



Catholic Weekly

天主教週報

646



主曆2021年6月27日 星期日

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

每周精選



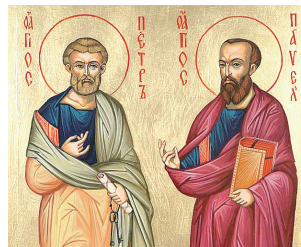
全國傳協會
攜手果農義賣
成果豐碩

P.02



至善安養中心
推出線上靈修
住民耕道不輟

P.06



從聖伯鐸、聖保祿
事主愛人芳表
踐履基督徒使命

P.12-14

李若望主教懇辭台南牧職 林吉男主教接任宗座署理

■文/謝蓉倩 圖/范毅舜

屆齡請辭時，獲教宗任命為教區主教，信友們對55歲、才華橫溢的他出任主教，充滿期待。尤其是台南慈幼高工、台南碧岳神學院畢業，晉鐸後也一直在台南教區服務，並赴義大利羅馬宗座傳信大學取得信理神學碩士學位。返國後，除在台南擔任堂區主任司鐸外，也先後擔任教區聖召委員會主任委員、秘書長及副主教等職，可謂學經歷俱佳之上選，因此各方寄望甚殷。

向來遇事認真負責、鞠躬盡瘁的他，自上任以來，大力擘畫「更」新台南教區，不僅提出推動教會使徒（堂區、家庭、聖召、青年、主日學、社會志工）培訓與座談計畫、籌備成立教區資訊媒體中心、「大聖若瑟年」教區年度朝聖地之規畫等「十大建設」牧靈福傳新方，來耕耘天主所付託的葡萄園，更馬不停蹄地拜會各善會組織與機構，彼此傾聽、瞭解，也與地方政府溝通、與地方不同信仰族群相互請益。除了推動教務忙碌之餘，他更講求效率，凡事期望在短期間有明顯的果效，焚膏繼晷讓他無法成眠，身體狀況逐漸無法承擔，無論中醫或西醫都多次規勸他要休息調養，但人在其位，豈有休息的時間。於是如同他在6月19日的〈致教區函〉中所述，「意想不到，就任不久，心理與生理出現了狀況。」

李若望主教是位祈禱的牧者，面對自己體力趕不上思維的窘境時，即依信仰習慣進行分辨，聖神親自帶領他覺察、謙卑地承認：健康真的出問題了！個人事小，惟關乎教區未

甫上任170天的原台南教區李若望主教5月7日因健康因素，向教宗方濟各提出辭去教區主教牧職，6月19日獲准，教宗並任命台南教區榮休林吉男主教自牧座出缺開始，為台南教區宗座署理。消息傳來，全國信友無不驚愕，但隨即疾呼為健康亮紅燈的李若望主教獻神花，祈求天主護佑李主教早日恢復健康。

對於李若望主教的請辭牧職，主教團主席李克勉主教感到震驚與不捨，更表示過去沒有好好支持李若望主教，祝福他早日康復。同時感謝教宗垂顧台灣天主教會，於此急迫關鍵立即任命林吉男主教為宗座署理，繼續帶領台南教區，讓羊群一直有牧人照顧，也祈求天主保佑台灣各教區教務拓展順遂。

由於李若望主教目前是主教團原住民委員會和福傳委員會青年組的負責人，同時也是聖職委員會、社會展委員會、移民觀光牧靈委員會、健康照護牧靈委員會的委員，李若望主教表示，若仍需他盡力之處，他自當義不容辭。然依他目前的身體狀況，勢必有部分委員會需作調整並注入新力。

李若望主教是今年1月1日在台南聖功女中晉牧，由於李若望主教向來重視青年及社會牧靈福傳工作，且在不少善會團體身體力行，因此，2020年11月14日在原台南教區主教林吉男

主教團公告

主團秘公字第11003號

台南教區主教請辭及宗座署理任命

聖父教宗方濟各接受了台南教區（台灣）李若望主教牧職管理的請辭。

同時，任命同一教區的林吉男（鮑思高）榮休主教（自現在牧座出缺開始）為台南教區宗座署理。

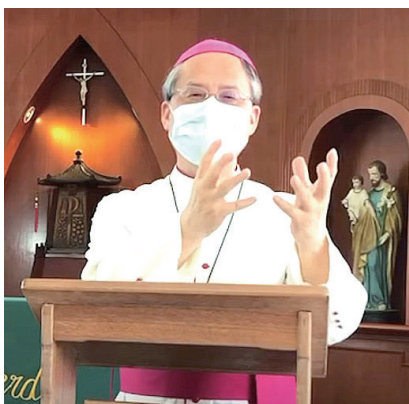
（宗座公告〔00863-IT.01〕主教團恭譯）

2021年6月19日

來，因此，5月初，即前往教廷駐華大使館向代辦佳安道蒙席陳述，5月7日即依循《天主教法典》401條之規定：「懇切請求教區主教，因健康不佳，或其他重大原因而不適宜盡職時，呈請辭職。」寫信呈請教宗作如實稟報，且為教區的未來及好處，提出辭職申請。李若望主教同時在申請文件中表明，完全服從教宗慈父的定奪，接受天主上智的安排。

李若望主教指出，祈禱分辨中，深度體悟《聖保祿宗徒致羅馬人書》中的話語：「你們不可與此世同化，反而應以新的心思變化自己，為使你們能辨別什麼是天主的旨意，什麼是善事，什麼是悅樂天主的事，什麼是成全的事。」（羅12：2）分辨天父的旨意，並求得最好的當下。李若望主教說，當下，為他最好、最需要、最有效的關懷，就是眾人的祈禱及容許他有靜心的空間。他也感謝任內鐸職兄弟、修會團體和教會內各地兄弟的主動、積極、支持和付出。雖已辭去教區主教職務，仍殷殷期盼，無論善會團體和修會，在過去一路同行上已發掘的問題：聖召、青年、家庭等，都要勇敢地集思廣益去面對。

（文轉2版）



▲左起：台北總教區鍾安住總主教、主教團主席李克勉主教、主教團秘書長陳科神父，為此次義賣活動表示高度讚許。

▲全國傳協會陳磊仕主席動員親朋好友親赴產地，獻身出力。

疫情中見真愛

全國傳協會義賣活動結實纍纍

■文·圖片提供／袁世敏（主教團福傳委員會執行秘書）

自今年5月底起，由全國教友傳教協進會發起「我是葡萄枝！」葡萄愛心義賣活動，共賣出逾1萬800盒；這項與彰化縣大村鄉小農們的合作案，推廣以400元物超所值的價格，認購口碑極佳的巨峰葡萄禮盒，凡購買禮盒，每盒即捐贈100元，做為台灣地區主教團推展福傳事工之經費。

此次義賣逾萬盒的成果，不僅刷新了多年來義賣葡萄的數量，更為主教團挹注可觀的福傳經費，在台灣疫情嚴峻，各界資源緊縮的窘境下，能締造如此振奮人心的佳績，完全是台灣天主教會以信德上下齊心，以愛德付諸行動，以望德回饋社會的豐盛成果。買到的不僅是安心與放心的葡萄，更是小農們用心與盡心的成果，教會與小農們共同結合的善心，也表達對國家社會一貫堅持的價值與理念。

神長齊聲勸勉 修養才得養分

天主教會台灣地區大家長鍾安住總主教日前接受真理電台訪問時，表達他的感動與感謝，教友們以愛德的行動及言行的見證，體現眾人同為葡萄枝，以豐盛的果實讓教會更加廣揚，祈願天主永受讚美！

主教團主席李克勉主教也向全國教友及大村鄉的小農們表達誠摯謝忱，他表示，這次義賣讓教會與地方農民串接起來，發揮「我們都是主耶穌基督葡萄樹上的葡萄枝」的福傳精神，感謝大家投身公益，更感謝天主的眷顧；主教團秘書長陳科神父感謝全國傳協會陳磊仕主席動員7個教區教友，以愛心支持此次活動，儘管目前因疫情大家無法參與彌撒和教會活動，但教友們仍透過另一種方式，展現對教會的深切關愛及全力支持。

（文接1版）

「不捨」與「心疼」是眾人面對李若望主教辭去牧職的「共同心情」，因此，從與李若望主教合一的青年開始，一項「為李若望主教獻神花」的活動，由個人而團體正全面蔓延中，聖母軍、基督活力等善會團體更是號召全國成員合力為李若望主教早日康復祈禱。據了解，在請辭獲准後，李若望主教已積極安排住院事

此次義賣主題「我是葡萄枝！」葡萄園的比喻對基督徒而言盡所皆知，早在《舊約》的《創世紀》就提到：「諾厄原是農夫，遂開始種植葡萄園」（創9：20），《舊約》中對葡萄樹的敘述頗多，例如，「各人可以吃自己的葡萄和無花果」，「我來領你們到一個與你們本國一樣的地方，一個有食糧與葡萄樹的地方。」（列下18：31，32）可想而知當時種植葡萄樹，是隨處可見的景象。

當主耶穌在葡萄樹下以葡萄樹作比喻：「我是真的葡萄樹，我父是園丁，凡在我身上不結實的枝條，祂便剪掉，凡結實的，祂便清理，使祂結出更多的果實。」（若15：1-2）祂透過最實際的經驗，向民眾講述千年不變的道理，目的是讓他們能切實地感同身受。

葡萄枝之所以能結實纍纍，葡萄粒粒飽滿甜美，是因為果農們認真地修剪葡萄藤上的枝條，而枝條的作用就是供給果實養分，必須先有健康的枝條，才可以結出好的葡萄，經上繼而提到：「你們可憑他們的果實辨別他們：荊棘上可能收到葡萄？」（瑪7：16）

信友齊心獻愛 福傳馨香不息

彰化縣大村鄉是國內巨峰葡萄的主要產地之一，全國幾乎一半的巨峰葡萄都是出產於此，果農們多數是以自產自銷的小農經營方式，不僅能夠掌控作物均由產地直接新鮮出貨，更能保障價格不被中間商所哄抬或剝削；為了保證葡萄的品質，從種植開始努力除草修剪，到結果時為葡萄穿上防護衣，避免日曬雨淋，不噴灑農藥，採自然草生，遇到葡萄採收季節時，果農們更是必須趕在清晨日出前快速採收；大村鄉的果農們見識到教友們每年大量訂購的行

動力，也認同教友們奉獻教會的愛心，家家戶戶動員加入教會的愛德善工，果農們也因而更認識「葡萄樹與葡萄枝」道理的由來。

此次義賣活動的主要發起人全國傳協會陳磊仕主席，多年來努力為大村鄉的小農們與教會搭起攜手傳愛的橋梁，一方面為小農們找到固定收入，另一方面也把大村鄉品質保證的葡萄和教會內外的弟兄姊妹們分享，每逢葡萄義賣季節，他更動員所有親朋好友投入聯絡接單，甚至親自裝箱配送，此次他同樣是全程志工。

陳主席再三感謝主教團主席李主教及各教區主教的全力支持和信任，今年的義賣不失作為全國性福傳運動，透過全國傳協會的平台，才能迅速連結各教區的教友，也在教友無法進堂的一片低迷中，再次燃起大家心中的熱火，承擔起支持教會的行動；此次教會青年也投身參與，設計網路google表單的訂購方式，教導教友們透過網路訂購，既節省處理訂單的人力，也為日後建立起更有效率的募款模式。

眾人齊力揚善 傳愛恆久不輟

在本土疫情緊張期間，基督徒更應彰顯「愛人如己」，善盡一己之力，來光榮天主！正如經上所載：「應以你的財務和一切初熟之物，去尊崇上主；這樣，你的儲藏庫必充滿糧食，你的榨酒池必充滿新酒。」「你若有能力，不要拒絕向有求於你的人行善；如果你能即刻做到，不要對你的近人說：去！明天再來，我才給你。」（箴3：9-10，27-28）社會上有許多默默行善的人，其實，人人都是天主的肖像，在患難和磨難的時刻，更應相扶相持，透過愛心和行動，使我們與主耶穌基督這棵葡萄樹愈加緊密連結，愈益結實纍纍，讓愛生生不息。

雖然聖召是個老話題，也是天父的禮物，但聖召也需要人的回應，家庭是聖召的搖籃，尤其在疫情中，雖看似病魔迫使教會暫時關閉，但同時天主將每個家庭轉化為「家庭教會」，信友當把握時機，借力使力，讓聖召在孩子心中萌芽，以為聖召大業鋪路。

（全文完）



台灣疫情三級警戒延到6月28日，我們希望下周能撤銷這警戒，人民的生活早日恢復正常。實施三級警戒40多天了，我們的生活因而產生很大的改變，透過以下的檢視，讓我們反省，我們在這期間可能學到了不少，自己也有所成長：

- 1.為保持社交距離，我們連教堂的彌撒及善會活動都不能去了，我們會不會因而更懂得珍惜，能夠親身參與彌撒及領受基督聖體的恩賜？我們有沒有以心神、以真理，藉著線上直播彌撒，誠心崇拜天主？我們的家人有沒有一起祈禱、讀經、研究教理、分享生活和信仰的經驗，裝備自己去傳揚福音？
- 2.無法出門，使我們都待在家裡。可能這是很久以來全家人一起待在家裡的時間，我們有沒有利用這寶貴的時間互相陪伴、交談、了解，有沒有多說：「謝謝」、「拜託」、「對不起」，使家成為愛的溫馨樂窩？
- 3.停課不停學，不少人也在家裡上班，省下

在疫情中看見祝福

不少交通往返的時間和開支；手機、電腦、網路變成每天最重要的聯繫工具，感謝天主讓我們藉著這些工具拉近距離。但我們有沒有警惕到這些工具可能隱藏的危害？有沒有學習使用這些工具需要的自律？有沒有想到善用這些工具去傳揚福音？

4.實施三級警戒前，雖然外國疫情洶湧，國人打疫苗的意願不大；疫情開始緊張時，疫苗卻供不應求。我們有沒有從中學習到國際環境詭譎，要時時保持警惕，居安思危？在國家有難時，各政黨能超越政黨意識形態，少批評攻擊，多鼓勵合作，以共度時艱。

5.雖然實施三級警戒，但人民居家生活所需基本無虞。我們有沒有感到「身在福中應知福」？感恩抗疫第一線的各位工作人員，並且盡力給他們物質和精神的鼓勵？我們有沒有感謝所有為民生安定做出努力的人？

6.疫情促使我們創新很多強身健體的運動，也使得我們意識到增強自身抵抗力乃最有效

的防疫。我們有沒有認識到心理健康也很重要，認識到過分的緊張、憂慮、埋怨等負能量的危害？

7.雖然疫情來源還不明確，但不論自然或人為，其實都與人的罪（破壞大自然生態，或人與人之間的仇恨關係等）有關。不少人說，「靈魂的病毒」才是疫情的主因。我們有沒有學到要去除我們的驕傲、嫉妒、貪婪、仇恨等靈魂的病毒，代之以寬恕、分享、合作、人類一體、共存共融的善念？認識到「人生活不只靠餅，而也靠天主口中所發的一切言語」（瑪4：4）？只有這樣，才能防範舊病毒的蔓延，以及新病毒的產生。

疫情絕對不是天主意願所致的，但天主容許不好的事情發生，一定會帶出更好事物的美意。危機即契機，天主常用一種想不到的方法給我們祝福。這疫情，有沒有讓我們看到這些祝福？



與主同行 祂將領我們乘風破浪

■文／李祖嵐（資深媒體人）



今年5月中旬爆發新冠病毒帶來的本土疫情，全國進入三級警戒，同時開始半封城的日常生活，餵養我們心靈的精神食糧——彌撒及所有教會活動也全面暫停，改為線上進行模式。突然腦海中浮現多年前一位同事好奇詢問我，在網路上看到「*The Church is not in a wooden house, but in your heart.*」是指什麼意思？當時我回說，「教會並不在於任何材質建造的房舍、或富麗的聖殿內，而是在你心裡，信仰不僅止於在聖堂參加彌撒，而是心中時時都有天主、與天主同在，這才是教會。」同事似乎有些明白，而我卻驚異於這不假思索、脫口而出的回應。

當晚，我試圖整理自己的信仰「邏輯」，發現當時可能因為從事新聞工作緣故，主日有時無法到聖堂參加彌撒，而一度感覺與天主很遠，便不斷學習時時與天主（其實是耶穌）聊天，將每日的心情故事與祂分享，或感謝、或抱怨、或交託、或質疑，因著天天傾訴內心悄悄話，漸漸覺得天天都是主日、並獲聖言滋潤（辦公桌上放有一本《聖經》），體會到「信仰不在於『主日教友』，而是整個生活」。

在疫情來臨前，教會（聖堂）就在那裡，張開雙臂擁抱我們，無論是參與彌撒聖祭，或獨

自在聖堂裡祈禱、陪伴主耶穌（其實是需要祂的陪伴），總能讓我們無助茫然的心靈，獲得安慰與力量。對於初期教會的艱困，能夠「領略體會」卻無法感同身受。而今年5月，因為三級警戒暫停彌撒的嚴峻情勢，與去年實難相提並論，彷彿進入以色列人充軍巴比倫時期的苦悶，「當我們坐在巴比倫河畔，一想起熙雍即淚流滿面……我若不懷念你，不以耶路撒冷為喜樂，就寧願我的舌頭緊緊貼在我的上顎！」（詠137：1-6）即使唱聖歌，仍像失了味的鹽！

在極度苦悶中，天主差遣塵封已久的記憶，喚醒我低迷的心志。是啊！誰說唯有聖堂（那棟建築物）才有安慰？聖熱羅尼莫不是說「不認識《聖經》，就是不認識基督」？對於時時引領、陪伴我們的主耶穌，想對我們說的隱密事，不都藏在《聖經》中，只要我們隨手翻閱，就能找到祂對我們的啟示。

我非常喜歡《聖經》裡描述天主召叫先知的過程，祂會用各種方法，讓被召叫的人無所遁逃。依撒意亞先知在看到異像時，喊著：「我有禍了！我完了！因為我是個唇舌不潔的人……」話語剛落，「當時有一個『色辣芬』飛到我面前，手中拿著鉗子，從祭壇上取了一塊火炭，接觸我的口說：『你看，這炭接觸了你的口唇，你的邪惡已經消除，你的罪孽已獲

赦免。那時我聽見吾主的聲音說：『我將派遣誰呢？誰肯為我們去呢？』我回答說：『我在這裡，請派遣我。』」（依6：5，6-8）

厄則克耳先知原為身分尊貴的司祭，因以色列亡國與王公貴族們全數被擄往巴比倫，面對耶路撒冷聖殿被毀，當時以民墜入絕望深淵。天主用另一種方式召叫厄則克耳，「『人子，將給你的吞下去。你吞下這卷書，然後去向以色列子民宣講。』我遂張開口，祂便使我吞下那卷書，並向我說：『人子，要吞到肚子裡，要把我給你的這卷書，充滿你的五內。』我遂吃了，這卷書在我嘴裡甘甜如蜜。」（則3：1-3）是的，當天主為我們排除各種掙扎的理由後，我們怎能不聽命，接受祂的派遣？背負著艱鉅責任，先知們在上主護佑下，努力宣告、示警。為了挽救這群執拗的子民，天主甚至派遣祂的獨生子降生成人，為我們的罪被釘在十字架，最後戰勝死亡、光榮復活！只要與基督同行，任何苦難都不會白白承受。

台灣至今本土染疫確診人數逾1.2萬人、500多人病逝，祈求天主止息確診者的痛苦、接納逝者的靈魂、護佑一線醫護的身心安康。疫情終將過去，紛亂的時局也必會重回正軌，與主同行，祂將領我們乘風破浪，即使艱苦，依然滿懷信心。



