



國內
郵資已付
板橋郵局許可證
板橋字第1196號

主曆2021年11月21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



教宗方濟各
2021年
世界青年日文告
P.02-03



煉靈月闡釋
天主教生死觀
深探臨終關懷
P.12-13

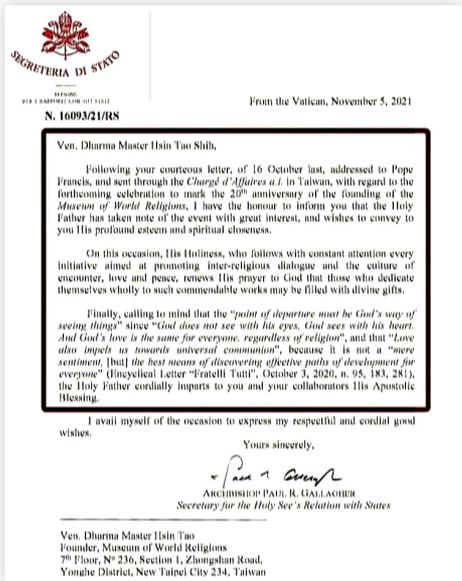


王敬仁神父
慶祝晉鐸40年
願為福傳活水
P.20-21



▲台北總教區鍾安住總主教(左)、梵蒂岡駐華大使館一等秘書達保祿蒙席(中)等受邀出席盛會。

▲宗博館創辦人心道法師(前排左)、蔡英文總統(前排右)及各宗教領袖,帶領貴賓共同點燈祈福。



▲教廷外長蓋拉格(Paul Gallagher)代表教宗發函,誠致賀忱。

世界宗教博物館歡慶20周年 聖座期許持續推動相遇文化

文/謝蓉倩
圖/真理電台、世界宗教博物館

世界宗教博物館11月9日成立滿20周年,適逢世界宗教和諧日,教廷外長蓋拉格(Paul Richard Gallagher)特致函以表賀忱。信函中指出,聖座一直關切各宗教間對話、相遇、愛與和平的倡議,天主不是用眼睛看,而是用心看,天父不分宗教愛所有子民,這樣的愛促使普世走向共融。同時,包括聖座宗教交談委員會主席阿尤索(Miguel Angel Ayuso Guixot)樞機等宗教領袖都傳來支持相遇文化的視訊,為國內的宗教交談再添佳話。

聖座宗教交談委員會主席阿尤索樞機在視訊中表示,各宗教領袖10月4日聚集梵蒂岡,共同簽署「邁向COP26氣候峰會聯合呼籲」中指出,我們繼承一座花園,絕不能留下一片沙漠給後代子孫,願宗教間彼此團結、支持相互間的承諾,推廣跨宗教的對話及博愛,願我們同心守護地球——我們共同的家園。

英國錫克教長老巴依·薩希卜·摩伊德·辛格(Bhi Sahib Bhai Mohinder Singh)、印度心靈導師詩麗·詩麗·若威·香卡(Sri Sri Ravi Shankar)等人,也都期盼透過世界宗教博物館帶動的宗教共融,增進跨宗教友誼信息,激勵全球不同信仰者共同弭平分歧。



▲聖座宗教交談委員會主席阿尤索樞機主教透過視訊,為此一宗教交流盛事表達肯定和支持。

宗教博物館20周年館慶以「看見宗博,回歸靈性」為核心,特別在世界宗教展示大廳舉辦「華嚴世界——靈性生態館」啟動儀式,由宗博館創辦人心道法師、總統蔡英文等各級政府官員及天主教台北總教區鍾安住總主教、梵蒂岡駐華大使館一等秘書達保祿蒙席(Msgr. Pavol Talapka)、台灣基督東正教會李亮神父、台北清真寺教長趙錫麟博士等不同宗教代表們,帶領全場與會貴賓共同誦念祈福文、點亮祈福燈,為後疫情時代帶來一場數位心靈饗宴。

蔡英文總統致詞表示,在世界宗教和諧日,與跨宗教代表一起為地球生態祈福,關心當今

極端氣候、生命教育的議題非常感動,她同時感謝疫情期間各宗教帶給社會的安定和諧,期待宗教界發揮善心力量,一起為台灣及世界貢獻更多。她並肯定靈鷲山持續從事跨宗教、跨領域、跨文化的行動。

心道法師致詞時,感謝各界支持宗博館推動「愛地球、愛和平」的努力,衷心期盼藉由這個平台,讓宗教互信、互助,再擴及各領域,一起成為生態守護者,共同推動靈性生態教育,並產生具體行動。他強調,「靈性生態館」為一場視覺饗宴,震撼心靈,此一平台的啟動,就是希望讓大家看到靈性與生態的密不可分,促進民眾內在靈性覺醒,喚起內在和平善念,建立地球重生與療癒的思維,進而化為「愛地球」的生活行為。

除了靈鷲山國際榮譽董事會致贈「靈性生態館」,做為宗博館20歲的生日禮物,佛光山住持心保和尚帶來星雲大師手書墨寶〈慈心仁德〉,表彰宗博館實踐慈悲的寓意。

宗博館為慶祝20周年館慶,並特別舉辦系列特展《愛如花如種——從911到119》、《讓愛如大地——看見宗博,回顧20》等,處處讓人感受到宗博館的用心。



教宗方濟各 第36屆世界青年日文告 2021年11月21日

「起來！我要選派你去為你所見之事作證！」（參閱宗26：16）

親愛的青年人：

我渴望再次牽起你們的手，與你們一同前往2023年里斯本世界青年日這趟心靈朝聖之旅。

去年的文告，是我在疫情即將爆發之前頒布的，主題是「青年人，我對你說：起來罷！」（路7：14）在天主上智的安排下，祂已經開始在預備我們，好能面對即將來臨的重大挑戰。

在世界各個角落，我們都承受著失去眾多親人的痛苦，經歷著社交隔離。對你們青年人來說，這場公共衛生緊急事件更是一大挑戰，因為你們的生活本是向外開展的：學校、工作、社交活動。你們發現自己身處在前所未有的困境之中，有些人在無所準備、缺乏支持的狀態下感到迷惘。我們看到家庭問題、失業、憂鬱、孤獨、成癮行為等問題一一浮現，更不用說長期累積的壓力和緊張、仇恨的爆發，以及暴力的滋長。

然而，感謝天主，這並非事實的全貌。這段經歷讓我們看到自己的脆弱，卻也展露了我們的美德，以及我們對團結互助的渴望。在世界各地，我們看到許多人，包括很多青年，為生命而奮鬥、散播希望的種子、捍衛自由與正義，成為和平的締造者及橋梁的搭建者。

一個青年人的跌倒，在某種程度上就是全人類的跌倒。但是當一個青年人站起來，同樣，也有如整個世界都站了起來。親愛的青年，如此巨大的潛力就在你們手中！如此豐厚的力量就在你們心中！

今天，天主也在向你們每一個人說：「起來！」我衷心地希望這篇文告能幫助我們迎接新的世代、人類歷史上一個嶄新的篇章。然而，親愛的青年人，沒有你們就不可能有新的開始。為了能重新站起來，世界需要你們的力量、你們的朝氣、你們的熱情。因此，我想要和你們一起默想《宗徒大事錄》的章節裡，耶穌對聖保祿說的：「起來！我要選派你去為你所見之事作證。」（參閱宗26：16）

保祿在君王前的證詞

2021世界青年日主題所採用的《聖經》章節，是摘自保祿被監禁前，在阿格黎帕王面前所作的證詞。曾經身為基督徒的敵人和迫害者的保祿，現在正為了基督信仰而受審。事隔大約25年，宗徒講述了他歸依的故事，以及他與基督決定性的相遇。

保祿承認他過去曾迫害過基督徒，直到有一天，當他前往大馬士革逮捕其中一些人時，有一道光「比太陽還亮」，環照著他和他的同

伴。（參閱宗26：13）然而，只有他聽到「一個聲音」：耶穌對他說話，並按著名字呼喚他。

「掃祿！掃祿！」

讓我們一起深入探討這件事。天主藉由呼喚掃祿的名字，表明了祂完全認識他。這好像在告訴他：「我知道你是誰，我知道你在做什麼，但我要親自和你說話。」耶穌兩次以他的名字呼喚他，這是特別且重大召叫的標記，就像祂對梅瑟（參閱出3：4）和撒慕爾（參閱撒3：10）所做的那樣。當掃祿跌倒在地，意識到自己成了天主顯現的見證人，這個強大而神聖的啟示，使他不知所措，但卻沒有要打擊他。相反地，他聽見自己的名字被呼喚。

事實上，只有與基督個人的、毫無隱藏的相遇才能改變生命。耶穌表明祂很了解掃祿，祂對他的內心瞭如指掌。儘管掃祿是一個迫害者，儘管他心中對基督徒充滿仇恨，耶穌知道他是出於無知，祂想向他展示祂的憐憫。這種恩寵，這種無償又無條件的愛，正是徹底轉化掃祿生命的光。

「主，你是誰？」

呼喚他名字的這一位，面對祂的神祕臨在，掃祿問道：「主，祢是誰？」（宗26：15）這個問題至關重要，我們每個人遲早都要問這個問題。只從別人那裡聽說過基督是不夠的，我們還需要親自與祂交談。其實，這就是祈禱。祈禱是直接與耶穌對話，也許我們的心仍然混亂，我們腦中充滿懷疑，甚至有對基督和基督徒的蔑視。我希望每個年青人，最後都能打從心底提出這個問題：「主，你是誰？」

我們不能假定每個人都認識耶穌，即使在這網路世代也是如此。許多人都會對耶穌和教會提出這樣的問題：「你是誰？」在聖保祿被召叫的故事裡，這是他說的唯一一句話。對於他的問題，主立刻回答他說：「我就是你所迫害的耶穌！」（宗26：15）

「我就是你所迫害的耶穌！」

透過這個回應，主耶穌向掃祿揭示了一個偉大的奧祕：祂與教會是一體的，祂與基督徒同在。在那之前，掃祿除了看過被他關進監獄裡的信徒（參閱宗26：10）和那些他同意處死的人（同上），他完全不認識基督。但他看過基督徒如何以善報惡，以愛報恨，他們為基督的名承受著不正義、暴力、誹謗和迫害。某種程度上，掃祿在不知不覺中，已與基督相遇：他在基督徒身上遇見了祂！

我們多少次聽到有人說：「我接受耶穌，但

我不要教會」，好像這兩者間可以擇一替代。然而，不認識教會，就無法認識耶穌。不藉著團體中的弟兄姊妹，我們無法認識耶穌。如果在信仰上沒有活出教會的氛圍，我們就不能自稱為完整的基督徒。

「你向刺錐踢去，為你是難堪的」

在掃祿倒地後，天主對他說了這句話。但祂一定也曾在無形中反覆地告訴他同樣的話，試圖吸引他到身旁，但掃祿拒絕了。我們的天主對每一個離開祂的青年人也同樣溫柔地「譴責」：「你要逃離我到幾時？為什麼你聽不見我在呼喚你？我在等你回到我身邊。」就像耶肋米亞先知一樣，我們有時會說：「我不再想念祂。」（耶20：9）但在每個人的心中都有燃燒的熱火：即使我們試圖澆熄它，也做不到，因為它遠比我們強大。

天主揀選了一個正在迫害、完全仇視祂和祂子民的人。我們可以看到，在天主眼裡，沒有人是無法被贖回的。透過與祂個人的相遇，總是能夠重新開始。沒有一個青年人是無法被天主的恩寵和憐憫所觸碰的。我們不能對任何人說：「他已經離太遠了……，已經太遲了……。」有多少青年人強烈地反對教會、逆流而行，但在內心深處他們卻需要能夠付出，需要全力去愛，需要找到自己的使命！在年輕的掃祿身上，耶穌看破了這一點。

認出我們的盲目

我們可以想像，掃祿在與基督相遇之前，是個自以為是的人，基於品行正直、熱心、出身與受教育的背景，他認為自己很「偉大」。當然，他相信自己做的都是對的。而當天主向他顯示了自己，掃祿便「跌倒在地」，失明了。突然間，他的肉體與心靈都無法再看清。他所深信的一切動搖了。他明白了過去執意要殺害基督徒的那份熱血是大錯特錯的。他明瞭了自己沒有掌握絕對的真理，而且還離得很遠。他的信念與驕傲都崩解了；突然間，他發現自己迷惘、脆弱且「渺小」。

這份謙遜、對自身限度的認識，至關重要！那些自認為了解自己與他人的一切，甚至通曉宗教道理的人，很難與基督相遇。如今失明的掃祿，不知何去何從。獨自在黑暗中，唯一清楚的，是他看到的那道光與他聽到的聲音。正當我們承認自己是盲目的，我們才開始看見，這多麼出乎意料！

（文轉3版）

國際聖體大會邀請全球同步 為基督普世君王節獻上祈禱

■文·圖／台灣地區主教團禮儀委員會聖體敬禮推廣組

第52屆國際聖體大會籌備處近日來函，邀請台灣教會加入11月20日的「第9次全球同步在聖體前奉獻1小時祈禱」，信函內容如下：

「第52屆國際聖體大會雖已結束，但正如主耶穌所應許的，祂仍然居住在我們中間。

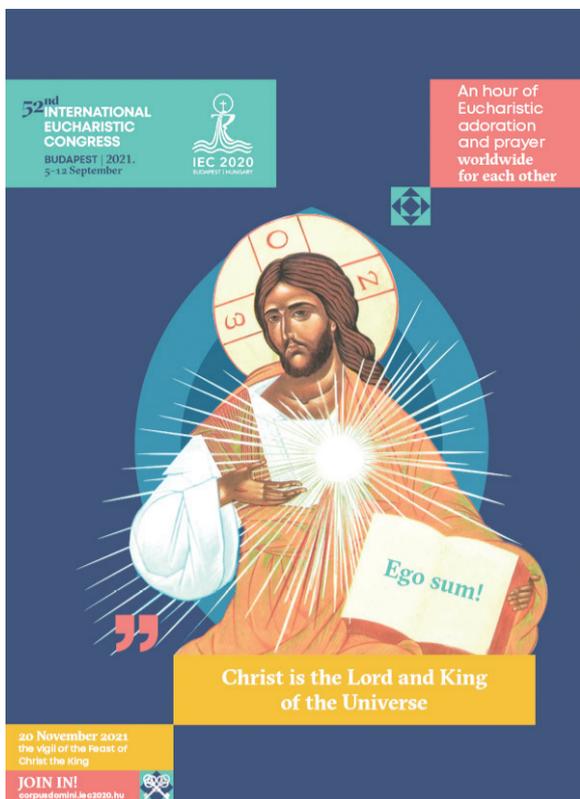
祂是宇宙的主和君王。因此，我們感謝祂對國際聖體大會的祝福，在聖體聖事中朝拜祂，也在家中向祂靜默祈禱。

2021年11月20日（基督普世君王節前夕），讓

我們再度以第9次的同步朝拜聖體1小時，或在家中祈禱，聯合世界成千上萬各地為基督普世君王節進行守夜。」

台灣地區主教團禮儀委員會聖體敬禮推廣組誠摯邀請您，以團體或個人名義，上網登錄舉行祈禱的地點和時間，與普世教會的弟兄姊妹們同心合意地在主耶穌基督前，同步祈禱。

►登錄全球祈禱網站



（文接2版）

在掃祿去大馬士革的路上所遇到的經驗，使他覺得晴天霹靂，他寧願別人稱他為保祿，這個名字的意思就是「渺小的」。這和我們現今一般使用的暱稱或藝名不一樣。與基督的相遇改變了他的生命，這讓他真正感受到自身的渺小，也拆毀了過去阻擋他在真理中認識自己的高牆。正如他向我們說的：「我原是宗徒中最小的一個，不配稱為宗徒，因為我迫害過天主的教會。」（格前 15：9）

如同許多聖人一樣，里修的聖女小德蘭總愛說：「謙卑就是真理」。現今有多少的「貼文」支配著我們的日常生活，特別是在社交網路上，常以布景、網路攝影機和濾鏡特效精細地編排而成。人們越來越想要聚光燈打在自己身上、呈現完美的模樣，向「朋友」、「追蹤粉絲」展現一個往往不能反映真實自我的形象。基督，正午之光，祂來照亮我們，使我們返璞歸真，卸下所有的面具。祂讓我們清楚看到自己原本的模樣，因為祂就愛我們原本的模樣。

改變觀點

保祿的歸依並非要他轉身回頭，而是向一種完全嶄新的視角開放。他繼續著前往大馬士革的旅程，但改變已經發生；現在他是一個不同的人。（參閱宗 22：10）我們可以在平凡的生活，悔改並更新自己。我們依然做以前在做的事情，但內在的初衷和目標已經有所不同。以保祿來說，耶穌告訴他，要繼續前往大馬士革。保祿服從了，但旅程的目標與目的已被徹底轉變。從那時開始，保祿將用全新的眼光看待事物，他不再是一個迫害者和劊子手，而是一位門徒和見證者。在大馬士革，阿納尼雅將為他付洗，並帶他認識這個基督徒團體。在靜默與祈禱中，保祿將深思他所經歷的事，以及主耶穌賦予他的新身分。

不要澆熄青年的活力與熱情

對我們而言，保祿在遇見基督前所抱持的態度並不陌生。親愛的青年人，在你們心中不知道有多少力量和熱情！可是籠罩在你周圍的黑暗會妨礙你們正確地看待事物。你們冒著生命危險，對抗毫無意義的鬥爭，甚至成為暴力的人。不幸的是，你們自己和身邊最親近的人

將成為第一個受害者。也有另一種危險，就是高舉正義的價值，為之挺身征戰，但是一旦走向極端，將會變成毀滅性的意識形態。今天有多少青年在自身的政治或宗教信念的鼓吹下，最終在許多人的生命中，成了暴力與毀滅的工具！有些人在網路世界裡逍遙橫行，在虛擬和社交網路裡找到新的戰場，肆無忌憚地以假新聞為武器，散播毒害、殲滅對手。

當天主介入保祿的生命時，祂並沒有壓抑他的個性或他充滿熱情的心。反之，祂讓這些特質開出美麗的花朵，將他轉變成一個偉大傳教士，把福音帶到天涯海角。

萬民的宗徒

從今以後，保祿被稱為「萬民的宗徒」。他曾是一個法利塞人，一個一絲不苟地遵循法律的人！這裡，我們又看到另一個出乎意料的地方：天主信任一位曾經迫害祂的人。如同保祿一樣，我們每個人都會聽到來自內心的聲音說：「我信任你。我明白且掌握了你的生命故事，我會與你同在。雖然你經常反對我，但我選擇了你，並使你成為我的見證人。」天主的意念能把最惡劣的迫害者轉變成偉大的見證人。

基督的門徒蒙召成為「世界的光」。（瑪 5：14）雖然保祿這時是失明的，但他現在必須為他所見的作證。這又是一個出乎意料的地方！然而，保祿正是通過自己的個人經驗，他才能夠與主將要派遣他去找的人產生共鳴。這是為什麼他作證說道：「開明他們的眼，叫他們從黑暗中轉入光明。」（宗 26：18）

