



# 賛美と感謝

・ ミサのための準備、感謝と賛美の祈り ・

カトリック吉祥寺教会

## ミサ前の祈り

先唱 ただいまより、ミサ前の祈りを唱えます。

父と子と聖霊のみ名によって。アーメン。

お告げの祈り、またはアレルヤの祈りは主日と祭日にのみ唱えます。

平日のミサ前の祈りの続きは、3ページです。

### お告げの祈り（待降節、降誕節、四旬節、年間に唱える）

先唱 主のみ使いのお告げを受けて、

一同 マリアは聖霊によって神のおん子を宿された。

先唱 アヴェ、マリア、恵みに満ちた方、

一同 主はあなたとともにおられます。  
あなたは女のうちに祝福され、  
ご胎内のおん子イエスも祝福されています。  
神の母聖マリア、  
わたしたち罪びとのために、  
今も、死を迎える時も、お祈りください。  
アーメン。

先唱 わたしは主のはしため、

一同 おことばどおりになりますように。  
アヴェ、マリア、恵みに...

先唱 みことばは人となり、

一同 わたしたちのうちに住まわれた。  
アヴェ、マリア、恵みに...

先唱 神の母聖マリア、わたしたちのために祈ってください。

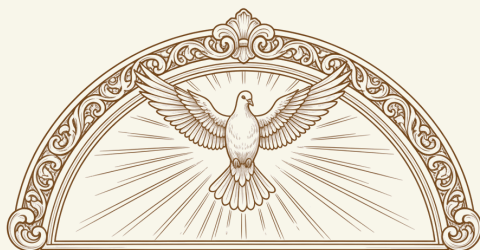
一同 キリストの約束にかなうものとなりますように。

先唱 祈りましょう。神よ、  
**一同** み使いのお告げによって、  
おん子が人となられたことを知ったわたしたちが、  
キリストの受難と十字架をとおして、  
復活の栄光に達することができるよう、  
恵みを注いでください。  
わたしたちの主イエス・キリストによって。アーメン。



### アレルヤの祈り（復活節にのみ唱える）

先唱 神の母、聖マリア、お喜びください。アレルヤ。  
**一同** あなたに宿られた方は。アレルヤ。  
先唱 おことばどおりに復活されました。アレルヤ。  
**一同** わたしたちのためにお祈りください。アレルヤ。  
先唱 聖マリア、お喜びください。アレルヤ。  
**一同** 主はまことに復活されました。アレルヤ。  
先唱 祈りましょう。神よ、  
**一同** あなたはおん子キリストの復活によって、  
世界に喜びをお与えになりました。  
キリストの母、聖マリアにならい、  
わたしたちも永遠のいのちの喜びを  
得ることができますように。  
わたしたちの主イエス・キリストによって。アーメン。



先唱 聖霊来てください。

一同 あなたの光の輝きで、  
わたしたちを照らしてください。  
貧しい人の父、心の光、証の力を注ぐ方。  
やさしい心の友、さわやかな憩い、  
ゆるぐことの無いよりどころ。  
苦しむ時の励まし、暑さの安らい、憂いの時の慰め。  
恵み溢れる光、信じる者の心を満たす光よ。  
あなたの助けがなければ、  
すべてははかなく消えてゆき、  
だれも清く生きてはゆけない。  
汚れたものを清め、すさみをうるおし、  
受けた痛手をいやす方。  
固い心を和らげ、冷たさを温め、乱れた心を正す方。  
あなたのことばを信じてより頼む者に、  
尊い力を授ける方。  
あなたはわたしの支え、恵みの力で、  
救いの道を歩み続け、  
終わりになく喜ぶことができますように。アーメン。

「聖霊の続唱」 (カトリック中央協議会)

先唱 わたしは神の祭壇のもとに行き、

一同 わたしの喜びである神の前に進む。

神よ、あなたのさばきを現してください。

わたしの訴えを聞き入れ、

神をおそれず、いつわりに満ち、暴力をふるう民から、

わたしを救い出してください。

わたしののがれ場、わたしの神。

どうして わたしを見捨てられるのか。

どうして わたしはしいたげられ、

嘆きのうちに歩むのか。

あなたの光とまことを送って わたしを導き、

あなたのすまい、とうとい山に連れていかせてください。

わたしは神の祭壇のもとに行き、

わたしの喜びである神の前に進む。

神よ、わたしの神よ。

たて琴をとって あなたをたたえよう。

わたしの心は なぜ、うちしずみ、嘆き苦しむのか。

神に希望をおき、賛美をささげよう、

わたしの救い、わたしの神に。

栄光は、父と子と聖霊に、

初めのように

今も いつも 世々に。アーメン。

わたしは神の祭壇のもとに行き、

わたしの喜びである神の前に進む。

(詩篇43:1-5)

## 聖体拝領後の祈り

先唱 ただいまより、聖体拝領後の祈りを唱えます。

主イエス・キリスト、

一同 あなたの御体とともに  
あなたご自身をいただき、  
限りない愛のうちに、  
わたしはあなたと結ばれました。  
あなたがわたしのうちにおられること、  
わたしがあなたのうちに生きることの恵みを、  
心から感謝します。

どうかわたしが、  
この交わりの喜びを日々の歩みの中で生かし、  
あなたの愛を証しする者となることができますように。  
あなたの愛に応えて、  
すべての思い、ことば、行いの中で、  
あなたとともに歩ませてください。  
アーメン。

