基督聖體聖血節

這是我的身體、為你們而捨的...這杯是用我的血所立的新約…記念我。~格林多前書11:24-25

進堂詠
上主要以麥子的精華，養育選民；以石中的蜂蜜，飽享他們。

讀經一（默基瑟德帶來了餅酒。）
恭讀創世紀 14:18-20
那時候，至高者天主的司祭，撒冷王默基瑟德，帶來了餅酒，祝福亞巴郎，說：「願天地的主宰、至高者天主降福你！至高者天主既將你的敵人交於你手，願天主受讚美！」亞巴郎於是將所得的，拿出十分之一，給了默基瑟德。——上主的話。

答唱詠 詠110:1, 2, 3, 4
【答】：你照默基瑟德的品位，永做司祭！（詠110:4）
領：上主對我主起誓說：你坐在我右邊，等我使你的仇敵，變作你腳的踏板！【答】
領：上主由熙雍，伸出你的權杖：我要在你仇敵中，統治為王！【答】
領：神聖光輝的王位，在你誕生之日，已偕同你；在曉明之前，好似甘露，我即已生了你。【答】
領：上主一發了誓，決不反悔：你照默基瑟德的品位，永做司祭！【答】

讀經二（你們每次吃這餅，喝這杯，你們就是宣告主的死亡。）
恭讀聖保祿宗徒致格林多人前書 11:23-26
弟兄姊妹們：
這是我從主所領受的，我也傳授給你們：主耶穌在他被交付的那一夜，拿起餅來，祝謝了，擘開，說：「這是我的身體、為你們而犧牲的；你們應這樣做，為紀念我。」晚餐後，又同樣拿起杯來，說：「這杯是用我的血，所立的新約；你們每次喝，應這樣做，為紀念我。」
的確，直到主再來，你們每次吃這餅，喝這杯，你們就是宣告主的死亡。——上主的話。

福音前歡呼
領：主說：我是從天上降下的、生活的食糧；誰若吃了這食糧，必要生活，直到永遠。（若6:51）
眾：亞肋路亞。

福音（眾人吃了，也都飽了。）
恭讀聖路加福音 9:11-17
那時候，耶穌向群眾講論天主的國，並治好了那些急需治療的人。
天將要黑的時候，那十二人，前來對耶穌說：「請遣散群眾，叫他們到附近的村莊田舍，去投宿覓食，因為我們這裡是荒野。」
耶穌卻向他們說：「你們給他們食物吧！」
他們回答說：「我們只有五個餅和兩條魚，除非我們親自去給這些人購買食物。」原來男人已大約有五千。
耶穌於是對自己的門徒說：「叫眾人分組坐下，約五十人一組。」門徒就照樣做了，叫眾人坐下。
耶穌於是拿起那五個餅和兩條魚，望天，祝福了，擘開，遞給門徒，叫他們擺在群眾前。眾人吃了，也都飽了；他們把所剩下的碎塊，收集了十二筐。——上主的話。

領主詠
主說：誰吃我的肉，並喝我的血，便住在我內，我也住在他內。

基督聖體聖血節：信仰的高峰

吳智勳神父

http://www.catholic.org.tw/theology/public/liyi/utility_eucharist_Lent1_yearB.html

默想:

聖體聖事是「整個基督徒生活的泉源與高峰」（《教會憲章》11），也集信仰的大成。每當神父祝聖了聖體聖血後，大家一同歡呼歌頌：「基督，我們傳報你的聖死，我們歌頌你的復活，我們期待你光榮地來臨。」這幾句話表達了基督徒最高的德行：愛德、信德和望德。讓我們對這幾句話作反省。

「我們傳報你的聖死」：人類對死亡一向感到哀傷，不願多提，但為什麼整個教會孜孜不倦的宣揚基督的死？這是因為基督的死是愛德最高的表示，祂自己說過：「沒有比為朋友死更大的愛情」（若15：13）耶穌所講愛的道理，總不及祂在十字架上的犧牲那麼震撼人。一位母親在一宗交通意外中，以身體保護女兒而被車輛撞倒死亡，那女兒大概不需要人告訴她她的母親多麼愛她，死亡就是愛最佳的說明。我們傳報基督的聖死時，其實是在宣揚基督無盡的愛。

