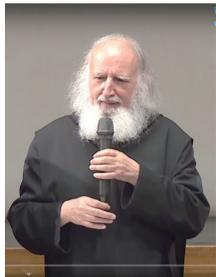




主曆2021年6月20日 星期日

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



疫情下的靈修  
古倫神父主講  
心靈疫苗

P.05



聖道明800禧年  
與天主相遇之旅  
徒步朝聖及夜禱

P.12-14



愛在疫情蔓延時  
《阿什杜德瘟疫》  
從名畫中省思

P.17

## 新竹教區成立60周年慶閉幕彌撒 依賴聖母 同道偕行

文·圖 / 新竹教區主教公署秘書組



▲李克勉主教期勉信友全心信賴、交託於聖母。



▲閉幕彌撒恭請李主教主禮，教友們參與線上直播。



▲新竹教區60周年慶短片，回顧牧靈福傳的美麗腳步。

今年是新竹教區成立60周年，在此歡欣時刻，台灣卻被新冠病毒疫情所籠罩；因此，6月12日之閉幕彌撒改採線上直播，由李克勉主教於香山天主聖三堂主禮。

網路無遠弗屆，線上彌撒的傳播更具影響力，教友們更可藉由在家觀看直播的同時，同聲祈禱——讓疫情早日平息，發揮主內合一的信仰精神，見證祈禱的力量。

於彌撒前後，也分享了這一年來珍貴的牧靈福傳精彩短片。

閉幕彌撒講道中，李主教勉勵教友們在疫情中要信靠主，也要依賴聖母的代禱。他說：「新竹教區慶祝成立60周年之際，於疫情中開幕；如今疫情更加嚴峻，雖社會大眾惶恐不安，但我們決定如期舉行閉幕彌撒，藉網路傳遞及聖母代禱，將愛的訊息傳播出去，讓每個人緊緊相連『同道偕行』。」

教宗聖若望保祿二世，一生信賴耶穌，但在牧徽上卻彰顯「全屬於妳（聖母）」。

這是他生命經驗的體悟，才會將自己完全交託給聖母，因而克服各種困境，真正為主工作。

信主的人都必須背起十字架，然而聖神降臨前的宗徒卻背負不起。耶穌在臨終七言中囑咐：「請看，這是你的母親」、「請看，這是妳的兒子。」耶穌知道門徒們無法完全明瞭，必須等待聖神到來，在等待中，門徒們需要母親的陪伴與安慰。

聖母之所以成為「榮耀的母親」，乃因有愛子耶穌，祂是為救贖世人而來，她的心完全偕同她的聖子救贖人類，信賴她，我們得以更理解耶穌。

談及十字架奧蹟，它是使命，也是委託。天主教會更是「慈母的教會」，呈顯教會如慈母般的慈悲仁愛，必須靠信友的投身參與，從生活中活出信仰；而彌撒就是信仰的重要核心。

彌撒表達了3個意義：最後晚餐、十字架的奧蹟、主的復活。最後晚餐啟示我們要相互服務、彼此相愛。十字架奧蹟，是父愛子、子

愛父的彰顯；十字架下聖母獻出自己，她的心雖被刺透仍欣然接受，聖母與耶穌的心緊密相連。當我們全心獻給聖母時，就能與耶穌相遇，復活的奧蹟便在我們生命中展現。

感謝天主！新竹教區以聖母聖心為主保，我們將教區一切事物全然交託於聖母，也謹記聖母不斷轉達耶穌的話：『不要害怕！』、『看！我同你們天天在一起，直到今世的終結。』（瑪28：20）

60周年閉幕彌撒後，更是另一個福傳的開始；全體天主子民跟隨著教宗的帶領，一起同道偕行、傳揚福音。

此刻，台灣因疫情所苦，我們渴望主的俯聽；在此，邀請教友們一起誦念家庭玫瑰經與聖母一同祈禱，讓聖母撫慰我們的心靈；也冀望教友每日讀經並全家參與線上彌撒，讓信仰從個人、家庭扎根，共同見證主基督的愛。



## 用社會秩序來穩定疫情

台灣在2021年5月進入新冠病毒的嚴峻考驗期，這引起社會很大的震撼，原本大家認為台灣是防疫的模範生，可以免於新冠病毒的災難，然而，事實證明台灣和世界各地一樣，也會有社區爆發的群聚感染，也會有大規模的疫情；每天有數以百計的確診個案，有許多致死的病人，也看到醫療量能不足的窘境，也看到人心惶惶的社會亂象，實在令人擔心。

疫情將發展多久，沒有人敢預測，第三級警戒要持續多久，也是和病毒且戰且看，台灣社會要和疫情長期作戰，是必定要有的決心，最重要的是，所有的人不能脫序，靠社會秩序才能穩定疫情，才有最快解封的機會。

其實，這是在全世界都有過的經驗，也許我們被每天的確診率和死亡率嚇壞了，就歐美、印度、南美或我們鄰近的亞洲日本、韓國而言，都有過更慘的情境：成千上萬的確診、死亡、醫療崩盤，很多人沒有急救的機會，醫院暫停所有一般的醫療，可以說，比我們現在的情況更為恐怖，在蔓延一段日子之後，也因

著疫苗施打的普遍而逐步解封。即使如此，他們還是保持高度的警戒，前車之鑑是值得我們認真學習的。

我們也看到愈是文明的社會，人民愈是守法，社會愈是按部就班；反之，愈是落後的社會，大家吵成一團，一些不守秩序的人使疫情更是不可收拾。防疫一方面是醫療人員的辛苦診療，公衛專家的疫調和確診隔離，各級政府的警戒封堵，而最需配合的，就是全國百姓減至最低的群聚和遵守自我防疫措施，這是最有效遏止病毒散播的方法。

當然，大家都知道台灣目前要加快解除疫情的方式，是加強篩檢和普及疫苗施打，這也是引起社會秩序紊亂的原因。在媒體網路快速擴散的今天，這些防疫措施成了摻雜政治的批評，許多人都成了評論專家，更有甚者，謠言、偏方、假消息、聳人聽聞的言論，成為這時社會秩序的亂源之一。

政府和民間要協力來爭取有效疫苗，快速但又公平秩序地增加施打率，普遍進行快篩，從社區、企業體到學校、家庭，從陽性到

確診者的嚴密保護流程避免群聚感染，增強監控和醫療後送的效率來減低猝死率，群策群力，發揮整個社會動員作戰的能力，這些都要有安定的社會秩序作基礎。

在這時候，我們就瞭解人的軟弱需要天主的大能，而天主早已明示「我們要彼此相愛，祂就會在我們中間。」（參閱若15：12）

記得在35年前，美國歌手麥克·傑克森（Michael Jackson）為非洲饑民所譜寫，由45位著名歌星重唱的〈四海一家／We are the world〉，歌詞中寫道：「我們就是這個世界，我們就是天主的子女，我們就是創造璀璨更好未來的人，所以，讓我們開始奉獻自己……」我們必須改變，伸出手來救助我們的世界，因為有人無助的死去，讓我們用愛團結起來。這首歌到現在還是最真實的一個呼籲，我們要穩定社會秩序，才能擋住病毒的肆虐，回復過往的生活。

所以，讓我們一起來祈禱，大家不再有無謂的爭鬥，大家犧牲自我的利益，天主要我們相愛與和諧，讓疫情早日過去。



## 教會文化需要教會生活

■文／蘇開儀（主教團禮儀委員會聖樂組負責人）

託疫的福，為了防疫，宅在家辦公

和上線教學成了一個全新疫情中的生活方式，除了責任和義務性的工作，忙碌之餘也重新整理房子，為自己打造一個更舒適和方便作息的空間，能在觀看電視循環轟炸式的疫情報導後，還可以享受遠眺青山、照顧花草、看書、做飯、彈琴、玩弄新樂器和唱歌的安定，然而更驚喜感動地，是這段時間裡感受到了更多的幸福恩寵，就是可以無時無刻地向天父祈禱，肆無忌憚地跟天主撒嬌，訴說心中的想法和疑問，實在太幸福有趣了！想想在這居家辦公的3周時間裡，我的生活無形中似乎就形成了一個專屬於自己和天主的新的生活文化。

思考台灣教會的福傳工作，常常讓我回想在歐洲讀書的日子，由於奧地利是一個天主教國家，所以國家和教會慶祝的日子幾乎是一致的，身為一位外來的亞洲留學生，且又是一名天主教徒，讀的也是教會音樂科系，除了適應不同的身分文化，也學習著如何融入當地天主教的教會生活。

系上唯一的一位台灣學生，很快成為教授和同學們注意的對象，受到大家很多的關心和照顧，因此，只要是同學或教授在教堂有音樂會

或是服務，就會跟著大家跑攤，開心地服務也開心地慶祝，更深深體驗到教會生活的豐富、喜樂和幸福。除了滿足音樂上的喜悅，也在服務中學習到慶祝的意義必須與信仰生活結合在一起，有認知也去生活，不然教會只是一個空洞沒有靈魂的建築，虛有其華麗的外表，而沒有內在的健康豐美。

