

# 感恩日（中秋節）

在春節期間舉行了「祈福日」，又在四旬期舉行了「齋戒日」，依照主教團的決定，在中秋節舉行「感恩日」。這是我國主教團依照「禮儀年與新年曆一般準則」（46號）的指示，對四季齋期及特別祈禱日所作本地化的嘗試。感恩日的訂立主要目的之一：是整個教會公開地對天主所施予的種種恩惠向祂表示謝恩。古代的信友感恩的主要動機為田間的豐收，視之為天主的恩賜。其實，除此之外，天主賜與人的恩惠不可勝數，人應當時時處處感謝天主；同時在一年中尋找一個合適的機會，公開地、隆重地向天主表示知恩圖報之情，這應該是合情合理的事，因此原住民每一年都有豐年祭隆重慶典的舉行。

基督徒是感恩的天主子民，因此每主日應舉行感恩祭（彌撒），並為特殊動機感謝天主，常說：「主、天主…我們時時處處感謝祢，實在是理所當然的。」（見彌撒「頌謝詞」）在每天念的日課（時辰禮儀）中，透過讚美詩、聖詠等禱詞，為所領受的各種恩惠讚美、感謝天主。在舊約中天主要求人民為所得到的救恩感謝天主（參出十二 14, 17, 42；申十二 18）。舊約「聖詠集」中大多數聖詠是選民對天主表達感恩的詩篇，也是今天教會每天用來感謝天主的禱詞。基督在傳道時給我們留下了向天父謝恩的榜樣（參瑪十一 25；十五 36；谷八 6；若十一 41）。保祿宗徒在傳道生活中曾師法基督的榜樣不斷感謝天主，並常敦勸信友對天主要懷著感恩的心。要為所有的人、為一切事感謝天主（參弟前二 1；弗五 20）。因此基督徒的感恩不僅是為自己，也是為他人，為所有的人祈禱，也代替他們感恩。感恩日訂定的主要目的在於激發人對天主的感恩之心，具體表達知恩報愛的行動；並且一如保祿宗徒所教導的，為所有不認識天主、不相信天主的人以及那些忘記或背棄信仰的人祈禱，並代替他們讚美天主。我們身為基督信徒，在日常生活中，又有多少人能時時處處做到或想到感謝天主呢？切望透過這感恩日的舉行，能使我們每位信友真正成為對天主常心存感恩的人，使我們的生活成為讚美及感謝天主的詩篇。

## 感恩日禮儀

### 第一式（含遊行禮）

信友聚集在一聖堂或一合適地點，舉行簡短準備儀式，遊行到指定聖堂或朝聖地舉行感恩彌撒。

## 一、準備禮

### 1. 致候

主禮：願主與你們同在。

信友：也與你的心靈同在。

### 2. 開端禱詞

主禮：請大家祈禱。

仁慈的天父，我們深信祢是我們的造物主，是照顧我們的天主，求祢使我們在遊行的過程中，透過祈禱與默想，意識到和體驗到祢在我們人生旅途中，給予我們的種種照顧和各樣恩惠。如此，激發我們對祢常懷有感恩圖報之情，在生活中、在一切事上、能看清祢的聖意，體認祢對我們的深情大愛，使我們歡欣地侍奉祢，並努力為人群服務。以上所求，是因我們的主基督。

信友：阿們。

### 3. 讀經（天主召叫我們，為宣揚祂的榮耀）

恭讀聖伯鐸前書 二 9-12

弟兄姐妹們，你們是特選的種族，王家的司祭，聖潔的國民，屬於主的民族，為叫你們宣揚那由黑暗中召叫你們，進入他奇妙之光者的榮耀。你們從前不是天主的人民，如今卻是天主的人民；從前沒有蒙受愛憐，如今卻蒙受了愛憐。親愛的！我勸你們作僑民和作旅客的，應戒絕與靈魂作戰的肉慾；在外教人中要常保持良好的品行，好使那些誹謗你們為作惡者的人，因見到你們的善行，而在主眷顧的日子，歸光榮於天主。——上主的聖言