「起來，去作見證！」

在我們接受了洗禮所賦予的新生命時，天主賜予我們一個重要且改變生命的使命：「你要成為我的見證人。」

今天，基督曾經給保祿的邀請也是祂給每一位青年人的：起來！不要再垂頭喪氣或自怨自艾；有個使命正等待著你！你也能向人見證耶穌在你身上完成的一切。我以基督之名對你說：

- 起來，並向人見證：你曾經在你的盲目中與光相遇——你在自己及他人身上、在教會的共融中，看見天主的美善戰勝了所有的孤寂。

- 起來，並向人見證：在家庭生活中，在父

母與孩子間、青年與長者的對話中、人與人之間的關係，都能培養出愛和尊重。

- 起來，並捍衛社會正義、真理與人權，保護受迫害者、窮人、弱勢群體、社會上無法發聲的人和移民。

- 起來，並向人見證：以一個閃爍著好奇讚嘆的眼光去重新看待受造物，讓你將地球視為我們的共同家園，給予你勇氣去促進生態的和諧。

- 起來，並向人見證：失敗的人生能夠重建，心靈喪亡的人能重獲生命，受奴役的人能恢復自由，被悲傷壓迫的心能重見希望。

- 起來，並喜樂地向人見證生活的基督！在學校、大學裡、工作中、網路世界及任何地方，向你的同儕們廣傳祂愛與救恩的訊息。

天主、整個教會和教宗，都信任並派遣你們，在今日世界踏上前往「大馬士革的旅途」，向旅途中相遇的其他青年人作見證！不要忘記：「凡真正體驗過天主救贖的愛，都不需要太多時間或冗長的培訓，才能走出去宣講那份愛。在某程度上，每位基督徒都是傳教士，因為他或她曾在耶穌基督內經歷過天主的愛。」（《福音的喜樂》，120）

起來！在地區教會慶祝世界青年日

我再次邀請每一位來自世界各地的青年，一同參與2023年里斯本世界青年日的心靈朝聖之旅。但是接下來的聚會，是於2021年的基督君王節，在地區教會裡、在世界各地不同的教區中，以地區性的方式慶祝的青年日。

我希望大家能善度這個階段，做個真正的朝聖者，而非「信仰的觀光客」！願我們向天主驚喜的安排敞開心扉，祂渴望點亮我們的旅程。願我們更願意敞開自己，並藉著我們的弟兄姊妹，一起聆聽祂的聲音。如此，我們將能互相扶持、一同站起身來，並在這歷史性的艱難時刻，成為新時代的先知，未來仍充滿希望！願童貞榮福瑪利亞為我們每一位轉求。

教宗 方濟各

發自羅馬，聖若望拉特朗大殿
2021年9月14日，光榮十字聖架慶日
（台灣地區主教團 恭譯）



唯心論者說：「境由心生。」所以，戰敗的軍人會感到風聲鶴唳、草木皆兵；然而，事實上，環境對人的影響更大。莊子與惠子的對話說：「井蛙不可以語於海者，拘於虛也；夏蟲不可以語於冰者，篤於時也。」（《莊子·秋水》）井蛙因為空間的限制，看不到海，談海為牠沒有意思；夏蟲因為時間的隔離，當然不知冬天的冰雪。人生活在時空之中，無法擺脫時間、空間的限制，一定會受到環境的影響。

在台灣，11月是秋天氣候，常有「數樹深紅出淺黃」的美景，性情中人蘇東坡感慨：「明月幾時有？把酒問青天……但願人長久，千里共嬋娟。」（〈水調歌頭·丙辰中秋〉）美麗的秋月成了愁苦的根源；李後主的絕命詞：「春花秋月何時了？往事知多少？小樓昨夜又東風，故國不堪回首月明中。雕欄玉砌應猶在，只是朱顏改。問君能有幾多愁？恰似一江春水向東流。」（李煜，〈虞美人〉）同樣的秋月美景，亦成為愁苦的緣由，令人同掬一把淚。

我最喜歡蘇東坡的「大江東去，浪淘盡，千古風流人物。故壘西邊，人道是，三國周郎赤壁。亂石崩雲，驚濤拍岸，捲起千堆雪。江山如畫，一時多少豪傑。」（〈念奴嬌·赤壁懷古〉）氣勢澎湃，前面寫景，後邊是他的感嘆，

環境對人的影響

多少豪傑都是因為「江山如畫」而興起，有人稱是「地靈人傑」。三國，是中國人最喜愛的故事，今日暢銷的電玩遊戲，也有不少款是以三國人物為主角而設計的。

《三國演義》的開篇詞，引用楊慎的〈臨江仙〉：「滾滾長江東逝水，浪花淘盡英雄。是非成敗轉頭空。青山依舊在，幾度夕陽紅。白髮漁樵江渚上，慣看秋月春風。一壺濁酒喜相逢。古今多少事，都付笑談中。」世間的一切都會過去，在人生經驗豐富的老漁翁看來，故事成為談笑的資料；「青山依舊在，幾度夕陽紅」，清楚描繪人生的無常。「故國神遊，多情應笑我，早生華髮。人生如夢，一尊還酹江月。」（〈念奴嬌·赤壁懷古〉）非常動人，令人同感人生的有限，不如及時行樂。

蘇東坡的〈前赤壁賦〉中說：「客亦知夫水與月乎？逝者如斯，而未嘗往也；盈虛者如彼，而卒莫消長也。蓋將自其變者而觀之，則天地曾不能以一瞬；自其不變者而觀之，則物與我皆無盡也，而又何羨乎？」人生可以超越環境的影響，分辨變與不變的存有，已是非常大的成就。

為基督徒來說，耶穌的教導是最主要的信心根源，耶穌說：「你們不要在地上為自己積蓄財寶，因為在地上有蟲蛀，有鏽蝕，在地上也

有賊挖洞偷竊；但該在天上為自己積蓄財寶，因為那裡沒有蟲蛀，沒有鏽蝕，那裡也沒有賊挖洞偷竊。……關於衣服，你們又憂慮什麼？你們觀察一下田間的百合花怎樣生長：它們既不勞作，也不紡織；可是我告訴你們：連撒羅滿在他極盛的榮華時代所披戴的，也不如這些花中的一朵。……你們先該尋求天主的國和祂的義德，這一切自會加給你們。所以，你們不要為明天憂慮，因為明天有明天的憂慮！一天的苦足夠一天受的了。」（瑪6：19-34）

耶穌的話就是天主聖言，接受天主聖言的是人的心田，有如不同的環境，耶穌說：「有的落在路旁，飛鳥來把它吃了；有的落在石頭地裡，那裡沒有多少土壤，即刻發了芽，因為所有的土壤不深，太陽一出來，被曬焦了；又因為沒有根，就乾枯了；有的落在荊棘中，荊棘長起來，把它窒息了，就沒有結實；有的落在好地裡，就長大成熟，結了果實，有的結三十倍，有的六十倍，有的一百倍。」（谷4：4-8）所言似乎回到「境由心生」，然而，不同的是，種子為「天主聖言」。

聖保祿宗徒說：「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）我們應準備好我們的心田，使其成為天主聖言種子成長的好地，以超越環境的限制，結出聖善的果實。



閉幕，不是閉目

■文／孫大川 Paelabang danapan（國立台灣大學兼任副教授）

自2017年開始籌備的「第3次全國福傳大會」，去年因新冠疫情的關係，順延了1年。

今年8月7日，主教團在秘書處大樓隆重舉行感恩聖祭，並宣布第3次全國福傳大會圓滿閉幕。由於缺乏公開的資訊，我們對各教區、主教團及福傳委員會4年來推動的實際狀況、掌握的議題及其分析、發現的困難和提出解決方案等，知悉甚渺，實在感受不到全國福傳大會吹來的新鮮空氣，也感受不到聖神燃起的熱火。

主教們的致詞，指出這次全國福傳大會的特點，是由下往上從教會內最基層的單位為起點，他們感謝並慰勞大家4年來的辛苦。而福傳委員會執行秘書袁世敏姊妹發表的文章中，我們也很難抽繹出這次全國福傳大會具體的結論和行動方針，只知道派遣儀式裡有修訂完成的《福傳手冊》交給弟兄代表，或許《福傳手冊》內才有更明確的內容。

聖座萬民福音傳播部的部長塔格萊（Luis Antonio Tagle）樞機主教透過視訊提醒大家：「不要等到條件都準備齊全了，才去福傳。」這當然是很好的鼓勵；但，在我看來，我們目

前最大的問題，在於其實我們擁有許多很好的條件，卻任它蒙塵、枯萎。福傳大會的目標，就是為清點這些條件，檢視我們的行囊。

這4、5年來，我認為是我們教會長久以來最有條件也充滿希望的時刻。台灣是一個自由、開放且重視人權的地方，社會福利、健保制度和教育的普及，相對於過往，有著典範性的進步；這讓我們教會服務的項目及救急工作的負擔減輕大半，我們有更多的時間和精力，深化我們的牧靈工作。交通的便捷、資訊的發達，也讓我們可以重新檢討教區的配置、堂口的整併與活化。

以台灣天主教會過去在學術、教育和青年培養工作上的努力，據我的觀察，事實上，我們擁許多素質很高的教友；面對全球性聖召的困難，台灣有條件交付更多的責任給教友，我們應該積極規畫，促成以教友為核心的福傳工作。尤其值得注意的是，台灣近半個世紀本土化運動的演變，其內涵已逐漸從政治和族群矛盾的方面，轉向文化和歷史的反省與建構。

這些年荷蘭、西班牙文獻的翻譯、解讀，若干早期教會考古遺址的發現，讓我們有機會回顧17世紀初葉、19世紀後半葉和20世紀50、60年代，台灣天主教會斷裂卻又存續的歷史。我認為，這是一個完全不同於當前台灣以政治斷

代為主流的史學論述，它提供了另一種史觀，擺脫漢人獨白的歷史，讓我們得以看到更具民間性的歷史真相。雖然它仍難免有殖民帝國和教派紛爭的陰影，但因其福音的本質，它所觀照的圖像，依然充滿屬靈的內涵。

最近曹銘宗寫的歷史小說《艾爾摩沙的瑪利亞》，以及稍早范毅舜寫的《海岸山脈的瑞士人》、《公東的教堂：海岸山脈的一頁教育傳奇》，和他即將出版的《雙堂記：大武山下的聖堂傳奇》等，配合這2、3年來教友推動的「台灣Camino」行腳活動，它既是歷史的也是福傳的，是我們教會貢獻給台灣最珍貴的禮物。主教團應積極協助各修會、堂口去蒐集、整理、翻譯、編修自己的歷史，並鼓勵教友彼此探訪，用腳去體驗台灣傳教初期神長們的辛勞和信德，點燃我們福傳的熱火。

也許4年的全國福傳大會籌備期間，這些議題都已充分討論過了，我只是杞人憂天，應該更有耐心地等待決議事項後續的公布和推行，一如《天主教周報》653期標題寫的將「開啟台灣教會福傳新紀元」。如此，閉幕的彌撒，才真能張開我們的眼睛，看到光，看到門，看到路；而不是閉上我們的眼睛，假裝看不到牆角剝落的苔痕和爬滿蜘蛛網的窗台。





天主教博愛基金會董監事會議 力促公共利益

■文·圖／天主教博愛基金會

天主教博愛基金會於11月6日(周六)上午,召開第8屆第4次董事暨監察人聯席會議。與會者包括監察人:花蓮教區黃兆明主教、新竹教區李克勉主教、陳振貴;常務董事與董事:董事長楊景明、董事范姜群暉、黃金瑜、林顯章、陳磊仕、林蔚民、吳亨鑫、吳明宗、曾華明、吳育贊、馬修莉薇、李國強、林文昌、鄭萊頤、鍾聲亮、侯阿金;執行長胡宏猷及列席職員3人,共計23人參與會議。

會議由會前禱開始,祈求上主派遣聖神帶領博愛基金會,發揮天主教善會團體的力量,齊心傳揚主愛,戮力服務善工。會議主席楊景明致詞時,特別感謝主教與董監事們在百忙之中撥冗出席,關懷基金會事務。隨後,進入年度財務報告、工作業務與營運計畫報告等議程,再由與會者針對各項議題詳加討論。

天主教博愛基金會創立於1998年,是第一個

由教友成立的天主教宗教財團法人基金會,創會迄今24年。如何傳承創會精神,繼往開來,並順應時代需求及符合社會期待,與會者深入研析議題及撰擬因應提案。

會議中,李主教以其深厚學養,為基金會及各項政府相關法令提供專業見解;黃主教亦勉勵,博愛基金會不應侷限服務範圍於教會之內,更可推及廣大社會大眾,促進公共利益;多位董監事亦分別提出對會務執行方向的反思與建議。博愛基金會對神長們的勉勵與指導特致謝忱,期許擴大服務範圍,學習耶穌基督服務萬民的精神,竭心盡力地耕耘教會內外事務,善盡身為教會善會團體的責任。

會議歷時逾兩小時後,在李主教帶領會後禱與降福下,圓滿結束。會後,與會者合影留念(見上圖),再移師至楊董事長款設的午宴,繼續交流同做善工的美好情誼。



婚禮的祝福

我們的女兒瑋婷與黃柏誠先生將在主愛中完成神聖的婚姻聖事,彌撒訂於12月4日(周六)15時,地點在台北南港耶穌聖心堂(台北市忠孝東路六段114號),恭請江培瑜神父主禮。

誠摯邀請主內兄弟姊妹們撥冗參加,同來見證這天主降福的美好聖事,您的代禱將使他們一生受用不盡,願主愛常隨不移,百倍賜福於您闔府康泰

沈禎 鄭明珊 誠摯邀請

五峰旗聖母朝聖地16周年慶 中外教友載歌載舞歡頌主恩

■文／謝天龍、簡文龍 圖／曾重富

每年11月9日,五峰旗聖母朝聖地皆舉辦周年慶祝活動;今年特地邀請菲籍教友們,以悅樂聖母的歌詠和舞蹈,為活動揭開序幕。

當天秋高氣爽,來自全台教友逾130人,於上午9時30分,齊聚在聖母洞前,在菲籍白孟谷神父主持下,欣賞富含異國風情的敬禮聖母歌舞表演,隨著舞者的律動及移位,全體也移往聖堂前廣場上,表達敬拜天主、孝愛聖母之意。

舞蹈結束,信友們依序走進聖母洞內,敬獻一束玫瑰花,菲籍教友們則在傅若蘭修女帶領下,繼續獻唱〈聖母頌〉、〈聖母聖心〉等中、英語歌曲,直到所有人進入聖堂、開始恭念玫瑰經為止,氣氛十分熱絡。

宜蘭教友簡文龍老師,特地為此慶祝盛況寫了一首祝賀詩〈讚詩·五峰旗聖母朝聖地16周年堂慶〉:「聖母慈悲人共欽,欣逢堂慶又重臨。晴光歷歷映藍海,風雨瀟瀟陪翠林。多少尋幽仁智客,屢蒙呵護感恩深。玫瑰手獻卑微禮,珠串聲吟敬愛心。各地同來申樂賀,載歌載舞響天音。一生惜主無涯盡,飛瀑長知寄撫琴。」簡老師妙筆生花,把眾人在廣場上敬禮

聖母及朝拜天主的光景,躍然紙上!

彌撒前的恭念玫瑰經由夏荷倩老師帶領誦念,由於宜蘭特有的腔調,讓在場誦念出來的經文,格外虔誠動聽。而此時也有神父們聆聽告解,讓亟欲領受和好聖事的信友們不需排隊久候,皆能妥辦告解,修復與上主的關係。

10時半,感恩彌撒準時開始,由林天德副主教主禮,鄒正義蒙席、莊金若神父、何正言神父,以及來自不同國家的艾德華神父、蔡詩綸神父、蔡銘勝神父、唐家德神父、古安博神父、艾德宜神父、白孟谷神父等共祭,禮儀盛大而隆重;禮儀全程由第九鐸區聖詠團熱情獻唱,帶領大家口唱心頌,融入禮儀當中。

林副主教於講道中闡釋,納匝肋的聖母之家是全世界第一所天主教修道院,因為耶穌的第一批門徒,包括:西滿伯多祿及哥哥安德肋,就是在那裡開始跟隨耶穌學習的。福音記載:



▲林天德副主教(前排右六)與司祭團及信友們,於朝聖地16周年慶感恩彌撒後喜樂合影。

「天主是神,朝拜祂的人,應當以心神以真理去朝拜祂。」(若4:24)所以,真正中悅天主的朝拜方式,是以心神、以真理去朝拜祂。

林副主教接續闡明,曾有國外教友前來朝聖,因遊覽車只剩下10分鐘就要開下山,他們連忙向神父說明無法參加彌撒原委,並把獻儀交給了神父,迅速敬禮聖母、朝拜天主後,就搭車離去;雖然時間短暫,但他們體現了「以心神、以真理」來朝拜天主的真精神。我們能在此全程參與彌撒是有福的,必蒙受聖母的助佑及祝福。

感恩彌撒在林副主教舉行隆重降福禮後,全體喜樂合影留念,並在朝聖地款待的豐盛午餐中,愉快地進行餐敘,為此次慶祝活動,圓滿落下帷幕。

八分寮墓園 追思已亡 踐履事主愛人

■文·圖/賀首華
(七堵聖耀漢天主堂教友)

時值11月「追思亡者月」，座落於新北市瑞芳區的天主教八分寮墓園，11月6日上午10時舉行追思彌撒。由汐止聖方濟朝聖地主任司鐸王佳信神父主禮，林天德副主教、古立德神父、范凱令神父共祭，此外，聖瑪爾大女修會、仁愛傳教會等修會修女及各堂區教友，共逾兩百人參禮。

王神父講道時提及，他在金山天主教聖母堂服務時，有一位女士買了冥紙請求他祝福，好燒給她去世的先生，王神父告訴她，燒掉的東西是無法送達另一個世界，最好的方式是為亡者獻彌撒，



▲八分寮墓園追思已亡彌撒由汐止聖方濟朝聖地主任司鐸王佳信神父主禮，台北總教區林天德副主教等共祭，禮儀莊嚴溫馨。

為煉獄的靈魂祈禱。人生最後，要面對私審判和公審判，除非靈魂完全潔淨，才可直升天堂。然

而，誰能自誇未曾犯過罪呢？

其次是「諸聖相通功」的信理，若人死後進入煉獄，僅能透過天上諸聖和在世人們相通功的途徑，獲得所需的神益，煉獄的靈魂是無法再為自己獲取功行而自救的。

王神父以自身經驗分享說：「幾年前我去菲律賓讀書時，因中風住進醫院，菲律賓的一位主教來看我時說：『謝謝你給我進入天堂的門票。』」他藉此經驗勉勵眾人，不應放棄任何一個行善的機會，以

掙取屬天的賞報。

彌撒在王神父帶領全體向已亡親友牌位，舉行獻香、果、花和酒後，於11時圓滿禮成。

隨後，范凱令神父帶領眾人至向修楚神父、王榮和蒙席等墓前念經祈禱，祈願在基督的奧體內，眾人實踐耶穌基督「愛天主在萬有之上，並愛人如己」的教導（參閱谷12：30-31），讓耶穌基督的恩寵，通傳給奧體中每個肢體成員。

慈恩園追思已亡 求主恩賜永生

■文·圖/沈威廷

每年11月是教會的追思亡者月，又稱「煉靈月」，今年台北總教區先後在三德基園、大直墓園、八分寮墓園、慈恩園，舉行4場追思彌撒。

慈恩園的追思已亡彌撒於11月7日下午2時30分舉行，不到2時，現場便座無虛席，氣氛莊嚴肅穆。追思彌撒由台北聖母無原罪主教座堂主任司鐸黃斯勝神父主禮，而汐止聖方濟堂聖詠團的音樂服事，使禮儀更添溫馨。

黃斯勝神父講道指出，煉靈月的意義在於幫助我們追憶、紀念已亡的弟兄姊妹們；煉獄的靈魂尚未得救，需要我們的祈禱，使他們早登天國，獲享榮福直觀。

當日彌撒福音是《瑪竇福音》第25章31-46節，黃神父講道時，闡釋耶穌訓示最重要的誡命，除了「全心、全靈、全意、全力愛上主」（谷12：30）之外，便是「你應當愛近人如你自己」（谷12：31），這種「愛人如己」的精神與真福八端內容一貫：有人飢渴，我們要給予他食物與水；有人赤身露體，我們要給他衣服穿；有人患病或坐監，我們要探望。

