

教廷禮儀聖事部

聖體年建議及提示



台灣地區主教團秘書處

教廷禮儀聖事部

聖體年建議及提示

台灣地區主教團秘書處 出版

目 錄

導 言/01

引用文件及縮略語/03

第一章 參考依據/07

聖體信仰/08

感恩聖祭及彌撒外的聖體敬禮/09

感恩祭靈修/11

瑪利亞 —— 「舉行感恩禮」的教會圖像/13

見證感恩聖事生活的聖人/14

第二章 禮儀項目/17

主日/18

復活慶典夜間禮儀及復活期領聖體/19

聖週四/21

基督聖體聖血節/22

感恩聖祭及時辰頌禱禮/22

朝拜聖體/23

— 朝拜聖體與聖經/24

— 朝拜聖體與時辰頌禱禮/24

— 朝拜聖體與玫瑰經/25

— 聖體降福/26

聖體巡遊/26

聖體大會/27

第三章 感恩祭靈修指引/29

聆聽聖言/30

悔改/31

紀念/33
祭獻/35
感恩/38
基督的臨在/39
共融及愛德/41
靜默/45
朝拜/46
喜樂/48
傳教使命/50

第四章 牧靈活動及任務/55

主教團/55
教區/56
堂區/58
朝聖中心/60
修道院、修會團體/61
修院及培育院/62
善會、運動、團體/63

第五章 文化活動/65

歷史研究/65
建築物、紀念碑、圖書館/65
聖藝、聖樂、著作/66

總 結/69

導 言

玫瑰經年結束僅一年，教宗又發起一個新行動：聖體年（2004年10月至2005年10月）。這兩個行動是連貫的，二者皆源自教宗在「新千年的開始」（*Novo Millennio ineunte*）牧函向全教會提出的牧靈指引：秉承梵二大公會議和二千大禧年的精神，把瞻仰基督聖容列為教會急務的核心（參看〔聖體年〕牧函，第一章）。

事實上，教宗在「童貞瑪利亞的玫瑰經」（*Rosarium Virginis Mariae*）牧函，已邀請我們以瑪利亞的目光和心境，去瞻仰基督的聖容。他繼續頒發了「活於感恩祭的教會」（*Ecclesia de Eucharistia*）通諭，把我們領到整個信友生活的「泉源」和「頂峰」，敦囑我們要以更大的熱忱，來舉行和朝拜感恩聖事。與這通諭有關的「救贖聖事」（*Redemptionis Sacramentum*）訓令，重申眾人有責確保舉行感恩禮儀時，能相稱於這至偉大的奧蹟。

以「主，請同我們一起住下罷」（*Mane nobiscum Domine* 7-10-2004）牧函而展開和定向的聖體年，正是個大好的牧靈機會，進一步提醒全體信友，要以這神妙的祭獻和聖事，作為他們生活的中心。

教宗把舉行**聖體年**的具體細節，留待各地方教會自行安排。但他也邀請本禮儀聖事部，提出一些「建議及提示」（參看〔**聖體年**〕29），以輔助所有負責推行**聖體年**的人士，包括牧者和各階層的牧靈工作者。

本輔助文件的特色，不在於詳盡無遺地羅列一切，只為提供一些基本的行動建議，有時僅指出有關範圍和主題，以作提醒。其中一章提出「感恩祭靈修」的議題，希望在教理講授和培育工作上，至少能產生激勵作用。其實重要的不僅是注重感恩祭的禮儀，更要以一個真正的「感恩祭靈修」作生活方案。

我們一方面感謝教宗這份「厚禮」，更要把**聖體年**的成功，託付於天主之母的代禱。我們受教於這位「富有感恩祭精神的女性」，要重振面對基督**聖體聖血**奧蹟的「驚訝」，整個教會也要以更大的熱忱來活出這奧蹟。

引用文件及縮略語

梵蒂岡第二屆大公會議

「禮儀憲章」(*Constitutio Sacrosanctum Concilium*)，1963 — [禮儀]

「教會憲章」(*Constitutio Lumen Gentium*)，1964 — [教會]

「天主的啓示教義憲章」(*Constitutio Dei Verbum*)，1965 — [啓示]

禮書

《羅馬彌撒經書》「彌撒經書總論」(*Missale Romanum, Institutio generalis Missalis Romani*)，2002 — [彌撒經書總論]

《羅馬彌撒經書》「彌撒讀經集總論」(*Missale Romanum, Ordo Lectionum Missae*)，1981 — [讀經集總論]

「羅馬禮書」《彌撒外領聖體及聖體敬禮》(*Rituale Romanum, De sacra communione et de cultu mysterii eucharistici extra Missam*)，1974 — [彌撒外]

《主教行禮守則》(*Caeremoniale Episcoporum*)，1984 — [主教行禮]

「羅馬禮書」《祝福禮典》(*Rituale Romanum, De Benedictionibus*)，1985 — [祝福]

《時辰頌禱禮》「時辰頌禱禮總論」 (*Liturgia Horarum, Institutio generalis de Liturgia Horarum*)，1985 — [時辰]

《基督徒入門禮典》 (*Ordo initiationis christianae adultorum*)，1972 — [入門]

《敬禮聖母彌撒集》 (*Collectio Missarum de Beata Maria Virgine*)，1987 — [聖母彌撒]

《聖母像加冕禮典》 (*Ordo coronandi imaginem B. Mariae Virginis*)，1981 — [加冕]

若望保祿二世文件

「活於感恩祭的教會」通諭 (*Ecclesia de Eucharistia*) (17-4-2003) — [活於感恩祭]

「主，請同我們一起住下罷」牧函 (*Mane nobiscum Domine*) (7-10-2004) — [聖體年]

「主的日子」牧函 (*Dies Domini*) (31-5-1998) — [主日]

「新千年的開始」牧函 (*Novo Millennio ineunte*) (6-1-2001) — [新千年]

「童貞瑪利亞的玫瑰經」牧函 (*Rosarium Virginis Mariae*) (16-10-2002) — [玫瑰經]

「聖神和新娘」牧函 (*Spiritus et Sponsa*) (4-12-2003) — [聖神]

「『關切』自動詔書百周年手諭」 (*Chirografo per il centenario del Motu Proprio "Tra le sollecitudini" sulla musica sacra*) (22-11-2003) — [關切百周年]

- 「奉獻生活」勸諭 (*Vita consecrata*) (25-3-1996)
— [奉獻]
「2004 年世界和平日文告」 (8-12-2003)

其他文件

- 保祿六世，「信德的奧蹟」誦諭 (*Mysterium fidei*)
(3-9-1965) — [信德]
保祿六世，「喜樂於上主」勸諭 (*Gaudete in Domino*)
(9-5-1975) — [喜樂]
《天主教教理》，1992 — [教理]
聖禮部，「聖體奧蹟」訓令 (*Eucharisticum
mysterium*) (25-5-1967) — [聖體]
禮儀聖事部，「救贖聖事」訓令 (*Redemptionis
Sacramentum*) (25-3-2004) — [救贖]
禮儀聖事部，「民間敬禮指南」，2002 — [民間]
禮儀聖事部，「復活慶典公函」 (*Lettera circolare
sulla preparazione e celebrazione delle feste
pasquali*) (16-1-1988) — [復活]
奉獻生活及使徒團體部，「由基督再出發：第三個
千年中革新奉獻生活」訓令，(19-5-2002) — [由
基督再出發]
教育部，「修院中禮儀訓練」訓令，(3-6-1979) —
[修院禮儀]

第一章 參考依據

1. **聖體年**所涉及的領域，及所推行的活動，範圍極廣，結合了教會內基督徒生活的多方面。感恩聖事並非眾多「主題」之一，而是信友生活的中心。「舉行彌撒，是基督及按聖統制組織起來的天主子民的行動。對普世教會、地方教會，和每位信友而言，彌撒實是整個基督徒生活的中心。彌撒是天主在基督內，聖化世界的行動高峰，也是人們在聖神內，藉聖子基督，欽崇天主聖父的敬禮高峰。此外，順著禮儀年的循環，在彌撒聖祭中紀念救贖奧蹟，且以某種方式，使之活現在我們眼前。其他所有禮儀行動，及信友生活的一切行動，都與彌撒聖祭有關，並由此發源，亦歸宗於此」（〔彌撒經書總論〕16）。

在這一年，對感恩聖事的特別關注，會改變和支配教會生活上的基本活動；這些活動是涉及教會整體及其個別成員的。教宗也親自強調這觀點，把**聖體年**的構思，置於整體牧靈方案來看；這方案即他在籌備二千禧年時，向教會建議的。這方案以基督和聖三論為中心，而且由「新千年的開始」牧函開始，每年逐步「清楚展現」出來。「**聖體年**實來自一個與年遞增的經驗背景，但始終以瞻仰基督聖容

為主題。在某意義下，**聖體年**就好像綜合的一年，是過往一切經歷的頂峰。」（〔聖體年〕10）。

根據這方案，**聖體年**活動的策畫，應考慮到各種環境，並要多方合作。我們在本章將非常扼要地重申一些神學和牧靈「觀點」，作為其後建議和提醒的「參考依據」。

聖體信仰

2. **聖體聖事**這個「信德的奧蹟」（參看〔活於感恩祭〕，第一章），要在聖經啓示，及教會傳承的光照下來理解。另一方面，引證聖經和聖傳，也是必需的，好使**聖體聖事**展現出它「光明奧蹟」的特性（參看〔聖體年〕，第二章）。我們要以某種方式，重溫福音中兩位「厄瑪烏門徒」經歷的「信德歷程」，這正是教宗所選的**聖體年**「圖像」。事實上，**聖體聖事**屬光明奧蹟，不僅因為它需要並意味天主聖言的光照，而且「擘餅禮」本身，也幫助我們領會天主聖三的奧蹟：因為在基督死而復活的逾越事件上，並在其後的感恩祭「紀念」中，天主以最崇高的方式，顯示自己是愛情的天主。