「我們歌頌你的復活」：基督的復活是信仰的根基，基督徒必先相信基督的復活，才能相信基督活於聖體內，成為我們的生命之糧。聖體聖事時常挑戰我們的信仰，因為我們要相信復活的基督活在聖體內。相信基督的話充滿智慧，相信祂是個有愛心的人並不困難，非基督徒也能做到。但相信祂仍活著，特別活於聖體內，作我們的食糧，就非要有極大的信德不可。歌頌基督的復活其實也是對信德的歌頌。

「我們期待你光榮地來臨」：耶穌曾說過會和我們天天在一起，直到世界的終結。基督臨在於聖事內，臨在於基督徒的生活中，當然還有最後末日的來臨。基督徒時常懷著望德，期待基督許諾的實現；不管環境如何惡劣，總懷著希望去生活，因為基督會以不同的形式來臨。

讓我們再拿第一句「我們傳報你的聖死」來作進一步的反省。我們主日參加感恩祭，傳統稱為彌撒；但不論用那一個稱呼，都是指擘餅禮。聖經多次記載，早期基督徒「時常團聚，擘餅，祈禱」（宗2：42），擘餅就是整件聖事最重要的一環。擘餅自然是重複耶穌的聖事性的行動。耶穌擘餅就是擘開自己，是指自己的死亡與犧牲。擘開意味著毀壞或死亡之意，衣服擘開是爛了，人被擘開指受傷或死亡，朋友間「擘面」是友誼的死亡。聖保祿說：「你們每次吃這餅，喝這杯，你們就是宣告主的死亡」（格前11：26）擘餅禮提醒我們基督的愛，祂服從天父的旨意，為人擘開了自己，好使人分享祂的生命。祂要求門徒「每次舉行這事，為紀念我」。所謂「紀念我」，就是紀念祂為人擘開自己，豐富了別人的生命，這也是「傳報祂的聖死」的意思。基督擘開自己，祂的恩寵圓滿地滿足人的需要，福音提到剩下十二籃碎塊就有這個意思。

今天感恩祭中「擘開」的行動可能不太明顯，但我們領聖體時，不應忘記擘餅對我們的要求。基督為我們擘開了自己，為了回報祂的愛，我們也應擘開自己，好能豐富別人的生命。每一個愛的犧牲，別人都會受益；擘開自己，就是對天主最佳的奉獻。

聖地有一間稱為「耶穌增餅堂」的聖堂，相傳是耶穌顯五餅二魚奇蹟的地點。祭台的地面有一幅著名的磚畫，畫中只有四餅二魚，理由大概是第五個餅是在祭台上，或者是挑戰信友奉獻自己，甘願為基督擘開自己，成為第五個餅。

我們傳報基督的聖死，就是宣揚祂的愛，如果我們能以擘開自己的生活配合，我們所宣講的才有感染力及說服力。當然，我們先讓基督擘開的身體滋養我們，我們才有足夠的動機與力量去擘開自己，豐富別人的生命。

反省與實踐：

聖體聖事是整個基督徒生活的「泉源」與「高峰」，並不是要我們的頭腦去記住這樣的道理，而是能在信仰生活中親自體驗、實踐的事實。基督擘開自己滋養我們，我們也能藉著基督的恩寵擘開自己，成為愛的奉獻。

1. 我對聖體聖事的了解有多少？我要如何更深入地進入這信仰的泉源？
2. 我渴慕領受聖體聖血嗎？為什麼？
3. 聖體聖事如何帶領我走向信仰的高峰？我相信嗎？我要怎麼做？

禱文：

1. 請為教友們祈禱。主耶穌，求祢讓我們每次領受聖體聖血時，能更多地體悟到這神妙聖事的豐富恩寵，並藉著祢分享給我們的天主性，使我們也能在生活中為人擘開自己，豐富別人的生命。
2. 請為在生活中遇到瓶頸或困擾的人們祈禱。求全能的天主拯救他們脫離一切的困擾，保守他們免於各樣的災禍，並以祢豐厚的恩寵降福他們。

基督聖體聖血節　給他們吃的吧！

薛恩博樞機 著　丁穎達教授 譯

默想：

德蕾莎修女曾經收到過一件十分貴重的禮物——一顆大紅寶石。令所有人跌破眼鏡的是，她授意將寶石鑲在加爾各答修女院聖堂裡的聖體龕上。很多人覺得，德蕾莎修女應該把它轉手變賣，以換取一大筆錢，拿去救濟窮人。修女聽聞後回答說：「當基督不再受敬拜時，窮人也將不再受關注了。」