黃神父進一步說明，愛是推己及人；在愛中，我們可以感受天主臨在，一起在主內共融，並提醒著我們，沒有愛的世界是很可



▲黃斯勝神父在追思彌撒講道中，期勉教友愛人如己，並呼籲多為亡者祈禱。

怕的！我們雖然沒有辦法獨力拯救世界，但是仰賴天主恩寵，竭盡所能，即可行有餘力而照顧別人，讓我們藉著福音的教導，成就彼此相愛的境地。

黃神父繼而闡釋當日讀經《羅馬書》第6章3-9節：「受洗意謂著舊我已死，開始新生；我不再是本來的自己，耶穌基督與我一同生活了。我們要跟隨祂的腳步，努力實踐耶穌基督的教導，希望能成為一位真正的基督徒，可以愛護自己也愛護別人，使家庭、社會祥和。願天主永受讚美。」

彌撒最後，黃神父重申，在煉靈月領受全大赦的步驟與意義，並提醒教友們應妥辦告解；隨後，帶領教友們齊誦〈信經〉、〈天主經〉、〈聖母經〉、〈聖三光榮頌〉，願生者喜樂堅強，亡者息止安所，共頌天主光榮。

慶祝顯靈聖牌聖母瞻禮

九日敬禮

2021.11.18~11.26
週日 10:00
週一~週六 19:30

慶日

2021.11.27
週六 10:30
費克強會長神父



- 11/18(週四) 為教會
- 11/19(週五) 為窮困弱勢者
- 11/20(週六) 為家庭
- 11/21(週日) 為青年
- 11/22(週一) 為司鐸
- 11/23(週二) 為聖召
- 11/24(週三) 為身心病苦者
- 11/25(週四) 求愛德
- 11/26(週五) 為國家

- 程若石神父 鮑思高堂聖詠團
- 林之鼎神父 天母堂聖詠團
- 王承前神父 蘭雅堂聖詠團
- 王承前神父 蘭雅堂聖詠團
- 黃斯勝神父 石牌堂聖詠團
- 范凱令神父 成功聖母聖心堂聖詠團
- 孔天予神父 士林堂聖詠團
- 柳學文神父 內湖堂聖詠團
- 潘家駿神父 大直堂聖詠團

朝聖地主任司鐸 王承前神父
台北市士林區德行東路202號

暨全體教友 敬邀
www.lanya-shrine.org

TAIWAN

為生命而走

MARCH for LIFE

維護生命·從開始到自然結束

專題系列 25

疫情下 躍動生命的篇章

■文·圖片整理／ 聖吉安娜生命維護中心

這兩年受到新冠疫情的影響，聖吉安娜生命維護中心從2019年在桃園舉辦過「MARCH for LIFE為生命而走」遊行活動後，原訂去年及今年計畫也因疫情取消。

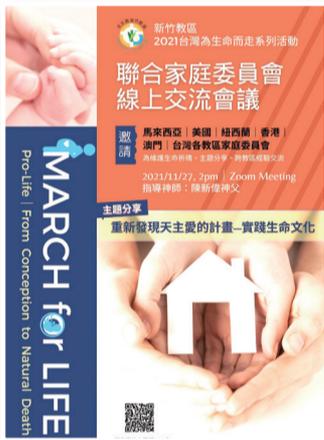
2021年疫情雖未平息，但中心仍於7月分開辦了4場維護生命的線上講座，並且早在今年4月分即與新竹教區西鐸區總鐸陳新偉神父聯繫，共商在新竹教區舉辦小規模的「MARCH for LIFE為生命而走」活動，獲得陳神父的肯定和支持。未料5月中本土疫情驟增，打亂了原本的規畫。6月在防疫警戒三級期間，中心召開線上籌備會議，在新竹教區端光長副主教和陳神父的帶領下，會同新竹教區家委會及西鐸區幾位熱心的堂區會長們，確定2021年的3種不同活動方式——結合線上與實體，展現中心維護生命的精神！此外，為呼應11月27日的「惜生日」，以下3個活動將在今年的惜生日進行成果發表或辦理。



▲新竹市耶穌聖心堂號召教友熱情響應，於新竹市區內為生命而健走。

跨國線上交流會議

教宗聖若望保祿二世在《生命的福音》通諭中寫道：「家庭建立『生命的文化』的角色是重要而無可取代的」（92號），面對死亡文化衝擊的現代，找回家庭完整價值及傳承對生命的重視，是我們刻不容緩的責任！中心希望藉由跨教區聯合各家庭委員會成員的探討，多方交流，繼而對傳遞生命文化產生新的激盪和收穫。



線上交流會議訂於11月27日下午2時舉行，將邀請馬來西亞、美國、紐西蘭、香港、澳門及台灣各教區家庭委員會成員參加，以「維護生命」為主題，進行線上會議。會議將邀請陳新偉神父主持，並邀請聖座平信徒、家庭和生命部顧問葉佳艷老師擔任主題演講。

台灣為生命而走 365 接力馬拉松

既然疫情下無法舉辦大型活動，那我們就分開走！各自在不同的地方，透過健走、跑步或騎腳踏車等方式，可以是個人，或與朋友、家人、團體、堂區，選擇喜歡的路線，穿上MARCH for LIFE的T恤，或印出海報，或喊出精神標語，把路徑、照片或影片回傳至聖吉安娜



▲苗栗公館聖保祿堂響應接力馬拉松，集體開心合影。

通功代禱

耶穌會會士陳禮耕神父 (Fr. Joseph Aloysius Chen Li-keng, S.J.)，慟於主曆2021年11月13日晚間10時57分，於輔仁大學附設醫院蒙主恩召，享壽93歲。



陳神父生於1928年6月13日中國安徽省安慶縣；1958年7月5日於香港主教座堂領受司鐸聖職；1958年10月10日於台灣關西入會；1977年4月22日於新埔內思工業職業學校矢發末願。

謹訂於2021年11月19日（周五）上午10時30分，於輔仁聖博敏神學院聖堂舉行殯葬彌撒。

敬請神長、主內弟兄姊妹及生前好友主前代禱。

耶穌會中華省 啟

娜生命維護中心，讓我們一起來接力為生命而走！活動累積目標里數為365公里，象徵1年365天的每一天，都要致力於維護和尊重生命，堅持不懈！

接力馬拉松活動自9月15日開始進行以來，已經有個人、夫妻、團體及堂區等28組弟兄姊妹參加。宣傳影片也製作了英文版本，為了向在台灣生活的外籍人士們介紹；MARCH for LIFE維護生命的價值是普世認同的，也期望讓在台灣生活的不同族群一同響應！更令人振奮的是，接力馬拉松活動獲得來自德國、西班牙等國支持者的支持，他們在自己的國家為這個活動一起奉獻。目前已累計逾數百位支持者參與，我們一起加油！

中心並於11月6、7日帶領大家前往天祥太魯閣，邀請台灣知名登山家高銘和先生（見右圖），分享他的生命故事；隔天與大家一起徒步健走，為MARCH for LIFE接力馬拉松活動共獻心力。

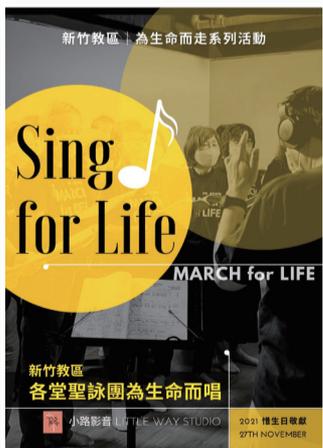


看著每一個回傳的紀錄畫面，有在城間運動跑步、古道徒步健走的，即使過程中汗流浹背，但抵達終點時的那份甘美，背後的意義是如此非凡，更顯彌足珍貴！其中，好幾個堂區自動自發地帶著大批信友徒步遊行，路程中不斷高喊口號、揮舞旗幟海報，場面十分吸睛！甚至有不畏風雨，仍按計畫堅定走完全程的！每一個為生命而走的紀錄，各有感動，正如每一個生命，各自努力展現光芒，各有無可取代的價值！

為生命而唱 Sing for Life

邀集新竹教區各堂區聖詠團齊為生命而唱！此次新竹教區共有7個聖詠團參與，約90人。由聖衣天使旗下新成立的「小路影音工作室 LittleWay Media Studio」為每個聖詠團錄製1-2首與生命有關的聖詠，各團事前在各堂區練唱，每位團員都全心投入與付出，希望進錄音室錄製時能有最好的呈現！

透過專業錄音工程而錄製的成品，除了展現我們熱愛生命、為生命歌詠的心意外，這一系列生命之詠的歌曲集錦，是日後舉辦維護生命相關活動很重要的「聲音」資源，也是專為「生命」打造的聽覺饗宴，絕對精彩可期！



▲新竹教區各堂區聖詠團錄製聖詠曲集，力求完美呈現。



◀歡迎報名11月27日「聯合家庭委員會線上交流會議」，限額100位！

輔仁聖博敏神學院 & 中華南懷仁文化交流協會

第3屆對話靈修工作坊 4

■文／中華南懷仁文化交流協會 圖／輔仁聖博敏神學院

眾位弟兄：活出超越地域和空間阻隔的愛

由「輔仁聖博敏神學院」與「中華南懷仁文化交流協會」10月初共同舉辦的第3屆對話靈修工作坊「眾位弟兄：活出超越地域和空間阻隔的愛」，地點在輔仁聖博敏神學院。主辦單位同時邀請了「天主教修會會長聯合會全人發展組」一起協辦，多方合作推廣。

工作坊開始前的開幕式，首先由神學院校長暨研究所所長鄭家樂神父以《眾位弟兄》通諭的最後一段話帶領祈禱。接著，鄭神父、中華南懷仁文化交流協會常務理事楊敦和教授相繼致詞，歡迎全體參與者。

工作坊第一階段，邀請到主教團秘書長陳科神父主講「我看見了一個新天新地。」（默21：1）陳神父以綜觀的角度，闡釋《眾位弟兄》通諭中各章節的重要意涵，內容精闢透徹，引人深思。（詳見本報666期9版）

人際友愛 建立全球化弟兄姊妹精神

工作坊第二階段，邀請到前輔仁聖博敏神院校長、現耶穌會會院院長詹德隆神父蒞臨主講「人際友愛」、「好的政治」與「武器買賣」3個主題。

詹神父在第1個主題「人際友愛」中提到，「手足情誼」是《眾位弟兄》通諭的核心思想，要先體會與感受此思想，才能真正實踐《眾位弟兄》通諭所提出的基督化社會願景。教宗方濟各於2019年到阿布達比（Abu Dhabi）訪問伊斯蘭教的大教長大伊瑪目塔伊布（Ahmad al-Tayyeb），兩人相談甚歡，同時互相肯定：天主創造所有的人，有平等的權利、義務和尊嚴，被召喚要像弟兄姊妹般一起生活。

這兩年新冠疫情的經驗，非常清楚地顯示國與國之間合作困難、有高度分裂傾向。雖然全球化使我們成為鄰居，但仍然不是弟兄姊妹，且過於強調個人利益，忽視團體生活。疫情過後，我們要反省，恢復自我中心及高度消費主義？或是終於能把所有的人看作一個團體，不論任何宗教與文化背景，都能重新建立全球化的弟兄姊妹精神。

詹神父並提到教宗方濟各引用《聖經》中良善的撒瑪黎雅人的比喻，表達我們內在的掙扎：每天決定要做怎樣的一個人。而為了充分達到受造的目的，只有一條路：「愛」。按照信仰，我們都是天主的肖像，要先愛人、肯定別人是善的，才可能產生正面且雙向的互動。

詹神父指出，面對不同的經濟與政治制度、社會或宗教制度，我們只要觀察其制度是否包容或是排斥躺在路邊受傷且被遺棄的人，即可知道這個制度的好壞。而我們也要尋求撒瑪黎雅人比喻中，旅館老闆的幫助：集結民間團體，共同聯合起來協助解決社會問題。



▲古偉瀛教授（左）於提問時間擔綱主持人，詹德隆神父詳盡作答。

▲詹德隆神父演講時引述《眾位弟兄》通諭，表達對國際情勢和社會脈絡的深切反省，觀察入微細緻，剖析獨到精闢。

詹神父在第1個主題結論中提到：「我們都是天主所創造、都是弟兄姊妹，如果我們有這樣的意識，很多關於人與人間、團體與團體間、國與國間的問題，都比較容易解決。」

好的政治 是尋求公益而服務的政府

詹神父在講解第2主題「好的政治」時，首先提到政治充滿對立，現今部分政黨已不是為尋求改善人民的生活及促進社會公益而努力。有些政治領袖利用民粹主義，操縱民眾情感，把持政權，並未考慮國家長期的發展；我們必須要尋求一個具有普世手足情誼、真正為公益而服務的政府。

教宗方濟各在《眾位弟兄》通諭中提到，「創造就業」是最重要的議題，也是為窮人最大的幫助，使他們能有尊嚴的生活。國家在引進高科技同時，也要協助解決人民工作的基本問題。政府需要採取較為積極的經濟政策，進行分配資源等各項市場經濟措施。

此外，通諭中也說明「國際政權」——21世紀的新現象——國家政府的實際權力正在減弱當中，因為跨國的經濟和財務公司比政治體的實權更大。因此，我們需要建立更強的國際機構（由不同國家的政府聯合創立），才能有效的保護全球公益、解決饑餓和貧窮等問題，保障基本人權。

詹神父同時表示，教宗在通諭中多次提及國與國之間的衝突，其解決問題的途徑只有3個：談判、調和、仲裁，以避免戰爭的發生。教宗在《眾位弟兄》通諭中，也說明「政治愛德」是愛德最廣的範圍。某些愛德行為是直接針對人（個別或團體）。另外，有些愛德的行為是為了創造更好的機構、更正義的規定和更有支持性的架構，例如：直接提供餐食給饑餓的人是愛德；政治家提供工作機會給貧困者，同樣是愛德。而政治的靈修中心也應該是愛德：一個政治家充滿愛德的「注視」或「目光」，能表達真實政治的精神。

武器買賣 戰爭是殺害無辜者的結果

通諭中，教宗談到戰爭的實際情況是：否定一切人權和悲劇性地攻擊自然環境。詹神父在

講解第3個主題「好的政治」時，特別說明現在的新型武器，例如：核子、化學、生物和新科技，使戰爭的局勢無法控制，殺害眾多無辜者，且每一場戰爭都體現人性的敗壞。現今，隨著國際緊張情勢的提升，各國在軍事武器的支出上也增加，這是一個極為嚴重的狀況。

詹神父藉由報章雜誌所刊載的國家購買武器等相關資料，重申戰爭並非解決問題方法，並提出教宗的想法：我們需要建立國際上的互信，也需要把製造武器的錢轉變為一個國際的基金，以解決饑餓問題及協助最貧窮的國家。

朝拜天主，愛近人

詹德隆神父在演講的結尾時強調，我們有信仰的人要將注意力放在最重要的地方：朝拜天主，愛近人。針對許多社會與道德的問題，不同想法的個人或團體在激烈的討論過程中，雙方可以清楚表達立場，但不能缺乏愛德而流於輕視、仇恨、排外或暴力。

最後的提問時間，由台灣大學歷史學系名譽教授古偉瀛擔任主持人，參與者格外關注於如何讓國際間凝聚共識，放下武器製造與買賣？天主教會可以如何鼓勵教友們，逐漸重視與加強對政治的監督力量？

詹神父回答時舉例說明，要盡力克服國際間的複雜因素，堅持信念並提出建議，以及採取行動。教宗在通諭中也表達，期盼天主教徒普遍提高對社會倫理的意識與了解，間接影響從政的教友具有敏感度，促使所有人共同致力於建立一個被福音價值觀轉化的社會。

歡迎讀者透過「南懷仁基金會」網站，觀賞詹德隆神父的完整演講影片，並可直接從網站點選進入「天主教之聲」及「光啟社」YouTube頻道，收看第3屆對話靈修工作坊「眾位弟兄：活出超越地域和空間阻隔的愛」相關影片。





牧靈福傳實務工作的觀察與省思

■文／高健恒（聖保祿福傳中心副主任）

淺談堂區發展計畫研擬方式

讓福傳不再只是空想，實際推展福傳，亟需研擬與落實「堂區發展計畫」。

堂區的使命之一，是要完成耶穌升天時所吩咐的誡命：「你們要去使萬民成為門徒。」（瑪28：19）教宗聖保祿六世《在新世界中傳福音》勸諭中也提醒我們：「由於天主的命令，教會有責任到普天下，向每一個受造物宣傳福音。……整個教會是傳教性的，而宣傳福音的工作是天主子民的基本責任……。」（59）

計畫需要重視數字、量化

因此，堂區發展必須重視領洗人數的成長、進堂人數的增加，這是檢討牧靈福傳工作的關鍵指標。將「倍增」列入規畫目標，以引導堂區所有牧靈福傳工作，皆導向使教友信仰深化後，對福傳使命付諸行動。

每當討論牧靈福傳成效不濟時，就會有諸如「數字不重要」、「重質不重量」的言論出現，若牧靈福傳的質量很好，為何教友流失嚴重？領洗人數不見起色？數字不失為重要依據，特別是當動機正確、心地純潔的時候。

讓我們一起回應及落實2019-2021年全國福傳大會指導文件中呼籲的：1.使我們的堂區更具有活力。2.使我們的堂區能推動福傳。

一、悔改，發動祈禱、守齋、刻苦

當意識到萎縮老化的問題，面對過去的疏漏或努力不足，我們首先應向天主認罪悔改，祈求天主恩賜智慧和所需的各種恩寵以作為扭轉現況的起點。福傳及尋羊是與魔鬼征戰，進行搶救靈魂的事工，一分工作需要十分祈禱的支撐，因此，要開始行動時，必須有計畫地發動堂區教友祈禱、守齋、刻苦。

- ✦ 年度避靜計畫：包含四旬期、將臨期。
- ✦ 年度靈修計畫：包含各式祈禱會、靈修營。
- ✦ 年度守齋刻苦計畫：包含四旬期配合堂區特別推動，例如：守聖時，每周奉獻1小時給天主，來聖堂朝拜聖體等。

二、平信徒的培育計畫

協助平信徒積極地回應「司祭、先知、君王」三重職務的責任和使命。對於平信徒的培育，我們必須謙卑地求主協助，堂區宜重視平信徒的培育計畫，重新建構以信仰為核心的價值觀，更新心思目光的「選擇」。

- ✦ 司鐸講道計畫：加強宣講當教友聽完道理後，如何以具體作為回應，有計畫地引導教友付諸行動。
- ✦ 教友見證宣講計畫：包含信仰生活見證、培育課程或活動招生短宣，引導見賢思齊、「有為者亦若是」地答覆主的召叫。

✦ 信仰研習計畫：包含不同階段功能的課程和各年齡層教友所需之培育。例如：義務使徒培育、門徒訓練、教友再慕道、送聖體員初訓和複訓、領受聖事前課程（初領聖體、堅振、婚配）、家庭、青年等培育課程。

✦ 教友普遍讀經推動計畫：包含宣導讀經、讀經帶領人培育、成立新的讀經小組、擴大讀經人數、讀經共融活動等。

三、強化傳協會組織計畫

傳協會的運作，影響堂區發展甚鉅，如何漸進地使堂區傳協會成長茁壯，發揮更大功能，需要予以重視。

✦ 增加傳協會幹部人數計畫：因應實務上各項工作推動和傳承需要，各組應設組長、副組長、秘書與組員，至少3-5人。另外，為預防「不在其位，不謀其政」的現象，宜於改選時逐步增加幹部人數，厚實工作人力。

