗歌之后，诵读第一调的《座诗》

因怜悯马大与马利亚的泪水，/ 你吩咐将石头从坟墓前挪开，基督上帝；/ 作为赐予世界生命者，你呼唤那死人，使他复活，/ 借着他证实了复活。 / 荣耀归于祢的大能，救主； / 荣耀归于祢的权柄； / 荣耀归于以道创造万有的祢！

荣耀，如今：我们重复同样的话。

我们也诵念《无玷者》诗篇。

并唱复活节的颂歌："主啊，你受称颂：天使众军惊叹不已："之后

唱第五调的《就座颂》。其词与"无始之道"相似：

智慧与先知的源泉，降临伯大尼，/ 你向与马大同在的人询问，呼唤道：/ "你们将我的朋友拉撒路安放在何处？" / 因怜悯而为他流泪，/ 这位仁爱慈悲的主，/ 作为生命的赐予者和主，/ 仅凭祂的声音，便使已死四日的拉撒路复活。

荣耀颂，如今：我们重复同样的内容。

同时唱诵："基督复活：**"并诵读第50篇诗篇。福音经文仅在圣拉撒路教堂诵读。随后诵读《约翰福音》当日经文的注释：第63和64节。**

唱两首圣咏：前六首由圣费奥凡所作，随后开始唱四首圣咏。第一首圣咏的伊尔莫斯采用第8调，另一首则采用第6调。第8调。

第一首

伊尔莫斯：让我们向主歌唱，/祂引领祂的子民穿越红海，/因为唯独祂得着了荣耀。

拉撒路已逝，/ 祢以神圣的旨意使他复活，/ 祢确是造物主，/ 掌管生命宝库、爱人的主。

不朽的主啊，/ 祢仅凭一言便使死去四日的拉撒路复活，/ 并以祢的大能 / 摧毁了那黑暗的阴间王国。

主啊，祢使众人认识了 / 超乎神性的神性， / 使已死四日的拉撒路 / 从死里复活。

在这日，伯大尼预示着 / 生命赐予者基督的复活， / 因拉撒路的复活而欢欣鼓舞。

另一首圣咏，由修士约翰所作，第八调

伊尔莫斯：踏水而行：

祢曾将一切受造之物 / 从无中带入存在， / 洞悉人心深处的奥秘， / 祢作为主，向门徒预言 / 拉撒路将要离世。

基督啊，祢真正从圣母怀中降生，/ 取了人的形体，/ 作为人，祢询问，渴望得知 / 拉撒路安葬之处；作为神，祢并未处于无知之中，/ 却询问他安息何处。

颂荣：圣言啊，为证实祢的复活，/祢确实像从睡梦中唤醒祢所爱的人一般，/将那已发臭、死去四日的尸体从坟墓中复活。

如今，圣母颂：天使与凡人的众军，/ 不断赞美祢——未曾结过婚的圣母，/ 因为祢曾将他们的造物主，如同婴孩一般，/ 抱在怀中。

卡塔瓦西亚：如行于陆地般踏水而过，/ 逃离了埃及的淫乱，/ 以色列人高呼：/ "让我们向我们的救主和上帝歌唱！"

第三首

伊尔莫斯：主啊，祢是 / 投靠祢之人的坚固保障， / 祢是蒙蔽者之光， / 我的灵歌颂祢。

通过彰显祢的双重作为，/ 救主啊，祢显明了祢内在本质的双重性：/ 因为祢既是神，又是人。

祢，确是智慧的深渊，/ 问道："死人被安放在何处？"/ 生命之赐予者，祢意图使躺卧者复活。

作为道成肉身者，祢改变了形体，/ 显为受肉身所限的存在，/ ——却如无边无际的上帝，充满万有！

基督啊，正如祢曾以神圣之言 / 使拉撒路复活，/ 求祢也使我——这因诸多罪过而死的人 / 复活，我恳求祢。

另一首。伊尔莫斯：天穹之上：

当祢来到伯大尼，面对拉撒路的坟墓，/ 祢是行神迹的主，/ 按着自然法则为他流下眼泪，/ 以此证实了祢所取的肉身，耶稣，我的上帝。

救主啊，祢立刻止息了玛利亚和马大的悲伤，/ 彰显了祢全然的自由。/ 因为祢就是复活，/ 正如祢自己所说，祢也是真生命，/ 更是万有的主。

颂荣：那被丧葬绷带缠绕的、/ 祢所钟爱的，主啊，/ 祢将他从死人之堆与黑暗中救赎出来：/ 祢以全能之言 / 打破了死亡的锁闩与王宫。

如今：主啊，祢以肉身降临于童贞女，/ 向世人显现，正如祢理应被看见的那样。/ 祢也显明她为真正的圣母，/ 并成为信徒的帮助，独一无二的爱人者。

卡塔瓦西亚：天穹的创造者，主啊，/ 教会的建造者，/ 求祢使我坚定对祢的爱，/ 愿祢成为我渴望的终极，信徒的坚固保障，/ 唯一爱人的主。

塞达伦，第四调

拉撒路的两个姐妹一同来到基督面前，/ 带着苦涩的泪水和啜泣对祂说：/ "主啊，拉撒路死了！"/ 祂作为神，虽知晓安葬之处，/ 却（作为人）向她们问道：'你们把他安放在哪里了？'/ 随即走到坟墓前，呼唤已安息四日的拉撒路。/ 拉撒路便（当即）复活，/ 并向使他复活的主俯伏敬拜。

颂荣，如今，第八调：作为造物主，祢预见一切，/ 便向门徒预言了在伯大尼发生的事：/ "我们的朋友拉撒路今日睡了。"/ 虽知晓一切，祢仍问道并说：/ "你们把他安放在哪里了？"/ 祢如人一般流泪向父祈祷，/ 因此呼唤了祢所爱的人，/ 主啊，祢在第四天将拉撒路从阴间复活。/ 因此，我们向祢呼求：/ "基督上帝啊，求祢接纳那些敢于向祢献上赞美的人，/ 并使众人有份于祢的荣耀！"

第四首

伊尔莫斯：主啊，我听闻了 / 祢神圣旨意的奥秘，/ 领悟了祢的作为，/ 并颂扬了祢的神性。

祢无需任何帮助，/却在成就那不可言喻的计划，/全能者啊，祢通过祈祷，使那已死四日的死人复活。

祢曾被视为道，/ 永与圣父同在，乃是神，/ 如今却以人的身份祈祷，/ 祢是接纳众人祷告的主！

救主啊，祢的声音，/摧毁了死亡的一切力量，/并以祢的神圣大能，/动摇了地狱的根基。

圣母颂：让我们歌颂这位童贞女，/ 她在分娩后仍保持童贞，/ 并在腹中怀了基督上帝，/ 祂使世界脱离了迷途。

另一首。伊尔莫斯：主啊，祢是我的堡垒：

基督啊，祢如牧人般救赎了那已腐朽四日的世人，造物主，/ 从那真正可怕且吞噬万物的狼口中，/ 作为全能的主，/ 藉此预先彰显了祢第三日复活的普世荣光。

看见了祢——生命，基督，/ 与马大同在的人呼求道：/ “主啊，倘若祢当时在这里，/ 万人的光和生命，/ 拉撒路就不会死，也不会被当作死人。/ 祢啊，爱人的主，死者的生命，/ 祢将他们的悲伤化为喜乐。

颂荣：在你——这生命之源面前，/深渊战栗，主啊；/ 一切水源都如仆人般侍奉祢；/ 在祢面前，基督，地狱的守门人战栗 / 它的门闩因祢的大能而崩塌，/ 当拉撒路凭祢的声音从死里复活时，/ 全能的救主，仁爱的主。

圣母颂：祢是信徒的赞美，未曾结过婚，/ 祢是代祷者，祢也是基督徒的避难所、堡垒与港湾；/ 因为，无玷圣母，/ 祢向祢的圣子呈上祈求，/ 并拯救那些以信心和爱心承认祢/ 为纯洁圣母的人脱离灾祸。

卡塔瓦西亚：主啊，你是我的堡垒，/ 你是我的力量，/ 你是我的上帝，你是我的喜乐，/ 你未曾离开天父的怀抱，/ 却降临到我们这些贫穷之人中间。/ 因此，我与先知阿巴库姆一同向祢高声宣告：/ “愿荣耀归于祢的大能，仁爱之主！”

第五首

伊尔莫斯：祢为何弃绝我：

当祢站在拉撒路的坟墓前，仁爱的主，/ 祢呼唤了他并赐予生命，/ 这生命对所有凡人而言确是永恒的，/ 祢作为上帝，清晰地预示了未来的复活。

拉撒路双脚被捆绑着行走 / ——这是奇蹟中的奇蹟！/ 确实，比一切阻力更强大 / 的，是坚固他的基督：/ 万物都如奴仆般顺服祂的话语，/ 如同侍奉上帝和主一样。

基督啊，祢在第四日使那已死、散发腐臭的拉撒路复活！/ 求祢使我复活——我如今已被罪恶杀死，/ 被抛在深坑中，身处死亡的阴影之下；/ 但求祢以仁慈之心，拯救并救赎我。

另一首。同上伊尔莫斯

当你祷告，将荣耀归于圣父时，/ 你向周围聚集的群众证实，/ 你并非作为神的对立者而行事，长忍的基督：/ 向你的圣父献上感谢，/ 你凭自己的命令使拉撒路复活。

啊，那神圣之声的呼喊与神圣的大能，/ 彰显了祢统治的威严，救主！/ 藉此，祢击碎了/ 吞噬万物的地狱之门；/ 但求祢将我从情欲中拯救出来，/ 正如祢从前拯救祢的朋友，/ 已死四日的拉撒路一样。

颂荣：藉着拉撒路、马大与马利亚的祈求，/ 求祢使我们有幸成为见证者，/ 见证祢的十字架与受难，主啊，/ 以及祢那充满光明与尊荣的复活之日，/ 爱人的救主。

如今，圣母颂：至圣童贞女，因你对圣子怀有母性的胆识，/ 恳求你勿以亲情之爱忽视我们；/ 因为我们这些基督徒，唯独将你，/ 作为向主求得恩宠的媒介。

卡塔瓦西亚：为何祢将我 / 从祢的面容前驱逐，不灭之光，/ 以致陌生的黑暗笼罩了我这不幸之人？/ 但求祢使我归向祢诫命之光，/ 引导我的道路，我恳求。

由此开始圣科斯马的四首圣歌。伊尔莫斯各唱两遍，特罗帕里共12首。

第六首

伊尔莫斯：主啊，祢曾将约拿一人 / 安置在鲸鱼腹中； / 而我，被仇敌的网罗所捆绑， / 求祢像拯救他脱离死亡那样拯救我。

主啊，是爱将祢 / 引至伯大尼见拉撒路， / 而祢作为神， / 使他——虽已腐臭——复活， / 并从地狱的枷锁中拯救了他。

马大对拉撒路已不抱希望，/因他已死四日；/基督却使这已受腐朽侵蚀的/作为神使他复活，/并借祢的话语将他带回生命。

另一首。约翰修士作。同调

伊尔莫斯：求祢怜悯我，救主：

作为真神，/ 你预知拉撒路已离世，/ 并预先告知了你的门徒，/ 以此证实了你神性的、主啊，/ 那无边无际的大能。

虽受肉身所限，/ 祢，无边无际者，来到伯大尼，/ 作为人，主啊，为拉撒路哀哭，/ 但作为神，凭祢的旨意，/ 使已逝四日的拉撒路复活。

卡塔瓦西亚：求祢怜悯我，救主，——/ 因我的罪孽众多，——/ 求祢将我从罪恶的深渊中拯救出来，我恳求；/ 因我向祢呼求，祢赐予众人神圣的宽恕，求祢垂听我，/ 我救恩的上帝！

康达克，第二调

基督，万人的喜乐、真理、光明，/ 世界的生命、复活，/ 因祢的仁慈显现于世人，/ 成为复活的典范，/ 赐予众人神圣的宽恕。

伊科斯：万物的创造主 / 曾向门徒预言道： / “弟兄们和邻舍们，我们的朋友睡了”， / 借此宣告并教导众人， / 祢作为万物的创造主，无所不知。 /——“让我们去吧，去目睹那非同寻常的安葬，/ 以及玛利亚的痛哭，并看见拉撒路的棺椁：/ 因为我打算在那里行神迹，/ 预示十字架的奥迹，/ 并将神的宽恕赐予众人！”

圣人传。

第七首

伊尔莫斯：犹太少年在熔炉中 / 勇敢地践踏火焰， / 将烈火化为甘露，高呼： / “主啊，上帝，愿祢受赞美，直到永远！”

祢作为人流下眼泪，祢这满有怜悯的主，/ 作为神使坟墓中的人复活；/ 从阴间获救的拉撒路高呼：/ “主神啊，愿祢受称颂，直到永远！”

凭着主的一句话，拉撒路 / 逃离了地狱的深渊与黑暗， / 虽仍被葬礼的裹尸布束缚，却走了出来，高呼： / “主啊，上帝，愿祢受赞美，直到永远！”

另一首。伊尔莫斯：从犹太地而来的人：

因挚友而落泪，/ 仁慈的主，祢止住了马大流下的泪水，/ 并以甘愿的受难，/ 擦去了祢子民脸上的所有泪水：/ “我们列祖的上帝，愿祢蒙福！”

生命的主宰，/ 救主啊，祢将死人如沉睡者般唤醒，/ 并以话语撕裂阴间的牢笼，/ 使歌唱者复活：/ “我们列祖的上帝，愿祢受赞美！”

主啊，祢使那散发恶臭、/被丧葬绷带缠绕的死者复活，/也求祢使我——被罪孽枷锁缠绕的——/复活，让我歌唱：/“我们祖先的上帝，愿祢蒙福！”

卡塔瓦西亚：从犹太地来的青年们，/ 昔日在巴比伦，/ 凭着对圣三一的信仰，践踏了窑炉的烈火，高唱：/“我们祖先的上帝，愿祢蒙福！”

第8首

伊尔莫斯：当乐器和谐奏响，/ 无数民族在代尔向偶像下拜之时，/ 三位少年不屈不挠，颂扬主，/ 并世世代代赞美祂。

如同牧人寻获羔羊，/ 从那凶残的毁灭者——狼口中将其救出，/ 祢使这濒死的羔羊重获新生，他向祢歌唱：/“要歌颂并尊崇祢，直到永远！”

祢作为人曾寻找坟墓，/却以造物主的权能，/藉着至高者的命令使死者复活；/阴间因他向祢呼求而惊惶：/“要歌颂并尊崇祢，直到永远！”

另一首。伊尔莫斯：天上的君王：

祢如凡人般发问，/ 却以神之言使安葬四日的死者复活。/ 因此，我们永世歌颂祢。

玛利亚满怀感激地向您，主啊，/ 作为亲人应尽的义务献上赞美，/ 并永世歌颂您。

祢如凡人般呼求圣父，/却以神之能使拉撒路复活。/因此，我们永远赞美祢，基督。

我们赞美、祝福、敬拜主，世世代代歌颂并尊崇祂。

卡塔瓦西亚：天上的君王，/ 天使军团所颂扬的，/ 你们也要颂扬并尊崇祂，/ 直到永远。

“比智天使更高的荣耀：”不唱。

第九首

伊尔莫斯：世人啊，让我们荣耀地敬拜，/ 纯洁的圣母：/ 她怀了神圣之火却未被灼伤，/ 让我们以不绝的颂歌来尊崇她。

目睹四日之死人行走的人们，/ 因这神迹而惊叹，向救赎主呼求：/“我们以颂歌尊崇祢——上帝！”

预先证实 / 你那荣耀的复活，/ 哦，我的救主，你从阴间释放了 / 已死四日的拉撒路，/ 他正以歌声颂扬你。

另一首。伊尔莫斯：诚然，圣母：

基督啊，祢尊崇祢的父，/并表明祢并非与神为敌，/祢凭着祷告的大能，/使四天前逝去的人复活。

祢从坟墓中复活了已死四日的拉撒路，/向众人昭示，我的基督，/祢在第三日复活的/最确凿的见证。

祢行走、哭泣、说话，我的救主，/ 显明祢的人性；/ 而彰显祢的神性时，/ 祢使拉撒路复活。

祢以不可言喻的方式，/主啊，我的救主，/借着祢的两个本性各自行事，/凭着祢至高无上的意志，成就了我的救赎。

卡塔瓦西亚：我们——蒙祢拯救的人——诚心承认祢是真神之母，/ 纯洁的童贞女，/ 与众无形之灵一同颂扬祢。

亦按第一调：我们的主上帝是圣的：三次。

埃克萨波斯蒂拉里

凭祢的话语，上帝的道，/ 拉撒路如今跃起，急切地重获新生；/ 人们手持枝条，赞美祢，全能者，/ 因为祢将借着祢的死亡，彻底摧毁地狱。 (2)

《荣耀颂》，以及此刻：基督已从你那里 / 夺回拉撒路，死亡啊， / 地狱啊，你的胜利何在？ / 伯大尼的哀哭此刻因你而止息。 / 让我们都挥动枝条 / 庆祝祂的胜利。

在“赞美吧：”之后，第8调第1声的诗篇

作为世人的复活与生命，/基督啊，祢来到拉撒路的坟墓前，/向我们证实了祢的双重本性，忍耐者，/祢既是神又是人，由圣母所生。 因为祢作为凡人曾问道：“他被埋在哪里？” / 而作为上帝，祢以赐予生命的挥手 / 使已死四日的拉撒路复活。

基督啊，祢在第四天 / 将已死的拉撒路从阴间复活； / 在祢受难之前，便已撼动了死亡的统治， / 并通过祢所钟爱的那一位， / 预示了全人类将从朽坏中得释放。 / 因此，我们敬拜祢全能的权柄，呼求道：/ “蒙福的救主，求祢怜悯我们！”

马大与马利亚对救主说：/ “主啊，若祢在这里，/ 拉撒路就不会死了！”/ 基督——死人复活的主，/ 竟在第四天就将他从死里复活。/ 来吧，众信徒，让我们敬拜祂，/ 祂将带着荣耀降临，拯救我们的灵魂。

基督啊，祢将祢神性的迹象 / 显明给门徒们， / 却在人群中谦卑地隐藏了祢自己， / 意在将祢的神性遮蔽。 / 因此，祢作为洞察万物的上帝， / 预先向使徒们预言了拉撒路的死； / 当时祢在伯大尼与众人同在， / 虽未对挚友的坟墓一无所知， / 却仍以人的身份设法探知此事。 / 但那被祢复活的已死四日之人， / 彰显了祢的神圣大能。 / 全能的主啊，荣耀归于祢！

第四调：基督啊，在第四天，祢使祢的朋友复活，/ 止住了马大与马利亚的哭泣，/ 向众人显明，祢正是那位凭神圣大能、/ 凭自主旨意成就万事者，/ 就是那受基路伯天使不断呼求的：/ “在至高之处，和散那！ 你受称颂，万王之王的神，荣耀归于你！」

马大对马利亚喊道：/ “老师在这里，在叫你，快来！”/ 她随即来到主所站立之处，/ 一见主，便惊呼着俯身下拜，/ 亲吻祢至圣的双足，说道：/ “主啊，若祢早在这里，/ 我们的兄弟就不会死了！”

第8声

诗句：起来吧，我的主，我的神，愿祢的手高举，/ 直到永远，请勿忘记祢的贫穷人！

诗篇 9:33

在伯大尼逝世的拉撒路，/祢在第四天使他复活：/因为祢一来到他的坟墓前，/祢的声音便成了死者的生命，/阴间震动，战栗着将他释放。/何等伟大的神迹！/满有慈爱的上主，荣耀归于祢！

经文：主啊，我要全心赞美祢，/ 传扬祢的一切奇事。

诗篇 9:2

主啊，正如祢对马大所说：/ “我就是复活！”/ ——祢便以行动成就了这话，/ 从阴间召回了拉撒路。/ 求祢，仁爱的主，/ 作为满有怜悯者，/ 也使我这被情欲所杀的人，/ 复活吧，我恳求祢。

颂荣，第二调：今日成就了一件伟大而前所未闻的神迹，/ 因为基督呼唤了已死四日的拉撒路，/ 将他从坟墓中唤醒，/ 并使祂的朋友复活：/ 让我们赞美祂，因祂至为荣耀，/ 愿祂藉着义人拉撒路的代求，/ 拯救我们的灵魂！

如今：至福的圣母童贞女：

随后是《大赞美诗》、祈祷文和结束礼。

在圣体礼仪中

《蒙福者》，第3首和第6首，八声调。

入堂后，节日颂歌，第一调

在普世复活之日 / 预示祢受难之前， / 祢使拉撒路从死里复活，基督上帝。 / 因此，我们作为儿女，手持胜利的象征， / 向祢——战胜死亡者呼求： / “在至高之处，和散那， / 奉主之名而来的，是应当称颂的！”（3）

荣耀颂，及如今：赞歌，第二调

基督，万人的喜乐、真理、光明，/ 世界的生命、复活，/ 因祂的仁慈向世人显现，/ 成为复活的典范，/ 赐予众人神圣的宽恕。

代替《三圣颂》唱：凡在基督里受洗的， / 你们都披戴了基督。哈利路亚。（3）

前诵，第三调

主是我的光，也是我的救主：/ 我还怕谁呢？

诗节：主是我生命的守护者：我还有什么可惧怕的？

诗篇 26:1

《希伯来书》第333B段

弟兄们，既然我们领受了那永不动摇的国度，就当持守恩典，并藉着恩典，怀着敬畏和战兢的心，以蒙神喜悦的方式事奉祂，因为我们的神也是吞灭人的火。要彼此相爱。不可忘记款待客人的美德，因为有人因此曾不知不觉地款待了天使。　要记念被囚的人，好像与他们同受监禁；要记念受苦的人，好像自己也在肉身之中。婚姻在一切事上都要圣洁，床第之间要纯洁；因为神必审判淫乱的和奸淫的人。要过不贪财的生活，以现有的为足；因为祂自己曾说：　“我总不撇下你，也不丢弃你”，因此我们可以放胆说：“有主帮助我，我就不惧怕；人能把我怎么样呢？”要记念那些曾向你们传讲神之道的主管们：观察他们生命的结局，效法他们的信心。耶稣基督昨日、今日、直到永远，都是那一位。

希伯来书 12:28–13:8

哈利路亚，第五调

诗节：耶和华登基作王，身披华美。

诗句：因为祂奠定了宇宙，它必不摇动。

诗篇 92:1A, 1B

《约翰福音》第39节

那时，有一个患病的人，名叫拉撒路，是伯大尼人，就是马利亚和她姐姐马大所在的村庄。马利亚就是那位曾用香膏膏抹主，并用自己的头发擦祂脚的人；她的兄弟拉撒路病了。两姐妹就派人去告诉祂说：“主啊，祢所爱的人病了。”　耶稣听见这话，就说：“这病不至于死，乃是为神的荣耀，好叫神的儿子因此得荣耀。”耶稣爱马大、她的妹妹和拉撒路。他听见拉撒路病了，就在他原住的地方又住了两天。　此后，祂对门徒说：“我们再往犹太去吧。”门徒对祂说：“拉比，犹太人刚才还想用石头打死你，你还要再去那里吗？”耶稣回答说：“白昼不是有十二个时辰吗？在白昼行走的人不会跌倒，因为他看见这世界的光。　但夜间行走的人，必会跌倒，因为他里面没有光。”他说了这话，又对他们说：“我们的朋友拉撒路睡着了；我去叫醒他。”门徒对他说：“主啊，他若睡着了，就必得救。”但耶稣是指他的死说

的，他们却以为他是指普通的睡眠。 于是，耶稣就直截了当地对他们说：“拉撒路死了。我为你们的缘故欢喜，因为我当时不在那里，好叫你们信。现在我们去见他吧。”那时，称为“双生子”的多马对其他门徒说：“我们也去，好与他同死。”耶稣到了那里，发现拉撒路已经在坟墓里四天了。 伯大尼离耶路撒冷约十五斯塔迪亚。许多犹太人来到马大、马利亚那里，要安慰她们，因她们为兄弟的死而悲伤。马大一听见耶稣来了，就出去迎接祂；马利亚却仍坐在家里。马大对耶稣说： “主啊，你若早在这里，我兄弟就不会死了。我如今也知道，无论你向神求什么，神都必赐给你。”耶稣对她说：“你兄弟必复活。”马大对他说：“我知道他在复活日，就是末日，必复活。”耶稣对她说： “我就是复活，就是生命；信我的人，虽然死了，也必复活；凡活着信我的人，必永远不死。你信这话吗？”她对他说：“主啊，是的，我信；我信你是基督，是神的儿子，就是那要临到世上的。” 她说了这话，就去叫她的妹妹马利亚，悄悄对她说：“老师在这里，在叫你。”马利亚一听，就急忙起来，到他那里去。那时，耶稣还没有进村子，仍旧在马大遇见他的那个地方。 那时，与她同在屋里安慰她的犹太人，见马利亚急忙起身出去，就跟着她，以为她是要去坟墓那里哭泣。马利亚到了耶稣那里，一看见祂，就俯伏在祂脚前，对祂说： “主啊，如果你当时在这里，我兄弟就不会死了。”耶稣看见她哭泣，又看见跟她一起来的犹太人也都在哭，心里深感悲痛，情绪激动，便问：“你们把他安放在哪里了？”他们对他说：“主啊，你去看看吧。”耶稣流下了眼泪。 那时，犹太人说：“看哪，祂是多么爱他啊。”其中有些人却说：“那位使瞎子重见光明的人，难道不能使这人也不死吗？”耶稣心里又极其忧伤，来到坟墓前：那是一座洞穴，有一块石头封住入口。 耶稣说：“把石头挪开。”死者的姐姐马大对他说：“主啊，他已经发臭了，因为已经死了四天了。”耶稣对她说：“我不是告诉你了吗？如果你信，你就会看见神的荣耀。”于是他们就把石头挪开了。 耶稣举目望天，说：“父啊，我感谢你，因为你已经听了我。我知道你总是听我的，但我这样说是为了周围站着的人，好叫他们信你是差我来的。”说了这话，就大声呼喊：“拉撒路，出来！” 那死人就出来了，手脚裹着殓布，脸上还蒙着头巾。耶稣对他们说：“解开他，让他走。”那时，许多从马利亚那里来的犹太人看见了祂所行的神迹，就信了祂。

约翰福音 11:1–45

代替“配得”

伊尔莫斯，第8调：世人啊，让我们荣耀地敬拜，/ 纯洁的圣母：/ 她怀了神圣之火却未被烧伤，/ 让我们以不绝的歌声来颂扬她。

圣体颂：祢从婴孩和吃奶的口中，建立了赞美。哈利路亚，**三次。**

诗篇 8:3

在餐桌上，我们享用橄榄油拌的煮食；若有鱼子酱，则每位修士分得三盎司，并饮用葡萄酒。

须知：若教堂是为纪念义人拉撒路而建，则在常规卡菲姆之后，应唱《多利埃利》、向圣人致敬的颂歌以及选定的诗篇：《万民啊，请听》；**此外还应唱《座诗》，即与圣咏集第三首之后相同的《座诗》。并诵读尼基福尔·克桑福普洛斯所著的《圣拉撒路行传》。阶颂：第四调第一应答诗。前诵：**在主面前的道路：**诗句：**我当怎样报答主：**凡有气息的：约翰福音第36节起：及第50篇诗篇。 第6调式诗篇：**主啊，你的声音摧毁了**……两首共14节的圣咏，以及第2首圣咏的结尾颂。第3首圣咏后诵读节日的坐咏。第6首圣咏后诵读康达克：**基督，万民的喜乐，**以及伊科斯。其余仪式流程按规定进行。**

主进入耶路撒冷

星期六瓦伊
小晚祷时

在“主啊，我呼求你：”时，唱第4调第6声部的诗篇。
类似于：“三日后：”

基督啊，从无恶心的婴孩那里，/ 祢骑着幼驴，/ 在走向受难的途中接受了胜利之歌，/ 被天使们以“三圣颂”颂扬。

看哪，锡安，你的君王，/ 温和且拯救世人的君王，骑着幼驴前行，/ 渴望以祂的大能击溃仇敌；/ 欢欣鼓舞，手持棕榈枝庆祝吧！

我们这些信徒也要齐声鼓掌，/ 像孩童一般，如今将美德的枝条献给基督；/ 并将神圣事工的袍服铺在祂脚前，/ 并以奥秘的方式迎接祂。

弟兄们，让我们将美德的棕榈枝，/献给基督上帝——祂正按自己的旨意，/以人的身份为我们受苦，/并以神性的力量赐予众人超脱世俗的境界。

荣耀，如今，依然如故。

作为神，祂被抬在基路伯的肩上，/ 骑着一头幼驴，/ 凭着自己的旨意，为我们前往受难。/ 让我们热切地 / 手持棕榈枝，为祂歌唱！

“令人欣慰的光明：”及序诗“主已登基：”

诗篇颂，第二调。
类似于：“以法莲的家：”

新锡安啊，请闪耀光芒，/ 与孩童们一同挥舞棕榈枝歌唱：/ 看哪，你那拯救你的君王 / 正走向受难。

诗句：从婴孩和吃奶的口中，/ 你建立了赞美。 诗篇 8:3A

亚当啊，/ 与夏娃及众先知一同欢欣吧：/ 看哪，基督正渴望 / 藉着祂的受难，再次将你们召归于祂。

诗句：主啊，我们的主，/ 祢的名在全地何等奇妙。 诗篇 8:2A

在至高处与圣父及圣灵同在，/ 接受天使的颂歌，/ 却以奇妙的方式成为地上的贫者，/ 并接受孩童的赞美。

荣耀，如今，依然如故

我怀着敬畏之心 / 颂扬祢那令人战栗的安排 / 并向祢高呼“和散那！”：/ 因为祢正前来拯救我，蒙福的主啊！

颂歌，第一调

在普世复活中，/ 作为祢受难前的预兆，/ 祢使拉撒路从死里复活，基督上帝。/ 因此，我们也如孩童般，手持胜利的象征，/ 向祢——死亡的征服者呼求：/ “在至高处，和散那，/ 奉主之名而来的，是应当称颂的！”

《荣耀颂》，现今，第四调：

我们与祢一同在洗礼中被埋葬，我们的基督上帝，/因祢的复活，我们蒙受了永生，/并在歌声中高呼：/“在至高处，和散那！/奉主之名而来的，是应当称颂的！”

此外还有祈祷文和结束礼。

瓦伊星期六
在盛大晚祷中

《我向主呼求》：第10首诗篇，第6调。
圣约翰·达马斯库斯

今日圣灵的恩典将我们聚集在此；/ 我们众人高举你的十字架，齐声高呼：/ “奉主之名而来的，是应当称颂的！/ 至高之处，和散那！” (2)

耶路撒冷的安德烈：以天为宝座，以地为脚凳，/ 圣父的道，/ 祂的圣子，同样永恒，/ 祢今日谦卑地骑着/ 那无言的幼驴，来到伯法尼。 / 因此，犹太孩童们， / 手持树枝， / 高声赞美祢： / “在至高处，和散那！ / 以色列的君王，那将要来的，是应当称颂的！” (2)

安德烈·皮尔拉：我们——整个新以色列，/ 来自万民的蒙召之教会，/ 也将在这一天与先知撒迦利亚一同呼喊：/ “锡安的女儿，要大大喜乐； / 耶路撒冷的女儿啊，要欢呼宣告，/ 因为看哪，你的王正向你而来，他是温柔的、拯救人的，/ 骑着驴驹，是那负轭之驴的儿子。」 / 像孩童一样欢庆，手持枝条， / 向祂献上赞美： / “在至高之处，和散那， / 以色列将来的王，是应当称颂的！” (2)

预示着祢神圣的复活，/ 祢，仁慈的主，凭祢的命令，/ 使祢已逝的朋友拉撒路 / 在第四天从坟墓中复活，那具已无气息、散发腐臭的躯体。 / 因此，救主，祢骑上了小驴，/ 如同乘战车般被它驮着，/ 以此预示外邦人将归向祢。 / 正因如此，蒙眷爱的以色列 / 借着哺乳的婴孩和无邪孩童之口 / 向祢献上赞美， / 他们看见祢，基督，在复活节前六天 / 进入圣城。 (2)

复活节前六天，/耶稣来到伯大尼。/门徒们上前对他说：/“主啊，你愿意我们在哪里/为你预备复活节的筵席？” / 祂便差遣他们说：/ “你们往城里那面去，/ 会遇到一个肩扛水罐的人；/ 跟在他后面，对那家的主人说：/ ‘老师说：/ 我要在你那里与我的门徒们守逾越节。’” (2)

颂荣：今日圣灵的恩典将我们聚集在此：

如今：我们再次如此行。

入堂。前诵：主已登基：以及节日的读经：

1. 《创世记》经文

雅各召聚他的众子，对他们说：“你们都聚集到我这里来，我要告诉你们，末日将要临到你们的事。 雅各的众子啊，你们聚集起来听我，以色列啊，（听）你们的父亲。犹大啊！你的弟兄们必称颂你。你的手必按在仇敌的颈项上；你父亲的众子必向你下拜。犹大啊，你是幼狮；我的儿子，你从幼苗中兴起。 他躺下，睡着了，如同狮子，又如幼狮：谁能唤醒他呢？犹大的君王和从他腰间出来的统治者，必不绝绝，直到那被拣选者来到，他就是万民所盼望的。 他将驴驹拴在葡萄树上，将母驴的驹拴在葡萄藤上；他要用酒洗净自己的衣服，用葡萄汁洗净自己的袍褂。他的眼睛因酒而明亮，他的牙齿比牛奶更白！”

创世记 49:1–2, 8–1 2

2. 索福尼亚书的预言 诵读

耶和华如此说：“锡安的女儿啊，要大大喜乐！耶路撒冷的女儿啊，要高声欢呼！耶路撒冷的女儿啊，要尽心欢喜快乐！因为耶和华已经除掉你的罪孽，从你仇敌手中救赎了你。以色列的王耶和华在你中间： （你）再也不会看见灾祸了。那时，耶和华要对耶路撒冷说：“锡安啊，要刚强，不要手软；你的神耶和华在你中间，大能者必拯救你；祂必使你满有喜乐，因祂的慈爱使你焕然一新，并像节期一样因你欢喜快乐。 我必聚集你那些心碎的人。

唉！谁曾为她承受羞辱呢？看哪，那时我必在你中间为你行事——耶和华说；我必拯救受压制的，接纳被弃绝的，使她们在全地成为称赞和荣耀。

索福尼书 3:14–1 9

3. 撒迦利亚书的预言 读经

耶和华如此说："锡安的女儿啊，要大大喜乐！耶路撒冷的女儿啊，要高声欢呼！看哪，你的王来到你这里，他是公义的，又是拯救人的；他温和谦卑，骑着驮轭的驴驹。　祂必从以法莲除灭战车，从耶路撒冷除灭战马；战弓、大军和列国的和平都必被废除；祂的权柄必从河水延伸到大海，从江河延伸到地上的山谷。至于你，因着你立约的血，你必从无水的壕沟中释放你的被掳之民。　（你们）必住在坚固的城中，被掳的众民啊；在你被掳的一日，我必加倍报偿你。因为我将你，犹大，拉如弓，使以法莲饱满；我必使你的子孙，锡安，兴起对抗希腊人，并将你持守如战士的宝剑。　耶和华必在他们之上，祂的箭必如闪电般射出。万军之耶和华必吹响号角，在 的威严中行过：万军之耶和华必保护他们。

撒迦利亚书 9:9–15

礼仪中的诗篇，第一调

至圣圣灵，曾教导使徒们 / 用各种奇异的语言说话，/ 祂也吩咐那些不识恶事的犹太孩童呼喊：/ "在至高之处，和散那！/ 以色列将来的王，当受称颂！"

圣父的独生子与圣言，/ 如同圣父一般无始无终、永恒不朽，/ 骑着无言的小驴，/ 在这一天降临耶路撒冷城。/ 那位连基路伯因敬畏都不敢直视的，/ 孩子们却手持棕榈枝和树枝赞美祂，/ 神秘地唱着赞美诗：/ "在至高之处，哈利路亚（哈利路亚，大卫之子），/ 祢来拯救我们这迷失的族类！"

复活节前六天，/ 主啊，你的声音在阴间深处被听见了，/ 于是你使拉撒路复活，/ 他已在坟墓中躺了四天。/ 犹太孩童们高呼：/ "和散那！我们的上帝，荣耀归于你！"

第二声部

主啊，当你骑着驴驹 / 进入圣城时，/ 你甘愿走向受难，/ 以成就律法与先知所预言的一切。/ 犹太孩童预示着复活的胜利，/ 手持棕榈枝和嫩叶迎接祢，并高呼：/ "蒙福的救主，求祢怜悯我们！"

荣耀归于祢，基督，坐在至高之上的宝座上，/如今我们正期待着祢带着祢神圣的十字架降临！/ 因此，锡安的女儿欢欣鼓舞，/ 地上的万族欢欣雀跃，/ 孩童手持棕榈枝，门徒身披棕榈叶，/ 整个宇宙都学会向祢呼求：/ "蒙福的救主，求祢怜悯我们！"

《荣耀颂》，现今，第三调：复活节前六日，/耶稣来到伯大尼，/要从坟墓中唤醒/四天前去世的拉撒路，/以此预示复活。/拉撒路的姐妹——马大与马利亚——出来迎接祂，向祂呼求：/ "主啊，若你当时在这里，/我们的兄弟就不会死了。"/于是祂对她们说：/"我不是早先告诉过你们吗：/信我的人，虽然死了，也必复活？/带我到你们把他安放的地方去。"/万物的造物主便向他呼唤：/"拉撒路，出来！"

诗篇唱诵，第八调

锡安城啊，要欢喜快乐，/ 神的教会啊，要欢呼庆贺！/ 因为看哪，你的公义之王已经来了，/ 骑着一头小驴，/ 孩子们用歌声迎接祂：/ "在至高之处，和散那！愿祢蒙福，/ 祢的怜悯无边无际，求祢怜悯我们！"

经文：从婴孩和吃奶的口中，/ 你建立了赞美。　诗篇 8:3A

救主在这日进入耶路撒冷城，/为要应验经上所记的话，/众人便手持棕树枝，/将衣裳铺在祂脚前，/因他们知道祂就是我们的神，/基路伯不断向祂呼求：/ "在至高之处，和散那！蒙福的祢，/ 祢的慈悲无边无际，求祢怜悯我们！"

经文：主啊，我们的主，/ 祢的名在全地何等奇妙。 诗篇 8:2A

被基路伯抬着，/ 被撒拉弗颂扬，/ 祢，仁慈的主，作为大卫之子，骑在幼驴上，/ 孩童们颂扬祢，正如应当赞美上帝那样，/ 而犹太人却无理地辱骂祢。/ 骑在未驯服的小驴上的景象 / 预示着放纵不羁的外邦人 / 将从不信转向信德。/ 荣耀归于祢，基督， / 独一的仁慈者与爱人者！

颂荣，第六调：今日圣灵的恩典将我们聚集；/ 我们众人高举祢的十字架，齐声高呼：/“奉主之名而来的，是应当称颂的！/ 俄沙那在至高之处！”

如今：我们再次如此宣告。

颂歌，第一调

在普世复活中，/ 作为祢受难前的预兆，/ 基督上帝，祢使拉撒路从死里复活。/ 因此，我们也像儿女一样，手持胜利的象征，/ 向祢——战胜死亡的胜利者呼求：/ “在至高处，和散那！/ 奉主之名而来的，是应当称颂的！” **(2)**

颂歌，第四调

我们与祢一同在洗礼中被埋葬，我们的基督上帝，/因祢的复活，我们蒙受了永生，/并在歌声中高呼：/“在至高之处，和散那！/奉主之名而来的，是应当称颂的！” **(1)**

瓦伊周的晨祷

《主是神》：**该节日的两首赞词：**在普世复活节中：（2），《荣耀颂》，以及《如今》：在洗礼中与祢同埋的人：（1）。

各诵一节座诗，第四调

如同手持枝条的孩童，以纯洁的灵魂 / 我们在心中凭着信心赞美基督， / 大声向主呼求：/ “蒙福的是祢，救主，降临世间， / 为要拯救亚当脱离古老的咒诅， / 成为新的、属灵的亚当， / 凭着祢的恩意，爱人的主。 / 祢将万事安排得各尽其用，/ 神的道，荣耀归于祢！”

另一首座前颂，第四调

荣耀颂，如今：主啊，在第四日，祢使拉撒路从坟墓中复活，/ 祢教导众人 / 手持棕榈枝与树枝向祢呼求：/ “祢是应当称颂的，那将要来的！”

按第二节经文，第四调式

基督啊，面对祢的挚友，/ 祢神秘地流下眼泪，/ 并将已然逝去的拉撒路从死里复活，/ ——借此，祢以仁爱之心彰显了祢的怜悯。 / 救主啊，当人们得知祢降临的消息， / 这一天，许多婴孩走上街头， / 手中高举棕榈枝， / 向祢高呼：“和散那！”—— / “蒙福的是祢，为拯救世界而来！”

另一首入座咏，第一调

荣耀，如今：万民万族啊，请齐声赞美，——/ 因为天使之王如今骑着驴驹，/ 正大步前行，意欲如勇士一般在十字架上击溃仇敌。 / 因此，孩子们手持棕榈枝高声歌唱：/ “荣耀归于祢，降临的得胜者；/ 荣耀归于祢，救主基督；/ 荣耀归于祢，蒙福的、我们唯一的上帝！”

颂扬

我们颂扬祢，/ 赐予生命的基督：/ “在至高处，和散那！”/ 并向祢呼求：/ “奉主之名而来的，是应当称颂的！”

选读诗篇

1 合唱：耶和华啊，我们的主，祢的名在全地何等奇妙！ 2 因为祢的荣耀高过诸天！ 1 祢从婴孩和吃奶的口中建立了赞美。 2 这是为了祢的仇敌，为要消灭仇敌和报复者。 1 祢惩罚了列国，不义之人便灭亡了。 2 那被建造者所弃的石头，竟成了房角石。 1 这是出于耶和华的作为，在我们眼中看为奇妙。 2 耶和华在锡安为大，高过万民。 1 他在那里折断了弓箭的力量。 2 锡安听见就欢喜，犹大的众女子也欢呼。 1 愿他们在锡安传扬耶和华的名，在耶路撒冷传扬他的赞美。 2 因为神必拯救锡安，犹大的城邑必被重建。 1 神啊，在锡安向你献上赞歌是合宜的，在耶路撒冷向你献上誓愿也是合宜的。 2 奉耶和华之名而来的，是应当称颂的；神就是耶和华，祂已向我们显现！ 1 要在祭坛角旁聚集的人群中举行节庆！ 2 在耶和华殿的院中，在耶路撒冷的中心。 1 耶和华———你的神，锡安啊，要作王，直到永远；世世代代，永无止息。 2 赞美祂的荣耀存到永远。

诗篇 8:2A；8:2B；8:3A；8:3B；9:6A；117:22；117:23；98:2；75:4A；96:8A；101:22； 68:36A；64:2；117:26A, 27A；117:27B；115:10；145:10；110:10C

《多声赞美诗》之后为《座上颂》，第八调

坐在基路伯宝座上的主，/ 为了我们骑上驴驹，/ 并主动承受苦难，/ 在这一天，祂听见孩童们高呼“和散那！”，/ 听见人群呼求：“大卫之子，/ 快来拯救祢所创造的人吧，蒙福的耶稣！ / 因为你降临，/ 正是为了让我们认识你的荣耀！”

荣耀颂，如今：重复上述内容。

圣咏，第四调第一应答诗。

前诵，第四调

你从婴孩和吃奶的口中 / 建立了赞美。

经文：耶和华啊，我们的主，你的名在全地何等可畏！ 《诗篇》8:3A, 2A

《马太福音》第83A节

那时，耶稣临近耶路撒冷，来到橄榄山上的伯法其，就打发两个门徒，对他们说：“你们往对面那个村子去，立刻会看见一匹拴着的母驴和一头驴驹，把它们解开，牵到我这里来。若有人对你们说什么，你们就回答说：‘主需要它们。’那人必立刻让它们走。这事发生，是要应验先知所说的话：‘你们要对锡安的女儿说：看哪，你的王 要到你这里来，他是温柔的，骑着驴和驴驹，就是驮轭的驴的儿子。’ 门徒们便去照耶稣所吩咐的做了，牵来那驴和驴驹，把衣服铺在上面，耶稣就骑上。 有许多人从人群中把自己的衣服铺在路上，还有人砍下树枝铺在路上；在祂前面走和跟在祂后面的百姓，都高声喊着说：“和散那归于大卫的子孙！奉主名来的，是应当称颂的！和散那在至高之处！” 当祂进入耶路撒冷时，全城都骚动起来，人们纷纷问道：“这是谁？”众人回答说：“这是来自加利利拿撒勒的先知耶稣。”大祭司和文士看见祂所行的神迹，又听见孩子们在圣殿里高呼：“和散那归于大卫之子！”——便大为恼怒，对他说：“你听见他们所说的了吗？”耶稣回答他们说：“是的！你们从来没有读过‘你从婴孩和吃奶的口中建立了赞美’这句话吗？”于是，他离开他们，出了城，到了伯法尼，在那里过夜。

马太福音 21:1–11；15–17

我们不唱《基督复活》，而是直接诵读《诗篇》第50篇。随后，主礼者向呈十字状举起的棕榈枝或其他树枝熏香，并诵念祝福祷文。

执事：让我们向主祈祷。

众人：主啊，怜悯我们。

主礼：我们的主上帝，坐在基路伯之上的，祢彰显了祢的大能，差遣了祢的独生子——我们的主耶稣基督，愿祂藉着祂的十字架、安葬与复活拯救世界。　祂自愿受难来到耶路撒冷时，那些身处黑暗与死亡阴影中的人们，手持象征胜利的树枝与棕榈枝迎接祂，并借此预言了祂的复活。　主啊，在这节日前夕，求祢看顾并保守我们——那些效法他们手持棕榈枝与树枝的人，以及像当时那群民众和孩童一样向祢高呼"和散那"的人。愿我们能以圣诗和灵歌，有幸抵达那赐生命、第三日复活的庆典，在我们的主基督耶稣内——祂与祢同受颂赞，并同祢那至圣、良善、赐生命的圣灵，如今、直到永远，世世无穷。阿们。

当弟兄们亲吻福音书时，主礼者分发棕枝。

《荣耀颂》，第二调：今日基督进入圣城，/ 骑着一头幼驴，/ 终结了异教徒最恶毒的愚昧，/ 这愚昧自古以来便毫无果效。

如今：重复上述内容。

第50篇诗篇之后，第6调的诗篇

今日，圣灵的恩典将我们聚集在此；/ 我们众人高举祢的十字架，齐声高呼：/ "奉主之名而来的，是应当称颂的！/ 俄沙那在至高之处！"

赞美诗

圣科斯马·迈乌姆斯基的赞美诗，第四调；赞美诗的伊尔莫斯各唱两遍，所有特罗帕里均按第十二调演唱，卡塔瓦西亚：两个合唱团共同演唱伊尔莫斯。

第一首

伊尔莫斯：深渊中涌现出 / 毫无水气的泉源，/ 波涛汹涌的大海底也显露出来，/ 因为祢仅以手势便平息了风暴，/ 并拯救了这独特的子民，/ 他们正向祢，主啊，唱起胜利之歌。

从无恶意的婴孩之口 / 和襁褓中的孩童 / 你组织起你仆人们的赞美合唱，/ 为了消灭仇敌 / 并以十字架上的受难 / 赎回古亚当的堕落，/ 又藉着生命之树使他复活，/ 主啊，他们正向你唱着胜利之歌。

圣徒的教会向祢献上赞美，基督，/ 祢住在锡安；/ 以色列因祢——他们的造物主——而欢欣，/ 山岭——那象征着心硬的外邦人——/ 在祢面前欢欣鼓舞，/ 向祢唱起胜利之歌，主啊。

卡塔瓦西亚：深渊的泉源显现了：

第三首

伊尔莫斯：因祢的命令，那坚硬陡峭的磐石涌出水来，/以色列民便饮用；/但这磐石就是生命——祢，基督，/教会立于祢之上，呼求道：/"和散那，祢是应当称颂的，那将要来的！"

那已死四日的拉撒路，/ 因祢的命令，从战栗的地狱中被释放；/ 因为复活与生命就是祢，基督，/ 教会赖祢而立，高声呼求：/ "和散那，祢是应当称颂的，那将要来的！"

众人啊，在锡安为上帝歌唱，当如祂所配；/并在耶路撒冷向基督履行誓愿：/祂正带着荣耀与权能降临——/那使教会得以坚立的主，教会高呼：/"和散那，蒙福的，祢是那将要来的！"

伊帕科伊，第六调

先前他们手持枝条歌颂祂，/随后却手持长矛擒获了/那轻率的犹太人——基督上帝。/而我们怀着坚定不移的信仰，/始终尊崇祂为恩主，/不断向祂呼求：/“蒙福的是祢，那前来召亚当归向祢的！”

第四首

伊尔莫斯：“基督，我们公开降临的上帝，/将从那被树林遮蔽的山上降临，绝不迟延——/由未曾与人同寝的童贞女所生”，/古先知如是说；/因此，我们都要高呼：/“荣耀归于祢的大能，主啊！”

愿群山与所有丘陵 / 涌流如香油般的狂喜， / 愿橡树林中的树木拍手欢呼； / 外邦人啊，赞美基督， / 愿世人皆满怀喜乐向祂高呼： / “主啊，愿荣耀归于祢的大能！”

统御万世的主 / 将身披大能降临； / 祂的美丽与荣耀 / 在锡安无与伦比； / 因此，我们都要高声欢呼： / “愿荣耀归于祢的大能，主啊！”

以一肘量度诸天，/以一掌丈量大地，/主已降临，因祂拣选了锡安，/乐意在此居住并掌权，/并爱那满怀信心地高呼的子民：/“愿荣耀归于祢的大能，主啊！”

第五首

伊尔莫斯：锡安的传道者，登上山巅， / 以雄浑之声高声宣告， / 向耶路撒冷宣扬： / “关于你，上帝之城，有荣耀的言语—— / 以色列的平安，外邦人的救恩！”

坐在至高处、坐在基路伯上的上帝， / 俯视尘世， / 祂亲自带着荣耀与权能降临， / 万物都将充满对祂的神圣赞美， / ——赐平安给以色列，赐救恩给外邦人！

神的锡安，圣山， / 耶路撒冷，请举目环顾四周， / 看看聚集在你城中的子民： / 看哪，他们从远方而来， / 来敬拜你的王，—— / 愿平安归于以色列，救恩归于外邦人！

第六首

伊尔莫斯：义人的灵魂欢欣地高呼：/ “如今新约已与世人缔结，/ 愿世人藉着 / 神圣之血的洒溉而得更新！”

以色列啊，请接受神的国度，/ 让在黑暗中徘徊的人得见大光，/ 愿世人藉着 / 神圣之血的洒溉而焕然一新！

锡安啊，请释放你的囚徒， / 将他们从无水的无知深坑中拯救出来， / 愿世人藉着 / 神圣之血的洒溉而焕然一新！

康达克，第六调

基督上帝，祢在天上宝座上坐着，/又骑着驴驹行走于大地，/祢接受了天使的赞美，/以及孩童们的颂扬，他们向祢高呼：/“蒙福的是祢，那前来召亚当归向祢的！”

伊科斯：既然祢，永生者，捆绑了阴间，/ 击溃了死亡，并使世界复活，/ 孩子们手持棕榈枝，/ 称颂祢，基督，为得胜者，/ 在这一天向祢呼喊：“和散那，大卫之子！”/ 因为他们说，今后再不会， / 因那婴孩——玛利亚之子——而遭屠杀的婴孩， / 但为了所有人——孩童与老人， / 唯有祢独自承受了十字架之苦。 / 刀剑将不再威胁我们：/ 因为长矛将刺透你的肋旁。/ 因此，我们满心喜乐地高呼：/ “蒙福的是你，那来召亚当归向你的人！”

第七首

伊尔莫斯：在火中拯救了亚伯拉罕的子孙——祢的少年们，/并用他们曾试图不义地/陷害义人的手段，/消灭了迦勒底人，/至可称颂的主，列祖的上帝，/祢是蒙福的！

人们屈膝跪拜，与门徒一同欢欣，/手持棕榈枝高呼：/“和散那，大卫之子！/至可称颂的主，列祖之神，/愿祢蒙福！”

许多未受邪恶诱惑的人，/年纪尚在婴孩之列，/向祢——以色列和天使之王——/唱起赞美诗，正如应当赞美上帝那样：/“至尊的主，列祖的上帝，/愿祢蒙福！”

民众手持棕榈枝，/向祢——基督——欢呼：/“永世之王降临，愿祢蒙福！”/他们高呼：“至尊的主，/列祖的上帝，愿祢蒙福！”

第8首

伊尔莫斯：耶路撒冷，欢欣吧，/爱锡安的人，欢庆吧！/因为万军之主已经降临，/祂要永远作王；/愿全地在祂面前敬畏，/并呼求：/“万物啊，赞美主！”

骑着幼驴，/你的君王基督现身于锡安，/因为祂来要铲除/拜偶像的疯狂迷误，/并降临以阻挡/所有外邦人势不可挡的侵袭，/使他们歌唱：/“万物啊，赞美主！”

锡安啊，要无比欢喜：/你的上帝基督，已永远登基为王！/正如经上所记，祂是温柔的救主，/我们公义的救赎主，骑着驴驹而来，/为了铲除仇敌的狂妄嚣张，/那些不呼喊：/“万物啊，赞美主！”的人。

那违背律法的悖逆之徒，/被逐出神圣的围墙，/因为他们将上帝的祷告之屋/变成了强盗的巢穴，/心中拒绝了救赎主，/我们向祂高呼：/“万物啊，赞美上主！”

在第九首圣咏“以至高的荣耀，基路伯们：”中，我们不唱。

第9首

伊尔莫斯：上帝是主，祂向我们显现！/举行庆典吧，/让我们欢欣鼓舞地尊崇基督，/手持棕榈枝和树枝，在歌声中高呼：/“奉主之名而来的，/我们的救主，是应当称颂的！”

异教徒们，你们为何如此愤怒？/经师和祭司们，你们为何图谋虚妄之事？/“这是谁，”他们说，“孩子们/手持棕榈枝和树枝，在歌声中高呼：/‘奉主之名而来的，是应当称颂的，/我们的救主！’”

这位我们的上帝，无人能与之相比，/寻得一切公义之道，/赐予他所钟爱的以色列，/随后显现，与世人交谈——/奉主之名而来的，/我们的救主，是应当称颂的！

你们这些悖逆之人，/为何在路上为我们设下绊脚石？/你们的脚步急切，/只为倾洒主之血；/但祂必将复活，/拯救那些高呼的人：/“奉主之名而来的，/我们的救主，是应当称颂的！”

虽无灯火，但我们仍高声宣告：圣哉，我们的主上帝：**三次，第四调。**

在“赞美”时，唱第6首诗篇，第4调，
圣科斯马·迈乌姆斯基

主啊，无数的百姓，/将自己的衣服铺在路上；/还有人从树上砍下树枝，拿在手里；/走在前面和跟随祢的人/高声呼喊说：/“和散那，大卫之子！/祢是蒙福的，那曾来过、/并将奉主之名再次降临的！」（2）

当你即将进入/圣城之时，主啊，/人们手持树枝，/歌颂你——万有的主；/看见你骑着一头小驴，/他们便将你视为坐在基路伯上的主，/因此高声呼喊：/“在至高处，和散那！/蒙福的是祢，那曾来临的/并将再次以主之名降临的！”（2）

各族啊，出来吧；万民啊，出来吧，/ 在这日仰望天上的君王，/ 祂正骑着一头简朴的小驴，/ 进入耶路撒冷，坐在高高的宝座上。/ 不忠且通奸的犹太族，/ 前来瞻仰那位，/ 以赛亚曾预见、为我们的缘故道成肉身显现的，/ 看祂如何迎娶/ 贞洁的新锡安为新娘，/ 并弃绝那被定罪的会堂。/ 正如在纯洁无瑕的婚礼上，/ 纯洁无辜的孩童们 / 欢欣鼓舞地聚集在一起，献上赞美。/ 让我们与他们一同歌唱，高声吟诵天使之歌：/ “在至高之处，/ 愿大有慈爱的祂蒙称颂！”

耶路撒冷的安德烈

在祢自愿受难之前，基督上帝，祢向众人显明了普世复活的凭据，/ 祢以大能使伯大尼的拉撒路——已死四日——复活；/ 救主啊，作为光之赐予者，祢使瞎眼者重见光明；/ 并同祢的门徒进入圣城，/ 为了应验先知们的预言，/ 骑着一头幼驴，仿佛被基路伯托起；/ 犹太孩童手持棕榈枝与嫩棕榈叶，/ 出来迎接祢。/ 因此，我们也手持橄榄枝与棕榈嫩枝，/ 满怀感恩地向祢呼求：/ “在至高之处，和散那！/ 奉主之名而来的，是应当称颂的！”

安德烈·皮尔拉

《荣耀颂》，现今，第六调：复活节前六天，/耶稣来到伯大尼。/门徒们上前对祂说：/“主啊，祢愿意在哪里，/让我们为你预备逾越节的筵席？”/ 祂便差遣他们说：/ “你们往城里那面去，/ 会遇到一个扛着水罐的人；/ 跟在他后面，对那家的主人说：/ ‘老师说：/ 我要在你那里与我的门徒们守逾越节。’”

大赞美诗、节日颂歌、祈祷文及结束祷文。

结束祷文

基督——我们的真神，曾为我们的救赎而恩准骑上幼驴，愿祂藉着祂至圣童贞母、圣洁荣耀且受万民赞美的使徒们以及全体圣徒的祈祷，作为仁慈且爱人的主，怜悯并拯救我们。

棕枝主日圣体礼仪

对经1，第二调

第一节：我欢喜，因为主必垂听我的祈祷。 诗篇 114:1

凭着圣母的祈祷，救主啊，求祢拯救我们。

第二节：因为祂侧耳倾听我，/ 我一生都要呼求祂。 《诗篇》114:2

凭着圣母的祈祷，救主啊，求祢拯救我们。

第3节：死亡的痛苦将我包围，/ 阴间的灾祸临到我身上。 《诗篇》114:3A

凭着圣母的祈祷，救主啊，求祢拯救我们。

第4节：我遭遇了悲伤与痛苦，/ 便呼求了主的圣名。 《诗篇》114:3B–4A

凭着圣母的祈祷，救主啊，求祢拯救我们。

荣耀颂，如今：凭着圣母的代祷，救主啊，求祢拯救我们。

对答经 2

第1节：我因信而开口；/ 但我曾极其卑微。 诗篇 115:1

求祢拯救我们，神的圣子，/ 骑着驴驹的，/ 我们向祢歌唱：哈利路亚。

第二节：我当怎样报答上主，/ 祂赐予我的这一切？ 《诗篇》115:3

求祢拯救我们，神的儿子，/ 骑着驴驹的，/ 向祢歌唱的人：哈利路亚。

第3节：我要举起救恩的杯，/ 并呼求耶和华的名。 诗篇 115:4

求祢拯救我们，神的儿子，/ 骑着驴驹的，/ 我们向祢歌唱：哈利路亚。

第4节：我要在祂全体子民面前 / 向耶和华履行我的誓言。 诗篇 115:5

求祢拯救我们，神的儿子，/ 骑着驴驹的，/ 向祢歌唱的人：哈利路亚。

荣耀，如今：独生子：

对经3，第一调

第1节：你们要赞美上主，因为祂是良善的，/ 因为祂的慈爱永存！ 诗篇 117:1

颂歌，第一调

在普世复活中 / 预证了祢受难之前，/ 基督上帝，祢使拉撒路从死里复活。/ 因此，我们也作为儿女，手持胜利的象征，/ 向祢——战胜死亡者呼求：/ “在至高之处，和散那，/ 奉主之名来的，是应当称颂的！”

第二节：愿以色列家宣告：/ 祂是良善的，祂的慈爱存到永远。 诗篇 117:2

圣咏：在普世复活节：

第3节：愿亚伦的后裔宣告：/ 祂是良善的，祂的慈爱存到永远。 诗篇 117:3

颂词：在普世复活节：

第4节：愿一切敬畏耶和华的人都说：/ 祂是良善的，祂的慈爱永远长存。 《诗篇》117:4

圣咏：在普世复活节：

持福音书入场

奉主之名而来的，是应当称颂的；/ 我们从主的殿中称颂你们；/ 神就是主，祂向我们显现了！ 《诗篇》117:26–27A

圣咏：在普世复活节：

颂歌，第四调

颂荣：基督，我们的上帝，我们因受洗与祢同埋，/ 藉着祢的复活，我们蒙受了永生，/ 便在歌声中高呼：/ “在至高之处，和散那，/ 奉主之名而来的，是应当称颂的！”

康达克，第六调

如今：基督我们的神，祢在天上宝座上坐着，/ 骑着驴驹行经大地，/ 祢接受了天使的赞美，/ 以及孩童们的颂扬，他们向祢高呼：/ “蒙福的是祢，前来召亚当归向祢的！”

三圣颂。

前诵，第四调

奉主之名而来的，是应当称颂的，/ 神——主，祂已向我们显现。

诗句：当赞美上主，因祂是良善的，因祂的慈爱永存。 诗篇 117:26A, 27A, 1

《腓立比书》，第247段

弟兄们，你们要常常在主里喜乐；我再说一次：你们要喜乐。 你们的温柔要让众人知道；主近了。凡事不要忧虑，只要凡事借着祷告、祈求和感谢，将你们所要的告诉神。神那超乎人所能理解的平安，必在基督耶稣里保守你们的心怀意念。 弟兄们，凡是真实的、可敬的、公义的、清洁的、可爱的、有美名的，若有甚么德行，若有甚么称赞，这些事你们都要

思念。你们在我身上所学的、所领受的、所听见的、所看见的，都要去行，赐平安的神就必与你们同在。

腓 4:4–9

哈利路亚，第一调

诗句：当向主唱新歌，因为主行了奇事。

诗句：地极的人都看见了我们神的救恩。 诗篇 97:1A, 3B

《约翰福音》第41A节

复活节前六天，耶稣来到伯大尼，那里有拉撒路，就是耶稣曾使他从死里复活的那位。他们在那里为耶稣预备了晚饭，马大负责服侍。拉撒路则与耶稣同席。 那时，马利亚拿了一磅纯净、珍贵的没药，抹在耶稣的脚上，又用自己的头发擦干，屋里便充满了没药的香气。耶稣的一个门徒——就是后来要出卖祂的犹大·伊斯卡里奥特——说："为什么不把这没药卖三百银币，分给穷人呢？" 他说这话，并不是因为关心穷人，而是因为他是个贼，掌管钱箱，常把箱里的钱私自拿走。耶稣就说："由她吧！她是为我安葬的那天存留这香膏的。因为你们常有穷人和你们在一起，但你们不常有我。" 那时，许多犹太人得知他在那里，便来了，不仅是为了耶稣，也是为了看他从死里复活的拉撒路。大祭司们便决定连拉撒路也要杀掉，因为有许多犹太人因他的缘故而来，并且信了耶稣。 次日，许多来过节的人听说耶稣要进耶路撒冷，就拿了棕树枝出去迎接祂，高声喊着说："和散那！奉主名来的，以色列的王，是应当称颂的！" 耶稣找了一头驴驹，骑上它，正如经上所记："锡安的女儿，不要惧怕；看哪，你的王来了，骑着驴驹。"起初，门徒不明白这话；但耶稣得荣耀的时候，他们才想起这经是关于祂写的，并且是为祂所做的。 当时与耶稣同在的众人，都亲眼看见他从坟墓中呼唤拉撒路出来，并 使他从死里复活。正因听闻他行了这神迹，众人便出来迎接他。

约翰福音 12:1–18

代替"配得"

伊尔莫斯，第四调：神是主，祂向我们显现了！/ 预备节庆 / 让我们欢欣鼓舞地尊崇基督，/ 手持棕榈枝和树枝，在歌声中高呼：/ "奉主之名而来的，/ 我们的救主，是应当称颂的！"

领圣体

奉主之名而来的，是应当称颂的，/ 神是主，祂已向我们显现！哈利路亚。 **(3)**

诗篇 117:26A–27A

棕枝主日晚祷

在"主啊，我呼求："之后，唱第6调的诗节；并唱三首自唱诗，重复歌词，第8调：

锡安城啊，你要欢喜快乐，/ 神的教会啊，你要欢呼庆贺！/ 因为看哪，你的公义之王已经来了，/ 骑着一头小驴，/ 孩子们用歌声迎接祂：/ "在至高之处，和散那！愿祢蒙福，/ 祢的怜悯无边无际，求祢怜悯我们！" **(2)**

救主在这日来到耶路撒冷城，/为要应验经上所记的话，/众人便手持棕榈枝，/将衣裳铺在祂脚前，/因他们知道祂就是我们的上帝，/ 基路伯不断向祂呼求：/ "在至高之处，哈利路亚，愿祢蒙福，/ 祢的怜悯无边无际，求祢怜悯我们！" **(2)**

