

甲年 將臨期第三主日

潘家駿 神父（主教團禮儀委員會）



慶祝奧蹟

聖保祿宗徒透過本主日彌撒的「進堂詠」，這樣勉勵我們說：「你們應在主內常常歡樂，我再說一次：你們應當歡樂，因為主已臨近了。」（斐四4-5）在彌撒的一開始，特別安排這段勸勉，目的就是開宗明義提醒我們本主日是「喜樂主日」。

如果用心體會將臨期不同主日的讀經與禱文，那麼不難發現這些經文多少都帶有一種張力，也就是雖身處此刻但卻又盼望將來。此刻，可能是孤寂，可能是失敗，可能是艱難；而所盼望的將來，卻是圓滿，卻是勝利，卻是救贖。所以「將臨期」所代表的時間，可以類比以下情況：你受傷了，卻已打了電話召喚救護車，而救護車正一路響著警報聲，就要到來，但又尚未來到。雖然你此刻正在受苦中，救援尚未到來，但知道再多等一會，便有人會來救你，所以你是有盼望的，而也因著這樣的盼望，而能懷著一份得救的喜樂。類比來說，這充滿張力的夾縫時間，就是「將臨期」。

為呈現出這種從「尚未」到「已經」之間的張力，在教會的《禮儀日曆》中，將整個將臨期大體分作兩個階段。將臨期第一和第二主日屬第一階段，彌撒主題側重於基督的再次來臨，並強調基督再來的迫切性，因而要求信友們警醒和悔改。而本主日是將臨期第三主日，彌撒主題則是涉及耶穌兩次來臨之間的那一段時期，也就是我們所生活的教會時期，所以這個主日的禮儀不再是強調基督再次來臨的迫切性，卻是鼓勵我們重新體驗及期待耶穌的誕辰，好從耶穌那裡接受圓滿豐盛的救恩。因此之故，本主日彌撒所要給予我們的教導是：「你們應在主內常常歡樂。」所以本主日的彌撒經文，不僅剛剛提到的「進堂詠」，連「集禱經」都替我們說出了這喜樂的心情：「天主，請垂念祢的子民，我們正虔誠地期待著基督的誕辰；求祢使我們滿懷喜樂，因為祂即將帶來豐富的救恩；並使我們以歡欣鼓舞的心情，隆重地慶祝祂的來臨。」

至於讀經方面，讀經一《依撒意亞先知書》更是預告了那因著救恩的圓滿而能讓我們盡享的歡欣快樂。先知的心情如小鹿跳躍，他這樣雀躍地說：「荒野和不毛之地，要歡樂；沙漠要欣喜，有如花朵盛開，盛開得好像百合，高興得歡呼歌唱；……。那時候，瞎子的眼睛要明朗，聾子的耳朵要開啟；跛子要像小鹿跳躍，啞巴也會發聲歡呼。」雖然本主日以上的這些經文都強調及鼓勵我們重新體驗及期待耶穌的誕辰，但基督的第一次來臨與祂在光榮中的再度來臨是細針密縫，相互因果的，因此在彌撒的讀經二《聖雅各書》裡，宗徒更是以催促的語氣，鼓勵我們對主的再來念茲在茲：「你們要忍耐，等待主的再來。農夫多麼耐心地期待田地裡寶貴的產物，耐心地盼望著時雨。你們也要忍耐，堅定你們的心，因為主再來的日子已經近了。」

總之，本主日彌撒的讀經與禱文都在在向我們顯明出，這裡所提到的喜樂或歡樂乃是與天主的來臨有著密切的關係。而這喜樂更是因著天主的臨在，才成為天主與我們之間的一個愛的標記，因為上主來臨在我們身上產生的喜樂正是愛的果實之

一，害怕和恐懼是與它背道而馳的。的確，救世主來臨就是要給我們帶來這圓滿無缺的喜樂。然而這種喜樂不是在人前裝出笑容就能擁有的喜樂；也不是如美國好萊塢英雄系列電影蝙蝠俠中的Joker（小丑），那幅劃出來的永遠對你燦笑的妝容所能擁有的喜樂；也不是靠整容整出一副笑臉就能有的喜樂；也不是硬擠出招牌微笑；當然，更不是口口聲聲喜樂，心中卻是根本就不信的虛假喜樂。這種喜樂也與剛買了一件喜歡的東西、考上了好學校、事業成功、獲得名譽、加官晉爵等而所擁有的短暫喜樂不同。這種喜樂更不是因為我是基督徒，而喜樂是福音的一部分，所以我就得在人前演戲，讓自己看起來更相信福音，不然我這個基督徒會讓耶穌盡顯失敗樣子的虛假喜樂。於是乎，我在人前笑了又笑，但關起門來時卻是一臉苦相，跟得了苦不堪言的隱疾似的。不！這些都是山寨版的喜樂！