信友：感謝天主。

主禮可針對讀經對本日的禮儀的意義稍作解釋：天主的召喚與人生之旅終究有何意義。

## 二、遊行禮

主禮：遊行象徵我們走向天鄉的旅程，讓我們誦念耶穌禱文，呼求祂在我們人生的道路上與我們同行，指引我們、保護我們，使我們不致誤入歧途。現在讓我們列隊啟程。

行進時，由持十字架者、持蠟燭者及主禮領導前行。

## 耶穌禱文

領：上主，求祢垂憐。

答：上主，求祢垂憐。

領：基督，求祢垂憐。

答：基督，求祢垂憐。

領：上主，求祢垂憐。

答：上主，求祢垂憐。

領：天上的天主父。

答：求主垂憐我們。

領：世界的救主天主子。

領：天主聖神。

領：耶穌，祢是生活的天主之子。

答：求主垂憐我們。

領：耶穌，祢是聖父的形象。

領：耶穌，祢是童貞瑪利亞之子。

領：耶穌，祢是永恆真光的光芒。

領：耶穌，祢是真天主，又是真人。

眾：耶穌，昨天、今天和將來，祢常是我們的救主，求祢指示我們天國之路，以免誤入歧途。

或唱：願榮福歸於祢，耶穌基督。（見《賀三納》127）

領：耶穌，祢是天主之國的宣報者。

答：求主垂憐我們。

領：耶穌，祢是和平的君王。

領：耶穌，祢是永恆的智慧

領：耶穌，祢是賜人生命的聖言。

領：耶穌，祢是大司祭。

眾：耶穌，昨天、今天和將來，祢常是我們的救主，求祢指示我們天國之路，以免誤入歧途。

或唱：願榮福歸於祢，耶穌基督。（見《賀三納》127）

領：耶穌，祢是人子。

答：求主垂憐我們。

領：耶穌，祢是正義的法官。

領：耶穌，祢是將來的主宰。

領：耶穌，祢是我們的君王。

眾：耶穌，昨天、今天和將來，祢常是我們的救主，求祢指示我們天國之路，以免誤入歧途。

或唱：願榮福歸於祢，耶穌基督。（見《賀三納》127）

領：耶穌，祢服從至死。

答：求主垂憐我們。

領：耶穌，祢寬容堅忍。

領：耶穌，祢待人熱誠。

領：耶穌，祢見義勇為。

領：耶穌，祢慈悲為懷。

眾：耶穌，昨天、今天和將來，祢常是我們的救主，求祢指示我們天國之路，以免誤入歧途。

或唱：願榮福歸於祢，耶穌基督。（見《賀三納》127）

領：耶穌，祢是我們的主。

答：求主垂憐我們。

領：耶穌，祢是我們的救主。

領：耶穌，祢是我們的解救者。

領：耶穌，祢是我們的朋友。

領：耶穌，祢是我們的導師。

領：耶穌，祢是我們的模範。

眾：耶穌，昨天、今天和將來，祢常是我們的救主，求祢指示我們天國之路，以免誤入歧途。

或唱：願榮福歸於祢，耶穌基督。（見《賀三納》127）

領：耶穌，祢是窮人的弟兄。

答：求主垂憐我們。

領：耶穌，祢是罪人的朋友。

領：耶穌，祢是病人的援助。

領：耶穌，祢是人類的善牧。

眾：耶穌，昨天、今天和將來，祢常是我們的救主，求祢指示我們天國之路，以免誤入歧途。

或唱：願榮福歸於祢，耶穌基督。（見《賀三納》127）

領：耶穌，祢是教會基石。

答：求主垂憐我們。

領：耶穌，祢是麥粒。

領：耶穌，祢是葡萄樹。

領：耶穌，祢是我們賴以生活的食糧。

領：耶穌，祢是我們腳步前的明燈。

領：耶穌，祢是我們遵循的道路。

領：耶穌，祢是我們相信的真理。

領：耶穌，祢是我們進入天國的門路。

領：耶穌，祢是我們的生命。

眾：耶穌，昨天、今天和將來，祢常是我們的救主，求祢指示我們天國之路，以免誤入歧途。

或唱：願榮福歸於祢，耶穌基督。（見《賀三納》127）