被基路伯托起、/ 受撒拉弗颂扬的祢，/ 仁慈的主，作为大卫之子骑着幼驴，/ 孩童们颂扬祢，正如应当赞美上帝一般，/ 而犹太人却无理地辱骂祢。 / 骑在未驯服的小驴上的景象 / 预示着放纵不羁的外邦人 / 将从不信转向信仰。/ 荣耀归于祢，基督， / 独一的仁慈者与爱人者！ **(2)**

颂荣：欢欣鼓舞：

如今：被基路伯所托举的：

入堂。当日的序诗，第八调

如今，愿你们都称颂主，/ 主的一切仆人。

诗节：站在耶和华的殿中，在我们上帝殿宇院里的。

诗篇 133:1

在诗咏台上，诗节自唱，第2调：

从棕榈枝与树枝之间，/如同从一个神圣的节日，/走向另一个神圣的节日，/走向基督受难这救赎的圣礼，/我们信徒将齐聚一堂，/以目光追随祂， / 祂为我们甘愿受苦，/ 并满怀感恩地唱起配得祂的赞歌，呼求道：/ “仁慈的泉源，救恩的避难所，/ 主啊，荣耀归于祢！”

经文：当向主唱新歌，/ 因为主行了奇事。 诗篇 97:1A

第三声调：落入永生上帝的手中是可怕的：/祂是审判人心意念的审判者！/愿无人怀着不纯的信心进入，/但让我们怀着温柔与敬畏的心来到基督面前，/为要得着怜悯，并获得恩典，/以得着及时的帮助。

经文：地极的人都看见了 / 我们神的救恩。 诗篇 97:3B

第七调：那诡诈淫乱的会堂，/ 竟未对她的丈夫保持忠贞！/ 你为何持守那约，/ 却未成为其继承者？/ 你为何夸耀那父，却弃绝了那子？/ 你未曾接纳那些预言那子的先知！ / 哪怕为自己的儿女感到羞愧吧，他们正这样呼喊：/ “和散那归于大卫之子，/ 奉主之名来的，是应当称颂的！”

《荣耀颂》，第二调：从棕榈枝和树枝：

如今，第三调：落入永生上帝的手中是可怕的：

如今诵念：三圣颂，随后是《主祷文》：

以及按照圣大斋期规条的晨祷惯常结束仪式，诵唱“童贞圣母，欢喜吧”的圣咏并行鞠躬礼。

结束祷文

主啊，祢为拯救我们而甘愿受苦， ——我们的真神基督——因祂至洁圣母、光荣可颂的诸圣使徒、圣洁公义的圣祖约阿基姆与安娜，以及全体圣徒的祈祷，必以仁慈与爱人的心肠怜悯并拯救我们。

同一结束祷文亦于星期一、星期二和星期三诵念。

受难周。
在圣大星期一

棕枝主日晚祷时

将举行小晚祷，其间吟唱圣安德烈·克里特的三首圣咏。伊尔莫斯吟唱两次，而特罗帕里则按其数量全部吟唱。最后由两个唱诗班共同吟唱伊尔莫斯。受难周其他日子的晚祷亦遵循此例。第8调。

第一首

伊尔莫斯：祂以自己的力量在战场上击溃了仇敌，/ 并带领以色列人穿越红海，/ 让我们向祂——我们的救主上帝——歌唱，/ 因为祂已得荣耀！

信徒们啊，让我们效法约瑟的贞洁；/ 认识那位以智慧尊荣人类本性者，/ 以极大的谨慎度过一生，/ 践行积极的德行。

不行善事，便使我们如同无花果树：/ 让我们远离这种境地，/ 免得像它当年那样枯萎，/ 那曾预表会堂、仅被叶子覆盖的无花果树。

约瑟夫描绘着主的形象，/被扔进坑里，被亲人出卖，/这位光荣之人忍受了一切，/正如基督的真实预表。

弟兄们，让我们避开无花果树的枯萎，/领悟这个教训，/以免像它当年那样枯萎，/那时，仁爱的主/在前往城里的路上，饥肠辘辘地走近了它。

耶稣，为世人的平安按祂的旨意急切地受苦，/ 与祂的门徒一同前往耶路撒冷城，/ 接受那祂自愿承受的苦难，/ 祂正是为此而来。

与主联合，/ 祂竭力承受一切苦难，/ 让我们准备好承受嘲弄、/ 吐唾沫、嘲笑（以及羞辱），/ 好使我们这些忠信者，/ 能与祂至圣的受难一同得荣耀。

为我们受难的主，以受难治愈我们的情欲：/ 因为祂按自己的旨意，/ 在与我们相同的人性中，/ 承接了祂那赐予生命的受难，/ 使我们得救。

颂荣：我赞美三位无始者，/ 我颂扬三位圣者，/ 我宣扬三位同等永恒、同体同质者；/ 因为在圣父、圣子、圣灵中，/ 唯一的神受赞美。

如今，圣母颂：摩西的杖与亚伦的杖 / 经历了非凡的转变 / 并服务于超乎理智的神圣安排；/ 而你的子宫，神的母亲，/ 首次显明了前所未有的降生！

塞达伦，第四调

愿无花果树的罪孽不落于你，灵魂啊，/ 但要努力从心灵的犁沟中 / 结出美善的果实献给你的造物主基督，/ 并在悔改中将它们献给他。

第8首

伊尔莫斯：在圣山上受尊崇的，/ 并在荆棘丛中的火焰中，/ 向摩西显明永贞童女奥迹的主——/ 愿你们世世代代歌颂并尊崇祂。

以贞洁装点生命，/以明辨之智守护信仰，/让我们彰显品行的公义，/好使我们能勇敢地追随基督，/与祂同钉十字架。

在埃及女子身上遇见另一个夏娃时，/ 族长约瑟并未屈从于不义之事，/ 而是如一颗钻石般屹立不倒，/ 未被罪恶的情欲所俘虏。

我的救主，在走过人生之路时，/ 祢凭着自己的意愿经历了饥饿，/ 只为拯救众人；/ 因为祢所渴求的，/ 正是那些远离祢之人的悔改。

始祖尝了那树上的果子，/ 当他意识到自己赤身露体、蒙受羞辱时，/ 便摘下无花果树的叶子遮体：/ 由此预表了会堂，/ 因弃绝基督而自曝其短。

灵魂啊，在离世之前，/ 当为那里的生命做好准备；/ 并与那为你甘愿受苦的基督一同，/ 急切地受苦、被钉十字架、死去，/ 好叫祂使你得荣耀。

死亡怎能不战栗，我的救主？/ 阴间怎能不惊恐，当祢降临之时，/ 祢凭着自己的美意急切奔向受难，/ 并看见祢——这位义人，/ 为不义之人而来受苦？

目睹拉撒路复活的：/ 犹太人、祭司和利未人，/ 因嫉妒而密谋策划了狡诈的背叛，/ 将基督交给了彼拉多处死。

祢的羔羊、仆人兼童贞女，/ 目睹祢奔向苦难，/ 这位为我们舍命的良善牧人，/ 她以母爱之心为祢痛心疾首。

让我们颂扬圣父、圣子、圣灵，三位一体的主：我以本性之唯一颂扬祢，/ 以三位格之三位一体敬拜祢，/ 圣父、圣子、至圣圣灵：/ 我永世颂扬祢国度那无始的权能。

如今，圣母颂：圣母向祢祈求，基督，/祢的门徒众也恳求：/求祢将祢的平安赐予祢的子民，/并永远丰沛地向我们彰显祢的怜悯。

我们赞美、颂福、敬拜主，世世代代歌颂并尊崇祂。

伊尔莫斯：在圣山之上，那位受尊崇者：

第九首

伊尔莫斯：贞洁对母亲而言是陌生的，/ 生育对处女而言是不合常理的——/ 这两者都在祢身上实现了，圣母：/ 因此，我们世上的万族，/ 不断地尊崇祢。

贞洁与不义之人相悖，/ 违背律法与义人相悖；/ 而伟大的约瑟却远离了罪恶，/ 成为了贞洁的典范，/ 并真正成为基督的化身。

公义与不法之徒无缘，/ 敬神之心与不信者不相称；/ 犹太人却因悖逆而拒绝了这一切。/ 因此，他们自己也像无花果树一样，/ 承受了咒诅。

基督——真生命之粮，我的上帝——渴求人类得救。/ 正如从前看见那无果的无花果树——即那披着律法外衣的会堂——/ 便咒诅了它。

祢咒诅了律法下的不结果实，/ 它如同叶子一般，/ 仅产生文字的晦涩认知，/ 却因悖逆而毫无行为的果实；/ 救主啊，求祢赐福于我们所有人——/ 恩典之子。

此前，摩西的杖变成了蛇，/ 而亚伦那枯萎无果的杖，／却变得青翠，长出了叶子；/ 那悖逆的会堂则变成了 / 一棵不结果子的无花果树。

犹太啊，预备你的祭司，/ 举起双手行杀神之举：/ 因为看哪，那温顺谦和、甘愿受苦的，/ 我们真正的羔羊和牧者——/ 以色列的君王基督，已经来了。

犹太啊，请接纳这位君王，/ 因为看哪，祂正自愿走向受难，/ 为了受苦并拯救那些不断呼求的人：/ “那将要借着十字架拯救万人的，是应当称颂的！”

主已将你的节期，犹太地，/ 化为悲哀，正如预言所言：/ 因为你显明自己是杀害上帝的凶手，/ 祂曾将磐石与崖壁 / 化为泉源与湖泊，/ 正如大卫所颂赞的。

颂荣：不义之徒绝无资格赞美 / 你——那无始的存在： / 圣父、圣子、圣灵， / 未被创造的全能者， / 整个世界都因祂神圣大能的挥动 / 而得以维系。

如今：我们恳请圣母向祢代祷：/ 主啊，藉着她的祈求和祢使徒们的代求，/ 使我们成为祢恩典的分享者，/ 救主啊，求祢使我们配得 / 祢复活的光辉。

再次唱同一首伊尔莫斯：“童贞是母亲们所不具备的”：**其余部分照常。随后是结束祷文。**

在圣大星期一
晨祷时

唱完第六篇诗篇后，以第八调唱“哈利路亚”。

以及第8调的颂词

看哪，新郎将在午夜降临，/ 祂若发现某仆人正在警醒，那仆人便有福了，/ 反之，若发现某仆人疏忽大意，那仆人便不配。 / 因此，我的灵魂啊，切莫被睡意战胜，以免你被交于死亡， / 被排除在天国之外， / 而是要振作起来，呼求： / 圣哉，圣哉，圣哉，上帝， / 求祢因圣母的祈祷怜悯我们！ **（3）**

同样采用常规的诗节唱法。

第一首诗歌之后为座诗，第一调

今日这神圣的受难，/ 犹如拯救世人的光芒照耀世界：/ 因为基督出于仁慈，急切地要受苦；/ 那位掌管万有的主，/ 甘愿被钉在十字架上，/ 为了拯救人类。

《荣耀颂》，及《如今》：重复上述内容。

第二首圣咏后，第一调

不可见的主宰！/ 祢曾以肉身显现于世，/ 如今又降临，为要被不法之徒杀害，/ 藉着祢的受难，使我们的定罪得以撤销？/ 因此，我们向祢的大能——圣言——献上赞美、尊荣与荣耀，/ 并照此献上我们的敬拜。

荣耀，如今：重复上述内容。

第三首圣咏后，第八调

主受难的开端 / 今日以辉煌之姿降临。 / 来吧，喜爱庆典的人们， / 让我们以圣咏迎接祂：/ 因为造物主前来接受十字架，/ 并在彼拉多的审判中承受审问与创伤。 / 因此，当祂被仆人击打面颊时， / 祂忍受了一切，只为拯救人类。 / 因此，让我们向祂高呼：/ “仁爱世人的基督上帝，/ 求祢赐予那些以信心敬拜祢至圣受难的人，/ 赦免他们的罪过！”

荣耀颂，如今：我们重复上述内容。

《马太福音》第84B节

那时，耶稣回到城里，感到饥饿，看见路旁有一棵孤零零的无花果树，便走近它，却只发现树上尽是叶子，没有果子。祂对那树说：“你永远不再结果子了。”那棵无花果树立刻枯干了。门徒们看见了，便惊讶地说：“这棵无花果树怎么立刻就枯干了呢？”耶稣回答他们说：“我实在 地告诉你们：你们若有信心，不疑惑，不但能行这棵无花果树所发生的事，就是对这座山说：‘从那里挪开，投进海里去’，它也必成就。你们凡在祷告中凭着信心所求的，都必得着。”当祂来到圣殿里，正教导人时，大祭司和百姓的长老们就上前问祂：“你凭什么权柄做这些事？是谁给你这权柄的？”耶稣回答他们说：“我也要问你们一件事：你们若告诉

我，我就告诉你们，我凭什么权柄做这些事。　约翰的洗礼是从哪里来的？是从天上来的，还是从人来的？”他们彼此商议说：“若说‘是从天上来的’，祂必对我们说：‘你们为什么不信他呢？’若说‘是从人来的’，我们又怕群众，因为大家都认为约翰是先知。”　他们便回答耶稣说：“我们不知道。”耶稣对他们说：“我也不告诉你们，我是凭什么权柄做这些事的。你们以为如何？有一个人有两个儿子；他走到大儿子那里，说：‘孩子，你今天去葡萄园里做工吧。’他回答说：‘我去了，先生，’却没有去。　他又走到第二个儿子面前，也对他说同样的话。那儿子回答说：‘我不愿意’，后来却后悔了，还是去了。这两个人中，谁遵行了父亲的旨意呢？”他们说：“是后者。”耶稣对他们说：“我实在告诉你们：税吏和娼妓要比你们先进入神的国。因为约翰是凭着公义之道来到你们这里，你们却不信他；税吏和娼妓倒信了他；你们虽然看见了，却不悔改，以致后来也不信他。”　再听一个比喻。有一个家主，他栽了一个葡萄园，周围筑起篱笆，在园中挖了酒榨，盖了一座楼，把它租给园丁，就走了。　到了收果子的时节，他便打发仆人去见那些园丁，要收取果子；园丁们却抓住他的仆人，有的被殴打，有的被杀害，有的被用石头砸死。他又打发别的仆人去，人数比前一次更多；园丁们也照样对待他们。　最后，他派自己的儿子去见他们，说：‘他们会尊重我的儿子。’但那些园丁一看见儿子，就彼此说：‘这是继承人；来，我们杀了他，夺取他的产业吧。’于是他们抓住他，把他扔出葡萄园外，杀死了他。　那么，葡萄园的主人来了，他要怎样对待这些园丁呢？”他们对他说：“要把他们当作恶人，处以他们应得的恶死，并将葡萄园交给别的园丁，这些园丁会在应有的时节把果子交给他。”耶稣对他们说：“你们从来没有在圣经上读过吗？‘匠人所弃的石头，已成了房角的头块石头；这是出于耶和华的作为，在我们眼中看为奇妙。’所以我告诉你们：神的国必从你们那里夺去，赐给那能结果子的百姓。”

马太福音 21:18–43

随后诵读第50篇诗篇及祷文“上帝啊，求祢拯救祢的子民：主啊，求祢怜悯”（12）。

科斯马·马尤姆斯基所作的三首诗，第二调

其首字母诗为：“提·德韦特拉”，意为“第二天”（即“星期一”）。伊尔莫斯唱两遍，特罗帕里则唱12遍。副歌：荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。**[整个星期均唱此副歌]。伊尔莫斯结束时，两个唱诗班一同歌唱。**

第一首

伊尔莫斯：那波涛汹涌、无法穿越的大海，/ 祢凭神圣的旨意使其干涸，/ 并借此引领以色列民徒步穿越，/ 让我们向主歌唱；/ 因为祂已显出荣耀。

副歌：荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

上帝之言的降临难以言表：/ 基督本人——既是上帝，又是人；/ 他并未将自己的神性视为应得之物，/ 而是取了奴仆的形像，向门徒显明这一点；/ 因为他已得着了荣耀。

我亲自前来侍奉那陷入困苦的亚当，/ 我——这位富于神性的造物主，/ 自愿披戴了他的形像，/ 并愿为他舍命赎罪，/ 我这在神性上无私无欲者。

康达克，第8调

雅各为约瑟的失踪而悲伤，/而那位英勇的约瑟却如受尊崇的君王般端坐于战车上；/因为他从未成为埃及女子情欲的奴隶，/因此从洞察人心、/赐予不朽冠冕的主那里获得了荣耀。

伊科斯：如今，让我们在悲痛之上再添一份悲痛，/ 与雅各一同流泪，/ 为那荣耀而贞洁的约瑟哀悼，/ 他虽肉体被卖为奴，却保全了未被奴役的灵魂，/ 并获得了统治整个埃及的权柄：/ 因为上帝赐予祂的仆人/ 不朽的冠冕。

圣人传。

第8首

伊尔莫斯：那不可驯服的烈火，/因敬畏纯洁少年们那与灵魂相称的无瑕躯体，/便退却了；/这烈火本是由无穷的物质所滋养；/当那永不熄灭的火焰力竭之时，/便不断唱起这首歌：/“万物啊，要赞美主，/并永远尊崇祂！”

“那时，若你们遵守我的诫命，/ 众人便会认出你们是我的门徒，”——/ 救主对祂的门徒们说，/ 正走向受难之路；——/ “你们彼此之间，以及与众人之间，要彼此和睦；/ 谦卑而睿智地生活，从而得以升华；/ 并在你们在我身上认出主之后，/ 要歌颂并尊崇祂，直到永永远远！”

“让统治弟兄之事，/ 成为你们异教习俗中陌生的行为。/ 因为这并非我的命运，/ 而是我的统治——自由的意志。/ 因此，你们中间谁若愿在众人之上，/ 就当在众人之下；/ 并在你们在我里面认识了主之后，/ 要歌颂并尊崇祂，直到永远！”

我们赞美、祝福、敬拜主，世世代代歌颂并尊崇祂。

再次唱伊尔莫斯。“比智天使更高的荣耀：”不唱。

第九首

伊尔莫斯：基督啊，祢尊崇了生祢的圣母，/ 祢——我们的造物主——/ 藉着她取了与我们完全相似的肉身，/ 为要赎去我们因无知所犯的罪；/ 我们万族称她为有福者，/ 并以此尊崇祢。

“弃绝一切情欲的污秽，/ 领受那合乎理智的悟性，/ 配得天国，/ 在那里你们将得荣耀，光芒比太阳更耀眼”，/ ——万有的至智，/ 祢曾如此预言给祢的使徒们。

“仰望我，”——主啊，祢对祢的门徒说，——“不要自以为是，/ 而是要怀着谦卑的心；/ 你们要喝我所喝的杯；/ 因此，在我的父的国度里，/ 你们将与我一同得荣耀。”

此外，伊尔莫斯：基督啊，祢曾宣告：并向祢俯身敬拜。

六节颂

我看见祢的殿宇，我的救主，装饰华美，/但我没有衣服可以进入其中。/求祢——光明的赐予者——使我灵魂的衣袍明亮，/并拯救我。（3）

在“赞美吧：”的诗节中
四声调，第一声调

主在前往自愿受难的途中，/ 沿途对使徒们说：/ “看哪，我们正上耶路撒冷去，/ 人子将要被出卖，正如关于祂所记载的那样！”/ 让我们也以纯净的心思 / 与祂同行，并与祂一同受难，/ 为了祂，舍弃世俗的享乐，/ 好与祂一同复活，并聆听祂—— ——宣告：/ “我不再为受苦而升入地上的耶路撒冷，/而是前往我的父、也是你们的父那里，/前往我的神、也是你们的神那里，/并将你们与我一同带往天上的耶路撒冷，/进入天国！”（2）

第五声：信徒们，既已抵达 / 基督上帝救赎性的受难，/ 让我们颂扬祂那不可言喻的宽容，/ 愿祂凭着祂的怜悯，/ 作为仁慈且爱人的主，/ 将我们这些被罪所杀的人，与祂一同复活。（2）

《荣耀颂》，现仍用同一调式：主啊，祢在前往受难的路上 / 并坚固祢的门徒时，/ 祢召聚他们，私下对他们说：/ “你们怎么不记得我的话呢？/ 我先前对你们说过，/ 正如经上所记，/ 先知绝不可能在耶路撒冷以外被杀？/ 现在，我所告诉你们的那时刻到了：/ 看哪，我要将自己交在罪人手中，任他们凌辱；/ 他们将我钉在十字架上，/ 安葬之后，/ 便会像对待

死人一样轻视我。/然而，你们要刚强：因为我将在第三天复活，/使信徒欢喜，并得享永生！”

在诗篇唱诵时，自唱，第五调

无法领悟祢旨意中那不可言喻的奥秘，主啊，/西庇太两个儿子的母亲曾向祢祈求，/愿暂时的国度之荣耀/赐予她的儿女；/但祢却应许，/祢的门徒将要喝那致命的杯，/就是祢曾说过，/祢自己要先于他们喝下那杯，/为了洗净我们的罪孽。/因此，我们向祢呼求：/“我们灵魂的救主，荣耀归于祢！”

经文：主啊，我们清晨便因你的慈爱而心满意足，满心欢喜，满有喜乐。在我们一生的日子里，我们都满有喜乐：因你使我们谦卑的日子，因我们目睹灾祸的年岁。求你眷顾你的仆人和你的作为，/并为他们的子孙指明道路。

《诗篇》89:14–16

主啊，祢以至高的智慧/教导祢的门徒，/告诫他们这些外邦人，不要效法/那些想要辖制卑微之人的心志：/“你们——我的门徒——不可如此，/因为我本是按自己的旨意成为贫穷的。/因此，你们中间为首的，要作众人的仆人；/作首领的，要像被管辖的；/被尊贵的，要像末后的。/因为我亲自来，是为要服侍那陷入贫穷的亚当，/并将我的灵魂献上，为要赎回许多向我呼求的人：‘荣耀归于你！’”

经文：愿我们上帝的光辉照耀我们，愿祂使我们手所作的工得以成就，/愿祂使我们手所作的工得以成就。

诗篇 89:17

第八调：弟兄们，因那因不结果实而枯萎的无花果树所受的惩罚而心生敬畏，/让我们向赐予我们大恩典的基督，/献上配得悔改的果实。

荣耀颂，现今，同声：蛇在埃及女子身上发现了第二个夏娃，/便试图用谄媚之言引诱约瑟；/但他脱下衣服，逃离了罪恶，/赤身裸体却毫不羞耻，如同未悖逆前的始祖一般。/基督啊，求祢因他的祈求怜悯我们。

此外：颂词：**大斋期晨祷仪式按规程结束。**

结束祷文：主，祢正走向自愿的受难：

第一时辰和第九时辰无卡菲斯姆。第三时辰和第六时辰则有卡菲斯姆。周一、周二和周三的第三、第六及第九时辰诵读《四福音书》。 第三时辰，在诵读“圣母，你是真葡萄树：”**之后，将点燃的两盏灯与圣福音书一同抬出，并安放在圣经台上。司祭向整个圣堂熏香；而在第六时辰，仅向福音书熏香。第九时辰时，再次向整个圣堂熏香。诵读结束后，宣告：**“主上帝受赞美：”**并进行后续礼仪。当日的康达克：**“雅各为约瑟的失踪而悲伤：”**以及惯常的鞠躬礼。

第六时辰

“来吧，让我们敬拜：”**三次，以及惯常的诗篇：第八篇卡菲兹玛。此外还有特罗帕里：**“在第六日及第六时辰：”**以及圣母颂：**“我们不敢：”**并行三次鞠躬。**

先知颂，第六调

我们怀着痛悔的心向祢俯伏，/并恳求祢，世界的救主，/因为祢是悔改之人的上帝。

《荣耀颂》及《如今》：重复上述内容。

前诵，第四调

当主使锡安的被掳之民归回之时。

诗句：那时，我们的口便满溢喜乐。

诗篇 125:1A, 2A

以西结书的预言诵读

那是在第三十年第四个月的第五天，我当时与被掳之民一同在霍瓦尔河边，天忽然敞开，我便看见了神的异象。　那月的第五日——即约雅敬王被掳的第五年——耶和华的话临到祭司布西的儿子以西结，那时他在迦勒底人的地，在霍瓦尔河边；耶和华的手临到我身上。我观看，见有风从北方刮来，其中有大云，云周围有光辉，云中又有闪烁的火焰；云中仿佛有琥珀在火中，其中有光辉，云中又仿佛有四个活物的形像。　看哪，它们的异象是：它们形似人；每个都有四张脸，每个都有四只翅膀；它们的小腿笔直，脚上长着羽毛，闪烁如发光的铜，翅膀轻盈。　从翅膀底下，四面都有人的手；它们的脸和四翅膀彼此相接；行进时，它们的脸不转动，各按自己脸的方向前行。　它们面部的形状是：四者右侧皆为人面，左侧皆为牛犊面，四者皆有鹰面。四者的面部和翅膀都向上展开；每只的两个翅膀相互连接，另外两个则从上方覆盖着它们的身体。　每只都顺着自己脸朝的方向前行；圣灵往哪里去，它们就往哪里去，并不转回。在活物中间，有如火炭般燃烧的景象，如同灯火在活物之间旋转，又有火光闪烁，从火中发出（仿佛）闪电。　那些活物奔跑时，转动起来，形如四散的火花*。我又看见：在四个活物旁边的地上，各有轮子一个。那些轮子的形状**如同托帕石****；它们的样式和构造在四个活物中都是一样的；它们的构造仿佛是轮中套轮。　它们向四方行进，行进时连轮圈都不转动；它们还有高度。我又看见，这四活物的轮圈周围都布满了眼睛！　当活物行进时，车轮也随它们一同行进；当活物从地上升起时，车轮也随之升起。云彩所在之处，就有那引导它们前行的灵：活物前行，车轮也随它们一同升起，因为生命之灵在车轮之中。

***源自希腊字母：**维泽克的形象

****源自希腊字母：**法尔西斯之形

以西结书 1:1–20

前诵，第四调

若非耶和华建造房屋，/ 建造者的劳苦便是徒然。

诗句：若非耶和华保守城邑，守望者便枉然警醒。

诗篇 126:1

随后按规定礼仪诵读福音。诵读完毕后：“愿祢的怜悯速速临到我们，主啊：”**在《主祷文》后诵读《三圣颂》，以及当日的《康达克》。**《主啊，求祢怜悯》，**第40节。其余按惯例进行，并作结束祷文。**

这三天中的第九时辰均不诵读卡菲兹玛，但诵读《四福音书》：随后诵读“求祢不要撇下我们直到终结：”，**在“我们的天父”之后诵念《三圣颂》，以及当日的康达克。**“在祢的国度里：”**及其他仪式按惯例进行。随后开始晚祷。**

在圣大星期一
晚祷时

在开端诗篇之后诵读第18篇卡菲兹玛。在“主啊，我呼求你”之后**诵读10首诗篇；并诵读当日第4调的自唱诗，其中两首各诵两次，其余两首各诵一次，第一调：**

主在前往自愿受难的途中，/ 对门徒们说：/ “看哪，我们正上耶路撒冷去，/ 人子将要被出卖，正如经上关于祂所写的！”/ 让我们也以纯净的心思 / 与祂同行，并与祂一同受难，/

为了祂，舍弃世俗的享乐，/ 好与祂一同复活，并听见祂宣告：/ “我不再为受苦而前往地上的耶路撒冷，/而是前往我的父、也是你们的父那里，/前往我的神、也是你们的神那里，/并将你们与我一同带往天上的耶路撒冷，/进入天国！”（2）

第五声：信徒们，既已抵达 / 基督上帝救赎的受难，/ 让我们颂扬祂那难以言喻的宽容，/ 愿祂凭着祂的怜悯，/ 作为仁慈且爱人的主，/ 将我们这些被罪所杀的人，与祂一同复活。（2）

主啊，祢在走向受难的路上，/ 并坚固祢的门徒时，/ 祢召聚他们，私下对他们说：/ “你们怎么不记得我的话呢？/ 我先前对你们说过，/ 正如经上所记，/ 先知在耶路撒冷以外是绝不能被杀的？/ 现在，我所告诉你们的那时刻已经到了：/ 看哪，我要将自己交在罪人手中，任他们凌辱；/ 他们将我钉在十字架上，/ 安葬之后，/ 便会像对待死人一样轻视我。/ 然而，你们要刚强：因为我将在第三天复活，/ 使信徒欢喜，并得享永生！”（2）

未能领悟那不可言喻的奥秘——主啊，祢的旨意——西庇太两个儿子的母亲曾向祢祈求，愿暂时的国度所赐的荣耀，能赐予她的儿女；/ 但祢却应许，/ 祢的门徒将要喝那死亡的杯，/ 就是祢曾说过，/ 祢自己要先于他们喝下那杯，/ 为了洗净我们的罪孽。/ 因此，我们向祢呼求：/ “我们灵魂的救主，荣耀归于祢！”(2)

主啊，祢以至高的智慧 / 教导祢的门徒，/ 告诫这些外邦人不要效法 / 那些想要辖制卑微之人的心志：/ “你们——我的门徒——不可如此，/ 因为我本是按自己的旨意成为贫穷的。/ 因此，你们中间为首的，要作众人的仆人；/ 作首领的，要像被管辖的；/ 被尊贵的，要像末后的。/ 因为我亲自来，是为了服侍那陷入贫穷的亚当，/ 并将我的灵魂献上，为许多人赎罪，/ 他们向我呼求：荣耀归于祢！」

第八篇：弟兄们，因惧怕那因不结果实而枯萎的无花果树所受的惩罚，/让我们向赐予我们大恩典的基督，/献上配得悔改的果实。

荣耀颂，现今，同声唱：蛇在埃及女子身上发现了第二个夏娃，/ 便试图用谄媚之言引诱约瑟；/ 但他脱下衣服，逃离了罪恶，/ 赤身裸体却毫不羞耻，如同未悖逆前的始祖一般。/ 基督啊，求祢因他的祈求，怜悯我们。

携福音入堂。“令人欣慰的光：”

前诵，第六调

愿主从锡安赐福于你，/ 你必得见耶路撒冷的福乐。

经文：凡敬畏耶和华、遵行祂道路的人，都是有福的。

诗篇 127:5A, 1

1.《出埃及记》诵读

以下是与他们的父亲雅各一同进入埃及的以色列子孙的名字。他们各带着全家进入：流便、西缅、利未、犹大、以萨迦、西布伦、便雅悯、但、拿弗他利、迦得和亚设；约瑟那时已经在埃及了。　雅各后裔的总人数共有七十五人。约瑟和他的所有兄弟，以及那一代人都去世了；以色列的子孙却日益繁衍，人数日益增多，变得极其众多，极其强盛，那地使他们繁衍昌盛。 后来，埃及又有一位不认识约瑟的王登基了。 他对本国百姓说：“看哪，以色列人的子民极其众多，且比我们更强盛；我们当设法对付他们，免得他们日后繁衍增多；倘若我们遭遇战争，他们便会投靠敌人，击败我们，并离开这地（我们的土地）。　于是，法老派督工管辖他们，使他们因劳役而精疲力竭。他们为法老建造了坚固的城邑：比托、拉美西斯和昂，即赫利奥波利斯。然而，他们越是受压迫，人数就越发增多，力量也日益增强。埃及人便惧怕以色列人。埃及人用暴行欺压以色列人，使他们在泥土和制砖的繁重劳役中，以及在田间的一切劳作中——凡他们强迫他们做的所有工作——都过着痛苦的生活。

埃及王便召见犹太人的助产妇——其中一位名叫西坡拉，另一位名叫富阿——对她们说：“你们为犹太妇人接生时，若她们临产，若是男婴，就杀死他；若是女婴，就让她活着。”但那些接生婆敬畏上帝，没有照埃及王所吩咐的去行，反而让男婴活下来。埃及王便召来那些接生婆，对她们说：“你们为什么做这事，竟让男婴活下来？” 接生婆对法老说：“希伯来妇人与埃及妇人不同；她们在接生婆到之前就生了，所以她们生下了孩子。”神却恩待那些接生婆，那百姓便日益增多，极其强盛。

出埃及记 1:1–20

前诵，第六调

我们奉主之名祝福你们。

经文：我自幼年时，就屡次有人攻击我。

诗篇 128:8b，1A

2. 约伯记诵读

在乌斯提底亚地，有一个人名叫约伯；那人纯全、正直、诚实，敬畏上帝，远离一切恶事。 他有七个儿子和三个女儿。他的牲畜有：七千只绵羊、三千头骆驼、五百对牛、五百头牧场里的驴，还有许多仆人；他在地上拥有巨大的产业。那人比日出之地所有的人都更显赫。 他的儿子们常聚在一起，天天设宴，还带上他们的三个姐妹，与他们一同吃喝。宴席的日子一结束，约伯就派人去洁净他们，清早起来，按着他们的人数为他们献祭，并为他们的灵魂各献上一头公牛犊，作为赎罪祭。 因为约伯说：“倘若我的儿子们（犯了罪），倘若他们在心里对神存有恶念呢？”约伯日日都是这样行。

就在这样的一天，看哪，神的使者们来到主面前；魔鬼也与他们一同前来。主对魔鬼说：“你从哪里来？”魔鬼回答主说：“我巡行全地，走遍天下，（看哪，）我来了。”主对他说： ‘你可曾留意过我的仆人约伯？因为地上再没有像他那样的人：他是个完全、正直、敬畏神、远离一切 恶行的人。’魔鬼就在耶和华面前回答说：‘约伯敬畏神，岂是无缘无故的？ 难道不是你从外面、在他家内，以及他一切所有物的周围，都为他设了防护吗？你又赐福于他手所做的，使他的牲畜在地上繁多；但你若伸手触及他的一切所有，他必定当面[向你]称颂你！” 于是，耶和华对撒但说：“看哪，他所有的，我都交在你手中；只是不可伤害他本人。”撒但便从耶和华面前退去。

约伯记 1:1–12

随后，愿我的祷告蒙应允：

《马太福音》第98章

那时，耶稣坐在橄榄山上，门徒们单独来到祂跟前，问祂说：“请告诉我们，这些事什么时候会发生？祢再来和世界末了有什么预兆呢？”耶稣回答他们说：“你们要小心，免得有人迷惑你们。因为将有许多人冒我的名而来，说：‘我是基督’，并将许多人引向迷途。将来你们要听见战争和战争的谣言。你们要小心，不要惊慌；因为这些事必须发生，但这还不是结局。因为民族要起来攻击民族，国要起来攻击国，各地会有饥荒和地震；然而，这一切只是产难的开端。 那时，你们要被交出来受苦，甚至被杀害；你们要因我的名被万民恨恶。那时，许多人要跌倒；他们要彼此出卖，彼此恨恶；许多假先知要兴起，迷惑许多人；因不法的事增多，许多人的爱心才渐渐冷淡了。 但忍耐到底的，必然得救。这天国的福音要传遍天下，对万民作见证；然后末日才来到。 所以，你们看见那使人荒凉的可憎之物，照着先知但以理所说的，立在圣地——读这经的人要明白——那时，在犹大的人应当逃往山上；在房顶上的，不要下去拿屋里的东西；在田里的，不要回去拿衣服。 那些日子里，怀胎的和

哺乳的，有祸了！你们要祷告，免得你们逃跑的事发生在冬天或安息日；因为那时将有一场大灾难，从世界创立以来直到如今，没有这样的灾难，以后也绝不会有。　若那些日子不缩短，凡有血气的都必灭亡；但为着选民，那些日子必缩短。那时，若有人对你们说：‘看哪，基督在这里’，或说：‘在那里’，你们不要信；　因为假基督和假先知将兴起，行大神迹和大奇事，若能行，连选民也要迷惑了。我预先告诉你们了。所以，若有人对你们说：‘看哪，他在旷野里’，你们不要出去；‘看哪，他在内室里’，你们不要信；　因为闪电从东方发出，直照到西方，人子的降临也是这样。哪里有尸体，哪里就有鹰聚集。那些日子的灾难一过去，太阳就变黑了，月亮也不放光，星辰要从天上坠落，天上的万象都要震动。　那时，人子的兆头要显在天上；地上的万族都要捶胸，看见人子带着大能和极大的荣耀，驾着天上的云降临；他要差遣他的天使，吹响大号角，从四方，从天这边直到天那边，把他的选民都招聚起来。　你们可以以无花果树为鉴：当它的枝条变软，长出叶子的时候，你们就知道夏天近了。同样，你们看见这一切的时候，也要知道那日子近了，就在门前了。我实在告诉你们：这一代还没有过去，这一切都要成就。天地要废去，我的话却永不废去。

马太福音 24:3–35

随后是预圣体礼仪的其余部分。大星期二和大星期三也照此举行。

若不举行圣体礼仪，在“主啊，我呼求你”**之后，唱第六调的诗篇。第一调诗篇：**“主啊，你走向自愿的受难：”**（2），**“信徒们，既已抵达：”**（2），**“未能领悟那不可言喻的奥秘：”**（2）。《荣耀颂》及《如今》：**“主啊，祢走向受难：”**携福音书入堂，唱《喜乐之光》前诵经，诵读经文及福音书。随后唱《主啊，求祢恩准：》，并诵读祈求祷文。　在诗篇唱诵中诵读惯常的诗句：**“我将眼目仰望祢：”**以及第8调的诗篇：**“主啊，以至臻完美的方式施展智慧：”**（2）及第8调：**“弟兄们，因惧怕刑罚：”**《荣耀颂》及《如今》，同调：第二篇《夏娃》；随后诵读“如今你赦免：”及其他内容，依大斋期规程进行。

周二和周三的礼拜仪式亦按此进行。

至于大斋期星期一、星期二和星期三的餐食，我们仅以干食为食，如同大斋期第一周一样。

在圣大星期二

在圣大星期一
晚祷时

我们举行盛大的晚祷，并在其中吟唱圣安德烈·克里特的三首圣咏。第八调。

第二首

伊尔莫斯：诸天啊，请侧耳倾听——我要宣告，/我要颂扬基督，/祂由童贞女降生为人。*

***颂词：**由童贞女所生，为要拯救我们。

让我们与基督一同 / 神秘地前往橄榄山， / 与使徒们一同与祂同住。

我谦卑的心啊，请领悟， / 基督先前所讲的磨盘的比喻 / 究竟意味着什么， / 并从今以后保持清醒。

我的灵魂啊，要为离世做好准备：/ 那不可贿赂的审判者 / 降临之日已近。

圣母颂：至圣童贞圣母，/ 唯一受万民颂扬者，/ 求祢为祢的仆人向祢的圣子祈求。

另一首，同调

伊尔莫斯：看啊，看啊，我就是上帝， / 昔日曾引领以色列人穿越红海， / 并养育、拯救、解救他们 / 脱离法老的苦役。

看哪，看哪，我就是上帝， / 在万物存在之前， / 在天地形成之前，我便洞悉一切， / 因我全然存于父内， / 并全然承载着祂。

我以道创造了天地：/ 因为我始终与父同在，并以道维系万有，/ 作为道、智慧与能力，/ 作为形象、协作者，且在作为上与父平等！

是谁确立了时代？/ 谁守护着世纪？/ 谁决定并推动着万物？/ 若非那无始者，始终与圣父同在，/ 如同光中的光芒？

耶稣啊，祢那无边无际的仁爱！/ 因为祢早已向我们昭示了末日的时刻，/ 虽隐而不露其具体时刻，却清晰地指明了/ 其征兆。

耶稣啊，祢全知全能， / 因祢在自己里面拥有圣父一切的神圣尊荣， / 并按本性在自己里面承载着圣灵， / 圣灵与圣父一样永恒。

主啊，万世之创造者，/求祢也使我们有幸在那时听见那神圣的声音，/呼召天父的选民进入天国。

颂荣：无始、未被创造的圣三一， / 不可分割的合一， ／既为三位又为一位！ / 圣父、圣子、圣灵，独一真神， / 请接受这来自渺小舌头的颂歌， / 如同出自烈火之口。

圣母颂：圣母啊，祢显现为上帝的圣所：/ 因为天上的君王，以肉身居住在祢内，/ 以美善之姿降临世间，/ 在祂自己里面将人神化。

座咏，第二调

基督啊，因着仁慈的驱使，/ 祢甘愿承受苦难，恩主，/ 愿拯救我们脱离情欲，/ 并免于被判下地狱之刑。/ 因此，我们颂扬祢神圣的受难，/ 并赞美祢一切至高的宽恕，救主。

第8首

伊尔莫斯：天使与诸天！/ 坐在荣耀宝座上、/ 并作为神不断受颂赞的祂，/ 愿你们世世代代地祝福、歌颂并尊崇祂！

灵魂啊，你已听见一切，/ 基督曾向祂的神圣门徒们 / 宣告世末之事；/ 而你既已知晓（自己的）终局，就当从此做好准备：/ 离世之时已至。

你已明白，这不结果子的灵魂啊，/那狡诈仆人的教训；/当敬畏并莫轻忽那领受的恩赐，/你领受它，/并非为了埋藏在地里，/而是为了经商。

愿灯盏光芒四射，/愿从其中倾泻而出——/正如昔日那五位聪慧的童女所倾倒的橄榄油——那便是怜悯，/好使你，我的灵魂，届时/能进入敞开的基督婚筵。

论及安息日 / 与冬季的逃亡，/ 导师以隐晦的方式预示 / 这个第七世纪的暴风雨，/ 在此期间，/ 结局将如冬季般降临。

闪电如何迅疾掠过，/ 那时你主那可怕的降临 / 也将如此，我的灵魂；/ 你已听闻此事，/ 务要从今往后做好准备。

当审判者率领成千上万 / 的天使军团与大军降临之时，/ 那时我的灵魂将何等恐惧，/ 何等战栗——唉，我啊——/ 当众人赤身裸体伫立之时。

让我们颂赞圣父、圣子、圣灵，我们的主。

诚然，圣三一乃是唯一的神：/ 圣父未曾转变为圣子，/ 圣子亦未因降生而改变，/ 但每位位格在自身内，/ 以及他们全体合而为一，皆是光明；/ 我永世颂扬三位一体的神。

如今，圣母颂：凭着圣母的代祷，/ 上帝啊，求祢垂听我们的祈祷，/ 作为回报，求祢/ 丰沛地将祢的恩典降临于众人，/ 并将祢的平安赐予祢的子民。

我们赞美、祝福、敬拜主，世世代代歌颂并尊崇祂。

随后是伊尔莫斯：天使与诸天！/ 在宝座上：

第九首

伊尔莫斯：昔日曾向立法者显现于山上 / 在火焰与荆棘丛中 / 基督由永贞童女降生 / 为拯救我们这些信徒 / 我们以不绝的颂歌来赞美祂。

我的灵魂啊，你已听见，/ 审判者预先宣告 / 并教导关于离世之时：/ 预备好你离世前的作为，/ 免得像一无是处的，/ 被上帝弃绝。

我的灵魂啊，要向无花果树学习死亡的奥义！/ 当它长出柔嫩的叶子 / 并萌发新枝时，/ 收割的时刻便近了；/ 你看见这一切时，/ 便要明白，终结已近在咫尺。

除了祢，还有谁 / 知道祢的父呢？/ 除了祢，还有谁知道那时刻或那日子呢？/ 因为一切智慧的宝藏都存于祢里面，/ 基督上帝。

那时，书卷将展开，/ 宝座也将设立；/ 行为将被揭露，/ 因为众人将赤身露体地站在那里；/ 既无证人，也无控告者：/ 因为一切在神面前都是敞开的。

万有的审判者正前去，/ 为了被带上审判台；/ 那位坐在基路伯宝座上的，/ 为了像罪人一样站在彼拉多面前，/ 并承受一切，好使亚当得救。

我们的复活节临近了，/ 这伟大而神圣的节日；/ 因为基督曾预言，/ 两天之后便是那预定受难的日子，/ 祂将在那日作为祭品献给天父。

救主啊，祢的母亲伫立在祢的十字架前，/目睹祢这不公的牺牲，/呼喊道："唉，我的孩子，永不熄灭的光明！/太阳啊，为众人点燃荣耀之光吧！

颂词：啊，圣洁的唯一者：/ 三位一体，神性唯一，/ 又在三位一体中唯一的神，/ 本性存于三个位格，/ 尊荣平等，荣耀不可分割，/ 求祢拯救我们的灵魂脱离灾祸！

如今，圣母颂：基督啊，求祢接受祢母亲的代祷，/ 并因她的恳求使世界得享平安，/ 巩固王国的权杖，/ 并将祢的教会联合为一。

代替"配得："唱第9首圣咏的伊尔莫斯："先前在山上显现的：**"并行地面礼。**

"主祷文"后的三圣颂，接着是当日的康达克。随后是"全能的主，求祢与我们同在："及其他常规礼仪。

在圣大星期二
晨祷时

第六篇诗篇后，以第八调唱"哈利路亚"。

以及第8调的颂词

看哪，新郎将在午夜降临，/ 祂若发现某仆人正在警醒，那仆人便有福了；/ 反之，若发现某仆人疏忽大意，那仆人便不配。 / 因此，我的灵魂啊，切莫被睡意战胜，以免你被交于死亡，/ 并被排除在天国之外，/ 而是要振作起来，呼求：/ 圣哉，圣哉，圣哉，上帝，/ 求祢因圣母的祈祷怜悯我们！ **(3)**

同样采用常规的诗节唱法。

第一首诗歌后为座诗，第四调

弟兄们，让我们满怀爱意地迎接新郎，/ 预备好我们的灯盏，/ 以美德和正信发光，/ 好使我们如同主那聪明的童女，/ 随时准备与祂一同进入婚筵，/ 因为新郎——作为上帝——/ 赐予众人不朽的冠冕。

《荣耀颂》，及《如今》：重复上述内容。

第二首诗篇后，第四调

针对祢的叛逆密谋，救主，/祭司和文士因嫉妒而诡诈地聚集，/怂恿犹大进行出卖；/因此他厚颜无耻地前去，/对那些悖逆之人谈论祢：/"你们给我什么，"他说，"/我就把祂交在你们手里？"/ 求祢，主啊，救我们的灵魂脱离/ 降临在他身上的审判！

荣耀颂，如今：我们重复上述内容。

第三首圣咏之后，第八调

犹大心甘情愿地沉溺于贪财，/怀着对导师的敌意，/商议并策划着背叛，/背离光明，偏爱黑暗，/密谋出卖，出卖了无价之宝； / 正因如此，作为对其所作所为的报应，/ 这不幸之人，/ 遭到了勒死之刑，并承受了痛苦的死亡。/ 基督上帝，求祢救我们脱离他的下场，/ 赐予我们罪孽的赦免，/ 使我们能满怀爱意地纪念祢至圣的受难。

《荣耀颂》及《如今》：重复上述内容。

《马太福音》第90B段

那时，法利赛人去商议，要找机会在言语上陷害耶稣。他们便派自己的门徒和希律党人去问祂说："夫子，我们知道你是诚实的，并且诚实地教导神的道，也不顾忌任何人；因为你不看人的外貌。" "那么，请告诉我们：你认为该不该向凯撒纳税？"耶稣看透了他们的诡诈，就对他们说："你们这些假冒为善的人，为什么试探我？把纳税的钱给我看看。"他们就拿了一个第纳尔给他。耶稣对他们说："这像和这铭文是谁的？" 他们说："是凯撒的。"耶稣

就对他们说：“凯撒的物当归给凯撒，神的物当归给神。”他们听见这话，就希奇，便离开他走了。那一天，撒都该人——他们主张没有复活——来问耶稣说：“夫子，摩西曾说：‘若有人死了，没有孩子，他兄弟 就当娶他的妻子，为兄弟延续后代。’我们这里有七个兄弟：第一个娶了妻，死了，因为没有子嗣，就把妻子留给了他的兄弟；第二个、第三个也是如此，一直到第七个； 后来，那妇人也去世了。那么，在复活的时候，她将作这七个中的哪一个的妻子呢？毕竟，他们都曾娶过她。耶稣回答他们说：“你们是迷糊的，既不明白圣经，也不晓得神的权能。在复活的时候，人不再娶，也不再嫁，乃像天上的天使一样。” 至于死人复活，你们难道没有读过神对你们所说的话吗：‘我是亚伯拉罕的神，以撒的神，雅各的神’？神不是死人的神，而是活人的神。众人听见这话，就对他的教训感到惊奇。 法利赛人听见他使撒都该人无言以对，就聚集在他周围。其中有一个律法师，要试探他，问他说：“夫子，律法中的诫命，哪一条是最大的呢？”耶稣对他说：“你要尽心、尽性、尽意爱主你的神：” 这是最大的诫命，也是第一条。第二条与之相似：‘要爱你的邻舍如同爱自己一样。’整个律法和先知书都系于这两条诫命。法利赛人聚集的时候，耶稣问他们：“你们认为基督是谁？ 祂是谁的儿子？”他们对祂说：“是大卫的。”耶稣对他们说：“既然大卫在圣灵里称祂为主，说：‘主对我的主说：你坐在我的右边，等我使你的仇敌作你的脚凳’；那么，大卫既称祂为主，祂怎么又是大卫的儿子呢？” 没有人能回答祂。从那天起，再没有人敢问祂问题了。那时，耶稣对众人和门徒说：“文士和法利赛人坐在摩西的位上；所以，凡他们所吩咐你们的，你们都要遵行、遵守，但不要效法他们的行为；因为他们说的是，做的却不是。 他们把沉重又难以担负的担子捆好，搁在人的肩上，自己却连一根指头也不愿动。他们所做的一切，都是为了让人看见；他们扩建自己的仓库，加宽自己的钱袋； 喜爱在筵席上坐首席，在会堂里坐上座，在街市上受人问安，并被人称呼为‘拉比’。你们却不要被人称呼为‘拉比’，因为你们只有一位老师，你们都是弟兄。也不要称地上的任何人为父，因为你们只有一位父，就是天上的父。 也不要让人称你们为“导师”，因为你们只有一位导师：基督。你们中间谁愿为大，就必作你们的仆人。因为凡自高的，必降为卑；凡自卑的，必升为高。你们这些文士和法利赛人，你们这些伪善者，有祸了！因为你们把天国关在人面前： 你们自己不进去，也不让要进去的人进去。你们这些文士和法利赛人，假冒为善的人，有祸了！你们走遍陆地海洋，只为使一个人归信；一旦得逞，便使他成为地狱之子，比你们更恶劣两倍。 你们这些瞎眼的领袖有祸了！你们说：‘谁指着圣殿起誓，算不得什么；谁指着圣殿里的金子起誓，就受约束了。’ 你们这又愚拙又瞎眼的人啊，哪一样更重要：是金子，还是使金子成圣的圣殿呢？还有：“谁指着祭坛起誓，这算不得什么；但谁指着坛上的礼物起誓，他就受约束了。” 瞎眼的人啊！哪一样更重要：是供物，还是使供物成圣的祭坛？因此，指着祭坛起誓的，就是指着祭坛和坛上的一切起誓；指着圣殿起誓的，就是指着圣殿和住在其中的一位起誓；指着天起誓的，就是指着神的宝座和坐在宝座上的一位起誓。 你们这些文士和法利赛人，假冒为善的人，有祸了！你们将薄荷、茴香、芹菜献上十分之一，却忽略了律法中更重要的事：公义、怜悯和信实；这些本该遵行，那些也不可忽略。你们这些瞎眼的领袖，过滤出蚊子，却吞下骆驼！ 你们这些文士和法利赛人，假冒为善的人，有祸了！你们洗净杯盘的外面，里面却满了贪婪和放纵。瞎眼的法利赛人啊！先把杯盘里面洗干净，这样外面也就干净了。 你们这些文士和法利赛人，你们这些伪善者，有祸了！你们好比粉饰的坟墓，外面看来美丽，里面却满了死人的骸骨和一切污秽。你们也是这样，在外面看来在人面前是义人，里面却充满了伪善和不法。 你们这些文士和法利赛人，你们这些伪善者，有祸了！你们建造先知的坟墓，装饰义人的纪念碑，还说：‘如果我们在我们祖先的时代，就不会与他们同流合污，参与先知的流血事件。’这样，你们就亲口证明自己是那些杀害先知之人的子孙。 你们要使你们祖先的罪孽满盈。你们这些蛇，蛇的子孙！你们怎能逃脱地狱的审判呢？因此，看哪，我要差遣先知、智慧人和文士到你们这里来；你们要杀害一些人，把他们钉在十字架上；还要在你们的会堂里鞭打一些人，把他们从一个城赶到另一个城； 使

地上所流的一切义人的血　——从义人亚伯的血，直到你们在圣殿和祭坛之间杀害的巴拉基亚之子撒迦利亚的血——都归到你们身上。我实在告诉你们：这一切都要归到这世代身上。耶路撒冷啊，耶路撒冷啊，你杀害先知，用石头打死奉差遣到你这里来的人！　我多少次想要聚集你的儿女，如同母鸡把雏鸡聚集在翅膀底下，你们却不愿意！看哪，你们的房子要留给你们空着。因为我告诉你们：从今以后，你们再也看不见我，直到你们说：‘奉主名来的，是应当称颂的。’

马太福音 22:15–23:39

以及第50篇诗篇。随后是“上帝啊，求祢拯救祢的子民：”，主啊，求祢怜悯，**（12）以及小祈祷文。**

康达克，第二调

灵魂啊，要思量末日之刻，/ 因惧怕那被砍倒的无花果树的下场，/ 可怜的你，要为所受的恩赐而勤勉，/ 警醒并呼求：/ “愿我们不要被留在基督婚筵之外！”

伊科斯：为何你仍沉溺于懈怠之中，/ 我这不幸的灵魂？/ 为何在不该做白日梦的时候，却为无用之事忧虑？/ 为何执着于那些转瞬即逝之事？/ 末日已然来临，/ 我们即将与世间万物永别。/ 趁你还有时间，清醒过来，呼求道：/ “我在你面前犯了罪，我的救主，/ 不要像砍伐不结果的无花果树那样砍倒我，/ 但求你作为仁慈的主，/ 怜悯这满怀敬畏地呼求的人：/ 愿我们不要被留在基督婚筵之外！”

圣人传。

科斯马·马尤姆斯基先生的双诗篇，第二调

其首字母诗为：“特里蒂·特”，即“就在星期二”。伊尔莫斯唱两遍，特罗帕里唱12遍。最后，两个唱诗班共同演唱伊尔莫斯。

第8首

伊尔莫斯：不屈从暴君的命令，/三位虔诚的少年，/被投入火窑，/仍见证上帝，高唱：/“耶和华的受造之物啊，你们要称颂主！”

让我们将懈怠远远抛开，/ 手持明亮的灯盏，/ 以圣歌迎接不朽的新郎基督，/ 呼求道：/ “万物啊，赞美主！”

愿我们灵魂的器皿中 / 盛满团契之油，/ 免得将得赏之时虚度于购物，/ 使我们得以高唱：“愿主的一切受造之物，都赞美主！”

你们所有从上帝那里领受恩赐的人，/ 请借着赐下恩赐的基督，/ 同样地使恩典倍增，/ 歌唱道：“愿你们赞美，/ 主的受造之物，赞美主！”

我们赞美、祝福、敬拜主，世世代代歌颂并尊崇祂。

再次不唱伊尔莫斯：“暴君的命令：”**和“至高的荣耀：”。**

第九首

伊尔莫斯：将不可容纳的上帝容纳于腹中，/并为世界生下喜乐，/我们颂扬你，至圣童贞女。

“要警醒，”你——仁慈的主——对门徒们说，“因为你们不知道主将在何时降临——/向每个人施行报应！”

主啊，在你第二次可畏的再来之时，/求你将我列入站在你右边的羊群之中，/赦免我众多的罪过。

随后，在“配得……”之后，再次唱诵《不可测度的上帝**》的伊尔莫斯：**

圣周二

六节颂

我看见祢的殿宇，我的救主，装饰华美，/但我没有衣服可以进入其中。/求祢——光明的赐予者——使我灵魂的衣袍明亮，/并拯救我。（3）

在“赞美吧：”之后，第4节诗篇，第1调

我这不配之人，/ 如何能进入祢圣徒那光明的行列？ / 倘若我胆敢与他们一同进入婚筵，——/ 我的衣裳将使我蒙羞，/ 因为参加婚筵者并非身着此等衣裳，/ 我必被天使捆绑并驱逐。/ 主啊，求祢洁净我灵魂的污秽，/ 并作为爱人者拯救我。（2）

第二声调：因心灵懈怠而打盹，/ 我，我的新郎基督啊，未能获得那以美德燃烧的灯盏，/ 便如同那些不明事理的童女，/ 在劳作时却在做梦。/ 主啊，求祢不要将祢那满有怜悯的心向我关闭，/ 而是将我身上的阴郁之梦抖落，使我苏醒，/ 并让我与那明智的童女们一同进入祢的婚筵，/ 那里，欢庆者与呼求者的纯净之声不绝于耳：/ “主啊，荣耀归于祢！”(2)

颂荣，如今，第四调：听闻那隐藏塔兰特之人受审判，灵魂啊，/ 不要隐藏上帝的话语，/ 传扬祂的奇事，/ 好使你因使恩典的恩赐倍增，/ 得以进入你主的喜乐之中。

诗咏台上的诗篇，第六调

信徒们，请前来，/让我们为君王竭诚劳作，/因为祂赐予祂的仆人财富；/愿每个人都按自己的能力使恩典的才干倍增：/有人当运用智慧行善，/另有人当致力于传道事工。 / 愿信徒 / 引导未受洗者归向上帝之道，/ 另有人将财富分施给穷人：/ 如此，我们便能使所受的托付倍增，/ 并作为恩典的忠信管家，/ 有幸与我们的主同享喜乐。/ 基督上帝啊，求祢作为爱人者，/ 使我们有幸得享这喜乐。

诗句：主啊，我们清晨便因祢的慈爱而饱足，满心欢喜，乐不可支。在我们的一生中，我们常满心欢喜：因祢使我们谦卑的日子，因我们目睹灾祸的岁月。求祢垂顾祢的仆人和祢的作为，/并为他们的子孙指明道路。

《诗篇》89:14–16

当你带着天使大军在荣耀中降临，/ 耶稣啊，当你坐在审判的宝座上，/ 仁慈的牧者啊，求你不要将我与你分开：/ 因为你认识正路，/ 而左路已然败坏。 / 求祢不要将我这沉溺于罪中的顽固者与山羊一同灭绝，/ 而是将我归入站在右边的羊群之中，/ 作为爱人的主，求祢拯救我。

经文：愿我们神——耶和华的光辉照耀我们，愿祂使我们手所作的工得以成就，/愿祂使我们手所作的工得以成就。

诗篇 89:17

新郎啊，祢的美貌胜过世上所有人，/ 祢召我们参加那属灵的筵席，/ 进入祢的婚筵殿堂！/ 求祢以分担祢受难的恩典，/ 褪去我这身裹着罪孽的丑陋外衣，/ 并以荣耀之袍装点我，/ 使我作为祢美善的同席者，/ 在祢的国度中熠熠生辉，啊，仁慈的主！

《荣耀颂》，现今，第七调：看哪，我的灵魂，主将才干托付于你。/ 请怀着敬畏之心接受这恩赐，/ 为赐予你的人使之生息，/ 分施给穷人，借此在主内结交朋友，/ 好使当祂在荣耀中降临时，你能站在祂的右边，/ 并听见那蒙福的声音：/ “进来吧，仆人，进入你主的喜乐中！”/ 救主啊，求祢凭祢的大慈怜，也使我这迷途之人有幸得享此福。

其余的礼仪按惯例进行。

第六时辰

按惯例诵读诗篇并宣读福音。

先知预言的颂歌，第一调

救主啊，求祢宽宏大量地赦免 / 那些罪孽深重的人； / 求祢恩准我们免于定罪， / 得以敬拜祢圣洁的复活， / 藉着祢至圣童贞母的代祷， / 独一无二、满有慈爱的救主！

《荣耀颂》，及“如今”：并重复上述内容。

前诵，第六调

因为主的慈爱，/ 祂的拯救何其大。

诗句：我从深处向祢呼求，主啊，主啊，求祢垂听我的声音。

诗篇 129:7, 1–2A

以西结书预言诵读

当活物行进时，车轮也随之转动；当它们停下来时，车轮也与它们一同停立；当它们从地上升起时，车轮也随它们一同升起，因为生命之灵在车轮之中。在那些活物的头顶之上，有一个形像，如同穹苍，如同水晶，从上方铺展在它们的翅膀之上。　在穹苍之下，它们的翅膀展开，相互拍打，彼此相接；每只都有两翼，彼此相连，遮盖着它们的身体。我听见它们拍打翅膀时的声音，如同汹涌的洪水，又如全能*之神的声音；　（当）它们行进时，话语声如军营的喧嚷；当它们停下时，翅膀便静止下来。看哪，从高过它们头顶的穹苍顶端传来声音：当它们停下时，翅膀便静止下来。　在他们头顶之上的穹苍之上，有如蓝宝石般的景象——其上似有宝座；在宝座的形像之上，上方有如人的形貌。我又看见仿佛琥珀的形像，其中环绕着如火的异象；　从腰部以上，直到腰部以下，我看见了火的异象，其光芒环绕四周。这光芒的轮廓，如同雨天云中出现的彩虹一般。这就是主荣耀的异象。

*** 希腊语和斯拉夫语：**萨达伊（Sadaï），**源自希伯来语沙代（**Shaddai**）**。

以西结书 1:21–28；2:1

前诵，第四调

愿以色列仰望耶和华 / 从今时直到永远！

诗节：主啊，我的心没有骄傲，我的眼也没有狂妄。

诗篇 130:3, 1A

及其他经文。举行第九时辰礼（不诵读卡菲兹玛），并诵读福音书。唱《有福了》并行鞠躬礼。其余事项均按星期一的规定进行。

在圣大星期二
晚祷时

按常规诗节诵读。

**在“主啊，我呼求：”时
唱第10调的自声诗篇。**

第一调：我这不配之人，/ 如何能进入祢圣洁的众圣之列？ / 倘若我胆敢与他们一同进入婚筵，——/ 我的衣着便会出卖我， / 因为参加婚筵者并非身着此等衣裳， / 且因被 束缚，我将被天使驱逐。 / 主啊，求祢洁净我灵魂的污秽， / 并以祢爱人的心肠拯救我。 **(2)**

第二声：因心灵懈怠而打盹， / 我未能，基督——新郎，获得那燃烧着美德的灯， / 便如同那些不明事理的童女， / 在劳作时却在做梦。 / 主啊，求祢不要将祢那满有怜悯的心向我

关闭，/ 而是将我身上的阴郁之梦抖落，使我苏醒，/ 并让我与那聪明的童女们一同进入祢的婚筵，/ 那里，欢庆者与呼求者的纯净之声不绝于耳：/ “主啊，荣耀归于祢！” **(2)**

第四调：听闻那隐藏塔兰特之人受审判，灵魂啊，/ 不要隐藏上帝的话语，/ 传扬祂的奇事，/ 好使你因使恩典的恩赐倍增，/ 得以进入你主的喜乐之中。 **(2)**

第六声：信徒们，请来吧，/让我们为主竭力劳作，/因为祂赐予祂的仆人财富；/愿每个人都按自己的恩赐倍增恩典：/有人当运用智慧行善，/有人当从事传道事工。 / 愿信徒 / 引导未受洗者归向上帝之道， / 另有人则将财富分施给穷人： / 这样，我们便能使所受的托付倍增，/ 并作为恩典的忠信管家，/ 有幸与我们的主同享喜乐。/ 基督上帝啊，求祢作为爱人者，/ 使我们有幸得享这喜乐。 **(2)**

当你带着天使大军在荣耀中降临，/ 并坐在审判的宝座上，耶稣啊，/ 仁慈的牧者，求你不要将我与你分开：/ 因为你认识正路，/ 而左路已然败坏。 / 求祢不要将我这沉溺于罪恶中的人与山羊一同毁灭，/ 而是将我归入站在右边的羊群之中，/ 作为爱人的主，求祢拯救我。

新郎啊，祢的美貌胜过世上所有人，/ 祢召我们参加祢婚筵中 / 属灵的筵席！ / 求祢以分担祢受难的恩典， / 褪去我身披罪孽之衣的丑陋形貌， / 并以荣耀之袍装点我， / 使我作为祢美善的同席者， / 在祢的国度中熠熠生辉，啊，仁慈的主！

《荣耀颂》，现今，第七调：看哪，我的灵魂，主将才干托付于你。/ 请怀着敬畏之心接受这恩赐，/ 为赐予你的人使之生息，/ 分施给穷人，借此在主内结交朋友，/ 好使当祂在荣耀中降临时，你能站在祂的右边，/ 并听见那蒙福的声音：/ “进来吧，仆人，进入你主的喜乐中！”/ 救主啊，求祢凭祢的大慈爱，也使我这迷途之人有幸得享此福。

携福音入堂。“令人欣慰的光：”

