

融

朝拜聖體祈禱集



葛羅謝爾／著
張力／譯



融

朝拜聖體祈禱集

葛羅謝爾 著

張力 譯

光啓文化事業 發行

*Praying In The
Presence of Our Lord*

Prayers for Eucharistic Adoration

By Fr. Benedict J. Groeschel, C.F.R.

Translated by Marcela Chang

Copyright © 1999 by Our Sunday Visitor Publishing
Division, Our Sunday Visitor Inc.
Chinese copyright © 2002 Kuangchi Cultural Group,
Taipei, Taiwan

目 錄

序文	001
前言	002
第一章 彌撒前後的祈禱	005
節錄自天主僕人的講辭	007
聖方濟的默禱	009
勤領聖體的祈禱	011
古阿蒂尼蒙席之著作節錄	014
· 彌撒前	
阿弗拉提主教之著作節錄	015
聖巴斯卡的祈禱	016
普智天使頌	017
紐曼樞機的祈禱	018
金口聖若望	019
領受基督聖體聖血前的祈禱	021
節錄自英國薩祿日課之祈禱	023
「罪人的筵席」	024
節錄自英國薩祿彌撒經本之祈禱	025

聖嘉業的祈禱	026
彌撒前的祈禱	027
▪ 領聖體後的感恩	
碧岳神父書信節錄	029
聖女大德蘭自傳節錄	030
聖思定的祈禱	031
「致主基督」	032
聖週六的祈禱	034
聖道茂的祈禱	036
基督的靈魂	037
「放射基督的光芒」	038
至真至聖	039
溫徹斯特原稿之祈禱節錄	040
聖女佳琳的祈禱	042
金口聖若望的祈禱	044
聖文德的祈禱	045
「感恩經」	047
領聖體後	048

第二章 朝拜聖體：守聖時與明供聖體的祈

禱	051
凱西神父言談節錄	053
聖艾模之著作節錄	054
「短暫朝拜聖體」	055
「朝拜聖體時的行動」	056
「度愛的生活」	057
在至聖聖事中向耶穌祈禱	059
教宗若望保祿二世就職明供聖體祈禱	061
「赴使徒工作前的祈禱」	063
聖高隆的祈禱	064
聖猶德的祈禱	065
聖多默穆安的祈禱	067
聖週四感恩守夜祈禱	068
聖時祈禱	069
晨間朝拜聖體	071
日間朝拜聖體	072
晚間朝拜聖體	073

第三章	聖體遊行	075
	我今虔誠朝拜	077
	耶穌聖體讚美歌	079
	耶穌聖體讚美歌	081
	聖體遊行的祈禱	083
第四章	自遠處朝拜聖體	085
	遠離聖體所在的祈禱	087
第五章	可供默想聖體的聖經章節	089
第六章	教宗及教會文獻中有關聖體	
	敬禮的省思	097
	對聖體降福的省思	099
	信德的奧蹟	101
	天主子民的「信經」	105
	聖體聖事	106
	於巴黎蒙馬特聖心大殿	107
	基督聖體聖血節	108
	基督最後晚餐紀念日	109
	接見群眾	110

	人類救主通諭	111
	紀念首屆基督聖體聖血節七百五十週年慶	112
	教會法典	113
	天主教教理	114
附錄一	聖體敬禮所獲之大赦	115
附錄二	教會之其他禱文	119
	神領聖體	121
	耶穌至聖聖心禱文	122
	耶穌至聖聖名禱文	125
補錄		131
	宣揚明供聖體之祈禱	133
	至聖聖事之母禱辭	134
禱詞來源		135

序文

數年前，我曾期許將各種敬禮聖體的禱詞彙集成書，當時正和詹姆斯·孟堤（James Monti）著手進行一本名為《主前我禱》（In the Presence of Our Lord）的祈禱集。我們一起蒐集了許多雋永的敬禮聖體的祈禱詞，故從中摘選一部分收錄於本書中。此外，我自己為本堂寫的一些禱詞，發表於創意傳播所出版的感恩祈禱手冊中，也加入本書做為點綴。希望這些使用當代語言所發表的作品，能讓今日讀者倍感親切。

在此我願特別強調，書中所有的禱詞不適於匆匆誦讀，而以緩緩默思祈禱為佳。最後，我要對詹姆斯的鼎力相助，致上最深的謝忱。同時，我倆衷心期盼並祝禱在第三個千禧年的前夕，當熱心聖體敬禮正重新發揚光大之際，這本小書也能為復興聖體敬禮略盡棉薄之力。

更新方濟會葛羅謝爾神父
紐約布隆克斯聖奎斯賓修院
一九九八年聖方濟慶日

前言

……當聖女大德蘭聽見別人說，他們是多麼希望能活在耶穌在世的時代時，她就不禁對自己會心一笑，因為她深知耶穌在聖體聖事內真實地與我們同在，一如當時的人享有他的臨在，這些人何需多求呢？

——聖女大德蘭（St. Teresa of Ávila），《全德之路》（*The Way of Perfection*）¹

基督許諾與我們這些跟隨他的人同在，直到今世的終結。他以各種不同的方式臨在：他藉其神力以天主聖言的姿態臨在，萬物因他而受造；他臨在於聖經話語內，尤其是在福音中；他也臨在於兩、三個因他的名而聚在一起的人中間；當然，他更臨在於窮苦者、飢餓者、陌生人，甚至身繫囹圄的人中間。

但是基督以獨一無二的方式臨在於各種聖事中，這種種最初所謂奧秘標記的聖事，乃是他救贖與聖化恩寵的保證。他藉聖洗聖事救贖我們；在和好聖事中讓我們獲得寬恕；又在婚姻聖事中降福我們的家庭；他賜予病痛者力量，為垂死的人預做準備；並祝聖所

有聖職人員，包括主教、司鐸和執事。

然而，他在聖體聖事中吸引我們以最親密的方式參與救贖人類的逾越奧蹟，也就是參與他神聖的生活與工作。我們傳報他的聖死，歌頌他的復活，並分享他生命的食糧，這一切都是因為他不僅臨在於自己的靈魂與神性中，也臨於他的聖體與聖血中。他不僅以天主之子的身分臨在，也以人子與瑪利亞之子的身分臨在我們當中，也可以說臨在我們中間的就是納匝肋的耶穌。

初期教會的教父在其著作與講道中，闡釋信仰並宣講基督在聖體聖事中真實的臨在。當時的彌撒，總以君王與救主的形象來迎接和朝拜基督。公元五世紀，聖思定（St. Augustine）主張，若不以外在尊崇的標記朝拜聖體聖事內的基督，就是一種罪過。金口若望（St. John Chrysostom）也曾這麼說過，此時此刻基督正穿著他的長袍與草鞋和我們在一起。如今教會仍繼續邀請大家朝拜臨在於聖體中的基督，這種臨在也就是他在彌撒中臨在的延續²。

大概早在公元六世紀，就有虔誠的信徒藉著為病患所保留的聖體，朝拜基督的臨在³。到了十三世紀，尤其受到聖方濟（St. Francis）講道的影響，虔誠的基督徒發現聖體是尊崇耶穌基督在他們生活中臨在的一

個極為奧妙的方式⁴。當時每位受封的聖人及無數虔敬的信徒，都漸漸發現在聖體櫃前常能獲得最深的安慰、恢復信心，並有足夠的勇氣面對在信、望、愛內成長所需的挑戰。這本小冊子的目的，正是要將這個天主教的寶藏（crown jewel）介紹給那些不熟悉或完全不曾聽說過此敬禮的朋友；藉由蒐集多位古今著名基督徒在聖體前的禱文，引領他們在祈禱中更認識基督。

註：在這本祈禱集中，未標明出處的禱文，均出自葛羅謝爾神父所著 *Sacrament Most Holy: Prayers to Christ in the Eucharist* (Creative Communications for the Parish, St. Louis, Missouri, 1997.)

耶穌基督的福音
福音書 (Terence Cardinal Cooke, 1931-1953)

第一章

彌撒前後的祈禱



感恩祭，我們通常也稱為禮儀或彌撒，這是基督徒非常珍貴的公開朝拜儀式。如果我們能在彌撒前妥善準備心靈，並在彌撒後默思片刻，必能幫助我們在靈修上獲益良多。若想靈修獲益，還有什麼能比舉心歸向基督更好的法子呢？他既是天主又是人子，既具神性又富人性，就像他生活在伯利恆、納匝肋和耶路撒冷一樣，如今又以永生臨在於我們中間。

節錄自天主僕人的講辭

庫克樞機 (Terence Cardinal Cooke, 1921-1983)

紐約總主教

我們每一次領聖體就是領受靈修活力的恩寵，至於能吸收多少，就在於領受聖體時各人自己的態度了。此外，我們藉聖事所領受的恩寵，以及領聖體所作的準備與感恩也是重要的因素。全心渴望與主結合自然會作妥善的預備和感恩，雖然有時我們開始作內心的準備時並未懷著太大的渴望，卻因為這樣的準備而使我們對主的渴望遽增。這就說明內心的準備能成為我們渴望與救主結合的因由。通常熱切的渴望會帶來與主合一的效果，而因為我們內心的準備所帶來的合一也同樣彌足珍貴。我們可以從經驗當中發現，對聖體很少懷有渴望的人通常不會作內心的準備，頂多只是最基本的準備，那麼，從聖事中只獲得最基本的聖寵也就不足為奇了。

面對這件事，正如其他諸事一般，天主既賦予了我們自由意志，就不會勉強我們要在內心準備領受他，也不會在我們領受之後，勉強我們要為這份無可言喻的禮物感謝他。天主的恩寵既不剝奪我們的自由意志，也不施行奇蹟。天主的恩寵唯獨在我們與它合作時，

才充分發揮作用。

讓我們祈求天主賜予我們恩寵，全心渴望領受聖體。並藉著聖母瑪利亞的轉禱，祈求天主幫助我們善作內心的準備與感恩。至於我們自己，要定志與那不斷在我們靈魂內工作的恩寵合作無間。⁵

聖方濟的默禱

當基督，生活的天主子，
在司祭的手中出現於祭台前，
人人要戒慎恐懼，
整個世界要顫抖，
上天也要歡躍不已！
哦！多麼奇妙！
多麼尊貴！
哦！崇高的謙遜！
哦！謙遜的崇高！
宇宙之主，
既是天主又是天主之子，
他是那麼地謙抑自下，
甚至隱藏自己
為我們得救
隱藏在一片不起眼的麵餅中！

弟兄們，請看天主的謙卑，
在他面前吐露你們的心聲（詠六二9）！
你們要謙卑，
他必舉揚你們（參見伯前五6；雅四10）！

不要為自己有所保留，
因為將自己整個給你的他，
也必要完全地接納你！⁶

勤領聖體的祈禱

摘自耿稗思 (Thomas À Kempis) 所著《師主篇》

(約 1380-1471)

請看，我來到你的面前，主啊！你所賜給我的禮物多麼美好，你的聖筵令我多麼欣喜，「哦！天主，你以你的慈愛照顧了貧苦」（詠六十七 11）。

請看，我竭盡所能地渴慕你；你是我的救援與贖價，是我的希望和力量，也是我的寵幸與榮光。

因此，「求你使你僕人的心靈歡欣，因為今天，哦！主耶穌，我向你舉起我的心神」（參看詠八十五 4）。

此刻，我渴望虔誠恭敬地領受你，喜悅地迎接你進入寒舍，就像匝凱一樣，得到你的祝福，成為亞巴郎的子孫（路十九 9）。

我的靈魂切盼你聖體的滋養，我的心靈渴望與你合而為一。

請將你自己賜予我，我心足矣！沒有你，任何安慰都徒勞無益。

得不到你，我生無所繫；若無你的眷顧，我無法生存。

因此，我必須常來到你跟前，領受你作救命的妙藥，並獲得靈魂的健康和力量。若失此天上神糧，我可能暈蹶於人生的旅途中。

為此，至仁慈的耶穌啊，你在為羣眾講道並治癒各種疾病時，曾這樣說：「我不願遣散他們空著肚子回去，怕他們在路上暈倒」（瑪十五 32）。

此刻，請這樣對待我吧！為你所有信徒的益處，你將自己留在聖事中。

你是靈魂最甜美的點心，有幸食之者將是與你有分的人，也是永恆光榮的繼承者。

這確是我之所需，因我常沈淪犯罪，又易懈怠昏庸，需藉頻繁的祈禱與懺悔，以及領受你的聖體來重獲力量，來潔淨並激發我的靈魂，以免長久荒怠，悖離神聖的目標。

因為人心的思念從小就邪惡（創八 21）；除非有你神聖之藥的救助，否則必每下愈況。

而聖體能使他遠離邪惡，堅定他執著於善。

然而，現在，我領聖體時，如果還常常輕忽冷淡；若不領這神藥，懇求助佑，又將怎樣的冷漠呢？

儘管我並非日日皆善領聖體，也總要盡量努力在適當的時候領受這神聖奧蹟，讓自己成為如此宏恩的分享者。

忠信的靈魂只要還遠離你而寄居在這腐朽的身體內，這對她就是最大的安慰。常常專注於她的天主，以虔敬的心靈迎接她的至愛吧！

哦！多麼奇妙，你謙卑自下向我們表達你柔和的愛，哦！上主天主，你是眾靈的創造者、賦予生命者，請屈尊就卑來到貧乏的靈魂內，並以你整個神性與人性，滿足她的飢渴。

哦！快樂的心靈，幸福的靈魂，她堪當虔誠地領受你，她的主天主，並充滿神樂地領受你。

哦！她所款待的主何其偉大！她邀至家中的嘉賓何其受寵！她所接納的同伴何其可愛！她所歡迎的朋友何其忠信！她所擁抱、摯愛並以超乎其渴望的愛來愛她的另一半，又是何其英挺、何其高貴！