聖體年首先是個好機會，讓教會加強她對**聖體信仰**所作的**教理講授**。這教理講授應注意到以下項目：

- 在聖經方面：要注意舊約有關這奧蹟的「預備」，以及新約有關這聖事的建立和不同特徵（例如參看《彌撒讀經集》為敬禮聖體彌撒的各段聖經選讀）；
- 在聖傳方面：由教父及至其後的神學發展，包括教會訓導，尤其是特倫多大公會議、梵二大公會議等，以至近期的訓導文獻。個別教會可參照《天主教教理》，依據書中的權威和指示，擬定自己的教理講授進程；
- 藉講解「彌撒規程」和《彌撒外領聖體及聖體敬禮》所載的禮節和禱文，引導人更深入地了解，藉禮儀所舉行的奧蹟，亦即所謂的「釋奧」；
- 靈修歷史提供了極豐富的教理講授，尤其說明聖體聖事的信仰和禮儀，如何在眾聖人的生活上表達出來（參看〔活於感恩祭〕62）；
- 聖藝見證了對聖體奧蹟的信仰。

感恩聖祭及彌撒外的聖體敬禮

3. 基督創立了感恩聖祭，教會由祂手中接受了這奧蹟，並以自己訂定的方式舉行這聖祭（參看〔彌撒經書總論〕及〔讀經集總論〕）。彌撒外的聖體敬禮，與感恩聖祭密切連繫，並爲了這聖祭而存在。

「每個堂區團體，仔細研究應用羅馬彌撒經書的原則和禮規，可視為**聖體年**的其中一項任務。精確跟隨禮儀年每個階段的進展，是透過這神聖『標記』，進入救恩奧蹟的最佳方法」（〔聖體年〕17）。

下述是**聖體年**中，牧靈工作者應特別「檢討」的地方。這檢討有助我們以更合宜的方式舉行聖祭，並促進對聖體奧蹟的虔誠敬禮。除上述的基本文件外，最近公布的「救贖聖事」訓令，也有很大的幫助。我們在這裡僅以「要點」列出：

- 禮儀場所：聖堂、祭台、讀經台、座位……；
- 會眾：「完整、有意識、主動」參與的意義和方式（參看〔禮儀〕14）；
- 不同的角色：司祭以基督名義（*in persona Christi*）行動；執事；其他職務及工作；
- 禮儀慶典的動力：來自聖言和聖體的滋養（參看〔讀經集總論〕10）；
- 舉行感恩禮儀與各聖事、聖儀、殯葬禮……的關係；
- 內在和外在的參與：尤其要遵守「靜默時刻」；
- 歌詠和音樂；
- 遵守禮規；
- 給病人送聖體及臨終聖體（參看〔彌撒外〕）；

- 朝拜聖體、個人祈禱；
- 聖體遊行。

上述各點，尤其宜於**聖體年**提出檢討。當然要事事達到最高標準，在團體的牧靈生活而言絕非易事，但仍需勉力而為。「即使**聖體年**的成果，僅能復興信友團體的主日**彌撒禮儀**，並加強**彌撒外**的朝拜**聖體**，這恩寵的一年已獲得重大成果了。畢竟好事常應朝高看，不要爲了平庸的成果而自滿，因爲我們深知常可寄望天主的助佑」（〔**聖體年**〕29）。

感恩祭靈修

4. 教宗在紀念「禮儀憲章」四十周年而頒布的「聖神及新娘」（*Spiritus et Sponsa*）牧函，表示極希望在教會內發展出一種「禮儀靈修」。這種靈修借助禮儀來滋養和引導生活，令信友生活成爲真正的「屬靈敬禮」（參看羅十二1）。若不努力培養「禮儀靈修」，禮儀行動便容易淪爲「儀式主義」，而抵銷由禮儀獲得的恩寵。

這點對感恩祭而言，尤其如此，因爲「教會活於感恩祭」。事實上，舉行感恩祭的目的，是要人在基督內和教會內、藉聖神的能力而生活。必須關注如何由感恩祭禮儀，推至感恩祭生活：由對這「奧蹟」

的信仰，發展至生活的革新。爲了這原故，這份輔助性文件，也有名爲「感恩祭靈修指引」的一章。在這文件開首的「參考依據」部分，我們宜列出這方面的要點：

- 感恩祭是靈修生活本身的**頂峰及泉源**（*culmen et fons*），凌駕於各色各樣的靈修途徑之上；
- 經常領受感恩聖事的滋養，使人能回應個人召叫和地位上的聖寵（非常務〔特派〕送聖體員、夫婦及父母、度奉獻生活者……），並照亮生活的各種情況（喜樂與痛苦、難題和計畫、疾病和考驗……）；
- 愛德、融洽、友愛，這些都是感恩聖事的效果，彰顯出人在聖事內與基督的契合；另一方面，在恩寵的狀況下實踐愛德，正是圓滿地舉行感恩祭的必要條件：因爲感恩祭不僅是共融的「泉源」，更是這共融的「彰顯」（參看〔聖體年〕，第三章）；
- 基督在各人內和在我們之間，作我們的伴侶，激勵我們在日常生活中爲祂作見證，促進建設一個更平等和友愛的社會：感恩聖事是傳教使命的原則和方案（參看〔聖體年〕，第四章）。

瑪利亞——「舉行感恩禮」的教會圖像

5. 「如果我們想重新發現，教會與感恩聖祭彼此密切相連的必要性，及各種豐富的意義，就不能忽視教會之母及教會的楷模——聖母瑪利亞」。若望保祿二世在「活於感恩祭的教會」通諭，以這樣的話作通諭第六章的開端，重申瑪利亞與感恩聖事之間，及她與教會之間保持著深厚的關係；這教會也是藉感恩聖事而生活的。我們與那位「與我們同在、並爲了我們的天主」相遇時，也與童貞瑪利亞相遇。

聖體年也是個有利時機，讓我們去深刻反省感恩奧蹟的這特色。爲了徹底活出感恩禮儀的意義，並讓它深刻地影響我們的生活，最好莫過於「學習」瑪利亞這位「富於感恩祭精神的女性」。

在這事上，重要的是謹記教宗在「童貞瑪利亞的玫瑰經」牧函（15），論及「與瑪利亞一起效法基督」所說的話：聖母「令我們很自然地融入基督的生命中，讓我們仿如『呼吸』到祂的感受」。另一方面，教宗也在「活於感恩祭的教會」通諭說，我們在感恩祭紀念基督聖死的同時，在某方式下，也獲賜瑪利亞這大恩，因爲耶穌被釘在十字架時，已把瑪利亞賜給代表我們的若望（「看，你的母親」若十九

27)。「在感恩祭中紀念基督的死亡，也要求繼續領受這項恩賜。這表示，也要如同聖若望一樣，接受瑪利亞作為我們的母親。也表示我們承諾要肖似基督，受教於祂的母親，接受她的陪伴。在我們每一次舉行感恩祭時，瑪利亞都偕同教會，並以教會之母的身分臨在。」（〔活於感恩祭〕57）

這些都是值得我們在**聖體年**特別默想的課題（參看〔聖體年〕31）。

與聖母一起參與感恩聖祭，並在聖祭中延續以聖母作典範的崇敬心情，這些在《敬禮聖母彌撒集》「總論」（12-18）都有論及。

見證感恩聖事生活的聖人

6. 教宗在「新千年的開始」牧函中（30），敦囑教會要以「聖德」為整個牧靈工作的目標。這完全集中於感恩聖事靈修的一年，肯定對這目標大有幫助。感恩聖事令我們成聖，沒有了感恩聖事的生活，便沒有聖德可言。「那吃我的人，也要因我而生活」（若六 57）。

這一項真理，得到全體天主子民的「信仰意識」（*sensus fidei*）所見證。但聖人們卻以獨特的方式

予以見證，他們的一生反映出基督的逾越奧蹟。若望保祿二世在「活於感恩祭的教會」（62）中寫道：「親愛的弟兄姊妹，讓我們進到**聖人們的學校**，他們是真正恭敬聖體的偉大詮釋者。在他們身上，聖體聖事的神學為實際生活有了極輝煌的成果。它『有感染性』，也可以說它『溫暖我們的心』。」所有聖人都是如此。

然而諸聖當中，有些卻享有聖神的特恩，特別熱心敬禮聖體。他們對聖體的熱愛還感染了身邊的人（參看〔聖體年〕31）。熱愛聖體的典範多不勝數：就如安提約基雅的聖依納爵（S. Ignatius）、聖安博（S. Ambrosius）、聖伯爾納多（S. Bernardus）、聖多瑪斯（S. Thomas d'Aquinas）、聖巴斯加（S. Pasquale Baylón）、聖亞爾豐素（S. Alfonsus Maria de Liguori）、聖女加大利納（S. Caterina de Siena）、聖女大德蘭（S. Teresa d'Avila）、聖伯多祿儒里安愛麥（S. Petrus Julianus Eymard）、聖比約彼特拉基納（S. Pius de Pietrelcina），以及古今的「聖體烈士」，例如聖達濟斯（S. Tarcisius）、聖尼各老彼埃奇（Nicholaus Pieck）及同伴、聖伯多祿瑪多納多（S. Petrus Maldonado）等。

聖體年讓我們有機會重新發現這些「見證」，他們當中有些廣為普世教會所共知，有些則在個別地方

教會較多人認識。神學研究亦該以聖人爲對象，因爲聖人的一生是極寶貴的「神學資源」（*locus theologicus*）：因爲在諸聖身上「天主向我們講話」（參看〔教會〕50）。另一方面，聖人的屬靈經驗（參看〔啓示〕8），得到了教會查驗的保證，有助我們對「奧蹟」的領會。在聖人的啓發和楷模下，我們更能把握這恩寵的一年，保證它必會產生美滿的成果。

第二章 禮儀項目

7. 感恩聖事在整個聖事體系中，屬基督徒入門禮的高峰，它照亮了其他的聖事，且是眾聖事的會聚點。禮儀本身也預備或規定——除懺悔聖事外——各聖事可以或應該與感恩祭連結一起舉行（參看各禮典的「總論」；〔救贖〕75-76）。

