

### 進堂詠 艾十三 9, 10-11

上主！一切都屬於祢的權限，誰也不能反抗祢的旨意。因為祢造了一切，即天地和天下所有形形色色的事物；祢是萬有的上主。

### 集禱經

全能永生的天主，祢以無限慈愛恩待我們，遠超過我們的功德和期望；求祢廣施仁慈憐憫，赦免那使我們內心不安的罪惡，賞賜我們在哀禱中所不敢希求的恩惠。以上所求，是因祢的子，我們的主天主、耶穌基督，祂和祢及聖神，永生永王。

讀經一（尼尼微人果然改邪歸正，天主就憐憫他們。）

恭讀約納先知書 三 1-10

那時候，上主的話再次傳給約納，說：「你起身往尼尼微大城去，向城裡的人宣告我吩咐你的話。」約納便遵照上主的話，起身往尼尼微去了。尼尼微在天主面前是一座大城，需要三天的時間才走得完。約納開始進城，走了一天路程，他就宣佈說：「再過四十天，尼尼微就要毀滅了。」

尼尼微人便相信了天主，立即宣佈禁食，所有的人從大到小，都身披苦衣。這消息傳到尼尼微王那裡時，祂就走下寶座，脫去王袍，披上苦衣，坐在灰土中。然後命人以君王和大臣的名義，頒佈命令說：「人和牲畜，不論大小，都不可吃任何東西；不准吃，也不准喝水。人和牲畜都應身披苦衣。每人要懇切呼求天主，不再作惡，改邪歸正。也許天主會改變心意，收回成命，不再發怒，我們就不至於滅亡。」天主看到他們所做的一切，看到他們已經離開邪路，就憐憫他們，沒有把已宣佈的災禍降到他們身上。  
——上主的聖言。

### 答唱詠 詠一二九 1-4, 7-8

**答：**上主，祢若細察人的罪辜，又有誰還能站得住？

一、上主，我從深淵呼求祢，我主，求祢俯聽我的哀告，側耳諦聽我的祈禱。**答**

二、上主，祢若細察人的罪辜，我主，又有誰還能站得住？然而祢一向寬恕為懷，我們對祢起敬起愛。

**答**

三、因為上主慈悲為懷，樂於救贖。祂必拯救以色列，脫離一切罪惡。**答**

### 福音前歡呼 路十一 28

**答：**阿肋路亞。

**領：**那聽了天主的話，而又去遵行的人是有福的。

**答：**阿肋路亞。

福音（曼德把耶穌接到家中，瑪麗却選擇了最好的一分。）

恭讀聖路加福音 十 38-42

那時候，耶穌進了一個村莊，有一個名叫曼德的女人，把耶穌接到家中。她有一個妹妹，名叫瑪麗，坐在主的腳前聽祂講道。曼德為了招待耶穌，忙碌不已，便上前來，說：「主啊！我的妹妹丟下我一個人做事，祢不關心嗎？請叫她來幫助我罷！」主回答她說：「曼德，曼德！你為了許多事操心忙碌。其實重要的只有一件。瑪麗選擇了那最好的一分，是不能從她手中奪去的。」——上主的聖言。

### 獻禮經

上主，請接受我們按照祢的命令所呈上的祭獻，但願我們為祢的光榮所舉行的奧蹟，能在我們身上實現祢聖化及救贖的工程。以上所求，是因我們的主基督。

### 通用頌謝詞（二）（藉基督獲救恩）

主、聖父、全能永生的天主，我們時時處處感謝祢，實在是理所當然的，並能使人得救。祢以仁愛創造了人類，按公義懲罰了人類，又以慈悲藉着我們的主基督救贖了人類。

尊威的天主，天使以及天上諸聖，藉着基督讚美祢、欽崇祢、敬畏祢、歡躍慶賀祢。求祢恩准我們也和他們謙恭地同聲讚頌：

（另有其他五式「通用頌謝詞」供選擇使用，請看《感恩祭典》）

### 領主詠 哀三 25

上主對信賴祂和尋求祂的人，是慈善的。

或：參閱格前十 17

因為餅只是一個，我們雖多，只是一個身體，因為我們眾人都共享這一個餅。

### 領聖體後經

全能的天主，祢在這盛筵中賜給了我們生命之糧，喜樂之杯，祢的聖子在這聖事中作了我們的飲食，求祢按照祂的肖像改造我們。祂是天主，永生永王。