前诵，第六调

起来吧，主啊，进入你的安息，/ 你就是你圣所的约柜。

诗节：主啊，求祢记念大卫和他一切的温柔。

诗篇 131:8, 1

1.《出埃及记》读经

法老的女儿下到河边洗澡，她的侍女们在河边走动。她看见一个篮子漂在水面上，就派一个侍女去把它捞上来。打开篮子，看见里面有个婴儿在哭，法老的女儿就怜悯他，说：“这是个希伯来人的孩子。” 法老女儿的姐姐对她说：“要不要我为你从希伯来妇人中找一位奶妈，让她来给你哺育这孩子？”法老女儿对她说：“你去吧。”那姑娘就去把婴儿的母亲叫来了。 法老的女儿对她说：“请替我照顾这个孩子，并喂养他；我会给你报酬。”那妇人便接过孩子，照料他。等孩子长大后，她就把他带到法老的女儿面前，他便成了她的儿子。她给他起名叫摩西，说：“我是从水中把他捞出来的。”

出埃及记 2:5–10

前诵，第四调

看哪，有什么比弟兄同居更美、更可喜的呢！

诗节：如同香膏浇在头上，流到胡须上，流到亚伦的胡须上。

诗篇 132:1 ， 2A

2. 约伯记诵读

那日，约伯的儿子们和女儿们正在他们长兄的家中吃喝（酒）。 忽然，有使者来到约伯那里，对他说："牛群正在耕地，驴群在旁边吃草；强盗突然闯入，把牲畜掳去，用刀杀死了仆人们；只有我一人幸免于难，特来向你报告。" 他还在说话的时候，又有另一个报信的人来到约伯那里，对他说："有火从天上降下，烧了羊群，也烧了牧羊人；只有我一人逃脱，来向你报告。" 他还在说话的时候，又有一位信使来到约伯那里，对他说："骑兵分作三队向我们袭来，包围了骆驼，掳走了它们，并用刀杀死了仆人们；唯独我一人幸免于难，特来向你报告。"他还在说话的时候，又有一位信使来到约伯那里，说： "当你儿子和女儿们在你长子——他们兄长——家中共进饮食时，忽然从旷野刮来一阵狂风，袭击了房屋的四角，房屋倒塌在你的儿女身上，他们全都死了；只有我一人幸免于难，特来向你报告。" 约伯听见这话，就站起来，撕裂外袍，剃光头上的头发，（并用灰撒在头上）；随即俯伏在地，敬拜耶和华，说：'我赤身出于母胎，也必赤身归回。 耶和华赐予，耶和华取走；耶和华所喜悦的，就照样成就了；愿耶和华的名永远被称颂！"在这一切临到他身上的事上，约伯在任何事上都没有犯罪，甚至没有用嘴唇说出任何关于神的轻率之言。

约伯记 1:13–22

随即，"愿我的祷告上达："

《马太福音》，第102章开头

主对门徒说："关于人子降临的日子和时刻，没有人知道，连天上的天使也不知道，子也不知道，只有父知道。因为人子降临的情形，将如同挪亚的日子一样。 正如洪水来临前的那些日子，人们吃喝嫁娶，直到挪亚进入方舟的那一天，他们还一无所知，直到洪水来了，把他们全都冲走——人子的降临也将是这样。 那时，有两个人在田里：一个被接去，一个被撇下；有两个女人在磨坊里磨面：一个被接去，一个被撇下。 所以，你们要警醒，因为你们不知道你们的主什么时候来。但有一件事你们知道：如果房主知道小偷在什么更点来，他就会警醒，不至于让人挖通他的房子。所以，你们也要预备好，因为人子将在你们想不到的时候来到。 谁是那忠心又聪明的仆人，被主人派去管理他的仆人，按时给他们食物呢？主人回来时，发现他这样行，那仆人就有福了。我实在告诉你们：主人要派他管理一切产业。倘若那恶仆心里说：'我的主人耽搁了'，便开始殴打与他一样的其他仆人，又与醉汉一同吃喝，那仆人的主人必在他意想不到的日子、不知道的时刻来到，把他劈成两半，定他和假冒为善的人同受刑罚：在那里必有哀哭切齿。 那时，天国好比十个童女，她们拿着灯出去迎接新郎。 其中有五个是愚拙的，五个是聪明的。那五个愚拙的拿着灯，却没有带油；那五个聪明的除了灯以外，还把油装在器皿里带上了。新郎迟迟不来，她们全都打盹睡着了。半夜，有人喊道："新郎来了，出来迎接他吧！"于是，那些童女都起来，整理好自己的灯。愚拙的对聪明的说："请分点油给我们，因为我们的灯快熄灭了。"但聪明的回答说："恐怕不够我们和你们用的。 你们还是去商人那里买些吧。"她们正去买油的时候，新郎来了，那些预备好了的便和他一同进了婚筵，门就关上了。后来，其余的童女也来了，说："主啊！主啊！给我们开门吧。"他却回答说："我实在告诉你们：我不认识你们。" 所以，你们要警醒，因 你们不知道那日子、那时辰。这好比一个人要出远门，便叫了他的仆人来，把他的家业交给他们；给一个五塔兰特，给一个两个，给一个一个，各按其能力；然后就出去了。那领了五塔兰特的，立刻去经商，又赚了五塔兰特；领了两个的，也赚了两个；但领了一个的，却去挖了个洞，把主人的钱埋了起来。过了许久，那些仆人的主人回来了，要和他们算账。 那领了五塔兰特的仆人上前，带着另外的五塔兰特说：'主人，你曾交给我五塔兰特；看，我又赚了五塔兰特。'他的主人对他说：'好，你这又良善又忠心的仆人，你在小事上忠心，我要把许多事交给你；进来享受你主人的快乐吧。' 那领了两个塔兰特的也上前说："主

人，你交给我两个塔兰特；看，我又赚了两个塔兰特。”他的主人对他说：“好，你这又良善又忠心的仆人，你在微小的事上忠心，我要把你派去管理许多事；进来分享你主人的喜乐吧。” 那领了一个塔兰特的人也上前说：“主人，我知道你是个严厉的人：没有播种的地方你要收割，没有撒种的地方你要收集；我因惧怕，就去把你的塔兰特埋在土里；看，你的东西在这里。” 他的主人回答说：“你这又恶又懒的仆人！你既然知道我没有撒种的地方也要收割，没有散播的地方也要收集，你就该把我的钱交给钱庄，这样我回来时，就能连本带利都拿回来。　你们把这塔兰特从他那里夺过来，给那有十塔兰特的人；因为凡有的，还要加给他，叫他有余；凡没有的，连他所有的也要夺去。把这无用的仆人丢在外面黑暗里；在那里必有哀哭切齿。” 人子在他荣耀里，同着众天使降临的时候，要坐在他荣耀的宝座上。万民都要聚集在他面前；他要把他们分别出来，好像牧人分别绵羊和山羊一样，把绵羊安置在右边，山羊在左边。　那时，王要对那些站在他右边的人说：‘你们这蒙我父赐福的，可来承受那为你们预备的国，这国是从创世以来就为你们预备的。因为我饿了，你们给我吃；我渴了，你们给我喝；我作客旅，你们留我住；　赤身露体，你们给我穿上；我病了，你们来看我；我在监里，你们来看我。”那时，义人要回答他说：“主啊，我们什么时候看见你饿了，给你吃？或是渴了，给你喝？我们什么时候看见你作客旅，接纳了你？　或是赤身露体，我们给你穿了衣服？我们什么时候看见你病了，或是在监里，去探望了你呢？”王就对他们说：“我实在告诉你们：你们为我这最小的弟兄中的一位所做的，就是为我做的。”那时，他也要对那些在左边的人说：　“你们这些受咒诅的人，离开我，进入那为魔鬼和他的使者所预备的永火里去吧。因为我饿了，你们没有给我吃；我渴了，你们没有给我喝；我是客旅，你们没有接待我；我赤身露体，你们没有给我穿；我病了，或在监里，你们没有来看我。” 那时，他们也要回答说：‘主啊，我们什么时候看见你饿了、渴了、作客旅、赤身露体、患病或被囚，却没有服侍你呢？’那时，他要回答他们说：‘我实在告诉你们：你们没有为这些最微小的人中的一位做，就是没有为我做。’　这些人要进入永刑，义人却要进入永生。耶稣讲完了这一切话，就对门徒说：“你们知道，过两天就是逾越节，人子将被交出去钉在十字架上。”

马太福音 24:36–26:2

随后是预圣体礼仪的其余部分。

在圣大星期三

在圣大星期二
晚祷时

举行盛大的晚祷，并在其中吟唱圣安德烈·克里特的三首圣咏。第二调。

第三首

伊尔莫斯：我这不结果子的心灵，/ 求祢，上帝，使它在我里面结出果实，/ 善的耕耘者，美德的播种者，/ 凭着祢的怜悯。

末日将至：让我们终于回转——/基督如此教导；/因为祂将在顷刻之间降临，/祂必来，绝不迟延，/要在祂的世上施行审判。

显明祂降临的突然性，/基督说，/正如昔日挪亚时代那样，/意想不到的毁灭/将再次降临大地。

天国之门已开启，/ 神圣的婚筵也随之备妥，/ 新郎近在咫尺，正呼唤着我们；/ 从今往后，让我们时刻准备着！

西门的家容纳了祢，耶稣君王，/ 祢是整个世界都无法容纳的，/ 那罪妇用香膏膏抹了祢。

那妇人被神秘的香气充满，/便从昔日诸多罪孽的恶臭中得蒙拯救。/因为祢，救主，/正流淌着生命之香膏。

饥饿者的天上食粮，/ 祢自己就是真正的生命！/ 基督啊，祢曾与世人一同进食，/ 彰显祢的宽容。

那轻率的门徒，/ 基督啊，他背弃了祢，/ 从不法之徒那里招聚了一支队伍，/ 率领他们对抗祢，/ 从而走上了背叛之路。

颂荣：我敬拜并赞美与父同在的子，以及圣灵，/这三位一体的唯一本体，/在祂内分辨位格，/却在本质上合而为一。

如今，圣母颂：那生下祢的羔羊之母，/ 牧者与羔羊，/ 耶稣上帝，/ 她不断为所有生于世上、信靠祢的人代求。

塞达伦，第一调

看哪，确实，邪恶的密谋 / 聚集在一起，怀着敌意 / 想要定万主之主的罪，/ 祂高坐在审判席上。/ 如今，希律与彼拉多一同聚集，/ 安纳与该亚法也一同 / 试探那位独一的宽容者。

第8首

伊尔莫斯：在荆棘丛中向摩西显现的 / 圣母的奇迹 / 昔日在西奈山上，/ 你们要歌唱、颂赞并永远尊崇祂！

掌管万世的主，/ 并非因不知我们离世之时，/ 才预言那日：/ 而是以此为众人划定了谦卑的界限。

当祢作为审判者坐上宝座时，/正如祢——牧者所言，将山羊与绵羊分开，/救主啊，求祢不要使我们被剥夺站在那一边的资格，/那里有祢神圣的右手。

祢是我们的复活节，为众人被献为祭，/ 如同羔羊、祭品，也是为赎罪的赎罪祭；/ 我们颂扬祢神圣的受难，/ 基督啊，直到永远。

我的整个生命、我的灵魂，/ 都像磨坊、田野和房屋一样，为你而存在：/ 因此，求你赐我一颗归向神的心，/ 使肉体不再留有任何虚幻之物。

救主啊，祢不仅乐意与法利赛人同席，/也不仅是与西门一人共进晚餐：/如今连税吏和娼妓，/也都一同领受了祢的怜悯。

沉迷于贪财的背叛者犹大，/开始为挥霍一空的钱财忧心忡忡；/不久之后，又盘算着如何出卖主：/他来到那些不法之徒那里，商议着出卖的价格。

啊，那蒙福的双手！/啊，那明智的妓女的秀发与双唇！/她用它们，救主啊，将没药倾倒在祢的双脚上，/一边擦拭，一边不停地亲吻。

当祢——道——安卧时，/ 那妇人来到祢脚前痛哭，/ 将阿尔瓦斯特香膏倾倒在祢的头上，/ 救主啊，那不朽的香膏！

让我们颂扬圣父、圣子、圣灵，我们的主。

与圣父、圣子和圣灵同在，/ 我们在唯一的神性中赞美圣三一，/ 高声宣告：/ “圣哉，圣哉，圣哉，直到永远！”

如今，圣母颂：救主啊，藉着祢至洁圣母 / 及祢众使徒的祈求，/ 求祢将祢的慈恩丰沛地赐予我们，/ 并将祢的平安赐予祢的子民。

我们赞美、祝福、敬拜主，世世代代歌颂并尊崇祂。

伊尔莫斯：“在荆棘丛中对摩西说：”

第九首

伊尔莫斯：那以超自然之方式在母腹中受孕的 / 自永恒之父而先于时间显现的圣言 / 我们在永不停息的颂歌中颂扬祂，信徒们。

劳苦之时，目标乃是得救：/ 我的灵魂啊，既已领受这“塔兰特”——古老的典范，/ 便要获得永恒的生命。

如同明亮的灯盏装点灵魂，/ 迎接新郎前来缔结不朽的婚约，/ 在门扉关闭之前，/ 让我们与祂一同进入。

耶稣啊，为要向众人显明 / 祢超自然的谦卑，/ 祢在西门家中晚宴时，/ 品尝了饥饿者的食物！

耶稣啊，那真正赐予生命的饼，/ 你曾与法利赛人西门一同享用这食物，/ 好让那淫妇借着圣灵的倾注，/ 获得你那无法用金钱买到的恩典。

“我的双手污秽，/我的嘴唇如妓女一般，我的生活不洁，/全身各肢体皆已败坏；/但求祢宽恕我，赦免我，”——/那妓女向基督呼求。

救主啊，她来到祢脚前，/ 那妇人倾倒香膏，/ 芬芳弥漫四周，/ 她自己也因这赎罪的香膏，/ 因自己的所作所为而得蒙宽恕。

“我虽富于香气，/却贫于美德；/我所拥有的，都献给你：/求你亲自赐给我你所拥有的，/并赦免我，宽恕我，”——/那妓女向基督呼求。

“我有的只是会朽坏的没药，/ 祢却有生命的没药，/ 因为祢的名就是‘没药’，倾注在配得之人身上；/ 但求祢赦免我，宽恕我，”——/ 那淫妇向基督呼求。

颂荣：圣父，祢无始无终；/圣子，祢未曾被造；/圣灵与祢二位同座，/三位同质，/三位同位：/独一真神。

如今，圣母颂：圣母，敬拜祢者永恒的希望，/ 请不断向祢所生的圣子祈求，/ 使我脱离灾祸 / 及各种试探。

代替“配得：”唱第9首圣咏的伊尔莫斯：“超乎自然地以肉身受孕者：”**并行地面礼。**

《主祷文》后的《三圣颂》：当日的《康达克》。随后诵念“全能的主，求祢与我们同在”，其余部分按惯例进行。

在圣大星期三
晨祷时

第六篇诗篇后，以第八调唱“哈利路亚”。

以及第8调的颂歌

看哪，新郎将在午夜降临，/ 祂若发现某位仆人正在警醒，那人便有福了；/ 反之，若发现某人疏忽大意，那人便不配。 / 因此，我的灵魂啊，切莫被睡意战胜，以免你被交于死亡，/ 被排除在天国之外，/ 而是要振作起来，呼求：/ 圣哉，圣哉，圣哉，上帝，/ 求祢藉着圣母的祈祷怜悯我们！ **(3)**

同样采用常规的诗节唱法。

第一首诗歌之后为座诗，第三调

那淫妇来到你面前，/ 流着泪将香膏浇在你的脚上，仁爱之主，/ 并因你的命令而脱离了罪恶的污秽！ / 然而，那位曾沐浴在祢恩典中的忘恩负义的门徒， / 却将她拒之门外，自己却被污秽所笼罩， / 因贪图银钱而出卖了祢。 / 荣耀归于祢，基督，归于祢的慈悲！

荣耀归于祢，如今：我们重复上述颂词。

第二首诗篇后，第四调的坐咏

背信弃义的犹大，沉溺于贪财，/ 图谋狡诈地出卖祢——主啊，生命的珍宝；/ 因为他醉醺醺地匆匆赶往犹太人那里，/ 对那些不法之徒说：“你们能给我什么，/ 我就把祂交给你们去钉十字架？”

《荣耀颂》，以及《如今》：重复上述内容。

第三首《塞达伦》诗篇之后，第一调

那淫妇哭泣着呼求，仁慈的主，/ 怀着炽热的信仰，用她头上的头发擦拭祢至洁的双足，/ 并从心底深处哀叹道：/ “我的上帝，求祢不要弃绝我，也不要厌弃我，/ 而是接纳我这悔改之人，并拯救我，/ 因为祢是唯一爱人的主！”

《荣耀颂》，以及“如今”：重复上述内容。

《约翰福音》第41B段

那时，曾与耶稣同在、目睹祂从坟墓中呼唤拉撒路并使他从死里复活的众人，都作证说：正因听闻祂行了这神迹，百姓便出来迎接祂。法利赛人彼此说：“你们看，你们什么也做不成，看哪，世人都跟从祂了。” 在节期中前来敬拜的人中，有几个希腊人。他们找到腓力——他原是加利利的伯赛大人——求他说：“先生，我们想见耶稣。”腓力去告诉安得烈；安得烈和腓力又去告诉耶稣。 耶稣就对他们说：“人子得荣耀的时候到了。我实实在在地告诉你们：一粒麦子若不落在地里死了，仍旧是一粒；若是死了，就结出许多子粒来。 爱自己生命的，就要失丧生命；在这世上恨自己生命的，必保守生命到永生。若有人服事我，就当

跟从我；我在哪里，我的仆人也要在哪里。若有人服事我，我父必尊重他。现在我的心忧愁，我该说什么呢？　父啊，求祢救我脱离这时刻；但我正是为此而来，为这时刻而来。父啊，愿祢的名得荣耀。那时，天上有声音说：“我已经荣耀了我的名，还要再荣耀。”站在旁边听见的人说：“这是打雷。”　还有人说：“是天使对祂说话。”耶稣回答说：“这声音不是为我，而是为你们。现在要审判这世界；现在这世界的王要被赶出去。我若从地上被举起来，就要吸引万人归向我。”祂说这话，是要表明祂将要怎样死。　众人对他说：“我们在律法上听过，基督要永远存　，你却说‘人子必须被举起来’？这‘人子’是谁呢？”耶稣对他们说：“光在你们中间还有不多的时候。趁着有光，你们当行走，免得黑暗临到你们。　在黑暗中行走的人，不知道往哪里去。趁着有光，你们要信从这光，好成为光之子。耶稣说了这话，就离开他们，藏了起来。祂在他们面前行了这么多神迹，他们却不信祂，这是要应验先知以赛亚所说的话：“主啊，谁信了我们所传的呢？谁蒙了主的启示呢？”他们之所以不能信，是因为以赛亚还曾说：“他使他们的眼睛昏迷，使他们的心刚硬，免得他们用眼睛看见，用心明白，从而回转。”　“我必医治他们。”以赛亚说这话，是因为他看见了祂的荣耀，就指着祂说的。不过，连许多官长也信了祂，只是因为法利赛人的缘故，就不敢承认，恐怕被赶出会堂；因为他们爱人的荣耀胜过爱神的荣耀。　耶稣便高声说：“信我的，不是信我，乃是信那差我来的；看见我的，就是看见那差我来的。我到世上来，如同光一样，叫凡信我的，不至于留在黑暗里。　若有人听见我的话而不遵守，我并不审判他，因为我来不是要审判世界，而是要拯救世界。至于那弃绝我、不领受我话的人，有审判他的：就是我所讲的话，在末日要审判他。　因为我不是凭自己说的，乃是差我来的父亲自吩咐我该说什么、该讲什么。我知道他的诫命就是永生。所以我所说的，正是父吩咐我的，我也照样说。

约翰福音 12:17–50

诗篇 50。

三声调
科斯马·马尤姆斯基所作，第二调

其首字母诗为：“特特拉迪·普萨洛”，即“在星期三我将歌唱”。伊尔莫斯唱两遍，特罗帕里则唱12遍。最后由两个唱诗班共同演唱伊尔莫斯。

第三首

伊尔莫斯：祢使我立于信仰的磐石之上，/ 便让我张口向仇敌大声疾呼，/ 因为我的灵欢欣歌唱：/ “没有圣者如我们的神，/ 也没有比祢更公义的，主啊！”

那不法之徒的公会 / 怀着恶意聚集起来 / ——企图将祢，救主基督，定罪，/ 我们向祢歌唱：/ “祢是我们的上帝，/ 除了祢以外，没有圣者，主啊！”

那群心怀敌神之念的悖逆者，/ 正密谋将那不合他们心意的 / 义者——基督——处死，/ 我们向祂歌颂：/ “祢是我们的上帝，/ 除了祢以外，再没有圣者，主啊！”

康达克，第四调

我犯下的罪孽比那淫妇更为严重，/却未曾向祢献上滔滔泪流；/ 但我以无声的祈求俯伏在祢——仁慈的主面前，/ 满怀爱意地亲吻祢至洁的双足，/ 祈求祢作为主，赦免我的过犯，/ 我向祢——救主呼求：/ “求祢救我脱离我污秽的行径！”

伊科斯：曾是放荡的妻子，/ 突然变得贞洁，/ 憎恶可耻的罪行 / 与肉体的享乐，/ 心中怀着极大的羞耻，/ 以及随之而来的审判与惩罚，/ 淫乱者和放荡之人将遭受此惩罚。/ 我是其中之首，/ 虽然心怀恐惧，/ 却仍沉溺于邪恶的习俗，愚不可及。/ 那淫乱的妻子，因心生恐惧 / 并竭力自省，很快便来到 / 向救赎主呼求：/ “仁爱且慈悲的主，/ 求祢救我脱离我那污秽的行径！”

圣人传。

第8首

伊尔莫斯：由于暴君的话语占了上风，/那座炉火曾被烧得比往常烈七倍，/在其中，那些蔑视王命的少年，/并未被烧伤，反而呼求道：/“主的一切受造之物，都要赞美主，/并永远颂扬祂！”

那妇人，将珍贵的香膏 / 倾注在至高无上、神圣 / 威严的头颅上，基督啊， / 用被玷污的双手触碰你至洁的双足，并呼求： / “主的一切受造物，都要赞美主 / 并永远尊崇他！”

那因罪过而负有罪责的妇人，/用眼泪洗净造物主的双足，/又用自己的头发擦干；/因此，她并未失去/此生所犯之罪的赦免，而是呼求道：/“主的一切受造物，都要赞美主，/并永远尊崇祂！”

那明智之妻因心灵的救赎与泪水的奔涌而得蒙拯救，/ 她毫不羞愧地 / 借着忏悔洗净自己，并呼求道：/ “耶和华的一切受造之物，都要赞美耶和华 / 并永远尊崇祂！”

我们赞美、祝福、敬拜主，歌颂并尊崇祂，直到永远。

再次唱伊尔莫斯：既然已胜过：

“至高的荣耀：”我们不唱。

第九首

伊尔莫斯：让我们以纯洁的灵魂 / 和未受玷污的嘴唇 / 尊崇无瑕且至洁的以马内利之母， / 藉着她向由她所生的主 / 献上祈求： / “基督上帝，求祢怜悯我们的灵魂， / 并拯救我们！”

作为忘恩负义 / 且狡诈的嫉妒者， / 诡诈的犹大竟将那配得上帝的恩赐 / ——因这恩赐，我们的罪债已被赦免—— / 当作商品来交易，出卖了蒙神喜悦的恩典。 / 基督上帝啊，求祢怜悯我们的灵魂， / 并拯救我们！

“你们打算给我什么， / 我就照你们的心意， / 把你们所寻找的基督交给你们？” / ——犹大来到那些不法的首领面前时说道， / 他为了金子而背弃了与基督的亲密关系。 / 基督上帝啊，求祢怜悯我们的灵魂， / 并拯救我们！

啊，你这盲目的贪财之心，你这顽固不化之人！/ 正因如此，你竟忘记了 / 正如你所受的教导：纵使整个世界，也不如灵魂珍贵；/ 看啊，你因绝望而将绳索套在自己脖子上，/ 最终上吊自尽了，你这叛徒。/ 基督上帝啊，求你怜悯我们的灵魂，/ 并拯救我们！

另有一首伊尔莫斯：以纯洁的灵魂：

六节颂

我看见你的殿宇，我的救主，装饰华美，/但我没有衣服，无法进入其中。/求你使我灵魂的衣袍明亮，/光明的赐予者，并拯救我。（3）

在“赞美吧：”之后，四节诗篇，第一调

在祢——童贞女之子——身上认出了上帝，/ 那淫妇哭泣着祈求，/ 仿佛做了许多值得流泪的事：/ “赦免我的债务，正如我解开我的辫子； / 请爱这爱祢却理应被憎恶的人， / 我将在税吏中宣扬祢， / 仁慈的施恩者、爱人者！」

那珍贵的没药 / 那淫妇将其与泪水混合 / 倾倒在祢至圣的双足上，并亲吻着它们。 / 祢当即赦免了她， / 也请赐予我们宽恕， / 为我们受苦的祢，拯救我们。

当那罪妇献上香膏时，/ 门徒却正与恶人密谋。/ 一位因献上珍贵的香膏而欢喜，/ 另一位却急于出卖那无价之宝。/ 她认出了主，/ 而他却远离了主。/ 她获得了自由，/ 犹大却成了仇

敌 的奴隶。 / 疏忽是可怕之事，/ 悔改是伟大的事：/ 求为我们受苦的救主赐予我悔改，/ 并拯救我们。

啊，犹大的可悲命运！/ 他看见那淫妇亲吻主脚，/ 便阴险地策划了背叛之吻。/ 她解开了辫子，/ 而他却被愤怒束缚，/ 心中充满恶臭的怨恨而非爱：/ 因为嫉妒无法让位于有益之事。/ 啊，犹大的可悲命运！ / 上帝啊，求祢拯救我们的灵魂脱离她！

颂荣，第二调：那罪妇为购买香膏而匆忙赶路，/ 渴望用香膏膏抹那无价的恩主——施恩者，/ 便向调香师呼求：/ “请给我香膏，好让我也能膏抹 / 那位洗净了我一切罪孽的主！”

如今，第六调：深陷罪孽之中的人 / 找到了祢——救恩的避难所 / 并流着泪倾倒香膏，向祢呼求： / “求祢垂顾，祢正等待着罪人悔改。 / 主啊，求祢凭祢大大的怜悯， / 救我脱离罪恶的漩涡！”

诗咏台上的诗咏，第六调

在这日，基督来到法利赛人的家中，/ 一位罪妇走上前，/ 俯伏在祂脚前，呼求道：/ “请垂顾我，这深陷罪孽之中、/ 因自己的行为而绝望、/ 却未被祢的仁慈弃绝的人，/ 主啊，求祢赦免我的恶行，/ 并拯救我！”

诗句：主啊，我们清晨便因祢的慈爱而饱足，满心欢喜，乐不可支。在我们的一生中，我们因祢使我们谦卑的日子，因我们目睹灾祸的岁月，而欢欣鼓舞。求祢垂顾祢的仆人和祢的作为，/并为他们的子孙指明道路。

诗篇 89:14–16

淫妇向祢伸出头发，主啊，/犹大也向不法之徒伸出双手：/一个是为了求得宽恕，/另一个则是为了收取银币。/因此，我们向祢呼求，/向那位被出卖却又释放了我们的人：/“主啊，愿荣耀归于祢！”

经文：愿我们神耶和华的光辉照耀我们，求祢使我们手所作的工得以成就，/ 求祢使我们手所作的工得以成就。

诗篇 89:17

一位污秽不堪、受玷污的妇人上前，/ 向祢的双脚流下眼泪，救主，/ 并诉说自己的苦难：/ “我怎能仰望祢，主啊？/ 但祢竟亲自来拯救这淫妇！ / 求祢将我这已死之人从深渊中提出来，/ 祢曾在第四日将拉撒路从坟墓中复活。/ 主啊，求祢接纳我这不幸之人，/ 并拯救我！」

经文：主啊，我要全心赞美祢，传扬祢的一切奇事。

诗篇 9:2

因生活绝望， / 且以性情闻名于世， / 手持香炉， / 走向祢，呼求道： / “从童贞女所生的主啊，请不要弃绝我这淫妇； / 天使们的喜乐啊，请不要轻视我的眼泪！ / 但求祢接纳我这悔改之人，/ 主啊，祢曾因祢的大慈大悲，/ 甚至没有弃绝那犯罪的！」

《荣耀颂》，现今，第8调：主啊，这位深陷诸多罪孽的妇人，/ 体悟了祢的神性，/ 承担起香膏女的侍奉，/ 含泪在祢安葬之前将香膏献给祢，——/ 高呼着“我真可怜”，——/ “因为在黑夜里，一种无法克制的激情向我袭来， / 那是在无月之夜的黑暗中——对罪恶的爱！ / 请接受我源源不断的泪水， / 祢从云中引出海水。 / 请倾听我内心深处的哀叹，/ 你曾以不可言喻的谦卑使诸天俯就。/ 我将亲吻你至圣的双足，/ 并用我头上的卷发擦拭它们，/ ——那卷发的声响，夏娃在乐园午后，/ 亲耳听见后，便惊恐地躲藏起来。/ 我的罪孽何其多，谁能测度祢的审判之深渊？/ 拯救灵魂者，我的救主， / 求祢不要轻视我——祢的仆人， / 祢的慈爱无边无际！

随即诵读“有福了：”，三圣颂（伴随鞠躬），以及第一时辰（不诵卡菲兹玛，但按规例行鞠躬礼）。为亡者诵念礼仪及结束祷文。

第六时辰

先知预言的颂歌，第八调

今日，诡诈的公会聚集一堂，/ 图谋反对祢，却徒劳无功。/ 今日，犹大因与他们串通，与绞索结下不解之缘，/ 该亚法却不由自主地承认，/ 唯有祢甘愿为众人承受苦难。/ 我们的救赎主，基督上帝，荣耀归于祢！

荣耀，如今：我们重复上述内容。

前诵，第四调

愿创造天地的主从锡安赐福于你。

诗节：看哪，现在，耶和华的一切仆人，都要称颂耶和华。

诗篇 133:3, 1A

以西结书预言诵读

主对我说："人子啊！我要差遣你到那些使我忧伤、曾使我忧伤的以色列子民那里去；他们和他们的祖先直到今日都弃绝了我，成了面目刚愎、心肠刚硬的子民。　我要差你到他们那里去，你要说：'主（亚多奈）如此说！'看哪，他们或听，或不听，或惧怕，或不惧怕——因为他们是惹我恼怒的族类——但他们必知道你是他们中间的先知。　人子啊，你不要惧怕他们，也不要在他们面前惊惶；因为他们必辱骂你、攻击你——你住在蝎子中间；　不要因他们的话而惧怕，也不要在他们面前惊惶，因为他们是惹人厌恶的族类；你要将我的话传给他们，无论他们是否真的听从，或是否真的惧怕，因为他们是惹人厌恶的族类。　"人子啊，你要听那对你说话的，不要像那令人忧伤的家一样，成为令人忧伤的；你要张开你的口，吃下我赐给你的。"　我便观看，见有一只手向我伸出，手中拿着一卷书。祂在我面前展开那卷书，书的内外都写着字；上面写着："哀歌、悲歌、悲痛！"祂对我说："人子啊！　你要吃下这卷书，然后去告诉以色列人。"祂就开启我的口，将这卷书喂给我吃；又对我说："人子啊！你的口要吃下这卷书，你的腹中也要因这赐给你的卷书而充满。"我便吃了，那卷书在我口中甘甜如蜜。

耶2:3–10；3:1–3

序诗，第六调

敬畏耶和华的人，/ 当称颂耶和华。

诗节：你们要赞美耶和华的名，耶和华的仆人们，你们要赞美耶和华。

诗篇 134:20B, 1

在时辰礼中诵读福音，其余均按惯例进行。在圣像礼中诵读大星期三的康达克及圣殿的康达克。荣耀颂："求祢与圣徒一同安息：**"及"如今："诵读圣母圣殿的康达克或**"基督徒的护佑："主啊，怜悯我们，**40，并按惯例行三拜。　三圣颂：并鞠躬3次。**"主啊，求祢怜悯"，**12次，以及《圣像颂》的结尾。代替遣散祷文，修道院院长诵读祷文：**"仁慈的主啊：**"众人仍俯身至地祈祷。　祷文结束后，当众人起立时，院长也向修士们鞠躬并请求宽恕，说道：**"圣父们，请赐福于我，并宽恕我这个罪人，宽恕我在整个一生中，以及整个圣大斋期内，无论言语、行为、意念，还是所有感官所犯下的所有罪过。"**修士们则回应道：**"愿上帝宽恕你，圣父。"**随后两人一组上前，同样请求宽恕，说道：**"请宽恕我，圣父："**然后回到各自的修道室。

在圣大星期三
晚祷时

按常规诵读诗篇，不鞠躬。第18首卡菲兹玛。

在“主啊，我呼求你：”之后，唱第
为10节，并以自声调吟唱，第一声调：

在祢——童贞女之子——身上认出了上帝，/ 那淫妇一边哭泣一边祈求，/ 仿佛做了许多值得流泪的事：/“赦免我的债务，正如我解开我的辫子；/ 请爱这爱祢却理应被憎恶的人，/ 我将在税吏中宣扬祢，/ 仁慈的施恩者、爱人者！」

那珍贵的香膏 / 那妓女与泪水混合 / 倾倒在祢至洁的双足上，并亲吻着它们。/ 祢当即赦免了她，/ 也请赐予我们宽恕，/ 为我们受苦的祢，拯救我们吧。

当那罪妇献上香膏时，/ 门徒却与恶人串通一气。/ 有人欢喜地倾尽珍贵的香膏，/ 另一人却急于出卖那无价之宝。/ 她认出了主，/ 而他却远离了主。/ 她获得了自由，/ 犹大却成了仇敌的奴隶。/ 疏忽是可怕之事，/ 悔改是伟大的事：/ 求为我们受苦的救主赐予我悔改，/ 并拯救我们。

啊，犹大的可悲命运！/他看见那妓女亲吻主人的脚，/便阴险地策划了那背叛之吻。/她解开了辫子，/而他却被愤怒所束缚，/心中怀着恶臭的怨恨，而非爱：/因为嫉妒无法使人选择有益之事。/啊，犹大的可悲命运！/ 上帝啊，求祢拯救我们的灵魂脱离她！

第二声：那罪妇急着去买香膏，/ 渴望用珍贵的香膏膏抹那施恩者，/ 便向调香师呼求：/“请给我香膏，好让我也能膏抹 / 那位洗净了我一切罪孽的主！”

第六声：深陷罪孽之中的人 / 找到了祢——救恩的避难所 / 并一边流着泪倾倒香膏，一边向祢呼求：/“求祢垂顾，祢正等待着罪人悔改。/ 主啊，求祢凭祢的大慈大悲，/ 救我脱离罪恶的漩涡！”

这一天，基督来到法利赛人的家中，/ 一位罪妇走上前，/ 俯伏在祂脚前，呼求道：/“请垂顾我，这深陷罪孽、/因自己的行为而绝望之人，/却未被祢的仁慈所弃绝，/主啊，求祢赦免我的恶行，/并拯救我！”

那淫妇向祢伸展秀发，主啊，/ 犹大也向不法之徒伸出了双手：/ 一个是为了获得宽恕，/ 另一个则是为了收取银币。/ 因此，我们向祢呼求，/ 向那位被出卖却拯救了我们的主：/“主啊，荣耀归于祢！”

那污秽不堪、受玷污的妇人上前，/ 将眼泪洒在祢的脚前，救主，/ 并倾诉她的苦楚：/“我怎敢仰望祢，主啊？/ 但祢竟亲自前来拯救这淫妇！/ 求祢将我这已死之人从深渊中救起，/ 祢曾在第四日将拉撒路从坟墓中复活。/ 主啊，求祢接纳我这不幸之人，/ 并拯救我！」

因自身生活而绝望，/ 且因品行不端而众所周知，/ 她手持香炉，/ 走向祢，呼求道：/“不要弃绝我——这淫妇，由童贞女所生的主；/ 不要轻视我的眼泪，天使们的喜乐！/ 但求祢接纳我这悔罪之人，/ 主啊，祢曾因祢的大慈大悲，/ 甚至未曾弃绝我这犯罪之人！”

颂荣，如今，第八调：主啊，这深陷诸多罪孽的妇人，/ 体会到祢的神性，/ 承担起圣膏油奉献者的职责，/ 在祢安葬之前，啜泣着将圣膏油献给祢，——/ 高呼着‘我真可怜’—— /‘因为在黑夜中，我陷入了放纵的激情，/ 那黑暗而无月的——对罪恶的爱！/ 请接纳我眼中的泪泉，/ 祢从云中引出海水。/ 请倾听我内心的哀叹，/ 你曾以不可言喻的谦卑使诸天俯就。/ 我将亲吻你至圣的双足，/ 并用我头上的卷发擦拭它们，/ ——那卷发的声响，夏娃在乐园午后，/ 亲耳听见后，便因恐惧 而躲藏起来。/ 我的罪孽何其多，谁能测度祢的审判之深渊？/ 拯救灵魂者，我的救主，/ 求祢不要轻视我——祢的仆人，/ 祢的慈爱无边无际！」

持福音书入场。“令人欣慰的光：”

前诵 · 第四调

赞美天上的上帝，/ 因祂的慈爱永存。

诗节：当赞美诸神之神，因祂的慈爱存到永远。

诗篇 135:26, 2

1.《出埃及记》读经

在那些日子里：摩西长大成人后，便出去见他的弟兄——以色列的子民。他见他们受苦，又看见一个埃及人正在殴打他弟兄中的一位希伯来人，即以色列的子民。 他左右张望，见周围无人，便击杀了那埃及人，将尸体埋在沙中。次日，他又出去，看见两个希伯来人正在争斗，就对那打人的说："你为什么打你的邻舍呢？" 那人说："谁立你作我们的首领和审判官呢？难道你要杀我，像昨天杀了那个埃及人一样吗？"摩西便惧怕，说："这事已经露出来了！" 法老听说了这事，就想杀摩西；摩西便逃离法老的面，住在米甸地。他到了米甸地，就坐在井旁。米甸的祭司有七个女儿，她们正在放牧父亲约弗拉的羊群。 她们来到井边打水，直到把水槽装满，好给她们的父亲约弗拉的羊群饮水。这时，有几位牧羊人来了，把她们赶走了。摩西便站起来解救了她们，为她们打水，并给她们的羊群饮水。 她们回到父亲拉古伊尔那里，他问她们："你们今天怎么这么早回来了？"她们回答说："有个埃及人救了我们脱离牧羊人的手，还为我们打水，给我们的羊喝了。"他便对女儿们说："他在哪里？你们为什么把那人撇下了？ 快去把他叫来，让他吃点饭。"于是摩西就住在那人那里；那人把他的女儿西坡拉嫁给了摩西。后来，西坡拉怀孕生了一个儿子。摩西给他起名叫基尔萨姆，说："因为我是寄居在异乡的人。" 后来她又怀孕，生了第二个儿子，摩西给他起名叫以利以谢，说："因为我父亲的上帝是我的帮助者，祂救我脱离了法老的手。"

出埃及记 2:11–22

前诵 · 第四调

主啊，你的慈爱永存，/ 求你不要轻视你手所造的。

诗节：主啊，我要全心赞美祢，在天使面前向祢歌唱。

诗篇 137:8b，1A

2.《约伯记》读经

那日，神的使者来站在耶和华面前；撒但也来站在耶和华面前。耶和华对撒但说："你从哪里来？"撒但就在耶和华面前回答说："我巡行天下，走遍全地，才来到这里。" 耶和华对魔鬼说："你曾留意（思想）我的仆人约伯，因为地上再没有像他那样的人——一个[像他一样]无恶、正直、纯全、敬畏神、远离一切恶事的人？ 他至今仍保持着无恶之心；而你却无端地要毁掉他的财产。"魔鬼便对耶和华说："皮换皮；人拥有的一切，他都会为自己的性命付上代价。 但事实并非如此：你若伸手触碰他的骨头和肉体，他必定当面称颂你！"耶和华对魔鬼说："看哪，我将他交给你；只是要保全他的性命。"于是魔鬼从耶和华面前退去，使约伯从脚到头都长了恶疮。 约伯就拿了瓦片刮脓，坐在城外的粪堆上。过了许久，他的妻子对他说："你还要这样忍受多久呢？你说：'看哪，我还要再忍耐 一小会儿，等候我得救的盼望。' 看哪，你的名声、你的儿女、我腹中的胎儿，以及我徒劳受苦所付出的辛劳，都已从地上消失了。 而你自己却坐在腐烂之中，身处蛆虫之间，在露天度过夜晚；我却是个流浪者、一个女仆，从一处到另一处，从一户人家到另一户人家，等待着太阳落山，好让我从如今缠绕我的痛苦和疾病中得到安息。但你若对上帝说一句话——就死去吧！" 约伯看着她，对她说："你为什么像个疯女人一样说这些话呢？我们既然从主手中领受了福气，难道不

能忍受灾祸吗？”在这一切临到他身上的事上，约伯在神面前没有用嘴犯罪（也没有对神说出轻率的话）。

约伯记 2:1–10

随后，愿我的祷告蒙应允：

《马太福音》第108章

那时，耶稣在伯大尼，在痲疯病人西门家里，有一个女人拿着盛有贵重香膏的雪花石膏瓶，来到他跟前，在他躺着的时候，把香膏浇在他的头上。门徒看见了，就心生不满，说：“何必这样浪费呢？ 这香膏若卖了，可以得不少钱，分给穷人。”耶稣知道了，就对他们说：“你们为什么难为这妇人呢？她为我做了件美事；因为你们常有穷人和你们同在，只是你们不常有我；她把这香膏浇在我身上，是为我安葬做的。” 我实在告诉你们：这福音无论传到哪里，就是传遍天下，人也要述说她所做的，以纪念她。 那时，十二使徒中有一人，名叫犹大·伊斯卡里奥特，去见大祭司，对他们说：“你们愿意给我多少钱，我就把祂交给你们？”他们便数给他三十块银子。从那时起，他就寻找机会要把祂交出来。

马太福音 26:6–16

随后是“预圣体礼”的其余仪式。

将圣体从圣座移至祭坛后，行三次鞠躬礼。此时，教堂内的鞠躬礼即告停止。但在修士的居所中，鞠躬礼将持续进行至大星期五。

在圣大星期四

在圣大星期三
晚祷时

举行简短的晚祷，并在其中吟唱圣安德烈·克里特所作的大星期四三首诗篇。第六调。

第4首

伊尔莫斯：先知听闻 / 主啊，关于祢降临的消息，便心生敬畏， / 因祢欲由童贞女降生并向世人显现，遂高声宣告： / “我听闻关于祢的消息，便心生敬畏。” / 荣耀归于祢的大能，主啊！（2）

铺设好的楼房 / 接纳了祢——造物主， / 以及那些被引入祢奥秘的人， / 祢在那里举行了逾越节， / 并在那里设立了祢的圣礼； / 因为在那里，祢如今所差遣的两位门徒 / 已为祢预备好了逾越节的筵席。

“去见某某人，”—— / 全知者向使徒们预言道， / ——“能凭信心迎接主的人是有福的： / 如同预备好心房作为密室， / 又如以虔诚为晚宴！”

你心中充满贪财之念，/ 性情却充满鲁莽，疯狂的犹大：/ 因为只有你一人被托付了钱袋，/ 但你丝毫没有怜悯之心，/ 反而封闭了你那残忍的心，/ 出卖了那位独一的仁慈者。

杀神者的阴谋 / 与贪财者的行径交织在一起： / 他们为谋杀而武装， / 此人却只顾追逐银币； / 于是，他宁可选择绞死也不愿悔改， / 最终悲惨地失去了生命。

你的亲吻充满欺骗； / 你的“万福”如利剑般锋利，谄媚的犹大； / 你的舌头说着合一的话语， / 心思却指向分裂： / 因为你狡诈地图谋， / 要把恩主出卖给不法之徒。

你亲吻——却出卖，犹大；/ 你问候——却不跪拜，/ 怀着诡计靠近。/ 谁会一边憎恨一边问候，这三重不幸之人？/ 谁会一边亲吻一边为此收受报酬？/ 那吻揭露了你的选择——/ 那无耻的恶意。

颂荣：本质上不可分割，/在位格上不混杂，/我论及祢——三位一体的独一神，/如同论及独一君王与同座者一般。/我向祢高唱伟大的赞歌，/这赞歌在天上世界被三度颂扬。

如今，圣母啊：你的受孕——超乎言语； / 你所诞生的基督—— / 超乎自然，天主之母。 / 因为前者源于圣神，无须种子； / 后者则不受自然法则的约束， / 因其不朽且超越一切诞生的本质： / 因为在此诞生的正是天主。

主啊，怜悯我们（3），荣耀颂，如今：

座咏，第四调

主啊，祢与门徒一同进餐时，/ 祢以奥秘的方式显明了 / 祢圣洁的离世，/ 正因如此，我们这些敬拜祢神圣受难的人 / 才得以从灭亡中得救。

第8首

伊尔莫斯：天军所颂扬的，/ 智天使与火天使在祂面前战栗的，/ 一切有气息、被造之物，/ 都要歌唱、颂赞、/ 并永远尊崇祂！（2）

在西奈山上写下律法石版，/ 完成了律法所规定的，/ 祢品尝了那古老的逾越节及其预表，/ 并亲自成为了奥秘而活泼的/ 逾越节牺牲。

引领我们进入智慧的奥秘，/ 这奥秘自亘古以来便深藏不露，/ 基督啊，救主，祢在晚宴上向众使徒一同显明了它，/ 他们——这些承载神恩的使徒——又将它传给了各教会。

“你们中间有一个人要用诡计出卖我，/在这夜里将我交给犹太人，”——/基督如此宣告，使祂的门徒们感到不安；/当时，他们彼此之间/满怀困惑地互相询问。

为了我们而谦卑自己，至富者，/ 祢从晚宴中起身，/ 拿起毛巾系在腰间，/ 低头为门徒和那背叛者/ 洗净了双脚。

耶稣啊，谁能不为祢智慧至高无上、/ 奥秘深邃的智慧而惊叹！/ 因为祢——万物的创造者，/ 竟化身为泥土，为门徒洗脚并用毛巾擦干。

那位蒙主所爱的门徒，/ 贴近祂的胸膛，问道：/ “是谁要出卖你？”/ 基督对他说：/ “就是现在把手伸进盘子里的那个人！”

那门徒接过一块饼，/竟背弃了圣餐，/图谋出卖，急忙奔向犹太人，/对那些不法之徒说：/“你们能给我什么，/我就把祂交给你们？”

让我们颂赞圣父、圣子、圣灵，我们的主。

我敬拜本性唯一的神，/颂扬三位格，并区分他们：/虽不同，却非分离，/因神性在三位格中合而为一：/圣父、圣子与圣灵。

如今，圣母颂：耶稣，我们的救主，求祢拯救我们，/ 脱离迷误、/ 试探和那恶者；/ 求祢接纳不断代祷的圣母：/ 因为她是祢的母亲，/ 能为祢恳求。

我们赞美、颂福、敬拜主，世世代代歌颂并尊崇祂。

再次唱伊尔莫斯：天军敬拜谁：**并鞠躬。**

第九首

伊尔莫斯：无种受孕的诞生不可言喻，/ 未曾知夫的圣母所怀的圣子是无瑕的：/ 因为神的降生更新了自然的法则。/ 因此，我们万族，/ 尊祢为我们的神之母，/ 按正统之道颂扬祢。（2）

当祢在晚宴上与那些被接纳进入祢奥秘的人同席时，仁爱之主，/ 祢揭示了祢道成肉身的大奥秘，并宣告：/ “请怀着信心品尝这赐生命的饼，/ 饮下那从神圣肋旁伤口流出的宝血！”

那间楼房成了天上的圣所，/ 基督在那里举行了逾越节，/ 无血的晚宴与理性的侍奉；/ 而那里圆满的圣礼之宴，/ 便是心灵的祭坛。

基督就是那伟大而神圣的逾越节，/ 祂被当作饼吃，又像羔羊一样被宰杀；/ 因为祂自己为我们作为祭物被高举。/ 我们所有人都在奥秘中虔敬地领受祂的圣体和圣血。

天上的饼啊，祢祝福了饼，/向祢的父——祢的生父——献上感谢，/拿起杯来，分给门徒，呼喊道：/“你们拿去吃，这是我的身体，/是永生不朽的宝血！”

葡萄藤对枝条说——/对使徒们说——基督即真理，/宣告道：“我实实在在地告诉你们，从今以后，我不再喝这葡萄汁，/直到我在我父的荣耀中，与你们——我的继承者们——/一同喝那新的酒。

你竟以三十块银币出卖了无价之宝，/ 却未曾思量，那悖逆的犹大，/ 那引领人进入圣礼的晚宴，/ 或是那神圣的洗礼。/ 唉，你如何失足跌倒，/ 竟至丧失光明，/ 选择了绞死作为归宿！

你伸出了双手，/ 那曾领受不朽之饼的双手，/ 只为换取银币；/ 狡诈地凑近亲吻，/ 那曾领受基督圣体与圣血的双唇；/ 但可悲啊，正如基督所言。

基督为世人设下筵席，/祂是天上的、神圣的饼。/来吧，爱主的人们，虽以凡俗之唇，/却以纯洁之心，怀着信心领受/这在我们中间举行的逾越节牺牲。

颂荣：让我们赞美圣父，高举圣子，/ 怀着信心敬拜圣灵，/ ——不可分割的三一，本质上合而为一，/ 如同光与诸光，生命与诸生命，/ 赐予万物生命并照亮世界尽头。

如今，圣母颂：在天庭之中，作为永贞童贞的新娘，/唯独你显现，怀抱上帝于腹中，/并生下那从你身上道成肉身、永不改变的救主。/因此，我们万族，/将你尊为我们的上帝之母，/以正统之礼颂扬你。

接着又是伊尔莫斯：“因无种受孕：”**以及小晚祷的其余部分。从这一天起，直到使徒多马周之前，教堂内不再唱午夜祷文。**

在圣大星期四
晨祷

按惯例开始，诵读六篇诗篇及“哈利路亚”，第八调。

颂歌，第8调

当尊贵的门徒们 / 在晚祷的洗礼中蒙受启迪时，/ 那时，贪恋银钱的恶人犹大，心已蒙蔽，/ 将祢——公义的审判者——出卖给了不法之辈。/ 看啊，贪财之人，/ 因贪财而招致窒息的下场！/ 逃离那贪婪无度的灵魂吧，/ 它竟敢如此冒犯恩师！/ 主啊，万善之源，荣耀归于祢！ **(3)**

随后是《路加福音》，第108B段

那时，无酵节，即逾越节，快到了。大祭司和文士正设法要杀害祂，因为他们惧怕百姓。 撒但进入了十二门徒中的一位，名叫加略人犹大；他去与大祭司和守卫长商议，想把耶稣交在他们手里。他们很高兴，并答应给他钱。他应允了，便寻找机会，要在没有百姓在场的情况下把耶稣交出来。 到了除酵节，就是该宰杀逾越节羔羊的日子，耶稣就打发彼得和约翰，对他们说：“你们去为我们预备逾越节的筵席，好叫我们吃。”他们便问祂：“要在哪里预备呢？”耶稣对他们说：“看哪，你们进城的时候，会遇到一个拿着水罐的人；你们就跟着他，进他要进去的那家，对那家的主人说：‘老师对你说：哪里有一间客房，我可以和我的门徒们在那里吃逾越节的筵席？’他会带你们去看一间已经收拾好的大房间，你们就在那里预备吧。” 他们去了，照祂所指明的找到了那地方，便预备了逾越节的筵席。到了时候，祂就坐席，使徒们也与祂同席。祂对他们说：“我极渴望在受难之前与你们一同吃这逾越节的筵席；因为我告诉你们，在神的国里实现之前，我不再吃它了。” 祂拿起杯来，祝谢了，说：“你们拿去分给彼此，因为我告诉你们，从今以后，在神的国降临之前，我不再喝这葡萄树的果子所出的酒了。”祂又拿起饼来，祝谢了，掰开，递给他们，说：“这就是我的身体，为你们舍的。 你们要这样行，为的是纪念我。”晚餐后，他又拿起杯，说：“这杯就是那新约，是用我 的血所立的，这血是为你们流出来的。看哪，那出卖我的人的手，正与我同席；人子固然要照所定的去，但那出卖他的人有祸了。” 他们便彼此询问：“这事会由谁来做呢？”他们之间还起了争论，争论谁该被视为大人物。耶稣对他们说：“列国的君王统治他们，那些掌权的人被称为‘恩主’。但你们不是这样：在你们中间，为大的要像最小的，作首领的要像服侍的人。 因为谁更大：是坐席的，还是服侍的？岂不是坐席的吗？我在你们中间，却像服侍的人一样。但你们是那些在我受试炼时与我同在的人；我将国度赐给你们，正如我的父赐给我一样，使你们在我国度里，在我筵席上吃喝。 你们要坐在宝座上，审判以色列的十二支派。主说：“西门，西门，看哪，撒但已经要求把你们像麦子一样过筛了；但我已

经为你祈求，叫你的信心不至失落；你回转之后，要坚固你的弟兄。”西门对祂说：“主啊，我愿意和你同进监牢，也愿意为你赴死。”但耶稣说：“我告诉你，今天鸡叫以前，你要三次不认我。”祂又对门徒说：“我从前差你们出去，没有钱囊、口袋、鞋，你们缺少什么吗？”他们说：“什么都不缺。”耶稣又对他们说：“但现在，有钱袋的，可以带着；有行囊的，也可以带着；没有的，就卖掉自己的衣服去买一把刀；因为我告诉你们，经上关于我的话必须应验：‘他被列在罪犯之中。’因为关于我的事也快要完成了。”他们说：“主啊，这里有两把刀。”耶稣对他们说：“够了。”于是，他照常出去，往橄榄山去；他的门徒也跟随他。

路加福音 22:1–39

以及第50篇诗篇。至于“上帝啊，求祢拯救祢的子民”的祷文，我们不诵读。

圣科斯马·迈乌姆斯基的赞美诗，第六调；伊尔莫斯诵两次，特罗帕里按第六调诵。

圣咏，第六调。

第一首

伊尔莫斯：红海被一击劈开，/ 翻腾波涛的深渊干涸：/ 同一时刻，这片海域/ 对于手无寸铁者而言变得畅通无阻，/ 对于全副武装者却成了坟墓；/ 人们唱起赞美上帝的诗歌：/ “我们的上帝基督，荣耀归于祂！”

万物的始源与生命的赐予者，/ 无边无际的上帝的智慧，/ 从那纯洁未曾嫁人的圣母那里为自己建造了居所；/ 因为基督披戴了肉身的圣殿，/ 我们的上帝基督便得了荣耀。

在圣礼中接纳祂的挚友，/ 真神的至智 / 备妥滋养灵魂的筵席 / 并将不朽之杯分赐给信徒；/ 让我们虔诚地上前，齐声高呼：/ “我们的上帝基督，受尊崇颂扬！”

众信徒啊，让我们侧耳倾听，/ 聆听那召唤我们的崇高讲道，/ 来自未被创造、与生俱来的上帝的智慧；/ 因为祂呼唤道：/ “你们要尝尝，便知道我是美善的，然后高声宣告：/ 基督，我们的上帝，受了荣耀！”

随后，两个唱诗班一同唱起伊尔莫斯。

第三首

伊尔莫斯：作为万物的主和创造者，/ 无私的上帝，虽化身贫寒，却将受造物与自己联合，/ 并亲自成为逾越节的羔羊，/ 向那些祂将要为之而死的人，/ 预先将自己作为食物献上，/ 呼唤道：“尝尝我的身体，/ 并借着信心得以坚固！”

作为拯救全人类的救主，/ 仁慈的主啊，祢用祢自己的圣杯，/ 使门徒们畅饮，并以喜乐充满其中；/ 因为祢亲自为自己举行圣礼，/ 呼唤道：“喝我的血，/ 并因信得坚固！”

“那在你们中间的背叛者，是个糊涂人，”——/无恶意的祢向门徒预言道，/——“他永远不会明白，/作为不明事理之人，他无法领悟；/但你们要常在我里面，/并因信得坚固！”

塞达伦，第一调

创造湖泊、泉源与海洋的，/教导我们最崇高的谦卑，/束上毛巾，为门徒洗脚，/因满溢的怜悯而谦卑，/并将我们从罪恶的深渊中提升，/独一的爱人者。

《荣耀颂》，第三调：祢因仁慈而谦卑，/为门徒洗脚，/并引导他们走上神圣之道；/彼得起初拒绝受洗，/但随后顺服了神的命令；/在受洗时，他热切地恳求祢，/赐予我们大恩典。

如今，第四调：与祢的门徒一同进餐时，/ 主啊，祢奥秘地显明了/ 祢至圣的牺牲，/ 藉此，我们这些敬拜祢神圣受难的人，/ 便从灭亡中得蒙拯救。

第四首

伊尔莫斯：预见祢那不可言喻的奥秘，基督啊，/先知宣告道：/“仁慈的父啊，祢以大能预备了坚固的爱：/因为祢，至善者，/将独生子作为赎罪祭差遣到了世上。”

走向受难之路，/为亚当的所有后裔倾注了无欲无求，/基督啊，祢向祢的门徒宣告：/“我愿与你们一同领受这复活节的圣餐；/因为父已将我——祂的独生子——/作为赎罪祭差遣到世上。”

领受圣杯时，/ 永生者啊，祢向门徒们呼喊：/ “在这世上，我将不再/ 与你们一同饮这葡萄树的果实；/ 因为父已差遣我——祂的独生子——/ 来到世上，为要成就和好。”

“这新酒超乎人的理解，/我说，我将在我的国度里饮用它，”——/基督啊，祢对祢的朋友们说——/“当我与你们一同在那里，如同神与诸神一样；/因为父差遣我——祂的独生子——/来到世上，为要成就和好。”

第五首

伊尔莫斯：被爱的纽带所联结的使徒们，/将自己献给统御万有的基督，/接受了那美妙的洗脚礼，/向世人传扬福音。

那托住汹涌不息、 / 升腾于空中的水， / 平息深渊、驯服大海的 / 神的智慧，将水注入洗脚盆， / 主亲自为仆人们洗脚。

主向门徒们 / 展现了谦卑的榜样； / 那位以云彩覆盖苍穹的主 / 系上毛巾， / 屈膝为仆人们洗脚， / 祂的手中掌握着 / 万物存在的气息。

第六首

伊尔莫斯：罪恶的深渊将我团团围住，/ 我已无法忍受这波涛汹涌，/ 如同约拿一般，我向祢呼求，主啊：/ “求祢将我从灭亡中拯救出来！”

“你们称我为主，/ 门徒们，也称我为师；/ 确实，我本性如此”，/ ——你，救主，曾如此呼求；——/ “因此，要效法我的榜样，/ 正如你们在我身上所见的那样！”

“谁若没有污秽，/就不需要洗脚；/你们是洁净的，门徒们，但并非所有人：/因为你们当中有一人偏离正道，/陷入了疯狂的放纵之中。”

康达克，第二调

那背叛者手持饼，/ 却暗中伸出双手，/ 接过那位亲手创造人类之主的报酬；/ 犹大，那个奴仆与谄媚者，/ 终究无可救药。

伊科斯：在神秘的筵席前，/ 众人怀着敬畏之心走近，/ 让我们以纯洁的灵魂领受这饼， / 与主同在， / 见证祂为门徒洗脚并用毛巾擦干， / 并照我们所见的去行， / 彼此顺服 / 彼此洗脚，—— / 因为基督曾如先前所言，如此吩咐祂的门徒； / 但犹大， / 那奴仆与谄媚者，却未曾听从。

第七首

伊尔莫斯：巴比伦的少年们 / 并不惧怕窑炉的烈火， / 虽被投入火中 / 且被火焰灼烧，他们仍高唱： / “主啊，你是应当称颂的， / 我们列祖的上帝！”

犹大频频点头，/ 狡猾地策划着恶行，/ 伺机而动，/ 欲将审判者出卖定罪——/ 祂是万有的主，/ 也是我们列祖的上帝。

“你们当中有一人，”—— / 基督向他的朋友们呼喊道，“要出卖我”； / 他们便抛下喜乐，/ 心中充满了忧虑和悲伤： / “请说，那是谁，”——他们说道， / “我们祖先的上帝？”

“那与我同席时 / 肆无忌惮地伸手入盘的人， / 倒不如 / 根本不要踏入生命之门，”——/ 我们的列祖之神 / 如此指明了那人的身份。

第8首

伊尔莫斯：因恪守先祖的律法，至福的青年们 / 在巴比伦身处险境， / 蔑视了王那鲁莽的诏令， / 虽被烈火包围却未被熔化， / 唱起了配得上至高者的圣歌： / “受造之物啊，要赞美主， / 并永远颂扬祂！”

在锡安与圣言同席的、至福的使徒们，/ 坚定地委身于祂，/ 如羔羊追随牧人般跟随祂； / 并与基督紧密相连， / 以神圣之道为食， / 满怀感恩地呼求： / “受造之物啊，要赞美主， / 并永远颂扬祂！”

倒霉的伊斯卡里奥特，蓄意遗忘了爱的律法，/ 那曾被洗净的双脚，/ 却准备用来背叛； / 他在品尝祢的圣饼——神圣的圣体时， / 竟向祢，基督，举起脚跟， / 却不肯呼求： / “受造之物啊，要赞美上主， / 并永远颂扬祂！”

那无耻之徒，用右手接纳了 / 救人脱离罪恶的神圣圣体， / 以及为世人倾流的 / 神圣圣血； / 却不以饮下那用金钱换来的东西为耻， / 没有厌弃卑微， / 也不愿呼喊： / “受造之物啊，要赞美主， / 并永远尊崇祂！”

第九首

伊尔莫斯：凭着主的主宰之恩 / 与不朽的筵席 / 让我们信徒们怀着崇高的思想 / 在高处尽情享受吧， / 聆听了那至高之言——来自我们所尊崇的道。

“去吧，”道对门徒们说，“在高处预备逾越节，/ 借此坚固心灵，/ 为那些由我领受圣礼的人，/ 预备无酵的真理之言，/ 并颂扬恩典的永恒不变。”

“父在万世之前，/ 生出我——那创造性的智慧；/ 作为祂道路的开端，/ 祂创造了我，为要成就 / 如今正以奥秘方式完成的作为；/ 因为，作为非受造的道，/ 我藉着这些话宣告为己有 / 我如今所领受的。”

“正如我按本性是人，/ 并非虚幻，/ 与我联合的本性——/ 乃是神圣的，按着相互交融的样式；/ 因此，当认识我——独一的基督，/ 我保全了那使我成为、/ 使我存在并使我成全的本质。”

《埃克萨波斯蒂拉里》

我看见祢的殿宇，我的救主，装饰华美，/但我没有衣服可以进入其中。/求祢——光之赐予者——使我灵魂的衣袍明亮，/并拯救我。 **（3）**

在“赞美”时，唱第4节诗篇，第2调。

圣科斯马·迈乌姆斯基

如今，犹太公会正匆忙集结，/ 欲将万物的造物主和创造者交予彼拉多。/ 啊，何等不法！啊，何等不信！ / 因为他们竟将那位将来要审判生者与死者的主拖上审判台， / 并使那位医治人情欲的救主遭受苦难。 / 宽容的主啊，祢的慈爱何其广大，愿荣耀归于祢。

圣约翰·达马斯库斯

那不法之徒犹大，/在晚宴上，主啊，曾与祢一同将手伸入盘中，/却向不法之徒伸出手，去收取银币；/他算计了背叛的代价，/竟不惧怕出卖祢——那无价之宝； / 他曾为祢洗脚，/ 却狡诈地亲吻主，将祢出卖给恶人；/ 因此被逐出使徒之列，/ 并将三十块银币抛弃，/ 他未能目睹祢第三日复活，/ 求祢以此怜悯我们。

背叛者犹大，因心怀诡诈，/ 以诡诈之吻出卖了救主和主：/ 将万有的主如奴隶般卖给了不法之徒；/ 如同待宰的羔羊，/ 神的羔羊、父的独生子，/ 那位独一无二、满有怜悯的主，便走向了死亡。

犹大，这奴仆兼狡诈的骗子，/门徒兼恶人，朋友兼诽谤者，/其行径已显露本性，/因他虽跟随导师，却暗中图谋背叛；/他在心里自言：/“我要出卖他，所得的银钱就归我了。”/ 于是，他设法出卖了那袋钱，/ 并设下圈套使耶稣被捕；/ 他以亲吻出卖了基督。/ 祂如同待宰的羔羊，/ 作为上帝的羔羊走向死亡，/ 独一无二的仁慈者，爱世人者。

荣耀归于祂，如今，那声音依然如故：以赛亚所预言的那羔羊，/ 甘愿前往受杀，/ 将背部交予鞭打，将脸颊交予击打，/ 面对唾骂的羞辱也不转脸，/ 并被判处可耻的死亡。/ 无罪者甘愿承受一切，/ 只为赐予众人从死里复活的恩典。