哦！我的至愛，讓上天下地盛裝以待，在你面前保持緘默；因為一切對他們的讚美都是你慷慨恩賜的禮物，他們怎能媲美你的聖名，遑論你無盡的智慧。⁷

古阿蒂尼蒙席
(Romano Guardini) 之著作節錄
(1885-1968)

主所遺留給我們的這種紀念方式，並不僅是對一個事件的追憶，或是對一位偉人的描繪，而是個人與基督之間關係的滿全，信仰者與其救贖者之間關係的實現。在彌撒中，基督完全以其個人的身分，背負著拯救人類的命運而來到世上。他不只是為了每個人而來，更是為了他自己……

……領聖體時，他個別接近我們每一個人，並說：「看，我立在門口敲門」（默三 20）。只要門在真誠的信仰與愛中開啓，他就進入，並為了他自己將自己交付給信仰他的人……

等候他，邀請他，領受他，感謝讚美他，與他同在，享受與他共融的親密——這就是基督徒的聖筵。⁸

彌撒前

阿弗拉提主教（Jacob Aphraates）之著作節錄

（第四世紀）

教父與敘利亞隱修士

要登堂入室進入天主的聖殿，只有一道門……因此一個人必須留心自己的口，國王之子將由此入，這個人要杜絕一切罪惡，以便領受主的聖體與聖血。⁹

聖巴斯卡（St. Paschal Baylon）的新禱
（1540-1592）

方濟會輔理修士與聖體大會主保

天上的君王，我主耶穌基督，我是如此一無是處的罪人，因著你神聖的召喚，並仰賴你的仁慈，得以接近你神聖的祭台。你召叫我來到你的餐桌前，並獻出自己當做我的食糧。因此，儘管是一個孩子，我也會像第二個本雅明一樣，冒險往赴兄長若瑟為其弟兄們所準備的筵席。我懇求你，天主，願我能從那兒攜回崇高聖事在你朋友身上所結的果實。我是如此虛弱無力，而你是為我帶來救恩的良醫。我是罪人，你卻為不虔敬的人辯護。我是如此貧乏，你卻無限富有。求你加增我的信仰與愛，並賦予我所有的美德，以便侍奉你，我願窮己一生讚揚你，直到最後在天上享有你……阿們。¹⁰

普智天使頌 摘自拜占庭禮

現在，讓我們放下一切世俗掛慮，神秘地扮演著普智天使（cherubim）的角色，向創造生命的天主聖三詠唱聖、聖、聖的讚美詩。眼雖不可得見，但讓我們一起以心神迎接眾天使護駕的萬有君王。阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋路亞！¹¹

紐曼樞機（John Henry Newman）的祈禱 （1801-1890）

哦！我的天主，你的居所應是神聖的，而你卻讓自己居住在我內。我主，我的救主，你來到我內，以你取自瑪利亞的血肉之軀，隱藏在世物的表象下。最初居於瑪利亞身形內的你，千真萬確地來到我內。我的天主，你看得見我，而我卻看不見自己……你看見一個一無是處的大罪人卻要去領受色拉芬（Seraphim）戰慄朝拜的唯一神聖天主……

我的天主，求你使我當得起你來到我內，也只有你能做得到。請由過往的一切潔淨我的心靈……讓我認清肉眼看不見的事物，使我在生活的點滴中真切、實際地愛你甚於世物、愛來世甚於現世。¹²

金口聖若望

(347-407)

君士坦丁堡總主教與教父

哦！我主，我的天主，我知道自己不配讓你屈居在我靈魂居所之下，因為它已如荒蕪的廢墟，幾乎讓你無處容身。然而，無上光榮的你卻為我們謙抑自下，如今甚至屈尊就卑與我為伍。既然你肯紆尊降貴生於山洞馬槽中，現在也同樣降尊紆貴進入我污穢罪惡的形體與靈魂的馬槽內。既然你未拒絕進入癩病人西滿的家中，與罪人同桌共食，你也同樣慷慨進入我卑微靈魂的居所，不棄我的癩病有罪。既然你未拒絕親近你觸摸你的罪婦，你也同樣憐憫我這個罪人，讓我接近你觸摸你。請賜予我恩寵，得以領受你的聖體與聖血，聖化、光照、強壯我卑微的靈魂與身軀，減輕我無數罪愆的重擔，免陷於魔鬼的誘惑，戰勝我罪惡的習性，舒緩我內在的衝動，好能實行你的誠命，讓你的聖寵日增，得以承繼你的天國。哦！耶穌基督，我的天主，我不是靈機一動才膽敢接近你，而是信賴你的無限良善，且害怕因為遠離你而成為靈魂大敵的獵物。因此，我虔心向你祈禱，哦！上主，唯有你是神聖的，請聖化我的靈魂、身體以及我的心靈，使我煥

然一新，請把敬畏你之情注入我的四肢。請你助佑我、引導我，以和平之道駕馭我的生活，並藉你純潔無瑕的母親與得你歡心的歷代聖人及眾天使的代禱與懇求，使我配與諸聖一同坐在你的右邊。阿們。¹³

領受基督聖體聖血前的祈禱

摘自聖安生 (St. Anselm) 之著作

(1033-1109)

坎特伯利總主教，本篤會會士，教會聖師

主耶穌基督，由於聖父的計劃，和出於你自由意志的聖神工作，你經歷了死亡，並仁慈地將世界由罪惡與永死中拯救出來。

儘管愛主不夠熱情，侍主不夠熱心，我仍竭盡所能地朝拜尊崇你。

感謝你賜給我聖體聖血這麼好的禮物，我渴望領受，以洗淨我的罪，並藉以禦防再犯。

主，我承認自己不配接近、碰觸這件聖事，但我信賴你的仁慈，你因這仁慈，而願為罪人捨棄生命，使他們脫罪，且自願交付自己，成為獻於天父的神聖祭品。

身為一個罪人，我斗膽領受這些禮品，好使自己能脫罪成義。

因此，人類仁慈的愛人，我祈求你，不要讓你為洗淨罪過而賜給的，反使我增加罪愆，請為保護我寬恕我而賜給我。

哦！我主，請教導我以雙唇和心靈去體會，並以

信仰與愛情去了解，藉著這件聖事，藉著抑制舊人與革新生活，讓我得以效法你的聖死與復活。

「你的身體就是教會」，願我當得起與你的身體合而為一，以便我成為你的肢體，你成為我的頭，我能存留在你內，你也存留在我內。

於是，在你的復活中，就像你藉宗徒所作的許諾，你將按照你光榮的身體，來改造我卑賤的血肉，而我將在你內永遠因你的光榮而歡躍。你和父及聖神永生永王。阿們。¹⁴

節錄自英國薩祿（Sarum）日課之祈禱
（1508年版）

哦！光榮的耶穌，最溫良的耶穌，最親愛的耶穌，我祈求你，在我去世之前，讓我真心告罪、懺悔與補贖，得以無罪地享見並領受你的聖體，耶穌基督，人類的救主，既是天主又是人；我主天主，我祈求你，為你光榮的聖傷，寬恕我的一切罪過，以便我在聖教會的真實信仰以及基督徒同道的成全之愛中結束我的一生。藉萬福聖母瑪利亞與天上諸聖的光榮助佑，我將我的靈魂託付在你的手中。阿們。

願耶穌基督的聖體成為我身體與靈魂的救恩。阿們。

願耶穌基督光榮的寶血引領我的靈魂與身體進入永遠的福樂。阿們。

我呼求天主的憐憫，我呼求天主的憐憫，我呼求天主的憐憫。我的造物主，請來；我的救贖者，請來；我的救主，請來。我以痛悔對你曾大不仁的心呼求你的憐憫。¹⁵

「罪人的筵席」
聖安博（St. Ambrose 340-397）
米蘭總主教與教父

主耶穌，縱使我只配被人丟入大牢，你仍邀請我到你的餐桌前。因此我戰戰兢兢地接受你的邀請，只因你仁慈良善的鼓勵。

我的靈魂與身體已為諸多罪行玷污，我的口舌與心靈肆無忌憚，以致損人不利己。我的靈魂為惡行所傷而淌血，我的身體猶如撒殫的殿堂。若我來到你的面前，而你是審判我的判官，你必然處我以永罰，因為那是我罪有應得。

然而，我來到你的面前，你不是一位判官，卻是一位救主。我所仰賴的不是你的審判，而是你的仁慈。當你視我為無惡不做的受造物時，我懇求你的目光充滿憐憫與寬恕。當我坐在你的餐桌前，求你在我內注入新而聖潔的精神，好讓我當得起與你共享晚餐。¹⁶

節錄自英國薩祿彌撒經本之祈禱

(1526年)

(大部分摘自聖道茂的一篇禱文)

主，我當不起你來到寒舍，唯有信賴你的仁慈，我才得以親近你的祭台。生病時，我尋求生命的良醫；眼盲時，我尋求永恆之光的光明；貧困時，我尋求上天下地的主；衣不蔽體時，我尋求光榮的君王；羊尋找牧人；受造物尋求造物主；孤獨時，我尋求仁慈的安慰者；不幸時，我尋求憐憫者；犯罪時，我尋求寬恕的施予者；褻聖時，我尋求護衛我的那一位；心硬時，我尋求恩寵的傾注者。我懇求你以無限仁慈俯允我，治癒我的虛弱無能，洗淨我的污穢不潔，開啓我的盲目，充實我的貧乏，覆蓋我的裸體，領回流浪者，安慰孤獨者，讓犯罪者獲諒解，罪人得寬恕，作惡之人獲原諒，被控訴者獲生命，亡者能成義，則我或能當得起領受你，天使的食糧，萬王之王，萬主之主。願我以如此純淨的心身，如此痛悔的心靈與淚水，如此神聖的喜悅，如此的敬畏與戰兢，如此的尊崇與榮耀，如此的信仰與謙遜，如此的定志與愛情，如此的祈禱與感恩，全都奉獻給你，以獲得永生與罪惡的赦免。阿們！¹⁷

聖嘉業（St. Cajetan）的祈禱

（1480-1547）

戴狄諾公禱會會祖與改革者

哦！上主，請從祢高天的聖所俯視，看這神聖的犧牲，偉大崇高的司祭，祢的聖子我們的主耶穌基督，為他弟兄的罪而向祢獻上自己；請息怒，不要看我們的諸多罪愆。請看，我們的兄弟耶穌寶血的吶喊，從十字架上向祢呼號。哦！我主，請聽；上主，請息怒。請聽，請不要因為祢自己的緣故而遲延，我的天主；這個城市和祢的子民因祢的名懇求祢，請以祢的仁慈對待我們。阿們。願祢保護、撫慰並降福這個城市，懇求祢俯聽我們。¹⁸

彌撒前的祈禱

主耶穌基督，我該如何準備自己，前去參加你由最後晚餐開始並在加爾瓦略山完成的神聖犧牲？那永恆的聖體聖事起自悲傷，而後在痛苦中不只延續到世界末日，更貫穿了永恆。這是一種無盡的愛與服從，你以全人類首領的身分，將自己奉獻於天主聖三，甚而在神性中獻於你自己。這些奧蹟全然超出我的理解，但因著你的啓示，我能知道這都是真實的。不久，一位司鐸，一個可憐的人，將宣講你的聖言，我們每一個參與彌撒的人都將被提升，超越此時此地，而成為天堂唱詩班與永恆神聖禮儀中的一份子。我們這些塵世的受造物，豈敢認為自己堪配參與如此神聖的事物？但我們相信它，因為這個禮儀已在世間開始，從你身而為人的最初時刻，祭台就已備妥，鋪上了祭台布。你歷經塵世的生活，為宣講福音與召喚信眾祈禱而奔波。最後在生命的高峰時刻，你服從至死，為整個世界將自己奉獻給天父。你光榮地復活和升天，為我們指出十字架及墳墓以外的事實，並提醒我們聖體聖事不只是紀念，也是永遠參與你以新創造界司祭的身分所舉行之天堂神聖的朝拜。

