

# 默想：基督圣体圣血节

一些可以丰富我们在基督圣体圣血节做祈祷的反思。

基督把自己完全地送给我们

宴会、献祭和共融

耶稣今天走出来，到我们的街上

---

**基督把自己完全地送给我们**

复活期结束后紧随而来的各个节日即将结束。耶稣升天后，我们庆祝了圣

神降临，然后是天主圣三的光荣。今天，我们出于喜悦和感恩而热情洋溢，因为基督荣耀的圣身和宝血真实地临在于祭坛上的饼和酒之中。自公元十三世纪以来，教会一直以举行这个节庆来表达对圣体圣事的信仰。圣多玛斯阿奎纳在今天弥撒继抒咏使用的Lauda Sion《熙雍，请赞美吧》写了这些歌词：「赞美你的救主和你的国王罢； / 用歌咏赞美你的真正的善牧： / 大胆地尽力赞美祂； / 因为祂超越一切赞美。那真实而神圣的生命之粮， / 那赋予生命并受到崇拜的肉体， / 那十二位弟兄领受了的， / 正如最忠实地相信的那样， / 在主的晚餐上。 / 让歌声响亮而高昂； / 甜蜜而宁静的快乐 / 今天在每个人的胸膛中感受到； / 在这个神圣的节日 / 它讲述了光荣的圣体圣事的起源。」 [1]

在这两件圣物中 —— 即是在饼和酒中 —— 我们看到全能的天主，把自己完全地和永远地送给我们。祂的逾越 —— 祂的苦难、圣死和复活的奥

秘——并没有结束，而是「分享了天主的永恒，超越万世，临现人间。」[2] 天主利用这些简单的，由小麦和葡萄造成的两件礼物，使我们能够在它们内尊崇基督自己。圣施礼华视圣体圣事为爱的一个永恒的奇迹：「『这是天主子女的真神粮。』永生圣父的长子耶稣献身作我们的神粮。这同一耶稣伫候在圣体中，迎接我们到天堂上去作『祂的嘉宾，同祂一起继承天父的嗣产，作祂的扈从。』因此，『凡以基督为神粮者虽死于世，却享有永生，因为基督即永生。』」[3]

## 宴会、献祭和共融

耶稣在看到一群饥饿的人跟随着祂时向祂的门徒说：「你们给他们吃的罢！（路9:13）」。他们只有五个饼和两条鱼，然而众人都吃了并且都饱了。他们又把所剩的碎块收集起来，装满了十二个筐（路9:17）。这个奇迹意象圣体圣事为了我们的生命而含

有的丰盛，也指向宗徒们的使命：即是要成为这个恩宠的管理人。耶稣

「同时把祂死亡复活的纪念，托付给祂所挚爱的净配——教会。这是仁爱的圣事、团结的标记、爱德的联系、逾越的宴会，在此宴会中我们以基督为食粮。」[4]

圣保禄告诉我们他自己所接受了的圣传：「这是我从主所领受的，我也传授给你们了：主耶稣在祂被交付的那一夜，拿起饼来，祝谢了，擘开说：

『这是我的身体、为你们而舍的』  
（格前11:23-24）。」这些话抓住早期教会对献祭羔羊以得罪赦的信仰，也让人回想起天主在以色列人穿越沙漠的旅途中喂养他们的玛纳。尽管它是一个牺牲祭，但因为我们从中获得丰富的果实，所以我们在感恩中举行它。

然而，我主第一次宣告这个奇迹时并没有得到人好好地接受它：「我是从天上降下的生活的食粮；谁若吃了这

食粮，必要生活直到永远。我所要赐给的食粮，就是我的肉，是为世界的生命而赐给的（若6:51）。」这些话当天使许多人反感，而今天也会难于让人接受。「（圣体）圣事和十字架同是绊脚石。这是同一的奥迹，不断成为分裂的原因。『难道你们也愿走吗？』（若6:67）：主所提出的这个问题，经年累月地在回响着。祂爱的邀请使我们发现，唯有祂才有『永生的话』（若6:68）；谁以信德来接受祂感恩（圣体）圣事的恩赐，就是接纳祂自己。」[5]

在圣体圣事中，我们的主将我们所有人聚集在祂的圣身内，因此，领圣体将我们与我们的兄弟姐妹联系在一起。「我们在感恩（圣体）圣事中所领受的基督及圣神的恩赐，能充分地满是深植于人类心中对兄弟般合一的渴望；同时又能提升我们已在同一感恩祭宴桌上那兄弟之爱的体验，使其远远超过人类只是在一起用餐的体验。」[6]

## 耶稣今天走出来，到我们的街上

耶稣、圣母玛利亚的亲子，多次走出去与不同的人见面。在福音中，我们看到例如我主如何在息哈尔的泉旁遇上那个撒玛黎雅妇人，祂如何在进入耶里哥时遇见匝凯，以及突然听到耶稣刚经过的巴尔提买。同样，耶稣今天也会在许多地方经过我们的街道。祂走出来与我们见面，就像当祂在我们这个世界上生活时所做的那样。

这些节日出游是一个喜乐的机会，让人通过美妙的歌曲、鲜花和熏香来崇拜祂。我们为了准备这些出游而表现的所有爱情和敬意似乎都不足以表达我们对天主的感激之情。但是，除了这些外在的举动，也许我们尊敬祂的最好方式就是让基督更加强烈地活在我们自己的生命中。「我们若因领圣体而获更新，就应当表现出来。让我们同心祈祷，求使我们的思想能够诚恳，充满平安，有自我牺牲和服务的精神。让我们同心祈祷，求使我们能

做到言必真实清晰，言之有理，言之得时，从而有助于人，有慰人心，尤其能给人带来天主的光照。让我们同心祈祷，求使我们的行为能做到坚定一致，广结善果，合情合理，散发『基督馨香』，引人遵行其道。」[7]

「耶稣！羊群的善牧！ / 属你的羊，  
都在安全的地方。 / 活粮！祢供给生  
命； / 坚强我们，否则我们便丧亡；  
/ 请让我们天恩满溢。」[8] 在圣体  
圣事中，我们在地上已经有了一个对  
天堂的预先体验。Ave verum  
corpus, natum de Maria Virgine  
「至圣至真，可敬圣体，生于童贞玛  
利亚。」[9]

[1] 圣多玛斯阿奎纳，基督圣体圣血  
节弥撒继抒咏Lauda Sion《熙雍，请  
赞美吧》

[2] 《天主教教理》，1085

[3] 圣施礼华，《基督刚经过》，152

[4] 《天主教教理》, 1323

[5] 《天主教教理》, 1336

[6] 教宗圣若望保禄二世, 《活于感恩祭的教会》通谕, 24

[7] 圣施礼华, 《基督刚经过》, 156

[8] 圣多玛斯阿奎纳, 基督圣体圣血节弥撒继抒咏Lauda Sion 《熙雍, 请赞美吧》

[9] 圣体颂 Ave Verum 开端

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/meditation/Mo-Xiang-Ji-Du-  
Sheng-Ti-Sheng-Xie-Jie/](https://opusdei.org/zhs/meditation/Mo-Xiang-Ji-Du-Sheng-Ti-Sheng-Xie-Jie/) (2026年2月7  
日)