

進堂詠 詠三〇3-4

求祢速來拯救我，作我避難的磐石，我安全的居室。因為祢是我的力量，我的避難所；為了祢的名，求祢領導我，指引我。

集禱經

天主，祢樂於住在誠樸、正直人的心中。但願賴祢恩寵的助祐，我們也能度誠樸、正直的生活，使我們的心靈，真能成為祢所喜愛的居所。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（我把彩虹放在雲間，做為我與天地之間立約的標記。）

恭讀創世紀 九 1-13

天主降福諾厄和他的兒子們，說：「你們要生育繁殖，充滿大地。地上的各種野獸，天空的各種飛鳥，地上的各種爬蟲，和水中的各種游魚，都要對你們表示驚恐畏懼：這一切都已交在你們手中。凡有生命的動物，都可做你們的食物；我把這一切賜給你們，如同以前賜給你們蔬菜一樣；你們不可吃有生命而帶血的肉；並且，我要追討殺害你們生命的血債：向野獸追討，向人、向為弟兄的人追討人命。凡流人血的，他的血也要為人所流，因為人是照天主的肖像造的。你們要生育繁殖，在地上滋生繁衍。」

天主對諾厄和他的兒子們說：「我現在要與你們和你們未來的後裔，並和同你們在一起的一切生物：飛鳥、牲畜和地上所有的野獸，以及凡從方舟出來的生物立約。我與你們立約：凡有血肉的，以後決不再受洪水淹滅，不再有洪水毀滅大地。」天主說：「這是我與你們、以及一切生物之間、立約的永遠標記：我把彩虹放在雲間，做為我與大地之間立約的標記。」——上主的聖言。

答唱詠 詠一〇一 16-21, 29, 22-23

答：上主由高天之上垂顧人間。

- 一、上主，萬民必敬畏祢的聖名，普世列王必尊崇祢的光榮。那時上主必把熙雍重建，必在光榮中顯現。祂必垂聽窮人的祈禱，必不輕視他們的哀告。**答**
- 二、要將此事記錄傳於後世，使新生的子民讚美上主。上主從至高的聖所俯瞰，由高天之上垂顧人間：傾聽俘虜的哀嘆，釋放待斃的囚犯。**答**
- 三、祢僕人的子女將安居樂業，他們的子孫在祢面前要世世綿延。使他們在熙雍傳述上主的聖名，在耶路撒冷宣揚祂的光榮。那時萬民都要雲集一處，列國都要前來事奉上主。**答**

福音前歡呼 詠一一八 105

答：阿肋路亞。

領：祢的話是我脚步前的明燈，是我路途上的亮光。

答：阿肋路亞。

福音（祢是默西亞；人子必須受許多苦。）

恭讀聖瑪谷福音 八 27-33

那時候，耶穌和祂的門徒起身、往斐理伯的凱撒勒雅附近的村莊去；在路上祂問門徒說：「人們說我是誰？」他們回答說：「有人說是洗者若翰；也有些人說是厄里亞；還有些人說是先知中的一位。」耶穌又問他們說：「你們說我是誰呢？」伯鐸回答說：「祢是默西亞。」耶穌就嚴厲禁止他們：不要向任何人談到祂。

耶穌便開始教訓他們：人子必須受許多苦，被長老、司祭長和經師棄絕，而且要被殺害；但是三天以後必要復活。耶穌明明說了這話。伯鐸便把祂拉到一邊，責怪祂。耶穌轉過身來，注視着門徒，斥責伯鐸說：「撒殫，退到我後面去！因為你所體會的，不是天主的事，而是人的事。」——上主的聖言。

獻禮經

上主，但願這祭獻淨化我們，革新我們的生活；並求使我們今世遵循祢的旨意，來日獲享永恆的賞報。以上所求，是因我們的主基督。

通用頌謝詞（四）（讚頌天主是天主的恩賜）

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。祢原不需要我們的讚頌，我們對祢知恩報愛的心願，也出自祢的啟發，因為我們的讚頌並不增加祢的內在榮耀，却藉着我們的主基督有益於我們自身的得救。

因此，我們聯合天上所有天使一起讚頌祢，不停地歡呼：

（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 詠七七 29-30

他們吃了，而且吃得很飽，天主完全滿足了他們的需要；但他們却貪得無厭。

或：若三 16

天主竟這樣愛了世人，甚至把祂的獨生子賞賜給我們，使一切信祂的人，都不會死亡，反而獲得永生。

領聖體後經

上主，祢以天上美食養育了我們，恩賜我們享有真正的生命；求祢使我們仍時時渴求這真生命的泉源。以上所求，是因我們的主基督。