時辰頌禱禮也可以配合感恩祭舉行（參看〔時辰〕93-97）。

隱修院院長的祝福、會士的發願、貞女的奉獻、正式或非常務教會職務的任命、殯葬禮……等聖儀，按例也常在彌撒中舉行。聖堂及祭台的奉獻禮，也在感恩祭中進行。

還有其他的祝福禮，也可以在彌撒中進行（參看〔加冕〕；〔祝福〕28）。

雖然有些祝福禮、敬禮或熱心神工，規定不可在彌撒內進行（參看〔祝福〕28；〔彌撒外〕83；〔救贖〕75-79；〔民間〕13, 204），但事實上，沒有一項信友的祈禱，是與教會這最崇高、且是信友不可少的祈禱——感恩祭無關的。各種私人禱文，及不

同形式的民間敬禮，其真正意義無非是預備人參與感恩祭，或是把感恩祭的效果延續於生活上。

我們將扼要列舉一些與感恩祭有關的日子、時期和祈禱形式。

主日

8. 主日是「最原始的慶節」，是「整個禮儀年度的基礎與核心」（〔禮儀〕106）。「如果我們能全面了解主日的重要性及意義，在某一方面看來，主日就成為信友生活的綜合，以及善度此生活的條件」（〔主日〕81）。

主日既是復活主基督的日子，所以也是紀念基督信仰根基的日子（參看格前十五 14-19）。「主日是復活的日子，不只是紀念一件過去的事件，而是慶祝復活的主活生生地臨在於祂自己的子民當中。為了適當地宣揚這臨在，並且生活出來，光是基督門徒個別地祈禱，暗自在心中紀念基督的死亡與復活，那是不夠的。（……）因此眾人聚在一起，充分表達教會（*ekklesia*）的特性，是很重要的：教會是復活主所召集的」（〔主日〕31）。感恩聖祭實為主日的核心所在。

復活主的顯現與感恩祭的關係，尤其可見於厄瑪烏兩位門徒的事蹟上（參看路廿四 13-35）；他們被基督引導，藉聆聽祂的聖言和分享「擘餅」，深深地走進祂的奧蹟中（參看〔聖體年〕）。耶穌所作的舉動：「拿起餅來，祝福了，擘開，遞給他們」（路廿四 30），正是祂在最後晚餐時所做的，而且仍在我們的感恩祭中，藉司祭繼續這樣做。

主日彌撒的固有特性，及它對信友生活的重要，要求我們要特別細心準備，好讓人感受到這是**教會的彰顯**（參看〔主日〕34-36；〔活於感恩祭〕41；〔新千年〕36），而且可稱得上是興高采烈、引人入勝和充分參與的慶典（參看〔主日〕50-51）。

重振各團體的主日感恩禮儀，應是這特別一年的首要任務。若能至少做到這一點，並且加強彌撒外的聖體敬禮，那麼**聖體年**已有了重大收穫（參看〔聖體年〕23, 29）。

復活慶典夜間禮儀及復活期領聖體

9. 復活慶典的夜間禮儀，是整個禮儀年度的核心。感恩聖祭是這慶典的「巔峰，因為它是逾越聖事，亦即十字架祭獻的紀念，及復活主基督臨在的圓滿

實現，基督徒入門禮的完成，及永恆逾越宴會的預嘗」（〔復活〕90）。

教會敦囑我們，舉行復活慶典的夜間禮儀時，切勿倉卒行事，卻要用心使每項禮節和經文，都能盡量發揮其意義，尤其是在領受共融聖事時，因為就在此刻，信友完整地參與這神聖之夜所慶祝的奧蹟。因此之故，教區主教除要完全遵照禮規來衡量情況和合宜外（參看〔救贖〕100-107），應安排信友在夜間禮儀中兼領聖體聖血，好能完全彰顯感恩聖事的標記（參看〔復活〕91, 92）。

復活節八日慶期和所有復活期的主日彌撒，對新領洗的信友尤為重要（參看〔入門〕37-40, 235-239）。按照慣例，復活期的主日，是兒童舉行初領聖體的好機會（參看〔復活〕103）。應鼓勵尤其在復活八日慶期內，為病人送聖體（〔復活〕104）。

復活期內，牧者應提醒信友，按教會的規定，應在復活期內領聖體（參看《天主教法典》920條）。然而，不應使信友以「最低限度」的心態去理解這規定，卻應視這樣的參與感恩祭確實是必要的；這樣的參與感恩祭，應關乎整個生活，且至少要經常在每個主日表現出來。

聖週四

10. 聖油彌撒的價值是顯而易見的，按傳統應在聖週四舉行（爲了牧靈理由，可提前在另一天舉行，惟須接近復活節：參看〔主教行禮〕275）。除邀請教區不同區域的司鐸與主教一起共祭外，還應力邀信友參與，並在這彌撒中領聖體（參看〔復活〕35）。

尤其爲了提醒司鐸們，有關聖週四的感恩奧蹟，教宗若望保祿二世在即位之初，已開始每年撰寫一封「致司鐸書函」（在 2003 年更寫了「活於感恩祭的教會」通諭）。

爲了這日的特殊意義（參看〔主教行禮〕97），應把整個注意力，尤其放在「主的晚餐」彌撒所紀念的各項奧蹟上：建立聖體聖事，建立公務司祭職，及主耶穌的愛德誠命。

有關聖週四晚的彌撒、彌撒後的聖體遊行及朝拜聖體，可在「復活慶典公函」（44-57）及「民間敬禮指南」（141）中，找到適切的禮儀和牧靈指引。

基督聖體聖血節

11. 這節日是「教宗烏爾班諾四世，於 1264 年推廣給整個拉丁教會的。一方面，是爲了針對相反基督真實臨在聖體內的異端道理，另一方面，也是一項熱心敬禮聖體運動的最後成果」（〔民間〕160）。

基督聖體聖血節的建立，在天主子民中激發了一些新的聖體敬禮，至今一直如此（參看〔民間〕160-163）。這些敬禮當中，尤以典型的聖體遊行爲顯著，它延續感恩聖祭，讓基督信友「公開見證他們對聖體聖事的信仰和崇敬」（〔彌撒外〕101；參看《天主教法典》944 條）。所以，「應格外熱誠慶祝本年度的基督聖體聖血節，並舉行傳統的聖體遊行。我們尤其要在大街小巷和居所四周，到處宣揚對天主降生成人的信仰：祂的降生是爲作我們旅途上的同行者；這樣表現出我們的知恩報愛，並邀得天主無盡的降福」（〔聖體年〕18）。

耶穌聖心節，可視爲另一個具有鮮明感恩聖事特色的節日。

感恩聖祭及時辰頌禱禮

12. 「時辰頌禱禮將感恩奧蹟——『整個信友生活的中心及頂峰』——所顯示的讚頌、感謝、救恩奧

蹟的紀念、祈求及天國光榮的預嘗，都展延到全日每一個時辰」。

感恩禮儀的舉行，藉時辰頌禱禮而能更聖善地完成，因為感恩禮儀有效舉行的必要素質，如信德、望德、愛德、虔誠和犧牲的精神，都在時辰頌禱禮中適當地獲得激勵和培養」（〔時辰〕12）。

以團體方式舉行時，若環境許可，可把某一時辰頌禱，按現行指引和規定，與彌撒結合起來舉行，如晨禱、日間禱、晚禱等（參看〔時辰〕93-97）。

朝拜聖體

13. 為給病人送聖體而保存基督聖體的做法，養成信友一項值得嘉許的習慣：在聖體櫃前收斂祈禱，朝拜真實臨在於聖體聖事的基督。教會鼓勵牧者和信友朝拜聖體，因為這敬禮極能表達出「舉行主基督的祭獻」，以及「基督長存於聖體內」，這兩個事實的極密切關係（參看〔彌撒外〕79-100；〔活於感恩祭〕25；〔信德〕；〔救贖〕129-141）。

在生活的和真實臨在於聖體聖事內的主耶穌前祈禱，能使人與基督的契合日趨成熟：讓人更有效地

參與感恩聖祭，並把聖祭激發的崇拜和生活態度，延續下來。

按教會的傳統，朝拜聖體可有以下不同形式：

- 簡單拜訪保存於聖體櫃內的聖體聖事：出於對主臨在的信仰，與基督作簡短會晤，以默禱為特徵；
- 按禮規以聖體光座或聖體盒來明供聖體，作延長或短暫的朝拜；
- 恆久朝拜聖體、四十小時朝拜聖體、或其他方式：牽涉整個修會團體，聖體善會，或整個堂區，並有足夠機會，讓人以不同方式，流露對聖體的虔敬（參看〔民間〕165）。

14. 朝拜聖體與聖經—「明供聖體的時間，應安排禱文、歌詠、讀經，使信友以熱誠的祈禱朝拜主基督。為培養親密的祈禱，要選用合適的聖經章節，配以講道或簡短的勸言，好引導信友對聖體奧蹟作更深的了解。也希望信友以歌詠來答覆天主的話，並在適當時刻配以神聖的靜默時間」（〔彌撒外〕95）。

15. 朝拜聖體與時辰頌禱禮—「明供聖體時間較長時，可在聖體前誦念部分時辰頌禱，尤其是主要部分。因為時辰頌禱禮使彌撒中獻給天主的讚頌與感

謝，延伸到一天不同時辰；同時又將教會的祈禱導向基督，並藉著基督以全世界的名義導向天父」（〔彌撒外〕96）。

16. **朝拜聖體與玫瑰經**—「童貞瑪利亞的玫瑰經」牧函，要叫我們重視玫瑰經顯著的基督特色，進一步協助我們克服，把玫瑰經視為純粹聖母敬禮的看法：玫瑰經是以瑪利亞的目光和心境與她一起，並以她為模範，去瞻仰基督的奧蹟。