領：耶穌，求祢施恩。

答：求主拯救我們。

領：求祢大發慈悲。

領：從一切凶惡中。

領：從過失和罪惡中。

領：從魔鬼的攻擊中。

領：從背離祢聖道的誘惑中。

領：從永死中。

眾：耶穌，昨天、今天和將來，祢常是我們的救主，求祢指示我們天國之路，以免誤入歧途。

或唱：願榮福歸於祢，耶穌基督。（見《賀三納》127）

領：因祢的誕生和生命。

答：求主拯救我們。

領：因祢的喜訊。

領：因祢愛的誠命。

領：因祢寬恕的能力。

領：因祢治癒的力量。

領：因祢的十字架和苦難。

領：因祢的孤獨。

答：求主拯救我們。

領：因祢在十字架的聖死。

領：因祢的下降陰府。

領：因祢的上升天庭。

領：因祢施慰的聖神。

領：因祢的臨在。

領：因祢的再度降來。

眾：耶穌，昨天、今天和將來，祢常是我們的救主，求祢指示我們天國之路，以免誤入歧途。

或唱：願榮福歸於祢，耶穌基督。（見《賀三納》127）

領：除免世罪的天主羔羊。

答：求主寬恕我們。

領：除免世罪的天主羔羊。

答：求主俯聽我們。

領：除免世罪的天主羔羊。

答：求主垂憐我們。

## 結束禱詞

領：耶穌基督，因祢為人類所做的一切。

答：我們永遠讚美祢、感謝祢。

主禮：請大家祈禱。

主耶穌基督，我們相信祢是真理、道路和生命，是昨天、今天和將來常與我們在一起的導師。在我們人生短暫的旅途中，求祢時時教導我們人生的真正意義，指引我們走上真福的道路，追求永恆的生命。人生活在世的時間和空間都是祢所賜，求祢幫助我們予以善用，讓我們的生命藉由善言、善行予以充實，以便日後蒙召時，能聽到祢說：忠僕，請來享用給你準備的永福罷！祢和聖父及聖神是唯一天主，永生永王。

信友：阿們。

如有時間，可加念聖母禱文。大家進入聖堂後，在靜默中祈禱、默想，準備感恩祭。

## 三、彌撒

彌撒開始，唱進堂詠，如：詠一二二，見《賀三》納 11，主祭對本彌撒作簡短導言，領唱光榮頌，然後主祭念「集禱經」。

### 1. 集禱經

主祭：請大家祈禱。

全能、仁慈的天主父，祢是一切恩惠的根源，我們感謝祢，因為我們的存在和所擁有的一切，都是祢的恩賜；沒有祢，我們便一無所有，一無所能；求祢賞賜我們明瞭祢對人類的無限慈愛，慈父般的照顧，教導我們盡心竭力地敬愛祢，時常感念祢的大恩大德。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。

信友：阿們。

## 聖道禮儀

視情形可選讀較合適的讀經。

### 2. 讚頌造生萬物的天主

讀經一（天主的創造）

恭讀創世紀 一 1, 31- 二 2

在起初天主創造了天地。天主看了祂造的一切，認為樣樣都很好。過了晚上，過了早晨，這是第六天。這樣，天地和天地間的一切點綴都完成了。到了第七天天主造物的工程已完成，就在第七天休息，停止了所作的一切工程。——上主的聖言。

信友：感謝天主。

主祭可按需要，針對讀經作簡短釋義，或藉以下提示幫助信友默想、反省。

## 默想與反省

天主六天創造萬物的敘述並非歷史性的記載，它所強調的是：天主是萬有真原，一切都源自天主。天主在最後一天造了人，說明人在萬物中的地位，好似天主創造一切都是為了人。天主是按照自己的肖像來造人，並授權給人管理天空、海洋，治理大地，繼續天主創造、美化萬物的工程，作為造物主的合作者。這是天主賦予人的一種使命。