上主來臨所為我們帶來的喜樂是貨真價實的，它能滲入我們的靈魂，將我們提升到平安與幸福的永恆境界。耶穌的喜樂不但能賜給我們力量，還能安慰我們，支持我們。真實的喜樂與幸福是一種生命狀態，而不只是一時情緒而已。即使外在環境暫時影響我們的心情，我們也能藉著依靠耶穌而得著力量，堅強起來。得自耶穌的喜樂是真實的，無論外在環境怎麼變，無論我們遭遇怎樣困難，只要能認識並跟隨耶穌，我們就能長保喜樂。耶穌的來臨為我們帶來的福音是與喜樂一體成型的，是靈性版的快樂套餐，包裝上清楚標示著：「內含免費喜樂，無須組裝。」它是天主的恩寵，人人都能免費領取，完整收藏。

這種真正喜樂的本質就像活水一樣，渴望湧出，並流向他人，與人見證並分享我們所滿溢的恩寵。這就如本主日彌撒的讀經一《依撒意亞先知書》中所描述的，當先知預先見到了救恩的圓滿而喜樂滿心，這滿心的喜樂不只驅使先知渴望與人分享，更是把喜樂化為宣報的行動，將盼望帶給人：「堅強痿弱的手，穩固顫抖的膝，並告訴失望的人說：『鼓起勇氣來，不要害怕！看哪，你們的天主要來替你們報復，給你們酬報，祂要親自來拯救你們！』」而在本主日的《瑪竇福音》中，耶穌更是親自向我們引薦了他的前驅者若翰，讓我們看到洗者若翰如何以生活和行動，教導了我們一位福音見證者和喜樂分享者該有的生命態度。

是的，洗者若翰就是那位耶穌口中所說的，要來轉移時代的人，耶穌就是這樣說到若翰的：「你們出去要看甚麼呢？看一位先知嗎？是的！我告訴你們，而且他比先知還偉大。關於這個人，經上記載說：『請看，我派遣我的使者作你的前驅，他要在你之前替你預備道路。』……由洗者若翰的日子直到如今，天國是以猛力奪取的，以猛力奪取的人，就攫取了它，因為眾先知和法律講說預言，直到若翰為止。」（瑪十一12）天主要結束律法和先知的時代，而把我們帶入祂兒子國度的時代裡，而就因為這時代的轉換，天主亟需一個能為即將來臨的新時代，開闢康莊大道的人，洗者若翰就是在天主的計劃中蒙揀選，為天國作見證，成了天主轉移時代的可用器皿。

在天主的計劃中，若翰將是一位在曠野中出現的先知、傳道人，他要來警告人、告誡人，並邀請人接受悔改的洗禮，以獲得罪過的赦免。這位前驅者同時要來向人們宣告，他們已經期待很久，並隱藏在他們心中，且隱藏在天主內的那一位，就快要顯示出來、快要來臨了。所以依撒意亞先知就曾經在預言中如此生動地形容若翰說：「諸島嶼，請聽我說！遠方的人民，請靜聽！上主由母腹中就召叫了我，自母胎中就給我起了名字。祂使我的口好似利箭，將我掩護在他的手蔭下。使我像一支磨光的箭。」（依四九1-2）

依撒意亞先知為洗者若翰所作的描述，可以稱為是若翰的〈謝主曲〉，正如聖母瑪利亞的〈謝主曲〉一樣，聖母的謝主曲是以聖母的整個蒙福生命來讚美感謝天主，而若翰的〈謝主曲〉，也是以若翰的整個生命見證來讚美感謝天主。是的，一如依撒意亞先知的描述，若翰就是這一枝磨光的箭，而箭已從箭囊中出鞘，箭已射出。這支利箭要刺穿我們的心，把我們的心門敲開，好讓耶穌來到我們跟前時，我們可以懷著盼望的心認出祂來，懷著期待的情把祂擁抱入懷。若翰正是天主箭囊中射出的一枝利箭，並在途中飛馳而來，直指以色列人民的心，也直直射向所有那些盼望、期待、等候主耶穌來臨的人們的心，並把我們的心轉向那要來臨的那一位，也就是我們的主耶穌基督，天主的羔羊。在黑人靈歌中流傳著這樣一首名叫「洗者若翰」的絕美詩歌，這首詩歌是這樣描寫的：

