

乙年

常年期第十七主日

潘家駿 神父（主教團禮儀委員會）



慶祝奧蹟

今年禮儀年乙年的主日彌撒福音慣常宣讀《馬爾谷福音》，不過從本主日開始一直到常年期第廿一主日共五個主日，則是穿插了若望福音第六章增餅奇蹟以及有關生命之糧的言論。

本主日福音的內容就是《若望福音》第六章一開始的增餅奇蹟，這段福音開啟了接下來四個主日福音中所要宣報的生命之糧言論。事實上，《若望福音》第六章正是在整個新約當中，有關聖體聖事最豐富也是最高峰的表達，而增餅奇蹟更可以說是耶穌建立聖體聖事的預像。至於今天的讀經一《列王紀下》的篇章內容則是為我們敘述，厄里叟先知如何用二十個以初熟大麥作成的餅行了增餅奇蹟，這段經文明顯可見地是為耶穌的增餅奇蹟作了預示。

在新約當中，總共有六段攸關耶穌增餅奇蹟的敘述，而《若望福音》裡的這一段增餅奇蹟與對觀福音裡所敘述的略有不同，其最獨特的部份就是省略了那最讓我們認出聖體聖事的「擘餅」標記。聖史若望這樣敘述：「耶穌拿起餅來，祝福和感謝之後，就分給坐著的人」，其中獨缺耶穌擘餅的動作；然而在對觀福音裡，「擘餅」這個姿態是聖體聖事最為突出、也是最卓具意義的姿態之一，甚至在聖史路加的兩部作品《路加福音》及《宗徒大事錄》中，就直稱聖體聖事為「擘餅」（路廿四 35；宗二 42）。事實上，《若望福音》之所以將耶穌的擘餅行動省略掉，其目的就是要將我們的注意力聚焦在耶穌「就分給坐著的人」的行動上，這分餅給眾人的行動就是要符合耶穌接下來有關生命之糧的宣告：「我所要賜給的食糧，就是我的肉，是為世界的生命而賜給的。」（六 51）

因此，這「為世界的生命而賜給的」分餅行動在在提醒我們，當每次在彌撒中領聖體時，我們就應該想到千萬因缺乏糧食和億萬因缺乏愛而受苦的人；當我們能夠吃飽穿暖，得到很好的照顧，並有幸獲享大地收成的果實和兄弟姊妹的友愛時，我們也應該要想到還有許多人正忍受物質上或精神上的貧困缺乏。事實上，我們對耶穌臨在於聖體聖事中的信仰，不就該表示我們應該走出自己的小圈子，努力去幫助及減輕人們因物質的缺乏或因精神的貧乏而產生的痛苦嗎？如果我們真能在聖體聖事中認出耶穌來，那麼我們不也應該真能在許許多多缺乏和貧乏的男女老少身上認出耶穌來嗎？如果我們不能把對耶穌臨在於餅酒之內的信仰轉化為愛德的行動，那麼我們仍然是一個沒有信仰的人，或充其量只是很會把耶穌束縛在祭台的九摺布上或聖體櫃內朝拜，卻無法透過自己的生活把耶穌顯示給人的假基督徒而已。

我確信每一個基督徒一定都渴望透過自己的生活把耶穌顯示給人，然而我們卻常常對那將信仰轉化成行動，並透過行動將耶穌顯示給人的見證生活缺乏信心，因為我們常常會覺得我們的學識能力不足、口才能力不佳、聰明程度不高、愛的能

不夠……，因此，總認為自己不足、不配、不堪、不能、不行、不敢承擔起把耶穌顯示給人的基督徒使命。面對此問題，現在就讓我們一起來看看今天的福音要帶給我們什麼啟示與訊息？

面對一大群人等著要吃飯卻無飯可吃的棘手困境，在今天的福音中，我們聽到耶穌提了一個問題，而讓這困境的現實景況直逼到門徒的眼前：「我們從哪裡買餅給這些人吃呢？」斐理伯一馬當先的直覺反應是：「就算買兩百塊銀幣的餅，也不夠每人分一口啊！」而安德肋的回應是：「這裡有一個小孩子，他有五個大麥餅和兩條魚；但是為這麼多的人，這算得什麼呢？」在這裡，我們看到了三種不同回應耶穌的態度，而這三種態度正是今天教會裡活生生的三種態度！

斐理伯的回應是一種「放棄式的不合作」態度。耶穌的問題是要他想一想哪裡可以買餅，但他想的卻是有沒有錢可以買餅；沒有錢，何來談得上哪裡買餅，所以他直接放棄，因為為他而言，沒有錢就是等同沒有辦法。他表明不願意合作，因為經過他的快速算計，所得的結論是不可能的、是做不到的。