雖然在明供聖體時，不應作其他敬禮聖母或聖人的熱心神工（參看〔民間〕165），但教會訓導之所以不禁止念玫瑰經，正是為了玫瑰經的這特性，且要多加強調和發展。教宗為了**聖體年**而這樣寫道：「玫瑰經具有聖經和以基督為中心的深邃意義，亦是我在『童貞瑪利亞的玫瑰經』牧函所推薦的祈禱；這種在瑪利亞陪伴下和受教於瑪利亞的祈禱方式，可以特別適用於朝拜聖體」（〔聖體年〕18；參看〔救贖〕137；〔民間〕165）。此外，「童貞瑪利亞的玫瑰經」牧函第三章所提的各要點，更應在牧靈工作上，重新發現和加以推廣。聆聽一段聖經、靜默反省、在「聖母經」中加上突顯耶穌聖名的短誦、唱出「聖三光榮經」、結束時向基督作短禱、甚至採用「應答禱文」（*litany*）的方式……，以上的方法，不論是在簡單的朝拜聖體，還是在明

供聖體時，都有益於在聖體前祈禱應有的默觀精神。反之，倉卒地誦念玫瑰經，而沒有足夠時間默想有關奧蹟，又或沒有適當地以基督為中心，都妨礙人與親臨於聖體聖事內的基督交往。

至於聖母德敘禱文，則是另一種敬禮行為，本身與玫瑰經並無必然的連繫（參看〔民間〕203），在聖體前宜以直接向基督的禱文（如耶穌聖心禱文、基督聖血禱文等）取代它。

17. **聖體降福**—聖體遊行和明供聖體，若有司鐸或執事在場，通常都以聖體降福作結束。若只有其他禮儀人員或負責明供聖體者在場，朝拜聖體完畢，便把聖體請回聖體櫃內（參看〔彌撒外〕91）。

由於聖體降福並非一項獨立的聖體敬禮，舉行前必須有短暫的明供聖體，讓信友可作祈禱和靜默。「禁止純爲了舉行聖體降福，而明供聖體」（〔彌撒外〕89）。

聖體遊行

18. 在民間的大街小巷舉行聖體遊行，有助信友體會，自己是與主同行的天主子民，一路上向人宣布自己信仰這位「與我們同在、並爲了我們的天主」

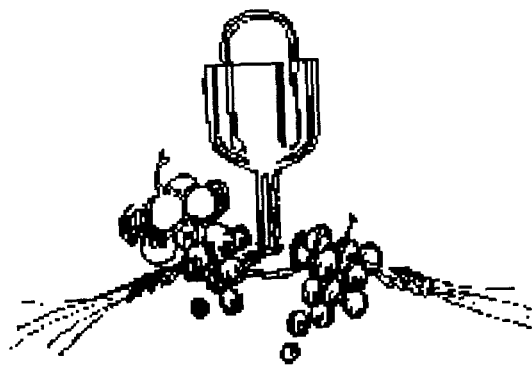
（參看〔救贖〕142-144；〔民間〕162-163）。這遊行尤其適於在基督聖體聖血節舉行。

舉行聖體遊行時，必須遵守禮規，以維護聖體聖事的尊嚴，並保障對這聖事的崇敬。這些規則關乎遊行的進行，以確保沿途的裝飾、花卉、歌詠和祈禱，都能表達出對主的信仰和讚頌（參看〔彌撒外〕101-108）。

聖體大會

19. 聖體大會是信德和愛德的標記，是對聖體敬禮的特殊表達方式，「應視之為祈禱的一『站』（*statio*）；舉辦團體藉此邀請普世教會，或一個地方教會，邀請同一地區內的其他教會或全球教會，在愛德和合一的連繫下，共同深入探索聖體奧蹟的某些層面，並對聖體公開表達崇敬」（〔彌撒外〕109）。

為了確保聖體大會順利進行，在籌備和舉行時，都應仔細考慮《彌撒外領聖體及聖體敬禮》（110-112）的指引。



第三章 感恩祭靈修指引

20. 論到感恩祭靈修，不是這幾頁文字所能闡明的。在此僅提出一些「要點」，深信各地方教會將繼續探索，以激勵和找到更豐富的內容，好擬定要進行的教理講授和培育工作。事實上，重要的不僅是舉行感恩聖祭，還要以真正的「感恩祭靈修」來作生活的方案。

聖體年是個好時機，讓我們開拓視野，超越典型的儀式層面。正因感恩聖祭是信友生活的核心，所以不能把感恩祭的精神，關閉在聖堂的四壁內，卻要滲透參禮者的生活。基督聖體聖事是爲了建樹基督奧體——教會而賜與我們的。我們從感恩祭禮儀學習到的感恩祭精神，應在靈修生活中，按各人的召叫和身分，加以陶成。感恩聖事是所有基督信徒的滋養，無分年齡和身分。

以下思想，均來自彌撒禮儀的拉丁經文，可爲大家指示出一些反省路線。謹望這樣能突顯出：禮儀靈修的特色，是以禮儀所用的標記、禮節和經文爲基礎，並在它們內找到肯定和豐富的滋養。

21. 聆聽聖言

「上主的話」 (*Verbum Domini*)

結束每篇讀經時所說的「上主的話」，提醒我們出自天主口中的話，是何等重要。它雖然是天主默感的話，卻不應視作「遙遠」的文字，而是生活的話，是天主用來呼召我們的。這真正是「天主與祂子民交談的時間。在這交談中宣揚救恩的奇事，並且不斷重申盟約的要求」（〔主日〕41）。

聖道禮儀是感恩祭不可少的組成部分（參看〔禮儀〕56；〔主日〕39-41）。我們聚集在禮儀聚會中，為聆聽主對我們全體，及對每一個人所要說的話。祂此時此地向我們說話，而我們則以信德來聆聽，相信惟祂有永生的話；祂的話就是我們步履前的明燈。

參與感恩祭就是聆聽於主，為能實踐祂向我們啓示和要求的一切，以及祂願意我們生活出來的一切。在聖堂誦讀聖經時，我們聽到天主對我們說話（參看〔禮儀〕7），而聆聽主聖言的成果，要在我們的日常生活中，日趨成熟（參看〔聖體年〕13）。

聆聽的態度，是靈修生活的起始。信仰基督，就是聽從祂的話，並付諸實行。靈修就是順從聖神的聲音——祂是我們心中的導師，引領我們進入全部真理，不僅指要認識的真理，而且是要實踐的真理。

為真能在聖道禮儀中聆聽主的聖言，必須加強心靈耳目的靈敏度。個人有計畫的依時讀經，而非留待有空閒時間才讀，這是禮儀中聆聽主聖言的最佳準備。為了不讓感恩聖祭中聽到的聖言，在步出聖堂時，由我們心靈消散，必須找出延長聆聽主聖言的好方法。天主藉我們日常生活的境遇，以無數方式，讓我們想起祂的話。

22. 悔改

現在我們大家認罪，虔誠的舉行聖祭 (*Agnoscamus peccata nostra ut apti simus ad sacra mysteria celebranda*)

上主，求祢垂憐，基督，求你垂憐 (*Kyrie eleison, Christe eleison*)

主、天主、天主的羔羊，聖父之子；除免世罪者，求祢垂憐我們 (*Domine Deus, Agnus Dei, Filius Patris, qui tollis peccata mundi, miserere nobis*)

除免世罪的天主羔羊，求祢垂憐我們(*Agnus Dei qui tollis peccata mundi: miserere nobis*)

主，我當不起祢到我心裡來(*Domine non sum dignus ut intres*) ……

上述經文告訴我們，感恩禮儀充滿懺悔特色。它不僅出現在彌撒開始時的「懺悔禮」，以不同格式的懺悔詞，呼求上主的仁慈恕宥，更出現於「光榮頌」中向基督的呼求，又在「擘餅禮」時詠唱的「羔羊頌」，以及在分享感恩祭宴前，向上主所作的懇禱。

感恩祭激發悔改，並淨化懺悔的心靈。我們自慚形穢，切願獲得天主的寬恕，但同時也知道，彌撒中的懺悔禮並不取代告解聖事，因為後者是人犯了大罪，要與天主和教會和好的唯一、通常方式。

這種精神態度，要在我們的日常生活中，藉省察良心而不斷延續，即要不斷把自己的思、言、行為和缺失，跟耶穌的福音作對照。

透徹了解自己的卑污，可讓我們擺脫自滿，保持在天主前的真誠坦蕩，引領我們宣認天父的仁慈，為我們指出應走的路，導引我們去領受懺悔聖事。這態度更激發我們讚美和感恩之情，教我們要愛近

人，體恤他人的軟弱，並樂意寬恕別人。耶穌勸我們，在奉獻禮品前要與弟兄修好（參看瑪五 23-24）；保祿教導我們，在參與感恩聖祭前要自我檢討（「人應省察自己，然後才可以吃這餅，喝這杯」〔格前十一 28〕），要把這些話都認真地銘記於心。沒有培養這態度，便會忽略感恩祭的其中一項重要特點。

23. 紀念

上主，因此我們紀念祢聖子的救世苦難，和祢神奇的復活、升天（*Memores igitur, Domine, eiusdem Filii tui salutiferae passionis necnon mirabilis resurrectionis et ascensionis in caelum*）（感恩經第三式）

「基督徒從開始便舉行感恩祭。雖然隨著時代的變遷，也有不同的禮儀傳統，但感恩祭的本質從未改變，因為我們自知受命於主，為主的命令所約束；祢在受難前夕吩咐說：『你們要這樣做，來紀念我』〔格前十一 24-25〕」（〔教理〕1356）。

感恩祭明確來說，是主死亡和復活的「紀念」。教會舉行感恩祭，就是紀念基督，包括祢所言所行的一切，祢的降生、死亡、復活和升天。在祢身上，

我們紀念整個救恩史，即那以舊盟約所預示的救恩歷史。

我們紀念天主——父、子、聖神——在過去和現在，為全人類所做的一切：由祂的創造，至祂在基督內的「再創造」；同時期待基督在時間終結時的再來，為把一切總歸於祂。

感恩祭的「紀念」，由禮儀延伸至我們的生活態度上，促使我們為天主在基督內賜與我們的一切，不斷作出感恩的紀念。由此產生充滿「感恩」之情的生活，深切明白什麼是「白白得來的」，及由此而來的「責任」。