教會生活已經成為歐洲的文化氛圍，到處可見顯眼的教堂、聽著禮儀前敲響的教堂鐘聲、著裝正式的信友一家庭、一家庭地進入教堂，相互招呼問候、輝煌的聖樂、隆重的禮儀等，缺了任何一樣，似乎就是不完整而失態，而我隻身一個外國人在其中，卻也享受著家的溫暖和同樣的福分，只因我們都是天主的孩子。

回到台灣，每到教堂服務就想起在歐洲的經驗，夢想如果能營造一個國外教會生活的氛圍有多美好！但是20多年過去，台灣教會似乎還在僵硬地原地踏步或是退步？教會的信仰生活、家庭的信仰生活或是個人的信仰生活，是否讓人有家或是幸福的感覺，或是感到空洞？

台灣新冠疫情連爆的案例是萬華的茶室阿公店，不禁心疼染疫的人們，因為他們在家庭、親情、友情和心靈上是空洞的，所以會投身在社會陰暗的角落裡相互依賴，媒體稱為

「茶室文化」，這顯露了台灣社會的現狀，也提醒著台灣天主教會，如果我們再不重視教會生活的各項教育，從個人、家庭、堂區至教區，只怕教會永遠是老人的教會，且青年不再認同教會的信仰和教導。

在與中國教會接觸時，他們常常羨慕我們的宗教自由和進步，但現在反觀，中國在幾十年的宗教迫害壓力下仍維持忠貞的信仰，是靠著家庭信仰傳承和地下教會生存下來的，所以，我們是否該更加珍惜和努力教會的傳承？

信仰生活光靠禮儀的形式是不夠且危險的，需要學習知識和在日常生活中去生活出來，但是，如果在生活中不祈禱，也很難有恩寵去體驗教會內在的豐美生命。

疫情間，我也開始了在線上「疫情中的歌詠隊～練唱啦！」主日選曲練唱教室，邀請大家一起練習當周主日適用的禮儀歌曲，也提供彌撒主題的介紹、開放大家做信仰分享（可惜的是，教友們容易將信仰分享，當作聊天……）及為有需要的意向代禱，希望在政府規定全民在家防疫的這一段日子裡，藉由唱聖歌、分享及代禱，養成祈禱和與主交心的習慣，聖化自己的生活，也成為個人與天主專屬空間的生活文化。



# 韓國俞興植總主教出任聖座聖職部部長

【真理電台綜合梵蒂岡新聞網及外電報導】教宗方濟各日前接受斯泰拉 (Beniamino Stella) 樞機的請辭，任命韓國大田教區69歲的俞興植 (Lazzaro You Heung-sik) 總主教為聖座聖職部部長。教廷部長任期一般為5年，俞興植總主教7月將前往羅馬教廷，8月初接任聖職部長職務。

聖職部部長任命已等待多時，現任部長斯泰拉樞機在今年8月18日將滿80歲。在新任部長俞興植總主教履新前，教宗指定斯泰拉樞機繼續負責聖職部。這是韓國首位在教廷擔任部長助理以上職務的神職人員，聖職部主要負責審議及協助管理教區活動。

目前人在英國參加7大工業國集團 (G7) 領袖峰會的韓國總統文在寅也發賀電表示，這不只是韓國天主教會的喜事，也是提升韓國國際地位的好消息。他稱許俞興植總主教「一直以來為韓半島 (朝鮮半島) 和平格外努力，因



▲教宗方濟各 (左) 和俞興植總主教相談甚歡。(圖/韓國大田教區網站)

此，更令人期待。」6月12日俞興植總主教在記者會中也回應，他將為促成教宗訪問北韓積極斡旋，並表示教宗也曾表達拜訪北韓的意願。

在任命這位韓國總主教為聖職部部長之前，教宗已任命菲律賓的塔格萊 (Luis Antonio Tagle) 樞機為聖座萬民福音傳播部部長，因而此一任命，顯見教廷對韓國及亞洲教會的關注。

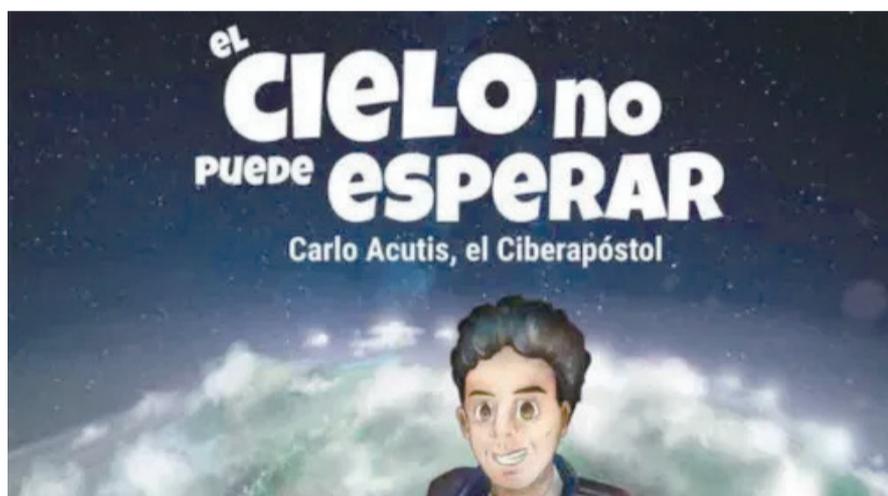
俞興植總主教於1951年出生，

1979在大田教區晉鐸後，2003年成為該教區的助理主教，2005年為大田教區主教。

2004年至2008年擔任韓國明愛負責人、韓國主教團促進和平委員會主席時，曾4次訪問平壤。在擔任大田主教期間，他領導了韓國天主教主教團的多個委員會，包括移民、青年事工和促進韓國烈士事業的委員會，此外，2014年第6屆亞洲青年日於大田慶祝時，教宗

方濟各也出席主持。

2018年俞興植總主教參加了以「青年」為主題的世界主教會議。當時我國是由現任台北總教區鍾安住總主教 (時任嘉義教區主教) 代表參加該屆主教會議，由於鍾總主教和俞總主教同為宗座拉特朗大學的校友，兩人曾有深度悅主的交談。台灣教會聖召委員會等，也曾至韓國大田教區取經，備受韓方友好接待。



## 真福卡洛電影即將開拍

【真理電台綜合梵蒂岡新聞網及外電報導】6月6日基督聖體聖血節，西班牙導演兼製作人何塞·瑪麗亞·薩瓦拉 (José María Zavala) 宣布，即將開始拍攝名為《天堂不能等待》的真福卡洛·阿庫蒂斯 (Carlo Acutis) 紀錄片，以紀念熱愛聖體聖事青年模範卡洛·阿庫蒂斯一生的奉獻精神，並讓聖體奇蹟的網路展覽，繼續在全球傳播。

眾所皆知，真福卡洛·阿庫蒂斯非常熱愛敬禮聖體，在網路上專門創立世界各地的聖體奇蹟導覽網站，因而改變了許多人的信仰生活。《天堂不能等待》是部傳記影片，其中有4位年輕人分享，如何透過卡洛·阿庫蒂斯的代禱，改變他們的生活，也改變他們對基督的看法。

其中一位青年，在他的父母將他託付給卡洛·阿庫蒂斯後，從被毒品和性所困，徹底改變了他的生活。此外，影片也將展示這位年輕真福未公開的文件和圖像，例如，說明他的家庭生活、與神父皮奧的特有關係，以及2019年1月23日真福聖屍完好無損，被挖掘並

展示的動人景況。

真福卡洛·阿庫蒂斯於1991出生於倫敦，他的父母在那裡工作，幾個月後他隨家人搬到了義大利米蘭。10幾歲的時候，他被診斷出患有白血病，他為天主、教宗和教會獻出了自己的苦難。2006年15歲時去世，2020年10月10日在義大利的亞西西列為真福。

卡洛喜歡要求他的父母帶他去聖徒的地方和聖體奇蹟的地方朝聖，他也喜歡念玫瑰經。自領聖體聖事後經常去彌撒，並每周辦一次和好聖事。他的信仰見證使他的母親發生了深刻的轉變。

真福卡洛致力於建立聖體奇蹟的網站，帶給現代的教會和年輕人鼓勵，並開始思考如何透過不同的方式為教會服務，全球很多人對真福卡洛非常熱愛，甚至有200多個專門講述他生平的網站和部落格，此外，在法國一間學校的演講廳以他的名字命名，這都證明大家對他的熱愛。