安德肋所持的態度則是「敷衍式的半合作」態度。雖然他知道小孩子有五個餅和兩條魚，而他也知道這位兒童願意慷慨地奉獻出來，但思量過後也發現實在無濟於事，所以在言談中他表達出至少已經努力計算過了，結果仍然是徒呼奈何，因此還是算了吧！

第三種態度是那位兒童的態度；這位兒童所持的態度是「甘心樂意式的全心合作」態度。因為他對耶穌有足夠的熱心與信心，雖然他知道他所能給予的全部所有就是那麼一點點，可能少到只是一個兒童的一頓簡單的晚餐便當，但他確信耶穌會有辦法。

別再找理由閃躲了，想一想，你是屬於哪一種反應？你又會採取哪一種態度？

不管你是哪一種反應、哪一種態度，我們繼續從福音的訊息一起領受耶穌的啟發吧！按照《若望福音》的記載，這些食物是來自一個在群眾中的小孩子；所以這更讓我們看到這個增餅奇蹟的故事同時也是一個有關微小事物，但卻具有無比價值的故事。我們的世界總喜歡明顯的、偉大的、令人印象深刻以及精心調製的事物。然而天主卻是選擇了被世界所忽略，甚至是最被看不起的微小事物和微小人物。在這個故事當中，門徒們面對這只有五個餅和兩條魚，卻要如何飽足這麼多群眾的疑問和困惑，讓我們在門徒們身上看到一個如同你我一樣會算計的世人心靈。門徒們對耶穌問題的回應好似在對祂說：「老師，難道祢不會算嗎？這麼簡單清楚的答案，難道祢算不出來嗎？五個餅和兩條魚，怎麼可能夠這麼一大群人吃呢？不用算也知道啊！」然而為耶穌來說，這些餅和魚卻已經足夠了。於是我們在對觀福音中的增餅奇蹟中聽到耶穌對門徒們說：「你們給我拿來！」之後「吩咐群眾坐在草地上，然後拿起那五個餅和兩條魚，望天讚頌了，把餅分開，遞給門徒，門徒再分給群眾。」（參：瑪十四 19；谷六 41；路九 16）

在這裡，我們需要注意耶穌行動中的一個極重要的關鍵要素，也就是耶穌望天讚頌了。耶穌並沒有停留在人的橫向關係上，也就是祂並沒有駐足在門徒因世俗的價值觀而帶來的挫折當中，卻是採取縱向的關係，祂抬頭望天讚頌天主，而也就是在與天主的聯繫中，耶穌確信了這微末的五餅二魚雖然在世俗的眼光中，只是從微小的人身上所奉獻出的微小事物而已，然而卻是天父所賜予的禮物和祝福。這五個餅兩條魚既然是來自天主的禮物和祝福，那麼就一定足夠餵飽所有的人。也因此，耶穌分餅和魚，而竟然可以「讓眾人任意吃」。

是的，在這個微小人物所奉獻的微小事物當中，我們卻是看到了天主的慷慨。這些禮物不僅為眾人足夠有餘，甚至把吃剩下來的碎塊收集起來，也足足地收集了十二滿筐。這向我們顯明了一個奧秘，也就是如果我們願意慷慨地給予我們所擁有的，即使我們所擁有的只是微不足道的事物，甚至是少到讓我們自己覺得只是「只有」，但天主卻要使它增多增長。然而，如果門徒一直保留著那五個餅兩條魚而不給耶穌的話，那麼，就一直只能是「只有」，情況永遠不會改變；但是如果我們像這名兒童一樣，願意把我們的「只有」交給耶穌，那麼我們手中所擁有的「只有」就會成為許多人的祝福。當我們願意奉獻出自己的「只有」，把它交在耶穌的手中，就可以成就天主的大事。因此，慷慨地把您手中的「只有」交給耶穌吧！是的，在你不能，但是在天主凡事都能。

不用懷疑，這正是天主的方式，同時也是我們被天主召叫去活出來的方式。天主給了我們每一個人一點愛人的能力、一點知識、一點能力、一點勤勞等作為禮物，為的是能向人分享，而當我們向別人分享得越多，我們就會越發現到，別人所得到的竟然比我們所分享的還要多。是的，天主的小禮物總是在我們給予的過程中不斷地增加。

同時，當我們願意慷慨地分享我們所擁有的小禮物時，我們就會讓耶穌的榮耀透過我們愛的行動而顯示出來；就如福音中因著這位小孩子的慷慨行動，而讓這增餅奇蹟顯現出耶穌的榮耀一樣。從群眾在增餅奇蹟裡所獲得的和所看見的，我們看見了耶穌的榮耀，這榮耀顯示出耶穌是先知，所以當群眾看見耶穌所行的神蹟，就說：「這的確是那位要到世界上來的先知。」這榮耀也顯示出耶穌是君王，所以群眾最後的反應是要來強迫祂作國王。這榮耀更是顯示出祂就是基督；在《路

