



主曆2020年8月30日 星期日

中華郵政台北雜字第1304號執照 發行人:鍾安住/地址:(106)台北市樂利路94號/電話:(02)2737-2839/傳真:(02)2737-1326/電子郵件:catholicweekly@gmail.com

耶穌聖嬰方濟會喜迎新 修女宣發終身願暨歡度金慶

文/陳碧岳
圖/姜捷

耶穌聖嬰方濟修女會8月22日(聖母元后瞻禮)上午10時在陽明山聖體堂舉行孫毓苓(雅妮)修女發終身願暨黃翠芳修女、黃瑞霞修女歡度入會金慶感恩祭;由鍾安住總主教主禮,榮休劉丹桂主教、陽明山聖體堂主任司鐸許德訓神父、方濟會田明秀神父等10位神父共祭,修女、教友、親友逾百位喜樂參禮。

感恩祭開始,司祭團和孫毓苓修女、黃翠芳修女、黃瑞霞修女在〈太陽歌〉詠唱中緩緩進場。鍾總主教於致候詞表示:「歡迎共祭神長們、慶祝入會金慶的兩位黃修女和發終身願的孫修女,及主內弟兄姊妹們到陽明山天主堂。今天也是我從就職大典後第一次來,等於是在此的首祭。我們齊聚共頌主恩,祈求天主賞賜修女們在奉獻生活的道路上所需的恩寵。」

聖道禮儀由許德訓神父恭讀福音,鍾總主教剴切講道期勉,修女發終身願為不僅為個人,為整個教會也是一件喜事!按教會傳統安排於彌撒中舉行,是希望修女透過主耶穌基督救贖恩寵的幫助,善度發願後的奉獻生活。適逢普世教會慶祝聖母元后瞻禮,如答唱詠所唱:「童貞瑪利亞,妳是有福的,因為妳做了永生聖父之子的母親。」耶穌基督為普世君王,瑪利亞是耶穌的母親,也是祂救贖工程的合作者,天主舉揚了耶穌基督,在瑪利亞蒙召升天後也舉揚了她,立她為天上的元后及世人的主

保;因此我們特別恭敬聖母瑪利亞,並請求她的轉禱,這是教會所確定的信理,也希望聖母持續地轉求和陪伴慶祝發願的修女們。」

宣發終身願的孫毓苓修女經鍾總主教徵詢,俯伏於祭台前,在全體虔心齊唱〈諸聖禱文〉後,孫修女在眾人前宣發終身聖願。隨後,鍾總主教祝福象徵聖願的戒指,並由會長黃翠芳修女為孫修女戴上,雙手交握,扶她起身,在祭台前簽定發願文件後,眾修女們紛紛上前擁抱,歡迎這位將共度一生的姊妹,全體報以熱烈掌聲!聖召版〈我願意〉的歌聲中,慶祝入會發願金慶的黃翠芳修女和黃瑞霞修女出列跪於祭台前,領受鍾總主教隆重祝福後,熱烈地掌聲再度響起,場面溫馨,令人動容。

領聖體後經後,孫修女致謝詞時表示,感謝入會以來一路陪伴的修會姊妹們和主內的弟兄姊妹們,回憶到發初願時主禮田明秀神父問到:「妳幸福嗎?」入會後雖因種種試探而曾一度動搖,但入會時母親的「從今以後,妳要全心、全靈、全力、全意愛妳的上主」一番話令她堅定初衷,持守不渝;此外,在榮總安寧病房服務,常體悟世事無常,唯有天主是永生的幸福,因而勇敢答覆天主召叫。她在結語時並幽默地問:「天主對我們每一個人都有召叫,妳,幸福嗎?」



▲感謝中華民國外交部駐教廷李世明大使(右)8月24日蒞臨台北總主教公署,拜訪鍾安住總主教及本報林天德社長,關懷並肯定《天主教週報》的文字福傳事工,支持媒體福傳工作。(金仁瑛攝影)

會長黃翠芳修女致詞感謝鍾總主教的親臨主禮;感謝劉丹桂主教及所有神長共祭;感謝主徒會總會會長張少麟神父、本堂許德訓神父慷慨提供聖堂,以及張世杰修士精心設計插花的禮儀空間布置;感謝方濟會田明秀神父帶領孫修女發願前的避靜;感謝頭份天主堂柳善鐘神父及教友、德來小妹妹會(會長蔡懿真修女、前任會長李瑪利修女,遠從馬祖來的鄧琪納修女,以及新竹寶山院長趙貞美修女)、聖母聖心會王爾達修女、普慈方濟會黃素美修女及陳修女、主顧修女會賴桂香修女及佐安納修女、耶穌肋傷會張鳳蓮修女及修女們、瑪利亞方濟會陳琦玲會長和林逸貞修女及黃智英修女、內湖堂及陽明天主堂教友、耕莘醫院院牧團隊、孫修女的家人們等貴賓蒞臨參禮;也感謝我們兩姊妹的家人,他們多數還不是教友,但一直很支持、肯定教會。

請多為他們祈禱,期待他們早日歸依信主!她在感謝後也特別邀請共祭的百歲人瑞方濟會士劉其祥神父致詞,劉神父以方濟會總會長的祈禱詞「讓我們彼此代禱,在生活中一切小事上感謝天主!」勉勵大家並祝賀修女們。



▲左起:黃翠芳會長、鍾安住總主教、黃瑞霞修女、孫毓苓修女歡喜接受全體熱情的祝福。

許神父致詞時表示,自疫情發生,聖堂難得有此座無虛席的盛況,聖堂的大門隨時敞開,歡迎大家常來。堂區亦為長久服務教友們的兩位黃修女和發終身願的修女準備精美的賀禮,並恭請鍾安住總主教代表贈與。

感恩祭禮成前,孫毓苓修女的家人們特別獻唱〈願祢的話〉,全場為之動容不已!最後,鍾總主教隆重降福所有參禮者,圓滿禮成。

(相關報導詳見第18版)



▲耶穌聖嬰方濟會修女們彌撒後與所有蒞臨參禮的神長們合影



「報復性」的旅遊——面對疫情的省思

白今年初爆發新冠肺炎疫情以來，中央流行疫情指揮中心的說明記者會，成為社會大眾生活關心的焦點。老百姓因疫情持續擴散而處於緊張、擔憂的氛圍中，所幸大多數的人都能遵守疫情指揮中心的相關防疫規定。台灣在經歷長達140餘天的管制之後，已經連續8周沒有本土病例。因此，指揮官陳時中於6月7日宣布，境內疫情平順，放心解封，邊境嚴管，民眾只要做好個人防疫工作，可以走出戶外，參與活動。這個消息公布之後，剎那間，沉寂許久的男女老幼、大人小孩都雀躍不已，開始準備著各種旅遊計畫。

解封後，使原本受疫情影響而興致冷淡不願出門的人，正巧與即將到來的暑假旅遊旺季前呼後應，隨即爆發旅遊熱潮。在高速公路國道5號上，創下史上塞車36小時的最長紀錄；澎湖、綠島、蘭嶼和小琉球等離島熱門景點突然湧入大批旅客，令商家措手不及，雖然高興，

卻也大嘆吃不消。台灣疫情趨緩的結果，本以為可以鬆一口氣了，沒想到，反而成為另一場浩劫。更糟糕的是，媒體面對解封後，國內旅遊產生的負面衝擊，竟然以「報復性」旅遊來形容這種亂象。這樣的用詞忽略了提醒相關單位，應該做好的旅遊人潮和環境管控的職責，卻誤導民眾一起來「報復」的錯誤觀念。

在舊約時代，以色列人面對人際問題的記載：「若有損害，就應以命償命，以眼還眼，以牙還牙，以手還手，以腳還腳，以烙還烙，以傷還傷，以疤還疤。」(出21:23-25) 呈現當時的人以一種報復性的思維，作為處理事務的態度。

在《新約》中，耶穌重新詮釋教導說：「你們一向聽說過：『以眼還眼，以牙還牙。』我卻對你們說：不要抵抗惡人；而且，若有人掌擊你的右頰，你把另一面也轉給他。那願與你爭訟，拿你的內衣的，你連外衣也讓給他。若有人強迫你走一千步，你就同他走兩千步。求你的，就給他；願向你借貸的，你不要拒絕。」(瑪5:39-

42) 意即以愛心善行來幫助那些需要的人，「總不要以惡報惡，以罵還罵；但要祝福，因為你們原是為繼承祝福而蒙召的。」(伯前3:9)

綜觀疫情，帶給整個地球的影響甚鉅，對台灣的老百姓而言，大多數人會以小確幸來表達解封後的心情。但是，如果因為悶在家裡太久，解封之後就以「報復性」方式旅遊，實在不是一件令人高興的事。因為「報復性」的行為，不只是因旅遊而產生的脫序亂象，而是深入到人心慾望之所向的結果。從外表上看，出遊的人數超過旅遊景點所能負荷的承載量，導致水、電等基本設備不足；到處人滿為患，商家以為人潮就是錢潮，想不到當人去樓空之後，留下的只是滿坑滿谷的垃圾。

所以，如果媒體報導能用「建設性」的旅遊用詞，才能導向「永續、尊重當地文化與環境」的旅遊觀念。不如換掉「報復性」用詞的思維，取而代之以實踐「人人為我，我為人人」的服務精神。



誰鼓舞了我？

■文／蘇開儀（主教團禮儀委員會聖樂組召集人）

在今年八月初，一個為期5天半的《我稱你們為朋友》青年聖樂營隊默默地從台灣主教團禮儀委員會聖樂組辦公室電腦網路上一路延燒起來，串聯了來自台灣本地、香港、澳門、新加坡、馬來西亞和中國內地的華人們近180位老師和學員，8月3日一早在ZOOM視訊會議室門外等候參加10點整，營隊的開幕儀式，期待5天半的學習和共融的課程。

2020年突來的疫情使得教會許多活動延期或是取消，但是聖樂組不放棄與青年和教會愛樂者的約定，突破了技術上的障礙，我們打破國界和排除疫情的干擾，讓天主愛樂的兒女們在網上相聚，有了更加親近、活潑且充滿愛和恩寵的快樂時光，從歌曲〈We Are One／我們是一個身體〉到營隊成果發表的終曲「新里程」，每位學員雖然只是在電腦的視窗上出現，但是他們聽著伴奏，歌聲和心跳卻是跟著所有人一起躍動的，相信天主的愛在我中間蔓延，鼓勵和支持著我們。

天主教聖樂是學者們公認為西方音樂的始祖，也是盛產西方音樂家的搖籃，從第1世紀到現今21世紀，世界各地的音樂家仍大多是有基督宗教信仰的背景，他們的音樂中總帶有信仰的內涵和其中的DNA。

〈You Raise Me Up／你鼓舞了我〉是現今家

喻戶曉的一首歌曲，孰不知，這首歌的起源並不是一首聖歌，也不是一首歌曲，而是「神秘花園樂團／Secret Garden」的一首小提琴和鋼琴的器樂曲，其旋律來自愛爾蘭的傳統音樂，由於音樂感人而被人喜愛，後經填詞成為傳唱的流行歌曲。

今年的聖樂營目標繼去年營隊的成果，除了更進一步地帶領青年認識教會禮儀、信仰、聖樂和媒體福傳外，還邀請了近幾年具教會代表性的青年音樂人在線上與學員們分享他們的音樂和信仰做交流和互動，給予學員們很大的啟發，原來教會聖樂的範圍和種類是多樣又多面性的，大家在不同的音樂領域上有不同的發揮空間和產生出來的效果，且樣樣都令人著迷和期待，這也就是我們要去學習的——欣賞和包容各種不同的聖樂，因為時間、地區、背景、教育和文化的不同而產生的音樂風格，而從不同的風格中適當地安排在教會的場合中使用。

在每天有不同的知識、理論學習和美好的音樂分享外，聖樂組自2013「信德年」開始在各項活動中都會安排日課（時辰祈禱）的詠唱，宣導教會20個世紀多以來不變的傳統祈禱，今年的聖樂營的學員們亦同樣藉著每天早上的晨禱開始一天的課程和學習，課後以夜禱做為一天學習的結束，雖然一天的課程已經非常豐富緊湊，但在祈禱中可以感受到參與普世教會生

活的脈搏和感動。

另有一個貫穿整個聖樂營的成果目標，也是響應教宗今年初的第54屆世界傳播文告主題：「你將講給你的子孫聽。」(谷10:2) 讓生命成為故事；特別邀請了台灣教會排灣族藝人徹摩擔任一齣音樂劇《聖誕冥想》的主唱者，所有學員扮演劇中的教會聖詠團，在營隊結束前的成果發表中，網路視訊講堂轉往台北市吉林路聖道明傳道中心的大禮堂，有徹摩主唱和鋼琴伴奏的前景，和背後螢幕投射出來的學員們的視窗背景，在前後景相互對唱和合唱中成了一幅美麗感人的畫面，很多人感動地流下淚來！雖然我們不能聚集一起學習和近距離認識，但藉由畫面、聲音和音樂的傳遞卻產生了更多的感觸……因此，他們最後吵著：「第3屆青年聖樂營台灣見！」

現在營隊結束了，腦海浮現的還是他們在留言區寫下的：「老師早！」「老師好！」「謝謝老師！」「老師晚安」和「明年台灣見！」……這一切的恩典來自天主的愛——感謝講師、分享的老師們、聖道明傳道中心和聖樂組的志工團隊的用心和付出，更是隆重感謝天主的愛鼓舞了我們！阿肋路亞！

聖樂組今年最後一個網路活動《用音樂說故事：迎接疫情中的聖誕節》已經開始報名，邀請大家踴躍參加，以熱情樂音迎接耶穌的誕生！



基督活力運動總會暨各分會幹部研習營

文·圖/黃金瑜

基督活力運動全國推行委員會（總會）8月22日（周六）上午11時至23日（周日）下午3時，假台中聖愛山莊召開「中華民國基督活力運動總會暨各分會幹部研習營」。總會首席神師劉振忠總主教、台中教區蘇耀文主教、總會神師幸朝明神父、主任委員高錦藏弟兄、領導人學校執行長張象文姊妹，以及7個分會的新任幹部共計85人蒞臨出席。

22日上午12時，全國7個分會活力兄姊們陸續完成報到手續；中午餐敘後，活力員神長及兄姊們拍團體合照留念。下午1時30分，正式舉行開幕禮，禮儀先由高主任委員供奉《聖經》，幸朝明神父致詞時勉勵大家：「期望所有幹部透過此次研習課程，划向深處——深入認識基督活力運動的基本結構，共同攜手投入福傳工作！」

下午研習，由高雄分會高健恒弟兄主講「基督活力運動基本結構（一）、（二）、（三）」；課程後，虔敬舉行朝拜聖體，領受聖體降福的滋養；晚餐後稍事休息，即於8時30分，由高雄分會王元君弟兄主持泰澤祈禱，在短誦的歌聲中，滌淨身心靈，靜默祈禱升交託。

此次研習營，召集總會暨各分會幹部的另一重點，是晚上9時30分召開「全國總會第29屆第1次推行委員會會議」，會議由高主任委員主持，劉總主教列席指導，會議決議事項，如下：

1. 確認新任幹部職務，並於隔日舉行派遣禮及頒發服務證書。
2. 各分會定期開辦「領導人學校」及「小組集會」研習課程。
3. 《活力月刊》各分會編輯委員編輯作業和



相關經費等事宜。

4. 全國總會成立52年，相關資料及書籍請各分會列冊移交。高健恒弟兄已著手官方刊物數位化作業，並上傳官方網站。總會另成立「資訊組」，並由王元君弟兄負責整理。

5. 第29屆第2次常委會議將於11月21日（周六）假桃園聖母聖心堂（新竹分會）召開。

翌日，以感恩聖祭開啟一整天的活動，上午7時，由劉總主教祭主日彌撒，幸朝明神父共祭，並於彌撒中舉行幹部派遣禮及頒發服務證書；彌撒禮成後，全體移師至餐廳享用早餐。

第一堂，由領導人學校執行長張象文姊妹主講「領導人學校、三天實習班課題之連貫」；黃金瑜弟兄、林蔚民弟兄分享「小組集會及勵志會（安全的保證）」，活力員獲益良多。

11時，針對各分會勵志會討論期許與展望，劉總主教在致詞中勗勉大家：「福傳工作發光發熱，需要彼此鼓勵，小組集會（勵志會）更要常常為福傳祈禱，也鼓勵任何場合由平信徒帶領祈禱，並請神父降福。福傳的方法是人想

出來的，經過這次研習，我們不妨試想：分會和總會的關係要如何結合才能達到加倍功效？

總會需要所有活力員人力及財務上的支持，總會行有餘力，才可以幫助分會。分會要支持支會，幫助支會成長，新的活力員加入後，要好好培訓，支會需要神師的投入，若各分會或支會表現活躍，便容易吸引神父更願意投入。

領導人學校的角色也很重要，各分會要成立領導人學校，著重課程的規畫和師資培育，如此有兵也有將，才能使後續辦班大為得力。

教會團體應積極培育新人，並且對外開放、學習，真福山社福文教中心使用率最高的是基督新教，我出國時，在機場遇見基督教的牧師帶領信友朝聖團出國或回國，一定會在機場祈禱、讀《聖經》，不時見到熱心祈禱的景象，反觀天主教會團體卻不常見，我們確實需要共同努力，創造更好的福傳契機！」

下午1時，由高主委主持總會報告；全體再到至聖堂守聖時，接受聖體降福，聖神充滿！彼此互道平安，並相約下次11月21日，桃園見！

聖母聖心修女會第14屆總會會議及行政團隊改選完成

文·圖/聖母聖心修女會

新冠狀肺炎病毒的陰影籠罩下，聖母聖心修女會23位修會代表，在耶穌會李驊神父的帶領與指導下，克服重重困難，順利完成了第14屆修會的總會會議及行政團隊改選。大會以「面對不完美，在主內懷抱希望」為主題，修會代表來自海內外，8月16日至21日齊聚在該會的聖愛山莊，共同為修會未來4年的各項計畫深入探討，取得共識。

指導神師李驊神父帶領避靜，為大會拉開序幕，李神父以《出谷紀》中，梅瑟被天主召叫，領受到的3個恩寵：與天主親密的經驗、意識到自己的罪、向天主的承諾，要求修女們回顧自己被召叫的歷程。梅瑟面對天主時謙遜的態度，提醒修女們面對自己和修會的有限時，如何融入天主無限的全能中。梅瑟因害怕能力不足，不敢回應天主召叫，但天主保證會與他同在。李神父也舉出了耶穌為完成天國的使命，所招收的12位門徒，以人性看，似不足以成大事，但卻在耶穌帶領下，完成了救世偉業。

李神父在道理最後，以五餅二魚奇蹟中的



「你們有多少餅？去看看吧」（谷6：38）提醒修女們，在懷著滿腔的熱火，想為這世界打拚的同時，不要忘了，看看自己的修會，在整體老化的社會環境，聖召普遍缺乏的境遇中，試想：「我們的修會，還有多少餅？」李神父一語驚醒夢中人！他補充說明，我們的被召，不是為了做什麼？而是要與天主建立親密的關係，可以清楚地分辨我們該做什麼，我們虛心如同梅瑟一樣的信靠天主，祂也會與我們同在，做祂所喜悅的事，以完成祂交付給修會的使命。

因近日疫情再度升溫，服務於海外的修女無法回來參加會議，藉助科技進步之賜，會議現場以同步視訊方式，讓海外及在台灣的代

們在天主聖神的帶領下，對未來4年的聖召、團體生活、靈修、聖愛山莊的發展，以及修會行政等議題都能作深入的探討與意見的溝通。感謝天主賜與的智慧，會議的選舉也透過網路以Google表單的方式，既安全又保密地順利完成，深獲蘇耀文主教的讚賞！

大會最後一天，台中教區大家長蘇耀文主教親臨會場為本會奉獻感恩祭，蘇主教在感恩祭中特別強調，一個共融合一的團體，最能見證福音的真價值，分辨當下時代的訊號使我們能給予正確的回應。

