

戰鬥、親近、使命 (13)：渴慕聖體的 心

勤領聖體是我們對祂「常與我們同在」之許諾的活潑回應：既然祂永遠與我同在，我也願意與祂同在。

2026年1月24日

Ubi amor ubi oculus：「哪裡有愛，哪裡就有能力去看到。」^[1]愛總會尋求所愛者的臨在；眼中幾乎容不下他

人。然而，有時離別與缺席卻無可避免。我們無能為力，只能順服於等待與渴望，並緊抓任何能喚起對方的臨在，或提醒我們曾體驗過之愛的事物。這份相思情感在歷史上啟發了無數的詩歌：都是為了克服孤獨的持續嘗試。

我會永遠與你們同在

每主日，基督徒宣認他們對永生與肉身復活的信仰。對我們而言，因所愛的人缺席帶來的記憶與哀傷，不能成為最終定論。「永遠不要忘記，死後你將被大愛本身所接納。而在天主的愛中，你也會找到你在地上曾有過的一切高尚的愛。」^[2]然而，當我們行經這「涕泣之谷」時，生離死別的痛楚從未能自人心消褪。

聖施禮華常提及心靈的這些悸動，一種對離別的自然抗拒，用來作為闡明聖體奧跡的一種方式。當我們想到「兩個相愛卻被迫分離之人的經驗時，便能理解天主親自選擇留在一小

塊麵餅中這驚人而偉大的現實。他們希望永遠在一起，但因職責等種種原因卻不得不分別。他們無法實現彼此親近的願望，所以人的愛，無論多麼偉大，總是有限的，尋求一種象徵性的舉動。告別的人們互贈禮物，或是一張附有熾熱題詞的照片，那熱情似乎足以燃燒那張相紙。他們能做的僅止於此，因為受造物的能力不及它的渴望。我們做不到的，我主能做到。耶穌基督，真天主真人，留給我們的不是一個象徵，而是一個現實。祂親自與我們同在。祂將到父那裡去，但也將留在人間。祂留給我們的，不僅僅是使我們記念祂的禮物，不是一張隨著時間而模糊、很快泛黃褪色、只對同時代人有意義的照片。在麵餅和葡萄酒的外形下，連同祂的體血、靈魂和天主性，祂真實的臨在。」^[3]

有一本關於死亡帶來離別之痛的小書，作者寫於悲痛猶新、傷楚劇烈之時，有力的傳達了我們人類的無助。在他失去妻子後，作者拒絕滿足於一

張照片，或僅僅是她臨在的紀念品：「我要的是她本人，而不是像她的東西。」^[4]對愛而言，記憶是不夠的。人心渴望更多，儘管它的能力有限。但「在天主前沒有不能的事。」（路1:37）而耶穌在塵世生命結束時所說的話更是真實無比：「我天天同你們在一起，直到今世的終結。」（瑪28:20）藉著聖神的能力，祂存留在歷史中，也存留在我們個人的生命裡。祂雖離去，卻又以一種「新的親近」^[5]方式留下，這親近無形無像，卻更深邃、更全面。

聖體不僅僅是記憶或對未來重聚的希望；它是真實的臨在與親近。納匝肋的耶穌臨在於彌撒中，正是那位生於白冷、行走於加里肋亞土地、為我們死在十字架上的耶穌。這現實照亮整個基督徒生活，那無非是基督在我們內的生活（參迦2:20）：「跟隨基督，這是秘訣。我們必須如此親近地陪伴祂，以致我們與祂同住，就像最

初的十二位門徒那樣；如此親近，以致我們全然與祂認同。」[6]

每天參與聖體聖事，源於渴望與祂保持親近。這是我們對祂常與我們同在之許諾的活潑回應：既然祂「永遠」與我同在，我也願與祂同在。當我們知道耶穌渴望與我們分享祂的逾越節晚餐（參路22:15）、祂不斷的祈禱、祂的痛苦、祂對我們每個人的愛……我們便不想讓祂孤單。如果可能，我們每天都想到祂那裡去。僅僅意識到另外有千百萬人在祭台前等待祂，是不夠的；我們心知肚明，當我們可以選擇與祂同在時，卻選擇去忙自己的事，耶穌不會沒注意到的。