德蕾莎修女希望：供奉在聖體龕內的聖體，也就是感恩祭麵餅，受到特別的尊敬與榮耀。在基督聖體聖血節，神聖麵餅更是獲得非比尋常的崇高敬拜。神父們手持貴重金屬製成的聖體光，在世界各地舉行聖體遊行。他們高舉有形麵餅中的耶穌，走過大街小巷，穿越公共廣場。當神聖麵餅在貴重的聖體光裡、在象徵天堂的帳幕下緩緩經過時，沿途的路人駐足觀看，許多民眾不自覺地悄悄劃十字聖號，甚至單膝跪拜。

這種儀式在現代社會裡還有任何意義嗎？批評聖體遊行的人認為，耶穌從未要求任何人抬著祂的聖體遊行，祂只說過：「你們大家拿去吃！」（瑪廿六26）今天的福音讀經特別展現耶穌關心需要幫助的人——忍饑挨餓的群眾。祂對門徒們說：「你們給他們吃的吧！」

耶穌憑著五餅二魚，不但餵飽了五千人，而且還剩下滿滿十二筐碎塊。在教會漫長的歷史中，曾經發生過無數如此的奇蹟，其中有不少還留下詳盡的佐證。

綜觀五餅二魚的奇蹟，它首先強調幫助那些需要幫助的人，同時也為後來的教會提供預像，全球各地凡舉行神聖彌撒的地方，會有更大的奇蹟不間斷地發生！基督聖體聖血節就是為了光榮這些繼續發生的偉大奇蹟，那就是為甚麼化成基督聖體的麵餅會在世界各地被隆

重地抬出來遊行。但是如果仔細地想一想，在普天下需求無止境的今天，聖體遊行的意義又在哪裡呢？滿足人們身體上的需求、剷除全球饑荒，不是顯得更加重要嗎？

我想在此重申本篇證道開始時所引用的、德蕾莎修女說的話。她畢生從未忘記敬拜神聖麵餅中的基督聖體，那是我們紀念基督聖體聖血節的意義所在。修女從聖體中聽到並且接受基督的命令：「不要趕走他們！給他們吃的吧！」德蕾莎修女創立的仁愛傳教修女會在世界各地最貧窮的人當中服務，她們每天力量的來源，就是聖體龕中的基督。

反省與實踐:

1. 五餅二魚的奇蹟，給了我們什麼啟示？
2. 我相信基督真實臨在於聖體聖血中嗎？
3. 當我領了基督的聖體聖血後，我的生命有什麼變化？我和在我內的基督一起去愛人嗎？

禱文：

1. 請為所有的基督徒祈禱。基督時時滿懷愛心，關懷別人的需要。祈求上主恩賜我們相同的悲憫之情，時時細心體察並滿全別人的需要。
2. 請為所有生活於匱乏中的朋友祈禱。世界還不完美，有些朋友正處於物質或精神的匱乏當中。祈求上主恩賜所有面臨各樣匱乏的朋友，都能透過上主恩慈的照顧，得到滿全。

基督聖體聖血節

http://www.radiovaticana.va/cinesebig5/liturday/Bpasqua.html

本主日我們舉行基督聖體聖血節彌撒。這是由原來耶穌聖體和耶穌寶血兩個瞻禮合并而成的一個瞻禮。耶穌聖體瞻禮成立較早，于1247年第一次在比利時、列日舉行，是在一位奧斯定會修女儒麗安的請求下而開始慶祝的。據那位修女的傳記敘述，在1209年一次神視中，她曾看到一個發光的圓形月亮，但其中卻有一黑點；耶穌告訴她，這黑點表示在整個禮儀年的循環中，仍缺少一個敬禮聖體的慶節。耶穌寶血瞻禮于第六世紀起源于西班牙，後來傳入意大利。1847年，教宗庇護九世由流亡中重返羅馬，為感謝基督，詔令普世教會，慶祝耶穌寶血節。

其實，無論這瞻禮的來源是怎樣，耶穌聖體聖血確是值得慶祝的信德的奧跡--天人共融的奧跡；同時，耶穌聖體與耶穌寶血是同一奧跡，應在一起慶祝。因此現行的教會禮儀已把耶穌聖體和耶穌寶血兩個瞻禮，合并為基督聖體寶血一個瞻禮，規定在天主聖三節後的星期四舉行慶祝。（為方便信友，這瞻禮也可移于隨後的主日舉行。）