此次大會，在天主聖神的帶領與多人的協助下，除了規畫未來4年的修會藍圖，並在蘇主教的見證下，產生了修會新的服務團隊。新團隊為：總會長吳富柔修女（連任）、第一參議員（副會長）劉碧昭修女、參議員：沈春媚修女、鐘惠玉修女及劉超然修女。願天主賜福新的團隊，成就祂交付與本會的使命。



聖母軍在台70周年慶 遍地開花在台中

文／郭連貴（普天之后督察區團團長） 圖／王麗嫻

來自全台各地的聖母軍各區團及支團代表齊聚台中，歡欣鼓舞地慶祝聖母軍在台70周年，感謝台中教區蘇耀文主教（見上圖）主禮彌撒，共祭神師有台灣分團指導神師裴育聖神父，台中督察區團指導神師劉連玉神父，前督察區團指導神師司馬添神父、李日新神父，至潔之母區團指導神師費納德神父，家庭之后區團指導神師鄭文宏蒙席，以及馬世光神父、吉若望神父、劉洪福神父、阮山林神父、姜亮中神父、黃君勝神父等支團指導神師，顯現大家對聖母軍的重視。

蘇主教在講道中表示，彌撒就是把天國的一切榮耀、恩典，藉由感恩聖祭結合天上得勝的教會，一起來慶祝並感恩，透過耶穌基督的救贖，犧牲的大愛和復活的德能，所賞賜給我們的恩寵，彌撒聖宴就是天主恩寵和天上地下的教會一起連結的時刻。在福音中，耶穌也用婚宴來表達這樣的慶祝，天國就是天主恩典榮耀慶祝的場合，彌撒聖祭透過耶穌的犧牲和復活的大能，將天主救贖的恩寵不斷地讓生命透過耶穌基督的祭獻，以及所領受的聖言和聖體，再次地更新我們，讓我們有力量跟隨耶穌基督，讓我們的生命更相似耶穌基督。

「萬福！瑪利亞，妳充滿聖寵」，這「聖寵」就是聖神的恩寵，聖母為何有這麼多恩寵？是因為聖母的諸多美好德行：服從、謙遜、貞潔，以及對天主的愛，聖母軍就是這麼有福氣！得以效法並跟隨聖母的精神與靈修，「透過聖母，走向天主」，分享聖母在教會中的地位和角色；聖母的角色就是服務教會，服務聖子，與耶穌基督「同甘共苦」，分享耶穌整個救贖生命，這也是聖母的使命，所以聖母軍慶祝70周年的主題是「孝愛聖母，彰顯基督」，學習她謙遜地貢獻出生命，不為自己，

而願承行天主的旨意，完全服從並空虛自己，天主聖神的恩寵才能夠充滿她。

感謝天主！透過聖母的邀請，每年檢閱時，最感動的一刻，就是團員對聖母的宣誓效忠：「我所有的一切都屬於妳。」這奉獻就是效法聖母的精神，把整個身、心、靈奉獻給聖母，如同聖母奉獻給天主一樣，為的是聖母軍的宗旨：「成聖自己，聖化別人」；因為靠自己的努力是無法達到的，唯有和聖母一樣謙遜地領受聖神的恩寵，靠聖神的幫助與啟發，才能成聖自己；為此，聖母軍要常祈禱、多進修、愛德服務、共同聚會，並彼此相愛，以相互鼓勵走上成聖之路，天主透過聖母所賜的恩寵，是團員生命的終向，聖母軍要把這好消息帶給別人，共享天主愛的福音和永恆生命。

彌撒中，普天之后督察區團在蘇主教、指導神師、分團長的見證下，將70周年的大會旗，交接給9月份承辦慶祝活動的區團——基隆諸惠中保區團。

台中督察區團指導神師劉連玉神父也在會中勉勵聖母軍，透過聖母軍的慶祝讓我們意識到自己的使命和身分，承先啟後，從先前的弟兄姊妹和前輩們領受的聖母軍精神，讓我們也能夠把這生命的精神帶給下一代，讓周遭的人從我們身上找到基督的恩典和希望。

台灣分團指導神師裴育聖神父勉勵大家，謹記並落實「孝愛聖母，彰顯基督」，讓我們在生活中彰顯主愛，分享給別人，向聖母學習，快樂地為別人服務。家庭之后區團指導神師鄭文宏蒙席亦給予聖母軍團員大大地鼓勵。

緊接著，歡樂共融的時刻就此展開，首先登場的是救世之母支團表演手語歌〈有誰人愛我（台語）〉；高報喜修女帶領道生之母支團和救世之母支團舞蹈〈耶！瑪利亞〉，高修女除

了帶舞，也鼓勵團員們做「親近聖母步步高」33天奉獻，以及首周六聖母無玷聖心的敬禮。

台灣分團黃貞瑪團長多才多藝，為70周年大會譜曲寫歌，還帶來精彩的〈站在高崗上〉，經過貞瑪姊的動作分解示範，全場活力四射；至潔之母區團蔡沛純姊的帶動跳〈不要停〉，也熱絡了整個會場。

家庭之后區團節目更為豐富，首先由鄭文宏蒙席高歌兩首，聖言之母支團表演〈祝你平安〉；天地之母后支團的〈平息風浪〉、〈月亮代表我的心〉，並由李日新神父薩克斯風伴奏，真是絕配！中國之后支團在韓國籍的姜亮中神父帶領下合唱〈讚美主的慈愛〉，接著舞蹈〈酒醉的蝴蝶〉，超專業水準，讓眾人高聲歡呼，全場氣氛high到最高點。

象牙寶塔支團指導神師90高壽的馬世光神父熱情登場，以法國民謠〈MA CLARINETTE〉博得滿堂彩！全場為他打拍子，充滿節奏感，熱切共融；玫瑰之后支團和玫瑰之母支團共表演3支帶動跳，活力百分百！不只團員多才多藝，神父、修女們更是臥虎藏龍，能唱能跳又能玩樂器，就連臨時披掛上陣的高雄海星聖母督察區團在蘇寶桂區團長的帶領下，唱得全場鼓掌叫好！台中教區傳協會吳錦河會長亦蒞臨會場，為聖母軍加油打氣；馮惠玲老師也親臨現場，教導團員們帶動跳，貢獻她的專業，真是萬分感謝！

台灣聖母軍遵循前人的步履，在指導神師的領導下，一步一腳印，至今走過70個年頭，讓我們懷著感恩的心，繼續祈求天主聖神帶領我們，在聖母的護佑下，效法聖母的精神，以戮力福傳與服務付出，奉獻給天主，讓我們的生命充滿天主的恩寵，更孝愛聖母，彰顯基督，把天主永恆的生命帶給更多的人。



▲李日新神父薩克斯風吹奏，聖母軍獻唱聖歌。



▲全國各區團及支團代表參加台中督察區團聖母軍在台70周年遍地開花慶祝大會。



▲台灣分團代表以〈站在高崗上〉，跳出聖母軍歡慶在台70週年的喜悅歡欣！

台北聖經協會會員接受派遣 戮力推動聖言

■文·圖/張潔蕙(台北聖經協會會員) 圖/台北聖經協會

台北總教區聖經協會8月15日在主教公署舉辦首次會員大會，鍾安住總主教蒞臨會場，瞭解實際運作狀況，並主持派遣禮；大會以高唱〈跟隨我〉揭開序幕，再由滿思定神父恭奉《聖經》，點燃蠟燭代表基督之光臨在，並宣讀福音；滿思定神父在簡短講道中，期勉大家藉著天主聖言，把基督福音廣傳，將耶穌帶給許多的人！

聖經協會賴貴美理事長介紹聖經協會新訂的章程，重點是在各堂區增設「會員」，將各堂區傳協會的聖經組組長納入為會員代表，共同來推廣聖言，在堂區如同種子細胞，並從會員中再推選出10位會員並兼任理事。主教團祕書處曾於2016年發函各教區及堂區傳協會，成立聖經組，以制度化落實聖經牧民福傳工作，但可惜仍有些堂區尚未落實，希望傳協會能確實增設聖經組，專務推動聖言，以發揮制度化、組織化的力量，使聖言普及，讀經風氣蓬勃。

賴理事長以簡報配合精彩照片，逐一介紹從2015年至2020年協會所推廣的各項大型活動，如中華聖經協會的全球華人聖經研習、查經共融比賽、兒童聖經說故事比賽等研習講座及共融活動，也分享她在2019年6月中旬隨同高雄教區劉振忠總主教一行人去西班牙朝聖時，拜訪馬德里教區的總主教Carlos Osoro Sierra樞機，這位樞機說以前西班牙傳教士傳播福音的熱火就如同基督活力運動，也是從西班牙馬約卡離島把基督活力傳出去，如今那股熱力已不如當年，還需要我們把認真讀經的活力傳回西班牙！這位樞機很感慨地說，需要向台灣教會來學習。

賴理事長在簡報中同時提醒聖言的重要：依據《教友傳教》法令及大公會議其他各項法令，皆遵照《聖經》指導訂立各項規範，第12屆全國聖經研習營時，當時的教廷代辦陸思道蒙席曾說：「我公開並強烈地邀請大家履行一個重要的使命，為確保天主聖言在教會生活中的核心作用，促進整個牧靈的事工，牧靈工作必須以閱讀《聖經》為重。」大家也耳熟能詳聖熱羅尼

莫的名言：「不認識《聖經》，就不認識耶穌基督。」梵二大公會議後頒布的《天主的啟示》教義憲章更明示：「教會常常尊敬《聖經》，如同尊敬主的聖體一樣。」期許大家都深刻體會「人生生活不只靠餅，也靠天主口中所發的一切言語。」(瑪4:4)身體力行地活出聖言。

簡報後，新增會員們及新加入理事們自我介紹，會中也選出第9屆理事長及副理事長，票選結果仍由賴貴美及楊德生兩位續任，其他新任聖經協會各理事名單為：一鐸/何楚台(萬大路玫瑰聖母堂)、方莉涵(聖女小德蘭朝聖地)、康美雪(萬大路玫瑰聖母堂)；二鐸/蕭蘭芳(仁愛路聖紐曼天主堂)、鄭嘉芝(古亭耶穌聖心堂)；三鐸/蘇容瑩(永春聖安多尼堂)、蔣晉淥(永春聖安多尼堂)、崔琳(八德路聖若瑟堂)、李樹貞(南松山始胎無玷堂)；四鐸/宋亞明(天主之母堂)、蕭卓慧(石牌聖體堂)；五鐸/黃漢光(新店大坪林聖三堂)、黎玉琴(新店大坪林聖三堂)；六鐸/莫麗萍(土城聖安多尼朝聖地)、龔人可(樹林耶穌聖心天主堂)、許英仁(懷仁聖母聖心堂)、婁文俐(鶯歌陶士堂)、高文鍊(中和天主之母堂)；七鐸/張菁菁(蘆洲聖若瑟天主堂)、顧石翰(三重聖母聖心堂)、鍾德才(新莊聖保祿堂)、蔣忠恕(泰山明志聖方濟堂)；八鐸/林敏英(汐止聖方濟朝聖地)、吳苓芳(基隆耶穌聖心堂)、王明慧(基隆和平之後堂)；九鐸/陳慧鈴(宜蘭市救主堂)、賴綜諒(頭城聖伯多祿堂)；十鐸/朱淑珍(聖嘉民朝聖地)；以及顧問/蔡茗君(聖家堂)。

現有堂區會員代表為：五鐸/張潔蕙(新店大坪林聖三堂)、李天時(木柵復活堂)；六鐸/張明添(板橋中華殉道聖人朝聖地)、



卓寅(永和聖母升天堂)、陳桂香(迴龍聖威廉堂)；七鐸/鄭明珊(林口聖福若瑟堂)、傅金秀(五股聖亞納堂)；八鐸/吳鳳妹(七堵聖耀漢堂)、汪美花(瑞芳耶穌聖母聖心堂)、李麗珠(聖母升天堂)、梁如聖(耶穌聖心堂)。

鍾總主教在聽完簡報後，了解這些年來台北聖經協會所做的許多事，給予肯定並感謝大家的努力付出；他以司鐸主保聖維雅納的小故事為例：當年聖人被派遣去鄉間阿爾斯教堂時，在路上向一個小孩問路，對他說：「請你告訴我去教堂的路，我就會告訴你去天堂的路。」鍾總主教表示，《聖經》就是通往天堂的指南，《聖經》就是天主聖言，是天主所要教導我們、指引我們人生通往天國的道路，尤其面對當今世俗化嚴重的時代，很多人背離了原本良好的傳統，隨私慾偏情來爭取開放自由，我們如何把持信仰而不隨波逐流，真的需要多讀《聖經》來滋養、以提升我們的靈性生命。

鍾總主教論及彌撒中有兩種聖筵來滋養教友，一是聖道禮儀，領受聖言；另一是聖祭禮儀，恭領基督聖體；這是天主所賜給我們教會的豐富恩典，讓我們可以得到更多的恩寵與聖化。鍾總主教語重心長地鼓勵台北聖經協會理事及會員們，致力於推廣多讀《聖經》並且內化，生活在基督內，展現基督徒的精神，將基督之光帶給每個人，相信大家的努力付出，天主必會給予賞報。會後，對所有理事及會員們行派遣禮並予以降福，全體充滿火熱的心高唱〈我已經決定〉，圓滿結束大會，感謝主！讚美主！

讓聖言在世界的道路上奔跑 金句票選出爐 ■文/林新沛 (高雄教區聖經協會理事長)

為慶祝天主聖言年，高雄教區聖經協會特於今年6月主辦一項「讓聖言在世界的道路上奔跑」聖經金句網路票選活動。活動目的除了鼓勵教友熟悉《聖經》以外，更重要的是讓外教朋友共同參與，透過認識金句接觸天主教信仰。

在各教區聖經協會共同努力及協辦推動之下，經過1個半月的投票共有746人參與。投票者年齡以45-64者居多(占53%)，有83%是教友，7%是基督徒，10%是非基督徒。這顯示我們在向教外推廣方面略有成果，但每8名教友才拉到1名非基督徒的票，也表示我們仍須努力。

此次共有5類金句，每類最受歡迎的前三名金

句分別是：感人類/「凡勞苦和負重擔的，你們都到我跟前來，我要使你們安息。」「在天主前沒有不能的事。」「凡你們對我這些最小兄弟中的一個所做的，就是對我做的。」

勵志類/「那含淚播種的人，必含笑獲享收成。」「施予比領受更為有福。」「因為天主的看法與人不同：人看外貌，上主卻看人心。」

安慰類/「你們不要為明天憂慮，因為明天有明天的憂慮：一天的苦足夠一天受的了。」「你們求，必要給你們；你們找，必要找著；你們敲，必要給你們開。」「你不要害怕，因為我與你在一起；你不要驚惶，因為我是你的天主。」

智慧類/「不論你們在祈禱時懇求什麼，只要信，就必獲得。」「我是道路、真理、生命，除非經過我，誰也不能到父那裡去。」「應當歡樂，不斷祈禱，事事感謝。」

祝福類/「願你們平安！」「願上主祝福你，保護你。」「你們什麼也不要掛慮，只在一切事上，以懇求和祈禱，懷著感謝之心，向天主呈上你們的請求。」

高雄教區聖經協會已從投票人中抽出15名得獎人，並將於近期以電話聯絡，告之領獎方式。在此特別感謝弟兄姊妹的支持和參與，並請繼續為聖言的廣傳祈禱。



◀全體受獎者歡喜領獎

▲第一名鄭逸凡同學

高雄教區慶60 藝術讚主榮成果豐

■文/曾婉玲 圖/邱淑美

高雄教區為慶祝成立60周年，9個鐸區各自接高力舉辦不同系列活動共襄盛舉，第二鐸區在鐸長吳孟哲神父帶領下，有別於以往，舉辦了教區成立60年來首次的繪畫比賽，並於8月22日上午，在玫瑰聖母聖殿主教座堂德恩樓隆重舉行得獎作品展與頒獎典禮，由劉振忠總主教親頒獎狀獎勵，教區傳協神師杜勇雄神父率領傳協會幹部們協力輔助，會場擠滿祝賀團，熱鬧又溫馨。

比賽出乎意料地踴躍，吸引了100多位各堂菁英參加，讓人驚訝教區隱藏了這麼多優秀畫家。第一名鄭逸凡同學才高三，18歲已是美術界名人，得獎紀錄無數，國三時就得到全國美展第一名的榮譽，今天得獎感言猶如她的畫一樣有〈力量〉：「這幅畫是信仰，是我對天主的告白！」親友祝賀團由祖父鄭燈山帶領，闔家三代10位全到齊，相當搶眼，是超有愛的聖家。

第二名的尤國俊弟兄，作品呈現被釘在十字架上痛苦的耶穌，這是尤弟兄在病痛中的作品，讓人感同身受無助的情境，好震撼！因為還在治療中沒能出席受獎，由堂區的林家瑜主席代領；第三名徐嘉晨姊妹，20多歲的她也是美術奇才，國立台南大學動畫媒體設計碩士，任職台南市美術館展覽企畫，她將在波蘭世青時的感動融入畫中，這幅畫是在祈禱後才動

筆，強有力地展現〈跟隨〉，是一幅很有深度信仰的畫！前三名的畫作經創作者同意，由高雄教區榮幸地永久典藏。

獲獎者名單如下：第一名／三多聖文生堂鄭逸凡的〈力量〉，獎金6000元及獎狀一幀；第二名／五甲耶穌聖體堂尤國俊的〈光榮十字架〉獎金3000元及獎狀一幀；第三名／耶穌聖名堂徐嘉晨的〈跟隨〉獎金2000元及獎狀一幀。

優選6名：玫瑰聖母聖殿鄭彤好〈耶穌誕生〉與許祥祿〈耶穌的愛照亮我心永跟隨〉、聖加大利納堂林子愷〈斷纏魔〉、橋頭聖道明堂周宗佑〈耶穌復活〉、耶穌聖名堂賴月猜的〈善牧〉、南華法蒂瑪聖母鄭義協〈祈佑的聖殿〉。

佳作8名：玫瑰聖母聖殿楊豐隆的〈從星空鏡頭看聖堂〉、耶穌聖名堂彭炳逢的〈聖母〉與任恬君的〈彈琴稱謝上主〉、善導之母堂徐文靜的〈手握天國之鑰的聖伯鐸〉與李承瑾的〈基督是善牧〉、救世主堂王沁畚的〈祈禱〉與紀麗卿的〈朝向天主聖母陪伴〉、聖味增德堂莊嘉典的〈愛的行動者——聖德蘭姆姆〉。

入選20名：耶穌聖名堂項承璨、許金鳳、謝湘芸；救世主堂蕭婕羽、何冠穎、蕭柏碩；南華路法蒂瑪堂徐祈恩、小港勝利之后堂徐佳榆、小港聖若瑟堂劉湘允、聖加大利納堂余家

慧、潘淑婷、張瑤進、許秀莉；玫瑰聖母聖殿趙詠淇、潘潔如；聖董文學堂趙芊芊、小港聖若瑟堂章玉嫻、三多聖文生堂鄭旻智、善導之母堂顏卉瑀、萬福中華聖母堂陳儷文。

優選中，玫瑰聖母聖殿許祥祿弟兄將主任司鐸林作舟神父，傳神地畫入畫中，許弟兄只在長青班習畫過，是一位很有藝術天分的長者；入選的徐祈恩同學是耶穌會徐明德神父的姪女，從小得獎無數，上午場頒獎禮後，還趕下午的「2020年漫遊高雄、畫我港都節能反毒」頒獎，接受漫畫高年級組佳作的榮譽，多才多藝的她也是高雄教區兒童說聖經故事比賽常勝軍，她曾得到中年級與高年級第一名。

教區人才多元，在各個領域都可讚美天主，如同今天的主題「藝術顯主榮」，劉總主教所說：「畫作可以引人入聖（勝），直達天主，大自然就是天主美麗的畫作，感嘆讚美造物主的美好。」至於在信仰的領域，劉總主教也盛讚：「杜勇雄神父是藝術天才，杜神父也可以在不同領域發揮他的其他專才，大家都認為音樂是雙倍祈禱，畫作更是多倍祈禱！」

