



主曆2020年4月12日 星期日

中華郵政台北雜字第1304號執照 發行人:洪山川/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

## 教宗：疫情的慘況教人學會 生命若不服務 就一無是處

【真理電台綜合梵蒂岡新聞網及外電報導】教宗方濟各4月5日聖枝主日在梵蒂岡聖伯多祿大殿主持隆重彌撒；適逢世界青年日，他在講道中特別勉勵青年，效法疫情下無私服務的無名英雄，捨己為人。

教宗說，請看看這幾天為人所知的真英雄：他們並不是有名望、有財富和有成就的人，卻為了服務他人而奉獻自己。你們要感受到蒙召「冒生命危險，不怕為天主和他人揮灑人生」。教會於聖枝主日在教區層級慶祝第35屆世界青年日，青年要效法耶穌對愛說「是」，不加任何條件、沒有任何但書。

當天禮儀在聖伯多祿大殿的宗座祭台舉行，大殿內中央祭台前方，並未出現以往人潮擁擠的場景，而幾乎是空無一人；屈指可數的信友集中在宗座祭台前方參禮，並且嚴格遵守社交距離，一排跪凳只有一個人。在幾乎空蕩的聖殿裡，人人手持聖枝，宗座祭台前放置了橄欖樹枝等植物，重現以色列子民迎接耶穌進城的一幕。

教宗在講道中首先點出，天主子「取得奴僕形體」，並「在服務我們的過程中拯救了我們」。教宗指出，「我們常會以為自己在服務天主」，實則「是天主白白地在服務我們，因為，祂先愛了我們」；主耶穌服務我們的方式是「為我們獻出生命」，親自承擔起我們的罪過，以拯救我們。「祂沒有反抗，而是全心懷著奴僕的謙卑、忍耐和服從，單單憑藉愛的力量。」天父支持著耶穌的服務，在苦難中支撐著祂的聖子。

天主子愛我們到底、受苦到底，親身經歷了最沈痛的處境，即：被背叛和被捨棄。耶穌遭遇了多重的背叛：一個門徒背叛，出賣了祂；另一個門徒背叛，否認了祂；歡呼迎接祂入城的百姓也背叛，竟要求把祂釘在十字架上；宗教領袖不義地判祂死刑，政府高層卻洗手卸責。教宗指出，「我們在生活中也經歷了大大小小的背叛。信任換來欺瞞，失望油然而生，生活彷彿失去意義。這之所以會發生，是因為



我們生來需要愛人與被愛」。因此，我們完全無法想像，對於本身是愛的天主來說，遭到背叛是多麼痛苦！

教宗邀請每個人反省自己的不忠、虛假、偽裝和「兩面派」。上主深知，我們軟弱、表裡不一，偶爾會跌倒，難以重新站起來、醫治傷口。為了服務我們，上主藉著先知發言，說：「我要治療他們的不忠，我要從心裡疼愛他們。」（歐14：5）為此，我們就算感到氣餒、恐懼，依然能舉目仰望十字架上的耶穌，接受祂的擁抱，並且說：「耶穌，我的不忠在那裡，祢已承擔；求祢為我張開雙臂，以祢的聖愛服務我，繼續支持我，而我要向前邁進！」

「捨棄」是耶穌在十字架上親口說的。祂

受到天主的安慰在支持著你。」

教宗鼓勵眾人，「我們來到世上，是為了愛天主和他人，其餘的都會成為過往雲煙。」我們此刻經歷的悲慘處境，敦促我們重新發現：「生命若不服務，就一無是處」，因為「愛是衡量生命的標準！」「縱使在家庭和社會裡，去愛、祈禱、寬恕和照顧他人，必然要付出代價，宛如一條苦路；但是，服務之路乃是得勝的道路，能拯救我們的生命。」

今年的世青日，青年們以前所未有的方式慶祝教區層級的世青日，而原訂於聖枝主日那天，巴拿馬青年要把世青節十字架交給里斯本青年，這極具深意的活動將延至11月22日基督普世君王節舉行。

### 主教團秘書處通告

主教團秘書處將於4月12日復活主日，台灣時間18時至18時30分網路直播教宗方濟各〈致全城及全球（Urbi et Orbi）復活節文告〉。歡迎屆時收看，並領受教宗頒布的全大赦（[www.catholic.org.tw](http://www.catholic.org.tw)）。

主教團秘書長 陳科神父  
2020年3月31日



## 和諧共生 擁抱新生

**看**似微不足道的冠狀病毒把全世界人的生活打亂了，把所有人幾乎都關在房屋裡，把人的情緒逼到了面臨崩潰的情況，讓許多人聞之喪膽，感到害怕與恐懼。病毒究竟在哪裡，看不到也不知在哪，人目前只能防守，沒有積極的方法可以面對。試問，病毒又是如何存在於人類的生活環境中的，為何又對人造成如此大的傷害，到底是人的問題造成的，還是環境本身的自然形成？

正當冠狀病毒開始爆發的同時，教會正開始進入了四旬期，一段守齋克己，默想耶穌為人所擔負苦難的時期。試問，耶穌為何為人擔負苦難，揹著眾人的十字架，親赴加爾瓦略山，被釘死於十字架上？人的罪惡使耶穌對人的愛彰顯了，耶穌以祂的死亡代替人與天父和好。天主使耶穌從死者中復活了，耶穌的死亡戰勝了死亡對人的權柄，使人重獲生命。

不過，我們所生活的世界，並不談論罪惡的

問題，只願談論我喜歡有什麼不可以，只願讓絕對的自由主義當道，試想，罪惡不就是看不見的病毒嗎？為何人對罪惡並不感到害怕與恐懼，反而是張開雙臂擁抱罪惡。教宗方濟各在一次講道中提醒，教宗庇護十二世曾說過：「喪失罪的意識是當代一大禍患。」的確，冠狀病毒傷害人的肉身，但罪惡卻傷害人的靈魂啊！哪一個傷人更深呢？我們是否該多開幾間教堂、多為自己的罪惡祈禱、多做克己補贖來治癒靈魂的創傷，來救治被罪惡病毒所感染的人們。

人啊！你被上天賦予責任來照顧大地，「你們要生育繁殖，充滿大地，治理大地，管理海中的魚、天空的飛鳥、各種在地上爬行的生物！」（創1：28）可是，人真的管理大地了嗎？還是濫用了自己的權力使大地遭受了傷害？因為人不斷地向自己所生活的大地，拿自己想要的，而沒有尊重大地是有生命的存在。病毒的存在只不過是大地啟動了自我免疫的機制，結

果，人就無法承受了。

病毒的危機昭告了人該反省自己的生活，看看罪惡的病毒是否也感染我們的內心、對人的態度、對天主的信賴，對土地的尊重。真的，我們該看看自己的生活了，如何面對身邊的人，如何對待所生活的大地，如何信靠創造世界的神。我們還能站得住嗎？還是謙卑的面對自己的軟弱而改變自己的生活吧！讓我們跟他人、大地、自己，還有我們的天主和好吧！這場瘟疫讓我們看到沒有誰害了誰，但卻可以看見是誰傷害了誰。人要徹底的反省自己的生活，決心與大地一起和諧共生，與他人一起照顧彼此，對天主承諾負責照管大地的使命，如此，才能擁抱天主創造天地時的初衷。

復活節到了，我們所慶祝的生命，不是舊有的生命，而是迎接耶穌基督帶給我們的新生命、新世界。復活不是更新，也不是起死回生，而是擁抱新的生命。正如耶穌說：「應把新酒，裝在新皮囊裡。」（瑪9：17）復活就是新酒，復活的生命該當以新的態度，新的姿態來生活。相信，慶祝復活節的我們也能戰勝病毒對人的掌控，而活出新生命。



**教**宗最近發表了一篇非常令人感動的祈禱文，裡面有幾句發人深省的句子。

「河流不會喝自己的水，樹不會吃自己的果子，太陽不會只照耀自己，花不會只將香味傳給自己，為別人生活，乃是自然的定律。」

在這個瘟疫危機中，教宗的談話是極有意義的，的確全人類應該省思。我們都住在一個地球上，我們不能力求獨善其身，也應該知道有福同享，有難同當。這次災難中，沒有任何人可以從中得利，世人應該豁然有所覺醒，那就是全世界的人如果都能過得更好，自己也就會過得更好。反過來說，如果一個人自以為做得非常好了，其他的人都過得非常悲慘，那他自己也一定跟著悲慘。

## 教宗的祈禱

文／李家同（清華大學榮譽講座教授）

這次大災難對我們教會是一個很好的機會，耶穌基督一直叫我們要互相相愛，而且絕對不能有仇恨。病毒的擴散使我們更加感覺到互相相愛的重要性，我們做教友的，應該更加對自己有信仰感到欣慰，也應該趁這個機會將耶穌基督的福音傳出去。

這個世界一直有人在傳播仇恨，也造成了世界上的重大動盪不安。據估計，目前世界上有7千萬個難民，很多難民住在臨時安置的難民營中。這7千萬人都不可能得到好的醫療，可以想見的是，他們很難抵抗病毒的傳染。

耶穌基督強調互愛，其實有很多人是忽略這種想法的，以至於在一些經濟不錯的國家中，非常多的窮人沒有衛生設備，沒有醫療保險。這次病毒的大規模傳染，世人終於了解到沒有幫助窮人，其實是害了自己。如果全世界的人都有全

民健保，病毒的擴散應該不至於如此地恐怖。

教宗在這篇祈禱文中告訴我們，我們應該多多想到別人。我們所有的教友都應該想到世界上很多無家可歸的難民以及非常貧困的人，在這次危機中，他們是最大的受害者。印度在短時間內宣布封國，所造成的是大批窮人不知所措，他們可能沒有被病毒感染，但他們可能因為病毒而餓死。我們教友應該放寬視野，知道這些事情，也應該替全世界的弱勢人民祈禱，不能只替我們自己的親友祈禱。

希望全體教友們都看到教宗的祈禱文，使我們更堅定自己的信仰，更了解作為教友的意義。我們的確是和普通人不一樣的，不一樣之處不在於我們在主日要參加彌撒，不在於我們會畫十字聖號，會念〈天主經〉，而在於我們是知道互愛的重要性。



## 豐盛天使 豐盛人生

誠摯邀請您共融於**基督普世君王**聖愛內

感謝恩人們對《天主教周報》文字福傳事工的鼎力支持，本報訂製了「基督普世君王聖像藝術瓷畫」（見圖示），以窯燒藝術技法，在厚實的白瓷上呈現耶穌普世君王聖像瓷畫，長29公分×寬24公分，典雅時尚兼容，質樸細緻並蓄，有益於基督徒的靈修默觀。

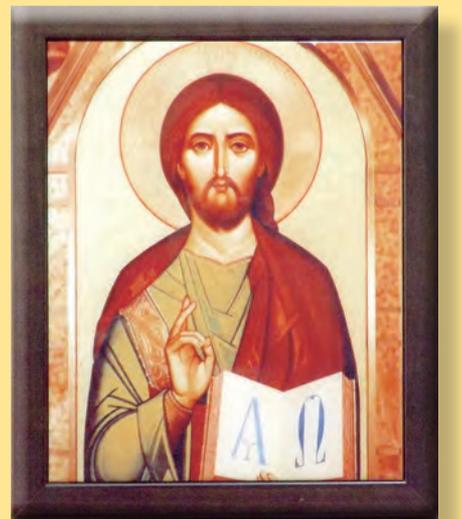
基督普世君王聖像藝術瓷畫，每一幅均由洪山川總主教親自降福，誠摯邀請您，不分時地，一同在基督的聖愛內共融。

凡捐款達10,000元（含）以上的豐盛天使，

致贈基督普世君王聖像藝術瓷畫一座，再送3個月的贈閱報，自用送人兩相宜！

請於劃撥單通訊欄註明：**基督普世君王聖像**，捐獻收據可作為所得稅申報抵稅之用。

郵政劃撥：5008-2177 銀行轉帳、ATM  
兆豐商銀（017）安和分行：019-10-95490-8  
戶名：財團法人天主教會台北教區  
電話：02-2737-2839 傳真：02-2737-1326  
E-mail: catholicweekly@gmail.com  
銀行匯款/ATM轉帳後，請來電告知，謝謝！





## 教宗視訊期勉：善用艱苦時刻 在愛與含忍中並肩同行

【真理電台綜合梵蒂岡新聞網及外電報導】從聖枝主日中拉開聖週帷幕的禮儀年高峰時刻，如今在寂靜中展開，眾多信友無法參禮的時期，教宗方濟各以視頻訊息傳達關愛，並分享對逾越奧蹟的信德與望德。他更籲請眾人，透過社交傳播工具，虔心參與聖週禮儀。

仿效以色列子民擁簇著耶穌基督進城的一幕，耶穌在加爾瓦略山的苦路，此時此刻只能在家庭和個人的祈禱中默觀。這是一個難以言喻的聖週、苦上加苦的逾越節。教宗方濟各在此磨難中，於羅馬時間4月3日晚上以視頻的方式進入每戶人家，與愁苦憂傷的人談心，送去基督徒的信德與望德，敦促眾人力行愛德，教導信友在愛與含忍中為最美好的時期做準備。

教宗今年聖週的視訊全文如下：

親愛的朋友們，晚安！

今晚我有機會以不常見的方式進入各位的家裡，倘若你們允許，我渴望與你們在這艱難而痛苦的時期交談片刻。我想像你們在家裡，

以不尋常的方式生活，以防感染；我想到兒童和少年的活力，他們不能出門、無法上學，難以揮灑人生；我心繫所有的家庭，尤其是摯愛生病，或者不幸地由於新冠病毒或其他原因而服喪的家庭……。這幾天，我經常想起孤獨的人，他們很難應對這艱難時刻。我特別掛念年長者，為我來說，他們極為珍貴。

我也忘不了感染新冠肺炎的患者、住院的病人，我深知有些人在慷慨地為抗擊疫情或保障社會而付出服務，他們是日復一日、時時刻刻的英雄！我也念及所有經濟拮据、擔憂工作和未來的人，我同樣掛心著監獄裡的收容人，他們不僅痛苦，還害怕疫情，為自己和所愛的人擔驚受怕；我想到流落街頭的人，他們沒有家的保護。

為所有的人來說，這都是個艱難時刻；但是，對許多人而言，更是難上加難。我明白這一點，而且渴望藉著這番話語，向所有的人表達關懷與情感。倘若可以，我們要盡可能善用這段時光：讓我們慷慨大方，協助我們周遭有需要的人，或透過電話，或社交網絡，去關切更孤獨的人，我們要為義大利及世界各地飽受

磨難的人懇求上主。儘管我們處在隔離中，思緒和心神總能藉著愛的創意前往遠方；這是我們今天所需要的：愛的創意。

我們此刻確實以與眾不同的方式慶祝聖週；聖週彰顯並概述了福音的訊息、無窮無盡的天主聖愛。而在我們城市的寂靜中，將迴盪著逾越奧蹟的福音。保祿宗徒說：「祂替眾人死，是為使活著的人不再為自己生活，而是為替他們死而復活的那位生活。」（格後5：15）在死而復活的耶穌內，生命戰勝了死亡，這份對逾越奧蹟的信德，滋養著我們的望德；我今晚願和你們分享這望德，這是對最美好時期的盼望，屆時我們會變得更加美好，終將免於凶惡和全球疫情。這是一份望德：望德絕不叫人失望；它不是幻影，而是望德。

在愛和含忍中，肩並著肩，我們便能在此時此刻為最美好的時期作準備！我感謝你們容許我進入你們家中，請你們對受苦者、孩子和老人作出溫柔之舉，向他們轉達教宗的關懷和祈禱，祈願上主速救我們大家免於凶惡；而你們，請你們為我祈禱。晚餐愉快，願我們能早日相見！

## 宗座聖赦院院長致函聽告解司鐸：慈悲從不停歇

【真理電台綜合梵蒂岡新聞網及外電報導】宗座聖赦院院長皮亞琴扎樞機於復活節前致函聽告解司鐸：在新冠疫情的緊急危難中，「慈悲從不停歇，天主絕不遠離。」社交距離是「出於衛生理由的必要要求」，但它既不能「也不該變成教會的距離」。

皮亞琴扎樞機談及疫情在基督徒團體生活中造成的緊急狀態，以及多國政府當前的防疫措施。同時，樞機也強調，由於在許多地方無法「正常舉行聖事」，聽告解司鐸蒙召「祈禱、安慰，並把人靈帶到天主的慈悲前」，實行「司鐸的中介角色」。此時此刻，所有人比以往更需要耶穌的親近及「撫慰」。疫情中，許多司鐸努力發揮牧靈創意，親近「託付於己的子民，作出信仰、勇敢和慈父般的見證」。慈悲具體化為「溫柔關愛的小舉動」，以善待窮人、醫院道路上的臨終病患、醫護人員、孤獨害怕的人、隔離期間無家可歸的人，或者無法得到生活必需品的人。

95歲的濟利祿·隆戈（Cirillo Longo）神父，是義大利北部貝加莫的奧廖內中心的創始人，被檢測感染新冠病毒後於3月12日在醫院接受治療；儘管隨之而來的日子是如此地艱難，濟利祿神父的望德和信德感動了許多人，並鼓勵



▲濟利祿神父鼓舞堅持信德



▲麗塔修女與新希望社會合作社用心做防護

疫情影響到很多人，合作社決定藉由她們賴以工作的縫紉機來為他人服務；這些神父修女都傳遞著主愛。

皮亞琴扎樞機表示，雖然目前在世界許多地方，天主子民無法親身參與彌撒，但是賜予教會和世界的恩寵從感恩祭源源不絕地流出。因著十字架，人人獲享「救恩與修和的機會」。在這

層意義上，儘管當前處境悲慘，司鐸蒙召重新發現鐸職的本質：以基督的事業為先，以僕人的身分來分施聖事性的救恩。因此，慈悲「並不止於神聖禮儀的慶典中」，卻成為「活的愛德，向所有受苦者伸出友善的手，並在鐸職中成為天主慈悲的祭獻」。

他強調，在發現值得「為之生、為之死」的價值時，在品味靜默、朝拜和祈禱之際，在體嘗與他人和天主的親近關係中，慈悲也彰顯出來，連死亡也不能阻撓慈悲的腳步。事實上，因著對逾越奧蹟的堅信不移，蒙主恩召的人也能收到追思的祈禱，因為，我們確信「死亡並打破關係，卻在諸聖相通功中，使關係得到轉化和加以鞏固」。

了同一科室的所有病患和醫護人員。他3月19日離世前的遺言：「你們不要害怕，因為我們都在天主手中，我們在天堂上見。」

在義大利南部卡塞塔「新希望社會合作社」服務24年的麗塔（Rita Giaretta）修女去年原本已離開服務單位，然而，新冠疫情危機時刻，她再次回到卡塞塔，陪伴合作社的女工，並一起投入編織口罩的服務。這些女工有的曾遭性剝削，有的則是逃離戰爭的難民。麗塔修女在2004年藉著盧德之家成立了「新希望社會合作社」，讓收容的婦女投入「民族裁縫作坊」的工作，這作坊於2016年在卡塞塔開了一家店鋪，即「新希望商店」，移民婦女得以透過工作重獲尊嚴。麗塔修女本已功成身退，但新冠



教宗全球  
祈禱網絡  
台灣

## 4月總意向 為戒除成癮

願那些因上癮而受苦的人，  
能得到妥善的協助與陪伴。

■文／教宗方濟各 圖／教宗全球祈禱網絡（天主教祈禱福傳會）



這幾天裡，你們討論了因毒品與其他新舊的成癮形式，而引起令人不安現象的問題，這些問題阻礙了人類的整體發展。整個社會都受到挑戰，這些挑戰來自當前社會與文化的改變、消費主義和資本主義的世俗文化所導致的病態，以及自滿、喪失價值觀、缺乏生活意義、人際關係和連結的不穩定。正如我多次強調的，毒癮是我們社會一個開放性的傷口。一旦身陷其中，這些受害者便身不由己放棄自由，換取被奴役的依賴性。

眾所皆知，吸毒嚴重危害健康、生活和社會。我們都蒙召在世界各地打擊毒品的生產、加工和分銷。勇敢打擊那些死亡商販是政府的義務和責任；我們不必害怕使用

「死亡商販」這個頭銜。虛擬空間越來越顯示出它的危險性。在一些網站，包括年輕人在內的很多人被誘惑和拖入奴役境況而無法自拔，導致他們喪失生命的意義，甚至喪失生命。

面對這樣令人不安的情況，教會迫切需要在當代世界打造一種人文主義，把人置於社會、經濟和文化的中心；這樣的人文主義是以「慈悲的福音」為基礎。耶穌的門徒也在其中獲得靈感，採取真正有效的牧靈行動，從而緩解、護理並治癒現實中與成癮有關的各種苦難。

