

彌撒中應有的禮儀舉止

戊戌戌

當人在朋友家中作客，一定會有良好的禮貌，談吐舉止都大方得體，亦會以身作則教導孩子從小學習待人禮。當信友在天主的家中作客時，是否更應該加倍有禮？試想耶穌在祂父家中的舉止：祂會穿上得體的衣，不會和他人竊竊私語，而會像一個小孩一樣細心聆聽父親的每一句話。

我們每主日都來聖堂參與彌撒，自問謹守本份，循規蹈矩，但否只養成一種習慣，每星期花耗一個小時見見天主，還不及 social 來得重要。彌撒中，我們有否專注和實踐應有的禮儀和態度，當真明瞭彌撒聖祭當中每個環節的意義嗎？如不，就會像流水作業般只是來「望」彌撒作交差。聖堂內設有聖體龕，主耶穌親臨其中；參與彌撒的目的是朝拜天主，縱然遇見朋友，也不是高談闊論的適當時刻。以下提供彌撒中的一些指引，給信友參考：

衣著：「主日最佳衣著」的概念值得尊重；任何年齡的教友上聖堂時應穿著端莊。男士可以結領帶及外衣或穿著整齊衣服；女士應穿莊重的衣服，裙子或長褲。不宜穿著露肩上衫、低胸裝、迷你裙、超短褲或太緊身衣裳，尤其是讀經員和送聖體員，更應嚴格自重。

肅靜：應在開始彌撒前十分鐘到達，這有助減低干擾及令人有時間收斂心神。信徒可點聖水恭敬地劃十字聖號，重新紀念領洗時藉天主聖三和水獲得新生；為表達對基督聖體的尊敬，在入座前應單膝下跪或向祭台鞠躬。選擇座位後，這時最好靜默，檢查手提電話是否關掉，留意當日的讀經或祭台環境的佈置，這有助明瞭當日彌撒的主題意義。遲到者應由服務員帶領入座，以減低對禮儀及信眾的干擾。

誦唸天主經：「手牽手」的方式，起初乃從一些信仰團體的祈禱聚會中流行，後普遍多用於誦唸天主經時以顯示參與者之間彼此的關懷和團結。這種方式其後逐漸在堂區彌撒中，為個別教友採用。然而這種姿勢，運用於教會公訂的禮儀中，則可能令其他教友，對禮節及其更深層的神學意義產生混淆。若翻查羅馬教會的聖事典籍，則「手牽手」實乃新郎新娘之間「交換婚姻盟誓」所專有的手勢。對很多人來說，長時間及靜態地握著別人的手，是一種浪漫情意的表達。在公共禮儀進行時，不分皂白地予以使用，會否有「濫情」及違反端莊之嫌？司祭在禮儀中「伸開雙手」乃展示被釘十字架基督的活聖像（living icon）。教友伸開雙手或手牽手，與禮規的要求背道而馳。



事實上，教廷聖禮部早於一九七五年的【公告】，亦曾論及在彌撒中唸天主經時的「手牽手」行為，乃一種「私自引入、而禮規所沒有指定的禮儀舉止」。這種禮規所未有指定而擅自添加的「禮儀舉止」，驟眼看似是充滿意義的「禮儀」，但客觀而言仍屬違反禮儀原則及教會紀律的行為，應被視為將禮儀「私人化」及「熱心敬禮化」的偏差現象。

互祝平安：這簡單的平安禮，在意義上是非常重要的。此刻，絕非是朋友間的問好時候，也不是說歡迎話或到處握手談笑的時間。「互祝平安」是誠心祈禱祝福的時刻，我們全心投入衷心渴望並願意與自己、宇宙、團體及天主和諧共融，在基督內團結，彼此合而為一。

今天，教會鼓勵不同地方、不同文化的教會，用當地的方式互祝基督的平安。平安禮應該是隆重、莊嚴和自然的。我們可以用鞠躬、握手、兒童與父母間的親吻等方式。但不論用何種方式，都應該誠意地向對方說：「祝你平安」或「祝你享有基督的平安」。

領聖體：領聖體是彌撒聖祭的高峰，我們實在領受基督的聖體，且渴望與祂結合，與團體共融。準備領聖體前，要反省並懺悔自己所犯過失；如身負大罪，未辦妥修和聖事前就絕對不能領聖體。這聖事會在那些準備妥當的領受者身上，產生效果。（天主教教理 1131）所以不應有人領我領的慣性。在羅馬禮中，有兩種領聖體的方法，用口領或手領，對聖體都是一種尊敬。不過，合乎衛生起見，較多人採用手領方式。要莊重地領聖體，作淺鞠躬並答：「亞孟」。在領聖體時，口中絕不可嚼嚼食物例如香口膠或糖果等。

遣散禮後：離開聖堂時要向祭台行單膝下跪禮或作鞠躬。保持肅靜免影響還在祈禱的信眾，忍耐至踏出聖堂時才可與朋友談話。最後一提是彌撒的整個過程中，私下誦唸玫瑰經或到聖像前燃點蠟燭都不是適當的時刻。

彌撒聖祭是恭敬天主的最崇高敬禮，箇中的每一細節都蘊藏著重要意義，所以不能苟且，熱心的信友應更重視基督贖世的大恩，參與彌撒，做好每一部份的禮儀和舉止，必蒙主恩。

註：撰文取材自：美國天美社
香港公教報第3310號
感恩祭釋義