本瞻禮的彌撒讀經分甲、乙、丙三年，各有三篇讀經。今年是丙年，讀經一取自創世紀第14章第18到20節，敘述耶路撒冷王默基瑟德的祭獻，默氏既是國王又是司祭，和他所奉獻的餅酒，是耶穌和聖體聖事的預像。讀經二取自聖保祿宗徒致格林多人前書第11章第23到26節，是保祿宗徒講述耶穌建立聖體聖事的史實，這聖事的主要目的是為紀念基督為人流血犧牲，使人在他內與主和人共融合一（故又稱為「共融聖事」。《天主教教理》（1992）1331、1382、1401條）。

這次增餅的奇跡，四部福音都有記載。聖路加福音所獨有的，是說耶穌雖然躲開群眾，但一見他們跟來，就又憐憫他們神形的可憐：一面給他們宣講天國的福音；一面治好那些病人。路加在敘述奇跡時，特別彰顯出宗徒對師傅的信賴；他們雖然知道在曠野地方，為這許多人難以供應食物，但耶穌一出命令，他們即刻服從，叫百姓分伙坐下，等待耶穌的安排。他們既然以前已做過耶穌的代表，被派遣過，這一次，耶穌使門徒也參與行這奇跡：即是叫十二宗徒給百姓分配餅和魚。眾百姓吃飽後，收集了十二筐碎塊；這為他們一定有其重要性，因為藉這奇跡，他們信賴耶穌的心受到了報酬，同時也更加鞏固了。按聖若望福音的記載，耶穌原意藉著這個奇跡准備他們領受更大的奇跡，那就是後來建立的聖體聖事（共融聖事）。

基督聖體寶血瞻禮鼓勵我們敬禮聖體聖事，并生活在其中的含義：犧牲、分享和共融。教宗若望保祿二世說得好：「教會和整個世界都極其需要聖體敬禮。耶穌在他愛的聖事中等待我們，我們要不惜花費工夫，到他面前去朝拜他，去瞻仰他，向他表示我們全心信賴他，并為世人的重大罪惡做補贖。」

聖奧斯定說得好：「共融（聖體）聖事」實在是「仁愛的聖事、圓滿的標記、愛德的連系」。

讓我們以今日的集禱經祈求說：

上主，你藉奧妙的聖體寶血的聖事，留下了你苦難的紀念；求你使我們虔誠地欽崇你聖體聖血的神聖奧跡，好能時常體驗你救恩的實效。你是天主，和天主聖父及聖神，永生永王。阿們。

教區教理中心及教理委員會提供

http://www.dcc.catholic.org.hk

教理主題：基督真實臨於聖體聖事中

在今天的讀經一中，創世紀記載了一位獨特的人物，撒冷王默基瑟德，他既是君王，也是至高者天主的司祭。聖詠的作者更將默基瑟德和達味之子連上關係，指出他將「照默基瑟德的品位，永做司祭！」教會視這為基督司祭職務的預象（參教理1544）。而我們作基督門徒的，透過洗禮，領受了基督的司祭職務，繼續主耶穌在他被交付的那一夜所傳授給我們的：「你們應這樣做，為紀念我。」（格前11:24）而教會以舉行感恩祭，來遵守主的這項命令。「這樣做，我們就是向天父呈獻祂自己所賜給我們的：祂創造的恩賜——餅和酒，而這餅和酒藉著聖神的德能和基督的話語，成了基督的體血；基督就是如此真實而奧妙地臨現」。（教理1357）

梵二大公會論述這聖事時指出：「基督建立了祂的體血感恩祭獻，藉以永留十字架的祭獻於後世，直到祂再度來臨，並把祂死亡復活的記念，託付給親愛的淨配——教會。這是仁愛的聖事、統一的象徵、愛德的聯繫、逾越宴會」。（SC47）這祭獻是一個獨一無二的祭獻：「所奉獻的祭品是同一個，如今藉司祭的職務作奉獻的，和當時那位在十字架上作自我奉獻的，是同一位，只是奉獻的方式不同而已」。（教理1367）與此同時，基督亦以其獨一無二的方式臨現於感恩(聖體)聖事的餅酒形下，祂提昇感恩(聖體)聖事，使之超越其他聖事，成為「靈性生活的圓滿，和所有聖事的終向」。（教理1374）

特倫多大公會議為我們闡述了基督如何臨在於這至聖聖事：「我們的主耶穌基督的身體和血，連同祂的靈魂和天主性，即整個基督，真正地、真實地、且實體地」蘊藏於至聖的感恩(聖體)聖事之內。但教會同時亦要求我們明白：「我們稱這種臨在為真實的，這說法並非是排他性的，好似其他的臨在是不真實的；但這臨在是最卓越的，因為它是實體的臨在，而且既是天主、又是人的基督整個地藉此臨現」。（同上）