導演何塞特別在基督聖體聖血節發起募款集資，籌成資金拍攝紀錄片，紀念這位熱衷於敬禮聖體的真福。

暑期避靜

### 在基督裡 系列四 新人的生命

當我信主的那一刻，  
我便取得新身分，成了天主的兒女！  
當我按真理生活，  
我便突破過去，成了新人！  
～在基督內，我能每天更新而歡欣鼓舞～



主辦：天主教撒慕爾祈禱小組

時間：2021年7/27 (二) 9時報到—7/29 (四) 16時出靜

地點：新竹香山牧靈中心

(新竹市中華路5段722號、03-5374659，離香山火車站約130公尺)

神師：台中教區徐世昭神父

講師：神師、田嘉志神父、本小組成員

名額：40人 (教內外弟兄姊妹)

費用：3800元 (30歲以下學生2000元；報到後一律不退費。)

報名：黃淑芬0911-761-118、04-7239-304

溫靜美0912-469-908

備註：

- 1.請攜帶《聖經》、盥洗用具、生活用品，特別是防疫用口罩、消毒品等。
- 2.請預作敬禮、閱讀《聖經》、祈禱……以準備心靈。
- 3.報名後因故不能參加，請來電告知，以錄取後補人員。

# 新竹教區福傳大會紀盛

文·圖/  
新竹教區牧靈組



今年欣逢新竹教區慶祝成立60周年（1961-2021年），正是再次評估教區牧靈福傳成果的好時機。由堂區、教區、到全國3階段進行的福傳大會，由下而上喚醒全體天主子民福傳的意識，進而實踐基督徒福傳的使命。

全國福傳大會焦點集中在堂區的議題，因此，第一階段是召開堂區福傳大會，討論的議題由全國福傳大會籌備委員會蒐集2018年本地和外籍教友所填之問卷，而彙整的23項議題。

## 教區上下齊心 籌備福傳大會

新竹教區參考各堂區的年度牧靈福傳計畫，再由23項議題中選出11項與教區較關切的議題提供堂區討論。截至2019年底，回報討論結果的堂區計43個，占全部68個堂區（桃竹苗山區的聯合堂區各別計算）63.23%。討論最多的3項議題：1.教會與青少年的距離；2.發展小型基督徒團體；3.尋找迷失的羊。直到2020年初，教區鼓勵未回報的堂區的本堂神父及牧靈委員會會長，以線上問卷方式回覆，回覆率達100%。

2020年新竹教區司鐸諮議會春季會議通過，教區福傳大會召開前，仍以堂區討論作準備；牧靈處於2020年6月至各鐸區辦理說明會，表達堂區討論以1988年全國福傳大會決議案為主，2001全國福傳大會及2011年新竹教區牧靈大會決議為輔；7-9月間聚會，檢視堂區討論可行的福傳方案，再以線上回覆教區討論結果，經各堂區配合，回覆率達100%。討論結果經彙整，將於2021年6月前提報全國福傳大會。

## 福傳聚焦堂區 由下往上推動

新竹教區福傳大會於全台實施防疫三級警戒前舉行，邀請各堂區主任司鐸、副主任司鐸、修女、傳道員、牧靈委員會代表與會；另邀請修女聯合會、移工移民、青年、社服、教育、醫療等團體機構委派代表參與，總計人數159位。

大會中，與會者分為10組，為使與會者積極參與，教區特別於會前印製中、英文對照版工作手冊，寄送各堂區及團體選擇其中3項議題閱讀，按〈全國福傳大會工作文件修訂表〉的範例填寫後，再回傳教區彙整，提供大會小組討論使用。由於多數堂區皆有2名以上代表與會，代表們被分配到所回覆的優先討論議題的2組，如此，各堂區至少參與2項議題之討論。

大會開幕禮在嘹亮詠唱聖歌聲中揭開序幕，接著聆聽聖言。李克勉主教致詞時，感謝大家的全心投入，並勉勵大家聆聽天主的召叫，隨從聖神的推動，讓台灣人民看見福音的美好。李主

教並以牧者身分，全程陪伴及聆聽。

## 福傳突破框架 牧靈與時俱進

專題報告邀請羅志偉神父主講，羅神父接受主教團邀請推動此次大會，他表示，此次大會焦點集中於堂區的議題，目的是讓堂區更有活力，吸引更多人來信仰耶穌基督。目前堂區的福傳必須靠教友的共同努力，堂區福傳有3個基本方式：藉著堂區舉辦慶典、活動時，邀請親朋好友或附近居民參加；針對失聯教友、非教友舉辦福傳活動；提供教友在精神及實質上必要的陶成與培養，使他們在所處的場域中福傳。

然而，教友在對外福傳上卻面臨兩大問題，一是教友的福傳使命薄弱；其次是教友雖有使命感，但不知如何去做。1988年全國福傳大會因而提出建立信仰小團體，落實教友的讀經、祈禱生活。但許多堂區未能得到足夠的資訊，而讀經的分享方式難以同時執行於很多地方，又缺乏陪伴與滋養，因此效果不彰。

羅神父建議以「福傳堂區細胞」的方式建立信仰小團體，因為網路上已有手冊和網路影片等現有素材，方便教友觀看、討論，並就生活的層面進行讀經分享。同時，透過道理短片，福傳細胞的小群體也以創新的方式，在家庭、工作場所、學校等場域，將福音傳給鄰人。

羅神父也談到，缺乏青年是教會的另一大挑戰！青年需要活潑的團體，現在各堂區青年人數減少，教會應考量不受堂區區域限制地召集青年，找尋適合的場地舉行青年彌撒、充滿活力的活動等，並安排有能力、可長期陪伴的老師及年輕領袖；也鼓勵青年在教會找尋伴侶，成立天主教家庭。堂區神父或許擔心本堂青年因而流失，然而，最重要的是建立青年的信仰生命，一旦建立、成立基督化家庭後，青年自然會回歸堂區。

對久未進堂的教友，可以建立「信差網絡」制度，當堂區有重要活動，如聖誕節、復活節、堂慶時，安排活動並準備一封邀請函，於前往拜訪時親手交給他們。這簡短拜訪可顯示教會的關懷，至於何時回應邀約，則由他們決定；若沒有足夠的信差，也可以郵件方式。

羅神父也鼓勵教友參與社會服務，因為服務中可接觸到許多教外朋友，是福傳的好機會。他也提出堂區應與教會的社福機構主動聯繫，攜手合作，因為教會機構中仍有很多工作人員不是教友，正是我們福傳的對象。

## 分組凝聚共識 成就美好交流

短暫休息後，與會者分往10個場地進行討

## 通功代禱

敬愛的蘭兆斯神父，  
聖名：若望，慟於2021年  
6月12日上午5時31分在湖  
口仁慈醫院安息主懷，  
享耄壽94歲。



蘭神父1928年7月10日  
出生於山東省海陽縣，  
1969年晉鐸並加入新竹教區，先後擔任富岡  
聖若瑟天主堂、新屋耶穌聖心堂（兼管二地  
之幼兒園）及中壢耶穌聖心堂主任司鐸，並  
擔任聖母軍指導神師，特別虔敬聖母。2008  
年退休安養，仍不懈為主作見證。

僅擇於2021年6月18日（周五）上午9時，  
在長生天生命紀念園區長和廳舉行殯葬彌  
撒及告別禮（因疫情嚴峻，不對外開放。）  
懇請各位神父、修女及弟兄姊妹主前代禱，  
願基督賜他永遠的安息，永光照之。

新竹教區主教公署 啟

論，大會為各組彙整了回應議題討論的紙本，預先受邀擔任記錄的組員，也於會前取得電子檔以利使用筆電記錄，各組現場並推選一位組長帶領，討論十分熱絡。結束祈禱前，各組也表決優先議題，結果將提交全國福傳大會。

中午餐敘後，由端光長副主教主持小組報告和回饋。在詠唱聖歌後，各組依序進行報告。最後公布優先議題統計結果，分別是「家庭」及「青年」議題。由於進行非常順利，甚至提早完成，大會即時邀請幾位神父組成樂團，並由修女帶動敬拜讚美，增添不少活潑氣氛。

## 普世萬民蒙召 共擔福傳大業

大會以感恩祭作為閉幕。李主教在講道中指出：過去許多人認為聖召是指神父、修士、修女等，其實聖召有聖職聖召、婚姻聖召等，卻都是天主召叫人去福傳。李主教強調，傳教不是神父、修女的專利，而是每個受洗的人的使命，正如教會自身的使命也是福傳。耶穌說：「我認識我的羊。」（若10：14）教宗方濟各進一步闡釋，教會不是乾乾淨淨的，而是有羊味的。牧靈和福傳是一體兩面，「牧靈」即認識羊，除了羊棧裡的，還要將別的羊也引入羊棧，即「福傳」；善牧是要讓羊群歸於一牧一棧。