會場還準備了精緻茶點，讓參加者有名畫欣賞，還有美食饗宴，同樣是多倍享受，讓大度過一個難忘又多倍恩典的頒獎典禮。

聖家善會會員大會及家庭生活營圓滿共融

■文/方保祿（第13任總會長）
圖/孔薇婷

聖家善會第25屆會員大會及第15屆家庭生活營，於8月22-23日假南投日月潭青年活動中心舉行，計有5位神父、9位修女與會員家庭成員共襄盛舉；全國各分會支會逾130位會員齊聚一堂，有夫妻檔、手足檔及祖孫三代的家庭組合一起參與年度共融，享受安排緊湊的兩天一夜活動。

22日下午，3艘專船暢遊日月潭，觀看雨中湖景與飄渺山嵐雲霧，並參觀聖愛營地，副主任劉季甲弟兄解說聖愛營地的歷史，課後還獲贈當地著名的阿嬤茶葉蛋。

晚會由李香霖姊妹主持，相見歡熱鬧滾滾，慶生會溫馨百分百，輔大分會以舞蹈拉開序幕，信仰見證分享令人動容，神父、修女也一起參加遊戲，玩得瘋狂，大夥盡興享受晚會的熱情；汪惠明姊妹帶動晚禱，大夥兒從沸騰熱情中很快地靜下心來聆聽祈禱。

次日晨禱恭讀聖言，吳子清修女提供金句卡片，由神父及修女帶領分組用心導讀，開啟一天的精神食糧；會員大會由總會長杜金換修女及善會方保祿總會長共同主持，總會「因愛啟程·以愛相傳」作生活見證及年度財務經費報

告；各分會長用心提報年度工作；蘭州分會提供工作花絮，由杜金換總會長做簡單說明。第13任總會長選舉結果，由方保祿弟兄連任，杜總會長特致賀詞，勉勵方總會長繼續領航，期勉明年共融時，聖家善會會員能突破200位。

感恩彌撒由韓神父主禮，4位神父共祭，李神父講道後，在全體見證下，新任方總會長宣誓就職，杜修女將代表聖家善會重責大任的印信與薪火傳承的紅蠟燭，交付到方總會長手上。隨後，韓神父主持派遣禮並予以勉勵，懇請聖神傾注恩寵，賜予主所揀選的僕人智慧、

勇氣、柔和、節制的神恩，帶領聖家善會，效法聖家「服從、勤樸、恩慈」的操德，建立愛與感恩的團體。

溫馨的8月天，兩天一夜共融活動在午餐後圓滿落幕，大夥兒互道下次見，暖心賦歸。





▲蕭曾蘭阿嬤畫作〈布袋漁港〉
▲蔡淑嬌阿嬤的畫作〈麻雀〉



九旬阿嬤素人畫家 縣長佩服請益

■文·圖／中華聖母基金會

高齡近90歲的素人畫家——蔡淑嬌、蕭曾蘭（簡稱阿嬌阿嬤、阿蘭阿嬤），是中華聖母基金會布袋長青活力站元老級的長輩，參與活力站至今已16年，因參與站上的繪畫課程，開始重拾畫筆、接觸畫畫，將生活中的景色、田野風光，甚至是最具布袋鎮代表性的鹽田、魚塭都一一描繪。超過15年的創作時光，累積了上千幅的作品。

基金會為阿嬤舉辦《雖然90歲，但是沒關係》公益聯合畫展，開幕首日，兩位阿嬤擔任「一日美術老師」，中華聖母基金會董事長陳美惠、立委蔡易餘、嘉義縣縣長翁章梁以及布袋鎮鎮長陳鳳梅等多位貴賓及社區代表，也特地蒞臨畫展現場，一同為長輩表達祝賀，熱場鼓勵。阿嬤向來賓得意地介紹說：「這幅圖係我畫喔（台語）！」並指導翁縣長作畫的「眉角」，舉手投足間充滿大師風采，讓縣長忍不住當場拜師請益，直呼「畫圖，比當縣長還困難！」

搭著韓劇熱潮，畫展名稱也要話題十足！畫展在嘉義縣圖書館一樓現場展出超過50幅作品，畫作題材取自生活中的各種人事物，雖從未受過專業美術指導，但筆觸細膩生動，將山水田園景緻、鮮豔花朵、各式鳥類，甚至布袋在地的洲南鹽場及漁村日常也都躍然畫中，這樣的創作量以及畫作的精緻度，很難想像是出自於兩位將近90歲的長輩雙手創作，讓人看見銀髮樂齡學習的無限可能性。

90歲的蔡淑嬌阿嬤與88歲的蕭曾蘭阿嬤，彼此是布袋長青活力站的好「同學」，兩人都在老伴過世後，因緣際會下，參與了活力站上的繪畫課程後，彷彿被啟動開關，天生的美感在畫作上一一展現，兩人常一起切磋繪畫技巧，相互求進



▲左起：中華聖母基金會董事長陳美惠、蕭曾蘭阿嬤、蔡淑嬌阿嬤、嘉義縣翁章梁縣長，一起開心合影。

步；阿蘭阿嬤曾是村莊裡有名裁縫師，能自己設計、剪裁製作衣服，超過一甲子的裁縫生涯，是阿蘭阿嬤心中的驕傲亦是遺憾，阿蘭阿嬤表示自己年幼時很喜歡讀書，畫作還被小學老師貼在教室後的佈告欄，老師也曾到家中勸說父母親，讓自己繼續念書，無奈家中有10個兄弟姐妹，經濟環境並不允許，身為長姊的她，應該幫忙分擔照顧家庭的責任，只好接受命運的安排，跟著母親學習裁縫，原本畫畫僅為排解心中對於丈夫的思念與獨居生活的寂寥，意外地卻在畫中逐漸找到童年時的自己。

阿嬌阿嬤與阿蘭阿嬤都與亡夫感情和睦融洽，看到自己的畫作一幅幅的被掛在展覽現場，感到相當驕傲，阿嬌阿嬤甚至感性的表示：「好希望阮老ㄟ可以看到，我好想將我的圖畫，送給阮老ㄟ。」阿嬤們將對丈夫思念寄情於畫作上，記錄著生命與生活中的點滴，希望在天上的另一伴能看到這些畫作，一同分享這份喜悅。

翁縣長表示，嘉義縣雖然是全國老人比例最高的縣市，但嘉義縣政府對於銀髮長輩的照顧不遺餘力，長青活力站在2013年自己擔任嘉義縣社會局長時開創並大力推動的服務，就是為了讓老勢大們能「在地安老」，在熟悉的環境下度過老年生活，看見每位長輩能熱絡的參與活動，並在之中發掘自己的

興趣，重拾生活重心外，更能有此番成就，讓人內心充滿感動與驕傲，誠摯的邀請鄉親至嘉義縣圖書館一樓大廳，作伙逗相挺，一同來參觀、欣賞長輩的作品！

中華聖母基金會董事長陳美惠表示，基金會曾經於2017年於朴子高明寺展出布袋長青活力站長輩的作品成果展，其中阿嬌、阿蘭阿嬤的畫作大受好評，今年透過《雖然90歲，但是沒關係》阿蘭、阿嬌阿嬤的雙人聯合公益畫展，再次讓民眾有機會欣賞到兩位阿嬤的作品，分享長輩「活到老，學

到老」的創作精神；長輩更無私割愛，將畫作奉獻給基金會提供義賣，每幅畫作愛心價5000元，義賣所得也將全數用於基金會長青活力站服務，以及正在籌建的全台首座聖仁失智家園照顧計畫，一起照顧更多在地的「老勢大們！」

展覽自8月20日起至31日於嘉義縣圖書館；9月11日（五）至10月4日（日）於嘉義市檜意生活村展出，希望更多人一起來支持。

【感謝您的慷慨獻愛】

劃撥帳號：31561904

戶名：天主教中華聖母基金會

輔仁聖博敏神學院
FU JEN FACULTY OF THEOLOGY OF ST. ROBERT BELLARMINI

- 台北班 耕莘文教院
- H138 **治療與服務聖事**
聶世平神父
義大利羅馬額我略大學 信理神學碩士
週二晚上7:30-9:20
- H139 **以色列民族史**
崔寶臣神父
瑞士弗立堡大學 聖經神學博士
週四晚上7:30-9:20
- 新莊班 輔仁聖博敏神學院
- H140 **兒少保護**
李驊神父
美國耶穌會威斯頓神學院 神學碩士
週三晚上6:30-9:20

夜間教友 神學課程

上課日期：9月15日起開始
報名：自即日起，至額滿或2020年9月5日止
新生索取簡章或線上報名；舊生劃撥完成註冊
洽詢電話：(02)2901-7270轉507教友課程組
E-Mail: fj00004@mail.fju.edu.tw

線上報名：www.catholic.org.tw/theology/

用音樂說故事

■文／瑪利修女 圖／台灣地區主教團禮儀委員會聖樂組

第2屆「我稱你們為朋友」青年聖樂營記盛

有人說，音樂是上天給人最偉大的禮物之一。的確，優美的音樂能陶冶人心，帶來歡樂；也能治癒憂傷，使人愉悅。教會聖樂有別於世俗雅樂，因為它是向天主歌頌、向天主祈禱！一首好的聖樂，宛如天籟之音，足以使人神遊天上，因為當人用身心靈去歌詠時，就是在人間唱著天上的歌，有著「在地若天」的感覺。因此，聖樂可以說是一種媒介或標記，藉著聖樂，不僅可以發現到天主的美善，也能在聖樂中與天主相遇。

由主教團禮儀委員會聖樂組主辦為期5天半的第2屆「我稱你們為朋友」網路青年聖樂營8月才剛結束，此次的聖樂營是為實踐教宗方濟各在《第52屆世界傳播日文告》中主張以「講故事」來學習真理，因此，「用音樂說故事」的特別方式，吸引並促進青年對聖樂的瞭解和熱愛，鼓勵青年創作新的歌曲，並賦予其牧靈福傳的意義。這次的學員有來自中國、台灣、香港、澳門、新加坡和馬來西亞等國家170多位華人，利用ZOOM視訊網上授課。一場疫情，倒也帶來了台灣以外的華人聖樂愛好者，不受地區的限制，有機會得以共同學習；我有幸在其中參加了學習與服務，感觸頗深。

《新約》記錄了耶穌生平的事蹟，許多音樂家以這些事蹟和故事為題材來創作歌曲，如海頓譜寫的《創世紀》，巴哈譜寫的《馬太受難曲》，膾炙人口，深受教友喜愛的聖經故事、人物和聖誕劇等。近來也有音樂老師在籌畫編劇，以供各個堂區表演，開展新穎的牧靈福傳方式。

這次學習中，我們演出了蘇開儀老師1998年創作的《聖誕冥想》音樂劇。劇中描寫一位成功的企業家，從無止盡的欲望和世俗夢想，深受聖誕夜晚報佳音的歌聲所傳報的「和平君王誕生在世」喜訊所打動，開始思考人生方向，同時感受到天主的愛，最終走向了人生的新里程。全劇不僅顯示了福傳的意義，劇中獨唱的部分則是由教會青年歌手徹摩擔綱，學員們在網上也參與虛擬大合唱，對所有人都是個寶貴的新經驗。

蘇開儀老師分享：「福音劇，能使參與者體驗和詮釋每個角色，有助於我們看見生命中的自我，也有助於信仰的成長。音樂福傳為我們還有許多進步和發揮的空間。」

劉郁如（雙雙）老師分享了她在學習「阿卡貝拉及教會音樂」的過程中，體會到主如何帶領著她走上聖樂服事的道路。她以僕人心態，為聖詠團及大博爾青年團體服務。她另分享說：「音樂是媒介，幫人去碰觸平常不容易碰觸到的信仰感受，音樂能引導人進入祈禱，甚至看見信仰。」

潘天銘老師給學員們帶來了「與管風琴的美



▲蘇開儀老師創作《聖誕冥想》音樂劇，由教會青年歌手徹摩擔綱獨唱。

好約會」，潘老師除了對管風琴的構造做了專業介紹外，也講解彌撒禮儀的選曲，更示範彈奏，並強調管風琴最能輔助彌撒隆重地進行。管風琴在台灣教會還不是很普遍，對於很少接觸管風琴的學員來說，是個很難得的機會，使學員對管風琴有了概括性的瞭解。

陳含章老師為我們介紹「美國爵士音樂」，天主帶領她走上爵士音樂的道路，她說，爵士音樂是美國的文化，也是她的語言。陳老師也分享了在疫情期間身處美國的信仰經驗，以及在天主的帶領下自己的靈性成長。陳老師每年暑假都回台灣，渴望為台灣教會的聖樂服務，雖然今年不能回來，但仍以網絡教授聖樂的方式，為教會工作。

香港「AMDG」音樂團體的郭蕙漩姊妹分享，她的創作靈感是來自讀《聖經》或做依納爵神操時所獲得的，隨著聖神的感動和帶領而寫下詞曲。「使徒之音」聖樂團體，也是集詞曲創作、編曲、歌唱和伴奏為一體的團隊，他們的創作靈感是源於信仰生活的體驗，如〈彼個少年家〉這首歌，就是源於瑪利諾會神父們為台灣教會服務，終生奉獻的歷史，歌曲中描繪出許多外籍傳教士的身影。「AMDG」和「使徒之音」兩個團體都是第1屆亞洲真理杯聖樂比賽的獲獎者。

道明會尚多滿神父及兩位修士，為學員分享「信仰與祈禱」，以及他們的音樂經驗，修士分享說：「懂愛的人才懂歌唱」，「要做一個有信仰的音樂人」。台中教區王友良神父及謝寶儀修女詳細介紹「禮儀與青年的關係」，王神父帶青年如何「看禮儀，懂禮儀，活禮儀」；謝修女則是邀約青年「赴一場永不熄燈的慶祝會」。

蘇開儀老師再介紹有關教會聖樂的文件，說明「什麼是聖樂」和「聖樂的種類」，使學員瞭解到教會對聖樂的重視與規定，並如何使聖樂達到「榮耀上主」和「聖化人靈」的目的。

真理電台鍾瑪竇主任和謝蓉倩老師介紹新聞剪輯製作過程及錄音攝影的實際運用。前光啟社馬紹·阿紀社長也介紹了紀錄片《西儒——利瑪竇》的創作和編曲過程。整個聖樂營



▲聖樂營課程每天以晨禱開始，夜禱結束。

的內容安排的豐富多彩，課程的每一天都是從教會傳統的晨禱開始，在夜禱的歌聲中結束，學員們既學習了教會音樂的知識，更加深了信仰。

青年聖樂營讓我們打開眼界和思維，瞭解運用多元的音樂形式來開展聖樂活動。學員們積極分享了他們的感受和收穫。有學員說：「這次聖樂營讓我們感受到基督的奧體——教會大家庭的共融與相通，以及師資的共用，尤其在唱〈我們是一個肢體〉這首歌時，感受最深。」「很感動，教會是一家人，教會有這麼多的聖樂人才，對教會聖樂發展充滿了希望」。

馬來西亞的瓦器寶貝王保祿神父，在台灣讀書時唱過蘇老師的《彌撒曲》、《聖誕清唱劇》、《聖誕冥想》，也分享了他在教區組織的聖樂活動及青年們演出的精彩的聖誕劇。

營隊結束後，學員又紛紛地加入「五線譜」、「伴奏譜收集及鑒賞」等不同的聖樂學習群組；也有學員分享，看到台灣教會有這麼多的青年以聖樂服事於各個堂區，真是其他地方教會的楷模，也激發了學員對聖樂服事的決心和熱情！

《聖詠》96篇1節寫到：「請眾齊向上主歌唱新歌，普世大地請向上主謳歌。」《聖詠》的作者邀請我們「高唱新歌」，什麼是新歌呢？新創作的歌曲雖然稱為新歌，但更深意義的新歌，便是我們要藉著復活主的恩寵，日日更新自己，成為新我，從新我發出的歌聲，即是「新歌」。新歌就是代表「新我」，這樣的歌才能觸動人心，使心靈昇華。讓我們努力為自己的故事，譜寫出人生美好的聖詠，向天主賜予的一切唱出讚頌之歌！

感謝天主，也感謝主教團禮儀委員會聖樂組協調人蘇開儀老師和助理李盈儀姊妹，以及每一位老師的辛苦付出，感謝慷慨提供燈光場地等音響設備的台北聖道明傳道中心，使得這次聖樂營的成果豐碩，收穫滿滿！期盼台灣教會能搭起更多的平台，為更多的人提供學習聖樂的機會，以實現天主在我們心中激起的渴望，服侍於教會聖樂。



▲為互助國小部落學童付出多年，永和堂的「護苗天使」們獲頒一幀感謝狀。



▲1歲4個月的小教友在堂慶中接受聖洗聖事，台下教友們歡欣祝福。



▲FIG樂團為永和堂注入青春活力。小而美的演出，博得滿堂彩。

永和聖母升天堂65周年堂慶 傳愛不輟

文·圖 / 永和聖母升天堂

回顧1954年10月31日，一棟純樸簡陋的民宅裡，客廳的桌上放了幾塊紅磚，上面架著一塊木板，3位教友跪在地上，虔誠地望著由張體謙、牛志儀神父共祭的彌撒，這一刻，開啟了永和聖母升天堂牧靈的使命。65年後的堂慶，就在傳遞慈悲與愛的義賣活動與聖母九日敬禮中，揭開了序幕！

8月16日的堂慶彌撒，主任司鐸高福南神父特地邀請榮休洪山川總主教祭；洪前總主教的訓勉總是幽默卻寓意雋永，他特別提及，「聖母升天是一個記號，它指向天堂，是我們將來要去的方向；是天主的恩惠、慈愛的禮物，更是一個希望的保證。」而聖神的妙工真是無處不在，就在這一天，剛好有兩位小baby受洗。當父母憑著信心，把孩子帶到天主面前，求主賜下信念和希望的聖洗時刻，我們彷彿聽到：「我的靈魂頌揚上主，我的心靈歡躍於我的天主……」頌主之

聲繞樑聖堂，久久不散。

由於高福南神父兼任全國宗座傳信善會主任，心繫弱勢孩童與城鄉教育落差，從2017年起，永和堂即年年為南投中原部落的互助國小舉辦義賣，無畏疫情，傳愛行動不間斷。酷熱的8月天，志工們在高溫下整理物資、汗流浹背地排班站崗，雖辛苦但也喜樂地與大家分享義賣成果；而過去幾年持續參與關懷行動的「護苗天使」們，也獲頒一幀感謝狀，紀念他們為最小弟兄所做的一切。

走過一甲子，永和天主堂仍充滿了福傳的活力與創意；今年堂慶沒有熱鬧的共融餐會、沒有盛大的表演活動，但連續四周的堂史影片與聖堂簡介，帶領我們重溫65年來牧靈福傳、公益敦親的每個腳步，並紀念著所有在此服務過的神父、傳教者們的付出；一幕幕流動的光影也牽動著台下教友們信仰生命的起伏與悸動。

如同榮休洪山川總主教所說：「教堂是弱勢

者的避難所。」疫情減少了募款活動，使得全球弱勢貧童的處境更加艱辛，高福南神父以前瞻與開創性的眼光，與酷基公司合作，推出全球首創「易付十字架一卡通手鍊」，教友只要捐款1280元，就可獲得一條結合一卡通支付功能的時尚手鍊；可於全台超過2萬商家支付使用。高神父疾呼全台教友共襄盛舉，協助教宗為全球福傳與濟貧工作帶來希望的曙光。

在東南亞疫情最嚴峻時，永和堂默默捐輸了一批口罩給當地宗座傳信善會的神父們。高神父說：「雖然我們自顧不及，但就算一只口罩只能救助一位小朋友或一個人，我們也當無私地付出這份愛。未來若有需要，我們還會這樣做！」

的確，若我們心心念念耶穌在世的工作、時刻顧念身邊的人，向他們伸出援手，甚或幫助他們進入信仰的大門，那天主救贖的恩寵就無所不在了。

板橋中華殉道聖人朝聖地喜洋洋

文·圖 / 黃光輝
(板橋中華殉道聖人朝聖地教友)

