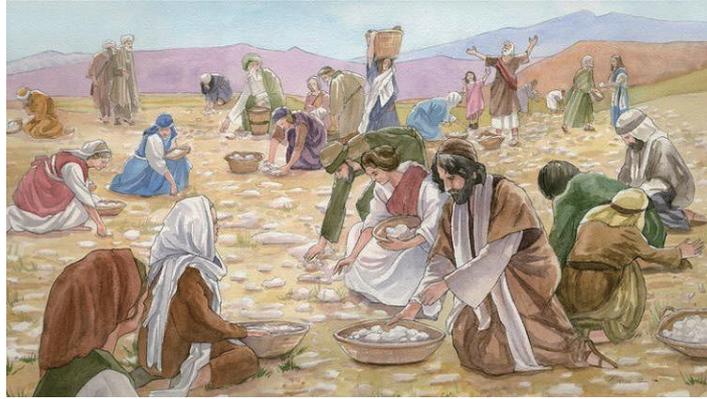


## 乙年 常年期第十九主日

潘家駿 神父（主教團禮儀委員會）



### 慶祝奧蹟

本主日彌撒中的福音是上個主日耶穌講論有關生命之糧主題的延續。在聆聽本主日的福音之前，我們先聽到了第一篇讀經列王紀上所記述的有關厄里亞先知的一段恩寵經歷。因著天主所賞賜的奇妙食物，而帶給他勇氣和力量，他竟然可以在曠野裡走四十天四十夜的遙遠路途，直到天主的聖山曷勒布。

這段舊約聖經裡的事蹟，正是為我們預報了耶穌所要為我們帶來的聖體聖事。在今天的福音中，我們所聽到的就是若望福音裡耶穌講論有關生命之糧的第二部份。在這裡，耶穌再次向我們宣告：「我就是從天上降下來的生命之糧」，但從加里肋亞來的耶穌的同鄉，一聽見這實在難懂、猶如天書一般的宣告，就開始議論紛紛起來。

他們彼此議論說；這不是若瑟的兒子耶穌嗎？祂的父母我們豈不都認識嗎？祂怎麼會對我們說，祂是從天上降下來的生命食糧呢？養活生命的食糧不是瑪納嗎？是的，這些加里肋亞人認識耶穌的父母，甚至他們當中有些人可能還是耶穌兒時的玩伴，或是看著祂長大的長輩，因此當他們聽到耶穌說如此令人費解的話，難怪要滿頭霧水了。這些人將耶穌看成是他們可以掌握的對象，不論是耶穌的身世，或是耶穌的社會背景，對耶穌的來龍去脈他們都可以完全掌握。然而這種自以為是的把握乃是以自己所能知道的有限資訊來理解耶穌，當然就無法看到耶穌那超越他們理智所能掌握到的神聖性，同時也就無法懂得生命之糧的言論，更別說去接受耶穌所要給予的生命之糧。

因此，耶穌勸導他們不要單憑膚淺的認識，就來議論祂所講的奧妙真理。因為他們據之以判斷和所拒絕耶穌言論的那些理由，事實上正是矇蔽心眼，成了他們認識真理的障礙。因為真理來自天主，它不是按人的想法，而是在天主的意願中，也因此它是人所無法掌握的。所以耶穌再次強調說：「我就是生命的食糧。你們的祖先在曠野中吃過瑪納，仍然死了。然而這從天上降下來的食糧，誰吃了，就不死。」在這裡，耶穌再度提到那在舊約中養活祖先現世生命，但終究無法支持他們獲得永恆生命的瑪納，為的是幫助祂的鄉親們進一階能看到那養活生命到永生的生命之糧。耶穌將自己賜給我們作為這生命之糧，雖然不阻止肉身的死亡，但卻是能夠將那不被紅塵人世所限制的永生賜給我們。

不過雖然如此，瑪納作為生命之糧的預像，的確為我們接受及了解生命食糧的道理作了最好的預備。當以色列人出離埃及，渡過紅海，到了曠野，他們缺乏食物的供應。然而天主看顧了他們，大清早天主在野地裡降下白色的小圓物，使得浪跡曠野四十年的以色列人得以充飢裹腹。因為他們不知道這些白色小圓物是什麼，便彼此議論說這是「瑪納」。原來「瑪納」在希伯來文的含意就是：「這是什麼？」它是一種與日常所見的事物完全不同的東西，完全無法用任何表達來定義它或掌握它。它也不能保留，也無法多要，因為多收集保存就會壞掉。所以瑪納不僅無法被人理解，也不由人控制。面對這種無以名之的東西，就只能說：「瑪納？」所以瑪納的本質就是「不知到底是什麼？」