聖曼努埃爾·岡薩雷斯Saint Manuel González，聖施禮華的朋友、聖體的熱愛者，在他生命將盡時，寫下這些話：「彌撒是耶穌將祂一切善行善言的芬芳，聚入祂的聖心；祂心靈所有的迴響……祂尋找罪人時所流的一切汗水與淚水、祂的深情遭遇到忘恩負

義、祂的慷慨遭遇到誤解、嫉妒與惡意所帶來的一切苦澀……這苦澀從白冷到加爾瓦略山一直伴隨著祂，當祂的聖心充滿這一切時，祂更將沉重的十字架扛在肩上，任人將祂釘在上面，甚至在祂死後，仍讓長矛刺透祂，如同在春天綻放的一朵玫瑰……。」^[7]

在聖體中，上生活生生的位格來與我們相遇，那是萬愛之愛，是我們存在及一切受造物的起源與歸宿（參哥1:16–19）。因此，彌撒聖祭是「你內修生活的中心和根源。」^[8]它是「中心」，因為我的生活圍繞光榮的十字架運轉：工作與休息、憂傷與喜樂、接受與給予的愛……在彌撒中，我與祂分享我的感受、渴望和困難、我的一切，並與耶穌一起，將這一切獻給天父。感恩祭也是「根源」，因為它使我與恩寵的根源、與天主的生命本身接觸。「除非經過我，誰也不能到父那裡去。」（若14:6）沒有聖體聖事，任何人類的工作都無法充滿「對

永生的鮮明意識。」[9]只有當我讓耶穌進入我生命的船隻時，我才能「像祂那般地工作，像祂愛那般地愛。」
[10]

感恩聖祭是無比偉大的，但它通常（除了少數較隆重或大型的慶典外）顯得安靜、簡單、親切；就像最後的晚餐、復活的耶穌與宗徒們的相遇，或早期基督徒擘餅一樣。然而，實際上我們被天使圍繞著，我們觸摸到天堂。我們觸摸到天主自己。我們雖看不見，但信德告訴我們確實如此。

[11]至於我們，我們全心全力專注、驚嘆和渴望天主，讓祂吸引我們進入祂的奧秘。其餘的，祂自會成就。

我是生命的食糧

這件事發生在教會歷史的早期幾個世紀，在非洲的阿比提內。四十九名基督徒因違抗帝國禁止舉行感恩祭的命令，而被判死刑。當法官問他們為何冒生命危險時，其中一人簡潔地回答：「因為沒有主日，」沒有聖體，

「我們就無法活下去。」*sine dominico non possumus*。^[12]這些男女對耶穌真實臨在的信德令人震撼。他們甘願冒生命的危險，因為他們全心相信耶穌基督、降生成人的天主子、真實地臨在於那看似不過是一塊麵餅的東西內。他們冒了生命的危險，因為對他們而言，這是生死攸關的事：不領受聖體，沒有耶穌，他們的生命便失去了所有的意義；他們的心將再次陷入一個沒有光亮、沒有救恩、沒有比死亡更強之愛的世界。這些殉道者的信德在挑戰我們：我們是否也相信，沒有聖體我們無法生活？我們是否渴望天主聖言、渴望在內心接納祂？為了更常與祂同在，我們願意做什麼？

每台彌撒都是與復活耶穌的相遇，是在我們的軟弱中接納祂的機會，但也應懷有聖人們的純潔、謙遜和虔敬之心。每天領聖體時，熱忱與慣例之間的界線既細微又寬闊。因此我們需要準備自己，關注我們存在的各個層

面，從身體感官（尤其是視覺和聽覺）到內在官能，如想像力和記憶。如果我們想品味基督的美善，內心的靜默決不可缺少。在充滿嘈雜的心中，天主的聖言難以迴響。

正如種子落在好地裡才會結果實（參瑪 13:1-23），聖體成為我們生命的源泉，程度取決於我們的心——藉著謙遜、慷慨和犧牲才得以淨化——是否成為準備好接納主的沃土：「我們應該如同準備接待世上的大人物那樣，甚至更好：以裝飾、燈光、新衣……來領受聖體中的我們的主。如果你問我指的是哪種潔淨、什麼裝飾和什麼燈光，我會回答你：你每個感官的潔淨、你每個德能的裝飾、和你整個靈魂的光明。」[13]

