

於想像的書刊；不再與○○使你心（靈魂）難安的人來往嗎？．．．好！現在再回到你的日常生活，你的工作、家庭、學業中．．．但不要忘了我們共度這美好的 15 分鐘，儘可能保持靜默、謙虛、收斂心神及對近人的愛！

◎愛我的母親，她也是你的母親

別忘了一定再回來，帶著一顆更充滿愛心、更順服聖神的心。那麼，你會每天在我心中找到新的愛、新的美善和新的安慰。聖母聖心愛子會恭印

## 朝拜明供聖體



1.	恆久朝拜明供聖體.....	2
2.	怎樣朝拜聖體？教宗若望保祿二世的教導.....	4
3.	教宗本篤十六世.....	6
4.	朝拜明供聖體的靈修.....	6
4.1	朝拜明供聖體是教宗極力鼓勵的敬禮.....	7
4.2	聖體是「降生奧蹟」及「十字架上犧牲」的延續.....	7
4.3	日夜朝拜明供聖體是理所當然的.....	8
4.4	效法聖人以深情愛聖體.....	10
4.5	朝拜明供聖體讓你安全.....	11
4.6	聖體的醫治大能.....	12
4.7	讓聖體之母領你到聖體台前.....	13
4.8	聖體給你開拓新天新地.....	13
5.	香港修女在世界主教會議上談聖體聖事的「靈性醫治」	15
6.	聖體聖事生活.....	17
7.	尼爾馬拉修女指出聖體聖事的力量，彰顯於真福德蘭修女的生命中.....	19
8.	魯依尼樞機及仰光總主教.....	21
9.	『不斷的明供聖體是任何堂區的首要事項。』.....	21
10.	嘉諾撒會黃靜儀修女談對第十一屆世界主教會議的感想	23
11.	讓聖子的光明照耀萬方（一個十一歲的小女孩）.....	26
12.	朝拜聖體：終止墮胎行為的方法.....	29
13.	朝拜聖體——在聖體跟前 15 分鐘.....	30

## 1. 恆久朝拜明供聖體

1 一九八〇年二月二十四日，教宗若望保祿二世頒佈了「主的晚餐」通諭(聖體聖事的奧蹟與朝拜)。文件中說到恆供聖體：「願我們對聖體的朝拜永不停止。」這的確就是恆供聖體的意思：永不停止的朝拜。

2 一九八一年十二月二日，教宗若望保祿二世在羅馬聖伯多祿大殿內的一個小堂，開始了這樣的恆供聖體。他在開幕的祈禱說：「主，請與我們一起，」教宗迫切要求所有堂區開始恆供聖體。3 當教宗於一九八九年十月七日，因第四十四屆國際聖體大會，到達韓國首爾時，他去了設有恆供聖體的善牧聖堂。在講道中他說：「這是最適合不過的，我第一站在韓國人中間，就來到了這個聖堂，這裡的教友，恆常高舉心靈，朝拜在至聖聖體聖事內的基督。」

4 教宗於一九九三年六月，在西班牙塞維利亞，第四十五屆國際聖體大會的講道中說：「事實上，這城市許多聖堂都設有恆供聖體，其中幾間更有徹夜恆供聖體，實在增添了這屆聖體大會的容貌和特性，我希望這種恆供聖體的朝拜形式，會繼續至將來。特別，我希望這屆大會的成果，是讓世界各地的堂區和基督信徒團體，開始成立恆供聖體的朝拜。」

5 恆供聖體是「敬禮中的敬禮」，以一個容易、具吸引力 and 實際的方式來崇敬天主，這是祂作為我們的創造者應得的崇敬，也為感謝祂對我們的救贖和聖化。藉每星期一次朝拜耶穌，發展我們的聖體靈修，從熱心敬禮進而到對主真正的委身，這才是我們真正的敬禮。

6 恆供聖體本身的訊息，就是要指出，到聖體聖事內耶穌跟前的重要性。

7 恆供聖體可以建立團體，因為聖體聖事本身就是一個共融聖事。每個人都可以參加恆供聖體，因為每個人都可以安排每星期至少一個小時出來與耶穌在一起。

8 恆供聖體幫助人更個別地深入基督，它是我們最能與耶穌建立真實親密關係的一種途徑。

9 我們至聖聖體的主耶穌，我們的友伴，我們的神醫，我們的好牧人，一直在此日日夜夜，等候接待任何前來讚美祂的人、向祂傾吐自己心事的人、請求啟迪的人、尋求慰藉和安慰的人、對罪惡感到內疚的人、祈求恩待、指導、鼓勵、和力量的人、表示感謝和得到精神 and 身體病弱治好的人。

吧。不要怕羞！天堂有許多義人和聖人，也曾經有過同樣的缺點，但他們都謙虛地求了．．慢慢地，他們終於擺脫了自己的缺點。不要遲疑，你可以為自己的健康或事業祈禱，為你的工作 or 學業祈禱，這一切都願意給你，真的給你。我要你向我求這些，只要對你有利，符合福音精神，我都樂意。今天，你有什麼需要？我能為你做什麼？但願你知道，我是多麼熱切渴望地幫助你！

◎你目前有什麼計畫嗎？

讓我看看你的計畫。你擔心什麼？你想什麼？你要什麼？為你的弟兄、你的姐妹、你的朋友、你的家人、你的上司，我能做些什麼？你願意為他們做什麼？而為那與我有關的，你難道不渴望我受顯揚嗎？為你的朋友（你可能很愛他們，然而他們卻可能從來也沒有想到過我），你難道不想做些傳福音的好事嗎？告訴我，今天特別吸引你的是什麼？你最渴望的是什麼？你用什麼方法才能得到它？如果你的計畫失敗了，告訴我，我會告訴你失敗的原因，你不需要我全心全力地支持你嗎？

◎你感到悲傷或心情不好嗎？

仔細地說給我聽聽：什麼使你傷心？冒犯你的是什麼？如何傷害你的自尊心？什麼使你受到羞辱？全部告訴我，很快地告訴我，你要照我的榜樣去寬恕，你要忘記這一切。這樣一來，你會得到我那令人快慰的降福做為酬報。你害怕嗎？你內心深處（你的靈魂）是否感到莫名的憂苦，沒有理由，卻又不停地撕裂你的心？投入天主上智的懷抱中吧！我與你同在，我就在你身邊，一切都看到了、聽到了，我從來就沒有離棄過你。你是否感到人們離棄了你，以前很愛你現在卻忘了你、遠離了你，並且根本不是因為你的緣故？就為他們祈禱吧！如果他們為你的修德不是阻礙，我會使他們回到你的身邊。

◎你有喜樂要與我分享嗎？

為什麼你不讓我分享你的喜樂？我不是你的朋友嗎？告訴我，自從上次你來看過以後，什麼使你的心靈得到慰藉？什麼令你微笑？可能你有了愉悅驚喜、得到好消息，一封信、一個友愛的記號，或許你跨越了某種困難，從某個看來毫無出路的情況中走了出來，這一切都是我的化工。你只該對我說：主阿，謝謝你！

◎你不想對我承諾些什麼嗎？

我看透你內心深處，我們可以輕易使人受騙，但絕不能欺騙天主。那麼，坦率地跟我說吧！你真的下定決心不再墮入（暴露於）○○犯罪的境；棄絕○○使你犯錯的事物；不再看○○使你耽

教宗保祿六世說：「朝拜聖體能夠在靈魂內培養一種『社會性』的愛，其中團體的益處優先於個人的益處。」這加強了社會的良知，使人更加意識到每個人類的巨大尊嚴；讓人清楚看到每個人類都是天主的獨特創造和特愛。這種敏銳的良心確定墮胎是可惡的，並且永不可高舉「支持選擇」的立場。

教宗若望保祿二世，在最近紀念首屆聖體聖血節第七百五十週年的一封信裡說：「藉著朝拜聖體，基督徒奧秘地促進了這世界的徹底改變。」這是一個有力的聲明，肯定朝拜聖體的驚人力量，這力量將要轉變我們「死亡的文化」，成為一個「生命的文化」。朝拜聖體是最有力的方法，我們可以用它來贏得許多恩寵，使那些涉及墮胎和別的傷害人命的罪人獲得悔改和救贖。耶穌曾在一個神視中，告訴真福甸娜(Blessed Dina Belanger)說：「眾多靈魂得救，脫離地獄之火，是因為她朝拜聖體守聖時的祈禱。」

每一個維護生命權益的使徒工作者的心靈，都應該特別為終止世界上避孕、墮胎和安樂死的行為，每週朝拜聖體守聖時。首先是要祈求終止各種避孕行為，因為墮胎和安樂死是避孕的符合邏輯和自然的後果。人如果膽敢搶奪天主的特權，並決定生命何時開始，隨之而來的，就是他也會夠膽確定何時結束生命。

終止墮胎行為，只是每個堂區應該有恆久朝拜聖體的眾多原因之一。恆久朝拜聖體是「敬禮中的敬禮」。它提供了一個容易而方便的方法，讓堂區內每個人每週至少可以有一小時，與耶穌聖體在一起。我在此呼籲所有維護生命的天主教徒，鼓勵他們的本堂神父在自己的堂區開始恆久朝拜聖體。

### 13. 朝拜聖體——在聖體跟前 15 分鐘

聖母聖心愛子會會祖 聖安道·柯樂仁總主教著 王文華譯

取悅我不需要很多的學識，只要多愛我一點就夠了。像和你（妳）最親密的朋友說話一樣，很單純很直接地跟我說話吧！

◎你是否要為某人向我求某件事？

告訴我他的名字，還有，你現在要我為他做什麼？多多祈求吧！不要怕祈求，很簡單，真誠地告訴我。跟我說你想要安慰的窮人，你看到的受苦的病人，那些迷途的羔羊，你希望能看到他們走向正途；至少為他們每個人跟我說一句話吧！

◎為你自已呢？你不需要什麼嗎？

坦白地告訴我，也許你驕傲、自私、沒有恆心、漫不經心、奢侈浪費……然後，無論你努力了多少，求我幫你從中跳脫出來

10 恆供聖體讓聖體聖事更成為人類生活的中心。教宗若望保祿二世在「人類救主」通諭曾說：「教會中的每一份子，要警惕使這聖愛的聖事成為天主子民的生活的中心，這樣藉著聖體聖事應得的朝拜的表現，基督會被世人「以愛還愛」，真正地成為我們靈魂的生命。」那裡有恆供聖體，人們領聖體的次數就更頻繁和更有效力。