诗篇唱诵，第8调。

梅福迪乌斯宗主教

这一天，敌视基督的公会聚集起来，/ 并图谋了徒劳的阴谋：/ 要把无辜者交给彼拉多处死。/ 这一天，犹大用钱财给自己套上了绞索，/ 从而双重地失去了生命，/ ——既失去了尘世的生命，也失去了神圣的生命。/ 这一天，该亚法不自觉地预言道：/ “宁可让一人为百姓而死”，——/ 因为祂确实是为了我们的罪孽而来受苦，/ 好使我们脱离仇敌的奴役，/ 作为仁慈且爱人的救主。

经文：吃我饼的人 / 竟举脚踢我。

诗篇 40:10B

这一天，犹大掩饰了对穷人的爱，/ 显露出贪婪的真面目：/ 他不再关心穷人，/ 不再出售那罪妇的香膏，而是出卖天上的香膏，/ 并将因祂所得的银币藏起来。/ 他匆匆赶往犹太人那里，对那些不法之徒说：/ “你们愿给我什么，我就把祂交给你们？”/ 啊，背叛者的贪财之心！/ 他贱价出卖，/ 按买家的意愿，就那被出卖者达成交易；/ 并未仔细商定价格，/ 而是像卖逃亡奴隶一样：/ 因为偷窃者惯于抛弃贵重之物。/ 如今，那圣徒却将圣者抛给了恶犬，/ 因为疯狂的贪财之心 / 驱使他狂妄地背叛了自己的主。/ 让我们避开这样的诱惑，高呼：/ “宽容的主啊，荣耀归于祢！”

经文：他走到外面，/ 他们便一同商议。

诗篇 40:7B

圣约翰·达马斯库斯

你这无律法的犹大，你的性情充满诡诈：/ 因你受贪财之苦，/ 便生出了仇恨世人的心。/ 既然你爱财，/ 为何还要去向那位教导人过贫穷生活的主寻求教导？/ 倘若你真爱祂，/ 又为何出卖那无价之宝，将祂交出受死？ / 太阳啊，惊骇吧；大地啊，哀号吧；战栗着呼喊：/ “仁慈的主啊，荣耀归于祢！”

经文：他们将不义的话 / 加在我身上。

诗篇 40:9A

梅福迪乌斯宗主教

信徒们啊，任何未受圣礼者，/ 都不可参与主的圣餐，/ 绝不可像犹大那样诡诈地赴宴：/ 因为他接过那块饼后，便背叛了圣饼；/ 表面上装作门徒，/ 实际上却是凶手，/ 与犹太人一同欢庆，/ 尽管他与使徒们同住；/ 他怀着仇恨亲吻，亲吻之时却出卖了/ 救赎我们脱离咒诅的，/ 我们的上帝和灵魂的救主。

颂荣，同声：你的性情充满诡诈：

圣科斯马·迈乌姆斯基

如今，第五声调：当祢将门徒纳入圣礼之时，/ 主啊，祢教导他们说：/ “看哪，朋友们，切勿让任何恐惧使你们与我分离，/ 因为虽然我受苦，但我却是为世界而受苦。/ 因此，不要因我而动摇：/ 因为我来，不是要被人侍奉，/ 而是要侍奉，并将我的灵魂献上，作为世人的

赎价。/ 倘若你们是我的朋友，就当效法我：/ 愿作首的，必作末的；/ 作主的，必如仆人一般。 / 你们要常在我里面，好结果子， / 因为我是生命之葡萄树。」

赞美主是美事：随后照常进行。接着是第一时辰，其中诵读：

第一时辰

先知颂，第三调

祢为人类承受了耳上的刺，/ 却未曾动怒，/ 主啊，求祢使我们的生命脱离朽坏，/ 并拯救我们。

《荣耀颂》及《如今》：重复上述内容。

前诵，第一调

愿万民都知晓，/ 你的名是主。

诗节：神啊，谁能与你相比？

诗篇 82:19A, 2A

诵读耶利米书的预言

主啊，求祢向我启示，我便明白；那时我便看见他们的所作所为。我却像一只无辜的羔羊，被牵去宰杀，并未察觉他们对我怀有恶意，说： ‘来吧，我们在他的食物里掺入毒木，将他从活人之地除灭，使他的名不再被记念。’万军之耶和华啊，公义的审判者，察验内脏和心灵的主！愿我得见你向他们施行报应，因我已将我的辩护呈明于你。 因此，万军之耶和华这样说，论到那些在亚拿福追杀我性命的人，他们说：‘不可奉耶和华的名说预言，否则必死在我们手中’——（万军之耶和华如此说：）看哪，我要惩罚他们：他们的青年人 必死于刀下；他们的儿女必因饥荒而死。 他们必无余剩；因为在他们受惩罚的那一年，我要将灾祸降在安纳福法的居民身上。耶和华啊，你虽公义，我却无法在你面前自辩；但我仍要与你论及审判：为何恶人的道路亨通？凡行诡诈的人都兴旺！ 你栽种了他们，他们便生根发芽，生了儿女，结出了果实。你离他们的嘴很近，却离他们的心很远。主啊，你认识我；你察看我，也试炼我在你面前的心。求你把他们聚集起来，像待宰的羊一样，在他们被宰杀的日子洁净他们！ 大地还要悲哀多久？田野的草还要因其中居民的恶行而枯干多久？牲畜和飞鸟都消失了，因为它们说：“神看不见我们的道路。”——你的双脚奔跑，却使你疲惫。（来吧），聚集一切田野的走兽，让它们来吞吃这地！ 无数的牧人毁坏了我的葡萄园，玷污了我的产业，将我所珍爱的产业变为无法通行的荒野，使之遭受毁灭性的灭绝。因为主这样论到一切恶邻，就是那些侵犯我产业的，这产业是我分给我的子民以色列的： “看哪，我要将他们从他们的土地上拔出，并将犹大家从他们中间赶出去。等我将他们赶出去之后，我必使他们归回，怜悯他们，使他们各归自己的产业，各归自己的土地。”

耶11:18–23；12:1–11, 14– 15

序诗，第八调

当祷告并向我们的主——上帝——履行许愿。

诗节：神在犹大被尊为大，祂的名在以色列中为大。

诗篇 75:12A, 2

在使徒多马周之前，前厅不举行安魂礼。其余时辰的诵经照常进行。

在圣大星期四
在圣大晚祷中

《我向主呼求》：第10首诗篇，第2调

司祭更换圣衣，焚香，返回后举行圣体预备礼，而我们则诵念与"赞美"时相同的诗节，每节重复两次：

如今犹太公会匆忙集会，/ 欲将万物之造物主与创造者交于彼拉多。/ 啊，何等不法！啊，何等不信！ / 因为他们将要审判生者与死者的那位，却将祂拖上审判台， / 并使那位医治人者，陷入受难的苦难之中。 / 宽容的主啊，祢的慈爱何其广大，愿荣耀归于祢。 (2)

那不法之徒犹大，/在晚宴上曾与祢一同把手伸进盘中，主啊，/却向不法之徒伸出手，去收取银币；/他算计了背叛的代价，/竟不惧怕出卖祢——那无价之宝； / 他为洗脚而俯身，/ 却诡诈地亲吻主，将祂出卖给恶人；/ 因此被逐出使徒之列，/ 并将三十块银币抛弃，/ 他未能目睹祢第三日复活，/ 求祢以此怜悯我们。 (2)

背叛者犹大，因心怀诡诈，/ 以诡诈之吻出卖了救主和主：/ 将万有的主如奴隶般卖给了不法之徒；/ 如同待宰的羔羊，/ 神的羔羊、父的独生子，/ 那位独一无二、满有怜悯的主，便走向了死亡。 (2)

犹大，这奴仆兼狡诈的骗子，/门徒兼恶人，朋友兼诽谤者，/其行径已显露本性，/因他虽跟随导师，却暗中图谋背叛；/他在心里自言：/"我要出卖他，所得的银钱就归我了。"/ 于是，他设法将那钱也卖掉， / 并设法用诡计捉拿耶稣； / 他献上亲吻——出卖了基督。 / 如同待宰的羔羊， / 祂——上帝的羔羊——走向死亡， / 独一的仁慈者，爱世人者。 (2)

以赛亚所预言的那羔羊，/ 甘愿走向牺牲，/ 将背部交出受鞭打，将脸颊交出受击打，/ 面对唾骂的羞辱也不转脸，/ 并被判处不名誉的死亡。/ 无罪者甘愿承受一切，/ 为了赐予众人从死里复活。(2)

颂荣，如今，第六调：犹大实为蛇的后裔，/ 那些在旷野尝过吗哪 / 却向赐养者发怨言的人；/ 因为食物还在他们口中时，/ 这些忘恩负义之徒便诽谤上帝。 / 而这个不义之徒，口中含着天上的饼，/ 却背叛了救主。/ 啊，这贪得无厌的本性与非人的狂妄！ / 他出卖了那养活他的人，/ 又亲吻主，将祂出卖致死。/ 这无赖确是那些人的子孙，/ 并与他们一同得了灭亡的份。/ 但主啊，求祢拯救我们的灵魂脱离这般非人的行径，/ 祢是独一无二、在忍耐上无与伦比的。

持福音入堂。

前诵，第一调

主啊，求祢将我从恶人那里挪开，/ 求祢救我脱离不义之人。

诗句：他们终日心中图谋不义。

诗篇 139:2, 3A

1.《出埃及记》诵读

耶和华对摩西说："你下去，告诫这百姓，叫他们今天和明天自洁；又叫他们洗净衣服，到第三天预备妥当；因为第三天，耶和华要在众百姓眼前降临西奈山。 你要在四围将百姓隔开，说：'你们要谨慎，不可上山，也不可摸山上的任何东西；凡摸这山的，必被处死；不可用手碰他，因为他必被石头打死，或被箭射死； 无论是牲畜，是人，都不得存活；但当声音、号角声和云彩从山上退去时，他们才可上山。"摩西从山上下来，到百姓那里，使他们成圣，他们便洗了衣服。摩西对百姓说："你们要预备好；这三天不可亲近妇女。" 到了第三天，黎明将至，西奈山上雷声轰鸣，闪电交加，乌云密布；号角声震耳欲聋，营中全体百姓都惊恐万分。摩西便领着百姓出营，迎向神，他们在山脚下站立。 西奈山因神在火中

降临而烟气缭绕；烟气如窑中的蒸汽般升腾，全体百姓都极其惊恐。号角声也变得更加响亮。摩西说话，神就用声音回答他。

出埃及记 19:10–19

前诵，第七调

上帝啊，求祢救我脱离仇敌，/ 救赎我脱离那些攻击我的人。

诗节：求祢将我从作恶的人中救出来。

诗篇 58:2, 3A

2. 约伯记 读

耶和华在风暴和云彩中对约伯说："这人是谁，竟向我隐瞒谋略，将话语藏在心里，还以为能向我隐瞒呢？你要像男子汉一样束起腰带；我要问你，你回答我：我奠定大地的时候，你在哪里？　你若通晓知识，就告诉我：是谁为大地定下尺度？你若知道，是谁在上面拉了准绳？它的环扣系在什么上面？是谁在上面安放了基石？当众星初现之时，我所有的天使都以洪亮的声音赞美我。 当大海从母腹中涌出、**狂暴*时**，我用闸门将其封闭；我以云彩为它披上外衣，用雾气为它裹上襁褓。我为它划定界限，在四周设置了闸门和门户，并对它说：'你只能走到这里，不可越过；你的波涛将在你自己里面破碎。'难道 ，我是在你面前安排晨光，使晨星明白它的职责：展开翅膀环绕大地，将恶人从地上抖落吗？难道是你，取了泥土，造出有生命的活物，赐予它言语，并将其安置在地面上吗？　你可曾夺去恶人的光，折断狂傲者的筋骨？你可曾来到大海的源头，可曾循着深渊的足迹行走？死亡之门是否因惧怕而为你敞开，阴间守门人看见你是否惊惶？你可曾了解天地之间大地的广阔？请告诉我，它究竟有多大？　光究竟住在何处？黑暗又居于何方？倘若你知晓它们的路径，岂不能带我进入它们的疆界？你当然知道，因为那时你已经出生，你的年岁又很长。　("你曾进入积雪的库房，看见冰雹的库房；这些都是为你预备的，以备敌人来袭之时，以备战争与战斗之日。") 约伯领悟之后，对耶和华说："我知道你凡事都能，于你没有难成的事。谁能向你隐瞒谋略呢？　谁能克制自己的言语，竟想向祢隐瞒呢？　谁能向我宣告我所不知道的，那些我未曾知晓的伟大而奇妙之事？耶和华啊，求你垂听我，好叫我也能说话；我要问你，你便教导我。我从前仅凭耳闻听过关于你的事，如今我的眼睛亲眼看见了你！"

***据《七十士译本》最佳抄本及希腊文《米涅亚》所载：生养万物。**

约伯记 38:1–23；42:1–5

3. 以赛亚书的预言诵读

耶和华赐我教导的舌头，使我知道何时该说什么话。祂清早唤醒我，赐我耳朵，使我能听。耶和华的训诲开启我的耳朵，我便不抗拒，也不顶撞。我将背交出受鞭打，将脸颊交出受击打；　我的脸也不因辱骂而转开。耶和华——我的帮助者，因此我没有蒙羞；我将我的脸如坚固的磐石一般挺立，我知道我必不至蒙羞，因为那为我伸冤的必临近。谁要与我争辩？让他与我一同站立。　谁要与我争辩？让他靠近我。看哪，主——耶和华必帮助我：谁能害我呢？看哪，你们众人都要像衣服一样朽坏，像被虫蛀食一般。你们中间谁敬畏耶和华？让他听从祂仆人的声音。　那些在黑暗中行走、没有光的人啊！要倚靠耶和华的名，在神里面站立得稳。看哪，你们众人，[如同]点燃火，又加增火焰——就照着你们所点燃的火光和火焰行走吧！这一切因我临到你们身上：你们必在痛苦中沉睡！

以赛亚书 50:4–11

随后诵读小祈祷文和《三圣颂》。

前诵 · 第七调

万民的领袖聚集在一起，/ 反对主和祂的受膏者。

诗节：外邦人为何发怒？万民为何图谋虚妄？

诗篇 2:3B, 2

《哥林多前书》第149节

弟兄们，我从主那里领受的，也传给你们：主耶稣在被出卖的那一夜，拿起饼来，祝谢了，掰开，说：“这是我的身体，为你们舍的。你们要如此行，为的是记念我。”饭后，祂又拿起杯，说：“这杯是用我的血所立的新约；你们每逢喝的时候，要如此行，为的是记念我。”因为你们每逢吃这饼、喝这杯，就是宣扬主的死，直到祂来。　因此，凡不配吃主的饼、喝主的杯的人，就是干犯主的身体和宝血。人应当自己省察，然后才吃这饼、喝这杯。因为人若不分辨主的身体，吃喝的便是定自己的罪。　因此，在你们中间软弱的、有病的很多，甚至有不少人已经死了。倘若我们自己审判自己，　，就不会受审判；但既然受审判，就是受主的管教，免得我们和世人一同被定罪。

哥林多前书 11:23–32

哈利路亚 · 第六调

诗句：思念贫穷和困苦之人的有福了：在患难之日，主必拯救他。

诗句：我的仇敌恶言攻击我，说：“他何时死去，他的名号何时灭绝？”

诗句：那吃我饼的人，竟向我举起脚跟。

诗篇 40:2, 6, 10B

《马太福音》· 第107章开头

主对门徒们说：“你们知道，再过两天就是逾越节，人子将被交出去钉在十字架上。”那时，大祭司和民间的长老们聚集在大祭司该亚法的宫中，商议要用诡计捉拿耶稣并杀害他；但他们说：“不要在节期里动手，免得百姓中发生骚乱。”耶稣在伯大尼，在患麻风病的西门家里的时候，有一个女人拿着盛有极贵香膏的雪花石膏瓶，来到他跟前，在他躺着的时候，把香膏浇在他的头上。门徒看见了，就心生不满，说：“何必这样浪费呢？　这香膏若卖了，可以得不少钱，分给穷人。”耶稣知道了，就对他们说：“你们为什么难为这妇人呢？她为我做了件美事；因为你们常有穷人和你们同在，只是你们不常有我。她把这香膏浇在我身上，是为我安葬做的。　我实在告诉你们：这福音无论传到哪里，在全世界，人们都要述说她所做的，以纪念她。”那时，十二门徒中有一人，名叫犹大·伊斯卡里奥特，去见大祭司，对他们说：“你们愿意给我多少钱，我就把祂交给你们？”他们便数给他三十块银子。从那时起，他就寻找机会出卖祂。到了除酵节的第一天，门徒们来到耶稣跟前，说：“祢要我们在哪里为你预备逾越节的筵席呢？”　耶稣说：“你们进城去见某人，对他说：‘老师说：我的时候近了，我要在你那里和我的门徒们一同守逾越节。’”门徒们就照耶稣所吩咐的去预备了逾越节的筵席。到了晚上，耶稣和十二个门徒坐席。　耶稣知道父已将万有交在他手里，也知道自己是从神出来的，又要归到神那里去，就从席上站起来，脱了衣服，拿一条手巾束腰，随后把水倒在盆里，便开始给门徒洗脚，用自己束腰的那条手巾擦干。　于是，祂走到西门·彼得那里，彼得对祂说：“主啊，祢要给我洗脚吗？”耶稣回答说：“我所做的，你现在还不明白，但以后你会明白的。”彼得对祂说：“祢永远不要给我洗脚。”耶稣对他说：“我若不洗你，你就与我无分了。”西门·彼得对他说：“主啊，不但我的脚，连手和头也要洗。”耶稣对他说：“已经洗过的人，除了脚以外，全身都是干净的；你们也是干净的，只是不都是干净的。”因为祂知道谁要出卖祂，所以才说：“你们并不是都洁净的。”祂洗完了他们的脚，就穿上衣

服，又坐下，对他们说：“你们知道我给你们所做的吗？你们称我为‘夫子’、‘主’，你们说得没错，因为我确实是‘夫子’、‘主’。 既然我——你们的主和老师——给你们洗了脚，你们也应当彼此洗脚。因为我给你们作了榜样，是要你们照我所做的去行。我实实在在地告诉你们：仆人不能大于主人，差遣的人也不能大于差遣他的人。 你们若知道这些事，行出来的人就有福了。他们吃的时候，耶稣说：“我实在告诉你们，你们中间有一个人要出卖我。”他们就极其忧愁，一个一个地问他说：“主啊，是我吗？”耶稣回答说：“那与我一同把手伸进盘子里的人，就是他要出卖我。” 不过，人子将要照着关于祂的记载而去；但那使人子被出卖的人有祸了！那人若没有生下来，倒好。出卖祂的犹大便问：“拉比，难道是我吗？”耶稣对他说：“你说了。” 他们吃的时候，耶稣拿起饼来，祝谢了，掰开，递给门徒，说：“你们拿去吃，这是我的身体。”又拿起杯来，祝谢了，递给他们，说：“你们都从 这杯里喝；这是我立新约的血，为许多人流出来，使罪得赦免。” 我告诉你们：从今以后，我不再喝这葡萄树的果子所出的酒，直到那日，我与你们在我的父的国里同喝新的那一天。他们唱了赞美诗，就上了橄榄山。那时，耶稣对他们说：“你们都要因我而跌倒，因为经上记着说： ‘我要击打牧人，羊群就分散了。’我复活之后，要在加利利先见你们。”彼得对他说：“即使所有人都因你而跌倒，我却永不跌倒。” 耶稣对他说：“我实在告诉你：今夜鸡叫以前，你要三次不认我。”彼得对他说：“纵使我必须与你同死，我也不会不认你。” 众门徒也都这样说。随后，耶稣同他们来到一个名叫客西马尼的地方，对门徒说：“你们坐在这里，我去那边祷告。”于是，他带着彼得和西庇太的两个儿子，心里忧愁，极其难过。 那时，他对门徒说：“我心里甚是忧伤，几乎要死；你们在这里等候，与我一同警醒。”他稍往前走了一段路，就俯伏在地，祷告说：“我父啊，倘若可行，求你叫这杯离开我；然而，不要照我的意思，只要照你的意思。” 有天使从天上显现，加给他力量。他因极度痛苦，祷告得更加恳切；他的汗珠如血点一般滴落在地上。祷告完毕，他起身回到门徒那里，见他们睡着了，就对彼得说：“你们连一个小时都无法与我一同警醒吗？” 你们要警醒祷告，免得陷入试探；因为心灵固然警醒，肉体却软弱。他又第二次去祷告，说：“我的父啊，倘若这杯不能离开我，非要我喝不可，就愿你的旨意成就。” 祂再回来，见他们睡着了，因为他们的眼睛困倦了。祂便撇下他们，又去祷告，第三次说同样的话。于是来到门徒那里，对他们说：“你们还在睡觉休息吗？看哪，时候近了，人子要被交在罪人手里了。 起来，我们走吧！看哪，出卖我的人已经近了。他还在说话的时候，看哪，十二门徒中的一位——犹大来了，随同他还有一大群人，手里拿着刀剑和棍棒，是来自大祭司和民间长老的。 那出卖耶稣的人给他们打了个暗号说：“我亲吻的是谁，就是他，你们抓住他。”他随即走到耶稣跟前，说：“拉比，你好！”便亲吻了祂。耶稣对他说：“朋友，你来就是为了这个吗？” 于是他们上前，按住耶稣，将祂抓住了。看哪，同耶稣在一起的人中，有一个人伸手拔出刀来，砍了大祭司的一个仆人，削掉了他的耳朵。耶稣就对他说：“把你的刀收回去吧！因为凡动刀的，必死在刀下。 难道你以为我不能求我的父，祂立刻就给我差遣十二营以上的天使吗？那样的话，经上所记‘这事必须成就’的话，怎么应验呢？那时，耶稣对众人说：“你们带着刀剑和棍棒出来，像对付强盗一样要捉拿我； 我天天在殿里坐着教导人，你们却没有抓我。这一切都是要应验先知书上的话。”那时，门徒都撇下他逃走了。那些捉拿耶稣的人，把他带到大祭司该亚法那里，那里聚集了文士和长老。 彼得却远远地跟在祂后面，一直到了大祭司的院子里；他进去后，就和差役们坐在一起，想看看事情的结局。大祭司和公会全体成员都在寻找控告耶稣的假见证，好定祂的死罪。虽然有许多人出来作假见证，他们却找不到。 最后，有两个人上前说：“他曾说：‘我能拆毁神的殿，三日之内又重建起来。’”大祭司就站起来对他说：“你什么都不回答吗？他们这样指证你，你有什么话说？” 耶稣却沉默不语。大祭司对他说：“我指着永生神起誓，你告诉我们：你就是基督，神的儿子吗？”耶稣对他说：“你说的。但我告诉你们：从今以后，你们要看见人子坐在全能者的右边，驾着天上的云降临。” 那时，大祭司就撕裂自己的衣服，说：“他说了亵渎的话！我们还需要什么见证人呢？你们现在已经听见他亵渎

神了！你们认为他该怎样？”他们回答说：“该处死。”于是，他们向他的脸上吐唾沫，用耳光打他；还有人打他，说：“基督啊，你预言一下，是谁打你的？” 彼得却坐在外面院子里。有一个使女走近他，说：“你也是和加利利的耶稣在一起的。”但他当着众人的面否认，说：“我不知道你说的是什么。” 当他走进城门时，又有一个女仆看见他，就对在那里的人说：“这个人曾和拿撒勒人耶稣在一起。”彼得又起誓否认说：“我不认识 这个人。”过了一会儿，站在那里的人走过来对彼得说：“你确实也是他们中的一员，因为你的口音暴露了你。” 于是他开始极力起誓说：“我不认识那人。”就在那时，公鸡叫了一声。彼得便想起耶稣所说的话：“公鸡叫以前，你要三次不认我。”他就出去，痛哭起来。 到了早晨，所有的祭司长和民间的长老都聚集起来，决定要处死耶稣。他们把耶稣捆绑起来，带去交给总督本丢·彼拉多。

马太福音 26:2–20；约翰福音 13:3–17；马太福音 26:21–39；路加福音 22:43–45A；马太福音 26:40–27:2

随后举行圣巴西尔大教父的礼拜仪式。

代替《智天使颂》和领圣体颂，我们唱：
赞词，第六调

神之子啊，今日请接纳我，作为祢奥秘圣餐的参与者。/ 因我不会将奥秘泄露给祢的仇敌，/ 也不会像犹大那样亲吻祢。/ 但我会像那个强盗一样向祢认信：/ “主啊，求祢在祢的国度里记念我。”

代替“配得”

伊尔莫斯，第六调：凭着主人的款待 / 和不朽的筵席 / 让我们这些信徒在高处怀着崇高的思想 / 尽情享受吧， / 聆听了来自道—— / 我们所尊崇的——那至高的言语。

在领圣体时，我们亦要吟唱《关于祢奥秘的晚宴》的颂歌，并以此代替“愿我们的口充满：”在讲道台后的祷告之后，通常会进行洗脚礼，随后分发圣饼。

遣散礼

因至大的仁慈，祂向我们显明了谦卑的最佳道路——当祂为门徒洗脚时，并直至被钉十字架与安葬，都降尊就卑地与我们同在， 基督，我们的真神，因祂圣母玛利亚、光荣可颂的诸圣使徒、我们的圣父大瓦西里、卡帕多西亚凯撒利亚大主教以及全体圣徒的祈祷，愿祂作为仁慈且爱人的主，怜悯并拯救我们。

在圣大星期五 于

在圣大星期四
晚祷时

我们举行小晚祷，并在其中吟唱克里特岛的安德烈所作的大圣周五三首诗篇。第8调。*

第五首

伊尔莫斯：驱散我灵魂的黑暗，/ 赐光者，基督上帝，/ 驱散了深渊中自古以来的黑暗，/ 并赐予我祢诫命之光，圣言，/ 使我从黎明时分便赞美祢。 **(2)**

筵席已备妥，/ 复活节的晚餐也已为你备好，/ 正如你所吩咐的，基督；/ 但犹大却图谋出卖你，/ 虽与你同在，/ 却在你不注意时，/ 因贪恋银钱而密谋出卖你。

基督凭着自己的意愿，/从晚宴中起身，/用毛巾束腰，/并俯首；彼得却呼求道：/“我的造物主，祢绝不会为我洗脚；/但请祢还是洗吧！”

那诡诈的门徒犹大，怀着背叛的念头，将饼接在手中，并以此将祢出卖；他向祢伸出双脚，而祢亲自为他洗净，并用毛巾擦干。

犹大以诡诈之吻，/ 当时用嘴唇触碰了祢，/ 那双曾不配领受祢圣体——道——的嘴唇，/ 并向祢高呼：“喜乐吧，老师！”/ 他既是朋友又是背叛者，既是仆人又是奉承者。

彼得当时目睹这一切，/ 被恐惧所笼罩，/ 竟因一个微不足道的问句被女仆揭穿；/ 于是，他便否认了祢，主啊，/ 正如祢不仅亲自预言过，/ 而且作为全知者，从起初就已知晓。

当造物主的脸被击打时——/ 整个受造之物都承受着打击，/ 当祂被辱骂时；/ 按祂的旨意用苇条击打祂——/ 至高的力量便俯身；/ 当审判者被吐唾沫时——/ 大地的根基便动摇。

颂荣：以荆棘为冠冕的上帝，/曾以鲜花装点整个大地；/祂承受伤痕，/以长久忍耐忍受辱骂；/祂身披耻辱的朱红袍，/身为上帝却一切都忍受，/并以祂的肉身受苦。

如今：愿约翰宣告，/ 借着神圣的教义阐明祢的道成肉身：/ “道，从童贞女成肉身，却未改变，/ 仍按本性为神，一如既往，/ 未曾离开祂父的怀抱。

第8首

伊尔莫斯：将祢天上的宫殿隐于水中的，/ 以沙为海的界限，/ 并掌管万有的！/ 太阳歌颂祢，月亮赞美祢，/ 万有都向祢献上颂歌，/ 作为永恒的创造主和造物主！ **(2)**

耶稣啊，祢以云彩为天披上衣裳，/ 与不朽的父同坐在荣耀的宝座上，/ 祢拿起毛巾束在腰间，/ 为了洗净这必朽的脚，/ 祢虽已道成肉身，却全然显明为火，/ 祢就是道。

当耶稣为众人洗完脚后，便坐下，/对门徒们宣告：/“你们都知道我今天所做的事吗？/因为我给你们所有人树立了谦卑的榜样，/凡想要为首的，/就应当甘心乐意地成为众人的末后！”

“你们是洁净的，但并非全都如此，”——/基督对祂的门徒们，/那些在晚宴上安坐的人说道。/他们彼此交头接耳，/却不明白这话的意思。/因此随后，/祂公开指出了那背叛者的名字。

当这位万有的审判者说出这话时，/正带着门徒前往橄榄山，/那时祂说：/“起来，我们离开这里吧，/因为背叛者已经临近；/谁也不要否认我，/因为我是按自己的意愿受苦的！”

啊，那诡诈的亲吻！/ “你好啊，老师！”——犹大对基督说，/ 随着这句话，他将基督出卖了，送上受难。/ 因为他给那些不法之徒定了这样的暗号：/ “我亲吻的那个，就是/ 我答应要出卖给你们的那位。”

我们的上帝啊，当祢被那些不法之徒捉拿时，/ 作为上帝的羔羊，祢既未稍作抗辩，也未高声呼喊，/ 祢忍受了一切：审讯、审判，/ 还遭殴打、捆绑，并被押解，/ 伴随着刀剑与长矛，被带往该亚法那里。

“钉他十字架！”——犹太人群众高喊，/与祭司和文士一同喊道：“耶稣基督！”/啊，不信的百姓啊！因为祂向你们显现，/使拉撒路从坟墓中复活，/并为世人开启了得救之路，祂究竟对你们做了什么？

在彼拉多的审判庭前，那群悖逆的民众 / 高声呐喊：“钉死他， / 把被捆绑的杀人犯巴拉巴释放给我们； / 至于基督，先用鞭子抽打他， / 把他、把他，和那些恶人一起钉在十字架上！”

愿我们颂赞圣父、圣子、圣灵，我们的主。

啊，难以言喻的谦卑！/ 啊，不可言说的旨意！/ 祢作为救主，既是烈火，/ 竟为背叛者洗脚？/ 又在晚宴上洗净并分发饼时，/ 并未灼伤他，反而教导众人/ 参与这奥秘的礼仪。

如今，圣母颂：啊，这最终的讯息：神——是女人的儿子！/ 这无种的诞生：无夫的母亲 / 所生的——是神！/ 啊，这令人战栗的景象！ / 啊，圣母非凡的受孕！/ 啊，难以言喻的降生！/ 诚然，这一切都超乎理智与思辨！

第九首

伊尔莫斯：主啊，以色列的上帝，你当受称颂， / 你在大卫家——你那少年仆人的家中， / 为我们竖立了救恩的角： / 那从高天升起的明光如此临到我们， / 并引导我们走上和平之路。（2）

“你们又睡着了，”基督向门徒们宣告道，“/ 要警醒，时刻已近，/ 起来吧，我的朋友们，我们走吧：/ 看哪，那个背叛我的门徒，带着一整支队伍，/ 正要去将我出卖给杀人犯！”

“你的吻是诡诈的，/ 你的问候是苦涩的！ / 你这骗子，究竟是在向谁呼喊， / 高呼着‘拉比，你好！’？”—— / 基督这样对犹大说道。 / ——“朋友，你来是为此吗？”——祂说， / ——“既然你是来问候的，为何要递上 / 那抹了蜂蜜的刀？”

你自愿来到彼拉多的审判席前，/基督啊，无罪的审判者，/以此使我们脱离罪债。/因此，你忍受了肉身的伤痕，/好叫我们所有人获得释放。

当仁慈的深渊临到彼拉多时：/ 火焰——确实是干草、芦苇和尘土！/ 神性的火焰并未灼伤他，/ 但基督——本性自由、/ 爱人如己者——/ 却耐心地承受了一切。

“拿去，拿去，把那个自称基督的人钉在十字架上”， / ——犹太人曾向彼拉多高喊； / 而他却洗手， / 并用芦苇写下祂的罪状， / 那罪状却赐予众人永生。

那些不法之徒向彼拉多喊得更加响亮：/ “拿去，拿去，把那叫基督的钉在十字架上！”/ ——他们要求像对待罪犯一样处死祂。/ 但祂不正是使死人复活、洁净了麻风病人、/ 治好了患血漏的妇人、使瘫痪者恢复了力量的那一位吗？

“祂究竟做了什么恶事，/ 你们竟高声呼喊：/ ‘拿去，拿去，把祂钉在十字架上！’？” / ——彼拉多曾向这群轻率的民众宣告，/ ——“我查不出祂有什么罪！” / 他们却在狂怒中呐喊：/ “拿去，拿去，把万民的救主钉在十字架上！”

啊，悖逆的犹太人！啊，愚昧的百姓！/ 难道你们不记得基督的任何神迹，/ 祂所行的无数医治吗？/ 难道你们不明白 / 祂那全部的神圣大能吗？/ 但正如你们的祖先一样，/ 如今你们也未能明白！

颂荣：我的造物主，你忍受了鞭打，/ 又为我被钉在十字架上，/ 为了在世上成就我的救赎，/ 用你宝贵的宝血向世界倾注生命，/ 并赐予敬拜你的人永生。

如今，圣母颂：祢的主——羔羊，/ 伫立在十字架前，/ 为万物的创造主——祢而痛哭，/ 凝视着祢的宽容：/ 因为祢甘愿降生为人，/ 并在肉身中承受了一切苦难，/ 只为拯救世界！

在"配得："之后，唱第9首圣咏的伊尔莫斯："主啊，你受赞美："**《主祷文》之后诵念《三圣颂》，接着是当日的康达克。**"众人来吧，让我们为为我们被钉十字架的主歌唱："**其余部分照常进行。**

圣洁救赎受难礼仪
我们主耶稣基督

在圣大星期五
晨祷

开端照常，[第一次祈祷后不诵读祷文]；诵读六篇诗篇；大祈祷后[诵读第一篇祷文及]带诗节的哈利路亚，第八调。

颂词，第8调

当尊贵的门徒们 / 在晚祷的洗脚礼中蒙受启迪时，/ 那时，贪恋银钱的恶人犹大，心已蒙蔽，/ 将祢——公义的审判者——出卖给了不法之辈。/ 看啊，贪财之人，/ 因贪财而遭绞死的人！/ 远离那贪婪无度的灵魂，/ 它竟敢如此冒犯恩师！/ 主啊，万善之源，荣耀归于祢！（3）

随后是简短的祈祷文，[第9篇祷文，及呼求：因为你是圣洁的，我们的上帝，你安息在圣者之中，我们将荣耀归于你：**]**

司祭：为使我们有幸聆听圣福音，我们恳求主上帝。

诗班：主啊，求祢怜悯。（3）

司祭：至智者！让我们肃立。聆听圣福音。愿平安临于众人。

唱诗班：也愿平安临到你的灵。

司祭：诵读圣若望福音。

会众：荣耀归于祢，主啊，荣耀归于祢。

司祭：让我们静心聆听。

随即诵读约翰福音第一章
，第46节

主对门徒们说："人子如今得了荣耀，神也在他里面得了荣耀。神若在他里面得了荣耀，神也必在他里面荣耀他，并且要立刻荣耀他。我的儿女们，我与你们同在的时间不多了。你们要寻找我；正如我对犹太人所说的：'我往哪里去，你们不能去'，现在我也这样对你们说。我赐给你们一条新诫命：你们要彼此相爱；正如我爱了你们，你们也要彼此相爱。你们若彼此相爱，众人因此就认出你们是我的门徒了。 西门·彼得对他说："主啊，你要往哪里去？"耶稣回答说："我往哪里去，你现在不能跟我去，但以后会跟我去。"彼得对他说："主啊

，我为什么现在不能跟你去呢？”“我愿意为你舍命。”耶稣对他说：“你愿意为我舍命吗？我实在、实在地告诉你：鸡叫以前，你要三次不认我。你们心里不要忧愁；你们要信神，也要信我。　在我父的家里有许多住处。若是没有，我岂会对你们说：我去为你们预备地方？我若去为你们预备了地方，就必再来接你们到我那里去，使你们也在我所在的地方。我往哪里去，你们知道；那条路，你们也知道。　多马对他说：“主啊，我们不知道你往哪里去，怎么能知道那条路呢？”耶稣对他说：“我就是道路、真理、生命；若不借着我，没有人能到父那里去。你们若认识我，也就认识我的父。从今以后，你们认识他，并且已经看见他了。”　腓力对他说：“主啊，求你将父显给我们看，我们就知足了。”耶稣对他说：“腓力，我与你们同在这么久，你还不认识我吗？看见了我，就是看见了父。你怎么说‘将父显给我们看’呢？”你不信我是在父里面，父也在我里面吗？我对你们所说的话，不是凭着自己说的：住在我里面的父，祂在作祂自己的事。你们当信我，我是在父里面，父也在我里面。若不信，就因这些事而信吧。　我实实在在地告诉你们：信我的人，必做我所做的事，而且要做比这更大的事，因为我往父那里去。你们奉我的名无论求什么，我必成就，叫父因儿子得荣耀。你们若奉我的名求什么，我必成就。　你们若爱我，就要遵守我的诫命。我必求父，他就另外赐给你们一位保惠师，叫他永远与你们同在，就是真理的圣灵。世人不能接受他，因为不见他，也不认识他；你们却认识他，因他常与你们同在，也要在你们里面。我不撇下你们为孤儿，我必到你们这里来。　再过不久，世人就看不见我了；但你们却能看见我，因为我活着，你们也要活着。到那日，你们就知道我在我父里面，你们在我里面，我也在你们里面。凡有我的诫命又遵守的，就是爱我的。　爱我的，必蒙我父所爱；我也要爱他，并且向他显现。”非伊斯加略的犹大对耶稣说：“主啊，这是怎么回事？你要向我们显现，却不向世人显现吗？”耶稣回答说：“人若爱我，就必遵守我的道；我父也必爱他，并且我们要到他那里去，与他同住。不爱我的人就不遵守我的道。你们所听见的道不是我的，乃是差我来的父的。　我与你们同在的时候，已将这些事告诉了你们。但那保惠师，就是父要奉我的名所差来的圣灵，祂要将一切的事指教你们，并且要叫你们想起我对你们所说的一切话。我将平安留给你们，我将我的平安赐给你们；我所赐的，不像世人所赐的。你们心里不要忧愁，也不要胆怯。你们听见我对你们说：‘我要离开你们，也要回到你们这里来。’倘若你们爱我，因我回到父那里去，就该喜乐，因为父比我大。我现在把这些事告诉你们，是趁着这些事还没有发生，好叫这些事发生的时候，你们可以信。　我不再多跟你们说话了，因为这世界的王要来了，他在我里面一无所有。但要叫世人知道，我爱父，并且我怎样遵行父所吩咐的，就怎样行。你们起来，我们从这里走吧。　我是真葡萄树，我父是栽培的人。凡在我身上不结果子的枝子，他就剪去；凡结果子的，他就修理干净，使它结果子更多。　你们因我对你们所说的话，已经洁净了。你们要常在我里面，我也常在你们里面。枝子若不常在葡萄树上，自己就不能结果子；你们若不常在我里面，也是这样。　我是葡萄树，你们是枝子。常在我里面的，我也常在他里面，这人就多结果子；因为离了我，你们就不能作什么。人若不常在我里面，就像枝子被丢在外面枯干了；人把它们拾起来，扔在火里烧了。　你们若常在我里面，我的话也常在你们里面　，凡你们所求的，就必得着。你们多结果子，成为我的门徒，这就是我父的荣耀。父怎样爱我，我也怎样爱你们；你们要常在我爱里。　你们若遵守我的诫命，就常在我爱里，正如我遵守了我父的诫命，也常在他爱里一样。我将这些事告诉你们，是要叫我的喜乐存在你们心里，并叫你们的喜乐可以满足。这就是我的诫命：你们要彼此相爱，像我爱你们一样。　人为朋友舍命，没有比这更大的爱了。你们若遵行我所吩咐的，就是我的朋友了。我不再称你们为仆人，因为仆人不知道主人所做的事；但我称你们为朋友，因为我从我父所听见的，都已经告诉你们了。　不是你们拣选了我，而是我拣选了你们，并且派你们去结果子，叫你们的果子常存；这样，你们奉我的名无论向父求什么，他必赐给你们。我赐给你们一条新命令，就是要你们彼此相爱。　世人若恨你们，你们要知道，他们在我以先已经恨我了。你们若属世界，世界必爱属自己的；只因你们不属世界，乃是我从世界中拣选

了你们，所以世界就恨你们。　你们要记念我对你们所说的话：仆人不能大于主人。他们若逼迫了我，也要逼迫你们；若遵守了我的话，也要遵守你们的话。但他们做这一切，都是因我的名，因为他们不认识那差我来的。我若没有来，也没有对他们说话，他们就没有罪；但如今，他们在自己的罪上没有推诿的余地。　恨我的，也恨我的父。若我没有在他们中间行过别人未曾行的事，他们就没有罪；但如今他们既看见了，就恨我，也恨我的父。然而，要应验他们律法上所写的话：“他们无故地恨我。”那保惠师来了，就是我从父那里差给你们的，就是从父出来的那位真理的圣灵，祂要为我作见证。你们也要作见证，因为你们从起初就与我同在。我将这些事告诉你们，是要叫你们不至跌倒。　他们要把你们赶出会堂；而且时候将到，凡杀害你们的，就以为是事奉神。他们这样行，是因为既不认识父，也不认识我。但我把这些事告诉你们，是要你们在那个时候来临的时候，记得我曾告诉过你们。我起初没有告诉你们，是因为我与你们同在。　现在，我要回到差我来的那位那里去，你们中间却没有人问我：‘你要往哪里去？’只是因为我对你们说了这些话，你们心里就充满了忧愁。但我实实在在地告诉你们：我离开对你们是有益的。因为，如果我不离开，保惠师就不会来你们这里；但如果我去了，我就差他到你们这里来。　祂来了，就要叫世人知道他们错在何处：关于罪、关于义、关于审判——关于罪，是因为他们不信我；关于义，是因为我往父那里去，你们就不再看见我；关于审判，是因为这世界的王已经被定罪了。　我还有许多事要告诉你们，但你们现在担当不了。等那一位——真理的圣灵——来了，祂要引导你们进入一切的真理；因为祂不是凭自己说的，乃是把祂所听见的都说出来，并要把将来的事告诉你们。祂要荣耀我，因为祂要从我那里领受，并告诉你们。　父一切所有的，都是我的。所以我才说，祂要从我那里取了，告诉你们。再过不长的时间，你们就看不见我了；再过不长的时间，你们又要看见我。 那时，门徒中有些人彼此议论说：“他跟我们说‘再过不久，你们就看不见我了；再过不久，你们又要看见我’以及‘我要回到父那里去’，是什么意思呢？”于是他们说：“他所说的‘不久’是什么意思？我们不知道他在说什么。” 耶稣知道他们想问祂什么，就对他们说：“你们彼此议论的，难道就是我说的‘再过一会儿，你们就看不见我了；再过一会儿，你们又会看见我’这句话吗？”我实实在在地告诉你们：你们要哭泣哀号，而世人却要欢喜；　你们虽然忧愁，但你们的忧愁要变成喜乐。妇人生产的时候，因时候到了，就忧愁；但生了孩子之后，因世上多了一个人，就不再记念那苦楚了。你们现在也是忧愁；但我还要再看见你们，你们的心就喜乐，并且你们的喜乐，谁也不能夺去。　到那日，你们什么也不必问我。我实实在在地告诉你们：你们若奉我的名求什么，我父必赐给你们。到如今，你们还没有奉我的名求什么；你们求，就必得着，使你们的喜乐可以满足。　我用比喻对你们说了这些话：时候将到，我不再用比喻对你们说话，而是要公开地告诉你们关于父的事。到那日，你们要奉我的名祈求，我并不对你们说，我要为你们求父。因为父自己爱你们，因为你们爱我，并且信我是从神出来的。　我从父出来，又到了世上；现在我又离开世上，往父那里去。他的门徒说： “看哪，现在你明说，并不用比喻了。现在我们知道你凡事都知道，也不需要谁问你。因此，我们信你是从神出来的。”耶稣回答他们说：“你们现在才信吗？看哪，时候将到，而且已经到了，你们要四散，各归各处，留下我独自一人；但我并不孤单，因为父与我同在。我将这些事告诉你们，是要你们在我里面有平安。在世上你们有苦难；但你们要刚强： 我已经胜了世界。耶稣说了这话，就举目望天，说：“父啊，时候到了。求祢荣耀祢的儿子，使儿子也荣耀祢；因为祢已将掌管一切人的权柄赐给他，叫他将永生赐给一切祢所赐给他的人。　永生就是认识你——独一真神，以及你所差来的耶稣基督。我在地上已经荣耀了你，完成了你所托付我做的事。现在，父啊，求你在你自己那里荣耀我，赐给我那在世界未造以先，我与你同在时所拥有的荣耀。　我已将你的名显明给那些你从世上赐给我的人。他们原是你的，你将他们赐给我，他们也遵守了你的道。现在他们知道，你所赐给我的，都是从你而来的；因为你所赐给我的道，　我已赐给他们；他们领受了，也确实知道我是从你那里出来的，并且信了你差了我来。我为他们祈求，不为世人祈求，只为你所赐给我的

人祈求，因为他们是你的；我的一切都是你的，你的也是我的，我在他们里面得了荣耀。我不在世上了，他们却还在世上；我往你那里去。圣父啊，求你因你所赐给我的名保守他们，使他们合而为一，像我们一样。我与他们同在的时候，是因你所赐给我的名保守他们，也护卫了他们；其中除了那灭亡之子以外，没有一个灭亡，好叫经上的话得应验。　现在，我往你那里去，我还在世上说这些话，是要叫我的喜乐在他们里面得以满足。我已将你的道赐给他们，世人就恨他们，因为他们不属世，正如我不属世一样。　我不求祢把他们从世上接去，只求祢保守他们脱离那恶者。他们不属这世界，正如我不属这世界一样。求祢用真理使他们成圣；祢的话就是真理。祢怎样差我到世上，我也照样差他们到世上；我为他们的缘故，将自己献上，使他们也因真理成圣。　我不仅为他们祈求，也为因他们的话语而信我的人祈求，使他们都合而为一。正如，父啊，你在我里面，我在你里面一样，愿他们也在我们里面，使世界可以信你差了我来。你所赐给我的荣耀，我已赐给他们，使他们合而为一，正如我们合而为一。　我在他们里面，你在我里面，使他们完完全全地合而为一，叫世人知道你差了我来，并且知道你爱他们，如同爱我一样。父啊！　你所赐给我的，我愿他们也在我那里，好叫他们看见你所赐给我的荣耀；因为你爱我，早在世界被造以前，你就爱我了。公义的父啊，世人还不认识你，但我认识你，他们也知道是你差了我来。　我已将你的名告诉了他们，还要告诉他们，使你所爱我的那爱在他们里面，我也在他们里面。耶稣说了这话，就同门徒出了基训溪，到了那里有一个园子，他和门徒就进了园子。

约翰福音 13:31b-18:1

结束后，我们唱：主啊，愿荣耀归于祢的宽容！

对经1，第8调

万民的君王聚集起来，要反对主 / 和祂的受膏者。（2）

他们向我发出不义的控告—— / 主啊，主啊，求祢不要离弃我。（2）

让我们将纯洁的心意献给基督 / 并作为祂的朋友，将我们的灵魂为祂献上为祭， / 不要像犹大那样被世俗的忧虑所压倒， / 而要在我们内心的宁静中呼求： / “我们在天上的父， / 救我们脱离那恶者！”（2）

《荣耀颂》（圣母颂）：童贞女啊，你未曾与人同房便生下圣子， / 仍保持童贞，成为未婚之母， / 圣母玛利亚：求你为我们向我们的上帝基督祈求， / 赐予我们得救。

如今：我们重复上述内容。

对经2，第六调

犹大急忙 / 去找那些不法文士，说： / “你们愿意给我什么， / 我就把祂交给你们？” / 而那些商议的人中间， / 祢自己却隐隐地站在那里——那商议的对象正是祢。 / 洞察人心的主，求祢怜悯我们的灵魂！（2）

让我们怀着仁慈侍奉上帝， / 如同玛利亚在晚祷时那样， / 不要像犹大那样贪图金钱， / 好叫我们永远与基督上帝同在。（2）

《荣耀颂》（圣母颂）：童贞女啊，求祢永不停息地为祢所诞生的圣子——那不可言喻的、满怀仁爱的主——不断祈求， / 好使祂拯救那些向祢求助的人脱离灾祸。

如今：我们重申上述祈求。

第三对经，第二调

因拉撒路复活，主啊， / 犹太孩童向祢——爱人者—— / 高呼“和散那”。 / 但罪孽深重的犹大却不肯醒悟。（2）

在祢的晚宴上，基督上帝，/祢曾向门徒预言：/“你们中间有一个人要出卖我。”/但罪孽深重的犹大却不肯醒悟。 (2)

当约翰问道： / “主啊，是谁要出卖祢？” / 祢便用那块饼指出了他。 / 但罪孽深重的犹大却不肯醒悟。 (2)

主啊，犹太人靠着三十块银币，/ 以及那诡诈之人的亲吻，/ 企图杀害祢。/ 但罪孽深重的犹大却不肯醒悟。 (2)

基督上帝，当祢行洗礼时，/祢告诫门徒：/“你们要照着所看见的去做。”/但罪孽深重的犹大却不肯醒悟。 (2)

“要警醒祷告，/免得陷入试探”，/祢对我们我们的基督上帝的门徒们说。/但那罪孽深重的犹大却不肯醒悟。 (2)

（生你的圣母，基督啊， / 她痛哭流涕， / 见西缅昔日的预言终成现实，便高声呼喊。 / 但那背叛的犹大却不肯醒悟。 (2)）

《荣耀颂》（圣母颂）：圣母啊，求祢拯救祢的仆人脱离灾祸，/ 因为我们众人除上帝之外，都投靠祢，/ 如同投靠坚不可摧的城墙和护卫者。

如今：我们重复上述内容。

随后是简短的祈祷文，[祷文3]及呼求：因为权柄、国度、能力、荣耀都属于祢：

《塞达伦》，第七调

司祭在祭坛上焚香，我们站立着唱道：

在门徒的晚宴上，/ 虽已知晓背叛的阴谋，/ 祢仍当众揭露了犹大；/ 尽管祢看他无可救药，/ 但祢以此向众人昭示，/ 祢是自愿被出卖的，/ 为了从仇敌手中夺回和平。/ 长久忍耐者，荣耀归于祢！

颂荣：为从仇敌手中夺回和平。/ 长久忍耐的主，荣耀归于祢！

如今：我们重诵整篇圣咏。

司祭：为使我们有幸聆听圣福音：

并诵读约翰所著的第二篇福音书
约翰福音，第58节

那时，耶稣同门徒们出了基德龙溪，来到对岸，那里有一座园子，耶稣和门徒们便进了园子。出卖他的犹大也知道这个地方，因为耶稣常和门徒们在那里聚集。　于是，犹大带着一队兵，还有大祭司和法利赛人派来的差役，手持灯笼、火把和武器，来到那里。　耶稣既然知道将要临到祂的一切事，就出来对他们说：“你们找谁？”他们回答说：“拿撒勒人耶稣。”耶稣对他们说：“我就是。”那时，出卖祂的犹大也和他们站在一起。　于是，当祂对他们说：“我就是”的时候，他们便退后，倒在地上。祂又问他们：“你们找谁？”他们说：“拿撒勒人耶稣。”耶稣回答说：“我已经告诉你们，我就是。所以，你们若找我，就让这些人走吧。” 这是要应验祂所说的话：“你所赐给我的人，我一个也没有丢弃。”西门·彼得带着一把刀，就拔出来，砍了大祭司的仆人一刀，削掉了他的右耳；那仆人的名字叫马勒古。耶稣对彼得说：“把刀收进鞘里吧。”　父所赐给我的那杯，我岂能不喝呢？”于是，那营的兵、千夫长和犹太人的差役就抓住耶稣，把他捆起来，先带到亚那那里，因为他是该亚法的岳父，而该亚法那年正任大祭司。 该亚法就是那位曾向犹太人建议“宁可让一个人为百姓死去”的人。西门·彼得和另一个门徒跟着耶稣。那个门徒是大祭司所认识的，便和耶稣一同进了大祭司的院子；彼得却站在门外。　那时，那位被大祭司所认识的门徒出来，对看门的女仆说了几句话，就把彼得领了进去。看门的女仆对彼得说：“你难道不是那人的门徒吗？”彼得说：“不

是。”仆人和差役都站在那里；因为天冷，他们点起炭火来取暖。　彼得也和他们一起站在那里取暖。大祭司就问耶稣关于他的门徒和他的教导。耶稣回答说：“我向世人所说的一切，都是公开的；我向来在会堂里和圣殿里——就是所有犹太人聚集的地方——教导人，并没有私下里说什么。你为什么问我呢？　你去问那些听过我说话的人吧，他们知道我说过什么。”耶稣说了这话，站在旁边的一个仆人就打耶稣的脸，说：“你这样回答大祭司吗？”耶稣对他说：“我若说得不对，你可以指证哪里不对；若是对的，你为什么打我呢？”于是，亚那把耶稣捆绑起来，送交大祭司该亚法。西门彼得却仍站在那里取暖。有人对他说：“你不是他的门徒吗？”彼得就否认，说：“不是。”　大祭司的一个仆人——就是彼得砍掉他耳朵那人的亲属——说：“我不是在园子里看见你和祂在一起吗？”彼得又否认了，随即公鸡就叫了。于是，他们把耶稣从该亚法那里带到总督府。　那时已是清晨，他们自己却没有进总督府，免得沾染不洁，好过逾越节。

约翰福音 18:1–28

礼仪结束后，我们唱：主啊，愿荣耀归于祢的宽容！

对经4，第五调

在这日，犹大背弃了导师 / 并让魔鬼占据了心， / 被贪财之欲蒙蔽了双眼 / ，被黑暗笼罩，失去了光明； / 因为出卖了光明之子的那人， / 岂能看见光明呢？ / 但为世界受难的主已向我们显现，/ 我们要向祂高呼：/ “受难并怜悯世人的 / 主啊，荣耀归于祢！” (2)

在这日，犹大假装敬畏上帝 / 却失去了恩典的恩赐； / 虽仍身为门徒，却成了背叛者：/ 他以友善的姿态掩饰诡诈，/ 鲁莽地将主之爱置于三十块银币之下，/ 成了罪恶公会的手下；/ 而我们，因有基督的救赎，/ 必将祂尊为至高。 (2)

第一声调

让我们获得兄弟之爱，/如同在基督里的弟兄，/不要对邻人冷酷无情，/以免因金钱之事被定罪，如同那个不仁慈的仆人，/也不要像犹大那样懊悔，却毫无益处。 (2)

《荣耀颂》（圣母颂）：关于祢，各地都传颂着荣耀之言—— / 祢按肉体怀了万物的造物主， / 圣母玛利亚，万福之母， / 且未曾知晓婚姻。

如今：我们再次颂扬。

对答诗第5首，第6调

门徒商定出卖恩师的价钱，/ 竟以三十块银币出卖了主，/ 用诡诈的亲吻将祂 / 交给了不法之徒，使祂遭致死亡。 (2)

在这日，天地创造主对祂的门徒说：/ “时候近了，出卖我的犹大也到了； / 愿无人因见我被钉在十字架上，夹在两个强盗中间，而否认我：/ 因为我作为人受苦，/ 又作为爱人者，拯救那些信靠我的人。 (2)

《荣耀颂》（圣母颂）：在末世不可言喻地受孕，/并生下你的造物主！/童贞女啊，求你拯救那些颂扬你的人。

如今：我们重申上述内容。

对经6，第七调

这一天，犹大正蠢蠢欲动，/ 企图出卖主，/ 那自古以来世界的救主，/ 曾用五饼喂饱众多百姓。/ 这一天，那恶人背弃了导师：/ 身为门徒，他却出卖了主，/ 为了银子，/ 出卖了那位以吗哪喂饱世人的主。 (2)

这一天，犹太人将主钉在十字架上，/祂曾用杖劈开大海，/并引领他们穿越旷野。/这一天，他们用长矛刺穿了祂的肋旁，/祂曾为他们击打埃及，降下灾祸，/并让他们喝下苦胆，/祂曾如雨般降下吗哪供他们食用。（2）

主啊，当祢临近这自愿的受难时，/祢向祢的门徒呼求：/“你们连一小时都无法与我一同警醒，/又怎能承诺为我而死呢？ / 看看犹大吧，他并未入睡， / 却急着将我出卖给恶人。 / 醒来吧，祈祷吧，免得有人 / 看见我被钉在十字架上而背弃我！” / 长久忍耐的主，荣耀归于祢！（2）

《荣耀颂》（圣母颂）：万福，圣母，/ 你怀中孕育了连诸天都无法容纳的那一位。/ 万福，童贞女，先知们所预言的，/ 借着你，以马内利向我们显现。/ 万福，基督上帝之母！

如今：重复上述内容。

随后是小祈祷文、[祷文2]及呼号：因为祢那至圣至尊的名——圣父、圣子、圣灵——如今、永远、直到世世代代，都是蒙福的、受赞美的。

座咏，第七调

犹大啊，/你究竟是如何成为救主的背叛者的？/难道祂将你从使徒的行列中驱逐了吗？/难道祂剥夺了你医治的恩赐吗？ / 难道祂与众人共进晚餐时， / 将你从席间撇下吗？ / 难道祂为他人洗脚时，却跳过了你吗？ / 哦，你竟遗忘了多少恩惠， / 如今你那忘恩负义的本性已昭然若揭， / 而祂无与伦比的宽容 / 与伟大的仁慈却得以彰显。

荣耀，如今：我们重复同样的话。

司祭：为使我们有幸聆听圣福音：

并诵读第三部福音书
马太福音，第109段

那时，抓了耶稣的兵丁，把他带到大祭司该亚法那里；那里聚集了文士和长老。彼得却远远地跟在后面，一直跟到大祭司的院子里；他进去后，就和差役们坐在一起，想看看事情的结局。　大祭司和公会全体成员都在寻找控告耶稣的假见证，好将祂处死。虽然有许多人出来作假见证，他们却找不到。最后有两个人上前说：“祂曾说：‘我能拆毁神的殿，三日之内又重建起来。’”　大祭司便站起来对他说：“你什么都不回答吗？他们所控告你的这些事，你有什么话说？”耶稣却沉默不语。大祭司又对他说：“我指着永生神起誓，你告诉我们：你是不是基督，神的儿子？”耶稣对他说：“你说的。”　但我告诉你们：从今以后，你们要看见人子坐在全能者的右边，驾着天上的云彩　而来。那时，大祭司就撕裂自己的衣服，说：“他说了亵渎的话！”　我们还需要什么见证人呢？你们现在已经听见他亵渎神了！你们认为他该怎样？他们回答说：“该处死。”于是，他们向他的脸上吐唾沫，用耳光打他；还有人打他，说：“基督啊，你预言给我们听，是谁打你的？”彼得却坐在外面院子里。有一个女仆走近他，说：“你也是和加利利的耶稣在一起的。”但他当着众人的面否认，说：“我不知道你说的是什么。”当他走进城门时，又有一个女仆认出了他，对在那里的人说：“这个人曾和拿撒勒人耶稣在一起。”彼得又起誓否认说：“我不认识那个人。”过了一会儿，站在那里的人走过来对彼得说：“你确实也是他们中的一员，因为你的口音暴露了你。”于是他开始极力起誓说：“我不认识那人。”就在那时，公鸡叫了一声。彼得便想起耶稣所说的话：“公鸡叫以前，你要三次不认我。”于是他出去，痛哭起来。

马太福音 26:57–75

唱完之后，我们唱：主啊，愿荣耀归于祢的宽容！

对经7，第8调

面对那些逮捕祢的罪人，/祢忍耐着，主啊，如此呼求：/“虽然你们击杀了牧人，/并使十二只羊——我的门徒——四散，/但我本可以派出超过十二军团的天使。/然而，我显出长久的忍耐，/为了使我藉着我的先知向你们启示的、/那隐藏而奥秘的事得以成就。”/主啊，荣耀归于你！（2）

彼得第三次不认主后，/立刻明白了对他说的话，/便向祢献上悔改的泪水：/“上帝啊，求祢怜悯我，拯救我！”(2)

《荣耀颂》（圣母颂）：如同救恩之门，如美丽的天堂，/如永恒之光的云彩，/让我们一同颂扬圣母，/高声向她呼喊：“万福！”

如今：我们再次如此歌颂。

对经8，第二调

你们这些不法之徒，/请说，你们从我们的救主那里听到了什么？/祂岂不是阐明了律法和先知的教导吗？/你们为何竟图谋将那位来自上帝、上帝之道、/我们灵魂的救赎主，/出卖给彼拉多呢？（2）

“钉他十字架！”——那些/总是一直享受祢恩赐的人高声喊叫，/杀害义人的凶手们/竟恳求释放恶人，而非恩人；/而祢却沉默不语，基督啊，容忍了他们的暴行，/作为爱人者，祢愿受苦并拯救我们。（2）

《荣耀颂》（圣母颂）：因我们罪孽深重，我们不敢妄自祈求，/但求祢，童贞圣母，向祢所生的圣子代求！/因为圣母向仁慈的主所作的祈求大有能力。/至圣者，请勿轻视罪人的恳求，/因为那位为我们承受苦难的主，/既仁慈又大有能力拯救我们。

如今：我们再次重复上述祷文。

对经9，第三调

他们定下三十块银子，/作为那被估价之人的价码，/他们是以以色列子民的名义/估价了祂。/要警醒祷告，/免得陷入试探：/灵固然警醒，肉体却软弱。/所以，要警醒！（2）

他们给我喝胆汁，/在我口渴时用醋灌我：/但主啊，求祢使我复起，/我必报应他们。（2）

《荣耀颂》（圣母颂）：我们这些从万民中蒙召的人，/赞美你，纯洁的圣母，/因为你生下了我们的神基督，/祂藉着你使人类脱离了咒诅。

如今：我们再次诵念上述经文。

随后是简短的祈祷文，[祷文5]及呼号：因为祢是我们的上帝：

座咏，第八调

噢，昔日祢的门徒犹大，/竟图谋背叛祢！/他狡诈地与祢共进晚餐，/这个心怀恶意、悖逆律法的人，/便去对祭司们说：/“你们给我什么，我就把祂交给你们，/这位违背律法、亵渎安息日的人？”/宽容的主啊，荣耀归于祢！

司祭：愿我们有幸聆听圣福音：

并诵读约翰福音

约翰福音，第59A段

那时，他们把耶稣从该亚法那里带到总督府。那时是早晨，他们自己没有进总督府，免得不洁，好过逾越节。彼拉多出来见他们，说：“你们控告这人有什么罪名？”他们回答说：

“如果祂没有做过恶事，我们就不会把祂交给你。”彼拉多对他们说：“你们自己把他带走，按你们的律法审判他吧。”犹太人对他说：“我们没有权柄处死任何人。”这正应验了耶稣先前所说的话，祂曾预示自己将要怎样死。 彼拉多又进了衙门，叫了耶稣来，对他说：“你是犹太人的王吗？”耶稣回答说：“这话是你自己说的，还是别人告诉你关于我的？”彼拉多说：“难道我是犹太人吗？ 是你的百姓和大祭司把你交给我。你做了什么？”耶稣回答说：“我的国不属于这个世界。如果我的国属于这个世界，我的仆人就会为我争战，使我不被交给犹太人。但现在我的国不属于这里。” 彼拉多便对他说：“这样看来，你果然是王吗？”耶稣回答说：“你说我是王。我为此而生，也为此来到世上，特为给真理作见证。凡属真理的人，就听我的声音。”彼拉多对他说：“什么是真理？” 他说了这话，又出来见犹太人，对他们说：“我查不出祂有什么罪来。你们那里有惯例，让我在逾越节给你们释放一个人。那么，你们要我给你们释放犹太人的王吗？”他们又大声喊着说：“不要祂，要巴拉巴。” 巴拉巴是个强盗。于是彼拉多把耶稣带出来，用鞭子鞭打他。兵丁们编了一顶荆棘冠冕，戴在他头上，又给他穿上紫袍，走近他，说：“犹太人的王万岁！”还打他的脸。 彼拉多又出来对他们说：“看哪，我把他带出来给你们看，好叫你们知道，我在他身上查不出任何罪来。”于是，耶稣戴着荆棘冠冕，穿着紫袍出来。彼拉多对他们说：“看哪，这人！” 大祭司和差役一看见他，就喊着说：“钉他十字架！钉他十字架！”彼拉多对他们说：“你们自己把他带去钉十字架吧，因为我查不出他有什么罪来。”犹太人回答说：“我们有律法，按着律法，他该死，因为他自称是神的儿子。” 彼拉多听见这话，就更加害怕，又进了衙门，对耶稣说：“你是从哪里来的？”耶稣却不回答他。彼拉多对他说：“你连我都不跟我说吗？你难道不知道我有权释放你，也有权钉死你吗？” 耶稣回答说：“若不是从上头赐给你的，你就对我毫无权柄。所以，把我交给你的人，罪更重了。”从那时起，彼拉多就想释放他。但犹太人高声喊叫说：“如果你释放他，你就不是凯撒的朋友。 凡自称为王的，就是背叛凯撒。彼拉多听见这话，就把耶稣带到外面，坐在一个名叫“石座”的地方——希伯来话叫“加瓦法”——进行审判。 那时是逾越节前的星期五，约在第六时辰。彼拉多对犹太人说：“看哪，你们的王！”他们就喊着说：“除掉他！除掉他！把他钉在十字架上！”彼拉多对他们说：“难道要把你们的王钉在十字架上吗？”大祭司回答说：“除了凯撒，我们没有王。”于是，彼拉多就把耶稣交给他们去钉十字架。