原來天主所造的一切，樣樣都很美好。但是由於人的罪過，破壞或改變了美好萬物的容貌。多少清澈的河川溪流化為污濁的溝渠；多少美麗的山嶺原野遭到人為的破壞。人類背離了天主所交付的使命。如何恢復美好的大自然，維護生活的環境，應是今日人生重要的課題，好使人類在理想的環境中真正生活得安和樂利。為達到這個目的，身為基督信徒，應學習如何以信德的眼光凝視、瞻仰、讚賞並珍惜天主所造的萬物，藉以激發我們對天主的感恩之心，並頌揚祂的全能、智慧、美善。試問我們如何看待周圍的花草樹木，是否在它們身上看到天主的美善；我們如何對待所接觸到的大小動物，是否在牠們身上看到生命的奧秘，而讚美天主？看到壯麗的宇宙、大自然的各種現象，是否想到並讚賞造物主的偉大？因為「高天陳述天主的光榮，穹蒼宣揚祂手中的化工。」（詠十八 A 2）身為萬物之靈的人，又該如何讚美天主呢？

默思片刻。

## 祈求

**領：**仁慈的天主，祢創造了宇宙萬物，並不是因為祢有所需要，而是因為祢仁愛無量，願意施惠於我們，讓我們分享祢的生命。我們衷心感謝祢。

**答：**讓我們衷心感謝天主，因為祂是造生我們的慈父。

**或唱：**爾眾萬邦，請歡欣讚頌上主；阿肋路亞，阿肋路亞。

（見《賀三納》42）

**領：**全能的造物主，是祢以大能和智慧創造了宇宙萬物，太空的一切星球、太陽和月亮，以及地上和海中的所有動物和植物。

答：讓我們衷心感謝天主，因為祂是創造萬物的主宰。

或唱：如上。

領：無限智慧的天主，是祢照祢的肖像創造了人類，賦予人特殊的智力和才能，讓人治理大地，與祢合作，發揮天賦的能力。

答：讓我們衷心感謝天主，因為祂是我們才智和能力的根源。

或唱：如上。

主祭：請大家祈禱。

仁慈的天主聖父，是祢創造了這原來美好的世界，和其中形形色色的萬物，讓人類居住享用。我們讚美祢、感謝祢。求祢賞賜我們一顆知恩報愛的心，善用祢為人類所準備的一切，時時處處不忘感謝祢，讚頌祢。我們也代替那些不承認祢、不相信祢的人讚美祢。求祢透過大自然的啟示，也讓他們終有一天會認識祢的存在，體認到祢的偉大，而知道飲水思源，報謝祢創造萬物供人享用的大恩。以上所求，是因我們的主基督。

信友：阿們。

可唱一首合適的聖歌，如詠一九。(見《賀三納》20)

### 3. 稱謝照顧人類的天主

讀經二（向天主獻上田間出產）

恭讀申命紀 廿六 1-10

當你進入上主你的天主賜給你作產業的土地，佔領後住在那裏時，應由上主你的天主賜給你的土地上，將一切田產的初熟之物，取出一部分放在筐裏，往上主你的天主選定立自己名號的地方去，到當時供職的司祭前，對他說：「我今日向上主我的天主明認，我已來到了上主對我們的祖先誓許賜與我們的地方。」司祭就由你手中接過筐子，放在上主你的天主的祭壇前；然後你就在上主你的天主面前聲明說：「我的祖先原是個飄泊的阿蘭人，下到埃及，同少數的家人寄居在那裏，竟成了一強大有力，人口眾多的民族。埃及虐待我們，壓迫我們，勒令我們做苦工。我們向上主我們祖先的天主呼號，上主俯聽了我們的哀聲，垂視了我們的苦痛、勞役和所受的壓迫。上主以強力的手，

伸展的臂，巨大的恐嚇，神蹟奇事，領我們出了埃及，來到這地方，將這流奶流蜜的土地賜給了我們。上主，請看！我現今帶來了祢賜給我的田地裏所出產的初熟之物。」遂將這初熟之物放在上主你的天主面前，俯伏朝拜上主你的天主。——上主的聖言。

