



主暦2021年11月7日 星期日

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 中華郵政台北雜字第1304號執照





耶穌會王秉鈞神父 慶祝入會60周年 善牧典範愈顯主榮

P.05



耕莘醫院 53周年慶 醫療傳愛

P.06



白冷會葛德神父 服務台東一甲子 返瑞士頤養晚年

P.12-13

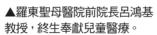
呂鴻基教授、韓國乾修士 中華民國第31屆醫療奉獻獎

【真理電台綜合報導】以「醫誓YES,IDO」 為主題、立法院厚生會主辦的中華民國第31屆 醫療奉獻獎頒獎典禮,於10月30日在圓山飯店 舉行;高齡90歲的羅東聖母醫院前院長、「台灣 兒童心臟學之父」呂鴻基教授和澎湖惠民醫院 韓國乾修士雙雙榮獲個人醫療奉獻獎。

呂鴻基教授推動成立「中華民國心臟病兒童 基金會」,及為台大兒童醫院催生等成就皆有 目共睹。他提及他的信仰表示,年輕時受教於 天主教Mariette修女及方豪神父,曾參加天主教 醫師協會聆聽王秉鈞、侯若瑟、呂若瑟神父等 講道,讓他更加認識、感謝主。因此,當年他獲 邀接掌羅東聖母醫院,是上主的催迫並賜予他 力量,讓他帶領羅東聖母醫院往前邁進。

韓國乾修士談及,當年看見外國宣教士遠離 家鄉來台奉獻一生,而深受啟發,經過思慮、與 家人討論後,他寫信給在澎湖福傳的呂若瑟神 父,表達想到澎湖學習的意願,開啟了他在靈







▲靈醫會韓國乾修士,投身 於離島醫療照護逾30年。

醫會的修道服務之路。於是,一位空調技師,發 願成為靈醫會傳教士,決志一生服事受苦的人。

從恆春到澎湖竟然已逾30年了,儘管澎湖風 大,也吹不退他服務病人的熱情。他表示,偶爾 天主讓他感受病痛,是為了更有同理心去服務病 人,這也是他的初衷和堅持。如今,他繼續鼓吹 澎湖惠民醫院重建計畫,期盼重履當年外國宣教 士的芳蹤,嘉惠助益更多澎湖鄉親。

諾會社變然神父 台中教區歡送瑪利



工厂利諾會杜斐然神父因身體健康緣故,11月 5日回美國總會療養,為此,台中教區於10 月25日下午在瑪利諾會館舉辦歡送。

1975年,杜神父尚為修士身分時來台,奉派 到原住民堂區向莊天德神父實習,1979年晉鐸 後,他繼續在原住民堂區服務長達13年,期間 他騎著摩托車奔波於霧社、萬大、春陽等8個部

■文・圖/黃琪珊

落,自此部落凡有重要活動都邀請他回鄉團聚, 可見他與族人間情誼濃厚;台中教區附設復活 啟智中心亦是在他任內草創。1994年,杜神父回 美國從事募款、監獄牧靈、培育等工作,2000年 再度返台,並也在台北依納爵靈修中心服務。

歡送是日,不少原住民神父特地從山上前來, 以感恩聖祭和杜神父共融歡聚,由杜神父主禮, 他講道時表示:「我46年前來台,年輕、中年、 年長的經歷各不同,但效法耶穌活在當下,即得 知天主賜與的使命,不斷在內心聽見祂的聲音。 雖然我將回去美國,但不覺得離開台灣,我的祈 禱、渴望,讓我始終都在同樣的地方。願我們因 耶穌改變內心,如同瑪利亞答覆:『我願意』跟 隨天主,真正體驗內在的自由和喜樂。」

台北總主教公署公告

北總主字第110191號

- 一、淡水法蒂瑪聖母朝聖地主任曾若瑟神父, 因教區另有任用,予以卸任。
- 二、板橋懷仁聖母聖心堂王佳信神父,因修會 另有任用,予以卸任。
- 三、汐止聖方濟朝聖地主任江嘉明神父,因修 會另有任用[,]予以卸任。
- 四、茲委任聖母聖心會江嘉明神父為淡水法蒂 瑪聖母朝聖地主任。
- 五、茲委任聖母聖心會林必能神父為板橋懷仁 聖母聖心堂代理主任。
- 六、茲委任聖母聖心會王佳信神父為汐止聖方 濟朝聖地主任。
- 以上任免自2021年11月1日起生效。

總主教 鍾安住 2021年10月25日

台北總主教公署公告

北總主字第110185號

11月分神職月退省,敬請各位神長踴躍參加。

日期:2021年11月10日(周三)

地點:台北總主教公署(樂利路94號) 時間:10:00 為已亡神職人員追思彌撒

11:00 神職共融、

耕莘醫院派員施打流感疫苗 (50歲以上神父請攜帶健保卡)

11:15 教區報告事項

11:30 專題演講:「若瑟義人——義德 的全面性與世界主教會議Synodality 的關係性」(林之鼎神父主講)

12:30 午餐

秘書長 羅際元 2021年10月20日

共融餐會時,蘇主教贈與主保為保祿的杜神 父一尊聖保祿態像(見左圖),感謝他滿懷聖 保祿福傳的熱誠,和許多同會會士將一生精華 的歲月,以耶穌所說「麥子落地」的精神奉獻 在這塊土地上。在杜神父起音下,眾人合唱他 最喜歡的〈人人至上〉、〈永遠祝福你〉,依依 不捨氛圍中,同時蘊含無盡感謝和滿滿祝福。



一一音記載,一名富少年向耶穌 一一式永生,並得意地向耶穌說: 「從小該遵守的誠命,我都遵守

了。」但是耶穌對他說:「你只是做了一半。」 少年心裡不明白為什麼只是做了一半?一般 人應該也有同樣的疑惑,覺得守天主誡命應該 是很好的信仰生活了,參加主日彌撒就是很了 得的事,為什麼還要求那麼多?耶穌卻實在地 對少年說:「你只是做了一半,另一半是去將 你擁有的財富拿出來和大家分享。」少年聽完 後,很憂愁地離開了。(參閱谷10:17)由此可 見,少年想要得到永生,可惜志氣大,心眼小。

相同例子也發生在若望和雅各伯,他們向耶穌提出要求說:「將來在祢光榮的國度裡,我們兄弟一個坐在祢左邊,一個坐在祢右邊。」其實心懷這樣的意向沒有錯,我們每人都想將來和光榮的耶穌在一起。只是若望和雅各伯心裡想的與耶穌想的不一樣,他們想在耶穌為王時,可以當上只比耶穌小的使臣(一人之下,萬人之上的高位)。因此,耶穌告訴他們,「天主國的來臨」(路17:20)指的不是這個。

福音接著說:「那十個門徒聽了,就惱怒雅

志氣大 心眼小

各伯和若望。」(參閱谷10:35-41) 這十個門徒 也沒什麼不對,他們感到憤慨的原因是:他們 有著與雅各伯和若望同樣的野心,也就是說, 所有的門徒想望的和耶穌想的都不一樣。我們 想望將來要和天主、耶穌在一起是對的,但是 我們更要明白耶穌話裡的精神是什麼?

耶穌藉此事件教訓門徒,要更深地體悟天主的國降臨時,對人要求的標準是什麼?他們的思維應與世俗人不同。世俗人的觀念是權位越高,權力也越大,管的人就越多;但耶穌將世俗思維倒過來說,權位的大小不是問題,重點是:權位越高,權力越大時,為他人的服務和義務也越大;然而,我們是否能意識並做到呢?

一般人對服務的觀念是「做多少,算多少」, 但耶穌告訴我們不是這樣而已,而是「誰若願 意在你們中間為首,就當作眾人的奴僕。」(谷 10:44)耶穌要我們做真正的僕人,意即為他 人在必要時,哪怕是要犧牲自己的生命,也絕 不吝惜。如果我們希望與耶穌在一起,就應讓 自己成為他人的服務者,經常提醒自己要準備 好跟隨耶穌,在生活中不斷接受屬靈操練。然 而,當我們沒有權勢時,我們很容易將這種精 神忽視;但是當我們握有權勢時,我們的作為就難以預測了。

「媳婦熬成婆」這句俗語眾所皆知,忍氣吞聲侍奉公婆的媳婦日子熬久了,總有一天成為權大威風的婆婆;而許多媳婦當上婆婆,心態隨之轉變,因為居高的感覺真的很好。當我們屬人權下時,都是聽上位者的吩咐來行事,但是當我們升到上位時,發現居高的感覺太好了,便開始用「一人之下,萬人之上」的心態來行事,顧自沉浸在高位的虛表中。

耶穌闡明,這是一件很危險的事,因為當我們開始有居高心態時,我們已一步步離開了祂的教導。聖母瑪利亞謙卑的精神,是我們學習的榜樣。謙卑才能去服務人,如果我們沒有謙卑的精神,是永遠都做不到的。

故此,唯有從生活的小事去學習,我們的生命才能貼近耶穌的生命。然而,我們怎麼可能一下子就有能力爬上十字架擁抱耶穌呢?如果我們從未試過又不願意學習,怎麼可能做到呢?願我們都有學習謙卑的精神,慢慢從簡單的生活小事做起,使我們的生命能夠完全進入耶穌基督的救贖。



政治的愛德

■文/歐晉德(善牧社會福利事業基金會董事長)

学文宗方濟各去年10月 發布《眾位弟兄》 通諭,幾乎同時,他與奧 斯丁·艾夫賴格(Austen Ivereigh,羅馬天主教之聲

創始人)合著了《讓我們勇敢夢想》一書。這兩本著作類似之處,均談到新冠疫情肆虐,所造成全世界的變局;面對後疫情時代,我們不可能回到從前,但本著福音精神,我們要勇敢地面對未來。

《眾位弟兄》通諭頒布已逾一年,在國際社會引起許多討論。教宗在通諭中,以從未有過的強烈言詞批判現在的國際政治狀況,通諭第5章提到「一個更好的政治體制」(英譯:A Better Kind of Politics,中譯:治國良策)甚值得大家仔細研讀,尤其在美中對抗、阿富汗戰亂、世界各地的零星戰火,和台海兩岸對峙的現今,給了台灣教會弟兄們一個思考的題材。

宗座提出,世界和平、實現普世的兄弟情誼, 必須採取能造福大眾的政治制度;但今日的政 治體制卻非如此,「政治」一詞甚至令人反感 或厭惡,主因常在於從政者的錯誤示範,以腐 敗、無能、不誠實,甚至德行敗壞,讓大眾無法 信任。「政治活動」不再是積極尋求改善大眾 生活或提倡共同福祉,多數只是短視的行銷手 法,視破壞他人名譽為最有效手段(參閱通諭 45),這些評語似乎都是台灣現況的寫照。

宗座坦言,「民粹主義和民粹等詞已充斥媒體和日常語言,失去曾有的意義,成為分化社會的一個極端。」(通諭156)當然「確實也有

些『民眾』的領袖,懂得解讀民族的感情和文化動態,以及社會的重要趨勢。」(通諭159)可是他們往往為求贏得選票或支持度,選前承諾群眾需求,選後並未持續努力為人民提供長期的發展助力。教宗方濟各聲明「我絕不認同不負責任的民眾主義。」(通諭161)

今日政治制度的另一傾向是「宣揚自由主義」,其問題在於人性的軟弱。人性的自私傾向,很容易對獲取經濟利益行為毫無節制,把社會體制變成掌權者的工具,導致自由主義轉而為強勢者的經濟利益服務,選舉文化中常見的是政治人物提出「應急的福利項目」,而不是創造穩定的就業機會,最終經濟及金融體系的作為凌駕在政治之上,教宗強調「不能容許經濟成為真正支配國家的力量」。(通諭177)

我們了解政治家有其「理想」達成的長遠目標,但需經過「體制」來促成改變,體制的改變,必定有其過程,對公共秩序、法律規範、技術能力、專業知識,甚至處理的行政程序都要兼顧,並非一蹴而成。此時教宗提出一個觀念:「政治愛德」。要仰仗愛德,將「理想」和「體制」兩個面向結合起來,才能在關懷他人時,把各種體制下的資源,有組織地整合起來。這就需要多方面的能力、人才的協助,如同「善良的撒瑪黎雅人,他也需要客棧主人的協助,讓他能提供當時他無法獨立提供的協助。」(通論165)

教宗在通諭中呼籲,要建立一個新的規範,把 實質的權力分配給多個不同的主體,他認為需 要「改革聯合國組織,以及國際金融體系,好使 國際家庭概念能重拾它的實質」,以避免「只由 某些國家主導,同時防止由於意識

形態差異,而造成文化強制或弱勢國家的基本自由受損。」(通諭173) 這恐怕是近一世紀來,教會對國際政治體制提出最強烈的建言。他認為聯合國憲章明白說明,正義是實現普世兄弟情誼的先決條件,國際社會需要勇氣來堅持,以促成真正普世性的共同福祉。

的確,要達成「政治理想」的長遠目標,本身應是一種愛德行動,一種具政治力量的愛德行動,教友們似乎可由新的觀點來看「政治」,「幫助長者過河是卓越的愛德行動,但從政者建造橋梁也是愛德行動。有人送上食物幫助他人,而從政者則創造就業機會,這也是崇高愛德的實踐方式,使其政治活動成為高尚的行動。」(通論186)這種愛德的實踐,若能成為從政者的良心,就會自然去關愛弱勢者,幫助有需要的人們。以個人長期從事國家建設的體驗,從政者更需要宏觀並善用資源,以謀求大眾福祉,若以民調升降作為決策依據,最後自然會激化狂熱和機會主義,而導致社會的分裂。

其實我們中華民族如〈禮運大同篇〉所述:「大道之行也,天下為公」的精神,就是以愛德為基本理念,我們也鼓勵教友們勇敢地以愛德精神參與政治愛德的行列,教宗在通諭中提及:「宗教神長不應參與政黨政治,因為這是平信徒的範疇,但是他們也不能摒棄生活的政治面向,包括持續關注共同的福祉和人類的整體發展。」(通諭276)我也建議,教友能以開放的胸襟,更大的堅持、努力和犧牲,面對國家社會在政治上的挑戰,加以深思和反省。

宗座聖赦院頒賜 為亡者大赦延至整個煉靈月

【梵蒂岡新聞網報導】宗座聖赦院於10月28 日表明,因新冠疫情延續,教會眾多神長近期 紛紛提出請求。為此,聖赦院決定頒布法令, 「確定2020年10月22日已授予的所有神益,也 適用於2021年整個11月分」,為已亡信友靈魂 求全大赦,延至整個煉靈月。

法令同時講述了時間延長的多項神益:「因 著教會再次慷慨,信眾當然可以從中增益虔 敬之心與靈性活力,依循福音的律令善度生 活,懷著孝愛之情與教宗共融,愛戴教宗, 因為教宗是天主教會可見的基石與牧者。」

宗座聖赦院院長皮亞琴扎樞機接受梵蒂岡 新聞網訪談時,解釋道:「按照以往的規定, 從11月1日至8日,對所有在這段期間前去墓 地、聖堂,或為亡者祈禱的信友施予全大赦。 他們應誦念〈天主經〉和〈信經〉,這八日祈禱 尤其以11月2日最為重要。」

這種廣受重視的敬禮形式,表現在參加為 亡者的追思彌撒和掃墓上。因此,為了避免人



潮擁擠,「我們想到延長有機會領受大赦的時 間,如此一來,在整個11月分都能獲得這項恩 典,而不僅限於前8天。」

談到諸聖瞻禮和紀念已亡信友瞻禮之間的關 聯,皮亞琴扎樞機指出:「我們蒙召在這幾天 重燃我們對永恆喜樂與真福的確信。」他勉勵 眾人,「懷著謙遜和信賴的心,為那些已經離 開我們的人,為他們大大小小的缺失,請求寬 恕。他們無論如何已在天主的愛中得救,而我 們應再次作出信德的努力。」

教宗方濟各接見美、韓兩國總統

【真理電台綜合梵蒂岡新 聞網及外電報導】教宗方濟 各於羅馬時間10月29日中午 接見了美國總統拜登。聖座 新聞室在公告中表示,雙方 在親切的會談中,詳述在保 護和照料地球、抵抗新冠疫 情,以及難民問題和協助移 民領域的共同努力,也談及

▲教宗方濟各(右)接見美國總統拜登 ▲南韓總統文在寅拜會教宗方濟各



對人權的保護,包括宗教和良心自由的權利。 公告最後指出,會談中也對一些當前國際形勢 雙方交換了看法,包括即將舉行的20國集團 (G20) 峰會。

至於有關拜登總統能否領受聖體聖事一事, 拜登總統事後向媒體表示,他可以繼續領受聖 體聖事。拜登總統在10月30日參與彌撒時,也 領受了聖體聖事。

白宮也發表公告表示,拜登總統感謝教宗對 窮人和在世界上因飢餓、戰爭和迫害而受苦者 的扶持。拜登總統讚揚教宗方濟各在對抗氣候 危機上的領導地位,以及他努力確保讓所有人 透過疫苗分享來終止疫情和全球經濟的復甦。

這是拜登首次以總統身分來見教宗。這次會 晤可能是迄今為止天主教會最高領導人與美國 總統之間最長的一次,長達75分鐘,遠超過了 2014年教宗與歐巴馬總統歷時50分鐘的談話。

教宗與拜登總統會談結束後,互相交換禮物 並問候了由10人組成的美國代表團。在教宗贈

送給拜登總統的禮物中,有一幅陶瓷品畫作, 描繪一位站在台伯河河堤上的朝聖者,手指著 聖伯多祿大殿。此外,還有教宗簽名的〈2021 世界和平日文告〉、〈人類兄弟情誼文件〉等 文件。拜登總統送給教宗的禮物,是一件帶有 花瓣和水果刺綉的手工縫製的祭衣,以及一 枚特拉華州的軍用硬幣,拜登已過世的長子曾 在該州服務,拜登總統把硬幣遞給教宗時說: 「您是我見過的最偉大的和平鬥士」。

當天上午,教宗也在梵蒂岡宗座大樓接見了 南韓總統文在寅。隨後,文在寅總統會見聖座 國務卿帕羅林樞機,聖座國務院與各國關係部 門秘書長加拉格爾總主教也在場。

聖座新聞室的聲明指出,雙方談到兩國良好 的雙邊關係,及天主教會對社會的積極貢獻, 教宗對文在寅總統促進朝韓對話與修和表示讚 賞。關於這點,雙方希望秉持團結與友愛的精 神推進朝鮮半島的和平與發展。此外,雙方也 針對區域事務及人道援助議題交換意見。