▲新事社會服務中心行動服務隊專員親赴漁港，向外籍漁工進行防疫宣導。



▲新事社會服務中心專員向外籍漁工發送醫療口罩及防疫物資等，並親切地嘘寒問暖。

▲外籍漁工們彼此練習監測體溫，確保健康安全。

疫起守護 為外籍漁工獻愛

■文／耶穌會資源開發室 圖／新事社會服務中心

隨著本土新冠疫情升溫，社會氛圍更加緊繃，「標籤化」現象此起彼落，許多人紛紛互相猜忌，甚至相互對立，擔心自己被傳染了病毒。

感謝社會大眾愛心支持

耶穌會新事社會服務中心有鑑於外籍漁工都在偏僻地方工作及生活，資源可近性低、防疫物資購買不易，因而籲請社會大眾募集口罩等防疫物資，許多善心人士相繼致電詢問，如何捐贈口罩及需求數量等。去年短短幾星期，就募集到逾5千片以上防疫口罩及相關物資，中心特別感謝社會大眾的積極響應，從中看見防疫不僅是做好自我保護，也需要透過協助周遭的人，才能夠架構起真正的保護網，保護自己及他人，有效抑制病毒的散播。

5月中，本土疫情突然爆發出現社區感染現象，新事外籍漁工行動服務隊專員將中心募集的口罩透過無接觸的方式，盡快發送給新北市及基隆市的第二類漁港的外籍漁工們，同時宣導政府當下的防疫政策，請漁工們配合減少移動、外出的機會。

由於外籍漁工工作需要消耗大量體力，每天大量出汗，而汗水會弄濕口罩，每日因而需要更換好幾個口罩。外籍漁工的生活大多是居住在船上，群聚現象難以避免，防疫物資除了需要口罩外，也需要酒精等消毒用品。此外，外籍漁工生活及工作除了在船上，還有港邊，因此會接觸到許多人，例如：船主、同港漁工、港邊路人及協助搬運魚貨到市場時的人等，除了需要口罩防護外，還需要透明面罩來減少飛沫的接觸。

將天主慈悲帶給弱小者

「依納爵禧年」提醒我們要與弱勢者站在一起，外籍漁工是身處弱勢的邊緣者，他們正缺乏保護自己與他人的防疫物資，耶穌會資發室偕同會內的新事社會服務中心發起募集「防疫安心包」的活動，將募集所得物資轉贈外籍漁工，誠摯邀請社會大眾一起來關懷這群弱小的弟兄們！

本土疫情警戒提升到第三級，至今尚未趨緩，中心去年募集的口罩發送所剩無幾，因此，期盼有愛並樂於助人的社會各界捐贈口罩、面罩或消毒用酒精，提供外籍漁工們防疫使用。中心預計募集至少250份「防疫安心包」，「防疫安心包」中包括：一盒50片口罩、2個防護透明面罩、1罐消毒用酒精，可提供每位漁工至少1個月的防疫所需。將所有防疫物資分送給漁工們使用，讓他們安心、平安度過這次疫情，懇請社會大眾響應捐贈，唯有人人付諸行動，才能真正保護好你我的健康！

新事服務團隊同時將加強培力宣導漁工們的防疫觀念及方式，在培力過程中，教導漁工們正確配戴口罩，彼此確認口罩配戴方式及是否具防護效果；並強調目前台灣疫情狀況，請漁工們盡量減少移動，降低群聚可能，若非必要，善用通訊軟體連繫，非不得已必須外出時，務必正確配戴口罩及勤加洗手，降低感染風險。

以服務與關愛戰勝一切

在這波新冠疫情中，誠如教宗方濟各於今年《世界和平日文告》所言：「面對此疫情，『我們明白我們都在同一艘船上，每個人都

很脆弱迷惘，但每個人都很重要，別人也需要我們，我們都必須同心合力划槳』，因為『沒有人能只靠自己而得救。』防疫不只是保護自己，同時也要關心周遭的人，疫情中，沒有人能置身事外，唯有發揮同舟共濟的精神，展現對彼此的憐憫和關愛，才能戰勝疫情！

►傳愛外籍漁工，支持《防疫安心包》。



通功代禱

耶穌會士
狄若石修士
(Bro. José María Díez,
S.J.)，慟於
主曆2021年6
月17日上午5



時30分，於西班牙巴利亞多利德蒙主恩召，享壽88歲。

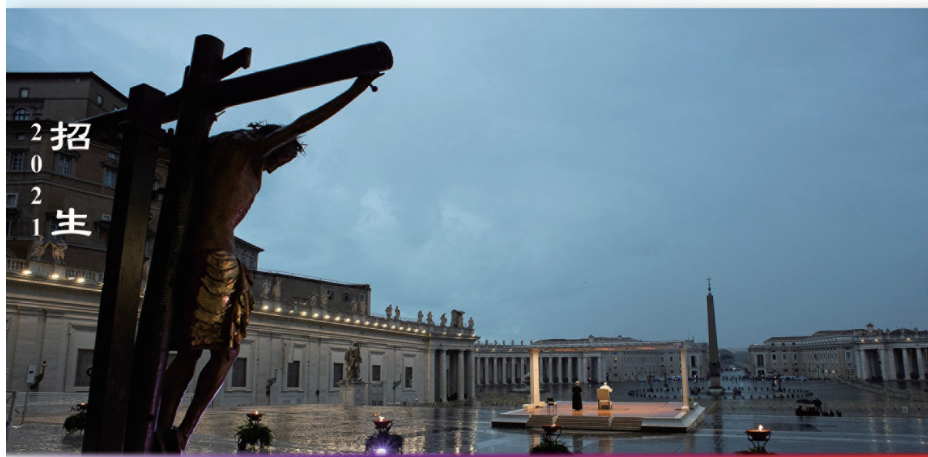
狄修士生於1933年3月29日西班牙帕倫西亞省Calzada de los Molinos；1953年4月4日在西班牙薩拉曼卡入會，1963年8月15日在西班牙薩拉曼卡發願，於2019年7月31日暫轉至西班牙省。

敬請神長、主內弟兄姊妹及生前好友主前代禱，祈求天主賜予狄修士永遠的安息。

天主教耶穌會中華省
會長周守仁 啟

輔仁聖博敏神學院

FU JEN FACULTY OF THEOLOGY OF ST. ROBERT BELLARMINI



與救贖的偉大奧跡合作，真正成為救恩的使徒

大學制

神學系、教義學系(牧靈組、教義組、福傳組)
招生簡章及相關文件請至輔神網站下載
報名日期：即日起至2021年7月15日止
入學考試：第一梯次2021年7月 9日(五)
第二梯次2021年8月 6日(五)
註：請注意本院最新公告或通知

研究所 採申請入學

輔神網站 | <https://theology.catholic.org.tw/bs/>
報名信箱 | ts0023@mail.fju.edu.tw
洽詢電話 | (02) 2901-7270 分機 504、259
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 收



曉明女中線上畢業感恩祈福禮

■文·圖／曉明女中宗輔室

為落實新冠疫情中「零接觸」、「零距離」的防疫措施，曉明女中高中部第53屆、國中部第56屆畢業感恩祈福禮，於6月5日以線上直播方式舉行。流程包括生命教育的四道人生：道謝、道歉、道愛、道別，另增加道賀。

時光荏苒，歲月如梭，幾年前，這群孩子們開始了曉明校園的生活。畢業感恩祈福禮中，除了慶祝畢業生們完成在校的學習生活，也祝福他們邁入人生學習的另一個階段。

今年的畢業感恩祈福禮非常特別，曉明女中與世界共體時艱，為遵照衛生福利部疾病管制署的防疫規定，同時貫徹校方想為畢業生隆重舉行畢業儀式的心願，在眾所矚目、引頸期盼及校方積極廣邀各界下，懷著感恩的心舉行線上畢業感恩祈福禮，為畢業生創造難忘的回憶，頌揚天主的恩寵。

畢業祈福禮也表達畢業生對過去幾年來父母、師長們的教誨、提攜和陪伴的感激之意，更感謝在天主助佑下，讓他們平安、順利地完成在曉明學習的階段，同時祈求天主繼續護佑畢業生們，在往後的人生旅途一路順遂。

線上畢業感恩祈福禮中，播放本屆高中畢業生代表的同學事先預錄的影像，娓娓道來3年來的學習歷程及體悟；高三畢業生王淇秀同學等也透過回顧在校園歲月裡，與師長同學經



▲曉明女中校長劉瑞瓊修女致詞勉勵畢業生

歷的點點滴滴為創作靈感，真摯呈現〈Hands up! Stella〉歌曲，曲中唱述：「話說疫情肆虐的季節，正值二八年華的我們丢失了很多應有的回憶，就連18歲都因此缺少了好大一塊，無論是那些未能展演的歌曲，還是畢冊上那些墨水做的廉價寶藏。18歲的史黛拉，擠出微笑、舉起雙手吧！就算青春很難，我們也要過得不平凡。」藉由歡快、富有青年創意的曲調，紀錄並感恩在校的美好時光。

禮儀中，平時默默守護著全校師生的校長劉瑞瓊修女，特別贈送高中畢業生《一分鐘祈禱》書籍，勉勵畢業生透過祈禱，在生活中尋求力量；國中部畢業生則收到一尊仿製校園內至真樓前的曉明聖母態像的雕像，希望同學們睹物思情，憶起天上慈母不時為我們主前代



▲曉明女中線上畢業祈福禮，會場布置隆重溫馨。

禱。隨後，劉修女帶領獻唱〈活出愛〉，期許每位畢業生作地上的鹽、世界的光，活出耶穌的愛，成為他人生命中的祝福。

畢業感恩祈福禮在禮成之前，全體畢業生接受校長派遣進入人群，劉修女再次溫馨叮嚀畢業生們：「師長的使命是教導、提攜、陪伴你們，讓你們將來造福人群，也就是承行天主的旨意。如今，曉明的校園生活已告一段落，是你們發揮的時刻了，希望將來你們能時常仰望上主，覺察祂的旨意，成為上主造福人群的最佳尖兵！」

隨後，邀請全體畢業生一起用〈校歌〉來答覆派遣。禮儀最後，在〈薪傳〉的惜別歡送歌聲中，畢業生帶著校方的喜悅與祝福，肩負起曉明人的使命，喜樂踏上人生的新旅程。

疫情期間的失落陪伴與關懷

■文／陳怡如（康泰醫療教育基金會全人關懷師）

最近一位朋友的友人，因為在新冠疫情中染疫，他的家人在醫院隔離中過世了。往生者走得孤單，家屬無法在他最後一刻陪伴在側，沒法好好道別，心裡也感到很悲痛和自責。面對摯親離世後，家屬只能簡單地辦理家祭，更感到極度無奈、落寞和感傷。朋友很關心這位友人，就詢問我疫情期間碰到這樣的親友，要怎麼問候或關懷比較好呢？

這的確是個很重要的議題，在此針對因為疫情確診或重症必須隔離的住院病人，和哀傷的家屬進行分享，如何在疫情期間適切的問候或表達關懷。

一、針對因為疫情必須隔離的確診或重症病人：

1. 電話或是手機視訊關心隔離病人，盡可能讓病人感到不孤單。在電話或視訊中，可以具體表達自己的關心和問候，表達對病人的肯定或欣賞、擔心或是不捨；應避免空虛的問候，例如：「你好嗎？」、「加油喔！」等。
2. 藉機表達感謝（具體事蹟）、道歉（為沒法為他／她做的）、愛意等。
3. 傳遞病人喜歡的音樂檔、短片，給病人排憂解悶。
4. 詢問病人住院的擔憂與心情，聆聽病人的煩悶與心情，讓病人感到不孤單，有人試著理解。

5. 詢問病人和其家屬實際的需求，協助病人和其家屬具體實質的幫助，例如：協助網購生鮮蔬果、購買住院的盥洗衣物等，以減少病人對家人的牽掛和擔憂。

6. 為病人和家屬的心靈和身體需求念經、祈禱。

二、針對喪親的染疫者家屬：

1. 電話或傳訊息致意，實際分享自己知道親友離世的消息時的心情，例如：震驚、不捨、難過等；應避免一些虛空的安慰，例如：請節哀、加油等。
2. 分享和離世者的深刻美好回憶，和最欣賞、感謝他／她的地方。
3. 詢問喪親家屬實際需要幫忙的地方，例如：購物、準備伙食、整理逝者物品等，視自己的狀況量力協助。
4. 詢問家屬需要特別幫忙代禱的人或事項，為哀傷家屬特別的需求具體祈禱，或和他們一起用手機或電話祈禱，將哀傷者的心情傳達給上天。
5. 針對喪禮無法參加表示遺憾與致意，或準備家祭喪禮等需求的實際幫忙，例如：製作逝者的回顧短片等。
6. 和逝者的親友一起建立一個網路空間追憶逝者，空間可以上傳和逝者的合照、祝福和追

憶的小故事等。或是辦理線上追悼會，一起分享對逝者的懷念，記憶深刻的回憶等。

在因為疫情隔離，人心感到不安與不確定感的這段時期，令人最擔心的，是被隔離病人的孤單與無助感，還好現在科技發達，可以運用視訊或是網路媒介，協助人與人能隔空關懷和親近。另外，哀傷的家屬因為宗教或文化儀式的簡化，減少了透過這些重要的儀式可以哀悼逝者的機會。然而，這也可以改成線上追悼會和懷念空間，讓人們能設計更活潑、更方便與人分享懷念逝者的空間，並且得以長久保存。

雖然疫情讓許多人民面臨了失落與死亡的威脅，但也讓我們更加意識到生命的有限與人的限度，而開始謙卑地尊重大自然的循環，正如有出生就有死亡、有四季更替，但寒冬過去後，又將迎回大地復甦的春天，生命的號角也將重新響起。

讓我們在這必須告別與不捨的時刻，學習運用不同的方式，把愛傳遞，讓陪伴的旋律能依然響起，即使我們暫時還不能碰面，但相信，終將有那麼一天，我們可以給予彼此大大的擁抱！

► 了解更多「成人哀傷撫慰種子培訓課程」



至善線上靈修 善度疫情下靈修生活

■文／郭芳贊 圖／臺北市至善老人安養護中心院牧組

西方諺語說：「當天主為你關了一扇門，同時會幫你開一扇窗。」位在陽明山上的「臺北市至善老人安養護中心」，為保護住民於新冠疫情嚴峻之際，身心靈健康，安全無虞，除了中心內落實各項防疫措施外，員工和住民們也減少非必要之外出，以避免群聚感染之風險。

由永和耕莘醫院照顧的近400位至善年邁住民，在謹遵政府對長照機構的相關規定之下，新任李文傑主任指示院牧組同仁，利用普遍持有的手機，教導住民學習視訊操作，開始線上祈禱，善度抗疫時期的靈修生活。

院牧組康美雪關懷師表示，昔日至善於每天的早禱誦念玫瑰經，下午3時，誦念慈悲串經；另規畫每周一的宗教日舉行天主教主日彌撒、基督教團契及佛教聚會；每周二上午的中文聖經班，下午的英文聖經班；每周三下午的慕道班等，皆照常進行，惟形式上改為視訊，每位線上參與的住民和同仁在各自的房間裡，透過手機螢幕同時進行。

每日早禱的玫瑰經由一人領經，其餘人透過手機螢幕跟著誦念。「線上中文讀經班」、「線上慕道班」，以及潘雅婷、柏悠嵐兩位印度籍修女帶領的「線上英文讀經班」也於日前相繼上線。此外，至善配合政府法規，謝絕訪客至6月28日，期間，中心的聖堂及佛堂仍對住民開放，提供個人單獨進入默禱敬拜，滿足住民靈性上的慰藉和需求。

雖然在志工們相互學習手機視訊功能期間，發生了老人視力茫茫，不諳手機操作，關機退出時，不慎把別人退出群組的趣聞。住民秦愛馨姊妹表示，剛開始學習時好像玩捉迷藏，有時找到影像，按一下卻消失，在院牧組人員指點迷津下，她才成功上線，現在已駕輕就熟，並享受著與天主線上對談的喜樂！

受洗未滿一年，曾任護理長的住民黃瑞英

姊妹表示：「親自參與聖堂祈禱活動，可感受到人與人見面時的親切感。然而，線上祈禱時，要秉持自己對上主的『誠心』參與，線上祈禱則要憑藉個人的『思維』，但始終能感到上主的同在。」黃姊妹強調，線上宗教活動讓自己更接近遠端教會，像是新加坡的聖堂如此莊嚴美麗，目前僅能在線上觀賞！而「主日線上感恩祭」，更是讓各地教友或非教友都能線上觀禮，同享無遠弗屆的恩典。

住民林德姹姊妹表示，這次疫情侵襲台灣來勢洶洶，至善安養護中心決定，謝絕親友探訪，住民非必要不得外出，外出時必須告知到訪地點和搭乘的交通工具；中心並宣導住民回到房間後，立即換下衣服，洗頭、洗澡、洗衣等，對於中心人員不時為住民的健康嚴加把關，甚是感激！她說道：「畢竟我們是在同一艘船上，同在這地球村生活著。」

然而，自從至善每天的晨禱、周二的讀經活動、周三的慕道活動等改為線上舉行後，林姊妹心裡總覺得不踏實，頓時缺少聖堂裡的莊嚴感，更少了人與人接觸的溫度。但是，她強調，這種疫情中的試煉，教友只能順服接受，此時不妨回歸到自己的內在，傾聽天主給我們的啟示，「生活在天主之內，本來就有歡笑有傷悲，將我們線上的共融奉獻給天主，誠心祈願蒙主悅納，蒙主垂憐，讓疫情早日消弭，人民儘快回復昔日的生活型態。」

資深媒體人郭保祿認為「線上祈禱」是科技時代孕育的創新靈修方式，現代人工作繁忙，生活壓力緊繃，很難撥冗聚集祈禱，尤其目前社會普遍對家庭倫理的觀念淡化，家庭成員間關係疏離的現象十分普遍，若能利用視訊的科技之便，與遠方家人維繫情感，或深化彼此信仰，不失為一個可行的方式。

他進一步建議，若教會團體能運用科技來促進區域性合作，或共同舉辦宗教活動，比如召集全球各地華人教堂和教友在7月9日「中華殉道諸聖節」，以線上感恩祭緬懷中華殉道聖人，並為世界各地信仰不自由或遭受迫害的神長和信徒們祈禱，更能凝聚普世華人教友的向心力，並增進對教會的歸屬感。他並強調，面對疫情嚴峻，教友更應分辨天主在這次病毒災害中，試圖喚醒世人的真意。



▲至善老人安養護中心的住民，運用視訊早禱，誦念玫瑰經。

去年聖誕節領洗的劉世珍姊妹表示，很高興用視訊祈禱，她並特別感謝兩位修女和康關懷師對她的細心協助和照顧。

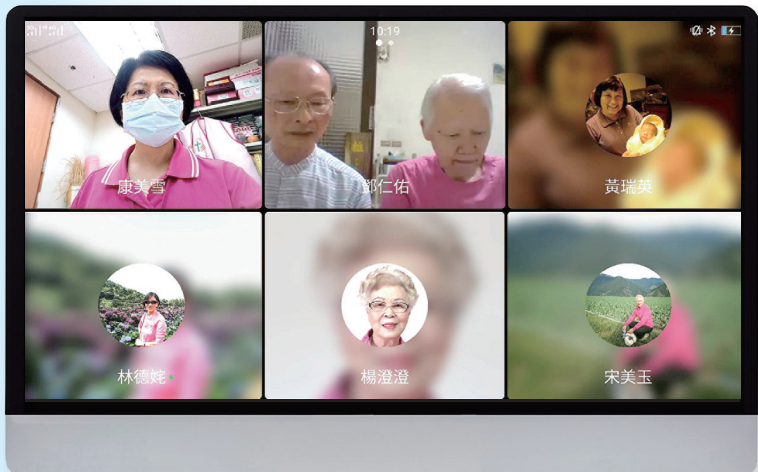
於至善院牧組服務的印度籍潘雅婷修女提到：「新型冠狀病毒侵襲全球，造成普世人心惶惶，疫情發生起初，我很高興台灣尚且平安，與其他國家相比要相對安全，但突然再次爆發的疫情，讓我感到很震驚！此外，在我服務的場所，所有活動都因而取消了，我很失望。但是，感謝天主，至少可以在網上祈禱和與長輩交流，讓我得到些許安慰！雖然這並不是成就什麼大事，但在這種情況下，做些什麼總比什麼都不做更有幫助。我祈禱疫情很快改善，及早恢復正常生活，與所有人再次一起敬拜天主。」