加福音》中的增餅奇蹟之後，伯多祿就馬上宣認了耶穌是「天主的受傅者」（九 20），也就是默西亞、基督、救世主的意思。

是的，五餅二魚的奇蹟彰顯出耶穌的榮耀與大能，同時也顯示出祂對我們的寬宏慷慨，而這一切都來自於祂與天父的緊密聯繫。祂總是在感恩和孝愛之情當中與父結合為一，因此祂能使餅和魚增多，使如此眾多的人群獲得祝福。耶穌也邀請我們在信賴祂與對他人的慷慨中，於我們各自的生活裡，去向人們見證耶穌的大能力，並透過我們使更多的人獲得祝福。

事實上，這個增餅的奇蹟，也為我們宣告了另一個更偉大的增餅奇蹟，同時也為這更偉大的增餅奇蹟開了路，這更偉大的增餅奇蹟就是耶穌留給我們的感恩聖事、聖體聖事；在這至聖聖事中，耶穌的增餅奇蹟就不曾中斷過。就讓我們懷著如同兒童般的驚奇和確信的情懷，感謝天主讓我們擁有如此的榮寵，能在聖體聖事中經驗那令人驚異的增餅奇蹟，並享受那要使我们獲得生命、且是更豐富生命之生命之糧的飽飫。

祈禱經文

聖詠作者在「進堂詠」中宣告天主時常居住在自己的聖所，給無依無靠的人備妥房屋，將居住在祂聖所內的天主子民聯合成為一體，並賜與他們力量和權能：「住在聖殿內的天主，使孤苦的人有屋可住；祂要將力量和權柄賜與祂的子民。」（詠六七 6-7, 36）是的，在感恩祭的一開始，天主召集我們，聚集在祂的聖所內，形成一個基督的身體，祂要賜給我們所需要的恩寵。這首「進堂詠」從第八世紀以來直到今天，就一直被使用在聖神降臨節之後的第十一主日。

在這個主日的「集禱經」中，我們向天主祈求，懇求天主廣施憐憫，使我們在祂的引領下，善用世上易於消逝的財物，以獲取永存不朽的賞報：「天主，仰賴祢的人必蒙助祐；離開了祢便一無保障，一無是處。求祢廣施憐憫，使我們在祢的引導、照顧下，善用世物，得享永生。」這種對天主的依賴讓我們想起了聖詠作者對天主的信賴：「上主，祢是我的磐石、我的保障、我的避難所；祢是我的天主，我所一心依靠的磐石；祢是我的護盾，我救恩的角，我的堡壘。」（十七 3）而對事物的態度，也讓我們想起格前七 31：「享用這世界的，要像不享用的，因為這世界的局面正在逝去。」這闕禱詞是梵二重新編寫的經文，禱文的前半部是根源自第八世紀禮書中聖神降臨節之後第四主日的禱詞，禱文後半部的靈感則是藉自第五世紀禮書中平日的頌謝詞。

在團體向天主獻上餅和酒時，我們在「獻禮經」中祈禱天主：「上主，求祢接受我們這原來取自祢恩賜的獻禮；但願這神聖的奧蹟賴祢聖寵推動，聖化我們現世的日常生活，引導我們邁向永恆的福樂。」這闕禱詞源自第八世紀禮書，它與彌撒中準備餅酒時的讚頌禱詞具有相同的意義：「上主，萬有的天主，祢賜給我們食糧，我們讚美祢；我們將大地和人類勞苦的果實—麥麵餅呈獻給祢，使成為我們的生命之糧。」

在領共融（聖體）禮的行動中，「領主詠」透過聖詠的作者提醒我們天主對我們那不為自己保留一丁點甚麼，連最後的一滴血也任由我們吃喝下去的愛情：「我的心靈，請歌頌上主，請你不要忘記祂的一切恩寵。」（詠一〇二 2）本主日的另一首「領主詠」是節錄自瑪竇福音的真福八端：「憐憫人的人是有福的，因為他們要受憐憫。心地純潔的人是有福的，因為他們要看見天主。」（瑪五 7-8）當我們分享基督體血的時候，我們就經驗到了天主的憐憫，並且遇見那在我們當中的天主。這是一系列採自真福八端經文的「領主詠」之一。這兩首「領主詠」是梵二之後全新的安排。

在「領聖體後經」中，我們這樣祈禱：「上主，我們恭領了聖體聖事，為永久紀念祢聖子的苦難；懇切求祢；使祢聖子以無限愛情所賞賜的神恩，促成我們的得救。」這是梵二之後新編的禱詞，其靈感是源自聖蒙福有關基督受難及聖體聖事的作品。聖蒙福司鐸的紀念日是在四月廿八日，這個自由紀念日是在 2002 年版的《羅馬彌撒經書》中新增添上去的。教宗若望保祿二世牧徽上的銘文 *Totus Tuus*（全屬於祢）就是來自於聖蒙福著作。