哦！主，請賜予我你的聖神，在彌撒中提升我的

心靈；使我加入你的行列，成為天堂唱詩班的一份子；虔誠地伴隨億萬聖人、天使大合唱團、朝聖旅途中神聖的靈魂，和世界上所有努力奮鬥的基督徒。求你使這彌撒成為我生命中新的開始，且是更接近你的一步。願藉這聖餐的激勵，使我明瞭你將在生活的荒野伴我同行，你會支持我，使我不只像一個與你結合者那般祈求，更能身體力行去實現：我生活已不是我生活，而是你在我內生活。阿們。

領聖體後的感恩

碧岳神父（Padre Pio of Pietrelcina）書信節錄
（1887-1968）

嘉布遣會會士與受印五傷者

彌撒結束後，我留下來向耶穌感恩。那個早晨與天堂樂園的對話是多麼甜蜜啊！真是何其甘美，我想向你傾訴，卻做不到，因為有些事無法譯成人類的語言而不失其深邃、神聖的意含。耶穌的心與我的心——請容許我這樣表達——完全融合在一起，不再是兩顆跳動的心，而是一顆心。我自己的心已然消失，就好比一滴水落在汪洋中。耶穌就是我心的樂園，就是我心的君王。我喜不自勝，雙頰不禁沾滿了幸福的淚水。

19

聖女大德蘭自傳節錄
(1515-1582)
赤足嘉爾默羅會會祖與教會聖師

貧窮者的財富啊！你是多麼清楚該如何贍養靈魂！如果他們看不到如此偉大的財富，你會一點一滴的叫他們看見。當我注視無上權威如此神奇地隱藏在那麼小的一片麵餅中，令我對這美妙的智慧讚嘆不已時，竟不知上主如何給了我力量和勇氣去接近他。²⁰

聖思定的祈禱

(354-430)

希波主教與教父

耶穌，為了你的名號，
請實行你名號所做的宣告。
耶穌，請原諒那令你心痛的傲慢，
並眷顧那不幸的人，
他呼求你柔和的名號——
寬慰人靈的名號，愉悅人心的名號，
賜予罪人希望與祝福的名號。
耶穌，除了救主，你的名號有何他意呢？
因此啊，為了你名號的緣由，
耶穌，請做我仁慈的救主。²¹

「致主基督」

聖西滿（St. Symeon）

（第十世紀）

聖賢傳記作者及拜占庭皇帝羅馬諾斯二世國務大臣

我的造主，你，為了餵養我，
自由地獻出你的血肉，
你是燃盡無用者的烈焰，
哦！請不要毀滅我！
卻要請你進入我四肢百骸……
滲透我的心靈與血脈！

如同燃燒荊棘一般，
燒盡我所有的罪惡吧！
滌淨我的靈魂，
聖化我的思緒！……
照亮我五官的幽暗處！
將我牢繫在對你的敬畏中！

請看顧我，庇蔭我，永遠守護我
靈魂不為思言行為所玷污。
請潔淨我，裝飾我，導我於正途！

賜我明悟，啓我愚昧。
使我成為你神靈的居所，
切莫淪為罪惡之地。
天上無形修會可愛的諸君，
你的眾先驅、諸聖宗徒和
你聖潔無瑕的母親，
都在你台前，
為我向你祈求代禱。
基督，請以你的憐憫，
俯允他們的轉求！
使你的僕人成為光明之子！²²

聖週六的祈禱
(第三或第四世紀)

今日我們看見了

我們的主耶穌基督在祭台上。

今日在他的庇蔭中

我們獲得了火炭，

吟唱天使頌。

今日我們聽見了

親切而有力的聲音說：

這身體燃燒罪惡的荊棘。

這身體光照

所有信徒的靈魂。

這身體

患血漏的婦女碰到，

她極度的痛苦消失……

孩子們，請看，我們吃下去的

是何等的身體，喝下去的

是何等的血，與天主訂立的

是何等的盟約。

哦！在報酬的那一日

將不再蒙羞。

誰能充分頌揚

你恩寵的奧秘？

你使我們能

分享這份禮物；

願我們安享至終，

以便聽見

蒙受祝福的聲音，

親切而神聖的聲音，說：

來吧，你已蒙受

我父的降福；

在等待你的國度中

享有一席之地。²³

聖道茂（St. Thomas Aquinas）的祈禱

（約 1225-1274）

道明會會士與教會聖師

哦！最親愛的耶穌，我主，我的師傅，你愛的力量，微妙甚於火，甜美甚於蜜，使我的靈魂沈入深淵，把它從過度熱愛世物之情中拉拔而出，好讓我能藉你的愛而死。因為正是出於愛，你為我屈尊死於十字架上。²⁴

基督的靈魂
十四世紀匿名作者
紐曼樞機譯

基督的靈魂求你聖化我，
基督的聖身拯救我，
基督的寶血酣暢我，
基督肋旁的水滌淨我，
基督的苦難求你堅勵我，
慈善耶穌求你俯聽我，
在你的聖傷內求你隱藏我，
切勿許我犯罪永遠離開你，
在諸仇諸惡中求你護祐我，
及我等死後仁慈召喚我，
恩賜我升天享見你，
與天朝諸神聖偕同讚美你，
以至千秋無窮之世。阿們。²⁵

「放射基督的光芒」
一篇自紐曼樞機著作中改編的祈禱文
仁愛傳教修女會

親愛的耶穌，請幫助我們在所到之處散播你的芬芳。將你的精神與生活傾注在我們的靈魂內。滲透並佔有我們整個的存在，完全而徹底，讓我們的生命僅僅成為你的一道光芒。透過我們光照普世，且如此的臨在我們內，使我們所接觸的每一個靈魂，都能感受到我們靈魂內你的臨在。讓他們看見、瞻仰的不再是我們，而只是你，耶穌！請與我們同在，我們才能如同你一般發光；猶如一道光芒照耀他人；哦！耶穌，這光芒將完全來自於你，全然不是出自於我們；是你要透過我們照耀他人。讓我們以你最喜愛的方式藉光照我們周圍的人讚美你。讓我們不以講道來宣揚你，不以言語而以芳表，藉著獲取人心的力量、引人共鳴的行動、內心對你愛的明顯滿全來宣揚你。阿們。²⁶

至真至聖
(十四世紀)

萬福，真實的身體，真實生於
溫柔的童貞瑪利亞，
真實地奉獻、受刑、受苦於
十字架上，為人受辱，
從愛所刺透的神聖肋旁
流出你真實的救援寶血。
哦！可愛、溫柔的至一，
瑪利亞之子，至親至愛的耶穌，
在我死亡的極度苦痛中，
作我預嚐的甘飴。²⁷

溫徹斯特（Winchester）原稿之祈禱節錄 （十一世紀）

耶穌，我主天主，你是我們的道路、真理和生命，求你讓我們分享永恆的幸福。你從天上為世界帶來真實的生命，我們承認你是強化人心的生命食糧，凡到你這裡來的永不會饑餓，信從你的總不口渴。哦！全能的天主，你的肉是真正的食糧，哦！耶穌，你的血是信眾的飲料。哦！主，你藉此奧蹟將我們從死亡中拯救出來，使我們能持久沈穩地在你內生活。因此，我們懇求你紆尊降貴，讓我們得以參與此神聖奧蹟，頌揚你的名。哦！基督，你命令我們要彼此相愛，藉著你賜予的這份禮物，我們才能滿全此誠命。你的愛如此傾注於我們的靈魂內，直到對他人的愛在我們心中泉湧出來，而不再懷恨、嫉妒，甚至邪思歹念亦無立足之地。看在你聖體的份上，請寬恕我們因血肉之軀的脆弱而犯的過錯。哦！基督，唯獨你是完全潔淨的，請你以恩寵的力量洗淨我們心中的所有污點，和靈魂上的一切瑕疵。哦！天主，你是真正的和平，懇求你使我們的靈魂不受干擾，心靈在你內得享安寧，因為哪裡有和平，就必有你的鑒臨；你是萬有之有。

我！主，請來，永遠佔有我們，使我們真正成為你聖
神的宮殿。²⁸

聖女佳琳（ St. Catherine of Siena ）的祈禱
（ 1347-1380 ）

道明第三會與教會聖師

哦！無窮無盡的愛啊！

正如你將自己給了我們，

完完全全的天主亦完完全全的人，

你將整個的自我留給我們當食糧，

讓我們在現世朝聖旅途上，

不致累倒在疲乏中，

反而因你，天上的食糧，得到力量。

哦，唯利是圖的人啊！

看看天主留給你什麼？

他將自己留給了你，

完完全全的天主亦完完全全的人，

隱藏在這白色的麵餅中。

哦，愛之火啊！

難道以祢的肖像創造

並以祢聖子的寶血重新創造我們走向恩寵，

而不將自己

整個神聖的存在，

整個的天主，

賜給我們當作食糧，
賦予我們的就嫌不足？
是什麼驅使祢？
除了祢的愛，無他，
因祢為愛而瘋狂！²⁹

金口聖若望的祈禱

摘自亞美尼亞禮

啊！主，我的天主，感謝你，讚美光榮你，今日蒙你屈尊就卑，卑微如我者，才得以參與你至聖聖體聖血的神聖奧蹟。

有幸得此護衛，懇求你在我生命中的每一天，都讓我活在你的神聖中，藉紀念你的良善和恩惠，使我得與你一起生活；哦！我主天主，因為你的確為我們而再度受苦、死亡和復活。請不要讓仇敵來傷害我已有的你寶血為印記的靈魂，請滌盡我所有的罪愆，啊！主天主，因為惟獨你是無罪的。

主天主，請保護我免於一切的不幸，驅除我的仇敵，及所有會陷我於罪惡者；賜我力量，堅定我的雙足、思言和行為；請依照你的許諾：「誰吃我的肉，並喝我的血，便住在我內，我也住在他內」，常常同我在一起。人類的愛人啊，你既然曾這樣說過，就請你堅守這些祝福的話，也就是你神聖不可侵犯的宣言。啊！天主，因為你是仁慈的、慷慨的，你是人類的愛人，你賜予我們一切美善。願光榮歸於你，及父及聖神，從現在到永遠，及世之世。阿們。³⁰

聖文德（St. Bonaventure）的祈禱
（1215-1274）

方濟會總會長

阿巴諾樞機主教與教會聖師

哦，最親愛的耶穌，請以你最甜蜜、最有益的愛之聖傷，以及真實、親切、具使徒性的神聖愛德，穿透我靈魂的最深處，使我的靈魂能因為同樣的愛和對你的渴慕，而渴望受苦、衰微；願我的靈魂惟獨渴慕你，並為渴求你的居所而消耗殆盡，願它渴望脫離肉身的束縛，常與你同在。

求你使我的靈魂渴求你，天使的食糧，神聖靈魂的點心，我們的日用糧，賜予我們力量及其中所含種種甜美怡人的滋味。天使也渴望仰瞻的你，願我的心靈只渴慕你的餵養；願我的靈魂充滿你特質的芬芳，願它永遠渴求你，生命之泉，智慧與知識之泉，永恆光明之泉，一切喜樂的激流，天主家中的財富。

願我常熱情地渴慕你，尋求你，發現你，默思你，讚嘆你，論及你，並心懷謙遜和明智、愛情和愉悅、自在和感動，踐行一切光榮你名之事，恆心到底。

只有你，永遠是我的希望、我全部的信心、我的財富、我的喜悅、我的快樂、我的幸福、我的安息和

寧靜。願你是我的平安、我的甜蜜、我的芬芳、我的食糧、我的養分、我的避難所、我的所有。最後，求你成為我的寶藏，讓我的心靈在你內，永遠堅定不移。阿們。³¹

「感恩經」
摘自亞美尼亞禮

哦！基督，我們的天主，我們感謝你，為聖化我們的生命，你以良善賜予我們食糧，使我們在你神聖的保護下得免犯過，並在你聖善愉悅的牧場中獲得餵養，賜我們力量抵抗魔鬼的一切陷阱，我們才得以聆聽你神聖的聲音、跟隨你這得勝且真實的牧者，並接受你為我們在天國所準備的地方。哦！我們的主天主和救主耶穌基督，你和父及聖神受頌揚，直到永遠，及世之世。阿們。³²

領聖體後

主啊，我參加了你的聖筵，你以天使之糧，餵養了我這不免一死的人類。這真是難以想像！你以最親密的方式進入我內，世界的救主已來到我內。當你復活後出現在晚餐廳，門徒內心是多麼喜悅！他們多麼高興能在你光榮升天之前看到你。保祿多麼感激能前往大馬士革的路上遇見你。在教會歷史中，有多少次你讓聖人以有形可見的方式和你相遇，使他們在辛苦的工作中得著力量。

儘管相遇的方式並非驚天動地，你卻接近了像我這樣貧乏、軟弱、有罪的一個人。你關心了我，你扶持、引領了我。你曾抓住我的肩，讓我不致跌倒。當我跌倒時，你又在那兒陪伴了我。