（節錄自2018.12.1教宗向「毒品與成癮——人類整體發展的阻礙」與會者致詞）

## 如何以聖體聖事的方式生活

要以聖體聖事的方式生活，我們必須允許自己被擘開，並分送給別人。

■文／Matías Hardoy SJ（教宗全球祈禱網絡 聖體生活團 - 阿根廷）  
譯／林思牧

許多人問我，以聖體聖事的方式生活究竟是什麼意思？我對聖體聖事的體驗，可以用亨利諾文（Henri Nouwen）所寫的《以燃燒之心》（With Burning Hearts）來闡釋。你如果還沒讀過這本書，千萬別錯過了。我將要用我所記得那本書的部分來與你分享幾個想法，中間或許也以我自己的個人經驗來互相驗證。

當我們說我們要在聖體聖事中仿效耶穌時，我們必須讓天主把我們放在其他人的手中，並被擘開，被分送。首先，要以聖體聖事的方式生活，我們必須讓自己被天主所取用，這必定代表要放棄一些掌控，或更好是完全任由天主措置。

當然，天主不會玩弄我們的自由意志，任由天主措置並不表示我們會成為祂手中的玩偶，但是，這確實需要我們完全信任祂，並且讓祂來駕馭。我們懷著深切渴望把我們的信心與自由與天主的意願結合，讓自己更完全的與祂連結。

其次，要成為別人的「聖體聖事」代表願意被分送出去的渴望，我們的裂痕，我們的縫隙，我們的脆弱都是讓天主可以把我們送給別人的地方，就像是給予生命的麵餅一樣。只有從這些地方，從我們的軟弱之處，藉由天主的全然恩寵，我們才能了解，自己有能力讓全人類分享我們的生命。我們可以用把自己與耶穌結合的方式來活出聖體聖事，自知我們的傷

痕，並允許天父把我們分送出去。

這樣的想法很好：是天主把我們分送出去，而不是我們將自己擘開。是天主先愛了我們，祂先把自己給了我們，把渴望送給別人的種子植在我們心中。

祂把我們「本我」的一切分送出去。祂不只送出我們的長處和天賦，而是我們整個的生命。祂邀請我們把自己與別人分享。

這就是以心靈之道生活的精義，尋求具體的方式把我們的生活獻給天主，好能與我們周圍的世界接觸。

（取材自click to pray部落格文章：<https://clicktopray.org/zh-hant/blog/>）



▲2020年的祈禱福傳卡及祈禱福傳冊已經出版！歡迎向祈禱福傳會辦公室洽詢：02-2365-4205轉262沈秘書；祈禱卡有教宗每月的祈禱意向，手冊另附2020年的禮儀年曆。歡迎大家踴躍索取，一起與教宗方濟各為教會與人類的需要來祈禱！

### 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，並為教宗託付的意向祈禱。

### 教宗全球祈禱網絡（祈禱福傳會）

Pope's Worldwide Prayer Network  
(Apostleship of Prayer)

地址：10089 台北市辛亥路一段 22 號

電話：02-2365-4205#262

傳真：02-2365-3142

Email：twapostleship@gmail.com

網址：www.apostleshipofprayer.tw

FB：www.facebook.com/apintw.tw

### 歡迎捐助教宗全球祈禱網絡發展經費

郵政劃撥帳號：50083717

戶名：財團法人天主教耶穌會  
祈禱福傳會

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> 查詢



從台灣到匈牙利

影音培訓專題

嘉義場 ①

# 請給我這水吧

## 在祢內有生命的泉源

主講人／嘉義教區鍾安住主教  
記錄整理／袁彩雲

**感恩**（聖體）聖事是基督徒生活與使命之泉源，從耶穌基督內流出的活水，默想天主源源不絕的恩寵，藉由進一步認識聖體聖事，在和好、寬恕、治癒、共融中，彼此服務，活出生活的基督。

### 聖體敬禮：從台灣到國際

回顧去年3月1日全國聖體大會在嘉義教區隆重舉行，教宗方濟各指派時任教廷萬民福音部部長斐洛尼樞機主教（*Fernando Filoni*）來台參與，全台7個教區喜樂共融的盛況，當時大會標誌設計傳達恩寵藉由聖體聖事湧現的圖像，以藍色描繪所蘊涵之恩寵「福杯滿溢」之圖像，聖爵內一滴以紅色表達這恩寵來自基督為世人所傾流之聖血，也催迫我們眾人如同漣漪效應般肩負往外福傳的使命。

此圖像與匈牙利布達佩斯舉行的國際聖體大會logo一樣，強調從耶穌的聖體寶血湧出滿溢的恩寵，4年一次的國際聖體大會是普世教會盛事，我們台灣教會也非常重視，各教區都準備組團前往，期待與普世教會同心合意祈禱、默想，進而分享耶穌至聖聖體的愛；為了預備我們的心靈及渴望，必須先從《聖經》去了解感恩（聖體）聖事與恩寵的關係。

### 我的一切泉源都在祢內

第52屆國際聖體大會的主題是「我的一切泉源都在祢內」，講到泉源，就會想到水，水與我們人類的關係非常密切，感冒生病時，醫生會再三叮囑要多喝水；長大後也學習到，人體約有70%是水組成的，生命不能沒有水；天主創造天地萬物，其中，海洋占地球表面的71%，陸地僅占29%，顯示出水與生命息息相關。

《聖經》裡有許多與水相關的章節，我們檢視並默想天主所啟示的聖言，汲取這些恩寵的泉源。梵二大公會議清楚說明舊約與新約的關係：「新約隱藏於舊約裡，舊約顯露於新約中……，舊約亦光照並解釋新約。」（《啟示憲章》，16）

《舊約》有其時空背景，《新約》相對地較接近我們的生活，某些事件及精神是隱藏於《舊約》中，而《新約》將《舊約》的思想加以詮釋，因此，不能光讀《新約》，還是必須研讀《舊約》，才能夠更明瞭主耶穌帶給人類的救恩奧蹟。

經上記載，梅瑟帶以色列子民到曠野，陸續遇到了不同考驗，因為沒水喝引起民怨，以民要求「給我們水喝罷！」梅瑟向天主祈求；天主俯聽了他的祈禱，要他用手杖擊石出水，他憑著信心照做，天主顯了奇蹟，暫時解除了以民缺水的危機。這些發生在舊約時代的奇蹟也可以說是新約救恩的預像。

你擊打磐石，就有水流出來，給百姓喝。（出17:6）曠野中，把岩石打破，水流如注，讓他們喝飽。（詠78:15）

祂闢開了岩石，使水湧出，在沙漠中好像江河流注。（詠105:41）

當人們遇到問題及考驗時，稍有不如意，有時也會忍不住怨天尤人，但我們看梅瑟是一位很棒的中保，帶百姓逃到曠野，面對民怨，仍代他們向天主求恩賜水，當梅瑟擊石，清水（恩寵）泉湧而出，也代表了天主源源不絕的救恩。同樣地，我們也可以從主耶穌所行的奇蹟中，看到救恩的泉源。「但誰若喝了我賜與他的水，他將永遠不渴；並且我賜給他的水，將在他內成為湧到永生的水泉。」（若4:14）

耶穌和門徒們從猶太趕往加里肋亞途中，在雅格井邊，祂與撒瑪黎雅婦人相遇，開口向她要水喝，透過這段對話，將祂自己啟示給她，祂才是救恩的「活水」，願意與世人分享永恆的生命。面對耶穌的自我揭示，那位活於罪中，靈魂枯竭的撒瑪黎雅婦人終於敞開心，接受了這永生的活水，不僅解除生命之渴，滿足她的生活所需，也救了她自己的靈魂。

### 聖體聖事是基督徒生命的泉源

感恩（聖體）聖事是「整個基督徒生活的泉源與高峰」（《教會憲章》，11），主耶穌順服天主的旨意，走上十字聖架，以自己的體血成了贖罪的祭獻，一個愛到底、一次而永遠的祭獻，與世人訂立新而永久的盟約。

#### +最後晚餐建立聖體聖事

他們正吃晚餐的時候，耶穌拿起餅來，祝福了，擘開遞給門徒說：「你們拿去吃吧！這是我的身體。」然後，又拿起杯來，祝謝了，遞給他們說：「你們都由其中喝吧！因為這是我血，新約的血，為大眾傾流，以赦免罪過。」（瑪26:26-28）

#### +生命食糧

耶穌向他們說：「我實實在在告訴你們：你們若不吃人子的肉，不喝祂的血，在你們內，便沒有生命。誰吃我的肉，並喝我的血，必得永生，在末日，我且要叫他復活。」（若6:53-54）

有一個兵士用槍刺透了祂的肋旁，立刻流出了血和水。（若19:34）

#### +所有人都被召參與這救恩的末世盛宴

萬軍的上主在這座山上，要為萬民擺設肥甘的盛宴，美酒的盛宴；肥甘是精選的，美酒是醇清的。（依25:6）

這幾段記載明白指出，聖體聖事是滋養靈命的日用糧，我們參與彌撒聖祭，等於是蒙召與基督同桌共融，共享生命之糧，救恩之杯，紀念主耶穌的犧牲及逾越奧蹟；厄瑪烏兩位門

徒更證明了，宗徒團體對聖體聖事的信仰。藉著聆聽聖言和擘餅的記號，復活的主顯現給他們，也被他們認出來。祂與11位門徒的進餐，其意義不單單是讓門徒相信復活的事實，而是使他們更確信，上主藉著進餐的逾越記號，持續地臨在於祂的子民中。

在感恩聖祭中，參與基督的體血，與基督真正的共融（*COMMUNION*），並建立祂的身體——教會。而教會「是來自各邦國、各支派、各民族、各異語」（默5:9）的得救者的團體，他們「以心神以真理」朝拜天主（若4:24），並且藉著建立一個身體——基督奧體，而找到合一；信友所汲取的泉源，成為他們之間合一的確實保證。

感恩聖祭一再重演並延續這復活的救恩，祂永遠與我們同在，直到今世的終結。

### 聖體聖事與其他聖事的關係

天主教會七件聖事：聖洗、堅振、感恩（聖體）、和好、病人傅油、聖秩以及婚姻，彼此互相關聯。其中，聖體聖事最重要，既是信仰的核心，也是高峰，教會的一切工作和傳教事業，皆與聖體聖事有關，並導向聖體聖事。聖體聖事有教會全部精神及財富——基督自己親臨其中，我們領受了生命之糧，分享了祂的聖愛，再把這份愛傳給別人，教會藉由慕道班讓還不認識基督的人，渴望並準備自己的心靈，迎接救恩活水進入他們的生命。

在其他聖事裡，基督藉著祂的恩寵與能力幫助我們。像聖秩聖事是祝聖神職人員，才能舉行彌撒聖祭；洗禮、堅振及聖體聖事是入門聖事；和好聖事與病人傅油皆是悔罪求主寬恕、淨化，幫助人相稱地領受基督聖體，與天主的慈悲相遇；婚姻聖事象徵基督與教會愛的共融，夫妻一同領受聖神，在主內結合為一。教會每逢重大的禮儀都有彌撒，彌撒是施行其他聖事最適宜的場合，本質上，其他聖事引導我們走向聖體聖事。

聖體聖事是基督信仰的核心，也是高峰，從舊約到新約，天主不斷向我們啟示「耶穌是生命的食糧」，唯有從祂內流出的活水，才是源源不絕的恩寵。所有聖人都以耶穌至聖聖體為生命之源，像亞西西的聖方濟、聖佳蘭及聖多瑪斯，皆因熱愛聖體，有主同行，在成聖的道路上不斷前進；以聖體聖事為首的七件聖事，涵括基督徒生命所有階段及重要時刻。

期勉我們更熱心守聖時，敬禮聖體，舉行聖體降福及善領聖體（包括神領聖體），因為「我的一切泉源都在祢內」。



# 以5國語言 為全球疫情平息祈禱

■文／曾婉玲 圖／潘志鵬



▲五大洲念珠氣球，齊聲為全球疫情祈禱。



▲劉振忠總主教帶領教友們，在高雄玫瑰聖母聖殿內祈禱。



▲劉振忠總主教與教友拉開安全距離，同心祈求天主早日平息疫情。

當全世界籠罩著新冠肺炎疫情，近40億人被隔離，全球多個國家紛紛取消彌撒，避免群聚感染之際，新竹教區與台北總教區相繼跟進，高雄教區一些聖堂也陸續各自暫停彌撒，不少聖堂也在觀望中。

背負不少壓力的劉振忠總主教，除公告各堂改變參禮彌撒規範外，也於4月2-5日接連4天，帶領教區團體善會代表，誦念玫瑰經，並於4月5日當天在救世主堂空飄玫瑰念珠氣球向天祈禱（為環保長線綁住），與在家視訊觀看直播的教友們，同步祈求天主早日平息疫情。

無國界的病毒正改變世界，猶如世界大戰，站在前線保護人民的，已由醫護人員取代軍人，無奈防護不足的醫護戰士和無辜百姓，對抗無影無蹤的敵人死傷慘重，高雄教區接連4天的祈禱意向，首先，為第一線的醫護人員平安祈禱，也為不安、憂慮、無助、惶恐的世人祈禱，更為找到病毒來源、疫苗，盡速控制疫情祈禱，同時，也為因新冠肺炎而病逝者的靈魂祈禱，更祈求仁慈天主安慰家屬們的傷痛。

4月5日，有別於前3天在玫瑰聖母聖殿內祈禱，當天，劉振忠總

主教帶領大家在救世主堂庭院的「露德聖母——病人之痊」態像前恭念玫瑰經，且不同以往，每一端分別以華語、西語、義大利語、英語和法語向天主祈禱，西語由西籍安寧神父、義大利語由義籍歐大福神父、英語由菲籍戴建福神父、法語由法籍韋方濟神父誦念，祈禱活動溫馨感人。

最後，現場施放超大的彩色氣球玫瑰念珠，紅色（代表美洲）、藍色（代表大洋洲）、綠色（代表非洲）、白色（代表歐洲）、黃色（代表亞洲），同心合意為全球疫情能早日平息祈禱。



▲5位各國神長以5國語言虔心誦念玫瑰經祈禱

## 耕莘醫院溫馨清明追思感恩祈禱禮

■文·圖／耕莘醫院院牧部

清明時節，正值冠狀病毒疫情肆虐全球之時，在跨入聖週，準備迎接復活節之前，我們緬懷祖先，虔誠祈禱。耕莘醫院院牧部於4月3日舉行清明追思祈禱禮儀，為院內同仁已逝親友、恩人及病人亡靈祈禱。

院牧部臨床牧靈關懷教育督導張鳳蓮修女，在祈禱禮中分享《若望福音》12章耶穌對民眾最後的講詞，提醒我們懷抱著拜見耶穌的渴望、平時勤於建立屬靈人脈，為生命做好準備，成為一粒落在地裡的麥子，提供忘我的服務。一如追思祈禱禮中的亡者，他們雖然死了，卻結出許多子粒來，豐富後人的生命。

耕莘醫院院牧部同仁每天都在繁忙的工作中，抽出1小時，為全球新冠疫情的早日平息作朝拜聖體敬禮，這是培養我們拜見耶穌的渴望；在生命中，我們結交認識、親

近耶穌的人，為建立屬靈人脈做好準備，好拜見耶穌。誠如《若望福音》中所記載，一粒麥子如果不落在地裡死了，仍舊是一粒，清明節追思亡者的意義，更是感恩與效法他們。祭台上的耶穌成為麥子，奉獻自己，為我們而死，死後結出許多子粒，結出生命果實做成麵餅，讓我們得以恭領聖體，獲得永恆生命。我們期許自己成為一粒麥子，麥子的特質是放下自以為應得的權利，事奉、跟隨耶穌，在自己身上成就承行祂的旨意。這樣的話，「我在哪裡，我的僕人也要在那裡」；換句話說，我在哪裡，耶穌也會在那裡。

追思祈禱禮儀中，全體為已亡的耕莘大家長：施予仁神父、袁君秀神父、姚宗鑑副主教、李漢儀神父等人祈禱，他們延續了田耕莘樞機主教的使命，我們感念他們無私付出、以院為家，帶領團隊發



▲臨床牧靈關懷教育督導張鳳蓮修女鼓勵我們培養拜見耶穌的渴望，建立屬靈人脈。



▲耕莘醫院在清明連假中舉行追思已亡祝福禮，慎終追遠，十分溫馨。

揮醫療傳愛的精神，造福並影響許多耕莘同仁。張修女分享中特別感念李漢儀神父40多年來身為院牧對耕莘醫院的付出，李神父慷慨奉獻畢生獻儀整修成本院聖堂，成為吸引人、讓人平安信靠耶穌的地方；若說耶穌是她醫院牧靈的啟蒙老師，李神父就是她的督導、生命中的麥子。還有器官捐贈者奉獻器官，延續無數生命；他們犧牲自己、成全他人，同樣是我們的榜樣。最後，張修女期許全醫

院牧靈關懷工作者，透過忘我及愛的服務，成為一粒麥子，終有一天，我們也會成為別人生命中的一粒麥子，結出累累果實。

在疫情蔓延全世界之際，許多人選擇勇敢為耶穌作見證、為愛而服務，清明時節追念感恩我們生命中的貴人同時，讓我們互相勉勵，願生命的每一時刻，都有機會成為別人的生命中的貴人，因為即使是一點點的燭火，也會照亮全世界。



▲以各國國旗的小圖代表國家，邀請抽到的教友們虔心為該國祈禱。  
▲大博爾青年在南松山天主堂精心布置明供聖體的祈禱情境，歡迎大家常去祈禱。

## 大博爾青年以短片為疫情祈禱

文·圖／大博爾青年

每逢團體啟動新的計畫，經常會面臨令人灰心的瓶頸；然而，我們會在如此窘迫的時刻，暫停手上的工作，聚在一起祈禱、朝拜聖體，祈求天主來堅定信德、導正心神。其實這些計畫對團隊中多數的夥伴而言，既生疏又耗神。但是因著愛的力量，大家在摸索過程中彼此扶持，團隊才能持續以喜樂的心，逐步完成任務。「天主使一切協助那些愛祂的人，就是那些按祂的旨意蒙召的人，獲得益處。」（羅8：28）我們深信，堅定的以實際行動，去回應聖神啟發的召叫時，在天主內，沒有不能的事。

### 與教宗同步 為世界熱切祈禱

大博爾青年於2019年底排定今年祈禱會的主題時，誰也沒料到此刻全球會經歷新冠病毒的侵襲！當初設定的主題為：「與教宗一起明供聖體24小時」，夥伴們一同讀經、祈禱與分辨之後，將「為世界代禱」的元素加入這次祈禱會的意向之中。

決定的當晚，夥伴們立刻從倉庫裡翻出刷具與顏料，分工合作畫出一幅世界地圖，再印出代表150個國家的小國旗。祈禱會當天，我們邀請會眾在祭台前隨機抽取一個國家代禱，最後，將抽到的國旗貼上世界地圖。記得有位神父說過：「當我們明供聖體時，不只為自己，也是為其他受苦的靈魂來到耶穌的台前。」因著這樣的信念，這一夜來到聖體前的人們，要成為器皿，在祭台前擺上自己的臨在，為抽中的國家俯伏於耶穌跟前，熱切的祈禱。



▲大博爾青年認真製作〈為全球疫情代禱〉短片，邀請大家同心獻上祈禱。

### 心神奔各地 成為行動的教會

同一天，也是教區公布暫停彌撒的日子，祈禱會前的那台彌撒，也就成了疫情期間的最後一台公開彌撒。神父舉揚聖體時，久久無法言語，人們在莊嚴肅穆的禮儀中，流下了不捨的眼淚，直到那一天，我們才體悟聖祭禮儀的珍貴。

我們體會到瑪麗德蓮與復活的基督相遇時，她抓住耶穌的手不願離去，耶穌對她說：「妳別拉住我不放，因為我還沒升到我父那裡。」接著祂派遣了瑪麗德蓮，要她向門徒們宣報基督的復活，使她成為門徒中的首位傳佈喜訊者（參閱若20）。時至今日，當教堂的門關上了，我們願意學習瑪麗德蓮，懷抱著信德，以心神奔向世界各地，成為「行動的教會」，並宣布喜訊。