11 堂區有限制性的朝拜聖體，往往吸引很少數的人參加，可是當朝拜聖體是以恆供的方式舉辦時，就會吸引很多的人來參加。恆供聖體是耶穌要求祂的宗徒，以信德「划到深處，並在船的右邊撒他們的網」（若 21.6;路 5:4)的現代版。越來越多人願意參加恆供聖體，而不喜歡間中的去朝拜聖體，對耶穌委身的承諾相信是吸引他們的原因。如果一位本堂神父以充滿信德的心，在其堂區開始實行恆供聖體，無限制地光榮我們的主，必會驚奇有那麼多的人回應，而且是忠實地維持這敬禮。

12 恆供聖體為個人、家庭、堂區、教區、普世教會，和世界贏得許多恩寵。「特別是從聖體聖事中，恩寵猶如一個噴泉在我們身上傾流。」(梵二禮儀憲章)

13 當波蘭藉修女，聖傅天娜在聖體前祈禱時，我們的主顯現給她。從祂的聖心中，發出粉紅色和白色的神聖光芒，射透整個聖堂。每當人進入聖堂探訪聖體時，這些神聖光芒就會從耶穌聖心發出包圍全世界。耶穌解釋說：每個來到祂至聖聖體前的人，都代表著全人類，世上每個人——男人，女人和孩子都會經驗到一種新效果。

14 最好、最有效、最肯定使地球得到持久和平的方法，是藉著恆供聖體的偉大德能，因為只有耶穌有力量和愛去改歷史的方向和路線，帶引它返回到祂曾許諾過的和平道路上。朝拜聖體給所有心靈帶來平安，而且平安的心靈能塑造一個和平的世界。教宗若望保祿二世在「主的晚餐」通諭寫道：「教會和世界都極度需要朝拜聖體。」

15 聖伯鐸·朱利安·艾瑪認為：「讓我們永遠不要忘記，一個世代是繁榮或貧困，是與它對聖體聖事的虔敬成正比例。這是它的精神生活和它的信德、它的慈善工作和它的德行的尺度。」

16 教宗若望保祿二世在「主的晚餐」通諭寫道：「鼓勵和深化聖體聖事的朝拜，是真正更新的證據，因為梵二大公會議以此作為目標和中心點。」

17 恆供聖體促進梵二大公會議的目標——平信徒的參與。他們在本堂神父的指導下，組織和維持恆供聖體，這為平信徒同時是使徒工作和個人屬靈的成長。

18 感恩祭強調的是祭獻和共融的層面，而恆供聖體強調的則是耶穌真實的臨在。教宗若望保祿二世說，我們在彌撒中的集體崇拜，應和我們個人對耶穌聖體崇拜相融合。如此，我們的愛，才算完滿。

19 我們應該到聖體內的耶穌跟前，賠補我們的罪和世界的罪，和做一些補贖，因為祂在祂聖愛的聖事裡所接受的許多褻瀆、冷漠和忘恩的冒犯。「耶穌在這聖愛的聖事裡等著我們，讓我們慷慨地用我們的時間，以充滿信德的朝拜和默想與祂相會，並且準備賠補世界的巨大過錯和罪行。」(主的晚餐通諭)

## 2. 怎樣朝拜聖體？教宗若望保祿二世的教導

教宗若望保祿二世向所有在青年節來到羅馬的青年講話：「當你們回到家，要以聖體做你們個人生命的中心。愛聖體，朝拜聖體。並且，透過恆久朝拜聖體，令聖體成為你們堂區和團體生活的中心！」

教宗解釋：「生命是一次旅程，是信德和與主親密結合的旅程。因此，我們必須找時間去祈禱，和渴望去祈禱。特別是，去朝拜聖體，因為天主是隱藏在至聖聖體內，而且正在等待著我們去發現祂臨於聖體的這個秘密。」

「當你們夢想快樂時，事實上，你們是尋求耶穌。當一切無法滿足你們時，祂正在等候你們。耶穌等著你，祂在這愛情的聖體之內，重覆這個恆久的訴求：『你不能和我一起醒寤一個小時嗎？』(瑪 26:40)」

「耶穌要求你用來陪祂的一個小時，隨你用任何方式來渡過。祈禱，使我們成為祂的親密朋友。意思是給基督時間，將自己交付給祂，因此，你們的眼睛，要注視基督，在靜默中，聽祂的話。」

「一個方法是在祂面前閱讀聖經，很簡單，久不久看一看聖體，意識到你讀的內容描述的那位，真正就是在你面前同你一起的耶穌，正如祂許諾：『看！我同你們永遠在一起，直到世界的終結。』(瑪 28:20) 另一個方法，是在耶穌面前吟玫瑰經。這樣，我們不完美的愛，就會結合聖母瑪利亞完美的愛，我們就可用瑪利亞純潔的心來愛耶穌。或者，你願意和耶穌心對心地傾談，像

在黑暗中。河北東間的訊息是從天堂發出的劇烈呼籲，要求透過恆久朝拜，向世人展現天主聖子，和進入祂的光明。

天父願意把地球回復為祂的樂園。祂正在等待我們透過恆久朝拜來光榮祂的聖子，以便祂能在光榮中改變這世界。透過恆久朝拜，世界各地將獲得祂愛的統治的恩寵。祂聖體的王朝將經過人們在聖體面前祈禱的力量而來到。

就是這原因，我們的教宗若望保祿二世在一九九三年西班牙塞維利亞的國際聖體大會中，他祈求恆久朝拜能夠傳遍世界各地。他說這將會帶來天主在地上的統治，成為給所有人類永遠的和平。聖體是耶穌，祂是世界的光。當我們透過恆久朝拜而展露這光的時候，祂將會驅逐世界上所有黑暗。藉著恆久朝拜，讓聖子的光明照耀萬方。瑪利亞願意她所有的孩子去體驗一個新的日子、新的時代、愛的王國。

願吾主至聖之體，常受讚美稱謝！

## 12. 朝拜聖體：終止墮胎行為的方法

By Rev. Victor P. Marklitz, M.S.S. 1999

聖體聖事是天主教信仰的焦點，因為它是耶穌今天在世上與我們同在的標記。藉著聖體聖事，耶穌使祂在世上的臨在繼續，而且最完滿地實現了祂的話：「看！我同你們天天在一起，直到今世的終結。」(瑪 28:20)

聖體聖事是耶穌愛我們的最偉大表達。祂對我們的愛，在聖體聖事中以三種方式表達出來：

1. 在感恩聖事中，祂重演了祂在十字架上為我們的犧牲。
2. 在領聖體時，祂讓我們的生命與祂的生命結合。
3. 在聖體聖事內，祂給我們留下祂與我們同在的禮物。

或者可以說聖體聖事是一件三重的聖事，即是說：它以三種不同的方式賜予恩寵。在此，我們將集中於第三種方式。在耶穌聖體前的祈禱，是有效力的，而且亦是我們求得終止世上墮胎行為所需恩寵的一個方法。加爾各答德蘭姆姆說：「如果人們每週用一小時朝拜聖體，墮胎行為將會終止。」

在耶穌聖體前祈禱，所得的眾多恩寵之中，最大的恩寵可算是對來朝拜者的成聖。我們應該鼓勵年輕人在主耶穌的聖體前消磨時間。如此，他們將能堅定自己對抗相反潔德的誘惑，若果他們屈服於這誘惑，往往導致墮胎的罪。

主教啟發而現在身為主教的，現在繼續啟發他們教區內的每一個成員，鼓勵他們參與在教區中的恆久朝拜聖體。

這個中國小女孩所做的，就是當日聖母站在她愛子耶穌的十字架下所做的一個現代版本。今天為聖體內的耶穌而站起來，相等於當耶穌被釘在十字架上時，為祂而站起來。當祂被遺棄，甚至祂的朋友也拋棄祂，祂至愛的宗徒因驚恐而逃亡；只有耶穌的母親，那位被耶穌所愛的宗徒若望，和瑪利亞瑪達肋納，在十字架下站起來見證他們的信德和愛。今天，聖母正在召喚她所有的孩子將自己奉獻給她，藉著恆久朝拜，來到她的聖子的聖體面前，見證他們的信德和愛。

加爾各答的德蘭修女說恆久朝拜聖體內的耶穌，是將會更新教會和拯救世界的工作。當我們在地上實行如同天堂上所實行的事，即恆久地朝拜天主，那麼將會出現一個新天新地。耶穌被嘲笑和被釘十字架，因為祂聲稱自己是君王。但是當祂的新娘「教會」終於給祂應當得到的尊榮，即藉著在地上恆久朝拜祂，來宣揚祂的君王耶穌，然後，耶穌將會取回祂對這世界的統治和建立祂在地上的王國。

人的問題超越人類的解決方法，我們需要神聖的干預。這神聖的干預，將是一個巨大的聖體奇蹟。在全世界每個地方和每個聖堂，在恆久朝拜中，耶穌受到人的熱愛和尊敬，隱藏起來的將會顯露。隱藏在聖體內的，是耶穌的愛的光榮。當有足夠的聖堂賠補天主的神聖正義，然後他將會向全世界顯示祂的神聖慈悲，讓所有人看見之前肉眼所看不見的一切。祂將使人看見那些無形可見的。變成可看見的是什麼？就是祂神聖的愛的火焰。比任何太陽更加明亮，祂愛的光芒將會透過聖體，帶著祂的光榮，輝煌四射在所有人類身上。

就是這原因，在一九九五年五月二十三日，河北省東閩中華聖母堂，出現太陽跳舞的奇蹟。在天空的太陽象徵聖體內的天主子，是這原因，多數聖體皓光的形式都如同四射光線。因為太陽是所有能量的天然源頭，聖體亦是所有恩寵與愛的超自然源頭。因此，耶穌說祂的王國會來臨，並且祂的統治，是藉著聖體內祂的愛的無所不能的和強大的力量。