若望福音 18:28–19:16A

读经结束后，我们唱：主啊，愿荣耀归于祢的宽容！

对经10，第六调

祂以光为衣， / 却赤身站在审判台前， / 接受了祂亲手所造之人的 / 掌掴， / 而那悖逆的百姓 / 竟将荣耀的主钉在了十字架上。 / 那时，圣殿的幔子裂开了； / 太阳黯淡了，无法忍受看见受辱的上帝， / 整个世界都在祂面前战栗。 / 让我们敬拜祂吧！ (2)

门徒背弃了祂， / 那强盗却呼求： / “主啊，求祢在祢的国度里， / 记念我！” (2)

《荣耀颂》（圣母颂）：求祢使世界得享平安，主啊，/祢曾恩准圣母为仆人取了肉身，/好叫我们同心合意地/赞美祢，爱人的主。

如今：我们再次重复上述内容。

第11对经，第6调

基督啊，因你曾向犹太民族施予恩惠，/他们却判你钉十字架，/并用醋和胆汁灌你。/但主啊，求你按他们的行为报应他们，/因为他们不明白你的宽容。 (2)

基督啊，犹太人的子孙 / 不仅背叛了祢， / 还摇着头， / 以嘲弄和讥笑相待。 / 主啊，求祢按他们的行为报应他们， / 因为他们不明白祢的旨意。 (2)

无论是震动的大地，/还是崩裂的磐石，/都未能使犹太人信服，/圣殿的幔子，亦或死人复活，/亦未能使他们信服。/但主啊，求祢按他们的行为报应他们，/因为他们针对祢所图谋的尽是徒劳。（2）

《荣耀颂》（圣母颂）：圣母童贞女，/我们认识了由祢道成肉身的上帝，/祢是独一无二的纯洁者，独一无二的蒙福者；/因此，我们不断在颂歌中尊崇祢。

如今：我们重申此言。

对经12，第8调

主如此对犹太人说：/“我的子民，我对你做了什么，/或以何事使你恼怒？/我使你的瞎子看见光明；/洁净了你的麻风病人；/扶起了躺在褥子上的人。/我的子民，我对你做了什么，/你却以何事报答我？/你们以苦胆报答吗哪，以醋报答清水；/本该爱我，/你们却将我钉在十字架上。/我再也无法忍受了：/我要召聚我的外邦子民，/他们将与圣父和圣灵一同荣耀我，/我也要赐给他们永生！」（2）

在这日子里，圣殿的幔子/为斥责不法之徒而裂开，/太阳也隐藏了它的光芒，/因看见主被钉在十字架上。（2）

以色列的立法者、犹太人和法利赛人，/众使徒向你们呼喊：/“看哪，这就是你们所拆毁的圣殿，/看哪，这就是你们所钉十字架并埋入坟墓的羔羊；/但他凭自己的大能复活了。/犹太人啊，不要迷途，/因为祂曾在红海中拯救了你们，/又在旷野中赐你们食物；/祂是生命，是光，也是世人的平安！”(2)

《荣耀颂》（圣母颂）：万福，荣耀之王的门户，/至高者曾由此经过，/并将之照旧封存，/以便拯救我们的灵魂。

如今：我们再次诵念此颂。

随后是简短的祈祷文[第7篇]，以及呼求：愿祢国度的权能蒙福并受赞美，圣父、圣子、圣灵，如今、直到永远，世世无穷。

座前颂，第8调

当祢，上帝，站在该亚法面前，/并被交予审判官彼拉多时，/天上的权能因恐惧而动摇；/那时祢便被高举在十字架上，/在两个强盗之间，/　被归入罪人之中，无罪的祢，/为要拯救人类。/无恶意的上主，荣耀归于祢！

司祭：愿我们有幸聆听圣福音：

并诵读《马太福音》第五章
马太福音，第111段

那时，出卖耶稣的犹大，见祂已被定罪，便后悔了，把那三十块银币退还给大祭司和长老们，说：“我犯了罪，出卖了无辜者的血。”他们却说：“这与我们何干？你自己负责吧。”于是他把银币扔在圣殿里，便走了，去上吊自杀了。 大祭司们收下银子，说：“这银子是血价，不能放入圣殿的库中。”他们商议后，用这银子买了一块陶匠的田地，作为外邦人的埋葬地。因此，那块田地直到今日仍被称为“血田”。　那时，先知耶利米所说的话应验了：“他们拿了三十块银子——那被估价之人的估价，就是以色列人所估价的——照着耶和华所吩咐我的，把银子给了窑匠的田地。”　耶稣被带到总督面前。总督问祂：“你是犹太人的王吗？”耶稣回答说：“你说的。”　至于大祭司和长老们对祂的指控，祂却一言不答。彼拉多便对祂说：“你听不见他们作证控告你这么多吗？”祂却连一句话也没回答他，以致总督十分惊讶。每逢节期，总督照惯例要为取悦百姓，释放一名囚犯，任由他们选择。　那时，他们中间有一个有名的囚犯，名叫巴拉巴。因此，当众人聚集时，彼拉多对他们说：“你们要我释放谁

给你们：巴拉巴，还是那称为基督的耶稣？”因为他知道，他们是出于嫉妒才出卖了祂。当他坐在审判席上时，他的妻子派人对他说：“不要对那位义人做任何事！” “我今天在梦中因祂受了许多苦。”与此同时，大祭司和长老们煽动民众要求释放巴拉巴，并处死耶稣。总督便问他们：“这两个人中，你们要我释放哪一个给你们？”他们说：“巴拉巴。”彼拉多又问：“那么，我该怎样处置那个被称为基督的耶稣呢？” 众人齐声喊道：“把他钉十字架！”彼拉多说：“他到底做了什么恶事？”但他们喊得更响了：“把他钉十字架！”彼拉多见毫无用处，甚至开始骚动，就取水在众人面前洗手，说：“我与这位义人的血无干，你们自己负责。” 全体百姓都回答说：“他的血归到我们和我们的子孙身上。”于是，他释放了巴拉巴，却将耶稣鞭打后交去钉十字架。当时，总督的兵丁把耶稣带进衙门，召集了全营的士兵围在他周围，剥去他的衣服，给他穿上一件猩红色的外袍； 又用荆棘编成冠冕，戴在他头上，把一根芦苇放在他右手里；他们跪在他面前，戏弄他说：“犹太人的王万岁！”又向他吐唾沫，拿芦苇打他的头。 戏弄完了，就脱下那件红袍，给他穿上自己的衣服，带他去钉十字架。他们正走着，遇见一个名叫西门的基利尼人，就强迫他背起耶稣的十字架。

马太福音 27:3–32

结束后，我们唱：主啊，愿荣耀归于祢的宽容！

第13首应答诗，第6调

犹太人的暴民 / 向彼拉多要求将祢钉在十字架上，主啊。 / 看哪，他们虽在祢身上查不出任何罪状， / 却释放了有罪的巴拉巴， / 而将祢——这义人——定罪， / 使祢背负了谋杀的指控。 / 但主啊，求祢报应他们，/ 因为他们所图谋的针对祢都是徒劳的。 (2)

那位使万物战栗惊惶的，/ 那位被万口颂扬的，/ 基督，神的权能与神的智慧，/ 祭司们击打祂的面颊，并给祂喝胆汁； / 而祂甘愿忍受这一切， / 愿以祂的宝血拯救我们脱离我们的罪孽， / 作为爱人的主。 (2)

《荣耀颂》（圣母颂）：圣母，藉着圣言，/ 生下了超乎理智的造物主，/ 求祂拯救我们的灵魂。

如今：我们重申上述内容。

对答经14，第8调

主啊，祢接纳了那双手沾满鲜血的强盗为同伴，/求祢也让我们与他同列，/因祢是仁慈且爱人的。 (2)

那被钉在十字架上的强盗虽发出一声微弱的呼喊，/却显明了伟大的信心，/顷刻间便得救，/并率先开启乐园之门，进入其中；/主啊，祢接纳了他的悔改，/荣耀归于祢！ (2)

荣耀颂（圣母）：欢喜吧，藉着天使为世界带来喜乐者；/ 欢喜吧，生下你的造物主和主者；/ 欢喜吧，蒙恩成为 / 基督上帝之母者。

如今：我们重复上述内容。

第15对经，第6调

在这日，那位将大地悬于水上的主， / 被悬挂在十字架上； / 天使之王， / 戴上了荆棘冠冕； / 那位以云彩遮蔽穹苍的主， / 披上了虚假的紫袍； / 那位在约旦河中解救亚当的主， / 面受重击； / 教会的新郎被钉在十字架上； / 童贞女之子被长矛刺穿。 / 基督啊，我们敬拜祢的受难。 / 基督啊，我们敬拜祢的受难。 / 基督啊，我们敬拜祢的受难。 / 求祢也向我们显明祢荣耀的复活！ (2)

我们不要像犹太人那样庆祝：/ 因为我们的逾越节——基督上帝——已为我们被献祭；/ 但我们要洁净自己，除去一切污秽，/ 并诚心向祂祈祷：/ “主啊，求祢复活，拯救我们，/ 作为爱人的主！” (2)

主啊，祢的十字架——/ 是祢子民的生命与复活；/ 我们寄望于它，/ 颂扬被钉十字架的我们的神：/ “怜悯我们！” (2)

《荣耀颂》（圣母颂）：基督啊，祢的母亲看见祢被悬挂在十字架上，/ 便呼求道：/ “我目睹的这何等前所未闻的奥秘，/ 我的儿子啊？/ 作为生命的赐予者，/ 祢竟被钉在木头上，肉身受死？”

如今：我们再次重复上述内容。

随后是简短的祈祷文[第8篇]，以及呼求：因为祢那至圣的名是蒙福的，祢的国度——圣父、圣子、圣灵的国度——是受赞美的，如今、直到永远，世世代代，阿们。

座前颂，第四调

祢以祢宝贵的宝血，将我们从律法的咒诅中救赎出来：/ 被钉在十字架上，被长矛刺透，/ 祢为世人倾注了永生。/ 我们的救主，荣耀归于祢！

司祭：愿我们有幸聆听圣福音：

并诵读第六部福音书
马可福音，第67A节

那时，士兵们把耶稣带进院子里，也就是总督府。他们召集了整个军团，给祂披上紫袍，又编了一顶荆棘冠冕戴在祂头上。他们开始向祂致意：“犹太人的王万岁！”他们用芦苇棍打他的头，向他吐唾沫，还跪下向他下拜。戏弄他之后，便脱下那件紫袍，给他穿上自己的衣服。于是把他带出去，要钉他在十字架上。 他们强迫一个从田间回来的路人——基利尼人西门，亚历山大和鲁法的父亲——背起他的十字架。他们把他带到各各他，那地方的名字翻出来就是“颅骨地”。 他们给祂喝掺了没药的酒，祂却不喝。他们把祂钉在十字架上，又把祂的衣服分了，为分得什么而掷骰子。 祂被钉十字架的时候，正是第三时辰。祂的罪状牌上写着：“犹太人的王”。又有两个强盗与祂同钉十字架，一个在祂右边，一个在祂左边。路过的行人讥笑祂，摇着头说：“哦，那拆毁圣殿、三日之内又重建的！“你若能救自己，就从十字架上下来吧。”大祭司和文士也一同嗤笑，彼此说：“他救了别人，却不能救自己！以色列的王基督，现在就从十字架上下来吧，好叫我们看见，就信他。”

马可福音 15:16–32A

结束后，我们唱：主啊，愿荣耀归于祢的宽容！

《八福》第8篇，第4调

主啊，当你降临你的国度时，求你在你的国度中记念我们。

心灵贫穷的人有福了，因为天国是他们的。

哀恸的人有福了，因为他们必得安慰。

温柔的人有福了，因为他们必承受地土。

因着那棵树，亚当 / 被逐出乐园；/ 而借着十字架，/ 强盗却进入了乐园；/ 前者尝了果子，便违背了造物主的诫命；/ 而后者与你同钉十字架，/ 向神承认了那隐秘者，呼求道：/ “在你国度里，请记念我！”

饥渴慕义的人有福了，因为他们必得饱足。

律法的制定者 / 被那些不法之徒从门徒手中买下， / 并像对待罪犯一样，将祂带到彼拉多的审判台前， / 高呼："钉死祂！"—— / 祂曾在旷野中赐给他们吗哪。 / 而我们效法那义人强盗， / 满怀信心地高呼： / "求祢在祢的国度里也记念我们！"

仁慈的人是有福的，因为他们必蒙怜悯。

那群杀神之徒， / 那悖逆的犹太族人， / 疯狂地呐喊着，向彼拉多求告： / "把无辜的基督钉在十字架上， / 不如把巴拉巴释放给我们！"/ 而我们则高声呼喊， / 效法那明智的强盗向祂的呼求： / "求祢在祢的国度里也记念我们！"

清心的人有福了，因为他们必得见神。

祢那赐生命的肋骨 / 犹如从伊甸涌出的泉源， / 滋润着祢的教会，基督啊，如同属灵的乐园， / 由此分流如溪，化作四部福音书， / 灌溉世界，使受造之物欢欣， / 并忠实地教导万民 / 敬拜祢的国度。

使人和睦的人有福了，因为他们将被称为神的儿女。

祢为我被钉在十字架上， / 好使我得着赦免； / 肋旁被刺穿， / 好让我得着生命的活水； / 被钉在十字架上， / 好让我因祢深重的苦难， / 在祢大能的高处得着印证， / 向祢——赐生命的主基督——高呼： / "荣耀归于十字架，救主， / 也归于祢的受难！"

为义受逼迫的人有福了，因为天国是他们的。

基督啊，当祢被钉十字架时， / 整个受造之物目睹此景，无不战栗， / 大地的根基因敬畏祢的大能而震动； / 日月隐没，圣殿的幔子裂开， / 山岳震动，磐石崩裂； / 那位信主的强盗 / 与我们一同向祢，救主，呼求： / "求祢在祢的国度里记念我们！"

你们是有福的，当人因我的缘故辱骂你们、迫害你们，并以各种不义的方式诽谤你们的时候。

主啊，祢在十字架上撕毁了针对我们的罪状书， / 并被列于死者之中， / 捆绑了那里的折磨者， / 藉着祢的复活，使众人脱离了死亡的捆绑， / 我们因祢而得蒙光照，我们的基督、我们的神， / 我们向祢呼求： / "（救主啊），求祢在祢的国度里记念我们！"

你们要欢喜快乐，因为你们在天上的赏赐是大的。

主啊，祢在十字架上受难，/摧毁了死亡的权势，/并作为神抹去了针对我们的罪状！/独一的爱人者，求祢也赐给我们那强盗的悔改，/赐给那些凭着信心侍奉祢、我们的基督神，并呼求：/"求祢在祢的国度里也记念我们！"

颂荣：众信徒，让我们同心祈祷， / 使我们配得赞美 / 圣父、圣子及圣灵， / 三位一体的独一神性， / 永不混合、纯粹、不可分割且不可企及， / 藉着祂，我们得以脱离火刑的惩罚。

如今，圣母颂：基督啊，你的母亲， / 按肉体无种生下你，真正的童贞女， / 产后仍保持贞洁——/ 我们恳求她为你代祷， / 至仁慈的主啊！ / 求祢赐予那些不断呼求的人罪的赦免： / "求祢在祢的国度里也记念我们！"

随后是简短的祈祷文[第11篇]，并高呼：因为一切天上的权能都赞美祢，我们向祢献上荣耀，归于圣父、圣子、圣灵，如今、直到永远、世世代代。

前诵，第四调

他们分了我的衣服， / 又为我的外袍掷了签。

诗节：神啊，我的神，求祢垂听我，祢为何离弃我？

诗篇 21:19, 2A

司祭：为使我们有幸聆听圣福音：

并诵读第七部福音书
马太福音，第113段

那时，士兵们来到一个名叫各各他（意为“颅骨之地”）的地方，给耶稣喝掺了胆汁的酒；他尝了一口，就不愿喝了。他们把他钉在十字架上后，便掷骰子分了他的衣服，又坐在那里看守他。 他们在耶稣头顶上挂了一块牌子，写着他的罪名：“这是犹太人的王耶稣。”那时，有两个强盗与他同钉十字架，一个在右边，一个在左边。路过的人都讥笑他，摇着头说：“你这拆毁圣殿、三天内又重建的人！ “你若是神的儿子，就救救自己，从十字架上下来吧。”大祭司和文士、长老也一同嗤笑，说：“他救了别人，却不能救自己！他是以色列的王，现在就从十字架上下来吧，我们就信他； 他将希望寄托在神身上；如果神喜悦他，就让他现在救救他吧。因为他说过：‘我是神的儿子。’与他同钉十字架的强盗也嘲弄他。从第六时辰起，全地都陷入黑暗，直到第九时辰。约在第九时辰，耶稣大声呼喊： “以利，以利！勒马撒瓦法尼？”就是说：“我的神，我的神！你为什么离弃我？”站在那里的人中，有几个人听见，就说：“他呼唤以利亚。”其中有一个人立刻跑去，拿了一块海绵，蘸满了醋，套在苇子上，给他喝。 其余的人却说：“别管他，且看以利亚是否来救他。”耶稣又大声呼喊了一声，便断了气。 看哪，圣殿的幔子从上到下裂为两半；大地震动；磐石崩裂；坟墓开了；许多已睡的圣徒的身体复活了；他们因祂的复活从坟墓里出来，进入圣城，向许多人显现。 百夫长和一同看守耶稣的人，看见地震和所发生的一切，就极其害怕，说：“祂真是神的儿子。”

马太福音 27:33–54

结束后，我们唱：主啊，愿荣耀归于祢的宽容！

并诵读第50篇诗篇。[第10祷文]

司祭：愿我们蒙恩聆听圣福音：

并诵读路加所著的第八卷《福音书》
路加所著，第111节

那时，还有两个罪犯与耶稣一同被带去处死。到了一个名叫髑髅地的地方，他们就在那里把耶稣和那两个罪犯钉在十字架上：一个在右边，一个在左边。耶稣却说：“父啊，赦免他们，因为他们不知道自己所做的事。”他们分了耶稣的衣服，拈阄分取。 百姓都站在那里观看。官长们也嗤笑祂，说：“祂救了别人，若是神的基督、那蒙拣选的，就当救自己吧。”兵丁也戏弄祂，上前把醋递给祂，说：“你若是犹太人的王，就救救自己吧。” 在祂头上方还有一块牌子，用希腊文、拉丁文和希伯来文写着：“这是犹太人的王。”被钉在十字架上的一个罪犯讥诮祂说：“你不是基督吗？救救你自己和我们吧！”另一个却责备他说：“你连神都不怕吗？你自己也要受同样的刑罚。” “我们受这刑罚是应当的，因为我们是按着自己的行为受报的；但祂却没有做过一件坏事。”他又说：“耶稣啊，祢作王的时候，请记念我。”耶稣对他说：“我实在告诉你，今日你要同我在乐园里了。” 那时约有第六时辰，遍地都黑暗了，直到第九时辰，因为太阳不再发光。圣殿的幔子从中间裂开了。耶稣大声喊着说：“父啊，我将我的灵交在你手里。”说了这话，便断了气。 百夫长看见所发生的事，就归荣耀给神，说：“这人真是义人。”所有聚集观看这场景的人，看见所发生的事，都捶胸而归。所有认识他的人都远远地站着，那些从加利利跟随他的妇女们也看见了这一切。

路加福音 23:32–49

读经结束后，我们唱：主啊，愿荣耀归于祢的宽容！

三首诗

圣科斯马·迈乌姆斯基，第六调，伊尔莫斯唱两遍，第十二调的特罗帕里。诗歌结束时，两个唱诗班共同演唱伊尔莫斯。

第五首

伊尔莫斯：自清晨起，我便渴慕祢，上帝之道，/因祢的仁慈，祢未曾改变本性却自卑降世，/并无畏地屈身承受苦难；/求祢赐平安于我这堕落之人，仁爱之主。

如今，脚已洗净，并因领受神圣圣礼而得洁净，/ 基督啊，祢的仆人们与祢一同/ 从锡安登上伟大的橄榄山，/ 颂扬祢，爱人者。

“看哪，”你说，“朋友们，不要惊慌；/ 因为如今时刻已近，/ 我将被擒拿并被不法之徒杀害；/ 你们都将四散离去，撇下我，/ 但我必将你们聚集起来，传扬/ 关于我——爱人者。”

随后是简短的祈祷文[第6篇]，并高呼：因为祢是世界的君王，是我们灵魂的救主，我们将荣耀归于祢，归于圣父、圣子、圣灵，如今、直到永远，世世无穷。

康达克，第8调

众人来吧，让我们为为我们被钉十字架的主歌唱。/ 因为玛利亚在十字架上看见了祂，便高呼：/ “虽然祢正承受着受难，/ 祢仍是我的儿子，也是我的上帝。”

伊科斯：羔羊之母玛利亚，/ 看见自己的羔羊被牵去受难，/ 心如刀割，便与其他妇女一同跟随祂，如此呼喊：/ “祢要去哪里，孩子？/ 为何如此匆匆赶路？ / 难道又是迦拿的婚宴， / 而你如今正匆匆赶往那里， / 为了将水变为酒吗？ / 我该与你同去吗，孩子， / 还是等你在好些？ / 请对我说一句话吧，上帝的道！ / 别沉默地从我身边走过 / 你，那位使我保持纯洁的，/ 因为你是我的儿子，也是我的上帝！」

第8首

伊尔莫斯：那立着亵渎神之可憎之物的柱子，/使神圣的少年蒙受羞辱；/而那狂妄地反对基督的，/那不法之徒组成的公会，图谋徒劳之事，/企图杀害那位将生命握在自己手中的主，/万物都称颂祂，/并永远荣耀祂。

“从你们眼中，”——基督对门徒们说，“/ 现在要抖去睡意，在祷告中警醒，/ 免得你们陷入试探；/ 特别是你，西门；/ 因为越是强壮的人，试炼就越大； / 彼得啊，你要认识我，/ 万物都称颂我，/ 并永远荣耀我！”

“不合宜的话语绝不会 / 从我口中说出； / 主啊，我将与你同死，作为忠心的人， / 即使所有人都背弃你，”——彼得高声说道；—— / “不是血肉之躯，而是你的父向我显明了你， / 受万物颂赞的你， / 世世代代受赞美！”

“你并未探明 / 神圣智慧与知识的全部深奥， / 也未能领悟我审判的深渊，人啊，”——主说道； ——/“因此，既然你是血肉之躯，就不要自夸；/因为你要三次不认我，/万物都称颂我，/并永远荣耀我！”

“西门·彼得，你虽然否认，/但很快就会确信所说的话；/甚至只是那个走到你面前的女仆，/也会更早地使你惊恐，”主说； –/“然而，当你痛哭流涕之时，你会发现我是仁慈的， / 受万物颂赞的， / 受世世代代尊崇的！”

第九首

伊尔莫斯：我们颂扬祢——/ 拥有高于智天使的至高荣耀，/ 远胜火天使的无与伦比荣光，/ 以童贞之身诞下道成肉身的上帝，/ 真正的圣母——/ 祢。

那群毁灭性的仇神之徒，/ 那些卑鄙的杀神者的会堂，/ 站在了祢面前，基督，/ 并将万物的创造者——/ 我们所尊崇的祂——/ 当作罪犯般拖拽。

那些不虔敬之人，不明白律法，/徒然研读先知的话语，/像牵羊羔一般将祢——万有的主——/拖去不义地处死，/我们颂扬祢。

赐予万民的生命，被祭司与文士们，/受自身嫉妒之恶的驱使，/交出以待杀害——这位本性中赐予生命的，/我们尊崇祂。

许多恶犬般的人将祢团团围住，/开始殴打祢，君王，击打祢的面颊，/审问祢并作伪证控告祢，/而祢忍受了一切，却拯救了所有人。

《埃克萨波斯蒂拉里》

主啊，祢在同一天便使那明智的强盗/有幸进入乐园。/求祢也藉着十字架之木启迪我/并拯救我。 **(3)**

司祭：为使我们有幸聆听圣福音：

并诵读约翰福音第九章
，起始于61A

那时，站在耶稣十字架旁的有他的母亲，还有他母亲的妹妹、克勒奥帕的马利亚和抹大拉的马利亚。耶稣看见母亲和站在旁边、他所爱的那个门徒，就对母亲说："妇人，看哪，这是你的儿子。"又对那门徒说："看哪，这是你的母亲。" 从那时起，那门徒就接她到自己家里去了。此后，耶稣知道一切都已经完成了，为要应验经上的话，便说："我渴了。"那里有一个盛满醋的器皿。于是，他们用长矛蘸满醋的海绵，送到他嘴边。 耶稣尝了那醋，便说："成了！"随即低下头，将灵魂交给了神。由于那天是星期五，犹太人为了不让尸体在安息日留在十字架上——因为那安息日是个大安息日——便请求彼拉多命人打断他们的腿，把他们取下来。 于是，兵丁来了，先打断了第一个人的胫骨，又打断了与祂同钉的另一个人的胫骨。他们来到耶稣那里，见祂已经死了，就没有打断祂的胫骨；但有一个兵用枪扎祂的肋旁，随即有血和水流出来。 那看见的人作见证，他的见证是真实的；他知道自己所说的是真的，为要叫你们也信。因为这事发生，是要应验经上所说的话："祂的骨头一根也不可折断。"还有另一处经文说："他们要仰望那位被刺透的。"

约翰福音 19:25–37

结束后，我们唱：主啊，愿荣耀归于祢的宽容！

在"赞美"时，唱第4节诗篇，第3调。
拜占庭调

我的长子以色列 / 犯了两件恶行：/ 他离弃了我——活水的泉源，/ 却为自己凿了一口破裂的井；/ 将我钉在十字架上，/ 却为巴拉巴求情并释放了他。/ 天因此而惊愕，/ 太阳也隐藏了它的光芒。/ 而你，以色列，竟不以为耻，反而将我交于死地。/ 圣父啊，求你宽恕他们，/ 因为他们不知道自己所做的是什么。 **(2)**

斯图迪塔

祢圣体中的每一部分 / 都为我们承受了羞辱：/ 头——荆棘冠冕，面容——受唾弃，/ 双颊——遭击打，/ 嘴唇——尝到溶于醋中的胆汁，/ 双耳——听见不敬的辱骂，/ 背部——受鞭打，双手——遭棍棒击打，/ 全身——被钉在十字架上，/ 四肢——被钉上钉子，肋旁——被长矛刺穿。/ 为我们受苦 / 并使我们脱离苦难的，/ 因仁爱降临于我们并提升我们的，/ 全能的救主，求祢怜悯我们！

拜占庭人

当祢，基督，被钉在十字架上时，/ 整个受造之物目睹此景而战栗，/ 大地的根基因祢大能的威严而震动。/ 因为当祢在这日升天之时，犹太民族便灭亡了，/ 圣殿的幔子从上到下裂为两半，/ 坟墓敞开了，/ 死人从坟墓中复活；/ 百夫长目睹此奇观，惊骇不已。/ 而祢身旁的圣母，/ 因母性的悲痛而泣不成声，哀号道：/ “我怎能不哭泣，/ 怎能不因悲痛而捶胸顿足，/ 眼见祢如同受审者一般，/ 赤身裸体地悬挂在十字架上？” / 被钉十字架、被埋葬、又从死里复活的，/ 主啊，荣耀归于祢。

颂荣，第六调：他们剥去我的衣裳，/给我披上猩红的斗篷，/将荆棘冠冕加在我头上，/又将苇杖交在我右手，/好叫我将他们击碎，如同陶匠的器皿。

如今，仍由克里特岛的安德烈诵读：我将背部交予鞭打，/ 面对唾骂亦不转脸，/ 站在彼拉多面前受审，并承受了十字架，/ 只为拯救世界。

司祭：愿我们有幸聆听圣福音：

并诵读马可福音第十章
马可福音，第69A节

那时，亚利马太的约瑟来了，他是公会中一位尊贵的成员，自己也在等候上帝的国度。他大胆地进入彼拉多面前，请求领走耶稣的遗体。彼拉多惊讶地发现祂已经死了；便召来百夫长，问他：“祂死了多久了？” 从百夫长那里得知后，便将耶稣的遗体交给了约瑟。约瑟买了块细麻布，把耶稣从十字架上取下来，用细麻布裹好，安放在凿在岩石里的坟墓里，并在坟墓入口处滚了一块大石头。抹大拉的马利亚和约瑟的妻子马利亚则在旁边看着，看祂被安放在哪里。

马可福音 15:43–47

结束后，我们唱：主啊，愿荣耀归于祢的宽容！

每日颂荣，恳求祷文[及第12篇祷文]。

低头祷告结束后——司祭：愿我们有幸聆听圣福音：

并诵读约翰福音第十一章
约翰福音，第62节

那时，亚利马太的约瑟——他曾是耶稣的门徒，但因惧怕犹太人而暗中跟随——向彼拉多请求领走耶稣的遗体。彼拉多准了。他便前去领走了祂的遗体。　尼哥底母也来了，他就是当初在夜里初次来见耶稣的那位，他带来了约一百磅由没药和乳香调制的香料。他们将耶稣的遗体用裹尸布裹好，并按犹太人安葬的惯例，用香料熏香。　耶稣被钉十字架的地方有一座园子，园子里有一座新坟墓，里面还从未安放过任何人。正因是犹太人的安息日，又因坟墓就在附近，他们就把耶稣安放在那里。

约翰福音 19:38–42

唱完后，我们唱：主啊，愿荣耀归于祢的宽容！

诗篇唱诵

第一调：万物因恐惧而震动，/ 见基督祢悬挂在十字架上：/ 太阳昏暗，大地动摇，/ 万物都为创造万物的祢同感悲悯。/ 祢甘愿为我们受苦，/ 主啊，荣耀归于祢！

第二调。诗句：他们将我的衣服分了，/ 又为我的外袍掷了签。

诗篇 21:19

这不义且犯罪的百姓，/ 为何图谋虚妄之事？/ 为何将众人的生命判处死刑？/ 这是伟大的奇蹟——/ 因为世界的造物主交在不法之徒手中/ 这位爱人的主被钉在十字架上，/ 为了释放那些在阴间囚禁的囚徒，他们高呼：/ “忍耐的主啊，荣耀归于祢！”

经文：他们给我喝胆汁，/在我口渴时，又给我喝醋。

诗篇 68:22

在这日子里，无玷圣母，/ 看见祢———道成肉身———悬挂在十字架上，/ 以母爱之心深感悲痛，/ 内心深受刺痛，/ 并从灵魂深处发出痛苦的呻吟，/ 揪着脸颊和头发，痛不欲生。/ 因此，她捶打着自己的胸膛，/ 悲恸地呼喊道：/ “唉，我的神圣婴孩！/ 唉，世界之光！/ 羔羊啊，祢为何从我眼前隐去？”/ 因此，无形的天军，/ 被战栗所笼罩，高声宣告：/ “不可测度的主啊，荣耀归于祢！”

经文：我们的上帝，万世之王，/ 在地上成就了救恩。

诗篇 73:12

基督啊，看见祢———万物的创造主与上帝———/ 悬挂在十字架上，/ 那无种生下祢的母亲悲痛地呼喊：/ “我的儿子，祢容颜的美善何处去了？/ 我无法忍受看见祢被不公地钉在十字架上；/ 求祢快快起身，/ 好让我也能看见/ 祢在第三天从死里复活！」

颂荣，第八调：主啊，当你被钉上十字架时，/ 恐惧与战栗降临在万物之上。/ 你禁止大地吞噬那些钉你十字架的人，/ 却命令阴间释放囚徒，/ 使凡人得以复活。/ 你，审判生者与死者的主，/ 降临是为了赐予生命，而非死亡。/ 爱人的主，荣耀归于你！

如今，第六声：芦苇笔已蘸好墨水，／供不义的法官签署判决书，/ 耶稣正被审判并判处钉十字架。/ 万物见主被钉十字架，皆同受苦难。/ 但主啊，祢为我受肉身之苦，/ 仁慈的主，愿荣耀归于祢！

司祭：愿我们有幸聆听圣福音：

并诵读《马太福音》第十二章
马太福音，第114段

星期五过后第二天，大祭司和法利赛人聚集到彼拉多那里，说：“大人，我们想起那个骗子还在世时曾说过：‘三天后我要复活。’” 因此，请派人看守坟墓直到第三天，免得门徒们前来偷走祂，然后对百姓说：‘祂从死里复活了’；那样的话，这最后的欺骗将比最初的更严重。 彼拉多对他们说：“你们有卫兵，去照你们所知道的去守卫吧。”他们就去守卫坟墓，封住了石头，又派了卫兵把守。

马太福音 27:62–66

读经结束后，我们唱：主啊，愿荣耀归于祢的宽容！

随后：赞美主是美事，歌颂至高者的名是美事；清早传扬祢的慈爱，每夜宣扬祢的信实。

诗篇 91:2–3

《三圣颂》。荣耀颂，如今：至圣三一：主啊，求祢怜悯。（3）荣耀颂，如今：我们的天父：

司祭：因为国度是祢的：**圣咏团：**阿们。

颂歌，第四调

祢以宝血救赎了我们脱离律法的咒诅：/ 被钉在十字架上，被长矛刺透，/ 祢为世人倾注了永生。/ 我们的救主，荣耀归于祢！

特别祈祷、第四篇祷文及结束礼。第一时辰单独举行。

结束祷文

为拯救世界而忍受了唾骂、鞭打、耳光、十字架与死亡， 基督，我们的真神，因祢圣母、光荣可颂的诸圣使徒、圣洁公义的圣祖约阿基姆与安娜，以及全体圣徒的祈祷，愿祢作为仁慈且爱人的主，怜悯并拯救我们。

大星期五的时辰礼仪

亚历山大大主教圣西里尔所作。

第一时辰

司祭：我们的上帝永远受赞美，如今、永远，直到世世代代。

诵经员：阿们。荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。

天上的君王：三圣颂。荣耀归于祢，如今：至圣三一：主啊，求祢怜悯。（3）荣耀归于祢，如今：我们的天父：司祭：因为国度是祢的：诵经员：阿们。 主啊，求祢怜悯。（12）荣耀归于祢，如今：来吧，让我们敬拜：（3）

第5篇诗篇

主啊，求祢垂听我的话语，体恤我的呼求，侧耳倾听我祈祷的声音，我的君王，我的上帝，因为我向祢祈祷，主啊。 清晨，求祢听我的声音；清晨，我必站在祢面前，仰望祢。因为祢是憎恶不法之神的，行恶的人不能住在祢面前，作孽的人也不能存留于祢眼前；祢憎恶一切 作孽的人。 你必灭绝一切说谎的人；耶和华憎恶好流人血和诡诈的人。我却因你丰盛的慈爱，要进入你的殿，在敬畏你的心志中，在你圣所前敬拜你。耶和华啊，求你因我的仇敌，照你的公义引导我，在我行路时，求你在我面前指引我的道路。 因为他们口中没有诚实，心中虚妄；他们的喉咙如同敞开的坟墓，用舌头行诡诈。神啊，求你定他们的罪，使他们背离自己的诡计；因他们罪孽深重，求你将他们赶出去，因为他们使你忧伤，耶和华啊。 愿一切仰望祢的人都欢喜，永远欢欣；祢必住在他们中间，爱祢名的人必因祢而夸耀。因为祢必赐福给义人，耶和华啊；祢以恩惠为盾牌护卫我们。

诗篇 2

外邦人为何发怒？万民为何图谋虚妄？世上的君王一同起来，首领也联合起来，要抵挡耶和华和祂的受膏者，说：“我们要挣脱他们的捆绑，甩掉他们的轭！”住在天上的必嗤笑他们，耶和华必讥诮他们。 那时，祂必在祂的忿怒中向他们转脸，在祂的烈怒中使他们惊惶。我却被祂立为锡安——祂的圣山——的君王；我要传扬耶和华的命令：耶和华对我说：“你是我的儿子，我今日生了你。 你向我求，我就将列国赐给你为基业，将地极赐给你为产业。你要用铁杖牧养他们，像打碎窑匠的器皿一样打碎他们。” 现在，诸王啊，你们要明白，世上的所有审判官都要受教。当存敬畏的心事奉耶和华，在他面前欢喜战兢。当受教，免得耶和华发怒，你们就因偏离公义之道而灭亡，因为他的烈怒快要发作。凡仰望他的，都是有福的！

《诗篇》第21篇

上帝啊，我的上帝，请垂听我，你为何弃我而去？我因堕落的罪孽，已被隔绝于救恩之外。 我的上帝啊，我白日呼求，祢却不听；我夜间呼求，这也不被视为我的愚昧。但祢住在圣所中，以色列的赞美啊！ 我们的祖先仰赖祢；他们仰赖祢，祢便拯救了他们；他们向祢呼求，便得救；他们仰赖祢，便不致蒙羞。我却像虫子，不像人，是世人所嗤笑的，在百姓中被视为无物！凡看见我的，都讥笑我，他们用嘴说，用头点头： “他倚靠耶和华，让祂拯救他吧，让祂救他吧，因为祂喜悦他！”因为祢是我从母腹中被带出来的，是我从母亲乳头起就所寄望的；我从母腹中、从我母亲的子宫里就被交托给祢——祢是我的神。 求祢不

要离弃我，因为患难临近，我无人帮助。许多公牛围绕我，肥壮的公牛围困我，张口攻击我，如同狮子般扑咬咆哮。我如水倾倒，我所有的骨头都散落；我的心在我里面如蜡般融化。我的力量枯干，如同瓦片；我的舌头贴在我的喉咙上；你将我降在死亡的尘土中。因为许多狗围绕我，恶人的团伙包围我，他们刺穿了我的手和脚。他们数点我的所有骨头，自己却观看、窥视我。　他们分了我的衣服，为我的外袍掷了签。主啊，求祢不要将祢的帮助从我这里收回，求祢转向我，为我辩护！求祢救我的灵魂脱离刀剑，救我这孤单的人脱离恶犬之手。　求祢救我脱离狮子的口，救我这谦卑的人脱离独角兽的犄角。我要向我的弟兄传扬祢的名，在会众中歌颂祢。敬畏耶和华的，你们都要赞美祂；雅各的全家，都要尊崇祂；以色列的全家，都要敬畏祂！　因为祂没有轻视，也没有因穷人的祈求而发怒，祂没有向我掩面；我呼求祂的时候，祂就应允我。我的赞美来自祢，我在大聚会中要尊崇祢，在敬畏祂的人面前，我要履行我的誓言。　贫穷的人必得食，且得饱足；寻求耶和华的人必称颂祂：他们的心必存到永远。地极的人都要记念并归向耶和华，万国的族类都要在祂面前敬拜，因为耶和华的国度，祂必在万民中作王。　地上一切肥沃之地都必吃喝并敬拜；凡下到地里的人都必在他面前俯伏。我的灵魂为他而活，　我的后裔也必事奉他；将要来的世代必向耶和华宣告；他们要向将要出生的子民传扬他的公义——就是耶和华所行的。

荣耀颂，如今：哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚，荣耀归于祢，上帝。（3）主啊，求祢怜悯。（3）**荣耀颂：**

颂歌，第一调

当祢被钉十字架时，基督，/ 独裁的权势便被粉碎，/ 仇敌的势力被击溃；/ 因为既非天使，亦非人，/ 唯有祢自己，主啊，拯救了我们，荣耀归于祢！

如今，圣母颂：我们该如何称呼你，啊，蒙恩者？/ 称你为天界？因为借着你，公义之日照耀了大地。/ 称你为乐园？因为你孕育了不朽之花。/ 称你为童贞女？ 因为祢始终不朽。/ 纯洁的母亲？因为祢用圣洁的怀抱怀抱了圣子，万有的上帝。/　求祂为我们的灵魂祈求救赎。

随后唱十二首圣咏中的三首，每首重复两次。

第一时辰的诗篇，第八调。

今日圣殿的幔子 / 为斥责不法之徒而裂开，　/ 太阳也隐藏了它的光芒，　/ 因见主被钉在十字架上。（2）

诗句：外邦人为何发怒，/ 列国为何图谋虚妄之事？

诗篇 2:1

基督君王，祢如同待宰的羔羊被牵去，/又如温顺的羔羊，被罪人钉在十字架上，/为我们的罪孽，仁爱世人的主。

诗句：世上的君王都起来，诸侯一同聚集，　/ 要抵挡耶和华和祂的受膏者。

诗篇 2:2

基督君王啊，祢如同待宰的羔羊被牵去，又如温顺的羔羊，被罪人钉在十字架上，为我们的罪受苦，祢是爱人的主。

颂荣：面对擒拿你的罪人，主啊，你忍耐着如此呼求：/ “虽然你们击杀了牧人，/ 驱散了十二只羊——我的门徒，/ 我本可以派出超过十二军团的天使。/ 然而，我显出长久的忍耐，/ 为了使我藉着我的先知向你们启示的、/ 那隐藏而奥秘的事得以成就。」/ 主啊，荣耀归于祢！

如今：致那些捉拿祢的罪人：

前诵，第四调

他的心 / 积蓄了不义。

诗节：思念贫穷和困苦之人的，是有福的。

诗篇 40:7B, 2A

《撒迦利亚书》预言经文

耶和华如此说：“我要取我那美好的杖，将它弃绝，以废除我与万民所立的约。到那日，这约必被废除，我为自己所牧养的迦南羊群必知道这是耶和华的话。”我要对他们说：‘你们若以为这事好，就给我报酬；若不然，就拒绝。’他们便定下我的报酬为三十块银子。耶和华对我说：‘把它们投入熔炉，我要看这银子是否纯正，正如我曾为它们受试炼一样！’我就照耶和华所吩咐的，把那三十块银子拿去，扔在耶和华殿里的熔炉里。

撒迦利亚书 11:10–13

《加拉太书》，开篇 215B

弟兄们，我若要夸口，唯独要夸我们主耶稣基督的十字架；因这十字架，世界对我已经钉在十字架上，我也对世界已经钉在十字架上。因为受割礼不受割礼都无关紧要，要紧的是作新造的人。凡照这准则而行的，愿平安和怜悯临到他们，也临到神的以色列民！　从今以后，谁也不要使我受苦，因为我身上带着耶稣的伤痕。愿我们主耶稣基督的恩典与你们的灵同在，弟兄们，阿们。

加拉太书 6:14–18

《马太福音》，第110A章

到了早晨，所有的祭司长和民间长老都聚集起来，决定处死耶稣。他们把耶稣捆绑起来，带去交给总督本丢·彼拉多。　那时，出卖耶稣的犹大，见耶稣已被定罪，便后悔了，把那三十块银子退还给大祭司和长老，说：“我出卖了无辜之人的血，有罪了。”他们却说：“那与我们何干？你自己承当吧。”于是，他把银子丢在圣殿里，就走了，去上吊自杀了。　大祭司们拿了银子，说：“这银子是血价，不能放进圣殿的库里。”他们商议之后，就用这银子买了一块窑匠的田地，作为外邦人的坟地。因此，那块田地直到今日仍被称为“血田”。那时，先知耶利米所说的话应验了：“他们拿了三十块银子——那被估价之人的估价，就是以色列人所估价的——照着耶和华所吩咐我的，把银子拿去买了窑匠的田。”　耶稣被带到总督面前。总督问祂：“你是犹太人的王吗？”耶稣回答说：“你说的。”至于大祭司和长老们对祂的指控，祂却一言不答。彼拉多便对祂说：“你听不见他们作证控告你这么多吗？”祂却连一句话也没回答他，以致总督十分惊讶。每逢节期，总督照惯例要为取悦百姓，释放一名囚犯，任由他们选择。　那时，他们中间有一个有名的囚犯，名叫巴拉巴。因此，当众人聚集时，彼拉多对他们说：“你们要我释放谁给你们：巴拉巴，还是那称为基督的耶稣？”因为他知道，他们是出于嫉妒才出卖了祂。当他坐在审判席上时，他的妻子派人对他说：“不要对那位义人做任何事！”　“我今天在梦中因祂受了许多苦。”与此同时，大祭司和长老们煽动民众要求释放巴拉巴，并处死耶稣。总督便问他们：“这两个人中，你们要我释放哪一个给你们？”他们说：“巴拉巴。”彼拉多又问：“那么，我该怎样处置那个被称为基督的耶稣呢？”众人齐声喊道：“把他钉十字架！”彼拉多说：“他到底做了什么恶事？”但他们喊得更响了：“把他钉十字架！”彼拉多见毫无用处，甚至开始骚动，就取水在众人面前洗手，说：“我与这位义人的血无干，你们自己负责。”　全体百姓都回答说：“他的血归到我们和我们的子孙身上。”于是，他释放了巴拉巴，却将耶稣鞭打后交去钉十字架。当时，总督的兵丁把耶稣带进衙门，召集了全营的士兵围在他周围，剥去他的衣服，给他穿上一件猩红色的外袍；　又用荆棘编成冠冕，戴在他头上，把一根芦苇放在他右手里，然后跪在他面前戏弄他，说：“犹太人的王万岁！”他们又向他吐唾沫，拿起芦苇打他的头。　戏弄完了，就脱下那件红袍，给他穿上自己的衣服，带他去钉十字架。他们正走着，遇见一个名叫西门的基利尼人，就强迫他背耶稣的十字架。　到了一个名叫各各他（就是“颅骨”的意思）的地方，他们给祂喝掺了胆汁的酒

；祂尝了一口，就不愿喝了。他们把祂钉在十字架上之后，就拈阄分了祂的衣服，又坐在那里看守祂。 又在祂头顶上挂了一块牌子，写着祂的罪名：“这是犹太人的王耶稣。”那时，有两个强盗与祂同钉十字架，一个在右边，一个在左边。路过的人都讥笑祂，摇着头说：“祂拆毁圣殿，三天内就能重建起来！” “你若是神的儿子，就救救自己，从十字架上下来吧。”大祭司和文士、长老也一同讥笑祂，说：“祂救了别人，却不能救自己！祂是以色列的王 ，现在就从十字架上下来吧，我们就信祂； 他将指望寄在神身上；神若喜悦他，现在就救他吧。因为他说过：‘我是神的儿子。’与他同钉十字架的强盗也这样辱骂他。从第六时辰起，遍地都黑暗了，直到第九时辰。约在第九时辰，耶稣大声喊着说： “以利，以利！勒马撒瓦法尼？”就是说：“我的神，我的神！你为什么离弃我？”站在那里的人中，有几个人听见，就说：“他呼唤以利亚。”其中有一个人立刻跑去，拿了一块海绵，蘸满了醋，套在苇子上，给他喝。 其余的人却说：“别管他，我们且看以利亚是否来救他。”耶稣又大声呼喊了一声，便断了气。 看哪，圣殿的幔子从上到下裂为两半；大地震动；磐石崩裂；坟墓开了；许多已睡的圣徒的尸身复活了；他们因祂的复活从坟墓里出来，进了圣城，向许多人显现。 百夫长和一同看守耶稣的人，看见地震和所发生的一切，就极其惊恐，说：“祂真是神的儿子。”还有许多妇女在远处观看。 她们是从加利利跟随耶稣、服侍祂的；其中有抹大拉的马利亚、雅各和约瑟的母亲马利亚，以及西庇太两个儿子的母亲。

马太福音 27:1–56

随后

求祢照祢的话引导我的脚步，使我免于一切不法之事。

求祢救我脱离人的诽谤，我便遵守祢的诫命。

求祢将祢面上的光照在祢的仆人身上，教导我遵行祢的诫命。

诗篇 118:133–135

愿我的口满溢对你的赞美，耶和华啊，好叫我终日歌颂你的荣耀，传扬你的威严。

诗篇 70:8

三圣颂。荣耀颂，如今：至圣三一：主啊，求祢怜悯。（3）荣耀颂，如今：我们的天父：

司祭：因为国度是你的：**诵经员：**阿们。

康达克，第8调

众人来吧，让我们一同颂扬为我们被钉十字架的主。/ 因为玛利亚在十字架上看见祂，便高声呼喊：/ “虽然祢正承受着受难之苦，/ 祢仍是我的儿子，也是我的上帝。”

主啊，求祢怜悯。（40）

基督上帝啊，祢在任何时候、任何时刻都接受天上地下对祢的敬拜与颂赞；祢是长久忍耐、大有怜悯、至为仁慈的，祢爱义人，怜悯罪人，并以未来福分的应许召唤众人得救！主啊，求祢在此时此刻也接受我们的祷告，并引导我们的生活遵行祢的诫命：圣化我们的灵魂，洁净我们的身体，纠正我们的意念，净化我们的思想，并使我们脱离一切忧愁、灾祸与痛苦。 求祢以祢的圣天使护卫我们，使我们在他们的守护与教导下，得以在信仰中合而为一，并领悟祢那不可企及的荣耀；因为祢是应当受颂赞的，直到永永远远。阿们。

主啊，怜悯我们（3），**荣耀颂，如今：**

那比智天使更尊贵、/比火天使更荣耀、/以童贞之身诞下圣言、/真正的圣母——我们颂扬祢。

奉主之名赐福，神父。

司祭：上帝啊，怜悯我们，赐福于我们；向我们显明祢面容的光辉，并怜悯我们。

诵经员：阿们。

司祭：基督，真光，照亮并圣化一切来到世上的人！求祢将祢面容的光辉印在我们身上，使我们能在其中看见那不可企及的光；并求祢引导我们的脚步，遵行祢的诫命，藉着祢至圣的母亲和祢所有圣徒的祈祷。阿们。

第三时辰

来吧，让我们敬拜我们的君王、我们的上帝。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督——我们的君王、我们的上帝面前。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督——我们的君王和上帝——面前。

《诗篇》第34篇

主啊，求你审判我的仇敌，与攻击我的人争战，拿起你的刀剑和盾牌，起来帮助我！拔出你的刀，阻挡追赶我的人，对我的灵魂说："我是你的拯救。"那些寻索我性命的人，愿他们蒙羞受辱；那些图谋害我的人，愿他们退后，蒙受羞耻。愿他们如风前的尘土，愿主的使者将他们驱散；愿他们的道路幽暗滑溜，愿主的使者追赶他们。　因为他们无故向我设下灭亡的网罗，徒然诽谤我的灵魂。愿他被自己所不知的网罗所困，被自己所隐藏的陷阱所捉住，愿他坠入网中！　我的心却要因耶和华欢喜，因祂的救恩而快乐；我所有的骨头都要说："耶和华啊，耶和华啊，谁能像祢，拯救穷人脱离强暴之人的手，拯救贫穷困苦的人脱离抢夺他们之人的手呢？"　不义的见证人向我起义，我却不知情；他们盘问我，以恶报善，使我的灵魂不得安宁。然而，当他们逼迫我时，我身穿粗麻衣，以禁食使我的灵魂谦卑，但我的祷告却归回我怀中。　我待人如同邻舍，如同我们的弟兄；我如哀恸悲伤之人，便谦卑自抑。他们却欢喜聚集，向我筹谋攻击——而我却浑然不知。　他们分头行动，却毫不收敛：试探我，用讥讽嘲弄我，向我磨牙。主啊，你何时才会看见这一切？求你将我的灵魂从他们的恶行中拯救出来，从狮子——那孤单的我——那里拯救出来。　主啊，我要在盛大的聚会中尊崇祢，在强盛的子民中赞美祢！愿那些不义地与我为敌、无故恨我、用眼色暗中讥讽我的人，不要因我而欢喜。因为他们口口声声与我讲和，心里却在愤怒中图谋诡计。　他们张口攻击我，说："好啊，好啊，我们的眼睛已经看见了。"主啊，你已经看见了！求你不要沉默。主啊，不要离弃我。醒来吧，主啊，为我的审判伸张正义，我的神、我的主——为我的争讼伸张正义！　耶和华啊，求祢照祢的公义为我伸张正义，我的神、我的主啊，不要让他们因我而欢喜，不要让他们在心里说："好啊，好啊，我们的心满意足了"，也不要让他们说："我们吞灭了他。"那些一同因我的不幸而欢喜的人，愿他们蒙羞受辱；　那些在我身上自高自大的人，愿他们披上羞耻和耻辱。愿那些盼望我得称义的人欢喜快乐，愿那些为祂的仆人寻求平安的人，永远说："愿耶和华被尊为大！"我的舌头要传扬祢的公义，终日颂赞祢。

诗篇 108

神啊，求祢不要对我的赞美置之不理！因为罪人的口和诡诈之人的口都向我张开，用诡诈的舌头诽谤我，用仇恨的话语环绕我，无故与我为敌。　他们本该爱我，却诽谤我；我却祷告；他们以恶报善，以仇恨报答我的爱。求祢使罪人站在他面前，当他受审判时，愿诽谤者站在他右边，使他被定罪，他的祷告也归于罪孽。　愿他的日子短暂，愿别人接替他的职位；愿他的儿子们　成为孤儿，他的妻子成为寡妇；愿他的儿子们流离失所，沦为乞丐，被逐出自己的废墟。　愿债主取走他的一切，愿外人掠夺他的劳碌所得；愿他无人代求，也无

人怜悯他的孤儿；愿他的儿女生来就遭灭亡，愿他的名在一代之内便从地上除灭。　愿他祖先的罪孽在耶和华面前被记念，他母亲的罪过不可涂抹；愿这些罪孽常在耶和华面前，愿他们的一切记忆从地上被除灭——只因他没有施怜悯，反而追逼那贫穷、困苦、心碎的人，要将他杀死。　他喜爱咒诅，咒诅就临到他；他不愿接受祝福，祝福便远离他。他将咒诅当作衣服穿上，咒诅如水涌入他的内脏，如膏油渗入他的骨头；　愿它成为他所穿的衣服，成为他常系在腰间的腰带。这是从耶和华那里临到那些诽谤我、向我的灵魂说恶言之人的结局。耶和华啊，耶和华啊，求你因你的名为我行这事，因为你的慈爱是美好的。　求祢拯救我，因我贫穷困苦，我心里忧愁。我如影儿一转即逝，他们将我如蝗虫一般抖落；我的膝盖因禁食而软弱，我的肉体也因没有膏油而枯槁。我成了他们的笑柄：他们看见我，就摇动头。耶和华——我的神啊，求祢帮助我；求祢凭祢的慈爱拯救我，使他们知道这是祢的手所为，是祢——耶和华——所成就的。他们虽咒诅，祢却赐福；那些攻击我的人必蒙羞，祢的仆人却要欢喜。　愿诽谤我的人披上羞耻，愿他们像穿衣服一样披上自己的耻辱。我要用口热切地称颂耶和华，在众人中间赞美祂，因为祂站在贫穷人的右边，要从逼迫者手中拯救我的灵魂。

诗篇 50

神啊，求祢按祢的大慈爱怜悯我，按祢丰盛的恩典涂抹我的过犯；求祢彻底洗净我的过犯，洁净我的罪。因为我知道我的过犯，我的罪常在我面前。　我得罪了你——独一的上帝，在你面前行了恶；但你必因你的话语被证明是公义的，若有人与你对质，你必得胜。因为看哪，我是在罪孽中受孕的，我母亲怀我时，我已在罪中出生。　看哪，你喜爱真理，将你智慧中隐藏的奥秘向我显明。你用牛膝草洒我，我就洁净；你洗涤我，我就比雪更白；你使我听见喜乐和欢欣，我这受压制的骨头就欢喜。　求祢转脸不看我的罪孽，涂抹我一切的过犯。神啊，求祢为我造清洁的心，在我里面更新正直的灵。求祢不要将我从祢面前赶出去，也不要从我身上收回祢的圣灵。　求祢使我重享祢救恩的喜乐，并以祢大能的圣灵坚固我。我必将祢的道路教导悖逆的人，不义之徒必归向祢。神啊，我的救主，求祢救我脱离流血之罪，我的舌头必因祢的公义而欢欣。　主啊，祢必开启我的口，我的口便要传扬祢的赞美。因为倘若祢喜悦祭物，我必献上；但祢不喜悦燔祭。献给神的祭是痛悔的心；神必不轻看痛悔谦卑之人的心。　主啊，求祢以祢的恩惠眷顾锡安，使耶路撒冷的城墙得以重建——那时，祢必悦纳公义的祭、献祭和燔祭；那时，人必将公牛犊献在祢的祭坛上。

荣耀颂，如今：哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚，荣耀归于祢，上帝。 (3) 主啊，求祢怜悯。 (3) **荣耀颂：**

颂歌，第六调

主啊，犹太人将祢——万有的生命——判处死刑； / 红海被杖劈开，他们却如踏干地般渡过， / 将祢钉在十字架上； / 曾从磐石中饮蜜， / 却向祢献上苦胆。 / 但祢甘愿忍受这一切， / 为了将我们从仇敌的奴役中解救出来， / 基督上帝，荣耀归于祢！

如今，向圣母祈祷：圣母，祢是真葡萄树，/为我们结出了生命的果实；/我们恳求祢：主母啊，/请与使徒及众圣徒一同代祷，/求祢怜悯我们的灵魂。

随后唱十二首圣咏中的三首，每首重复两次。

第三时辰的诗篇，第八调

因惧怕犹太人，/ 祢的挚友彼得，/ 竟背弃了祢，主啊，/ 并哭泣着如此呼求：/ “仁慈的主，见我流泪，求祢莫要沉默，/ 因我曾说必守忠贞，却未能守住！”/ 求祢同样接纳我们的忏悔，并怜悯我们。 (2)

经文：**主啊，求祢垂听我的话语，/ 体恤我的呼求。**

诗篇 5:2

在祢神圣的十字架前，/ 当士兵们嘲弄祢时，主啊，/ 无形的军旅都惊愕不已：/ 因为祢———那位用鲜花装点大地的主，/ 被戴上了嘲弄的冠冕，/ 身披嘲笑的外袍，/ 祢用云彩装点穹苍。 / 诚然，藉着祢这样的安排，/ 祢的仁慈便显明了，基督；/ 祢的慈爱何其大，愿荣耀归于祢！

诗句：求祢垂听我的祈祷之声，/我的君王，我的上帝。

诗篇 5:3A

在祢神圣的十字架前：

颂荣，第五调：主啊，祢被拖上十字架时如此呼喊：/ “犹太人啊，/ 你们要钉死我，究竟是因何事？/ 难道是因为我使你们瘫痪的人恢复了力量？/ 难道是因为我使死人如同从睡梦中复活？ / 治愈了患血漏的妇人，怜悯了迦南妇人——/ 犹太人啊，你们要杀我， / 究竟是因何事？ / 但你们必看见那你们如今所刺穿的， / 就是基督，你们这无律法的人啊！」

如今：主啊，当祢被钉上十字架时，曾如此呼求：

前诵，第四调

因为我已准备好承受打击，/ 我的苦难常在我面前。

诗节：主啊，求祢不要在祢的烈怒中定我的罪，也不要用祢的忿怒惩罚我。

诗篇 37:18, 2

以赛亚书诵读

主赐我教导的舌头，使我知道何时该说话。祂清早便立我，赐我耳朵，使我能听。主的训诲开启我的耳朵，我既不抗拒，也不反驳。我将背交受鞭打，将脸颊交受击打； 我的脸也不因辱骂而转开。耶和华——耶和华成了我的帮助者；因此，我没有蒙羞，反而将我的脸如坚固的磐石一般挺立，我知道我必不蒙羞，因为那为我伸冤的近了。谁要与我争辩？让他与我一同站立。 谁要与我争辩？让他靠近我。看哪，主——耶和华必帮助我：谁能害我呢？看哪，你们众人都要像衣服一样朽坏，像被虫蛀食一般。你们中间谁敬畏耶和华？让他听从祂仆人的声音。 那些在黑暗中行走、没有光的人啊！要倚靠耶和华的名，在神里面站立得稳。看哪，你们众人，[如同]点燃火，又加增火焰——就照着你们所点燃的火光和火焰行走吧！这一切因我临到你们身上：你们必在痛苦中沉睡！

以赛亚书 50:4–11

《罗马书》，开篇 88B

弟兄们，基督在我们还软弱的时候，就在定好的时候为不敬虔的人死了。因为几乎没有人会为义人死。或许有人会为某个善良的人 而死。但神证明他对我们的爱，就在于基督在我们还是罪人的时候，就为我们死了。 因此，我们如今既因祂的血称义，就更要借着祂得救，免去神的忿怒。因为我们作仇敌的时候，尚且借着祂儿子的死与神和好，既已和好，就更要在祂的生命里得救了。

罗马书 5:6–11

《马可福音》，开篇67B

那时，兵丁把耶稣带进院子里，就是总督府。他们召集了全营的士兵，给他穿上紫袍，又编了一顶荆棘冠冕戴在他头上。他们开始向他致意：“犹太人的王万岁！”他们用芦苇棍打他的头，向他吐唾沫，又跪下拜他。戏弄他之后，就脱下那件紫袍，给他穿上自己的衣服。于是带他出去，要钉他在十字架上。 他们强迫一个从田间回来的路人——基利尼人西门，亚历山大和鲁法的父亲——背起他的十字架。他们把他带到各各他，那地方的名字翻出来就是“颅骨地”。 他们给祂喝掺了没药的酒，祂却不喝。他们把祂钉在十字架上，又把祂的衣服

分了，为分得什么而掷签。　祂被钉十字架的时候，正是第三时辰。祂的罪状牌上写着："犹太人的王"。还有两个强盗与祂同钉十字架，一个在祂右边，一个在祂左边。路过的人都讥笑祂，摇着头说："哦，那拆毁圣殿、三日之内又重建的！"救救你自己吧，从十字架上下来吧。"大祭司和文士也一同嗤笑，彼此说："他救了别人，却不能救自己！以色列的王基督，现在就从十字架上下来吧，让我们看见，我们就信他。"连与他同钉十字架的人也辱骂他。到了第六时辰，遍地都黑暗了，直到第九时辰。到了第九时辰，耶稣大声呼喊说："以罗伊，以罗伊！拉马撒巴各大尼？"翻译过来就是："我的神，我的神！"　"你为什么离弃我？"站在那里的人中，有几个人听见，就说："看哪，他呼唤以利亚。"又有人跑去，把海绵蘸满了醋，套在芦苇管上，给他喝，说："且等一等，看以利亚来不来救他。"耶稣大声呼喊了一声，便断了气。圣殿的幔子从上到下裂为两半。站在对面的一百夫长看见他这样呼喊着断了气，就说："这人真是神的儿子。"还有些妇女在远处观看；其中有抹大拉的马利亚、雅各小弟和约西的母亲马利亚，以及撒罗米，她们在耶稣还在加利利的时候就跟随祂、服侍祂；还有许多其他跟随祂来到耶路撒冷的妇女。

马可福音 15:16–41

接着

耶和华神是应当称颂的，耶和华是应当天天称颂的，我们的救主神必使我们得胜。我们的神是拯救之神。

诗篇 67:20, 21

三圣颂。荣耀颂，如今：至圣三一：主啊，求祢怜悯。（3）荣耀颂，如今：我们的天父：

司祭：因为国度是祢的：**诵经员：**阿们。

康达克，第8调

众人来吧，让我们为为我们被钉十字架的主歌唱。/ 因为玛利亚在十字架上看见了祂，便高声呼喊：/ "虽然祢正承受着受难之苦，/ 祢仍是我的儿子，也是我的上帝。"

主啊，求祢怜悯。（40）

基督上帝啊，祢在任何时候、任何时刻都接受天上地下对祢的敬拜与颂赞；祢是长久忍耐、大有怜悯、至为仁慈的，祢爱义人，怜悯罪人，并以未来福分的应许召唤众人得救！主啊，求祢在此时此刻也接受我们的祷告，并引导我们的生活遵行祢的诫命：　，求祢圣化我们的灵魂，洁净我们的身体，纠正我们的意念，净化我们的思想，并使我们脱离一切忧愁、灾祸与痛苦。　求祢以祢的圣天使护卫我们，使我们在他们的守护与教导下，得以在信仰中合而为一，并领悟祢那不可企及的荣耀；因为祢是应当受颂赞的，直到永永远远。阿们。

主啊，怜悯我们（3），**荣耀颂，如今：**

那比智天使更尊贵、/比火天使更荣耀、/以童贞之身诞下圣言、/真正的圣母——我们颂扬祢。

奉主之名赐福，神父。

司祭：上帝，怜悯我们，赐福于我们；向我们显明祢面容的光辉，并怜悯我们。

诵经员：阿们。

圣马达里乌斯的祷文

至高无上的上帝，全能的父，主，独生子耶稣基督和圣灵！唯一的神性，唯一的大能，求祢怜悯我这罪人，并按祢所知的途径拯救我这不配的仆人，因为祢是世世代代受称颂的。阿们。

第六时辰

来吧，让我们敬拜我们的君王、我们的上帝。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督——我们的君王、我们的上帝面前。