主教團祕書處公告

(主團祕公字第 11008 號)

由於新冠疫情持續蔓延,宗座聖赦院於 2021年10月27日公布,將頒賜大赦的 時期, 依照 2020 年 10 月 22 日所頒布的 法令 (Protocol No. 791/20/I), 延伸至整 個 11 月煉靈月。

詳見主教團網站: www.catholic.org.tw

主教團祕書長 陳科神父 2021年11月1日



世界主教代表會議 延長第一階段時間



【真理電台綜合梵蒂岡新聞網及外電報導】

鑒於許多人請求給予「更多聆聽與對話」的 時間,世界主教代表會議總秘書處決定,延 長本屆世界主教代表會議進程第一階段在 教區層級的時間,確定將第一階段的結束日 期從原訂的明年4月分延後4個月,於2022年 8月15日截止。因此,世界各地主教團、天主 教東方禮教會和其他教會機構要在2022年8 月15日以前,向世界主教代表會議總秘書處 提交有關諮詢天主子民的報告。

本屆世界主教代表會議進程於今年10月9 日至10日在梵蒂岡展開,地方教會也已於10 月17日踏上旅途,主題是「以共融、參與及 使命,來體現共議的教會」。

世界主教代表會議總秘書處在一份公告 中表示,總秘書處認同最初這幾周來自各地 主教團和教區有關「諮詢天主子民」的眾多 信函,因為這些信函呈現出許多人在教會內 積極投入進程的第一階段和邁向2023年的完 整旅程,這的確是個「鼓舞人心的肯定」。

公告解釋道,很多地方也傳來了為數眾多 的請求,希望能延長第一階段的時間,以便 「給天主子民更多機會來活出真正聆聽與對 話的經驗」。因此,本著「同道偕行的教會 就是聆聽的教會」的原則,總秘書處決定延 長第一階段的時限至2022年8月15日。



11 月福傳意向

為受憂鬱症之苦的人

教宗全球 祈禱網絡 走向生

願所有深受憂鬱症折磨的人, 能獲得支持,找到引導他們 走向生命的光芒。

■文/教宗方濟各 圖/教宗全球祈禱網絡(天主教祈禱福傳會)

大主知道人的生活很艱辛,祂知道很多事情 讓人操心:過去的失望與創傷、當下所背 負的重擔與過失、對未來的不確定與擔憂。

面對這一切,耶穌的第一句話是邀請,是行動和回應的召喚:「來吧!」當事情不順利時, 原地踏步,躺著不動就錯了。這似乎顯而易見,但要起身回應和開放自己卻是那麼困難, 這不容易做到!

在黑暗時刻,我們自然願意獨處,反覆思量生命多不公平、別人多忘恩負義、世界多惡劣等等。我們都知道,我們多少都有過這種悲慘的經驗。但是這樣自我封閉,看一切就都是慘淡的。我們甚至會對悲傷習以為常,悲傷成了我們陷溺的窩:這種悲傷不是一件好事。

然而,耶穌願意把我們拖出這片「流沙」, 也對我們每一個人說:「來吧!誰?你,你,就 是你。」因此,走出來的路就在建立關係、伸出 手來,舉目注視真正愛我們的那些人。

事實上,單單走出自我還不夠;重要的是知 道要去哪裡。因為很多目標都是虛幻的:他們 承諾安慰,卻只是稍稍轉移注意力;他們保證 平安,並提供消遣,但我們仍和之前一樣孤



單;他們是「煙火」。因此耶穌指示了應往何處去:「你們都到我跟前來吧!」(瑪11:28) 很多時候,面對生活重擔,或令我們悲傷的情況,我們試著與傾聽我們的人談談這件事,他可以是朋友,或是專家。這樣做很有益處,但我們不要忘記耶穌。

我們不要忘記向祂開放自己,向祂講述我們 的生活,將人和事都託付給祂。在我們的生命 內,可能有一些從未向祂開放的區域,這些區 域處在黑暗中,因為它們從未見過上主的光。 我們每個人都有自己的經歷。如果某人有這暗

每日奉獻誦

仁慈的天父,感謝祢恩賜這新的一天, 我把今天的祈禱、工作、喜樂和痛苦全獻給祢。 願這奉獻,聯合祢的聖子耶穌聖心,

為救贖世界,時時刻刻在感恩聖事中奉獻自己。 願在聖神內,偕同教會之母——聖母瑪利亞, 為祢的聖愛作證,

並為本月內教宗託付給我們的意向祈禱。

歡迎支持教宗全球祈禱網絡發展

教宗全球祈禱網絡與聖體生活團 所有相關資訊及活動訊息請上: http://www.apostleshipofprayer.tw



區,就應尋找耶穌,去找一位慈悲的使徒,一位司鐸。去,但一定要去找耶穌,向祂陳述這暗區。耶穌今天對每一個人說:「要勇敢,別

向生活的重擔屈服,別把自己封閉在恐懼和

罪過中。到我跟前來!」

上主等待我們; 祂總是在等待著我們。祂不會像變魔術般地解決我們的問題, 而是在問題中堅強我們; 耶穌並不卸下我們的生活重擔, 而是解除我們心中的焦慮; 祂不卸下我們的十字架, 而是與我們一起背負。與上主同在, 重擔就會變得輕鬆, 因為祂就是我們尋找的安息。

耶穌一旦進入我們的生命,平安就隨之而來,並且在考驗和困苦中也會留駐我們內。我們要到耶穌跟前,向祂奉獻我們的時間,每天在祈禱中、在信賴和個人的交談中,與祂相遇;我們要熟悉祂的聖言,大膽地重新發現祂的寬恕,以祂的生命之糧來止飢:我們將感覺到被祂所愛;被祂安慰。

(摘錄自2017年7月9日,教宗三鐘經講道)

幫助憂鬱症患者和承受心理疾苦的人

■文/Philip Kosloski(教宗全球祈禱網絡·美國) 譯/林思牧 圖/教宗全球祈禱網絡

大們為因憂鬱症或心力交瘁而受苦的人 祈禱,求主讓他們找到支撐和一道導引 人生旅途的光芒。

如果你或你身邊的人因憂鬱症而受苦,你應該會知道那是多麼孤獨的感受。憂鬱症這種精神疾病碰觸到患者生活的每個層面:家庭、工作、友誼、嗜好。它讓人生變得黑暗無光、孤獨無助。有時候患者蓄意躲縮,以免把自己的黑暗成為別人的負擔;有時候,他們因憂鬱症覺得羞辱而自我孤立。有些朋友會對他們說:「撐一下就會過去」,而另一些朋友則刻意躲避他們。

然而,耶穌親自教導了我們如何對待受苦 的人。祂遇到了瞎子巴爾提買、井邊的撒瑪 黎雅婦人、痲瘋病人、癱子。他們被推到了社

會的邊緣,而耶穌就在那裡與他們相遇。祂 接近他們,與他們連結並提供他們新希望。 那麼,我們該怎樣效法耶穌的榜樣,去接觸 那些因憂鬱症或心力交瘁的人呢?我們可以 怎樣提供療癒和恢復的希望?我們可以去接 近、去接觸,然後提供基督的光。祂就是永遠 帶給我們希望的「光」。

對那些憂鬱或心力交瘁的人說:「還是有希望的,憂鬱症是醫得好的心理疾病。別怕去找專業人士協助。別怕讓別人來陪伴你走這段艱困的人生道途。」如果你知道某人正因此而受苦,就主動

伸出援手;鼓勵他 去找心理諮商。 邀請基督加入 你們之間, 祈求祂的療癒和祂的光照, 在祂 的話語中尋求慰藉:「我是世界的光; 跟隨 我的, 決不在黑暗中行走, 必有生命的光。」 (若8:12)

(摘錄自click to pray部落格文章: https://clicktopray.org/zh-hant/blog/)

(教宗11月祈禱意向延伸閱讀,詳見第17版)



耶穌會上系的神父入會60周年鑽石慶

▲林吉男主教(中)講道中,讚賞王秉鈞神父的善牧典範。 ▶林吉男主教(右)、耶穌會中華省省佐墨朗神父(左) -同為王秉鈞神父切蛋糕慶生,氣氛歡樂

19 秋霜降時節,南台灣秋陽暖暖,台南耶穌 **L**聖心堂為耶穌會王秉鈞神父入會60周年舉 行慶祝活動。10月23日一早,教友們熱心歡欣地 穿梭在教堂內外,忙碌各項準備事宜。

王秉鈞神父在逾半世紀前,受到聖言感召遠 渡重洋來台傳教,從青絲到白髮,從湖口、新 竹、台北、彰化、高雄到台南,他將一生的蓍華 歲月都奉獻給了耶穌會中華省的傳教區。今年 8月中旬,王秉鈞神父從台南耶穌聖心堂退休, 當地教友極為不捨,因此對王神父入會60周年 慶祝活動,自是不遺餘力地承辦。

曾被王神父盛讚為兵強馬壯的台南耶穌聖心 堂傳協會在活動1個多月前,就悄然開始規畫設 計,分工合作,希望給王神父一個驚喜。

上午10時, 感恩祭在聖詠團優美的歌聲下展 開,由林吉男主教主禮,耶穌會中華省省佐墨 朗神父、李驊神父、劉家正神父、弘宣天神父、

杜樂仁神父、楊天旭神父、呂晶器神父、萬德 化神父、謝詩祥神父和柯思圖神父等耶穌會會 士共祭。

林主教講道時,引述耶穌說:「你們往普天 下去,向一切受造物宣傳福音」(谷16:15), 闡明王神父當年受到聖言感召而來到遠東福 傳的初心,並細數他與王神父從新竹相識以來 數十年的情誼。他表示,王神父在福傳工作上 非常成功,他每到一個地方,慕道班是一班接 著一班地開,同時設立善會一起推動福傳,協 助教友往成聖之路邁進。當初王神父從高雄 調往台北時,高雄的教友寫信給主教,希望讓 王神父留在南部不要走,可見他活出了基督的 精神,深植許多教友心裡,是值得效法的善牧 典範。如今王神父退而不休,依舊盡心盡力福 傳,我們也祈求天主賜予王神父神形康泰,繼 續為天主的子民服務。

■文/謝佐人(耶穌會通傳)圖/台南耶穌聖心堂

耶穌會中華省省佐墨朗神父幽默地表示,自 己不僅代表耶穌會中華省會長講話,也代表耶 穌會義大利省,因為目前在耶穌會中華省只有 他與王秉鈞神父是義大利人,而且兩人都是在 9月18日這天抵達台灣,只是相隔了18年。

墨朗神父提及自己剛到台灣時,所屬團體剛 好是王秉鈞神父擔任院長,後來他們多次一起 共事,他看到王神父總是時時處處為人着想, 廣納建言,若是意識到自己錯了,也會道歉改 正,因此他總是以王神父為模範,他認為王神 父是教友眼中的「好爸爸」(good Father),同 時也感謝天主賜給我們這位好牧者。

王秉鈞神父於1961年在義大利加入耶穌會, 1969年在台北聖家堂晉鐸,他感謝天主揀選他 到台灣來,在許多不同的地方為天主服務,他 時時待命,天主要他在哪裡服務,他就去那裡 服務。

感恩祭在聖詠團悠揚獻唱聲中結束,隨後眾 人移往花園廣場為王神父切蛋糕慶生,接著移 師聖堂頂樓進行午餐共融。

此次慶祝活動,台北聖家堂等堂區亦有近20 位教友組團南下同樂,聖家堂導覽組志工包珈 姊妹表示,王秉鈞神父來自義大利,一生盡心 竭力在台福傳,王神父比台灣人還愛台灣!

■文・圖/高明嬌 (台北聖家堂教友)

✓ 南耶穌聖心堂10月23日舉行王秉鈞神父 □ 入會60周年慶祝活動,籌辦單位告知為因 應防疫規範人數受限,我雖顧慮到王神父陪伴 照顧教友人數眾多,卻不敢太張揚,僅私下邀 約幾位聖家堂的兄姊同行;當日一早,一行12 人搭高鐵南下赴會,另有兩對夫妻檔自行開車 前往共歡。

彌撒由耶穌會中華省省佐墨朗神父等10位會 士共祭,主禮林吉男主教讚揚王神父對慕道班 的付出、關懷教友及致力福傳的努力,林主教 說:「我深深體會到,從王神父身上看到他真 的是基督第二,本來司鐸被稱為基督第二,在 他身上應具有基督的形象和使命,有時面對面 近看王神父的眼神、面容,真的有耶穌肖像在 他身上!」頓時全堂鼓掌歡笑,林主教接著說, 王神父沒有辜負耶穌賦予他的使命,如同當日 讀經所言,在他的工作崗位上為耶穌作證。

彌撒後,我們到聖堂頂樓享用堂區特別為義 大利籍的王神父準備的義式美食,共融中才發 現當天台北聖家堂參加盛會的16人竟是來自聖 家堂的各善會團體,有歷任3屆的傳協會會長、 一位修女、主日學老師、聖詠團、志工導覽團、 中青會、聖心聯盟等,在分享中彷彿回到從前, 這群羊們在王神父這位善牧帶領下所成就的美 好事工也引發熱議。

其中,修女和王神父的淵 源最深最久,她分享王神父 從1989 -1994年除了負責高 雄善導之母堂的牧靈工作, 還接任台灣祈禱福傳會和聖 體生活團的總輔導,之後更 積極推動祈禱福傳會的靈

修和聖體生活團的培育工作,展現他對兒童和 青少年的關愛。

我個人在主日學服務中體會到王神父非但重 視主日學的培育,在信仰生活上對老師們的靈 修造就,更是不在話下,王神父慈爱的眼神及 傳播福音時流露出的誠懇真摯之情,讓人深刻 感受到天主的慈悲和臨在。

2014年王神父再度接任聖家堂主任司鐸時, 我正好剛退休。農曆過年前夕,我接到主日學 老師的電話,深受感動,於是我答應對方暫時 放下退休後的個人計畫,先去王神父的辦公 室服務,卻沒想到這一去,竟然待到王神父於 2016年8月6日交接卸任,共擔任2年7個月的志 工,感謝天主讓我有機會與這麼好的神父一起 事奉天主,那段期間受到神父的信任和支持, 我在服務中也不斷地學習「天主是愛」。(若

王神父勤於拜訪家庭、關懷弱勢,重新找回



▲台北聖家堂等堂區教友特地組團南下,向王秉鈞神父(前坐者)道賀暖壽。

失聯許久的教友,誠心為人祈禱……哪兒有需 要,王神父立刻放下手邊的工作前往。王神父 把自己所知、所能和所是,完全無私地奉獻給 天主,真是萬分敬佩!

王神父奉派到台南耶穌聖心堂,在繁瑣堂務 工作中,還特別撥冗帶我做個人避靜,教導我 如何做睡前意識省察及依納爵神操;某次避靜 後,他告訴我:「明嬌,不要一個人讀經,去加 入小磐石讀經班」,於是,2017年秋季我加入 了小磐石讀經班,開始有系統、細膩而深入地 聆聽天主聖言,從讀經中獲得更多《聖經》道 理及天主豐厚的恩典。

60年正好是一甲子,感謝天主讓我們懷著 感恩的心,既榮幸又歡樂地參與王神父入會一 甲子的盛會!「願上主祝福你,保護你;願上 主的慈顏光照你,仁慈待你。願上主轉面垂顧 你,賜你平安。」(戶6:24-26)謹此獻上無限 的祝福!



志慶 醫療傳愛 光耀主名

上莘醫院自今年5月15日指揮中心宣布全國 T疫情警戒提升至第三級起,全院同仁始 終秉持愛主愛人、尊重生命、醫療傳愛的精神 守護著每一位民眾,在嚴峻疫情之下傳遞人性 光輝,寫下一則則令人動容的故事。10月22日 耕莘醫院舉行53周年院慶及感恩祝福禮,恭請 大家長鍾安住總主教主禮。

各司其職 相互合作 目標一致

鍾總主教講道時,道出一則「我很重要」的 故事:一家公司因為經濟不景氣不得不裁員, 當公司總經理找來清潔和庫房的主管懇切討論 裁員事官時,主管們都不約而同表示,自己的 部門對公司貢獻重大,並勇敢說出:「我很重 要」。於是,總經理決定暫緩裁員計畫,並製 作一個牌子寫上「我很重要」,掛在公司門口 和重要角落,讓大家有危機意識並盡心盡力完 成工作。果然,不久後公司就轉虧為盈了。

鍾總主教藉此勉勵,疫情雖然嚴峻,醫護人 員辛苦穿著防護衣,盡力服務民眾,大家都貢 獻良多,每個人、每個角色都重要。耕莘醫院 因為團結合作,在疫情期間恪盡社會責任,因 此深獲政府和民間肯定。我們承擔社會責任, 為人服務,社會形象提升,這是全院同仁共同 努力完成使命的榮耀。

鍾總主教接續期勉,疫情緩和後,人們陸續 湧進醫院尋求我們的服務,醫師、護理師、行 政人員等每位員工都很重要,尤其在疫情肆虐 大家都很害怕的時刻;《瑪竇福音》11章28節 中,主基督向我們保證說:「凡勞苦和負重擔 的,你們都到我跟前來,我要使你們安息。」 所有在醫院第一線服務的工作人員是勞苦和 負重擔的人,遭遇困難時,要懇求主耶穌來安 慰我們。主基督也說「跟我學吧!因為我是良 善心謙的。」(瑪11:29)接受我們服務的人 難免會抱怨,甚至提出無理要求,讓我們感到 不適。但如果我們懷著良善心謙的態度去服 務,必能找到靈魂的安息。正如主基督所說: 「我的軛是柔和的,我的擔子是輕鬆的。」 (瑪11:30)鍾總主教勉勵同仁以團隊精神繼 續用心合作,必得天主降福和助佑。他並公 布,未來醫院將購入「達文西機器手臂」以利 進行微創手術,讓在場同仁感到振奮,矢志攜 手並進,共創美好未來。

前人種樹 後人澆灌 利益大眾

林恒毅院長致詞表示,53年來,耕莘醫院 從稻田中的小醫院,到今日甚具規模,由衷感 謝歷任董事會、新店居民及員工的支持,方能 一步步往前走,達到現今規模,更是憑藉前人 一點一滴辛勤積攢,才擁有目前資源。因為疫 情影響,醫護人員被限制出國、犧牲假期服務 民眾,疫情最嚴峻時,2300位員工依然堅守崗 位,還有同仁剛做完化療立即回到崗位服務,



▲醫護同仁把代表勞苦和重擔的石頭,奉獻給天主, 求主悅納和祝福。

不願退居二線;醫療人員甚至以院為家,除門 診工作外,都留在篩檢站幫忙,防護衣濕了又 乾,乾了又濕,把握時間製作抗疫影片以提振 士氣。現在疫情趨緩,各種篩檢站、接種站等 持續為民眾提供服務。這一切的成功是我們接 棒前人的傳承,期待光榮地交給下一代,期許 共築耕莘醫院更美好的願景。

行動為祭 辛勞為獻 惜福感恩

禮儀中,感染科陳應盛主任奉獻4棟篩檢站 及社區篩檢站模型,作為以實際行動護守及關 愛鄰里社區的具體呈獻; CCU何佳璇護理長奉 獻以5天日夜趕工完成、設置負壓系統提供收 治新冠確診病患的負壓加護病房,代表同仁們 共護全民安全的決心, 齊心努力控制疫情; 陸 幼琴修女奉獻SNO國家品質標章,證明同仁們 是優秀的醫療團隊,嚴格為民眾健康把關。

院牧部同仁特地邀請同仁們拿起石頭,代表 將疫情期間所經歷的一切,包括:心理壓力、 焦慮不安、挫折無奈、疲勞程度等,放在奉獻 籃裡交託給天主,再由醫務部陳梓泓主任、護 理部朱雯主任及行政部門楊素琴主任代表, 呈交林恒毅院長獻上。鍾總主教並將枝葉茂 盛的黃金葛盆栽交給林院長,代表來自天主 的生命力和療癒力傳遞給每位同仁,惠助他 們完成醫療傳愛使命,得到平安喜樂,讓耕莘 醫院成為充滿天主、滿心溫馨的大家庭。

禮儀最後,鍾總主教施以隆重降福,祈願天 主幫助醫師成為醫治者耶穌的合作者,並透 過全體同仁的竭誠服務,完成全人、全家、全 程、全隊的「四全」照護理念,承行主旨,光 耀主名,阿們!