如同耶穌說過，撒殫仍然是這個世界的首領。直到聖母的孩子們跟隨她的榜樣，和跟隨這個中國小女孩的榜樣，並藉著恆久朝拜聖體，承認耶穌這位愛和慈悲的君王，否則，我們將繼續居住

朋友一樣。耶穌在聖體內，是我們最好最好的朋友。當我們在祂愛的光輝之中看我們自己，祂令我們覺得自己非常好。因為祂一向用永不停止的愛來愛你，祂對你的愛和仁慈是永恆不變的。」

「親愛的年青人，不要害怕。你們的眼睛要注視基督，祂充滿愛。祂願意給你祂的友誼，在聖體內祂深愛我們每一個人而祂對每個人的愛，都是獨特的。耶穌愛我們，甚至當我們令祂失望，或者，達不到祂對我們的期望，祂永遠愛我們，而且，永遠不會延遲以祂的仁慈來擁抱我們。」

「今天的生活，很容易使人沮喪，我們在所有錯誤的地方尋找愛，在物質之上尋求平安和舒適，而忘卻靈魂的事。當我們孤單和憂慮，或情緒低落，這樣，再無其他更好的地方去了，來到耶穌面前吧！「將你們的所有掛慮都交托給主，祂必會關照你們。」

（伯前 5:7）驚怕是無用的，「不要怕，只要信」（谷 5:36）

「我要賜給你們的，是我的平安。」（若 14:17）

「有時，你們可能很疲累，有麻煩或不開心，而你們可能想來到只是坐坐，放鬆自己，和享受這份甜美的平安，這平安來自簡簡單單地與最深愛你的人在一起，這位最愛你的人，就是至聖聖體內的耶穌。」

「耶穌想每個人知道的就是：祂是世上最容易相處的人；祂絕對是世上最容易高興、最容易受感動的人。同耶穌一齊，可以只是坐在祂的腳前，像瑪利亞瑪達肋納一樣，輕鬆的、靜靜的坐一個小時，享受祂的平安。這樣就是「朝拜聖體」。耶穌比喻自己不是一隻杯，而是一個噴泉，湧出無數恩寵，給所有來到祂聖體面前的人。」

因此，教宗說：「我呼籲各位父母和祖父母，繼續和加倍他們的努力，去教導年青的一代認識朝拜聖體的意義和寶貴價值。如果無人介紹他們關於聖體是耶穌臨在的奧秘，青年人怎樣會認識天主？」

「撒殫其中一個最敗壞的謊話，就是：在聖堂內，孤單地坐著朝拜基督是無作用的、不實際的，也是逃避各種重要和現今時代的急需。其實，在寧靜中親近基督和默觀祂，並不使我們遠離其他人，剛剛相反，這會令我們聯合整個人類。朝拜聖體時，我們能接觸每件事，每個人，因為朝拜是接觸這世界的創造者，而祂能夠觸碰每件事，每個人，這就是耶穌留在至聖聖體的使命。」

「耶穌祝福了你陪伴祂的一小時，變成豐富的恩寵，滋養世上無數需要祂的愛和仁慈的人，醫治我們的教會、民族和社會。」

「你們必須成為熾熱的證人，向世界證明基督真實臨在於聖體之中。藉著朝拜聖體，你們會使耶穌成為世界的中心，而且，你們因此點燃整個世界，在天主神聖的愛中燃燒起來。」

### 3. 教宗本篤十六世

二零零七年六月十日主日中午，教宗本篤十六世在帶領聚集在聖伯多祿廣場的信友頌念三鐘經前說：「今天是耶穌聖體聖血瞻禮，這個節日邀請我們默觀我們信仰的最高奧跡--至聖聖體。在彌撒聖祭中，主耶穌基督的確確臨在聖體聖事內，每當神父重新舉行彌撒聖祭時，他便在感恩經文中重複說：『這是我身體...這是我的血』。神父頌念這樣的感恩經文，是用基督的聲音、手和心來頌念的，因為耶穌願意和我們一起留下來，成為教會跳躍的心臟。可是在舉行彌撒聖祭這個奧跡之後，主耶穌仍然真實臨在於聖體龕內的聖體內，就因為如此，教會才特別用朝拜聖體來繼續頌揚祂，一如我最近在世界主教會議結束後的宗座勸諭《愛德的盛事》中所提到的。」（參見勸諭 66-69）

教宗甚至強調，舉行彌撒聖祭和朝拜聖體之間有著內在的關係，因為彌撒聖祭本身就是教會最隆重的朝拜聖體的行為。教宗引用聖奧斯定的話說：「沒有一個人可以吃這個肉，而不先朝拜祂。」為此，在彌撒聖祭之外朝拜聖體，乃是延續而且加強在彌撒聖祭中所發生的事，使我們能夠真正地和、而且深入地迎接耶穌基督。教宗指出：「現代人今天的生活經常充滿喧囂零亂，因此比過去任何時代，更需要找回保持內心靜默和收斂的能力。朝拜聖體可以使人自己，在耶穌基督充滿愛心的陪伴之下，找回這份靜默和收斂的能力。」

### 4. 朝拜明供聖體的靈修

黃靜儀

神思 第五十八期 二零零三年八月 53-64 頁

摘要

黃靜儀修女的文章指出梵二後，朝拜聖體在教會內曾陷入低潮，但在八十年代，教宗若望保祿極力推崇朝拜聖體的敬禮。作者經

當暴徒離開時，他們沒有注意到一個小女孩正在聖堂後面祈禱，並看見所發生的一切事。

當夜，這小女孩再回到聖堂。靜靜地走過看守神父房子的暴徒，進入了聖堂裡面。她在聖堂裡做了一個聖時的祈禱，以一個愛的行動來賠補那仇恨的行動。在她守聖時之後，她進入聖所，跪了下來，彎身向前並用她的舌頭領受了耶穌聖體，因為當時是不允許平民信徒用他們的手接觸聖體。

小女孩繼續每一夜回來，做她的聖時，並用她的舌頭領受耶穌聖體。到了第三十二夜，當她領了最後和第三十二個聖體之後，她不其然地弄出了一個響聲，把睡著的暴徒驚醒起來並捉住了她，把她擊打至死。

神父從他臥室的窗口，極其悲痛而震驚地看著，他由始至終見證了這個小女孩英勇的殉道行動。

當施恩主教聽了這故事，他是那麼感動，使他向天主許諾自己生命裡每一天都會在聖體中的耶穌面前守一聖時的祈禱。如果這一個幼小的中國女孩能夠每天冒生命危險，用一個聖時的祈禱和領聖體，來表達她熱愛聖體內的耶穌，那麼，主教認為祂至少應該做同樣的事。

如果這個軟弱，幼小的女孩子能給世界證明，關於她的救主真正和奇妙地臨在於至聖聖體裡，主教更是絕對地受這一切的正義和真理所束縛，因此而照樣去做。從此，施恩主教不再害怕演講聖體內的耶穌的愛。

從此，他唯一的渴望是帶領這世界去到聖體內耶穌燃燒的心那裡。

小女孩向主教顯示了什麼是真正的勇氣和真正的熱忱；信德如何能夠克服所有恐懼；真正熱愛聖體內的耶穌，這份愛怎樣必須超越生命本身。

施恩主教在任何地方都宣講守聖時祈禱的價值和好處。他接受邀請給全世界各地的主教講避靜，「守聖時」仍是他的主要題材和宗旨。

那些回應每天守聖時的重要意義的主教們，也是現在邀請我（馬丁·路西神父）到他們的教區宣傳恆久朝拜的主教們。

這意味著，那個中國小女孩長久以前，表現出的勇敢行動和如同英雄的愛，今天仍然繼續影響和衝擊著教會。她啟發了施恩主教，而祂以聖體的愛啟發了成千上萬的人。那些當初受到施恩

答：我要告訴他們，我們的教會，我們的牧人，非常愛他們。我也要告訴他們，我們有耶穌的聖體臨在我們中間，而且時時刻刻臨在我們中間，這是一個沒有條件的恩賜。所以，我要告訴教友們：你們不要害怕，無論發生什麼事，都有天主的愛在聖體中彰顯。因此，我們可以常常充滿喜悅，充滿盼望，彼此扶持。我們也要特別關愛最卑微弱小受排斥的人。

## 11. 讓聖子的光明照耀萬方（一個十一歲的小女孩）

（馬丁·路西神父）

在基督宗教二千年歷史上，只有少數人像富爾頓·施恩主教（Bishop Fulton Sheen）一樣，對天主教教會有這樣巨大和精神上的正面影響。他是許多書籍的作者，亦是第一位電視佈道家，他觸動了全世界千萬人的生命。

是什麼使這個天主的人，有這麼特別敏銳的智力並結合一種深刻的謙卑呢？施恩主教經常說，他感動人心和為基督贏取靈魂的偉大成功，其秘密是他生命的每一天都會留一個小時在聖體面前祈禱。這一小時普遍稱為「守聖時」的祈禱，因為這小時用在耶穌真實而且是祂親自的臨在之中，耶穌真正地臨在於至聖聖體裡。

施恩主教稱這一小時為「力量時刻」，並且他每次演講的目的，都為了啟發每個人、司鐸、修道人及平信徒每天守聖時。他會引述耶穌的話，說：凡願意在聖體前祈禱一小時來與主結合的人，他就會「結許多果實」。當施恩主教講話的時候，大家都在聽，甚而那些沒有天主教信仰的人也聽他的話。他的訊息是強力和超越的。

他死之前兩三個月，他接受的訪問在全美國電視上播放。當中一個問題是這樣的：「施恩主教，你啟發了全世界成千上萬的人。那麼，是誰啟發了你的呢？是一位教宗嗎？」

施恩主教回應，啟發他的人並不是一位教宗、樞機主教、或其他主教、甚至神父或修女；而是一個十一歲的中國小女孩。他解釋說，一位神父被一班暴徒，把他鎖在聖堂附近的神父宿舍裡。

當他們鎖起神父在他自己的房子裡之後，神父驚恐地從他的窗口外面看到：暴徒入了聖堂，走進聖所並以強力打開了聖體龕。他們做了一個仇恨和褻瀆神聖行動，取出了聖爵，把它投擲在地板上，聖爵裡所有聖體都掉了出來，散落在地上。神父確切地知道聖爵裡有多少個聖體：三十二個。

