

【B年】

聖霊降臨後第十主日

特定十三

憐れみ深い全能の神よ、み民がまことと賛美の礼拝を献げられるのは、ただあなたの恵みによります。どうかこの世において忠実に主に仕え、ひたすら主の約束を望み、ついにみ前に至ることができますように、主イエス・キリストのいさおによってお願いいたします。アーメン

司祭 「聖書のみ言葉を聞きましょう」

会衆は着席する。

旧約聖書

朗読者 「旧約聖書は出エジプト記第十六章二節から」

2 荒れ野に入ると、イスラエルの人々の共同体全体はモーセとアロンに向かって不平を述べ立てた。3 イスラエルの

人々は彼らに言った。

「我々はエジプトの国で、主の手にかかって、死んだ方がましだった。あのときは肉のたくさん入った鍋の前に座り、パンを腹いっぱい食べられたのに。あなたたちは我々をこの荒れ野に連れ出し、この全会衆を飢え死にさせようとしている。」

4 主はモーセに言われた。「見よ、わたしはあなたたちのために、天からパンを降らせる。民は出て行って、毎日必要なだけ集める。わたしは、彼らがわたしの指示どおりにするかどうかを試す。」

9 モーセがアロンに、「あなたはイスラエルの人々の共同体全体に向かって、主があなたたちの不平を聞かれたから、主の前に集まれと命じなさい」と言うのと、10 アロンはイスラエルの人々の共同体全体にそのことを命じた。彼らが荒れ野の方を見ると、見よ、主の栄光が雲の中に現れた。11 主はモーセに仰せになった。

12 「わたしは、イスラエルの人々の不平を聞いた。彼らに伝えるがよい。『あなたたちは夕暮れには肉を食べ、朝にはパンを食べて満腹する。あなたたちはこうして、わたしがあなたたちの神、主であることを知るようになる』と。」

13 夕方になると、うずらが飛んで来て、宿営を覆い、朝には宿営の周りに露が降りた。14 この降りた露が蒸発すると、見よ、荒れ野の地表を覆って薄くて壊れやすいものが大地の霜のように薄く残っていた。15 イスラエルの人々はそれを見て、これは一体何だろうと、口々に言った。彼らはそれ

が何であるか知らなかったからである。モーセは彼らに言った。「これこそ、主があなたたちに食物として与えられたパンである。」

朗読者 「旧約聖書を終わります」

詩編

腰掛けたままで、一節ずつ交互に唱えます。

第七八編 二三節〜二九節

23 神は大空に命じて＝ 天の扉を開き

24 彼らの上にマナを降らせ＝ 天の小麦を食物として与

えられた

25 人びとはみ使いのパンを食べ＝ 神は彼らに飽きるほど

の食物を与えた

26 神は東風を天に起こし＝ 力を現して南風を吹かせ

27 彼らの上に肉を塵のように＝ 飛ぶ鳥を、浜辺の砂のよ

うに降らせた

28 宿営の中、その天幕の周りに＝ 神は鳥を落とされた

29 神は彼らの望みを満たされ＝ 彼らは食べて満ち足りた

使徒書

朗読者 「使徒書はエフエソの信徒への手紙第四章十七節から」

17 そこで、わたしは主によって強く勧めます。もはや、異邦人と同じように歩んではなりません。彼らは愚かな考えに従って歩み、18 知性は暗くなり、彼らの中にある無知とその心のかたくなさのために、神の命から遠く離れています。19 そして、無感覚になつて放縦な生活をし、あらゆるふしだらな行いにふけてとどまるところを知りません。20 しかし、あなたがたは、キリストをこのように学んだのではありません。21 キリストについて聞き、キリストに結ばれて教えられ、真理がイエスの内にあるとおりに学んだはずです。22 だから、以前のような生き方をして情欲に迷わされ、滅びに向かつている古い人を脱ぎ捨て、23 心の底から新たにされて、24 神にかたどつて造られた新しい人を身につけ、真理に基づいた正しく清い生活を送るようになければなりません。

25 だから、偽りを捨て、それぞれ隣人に対して真実を語りなさい。わたしたちは、互いに体の一部なのです。

朗読者 「使徒書を終わります」

一同立つ。

ここで聖歌を歌う。

## 福音書

司祭 「主は皆さんとともに」

会衆 「また、あなたとともに」

司祭 「聖ヨハネによる福音書第六章二四節以下に記され

た主イエス・キリストの福音。主に栄光」

会衆 「主に栄光がありますように」

24 群衆は、イエスも弟子たちもそこにいないと知ると、自分たちもそれらの小舟に乗り、イエスを捜し求めてカファルナウムに来了。25 そして、湖の向こう岸でイエスを見つけると、「ラビ、いつ、ここにおいでになったのですか」と言った。26 イエスは答えて言われた。「はつきり言っておく。あなたがたがわたしを捜しているのは、しるしを見たからではなく、パンを食べて満腹したからだ。27 朽ちる食べ物のためではなく、いつまでもなくならないで、永遠の命に至る食べ物のために働きなさい。これこそ、人の子があなたがたに与える食べ物である。父である神が、人の子を認証されたからである。」28 そこで彼らが、「神の業を行うためには、何をしたらよいでしょうか」と言うと、29 イエスは答えて言

われた。「神がお遣わしになった者を信じること、それが神の業である。」30 そこで、彼らは言った。「それでは、わたしたちが見てあなたを信じることができるように、どんなしるしを行ってくださいますか。どのようなことをしてくださいますか。31 わたしたちの先祖は、荒野でマンナを食べました。『天からのパンを彼らに与えて食べさせた』と書いてあるとおりです。』32 すると、イエスは言われた。「はつきり言っておく。モーセが天からのパンをあなたがたに与えたのではなく、わたしの父が天からのまことのパンをお与えになる。33 神のパンは、天から降って来て、世に命を与えるものである。』34 そこで、彼らが、「主よ、そのパンをいっつもわたしたちにください」と言うと、35 イエスは言われた。「わたしが命のパンである。わたしのもとに来る者は決して飢えることがなく、わたしを信じる者は決して渴くことがない。」

司祭 「主に感謝」

会衆 「主に感謝します」