李主教提出反省，為何教會無法共融而有分裂？每次彌撒中，我們都須自我反省。令人欣喜的是，主耶穌沒有放棄我們，因為祂是善牧，祂為我們犧牲了，我們應在羊棧裡一起努力，彼此支撐，而且要走出去，告訴其他的羊這裡是很好的草場，引他們也進到主的羊棧。

最後，李主教感謝天主，使教區福傳大會順利完成，並祈願全體教區子民，如同教區成立60周年的祈禱文所言：「成為一個謙遜聆聽、相愛共融的團體，無論聖職、獻身者或平信徒，都能各盡其職，同道偕行，共同承擔起基督賦予的福傳使命。」



## 來自德國的心靈疫苗

■文／廖斌洲（台大政治所博士候選人）  
圖／南與北出版社



▲前副總統陳建仁伉儷一起參與對談，並分享防疫生活。

在新冠疫情的衝擊下，台灣進入防疫三級警戒已經近1個月，人們正開始經歷去年許多歐洲國家經歷的各種情境。民眾除了減少出門，也必須長期待在家中，這導致人們在社會生活和心靈上經歷前所未有的變化。有鑑於此，南與北出版社吳信如社長，以線上直播方式，於6月12日下午3時邀約古倫神父主講「心靈疫苗」，與談人為中研院院士、聖額我略爵士陳建仁前副總統，由吳信如社長主持並即席口譯，這次線上座談，吸引了18000人收看，感謝天主！期盼透過難能可貴的跨國連線對談，帶給台灣民眾在靈性上的啟發與抗疫能量。

### 靈性原則提醒 1：接納現實

首先，接納我們當下的處境就是無法改變的現實。唯有當人們接納所處的外在情境，才得以解放自己的心靈，產生積極的思維，思考我們能做什麼。不能接納現實的人，時常把自己想像成政府或其他人的受害者，導致內心產生不安與攻擊性的情緒。

在聖本篤的靈修觀念中強調「穩定性」（拉丁文：*stabilitas*）的觀念。當我們能夠接納自己當下的情境時，我們才能忍受內心當中產生的各種情緒。忍受情緒的重要前提是：不要評斷這些情緒，而要去面對它和接納它。面對負面情緒，我們可以換個角度思考：好奇心。當我們思考，為什麼我會覺得這樣，並試圖更認識自己時，我們反而更能面對這些負面情緒。

### 靈性原則提醒 2：調適自我

面臨更長時間的居家生活，古倫神父提供我們調適居家生活的3個方法。

**1. 獨處的時間和空間：**當大家必須長時間共同生活在狹小的公寓裡，內心自然很容易產生攻擊性的負面情緒。我們可以和家人約定，每天各自有一個獨處的時間和空間，彼此互不打擾。一旦給予彼此這樣的時間和空間獨處，往往能讓彼此更加珍惜相處的時間。

**2. 建立儀式：**為自己設計一個好的儀式，例如，透過早晨祝福的儀式，祝福家人和居住的空間。晚上睡前，我們可以透過祈禱，將自己的一天交託在天主的手裡；在祈禱中接納自己的不完美，同時給予別人祝福。

**儀式還有兩個更為深層的重要性：與根連結，以及建立規律性。**

**與根連結：**透過建立起的儀式，得以和生命的根源（家庭和信仰）相連結，這至少有3種效果：為生命帶來美好的味道、療癒生命，使我們像大樹一般，安穩站立。

**規律性：**儀式可讓我們做好生活規律的計畫；心理學家榮格（*Carl Jung*）曾說：「如果你能有規律地工作，你的工作才能有效率。」

**3. 面對負面情緒：**長期的壓抑負面情緒，會

對心靈產生破壞性，無法面對自己負面情緒的人，時常會把這些緒歸咎於他人的責任。因此，有負面情緒時，可用兩個簡單的步驟：面對它，與它對話。

### 獨居者如何面對疫情？

對於獨居者，古倫神父提供兩個建議。

**1. 接納獨處的狀態：**德文「獨處/*Alleinsein*」這個字，意思是「合而為一」（*all in one*）：從外表來看，是獨自一人；但在內心當中，這個人可以和一切合一！一個「獨處」的人未必在心靈上會「孤獨」。能「獨處」的人，就能意識到生命中並非只有他一人，而是和天主及他人共融，和整個世界合一。

**2. 善用社群媒體：**許多獨居者不敢與他人聯繫，因為他們擔心會讓別人察覺自己的弱點，但人們要學習調整自己的心態：謙卑地承認自己是需要別人的。

### 面對疫情思考 1：人對彼此有責任

人人都會留下情緒的腳印，這是會傳染給他人的。面對自己每天的情緒，我們可以問自己：我們要在生命中留下哪些情緒的腳印？是尖酸刻薄、生氣、攻擊？還是希望與愛的腳印！古倫神父的作法是，清晨從情緒潔淨的儀式做為開始。透過進入情緒的內在，了解自己為什麼會有這樣的情緒，體會天主與自己的同在。

其次，人人都能影響世界。從心理學和量子力學的角度來看，每人產生的情緒都會對周遭的人和大自然產生影響。透過疫情讓我們看到，在這全球化的世界，我們彼此是互相依賴的，因此，對彼此都有責任。

### 面對疫情思考 2：自我與生命

透過疫情給予了更多獨處的時間，我們得以更深層地思考生命本身的問題。

首先，**思考自我與世界：**我是誰？這世界應該如何？我們的生活應該如何？我的生活方式對世界、對自然帶來什麼影響？

其次，**思考死亡：**疫情導致世界各地許多人的死亡。透過看見他人的死亡，思考自己死亡的可能性。思考死亡，不是要讓我們放棄生活，而是認真地活在當下。

第三，**思考靈性：**信仰對我們的重要性在於，在這不確定的世界，有天主扶持！信仰在靈性上，為我們帶來：**韌性、盼望，和謙卑。**

**1. 韌性：**信仰可提升生命的韌性，以面對生

命的苦難；**2. 盼望：**這個世界不是被病毒和疫情所控制，而是掌握在上主的手裡；祈禱是最能表達盼望的方式，透過祈禱，我們感受到，上主與我們同在，我們並非一個人被丟棄世界的角落。**3. 謙卑：**這個世界並非完全掌控在我們手中的，在未來仍然有可能發生其他疫情。擁有信仰，面對任何不確定性，用心都可安然自在。因此，疫情中的挑戰是，我們要試著改變以前對於生活的標準，不能再像以前一樣，對一切予取予求。

### 與陳建仁爵士對話及提問

回應古倫神父的談話，陳爵士引用教宗方濟各的話勉勵大家：「河流不飲自己的水，樹木不吃自己的果實，太陽不為自己發光，花朵不為自己芬芳。為他人而活，乃是自然的法則。我們生來，就是為了彼此互助。無論生命有多麼艱難。當你快樂時，生命就是美好的；當別人因為你而快樂時，生命將更顯美善。」

他認為，台灣去年的防疫過程，反映了古倫神父所說的「合而為一」（*all in one*）；防疫工作有兩層次：**第一階段，是中斷病毒的傳染鏈：**生活上保持社交距離，同時維持個人衛生習慣。情緒上，在日常生活中彼此關懷。**第二階段，是普及施打疫苗：**這是一種愛己愛人的和好工作，可以避免自己和他人感染病毒。

關於儀式的重要性，夫妻倆在防疫期間都參加線上聖道禮儀，為世界和台灣祈禱。透過祈禱與祝福，把自己和世界交託在天主手中；晚上也以感謝的祈禱，回想天主一整天的眷顧而喜樂。

關於韌性，他提及一個「堅韌社會再造委員會」（*Reform for Resilience*）的國際組織；成立目的是促進人類在未來能建立一個更有韌性的社會，透過保護大自然、所有生物、和人類來達成這個目標。唯有將自然界保護得更好，自然和新冠這類的疾病對我們的傷害就會減少；我們必須思考如何與天主、自然、他人、自己和好，得享平安、喜樂、健康的生活。

他並向古倫神父提出了兩個重要的問題：一是面對可能出現的苦難和挑戰，我們要如何面對鑲著金邊的烏雲時，把眼光的焦點更多地放在烏雲旁的金邊，而非烏雲本身？二是除了祈禱和儀式與天主有很好的連結外，基督徒能有什麼方向，讓自己助益世界？

神父的回應如下。1. 還是要接納現實！2. 正如聖史路加在《宗徒大事錄》4：31記載：「他們祈禱後，聚集的地方震動起來，眾人都充滿了聖神，大膽地宣講天主的真道。」路加提醒了基督徒，團結一起為社會祈禱，是可以帶來改變的。當我們認真地為社會祈禱，就是抱持著希望來面對社會。