驗到聖體是降生奧蹟和十字架上犧牲的延續，不少聖人鍾情於朝拜聖體。聖體使人有安全感，具備治療的能力，更為人開拓新天地，使人（特別心靈破碎的人）獲得力量，慰藉與支援。

## 4.1 朝拜明供聖體是教宗極力鼓勵的敬禮

朝拜明供聖體敬禮是教會早在十四、十五世紀已存在之敬禮，而且曾有一段相當長的時期，眾多修會和隱修院都奉獻給恆久朝拜明供聖體，但這現象在廿世紀就逐漸消失。早在梵二時，教宗保祿六世就頒布《信德的奧蹟》通諭，表明聖體是堂區的「精神的中心」，強調朝拜聖體的神益，更要求神父們及主教們：「要不眠不休地推動聖體的敬禮，促使整個教會充滿『聖體敬禮的新氣象』時代的來臨」。可惜，教宗保祿六世未見他這願望實現，梵二後，朝拜聖體經歷二十年來的最低潮。

為此，當今教宗若望保祿二世於 1980 年 2 月 24 日寫道：「『鼓勵朝拜聖體及深入聖體的奧蹟』是大公議會訂為真正革新的目標及中心思想」。他並呼籲：「讓我們的朝拜永不止息！」教宗更身體力行，由 1981 年 12 月 1 日開始每天朝拜明供聖體，翌日，在梵蒂岡聖伯多祿大殿的小聖堂內開始了 24 小時的明供聖體，以此來鼓勵所有的堂區。教宗其後在其他的通諭，牧函或公開談話時，也曾多次呼籲堂區設立 24 小時明供聖體，認為是牧民工作及促進世界和平的最有效方法。

教宗在每年聖週四均對全球神父寫信，而今年在他作教宗的 25 週年，更是寫給全球之教友，為呼籲全球的教友反省聖體的重要：他重新強調「聖體是信德生活的泉源及高峰」，「因為在聖體內有全部的精神寶藏，……為此，教會要注目看祭台上的聖體，而領悟聖體所彰顯的無限愛情。」為使教會因著默觀基督的聖體面貌而重新得力。

教宗這牧函強調聖體是救主慈悲的偉大奧蹟，透過聖體，主耶穌向人顯示無限愛情直至世界的終結。教宗再次呼籲所有牧者，以身作則，鼓勵教友朝拜明供聖體，因為這是感恩祭的延續，信友能以之表達對主感恩之心情，並藉朝拜聖體恩寵滿溢。

## 4.2 聖體是「降生奧蹟」及「十字架上犧牲」的延續

在聖體內，我們經驗到牧人在「馬槽中的嬰兒」（路 2:16）所見到的良善及謙卑，從嬰孩耶穌的身上顯出的「天主對人的渴望」。嬰兒，由於其脆弱的本性而特別逗人喜愛，同樣，耶穌隱於謙卑及脆弱的麵餅外形下，邀請我們：「凡勞苦和負重擔的，

你們都到我跟前來，我要使你們安息。你們背起我的軛，跟我學罷！因為我是良善心謙的：這樣你們必要找得你們靈魂的安息。」(瑪 11:28-29)因為聖體與基督苦難是不可分割的奧蹟，每次到聖體前，也就是到主的十字架前，我們能將最需要主的慈悲的人，交托到主的破碎的聖心中，讓耶穌的寶血洗淨、醫治及救贖。這種賠補的行為不但價值無限，而聖體更轉化我們，使我們在祂愛的火燄內被淨化，使我們日益肖似基督。「我們眾人以揭開的臉面反映主的光榮的，漸漸光榮加上光榮，都變成了與主同樣的肖像，正如由主，即神在我們內完成的。」(格後 3:18)聖瑪加利大見到耶穌的聖心在聖體內，像千萬太陽般烈燄四射；經常朝拜明供聖體，使人在不知不覺中轉化，讓主強力的愛包圍及醫治：就像在太陽下作日光浴的人自自然然膚色轉變，身體增強抵抗力一般。

### 4.3 日夜朝拜明供聖體是理所當然的

「我又看見，且聽見在寶座、活物和長老的四周，有許多天使的聲音，他們的數目千千萬萬，大聲喊說：『被宰殺的羔羊堪享權能、富裕、智慧、勇氣、尊威、光榮、和讚頌！』」(默 5:11-12)聖若望宗徒神視中所見，實在是明供聖體時的真象！在明供聖體時，縱然只有一個朝拜者，但整個的天朝神聖，占聖先賢，所有天軍都臨在，朝拜被宰殺的羔羊——真實臨在於聖體內的耶穌。祂在十字架上流盡聖血，為在聖體聖事中把祂的身體交給我們，以聖愛充滿我們，使我們擁有祂的生命。為達此目的，耶穌不但降生成人，為人受苦受死，更選擇隱藏在麵餅形像下，與我們同在。「看！我同你們天天在一起，直到今世的終結。」(瑪 28:20)就如做麵餅的小麥先要被打下、收割、磨碎、壓爛，才能做成麵餅，耶穌甘心情願被繫於石柱上被鞭打，心靈被人類的兇殘及罪惡粉碎，身心靈在苦辱下被壓爛，目的是為我們而變成「從天降下來的麵餅。」就是為了愛：「我愛你，我永遠愛你，因此我給你保留了我的仁慈。」(耶 31:3)耶穌對人類這偉大的愛情及所付出的代價，使祂堪受朝拜，堪受人類日夜朝拜，不停地朝拜！被宰的羔羊——耶穌，對這朝拜受之無愧，更好說：「日夜朝拜耶穌是理所當然的事！」聖教宗比約曾說：「持續朝拜聖體，勝過其他一切宗教禮儀。這是工作之首，一切工作的源頭力量。」

朝拜明供聖體很能夠幫助我們從“愛”的道路上去成聖，因此，我們的朝拜明供聖體漸漸發展到 24 小時。現在，我們已經有兩個中心進行 24 小時朝拜明供聖體。不僅如此，我們也呼籲青年、兒童朝拜明供聖體。他們中有許多來自破碎的家庭。我們請這些青年和兒童為我們的家庭和社會祈禱，為整個教會，尤其為司鐸的聖化祈禱。因為有聖德的司鐸，可令教友、全教會和整個社會得到益處。我們除了每天三次為司鐸祈禱外，還在星期三和星期五特別守齋，只吃麵包和清水，來為司鐸祈求聖德。我們也每月一次徹夜朝拜明供聖體，六小時不睡覺為司鐸祈禱，特別祈求天主賞賜司鐸恩寵，使他們的主日講道能夠觸動教友的心，這樣，教友們每次參加感恩聖祭，都能得到生命的食糧，他們便能在一个星期中常常與天主同行，走他們的生命道路。連續六小時不睡覺不休息，實在是一個艱難的大犧牲。此外，我們每天中午兩小時守齋為病人、家庭和請求的人代禱。我們也舉行醫治彌撒，祈求聖體醫治破碎的自我形象、破碎的人際關係。常常有請求代禱的人打電話或寫信給我們，表達對天主的感恩。我們也到個別堂區帶領朝拜明供聖體祈禱活動。

問：黃修女，請您談談您參加這個會議的感想，有哪些時刻最令您感動，哪些事最令您感興趣並願意和我們的聽眾分享……

答：有很多方面我都覺得很感恩，很感動。最令我感動的，是看到主教們非常愛聖體，他們在聖體前屈膝跪拜的虔敬。我也在會議上看到主教們非常愛護神父們，欣賞神父們，知道他們做了很大的克己和犧牲，他們經常面對了許多的困難。主教們在會上也表達非常渴望幫助神父們。教會有這麼多的好牧人，真令我感動。主教們在會議中也表現出非常關心家庭、青少年、有需要的人、許多因婚姻問題而未能領聖體的人。我看到主教們都真的是以慈父的心來討論這些問題的。此外，我從這次的主教會議，也看到了教會的普世性。來自各地的主教們所關注的不僅是自己的地方教會，更是普世教會。會議也邀請了東正教和基督教的人士參加，充分顯示出教會的開放。當然，在開放的同時仍然謹守自己的原則。主教們在會中說，我們是以聖體開始，也以聖體為高峰。

問：主教會議結束後您便要回香港了。請問，您要把什麼訊息帶給香港的教友？

來，新建的聖堂都有為方便傷殘人士的設施，從此以後，傷殘人士都非常活躍地參與了教會生活。不僅如此，他們還特別關注香港社會上許許多多生活有問題的人和心靈痛苦的人，為他們祈禱。已往一般人一想到傷殘人士，就會覺得他們是處於一個接受的地位，但其實，傷殘人士在教會和社會中同樣做出他們的奉獻，積極地度信仰生活，為他人祈禱。

問：這次的主教會議是以聖體聖事為中心來討論教會的生活，您是香港天主教傷健聖體樂侍團的會長，顧名思義，您的機構正是以敬禮基督聖體為服務的出發點，請您談談這個機構的宗旨和工作好嗎？

答：我們是一個團體，我們相信每一個人都蒙召成聖，傷殘人士也在內。傷殘，不僅是身體的傷殘，也有許多人是心靈上的傷殘。不論身體或心靈傷殘，如果能夠透過朝拜明供聖體來接納自己生命中的十字架，並且彼此扶持，來走成聖的道路，那麼，傷殘本身也能成為一個祝福，使我們能夠更謙卑又完全仰賴天主，來走成聖的道路。

問：香港成立這個傷殘人士團體，一定是因為那裡有很多傷殘人士的問題。您可以說得更清楚一點嗎？

答：許多人都以為傷殘只是身體方面的傷殘，其實，傷殘不僅是必須坐輪椅，扶拐杖，使用手叉、腳叉，失明，失聰，傷殘也包括自閉、弱智等等。有許多是心靈上的傷殘，比如：患抑鬱症、精神病、心靈破碎、被遺棄，這些人在某個程度上都是傷殘的，他們常常會被自己的家庭、團體、社會所排斥，人們認為他們對社會沒有建設作用。不過，天主非常愛他們。從耶穌的聖體，我們看到耶穌被刺破的心願意拯救我們破碎的人類，因此，我們願意和所有身心破碎的人同行，但我們自己缺乏力量，而必須靠朝拜明供聖體來得到力量。