板橋中華殉道聖人朝聖地，8月16日主日，在主任司鐸吳偉立神父、副主任司鐸狄傳道神父及傳協會劉賢妙會長的精心安排下，共有7位接受三合一入門聖事，11對夫婦補行婚姻聖事，求在主愛內建立聖化家庭，活出信仰，獲得更多恩寵，祝福長長久久。



▲板橋中華殉道聖人朝聖地，喜迎7位新領洗教友歸於主棧。



▲補行婚姻聖事後，主任司鐸吳偉立神父、副本堂狄傳道神父與11對夫婦喜樂合影。

狄傳道神父在彌撒中表示，教會要求信友以「教會儀式」

締結婚姻，婚姻聖事是一項禮儀行動，幫助夫妻一生信守他們相互許諾的盟誓；婚姻中需要天主恩寵的助佑，生養教育子女，夫妻互助互愛。婚姻是聖事，所有聖事都是天主臨在的標記。

基督徒的婚姻，是藉著婚姻中的愛來慶祝天主的臨在。因此，也是一輩子忠信的盟約，透過這盟約，一男一女組成一個共同生活及親密互愛的共融團體。儘管我們缺乏特殊才能，天主還是使用我們，不要輕忽天主賞賜的恩寵！我們能奉獻給天主的，是全心全意承行祂的旨意；當我們奉獻自己的生活給天主，就

要準備背起自己的十字架跟隨天主！聖母媽媽儘管覺得自己有限與不足，但她仍全心信賴天主！但願我們都能學習聖母媽媽的精神！

7位完成慕道課程的候洗者，在當天也同時領受聖洗、堅振及聖體聖事，歡喜成為主的小羊，代父母們的陪伴與帶領責任更為加重。

緊接著，補行婚姻聖事，11對夫妻來到祭台前，主禮神父按結婚典禮儀式，進行徵詢禮、同意禮，新人分別唱名之後，重發婚姻誓願，表明從此忠貞不二、執守一生的信念；降福戒指、交換信物及用印後，喜樂完成婚姻聖事；從結婚3年到婚齡超過52年，早已兒

孫滿堂的「新人」們，在隆重禮典中，因著相愛，在天主、神父及教友前重發誓願，得享天主恩寵，神父福證，祈願彼此扶持到老，共沐主恩。

彌撒後，11對夫婦一起到聖母態像前向聖母媽媽獻花，祈求聖母轉求，以聖家榜樣，讓聖化家庭成為愛的團體，穩固教會的基石，父母要以言以行，作子女信仰的啟蒙導師，以家庭和諧共融，跨出福傳腳步。

同時，吳神父及狄神父也關心新領洗教友的信仰生活，邀請他們分享，交流熱絡，堂區大家庭在喜樂共融中歡慶聖母升天節。

善牧培力家創兒成功登頂 肯定自我

文·圖/
天主教善牧基金會



▲清晨天未亮，孩子們和善牧社工及志工們一起在滑雪山莊等待美麗的日出。

▲善牧兒少之家的孩子、社工和志工們完成登頂，大夥兒看到壯闊山林時，忍不住歡呼雀躍！

天主教善牧基金會兒少安置家園社工和家創兒相約登百岳，面對曾經歷家暴、受虐、性侵……等不堪處境而自我認同低落的孩子們，社工希望藉由挑戰百岳登頂的成功經驗，幫助家創兒重新看待自我價值，找回對抗逆境的積極、正向「復原力」，建構未來的美好人生！

從心初走 合歡群峰 壯遊大成功

社工們半年前即著手規畫「從心初走·合歡群峰」兒少培力計畫，並得到台中市社會局的支持，20名從6歲到18歲的孩子經過長達4個多月的事前籌備與體能訓練，在8月18及19兩日與10多名社工以及志工，一行30多人翻山越嶺，合力征服了合歡主峰、東峰、石門山和北峰，體驗到登頂的雀躍，也感受到大自然的壯麗，留下美好的回憶，也讓孩子們重燃面對未來的勇氣與信心。

活動初心源自於兒少安置家園的廖安琪主任，在去年冬天帶自己的孩子遠征合歡群峰的美好經驗，至高點的壯闊景色讓她想起，母親從小帶著她到處爬山，那種既疲累又歡呼的體驗，造就自己勇於挑戰、不輕易放棄的性格，她希望同樣能給家園孩子嘗試登頂的快意！

籌畫期間，播放山間吊橋、崩壁、陡坡還有夜晚的燦爛星空的紀錄片，孩子們睜大眼睛，臉上的好奇藏不住！親近山林是孩子們從未有過的經驗，社工們詢問參加意願時，孩子們都肯定說：「要！」感謝台中市大屯扶輪社、豐原北區扶輪社、喜舖(CiPU)、艾絲壓力褲、Footer除臭襪、I select工作團隊、Ivy Chao、芃芃森林幼兒園的員工家長及親友等愛心社團、企業及個人提供經費及登山裝備的支持，也感謝「山、水與浪人」的嚮導，讓這個兒少培力計畫的任務能夠順利成行。

嘗試規畫 做足準備 全方位培力

在善牧基金會兒少安置家園中，社工員、生輔員們不僅365天照顧孩子們的食衣住行，提供就學、醫療、心理輔導、生活教育……等服務外，

也帶著服務兒少在冒險任務中，培養興趣及挑戰生活新鮮事，因此，繼去年帶孩子們挑戰溯溪，今年再度帶著家園孩子們探索大自然；過程中，社工透過給予任務的方式，培力孩子們解決問題、溝通協調，以及團隊合作的能力。

為了完成登百岳的任務，孩子們行前必須展開為期4個多月的體能訓練，特別是社工們放手讓孩子規畫培訓行程，從許多挫折中重新來過，陪伴孩子練習規畫，深入了解登山所需的各種準備，社工們理出線頭，在家園裡規畫「兒少培力室」，教導孩子們上網找準備資料和登山知識，再分組討論體能訓練的地點、交通及伙食規畫等，落實「帶著做、伴著做、跟著做」的歷程。

激發潛能 調節情緒 訓練得力多

這支登頂隊成員中，年紀最小的呈呈才6歲，在體能訓練爬高圳步道時，曾因路途太長而鬧脾氣，當時在社工的安撫及同伴鼓勵下，他一把鼻涕、一把眼淚的完成任務，事後問他是否還要繼續參加時，他哭紅了臉說：「要！」另外，讓安琪主任很訝異的是：「遇到這樣的情況，落後者難免會脫隊，但大家都願意停下來，為他加油打氣。」而個頭小、腳程慢的呈呈，初訓時總落在隊伍後段，後來體力漸長，還會指著路途上的鳥兒、蝴蝶，跟大家分享他的探索驚喜。

比較內向安靜的小玉，開訓後便勤跑培力室做導覽簡報，並在體訓中化身小嚮導，瞻前顧後地關心成員的狀況並提供協助：「有車！大



▲年僅6歲的容容開心領先隊伍，貼心的她包包裡還幫隊友準備水喔！

家注意靠邊點喔！」安琪主任分享：「平日較封閉的家園生活，可能讓她沒有發揮責任感的空間，但透過一次次的出遊，除了帶出她的溫柔細心外，也因為事前勤做功課且肩負重任，孩子為了想成為大家得力的導遊，她努力地練習與情緒相處。」

「要讓孩子學會自立生活，得懂得同理心和付出。」在訓練過程中，每次善牧社工都會發出8張貼紙給成員，孩子可以用來貼在想要感謝的人身上，值得一提的是，6歲的容容小妹妹，每次出發時都主動向社工要求多扛幾瓶水，問：「不覺得重嗎？」她回答：「有人口渴時，我就可以給他呀！」小小年紀就展現分享的熱情，每每在大家休息時，看到她穿梭在隊伍中：「我這裡有水可以給你！」讓社工們覺得既感動又可愛。

非常任務 迎接挑戰 探索大自然

安琪主任說：「從登頂前的集訓，我們就希望孩子看見自己是有能力的，而且還可以幫助別人。」要帶整個家園的孩子們一起登百岳，對社工們是前所未有的挑戰，她進一步分享：「這次任務不是個人可以完成的，而是需要各界的資源注入及團隊合作的默契，孩子和工作人員都從中得到學習和肯定。」孩子和社工是夥伴關係，而且有些體能佳的孩子甚至扮演為工作人員加油打氣的角色。因為登百岳不像平常在家園那般熟悉，有許多不可控因子，必須要團隊合群才能克服。

秉持著「一個人的價值高於全世界」的理念，善牧基金會透過替代性家庭功能的安置服務，給予家創兒生活照顧及心靈陪伴等專業細緻的服務，從復原力的觀點，正向看待孩子的能力並給予肯定；依照各階段兒少的整體發展需求，運用增權和復原力的策略，落實於家園生活及陪伴關係中。尤其在兒少的自立能力培力上，運用活潑的生活式體驗行動，發展兒少的獨立和問題解決能力，並延伸與外界的連結，透過規畫小旅行、職場體驗，搭配家園生活等方式，建立安置兒少們對未來的自信；從這次的探索大自然活動中，整個訓練到百岳登頂過程中，善牧看到了孩子們的潛質，也看到無限可能的未來。

恩泰 生命禮儀

新店耕莘醫院
安康院區
永和分院
特約禮儀服務公司
歡迎教友洽詢
天主教
專業禮儀服務

安心託付

服務項目
宗承承
禮承承
儀承承
業承承
葬承承
位承承

專業服務 真誠服務

※台北市民政局評鑑優良廠商※
24H免費諮詢服務: 02-22192245, 02-22190325
主內: 朱強明弟兄 邱秀蘭姐妹 竭誠服務
0939-010-273 0928-807-150

環藥病媒字第63-002號

完整的白蟻、害蟲、老鼠防治方法

現場調查 → 現況分析 → 方法規劃 → 技術實施 → 效果評估 → 檢討修正

★選擇安全的防治方法
★檢討修正後以最經濟的防治方法

以先進技術、服務熱誠之
臺億環境服務有限公司
THE SERVICE CO.
FAX: (02)2558-2784
E-mail: lin.shinfu@mshinet.net

工廠、教堂、大樓
防蟲、鼠系統環境企劃
服務專線: (02)2555-6474
台北市西寧北路73號4樓

專辦 監護工 幫傭 勞工

是您24小時全天候的最佳好幫手
您擔心家中小孩、老人或病患沒人照顧 及家事沒人幫忙, 您能安心去上班嗎?

通國、台、英語
不適用免費替換

每月只要17000元
一天只要567元

一通電話全省服務
電話及諮詢服務

富萬國際有限公司(許可證字號3150) 新北市中和區中和路232號6樓之4
總監: 莫英庭(聖名: 雅各伯) 專線: 0932-197-628, (02)2927-0039

渴望會館 Aspire Resort

金級環保旅館

跟隨美好信息
領受天主的祝福

● 兩天一夜特別聚會
● 教友單日會議

歡迎來電洽詢
(03)407-2999 轉業務組

itai 一太 e 衛浴

Since 1977

改變生活就從浴室開始

誠徵經銷商

10年防漏水保固
本衛浴產品投保1000萬產品責任險
最快4Hr快速安裝

整體浴室、淋浴拉門、衛浴設備
每一樣都是嚴選中的嚴選

非凡新聞主編 劉程華 專業推薦

毅太企業股份有限公司 總公司地址: 基隆市大武崙工業區武訓街51號 洽詢專線: 0800-042-111

【人生選擇題—婚?不婚?】

9/5 (六) 3:00 pm 報到 謝文宜老師
大台北社青共融·輕鬆互動·主題分享·QA·美味晚餐·青年彌撒·雞尾酒晚會
~邀請 20-40 歲大台北未婚社青共襄盛舉~

【社青一日戶外活動】

9/13(日) 城市謎案---林園芳華
~歡迎 20-40 歲青年參與~

【答覆真道-從盧德傳看聖經中的孝愛】

9/02~9/23 每週三 7:30pm~9:30pm 崔寶臣神父
盧德傳中透過每一個角色所展現的愛, 讓我們看到中國文化中所提倡的孝愛。

活動詳情與報名請洽-台北天主教教友中心 02-2314-1833
台北市中山北路一段二號八樓 FB 社團: 台北天主教教友中心

請捐款支持

誠摯希望您捐款贊助我們; 入監教化的志工們進行志工培訓及福傳活動等經費, 也歡迎您加入我們監獄牧靈的志工行列。

「中華民國天主教監獄服務社」
需要您的參與支持,
請持續您的愛德行動.....

郵政劃撥捐款帳號: **31489749**

收款戶名: 中華民國天主教監獄服務社
台北市大安區樂利路94號
電話: (02) 2739-2020 傳真: (02) 2737-0081
請務必在劃撥單上署名您的聯絡方式、地址、捐款類別, 我們將收到後為您寄上奉獻感謝狀收據。

中華民國天主教監獄服務社 召喚人 洪山川 總主教
理事長 薛紹虞 弟兄

天主教監獄服務社

天主教台北友誼教友中心

誠徵 青年牧靈人員

這是一個為天主教「社會青年」服務的團體
歡迎有心服務在職青年的你/妳一起加入

1. 年齡 20-30 歲之天主教教友青年。
2. 有堅定的信仰、具備牧靈精神。
3. 有成熟人際關係、與人有良好互動。

歡迎你/妳與我們聯絡
聯絡方式: 02-2314-1833、0937-047-348 歐神父

天主教會台北總教區家庭協談中心

成立宗旨: 以合乎福音精神的協談方式, 幫助家庭走出婚姻困境, 建立美滿家庭, 使人感受到天主的仁慈。

服務項目: 對家庭關係、夫妻溝通、信仰問題、親子、兒童青少年、婚姻生活、婚前輔導、家庭計畫等問題提供諮詢與轉介服務。

服務時間: 週一至週五, 上午9:00-12:00, 下午2:00-5:00
★晚上7:00-9:00 (周二、周三)

服務方式: 電話協談及轉介
服務費用: 免費
協談專線: 2732-9594
地址: 台北市大安區樂利路94號(主教公署)

本中心接受外界捐款 並由主教公署開立收據
戶名: 財團法人天主教會台北教區
郵政劃撥帳號: 1064-7145 (請註明為家庭協談中心捐款)

天主教靈醫會 誠徵 福傳師

職務需求

1. 具教友及宗教系畢業或相關工作經歷者
2. 參訪團體之接待安排與導覽
3. 偶有重要或大型活動(非上班時段), 須配合加班
4. 有吉他或其它樂器等才藝尤佳
5. 協助聖嘉民啟智及長照中心之牧靈工作
6. 薪水面議(約\$30,000起)/工作地點: 宜蘭(三星)

聯絡方式
履歷及相關應徵資料請 E-mail: mellissa@smc.edu.tw
詳洽: 03-9897392、0935-599-160 林秘書

2020 天主教「靈醫會」
歡迎您加入服務行列

文／朴圭雨神父（北投聖高隆邦天主堂主任司鐸） 圖／四鐸徒步朝聖團

台灣Camino 台北四鐸一日徒步朝聖

感謝天主！台灣明愛會致力於推廣徒步朝聖，鼓勵大家以簡樸的方式，走入大自然淨身，也走入各聖堂祈禱與朝拜聖體的敬禮活動，感謝四鐸區傳協會費心主辦，感謝多個堂區的熱烈響應，在此分享朝聖者的收穫，期盼能繼續在全國各教區邁步！
～台灣明愛會執行長 李玲玲修女



▲在蘭雅聖母顯靈聖牌朝聖地祈禱，得著許多啟示。



▲經過一段爬坡的天母古道抵達清幽典雅的陽明山天主堂



▲朝聖者在北投聖高隆邦天主堂明供聖體



▲朝聖者在蘭雅聖母顯靈聖牌堂同心祈禱，向聖母媽媽祈禱新冠肺炎疫情能早日結束。



▲參與徒步朝聖的神長們，一起舉行感恩聖祭。

一早從士林天主堂出發，到一座座教堂敬拜，於下午抵達北投聖高隆邦天主堂，有始有終地全程徒步；有機會讓孩子們進入上主的聖殿，親近天主創造的大自然，感謝讚美天主！

前夜大雨，地面仍有些濕滑，全程17公里，其實還頗遠的，奇怪的是竟然不覺得累！天母古道的階梯陡峭，也不覺得難走，心情輕鬆愉悅，走來無比舒暢，陽明山的美景更是盡收眼底。途中承蒙神父照顧、指點，教我們路口注意指標，就不用擔心迷途；修女們對樹木花草的介紹，讓兩位小孫子獲益良多，激發了他們的好奇心，一路問個不停。

徒步朝聖中，深深感受天主的大愛、基督的光照、聖神的陪伴；看到希望，充滿信心！朝聖路上神父、修女、教友們的分享，以及扶持互助、相親相愛，我們真是一家人。

主與我同在／楊 Agnetis（北投堂教友）

能夠參與這次的徒步朝聖，感謝兒子方紀竟然願意陪上陽明山，我真切感受到天主對我祈求的聆聽與應許，更期待聖神動工打動他，能效法聖方濟精神，回歸天主懷抱。

想起年少時的朝聖初體驗，在代母隋修女的帶領下住進方濟修女院，台南永康出發，從清晨到黃昏，一整天舟車勞頓，終於抵達宜蘭礁溪聖母山莊。夜宿大通舖，打燈用發電機，省水洗戰鬥澡，晚禱後早早就寢。

初次拜苦路，時而念經文，時而唱聖詩，唱到聖母眼見愛子痛苦地死在眼前時，我淚流滿面，感同身受。我就這樣從第1處拜到第14處，嘴裡念的、心裡想的，都是親愛的主耶穌，祂豐富精彩卻短暫的33年事蹟，啟發我決心過有意義的生活，回應聖召跟隨隋修女，度貞潔、神貧、服從的聖方濟生活，以傳道、服事窮人為己任。

回想39年前，隋修女攜我搭船遠赴澎湖天主堂、鹽水天主堂，每周至永康養老院探視老人，過年至碧岳神學院與修士們共融。清晨、黃昏與修女們作早、晚課祈禱，參與彌撒，但天主的旨意讓我最終未度神聖的修道生活，而選擇了婚姻。感謝天主賜我力量，幫助我順利度過起伏艱澀的人生！我就是服從、宣揚福音、承行主旨，做天主所喜悅的事工，讓人看出我就是基督徒。

這次的徒步朝聖，一日走訪5個聖堂，更堅定了我的信仰之路，天主巧妙地安排我兒方紀在聖殿內，接受朴圭雨神父的降福，這一天，我因天主與我同在而滿心歡喜，感謝讚美主！

（文轉14版）

台灣明愛會接連舉辦多場徒步朝聖，深獲好評，邀請朝聖者在路上誦念玫瑰經和默想玫瑰經與耶穌的生平，幫助我們信德上的成長，這應是特別強調的部分。在陽明山的好空氣與好景色中慢慢走，在大自然裡，全身放鬆，幫助身、心、靈的健康，一路上的默想，也讓信仰、神修及靈魂都藉著這個機會更加淨化，感覺好像是一場在大自然中的避靜；不僅增進我們對大自然環境的關懷，也強化了我們愛鄉愛家、守護國土的心，也深思美麗寶島的命運及國家的未來；在天主創造的大自然中，越接觸造物主的奇妙化工，越是熱切地愛天主！

徒步朝聖隊伍回到北投堂，大家一起明供聖體，同心讚美感謝天主。台灣明愛會執行長李玲玲修女鼓勵大家以簡樸的方式，走入大自然淨身，徒步中做省察，默想天主的恩寵，與天主和好。回想在陽明山天主堂舉行的感恩祭，劉丹桂榮休主教的朝聖分享，都是有益身心靈的活動；希望更多人參與，繼續走台灣Camino徒步朝聖，來增加我們的信德和健康。感謝台灣明愛會國際志工召集人姜樂義弟兄，這些年不斷地研究、推廣國內徒步朝聖路線，為教友的靈性成長及創意福傳而努力奮鬥。祈願這樣的徒步朝聖，洗滌我們的身心靈，幫助我們的信仰生活更成長，身體也更健康！