同為印度籍的至善院牧組柏悠嵐修女說到：「因應疫情，我們用視訊祈禱，看到教友長輩們願意學習很開心，他們每天在固定的時間裡祈禱，透過視訊，也可以對非教友的長輩們作福傳。雖然取消公開活動，長輩們難免感到失望，但因為開放視訊祈禱，使長輩們又再次燃起了希望。」

康美雪關懷師表示，很開心透過網路持續進行為住民的靈性關懷與宗教福傳的服務，看到長輩們認真地學習，雖然有些長輩不熟悉手機操作，甚至小插曲頻頻不斷發生，然而，長輩們「活到老，學到老」的精神，著實令她感到敬佩！此外，她觀察到每逢假日，工作人員雖然休假，因而少了平日的叮嚀，長輩們依舊自發性地地上線誦念玫瑰經，下午上線誦念慈悲串經，勤奮靈修的精神，令人深受激勵和感動！

疫情下的至善老人安養護中心，住民們雖然無法如往常般聚集祈禱，然而，透過線上靈修，他們得以在線上共融，深刻地體會到經上所載：世上的一切，「都不能使我們與天主的愛相隔絕」（羅8：39）。

祈願這愛主愛人之情，在至善永續發光。



▲線上中文聖經班實況

台北總教區聖召工作坊 凡走過必留下痕跡

■文·圖／台北總教區牧靈福傳處

今年3月份起，台北總教區牧靈福傳處推出「凡走過必留下痕跡——聖召工作坊」，邀請台北總教區秘書長羅際元神父主講，獲得青年熱烈回響，好評如潮。工作坊分享內容從廣義的聖召開始——如何度一個聖善的基督徒生活？目的是讓更多的青年學習如何善度信仰生活、了解什麼是分辨、為什麼要分辨、如何分辨等。羅神父以輕鬆愉快、深入淺出的方式進行交談，參加的青年們皆表示獲益良多。

分辨聖召 從養成自我覺察做起

首先，「聖召」就字面解釋是，天主對人的召叫，以及人的回應。廣義的定義是，天主對每個人都有其獨特的邀請；狹義是指向婚姻、司鐸、獻身生活者等。不論我們答覆哪一個邀請，首先應照顧好自己和天主的關係，度一個規律的生活。

我們了解自己的喜好、對不同人事物，自己內心真實的感受嗎？我們是否在生活中，有意識地覺察自己的情緒和態度？我們認識自己的「真我」嗎？事實上，分辨的基礎在於「覺察」，而好的自我覺察方式，就是有一個規律的生活，因此分辨的目的，是為了更了解自己和天主的旨意。

當我們知道自己對某些事物感興趣，或覺得枯燥，這就是在覺察。每天的覺察並記錄下這一切，將更認識自己的限度、軟弱、優勢，而這些覺察累積而來的經驗，也會幫助自己有目標的過生活。在工作坊中，羅神父用GPS做說明，正如使用GPS前，先要做的第一步是什麼？定位，要先定位自己的位置，進而才能使用。

定位，就是覺察，就是積極地認識「我是誰」。而將此概念延伸到信仰層面來看，我們與天主的來往的經驗中，我們所認識天主的樣子？從這經驗來看，我們看到了天主的樣子，也經驗了天主是怎麼看我們的，而這經驗讓我們願意不斷地走向天主對我們的期待，答覆祂的邀請與召叫，因而與天主建立一份歸屬，而這歸屬讓我們穩定地向前邁進。



▲▶羅際元神父（後排左二）於聖召工作坊席間的現身說法，引發與會青年們的強烈共鳴。

經驗借鏡 聖依納爵的歸依歷程

耶穌會會祖聖依納爵·羅耀拉，他生於貴族家庭，也是一位天主教徒，但年輕時，對信仰並不虔誠，想的都是王公貴族的生活、怎麼成為英雄、建功立業、遇到漂亮的公主等；然而在一次戰役中，他的腿被一個炸彈炸傷，甚至瀕臨死亡，當他被送往家鄉醫治休養後，他第一次嫌腿太醜，要求醫生再開一次刀，當時沒有麻醉的技術，由此可知，他非常在意他的外貌和自己是能否繼續回到戰場成為英雄。

養病期間，他一直躺在床上很無聊，便問家中的僕人有什麼書可以看？他原本期待是騎士小說，但當時他的家中只有《耶穌傳》和《聖人傳》兩本書籍，只好湊合著打發時間。他在閱讀《耶穌傳》和《聖人傳》的過程中，感到熱血沸騰，心想自己也可以像聖方濟、聖道明一樣做著他們所做的事。事後，他也覺察到自己內心的變化，每當他想起聖人們的事蹟，內心便感到無比喜樂，而想起過往所嚮往的榮華生活、功名利祿，卻感到枯燥乏味。他將自己的內心所產生的巨大變化紀錄下來，使他第一次經驗到什麼是自我覺察與分辨。

因此，在自我覺察中，人會不時地發現自身有需多需要「犧牲」和「奉獻」之處。

「犧牲」是為了成就某事，卻發現自身的不足，而加以修正和捨棄。但「奉獻」是個人知道應該要做的是什麼，卻發現自身沒有，而為了成就某事加以付出學習，這就是耶穌的使命。所以一切從初衷開始，是為了要答覆，而且不單只是答覆我要的，更多是答覆天主，並問祂說：「祢要我為祢做什麼？」

每日省察 5 步驟循序漸進操練

「分辨」是為了找到天主對我的召叫，認識天主在我生命中所賦予的使命。分辨的基礎在於覺察，是需要每日操練，學會看見自己，自我反思而找到自己生活的節奏。因此，我們需要好好思考「想要」、「需要」、「必要」的區別，知道自己的內心歸屬，謹記所做的是為了活出天主所給予的生命。所以，每日省察應成為生活的習慣，應於每日操練。

每日省察步驟：**1.光照**：打開心接受天主，願意交託，以天主所中悅的方法來做選擇。**2.感謝天主**：感謝天主賜予的生命，給我們分辨的恩寵與勇氣。**3.回顧每日生活**：從時間軸來看，認識自己做些什麼，知道那些做得不錯、可以

更好，也看到在這些事件過程中，我的情緒、感受、態度為何。**4.面對**：對於自己沒做好的部分，求主寬恕，期待做得更好。**5.行動**：面對自己的軟弱與不足之處，找出行動方式來調整自己，進而可以幫助他人。

承行主旨 不斷更新及開放自我

工作坊過程中，青年們也好奇地詢問：「如果選擇了又後悔，怎麼辦？」「當初的分辨就是錯的嗎？」羅神父說明避免產生「後悔」的方式，在於過程中不斷地省察和分辨。比如，當我是妻子，我渴望成為一位什麼樣的妻子？當我是爸爸，我想要成為一個什麼樣的爸爸？當我是神父，我渴望成為一位什麼樣的神父？這分辨是持續且不斷被更新的，所有的經驗都幫助我們越來越走向天主。

另有青年詢問：「我怎麼知道我所選擇的是天主所要的？」羅神父提醒，我們都是天主所創造的子女，天主已在每個人內在放入祂的計畫和渴望，我們可以在生活中，透過省察自己的傾向與渴望，越來越清楚發現天主在我內在的邀請，而作出積極的回應。

羅神父透過比喻作說明，人的觀念就好比一個馬克杯，水，象徵天主的恩寵，當水倒滿馬克杯時，人會說：夠了，不要再倒水了，停了！但從天主來看，天主的恩寵要倒在人身上是不會停止的，是會持續甚至滿溢的。天主看的是，人是否願意讓自己被擴大，如同換上更大的杯子，繼續承接祂源源不斷地恩寵。

事實上，當我們越能自我覺察與分辨，越來越有意識地過生活，我們自然就會有這樣的體驗。當我們願意活出基督徒的生活，每到一個里程時，我們就會收到新的邀請，而我們是否願意積極回應天主的邀請呢？

聖召工作坊的尾聲，羅神父再次提醒並邀請我們，每天讓自己時間停下腳步，作每日省察；積極找一位神師，並在神師陪伴下一起檢視生活，進行分辨。將每日的分辨紀錄下來，則是一個很好的方式，幫助自己回顧天主在我們生活中的痕跡與賜予的恩典。

主愛的弟兄姊妹，這個工作坊，是否也吸引著您呢？您渴望善度基督徒生活嗎？您願意認識如何在生活中做覺察與分辨嗎？歡迎持續關注聖召工作坊的訊息，並誠摯地邀請您一起來參與！

▶聖召工作坊





聖召工作坊

凡走過必留下痕跡

覺察天主在我們生活中臨在

講師：羅際元 神父

分辨是什麼？

如何分辨？

為什麼要分辨？

主辦單位：台北總教區牧靈福傳處

高雄教區2021年未婚青年聯誼活動

「我的愛人！願你仿效郁香山上的羚羊或幼鹿，趕快跑來！」（歌8:14）

■文·圖／高雄教區聖化家庭福傳中心

高雄教區聖化家庭福傳中心為提教會內弟兄姊妹對兩性及婚姻觀念的正確認知，並協助教會未婚男女選擇合適的對象，進而建立基督化家庭。中心特別在全台防疫三級警戒實施之前，於真福山社福園區，舉辦為期兩日的未婚青年聯誼活動，獲得40多位教會內的未婚青年男女及十多位服務夥伴踴躍支持及參與。

在聖化家庭福傳中心及未婚青年服務團隊的精心規畫及積極邀請之下，期許參與者以青春洋溢的活力及坦誠真摯的心意，學習健康成熟的情感智慧，追求真愛，邁向更幸福圓滿的人生。

♥因愛相遇 主內聯誼尋真愛

活動當天，未婚青年們帶著新鮮又好奇的心情，夾雜著對彼此陌生及羞怯的感受，齊聚在真福山。為了讓大夥兒一見面就擁有三分情，不致於產生尷尬或不自在的情緒，先由鳳兒老師帶領大家進行破冰活動，為聯誼行程揭開序幕，透過鳳兒老師活潑生動的帶領，讓大家在極短時間內就卸下心防，融入既自在又喜樂的氛圍中。

接著，進入男女青年互動的成長學習課程，從「男女情感智慧的溝通」課程中，針對男女交往的創意約會開始，認識男女心理的差異，建立接納與了解的歸屬感，並了解如何避開男女相處的地雷區。

隨後的「相親茶坊」、「我想更多認識你」如何找到相襯的伴侶」等課程中，進一步學習愛的真諦，創造個人的CP值，尋求從相識、相知到相愛的情感智慧。

♥因愛相知 勤學深思共建愛

其中，在「魔法教室」的互動課程中，列出6項議題作為男女交往前觀察注意的討論事項：1.交往對象宗教信仰不同時，面對的方法與看法；2.從「有其女必有其母」、「有其子必有其



▲高雄教區於本土疫情再次升溫前，舉辦未婚教友青年聯誼活動，成果豐碩！

父」的論點，提供想結婚的情侶作為參考；3.對男女性關係的態度，以及試婚、同居的觀點；4.男女交往時或未來走入婚姻後的金錢觀；5.對於「和一個人結婚，就是和一個家族結婚」的看法；6.交往對象和自己個性不同時，未來相處上的磨擦或互補的可能性。

青年們對於每個議題呈現高度興趣，討論十分熱絡，加上陪伴的老師們適時地穿針引線，起到帶領和提示的作用，幫助這群青年在戀愛的學習成長及未來建立婚姻家庭上，有正確及具體可行的理念和方法，也得以更有信心和智慧地邁步向前。

第一天的晚禱中，中心特別安排了溫馨感人的音樂祈禱，一首首動人心弦的音樂，在電子琴與吉他交織的伴奏樂聲中，參與者的身、心、靈在主內得到安慰與舒暢，深深感覺在祈禱中與主親近的美好，這也是教會未婚青年聯誼活動與坊間聯誼活動最大不同之處——祈求天主的臨在和帶領。

♥因愛相守 滑向深處迎向愛

除了婚姻成長課程及靈修祈禱外，中心也規畫許多聯誼團康活動，例如，青春洋溢的「活力早操」與「活潑歡唱帶動唱」；讓小隊男女青年展現團隊精神，合作完成的「大地遊戲」；兼具感性和知性的「情境劇的創意晚會」；青年們使出渾身解數，大放舞技的「雙人舞池」等活動，這些活動讓青年們在既趣味

又溫馨的氛圍中，快樂而自信地跨出迎向愛的第一步。

此外，活動中安排「小天使與小主人」的活動，開啟了男女真誠關懷的美好互動，其中有真情告白，也有兩情相悅。活動最高潮的時刻是「我只在乎你」配對成功的揭曉，青年們在兩天的互動及相處中，產生互相心儀的對象，愛我所選擇的，選擇我所愛的，每一位選出欣賞仰慕的對象，如果對方也互選，也就「配對成功」。透過兩日的活動，配對結果終於出爐，這一期竟然有7對新人配對成功，成果令人讚嘆！大夥兒祝賀這些配對成功的新人，預祝有情人終成眷屬。而沒有配對成功的參與者，也表示願意於未來持續保持聯絡，維繫難得的友誼，把握可能後來居上的情緣。

♥因愛相伴 同心合意傳主愛

兩天的聯誼活動，圓滿落幕，然而，青年們於活動中所締結的情緣及在愛中成長的渴望，仍不停歇。教會中有許非常優秀傑出的未婚男女青年，只是缺乏機會互相認識，透過聖化家庭福傳中心建立的平台，開啟了男女認識的橋梁，幫助雙方在交往中的了解及溝通，同時，也對未來邁入婚姻，有了更清楚的認知與了解。

此外，也特別幫助青年在信仰恩賜的基礎上，建立天主所祝福的婚姻——當兩位基督徒男女在天主的愛中，學習彼此相愛、寬恕、捨己、順服時，他們在教會內的婚姻，不僅提升為聖事，且夫妻彼此在主內無私的愛和付出，更能經驗到天主對婚姻豐沛的祝福，成為為主服事，彰顯主愛強而有力的家庭信仰見證。

幫助青年男女認識婚姻的真理，建立更多基督化的福傳家庭，是教會當務之急，為每一位基督徒更是責無旁貸。為此，誠摯歡迎廣大未婚青年教友們的參與，以及更多教友的獻身服務！



▲課程在講師生動活潑的帶領下，參與者心神專注地聆聽。



▲議題討論中，發言十分踴躍，氣氛熱絡非常。



▲課程由林俊雄老師（右）作精闢主講

◀溝通與傳播中的教理講授課程全班師生歡欣合影

《溝通與傳播中的教理講授》研習課程 與基督相遇乃是點燃教理講授的能量和動力

■文·圖／中華南懷仁文化交流協會

今年春天，在聖神的引領下，「中華南懷仁文化交流協會」成功開辦了《溝通與傳播中的教理講授》研習課程。感謝天主！課程從3月開始至5月發布三級警戒前結束，為期10周，每周2小時。課程是以《溝通領域中的教理講授——信仰本地化的重要性》一書作為課程主要內容和架構。參加課程的20位學員主要來自台北總教區各堂區，其中4位學員是目前就讀於輔仁聖博敏神學院的大陸籍神父和修女。

講師林俊雄老師除了幫助學員理解本書的內容，也藉此課程把2020年3月教會頒布的《天主教教理講授指南》做了重點式整理，作為學員研討的一部分。林老師特別點出，教會自梵二大公會議後頒布了3份《教理講授指南》，分別於1971年、1997年和2020年出版。1971年和1997年版本是由「宗座聖職部」出版，而2020年版本則由「宗座推動福音新傳委員會」出版。從出版單位就能看出教會對於教理講授看法的轉移。換言之，教會如今更強調傳道員的福傳使命，也強調每位受洗者皆為新福傳的使徒，教友必須找到新的語言來傳遞信仰。

教理講授的角色不限於在教會內傳承信仰，簡言之，不局限於大部分人刻板印象中的主日學。教理講授必須在教會各事工中落實功能，使教會的福傳使命發揮得更加淋漓盡致！

找回教理講授的生命力

仔細檢閱教會目前各種教理教材，不難發現缺乏了些許歷史的脈絡。我們有必要透過歷史的座標體會信仰傳遞的發展。初期的教會，「宣講」又稱「宣信」，或「初傳」（Kerygma）是傳揚基督福音最直接的方式，隨著時代的推移，教會的宣講方式也搭配了教學技巧法，因而開始加入人類的心理發展成分，歸納出各種教理講授模式：初傳模式、慕道模式、人類學模式和歷史先知模式等。課程清楚交代了這些教學模式的演化軌跡與邏輯，也分析了當代教理講授運動的共識、矛盾、衝突和張力。除了對人類發展的著重點有所區別外，這幾個教理

模式的共同焦點是：「信仰所處的文化環境」。因此，本地化議題是此次課程討論的重要一環；講師根據本書及教理講授指南的建議，與學員一起探討了教理講授在今日社會的可能性與迫切性。

教理講授的本地化

當今傳道員必須思考的根本問題：「信仰如何在多元化及世俗化的當今社會傳遞與表達？」這問題沒有簡單、標準、或一定的答案。不過，我們可以借助「觀察」、「審斷」、「力行」的方法來分析自己所處的社會，從中找到最合適的信仰傳播方式。課程建議從3個基本主軸來分析及研究教理講授在地化的可能性：「場所的本地化」、「內容的本地化」、「教學法的本地化」。社會絕對不缺乏認識天主的資源、元素和價值體系，本地化就是在日常生活中，不斷辨識天主的旨意。

自我整合，傳遞信仰的色、香、味

此次課程是將教理講授放在「溝通／傳播」的架構下來探討，因此，課程一開始就釐清溝通和傳播的概念，讓學員回到自己的「文化背景」透視「溝通」問題，思考如何讓信仰的傳遞落實在本地教會。林老師透過個人的神學反省、生活經歷、故事和比喻，邀請學員一起思考如何讓「活在我內的基督」及「我與耶穌相遇的故事」呈現在個人生活及教會生活中；如何活出充滿「色、香、味」俱全的信仰喜宴；如何讓無形的天主，透過我的見證而得以「看得見、聞得到、摸得著」。如此，教理講授猶如擺設基督信仰宴席，讓人可以前來分享與慶祝。

學員在課程最後被要求分為4個小組，根據他們所處的堂區的實際狀態及需要，結合課程所提出的溝通觀念及建議，設計出一個牧靈教



◀學員分組討論時互動熱絡、氣氛融洽。

理講授計畫案。計畫案務必要在創意與務實之間取得平衡；要放膽地想像、創新，但不能遠離基督信仰的核心。每個小組都呈現了充滿遠見、深度、創意、可行性高的計畫，讓我們深刻感受到聖神的引領。

以下摘錄部分學員的課後分享：

「此次課程對我幫助很大，無論寫論文還是準備道理，都以溝通的元素來作準備。我相信這樣準備出來的道理，比之前的更生動、更引人注意、更接地氣。」

「教理講授不是傳遞一套理論知識，而是見證活生生的生命之主：見證基督不單是以口，更是以生命來宣告，讓他人從我們身上看到、經驗到那位真實生活的主，『有血有肉』地在我我生命中的臨現。」

「感謝林老師將一本生硬的書轉化成有趣的課程。從老師的講解中，可看到教會對教理講授的重視與付出，只可惜相對而言，本地教會似乎在這方面並不十分重視。期許藉著此書能帶動更多人對教理講授的重視，特別是對『初傳流派』所推動的許多成果能深入研究，引領更多人歸向天主。」

