



▲2012年國際聖體大會的聖體遊行之前，主禮的樞機主教先行明供聖體祈禱再出發。



▲2012年在愛爾蘭舉行的第50屆國際聖體大會，闢有敬禮聖體的專屬空間，供人日夜朝拜。



▲2016年，在菲律賓宿霧舉行的第51屆國際聖體大會，大會會場內設有明供聖體聖堂，每小時進行聖體降福。
▶聖體光座有各種形式，表達基督的救恩和永恆的光芒。



在深情大愛中 凝視基督並相守 上

明供聖體的禮儀空間

文／錢玲珠（輔仁聖博敏神學院禮儀研究中心主任·主教團禮儀委員） 圖／姜捷

問世間情是何物？直教人生死相許。唯有至深情愛，方能教人為之生，為之死。古今中外，果真有為情而死的，雖然鳳毛麟角。但真有為情而生，且為情而死的嗎？歷史上的確有這麼一位，那就是救主耶穌基督。

傳唱愛情故事

愛情，是許多人一生努力追尋的青鳥。徐志摩曾說：「得之，我幸；不得，我命。」若是幸運地得到了，就要好好珍惜、守護，日益深化。所有的基督信徒，都何等有幸，得到永恆戀人耶穌基督不離不棄、生死以之的愛情！於是，也想方設法地滋養這甜蜜的愛情，和基督相知、相守、相契合，生生世世，傳唱這美麗的愛情故事！

創造的愛情故事

生命怎麼來的呢？宇宙大主因為愛，創造了天地萬物，並按自己的肖像，創造了人類，還寄以厚望，託付人類掌管一切。可惜受盡萬千鍾愛的人，卻辜負了上主的全然信任，違反了上主的旨意，被逐出無憂無慮的伊甸園，貶抑到有苦有難的人間。

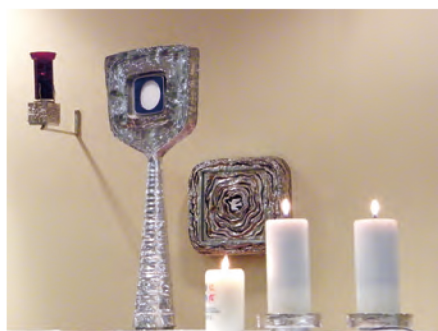
選民的愛情故事

原祖父母在人間生育繁衍，形成上主的選民以色列民族。當他們在埃及淪為奴隸、失去自由之時，上主伸出救恩之手，引領他們出谷，掙脫奴役，獲得自由。在進入上主預許的福地之前、流浪曠野之時，百姓又飢又渴，於是天降瑪納，擊石出水，供給選民日用食糧和飲料。

耶穌的愛情故事

天上慈父永遠掛心被逐出家門的人類，於是派遣自己的獨生子耶穌，來到人間，搭起一座橋，為人指出返鄉之路。耶穌帶來了天國的喜訊，重建一套新的價值觀，顛倒了人間的認知。祂不畏強權和挑戰，身體力行，並風塵僕僕，四處傳揚。最後，他見證了自己宣揚的愛的真諦：沒有比為朋友捨命更大的愛情了！

耶穌毫不保留地獻出生命的前一晚，和門徒們共進最後晚餐時，建立了聖體聖血聖事，預告第2天在加爾瓦略山的



▲聖體、聖體光座、十字架、光（蠟燭）、祭台，構成了明供聖體的基本元素。

十字架上的救恩事件的意義。耶穌拿起餅和酒、感謝了天父、擘開、交給門徒，成為他們的生命之糧、救恩之杯。大家吃的餅，是祂的身體，為了滋養生命；大家喝的酒，是祂的寶血，是為救贖眾生的罪債而傾流。祂並吩咐門徒們要照樣做，來紀念祂。

人類的始祖因為違反天父的旨意，被逐出樂園；耶穌卻不計代價地承行了天父的旨意，讓人和天父重新和好。天主悅納了耶穌的祭獻，復活了祂，進入永恆的生命。

耶穌基督因為無限愛情，用祂的體血生命，和人類訂立了生命的盟約，把人從罪惡的桎梏中拯救出來，成為自由人。人接受耶穌的愛情和盟約，願意以愛還愛，如同耶穌一樣，不斷為了別人而犧牲自己，甚至不惜捨命，把這純淨無私的愛情之歌，傳唱下去！期待著在天鄉和那位最忠誠的情人重逢之日。