一起推動台灣 Camino

／羅文彬（淡水法蒂瑪聖母朝聖地傳協主席）

北投堂的姜樂義弟兄在台灣徒步朝聖的推廣上，是十分用心的領頭羊，走過許多國外朝聖地，也多次體驗Camino聖雅各古道；姜弟兄以豐富的經驗規畫了這次徒步朝聖路線，早在1個月之前就帶領我們試走了一趟，從士林耶穌君王堂→蘭雅聖母顯靈聖牌朝聖地→天母天主之母堂→陽明山聖體堂→北投聖高隆邦堂，每一站之間的距離，要走多久，都精心測算，作出詳盡報告，爭取各堂區的支持和參與。

那段期間，天候不佳，原本很擔心沒有多少人會來挑戰這17公里（且大部分是山路）的徒步朝聖，出乎意料地，板橋、石牌、蘭雅、士林、天母、北投、內湖、淡水等堂區都有人共襄盛舉，逾60位朝聖者一起走到陽明山天主堂，由劉丹桂榮休主教禮感恩彌撒，朴圭雨神父和吳偉立神父共祭，感謝天主保佑！最後，再一路走到北投天主堂，明供聖體後，朴圭雨神父以聖體降福，圓滿完成了這次徒步朝聖。

台灣Camino需要大家的推廣，希望有更多喜歡健行朝聖的人，加入這個非常有特色的團體，不斷地用徒步朝聖的方式來光榮天主。

Talk & Walk Think & Thank

／劉丹桂主教（新竹教區榮休主教）

姜樂義弟兄規畫之初，知道我很忙，又人在新竹，他只邀請我早上11時在陽明山天主堂為朝聖者舉行一彌撒。前一晚剛好到台北參加一個重要的活動，結束時已經8時15分，我突然有個靈感，不回新竹了！打電話給士林天主堂的神父，於是，我在遣使會院住一晚，第2天清早從士林出發，全程參加17公里徒步朝聖，真

是豐富、圓滿、非常有意義的一天。

當天早上7時15分我離開神父宿舍，竟然在聖堂門口碰到最早到的內湖5位教友與天母堂的陶家順（綽號：巧克力），陶弟兄是我2018年走西班牙Camino的隊友，謝忠厚弟兄則是我在台中教區田中當本堂神父時的老教友，我大吃一驚，他們也大感意外！後來又看到了道明會的蘇嬰珠修女與許詩莉修女，她們兩位是我在輔大讀神學時的學姊，又是驚喜萬分；7時30分再加上士林堂的兩位青年，我帶領他們做了啟程祈禱，好像「九條好漢在一班」，就往蘭雅聖母顯靈聖牌朝聖地出發，真是十全十美的好開始呀！

從士林到蘭雅，老遠就看到聖母顯靈聖牌朝聖地，很高興認識遣使會的越南籍潘文線神父，他特別提到，1840年於湖北武昌殉道的遣使會法國籍董文學神父，我聯想到很有意思的對比，士林天主堂的主任司鐸波蘭籍的柳學文神父，傳播福音者的腳步是多麼美麗啊！

往天母途中，我與朝聖者分享「奧妙」所表達的深意。比方說：「聖言成了血肉，寄居在我們中間」（若1：14a），主耶穌來到這個世界上，與我們同在。用「奧妙」來表達更為精準！



▲感謝天母堂教友們接待並合影留念

耶穌是道路、真理、生命。這種朝聖路上的談話分享，我感受到是復活的耶穌一直與我們同在的強而有力標記，就像在往厄瑪烏路上的兩個門徒所說的：「當祂在路上與我們談話，給我們講解聖經的時候，我們的心不是火熱的嗎？」（路24：32）多麼美好的Talk & Walk！

感謝台灣明愛會的姜樂義弟兄，沿途在關鍵的叉路口上，認真地在地上、樹幹上、明顯的地方用粉筆畫上箭頭作標記。當有疑惑，只要用心尋找，在附近的樹幹上、牆邊或地磚上，一定會出現箭頭標記，讓我們重新定向，放心往前走。我便一路上示範如何找標誌、找箭頭。在進入新北投前的最後一個叉路口，不太確定方向，最後終於被我發現了！我非常高興地用力一拍說：「看！就在這裡。」沒想到拍下去時，才感覺被刺了一下，手掌出現了好似耶穌被釘十字架的血手印了，這也是意想不到的痛快事！

最後，抵達北投堂，教堂設計四周有水池環繞，想起耶穌基督是我們的活水，也讓我想起了《零極限》這本講述夏威夷身心靈健康的好書，剛好「HAWAII」按當地原著民語言，HA就是氣，WA是大水，II是神，這剛好應合了《創世紀》第1章第2節所說：「天主的神在水面上運行。」書中提到人生路上的喜怒哀樂，好的，要常說「謝謝你、我愛你」；不好的，也要學會誠心地說「對不起，請原諒！」教會的核心思想：一是「天主是愛」，哪裡有愛，哪



▲朝聖途經溫泉源頭的鳳凰谷，享受身心靈spa！

裡有天主，那裡就有更多的平安喜樂；對此常懷感謝；二是「人是罪人」，哪裡有罪，哪裡有我我我，那裡就有更多的怒哀，也要學會常說「對不起，請原諒！」不批評、不指責，適時諒解、包容、接納、原諒、寬恕別人，耶穌在架上仍向天主呼求：「父啊！寬恕他們罷！因為他們不知道他們做的是什麼。」（路23：34）應證了The Passion of the Christ是多麼大的愛、熱情、犧牲、奉獻、克苦、忍耐。我們在耶穌的智慧與仁愛下，好好的「愛、生活與學習」，好好的「Living, Loving & Learning」，這就是人生的道路、真理與生命。這是多麼有意思的Think & Thank！

朝聖不分遠近／溫宏超（石牌堂教友）

明愛會舉辦一日徒步朝聖，「去與天主和好」很簡短、平常的一句話，於我而言卻是不容易啊！排除心中重重障礙，有幸一起徒步。

17公里徒步，對於年長兄姊來說稍負有負荷，然而，途中卻沒人喊累，都說很好走啊！最讓我欽佩的是石牌堂的黃建平弟兄，帶著兩位讀小一及小二的孫子，在兩位姑姑陪同下亦走完全程。雖然和國外Camino動輒300、800公里相差甚遠，但我相信路途不分遠近，虔敬之心是一樣的。

抵達陽明山天主堂參與彌撒，劉主教在講道時詮釋浪子回頭的比喻，讓我們有更深層的感受，他將焦點放在父親身上，讓我們省思父親的等待、父親的擁抱，父親的大愛與寬容，我也深省著如果轉換角色，我是否有如此大的胸襟？我是否有包容心去接受？

在第5站的北投天主堂朝拜聖體時，思想著劉主教講道詮釋的真福八端，句句深入我心，不知是否也深植在場朝聖者的心？

祖孫三代徒步朝聖／黃建平（石牌堂教友）

一個霧雨瀟瀟的周末假期，難得女兒和孫子們願意陪同參加徒步朝聖活動，我們祖孫5人

(文接13版)

從不可能到完成了！／加大利納

台北四鐸舉辦的徒步朝聖，教友們可自由隨到隨加入，全程17公里的體驗，非常吸引人。我雖然帶了40年的世界各地朝聖團體，也體驗過徒步旅行，但走的路並不多，這次可真是考驗了我的體力、耐力、信心！我選擇由第二站天母堂出發。

天母堂有4位兄姊參加，我清晨6時醒來，應該是興奮吧！背上裝備趕搭捷運到石牌站，再轉乘計程車直奔天母堂，正趕上李玲玲修女在跟教友們解說、介紹徒步朝聖及愛德活動；天氣不冷不熱，確實是個非常適合徒步到陽明山天主堂的好時光。感謝天主！可敬的劉丹桂榮休主教真是一位大天使，與我們一路同行，邊走邊聽他分享自己的朝聖心得，有劉主教的陪伴及鼓勵，大家信心滿滿往前行！路途中發生了點小事故，劉主教的手掌受傷，劉主教說，算是耶穌賞賜了「一殤」，真是好有信德啊！

主辦單位真的細心又周到，一大早就將前往天主堂的道路標誌規畫清楚，樹幹上、大石頭上、地磚上都有，迷失不了方向的，只要用心尋找，就能發現標誌，在輕鬆的心情下，不知不覺就到了，好高興！因為這次的徒步朝聖之旅，使原本不太熟悉或完全不認識的朝聖者，都因有著共同目標，顯出彼此的友愛與關懷，真的是很美的事，終於以充滿愉快喜樂的心情到了北投天主堂。感謝天主！

這次的徒步朝聖讓我深深的體會到，要想達到目標，必須要有信心、決心，把一切都交託在至高者天主的手中，只有依靠祂的護佑，我們才有平安喜樂！這樣的徒步朝聖應該多多舉辦，好光榮天主！認識教會！

感謝一路陪伴的弟兄姊妹們，我這把年紀還能做到，感謝天主，太美了！

美好的 SPA／任溫妮（內湖天主堂教友）

前一天，一大清早，台北下起了滂沱大雨，下個不停，毫無停歇的意思；根據氣象預報，隔天也是雨天，徒步朝聖行程不受疫情影響，但這雨勢？活動會取消吧？

姜樂義老師發來了簡訊：「一般徒步朝聖是風雨無阻，也是個考驗體驗。人會少些，步道上要小心行走。」之前在《天主教周報》上



▲走在天母古道享受天主創造的大自然



▲朝聖者抵達聖堂後歡喜合影

▶內湖天主堂與大直堂的徒步朝聖者於士林天主堂前留影



看到台灣Camino徒步朝聖，就心嚮往之；這一次，終於成行了！內湖堂5位弟兄姊妹全程參與，拋開因雨勢帶來的遲疑，決定接受考驗！感謝天主可憐我們，當天清早並無雨勢，我們順利抵達士林天主堂！

這是個多麼難能可貴的機會：一天內能參拜5座天主聖殿！堂區神父與傳協會兄姊都熱切地接待我們，講解著各個教堂的建築之美以及神聖之美，我們在天母的美麗巷弄間，氣喘吁吁地爬過陡升坡；在天母古道一路聞著柚子花香。地熱谷、硫磺谷一路有山谷溪流、溫泉，風景絕美！這是個無比的巧思：穿越過這美麗的山林溪谷，把這5座天主堂連結在一起，讓我們領受活水，點燃希望。

李玲玲修女特別要我們為來台灣接受骨髓移植的菲籍父子祈禱，帶著這祈禱意向，自己的意向，以及為新冠肺炎疫情在全球早日受到控制的意向，一步步走著，走完了這17公里的朝聖路程。好像馬拉松賽跑，沿途處處有補給站，各堂區都為我們準備了茶水和點心，是我們的補給站，好感動！

SPA：劉丹桂榮休主教主禮彌撒，徒步朝聖的路途上又為我們作了許多分享。由於北投天主堂建築的設計，劉主教為我們分享SPA這個字。才知道，這字源於拉丁語系Salute per Acqua：由水來的健康。SPA是獲取健康的方式，那麼，我們領受活水，是一項SPA！徒步一整天，穿梭在美麗的山林溪谷間，是SPA！一日參拜5座天主聖堂，是SPA！在終點站北投天主堂領受朴神父的聖體降福，是SPA！

重燃希望，重生吧！這是收穫滿滿的一天。

相遇在主內／謝忠厚（內湖天主堂教友）

這是我首次跨堂區徒步朝聖，真的很開心，出門的前一天都還在考慮擔心著氣候的變化，也做好最壞的打算，準備雨衣、雨傘、保暖外套、水，及食物將背包給塞得滿滿的。我們大早兵分四路，在7時就到達士林天主堂，只見來自天母堂的陶家順弟兄已在門口等著，教堂門還是關著，不一會兒，劉丹桂榮休主教出來了，緊接著又來了兩位道明會修女和幾位教友，約7時半，由陶弟兄帶領大家走捷徑至蘭雅聖母顯靈聖牌朝聖地朝拜聖體，接著，再到天母堂，聆聽劉主教分享天母堂的由來，以及台灣明愛會李玲玲修女分享白永恩神父照顧重症孤兒，苦心經營聖安娜之家的過程。

沿途在大自然間享受美景，感受著天主造物的偉大，以及我們的渺小。

感謝美好朝聖／鄺子傑（內湖天主堂教友）

這次17公里的徒步朝聖，雖然要摸黑出門，但內湖堂5位參加的兄姊都準時出發。一路上有劉丹桂主教領隊和服務弟兄的全程陪伴，走得輕鬆愉快。

感謝天主，讓我們有不錯的天氣，雖然飄了些細雨；也感謝籌畫的姜老師和明愛會的李修女。還有途中參訪蘭雅聖母顯靈聖牌朝聖地、天母天主之母堂、陽明山聖體堂、北投聖高隆邦天主堂等堂區的所有接待服務的兄姊們，讓我們在途中得到足夠的歇息，以及茶水點心的招待。

終點站的北投天主堂有24小時的明供聖體，令人深深的感動和敬佩；本堂朴圭雨神父舉行了聖體降福，讓此次徒步朝聖有個完美的ending，期待下次的徒步朝聖再見！（全文完）

◀在陽明山聖體堂奉獻感恩彌撒後，全體歡欣地合照。
▼抵達終點北投聖高隆邦堂，一起朝拜聖體。





甲年常年期第廿二主日 棄絕自己

讀經一：耶肋米亞先知書20：7-9

答唱詠：詠63：2，3-4，5-6，8-9

讀經二：聖保祿宗徒致羅馬人書12：1-2

福音：聖瑪竇福音16：21-27

■文／潘家駿神父（遣使會士、主教團禮儀委員會執行秘書） 圖／潘公若（旅居希臘教友美術工作者）

在上個主日彌撒的福音中，我們聽到伯鐸對耶穌的宣信：「祢是默西亞，永生天主之子。」而本主日的《瑪竇福音》，則是耶穌第一次預言自己的受難。想必因為耶穌見門徒既已明認祂就是默西亞，於是便向他們明說，祂將以怎樣的方式完成默西亞的使命。然而這位向耶穌宣信的伯鐸卻無法同意耶穌的受難，因為這不是他心目中默西亞完成使命的方法。他和其他猶太人一樣，一心巴望著一位威風凜凜的救世主，來帶領他們趕走殖民巴勒斯坦的羅馬人，重建以色列國。其實在耶穌與伯鐸的張力關係中，更讓我們經驗到了天主與撒殫、生命與死亡間的緊張與衝突。就在這張力中，讀經一《耶肋米亞先知書》也讓我們看到了先知靈魂深處的衝突與緊張，而先知受苦的圖像乃成了耶穌受難的預像。

耶肋米亞先知所處的時代是一個非常困厄的時代，促使他向天主抱怨說：「上主，祢引誘了我，我讓我自己受了祢的引誘。」然後他又說自己終日成為笑柄，人人都嘲笑、侮辱他，因為他沒有一張舌綻蓮花的嘴，口中總是預言災難、暴力和壓迫，因此人們要他閉上烏鴉嘴，搗耳不想再聽他說話。先知渴望能夠從這種內心的衝突中釋放出來，不想再替天主發言說話，但卻不可得，因為天主的話就如同烈火般，在他的內心裡熾烈焚燒著，致使他不得不說天主的言，不得不傳天主的話。先知內心的這種鬥爭衝突，多少預顯了耶穌在今天的福音中所預言的苦難，在這苦難中，耶穌將對罪惡與死亡展開決定性的戰鬥，而這戰鬥正是祂一心所渴望的戰鬥，我們在《路加福音》中便可聽見耶穌的渴望心聲：「我有一種應受的洗禮，我是如何焦急，直到它得以完成。」（路12：50）這裡的「一種應受的洗禮」指的就是耶穌的受難與死亡。

耶肋米亞先知面對苦難時，他的衝突與緊張來自於自身的抵禦，但耶穌焦急等待完成的默西亞使命卻是遭到了伯鐸的強烈抗拒！不久前，伯鐸才以無限的激情宣信了耶穌默西亞、永生天主之子的身分，而使得耶穌毫不保留地讚許伯鐸是有福的，因為這不是來自血肉，卻是出自天父的啟示。然而，當耶穌預告自己的苦難時，卻遭到這同一位伯鐸的堅決抵制，想必是因為默西亞的苦難結局與伯鐸跟隨耶穌的初衷相違背。為伯鐸而言，默西亞的結局不該是卑微，而該是光榮；不該是失敗，而該是勝利；不該是死亡，而該是永存。雖然耶穌不僅預告苦難，也預告復活，然而伯鐸就是無法領

會這樣一條必須經過卑微、失敗和死亡才能到達光榮、勝利與永生的默西亞之路。

於是，伯鐸再一次發揮他那純樸剛直的個性，急切地把耶穌拉到一旁，諫責祂說：「主啊，千萬不

可這樣，這事絕不可臨到祢身上。」伯鐸這話嚴重相反天主的旨意，因此惹得耶穌嚴厲斥責他說：「撒殫，退到我後面去，你是我的絆腳石，因為你所體會的，不是天主的事，而是人的事。」看啊！伯鐸才剛被耶穌稱為有福，轉瞬間就被耶穌稱為魔鬼；他才剛被耶穌委以「磐石」的重任，頃刻間就被耶穌稱為「絆腳石」。可見得人憑藉自己真的沒有什麼可以驕傲的，除非有天主的寵祐光照，否則即使如伯鐸身為宗徒之長，仍無法明瞭天主的事理，而不免在信仰的道路中失足跌倒。

是的，伯鐸體貼了人意，卻拒絕了天主的旨意，因此在跟隨耶穌的道路中跌了一跤。然而耶穌不想迴避天父的旨意，祂清楚知道祂必須面對罪、面對惡、面對死亡，通過這些存在於人類生命中的現實與處境，才能為我們走出一條終極的勝利之路；祂並且明白，只有喪失自己生命，才能為我們從萬劫不復的死亡中贏回永恆的生命。因此，「耶穌開始向門徒說明：祂必須上耶路撒冷去，長老、司祭和經師要使祂受許多痛苦，並且要殺害祂，但是第三天祂要復活。」耶穌的這項堅決說明不僅是預告，更是對門徒的教導，而門徒就是以耶穌的這項教導，來識別默西亞的真實身分，且進一步，這樣的默西亞身分就成為我們作「基督徒」的方式。的確，誰若想作基督徒，就要抱定決心跟隨基督的生命步履，接納並參與祂的生命歷程，一如耶穌在今天的福音中教導的：「誰若願意跟隨我，該棄絕自己，背著自己的十字架來跟隨我，因為誰若願意救自己的性命，必要喪失性命；會喪失生命；但是誰若為我的原



故，喪失自己的性命，反而會得到生命。」

但什麼是「棄絕自己」？而我們自己的十字架又是什麼？

喬治·麥當勞（George MacDonald，1824-1905）是一位蘇格蘭的講道家，他曾說：「人所作的一切如果沒有天主的同在，那麼他不是慘遭失敗，便是悲慘地成功。」這句話就收錄在他的《不言而喻的證道》（*Unspoken Sermons*）一書中，喬治的這句話主要就是在探討基督徒「棄絕自己」的複雜課題，以及討論我們要如何順服主耶穌的教導，而特別是耶穌在本主日這篇《瑪竇福音》的教導。

喬治認為真正的「棄絕自己」不只是壓抑我們本性的慾望，更要以基督的眼光看待事物，並讓天主的旨意成為我們生命的中心。這種「棄絕自己」的觀點正是說出了保祿宗徒在本主日讀經二對羅馬教會勸勉的真正意義：「獻上你們的身體當作生活、聖潔和悅樂天主的祭品：這纔是你們真正的敬禮。你們不可與這世界同化，但要以更新的心思意念變化自己，為使你們能辨別什麼是天主的旨意，就是辨別什麼是美善的事，什麼是悅樂天主的事，什麼是完美無缺的事。」如此，我們就不再只是思考「我喜歡做些什麼？」或是「我想要做些什麼？」而是「永生的天主究竟要我做些什麼？」能夠獲得我們個人所渴望的目標與成就，這不過是個悲慘的成功而已；真正的成功是為主耶穌的緣故而「變化自己」、而「喪失生命」，並在祂的旨意中找到圓滿的生命與完全的自由。