與基督的相遇，必須引人歸依

傳道員終究要回歸個人靈修底蘊，傳道者無法脫離與基督相遇的根基。傳道不強調堂而皇之的作法，而講求實在地陪伴、引領聽道者找到基督。講道者在說的同時，也不忘聆聽。於是，聽者與講者要在說與聽的過程中，一起在天主的話中共同領略、呼吸、與基督相遇。無庸置疑地，「與基督相遇」乃是點燃教理講授的原始能量和動力！



天主教台北總教區 教理推廣中心
Taipei Archdiocesan Catechetical Center

全人教理講授五步驟回饋

■文／張新叢修女（教理師資培訓班學員）

圖／台北總教區教理推廣中心

這是我第2次參加由耶穌聖心會修女們所設計的「全人教理講授五步驟」課程，為什麼我會回來參加第2期呢？因為我覺得這個課程的設計與其他的課程不同，有耳目一新的體會和感受；課程不同之處在於在整個參與的過程中，使我有種無以言喻的快樂、一種來自靈魂的喜樂及滿足。

這讓我想起第一次上課後，在回家的車程上興奮地與呂芹修女的分享：每回上完課後，特別好的感覺從未停過，就是那種「天主臨在」的感受特別強烈。課堂中，我的直覺訴說著：「哦，耶穌，是你！修女們用她們的聲音、樣貌、整個生命流溢出來對你的熱愛之情，在為我們介紹你！哦，耶穌，那是你的聲音，那是你的精神！哦，耶穌，我藉著介紹你的人而體會到真理的聲音，也明瞭『教會的寶藏』都收藏在《天主教教理》之中。」

所以，當我每次來上課時，都覺得像是一個挖掘寶藏的尋寶商，抱著淘寶的心態。雖然課堂中所分享的主題內容看似平常的要理，甚至是我小時就已學過的教理內容，卻讓我不禁讚嘆，從耶穌聖心會修女們口中所傳授的道理，竟是如此地觸動我心，感覺是那般的美好！這使我反省到，她們之所以不同於其他人所講授的，就在於她們是「全人教理講授」。

「全人」，是指在身、心、靈上，全身的投入、全心的熱情、全靈的熱愛真理耶穌，以及全力的講授。作為一名教理講授的老師，不僅是用口在講道，而是全人地傾訴教理，從自我的整個生命去實踐教理、實踐信仰。我覺得，這就是讓我感到她們所設計的「全人教理講授」迷人的地方。這種全人的教學方法，在理智的認知上、在情感的心靈上、在生活的時間上、在興趣的愛好上，都調動出全人的熱情細胞，而非生硬的、純理論的、知識上的灌輸。

在此，就我所領會的「全人教理講授五步驟」教學法，做簡要分享：



▲充滿巧思的手作藝品，引發學員的好奇心及專注力。

第1步驟：引起興趣

這步驟是我感到很興奮的第一個部分，因為我是一個喜歡玩的人，所以，我每次都抱著強烈的好奇心來上課，一路猜想，今天老師會以怎樣的方法，來引起我們的興趣？有時是小活動，有時是問與答、有時是一段生活中的經歷，通常是應用生活中的實例。

有一回，剛開始上課時，修女便問到：「你們會騎什麼車呢？」大家熱鬧地分享著各樣騎車、開車的本領，修女又問：「有沒有破胎的經驗呢？」我們異口同聲地回說：「有。」當下我就想著，這樣的話題會接著講解什麼樣的主題呢？懷著好奇心進入了下一個步驟。往往此步驟所用的時間不長，不知不覺中，便已進入下一個階段。

第2步驟：發揮主題

被修女詢問後的我們，都瞪大著眼睛等著。我們的注意力瞬間集中在PPT上的內容——教宗聖若望保祿二世《身體神學》重點介紹——回到在起初的美與好、人與天主、人與萬物的關係、人類的身體及最真的渴望。這樣的講解使我震撼，教宗怎麼能將信仰、將人性中的經驗，做到如此深入的反省？我在下課後，便立即去與修女談話，試圖想要從修女口中獲取更多的資訊，也使我對《身體神學》這本書立即產生了極大的興趣，希望能到圖書館裡借閱一睹為快。

事實上，之後，我變得只要一有時間，就往圖書館跑，這感覺多麼美妙——「書在等著我」！也因為這樣，增添了我到圖書館的動力，原來，學習可以這麼有趣，「愛讀書」也成了我最大的樂趣！

第3步驟：融入生活

這一部分是培育我們如何將所學到的教理內容，落實在日常生活中。比如，老師在課中所講的「七罪



▲溫馨宜人的祈禱角落，引人與天主深入交流。

◀透過獨一無二的手作藝品，彼此作交流及回顧信仰體驗。

第4步驟：信仰實踐

我察覺到，這一步驟所設計的實踐方式非常具體，只要用心，很容易就能做到。比如，在「七罪宗」中，透過「德行」的實踐：得以克服「罪」在生活中所造成的影響；「謙卑」的實踐：過簡單的生活，學習服從與聆聽；「寬容」的實踐：處理悲傷，與原本的自己和好，具體地感謝天主和家人；「溫良」的實踐：溫柔地對待自己和他人等。這些德行的實踐，能改變我們的生命成為有福的人，即是在生活中實踐出「真福八端」。

第5步驟：複習結論

最後一個步驟中，老師們耐心地幫助我們記住當次課題的內容，讓我們用自己的話來回憶做總結，或是以小活動的形式來幫助我們做總結。比如，利用重新組合「葉瑟樹卡」的方式，從代表聖祖亞當的一顆蘋果，排列至基督的降生；如此，依序排列出整個救恩史。這樣的活動方式不僅印象深刻，又十分有趣、好玩。

最後，我還想分享的是，每次在課前及課後的祈禱方法，也讓我非常受益，感覺既深入又平靜。我非常享受這樣帶領祈禱的方式，驗證了「我們怎樣生活就怎樣祈禱，因為怎樣祈禱就怎樣生活。」（《天主教教理》，2725號）

深深感謝修女老師們，用心為我們準備的每堂課程。妳們在我的心田裡撒下的種子，在天主聖愛的助佑下，將在天主所預備的將來開花結果！感謝天主，阿們！



▲聖體敬禮是信仰生活最佳複習結論的方式——與主同在。

itai 一太e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



非凡新聞主播 專業推薦 劉程華

服務專線 0800-042-111

環境病媒字第63-002號

完整的白蟻、害蟲、老鼠防治方法

現場調查 → 現況分析 → 方法規劃 → 選擇安全的防治方法

★檢討修正後以最經濟的防治方法 → 技術實施 → 效果評估 → 檢討修正

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

福田妙國 生命紀念館

“天主教專區” 教友最肯定的聖地

◎免費提供專車赴現場參觀。
◎預購塔位教友一律以七折優惠

歡迎教友洽詢
天主教專業葬儀服務

館址: 新北市萬里區磺潭村員潭路22-3號
24小時免付費服務電話: 0800-509-009
執行長: 牛震野 (聖名鮑思高) 0922-204-013

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?

教義函授讓您在家庭中透過循序漸進的課程內容,認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

恩泰 生命禮儀

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

安心託付

服務項目: 宗承、承緒、服火、墓、葬、園、禮、儀、專、士、塔、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 邱秀蘭姐妹 竭誠服務
0939-010-273 0928-807-150

徵才啟事

【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

中華民國天主教監獄服務社

誠摯邀請您支持我們
入監教化志工培訓及監獄牧靈
福傳活動等工作,也歡迎您加入我們監獄牧靈的志工行列。

我們需要您的參與·支持·代禱
請持續您的愛德行動……

感謝您
深化我們的動力

中華民國天主教監獄服務社
立案字號: 台內社字第8181297號
地址: 高雄市民三區建國一路271號
電話: (07) 2255314

天主教監獄服務社於1992年創立,社員近三百人,在全國51座監所進行教化福傳工作。

在台灣眾多入監教化的宗教團體中,天主教監獄服務社多年來始終獲得各監所極高評價。這完全歸功於志工夥伴們一直秉持耶穌的愛,不求回報的奉獻精神。

中華民國天主教監獄服務社 創辦人 洪山川 總主教 理事長 王健華

天主教監獄服務社

天主教周報

竭誠歡迎刊登
分類廣告

詳洽: 林姊妹
電話: 02-2737-2839; 2736-0547
傳真: 02-2737-1326
E-mail: catholicweekly@gmail.com

祈禱能真正改變你的生命!

絕妙闡釋何謂祈禱、如何祈禱的啟蒙書!不論是慕道者、祈禱的初學者,或是祈禱時容易分心、感到枯燥乏味的人,都能獲得鼓舞與啟迪,在祈禱中與主相遇。

與其擔憂明天,

即日起 6月30日 **特價8折**

循序漸進教導祈禱的態度、如何使祈禱有效、祈禱的方式與建議,以及代禱的無窮力量。

旁徵博引聖女大德蘭、聖十字若望、聖女小德蘭等靈修大師的智慧,提出精闢的見解和切實可行的步驟,引領基督徒加深祈禱生活,踏上修德成聖之路。

你更需要靜下心來祈禱!

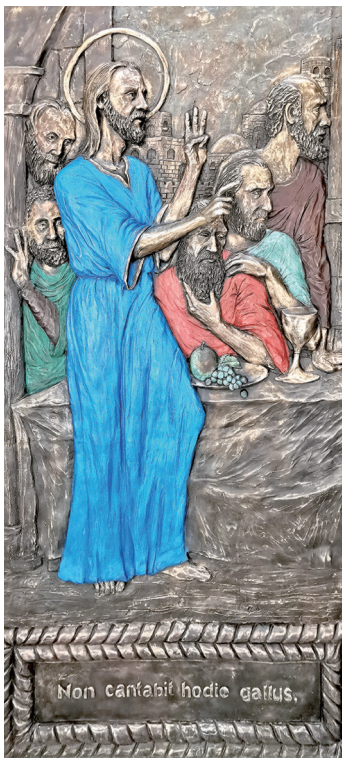
雅格·斐理 (Jacques Philippe) ©著
徐明慧、王書芬◎譯 / 定價300元 / 郵資50元
保祿書局·台北(02)2371-0447 台中(04)2220-4729 高雄(07)261-2860 瞭解更多,請掃描QRcode



■文·圖／黃素玲（聞道出版社總編輯）



▲▲加里肋亞湖畔的「聖伯多祿首席堂」，紀念耶穌復活後與門徒共進早餐，並和伯多祿單獨談話。



▲雞鳴堂的大門浮雕，從耶穌的手勢可以看出祂對伯鐸說：「雞叫之前，你要三次不認我」。



▲雞鳴堂外院柱頂，豎立一隻公雞；伯多祿在大司祭庭院外烤火時，向詢問的使女否認他與耶穌的關係。



▲外牆的拉丁文石碑，說明這座聖堂是伯多祿首席堂。

伯鐸的愛 基督的愛

聖伯鐸與聖保祿的差異：前者是一名簡樸的漁夫，後者是受過教育的法利塞人；但他們有著共同的特點：在天主面前開放透明，終其一生保持這樣的謙遜：他們明白聖德不在於自我抬舉，而是自我貶抑。教會慶祝這二位截然不同典型的偉大宗徒，讓我們了解到，耶穌並未吩咐我們喜歡彼此，卻叮囑我們彼此相愛。祂使我們相結合，卻不要我們變得一模一樣，祂使我們在差異中相結合。

～教宗方濟各

耶穌選擇伯鐸為「宗徒之長」，授予他天國之鑰，並為這個熱情而軟弱的人祈禱，使他不敢喪失信德之餘，還能堅固弟兄的信德（路22：31-32）。

磐石，絆腳石

在斐理伯的凱撒勒雅，耶穌給門徒們出了一道畢業考題：「你們說我是誰？」西滿拔得頭籌，而且得到滿分：「你是默西亞，永生天主之子。」耶穌對這個答案顯然很滿意，但祂告訴西滿，是天主啟示給他，否則沒有人可以單憑自己的力量認識祂的真實身分。接著，耶穌給西滿取了一個別號叫「伯鐸」（Pietra），意思是「磐石」，他要成為教會的基礎。耶穌更進一步說：「我要將天國的鑰匙交給你。」（瑪16：13-19）

然而，接下來卻是大逆轉。耶穌預言自己將受苦受難，最後要被釘在十字架上時，伯鐸把耶穌拉到一旁，勸諫祂：「主，千萬不可！這事絕不會臨到你身上！」（瑪16：22）顯示此刻他對耶穌的使命多麼不了解。

耶穌對伯鐸的答覆，是福音記載耶穌所說過最嚴厲的話，祂稱伯鐸為「撒殢」，即試探者。伯鐸企圖要拉耶穌偏離天主的道路，他試探了耶穌，要祂選擇輕鬆的道路，符合人們期待的默西亞；耶穌稱伯鐸為絆腳石，祂傳教使命上的一塊巨石。

耶穌責斥伯鐸並未像在曠野受試探時，說：「去吧，撒殢！」祂對伯鐸說的是：「撒殢，退到我後面去！」祂命令伯鐸重新回到跟隨者的位置，以門徒的身分在祂後面行走。

伯鐸必須從耶穌那裡認識自我犧牲的價值，以取代他以自我為中心的野心，以及對世俗名譽的渴望。他必須學習在基督內捨棄自己，承擔起耶穌的使命、生活方式和身分，並以此作為自己的使命、生活方式和身分。

主的寬恕 讓軟弱成剛強

耶穌被猶達斯出賣，隨後被帶到離最後晚餐廳不遠的大司祭蓋法住所，在那裡被囚禁了一夜。在蓋法的住所舊址上，現在豎立的就是1931年興建的「伯鐸雞鳴教堂」。根據《瑪竇福音》的記載，兩名婦女及另外一個人詢問伯鐸，他是否曾經和耶穌在一起？伯鐸出於恐懼，每次都否認了自己認識耶穌；在第三次否定時，「伯鐸就開始詛咒發誓說：『我不認識這個人。』立時雞就叫了。伯鐸便想起耶穌所說的話來：『雞叫以前，你要三次不認我。』他一到了外面，就傷心痛哭起來。」（瑪26：74-75）

馬爾谷的敘述更激烈，伯鐸甚至「詛咒」耶穌（參閱谷14：71），以表明他跟耶穌之間「沒有任何關係」。伯鐸沒比猶達斯好到哪裡去，他用另一種方式出賣耶穌；雖然後來兩人都後

悔了，但猶達斯在失望中結束了自己的生命，而伯鐸卻接受了耶穌的寬赦。對我們來說，這個差別是相當重要的教導，其實猶達斯也可以獲得寬赦，但他的失望向我們顯示，我們多麼不相信自己是可以獲得寬恕的。

「主的寬恕」是伯鐸從軟弱變剛強的祕訣。

跟隨耶穌 成為善牧

耶穌復活後，在加里肋亞湖畔問伯鐸：「你愛我嗎？」「你比其他的門徒更愛我嗎？」一連三問，伯鐸雖然都給予肯定的答覆：「主，是的，祢知道我愛你」（參閱若21：15-19），最後卻不禁憂愁起來。或許，他在否認耶穌之後，終於認清了自己的愛，是多麼的靠不住！他曾信誓旦旦地跟耶穌保證：「即便我該同你一起死，我也絕不會不認你。」事實證明，當耶穌遇難時，他連個侍女提問都怕得要死。

耶穌回答：「你餵養、牧放我的羊群吧！」將伯鐸對祂的愛轉移到餵養祂的羊群，主要是提醒他：若真的愛祂，要愛祂的羊群，如同祂愛了他們一樣（參閱若10：11-18），即成為像耶穌一樣的善牧。

當伯鐸好奇耶穌所愛那位門徒的未來命運，而發問：「主，他怎樣？」耶穌答說：「你只管跟隨我！」意即：你要跟我一樣受苦受難。伯多祿之前所不能做的，現在終於可以做到了，他也要如善牧般地犧牲自己，為愛捨掉性命。

保祿的心 基督的心 Cor Pauli Cor Christi

教父金口若望在詮釋《保祿書信》時，說了這句經典的話：*Cor Pauli Cor Christi*（保祿的心就是基督的心）。

普世教會於6月29日慶祝教會兩大柱石——聖伯鐸及聖保祿宗徒節日，對這位定義自己是「外邦人的宗徒」的保祿，我們可從他的親身經驗及書信，認識到「基督的愛是怎樣的廣、闊、高、深」（弗3：18），這份愛正是推動我們福傳的動力。

與復活的基督相遇

保祿自豪在加瑪里耳門下受教，是對法律極度熱忱的法利塞人，甚至激進地迫害基督徒；但大馬士革的那件「奇遇」，使他就此改變了完全不同的人生。或許，我們會懷疑：為什麼耶穌偏要選這樣的人來傳揚福音？這是天主的事！天主有完全的自由選擇祂想要的器皿。

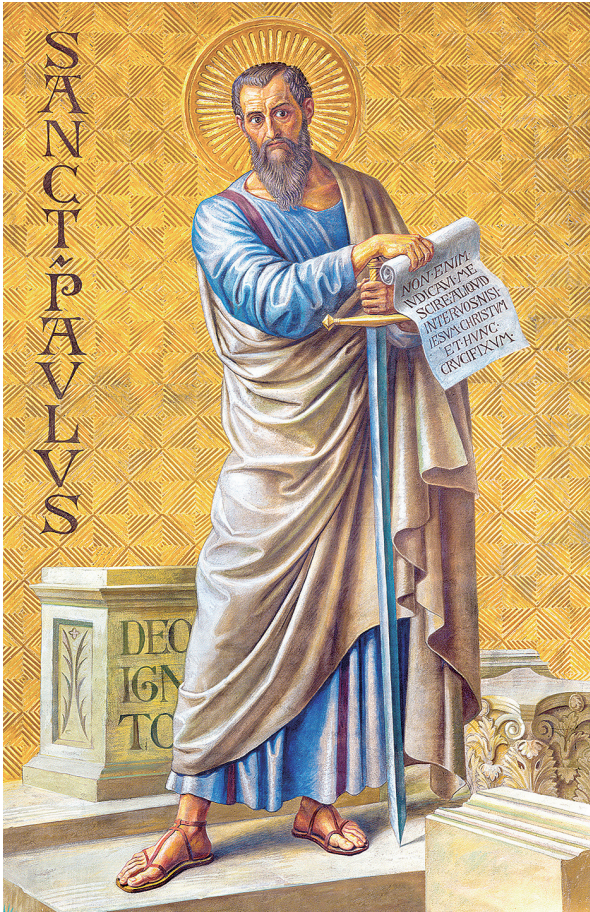
關於「保祿歸化」，有時我們容易把重點放在保祿「這個人」身上，把他的歸化，當成是倫理上的悔改：保祿本來是個大罪人，忽然在某個時候知道自己做的是壞事，便改變生活方式，這是個錯誤觀念！

保祿歸化的重點其實在於「天主的行動」：復活的基督顯現給保祿，而這個相遇經驗撼動保祿，使保祿永遠不再懷疑祂，並徹底地翻轉了生命。教宗本篤十六世說：「只有當我們與基督相遇，我們才是基督徒！」那將自己顯示給保祿，並對他說話的「那一位」，使保祿經歷死亡、復活，而徹底更新。

我只以認識基督為至寶

在還沒有歸化之前，保祿是一個博學守法的法利塞人，他毫不保留地遵從梅瑟法律，這是他引以為傲且不能割捨的寶藏，因此，他自豪地說：「就法律的正義說，是無瑕可指的。」（斐3：6）既然保祿是無瑕可指的人，那麼，他究竟有什麼改變呢？「凡以前對我有利益的事，我如今為了基督，都看作是損失。」（斐3：7）可以說，保祿的改變是「主詞」的改變：以前保祿自認為，是「我」遵守了法律；與基督相遇後，主詞換成是「基督」，在祂內，我與天主和好並成義。