當門徒們因為恐懼而躲在封閉的屋內時，耶穌來了，說的第一句話是：「願你們平安！」祂噓氣，讓門徒領受聖神，並派遣了他們。同一份平安，正是這個世代，作為門徒的我們，被復活的主親自派遣的我們，要去傳遞給世界的禮物。



▲活潑又有創意的大博爾青年，利用體福傳，以行動力獻愛。



▲青年們自製世界地圖，為全球疫情早日平息而祈禱的主視覺布置。

祝台北市天主教仁愛堂徐燕冰女士  
願您身體健康，長命百歲。  
感謝天主讓我母親就讀輔仁大學，從此成了基督徒。  
更感謝天主，讓我父親出生於清朝時代就是基督徒的家庭，家人不需要為了成為基督徒而造成任何家庭革命，和諧幸福，這是何等大的恩典！  
女兒安恬 敬賀

這波病毒看似隔絕了人們，卻不能成為我們福傳的阻礙！仰觀教會諸聖的教導，我們理解到——祈禱的心神既能超越時空、超脫肉體，想必也能飛越網際網路觸及人心。當各堂區的好牧者們致力於「彌撒線上化」之際，做為教友的我們，能為這個世界做些什麼呢？夥伴們意識到：除了病毒，恐懼與不安正在這個世界蔓延開來，為此，我們決定以拍影片的方式，將自己在信仰中領受的平安分享出去。

### 新媒體福傳 致力網路神聖化

我們在祈禱中列出了各種主題與元素，例如：以各國的語言說「（國家名稱），我們為你祈禱！」並畫出對醫護人員的祝福與感恩、對確診患者的安慰、對接受隔離者的鼓勵與祝福……每個周末不間斷地制定出一波又一波的拍片計畫，討論腳本、拍片、剪片等等。

我們堅定了跟隨基督的心，疫情延燒多久，我們就要發佈影片到最後一刻。我們迫切渴望人們能理解：有一群人持續為他們祈禱著；有一位神，從未離開過他們，並且深深愛著他們；有一份平安從天而來，任誰也無法奪去。

而網路的傳遞，除了視覺上的影片，尚有聽覺的層面。我們可以看見在各團隊的努力下，已結出許多果實，例如：「線上苦路」、「線上彌撒」、「每日讀經有聲書」等等。因此，我們也試著將祈禱中的感動與聖言轉化為歌詞，錄製成音樂並嘗試製作MV。

既然焦慮與恐懼正在透過網路與媒體吞噬人心，我們何不致力於「網路媒體神聖化」？盡己所能地產出蘊含愛與平安的作品，代謝雜亂的垃圾資訊。兩千年前的福傳，始於基督行走的腳、門徒施行奇蹟的手、人們奔相走告的口；21世紀，我們正在嘗試將基督的光注入無遠弗屆的網際網路，藉寬頻、光纖、wifi之力傳播福音。



▲大博爾青年為全世界疫情祈禱影片QR

# 省思復活的奧蹟 活出復活真生命

■文／陳科神父  
(主教團秘書長)

在20世紀初，世界上最可憐的大城市之一，可說是在亞洲的哈爾濱；當時哈爾濱有一段時間屬於俄羅斯，然後歸於滿洲國，後來又被日本占領；哈爾濱在俄羅斯管轄時期，建築了東清鐵路，橫貫哈爾濱。俄羅斯人在火車站候車室裡，樹立了一座真人比例的基督態像，經過滿洲國統治，態像仍然站在那裡；但是，當日本人來到之後，就有人向並非基督信仰的站長建議，請他把基督態像拆除；站長便去候車室看那座基督態像，他多次發現，常常有人在態像前跪著祈禱：媽媽們帶著她們的孩子、低著頭面帶愁容的人、貧窮的難民、流浪異鄉的移民……站長發覺到，在基督態像跪下來祈禱的人，再站起來的時候，顯得較平安、開心、滿意和充滿希望；因此，他便決定保留那座態像，因為基督帶給人們安慰。

## 沒有耶穌基督 就沒有一切

我們的人生也是一個旅途，有時候甚至是一——逃難（逃避肺炎病毒）；世界就是一個等候室，因為我們並非會永久停留在這世上，我們大家都是過路人；如果基督沒有來到我們等候室，我們有多可憐！

沒有耶穌，連我們的理智、我們的思想、能力都無所依靠，我們會胡思亂想，因為沒有基督信仰的光照耀我們，指引我們；若沒有耶穌，在世上的生活就被局限，沒有永生的希望；沒有耶穌，人無法承擔和面對自己的過失和罪惡，因為不曾認識除免世罪的天主羔羊；沒有耶穌，人就無法抵抗魔鬼的誘惑，因為沒有與戰勝魔鬼的那一位彼此連接在一起；沒有耶穌，人就像在曠野裡迷失的羊，不認識來尋找迷途羔羊的善牧；沒有耶穌，人就會百病叢生，因為不認識了解人間痛苦的良醫；沒有耶穌，人就無法平安度日，因為遠離了和平的君王；如果耶穌基督沒有來到人間，人就會沒有安慰、沒有喜樂、沒有希望。

## 把基督留在人世間的等候室

基督是光和生命、真理與恩寵！祂是良醫，治療疾病；祂是牧者，引領我們到青綠的草原地；祂是我們的朋友，我們的身心靈可以完全投靠祂；祂是滋養我們的葡萄園，是使人幸運的那一位——我們的救主，因為，祂要把所有勞苦負重擔的人引領到祂那裡去。

因為基督是上述所有的一切，所以我們向天主的敵人、向不信天主的人，以及領了洗的人說：「讓基督留在人世間的等候室。」我們向那些防疫的醫護人員說：「讓基督留在人世間的等候室！」我們向政府官員說：「你們要讓基督留在人世間的等候室！」不要從病人們身上剝奪生命的主宰，不要從老人們身上剝奪安慰的泉源，不要從人們身上剝奪永生的希望。

## 基督復活是我們信仰的核心

基督的復活是我們的信理，我們不同版本的〈信經〉上，都宣告著這信仰的真理；我們在每次念〈信經〉時，一定會說：「祂被釘在十字架上，死而安葬。」或是「受難而被埋葬，第三日復活了。」一個更早期的〈信經〉，說得更清楚：「祂以誕生和受苦的肉軀戰勝了死亡的力量之後，第三日復活了。」尼西亞大公會議在325年奠定了我們今天在彌撒中所誦讀的〈信經〉基礎：「受難，而且第三日復活了。」1564年，特利騰大公會議定〈信經〉的解釋說：「祂正如聖經所載，第三日復活了」，意思是說，按照天主在《聖經》裡寫下來的旨意。基督的復活是我們信仰決定性的根據，是一件可考查的歷史事蹟，我們信仰的根基；基督的復活，是基督救贖工程的認證。

藉著基督的復活，天父確認了祂聖子的言行、苦難和聖死。歷史上，基督復活的證明，不只是宗徒們的信念，也就是說，我們要主觀地相信耶穌活著，而是耶穌的顯現，基督的復活是我們信仰的核心奧蹟，核心的真正歷史事實。「如果基督沒有復活，你們的信仰便是假的，你們還是在罪惡中。那麼，那些在基督內死了的人，就喪亡了。」（格前15：17-18）「如果我們在今生只寄望於基督，我們就是眾人中最可憐的了。」（格前15：19）一如聖保祿宗徒對格林多的信仰團體所說的。此刻，讓我們一起默想基督的復活，並且回答這兩個問題：首先是，基督的復活對基督自己有什麼意義？然後，基督的復活對我們有什麼意義？兩個問題的答案，我們各用4點綜合起來省思。

## 基督的復活對基督自己的意義

### 1. 基督整個的身體被完全轉變為永生不死。

拉匝祿被召回現世的生命，但日後，他也會死亡，耶穌卻是從死人中被復活，而進入天父的光榮，祂不會再死！《聖經》作復生和復活的區分。這做法是對的。在《宗徒大事錄》及其他地方都曾記載：「天主卻解除了祂死亡的苦痛，使祂復活了，因為祂不能受死亡的控制。」（宗2：24）意思是說，天父是這奇蹟的主宰者！復活是天主對祂聖子生命的肯定；這表示耶穌並沒有自作主張，隨心所欲地行事，祂生平的一切——祂所做的和所忍受的，都是按照天父的旨意，而就是這樣，天父才使祂復活了。可是，同樣地，基督復活，也是憑祂自己而復活。

11世紀，在西班牙中部托雷多城召開的大公會議強調說，基督憑自己的大能而復活，理由是基督具有人性和天主性——天主永恆聖言，在祂內有兩性一位的結合。由於基督身為天主永恆聖言擁有人性和天主性，所以祂的人性也可以分享祂的天主性，從脫離死亡進入上主復

活的光榮，基督的天主性，使祂的人性復活。

### 2. 耶穌被光榮的肉軀，是祂功勞的賞報。

耶穌藉著祂的聽命、受苦受難和死亡，得到復活的賞報！耶穌復活後，向兩位厄瑪烏的門徒說：「默西亞不是必須受這些苦難，才進入祂的光榮嗎？」（路24：26）因著聖父的旨意，聖子唯命是從，基督藉祂的苦難和死亡得到復活的賞報。聖保祿宗徒說：「祂貶抑自己，聽命至死，且死在十字架上。為此，天主極其舉揚祂。」（斐2：8-9）而在《希伯來人書》，我們讀到：「耶穌因所受的死亡之苦，接受了尊崇和光榮的冠冕。」（希2：9）因所受的死亡之苦，祂在服從中做的自我犧牲。為此，天父迎接祂進入祂的光明。被天主極其舉揚，是耶穌服從受難的賞報；基督為自己贏得了被天主舉揚的賞報。

### 3. 復活主度一個人體真正的生活。

祂是以肉體而真正存在！這就是為什麼祂對心存懷疑的多默宗徒說：「把你的指頭伸到這裡來，看看我的手罷！並伸過你的手來，探入我的肋旁。」（若20：27）上主光榮的身體，雙手仍然保留士兵造成的釘孔和肋傷，為證明復活的那一位跟被釘死的那一位是同一個人。祂的肉軀變得不一樣，而不是另一個不同的肉軀。

### 4. 基督的苦難與復活是形影相隨的。

受苦與復活在內在的意義上，是同一個過程；這是為什麼主對兩位厄瑪烏的門徒說：「默西亞不是必須受這些苦難，才進入祂的光榮嗎？」（路24：26）默西亞必須受苦受難，並且在第三日復活，復活是祂死亡的結果，復活是接受十字架犧牲的結果，基督在十字架上，以天主的身分做了真實和必須的犧牲。祂犧牲的動作，在於祂自願地將自己的生命交出致死，祂的復活是天父接受祂的犧牲所帶來的結果。

以上是基督的復活對基督自己的4項意義。

## 基督的復活對我們的意義

現在，讓我們了解基督的復活對我們的意義，同樣地有4項。

### 1. 基督的救贖工程藉著基督復活大功告成。

復活是救贖工程獲勝的完成，屬於整個的救贖工程！如果耶穌沒有復活，人們就可以視祂為失敗者，就可以說祂是為了自己的理想而犧牲，然後什麼都沒有了。然而，並不是！祂的復活是必須的，好使我們明白，祂的救贖工程真正有進行過，而且天主忍受了痛苦和死亡，並且全然接受，而在藉著復活的奧蹟加以肯定。

《羅馬人書》這樣說：「這耶穌曾為了我們的過犯被交付，又為使我們成義而復活。」（羅4：25）為凸顯其基督死亡與復活的密切關係。祂是為了我們的過犯被交付，又為了使我們成義而復活。耶穌的復活是天主在救世和救人工程的完成。

(文轉9版)

(文接8版)

藉著復活的奧蹟，天主將自己的光榮的天性永不撤回地贈予人類；藉著復活的奧蹟，天主使整個宇宙萬物得到救恩，直到世界的終結。基督的復活不只使每一個人的復活，也是使整個宇宙萬物都能脫離罪惡勢力，能因祂而更新——基督是在這人世間復活，並彰顯祂復活的大能，所以，基督藉著祂的復活，也使天地萬物充滿了天主的光榮和生命。

### 2. 基督藉著祂的復活使人類獲得超性的恩寵。

基督不只戰勝了死亡，祂也打敗了魔鬼！藉著耶穌基督的功勞，奉耶穌基督的聖名——祂的聖名直譯的意思是：「拯救人類的默西亞」。這是為什麼特利騰大公會議教導說：若不依仗基督的苦難，沒有人能成義。救恩只能透過基督的功勞才能獲得。復活後，耶穌光榮的人性成為得到救恩的工具：我們在彌撒中所領的聖體，就是耶穌光榮人性的神聖標記。我們是從祂光榮的聖傷獲得救恩，正如《依撒意亞先知書》所說的：「因祂受了創傷，我們便得了痊癒。」(依53:5)

### 3. 基督是人類中第一個復活進入天主光榮的。

從這角度來說，祂是開始、「死者中的首生者」，好使祂在一切事上都成為元首；祂是第一位，不是最後的一位，祂替其他後來的人開路；祂是模範，以及我們肉體復活的保證；在祂身上發生的事情，也會在我們身上發生。我

們也會復活，並獲得一個新的身體，與祂光榮的肉體相似。祂是死者的初果，意思是說，在祂之後，還會有別的人。聖保祿宗徒在《斐理伯人書》已說了：「必要按祂能使一切屈服於自己的大能，改變我們卑賤的身體，相似祂光榮的身體。」(斐3:21)

### 4. 基督是我們靈修生活從罪惡中復活的保證。

在《羅馬人書》第6章，聖保祿宗徒這樣說：「我們藉著洗禮已歸於死亡與祂同葬了，為的是基督怎樣藉著父的光榮，從死者中復活了，我們也怎樣在新生活中度生。」他提醒我們，領洗的人——你、我，為個人都有個別的身體，在領洗後，用一個身體去做人，在生活上有倫理道德的責任要承擔。我們的身體在死亡中與基督結合為一，所以，在生命上，這死於基督的身體必須活出基督的新生命：「做一個死於罪惡，並且誕生於基督的人。你要善用你所得到的。」

「我們藉著洗禮已歸於死亡與祂同葬了，為的是基督怎樣藉著父的光榮，從死者中復活了，我們也怎樣在新生活中度生。」(羅6:4) 在《哥羅森人書》中，我們讀到聖保祿宗徒同樣的道理：「你們既然與基督一同復活了，就該追求天上的事，在那裡有基督坐在天主的右邊。你們該思念天上的事，不該思念地上的事。」(哥3:1-2) 然後，聖保祿宗徒強力地警告說：「你們要致死屬於地上的肢體，致死淫

亂、不潔、邪情、惡慾和無異於偶像崇拜的貪婪。」(哥3:5)

現在我們知道，復活的奧蹟要求我們什麼，也清楚復活的奧蹟對我們有什麼意義：**如果我們是新的人，我們也要度新的生活。**

親愛的弟兄姊妹，基督是復活主，祂不會再死。祂身為天堂的中保和目標，祂是新天地所有一切的代表，是教會的頭，聖事的施行者。基督身為復活主，祂掌控所有這一切不同但相連的事物。

讓我們感謝天主，祂不只將祂的聖子賜給我們，而且還將祂聖子復活的奧蹟與我們分享，在每一台彌撒中。我們祈求天主徹底地轉變我們，幫助我們悔改，擺脫我們信仰的無知和膚淺，擺脫對生死、死亡的錯誤看法和對人生痛苦的逃避。

面對此次席捲全球的新冠病毒疫情，我們都遭受了很大的不便與痛苦，每當我們面對人生的痛苦時，無論是自己的或是別人的，尤其是當我們在病重躺在床上，動彈不得或臨終的時候，讓我們記得十字架上的主耶穌——祂也曾經跟我們忍受一樣的痛苦，把一切痛苦全部獻給天父，為了罪人作補贖，所以，在最後復活。

我們的人生最後關頭，也應是我們證明愛耶穌的最後機會，所以，我們每天都要有所準備，與主耶穌基督一同出死入生，活出復活的真生命。  
(全文完)



**神學院招生說明會**

**輔神大學制研究所**

**2020 招生**

日期：2020年4月18日(六)  
上午10:00-12:00

方式：線上直播(網路報名4/15止)

洽詢：02-29017270分機259

Email: [tmdo.fj@gmail.com](mailto:tmdo.fj@gmail.com)

敬請張貼至7月15日

**大學制**  
招生系組|神學系、教義學系(牧靈組、教義組、福傳組)  
報名簡章|請至輔神網站 <https://theology.catholic.org.tw/bs/>  
報名日期|即日起至2020年7月15日止  
考試日期|2020年7月10日(五)第一梯次、2020年8月7日(五)第二梯次

**研究所 | 申請入學**  
報名通訊|24255 新北市新莊區中正路514巷103號  
天主教輔仁聖博敏神學院 秘書處

洽詢電話|(02)2901-7270分機 504、259  
報名信箱|ts0023@mail.fju.edu.tw

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



**2天1夜特別聚會**

**玩轉團隊力**

領受祝福 分享喜樂

**繩索培訓**

天主教教友 住宿、會議享優惠

渴望會館 Aspire Resort

小人國主題遊樂園 六福村主題遊樂園 小熊博物館 大溪老街 三峽老街 大溪老茶廠 石門水庫風景區

**渴望會館 · 金級環保旅館**

歡迎來電洽詢 (03) 407-2999 轉業務組



▲主徒會許德訓神父為至善住民病人傳油禮，滿足長者的靈性渴求。



▲小聖堂牆面懸掛藝術家鮑博先生的精彩創作，喜見藝術福傳的信仰深度。  
▶至善老人安養護中心精心的安排，藉由視訊寬慰長者與家屬間的親情想念。



## 至善老人安養護中心 防疫加強靈性關懷

■文·圖／臺北市至善老人安養護中心院牧組

臺北市至善老人安養護中心（以下簡稱至善）為因應防護嚴重特殊傳染性肺炎（COVID-19）疫情蔓延，早在1月中旬即由周春珍主任召開防疫會議，密集研商事先規畫佈署，並遵照中央疫情指揮中心公布之規範，依疫情擴展逐步進行機構醫護、照服、門禁等各面向防疫措施，且在至善官網及臉書透過網路公告周知。

北市府社會局經評估長者為易感染高危險群，發文宣布住宿型老人安養護機構自3月24日起暫停探訪，至善在此期間除了鼓勵家屬不要到院探望，而改以電話問候長輩，並提供視訊探視方式，經預約由社工人員提供服務，以寬慰住民長輩與家屬間的親情想念。時值四旬期間，院牧組參與機構防疫推動與執行工作外，亦思考如何推動靈性關懷，陪伴工作團隊、住民長輩，甚至家屬們在這段期間，由焦慮中舒緩沈澱，從惶恐中鎮定堅強，在順服中生信心，在祈禱中得希望，在信仰中生根修建，在心靈上準備好迎接新生與復活。

首先，至善院牧組將每日參與早禱的長者，彼此空間拉大，避免近距離感染；每周三上午8時30分的員工早禱時間，增加養生健康操與健口操，以增強員工免疫力，助益身心靈健康，導引正能量，照顧好我們的長輩。

今年初，感謝天主為至善院牧組帶來了兩位印度籍生力軍，她們是聖母聖心傳教修女會的柏悠嵐修女（Sr. Beula Florence Cecilia）與奧思定傳教修女會的潘雅婷修女（Sr. Viola Savariappan），兩人向康美雪關懷師觀摩學習如何執行牧靈關懷工作，修女們充滿愛心，笑容可掬，能說流利的華語，讓至善人感受主的平安而心生歡喜。在康關懷師陪同下，每天參

與至善住民的生活作息。

防疫期間，柏修女帶來與主題相關的英語教學，讓我們了解灑聖水 *sprinkling holy water*，與噴灑 *spraying* 酒精、香水兩者間的不同，甚至教導防疫洗手7步驟：「內外夾弓大立腕」的英文說法。晨禱中，員工分享生活甘苦談，再由潘修女帶領以〈天主經〉作祈禱，祈求主佑平安，在一天之始，以祈禱拉開美好的序幕。兩位修女在院牧組「從做中學習」成為關懷師，協助照顧機構住民長輩、家屬、以及為本地及外籍照服員安頓心靈，也進行長者臨終關懷與家屬哀傷撫慰。