主啊，讓我接受今日由你所領受的一切。願我的生活參與你為愛、服從和忍耐所做的犧牲。當聖筵結束時，我充滿領受聖體的恩寵，願我能藉著愛、仁慈、慷慨、寬恕、忍耐，將你帶給別人。請幫助我掙脫自私自利的牢籠，不受自以為重要的事所束縛。請賜我恩寵如你一般地對待他人，並在他們內發現你。這就是領受聖體的真諦，也是我們與所有信徒的聯繫，藉你的愛與所有天主子民相偕。主啊，藉著領受聖體你

來到我內，請鎮日與我同在。如果你與我同在，你的聖神也提醒我，我將能實行你所做的一切。我要永遠藉聖神的恩寵努力承行天主的旨意。阿們。

第二章

朝拜聖體：

守聖時與明供聖體的祈禱



熱心的信友守夜祈禱陪伴聖體中的基督，至少已有八百年，甚至長達一千四百年的歷史。聖體聖事幫助我們專注並確信他與我們同在。虔誠地親近隱藏於此奧蹟中的基督，能讓我們不斷地在基督徒生活中得到更新。要展示內在、外在雙重的崇敬記號，就要高舉聖體使之超出普通的事物，如聖保祿勸導的：去憶起神性的實體。如果一個人蒙降福而如此實行一個小時的話，其靈魂必充滿靜默、崇敬、感恩與愛的熱誠。當然，這也就答覆了基督的邀請，「……你們竟不能同我醒寤一個時辰嗎？」（瑪廿六 40）

將聖體供奉在聖體光中，能幫助我們更熱心敬禮奧秘的標記。這祭品奧妙地實現基督臨在的承諾——「這就是我的身體……這就是我的血。」如同我們今日所行之明供聖體的習俗，始於十三世紀，是一種讓人愛上默想及默觀的有力的邀請，也是許多度隱修生活的默觀修女團體生活的中心。如果在堂區或小聖堂明供聖體，對熱心的信友也同樣具有實益。

凱西神父（Solanus Casey）言談節錄
（1870-1957）
底特律聖文德修道院司門

我們在哪裡有什麼關係？反正無論到哪裡，不都是在那兒侍奉天主嗎？而且無論到哪兒，我們的主不都是會在聖體聖事中與我們同在嗎？這還不足以讓我們開心嗎？³³

聖艾模（St. Peter Julian Eymard）之著作節錄
（1811-1868）

聖體聖事修會（SSS）會祖

哦！是的，主耶穌，請來為王！讓我的身體成為你的宮殿，讓我的心靈成為你的寶座，讓我的意志成為你虔誠的僕役；讓我永遠屬於你，只在你內為你而生活！³⁴

「短暫朝拜聖體」

紐曼樞機

我把自己放在他的面前，在我置身該處以前，我就在他道成人身的臨在內。

我朝拜你，哦！我的救主，你以天主並以人的身分臨在這裡，臨在於靈魂和肉體內，臨在於真實的血肉之軀內。

我承認我在這神聖的人前屈膝，這人是由瑪利亞子宮所孕育，並躺在瑪利亞的懷中；這人長大成人，在加里肋亞海邊召叫了十二門徒，施行奇蹟，宣講智慧與和平的言語；這人在預期的時節懸在十字架上，躺在墳墓中，又自死者中復活，如今在天上為王。³⁵

我讚美頌揚他，並將自己完全奉獻於他，他是我靈魂真正的食糧，是我永恆的喜樂。

「朝拜聖體時的行動」
聖雅風（St. Alphonsus Liguori）
（1696-1787）
贖世主會會祖與教會聖師

我主，耶穌基督，你對人類的愛日復一日地蘊含於此聖事中，充滿憐憫與愛情，等待著召喚並接納所有前來朝拜你的人。我相信你臨在於聖體聖事中，我從自己空無的深處朝拜你，感謝你賜予我的諸多恩寵，尤其是你在此聖事中將自己交給我，將你的母親瑪利亞賜予我，做我的護慰者，並召喚我在此聖堂中朝拜你……我的耶穌，我全心愛慕你，並痛悔過去常冒犯你無限的良善。藉你聖寵的恩佑，使我立志不再得罪你。我是如此卑微，今將自己完全奉獻給你，願捨棄我的意志、感情、渴望和所有的一切。從此只要是你所喜所願，屬於我的一切都願隨你安排。除了你和你神聖的愛，我別無所求，求你讓我堅持到底，圓滿踐行你的意志。³⁶

「度愛的生活」

聖女小德蘭 (St. Thérèse of Lisieux)

(1873-1897)

(寫於 1895 年四十小時明供聖體敬禮)

在愛的傍晚，毋庸比喻，耶穌道：「誰愛我，就要終其一生，遵守我的話。我父和我將到他那裡去。我們將住在他的心內。我們將到他那裡去，永遠愛他。我們要讓他懷著平安，存留在我們的愛內！……」

度愛的生活就是倚靠你的生命而生活，光榮的君王，選民的喜樂。你為我而活，隱藏在麵餅內。耶穌啊！我要為你隱藏自己。相愛的人必要遺世獨處，心心相印日以繼夜。只要你垂青即造就我的福樂。我因愛而生活！

……

度愛的生活並非在大博爾山端架上個人的帳篷，而是與耶穌同登加爾瓦略山。是將十字苦架視為寶藏！……只有在天上我會因喜樂生活；屆時，試煉將永遠逃之夭夭，在此放逐之界，我願意在痛苦中度愛的生活。

度愛的生活就是效法瑪麗：她以淚水和珍貴的香液，浸潤你神聖的雙足，又以長長的髮鬢擦乾，並因

深深的感動而熱切地親吻了你的聖足……然後她起身，打破油瓶，將香液敷在你可親的臉上。至於我，為你面龐敷油的香液則是我的愛！……³⁷

在至聖聖事中向耶穌祈禱
教宗若望廿三世 (Pope John XXIII)
(1958-1963)

哦！耶穌，世世代代全體子民的君王，請接納我們，與你結義的弟兄，所謙恭奉獻於你的敬禮與讚美。

你是「那由天降下，並賜給世界生命的食糧」（若六 33），最崇高的司祭和犧牲。為人類的救贖，你在十字架上作贖罪的血祭獻於永生的天父，如今你又藉司祭的手，每天在祭台上奉獻自我，為在每一個人心中建立你「真理與生命的神國、聖德與恩寵的神國、正義仁愛與和平的神國」（基督君王節彌撒頌謝詞）。

哦！光榮的君王，願你的國來臨！願你在「恩寵的寶座」上為王（希四 14）！願你在孩童的心中為王，保護他們純潔無瑕猶如白百合。願你在年輕人的心中為王，讓他們健康單純地成長，並聽命於家庭、學校及教會中代表你的人。願你在我們的家中為王，讓父母與子女生活於平安內，服從你神聖的律法。願你在我們的國度為王，讓所有公民在各種社會團體和諧的秩序中，感受到自己是同一天父的子女，蒙召為造福世界而攜手合作，並欣喜同屬於一個奧秘的身體，在此身體內，你的聖體聖事立刻成為象徵及永恆的泉源。

最後，萬王之王、「萬主之主」（申十 17）啊！願你統馭大地上所有的國家，開導一切統治者，效法你的榜樣，讓他們所懷的「是和平而不是災禍的計劃」（耶廿九 11）。

哦！耶穌，請臨在祭台上的聖事中，教導所有民族懷著喜樂的心侍奉你，並明瞭「侍奉天主就是讓天主為王」。哦！耶穌，願你的聖體聖事光照我們的心靈，堅定我們的意志，悅樂我們的心情。願這聖事成為軟弱者的扶助、痛苦者的慰藉、臨終者旅途上救恩的食糧，並成為所有人「將來光榮的保證」。阿們。³⁸

教宗若望保祿二世就職明供聖體祈禱

(1981年聖伯鐸大殿聖體聖事堂)

「主，請同我們一起住下吧！」

哦！基督，這些話第一次是由厄瑪烏門徒說出來的，在接下去的數世紀中，由你無數門徒口中也不知說了多少次。

如今我要說同樣的話……

基督，我說這話是為邀請臨在於聖體聖事中的你，接納每一天在此大殿小堂中持續一整天的朝拜。

今天請同我們一起住下，從此刻起每一天與我們同住，隨著我內心的渴望……

請住下吧！好讓我們在朝拜與感恩的祈禱中、在贖罪與懇求的祈禱中與你相遇；凡造訪此大殿的人，都受邀在這些祈禱中與你相遇。

請住下吧！你隱藏在信仰的聖體奧蹟中，同時又在此聖事餅與酒的形象下彰顯自己。

請住下吧！你在此大殿中的臨在會不斷地獲得肯定，凡進入此殿的人都會意識到這就是你的居所，「這就是天主與人同在的帳幕」（默廿一3），造訪此殿將由其中發現「生命與聖德的泉源從你聖體聖心中湧現。」……

我們渴望時時刻刻敬拜你，隱藏於餅酒形內的你，重燃起「進入永遠光榮」（伯前五 10）的希望，那光榮始建於你「坐在天父右邊」的光榮身體。³⁹

「赴使徒工作前的祈禱」
(德肋撒修女仁愛傳教修女會)

親愛的主，偉大的治癒者，我在你前屈膝，因為一切完美的恩賜皆出於你。我祈求你賜予我巧妙的雙手，清晰的洞見和仁慈良善的心靈。請賞賜我單純的目的、充足的力量去承擔那些受苦同伴的重擔，真正實現你給我的恩典。請剷除我內心的狡詐與庸俗，代之以赤子的單純信仰，好讓我全心信賴你。阿們。⁴⁰

聖高隆（ St. Columbanus, +615 ）的祈禱
愛爾蘭隱修士與傳教士

主，祈求你做我黑暗中的明燈。請觸動我的靈魂，在它內燃起一把火，好叫它燈火通明，照亮我的生命。如此我的身體才能真正成為你的宮殿，為你在我內心祭台上燃燒的永恆火焰所照亮。祈願在我內的光輝也照耀我的同道，驅除無知與罪過在他們內所形成的黑暗。讓我們一起做世界的光，向週遭的人彰顯你福音的光明和美善。⁴¹

聖猶德（ St. John Eudes ）的祈禱

（ 1601-1680 ）

猶德會創辦人

哦！我主耶穌，我匍伏於你腳前；在你浩大無邊的神力中臣服於你神聖的尊威與愛情；我在你內及你所有生命的奧蹟中敬拜你、光榮你、愛慕你。我在你三十四載短暫的塵世生命中敬拜你。當人們能目睹你在世之生活時，我在你生命的頭一刻、在你神聖的童年、在你辛勤工作不為人知的歲月裡、在你公開傳道的生活中敬拜你；現今我敬拜在聖體聖事中仍與我們同在的你。我在你一切苦痛中，無論是內在或外在的苦痛，並在你生命的末刻，敬拜你。我在你升天獲享天堂光榮與福樂的生命中敬拜你。我在你與童貞榮福瑪利亞、天上地下諸天使聖人共享的生命中，敬拜你。總而言之，我在你神聖、光榮、廣闊的現世生命所含攝之其他一切奧蹟奇事中敬拜你、愛慕你、光榮你。我讚揚你，並為你在生命各種境遇中永遠歸光榮於父，而向你獻上無盡的感謝。

我向你獻上所有的愛；向你過去曾做的一切致敬；
向你的一切奧蹟與榮耀中將永受天使聖人的讚頌致敬；

祈求諸聖天使為我，以種種可能並相稱你光榮的方式，
至謙至卑地愛慕、光榮你。⁴²

聖多默穆安（ St. Thomas More ）的祈禱
（ 1478-1535 ）
英國首相與殉道者

良善的主，請賜我完全的信德、
堅定的望德與熱烈的愛德，
良善的主，我愛你，遠勝於愛我自己，
且不愛你所不悅之事，
而愛你所中悅的一切……
良善的主，請讓我脫離這不冷不熱的狀態，
甚或對默想極為冷淡的態度，
以及向你祈禱時所表現出的愚鈍。
請賜我熱情、喜樂、活潑地思念你；
並賜予我恩寵渴求你的聖事，
尤其是為你在聖體的臨在中歡喜
（至愛的救主基督，在祭台上的聖體聖事內）
賜我因你仁慈的眷顧而及時感謝，
並在那重要紀念物上，以溫柔的憐憫
思憶你所受的極大苦難。⁴³

聖週四感恩守夜祈禱
摘自 1985 年阿根廷敬禮手冊
(亦適用於其他時辰)