保祿對自己過去的生活，給予重新評價：以前對他來說可能是重要的，現在分文不值，甚至是「垃圾」。只有認識基督，才是至高無上的價值；基督成為他生命唯一的目標：「因為在我看來，生活原是基督，死亡乃是利益。」（斐1：21）他將整個自我、過去的所有與所是，全都投入於事奉耶穌基督，為使天下萬國的人都愛基督，並藉著祂得到救恩。



▲聖保祿的態像常是手拿利劍與書卷，為福傳不畏艱險。



▲保祿歸化——Vincenzo Camuccini所畫。

基督的愛催迫著我

保祿的歸依，是帶有使命的，他說：「但是，從母胎中已選拔我，以恩寵召叫我的天主，卻決意將祂的聖子啟示給我，叫我在異民中傳揚祂。」（迦：15-16）這短短一段話，保祿一共用了4個動詞：選拔、召叫、啟示和傳揚。與歸依直接有關的，只有第3個動詞，可見保祿在敘述這個事件的認知是：天主將聖子顯示給他，也賦予他一個使命。

換句話說，當保祿體驗到「基督的愛是遠超人所能知的」（弗3：19），他並不以沉浸在這美妙的愛中為滿足，他以具體行動來回應基督的愛：宣講福音。保祿常用「跑」這個字（格前9：24-27；斐2：16，3：12-13；弟後4：7）的機動性與積極性，表示他與基督的奧秘結合，是在使徒工作上實現的。

我若不傳福音，我就有禍了

保祿是一個非常熱情從事使徒工作的人，他充分認識到，只有在基督內，人類才能找到救贖和希望。為此，他深刻地感到「傳布在基督耶穌內所恩許的生命」（弟後1：1），是非常急迫的使命。

保祿認為宣講基督是一項非常獨特的義務：「我若傳福音，原沒有什麼可誇耀的，因為這是我不得已的事；我若不傳福音，我就有禍了。」（格前9：16）他生命的目標，就是宣講福音，

對他而言，只要福音被宣揚了，其他一切都無所謂，遭誹謗、受侮辱、被迫害都不能阻礙他；天主的聖愛，能使他「對一切人，我就成為一切，為的是總要救些人。」（格前9：22）

使徒的基本態度：極度的謙遜

保祿的牧靈工作有無數特點，為什麼偏要指出這一點？面對天主，保祿知道自己是一個可憐的罪人，不配稱為宗徒（參閱格前15：9）；他所講的道理，不是他的，而是天主的，就連使徒的熱忱，也不是屬於他自己的，而是在他內生活的基督所賜給他的。

我們從保祿身上看到真正的謙遜：「我們不是宣傳我們自己，而是宣傳耶穌基督為主。」（格後4：5）保祿真的為了「耶穌的緣故」成為眾人的「奴僕」；他僅僅是基督的中介，是可有可無的，唯有基督無論何時何地都「必須為主」（參閱格前15：25）。

保祿的合作精神

講到聖保祿的使命，不能只聚焦在保祿這個人身上，以為向外邦人傳福音這偉大使命全靠他一人獨自完成。我們必須了解，保祿是基督徒團隊的一分子。保祿在他的福傳行程，以及從事牧靈活動時，常依賴朋友和同工，與他們緊密連繫。

他並非單槍匹馬，獨自做事。

（文轉14版）

南與北文化出版社《當我們同在一起》

時間：6月27日（日）19:00-20:30 古倫神父 吳信如老師
視訊連結：請掃描QR Code



天主教校園使徒 神遊夏日哲學講堂

時間：6月30日（三）19:30 講師：董文學神父
視訊連結：請掃描QR Code 代碼:mhu-vtth-awb



Little way青年中心7月至8月活動

- 1.自行車朝聖：7月24日（六）06:00-18:00 報名請掃描QR Code
- 2.青少年生活體驗營：7月25日（日）08:30-16:00 報名請掃描QR Code
- 3.兒童情緒與人際成長營：8月2日（一）08:30至8月6日（五）16:00 請掃描QR Code
- 4.一日主廚：8月11日（三）09:30-13:00 報名請掃描QR Code
- 5.Happy Day生活靈修體驗營：8月17日（二）08:30至8月19日（四）16:00 請掃描QR Code



1



2



3



4



5

台北依納爵靈修中心 暑期八日避靜

時間：8月6日（五）17:00至8月15日（日）早餐後
地點：彰化靜山靈修中心（彰化縣彰化市大埔路2巷1弄40號）
報名：請掃描QR Code



高雄教區婚前／夫婦懇談聯合活動

時間：8月14日（六）08:30至8月15日（日）17:00供餐住宿
地點：真福山社福園區（高雄市杉林區合森巷160號）
報名：請掃描QR Code



康泰醫療教育基金會 成人哀傷撫慰種子培訓班

時間：8月21日（六）至8月22日（日）09:00-17:00
地點：康泰基金會（台北市大安區羅斯福路三段245號8樓）
詳洽：02-2365-7780分機30 傳真：02-2365-7770
報名請掃描QR Code 額滿為止



大聖若瑟朝聖地 九月大敬禮（邀請各教區朝聖計畫）

時間：7月3日（六）10:30彌撒 視疫情狀況調整
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
時間：8月21日（六）10:30彌撒
主禮神長：李若望主教 邀請教區：台南教區 祈禱意向：為教區祈禱
時間：9月4日（六）10:30彌撒
主禮神長：蘇耀文主教 邀請教區：台中教區 祈禱意向：為長者祈禱
時間：10月16日（六）10:30彌撒
主禮神長：黃兆明主教 邀請教區：花蓮教區 祈禱意向：為國家祈禱
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。

Little way青年中心7月至8月每周活動

線上聚會 繪本信仰生活分享：每周三20:00-21:00
音樂交流直播 青年中心臉書：每周四19:30-20:30
磐石中學線上alpha啟發課程：每周五16:00-17:00
小德蘭靈修培育：雙周六14:00-17:00
教學吉他/烏克蘭麗麗直播 青年中心臉書：每周日15:30-16:00



各教區線上平日及主日彌撒時間請見644期《天主教周報》



（文接13版）

事實上，保祿在傳教事業上，引用了希臘文的「同工」（*synergos*）就是今天「牧靈合作」（*collaborative ministry*）的《聖經》基礎。

保祿稱這些人為「同工」：弟茂德（參閱得前3：2，羅16：21）；費肋孟（費1）馬爾谷、阿黎斯塔苛、德瑪斯、路加（費24）；厄帕洛狄托（斐2：25）；厄敖狄雅、欣提赫、克肋孟和其他人（斐4：2-3）；阿頗羅（格前3：5-9）；弟鐸（格後8：23）；斯特法納、福突納托、阿哈依科（格前16：17）；普黎斯加、阿桂拉（羅16：3）；吳爾巴諾（羅16：9）；「為你們受了許多勞苦」的瑪利亞（羅16：6）；「在主內勞苦的」的特黎費納和特黎佛撒（羅16：12）。

雖然保祿與基督相遇的經驗是非常個人性的，但這個相遇沒讓保祿自以為了不起，而是將他推向與他人的合作關係中，以完成主耶穌託付給他的使命。

我生活已不是我生活 而是基督在我內生活

保祿述說自己與基督的密切關係時，他不是說：基督在我旁邊，而是說：「基督在我內／*in me*」（迦1：15-16）：「天主決意將祂的聖子啟示給我」，這裡的「給我」，保祿所用希臘文字義是「*in me*」，而不是「*to me*」。

宣揚福音不僅僅是講天主聖言，對保祿來說，是顯示出「生活在他內的基督」。而這有個先決條件，就是保祿必須回應天主的恩寵，讓基督在「他內」工作，直至完全「肖似基督」。同樣的，對任何一位使徒來說，要傳揚基督的



▲羅馬城外的聖保祿大殿

▶保祿宗徒畫像

福音，必須把生活在自己內的基督外顯出來。

因此，保祿說：「你們該效法我，如我效法了基督一樣。」（格前11：1）亦即把基督內化，活出基督的樣貌；他的思想、行動、態度、說話……無一不顯示出基督的樣貌。那在「保祿內」吸引他的基督，同樣也催迫保祿「對外福傳」，這是同時並存的；所以，靈修和福傳看似不同的行為，實則是同一件事的兩面。

誠如保祿宗徒所說：「我生活已不是我生活，而是基督在我內生活。」（迦2：20）這是每一位基督徒靈修的目標，讓天主的救恩計畫在我身上實現，而在生命走到終點時，能如保祿一樣地說：「天主賜給我的恩寵沒有落空」（格前15：10）。

（全文完）

▶在聖保祿大殿內，保祿殉道後遺體被埋葬處。





聖伯鐸與聖保祿宗徒節日 同道偕行

讀經一：宗徒大事錄12：1-11

答唱詠：聖詠33：2-9

讀經二：聖保祿宗徒致弟茂德後書4：5-8，17-18

福音：聖瑪竇福音16：13-19

■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）

你如果問我，最具代表性的時代人物，就是哪一位曾有過最不堪的過往，也就是大家所說的，成功人士根本沒有告訴你故事的全部，你將要選擇的是哪一位？我毫無疑問地將選擇這位爭議極大的——主耶穌基督。祂的門徒不是說了：「若望的作證是真實的！耶穌所行的還有許多別的事；假使要一一寫出來，我想所要寫的書，連這世界也容不下。」（若21：20-25）

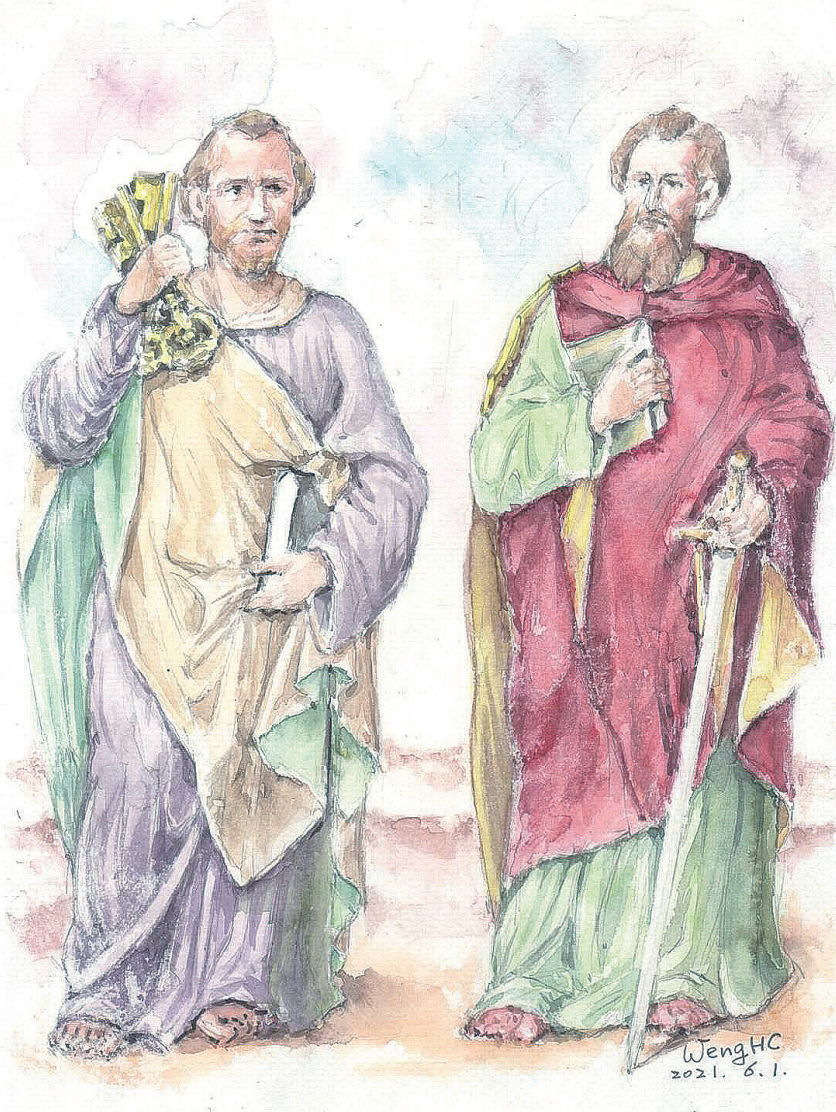
在紀念祂的兩位宗徒，教會初期的二大巨頭，為何我寫了上面的表述，目的就是告訴自己，每一個跟隨基督的信仰生活，都是未被寫進去的故事，耶穌基督的故事其實將和所有偕同祂在一起的人身上，繼續祂的救恩故事。而今天，我們作為《新約》的子民，論及教會的建立和福傳的基礎，不得不從他們開始，兩大巨頭，各佔一個山頭，一個是基督活著的時候欽點的——教會的磐石；另一個是復活的主所揀選的，出現了「外邦人的宗徒」。

基督的故事，就在他們的事蹟中，開始又繼續被譜寫了，《宗徒大事錄》的故事，就是主耶穌故事的延續，當祂不在人間的時候，我們是如何在宗徒的生命中，依然知道祂是繼續陪伴著他們，陪伴著教會。當我們在紀念聖伯鐸和聖保祿宗徒，或者說我們在紀念任何教會的聖人故事時，都是在說著主耶穌基督存在的事實。祂真的，如《聖經》所言，如門徒所言：祂的事蹟書寫不盡，寫成的書，世界也容不下，因為祂會與我們同在一起，直到世界的終結。從有限的空間，直到永遠，永遠，永遠……大德蘭所言的無限空間。

教會一直都將這兩位門徒擺在一起，是否為了擺平二者的追隨者，為了不引發誰才是最大的爭論？其實並非如此，他們作為教會的兩大石柱，從各別的紀念，到結合在一起，絕對是聖神的工作，這個合一的意義，讓整個紀念表達了耶穌基督所期待的：合一的教會，共融的教會，更是將大公教會的地位，給提到了制高點。這更是表達了福音的精神：凡是奉行天主旨意的，都是天主的父母，弟兄與姊妹。

今天的紀念，特別是兩位宗徒的節日，給我最大的感動，就是凡是一切的不可能，只要我們願意交託在基督的手上，都將成為可能。他們各別代表著的巨大差異，最後卻在基督內，能交匯，能接納，能合一。

聖伯鐸所建立的教會，和聖保祿所經營的福傳事業，成就了今日的慈母教會。所以，每次紀念這兩位聖宗徒，其實也在紀念慈母教會的存在的根本，也使讓我們記得天主所賜予的恩



典：是誰使我們常能存在天主的愛中；是誰保持我們團結一致？我們的慈母教會，不該是一個分裂，各自為政的教會。

這些年來，在世界主教會議中，教宗方濟各提出了一個非常適合這個節日的主題：同道偕行。如果當初二位宗徒，各自為政；如果他們沒有走在同一個道上，慈母教會早已分裂，而我們也看到了，唯有走回同一個道上，基督偕同下的教會，我們才可能守住大公教會的合一，才能繼續和分裂的弟兄們合而為一。

多次在不同場合，新竹教區李克勉主教不斷地勸勉信友們，教宗對整個聖教會的叮嚀——同道偕行，正是我們台灣教會所欠缺的精神。我們還處在誰是保祿的，誰是伯鐸的分裂狀態？我們教會人口如此稀少，修會團體和主教管轄的教區神父之間，是否也類似初期教會時伯鐸和保祿之間帶來的緊張關係？面對台灣修會團體和教區的合作之如此單薄，這是福傳的最大致命傷。我們兩面受敵，教會合一，以及與其他基督信仰的合一，都是我們該繼續努力超越的藩籬；唯有回到同道偕行，跨越堂區，跨越教區，修會和教區有各自的藩籬需要逾越。

看看聖伯鐸，看看聖保祿，我們看到什麼？在面對世俗、肉身、魔鬼的「三仇」日益猖狂

的時代，我們忘了是誰能救我們脫離危險？《宗徒大事錄》前端，我們看到聖伯鐸的異像；後半段，屬於聖保祿的異像，告訴了我們，我們的教會基礎就是建立在基督的奧秘中，這個力量唯有在基督內才能真正的對抗魔鬼，以及魔鬼喜歡居住並容易掌控的世俗和肉身。如果我們不從二位宗徒的身上看到這神蹟的恩寵所建立的教會，我們是無力面對邪惡的勢力，也絕戰勝不了這魔鬼、世俗和肉身。

所以，是什麼力量能讓這兩位本來道不同，不相為謀的人走在一起？保祿曾是迫害教會的虔誠猶太子民，他的歸依同時如此突然的獻身基督的傳道工作，面對依然認定默西亞，基督的救贖不是針對外邦人的伯鐸，是什麼消除了這個障礙？就是祈禱，也就是聖神，我們慶祝

這節日，提醒著主教、神職人員、教友們，我們一旦不祈禱了，不呼求聖神時，我們的教會如何能在新時代裝上新的葡萄汁？這才是教會最大的挑戰，我們的舒適圈，讓我們失去了祈禱；我們的舒適圈，讓我們不走出去，也走不出去。

在斐理伯的凱撒肋雅境內，耶穌問宗徒之長伯鐸說：「人們說人子是誰？」另一個場景下的保祿，在前往大馬士革的途中，情況正好相反，保祿問到：「主！祢是誰？」這次的默想令我有聖神內的感動。一個主的孩子，是在反覆不斷地回答自己的信仰，主耶穌是誰？不管問題是來自天主的，還在來自於自己的，似乎天主在我們生命中就是不斷地讓我們認識祂，啟示著祂的所在。我終於明白了，聖十字若望為何如此地確認主一直都在尋找著我們的道理。除非我們明白這個道理，我們才可以在生命的苦難中、撞擊中，找到意義。

正如保祿說的：「我們已經被奠祭」，是的我們在每天的生活中，早該知道**自己的靈魂已被奠祭**在祂的苦難與聖死中，同時分享著祂的復活與升天。所以，讓我們從聖伯鐸和聖保祿的召喚中，一同在教會內同道，共同偕行，讓我們為自己，也為基督的國打一場好仗！讓我們能守住這信仰，保持這個信仰，直到終點。



聖十字若望靈歌
系列講座 7

聖十字若望靈歌講座 學員小組分享

■文／李麗艷（蘭雅聖母顯靈聖牌朝聖地牧靈組長） 圖／聖衣天使

參加聖十字若望《靈歌》講座，本小組的分享內容如下：

1. 小組分享蘊含著天主豐美的恩寵，因為，每人分享都是很獨特與天主相遇的生命經驗。
2. 當我們遇到困難，心靈受苦時，開始呼求天主，尋找天主！然而，天主就隱藏在我們靈魂深處。唯有在靜心時，在放下自我，全然向天主開放時，容易尋得天主，同時，天主也正在邀請我們。
3. 主講人黃敏正神父講到第4詩節：「啊！森林和草叢，我的愛人親手栽種！」黃神父展示一棵大樹圖畫說：「人們只看見水是往下流，其實大部分水是向上流的。你看，所有樹木、森林、樹葉，常青茂盛，靠的是樹根深深扎於地底，吸收水分，滋養樹木。」
- 此刻，觸動一位姊妹分享，20年前她去爬東眼山，導覽員用聽筒貼在樹幹上，請大家聆聽，她聽見從樹幹裡傳來脈動聲，也像是水流動聲，感受到大自然的生命力，使她震撼與感動；頓時，體驗到天地間有位造化者，敬畏之情油然而生，並感到世人多麼渺小，必須謙卑。（她當時還不認識天主，兩年後領洗）。
3. 靈歌令我感動，優美的詩很令我著迷。第14詩節：「我的愛人是綿綿的崇山峻嶺，孤寂的森林幽谷。」