問：您們推動朝拜明供聖體來協助傷殘人士，請問，您們有哪些具體的推動方式？

答：我們沒有什麼具體的工作，我們有的，是明供聖體。開始時，只有 12 小時的明供聖體，後來越來越發現許多傷殘人士，還有我們的義工和中心的成員，都感覺到每次朝拜明供聖體後都增加了一份力量，多一份力量去接納那些看來不怎麼可愛的人。因此，

日夜朝拜明供聖體對於今天生活在虛偽淺薄，營營役役，為物質勞碌的偽善的社會中的人們，意義更深長。主耶穌說：「你們不要為那可損壞的食糧勞碌，而要為那些存留到永生的食糧勞碌。」(若 6:27)

日夜朝拜明供聖體：

——讓信友感覺到基督真實臨在的重要性！

——讓人醒覺到以愛還愛地朝拜，賠補的嚴肅性和急切性！

——讓人在旅途教會中，已經參與天上勝利教會的行列，我們微薄的信德，也因著與天朝神聖的共融，使我們卑微的代禱，變得強而有力，遠超過最強力的雷達、核能，更影響著世界。

——有增強信德的吸引力；也是我們見證主的最理想方式。

教宗在本年聖週四的「聖體」牧函中，再次強調：「除了聖事以外，朝拜明供聖體，是最中悅天主，和對我們最有益的敬禮。」在明供聖體前虔誠度過的時間，將在今生給你結出豐碩的善果和神益，也要在你臨終時和在永生，給你最大的安慰。朝拜明供聖體時所用的一刻鐘，比在一天裏所有的其他神工，將獲得更多的效果。許多傳教事業得不到成果，推行聖召的活動沒有果效，其中原因是沒有扎根於祈禱、犧牲和耶穌聖體的力量。「因為離了我，你們什麼也不能作。」(若 15:5)我們冗長的籌備會議、精密的計劃、圓滑的口才、淵博的神學知識、高超的輔導技巧、所用的許許多多人力物力，若不是在基督內，藉著基督，偕同基督，都不能有效地更新教會，或拯救靈魂。耶穌聖體是生命和動力的來源，若有更多人熱心善領聖體和朝拜明供聖體，主耶穌全能的愛情將改變，醫治我們這世界的傷痛。

為此，聖母於花地瑪顯現前，聖彌額爾總領天使先向三小童顯現，親自教他們朝拜明供聖體，並教他們唸「天使的禱文」，以賠補聖體所受的侮辱。耶穌曾對聖女瑪加利大訴說：「我多麼渴望，能在聖體中被愛！」這呼籲在今天這冷漠世界中更急切，耶穌為愛我們受傷受死，為我們天天在聖體中，甘作愛情的囚犯；甘受世代代罪人的輕視、褻瀆和侮辱；教友盡點綿力朝拜明供聖體，愛慕和尊敬聖體，賠補聖體所受的侮辱，是理所當然的事。倘若人能日以繼夜地停留在電視機、電腦前、在網吧、在色情場所，為何教友不能日以繼夜地朝拜聖體？我們所做的任何犧牲都比不上祂持續在聖體內為我們所做的犧牲。

聖伯鐸·朱里安·伊馬(St. Peter Julian Eymard)說：「神聖的明供聖體在今日是我們這時代的一項恩典和需要。如果每個

人都圍繞在我們的厄瑪奴耳之旁，社會將獲重建與更新。如果我們在塵世中做天國的事——持續不斷地欽崇，朝拜天主，那麼天主將在這塵世中重新創造天國的園地：永恆的愛、平安和喜樂在世上，因為祂將在每個心中為主。」要解決教會內及社會裏所有的罪惡，神父需要呼籲教友，走到明供聖體台前，獲取力量並得治療。(參閱默 7:17)。

讓我們效法洗者若翰指向基督：「看！天主的羔羊！」(若 1:36)要領人到主的恩寵寶座前，因為我們自己的一切努力都沒有救贖功效，「他應該興盛，我卻應該衰微。」(若 3:30)接近明供聖體。我們就不會被變幻的世事嚇倒；不會被世界的黑暗籠罩；不會被魔鬼的謊言蒙蔽，也不害怕死亡，「因為有天主的光榮照耀她；羔羊就是她的明燈。」(參閱默 21:22-25)朝拜明供聖體的人，因著愛的充滿，不但能甘心擁抱痛苦，跨越苦難及死亡，而且在此生就充滿復活基督的喜樂。

#### 4.4 效法聖人以深情愛聖體

教會冊封聖人，是讓人效法聖人的犧牲，實踐德行的豪氣及愛主的深情所成就的偉業。就像在任何文化中，凡能流傳久遠的愛情故事，必然是可歌可泣，盪氣迴腸，扣人心弦的。聖伯鐸、朱里安、伊馬就曾說過：「除非我們能以激情(passion)愛聖體，人沒法成就任何偉大的事！」所有的聖人都是熱愛聖體，愛主愛到瘋狂的地步，因而能成就常人所不能。不單只隱修聖人經常長留於聖體跟前，就連專務傳教工作的，就算經過整天辛勤的工作之後，也必朝拜聖體，在聖體前恢復自己的體力。他們白天救助人靈，黑夜則在聖體前祈禱。

所有的聖人行實，事實上就是記述聖人以激情回應主愛的愛情故事。真相是：主耶穌首先以激情愛了我們，因此祂從天而降，居住在人間，甘受貧困痛苦，為賺取我們的愛，祂接受極刑，流盡寶血，死在十字架上。耶穌以祂的血寫下對我們的愛！有誰比基督愛得更深，更廣、更闊、更徹底、更盡情、更久遠？耶穌對人的愛，是任何人間的愛情故事比不上的。耶穌對人「愚蠢的愛」，也是空前絕後的，「天主為愛他的人所準備的，是眼所未見，耳所未聞，人心所未想到的。」(格前 2:9)祂對人極端的愛使天上的軍旅也驚訝，為此而歌頌朝拜。「...眾民族也都要對他不勝驚異，眾君王在他面前都要閉口，因為他們看見了從未向他們講述過的事，聽見了從未聽說過的事。」(依 52:14-15)聖

問題：這強力的祈禱的果實是甚麼？

主任司鐸：很多。現在我們預備出版一本有關這一年明供聖體的見證書。有很多恩寵。有一個女孩決定要墮胎，我們祈禱並勸她不要這樣做。然後，她的意願開始消弱。我們回到聖堂繼續祈禱，最後小孩出生了。他名叫 Carlo。孩子和媽媽現由 Gemma 計畫支助。Patti 地方的主教，要求我們在開始明供聖體時，為聖召祈禱。我們經常為此祈禱，在 Patti 教區修院有六位修士，今年加多九人。

問題：很多人說沒有時間參加朝拜聖體，在堂區有太多事要做。主任司鐸：朝拜聖體並不會忽略其它活動，反而做更多。更多有益處的活動因拜聖體而開始。舉例來說，我們的教區，在開始朝拜聖體的同時，也開始辦一個新的青年中心，現在，我們也快要再開始教區的廣播電臺。

所有的益處是從朝拜聖體開始。朝拜聖體如同大樹的根，有越多的祈禱，就有更多的成長與發展。我們必須讓這根繼續擴大。而且，為了保護生命及家庭—教會最重要的承諾—祈禱賜給我們力量及靈感。

#### 10. 嘉諾撒會黃靜儀修女談對第十一屆世界主教會議的感想

(梵蒂岡電臺訊)在梵蒂岡舉行的第十一屆世界主教會議，應邀參加的人士中，有一位來自香港的修女，她就是嘉諾撒仁愛女修會修女，黃靜儀修女，她也在主教會議中發表了言論。今天，我們很榮幸請到黃修女接受我們的訪問。

問：黃修女您好！請問，您是以什麼身份參加主教會議的？您怎麼會受到邀請出席這次的主教會議？

答：我這次應邀參加主教會議，是以旁聽者身份出席的，因為主教會議也想有些平信徒和朝拜明供聖體有關的代表人士出席。我是代表香港的傷殘人士朝拜明供聖體團體來出席會議並和與會人士分享一下我們的經驗。

問：黃修女，您在會上發言，談了些什麼？

答：我告訴了與會人士，香港傷殘人士朝拜明供聖體團體的工作。香港過去的聖堂建築方式，傷殘人士進出不便，自從有了教區的傷殘人士牧靈中心後，他們便有機會在中心內參與彌撒聖祭。後

問題：您的堂區雖不大，但很有生氣，您為何決定在這堂區開始不斷的明供聖體？

主任司鐸：我相信堂區首要做的是教導教友如何祈禱。因此，這是基本的選擇，一根柱子支撐一切。作了這決定後，我發現這道路已顯出來了：必須給予人們空間，讓他們與自己相遇。當我看到教友參加佛教默想課程，我深受感觸。之後我思考原因，發現我們天主教在教導教友祈禱這方面做得不夠。所以，我開始每星期鼓勵明供聖體；之後每個月延長到半夜；有時是整日。直到大禧年後我們下定決心，不間斷的朝拜聖體，作為給瑪利亞的禮物。2004年12月13日，聖露西的第17個百年紀念，我們就在那日開始不間斷的明供聖體。直到現在，已上了軌道，日日夜夜，自行持續不斷。

問題：有人說，偶爾一小時的朝拜聖體已很難，因此更不可能想像不間斷的明供聖體。

主任司鐸：在 Mistretta，剛開始時也是很亂；現在人們是完全信服。人們看到是耶穌帶領這堂區。我們必須有勇氣，最重要是開始。當行動是因耶穌的名，且為祂而做，祂會帶他們到更遠的境界。人必須有信心。工作如何會被實現是難以理解的。

有時候，作為主任司鐸，我想對堂區要求更多，但我沒有勇氣；然後，發現那些去朝拜聖體的人，帶回更多豐富的資源，超出我能想像的。比如，有一次我要關閉 TeleMistretta 電視臺，因為我不能擔保預算。之後，堂區的一位女士告訴我不要關閉它，要信任天主。自從那時起，十六年已經過了，金錢援助一直不斷。