主祭可針對讀經作簡短釋義，或藉以下提示幫助信友默想、反省。

## 默想與反省

天主創造了人，並且給予悉心照顧，最重要的，就是供給他們維持生命的飲食。打開聖經，詳讀天主與人交往的歷史，可知天主如何照顧祂所造的人類，無論是個人或是團體。全部聖經充滿了天主照顧人的例證，如：創九 1-3；出十六 15；肋廿五 20～22；詠三七 19；八五 13；瑪六 26ff 等。因此可以說，天主的確是照顧人類的天主。人類自古以來，在得到天主的照顧後，尤其在田地豐收後，習慣上要祭獻天主，向天主謝恩（參創四 3, 4；八 20 等），以後選民又訂立了「收穫節」（參出廿三 16；卅四 22；肋廿三 15-22）舉行祭典，感謝天主。古代羅馬農業社會也有收穫節的訂立，意義相同。教會四季齋期的創始與此有關，目的之一就是為豐收及一年中天賜的一切恩惠公開向天主謝恩。原住民每年舉行的豐年祭想必也是為感謝神明舉行的慶典，藉此明認神明對人的照顧。

今天我們大多數人的生活，可以說，都是豐衣足食，但是很多人在風調雨順時似乎忘記了天主，只在天旱不雨時才想起向天祈雨！在這感恩日，身為基督徒的我們，公開向天主表示謝恩，承認祂是人類的主宰，也是照顧我們的慈父，目的是要藉此慶典激起我們感恩之心。在日常生活中，無論工作或休閒，吃飯或睡眠，我們是否常知道稱謝天主、讚美天主？

默思片刻。

## 祈求

**領：**慈愛的天主父，在這秋收的季節，我們特別為今年田間的出產，以及其他方面的收穫感謝祢、讚美祢。承認祢是一切恩賜的根源。

**答：**我們要詠唱感恩的詩歌，稱謝天主，祂創造了天地萬物，賜給飢餓者食物。

或唱：上主是我的牧者，我什麼都不缺。（見《賀三納》54）

領：祢把大地賜給我們，使我們耕種、運用；又賜以陽光、雨露，使植物生長、結實，供給我們足夠的食糧；我們也求祢降福那些在田間流汗播種的農民，能愉快地收穫。

答：我們要詠唱感恩的詩歌，稱謝天主，祂創造了天地萬物，賜給飢餓者食物。

或唱：如上。

領：祢使海洋、河川滋生各種水族和生物，做為人類的食物；我們也求祢降福那些在海上辛苦捕魚的漁民，都能滿載而歸。

答：我們要詠唱感恩的詩歌，稱謝天主，祂創造了天地萬物，賜給飢餓者食物。

或唱：如上。

主祭：全能的天主，祢對人類的照顧顯示了祢的大慈大悲：祢降雨給善人，也給惡人；祢讓陽光照耀義人，也照耀不義的人；我們為祢的照顧和所賜與的日用糧感謝祢，也求祢賞賜我們力量，使我們能互愛互助，對那些有需要的人慷慨伸出援手。求祢賜給每個人一顆慈悲的心，使大家有需要時互相照顧，有過錯時能彼此寬恕，期待有一天，全人類都在祢的大愛內達到完全的合一及共融。以上所求，是因我們的主基督。

信友：阿們。

可唱一首合適的歌曲，如：感恩圖報，見《賀三納》72。

## 4. 感謝拯救人類的天主

### 讀經三（感謝拯救人類的天主）

恭讀約納先知書 二 3-10

約納說：「我在患難中，呼求上主，祂便應允了我；我從陰府的深處呼求，祢便俯聽了我的呼聲。祢將我拋入海心深處，大水包圍了我；祢的波濤和巨浪漫過了我。我曾說：我雖從祢面前被拋棄，但我仍要瞻仰祢的聖殿。大水圍困我，危及我的性命；深淵包圍我，海草纏住我的頭。我下沉直到礁底，大地的門門永為我關閉。上主，我的天主！祢卻從坑裏救出了我的性命。當我奄奄一息時，我記起了上主；我的