Instaurare omnia in Christo 在基督內重建一切

了 空 幸福彩繪捏陶樂 身心障礙者藝術創作聯展

■文·圖/仁愛社會福利基金會

激勵身心障礙朋友創作動機, 傳達內心對美的實現,提升自 信心和成就感,天主教仁愛社會福 利基金會舉辦《幸福彩繪捏陶樂》 身心障礙者藝術創作聯展,在基金 會聖母園區內(新竹市東區光復路 二段902巷12號)展出繪畫、陶 版畫、陶藝品等。

仁愛基金會執行長林湘雅表示,感謝富邦慈善基金會贊助本活動經費,期望藉由藝術創作活動,增進身心障礙朋友手部的功能,培養專注力和創造力,以心、手、腦合一的訓練,達到「公平參與、機會均等、權益保

障」的《身心障礙者權利公約》價值,並增 添生活樂趣,歡迎社會大眾前來參觀,給予 身心障礙朋友溫暖的支持和掌聲。

仁愛基金會附設晨曦發展中心主任羅詠娜 表示,中心服務18歲以上的智能障礙朋友有 140人,提供健康照護、居家生活、作業活動 和休閒活動等服務。服務對象很喜歡每周一 次的社團活動:陶藝社、美藝社、手作社、電 腦繪圖社等,本次藝術創作聯展的作品讓他 們自行選擇,有自我選擇及決定的權利,每 一個作品都是獨一無二的,也呈現他們的內 心世界。

仁愛基金會執行長林湘雅表示,近年來 因疫情影響,募集資源不易,感謝台灣應用 材料、高通半導體、科學城物流,英業達集



- ▲仁愛基金會感謝各界慷慨支持,身心 障礙朋友的創作。
- ◀身心障礙者發揮藝術天分,捏出可愛 逗趣的動物造型。

團、晶豪科技教育、永大社會 福利、建林公益慈善、譚聖道 慈善、顧氏文教、林麥聯誼會等

單位贊助服務經費,幫助仁愛社福基金會度 過疫情募款寒冬,支持身心障礙朋友獲得多 元學習和健康生活。歲末之際,懇請社會各 界發揮愛心,捐贈仁愛基金會服務經費,即 日起,凡捐款150元,即贈送2022年曆日誌乙 本,送完即止。



臺舉行視訊和實體綜合式彌撒

■文·圖/郭芳贄(資深媒體人)

上北市至善老人安養護中心10月18日起恢 全復舉行每周的主日感恩祭,是政府10月初鬆綁宗教團體對新型冠狀病毒防疫嚴厲管制後,中心首次分區舉辦的彌撒。因應中央流行疫情指揮中心對長照機構的訪客規定,至善老人安養護中心臨時無法請到符合防疫標準的神父主祭,因而舉行首次沒有神父在場的「視訊和實體綜合式感恩祭」。

自10月5日疫情指揮中心宣布調降全國防疫 警戒至二級,並對宗教集會限制鬆綁,至善老 人安養護中心主任李艷紅同時公布,經開會決 議恢復舉行每周的主日感恩祭。

彌撒視訊部分採用板橋中華殉道聖人朝聖地 主日感恩祭直播視訊,聖道禮儀的讀經一、答 唱詠及讀經二,分別由教友住民現場恭讀及詠唱;主祭和信友的對答部分,現場20多位住民教友隨著祭台牆面上的視訊高聲朗誦;並在線上彌撒恭聽福音及講道。領聖體時,由至善小聖堂的聖體服務員康美雪關懷師派送,教友恭敬列隊上前領取。行動不便的教友則由康關懷師再一一前往派送。

康關懷師表示,因應至善小聖堂沒有長駐神父,亦未接洽到符合政府規定「需完整接種兩劑COVID-19疫苗,且滿14天以上」神父,所以,應變以視訊和實體綜合方式舉行感恩祭。幸好教友們都很體諒合作。因嚴遵防疫措施,至善住民均未受到病毒感染,實在感謝天主!但,住民教友深感參加線上彌撒,較缺乏實體



▲寧園安養院院牧室的修女們帶動唱聖歌及經典老歌,透過 近距離互動,與長輩們聞心高歌。

寧園安養院 歡慶九九重陽

■文·圖/寧園安養院院牧室

國安養院慶祝九九重陽節,社工室特別辦理敬老活動,以聖歌及懷舊歌曲,搭配教保組營養師帶領的舒緩按摩,陪伴長輩們開心度過佳節。

段雷院長致詞時,殷切期勉同仁以耶穌基督的精神為依歸,落實於照顧長輩的行動上,用愛悉心照料,使住民長輩感受到如家人照顧般的美好,藉此體現「天主是愛」(若一4:16)的真諦。

緊接著,院牧室帶領長輩歡唱〈月亮代表我的心〉、〈小城故事〉及〈甜蜜蜜〉等懷舊金曲,耳熟能詳的旋律,讓長輩們禁不住跟著哼唱,樂在其中。同時藉著〈賜福於你〉、〈一切歌頌讚美〉等聖歌,感謝天主,並祈求天主降福長輩和同仁們,身心康泰,獲享天父的慈愛。此外,教保組的營養師帶領同仁們,透過手指、肩頸及腿部的舒壓按摩,讓長輩們身心放鬆。

受到長輩的聲聲道謝與祝福,院牧同仁表示, 長輩的笑容正是我們工作的動力,也是最美好的 回報!正如耶穌說:「憐憫人的人是有福的,因 為他們要受憐憫!」(瑪5:7)在工作與服務中, 找到了其中的意義與價值。

活動在喜樂溫馨的氣氛中落幕,讓長輩歡度 愉快難忘的重陽佳節。寧園安養院全體同仁,祈 願長輩們都能在院內頤養天年,履行院長的教 導,齊心協力讓長輩老有所終。



▲至善長輩們齊聚一堂,參與視訊彌撒。

臨場感,尤其「神領聖體」更是較難體會耶穌 來到心中的切身之感,都仍需要再克服。

康關懷師表示,視訊和實體綜合式感恩祭讓 教友對參與彌撒及領受天主恩寵更有真實感, 亦對目前台灣聖召缺乏,神父不足或一位神父 兼管多個堂區的現象,以祈禱求解決。

輔仁聖博敏神學院&中華南懷仁文化交流協會 第3屆對話靈修工作坊 7

■文・圖/中華南懷仁文化交流協會

家位弟兄:活出超越地域和空間阻隔的愛

「輔仁聖博敏神學院」與「中華南懷仁文化交流協會」共同舉辦的第3屆對話靈修 工作坊「眾位弟兄:活出超越地域和空間阻隔 的愛」,於10月初在輔仁聖博敏神學院舉行, 主辦單位同時邀請「天主教修會聯合會促進全 人發展小組」協辦,多方合作推廣。

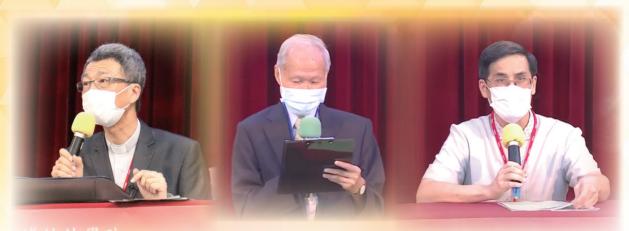
此次工作坊報名期間因為時值疫情警戒階 段,為配合政府防疫規定而限制參與人數,於 9月初開放報名後,一周內隨即額滿,共有80 位參與者,其中包括兩位貴賓:輔仁聖博敏神 學院校長暨研究所所長鄭家樂神父、中華南懷 仁文化交流協會常務理事楊敦和,及5位主講 者:陳科神父、詹德隆神父、韋薇修女、吳偉 立神父與方進德神父。主講者以教宗方濟各 《眾位弟兄》通諭為主題,帶領參與者們進行 討論與分享。工作坊的提問時間及綜合討論與 結論,則由台灣大學榮譽教授、魯汶南懷仁基 金會研究顧問、中華南懷仁文化交流協會理事 古偉瀛教授及魯汶南懷仁基金會董事會秘書 林俊雄講師共同主持。

在教會內進行對話 實踐基督福音精神

工作坊開始前,鄭家樂神父首先以《眾位弟 兄》通諭的最後一段話帶領祈禱,祈求天主將 弟兄姊妹情誼的精神,傾注眾人心中,喚起彼 此對重新相遇、交流和對話的渴望,追尋正義 與和平的夢想,激勵人人創建更美好的社會與 更有尊嚴的世界。

鄭家樂神父致詞時特別表示,從60年代教宗 聖保祿六世勸勉我們在教會內進行對話,亞洲 主教團協會注重教會向外的對話,現今教宗方 濟各也敦促我們「同道偕行」,以共融、參與 及使命來體現共議的教會,共同追隨耶穌基督 的真道。為了達成這個目標,我們都需要加強 對話、彼此聆聽,為能相互了解與共同合作, 這樣我們的教會和我們的世界、全人類,才能 真正實踐耶穌基督的福音。

此次工作坊的主辦單位「中華南懷仁文化交 流協會」,因協會理事長陳方中(輔仁大學歷 史學系教授兼文學院院長)當日另有要務,故 委請常務理事楊敦和(輔仁大學前校長)代為 宣讀理事長的書面致詞。致詞中提到,這次對 話靈修工作坊是以教宗方濟各的《眾位弟兄》 通諭為出發點,切合實際地面對我們政治、社 會、文化、經濟以及環境等重大議題。「愛」是 我們與人對話的基礎,面對那些與我們有明顯 差異的人,因著天主對我們每個人獨特的愛,



看見了一個新天新地。」

▲協會常務理事楊敦和教授代為 宣讀理事長致詞,深致期勉。

作,「同道偕行」。

讓我們願意坐下來理解他們、聆聽他們,並透 過彼此溝通,建立人人都能生存的新環境。

手足情誼是《眾位弟兄》通諭的核心

工作坊第一階段,邀請天主教會台灣地區主 教團秘書長陳科神父主講「我看見了一個新天 新地」(默 21:1),陳神父以綜觀的角度,闡 述《眾位弟兄》通諭每一章節的重要意涵。

第二階段,由輔仁聖博敏神學院前校長、 耶穌會會院院長詹德隆神父蒞臨演講,以「人 際友愛」、「好的政治」、「武器買賣」3個主 題,闡釋手足情誼是《眾位弟兄》 通諭的核心 思想,政治愛德是愛德最廣的範圍,而國與國 在面對衝突時必須採用談判、調和、仲裁的方 式,才能避免戰爭。

下午時段,工作坊則分別以3個方向,邀請 韋薇修女(天主教修會會長聯合會全人發展 組執行秘書)主講「眾位弟兄與天主教社會 服務」;吳偉立神父(板橋中華殉道聖人朝聖 地主任司鐸) 主講「眾位弟兄與堂區福傳」; 方進德神父(台北依納爵靈修中心主任)主講 「眾位弟兄與信仰靈修」;藉由主講者的個人 經驗,帶領參與者將《眾位弟兄》通諭的精神 與實際生活相互融合。

為人類社會和普世教會建構共同願景

對話靈修工作坊的重點在於參與者彼此之 間的交流與分享,當天全體參與者以上述3個 主題,進行約1小時的分組討論後,主講者激請 組員們重新回顧教宗方濟各在《眾位弟兄》通 諭所提出具挑戰性的基督化社會願景,並反省 當面對現代社會問題時,如何將福音價值轉化 為具體的信仰實踐。就如同中華南懷仁文化交 流協會理事范凱令神父撰寫此次工作坊緣起 時提及,教宗方濟各《眾位弟兄》通諭邀請我

們相信,「對話」是建立人類友愛的工具,並 鼓勵我們認識:當我們要聚在一起時,如果從 道路的首尾兩端開始面對面走,我們會更快相 遇。對於輔仁聖博敏神學院、魯汶南懷仁基金 會和中華南懷仁文化交流協會來說,「對話」 是鼓舞人心的支柱,而我們召開這一系列對話 靈修工作坊,正是表達了我們致力於促進彼此 思想與視野相互交流的承諾,也是為人類社會 和普世教會建構共同未來的最佳方式。

最後階段的閉幕式,由詹德隆神父帶領祈 禱,並由魯汶南懷仁基金會創辦人韓德力神父 以書面致詞方式,感謝「輔仁聖博敏神學院」 與「中華南懷仁文化交流協會」共同舉辦此次 工作坊,並感謝協辦單位「天主教修會聯合 會促進全人發展小組」與學養俱佳的5位主講 者,促成這次第3屆工作坊的舉辦,讓我們從天 主國度的視角,朝正確的方向邁出一小步。

中華南懷仁文化交流協會同時感謝《天主教 周報》的協助,將此次工作坊5階段演講的重 要內容,逐一以專欄刊載。同時感謝「天主教 之聲」協助當日現場之錄影及「光啟社」協助 影片後製,此錄影內容已於10月19日起陸續於 「天主教之聲」及「光啟社」的YouTube頻道, 分成五周播出,歡迎讀者透過南懷仁基金會網 站了解播出訊息。 (下期待續)



Instaurare omnia in Christo 在基督內重建一切



松墨福度實務工作的關察與省思

■文/高健恒(聖保祿福傳中心副主任)

淺談還區數孫統計分析及運用

研擬堂區發展相關計畫時,應先清楚地瞭解堂區的狀況;建議先從統計及分析教務 各項數據,再針對需要改善或加強的之處,擬定出具體改善或補強的行動方案。

過堂區教務歷史數據的統計分析,得 以清楚呈現堂區發展的趨勢,提供堂 區神長與傳協會在擬訂堂區發展計畫時,作 為參考依據,降低個人主觀解讀可能導致 的偏差,甚至產生誤解。特別在與其他堂區 的數據比較後,進一步得到更客觀的數據, 例如:教友流失狀況、兒童長大後領受堅振 及初領聖體與在教會中婚配的比率、奉獻 情形、教理講師人數等。

紀錄堂區各項重要數據

以高雄教區每年公布「堂區教務統計表」為例,紀錄前年和今年的教友、領洗者(細分1歲以內、1-7歲、7歲以上)、遷入遷出、死亡與其他增加或減少、牧靈工作者、堅振和初領聖體者、教友婚姻、寬免婚姻、慕道者、教理講師(細分支薪與不支薪)、傳道員等人數。

堂區宜進一步紀錄統計:主日進堂教友人數、各善會團體或讀經班的聚會人數,特別是主日學和青年會的出席狀況和未參加的人數、奉獻金額(細分維持費、彌撒中奉獻、特別奉獻)、各類別支出金額(特別是為了牧靈福傳的支出)、進修院的聖召人數等。

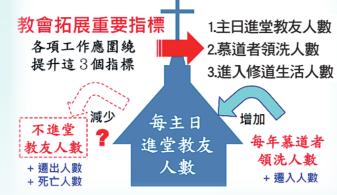
拓展教會的 3 項重要數據

- ★ 堂區歷年教友人數:歷年領洗人數+歷年遷 入人數-歷年遷出人數-歷年死亡人數後 之總數。應逐年統計計算登載。
- ★ 堂區歷年進堂教友人數:過去若沒有統計, 只能由現在開始統計紀錄。
- ★ 堂區歷年領洗人數:可查閱《聖事簿》登錄 領洗人數。建議同時整理尚未初領聖體及 領受堅振聖事的孩童資料,以利列表追蹤。

歷年數字呈現發展趨勢

目前進堂教友2、3百人的堂區,一般即稱為「大堂」,這些堂區不應以目前進堂人數而自滿,堂區實際發展情況需要透過分析過去的教務統計數字,所呈現的是成長、持平或萎縮的趨勢和起伏為主。目前的進堂人數,可能是過去的上千人所剩餘的人數。現在的小堂在40、50年前,也幾乎有上百或千位教友。因此,若不盡速研擬改善方式,並付諸行動,大堂的未來也可能充滿隱憂。

多數堂區過去可能沒有紀錄歷年教友進堂 人數,然而,堂區應有《聖事簿》,透過《領洗 簿》可以統計歷年堂區領洗人數,再以此繪製 圖表,得以間接呈現出堂區未來發展的趨勢。