澆灌靈心花園

■文／邱貴菊（聖衣天使）

十字若望的《靈歌》，書中描述我們的靈魂居住在靈心花園中。花園需要照顧，靈魂需要餵養；花園才會花開繁茂，開出德性的花朵，散發出芬芳的氣息，使天主樂意在花園中憩息。

要和天主建立親密的關係，需要祈禱，祈禱要進入內室，尋找居住在我們內的天主。《靈歌》第11詩節是「渴望主的臨在」。聖十字若望解釋說，天主在靈魂內有3種親臨方式：第一種，是本質的，所有好人、壞人都得到這種給我們生命、給我們生存的臨在；第二種，天主親臨，是經由祂的恩寵，沒有犯大罪的教友，都可得到恩寵的愉悅和滿足。第三種，是經由靈性的愛，天主以多種方式施予這些靈性親臨。所以，聖十字若望祈求，請揭示祂的親臨，想看見天主本性的存有和美麗。

有人分享他在祈禱中與主相遇的甘飴，在寧靜中放下，回歸內心深處，好像一股清泉，源源流出，成為一種力量；又會有一股誘惑，形成拉鋸戰，就像拔河一樣；意志力很重要，要繼續祈禱，祈求天主賜下勇氣和剛毅。恩寵有可能是黑暗或病痛，幫我們逾越，完全進入一種新的眼光，會看見理性無法明瞭的事，是天主

我今生能得到天主的愛是最珍貴的，聖十字若望，愛主因愛成疾，然而，在信仰中，我自問：願意為愛天主而受傷嗎？即便我願意，但我做得到嗎？

4. 感謝天主安排，我來參加這3天的靈修，希望與天主建立更親近的關係，靈修中心是我信仰成長的地方，即便生活遇到困難、十分艱辛，但是，有天主在我身邊，我可以得到力量與安慰。
5. 在太平山看森林樹木的優美與雄偉，不禁讚美天主，在生命旅程，「煉路、明路、合路」都要不斷地努力、警醒，才能爭取進入天國。
6. 聖十字若望可以愛主至死，讓我學習完全的交託，依靠天主，生命就此發生改變。
7. 「煉路、明路、合路」這三路，我都體驗過，然而，不斷被三仇（世俗、肉身、魔鬼）挑戰，學習靈修可以預防撒旦的攻擊。
- 我發現越靠近天主時，撒旦誘惑更大，所以，要時時的操練警醒；直到人生走到最後一刻，才能打完這場美好的仗。過程中要謹守心神，天主必會給予許多的祝福。
8. 去年底，我開始接觸十字若望靈修書籍：《天主的撞擊》、《愛的活焰》、《心靈的黑夜》、《攀登加爾默羅山》，聖十字若望成為我這一年的靈修神師，生活遇到許多挑戰試

主的灌注智慧。

有姊妹分享她的心境，就像24詩節：「我倆錦床花開濃，很甜蜜、和諧的共融，這種靈魂一定是安居在主內，因為在人世間是很難獲得圓滿的喜樂，喜慶的加納婚宴，還會有沒有酒的缺憾。除非安息在主內，才有圓滿的喜樂。」

第7詩節的「因愛成疾」。看到聖十字若望對於愛的洞察力，那麼的敏銳；看到美麗的受造物，感受到造物主的崇偉，為思念造物主而心傷；明白天主的恩寵與仁慈及降生的奧蹟，使他愛到潰瘍；接觸到天主神性的光照，使他愛的痛苦像死亡，愛情猛烈像死亡。

第16詩節：「請幫我們捉狐狸，因為葡萄園正花開繁密，玫瑰花繽紛滿地，我們來編織一個花球，切莫讓人出現在山丘。」這是一個祈禱的靈魂，懷著極大的甜蜜之愛和溫柔，編織成一個成全德行的花球，獻給心愛的主。在這美好的共融中，魔鬼會在其中加害靈魂，人的本性和欲望會造成分心和干擾。

為了享有這美好的共融，靈魂應該是不忙碌、空虛和悠閒地，並以愛注視天主。所以，請求天主，幫我捉住這使我無法全心順服主的「狐狸」，和令我分心走意的私慾偏情。

探，在黑夜裡，即便我見不到天主，但我不會失望！煉路、明路很鼓勵我，讓我看到渴望的終點，我還在等待，繼續堅持。

9. 神父說神秘經驗很重要，我自己的神秘經驗常與罪有關，與天主相遇時，天主不看我的罪，他要恢復我，轉變我。

10. 在煉路，我是初學者，我常靠自己的感官判斷事情，這樣很危險，我要努力克修、探索，加強靈修。

11. 信仰天主，我是一知半解，求主牽我手，讓我不走偏，常能感受天主的臨在與愛，使我歸心向主。

12. 深信一切都是天主安排，感謝主，讓我參加3天的靈修，我開始上路了，一條更新的路，在福傳工作中，有時會被天主撞擊，使我更加堅強。

13. 得到恩寵，不要隱藏，要分享出來。當負面情緒出來，靈魂受傷時，到教堂祈禱，看十字架上的耶穌，逐漸平復，被醫治。求主繼續光照引領，加強我的愛德。

14. 這3天的靈修課程，有主的手托住我，使我充滿感動、美好與希望。

謝謝神父辛苦牧靈！祝神父福傳、牧靈，恩寵滿被！

祂對渴慕祂的人 賜下莫大恩惠

■文／黃奕儒（香山天主堂教友）

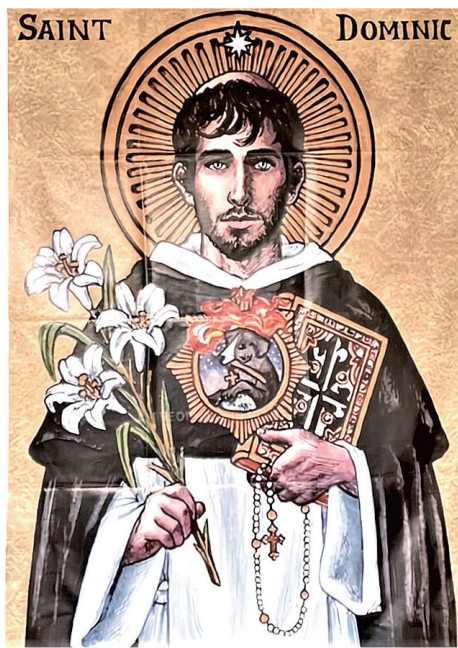
讚美上主，祂對渴慕祂的人，賜下多麼大的恩惠！

400多年前，在天主聖神的啟發下，聖女大德蘭和聖十字若望寫下許多著作，為基督徒指出一條通往基督的靈修道路；到了今日，因著同一位聖神的推動，這些著作陸續也翻譯成中文，嘉惠中文世界的基督徒。

這次的聖十字若望三日慶，聚集了許多愛主的弟兄姊妹，不分教派、不分接觸靈修的時間長短，大家一起分享加爾默羅聖人留給我們的珍貴教導。就如《靈歌》中所言：「靈魂和天主間的愛情是世俗享樂所不能及的，靈魂一旦被天主觸碰，便要放下一切來追尋祂的足跡。」

在場的教友，有人剛踏上追尋主的旅程，有人已經在半路上，不論如何，願我們每人都能依靠上主的恩寵，時時讓自己定睛仰望主基督的十字架。





▲道明美展主題牆，聖道明現代圖像（波蘭道明會）。



萬丈光芒

■文·圖片提供／曾淑媛
（道明中學生命教育中心主任）

以藝術慶祝聖道明逝世800禧年

全世界的道明會團體舉辦系列活動同慶聖道明800禧年，道明中學透過道明音樂會和道明美展，以及徒步朝聖和弘道明德——聖道明的課程，聯合世界各地傳承聖道明的光明，同學們以音樂和美術展露才華的光彩，分享豐盛的生命。我們能夠帶給世界光明嗎？只要活出「讚美、祝福、宣講」的行動，就能發出生命小小的光亮，匯聚成一股力量，共享萬丈光芒。

基督徒的生命要做世界的光、地上的鹽，這不只是耶穌對我們的勉勵和期盼，也是我們生命要有意義的期許。現代人不只渴求活出精彩的生命，甚至豪情地說要活出萬丈光芒，這是怎樣的情景？怎樣的一個狀態？除了「萬丈光芒」燈座穿透黑暗的閃耀，在聖道明的生命，我們看見「萬丈光芒」的圖像。

聖道明（Santo Domingo de Guzmán, 1170-1221）在世約50年的歲月，他的精神和生命並沒有消失，繼續帶領影響幾個世紀和全球六大洲，在世界各國家和城市，成千上萬的道明會士依舊忠誠效法讚頌他「教會的光明、忍耐的玫瑰、真理的導師」，承繼延續綻放他永恆常新的光芒。

聖道明1216年創立道明會（宣道會）之際，教宗尊封他為「教會的光明」，而這世界的光明呼應了他的母親在懷孕他時，所做的一個異夢：有一條狗，嘴裡啣著一支火炬，堅定地繞著地球跑動，所到之處便綻放光明。如今這一道巨大的光明，散布在世界的各個道明會團體，在我們生活的地球上照射出萬丈光芒。

在世上生活的聖道明有何特別之處呢？觀看青少年時期的聖道明，可以發現一些端倪。聖道明誕生在西班牙加肋路加（Caceruela）虔誠天主教貴族的家庭，家中有三兄弟，從小常跟著母親救濟村莊的貧困者。

因為當地沒有小學，7歲時，他就被送到神父舅舅那兒接受教育；14歲便進入巴倫西亞（Palencia）大學就讀，道明喜歡探究研理，課



▲黃琬茜同學的卡漫版聖道明畫像



▲曾裕舜同學畫聖道明與他的忠犬

業優異，同時又懷有悲憫的心，道明為了幫助飢荒的難民，把自己柔軟的床墊賣了，冬天睡在寒冷的地板上，最後甚至賣掉自己最珍貴的羊皮手抄本《聖經》，同學們都非常訝異困惑？道明說：「我怎能抱著這死的羊皮，而看著人餓死呢？」道明畢業後，因學識出眾，被學校聘請教授修辭學。

聖道明似乎從小就走上奉獻生活的道路，真誠地愛天主愛人，在25歲晉鐸後，加入司鐸詠經團，除了舉行聖事，還能以歌聲讚美親近天主。當道明和亞爾比異端（Albigenses）份子為福音真理激烈論辯時，他發現各有各的信念和堅持，只有身體力行貧窮生活，才能把福音的真理實實在在地宣講出來，異端分子在聖道明仁愛、克苦的言行中深受感動，因而覺知，改變原本似是而非的信仰；聖道明的宣講具有強大的行動力、感動力和說服力。

當聖道明發現當時歐洲有許多人不認識或不明白福音真理，生活沒有正確的信仰、希望和力量，導致偏差迷失而靈魂墮落，於是聖道明更進一步設法排除當時的禁令，成立修會團體，為更多的人宣講生命的真理。聖道明為救助人們靈魂的飢餓，一步步逐漸地走向天主的計畫。



▲董瑩駿同學的聖道明祈禱

13世紀歐洲知識普遍低落，只有主教可以宣講，當時，神父大多屬於教區，不可以跨教區服務，聖道明為了讓更多人認識真理，做了幾項革新世代潮流的制度。首先獲得教宗的恩准，道明會的神父可以宣講；另外，

道明會的神父可以不受教區的限制。道明會的神父為了宣講需要研讀，研讀不只為求取知識，更需要默想、祈禱、生活，轉化為生命的真理，歷任教宗的神學顧問一直都有道明會的神父擔任。聖道明創立使徒性的修會團體，為當時隱修會團體是一種革新。聖道明宣講方式不只以言語，而是貼近人民貧窮的生活，為當時榮華氣派的教會更是一種重要的革新。

能夠看見時代的需要，並做出有效解決的行動，就是一種光明的看見，一種光明的解救，聖道明生命的光輝不僅於此，他引導每一個人活出自己的光明，讓自己和他人時時獲得生命的恩典和豐盛。「讚美、祝福、宣講」是他留給我們最佳生活指引的火炬；「讚美」是一種正向覺察、感恩和稱謝，時常謙和地為美好的人和事而感謝，會湧現許多的喜樂和幸福；「祝福」是一種憐憫（同理）、寬厚和祈禱，遇到不美善的人或事，依然懷有祝福之心，讓我們心中有柔軟和希望；「宣講」含括研讀、祈禱生活和連結真理，真理使人自由喜悅，而為他人付出因而更加豐盛。聖道明啟示我們，美好的真理需要行動來實踐。

聖道明臨終時，向圍繞在身旁的弟兄說：「你們不要哭，我死後對你們更有用，我將比在現世更有效地幫助你們。」我們慶祝聖道明逝世800周年，正是因為聖道明萬丈光芒，直達霄漢，歷久彌新。



▲道明合唱團及西樂團合作，詠唱〈有一道光〉。

心靈加油站111：圓滿紮實的生涯 就從此時此刻開始！

■策畫·圖片提供／真理電台 文／聖母聖心會



生涯，像不斷往前但也絕不休息的高速鐵路！像大海中偶遇風浪，但還算平穩的一艘船。像登高望遠的爬山過程，像河流中打滾的石頭，原本的許多尖角漸漸被磨得消失而變得圓滑。過程高潮起伏，峰迴路轉，要有十足的勇氣，才能樂於享受其中的奧妙。過程雖然刺激，但終歸會趨於平緩。

雖然生涯充滿了變數，我們也經常聽說「計

畫趕不上變化」，尤其是在疫情肆虐的此時，有些老店即使過去坐無虛席，也無法抵擋封城的浪潮；但無論如何，生涯還是可以進行理性規畫的。

大海中的船隻，雖然有岸邊的燈塔作為指引，卻也必須要有充分的計畫與配備，方能順利達到目標。只是有詳細的計畫，但也不排除須面對大大小小的變化，會是更健全生涯態度。

生涯也像大自然中的喬木，隨四季更迭（際遇不同），會枯黃、會崢嶸，但總日漸茁壯。在此千樹競發、萬木吐翠的時光裡，讓我們俯首默禱：願人人心中有愛，流溢千山萬水，共創錦繡未來！



聖德蘭姆姆嘉言集

■策畫／上智文化事業

孤獨的痛苦

這世界充滿了痛苦——

包括身體上的、物質上的
和精神上的。

有些人遭受的痛苦，
應歸罪於另一些人的貪婪。

然而，最大的痛苦莫過於
孤獨、沒人愛、沒有一個朋友。



愛在疫情蔓延時
系列3

由心靈出發

■文·圖片提供／于德蘭
（作家、美國南加州橙縣基督主教座堂教友）

這一年半來，由於疫情席捲全球，整個世界改變很大，人類的生活也因之改變了。

在這非常的時刻，無數的人內心十分焦慮不安。我們有信仰的人要堅定信心，當成是一種生活磨練，儘量不要受到外界的影響而憂慮。這也是由心靈開始探索內心世界的契機，思考信仰在我們人生中的指標及意義，這時候，我們在日常生活中要更加虔敬的依靠天主，把一切交託在天主手中，並在每人各自心中建立起天主的聖殿。

疫情期間，我們華人團體仍在Zoom上分組恭讀《聖經》，大家一起念玫瑰經求慈愛的聖母轉求天主保佑世人脫離苦難。

我們華人團體在去年9月特別訂製了一尊中華聖母態像，幸好，到了今年5月美國疫情趨緩，南加州橙縣主教府仍依照往年一樣，舉行大彌撒及聖母像遊行的活動，大家十分興奮！我們華人的中華聖母像首次和其他族裔的聖母像恭放在橙縣主教座堂內，並參與了遊行活動，美麗典雅的中華聖母像引來眾多其他族裔的信友們圍觀拍照。

6月的第一個主日，橙縣的Bishop Kevin Vann主教晉鐸40年，園區主任Christopher Smith神父安排了大彌撒後的慶祝儀式，大堂約有近2000名教友戴口罩，坐隔離座參加彌撒大典。我們華人團體特別選購了一尊美麗的法蒂瑪聖母顯現給3個小牧羊人的聖像，還刻上字，呈獻給Kevin主教，表達慶賀之意。

通常我們主日仍在 Zoom 上參與中文彌撒，



▲本文作者于德蘭姊妹在聖母態像前，喜樂留影。

最近因疫情在美國各地緩和了下來，因此，主教府已正式宣布6月的第二主日開始，所有教友（包括65歲以上的年長者），都可以像以前一樣到教堂裡參與彌撒，從此，主日不到教堂參與彌撒的教友就不能再得到豁免了，這是在美國南加州橙縣的現況。

很幸運的，在我住家社區內有許多步行道，空曠人稀，路兩旁古木參天；清晨時空氣鮮潔，小花小草上的露珠晶瑩可愛，薰衣草的香味陣陣飄來，看到大自然美景，放眼一望，身心舒暢，能不感謝天主造物的偉大神工嗎？

傍晚時分，站在家門前遠眺天邊的夕陽晚霞令人沈醉，再次感謝天主！

當夜色來臨時，望著滿布星辰的夜空，令人

驚嘆天主創造天地的神來之筆！

無論何時，舉頭望天，去除了多少人間煩惱事，內心趨於寧靜。向主祈禱，有

更寬容的心處世待人，不要憂慮外界環境的變遷，我們知道人的渺小，無力改變很多事，有了更謙遜的心，珍惜目前所擁有的，萬事順其自然地依靠天主，把一切交給天主。

以前我們常常不自知地，庸庸碌碌地忙著停不下來。在這段靜下來的日子，和天主交談的時間多了很多，充實自己內在的世界，心無罣礙，一切交託，心情更平和愉快。

我們也要求天主改變、再造、治癒我們世俗忙亂的心，更新我們，成為更好的基督徒，能有好的榜樣呈現，在疫情期間，幫助無望、無信仰的人走向天主。

同時，我們也要努力克服世上一切使自己困惑，找不到答案及不解的紛紛擾擾；更要特別祈求上主，包紮所有因疫情中受驚嚇及受到傷害的一顆顆破碎的心靈。

很多事情，我們做不到，但「人不能者，神能之」，藉著天主的護佑，我們一心一意在疫情中，甚至疫情後，不斷地探索今後能有更具意義的人生，希望每個人都能在修德成聖的路途上，更邁進了一大步。

願全能的天主永受讚美！



▲在聖母月舉行中華聖母遊行，十分隆重溫馨。



7月3日聖多默宗徒 慶日

讀經：聖保祿宗徒致厄弗所人書 2：19-22 福音：聖若望福音 20：24-29

■文／曾慶導神父（小德蘭福傳之友指導神師）

耶穌基督+

我們很多人可能都會覺得多默固執得蠻可愛的，他的「我決不信」真的是面對一個不可理解的事情時，很多人會說的話。但是，基督宗教的信仰真的是超越我們理智所能理解的，因為天主是無限的偉大和超越，我們在小小地球上，世人的理智是很有限的。聖奧思定說：「如果關於天主的事樣樣我都明白，這個天主不會很大，而就只能是我一樣大。」耶穌的復活為我們人是不可能，為無限的、創造宇宙萬物的天主卻並不困難；但天主的不做無意義之事，這意義是：好人的平反，包括人受很多苦的肉身也要受到報賞。

多默的故事，除了教導我們不要過分以我們的理智為歸依、為絕對標準外，（這為自以為聰明的人往往很難做到）也教導我們要時常和教會團體走在一起，不要離開教會做「獨行俠」，如同多默在耶穌顯現時，離開了團體不知道跑到哪裡去了！主耶穌願意立祂的教會作為救贖恩寵的分施者，繼續祂的救贖使命，我們不能離開教會去自己創立一個「我旨奉行」的「教會」。

天主教會是建立在宗徒和先知上的，沒有宗徒（《新約》的先知）以死相殉的見證，就不會產生我們的信仰。別的門徒對多默說：「我們看見了主」時，多默應該對自己同甘共苦過

的親密同伴多一點信心。（其實，多默不是已經看過耶穌復活拉匝祿了嗎？他的信心應該更大一點！）在現今來說，也就是我們對教會的見證要有信心。相信教會給我們在信仰和倫理上的教導（不是所有東西的教導，因為只有信仰和倫理的正確教導，為我們的得救是必須的），有聖神的保證，是不會錯的。耶穌派宗徒（即教會的代表）出去時，對他們說：「接受你們的，就是接受我！」（瑪10：40）

