

什么是弥撒中的成圣体？

圣施礼华常说：「弥撒圣祭是天主那无限的疯狂。」当司铎「以基督的身份」对着麦面饼和葡萄酒诵唸成圣体的祝圣词时，基督在圣体中的临在就开始了。本文专注于弥撒的这个核心部分。

2025年4月14日

摘要

1. 什么是弥撒中的“成圣体”？它与实体转变是否相同？
2. 为什么成圣体很重要？
3. 它发生在弥撒中的哪个时刻？
4. 谁可以进行成圣体？
5. 弥撒以外可以成圣体吗？

1. 什么是弥撒中的“成圣体”？它与实体转变是否相同？

在弥撒礼仪中，「成圣体」指的是一个核心时刻，当司祭藉着基督的话语和祈求圣神，使饼酒转变成为基督的体血。祝圣后的饼酒形持续多久，基督的临在就持续多久。（参阅《天主教教理》，1377）教会忠于主的命令，为纪念祂，继续做祂在受难前夕所做的，直到祂光荣地再来。（参阅

《天主教教理》，1333，《弥撒经书总论》，79d)

藉着祝圣，饼酒发生实体转变而成为基督的体血。生活的、光荣的基督，祂的体血、连同祂的灵魂和祂的天主性，真正地、真实地、且实体地临现于祝圣过的饼酒的形下。（参阅《天主教教理》，1413）教会将这种转变称为「实体转变」，因此我们可以恰当地说，透过祝圣仪式，饼酒转化为基督的体血。

与圣施礼华一起默想

- 我们做不到的，我主却能做到。耶稣基督，真天主真人，祂临别赠与我们的不是象征，而是一个实体。祂本人要亲自留下来与我们同在。祂要到圣父那里去，但祂也要常留人间。祂赠与我们的，不是普通留念的礼品，不是一帧相片，相片日久天长也会褪色发黄，影像模糊，除了同辈人以外，谁也不会对它感

兴趣。祂赠与我们的的是祂本人，连同祂的体血、灵魂和天主性，真真实实地临现于饼酒形下。（《基督刚经过》，83）

- Quam oblationem... 祝圣的时刻临近了。现在，基督在弥撒中再一次藉司铎亲自行动：「这就是我的身体」……「这一杯就是我的血」。耶稣与我们同在！饼酒的实体转变

（transubstantiation）重现天主无限圣爱的奇迹。今天，当那时刻再次出现时，我们不需言辞向我主说：天下没有任何事物能把我们与祂分开。当祂在脆弱的饼酒外形下，毫无防范地委身交予我们的双手时，祂已使我们心甘情愿地成为祂的奴仆。

「求祢让我们时常因祢而生活，品尝祢爱的甘饴。」（《基督刚经过》，90）

2. 为什么成圣体很重要？

成圣体很重要，因为在弥撒中，它是圣体圣事的实在的临现，基督徒借此进入「与真正临在于祝圣后的饼酒中的基督共融。」（教宗方济各，2018年3月7日的教理讲授）正如圣经所记载的，教会从一开始就举行这件圣事：「他们专心听取宗徒的训诲，时常团聚，擘饼，祈祷。」（宗2：42）这个做法回应耶稣基督在最后晚餐中所表达的渴望：「你们要这样做，来纪念我。」（路22：19；格前11：24-25）耶稣用这些话语来嘱咐门徒们领受祂圣事性的临在的这个恩赐，并重复地这样做，「直到我再来」（参阅格前11：26）。

圣体圣事不单是提醒人们在历史中发生过的一件事。它是透过礼仪庆典来「实现」，「纪念基督、祂的生活、祂的死亡和复活、以及祂在父前的代祷。」（参阅《天主教教理》，1341）因此，借着圣神的德能和基督的话语，在成圣体时，「基督就是如此真实而奥妙地临现」（《天主教教

理》，1357) 在人们中间，使他们能够与祂共融。正如教宗圣若望保禄二世所强调的：「感恩圣祭，是基督救恩于信友团体中的临在，也是他们的精神食粮，因此是教会在历史旅程中最宝贵的财产。」（《活于感恩祭的教会》通谕，9）

与圣施礼华一起默想

- 我们现在必须结束这段祈祷。请你们在灵魂深处亲切细味天主的无限美善，意识到基督将亲临这些面饼中，包括祂的体血、灵魂和天主性。虔诚恭敬地朝拜祂吧！在祂面前重申你们爱的虔诚奉献。不要怕对祂说你们爱祂。感谢祂日复一日地赏给你们祂慈爱的印证。勉励自己满怀信赖之心去领圣体。这爱的奥迹使我惊奇迹，不能自己！在此奥迹中，我主竟来把我的心灵作为祂的王座，且向我保证，