✦ 增加志工人數計畫：為擴大及創造教友服務機會，宜預先培養儲備理事及善用有經驗的退休理事，各組應計畫增加志工人數。

✦ 有計畫地調整增設組別計畫：以高雄教區為例，堂區傳協會分為牧靈、福傳、家庭、聖經、明愛、活動、禮儀、聖召、秘書、總務等10組及會計、出納等。傳協會可以直接增加組別，或是在原有分組下再細分多位副組長，分別負責推動執行各項工作。

✦ 會議區隔計畫：因應與會人數增加，為提高會議效率及落實各組工作運作，會議宜調整為：1.常務理事會議（組長會議）：每月召開一次會議。2.全體理事會議：3個月召開一次會議。重大議案由全體理事決定。3.小組會議：每月召開一次會議。4.當月會議重疊時，僅召開人數較多的全體理事會議。

四、撒種、尋羊活動計畫

為協助尚未領洗者，透過各式撒種活動，逐步對信仰產生興趣和好奇，願意接受邀請參加慕道班。另外，對久未進堂者，可透過撒種活動引導重回堂區。堂區視本身的資源、能力和需求，選擇適合的活動執行。小型堂區應善於借力，多聯合友堂、鐸區或教區的活動舉辦。

✦ 各式撒種和深耕活動計畫：包含朝聖旅遊、社區講座課程、堂慶聯歡、餐會共融、各式音樂會、營隊活動、主日學、銀髮聚會、善終祝禱、探訪病人、愛德服務等。

五、與堂區善會組織合作計畫

協助平信徒落實三重職務，答覆拓展教會使

命，是每個善會、團體、運動成立的初衷，堂區應與這些善會組織共議行動方式。

✦ 善會組織發展計畫：健全的善會組織是堂區穩健發展的基石，傳協會幹部也多是經由善會組織所培育的，各善會組織應維持有新人加入，特別是新教友或還沒有參加團體的教友。

✦ 善會組織協助堂區撒種活動計畫：善會組織亦可擴大原本舉辦的各式活動，或承辦堂區發展所需的活動，邀約尚未領洗者或久未進堂者參加，成為宣揚福音的酵母。

✦ 善會組織以小組培養慕道者計畫：為教會拓展培養慕道者，善會組織不可缺席，而且這些新人多數也將成為善會組織的新血。

六、慕道班開辦計畫

堂區應每年至少定期開辦一期慕道班，並另外配合無法參加團體慕道班課程的慕道者，予以個別慕道課程，逐步往多個慕道班努力。

✦ 宣傳計畫：開辦前3個月進行宣傳，包含神父於彌撒講道時加強宣導、教友於彌撒「堂務事項報告」前安排數次的簡短宣講等。

✦ 祈禱計畫：開辦前2個月安排團體祈禱、動員教友個人祈禱、舉辦祈禱活動等。

✦ 動員邀約計畫：開辦前1個月動員邀約人參加慕道班，包含慕道者、再慕道者、陪伴者、志工團隊等。

✦ 課程計畫：規畫包含課程表、課程綱要、授課講師、教友見證分享、主持人、慕道共融活動、甄選禮、三次懇禱禮等。

七、愛德關懷結合尋羊計畫

「愛」是信仰的本質和核心，若未能落實於生活及行動，福傳終將淪為空談。

✦ 關懷聯絡網推動計畫：為穩定及減緩教友的流失，宜建構堂區運作的神經系統（參本報658期）。

✦ 愛德志工隊發展計畫：老年與貧病弱勢之探訪、生活協助、祈禱、臨終關懷及善終祝禱。

✦ 提供急難救助計畫。

八、家庭相關工作計畫

✦ 家庭祈禱、關懷探訪、聯誼活動計畫。

✦ 兒童與青年團體發展培育計畫：包含主日學、學生青年會、大專青年會、社會青年會。

✦ 家庭相關培育計畫：包含婚前輔導、新婚夫婦關懷、夫婦懇談、家庭成長課程、問題家庭關懷、親子共融活動等，建立基督化家庭。

疫情下的家庭信仰見證 17

與孩子重建親密關係 下

■ 口述／嘉嘉（新店中華聖母堂教友） 彙整／牧靈福傳處

居家防疫期間，剛好碰到兒子的生日，這次我們沒有去外面買蛋糕，由我和女兒一起做蛋糕為兒子慶生。這是我們第一次動手做蛋糕，感到很新鮮，也很開心，然後我們一起玩手機遊戲，一起上網唱歌，那是一個聊天室，需要跟網友比賽搶歌。我們3人通力合作，當搶到歌時，就一起同聲高唱，網友們都說我們是合唱團。就這樣，我和兩個孩子度過愉快且充實的一天，感謝天主！

參與孩子生活 體驗共學樂趣

除了煮飯、做點心、和孩子們上網打電動之外，我也會花時間陪伴就讀國小六年級的女兒一起參與學校的線上課程，這真是個從旁了解孩子們交友狀況的好機會！

順帶一提，女兒開始參與線上課程所發生的趣事。台灣開始出現新冠肺炎確診案例時，女兒才讀國小四年級。那時，全校師生開始帶著口罩到學校上課。等到女兒升上五年級要分班了，大家還是帶著口罩。所以從他們分班後的第1天，彼此都不知道對方長什麼樣子。

今年5月17日，政府將防疫警戒提升為三級後，大家開始進行線上課程，這才從螢幕中看到彼此的樣貌。我覺得這真是一件有趣的事，也才意識到，原來戴上口罩後，人與人之間真的會產生隔閡，尤其是和不認識的人。

兄妹相處和睦 為母深感欣慰

這段居家防疫的時間，雖然剛開始和兒子之間存在著張力，但在過程中，我發現兒子真的長大了，他會開始主動關心妹妹，教導妹妹

如何保護自己。兒子會看著正在上網的妹妹，問她在跟誰聊天？她在玩什麼遊戲？當他發現妹妹有問題時，比如，妹妹在網路上玩遊戲，碰到不認識的人而互相加臉書好友，兒子覺得不應該這樣做，這樣很危險，他會直接向妹妹說，可是妹妹不會聽他的話，他就來找我討論，然後，我們一起想辦法向妹妹勸說。如果妹妹和同學起爭執，兒子也會教導妹妹如何保護自己，不讓自己受傷。看到哥哥如此關心妹妹，身為母親的我真是感到欣慰！

闔家念經祈禱 歡欣同頌主恩

我想，我和兒子關係的僵局，可以在短期內有如此大的進展，其中一個很大的原因，是因為堂區有位教友邀請我參與線上玫瑰經的祈禱。因為孩子們剛好在旁邊，我當下請他們放下手邊的事，一起來誦念玫瑰經祈禱，還好兩個孩子很聽話，沒有任何排斥就一起念經祈禱了。我想必定是天主俯聽了我們的祈禱，讓我們的僵局很快就結束，感謝天主！

同時，我也感謝天主賜給我智慧，讓我提起勇氣邀請孩子們一起來做些事。我有一種強烈的感覺，覺得天主不僅派遣天使來告訴我要怎麼做，祂也在兒子身上做工，讓他能坦白地向我表達他的心聲，然後我們一起看看，在這過程中可以如何調整彼此。

這次的防疫經驗，讓我打從心底確定，我把孩子們從小留在教會內，為他們是一份最好、最珍貴的禮物，兩個孩子清楚地知道天主的愛，對我們家是很重要的，如果沒有身邊的這些天使，我們的

◀防疫期間，作者和兒女為耕莘醫院的醫護人員祈禱，並悉心為耕莘醫護團隊準備製作加油打氣影片的照片。



◀▲▼作者和女兒參加業界烹飪比賽，開心展現努力成果！



家庭沒有辦法走到今天。

這些出現在我們身邊的天使和生命中的貴人，每一位都是天主派來的。雖然，生活還是會遭遇到許多狀況，但信仰已根深蒂固在我們生活中，也能很快地幫助我們回到和諧的狀態。

另外，經過和兒子磨合再和好的經驗，也讓我深刻地體會到，原來無論我們處在何時、何地，天主一直都在我們的身邊！在這過程中，最要感謝天主的，是兒子雖然

3年不住在家裡，可是他沒有丟失信仰，且一直謹記要常祈禱！

兒子雖然生活在缺乏信仰氛圍的校園環境裡，但這3年來，他睡前一定會念〈天主經〉，吃飯前也會祈禱，從來沒有間斷過，所以我相信，天主一直都在，才讓孩子沒有因為換了環境，而離開了這個信仰；這也印證了，很多事情，為人是容易做到的，「但為天主，一切都是可能的。」（瑪19：26）

（全文完）

「人之初」 生命守夜祈禱禮

~惜生日~

11/27 (六)

7:30pm - 9:00pm

聖母無原罪主教座堂
(台北市民生西路245號)



主辦單位：台北總教區牧靈福傳處
協辦單位：天主教輔仁聖博敏神學院
禮儀研究中心

更多
「惜生日」介紹：



itai - 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

環藥病媒字第63-002號

完整的白蟻、害蟲、老鼠防治方法

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

★選擇安全的防治方法

★檢討修正後以最經濟的防治方法

以先進技術、服務熱誠之
臺僑環境服務有限公司
THE SERVICE CO.
FAX: (02)2555-2784
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

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

【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

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

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

【青年將臨期避靜】 12/18(六) 09:30~18:00
講師:金毓璋神父
疫情中信仰生活的再整合-祈禱、參與彌撒、信仰關懷

【青年活動】 12/19(日) 大稻埕解謎趣

—邀請 40歲以下青年共襄盛舉—
因應政府防疫措施,將視情況進行調整,歡迎提前來電報名。

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

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:
各種喪禮、專業葬位、宗承、承辦、諮詢、火葬、墓園

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

天主教周報 徵才

【行銷企劃】

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

意者請寄履歷表至
catholicweekly@gmail.com
或電洽: (02) 2737-2839分機254

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

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

歡喜過聖誕!

【各式聖誕CD 特價99元】

快速認識救恩史的簡易遊戲單
【聖經家族樹 遊戲】

引導你認識亞巴郎、雅各伯、達味等直到耶穌誕生的聖經家族重要人物,透過手腦並用的小遊戲,認識天主奇妙偉大的救恩,探索更多、更豐富的聖經故事。

- ★兒童信仰培育最佳輔助教材,適用於堂區主日學。
- ★鼓勵親子共讀聖經,海報亦可作為居家布置。

定價每張 20元

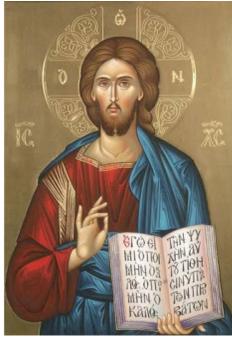
1~49張 特價期每張 15元 (75折)	150張以上 特價期每張 12元 (6折)
50~99張 特價期每張 14元 (7折)	200張以上 特價期每張 11元 (55折)
100張以上 特價期每張 13元 (65折)	

2021年12月底前 特價優惠 (郵費另計)

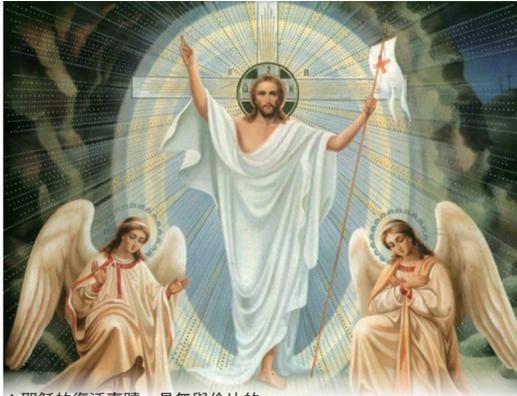
訂購請洽保祿書局 台北02-23710447 台中04-22204729 高雄07-2612860



▲空墳，是耶穌復活的記號：從死者中復活的主基督，是基督徒一切信仰的根源。



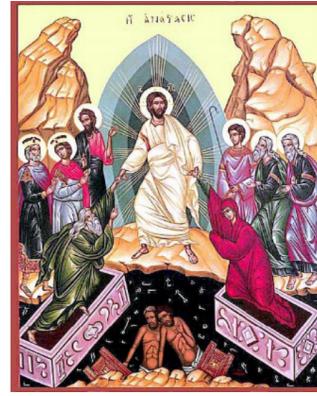
▲基督徒倚靠的是從主而來的啟示，應以信德來接受這美好啟示。



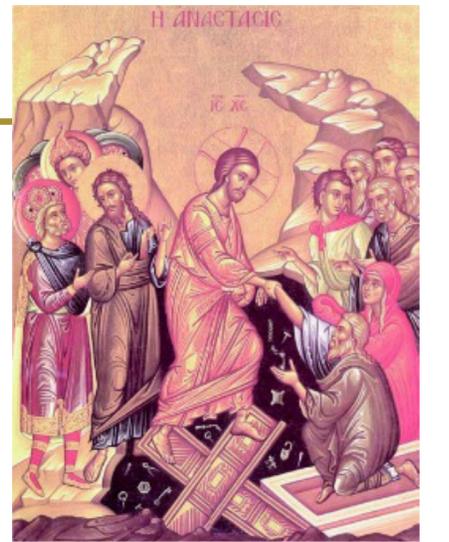
▲耶穌的復活事蹟，是無與倫比的。



▲瑪利亞榮獲靈肉升天。



▲活於基督的奧蹟內。 ▶紀念諸聖。



▲復活的耶穌戰勝死亡



▲臨終時，聖母與耶穌陪伴在旁，可說是最好的善終祈禱員。

天主教生死觀和臨終關懷

■文·圖片提供／蔣婷華（主教團善終祝禱團培育課程講師）

3)。「德訓篇」好言相勸：「我兒，你患病時，不要失望，但要祈求上主，祂要賜你病癒。你應遠離過犯，管治你的手，洗淨你心中的一切罪惡。」(德38:9-10)在這些話中，隱約可見似乎病痛與罪惡有著某種神祕的連結。的確，疾病是世罪的後果之一，然而，在醫治胎生瞎子時，耶穌說，這並不能直接認為個人的或家庭的罪；主耶穌亦非因自己的罪而擔負劇痛和冤苦，祂擔負的是全人類的罪責；所以，洗者若翰稱之為「天主的羔羊，除免世罪者」。(若1:29)

3.人們在死亡之際如何面對天主？

我們只看兩個正面的例子。耶穌對於即將面臨的死亡威脅已經心知肚明，在最後晚餐中(參閱谷14:12-25)、為門徒洗腳時(參閱若13:5)、在山園祈禱時(參閱谷14:32-42)、在十字架上(參閱路23:33-46)，祂都沒有忘記天父派遣祂來的目的。另一個上佳的模範是首位殉道者聖斯德望，堪稱「基督第二」。

4.人們應該如何陪伴他人的病痛和死亡？

《雅各伯書》說：「你們中間有受苦的嗎？他應該祈禱；有心安神樂的嗎？他應該歌頌。你們中間有患病的嗎？他該請教會的長老們來；他們該為他祈禱，因主的名給他傅油。」(雅5:13-14)這直接將對於病人的關懷上升至聖事的地位。

臨終關懷的信理基礎

從信仰核心可以提出幾點教義來討論。

1.信德

基督徒依靠的是從耶穌而來的啟示，並以信德的基本態度來接受之。但是，我們生活的世界，與信仰給我們所保證的，似乎時常相距甚遠。我們應轉目注視信德的見證，例如《舊約》的亞巴郎、《新約》的聖母瑪利亞，即便在痛苦中仍懷著希望而相信；在教會歷史內還有許多其他見證，在我們信德的黑夜裡，如同點點繁星。

2.諸聖相通

人受造時，人性尊嚴和愛同時被賦予。人性

尊嚴的基礎，在於「人按天主的肖象而受造」(《天主教教理》31)，所以必須尊重自己的和他人的身體，尤其在身體受苦時。臨終者的苦更甚於病患，他直接面對即將來臨的死亡，以及因對死亡未知的恐懼。因此，在面對臨終者時，更應留心對方作為一個有位格的人所應被對待的人性尊嚴。在愛中互通有無，這就是「諸聖相通」(《天主教教理》948)，其方式正是祈禱。

3.生與死

舉凡在《聖經》、教義、禮儀或靈修所提及的生與死，其中所論述的內涵其實也不盡相同，大致可分為3種性質。

(1)一般性的生與死

即塵世生命的開端和結束。死亡是人在世旅途的終結，人們不再返回任何其他的塵世生活，故此，沒有死後再投胎。在時間的進程中，人會成長、老化，死亡是生命自然終結的表現。耶穌正視死亡，視為「基督的時刻」，即光榮父和自己受光榮的時刻。這是神聖時刻。教會勸導病人，藉著甘願參與基督的苦難和死亡，獻出一分力量，使天主子民受益。

(2)倫理性的生與死

即關係性的生與死，是指與自己、與他人、與天主的關係。靈魂會因為原罪和本罪而受損，而靈魂受損所導致的私慾偏情，則會使人傾向於犯罪。若是明知故犯的大罪，甚至能導致「靈魂之死」，這是關係性的死。若是蒙受洗禮的恩寵眷顧，即「重生」，基督徒在現世已獲得新生命，這是關係性的生。原罪招致「靈魂的死亡」，故而教會為嬰兒施行「赦罪的聖洗」(《天主教教理》1250)。聖洗就是與基督同葬，而「浸洗」是最原始的方式，也是最圓滿的標記。

(3)末世性的生與死

即永恆生命的生與死。「萬民四末」，是指每個人要面對的最終結局：死亡、(私)審判、天堂、地獄。在天主恩寵和友誼中過世的人，在完全煉淨之後，將與基督永遠生活在一起；而

在死罪中過世的靈魂，會受地獄永火。公審判之後，惡人進入永罰，即「永死」；義人進入真正與天主永遠同在的永恆生命，即「永生」。

4.復活

當《聖經》提及「復活」一詞，實際上在不同的歷史脈絡或者相異的語境內，有著不同的意義，大致可分為3個類型。

(1)靈肉升天型的復活

耶穌本身的復活，祂在死後第三日復活，這是空前絕後、絕無僅有的事蹟，是眾人復活的充分依據，其他任何復活事蹟均不能與耶穌逾越奧跡相提並論，因為主耶穌基督是真人、真天主。瑪利亞因為在救贖工程上特殊的角色，天主賞給她始胎無染原罪的特殊恩寵，最後也讓她的靈肉升天，與愛子耶穌重逢。

(2)延年益壽型的復活

當希則克雅王聽見自己命不久矣而放聲大哭，天主動了憐憫的心，就增加了15年壽命給他(參閱列下20:1-6)；厄里亞師徒都有復活死人的案例；甚至某個正準備被埋葬的死人，一接觸到厄里亞的骨骸還能復活。(參閱列上17:21-24；列下13:20-21)耶穌生前多次復活死人，最著名的例子莫過於拉匝祿(參閱若11:17-45)。此外，伯多祿、保祿也都各自有復活死人的案例(參閱宗9:36-42；宗20:9-12)。

(3)末日公審型的復活

耶穌以死亡戰勝死亡，光榮地降來，並為眾人打開救贖之門。正如基督復活，直到永遠；在最後的日子，眾人都將同樣復活。所有的人，不論義人或惡人，都該經歷最後審判；將連同自己復活後的身體，出現於基督審判座前。在時期的終結，天主的王國將達到圓滿。

5.信仰與臨終關懷

死而復活的逾越事件，是基督信仰的至高真理。逾越奧跡有兩個層面：其一是基督藉死亡救人脫離罪惡，另一是基督的復活使人獲得新生。教會相信基督是靈魂和肉身的醫生，祂的

臨在能給予真實的生命。基督讓門徒參與祂憐憫、治癒的職務，教會透過照顧病人、陪伴病人、為病人代禱，努力實踐此項任務。

臨終關懷的倫理基礎

在倫理的教誨和訓導中，可以由大至小提出三層準則。

1.雙重愛德誡命

耶穌將誡命濃縮為「你當全心、全靈、全意愛上主你的天主」(谷12:30)，以及「你當愛近人如你自己」(谷12:33)。在基督救主內，人身上被原罪扭曲的天主肖象，得以重新恢復原始的美麗。人蒙召享受天主的真福，真福刻畫出耶穌基督愛的面貌，答覆人對幸福的自然渴望，這渴望源於天主，並且人的本性需要社會生活。

