

和基督在一起 苦眾生之苦渴

■文／陳榮治（大灣聖若瑟天主堂）

敬禮聖體研習活動的這一場盛會林吉男主教以「聖體龕旁的紅綠燈」當開頭，論及教區活動越來越多，代表教會越來越活躍，而在靜態的心靈活動中，朝拜聖體是一件非常好的事。

現今台灣教會中，朝拜聖體已不再是白髮資深教友的專屬活動，舉例來說：在台南教區每一天都有堂區或團體的朝拜聖體活動，不分年齡層，更有專屬小朋友的。然由於對聖體的敬禮方式個人不同，好比領聖體前的聖體齋也常因人而異，而各種方式中「渴領受」是最重要的一點，主要是可以透過聖體聖事跟耶穌建立更密切的關係，所以充分準備，這好比量血壓前：不疾不趕，量起來才準。而守聖時若能在心中有所「許諾」，好比每天或每周有多少時間能與耶穌單獨在一起，如此一來將形成習慣，天主也會加倍賞報於我們。打個比喻說：每個人生病時懂得花時間去找醫師、作檢查，這些花費的時間就是希望得到健康的回報，明供聖體也是。

明供聖體除了人員參與外，錢玲珠老師提醒我們明供聖體的禮儀空間布置可回憶自《創世紀》開始、直至主的晚餐，逐步建立聖體與明供聖體之間的聯繫，展現朝拜聖體的真義：「和基督在一起、苦眾生之苦渴」，並配合禮儀年和節慶進行布置，營造一個與基督同在的溫馨環境。

力推堂區明供聖體活動的陳副總統夫人羅鳳蘋姊妹指出，堂區傳協主席與神父充分合作，是促成堂區明供聖體的不二法門，有了傳協會的支持更能感受到聖神的風吹拂，事半功倍。

在一整天的活動結束前，有個在教會十分活躍的青年團體——南松山天主堂大博爾青年團印證了林主教所說：「朝拜聖體現在也不是白髮資深教友的專屬活動」，大博爾青年們以催淚的喜樂方式，分享與介紹大博爾的年輕人如何接受聖神的感動、如何參與24小時明供聖體、如何以年輕人的語言與方式吸引更多年輕人。

盛會中，張文福神父主禮明供聖體與聖體降福，由南松山大博爾青年團進行音樂服事、由大灣天主堂的鄭景文、蔡偉恩兩位弟兄擔任輔祭，在靜默其間很多人都感受到靜默的力量。聖體光遊行時也彷如臺南的豔陽，既強又烈，充滿溫暖。



聖體大會薪火延續 台南場 培訓課程

■文／顏應明（台南教區聖母進教之佑堂） 圖／台南教區辦事處

敬禮聖體是親近天主的美好時刻

明供聖體在母佑堂已實施了好幾年，每周四上午7時至晚上9時，共計14小時，每個小時都有人與耶穌相伴，而我參與的是最後1個小時，這個時段人數較多，約10-30人，前30分鐘是個人祈禱或默想，後30分鐘恭念玫瑰經、聖歌詠唱與聖體降福，經過這幾年與耶穌相伴的經驗，我本身對朝拜明供聖體仍有許多不懂之處，很高興主教團聖體敬禮推廣小組今年6月10日能到台南教區的大林聖維雅內堂進行講習。

第1堂課，林吉男主教有一句話讓我印象深刻，「給天主10分鐘，天主會給你更多的賞報。」我往往忽視與主耶穌親近的機會，工作與生活總是擺在前面，難怪很多事情不能盡如人意與己意，林主教也提到朝拜聖體是與主約會最好的時刻，與耶穌對望感覺很舒服，時間過得

很快，也有一種被淨化的感覺，因為耶穌是我們最親密的朋友。

錢玲珠老師在明供聖體的禮儀空間布置課程中也提及，若我們願意以生命交流的方式與耶穌來往，我們與耶穌的關係將會更親密，朝拜聖體自然是最好的方法，我們為什麼不好好把握，而白白浪費主賜給我們的恩寵。

由佳里天主堂與新市天主堂兩位姊妹、影三天主堂朱華璋弟兄、大林天主堂林靜宜姊妹的分享中，體會到朝拜聖體是聆聽天主聲音的最佳時刻，將自己的心靜下來，讓主的聲音能進入我們的内心，與主接觸，讓天主仔細的看著我，祂原知道我要什麼，有困難時，朝拜聖體，告訴祂我的狀況，天主會給我答案，我們不要害怕，即使我們已是無依無靠，但主永遠是我們的依靠，這些話語