安養區的教友長輩每天領聖體之後，因應疫情取消了原本的團體祈禱，各自解散到不同的地方獨自恭念玫瑰經，並藉由走路運動增強身體抵抗力。至善也響應天主教萬大路玫瑰聖母堂傳協會發起的四旬期靈修「抄寫聖經」接龍活動，抄寫4部福音的4段章節，即可換一個口罩，長輩們視之為另一種方式的祈禱。為了顧及長輩們的眼力，院牧組製作《聖經》放大版，讓長輩方便藉由抄寫《聖經》，培養與主的對話與關係，在這儘量少出門的抗疫期間，一如隱修士般地獨處靜心抄經祈禱，體驗與主的同在。

此外，院牧組也採用歌唱、認知、餵飯、個別陪伴、電話問安、防疫廣播等方式關懷住民長輩，並定時以紫外線燈消毒聖堂、佛堂、大會議室團契聚會所，以維護長輩入內靜默片刻、或個別祈禱時的環境安全。

感謝天主在至善這塊流奶流蜜的福地上，不斷地給予恩寵與禮物，特別是至善成立之初，由聖言會德籍萬廉神父（P. Martin Welling, SVD）設計的小聖堂裡，布置簡潔典雅，氣氛寧靜安

詳；在今年初，掛上了兩幅教會知名藝術家鮑博（Francisco Borboa）的真跡畫作〈聖家像〉及〈主，我若不投靠你，還能投靠誰？〉為聖堂更增添了藝術靈糧的幅度。最令人感動的是鮑博不但親贈這兩幅畫作真蹟，還授予他所精心創作的《光明十四處》、〈耶穌善牧〉、〈耶穌擁抱罪人〉等16幅作品大圖輸出授權同意書；平易近人的鮑博在贈畫當天引用聖言期勉康關懷師：「最小的是最大的。」（路9：48）令她非常感動，鮑博夫人梁登女士也說：「妳們不用一直道謝，我們都很高興能為天主做事」，兩位長者的謙遜與親切風範，讓人深覺「在主內我們都是一家人」的幸福。

從這些信仰深厚的畫作中，住民們感受到藝術家對於主愛及萬物關照的自然流露，透過一幅幅聖經故事，傳達出信仰能量。無論何時，聖堂裡總有著幾位長輩分散坐著，或虔敬念經，或靜謐祈禱，牆面的〈聖家像〉溫暖傳遞主愛，也溫馨映照長輩們「安在主家」的無限感恩。

在這段防疫時期，天主也給我們機會自省檢討，並做內外的充實，至善藉此維修並更新聖堂的硬體設備，由於很多教育訓練的實體課程都被取消，因此至善採用DVD及線上授課，進行照護與關懷基本功的自我裝備。遵行台北總主教公署的緊急公告暫停彌撒，也取消每年盛大舉辦的復活節活動，但是透過一樓大廳及聖堂的復活節布置，傳達復活主耶穌與我們同在的信仰氛圍，院牧組並發送安養區長輩金色巧克力，為其他區間長輩發復活節關懷小卡片，對於具靈性關懷需求的長輩們，採取分區專人個別關照與陪伴祈禱，讓靈性成長流轉不息。

上主說：「我如果使天閉塞不雨，或使蝗蟲吞吃這地，或使瘟疫在我百姓中間流行，這稱為我名下的百姓，如果謙遜祈禱，尋求我的面，遠離自己的惡行，我必從天上俯聽，寬恕他們的罪過，使他們的土地生產。自今以後，我必睜眼垂顧，側耳諦聽在此處發出的祈禱。」（編下7：13-15）值此疫情期間，至善人每日誦念主教團公布的〈為早日脫離新型冠狀病毒祈禱文〉，求主俯聽禱聲，盼全球能及早脫離病毒威脅，回歸正常生活，讓我們的身心靈喜樂地與耶穌一起復活。



▲兩位外籍修女溫暖地關懷外籍照服員的靈性需求。



▲周春珍主任擔任總指揮，指導至善員工們作防疫演練。

## 鄭爵銘神父獎學金公告

基督服務團為紀念始創者鄭爵銘神父，特在樂銘基金會下設置鄭爵銘神父獎學金，鼓勵青年教友攻讀輔仁聖博敏神學院大學部教義系或神學系學位，以投入福傳工作：

(一)於109學年度核發1名神學院大學部教義系或神學系學位學生全額獎學金(包含學費及生活費)，三學年總計新台幣七十六萬元。

(二)申請人應檢具下列文件，掛號寄至本會。

1. 申請表(請先以電子郵件來函索取)。
2. 自傳(A4一頁)。
3. 就學動機與學成後生涯規劃(A4一頁)。
4. 一位神父的推薦信。

收件截止日期為109年5月30日，

以郵戳為憑，逾期不受理。

(三)於109年7月31日前公佈錄取名單。

(四)錄取人需獲得神學院109學年度入學許可，方為獲獎人。

(五)每學期提供註冊證明後，即發放該學期獎學金。

鄭爵銘神父獎學金委員會啟

## 財團法人樂銘文教基金會

地址：(231) 新北市新店區  
中興路三段219之1號3樓之1

電話：(02)2910-7088

傳真：(02)2910-7087

e-mail: le.ming@msa.hinet.net

## 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：各項宗承、禮儀、火葬、各項禮儀、專業葬位、各項禮儀、專業葬位

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 邱秀蘭姊妹 竭誠服務  
0939-010-273 0928-807-150

**itai 一太 e 衛浴**  
Since 1977

改變生活就從浴室開始

非凡新聞主編  
劉程華  
專業推薦

整體浴室・淋浴拉門・衛浴設備  
每一樣都是嚴選中的嚴選

**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

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

## 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

## 天主教台北友誼教友中心

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

**誠徵 青年牧靈人員**

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。

**誠徵 秘書**

1. 親切、關心教會、相關經驗者尤佳。
2. 基本文書資料處理、基本會計帳帳。

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

**【婚前工作坊】**  
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

**【答覆真道】福傳者的特質-從領導談起**  
金毓璋神父 5/6~5/27 週三 7:30-9:30 pm

\* **【MBTI 十六種性格型態工作坊】**  
05/16 週六 9:30~17:30  
MBTI 是當今最著名及權威的性格測試，本工作坊將幫助學員認識個人性格型態，並能實際應用於溝通風格、領導決策、兩性關係等生活各層面，進而能發展更完整的自我。

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

## 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 (選擇安全的防治方法) → 技術實施 → 效果評估 → 檢討修正

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@msa.hinet.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



98-04-43-04	郵政劃撥儲金存款單
帳號 <b>50082177</b>	金額 新台幣 壹千萬元 佰萬拾萬萬仟佰拾元 <b>1200</b>
通訊欄(限與本次存款有關事項)	
<h1>我要訂報</h1> <h1>福音宣報</h1>	收款戶名 <b>財團法人天主教會台北教區</b> 寄款人 姓名 地址 電話 經辦郵局收款戳
虛線內備供機器印錄用請勿填寫	



▲教宗方濟各與現場教友談話



▲參加會議代表與講者們合影



▲本文作者在聖伯多祿廣場前留影



▲以藍布象徵加里肋亞海，展開創意讀經。



▲結業彌撒派遣禮傳遞的聖神之火



▲難得空蕩蕩的羅馬競技場俯瞰

今年2月，在義大利還沒有疫情時，我前往羅馬參加由聖神婢女傳教會總會主辦為期一周的教友會議；就在這一週裡，義大利北部發現新冠肺炎病毒確診病例，在我離開羅馬時，義大利疫情已開始大爆發。

這次會議的名稱是：SSpS-Mission Partners towards deepening communion，中譯為「聖神婢女傳教會福傳使命合作夥伴共融會議」，會議的主題來自《格林多前書》第12章4-6節的內容：「雖然神恩、職分及功效各有不同，但都來自同一個主。」會議主要的目標就是加強及持續維持聖神婢女會及教友們合作的網路，也為預訂於4月舉辦的修會第15屆大會提出教友們的宣言。（註：原訂的第15屆大會，現因疫情影响而延後舉辦。）

### 2月22日周六 輾轉抵達羅馬

去年10月羅馬總會通知我代表台灣教會參加本次會議，希望在大會中可以分享教友們與修會合作進行福傳工作的經驗。聖神婢女傳教會在台灣的使徒工作，包含：教育工作、堂區工作以及監獄牧靈等，我在學校工作了近35年，但與修女們合作的教友除了各機構內的工作人員外，也有兩個歷史悠久的教友團體——輔仁大學和新竹地區的聖神福音傳播會；很感謝兩個團體成員允許我參與他們的分享，並於今年的1月15日參加楊生大家庭的慶祝會（楊生神父是聖言會和聖神婢女傳教會的創會會祖），這些珍貴的分享内容成為我在羅馬分享報告的重要依據。

出國前兩周，義大利禁止來自中國及港澳台的飛機入境，原訂香港轉機前往羅馬的飛機已無法成行，原準備通知總會不克前往，但想到自己擔負著台灣代表的責任，且歐美當時還沒有傳出任何疫情，於是重新訂票改乘由杜拜轉機的阿聯酋航空前往羅馬機場。經過20個小時的飛行，於2月22日周六中午抵達羅馬，斯洛伐克籍的老院長非常體貼地開車到機場接機，讓我忐忑不安的心彷彿來到了自己的家鄉一般，因為老院長實在好像我們新竹的聖神會修女呢！

### 2月23日主日 感受籌備用心

這天早上11時50分全體成員都集合在前廳，承辦單位進行環境介紹。印尼的代表是聖神婢女傳教會在印尼創辦醫院的院長，因為曾來過台灣，所以之後我們成為很好的朋友；這次參加會議的各國代表來自四大洲，其中5位來自亞



# 充滿主愛護佑的豐富羅馬之行

■文·圖片提供／金雪玲（曙光女中教師）

洲，3位來自拉丁美洲，2位來自非洲，另2位則來自歐洲；其中4位以西班牙語溝通，8位以英語做為共同語言，會議現場則有3位修女為雙方翻譯。

這次會議動員了總會許多修女們，除了總會長、參議時常來關心外，兩位承辦修女全程陪同，與12位來自各國的代表完全融合在一起，分享及討論的時候也提供不少意見。另外大會設有秘書組、翻譯組及通訊組，各組有3位修女負責，秘書組除了現場紀錄之外，甚至替我們全體代表進行回程飛機的預辦登機，翻譯組3位修女則是符合老中青三代合作範本，由30幾歲到80幾歲的修女們擔任，通訊組則負責全場資訊及擴音設備。

### 2月24日周一 精彩專題講座

此次的會議，以開幕彌撒揭開序幕，由聖言會總會長Rev. Fr. Paulus Budi Kleden, S.V.D主祭。奉獻時，由修女及教友代表分別獻上這次會議的代表物品，包含：地球儀及會議主題標識。整周的會議共有3場重要的專題演講，第1個專題是由總會參議主講的「教友使命工作」及「聖神婢女傳教會與教友合作的歷史」；第2個專題則是由聖言會神父分享的「聖言會與教友團體合作的歷史沿革」，其中引用了《聖經》、宗座勸諭及修會大會的宣言等內容。（我對部分文獻不是很了解，幸好有14天在家檢疫的機會，經過全面研讀，才真正了解了這些豐富演講的確切內容，相信也是天主的巧妙安排。）本次會議的現場，響應環保，不使用紙張，所有分組討論題目皆以投影片和平板電腦呈現。

### 2月25日周二 深刻讀經分享

一整天由德國教授蘇珊女士帶領我們進行了一場深刻的《聖經》分享活動，非常有啟發性，她藉《聖經》中耶穌兩次擘餅的故事，讓我們深思：如何效法基督跨出自己的界限、接納自己的限度，同時也引導我們分組做靈修分享。

Dr. Susan用很活潑的方式講解《聖經》的啟示，她在地上放了一塊藍色的布，代表加里肋亞海，耶穌曾兩次想坐船跨越加里肋亞海到對

岸去宣講福音，均遇大風浪阻撓，最後由陸地繞道去對岸宣講，過程中曾遇到兩名婦女乞求奇蹟，亦有兩次增餅奇蹟。我們以小組分享最感動自己的章節，以及默想自己目前是故事中的哪一個角色？自己可以提供多少「麵團」？天主需要我們的合作，誰曾經協助過我，教我跨出自己限度的老師是誰？對基督的信心來自哪裡？等等靈修省思問題。

現場分享內容摘要如下：

- 1.耶穌對界限有一個明確目標：即強調傳播上主的無限大愛——尤其是在那些被邊緣化的人中。
- 2.耶穌對福音的承諾有時會導致劃清界限（與家庭背景有關），有時會擴大界限（與被排斥者有關），有時會導致拒絕；祂對上主國度的積極取向，使耶穌自己也有一些邊緣性的經歷。
- 3.正是由於人們有需要才越界，耶穌闡明了自己的身分和使命。
- 4.宣講天主無限的愛也使基督與門徒之間有進一步的溝通：他認真對待自己的極限，同時，保護和促進他們的潛力；他根據他們的可能性指望他們，並讓他們參與他的使命。
- 5.這是一個分享《聖經》很好的方法，我們要以團隊的方式宣揚基督，雖然大家以不同的方式與修女們合作，雖然不是很容易，但要給出承諾、負起責任並支援使徒工作。
- 6.這個世界有很多飢渴的人需要我們協助，當我們分享自己生命的時候奇蹟會出來。
- 7.我們本來就知道世上有很多教友從事使徒工作，但是這次研習讓我們真的體驗到教友的使命。
- 8.分享及再重整的讀經方式，讓我們明白我們擁有相同的使命。我們常發現自己付出的只是一點點，但是他人獲得的卻是很多，我們需要做的就是分享、支援及陪伴。

教授最後總結：1.不能只靠一個人的「麵團」來行奇蹟，需要團隊合作；2.我們都會感受到喜樂和信任；3.為彼此祈禱很重要；4.我們都擁有神恩，更在基督的賦與中成長；5.家庭、學校都

是一個傳教區；6.我可以用不同的方法跟隨耶穌的腳步，同時，我們也可以自問：為什麼我被召叫？基督需要我做什麼？要嘗試離開舒適圈，奇蹟會出現。「Lord challenges our faith in order to create something new.」

### 2月26日周三 幸運得見教宗

我們前往聖伯多祿廣場參加教宗方濟各的公開接見（GENERAL AUDIENCE）活動，聽說相較起往昔，那一天來的人實在不算多，但還是很熱鬧。由於事前修女們辦理了團體申請，我們坐在很靠近教宗的位子上，可以看出來教宗走得相當辛苦，但當天他步行由大階梯進場，結束後又步行繞場，——和在場教友們談話，甚至有人推了一個病床到廣場請求教宗代禱，教宗也親自前往床邊，握住病人的手，為他祈禱，在全球疫情肆虐的情況下，教宗此舉讓人感動不已！那天，我有聽到教宗咳嗽，第2天，教宗就停止公開活動了，算來，我們真是很幸運啊！

### 2月27日周四 討論重要宣言

一大早進行由西班牙語團體負責的早禱，其後討論這次大會中教友團體要提供的宣言，內容包括合作教友的定位和願景。有關定位的討論如下：1. Who are we: 由於天主的安排，教友們可以在與聖神婢女傳教會修女們合作時發揮我們的神恩。2. What do we do: 我們和修會擁有相同的願景和目標。3. Why is it important for you to be mission partners of SSps: 我們都有來自天主的召叫，經由與修女們的合作，我們的使命工作可以更寬廣更深入。4. What gifts does the Holy Spirit offer to the world through you in this partnership? 我們皆相信，人可以活出不一樣的生活。

有關合作教友們的一致願景，經討論結果如下：1. 未來的願景是希望有更多更深入的團隊訓練，有更好的溝通，也可以分享決策權；2. 希望培訓是有系統的規畫，尋找合適的人才，並能有一些可依循的文件；3. 希望合作者之間可以有更多的對話（對話的方式很多，如建立專屬的網站等），要有更多的信任，並能考慮到家庭生活的需求。

周四晚上修女們安排我們觀賞一部有關教宗的電影《教宗的承繼》，為了讓所有成員可以無礙欣賞，我們決定讓電影以西班牙語發音，英文字母呈現，相當有臨場感。這真的是一部富啟發性的電影，尤其是在大家剛見過教宗本人之後，再來看這部影片，真是最好的時機。

很特別的地方是：1. 現任方濟各教宗是「中途」接任，而他是第一位來自南美的教宗，也是第一位耶穌會出身的神父，為我這位由耶穌會神父啟蒙的新教友而言，分外親切；2. 回頭再來看兩位現任教宗的勸諭，更加了解前任教宗何以會在晚年特別申請重選一位教宗來承擔這個重責大任；3. 電影中兩位教宗辯論「天主是會變的嗎？」這橋段很有意思，「天主如果會變，我們怎麼找到祂呢？」我的答案是：「天主自會找到我們的！」回國後，我先生才告訴我，原來主辦單位安排當天觀賞這部電影是有深意的：2月28日正是前教宗本篤十六世榮退的七周年紀念日呢！

### 2月28日周五 傳達教友心聲

這次會議的主要目標是為聖神婢女傳教會第15屆大會提出合作教友們的建言，我們以兩整天的時間進行各種不同的小組討論，首先我們將本會議半年前於各區分會收集的教友問卷結果進行分享及討論，各區教友在與修女們合作的過程中，有以下4個面向可以表達教友們的心聲。

1. Blessings: 修女們皆擁有開放的心胸，讓合作者有歸屬感及參與感，在團體中有來自夥伴的支援及修女的陪伴，使工作順利展開。
2. Challenges: 合作中雙方責任的劃分是一個很大的挑戰，且修女人數逐漸減少，年輕世代的接棒者也不多，人力與物力皆不足。
3. Opportunities: 日後我們需要培訓機會，可以使合作者心靈成長，尋找神恩並培養開放的心態。
4. Surprises: 未來期盼藉分享、團隊對話發掘更多來自教友的創造力與見證。

### 2月29日周六 圓滿領受聖神

2月29日星期六上午最後一場會議結束時，12位代表分別表達了自己的謝意，說西語的4位代表特別感謝全場一直在說話的翻譯人員；我也代表全體致謝詞及送謝卡，想到修女們為了本次會議，從去年3月就開始規畫，並發出問卷收集全世界合作教友的意見，真是用心良苦！過程中，處處可以看到事前縝密規畫的安排，就連每日的餐食都可以看到院長修女的用心。

閉會彌撒中，每位代表拿著自己及其他相關國家的國旗進場，表示這是一個世界性的會議，信友禱詞則由代表上台以自己的語言祈禱，當教堂裡傳出我的中文禱詞時，真是萬分震撼；奉獻則是由選出未來參加15屆大會的代表獻上我們草擬好的宣言，最後的派禮禮，是由修女給我們的驚喜，由總會長傳給每一位代表聖神的火苗，希望我們未來可以一直擁有來自聖神的光照。

下午3時，為時一周的會議圓滿落幕了，修女帶著我們展開了羅馬半日遊，由聖伯多祿大殿開始，修女特別介紹了2015年12月8日開啟的慈悲禧年「慈悲聖門」的內外門開啟方式；接著，到威尼斯廣場的維克托·伊曼紐爾二世紀念碑，其中最負盛名的四河雕像代表了亞洲、非洲、歐洲及美洲四條重要的河流，這在文藝復興時代地理學者心目中就代表了整個世界，回頭看我們12位代表來自的國家，發現這次會議代表正好來自四大洲耶！

我請修女特別繞過去久仰已久的建築奇蹟——萬神殿，這是保存最完好的古羅馬建築，也是世上最大的無鋼筋混凝土圓頂建築，著名的文藝復興三傑之一拉斐爾也長眠於此。我們進入時正好有一隻鳥飛過圓頂上的開口，這個開口被稱為「神殿之眼」（oculus），直徑約9公尺，是神殿內唯一的光源！同行夥伴問：上方開口遇雨時怎麼辦？我帶大家去看位於圓形建築中間的排水孔，真是令人大開眼界！

### 3月1日主日 豐收行囊賦歸

距離到機場前還有半天的時間，感謝總會裡來自中國的魏修女擔任嚮導，陪我去探望旅居羅馬的親戚。在喧鬧的特萊維許願噴泉池旁，一座已長久未開放的古教堂——Chiesa di Santa Maria in Trivio（聖瑪利亞教堂），正好在舉行主日彌撒，教堂大門隔絕了室外的喧囂，參與其中，獻上滿心喜悅的感恩聖祭。

隨後，前往夢想中的羅馬競技場，因為疫情剛開始在北義大利蔓延，羅馬遊客大大減少，只花了16歐元就前往參觀了近2小時。當天因為後來下小雨的緣故，天空有些陰鬱，但還是體會到古羅馬壯觀的昌盛！