（文轉16版）

心靈加油站71：我要想辦法改變！

策畫·圖片提供／真理電台 文／聖母聖心會

我有一位朋友，其學識人品皆得人稱羨，思想深遠有獨到之處，我們數次長談，曾有一回談天的內容，對我頗有啟發，日後生活中，不知不覺亦影響了我的思想，使我獲益匪淺。

她的環境相當優渥，從小至大，讀得都是全國一流的學校，但是，她並不輕易滿足一切，如果，生活中有不如意的現象及環境出現，她會說：「我要想辦法改變」，一直調適到她自己滿意為止，但是，我要聲明的是，她只是要求自己，而絕不要求別人。後來，我逐漸地體驗到，「我要想辦法改變」這句話是多麼的正確而有力！當我對生活不滿時，我不再



抱怨別人，更不會欺瞞自己，我會想辦法，如何來改變這不佳的情境，讓我活得更好一些，我一步步地做，常常是：我成功了！日子過得有意思極了！

也許這正是那句老話：「窮則變，變則通，通則久。」當事物發展到極點、窮盡的時候，就必須尋求變化、發展變化，以使事物日日新。



聖佳蘭嘉言錄

文／聖佳蘭隱修會

「藉著剎那的驕傲和虛假的光榮，牠嘗試著要將至高者貶為虛無，誰能不害怕人類仇敵的奸詐行為？」

人真的很容易受剎那的驕傲和虛假的光榮所惑，而忘了我們所有的一切皆是天主的恩賜。

默觀聖佳蘭如何看淡世間的虛假光榮，從貴族生活到貧窮生活。

這一週為自己所擁有的一切：健康、才智、家庭、工作等歸光榮於天主，讚美感謝祂。

(文接15版【主日福音】)

現在，如果我們真的懂得了什麼是「棄絕自己」，那麼我們就會開始懂得我們的十字架究竟是什麼。的確，我們每個人都必須背起自己的十字架，但這十字架到底指什麼呢？長久以來，我們都歪曲了「十字架」在信仰中的含義，而把它的意思變得很空洞。我們常常會不假思索地就稱呼每一個困難處境為一個十字架，也常常把我們基督徒生活中的許多沉重擔負稱為十字架。不，不是這樣的！事實上，我們所要背負的十字架並不多，只有一個，那就是「棄絕自己」並以耶穌的心為心，以耶穌的意為意，全心全意為耶穌而活，是的，「棄絕自己」就是無論我們面對什麼苦難，都願意順服在天主的旨意當中。

耶穌受了許多痛苦，經驗了許多試探，但我們從來不說祂背負許多十字架。反而，我們把這個詞彙留給祂所經歷的那個最可怕、最獨一無二和極度痛苦的死亡經歷。一般的痛苦，祂都從容面對，然而，面對十字架，祂卻絕不從容；單單在那個時刻臨近時，就已令祂極度驚恐，痛苦得令汗珠如血一般點滴在地上。因此，儘管我們人總會面對為數不同的苦難，但不論是誰，他的十字架絕不會多於一個，並且總是一個。而這一個十字架也總是會關係到個人與耶穌深刻的生命交往經歷，也就是背起這個十字架的人從此不再為自己，卻是為主而活，並且無論面對怎樣的痛苦，他都遵循主的旨意而行。

的確，這一個十字架會讓人成為真正的門徒，可是在這條成為主真正門徒的道路上令人頹然卻步的，往往也是這同一的十字架。然而，即使是如此，主的要求絕不加水稀釋，也沒有迴旋的餘地，不變的真理仍然是：「誰若想保全自己的生命，反而會喪失生命。」因為如果我們常常只是尋求世俗的安全與保障、或是舒適與寫意的生

活，生活中的每一個抉擇都是以世俗的算計去作考量的話，那麼其結果是將會失去一切使生命有價值的東西，比如說，當生命必須是成為一種冒險的時刻，卻可能就會變成柔弱及萎靡不振；當生命在必須發出服務光輝的時刻，卻可能變得自私；當生命在就要到達超越的境界時刻，卻可能被世俗所羈絆，而錯失了那永恆的生命。然而，一個人若願意為基督甘冒失去一切，甚至失去生命，那麼不變的真理依舊是：「誰若為我的原故，喪失自己的生命，反而會得到生命！」

當然，耶穌所啟示的永恆不變真理為這些跟隨耶穌，但卻從來沒有把耶穌當成是一個將要被出賣、凌虐而死在十字架上的領袖，也未曾想過他們自己的生命會因為跟隨這個人，而必須以無數漫長的行履、嚴酷的迫害、遭輕視而心力交瘁，甚至最後要以殉道的徹底捨棄自己的門徒來說，這啟示實在太難以理解了。因此，儘管伯鐸的認知完全錯誤，他的未來也將讓他自己目瞪口呆，但他還是被耶穌深深地觸動，在耶穌身上，他經驗到全新的事，是超越他一切所能想像得到的事；而在與耶穌一起傳揚天國的旅途中，他才漸漸明白他究竟在向誰宣信：「祢是默西亞，永生天主之子。」

當耶穌復活後（參閱若21：15-23），耶穌向西滿伯鐸提出一個問題：「若望的兒子西滿，你比他們更愛我嗎？」「他們」到底是指什麼？或許是指財富、名聲、地位、榮耀、成就感、虛榮，又或許是指自己。換言之，耶穌要這位萬分有把握、萬分有自信的伯鐸看看自己心中真正看重的是什麼？是人生中所能賺取到或所能贏得到的最大財富、名聲、地位、榮耀及成就感呢？還是主耶穌呢？進一步說，耶穌要伯鐸確定，自己是否真能夠「棄絕自己」，而不

再依賴自己的萬分把握及萬分自信，而全心依靠主耶穌嗎？

當伯鐸親身參與了耶穌的苦難，並從他的背叛與懺悔中獲得轉化後，我們看到伯鐸不再以自負的口吻回答主耶穌的問題說：「主，我比他們更愛你，」而是回答說：「主，祢知道我愛你。」這回答顯示伯鐸現在所在乎的是耶穌對他的看法與瞭解，而不再是自己所擁有的自信與把握。他對耶穌的回答正表達了他對耶穌的信德，因為真正信德所在乎的就是天主的想法，而不再是我們自己的想法。

就這樣，伯鐸3次對耶穌表白了愛情，而彌補了3次對耶穌的否認與背叛，並領受耶穌所賦予的重責大任之後，耶穌還預言了那為他所保留的十字架命運，也就是他將為主致命的命運：「我實實在在告訴你：你年少時，自己束上腰，任意往來；但到了老年，你要伸出手來，別人要給你束上腰，帶你往你不願意去的地方去。」若望解釋說：「耶穌說這話，是指他將以怎樣的死，去光榮天主。」是的，在耶穌受難以及伯鐸悔改之後，一連串跟隨耶穌的十字架道路便一一為他敞開了，他徹底跟隨主耶穌的能力到此也具足了，所以耶穌知道此刻是向伯鐸發出背負自己十字架邀請的終極時刻到了。

你想要擁有一個豐盛且是更豐盛的生命嗎？那麼學習那位與基督一起出死入生的伯鐸，棄絕自己，天天背著自己的十字架跟隨耶穌吧！將你的心給出去，奉獻給耶穌，祂將賜你足夠的愛在你心中湧流；將你的手、腳、身體給出去，奉獻給耶穌，為能夠在貧苦無依的人身上服事耶穌；背起你自己的十字架，將這背負十字架的生命奉獻給耶穌，好讓別人能看見通往永生的道路。阿們！

(全文完)



有天主，就夠好

■文／常祈天（資深文字工作者）
圖／上智文化事業

基督徒家庭的靈修練習

緊繃狀態下，我們當太太和媽媽的很容易變得愛生氣又沒耐心，而不是一心嚮往的甜美溫柔又歡欣喜樂的模樣，於是陷入無盡的自責與愧疚。或許，天下的媽媽都是一樣的，一樣不夠完美，一樣需要接納自己。在我們理智斷線、崩潰不已時，才發現原來自己多麼需要天主，也多麼需要與天主和好、與孩子和好。

我將第1章〈我不是天生就會當媽〉結尾的禱詞存在手機裡，期許自己每天這樣祈禱：「主啊，我願意信靠祢恩寵的扶助，不再單憑自己的努力去改變種種惡習和個人的軟弱。求祢解救我脫離善盡職責的焦慮，走出過往的傷痛。我知道祢絕不會離棄我，任我在人生道路上踽踽獨行、獨自摸索。祢天天與我同在，密切關注我、扶持我。懇求祢賞賜耐心，讓我善待自己，也能耐住性子對待摯愛的家人。求祢幫助我心平氣和地處理面前的工作，信賴祢的大能會使一切圓滿順利。阿們。」

成為父母，是最好的靈修練習

成為兩個孩子的母親後，我更加意識到自己的有限，除了時間和體力上的限度，也包括「自我意志」方面的限度。父母單靠自己的力量是遠遠不夠的，當我們不自覺地上緊發條，

試圖鞭策自己和孩子做好每件事情時，很容易忘了呼吸、忘了關注自己的需要和另一半的需求，也忽略了與天主談心。作者特別提醒我們：唯有能夠善待自己，並與基督的平安相遇，我們才能真正去愛另一個人。

身為媽媽，我需要每天保留15分鐘，給自己、給天主。祈禱也好，安靜地放空也好。或者是閱讀《做夠好的媽媽就好》，與作者柯琳一起面對教養的甘苦、尋求婚姻的成長之道；在每個章節中回顧自己的生命歷程，也探索苦痛的意義。這本書非常適合作為夫妻團體聚會的素材，透過書中的「沉澱與省思」，幫助彼此深入分享家庭信仰生活，一起在成為父母的路上相互支持、彼此代禱。

我很喜歡本書結尾分享的「驢子神學」。驢子非常固執且防備心很強，但牠刻苦耐勞又忠心耿耿，在救恩史上更扮演不可或缺的角色——牠是聖母媽媽與小耶穌的坐騎。不管我們再怎麼渺小、再怎麼微不足道，我們都能把基督帶到這世上，就像救恩史中那隻不起眼的驢子一樣。願所有和我一樣常常陷入焦慮的媽媽們，也能效法謙卑溫順的驢子，學會聆聽主人的聲音、學會順服與交託，並用自己獨一無二的方式，為天主做見證。

哇，6個孩子啦！這位媽媽是過怎樣的生活呢？拿起新書《做夠好的媽媽就好：放下完美與愧疚，活出更好的自己》，才看完作者柯琳·達耕（Colleen Duggan）的簡介，就忍不住好奇想一探究竟。

我有兩個孩子。小兒子出生後，再回顧之前只有一個孩子的生活，覺得實在輕鬆極了。對我和先生來說，現在的忙碌感不只加倍，而是多出好幾倍。再加上，我的工作面臨新的挑戰，需要投注更多時間和心力。現階段的我常常陷入焦慮情緒，工作進度吃緊卻又渴望多陪伴孩子；面臨這樣的兩難，我到底應該先做哪件事呢？

為了讓自己更有效率，總是在心中設定好時間安排及工作進度，然而與孩子相處時的情緒變化與體力負荷，總是讓我跟不上計畫。更糟糕的是，煩躁的心情還會影響面對孩子的態度，讓我無法好好聆聽及回應孩子的需求。

作者柯琳一針見血地道出我的心聲，她說在

成為真實與耶穌相遇的父母

■文／李秀英（祈禱醫治服事、「紫色小屋」祈禱工作室負責人）

就讀輔仁聖博敏神學院時，我是天主教學校的宗教輔導老師，且已進入婚姻生活。1987-1994那個年代去讀神學的已婚平信徒少之又少，特別是女性。我求學期間，懷孕生了兩個兒子，經常忙得焦頭爛額，但在神學院鮮少有共同經歷的同學可以互相支持鼓勵，也找不到相關書籍引導我怎樣成為「夠好的」基督徒媽媽。

十分高興在我畢業26年後，看到這本《做夠好的媽媽就好》，真令人驚喜萬分。我喜歡作者柯琳·達耕坦誠分享她的感受，與讀者建立「心與心連結」的親密關係，讓為人妻、為人母的姊妹們得到極有助益又切實的鼓勵與支持，更能幫助當父親的人深深體會妻子的心情。這本書是獻給所有夫妻和父母的最佳禮物。

我在閱讀的過程中，看到作者掏心掏肺地分享育兒過程的辛勞與辛酸，實在心有戚戚焉。書中描述的，正是每位父母必然經歷的不安與掙扎。作者的經驗提醒我們將養育兒女的焦慮交託給天主；我們的渴望與所需要的幫助，天主必會看顧。同時，作者也點出種種育兒迷思，幫助我們不要重蹈覆轍。

我有個祈禱工作室「紫色小屋」，從事「生命九階段祈禱醫治」的服務及陪伴，接獲的代禱意向中，時常遇到父母向我吐露對孩子與家庭的擔憂。我深刻體會作者所寫的：「我要學著無論成功或失敗，都不再和旁人比較，而是看到別人同樣陷入泥淖、苦苦掙扎時，能夠感同身受且仁慈和善地拉他一把。」我們都如同作者一樣，還在一步步走向痊癒，從破碎邁向聖化。我相信，身為父母對這本書會處處充滿共鳴之感。閱讀的過程，也是釋放與療癒的過程，幫助我們放下對於家庭生活不切實際的期待；我們的自我認同不再建立於當個有完美家庭的完美天主教徒，而是在耶穌基督眼中我們是怎樣的人。

除了作者的生活實例與小故事，書中還有一些《聖經》金句、聖人的生活典範和《天主教教理》的教導；在每一章的結尾也有「靜心時刻」的禱詞及「沉澱與省思」的提問，非常適合個人思索或讀書會小組討論。

健康的幸福家庭是最好的福傳，然而，這需要夫妻一起努力。我非常推薦《做夠好的媽媽

就好》，這本親子教養好書能成為與天主親密結合的媒介，更將天父的愛透過父母的角色，為這個世界帶來愛、希望與美好的見證。

我衷心期盼在走向成聖的旅途中，我們不要掉入作者提及的親子教養陷阱與錯誤觀念：樣樣嚴格要求盡善盡美，事事都攬在自己身上，內心非常介意他人對自己教養方式的評價，而且總是對孩子「有沒有保持信仰、夠不夠熱誠」感到緊張兮兮又患得患失。我們反而要學習交託與信賴天主，在與耶穌相遇的時刻，把祂的愛帶給我們的孩子與家庭：「我給你們一條新命令：你們該彼此相愛；如同我愛了你們，你們也該照樣彼此相愛。」（若13：34）

做夠好的媽媽就好：歡迎愛閱

放下完美與愧疚，活出更好的自己

作者：柯琳·達耕（Colleen Duggan）

譯者：林美玲

定價300元，即日起至9月30日止

特價**8折240元**，單本郵資50元

訂購請洽保祿書局：

台北：02-2371-0447

台中：04-2220-4729

高雄：07-261-2860

►網路訂購QR Code



天降的靈感與天降的擁抱

■文·圖片提供／劉其祥神父（方濟會士）

聖母元后紀念這一天，陽明山山仔后華岡路陽明山天主堂熱鬧滾滾，耶穌聖嬰方濟修女會的黃翠芳、黃瑞霞修女歡度發願金慶，孫毓苓（雅妮）修女則宣發永願；三家人的親朋好友坐滿了聖堂，全體靜心默禱，詠唱聖歌，參與鍾安住總主教禮的感恩祭，並在彌撒中舉行宣願禮及復願禮，彌撒禮成前，雅妮修女感性回顧聖召路，會長黃翠芳修女則向鍾總主教、劉丹桂主教及所有親朋好友誠摯謝忱，由於耶穌聖嬰方濟修會和我的修會原屬於沙市教區，黃會長在現場邀請我向大家分享我的祝福。

收到邀請卡，我想到兩件事：第一件，早在半世紀之前，當兩位黃修女開始初學時，我也開始每周一次，騎著50cc的摩托車，從台北昆明街經中山北路，攀登陽明山，到她們的會院，為修女們作靈修分享，談聖方濟精神。

第二件事，我能送她們什麼發願金慶禮物？想來想去，想不出適當的禮物！突然，看到我們方濟會的總會長在我的e-mail的留言說：「在祈禱中，常常記得您和修女們，讓我們繼續彼此代禱，為生活中的小事，感謝天主。」

總會長這句「感恩的祈禱」，是個「天降的



▲鍾安住總主教（左）喜樂地給百歲人瑞劉其祥神父愛的抱抱！

▲本文作者劉其祥神父（前排左）彌撒後與神長及修會全體修女合影。

靈感」，啟發我也讓我領悟，比銀子和金子更寶貴的禮物。《宗徒大事錄》記述，伯多祿向胎生癱子說：「銀子和金子，我沒有，但把我所有的給你；因納匝肋人耶穌基督的名字，你起來行走罷！」（宗3：6）於是握住癱子的手，拉他起來，癱子立即跳起來，行走。

「為生活中的小事感謝天主。」是中華文化「一粥一飯，當思來處不易，一絲一縷，恆念物力維艱」的美德，是我們需要的生活教育。

在我們靈修生活的旅途中，遭遇挫折，碰到考驗，我們的信仰就會像癱子，站不起來，我們需要親朋好友，因納匝肋人耶穌之名祈禱，拉我們一把，站起來，行走！總會長的感恩祈禱拉了我一把，信心振奮，活力充沛，勇往直

前，生活中，隨時隨地靜心，感恩祈禱，就是「手工自作」贈送親朋好友的最佳「伴手禮」！

讓我們在每天的生活中，不時地，靜靜地，玩味這比銀子和金子更寶貴的禮物，欣賞它含苞待放的嬌美花朵，香甜可口的纍纍果實；這就是我贈送發願修女及所有親朋好友的禮物！

這也是我們的總會長此時此刻從羅馬送給妳們的禮物。我告訴他，妳們感恩彌撒的日期和時間，並請他為妳們恭讀一段合宜的經文，祝福妳們。彌撒後，鍾總主教向我舉起大姆指，共融宴會快結束前，鍾總主教向我走來，突然給我一個大大的擁抱，這台北總教區大家長的「天降的擁抱」，讓我覺得好幸福！好喜悅！感謝主！讚美主！



安靜沈穩 默默關懷的毓苓修女

■文／閻美瑜 圖／姜捷

因為是輔神同學，所以我都直接叫她美麗的名字「毓苓」，我們的緣分很早就開始。

毓苓在入會修道之前和我先生是同事，在德蘭兒童中心服務，所以我知道她；但我們真正認識是在2017年9月同時進入輔仁聖博敏神學院接受神學培育，成了同班同學。

剛成為輔神新生時，面對課程的衝擊，我們各自埋首於課業，並不記得是從何時開始熟識並深談的，事實上，3年的同窗生活，我們互動的次數與時間並不多，但很奇妙的，彼此間有一種熟悉的默契，彷彿我們已是認識很久的老朋友；記得一年級上學期的聖誕節表演節目，毓苓對我說：「我選擇扮演企鵝，我這麼胖，不適合當天使、蝴蝶或小羊，我要當可愛的企鵝……」當時我覺得她非常了解自己，充滿創意，且有一種冷靜的幽默。

毓苓並不多話，十分安靜，可是一上台就會說很多，因為她很認真準備課堂報告；擔任班級幹部時也非常盡責，她是班上一股沈穩的力量。我感受到她如同聖母瑪利亞一般，默默聆聽並關照周圍的人。讓我印象非常深刻、非常感恩的一次經驗，是在諸聖節，我們參與學校大聖堂中午的彌撒，她坐在我旁邊；主禮神父講道時提及已逝親人，我默默地落淚，思念我早逝的愛女佳禾，雖然我很輕很輕的、不想影響到別人，但毓苓竟然注意到了，也了解我的