有人從黑暗中走來，像一顆星星；
世界在他頭上，像一片叢林；
他的眼睛，像城中的燈火；
而他的嘴，像時間一樣真誠。
他稱呼人們為弟兄、姊妹，
即便是身陷囹圄的人，即便是困頓牢獄中的人。
是的，我只是施洗的傳道者，有比我大的要來；
祂像一顆曉星一樣，正從黑暗中走來。

若翰在他所處的那個時代，蒙召成為一名福音的前驅者和見證者，他用了他如同城中燈火一樣的眼睛，明查秋毫人處在罪惡當中的真實生命景況，他也以從不欺騙人如同時間一般忠誠的口，宣講悔改的洗禮，為使人得到罪過的赦免，並從曠

野裡向人們發出苦口婆心的勸告說：「你們當預備上主的道，修直祂的路。」而我們今天所處的時代，更是一個瞬息萬變的時代，從天主的永恆計劃中，我們也可以說這是一個耶穌已經為我們帶來了天國，天主的國已經來臨的時代。而從整個救恩歷史來看，天主的計劃總是有一個原則，也就是當祂要轉移時代的時候，祂常常會召叫一群人來作為轉移時代的器皿，而不用懷疑，我們每個基督徒都蒙召在我們這個亟需悔改，以接受天國來臨的好消息的時代，各自以我們的生活去成為福音的前驅者和見證者。

是的，福音的前驅者若翰一出現，為那些不認識基督的人，耶穌基督的福音就開始在他們的生命中顯現了。今天若翰也邀請我們每一位基督徒都能成為基督福音的前驅者及見證者，他大聲疾呼呼籲我們每一個人的生活都要成為主耶穌基督來臨的康莊道路。其實不論是在教會、在團體，或是在我們工作的場所、學校、家庭裡，只要看到有悔改和誠樸的精神存在其中，我們就可以找到這位福音的前驅者和見證者，因為為那些還不認識基督的弟兄姊妹、同事、同學、或是家人都將經由這位前驅者，而讓天主子耶穌基督的福音在他們的生命中開始實現。

而要如何擔負起這份召叫？那就是懷著謙遜的精神承認我們自己並不是這福音、這喜訊的實現者，我們也不是醫治者，我們也不是釋放者，我們更不是生命的賜與者；我們是有罪的，破碎的，容易受創傷的人。我們之所以可以喜樂地擔負起這份召叫，乃是因為我們從耶穌那裡經驗到了罪的寬恕，在耶穌那裡我們的破碎被復合了，我們的創傷被醫治了，我們的死亡被克服了。而我們只是奉天主的召叫，把自己非常有限、非常有條件的愛，成為天主那無限、無條件的愛的通道。就如若翰他來，是為作證，是為給光作證。

祈禱經文

在彌撒一開始，「進堂詠」就鼓勵我們說：「你們應在主內常常歡樂，我再說一遍，你們應當歡樂，因為主已臨近了。」（斐四4）這首進堂詠為我們開啟了將臨期第三主日的禮儀慶典，也賦予這個主日歡樂的情調。此詩歌拉丁文的第一個字為「歡樂吧！」（Gaudere）因此，我們習慣將這個主日稱為「喜樂主日」。這首採自斐理伯書的詩歌從第八世紀，就已經使用在本主日，作為開啟彌撒的進堂詠。

繼續進堂詠的喜樂主題，我們在「集禱經」中滿懷喜樂地祈禱：「天主，請垂念祢的子民。我們正虔誠地期待著基督的誕辰；求祢使我們滿懷喜樂，因為祂即將帶來豐富的救恩；並使我們以歡欣鼓舞的心情，隆重地慶祝祂的來臨。」這闕禱詞是出自第五世紀到第六世紀的一本祈禱手冊，但是這一系列的禱詞有很長一段時間被遺失了，直到第十九世紀才又再度被發現。梵二之後，把這闕禱詞收錄在彌撒經書中，並作為本主日的集禱經使用。

本主日的「獻禮經」祈求天主使我們恆常虔誠地獻上祭品，以滿全基督建立此一奧蹟的命令，並賜給我們豐富的救恩：「天主，我們向祢奉上真誠的禮品，求祢悅納，使我們履行祢聖子要我們獻祭的命令，並能獲得祢所賜予的救恩。」這闕禱詞源自第六世紀的禮書，原作為九月分守齋祈禱之用。此闕禱詞第一次出現在本主日，是出現在1570年特利騰彌的羅馬撒經書當中，並且一直延用至今。這闕禱詞除了使用在本主日之外，同時也使用在12月17日之前的將臨期每個周三及周六。