5時，任務完成，終於踏上歸程。在羅馬機場通關時，滿載而歸的行李箱裡，大部分是修女們託我帶回來的書和禮物，感謝天主，最後秤重是30.1公斤，阿聯酋航空櫃台小姐和我很默契地相視一笑，不必加付行李超重費；戴著口罩搭飛機飛往杜拜，等待22小時轉機時間裡，進了兩個貴賓室，逛遍了免稅商店，才登上杜拜起飛的航班，於當天下午抵達桃園機場。

經過兩小時的排隊檢疫，最後終於坐上來接機的專車，回到溫暖的家，開始14天的居家檢疫，以及對羅馬之行的消化回味，好好省思這一趟充滿主愛護佑的豐富羅馬之行。



# 甲年耶穌復活主日活出真生命

讀經一：宗徒大事錄10：34，37-43

答唱詠：聖詠117：1-2，16-17，20-23

讀經二：聖保祿宗徒致哥羅森人書3：1-4；福音：聖若望福音20：1-9

■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）

主真復活了！阿肋路亞！

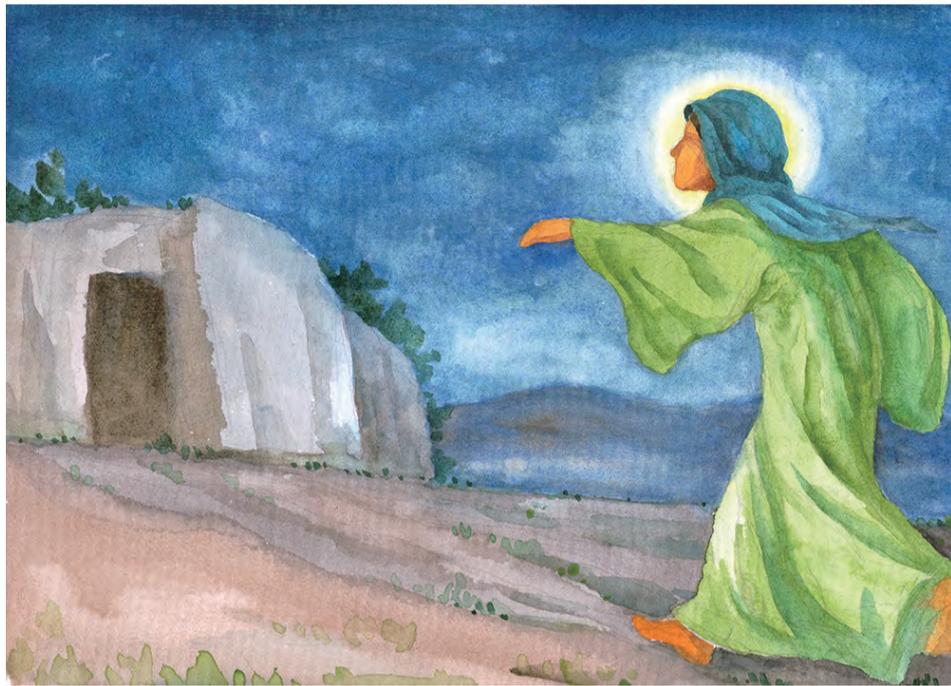
今天，我們懷著喜樂的正能量，進入整個禮儀年度的最極致高峰——「耶穌復活主日」的禮儀中。這禮儀從昨夜守夜禮一開始的「光的禮儀」，以至「復活宣報」的高峰時刻，乃至在「聖洗禮儀」中淋漓盡致地經驗了基督逾越奧蹟的真實臨在，這一路延展迤邐到今日白天的「日間彌撒」，全程帶領我們彷彿與復活的主基督一起從那黑暗的墳墓中出來，從陰翳之地看見了日出。是的，猶如節氣過了驚蟄，春天的消息在樹梢綻放，所有蟄伏在暗黑地底的生命探頭甦醒了；在這迴盪著「復活宣報」的激昂喜樂中，復活的主基督邀請我們，要把我們的眼光由代表黑暗與死亡的十字架移向代表著光明與生命的復活蠟。

「復活宣報」這闕頌歌猶如由天主那裡傳來的盼望鐘聲，總會讓我們相信荒涼的死亡不是最後，因為復活生命的光芒已在我們的面前湧然升起。如果復活蠟是象徵基督點燃世界而放射出的光芒，那麼「復活宣報」就是那轉化成為樂音的流暢光芒，以及被復活蠟映照得剔透靈犀的信德。那黑夜中升起的火光已經消滅了黑暗；那復活的生命已經戰勝了死亡；那復活光輝的放射，已經驅散了我們內心的黑暗與罪惡。

當「復活宣報」的樂音隨著聖堂那在黑暗中瞬間紛紛啟開的燈火而迸散開來時，我們恍若能從這闕逾越頌歌中，看到天主的救恩剎那開啟的光芒輝映，把「今夜」照得璀璨亮麗。而當我們齊聚在復活蠟的四周，聆聽著這偉大的讚頌之禱時，我們的整顆心便會被天父那無限的愛情激盪得漣漪連連。復活蠟提醒我們，我們是天主的無價之寶，因為祂為了把我們從奴役的世界中救贖出來，竟致犧牲了自己的獨生愛子。因而最最誇張的是，教會竟然可以懷著喜樂、大辣辣地歌頌亞當之罪：「你竟然為人賺得了如此偉大的救主！」而理直氣壯地大聲詠唱著：「喔！幸福的罪啊！」

基督徒團體在這原本是屬於罪與死亡的夜晚聚集一起守夜祈禱，但當復活蠟被高舉時，我們竟都成了復活基督的見證者，而我們那被復活基督所更新的生命更要成為復活基督的生命傳遞者。在那一片死亡的黑暗中，當我們以為十字架上的耶穌好似已經被魔鬼所興起的罪與死亡的滔天巨浪淹沒了，此刻，聖週五的惶惶驚恐却已悄然退去，因為基督已經下降陰府，在祂敵人的領地上，永遠地為我們征服了祂的仇人。

這「復活宣報」宣報著：基督復活了！因此



雖然我們在這個世界每日中的戰鬥仍然持續進行，但是基督已經為我們戰勝了死亡，我們的勝利也指日可待了。是啊！這頌歌正是主從燃燒的荊棘叢中向我們說話！向我們述說從創造的時代起，迤邐至今的整個救恩歷史。

現在就讓我們在「復活宣報」的繚繞聲中，以及在「復活蠟」的熊熊光照裡，透過本主日「日間彌撒」的3篇讀經，一起來聆聽3位大宗徒的現身說法，品味及學習他們如何用生命詠唱「復活宣報」。

第1位現身說法的是聖若望宗徒，他在《若望福音》裡向我們述說了自己的一個有關「空墳」的回憶。根據若望的記載，一周的第一天清晨，天還未亮，瑪利亞瑪達肋納驚慌地跑來說有人搬走了耶穌的遺體，於是若望自己和伯多祿急忙前去查看。在此，若望用了3種不同的「看見」，這3個不同的「看見」根據上下文的意思的確有不同的含意與進展，所以很能夠表達出若望自己和伯多祿在面對墳墓已空時的當下反應。

第1個「看見」使用在當兩位門徒匆匆跑到墳墓那裡，但是先跑到墳墓的若望「並沒有進去，只是俯身向裡面看，」這裡的「看」希臘文是βλέπω，意思是用眼睛看。當若望低頭往墳墓裡頭用眼睛看，就看見包裹耶穌身體的細麻布，仍完封不動地在那裡，他以為耶穌的身體根本就沒有如同瑪利亞瑪達肋納所說的——不見了！因為眼睛所見的景象可能促使他做出一個判斷：偷耶穌身體的賊不可能只拿走耶穌的身體，而把昂貴的細麻布留下來，而且細麻布一定是與擦在耶穌身上的香料一層一層緊緊地把耶穌的身體包裹著，根本不可能分開。若望以眼睛所看到的景象作出如此的判斷，一般來說這判斷是完全合乎邏輯的、是對的，然而

面對耶穌的復活、面對耶穌復活的信仰，就不能只憑眼睛，如果只憑眼睛，那麼其結果可能會錯得離譜。

第2個「看見」出現在當伯多祿隨後跑到墳墓時，就走進墳墓，「看見殮布已放在地上，也看見耶穌頭上的那塊頭巾捲著放在另一處，沒有和殮布放在一起。」這裡「看

見」的希臘文是θεωρέω，意思是仔細看、用頭腦看。然而，這種用腦筋思考的看見，其結果卻仍是看不明白耶穌復活信仰的真正意義。我們今天有很多人與伯多祿一樣，留心看、仔細聽，卻仍然錯過真理。

第3個「看見」是使用在若望自己身上，當他也走進墳墓，「一看見就相信了。」這裡「看見」的希臘文用的是ὁράω，意思是用信德看，這種看見常與屬神的看出、感知、意會有關。是的，要明白屬神的事理，光靠眼睛和頭腦是不夠的，要真正看見，要真正看得明白，就必須用信德來看。

所以，這段有關耶穌復活的福音，其高潮就是若望「一看見就相信了」的信仰見證。當若望進入墳墓，看見「空墳」的景象時，便想起耶穌曾經關於自己的慘死與復活所說的預言（若2：22；16：16），就相信耶穌已經從死亡中復活了，這一剎那真正是他靈魂獲得天主祝福的時候，比他首次遇見耶穌時所獲得的更多也更圓滿，因為他的信德因著耶穌的復活，在此時此刻已臻至齊全的境界，雖然此時其他的門徒還不明白「耶穌必須從死者中復活」的意義，他們還需要更多的事實來幫助他們相信，但若望已經宣信耶穌復活，耶穌已成為永生之主了。

是的，「空墳」讓若望的信德圓滿了！當他看見墳墓已空，就相信了，因為死亡和墳墓是無法拘禁「生命之主」的。「空墳」乃成了耶穌復活最鮮明的記號，同時也是天主開始祂新創造的記號；這是生命而非死亡，是希望而非絕望的記號；這也是天主恩寵無限、慈愛長存、信實不變的記號。空空的墳墓承載的卻是天主滿滿的恩寵和祝福。

（文轉15版）

## 心靈加油站51：面對現實

策畫·圖片提供／真理電台  
文／聖母聖心會

思想當然是自由的，而且也不用不著花錢去買，任何人高興怎麼想，就去想，誰也干涉不了。就因為這樣，所以我們就變成了自導自演的最佳導演，只要一有機會，就會為自己動腦筋編造出一個綺麗的夢，而夢中的自己往往是最佳主角。

不幸，做為現代人的我們，思想似比時間前進一點點，致使我們的想像和事實，竟有些微的距離，而倒霉的是，我們美麗的夢想早已被一層煙霧所瀰漫，因此，當事情意外臨頭時，就無法接受，許許多多造成不幸的悲劇，就又接踵在我們的生活中出現。

其實，我們不能面對現實，是因為我們自己過分驕傲，覺得應該「這樣」，但事情已經「那樣」了，儘管我們再堅持，無論如何事情已經發生了，所以，要緊的是，解決目前的事實，而不是在「為什麼會這樣」的圈子裡打



轉，我們必須衝出去到圈子的外面，才能開發出新路來的。

每逢畢業季，許多學生就轉入就業的行列，多少人的升遷及退休也在此時決定，我們真該握住機會，腳踏實地，面對現實，因為好的開始是成功的一半。



### (文接14版【主日福音】)

第2位為我們現身說法的是伯多祿，這位與若望一起經驗了「空墳」的大宗徒，他是否在墳墓內就已經相信耶穌復活，我們無法斷定，但《路加福音》描述這位宗徒之長在耶穌復活的那一天，就遇見了復活的主耶穌，並且耶穌要他去堅固自己弟兄的信德；無疑地，那時他一定已經深圓覺達地了悟了主耶穌的復活。今天彌撒的第一篇讀經《宗徒大事錄》就是他在科爾乃略家中的講道，講述他那再也沒有懷疑過的真理，在這篇講道中他以「若翰宣講洗禮以後，從加里肋亞，直到猶太全境所發生的大事」開始，簡要地總結及回溯了耶穌的一生，而特別強調了祂的死亡和復活，以及那經驗到復活的耶穌而獲得生命轉化的人的使命，伯多祿這樣說：「人們卻把耶穌懸在木架上，殺死了祂。可是天主使祂第三天復活，而且顯現給人，不是所有的人，而是顯現給天主所揀選的見證人，就是我們這些在祂從死者中復活後，跟祂同食共飲的人。祂吩咐我們向人民講道，證明祂就是天主所立的生者與死者的法官；所有先知都曾為祂作證；凡信祂的人，賴祂的名字都要獲得罪赦。」

因此，從伯多祿的現身說法當中，我們看到了那因著基督的復活而帶來的雙重歸依：第一重是外邦人科爾乃略相信復活的主基督而歸依了基督信仰；另一重則是伯多祿敞開心懷歸依於復活基督所賦予他的傳教使命。在這兩重的歸依中，主基督都證明了自己是真實活著的，因為這復活的生命不斷地幫助祂的教會在不同的時代中找到自己的使命之路，反過來說，

當教會在不同的時代中，敏快地去聆聽時代的呼聲，去辨別時代的記號，去回應時代的需要時，復活基督活生生的心跳聲就會不斷在世界的中心跳動著。

第3位現身說法傳講復活基督的是聖保祿，保祿並不包括在伯多祿所說的「我們這些在耶穌從死者中復活後，跟祂同食共飲的人」當中，但是復活的基督卻向一個名叫阿納尼亞的基督徒說：「這人是我所揀選的器皿，為把我的名字帶到外邦人。」是的，這位原來曾迫害過教會的聖保祿，在歸化後，就在阿納尼亞手中領受了洗禮。在第二篇讀經裡，他以自己的親身經驗勸勉我們，要面對我們自己的真實存在，我們既與基督一同復活了，就應與祂一起度新的生活，除淨舊酵母，而成為新的和的麵團，一心追求天上的事（哥3：1-4或格前5：6-8）。保祿勸戒我們要追求天上的事，而非掛念地上的事，但這不是讓我們躲避這個世界，而是要生活其中，完全地參與進去，卻不成為這個世界的俘虜與奴隸。我們是已經領受了復活基督生命的人，我們不應該再去順應這個世界的腐化與邪惡，卻是要藉著微妙的距離來變化它。

從以上若望、伯多祿和保祿遇見復活耶穌之後的生命轉化以及生活見證，讓我們體驗到耶穌不僅只是一個過去的人物，祂更是生活的，祂以一種奧秘的方式也臨在於我們的生命裡。當然，現在我們個人的信仰經驗一定與初期教會門徒們的經驗會有些不同，不過一定也很接近。從3位宗徒的經驗來看，復活主基督都不是顯現在他們的肉眼當中，卻是顯出一條信仰的

生命道路來。當我們走踏上這條道路時，我們終將發現，今日復活主基督在我們生命中的臨在，是與初期基督徒的見證相同的。在這條生命的道路中，聖神要召喚我們去與復活的基督相遇，並帶領我們經歷生命的轉化過程。

面對這份無上的恩寵，我們在復活主日的感恩祭「頌謝詞」中用這樣的祈禱歌頌著：「我們的逾越節羔羊——基督已完成了犧牲，今天我們更當隆重地讚美祂。因為基督真是消除世罪的羔羊，祂以聖死摧毀了我們的死亡，並以復活恢復了我們的生命。」當主祭神父在念這段禱文時，想必我們也會不禁以整個生命的回眸，隨著伯多祿和若望的目光望向墓穴，一起看見「放著的殮布，也看見耶穌頭上的那塊汗巾，不同殮布放在一起，而在另一處捲著。」這一幕空墳的景象也要讓我們想起了基督教雜誌《Christianity Today》的特約編輯—Philip Yancey在他的著作《The Jesus I Never Knew》中所說的：「受了致命傷的醫治者——耶穌在復活節回來了，那一天給了人們一個預演，整個的歷史將要從永恆的角度來看，每一個傷痕、每一個痛苦、每一次失望都要在新的光中來觀察，我們的信心就是在看起來已經絕路的時候開始，在十字架和空墳墓中間，有的是祂對歷史的應許以及世界對祂的盼望。的確，祂是我們每一個活在其中的人的希望。」

是的，復活基督臨在於我們的生命路途中，祂從死人中復活，祂賦予了我們祂的神，讓我們能夠活出祂的巴斯卦奧蹟，並帶領我們走向真生命。阿們！

(全文完)



聖佳蘭嘉言錄  
文／聖佳蘭隱修會

我們的肉體不是銅製的，我們的力量也不似岩石般堅硬，因此，要明智地進行守齋，避免輕率和不可能的嚴苛。

換句話說，補贖要明智和謹慎行之，生活本身便是一所嚴苛的補贖學校，克苦本身並沒多大價值，補贖不必自己製造，當該來的痛苦來時欣然接受，在自己的軟弱中與被釘的耶穌認同，欣然揸起自己的十字架。

默思片刻：主已復活！我是否也能多一點欣然面對自己的困難、焦慮、軟弱和疾病？

## 2020年4-5月靜禱主言避靜

一日避靜：9:30報到 10:00-16:00  
時間：4月23日(四)、5月28日(四)  
地點：聖本篤靈修中心(新北市淡水區學府路34巷10號)  
二日避靜：9:30報到 10:00-隔日16:00  
時間：5月14日(四)~15日(五)  
時間：5月30日(六)~31日(日)  
地點：聖本篤靈修中心(新北市淡水區學府路34巷10號)  
時間：4月30日(四)~5月1日(五)  
地點：新竹納匝肋靈修中心(新竹市東區高峰路111號)  
線上報名：請直接掃描QRCode  
詳洽：0937-898-034蕭玲花修女或02-2620-1030



## 2020《生活的基督》北部青年輔導研習營

對象：20歲以上，正擔任青年會輔導或幹部，或對發展青年團體有興趣及使命感的弟兄姊妹，名額限25名。  
時間：4月24日(五)晚上報到~4月26日(日)15:30結束  
地點：新竹市納匝肋靈修中心(新竹市高峰路111號)  
詳洽：02-2732-6602分機365蘇育瑩秘書或傳真02-2732-8603  
郵寄Email: youthcrbc@gmail.com

## 台中教區夫婦婚後牧靈輔導方向進階培育課程

主講：葉佳艷教授(教廷宗座平信徒暨家庭與生命部顧問、主教團秘書處婚姻與家庭牧靈中心主任)  
對象：1.所有聖職人員。  
2.陪伴家庭及婚姻輔導的分享夫婦、種子夫婦、各堂區家庭組夫婦。  
時間：4月25日(六)及4月26日(日)9:00-17:00  
地點：上智社教研究院(台中市北區衛道路185號)  
線上報名：<https://reurl.cc/RdZ2gn>，即日起受理報名，額滿為止。  
詳洽：04-220-59621莊秘書或傳真：04-2205-2824  
或e-mail: ppi.taiwan185@gmail.com

## 新竹教區「基督徒人學」家庭牧靈課程

時間：4月25日(六)10:00-15:00  
主題：1.良心與倫理、生命的寶貴 2.墮胎與安樂死  
時間：5月23日(六)10:00-15:00  
主題：情緒教育：認識情緒、了解情緒與情緒和平共處  
時間：6月13日(六)10:00-15:00  
主題：1.永恆律、自然律、人律 2.自由的真義 3.電影賞析《街頭日記》  
地點：聖吉安娜生命維護中心(桃園市中壢區長江路65號)  
詳洽：03-422-9363梁美琳姊妹

## 主教團聖體敬禮推廣組聖體敬禮與培訓

高雄教區：4月25日(六)09:00-16:00(以線上影音培訓)  
地點：玫瑰聖母聖殿主教座堂(高雄市五福三路151號)  
新竹教區：5月16日(六)09:00-16:00  
地點：聖母聖心主教座堂(北大堂)(新竹市北區中正路156號)  
花蓮教區：5月30日(六)09:00-16:00  
地點：台東聖母健康農莊(台東市博物館路110號)  
台南教區：6月6日(六)09:00-16:00  
地點：中華聖母主教座堂(台南市開山路195號)  
台北總教區：6月13日(六)09:00-16:00  
地點：中華殉道聖人朝聖地(新北市板橋區板城路430號)  
台中教區：7月4日(六)09:00-16:00  
地點：法蒂瑪聖母天主堂(雙十路天主堂)(台中市雙十路二段115號)  
詳洽：02-2732-6602分機328主教團聖體敬禮推廣小組