「多默」原意是「雙胞胎」，希望我們覺得多默有趣之餘，不要做多默的「雙胞胎」！



【大聖若瑟年省思】

聖若瑟與耶穌的特殊父子關係^上

■文／柯博識神父（聖言會士）

這一年，教宗方濟各特別欽定慶祝「大聖若瑟年」，很多文章讚美大聖若瑟的德行，尤其他忠實地陪伴聖母、謙遜地接納她、默默地接受天主的旨意、慷慨地照顧聖家、勇敢保護聖家到了埃及、按照《聖經》來說：「他是義人！」以上的這些美德，使我們都求他為我們轉求天主，而另一方面是我們要學習美德的對象，尤其是他的模範的信仰。聖若瑟真是教會的好主保！

我在這裡從另一個角度，想了解若瑟和耶穌的個人關係。因為，在這「大聖若瑟年」的慶祝活動或研討會中，很少有人提到若瑟跟耶穌的關係，可能是因為他不是耶穌的親父，而只是「鞠養之父」，或是有人錯誤的以為耶穌是神，而在長大的過程中不需要別人的支持，尤其是父母。

實際上，在耶穌長大的過程中，聖若瑟是扮演很重要的角色，就是扮演耶穌的父親：「你要給祂起名叫耶穌，因為祂要把自己的民族，由他們的罪惡中拯救出來。」（瑪1：21）聖若瑟給祂提名字，表示非常深的關係；在成長過程中，我們每一個人都非常需要父親和母親來培養我們。所以，聖若瑟實際上要做好耶穌父親的角色，雖然他不是耶穌的親生父親。

聖史路加記載：「孩子漸漸長大而強壯，充滿智慧，天主的恩寵常在祂身上。」（路2：40）。或「耶穌在智慧和身量上，並在天主前的恩愛上，漸漸地增長。」（路2：52）耶穌降生成人，跟我們度過一樣的生活：「耶穌取了奴僕的形體，與人相似，形狀也一見如人。」

（斐2：7）從嬰兒到孩童，再從青少年到成人：祂跟我們一樣從零開始，漸漸地學習做人和了解人生，靠生活中的各種經驗，慢慢地長大成熟。

耶穌的成長生活環境到底是什麼？

聖史瑪竇告訴我們：「祂來到自己的家鄉，在會堂裡教訓人，以致人們都驚訝說：『這人從那裡得了這樣的智慧和奇能？這人不是那木匠的兒子嗎？祂的母親不是叫瑪利亞，祂的弟兄不是叫雅各伯、若瑟、西滿和猶達嗎？祂的姊妹不是都在我們這裡嗎？那麼祂的這一切是從哪裡來的呢？』」（瑪13：54-56）或是聖馬爾谷報告：「耶穌到了家，群眾又聚集了來，以致他們連飯都不能吃。祂家的人聽說了，便出來要抓住祂，因為他們說：『祂瘋了！』」（谷3：20-21）

從以上的記載可以知道：耶穌屬於一個大的家族，有很多叔叔伯伯，舅母伯母和不少堂兄弟姊妹！家族的權力很大（他們來抓住祂），為了保護家族的名聲和安全，就不讓耶穌在大社會裡隨便行動；祂吸收納匝肋家族的傳統和風俗習慣，安息日也在會堂中學習《聖經》，耶穌在這種大的家族長大，獲得了所有的生活經驗、生命的智慧、認識社會以及人際關係，因而變成一個成熟的人及國民。

納匝肋是個偏僻地山上的村子，土地不肥沃，人口大概兩三百人，都是親屬；家族中的每一家有自己的田地，種麥子、蔬菜、葡萄等，以維持生活，可能也有養幾隻羊。聖若瑟大概



也有一塊田地，但他為了補充家庭收入，也以他的另一專長——當技工（木工）為別人做家具和農業的工具；耶穌除了陪伴祂父親工作，也都跟著村子裡親戚的小孩幫忙種麥子、收割、放羊，採葡萄等；所以，耶穌的傳道生活中，用了很多自己的農村生活經驗來作比喻，更貼近聽祂講道的群眾的心。

耶穌一方面在家族的共同生活中學習各種社交，也認識當時的社會生活，但對祂的心理最大的影響力，仍是祂的養父聖若瑟；如同所有男孩子一樣，在長大的過程中，耶穌最看重的是這位養祂、教育祂的父親，聖若瑟是祂生活的典範。

（下期待續）

我的天主 承行祢的旨意為我所喜愛

■口述見證／疏效平（風中傳愛講習會主講人） 記錄整理／戴伯哲 圖／疏何嫻



▲愛妻何嫻亦步亦趨地陪伴練習走路

（疏愛梅攝影）



◀養傷期間，二女兒艾靈悉心照顧。



▲走出戶外，見證重新行走的恩典。

我能再次為主作見證，是天主的德能，是奇蹟！「在人不可能的，為天主一切都可能。」（瑪19：26）在過去的97天裡，我經驗「天主為愛祂的人所準備的，是眼所未見，耳所未聞，人心所未想到的。」（格前2：9）

今年2月8日，我在整理院子開門時，鐵門的阻擋器壞了，不能停，就出軌倒下，把我壓到底下。我當時大叫：「耶穌救我！」全身非常疼痛，太太何嫻立刻就跑來，鄰居也立刻跑過來，他把女兒叫來，3個人抬這鐵門，都抬不動。我的鄰居立刻跑回家拿了一根鐵棍來，運用支點撬鐵門，只能撬高一點點，何嫻就把我從鐵門底下拖出來，先前打了911叫救護車，車一到，就立刻送到AV hospital醫院急救。

「凡呼號上主名字的人，必然獲救。」（宗2：21）我呼求了祂，祂用一種非常奇妙的方式拯救了我。那是祂的傑作，我開始體會到這傑作。我就深深的感恩再感恩，「上主，祢由陰府中把我救出，又使我安全復生，免降幽谷。」（詠30：4）

我被送到急診室搶救，脊骨有兩處骨折，骨盆有5處骨折，共有7個地方骨折。那天被壓倒時，我是右側著地，左側在鐵門底下，如果是平躺著或趴著的話，我的腦殼會碎掉，或是如果太太與鄰居不在附近，我可能早已不在人世。這是祂量好的，要造就我，使我能更深的蒙受祂的恩寵，更深的愛祂、感謝祂。

住院7天，不能翻身，只要稍微動一動，就極度劇痛，我得吃嗎啡級的止痛藥；連輕輕咳一下，都痛得不得了，然而，天主讓我這97天，沒有感冒，沒有咳嗽；不是偶然的，是祂的恩典。期間，我有兩天便秘，很不舒服；完全不能動的時候，便秘，更是不同程

度的不舒服，好像整個晚上都想上廁所，但又不能完成。

過去，天主給我很多很多的恩典，我都視為理所當然；如今，我感謝再感謝，「事事感謝」（得前5：18），當我們感謝天主時，上主的手會進來，事情就會有好的變化；當我便秘很難受時，我就為便秘感謝祂，呼求祂，「上主，我一向祢呼號，我主，祢便醫治了我。」（詠30：3）直到今天我都沒有再便秘，每天腸胃都非常非常舒暢，祂也使我的心靈舒暢，這是祂的愛，不是理所當然的。

我的女兒艾靈是那所醫院的急診科醫生，每天都有好多醫生來看我，他們對我都非常好，艾靈的人緣很好，有醫生當著我的面說：「艾靈是醫院的珍寶，她是非常非常好的醫生。」醫生、護士對我非常好，都不是理所當然的，都是主的恩典和憐憫。

而我住院的那一星期，艾靈原先就請好了一周的假，本來是要到一個地方去，去的那個地方臨時取消了；她就用請好的假，天天在醫院裡照顧我，這也並非理所當然，是誰選的時間？阿爸父，因祂愛我！祂要我體會，要我成長，要使得一切協助那些愛祂的人獲益。（參閱羅8：28）

我在加護病房住了一夜，第二天就轉到普通病房，那是兩人房，已經住著一位病友；我住進去，就一直聽到他的埋怨，是不能停止的埋怨！他跟每個護士都吵架，有的護士被激怒，對他也非常不好；我很同情他，因為他檢查過程不能喝水，但他一定要喝，他也真的想要喝水。其實，我第一天也是不允許喝水的，真的要感謝現在能喝水；醫護人員只允許用棉花棒沾一點水來滋潤我的唇，我以感恩的心來承受；此時聽到護士對隔壁床病人說：

「我給你沾一點水喝」，他說：「不要，我一定要大口喝。」所以，他就一直不停地喊叫、發脾氣。

他已經很痛苦了，他讓我更深的看見，當我們會感謝天主時，上主的手會進來；當我們埋怨時，撒殫會進來，因為撒殫是埋怨的靈，天主給我們的靈，是感恩的靈。我就在這一極吵的環境中感謝，到了晚上，他絲毫沒有停止大聲抱怨的跡象。我求主說：「主耶穌，求祢擁抱我，我把我的雙耳都關閉，我把我與世界往來的所有功能，統統封閉，只向祢開放。」

然後，外面的吵，就變得很遠。我很快的經驗到，主耶穌基督的手擁抱著我，擁抱著我，我那時一點痛楚都沒有，只有享受，只有享受祂的愛，享受祂的擁抱。很長的一段時間，我在祂的擁抱中安息，睡得很好。到了半夜，我突然聽到外面有些聲音，我醒了，一些醫護人員幫我的室友換房間，他搬走後，就再也沒有回到這個房間裡，直到我出院，也沒有其他人住進來，我的病房就變成了雙倍的大。

有位護士對我說：「我來到這個病房裡，憂愁全部沒有了，我知道，你是屬於神的，我體會到神在這裡，我的心都開了。」而且，每天都有人來為我祈禱，在Shekinah Worship Center有兩位姊妹，她們是在此醫院工作，她們每天都來。第一天，那姊妹來為我祈禱，我們以感恩的心一起祈禱，結束時，她說：「我本來是來為你祈禱，安慰你。可是我卻得到了很大的安慰。」我說：「妳們忙，可以不用來。」她說：「我一定要來。」有些天，一天來了不只一次，這也不是理所當然的，是天主打發祂的使者來鼓勵我。

（文轉21版）

愛在疫情蔓延時
系列4

這是反省、思考、讀經、祈禱的時刻

■文／劉光斌（台北富錦街法蒂瑪聖母天主堂教友）

記得去年，也是在這段期間，寫了一篇〈聖母軍首次室外開會〉，從文章中可以感覺得出來，當時的心情是比較輕鬆的，原因是第一波防疫措施確實做的迅速而紮實，雖然緊張，但平安度過。

今年的這波疫情，不但緊張還帶有恐懼，面臨突如其來爆發的疫情，整個防疫措施有點亂了套，從5月15日開始，幾乎就足不出戶，白天都待在家裡，頂多到銀行提錢或超商買點吃的，都是速去速回，直到晚上9時以後才敢到河濱散步。媒體不斷報導確診與死亡人數，看著疫情的不斷攀升，感染區域也不斷往外縣市擴散，而我又是屬於「有年紀又有慢性病史」的族群，心裡的壓力可想而知。

雖然無法上教堂，但信仰生活不能中斷，與其浪費時間聽負面新聞，徒然增加不安的情緒，立即調整自己的心態，整理書桌挪出

空間，擺上聖物，當做臨時祭台，每天強迫自己定時起床，晨禱；除了真理電台提供的每日聖道禮儀、主日彌撒外，主教公署也安排一些活動，像是「解結聖母九日敬禮」，還有其他的祈禱意象；鮑思高堂也提供線上明供聖體，豐富的信仰活動，安定弟兄姊妹們的心，也沖淡疫情的冷酷無情；堂區的聖母軍周會改為線上會議；利用開會時間，弟兄姊妹們互相關懷、提醒、交換訊息，這讓我想起去年的一則幽默漫畫：

魔鬼驕傲地對上主說：「看，我比你厲害吧！一隻新冠病毒就把你的教堂全部關閉了。」上主笑笑地回答說：「不！是我把信徒的家全部變成教堂了。」

雖是幽默漫畫，事實亦是如此，厄則克爾先知被俘虜到巴比倫，遠離了聖殿，也失去司祭的工作，但他的心一直與主同在，所

以，能聽到天主的召叫。現在，我們雖因防疫規定不能上教堂，但這並不會隔離我們與天主同在的心；堂區的弟兄姊妹們也都保持線上互動，相互鼓勵，家家戶戶都變成一所心靈教堂。

雖然，疫情把我們困住，我們也因而得到更多時間來反省、思考、讀經、祈禱；平常各忙各的家人，也因而有更多時間聚在家裡。以前讀經讀到《出谷紀》的「十災」這章時，感覺沒有那麼強烈，但在疫情嚴峻的此刻，再看一遍時，彷彿當年的瘟疫就在身旁，有臨場的震撼感；更可以體會到心硬如鐵的法老王，最後還是要屈服於天主。

這不也就是今天我們的處境嗎？人類還要心硬多久？現在，我們唯一能做的就是謙卑的懺悔，信靠天主，祈求天主，讓這次的新冠疫情早日平息。

（文接20版）

醫生說：「如果要醫治的話，要動手術；就是要把你的前胸剖開，把你的內臟統統拿出來，然後在你的脊骨釘鋼釘。」我說：「這有風險吧？」他說：「是的，有，而且這是一個『大』的手術。」那麼，如果不這樣做，還有什麼辦法呢？「就是，你躺著不動，6個星期，讓骨折的地方自己去長好。」兩個作法都有風險。我祈禱，把一切都交給主，我就選擇臥床，安息在主的愛內；床的傾斜，最多只能15度。

這一段時間，是祂特別的傑作，讓我更多的感謝祂，更多的依靠祂，更多的信賴祂。我準備的是6周躺在床上，快滿6周時，需要去照MRI、CT、X光，碰到好多考驗和阻擋，但都在祈禱中經驗主即時的救恩。照完後，醫生沒有很快地回應我檢查結果，我已超過他原先說的42天臥床，過了50天，我仍在臥床，但我全然順服！我交託地說：「阿爸父，祢願意我多躺幾天，我就多躺幾天！」我什麼都不能做，只能躺著。

聖神使我想起，一個嬰孩，出生了就只能躺在那裡，不能翻身，什麼都不能做，但，父親看著他，那麼，他一醒來就看著父，我就定意說：「天上的父，祢在天上的寶座上坐著，祢把我安排在一個地方，我的頭都不向著別的地方，只能向天，那麼，我就定睛在那坐在寶座上的天主，就把一切都交給祢。」

4月2日聖週五（耶穌受難日），下午2時24分，正是耶穌基督受難的時刻；祂為我們受盡了苦難，「祂在自己的身上，親自承擔了我們的罪過，上了木架，為叫我們死於罪惡，而

活於正義；『你們是因祂的創傷而獲得了痊癒。』」（伯前2：24）

醫生傳來簡訊說，我可以坐起來了，那是我臥床第53天，躺到床上都不能動53天，是我從未想到的，受傷至今，我從未埋怨，只有感謝，全是祂的恩典。我真的能夠再躺53天而不埋怨，只感恩嗎？我不知道！但是，阿爸父，只要祢願意，我都願意。但是祢沒有要我這樣子躺一輩子，我就不願意躺一輩子，因為，祢對我有旨意，我就從因信而臥，直到能因信而坐。「在基督耶穌內，使我們和祂一同坐在天上。」（弗2：6）

傷後第63天，我受聖神感動，我應該可以站立了，那一天，艾靈扶著我，就真的站起來了，我要因信而立，「你們在信仰上已站穩了。」（格後1：24）

隔天，晚上臨睡前，聖神感動我，起來行走。我就按照前一天的「因信而立」站起來了，在艾靈的攙扶下，因信而移動我的腳，開始一步一步地走，「因信而行」，「憑信德往來（行走）。」（格後5：7）主又把行走的能力賜給了我，是一種新的喜悅。

我深深體會到這一段時間，我是全世界最幸福的病人，有許多人照顧我，有很好的醫療環境，有非常愛我的家人們，還有大家為我懇切祈禱。而且，從世界上很多地方，他們寫卡片、寫電郵，透過各種方式告訴我，他們在為我祈禱。

傷後第79天，我可以用助行器慢慢走出我的家門，走到我的庭院，親腳踏在我家的院子上，我就走到那個鐵門的邊邊，在那裡，見證上主的治癒，見證上主的能力，也見證祂所做



▲主僕疏效平弟兄重新站上講台，分享愛的奇蹟，大女兒愛梅擔任即席口譯。（疏艾靈攝影）

的，是遠超乎人心所想像的。

5月2日，傷後的84天，我去了教堂！這一陣子體會最大的就是，自己很無能、無助、無力！祂的能力卻在我的軟弱中彰顯。

5月11日，傷後第93天，聖神感動我，不要借助行器，行走吧！那麼，我就真的不用助行器行走了；很深的感恩。主也在這段時間給我很多的異夢，給我很多的恩惠，都不是理所當然的，是祂有一個更大的旨意，祂選擇的治癒方式與過程，不是我能想像得到的。

5月15日，傷後第97天，我第一次站回講台，為主作證。這是我躺在床上時，難以想像的，那是我心中的盼望，今天應驗了。祂做的樣樣都好。感謝讚美主！

骨頭斷裂了7處，93天可以行走，97天可以站到講台前，為主作證1個多小時，這是奇蹟！當我呼求主救我，祂不但救我，還給我很多我想像不到的豐盛。我心靈深深地體會，我的喜樂就在於承行祢的旨意，承行祢的旨意，就是我的喜樂。「我的天主，承行你的旨意為我所喜愛。」（詠40：9）

（全文完）

疫情是轉機 也是契機

我們攜手橫渡信仰曠野 沙漠中再見小溪

■文·圖片提供／李祖嵐（新店大坪林聖三堂教友）

歷經去年3月到5月下旬、近3個月關閉彌撒的信仰枯水期，原以為我們已安度新冠疫情幽谷，緩步重回生活常軌，怎料今年4月底開始，情勢劇烈反轉！母親節剛過完，便陸續爆出一天比一天慌目驚心的確診案例，從群聚感染擴大至社區感染，初期因台北市進入二級警戒、新北市進入準三級警戒，涵蓋雙北、基隆、蘭陽地區的台北總教區，先於5月13日宣布各堂區暫停主日彌撒。隨全國疫情升高，雙北自5月15日進入三級警戒，台北總教區進一步宣布各堂區暫停主日彌撒、平日彌撒及各項聚會，教友們再度面臨無法參加彌撒的困境……。

以我的本堂——新店大坪林聖三堂為例，去年四旬期第一主日之後，便暫停堂區內的主日及平日彌撒，許多喜歡或習慣參加彌撒的兄弟們，在靈修生活上頓失所依，雖然網路環境成熟、各類線上即時通訊軟體早已廣為眾人使用，要想透過線上方式舉行彌撒、或僅是召集一個信仰聚會，在實務上竟不如想像中容易。儘管部分堂區早已透過YouTube或是臉書直播主日彌撒，對許多主內兄弟而言，看到自己的牧人（本堂神父）、善會團體夥伴，彌撒才有滋味，聚會才有溫暖。近3個月的曠野生活，待彌撒恢復舉行之後，我們發現已散失部分教友，之後雖續見回流，仍有少數兄弟不知所蹤。

或許有人說，「天主無所不在，我們隨時能與祂說話、感受到祂的臨在……」是的，這是我們的信仰，因為「那些沒有看見而相信的，才是有福的！」（若20：29）然而，耶穌深知我們人類的軟弱，祂除了親自教導我們〈主禱文〉，更告訴我們「因為在那裡有兩個或三個人，因我的名字聚集在一起，我就在他們中間。」（瑪18：20）有兩、三個人因耶穌的名「聚集」在一起，是共融、是靈修、更是主內的友誼，由此出發，建構我們的信仰基石。走過去年近3個月的神枯期，今年5月當疫情再起時，我在心中不斷自問「萬一又關閉彌撒、又暫停堂區活動，我可以怎麼做？」絕對不能再讓去年的孤