面對疫情，神父提醒我們必須警醒，並持守生命！更重要的是團結，不要讓疫情成為分裂社會的來源。

# 談情說愛相談室專訪

## 隱修72載保拉姆姆

■文·圖／單國璽基金會

單國璽樞機主教曾說：「只有無私的大愛，才能徹底化解個人、家庭、社會、族群、國家、國際，以及全球人類的各項問題！」依循這樣的精神，單國璽基金會製作 Podcast 節目「談情說愛相談室」，由基金會董事江綺雯爵士擔任主持人，江爵士特別前往新北市深坑的加爾默羅會隱修院，訪問擔任院長的保拉姆姆，於節目中分享她在隱修院修行的心路歷程，以及鮮為人知的隱修院默觀生活。



▲主持人江綺雯爵士（左）感謝保拉姆姆接受專訪，留下珍貴合影。



▲江綺雯爵士隔著柵欄與保拉姆姆問候祝福。

今年95歲的保拉姆姆，聲音清亮滿滿是愛，她度隱修生活72年；18年前她奉院長的指示，斷續寫下她與天主恩寵交織一生的故事，於是，《那盞小紅燈》一書於2月問世，一出版就洛陽紙貴。原本保拉姆姆要求院長在她死後方才出版，院長卻決定提早讓世人先睹為快。

保拉姆姆19歲時家鄉陷入戰爭、家道中落舉目無親時，在南京的小教堂中遇到了「小紅燈」，每當她感到無助憂悶時，那盞小紅燈像是在聖堂內迎接她，讓她備感溫暖和安慰，後來她才知道小紅燈代表「耶穌臨在」。

保拉姆姆的成長經歷過軍閥割據、偽滿州政府、抗日戰爭、國共對戰，輾轉在哈爾濱的原

生家庭、寄養家庭、南京的寄宿家庭，上海的女修院生活，最後在美國加州決定終身以聖衣會為家，度隱修默觀生活，一晃眼已逾70年。

關於隱修院的生活和意義，保拉姆姆說明「默觀祈禱」，即是捨棄自己、一切為別人，虔心為教會、神職人員、以及受苦中的人祈禱。換言之，即以「祈禱、隱修和勞動」作福傳，院內一切親自勞動：種菜、做麵包、製作鞋子等，儘可能自給自足。姆姆表示，隱修院最珍貴的是：天主變得越來越真，「天主真的在」，祂看見、聽見每個人，祂是活的、圓滿的、永恆的。「天主是愛」，無論如何，祂都在。

結束訪問時，主持人江綺雯深受感動地說：「修女，妳們好快樂，把天主的愛真真實實地

## 台灣應材贊助仁愛專業服務費

■文·圖／仁愛社會福利基金會

受新冠疫情影响，社會福利機構募款不易，台灣應用材料公司長期贊助仁愛社會福利基金會專業服務經費，提供141位成人智能障礙者日間照顧服務。

台灣應材此次新台幣73萬元捐款，將用於教學活動費、教學設備、營養午餐等3大項目。教學活動包含各項作業活動材料費；教學設備包含冷氣、跑步機、復健器材、烘碗機等；營養午餐提供均衡的餐食。款項將幫助智能障礙者增進學習及維持生活品質。

仁愛基金會林湘雅執行長表示，感謝台灣應用材料公司捐贈善款支持教學活動，如食品製作、卡片製作、縫紉、打擊樂等；教學設備費用於購買廚房冷氣，讓服務對象有更舒適的空間學習洗菜、切菜、餐具清洗等服務；教室內的跑步機提供有氧活動訓練，增加他們的骨質密度及促進身體機能；由物理治療師提供腦性麻痺者復健使用的楔形墊，輔助伸展關節維

持較佳位置，減低髖關節脫位風險；各教室的烘碗機，提供消毒碗盤和餐具，尤其在疫情期間，更能減少交叉污染。而營養餐食費，增進服務對象營養均衡，減緩慢性疾病等問題。

台灣應材扶他社林淑端社長表示，公司的願景是運用創新實現更美好的未來，積極招募優秀年輕工程師加入，一起壯大成長。台灣應材扶他社是公司志工社團，鼓勵員工參與公益計畫，了解社會需求。仁愛基金會是同仁長期關心的慈善組織，同仁捐款能運用公司『相對捐』機制，將愛心捐款加倍。」林社長強調，仁愛基金會提供完善的學習與生活環境，服務對象除了發展個人潛能和特質，每周到鄰近公園打掃維護社區環境，以實際行動回饋社會，這份用心著實令人讚賞！

林湘雅執行長表示，感謝台灣應材20多年來的贊助，這份愛一直都在，贊助經費不僅幫助智能障礙者提升能力，讓他們安心學習，維持

### 通功代禱

我們親愛的姊妹鄭碧花修女（聖名：羅撒），慟於主曆2021年6月12日下午1時27分於嘉義聖馬爾定醫院，在姊妹們的祈禱聲與聖母的陪伴下安息主懷。距生於1935年1月3日，享壽86歲。



謹擇於2021年6月18日（周五）下午2時，在民雄雙福山墓園，恭請吳終源署理主禮復生感恩禮，並安奉入塔。（因應疫情，不對外開放，並懇辭奠儀、花圈、輓聯。）

懇請並感謝諸位神長、修女以及主內弟兄姊妹主前代禱，共頌主恩，求主賞賜鄭修女永生的喜樂與榮福。

中華聖母傳教修女會  
總會長陳美惠暨全體修女 敬啟

活出來。」並請保拉姆姆替所有聽眾朋友祈禱，姆姆用她已然沒有自己，滿滿天主的愛祈禱，祈願將她最珍貴的主愛，與聽眾分享。

欲知更多精彩內容，歡迎收聽「談情說愛相談室」，相關資訊請至單國璽基金會Facebook或官網查詢。

### 談情說愛相談室收聽管道



▲Anchor



▲Spotify



▲Pocket Casts



▲仁愛服務對象學習食品製作，培養自力更生。

健康，也幫助其家庭減輕負擔。基金會近來為配合政府防疫政策，停止辦理募款相關活動，籌募資源十分不易，懇請社會各界支持。

### 攜手仁愛 為智能障礙者獻愛

衛部教字第1091364767號  
愛心捐款劃撥帳號：50108020  
戶名：仁愛社會福利基金會  
服務電話：03-578-4633分機1688

## 疫情下的教會影音傳媒

■文·圖片提供／林蔚民  
(天主教之聲秘書長、全國傳協會副主席)

## 天主教之聲、光啟社、真理電台聯合感恩祭獻

光啟社、真理電台及天主教之聲教會傳媒，於防疫三級警戒實施前，在新店大坪林聖三堂舉行聯合感恩祭，由饒志成神父主禮。誠如饒神父於講道中所說：「3個教會傳媒單位幾年來各擅所長、彼此合作，如今舉行聯合感恩祭，記憶中應是首次，期待這次創舉能夠延續合作的契機。」自2019年底新冠肺炎疫情爆發以來，3個單位因應疫情的需求，去年(2020)3月16日起由真理電台負責「平日聖道禮儀」的錄製，3個單位在各自YouTube頻道上，於每個平日上午6時30分同時播放。隨著國內、外疫情的起伏，也明顯看出點閱人次的多寡。

### 教會各媒體網路福傳概況

當日彌撒結束前，分別由蘇誌郎弟兄代表光啟社、鍾瑪竇弟兄代表真理電台、林蔚民弟兄代表天主教之聲，進行「使命與展望」主題報告。截至6月5日，3個單位的YouTube訂閱戶和影片量分別為：天主教之聲7460人、1427支影片；光啟社6830人、2482支影片；真理電台1.21萬人、3247支影片。由於真理電台經營YouTube時間最久，因而其訂閱數與影片量最多；而天主教之聲經營時間略早於光啟社，因而訂閱數也略多；又光啟社資源多於天主教之聲，因此影片量自然較多。

以內容而言，光啟社拍攝較為深入的企畫影片，真理電台以國內海外天主教華人福傳為目標，因此以「看到教會」為使命，製播即時新聞為主；天主教之聲則以有限資源，除委託光啟社製作及積極尋找合作對象拍片外，也多次企畫慈善公益音樂會，以愛德為基石做福傳。

### 天主教之聲網路福傳現況

一、文字福傳網路化：《喜訊》雙月刊上傳於協會官網www.cathvoice.org.tw之「電子圖書館」，實體紙本持續發行，除寄至訂閱會員外，並贈閱各大監獄、醫院、大專院校、國家圖書館等；官網同時也發布教會即時訊息。

二、影音福傳網路化：天主教之聲YouTube頻道收錄10類影片，分別是1.《救恩的故事》：林思川神父30部系列講座影片；2.基督徒耕心坊講座：黃錦文神父、任安道神父、顧愛蘭老師、