問題：需要確定至少多少人，才能不間斷的朝拜聖體，它是如何展開的？

主任司鐸：一天至少需要 24 人來維持；一人一小時，一星期 168 人。當然，可以是同一批人在輪流。我們規劃以六小時為單位的四份時間表。每小時有一位隊長負責時間，若因不同的理由，有人錯過了，由他找解決方法。

在白天，教堂拜聖體的人很多。夜晚拜聖體，有特別的吸引力；是親密且美麗的。我見到很多年青人來跟耶穌靜靜談心。

在義大利，有 14 所教堂明供聖體，二所在西西里島。我願意把我這經驗和所有的教區及堂區分享。

人們都是被主愛深深觸動的人，而傾盡全力回報主愛，聖體則常是聖人與主愛融合之處。「至於我，當我從地上被舉起來時，便要吸引眾人來歸向我。」(若 12:32)聖體就是被高舉的基督的真實臨在，聖人們被聖體高舉的愛所燃燒，因此，就有能力作持久的祈禱、嚴厲的刻苦、慷慨的服務，在冰冷的世界燃起愛情的火炬，他們深情的愛所創的事業，萬世留芳！

有人批評日以繼夜地朝拜明供聖體是極端的行徑。對！愛情往往超越基本的要求，愛到極點，自然也就有極端的表現，讓我們盡情地愛主愛到極端的地步吧！讓我們為愛而將生命傾倒出來；讓我們愛主愛到耗盡一切，甘心自作愛情的全燔祭吧！因為無論我們怎樣深情地愛主，也及不上祂對我們愛情的百分之一！

#### 4.5 朝拜明供聖體讓你安全

今日，遠比任何時代，人更缺乏安全感！

但在聖體的大愛內，我們就有真正的安全！

聖若望宗徒，在最後晚餐時，因為緊靠在耶穌的胸膛上，因而確知自己「是耶穌所愛的」(若 13:23)，也因此有能力在其他宗徒均恐懼躲藏時，不怕站在主的十字架下，並接受垂死基督「托母」之請求。嬰兒躺在母親懷裏，情侶躺在愛人的懷抱中，就感到極大的安全。在至愛的主的懷抱中，我們更是安全。因為我們的主是宇宙的君王、是全能偉大的主、是滿有大能的主，祂的愛能提昇我們，跨越人世間的一切變幻。朝拜明供聖體就是緊靠在耶穌的胸膛，讓你深深地被主愛所包圍，於是我們再無所懼！於是：就能以積極樂觀的心態面對一切。相反，當我們依靠自己的能力保安時，我們就被籠罩著黑暗和污染的世界所包圍，因而戰戰兢兢，無限焦慮！長期擔驚受怕。

很多人都會認為在深更半夜朝拜聖體是一件危險的事。事實是：藉朝拜明供聖體的轉化力量，不單能靜悄悄地改變人靈，也能無聲無色改變堂區週遭的環境。在聖體中的耶穌，比世界所有的軍隊更強而有力，比所有的警察更勇猛，比所有的保安設施更完備，比所有的醫療物品更完善地保障人。在「教區傷殘人士牧民中心」的朝拜明供聖體就是一個真實的例子：中心毗鄰著美沙酮戒毒所，經常有吸毒者在附近出入；而且中心側面斜坡上深長的裂痕，使看見的人都驚心！然而，凡到中心朝拜明供聖體的人，卻感受到莫名奇妙的安全感。「非典型肺炎」疫症蔓延，人心惶惶，深恐受到感染，到中心朝拜明供聖體的人士中，不乏有在疫症深切治

療部服務的醫護人員，或住於疫症重災區的人，他們都異口同聲地見証：每次到中心朝拜聖體，疲弱萬分的身、心、靈都能重新得力，而且能將聖體醫治的大能伸延到身邊的近人。感謝天主，來中心朝拜明供聖體的人中，沒有一人或其家人受到感染。中心瀰漫著一片祥和的氣氛，將緊張及焦慮化解。聖體將復活基督的喜樂及訊息與神力，流入朝拜聖體者的心中：「願你們平安！」（若 20:21）上主保護的奇蹟卻靜悄悄地臨現於每個朝拜者身上。（參閱谷 16:17-18；依 42:2）

#### 4.6 聖體的醫治大能

教會所承認的首宗聖體聖蹟——即其亞諾於 1200 年前的聖體聖蹟，在 1970 年的醫學鑑証，証明是完整的人的心臟細胞。的確聖體是主的聖心！耶穌聖心是最細膩、最敏銳的、最能洞悉我們的悲痛及創傷的，而且祂願意醫治我們。看到我們的心，在尋求人間愛而被扭曲，傷痕纍纍，百孔千瘡，卻偏偏不肯接受祂的愛，使祂愛人至極的心大受創傷。「我對他們有如高舉嬰兒到自巳面頰的慈親，俯身餵養他們，他們卻拒絕皈依我。」（歐 11:4）聖體就是「厄瑪奴爾」，與我們同在的主，是那俯就我們、擁抱、祝福及醫治我們身、心、靈的創傷的主。我們不需要妒羨二千年前的猶太人，有主耶穌親臨人群中，進行醫治：人們可以觸摸祂、瞻仰祂的聖容、目睹祂的慈顏、聆聽祂的聖言。事實是，當人走到明供聖體的恩寵寶座前，憑著信德也能親睹主的聖容、親耳聆聽祂的話語、觸摸祂的聖心、而獲痊癒。為此，在明供聖體前朝拜的每個聖時，都成為力量 and 恩寵，沛降你和你的家人，親友，堂區，教區和世界。若堂區開放，讓教友可以 24 小時朝拜明供聖體，就是容讓教友隨時隨地能投身到基督跟前，獲得醫治，在聖體內得力。「將你們的一切掛慮都託給主，因為祂必關照你們。」（伯前 5:7）歷來教會教導我們，最有效的祈禱方式，就是在耶穌臨現的聖體面前祈禱，讓天主的德能、祝福和恩寵洋溢。我們要效法聖經上所記載的血漏病婦人，相信只要觸摸耶穌衣服的縫頭，便會得到治癒。福音上也記載，眾人都想觸摸祂，因為從祂身上湧流出力量 and 恩寵。同樣，我們每次朝拜明供聖體，都能被主真正觸動而醫治。聖體比任何掃瞄更能照明人心靈的毛病，而獲悔改之聖寵。藉著日夜朝拜明供聖體的敬禮，耶穌打開祂仁愛的水閘，使之澆灌混亂的世界，治療破碎的人類，破碎的人際關係及破碎的自我形象。我們的破碎並不阻礙祂的愛，因為祂來

每天清晨，真福德蘭修女都同我們一起在聖體前祈禱、默想至少兩個小時。下午的時候，接著朝拜聖體。這些靈修生活，給了她在那窮人的身上認識、熱愛和服務耶穌的光明與力量。

請問是真福德蘭修女的什麼精神，激勵著人們去效仿她對聖體的愛呢？

她的語言和行動。真福德蘭修女鼓勵孩子和成人到各自的堂區去，參與主日彌撒聖祭；邀請人們去朝拜聖體。為此我們修院的聖堂，永遠向那些渴望與我們一道在彌撒聖祭和朝拜聖體中結合在一起的人們開放。如果可能的話，我們每個貧民之家都會建造一個可以隨時自由出入，朝拜聖體的小堂。讓人們在這裡獲得安寧、愛與快樂。我們的默觀團體，全天都向所有的人開放，歡迎大家隨時來朝拜聖體。

與我們合作的志願人員，來自世界各地，他們每天都可以自由地隨時參與我們的朝拜聖體活動和彌撒聖祭。許多人都自發地趕來，聖體聖事和為窮人服務給他們的生命帶來了新的含義。

#### 8. 魯依尼樞機及仰光總主教

義大利羅馬教區代理主教魯依尼樞機指出，重新發現朝拜聖體聖事的意義，特別是青年們重新發現了朝拜聖體聖事的意義。魯依尼樞機結合個人牧靈經驗指出：“在朝拜聖體的沉默中使人找到了與耶穌基督、與天主建立親密個人關係的契機。”法國塔伯斯和路德主教佩里埃蒙席指出，青年們“發現”朝拜聖體聖事主要是因為，“年輕人沒有形象化的概念便無法生活。舉望聖體，誠然他們並沒有看到基督，既沒有看到他的神性，也沒有看到他的人性。但是，我們把目光緊緊地盯在了最直接的實際臨在的標誌上”。

緬甸首都仰光總主教區總主教指出：“目前全世界只有兩千五百多個堂區長期明供聖體，其中大約五百個堂區在菲律賓。此外，美國長期明供聖體的堂區大約一千一百個、愛爾蘭大約一百五十個、韓國大約七十個；而印度、斯里蘭卡和緬甸更少」。這位總主教還告訴教宗：“如果可能的話，應在全世界各教區的所有堂區都長期明供聖體”，「這將是聖體年最輝煌的成果」

#### 9. 「不斷的明供聖體是任何堂區的首要事項。」

義大利西西里島一堂區主任司鐸 Michele Placido Giordano 接受訪問時認為『不斷的明供聖體是任何堂區的首要事項。』

日在岡道爾夫堡發表三鐘經前的講話開始，尼爾馬拉修女充分表達為：即將召開的主教會議的祈禱和祝福。藉此，尼爾馬拉修女詳細地介紹了，聖體聖事在真福德蘭修女生命與生活中的中心性。仁愛會總會長還祝願即將召開的主教會議，引導教會走向愛德的勃發。以下為仁愛會總會長尼爾馬拉修女，接受亞洲新聞通訊社專訪的全文：

尊敬的尼爾馬拉修女，教宗在上主日三鐘經祈禱前的講話中，談到聖體聖事時指出，聖體聖事是「耶穌留給人類的最寶貴遺產」。接著，教宗邀請大家效仿真福德蘭修女那「愛德和英勇獻身」的榜樣。那麼，請問真福是如何從聖體聖事中汲取了力量、並激勵仁愛會虔誠敬禮聖體的呢？