先唱 栄光は、父と子と聖霊に、

一同 初めのように。。。。

先唱 教皇 ○○○ のために祈りましょう。

天におられる、わたしたちの父よ

一同 み名が、聖とされますように。。。。

先唱 アヴェ、マリア、恵みに満ちた方、

一同 主はあなたとともにおられます。。。。



## ミサ後の祈り

先唱 ただいまより、ミサ後の祈りを唱えます。

大天使聖ミカエルよ、

一同 戦いにおいてわたしたちを護り

悪魔の邪惡とわなに対して

盾となってください。

神が彼を抑えつけるように、

わたしたちは謹んで願い求めます。

そして、天軍の指揮者であるあなたは、

靈魂を滅ぼすために、

世界中に走り回るサタンと

その他の惡靈を神の力によって

地獄に突き落としてください。

アーメン。

（教皇レオ13世が作成された

「大天使聖ミカエルの助けを求める祈り」）

先唱 みことばの光と、

一同 聖靈の恵みによって、

罪の暗闇と不信仰<sup>よる</sup>の夜は消えうせ、

イエスのみ心が

すべての人の心のうちに

生きますように。アーメン。

先唱 父と子と聖靈のみ名によって。

一同 アーメン。

## 聖体賛美式

### 1. 聖歌「主こそわがほまれ」カトリック聖歌集13（起立）

1. 主こそわが誉よ かがやく光よ  
こよなき安らいよ たぐいなき友よ  
まごころ尽して われ愛しまつらん
2. いのちよ喜びよ ちからよ助けよ  
汝が慰めをこそ 我は待ちのぞむ  
汝が慈しみを われ何にたとえん
3. 哀れみのみ神よ 天のみ助けよ  
永久の幸こそ わがあつき願い  
空しく過ぎし日 み赦しを願わん

### 2. 顕示と献香

### 3. 礼拝（着席）

#### 3.1「アニマ・クリスティ」（ロヨラの聖イグナチオの祈り）

- 司祭 キリストの魂、  
一同 わたしを聖化してください。  
司祭 キリストの御体、  
一同 わたしを救ってください。  
司祭 キリストの御血、  
一同 わたしを酔わせてください。  
司祭 キリストの脇腹から流れ出た水、  
一同 わたしを清めてください。  
司祭 キリストの受難、  
一同 わたしを強めてください。  
司祭 慈しみ深いイエス、  
一同 わたしの願いを聴き入れてください。



司祭 あなたの傷のうちにわたしをつつみ、  
一同 あなたから離れることのないようにしてください。  
司祭 悪い敵から、  
一同 わたしを守ってください。  
司祭 臨終のときに、  
一同 わたしを呼びよせてください。  
司祭 あなたのもとに近づけるように、  
一同 わたしにゆるしを与えてください。  
司祭 すべての聖人とともにいつまでも、  
一同 あなたを賛美することができますように。アーメン。

3.2 聖歌 「すべての人よ」 (答唱のみ3回繰り返す)  
すべてのひとよ、主をたたえよ。  
すべてのひとよ、主をたたえよ。

3.3 沈黙 (5分程度の黙想)

#### 4. 賛美 (起立)

4.1 聖歌「きよききよき」カトリック聖歌集75番 (2回繰り返す)  
きよき きよき きよき わが主  
きよき きよき わが神よ  
たえなる光 輝きて  
われらを常に すべたもう

4.2 献香

### 4.3 祝福前の祈り

- 司祭 永遠の真理である神よ、  
一同 あなたを信じます。  
司祭 わたしたちの力と救いである神よ、  
一同 あなたに希望を置きます。  
司祭 限りない いくつしみである神よ、  
一同 心を尽くしてあなたを愛します。  
司祭 世の救い主としてみ言葉をお遣わしになった神よ、  
一同 み言葉においてわたしたちを一つにしてください。  
司祭 おん子の霊でわたしたちを満たしてください。  
一同 あなたのみ名がたたえられますように。アーメン。

### 4.4 祈願

- 司祭 神よ、あなたは天からのパンをふらして、  
民に与えられました。  
一同 わたしたちの心を喜びで満たしてくださいました。  
司祭 祈りましょう。  
恵み豊かな神よ、  
おん子キリストは、その死と復活を記念する  
とうとい秘跡を教会に残してくださいました。  
主のからだを受け、  
救いの力にあずかるわたしたちが、  
主の死を告げ知らせることができますように。  
わたしたちの主イエス・キリストによって。  
一同 アーメン。

#### 4.5 ご聖体による祝福

(司祭が祝福している間、参加者が合掌して、聖体を仰ぎ見ます。聖体顕示台が祭壇の上に下ろされたら、頭をさげて、祝福を受ける意味で、十字架のしるしをします。)

#### 4.6 閉式の聖歌 「栄光から栄光へと」 (2回繰り返す)

栄光から栄光へと わたしを変えて  
栄光から栄光へと わたしを変えてくださる  
主と同じ姿に 変えられるまで  
主はわたしを変えて 変えてくださる

(着席)



#### 「賛美と感謝」

発行日 2025年11月30日

発行者 カトリック吉祥寺教会

〒180-0005 東京都武蔵野市御殿山1-7-8

Tel. 0422-44-0181 FAX. 0422-44-0180

ウェブサイト: [kichijoji-catholic.org](http://kichijoji-catholic.org)