在我們平日的生活是否真的體會到，而去親近主呢？

徐森義神父談「明供聖體要做什麼？」我想，就是陪伴耶穌，耶穌那樣愛我們，我們自然應向耶穌問候與作伴，如同我們孝愛父母，卻不問候父母與陪伴他們，如何能說孝愛呢？耶穌是我們的主，我們自應與耶穌親近，朝拜聖體正是我們陪伴耶穌的絕佳時刻，若有時間能朝拜聖體，仍必須有心與主做朋友，而不是人在聖體旁，心卻仍在煩憂日常的生活瑣事或別的事，要明瞭陪伴耶穌與祂作朋友，才是最好的一份，怎可將次等的取代最好的，「人在、心在、靈在」是朝拜聖體最好的呈現方式。

朝拜聖體為我是需要的嗎？徐森義神父說到，就是面對自己，回到天主那邊，因為我們都是天主所愛的孩子。



▲禮儀空間布置的實際操作演練



▲工作團隊享用午餐

女，天主聖神願意給我什麼？我想。主耶穌早已安排好每個人需要的一份，就看自己是否願意去取，朝拜聖體自然是向主耶穌表達心意的時候，也聆聽主耶穌告訴我，祂要我做什麼。

最後，要感謝羅鳳蘋姊妹介紹台北聖家堂推動明供聖體的歷程，天主聖神永遠都在我們身上做工，就看我們是否「願意承行主的旨意」。也謝謝朱永庭、小涵、博雅姊妹述說朝拜聖體對她們在信仰上的影響，讓我感受到朝拜聖體對一個真正願意陪伴耶穌。與祂作朋友的人，耶穌給她的回報真是豐碩，遠遠超過我們的付出，每一次的朝拜聖體絕對是人生中的美好時刻。



▲大博爾青年團帶領上課前的敬拜讚美

以愛還愛 全心信賴

■文／翁昇弘（台南教區耶穌聖心堂）

聖體大會薪火延續培訓課程結束收穫滿滿，印象最深刻的就是林吉男主教全程的陪伴我們。為什麼呢？因為總覺得主教十分忙碌，應該在致詞完畢後就會離開會場，沒想到主教卻在台下默默地當了一整天的學員，我想，這就是林主教對我們台南教區的愛吧！就如同徐森義神父教導我們的：「時間等於生命，時間是我們人最寶貴的資產。忙碌的我們將時間空出來朝拜聖體，陪伴耶穌，不就是最棒的以愛還愛嗎？」

在臺南耶穌聖心堂，我看到了天主聖言的臨在：「有我的恩寵為你夠了，因為我的德能在軟弱中纔全顯出來。所以，我甘心情願誇耀我的軟弱，好叫基督的德能常在我身上。」（格後12:9）

傳統民間信仰濃厚的台南古都，常常會遇到盛大的廟會遶境遊行。天主教基督徒在台南這裡實在是少數民族，面臨堂區的老化現象，弟兄姊妹常常會擔憂福傳的工作，也常為此祈禱。很特別的，天主聽了大家的祈禱，在去年為台南耶穌聖心堂帶來3位優秀的司鐸，艾立勤神父、王秉鈞神父及萬德化神父陸續來到帶領我們。

今年4月，堂區也開始對明供聖體禮儀空間布置與流程，做不同的嘗試，因著經驗上與人力上的問題，其中還有許多不足之處，雖然不知道該怎麼辦，但是因為我們的軟弱與不足，還好我們還有主耶穌基督可以信賴。主耶穌基督很巧妙地事先就將培訓課程安排6月在台南舉辦，好像祂早已計畫好一切，先讓我們知道自己的不足後，再透過課程講師們一一的教導我們該如何去做去解決。

陪伴聖體 陪伴耶穌

■文／李賢孟（南寧街聖若瑟天主堂）

「聖體大會薪火延續」的聖體敬禮培訓課，由主教團主辦，台南教區協辦，在臺南市的大林聖維雅內天主堂開始了一天的課程，無論是講師群，或是題材都相當豐富，引人入勝，教友頗為顯耀。