蕭玲花修女、蔣祖華老師、裴育聖神父、詹德隆神父等主講，計33部影片；3.主日彌撒福音與講道，計191部影片；4.《生命相對論》：每部均由兩位主角的生命見證，計46部影片；5.《生活與信仰》：各類與信仰有關講座等，計111部影片；6.《答唱詠》：主日彌撒答唱詠，計160部影片；7.學習與成長：信仰生活學習與成長，計92部影片；8.主日彌撒與平日聖道禮儀：計571部影片；9.藝文饗宴：舉凡藝文講座、新書發表、音樂會、音樂講座、專題演講等，計73部影片；10.特別紀錄之彌撒與活動：主教與神父追思、殯葬彌撒、晉鐸、晉牧、聖堂啟用、教會名人追思等，計42部影片。

### 後疫情時代之觀察及省思

天主教之聲這幾年原預計極力推動文字及影音福傳網路化，宥於進展有限，目前面臨轉捩點。原本自2017年12月3日將臨期第一主日，天主教之聲開始網路直播台北聖家堂的主日彌撒，當時重點是鑑於為病患、長者外，也為現代主日仍在忙祿工作的教友們。

新冠疫情一年多來，我國尚稱安好，然而，今年5月疫情再次爆發後，全國進入三級警戒，截至今6月5日累計確診達10956人，死亡達224人，教會實體彌撒及活動等全面暫停，僅靠網路運作，各教區、堂區、單位、善會團體等，也逐步走向網路化之運作。

以教友為主自力發起的天主教之聲、主教團的真理電台、耶穌會的光啟社，都是全國性教會傳媒，然而，實情是人力、預算、資源皆極其有限。天主教之聲目前已竭盡所能，並善用一切資源，針對未來的計畫提出以下幾點參考，不失疫情嚴峻之際落實的契機：

一、各教區或部分較有實力的堂區已有錄製



▲教會傳播媒體聯合感恩彌撒，由饒志成神父主禮(中)，許達士神父(左)、羅禮善神父共祭。

▶耶穌的復活勝利，象徵疫情下媒體新福傳的希望。



影音的能力，我們能否串聯，使彼此成為合作關係？並協調出可行的執行作業程序。

二、今年天主教書展聯展，一方面台北國際書展因疫情停辦，教會各單位齊聚在天主教團辦公大樓舉行，其中的6場沙龍演講於網路直播，成效斐然。如何運用直播或錄影播出，無論是深化信仰及擴大文字福傳的導讀等，皆值得嘗試。

三、天主教傳媒仍需要投入新血以利傳承，也需要更多的實質捐助，擴大值此疫情期間教會媒體的作為，進而爭取教友們的認同。

以上提出淺見，期盼拋磚引玉。今年1月23日聖師方濟·沙雷主教紀念日前夕，教宗方濟各於羅馬拉特朗聖若望大殿頒布第55屆世界傳播日文告《你來看一看吧！(若1:46)——與眼前的人相遇，與真實的人溝通》中，分述了5點：1.實地街訪；2.福音記載上的細節；3.向眾多新聞工作者的勇氣致謝；4.網路上潛伏的轉機與危機；5.親眼所見——無可取代。文末並提到：「上主，求祢教導我們走出自我，並動身尋求真理。請教導我們親自去看，請教導我們去聆聽，而不要自滿於偏見，也不要太快下結論。請教導我們走向沒人想去的地方，花時間去了解、關注真正的重要事物，不被無謂的事物分心，以辨認出虛假的表象與真相。求祢賜予恩寵，使我們能認出祢在世界上的住所，並使能誠實地報導我們所看到的。」

讓我們彼此祈禱並以感恩之情，如同當年徐光啟接受福音並廣揚真理，彰顯天主的光榮，勇於向世人「發聲」！



▲教會傳播媒體同仁於感恩彌撒後欣喜合影

### 支持天主教之聲 響應媒體福傳

#### 一、郵局存簿

戶名：中華民國天主教之聲傳播協會蘇誌郎

郵局代號：700、局號：0001071、

帳號：0901228

匯款後請電洽：02-2397-4701，或Email：

cath.voice@msa.hinet.net，俾利開立收據。

#### 二、郵局劃撥

劃撥帳戶：中華民國天主教之聲傳播協會

劃撥帳號：19209666



▲吳令芳姊妹在家庭祈禱中布置了參與線上「解結聖母九日敬禮」的小小禮儀空間。



▲Amy Chu的婚禮於疫情再度升溫前舉行，由洪慕雅執事證婚，獲得各修會神長、修女及教友們滿滿的祝福。（默德攝影）



疫情中的婚姻見證 / Amy Chu (大博爾青年)

## 疫情下的家庭信仰見證

文·圖 / 台北總教區  
牧靈福傳處

因著新冠疫情，對人們日常的習慣和步調造成了衝擊，生活頓時風雲變色，病毒蔓延又急又快，在這樣艱鉅的時刻，「小心謹慎地維持距離」成為了基本的保護。學生因此必須留在家中，父母也需要照顧家中子女，多數雙薪家庭的父母為了兼顧工作和家庭，更是焦頭爛額，或者被迫放無薪假，甚至失去了工作。

此外，再稀鬆平常不過的民生物資採買、串門子話家常的常態，都必須因此停擺，也因著對生活處境的焦慮及擔心，有的人落入猜忌或是責怪的情緒之中，原本需要與人連結的人們，迫不得已，拉出社交安全距離。有人說，這疾病所帶來的負面影響不僅是健康，更導致了人際關係的冷漠、疏離及隔閡。

這樣突如其來的改變，所帶來的挑戰卻是如此切切實實，然而，身為基督徒的我們，深知我們都是天主聖神的宮殿，雖然在這艱難的時刻，卻仍堅信天主對我們的愛總是不離不棄、相隨永遠。希望於此時刻，透過弟兄姊妹們的見證分享，我們持續鼓勵彼此，互勉成為那燃著的燭火，分享基督的溫暖與希望。

### 防疫心生活 / 吳令芳(台北總教區傳協會主席)

疫情發生後，網路上出現許多不同的訊息，有圖片、文宣、影片等，其中有一張圖片盤踞在我腦海許久，圖中的撒殲很得意地對主說：「你看，藉著疫情，我把你的教會都關了」。天主卻淡定地微笑回答：「你錯了，其實我是把每一個家庭都變成教會了！」

家，在疫情嚴峻的時刻，成了許多人日常生活的中心，舉凡上班、飲食、學習、休息，亦或是隔離的最佳「避風港」。家人難得整日共處一屋，對於身處都會的公寓生活，卻成了一大挑戰。從居家上班的家人身上，因而看見了平時不同的樣貌，即使是父母眼中調皮的孩子，參與線上課程認真的模樣，也不禁令人驚訝。原本的生活空間變得緊縮，生活作息的改變，長時間的緊密相處，家人互動摩擦的壓力似乎也日益高漲……此時此刻，如何讓「家」成為「教會」呢？

台北總教區鍾安住總主教《疫情中的省思

與靈修》牧函中引述「我們要懷著依恃之心，走近恩寵的寶座，以獲得仁慈，尋到恩寵，作及時的扶助。」(希4:16)並提及「疫情給人們帶來了不少痛苦，其中包括患病的『苦』，以及被困在家中的『苦悶』。」然而，身為人，在面對痛苦和困難時，就需要操練忍耐的品格。鍾總主教在牧函中，邀請我們朝「加強自身的靈修」、「與教宗方濟各同步誦念玫瑰經」、「參與教區的解結聖母九日敬禮」3方面努力。

記得我的先生在一次見證分享中說：「一人得救，全家蒙福！」這可說是加強自身靈修顯著的果效。在防疫「心」生活中，我們全家參與每日下午3時的解結聖母九日敬禮與教宗同步誦念玫瑰經，不僅為患病、居家隔離、第一線的抗疫英雄，也為在身旁努力工作、上學的親人們祈禱……，使我們化為他們背後的代禱勇士。

雖然主日無法到聖堂參加感恩祭，我們全家先討論方便一起參加線上彌撒的時間，在彌撒前布置好參加彌撒的禮儀空間，十字架、蠟燭、螢幕、音響和座椅，並換上合宜服裝，在螢幕前虔敬地一起參加線上感恩祭。家人團聚，聆聽聖言，神領聖體，互助平安及彼此擁抱，這樣的感覺很特別，更感受到信德的美好。這段時期，也由於參加的是線上彌撒，讓我們有機會參加不同神父主禮的彌撒，聽到不一樣的主日講道，獲得豐富的心靈澆灌。

相信這段因應防疫居家的時期，不少教友更意識到「家庭教會」的重要。如何在子女的痛苦、考驗、挫折、失敗中，讓他們經驗到父母的安慰、鼓勵、聆聽、支持，甚至進一步促成彼此關係的修和。一家人同心合意地在生活中加強靈修，讓耶穌的愛充滿心靈，讓聖神的風臨在家庭。