来吧，让我们敬拜并俯伏在我们自己的基督、君王和上帝面前。

第53篇诗篇

神啊，求祢凭祢的名拯救我，凭祢的大能为我伸张正义。神啊，求祢垂听我的祷告，留心听我口中的话语。因为外邦人向我兴起，强暴之徒追杀我的性命，他们心中没有神。但看哪，神帮助我，耶和华是我灵魂的护卫者。　祂必将灾祸转归我的仇敌；求祢用祢的真理灭绝他们。我要热切地向祢献上祭物，赞美祢的名，耶和华啊，因为祢的名是美善的；因为祢救我脱离了一切的患难，我的眼睛也看见了我的仇敌。

《诗篇》139篇

耶和华啊，求你救我脱离恶人，救我脱离不义之徒：他们心里图谋不义，终日预备争战；他们的舌头尖如蛇，口中充满蝮蛇的毒液。　耶和华啊，求祢保护我脱离罪人的手，救我脱离不义之人的手，他们图谋使我的脚步摇动。骄傲的人为我设下网罗，张起绳索，为我的脚设下圈套；他们在我的路上设下绊脚石。　我对耶和华说：“你是我的神；耶和华啊，求你垂听我的祈求！”耶和华啊，耶和华啊，我拯救的大能，你在争战之日为我遮盖。耶和华啊，求你不要将我交在罪人手中，违背我的意愿。　他们图谋害我，求祢不要撇下我，使他们永不得逞。他们所图谋的——他们口中的诡诈——必遮盖他们；火炭必降在他们身上，祢必使他们在痛苦中倾覆，他们必站立不住。恶言之人必不能在世上兴盛，不义之人的恶必将他引向灭亡。　我深知，耶和华必为贫穷人伸张正义，为困苦人伸张公义。这样，义人必尊崇你的名，正直人必在你面前安居。

《诗篇》第90篇

倚靠至高者的，必住在天神的荫下。他要对耶和华说：“你是我的庇护所，是我的避难所，是我的神，我投靠祂。”因为祂必救你脱离 猎人的罗网，和那令人惊惶的消息。 祂必用祂的肩头遮蔽你，你必在祂的翅膀下得着庇护——祂的信实必如盾牌环绕你。你必不惧怕黑夜的惊骇，也不惧怕白昼飞来的箭；不惧怕在黑暗中游荡的灾祸，也不惧怕正午的灾难和恶魔。　虽有一千人倒在你身旁，一万人倒在你右边，却不会临近你。你只需用眼观看，便能看见罪人的报应。因为主啊，你是我的盼望！　你以至高者为你的避难所。灾祸必不临到你，灾害也不临近你的帐篷；因为祂必吩咐祂的天使保护你，在你一切所行的路上——他们必用手托住你，免得你的脚碰在石头上。 你必践踏蝮蛇和蜥蜴，必践踏狮子和龙。 “因为他倚靠我，我必拯救他；我必保护他，因为他认识我的名。他若呼求我，我必应允；他在患难中，我必与他同在，我必拯救他，使他尊荣；我必以长寿满足他，并将我的救恩显明给他。”

荣耀颂，如今：哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚，荣耀归于祢，上帝。 (3) 主啊，求祢怜悯。 (3) **荣耀颂：**

圣周五的时刻

颂歌，第二调

基督上帝，祢在世上成就了救恩：/ 祢在十字架上伸展祢至洁的双手，/ 聚集了所有呼求的万民：/ “主啊，荣耀归于祢！”

如今，圣母颂：因我们罪孽深重，我们不敢妄自祈求，/ 但求祢，童贞圣母，向祢所生的主代求！/ 因为圣母向仁慈的主所作的祈求大有能力。/ 至圣者，求祢不要轻视罪人的恳求，/ 因为那位为我们承受苦难的主，/ 既满有怜悯，又大有能力拯救我们。

随后，我们唱十二首圣咏中的三首，每首重复两次。

第六时辰的诗篇，第八调

主如此对犹太人说：/ “我的子民，我对你做了什么，/ 或是用什么使你恼怒？/ 我使你的瞎子看见光明；/ 洁净了你的麻风病人；/ 扶起了躺在褥子上的人。/ 我的子民，我对你做了什么，/ 而你却用什么来报答我？ / 你们以胆汁代替吗哪，以醋代替清水； / 本该爱我， / 你们却将我钉在十字架上。 / 我实在无法再忍受了： / 我要召聚我的外邦子民， / 他们将与圣父和圣灵一同荣耀我， / 我也要赐给他们永生！」 (2)

经文：他们给我喝的是苦胆，/在我口渴时，却给我喝醋。

诗篇 68:22

以色列的立法者、犹太人和法利赛人，/ 众使徒向你们呼求：/ “看哪，这就是你们所拆毁的圣殿，/ 看哪，这就是你们所钉十字架、并埋入坟墓的羔羊；/ 但他凭自己的大能复活了。 / 犹太人啊，不要迷途， / 因为祂是在红海中拯救你们、 / 在旷野中喂养你们的那一位； / 祂是生命、是光、是赐给世人的平安！”

经文：上帝啊，求祢拯救我，/ 因为水已漫至我的灵魂。

诗篇 68:2

以色列的律法师、犹太人和法利赛人：

颂荣，第五声调：来吧，基督的子民，/让我们看看，那背叛者犹大/与那些罪恶的祭司们，针对我们的救主达成了怎样的密谋：/在这日子里，他们将那永生之道/定为该死，/并将其交予彼拉多，在刑场处以十字架之刑。 / 我们的救主在忍受这一切时，呼求道：/ “父啊，赦免他们的罪，/ 好叫外邦人得以认识 / 我从死里复活！”

如今：基督的子民啊，请前来：

前诵，第四调

主啊，我们的主，/ 祢的名在全地何等奇妙。

诗节：因为祢的荣美高过诸天。

诗篇 8:2

以赛亚书预言诵读

主如此说：看哪，我的仆人必明白，必被高举，必大得荣耀。[必被尊崇]。许多人因祂而惊奇，正如祂在世人眼中是卑微的，在世人子孙中是无名的！　许多民族必因祂而惊奇，列王必闭口无言；因为那些未曾听闻祂的人必看见，那些未曾听见的人必明白。主啊！谁信我们所传的呢？　又有谁曾见过主的作为呢？我们传讲祂，祂如同祂面前的婴孩，又如干旱之地中的根；祂没有佳形美容，我们看见祂，祂也没有可瞻仰的荣美；祂的形貌被贬低，比世上所有的人都更受轻视。　祂是受苦的人，深知如何忍受病痛；因为祂的面容向我们转开，祂被藐视，被视为无物。祂担当我们的罪孽，为我们受苦；我们却以为祂在受苦，被神击打，遭遇灾祸。　但他因我们的过犯受创，因我们的罪孽受苦；因他受的刑罚，我们得平安；因他受的鞭伤，我们得医治。我们都如羊走迷，各人偏离正路。　耶和华因我们的罪孽将祂交出，祂自己却因疲乏而不开口。祂像被牵去宰杀的羊，又像被剪毛的羔羊默然无声，祂

也不开口。祂在受辱时，公义被剥夺；但谁能说明祂的后裔呢？　因为祂的生命要从地上被夺去：因我百姓的罪孽，祂被带去受死。我必使恶人替祂安葬，使富人替祂受死，因为祂没有行过不义，祂的口中也没有诡诈——耶和华却要使祂脱离败亡。　你们若献上赎罪祭，你们的灵魂必得见长存的后裔。耶和华愿用祂的手救赎祂的灵魂脱离痛苦，向祂显明光明，并以智慧使祂成全——为那行义、善待众人的义人伸张公义：祂自己要担当他们的罪孽。　因此，祂必得着许多人为产业，并分得强者的战利品；因为祂的灵魂被交于死地，被列在罪人之中，祂亲自担当了许多人的罪孽，并因他们的罪孽被交出。　不生育、未曾生养的，你要欢喜；未曾经历分娩之苦的，你要高声欢呼；因为被遗弃的女子，她的儿女比有丈夫的女子更多！

以赛亚书 52:13–15；53:1–12；54:1

《希伯来书》，第306节

弟兄们，无论是那使人成圣的，还是被成圣的，都是出于同一位：正因如此，祂并不以称他们为弟兄为耻，说：“我要将祢的名传给我的弟兄们；在会众中我要歌颂祢。”　还有：“我要仰望祂。”还有：“看哪，我与神所赐给我的儿女。”因此，正如儿女在血肉上与人同体，祂也成了血肉之躯，为要借着死废去那掌管死亡的，就是魔鬼，并释放那些一生因惧怕死亡而受奴役的人。　因为祂无疑不是取了天使的本性，而是取了亚伯拉罕的后裔。因此，祂必须在各方面都与弟兄们相似，好在神面前作一位仁慈而忠信的大祭司，为百姓的罪献上赎罪祭。因为祂自己既然被试探而受了苦，就能帮助那些受试探的人。

希伯来书 2:11–18

《路加福音》，第111章

那时，还有两个罪犯和耶稣一同被带去处死。到了一个名叫髑髅地的地方，他们就在那里把耶稣和那两个罪犯钉在十字架上，一个在右边，一个在左边。耶稣说：“父啊，赦免他们，因为他们不知道自己所做的事。”他们分了耶稣的衣服，拈阄分取。　百姓都站在那里观看。官长们也嗤笑他，说：“他救了别人，若是神的基督，神的所拣选的，就让他救自己吧。”兵丁也戏弄他，上前给他喝醋，说：“你若是犹太人的王，就救救自己吧。”　那里还立着，上面用希腊文、拉丁文和希伯来文写着：“这是犹太人的王。”被钉在十字架上的一个恶人讥诮他说：“你不是基督吗？救救你自己和我们吧。”另一个却责备他说：“你连神都不怕吗？你自己也要受同样的刑罚。”“我们受这刑罚是应当的，因为我们是按着自己的行为受报的。但祂并没有做过什么恶事。”他又说：“耶稣啊，祢作王的时候，求祢记念我。”耶稣对他说：“我实在告诉你，今日你要同我在乐园里了。”那时约有第六时辰，遍地都黑暗了，直到第九时辰，因为太阳不再发光。圣殿的幔子从中间裂开了。耶稣大声喊着说：“父啊，我将我的灵交在你手里。”说了这话，便断了气。　百夫长看见所发生的事，就归荣耀给神，说：“这人真是义人。”所有聚集观看这场景的人，看见所发生的事，都捶胸而归。所有认识他的人都远远地站着，那些从加利利跟随他的妇女们也看见了这一切。

路加福音 23:32–49

接着

主啊，愿祢的怜悯速速临到我们，因为我们极其困苦。神啊，我们的救主，求祢帮助我们；主啊，为祢名的荣耀，求祢拯救我们，并因祢的名赦免我们的罪。

诗篇 78:8B, 9

三圣颂。荣耀颂，如今：至圣三一：主啊，怜悯我们。（3）荣耀颂，如今：我们的天父：

司祭：因为国度是祢的；**诵经员：**阿们。

康达克，第8调

众人来吧，让我们为为我们被钉十字架的主歌唱。/ 因为玛利亚在十字架上看见了祂，便高声呼喊：/ “虽然祢正承受着受难之苦，/ 祢仍是我的儿子，也是我的上帝。”

主啊，求祢怜悯。（40）

基督上帝啊，祢在任何时候、任何时刻都接受天上地下对祢的敬拜与颂赞；祢是长久忍耐、大有怜悯、至为仁慈的，祢爱义人，怜悯罪人，并以未来福分的应许召唤众人得救！主啊，求祢在此时此刻也接受我们的祷告，并引导我们的生活遵行祢的诫命：圣化我们的灵魂，洁净我们的身体，纠正我们的意念，净化我们的思想，并使我们脱离一切忧愁、灾祸与痛苦。　求祢以祢的圣天使护卫我们，使我们在他们的守护与教导下，得以在信仰中合而为一，并领悟祢那不可企及的荣耀；因为祢是应当受颂赞的，直到永永远远。阿们。

主啊，怜悯我们（3），**荣耀颂，如今：**

那比智天使更尊贵、/比火天使更荣耀、/以童贞之身诞下圣言、/真正的圣母——我们颂扬祢。

奉主之名赐福，神父。

司祭：上帝啊，怜悯我们，赐福于我们；向我们显明祢面容的光辉，并怜悯我们。

诵经员：阿们。

圣大巴西尔的祷文

上帝，万军之主，万物之创造者，因祢无与伦比的仁慈，　祢差遣了祢的独生子、我们的主耶稣基督，为要拯救我们的人类；祂以圣十字架撕毁了我们罪孽的文书，并藉此战胜了黑暗的掌权者和统治者！　仁爱的主啊，求祢亲自接受我们这些罪人所献上的感恩与祈求，并拯救我们　，使我们脱离一切毁灭性的、黑暗的罪过，以及所有企图加害于我们的有形与无形的仇敌。　求祢以对祢的敬畏钉住我们的肉体，勿让我们的心偏离邪恶的言语或意念；但求祢以对祢的爱刺透我们的灵魂，使我们常仰望祢，被祢所发出的光引导，在默观祢——那不可企及且永恒的光明时，　不断向祢献上赞美与感谢，归于无始的圣父、祢的独生子，以及祢那至圣、至善、赐生命的神圣圣灵，如今、直到永远、世世代代。阿们。

第九时辰

来吧，让我们敬拜我们的君王、我们的上帝。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督——我们的君王、我们的上帝面前。

来吧，让我们敬拜并俯伏在基督本人——我们的君王和上帝面前。

第68篇诗篇

神啊，求你救我，因为水已漫过我的灵魂。我被抛入深泥之中，无处立足；我进入深海，风暴将我淹没。我呼喊至力竭，喉咙已嘶哑；因等候我的神，我的眼睛昏暗。　无故恨我的人，比我头上的头发还多；不义地驱逐我的仇敌，已然得势；我虽未曾掠夺，却要为此受罚。神啊，祢深知我的愚昧，我的过犯在祢面前无所遁形。　主啊，万军之耶和华，那些仰望祢的人，因我不要蒙羞；以色列的上帝啊，那些寻求祢的人，因我不要受辱！因为我为祢的缘故受了辱骂；羞耻遮盖了我的脸。　我在弟兄中成了陌生人，在我母亲的儿女中成了外

人，因为我为祢的殿心怀热忱，那些辱骂祢之人的辱骂都落在我身上。我使我的灵魂禁食，这反倒成了我的羞辱；我像穿衣服一样披上破衣，结果成了他们的笑柄。　坐在城门口的人议论我，喝酒的人也歌唱我；但我却向祢，神，献上我的祷告；神啊，在祢恩典的时候，因祢丰盛的慈爱，求祢凭祢真实的救恩垂听我。　求祢救我脱离泥潭，免得我陷在其中；求祢救我脱离恨我的人和深水；求祢不要让风暴在水上淹没我，不要让深渊吞噬我，也不要让深井的井口在我头上闭合。　耶和华啊，求祢垂听我，因祢的慈爱本为美好；求祢因祢丰盛的怜悯眷顾我。求祢不要向祢的仆人掩面，因我忧伤，求祢速速垂听我，侧耳听我心，为我的仇敌的缘故救赎我。　因为你知道我的羞辱、我的耻辱和我的羞愧；所有逼迫我的人都在你面前。我的灵魂等候着羞辱和痛苦；我等候有怜悯的人，却没有；等候安慰者，却找不到；他们给我苦胆当食物，在我口渴时用醋给我喝。　愿他们的筵席成为他们的网罗、报应和陷阱；愿他们的眼睛昏暗，看不见；愿他们的脊梁永远弯曲。求你将你的忿怒倾倒在他们身上，愿你烈怒的火追上他们。　愿他们的院落荒凉，他们的帐篷无人居住；因为你所击打的人，他们竟去逼迫，又加增了我伤口的痛苦。求你将他们的罪孽加在他们身上，使他们不得进入你的公义；愿他们从生命册上被涂抹，不得与义人一同记名。　我贫穷且受苦：神啊，愿你的拯救扶持我。我要用诗歌赞美我神的名，用颂赞尊崇他；这比献上一头长着新犄角和蹄子的公牛犊更蒙神喜悦。　愿贫穷人看见这事而欢喜；你们要寻求神，你们的灵魂就必存活。因为耶和华垂听了贫穷人的呼求，没有轻看祂的囚犯。愿天地、大海和其中一切活动之物都赞美祂。　因为神必拯救锡安，犹大的城邑必被重建，人们必住在那里，并承受为业；祂仆人的后裔必得着这些城邑，爱祂名的人必住在其中。

第69篇诗篇

神啊，求祢向我施救；主啊，求祢速速帮助我。愿那些寻索我性命的人蒙羞受辱；愿那些向我图谋恶事的人退后蒙羞；愿那些对我说“好啊，好啊！”却心怀诡诈的人，立刻蒙羞退去。　愿一切寻求你的，神啊，都因你欢喜快乐；愿爱你救恩的人不断地说：“愿主被尊为大！”我却是贫穷困苦的；神啊，求你帮助我。你是我的帮助者，也是我的拯救者；主啊，不要迟延！

诗篇第85篇

耶和华啊，求祢侧耳听我，因为我是贫穷困苦的。求祢保全我的性命，因为我是敬虔的；我的神啊，求祢拯救祢的仆人，他仰望祢。　耶和华啊，求祢怜悯我，因为我终日向祢呼求。求祢使祢仆人的心欢喜，因为我将我的心仰望祢。耶和华啊，祢是良善的，是温柔的，对一切呼求祢的人都大有慈爱。耶和华啊，求祢垂听我的祷告，侧耳听我恳求的声音。　在我遭难的日子，我向祢呼求，祢便应允了我。主啊，诸神之中没有能与祢相比的，在祢的作为上也没有能与祢匹敌的。主啊，祢所创造的万民都要前来，在祢面前敬拜，并称颂祢的名。　因为祢伟大，行奇事，祢是独一的上帝。耶和华啊，求祢引导我走祢的道路，我必遵行祢的真理。愿我的心因敬畏祢的名而欢喜。　主啊，我的神，我要全心向祢认罪，并永远尊崇祢的名；因为祢向我施的慈爱甚大，祢已将我的灵魂从最深的阴间救出来。神啊，犯罪的人起来攻击我，强暴之徒聚集起来追杀我的灵魂，却未将祢放在心上。　主啊，我的神，你是慷慨仁慈、宽容大度、满有怜悯且信实的，求你垂顾我，怜悯我；将你的能力赐给你的仆人，拯救你女仆的儿子。　求祢为我显出吉兆，使恨我的人看见便蒙羞，因为主啊，祢帮助了我，安慰了我。

荣耀颂，如今：哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚，荣耀归于祢，上帝。 (3) 主啊，求祢怜悯。 (3) **荣耀颂：**

圣咏，第八调

看见生命的元首 / 被悬挂在十字架上，那强盗说道： / “倘若被钉者并非与我们同在的道成肉身之神， / 太阳便不会遮蔽其光芒， / 大地也不会战栗震动。 / 但，万苦皆忍的主啊， / 求祢在祢的国度中记念我！”

如今，圣母颂：为我们的缘故由童贞女诞生并受难被钉十字架，/以死亡击溃死亡，并作为神显明复活，/仁慈的主，求祢勿轻视祢亲手所造的众生； / 仁慈的主，求祢显明祢对人类的慈爱，/ 接纳为我们代求的、生下祢的圣母，/ 我们的救主，求祢拯救那些绝望的人。

随后唱十二首圣咏中的三首，每首重复两次。

第九时辰的诗篇，第七调

目睹天地创造主悬挂在十字架上， / 太阳黯淡， / 白昼再度化为黑夜， / 大地从坟墓中吐出死者的躯体， / 景象令人惊骇； / 我们与他们一同敬拜祢， / 主啊，求祢拯救我们！ **(2)**

诗句：他们分了我的衣服，/ 又为我的外袍掷了签。

诗篇 21:19

当那群不法之徒将祢———荣耀的主———钉在十字架上时，/祢向他们呼喊：/“我曾用什么使你们忧伤，或用什么惹你们发怒？/谁比我更常使你们脱离苦难？/如今你们却以何报答我？———以恶报善！ / 他们将我钉在十字架上，视如火柱；/ 他们为我掘坟，视如云柱；/ 他们以苦胆代替吗哪；/ 他们以醋代替清水。/ 从今以后，我要呼召外邦人，/ 他们必与圣父和圣灵一同荣耀我！」

经文：他们给我喝的是苦胆，/在我口渴时，却给我喝醋。

诗篇 68:22

当那群不法之徒将你———荣耀的主———钉在十字架上时：

颂荣，第六调：今日被悬挂在十字架上 / 那位曾将大地悬于水上的； / 戴上荆棘冠冕 / 天使之王； / 披上虚假的紫袍 / 那位以云彩遮蔽穹苍的； / 面受重击 / 那位在约旦河中拯救亚当的； / 教会的新郎被钉在十字架上； / 童贞女之子被长矛刺穿。 / 我们敬拜祢的受难，基督。 / 我们敬拜祢的受难，基督。 / 我们敬拜祢的受难，基督。 / 求祢也向我们显明祢荣耀的复活！

如今：在这日，祂被悬挂在十字架上：

前诵，第六调

那狂妄之人心中说：/ “没有神！”

诗节：行善的，没有，连一个也没有。

诗篇 13:1A, 3B

耶利米书的诵读

主啊，求你向我启示，我就明白；那时我便看见他们的作为。我却像一只无辜的羔羊，被牵去宰杀，并未察觉他们对我怀有恶意，说： ‘来吧，我们在他的食物里掺入毒木，将他从活人之地除灭，使他的名不再被记念。’万军之耶和华啊，公义的审判者，察验内脏和心灵的主！愿我得见你向他们施行报应，因我已将我的辩护呈明于你。 因此，万军之耶和华这样说，论到那些在亚拿福追杀我性命的人，他们说：‘不可奉耶和华的名说预言，否则必死在我们手中’——（万军之耶和华这样说：）看哪，我要惩罚他们：他们的青年必死于刀下；他们的儿女必因饥荒而死。 他们必无余剩；因为在他们受惩罚的那一年，我要将灾祸降在亚拿托弗的居民身上。耶和华啊，你公义，我能在你面前自辩；然而，我要与你论断：为何恶人的道路亨通？凡行诡诈的都兴旺！ 你栽种了他们，他们便生根发芽，生了儿女，结出了果实。你离他们的嘴很近，却离他们的心很远。主啊，你认识我；你察看我，也试炼我在你面前的心。求你把他们聚集起来，如同待宰的羊，在他们被宰杀之日将他们除净！

大地还要悲哀多久？田野的草还要因其中居民的恶行而枯干多久？牲畜和飞鸟都消失了，因为它们说：“神看不见我们的道路。”——你的双脚奔跑，却使你疲惫。（来吧），聚集一切田野的走兽，让它们来吞吃这地！　无数的牧人毁坏了我的葡萄园，玷污了我的产业，将我所珍爱的产业变为无法通行的荒野，使之遭受毁灭性的灭绝。因为耶和华这样说，论到一切恶邻，就是那些侵犯我产业的，这产业是我分给我的子民以色列的：“看哪，我要将他们从他们的土地上拔出，并将犹大家从他们中间赶出去。等我将他们赶出去之后，我必使他们归回，怜悯他们，使他们各归自己的产业，各归自己的土地。”

耶利米书 11:18–23；12:1–11, 14–15

《希伯来书》，第324节

弟兄们，我们既因耶稣的血得以坦然进入圣所，是借着祂给我们开了一条又新又活的路，从幔子经过，就是祂的身体；又有一位大祭司治理神的家，　——让我们怀着诚挚的心，凭着完全的信心前来，用洒在心上的血洗净那被邪恶良心玷污的心，又用清水洗净身体。我们要坚定不移地持守所承认的盼望，因为那应许的，是信实的；又要彼此关照，互相劝勉，行善，不可停止聚会，像有些人习惯的那样，倒要彼此劝勉，既然看见那日临近，就更当如此。　因为人若在认识真理之后，仍故意犯罪，就再没有赎罪的祭物了，只有一个可怕的等待审判的处境，以及那烈火的愤怒，这烈火正等着吞灭那些抵挡的人。　那弃绝摩西律法的人，凭着两三个　见证人的口供，就毫无怜悯地被处死；你们想，那践踏上帝的儿子、藐视那使他成圣的约之血、不将之视为圣物、并亵渎圣灵的人，该受何等更重的刑罚呢？　因为我们知道那位曾说：“报应在我，我必报应”；又说：“主必审判祂的子民”的主。落在永生神的手里，真是可怕！

希伯来书 10:19–31

《约翰福音》，第59B节

那时，人们把耶稣从该亚法那里带到总督府。那时是早晨，他们自己没有进总督府，免得沾染不洁，好过逾越节。彼拉多就出来见他们，说：“你们控告这人有什么罪名？”他们回答说：“如果他没有做过恶事，我们就不会把他交给你。”彼拉多对他们说：“你们自己把他带走，按你们的律法审判他吧。”犹太人对他说：“我们没有权柄处死任何人。”这是要应验耶稣所说的话，他曾预示自己将要怎样死。　彼拉多又进了衙门，叫了耶稣来，对他说：“你是犹太人的王吗？”耶稣回答说：“这话是你自己说的，还是别人告诉你关于我的？”彼拉多说：“难道我是犹太人吗？　是你的百姓和大祭司把你交给我。你做了什么？”耶稣回答说：“我的国不属于这个世界。如果我的国属于这个世界，我的仆人就会为我争战，使我不被交给犹太人。但现在我的国不属于这里。”　彼拉多便对他说：“这样看来，你果然是王吗？”耶稣回答说：“你说我是王。我为此而生，也为此来到世上，特为给真理作见证。凡属真理的人，就听我的声音。”彼拉多对他说：“什么是真理？”　他说了这话，又出来见犹太人，对他们说：“我查不出祂有什么罪来。你们那里有惯例，让我在逾越节给你们释放一个人。那么，你们要我给你们释放犹太人的王吗？”他们又大声喊着说：“不要祂，要巴拉巴。”　巴拉巴是个强盗。于是彼拉多把耶稣带出来，用鞭子鞭打他。兵丁们编了一顶荆棘冠冕，戴在他头上，又给他穿上紫袍，走近他，说：“犹太人的王万岁！”还打他的脸。 彼拉多又出来对他们说：“看哪，我把他带出来给你们看，好叫你们知道，我在他身上查不出任何罪来。”于是，耶稣戴着荆棘冠冕，穿着紫袍出来。彼拉多对他们说：“看哪，这人！” 大祭司和差役一看见他，就喊着说：“钉他十字架！钉他十字架！”彼拉多对他们说：“你们自己把他带去钉十字架吧，因为我查不出他有什么罪来。”犹太人回答说：“我们有律法，按着律法，他该死，因为他自称是神的儿子。” 彼拉多听见这话，就更加害怕，又进了衙门，对耶稣说：“你是从哪里来的？”耶稣却不回答他。彼拉多对他说：“你连我都不跟我说吗？你难道不知道我有权释

放你，也有权钉死你吗？”耶稣回答说：“若不是从上头赐给你的，你就对我毫无权柄。所以，把我交给你的人，罪更重了。”从那时起，彼拉多就想释放他。但犹太人高声喊叫说：“如果你释放他，你就不是凯撒的朋友。　凡自称为王的，就是背叛凯撒。彼拉多听见这话，就把耶稣带到外面，坐在一个名叫“石座”的地方——希伯来话叫“加瓦法”——进行审判。 那时是逾越节前的星期五，约在第六时辰。彼拉多对犹太人说：“看哪，你们的王！”他们就喊着说：“除掉他！除掉他！把他钉在十字架上！”彼拉多对他们说：“难道要把你们的王钉在十字架上吗？”大祭司回答说：“除了凯撒，我们没有王。”于是，彼拉多就把耶稣交给他们去钉十字架。 于是，他们带走耶稣。耶稣自己背着十字架，来到一个名叫“颅骨地”的地方，希伯来话叫各各他，就在那里把他钉在十字架上；还有两个人和他一同被钉，一个在他左边，一个在他右边，耶稣在中间。彼拉多写了一块牌子，钉在十字架上。　上面写着：“拿撒勒人耶稣，犹太人的王。”许多犹太人读了这块牌子，因为耶稣被钉十字架的地方离城很近，而且上面是用希伯来文、拉丁文和希腊文写的。 犹太人的大祭司对彼拉多说：“不要写‘犹太人的王’，而要写‘他曾说：我是犹太人的王’。”彼拉多回答说：“我写了什么，就写了什么。” 士兵们把耶稣钉在十字架上后，拿了他的衣服，分成四份，每名士兵一份，还有一件内袍。那件内袍　是没有缝合的，是从上到下织成的一整块。他们彼此说：“我们不要撕开它，而是要为它掷骰子，看归谁。”这样，经上所记的就应验了： “他们分了我的衣服，为我的外袍拈阄。”士兵们就这样做了。在耶稣的十字架旁，有祂的母亲、祂母亲的妹妹、克莱奥帕的玛利亚和抹大拉的玛利亚。　耶稣看见母亲和站在旁边、他所爱的那个门徒，就对母亲说：“妇人，看哪，你的儿子。”又对那门徒说：“看哪，你的母亲。”从那时起，那门徒就接她到自己家里去了。此后，耶稣知道一切都已经完成了，为要应验经上所记的话，就说：“我渴了。” 那里有一个盛满醋的器皿。于是，他们用长矛蘸满醋的海绵，送到祂的嘴边。耶稣尝了那醋，便说：“成了。” 他便低头，将灵魂交给了神。那日是预备日，犹太人为了不让尸体在安息日留在十字架上——因为那安息日是个大安息日——就求彼拉多吩咐人打断他们的腿，把他们取下来。　于是，兵丁来了，先打断了第一个人的胫骨，又打断了与祂同钉的另一个人的胫骨。他们来到耶稣那里，见祂已经死了，就没有打断祂的胫骨；但有一个兵用枪扎祂的肋旁，随即有血和水流出来。　那看见的人作见证，他的见证是真实的；他知道自己所说的是真的，为要叫你们也信。因为这事发生，是要应验经上所说的话：“他的骨头一根也不可折断。”还有另一处经文说：“他们要仰望那位被刺透的。”

约翰福音 18:28–19:37

接着

求祢为祢的名，不要将我们弃绝到底；也不要废弃祢的约。求祢不要因祢所爱的亚伯拉罕、祢的仆人以撒，以及祢的圣者以色列，就将祢的慈爱从我们身上收回。

但以理书 3:34,35

三圣颂。荣耀颂，如今：至圣三一：主啊，怜悯我们。（3）荣耀颂，如今：我们的天父：

司祭：因为国度是祢的：**诵经员：**阿们。

康达克，第8调

众人来吧，让我们一同颂扬为我们被钉十字架的主。/ 因为玛利亚在十字架上看见祂，便高声呼喊：/ “虽然祢正承受着受难之苦，/ 祢仍是我的儿子，也是我的上帝。”

主啊，求祢怜悯。（40）

基督上帝啊，祢在任何时候、任何时刻都接受天上地下对祢的敬拜与颂赞，祢是长久忍耐、大有怜悯、至为仁慈的，祢爱义人，怜悯罪人，并以未来福分的应许召唤众人得救！

主啊，求祢在此时此刻也接受我们的祷告，并引导我们的生活遵行祢的诫命：圣化我们的灵魂，洁净我们的身体，纠正我们的意念，净化我们的思想，并使我们脱离一切忧愁、灾祸与痛苦。　求祢以祢的圣天使护卫我们，使我们在他们的守护与教导下，得以在信仰中合而为一，并领悟祢那不可企及的荣耀；因为祢是应当受颂赞的，直到永永远远。阿们。

主啊，怜悯我们（3），**荣耀颂，如今：**

那比智天使更尊贵、/比火天使更荣耀、/以童贞之身诞下圣言、/真正的圣母——我们颂扬祢。

奉主之名赐福，神父。

司祭：上帝啊，怜悯我们，赐福于我们；向我们显明祢面容的光辉，并怜悯我们。

诵经员：阿们。

圣大巴西尔的祷文

主耶稣基督，我们的上帝，祢对我们的过犯大有忍耐，甚至将我们引领至此刻——当时祢悬挂在赐生命之木上，为那明智的强盗指明了通往乐园的道路，并借着死亡摧毁了死亡。求祢怜悯我们这些有罪且不配的仆人，因为我们犯了罪，行了不法之事，不配抬起眼睛仰望天上的高处；因为我们偏离了祢的正道，随从自己心中的私欲而行。　但我们恳求祢无与伦比的仁慈：主啊，求祢凭祢丰盛的慈爱怜悯我们，并为祢圣名的缘故拯救我们，因为我们在虚空之中度日如年。　求祢将我们从仇敌手中拯救出来，赦免我们的过犯，并使我们肉体的私欲归于无有，好叫我们脱去旧人，穿上新人，为祢——我们的主和恩主——而活。如此，遵行祢的诫命，我们便能抵达永恒安息之地，那里是所有欢欣之人的居所。　因为祢——我们主基督，确实是爱祢之人的真正喜乐与欢欣，我们如今、永远、直到世世代代，将荣耀归于祢，以及祢那无始的父，和祢那至圣、至善、赐生命的圣灵。阿们。

并诵读《有福了》

主啊，当你降临你的国度时，求你在你的国度中记念我们。

心灵贫穷的人是有福的，因为天国是他们的。

哀恸的人有福了，因为他们必得安慰。

温柔的人有福了，因为他们必承受地土。

饥渴慕义的人有福了，因为他们必得饱足。

怜悯人的人有福了，因为他们必蒙怜悯。

清心的人有福了，因为他们必得见神。

使人和睦的人有福了，因为他们必称为神的儿子。

为义受逼迫的人有福了，因为天国是他们的。

当人因我的缘故辱骂你们、逼迫你们，并以各种不义的方式诽谤你们时，你们是有福的。

你们应当欢喜快乐，因为你们在天上的赏赐是大的。　马太福音 5:3–12A

愿荣耀归于圣父、圣子、圣灵，如今、直到永远，世世无穷。阿们。

主啊，当你进入你的国度时，请记念我们。

主啊，当你进入你的国度时，请记念我们。

圣者啊，当你进入你的国度时，请记念我们。

天上的圣歌团颂扬祢，并高呼："圣哉！圣哉！圣哉！万军之耶和华，天地都充满祢的荣耀！"

经文：**你们当到祂那里去，得着光照，你们的脸必不蒙羞。**

天上的圣咏团歌颂祢，并高呼："圣哉！圣哉！圣哉！万军之耶和华，天地都充满祢的荣耀！"

荣耀归于圣父、圣子、圣灵，

圣天使与大天使的合唱团，连同一切天上的权能，都在颂扬祢并高呼："圣哉！圣哉！圣哉！万军之耶和华，天地都充满祢的荣耀！"

如今、永远，直到世世代代。阿们。

《信经》

1 我信唯一的神，即全能的父，天地万物——无论可见或不可见——的创造者。 2 我信独一的主耶稣基督，神的独生子，在万世以前由父所生，光从光，真神从真神，受生而非受造，与父同质，万物都是藉着祂而有的。 3 祂为了我们人类，也为了我们的救恩，从天降下，由圣灵和童贞女马利亚成肉身，成为人。 4 祂在彼拉多执政期间为我们被钉在十字架上，受苦，并被埋葬。5 第三天，照着圣经所记，祂复活了。6 祂升天，坐在父的右边。7 祂将带着荣耀再次降临，审判活人死人，祂的国度永无穷尽。 8 我信圣灵，主，赐生命者，由父而出，与父及子同受敬拜、同受颂赞，曾借先知们说话。 9 我信唯一、圣洁、大公、使徒的教会。10 我承认唯一一次的洗礼，为赦免罪过。11 我期待死人复活，12 以及来世的生命。阿们。

上帝啊，求祢宽恕、赦免并赦免我们一切的过犯——无论是自愿的还是无意的，无论是行为上的还是言语上的，无论是明知故犯还是无心之过，无论是昼夜之间，还是在心中所思所想的——求祢作为仁慈且爱人的上帝，将这一切都赦免我们。

我们在天上的父！ 愿祢的名被尊为圣；愿祢的国降临；愿祢的旨意行在地上，如同行在天上；求祢今日赐给我们日用的饮食；赦免我们的罪债，正如我们赦免了得罪我们的人；不要让我们陷入试探，但救我们脱离那恶者。

司祭：因为国度是祢的：诵经员：阿们。

以及康达克，第八调

众人来吧，让我们为为我们被钉十字架的主歌唱。/ 因为玛利亚在十字架上看见祂，便高声呼喊：/ "虽然祢正承受着受难之苦，/ 祢仍是我的儿子，也是我的上帝。"

主啊，求祢怜悯。（40）

祷文：至圣三一，同质的主权，不可分割的国度，一切恩惠的源头！ 求祢也垂怜我这罪人：坚固我，启迪我的心，除去我一切污秽，照亮我的思绪，使我常能赞美、颂扬、敬拜并高呼："独一圣者，独一主，耶稣基督，为父神的荣耀"。阿们。

愿主的圣名从今直到永远蒙福。（3）

荣耀归于祂，如今也是：

诗篇第33篇

我要时时称颂耶和华，我的口中常有祂的赞美。我的灵魂要在耶和华里欢呼——愿谦卑的人听见而欢喜。你们要与我一同尊崇耶和华，让我们一同高举祂的名。 我寻求耶和华，祂便应允我，并救我脱离一切的患难。你们当归向祂，便得光照，你们的脸必不蒙羞。这贫

穷人呼求，耶和华便应允他，并救他脱离一切的患难。　耶和华的使者必在敬畏祂的人四围安营，拯救他们。你们要尝尝，便知道耶和华是美善的——那仰望祂的人是有福的。耶和华的众圣民啊，你们都要敬畏耶和华，因为敬畏祂的人必不缺乏。　富人变得贫穷，甚至饥饿；但寻求耶和华的人，在一切美善的事上都不会缺乏。孩子们，你们来听我，我要教导你们敬畏耶和华。谁是那愿活着、愿看见美好日子的人呢？当禁止你的舌头不作恶，禁止你的嘴唇不说诡诈的话。　远离恶事，行善；寻求和平，并竭力追求它：耶和华的眼目看顾义人，祂的耳朵侧耳听他们的祷告；但耶和华的面容却向行恶的人，要从地上除灭他们的名。　义人呼求，耶和华便垂听，并从他们一切的患难中　拯救他们。耶和华亲近心碎的人，必拯救那些谦卑的人。　义人虽多受苦难，但耶和华必从这一切中拯救他们。耶和华保护他们所有的骨头，连一根也不致折断。罪人的死是恶的，恨恶义人的必陷于罪中。耶和华必拯救祂仆人的灵魂，凡仰望祂的，都必不致陷于罪中。

随后，司祭诵念：“智慧。”

诗班：诚然配得 / 赞美祢，圣母， / 永享福乐、无瑕无疵 / 并为我们上帝之母。

司祭：至圣的圣母，救救我们吧！

诗班：我们颂扬祢——那比智天使更尊贵、比火天使更荣耀、以童贞之身生下圣言、真正的圣母。

司祭：荣耀归于祢，基督上帝，我们的希望，荣耀归于祢。

诗班：**荣耀归于祢，如今，**主啊，求祢怜悯。（3）求祢赐福。

结束礼

为了我们世人，也为了我们的得救，基督——我们真正的上帝——甘愿承受了可怕的苦难、赐予生命的十字架，以及肉身的自愿埋葬；愿祂因祂至圣母亲和众圣徒的祈祷，作为仁慈且爱人的主，怜悯并拯救我们。

在圣大星期五
在盛大晚祷中

《我向主呼求》：第六调诗篇

第一声：万物因恐惧而震动， / 看见祢，基督，悬挂在十字架上： / 太阳黯淡，大地的根基动摇， / 万物都为那位创造万物的主而悲悯。 / 祢甘愿为我们承受一切， / 主啊，荣耀归于祢！（2）

第二声调：那不义且犯罪的百姓，/ 为何图谋虚妄之事？ / 为何将众生的生命判处于死？/ 这是伟大的神迹——/ 因为世界的造物主交在不法之徒手中，/ 这位爱人的主被举上十字架，/ 为了释放那些身处阴间、高呼的囚徒：/ “忍耐的主啊，荣耀归于祢！”

在这日，无玷圣母，/ 见祢——道成肉身——悬挂在十字架上，/ 以母心深感悲恸，/ 心中痛苦万分，/ 并从灵魂深处发出痛苦的呻吟，/ 揪着面颊和头发，痛不欲生。/ 因此，她捶打着自己的胸膛，/ 悲恸地呼喊道： / “唉，我的神圣婴孩！/ 唉，世界之光！/ 羔羊啊，祢为何从我眼前隐去？”/ 因此，无形的天军，/ 被战栗所笼罩，高声宣告：/ “不可测度的主啊，荣耀归于祢！”

基督啊，当我看见祢——万物的创造主与上帝——/ 悬挂在十字架上时，/ 那无种生下祢的母亲悲痛地呼喊道：/ “我的儿子，祢容颜的美貌何处去了？/ 我无法忍受看见祢被不公地钉在十字架上；/ 快些，起来吧，/ 好让我也能看见 / 祢在第三天从死里复活！”

第六篇：在这日，万物的主宰站在彼拉多面前，/ 万物的创造者被交于十字架，/ 如同羔羊，凭着自己的意愿被牵去；/ 祂被钉在十字架上，肋旁被刺穿，/ 曾如甘霖般降下吗哪的主，此刻嘴唇却触碰着海绵；/ 世界的救赎主被击打脸颊，/ 万物的创造者竟被祂自己的仆人嘲弄。/ 啊，主那爱人的心肠！/ 祂为钉祂的人向天父祈求，高声呼喊：/ “赦免他们的罪，/ 因为这些不法之徒，/ 不知道他们所行的不义！”

颂词：啊，那罪恶的帮派 / 竟将万物之王判处死刑，/ 竟对祂的恩惠毫无羞耻，/ 祂曾以此告诫他们，作为警示：/ “我的子民，我向你们做了什么？/ 我岂不是用神迹充满犹大地吗？/ 我岂不是仅凭一句话就使死人复活了吗？/ 我岂不是医治了各种疾病和病痛吗？/ 你们却以何等报答我？/ 为何不记念我，/ 竟因我医治你们而加害于我，/ 因我赐予生命而将我处死，/ 将施恩者如恶人般悬挂在十字架上，/ 将立法者如罪犯般处死，/ 将万王之王如被定罪者般处死？” / 宽容的主啊，荣耀归于祢！

如今：这可怕而非凡的奥秘 / 就在今日在我们眼前成就：/ 那不可触摸者被拘禁，/ 那位使亚当脱离咒诅者被捆绑；/ 那位察验人心肺腑者遭受不公的审问；/ 那位封锁深渊者被囚禁于牢狱；/ 祂站在彼拉多面前 / 那位令天上诸军战栗的主；/ 造物主被受造之物击打；/ 审判生者与死者的审判者被钉在十字架上；/ 摧毁地狱者被放入坟墓。/ 因怜悯而忍受一切 / 并拯救众人脱离咒诅的，/ 无恶之主，荣耀归于祢！

持福音书入场。圣荣之光，令人欣慰：

前诵，第四调

他们将我的衣服分了，/ 又为我的外袍掷了签。

诗节：神啊，我的神，求祢垂听我，祢为何离弃我？

诗篇 21:19, 2A

1.《出埃及记》读经

耶和华与摩西面对面说话，如同朋友交谈一般；摩西便退回营中；而他的仆人、拿芬的儿子约书亚，那少年人，却没有离开会幕。　摩西对耶和华说：“看哪，你说‘领这百姓出去’，却没有告诉我你要派谁与我同去；但你说：‘我比谁都更认识你，你在我眼中蒙恩。’　既然我在你眼前蒙恩，求你将你自己显给我看，使我亲眼看见你，好叫我在你眼前蒙恩；也使我确知这伟大的百姓就是你的子民。”

祂说：“我必亲自在你前面行，使你得安息。”摩西对祂说：“若祢不亲自与我们同去，就不要把我从这里领出去。若非祢与我们同去，我与祢的百姓怎能确知我们在祢眼中蒙恩呢？那时，我和你的子民必在世上所有的族类中，比任何族类都更受尊荣。”耶和华对摩西说：“你所求的这事，我必为你成就，因为你在我的眼中蒙恩，我比任何人都更认识你。”摩西说：“求你将你的荣耀显给我看。”　耶和华说：“我要在我荣耀中从你面前经过，并在你面前宣告‘耶和华’的名；我要怜悯谁，就怜悯谁；我要恩待谁，就恩待谁！”又说：“你不能看见我的面，因为人若看见我的面，就不能活着。”耶和华说：“看哪，我这里有一处地方，你站在这磐石上；等我的荣耀经过的时候，我要把你放在磐石的洞中，用我的手遮盖你，等我经过之后，再把手收回来；那时，你必看见我的背，但我的面你不能看见。”

出埃及记 33:11–23

前诵・第四调

主啊，求你审判我的仇敌，/ 与那些攻击我的人争战。

诗节：请拿起武器和盾牌，起来帮助我。

诗篇 34:1, 2

2. 约伯记 读

耶和华使约伯后来的日子比先前的更蒙福。他拥有十四万只绵羊、六千头骆驼、一千对公牛，以及一千头在牧场上的母驴。 他生了七个儿子和三个女儿。他给长女起名叫“日”，次女起名叫“卡西娅”，三女起名叫“丰饶之角”*。天下没有比约伯的女儿们更美的了；她们的父亲给她们在兄弟们中间分了产业。 约伯在遭遇灾难后又活了一百七十年，他共活了两百四十年。约伯看见了自己的儿子，以及儿子的儿子，一直到第四代。约伯年老寿终，安然离世。 经上记载，他将与那些被主复活的人一同复活。叙利亚书卷中关于他的记载提到，他曾居住在阿维西提地，位于以东和阿拉伯的边界；他原名约阿布。他娶了一位阿拉伯女子为妻，生了一个儿子，名叫耶农。 他本人是**撒勒法****之子——以扫的子孙——与母亲沃索拉所生，因此他是亚伯拉罕的第五代后裔。

***源自希腊字母：**阿马尔菲之角。

****希腊语：**扎雷。

约伯记 42:12–17

3. 以赛亚书的预言诵读

耶和华如此说：“看哪，我的仆人必明白，必被高举，必得荣耀，[并被尊崇]至高。许多人因你而惊奇，正如你在世人眼中是卑微的，你的荣耀在世人中也是微不足道的！ 许多民族必因祂而惊奇，列王必闭口无言；因为那些未曾听闻祂的人必看见，那些未曾听见的人必明白。主啊！谁曾相信我们所传的呢？ 又有谁曾见过主的作为呢？我们传讲祂，祂如同祂面前的婴孩，又如干旱之地中的根；祂没有佳形美容，我们看见祂的时候，祂也没有可瞻仰的荣美；祂的形貌被贬低，比世上所有的人都更受轻视。 祂是受苦的人，深知如何忍受病痛；因为祂的面容向我们转开，祂被藐视，被视为无物。祂担当我们的罪孽，为我们受苦；我们却以为祂在受苦，被神击打，遭遇灾祸。 但他因我们的过犯受创，因我们的罪孽受苦；因他受的刑罚，我们得平安；因他受的鞭伤，我们得医治。我们都如羊走迷，各人偏离正路。 耶和华因我们的罪孽将祂交出，祂自己却因疲乏而不开口。祂像被牵去宰杀的羊，又像被剪毛的羔羊默然无声，祂也不开口。祂在受辱时，公义被剥夺；但谁能说明祂的后裔呢？ 因为祂的生命要从地上被夺去：因我百姓的罪孽，祂被带去受死。我必使恶人替祂安葬，使富人替祂受死，因为祂没有行过不义，祂的口中也没有诡诈——耶和华却要使祂脱离败亡。 你们若献上赎罪祭，你们的灵魂必得见长存的后裔。耶和华愿用祂的手救赎祂的灵魂脱离痛苦，向祂显明光明，并赐祂智慧——为要称那义人为义，因祂为许多人行善；祂自己要担当他们的罪孽。 因此，祂必得着许多人为产业，并分得强者的战利品；因为祂的灵魂被交于死地，被列在罪人之中，祂亲自担当了许多人的罪孽，并因他们的罪孽被交出。 不生育、未曾生养的，你要欢喜；未曾经历分娩之苦的，你要高声欢呼；因为被遗弃的女子，她的儿女比有丈夫的女子更多！

赛 52:13–15；53:1–12；54:1

前诵・第六调

他们将我置于最深的深坑中，/ 置于黑暗与死亡的阴影之中。

诗节：主啊，我的救恩之神，我白日向你呼求，夜间也在你面前恳求。

诗篇 87:7, 2

《哥林多前书》第125B节

弟兄们，十字架的道理，对那些灭亡的人是愚拙的，对我们这些得救的人却是神的智慧。因为经上记着：“我要灭绝智慧人的智慧，废弃聪明人的聪明。”智慧人在哪里？ 文士在哪里？这世代的辩士在哪里？难道神没有将世人的智慧变成愚拙吗？因为世人凭自己的智慧，未能认识神在神智慧中的奥秘，神就乐意借着传道的愚拙拯救信的人。因为犹太人要神迹，希腊人求智慧， 我们却传那被钉十字架的基督：对犹太人来说是绊脚石，对外邦人来说是愚拙；但对那蒙召的人——无论是犹太人还是希腊人——基督就是上帝的大能和上帝的智慧，因为上帝的“愚拙”比人的智慧更智慧，上帝的“软弱”比人的刚强更刚强。 弟兄们，请看你们蒙召的情况：按肉体说，有智慧的不多，有能力的不多，有尊贵的不多。 但神拣选了世上愚拙的，为要羞辱那有智慧的；又拣选了世上软弱的，为要羞辱那强壮的；神还拣选了世上卑贱的、被人厌恶的，以及那无有的，为要废掉那有的，使一切有血气的，在神面前一个也不能自夸。 但你们在基督耶稣里，是出于祂的恩典；祂成了我们从神而来的智慧、公义、圣洁和救赎，正如经上所记：“夸口的，当指着主夸口。”弟兄们，我到你们那里去，并不是凭着言语或智慧的优越，而是传讲神的见证。 因为我曾定意在你们中间不知道别的，只知道耶稣基督，并且是被钉十字架的耶稣基督。

哥林多前书 1:18–2:2

哈利路亚，第五调

诗节：神啊，求你救我，因为水已漫过我的灵魂。

诗句：我的灵魂饱受辱骂与灾祸。

诗句：愿他们的眼睛昏暗，看不见。

《诗篇》68:2, 21A, 24A

《马太福音》，第110B段

那时，所有的祭司长和民间长老都聚集起来，决定处死耶稣。他们把耶稣捆绑起来，带去交给总督彼拉多。 那时，出卖耶稣的犹大，见耶稣已被定罪，便后悔了，把那三十块银子退还给大祭司和长老们，说：“我出卖了无辜之人的血，有罪了。”他们却说：“那与我们何干？你自己承当吧。”于是，他把银子丢在圣殿里，就走了，去上吊自杀了。 大祭司们拿了银子，说：“这银子是血价，不能放入圣殿的库中。”他们商议之后，就用这银子买了一块窑匠的田地，作为外邦人的埋葬地。因此，那块田地直到今日仍被称为“血田”。 那时，先知耶利米所说的话应验了：“他们拿了三十块银子——那被估价之人的估价，就是以色列人所估价的——照着耶和华所吩咐我的，把银子给了窑匠的田地。” 耶稣被带到总督面前。总督问祂：“你是犹太人的王吗？”耶稣回答说：“你说的。” 至于大祭司和长老们对祂的指控，祂却一言不答。彼拉多便对祂说：“你听不见他们作证控告你这么多吗？”祂却连一句话也没回答他，以致总督十分惊讶。每逢节期，总督照惯例要为取悦百姓，释放一名囚犯，任由他们选择。 那时，他们中间有一个有名的囚犯，名叫巴拉巴。因此，当众人聚集时，彼拉多对他们说：“你们要我释放谁给你们：巴拉巴，还是那称为基督的耶稣？”因为他知道，他们是出于嫉妒才出卖了祂。当他坐在审判席上时，他的妻子派人对他说：“那义人，你千万不要害他！” “我今天在梦中因祂受了许多苦。”与此同时，大祭司和长老们煽动民众要求释放巴拉巴，并处死耶稣。总督便问他们：“这两个人中，你们要我释放哪一个给你们？”他们说：“巴拉巴。”彼拉多又问：“那么，我该怎样处置那个被称为基督的耶稣呢？” 众人齐声喊道：“钉他十字架！”彼拉多说：“他到底做了什么恶事？”他们却越发大声喊叫：“钉他十字架！”彼拉多见毫无用处，甚至开始骚动，就取了水， 在众人面前洗手，说：“这义人的血，我与

你们无关，你们自己负责。”　全体百姓都回答说：“祂的血归在我们和我们的子孙身上。”于是他释放了巴拉巴，却将耶稣鞭打后交去钉十字架。当时，总督的兵丁把耶稣带进衙门，召集了全营的士兵围在他周围，剥去祂的衣服，给祂穿上一件朱红色的外袍；　又用荆棘编成冠冕，戴在他头上，把一根芦苇放在他右手里，然后跪在他面前戏弄他，说：“犹太人的王万岁！”他们又向他吐唾沫，拿芦苇打他的头。　戏弄完了，就脱下那件红袍，给他穿上自己的衣服，带他去钉十字架。　他们正走着，遇见一个名叫西门的基利尼人，就强迫他背起耶稣的十字架。到了一个名叫各各他（意思是“颅骨之地”）的地方，他们给耶稣喝掺了胆汁的酒；耶稣尝了一口，就不愿喝了。　他们将祂钉在十字架上后，便掷骰子分了祂的衣服，又坐在那里看守祂。他们在祂头顶上挂了一块牌子，写着祂的罪名：“这是犹太人的王耶稣。”那时，有两个强盗与祂同钉十字架，一个在右边，一个在左边。　路过的行人讥笑他，摇着头说：“你这拆毁圣殿、三天内又重建的人！你若是神的儿子，就救救自己吧，从十字架上下来吧。”大祭司和文士、长老也一同讥笑他，说：“他救了别人，却不能救自己！”“他是以色列的王，现在就从十字架上下来吧，我们就信他；他将自己的指望寄在神身上，神若喜悦他，现在就救他吧。因为他说过：‘我是神的儿子。’”其中一个被钉的恶人讥诮他说：“你不是基督吗？救救你自己和我们吧。”另一个却责备他说：“你连神都不怕吗？你自己也要受同样的刑罚。我们是罪有应得，因为我们所受的与我们的行为相称。但他并没有做过什么坏事。”他又说：“耶稣，你作王的时候，请记念我。”耶稣对他说：“我实在告诉你，今日你要同我在乐园里了。”从第六时辰起，全地都黑暗了，直到第九时辰。约在第九时辰，耶稣大声呼喊说：“以利，以利！勒马撒巴讷？”就是说：“我的神，我的神！”　你为什么离弃我呢？”站在那里的人中，有几个人听见，就说：“他是在呼唤以利亚。”其中有一个人立刻跑去，拿了一块海绵，蘸满了醋，套在芦苇管上，给他喝。其余的人却说：“且等一等，看以利亚是否来救他。”耶稣又大声呼喊了一声，便断了气。　看哪，圣殿的幔子从上到下裂为两半；大地震动；磐石崩裂；坟墓开了；许多已睡的圣徒的身体复活了；他们因祂的复活从坟墓里出来，进入圣城，向许多人显现。　百夫长和一同看守耶稣的人，看见地震和所发生的一切，就极其惊恐，说：“祂真是神的儿子。”由于那天是星期五，犹太人为了不让尸体在安息日留在十字架上——因为那安息日是个大安息日——便请求彼拉多命人打断他们的腿，把他们取下来。　于是，兵丁来了，先打断了第一个人的胫骨，又打断了与祂同钉的另一个人的胫骨。他们来到耶稣那里，见祂已经死了，就没有打断祂的胫骨；但有一个兵用枪扎祂的肋旁，随即有血和水流出来。　那看见的人作见证，他的见证是真实的；他知道自己所说的是真的，为要叫你们也信。因为这事发生，是要应验经上所说的话：“他的骨头一根也不可折断。”还有另一处经文说：“他们要仰望那位被刺透的。”

有许多妇女从远处观看。她们是从加利利跟随耶稣、服侍祂的；其中有抹大拉的马利亚、雅各和约瑟的母亲马利亚，以及西庇太两个儿子的母亲。　到了晚上，有一个来自亚利马太的富人，名叫约瑟，他也是耶稣的门徒；他去见彼拉多，请求领耶稣的尸体。彼拉多便吩咐把尸体交给他。　约瑟领了耶稣的尸体，用细麻布裹好，安放在他自己凿在磐石里的新坟墓中，又把一块大石头滚到坟墓门口，就走了。抹大拉的马利亚和另一个马利亚坐在坟墓对面。

马太福音 27:1–43；路加福音 23:39–43；马太福音 27:45–54；约翰福音 19:31–37；马太福音 27:55–61

特别祈祷文。“主啊，求祢在这晚赐予我们：”恳求祈祷文。随后按惯例进行。呼号之后，我们唱：

诗咏台上的诗咏，第二调

当亚利马太人将祢——万物的生命——从十字架上取下时，他带着香膏和细麻布，　将祢，基督，安顿好以备安葬，/并满怀爱意，心口齐声，/渴望亲吻祢那不朽的圣躯，/但因敬畏而克制，/欢欣地向祢呼求：/“荣耀归于祢的仁慈，爱人者！”

诗句：主已登基，/身披荣光。

《诗篇》92:1A

当祢——万物的救赎主——被安放在崭新的坟墓中，为整个世界而安息时，地狱——那本该遭受一切嘲弄的——一见祢便惊恐万分，锁闩被击碎，城门被撞开，坟墓敞开，死人复活。/ 那时，亚当满怀感恩，/ 欢欣地向祢呼求：/ “愿荣耀归于祢的仁慈，爱人的主！”

经文：因为祂奠定了宇宙，/ 它便不会动摇。

诗篇 92:1B

当祢，基督，以肉身 / 自愿被囚于坟墓之中，/ 却仍凭神性本性无处不在，/ 并以不可测度之能，关闭了死亡的内室，/ 掏空了地狱一切王宫，/ 那时，祢便以神圣的祝福、荣耀，/ 以及祢的光辉，尊荣了这个安息日。

诗句：圣所配属祢的殿，/ 主啊，直到永远。

诗篇 92:5B

当天上的诸位天使 / 凝视着祢，基督啊，/ 祢被不法之徒诬陷为欺骗者，/ 那块用双手封住的坟墓之石——/ 正是那双手曾用长矛刺穿了祢不朽的肋旁——/ 他们因祢那前所未闻的宽容而战栗；/ 但他们同时也因我们的得救而欢欣，向祢呼求：/ “愿荣耀归于祢的宽恕，爱人者！”

荣耀颂，现今，第五调：那将光明如衣裳披戴在身的祢，/约瑟与尼哥底母一同将祢从十字架上取下，/见祢已死，赤身裸体，尚未安葬，/便满怀深切的怜悯，开始哀悼，/啜泣着高呼：/ “唉，我多么悲伤啊，至甘甜的耶稣！/ 那不久前我目睹祢悬挂在十字架上时，/ 太阳披上了黑暗，/ 大地因恐惧而震动，/ 圣殿的幔子也裂开了。/ 但看哪，我如今看见祢 / 为了我而甘愿接受死亡。/ 我该如何安葬祢，我的上帝，/ 或是用细麻布裹祢？/ 我该用怎样的双手去触摸祢不朽的圣躯？/ 又该为祢的离世唱起怎样的赞歌，仁慈的主？/ 我颂扬祢的受难，/ 也歌颂祢的安葬与复活，高呼：/ “主啊，荣耀归于祢！”

[在唱最后一段诗篇时，君王之门开启，并在安放着圣殓布的圣座周围进行三次熏香礼。]

现诵：三圣颂。荣耀颂，及现诵：至圣三一：主啊，怜悯我们。（3）荣耀颂，及现诵：我们的天父：

颂歌，第二调

高贵的约瑟，/ 将祢至洁的圣躯从十字架上取下，/ 用洁白的细麻布包裹，/ 并以香膏涂抹，/ 安放在崭新的坟墓中。

荣耀颂，及如今：当那群带着香膏的妇人 / 来到坟墓前时，天使高呼：/ “香膏本是为死者预备的，/ 基督却显明自己不受朽坏所辖制。”

[在唱圣歌期间，圣殓布从圣坛北门被抬出，安放在教堂中央；随后进行熏香仪式，并按惯例进行讲道]

神父：至智。**随后按惯例进行。**

结束祷文

为了我们人类，也为了我们的得救，基督——我们真正的上帝——因着祂至圣童贞母的祈祷，甘愿承受了可怕的苦难、赐生命之十字架，以及肉身的自愿埋葬，　以及圣洁、荣耀、受万民赞美的使徒们，圣洁公义的圣祖约阿基姆与安娜，以及全体圣徒的祈祷，作为仁慈且爱人的主，愿祂怜悯并拯救我们。

在圣大星期五
晚祷时

我们在修道院内举行小晚祷，其间吟唱关于主受难的赞美诗以及圣母哀恸的赞美诗。伊尔莫斯吟唱两次，特罗帕里四次，歌曲结尾处由两个唱诗班共同吟唱同一首伊尔莫斯·西缅·洛戈费特所作。第六调。

第一首

伊尔莫斯：以色列人如同在陆地上行走 / 脚踏深渊， / 看见追赶他们的法老溺毙，便高呼： / “让我们为上帝唱胜利之歌！”

引唱：**荣耀归于祢，我们的上帝，荣耀归于祢。**

当圣母玛利亚看见祂的儿子兼主被钉在十字架上时，她心如刀割，与其他妇女一同悲痛地呼喊，并发出哀鸣。

“如今我看见你，/ 我亲爱的、所爱的儿女，/ 悬挂在十字架上，/ 我的心深受刺痛，”——圣母说道，——/ “但求你，仁慈的主，向你的仆人应许一句！”

颂词：“我儿，我的造物主，/ 你甘愿在十字架上承受这残酷的死亡”，/ ——圣母站在十字架前，/ 与她心爱的门徒一同高呼。

如今：“如今，我失去了我的希望、喜乐与欢欣—— / 我的儿子和主； / 唉！我心中悲痛”， / ——圣母哭泣着宣告。

第三首

伊尔莫斯：没有圣者，/能如祢一般，我的主、我的上帝，/祢提升了忠于祢之人的尊严，祢是良善的，/并将我们坚立在/祢信仰的磐石之上。

“因惧怕犹太人，彼得躲藏起来，/ 所有信徒也都逃散，撇下了基督”，/ ——圣母哭泣着高声呼喊。

在我儿子的那令人战栗且非凡的 / 降生中， / 我比所有母亲都更显尊荣。 / 但，唉！如今看见祢在十字架上， / 我内心燃烧着悲痛。

颂词：“我心中渴望将祂的心从十字架上捧在怀中，/ 那曾怀抱祂为婴孩的双手。/ 但，我何等悲哀，”——圣母宣告道，——/ “却无人将祂交给我。”

如今：“看哪，我甘甜的光明，/ 我美好的希望与生命，/ 我的上帝在十字架上熄灭了；/ 我内心燃烧起来！”——/ 圣母一边呻吟一边呼喊道。

第四首

伊尔莫斯：“基督是我的力量，/ 上帝和主”，/ ——圣教会虔诚地歌唱，/ 从纯净的心智中宣告，/ 在主里欢庆。

“永不落日的太阳，永恒的上帝，/万物的创造者，主啊！/你怎能忍受十字架上的苦难？”/——圣母哭泣着呼喊道。

这位未曾结过婚的圣母 / 哭泣着向尊贵的顾问求助： / “约瑟，快去见彼拉多， / 求他将你的导师从十字架上取下来。”

颂荣：看见至圣者正痛哭流涕，/约瑟心生不安，含泪前往见彼拉多：/“把我的上帝的圣躯交给我吧！”——他哭着呼喊道——/“我的上帝的圣躯！”

如今：“看见你受创，/ 又蒙受羞辱，赤身裸体地悬在十字架上，我的儿啊，/ 我内心燃烧，像母亲一样痛哭，”——/ 圣母如此宣告。

第五首

伊尔莫斯：仁慈的主啊，求祢以祢的神圣之光，/照亮那些自黎明起便以爱向祢奔涌的灵魂——我如此祈求——/好叫我们认识祢，上帝的道，真神，/祢正从罪恶的黑暗中/召唤我们归向祢。

约瑟与尼哥底母一同，在痛苦、哭泣与惊愕之中，/ 取下了至圣圣体，/ 一边哭泣呻吟一边亲吻祂，/ 并将祂颂扬为上帝。

未曾嫁人的圣母含泪接过祂，/将祂抱在膝上，/流着泪恳求祂，亲吻祂，/痛哭流涕，悲声呼号。

颂词：主啊，我——祢的婢女——曾将唯一的希望与生命，祢的儿子、我的神、我眼中的光，珍藏于心；如今却失去了祢，我甜蜜的儿女，我心爱的！

如今：“痛苦、悲伤与叹息 / 降临在我身上，唉，我真可怜”，/ ——圣母痛哭流涕地呼喊道，/ ——“当我看见你，我心爱的孩子，赤身裸体、孤身一人，/ 被香膏涂抹的亡者！”