禮儀行動

1. 本主日，主祭穿綠色祭披。
2. 主祭在致候詞之後，可以用下列類似的導言，導引信友們更深地進入信德的奧蹟之中：「在天主的眼裡，我們人究竟算甚麼？天主能夠透過我們而把祂的祝福給人嗎？儘管我們只是天主所造的無垠宇宙中的一粒微塵，但卻是受到天主特別的青睞。今天的禮儀向我們顯示，天主將透過我們以及我們獻給天主的小禮物，而使許多人獲得祝福。如果我們願意慷慨地給予我們所擁有的，即使我們所擁有的只是微不足道的事物，但天主要讓這些小禮物在我們給予的過程中不斷地增加，一如今天的福音中祂所展現的增餅奇蹟。」
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：「在生活中，我是慷慨地將天主賜予我的恩寵奉獻出來，而將天主的祝福帶給人？或是吝嗇地只為自己保留這恩寵？讓我們在天主面前反省我們自己。」
4. 詠唱「光榮頌」及「信經」。

5. 這個主日「信友禱詞」的導言，主祭可以運用本主日福音的精神，以下列類似的話語來邀請會眾提出意向：「耶穌顯現五餅二魚的奇蹟，飽飫那些尋求食物和智慧的群眾。現在就讓我們藉著祂，而把我們的需要呈獻到天主台前。」同時可以用下列類似的祈禱文結束信友禱詞：「天主，祢奇妙地飽足了祢子民的飢餓；我們祈求祢，以祢的智慧飽飫我們，並俯聽我們的祈禱。以上所求是靠我們的主基督。」
6. 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：「在這感恩聖祭當中，我們將聽見耶穌再一次對我們說：『這是我的身體，將為你們而犧牲。這一杯就是我的血，將為你們和眾人傾流。』讓我們感謝天主聖父恩賜我們耶穌基督這天大的禮物。」
7. 宜採用感恩經第一式、第三式或第四式。（按《彌撒經書總論》第365號d項：「感恩經第四式：附有不可變換的頌謝詞，扼要地陳述整個救恩史。本感恩經可用於沒有專用頌謝詞的彌撒，以及常年期的主日。這感恩經因其結構關係，不得加念為亡者的特殊經文。」）若採用感恩經第一式及第三式，則頌謝詞可採用「常年主日頌謝詞」（一）～（八）。
8. 本主日「禮成式」可舉行隆重降福禮。請見《主日感恩祭典（乙）》頁314-315「季節降福經文—常年期」。
9. 最後的結束派遣用語可選用以下格式，並與「彌撒禮成」配合使用：
 - 1) 去傳揚上主的福音！
 - 2) 平安回去，在生活中光榮天主！
 - 3) 平安回去！

禮儀音樂

適用於彌撒中的曲調不是以動不動聽，或是喜不喜歡作為選曲的標準。禮儀中所用的歌曲曲調自有其客觀的選曲標準：「聖樂愈能和禮儀行動相調諧，才愈見神聖；就是使祈禱更覺得甘飴，促進會眾同心合意，使聖禮更顯莊嚴隆重。」（《禮儀憲章》第112號）換句話說，就是要達到唱彌撒的境界，而不是讓詠唱來讓彌撒暫停，然後再以一首與彌撒經文無關的聖歌來填補空檔。如果歌曲選擇不當，用類比的方式來說，那麼就猶如籃球比賽期間，教練叫暫停，為讓球員喘口氣或傳授戰略；暫停時間，場上就由啦啦隊表演來填補空檔一樣。

一周禮儀

1. 平日讀經採單數年。
2. 這周遇到的必行紀念日：
7月29日（周四）聖曼德、聖瑪麗、聖拉匝祿 紀念日（白）

教宗方濟各考慮到曼德三姊弟為傳揚福音所作出的重要見證：接待主耶穌進到他們家中、用心聆聽、相信祂就是復活和生命，因此接納聖座「禮儀及聖事部」的建議，於2021年1月26日頒布法令，指定在羅馬禮儀通用日曆中將7月29日中定為聖曼德、聖瑪麗和聖拉匝的紀念日。

7月31日（周六）羅耀拉·聖納爵司鐸 紀念日（白）

禮儀須知

1. 本主日可行殯葬彌撒，但禁其他亡者（紀念）彌撒。亦可行「禮典彌撒」，如婚禮彌撒、發願彌撒等。
2. 周間舉行「求恩彌撒」（Missa votiva），可採用適合彌撒的顏色，也可採用本日或本禮儀時期的顏色。（「羅馬彌撒經書總論」第347號）