由領洗人數推估未來發展

一般地區的教友遷入、遷出差異可以忽略。 透過長期平均的領洗人數,可以推估堂區未來 的教友人數,再透過教友流失率,可以進一步 預估未來進堂的教友人數,方式如下:

未來教友數=平均領洗人數×平均餘命40年

備註:平均餘命40年,是以不論男女粗估平均壽命80歲,並假設各種年齡層領洗人數平均分布,再除以2,所得平均年數。若希望更為精確,可自行加上修正係數。

未來進堂人數=未來教友人數×長期流失率 備註: 觀察粗估長期教友流失率超過70%。

拓展教會應長期關注的3個重要指標數據: 1.主日進堂教友人數;2.慕道者領洗人數;3.進 入修道生活人數。堂區應將有限人力、財力等 資源,優先投入可提升這3個指標的工作上。

掌握教友流失人數求改進

教友流失人數無法透過直接清點統計獲得, 但我們可以用間接方式計算得知。

不進堂(流失)人數:歷年領洗人數+歷年遷 入人數-歷年遷出人數-歷年死亡人數-主日 進堂人數後之總數。

流失率: 不進堂(流失)人數/歷年教友人數。

當實際統計過流失人數和流失率後,所得數據或許讓人不禁感到驚訝和憂心!一些老聖堂若是因資料流失或其他因素,統計期間不夠長,可能出現流失人數不高,或流失率偏低的假象,這是因為統計期間新加入的教友人數很少,進堂教友是已被篩選過,都養成規律進堂的習慣。一般而言,統計期間新領洗人數越多的堂區,其流失率也較高。

教務統計之大數據分析觀察

十近10年教友人數減少與少子化非絕對關係

高雄教區《牧民福傳報》公布近10年的幼兒 領洗數據顯示,這段時間教友人數持續減少, 並非少子化現象所導致。

†都會區新生兒領洗比率較偏鄉低

新生兒領洗按《天主教法典》867條規定:「父母有責任,使其嬰兒於誕生後數星期內領洗。」近10年的資料分析發現,都會區的聖堂在此項目的比率,低於原住民區的聖堂,顯示都會區的聖堂應加強此部分的牧靈教導。

十大量活動排擠福傳工作

依據高雄教區公布2008-2018年間的領洗人數,長期在500人±10%(約456-545人之間)。但2019年因慶祝教區成立160周年,每月皆有大型活動,領洗人數顯示減少為409人,這包含10月27日教區主保日,多舉行一次集體洗禮聖事而領洗了85位候洗者。顯見大量慶祝活動,與教會福傳拓展並非絕對關係。

†各階段聖事領受人數依序逐漸減少

因著流失和失聯情形嚴重,越後面階段的聖事,領受的人數越少,此點由歷年的教務統計資料可得印證。因此,牧靈工作必須加強每件聖事領受前的追蹤、輔導,引導加入堂區團體等,設法補足自幼領洗者所缺少完整慕道課程的培育,而對信仰認識不足的問題,並幫助他們與堂區團體建立橫向關係的發展。

† 在聖堂舉行婚姻聖事比率不高

數據顯示,在聖堂領受婚姻聖事者約 58.5%;其中,雙方為教友占32.4%,單方為教 友占67.6%,得知不婚與未在聖堂結婚者居多。

† 長者領受臨終聖事比率低

長者自己離開教會,或因子女不進堂,當失去行動能力後,堂區若無關懷系統,便逐漸與堂區失去聯繫,因而領受臨終聖事比率偏低。因此,牧靈工作平時應透過對長者的關懷,與其家人建立關係,並對其不進堂或未領洗的家人,積極設法進行尋羊與福傳工作,例如:家庭祈禱,以送聖體、送月曆或重陽節禮物等方式拜訪長者,邀請其家人參加各式撒種活動。當長者臨終時,家人能即時聯繫聖堂,協助獲享臨終聖事的恩寵。在協助長者全程辦理後事的,亦是尋羊與福傳的最好機會。

勇於面對,調整作法

對於實務工作者而言,上述統計分析或許有 感多此一舉,不需統計都約略得知問題。但只 有藉統計分析,得到真實的趨勢變化程度,才 能預估未來發展,並清楚呈現各項問題的嚴重 程度,避免個人主觀地認為「還好」,以利盡 早擬訂對策,展開行動。當長年的工作模式未 見成果,需檢視及分析問題所在,調整作法。 倘若方向或方式有問題,就像持續對塑膠花澆 水施肥,終究不會成長結果。



一傳,是耶穌給門徒們最後的命令:「你 **用**用往普天下去,向一切受造物宣傳福 音!」(谷16:15)這是教會的使命,也是所有 基督徒首要且基本的責任。

台北聖經協會原訂於今年度「細胞小組」課 程,隨著疫情升溫而延期,終於在政府公布集 會場所解封後,10月30日在新店大坪林聖三堂 順利舉辦(見上圖)。課程當日上午10時30分, 參加者陸續完成報到,樹林耶穌聖心堂主任司 鐸唐家德神父也特地撥冗參加,協會並準備 了由聞道出版社出版的《今日遇見聖路加》一 書,贈予參加者。培訓課程由聖言會的羅志偉 神父主講,羅神父帶領大家合唱〈呼求聖神〉 後,課程開始進行。

第一階段,羅神父簡介「細胞小組」聚會的 目標、方式、重點等,並說明這是新福傳的一 種方式,起源於1983年美國佛羅里達的彭布羅 克培斯的聖波尼法爵堂,1986年,經加拿大籍 凡勒良諾·高德特神父推介到義大利米蘭的聖 埃烏斯托喬(St. Eustorgio)堂區後,全世界已 有30幾個國家在推行。

目前台灣成立細胞小組的堂區或單位有:台 北樹林耶穌聖心堂、古亭耶穌聖心堂、南松山 始胎無玷天主堂、輔仁大學、萬大路玫瑰聖母 堂;還有三峽聖母領報堂及台中教區的兩個堂 區;等多個堂區也都在積極準備成立中。

羅神父說明,「細胞小組」又稱為堂區福傳 細胞,2015年4月12日獲得宗座平信徒委員會 正式承認為活躍堂區和教會的新福傳模式,每 年在義大利米蘭的聖埃烏斯托喬堂舉辦「堂區 福傳細胞國際研討會」,協助其他國家福傳細 胞的成立發展。

細胞小組的目標為:1.在與主的親密關係中 成長,深入我們信徒的身分(從被動到主動的 信徒);2.在互愛中成長(彼此聆聽和關心), 給予和接受幫助。3.與他人分享主基督,在基 督的教會內完成福傳使命。

細胞小組的理念與方法是向外福傳——細胞 的福傳是從近人開始(家人、組員、朋友、尚 未認識天主的、完全排斥或反對基督的人), 其做法是,首先列出近人的名單,透過祈禱選 出1或2位做為福傳的對象。

課程第二階段是按照主題:「天主為我做了 什麼?我為天主做了什麼?」,以及常年期第 三十一主日的福音內容「你當全心、全靈、全 力, 愛上主, 你的天主。」(申6:5) 進行分組 分享,參加者交談踴躍,現場氣氛熱絡。

課程結束前,全體合唱〈聖母經〉,並由羅 志偉神父、聖經協會神師呂博侃神父、大坪林 聖三堂主任司鐸柏克偉神父、副主任司鐸巴明

通功代禱

我們最敬愛的父親 林吉弘(聖名:方濟各 沙勿略),働於主曆 2021年10月13日上午9時 3分蒙主恩召,距生於 1943年9月15日,在世旅 居78載。



父親一生奉獻教會,多年來自行開車前往 偏遠山區和多處堂區教唱聖詠,無私奉獻精 神,令許多人深感敬佩。

我們已於10月21日(周四)上午9時,假台 中市聖保祿天主堂為父親舉行殯葬彌撒,由 馬世光神父主禮,隨後,遺骨安奉於天主教 員林東山墓園;因疫情嚴峻,未對外開放弔 唁,特此感謝神長、修女、主內弟兄姊妹及 親友代禱,並深致歉意。

懇請教會內外弟兄姊妹及親朋好友主前 持續代禱,感恩無限。

> 子 安德 正德 女 斐莉 敬啟

通功代禱

主內余長焱弟兄(聖 名:若瑟),慟於主曆 2021年10月27日蒙主恩 召, 距生於1945年1月26 日,享壽77歲。

謹擇於2021年11月12日 (周五)上午9時,假板



橋中華殉道聖人朝聖地 (新北市板橋區板城 路430號)舉行殯葬彌撒暨告別禮,10時舉行 家奠禮、公奠禮後,隨即發引火化。

懇請敬愛的神長、修女、主內弟兄姊妹及 親友們主前代禱,祈求仁慈的天父恩賜父親 獲享天國榮福鴻恩。

> 孝男 彬誠 彬碩 敬啟

志神父、樹林耶穌聖心堂唐家德神父,為參予 者進行降福後,圓滿結束。

如果主內弟兄姊妹想了解細胞小組是什麼樣 的團體?如何進行聚會?歡迎洽詢台北總教區 各鐸區聖經協會理事。



天主教台北總教區 家庭協談中心

以合乎福音的方式利用電話專線,幫助家庭生活有困難的人, 建立一個美滿幸福的家庭,使人感受到天主的美善。

服務項目:夫妻關係、親子問題、家庭溝通等 相關方面的諮詢與轉介

服務時間:

周一~周五 上午 9:00 ~ 12:00 & 下午 14:00 ~ 17:00

周二~周三 晚間 19:00 ~ 21:00 服務電話:02-2732-9594 (救我救是)



*計つI-太巴*衛浴

如廁起身好輕鬆

馬桶安全扶手特價6000元

適用市面各款馬桶



服務專線 0800-042-111

環藥病媒字第63-002號 完整的白蟻、害蟲、老鼠防治方法 **★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. 服務專線:(02)2555-64) FAX: (02)2558-2784 台北市西寧北路73號4樓 E-mail: lin.shinfu@msa.hinet.ne



一通電話全省服務

電話及諮詢服務

富寓國際有限公司(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

安心託付

不適用免費替換

詢

葬

屋

葬

【<mark>婚前工作坊</mark>】走向紅毯的另一端 未婚情侶隨時報名登記 三對即可安排上課

【青年活動】11/28(日)三鶯微旅行 漫遊老街、好玩的 DIY、採點拍照去

【善意溝通】12/11(六) 09:30~17:30 說話是需要練習的,觀察→感受→需要→請求, 進而改善關係品質,經營親密關器始於善意溝通

【青年將臨期避靜】12/18(六) 講師:金毓瑋神父

疫情中信仰生活的再整合-祈禱、參與彌撒、信仰關懷

【青年活動】12/19(日)大稻埕解謎趣

~邀請 40 歲以下青年共襄盛舉~

FB 社團: 台北天主教教友中心

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

專業服務

真誠服務塔 台北市民政局評鑑 24H免費諮詢服務: 02-22192245, 02-22190325

主内:朱強明弟兄 邱秀蘭姐妹 竭誠服務

【天主教周報誠徵編輯人員】

- ◎具文字敏銳度
- ◎認同天主教信仰
- ◎對教會事工抱持高度熱忱及配合度

意者請寄履歷表至

catholicweekly@gmail.com

或電洽: (02) 2737-2839分機254

天主教問報 /

【行銷企劃】

- ◎擅長行銷及創意發想
- ◎使用ID、AI、PS完成印前編排整合
- ◎熟悉電子商務規畫 (Dreamwerver、 HTML、CSS等語法) 尤佳

意者請寄履歷表至

catholicweekly@gmail.com

或電洽: (02) 2737-2839分機254

0928-807-150

天主教教義函授中心

您在尋找生命的目標? 您渴望解答人生各種疑問?

教義函授讓您在家中透過循序漸進的課程內容 識天主教的觀點和精神,獲得人生切身問題的解答 無聲無形的天主總有方法讓人體會愛的動力! 請向我們聯絡報名:

地址:40681台中市北屯區雷中街42巷3弄8號

電話:04-2293-6162

網址: www.catholic.org.tw/cicm/correspondence/

電子郵件: cath corresp@hotmail.com

費用:自由奉獻/捐款

郵局劃撥戶名:財團法人天主教聖母聖心會

帳號:11297969

請註明:教義函授中心或CC

詳洽:林姊妹

電話: 02-2737-2839; 2736-0547

傳真: 02-2737-1326

E-mail: catholicweekly@gmail.com

祈禱之旅(原價90,特價30)

·聖保禄:一個福音的忠僕 (原價120, 特價50)

·從靜觀到基督徒的美德(上)(原價180,特價50)

· 從梅瑟到耶穌:逾越奧蹟的路程(原價130,特價50)

・與主同在考驗中:約伯的省思 (原價180,特價50)

·亞巴郎:我們的信仰之父(原價280,特價50)

·每日默想(下)(原價250,特價50)

- 書籍介紹、網路訂購



一人人地 11月底止

·從靜觀到基督徒的美德(下)(原價180,特價50)

保祿書局台北店(02)2371-0447 台北市忠孝西路一段21號 保祿書局台中店(04)2220-4729 台中市光復路136號 保祿書局高雄店(07)261-2860 高雄市五福三路149-1號

【天主聖言與將臨期】_{講座}

邀請聖經神學專家主講,

帶領你從每日的彌撒讀經,汲取聖言的智慧與恩典。 時間: 11月19日(五)晚上19:00~21:00 地點:中央大樓5樓(台北市中山北路一段2號) 主辦:保祿書局 報名請洽:02-2371-0447





方異國,甚至在那裡待了近一甲子 扛起裝備搭上火車,也意外地留下這張充 作了最深刻的見證。(康文榮先生掃描) 的時光?(康文榮先生掃描) 滿朝氣的影像。(康文榮先生掃描)



▲我們往往會忘了德高望重的修道 ▲葛德神父這張照片攝於他年輕時,一次 ▲▶葛德神父1957年入白冷會,1963年晉鐸,1964 人也有青春歲月。孩童時期的葛德 意外的行旅,臨行時,有人問他是否願意 年就來到台灣,青年葛德選擇奉獻生活,修道之路寂 是否料想得到,有一天,他會到遠。去帶一個童軍團體,他就這麼興高采烈地。實而漫長。葛神父以全然交付的奉獻生命,為這信仰





▲葛德神父的全家福!青年葛神父是如此帥氣迷人(後排左),在他右邊 的是同為白冷會士的胞弟葛士毅神父,也曾在台東服務。葛神父的舅舅滿 海德神父也是白冷會士,長眠在小馬天主堂墓園。(康文榮先生掃描)



在小馬天主堂墓園的賈斯德神父(左)及葛士毅神父(右)等

一台東服務多年的白冷外方傳教會的葛德 1上神父本月16日便告老還鄉,返回瑞士。 我因為書寫《海岸山脈的瑞士人》及《公東的 教堂》兩本書,而與葛神父結為好友。仍記得 當年葛神父捧讀《公東的教堂》在念到錫質 平神父這段時,竟老淚縱橫,不能自己。

為信仰奮鬥 虔敬事主的修道人

猶記得第一次與葛神父近距離接觸是在書 寫《海岸山脈的瑞士人》之前,那夜他舟車勞 頓地自被困多日的蘭嶼歸來,才回到台東白冷 會院,他不放心離開多日的教堂,連晚飯都不 吃,便急著回東河。待他騎上摩托車後,我看 到他在腰間圍了一個輪胎,他苦笑著說,他的 骨刺壓到了神經,這一個橡皮圈可護腰及減 少疼痛。車發動後,葛神父按了兩下喇叭,就 消失在淒風苦雨的闇夜中。

往後,每次返台,我都會前來台東白冷會 院,也才有了日後幾本叫好又叫座的書。然而 這幾本書雖在社會上引起不小迴響,但白冷 會士仍急速凋零,更教人扼腕的是,當公東教 堂已變成舉國皆知的景點,這座建築卻遲遲 沒有修復跡象,我原本預訂書寫有關白冷會 故事的第3本書——《東海岸的教堂之旅》也 因此被迫喊停。深受挫折的我在白冷會院等 待葛神父自蘭嶼歸來。這回,他又因強烈的東 北季風被滯留在島上1個半月。甫抵會院,葛 神父如往常般地一刻也不稍息,急著回東河。 我央求他稍做停留,我們來到會院的教堂,才 一坐下,我就怨聲載道地對他發起了牢騷,與 他訴說我對這體制及教會的失望,甚至不想 再當天主教徒。

聽到這話,葛神父將行李猛然推開,挨近 我身旁,挽起我手臂說,他今晚不走了,就在 這陪我,直到我心情好轉。待我情緒稍緩後, 他以滿是老繭的雙手捧著我的臉,直視著我 說,他一天到晚都在為這信仰奮鬥,成天處在 進退維谷的矛盾中,若我放棄了信仰,他會多 孤單?我不好再說什麼,記得他曾跟我說過 他很寂寞,很喜歡小孩,若他放棄獨身誓願,

他一定會找一個心愛的人結婚,生一堆孩子, 記》,更有機會前往蘭嶼島。在島上時,我來到 陪他們長大……。

河吧!」他仍是不放心地看著我說,他可以留下 神父那時都已70好幾,這在台灣早已是含飴弄 憂,還給他添亂。 孫、受人侍奉的老人,卻仍一心繫著他的教友、 是什麼樣的天主,讓他這樣無怨無悔地獻身?