我們人類大都有一個習性，也就是當面對生活中所出現的不知到底是甚麼東西的時候，通常都會很困擾，也就是我們通常很不喜歡、也很不願意我們生活的周遭降下「瑪納」，出現一些我們的知識和能力所無法掌控的東西。因此，我們通常很反感瑪納，而喜歡可以被認知、可以被度量、可以受控制、可以被掌握的東西。然而不管我們喜不喜歡瑪納，瑪納仍教導了我們事物的真正價值，而這價值通常是隱藏在事物的真像當中。價值就像瑪納，本來是很難掌控的，但是人們往往為了方便掌控，便將「價值」變成「價格」，經過量化，一切便可訂價和比較，然而卻往往失去了它價值的豐富性。一旦所有的一切都可以成為市場有價的商品，那就意謂著有錢就可以無所不買，甚至包括人的尊嚴、道德和生命也可以買賣時，那麼生命的豐裕就將蕩然無存，而只剩下赤裸裸的貧窮。

所以耶穌首先提到瑪納，就是要打破我們習以為常，常按照我們所能掌握的表象知識，來為我們所遇到的事物訂一個價格的習慣，因為群眾接下來要面對的是一個比瑪納更無法掌控的事物，也就是生命之糧。耶穌是從天降下的生命食糧，祂是真正的瑪納，因此耶穌也是不受控制的，然而問題是我們渴望耶穌能受我們服服貼貼的控制。祂是創造我們的天主，我們卻是希望祂是我們所製造的偶像，因為天主我們控制不了，但我們卻能控制偶像，可以按照我們的喜好來為偶像的形像加粉彩，使他成為我們心目中完美的白馬王子。結果，耶穌在福音中講什麼不重要，重要的是耶穌要聽我講；耶穌對我的要求也不重要，重要的是耶穌要實現我的要求。

所以，耶穌就是要透過人所無法控制的瑪納而讓我們看到生命之糧的真正價值。接著祂說出了這生命食糧的目的：「我就是從天上降下來的活著的食糧，誰若吃了這食糧，必要活到永遠。我所要賜給的食糧，就是我的肉，是為了使世人得到生命而給的。」在這裡，耶穌提到這生命之糧就是指祂的肉，也就是指向聖體聖事，這聖事將滋養及保存我們藉聖洗聖事所獲得的天主子女的超性生命。同時這滋養和保存我們超性生命之糧、耶穌聖體也提醒著我們，它乃是源自耶穌的受苦受死。一如麥粒被石磨磨碎一樣，在加爾瓦略山上，這從天上降來的真正食糧，也為了我們的罪孽而受鞭笞和破碎，好使我們藉著祂的死亡而獲得生命。

我們就是在感恩聖祭中領受這令我們獲得生命的食糧，這食糧包含了耶穌愛的全部力量；因為這是耶穌在賜給我們祂最大的愛時，所賞給我們的最大禮物；這是祂在面對並克服最大困難而獲得最大勝利時，所賞給了我們的至珍極貴的食糧。透過生命食糧的領受，祂完全、無限、無條件地進入我們內，參與這個世界的苦難，使我們也進入祂內，而讓我們能夠積極地活在這個世界上，並且有勇氣當面對這個世界的痛苦時，而不會成為這痛苦的受害人。因為當我們藉著聖體聖事與耶穌緊密聯繫起來時，祂就住在我們內，我們也住在祂內，如此我們便會發覺，當我們看見痛苦、經歷煩憂時，我們就會不斷地與天主產生更親密的聯繫。在這聯繫中，我們會找到勇氣和安慰，並讓我們可以用生活的見證大聲向世人宣告說：「我所要賜給的食糧，就是我的肉，是為世界的生命而賜給的。」

是的，祂因憐恤我們，被榨成酒；祂因憐愛世人，被磨成餅。

## 祈禱經文

彌撒以對天主祈求援助來作為開始，在「進堂詠」中我們一齊呼求天主：「天主，求祢回顧祢所立的誓盟，永遠不要拋棄窮人的性命；天主，求祢速來處理祢的案件，千萬不要忘了那尋求祢者的呼聲。」（詠七三 20, 19, 22, 23）這首「進堂詠」至少從第八世紀就已開始使用，一直到梵二之前，都在聖神降臨後第十三主日的彌撒一開始被詠唱著。