仁慈的救主，在這神聖的夜晚，我們紀念你愛的盟約和你靈魂的極大苦痛，而哀慟欲絕。

我們願伴隨你到橄欖園，答覆你不斷的召喚，至少以一個時辰的醒寤祈禱陪伴你。

我們深知你的雙肩也承擔著我們的罪過，而那痛苦之杯也滿溢我們的過犯與不忠。

因此，我們願將這個時辰的朝拜，化為補贖與愛情的行動奉獻給你。

耶穌，求你淨化我們的靈魂，將我們從不冷也不熱的桎梏中解救出來，保佑我們免陷於誘惑。

在那哀痛和沮喪的黑暗時刻，求你使我們效法你，在長時間的祈禱中，尋獲力量以全心追隨父的旨意，並勇敢地面對你的苦難。

受苦的耶穌，我們感謝你愛慕你，求你讓我們能為你而生為你而亡。⁴⁴

聖時祈禱

主啊，感謝你賜給我這個朝拜聖體的時辰，這是一個寧靜、收斂、治癒的時刻。我何其榮幸能享有這一個時辰與你同在！這讓我覺得自己就像門徒一樣，能在路上或傍晚坐在樹下，靜靜地和你聊天。

我要和你說些什麼呢？我的一切你已知悉。你了解我的一切需要、一切缺失，連我內心向善的意念，你也無不知曉。我願在這個時辰朝拜你這位無限神聖的天主。你和父合而為一，你曾許諾我們也將在你內合而為一。我為自己在生活中忽略的一切祝福而感謝你，也為生活本身感謝你，不管物質生活或精神層面。

我曾不經意地令你失望，失落了你賜予我的恩寵，我願為自己所有的缺失和罪過，祈求你的寬恕和治癒。我決意將自己所關心的每一個人、擔憂的每一件事，以及生活中的每種需要，完全信賴地託付給你。無論發生什麼事，我承諾要信靠你，因為即使在最糟的情況下，你也能叫我看見善。我不求你改變現況，只求你讓我在任何情況中，都願尋求你的旨意、你的聖德和你所賜予我的成長機會。我會試著說：「我知道你與我同在。」最後，我願為我自己、我所關懷的人和整個世界，將我的生活、渴求和希望重新調整，全以

你為導向。願你的國來臨。願你的聖神與我們同在，就如你在最後晚餐所許諾的，請不斷地派遣你的聖神來到我們中間。

當我看著這奧秘的標記，白色麵餅，我的眼睛雖辨視不出其中的存在，但我心中的信仰卻能肯定是你，我的主天主，就是你在那兒。我願為這信德的寶貴恩賜感謝你。阿們。

晨間朝拜聖體

耶穌，一天開始了，這是一個新的機會，一切可以重新開始，新工作也尚待完成。這一天尚未毀於我的軟弱、分心、煩躁和自私。這是一個嶄新的日子，是你賜予我的禮物。多麼感謝今晨我能在你的聖體臨在中。讓我彷彿你的門徒，在加里肋亞路邊醒來時，發現他們自己靠近你睡在樹下或一幢舊房舍的屋簷下。我看著聖體櫃和發光的燭火，你光輝的臨在召喚我迎接這嶄新的一天。你的愛彰顯於聖體中的臨在，就如你活在納匝肋一樣真實，讓我滿懷信心地開始這一天的生活。當我離開聖堂，責任與義務召喚我開始這一天時，求你與我同在。求你無形地臨在於我所做的每一件事中，我深知自己做不好，會有許多缺失，甚至罪過也在所難免。但你容忍你的門徒，甚至責備他們時也原諒他們。主，請與我同行，並以你的眷顧召喚我回歸正途。但最重要的是請與我同在，讓我將自己對這財富的小小反省分享給別人，這財富乃是你每天的開始直至世界的終結與我們同在所賜予我們的。阿們。

日間朝拜聖體

哦！主耶穌基督，這一天真是忙碌。我既無法專心又感千頭萬緒，內心充滿焦慮、擔憂，甚至恐懼。許多責任、挫敗以及超出我能力的事困擾著我。我逃離生活中的喧嚷、街道上的噪音和旁人的需索要求，來到你跟前，而你就在這兒。剎時間我彷彿與你同在加里肋亞海邊的真福山上，瞭望寧靜的海水和翠綠的山丘。你說：「凡勞苦和負重擔的，你們都到我跟前來，我要使你們安息。」你在聖體中的臨在，讓我再次肯定這話真實不虛。

雖然我知道，當我離開聖堂時你仍與我同在，但我可能會不知放眼何處，也不知如何舉心向上。可是，在這兒我知道你在此。你的聖名雖銘刻在世間一切造化中，我卻往往視而不見。然而在這寂靜中，我和你在一起。你召喚門徒說：「來吧！休息一會兒。」主，我在這裡，在此片刻，請賜你的聖神充滿我，好讓我知道你與我同在，當我回到生活中的工作崗位上，我能肯定你就在我身邊，我得在平安中實行你的旨意。阿們。

晚間朝拜聖體

神聖的師傅啊！黃昏日盡時分，我來到你前。今天就像過去許多個日子一樣，你的臨在、你的恩惠、你賜聖寵的機會都叫我的過失和自我中心給毀了。今天我讓很多人失望，對你賜予的無限恩寵我無法相稱地回應。然而在這兒，你卻以沈靜的臨在等著我！這是觸動懺悔之心的力量，也是點燃希望之光的動力。你在靜默中等待我，等待每一個人。縱使是萬惡不赦的罪人也能來到你面前，跪伏在你的聖體櫃前。

耶穌，你是貧者之父，只有你會寬恕罪人。我來到你面前，獻上我這一天，我知道我會重獲治癒。我完全相信你不吝於寬恕的愛，因為你選擇與我們日夜同在，直至今世末夕來臨，我們從這死生有時之地走向你無盡期的神聖臨在。我將今天所有的臨終者帶到你面前，求你派遣聖神臨於他們每一位。

我將自己全部的家人、親友獻給你，請引領、光照我們每個人。我將所有需要皈依的人託付給你。

我將自己的明天交付在你留有釘痕的雙手中，我才得以安息。阿們。

我今在城朝拜

聖明王

第三章

聖體遊行



早在十一世紀坎特伯利（Canterbury）主教座堂在聖枝主日加入聖體遊行的儀式之前，以莊嚴遊行的方式，讓群眾公開敬禮基督君王聖體的習俗，即已存在。在許多國家，此習俗逐漸成為基督徒表達虔誠的一種強而有力的方式。無論是農夫或教宗、乞丐或王子、罪人或修女、軍人或工匠、老人或年輕人，無不把握機會、齊聚一地共同朝拜將在末日來臨的萬王之王。伴隨隆重的基督聖體瞻禮，音樂、藝術以及朝拜耶穌基督等待他再度來臨的各種構想競相推陳出新。實際上，我們要藉此聖事傳報主的聖死與復活，直到他來臨。即使你並不特別欣賞聖體遊行，下面幾首詩歌仍然雋永、有益可讀。

我今虔誠朝拜
聖道茂

隱藏的天主，我虔誠地朝拜你，
你真實地臨在於層層面紗之下：
我全心臣服在你臺前，
因為萬有在你面前皆昏沈無力。
毋須看到、摸到或嚐到，
我們只相信聆聽可靠；
我相信，因為天主子說過——
真理之言萬世長存。
你天主性的光輝在十字架上蒙塵，
你的人性亦隱藏其內；
二者皆我信仰之源，
就像痛悔的盜賊祈求你，我也要向你祈求。
雖然我未曾如多默般，親見你的聖傷，
但是你，我主，我要向你，我的天主呼求：
讓我越來越相信你的許諾，
讓我期望你、愛你在萬有之上。
哦！吾主致命的紀念物，
給人生命的活餅，
願我的靈魂，因你的滋養而得生的靈魂，

在世間飽嗜你的甘飴。
哦！降尊紆貴的耶穌，天國的塘鵝，
我，身為罪人，在你的寶血中洗濯
你傾流一滴血，
足以使整個世界滌除罪惡。
主，當我默觀你默然的臨在時，
請惠賜我所渴望哀求的：
在你顯露的本質中，
永遠注視你的光榮。阿們。⁴⁵

耶穌聖體讚美歌

(皇皇聖體)

聖道茂

歌唱吧，我的舌頭，歌唱救主的光榮，
歌唱他聖體的奧妙，
歌唱無價的聖血，
不朽的君王所傾流，
預定為救贖世人，
出自高貴的母胎。

在最後晚餐的那一夜，
他，踰越節的犧牲
與他所選的那羣人同席飲食，
首先滿全法律的要求；
隨即猶如給他所有兄弟們的食物
他親手將自己交出。

俯身朝拜，
請注意！我們向神聖的主人致敬；
請注意！舊有的形式逐漸離去，
更新的恩寵儀式取得了優勢，

信德補充了所有的不足，
脆弱的感覺不再得逞。⁴⁶

耶穌聖體讚美歌
(耶穌聖體慶日祭禮書信後之繼抒詠)
聖道茂

哦！熙雍，請讚頌，讚頌你們的救主。
以讚美詩和聖歌
讚頌你們的王子和牧人。

盡其所能地、勇敢地讚頌他，
因為他遠勝於一切讚頌，
即使我們最燦爛的讚頌，依舊黯淡無光。

讓我們宣報這給基督徒的真理：
餅轉化為血肉之軀，
轉化為血的是酒。

善牧，真理之餅，
主耶穌，請顯示你的仁慈。
請你餵養我們，請你保護我們，
請你讓我們在永恆的天鄉，
看見美善的事物。

你知道所有的事，也做所有的事
請餵養我們，雖然我們仍被禁錮於此，
讓我們成為你的子民，
同為繼承者，成為所有聖徒的朋友，
在那明亮而清澈的聖城。
阿們。⁴⁷

聖體遊行的祈禱

教宗若望保祿二世

……主耶穌，你藉著聖體居住在我們中間，成為我們旅途的良伴，維繫基督徒團體，使他們更懂得開放聆聽並接納你的聖言。願他們從聖體內汲取更新的承諾，藉著宣揚你的福音，把關懷人類的有力愛德行為與標記傳布到社會上。

主耶穌，請藉著聖體使基督徒夫婦，在我們中間成為你婚姻之愛的「標記」；並使人類的家庭團體在與你交談以及彼此交談的生活中，無所憂懼，並以散播神職、修會及傳教聖召的種子為己任。

主耶穌，請從你的祭台上以光明和恩寵照耀這個城市，使它能拒絕物質主義人生觀的誘惑，能擊潰那對它造成威脅的自私自利、使它感到不安的種種不義以及讓它深為所苦的各种分裂。

主耶穌，請將你的喜樂賜給我們，將你的平安賜給我們。

主，請同我們一起住下吧！

唯有你有永生的話！⁴⁸

這熱氣騰騰在傷心話

第四章

自遠處朝拜聖體



有時，我們無法去教堂朝拜聖體，或許就像牧羊人聖巴斯卡在原野祈禱一般，只能自遠處眺望教堂的鐘樓。一個人也可能因臥病在床，只能透過電視參與感恩祭。這令人想起聖女佳蘭（St. Clare of Assisi）生活中發生的一件事，當她患病無法前往教堂時，就是藉著觀看參與聖誕節禮儀。近代一位年輕有為之士漢彌頓（Eugene Hamilton）在臨終時被祝聖為司鐸，他將自己的病房當作聖堂，透過紐約色芬（Suffern）好撒瑪黎雅人醫院（Good Samaritan Hospital）內的閉路電視，他因而能注視著聖體祈禱數小時。有時，一個人可能得像傳教士渥許主教（James Walsh）在中國大陸坐監時一般，必須在沒有聖體聖事的情況下，自遠處欽崇基督聖體的臨在而祈禱。事實上，時空的距離對天主而言並非阻礙，對忠信的靈魂亦復如此。每一台彌撒、每一次朝拜聖體都應延續終日，基督徒才能終其一生如此答覆基督的許諾：「是的，耶穌，我的救主，我也要和你天天在一起，直到今世的終結。」

遠離聖體所在的祈禱

主啊！我現在有片刻時間，在這遠離聖體櫃的地方朝拜你。雖然你不是聖事性地臨在這兒，我卻知道你是無所不在，並願在此刻重新肯定你在聖體中的臨在。你在此時此地一如你在任何地方，因為你是天主聖言，萬物是藉著你而受造的。你臨於最幽遠之處：既在地極遠方，也在海洋深處；既在神秘的星球中，也在最遙遠的星斗裡。只要我遇到另一位基督徒，一旦我們談論起你或與你交流，你就與我們同在。

然而，我需要接近你：既接近人性的你，也接近神性的你。我知道你聖事性的臨在離我不遠……我從飛機上的小窗望下去，你就在那個小鎮的教堂裡，或在那個我能從公路上看見鐘樓的教堂裡。我多麼欣慰你就在那兒！你的臨在聖化了這個世界。願我獲得恩寵渴慕與你同在，好讓我面對你聖事性的臨在時，能更虔敬、感恩、充滿愛慕。我知道自己即將和你在一起，這讓我感到非常欣慰。同時，請將你的聖神派遣給我和我所親愛的人，以增強我們的力量。當生活中的暴風雨來襲時，請讓我們內心保持平安，因我們深知你與我們同在，並在旅程的終點等待著我們。阿們。