聖奧斯定默想領受基督體血的偉大恩賜時，聽到上主對他說：「你不會將我變成你，如同食糧那樣，但你將被我轉化變成我。」[14]同樣，與聖保祿一起：「我生活已不是我生活，而

是基督在我內活著。」（迦2:20）當聖體的麵餅形象仍停留在我們體內的那幾分鐘裡，我們與祂合而為一；我們被「基督化」。祂進入我們的心，我們也進入祂的心。這兩件瞬間的事融化為一個愛的行動。天主成為麵餅；祂使自己變得渺小，以便進入我們日常生活的細節之中：祂在我內，我在祂內（參若6:56）。這在我們面前展開無限的視野。進入祂的聖心，意味著進入屬於祂的全部，向祂的邏輯敞開，並發現祂的聖心是為我而受傷的。同時，允許耶穌進入我的生命和屬於我的一切，意味著允許祂的愛解除我的武裝、燃盡我的悲慘、轉化我的夢想。

隱藏的天主

天主總是先愛了我們；祂永遠採取主動，如同教宗方濟各所言。[\[15\]](#)我們存在，是因為我們被那永遠之愛所愛（參耶31:3），而那份愛擁抱我們、走在我們前面、淹沒了我們（參詠

139:5–6）。父親也常常提醒我們這一點：「知道天主無限的愛，不僅在我們存有的根源中能找到它，且與我們生命中的每一個時刻同在，令我們充滿了安全感。因為天主比我們更接近我們自己。」[16]懷著同樣的信念，聖施禮華寫道：「堅持不懈地到聖體龕前去，無論是身體上還是心靈上，能感到安全寧靜：但也為了感到被愛……以及去愛！」[17]

耶穌意願歷代基督徒都發現在感恩聖祭慶典後，祂臨在我們心中的價值。每個設有聖體龕的教堂，都散發著家的溫暖，祂正在一顆心的跳動中等待我們。我們到祂那裡去愛與感受被愛、去請求與感謝、去朝拜與補贖。「我的孩子們，」聖施禮華曾說，「主常臨在於聖體龕中。看似祂沒有聽見我們，其實祂以父親和母親的溫柔、慈愛的關懷聆聽著，隱藏了祂的天主性和人性。上主在祂願意時、在我們最不期待時說話，並且是直接地

說話。然後，祂回歸沉默，因為祂希望我們以信德和忠誠回應祂。」[18]

在聖體龕中體驗天主的沉默，是通往深刻祈禱生活道路的一部分。那份沉默有時可能是痛苦的，但它將我們從按自己的形象造神的誘惑中拯救出來，那種偶像只是為滿足我們的期望，因此可以受我們的控制。上主隱藏自己，是為了讓我們尋找祂，為了祂能尊重我們的自由，而我們也能尊重祂的自由，為了我們能像自由的子女那樣愛祂，並允許祂作天主、我們的天主。

在德國的某一個聖誕夜的講道中，若瑟·拉辛格引用了一個美麗的故事，來解釋這隱藏之天主的愛的邏輯。「耶歇爾，一個小男孩，哭著衝進他祖父，著名的巴魯克拉比的房間。淚水從他臉頰流下，他向祖父傾訴：『我的朋友拋棄了我。他對我很不公平、很殘忍。』拉比說：『好孩子，你能講得更清楚點嗎？』男孩回答：『好

的，我們剛才在玩捉迷藏，我躲得太棒了，所以他沒找到我。但是，後來因為找不到我，他乾脆放棄就回家了。這不是很殘忍嗎？』拉比撫摸著孫子的臉頰，自己的眼睛也充滿了淚水。他說：『是的，那確實很不友善。你看，我們人類也是一樣的對待天主。祂隱藏著……而我們完全不去費心的尋找祂。』」[19]

但天主一直尋找我們：祂從未停止過。祂總能找到方法，在我們內喚起尋找祂的渴望，即使在黑暗的時刻：「如果天主允許你用可覺察的方式體驗到祂的臨在，那很好。但不要刻意去尋求它。向祂祈求心思的清明，祈求信德，這信德在天主的沉默中使我們充滿希望，並藉著希望使我們活在愛中。」[20]愛與希望能在天主的沉默中誕生，因為當一個在戀愛中的靈魂失去所愛時，它會尋找並渴望他。這樣，懷著渴望結合的熱情去搜尋，我們的目光逐漸擴展，終能找到他。