我們稱這種餅酒的轉變為實體轉變(transubstantiation)，當餅與酒被祝聖後，餅的整個實體，被轉變成為主耶穌基督身體的實體；而酒的整個實體，亦被轉變成為祂寶血的實體。（參教理1376）聖安博在論及這種轉變時教導我們說：「我們要相信這並不是自然形成的，而是由那祝謝[的話]所祝聖的。祝聖的力量遠勝於自然的能力，因為藉著祝聖，自然的事物被轉變了。……基督的話，既然可以使那不存在的成為存在的，難道不能轉變那些已經存在的東西，成為另一種截然不同的存在嗎？給予事物原來的本質，跟改變它們的本質，是一項驚人的壯舉」。（參教理1375）

生活反思／實踐：

1. 耶穌願意以祂自己十字架上的犧牲作為奉獻，那麼我們又可以以甚麼來奉獻給主，於感恩祭中一同呈奉？
2. 我是否願意每星期都花一點時間，留在聖體櫃前，與真實臨現在聖體內的基督細語密談呢？

方濟會思高讀經推廣中心

增餅奇蹟

經文脈絡

禮儀年丙年「耶穌聖體聖血節」的福音選自路九11-17，內容是基督徒十分熟悉的「增餅奇蹟」。路加將這段奇蹟故事安排在兩個重要事件之間，在此之前是耶穌派遣門徒外出宣講福音（路九1-6），門徒們辛勤工作，結果使耶穌更為聲名大噪，因而引發黑落德王的疑問：「這個人到底是誰？」（路九7-9）而在這個奇蹟敘述之後，路加接著報導：耶穌要求門徒們說出一般人對祂的看法，以及他們自己對耶穌的看法。明顯地，路加刻意安排了這個敘述框架，因此，必須將「增餅奇蹟」的敘述放在這整個經文脈絡中來加以瞭解。

耶穌關懷人們

故事開始情景是，門徒們在外宣傳福音一段時間之後歸來，耶穌把他們帶到一個名為「貝特賽達」的地方。這是一座村莊，位於加里肋亞海北端約旦河注入口的附近。此地相當偏僻安靜，因為耶穌願意單獨和門徒們在一起，一方面使他們能得到休息，另一方面也可私下提供教導。但群眾們因為知道耶穌這個決定，便跟隨著他們去了，耶穌看見群眾時，立刻對他們表達歡迎，「給他們講論天主的國，並且治好患有各種疾病的人。」（11）這個簡短的開場白清楚地表達，耶穌不但特別照顧門徒們，也十分關懷一切跟隨祂的人。

奇蹟的出發點

當夜幕漸漸低垂時，門徒們開始憂慮，這麼多的群眾如何能找到食物和過夜之處，這是一個來自現實情況的具體的顧慮。耶穌卻要求門徒們給群眾東西吃，由門徒們的回答以及當時在場的人數看來，耶穌的要求相當「不近情理」，根本無法實現。這個情況生動地凸顯了增餅奇蹟的背景，以及敘述這個故事的框架。

增餅奇蹟

耶穌指示門徒們讓群眾50個人一組，好像準備分組進餐似地一組一組坐下，這個敘述大概反應了初期教會共同舉行晚餐禮的方式（參閱：宗二46；二十7）。接著，耶穌拿起他們當時僅有的五個餅和兩條魚，望著天祝福了，擘開遞給門徒，叫他們分給群眾。耶穌的言語和行動，一方面顯示祂有如一個猶太家族的父親、或者是接待客人的主人；另一方面也使讀者想起最後晚餐的情景（參閱：路二二19），所不同的是，在最後晚餐的敘述中，耶穌並沒有透過門徒分餅。至於這些門徒如何將魚和餅分給在場的五千人，福音則並沒有敘述。

奇蹟的結果

福音最後非常簡短的報導了整個事件的結果：所有的人，包括十二位門徒和一切群眾都吃飽了，他們並且將最後的碎塊收集起來，共有十

二筐。「十二」是一個充滿象徵意義的數字，代表門徒的數目，也暗示了以色列十二支派的數目。但是福音並沒有報導，任何門徒或群眾有關這個奇蹟事件的反應（參閱：谷六52；若六14-15）。