「你們來吃吧，就罷了，不要讓他們走。」
「你們來吃吧，這是我的身體。」然後，又拿起杯
來，祝謝了，遞給他們說：「你們要由其中喝吧！因為
我的血，新約的血，為你們傾流，以赦免罪

第五章

可供默想聖體的聖經章節

「這是我為你們捨的，為
紀念我，這聖餐的禮，為
我的血所立的新約，為
你們飲。」（路加 22:19-20）



我就要走近天主的祭壇前，
走近我最喜悅的天主面前……（詠四十三 4）

……耶穌拿起餅來，祝福了，擘開遞給門徒說：「你們拿去吃吧！這是我的身體。」然後，又拿起杯來，祝謝了，遞給他們說：「你們都由其中喝吧！因為這是我的血，新約的血，為大眾傾流，以赦免罪過。」（瑪廿六 26-28）

因為從日出到日落，我的名在異民中大受顯揚，到處有人為我的名焚香獻祭，並奉獻潔淨的祭品……（拉一 11）

這是我從主所領受的，我也傳授給你們了：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，為你們而捨的，你們應這樣行，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，應這樣行，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。（格前十一 23-26）

上主的慈愛，永無止境；祂的仁慈，無窮無盡。
祢的仁慈，朝朝常新……（哀三 22-23）

「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。我所要賜給的食糧，就是我的肉，是為世界的生命而賜給的。」（若六 51）

天主，
我的靈魂渴慕祢，
真好像牝鹿渴慕溪水。
我的靈魂渴念天主，
生活的天主。（詠四十二 1-2）

我主！我天主！（若廿 28）

「我實實在在告訴你們：你們若不吃人子的肉，不喝他的血，在你們內，便沒有生命。誰吃我的肉，並喝我的血，必得永生，在末日，我且要叫他復活，因為我的肉，是真實的食品；我的血，是真實的飲料。誰吃我的肉，並喝我的血，便住在我內，我也住在他內。」（若六 53-56）

應該在愛德中生活，就如基督愛了我們，且為我們把自己交出，獻於天主作為馨香的供物和祭品。（弗 5 2）

「我必不留下你們為孤兒；我要回到你們這裡來。」（若十四 18）

「……你們留在這裡同我一起醒寤吧！」（瑪廿六 38）

「你不能醒寤一個時辰嗎？」（谷十四 37）

「誰若事奉我，就當跟隨我；如此，我在那裡，我的僕人也要在那裡……」（若十二 26）

「……不可到這邊來！將你腳上的鞋脫下，因為你所站的地方是聖地。」（出三 5）

「你把贖罪蓋安裝在約櫃上面，將我交給你的約版放在櫃內。我要在那裡與你會晤，從贖罪蓋上，從約櫃上的兩革魯賓中間，將我命令以色列子民的一切事，都告訴給你。」（出廿五 21-22）

所以我們要懷著依恃之心，走近恩寵的寶座，以獲得仁慈，尋到恩寵，作及時的扶助。（希四 16）

「正如父愛了我，同樣我也愛了你們；你們應存在我的愛內。」（若十五9）

「我愛你，我永遠愛你……」（耶三十一3）

「我是葡萄樹，你們是枝條；那住在我內，我也住在他內的，他就結許多的果實，因為離了我，你們什麼也不能作。」（若十五5）

聖言成了血肉，寄居在我們中間……（若一14）

「因為哪裡有兩個或三個人，因我的名字聚在一起，我就在他們中間。」（瑪十八20）

「……至於我，當我從地上被舉起來時，便要吸引眾人來歸向我。」（若十二32）

「我為此而生，我也為此而來到世界上，為給真理作證：凡屬於真理的，必聽從我的聲音。」（若十八37）

但是，有一個兵士用槍刺透了他的肋膀，立時流

出了血和水。(若十九 34)

「……看！我同你們天天在一起，直到今世的終結。」(瑪廿八 20)

第六章

教宗及教會文獻中 有關聖體敬禮的省思



對聖體降福的省思 教宗若望廿三世

由於在不久之前，按一般流傳的習俗，彌撒仍多半是在晨間舉行。因此，總是在傍晚舉行的聖體降福，人們也就稱之為晚間祭獻。

聖斐理·乃立（St. Philip Neri）在聖體降福時曾有神魂超拔的經驗，他在聖體中看見一羣跪伏的人，耶穌正在祝福他們，好似這是他一貫的做法，也就是他習慣性地在聖體聖事中所顯示的仁慈。

哦！耶穌，這是何等寵幸！你藉聖體降福臨在我們之中，使我們滿被恩寵！自幼年起，就有人教我：當神父以聖體光降福我們時，要劃三次聖號。

事實上，在福音中我們可以看到耶穌三次行祝福。他祝福了孩童；在最後晚餐時祝福了餅和酒；當他即將離開門徒升天時，他祝福了門徒，做為他們在最後審判時將獲得隆重祝福的保證。

聖體降福讓我們了解，耶穌在我們卑微的生命中與我們多麼親近！「天主與我們同在」！他的祝福能克勝我們的困擾與煩憂、焦慮與誘惑、挫敗與軟弱，因為那時我們不會躲避他；也能克勝我們心靈的脆弱、環境中還不明朗的危險、試圖威嚇迷惑我們的惡神；

他也祝福我們摯愛的人和忠信的護守天使，有若賞報
他們愛的護佑。⁴⁹

信德的奧蹟

(1965年)

教宗保祿六世

在每天生活的過程中，教友不應忽略朝拜聖體的善功。按禮儀的規定，我們必須以高度的虔敬將聖體保存在聖堂最顯貴的地方。朝拜聖體是感恩的證據、愛情的表達、承認吾主臨在的行為。⁵⁰

然而，基督臨在於教會的事實，還有一種超乎其他方式的表述：那就是他在聖體聖事中的臨在。因此，這件聖事，是「敬禮更甘甜的泉源，默觀更可愛的對象，比其他聖事更有效的聖化方法。」理由很明顯，因有基督身在其中……⁵¹

可是，可敬的弟兄們，就在我們提到的題材上，也不乏牧職上當認真關懷、憂慮的原因。對此，意識到宗座職責的所在，不允我們緘默不言。的確，我們知道，在談論和書寫有關這個至聖奧蹟的人士中，有人提到私下舉行的彌撒、「體變」(transubstantiation)的信條，或聖體敬禮，散佈一些騷擾信徒、紊亂其信仰的意見。好像任何人都可以忘卻教會欽定的道理，

或是自由解釋，以致文字的真諦或其中觀念的公信力均遭削弱。

舉例來說：我們不應當如以上某些人士所主張的，過分強調所謂「共祭」的彌撒，而輕視私下獨自舉行的彌撒；我們也不應誇大聖體聖事的標記性有如象徵主義，而當確實承認聖體能充分表達基督在此聖事中臨在的方式；我們更不應當討論「體變」的奧蹟時，隻字不提特利騰大公會議所說的：「全部麵餅的本質轉變為基督的肉體，全部酒的本質轉變為基督的血液」，卻只提及所謂的「意義轉變」和「形像轉變」，或最後倡行新說，主張吾主耶穌基督已不臨在於彌撒聖祭後所剩之聖體中。

每人都可明察這些或類似學說的傳布，有害於對聖體的信仰和敬禮。

因此，本次大公會議引發的希望，今充滿整個教會的虔敬聖體盛況，不應因此謬論的散播而枯萎。可敬的弟兄們，我們決意和你們談論這個問題，以宗座的權威，將我們對此問題的思想傳達給你們。

我們當然不希望否認傳揚這些奇特學說的人蓄有可嘉的意願，目的是在深究奧蹟，盡掘其不竭的豐富意含，以示現代人士。我們寧可承認且讚賞他們的努力；但我們不能贊成他們表達的意見，並有責任警告

你們注意這些學說對正確信仰所造成的嚴重危害。⁵²

如你們所知，金口聖若望曾以高超的言論和虔敬的洞見講論了聖體奧蹟，他在某個場合中給信友講解這端道理時，說了以下極恰當的話：「讓我們在一切事上順服於天主，就算祂說的話似乎有違我們的悟司和理性，也不要反駁祂；寧願讓祂的話戰勝我們的理性。對（聖體）奧蹟，我們的態度亦應如此；不應只顧審視感官所觸的事物，而要持守祂的話，因為祂的話不會使我們誤入歧途。」

士林神學家也屢次下同樣的斷言，在這聖事內實有基督的聖體和寶血，聖道茂說：「這是不能依感官而只能憑恃天主權威的信仰來領悟的。所以聖啓祿（St. Cyril）注解路廿二19（『這是我的身體，為你們而捨棄的』）時說：『不要疑慮這是否為真，要以信德接受救主的話，因為他是真理，不可能欺騙。』」

基督信徒為了響應聖道茂的話，屢次歌唱：「所見所嚐與所觸，對你全非真面目；只憑我們的耳聞，才能堅信非錯覺。出諸天主聖子口，我乃全部來信服；真理之言最信實，無物可比其真確。」

事實上，聖文德斷言：「要信基督臨在於聖體內，有如在一個標記中，並不難；但要信他真的臨在於聖體內，有如他在天上，則極難。因此，相信此理，特

別有功。」

而且，福音也提到同樣的事，不少基督的門徒聽到了吃他的肉、飲他的血的言論，都掉頭離棄了吾主，他們說：「這話生硬，誰能聽得下去呢？」另一方面，耶穌問十二宗徒是否也願離去，伯鐸不加思索又堅定不移地表達了他本人和宗徒們的信德，奇妙地回答：「主！惟你有永生的話，我們去投奔誰呢？」⁵³

天主教會一向不只在彌撒中，也在彌撒以外舉行聖體聖事的敬禮，至今仍是如此；保存祝聖過的聖體極為慎重，又明供聖體作隆重的敬禮，並作聖體遊行給大批教友帶來喜樂。⁵⁴

天主子民的「信經」

(1968年)

教宗保祿六世

天上光榮的主，祂那獨一無二且不可分割的存在是不能增生的，但祂卻藉著聖體聖事臨在於世上許多舉行彌撒聖祭的地方。且這樣的存在，於祭獻後依然臨在於至聖聖體中，也就是臨在於我們每一個教堂生活中心的聖體櫃內。朝拜我們肉眼可見的至聖聖體，欽崇肉眼看不見，沒有離開天堂，卻臨在我們眼前的降生聖言，是多麼甘飴的責任！⁵⁵

聖體聖事
(1973年)
聖禮部

我們有所憑據，故毫不置疑，「所有信友都應為
了真天主，對此至聖聖事表示恭敬之意，這是天主教
一向的習俗。不可稍減朝拜之情，因為這是願讓大家
拿去吃的主基督親自制定的。」⁵⁶

於巴黎蒙馬特聖心大殿

(明供聖體朝聖地)

1980年6月1日

教宗若望保祿二世

我們不僅蒙召默想並默觀基督愛的奧蹟，也蒙召參與這奧蹟。這是神聖的聖體奧蹟，是我們信仰的核心，也是我們對基督在其聖心內所顯示之慈愛朝拜的中心。這是人們日日夜夜在此聖殿中欽崇的奧蹟，並因之成為上主慈愛與恩寵的核心，他以奧秘而真實的方式從中輻射在你們的城市、國家以及被救贖的世界……

在感恩聖祭——也意味著永不間斷的朝拜——中，我們進入了這愛的行動，一切內在的進步與傳教的功效皆由此而萌發：「當我從地上被舉揚時，便要吸引眾人來歸向我」（若十二32）。⁵⁷

基督聖體聖血節

(1979年)

教宗若望保祿二世

我們不要忘記，基督臨在的地方，不只在耶路撒冷的樓廳裡，也在城市的街道上和鄉間的小路上。到處有百姓聚集在他面前，他們聚在一塊兒就為了能和他在一起，聽他說話。

基督聖體聖血節莊嚴隆重的禮儀，保留了基督在大街小巷、在廣場、在路旁的特殊臨在。在此，他不是以曾在福音中說出的話語向我們這些聚在一起的人說話，而是以聖體感人至深的靜默與我們交談。

這白色的祭品置放於聖體光內，在其靜默中盡是他的聖言，其中有他為我們每一個人交給天父的整個生命，他滿被榮光軀體的輝煌亦在其中。這光榮始於復活，在天上的合一中仍綿延不輟。⁵⁸

基督最後晚餐紀念日

(1980年)

教宗若望保祿二世

教會和世界都非常需要朝拜聖體，耶穌基督在這愛的聖事內等候著我們，讓我們不吝於付出時間在朝拜中、在充滿信德的默觀中與他相會；並開放自己為世界所犯的嚴重罪過謀求改善。千萬不要停止我們的朝拜。⁵⁹

接見羣眾
1979年6月13日
教宗若望保祿二世

「主，你知道我愛你……主，你知道我愛你」（若廿一 15-17）。無疑地，聖體聖事就是這答覆的高峰。我希望和整個教會一起向他複述這句話，因為主藉著聖體聖血彰顯了他的愛，與我們同在，「直到今世的終結」（瑪二十八 20）。⁶⁰