事實上，紀念天主過去和現在為我們所做的一切，使我們在靈修旅途上獲得滋養。「天主經」的話，提醒我們是天父的子女，是耶穌的兄弟姐妹，是受那傾注在我們心中的聖神所印記的。

感念本性的恩賜（生命、健康、家庭……），能令我們常懷知恩之情，自知有責要善用它們。

感念聖寵的恩賜（洗禮和其他聖事；基督徒德行……），能令我們常懷知恩之情，自知不應白費這些「天賦」，卻要令它們結出美果。

24. 祭獻

這就是我的身體。這一杯就是我的血，新而永久的盟約之血。（*Hoc est Corpus meum. Hic est calix Sanguinis mei novi et aeterni testamenti*）

至仁慈的聖父，我們因著你的聖子——我們的主耶穌基督，懇求你收納並降福這些禮物、這些獻儀、這些神聖無玷的祭品（*Te igitur, clementissime Pater, per Iesum Christum, Filium tuum, Dominum nostrum, supplices rogamus ac petimus, uti accepta habeas et benedicas haec dona, haec munera, haec sancta sacrificia illibata*）

主，求祢垂念……所有在場的人，他們的信德和虔誠，是祢所深知的。我們為他們，或他們為自己和親友，將這讚頌之祭奉獻給祢（*Memento, Domine, ...omnium circumstantium, quorum tibi fides cognita est et nota devotio, pro quibus tibi offerimus: vel qui tibi offerunt hoc sacrificium laudis*）

主，所以我們懇求祢，惠然收納，祢的僕人和祢全家所奉獻的這項禮品（*Hanc igitur oblationem servitutis nostrae, sed et cunctae familiae tuae*）（感恩經第一式）

我們以感恩的心情，獻上這具有生命的聖祭
（*Offerimus tibi, gratias referentes, hoc sacrificium
vivum et sanctum*）（感恩經第三式）

感恩祭是基督逾越祭獻的聖事。由降孕童貞聖母胎中開始，直至在十字架上呼出最後一口氣為止，耶穌的一生是個不斷的全燔祭，沒有一刻不在承行父的旨意。這一切的高峰，就是基督在加爾瓦略山上的犧牲：「每次在祭台上舉行『基督——我們的逾越羔羊——在十字架上所作的祭獻』〔格前五 7〕，就是實行我們得救的工程」（〔教會〕3；〔教理〕1364）。

這個唯一和永遠的祭獻，真實臨現於聖體聖事中。事實上，「基督的祭獻和感恩祭的祭獻，是一個獨一無二的祭獻」（〔教理〕1367）。

教會把自己的祭獻，結合於基督的祭獻，為在基督內成為一心一體，而領受聖體聖事，便是這事實的標記（參看〔活於感恩祭〕11-16）。參與感恩祭、遵從所聆聽的福音、領受主的聖體聖血，這都表示要把自己的生活，藉著基督、偕同基督、在基督內，變成中悅天主的祭獻。

正如感恩祭的禮儀行動，是建基於基督在世時，一次而為永遠地所作的祭獻（參看希五 7-9），並以聖事的形式重現出來，同樣我們參與聖祭時，也應獻上自己的生活。教會在感恩祭中獻上基督的祭獻，同時也與基督一起獻上自己（參看〔禮儀〕48；〔彌撒經書總論〕79, f；〔活於感恩祭〕13）。

因此，感恩祭的祭獻特性，使我們負起生活上的責任。祭獻的靈修正由此而來，那就是自我奉獻、知恩及犧牲精神，這是基督徒生活所要求的。

我們帶往祭台上的餅和酒，象徵著我們的生活：要如同基督一樣，並按照基督給門徒的誠命而生活，意味著因此要承受痛苦和責任。

領受基督的聖體聖血，象徵著我們說「我在這裡」，並讓主在我們內思想、說話和行動。

感恩祭獻的靈修，應滲透我們整日的生活：工作、與人來往、我們所做的千萬事情；對夫婦、父母、子女來說，就是善盡各人的召叫；對身為主教、司鐸、執事的人來說，就是獻身於自己的職務；對度奉獻生活者來說，就是作見證。大家都應以「基督徒精神」忍受身體和精神上的痛苦，並負起責任，按福音價值，在各個層面，建設人間社會。

25. 感恩

我們時時處處感謝祢，實在是理所當然的，並能使人得救（*Vere dignum et iustum est, aequum et salutare, nos semper et ubique gratias agere*）

在祂受難的前夕，即祂建立自己逾越祭獻的聖事之夜，耶穌拿起餅來，感謝了，把餅擘開，遞給祂的門徒…耶穌的感恩行動，在我們每次舉行感恩祭時重現出來。

“*eucharistia*”這個希臘詞，正是感恩的意思（參看〔教理〕1328）。在「感恩經」頌謝詞的對答中，這特點表露無遺：司祭邀請說：「請眾感謝主、我們的天主」，信友回應說：「這是理所當然的」。感恩經的「頌謝詞」，常以一句特別的話，告訴我們這禮儀聚會的目的：「主、聖父……我們時時處處感謝祢，實在是理所當然的，並能使人得救……」。

這些固定了的話，一方面告訴我們在禮儀中所做的是什麼，同時說出在基督內重生的信友，絕不可缺少的態度：感恩正是那些自知白白被愛、被重生和獲寬恕者應有的態度。我們時時處處感謝天主，實在是理所當然的。

由此，散發出感恩的靈修精神，感謝天主所賜之恩（生命、健康、家庭、聖召、聖洗等）。

感謝天主不僅限於特殊時節，而是「恆常」感謝：聖人們在考驗中感謝天主，在殉道時也感謝天主。聖西彼廉（S. Cyprianus）下令手下，把二十五個錢幣交給劊子手，感謝他施以十字架之恩……（《殉道錄》3-6，九月十六日讀經日課）。為活於感恩祭精神的人，生活上每一個境況，都是感謝天主的適當時刻（參看〔聖體年〕26）。

時時「處處」感謝：包括在日常生活的每個境況、居家、工作地點、醫院、學校……。

感恩祭也教導我們，要與普天下的基督信徒聯合一起，並結合於基督自己的感恩，向天主呈上謝忱。

26. 基督的臨在

願主與你們同在（*Dominus vobiscum*）

主，願光榮歸於祢（*Gloria tibi, Domine*）

基督，我們讚美祢（*Laus, tibi Christe*）

基督，我們傳報祢的聖死，我們歌頌祢的復活，我們期待祢光榮地來臨（*Mortem tuam annuntiamus, Domine, et tuam resurrectionem confitemur, donec venias*）

請看天主的羔羊……。主，我當不起……。 （*Ecce Agnus Dei... Domine, non sum dignus...*）

「舉行彌撒時，基督在祂教會內臨在的主要方式，逐漸顯示出來：首先祂親臨於因祂的名聚在一起的信友團體內；然後，在聖堂中宣讀和解釋聖經時，祂也親臨於祂的話中；祂還親臨在聖職人員身上；尤其親臨於聖體聖事內：因為在聖體聖事內，是人而天主的整個基督，以完全特殊的方式實體地、持續地臨在。基督在餅酒形內的這種臨在，稱為『真實的臨在，這並不是說要排除其他的臨在方式，視之為不真實，而是說，這是一種卓越的臨在』〔〔信德〕39〕」（〔彌撒外〕6）。

「尤其應在彌撒禮儀，及在彌撒外的聖體敬禮上，培養對基督真實臨在的活潑意識，不論聲調、舉止、行動和整個態度，都要用心見證基督的真實臨在」（〔聖體年〕18）。

聖事是不可見之事的可見標記，具有它所表示的事實。感恩聖事首先是「天主的工程」（*opus Dei*），是上主藉聖神的德能，此時此地向我們所言所行的一切（參看〔教理〕1373）。我們爲了表達自己相信主真實的臨在，舉例來說，在聆聽讀經後的對答中，向主說：「基督，我們讚美祢」，又在領主聖體聖血前說：「主，我當不起祢到我心裡來，只要祢說一句話，我的靈魂就會痊癒」。

參與感恩聖祭，應能令我們如同宗徒遇見復活主之後說：「我們看見了主！」（若廿 25）。領受基督的體血，就是與復活主契合——他是永生的靈醫，是未來光榮的保證。

天主與我們同在；祂的臨在、溫暖、光明，應存留在我們內，並在我們的整個生命中透射出來。與基督契合，能幫助我們「看見」天主在世上臨現的標記，並把祂「揭示」給我們所遇到的人。

27. 共融及愛德

同聲歡呼（*Una voce dicentes*）

求祢使我們領受了聖子的聖體聖血之後，得以充滿祢的聖神，在基督內成爲一心一體（*Concede, ut, qui*

Corpore et Sanguine Filii tui reficimur, Spiritu eius Sancto repleti, unum corpus et unus spiritus inveniamur in Christo) (感恩經第三式)

「彌撒規程」(*Ordo Missae*)以「會眾」(*Populo congregato*)一詞來開始。而彌撒開始時的十字聖號，表示這會眾是以天主聖三之名所召集的。

眾人聚集在同一地方，舉行神聖奧蹟，是對天父的回應。祂藉基督召喚祂的子女聚集到自己身邊，並把他們置於聖神的愛內。

感恩祭並不是個人的行動，而是基督的行動：祂以不可拆散的婚姻連繫，常與教會契合一起(參看〔聖體年〕，第三章)。

在聖道禮儀中，我們共同聆聽天主的聖言；這是所有實踐聖言者團結共融的泉源。

在聖祭禮儀中，我們藉著餅酒，獻上自己的生活：正是教會的這個「共同」獻禮，在神聖奧蹟中，讓我們能與基督共融結合。

藉著聖神德能的行動，基督的祭獻實現於教會的奉獻中(「請垂顧祢教會的奉獻，並接受這贖罪的犧

牲」)：藉著基督、偕同基督、在基督內，成爲中悅天父的唯一精神祭獻。與這「具有生命的聖祭」聯繫的結果，表現於領聖體：「求祢使我們領受了聖子的聖體聖血之後，得以充滿祂的聖神，在基督內成爲一心一體」(感恩經第三式)。