基督信仰的核心奧蹟

普世教會將「增餅奇蹟」的故事安排在「基督聖體聖血節」誦讀，是十分恰當的。因為這段基督信仰中極為重要的敘述，不僅反映了舊約中厄里叟先知的行動（列下四42-44），也使人想起「最後晚餐」的情景，更暗示了初期教會信友團體一起舉行擘餅感恩禮的情況。「增餅奇蹟」的確相當程度地預示了耶穌聖體聖血的奧蹟。

耶穌的圖像

整段「增餅奇蹟」的報導所含有的具體資訊非常少，因為路加敘述這個故事的主要目的，並非客觀地報導這個事件，而是在於以生動的方式幫助讀者認識耶穌。整段經文讓我們看見耶穌的圖像，祂是老師、救主、也是供給飲食給廣大群眾的施主和主人；門徒們則被表達為耶穌的見證人。路加向讀者們講述耶穌的故事，使大家透過耶穌和門徒之間的對話，以及祂對群眾們的關懷，瞭解祂的默西亞性使命與身份。

綜合反省

路加非常自由地重新陳述一個耶穌生活中的事件，提供讀者一個非常生動的耶穌圖像：耶穌非常關心群眾，甚至到忘我的地步，祂具有超越一切權柄，能夠以超越常理的方式使眾人得到飽飫。耶穌揀選並派遣門徒繼續執行祂的使命和工作，透過門徒以及他們的跟隨者所提供的教會性聖事性的服務（例如：舉行感恩禮），耶穌不斷地養育祂的跟隨者直到今天，並且將他們引入更深的信仰中，使他們更深的認識、瞭解耶穌的默西亞使命，知道祂是生命的賜予者。基督徒因此而體驗到，參與感恩禮就是預先參與一切得救者在天上舉行的宴會。

22 June 2025 The Body and Blood of Christ - Year C

Entrance Antiphon
He fed them with the finest wheat and satisfied them with honey from the rock.

First Reading Gn 14:18-20
A reading from the book of Genesis
Melchizedek brought bread and wine.

Melchizedek king of Salem brought bread and wine; he was a priest of God Most High. He pronounced this blessing:

'Blessed be Abraham by God Most High, creator of heaven and earth, and blessed be God Most High for handing over your enemies to you.'

And Abraham gave him a tithe of everything. This is the word of the Lord.

Responsorial Psalm Ps 109:1-4. R. v.4
*(**R**.)* You are a priest for ever, in the line of Melchizedek.

1. The Lord's revelation to my Master: 'Sit on my right: I will put your foes beneath your feet.' *(R.)*
2. The Lord will send from Zion your sceptre of power: rule in the midst of all your foes. *(R.)*
3. A prince from the day of your birth on the holy mountains; from the womb before the daybreak I begot you. *(R.)*
4. The Lord has sworn an oath he will not change. 'You are a priest for ever, a priest like Melchizedek of old.' *(R.)*

Second Reading 1 Cor 11:23-26
A reading from the letter of St Paul to the Corinthians
Every time you eat this bread and drink this cup, you are proclaiming the death of the Lord.

This is what I received from the Lord, and in turn passed on to you: that on the same night that he was betrayed, the Lord Jesus took some bread, and thanked God for it and broke it, and he said, 'This is my body, which is for you; do this as a memorial of me.' In the same way he took the cup after supper, and said, 'This cup is the new covenant in my blood. Whenever you drink it, do this as a memorial of me.' Until the Lord comes, therefore, every time you eat this bread and drink this cup, you are proclaiming to his death. This is the word of the Lord.

Gospel Acclamation Jn 6:51-52
I am the living bread from heaven, says the Lord; whoever eats this bread will live for ever.
Alleluia!

Gospel Lk 9:11-17
A reading from the holy Gospel according to Luke
They all ate and were filled.

Jesus made the crowds welcome and talked to them about the kingdom of God; and he cured those who were in need of healing.

It was late afternoon when the Twelve came to him and said, 'Send the people away, and they can go to the villages and farms round about to find lodging and food; for we are in a lonely place here.' He replied, 'Give them something to eat yourselves.' But they said, 'We have no more than five loaves and two fish, unless we are to go ourselves and buy food for all these people.' For there were about five thousand men. But he said to his disciples, 'Get them to sit down in parties of about fifty.' They did so and made them all sit down. Then he took the five loaves and the two fish, raised his eyes to heaven, and said the blessing over them; then he broke them and handed them to his disciples to distribute among the crowd. They all ate as much as they wanted, and when the scraps remaining were collected they filled twelve baskets. This is the Gospel of the Lord.

Communion Antiphon
Whoever eats my flesh and drinks my blood remains in me and I in him, says the Lord.