這個主日的「集禱經」這樣祈禱：「全能永生的天主，我們能稱祢為父，深感榮幸；求祢在我們心中培育祢義子的精神，以承受祢所預許的天堂產業。」這闕禱詞是從聖安博禮（米蘭禮）轉藉到羅馬禮中使用的，它也使用在復活期第二週星期一之「集禱經」中，不過2002年版的《羅馬彌撒經書》已經以另一闕禱詞來替代了。在聖安博禮中，這闕源自第六世紀禮書的禱詞使用在復活節週的星期六，其主要的靈感是來自羅馬書八 14-17：「因為凡受天主聖神引導的，都是天主的子女。其實你們所領受的聖神，並非使你們作奴隸，以致仍舊恐懼；而是使你們作義子。因此，我們呼號：『阿爸，父呀！』聖神親自和我們的心神一同作證：我們是天主的子女。我們既是子女，便是承繼者，是天主的承繼者，是基督的同承繼者；只要我們與基督一同受苦，也必要與祂一同受光榮。」另外，在瑪竇福音六 9 和路加福音十一 1-2 中，耶穌教導們徒祈禱時，也教導他們稱天主為「我們的天父」。在厄弗所書一 5 和迦拉達書四 4-7 中，則是提到我們因著耶穌基督，所得到的義子名分和地位。

在團體向天主呈獻餅和酒時，我們在「獻禮經」中祈禱天主：「上主，我們呈獻到祢祭台上的這些禮品，原本都是祢的恩賜；求祢惠然接受，並以祢的全能，使這奉獻成為我們得救的聖事。」第八世紀的禮書中，這闕禱詞是被使用在四旬期第二主日的禮儀中。

「領主詠」有兩個選擇。第一個「領主詠」來自聖詠一四七：「耶路撒冷，請你讚頌上主，因為祂用最好的麥麵使祢飽餐。」（12, 14）宴享這感聖事，我們參與耶路撒冷對天主的讚頌。這首「領主詠」是梵二之後全新的篇排。第二個「領主詠」則是來自本主日的若望福音：「主說：我要賜給的食糧，就是我的肉，是為世界的生命而賜給的。」（六 51）至少從第八世紀開始，一直到梵二之前，這首「領主詠」就被使用在聖神降臨後第十四主日，以及四旬期第一週星期四。

透過這共融的聖事，我們在「領聖體後經」中祈求天主：「上主，我們領受了祢聖子的聖體、聖血；但願這聖事帶給我們救援；並仰賴祢真理之光的照耀，堅強我們的信心。這闕禱詞首次出現在第八世紀的古代禮書中，是為敬禮聖宜博司鐸殉道（8月13日）。

## 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：「要維持人生命的健康和成長，需要甚麼？就身體來說，需要營養的食物和乾淨的水，就整個生命來說，除了食物之外，我們還需要愛的滋養以及安全感的維護。那作為基督徒，要如何讓靈性生命在身量和智慧上不斷成長？其所需要的就是對天主的信德，這信德透過我們與耶穌—我們的生命之糧那與日俱增的關係，而確保我們靈性生命的成長與茁壯；祂真是我們天旅朝聖的神糧。現在就讓我們懷著無上的感恩之情，在這感恩聖祭中，透過祂的聖言和祂的聖體，領受從天降下的生命食糧。」
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：「我們常常沒有相稱的領受生命之糧，也沒有活出與生命之糧相應稱的生命。為此，我們祈求上主的寬恕。」
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：「我們齊聚，體驗並觀看，上主是何等的美善。現在就讓我們滿懷信賴與期待，向天主獻上我們的禱聲。」同時可以用下列類似的祈禱文結束信友禱詞：「天主，祢為我們的生命旅程，供應了食糧及飲料；祈求祢，使我們能以喜樂的心接受祢對我們的計畫與旨意。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：「讓我們懷著喜樂，舉心高聲讚頌天主聖父，因為祂是何等美善；在感恩聖祭中，祂透過祂聖子的聖體聖血，以祂的大能拯救我們，以祂的力量支持我們。」
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！

## 一周禮儀

1. 平日讀經採單數年。
2. 這周遇到的節慶日及必行紀念日：
  - 8月10日（周二）聖樂倫執事殉道 慶日（紅）
  - 8月11日（周三）聖佳蘭貞女
  - 8月14日（周六）聖國柏司鐸殉道 紀念日（紅）

## 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）