在我們喜悅地前往領受聖體聖事時，「領主詠」帶領我們走向聖體前，經驗救恩的實現：「你們要高聲疾呼：懦弱微小的！不要害怕；請看，我們的天主就要來拯救我們。」（參卅五4）這首領主詠從第八世紀就已經使用於此了。

「領聖體後經」與前面禱詞和經文的喜樂氛圍略有不同，祈求天主使我們藉著剛剛領受的聖體，脫免罪惡：「天主，求祢廣施慈恩，使我們所領受的神糧，能補償自己的過犯，以恭迎即將來臨的慶節。」事實上，這闕禱詞源自第八世紀禮書中的禱詞，原出現在四旬期第二星期二的禮儀中，所以氣氛比較嚴肅。雖然今日的禱詞已取消原本禱詞中的「守齋」一詞，但我們依舊感受到悔改殷殷勸勉。而這正是回應了本主日福音中，洗者若翰在曠野裡的呼籲。

禮儀行動

1. 本主日，主祭可穿紫色或玫瑰色祭披。（「彌撒經書總論」第346號）
2. 主祭在致候詞之後，可以用以下類似的導言導引信友們更深地進入信德的奧蹟之中：「耶穌向我們顯示祂就是舊約先知們所期待的默西亞，而向窮人傳報喜訊正是默西亞來臨的最主要記號之一。不只在先知的預言當中，同時也在梅瑟五書當中，都懷有同樣的盼望：『在你中間不會有窮人』（申十五4）。窮人、罪人、卑微的人、生病的人、被遺棄的人、飢餓的人、孤兒、寡婦、難民、俘虜、奴隸、無能為力的人，所有這一切被擠到世界邊緣的人，都是耶穌注意和救援的中心。我們是耶穌的門徒，我們是否像耶穌一樣這麼親近窮人？我們當中還有多少窮人？在今天的感恩祭中，我們祈求天主，使我們能夠敏於我們周遭的窮人，並使我們成為基督臨在窮人當中的記號。」

或是：「哪裡有盼望，哪裡就會有期待；懷著盼望期待總會為我們帶來如泉湧一般的喜樂。我們在將臨期間的喜樂，乃源自於基督徒的期待就是期待一個已經把握在手上的希望，而這個希望就是我們已經擁有的耶穌基督。如果我們願意讓祂把我們改變得越肖似祂，那麼祂就要更深地來到我們的生命中。現在就讓我們歡迎耶穌來到我們當中。」

3. 主祭可以用下列類似的引言，來幫助信友們進入「懺悔詞」當中：「我們常常閉眼漠視窮人的處境，讓我們祈求天主的寬恕，虔誠地舉行聖祭。」
4. 不念「光榮頌」。是為了使人在聖誕節詠唱這首原來只使用在聖誕節的詩歌時，歡欣的程度能夠加倍。
5. 詠唱「阿肋路亞」。雖然這段時期的禮儀色調與「四旬期」相同，都是紫色，但是仍然詠唱表達歡欣的「阿肋路亞」，因為更強調這是一段喜悅和熱誠期待的時期。
6. 這個主日「信友禱詞」的導言，主祭可以運用本主日讀經及福音的精神，以下列類似的話語來邀請會眾提出意向：「鼓起勇氣，不要害怕，天主要來親自拯救向祂呼求憐憫的人。」同時可以用下列類似的祈禱文結束信友禱詞：「天主，祈求藉著俯聽我們的祈禱，而使瞎子的眼睛明朗，使聾子的耳朵開啟，使跛子像小鹿跳躍，使啞巴發聲歡呼。以上所求是靠我們的主基督。」

另外，對基督兩次來臨的渴望和期待，也會加深我們對世界和平及社會正義的追求和維繫。所以在「信友禱詞」不要忘記為那些受苦、貧窮及受迫害的人祈禱。

7. 在「感恩經」開始之前，主祭可以用下列類似的話語作為導言，引領信友們進入感恩聖祭的頂峰經驗當中：「我們懷著對天主聖父的感恩之情，在這感恩祭當中歡迎主基督臨在我們當中，並且求使我們在聖體聖事內能認出祂來，同時也能在那些被擠到世界邊緣的人中認出祂來。」
8. 採用「頌謝詞（一）」或「頌謝詞（二）」，並配合「感恩經」第一式或第三式。
9. 彌撒結束時，可採用「隆重降福禮」。請見《主日感恩祭典（甲）》頁310「季節降福經文－將臨期」。
10. 最後的結束派遣用語可選用以下格式：
 - 1) 去傳揚上主的福音吧！
 - 2) 平安回去，在生活中光榮天主吧！
 - 3) 平安回去吧！