第六首

伊尔莫斯：目睹尘世之海 / 掀起试探的波涛，/ 我投奔祢宁静的港湾，向祢呼求：/ “求祢将我的生命从灭亡中拯救出来，/ 满有怜悯的主！”

“看见祢——爱人的主——已然死去，/祢曾使死人复活，掌管万有，/我的心深受刺痛。/我愿与祢一同死去，”——至圣者宣告道——/“因为我无法忍受看见祢/气息已绝，死去！”

“我凝视着祢，不禁惊叹，/至善的上帝，全仁慈的主，/祢既无荣光，亦无气息，更无形貌；/我抱着祢痛哭，/因为我从未想过——唉，我多么悲伤——竟会目睹祢这般模样，/我的儿子，我的上帝！”

颂词：“难道祢不愿对祢的婢女说一句话吗，/ 神的道？/ 主啊，难道祢不愿怜悯生下祢的那一位吗？”——圣母一边啜泣痛哭，一边亲吻她主人的圣体，如此高声呼喊。

如今：我思忖，主啊，/ 我再也听不到你那甜美的声音，/ 你的面容之美，/ 我——你的仆人——也再无法如往昔般得见：/ 因为你已离去，我的儿子，/ 从我的眼前隐去了。

康达克，第8调

众人来吧，让我们为为我们被钉十字架的主歌唱。/ 因为玛利亚在十字架上看见了祂，便高声呼喊：/ “虽然祢正承受着受难之苦，/ 祢仍是我的儿子，也是我的上帝。”

伊科斯：羔羊之母——玛利亚，/ 目睹自己的羔羊被牵往受难，/ 心如刀割，便与其他妇女一同跟随祂，如此呼求道：/ “祢要去哪里，孩子？/ 为何要如此匆匆赶路？/ 难道又是迦拿的婚宴，/ 你如今正匆匆赶往那里，/ 为了将水变为酒吗？/ 我该与你同去吗，孩子，/ 还是等你在好些？/ 请对我说一句话吧，上帝的道！/ 别沉默地从我身边走过 / 你，那位使我保持纯洁的主，/ 因为你是我的儿子，也是我的上帝！」

第七首

伊尔莫斯：天使为虔诚的少年们 / 造了一座充满露水的炉灶，/ 而那灼烧迦勒底人的上帝旨意，/ 使折磨者不得不呼求：/ “愿祢蒙福，我们列祖的上帝！”

我的儿子、我的上帝啊，那加百列曾向我宣告的古老福音，如今何在？/他称祢为至高上帝的君王与圣子；/而如今，我却看见祢——我甘美的光明——/竟是赤身裸体、遍体鳞伤的亡者。

为了使我脱离痛苦，/如今请带我与你同去吧，我的儿子，我的上帝，/让我也与你一同下到阴间，主啊：/不要让我独自一人，/因为我已无法活下去，/看不见你——我那甘美的光明。

颂荣：与其余的抹香油的妇人们一同，/ 无玷圣母带着苦涩的抽泣，/ 目睹基督的圣躯被抬往坟墓，/ 她高呼："唉，我所见的景象！/ 我的儿子，你如今要去何处，/ 竟将我独自留下？"

如今：无瑕者筋疲力尽、泣不成声， / 对膏油女们高声呼喊： / "与我一同痛哭，悲恸地哀号吧： / 因为看哪，我那甘美的光明 / 也是你们的导师，正被安放在坟墓中！"

第8首

伊尔莫斯：祢从烈火中为虔诚者汲出甘露，/ 并以清水浇灌义人的祭物：/ 因为基督啊，祢凭着祢独一的旨意成就万事。/ 我们永世颂扬祢。

约瑟夫看见那哭泣的少女，/ 便痛不欲生，悲切地呼喊道：/ "我的上帝啊，/ 我这仆人如今该如何安葬祢？/ 我该用什么样的裹尸布包裹祢的圣躯？"

那非凡的形貌超越了理智的界限，/ 祢是承载万有的主；/ 因为约瑟将祢当作死人，/ 与尼哥底母一同用双手抬着祢并安葬祢。

颂荣词："我看见了非凡而荣耀的奥秘"，/——童贞女向圣子兼主宣告道，——/"祢竟被安放在微不足道的坟墓中，/祢岂不是凭祢的命令，使死人从坟墓中复活吗？"

如今："我的儿啊，我绝不离开你的坟墓，/ 你的婢女，我也不会停止流泪，/ 直到我也下到阴间为止：/ 因为我无法忍受与你分离，我的儿子！"

第九首

伊尔莫斯：世人无法得见上帝，/连天使的军团也不敢直视祂；/但藉着祢，至洁者，/道成肉身之主向凡人显现。/我们颂扬祂，/并与天上的军旅一同/赞美祢。

"从今往后，喜乐将永不临近我，" / ——无玷圣母哭泣着呼喊道—— "我的光明与喜乐已入坟墓； / 但我不会让他独自一人， / 我也要在此死去，并与他一同安葬！"

"我心灵的创伤，/如今请治愈吧，我的儿啊，"/——至圣者含泪呼求道，——/"复活吧，平息我的痛苦与悲伤，/因为主啊，你无所不能，随心所欲，/尽管你是自愿被埋葬的！"

颂词："哦，那深不可测的慈悲竟向祢隐瞒了！"——/主暗中对圣母说道——/"因为我甘愿死去，只为拯救我的受造物；/但我必复活，并将祢尊崇为/天地之主！"

如今："我颂扬祢的仁慈，爱人者，/ 我敬拜祢丰盛的恩典，主啊：/ 因为祢为拯救祢的受造物，/ 甘愿承受死亡，"——至圣者高声宣告，——/ "但凭祢的复活，救主，/ 求祢怜悯我们众人！"

此外，在"当称颂"之后，我们重复伊尔莫斯："人无法看见上帝："**三圣颂之后唱康达克：**"众人来吧，让我们为为我们被钉十字架的主歌唱："**随后是小晚祷的常规结尾。至于午夜祷文，则在修道院的房间内诵唱。**

在圣大安息日
晨祷时

开端按惯例，诵读六篇诗篇，大祈祷文，以及“主上帝”部分：

颂歌，第二调

高贵的约瑟，/ 将祢至洁的圣躯从十字架上取下，/ 用洁白的细麻布包裹，/ 并以香膏涂抹，/ 安放在崭新的坟墓中。

颂荣：当祢——不朽的生命——降临死亡之时，/ 祢便以神性的荣光使阴间湮灭。/ 当祢从阴间复活亡者之时，/ 诸天万军齐声高呼：/ “赐生命者，我们的基督上帝，荣耀归于祢！”

如今：当天使在坟墓前向那些带着香膏的妇女显现时，他高呼：/ “香膏本是给死人用的，/ 基督却显明自己不受朽坏的辖制。”

我们开始唱《无瑕者》和赞美诗，第五调，
并在每段经文开头进行熏香礼。

主啊，你是应当称颂的，/ 求你教导我你的诫命。

在路上无瑕者有福了，/ 遵行主律法的人有福了。

基督啊，祢是生命，曾被安放在坟墓中，/天使军团惊叹不已，/颂扬祢的仁慈。

查考祂见证的人是有福的，/ 他们全心寻求祂。

生命啊，祢怎能死去？ / 又怎能在坟墓中安息， / 却摧毁了死亡的国度， / 并从阴间使死者复活？

因为不作恶的人 / 都遵行祂的道路。

我们赞美祢，耶稣王，/ 并尊崇祢的安葬与受难，/ 藉此祢救我们脱离了朽坏。

祢吩咐我们要坚定地遵守祢的诫命。

祢曾定下大地的疆界，/ 今日却安卧于狭窄的棺木之中，/ 耶稣， 万王之王，/ 从死者的坟墓中使人复活。

哦，但愿我的道路 / 能引导我遵守祢的诫命！

我的耶稣基督，万王之王，/ 祢为何下到阴间寻找那些在阴间的人？/ 难道不是为了拯救人类吗？

那样，我便不会羞愧， / 凝视着祢的一切诫命。

万有的主被视为已死，/ 并被安放在新的坟墓中，/ 祂曾使死人的坟墓空无一人。

当我学会祢公义的审判时，/ 我必以纯正的心来赞美祢。

基督啊，你是生命，曾被安放在坟墓中，/ 并以你的死亡摧毁了死亡，/ 向世界倾注了生命。

我必遵守祢的诫命；/ 求祢不要离弃我，直到终末。

基督啊，祢曾被列在恶人之中，/ 却使我们众人 / 从那古时诱惑者的恶行中得蒙称义。

少年人当怎样修正自己的道路？/ 就是遵守祢的话语。

在世人中，祢以美貌超群，/ 却如无形之死人一般显现，/ 祢，使万物本性得以彰显。

我全心寻求祢，/ 求祢不要将我从祢的诫命中驱逐出去。

救主啊，地狱如何能承受祢的降临？/ 难道它不会因被祢光芒的辉耀所笼罩、所蒙蔽，/ 而迅速崩溃吗？

我将祢的箴言藏在心中，/ 免得在祢面前犯罪。

耶稣，我甘甜而拯救的光，/ 祢怎会隐身于阴暗的坟墓之中？/ 啊，这难以言喻、无法描述的忍耐！

主啊，你是应当称颂的；/ 求你教导我你的诫命。

基督啊，无形之本性感到困惑，/ 众多无形之灵也对这奥秘感到困惑，/ 就是祢那不可言喻、难以形容的安葬。

我以口宣扬 / 你口中的一切判决。

啊，何等非凡的神迹！啊，何等前所未有的作为！/ 赐我气息者，却被视为无息之人，/ 由约瑟之手安葬。

在祢见证的道路上，我如享万般财富般欣喜。

虽然祢，基督，已进入坟墓，/却从未离开父的怀抱，/——这既非凡又奇妙。

我要默想祢的诫命，/ 并领悟祢的道路。

天地真正的君王，/ 虽然祢被禁锢在最狭窄的坟墓中，/ 但万物都认出了祢，耶稣。

我将深入领悟祢的诫命，/ 永不忘记祢的话语。

当祢被安放在坟墓中时，创造主基督，/ 阴间的根基动摇了，/ 死人的坟墓也敞开了。

求祢赏赐祢的仆人，使我复活，/ 我必谨守祢的话语。

那以手托住大地、按肉体受死的主，/如今被囚于地下，/将死人从阴间的困苦中解救出来。

求祢开启我的双眼，/ 使我领悟祢律法中的奇事。

我的生命、我的救主，祢从朽坏中升起，/ 当祢死去并降临到死人中间时，/ 祢击碎了阴间的门闩。

我不过是地上的寄居者：求祢不要向我隐瞒祢的诫命。

如同明亮的灯盏，/如今上帝的肉身在地下，如同隐藏在器皿之中，/驱散了盘踞在地狱中的黑暗。

我的灵魂渴慕，/时刻期盼着祢的审判。

无数无形的天军蜂拥而至，/ 为了与约瑟和尼哥底母一同，/ 将祢——那不可容纳者——安葬于狭窄的棺木之中。

祢制服了骄傲者；/ 背离祢诫命的人必受咒诅。

祢甘愿受死并被安葬于地下，/ 我的耶稣，生命的泉源，/ 祢使我——因这苦涩的罪孽而死的人——复活了。

求祢除去加在我身上的辱骂与轻蔑，/ 因我已寻求祢的见证。

因祢的受难，万物都为之动容，/ 因为万物都与祢——道——同感悲悯，/ 因祢是维系万有的主。

看哪，诸王坐在一起诽谤我，/ 而祢的仆人却在默想祢的诫命。

当那吞噬万物的阴间，因怀抱了生命之石，/便将自亘古以来吞噬的死人吐了出来。

因为祢的见证就是我的事，/ 祢的诫命就是我的谋士。

基督啊，祢被安放在崭新的坟墓中，/并更新了凡人的本性，/正如神所当有的，从死里复活。

我的灵魂贴近大地；/求祢照祢的话语使我复活。

祢降临尘世，为要拯救亚当，/ 主啊，在尘世未寻得他，/ 便下到阴间深处，寻找他。

我已宣告我的道路，祢便垂听了我；/求祢教导我祢的诫命。

全地因恐惧而陷入混乱，圣言啊，/晨星也隐藏了光芒，/当祢——至大的光明——被大地遮蔽之时。

求祢使我明白祢诫命的道路，/ 我便要述说祢的奇事。

救主啊，祢虽以凡人之身甘愿受死，/ 但作为神，祢却使死人从坟墓和罪恶的深渊中复活。

我的灵魂因懈怠而沉睡：/求祢用祢的话语坚固我。

圣母以母爱之情，为耶稣流下泪水哀叹：/ “我该如何安葬你，我的儿子？”

求祢将不义之路从我身上挪去，/ 并凭祢的律法怜悯我。

如同沉入地底的麦粒，/祢结出了丰硕的麦穗，/使亚当后裔的凡人复活。

我已选择真理之道，/ 并未忘记祢的审判。

如今祢如太阳般隐于地下，/ 被死亡之夜所笼罩，/ 但求祢更灿烂地照耀，救主！

我紧守祢的见证；/ 主啊，求祢不要使我蒙羞！

正如月亮遮蔽太阳的圆盘，/ 救主啊，坟墓如今也掩盖了祢，/ 祢的肉身因死亡而蒙上阴影。

当祢拓宽我的心胸时，/我便奔跑在祢诫命的道路上。

基督啊，那曾尝过死亡滋味的生命，/ 已将世人从死亡中解救出来，/ 如今赐予众人生命。

主啊，求祢将祢诫命的道路定为我的律法，/ 我必恒久寻求它。

那在远古因嫉妒而死亡的亚当，/祢借着祢的受难使他复活，/救主啊，祢以肉身显现，成为新的亚当。

求祢赐我智慧，我便要研读祢的律法，/ 并全心全意地遵守它。

看见祢，救主，为我们被钉在十字架上、为我们而死，/ 无形的天军惊愕不已，/ 纷纷以翅膀遮蔽自己。

求祢引导我走上祢诫命的道路，/ 因我已渴慕这条道路。

约瑟将祢——道——从十字架上取下，祢已死，/ 如今安放在坟墓中，/ 但求祢复活，作为神拯救众人。

求祢使我的心倾向祢的见证，/而非贪恋世俗之物。

救主，曾是天使们的喜乐，/如今却成了他们悲伤的缘由，/在肉身中显为一具毫无气息的尸体。

求祢使我的眼睛转离虚空；/ 求祢在祢的道路上使我复活。

祢被高举在十字架上，将活着的人与祢一同高举；/而当祢降临地下时，/便使那些长眠于地下的人复活。

求祢将祢的话语 / 作为祢的敬畏，赐给祢的仆人。

救主啊，祢如同狮子在肉体中沉睡，/ 又如幼狮一般，从死亡中复活，/ 褪去了肉身的衰老。

求祢除去我所惧怕的羞辱，/ 因为祢的审判是美好的。

祢取了亚当的肋骨，用以造出夏娃，/ 祢的肋旁被刺穿，/ 涌出了洁净的活水。

看哪，我渴慕祢的诫命，/求祢以祢的公义使我复活。

古时羔羊是秘密献为祭的，/而祢，无恶意的，公开被献为祭，/洁净了万物，救主。

愿祢的慈爱临到我身上，主啊，/愿祢的救恩，照祢的话语临到我。

谁能阐明这可畏的、实属前所未有的异象，/ 因为主宰万有的主在这日 / 为我们承受苦难并死去。

我将用话语回应那些诽谤我的人，/ 因为我仰赖祢的话语。

“赐生命者，怎会被视为死人？” / ——天使们惊叹着高呼—— / “上帝怎会被囚禁在坟墓中？”

求祢直到终末，都不要从我口中夺去真理的话语，/ 因为我仰望祢的审判。

救主啊，祢的肋旁曾被长矛刺穿，/祢——那曾一度将我逐出生命的生命，/如今倾注生命，并以此使我复活。

我必永远遵守你的律法，/直到永远，直到世世代代。

祢被钉在十字架上，将凡人招聚到祢身边，/ 肋旁被刺穿，向众人倾注/ 涌流生命的宽恕，耶稣。

我曾在旷野中行走，/ 因为我寻求祢的诫命。

高贵的约瑟流露出敬畏，/ 并庄严地将祢——救主——安葬，如同安葬死者一般，/ 并因祢那令人战栗的容貌而惊骇。

他在诸王面前见证祢的作为，/ 毫不羞愧。

祢甘愿如凡人一般降入地下，/ 耶稣啊，祢将从那里堕落者，从地上提升至天国。

并恪守祢的诫命，/ 因祢深爱这些诫命。

虽然祢看似已死，但作为神仍存活着，/ 耶稣啊，祢将从地上被提升至天上的 / 那些从那里堕落的人，

祢使我的双手举向祢的诫命，/ 我深爱这些诫命。

虽然祢在世人眼中看似已死，但作为上帝，祢依然活着，/使那些被死亡击倒的人重获新生，/并使那使我死亡的恶者死去。

我便沉思 / 你的诫命。

啊，这何等的喜乐！啊，何等的大喜乐！/ 祢使那些在阴间的人满心喜乐，/ 向幽暗的深处放射出光明！

请记起祢对祢仆人的应许，/ 正是这应许使我心中充满希望。

我敬拜受难，颂扬安葬，/ 赞美祢的大能，仁爱的主，/ 因祢使我们脱离了毁灭性的情欲。

这在我受辱之时安慰了我，/ 因祢的话语使我复活。

基督啊，利剑曾向祢闪耀，/看哪，强者的利剑已钝，/伊甸园的利剑也已倒转。

那些狂妄自大到极点的人违背了律法，/但我并未偏离祢的律法。

羔羊之母，在羔羊被宰杀之时，/ 虽被箭矢击中，仍高声呼喊，/ 促使羊群一同呼求。

我忆起祢自亘古以来的审判，主啊，/ 便得着了安慰。

纵使祢曾被埋葬于坟墓，/纵使祢曾下到阴间，救主，/但祢使坟墓空虚，使阴间显露，基督。

因那背弃祢律法的罪人，/ 我心中充满悲伤。

救主啊，祢自愿降入阴间，/ 使那些已死的人复活，/ 并将他们带入父的荣耀之中。

在流浪之地，祢的诫命于我如同歌谣。

圣三之一化身为人，/ 为我们忍受了羞辱的死亡：/ 太阳战栗，大地震动。

主啊，我在夜间记念你的名，/并遵守了你的律法。

如同从苦泉中涌出一般，/ 犹大支派的后裔将耶稣——那赐下吗哪的养育者与施予者——/ 抛进了深坑。

这事临到我身上，/ 因为我寻求了祢的诫命。

审判者，如同受审者站在彼拉多面前，/ 被带到他面前，并被不公正地判处 / 通过十字架之木处死。

主啊，我说：“我的份，/就是遵守祢的律法”

自负的以色列，沾染杀戮之罪的民族，/ 这究竟是怎么回事？你竟释放了巴拉巴，/ 却将救主交给了十字架？

我全心全意地在祢面前祈祷；/求祢照祢的话怜悯我。

祢亲手从尘土中造了亚当，/ 为了他，祢按本性成为人，/ 并按祢的旨意被钉在十字架上。

我细细思量了祢的道路，/ 便将我的脚步转向祢的见证。

圣言啊，祢顺服祢的父，/ 降临至可怕的地狱深处，/ 并使人类复活。

我已做好准备，毫不怯懦，/ 只为遵守祢的诫命。

“唉，我啊，世界的光！唉，我啊，我的光，/ 我最渴望的耶稣！”——/ 圣母在哀歌中悲痛地呼求。

罪人的绳索缠绕着我，—— / 但我并未忘记祢的律法。

那嫉妒、嗜杀且罪恶的百姓，/ 即便在基督复活后，你仍因那裹尸布和那块布而蒙羞。

午夜时分，我起身赞美祢，因祢公义的审判。

来吧，可憎的杀人门徒，/向我阐明你罪行的来龙去脉，/为何你会成为基督的背叛者。

我是所有敬畏祢、/ 遵守祢诫命之人的同伴。

你这个伪善者，竟假装成什么爱人如己之人，你这愚昧之徒，/ 瞎眼之徒，最毁灭性的、不可调和的，/ 竟为金钱出卖了主。

主啊，大地充满你的慈爱：/ 求你教导我遵行你的诫命。

为了那天上的圣体，你得到了什么代价？ / 为了那无价之宝，你竟以等价之物来交换？ / 你招致了疯狂，可咒诅的撒但。

主啊，祢照着祢的话，/ 恩待了祢的仆人。

若你爱怜贫者，又为那为赎灵魂而倾注的圣油感到惋惜，/ 那你为何要用黄金出卖那光辉之源？

求祢教导我仁慈、美德与智慧，/ 因我信靠祢的诫命。

哦，上帝与圣言！哦，我的喜乐，/我如何能承受祢为期三日的安葬？/此刻，我这母亲的心正备受煎熬！

在我谦卑之前，我曾犯过罪，/ 因此我谨守了祢的话语。

“谁能给我水和眼泪的泉源，”——/圣母童贞女感叹道——/“好让我为我亲爱的耶稣哀悼？”

主啊，祢是良善的，求祢凭祢的良善 / 教导我遵行祢的诫命。

啊，山峦、山谷和众民啊！/ 请与我——你们上帝之母——一同哀哭、哀叹吧！

骄傲之人的不义加倍地加在我身上，/而我将全心全意地研习你的诫命。

“我何时才能见到你，救主，永恒之光，/ 我心中的喜乐与欢欣？”——/ 圣母悲切地呼求道。

他们的心如牛奶般凝结，/而我却深入钻研了祢的律法。

虽然你，救主，像峭壁一样承受了被劈开的痛苦，/ 但你却涌出了生命之流，/ 成为生命的源泉。

有福了，因祢使我谦卑，好叫我学习祢的诫命。

如同被双河灌溉，/源自同一泉源——从祢肋旁涌流而出，/我们收获了果实——永生。

祢口中的律法于我何等宝贵，/ 胜过千金万银。

道啊，祢自愿向坟墓中的死者显现，/ 但祢活着，正如祢所预言的，/ 祢将借着祢的复活，唤醒凡人，我的救主。

三位一体的荣耀：我们颂扬祢，道，万有的神，/ 与圣父及祢的圣灵同在，/ 并赞美祢神圣的安葬。

如今，圣母颂：我们尊崇祢，纯洁的圣母，/并怀着信心敬拜祢的圣子、我们的上帝/那为期三日的安葬。

两个唱诗班一同唱第一段副歌：基督啊，你是生命，曾被安放在坟墓中，/天使军团惊叹不已，/颂扬你的仁慈。

随后是小祈祷文、第三篇祷文及呼求：因为祢的名是蒙福的，祢的国度——圣父、圣子、圣灵的国度——如今、直到永远、世世代代都是受赞美的。

熏香仪式结束后，开始第二篇。

第二段

配得赞美的是祢，生命的赐予者，/ 祢在十字架上伸展双臂，/ 击溃了仇敌的势力。

是祢的双手造就了我、塑造了我；/ 求祢启迪我，使我学习祢的诫命。

配得赞美的是祢，万物的创造者，/ 因祢的受难，我们得以拥有无欲之心，/ 脱离了朽坏。

敬畏祢的人看见我，便要欢喜，/ 因为我仰赖祢的话语。

大地战栗，太阳隐没，救主啊，/ 当你——基督，那永不黯淡的光——/ 以肉身进入坟墓之时。

主啊，我已知晓，祢的审判是公义的，/祢凭着真理使我谦卑。

基督啊，祢在坟墓中沉入赐生命之眠，/并从罪恶沉重的沉睡中，/唤醒了人类。

愿祢的慈爱成为我的安慰，/正如祢对祢仆人所应许的那样。

“我是在众女子中唯一未受苦痛便生下祢的，我的孩子，/如今因祢的受难，/我正承受着难以忍受的痛苦，”圣母如此说道。

愿祢的怜悯临到我，我便得存活，/ 因为祢的律法是我毕生的追求。

凝视着祢，救主，祢在高天之上与圣父同在，/ 而在下方，祢却如死人般横卧于地，/ 炽天使们为此惊骇不已。

愿骄傲者蒙羞，因他们不义地向我行恶，/而我却要颂扬祢的诫命。

当祢被钉十字架时，圣殿的幔子裂开了，圣言，/ 诸星也隐藏了光芒，/ 因为祢——太阳——被掩埋在地下。

愿敬畏祢的人 / 以及明白祢见证的人，都转向我。

祢在起初仅凭一挥手便奠定了大地，/如今却如人一般，气息已绝，沉入地下。/天啊，请因这景象而战栗吧！

愿我的心在祢的诫命中保持纯洁，/ 免得我蒙羞。

祢亲手创造了人类，如今却已归于尘土，/ 为了以全能之力，使众多凡人从堕落中复原。

我的灵魂因盼望祢的救恩而疲惫，/ 我仰赖祢的话语。

来吧，让我们为已逝的基督唱起神圣的哀歌，/ 如同古时那些带着香膏的妇人，/ 好叫我们也能与她们一同听见那"欢喜吧！"的呼声。

我的双眼因渴慕祢的话语而疲惫；我说道：/ "祢何时才会安慰我？"

祢，道——实为取之不尽的香膏，/ 正因如此，膏油妇人才将香膏献给祢，/ ——献给那活着却如死人一般的人。

因我如寒霜中的皮囊，却未曾忘记祢的诫命。

基督啊，祢虽被埋葬，却摧毁了阴间的国度；/ 祢以死亡击溃死亡，/ 并使生于尘世者脱离朽坏。

祢的仆人还要受苦多少日？ / 祢何时为我向逼迫我的人施行审判？

倾泻生命之流的上帝的智慧，/ 降入坟墓，使/ 那些身处地狱深渊之人复活。

违背律法者向我陈述他们的见解，/ 但并非如祢的律法，主啊。

为了更新凡人那受创的本性，/ 我按自己的旨意，在肉身中受了死的创伤。/ 我的母亲，请不要因哭泣而痛苦。

祢的一切诫命都是真理；/ 他们不义地迫害我，求祢帮助我。

真理的晨星，祢降临地下，/ 如同唤醒沉睡者一般唤醒了死者，/ 驱散了阴间所有的黑暗。

他们在地上几乎要将我灭绝，/但我并未背弃你的诫命。

这具有双重本性、赋予生命力的种子，/ 今日伴着泪水播撒在地的深处，/ 但待它生长起来，必将使世界充满喜乐。

求祢以祢的慈爱使我复活，/ 我便要谨守祢口中的见证。

亚当曾躲避在乐园中巡行的上帝，/但那曾堕落、如今被复活的，/却因降临阴间的祢而欢欣。

主啊，祢的话语 / 永存于天上。

生下祢的母亲献上眼泪的祭，/ 向祢——基督，那肉身安卧在坟墓中的，/ 呼求道："复活吧，我的孩子，正如祢所预言的那样！"

你的真理世世代代长存：/ 你奠定了大地，它便永存。

约瑟虔诚地将祢安放在新的坟墓中，/ 将配得上帝的送别圣歌，/ 与啜泣交织在一起，向祢——救主——歌唱。

因祢的旨意，白昼长存，/ 因为万物都侍奉祢。

看见祢被钉在十字架上，/ 祢的母亲——神的道，/ 便用痛苦的悲伤之钉和箭矢刺透了自己的灵魂。

因为若非以祢的律法为我的追求，/ 我必在卑微中灭亡。

目睹祢——万有的甘饴，祢的母亲，/ 因祢被灌以苦酒，/ 悲痛地让眼眶盈满泪水。

我永不忘记祢的诫命，/ 因为祢藉此使我复活。

“我深受创伤，内心备受煎熬，圣言，/ 目睹祢那不公的受难，”——/ 至圣者哭泣着呼求。

我是祢的，求祢拯救我，/ 因为我渴求祢的诫命。

“祢的目光何其甘美，我岂能闭口不言，圣言？/ 我又怎能按亡者的样式将祢安葬呢？”——/ 约瑟战战兢兢地呼求道。

罪人正等着我，要将我灭绝，——/ 而我却明白了祢的应许。

约瑟和尼哥底母 / 如今为已逝的基督吟唱葬礼圣咏，/ 炽天使们也与他们一同歌唱。

我已看见一切成就的极限，——/ 祢的诫命极其宽广。

救主啊，公义之日，祢降入地下，/ 因此生下祢的月亮因悲痛而黯淡，/ 因无法再得见祢的面容。

主啊，我何等爱慕祢的律法，/ 整日以研读它为乐。

地狱在看见祢时战栗，救主，生命的赐予者，/祢夺取了它的财富，/并使自古以来死去的人复活。

祢用祢的诫命使我胜过我的仇敌，/ 因为它是我永远的伴侣。

太阳在黑夜过后放射光芒，/而祢——复活的道，也将在死亡之后，/如同从婚筵殿中一般，欢欣地照耀。

我比所有教导我的人都更通晓真理，/ 因为祢的见证就是我的追求。

大地将祢——造物主——接纳于其深处，/ 因恐惧而战栗，/ 其震动唤醒了死者。

我比长老们更通晓真理，/ 因为我寻求了祢的诫命。

尼哥底母和高贵的约瑟，/ 如今用香膏重新安葬了祢，基督，并呼求道：/ “全地啊，要战栗！”

我使双脚远离一切邪恶的道路，/ 只为遵守祢的话语。

万有之造物主，祢已降临，太阳之光也随祢降临，/ 受造之物皆为之战栗，/ 宣告祢是万物的造物主。

我未曾偏离祢的审判，/ 因为祢赐给我律法。

那被凿成的石头覆盖着那块基石，/而凡人如今却像掩埋凡人一般，将神藏于坟墓之中。/大地啊，你当战栗！

祢的话语何等甘甜，/ 比蜂蜜更美我的嘴唇。

“请看祢所爱的门徒，以及祢的母亲，/ 最甜美的婴孩啊，请发声吧，”——/ 圣母哭泣着呼求。

因祢的诫命，我获得了智慧，/ 因此憎恶一切不义之道。

祢作为真正的生命赐予者、圣言，/ 虽被钉在十字架上，却未使犹太人死亡，/ 反而使他们的死人复活。

祢的律法是我脚前的灯，/是我路上的光。

圣言啊，在祢受难之时，祢既无美貌，亦无形貌；/ 复活后，祢却光芒四射，/ 以神圣的光辉装点凡人。

我已起誓并立定心志，/要遵守祢公义的典章。

不朽的光之承载者，祢以肉身降临尘世，/ 连太阳也无法目睹此景，/ 正午时分竟黯然失色。

我已卑微至极，主啊，求祢照祢的话语使我复活。

太阳与月亮一同蒙上阴影，救主啊，/ 象征着虔诚的仆人，/ 身披黑衣。

主啊，求祢恩慈地接受我口中自愿献上的祭物，/并教导我遵行祢的旨意。

“百夫长虽见祢已死，却在祢身上认出了神，——/我，我的神，又怎能伸手触碰祢呢？/我战栗不已！”——约瑟夫如此呼求。

我的灵魂常在祢手中，—— / 我也没有忘记祢的律法。

亚当沉睡了，——**死亡从他的肋骨中涌出，**/而如今沉睡的你，上帝的道，/正从你的肋骨中向世界倾注生命。

罪人给我设下陷阱，——/但我并未偏离你的诫命。

祢短暂地沉睡，便使死者复活，/ 复活后，祢又使/ 自亘古以来沉睡者复活，祢是良善的。

我永世继承了祢的见证，/ 因为它们是我心中的喜乐。

祢虽被从地上取去，却倾倒了救恩的美酒，/ 那生命之源的葡萄树；/ 我颂扬祢的受难与十字架。

我已倾心顺服，为要永远遵行祢的诫命，/ 只为得着赏赐。

那些无形的军长，看见祢——救主——/ 赤身露体、血迹斑斑、被定罪，/ 竟敢对钉祢十字架的人如此狂妄？

我憎恶违背律法者，/却爱慕祢的律法。

受过圣约却最为顽固的犹太民族，/ 你明明知道圣殿将被重建，/ 为何还要定基督的罪？

祢是我的帮助者，也是我的护卫者，/ 我仰赖祢的话语。

你让万物的创造者披上嘲弄的外袍，/祂奠定了穹苍，/并奇妙地装点了大地。

行恶的人，请远离我，/ 我要研读我神的诫命。

如同肋旁受创的鹈鹕，圣言啊，/ 你使你已逝的儿女复活，/ 为他们涌出赐生命的泉源。

求祢照祢的话扶持我，我便得活；/ 在我等候的时候，求祢不要使我蒙羞。

从前约书亚曾使太阳停住，击溃外邦人，/ 但如今祢亲自隐没，/ 推翻了黑暗之首。

求祢帮助我，我便得救，/我必永远遵行祢的诫命。

仁慈的主，祢始终与父的怀抱同在，/ 并乐意成为人，/ 降临阴间，基督。

祢将所有背离祢诫命的人视为虚无，/ 因他们的意念不义。

被钉十字架的主升天了，祂使大地悬于水之上，/ 祂以无息之身被安葬于其中，/ 大地无法承受，便剧烈震动。

我将世上所有罪人都视为罪犯，/因此我喜爱祢的见证。

“唉，我的儿子啊，”那未曾嫁人的女子哭泣着高呼，“我原盼望看见你作王，如今却见你被定罪钉在十字架上！”

求祢用对祢的敬畏将我的肉体钉在十字架上，/ 因我惧怕祢的审判。

“加百列飞来时曾向我宣告：/ 他说，我儿子耶稣的国度 / 将永存不息。”

我行公义与正直，/ 求祢不要将我交在欺压我的人手中。

“唉，西缅的预言应验了：/ 因为你的宝剑 / 刺透了我的心，以马内利！”

求祢将祢的仆人接纳到祢的恩典中，/ 免得那些骄傲的人诽谤我！

犹太人啊，但愿你们至少为那些人感到羞愧，/ 就是那位赐生命者从死里复活的人，/ 就是你们因嫉妒而杀害的那一位。

我的双眼因期盼你的救恩 / 和你公义的话语而疲惫不堪。

太阳见那不可见的光——我的基督，/ 祢被藏在坟墓中，已无气息，/ 便战栗不已，并黯淡了它的光芒。

求祢凭祢的慈爱眷顾祢的仆人，/并教导我遵行祢的诫命。

祢那全然无瑕的圣母，圣言啊，/当她在坟墓中看见祢——/那不可测度、无始无终的上帝时，痛哭流涕。

我是祢的仆人，求祢启迪我，/ 使我认识祢的见证。

基督啊，祢那至洁的母亲目睹了祢的受难，/ 向祢痛心地呼喊：/ “生命啊，不要滞留于死人之中。”

主，是时候行动了：/ 他们已摧毁了祢的律法。

可怕的地狱在看见祢时战栗不已，/ 祢是永生的荣耀之日，/ 它急忙释放了囚徒。

因此，我更爱祢的诫命，/胜过黄金与托帕石。

救主啊，此刻正展现着伟大而令人敬畏的异象：/ 因为生命的源头甘愿接受死亡，/ 只为使众人复活。

因此，我遵循了祢的一切诫命，/ 憎恶一切不义之道。

主啊，祢的肋旁被刺穿，双手被钉在十字架上，/ 祢医治了祢肋旁所受的创伤，/ 也医治了先祖们放纵不羁的过犯。

祢的见证何等奇妙：/ 因此，我的灵魂深深沉浸其中。

从前，拉结之子离世时，全屋之人皆为之哀悼，/如今，圣母与门徒众人为童贞女之子，开始捶胸顿足。

祢话语的显现 / 照亮并启迪婴孩。

那只手击打在基督的脸上，/这正是那创造人类的手，/也是那击碎野兽下颚的手。

我张开口，吸纳圣灵，/ 因我渴慕祢的诫命。

在圣咏中，基督啊，无论是祢的受难，还是祢的安葬，/我们所有信徒如今都将其奉为神圣，/因祢的安葬，我们已从死亡中得救。

三一神的荣耀：无始的上帝、同永恒的圣言与圣灵，/ 求祢凭祢的仁慈，/ 坚固统治者们对抗仇敌的权杖。

如今，向圣母颂：生出生命的、无瑕的、纯洁的童贞女，/ 求祢凭祢的仁慈 / 止息教会中的诱惑，并赐予和平。

两个唱诗班共同重复第一首圣咏：配受赞美的是祢，生命的赐予者，/ 祢在十字架上伸展双臂，/ 并击溃了敌人的势力。

随后是小祈祷文、第七篇祷文及呼求：因为祢是圣洁的，我们的上帝，安息在基路伯荣耀宝座上的，我们将荣耀归于祢，与祢无始的父，以及祢至圣、至善、赐生命的圣灵同在，如今、直到永远、世世代代。

熏香仪式结束后，开始第三篇。

第三篇

诗句，第三调：万代 / 为你献上安葬之歌 / 我的基督。

求祢垂顾我，怜悯我 / 按那爱慕祢圣名之人的公义。

从十字架上取下后，/ 亚利马太人将祢安葬在坟墓中。

求祢照祢的话引导我的脚步，/ 使我免受任何不法之事的辖制。

香膏女们前来，/ 带着香膏献给你，我的基督，/ 满怀虔诚。
求祢救我脱离世人的诽谤，/ 使我遵守祢的诫命。
万物啊，来吧，/让我们向造物主/献上安魂颂歌。
求祢向祢的仆人显出祢面上的光，/并教导我遵行祢的诫命。
像死人一样活着的人，/ 让我们与圣膏油的使者一同，/ 明智地用圣膏油涂抹他。
眼泪如泉水般涌出，/ 只因我未能遵守祢的律法。
三福的约瑟，/ 安葬基督——生命之赐予者的躯体吧。
主啊，祢是公义的，/ 祢的审判也是公义的。
那些曾被祂以吗哪喂养的人，/却用脚后跟/踢向了施恩者。
祢命定公义——祢的见证，/并坚定真理。
那些曾被祂以吗哪喂养的人，/ 却向救主献上 / 苦胆与醋。
对你的热忱使我心力交瘁，/ 因为我的仇敌已忘记了你的话语。
啊，这何等愚昧，/ 这何等杀害基督，/ 那些杀害先知的凶手啊！
祢的话语已全然经火炼净，/ 祢的仆人便爱慕它。
如同疯狂的仆人，/ 领受圣礼者 / 竟背叛了智慧的深渊。
我虽年少且受人轻视，——/却未曾忘记你的诫命。
狡诈的犹大出卖了救主，/ 成了囚徒。
祢的真理——永恒的真理，/ 祢的律法——真理。
据所罗门所言，/ 那口深坑 / 便是那些悖逆的犹太人之口。
悲伤与灾祸临到我身上，——/ 你的诫命却是我的人生追求。
在那些悖逆的犹太人/蜿蜒曲折的道路上，/布满了荆棘与陷阱。
祢的见证是永恒的真理；/ 求祢使我明白，我便得活。
约瑟与尼哥底母 / 效法逝者 / 安葬造物主。
我全心呼求，/ 主啊，求祢垂听我，我渴慕遵行祢的诫命。
赐生命者，救主，/ 愿荣耀归于祢的大能，/ 祢已摧毁阴间。
我向祢呼求，求祢拯救我，/ 我必遵守祢的见证。
看见祢——道——/ 仰面躺卧，/ 至圣的母亲如母亲般痛哭。
我未及时便已呼求，—— / 仰赖祢的话语。
“哦，我甜蜜的春天，/ 我最甜蜜的婴孩，/ 你的美貌去了何方？”
黎明未至，我的双眼便已睁开，/ 只为深入领悟祢的话语。
祢那至洁的母亲 / 因祢——圣言——已然殒命， / 而痛哭失声。
主啊，求祢凭祢的慈爱垂听我的声音，/ 凭祢的公义使我复活。
妇女们带着香膏，/ 前来用基督的圣膏油——那神圣的圣膏油——为我涂抹。
那些无理迫害我的人已逼近，/却背离了祢的律法。
祢以死亡击溃死亡，我的上帝，/ 凭祢神圣的大能。
主啊，祢近在咫尺，/ 祢的一切诫命都是真理。
欺骗者已被引向迷途，/ 而受迷惑者却因祢的智慧得蒙拯救，我的上帝，
我从起初就从你的见证中得知，/ 你已将它们立定，直到永远。

那背叛者被抛入阴间深处，/ 坠入灭亡之井。

求祢垂顾我的卑微并拯救我，/ 因我未曾忘记祢的律法。

荆棘与陷阱——/ 这是三度不幸的 / 疯狂的犹大所走的路。

求祢审判我的案件并拯救我，/ 照祢的话使我复活。

那些钉祢十字架的人，都一同灭亡了，/ 道啊，/ 神的儿子，万有的君王。

救恩远离罪人，/ 因为他们不寻求祢的诫命。

在灭亡的深井中，/ 那些嗜血之徒 / 都一同灭亡了。

主啊，祢的怜悯何其大，/ 求祢按祢的公义使我复活。

神的儿子，万有的君王， / 我的神，我的造物主， / 祢是如何承受这苦难的？

许多驱逐我、逼迫我的人——/ 我却未曾偏离祢的见证。

母牛犊看见公牛犊，/被悬挂在十字架上，/便发出哀鸣。

他看见那些愚昧人，便心力交瘁， / 因为他们没有遵守祢的话语。

约瑟与尼哥底母一同 / 安葬了那承载生命的躯体。

看哪，主啊，我喜爱祢的诫命，/求祢凭祢的慈爱使我复活。

童贞女放声痛哭，/ 热泪盈眶，/ 内心深受刺痛。

祢的话语始于真理，/ 祢一切公义的审判永存。

“我眼中的光，/我最亲爱的孩子，/你如今为何藏身于坟墓之中？”

诸王无故迫害我，/但因祢的话语，我的心便战兢。

“为了拯救亚当和夏娃，/我才忍受这一切——/不要哭泣，母亲。”

我因祢的话语而欢欣，/ 如同寻得丰盛战利品一般。

“我赞美你，我的儿子，/你那至大的仁慈，/正因这仁慈，你才忍受这一切。”

我憎恶谎言并厌恶它，/却爱慕祢的律法。

仁慈的主，祢曾被灌以醋与胆汁，/ 以此消灭了远古堕落之罪。

我每日七次赞美祢，/因祢公义的审判。

在显要之处，祢曾被钉在十字架上，/ 昔日祢曾以云柱遮蔽祢的子民。

大平安——属于爱祢律法的人，/ 他们毫无绊脚石。

前来圣坟的圣女们，/ 向祢——救主——献上香。

主啊，我期盼着祢的救恩，/并爱慕祢的诫命。

仁慈的主啊，求祢复活，/将我们从地狱的深渊中/拯救出来。

我的灵魂珍藏着祢的见证，/并深深地爱慕它们。

“起来吧，生命的赐予者，”——/ 祢的母亲一边流泪一边说道。

我谨守了祢的诫命和祢的见证，/ 因为我的一切道路都在祢面前，主啊。

“快快复活吧，圣言，/ 止息那/ 无瑕地生下祢之母的悲伤！”

愿我的祈祷临到祢的面前，主啊，——/求祢照祢的话语启迪我。

天上的众军 / 惊骇不已， / 目睹祢被定为死人。

愿我的祈求升到祢的面前，主啊——/ 求祢照祢的话拯救我。

求祢赐予那些怀着爱与敬畏 / 尊崇祢受难的人 / 赦免他们的罪过。

当祢教导我祢的诫命时，/ 我的口便要倾吐赞歌。

哦，何等可畏、何等非凡的景象，/ 神的道！/ 大地怎能将祢隐藏？

我的舌头将述说祢的话语，/ 因为祢的一切诫命都是真理。

从前约瑟逃往埃及，/ 带着祢，救主，/ 如今另一位约瑟将祢安葬。

愿祢的手成为我的拯救，/ 因为我已拣选了祢的诫命。

祢那至洁的母亲 / 正为祢——我已逝的救主——/ 哀哭痛泣。

主啊，我渴慕祢的救恩，/ 祢的律法是我毕生的追求。

众人的心灵 / 因祢——万物之造物主——这非同寻常且令人战栗的 / 安葬而战栗。

我的灵魂必存活，并要赞美祢，/ 祢的审判必帮助我。

那些带着香膏的圣女们，/ 清晨便赶来，/ 用香膏洒了祢的棺椁。

我如迷途的羊般迷失；/求祢眷顾祢的仆人，因我未曾忘记祢的诫命。

求祢藉祢的复活，/ 赐予教会平安，/ 赐予祢的子民救恩。

荣耀归于圣三：哦，圣三，我的上帝——/圣父、圣子与圣灵，/求祢怜悯世人！

如今，圣母颂：童贞女啊，/求祢使祢的仆人们有幸目睹 / 祢圣子的复活。

赞词，第五调

主啊，你是应当称颂的，求你教导我遵行你的诫命。

天使众军惊叹不已，/ 见祢，救主，虽被列于死者之列，/ 却击溃了死亡的权势，/ 并将亚当与祢一同复活，/ 并从阴间中解救了众人。

主啊，你是应当称颂的，求你教导我遵行你的诫命。

“你们这些满怀怜悯之泪的女子，/ 啊，门徒们，为何要用眼泪稀释圣膏油？”/ ——在坟墓中光芒四射的天使向圣膏油的使者们呼唤道，/ ——“你们去查看坟墓，便会知道，/ 救主已从坟墓中复活了！”

主啊，你是应当称颂的，求你教导我遵行你的诫命。

清晨，/ 香膏女们哭泣着匆匆赶往祢的坟墓。/ 但天使出现在她们面前，高声宣告：/“哭泣的时刻已经结束，不要哭泣，/ 而是要把复活的消息传给使徒们。”

主啊，愿祢蒙福，求祢教导我遵行祢的诫命。

带着香膏来到祢坟墓前的 / 圣膏油妇女们，救主啊，她们痛哭流涕，/ 此时天使向她们宣告：/“你们为何将活人归于死人？/ 祂作为神，已从坟墓中复活了。”

三一颂：让我们敬拜圣父，/ 以及祂的圣子，和圣灵，/ 圣三一，同为一体，/ 与炽天使一同高呼：/“圣哉，圣哉，圣哉，主啊。”

如今，圣母颂：你，童贞女，生下了生命的赐予者，/ 使人脱离了亚当的罪，/ 并赐予夏娃喜乐，取代了悲伤；/ 那位从你身上道成肉身的上帝与人，/ 引导那些背离生命的人归向她。

哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚，荣耀归于祢，上帝。 (3)

随后是小祈祷文、第8篇祷文及呼求：因为祢是世界的君王，我们的基督上帝，我们向祢，以及祢那无始的父，和祢那至圣、至善、赐生命的圣灵，献上荣耀，如今、直到永远，世世无穷。

当日的座祷文，第一调

约瑟从彼拉多那里领回圣躯，/ 用香膏涂抹，并将其安放在崭新的坟墓中，/ 内有洁白的细麻布和神圣的香料。/ 因此，天刚破晓便前来的抹香膏妇女们高呼：/ “基督啊，求祢向我们显明，/ 正如祢所预言的那样，复活吧！”

颂荣：基督啊，求祢向我们显明，/正如祢所预言的那样，复活吧！

如今：众天使惊叹不已，/ 凝视着坐在圣父怀中的祂——/ 那不朽者竟如死人一般被安放在坟墓中；/ 祂被天使军团环绕，/ 并与阴间亡灵一同颂扬祂，/ 尊祂为造物主和主。

基督复活：不唱诗，而是诵读第50篇诗篇。

由圣科斯马·迈乌姆斯基、伊德伦特主教马可及修女卡西娅所作，第六调；伊尔莫斯唱两遍，特罗帕里唱十二遍。每首诗歌结束时，两个唱诗班共同唱伊尔莫斯。

圣咏，第六调。

第一首

伊尔莫斯：昔日 / 那追捕者的暴君 / 被海浪淹没 / 被祂所拯救之人的子孙 / 将其掩埋于地下；/ 但我们，如同年轻的处女，/ 要向主歌唱：/ 因为祂已得着荣耀。

我的主，我的上帝！/ 我将为你唱起告别圣咏/ 和墓前圣咏，/ 你以自己的安葬为我开启了生命之门，/ 并以死亡摧毁了死亡与阴间。

在高处——在宝座上，/在低处——在坟墓中，/天上与地下的众生，/凝视着祢，我的救主，/在祢的死亡中战栗不已：/因为祢——生命的始源，/竟以超乎理智的方式显为死人。

为要使万物 / 充满祢的荣耀，/ 祢降临到地底最深处；/ 因为我的本性——那来自亚当的本性——/ 并未向祢隐藏，/ 且祢被埋葬后，/ 祢使我这已朽坏之人焕然一新，爱人的主。

第三首

伊尔莫斯：祢将整个大地 / 悬于水面上，毫无依托；/ 受造之物见祢悬于颅骨之上，/ 被巨大的惊骇所笼罩，便高呼：/ “除祢以外，主啊，再无圣者！”

祢在诸多异象中 / 显明了祢安葬的景象；/ 而如今，主啊，祢以神人二性的方式 / 向在地狱中呼喊的人们显明了祢的奥秘：/ “除了祢，主啊，再没有圣者！”

祢张开双手 / 将原本分离的重新联合；/ 救主啊，祢以 / 细麻布和棺木为衣 / 解救了被锁链捆绑的人，他们高呼：/ “除了祢，主啊，再无圣者！”

在坟墓中，在封印之后，/ 祢——那不可测度的，自愿被囚禁；/ 确实，祢以神迹显明了祢的大能，/ 使颂扬祢的人高呼：/ “除祢以外，主啊，爱人的主，再无圣者！”

塞达伦，第一调

守卫祢坟墓的士兵们，救主，/ 因显现的天使光芒而如死一般，/ 那天使向妇女们宣告了复活。/ 我们赞美祢，朽坏的消灭者，/ 我们投靠祢，从坟墓中复活的，/ 以及我们唯一的上帝。

《荣耀颂》，如今：重复上述内容。

第四首

伊尔莫斯：目睹祢在十字架上神性的谦卑，/ 阿瓦库姆惊叹地呼喊：/ “祢，仁慈的主，已摧毁掌权者的权势，/ 作为全能者，与在地狱中的人同在！”

今日祢使第七日成圣，/这日祢曾赐予安息，使人从劳碌中解脱；/因为祢，我的救主，在安息中改变万物、更新万物，/并将万物吸引到祢那里。

当你以至高之力取得胜利时，/ 你的灵魂便脱离了躯体；/ 但二者皆因你的大能——道——/ 而挣脱了死亡与地狱的枷锁。

地狱与祢相遇时，圣言，便怒不可遏，/ 见那凡人竟被神化，/ 身负创伤却又全能，/ 却因惧怕这形象而灭亡。

第五首

伊尔莫斯：基督啊，祢向我们显现，/源于祢的怜悯，/以赛亚看见那永不黯淡的光芒，/彻夜不眠地高呼：/“死人必复活，/坟墓中的人必兴起，/地上所有活着的人都必欢欣！”

造物主啊，祢更新了生于尘世之人，/ 祢自己曾化身为尘土所造之身，/ 圣衣与棺椁都昭示着，圣言啊，/ 与祢相关的奥秘；/ 因为那位受尊崇的议会成员代表着 / 祢天父的旨意，/ 祂借着祢威严地更新了我。

祢以死亡改变那必死的，/ 以安葬改变那必朽的；/ 因为祢如神所当有的，永不改变，/ 使祢所领受的成为不朽：/ 毕竟，主啊，祢的肉身未曾经历朽坏，/ 祢的灵魂也未曾以奇妙的方式被遗留在阴间。

祢源自童贞女，肋旁被刺穿，/ 祢借着她，我的造物主，/ 完成了对夏娃的救赎，/ 成为新的亚当，/ 以超自然的方式沉入赐生命之眠，/ 并作为全能者，/ 从沉睡与朽坏中唤醒了生命。

第六首

伊尔莫斯：约拿虽被鲸鱼腹中吞噬，却未被困住；/ 因他承载着祢的形像——那受苦并被埋葬的形像，/ 他便如从宫殿中走出一般，从那野兽腹中出来，/ 并向祢坟墓的守卫呼喊：/“那些追随虚妄与谎言的人，/ 你们竟遗忘了至高的仁慈！”

道啊，祢虽被处死，却未与祢所结合的肉身分离；/ 因为虽然在受难时你的圣殿被毁，/ 但那时你的神性与肉身仍为一格，/ 毕竟你作为独一的圣子，/ 神的道，既是神又是人，常存于这两种本性之中。

亚当的堕落对人而言是致命的，但对上帝却不然，/ 因为虽然祢那由尘土所造的肉身本性遭受了苦难，/ 但神性却依然超然无染，/ 而祢将那会朽坏的在祢里面化为不朽，/ 并通过复活显明了不朽生命的源泉。

阴间虽在人类之上掌权，却非永恒；/ 因为祢，全能者，虽被安放在坟墓中，/ 却以赐生之手撬开了死亡的闩锁，/ 并向自亘古便囚禁于此者宣告了真正的救赎，/ 成为从死人中复活的首生者，救主。

康达克，第六调

封锁深渊者 / 如今作为死者安卧在我们面前，/ 裹着细麻布与没药，/ 如同凡人一般被安放在坟墓中——这位不朽者。/ 妇女们前来用香膏膏抹祂，/ 痛哭流涕，哀号道：/“这安息日是至福的，/ 正是基督安息之日，/ 为了在第三天复活。”

伊科斯：万物的主宰被高举在十字架上，/ 整个受造之物都在痛哭，/ 目睹祂赤身裸体地悬挂在木头上；/ 太阳收起了光芒，星辰失去了光辉；/ 大地因极度恐惧而震动，/ 海浪奔涌，磐石崩裂，/ 许多坟墓敞开，/ 圣徒的遗体复活了。/ 地狱深处发出哀鸣，犹太人则图谋诬蔑基督的复活，/ 但妇女们高声呼喊：/“这安息日是至福的，/ 正是基督安息之日，/ 为了在第三天复活。”

第七首

伊尔莫斯：难以言喻的奇迹！/ 曾将虔诚的少年从火窑的烈焰中拯救出来，/ 如今却被安葬在坟墓中，如同已死、毫无气息之人，/ 只为拯救我们这些歌唱者：/ “上帝，救赎主，愿祢蒙福！”

地狱的心被刺穿，/ 因祂的肋旁被长矛刺穿，/ 它在神圣之火的吞噬下哀号，/ 为拯救我们这些歌唱者：/ “上帝，救赎主，愿祢蒙福！”

坟墓何其富足！/ 因它接纳了 / 仿佛沉睡的造物主，/ 便显明为神圣的生命宝库，/ 为拯救我们这些歌唱的人：/ “上帝，救赎主，愿祢蒙福！”

按凡人的律法，/ 被安放在坟墓中，/ 万有的生命皆经此，/ 并显明祂是复活的源头，/ 拯救我们这些歌唱的人：/ “上帝，救赎主，愿祢蒙福！”

在阴间、/在坟墓中、在伊甸园里，/基督的神性始终如一，与圣父和圣灵不可分割，/为拯救我们这些歌唱者：/“上帝，救赎主，愿祢蒙福！”

第8首

伊尔莫斯：天啊，当惊奇战栗，/ 愿大地的根基震动；/ 因为看哪，那位居于高处的永生者，/ 竟被列于死者之中，/ 并安息于狭窄的坟墓之中；/ 祂的门徒当称颂祂，/ 祭司当歌颂祂，/ 世人当世世代代尊崇祂。

至洁的圣殿虽已倾颓，/ 祂却带着自己重建了倒塌的圣所，/ 因为作为第二亚当，/ 那位居于至高处的，/ 甚至降临到了阴间的深处：/ 祂的门徒当称颂祂，祭司当歌颂祂，/ 世人当永远尊崇祂。

门徒们已无胆量，/唯独亚利马太的约瑟脱颖而出，/因他见至高上帝已死且赤身裸体，/便向祂求问并安葬祂，高呼：/“祂的门徒啊，要称颂祂；祭司们啊，要歌颂祂；/世人啊，要永远尊崇祂！”

啊，何等非凡的奇迹！啊，何等恩典！/ 啊，何等难以言喻的忍耐！/ 那位住在至高之处的，/ 自愿被封存在地下，/ 而上帝却像个骗子一样，遭到不实的指控：/ 祂的少年们，你们要祝福祂；祭司们，你们要歌颂祂；/ 世人啊，你们要永远颂扬祂。

第九首

伊尔莫斯：母亲啊，不要为我哀哭，/ 看见你那在坟墓中的儿子，/ 你曾在他未受孕时就在子宫中怀了他，/ 因为我将复活并得荣耀，/ 并将作为神，在荣耀中升天，/ 那些以信心和爱 / 不断尊崇你的人。

在你奇妙的降生之时，/我超自然地避开了苦难，/我——无始之子——因此蒙受了荣耀；/如今，看见你——我的上帝——已无气息、死去，/我被悲痛之剑可怕地折磨着；/但求你复活，好叫我得着荣耀。

大地依我的旨意将我掩埋，/但地狱的守门人却战栗不已，/因为他们看见我，母亲，/身披染血的复仇之袍，/因为我如同神一般在十字架上击溃了仇敌，/我必再次复活，并使你得荣耀。

愿受造之物欢欣，/愿地上所有生灵都欢庆，/因为可憎的地狱已失去战利品；/愿妇女们带着香膏来迎接我；/我拯救亚当和夏娃及其所有后裔，/并在第三天复活。

《埃克萨波斯蒂拉里》，第二调

我们的主上帝是圣洁的。（3）

诗句：因为我们的主上帝是圣洁的。

诗句：我们的上帝高过万民。

在“赞美”时，唱第4节诗篇，第2调

在这日子里，那以右手托住万有的主，其棺椁被安放；那以英勇之姿遮蔽诸天的主，其身被石块覆盖。生命沉睡，地狱战栗，亚当从枷锁中得释放。/ 荣耀归于祢的旨意，/ 藉此祢完成了一切，/ 赐予我们永恒的安息日安息——/ 祢那至圣的从死里复活。

眼前是何等景象？/ 此刻的安息又是何等？/ 万世之王，藉着祢的受难完成了所有预定的计划，/ 如今在坟墓中安息，/ 赐予我们新的安息日安息。/ 让我们向祂呼求：/ “起来吧，上帝，审判大地，/ 因为祢要作王直到永远，/ 祢的慈爱无边无际！”

来吧，让我们看见躺在坟墓中的我们的生命，/ 好使那些躺在坟墓里的人复活。 / 来吧，凝视着今日被犹大出卖后沉睡的那位，/ 让我们以先知之声向祂呼求：/ “祢安卧，如狮子般沉睡，/ 谁能唤醒祢，王啊？/ 但求祢凭祢的大能复活，/ 祢甘愿为我们舍命，/ 主啊，荣耀归于祢！”

第六声调：约瑟求得耶稣的圣躯，/ 安放在他崭新的坟墓中：/ 因为祂理当从坟墓中，/ 如同从婚筵殿堂般走出来。/ 祢击溃了死亡的权势，/ 为世人开启了乐园之门，/ （主啊，）荣耀归于祢！

荣耀颂，第六调：这一天在奥秘中 / 由伟大的摩西预表，他说：/ “上帝赐福于第七日”，/ 因为这是蒙福的安息日。 / 这是安息之日， / 在这一天，上帝的独生子 / 从祂的一切作为中安息了。 / 祂藉着预定的肉身之死安息，/ 又藉着复活恢复原貌，/ 作为唯一良善且爱人的主，/ 赐予了我们永恒的生命。

如今，第二调：至蒙福者，童贞圣母，/ 因从祢降生的道成肉身者，使阴间被掳，/ 亚当从其中被救赎，/ 咒诅失去力量，/ 夏娃得蒙释放，死亡 被消灭，/ 我们也充满了生命。 / 因此，我们歌颂并呼求：/ “蒙福的基督上帝，祢如此恩待，荣耀归于祢！”

大颂歌；唱完《三圣颂》后，举行绕圣堂的十字架游行，手持圣殓布和《福音书》。随后，在君王之门前，修道院院长高呼：“至智者！让我们肃立敬拜！”

颂词，第二调

高贵的约瑟，/ 将祢至洁的圣躯从十字架上取下，/ 用洁白的细麻布包裹，并以香膏涂抹，/ 安放在崭新的坟墓中。

预言颂词，第二调

掌管万有之主，/ 基督啊，祢甘愿被棺木所容纳，/ 为了使人类的本性/ 免遭地狱的吞噬，/ 并使我们得着不朽，重获新生，/ 如同不朽的上帝一般。

颂荣：并使我们复活，成为不朽，如同不朽的上帝。

如今：掌管万物之主：

前诵，第四调

主啊，求祢兴起，帮助我们，/ 并因祢的名拯救我们。

诗节：神啊，我们亲耳听见，我们的祖先也向我们传讲过。

诗篇 43:27, 2A

以西结书预言诵读

耶和华的手临到我身上，祂在耶和华的灵里领我出去，将我安置在旷野之中；那里遍地都是人的骸骨。祂带我从骸骨的四围绕行，看哪，田野上遍地都是骸骨，而且极其干燥。祂对我说："人子啊！　这些骸骨还能复活吗？"我回答说："主（神）*！你自己知道。"祂对我说："（人子啊，）你要向这些骸骨宣告预言，对它们说：'枯干的骸骨啊！　要听耶和华的话！主（亚多奈）对这些骸骨如此说：看哪，我要将生命之气注入你们里面，给你们加上筋，使你们长出肉来，又给你们披上皮，将我的灵放在你们里面，你们就必活过来，便知道我是耶和华。"　我就照耶和华所吩咐的，宣告了这预言。正当我宣告预言的时候，忽然有响声，随后发生地震，骸骨便各归其位，（骨头与骨头）彼此相连，各归其关节。　我观看，见骨头上有了筋，肉也长起来了，皮肤也覆盖在上面，只是里面还没有气息。祂对我说："人子啊，你要向气息发预言，你要发预言，对气息说：'主（阿多奈）*　耶和华如此说：'（圣灵啊）从四方之风而来，向这些死人吹气，使他们复活。'我就照祂所吩咐的宣告预言，（生命）之灵便进入他们里面，他们就复活了，并且站了起来——这群人极其众多。　耶和华对我说："人子啊！这些骸骨就是以色列全家。（因为）他们说：'我们的骸骨已经枯干，我们的指望已经断绝，我们灭亡了。'因此，（人子啊）你要发预言，对他们说：'主（亚多奈）*如此说：看哪，我要开启你们的坟墓，将你们（我的子民）从坟墓中领出来，带你们进入以色列地。　当我开启你们的坟墓，将我的子民从坟墓中领出来时，你们便知道我是耶和华。我要将我的灵放在你们里面，你们就必复活；我要使你们住在自己的地上，你们便知道我——耶和华——所说的必成就，这是耶和华（阿多奈）*说的。"

*　在希腊文《米涅》中为"主耶和华"；在《七十士译本》的最佳抄本中为"主"；在《公会议译本》中为"主神"。

耶37:1–14

序诗，第七调

起来吧，我的主，我的神，愿你的右手高举，/ 直到永远，不要忘记你的贫穷人！

诗节：主啊，我要全心赞美祢，传扬祢的一切奇事。

诗篇 9:33, 2

《哥林多前书》，第133段

弟兄们，一点酵母能使整个面团发酵。你们要除去旧酵，好使你们成为新面团，因为你们是无酵的。因为我们的逾越节，就是基督，已经被杀献祭了。　所以，我们不要用旧酵，也不要用恶毒和诡诈的酵，而要用纯洁和真理的无酵饼来庆祝。　基督救赎了我们脱离律法的咒诅，成为我们的咒诅，因为经上记着："凡挂在木头上的人都是被咒诅的"，好叫外邦人在耶稣基督里得着亚伯拉罕的福，使我们因信得着所应许的圣灵。

林前 5:6B–8；加 3:13–14

哈利路亚，第五调

诗句：愿神兴起，祂的仇敌便四散；恨祂的人必从祂面前逃跑。

诗句：如同烟雾消散，他们也要消散；如同蜡在火前熔化。

诗句：愿罪人在上帝面前灭亡，义人却要欢喜。

《诗篇》67:2, 3A, 3B–4A

《马太福音》，第114段

星期五之后的那一天，大祭司和法利赛人聚集到彼拉多那里，说："大人，我们想起那个骗子还在世的时候曾说过：'三天后我要复活。'因此，请派人看守坟墓，直到第三天，免得门徒来把祂偷走，然后对百姓说：'祂从死里复活了'；那样，后来的欺骗就比先前的更严重了。 彼拉多对他们说："你们有卫兵，去照你们所知道的去守卫吧。"他们就去守卫坟墓，封住了石头，又派了卫兵把守。