## 聖道明傳道中心4-5月講座

1.婚姻陪伴員培育課程 天主教夫婦懇談會成員主講  
對象：神父、修女、堂區家庭組、婚前輔導志工、願意投身家庭牧靈的教友  
時間：4月25日(六)及5月2日(六)9:00-16:00  
回營日：7月11日(六)9:00-12:00，共3次。  
2.善意溝通初階工作坊  
主講：譚家駿、陳國森、張皓明、施珊珊等非暴力溝通中心培訓師候選人  
時間：5月16-17日(六~日)9:00-17:00  
3.耶穌的一我的一復活  
主講：季安士神父  
時間：5月23日(六)10:00-12:00  
4.聖經人物與性格轉化  
主講：譚家駿老師  
時間：5月30日(六)9:00-16:30  
5.中年失落療癒與靈性轉化  
主講：張宏秀博士  
時間：6月13-14日(六~日)9:00-16:30  
地點：聖道明傳道中心(台北市吉林路378號)  
詳洽：02-2594-2294 分機4121陳小姐(以上活動將視疫情現況作調整)

## 南松山天主堂生命學校

講師：凌大智、孟慶光  
時間：4月26日、5月17日(主日彌撒後11:00-12:30)  
地點：南松山天主堂(台北市南京東路五段352號)  
詳洽：02-2762-8653(將視疫情現況作調整)

## 文杉學苑《聖經》導讀~歡迎免費參加

帶領：主業團神父，歡迎國高中生或大學生參加  
時間：4月28日、5月12日、5月26日、6月9日、6月23日  
(每月第2個和第4個周二19:45)  
地點：台北文山區國際學生宿舍(文杉學苑，台北市木柵路三段65號)  
詳洽：02-2937-7224薛小姐或吳小姐或www.wenshanresidence.com

## 聖心靈修中心2020靈性烘焙屋

時間：5月1日(五)~5月2日(六)渴慕  
時間：6月12日(五)~6月13日(六)追星  
時間：9月18日(五)~9月19日(六)陪伴耶穌  
時間：10月16日(五)~10月17日(六)復甦(周五19:00~周六15:30賦歸)  
地點：聖心靈修中心  
(新北市八里區龍米路一段263號，聖心女中內)  
詳洽：02-2618-2281或傳真02-2618-2151或shscbali@yahoo.com.tw

## 大溪方濟生活園區「潮靈修」~黃敏正神父主講

主題：以聖方濟的生活靈修為根基，講課內容包括《仰瞻上主》及〈聖方濟祈禱文〉，具體生活靈修的實用操練，為生命把脈，使生活更如意！  
時間：6月5-6日、7月31日-8月1日、10月16-17日  
周五：18:00晚餐 19:30特敬聖心彌撒  
周六：6:30彌撒 7:30早餐 8:30道理一 10:30道理二 14:30道理三  
16:30道理四 18:00晚餐  
地點：聖方濟天主堂(桃園市大溪區康莊路305號)  
詳洽：03-3882296 賴小姐

## 上智幸福相約~婚前十堂課

內容：彼此認識與懇談會介紹、有效的溝通、家庭背景與價值觀、家庭財務與時間處理、問題探討、燭光禮、化解婚姻生活中的衝突、自然調節生育法、有關「性」、婚姻的神聖性、婚禮準備、神聖的承諾及評估。  
對象：已準備結婚的情侶或新婚1年內夫婦(沒有宗教及年齡的限制)  
時間：6月13日(六)13:30-20:00及6月14日(日)8:30-16:00  
地點：上智社教研究院  
(台中市北區衛道路185號)  
線上報名：<http://www.ppi.org.tw>點選「活動專區」-「婚前十堂課」報名備註：需「全程」參加「婚前十堂課」後，即授與結業證書。  
詳洽：04-220-59621莊秘書或傳真：04-2205-2824或ppi.taiwan185@gmail.com

## 新竹教區小磐石聖經研讀課程推廣

推廣暨指導神師：加爾默羅聖衣會士陳新偉神父  
主題：《宗徒大事錄》  
時間：每周日10:00-12:00  
地點：加爾默羅天主堂小德蘭廳(新竹市東南街52巷26號)  
時間：每周一19:30-21:00  
地點：新竹聖家堂3樓教室(新竹市東區光復路一段268巷1-1號)  
時間：每周二9:30-11:30  
地點：天主聖神堂1樓教室(新竹市東區光復路二段38號)  
時間：每周三19:30-21:00  
地點：耶穌肋傷修女院2樓教室(新竹市東區博愛街16號)  
時間：每周五14:30-16:30  
地點：聖母聖心主教座堂公署4樓會議室(新竹市北區中正路156號)  
主題：《路加福音》  
時間：每周日10:00-12:00  
地點：新豐聖母領報堂1樓教室(新竹縣新豐鄉新興路289號)  
詳洽：0939-740731李佩玲

## 花蓮教區小磐石聖經研讀課程推廣

推廣暨指導神師：加爾默羅聖衣會士陳新偉神父  
主題：《瑪竇福音》  
時間：每周三19:30-21:00  
地點：台東中華殉教烈士堂(台東縣台東市福建路181號)  
時間：每周四9:00-11:00  
地點：台東宗徒之后堂(台東縣台東市寶桑路399巷3號)  
詳洽：0939-740731李佩玲

## 淡水聖本篤靈修中心避靜

主題：周末靜觀實踐避靜  
時間：9月12-13日、11月21-22日(周六13:00報到~周日15:30出靜)  
地點：聖本篤靈修中心(新北市淡水區學府路34巷10號)  
詳洽：02-2621-2241或cc.fathbook@gmail.com，一律通訊報名。

# 我的銀髮我自主

■文／吳信如（南與北文化出版社總編輯） 圖／南與北出版社

## 台灣第1套連結德國高齡政策的12堂長者身心靈健康實用課程



▲生命映畫本立體書封  
▶生命映畫帶領本



因應長照2.0的實行，教會機構積極投入長者關懷與福傳事工，希望將信仰透過社區長者關懷成為老年人的心靈力量，但是，往往苦於找不到一套方便實用的教材，讓教會服事者可以輕鬆上手，用深入而多元的方式陪伴長者建立健全的身心靈；在致力於把古倫神父（Anselm Grün）著作中的本篤靈修系統做實務應用的目標下，我們推出這套銀髮自主力的教材，幫助教會用更活潑、接地氣的方式來推動長者福傳事工。

「未老先衰」的恐懼障礙或老年憂鬱的情緒困擾，妨礙長者跨出學習新知、鍛鍊體力、操練心靈的意願，甚至會產生人群恐懼或自卑心理，以致於發展成潛在的老年憂鬱現象。因此，想要擁有自主的銀髮，並且在年老時還可以成為周遭的祝福，而不是社會的負擔，就必須透過專業的心理、宗教、醫學與法律等協助，給予長者正確的自主認知，建構強而有力的自主鬥志。

《生命映畫本》（全彩精裝）：這是特別給課程參與者的個人生命發展記錄，依照每一課的內容重點，由老師們設計專業的問答與默想練習，以及藝術創作與心靈療癒儀式，讓學員經由逐課專業規畫的帶領，系統性地回顧與整理自己生命的重要課題，並以多元媒介的方式呈現出來。這絕對有別於一般只著重於瑣碎與片段敘述的「生命故事書」。

學員完成整本教材之後，此《生命映畫本》就會成為個人的深度生命探索，如同專業回憶錄一般，可以留給子孫與親友，做為永留的生命足跡與家族祝福。在封面設計上也匠心獨運，特別留下一個挖空處，讓作者可以自行貼上意義深遠的照片，成為客製化的個人作品。

德國聯邦政府「家庭、老年、婦女與青少年部」（BMFSFJ）從2016年到2019年特別為德國的高齡發展政策定下一個階段性的重點方案目標：「銀髮自主」（Selbstbestimmt im Alter）。由聯邦政府出資在全德國16個邦設立「銀髮自主推動中心」，發展全面性的預防老化與提升高齡者身心自主力的課程與訓練。他們希望透過三大領域的服務項目：1. 照護與諮詢；2. 建立自助與互助的協助網絡；3. 促進社會與市民參與，達成以下目標：自主生活與充分照護，在地老化與尊嚴告別。

### 應用古倫神父的銀髮靈性關懷理念

台灣南與北全人發展協會特別將「銀髮自主」做為推動長者身心發展的核心目標，《我的銀髮我自主》就是依照德國「銀髮自主方案」中的提升「長者心靈自主力」項目，再加上古倫神父所著的兩本暢銷書籍：《擁抱老年心生活》與《樂活銀髮，力要從心》所編著的一套長者自主力提升課程。這也是台灣第一套針對長者身心靈自主所發展的系統課程，其涵蓋層面包含了心理、宗教、財務與臨終關懷準備等具體面向，長者對自己的銀髮階段所面臨的問題徹底認知後，才能真正享受自由與自主的銀髮生活。這對強化長者身心有極大的幫助。

「銀髮自主」是我們進入銀髮時，最重要的操練！希望讓長者能在身心靈方三方面都能擁有更多的自主能力，這樣才能過著有尊嚴的老年生活。自主力愈高，就更有身心的自由與活力。但是，許多長輩會因為心理

### 適用於長照關懷據點與長者的聚會

因應長照2.0的實行，台灣各地在ABC架構下成立了許多推動以「預防老化」為任務的巷弄長照站或關懷據點與文健站。這套「銀髮自主課程」十分適合幫長者建構「預防老化」的基礎觀念。又或是教會的松年大學、樂齡學院、松年團契聚會以及成人主日學等，都可以用這套教材做為生命與靈性發展的課程，備課簡單，並有具體討論與習作的練習。

課程依照7個身心自主鍛鍊領域共分12課，每課皆依照成人教育的教案體例編寫。這套教材依照功能性的不同分為兩本：

《閱讀與帶領手冊》：這是提供給課程帶領者備課，或者課程參與者個人進深閱讀使用。教案中並提供許多具體的案例故事，讓帶領者更瞭解課程內容要點，可以用「說故事」的方式來提高學員的共感與參與度。這些案例故事只是編寫者的建議，若帶領者有更符合教學現場的在地故事，也可以自行應用。我們在每一課也提供專業的心理諮商、精神醫療與信仰靈修的背景知識，帶領者可以視長輩的特質決定講述的深度與廣度。

關於「憂鬱症」與「認知障礙」（失智）、安寧與自主醫療、遺產分配等與醫療或法律相關的主題，本教材只提供基本的介紹與知識，進一步的診斷與法律行動則必須由醫師與律師來進行，帶領者絕不可以在課堂上妄加建議，以免誤導或延誤問題的解決時機。

### 內容豐富循序漸進 擁抱老年心生活

這套書的內容相當豐富，且從理論到實作都深入人心，從目錄就能看出這12堂課的確可以幫助長者的身心靈健康成長，是非常實用的學習：第1課／尊嚴到老；第2課／接納與新生：學習與過去和好；第3課／放手·讓生命流動；第4課／情緒有關係；第5課／長輩晚年信仰與心靈倚靠；第6課／美德；第7課／積財寶在天，理財物在地；第8課／一起變老：年老時的親子關係、伴侶關係、人際關係；第9課／面對臨終與死亡；第10課／家有一老，如有一寶：長者如何成為傳達祝福的寶；第11課／流淚谷變泉源：強化心靈自主力面對老年憂鬱；第12課／我就是我：失智不失力。

台灣南與北全人發展協會也將在各縣市舉行教材研習訓練會，歡迎各教會與機構相關服事者參加！若有堂會或據點需要開課或培訓，也可以與我們聯繫。

詳情請見官網：<https://www.sn-publishing.tw/info.html>。



▲加入LINE好友



▲加入FB粉絲



科學是關於探索物質世界、自然規律而逐漸形成的完整知識體系，是人類探索、研究、領悟宇宙萬物變化規律的知識體系的總稱，科學的目的是在找出宇宙萬物間的運行方式和秩序。世人多認為：科學是理性的東西，是人類智慧的結晶，是經過嚴格實驗驗證正確的，並服務人類生活、使社會進步的人類寶貴財富；而基督信仰則是：相信天主聖三是宇宙和人類的創造者和主宰，是我們的道路、真理和生命，我們行為的準則、罪性的拯救、靈魂的歸依和永生的盼望，並活出愛主愛人的信德。科學和基督信仰密切相關。基督信仰早期傳入歐洲大陸，啟蒙和造就了歐洲文明、科技發展和社會進步，國富民強、世界敬仰；科技與信仰奇妙化工的關係，可從4個方面看看：

### 一、基督信仰是照亮科學的明燈

《創世記》第1章告訴我們：在起初天主創造了天地，並造了星宿擺列在天空。天主說有就有，被造之生物也都是各按其類。天主看了祂造的一切，認為樣樣都很好（參閱創記1：1-31）。受造的天地萬物奇妙無窮、按律而行；因為天主將無數的律（定律）安放在萬物萬種之內，使浩瀚宇宙安然運轉，生生不息。向人心顯明此乃天主的普遍啟示：「高天陳述天主的光榮，穹蒼宣揚祂祂手的化工。」（詠19：2）當人感嘆造物主的奇妙和宇宙之恢宏時，便有敬畏之心。

科學是對天主的造物之工，即被造世界的觀察、分析和推理，是對天主普遍啟示的回應；而基督信仰是對主的話語，即特殊啟示的回應。所以，科學和信仰都是對天主的回應，但層次和範圍不同。科學屬物質界，是低級的觀察和思考；而信仰屬靈界，是高層次的，因為主的話語（聖言）遠超被造的物質世界，科學在天主的創造以下，並籍著天主賜給人的智慧不斷探索和認知他的創造。顯然，基督徒不反對真正的科學；許多傑出的科學家都是敬畏天主的，也成為基督徒；因科學家所發現的定律也是天主所設定宇宙萬物內無數定律中的一部分，指導和服務著我們的生活。

諾貝爾物理學得主普蘭克曾說：「宗教和科學都必須相信有一位創造的主，就是天主。」大科學家牛頓也是一位虔誠基督徒，他親自作見證說：「我們應把聖言視為至高無上的哲學；《聖經》記載之信而有證，實遠非世俗的歷史所能比擬。」這正應驗了：

# 科學與基督信仰

■文·圖片提供／趙軒（加拿大多倫多教區教友）

「敬畏上主是智慧的肇基；認識至聖者就是睿智。」（箴9：10）而耶穌基督這位至聖者就是道成肉身的天主子，「祂是天主光榮的反映，是天主本體的真像，以自己大能的話支撐萬有。」（希1：3）因此，科學是來自於天主的創造，建築在天主「真理具有永恆性」的磐石上；基督信仰也引導著科學家探索天主神奇創造的奧秘，服務萬眾。

## 二、科學的局限性顯明天主偉大

科學之所以有局限性，是因於人類的有限，科學方法也是有限的；科學包含在天主的創造之下。也正因如此，科學永遠無法證明天主的存在，但科學卻能幫助我們加強對天主的信德。每當科學家們新發現到宇宙間所蘊藏的奧秘時，常令人讚嘆造物主的奇妙。牛頓的運動第一定律：力等於質量乘上加速度，在我們眼看得到的世界中好像是真理，可是一旦用到高能物理上，就完全不是同一回事。30年前，我們學到物質是由電子、質子、中子所組成，沒有比這些更小的粒子了。而今卻已發現「基本粒子」比電子、中子更小！在宏觀方面，科學探索宇宙外太空得知：地球坐落於太陽系，約2000億顆恆星和大量星團、星雲及星際氣體與星際塵埃組成了銀河系，直徑約為10萬光年；銀河系周圍又有很多其他星系，星系之外又如何？人類無從得知，人類足跡最遠只到過月球而已。

信仰與科學有著本質的不同。信仰是屬靈的，引導我們認識那位獨一的真神、創造天地萬物的主，是絕對的、不變的真理。科學是研究被造的、暫存的物質世界，科學卻是有限的，所有觀察和理論都是相對的、可變的和有限的。信仰和科學的地位不可交換，也不可相比，屬於不同的範疇；千萬不要用科學標準來衡量宗教信仰，真正的科學需要強有力的證據來支持其理論；真正的信仰需要開啟人內在屬靈的眼睛。

## 三、科學不能作判斷信仰的標準

人們常錯誤地把科學和信仰放在同一水平線上，甚至用科學來評判信仰或視信仰為迷信。事實上，科學不能作為判斷信仰的標準，因為科學被限制在物質世界的有限知識和觀察推理之內，不可能對超自然和靈界有任何幫助；如果用科學去證明信仰的合理性，那麼就必須假設宗教信仰屬科學範疇，此乃自相矛盾。

反之，需要科學證明的信仰，壓根兒就不算信仰。正如人的情感不能用科學來分析判斷，有誰能分析人眼淚的化學成份，從而證明這淚水是出自憂傷或喜樂呢？人的道德和倫理如何產生，也是科學無法解釋的。因此，若有人用科學去證明天主的存在或傳福音，那就搞錯了

方向，不能用人的小學去體會天主聖三，「天主是神，朝拜祂的人，應當以心神、以真理去朝拜祂。」（若4：24）

## 四、基督徒科學家為天主作見證

信仰和科學雖有本質和層次的不同，但二者並不矛盾；傑出的基督徒科學家有好的信仰支柱，乃是關乎宇宙的絕對真理和生命之永恆，以求真求實的精神做出卓越的科學成就，且對《聖經》更有相當的興趣和研究。例如：牛頓同時也是聖經學者，對《達尼爾先知書》和《默示錄》的研究和著作廣博精深。天文學家哥白尼和伽利略，實驗遺傳學先驅孟德爾不僅是遺傳學之父，也是天主教修士；普蘭克是量子力學奠基人，也是教會的長老，1937年，他在「宗教與自然科學」講座中強調宗教和科學都必須相信有神。《聖經與科學》作者任運生列舉史上300位著名科學家進行信仰調查發現：他們絕大多數是基督徒科學家；統計諾貝爾獎得主，信仰基督宗教的也占到多數。

很多科學家選擇信從天主，是因為他們發現自己的渺小，他們明白：科學就如人在黑夜中爬山，摸到一座山峰，就知道前面還有更高的山巒，而且似乎永無止境。知道越多，就越明白知道還有更多的未知。狂傲的人啊，請聽天主對約伯所言：「我奠定大地的基礎時，你在那裡？你若明知，儘管說罷！」（約38：4）牛頓就深深感悟到：「在宇宙間自然的領域裡，我好像是一個小孩子在海灘上尋找那五彩繽紛的貝殼，一旦找到，就不得不讚嘆造物的奇妙！」唯有承認這受造界後面的那位偉大造物主，方能頓開茅塞，謙恭進取和明白更多天主所賜奧秘；安身立命，找到永恆和歸依。正所謂：「那看得見的，原是暫時的；那看不見的，才是永遠的。」（格後4：18）而那滄海一粟的科學來自於天主創造，為世人帶來一絲曙光，並豐富、美化、方便、提高著我們的生活方式和素質，感謝天主！

基督徒相信：全能的天主就是那超然的手，祂創造天地萬物，恢宏的宇宙如何運轉井然有序，哪來的巨大能量支撐這浩瀚無邊的星系呢？科學家公認：宇宙是從無開始的（即被創造的時刻）；並且也有終結、瓦解的一天。科學的發現印證了天主向人的啟示：「在起初祂奠定了下地，上天也是祂手的功績。天地必要毀滅，而祂永遠存在，萬物必要如同衣裳一樣衰敗，有如衣服更換，都要新陳代謝；但是祂卻永存不變，祂的壽命無盡無限。」（詠102：26-28）「天地要過去，但是我的話，決不會過去。」（瑪24：35）科學與信仰相輔相成，科學是信仰的產物，而信仰是科學的基石。



## 復活節八日慶期星期一

■文／曾慶導神父（小德蘭福傳之友指導神師）

讀經一：宗徒大事錄2：14，22-33  
福音：瑪竇福音28：8-15

教會的禮儀曆中，這一個星期都是復活期。耶穌的復活不只是歷史中的一個時刻，而是歷史的中心，也賦予了人類歷史最深遠的意義。

復活的耶穌今天對婦女們說的兩句話，第一句是：「願你們平安！」，第二句是：「不要害怕！」世上太多的事情讓我們害怕的，我們害怕生病，我們害怕我們失去工作，我們害怕戰爭瘟疫，我們害怕未來，最使我們害怕的是我們都將會有的死亡。死亡會使我們人的一切努力都化為烏有。而且我們不知道將會去哪裡，好像跳進一個深不可測的黑洞一樣。這是沒有復活的信仰的人的害怕。我們可能都會聽過很多這些沒有信仰的人，在他們的親人過世時悲慟的哀嚎，我們心裡一定也為他們難過。