深耕蘭嶼島 神貧簡樸的修道人

葛神父居住的紅頭天主堂,神父的房間簡陋得 我站了起來,像大人般地對他說:「你回東 不可思議,就連那台國際牌冰箱都如文物般的 可直接放入博物館。而無論在東河或是蘭嶼, 來。我拎起了他的行李,送他到摩托車邊,「早 葛神父的三餐全都自己打理,他的一頓飯,往往 點回去吧!神父,您明天還得早起做彌撒。」天 就是一個荷包蛋,兩片吐司及一點果醬。在蘭 上下起了毛毛雨,我不捨他離開,跟他要了個降 嶼時,我向他借摩托車,他特別在返台前把車 福,就在我轉身離去時,他卻抓起我的手,要我 給我送來,我載他去乘船,心中很悸動,我的葛 在他額頭上劃十字,給他一個祝福。我狠狠地 神父都已84歲,卻還是這樣舟車勞頓地每個月 抱著他,內心五味雜陳:我有什麼資格抱怨?葛 到蘭嶼島來服務教友,我到島上不但沒給他減

點出這位老修道人在東部奉獻的精神

葛神父一回到台東就面臨退休壓力,他得把 他的教堂,成天在東海岸穿梭,他的天主究竟 東河的房間騰出來,好讓新任本堂司鐸入住, 面對滿屋子雜物,他不知如何著手;我也跟著 焦急:我們的教會極不重視歷史文物保存,那 些有如無價之寶的歷史照片,一點也不被珍惜 去年返台,無意碰上了肆虐全球的新冠疫 地成批往外丟。過去數年,我不只一次地對主 情,返美班機停飛,我竟陰錯陽差地在台滯留 事者曉以大義,這些影像非常寶貴,然而聽者 近1年3個月,期間,我完成另一本新作《雙堂 藐藐,除了不珍惜,竟也不讓外人插手。這教會



▲葛德神父在蘭嶼服務期間,與當地居民結下深厚的情誼。

成天在檯面上喊福傳,卻似乎與現實脫節,說 著自神學院習得的神學、哲學道理,卻忽視保 存珍惜佐證福傳歷程,同樣能啟發心靈的動人 圖檔珍貴資產,直讓人徒呼負負!

把盞殷話別 臨行依依的修道人

東河來幫葛神父搬家,卻發現他仍是未將東西 很不以為然地對我說:「你們怎麼可以讓一個 與他相處的時光。 老人如此孤單地自己搬家?」時近黃昏,前一晚 就來到台東的朋友已在離東河1小時車程外的 鹿野訂了大餐,由於葛神父第2天一早有彌撒, 他不願來回奔波與我們同行。我當下做主,讓 東會院的消息,我三不五時地給他打氣,然而, 朋友先行離去,且說好晚餐不必等我們,我開 乾弟弟請他吃頓退休晚餐。

的成功漁港,在開了好一段路後,終於找到乾 等來年、我回美東後再去瑞士看他。 弟弟印象中一家由當地農會輔導的連鎖餐廳。

整家餐廳竟沒有其他客人。 我們前來的乾弟弟說,葛神 在掃興!乾弟弟這時卻靦腆 基督為尋找那隻失落羊的心情! 地說,他車上有!我不敢置信 的傢伙帶酒幹什麼?還在狐 般的自屋外拎著一瓶冒著冷

檳,問他為什麼昨晚聚會時不拿出來?

「太貴了!」他捨不得拿出來。看著杯中冒金 黃氣泡的香檳,我竟覺得這簡直比《聖經》記 載耶穌將水變成美酒的加納盛宴還要奇妙!天 會對他的回饋又是什麼? 主藉著乾弟弟為我們帶來了意想不到的歡樂。 簡樸度日的葛神父,那晚胃口大開,甚是開心, 今年5月返美前夕,我與乾弟弟自台南駕車到 我們竟然用這方式慶祝了他的退休,然而,我 心中仍是惆悵,我多想大聲喊出:不只我與乾 打理好,與我前來的朋友,看到葛神父的處境, 弟弟,有多少人都想聚在葛神父的身邊,享受

故人歸故國 奉獻畢生的修道人

8月中旬,我在美東終於接到葛神父搬回台 葛神父不熟悉LINE的操作,實在忍不住了,我 玩笑地對神父說,既然不加入我們,且讓我與 要乾弟弟電詢他的近況。9月底,他默然地對我 說,他打算回瑞士養老,若可以,冬天前就得成 由於葛神父不喜歡海鮮,我們只好放棄鄰近一行,我對他說,若返台宣傳新書時他已離開,就

我能如此捨得葛神父,是我知道他在瑞士會

院會得到更好的照顧,此外,我更深信我們終 會再見面,堅信天國是愛的成全與圓滿。我仍 點好了簡餐,我詢問店家是 記得最後一回去東河找他,卻不見他的蹤影, 否有酒,但餐廳竟連啤酒也 我找遍了每一個房間就是看不到人,擔憂之 無,我懊惱地對葛神父及帶 際,終於聽到他微弱的呼喊,原來他在教堂的 小隔間整理最後一批東西,我緊抱著他,深怕 父的退休晚餐,不能小酌,實 他自我眼前消失。在那一瞬間,我幾乎感受到

> 葛神父1963年,27歲時就來到台灣,在台東 地質問這只喝茶、滴酒不沾 服務了近一甲子歲月,大部分的白冷會士於30 歲前後就來到台灣,更將一生最精華時光給了 疑之際,乾弟弟卻如變魔術 這塊土地。我未見過基督,但我認識葛神父這 位事主愛人的牧者,他為我去尋找青綠的草 霧的香檳進來。我睜大眼睛, 地、心靈的活泉,甚至在我受傷時將我擁在懷 看著這瓶如假包換的頂級香 中。跟著他,我深信他會伴隨我一路走向他畢 生追尋的福地!

> > 話雖如此,我在遙遠的美東仍無端感慨,對 一位將生命全給了東部的異鄉人,我們台灣社



▲葛神父在蘭嶼紅頭天主堂的簡樸房間,我總是勸他, 對自己好一點吧,台灣經濟早不是他來時的當年那樣, 但他卻一直說:「夠舒服了!夠舒服了!」

■Instaurare omnia in Christo 在基督內重建一切



常年期第三十二主日 全部都给

讀經一:列王紀上17:10-16 答唱詠:聖詠146:1;7,8,9,10 讀經二:致希伯來人書9:24-28 福 音:聖瑪谷福音12:38-44

■文/陳新偉神父(加爾默羅會士) 圖/翁宏傑(台南大灣聖若瑟堂教友)

文章周的讀經一,厄里亞與匝爾法 转的寡婦對話中,我首先感到 疑惑的是,這位先知很霸道,自己要 拿一根葱,居然讓可憐的寡婦將自 己僅有的食糧都給他。在上周的福 音中,我們知道天主對子民的要求: 「上主我們的天主是唯一的天主。 你應當全心、全靈、全意、全力愛上 主,你的天主。」(谷12:29-30)難 道,這位先知竟然真的把自己當成了 天主?

全心奉獻事主 也要照顧近人

今天這一段故事,也讓我聯想到, 天主要求信德之父亞巴郎奉獻自己 的獨生子,其實這和本周讀經一講寡 婦信德、服從的故事,都是同一個道 理。先知厄里亞真的是如此霸道,不 近人情,唯我獨尊嗎?這常常是我們 對《舊約》天主所懷著的印象,也是 我們心中常對《聖經》許多故事的錯 誤理解。

這些故事都在喚醒我們一件事: 不要害怕!信德下的服從,為天主之 名而做、而受迫害的、奉獻的、犧牲

的,愛天主在萬有之上,而愛近人者,必獲得天主的祝福!我們每個人因愛被召喚,所需要做的事情,就是奉獻給天主。

每當讀到類似的故事,就讓我不禁感慨:奉獻給天主,對我們來說是相對容易的;但是為了天主的子民,也就是照顧近人這件事,卻不然。正如我們對天主說話,直接和天主辦和好聖事很容易;但要藉著神父辦告解,告明自己的罪,則較為困難。是的,我們常常說愛天主,也時常奉獻給教會;然而相對地,對於照顧窮困的人,我們是否也一樣慷慨呢?

主愛我們到底 還愛全部奉獻

耶穌在進入耶路撒冷,也就是走向苦難之前的日子,不斷地被挑戰,考驗耶穌基督對天主誠命的瞭解,而耶穌基督也藉著這個機會,訓誨他們,讓他們知道自己的錯誤與缺失,並深感羞愧。耶穌基督因著自己對天主誠命瞭如指掌,藉此提醒他們:誰才是真正該悔改的人?誰是偽君子?誰是真正愛天主的人?

聖保祿宗徒懷有同樣的心情,來看我們的 主耶穌基督:祂到底是厄里亞,還是那名寡婦 呢?耶穌向我們索取之前,先將祂自己奉獻給



了我們,耶穌僅取得祂知道我們所擁有、所能做到的,這是天主所展現的公義。我們能付出的著實有限,而耶穌基督給我們的,和我們給天主的,真的是無法相較。主耶穌基督對我們真可說得上:「給,都給,全部都給」,只要我們準備好自己,絕對可以領受到天主所賜。這就是厄里亞要傳遞給寡婦的好消息,也是給我們的啟示。

不要認為我們將所有奉獻的時候,便一無所有了,天主比我們更加慷慨。大德蘭也常提醒修女們,對天主的慷慨,就是要努力做到全部奉獻,好比耶穌基督一樣,這樣地全部都給,可稱上是一次性的奉獻。可惜人無法一次性奉獻,所以我們不會像耶穌基督一樣,只有一次受難犧牲,而是多次承受苦難。

悔改轉向天主 修行直至成全

這就是肉體生命的樣貌,所以天主不求我們 一次就達到成全,一次就能全然的奉獻;天主 要我們每一次跌倒,都記得悔改;每一次跌到, 都會轉向天主,不要離開天主,這就是天主喜 悅的!我們無法做到耶穌基督的地步,所以我 們需要「藉著基督,偕同基督,在基督內」,才 能逾越人的有限。我們靠自己真的非常 有限,所以當我們願意全部奉獻給天主 的時候,天主會按照我們所有的恩寵之 上再加恩寵。

我們今天所擁有的一切,都是天主 所賜,天主沒有給我們的,我們也無法 獲得。這位寡婦最終明白了,我也明白 了。我今天奉獻給天主的,在一般人眼 中算是很多;但是,若與耶穌給我的相 比,那真的是無法相提並論。我所領受 的真讓自己感到羞愧,一度自認是完全 度著奉獻的生命,然而距離耶穌基督所 做的,相差何止十萬八千里!

我們在自己能力範圍內所能給的,5 個塔冷通也好,1個塔冷通也罷,都是 我們對天主的愛;我們若毫無保留,全 部給出去,就會獲得更多。天主很高興 把祂的全部給我們,也希望我們能夠給 得更多。殉道者,就是一次性奉獻給天 主的人,我們無法殉道,就只能修行, 每天給出一點點,直至成全。

今天的福音藉著窮寡婦的慷慨,再 次提醒我們不要學習經師的態度,更要 提防他們,他們不但不給,還貪得無厭 地索取。他們喜歡招搖過市,對天主卻

最為吝嗇。他們要做最大的、要被敬禮、被眾 人喜愛,做了一切虛假的表面工夫。這些只靠 衣裝的人,背後卻大發不義之財,藉著上主之 名而盡做不該做的事情,主耶穌說:「這些人 必要遭受更嚴厲的處罰。」

主要的我都給 全力走成聖路

貧窮不是問題,不足不是問題,缺陷不是問題,給多給少不是問題,重點是要對天國的事情全力以赴,不是給自己所剩餘的東西,而是當天主要的時候,連自己僅有的都能給,願意去給。這是對天主的愛,我們也知道,天主不會全拿,天主一定會留一些給我們,甚至還會賜給更多。

亞巴郎因奉獻獨子而獲得更多的子孫後裔; 厄里亞所言,也正如天主的承諾,缸裡的麵沒 有用完,罐裡的油沒有減少;耶穌基督的死亡, 一次性地給了我們人類永遠的救贖。我們奉獻 給天主自己所能給的,雖然無法全給,但是天 主也賜予更多的賞報,這真是不爭的事實。天 主所言,不要不信;我們如果不信,也無法對天 主慷慨!小德蘭的《神嬰小道》,就是如此呼籲 著:「給,都給,全部都給!」 Instaurare omnia in Christo 在基督內重建一切

古倫神父眼中的 聖賀德住講座系列 3

■主講/古倫神父(Pater Dr. Anselm Grün OSB) 翻譯/吳信如(南與北文化出版社社長) 彙編&圖片提供/黃漢婷(輔大標竿計畫「宗教地景、療癒 與社會」子計畫主持人)、聖賀德佳協會工作團隊

聖質核佳與本篤靈修:世界的面向

下於聖賀德佳與本篤靈修,在前兩期分別 談了3個具體面向的梗概,以及第1個面 向:「內在面向」的神祕主義與綠色生命力, 本期接續來談談第2個具體面向:「世界的面 向」。古倫神父認為,此面向的具體展現為 「祈禱與工作Ora et Labora」。因為對聖本篤 來說,工作本身就是靈修的一部分,所謂「祈 禱與工作」,並非是硬性去區分一天用了多少 時間來祈禱、多少時間來工作,而是將祈禱與 工作視為一體兩面。那麼,祈禱與工作有什麼 樣的連結,並對我們產生何種幫助呢?

祈禱與工作的第1個連結:幫助我們從中認識自己。聖本篤認為:「祈禱可以讓我們在當中認識我們自己;而工作同樣也能夠讓我們在裡面認識我們自己。」我們可以從觀察一個人如何工作,來看他的靈魂與身心是否健康。如果一個人在工作時亂七八糟、沒有秩序,就會聯想到他的靈魂是不是也非常的混亂呢?另外,也可以從一個人的工作態度裡看到,他是不是只把工作拿來作為實現自我成就的部分,還是他真的能夠享受於其中、全心全意地投入在工作裡。

對聖本篤來說,工作是用來測試自己的祈禱是否真誠。幾年前,有一個年輕人來拜訪我(古倫神父),說他想要進入修院,但是他告訴我:「我是一個非常屬靈的人,我1天只能工作3個小時。」這時我就向他說:「如果你1天只能工作3小時的話,那麼很抱歉,你可能不太適合我們本篤會,因為我們本篤會每天都要工作8小時,我們是在工作裡實現自己的靈修的。」很明顯,這個年輕人把祈禱以及默觀的生活侷限在某種自戀與自我想像中,只是繞著自己打轉。

對此,聖本篤曾特別提到,他對那些輔導初學生的導師們說:「你們要去看這一些新進的初學生們,是不是適合修院?他們靈修做得好不好?不要只是看他們的靈修禮儀生活,而是要從他們的工作來看。」

對此,聖本篤也曾具體提到,從工作來察覺 初學生靈性生活狀況的3個面向是:

- 1. 他是否準時參與彌撒與祈禱?
- 2. 他是否有能力進入團體生活?
- 3. 他在工作時候是否能夠接受挑戰?

祈禱與工作的第2個連結:從中與上主連結 在一起,獲得潔淨的力量。

我們透過祈禱與聖神連結在一起,與上主合



一,我們能夠透過跟上主的連結獲得工作的力量。如果我們在工作時,接觸到的是上主的潔淨泉源時,工作時就不容易筋疲力盡。如果我們能夠跟這樣的一個內在的泉源產生連結,我們的工作品質就會有所不同。

工作時會散發感染力,能夠產生力量,並對於我們的外在環境產生不小的影響。如果在工作裡連結的不是上主的潔淨泉源,而是內在自我中心的污穢淵藪,就會發現自己工作時,只求表現來證明自己有多厲害,如此便會產生出一股充滿攻擊性的力量和壓迫性的氛圍。

我們進辦公室時,不要只想著:「今天一定 要證明我是一個多麼厲害的人,要獲得長官、 同僚與部屬怎樣的讚賞」;而要想說:「我內 在有著上主的泉源,祂讓跟我一起工作的人, 透過我的工作來看到上主的面容。」透過這種 方式與上主連結在一起,我們的力量來源是上 主,而不是想要表現自己的那個ego(自我), 如此在工作時,展現出來的方式與散發出來的 氛圍,就會有所不同。

又比如說,我在演講的時候,不會老是想著:「我要透過這個演講來展現我的知識,讓大家覺得我很有學問」;而是我願意相信:「上主要透過我的演講,帶給聽眾一些啟發,讓聽眾去經驗到上主要告訴每一個人的事

情」。倘若我從內心中的上主出發,天主會賜予我們力量,來進行這場演講。這樣對我來說,演講不造成任何壓力,也不會讓問遭的人感覺這個演講者好像很急於表現自我。

編者回饋:對於古倫神父而言,祈禱與工作並不相悖,而是一體兩面。透過祈禱與工作,不僅可讓人認識自己,調整內心的驕傲與成就取向,也能使心靈獲得潔淨,並藉此與上主產生更深度的合一。重要的是,讓心中充滿上主的泉源,由祂來帶領我們每日的生活。

聖賀德佳身為本篤會的修女, 同樣也在這一重要的靈修中獲得 不斷的滌淨,並在她的修道生活 中身體力行,以行動與著作影響 他人。這種靈修精神為現代人提 供另一種思考生活與生命的可能

性。我們常聽到:「我沒時間,我趕時間」,在 匆忙之際,常失去內心的平靜,也常常因此讓 身體過度疲憊。古倫神父和聖賀德佳提醒我 們,讓內在的天主作為我們生活的校準,讓工 作與生活也成為祈禱,因為,只有來自於天主 的力量才會源源不絕!

我們倚靠天主的力量來面對日常生活,產生的不會是疲累,而是每日嶄新的創造。聖賀德佳對我們的生活態度如此提醒:「恭順就好比是靈魂,愛則好比是身體,彼此不可分割,而是相互影響,就如同靈魂和身體不可分割一樣,其在人的軀殼中相互為用。肢體在合宜的力量中仰賴靈魂與身體,其他的德行就能在正確的規範中與恭順以及愛合流。因此,人類啊!追求天主的榮耀,並且為了救贖,尋求恭順與愛。有了這些作為裝備,不用擔心魔鬼的獵捕,而會擁有永恆的生命。」她的建議讓我們可以在每日生活當中操練與實現,並期待永恆的生命,毋須等到生命逝去之時,。

對於工作與祈禱,古倫神父還論述了另外兩

個連結:生活的節奏與秩序、 獻身與投入的態度,我們留 待下次說明。 (下期待續)

> ▶「聖賀德佳療癒系列講座」 歡迎報名!