2.不可殺害人

第五誡：「不可殺害無辜和正義的人」(出23:7)，具有普遍的約束效力，沒有例外。所有人的生命，自受孕始，直到死亡，是神聖的。因為天主深愛自己的肖象。殺人，是嚴重違反人的尊嚴和造物主的神聖。所謂的「安樂死」並不安樂，刻意的安樂死，是凶殺，嚴重違反人的尊嚴，故在倫理上是不能接受的。

3.尊重和陪伴

能拒絕「過度堅持治療」，即停止昂貴的、危險的、非常的、或與所期待的效果不成比例的治療，但一般性的照料不能予以中止。末期病人的安寧照顧，是實踐無私愛德的特優方式，此舉應受到鼓勵。在臨終者人生的最後時刻，給予關懷與照顧，尊嚴和平安，透過祈禱和適時領受聖事，在見天主前做好準備。

四、活於基督奧跡內

無論或生或死，只要是在天主內，我們皆可享有平安；故此，該悉心瞭解基督的奧跡，並學習如何以天主的價值觀生存於人世間。天主聖子是真人，也是真天主；這事實傳述於福音的宣報中。耶穌基督做為普世、全宇宙的君王，在死而復活的基督內，救恩一次而永遠地完成了。



▲信德的眾多見證。

臨終者的家裡有親屬，醫院則有醫師、護理師、營養師、復健師、心理治療師……等等，關懷的面向皆不盡相同。還有更屬於靈性的層面，可能須要關懷到較為隱密的部分，因為臨終者可能會歷經一場痛苦、掙扎、拉扯，甚至揭露並對自己內在的不堪，那往往是宗教的領域。而天主教會能做的臨終關懷和別人有何不同？若想了解就必須從信仰的內涵和本質出發。

臨終關懷的聖經基礎

《聖經》描繪死亡的場景，包括4個角度。

1.人們臨終時，如何面對自己的死亡？

聖祖雅各伯、古聖若瑟、達味王等人，他們臨終時首要的是交代遺言和祝福或評價子孫們(參閱創49:1-3；創50:24-25；列上2:1-9)；也有些人臨終時，想要維持基本的尊嚴，比如撒烏耳王，他只希望免遭未受割損的仇敵之手(參閱撒下31:4)；還有的會爭取一段「與自己告別」的時光，例如依弗大民長的女兒，因父親出征前允諾戰勝後將獻祭家中第一個所見者而被預告了死亡，因此她要求和同伴到山上去哀哭自己的童貞(參閱民11:37)。

2.天主的眼光如何看待人們的病痛和死亡？

在曠野裡，上主啟示以民：應遵守天主的命令，埃及的災禍便不降於他們(參閱申4:1-45)，因為祂是「醫治人的上主」(參閱詠30:



常年期第三十四主日 普世的愛

耶穌基督普世君王節

讀經一：達尼爾先知書7：13-14

答唱詠：聖詠93：1；1，1-2，5

讀經二：聖若望默示錄1：5-8

福音：聖若望福音18：33-37

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）

祂不是普世君王嗎？祂不是該乘著天上雲彩降來的君王嗎？祂不是該擁有統治權、尊榮和國度嗎？世人對事情的認識，多半是膚淺的。耶穌基督這位君王，完全顛覆這個世界對君王的觀念、價值、形象，只因這位君王就是耶穌基督。大德蘭說，祂以這種方式來啟示自己，愛祂所愛的人；正如，祂以十字架上的死亡，和聖體聖血來餵養我們，這只有祂才能願意這樣做，還有世間的那一位，能以這種方式去愛。

為羊捨命的君王

君王是什麼？君王應該要像牧者，認識自己的羊群及保護自己的羊群。君王的存在是為了讓自己的子民，得到餵養，得到平安，並彼此能和睦共處；君王應該願意為了自己的國家、子民捨棄自己性命。但是，曾幾何時，我們的君王，變了一個樣子，眷戀權勢，喜著華服，陶醉於別人的奉承；以萬民的生命來保護他的生命，以人民的血汗來滿足自己的無限欲望，享受著榮華富貴的生活，人民卻生活在水深火熱之中，竟絲毫不以為意。

耶穌基督君王是善牧，看看祂是如何愛著天主的孩子！我們如果用一個人的出身、穿著、財富來論定這個人的身分，這是膚淺的判斷。耶穌基督的生命，從出生到死亡，以世俗的眼光來看，真是苦命的僕人，罪人的下場。但是，我們在祂復活升天後，才發現從四方，從地極直到天邊，聚集著祂的選民。膚淺的我們，真是難以想像，祂才是真正的那一位，擁有「統治權、尊榮和國度」，誠如先知達尼爾所言：「各民族、各邦國及各異語人民，都要侍奉祂！祂的王權是永遠的王權，永存不替；祂的國度永不滅亡。」祂才是真正的萬王的元首。

對抗罪惡的君王

天主教會在禮儀年的最後一個主日，慶祝耶穌基督普世君王節。教宗碧岳十一世在1925年，為了紀念尼西亞大公會議1600周年，透過頒布《孰居首位》通諭（*Quas primas*）強調，對抗現世中各種毀滅力量，最有效的救援方法即是承認耶穌基督的王權。因此，教宗碧岳十一世訂定10月的最後一個主日為耶穌基督君王節，其用意在於使該節日和諸聖節相連，因為



耶穌基督的勝利，特別顯示在聖人及被選者的身上。

耶穌基督對抗的，正是我們靈魂的毀滅，讓我們遠離天主，而趨向魔鬼、世界，以及我們的肉身這三仇。耶穌基督一生走過的，都是人該走的，如此我們方能獲得真正的生命。這正是真福八端的生命：貧窮的、被迫害的、溫良的、憐憫的、飢渴慕義的、締造和平、哀憫及心裡潔淨的生命，這完全相反於罪惡的靈魂私意下的生命。每年的歲末，是我們的反省日子：我們要活在真福中？還是跟隨罪惡的首領？

永遠恆存的君王

正是如此，教宗聖保祿六世在1970年所頒布新一年的教會禮典中，將該節日移到禮儀年最後一個主日，基督君王節的重心因而轉為強調末世性的意義，提醒我們在世上旅程的終點，耶穌基督「昨天、今天、直到永遠，常是一樣」（希13：8），祂是「『阿耳法』和『敖默加』，最初的和最末的，元始和終末」（默22：13）。在追思已亡的11月，具有雙重的意義，面對死亡，我們也同時面對聖人的成聖之路；面對榮

譽，也面對人間的虛無，天國之真實。最後認識了誰才是生命的真正君王。

末世看到那位，就是主耶穌基督，才知道誰才是為我們而活，為我們奉獻所有；從元始到終末的那位，對我們不離不棄。耶穌基督是信實的，見證了一個地上元首所無法擁有的尊榮。那些玩弄法律、眷戀權勢和名望地位，選擇世俗的利益，滿足個人欲望，而放棄天主的政客，他們如何能解救我們脫免罪惡，以貧窮來度日，不被利益所誘惑？

見證真理的君王

慶祝耶穌基督普世君王節的意義在於，打開了人的有限思維，刺傷祂的、侮辱祂的、迫害祂的，最後卻要哀悼祂、敬拜祂；這位君王不辯解、不回答，因為祂不屬於這世界，祂的國也不在這世界上；但祂卻為世界而生，為這世界而來，目的是為這世界真理作見證。

最後，耶穌基督走過的人生歲月，雖然短暫，卻足以成為人類生命的寫照，指示人該走的道路，該懂得的

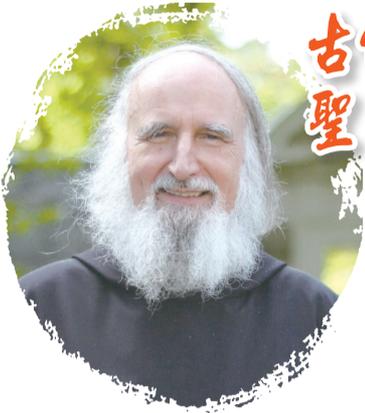
真理，這是人間君王所無法給予的。耶穌基督為什麼而來？祂為我們而來，同時意謂著要把我們帶回天上的家；祂為這世界而來，是陪伴我們一起走回家的路，背著我們的十字架，用自己的生命來保護我們生命，用自己的身體來餵養我們的靈魂，為全人類獻上和好之祭。

慈悲寬仁的君王

耶穌基督，慈悲的君王。這是耶穌基督所有面容中最大的，也是最特有、最重要的面容。如果不是祂的慈悲，這世界將不再有人類生存的機會！須知人如果不在基督內，我們什麼都做不到。

一年之終也是一年之始，我們反省年終結出的果實，同時也準備好迎接新的開始，如此慶祝這節日更有意義了。我們仰望天國，俯瞰死亡的世界、人間的痛苦時，記住我們要的不是人間的君王，我們需要更大的君王——主耶穌基督。

「你說的是，我是君王」這句話，我們聽了感到很刺耳？還是讓我們感到慚愧？我們是怎樣對待這位愛我們的主耶穌基督？



古倫神父眼中的
聖賀德佳講座系列 5

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

聖賀德佳與本篤靈修： 團體與人際關係的面向

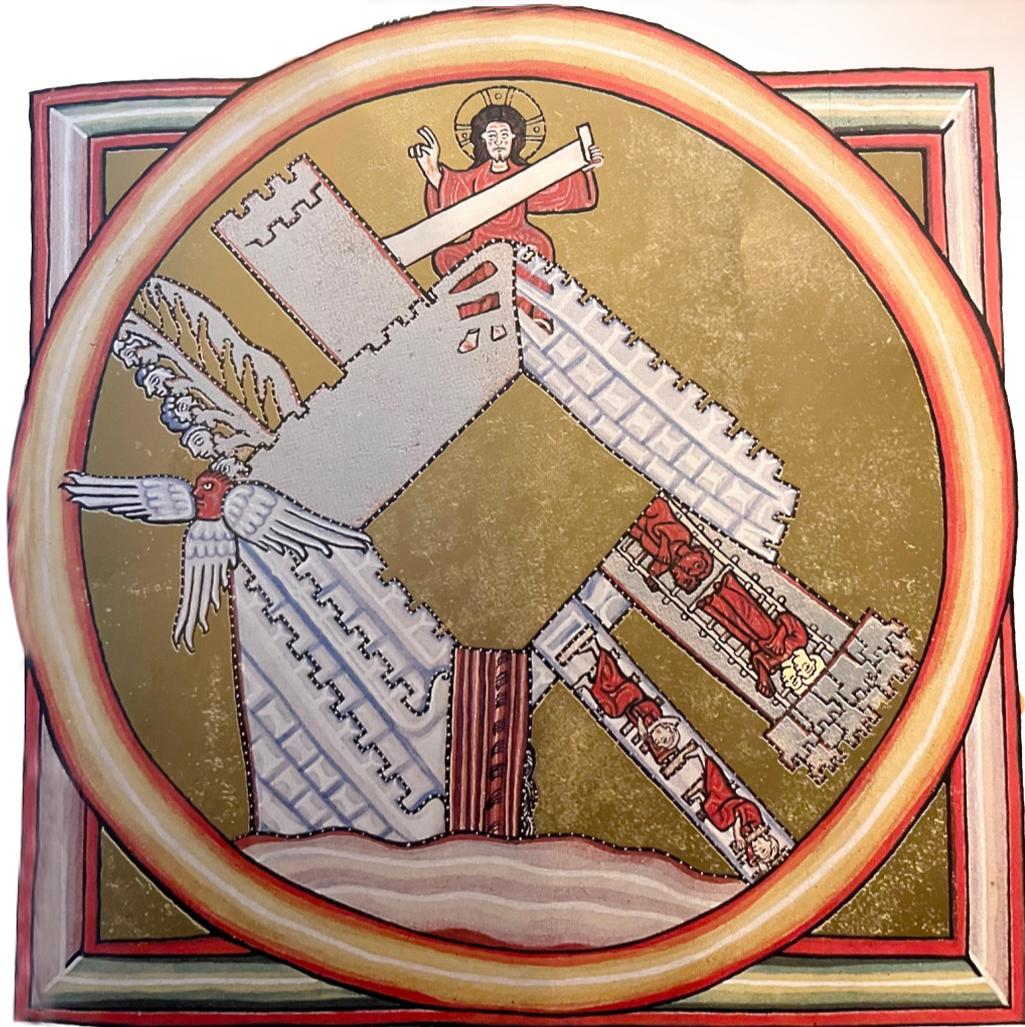
上一期，我們談論聖賀德佳在本篤靈修基礎上，身體力行的生活節奏；本期接續討論團體靈修與人際關係的面向。首先，談談聖本篤的想法。

聖本篤認為，**團體就是靈修生活**的一個相當重要的環節，他特別在「團體生活」裡面訂定重要的操練步驟。第1個，他特別強調，**團體就是自我認識的地方**。前面提到，我們能夠在靜默中認識自己，而另一個認識自己的方式，就是透過自己與弟兄姊妹相處的方式，來認識自己。例如：我們與人相處時，突然發現自己非常敏感，別人只要批評自己一下，就渾身不對勁，非常地生氣。從中我們發現，其實自己的憤怒可能是舊的傷口。當然我們在團體當中，不僅是認識自己，也在認識別人、其他弟兄姊妹，認識他們的長處以及弱點。

再者，有時候會因為自己可以長時間安靜地祈禱，就自以為非常屬靈，可是一旦與人相處時，才發現自己的敏感與脆弱。我在輔導的過程當中，時常遇到很多自認非常有靈性也很重視靈性的人。這些人往往對自己非常滿意。可是當他們與人相處時，卻看到自己有這麼多的麻煩與內在的問題。再舉一例，有位女士對我說，當她每次與先生產生衝突，想和他討論的時候，先生就會說：「我要到地下室去默想、去靈修。」這讓太太非常生氣。這位先生的態度像是說：「我是一個很屬靈的人，所以剛剛的衝突，錯在妳，不在我。」

聖本篤講到靈修與團體的時候，他並未把團體生活過於理想化，而是清楚地意識到團體裡面可能發生的問題與衝突，同時也思考團體該用什麼樣的靈修、靈性的態度來面對問題。

聖本篤謙卑地承認，在團體裡或多或少會有衝突，衝突反而會讓我們更謙卑地面對天主。他也認為，**如果我們把自己或是團體過於理想化，這都是靈性上的危險**。他舉例說明，一位女修院院長有次對他說：「我們的修道院是一個充滿愛的修道院。」聖本篤指出，這種非常的自我陶醉的話語，是非常危險的，其實我們



叫的特質。同時，我們也看到本篤靈修以實際的眼光看待團體生活，不刻意美化，而是接受當中需要面對的快樂以及痛苦。在團體中，能夠讓人更加認識自己，認識他人。聖賀德佳同樣生活出這樣的靈修精神，在歷經創立修道院的艱辛，以及他人質疑她的神視經驗時，她以勇敢的態度面對種種的挑戰與困難。在她的堅持與虔信中，越來越多人接受她，修道院的團體也因此逐漸茁壯成長！

特別的是，連修道院周圍的居民也希望能得到她的指引與幫助。聖賀德佳在她的神視「救贖之塔」（見左圖）

的修道院可能已經愈來愈冷酷了。可見，聖本篤與本篤會不是以過度理想化的態度來對待自己的團體，而是用務實的态度。

美國有名的靈修學家多瑪斯·牟敦 (Thomas Merton) 是熙篤會神父。他曾經說，在他們修道院前一任院長要過世的時候，大家要選新的院長，他聽到耳語好像大家要選他，但是牟敦他自己內在根本不願意當院長，所以，就在修道院內院的黑板貼張告示：第1，他能力不足以擔任院長；第2，他沒有興趣擔任院長。最後，如他所願沒被選上院長。可見，團體對於本篤會而言，是認識自我的重要場域。

在團體中，更是與上主相遇的地方。在每個團體裡，我們會感到充實，但有時也會失望，兩者都可以帶我們走向上主。一般而言，我們知道充實的感覺會讓我們走向追求上主的道路，但是，失望也能幫助我們走向上主，因為失望的時候，我們會開始反思，團體不只讓人享受愛與溫馨，也能讓我們操練，使彼此共同成長。

編者回饋：古倫神父對於團體的解釋，讓我們看到團體透過美善與困難，一起回應天主召

中，時常自我期許為天主的僕人，謙卑自下，認為人不僅應敬畏天主、愛人，也應謙卑地面對他人，不驕傲，並與他人和睦相處。她認為人在天主面前以及在團體當中，謙卑、堅韌、時常反省是美德。她雖未詳細說明團體與自身的關係，但她由自身出發，感悟面對天主與他人應有的態度。她認為：「在實踐多種美德當中，天主的大能會在虔信者身上發揮影響力，即使在這些人的內在仍存著某些黑暗，也還未得到全然的救贖，但這一切都是人們邁向永恆救贖的開始」。

聖賀德佳的觀點給予我們在團體生活中相當重要的提醒：謙卑能幫助我們奠定好認識自己的基礎，堅韌能夠讓我們在面對團體生活困難時，繼續往前。她說的和睦相處，其實並不容易，需要一種如同古倫神父所言的精神來達成，即是務實地面對團體，面對我們的日常生活。關於團體靈修與人際關係的另一個面向，我們下期再談。

►「聖賀德佳療癒系列講座」歡迎報名！



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

11/18 (四) 7:00pm-8:30pm

講師 羅際元 神父

11/24 (三) 7:00pm-8:30pm

地點 聖母顯靈聖牌堂 (台北市延吉街254號)

對象 大學到38歲未婚青年男女

渴望在生活中尋找天主旨意的青年

網路報名



主辦單位：台北總教區牧靈福傳處

依納爵禧年Magis系列活動

主題：繪本進行式~看見美與善

時間：2021年9月24日(五)至2022年1月14日(五) 19:30-21:00

主題：聖經人物讀經班

時間：9月28日(二)至12月21日(二) 19:30-21:00

地點：Magis青年中心(台北市中正區辛亥路一段22號3樓)

詳洽：02-2365-4205分機503 米酒，報名請掃描QR Code



台北總教區教理推廣中心 基督徒信仰成長班

時間：11月2日起，每周二14:00-16:45，共10次

地點：教理推廣中心(台北市大安區和平東路二段265巷9號3樓)

詳洽：02-2707-1311 黃老師



輔仁大學「聊天主」慕道活動

時間：11月19日至2022年4月，每周五18:40至20:20

地點：輔仁大學(新北市新莊區中正路510號)

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



聖保祿書局「天主聖言與將臨期」講座

主題：聖經神學專家教你讀經，汲取聖言智慧與恩典

時間：11月19日(五) 19:00-21:00

地點：中央大樓(台北市中正區中山北路一段2號5樓)

報名：02-2371-0447



聖道明傳道中心 聖道明離世八百年系列講座

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

地點：聖道明傳道中心(台北市中山區吉林路378號)

詳洽：02-2594-2294分機4121 陳小姐



教理老師充電日「你懂我嗎？」

時間：11月20日(六) 13:30-17:30 名額有限，以堂區為單位報名

地點：聖道明傳道中心(台北市中山區吉林路378號)

詳洽：02-2707-1311 王老師或E-Mail: zhuyesa001@gmail.com



拯望會 為希望之友已亡親友及會友獻追思聖祭

時間：11月20日(六) 15:00 主祭：高福南神父

地點：聖玫瑰堂(台北市大安區通化街178號)