教會共融這源源不絕的泉源，正是聖若望以葡萄樹與枝條的比喻，及聖保祿以奧體的比喻，來加以說明的。感恩祭產生教會(參看〔活於感恩祭〕)，令她充滿天主的愛德，並激勵她實踐愛德。在呈獻餅酒時，也一併呈上金錢的獻儀，或爲窮人的其他禮品，這事提醒我們，感恩祭是團結共濟和分享的承諾。有關這一點，教宗作出這樣的呼籲說：「所以，我們何不把這**聖體年**，作爲教區和堂區團體，致力爲世上貧苦大眾，實踐愛德服務的特別時刻呢？」(〔聖體年〕28)。

禮儀祈禱雖涉及個別參禮者，卻常冠以「我們」的字眼：這是新娘讚頌和懇求的聲音——同聲歡呼(*una voce dicentes*)。

參禮者的共同姿勢，表現出同一團體各成員間的共融。「參禮者共同的姿勢，是參禮團體各成員間合

一的標記，表達並培養參禮者心靈的態度與意識」（〔彌撒經書總論〕42）。

領受共融聖事前（或如聖安博禮儀，在呈獻禮品前）的互祝平安，表達出「教會的共融」；「教會的共融」為在聖事內與基督共融是必需的。領受共融聖事的效果，就是建樹教會，這是聖三共融的可見反映（參看〔活於感恩祭〕34）。

這便是共融靈修之所在（參看〔新千年〕43-45）：這共融是領聖體的應有條件，亦是聖體聖事所激發的（參看〔聖體年〕20-21）。

夫婦的共融，以感恩聖事作其典範，並藉參與聖祭而獲得淨化和滋養。

教會牧者們的服務，以及信友對他們訓導的服從，都由感恩聖祭獲得強化。

患病信友也是藉參與感恩祭，實現與基督苦難的結合。

我們「偏離正道」後，透過和好聖事皈依，最後也是以領聖體作圓滿共融。

教會內不同神恩、職能、服務、善會和運動間的共融，都是靠神聖的感恩奧蹟，獲得維繫。

堂區內參與各種活動、服務、善會人士間的共融，也是藉著參與同一感恩聖祭，而表達出來。

在地上締造和平、諒解、和睦的努力，也是靠聖體聖事獲得支援，這聖事即「那爲了我們、並與我們同在的天主」。

28. 靜默

你應在上主前靜默，安心期待祂(*Quiesce in Domino et exspecta eum*) (詠三七 7)

在禮儀的規律中，靜默對收斂、內化和心禱是必需的(參看〔聖體年〕18)。靜默並非魂遊太虛或心不在焉，而是專心、接受，及回應那在此時此地向我們說話和行動的天主。詠三七 7 提醒我們說：「你應在上主前靜默」。

事實上，各種不同的祈禱——讚頌、懇求、嘆息、呼號、哀禱、謝恩——都是在靜默中開始形成的。

在感恩祭各不同時刻中，意義最深長的靜默是在聆聽天主聖言後（參看〔讀經集總論〕28；〔彌撒經書總論〕128, 130, 136），及尤其在領受主聖體聖血後（參看〔彌撒經書總論〕164）。

在某意義下，在聖體聖事前收斂，作朝拜、祈禱和默想，就是把在感恩禮儀中的靜默時刻，延續至禮儀以外。

在退省及靜修日的靜默，及隱修傳統的靜默，難道不是延續那富於感恩祭特色的靜默嗎？這些靜默讓主的臨在扎根我們內，並帶來效果。

我們必須由禮儀經驗上主的靜默（參看〔聖神〕13），發展至靜默的靈修，在生活上發揮默觀的精神。若沒有靜默的習慣，說話會萎靡，淪為噪音，甚至造成混亂。

29. 朝拜

他們俯伏在坐於寶座的那位前，
朝拜那萬世萬代的永生者

（*Procidebant ante sedentem in trono et adorabant viventem in saecula saeculorum*）（默四 10）

我們在感恩禮儀中採用的姿勢——站立、坐下、跪著——反映出內心的態度。團體祈禱的姿勢，能產生共鳴作用。

站立表明天主子女的自由。這自由是復活主基督賜給我們的；祂把我們從罪惡的奴役中拉了起來。坐下表示心悅誠服的接納，就像瑪爾大的妹妹瑪利亞一樣，坐在耶穌腳前靜心聆聽祂的話。跪著或俯伏表示在至高者前、在主前，自謙自卑（參看斐二 10）。

司鐸和信友在聖體前下跪（參看〔彌撒經書總論〕43），表示他們相信主耶穌真實臨於聖體聖事內（參看〔教理〕1387）。

世上的禮儀，藉著神聖的標記，反映著天上聖所舉行的禮儀，效法天上長老們「俯伏在坐於寶座的那位前，朝拜那萬世萬代的永生者」（默四 10）。

我們在感恩祭中，朝拜那位「爲了我們、並與我們同在的天主」。這種崇拜之情應該延續下去，並見於我們所言、所行和所想的一切。我們常遇到奸險的誘惑，要令我們沉迷於現世的事務上，這好比要我們屈膝叩拜偶像，而不再只朝拜天主。

耶穌在曠野反駁誘惑祂朝拜偶像的邪魔，祂的話應在我們日常生活的言行思想，找到回響：「你要朝拜上主，你的天主，惟獨事奉祂」（瑪四 10）。

在聖體前屈膝下跪，朝拜那讓我們與祂分享逾越聖宴的羔羊，能令我們不向人手所造的偶像下拜，並鼓勵我們以忠信、柔順、崇敬，來服從那位我們承認為教會及世界的唯一真主。

30. 喜樂

為此，我們偕同所有天使歡躍讚美祢，
不停地歡呼：聖、聖、聖

*(Et ideo, choris angelicis sociati,
te laudamus in gaudio confitentis: Sanctus)*

因此，宇宙萬物欽崇祢，
向祢高唱新歌……

*(Propter quod caelestia tibi atque terrestria
canticum novum concinunt adorando...)* (基督聖體
聖血節頌謝詞二)

「基督徒的喜樂，本質上是在精神上，分享那受光榮的耶穌基督內心的喜樂」（〔喜樂〕2），「這種分享主基督的喜樂，與舉行感恩奧蹟是分不開

的」(〔喜樂〕4)，尤其是在「主日」舉行的感恩聖祭。

「主日感恩祭的慶節特色，把基督藉聖神恩賜給祂教會的喜樂，表達出來。喜樂正是聖神的果實〔參看羅十四 17；迦五 22〕」(〔主日〕56)。

彌撒中有許多元素，突顯出與基督和弟兄相遇所帶來的喜樂。有些喜樂流露於說話(如「光榮頌」和「頌謝詞」)。有些則顯露於動作和慶節的氣氛中(歡迎、鮮花裝飾、按禮儀時期選用合適的配樂)。

表達心中喜樂的方式之一，就是歌唱。它並非感恩祭的一種外在陪襯(參看〔彌撒經書總論〕39；〔主日〕50；〔關切百周年：論聖樂〕)。

感恩祭會眾舉行神聖奧蹟時，與那天上的會眾聯合一起：這天上的會眾滿懷喜樂，歌頌那曾被宰殺、卻永遠活著的羔羊，因為和祂一起不再有悲痛，不再有哀號，不再有憂傷。

「歌唱彌撒」，不僅是在彌撒中歌唱；它能讓我們體驗到，主耶穌到來，為的是要和我們共融契合，「為使祂的喜樂存在我們內，使我們的喜樂圓滿無

缺」(參看若十五 11；十六 24；十七 13)。主，祢以祢的臨在，令我們充滿了喜樂！

感恩禮儀的喜樂，反映於主日，教我們要在主內喜樂，且要時常喜樂；要體會兄弟友愛相聚的喜樂，要與兄弟分享那獲賜的喜樂(參看〔主日〕55-58)。

參與完感恩祭，卻讓憂傷控制自己，那是何等的矛盾！基督徒的喜樂，並不否認痛苦、掛慮、磨難；否則，這是可笑和幼稚的。播種時的哭泣淚，讓我們明白到收穫時的歡呼聲。聖週五的苦難，教我們期待復活清晨的喜樂。

感恩聖事教導我們要與他人一同喜樂，而不要把那獲賜的喜樂據為己有。那為了我們、並與我們同在的天主，在我們憂傷、痛苦和磨難中，印上了祂臨在的標記。祂召叫我們去與祂契合，並在我們受磨難時安慰我們，為使我們能安慰那些在各種困難中的人(參看格後一 4)。

31. 傳教使命

信友禱文 (*Oratio universalis*)

上主，祢實在是神聖的，

……因為祢藉著聖子，……

以聖神的德能，

……不斷為祢召集子民，

好能時時處處，

向祢呈上純潔的祭獻

(*Vere Sanctus es, Domine,*

...quia per Filium tuum,...