祈禱達於祢前，達於祢的聖殿中。敬奉虛無偶像的人，實在是捨棄了慈愛的根源。至於我，我要在頌謝的歌聲中，向祢獻祭，償還我許的誓願。救恩屬於上主！」——上主的聖言。

主禮可針對讀經作簡短釋義，或藉以下提示幫助信友默想、反省。

## 默想與反省

人類從起初就受到天主的特別照顧：天主造了人，並為人準備了美好的樂園，但是人不知恩，原祖抗命，以後的人也常違背天主的命令，遠離天主，因而往往陷入困難之中，而不能自拔，這是原祖的處境，也是整個人類的情形。但是天主並未把人類棄而不顧，反而設法讓人類回頭，把人類從奴役中、黑暗中、困境中解救出來。整個聖經的敘述顯示出，天主是救人的天主：祂在原祖背命後預報拯救人類的福音（創二 15），拯救諾厄一家免於洪水（創六及七），拯救以色列出離埃及（出），派遣先知約納去勸告尼尼微人（外教人），以獲得天主的救恩；最後天主派遣祂的兒子耶穌基督，來拯救整個人類。宗徒聖若望在其福音中說：「天主竟這樣愛了世界，甚至賜下了自己的獨生子，使凡信祂的人不致喪亡，反而得到永生，因為天主派遣子到世界上來，不是為審判世界，而是為叫世界藉著祂而獲救。」（若三 16-17）而且，為了拯救我們，天主不惜讓祂的聖子流血，犧牲性命，甚至被釘在十字架上。所以，我們的得救是以基督流血為代價贖回來的。我們怎能不珍惜藉領洗所獲得的「新生命」——天主性的生命呢？在日常生活中，我們應如何懷著感恩的心，盡力維護這得來不易的生命？世界上有多少人從未感到救恩的需要，自以為科學萬能，人定勝天。因而也不會感到有向天主謝恩的需要。身為基督徒的我們，是否也常常忘記那拯救我們的天主呢？

默思片刻。

## 祈求

**領：**仁慈的天主父，我們感謝祢，因為祢不僅創造我們、照顧我們，而且由罪惡中拯救我們，使我們接受洗禮的大恩、藉著耶穌基督賜給我們新生命，成為祢的兒女，並藉著聖神使我們能呼喚祢：「阿爸，父啊」。

答：願拯救我們的天主永受讚美，自今世到永遠。

或唱：願上主永受讚美。（見《賀三納》115）

領：仁慈的天主父，我們感謝祢，因為祢在基督身上，賜給我們各種恩寵；並在創世以前就揀選我們，使我們生活聖潔無瑕，成為祢的子女。

答：願拯救我們的天主永受讚美，自今世到永遠。

或唱：如上。

領：仁慈的天主父，我們感謝祢，因為祢使聖子降生成人，作萬民的救主，成為贖罪羔羊，使我們擺脫罪惡與魔鬼的奴役，獲享作天主兒女的自由。

答：願拯救我們的天主永受讚美，自今世到永遠。

或唱：如上。

主祭：仁慈的天主父，我們確信祢是創造、拯救我們的恩主，感謝祢使我們有幸認識祢，並能作祢的兒女，自由地侍奉祢，在今世獲享祢聖子帶給我們的救恩，將來能到達祢為人類準備的天鄉，與祢及諸位聖人聖女相聚，共享永福。願那些仍然否認祢、或未曾認識祢的人，有一天都能認識祢啟示的真道，而皈依祢、侍奉祢，期望他們當基督光榮的再來時，也能加入天上諸聖的行列，一起歌頌祢、感謝祢，永不停止。祢是天主，永生永王。

信友：阿們。

可唱一首合適的聖歌如：天主聖父，見賀三納 70。

## 5. 要在一切事上感謝天主

讀經四（為一切事，時時感謝天主）

恭讀聖保祿宗徒致厄弗所人書 五 15-21

弟兄姐妹們，你們要細心觀察自己怎樣生活；不要像無知的人，卻要像明智的人；應把握時機，因為這些時日是邪惡的；因此不要作糊塗人，但要曉得什麼是主的旨意。也不要醉酒，醉酒使人淫亂；卻要充滿聖神，以聖詠、詩詞及屬神的歌曲，互相對談，在你們心中歌頌讚美主；為一切事，要因我們的主耶穌基督的名，時時感謝天主父；又要懷著敬畏基督的心，互相順從。——上主的聖言。

