

6月11日 基督聖體聖血節（甲年）

若 6:51-58

那時候，耶穌對群眾說：「我是從天上降下的、生活的食糧；誰若吃了這食糧，必要生活，直到永遠。我所要賜給的食糧，就是我的肉，為使世界獲得生命。」

猶太人彼此爭論說：「這人怎麼能把他的肉，賜給我們吃呢？」

耶穌向他們說：「我實實在在告訴你們：你們若不吃人子的肉，不喝他的血，在你們內，便沒有生命。誰吃我的肉，並喝我的血，必得永生；在末日，我且要叫他復活。」

「因為我的肉，是真實的食糧；我的血，是真實的飲料。誰吃我的肉，並喝我的血，便住在我內，我也住在他內。就如那生活的父，派遣了我，我因父而生活；照樣，那吃我的人，也要因我而生活。」

「這是從天上降下來的食糧。不像祖先吃了『瑪納』，仍然死了。誰吃這食糧，必要生活，直到永遠。」——上主的話。

反省

「我是從天上降下的、生活的食糧」，猶太人聽了不明白，耶穌就用昔日他們的祖先在曠野漂泊時吃過的瑪納這個經驗作比較。瑪納是梅瑟帶領百姓出埃及的時候，天主在曠野為他們所預備的食物。天主每天供應他們，但沒有說過吃了一次就永遠不餓。耶穌則不同，祂說：「這是從天上降下來的食糧。……誰吃這食糧，必要生活，直到永遠。」

《若望福音》談到生命的問題，再次強調耶穌是生命的主，祂說：「你們若不吃人子的肉，不喝他的血，在你們內，便沒有生命。」猶太人不吃血，因為在他們的傳統，血代表生命。而且，血在以色列的救恩史和宗教傳統上，有極重要的關係。當他們離開埃及為奴之家時，天主用血作為拯救的標記；他們又必須宰殺牛羊祭獻天主，表達認罪、感恩，祈求天主賜給他們新生命。

耶穌為世人奉獻生命，使人們可以因此從罪惡中釋放，獲得救恩，而我們藉著聖體聖事紀念祂的死亡，也在聖體聖事中與主耶穌連結。讓耶穌成為我們屬靈生命的食糧，來餵養我們，成為我們生命的依靠，讓耶穌生命的一切進入我們的生命，成為源源不絕的活水泉源。「因為我的肉，是真實的食糧；我的血，是真實的飲料。誰吃我的肉，並喝我的血，便住在我內，我也住在他內。」耶穌的話很清楚，我們必須與祂的生命連結，就像「葡萄枝連於葡萄樹」一樣，又如聖保祿宗徒所強調的「住在基督內」，都有同樣的意思。

實踐

聖保祿宗徒告訴我們，當我們領受主的餅與杯時，就是分享耶穌基督的身體和寶血。

它不僅是個儀式，也是實實在在與主結合的行動。既然與主合為一體，就不該再跟罪惡打交道；又因為跟天主有密切的關係，也不該讓身邊的弟兄姊妹受損。在聖體聖事中，我們共享同一個餅、同一杯酒，因此必須學習用天主的愛來彼此相愛，活出天主的生命。如果沒有活出與弟兄姊妹愛的關係，我們與天主的關係就是騙人。所以，整台彌撒是為建立一個友愛的團體：首先在天主台前彼此承認自己相反愛德的行為，祈求天主及弟兄姊妹的寬恕，然後彼此聆聽天主的聖言、稱天主為父、互祝基督的平安，最後分享同一基督的體血。

是日金句

「因為餅只是一個，我們雖多，只是一個身體，因為我們眾人，都共享這一個餅。」
（格前 10:17）

聆聽講道: <https://www.youtube.com/watch?v=WCxLmnyPBdc>