每天醒來的時刻，除了感謝天主恩賜我們全新的一天，不妨也請問聖神：「天主聖神，我們今天要一起做什麼？」有意識地讓聖神帶領每一天的所有行動，也可邀請聖母媽媽陪伴我們，與她一起專務祈禱，效法她讓自己不僅成為蒙受天主祝福的人，也成為帶給他人天主祝福的人。

去年此時，新冠病毒在全球發威，台灣教會也全面暫停群聚活動與彌撒；那段期間裡，在我迎向自己33歲生日的那天(4月29日)，天主讓我與生命中的另一半家人(當時男友一家)共度，並讓我見證了祂的許諾：「我必不留下你們為孤兒。」(若14:18a)

這家人就在疫情中陪伴著我，和我一同堅持每主日的線上彌撒及玫瑰經祈禱，讓我更加堅定盼望疫情中天主大能的守護。

今年5月聖母月的第一天，天主祝福了我們兩家，就在疫情再次升溫之前，也是聖若瑟勞工主保日的這一天，我們從屬天的弟兄姊妹，締結成為地上的一家親；回憶這一天，好似天主傾注了天上滿溢的恩寵和祝福，讓這一天就像影片快轉般順利且圓滿，這讓我知道，只要相信，天主的祝福永遠長存。

婚前和婚後最大的挑戰還是疫情，我們全家都在耕莘醫院的不同單位工作，醫院的步調隨同政府的一舉一動都被疫情牽動著，每天不停歇地忙碌著，我們因而體會到身為1年內完婚的新人們，既沒有蜜月，也沒有假期，只有院內大大小小的工作等待完成！

堅持在這樣的疫情中完婚，是因為我們深刻體悟到每天都在醫院重複上演的生命故事——生、離、死、別，為我們證婚的洪慕雅執事更鼓勵我們：「珍惜每一個當下，要讓真實的渴望被天主祝福。」婚後依然不變的，是我們持續參與每周的線上彌撒和每天的線上祈禱，努力讓家庭成為教會，我慶幸我們擁有的天主教會信仰，讓疫情不再是阻礙，更化成助力，讓我們堅定地走在主愛的道路上！

記得印象最深刻的，是婚禮中另外兩對夫妻的見證：一對讓我看見了「信德和勇氣」，另一對則是「責任和信賴」，天主許諾「求就給、敲必開」，從懷胎受孕到3個孩子，每個孩子都是祂親自送去的祝福；在分享見證中，我感受到一股強大力量——從心中吶喊「不要害怕！」因為，主同我們天天在一起，直到今世的終結；這正是祂不變的許諾，祂讓我們勇敢的走向婚姻，也為現代的年輕人活出信仰的召叫！

我曾想過對婚禮最大的期望，是將這滿滿的愛和喜樂分享給大家，一路走來要感謝的人真的太多了，只能「感謝主」了，還來不及分享的就用文字作為見證吧！6月，教宗方濟各特別為「婚姻之美」祈禱，願每對懷有渴望的青年情侶，都能領受天主的祝福，秉持著更多的勇氣和祈禱，走這成聖的道路，阿們！



青年與主相遇  
系列報導 12

# Talitha Kum 青年團

■文·圖 / Talitha Kum 青年團

## 傳遞聖神的火焰

Talitha Kum是耶穌對一位女孩所說並使她復活的話：「『塔里塔，古木！』意思是：『女孩子，我命你起來！』」（谷5：41）Talitha Kum青年團以此命名，目的是使年輕人能恢復到與天主同在的生活中。

### 起源：與天主慈悲的相遇

Talitha Kum青年團成立至今還未滿兩年，團體的開始要從2017年10月，由巴西慈悲盟約團體（*Alleanza di Misericordia*）派遣傳教士來台舉辦的第1屆「Talitha Kum青年營」說起。在當時兩天一夜的營隊中，傳教士們透過分享淺顯易懂的信仰講座、生命見證及神恩性的祈禱，醫治和翻轉了青年們的生命。因著這樣特別的靈修體驗，深受當時參與的輔大學生們的喜愛。而後傳教士分別在2018、2019年再度來台福傳，與本地青年共同舉辦Talitha Kum營隊。

2019年10月第3屆Talitha Kum青年營結束後，彷彿天主聖神也在背後推動著，青年們心中開始產生渴望，希望這份對天主的愛火能夠不止步於每次營隊的結束。於是，在傳教士的鼓勵下，成立了Talitha Kum青年團。

期盼這個團體能以合一的精神，把耶穌的慈悲和天主的愛，延續到每一天的生活中並分享給更多的青年朋友。

### 使命：傳遞聖神的火焰

「天主的愛，藉著所賜與我們的聖神，已傾注在我們心中了。」（羅5：5）「除非受聖神感動，沒有一個人能說：『耶穌是主』。」（格前12：3）唯有領受聖神，我們才能將天主傾注在我們內的愛，分享出去並宣揚祂的慈悲；唯有領受聖神，我們才能熱情地去分享主基督的福音。教宗聖若望保祿二世曾經說過：「當今世界多麼需要天主的慈悲！在人類痛苦的深淵，對慈悲的呼聲逐漸高漲。」

我們相信Talitha Kum青年營特別適合曾遠離信仰，或從未經驗天主的愛的青年。這是天主賦予我們的獨特工具，透過年輕人帶給其他年輕人，讓青年們再次認識和經驗天主的慈愛。

目前除了一年兩次的Talitha Kum青年營，團



▲ Talitha Kum於聖體聖血節祈禱會開心大合照

體每月固定在台北聖道明天主堂舉辦Talitha Kum祈禱會。內容包括「明供聖體」及「動態祈禱」，我們透過身體的詮釋走進福音，審視自己與天主、他人、受造物的關係。

除了上述固定活動之外，從去年開始也規畫了青年避靜、培育及讀經分享等，我們走出教會，安排團體朝聖健行，或是與堂區志工到養護中心陪伴老人等。歷屆學員們的心得分享如下：

### 祂一直都在

／大蕭（第4屆 Talitha Kum 青年營學員）

參加Talitha Kum營隊真的是一個天主的邀請，在我走到人生低谷的時候，有個朋友丟出了個連結邀請我說：「Hey，要不要來看看這個營隊？」當時急欲逃離教會的我，彷彿找到了一根繩子，於是接受了這個邀請。

雖然我完全不知道這個營隊會有什麼活動，但是將一切交託給天主。過程當中，我更加地認識了自己，以及自己與天主間的關係，聖母媽媽原來在我們和耶穌之間是座強而有力的溝通橋樑，和父母之間的和好對話，信仰之跳、相信夥伴等。

消失的信德慢慢地失而復得，也加強了自己對天主還有教會的愛，在神父的聊天、修女的陪伴、夥伴的支持下，每一次開始上課前的敬拜讚美，都不時感到聖神與我同在，我心中的熱火重新被聖神點燃。

我想，在信仰最低潮的時候，雖然天主沒有直接顯現，但是天主一定會透過其他方式，讓人知道其實祂一直都在。

### 滿溢的喜樂

／潔如（第4屆 Talitha Kum 青年營學員）

在Talitha Kum感受最深的：「那創造我們、愛我們的阿爸天父，祂真的鑒查了我的生命、知曉我的一切。」其實來參加營隊之前，我覺得自己的狀態很不錯，因為被朋友傳來的一張宣傳海報所吸引，便開心地來參加營隊。



▲巴西慈悲盟約團體傳教士Angelica與該團體創辦人波爾谷神父

然而，在那天上午的祈禱時間，當我沉浸在與祂的交談時，我感受到情緒上非常

強烈的轉折，從害怕、平靜下來、領受，到祂的愛、滿溢的喜樂，我發現祂來醫治了我，原本並未意識到自己有害怕的情緒，在祈禱後，身心感到好放鬆、好自在。

天主瞭解我的一切，勝過我對自己的認識和察覺。在祈禱中，我像個幸福的孩子般被天父擁抱著。營隊結束回到生活中，在周遭的朋友們間，或在教會內、外，聽到幾個人與我分享著相同的感受，她們感受到我的臉上有更多發自內心的笑容，的確，生活更加喜樂、平靜。漸漸地學著凡事不要僅靠著自己，時時憶起祈求祂與我同行，也更享受在平常與祂在祈禱中談心及聆聽的時間。感謝讚美天主，感謝聖神的推動、朋友的分享，讓我報名參加了Talitha Kum，使我與天主聖三有更深刻觸碰的經驗！

從第4屆Talitha Kum青年營開始，全部課程與活動皆由本地青年與輔導們共同籌備及規畫，也是首次在沒有傳教士的陪伴下完成營隊，對於我們來說，是一個新的里程碑。我們也見證了這些青年們從一開始安靜的學員，到後來成為下屆工作人員所經歷的轉變，他們願意敞開心房，讓自己成為天主愛的渠道。