聖神的禮物Online

天主聖神，求禱降臨，祂最能慰籍人靈，祂是我們衷心歡迎的嘉賓，祂是人生旅途舒適的庇蔭。心靈真光，求禱降臨！今天是「聖神降臨節」，以下有聖神的九種果實以及聖神七恩，每選一個，都是天主給你的恩典，祂必派遣聖神，幫助你結出聖神的果實，並讓你擁有聖神的恩惠。時時走在天主的光明中。選愈多，相信你一定加倍努力，結出常存的果實囉！（大坪林聖三天主堂禮儀組）

你主動積極，很願意為身邊的人做事。這個選項很適合你囉！

<https://forms.gle/x31PbBW4MjzYfREc>

您的回答

禮儀組特別設計「聖神的禮物Online」版，讓教友們利用手機連結網頁，點入自己中意的選項，即可領取聖神果實與七恩，同時附加簡短說明文字，幫助大家了解其中意義。

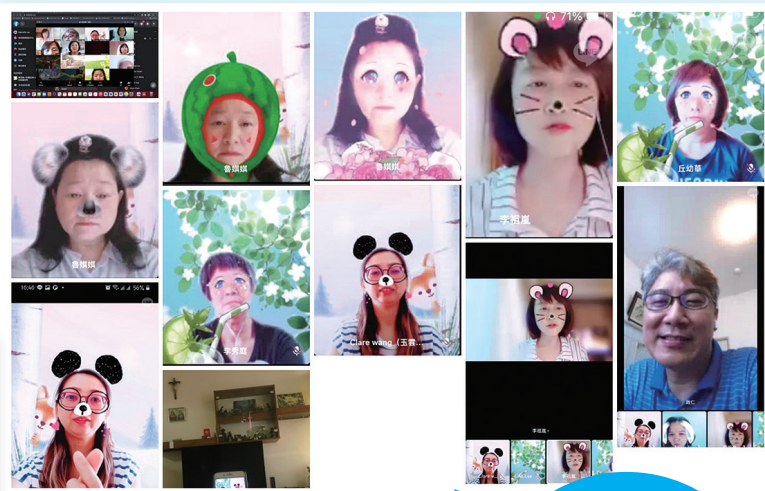
獨感重現！想到自己服務的團體，可直接透過即時視訊、邀集夥伴共同參與，維持團體的熱度。但線上舉行彌撒，則須神父同意、支持，在維持彌撒有效性的前提下，規畫準備。

感謝天主聖三的眷顧與護佑，我們堂區得以順利從耶穌升天節開始，提供教友們透過線上方式參與主日彌撒，在室內群聚4人的限制下，除了主禮神父、錄影弟兄之外，其他2位教友必須擔負讀經、答唱詠、信友禱詞及所有彌撒中的詠唱，因是採用現場收音方式，僅兩人與主禮對答、詠唱，聲音都要「全開」，沒人能偷懶！尤其線上彌撒沒有NG，唱錯、念錯都直接讓大家看到、聽到，因此事前更需仔細準備。當我們問心無愧地努力了，其他疏漏之處，聖神一定會幫忙補足，因為彌撒是為了讓所有參與的教友在主內共融，透過神領聖體、不斷渴望耶穌所賜神糧的滋養，只盼疫情終將散去，讓我們能真正參與彌撒，準備好身心，堪當「聖體龕」，恭迎主耶穌到我們心中。

在聖三堂的傳統中，每年聖神降臨節，我們都會準備心形的聖神果實小卡，在彌撒結束後，由神父們站在聖堂門口發放。去年聖神降臨節，因尚未恢復公開彌撒，很多教友都期待今年能夠拿到，怎知今年竟在耶穌升天節前，又暫停公開彌撒！為了不讓教友們失望，我們堂區禮儀組依舊準備了聖神



教友前來選取「聖神果實小卡」，同時做好防疫措施。



聖神的果實--喜樂

很開心，你選到的聖神果實是「喜樂」。在這疫情緊繃的時刻，天主希望你藉著聖神，結出「喜樂」的果實，帶給家人、朋友充滿喜樂的生活。

為能結出喜樂的果實，請在這段因疫情而封閉彌撒、各類聚會、活動期間，多祈禱，求天主聖神帶領你，常保喜樂的心，讓你身邊的人能感受到天主的愛，並看出一段影片，跟著詠唱今天彌撒中的繡繡。看完影片，請在下面回答「阿們」，謝謝。

大坪林 聖三堂聖詠團利用Line視訊會議功能，進行線上團練，團員們針對自己的狀況提問，由老師解說，並帶領大家團練。

果實小卡，在準備前先以酒精消毒

雙手，然後製作、分別裝入小塑膠袋內，在聖神降臨節主日當天早上10:00~11:30在聖堂門外擺出快閃攤位，讓教友們「秒選、秒拿、秒離開」，完全沒有戶外群聚疑慮。而為服務更多教友，我們還特別設計「聖神果實+七恩抽選Online」，透過網路連結，就能選出聖神果實或七恩，並透過選單中的詳細說明，了解其中意義。

除了禮儀活動，堂區的各團體，目前也陸續透過Line視訊、Google Meet進行線上聚會。我們堂區聖詠團在去年彌撒關閉時期，指導老師王啟仁弟兄曾希望我們「分進合擊」錄製〈跟隨我〉，因團員們各自考量使用3C產品的熟練度、自行練唱的駕馭力……，最後只有7人「交功課」，老師後製的錄音檔雖然好聽，但畢竟不能算是集體作品。今年堂區宣布彌撒及團體聚會暫停後，我們聖詠團便藉Line群組召集視訊聚會，夥伴們七手八腳、略顯生疏卻能相互鼓勵、順利完成了第一次「線上」團練，為了我們聖三堂的堂慶彌撒，完成了17人參與、啟仁老師費心製作的〈Dona Nobis Pacem/賜給我們平安〉獻唱錄音。大家在當天參與線上堂慶彌撒、誦念「神領聖體經」時，聆聽我們自己的獻唱，特別有感。之後我們繼續練習並錄製〈渴望〉，這首歌是教會音樂人張益滔弟兄的原創作品，描述在疫情中對平安的渴望、誠心呼求天主的帶領……在練唱及個人錄音的過程中，更加期盼實體練唱時日的到來！

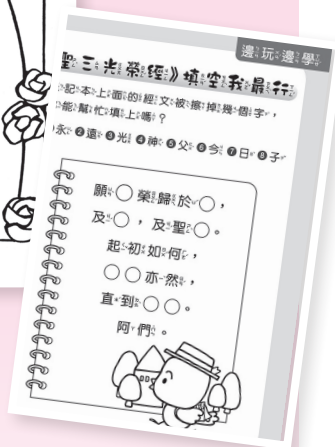
很多教會專家對線上禮儀或教會祈禱活動，難免心存「異見」，然而，看著教友們因著參與線上彌撒和團體聚會，得以享受信仰生活的部分「日常」，是多麼幸福的美事！疫情是考驗、也是契機，我們不會白白受苦，因為有耶穌基督與我們同行，帶領我們橫渡信仰曠野。看，沙漠中必要再見小溪！



▲每個孩子都是天父呵護在掌心的寶貝。
▶求天父平息疫情，可以安心外出玩耍。



▲圖像式學習
常用祈禱文，
好記又好懂。



▲活潑簡單的圖畫和
小遊戲，邊玩邊學。

信仰遊戲書家庭主日學的好幫手

■文·圖／上智文化事業 照片提供／胡齡勻（高雄耶穌聖名堂教友）

居家防疫過了5周，面對孩子線上學習的新模式與居家生活應接不暇的各種需求，許多父母從一開始的措手不及、瀕臨崩潰邊緣，經過這陣子的摸索和滾動式的調整，現在一邊工作、一邊顧小孩的生活，已經慢慢步上軌道。

可是每天待在家，孩子都悶壞了！「媽媽，我好無聊！可不可以去公園玩？」「什麼時候才可以去教堂參加彌撒、上主日學？」尤其是還在讀幼兒園及學齡前的小小孩，活潑好動的他們，彷彿有用不完的精力。爸媽每天都要變出不同的花招，像是準備各種遊戲和兒童讀物，讓孩子「放電」兼「充電」，才不會整天拿著手機、平板不放，或是到了晚上還精神百倍不肯睡，影響正常的作息。

「暑假可以去哪裡？」「今年有沒有兒童夏令營？」好不容易熬過了居家上課、居家辦公的壓力，暑假在即，安親班與幼兒園有望恢復上課，但主日學在暑期是停課狀態，許多堂區或教區舉辦的兒童夏令營為了疫情與安全考量，決定取消或延期。之前教育部曾喊出停課不停學，接下來的這段時間，孩子在暑假的信仰培育也得想辦法「在家安心學」。我們推薦幾個兒童出版品，可陪伴孩子透過有趣的遊戲，輕鬆認識聖經故事；藉由盡情揮灑色彩，快樂學習祈禱。在親子共讀的過程中，為孩子注入愛與自信的力量，營造獨一無二的閱讀體驗。

《奇妙世界貼紙遊戲書》用簡單易懂的方式和超萌可愛的插畫，跟孩子說伊甸樂園、諾厄方舟、若瑟解夢、梅瑟過紅海、力大無窮的三松、被大魚吞下肚的約納先知等18個精采的舊約故事。除了動聽的故事以外，書中的插畫還特別設計成孩子最喜歡的「貼貼樂」。附有91張精美



▲用詞簡單且有注音，閱讀一點都不難。



▲超萌的圖畫，聖經故事讓人驚喜連連。

貼紙，小朋友可以開心撕下貼紙並尋找圖畫的對應位置貼上，在遊戲中培養專注力、觀察力和手眼協調能力。這本書非常適合用在家庭共讀時光，既能增進親子互動又能寓教於樂。

學齡前的幼兒要如何學習常用的祈禱文呢？《小朋友學祈禱著色遊戲》透過活潑生動的圖畫，傳達每句禱詞的大意，孩子邊念讀邊著色，發揮創意添上繽紛的色彩，在玩樂中輕鬆記憶〈聖號經〉、〈天主經〉、〈聖母經〉、〈聖三光榮經〉和〈信經〉。最後小朋友還可以挑戰連連看、迷宮、圖文配對等有趣的遊戲，驗收學習



▲動手撕下貼紙，完成任務
好有成就感！

的成果。

《在我出生之前》是故事溫馨有趣、插畫吸睛可愛的生命繪本，滿足小孩對於出生的好奇與想像。家長還可配合繪本的內容，和孩子一起玩「角色扮演」的遊戲，幫助孩子認識與瞭解社會中不同職業和身分的重要性，但最重要、最有意義的是：體會到自己是帶著愛與祝福來到這世界，我們每個人都是天父眼中寶貝的孩子。「你非常重要，我永遠愛你，我會一直陪伴在你身邊！」這是天父溫暖堅定的保證，融化且療癒大小朋友的心。

在等待疫情結束的漫長暑假中，「家庭主日學」可以天天隨時開課！善用各種信仰遊戲書與繪本，充滿意義且不說教的小故事、歡樂自在的親子共讀時光，就能讓孩子獲得無比的滿足。全家人一起親近慈愛的天主，宅在家也能過得愉快又充實！

歡迎訂購

親子樂讀好時光系列歡迎訂購



《奇妙世界貼紙遊戲書》
定價250元



《小朋友學祈禱著色遊戲》定價100元



《在我出生之前》
定價350元

即日起到8月底止，單本8折，郵資另計

3本合購免運費500元（僅限PChome網路訂購）

訂購請洽保祿書局：

台北02-2371-0447

台中04-2220-4729

高雄07-261-2860





堂區走向社區，準備好了嗎？

輔神傳教神學系列 9

堂區與生態 水庫復能福傳計畫

——以越南河靜教區貴和天主堂為例

2021年全國福傳大會主題為「堂區福傳」。本系列除刊載堂區福傳的理論基礎外，亦強調堂區福傳的實務工作的推展，繼前幾期輔仁聖博敏神學院學生的堂區福傳計畫刊出之後，本篇「堂區與生態 水庫復能福傳計畫」出自越南籍神學生基於對家鄉本堂長期致力於生態保護的投入，而激發生態福傳計畫。她以中文表達越南故鄉的情境，呈現在字裡行間的福傳心懷與行動力，令人感動與感佩。

■文／阮寶燕（輔仁聖博敏神學院教義系福傳組學生）

教宗方濟各在《願祢受讚頌》通諭說：「我們永遠都能走出自己，迎向他人。除非我們這樣做，否則無法認識其他受造物的真正價值，不會關注對他人有利的事物，也無法自我克制以避免他人受苦或造成周遭環境惡化。若我們真心希望能關愛我們的弟兄姊妹和愛惜自然環境，關鍵在於我們要超越自我，以及拋棄任何形式的自我中心和良知麻木。這些態度也調整我們的倫理判斷，進而評估我們的每個行為及每個決定對周遭世界的影響。若我們能克服個人主義，便能真正培養一種不同的生活方式，為社會帶來重大改變。」

我們堂區秉持這樣的精神，關心社區的需要，計畫實踐永續發展目標，其中的議題「確保所有人都能享有水及衛生及其永續管理」的大方向，克服社區水資源議題。讓全社區的每一個人都有公平的管道，取得安全且負擔得起的飲用水。

生態水質議題

貴和堂堂區正式成立於1863年，屬基安縣歷史最悠久的教區之一。在158年來的發展歷程中，堂區經歷許多起起落落：戰爭，貧困，迫害，分裂……4年多前，在海洋環境災難發生時（許多工廠將大量未經處理含有苯酚毒素和氰化物的廢水排放到海洋中，造成中部4個沿海省分海洋生物的大量死亡）導致這個地區的生活受到很大的影響。最嚴重的是生態的污染，影響到整個生活環境。

當前，人們的生活用水主要來自雨水和鑽井中的水。雨水源收集在屋頂後，放入水箱中，然後通過基本方法過濾以用於日常烹飪，但是雨水不足，尤其是在炎熱的天氣。幸好，貴和堂區在30年前的一位本堂神父來負責堂務時，看到這個情況，就建議堂區教友善用靠山靠海的地形，在山上蓋一座水庫，供應本堂教友生活用水。但現今國家工業化之後，慢慢發現空氣污染越來越嚴重，而且這地區也有很多商人來開設工廠，海邊出現港口、海洋污染，這個水庫的水源也不例外。

此外，貴和天主堂最近幾年發現，堂區所建水庫不只為教友提供生活用水，而是整個社區其他鄉村的非教友都陸續過來取水，慢慢有些交流（因為社區其他鄉村都還沒有為他們提供的水庫），藉著這樣的跨鄉村取水的機會，讓堂區可實現福音的精神，融入社會，走出去。

堂區現況分析

優勢：1.堂區教友人數多，很活躍，團結及熱

心，特別是年輕人多；2.堂區教友經濟穩定，也很踴躍參與教會活動及奉獻；3.有很多靈活運作的善會組織。

弱勢：1.堂區還沒有福傳的組織；2.比較傳統，不擅於容納外力；3.本堂神父和教友比較注重牧靈工作；4.很少跟社區的非教友交流，很難跟政府官方合作。

機會：1.與社區政府官方合作，有更多交流，藉此機會多和社區的非教友及政府官方交談；2.提供清潔水以服務其職業社會經濟發展，改善社區的生活質量。

威脅：可能很難獲得政府的補助，以及與政府官員的溝通上會有些困難。

擬訂應變策略

1.邀請傳協會主席從熱心教友中，尋找一位有經驗的專業人士擔任計畫專案主席，以及不同任務編組的組長，並成立資訊團隊，挨家挨戶行動；2.成立一個有組織且具備能力、熱心、可靠的招募團體；3.邀請各善會及青年團體拜訪社區非教友，從社會議題的角度與政府及村民交談，與村長合作宣傳，並鼓勵參加關心水質議題；4.請神父連續在主日彌撒告知教友此福傳計畫，以激起教友的心火，試著去辦福傳大會，宣導福傳概念，建立福傳組織並成立福傳基金會。

人力資源說明

1.此次福傳最主要的人力是堂區教友！按照堂區的傳統習慣，每次堂區的活動事工，教友都很熱心按戶口人數每天輪流來做。根據堂區市場調查，堂區約有4000位教友，600多戶家庭，大部分是漁夫，主要的經濟來源是靠捕魚及遠洋工作。不過，堂區的教友都很熱心於本堂的活動，不管是金錢或人力，只要本堂神父在彌撒中感召，藉著堂區傳協會的分工合作並帶領，堂內教友都很願意付出。我認為這股精神是堂區的亮點，也是這計畫可行的重要因素。

2.人力來源是藉著生態——水庫復能的專案宣傳，而主動邀請堂區外的鄉村朋友參與，堂區所屬的社區有另外非教友3個鄉村，但最近幾年都到堂區水庫取水，也慢慢地認識本堂的教友並建立友好關係。

籌備工作小組

計畫能順利進行與成功的先決條件，第一是靠本堂神父的帶領，第二是堂區教友的合作。因此，首要是呈上計畫書給神父，向傳協會報告計畫內容，並邀請傳協會主席從熱心的教友人士中，找到一位有經驗的專業人士擔任計畫

專案主席及成立核心小組。

成立以下工作小組：1.資訊小組；2.福傳關懷組；3.召集事務組；4.行政文宣組；5.專案施工組；6.總務組；7.福傳基金會。辦理堂區福傳計畫說明會，並請相關單位與專家學者審定水庫的水質，以及設計如何復能的專案，再將詳細專案內容與本堂神父和傳協會會長共同審核和修正、一起決定施工時間與方式。藉著感召「堂區與生態——水庫復能福傳組長會議」訓練及協助組長完成組員招募工作。福傳關懷組拜訪鄰居的村長及居民，介紹此計畫並邀約合作參與。

三個階段進行

生態——水庫復能福傳計畫工作項目及範圍：分成3個階段：

1.計畫審定及設計階段：籌備小組組長及本堂神父進行場看（在山上水庫的狀況：環境，面積等），邀請相關單位與專家學者審定水庫的水質及設計如何復能專案。

2.施工階段：教友藉著建築師的帶領一起完成：a) 調查集水區水環境資料或建置必要之監測設施；b) 強化即時監測及水質（濁度）預警機制；c) 結合居民自主保育行動，如：定期清潔水庫，過濾及管理作為；d) 建立污染預警平台，另辦理快篩水庫污染熱區，以利強化水庫局部污染控制措施。

3.評估階段：為確保完工設施於計畫結束後之正常運作，堂區專案小組應妥善辦理水質檢驗與評估後，才開放教友及鄰居來取水；更重要的是維護管理工作，落實相關維護管理可通過本堂的管道，經常宣導環保用水，保持環境清潔。

廣傳天主是愛

梵蒂岡第二大公會議聲明：「傳教的目的不是停止『拯救靈魂』，而更是過著基督徒的生活，福音的生活，並努力使世界成為一個共同的家園：基督徒在團體中的臨在必須是耶穌生動的記號，用耶穌慈愛的心去愛我們，並希望我們以同樣的愛去愛慈善機構的鼓舞。無論種族、社會或宗教狀況如何，基督宗教慈善事業能確切地傳播給人們。」（AG 12）

為此，本專案的目的也朝著大公會議的方向，先是在於水質改善，維修並清潔堂區1993年蓋建的水庫，進行污染源處理改善，恢復集水區自淨功能，減輕水質污染，提供潔淨水源，增加飲用水安全。後者是為了福傳目標，融入社區並與非教友的區民連結交流，用關心體貼的行動介紹信仰，把耶穌的愛傳出去。