詳洽：02-2737-1008 吳修女

天主教病患之友會主辦 追思亡者彌撒

時間：11月20日(六) 10:00

地點：方濟中學大禮堂(台北市內湖區成功路三段61號)

詳洽：02-2361-7619 王專員，因受疫情規定人數限制，請於11月10日前報名。

準備資料：亡者姓名及聖名、家屬稱謂及姓名、聯絡電話、所屬堂區、參加人數，並請攜帶亡者照片(4*6或5*7英寸)加框可立。

夫婦懇談會周末營 讓婚姻充滿恩寵

時間：11月20日(六) 08:30至11月21日(日) 17:30

指導導師：詹德隆神父、崔寶臣神父

地點：桃園德來中心(桃園市桃園區三民路一段2號)

詳洽：0939-296-096 蘇弟兄、0931-357-756 黃姊妹

0927-078-025 李弟兄、0988-118-934 譚姊妹



耶穌會靜山靈修中心 系列活動

時間：11月20日(六) 10:00至11月21日(日) 17:00 李驊神父、曹志誠老師

主題：做對決定工作坊---全然交託

時間：11月26日(五) 18:00至11月28日(日) 13:00 曹志誠老師

主題：陰影與靈修工作坊

地點：靜山靈修中心(彰化縣彰化市大埔路2巷1弄40號)

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



高雄教區婚前/夫婦懇談聯合活動

時間：11月20日(六) 08:30至11月21日(日) 17:00

地點：聖功修女會五福福傳大樓(高雄市五福三路149號)

對象：準備結婚之準新人或結婚一年內新婚夫婦

報名：請掃描QR Code



「宗教地景、療癒與社會」系列講座

主題：聖賀德佳療癒觀與台灣勒會的連結與實踐

主講：黃漢婷老師、王真心老師

時間：11月25日(四) 13:30-15:30

地點：輔仁大學偉章樓4樓聖保祿廳(新北市新莊區中正路510號)

報名：請掃描QR Code



康泰醫療教育基金會 彩繪輔助療法工作坊

時間：11月26日(五) 09:00-16:30

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 黃小姐



Magis青年中心 青年微講座

時間：11月27日(六) 14:00-17:00

地點：Magis青年中心(台北市中正區辛亥路一段22號3樓)

詳洽：02-2365-4205分機505楊澤龍，報名請請掃描QR Code

E-Mail:magisyouthcenter@gmail.com



聖家堂「播種祈禱的種子」五周祈禱

時間：11月底陸續開課

地點：台北聖家堂(台北市大安區新生南路二段50號)

詳洽：02-2392-0701分機0 聖家堂，報名請請掃描QR Code



深坑加爾默羅聖母聖衣隱修院建院25周年銀慶

時間：11月30日(二)至12月2日(四) 07:00彌撒

08:00明供聖體(3日42小時)-20:00音樂祈禱

(與大博爾青年團) 21:45聖體降福

12月3日(五) 09:00 鍾安住總主教，主禮彌撒

地點：深坑隱修院(新北市深坑區昇高里向天湖1號)

詳洽：02-2664-9381 深坑隱修院或大博爾青年團Line ID: taborgroup

明供聖體祈禱輪值表請掃描QR Code。



瓜達露貝聖母顯靈490周年感恩彌撒

時間：12月11日(六) 19:00 玫瑰經 19:30 彌撒

地點：台北聖家堂(台北市大安區新生南路二段50號)

詳洽：0931-132-880 李姊妹

洛雷托聖母航空旅行主保聖年慶典

時間：12月4日(六) 09:00-11:00點心共融後 主禮：梁在五神父

地點：洛雷托聖母之家朝聖地(苗栗縣頭屋鄉中正街20號)

詳洽：037-253-514 傳真：037-350-103

2022台北門徒讀經班

課程時間：2022年1月至9月止，每周日13:30-16:30，共34周，

須先參加定向會(任一場)時間地點如下：

時間：12月12日(日) 10:30-12:30

地點：板橋中華殉道聖人朝聖地(新北市板橋區南雅西路二段25號)

時間：12月18日(六) 14:00-16:00

地點：台北聖家堂(台北市大安區新生南路二段50號)

時間：12月19日(日) 14:00-16:00

地點：新莊聖保祿堂(新北市新莊區新興街1號)

詳洽：0928-280-259 李慧真姊妹、0919-138-388 李婉馨姊妹

0933-929-432 張汝新姊妹、0984-062-636 葛貞妮姊妹

撒慕爾祈禱小組【榮耀之路 十字架】

時間：2021年12月31日(五) 09:00至2022年1月2日(日) 16:00出靜

地點：靜山靈修中心(彰化縣彰化市大埔路2巷1弄40號)

詳洽：(04) 723-9304/0911-761-118 黃姊妹

(04) 2247-0420/0912-469-908 溫姊妹

大聖若瑟朝聖地 九月大敬禮(邀請各教區朝聖計畫)

時間：11月27日(六) 10:30彌撒

主禮神長：李克勉主教 邀請教區：新竹教區 祈禱意向：為福傳祈禱

地點：大聖若瑟朝聖地(雲林縣莿桐鄉饒平村饒平路167號)

詳洽：05-584-2747 饒平天主堂 0912-997-753 張欽真神父

彌撒後備有午餐，請於朝聖彌撒前兩個星期告知人數，以便準備午餐。

12月4日(六)大聖若瑟年閉幕彌撒，將由嘉義教區神長主禮。



聖保祿

羅馬之旅系列4

文／黃素玲（聞道出版社總編輯）
圖／聞道出版社

羅馬城外聖保祿大殿



▲半圓前殿

中殿盡頭是半圓前殿（*apse*，或稱拱壁），前有拱門，稱為普拉奇迪亞（*Galla Placidia*）拱門，是皇帝霍諾留（*Honorius*）為紀念他的妹妹普拉奇迪亞斥資建造的，在19世紀大火後曾拆建，但保留了原來的樣式。

拱門的馬賽克

拱門正中間是樣貌嚴肅的基督，雲彩中有四活物（四福音的象徵），左右共24位長老，他們就是《默示錄》所描述的那二十四位長老（默4:4），每人都手持金冠，拋向萬王之王基督。長老下方分別是保祿和伯多祿，兩人均在引薦會眾，指向光榮的基督。

拱門馬賽克上有兩行文字，交代了參與修建大殿的人物。首先貼著天花板的一句話：*THEODOSIUS CEPIT PERFECIT ONORIVS AVLAM. DOCTORIS MVNDI SACRATAM CORPORE PAVLI*（意思是：*Theodosius*開工，*Honorius*完竣。〔它〕因世界導師保祿的身體而聖化。）而拱圓形那句是：*PLACIDIAE PIA MENS OPERIS DECVS HOMNE PATERNI, GAVDET PONTIFICIS STVDIO SPLENDERE LEONIS*（意思是：普拉奇迪亞虔心雀躍，父親作品的光輝因教宗良而輝耀。）普拉奇迪亞是皇帝狄奧多西一世的女兒，也是皇帝霍諾留同父異母的妹妹；教宗良一世於441年修葺這座大殿。

半圓前殿

這幅馬賽克（見下圖）是於1216-1227年間，由教宗何諾里三世委託威尼斯的工匠製作，所以風格近似威尼斯的聖馬爾谷大殿，但於1823年大火時受損，而後重新整修。拱壁上的馬賽克，基督居中，端坐於寶座上，左手拿著展開的書卷，上面寫著：「我父所祝福的，你們來吧！承受自創世以來，給你們預備了的國度吧！」（瑪25:34）左邊立著兩位宗徒兄弟：代表羅馬教會傳統的伯多祿和代表希臘教會傳統的兄長安德肋；右邊則立著兩位福傳伙伴：保祿和路加。

伯多祿手上卷軸寫著：「祢是默西亞，永生天主之子。」（瑪16:16）保祿的卷軸則寫：「致使上天、地上和地下的一切，一聽到耶穌



▲保祿的石棺

的名字，無不屈膝叩拜。」（斐2:10）兩旁的棕櫚樹是永生的標誌。當時修造這幅馬賽克的教宗何諾里三世俯伏於耶穌足下，遠看像一團白色小動物。

拱壁下層，中間是空的寶座，意喻等待基督的再來，背後是綴有寶石的十字架、茨冠、長矛、鐵釘和沾醋的海綿，顯示基督是以苦難救贖普世。寶座之下，是聖嬰孩和管堂的 *Adinolfo*，以及院長 *Giovanni Caetani*。寶座兩側各有一位天使，其後是宗徒們。左側依序是：若望、斐理伯、瑪竇、小雅各伯、猶達、巴爾納伯。右側有：雅各伯、巴爾多祿茂、多默、西滿、瑪弟亞、馬爾谷。他們都伸手指向寶座，引導人期盼末世基督再來時的圓滿。

聖保祿石棺

在聖保祿大殿主祭台前方，有個開放式地窖，旁邊展示的鏈條，據說是網綁保祿的鎖鏈，再往下走是聖保祿的石棺，長2.25公尺、寬1.25公尺、高0.97公尺，上面的白色大理石板上刻有拉丁文 *PAULO APOSTOLO MART (YRI)*（保祿宗徒殉道者）的銘文，石板上有3個洞：圓洞是為放進香爐而鑿的，另兩個不規則的洞，則是過去朝聖者受到民間習俗的影響，喜好從小洞中放進個人物品，為觸及俯伏聖髑，以求聖宗徒的庇護。

2006年12月，由教廷委託的一次檢驗，宣布確認這石棺內確實是聖保祿的遺髑，大殿總鐸樞機移開了殉道紀念祭台的部分結構，讓信友可以瞻仰多年隱藏這祭台下的聖保祿宗徒石棺，對宗徒表示敬意。石棺前設有兩張櫃凳供信友祈禱，櫃凳的桌面上有18種語言的祈禱文。

我於2003-2005年旅居羅馬期間，多次造訪聖保祿大殿，在聖保祿墓前真誠地為父親祈禱，因為他離開教會35年，改信民間宗教，極其迷信。由於聖保祿宗徒的代禱，天主應允了這個幾乎不可能的祈求。2010年12月赴萬金朝聖，父親在萬金聖母聖殿辦總告解，回到了教會。更沒想到的是，10年後（2014年）我與父親一同到義大利和法國朝聖，竟有機會造訪聖保祿大殿；當我與父親一起跪在聖保祿墓前祈

禱時，我內心澎湃激動無法形容，感謝外邦人的宗徒——聖保祿的大能代禱。當然，父親對這段故事毫不知情。保祿宗徒說：「天主使一切協助那些愛祂的人……獲得益處」（羅8:28），我們向天主祈求時，真的不要懷疑，要完全託付。

聖體小堂

在半圓前殿的左方是聖體小堂，小堂內珍藏了一幅中世紀聖母抱小耶穌的馬賽克聖像，與中殿拱壁的鑲嵌畫一樣，同為12至13世紀的作品。這幅馬賽克之所以出名，是因為1541年8月22日，耶穌會會祖聖依納爵·羅耀拉與他的同伴們到聖保祿大殿，就是這幅聖母像前發願，正式成為耶穌會會士。若有機會到聖保祿大殿朝聖，不要忽略了到這個靜謐的小堂朝拜聖體。

聖保祿歸化祭台

這祭台之所以如此命名，與祭台上的畫作有關。這幅保祿歸化是18至19世紀義大利畫家 *Vincenzo Camuccini* 所繪。保祿歸化的故事詳載於《宗徒大事錄》9:1-19。保祿原是迫害基督徒的法利塞人，在前往大馬士革途中，復活的主耶穌顯現給他。保祿領受了洗禮，開始致力四處宣講基督的福音，成為外邦人的宗徒。每年1月25日紀念保祿宗徒歸化這天，在聖保祿大殿會舉行隆重的基督徒合一祈禱。

「我生活已不是我生活，而是基督在我內生活；我現今在肉身內生活，是生活在對天主子的信仰內；祂愛了我，且為我捨棄了自己。」（迦2:20）聖保祿見證了天主對人的無限忍耐——將保祿從迫害教會者，轉變成熱誠的宗徒。聖保祿這樣描述自己：「為這福音，我被立為宣講者，為宗徒，為導師。」（弟後1:11）

如果教友們很少請聖保祿宗徒代禱，那麼大膽地向他懇求吧！聖保祿不是一位遙不可及的神學家，而是了解人性軟弱卻又大膽依恃主的宗徒；從聖保祿我們看到，只要與天主的恩寵合作，沒有天主做不到的事。



▲教宗何諾里三世俯伏於耶穌足下

《2022聖經工商日誌》

全彩14.8*21公分，
定價：240元。
實用手札，珍藏數十張
聖保祿大殿照片。
訂購專線：06-209-9065



▲聖保祿大殿
360度VR全景



心靈加油站133：好人好事

策畫·圖片提供／真理電台
文／聖母聖心會

什麼人才能稱得上好人？由於每個人的背景不一樣，思想眼界也各自相異，導致每個人面對不同事物所做的反應也都不同。對普羅大眾來說，安份守己就稱得上是好人。誰不想做好人？因此，大家都「自掃門前雪」，避免引起起衝突，於是社會就變得自私。

《聖經》中耶穌說過一個比喻，有個人從耶路撒冷來到耶里哥，被強盜擊傷，強行剝走衣服；後來，司祭、肋未人從他身邊走過，都不聞不問，只有良善的撒瑪黎雅人帶領他去救醫治療。（參閱路10：30-35）其實，行善事不怕遇到困難，可惜的是，社會上瀰漫著「多做多錯，少做少錯，不做不錯」的觀念，導致很多怕事的好人，不敢有所作為。

一個人的功過成敗，絕對不能以錯誤的多



寡來做比較；重要的是：他對社會作了多少福利？只要我們隱惡揚善，不去宣揚別人的失敗；那麼他們的貢獻，一定會大於所犯的過錯。不要怕，去多做服務人群的工作，安分守己的好人還不夠，現在我們所需要的是——有所作為的好人。



聖德蘭姆姆嘉言集

策畫／上智文化事業

愛主之心

在小事上就要忠信，
那是我們力量所在。
我們也許無法給出什麼，
但我們永遠能給人喜樂，
那是從愛主的心裡
迸發出來的。

探討教會未來 談牧者與教友的承擔

文／羅文彬（淡水法蒂瑪聖母堂傳教協進會主席）

堂區牧者對堂區的興衰有其影響，堂區的興衰對教會的興衰有其影響，所以堂區牧者對教會的興衰具關鍵性影響，天主必須透過牧者來管理祂的羊棧。如何找到適合的堂區牧者呢？現代社會中，願意答覆天主召叫的人越來越少，我們該如何解決本地聖召的困境？

綜概堂區牧者的條件，必需具備以下6點：1.信德堅如磐石；2.信仰知識豐富；3.靈修生活紮實；4.積極熱心愛人；5.溝通互動高手；6.組織能力長才。如此6項條件具足的牧者我實為少見，在教會中目前只遇過兩位神父，能善用前人的善果，在荒漠中開發出綠洲。

神父的遴選和培育，大多側重前3項，後3項則較少成為神父培育的重點，而且和每個人的個性及能力大有關係，堂區神父能做到前3項，因為之前社會較為單純，教友又多，維持堂區現狀不成問題。然而，現在社會複雜得太多了，信仰的流失，加上少子化，教會已面臨福傳的諸多挑戰，要拓展堂區發展必須靠後3項的才能，因而堂區神父必須更努力裝備自己！

其實，這不只是神父的問題，也是制度的問題，且看許多資優生，在課業方面很突出，但其餘方面未必擅長，尤其是與人互動方面；神父和教友的接觸又有諸多限制，所以在堂區拓展上並非得力，也許這該借重有社會經驗的終身執事來做，最好是熱心的使徒夫婦，同心牧會一樣。

教區神父面臨的挑戰很多，修會神父和修女都有團體的支持，有長期且固定的靈修指導，

彼此在信仰靈修與工作上互相扶持，按時進修，與時俱進。教區神父相對較缺少靈修上的支持，和教友又不能過從甚密，有的神父和教友餐敘，便有流言蜚語；有的女教友也特別喜歡找神父私下聊天，神父們不得已，只好把自己「鎖」起來，減少誘惑與避嫌；一方面堂務忙碌，和其他堂區的神父也較少往來，沒有團體的互相扶持，沒有固定的神師指導，靈修生活容易「不進則退」，甚至出現和時代脫節的現象：神父只是勝任堂區「負責人」的職分，而難以善盡天主所託付餵養羊群的「好牧人」職責。

在屬靈爭戰中，神父們是第一線戰場上的勇士，最怕落單，魔鬼最喜歡攻擊這種落單的神父，所有的攻擊和誘惑都來了！因此，教區神父必須形成緊密的團體，有神師指導靈修，固定時間進修，彼此共融，扶持共進，以默觀時代訊號，而在複雜的社會環境中求生存。

許多人都不喜歡聽到批評的聲音，但確實要理性面對問題，才能找到根本的解決之道。顯然，本堂神父對堂區具有關鍵性的影響，開明能幹，熱心為教友服務的神父，能使堂區興盛；反之，便會停滯不前，甚至倒退。

其實，並非每位堂區神父都是牧靈福傳的長才，因而，教友的時代應運而生！把堂區事務的責任承擔託給傳協會，就像耶穌培養門徒一樣，把堂務管理交給門徒，當然也需要制訂詳細的傳協規章制度，聖與俗要分開處理；事務俗事交給教友去做，神父負責聖事、靈修帶

領，為教友提供心靈的安慰和治癒；服務教友與自我進修成長兩者並進，修道是神父天職和第一要務，內在的靈修底子不厚植，很難做好服務教友的靈性滋養。

教友更應充分發揮「使徒」的作用，就像《宗徒大事錄》第6章1-4節記載，執事有一系列嚴格課程，通過修課考試，擔任神父合宜的助手，如果無法勝任，本堂神父和傳協會可以換其他有能力的人接手，對堂務發展影響不會太大。

執事若是接受聘任的有給職，可以安心成家，就像使徒一樣，只要待遇合理，堂務發展成功，經費絕對不是問題！我們還有10年時間可以大量培育熱心成熟、信德堅強又有能力的終身執事夫婦，準備未來教會發展的需要。面對教友流失迅速的小堂，也可以交給執事去發展，這值得台灣教會深思考量。

教會必須深具吸引力，改變大眾對教會強調法律的刻板形態，而讓大眾為宣傳基督的福音而熱切建立教會！從制度上改變，讓教會整體的力量完全展現，這需要從下而上的努力！祈願人人像洗者若翰一樣，在曠野裡呼喊，為天主的福音開路，關切教會制度與時代接軌，作出符合時代潮流的變革。

「斧子已放在樹根上了，凡不結好果子的樹，必被砍倒，投入火中。」（瑪3：10）教友需要悔改，需要革新，需要覺醒！為了因應現代社會的劇烈變遷，回應時代訊號的改革刻不容緩，正是當務之急！



常年期卅四周星期二（單數年）

讀經：達尼爾先知書2：31-45

福音：聖路加福音21：5-11

■文／曾慶導神父（小德蘭福傳之友指導神師）



耶穌基督+

世上的一切都不會長久不衰，權力如此，王朝亦然。今天讀經，達尼爾先知為巴比倫王拿步高解夢，預言拿步高的權力和尊榮皆會如日中天，但終將被別的王朝取代，這些王朝在興盛了一陣子之後，也終會衰亡。

如聖保祿宗徒所說，我們可見的世界的局面都會消失，而且正在消失，最高、最大、最牢的建築都經不住時間的考驗，有朝一日都

會變成廢墟。主耶穌預言耶路撒冷聖殿的毀滅，也印證在今天人類建造的各種物質的、無神的意識形態等等「巴貝耳塔」，藉由強大的媒體力量，這些現代「神殿」，以假亂真迷惑眾人，使人不知如何分辨對錯真偽。