瑪麗德蓮體現了這種尋找。在主日黎明前，她動身前往吾主的墳墓。沒有晨曦；仍是黑夜。但她尋找、渴望、行走。她尚未擁有耶穌，但在找到祂之前，她不打算停止。甚至天使的臨在也不足以分散她心靈的律動。瑪麗失去了耶穌，但她竭盡全力的尋找祂，用淚水開啟並澆灌她心靈的土壤，直到復活的主顯現的花朵綻放。雅歌中的新娘也以同樣的急切之心尋找：「夜間我在床上，尋覓我心愛的；我尋覓，卻沒有找著。我遂起來，環城巡行，在街上，在廣場，尋覓我心愛的；我尋覓，卻沒有找著。城裡巡夜的衛兵，遇見了我，我便問道：『你們看見我心愛的嗎？』」

(歌3:1-3)

這種尋找將我們置於通往默觀的道路上。「那麼，就飢渴地尋求祂；用你全部的力量在自己內心尋找祂。如果你以這樣的決心行動，我敢說你已經找到了祂，並且已經開始認識祂、愛祂，並在天上與祂交談。」[21]尋找

已是愛。這是瑪麗德蓮的秘密，也是在世界與自己靈魂的黑夜中，真誠的尋找基督的每個男女的秘密。但我們應如何尋找？聖奧斯定，呼應許多聖人的心聲，教導我們以渴望去注視，那是一項從靈魂深處升起的「自由」行動：「一位虔誠基督徒的整個生命都是一種神聖的渴慕。現在你所渴求的，你還未看見：然而這渴慕使你得以預備，等那可見之物來臨時，你便得著滿足……。天主藉著延遲我們的盼望，使渴慕更深；藉渴慕，使心志更廣；藉擴展，使心胸更闊。因此，弟兄們，讓我們渴慕吧，因為我們終將得著滿足。」[22]

當我們以這種精神來到聖體龕前朝拜耶穌時，我們的心將擴展，並開始愈發深切地感受到對祂臨在的必要、與祂說話的必要。然後「一種對天主的渴慕在我們內誕生，一種渴望去理解祂的眼淚、看見祂的微笑、祂的面容……『好像牝鹿渴慕溪水，我的靈魂渴慕你，我的天主！』靈魂沉浸在

主內前行，被神化：基督徒成了一個
飢渴的旅人，向泉源之水張開口。」
[23]

[1]Richard of Saint Victor · The
Book of the Patriarchs · XIII

[2]聖施禮華《天主之友》221

[3]聖施禮華《基督剛經過》83

[4]C. S. 路易斯《痛苦的奧秘》San
Francisco · Harper Collins · 2001 ·
chapter IV

[5]若瑟·拉辛格 · “El comienzo de
una nueva cercanía” · in El
resplandor de Dios en nuestro
tiempo · Barcelona: Herder ·
2008 · pg. 185 (our translation)

[6]《天主之友》299

[7]聖曼努埃爾·岡薩雷斯Saint
Manuel González · ¡Si viviéramos
nuestras Misas! · Palencia · El

Granito de Arena · 1941 · pg.
32-33 (our translation)

[8]聖施禮華《鍊爐》69

[9]《天主之友》239

[10]《基督剛經過》154

[11]「眼見、手摸、口嚥，引我入迷途，惟耳能聽正道。」（「我今虔誠朝拜」）

[12]參教宗本篤十六世，2005年5月29日，基督聖體聖血節講道

[13]《鍊爐》834

[14]聖奧斯定《懺悔錄》7，10，16

[15]參教宗方濟各《福音的喜樂》24

[16]范康仁，2018年1月9日，《牧函》4

[17]《鍊爐》837

[18]聖施禮華，講道，
Crónica 1972 · pg. 759 (AGP ·
biblioteca · P01)

[19]若瑟·拉辛格，1980年12月24
日，聖誕子夜彌撒講道，慕尼黑聖母
主教座堂

[20]聖施禮華，講道，Crónica
1972 · pg. 759 (AGP, biblioteca ·
P01)

[21]《天主之友》300

[22]聖奧斯定《若望一書釋義》4 · 6

[23]《天主之友》310。參詠42:2

卡洛斯·維拉爾

Zhan-Dou-Qin-Jin-Shi-Ming-13-Ke-Mu-
Sheng-Ti-De-Xin/ (2026年1月24日)