心思，她輕輕地對我說：「美瑜，佳禾在天上很好！」我對她點點頭，心中充滿難以言喻的感激和

感動；這是我的好同學，對近人默默付出、關懷與服務的好修女。

最後一學期，上《宗徒大事錄》的必修課，我固定坐在毓苓旁邊，仍然是透過短短的交談卻更深刻的認識她；例如她提到傳教史的自選口試主題是「方濟會來華」，她常為安寧病患及家屬祈禱，她分享對老師們的觀察與描述，她和教友及家人們的互動、親手做小書……，我更進一步看見毓苓的手巧心細、富於想像力和創意；看見她內在的篤定，感受到她的牧靈關懷和熱火，她的恩寵和她對聖召的答覆。

終於神學院畢業了，來到毓苓宣發終身大願的日子，參與感恩祭典和禮儀，讓我們看見她的修會簡單、純淨、自然的特恩，她對聖召堅定的答覆，以及與主同在的幸福。禮儀在群山環繞、景色優美，陽光照耀和雨水滋潤的陽明山天主堂舉行，聖堂簡單樸素、明亮自然，充滿祈禱氛圍，祭台前的弧形座位，使讚美的琴音與歌聲流暢共鳴，聖神充滿。每位參禮的祝



▲雅妮修女的親友家人是支持她聖召的重要力量



▲雙手交握，同心追隨。

福與互動，有如家人般安定、踏實與親切。

毓苓的聖召之路萌芽於她第一次參加8日避靜時，帶領神師方濟會田明秀神父問了第一句話：「妳覺得幸福嗎？」她一如平常、安靜沈穩地分享聖召之路上所感受到的幸福，就是喜愛上主、與主同在，毓苓確實享受也活出這永恆的福樂。當她說到母親對她的特別叮嚀與祝福：「從現在開始，妳要全心、全靈、全意、全力愛上主，妳的天主！」我們都深刻體驗到這自天主而來的祝福與恩寵，透過母親的口，不僅使毓苓福上加福，恩上加恩，也讓參禮的我們恩寵滿溢、平安喜樂。毓苓最後問在座的我們：「你幸福嗎？」我想：答案是肯定的，因為天主與我們同在！

特別一提的是，當成聖體聖血時，傾盆大雨自天降下，有如上主的賜福。就像經上所說：「讓我們認識上主，讓我們努力認識上主！祂定要像曙光一樣出現，祂要來到我們中間，有如秋雨，有如滋潤田地的春雨。」（歐6：3）感謝天主！



常年期第22周星期一雙數年

讀經：聖保祿宗徒致格林多人前書2：1-5
福音：聖路加福音4：16-30

■曾慶導神父（小德蘭福傳之友指導神師）

耶穌基督+

耶穌在約旦河受洗，開始了傳教之後，第一次回到故鄉納匝肋。一開始，祂好像很受民眾歡迎，但是當他們意識到祂所說的話的意義時，他們對祂變得沒信任，甚至敵視了。他們覺得，耶穌是誰呀？祂不過是木匠的兒子而已，祂哪來的智慧和資格去教導他們？

保祿今天也是面臨著相同的抗拒。他沒有以人高超的哲學、智慧動聽的言詞來宣講天主的奧秘，他只是憑著聖神的德能，宣講那位被釘在十字架上的耶穌基督。喜歡聽哲學詭辯的人，當然聽不下保祿所宣講的。

我們真的要習慣天主的做法，天主就

是喜歡用簡單的人、簡單的事物、簡單的言語去跟人打交道。祂喜歡生於木匠的家庭，而不是宮廷；祂喜歡用簡單的餅酒去變成祂的體血；祂喜歡用軟弱的人如伯鐸成為祂的教會的磐石；祂喜歡用十字架「無能的」愛來拯救世界。當然，祂也好像喜歡用軟弱無能的我們去傳祂的福音。

不知道天主為什麼老是用這種奇怪的、軟弱無能的方法去做事。一個可能的原因就是，憑藉權能做事的人，大概不會給別人的「信任」留下任何空間。即便在我們人與人之間的關係裡，如果我說的樣樣東西，我都能拿出證明給你看的話，你就沒有必要「信任」我了，我們之間的關係將

很難是一個「互信的愛」的關係。

「互信的愛的關係」會是這樣的：即使沒有令我啞口無言的證據，我仍然相信你。因為我所相信的是你這個人，而不是你要給我的證據。愛得越深的人，越不需要所謂證據。這樣的關係真美！

再來，一個人的「大能」大概只能博得我「哇，哇，猴塞雷喔！」之聲，但能贏得我對這個人的「愛」嗎？知道一個人為了我而軟弱無力地受苦，這才會激起我對這個人的信任和愛。天主渴望從我們這裡得到的，不是「哇、哇」之聲，而是信任和愛。



遇見愛 卷4：

我的Camino天空

誰不喜歡看天空呢？應該沒有吧！晴天無雲的藍讓人看了身心舒暢，有雲朵漂浮的天，讓人想像無邊，那白綿綿的雲可以在每個人的眼底有不一樣的形貌，我看起來像熊熊的雲，在孩子們的眼裡可能就變成狗狗；晚間無雲的天空，燦爛星辰銀河，更是我的最愛！

我常常抬頭看天空，期待超級藝術家天父爸爸是不是有特別的話要對我說？天父很喜歡讓祂的孩子們知道祂愛的心意，與祂愛的同在。祂無所不在，無所不及，只是祂的聲音與心意常是不明顯的，是隱藏在風聲和雲裡，需要我們靜寧身心，慢下腳步來聆聽與仰望！

去年從倫敦轉機來到馬德里，心情興奮不已，等不及呼吸這西班牙的空氣！走下機艙樓梯時，我大大的吸了一口氣，伸伸久坐痠痛的腰背，左右看看這西班牙美麗的藍天白雲，第一個印入眼簾的竟是我所愛的記號，我主耶穌愛世人的記號——十字架！眼淚在眼眶中打轉……「主啊！謝謝你！你知道你的孩子一個人在這異鄉，心中有些擔心害怕，不知道未來這些天會發生什麼事，而你竟以這樣的記號，來顯明你的同在！主啊！謝謝你！謝謝你！」

對一個在道家村長大的我來說，因被主耶穌在十字架上受苦的形象所吸引，而來尋找祂，之後領洗成為天父的孩子，十字架，變成了我與主耶穌之間一個很重要的記號！是愛的記號！是救恩的記號！是同在的記號！

但我怎麼也想不到，在Camino每日的天空上，祂就這麼神奇的在我抬頭的時候，就可以看到十字架形貌的雲！有一天，當我仰望天空，看不到十字雲，正在想說，是不是主耶穌要讓我看時間還沒到，就在想著轉身那一霎那，十字架雲就藉由兩架飛機的飛過，飛機拉線出久久未散的凝結尾，在天空慢慢地成型，



▲在Camino的天空看見天主所給的記號——十字雲。

真讓我更感嘆讚美主，祂是這樣的心思縝密地聽著我的心聲細語！

十字架在羅馬時代是駭人的行刑工具，是罪惡、痛苦與羞辱的記號！而十字架的意義，卻因著耶穌犧牲的愛改變了：成了愛的記號，救恩的記號，寬恕的記號，恩典的記號，盼望的記號，更是祂真實同在的記號！但主耶穌復活

■文·圖／趙素宜
(西雅圖Our Lady Of Mt. Virgin堂區教友)

了，更為我們帶來永恆生命的盼望！「雙目常注視著信德的創始者和完成者耶穌：祂為那擺在祂面前的歡樂，輕視了凌辱，忍受了十字架，而今坐在天主寶座的右邊。」（希12：2）

聖母蒙召升天的瞻禮日是我領洗的紀念日！在我19歲那年，成為天父的孩子！是耶穌在十字架上彰顯的愛，吸引我回家！這是我一生最美最大的祝福與禮物！在Camino的6天朝聖行路裡，主耶穌天天用十字雲與我相遇，帶領我的腳步，最後更在我50歲的生日午餐，與我對坐用餐，還有什麼慶祝能比這更豐盛的呢？

這是我Camino的天空！但天父爸爸在Camino為每位朝聖者量身定做了不同畫風的天空，張張精彩，期待著朝聖者以一顆開放尋找的心與祂相遇！祈願每位朝聖者都能來經驗十字架上的愛，擁抱十字架，終能委身於十字架，成為天父永遠的孩子！阿們！

遇見愛 卷5：

也是印證！

上星期被診斷中度雙膝骨關節炎後，開始為期一星期兩次的長期復健！

這位年輕的復健師非常認真地詢問病史，然後問：「妳最想要的復健目標是什麼呢？」我說：「可以自由地蹲下去做園藝，上下樓梯；最重要的是還可以再回去走……」在沒有講出Camino之前，我突然問了他一聲：「嘿！你聽過Camino嗎？」他說：「沒有聽過！」

於是我向他介紹聖雅各朝聖之路，直到意識到已半個小時過去了，我都不曉得他的名字，於是我問他：「不好意思！請問你的名字是什麼呢？」他說：「妳都不知道是預約跟誰做復健嗎？那妳想要我的名字是什麼呢？」

我笑了笑，心想，怎麼有人這樣說話的，真

可愛！他然後回答說：「James。」

哇！怎麼會有這麼巧的事情？我就當場高興地跳著轉圈起來，我說：「你真是我今天的小奇蹟呀！你竟是James！你知道Camino就是向耶穌的宗徒聖雅各安葬之地嗎？這復健最大的目標就是我想要再去走一趟Camino啊！你是James！你要幫助我再走回去看St. James！哇，還有什麼比這更美妙的事呢！」

我真是不敢相信，在這個復健中心有4個復健師，他們幫我預約，要幫我把這雙膝再強健起來的復健師竟是James；感謝主！妳已經一步一步在為孩子做預備了，我就是努力實實在在地跟著James做復健，再走上Camino，就不是夢了！也謝謝St. James！



仁愛天使創作 藝起放術假讚！

■文·圖／新竹教區仁愛社會福利基金會

新竹市天主教仁愛基金會的愛藝天使們，於8月18日至8月23日在聖母園區舉辦《「藝」起放「術」假——身心障礙者藝術創作聯展》，展出內容有立體創作、陶藝品及繪畫作品，仁愛基金會天使們純真的匠心之作，帶大家走進他們溫暖繽紛的想像世界。

展覽在聖母園區舉辦，園區內的義式餐坊正好有暑假限定優惠活動，還有定期上架多款愛心捐物的902小舖，讓前往民眾參觀展覽，還可以享美食、挖寶購物、做公益！

仁愛基金會提供身心障礙者豐富多元化的學習與休閒活動，將各項藝術活動融於他們的日常作息中，在藝術薰陶下，逐漸展現潛能，發揮自己的藝術天份、創意及想像力，帶來正向的能量。每周安排有趣的陶藝、美藝社團活動，學員依自己的喜好參與，藉由課程訓練手部精細動作、培養專注力、穩定情緒、提升成就感及藝術創作能力。

陶藝活動結合新竹市科學城社區大學陶藝師資資源給予指導，透過陶土、美術運用簡單的捏塑技巧及顏色彩繪，創作出更加豐富、多樣化的陶藝作品及美麗的構圖，如：平面版畫、立體容器作品……等。學員各自有獨特的藝術美感及表達方式，這次的藝術創作聯展，激勵他們創作的動機，展現自己的才能，讓社會大眾看見了他們內在之美。

藝術聯展開幕當天，新竹市科學城社區大學吳文英老師與大家分享她的經驗，談到剛開始教學的情景，有些學員因不熟悉陶土的質地，會有些害怕觸碰陶土，在耐心的教導帶領下，他們慢慢地學習將陶土搓條、揉圓、捏壓的塑型方式，再用水彩筆沾上釉料著色，創作屬於自己的藝術作品。吳文英老師表示，看著仁愛天使們一點一滴的成長與進步，令她相當開心和感動。

新竹市天主教仁愛基金會林湘雅執行長表

示，透過藝術展覽平台，展現身心障礙者的自我價值及學習成果，特別感謝台灣應用材料公司贊助練土機及電窯機，提供學員陶土作品燒製，新竹科學城社區大學老師指導陶藝課程，以及崑碩國際股份有限公司贊助相框掛鏡的愛心支持，讓這次的聯展有模有樣，大家都給予好評不斷，也給了愛藝天使們許多鼓勵，讓他們自信心倍增。

期盼這次藝術聯展讓社會大眾更加了解身心障礙朋友也具備藝術創作潛能，用心感受他們內心的樸拙之美，繼續給予肯定和支持。

今年受疫情影響，募款相當困難，懇請社會各界愛心捐款，劃撥帳號：50108020，戶名：仁愛社會福利基金會，也請支持【2020中秋LOVE義賣活動】，愛心訂購專線03-578-4633分機1688仁愛公事組。更多活動訊息請至仁愛網站：<https://www.charity.org.tw>



享健樂活 遇見新時尚

■文·圖／天主教失智老人基金會

2020失智老人募款活動起跑

天主教失智老人基金會與長期關注失智長者議題的安聯人壽，8月20日再度攜手啟動失智老人募款活動，將主題定調為「享健樂活·遇見新時尚」，鼓勵銀髮族重新認識自己、找到自己，開創活力滿滿的第二人生。

記者會邀請活動代言人——戲劇男神溫昇豪向大眾推動失智症防治概念，倡導透過健康的生活方式，如：合宜的運動、地中海飲食、適當的課程等來預防失智症，並由白婉芝老師、劉仁海牧師進行時尚走秀，活動相當精彩豐富。

失智老人基金會鄧世雄執行長表示，感謝安聯人壽15年來的協助，不但讓弱勢失智患者能得到更好的照顧，更喚起國人對這個世紀之病的重視。而今，年紀不再是一種包袱，就算患有失智症也不代表所有事情都不能完成。

2018年，我們拍攝了《與失智共舞》，其中兩位主角就是參與時尚走秀的白婉芝老師及劉仁海牧師，白老師2019年參與基金會各項活動，我們將她正向面對失智的過程，排練成舞

台劇，同時，她也跟著我們的舞台劇進行全省10場的映後演講，激勵了許多人。

劉牧師目前擔任台灣基督教福利會的董事長，最早就是參與本會的輕度失智者生活型態再設計的課程，當初發現自己罹患失智症時，仍積極地面對生活、努力活化自己，投入公益，四處演講，不斷創造生命的價值。從他們在舞台上展現的自信眼神，感受到他們勇於面對失智，學習與疾病和平共處的態度。」

基金會活動代言人溫昇豪表示，已逝的奶奶晚年罹患失智症，常問家人「你是誰？」讓他很難過，很心酸！他說，奶奶失智後會重複做同樣的事，或不合理的事，由於那時家人不了解失智症，導致奶奶病情延誤就醫，他很後悔沒有好好把握與奶奶相處的機會。溫昇豪進一步地說：「我的人生中累積了許多美好的回憶，然而對失智長輩而言，那些美好的日子，只能由家人們代為收藏，但我相信，雖然失智會讓記憶消失，愛卻不會離去。」



▲左起：安聯人壽鄭祥琨行銷長、鄧世雄執行長、劉仁海牧師、代言人溫昇豪、白婉芝老師、安聯人壽林順才總經理、劉育群業務長。

國外研究報告指出，演員因長期運用短暫記憶背台詞，未用到大腦，是失智症的高危險群，因此他每天運動健身減緩失智症，並分享如何透過控制飲食和持續運動，管理自己的健康與生活。活動中，也特別邀請蘇佩綺職能治療師，特別運用環狀彈力帶設計示範了幾套動作，持續維持即可預防或延緩失智。

「2020年失智老人募款活動」自即日起至今年12月31日止，單次或定期捐款達1000元，即可獲得「健康環狀彈力帶」乙組；詳情請參考Facebook粉絲頁「樂齡A Go Go」或天主教失智老人基金會官方網站<http://www.cfad.org.tw>。

歡迎撥打愛心捐款熱線：

02-2332-0992

▶線上捐款QR



輔醫靈性關懷 穆斯林感受天主的愛

■文·圖／輔仁大學附設醫院院牧部

歷經3個多月的治療後，住在輔大醫院的塞內加爾病人艾寶，體力逐漸恢復，8月17日，第一次從床上坐起來，這個舉動，鼓舞了陪伴他的妻子及照顧他的醫療團隊，天主奇妙的手持續在他身上施展大能；輔大醫院也因著這位弟兄的照護需求，逐步落實「醫療傳愛」——遵照天主教信仰與醫學倫理，以全人療護與關懷之精神，為病人提供優質的醫療與健康照護的使命，彰顯「敬天愛人、視病猶親」的核心價值。

4年前，艾寶為了理想帶著妻子來到台灣，當他被診斷患有嚴重感染病症時，不禁令人省思，努力工作的他，是如何忽略了自身的健康？是如何為了所愛的家人而奮鬥？因為身分特殊，醫療費用仰賴各界的善款支持，但更令人看重的，是金錢無法度量，在天主眼中視為無價的——生命。

從他來到醫院治療後，院牧部關懷師成為他與妻子的同行者，在漫長的靈性關懷歷程中，克服語言的限制，輔醫關懷師透過各種方式，辨識他們的靈性需求。身為伊斯蘭教徒，他們有著積極的人生觀，相信生命是真主賜予的恩典，具有崇高價值和意義，面對生死的艱難與困苦，確信在真主的智慧及啟示下，都能一一克服。信仰在艾寶身上體現的是愛與勇氣的力量，如同單國璽樞機主教說過的：「信仰能化恐懼為勇氣和愛」。

長期在條件惡劣的環境下工作，使得他身受嚴重感染，太太十分憂心棘手又複雜的病況，丈夫倒下，人在異鄉無依無靠的她，用著簡單的英文向關懷師訴說無助與擔憂，對家鄉女兒

的思念也更濃厚，太太需要的是「愛與被愛」的情感支持，從建立真誠的關係開始，關懷師不斷學習在靈性關懷幅度上打開自己的心，以尊重與接納的方式，接受不同的信念與價值觀，成為太太與醫療團隊之間溝通的管道，協助她在「與至高者的關係」需求上提供信仰團體的轉介資源。

艾寶毅然選擇接受積極治療，因為生命的終點掌握在真主手中，善度真主所賜予的生命，就是做好侍奉真主的工作，關懷師在醫療之外，為他連結所屬的信仰團體，才知道他結識了一群同樣來自塞內加爾的弟兄，他們在信仰感召下，以真誠團結的手足之情彼此相待，不辭晝夜地為艾寶的需要守望祈禱。

關懷師陪伴艾寶的過程中，看見他經歷無數次肉體的痛苦，如同被釘在十字架上的耶穌，獨自面對被天父遺棄的痛苦；關懷師分擔病人與妻子的痛苦與不捨，如同在困難及黑暗時刻中去愛受苦的耶穌，看似沒有終點，卻仍持續向天主深不可測的奧秘靠近；這份痛苦帶來的改變逐漸顯明，艾寶相信他與真主阿拉同在，太太及同鄉弟兄同心合意地祈禱，不間斷地陪伴；「若你們中二人，在地上同心合意，無論為什麼事祈禱，我在天之父，必要給他們成就。」（瑪18：19）他的靈性持續在堅定的信仰內被提升。

艾寶從病苦到甦醒的歷程，我們成為看見



▲艾寶（中）在太太及關懷師陪伴下，第一次坐起來問候大家，表達感謝！



▲輔醫院牧部石台華修女每天都到病床前為艾寶祈禱，表達大家的關心，激勵他的求生希望。

超越力量的見證者；當這位為生命而戰的勇士來到我們中間，我們體現出在靜默中為他而存在的價值；艾寶的靈性生命與關懷師的靈性生命，在此產生交集，一切的源頭都來自健康照護的核心價值「愛」，這份愛引導著靈性關懷的服務，看見病人及家屬的需要，努力使之成為優質服務，以愛成為具有療癒效果的臨在，如同耶穌所說：「所以你們應當是成全的，如同你們的天父是成全的一樣。」（瑪5：48）