我們要切記主耶穌福音的勸誡，不要聽從這些假消息，不要相信「假默西亞」，要常常祈禱聖神的帶領以及聽從教會的教導。拒絕天主，迷戀於世上威風一時的「神殿」，是不

智的，無望的。

我們人類的希望在哪裡？達尼爾先知預言一個永不滅亡的王國，它將永遠存在。達尼爾所預言，但他自己不清楚知道的王國，就是耶穌基督的王國。這個王國已誕生在這世上，就是主耶穌建立的教會，我們要努力成為這個永不衰亡的王國的公民，拿到這王國的身分證。教會這個新的耶路撒冷聖城，必會在天堂臻於完美。



邁向靜觀的使徒系列 12

城市的神聖曠野

■文·圖片提供／李秀華（生命之母團體）



真福瑪利尤震神父非常重視靜觀和行動的整合，動靜平衡的生活。他所創辦的「生命之母團體」，團員一天2小時的靜禱，一年至少連續21天回到培育中心的靜獨月（類似隱居），都是看重隱退的實際行動：「我是葡萄樹，你們是枝條；那住在我內，我也住在他內的，他就結許多的果實，因為離了我，你們什麼也不能作。」（若15：5）尤其靜默（*silence*）和靜獨（*solitude*），在生命之母團體的培育中心是絕對必要的。

一般來說，培育中心每天大部分時間都在靜默中度过，除了中、晚餐後1個小時左右的散心外，連工作勞動都是在靜默中進行。因為一切重要的工作，都必須在收斂心神和靜默的情況下進行；就像進行實驗的科學家，需要在專注靜默中仔細記錄各項條件和結果；哲學家思考問題，也必須收心，整理思緒和深入了解問題；專務靈修的人要全神追求天主，當然靜默不可少，因為「聖父只發一言：就是他的聖子。他在永恆中，且在永恆的寧靜中發此一言。只有那在靜默中的靈魂才聽到此言。」（聖十字若望，《格言》，307）

真福瑪利尤震神父說：「要達到靜觀祈禱的境界，尤其需要靜默和靜獨。在靜觀中，天主的智慧不僅光照理智，而且遍及整個靈魂。因此，祂要求整個靈魂調整方向，收斂心神，直至靈魂的深處都風平浪靜，這樣才能接受祂神光的作用，達到使人靈轉化的效果。」（《我要見天主》，531頁）

靜默不只是沒有聲音，除了管制口舌言語的靜默外，還有控制本性的活動以及內在的靜默。本性活動像饒舌一樣擾亂靜默，它牽制人的官能，使人疲勞、緊張和焦慮，連帶導致精神耗散，破壞心神的收斂，增加收心靜禱的種種困難，甚至擾亂靜禱，使靜禱無法進行。天

主是在靈魂中央，即在靈魂最神聖的深處生活、行動，和我們奧秘地結合。外在靜默的可貴在於有助於內在的靜默，但是，要實現內在靜默卻有不少的困難，靜觀者會因此受到一些苦楚。剛開始似乎有些進展，但在安靜中卻又出現許多雜念，似乎無法掌控官能，這是必經的過程。由於對這方面的無知和誤解，認為靈修的進步，必然伴隨著內心的安寧，使人誤以為上述狀況是在浪費時間，內心慌亂不安，甚至放棄靜禱，真是可惜！

真福瑪利尤震神父引用大德蘭的經驗和教導，配合他自己的經驗，有條不紊地在他的傑作《我要見天主》第3部第5章，詳述如何跨越這些瓶頸。靈修生活分成兩個階段：第1階段包含起初的3個住所，在這階段，天主給與一般性的援助，人可以利用管理官能活動的心理原則，有效地收斂心神，維持內在的靜默；第2階段從第4住所開始，天主給人特殊性的援助，天主的活動逐漸占有主導的地位，勝過人的官能活動。天主或以神味來掌控、或以神枯來使官能失去行動力，其影響靈魂的方式各不相同。影響從靈魂深處開始，一般首先達到意志，經常也光照智力，但對於記憶和想像力卻很少約束。若說天主全面掌控或同時使各官能暫停活動的情況，那只有發生在第5住所中，神秘結合的恩寵之內，或第6住所時，且持續時

間也很短，然而對意志的影響則能持續相當長的時間，通常會在第4住所的寧靜祈禱或被動的收斂心神發生；這時被動的收斂心神也能影響到感覺官能。

聖女大德蘭在《全德之路》中，藉由《格林多後書》第6章16節：「我們就是生活的天主的殿」，提醒：「從我們靈魂的宮殿中清除一些小人物和小事物是多麼的重要！」詳述主動收斂心神的方法：「要有一張合我們口味的耶穌像，來幫我們回到耶穌基督身邊；要用一本語言易懂的好書。」要堅持努力，才能使我們養成習慣，易於進入主動的收斂心神的狀態。同時，創造一個樸實無華的曠野，使人在物質上貧乏，但是在精神上是超脫的，曠野的靜默使靈魂與外界隔絕，留下的只是自然的週期和人自己所規畫的生活規律。曠野的靜默強制人進入內在的世界。

在這高科技的時代，五光十色的資訊、廣告、電子產品、網路等充斥每個地方和每個人的內心，形形色色的事物，容易玷污五官和欲情，五彩繽紛的形象既迷惑又束縛人。曠野的一無所有，把這一切全部掃盡。因此，在我們的內心、家庭、團體、堂區、社會、和國家，創造一個神聖的曠野，是恩典，也是當務之急！這也是真福瑪利尤震神父畢生努力，帶領靈魂與天主親密結合的重要路徑之一！



▲王敬仁神父25歲於義大利帕爾馬晉鐸，Lourdusamy 樞機主教為他傅油。

▶王敬仁神父晉鐸。1981年9月20日，王敬仁神父於義大利帕爾馬的一座體育館晉鐸，他的神師期許他成為羅馬的噴泉，不斷湧出泉水，供人飲水止渴。



聖方濟·沙勿略會王敬仁神父晉鐸40年慶

文／黃瑪利亞
圖／王敬仁神父提供

一位司鐸的心，要像耶穌本人一樣，湧出源源不絕的活水。

王敬仁神父1956年出生於一個虔誠的天主教家庭。當時的義大利，逐漸擺脫二戰後的窮困，朝著經濟發展與社會復甦邁進。「當我還是個孩子的時候，就在如此過度期的氛圍中成長。我奶奶不論洗衣、做飯、餵牛，總是不斷地輕聲說：『感謝天主。』她這種『感恩』的習慣態度，對幼時的我在信仰道路上，產生潛移默化之效。」王神父說。

不要拒絕祂

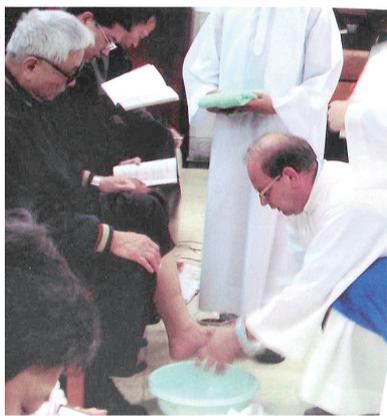
認識王神父的人，都會從他身上感受到大自然的活潑氣息。他小時候喜歡爬樹，尋找鳥巢。在家鄉烏迪內村裡唯一的大空間——教堂廣場前，與其他孩童踢足球、騎自行車，以及在日落傍晚時分，恭念玫瑰經。騎自行車回家的途中，不忘在玉米田裡停下，尋找野雞的蹤跡。

「我約10歲時，家鄉的本堂神父，邀請一位聖方濟·沙勿略會的傳教士，在道理班與我們分享他的海外福傳經驗。至今我仍然記得他說的一句話，『如果主召喚你，像聖方濟·沙勿略一樣去中國，不要拒絕祂。』這句話深深地打動、影響並伴隨我的一生。那時我心中暗自說：『是的。這是與天主一起冒險的開始。』對當時的人而言，到遙遠的中國，如登陸月球一樣困難。」

之後，他進入了村莊附近的沙勿略會小修院。對所有離開家裡的孩子們而言，這是一個艱難的時刻。他回憶：「進入小修會的第一晚，我們是在一個供所有小朋友的大寢室睡覺。就在我快要入睡的那一刻，聽到有人在毯子下啜泣……剎那間，卻有一股極為溫柔、平靜的暖流，注入我心。在修會大家庭的信仰與團體生活中，我們心靈平安，透過學習與玩耍，我們交朋友，成為兄弟。」

生命的鹽味

「論到那從起初就有的生命的聖言，就是我們聽見過，我們親眼看見過，瞻仰過，以及我們親手摸過的生命的聖言——這生命已顯示出來，我們看見了，也為祂作證，且把



▲「穿上圍裙的教堂」，為人們洗腳，是王敬仁神父欲引導台北文山區沙勿略堂所要邁進的目標。



▲1981年9月27日，王敬仁神父於故鄉義大利烏迪內聖馬爾定聖堂首祭。第一次主持彌撒時，他祈求天主賜與恩寵，讓他在日後的每台彌撒中，都要保持第一次的新鮮感，而不流於形式化。

這原與父同在，且已顯示給我們的永遠的生命，傳報給你們——我們將所見所聞的傳報給你們，為使你們也同我們相通；原來我們是同父和祂的子耶穌基督相通的。我們給你們寫這些事，是為叫我們的喜樂得以圓滿。」（若壹1：1-4）

「中學時期，Piccinini神父讓我們熟記《聖經》的經文。從那時起，《若望一書》第1章的內容就已深深烙印在我心裡。」王神父感性地回憶。他為了就讀高中，必須與其他修生一起從烏迪內（Udine）搬遷到靠近威尼斯的澤拉里諾（Zelarino）。這段期間，他們開始深入並分享對於《聖經》的反省。

17歲的他，體認到應該時時刻刻親自實踐《聖經》的道理，因為《聖經》是讓我們知道天主德能的重要途徑。早晨上課前，修生小組聚會，分享前一天每人選擇的經句，對他們的日常生活經驗，產生何種作用與影響，並與耶穌有何連結。這樣的小組聚會分享，讓當時的王神父感到自在與喜樂，並憶起小時候親嘗天主所賜予的生命鹽味，以及沉浸於祂光照的一日平安。

聖召的分辨

對於一個17歲的高中生而言，就開始分辨自己的聖召，算是很早。王神父是因著生命的突發事件，而頓生決志；還是漸進地，自然而然地回應天主的召叫？關於這一點，王神父說：

「我記得當時每年年底，我都求主指示我人生的道路。『選擇』是基於天主對我生命的旨意。我的父母讓我自由地選擇，尊重我做的任何決定。他們常對我說：『我們為你祈禱，如果你想繼續走這條路，願主啟發你，但記住家門永遠是為你敞開的。』」

在學校生活中，他與其他弟兄一起祈禱、同樂，以及為教區與堂區服務。無論學習或參

加任何其他活動，王神父認為全是在「天主的看顧」之下度過，都要深思天主的旨意為何。

「高中的最後一年，我必須做出決定，是繼續留在修會中，走上神職的道路，還是選擇其他的生活方式。就在這一年，一場嚴重的車禍，讓我發現了生命中天主的另一個面容，一個受鞭刑的，懸在十字架上的痛苦基督。然而基督始終是一位，不論祂是蒙羞痛苦的，還是光榮威能的，都是同一位。」王神父說。

車禍強烈的撞擊，讓他摔斷了顎骨。醫生為了固定它，不讓它移動，必須將一根細細的電線穿過牙齦中的各個齒孔，然後固定住嘴，使嘴能完全閉合。他表示，當電線穿過牙齦時，他想起了耶穌在受鞭刑時，以及懸在十字架上的痛苦。他說：「在人生的歷程中，與耶穌的相遇，不會只有甜美的順境坦途，也會有痛苦的相遇，祂就在十字架上。」

在這一次與痛苦基督的相遇後，他認為日後人生所有的問題，不論是靈修生活或教會事務等大小事，全都不成困難，因為帶著茨冠的基督面容就在其中，祂被毆打的臉，就隱藏在羅馬士兵為祂披上的紫紅袍下，等著我們尋找、認出祂。而祂在十字架上，獨自一人，被守衛和圍觀等著祂死去的群眾嘲笑。「然而，這些都不成問題，重要的是我們如何在一場又一場的『人生賽事』中，認出『祂』來。」王神父說。（文轉21版）

(文接20版)

全然的神職

自王神父發誓願，入修會在母院帕爾馬完成哲學兩年後，先至布雷西亞(Brescia)的小修道院服事1年，然後再回帕爾馬母院，接續神學的課程。之後，便準備發終身願和晉鐸。自發誓願以後，他已經決定未來的人生方向，所以無論做什麼事，都與主同在，因此一切都很順利。

那段時間他得到很多來自修會的培育，收穫很多。在帕爾馬，他擔任教區的教理講授員，夏季於修會服務，例如投入陶成青年傳教士夏令營的工作，協助他們在靈修與福傳方面，能有所精進，並同他們回收廢鋼鐵與舊衣物來協助傳教。此外，他亦幫忙修院粉刷翻新與其他工作。休假時，他回家鄉烏迪內，在父親的小型建築公司工作，偶爾陪母親下田耕作。

這一段期間，影響王神父的主要人物，是修會的兩位神長Fr.Dagnino和Fr. Zucchini。他們幫助王神父，循序漸進地朝著發終身願的神職生活邁進。至今，王神父仍記得Fr.Dagnino提醒他們，所謂的「神職生活」是沒有上下班的區別，也就是涵蓋「學習」、「祈禱」和「教會服事」的全然生活。那段期間的訓練，為他的生活帶來平衡，晉鐸後不久，便全心一意地與沙勿略會成員在教區服務。

王神父25歲晉鐸時，他的神師以「羅馬的噴泉」為例來勉勵他，作為他晉鐸的祝福。羅馬的噴泉，水不斷地流出，可供路人飲水止渴，雖然看似浪費，但神師對他說：「你要變成這個噴泉一樣，不能間斷，若將水龍頭關起，水池會變臭，成為一灘死水。」的確，一位司鐸的心，也要像耶穌本人一樣，湧出源源不絕的活水，而非將『愛』關在中心。」王神父說。

後來，他被派往南義的蘇連多，服務了9年之後才調往台灣。南義雄偉壯麗的山崖與波光瀲灩的大海，擁有起初天主創世，聖言以「光」雕鑿天地，氣勢磅礴之貌。他回憶：「這段期間，除了幫助教區神父們的福傳與牧靈工作，也要協助募款。每當清晨行駛於海岸公路，前往教堂主持彌撒的路上，迎面而來的金色曙光，好像天主張開雙臂，熱情地緊擁著我。」

台灣的福傳

1999年，王神父被當時的台北總教區總主教狄剛，任命為台北文山區聖方濟·沙勿略天主堂主任司鐸。這一年發生921地震，災後不久，在熱心教友詹紹慧的引介下，王神父以及時任



▲青少年時期的王敬仁神父(前排右二)，與足球隊員歡喜合影。

傳協會會長王珠麗，3人先行到南投縣仁愛鄉曲冰探訪，促成之後台北沙勿略堂與曲冰法蒂瑪聖母堂締結為姊妹堂的佳話。

王神父回憶：「第一次到曲冰時，約晚上7時。教友們都聚集在青年活動中心的地下室，教堂已被震毀。這讓我想起我的家鄉——義大利北部在1976年曾經歷的大地震。當大災難來時，當務之急就是物資共享及友誼關懷。於是，我們台北聖方濟·沙勿略堂與曲冰的法蒂瑪聖母堂締結為姊妹堂。20多年過去了，彼此之間的友誼愈加堅定、深厚，他們的純樸讓我們印象深刻，尤其是他們散發出『神貧的優雅』氣質。其熱情及真誠，讓我們堂區教友們也享有了他們悠美的歌聲，以及新鮮的高山蔬菜。」

約莫在1999年前後，王神父開始引領堂區教友，定期至新北市汐止的仁愛傳教修女會，同修女們為街友準備便當。在擔任主任司鐸期間，王神父感到堂區的活動，是視當下的需要而行動的，換言之，它們是在「對」的時間點誕生的。他說：「堂區教友是受到聖神默感而行動的。我們見證到聖神在恰當的時間，啟示了適合的人選，讓他們幫助堂區的發展，例如我們歷任傳協會會長：王珠麗、孫世珍、孫盛奎、何正江與吳坤龍等人，在他們任內，以他們的恩寵，帶領本堂教友與曲冰法蒂瑪聖母堂締結為姊妹堂，至今逾20年，友情堅定不移；與鄰居台北公館教會合辦的基督徒合一祈禱，以及本堂的讀經班亦持續穩定成長多年，從無間斷；一些慈善活動也在他們的支持下，讓人感到基督的愛是不延遲的，是急迫的。而他們對聖堂的資訊設備，以及相關設施的修繕與更新等等，更是不遺餘力，在彰顯『天主是愛』是具體的，是有行動力的。」

努力的方向

王神父早年還在分辨聖召的道路上時，曾問



▲2021年9月19日，王敬仁神父在故鄉與母親及妹妹，共同歡慶晉鐸40周年。

天主會將他預備成何種傳教士。他記得Mons Tonino Bello (1935-1993, 義大利Molfetta等地的主教，曾任「正義與和平」義大利主教會議之主席)寫了一篇默想文章，標題是「穿上圍裙的教堂」，而這正是他一直所要努力的方向，也是現任教宗方濟各帶領教會前進的目標。

「(耶穌)就從席間起來，脫下外衣，拿起一條手巾束在腰間，然後把水倒在盆裡，開始洗門徒的腳，用束著的手巾擦乾。」(若13:4-5)王神父表示，Mons Tonino Bello主教要我們默想，耶穌將手巾束在腰間後，就再也沒脫下了。他強調，我們的生活要簡單，傾聽受苦者的心聲時，至少要專心。目光要時時定睛於十字架上的主耶穌，因為一旦視線離開了祂，就是卸下圍裙的開始，生活的目標不再是主耶穌，不再是內心平安，而是為尋求外在成功的痛苦起點。

王神父給人最鮮明、深刻的印象，就是一位天主的忠僕。沙勿略堂教友王珠麗表示：「王神父始終以各種具體的行動，展示他對天主的熱愛。他剛接本堂司鐸時，聖堂內外都由他親自粉刷油漆。而且，他很積極地投入各種賑災及協助弱勢者的活動，10幾年前，汐止淹大水，他挽起衣袖，拿起鏟子，用好幾天的時間，幫助災民清除屋裡高達半人高的淤泥。看！他從未忘卻做為『羅馬噴泉』的初心。」

罕病天使楊玉欣說：「王神父來自比台灣緯度高出許多的義大利，台灣炎熱的天氣，使他總是汗涔涔。在彌撒中，也不時會看到他拿出手帕，擦拭臉上的汗水。然而，這樣怕熱的王神父，卻仍每天在大太陽下，照顧教堂中庭的花草樹木；仍在早上彌撒後，親自護送年長的教友走路回家；仍是不停歇地到處募集物資，只為幫助一個個正在苦難中的朋友。」

《申命記》8章2節：「你當記念上主你的天主使你這四十年在曠野中所走的路程，是為磨難你，試探你，願知道你的心懷，是否願遵守祂的誠命。」是的！在40年漫長的試探之路上，王敬仁神父，這位聖方濟·沙勿略會士，感懷天主在他生命中的作為與召叫，他所要成全的，就是以「基督為中心」的世界一家，讓「愛人如己」的誠命，猶如十字架散發的聖光，擁抱四極，榮耀天主。(全文完)

◀台北聖方濟·沙勿略堂教友合影。沙勿略會士所要成全的，就是以「基督為中心」的世界一家。(蕭保祿攝影)





