

## 禮儀中的肢體語言

人是有理性的動物，是由靈魂與肉體結合的一個整體。肉體不僅僅是靈魂敵工具，而更是人如何存在的方式，或是人在世界上存在的表達。

人敵身體是好的，因為是天主所創造的。只是人性由於原罪的影響，變得脆弱。但經由天主聖言降生成人，使人性能得以再造。他的來臨，不僅為拯救人的靈魂，而也是為拯救人的身體。因此身體有其價值和尊嚴。

### 一、身體在禮儀中

#### A. 身體的重要性

天主聖言在禮儀中繼續他降生成人的奧蹟，與人相遇、與人交往。

但天主與人交往是用人的方式，及透過可見的、可感覺到的記號，如身體的行動、具體的事物...

天主如此做的目的是要：

1. 使無形的事物成為可見的，如透過餅酒使人體驗到精神的飲食。
2. 以具體並能感覺的方式分施他的恩寵，可以說，我們的身體是天主施予恩寵的工具。許多恩寵透過感官來到我們身上。如信德是藉著聆聽福音（參閱羅十 14-17）。
3. 準備我們的身體將來獲享永恆的光榮。耶穌降來人世，不僅為救人靈，也是為救人的身體。他透過聖事的記號，不僅聖化人靈，也給予身體將來復活的保證（參閱若六 54-55）。

人與天主交往也應用合乎人性的方式。意思是：

1. 首先要瞭解天主的行動和手勢。
2. 要以合乎人性的行動表達我們內心的情感和信德。禮儀中有教會規定的許多行動、儀節，目的是要我們在舉行禮儀時保持一致。要瞭解其意義，做這些行動或手勢時要意識到是在做甚麼，使之成為合乎人性的行為（human act），而不只是人的無意識的行動。

#### B. 身體在禮儀中的一些動作

##### 1. 鞠躬

很久以來，鞠躬在一些民族中被視為一種問候的表示。在古代基督徒團體中，祈禱中求降福時，就有鞠躬的習慣。在第七世紀的羅馬就出現向聖體鞠躬致敬之事實。在禮儀中通常分為三種鞠躬：一為淺鞠躬，也可稱為「點頭」（*inclinatio capitis*），如經文中遇到耶穌之名時，念聖三光榮頌時；二為中鞠躬（*inclinatio corporis*），身體上半也傾斜，表示問候之意；三為深鞠躬，身體上半做深度傾斜，舊禮彌撒主祭在祭台前念 *confiteor*（我向天主...承認）時的姿態。新禮彌撒中只保留了第一和第二式鞠躬。此第二式則稱為深鞠躬（見彌撒經書總論 275）。

主要意義是對某人或代表某人之事務表示敬意或尊崇。在有些情況中也

表示服從，謙虛。

在禮儀中，淺鞠躬是在每次念天主聖三之名時，以及念耶穌、聖母瑪利亞及本彌撒敬禮的聖人之名字時，要點頭致敬。深鞠躬通常向祭台敬禮或向主祭求祝福時行之，禮書中均有指示。大禮彌撒中，輔祭者向其他人奉香前後均以點頭致候。

## 2. 單膝下跪 (genuflectio)

在一些民族中此禮表示歉意，或請求，有時也表示敬意。在日耳曼民族中曾經是服從和問候的表示，中世紀時引進到禮儀中。在十四世紀末期引進到彌撒中，特別向聖體聖事應行單膝下跪禮。其主要意義是表示朝拜。在今日禮儀中也是對聖體聖事的敬禮，聖週五敬禮十字架禮時，也行此禮，表示對受難之主的朝拜。在彌撒聖祭中，主祭共有三次單膝下跪禮，即二次在成聖體、聖血後，一次在領聖體前。在聖誕節彌撒中念信經念到「祂因聖神由童貞瑪利亞取得肉軀而成爲人」時，全體會眾耶單膝下跪，表示朝拜。我國主教團曾經決定，此禮可以用深鞠躬代替。

## 3. 站立

根據聖經的傳統，站立是祈禱的姿態（參見路十八 11-13），也是聽天主講話的姿態（參見則二 1；達十 11）。主要意義是表示注意、尊敬、準備好。爲基督徒另有一層意義：表示基督徒的尊嚴，因爲是藉聖洗與基督一同復活（在站立起來）的人。彌撒是慶祝耶穌死而復活的奧蹟，故此古代在舉行彌撒時，主祭與會眾都是以站立的姿勢。

今天在禮儀中教會規定信友應站立的時刻（總論 43）：自進堂詠開始直到集禱經，表示對主祭等的歡迎，也是預作準備，進入禮儀慶典。讀福音前歡呼詞及讀福音時均站立，表示歡迎並恭聽基督給我們講話。念信經時站立是整重宣誓的表示。獻禮經前主祭邀請祈禱，就馬上起立，之後整個感恩經（除成聖體、聖血時刻外）都保持站立的姿態，與主祭宣報並慶祝基督逾越的奧蹟。站立著領聖體也是與復活之基督認同的表示。

## 4. 坐下

靜坐是休息的一種自然的姿勢。最初在聖堂中舉行彌撒時，只有老病者可以坐下來。坐下來也能表示是一種接納的聆聽，如瑪麗靜聽耶穌講話（參見路十 39）。有時表示有權威，如聽告解的神父坐於告解座。在祈禱中也是默想或默禱的姿態。

在彌撒禮儀中，教會規定，福音前的讀經及答唱詠時，以及講道時，信友坐下來，聆聽與默思。準備禮品時，信友坐下，默默注視禮儀進行或唱獻禮詠，做奉獻的準備。

## 5. 跪下

跪下是人在偉大的天主台前自覺卑微、謙虛的自然表示。是人對高於自己的人物、或神明表示崇拜的姿態。聖經中有不少實例，以下跪的姿態敬拜天主（參見瑪二 11；詠九四 6）。有時也表示請求（如瑪十八 26），

或表示謝恩（如路十七 16）。

在教會禮儀中，在做補贖的季節曾有跪著祈禱的習慣。禮儀革新以前，有些地區的信友在整台彌撒中都跪著祈禱。新禮彌撒中教會只規定在成聖體、聖血時跪下。但是如因某種原因不能跪下，則須以深鞠躬代替，表示對聖體的敬拜。

#### 6. 俯伏在地

此姿態與我國所謂「五體投地」意義相近。根據聖經實例，此姿態表達補贖、朝拜、懇切祈求（參見申九 18；瑪十七 6,二六 39）。最初幾個世紀主祭到祭台前行此禮，表示對主基督的敬拜（祭台像徵基督）。在今天的禮儀中，只有在聖週五禮儀開始（但新禮也可以跪下代替），俯伏在地向祭台敬拜。聖秩授予禮中詠唱諸聖禱文時、一些修會發聖願禮時仍行此禮。除表示懇切的祈求外也表示自己的卑微。

以上所述是關於身體方面的行動語言。另有專文專論手的語言，見〈禮儀中的手〉。