

彌撒中要有靜默時 刻，切勿匆忙

教宗的要理講授繼續以感恩聖事為主題，講解了在懺悔禮儀後誦念《光榮頌》和《集禱經》的意義，同時強調在祈禱前靜默的重要性。

2018年1月14日

教宗方濟各2018年元月10日上午在梵蒂岡保祿六世大廳主持週三公開接見活動，8千多名來自世界各地的朝聖信友在場參加。教宗的要理講授繼續

以感恩聖事為主題，講解了在懺悔禮儀後誦念《光榮頌》和《集禱經》的意義，同時強調在祈禱前靜默的重要性。

教宗指出，懺悔禮儀幫助我們祛除自己的自負，承認自己是罪人，希望得到寬恕。「正是人的貧乏與天主慈悲的相遇才使我們藉著《光榮頌》得以表達感恩之情」。這篇讚頌禱文一開始便詠唱「天主在天受光榮」，取自眾天使報告耶穌在白冷誕生時的讚頌詞。

《光榮頌》之後，主祭根據禮儀年的不同時期誦念一篇《集禱經》。教宗解釋道，藉著「請大家祈禱「這句話，「主祭籲請會眾與他一起收斂心神，靜默片刻」，好能「意識到自己站在天主台前，並在心中提供自己參加這台彌撒的意向」（參閱：《羅馬彌撒經書總論》，54號）。

在「主祭說了‘請大家祈禱’之後，緊接著便是一個靜默時刻，每個人思

量自己有什麼需要，想在祈禱中懇求什麼」。彌撒中的靜默「不能被簡化為沒有話語，而是隨時準備聆聽其它的聲音，即我們內心的聲音，尤其是聖神的聲音」。

教宗闡明，「在懺悔禮及禱詞前，是要每人收斂心神；讀經或講道後，是為簡扼地默想所聽到的聖道；領受聖體聖事後，是讓各人能在心中讚美並祈求天主」（同上，45號）。因此，在誦念《集禱經》之前，「靜默能幫助我們收斂心神，思考我們為何在這裡」。

「聆聽我們的心靈，使之向上主敞開，這很重要。也許我們的日子充滿辛勞、喜樂及痛苦，我們願意向上主陳述這一切，呼求祂的助佑，懇求祂親近我們。我們也為患病或經歷艱難考驗的親人和朋友祈禱，渴望把教會和世界的命運託付於天主。」

靜默之後，主祭匯集每個人的意向，以眾人之名高聲向天主呈上共同的祈

禱，這正是「把每個人的意向‘匯集’在一起」的含義。教宗熱切叮嚀司鐸們要遵守這靜默時刻，切勿匆忙。說了‘請大家祈禱’之後，就應靜默。「若不靜默，我們就會忽略心靈的收斂」。

教宗最後解釋道，主祭在誦念《集禱經》時還伸開雙臂，因為「祈禱就是要伸開雙臂」。這是基督徒從最初世紀起就已採取的祈禱姿勢，「為的是效法在十字架上張開雙臂的基督」。基督是祈禱者，「祂本身就是祈禱」。

(© 梵蒂岡電台訊)