失胎後傷痛癒合與陪伴 三天兩夜的周末避靜 Rachel's Vineyard Weekend Retreat

誠摯邀請您走出傷痛,

在避静中經歷屬靈醫治,

以聖言為主的深化課程、靈命操練、 和好聖事及追思彌撒,同心祈禱;

分享天父的愛、寬恕、撫慰與關懷。

日期:11月19日(五)18:00~21日(日)16:00

地點:泰山洗心靈修中心(新北市泰山區應化街6巷5號)

諮詢或報名:0933-708-820鄧姊妹 0933-426-608 解姊妹

Mail:teng.grace@msa.hinet.net

時間:11月19日(五)19:00-21:00

台灣婦女維護生命協會感謝關懷與支持



依納爵禧年Magis系列活動

主題:繪本進行式~看見美與善 時間:2021年9月24日 (五) 至2022年1月14日 (五) 19:30-21:00

主題:聖經人物讀經班

時間:9月28日(二)至12月21日(二)19:30-21:00 地點:Magis青年中心(台北市中正區辛亥路一段22號3樓) 詳洽:02-2365-4205分機503 米酒,報名請掃瞄QR Code

大溪天主堂慕道班 五字訣教理講授

時間:10月17日起,每周日14:00-15:30,連續六周 地點:聖方濟天主堂(桃園市大溪區康莊路305號)

詳洽:03-388-2296

康泰醫療教育基金會 芳香療法主題視訊班

時間:10月21日(四)起19:00-21:00,連續6周

詳洽:02-2365-7780分機29 黃小姐,報名請掃描QR Code。

善終祝禱團 台北總教區第四屆牧靈培訓

時間: 11月6日,周六09:00-16:30

地點:台北總主教公署友倫樓(台北市大安區樂利路94號)

詳洽:02-2732-6602分機326 主教團禮儀委員會

台北總教區教理推廣中心 基督徒信仰成長班

時間:11月2日起,每周二14:00-16:45,共10次

地點:教理推廣中心(台北市大安區和平東路二段265巷9號3樓)

詳洽:02-2707-1311 黃老師

聖吉安娜生命維護中心 為生命而走

主題:相遇太魯閣 聆聽一座山的勇氣 主講:高銘和先生時間:11月6日(六)07:00至11月7日(日)11:30 詳洽:02-422-9363 梁姊妹,報名請掃描QR Code。

四腳亭露德聖母朝聖地活動

時間:11月6日(六)09:00明供聖體 10:00彌撒 11:30共融午餐 地點:四腳亭露德聖母朝聖地(新北市瑞芳區瑞竹路32號)

詳洽:02-245708252、0921-611-976 林貞生神父

洛雷托聖母航空旅行主保聖年慶典暨煉靈月追思彌撒

時間:11月6日(六)10:00西山墓園追思彌撒 11:00唐汝琪主教墓園追思祈禱

11:30洛雷托聖屋聖體降福

地點:洛雷托聖母之家朝聖地(苗栗縣頭屋鄉中正街20號)

詳洽:037-253-514、傳真:037-350-103

五峰旗聖母朝聖地落成16周年堂慶朝聖活動

時間: 11月9日(二)09:30敬禮聖母 10:00玫瑰經 10:30威恩彌撒

地點:五峰旗聖母朝聖地(宜蘭縣礁溪鄉五峰路91巷10號)實施交管,車輛請停山下

詳洽:03-987-1568、0965-568-971 傅修女、0915-818-376 謝天龍弟兄, 請事先報名,以便準備午餐。

「宗教地景、療癒與社會」系列講座

主題:中世紀黑死病與現代疫情療癒觀之比較 主講:蔡憶雲

時間:11月11日(四)13:30-15:30

地點:輔仁大學倬章樓4樓聖保祿廳(新北市新莊區中正路510號) 報名:請掃描QR Code

耶穌會靜山靈修中心 系列活動

時間:11月12日(五)18:00至11月14日(日)13:00 楊淑芳老師

主題:用繪畫學依納爵祈禱工作坊

地點:靜山靈修中心(彰化縣彰化市大埔路2巷1弄40號)

報名:04-712-2259~61 EMail:secmanresa.tw@gmail.com

輔仁大學「聊天主」慕道活動

時間:11月19日至2022年4月,每周五18:40至20:20

地點:輔仁大學(新北市新莊區中正路510號)

詳洽:02-2905-2793天主教研修學士學位學程,報名請掃QR Code。





地點:聖道明傳道中心(台北市中山區吉林路378號) 詳洽:02-2594-2294分機4121 陳小姐

聖道明傳道中心 聖道明離世八百年系列講座

時間: 11月20日(六) 10:00-12:00 九種祈禱的聖道明 金哲昱修士

高雄教區婚前/夫婦懇談聯合活動

主題:聖經神學專家教你讀經,汲取聖言智慧與恩典

地點:中央大樓(台北市中正區中山北路一段2號5樓)

時間:11月20日(六)08:30至11月21日(日)17:00 地點:聖功修女會五福福傳大樓(高雄市五福三路149號)

對象:準備結婚之準新人或結婚一年內新婚夫婦

報名:請掃瞄QR Code

報名:02-2371-0447



具数数温

教理老師充電日「你懂我嗎?」

時間:11月20日(六)13:30-17:30 名額有限,以堂區為單位報名

地點:聖道明傳道中心(台北市中山區吉林路378號) 詳洽:02-2707-1311 王老師或E-Mail:zhuyesa001@gmail.com

拯望會 為希望之友已亡親友及會友獻追思聖祭 時間: 11月20日(六) 15:00 主祭: 高福南神父 地點: 聖玫瑰堂(台北市大安區通化街178號) 詳洽: 02-2737-1008 吳修女

天主教病患之友會主辦 追思亡者彌撒

時間:11月20日(六)10:00

地點:方濟中學大禮堂(台北市內湖區成功路三段61號)

詳洽:02-2361-7619 王專員,因受疫情規定人數限制,請於11月10日前報名。 準備資料:亡者姓名及聖名、家屬稱謂及姓名、聯絡電話、所屬堂區、參加人數,

並請攜帶亡者照片(4*6或5*7英吋)加框可立。

夫婦懇談會周末營 讓婚姻充滿恩寵

時間:11月20日(六)08:30至11月21日(日)17:30

指導神師:詹德隆神父、崔寶臣神父 地點:桃園德來中心(桃園市桃園區三民路一段2號) 詳洽:0939-296-096 蘇弟兄、0931-357-756 黃姊妹 0927-078-025 李弟兄、0988-118-934 譚姊妹

Magis青年中心 青年微講座

時間:11月27日(六)14:00-17:00 地點:Magis青年中心(台北市中正區辛亥路一段22號3樓) 詳洽:02-2365-4205分機505楊澤龍,報名請請掃描QR Code

E-Mail:magisyouthcenter@gmail.com

新竹教區聖經協會 聖經講座與將臨期避靜

時間:11月27日(六)08:30-11:40和好聖事後

地點:聖母聖心主教座堂(新竹市中正路156號)

報名︰請掃瞄QR Code

聖家堂「播種祈禱的種子」五周祈禱

時間:11月底陸續開課

地點:聖家堂(台北市大安區新生南路二段50號)

詳洽:02-2392-0701分機0 聖家堂,報名請請掃瞄QR Code

大聖若瑟朝聖地 九月大敬禮(邀請各教區朝聖計畫)

時間:11月27日(六)10:30彌撒

主禮神長:李克勉主教 邀請教區:新竹教區 祈禱意向:為福傳祈禱

地點:大聖若瑟朝聖地(雲林縣莿桐鄉饒平村饒平路167號) 詳洽:05-584-2747 饒平天主堂 0912-997-753 張欽真神父

彌撒後備有午餐,請於朝聖彌撒前兩個星期告知人數,以便準備午餐。

12月4日(六)大聖若瑟年閉幕彌撒,將由嘉義教區神長主禮。













教宗方濟各11月祈禱意向 好書相薦

為受憂鬱症之苦的人祈禱

重視及關心現代人的各種憂苦,是教宗方濟各對我們每個人不斷大聲疾呼的請求。教宗一向非常關注窮人,我們可能第一印象是想到經濟上的弱勢者,但在我們生活周遭也有心靈上極度貧窮的人,甚至連一絲一毫的喜悅都被劫走——那些深受憂鬱症折磨的弟兄姊妹。

■文·圖/上智文化事業

(主) 管社會上對於心理健康和心理疾病的教 (注) 育已有長足進步,「憂鬱症」已是當今大 眾耳熟的名詞,但並非每人對它都有足夠的瞭 解,許多人依舊抱持許多錯誤的看法,也不知 道憂鬱症患者承受的痛苦究竟有多大。

受苦者人數眾多

據《聯合報》今年10月21日報導,世界衛生 組織研究2020年造成人類失能的疾病,憂鬱症 是首位;台灣衛生福利部統計2019年因情緒障 礙相關病症就醫的人數,高達209萬人。《聯 合報》「願景工程」也曾作過調查,全台平均 每14人中就有1人坦言曾受情緒問題所苦;受 訪者表示,如果罹患憂鬱症或躁鬱症等疾病, 32%的人不想說,21%的人不願尋求專業協 助;而身為人資主管,59%會傾向不錄用患有 憂鬱症或躁鬱症等身心疾病的應徵者。

這些數據告訴我們,憂鬱症與其他精神疾病等仍被視為不光彩的,而患者無論在社交、 人際或就業上都面臨重重限制與棘手的情況。 種種調查結果也顯示,情緒疾病確實是社會應該正視的問題。

對憂鬱症的錯誤認知

上智文化出版的《當神父也得憂鬱症》,作者威廉·雷柏爾神父是一名經驗豐富的心理諮商師,同時也是憂鬱症患者;在書中,他自述從黑暗到光明、從痛苦到平安、從破碎到重新整合的漫長旅程。

只有親身經歷過的人,才真正瞭解患者的世界。作者首先指出一般人對憂鬱症患者最常見的兩種謬誤。第1個是大家以為「堅強的人不會得憂鬱症」。

振作起來!

高興一點!想開點!

只要你努力,一定能做到。

運用你的意志力!只要你命令憂鬱症走開,它就會消失不見。

這些話,大多出自那些認定憂鬱症是「心情 差的日子多了些」的人。他們誤以為憂鬱症是 因性格上的軟弱而產生。

第2個錯誤認知是大家以為「堅定的信仰能 驅走憂鬱」。謬論說:「有信仰的人不會得憂 鬱症,因為天主會保護他們!而且有信德的 人通常思考很正向積極,如果連他們都得憂鬱症,豈不叫人懷疑他們是否真的與天主同行?」這個說法會削減患者的力量,尤其使罹患憂鬱症的基督徒感到罪惡、羞恥、恐懼又看不到希望。

事實上,憂鬱症被證實並非只是「心情很糟糕」,也與個人信仰的深度無關,任何人都可能落入它冷酷的魔掌之中。

療癒並非一蹴可幾

作者雷柏爾神父另外還剖析了自己罹患憂 鬱症的外在成因,教導我們如何避開這些生活 中的「地雷」(發病誘因),或是若警覺到身 旁的人陷入這些情況時,可以給予何種協助。 但是,書中最精彩的地方,是他分享自己療癒 的過程。

他不是單單用一種方法就擺脫憂鬱症。憂鬱症勢力強大,需要一大群盟友將它擊退;患者無法使自己復原,必須依賴適當的藥物及適當的治療,來促進痊癒。對於後者,作者分享了一帖強效良藥:放鬆與默想祈禱,此外,對抗憂鬱症的武器還有心理治療和運動;總之,別害怕嘗試並運用一切有效的方法!

憂鬱症與信仰

受過憂鬱症之苦的基督徒,都有信仰動搖的經驗。作者解釋:「憂鬱症會帶走許多欲望,包括祈禱的渴望!憂鬱症讓人覺得天主很遙遠,甚至覺得天主消失了。很快地,祈禱成為一種徒勞無功的行為。你覺得好像在自言自語。孤單、與外界斷了線,是憂鬱症患者常有的感覺,當你感到天主不在時,那些感覺就更強烈了。」(45頁)

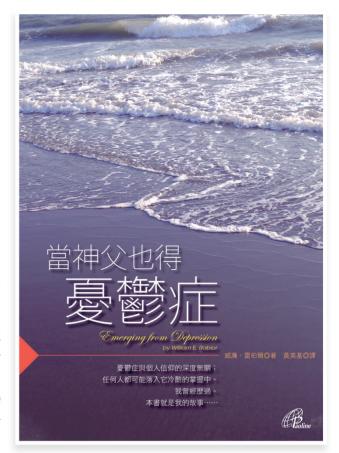
在生命的幽谷中,雷柏爾神父找到獲得安慰的方法,就是讀《聖詠》,他發現許久以前的《聖詠》作者竟然知道他最深的痛苦。例如《聖詠》第25篇1-2節:

上主,我向祢把我的心舉起, 我的天主,我要全心倚靠祢。 懇求祢不要使我蒙受羞恥, 也不要容許我的仇人歡喜。 及《聖詠》第25篇16-17節:

文《主》《为23届10-17日

求祢回顧,求祢憐憫,

因為我是孤苦伶仃。



求祢減輕我心的苦難, 救拔我脫離我的憂患。

這些優美的祈禱文具有醫治的力量,喚醒雷 柏爾神父漸漸衰退、變得薄弱的信德,放手讓 天主全面接管一切。

為受憂鬱症之苦的人祈禱

憂鬱症患者不能用過於簡單化的辦法來解除苦痛,他們需要專業的幫助,而且越快越好,但雷柏爾神父也說:「瞭解、同情、接納、愛,是最強效的藥物。我請求本書的所有讀者,能慷慨地與憂鬱症患者分享這些恩賜;他們非常需要你的支持。」

教宗方濟各本月的祈禱意向,就是為受憂鬱症之苦的人祈禱。教宗說:「願所有深受憂鬱症折磨的人能獲得支持,找到引導他們走向生命的光芒。」我們能支持他們的第一步,就是藉著《當神父也得憂鬱症》一書瞭解憂鬱症。作者的親身經歷加上專業知識,使本書更具說服力。他的真誠分享打動人心,吸引讀者進入他的生命故事,也為憂鬱症患者及親友帶來希望。除了提供實用的指引,他也讓讀者清楚看到憂鬱症對生活與信仰的影響,並從中找到積極的意義。

《當神父也得憂鬱症》

威廉·雷柏爾神父◎著, 原價**170**元,特價7折**119**元 特惠活動,即日起至11月底止,郵資另計 訂購請洽聖保祿書局:

台北02-2371-0447 台中04-2220-4729 高雄07-261-2860



▶網路訂購

心靈加油站131: 懷著夢想 活在當下

■策畫·圖片提供/真理電台 文/聖母聖心會

丁見實往往不能盡如人意,夢想 往往帶給我們最大的安慰, 至少能擁有「暫時的滿足」。夢想 何嘗不是溫馨的?總是可以滿足我 們的各種想望。當我們從編織出來 甜蜜的虚幻故事中回到現實時,也 只能置之一笑。

腦海中構築出來的夢想,往往成為實現自 己心願的一股力量,隨時把自己的夢想深深 地刻在腦海裡,希望有朝一日,可以成為現 實。可惜,夢想偏偏令人難以捉摸,因為這 往往牽連到自己的個性與現實情況。如果實 現我們的夢想,固然是好事;但夢想不幸與 事實脫節,那種無法滿足的失落感,恐怕會 使人悵然不已吧!

不過,人人都有接受打擊的勇氣,每當我 們從夢想中醒來,發現置身於現實的環境,



一切已經呈現在眼前的時候,我們就會勇敢 地從失望的谷底爬出來,拍落身上的塵埃, 拭去眼角的淚水,並告訴自己:「沒關係,重 新再來!

人不能沒有夢想,只怕不能從夢想中清

醒,而耽溺其中;如果我們 能懷抱夢想,並清楚地認 識到自己生活在現實中,

夢想便是引領我們走向目

標的動力。





學後圍姆姆嘉言集 ■策畫/上智文化事業 生命是天主給人類 最美麗的禮物, 因此,那些用墮胎和安樂死 摧毀生命的人以及國家 是最貧窮的。 我並非在區分合法與非法, 而是無法苟同 人有權殺害生命的論點。 因為人的生命來自天主, 連腹中胎兒、病痛之人 也不能例外。

台灣開教筆記1

■文/劉初枝(輔大教授、台語彌撒推廣小組)

樹立在福爾摩沙島上的十

1582年,5位耶穌會士從澳門乘船去日本途中,在台灣北部遭遇船難, 船上300人,從7月16日至9月30日滯留台灣。

其中, Pedro Gómez和Alonso Sánchez兩位神父是西班牙人,

Alvaro Días和Christovão Moreira神父及Francisco Pirez修士是葡萄牙人; 兩個半月滯留期間,他們在一座山上豎立起大十字架,舉行彌撒、領聖體。

靠班牙因新航路的發現,為了拓展貿易據 點而將天主教信仰傳入亞洲。天主教道 明會於1587年在菲律賓的馬尼拉設立玫瑰省, 作為東方的傳教據點。1626-1642年,道明會士 在台灣擴展他們在北呂宋Cagayan省的福傳是 最自然不過的了,因為台灣是去中國和日本的 跳板。

和平島上的諸聖教堂

1626年,兩艘艦艇從基隆和平島登岸,艦長 Carreño de Valdés命士兵在今日和平島上建了 一個堡壘和聖薩爾瓦多城。有4個隨艦司鐸的 道明會傳教士,他們是第一批從基隆上岸的, 並建立了Convento de Todos los Santos 諸聖修道

1627年經馬尼拉主教的允許,這幾位道明 會士才得於諸聖教堂主持聖事。其中葡萄牙籍 的Francisco Váez神父在台灣住了10年(1626-1636),直到被淡水的土著殺害,他可能是第 一個用當地語言傳教的;不過也有書面記錄 Jacinto Esquivel只待了兩年。

天主教在台福傳一度中斷

1624年荷蘭人占領大員(今安平),在南台 灣居首要地位。1626年全台呈現南北由荷蘭人 與西班牙人分治的局面,荷蘭基督新教與西班 牙籍天主教道明會士隨即展開傳教工作。1642 年8月荷軍舉兵北上,西班牙人被迫棄守。西班 牙籍天主教傳教士被捕入獄,有6位神父和1位 修士,囚於台南安平。總計天主教在北台灣傳 教共17年。

1665年,李志神父再度來台傳教,亦無功而 返。1673年,3位道明會士到安平,均遭荷蘭人 逮捕, 遣返菲律賓, 自此教務停頓。1666年到 1859年近兩百年間,台灣的天主教福傳停頓, 只有傳說零星的教士偶爾來台:

1.傳說道明會士義大利人Victorio Ricci在 1665年離開馬尼拉去廈門7年,得知鄭成 功征服了福爾摩沙的荷蘭人。他自稱受鄭 成功任命為大使,去與菲律賓交涉。1666