人類救主通諭
(1979年)
教宗若望保祿二世

聖體聖事是整個聖事生活的中心和巔峰，每位教友皆可透過聖體聖事領受基督救贖的救援力量。這救贖始自聖洗聖事的奧蹟，在此聖事內我們與基督同死同葬，為能分享他的復活，一如保祿宗徒的教導（參羅六3-5）。在這教導的光照下，我們更清楚看到，何以整個教會及每位信友的聖事生活，能在聖體聖事內達到巔峰和圓滿。⁶¹

紀念首屆基督聖體聖血節七百五十週年慶

致列日 (Liège) 主教函

1996年5月28日

教宗若望保祿二世

除了聖祭禮儀外，教會對至聖聖體的敬禮極為慎重，聖體必須「保存……做為修會與堂區團體的靈修中心」（保祿六世，《信德奧蹟》68號）。默觀可以讓共融長久地持續，使人與真天主又是真人的基督相遇，讓人在他長久注視下，體驗他的臨在。當我們默觀他臨在於祭台上的聖體時，基督吸引、接近我們，變得比我們對自己還親近。他以變質的結合，讓我們分享他的神性生命，並藉聖神使我們得以接近天父，就像他對斐理所說的：「誰看見我，就是看見了父」（若十四9）……

我敦促神父、修女和教友們，繼續加倍努力教導年輕的一代，朝拜聖體和敬禮聖體的意義及價值。如果不為年輕人介紹吾主臨在的奧秘，他們怎能認識他呢？像年輕的撒慕爾一樣，因學習聆聽內心的禱聲，他們會更接近吾主，他也會在他們靈性和人性的成長中、在他們一生必須作的使命性見證上陪伴他們。⁶²

教會法典 (1983年)

基督信徒應以至高的崇敬保存至聖聖體，主動地參與至為莊嚴的彌撒祭獻，且應虔誠地時常領受聖體，以最隆重的崇拜敬禮聖體。人靈的牧者應向信徒闡明有關此聖事的教義，殷切教導信徒對此聖事應有的責任。⁶³

天主教教理 1994年

因此，聖體櫃必須放置在聖堂內特別尊貴的地方；它的構造應強調並顯示基督真實臨在於這聖事的事實。
(天主教教理 1379)

基督願意以這種獨特的方式繼續臨在於教會內，是極為恰當的。基督以可見的方式離開屬於自己的人時，願意給予我們他聖事性的臨在；他為拯救我們而要在十字架上奉獻自己時，願意我們能保有他愛的「紀念」，他愛我們「到底」……⁶⁴ (天主教教理 1380)

附錄一

聖體敬禮所獲之大赦



大赦手冊
1968年
教宗保祿六世

有限大赦是恩賜給那些朝拜聖體的信友，而全大赦則是恩賜給那些至少持續半小時朝拜聖體的信友。
(大赦手冊)⁶⁵

一個人要獲得大赦，首先必須領受過洗禮，未受到絕罰，且至少在完成指定神功的恩寵情況下，才能成為一個賜予大赦的對象。

因此，一個可以獲得大赦的人，至少必須對獲得大赦有一般的意願，且須符合「在指定的時間、以指定的態度去做所指定之神功」的要旨……

一個人要獲得全大赦，需實行大赦所要求完成的神功，且滿全以下三項條件：辦告解、領聖體，並為當今教宗的意向祈禱。此外，還需棄絕所有的罪，甚至小罪……

這三項條件可以在實行指定神功的前後數日內履行，不過，領聖體及為教宗意向祈禱當然最好是在實行神功的當天……

為當今教宗意向祈禱的條件，加唸一遍天主經和一遍聖母經才算滿全，不過，每個人也可以按照自己

的虔誠與熱心，自由誦唸其他經文（大赦手冊，「大赦規範」第 22、26、27、29 號）。⁶⁶

附錄二

教會之其他禱文



神領聖體

我的耶穌，我相信你在聖體聖事中。我愛你在萬有之上，我的靈魂渴慕你。因為此刻無法聖事性地領受你，請至少以神性方式臨於我心。似乎你已然來臨，我擁抱你並完全與你合而為一，萬勿許我與你分離。⁶⁷

耶穌至聖聖心禱文

上主，求祢垂憐。

基督，求你垂憐。

上主，求祢垂憐。

基督，求你俯聽我們。

基督，求你仁慈俯聽我們。

天主，在天之父，求祢垂憐我們。

（以下每句後面重複唸求你垂憐我們）

贖世者天主子，

天主聖神，

三位一體的天主，

耶穌聖心，永恆聖父之子，

耶穌聖心，在童貞聖母腹中由聖神所形成，

耶穌聖心，你與天主聖言完全結合，

耶穌聖心，無限的君王，

耶穌聖心，天主的聖殿，

耶穌聖心，至高無上的聖體櫃，

耶穌聖心，上主的居所、天國之門，

耶穌聖心，愛德的烈窯，

耶穌聖心，正義和愛的居所，

耶穌聖心，充滿愛與美善，
耶穌聖心，各種德行的淵源，
耶穌聖心，堪當一切讚頌，
耶穌聖心，眾心之王、眾心之心，
耶穌聖心，所有智慧及知識的寶藏皆在其內，
耶穌聖心，圓滿的神性居於其內，
耶穌聖心，天父所中悅者，
耶穌聖心，我們領受了你滿溢的聖寵，
耶穌聖心，永恆之丘的渴望，
耶穌聖心，寬容堅忍與至仁慈者，
耶穌聖心，對呼求者慷慨施恩，
耶穌聖心，生命與聖潔之泉，
耶穌聖心，抵償我們的罪愆，
耶穌聖心，承受著屈辱，
耶穌聖心，因我們的冒犯而受傷，
耶穌聖心，聽命至死，
耶穌聖心，為長矛所刺透，
耶穌聖心，所有慰藉的泉源，
耶穌聖心，我們的生命和復活，
耶穌聖心，我們的安樂與和平，
耶穌聖心，為我們的罪而犧牲，
耶穌聖心，仰望你者的救援，

耶穌聖心，臨終者的希望
耶穌聖心，諸聖的喜樂，
除免世罪的天主羔羊，求你寬恕我們。
除免世罪的天主羔羊，求你仁慈俯聽我們。
除免世罪的天主羔羊，求你垂憐我們。

對經：耶穌，溫良謙卑的聖心。

答：讓我心似爾心。

請眾同禱：

全能永生的天主，請看祢至愛之子的聖心，並看他為我們這些罪人所獻上的讚頌與補贖；請看那些懇求祢慈愛的人，以祢偉大的良善，寬恕我們，因祢的聖子耶穌基督之名，他和祢永生永王。

答：阿們。⁶⁸

耶穌至聖聖名禱文

上主，求祢垂憐。
基督，求你垂憐。
上主，求祢垂憐。
耶穌，求你俯聽我們，
耶穌，求你仁慈俯聽我們，
天主，在天之父，求祢垂憐我們。

（下列每一句後重複唸求你垂憐我們，直到「耶穌，諸聖的冠冕」）

贖世者天主子，
天主聖神，
三位一體的天主，
耶穌，生活的天主之子，
耶穌，天父的光榮，
耶穌，永恆之光的光明，
耶穌，光榮的君王，
耶穌，正義的太陽，
耶穌，童貞瑪利亞之子，
耶穌，最和藹可親者，
耶穌，最令人欽佩者，

耶穌，強有力的天主，
耶穌，未來世界之父，
耶穌，最能安慰人的天使，
耶穌，最有能力者，
耶穌，最有耐心者，
耶穌，最聽命者，
耶穌，溫良而謙卑的聖心，
耶穌，貞節的愛人，
耶穌，我們的愛人，
耶穌，和平的天主，
耶穌，生命的作者，
耶穌，德行的典範，
耶穌，熱心維護眾靈魂者，
耶穌，我們的天主，
耶穌，我們的避難所，
耶穌，窮人之父，
耶穌，信者的寶藏，
耶穌，善牧，
耶穌，真光，
耶穌，永遠的智慧，
耶穌，無限的美善，
耶穌，我們的道路和生命，

耶穌，眾天使的喜樂，
耶穌，諸聖祖的君王，
耶穌，宗徒們的導師，
耶穌，福傳者的老師，
耶穌，殉道者的力量，
耶穌，懺悔者的光明，
耶穌，守貞者的純潔，
耶穌，諸聖的冠冕，
求你垂憐，寬恕我們，耶穌！
求你垂憐，仁慈俯聽我們，耶穌！
從一切災禍中，拯救我們，耶穌！

（以下每句後重複唸拯救我們，耶穌，直到「因你的光榮」）

從一切罪惡中，
從你的義怒中，
從魔鬼的羅網中，
從偶像崇拜的氛圍中，
從永死中，
從忽略你的默感中，
因你神聖降生成人的奧秘，
因你的誕生，

因你的嬰孩期，
因你最神聖的生命，
因你勞苦的工作，
因你的慘痛和受難，
因你的十字架和遭遺棄，
因你的種種苦難，
因你的死亡和埋葬，
因你的復活，
因你的升天，
因你制定的至聖聖體，
因你的喜樂，
因你的光榮，
除免世罪的天主羔羊，耶穌，求你寬恕我們！
除免世罪的天主羔羊，耶穌，求你仁慈俯聽我們！
除免世罪的天主羔羊，耶穌，求你垂憐我們！
耶穌，請俯聽我們。耶穌，求你仁慈俯聽我們。

請眾同禱：

主，耶穌基督，你曾說過：「求，就會獲得；找，就能找到；敲門，就會給你開門」；請仁慈垂聽我們的懇求，賜予我們你至聖之愛，使我們能全心地、以

言以行來愛你，不停地讚美你。

主，請使我們永遠敬畏並愛慕你的聖名，因為你絕不會放棄治理在你愛內所穩固建立的百姓。你，永生永王。

答：阿們。⁶⁹

補 錄

我們在天上的父親，請藉你兒女耶穌基督在天上的代禱，將我們內住的靈火引燃，使我們在靈火中，藉著你神聖的靈，與你同在，直到永遠。奉耶穌基督的名，阿門。

我們是像你工作的兒女，我們是像你工作的兒女，我們是像你工作的兒女。阿門。



宣揚明供聖體之祈禱

我們在天上的父親，請藉祢聖子耶穌基督在聖體內的真實臨在，加強我們的信德。我們理當讚美他，感謝他，並為我們的罪做補贖。我們需要祢在我們內心以及各邦國間賜予和平。我們需要棄罪而皈依，也需要祢的寬恕憐憫。願我們能透過祈禱及與聖體中的主基督結合，而獲得這一切。請賜聖神給所有的民族，並賜予他們愛心、勇氣、力量、意願，答覆祢明供聖體的邀請。

我們懇求祢，幫助我們在全球各地的堂區宣揚明供聖體。我們這樣祈求是因主耶穌基督之名。阿們。

至聖聖事之母，請幫助我們藉明供聖體宣揚妳聖子的光榮。⁷⁰

至聖聖事之母禱辭

哦！童貞瑪利亞，至聖聖事之母，基督信徒的榮耀，普世教會的喜樂，世界的救贖，請為我們祈禱，並喚醒所有信友對聖體的熱心，以便其交付自我，每日相稱地領受聖體。⁷¹

禱詞來源

註：尚有許多敬禮聖體優美的禱詞並未收錄在本書中。這本小書只是一部序曲。讀者若希望閱讀、認識更多敬禮聖體之禱詞，可進一步參考葛羅謝爾神父與詹姆斯·孟提共同編著的《主前我禱》（*In the Presence of Our Lord*, Huntington, IN: Our Sunday Visitor; Steubenville, OH: Franciscan University Press, 1997）。

1. St. Teresa of Ávila, *The Way of Perfection*, trans. E. Allison Peers (Garden City, New York: Image Books/Doubleday and Co., Inc., 1964), chap. 34, p. 227.
2. Fr. Benedict J. Groeschel, C.F.R., and James Monti, *In the Presence of Our Lord: The History, Theology and Psychology of Eucharistic Devotion* (Huntington, IN: Our Sunday Visitor, 1997), pp. 42-43, 44-46, 99-100, 179, 180.
3. *Ibid.*, pp. 193-198, 279.
4. *Ibid.*, pp. 121-125, 209-225.