平安來自體認到生命的意義，來自對未來充滿了信心，而這個信心只有從復活的耶穌那裡得到。耶穌的復活證明了我們人的生命不是短短的幾十年，也證明了我們人對所有真善美愛的追求不會歸於泯滅，而會在永生裡得到完滿。

但是耶穌的復活絕對不是人自己的一廂情願幻想出來安慰自己的神話，而是真真實實發生過的。我們雖然沒有耶穌復活那一刻的錄影帶，但是耶穌復活的證人卻是非常可信的。在今天的福音裡，我們可以看到其中的一個證明：耶穌復活如果是門徒們捏造的話，他們作為當時的猶太人應該聰明一點，不應該捏造耶穌復活顯現給一群婦女，因為當時婦女的見證是毫無意義的，不可信的。耶穌的復活是真實的，它使門徒們有一個徹底的改變，使

他們像伯多祿一樣，從害怕變為勇敢，並且願意為他們所宣講的耶穌復活而流血殉道。今天讀經一記錄的就是這另一個證明復活是真實的：如果耶穌的被釘和復活是門徒們捏造的，他們為何把殺死耶穌的罪歸咎於當時的猶太當局而製造敵人？他們為何去得罪當權者？他們敢指正當權者嗎？

耶穌的復活使我們對未來不害怕，有平安。心裡的平安是會流露出來的，會讓沒有信仰的人感到好奇，來問我們平安的理由。我們要準備好答案，就是：耶穌復活了，戰勝了死亡，祂的復活帶給我們希望和永生！

小德蘭福傳之友在回答中還一定不要忘記加上一句：希望你也有這復活的信仰！



## 主日沒法兒去教堂參與彌撒

■文／唐潤鈿（富錦街法蒂瑪聖母天主堂教友）

自從新冠肺炎病毒開始蔓延全球，為防範教友感染，許多教堂主日不舉行彌撒典禮。可是本堂仍然有主日彌撒，早晨8時的平日彌撒也照常舉行，每天都有熱心教友參與，我偶爾也參與平日彌撒，但主日彌撒我一定參與，從不缺席，還有每周二的研讀《聖經》，我也都參與。

後來，為了這來勢洶洶的恐怖肺炎病毒非常時期，本堂也遵照台北總教區的規定，從3月22日起也沒有主日彌撒，早晨8時的平日彌撒也暫停，接著，堂區周二的研讀《聖經》也停課。

通常平時我清晨平安醒來，便誦念日常早課感恩經文，而後念玫瑰經；主日我若起得早，我也例行地先祈禱念經，而後去教堂參與彌撒；但3月22日那天，我得知堂區在四旬期第四主日起暫停所有彌撒與多人集會；我早晨起來，照常念經祈禱，開始了我新的一天；不需要外出去教堂參與彌撒，有點不習慣，心裡真的很想去教堂！我覺得自己有點矛盾，自從新冠肺炎病毒蔓延以來，我很怕去人多的地方，教堂也人多，我想我年歲大，免疫力一定比較弱，我很怕感染，也有點怕去教堂人多的聚會場合。

但是我想：我不要小信德！我的

一切都是上主所賜，我應該勇敢地去參與彌撒，聖神會護佑我的！而且我們本堂一切防疫設施都做得很好，進堂先量體溫、每人都戴口罩，所有平時所用的紙本經文、歌譜都暫時收藏起來，改用投影片進行禮儀；教友們一起參與彌撒、領聖體，大家和睦共處，為自己、家人、親友的平安健康，以及為世界和平祈禱，沒有戰爭，沒有饑餓，更祈求新冠肺炎病毒的全球蔓延疫情能早日控制住，患病者早日痊癒，也為第一線的醫護人員平安健康而祈禱！

現在既然已有規定「沒法兒去教堂參與彌撒」，我在家也可以祈求禱告啊！所以，我就在家照著自己的方式祈禱念經，也認真地看《天主教周報》，做些例行家務事，再看看Line上群組的訊息，我祇看，不會聊天，也不太會使用，一天也就很容易的打發過了！

陸續收到讀經班群組的教友的Line上訊息，傳送了無法至教堂參與彌撒者的建議可參與教會相關傳播單位，我看了之後，在「天主教之聲」的網站，看見有主日彌撒與福音講道等，每周日上午11時在聖家堂主日的彌撒會作線上直播，我就試按，慢慢學習。

3月29日四旬期第五主日，我參

與了11時整的線上直播聖家堂的主日彌撒；很高興發現了其他許多新知及智慧語言，使我更接近上主。以前我因年歲大，視力差，不常看Line，看了也祇是看看而已，從不回覆，因我不會注音符號，年輕時學過，因不常用，已記憶不清；我又不會在手機寫字，現在，我珍視它！我可慢慢的學，「活到老，學到老！」這COVID-19新冠肺炎給了我學習的機會，更讓我閱讀聖言，受用不盡！

仁慈的天主，祢以仁慈大愛派遣愛子耶穌基督降臨人間，救贖人類！但祢也有威權來懲罰人類，《舊約》也記載著會有大瘟疫來到人間，有如此次全球的病毒疫情，災情慘重！只有上主祢的大能，請來遏止這災情吧！我為此常念慈悲串經，求主垂憐我們及普世！

這是我一介已屆91歲的小人物所懇求的！祢要我們大家幫助人間受難的小兄弟，而近數月來全球那麼多人受難離世，更有難以數計的小人物在慌張驚懼以及有豐功偉業的人們也在祈求哀號，祈求上主發善心來遏止疫情，這也該是世人現時唯一的心願吧？求上主俯聽我們的祈禱。以上所求奉主耶穌基督之名。阿們！

## 防疫箴言

■文／黃金昆神父（道明會士）

口罩護鼻戴上臉，  
肥皂酒精勤洗手，  
熱敷肚腹頸脖肩，  
增強免疫足睡眠。  
少量常喝溫開水，  
頭腳出汗泡溫泉，  
近距群聚惹凶險，  
空氣流通保安全。  
棄憂寡慾躋鄉間，  
靜緩樂觀似神仙，  
消毒抗瘟信心堅，  
祈禱驅邪效聖賢。

詩的背景：

自2019年底爆發新型冠狀病毒疫情以來，目前全球皆瀰漫了病毒陰影，世界各地都籠罩在恐慌病毒的陰影之下。基於「預防勝於治療」的原則，以專家研究的成果，提示依循。

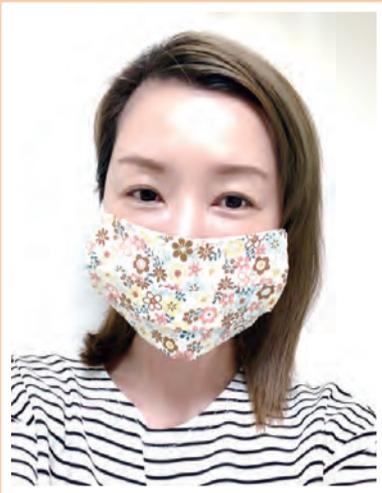
註釋：

少量常喝：大約每15-20分鐘，每次喝20-30cc的白溫開水。

躋鄉間：放鬆心情地到空氣新鮮、氣氛悠閒的鄉間散步郊遊。

靜緩樂觀：放慢腳步地以寧靜、樂觀與感恩之心的態度生活。（參閱詠91：9-11）

祈禱驅邪：賢者聖人常以祈禱驅邪，「邪」指瘟疫，亦指仇敵魔鬼的作為。（參閱詠91：1-8）



▶臺灣喜佳捐贈會員手作的愛心巧挽包  
◀▲善牧婦女手作的美美口罩套



▲「織心工紡」婦女們透過一針一線的手作公益，與國人傳遞彼此關懷相繫的心意，希望一起平安度過這波疫情。

## 善牧培力婦女第二專長 為防疫獻愛

■文·圖／天主教善牧基金會

近來全國上下都為新冠肺炎防疫而努力，天主教善牧基金會各家園和服務中心除了做好自身防範，也希望貢獻一己之力，由善牧花蓮瑞穗原住民服務中心為培力婦女所成立的「惟愛織心工紡」即帶著原住民婦女們趕工製作棉質口罩套，首批手做口罩套限量300個，結合臺灣喜佳會員們愛心手作捐贈的巧挽包，鼓勵民眾防疫做公益，凡捐款給天主教善牧基金會800元以上，即可索取一套。這是善牧首度結合服務婦女的專長及企業的愛心，透過一針一線的手作公益，與國人傳遞彼此關懷相繫的心意，一起平安度過這波疫情。

全球疫情升溫，「勤洗手、戴口罩」成為防疫宣導生活習慣，感謝葛仕國際捐贈300個UV100防潑水口罩給善牧基金會的服務對象，協助抗疫；然而，值此非常時期，口罩供不應求，大家也習慣於口罩外再套上輕薄吸汗的可洗防護套，延長口罩使用壽命。善牧「惟愛織心工紡」培力婦女們以縫紉專長製作口罩套，讓初學婦女反覆練習，嫻熟技巧，想盡辦法用硬紙板輔助布料做壓、折、燙的細工，齊心協助製作300個口罩套，為防疫貢獻心力。

長期支持善牧基金會的臺灣喜佳也主動加入愛心行列，捐贈會員們為公益製作的「巧挽包」共襄盛舉，臺灣喜佳產品企劃處蘇春惠協理表示：「要把本業轉化成回饋社會的力量，單靠企業是無法完成的，臺灣喜佳是以溫暖的布物傳遞愛心，而善牧基金會正是連結這些資源的最佳橋樑。」

1987年，善牧天主教基金會來台展開不幸少女的救援，修女們跑遍花東地區提供協助，同時也觀察到青壯年人口外流嚴

重，許多部落婦女成為家中主要照顧者，想貼補家用，但卻因時間和地域限制而有深深無力感；於是，善牧著手原住民家庭服務的工作，積極走訪部落並成立服務中心。善牧花蓮瑞穗中心曾淑惠督導說：「原住民手藝非常巧，婦女們多半在本地紡織廠工作，對縫紉並不陌生。」帶著培力的想法，2015年於善牧在花蓮瑞穗鄉成立「惟愛織心工紡」，溫馨的小而美廠房，縫紉機、織帶機、拷克機、打版、熨斗等一應俱全，熱愛手作的阿美族人在此盡情創作，傳承部落耆老別具特色的十字繡手作小物，也接受來自全國各地的客製化訂單，製作布包、飾品、帽子、識別證和書衣，曾督導說：「讓有經濟自立需求的婦女及返鄉定居的年輕人習得一技之長，穩定就業，是我們的初衷。」

5年來，這個溫暖的大家庭已培力出40多位部落婦女與青年成為專業手作職人，更成功踏上創業之路，此次為防疫公益盡心，帶著婦女們一起研究坊間各式口罩套版型，從中找出最舒適的材質布料、最密合服貼的版型來製作的張榕軒講師就是典範之一，因著難以忘情的織縫創作，她在回鄉後加入織心工紡，一路上發揮所長，活學活用，成就一片天，更得以專業成為講師，回饋工紡，她謙虛地表示：「從沒有想過可以成為縫紉班講師，擁有自己的工作室，還可以發揮創意，穩定家庭經濟；能從興趣中創作，又在培力婦女上得到成就感，真是人生最美好的事情！」這也是善牧投入婦女培力的不變使命。

另一方面，專門庇護受暴婦女的善牧信心家園，甫成立的「信心工坊」也加入製作口罩套的行列，善牧信心家園蔡蕙婷主

任表示，運用善牧Logo色系及充滿朝氣的圖案元素，製作各款口罩套，過程中的道道工法，需要婦女們的專注力及團隊默契共同成就，講師們也帶領婦女們縫製手帕、抱枕、髮帶、束口帶……等，鼓勵她們從自己的手感溫度中喚起自信心，透過各項技能的養成，為未來自立生活妥善作準備。

善牧台北市松德婦女暨家庭服務中心也於2016年起開設縫紉班，也將媒合後續進階班課程等專業資源，協助認真勤習的婦女取得執照，累積把興趣專長轉換成收入的創業能量，善牧台北市松德婦女暨家庭服務中心連雅萍主任形容：「婦女在學習中透過打版、車縫，賦予布料新生命，看到成品的同時，就能找回自信心。」連主任觀察到，大約有2-3成婦女有創業想法，但在深度了解後，發現許多婦女的事前準備還沒有成熟到可以創業的程度，需要再累積人脈及豐富實務經驗，於是服務中心與企業合作，提供理財、網拍客服、開店經營等諮詢，希望透過各方資源的媒合及善牧夥伴們的專業協助，讓需要幫助的婦女們能夠透過各種培力方案，長出復原力的同時，也具備自立生活的能力，為未來生活儲存能量並做好準備。

欲更了解「惟愛織心工紡」，請至粉絲頁<https://www.facebook.com/wuh5029i/>，或來電洽詢03-887-0006。

【捐款方式】

善牧官網捐款：

<https://goo.gl/Edp12V>

（星火傳愛服務計劃經費募集·愛，讓我留下）



# 在愛中行走的靈魂 上

文·圖/于平中



▲在天主的愛中行走，如鷹振翅，永不倦乏。

春，是需要愛的季節，經過深沈思考後，我們走在白冷星星照耀的這條路上；隔著單調的口罩，朝聖者看到彼此熱情的眼睛，背著沈重背包，開啟了100公里的徒步朝聖之旅。

## 海岸山脈／迎風雨快意行

走到第1個朝聖點大武天主堂時，慈祥的老神父早已等候我們多時，很親切地帶領我們進入聖堂，開始泰澤午禱，因疫情關係，朝聖者全程都戴好戴滿口罩，也留意彼此的安全距離，透過泰澤頌歌不斷反覆詠唱，為全世界可怕的病毒疫情、為不幸感染身亡的人、為辛苦在防疫前線與病毒奮戰的醫護團隊、為我們的祖先、為我們所愛的人……獻上懇切地祈禱。

慈祥的老神父是遣使會印度籍董瑪竇神父，來台灣傳教已經有20多年，對於教友的靈修和家庭生活十分關心照顧，這裡的教友真是幸福，願上主祝福神父，祝福大武的每一個人。

走到大武彩虹村，這是個很有「度假風」的村子，發現一個教友家庭，正在門口烤肉，我們就進去祝福他們，當然，也祝福了烤肉。

離開了香噴噴的教友家就開始往大鳥天主堂邁進，天空中原本的毛毛細雨突然變成狂風大雨，朝聖者們紛紛拿出雨衣雨傘，有位朝聖者的雨傘才打開1分鐘就「開花」了。我們就這樣迎著風迎著雨，勇敢的往大鳥天主堂邁進。

在大鳥天主堂，我們用幾首簡單的泰澤頌歌



朝拜上主，想一下我們今天的主題。我們選用了泰澤團體艾樂思院長2020年的年度書信，共有5篇，每天1篇，是我們的每日靈糧。

## 勇往直前／準備再次啟程

祈禱引用了《創世紀》12章第1節：上主對亞巴郎說：「離開你的故鄉、你的家族和父家，往我指給你的地方去。」讓我們省思。

藉著信仰，我們回應踏上征程的邀請。無論是在我們萬事順遂時或是束手無策時，總是可能有新的開始。

在讀經部分，我看們到亞巴郎回應天主召叫的勇氣，他被邀請將一切拋在身後，踏上了前途未卜的道路；因著懷有上主將要引導他們的信心，他和妻子撒辣成為朝聖者；當他們到達一處上主所指引的新土地，就在那裡搭起帳篷住下，如同他們總在旅途中；但最終，他們所承受的試探轉化成了祝福：發現了在自己本鄉所不能尋求的。

受到這種動力的影響：我們也可以為了上主所預備的未來而踏上征程，無論這條路上是否可能散布著陷阱和考驗——上主的人民離開了埃及，他們在曠野中歷經了40年之久，藉著引導陪伴祂的人民，上主自己也成為朝聖者：「你不論到那裡，我必護佑你，我決不離棄你。」（創 28：15）當上主引領人民穿過曠野時，祂教導他們仔細聆聽祂的聲音，並且向他們展現出意想不到的機遇。

我們在泰澤的短誦中感動著，歇下行走一整天的倦腳，安靜於主內，閱讀並默想與上主邀請我們踏上旅途相關的《聖經》章節，如：《創世紀》28：10-15；《聖詠》126；《依撒意亞先知書》43：1-2；《瑪竇福音》2：13-23；《路加福音》10：1-9；《宗徒大事錄》11：19-26。

聖言，豐富了我們的行程，我們的身心靈。



▲迤邐於花東沿岸的每個美麗教堂布置，都充滿原住民特有的藝術采風。

◀且以一步一腳印見證，海岸山脈寫下的行愛傳奇。

## 勇往直前／全然呈現於身邊之人

朝聖者繼續往大溪天主堂朝聖，沿路的風雨交加，雨衣只剩下裝飾的功用，天色也越來越暗，在不斷地「再轉一個彎」之後，終於出現了唯一的一間便利超商，朝聖者在此享用第1天的晚餐，有的吃麵包，有的吃泡麵，也有的吃乖乖，互相讓座打氣，原來在風雨中更能使「心」更靠近，雖然每個人的距離是合乎「安全防疫標準」的遠。離開便利超商時，風雨竟然停了，晚上的青蛙也呱呱催促朝聖者繼續勇往直前，到了大溪天主堂舉行徒步朝聖的泰澤晚禱，朝聖者們走在愛中，靈魂卻不疲倦。

第2天，我們在大溪天主堂早禱，主題是「勇往直前／全然的呈現於身邊之人」。

耶穌以朝聖者的身分自居，祂曾說：「人子卻沒有枕頭的地方」（瑪8：20），當祂踏上征途，為宣講這天國喜訊而呼喚：「上主臨近了！」祂正在轉化這個世界，並邀請我們參與這個更新世人家庭的計畫，向我們指出了行愛的起點——藉著關注那些弱小的弟兄，深深地植根於主愛之內。

我們在迎接復活節的心靈準備中默想，在生命中的每一時刻，讓自己被聖神引導；藉著基督來到世界，祂完全分享了我們的人性，更藉著在十字架上的聖死，展現出對上主的絕對忠信及對世人無邊無盡的愛；藉著祂的復活，在全然的愛內，成為為了新開始的見證，這是上主所賜予世人的恩寵。

我們也在深刻省思中默想，面對暴力和羞辱而不知所措時，很多人感到好像是這個世界上的陌生人，但基督徒將信心交託於上主，主耶穌並非將我們引入冷漠的深淵，而是實事求是，團結一心，並委身為他人服務。正如書中記載：「基督徒們定居在自己的土地上，卻有

如外鄉人，他們四海為家，同時又似客居他鄉。」讓我們在生活的朝聖長路中尋找一份具體的委身服務，深入基督對最小弟兄的關注中，讓我們的靈魂得以始終在愛中行走。

（下期待續）



▲為疫情早日平息祈禱，朝聖者求主俯聽。



▲徒步朝聖的靈魂探索，心靈的洗滌更新。



▲朝聖行囊雖沈重，追隨主的腳步卻輕捷！

## 家庭貞愛系列 60

■ 編譯／姚金維（星沙基金會研究）

## 一起來終結色情瘟疫！

上期我們談到如何擺脫色情。我們認為，洪水氾濫，瘟疫流行，第一個要務，就是要從堵住源頭做起。色情瘟疫氾濫的源頭，就是色情網站。

## 揭開色情面紗 揭發背後資助公司

MindGeek.com是一家位於加拿大蒙特利爾的資訊科技公司，是PornHub的母公司，PornHub是世界上最大的色情網站之一。10年前由Concordia大學的學生程式設計者Stephane Manos和Ouissam Youssef所成立。這個公司早在2000年年中就已創立了線上色情業，內部充滿醜陋和邪惡，隱藏在專業化的掩飾之下。

MindGeek的真正罪行，使數百萬人的思想和靈魂腐爛，他們還通過網路，傳播性交易並強姦受害者。他們不會自律，也不會遵守法律。此外，政客們並沒有嚴厲打擊他們。

傑森·埃弗特說：「觀看色情所影響的大腦部分，與服用海洛因或古柯鹼的相同。因此，這不僅是一場屬靈戰爭，或情感戰爭，或其他別的事情：誘惑、慾望。這也是生理的問題。」傑森說的完全正確。無論在美國、日本、泰國、台灣，尤其是加拿大，世界各地的人們必須站起來，呼籲當局徹底關閉這些爛生意。