只要我不抛弃祂，祂永远都不会离开我。

在基督临在的安慰下，在圣体的滋养下，我们在现世要忠心耿耿，那么我们也将在天堂里与耶稣和圣母同奏凯歌。「死亡！你的胜利在那里？死亡！你的刺在那里？……感谢天主赐给了我们因我们的主耶稣基督所获得的胜利。」（《基督刚经过》，161）

- 这是爱的奇迹。「这确实是天主子女的神粮。」永生圣父的首生子耶稣把自己交付给我们，作我们的神粮。这同一耶稣也在天堂仁候着我们，等待迎接「祂的宾客，同祂一起继承天父的嗣业的人，作祂随从的人」。因此，凡以基督为神粮的人虽死于世，却享有永生，因为基督就是永生。

对得享圣体真玛纳神慰的基督徒来说，永福早已始于现世。旧生命已一

去不复返了。让我们弃绝旧我的一切陈腐，脱胎换骨「使我们的心灵言行，内外一切，焕然一新。」

这就是喜讯，这就是好消息。说是「消息」，因为它宣告我们梦想不到的深情挚爱。说是「好」，因为没有比与至善的天主结合为一更好的了。这就是喜讯，这就是好消息，因为它以难喻的方式让我们预嚐天堂的滋味。（《基督刚经过》，152）

3. 它发生在弥撒中的哪个时刻？

教会自起初就一直举行弥撒圣祭，并且分它为「圣道礼仪」和「感恩礼仪」两个部分。圣道礼仪包括宣读和聆听教会所提供的圣经章节。然后，感恩礼仪包括呈献饼酒、内容包括了成圣体的祝圣词的感恩祈祷（即感恩经），和领圣体礼。（参阅《天主教教理》，1345-1355）

实体转变的本质和必要元素是：由小麦制成的面饼和由葡萄酿成的酒，两

者被称为「面饼酒形」；以及由司祭以基督的身份诵唸的祝圣词。这祝圣词是：

祂在受难的前夕，把面饼拿在祂神圣而可敬的手中，举目向天，仰望祢——祂的全能天主圣父，感谢赞颂祢，把面饼分开，交给祂的门徒说：

你们大家拿去吃：这就是我的身体，将为你们而牺牲。

晚餐后，祂同样拿起杯来，又感谢了你，交给祂的门徒说：

你们大家拿去喝：这一杯就是我的血，新而永久的盟约之血，将为你们和众人倾流，以赦免罪恶。你们要为纪念我而举行这事。（《罗马弥撒经书》）

藉着基督在建立圣体圣血时所用的说话的力量，以及祂透过司铎而做的行动，与圣神的德能共融，基督的圣体和圣血就以圣事的方式临现于饼酒形

下。（参阅《天主教教理》，1353）「基督在圣周四的晚上建立了圣体圣事。祂要每次当司铎面对酒饼唸成圣体的祝圣词时，祂的祭献都能以不流血的方式重新呈现。过去二十个世纪以来，无论是在最卑微的小教堂，或是在最宏伟的大教堂或圣殿，复活后的主已经千百万次地将自己献给祂的子民。」（教宗本笃十六世，2008年9月13日于巴黎的讲道）

与圣施礼华一起默想

- 我要强调，弥撒是天主的行动，是天主圣三的行动。它不单是人的活动。献祭的司铎只是实行我主的愿望，为天主的行动提供自己的身体和声音而已。他不是以自己的名义行事，而是以基督的身份，因基督的名义行动（*in persona et in nomine*

Christi)。(《基督刚经过》，86)

- 圣体的奇迹不断重演。圣体具有耶稣本人的一切特征。祂是真天主真人，是上天下地的主宰，祂竟以最自然而寻常的方式把自己交付给我们，作我们的神粮。天主圣爱等候我们已有二千年之久。这可是一段漫长的岁月，但又不尽然，因为对于恋爱中的人来说，时间转眼飞逝。

耶稣受到自己爱情的催迫，受到祂愿意教我们去爱的渴望的催迫，竟降临世界，寓身于圣体圣事中永留人间。

「祂既然爱了世上属于自己的人，就爱他们到底。」圣若望一开始使用此语来记述逾越节前夕所发生的大事。那时，耶稣「拿起饼来，祝谢了，擘开说：『这是我的身体，为你们而舍的，你们应这样行，为纪念我。』」晚餐后，又同样拿起杯来说：「这杯是用我的血所立的新约，你们每次喝，应

这样行，为纪念我。」（《基督刚经过》，151）

4. 谁可以进行成圣体？

在每一个礼仪庆典中，所有信友都会积极地参与其中。「圣事庆典的举行者是整个团体，即基督的身体联合其元首。」（《天主教教理》，1140）然而，每个成员都蒙召去履行一个特定的角色，因为「每个肢体，都有不同的作用。」（罗12：4）成圣体是由司铎执行的，司铎是「基督的一个形象，他宣读这些话语，但其效力和恩宠是来自天主的。」（金口圣若望，De prodicione iudae homilia 1,6）的确，借着圣秩圣事，司铎领受了一种恩宠，使他们能够举行各种敬拜的行动，尤其是成圣体，好为其他的信友服务。