主祭可作簡短釋義，或照以下提示，幫助大家默想、反省。

## 默想與反省

聖保祿書信中，一如舊約及福音中，多處給我們的教導是：身為基督徒常應對天主懷有感恩之心（如：哥三 15, 16；弟前四 3, 4；得前五 18）。基督徒生活的特點就是：常保喜樂，不斷祈禱，事事感恩（得前五 16, 18）。天主是一切恩惠的源頭，我們所擁有的生命、優長、才能都源自天主，應該為此感謝祂；即便我們遭遇困難、挫折時也能是感恩的機會，因為天主往往藉此考驗我們的忠誠、淨化我們的心靈、堅強我們的信德。致希伯來人書有這樣的話：「你們受苦，是為你們好，天主把你們當作子女看待，哪個孩子不受父親管教呢？」（十二 7）而且，為那些愛天主並承行祂旨意的人，天主會使一切協助他們獲得益處（參羅八 28）。也就是說，即便我們遭遇不幸或處於逆境中，依然懷著樂觀的態度、感恩的心情，相信天主會對愛祂的人有妥善的安排，祂會幫助人轉憂為喜，化險為夷。這也如聖詠所說：「義人雖然多災多難，天主卻護祐他安然無恙。」（卅三 20）我們要時時感謝天父，讚頌祂的仁愛，感念祂的照顧。總之，基督徒的生活方式，就是人生無時無處不感恩。我們的生活方式是怎樣呢？

默思片刻。

## 祈求

**領：**我們為生養、照顧、教育我們的父母感謝天主：父母是造物主天主的肖像，與祂合作造生新生命，以延續人類，因此生命是天主的賜與，我們應為我們的生命感謝天主和父母。我們也為那些缺少父母愛護或照顧的孩童祈禱，求天主施恩垂憐，使他們的生命得以正常地成長、受到適當的維護。

**答：**我們要時時感謝天父，讚頌祂的仁愛，感念祂的照顧。

**或唱：**阿肋路亞，阿肋路亞。（見《賀三納》99）

**領：**我們為所享有的身心的健康、國家的安定、信仰的自由而感謝天主：我們今天能自由地侍奉祂、愉快地為信仰作證，都是天主的恩賜；我們也為那些患病者、遭遇戰亂者、為信仰受迫害者祈禱，求天主加強他們的信仰，使他們在各種境遇中，信靠天主，獲得天主的慰藉和保護。

答：我們要時時感謝天父，讚頌祂的仁愛，感念祂的照顧。

或唱：如上。

領：我們為從前或現在所遭遇的困境、災難、病痛、失敗感謝天主：這一切讓我們意識到我們人性的軟弱、諸多的缺陷和過失，而鼓勵我們投靠天主，祈求祂助祐，使我們懷著感恩的心，勇敢地去面對任何困難，相信天主會幫助我們突破萬難，重新振作。

答：我們要時時感謝天父，讚頌祂的仁愛，感念祂的照顧。

或唱：如上。

主祭：仁慈的天主父，我們在一切事上，並為了一切事感謝祢、讚美祢，實在是理所當然的：因為我們的一切所是、一切所有，都是來自祢，祢是「萬有真原」，沒有祢，我們將一無所有，一無是處。我們今天願意呈獻給祢我們的一切感謝，尤其是一顆感恩的心，讓這顆心時時處處洋溢著對祢的讚美和感恩。以上所求，是因我們的主基督。