禮儀空間

1. 這個主日，在禮儀空間的布置，以及用花卉布置祭台時，可稍為多姿多彩，但仍應有節制，要符合將臨期的特色，避免提前盡情展現聖誕節的喜慶。（《主教行禮常典》第236號）
2. 可以將臨圈上的玫瑰色蠟燭點燃。
3. 堂區應該都已經開始陸續籌備製作「馬槽」。但按照《祝福禮典》的指示，要注意的是：不要把馬槽放置在祭台或讀經台的區域（即至聖所）。換句話說，為方便祈禱，或許可以放置在禮儀空間的一側，而非中間，以避免混淆了祭台、讀經台等主要記號。把祭台搭建成白冷山洞的模樣，雜亂無章，在禮儀習慣上都是不好的。不過，如果在聖誕節日及聖誕期期間，只是單純地把聖嬰像和諧地擺放在祭台前，以顯示聖誕，但仍突顯祭台的神聖莊嚴，便不會顯得衝突。



禮儀音樂

1. 這個主日，使用風琴和其他樂器時，音樂可以更加豐富，但仍應有所節制，要符合這時期的特色，避免提前盡情展現聖誕節的喜慶。（《主教行禮常典》第236號）

一周禮儀

從17至24日，今年除了22日（主日）採將臨期第四主日的經文外，其他每一天都有專用的彌撒經文。

這些天的經文大都表達了對聖誕節的熱切渴望，如「基督，我們的君王，若翰所預言的羔羊，即將來臨」（原18日專用「進堂詠」）；其他的祈禱經文也都盡顯同樣的渴求。

這段最後的等待時期，除了渴望的情緒之外，禮儀也充滿了預許即將滿全的喜悅情懷，如「上主，世界的主宰，就要來臨，祂的名字叫厄瑪奴爾，因為天主與我們同在」（21日「進堂詠」）。

這些天的祈禱經文更是把我們直接徙置到救主降生的奧蹟當中，同時也提醒我們，救主謙遜地誕生白冷城、我們今天所慶祝的救主降生奧蹟，以及將來在光榮中的降來，三者是細針密縫，不可分離的。

這段時期的第一篇讀經也都不斷地火熱我們的心懷，讓我們透過舊約的預像，而一步步地享我們顯明救主誕生的奧蹟。福音則是讓我們伴同聖母瑪利亞一起，走到救恩歷史的高峰和實現；而她的生命也完全地展現了將臨期的精神。

舊約天主透過先知的宣報和許諾，到了洗者若翰，就結束了，同時也達到了舊約的頂峰；在新約時期，聖母瑪利亞則是開啟並通傳了這許諾的完成。因此，我們可以說，洗者若翰的曠野呼聲宣報了救主的來臨，並召喚我們悔改，準備迎接祂來臨的道路；而聖母瑪利亞則是已經活在這宣報的完成當中了，因為她以「上主婢女」的角色，孕育了基督，使這從舊約以來的宣報及預許完成了。

在這段聖誕節前一周（17至23日）的「福音前歡呼詞」及晚禱「謝主曲」對經中，給了這位來臨的救主七個圖像；這七個圖像為我們呈顯出默西亞不同的身分和使命，以及這個時期的基本主題，即總結舊約以色列及新約教會的渴望與期盼：智慧啊！（O Sapientia）上主啊！（O Adonai）葉瑟之根啊！（O Radix Jesse）達味之鑰啊！（O Clavis David）昇起的旭日啊！（O Oriens）萬民的君王啊！（O Rex Gentium）厄瑪努爾啊！（O Emmanuel）

禮儀須知

1. 本主日禁止舉行其他彌撒及殯葬彌撒。（「彌撒經書總論」第380號）
2. 12月17至24日之間的將臨期平日禮儀，要優先於聖人紀念日，該按禮書所述方式舉行。（「彌撒經書總論」第355a號）
3. 舉行感恩祭時，應採用17至24日（今年22日主日除外）的專用讀經及禱文，頌謝詞採「頌謝詞（二）」。
4. 將臨期平日舉行婚禮，應有所節制。（《婚姻禮典》導言第32號）
5. 這段時期，晚間可以以配合聖道禮儀的聖體敬禮，來舉行九日敬禮。