教會和基督的愛情故事

但在人間的漫長歲月中，還是渴望著相聚、相守的時光。於是，在每一個紀念耶穌基督死而復活的主日，甚至每一天，天主子民歡樂地慶祝感恩禮時，我們可以不斷地透過聖言和被祝聖過的聖體、聖血——基督的身體和寶血——和基督及教會手足，親密共融，加深愛情。

希望透過這深度的愛情交流，分享祂的生命之糧，和祂一起犧牲；飲用祂的聖血，強化彼此的生命盟約，堅定我們的承諾，更加肖似祂，更能活出祂的愛，讓世界因為我們的臨在，而更接近天國。



▲2016年全國聖體大會在彰化體育館舉行，聖體遊行在歌聲中，充滿聖神莊嚴、溫馨和諧。

敬禮聖體深化愛情

只在聖事慶典中和基督共融，還是太短暫，因此，期待讓這高峰經驗也流溢在生活中。於是保留聖體，送給即將回歸天鄉的天主子民，做為他們的天路行糧。

後來，也為因故（如年老力衰的長者或病人）不能來聖堂在禮儀中共融的兄弟姐妹送聖體。為了能在禮儀之外，常體會日日夜夜，天主與我們同在（厄瑪努爾），居住在我們中間的喜樂和恩寵，教會也在聖體櫃中保存聖體，讓渴慕的人可以親近、朝拜、敬禮祂。

為在生活中延續「聖體奧蹟」的精神，可以選擇多種方式來敬禮聖體。最常見的，是明供聖體；此外，在適當的時刻，還可以舉行「聖體遊行」和「聖體大會」。

聖體遊行

聖體遊行，是天主子民隆重地陪著聖體，在街道上或其他適合的處所遊行，公開表達對聖體聖事的信德和崇敬之情，向人宣布自己信仰這位「與我們同在，並為了我們的天主」。遊行的方式有許多可能性；在遊行的最後，可以舉行「聖體降福禮」。許多教區在基督聖體聖血節時，會舉行聖體遊行，來為所居住的城市祈福，祈求天主的聖化。

聖體大會

「聖體大會」，是類似「集合站」的概念，一個信仰團體，邀請其他團體聚集在一起，深深體認聖體奧蹟，並互愛合一地表達對聖體的敬禮。最近幾年，台灣各教區輪流主辦全國聖體大會，邀

請全台7教區一起參與。另外，每4年舉行的國際聖體大會，由一個國家主辦，邀請普世教會參與，都是這種類型，可彰顯信仰、愛德和共融的真正標記。這樣的聚會，常會深深地感動人、影響人！

2012年參加在愛爾蘭舉行的第50屆國際聖體大會之後，深受觸動的羅鳳蘋姊妹，歸來之後，就延伸國際聖體大會精神，在台北聖家堂開始推動每天明供聖體，十分成功！

明供聖體

明供聖體，是最常見的敬禮聖體的方式，多半在團體中進行；由聖體櫃中請出聖體，以聖體光座或聖體盒供奉，讓信友瞻仰、朝拜。沒有固定形式，只需遵守基本原則。通常，是以聖言、講道、歌詠、祈禱（玫瑰經、時辰祈禱、基督禱文等）為主幹，當然，在靜默中與主曠野談心、相對凝望，更是不可或缺。最後，以聖體降福結束。

個人聖體敬禮，多半是簡單的朝拜聖體櫃中的聖體，在默禱中會晤基督。

敬禮聖體的時間

朝拜聖體多久呢？最普遍的，是大約1小時的守聖時。聖教宗若望保祿二世曾勉勵我們：教會和世界非常需要朝拜聖體，耶穌在愛中等待我們，與聖體中的耶穌相守的這1小時，將修補世界的罪惡，為地球帶來和平。有些修會或個人，每天都守聖時，為世界和自己的淨化祈禱。

1980年，聖教宗若望保祿二世頒布了《主的晚餐》通諭（聖體聖事的奧蹟與朝拜），呼籲恆供聖體：「願我們對聖體的朝拜永不停止」，並且由1981年開始，身體力行，也要求堂區落實。有些堂區24小時、40小時，甚至永不間斷地恆久朝拜聖體，深刻體會「在至聖聖體的氛圍中增長靈性生命」的重要性。

教宗方濟各在「慈悲禧年」文告中，邀請每個教區在四旬期第四主日前的周五及周六，舉行「奉獻24小時給天主」，都是這精神的延續。（未完待續）