年他上船經基隆時,曾與當地20年前受道 明會施洗的土著接觸。

- 2.1673年8月1日4個傳教士(曾在馬尼拉華 人區待過數年的Pedro de Alarcón會說華 語,另外3人是Arcadio del Rosario, Pedro de Alcalá 及 Alonso de Córdoba) 乘船去福 爾摩沙,並打算前往中國傳教。他們想見 鄭經,但沒成功,所以只好在1674年4月 折返菲律賓。
- 3.1709-1718年,一群耶穌會士受清朝康熙皇 帝之命,繪製《皇輿全覽圖》,其中一位 Fr. Mailla負責福建省及附近島嶼,他隨著 載有755個士兵和75位軍官的15艘戰艦, 從廈門前往台灣。此後150年間,天主教傳 教士未再踏上台灣。

附記:19世紀時,教宗額我略十六世(1831-1846) 重整中國教務組識(建立宗座代牧區 與宗座監牧區),曾在福建、浙江和江西沿岸 傳教的道明會集中精力在福建,其省長高彌 額Miguel Calderón被教宗派為監牧 (apostolic vicar),後於1840年任命為主教。



常年期卅二周星期一(單數年)

讀經:智慧篇1:1-7 福音:聖路加福音17:1-6

■文/曾慶導神父(小德蘭福傳之友指導神師)



耶穌基督士

今天我們開始讀《智慧篇》。《智慧篇》 是主耶穌來臨前約100多年,在埃及的亞歷 山卓寫成的,主要是寫給生活在希臘文化中 的猶太人,目的是訓導並安慰這些國外的同 胞,堅固他們的信仰,也希望修正教外人士 與猶太信仰相左的哲學信念。作者用希臘文 撰寫,且用了不少希臘哲學的術語,但內在 精神卻是純正的猶太宗教思想。

我們不要忘記一個最基本的生活態度: 「敬畏上主是智慧的肇基」(箴1:7)。凡 是不愛正義、邪惡欺詐、心術不正、愚昧不 受教等等,都是不智的,都會遠離天主,也 就是遠離幸福。

「敬畏」包含敬愛和畏懼。天主值得好人敬愛;同時,也讓壞人畏懼。當然,我們人與天主之間的關係如果是基於愛,是很完美的;如果是因為畏懼天主的處罰,而僅止於不做壞事,雖是不錯但並非完美,可謂退而求其次了。

今天福音裡,主耶穌指出壞榜樣的危害: 使別人跌倒,不再敬畏天主。「小孩」代表 意念單純的人,正是耶穌說過能夠進入天國 的人。給這些小孩壞榜樣的人致使這些小 孩長大後犯罪,嚴重到使他們失落了天國永 生,所以,立這些壞榜樣的人是有禍的! 我們的一言一行都可能對彼此造成深遠 的影響。在學校裡,別人隨口一句:「你吃 飯前還要劃十字聖號祈禱啊?」可能使我們 的孩子停止飯前祈禱,甚至不去教堂。同樣 地,在家裡,如果父母對於主日去參與彌撒 抱持可有可無的隨便態度,也會讓孩子認為 主日不需要去教堂恭敬天主。

藉由媒體傳播,社會對我們產生很多層面的不良影響,使我們不敬愛、不畏懼天主。 我們要很熱切地祈求天主賜與智慧來分辨 所見所聞,也給我們足夠的力量去抵抗不良 的影響。當然,更要記得,我們若能樹立好 榜樣,也會幫助很多人走上正途。



」」前忙於工作,又要照顧家庭,不曾停下 腳步,觀察身旁的風景。退休後,開始了 慢活的步調,凡事不疾不徐,心也就隨之沉靜 了下來。

看見山,覺得那不只是山;看見水,亦覺得那不只是水:那是一幅色彩豐富的圖畫。走進山中,假近水湄,這圖畫也不只是圖畫,而是內在深沉的觸動,是一種心靈弦韻的波動,是一首首讚美的詩歌詠唱。

誰能造出這麼美麗深邃的穹蒼?誰能調和 各種對立的色彩而成為驚艷迷人的畫作?誰 願意將自己精心的藝術創作讓眾人伸手觸摸? 誰又能溫柔地包容、擁抱眾人的無知、粗俗與 鬼微?

啊!是天主!單單用唇舌讚美祂,是遠遠不夠的。唯有將心整個融入祂的氛圍,進入祂的存在,才能源源不斷地酣暢祂的甘甜,飽享祂的豐富。

一首一首的讚美詩歌,就這樣從心底湧出。 我的國學程度有限,亦未通曉詩詞格律,但自 筆尖湧出的古詩,讀著,讀著,倒也順暢。這 自然也是出於祂優美的化工。

經過幾年,已記錄幾百首詩,並編輯成冊,

以下,不揣淺薄,略取一二,以饗眾人,並 光榮讚美天主吧!

老夫妻

風清新,

珠落玉,

凝脂飄香舞翠茵, 簡如水,濃情蜜,

親手羹湯寶貝妻! 何求?

天外千山渺,

苑內花香舀, 石桌土茶燒,

汗歇來幾勺。

慢活老兒

禾倉穀滿陋室居, 一湖朝陽普洱菊, 彩虹高絢喧囂棄,

翱翔天外風雲清。



朝陽?夕陽?

■文・圖/沈堅明

天,我在這12步囚房——防疫旅館的 一 房間內,以想像式默觀祈禱《馬爾谷 福音》第1章35節到39節。

彷彿間,耶穌帶著我,祂所愛的另一位門徒,往山上走。到了一處9層樓高的懸崖旁,祂指著光線微弱的太陽對我說:「你認為這是朝陽還是夕陽?」

我來不及回答,祂就接著說:「同樣一個太陽,你的心,可以決定是朝陽或是夕陽嗎?」祂又接著說:「緊跟隨我,就會有朝陽的光明,掃盡一切的黑暗;否則,你的人生就宛如夕陽,消失在漫漫長夜中。」

主啊!我要永遠緊緊跟隨在祢身後,好 讓我不會消失在黑暗中。



基督徒的溝通與人際図係

■主講/黑幼龍(光啟社董事長) 紀錄整理/張帆人 圖片提供/中華神修小會



▲主講者黑幼龍董事長,是 神修小會終身奉獻會員。

中華神修小會北美分會杜曉雲主席和工作團隊籌辦這次黑幼龍線上演講,廣邀小會會員和會友參加,得到熱烈迴響。

主講者黑幼龍是神修小會終身奉獻會員。他曾任休斯公司經理、宏碁公司副總、光啟社副社長;後來創辦亞太區卡內基訓練,專攻那些「沒人會教,但你不可不知」的情商軟實力。他目前擔任光啟社董事長,去年李百齡當選總會主席,其眾多頭銜中又添增一項:神修小會總會主席的夫婿。

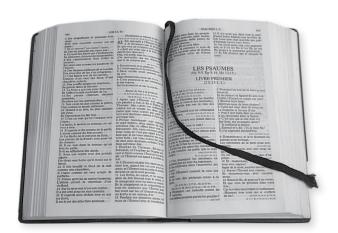
除此之外,黑幼龍更是一位深受歡迎的作家,著作等身,著有《養出好孩子,非「慢」不可》、《好想與努力的你分享》、《走出一條不平凡的領導之路》等暢銷著作。

可思議的網路科技,讓我們300多人,有 些還是相交半世紀的老朋友,都能聚在 一起!今天我不是來講道理的,而是一起回憶 和分享信仰經驗,非常希望在這過程中能夠產 生心靈上的互動。

我們都做到了嗎?

讓我從一則小故事開始。有位新來的本堂神 父,第1次彌撒講道的內容真是太棒了,所有教 友都覺得深慶得人;第2周,神父講了同樣道 理,教友雖然納悶,卻不便多說;第3周,仍然 如此;終於有人告訴神父,道理很棒,但是怎 麼連續3周都一模一樣呢?

神父並沒有顯得尷尬,也不驚慌,而是反問一句:「那麼,我們是不是都做到了呢?**道** 理裡面的愛、寬恕、包容等等,我們都做到了嗎?」這麼一問,大家都不敢講話了。可見,了解和付諸實踐之間是有距離的。



▲我們對於《聖經》裡教導我們的道理,是否都做到了呢? (取自pixabay網站)

尊重彼此差異

講到溝通,有次我在廣東惠州為當地電子公司上3天的課。同樣一幅畫,有人看到的是美少女,有人看到的是老婆婆,在座不少人一定也看過類似圖片。這是因為切入點、背景、角度等不同而造成的。若論及人際關係,當然更為複雜。大家的出身背景、家庭、生活環境,甚至鄰居都不一樣,卻都影響著我們。

卡內基訓練有堂課告訴我們,街上碰到的每個人都有一段滄桑史,我們都應予以尊重。我 就是懷著這樣的心情來和各位分享的。再者, 千萬要注意,不要以為我講的,我自己全都做到了。今天來這裡,主要是和大家一起來提醒,一起相互鼓勵!

最想做的事

兩周前,認識1位卡內基學員,他從事殯葬業,公司叫做「單程旅行社」。一般旅遊有去有回,而人生的旅途卻是單方向的。公司用心地客製化服務,生意特別好。他也是網紅,有許多粉絲。

有次,我受邀上他的節目,他問的第1個問題:「假如今天是你最後1天,你最想做什麼事?見什麼人?」接著,他說:「向最親愛的人道別、道歉、道謝、道愛吧!再不說,永遠沒有機會了!」許多人避免談這個話題,縱然彼此都知道來日不多,仍然不敢碰觸。其實,早點講出心裡話,試著完成,才是比較好的方式。

我分享一個事例給各位。有本書《追逐日 光》,是英年早逝的跨國企業總裁在得知只剩 百餘日的生命後,寫下的人生體會。他把這本 書當做禮物,留存人世。他得知不幸消息後, 列出許多待辦事項,其中的大部份,就是我們 前面提到的:「道別、道謝、道歉和道愛」。

回首一生

主持人抛出第2個問題:「你希望在自己墓碑上刻的一句話是什麼?」我們的習俗,墓碑上大抵只有姓名、籍貫、出生和往生日期,以及子女姓名等,若是教友還會有聖名,並沒有簡短描述自己的文字。我努力地想,勉強得到這句:「這裡躺著的,是一位樂於分享的人。」說真的,雖然我已經80多歲了,仍然

最想做的事 +最後一天:道別、道歉、道謝、道…… +追逐日光





▲我們希望自己的墓誌銘是什麼,讓生者懷念? (取自*pixabay*網站)

喜歡講話。未來兩個多月,我還有15、16場演講,以及2、3堂兩個整天的課,這麼多活動, 我卻不覺得累。在與人分享中,福音精神也隨 之傳揚開來。

我信永恆的生命

其實,另外這句我也考慮過作為墓誌銘:「這裡躺著的,是一位相信永恆生命的人。」多年前,我在美國華府參加卡內基活動,帶領的講師要我們每個人寫下自己的5個特徵,不要寫名字,讓別人從特徵可以知道你是誰。這可不大容易,寫好之後,講師要我們在5個中去掉1個;才剛完成,講師又要我們再去掉1個;最後,只剩下1個:「我相信有永恆的生命」。意思是,即使離世了,我的靈魂仍然活著。這個信念的重要性,勝過其他。

許多人都認識的丁松筠神父,他突然過世後,從抽屜裡找到遺囑,他希望殯葬彌撒中做到這兩點:第一,參加的來賓請不要難過;第二,請告訴大家,我很愛你們。那位殯葬網紅還問我:「在自己的葬禮上,是否想說什麼?」這還不大容易呢,或許事先錄個音,或拍個短片什麼的。這真要好好想一想。

到現在為止,好像都是蠻嚴肅,甚至不吉利的話題;然而對有信仰的人來說,並不盡然,因為這是面對人生不一樣的態度。小會總輔導雷煥章神父在我母親追思彌撒中講道:「葬禮是一場歡送大會。」要認同這概念,這和我們如何看待生活很有關係。

(文轉21版)

Instaurare omnia in Christo 在基督內重建一切

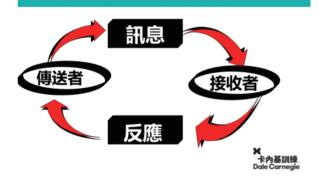
(文接20版)

溝通是環路

需要溝通的場合很多:兩岸談判、勞資協商、親子互動、夫妻對話等等,都是溝通的實例。雖然那麼重要、普遍,卻幾乎沒有人教我們怎麼做。許多人以為,溝通就是講話;其實溝通是一個環路,就像下圖所展示的。

傳送者就是說話的人,他想把訊息傳給接收者,也就是聽他講話的。接收者的反應,會影響傳送者後續的行為,這樣就形成了環路。有人問,接收者沒有反應,環路是否不成立呢?不!沒有反應表示冷漠,或是不感興趣,這也算是一種反應。

溝通 - 環路





▲演講者的肢體動作、聲調、語速、表情,也是演講的其中一環。 (取自pixabay網站)

同理心

等等,在專業上的討論是很好的,但是普羅大 眾接收起來就有問題了。

通用汽車聘請一位公關專長的演講高手, 10多年到各地演講,每次演講都是同一個題 目。但是,無論到哪裡,大城市也好,小鄉鎮 也罷,事先他都會費盡心思去了解當地文化特 色、有什麼掌故、最近發生什麼大事、人們關 心的議題等,並巧妙地把這些素材融入演講內 容。好的傳送者需要同理心,考慮到對方的背 景、專業、年齡等諸多因素。請記住這句話: 「怎麼說,比說什麼更重要」。同樣內容,傳送 者的表情、音調、音量的不同,接收者會有不 一樣的解讀。

多說故事

很少有人喜歡聽大道理,多數人喜歡聽故 事,故事可能是親身經歷,但是也可以是別人 的、名人掌故、電影、書本……都可以。

我們卡內基講師不僅教大家如何在2分鐘 演講裡穿插故事,還要求講師群每年定期聚 會也要練習。有位講師提到,他和哥哥從小感 情很好,沒想到,婚後妯娌處不好,就不來往 了,連回去看媽媽,也刻意錯開來。這次沒有 算好,兩家人同一天去了。他看到兄嫂來了, 急忙拉著太太,躲到媽媽卧室。稍後,媽媽進 到房裡,很不高興地說:「你們兩兄弟今天不 和好,就別跟我講話!」說完難過得哭了。這 位講師就去向哥哥表達歉意:「過去我們那麼 好,卻因為誤會而不來往,多麼可惜!我在這 裡要向你道歉。」兩人抱頭痛哭,重歸於好。 我們聽了都深受感動,也體會到,先道歉的一 方並非弱者,而是有自信心的一方。

另外,我們注意到在四部福音裡,耶穌講了好多故事:浪子回頭、好心的撒瑪黎雅婦人、如何應用主人給的元寶、窮寡婦的兩個小錢……沒有什麼大道理,卻能讓人印象深刻。

眼神相會

接收者如何反應呢?我看到聽講者那麼專注,感覺受到重視,心裡想一定要好好講,所以,怎麼表達注意聆聽的要點就是眼神相會(eye contact)。聽的時候,眼睛看著對方,加上點頭、微笑、偶爾提問,就是好的接收者。如果一面聽,一面看報或滑手機,對方就會覺得沒有受到尊重,懷疑自己講的沒有價值。其實,你是真的在聽,也很想聽,但是肢體語言卻呈現相反的意思,看,這多冤枉!

有次,某家電子公司的尾牙請我去演講, 分享的正是類似的主題。演講結束後,總經理 首先便分享自身經驗,表示專心聆聽的重要。 幾天前他下班回家,他的11歲兒子興沖沖跟 他說:「爸爸爸爸,我跟你說……」當時他正 看電腦,沒注意到,氣氛瞬間冷卻下來,兒子 什麼也沒說就跑走了。晚飯時,這位總經理才 想起來,再三詢問,才知道兒子當天學會游泳 了!原來這男孩對水有恐懼症,家裡請了專家 教練協助他,會游泳對兒子來說,是多麼大的 突破,所以急著告訴爸爸這個好消息。



▲眼神相會在溝通的過程中,占有相當重要的位置。 (取自pixabav網站)

意願和態度

溝通環路也可以用這樣兩句話代表:「說的人要說到讓人想聽;聽的人要聽到讓人想說。」成功溝通的要訣在於意願和態度:沒有意願,溝通無從開始。態度不對,環路會斷裂而無法成型。想講也想聽·會講也會聽,這樣才會形成溝通環路。

幸福快樂的基礎

哈佛大學的研究團隊歷經75年,確認幸福快樂的基礎建立在良好的人際關係。一般研究計畫大約2年,長期的不過5年,唯有哈佛大學具備如此的聲望和財力支持75年的計畫,計畫主持人就換了4位。他們長期追踪7百多位成年人,每年親自訪問他們,以了解其生活、健康、工作等。原先的7百多人,至今在世者約4百多,都已經90多歲了。這位第4代主持人在TED有13鐘的分享,結論有3項:

1.孤單會傷人,社交有益健康。 2.朋友不在多,而在深入交往。 3.良好人際關係對身體、腦力都 有好處。



我想說的是:原來良好溝通,促 進人際關係,竟是如此重要。

▲哈佛研究 成果於*TED* 演講分享。

每進一次聖堂都要進步

50多年前的某個夏令營活動,我國駐教廷公使吳經熊博士演講時,我大膽地提問:「梵蒂岡如此神聖的地方,每個人的靈修是否更容易提升?」吳博士回答:「坦白說,即使在遺世獨立高山上的修道院,仍然免不了人與人的爭吵。」人哪裡有十全十美的?不過,我們朝正面發展,總要比停頓下來或是往負面方向要好。我們無法一步到位,馬上變好,然而每進一次聖堂,就想著多用一些方法,譬如好好溝通、善意交往等等,多少進步一點點吧!

這就是我的結論了。謝謝!