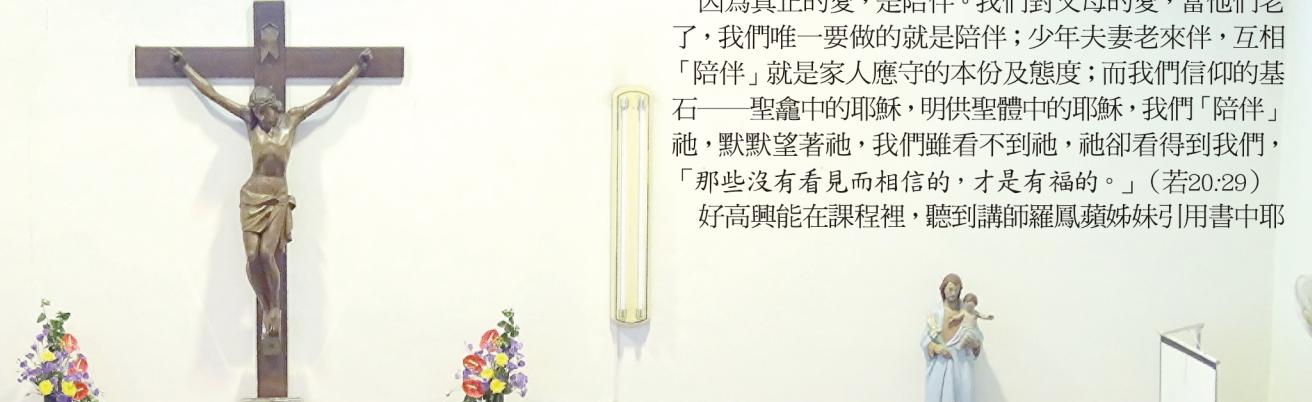
多位講師談到「陪伴聖體」：林吉男主教說：參加彌撒領完聖體，要多留10分鐘，陪伴聖體，與主耶穌交談，你給天主10分鐘，天主就多給你好多個10分鐘的恩寵。

徐森義神父說：明供聖體，我們要身心靈的奉獻——以愛還愛，我們以「陪伴」基督的臨在，回應祂那為我們毫無保留，犧牲到底的愛。

羅鳳蘋姊妹說：晚上剛好拿起《聖龕中耶穌的心聲》翻閱，恰巧翻到一頁寫著，耶穌說：「過年了，你們要和家人團聚了，我也想與你們團聚。」我了解耶穌一直把我們當做祂的家人、親人，祂也盼望我們的「陪伴」。

因為真正的愛，是陪伴。我們對父母的愛，當他們老了，我們唯一要做的就是陪伴；少年夫妻老來伴，互相「陪伴」就是家人應守的本份及態度；而我們信仰的基石——聖龕中的耶穌，明供聖體中的耶穌，我們「陪伴」祂，默默望著祂，我們雖看不到祂，祂卻看得到我們，「那些沒有看見而相信的，才是有福的。」（若20:29）

好高興能在課程裡，聽到講師羅鳳蘋姊妹引用書中耶



我們的言行要相稱於活的聖體櫃

■文／李雅慧（新化耶穌聖名天主堂）

聖體敬禮的傳統，源自教會相信耶穌基督真實地臨在於餅酒形象之內，聖體敬禮的意義，必須從感恩祭延伸出來，在靜默中與主基督相遇，使人更積極參與感恩祭，並在生活中活出基督的樣貌。林主教在這次培訓課程中提到，很多人問他參與彌撒何時進教堂才能領聖體？林主教說，有人準時進堂參與彌撒，但卻是「人在心不在」，態度輕忽，有人雖然無法及時進堂參禮，但卻有顆渴望的心想善領聖體，哪一種人尊敬耶穌聖體、配得領受耶穌聖體呢？因此，更重要的是心靈的準備！

是的，若我們相信耶穌真實地臨在聖體當中，我們應如何面對這位至尊又親切的君王呢？徐森義神父強調：我們朝拜聖體是身心靈的奉獻，是「以愛還愛」的時刻；我好像沒有好好思索過，耶穌這麼愛我，我可以用什麼方式回報祂？原來耶穌也需要我們的陪伴，而且只要我們願意這麼做，祂準備更多的恩惠要賜給我們，尤其聽到副總統夫人鳳蘋姊妹及大博爾青年團分享的見證，更加強我的信德。

如何陪伴聖體，首先要參與明供聖體或朝拜聖體，

至少，領完聖體後也要有一些靜默的時間與耶穌親密交通。敬禮聖體時無論站、坐、躺、仰天或俯伏在地的姿勢，目的是為獲得所願望的效果，但在團體進行中應以不影響他人為要。可以默想、短頌、讀經、祈禱或只是靜默與主相看兩不厭，靜聽主對我們說話！在上午明供聖體時，看著聖體光中的聖體，聽著帶領者誦唱「阿肋路亞」，不由得開心的微笑，心中很自然地輕吟：「耶穌我愛你！」在一陣靜默的凝視中不禁發出驚嘆：「主！你是我的救主，也是我家人的救主。」這是來自聖神的觸動，提醒我常為家人的得救禱。

耶穌是光，我們敬禮祂，沾滿了祂的光，不但對個人、對家庭、對教會更對整個國家社會將會產生莫大的影響，誠如錢玲珠姊妹所言「人領了聖體後，就是一個活的聖體櫃。」我們的言行是否相稱這種身分？最後再回應四旬期避靜中程若石神父的提問：「若我們每個基督徒都活出基督徒的樣式，我們國家還會這麼亂嗎？相信必有不同的氣象！」