真福德蘭修女是通過她在聖體聖事中，對耶穌所表達的那種最溫柔的和最親密的愛，鼓勵和啟發了我們。真福德蘭修女常常在聖體前虔誠地祈禱，她知道，那裡面究竟是誰、她深深地愛著祂。每天的聖體聖事和朝拜聖體活動，是她生活的組成部分。她同我們一道滿懷著誠摯的愛、敬仰和激情地參與聖體聖事。

領聖體後，真福德蘭修女總會長時間地虔誠祈禱；即便是長途旅行深夜歸來，她也會在凌晨四點與我們一起在聖堂裡參與彌撒聖祭、祈禱。朝拜聖體時，她還總是深深地沉浸在祈禱中，手中緊握著玫瑰經念珠。

真福德蘭修女曾經說過，「要在彌撒聖祭中使自己徹底沉浸在聖神之中、完全放棄、完全奉獻。聖體聖事，使我們的生活更加充滿激情」。

她對聖體的愛，激勵著她與基督一道背負起十字架；將自己奉獻給他人，使他們能夠獲得豐富的生命。這愛，在我們承受苦難的十字架下召叫了她。我們看到了真福德蘭修女，以何等偉大的精神回應了這愛的呼喚。恰恰是這一點，激勵著我們效仿她。

作為仁愛會傳教士，我們的生活和在窮人中傳播愛的工作，是我們所奉獻的聖體聖事獻祭的延續。我們在聖體聖事內朝拜耶穌、彼此相愛、愛護窮人中的窮人。真福德蘭修女告訴我們，「我們在聖體聖事中對耶穌的愛有多溫存，那麼，我們對那些窮人中的窮人的愛也會有多溫存」。德蘭修女曾經說過，「耶穌通過聖體聖事把自己奉獻給了我們，來為我們解除對天主的饑渴。祂來到貧困的窮人中間，像饑餓的人、饑渴的人、病人、無家可歸者、沒有得到過愛的人和不受歡迎的人一樣，一切都是為了讓我們體驗祂對我們的愛的渴望」。

不是為定罪，而是為拯救。(參閱若 3:16-18)。主耶穌也親口說過：「凡父交給我的，必到我這裏來，而到我這裏來的，我必不把他拋棄於外……叫我連一個也不失掉，而且在末日還要使他復活。」(若 6:37-39)凡拒絕到主的恩寵座前的，不單自己失去醫治的機會，而且使耶穌為我們哭泣。(參閱路 13:34)

#### 4.7 讓聖體之母領你到聖體台前

往往有人問：「明供聖體前可以唸玫瑰經嗎？」實際上，聖母與耶穌是不可分割的。「聖母領報」是人類救恩史的實現開始，是聖母瑪利亞孕育基督，將救世主帶到人間。在耶穌苦難時，人類被托於聖母，「看！你的母親！」(若 19:27)聖神降臨時，聖母是宗徒之母，教會之母。聖母永遠將人帶到聖體台前，幾乎所有聖母顯現，都教導神視者朝拜聖體，因為聖母是聖體之母。在明供聖體前恭唸及默想玫瑰經，是以聖母的心去愛聖體。這樣作，使你在聖體前的時間成最完美的，因為聖母的愛主的心是人類中最完美的愛，如此渡過的聖時必然悅樂主耶穌的聖心。

事實上，在「教區傷殘人士牧民中心」的朝拜明供聖體得以開始及繼續，也是因了聖母的引領，很多朝拜者均是透過每天頌唸玫瑰經，作 33 天奉獻於聖母無玷聖心的敬禮，而被聖體的愛所吸引。教宗於本年聖週四的牧函，就要求人，「在聖母的培育下默觀基督」。教宗更強調聖母是「聖體的婦女」呼籲整個教會，效法她與主建立親密的關係。(見牧函 53, 55, 56, 58)

#### 4.8 聖體給你開拓新天新地

在這個聖召短缺，牧民工作繁重的世代，獻身者的最大引誘，就是以工作取代祈禱。然而，正是在今日忙碌的世界裏，能找時間朝拜明供聖體，令這朝拜在天主眼中顯得更加寶貴和值得稱讚。當我們的教會機構，辦學團體，為了要追上高科技的服務及質素而忙碌不已時，越來越多的平信徒蒙召守聖時，而且愛上朝拜明供聖體。自從「教區傷殘人士牧民中心」於 1997 年 6 月的聖體聖血節開始每天 12 小時明供聖體後，發現有很多平信徒，包括不少傷殘人士，不怕交通不便，長途跋涉，地方簡陋，長時間地靜靜停留在主前，這使人想起福音中「宴席的比喻」(路 14:15-24)：當原本被請的客人，因忙碌而沒法出席時，那些貧窮的、殘廢的、瞎眼的、癱腿的，都被領到宴席中。正因為我們都是小人物，在社會上沒有重大的責任或使命，我們有幸去到聖體的恩寵座前，獻上我們為教會，為世界卑微的禱告。大部份到這裏來

的人都是別人眼中不配的人，但卻是天主深愛的人：傷殘的、文盲的、無知的、失業的、失意的、被遺棄的、性格不受歡迎的，精神病患者，抑鬱症、自閉症患者，有自殺、自殺傾向的，一般團體中不能苟同的人，行徑怪異受到質疑的人，在別人心中認為不可靠、不負責任的人，情緒上有缺陷，沒法建立親密關係的人，有強迫性動作或談話的人，因婚姻的阻擋而沒法親身領受共融聖事的人……

總括來說，就是社會上所認為沒資格的人！然而，耶穌聖體歡迎他們，在明供聖體前默獻打發的時間，發揮巨大的潛移默化的力量、耶穌，這真正的精神食糧，靈魂的神醫，祂化腐朽為神奇，使到朝拜祂的人，不但能接受、擁抱自己生命的苦架，而且也透過致力代禱。關心社會、關心世界，有能力擁抱他人的破碎。

於是：

——冰冷的心被融化；不再心硬！

——因屢次受傷，而高築的心牆倒下！

——滿腹的怨恨被化解！

——心靈的綑綁被解除！

——破碎的自我形象，破碎的人際關係，得以整合！

於是：

——舌結被打開；感恩和讚頌代替了埋怨、詛咒與謾罵！

——對主的渴慕代替了物慾的追尋！

——互相欣賞代替了指手劃腳的批判！攻擊！惡毒的言談！

——祥和友善代替了戾氣與鬥爭！

——珍惜生命代替了自毀、自暴自棄！

——聖經的話語得以實現！

「那時瞎子的眼睛要明朗，聾子的耳朵要開啟；那時癱子必要跳躍如鹿，啞吧的舌頭必要歡呼，因為曠野裏將流出大水，沙漠中將湧出江河。」(依 35:5-6)

因為，上主的愛已更新了一切！

因為，上主說：「我要垂顧的是誰呢？是貧苦者、懺悔者和敬畏我言語的人。」(依 66:2)「看！我要在祂身上廣賜和平，有如河流一般，就如人怎樣受母親的撫慰，我也要怎樣撫慰你們，你們必要在耶路撒冷受安慰。」(依 66:12-13)「那時，他們還未呼求，我已經答應了；他們還在祈禱，我已經俯允了。豺狼和

提出來有用，那就是聖體聖事和告解聖事之間的關係。修和是完美和有效參與感恩祭獻的必要途徑。一個人必須處在天主的恩寵的狀況之中，才能領聖體。這種和耶穌在恩寵上的內在共融也必須表達在教會的共融上，也就是與教宗、與主教、與他們的牧靈訓導共融。就因為如此，聖體聖事建立共融，也教導共融。

問：阿馬托總主教，如何從基督信徒大公合一的立場看這道通諭？答：聖體聖事當然是教會、也是在教會內共融合一的聖事。這樣的教會共融的基礎是建立在信仰宣認、聖事、教會管理這三方面完全共融的約束之上。只要這種約束關係的完整性沒有重建，就不可能共同舉行感恩祭。合一的道路必須建立在信仰的真理上。不過教宗也表示，衷心渴望一起舉行感恩祭典，這已經是共同對上主的讚美和祈禱。

問：阿馬托總主教，別的通諭都只有幾個段落談到聖母瑪利亞，這道通諭則用了一整章談聖母，為甚麼？

答：不錯。這道通諭的最後一章，第六章的標題正是：效法瑪利亞，聖體聖事的聖母。在這玫瑰經年中，不能不提到上主的母親，她是歷史中耶穌的第一個真正活的聖殿。教宗特別強調瑪利亞在耶穌復活後的經驗，當時領受耶穌聖體，為聖母來說，幾乎是把自己與之一起跳動的耶穌的心又接回自己心中。瑪利亞，聖體聖事的聖母，也是路加福音中讚美上主的聖母。在那篇讚主頌中，她所讚頌的新天新地和整個計畫都在聖體聖事中預先出實現。如果讚主頌表達了聖母瑪利亞的聖體聖事的神修，則聖體聖事賜給我們的目的，也是為了使我們的一生都成為一首讚主頌。

## 7. 尼爾馬拉修女指出聖體聖事的力量，彰顯於真福德蘭修女的生命中

仁愛會總會長尼爾馬拉修女，在接受亞洲新聞通訊社的獨家專訪時，明確闡述了，聖體聖事在真福德蘭修女生命中的中心性：真福德蘭修女從朝拜聖體中汲取：「在窮人身上認識、熱愛和服務耶穌的光明與力量」。仁愛會總會長祝願聖體聖事的主教會

議，引導教會走向愛德的勃發。

加爾各答（亞洲新聞/通訊社）仁愛會總會長尼爾馬拉修女，在接受亞洲新聞通訊社的獨家專訪時，深情地追憶了，真福德蘭修女在聖體聖事中，所體現的對耶穌的「溫柔的愛」。從教宗主

問：總主教，這道新通諭除了對聖體聖事有個教義信理上的綜合論述之外，似乎也包含了教宗本人自傳性的敘述成份，是不是？  
答：這是真的。教宗以他每天對聖體聖事非常投入的生活經驗在談這件聖事。昔日他在波蘭的聖堂、後來在羅馬聖伯多祿大殿、在世界各地的聖堂、廣場或運動場，每天都舉行這個感恩祭。這個聖事把天和地連接起來，充塞寰宇，具有宇宙的特徵。教宗還充滿激動之情，回憶他公元二千年大禧年在耶路撒冷晚餐廳內舉行的彌撒聖祭。聖體聖事是一條金線，它把公元二零零三年的聖週四和耶穌受難前與祂的門徒所舉行的最後晚餐連接起來，從未間斷過。