Spiritus Sancti operante virtute,

...populum tibi congregare non desinis,

ut a solis ortu usque ad occasum oblatio

munda offeratur nomini tuo) (感恩經第三式)

願全能的天主……降福你們……彌撒禮成

(*Benedicat vos omnipotens Deus... Ite, missa est*)

教會由不同語言、民族和國家的信徒組成。教會是耶穌委託宗徒實踐使命的成果，而且教會仍不斷接受這傳教的使命（參看瑪廿八:16-20）。「教會從十字架祭獻的延續中，並從她在感恩祭與基督體血的共融中，汲取了履行使命所需要的精神力量。因此感恩祭是所有福傳工作的**泉源**和**高峰**，因為福傳工作的目標，就是人與基督的共融，以及在基督內，人與天父和聖神的共融」（「活於感恩祭」22）。

在「信友禱文」、「感恩經」，以及在求恩彌撒的禱文中，教會舉行禮儀時所作的祈求，胸懷普世，關心到人類的喜樂與憂傷、窮人的困苦與呼號，以及遍地對正義與和平的渴求(參看〔聖體年〕27-28)。

感恩祭結束時的遣散禮，並非純粹通告禮儀行動的結束。禮成的降福，尤其採用隆重降福時，提醒我們離開聖堂，是被派遣到世上，見證自己是「基督徒」。教宗提醒我們說：「每次彌撒禮成時的遣散禮，遂成為派遣禮，驅使信友致力傳揚福音，並以基督徒精神影響社會」(〔聖體年〕24)。「主，請同我們一起住下罷」(〔聖體年〕牧函的第四章，指出聖體聖事是「傳教使命」的原則和方案。

與基督相遇的經驗，並非埋在地裡的「塔冷通」，而是用來結出言行的果實。福傳工作和傳教士的見證，有如一股以感恩祭宴為中心的力量，散發出去(參看〔主日〕45)。傳教就是以令人信服的方式，把基督帶到我們生活、工作、辛勞、受苦的境況中，讓福音精神成為歷史的酵母，及促使人類關係達致團結和平的「方案」。「如果不與聖體聖事保持恆常的關係、不去領受這聖化人的神糧、不去依賴這傳教活動所不可缺少的支持，教會又怎能實現自己的召叫呢？要向普世傳揚福音，就先要有一班『精

於』舉行、朝拜和瞻仰感恩聖事的宗徒。」（若望保祿二世，「二零零四年普世傳教節文告」3）

要宣講基督，又怎能不經常回到神聖奧蹟，去認識祂呢？

要見證基督，又怎能不從領受基督聖體這泉源，汲取滋養呢？

要分擔教會的使命、克服個人主義的危險，又怎能不與那團結信友、甚至聚合眾人的感恩聖事相連繫呢？

感恩聖事被稱為傳教使命的食糧，實在很合理。在這意義下，厄里亞先知獲賜的食物，是一個好寫照。這食糧使厄里亞先知不畏艱辛，長途跋涉，去完成他的使命：「他賴那食物的力量，走了四十天四十夜，一直到了天主的山曷勒布」（列上十九8）。



第四章 牧靈活動及任務

32. 個別主教、主教團、修會長上，要為大家提供善度**聖體年**的指示（參看〔聖體年〕5, 29）。

下面所列的建議及提示，只有導引作用。

33. 主教團

- 提供突顯**聖體年**意義的合適資料和活動（尤其為不能獨力而為的教區），以協助司鐸和信友作反省，並解決當地有關感恩聖事在教義及牧靈上的迫切問題（司鐸的缺乏、某些司鐸對每日彌撒日趨冷淡、對主日彌撒失去興趣、忽略聖體敬禮……）。
- 衡量電視和電台轉播感恩祭的形式和質素（參看〔主日〕54）。這類廣播尤其對無法參與彌撒的人是很有幫助的（攝製準繩、優良旁述、注重禮儀的優雅和莊重，切勿混以爭議的做法，或過分注重排場）。
- 關注以電視和電台轉播的其他祈禱形式（鼓勵直接在聖堂內朝拜聖體，以免信友滿足於收看電視轉播的朝拜聖體）。
- 建議每個教區舉行**聖體年**開幕及閉幕儀式。

- 邀請各大學、神學院、研究所、修院，對感恩聖事作深入研究。
- 推行全國聖體大會。
- 尤其鼓勵司鐸參與各項活動，甚至是全國的活動。

34. 教區

- 按照為普世教會訂定的時間，選定適合本教區的日子，正式舉行聖體年的隆重開幕及閉幕儀式：建議可在主教座堂（或另一適宜地方），以「集禱站」（*statio*）方式舉行，並由主教主禮；若認為適合，可在另一聖堂或附近適合地方開始，然後詠唱聖人禱文，及以遊行形式，走到舉行儀式的地點（例如參看〔主教行禮〕261）。
- 按禮儀年度的日期和環境，善用由主教主持的「集禱站彌撒」（*Missa stationalis*），作為地方教會在感恩禮中共融的標記（參看〔聖體年〕22）。
- 邀請教區各牧靈部門、機構和委員會（教理、禮儀、聖藝、聖樂、學校、病人、社會服務、家庭、聖職人員、奉獻生活、青年、各項運動……等），在聖體年內至少共同推行一項特定活動。
- 鼓勵舉辦聖體大會（反省和祈禱的聚會）。

- 善用聖職人員的聚會（尤其是聖油彌撒、每月退省、教區或代牧區聚會、周年退省、持續培育），深入研究感恩聖事的各方面，包括牧靈和靈修的層面在內。
- 在耶穌聖心節，為司鐸成聖舉行世界祈求日時，要強調感恩聖事的重要。
- 促進對聖人聖女的認識，尤其那些與本教區有特別關係，且以熱愛聖體聞名，並曾宣講或著書論述這奧蹟者。
- 認識保存於本教區不同聖堂和博物館內、有關聖體敬禮的聖藝：油畫、雕塑、聖相、祭台、聖體櫃、祭器等。舉辦聖藝展覽、學習班、出版有關刊物。
- 加增恆久朝拜聖體，並為此指定合適的聖堂及小堂，列明有此敬禮的地點，設法令這些地方，尤其能在方便信友的時段開放（參看〔聖體年〕18）。
- 尤應鼓勵青年人，把第二十屆普世青年節的主題：「我們特來朝拜祂」（瑪二 2），與聖體年連結起來（參看〔聖體年〕30）。宜於接近聖枝主日前，組織一次教區的青年朝拜聖體活動。
- 在教區周報、期刊、網頁、地區的電台和電視廣播中，開設有關於感恩聖事專欄或特輯。

35. 堂區

遵照教宗的呼籲，應藉**聖體年**，盡量令主日感恩祭，在堂區獲得應有的重視，使堂區成為名實相符的「感恩祭團體」（參看〔禮儀〕42；〔聖體年〕23；〔主日〕35-36；〔聖體〕26）。

爲了這原故，我們建議以下各點：

- 在需要時，要整頓或妥善安排聖祭禮儀場所（祭台、讀經台、聖所），以及保存聖體處（聖體櫃、朝拜聖體小堂）；提供禮儀書；務使感恩聖事的標記，真切鮮明及優雅美觀（祭服、祭器、聖堂用品）。
- 加強或成立堂區禮儀小組。照顧正式委任的禮儀服務人員，或非常務（特派）送聖體員，輔祭和聖詠團等。
- 特別關注禮儀歌詠；留意教宗最近頒布有關聖樂手諭的指示（參看〔關切百周年〕）。
- 按禮儀年各時期，尤其在四旬期和復活期，舉辦特別的培育聚會，以感恩聖事對教會和信友生活的關係爲主題；其中，準備初領聖體對成人和兒童都是很好的培育機會。
- 重溫「彌撒經書總論」（參看〔聖體年〕17）和「彌撒讀經集總論」；《彌撒外領聖體及聖體敬

禮》；近期頒布的「活於感恩祭的教會」通諭，以及隨後的「救贖聖事」訓令。

- 推行「聖堂儀態」教育：進聖堂應如何舉止；向聖體下跪或深鞠躬；收斂的氣氛；舉行彌撒時，提示信友應有內在的參與精神，尤其在特定時刻（靜默時刻、領聖體後的個人祈禱時刻），並教導信友如何外在參與（誦念或詠唱全體的歡呼詞和經文）。至於兼領聖體聖血，則應遵照現行規定（參看〔禮儀〕55；〔彌撒經書總論〕281-287；〔救贖〕100-107）。
- 適切地舉行本堂區聖堂的祝聖週年紀念日。
- 重新發現「自己」的堂區聖堂，認識慣常在當中見到的事物：祭台、讀經台、聖體櫃、聖相、玻璃窗、大門等的導賞活動。可見的聖堂事物，有助我們瞻仰那不可見的天主。
- 推動聖體敬禮，及聖體前的個人和團體祈禱，並指出一些實際方式（參看〔聖體年〕18）：朝拜聖體、明供聖體和聖體降福、四十小時朝拜聖體、聖體遊行。以合宜的方式，在聖週四主的晚餐後，善用延長朝拜聖體的機會（參看〔民間〕141）。
- 在特定的機會，提議舉行特別敬禮（徹夜朝拜聖體）。
- 檢視為病人送聖體的頻率和尊敬態度。

- 讓大家認識教會有關臨終聖體的道理。
- 對那些生活於不妥當狀況下，在彌撒中不能領受感恩聖事的信友，給予他們靈修生活的支援。

36. 朝聖中心

聖體年也直接對各朝聖中心發出籲請：它們的存在，原是爲了向信友提供獲得救恩的豐富方法。應在這些中心，熱切宣講天主聖言，合宜地推動禮儀生活，尤其是感恩聖祭和懺悔聖事，以及促進其他獲得認可的民間敬禮（參看《天主教法典》1234條1項；〔民間〕261-278）。

在這聖體年內，有關聖體奇蹟，及專注聖體敬禮的朝聖中心，將特別吸引信友和朝聖者。

- 感恩聖祭既是朝聖中心各項活動（傳揚福音、愛德服務、文化）的支柱，若要獲得豐富的成果，便應：
 - 引導朝聖者，由朝聖中心的特殊敬禮開始，進而與基督作深入的相遇；
 - 盡心舉行模範的感恩禮儀；
 - 方便不同組別，能參與同一感恩禮儀。要留意所有細節，如有需要，也可用不同語言。可採用曲調較容易的額我略歌詠，尤其是彌