信友：阿們。

可唱一首合適的聖歌如：感謝天父，見《賀三納》30。

## 6. 要效法感恩的癲瘋病人

福音前歡呼詞 得前五 18

領：阿肋路亞。

答：阿肋路亞。

領：要事事感謝：這就是天主在基督耶穌內對你們所有的旨意。答：阿肋路亞。

### 福音

恭讀聖路加福音 十七 11-19 或路廿一 1-4

耶穌往耶路撒冷去的時候，經過撒瑪黎雅及加里肋亞中間，走進一個村莊的時候，有十個癩病人迎面而來，遠遠地站著。他們提高聲音說：「師傅，耶穌，可憐我們罷！耶穌定睛一看，向他們說：「你們去，叫司祭們檢驗你們罷！」他們去的時候，便潔淨了。其中一個，看見自己痊癒了，就回來大聲光榮天主，並且跪伏在耶穌足前，感謝祂；那人是一個撒瑪黎雅人。耶穌便說道：「潔淨了的不是十個人嗎？」

那九個人在那裏呢？除了這個外邦人，就沒有別人回來歸光榮於天主嗎？」耶穌遂給那人說：「起來去罷！你的信德救了你。」

——上主的聖言。

福音後，主祭可作簡短講道。

## 7. 信友禱詞

**主祭：**諸位親愛的弟兄姐妹，感謝天主今天召集我們在一起，使我們意識並體驗到，我們是天主大家庭的成員，尤其感謝天主使我們參與祂為我們準備的感恩祭筵。我們現在懷著赤子之心，為我們的許多需要懇切地向祂祈禱。

請信友提出意向，要預先準備好具體簡短而扼要的意向；最後主禮作結束禱詞：

**主祭：**仁慈的天父，請俯聽我們的祈禱，滿足我們的真正的需求，也賞賜我們一顆感恩圖報的心，獲得恩惠後，像那位得痊癒的癱瘋病人一樣，知道表示感謝。以上所求，是因我們的主基督。

**信友：**阿們。

## 聖祭禮儀

準備禮品經文見感恩祭典，獻禮曲：天父之心，見《賀三納》29。

## 8. 獻禮經

全能的天主父，祢造生了我們，又賜下祢的獨生子，為從死亡及罪惡中拯救我們，我們偕同整個教會，並為所有人類感謝祢，向祢呈獻讚頌和感恩聖祭，求祢悅納。以上所求，

是因我們的主基督。

**信友：**阿們。

## 9. 感恩經第四式（見《感恩祭典》）

## 10. 領主詠 詠一一五 12-13

上主賜我鴻恩，我將何以為報？我要舉起救恩的杯爵，我要呼求上主的名。

或唱：奇異恩典，見《賀三納》161。

## 11. 領聖體後經

仁慈的天主聖父，祢創造了萬物，供我們享用；又以祢聖子的聖體聖血作我們的飲食，滋養我們的神性生命，我們感謝祢、讚美祢；求賜我們藉此神糧強化信德、振作精神，在日常生活中，能勇敢為信仰作證。以上所求，是因我們的主基督。

## 12. 隆重祝福禮

主祭：願主與你們同在。

信友：也與你的心靈同在。

主祭：願造物主、我們的天父賜給你們活力，更新你們的生活，使你們的信德之光照亮人間的黑暗，使人認識天地的主宰。

信友：阿們。

主祭：願救主、耶穌基督因祂的為人贖罪、自我犧牲，恩賜你們深切了解祂的大愛，而知道報謝主恩，傳播祂愛的福音。

信友：阿們。

主祭：願施慰者聖神常居住在你們心中，在面對逆境、困難時，安慰你們、助祐你們保持信心，樂觀進取，努力突破困境。

信友：阿們。

主祭：願全能的天主聖父、聖子、聖神降福你們。

信友：阿們。

主祭：平安回去，在生活中光榮天主吧！彌撒禮成！

信友：感謝天主。

禮成曲可唱：感謝天主聖三，見《賀三納》74。

## 第二式（不舉行遊行時）

彌撒由耶穌禱文開始。

### 一、耶穌禱文

主禮領導畫十字聖號，致候，可就本日禮儀作簡短導言，然後，請大家跪下，誦念／詠唱禱文。

### 二、彌撒

禱文結束後，起立，主祭念集禱經，然後舉行聖道禮儀、聖祭禮儀。