撒慕爾祈禱小組避靜心得分享

■文·圖/
撒慕爾祈禱小組

撒慕爾祈禱小組是由教友組織的團體，神修綱領是：「與天主的關係，決定人現世與永恆的生命！」這次避靜，參與者在第1夜辦理和好聖事，除了回應天主的教導，也啟動了後續課程的領受力；並於第2夜「聖神之夜」求主親自醫治，釋放我們的重擔。

全數課程由神師徐世昭神父、小組成員負責，內容以《聖經》為主軸，或解經、或生活實踐教導，進行默想接近天主的操練；並藉音樂幫助肢體與主連結。課程前後的祈禱，旨在預備心靈及協助領受；為滿足教友信仰需求，也安排神師解惑、個人晤談或信仰分享等。

本次避靜在主恩滿溢中結束，感謝弟兄姊妹踴躍分享心得，從中可見被聖化的新生命，期盼這樣歸依天主的喜悅，能與主內肢體互勉共進，也作為對主榮恩的讚頌！

祂率領我得勝／蕭正倫

那晚「聖神之夜」的醫治，我得到釋放！我感覺主耶穌基督已經把我的個性翻轉，不再生悶氣了。

之前一遇到不如意的事就生悶氣，搞得消化不良又睡不好，現在好輕鬆，像靠在主耶穌的肩膀上睡著了。長期生悶氣的結果，導致我的情緒受損、生理難受、精神緊張……如今，我感覺主耶穌從我的背部拿掉了負擔，頓感輕鬆舒適。我要用我的歌聲讚美主、感謝主。阿肋路亞！

那條聖路／淑惠

第1次參加這樣的避靜、祈禱，心境很平安。在神師、老師的指導、講解、帶領中，我更清楚怎樣接近主、如何祈禱、怎麼讀《聖經》，獲益良多。謝謝天主保佑我平安喜樂。

再次更新／貞德

感謝天主的帶領，在聖神的引導下，參加了這次避靜。

在神師的講道中，我再次思考耶穌是誰？也想想我是誰？我做了什麼？我的生活、和天主的關係又如何？

透過淑惠老師的分享，也從保祿和息拉的順服，看到天主的眼光和計畫是多麼奇妙，竟和人的想法、做法不同。我們只要順服天主的帶領，不要只注意眼前的利弊得失，一切會成就於天主！感謝天主。

主常在我心／魏芳佳

這個「聖神帶領的新生活」真讓我認識了生活的天主，祂就活在我被老師開啟的心上。

我祈禱時，不再是無所遵循的訴說，而是祂明明白白地在我內聽我禱、回應我所需，在每個地方、每個時刻，祂一直都在。

老師們教導我們日後如何生活在愛主愛人中。唯在主愛裡，能使我聯繫著、注目著、聆聽著天主耶穌基督。願避靜中尋求的這份愛，能

一直保守不被忘記。願我一直單單信靠祂的帶領。感謝、讚美天主，阿們。

恩中得滋養／伯爾納德

感謝天主的恩寵，讓我參加了真正的避靜。

這幾天，聖神更新了我的心思念慮。時時處處主都在教導、帶領我，藉著聖言矯正我、藉著講師的分享光照我、藉著和好聖事治癒我。多麼奇妙的旅程！一切都是主白白的恩待，非常感恩天主、感謝講師們的諄諄教誨，以生命自然結出的佳果來餵養我、指引我。

看見十架的榮耀／劉喜納

感謝徐世昭神師的指導，針對《馬爾谷福音》，以圖像描述當時代的人、事、時、地、物，帶領我們深入探討聖言，讓現代的我們聽懂耶穌對我們的心意。

十字架是救贖的記號，耶穌背負著人類的罪，死在十字架上，並以祂的復活帶我們重生了，所以要活出有意義的人生，就是在緊要關頭勇敢承擔自己的十字架，想辦法解決，將辛苦化成喜樂。

感謝陳振錫老師、黃淑慧老師、溫靜美老師的精闢講解，願耶穌賜恩寵給你們及家人平安喜樂，也祝福所有參與的弟兄姊妹。原來天主那麼愛我們，知道我們需要的一切。祈求未來每一天，我們因主愛行動出來。主祐！

一直都被愛／Fen

活在與主「愛的關係」中，一切才有意義。

在聖神之夜的祈禱中，我閉起眼睛，彷彿看到耶穌微笑、溫柔地看著我。我問：「耶穌，我可以親近祢嗎？」耶穌笑著說：「可以啊，妳過來。」我似乎感覺到祂溫暖的手臂，但又看不到祂。「耶穌，我在哪裡？」耶穌說：「妳在我懷抱裡。」我流下了眼淚。我是耶穌所愛的！請求耶穌幫助我，我需要更多時間來親近主耶穌基督。

祂是我的生命／殉道芬

剛開始，參加避靜是半推半就的，甚至當中一度決定下次不再參加了。但是，當淑惠老師清楚引導我們省察自己生命裡還剩下什麼？生命的難處？生命如何了？她教導我們：「耶穌值得妳屈膝跪下，要請耶穌來到生命裡。」

我當真回到房間跪下，請耶穌幫助，就得到耶穌的醫治與釋放，讓我有重新得力的精神！而接下來所有課程，竟都指出我目前生命處境需要的改變。

主耶穌，願這一切光榮祢，也請祢繼續保守我、看顧我。

潔淨的人有福了／劉德蘭

很開心地參加了「聖神帶領的新生活」，收穫很多。徐神師的《聖經》課程令人有很多的省思，如：「信仰不是知識，即使《聖經》倒背如流，若不去實踐，就沒有意義。」「罪不要生利息，要辦告解，不要積存著不放。」

淑慧老師授課時，提醒我們信仰中心應是喜樂地跟隨主，若追隨主的過程只有悲苦，就要思考與反省，哪些事才是天主要我們做的。

避靜使我重新得力。有反省、悔改的深度、有對自我的認知，更有天主聖神的陪伴、引導，真是「洗心」的3天！

感謝天主賜我們避靜一切平安順遂，為此讚美天主。感謝撒慕爾祈禱小組同工的所有服務，溫暖我們內心深處。

重新得力／Reginer

這次避靜幫助我回到主前，面對自己，再次把眼光聚焦在自己和主的關係上。曾幾何時，我生活中的祈禱不再深刻、讀經不再專注、彌撒好像也不那麼熱火了。

避靜中，我走向主台前，心中滿滿對主的抱歉，那個說自己很愛主的我，過去數月，真的越走越遠了……

很慶幸我沒逃避自己，在三天兩夜中，再度燃起了決志，繼續要走在主原為我預備的路上，為光榮讚美祂。在祂的道路中，我很幸福喜悅！

謝謝神師和主辦單位的費心，因為你們的愛主與付出，正如分享的影片中那群不斷奔騰的馬，激起陷在泥淖中的那匹馬（我）的決志，能奮力再站起來。

祂真實可靠／瑪達勒那

感謝主讓我這次可以參加避靜，也獲得了更多與以前不同的感動和激勵。

第2天的「聖神之夜」，跟著淑慧老師的帶領，我似乎看到主耶穌和我很開心地在海邊，主微笑著聽著我哼歌。這是領洗之後，第一次感受到可以與耶穌這樣愉快地互動，原來我的信仰可以讓我這樣從心底真實地感到幸福，真的覺得很感動。

最後一天，徐神父告訴我們，背著十字架是辛苦，但絕非痛苦。讓我更清楚，接下來一定要好好依靠我的信仰過生活，才不會讓自己時常陷入痛苦卻束手無策中。感謝天主。

愛的激勵／碧雲

感謝讚美主，讓我有機會再次參加避靜。這3天中，放下瑣事與煩惱，學習平靜地與主結合、與主更親近。我也檢討出生活中所有怠惰的心，都因為在追求慾望。

疫情期間，我到弟兄姊妹家服務，陪伴病人、安慰家屬……身為基督徒，領受了主的愛，有機會為人服務真是光榮天主。回家後，若還有需要服事的機會，我更要全力以赴。

祂認識我／陳政民

「煩」在我的生活中常悄悄地來……煩躁的情緒充斥著我的內心。

參加避靜讓我靜下來，時時祈禱、傾聽內心的聲音，也更加了解自己。

撒慕爾小組2022年避靜，〈榮耀之路——十字架〉，歡迎參加；詳見16版活動預告！

守護的身影 新店耕莘歡慶醫師節

■文·圖/
新店耕莘醫院院牧部

全球2020年陷入新冠疫情，今年5月開始，台灣遭遇社區傳播的嚴峻挑戰，此時我們更加體會到「醫師」在耕莘醫療傳愛使命中的神聖任務。我們特別設置負壓病房、篩檢站，並支援疫苗施打，堅毅地在醫療最前線護衛民眾，擔負起對抗疫情的重要使命。因此，深獲國家及社會的肯定，榮獲中華民國醫師公會全國聯合會頒發「防疫特殊貢獻獎」。

新店耕莘醫院特別在2021年11月11日舉辦「醫師節聖道宣誓祝福禮及慶祝大會」，給予辛勞的醫師們鼓勵與祝福。鍾安住總主教在祝福禮中，特別提到《舊約》述及醫師的重要性：「我們應該尊敬醫師，醫師是重要的存在，醫師除了治病外，要經驗到天主是醫師強力的支持與幫助，因為醫師就是與耶穌一樣醫治病人，充分展現妙手回春的能力，給病人帶來安樂。」（參閱德38：1-15）

工欲善其事，必先利其器。在祝福禮中，我們向天主奉獻了新購置的3樣醫療器具：婦產部的「超音波監視器」，協助醫師診斷並讓孕婦更平安順利生產；兒科部的「低溫療法儀器」，協助醫師治療新生兒缺氧性腦病變，避



▲鍾安住總主教（左）頒發感謝狀予服務30年的黎達明醫師。



▲醫師們接受來自天主的祝福



▲醫師們重發誓願

免新生兒死亡；牙科部的「3D數位口內掃描機」，用數位印模方式，提升假牙設計和製作的精準度。

林恒毅院長感性致詞，疫情期間醫院同仁團隊合作，全力配合中央指示，承擔起防疫工作，其中讓人感動的是：有位癌症末期的急診醫師雖然無法在第一線服務，可是依舊心繫著前線的夥伴；新任的牙科主任全力支援篩檢站，即使不是篩檢醫師也支援行政工作；此外，全院全體同仁不休假，甚至有同仁在疫情期間害怕回家，醫院也全力協助安排住宿，在在表現出同仁們的熱情使命，每位都是重要的小螺絲釘，在疫情中共患難，非常令人動容。

在新店耕莘醫院服務30年的黎達明主任，分享他從事牙科部主任30年的工作甘苦：「感謝天主給我的厚待，我的一生有天主的照顧，到了

耕莘醫院『不小心』擔任30年的牙科主任，更感謝我所帶領的牙科部同仁，特別感謝新任的牙科部胡尹藍主任，當她還是醫學院學生時，就對牙醫產生興趣；畢業後，到本院牙科部工作，今天更慷慨地答應接任牙科部主任的挑戰。感謝30年來在我生命中，協助過我的每一位天使，願天主降福，祝各位平安健康。」

鍾總主教在慶祝餐會時，表示所有的耕莘醫院團隊可以一起吃苦、一起歡樂、彼此祝福，令人佩服與感動，在林院長及主管們的帶領之下，同心合意，一起往前走，求天主降福所有耕莘人，身心靈平安，家庭幸福，讓我們繼續團隊合作，戰勝所有挑戰。

天主是富於憐憫和賜予各種安慰的父親，祂特別召叫醫療人員，來守護那些遭遇各種困難的病人。特別在全球新冠疫情尚未平息的時刻，懇求天主降福所有慷慨獻身於耕莘醫療照護的工作人員，以及在本院四全照顧（全人、全程、全家、全隊）之下的病人，都能懷抱信心，仰賴天主的愛，獲得上主的仁慈恩典。



熱血熱莘 醫者無懼 永和耕莘慶祝醫師節

■文／薛桂文（永和耕莘醫院公共事務室主任）

天主教永和耕莘醫院11月10日舉行醫師節慶祝大會，今年以「熱血熱莘、醫者無懼」為主題，感謝全院醫師同仁，在這兩年的新冠疫情中，無私無我地投入照顧病人、社區篩檢、疫苗注射等工作，守護民眾健康。

當天活動以祝福禮拉開序幕，鍾安住總主教講道時分享，主耶穌在世上醫治了許多人，並提醒被醫治者要懂得感恩；醫師是蒙福的專業，所行之事效法耶穌，我們感謝醫者的付出，減少病苦，尤其在新冠疫情期間，正因為醫者站在防疫最前線，才能保護大家健康。

祝福禮的尾聲，鍾總主教、黃斯勝神父、羅際元神父共同帶領永和耕莘醫院全體醫師同仁重新宣發誓詞，並進行隆重覆手降福禮（見上圖，院牧部提供），期勉全體醫療團隊繼續堅守崗位，踐履愛的使命。

鄒繼群院長表示，永和耕莘醫院雖然只是地



區型醫院，但在新冠疫情中貢獻很多，總計今年共收治119名新冠病毒感染的患者，最高峰時期，醫院兩層樓設為專責病房，負壓隔離病房、加護病房也都用來妥善照顧新冠病患。

5月中旬，國內疫情爆發後，永和耕莘醫院也率先成立社區快篩站，先後在永和、中和共設了3個快篩站，目前疫情雖趨緩，仍有一個站持續運作，總計快篩了2萬多人次，再加上醫院急診的篩檢量，共檢驗出634名陽性個案。目前永和、中和累計1631名本土病例，永和耕莘醫院共檢驗出近4成的確診者。

至於疫苗注射，更是全院總動員，貢獻許多人力、物力，除在院內開設特診，為民眾施打疫苗，還到社區、學校設站，最遠曾經到蘆洲地區支援，迄今施打疫苗已超過16萬人次，與許多大醫院相較，成績毫不遜色。

醫務部別出心裁，將為病人插管治療的麻醉科比喻為動漫英雄「美國隊長」，站在防疫第一線的急診是「鋼鐵人」，負責全院感控的感染科就像「驚奇隊長」，而忙於篩檢、注射服務的家醫科則是「神力女超人」，這些妙喻讓大家會心一笑。

醫務部分別予以表揚同仁，並送上獎狀及別具意義的公仔，感謝醫師們過去的辛勞，並勇於面對往後的挑戰。



▲美善基金會董事長林吉男主教為同仁降福
▼治療師指導長者適切運動

▲林吉男主教(右)在吳道遠神父的協助下灑聖水祝福。

▲服務對象以熱血戰鼓為健身俱樂部熱情開場演出

▲運動指導員為長者設計並陪同適切運動

▼致力為長者提供舒適安全與專業的運動環境

美善台江健身俱樂部

樂齡生活 運動健身 健康滿分

■文·圖/天主教美善社會福利基金會

運動是帖良藥，這個概念近年來在全球不斷地受到重視。現今台灣面臨許多因高齡化與少子化所造成的相關問題，國人平均壽命逐年增加，台灣已在2018年成為高齡化社會，推估將於2025年邁入超高齡社會。然而，因為忙碌、生活壓力大、濫用藥物、缺乏規律運動及運動知識不足等，導致在推廣銀髮族運動上受到阻礙。

臺南市私立天主教美善社會福利基金會於2010年成立，本會擁有完善的復健專業團隊，2014年承辦「臺南市政府身心障礙者體適能中心」，此中心為全台首創，是一處專屬身心障礙朋友的運動中心。藉由完善的復健專業團隊，針對每一位身心障礙者的健康狀況、體適能評估結果及不同障別之限制，提供適合個人之運動計畫，協助他們找到自我運動定位，並逐漸培養身心障礙者自主運動習慣。該中心亦提供體適能評估與諮詢、營養諮詢、個別體適能課程與功能性團體課程等。因為在安南區已深耕8年，本會深知該區的老化人口問題逐年加劇，為使身心障礙者與長者皆能透過體適能運動，達成延緩身障者體能退化、延緩長者失能、失智的發生，並延長健康餘命，減少失能後醫療之最終目標，故於2021年2月投入人力與資源，規畫設置「美善台江健身俱樂部」。

維持老年的生活品質與尊嚴，是現今高齡化

社會日漸重要之議題，美善台江健身俱樂部主要提供銀髮族運動及身心障礙者運動，嘗試用創新且不失功能性的方式推廣，期望身心障礙者及長輩藉著運動改善體能並培養規律運動的習慣，健康體適能的維護對於長者與身障者而言，相較於一般人來得更重要，對於健康、生活品質、工作需求、社交活動、心理情緒都有正面意義。

個性活潑開朗的阿綦是一名罕見疾病患者，疾病除了影響其行走能力及平衡外，也因視神經萎縮，使她僅只短距離移動亦是困難重重，但她仍樂觀面對生命，因為身邊有著愛護她、陪伴在身邊的偉大母親阿美。

阿綦生活忙碌緊湊，出門、工作皆有賴母親接送及協助。因為她每天需要擺攤工作，所以必須照顧好自己的身體，不能退化太快。沒錯！阿綦是在台南旅遊聖地赫赫有名的人物呢！母親負責製作美味手工餅乾，並與阿綦在神農街上擺攤販賣。但是，母親逐年老邁，每天除了照顧阿綦外，也需要足夠體力烘焙餅乾，因擔憂體能不堪負荷，母女倆為維持現有生活與工作狀態，相約一起照顧彼此的身體健康，來到台江健身俱樂部運動。

阿綦雖在攙扶之下，可以行走小段距離，但是因為長期無遠距離行走，只要稍微動一下就會疲累。體適能評估後，治療師建議阿綦要多加強核心軀幹力量、下肢肌耐力、動態平衡與心肺有氧運動，並將這些建議融入到個別運動

課程。阿綦與母親不管是個別還是團體課程，兩人都會準時出席，甚至疫情期間，更是克服相關困難，每周在線上與老師相約運動，母親協助女兒調整正確姿勢與動作，阿綦則負責視訊操作。她們母女倆互相指

教的嬉鬧模樣，逗得老師們都笑得合不攏嘴呢！

疫情雖然影響許多人習慣的生活方式，但為了疫情緩和後能維持原本的生活與工作，阿綦與母親不放棄運動，並視之為自己生活一部分，突破許多障礙，彼此互助，持續運動維持體能。這段期間的相處，在她們身上可以看到如何突破逆境、不斷努力學習並對自己健康負責，讓生活品質變得更好的勇敢精神！

美善台江健身俱樂部原訂6月的開幕活動因疫情影響，延至11月3日。開幕當天特別邀請大家長林吉男主教蒞臨並祝福場館，一起見證美善基金會重要的里程碑。去年11月11日，美善基金會慶祝10周年，我們的服務從發展遲緩兒童、身障朋友、弱勢社區長者與失能者家庭，到現在又延伸到照顧我們銀髮長輩們，正希望長者們可以透過運動，為自己贏得健康。

美善台江健身俱樂部位於臺南地區農會安南辦事處3樓，主要針對60歲以上一般民眾，與15至64歲領有身心障礙證明者，提供「體適能評估與諮詢」、「個別化體適能課程」、「團體運動課程」等3項服務。我們均提供初次服務對象體適能評估與諮詢，擬訂個別化運動計畫，再經由專業人員協助進行3堂個別運動課程；之後，便能依據個人的計畫進行自主運動。本館提供乾淨舒適的運動空間，並配有專業教練與職能治療師，為服務對象訂製個人化的課程；同時開設團體課程，增加學員社交互動機會，照料每位學員的身心健康，協助他們擁有力量與自信，開創更精彩的生命歷程。

歡迎台南市15歲以上領有身心障礙手冊或證明之個人，或60歲以上民眾來電報名，洽詢電話：06-247-4662，也可加入LINE好友：@871smmpo，將有專人為您服務。誠摯地歡迎您，一起運動健身、健康滿分。



▲坐姿有氧



▲美善FB



▲開幕活動大合照