5. *Meditations on Mary: Conferences by the Servant of God Terence Cardinal Cooke*, intro. by Fr. Benedict J. Groeschel, C.F.R. (Staten Island, NY: Alba House, 1993), pp. 79, 80.
6. From : "Letter to a General Chapter," in Regis J. Armstrong, O.F.M. Cap., *St. Francis of Assisi: Writings for a Gospel Life* (New York: Crossroad Publishing Co., 1994), pp. 218-219.
7. Thomas à Kempis, *My Imitation of Christ: Revised Translation* (Brooklyn: Confraternity of the Precious Blood, 1954), bk. 4, ch. 3, pp. 396-398.
8. Excerpted from *Preparing Yourself for Mass* by Romano Guardini (Matthias Grunewald Verlag, 1939). English Translation by Sophia Institute (Manchester, NH: Sophia Institute Press, 1993), pp. 176-177.
9. Bishop Jacob Aphraates, *On Fasting*, in Fr. J. Simon, O.S.M., "Syrian Eucharistica," *Homiletic and Pastoral Review*, 21 (May 1921), p. 696.

10. Translated from Latin text in *Acta Sanctorum*, May, Tome 4 (rpt., Paris: Victor Palme, 1866), p. 69 (no. 92).
11. *The Divine Liturgy of Our Father Saint John Chrysostom* (Pittsburgh: Byzantine Seminary Press, 1965), p. 28.
12. Ven. John Henry Newman, *Prayers, Verses, and Devotions* (rpt., San Francisco: Ignatius Press, 1989), pp. 423-424.
13. *Ancient Devotions for Holy Communion* (London: Burns, Oats & Washbourne, Ltd., 1948), pp. 35-36 (English modernized).
14. Sr. Benedicta Ward, S.L.G., *The Prayers and Meditations of St. Anselm* (London: Penguin Books, 1973), pp. 100-101.
15. William Maskell, ed., *Monumenta Ritualia Ecclesiae Anglicanae: The Occasional Offices of the Church of England according to the Old Use of Salisbury, the Prymer in English and Other Prayers and Forms with Dissertations and Notes* (Oxford: Clarendon Press, 1882), vol. 3, p. 283 (Eng-

lish modernized).

16. Robert Van de Weyer, ed., *The Harper Collins Book of Prayers: A Treasury of Prayers through the Ages* (San Francisco: Harper Collins, 1993), p. 26.
17. Frederick E. Warren, trans., *The Sarum Missal* in English (1526 edition), *The Library of Liturgiology & Ecclesiology for English Readers*, vol. 8 (London: Alexander Moring Ltd., 1911), Part I, p. 18 (English modernized). For attribution to St. Thomas Aquinas, see William Bright, *Ancient Collects and other Prayers* (Oxford: Parker and Co., 1887), p. 138, note.
18. From the "Latin-prayers" Internet website of Michael Martin.
19. Letter of Parde Agostion, April 18, 1912, in Venerable Padre Pio, *Letters: Vol. I: Correspondence with His Spiritual Directors* (1910-1922), ed. Melchiorre of Poblatura and Alessandro of Ripabottoni (San Giovanni Rotondo, Italy: Editions "Padre Pio da Pietrelcina," 1985), p. 308.

20. *Autobiography*, chap. 38, no. 21, in *The Collected Works of St. Teresa of Ávila: Volume One*, trans. Kieran Kavanaugh, O.C.D., and Otilio Rodriguez, O.C.D. (Washington, D.C.: ICS Publications, 1976), Vol. 1, p. 263.
21. Text provided by Father Benedict J. Groeschel, C.F.R.
22. Abridged and adapted with modifications from text in Raymond E.F. Larson, ed., *Saints at Prayer* (New York: Coward-McCann, Inc., 1942), pp. 131-132.
23. Excerpted from text in A. Hamman, O.F.M., ed., *Early Christian Prayers* (Chicago: Henry Regnery Co.; London: Longmans, Green, 1961), pp. 140-141.
24. Text in Fr. Nicholas Caussin, S.J., *The Holy Court* (London: W. Benley, 1650), p. 464 (English modernized).
25. Newman, *Prayers, Verses, and Devotions*, p. 314.
26. Text in *Works of Love Are Works of Peace: Mother Teresa*

of Calcutta and the Missionaries of Charity, photographs by Michael Collopy (San Francisco: Ignatius Press, 1996), pp. 202-203, adapted from the text of Cardinal Newman, *Meditations on Christian Doctrine*, VII, no. 3, 3, in Newman, *Prayers, Verses, and Devotions*, pp. 389-390.

27. Text in Fr. Matthew Britt, O.S.B., ed., *The Hymns of the Breviary and Missal* (New York: Benziger Brothers, 1922), p. 192.
28. In F. A. Gasquet, ed., *Ancestral Prayers* (Springfield, IL: Templegate Publishers, 1996), pp. 58-60 (English modernized).
29. Prayer 10, in Sr. Suzanne Noffke, O.P., ed., *The Prayers of Catherine of Siena* (New York: Paulist Press, 1983), pp. 78-79 (qtd. with slight modification).
30. From the 1841 Armenian Liturgy translation of John Mason Neale in E.F.K. Fortescue, *The Armenian Church* (London: J.T. Hayes, 1872; rpt. New York: AMS Press, Inc., 1970), pp. 105-106 (English modernized).

31. Fr. Stefano M. Manelli, F.F.I., *Jesus Our Eucharistic Love: Eucharistic Life Exemplified by the Saints* (New Bedford, NH: Franciscan Friars of the Immaculate, 1996), pp. 100-101.
32. From Neale translation in Fortescue, pp. 180-109 (English modernized).
33. James Patrick Derum, *The Porter of Saint Bonaventure's: The Life of Father Solanus Casey, Capuchin* (Detroit: The Fidelity Press, 1972), p. 248.
34. St. Peter Julian Eymard, *Eucharistic Handbook*, Eymard Library, Vol. 6 (New York: Eymard League, 1948), p. 209.
35. Newman, *Prayers, Verses, and Devotions*, p. 335.
36. Adapted with modifications from *A Christian's Rule of Life*, in St. Alphonsus Liguori, *The Way of Salvation, to which is added A Christian's Rule of Life* (New York: Catholic Book Publishing Co., 1948), pp. 267-268.

37. Excerpted from text in St. Thérèse of Lisieux, *The Poetry of Saint Thérèse of Lisieux*, trans. Donald Kinney, O.C.D. (Washington, D.C.: ICS Publications, 1996), pp. 89, 90, 92, verses 1, 3, 4, 12.
38. From *Daily Bulletins of the Ufficio stampa Vaticana*, 24 Jan. 1959, in John Donnelly, ed., *Prayers and Devotions from Pope John XXIII* (New York: Grosset & Dunlap, Inc., 1967), pp. 92-93.
39. Excerpted from "'Lord, stay with us !': Pope John Paul's Prayer in the Blessed Sacrament Chapel," Dec. 2, 1981, *L'Osservatore Romano*, Dec. 14, 1981, pp. 10-11.
40. *Works of Love Are Works of Peace*, p. 203.
41. Text in Van de Weyer, p. 110.
42. St. John Eudes, *Meditations on Various Subjects* (New York: P.J. Kenedy & Sons, 1947), p. 35 (English modernized).

43. "A Devout Prayer," in Garry Haupt, ed., *reatise on the Passion; Treatise on the Blessed Body; Instructions and Prayers Complete Works of St. Thomas More*, vol. 13 (New Haven: Yale University Press, 1976), p. 230 (English modernized).
44. Translated from Spanish text in P. Fausto Casa, *os Primeros Viernes* (Buenos Aires, Argentina: Editorial Claretiana, 1985), pp. 106-107.
45. Text in *oman Breviary in English: Autumn* ed. Rt. Rev. Msgr. Joseph A. Nelson, D.D. (New York: Benziger Brothers, Inc., 1950), pp. 14**-15**.
46. Excerpted from text in Britt, p. 183, verses 1, 3, 5.
47. Excerpted from text in Robert Anderson and Johann Moser, trans. and ed., *Devoutly I Adore Thee: The Prayers and Hymns of St. Thomas Aquinas* (Manchester, NH: Sophia Institute Press, 1993), pp. 101, 103, 109, verses 1, 2, 11, 23, 24.

48. From Homily for Eucharistic Procession, Cremona, Italy, June 21, 1992, *L'Osservatore Romano*, July 15, 1992, p. 6, no. 7.
49. *Scritti e Discorsi III*, in Donnelly, p. 100.
50. Pope Paul VI, *Encyclical Letter of His Holiness Pope Paul VI: Mystery of Faith: Mysterium Fidei*, Sept. 3, 1965 (Boston: St. Paul Editions, n.d.), p. 26.
51. *Ibid.*, p. 17.
52. *Ibid.*, pp. 7-8.
53. *Ibid.*, pp. 9-10.
54. *Ibid.*, p. 23.
55. Pope Paul VI, *The "Credo" of the People of God*, June 30, 1968, Tipografia Poliglotta Vaticana edition (distributed by: New Rochelle, NY: Catholics United for the Faith, Inc., n.d.), p. 19.

56. Sacred Congregation for Divine Worship, *Eucharistiae Sacramentum*, June 21, 1973, no. 3 (citing *Eucharisticum mysterium*, no. 3), in Fr. Austin Flannery, O.P., ed., *Vatican Council II: The Conciliar and Post Conciliar Documents* (Northport, NY: Costello Publishing Co., 1975), p. 243.
57. Pope John Paul II, Meditation at the Basilica of Montmartre, June 1, 1980, *L'Osservatore Romano*, June 16, 1980, p. 15, no. 4.
58. Pope John Paul II, Angelus Address, June 17, 1979, *L'Osservatore Romano*, June 25, 1979, p. 2, no. 1.
59. Pope John Paul II, *Dominicae Cenaе*, no. 3, 1980, Vatican Press, Rome.
60. Pope John Paul II, Address at the General Audience, June 13, 1979, *L'Osservatore Romano*, June 18, 1979, p. 12.
61. Pope John Paul II, *Redemptor Hominis*, March 4, 1979, in *The Encyclicals of John Paul II*, J. Michael Miller, C.S.B.,

- ed., (Our Sunday Visitor: Huntington, IN, 1996), p. 85, no. 20.1.
62. Letter to the Bishop of Liège Albert Houssiau, May 28, 1996, in *L'Osservatore Romano*, June 26, 1996, p. 6, nos. 3, 8.
63. Code of Canon Law, Jan. 25, 1983, Canon 898, in Canon Law Society of Great Britain and Ireland, ed., *The Code of Canon Law* (London: Collins/William B. Eerdmans Publishing Co., 1983), p. 165.
64. *Catechism of the Catholic Church*, English edition (Libreria Editrice Vaticana, 1994), nos. 1379-1380, p. 348.
65. *Enchiridion of Indulgences: Norms and Grants*, trans. William T. Barry, C.S.S.R. (New York: Catholic Book Publishing Co., 1969), "Other Grants of Indulgences," p. 46.
66. *Ibid.*, *Norms on Indulgences*, pp. 25-26.
67. In "English Supplement" to *ibid.*, p. 116.

68. Ibid., pp. 118-119.

69. Ibid., pp. 116-118.

70. From *Eucharistic Holy Hour* (Los Angeles: Perpetual Eucharistic Adoration, 1987), p. 5.

71. Ibid., p. 4.

融：朝拜聖體祈禱集／葛羅謝爾 著；張力 譯；

--初版-- 臺北市：光啓文化，2002〔民91〕

面；公分

譯自：Praying in the Presence of Our Lord:
Prayers for Eucharistic Adoration

ISBN 957-546-442-7(平裝)

1. 天主教—祈禱

244.3

91008509

融

朝拜聖體祈禱集

中華民國九十一年五月初版

◎版權所有·翻版必究◎

作者：葛羅謝爾

譯者：張力

准印者：台北總教區總主教 狄剛

出版者：光啓文化事業

地址：台北市(100)辛亥路一段 24 號

電話：(02)2368-4922

傳真：(02)2367-2050

郵政劃撥：0768999-1 (光啓文化事業)

登記證：行政院新聞局局版北市業字第 94 號

發行者：鮑立德

E-mail：kcpres@seed.net.tw

中文網址：<http://www.tec.org.tw/kc>

英文網址：<http://www.tec.org.tw/english/kc>

承印者：韋懋實業有限公司

地址：台北縣中和市立德街 26 巷 18 弄 5 號 4 樓

電話：(02) 2225-5977

定價：160 元

10844

ISBN 957-546-442-7



……當聖女大德蘭聽見別人說，他們是多麼希望能活在耶穌在世的時代，她就不禁對自己會心一笑，因為她深知耶穌在聖體聖事內真實地與我們同在，一如當時的人享有祂的臨在，這些人又需何多求呢？

大概早在公元六世紀，就有虔誠的信徒藉著為病患保留的聖體，朝拜基督的臨在；而世世代代以來虔誠的基督徒發現，朝拜聖體讓他們體驗到耶穌基督他們生活中奧妙的臨在。在聖體前祈禱，常使他們獲得無言的了解了、最深的安慰，教人恢復信心、有足夠的勇氣面對生命的挑戰。這本小冊子的目的，正是要將這寶藏廣泛地介紹人們；藉由蒐集多位古今著名基督徒在聖體前的絕妙禱文，引領他們在祈禱中與主相遇、與主「共融」。

ISBN 957-546-442-7 \$ 160



10844