这并不表示其他人没有一个重要的角色，因为「这种全体民众完整而主动的参与.....是信友汲取真正基督精神的首要泉源。」（梵蒂冈第二届大公

会议《礼仪献章》，14) 在这个意义上，尽管信众不能举行成圣体的仪式，但他们的角色是基本的。「举行感恩祭既是整个教会的行为，因此，每人在感恩祭中，该按他在天主子民里的身分，完全尽好只属自己分内的职务。按照这准则，感恩祭中过去有时曾被忽略的某些部分，如今实应加以重视。这天主子民是基督的宝血所赎回、被主所召集、由祂的圣言所滋养的。这子民的被召，是为向天主呈献全人类的祈求，并藉奉献基督的祭献，而在基督内感谢天主救赎的奥迹。最后，这子民也藉着领受基督的体血，而团结一起。」（《弥撒经书总论》，5）

与圣施礼华一起默想

- 我主耶稣基督，似乎惟恐其他所有的证据还不足以证明祂的仁慈，便建立了圣体圣事，使祂自己常能与我们亲密相偕。祂之所以如此，乃是受到爱的推动。

祂本身无求于人，却不愿与人分离，这实在是令人难以彻底理解的。至圣圣三爱人如此，把人高举到圣宠的品位，且按照天主的肖像与模样造了人。天主把人从罪恶——从亚当的罪，从亚当子孙承袭的原罪，也从人的本罪——中救赎出来，并切愿寓居于人的灵魂中：「谁爱我，必遵守我的话，我父也必爱他，我们要到他那里去，并要在他那里作我们的住所。」

天主圣三对人的爱，因圣体而卓绝地永留人间。许多年前，我们从教理问答中学到，圣体可被视为一个圣祭，也可被视为一件圣事。而圣体同时在共融圣事中作为祭台上的宝藏，也在圣体柜中呈现给我们。教会还订立了另一纪念圣体奥迹的庆日，纪念在普世圣体柜中的基督圣体，就是基督圣体圣血节（Corpus Christi）。今天是圣周四，我们在弥撒圣祭和恭领圣

体时，同时把注意力聚焦在圣体作为我们的祭献，和我们的神粮之上。

我正在向你们谈及天主圣三对人类的爱。然而，有什么比弥撒更能说明这一点呢？天主圣三在弥撒圣祭中共同一致地行动。因此我喜欢重复集祷经，献礼经和领圣体后经的结束语。我们向天主圣父祈求：「以上所求是靠祢的圣子，我们的主耶稣基督，祂和祢及圣神，永生永王。阿们。」

在弥撒中，我们持续地向天主圣父祈祷。司铎代表永恒的大司祭耶稣基督，祂同时又是这圣祭所奉献的牺牲。圣神的行动虽以奥妙的方式进行，却确实临在于弥撒之中。圣若望·达马森说道：「藉着圣神的德能，面饼转化成基督的身体。」（《基督刚经过》，84-85）

5. 弥撒以外可以成圣体吗？

弥撒是由两个部分组成，即圣道礼仪和感恩礼仪。这两部分紧密地互相结

合，形成一个崇敬的行动。（教宗方济各，2017年12月20日关于弥撒圣祭的教理讲授）因此，举行成圣体的礼仪，与弥撒圣祭是密不可分的。

「信友在弥撒中，享用天主之圣言和基督之圣体的圣筵，能使他们获得教导和滋养。」（《弥撒经书总论》，28）

与圣施礼华一起默想

- 我看到自己好比一只小鸟，只惯于飞很短的路程，从一棵树梢飞到另一棵树梢，或者，最多飞到三楼的阳台。有一天，它成功地飞到一座楼房的屋顶，（你不能称那座楼房为摩天大楼）。

忽然间，有一只老鹰攫走了我们的小鸟，因为它以为小鸟是它的幼雏。在老鹰强而有力的爪下，小鸟被带到越来越高的天空上，飞越山脉和被白雪掩盖的山顶，飞越白色的、蓝色的、粉红色的云层，越来越高，甚至能直

望太阳。然后，老鹰放开了小鸟而对它说：好了，你自己飞吧！

上主，愿我永不再靠近地面飞翔。愿我经常被圣体里至圣太阳——基督——的光芒照亮！愿我永不停止飞翔，直到我憩息在祢的心里。（《炼炉》，39）

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/article/Shi-Yao-Shi-Mi-Sa-Zhong-
De-Cheng-Sheng-Ti/](https://opusdei.org/zhs/article/Shi-Yao-Shi-Mi-Sa-Zhong-De-Cheng-Sheng-Ti/) (2026年3月20日)