撒常用經文部分，特別是信經和天主經（〔民間〕268）。

- 保持收斂氣氛，並領導公共朝拜聖體，以確保在聖體聖事前有祈禱的機會。應在聖體櫃所在位置，放上適合的標誌，讓人容易察覺出來（參看〔彌撒經書總論〕314-317；〔救贖〕130）。
- 鼓勵信友領受懺悔聖事，應盡量確保在方便信友的時段，能有司鐸在場聽告解（〔民間〕267）。

37. 修道院、修會團體

感恩聖事既與奉獻生活有密切關連（參看〔奉獻〕95；〔由基督再出發〕26），**聖體年**應能激勵個人和團體，更堅定於自己的聖召和使命。

所有會規和會憲，都有規定或勸諭會士，要每天參與彌撒和熱心敬禮聖體。

- **聖體年**是個好機會，在指定時間去反思和檢視以下各點：
 - 團體感恩禮儀的質素；
 - 遵守禮規的忠誠程度；
 - 本修會的聖體敬禮傳統，及這敬禮的現況；
 - 個人的聖體敬禮情況。

- 在會祖的生活和著作上，重新發現他們所實踐和教導的聖體敬禮。
- 要問問自己：作為度奉獻生活者，在所服務的堂區、醫院、護理院、教育機構、監獄、靈修中心、接待所、朝聖中心、修道院中，能為感恩祭生活作何見證？
- 自我檢討：有否跟隨教會多次訓導的方向（參看〔主日〕36），參與堂區的主日彌撒，並盡量響應所生活教區的牧民工作。
- 加增朝拜聖體的時間（參看〔聖體年〕18）。

38. 修院及培育院

這特別的**聖體年**，對教區及修會，為培育未來司鐸和執事的團體和培育院來說，也有它的要求（參看〔聖體年〕30）。

分享聖言和聖體的神糧，能使人日趨成熟地回應聖召，更易於接受天主委託給他的使命，作天主子民的牧者（〔修院禮儀〕8-27 及其「附錄」30-41）。

感恩聖事不但支持修生們每日的培育，更讓他們知道，感恩祭是日後職務的核心。

必須注意的事項：

- 促成神學培育與感恩奧蹟靈修經驗的整合，並令它不斷內在化。
- 注重彌撒聖祭在內心和外表上的參與。
- 認識感恩禮儀的禮節和經文所表達的禮儀神學。
- 有關彌撒禮儀的實際知識，尤其是如何正確舉行彌撒：禮儀空間的作用、彌撒各部分經文的類型和誦念方式、各禮節如何銜接、彌撒經書的各部分、年中每天舉行感恩祭的規範、不同經文的合法選擇。
- 熟習拉丁文和額我略歌詠，好能在有需要時，運用拉丁文來祈禱和詠唱，抓緊教會的祈禱傳統。
- 加強個人和團體的朝拜聖體，並以不同方式進行，包括明供聖體在內。
- 聖體櫃應安置在合宜地點，以促進個人祈禱。

39. 善會、運動、團體

人們爲了共融、友愛和分享的精神而加入善會，這當然與感恩奧蹟不無關係。當中更有些善會，明確標示與感恩聖祭、至聖聖體或聖體敬禮有關。

這些善會、組別和運動，各有不同神恩，但都是爲了建樹教會，及促進她的活力。他們與堂區的關

係，當正常地表現於每週參與堂區的主日彌撒（參看〔聖體年〕23；〔主日〕36）。

聖體年：

- 籲請各善會，最終要反省、檢視、深化和革新它們的傳統規章。
- 是加強對感恩聖事作「釋奧教理講授」（*catechesis mystagogica*）的良機。
- 激發我們作更長時間的朝拜聖體，吸引他人參與推行聖體敬禮的使徒工作。
- 邀請我們把祈禱和愛德服務結合在一起。

第五章 文化活動

40. 這一章是刻意概略的，但並不表示無關重要。本章之所以如此扼要，尤其是因為涉及文化領域時，無可避免要面對各地方教會的不同情況，各有特定的文化背景，多采多姿的文化遺產、獨特性和歷史。有待各地方教會，把本章扼要提述的事項體現出來。但大家都明白到，應把握聖體年的機會，激勵眾人去重新發現，感恩聖事不論在過去還是現在，都能深刻影響人類文化。

41. 歷史研究

神學院、公教大學和其他高等學府，可對這聖事作廣泛的研究。尤其是神學院，要設法把感恩聖事的聖經和教義基礎研究，結合於基督徒的生活、尤其是聖人的生活；這研究是富於啓發性的。

42. 建築物、紀念碑、圖書館

許多主教座堂、修道院、朝聖中心，以及不少聖堂，本身已代表著一項「文化遺產」，而且多次成為散播文化的中心。在這觀點下，聖體年可激勵我們，關注這些文化和藝術傳統所突顯的感恩聖事主題，默想它們，並把它們推介給別人認識。

可與教會或非教會機構和組織（大學、學院、研究所、文化界、出版界），合辦各類展覽會、研討會和出版活動。

43. 聖藝、聖樂、著作

帶有感恩祭主題的聖藝，一方面見證了對感恩聖事的信仰，另一方面也把這信仰傳遞給天主子民。這類的例子多不勝數，由羅馬地窟內的著名壁畫，以至東、西方教會歷來以感恩聖事為主題的作品。

認識這些傳統，能讓人明白在從前的世代，「感恩聖事」的主題，如何啟發了藝術創作，亦可拿它們來與現代作品互相比照。

我們僅提出一些主題範圍：

聖藝方面：

- 祭台、聖體櫃、小堂
- 壁畫、彩石鑲嵌畫、小插圖、油畫、雕刻、掛氈、刺繡
- 祭器：聖爵、聖體盒、聖體盤、聖體光座
- 服飾：祭服、祭台圍襪、聖體傘、聖體旗
- 聖體遊行制服及座駕
- 聖週四安放聖體的專用裝飾

聖樂方面：

- 彌撒曲
- 讚美詩
- 繼抒詠
- 聖歌

文學、演藝、影片方面：

- 詩歌
- 故事
- 小說
- 演劇
- 電影
- 紀錄片

44. 在以上各方面，各有關人士應知如何找到正確做法。如果各方的努力，能令大家認識，及樂意分享各地基督徒的共同寶庫，那便是**聖體年**的一大成果。

在這意義下，教宗在**聖體年**牧函指出，見證「天主臨於人世間」，是本年的一項大任務。面對各地排擠基督徒對文化貢獻的傾向，甚至在傳統基督文化的地方，人們竟想徹底忘掉基督徒歷來對文化的貢獻，教宗這樣寫道：「我們不應害怕講論天主，並

要高舉信德的標誌。『感恩文化』能促進一種對話文化，並從感恩祭中汲取力量和滋養。有人認為在公眾場合講論信仰，會損害國家和民間組織的合理自主，甚至會鼓吹不容異己的態度。這樣的想法實屬錯誤。若然在歷史上，連信徒都曾在這事上犯上錯誤，正如我們曾趁禧年的機會所承認的，這不應歸咎於『基督徒的根源』，只應歸咎於基督徒未能忠於他們的根源所致」（〔聖體年〕26）。

總 結

恩寵、熱誠和釋奧的一年

45. 在本文的結束，看過了這麼多的建議及提示後，讓我們回到那最基本的事，即教宗在**聖體年**牧函所提出的「恩寵的一年」。事實上，我們所能做的一切，只有放在天主恩寵的觀點來看，才有意義。這些行動只應視為暢通的途徑，讓不斷來自天主聖神的恩寵，能暢流無阻，使個人和團體都能獲得裨益。童貞聖母回應天主所說的「主，我在這裡」，應再次成為整個教會對天主回應說「主，我在這裡」。教會因了基督的聖體聖血，繼續獲得以瑪利亞為母親之恩：「看，你的母親」（參看〔活於感恩祭〕57）。

毫無疑問，**聖體年**成功的關鍵，全在乎祈禱的深度。我們應以聖人們的信德，來舉行感恩祭、恭領聖體和朝拜聖體。我們不應忘記，今天禮儀所紀念的聖女大德蘭（S. Teresa d'Avila），這位西班牙的神秘經驗者和教會聖師，曾就領聖體一事寫道：「我們毋需到遙遠的地方尋覓主基督。直至自然的熱力，尚未化解聖體的餅形時，好耶穌就在我們內：讓我們去親近祂吧！」（《全德之路》*Camino de Perfección*, 8）。

這特別的一年正是要幫助我們與聖體中的耶穌相遇，並因祂而生活。為達到這目標，我們還要採用「釋奧」教理講授，這是教宗要求所有牧者們的特殊任務（參看〔聖體年〕17）。為了響應教宗的呼籲，我們特以一段西方教會的釋奧教理作結語。這段說話來自聖安博的《論奧蹟》（*De Mysteriis*, 54）：

「是同一的主耶穌宣告說：『這就是我的身體』；在未念祝聖經文前，稱之為某東西，祝聖後，便稱之為基督聖體。耶穌自己稱之為祂的血；在祝聖前，稱為別的東西，祝聖後，便稱之為聖血。你回應說：『阿們』，就是說：『確是這樣』。你口中所宣認的，應以心靈來肯定。你宣之以口的，應以內心來感受」。

二零零四年十月十五日

貞女及聖師——聖女大德蘭紀念日

發自教廷禮儀聖事部

部長 艾凌志樞機主教（Francis Card. Arinze）

秘書長 索倫蒂諾總主教（Arch. Domenico Sorrentino）

聖體年建議及提示

版權所有-請勿翻印

編譯者：香港教區禮儀委員會
(主教團禮儀委員會獲授權准予在台出版)

發行人：王愈榮

出版者：天主教台灣地區主教團

地 址：105 台北市光復南路 32 巷 34 號

電 話：(02) 2578-2355

傳 真：(02) 2577-3874

劃 撥：19710794

戶 名：財團法人天主教會台灣地區主教團

承印者：至潔有限公司 Tel：(02) 2302-6442

工本費：新臺幣陸拾元

登記證：行政院新聞局

局版台業字第 0863 號

主曆二〇〇四年十二月初版

93/12/2000



我們看見了主！
(若廿 25)