後記

「中華基督神修小會」簡稱「神修小會」或 「小會」,成立於1962年;設有總會及台北、台 中、高雄、北美4個分會。小會宗旨是「繼續基 督對中華的使命;努力實現天主眼中最完美的 我」。受新冠疫情影響,北美分會充分利用網路 舉辦許多活動,如杳經、祈禱、分享、繪書、澼 靜等。每兩年1次的共融營亦改為連續4周的周 末在線上舉行。前面3次為專題演講,第4次為 感恩彌撒,並有9位初獻、7位複獻和2位終身奉 獻會員公開宣誓,融入小會大家庭,可謂成果豐 碩。黑幼龍大哥的演講是北美共融營第3周的演 講,當天盛況空前,有350位太平洋兩岸的會員 和會友上網參加。原初預計2小時的活動,因為 問答熱烈,延長到3小時才依依不捨地結束。踴 躍的來賓著實鼓勵了主辦單位。我們一起感謝 讚美天主! (全文完)

22青春部落誌 主曆2021年11月7日 星期日



▲歌手洪浩竣(左)、女高音賴珏妤(中)、中國笛任重(右) 將為大家呈現一場絕美的音樂饗宴。

▶2012年,新逸藝術於國家音樂廳舉辦公益慈善音樂會,頗受好評

新逸交響樂團年度公演の延續風沙中的愛

感謝支持澎湖惠民醫院重建 獻愛並祈禱

■文 · 圖/天主教靈醫會

一批義大利籍的天主教靈醫會神父們在 1952年來到澎湖及羅東,從此開啟靈醫 會在台灣的守護之旅。

天主教靈醫會的愛與守護

秉持會祖聖嘉民「視病如親」的堅持,靈醫會足跡踏遍澎湖各島以及羅東每個角落,為了改善鄉親的生活,募款建設公寓、醫院、港口等,並協助送孩子出國學習,更親自挨家挨戶提供生活用品,守護每一個需要醫治或幫助的台灣人。在許多人的回憶中,這些靈醫會的神父、修士、修女們的身影,照顧了他們的身體,撫慰了他們的心靈。

打造澎湖長輩的第二個家

隨著醫療技術進步及少子化影響,台灣老年 人口日增,靈醫會看到社會發展下的長期照護 需求,陸續成立護理之家、長期照護中心等機 構。澎湖因大量青壯年人口外移,已成為高度 老年化的地區,為此開啟「澎湖惠民醫院重建 計畫」,希望異鄉游子能安心在外打拚,由我 們來打造澎湖長者的第二個家。

我們盼能建造出一座可以服務澎湖近160位 (住宿99位、日照60位)長輩的長照家園,以及 提供居家長照每年2400人次的服務;若再加上 擁有門診、住院、透析、復健和居家護理等醫 療專區,屆時醫療照護涵蓋層面能較目前更為 廣泛。原本預計的5.5億元募款資金,至今僅募 得半數,即將於今年12月動土開工的澎湖惠民 醫院,急需大家的支持贊助與祈禱。

愛的傳承——傳唱家鄉的愛

2021年1月30日,我們很榮幸與希望合唱團於高雄一起合辦「風沙中的愛——澎湖惠民醫院重建公益音樂會」,由孩子們美麗的歌聲傳達對澎湖的關心,這場音樂盛宴得到許多人的迴響,除了感謝希望合唱團的鼎力合作,也歸功於新逸藝術公司的李俊賢總經理,提供我們許多舉辦藝文活動的建議及協助。

能夠獲得大力支持,來自於李總經理與已故

靈醫會馬仁光修士的情誼。 李總經理從小就有音樂天 賦,但童年家境並不寬裕, 沒有機會學習音樂;幸好在 天主的指引下,得以向馬修 士學習手風琴,長達7年,並

在馬修士鼓勵下報考音樂學系,堅持即使身處 再困難的環境也不放棄,使一位在羅東鎮成長 的孩子,有機會用音樂做更多有意義的事業。

2012年,有幸請到李總經理及新逸藝術一起 於台北國家音樂廳舉辦公益慈善音樂會,共同 為羅東老人醫療大樓的啟建募款,而當時醫院 大樓命名就是以李俊賢的恩師——馬仁光修士 為名,李總經理相信馬修士期望他可以用音樂 來為這個社會奉獻更多心力!

音樂家義助惠民醫院重建

在今年高雄音樂會的合作中,李總經理了解

到澎湖惠民醫院的歷史與現況,這間由靈醫會募款啟建的醫院,肩負著澎湖三分之一的長照量能,基於澎湖醫療及老人照護短缺,已是刻不容緩,有強烈地重建的必要。基於想為澎湖惠民醫院的重建,多盡一份心力的願望,因此李總經理再次向呂若瑟神父、羅東聖母醫院馬漢光院長及澎湖惠民醫院陳仁勇院長提出募款音樂會活動企畫。

原訂於2021年6月11日開演的音樂會,因受疫情影響,只能先行延期,有賴醫護人員與全民的努力,使疫情趨緩,最終決定在今年11月22日(周一)於台中國家歌劇院舉辦「新逸2021首席再起——榮光再現系列音樂會——新逸交響樂團年度公演II延續《風沙中的愛》」,由新逸藝術公司、新逸交響樂團、新逸香唱團、小提琴家暨指揮家姜智譯、女高音賴珏妤、中國笛任重、歌手洪浩竣及小提琴家李齊等音樂



▲小提琴家李齊出色的 演奏技巧,將為這次音 樂會添增亮點。



▲音樂會歌手洪浩竣的美 好歌聲,值得前往欣賞。



▲指揮家姜智譯,誠摯選 請大家,共襄盛舉。

家,邀請大家到澎湖,共赴音樂盛宴,並一起 為重建澎湖惠民醫院以及離島的醫療長照資 源,貢獻自己的力量。

捐款戶名:天主教靈醫會醫療財團法人

郵政劃撥帳號:50438053

銀行帳號: (808) 0451940029568

玉山銀行羅東分行

勸募字號: 衛部救字第1101360012號

▶歡迎獻愛





■風沙中 的愛*FB*



因應COVID-19疫情,活動當日進入音樂廳請全程配戴口罩 依「中央流行疫情指揮中心」公告辦理防疫措施。



人做不到的,天主略施小技、開了幾個玩笑,就把問題解決了!

➡近聽到PODCAST播放《小星星看人間》 耳又節目第47集,主持人曉星分享已故單國 璽樞機主教的病中感言,讓人感慨萬千。

曉星先是簡介單國璽樞機主教的牛平, 他於 1924年出生於河南省,10幾歲時,有一次疑似 中暑造成的突然身體不適,讓他感覺到「靈魂 離開了身體」,也就是瀕死經驗,發燒不退許 久,這時候,他自以為不行了,便告訴母親,自 己的心願是想當神父,雖然母親痛心但也無奈 地同意了,沒想到後來他竟然痊癒,他安慰母 親說:「當神父並不會讓母親失去一個兒子, 而且可以讓天父用我。」

單樞機一生為天主奉獻,繼田耕莘、于斌之 後,成為第三位中華民國籍的樞機主教,他既 是一位受人敬重的宗教家,也是成就斐然的教 育家,擔任過徐匯中學校長、輔仁大學校長、 董事長等職。

令人不捨也令人敬佩的是,單樞機晚年罹 患肺腺癌,但是他從未向天主祈求奇蹟使癌 症痊癒,他祈求能在生命餘年繼續奉獻,「犧 牲享受,享受犧牲」,成就天主大爱。最後他 帶著「天使」(他稱體內的癌細胞是天使)以 220場的「生命告別之旅」講座走遍全台,與社 會大眾分享他化癌為愛,用愛告別,用愛見證 生死,用愛挑戰極限,用愛活出希望的生命經 驗,讓人們看到「活出愛」。單樞機於2012年過 世,享壽89歲,隔年,天主教單國璽基金會成 立,延續單樞機的愛,持續關懷弱勢。

接著,主持人曉星分享單樞機主教「生命告

別之旅」其中一場——「人老了、病了,就無法 談尊嚴」當中,有段耐人尋味的話,是這麼說 的:「最後,人做不到的,天主略施小技,開了 幾個玩笑,讓我出了幾次醜,就把問題徹底解 決了。」

原來,他有3次出糗的經驗,一次是在舉行彌 撒中,藥性發作而尿失禁,在眾人面前尿濕褲 子, 還邊走路, 邊滴尿水; 一次是在病房, 半夜 突然無法控制狂拉肚子,讓男看護扒光他衣服 沖洗身體,男看護還禁不住數落了他幾句,徹 底擊倒了他的尊嚴;最後一次是要去化療前, 無預警的尿失禁,讓他在眾醫護人員面前再一 次出糗。

病痛,逐漸使單樞機卸下了榮譽、頭銜、地 位、權威甚至尊嚴,但透過不斷祈禱,單樞機 面對疾病的角度從「為什麼是我」轉換成「為 什麼不該是我」,所以他稱罹癌的困境是他生 命最後的「禮物」與「天使」。

聽完主持人曉星分享這個真實故事,深深覺 得單樞機直是一位勇士,他用純淨、威恩的心 面對世俗在乎的尊嚴、地位……,接受人老了、 病了的事實,沒有埋怨、自哀、自憐。他對生命 的告別一點也不沉重,這段病中感言,好像是 提前讓我們有心理準備,人都要面臨老、病、 死,態度決定了最後這段旅程的心情,也決定 了周遭的人以什麼心情和我們相處。反觀自 己曾經因病住院,幾瓶點滴造成上下床不便, 就已經讓我淚眼汪汪、怨聲載道,而單樞機罹 癌,經歷種種治療的痛苦,卻還能感恩天主。

《小星星看人間》是我在PODCAST發現的 好節目,為大人、小孩說有溫度的故事,讓我 在忙碌的生活中沉澱、思考,也多了和人分享 的溫馨話題。

據說有編劇背景的主持人曉星,繼受歡迎 的「斗妹一家人」之後,又設計了新角色— 康奶奶和喊話單元,曉星說康奶奶雖然「謙虛 地」說自己上不知天文、下不知地理,但無論 什麼問題康奶奶都能回答你,用這些甘草人物 凸顯社會問題,讓節目更接地氣!《小星星看 人間》現在**一周兩集,假日和周二上線;加入** 小星星FB粉絲頁,感謝粉絲們的訂閱、下載、 按讚、分享,歡迎來信互動,多多指教!感謝對 《小星星看人間》節目的支持,以溫馨有愛的 內容,陪伴聽眾日日是好日,天天都開心!





▲兩歲的迪倫在天主台前,接受神父的降福。

油 倫爸爸說: 黃老師, 您好! 昨天我們一 家在家中遇上台灣近年來強烈的地震, 所幸平安無事。地震後,爸爸問迪倫,如果在 學校遇上地震要怎樣做?他說,老師會叫同學 躱在飯枱下,或帶領同學走到小學操場游泳 池前面的空地避震。

迪倫還說:「地震期間,要保護頭部,假若 天花板榻下來,我便用手接住它!」

接著,油倫有點憂心地問爸爸:「假如我睡 著了,地震來了,怎麼辦?」爸爸說:「放心! 我會抱著你到安全的地方。」

也震,何懼之有?

■文 • 圖片提供/迪倫爸爸(播愛天使劇團團員家長)

迪倫竟一臉認真地回話:「爸爸,你年老 了,抱不起我!」爸爸聽到「你老了」3字,真 是無言以對。其實,這是孩子3歳多時,爸爸 不想多抱他,要他多走路,所說的哄騙之詞, 想不到他一直記在心裡!迪倫繼續說:「假若 我在睡夢中遇上地震,我會把一切交給天主, 由天主處理就好了! 」

黃老師說:迪倫爸爸,早安!

是的,孩子聽力敏銳,大人所言,會永 遠且深刻烙印在他們心內。小孩不辨大人 話語的真假,有時還真的會弄巧成拙。

肯定更珍惜彼此的倚靠和親情的溫暖。

迪倫爸爸說:黃老師,故事還有後續。隔 天爸爸在床上親了迪倫一下,並向還睡眼惺 忪的他道早安,然後說:「昨晚半夜,手機警

報響起,出現餘震!爸爸起床杳看了,沒事, 幫你蓋好了棉被,你繼續酣甜熟睡。所以,寶 貝,爸爸很警覺,遇危難時會第一時間保護 你!」語畢,還以爲孩子會報以一句窩心感恩 的說話,殊不知他反問:「會不會是手機訊息 內容有誤?沒危險的。天主會保守我們一家! 還有,其實有時我會比爸爸更警覺,因為,我 有時會比爸爸早起床!」

黃老師,此事讓爸爸明白到什麼是學習的 榜樣。爸爸懂得笑,孩子便會笑了;爸爸恐 懼,孩子就更恐懼了!昨晚睡前,孩子不是說 樂見您們闔家平安無恙。深信當下,一家人 過,將危難交託給天主嗎?小孩懷著主賜的平 安,「與麵包同眠」了,小孩不懼,爸爸何懼 之有?

> 黃老師說:迪倫爸爸,是啊,身教重於言教, 「教育之道無他,唯愛與榜樣」!



▲耶穌下降陰府,戰勝死亡,引領等待中的義人登天國。 ▶在補贖的教會中,煉淨中的靈魂懷抱著對永生的盼望。

大主教信仰是以《聖經》及聖傳作為基礎, 這是為什麼教父們在教會裡有如此重要 的角色。不同時代的教父們都指出煉獄存在的 必要性,以及肯定人死後靈魂須要被煉淨。

追思已亡傳統 為煉靈作補贖

金口聖若望說:「讓我們援助和懷念他們。 假如約伯的兒子能因父親的犧牲而得到淨化, 那麼為何我們懷疑為亡者的奉獻不會帶給他 們安慰呢?我們無須猶疑去幫助亡者,為他們 獻上祈禱。」(參閱《格林多前書講道集》)。 而教宗聖國瑞一世:「有關一些輕微的罪過, 我們必須相信,在公審判前是有煉淨之火的。 那自稱為『真理』的一位曾肯定過,假如有人 口裡褻瀆聖神,不論今世或在來世,都不會被 赦免的。由此引申,有某些罪過可在今世得以 赦免,另一些則在來世得以淨化。」(參閱: 《對話集》)

教會為亡者祈禱,追思亡者的傳統,在第2世紀就已開始。自第3世紀信友們便開始在彌撒中為亡者祈禱。聖奧思定在他的《懺悔錄》也述說他為自己的亡母聖曼妮(莫妮加)獻彌撒(參閱《懺悔錄》第10章,13)。而不少的聖人聖女,例如:聖女大德蘭、聖衛雅司鐸、聖鮑思高神父、聖傅天娜修女等,都有煉獄的神視或神祕經驗,並呼籲致力為煉獄裡的靈魂祈禱和作補贖,為減輕他們的痛苦,並使他們早日與天主共享永福。

靈魂潔淨登天 配得與主合一

被天主創造活在世上,就是為了分享天主聖 三的永恆生命。天主是至聖、至潔的天主。只 有聖潔的人才能與天主在永恆中結合為一。眾 人都在原罪中誕生,在罪惡的環境中成長和生 活。聖洗帶給受洗者原罪及本罪的赦免(參閱 《天主教教理》1279),但犯罪的傾向,仍然存 在我們心中,影響我們的思想及在生活上作的 所有決定,使一個人好的意向往往攙著不純潔 的動機,如:以節省為名,但實際上是吝嗇; 或以謹慎為名,但實際上是懦弱……凡是只為 自己的利益著想(參閱瑪15:18-20)。聖衛雅

膺履同道偕行 ■文·圖片提供/陳科神父(主教團祕書長)

勿忘引領煉堂早登天國①

教宗方濟各關心人類和地球的未來,因此他召開世界主教代表會議, 鼓勵教友們在天主聖言的啟迪之下,分享自己的信仰經驗,並與普世同道偕行。 在這煉靈月,在「奮鬥的教會」中,我們生活行動仍然受到疫情的限制, 願大家與「凱旋的教會」之諸聖,以及「補贖的教會」中的煉靈保持相通, 上天下地,在天主無限的慈悲和智慧中,體現基督奧體的共融。



司鐸曾說過,我們的私慾在我們的行動中,就像鹽在湯裡一樣,所以,我們要不斷地自我反省,並在天主面前自我謙虛,要死於自我——把心中的空間騰出給天主聖神,努力成聖,為奉行天主的旨意。

我們如果要配得站在天主台前,我們就必須把我們的私慾連根拔起,完全被淨化。人除了有意識(consciousness),也有潛意識(subconsciousness)和下意識(underconsciousness)。當然,人的道德行為是由意識來決定,但犯罪的傾向、違背天主誡命的意向,卻隱藏在人的潛意識和下意識裡。我們犯罪,固然可藉著和好聖事獲得罪赦,但罪赦並不剷除犯罪的傾向;無論大小罪都會在人的心中留下「痕跡」,使人總有重蹈覆轍的機會。這是為什麼我們的靈魂在肉身死後,必須要經過一個煉淨的過程,為使隱藏在潛意識和下意識裡的犯罪傾向及違背天主誡命的意向一一永久被滌除,才能成為新的受造物、天主完美的肖像,配得與至聖至潔的天主結合為一。

為煉靈求煉淨 享見慈悲聖容

此外,大小的罪惡都帶來罪罰。重罪惡若 被赦免,人與天主的共融就得以恢復,罪過的 「永罰」也獲得赦免,但罪的「暫罰」仍然存 留著。所以,我們要為自己罪惡的「暫罰」作 補贖,或在現世透過耐心忍受各種的痛苦與考 驗,或在死後透過煉淨的狀態作為罪惡的「暫罰」(參閱:《天主教教理》1473)。這是另一個理由說明為什麼人的靈魂,一定要經過煉淨的過程。

由於我們的生性軟弱,被種種私慾偏情所玷污,天主知道祂大部分的子女無法在世上能妥善準備自己與祂相遇,所以,在祂無限的慈悲和智慧中,不只允許去世的子女們有機會淨化自己,並因我們的祈禱,以及藉著我們為他們領的全大赦和有限大赦,能早日脫離煉獄,享見天主。

我們之所以要為煉獄裡的靈魂祈禱,因為當 他們在人間時,他們沒有盡力去遵守天主愛的 誡命;人無論做好事或做壞事,都是用肉體去 做的,而煉獄裡的靈魂已經沒有肉體,所以, 他們無法以愛去做任何的善工,來彌補他們在 生時所犯的過錯,他們只能期待我們的幫助, 同時承受因為無法見到天主的痛苦。

在每年的煉靈月,教友們除了為亡者祈禱, 也更應該多了解、默想和彼此分享有關煉獄的 道理,好能終於明白:天主給我們時間生活在 這世上,是要我們在基督的奧體——教會裡, 學習像耶穌基督一樣地全心、全靈、全力,愛 天主,並愛人如己,藉此寫出天主

的救恩歷史新的一頁。(全文完)

▶線上觀看陳科神父受訪 談論如何在煉靈月祈禱。