马太福音 27:62–66

随后是祈祷文，我们全体当全心全意高声诵念："让我们向主献上晨祷"；接着按惯例进行，结束祷文与晚祷相同。随后是亲吻圣殓布，若无圣殓布，则亲吻圣像。

圣咏，第五调

来吧，让我们赞美约瑟，这位永世难忘的人，/他在夜间前往彼拉多那里，为众人的生命恳求道：/"把这位旅人交给我，/他无处安歇；/把这位旅人交给我，/祂被狡诈的门徒出卖致死；/把这位旅人交给我，/祂的母亲看见祂悬挂在十字架上，/便痛哭着呼求，/并以母亲的身份哀叹道：/'唉，我的孩子！ 唉，我的光/是我所爱的生命！ /因为西缅在圣殿中所预言的，今日已应验：/利剑刺透了我的心，/但因你复活的喜乐，我的哭泣已化为欢欣！」/基督啊，我们敬拜你的受难。 /我们敬拜你的受难，基督。/我们敬拜你的受难，基督，/以及你神圣的复活！

在圣大安息日
在盛大晚祷中

《我向主呼求》：第8调，第1声

求祢接纳我们晚间的祈祷，/圣主啊，/并赐予我们罪的赦免，/因为唯有祢，/向世人显明了复活。

众人啊，环绕锡安山/拥抱它/并在其中颂扬从死里复活的主，/因为祂是我们的上帝，/救赎了我们脱离我们的罪孽。

众人啊，来吧，让我们歌唱并敬拜基督，/ 颂扬祂从死里复活，/ 因为祂是我们的上帝，/救赎了世界脱离仇敌的迷惑。

基督啊，因着祢的受难，/我们从情欲中得释放；/因着祢的复活，/我们从灭亡中得拯救。/主啊，荣耀归于祢！

圣约翰·达马斯库斯，第8调

今日，地狱发出哀号：/ "我本该/不接纳那位由玛利亚所生的，/因为祂来到我这里，/摧毁了我的权能，/击碎了铜门，/而我曾掌控的灵魂，/已被上帝复活！"/主啊，愿荣耀归于祢的十字架和祢的复活！ (2)

在这日子里，地狱发出哀号：/"我的权柄已被推翻：/我曾将那凡人当作死人之一接纳，/ 却全然无法留住祂，/ 并将随祂一同失去那些我曾统治的灵魂；/ 我自亘古以来便拥有死人，/看哪，祂却唤醒了所有人！"/荣耀归于祢，主啊，归于祢的十字架和祢的复活！

在这日子里，地狱发出哀号：/ "我的权能已毁灭；/ 牧者被钉在十字架上，并使亚当复活；/我失去了那些我曾统治的人，/并将所有我曾战胜并吞噬的人都驱逐出去！/被钉者使坟墓空空：/死亡的权势已无能为力！」/荣耀归于主，归于祢的十字架和祢的复活！

荣耀归于祢，第六调：这一天在奥秘中 / 由伟大的摩西预表，他说： / “上帝赐福于第七日”，/ 因为这是蒙福的安息日。/ 这是安息之日，/ 在这一天，上帝的独生子 / 从祂的一切作为中安息了。 / 祂藉着预定的肉身之死安息，/ 又藉着复活恢复原貌，/ 作为唯一良善且爱人的主，/ 赐予了我们永生。

如今，第一调：让我们颂扬那普世尊荣的、/ 出于人而诞下主者的——童贞玛利亚，/ 天国的门户、无形者的赞歌、信徒的荣光。/ 因为她显现为天国，也是神性的圣殿。/ 她摧毁了敌对的屏障，/ 建立了和平，并开启了天国。/ 因此，紧握她——我们信仰的支柱，/ 我们便拥有了由她所生的主作为我们的护卫者。 / 勇敢前行吧，勇敢前行吧，神的子民， / 因为祂作为全能者，必将战胜仇敌。

携福音入堂。“令人欣慰的光：”

不诵读序诗，而直接诵读：《智慧》。随后开始诵读。

1.《创世记》诵读

起初，神创造了天地。那时，大地还未显现，也未成形，黑暗笼罩着深渊，神的灵在水面上运行。 神说：“要有光。”就有了光。神看光是好的，就把光与暗分开。神称光为昼，称暗为夜。有晚上，有早晨，这是头一日。

神说：“让穹苍出现在水中间，将水与水分开。”事就这样成了。神就造了穹苍，将穹苍以下的水与穹苍以上的水分开。神称穹苍为“天”。神看这是好的。 有晚上，有早晨：这是第二天。

神说：“天上的水要聚在一处，使旱地显出来。”事就这样成了。天上的水果然聚在一处，旱地就显出来了。神称旱地为“地”，称水的聚处为“海”。神看这是好的。

神说：“地要长出青草——各从其类、各按其形结种子的草，和结果子的树，果子中各从其类、各按其形结出果子，果子里的种子也在里面。” 事就这样成了。大地就长出青草——能结种子的草，各从其类；又长出结果子的树 ，果子中含有种子，各从其类，在地上。神看这是好的。有晚上，有早晨：这是第三日。

创世记 1:1–13

2. 以赛亚书的预言 诵读

耶路撒冷啊，你要发光！你要发光！因为你的光已经来到，耶和华的荣耀已经照耀在你身上。看哪，黑暗遮盖大地，幽暗笼罩万民；但耶和华必在你身上发光，他的荣耀必显现在你身上。列王必行在你光中，万民必行在你荣光里。 你举目环顾四周，看你众子聚集：看哪，你的儿子们从远方而来，你的女儿们被扛在肩上。那时，你必看见，就欢喜；你必惊奇，心中惊惶，因为海的财富、各族和各邦的财宝都要归于你。 骆驼的群将来到你这里，米甸和基法的骆驼必遮盖你；他们全都从示巴而来，带着金子和乳香，也带来珍贵的宝石，并传扬耶和华的救恩。 基达所有的绵羊都将聚集到你这里，拿维奥夫的公羊也将来到你这里；可悦纳的祭物将献在我的祭坛上，我必使我的祷告之屋得荣耀。 这些人是谁？他们如云彩飞来，又如鸽子带着雏鸽（向我飞来）。法尔西斯的岛屿和船只都在等候我——他们将率先到来，从远方带来你的儿女，以及他们随身携带的金银；这都是为了耶和华圣名的缘故，也是因为以色列的圣者是可称颂的。 外邦人的子孙必为你修筑城墙，他们的君王必侍立在你面前；因为我曾因我的怒气击打你，又因我的慈爱爱你。你的城门必昼夜敞开，永不关闭，好将列国的权势和被带到你这里的君王引进你城中。 因为那些不侍奉你的列国和君王，必遭灭亡；这些列国必全然荒凉。黎巴嫩的荣耀——香柏、松树和香柏木——都将归于你，为要荣耀我的圣所；我必使我脚所踏之地得荣耀。 那些曾使你受辱、惹你发怒之人的子孙，必怀着敬畏之心来到你这里；凡惹你发怒的，都必在你脚前下拜；你必被称为“耶和华的

城”，即“以色列圣者的锡安”。 因你曾被撇弃、被人憎恶，又无人帮助，我必使你成为永远的喜乐，世世代代的欢欣。你必以万民的奶为食，品尝列王的财富，便知道我是耶和华——拯救你的，是以色列的上帝，是救赎你的。

以赛亚书 60:1–16

3.《出埃及记》经文

耶和华在埃及地对摩西和亚伦说：“这个月要作你们的正月，是你们一年之中第一个月。你要吩咐以色列全会众说：本月十日，各人要按着宗族，每家取一只羊羔；若一家的人太少，吃不完一只羊羔，就要和他邻近的、同住一屋的人一同取一只； 按人数计算，每人按所需数量分摊一只羔羊。你们要取一只没有残疾、一岁的公羔羊，可以是绵羊羔，也可以是山羊羔。 这羔羊要留到本月十四日；到了傍晚，以色列全会众要把羔羊宰了，取些血，涂在要吃羔羊之屋的门框和门楣上； 当夜要吃那用火烤的肉，并吃无酵饼和苦菜。不可吃生的，也不可吃水煮的，只可吃用火烤的，连头、腿和内脏都要烤熟； 不可留到早晨，也不可折断它的骨头，若留到早晨，要用火烧掉。你们要这样吃：腰间束带，脚上穿鞋，手中拿杖，匆忙地吃；这是耶和华的逾越节。”

出埃及记 12:1–11

4. 约拿书的诵读

耶和华的话临到亚玛菲的儿子约拿，说：“你起来，往那大城尼尼微去，向其中的人传道，因为那城的恶行已达到我耳中。” 约拿便起身，要逃往法尔西斯，躲避耶和华的面；他下到约帕，找到一艘开往法尔西斯的船，付了船费，便上了船，要与他们一同航行，躲避耶和华的面，前往法尔西斯。 但耶和华在海上掀起狂风，海面便掀起大风暴，船只险些沉没。船员们惊恐万分，各人向自己的神明呼求，并将船上的货物抛入海中，以减轻船的负担；约拿却下到船舱里，在那里睡觉，还打着鼾。船长走近他，对他说：“你为什么打鼾？起来，求告你的神，好叫神拯救我们，免得我们丧命。”众人便彼此说：“来吧，我们掷骰子，看看这灾祸是因谁而降临在我们身上的。”他们便掷了骰子，骰子落在约拿身上。他们对他说：“请告诉我们，这灾祸是因谁而降临在我们身上的？ （又）你以什么为业？从哪里来，往哪里去？你属于哪个国家，属于哪个民族？”他回答说：“我是耶和华的仆人，我敬畏耶和华——那位创造海洋和陆地的天上的神。” 那些人便极其惊恐，对他说：“你这是干了什么？”因为那些人已经知道他是在逃避耶和华的面，这正是他自己告诉他们的。他们又对他说：“我们该怎样待你，才能使海风平息呢？”因为海浪越涨越高，波涛愈发汹涌。 约拿对他们说：“把我抓起来，扔进海里，海就会为你们平静下来，因为我知道，这大风暴是因我的缘故降临在你们身上的。”那些人竭力要转向陆地，却无法做到，因为海浪翻腾，越发猛烈地向他们袭来。 他们便向耶和华呼求，说：“主啊，求你不要因这人的缘故使我们丧命，也不要将义人的血归在我们身上；因为主啊，你照着自己的旨意行事！”于是他们把约拿抓起来，扔进海里，海就平息了。 那些人就极其敬畏耶和华，向耶和华献祭，并许下誓愿。耶和华吩咐一条大鱼吞下约拿；约拿在鱼腹中三日三夜。约拿从鱼腹中向耶和华——他的神祷告，说：

“我在苦难中向耶和华——我的神呼求，祂便应允我；我从阴间深处呼喊，祢便听见我的声音。祢将我抛入深渊，到海的中心，江河环绕我；祢的一切巨浪和波涛都从我身上掠过。我就说：‘我已被从你眼前弃绝。我岂还能再得见你圣所的荣光？’水漫过我，直达我的灵魂，最深的深渊将我环绕。 我的头沉入山谷的裂缝中，我下到地底，那里有永恒的门闩作为屏障。但愿我的生命能从灭亡中复活，归向你，耶和华——我的神！当我的灵魂离我而去时，我记念了耶和华；愿我的祷告达到你那里，进入你圣洁的殿中！ 那些追随虚妄与谎言的

人已弃绝了他们的慈爱，我却要以赞美和颂扬之声向祢献上祭物，将一切所许诺的都归还给祢——我的救主，耶和华！”耶和华吩咐大鱼，大鱼便将约拿吐在陆地上。

耶和华的话第二次临到约拿，说：“你起来，往尼尼微那大城去，照我先前对你说的话，在城里传道。” 约拿便起身，照耶和华所吩咐的往尼尼微去；尼尼微在神面前是个大城，约有三日路程。约拿开始进入城中，走了约一日的路程，便宣告说：“再过三日，尼尼微必倾覆！” 尼尼微人便信服了神，宣告禁食，从大到小都披上麻衣。这消息传到了尼尼微王的耳中，他便从宝座上起身，脱下自己的袍子，披上麻衣，坐在灰中。 尼尼微城里，王和他的大臣们发布公告，宣告说：“无论人、牲畜、牛或羊，都不可吃东西、不可放牧、也不可喝水。” 于是，人和牲畜都披上麻衣，恳切地向神呼求；各人离弃自己的恶行，弃绝手所行的不义，说：“谁知道神会不会改变心意，垂听我们的恳求，转离祂烈怒的忿怒，使我们不至灭亡呢？” 上帝看见他们所行的，知道他们已离弃了恶行，便为那曾说要降在他们身上的灾祸动了慈心，没有降下那灾祸。

约拿因这事极其忧伤，又甚懊恼。他就向耶和华祷告说：“哦，主啊！这不正是我在本国的时候所说的话吗？ 所以我才急忙逃往法尔西斯，因为我知道你是仁慈的、有怜悯心的，是宽容的、大有恩典的，并且会为（人类的）灾祸而悔改。现在，主啊，求你取走我的性命，因为我宁可死，也不愿活着。” 耶和华对约拿说：“你竟如此忧伤吗？”约拿便出了城，坐在城外，为自己搭了一座棚，坐在棚下的荫凉里，等候看这城将要怎样。 耶和华上帝吩咐一棵葫芦，它便长起来，高过约拿的头，为他头顶遮荫，使他免受灾祸；约拿因这棵葫芦大为喜乐。次日清晨，上帝吩咐一只虫子，虫子便咬了那棵葫芦，使它枯萎了。 日出之时，上帝降下炎热灼人的风，太阳炙烤着约拿的头，他便灰心丧气，甚至懊悔自己的生命，说：“我宁可死，也不愿活着。” 耶和华上帝对约拿说：“你为那葫芦树如此忧伤吗？”他说：“我忧伤至极，甚至愿死。” 耶和华说：“你为这葫芦感到惋惜，虽然你并没有为它受过苦，也没有亲手栽培它；它一夜之间长成，又在一夜之间枯萎了。难道我就不该怜悯尼尼微——那座大城吗？那里住着超过十二万的人，他们连自己的右手和左手都分不清，还有许多牲畜。”

约拿书 1:1–16；2:1–11；3:1–10；4:1–11

5.《约书亚记》经文

以色列人就在迦拉哥勒安营，在[第一个]月的十四日傍晚，在耶利哥西边的[约旦河对岸]平原上守了逾越节；[逾越节次日]清晨，他们便吃了那地的粮食：无酵饼和新收的谷物。 那日，他们吃了那地的粮食之后，吗哪便不再降下，以色列人再也没有吗哪了，但那年他们收割了腓尼基地的庄稼。 后来，耶稣在耶利哥的时候，举目一看，看见一个人站在他面前，手里拿着拔出的剑。耶稣走近他，问他说：“你是我们的人，还是我们的敌人？” 那人回答说：“我是耶和华军队的元帅，现在来到这里。”耶稣就俯伏在地，向他下拜，说：“主啊，你要吩咐你的仆人什么？” 耶和华的元帅对约书亚说：“把你脚上的鞋脱下来，因为你所站的地方是圣地。”约书亚就照着做了。

《约书亚记》5:10–15

6.《出埃及记》经文

以色列人从索科夫起行，在毗邻旷野的奥弗安营。神白昼在云柱中行在他们前面，为要指引他们道路；夜间则在火柱中行，[为要照亮他们]。 （那）云柱在白昼、火柱在黑夜，都在全百姓眼前不曾消失。 耶和华对摩西说：“你要吩咐以色列人，叫他们转营，在城前、玛格多和海之间，面对比勒·塞弗，在海边安营。 法老必对他的百姓说：‘这些以色列人在这地徘徊，因为旷野把他们困住了。’我要使法老的心刚硬，他必追赶他们；我要在法老和他全军身上显出我的荣耀，使所有埃及人都知道我是耶和华。”他们就照样行了。

有人向埃及王报告说，百姓逃走了。法老和他臣仆的心便转而反对百姓，他们说："我们放走以色列人，不再让他们作我们的奴仆，这是我们做了什么啊？" 法老便套上他的战车，召集了他的全体百姓；他选出六百辆精良的战车，以及埃及所有的骑兵，并派指挥官统率他们。耶和华使埃及王法老（及其臣仆）的心刚硬，法老便追赶以色列人； 以色列人却在耶和华的大能下逃走了。埃及人追赶他们，发现他们正安营在海边；——法老的全部骑兵、战车、骑手及其军队——都在伯·谢非对面的营地前。

法老正逼近。 以色列人举目一看，只见埃及人已在他们身后安营。以色列人便极其惊恐，向耶和华哀求，对摩西说："难道是因为埃及没有棺材，你才把我们领出来，要在旷野里把我们杀死吗？ 你把我们从埃及领出来，到底是想对我们做什么？这不正是我们在埃及对你说过的话吗：'放过我们吧，让我们做埃及人的奴隶吧！'因为做埃及人的奴隶，总比死在这旷野里好！"但摩西对百姓说："不要害怕！ 你们要站着，看耶和华今天要为你们施行拯救：因为你们今天所看见的埃及人，从今以后，你们永远不会再看见他们了。耶和华必为你们争战，你们只管静默无声。"

耶和华对摩西说："你向我呼求什么？告诉以色列人，叫他们起行；你举起你的杖，向海伸出你的手，把海分开，使以色列人走干地经过海中。 看哪，我要使法老的心、[他的臣仆]和所有埃及人的心刚硬，他们必追赶以色列人；我要在法老和他全军、他的战车和骑兵身上显出我的荣耀。 当我将我的荣耀显明在法老、他的战车和骑兵身上时，所有埃及人都要知道我是耶和华。" 那在以色列人营前行走的上帝的使者，便转到他们后面去；云柱也从他们面前挪开，停在他们后面；它进入埃及人的营与以色列人的营之间，停住，便成了幽暗和黑暗。 夜间过去，他们整夜都没有靠近对方。摩西向海伸出手，耶和华整夜用大南风驱赶海水，使海水变成干地，水便分开了。以色列人走干地进入海中，水在他们右边作墙，在他们左边作墙。 埃及人追赶，跟在他们后面——法老的全部骑兵、战车和骑手——都进入了海中。

到了晨更的时候，耶和华从火柱和云柱中察看埃及人的营寨，使埃及人的营寨陷入混乱；又使他们的战车车轴粘连，以致他们只能勉强驾驶。 埃及人便说："我们逃离以色列人吧，因为耶和华正为他们与埃及人争战。"耶和华对摩西说："你向海伸出手来，使水流回，淹没埃及人，连战车和骑兵都要被淹没。" 摩西便向海伸出手，水便在次日清晨退回原处；埃及人却向水奔去。 耶和华将埃及人抛在海中。水退回原处，淹没了战车、骑兵（和车夫），以及法老所有追赶他们进入海中的军队；他们没有一个幸存的。 以色列人却在海中走干地，水在他们右边作墙，在他们左边作墙。那日，耶和华将以色列人从埃及人的手中拯救出来；以色列人看见埃及人的尸体躺在海边。 以色列人看见耶和华向埃及人所行的那大能的手，便敬畏耶和华，信靠神和祂的仆人摩西。于是，摩西和以色列人向耶和华唱了这首歌，说：

摩西之歌

诵读者：我们要向耶和华歌唱。

合唱：因祂大有荣耀。

诵读者：祂将马和骑马的都抛入海中。我们要向耶和华歌唱。

合唱：因为祂以荣耀显为大。

诵读者：祂是我的帮助者，是我的庇护者，成了我的拯救。让我们赞美主。

诗班：因为祂以荣耀显明了自己。

诵经员：祂是我的上帝，我要赞美祂；祂是我父亲的上帝，我要尊崇祂。让我们赞美上主。

诗班：因为祂以荣耀显为大。

诵经员：耶和华是战场上的摧毁者，耶和华是祂的名。祂将法老的战车和军队抛入海中。让我们赞美耶和华。

诗班：因为祂以荣耀显为大。

诵经员：祂将精锐的骑兵将领淹没在红海之中。让我们赞美主。

合唱：因为祂以荣耀显明了自己。

诵经员：祂用深渊将他们覆盖，他们像石头一样沉入深渊。我们要向主歌唱。

合唱：因为祂以荣耀显为大。

诵经员：主啊，祢的右手因大能而得荣耀。我们要向主歌唱。

诗班：因为祂以荣耀显为大。

诵经员：主啊，祢的右手击溃了仇敌，祢以祢丰盛的荣耀击碎了对手。让我们赞美上主。

合唱：因为祂以荣耀显为尊荣。

诵经员：祢降下怒气，怒气如吞噬干草一般吞噬了他们；祢的烈怒之气使水退去。让我们赞美主。

诗班：因为祂以荣耀显为大。

诵读者：水凝固如墙，海中的波涛也凝固了。我们要向主歌唱。

合唱：因为祂以荣耀显为大。

诵读者：仇敌说："我要追赶，我要追上，我要瓜分战利品，我要使我的灵魂饱足，我要用我的刀杀戮，我的手必掌权。"我们要向耶和华歌唱。

诗班：因为祂以荣耀显为大。

诵读者：祢一发祢的灵，大海便将他们淹没；他们像铅一样沉入深水之中。我们要向主歌唱。

诗班：因为祂以荣耀显明自己。

诵经员：主啊，众神之中谁能与你相比？在圣者中受尊崇、在荣耀中奇妙、行神迹奇事的主啊，谁能与你相比？让我们向主歌唱。

合唱：因为祂以荣耀显为尊。

诵经员：祢伸出右手，大地便将他们吞没。祢凭祢的公义，引领了这祢所救赎的子民。让我们向主歌唱。

合唱：因为祂以荣耀显为尊荣。

诵经员：祢以大能召聚祢的子民进入祢的圣所。万民听见便发怒，痛苦笼罩了非利士的居民。我们要向主歌唱。

合唱：因为祂以荣耀显为大。

诵读者：那时，以东的领袖和摩押的王子们惊慌失措，恐惧笼罩着他们，迦南所有的居民都惊惶失措。我们要向耶和华歌唱。

合唱：因为祂以荣耀显为大。

诵读者：愿恐惧和战栗临到他们；愿因祢大能的膀臂，他们如石头一般僵立。我们要向耶和华歌唱。

合唱：因为祂以荣耀显为大。

诵读者：主啊，你的子民何时才能过去？你所赎回的这群子民何时才能过去？我们要向耶和华歌唱。

诗班：因为祂以荣耀显为尊荣。

诵读者：求祢领他们进入，使他们定居在祢产业的山上，进入祢所预备的居所——主啊，祢所建立的圣所，主啊，祢亲手所预备的。我们要向耶和华歌唱。

合唱：因为祂以荣耀显为尊荣。

诵读者：耶和华作王，直到永远；直到永远，直到永远。当法老的马匹、战车和骑兵进入海中时，耶和华便使海水淹没了他们。我们要向耶和华歌唱。

合唱：因为祂以荣耀显为大。

诵读者：以色列人却在海中踏着干地而过。我们要向主歌唱。

合唱：因为祂以荣耀显明了自己。

诵读者：愿荣耀归于圣父、圣子、圣灵！让我们赞美上主。

合唱：因为祂以荣耀显明了自己。

诵经员：如今、永远，直到世世代代。阿们。让我们赞美主。

合唱：因为祂以荣耀显明了自己。

诵经员（唱）：因为祂以荣耀显明了自己。

出埃及记 13:20–15:19

7. 索福尼亚书的诵读

耶和华如此说：等候我，直到我兴起之日，作为见证，（因为我的审判要临到列国的集会，要召聚列王，将我的忿怒倾倒在他们身上，　我一切烈怒的忿怒，因为全地必因我嫉妒的火被灭绝）；那时，我必使万民的语言归向他的族类，使众人都奉耶和华的名呼求，同心合意地事奉祂。　从埃塞俄比亚河的边界，我必接纳向我祈求的人，（我）那些被分散的子民必向我献祭。　到那日，你因你一切的习俗——就是你用以向我行不义的——必不至蒙羞；因为那时，我要从你身上除掉你的轻慢，你也不再在我圣山上自高自大。　但我必在你中间留下温柔谦卑的百姓，以色列的余民必敬畏耶和华的名。他们不作不义之事，不说虚妄的话，口中也没有诡诈的言语；因为他们必自得安息，无人使他们惧怕。　锡安的女儿啊，要大大欢喜！耶路撒冷的女儿啊，要高声宣告！耶路撒冷的女儿啊，要尽心欢喜快乐！耶和华已除掉你的罪孽，从你仇敌手中救赎了你！以色列的王耶和华在你中间，你必不再看见灾祸。

索福尼书 3:8–15

8.《列王纪下》读经

耶和华的话临到以利亚，说：“你起来，往西顿的撒勒法去，住在那里；（因为）看哪，我已吩咐那里的一个寡妇供养你。”　他便起身，前往西顿的撒勒法，来到城门前；看哪，那里有一位寡妇正在捡柴。以利亚在后面向她呼喊，对她说：“请用器皿给我舀一点水来，让我喝。”她就去取水；以利亚又在后面喊她，对她说：“你手里也带一块饼来给我（让我吃）。”那妇人说：“我主耶和华——你的神活着！　我没有烤好的饼；只有水罐里的一把面粉和油壶里的一点油；看哪，我要捡两根柴，回去为我和我的孩子们做点吃的，我们吃了就死。”以利亚对她说：““不要害怕，你去照你所说的做；但先用这些给我做个小饼，拿来给我；至于你和你的孩子们，稍后再做；因为以色列的上帝耶和华如此说：水罐里的面粉不会用尽，油瓶里的油也不会减少，直到耶和华使雨降在地上那日。”。那妇人就照以利亚的话去做了（并给了他）；她自己、以利亚和她的孩子们都得以吃饱。从那天起，面粉在罐中没有用尽，油在瓶中也没有减少，正如耶和华藉以利亚所说的话。

此后，那妇人的儿子——就是那家主人的儿子——病了；他的病势十分严重，直到断了气。那妇人对以利亚说：“神人啊，这与我何干？你到我这里来，是要指正我的罪孽，以致我的儿子死去吗？”　以利亚对那妇人说：“把你的儿子给我。”他就从她怀中接过孩子，带到楼上，就是他自己住的那间屋子，把他放在自己的床上。以利亚向耶和华呼求，说：“唉！主啊，我寄居的这寡妇，祢是她的见证人！　你竟使她遭遇灾祸，杀了她的儿子！”他向那少

年吹了三口气，呼求耶和华说：“耶和华——我的神啊！求你让这少年的灵魂回到他身上！”事就如此成就了。少年人便喊叫起来，以利亚就把他从楼上带到屋里，交给他母亲。以利亚说：“看哪，你儿子活了。” 那妇人对以利亚说：“看哪，我如今知道你是神的人，耶和华的话在你口中是真实的。”

《列王纪下》17:8–23

9. 以赛亚书的预言 诵读

我的灵魂当因耶和华欢欣，因为祂以救恩为我的外袍，以喜乐为我的衣裳；祂像给新郎戴上冠冕一样，将冠冕加在我头上；又像给新娘穿上华服一样，用华服装饰我。 正如大地孕育花朵，如同园子使种子发芽生长，耶和华——（耶和华）也必在万民面前使公义和喜乐生长。 为了锡安，我必不缄默；为了耶路撒冷，我必不歇息，直到我的公义如光显露，我的救恩如明灯点燃。万民必看见你的公义，[所有的]君王必看见你的荣耀；他们必称你为新名，是耶和华所命定的。 你必成为耶和华手中的华冠，你神手中的王冠。你不再被称为“被撇弃的”，你的地也不再被称为“荒野”，因为你将被称为： ‘我所喜悦的’，你的地也必称为‘有人居住的’，因为耶和华必喜悦你，你的地必有人居住。你的儿女必像少年人与处女同居一样与你同住。耶和华必因你欢喜，正如新郎因新娘欢喜一样。

以赛亚书 61:10–11；62:1–5

10.《创世记》经文

这些事以后，神要试炼亚伯拉罕，就对他说：“亚伯拉罕！亚伯拉罕！”他说：“我在这里。” 神说：“你带着你所爱的儿子以撒，去我所要指示你的山地，在那里将他献为燔祭。”亚伯拉罕清早起来，给驴套上鞍，带着两个仆人和他的儿子以撒， 他捆好燔祭的柴，起身动身，第三天就到了神所指示他的地方。亚伯拉罕举目远望，看见了那地方。 亚伯拉罕对仆人们说：“你们和驴子在这里等候，我和这孩子要到那里去，敬拜之后，再回来找你们。”亚伯拉罕便把燔祭的柴捆好，放在他儿子以撒身上；自己手里拿着火与刀，两人一同前行。以撒对父亲亚伯拉罕说：“父亲！”亚伯拉罕回答说：“我儿，有什么事？”以撒说：“看哪，有火和柴，但燔祭的羊羔在哪里呢？” 亚伯拉罕说：“我儿，神必自己预备作燔祭的羊羔。”二人一同前行，到了神所指示的地方；亚伯拉罕就在那里筑了一座坛，摆上柴，捆绑了他的儿子以撒，把他放在坛上的柴上。 亚伯拉罕就伸手拿刀，要宰杀他的儿子。忽然，耶和华的天使从天上呼唤他说：“亚伯拉罕！亚伯拉罕！”他说：“我在这里。” 天使说：“不要下手害这童子，也不要向他做什么，因为我如今知道你敬畏神，连你所爱的儿子也没有为我吝惜。”亚伯拉罕举目观看，不料，有一只公羊，两角缠在“沙韦克”的灌木丛中。 亚伯拉罕就去把那只公羊取来，代替他的儿子以撒，献为燔祭。亚伯拉罕给那地方起名叫“耶和华以勒”，所以直到今日人们还说：“在山上，耶和华显现了。”耶和华的使者从天上第二次呼唤亚伯拉罕，说： “我指着自己起誓，耶和华说：‘因你行了这事，没有为我顾惜你心爱的儿子，我必大大地赐福给你，使你的后裔多如天上的星，海边的沙； 你的后裔必得着仇敌的城邑；地上万族都必因你的后裔得福，因为你听从了我的声音。」

创世记 22:1–18

11. 以赛亚书的预言 诵读

耶和华的灵在我身上，因为祂用膏膏了我； 差遣我向贫穷人传福音，医治伤心的人；向被掳的宣告释放，向瞎眼的人宣告复明， 宣告耶和华的恩年和报应之日，安慰一切悲哀的人， 使锡安的悲哀者得着荣耀代替灰尘； 将喜乐的膏油赐给哀恸的人；以荣耀的衣裳代替忧伤的灵，他们必被称为公义的后裔，是耶和华栽种的，为要彰显祂的荣耀。他们必重建永

恒的荒野；修复从前荒废的地方，并更新那些荒凉、被摧毁了多代的城邑。　外邦人必来牧养你们的羊群，外族人必作你们的农夫和葡萄园主。你们却要被称为耶和华的祭司；“你们是神的仆人”——人必这样称呼你们；你们要吞噬列国的权能，在他们的财富中显出奇妙的作为。　这样，他们将第二次承受（自己的）土地，永恒的喜乐必临到他们头上。因为我是耶和华，我喜爱公义，憎恶以不义手段夺取的；我要将他们的劳苦赐给义人，并与他们立永远的约。　他们的后裔将在各族中被认识，他们的子孙将在万民中被知晓；凡看见他们的人，都必认出他们是蒙神赐福的后裔，他们必因耶和华而欢欣喜乐。

以赛亚书 61:1–9

12.《列王纪下》读经

有一天，以利沙来到索玛。那里有一位尊贵的妇人，便请他到自己家里去吃点饼。此后多次，每当他经过那里，都会进去吃点饼。　那妇人对丈夫说：“看哪，我现在知道，这位常从我们这里经过的，是上帝的圣者。我们为他造一间小楼，在那里摆上床、桌子、椅子和灯台；这样，他来我们这里的时候，就可以进去那里。”　有一天，他来到那里，进了那间楼房，就在那里躺下。他对仆人基西雅说：“叫那个示曼尼女子来见我。”仆人便叫了她来，她就站在他面前。他对仆人说：“你去对她说：‘看哪，你为我们做了这一切，我们能为你做些什么呢？　你是不是有事要向王或军长求情？”她回答说：“（没有），我[安稳地]住在自己的人民中间。”以利沙对基西雅说：“我们能为她做些什么呢？”他的仆人基西雅说：“[确实]，她没有儿子，而她的丈夫年纪已老。”　他说：“叫她进来。”他便叫她进来，她就站在门边。以利沙对她说：“到明年这个时候，你必活着，抱着你的儿子。”她却说：“不，我主——神人啊，请不要欺骗你的婢女。”　那妇人便怀了孕，到了时候生了一个儿子，正如以利沙所说的，她还活着。

孩子渐渐长大。有一次，孩子跟随父亲去收割场，对父亲说：“我的头啊！我的头好痛！”父亲对那少年说：“把他带到他母亲那里去。”少年就把孩子带到他母亲那里。孩子在母亲膝上躺到正午，便死了。　她就把孩子抱去，放在神人的床上，关好门，就出去了。她叫来丈夫，说：“请派一个少年和一头驴雌驴给我，我要去见神人，然后回来。”他问：“你为什么要去见他？　今天既不是新月节，也不是安息日。”但她说：“好。”她给驴子套上鞍，对仆人说：“你牵着驴子走，路上不要耽误我，除非我吩咐你。“你出发吧，前去见那神人，到迦密山去。”于是她动身，前往迦密山，见到了那神人。

以利沙看见她走来，就对他的仆人基西说：“看哪，是那个示曼人女子。你快去迎接她，对她说：‘你平安吗？你丈夫平安吗？孩子平安吗？’　她回答说：“都平安！”于是她上山来到以利沙那里，抓住他的脚。基希亚上前想把她推开。以利沙说：“放开她吧，因为她心里很痛苦；耶和华向我隐瞒了，没有告诉我。”　她便说：“我岂曾向我主求过儿子吗？我岂不是说过：‘不要欺骗我’吗？”　以利沙对基西说：“你束上腰带，手里拿着我的杖，去吧；若遇见人，不要向他问安；若有人向你问安，也不要回答他；要把我的杖放在那孩子的脸上。”那孩子的母亲说：“耶和华活着，你的灵魂也活着！　我绝不离开你。”以利沙便起身，跟在她后面走。基西在她的前面走，把杖放在孩子脸上。但孩子没有出声，也听不到任何动静。基西便转身去见以利沙，向他报告说：“孩子没有苏醒。”

以利沙进了屋，看哪，那死去的孩童正躺在他的床上。以利沙进了屋，把门关上，只留他们两人。他向耶和华祷告，起身伏在孩童身上，将自己的嘴唇贴在孩童的嘴唇上，眼睛贴在孩童的眼睛上，双手贴在孩童的双手上，（双脚贴在孩童的双脚上，）　[向他吹了口气，]俯身在他身上；孩子的身体便暖和起来。以利沙直起身来，在屋里来回走动；又躺下——这样在孩子身上躺了七次；孩子便睁开了眼睛。　以利沙呼唤基希亚，说：“叫那个示曼尼妇

人来见我。”基希亚便叫她来，她就进到他那里。以利沙说：“抱起你的儿子来。”那妇人就上前，俯伏在他脚前，俯身触地；然后抱起儿子走了。

列王纪下 4:8–37

13. 以赛亚书的预言 诵读

耶和华如此说：“那从地上兴起牧养（祂的）羊群的牧者在哪里？ 谁曾将圣灵赐给他们？谁曾用祂荣耀的大能，引导摩西的右手？祂使水从祂面前退去，为要为自己立起永恒的名；祂领他们经过深渊，如同马在旷野奔跑，他们并不疲乏，又如羊群在平原上行走。 （且）耶和华的灵降临，引导他们——祢就这样带领祢的子民，为要为自己立下荣耀的名。求祢（耶和华）从天上回转，从祢圣所和祢荣耀的居所垂看：祢的热忱和祢的大能何在？ 你的慈爱和怜悯何在？正因如此，你才容忍了我们。因为你是我们的父；若非如此，亚伯拉罕不会认出我们，以色列也不会接纳我们。但主啊，你是我们的父；求你拯救我们：从亘古以来，你的名就与我们同在。 主啊，祢为何容许我们偏离祢的道路，使我们的心刚硬，以致不敬畏祢？求祢为祢的仆人、为祢产业的支派转回，好叫我们渐渐承受祢的圣山；我们的仇敌践踏了祢的圣所。 我们又回到了起初的样子，那时你尚未作我们的主，你的名也未曾称在我们身上。 若祢敞开诸天，山岭必因祢而战栗，它们将如蜡在火前熔化一般消融。火焰必吞灭仇敌，祢的名必在仇敌中显明；万民因祢的面容而惊惶失措。当祢行出荣耀之事时，山岭必因祢而战栗。 自古以来，我们未曾听闻，我们的眼睛也未曾看见，除了你以外，还有别的神，也未曾看见你为等候慈爱的人所行的作为；因为慈爱必临到等候并行公义的人；他们必追念你的道路。

以赛亚书 63:11–19；64:1–5

14. 耶利米书的预言诵读

耶和华如此说：“日子将到，我要与以色列家和犹大家立一个新约，不像我拉着他们祖先的手，领他们出埃及地那日所立的约；因为他们没有遵守我的约，我就弃绝了他们，这是耶和华说的。 “看哪，那些日子以后，我与以色列家所立的约是这样的，”耶和华说：“我要将我的律法放在他们里面，写在他们心里；我要作他们的神，他们要作我的子民。 那时，人不再教导自己的邻舍，也不再教导自己的弟兄，说：‘你要认识耶和华’，因为他们中间从小的到大的，都必认识我；因为我要宽恕他们的不义，不再记念他们的罪孽。

耶利米书 31:31–34

15. 但以理书的预言 诵读

尼布甲尼撒王十八年，铸造了一座金像，高六十肘，宽六肘，立在巴比伦地的代拉平原上。 （尼布甲尼撒王）便下令召集诸侯、总督、省长、首领、执政者，以及所有地方长官，要他们前来参加尼布甲尼撒王所立之像的揭幕仪式。 于是，总督、王子、军长、首领、最高统治者、掌权者以及所有省长都聚集起来，参加 尼布甲尼撒王所立的雕像的揭幕仪式，并站在那座（尼布甲尼撒王所立的）雕像前。传令官大声宣告： “各族、各民、各支派、各语言的人啊，特此宣告：当你们听见号角、笛子、竖琴、里拉琴、弦乐和各种乐器的声音时，就要俯伏敬拜尼布甲尼撒王所立的金像。 凡不俯伏敬拜的，必立刻被扔进烈火的窑中。」 当时，各族、各支派、各民族一听到号角声、笛声、竖琴声、里拉琴声、弦乐声以及各种音乐声，就都俯伏在地，敬拜尼布甲尼撒王所竖立的金像。

这时，有几个迦勒底人上前控告犹太人。[他们]开口对尼布甲尼撒王说：“王啊，愿你永享长寿！ 王啊，你曾下令：凡听见号角、笛子、竖琴、里拉琴、古筝、弦乐及各类乐声，却不俯身敬拜那金像的人，都要被扔进烈火的窑中。 看哪，有几位犹大人，就是你派去管

理巴比伦国务的——舍德拉、米沙和亚伯尼歌——他们没有遵从你的命令，王啊；他们不侍奉你的神，也不向你所立的金像下拜。”

那时，尼布甲尼撒满怀愤怒和暴怒，下令将塞德拉赫、米萨赫和阿布德纳戈带到他面前；他们便被带到了王面前。 尼布甲尼撒开口对他们说：“塞德拉赫、米萨赫和阿夫德纳戈，你们真的不侍奉我的神，也不敬拜我所立的金像吗？ 现在，你们要做好准备：当听到号角、笛子、竖琴、里拉琴、古筝以及各种乐器的声音时，就要俯伏敬拜我所立的金像；若不敬拜，立刻就要被扔进烈火的窑中； 还有谁——哪位神能从我手中救你们出来呢？”

（于是）塞德拉赫、米萨赫和阿布德纳戈回答说，对尼布甲尼撒王说：“我们没有必要回答你的话。因为在天上有一位我们的神，我们侍奉祂。祂有能力从烈火的窑中拯救我们，王啊，祂也必从你手中救我们出来。 即便不然，王啊，你也当知道，我们不侍奉你的神，也不敬拜你所竖立的那金像。”

那时，尼布甲尼撒大怒，面色因塞德拉赫、米萨赫和阿布德纳戈而变了；他下令将窑火烧得比平时烈七倍，直到窑内极度炽热；又吩咐力大无穷的壮汉，将塞德拉赫、米萨赫和阿布德纳戈捆绑起来，扔进烈火窑中。 于是，那几人仍穿着他们的宽腿裤、头巾和长靴——也就是他们的衣服——被扔进了烈火熊熊的窑中。 由于王命不可违抗，且火窑已被烧得极其炽热，[烈度是平时的七倍]，（那些将塞德拉赫、米萨赫和阿夫德纳戈扔进火窑的人，都被火焰烧死了）。 而这三个人——塞德拉赫、米萨赫和阿夫德纳戈——被捆绑着，跌入了烈火熊熊燃烧的窑中。他们在火焰中行走，歌颂并赞美上帝，称颂主。

亚撒利雅与他们一同站立，开始祷告，在烈火中张口高声宣告：

“主啊，我们列祖的上帝，愿你受称颂！你的名当受赞美、受荣耀，直到永远，

因为祢在我们身上所行的一切都是公义的，祢的一切作为都是真实的，祢的道路都是正直的，祢的一切审判都是真实的；

在祢降临在我们和我们列祖的圣城耶路撒冷的一切事上，祢所行的审判都是真实的；因为祢是按着真理和公义，因我们的罪将这一切降在我们身上。

因为我们犯罪作恶，背离了祢；我们在一切事上都犯了罪，没有听从祢的诫命，也没有遵守，更没有照祢所吩咐的去行，以致我们得享福。

你降在我们身上的这一切，以及你对我们所做的一切，都是按着公义的审判而行的；你将我们交在那些不法之敌、最凶恶的背道者，以及全地最不义、最邪恶之王的手中。

如今我们无法开口；我们成了祢仆人和敬畏祢之人的羞辱与耻笑。

求祢不要因祢[圣]名的缘故将我们彻底弃绝， 也不要废弃你的圣约，更不要因你所爱的亚伯拉罕、你的仆人以撒，以及你的圣民以色列——你曾向他们应许，要使他们的后裔多如天上的星辰，多如海边的沙粒——而将你的慈爱从我们身上收回。

因为，主啊，我们比万民更渺小，今日因我们的罪孽在全地受辱，

如今我们既无君王，亦无先知，既无领袖，亦无燔祭，既无祭物，亦无供物，既无香，亦无圣所，无法将果实献在祢面前以求蒙恩。

但愿我们以痛悔的心和谦卑的灵被接纳，如同献上公绵羊和公牛的燔祭，又如献上数万只肥美的羔羊一般，愿我们今日的祭物在祢面前蒙悦纳，并为祢成就——因为仰望祢的人必不蒙羞。

如今，我们全心全意地追随祢，敬畏祢，寻求祢的面；

求祢不要使我们蒙羞，但愿祢凭祢的宽容和丰盛的慈爱，

并以祢神迹的大能拯救我们，使祢的名得荣耀，主啊，

愿一切加害于祢仆人的人都蒙羞，愿他们凭着一切力量[和权能]都蒙羞，愿他们的权势被粉碎，

愿他们认识到，主啊，祢是全宇宙中独一无二、荣耀无比的上帝。”

那些将他们扔进窑中的王室仆人，不断用油、松香、松脂和柴火点燃窑炉；火焰在窑炉上方蔓延了四十九肘；火焰喷出，烧毁了那些靠近窑炉的迦勒底人。　但主的使者与亚撒利雅同在的那些人一同降临到窑中，将火焰从窑中驱散，并在窑中制造出仿佛阵阵湿润的微风，火丝毫未触及他们，既未伤害他们，也未使他们感到不安。　那时，这三人在炉中仿佛同声歌唱，称颂并赞美上帝，高声宣告：

“愿你蒙福，我们的列祖之神，主啊，（你）是至可称颂、至可尊崇的，直到永远；愿你荣耀之名蒙福，这圣名是至可称颂、至可尊崇的，直到永远。

你在你圣洁荣耀的殿中是应当称颂的，（且）是应当赞美和尊崇的，直到永远。

愿祢蒙福，祢洞察深渊，坐在基路伯之上，（且）至美、至尊，直到永远。

你在你国度的荣耀宝座上，是应当称颂的，是应当赞美和尊崇的，直到永远。

你在天穹之上当受称颂，（并）至美至荣，直到永远。」

三位少年 的颂歌

诗班：要歌颂主，并永远尊崇祂。

诵读者：愿你们称颂上主的一切作为。

诗班：要歌颂主，并永远尊崇祂。

诵经员：愿主的天使们蒙福。

合唱：歌颂主，永远赞美祂。

诵经员：愿耶和华的诸天蒙福。

合唱：要歌颂主，永远尊崇祂。

诵经员：在诸天之上的万水啊，请颂赞祂。

合唱：要歌颂上主，永远赞美祂。

诵经员：耶和华的一切大能，都要称颂祂。

合唱：要歌颂耶和华，永远尊崇祂。

诵经员：太阳和月亮啊，你们要赞美祂。

合唱：要歌颂耶和华，永远尊崇祂。

诵经员：天上的众星啊，你们要称颂祂。

合唱：要歌颂上主，永远赞美祂。

诵经员：愿一切雨水和露水蒙福。

合唱：赞美上主，永远歌颂祂、尊崇祂。

诵读者：诸风啊，你们都要称颂祂。

合唱：要歌颂上主，永远赞美祂。

诵经员：火与热啊，你们要颂赞。

合唱：要歌颂主，永远尊崇祂。

诵经者：寒冷与酷热啊，请颂扬祂。

合唱：歌颂上主，永远赞美祂。

诵经员：露水与暴风雪啊，请颂扬祂。

合唱：赞美主，歌颂祂，直到永远。

诵经员：冰与霜啊，请颂扬祂。
合唱：**要歌颂主，永远尊崇祂。**
诵经员：霜花与白雪啊，请颂扬祂。
合唱：**要歌颂主，永远尊崇祂。**
诵经员：昼夜啊，你们都要颂赞祂。
合唱：**要歌颂主，永远尊崇祂。**
诵经员：光与暗啊，你们要赞美祂。
合唱：**赞美主，歌颂祂，直到永远。**
诵经员：闪电与云彩啊，你们要颂赞祂。
合唱：**要歌颂主，永远尊崇祂。**
诵经员：大地啊，当颂赞祂。
合唱：**愿主被颂赞，愿祂被尊崇，直到永远。**
诵经员：诸山与丘陵啊，你们要赞美祂。
合唱：**要歌颂耶和华，永远尊崇祂。**
诵经员：地上一切生长之物，都要赞美祂。
合唱：**愿你们歌颂主，永远尊崇祂。**
诵经员：泉源啊，你们要赞美祂。
合唱：**要歌颂主，永远尊崇祂。**
诵经员：诸海诸河，当颂赞祂。
合唱：**要歌颂上主，永远赞美祂。**
诵经员：鲸鱼和一切在水中游动的生物，都要赞美祂。
合唱：**要歌颂上主，永远赞美祂。**
诵经员：诸天上的飞鸟啊，你们都要赞美祂。
合唱：**要歌颂上主，永远赞美祂。**
诵经员：诸兽和一切牲畜，都要赞美祂。
众唱：**要歌颂耶和华，永远赞美祂。**
诵经员：世人啊，你们要赞美祂。
合唱：**要歌颂上主，永远赞美祂。**
诵经员：愿以色列颂赞祂。
众唱：**愿以色列颂赞上主，永远歌颂并尊崇祂。**
诵经员：耶和华的祭司们，你们要称颂祂。
众唱：**要歌颂耶和华，永远赞美祂。**
诵经员：耶和华的仆人们，请颂赞祂。
众唱：**愿你们歌颂并尊崇上主，直到永远。**
诵经员：义人的灵与魂啊，请颂赞主。
会众：**要歌颂主，永远尊崇祂。**
诵经员：敬畏主、心怀谦卑的人啊，请颂赞祂。
合唱：**要歌颂主，永远尊崇祂。**
诵经员：阿拿尼亚、亚撒利亚和米沙利，请颂扬祂。
合唱：**歌颂主，永远赞美祂。**
诵经员：愿你们蒙福，主的使徒、先知和殉道者。

诗班：歌颂主，永远赞美祂。

诵经员：愿我们颂赞圣父、圣子及圣灵！

合唱：主啊，我们要永远歌颂并尊崇祂。

诵经员：如今、永远，直到世世代代。阿门。

合唱：主啊，我们要歌颂祂，永远尊崇祂。

诵经员：我们赞美、祝福、敬拜主。

合唱：歌颂并尊崇祂，直到永远。

但以理书 3：1–88

圣巴西尔大礼拜仪式由此开始：小祈祷文，三圣颂。

代替《三圣颂》，我们唱：

凡在基督里受洗的，/ 你们都披戴了基督。哈利路亚。 **(3)**

前诵，第8调

愿全地都向祢下拜，向祢歌唱，/ 愿向祢的名歌唱，至高者！

诗节：全地啊，要向主欢呼，要歌颂祂的名。

诗篇 65:4, 1–2A

《罗马书》第91段

弟兄们，我们这受洗归入基督耶稣的人，就是受洗归入祂的死。所以，我们藉着洗礼与祂一同埋葬，好叫我们像基督藉着父的荣耀从死里复活一样，我们也照样在更新的生命中行走。　因为我们若在他死的形状上与他联合，也必在他复活的形状上与他联合；我们知道，我们那旧人已经与他同钉十字架，使罪身归于无有，叫我们不再作罪的奴仆；因为已死的人是脱离了罪。　既然我们与基督同死，就相信也必与祂同活，因为我们知道，基督从死里复活之后，就不再死，死亡再不能辖制祂了。因为祂死了，就是向罪一次而永远地死了；祂活着，就是为神而活。　你们也要这样看：你们在基督耶稣——我们的主——里，对罪是死的，对神却是活的。

罗马书 6:3–11

代替“哈利路亚”，我们唱第81篇诗篇
并在每节经文后以第七调重复：

神啊，求你兴起，审判大地，因为你必在万民中得着产业！

诗节：神站在众神之中，在诸神之间施行审判。

诗节：你们要到几时才不按公义审判，偏袒罪人呢？

诗节：为孤儿和贫穷人伸张正义，为谦卑者和乞丐伸张公义。

诗句：拯救那贫穷困苦的人，从罪人的手中解救他。

经文：他们既不认识也不明白，在黑暗中徘徊——大地的根基都要动摇！

经文：我说：“你们是神，你们都是至高者的儿子”，但你们却像人一样死去，像诸侯中的一位一样倒下。

神啊，求你兴起，审判大地，因为你必在万民中得着产业！

此时，司祭们换上白色的祭服。

《马太福音》第115章

安息日过后，一周的第一天黎明时分，抹大拉的马利亚和另一个马利亚来查看坟墓。忽然，发生了一场大地震，因为主的使者从天而降，走近坟墓，挪开了石头，坐在上面。他的容貌如闪电，衣服洁白如雪。　守墓的兵丁因惧怕他而惊惶失措，如同死了一般。天使便对妇女们说："不要害怕；我知道你们是寻找那被钉十字架的耶稣。祂不在这里，正如祂所说的，祂已经复活了。　你们过来，看看他躺过的地方；然后快去告诉他的门徒，说他从死里复活了，看哪，他要在加利利等候你们；你们在那里会见到他。看哪，我已经告诉你们了。"她们便急忙离开坟墓，既惊恐又满心喜乐，跑去告诉他的门徒。　看哪，耶稣迎面而来，对她们说："愿你们喜乐。"她们便上前抱住祂的脚，向祂下拜。耶稣对她们说："不要害怕；你们去告诉我的弟兄们，叫他们往加利利去，在那里他们必看见我。"　她们正走着的时候，守卫中的一些人进了城，把所发生的一切都向大祭司报告了。大祭司们便与长老们商议，商定后给了士兵们不少钱，吩咐他们说："你们要说：'他的门徒趁着我们睡觉的时候，在夜里把祂偷走了。'"　"倘若这事传到总督耳中，我们会设法解决，使你们免受麻烦。"士兵们收了钱，就照所吩咐的去行了。这话在犹太人中一直流传至今。那十一位门徒便往加利利去，到了耶稣所吩咐他们的山上。他们看见耶稣，就拜祂；　但还有人心存疑虑。耶稣走近他们，对他们说："天上地下所有的权柄都赐给我了。所以，你们要去，使万民作我的门徒，奉父、子、圣灵的名给他们施洗，教导他们遵守我所吩咐你们的一切。看哪，我常与你们同在，直到世界的末了。阿们。"

马太福音 28:1–20

代替《基路伯颂》，
第8调的颂歌

愿一切世人皆静默，/ 怀着敬畏与战兢而立，/ 心中勿思任何尘世之事，/ 因为万王之王、万主之主 / 降临，为要被献为祭，并将自己作为食物赐予信徒。 / 祂面前有天使的大军行进 / 带着他们的一切统领和权柄，/ 多眼的基路伯和六翼的撒拉弗，/ 遮住面容，高声歌唱：/ 哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚。

代替"配得"
伊尔莫斯，第六调

母亲啊，不要为我哀哭，/ 看见你那在坟墓中的儿子，/ 你曾在他未受孕时就在腹中怀了他，/ 因为我必复活并得荣耀，/ 并将那些以信心和爱心 / 不断尊崇你的人，/ 作为神，在荣耀中接升天。

领圣体，第4调

主如同沉睡者一般苏醒，复活了，拯救了我们。哈利路亚。（3）

参见《诗篇》77:65A

讲道台祷告结束后，我们唱大圣周六的颂歌；此时进行面包和葡萄酒的熏香礼。随后，执事说："让我们向主祈祷"，**司祭则诵读祷文：**

主耶稣基督，我们的上帝，祢曾祝福五块饼，使五千人得饱足！求祢亲自祝福这些饼和酒，并在我们的城中（**或：在我们的村庄里，或：在这座圣修道院中**）以及祢的整个世界里使它们倍增，并圣化那些品尝它们的信徒。 因为祢赐福并圣化万物，我们的基督、我们的上帝，我们向祢献上荣耀，与祢无始的父，以及祢至圣、至善、赐生命的圣灵同在，如今、直到永远、世世代代。

诗班：阿们。**随后是圣礼的常规结束仪式。**

遣散祷文：基督，我们的真神：

[在早期印刷的大圣周六礼拜仪式书目中，有一段特殊的结束祷文：

为我们的缘故，为我们的救赎，谦卑自己，披上我们的贫乏，甘愿受苦，尝尽死亡，被安放在坟墓中的基督，我们的真神，借着祂至圣童贞母的祈祷，　圣洁、荣耀、受万民赞美的使徒们、我们的圣父大巴西略、卡帕多西亚凯撒利亚大主教以及所有圣徒的祈祷，作为仁慈且爱人的主，必将怜悯并拯救我们。**]**

在圣大安息日
在子夜祷文中

午夜礼拜的常规开端：三圣颂，随后按惯例进行："来吧，让我们敬拜"（3次），第50篇诗篇。

以及大圣周六的赞美诗：由圣科斯马·迈乌姆斯基、伊德伦特主教马可及女修道士卡西娅所作，第六调；伊尔莫斯唱两遍，特罗帕里唱十二遍。每首诗歌结束时，两个唱诗班共同唱伊尔莫斯。

圣咏，第六调。
第一首

伊尔莫斯：昔日 / 那追捕者的暴君 / 被海浪淹没 / 被祂所拯救之人的子孙 / 将他掩埋于地下；/ 但我们，如同年轻的处女，/ 要向主歌唱：/ 因为祂已得着荣耀。

我的主，我的上帝！/ 我将为你唱起告别圣咏/ 和墓前圣咏，/ 因你借着自己的安葬为我开启了生命之门，/ 并借着死亡使死亡和阴间丧生。

在高处——在宝座上，/在低处——在坟墓中，/天上与地下的众生，/凝视着祢，我的救主，/在祢的死亡中战栗不已：/因为祢——生命的始源，/竟以超乎理智的方式显为死人。

为要使万物 / 充满祢的荣耀，/ 祢降临到地底最深处；/ 因为我的本性——那来自亚当的本性——/ 并未向祢隐藏，/ 且祢被埋葬后，/ 祢使我这已朽坏之人焕然一新，爱人的主。

第三首

伊尔莫斯：祢将整个大地 / 悬于水面上，毫无依托；/ 受造之物见祢悬于颅骨之上，/ 被巨大的惊骇所笼罩，便高呼：/ "除祢以外，主啊，再无圣者！"

祢在诸多异象中 / 显明了祢安葬的景象；/ 而如今，主啊，祢以神人二性的方式 / 向在地狱中呼喊的人们显明了祢的奥秘：/ "除了祢，主啊，再没有圣者！"

祢张开双手 / 将原本分离的重新联合；/ 救主啊，祢以 / 细麻布和棺木为衣 / 解救了被锁链捆绑的人，他们高呼：/ "除了祢，主啊，再无圣者！"

在坟墓中，在封印之后，/ 祢——那不可测度的，自愿被囚禁；/ 确实，祢以神迹显明了祢的大能，/ 使颂扬祢的人高呼：/ "除祢以外，主啊，爱人的神，再无圣者！"

塞达伦，第一调

守卫祢坟墓的士兵们，救主，/ 因显现的天使光芒而如死一般，/ 那天使向妇女们宣告了复活。/ 我们赞美祢，朽坏的消灭者，/ 我们投靠祢，从坟墓中复活的，/ 以及我们唯一的上帝。

《荣耀颂》，如今：重复上述内容。

圣周六

第四首

伊尔莫斯：目睹祢在十字架上神性的谦卑，/ 阿瓦库姆惊叹地呼喊：/ “祢，仁慈的主，已摧毁掌权者的权势，/ 作为全能者，与在地狱中的人同在！”

今日祢使第七日成圣，/这日祢曾赐予安息，使人从劳碌中解脱；/因为祢，我的救主，在安息中改变万物、更新万物，/并将万物吸引到祢那里。

当你以至高之力取得胜利时，/ 你的灵魂便脱离了躯体；/ 但二者皆因你的大能——道——/ 而挣脱了死亡与地狱的枷锁。

地狱与祢相遇时，圣言，便怒不可遏，/ 见那凡人竟被神化，/ 身负创伤却又全能，/ 却因惧怕这形象而灭亡。

第五首

伊尔莫斯：基督啊，祢向我们显现，/源于祢的怜悯，/以赛亚看见那永不黯淡的光芒，/彻夜不眠地高呼：/“死人必复活，/坟墓中的人必兴起，/地上所有活着的人都必欢欣！”

造物主啊，祢更新了地上所生的人，/ 祢自己显现为尘土所造，/ 圣衣与坟墓，圣言啊，/ 都指向与祢相关的奥秘；/ 因为尊贵的议会成员展现了 / 祢天父的旨意，/ 祂在祢里面威严地更新了我。

祢以死亡改变那必死的，/ 以安葬改变那必朽的；/ 因为祢如神所当有的，永不改变，/ 使祢所领受的成为不朽：/ 主啊，祢的肉身未曾经历朽坏，/ 祢的灵魂也未曾以奇妙的方式被遗留在阴间。

祢从无玷者而出，肋旁被刺穿，/ 我的造物主啊，祢藉着她，/ 完成了对夏娃的救赎，/ 成为新的亚当，/ 以超自然的方式沉入赐生命之眠，/ 并作为全能者，/ 将生命从沉睡与朽坏中唤醒。

第六首

伊尔莫斯：约拿虽被鲸鱼腹中吞噬，却未被困住；/ 因他承载着祢的形像——那受苦并被埋葬的祢，/ 他便如从宫殿中走出一般，从那巨兽腹中出来，/ 并向守卫祢坟墓的人呼喊：/ “你们这些追随虚妄与谎言的人，/ 竟将至高的仁慈抛在了身后！”

道啊，祢虽被处死，却未与祢所结合的肉身分离；/ 因为虽然在受难时你的圣殿被毁，/ 但那时你的神性与肉身仍为一格，/ 毕竟你作为独一的圣子，/ 神的道，既是神又是人，常存于这两种本性之中。

亚当的堕落对人而言是致命的，但对上帝却不然，/ 因为虽然祢那由尘土所造的肉身本性遭受了苦难，/ 但神性却依然超然无染，/ 而祢将那会朽坏的在祢里面化为不朽，/ 并通过复活显明了不朽生命的源泉。

阴间虽统治人类，却非永恒；/ 因为祢，全能者，虽被安放在坟墓中，/ 却以赐生之手撬开了死亡的闩锁，/ 并向自亘古便囚禁于此者宣告了真正的救赎，/ 成为从死人中复活的首生者，救主。

康达克，第六调

封锁深渊者 / 如今作为死者安卧在我们面前，/ 裹着细麻布与没药，/ 如同凡人一般被安放在坟墓中——这位不朽者。/ 妇女们前来用香膏膏抹祂，/ 痛哭流涕，哀号道：/ “这安息日是至福的，/ 正是基督安息之日，/ 为了在第三天复活。”

伊科斯：万物的主宰被高举在十字架上，/ 整个受造之物都在痛哭，/ 目睹祂赤身裸体地悬挂在木头上；/ 太阳收起了光芒，星辰失去了光辉；/ 大地因极度恐惧而震动，/ 海浪奔涌，

磐石崩裂，/ 许多坟墓敞开，/ 圣徒的遗体复活了。/ 地狱深处发出哀鸣，犹太人却图谋诬蔑基督的复活，/ 但妇女们高声呼喊：/ “这安息日是至福的，/ 正是基督安息之日，/ 为了在第三天复活。”

第七首

伊尔莫斯：难以言喻的奇迹！/ 曾将虔诚的少年从火窑的烈焰中拯救出来，/ 如今却作为死人、毫无气息之人被安葬在坟墓中，/ 为了拯救我们这些歌唱的人：/ “上帝，救赎主，愿祢蒙福！”

地狱的心被刺穿，/ 因祂的肋旁被长矛刺穿，/ 它在神圣之火的吞噬下哀号，/ 为拯救我们这些歌唱者：/ “上帝，救赎主，愿祢蒙福！”

坟墓何其富足！/ 因它接纳了 / 仿佛沉睡的造物主，/ 便显明为神圣的生命宝库，/ 为拯救我们这些歌唱的人：/ “上帝，救赎主，愿祢蒙福！”

按凡人的律法，/ 被安放在坟墓中，/ 万有的生命皆经此，/ 并显明祂是复活的源头，/ 拯救我们这些歌唱的人：/ “上帝，救赎主，愿祢蒙福！”

在阴间、/在坟墓中、在伊甸园里，/基督的神性始终如一，与圣父和圣灵不可分割，/为拯救我们这些歌唱者：/“上帝，救赎主，愿祢受赞美！”

第8首

伊尔莫斯：天啊，当惊奇战栗，/ 愿大地的根基震动；/ 因为看哪，那位居于高处的永生者，/ 竟被列于死者之中，/ 并安息于狭窄的坟墓之中；/ 祂的门徒当称颂祂，/ 祭司当歌颂祂，/ 世人当世世代代尊崇祂。

至洁的圣殿虽已倾颓，/ 祂却带着自己重建了倒塌的圣所，/ 因为作为第二亚当，/ 那位居于至高处的，/ 甚至降临到了阴间的深处：/ 祂的门徒当称颂祂，祭司当歌颂祂，/ 世人当永远尊崇祂。

门徒们已无胆量，/唯独亚利马太的约瑟脱颖而出，/因他见至高上帝已死且赤身裸体，/便向祂求问并安葬祂，高呼：/“祂的门徒啊，要称颂祂；祭司们啊，要歌颂祂；/世人啊，要永远尊崇祂！”

啊，何等非凡的奇迹！啊，何等恩典！/ 啊，何等难以言喻的忍耐！/ 那位住在至高之处的，/ 自愿被封存在地下，/ 而上帝却像个骗子一样，遭到不实的指控：/ 祂的少年们，你们要祝福祂；祭司们，你们要歌颂祂；/ 世人啊，你们要永远颂扬祂。

第九首

伊尔莫斯：母亲，不要为我哀哭，/ 看见你那在坟墓中的儿子，/ 你曾在子宫中无种受孕生下他，/ 因为我将复活并得荣耀，/ 并将作为神在荣耀中升天，/ 那些以信心和爱心 / 不断尊崇你的人。

在你奇妙的降生之时，/我超自然地避开了苦难，/我——无始之子——因此蒙受了荣耀；/如今，看见你——我的上帝——已无气息、死去，/我被悲痛之剑可怕地折磨着；/但求你复活，好叫我得以尊荣。

大地依我的旨意将我掩埋，/但地狱的守门人却战栗不已，/因为他们看见我，母亲，/身披染血的复仇之袍，/因为我如同神一般在十字架上击溃了仇敌，/我必再次复活，并使你得荣耀。

愿受造之物欢欣，/愿地上所有生灵都欢庆，/因为可憎的地狱已失去战利品；/愿妇女们带着香膏迎接我；/我拯救亚当和夏娃及其所有后裔，/并在第三天复活。

第九首圣歌之后诵念《三圣颂》。

以及第二调的颂歌

当你——不朽的生命——降临死亡之时，/ 你便以神性的荣光使阴间丧生。/ 当你从阴间复活了死者，/ 所有的天上诸位天使都高呼：/ “赐予生命者，我们的基督上帝，荣耀归于你！”

特别祈祷和遣散礼。

《三圣节书》结束。