## 關閉 Pornhub 和所有色情網站吧

在我們看來，若有一個議題，是宗教保守人士、女權主義者和人權活動家應該達成共識的，那就是網路色情大量傳播的弊端，以及制止它的迫切需要。因此我們很高興聽到，有來自各種意識形態光譜的活動家和團體，聯合起來，要求關閉世界上最大的色情網站Pornhub。

最近發出的一份連署已獲得近50萬個簽名，而另一份連署已獲得5萬多個簽名。本月初，一群活動家，包括支持生命的活動人士和自稱的激進女權主義者，在MindGeek總部外面舉行了抗議活動。過去幾個月來，有許多新聞報導引發了此次抗議。報導揭露Pornhub多麼粗心，網站被人利用來保管描繪犯罪行為的視頻。

例如，Pornhub從其網站上出現的58個不同視頻中獲利，這些視頻描繪了強姦15歲女孩的情景。該女孩從家中被綁架，已失蹤1年多，在被囚禁的1年中，曾被迫墮過胎。女孩可憐的母親在色情網站上發現這些視頻後，才得知女兒的下落。當Pornhub面對這些視頻時，最初的回應是聲稱，已「驗證」該女孩為「具有有效身分證的模特兒」！

然後，此事件經Vice雜誌的曝光發現，儘管有反對的指控，Pornhub仍繼續保留Girls Do Porn所製作的視頻，無視該公司老闆已面臨聯邦政府人口販運的指控。顯然，老闆是利用虛假藉口誘使女孩們拍攝視頻，聲稱這些視頻不會在網上發布（事實上是即時發布），威脅她

們如果不進行拍攝就採取法律行動，並要求她們表演未曾同意的性行為，以及其他罪行。Pornhub聲稱已採取措施，防止將Girls Do Porn視頻上傳到其網站。但是，Vice的記者發現，繞開Pornhub的防堵很容易，而且Girls Do Porn視頻仍在該網站上自由流通。

實際上，不願採取最基本的步驟，以防堵上傳到其網站的視頻描繪未成年或未同意的表演者，似乎已融入Pornhub的商業模式。Pornhub是色情世界的「YouTube」，這意味著它的設計，就是允許用戶上傳自己的色情視頻。但是，正如抗議活動總召Laila Mickelwait寫道：「將色情片上傳到Pornhub所需要的，只是一個電郵地址。不需要政府頒發的ID，甚至不需要通過『驗證』，即可使一切看起來都OK。我花不到10分鐘，就設了一個帳戶，並將空白的測試內容上傳到該網站，立即生效。」

這種瘋狂的開放系統，基本上是在邀請變態和罪犯，上傳兒童色情和其他非法內容。難怪兒童強姦犯可以在沒有任何人注意的情況下，將58種不同的犯罪行為視頻，上傳到網站上！且已被觀看了數百萬次。其所涉及的邪惡程度，甚至無法估量。

## 向兒童推銷兒童色情片邪惡行徑

儘管大家都同意，Pornhub對販運和強姦未成年少女和婦女以謀取暴利的粗魯態度令人震驚，我們不該忽視，邪惡已遠超過這一事實。

捍衛色情片的人，通常訴諸的理由是：性解放的重要性、成年人有自由選擇自己喜歡的生活的權利、色情女演員有「同意」使用其身體的權利、以及色情可以「賦權」婦女。對現實世界實際存在的色情業，進行最簡短的檢查，便可發現，這些論點多麼空洞。

例如，姑且不論成年人是否有「權利」生產和消費那種露骨、暴力和厭惡女性的行為，事實是，很大一部分色情用戶根本就不是成年人，而是兒童（通常是非常非常小的孩子），我們應該看清楚：兒童應有在身體和情感上健康發展的權利，而不必與毫不費力地獲取無盡的變態和扭曲靈魂的色情片的誘惑進行抗爭；這應該比成年人擁有不受約束獲取誇張且赤裸的色情片的權利，更為重要。

這應該是顯而易見的。但事實並非如此。現實情況是，有大量的誇張且赤裸的色情網站根本沒有任何年齡限制，任何人都能立即進入網站，不僅沒有廣泛的行動來終結這種情況，且色情支持者實際上還捍衛現狀，聲稱對成年人獲得色情的任何障礙，無論多麼微不足道，都是攻擊「言論自由」。

## 色情片是另一個嚴重的公衛危機

現在的證據是無可爭議的，即誇張且赤裸色



情的主流化帶來了巨大的公共衛生危機。瑪德琳·凱恩斯 (Madeleine Kearns) 為文表示：「目前，有40多項研究表明色情的成癮性，以及觀看者能從相對溫和的內容升級到更極端的内容；35項研究關於觀看色情與性功能障礙和男性不舉相關（包括7項顯示因果關係的研究）；還有超過75項研究將觀看色情與較低的人際關係滿意度和較差的心理健康聯繫起來。此外，色情使男人性無能。」

但是，正如凱恩斯引述了色情／香煙的類比所指出的，就像當初那樣，公眾最終醒悟了煙草業兜售的謊言；現在有跡象顯明，人們對色情的潮流也在改變。他寫道：「大煙草之所以失利，是因為它否認科學，付出了巨大的社會代價。」「大色情正在走同樣的道路。」凱恩斯指出，現在有超過50萬人加入了NoFap，這是社交媒體網站Reddit上的一個社群，旨在幫助男女戒除色情和手淫；最引人注目的是，它的大量用戶甚至沒有宗教信仰。他們剛剛意識到，色情片竊取了他們的幸福，色情產業根本就是剝削人的勾當。

正如凱恩斯所說：「色情辯論，應被視為『大色情』與科學的衝突，是由數十億美元所資助的公司的貪婪和剝削所引發的公衛危機。」這很有道理。曾經有很多人認為，採取措施，使煙草業對其行為負責（因為偽造數據並以虛假藉口將產品推銷給毫無戒心的消費者），是對自由構成威脅。許多人認為，禁止在公共場所吸煙，是「對自由的攻擊」。但是，在某些時候，當科學數據將煙草與癌症聯繫起來，變得不可否認時，人們開始改變主意。這時，出現了新的論點：政府有義務在公共場所禁止吸煙，以保護那些不想冒著患肺癌風險的人，免於吸入大量二手煙。

我們需要在色情問題上進行類似的革命。可悲的是，甚至許多自稱是「保守派」的人，對於任何有關限制色情業所造成的損害的言論，都感到過敏。但是，由於出現了新數據和令人震驚的故事，如15歲的強姦受害者，輿論開始發生變化。成年人觀看誇張且赤裸色情片而沒有任何障礙的所謂的「自由」，必須與兒童和普通公民的「自由」取得平衡，使後者的生活不必為色情片的普遍存在帶來負擔和可能的風險，這種產品對他們的身體、心理和精神健康，有極大的危害。

是的，我們一定要關閉Pornhub！還要關閉所有兜售此類可惡產品的網站，這些網站從女性（和男性）的墮落、兒童的成癮及公共言論的低俗中獲得利益，自由要求關閉它們。從源頭堵住破口！



▲〈善導之母〉畫像中，穿著傳統紅袍的聖母懷抱襁褓中的小耶穌，十分慈愛親密，也被視兒童成長護佑者。

在我參加的一個討論基督信仰的英語臉書專頁中，有位東正教的朋友貼文發問：「瓢蟲在我們的信仰中有任何重要性嗎？我的兒子有一種罕見的先天性心臟缺陷，情況相當嚴重。在他的童書中，有一行關於瓢蟲的敘述，我們都覺得很可愛，而且我們注意到，每次當我兒子在大手術後住院時——即使是在衛生及消毒最嚴謹的醫院病房內，都會有一隻瓢蟲翩然而至，似乎是來探訪我們。當我們泫然欲泣時，牠的出現，總讓我們會心一笑。明天，我兒子要做一個心導管手術。每次他要做手術時，我和太太都緊張萬分，深怕會聽到什麼壞消息。昨天在彌撒中，當我低頭祈禱時，又再次看到有隻小瓢蟲在我的腳上。我回顧四周，沒有看到別隻，只有這隻，牠像是特地來看我的！有位朋友告訴我，瓢蟲與聖母有某些關聯，這是真的嗎？」

我的女兒在小時候也曾因裂顎、裂唇及相關天生缺陷進手術房十幾次，我能深深感受在手術房外的父母心；想到兒時在鄉間常常把玩的小瓢蟲，我也備感溫馨；但說到瓢蟲與我們的信仰有什麼關聯？就教我瞠目結舌，不知如何回應了。

從小，我一直習慣將這種圓滾滾，紅色翅膀上有幾個黑色圓點的小昆蟲稱為「花姑娘」，而總覺得「瓢蟲」這個名詞顯得生硬。當我問周遭及臉書上的朋友們，大家都如何稱呼這個小昆蟲時，得到的答案有：「小瓢蟲」、「胖小」、「紅娘」、「花大姐」、「雀斑紅龜子」，或是閩南語的「珠子龜」……等等，卻沒人聽過「花姑娘」這個名號。幸好，薇薇姊回應了：「我

# 聖母與瓢蟲

■文·圖片提供／王念祖（美國達拉斯聖心堂教友）

小時候只知道她是花姑娘，讀書後才知道叫瓢蟲。可是……可是，怎麼看，牠也不像個瓢；越看越像穿著紅衣裳，上面灑著黑點點的小姑娘。尤其展翅要起飛時，好美！」薇薇姊更霸氣地宣告：「根本就該叫花姑娘嘛！」



無獨有偶地，在美國，瓢蟲也有個非常女性化的名字：*Ladybug*。若用中文直譯，就是「淑女蟲」。在昆蟲界，瓢蟲真可謂獨得人類的厚愛，在東、西方都擁有如此優雅美麗的名號。

然而，在論及瓢蟲與聖母的關係時，有位朋友指出，在英國他們稱瓢蟲為*Ladybird*，但這*Lady*並非泛指一般的女士，而是專指聖母——*Our Lady*（註一）。另一位德國朋友也回應說，他們最常使用的名字是——*Marienkäfer*（*Mary's beetle*瑪利亞的甲蟲），也有人稱之為*Frauenkäfer*（*Our Lady's beetle*聖母的甲蟲）或*Muttergotteskäfer*（*Mother of God's beetle*天主之母的甲蟲）。光從歐洲人士對瓢蟲的稱謂，就不難看出在西方的信仰傳統中，瓢蟲與聖母必然有緊密的關聯。

一般推論，瓢蟲以聖母命名，是由於瓢蟲的紅色甲殼相似聖母像中常見的紅色斗篷。牛津字典早在1674年就已收錄了*Ladybird*這個名詞，並指出最早是因為歐洲最常見的瓢蟲種類的甲殼上有七個黑色斑點，也就是「七星瓢蟲」，讓人聯想到聖母瑪利亞的七苦與七樂（註二），因而得名。

另有一個古老傳說，在中古世紀時，歐洲大陸因蚜蟲入侵，農作歉收，發生大飢荒。人們遂呼求聖母瑪利亞，請她向天主轉禱。這個祈禱得到應允，大風吹來遮雲蔽日的紅色甲蟲，

瞬間就將所有傷害農作的蚜蟲吃盡，解除了災難。人們感念聖母的恩典，遂將這種背上有黑點的紅色甲蟲名為

*Our Lady's Beetle*（聖母的甲蟲）。時日久後，這個名字被簡化成*Ladybeetle*（淑女甲蟲）或*Ladybird*（淑女鳥）；

19世紀末，瓢蟲被引進到美國大量繁殖，做為農業經濟的助力，牠的名字又演變成今日所稱的



▲瓜達露貝聖母是胎兒主保，護佑兒童平安順利成長。

*Ladybug*。

這個傳說讓我想到了，從小在鄉下，老師就常叮嚀我們：瓢蟲是益蟲，不可傷害牠，因為牠是蚜蟲、介殼蟲、粉蟲、紅蜘蛛等的天敵，可以減輕樹木、瓜果及各種農作物的蟲害。現代的有機農業常以瓢蟲作為標誌，象徵他們使用天然方法，而非依賴農藥；而在科學並不發達的古代，瓢蟲早已被視為農作物的保母。因此，我們不難理解，為何在基督信仰歷史悠久的歐洲，幾乎所有國家都有個與天主或聖母有關聯的瓢蟲名稱，例如：在西班牙的加泰隆尼亞地區，稱瓢蟲為「天主之母的方舟」、丹麥稱為「聖母的小姑娘」、法國人稱之為「童貞女的生靈」、瑞典稱作「聖母掌管鑰匙的侍女」……等等，因為他們相信，瓢蟲是天主藉著聖母帶給人類的恩賜。

離開家鄉後，好久都沒看到「花姑娘」了。但了解了瓢蟲與聖母的關聯，當我再看到牠時，必然會另有一番感受吧！

註一：*Our Lady*是世人對聖母瑪利亞的親切稱呼，特別是用於稱呼在某地區聖母顯現，或是與特別事件有關的聖母形象，譬如：露德聖母（*Our Lady of Lourdes*）、法蒂瑪聖母（*Our Lady of Fatima*）、中華聖母（*Our Lady of China*）等。

註二：「聖母七苦」指的是：1.西默盎的預言（路2：25-35）；2.聖家逃往埃及（瑪2：13-15）；3.耶穌在聖城走失（路2：41-52）；4.跟隨背負十字架的耶穌同行苦路（路23：26-27）；5.耶穌被釘十字架（谷15：3-41）；6.耶穌被槍刺透肋膀，聖屍從十字架上卸下（若19：31-37）；7.安葬耶穌（若19：38-42）。

「聖母七樂」指的是：1.聖母領報（路1：27-38）；2.聖母訪親（路1：39-58）；3.耶穌聖誕（路2：7）；4.賢士來朝（瑪2：7-11）；5.在聖殿找到耶穌（路2：46）；6.耶穌復活（若20：1-9）；7.聖母加冕（默12）。



# 基督活力 世界一家 2020啟動3美元運動

■文·圖片提供／林蔚民（基督活力運動第28屆領導人學校副執行長）

基督活力運動亞太區組織的通訊，轉達去年9月26日至29日在美國芝加哥舉行的基督活力運動世界總會（World Organization of *Cursillos in Christinity* 簡稱OMCC）第2次例行會議訊息，會議中有幾個重點，其中在2020年1月啟動的「3美元運動」，有3個目標：非洲基督活力運動的推展基金、世界總會的運作基金，以及4個個別國際區組織（包括北美與加勒比海區、拉丁美洲區、歐洲含非洲區及亞太區）的運作基金。

## OMCC 歡慶不惑

基督活力運動萌芽於1944年，來自一批西班牙馬約卡離島（Mallorca）以愛德華·鮑寧弟兄（Eduardo Bonnin）為首的天主教青年，舉行了第1次3天2夜的短期課程，而正式被當時主教認可的實習班則於1949年1月7日舉行，共有22人參加第1屆實習班。當年創始人愛德華·鮑寧弟兄，在赫爾瓦斯（Hervas）主教和若望·卡波（Juan Capo）蒙席的協助下，誕生了基督活力運動，日後成為天主教會基督活力運動。為慶祝迄今已75周年的基督活力運動，世界總會於去年10月24日至27日進行基督活力運動聚會，來自世界各地的基督活力員聚集在馬約卡離島。OMCC呼籲全世界的活力員祈禱有助於此意義非凡的運動。

1980年6月於多明尼加共和國聖多明哥市舉行的第5屆美洲洲際年會期間，決定成立天主教會基督活力運動世界總會（OMCC），以協助全球基督活力運動；OMCC是國際層級的服務體系，2020年40周年慶典計畫刻正進行中，其中，將規畫出版紀念刊物，撰寫者包括歷任世界總會主席，以及國際性基督活力運動做巨大貢獻者。

OMCC承擔了在非洲傳播基督活力運動的責任，視為使命以促進非洲國家基督活力運動，並繼續其他國家的擴展計畫。感謝基督活力員兄弟多年來的慷慨奉獻，基督活力運動已經活躍於多數非洲國家：包括南非共和國、烏干達、賴

索托、迦納、貝南、多哥、布吉納法索、莫三比克、安哥拉和赤道幾內亞等。在聖神的恩寵中，亦將很快地實現於其他非洲大陸國家。

## 承先啟後 慷慨成就

華人教會的基督活力運動，開啟於1968年2月2日至5日於光仁中學舉行，至今已走過了52年，我們感恩於天主的恩賜與他國基督活力員的慷慨奉獻，尤其是當年那批來自菲律賓的華裔活力員的協助，讓我們有機會勤力深耕，並拓展到北美的美國、加拿大與香港、澳門、甚至大陸的華人天主教會。

本此機緣，當28屆全國基督活力總會接到來自OMCC世界總會的呼籲：「2020年發起3美元運動，為拓展基督活力的先知性神恩。」去年11月23日全國總會於台南二空天主堂召開的會議中，台灣7個教區分會及海外華人分會活力員，也以「每人新台幣百元運動」回應，目前已募到近新台幣20萬元（約美金6500元），我們雖然不富有，而且各方的需求也是千頭萬緒，但是本諸四海一家的理念，我們也從不在基督活力世界大家庭裡缺席，相信在聖神的推動、全國總會總神師劉振忠總主教、神師幸朝明神父的領導與主任委員高錦藏弟兄的努力帶領下，我們必定開展璀璨的下一個50年。

## 推動「3美元運動」

當高錦藏主任委員與我們幾位總會的服務兄弟，因為近月來的新冠病毒疫情，而取消於高雄教區的總會春季委員會議時，我們在電話的協商中，很具體的提出OMCC希望推動的「3美元計畫」轉化為我們的「百元計畫」。

「以愛還愛、世界一家」的想法在我們彼此的腦海中迴響著，52年來基督活力運動在華人教會內，不斷地給予生氣勃勃地成長，我們自然也該回饋慈母教會在世界各地的發展；最具體的作為便是運用於網路，逐步建立OMCC官網：[www.cursillosdecrismandad.net](http://www.cursillosdecrismandad.net)，作為提供基督活力運動相關訊息的平台，尤其是有關教會教學、法規和基督活力基本理念第3版，官網包含有世界總會的新聞訊息和線上學習等單元。

網站版主因英語和APG亞太團體語言的不足而道歉，且官網的西班牙語並非亞太地區語言，致使亞太團體兄弟難以使用該網站，這方面也是我們仍待與OMCC共同努力並予以支持的地方。



▲基督活力全國總會委員會議與台南分會勵志會合開，於台南二空天主堂融樂一堂。

我們之所以說基督活力運動具有先知性神恩，便是因為她早於1962至1965年的梵二大公會議，就有了現代化教友福傳使命的理念，經過半世紀的努力，在科技日新月異的發展下，相信教會團體已能掌握三C產品的便利性與廣傳性。

## OMCC 40周年新徽章

於此同時，OMCC也針對成立40周年設計新徽章，OMCC例行會議中選出新徽章別針的設計。新徽章將儘速生產並準備販售全球，期盼能提供全球各地的活力員相互認識的機會，並針對有關詢問者，亦提供介紹基督活力運動的機會。

新徽章製作完成之後，將鼓勵各國總會秘書處進行採購並販售給本國基督活力員，批發價酌增少量金額，支應該國推展基督活力運動經費，以這小小的舉動，來促進活力員彼此情份的交流與對本運動的熱情活力。當我們在參與基督活力運動各種層級的會議時，無論世界性總會勵志會、亞太區會議、全國性總會、教區性分會、堂區性支會、甚至活力員間的小組集會，一定都常聽到與體會到這句：「Make a friend, be a friend, bring your friend to Christ. / 交朋友、成為朋友、帶朋友走向基督。」唯有在基督內建立友誼，才能具體而微地划向深處作福傳。

## 回應全國福傳大會

按照主教團的決議，2020年的全國福傳大會，預訂8月於輔仁大學召開，在此之前已經於全國、各教區與各堂區已分別舉行了多次籌備會。單就基督活力員於各善會團體、傳協會的服務兄弟便人數眾多，天主教之聲傳播協會、病患之友會、聖母軍、監獄服務社、聖經協會……等，都看得到活力員的服務身影。

誠如某次勵志會中一位神師所說：「當活力員因平日信仰生活的平淡，而冷卻了信仰，我們需要以勵志會燃起愛火熱情，彼此打氣加油！」凡我活力員務必以一步一腳印，為全國福傳大會準備好，更重要的是彼此合作，成功不必在我，而成功必定有我，深信這段艱苦的疫情期間就是給我們最佳反省，期勉在天主的聖意與上智安排下，大家同心合意，共體時艱，策勵未來，再創福傳大業！



▲2019年9月26日-29日在美國芝加哥舉行的基督活力運動世界總會第2次例行會議。