輔大醫院期許成為「一座有靈魂的醫院」，當靈性關懷碰觸到人的靈魂，最貼近病人心靈的服務就是「愛」，輔大江漢聲校長曾說：「敬天和愛人涵蓋了所有的基督精神，而在醫療上視病猶親也是同樣愛的極致。」院牧部努力成為天主的工具與合作者，效法慈善的撒瑪黎雅人，以「全心、全意、全力、全靈」的服務精神，跨越人性藩籬，超越自我、種族與國家，以天主的慈愛對待每位需要幫助的人，相信每位病人都是天主寶貴的受造物，尊重病人具有找到生命答案的能力，協助病人看見生命的價值與力量，在病苦中認出天主的面貌與臨在，看見苦痛的價值，陪伴每位病人及家屬走過由痛苦到希望的旅程，實踐無私的愛與奉獻。

在7-11裡遇見熊快樂！

■文·圖／黃琪珊

台中教區附設彰化慈愛教養院，在彰化縣政府、衛福部社會及家庭署大力支持與補助下，設立的「熊快樂日間作業所」（又稱小作所）於8月22日上午10時30分，由蘇耀文主教、彰化縣副縣長洪榮章及彰化縣社會處副處長陳素貞共同揭牌開幕，慈愛教養院創辦人吳彩珠伉儷專程參加開幕喜事，祝福這群心中永遠的寶貝們！

7-ELEVEN彰化區經理黃仁豪和附育門市店經理黃靖雅也和大家一起喜迎這美好的公益合作開始。「熊快樂日間作業所」是彰化第14所的日間作業所，但很特別的是，是首次跟7-ELEVEN合作的小作所，超商與小作所僅有一門之隔，動線引導超商顧客來到小作所銷售區。

蘇主教致詞表示：「在我們的生活中秉持天主是愛的精神，彼此相親相愛彼此照顧，尤其是照顧最小的弟兄姊妹。38年前，吳彩珠伉儷

創辦了慈愛教養院，感謝天主，一路有許多大小天使幫忙，在愛的關懷裡不斷成長。謝謝縣府及7-11和我們一起為慢飛天使服務，擁有新的地方學習工作能力，發揮所長，生活更加充實快樂，因著大家的合作成就了美好果實！」

洪榮章副縣長表示，縣府社會處與慈愛教養院合作成立的第14所日間作業所，並首次與7-ELEVEN合作，透過商業服務，讓他們能與人群接觸並互動，養成獨立生活習慣，減輕照顧者的負擔，做好身心障礙者社區照顧是我們努力的目標，讓社會更溫馨和諧。

慈愛教養院長張明正說，小作所成員的工作能力有限，主要是透過手作訓練定力與手部協



▲蘇耀文主教祝福「熊快樂日間作業所」開幕，與嘉賓同聲說讚！

調，培養自立生活能力，幫助他們更容易融入社會，與職場結合。未來空間將可提供縣內20名身心障礙者在周一到周五每天8小時的日間服務，也為銷售門市開發手工蛋捲、餅乾及陶藝品，接下來還會有手工肥皂等，和超商產品作區別。

開幕儀式後，烘焙班的成員們拿著手作蛋捲和餅乾請大家品嚐，開心介紹手作產品，期待這樣創新多元的服務，為這些慢飛天使們開展更寬廣的天空遨遊其中。



◀營隊小朋友旗山大修院巡禮 ▲小朋友聖歌帶動唱
▼劉振忠總主教行覆手禮，派遣小朋友成為傳愛天使。



傳愛天使營歡聚真福山 把愛活出來

■文／張卉儀（樹人醫護管理專校老師） 圖／吳育贊

真福山首屆「傳愛天使營」，本著單樞機主教的精神，將愛活出來，並由慈愛出發，讓關懷弱勢族群及貧困兒童和各堂區主日學的弟妹都能與青年哥姊們在天父的花園裏彼此扶持，共同學習成長。

教區青年兒少 因主愛而齊聚

真福山社福園區自8月10日至12日隆重舉辦的傳愛天使營，是由單國璽弱勢族群社福基金會主辦；高雄教區路竹聖若瑟天主堂承辦；各堂區及樹人醫專協辦。參加學童分別來自：宜蘭頭城堂區、花蓮卓溪堂區、台東太麻里堂區、嘉義民生堂區、台南教區以及高雄教區各堂。協助帶領營隊的青年，有來自台北、新竹、台中、嘉義、台南、高雄、屏東及花東地區的青年朋友。

8月10日早上7時，由營主任路竹聖若瑟堂主任司鐸艾敬主神父、營長吳育贊弟兄率領堂區的學青與工作人員和樹人醫專的大專青年一行30名，由高市路竹區出發前往真福山作營隊開辦前的最後檢視。

當天上午11時，來自全國60位主日學國小三至六年級的小朋友，在領隊神父、修女、老師們的帶領下，陸續抵達真福山社福園區。

課程內容豐富 活動多采多姿

營隊課程包含：生命教育、聖歌教唱、美語唱遊、感恩彌撒、團康活動、才藝課程及戶外教學等，期望透過各項活動設計，讓參與之學員能了解其生長環境，培養在環境中覺察正向

力量的能力。

營隊中相當重視的生命教育課程，邀請來自台南教區的吳育賢老師前來授課，課程中強調「祈禱」的重要；吳老師邀請小朋友做任何事前，或是遇到困難時，應主動地向天父祈禱，而祈禱的內涵即是「感謝、讚美、求恩、求救」；小朋友們都能心領神會，學習得很快，並以率真可愛的童言童語和主耶穌說話，說出自己的感謝與祈求，認識了祈禱的美好，也感受到祈禱的功效。

戶外教學是孩子們最喜歡的，營隊暢遊美濃文化村、到旗山糖廠吃冰棒，再至旗山大修院巡禮，感受一下修道青年在此的生活概況；在大自然的懷抱中，讓小朋友們藉由戶外教學，享受天父創造大地萬物的美。

才藝課程則是由台南天主教波尼法文化志工協會的老師指導，教大家如何發揮創意，製作石頭彩繪、葉脈書籤及祈禱燭台，每位學員都認真的學習，並開心地完成作品。

聖歌教唱、美語唱遊及團康活動，皆由營隊大哥哥及大姊姊們帶領，小朋友歌聲嘹亮，精神抖擻。團康活動緊張刺激，遊戲中驚呼連連！歡笑聲此起彼落。

接受覆手派遣 成為傳愛天使

惜別晚會，小朋友和大哥哥大姊姊們一起策畫表演才藝，大家都拿出本領來，呈獻最美好的一面，演出節目有：小提琴、吉他、歌唱、舞蹈和團體表演；經過了這幾天的相處，從一開始原本的很陌生，到惜別祝福的依依不捨，主

愛內的真情流露無遺，參與晚會的工作人員、隊輔和小朋友們相互擁抱，大夥兒被這氣氛所感動，紛紛落下感動的眼淚來。

營隊結業成果展現：高雄教區劉振忠總主教親臨主持，小朋友將所學到的聖歌帶動唱、美語唱遊及隊呼，展現在劉總主教、堂區神父及來賓面前。最後，劉總主教給營隊小朋友及青年隊輔們覆手派遣，成為真福山傳愛小天使。結業惜別祝福禮由營隊指導神師黃東昇神父、營主任艾敬主神父及花蓮卓溪堂區林貴明神父為學員覆手祝福，讓天主的愛藉由神職人員的雙手，傳遞至學員身上，讓他們將這份愛與感動，帶回鄉里及堂區，成為名副其實的傳愛天使。

點燃薪傳之火 延續堂區命脈

感謝天主的降福與護祐！謝謝劉總主教親臨成果驗收，並給小朋友和青年們覆手派遣成為傳愛天使；謝謝遠從花蓮卓溪堂區的林貴明神父、宜蘭頭城蔡益仙修女、屏東滿州的李惠蘭修女及堂區主日學老師們，率領堂區孩子們前來參加；值得一提的是，天主教博愛基金會楊景明董事長及胡執行長由台北南下探營，並給營隊小朋友勉勵。神秘嘉賓鐘治世爵士伉儷、張舜明騎士伉儷都蒞臨會場給小朋友祝福。結業當天，各堂區主日學老師、堂區幹部及親友團40多位兄姊前來給小朋友鼓勵。他們將偕同小天使們回到堂區，協助點燃兒童主日學薪傳之火，實踐「兒童受培育、青年展活力，薪火能相傳，堂區能福傳。」感謝天主！



▲活出愛！讓我們把愛活出來

▶愛使我們相聚在一起





▲開幕禮上，茶葉蛋神父致詞，和小朋友拉近距離。



▲頒獎禮上，大家都有獎，孩子們得到開心的鼓勵。
▶修女們陪伴信班的幼兒上課，提高他們的興趣和專注力。



▲要理班的小朋友們參加茂林風景區的出遊活動。

暑期要理班 好園育好苗!

■文／彭婉琳（台南教區中華聖母主教座堂主日學主任） 圖／台南教區中華聖母主教座堂

朋友，不免高興、歡笑，還要來個擁抱。我們選用葉榮福老師的《跟祂就對了》人子教材，在每天早上安排要理課程；下午則是美勞課、歌曲教唱、團康活動、神父故事時間。

我們很幸運地在開學第一天就遇到了教廷代辦佳安道蒙席拜訪台南教區，也來為上課的孩子鼓勵降福！每天上午，孩子開開心心地來上課，下午滿足地帶著美味點心回家；每一天都是準時來上課，家長還說：「小孩還很擔心遲到呢～都趕著我們要快點出門！」還有家長說，小孩來這裡才5天就胖了不少，問我們是準備了多少好料啊！其實我們的規畫就是早上10時吃點心，12時吃午餐，下午4時吃點心，吃不完可以帶走……也吃太好了吧！還有許多位青年會的大哥哥、大姊姊來陪小孩玩，照顧小孩，還要飛高高、下象棋、唱歌、律動……哥哥姊姊超厲害，大家都玩得很開心！

這次要理班有別於以往比較不一樣的地方，我們有特別為已準備好領聖體的孩子，設計了完整的課程，當然他們也是先在各堂上了幾年的主日學，我們再結合這次的聖體課程。所以，在結業式當天，除了有小孩的唱歌表演了〈我主耶穌是我生命源〉和〈信賴耶穌心中就有平安〉，也有頒發小禮物給小朋友。

此次活動的重頭戲是，有5位小朋友在當天彌撒中初領聖體，小朋友們先要分別辦第一次

的告解，同時有大一點的小朋友，由尚彥老師帶領念了完整的玫瑰經，初領聖體的小朋友每個看起來都好緊張也好期待，領過聖體各自都很開心，說說感想，就在彌撒結束神父的祝福下，讓整周的要理班活動有個美好的Ending。

同一個周六，小朋友還跟著老師和家長參加了限定版的戶外登山之旅，我們一早帶著參加的孩子們，先去了茂林風景區，走走吊橋，看看小萬里長城，欣賞多納部落的石板屋，吃美濃客家美食，到美濃民俗村玩童玩、畫紙傘，再去月世界爬天梯、看天池，直到晚上6時才回到台南；帶著滿滿收穫，圓滿結束了一周的活動。

小朋友都在問：「明年還有要理班嗎？」「可以不要只有一星期嗎？」「時間可以再長一點嗎？」我只能告訴他們：「明年再說！」讓大家保持著這份熱火與期待，讓這小苗在好園圃中慢慢成長。

此次要感謝中華聖母主教座堂籌備暑期聯合要理班活動；感謝羅建屏神父、阮方非神父、阮德智神父及修女們，還有主教座堂、大林堂、開元堂、東門堂、安平堂、母佑堂的師資協助家長參與，主教座堂的聖母軍為我們準備5天所有的點心及中餐；主日學的老師全力支援，當然也不能忘了青年會的大哥哥、大姊姊啊，其實，他們當時也還有一個營隊在籌備中，百忙之中還是來幫忙，我們也準備華納威秀的電影票贈與他們，預祝他們的營隊活動順利！

在 今年新冠疫情的影響下，許多暑期活動都在評估，要如期舉辦或是不辦，以及如何安全地辦活動；所幸聖體營、信仰生活營皆未取消，讓小孩充滿期待。以往令人期待的暑期要理班，今年由中華聖母主教座堂負責主辦各堂區都可以來報名參加的聯合要理班！接獲任務，就努力著手來辦囉！

辦活動真的不是說說這麼簡單，地點？師資？參與的學員？工作人員？餐點？器具？教材？都要一一尋找。首先，地點最不是問題，我們平常主日學就有現成的場地，只要備好軟硬體設備即可，再來的就是人的部分了！蒙天主護佑，我們得到了臨近堂區的師資資源，神父、修女、主日學發展協會、青年聯誼會、聖母軍、主日學及各堂家長的大力相助，加速了這次籌備工作。

要理班的第一天，參加的學員一一報到後，感覺好像牛郎織女相會，大家來自不同堂區，每年到了暑期要理班才會相聚，看到自己的好

聯合要理班初體驗

■文／林映婕（中年級望班）

第一次參加暑期聯合要理班的活動，共有5天的課程，我既緊張又興奮，期待可以認識新朋友，也可以更了解《聖經》的道理。

課程中，仲瑜老師解說聖三的奧秘，洗者若翰與耶穌領洗分別代表的意義。美芝老師和幸娟老師分享關於耶穌所行的奇蹟與故事，讓我知道，為耶穌而言，沒有不可能的事。麗娟老師也教導我們如何告解、領聖體，我們也學會了與天主和好，祈求原諒。

耶穌在我心中

■文／陳媿濤（高年級愛班）

這次要理班不僅讓我更了解聖經故事，更高興的是，我可以領聖體了，老師說這樣耶穌就在我心中。

雖然只有1個禮拜，我知道更多聖經故事，也讓我更接近耶穌，對我很有幫助的課程包括：聖神九果、聖神七恩、天主教四大特點、念玫瑰經的方法及順序……。感謝這次幫忙的哥哥、姊姊、叔叔、阿姨、老師、神父及修女，很開心參加這次的課程，不僅遇到了以前的好朋友，也認識了一些新朋友，期待生活營再見，也期待明年能夠再開辦要理班！

我愛去教堂

■文／陳懌（低年級信班）

很喜歡參加暑假要理班，最喜歡火箭哥哥、沙發哥哥和魔術哥哥，也謝謝神父送我玫瑰念珠！我知道天主會派小天使，還有耶穌和聖母媽媽會一直保護我！所以，我不害怕去教堂，而且，我還要參加小澤溪合唱團。

每天我都會跟天主祈禱，希望天主可以保佑大家平平安安的，保護我！我很期待每一次的主日學，我想要一直去教堂！老師教我好多聖經故事，我真的很開心！好想好想一直再去教堂唷！

心手雙暢

該在天上為自己蓄積財寶，因為那裡沒有蟲蛀、沒有銹蝕，
那裡也沒有賊挖洞偷竊。因為你的財寶在那裡，
你的心也必在那裡。(瑪 6:20-21)

台北聖經講座手抄福音研習

為配合台北總教區的「聖言年」，台北聖經協會特別規畫了數項藝文活動：生活見證徵文、生活攝影、畫聖經故事、聖言金句書法，以提高信友們重視《聖經》研讀及實踐，2021年2月起將於各鐸區作巡展。而其中的「聖言書法」是引導教友們藉著對硬筆書法之興趣，接觸《聖經》、親近聖言，進而喜愛聖言，活出福音精神。



■文／陳貴糖（台北總教區聖經協會理事） 圖／台北聖經協會

台北聖經協會手抄福音研習第二堂課，在8月1日下午2時於萬大路玫瑰堂地下室舉行，主講者林之鼎神父以「心手雙暢」同一主題繼續開講。延伸上一堂課以「結構」為主，當天所談的重點則是「計白當黑」的「留白」。

首先，參加者每人得到一張A4空白紙，林神父請大家以直式在這張白紙上橫書100個左右的國字，內容任意不拘，將姓名寫於反面右下角。10分鐘後，神父視全教室學員書寫的狀況，再由哲學思考角度切入，並引用西方的書跡學 (graphology) 以觀整體人格的特質，使參與者理解自己在變遷環境中的定位。每人其實都是一本敞開的書 (open book)，聖化它，也就使自己也可以成為「聖書」了。

每個人的字跡就如同指紋，沒有任何一個是相同的，都是獨一無二的。空白紙代表每人的生命本身及所處的團體，在紙上書寫則代表自己如何與他人交往、如何與生命周遭的事物相處。從紙張與邊界留白 (margins) 的情況，來分析如何讓出左右上下適當的距離、即理想的留白，使整個篇幅能看起來舒適得當。從字跡中能展現人的過去與未來，以及自己如何與他人交往，於是何處留白、留白部分的大小、有無留白……就有不同的表徵了。

以下就書寫留白的情況，分析人格的特質：

1. 四面平均的留白：這種人較關注視覺效果，特別在意外顯表現、美感、設計、對稱、次序、平衡等，是講求細緻、三思而行的人。



- 2. 左邊過寬的留白：指一個人有不愉快的過去，試圖從中離開，自我規範，自我認定的制約。
- 3. 右邊過寬的留白：害怕不敢繼續往下，在走向自己的未來及目標時停止前進。
- 4. 四面過寬的留白：表示需要四面堅實的圍牆保護，不易與周遭產生適當的關連，恐有適應不良之慮。
- 5. 左邊留白下行時漸寬：此種人急於立論或達到目標。
- 6. 左邊留白下行時漸窄：對於未來越來越恐懼擔憂。
- 7. 左右兩側留白皆窄：此種人不依從別人的觀點看事，使命必達。
- 8. 左邊不平的留白：少部分的人無法順應社會的常規，個性倔強任性、敵意對抗、舉止失當。
- 9. 完全不留白：不由自主的忙碌，此人常令人覺得貪吝、或對別人毫無保留。

- 10. 寬闊的上邊留白：對收件者愈感正式尊重，頁面上低下自己。
- 11. 窄小的上邊留白：對收件者覺得親切熟悉，因此不需要低下自己來顯示尊重。
- 12. 寬闊的下邊留白：對未來恐懼不安，故停止前進。
- 13. 窄小的下邊留白：易於延誤不可避免的例行公事。
- 14. 起皺變形的留白：是一個警訊，危險的衝動，不先計畫再行事，常後悔，覺得頭腦不清。

每個人的字跡展現都是獨特的，不是要貼別人標籤，也不是為給自己找藉口，而可讓我們看到人的侷限，也開啟我們看到每個人可愛之處。從留白可以管窺自己的人格特質，了解自己在團體中的位置。

透過手抄福音，讓我們在態度的轉變中體會什麼是悔改，在悔改中品嚐《聖經》的新意，更體會天主才是最究竟的美好。

手抄福音研習的靈修與省思

■文／賴貴美（台北聖經協會理事長）

各教區在2020聖言年為推廣信友能落實讀經靈修特別舉辦各項活動，台北教區又因疫情而取消了多項聚集性的查經及說聖經故事等各項活動，就在政府呼籲全台都必須在家沒重要事件，切勿出門，在家時間變多，能做些什麼呢？

考量到信友的靈命之糧，同時，主教團教義委員會吳家榮姊妹來訊息告之，聞道出版社推出用手祈禱系列，出版了一套《抄一部瑪竇福音》、《抄一部馬爾谷福音》、《抄一部路加福音》、《抄一部若望福音》，如果統

一合購這四部手抄福音，就有不錯的優惠，因此全台教區紛紛發動團購，一時風起雲湧地推動起手抄福音。

但因為信友只是抄寫，而不知其所以然，就很可惜，而我在努力尋找台北總教區合購對象的同時，林之鼎神父和我談及「寫字」的重要，他很讚許現今3C電子化時代還有人重視寫字，特別是抄寫《聖經》的靈修，希望平信徒不是照「舊我」在寫字，而是能用認真的態度對待聖言的每個字，進而看到原來的自己，而在虔心恭抄中，讓聖言改變我們，洽談

中，讓我看到也必須讓台北總教區凡購買此套書而發願著手抄寫福音的人，知道到底應該怎麼抄寫福音。

兩次的講座，讓我省思並了解，寫字的每一橫一豎、每一撇、每一捺，都有其位置及功能，即使只用白紙抄《聖經》，也應有相對應的留白空間及位置分配，就如同我們的生活是如何反應基督的教導，反省自己的言行舉止，以及為自己留多少空間修正自己，為別人留了多少空間？自己因為寫的字型改變了，而在行為上是否也有了改變，真正活出基督精神！