問：阿馬托總主教，聖體聖事通諭還有甚麼其他基本要義嗎？

答：除了對聖體聖事懷著崇敬的讚嘆、驚訝之外，教宗還提到某些正在掩蓋天主教對聖體聖事的敬禮、使之模糊不清的陰影的現象。這種現象在某些國家特別嚴重，比方放棄朝拜聖體的優良傳統；在彌撒聖祭中從事其他不相關的事；把彌撒聖祭縮減為友愛的歡聚；忘記彌撒聖祭必須由職務司祭來舉行才有效。

問：阿馬托總主教，從教義上看，哪些是聖體聖事通諭的重點？

答：我們可以歸納為三點：首先，聖體聖事是信仰上的一個大奧蹟，是耶穌把祂自己和祂的救恩奉獻出來，為賜給我們的最崇高恩典。舉行彌撒感恩祭的時候，耶穌的死亡和復活的救恩事件便真實地臨在我們當中，並產生實際的效用。這個犧牲為人類的得救是這麼地具有決定性，以至於耶穌完成它之後，還得先留給我們分享這個救恩效果的方法，然後才回到天父那裡。聖體聖事賜給我們每日活力的生活的食糧。第二點，聖體聖事建立教會。一個人領洗，與基督結為一體後，就靠著聖體聖事來堅固自己與基督的一體關係。教宗說：領聖體的人不但領受基督，基督也因此領受了人。聖體聖事具有合一的功能，領聖體的每個人都因為領受唯一的食糧，所以都形成唯一身體。談到這裡，教宗特別推崇在彌撒聖祭之外也敬禮聖體，朝拜明供的聖體，或經常到聖堂拜聖體。說到這裡，我願意提一下令聖女埃迪特·施泰因(Edith Stein)的一個故事：她在德國看到天主教友到聖堂朝拜聖體，拜訪生活在聖體中、對他們一向忠實的朋友和救主耶穌，於是心中有所領悟，終於皈依天主教。第三點，從牧靈方面說，我覺得

羔羊將要一齊牧放在我的整個聖山上，再沒有誰作惡，也沒有誰害人，上主說。」(依 66:14-15)

在「教區傷殘人士牧民中心」，我親眼目睹身、心、靈破碎的人們，怎樣從聖體的恩寵寶座前獲取力量，慰藉與支援，遠遠超過藥物的療效。孤立及疏離被共融取代。在聖體前朝拜主，讓人能在鄰人(尤其社會所排斥的人)身上擁抱主。

朋友，請你也親身經驗吧！懷著赤誠謙卑的心，到聖體的恩寵寶座前，白白暢飲生命的水，你必會承受福分！然後，願你蒙召成為「行走的聖體豪光」，將基督的愛和光，帶到週遭在黑暗與死影中的人，讓基督的愛和溫暖也照耀他們，安撫他人及這世界的悲痛。這樣，你會發現不單「自己是有福的！因為承受主滿溢的恩寵」，且因而成了上主祝福別人的管道！

## 5. 香港修女在世界主教會議上談聖體聖事的「靈性醫治」

【天亞社羅馬訊】31-10-2005 radiovicana

一位香港修女在以聖體聖事為主題的世界主教會議上發言，講述她與「破碎」心靈的工作，以及她在香港及大陸推動朝拜明供聖體作為「靈性醫治」的泉源。

香港嘉諾撒仁愛女修會黃靜儀修女是十月十二日全體大會上發言的三位亞洲女性之一，也是僅僅十二位出席十月二日至廿三日舉行的世界主教會議的女性之一。黃修女在香港及大陸部分地區推動聖體敬禮中心。

在十月十二日發言的女性，還有菲律賓駐教廷大使亨麗埃塔·坦本廷·德比利亞(Henrietta Tambunting de Villa)，以及國際天主教聖經協會執行委員兼印度孟買天主教聖經學院主任雷努·麗塔·西爾瓦諾(Renu Rita Silvano)修女。

黃修女致辭時，先感謝大會讓她「代表香港的傷殘人士」發言。她說，過去，許多殘障人士都不能參與聖體聖事慶典，因為聖堂並不方便他們使用。但自從教區傷殘人士牧民中心於一九九三年成立後，便開始有為不同小組舉行的彌撒，照顧他們的特別需要。

她指出，儘管面對各種限制和經費不足的問題，但她的修會全心把一切投入在這工作上。

她回想自九三年起，香港社會對九七年回歸中國充滿懼怕，但是她和其他嘉諾撒修女「認識到自己無法解決任何問題，於是承諾開始每天在牧民中心守聖時和代禱。」

她對大會說，到了九六年，「朝拜聖體的時間延長至每天十二小時，集中為可鐸的聖化祈禱。正當所謂『健全人士』沒有時間祈禱，傷殘人士卻為了前來參與彌撒和朝拜聖體而作出一切犧牲，我們都被他們的見證深深感動。」

同時，黃修女指出，有心理問題和自殺傾向的人數不斷上升，他們「有破碎的自我形象、破碎的關係和心靈，遭到他們破碎的家庭和這個以世俗主義和物質主義為標記的破碎社會所摒棄。」她也談及修女們如何看待這「破碎」的心。她說：「我們從聖體聖事中看到基督破碎的心渴望拯救破碎心靈。在他內，我們學習真誠包容和愛所有破碎的人。」她說，自從修女們「邀請」這些人向聖體聖事中的主尋求靈性治療後，聽到很多人得到治療的消息，也收到許多陌生人的來電，要求代禱。

她說，「為了回應上主在我內心的迫切召叫」，也在香港教區陳日君主教的全力支持下，她成立了一個以在俗獻身為目標的小團體，名為「傷健聖體樂侍團」。

她指出，第一個小組有七位成員，各有身體、精神或其他方面的缺憾，但眾人都獻身於恆久朝拜聖體。他們都分享同一信念，就是這些缺憾都是「天父愛的禮物，可以轉化成祝福，透過聖體的轉化力量而成聖的道路。」

她的小組支持在傷殘人士牧民中心舉行的「每日朝拜聖體」，並把該處改變為「恆久朝拜明供聖體中心」。隨著更多人加入，他們在今年初成立第二個恆久朝拜中心。

她續說，兩個中心都提供一系列宗教服務，如平日彌撒、聖體降福、聖母時刻、詠唱日課、為不同年齡組別而設的每週聖經誦讀、每月的治療彌撒及教理講授，以及以聖體為中心的反省。

黃修女說：「透過這個讓破碎人士一起朝拜聖體的特別神恩，上主逐漸給我們派遣很多義工，協助我們，同時也獻身於恆久朝拜聖體。」她說，他們現時的工作包括一系列靈修活動，如逢週三及週五祇吃麵包和喝水的守齋祈禱，尤其為個別可鐸祈禱。此外，他們也為數以百計的小學生組織明供聖體，縱使當中祇有一成是教友。

他們亦把朝拜聖體帶到大陸，協助在他們到訪的堂區成立每日聖時或恆久朝拜聖體。這些堂區包括上海盧灣區聖伯多祿堂，以及華北河北省趙縣教區的邊村天主堂。

黃修女也說，她與同工亦曾在香港受「沙士」病毒困擾期間，參與沙士病患者及其親友，以及前線醫務人員的「靈性醫治」。

他們舉辦每日午膳時間守齋及代禱，並推動由子夜至翌晨六時為可鐸的講道代禱。他們現在設有網站〈www.eucharisticoblite.org〉。

她在結束其見證聖體信仰力量的發言時說：「藉著已故教宗若望保祿二世的轉禱，我們祈求在聖體內的主以祂的聖言和食糧滿足我們中華民族的飢渴，並祈求祂的王權臨於中國。主基督，請來。亞孟。」

雖然世界主教會議基本上是主教的大會，但通常亦會邀請其他天主教徒及基督教代表在會上發言。除了來自一百一十八個國家共二百五十二位主教（不包括未能出席的四位大陸主教）外，出席本屆會議的其他參加者包括十二位來自東正教、聖公會、其他基督教會及團體的「兄弟教會的代表」，以及卅二位神學專家，包括兩名教友。

出席者還有廿七位觀察員，其中九位是男教友、四位女教友及八位修女。總的來說，有三百四十位男士，包括十一位非聖職人員，以及十二位女士參與第十一屆世界主教會議。所有參與者都可以表達他們的觀點，但祇有主教可以投票。

## 6. 聖體聖事生活

訪問聖座教義部秘書長安杰洛·阿馬托 (Angelo Amato) 總主教談教宗新通諭：教會賴聖體聖事生活【梵蒂岡電台訊】

四月十七日傍晚，教宗若望保祿二世在梵蒂岡聖伯多祿大殿主持聖週四「主的晚餐」禮儀，彌撒講道後，教宗簽署了他就職以來所頒佈的第十四道通諭，聖體聖事通諭。我們都知道教會為通諭取名稱時，為了簡便，都只採用通諭原文拉丁文版開頭兩個名詞。新通諭華語正式名稱還有待主教團來決定，在此之前我們暫時翻譯為“教會賴聖體聖事”(ECCLESIA DE EUCHARISTIA)。其實，通諭的第一句話是“教會賴聖體聖事生活”。為了簡便，我們就稱它為聖體聖事通諭好了。當今教宗就職二十五年來，每逢聖週四，他必寫一封致全球可鐸的信。今年他寫的何止是信，更是一道長達七十六頁的通諭，而且不只是為可鐸而寫，更是為天主教全體信友而寫的。他在通諭中邀請每位信友深入默想這件聖事，朝拜聖體，妥當地領聖體，因為聖體聖事奧蹟是天主教信仰的核心奧蹟，是教會的寶藏，是世界的心臟。為了使大家事先了解一下新通諭的主要內容，本台邀請聖座教義部秘書長安杰洛·阿馬托總主教接受訪問，回答幾個問題。