果然，「天主為愛他的人所準備的，是眼所未見，耳所未聞，人心所未想到的。」（格前2：9）感謝天主聖三這一路走來的陪伴和帶領，也感謝每一位恩人的支持和代禱。這個一歲多，像孩子一樣還在學習走路的青年團體，將繼續堅定步伐，勇往直前！

►更多Talitha Kum青年團介紹，詳見臉書粉絲專頁。



▲ Talitha Kum青年出遊趣！在運動中拉近彼此距離。



# 在教理薰陶中 活出美好的聖召 ③

■文·圖／台北總教區教理推廣中心

教理推廣的核心，是讓所有的基督徒藉由《聖經》、聖傳及教會訓導，更加地認識耶穌基督，進而活出「基督」，這同時意味著活出基督的「三重職務」，正如《天主教教理》說道：「耶穌基督是父傳以聖神的那一位，並被立為『司祭、先知和君王』。整個天主子民參與基督這三重職務，並承受由此產生的使命和服務的責任。」（教理783）

我們如何能好好地活出每一個職務的特質和精髓呢？其實《天主教教理》中，已有很明確地闡述，司祭職務：「人藉信仰和洗禮而加入天主子民的行列，即參與這子民的唯一聖召、司祭的聖召……因為，領洗的人因著重生和聖神的傅油，都被祝聖為精神的聖殿和神聖的司祭。」（784）先知職務：「當天主的神聖子民……深入理解這信德而成為基督在此世的證人時，『也參與基督的先知職務』。」（785）君王職務：「最後，天主的子民也參與基督的王者職務。基督執行祂的王權，藉祂的死亡和復活，吸引眾人到祂跟前。基督、宇宙的君王和主宰，成了眾人的奴僕，因為祂『不是來受服事，而是服事人，並交出自己的生命，為大眾作贖價。』（瑪20：28）為基督徒，『為王』就是『服務』，尤其是在『貧窮和受苦的人身上』，教會在他們身上，看到『她那貧窮和受苦之創始者的肖像』。天主子民按照這種與基督一起服務的聖召去生活，就能實現其『王者的尊嚴』。」（786）

活出基督徒的尊嚴、天主子女的尊嚴，即是回應天主成聖的召叫。就讓這短短3期連刊的聖召分享文章，駐足在您的心中，喚起您對聖召的回應與省思吧！

也期盼您有機會以言以行分享、見證您如何活出自身的「聖召」！讓我們一起在成聖的旅途上攜手前行，成為靈性上的好同伴。

加油哦，朋友們！

## 我作為基督徒的聖召使命

／凌大智（教理師資培訓班學員）

在我個人的學習中，宏觀的「人類」可分作4個階段：在起初、歷史中、救贖過程、在末世；微觀的「唯我」則可分作4個階段：我的出生、我的成長、我的人生經驗、我的死亡。換言之，即天主對「我」完美的計畫，天主賦予「我」必要的聖寵，使「我」在邁向天鄉的旅途生活中，要「我」能依照聖神的指引而生活，讓「我」得以活出原始的純真。

而「我」聖召的基礎，是因「我」被召成聖，並實踐向世界傳福音的使命。在「我」生命中所經歷「我」最真實的悲傷、「我」最嚴重的失敗、「我」最慘痛可預見的悲劇，就是未能成聖。「我」到死亡，還有一絲希望成聖嗎？



▲學員真情流露地分享，令人感動深深。

出生時，我從零開始，是按天主的肖像創造的。成長中，經歷了許多複雜的事物，知識和經驗快速地累積起來，再經過身體的發育和情慾的熱火，足以引導我到一個離聖潔與原始的模樣非常遙遠的地步。在無數的背命下，無疑地，我也失落原始聖德的恩寵，因為罪，而走向滅亡是必然的結果。

此後，我的人生旅程中，接下來的是一連串的起伏和迷失。然而，人的盡頭，就是神的開端。天主召叫了我，我的生命因而有了巨大的轉變：我的理念改變了，價值觀也改變了，生活的方式和方向也都不同了。可是某些東西仍存在我的心裡深處，它不離開，我成聖就很難了。我常省思，人由低而高的3個層次：獸性（肉性和慾性），人性（理性和感性），神性（超性和靈性）。基督徒的聖召使命，理應是走向神性而成聖吧！

然而，最大的阻力終究是我的獸性和人性。曾聽人說：「某些事做多了，就會變成習慣，習慣久了，就成了性格，而性格就決定一個人的命運。」我深深體會這個道理，但是，想要改變，不是那麼容易，唯一的解救之道，必須來自天主！天主開啟我的眼，讓我看到自己的軟弱和污穢，深陷泥沼的我，是無法自救的，只求天主給我再造一顆心，一顆純潔的愛心，如此，便可以停止因罪的重負往下沉淪，而轉為向上提升。

要切實地回應天主的聖召，因著我的意願，更仰賴天主的大能，目前仍在進行中，我也必會更加努力！

## 省視自己生活的目標與態度

／莫尼加（教理師資培訓班學員）

領洗成為基督徒已有10年，之前在主日福音《瑪竇福音》25章14-30節中「塔冷通」的比喻，彷彿主再次透過神父的講道提醒我：天主給每個人恩寵，我們會選擇不用，或是選擇好好使用——天主給我們5個塔冷通，如果我們去多賺5個塔冷通，直到面見主時，結果必然



▲高樂祈修女（右）致贈聖像畫，祝福於課程期間完成婚姻聖事的新婚夫婦。

◀運用「毛根」做為信仰生活的提示。

不同。神父特別強調：「希望你們不要忘了我有提醒，不要像那領了1個塔冷通的僕人，把它埋在土中，直到最後面見天主時，已後悔莫及。」

當下，有一個聲音告訴我，應好好珍惜、善用祂給我的恩寵，為祂傳福音，該承擔責任，不要逃避、更不應驕傲，不去做，而浪費祂給我的恩寵。這使我反省到自己在教會傳協會的職務和服事、人際溝通協調能力、藝術天分、成為兩個孩子的母親等。

睡前，我特別用這段經文默想信主這些年，在主的再造與帶領下，從婚姻挫折的低谷，走進教會領洗，經過一連串上課，接受培訓，到走過生命低谷；這段期間，主所給我的恩寵和陪伴，特別是每當我受到他人嫉妒、批評，或感到生活遇到瓶頸困難時，我常向天主抱怨：「祢到底要我做什麼？祢對我的旨意、召叫又為何呢？為何讓我遭受這些批評？我在教會裡做了這麼多服事，卻感到不快樂。」

天主有時看似緘默，其實是默默地陪伴我去面對這些重擔，更讓我從祈禱經文或默觀、避靜反省中，再再經驗到祂的愛與臨在。

於是，在一次次超越這些試煉和困難後，我與主的關係逐漸轉變，我不再逃避抗拒主對我的召叫，從一開始的熱情感動、平淡無味，到後來的越沈越香。一步步走向心靈更深處，從開始的抗拒到學會順服、安靜等候主旨。

現今，孩子大了，我的生活重心大多在教會服事和上課學習，雖然忙碌，卻覺得充實。每天仍面臨許多挑戰，特別是在傳協會與人的合作方面。我明白，分辨何為主的旨意，更親近天主，謙卑、順服地為主服事，是我今後要一一學習的目標。正如《聖經》記載：「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）唯有信靠主，堅持到底的人，必得勝利！

「應常歡樂，不斷祈禱，事事感謝」（得前5：16-18），就是天主對我最大的旨意和召叫。在主內才有圓滿的幸福，我深信一切受造物都是為了服事主、愛主、彰顯主榮。感謝天主！

**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 → 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

**專辦 監護工 幫傭 勞工**

是您24小時全天候的最佳好幫手

您擔心家中小孩、老人或病患沒人照顧 及家事沒人幫忙,您能安心去上班嗎?

通國、台、英語  
不適用免費替換

每月只要17000元  
一天只要567元

一通電話全省服務  
電話及諮詢服務

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

**天主教教義函授中心**

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/](http://www.catholic.org.tw/cicm/correspondence/)  
電子郵件: [cath\\_corresp@hotmail.com](mailto: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:  
各種禮儀  
專業葬位  
宗承諮詢  
火葬服務  
葬園

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

**天主教台北友誼教友中心**

**誠徵 青年牧靈人員**

這是一個為天主教「社會青年」服務的團體  
歡迎有心服務在職青年的你一起加入

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

歡迎你/妳與我們聯絡!  
聯絡方式:02-2314-1833

**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](mailto:catholicweekly@gmail.com)  
或電洽:(02)2737-2839分機254

【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

【打造好感穿搭(男士篇)】07/04(日)15:00-17:30  
男士們,看過來!姊妹們,學起來!  
讓你了解形象的重要,分析出你的個人風格。  
搭配實戰演練吸收快,更能靈活運用在工作與生活上!

【想到結婚,你害怕還是渴望?】07/31(六)14:00-15:30  
你是否想過人會老?單身一輩子到底滋味及結果如何?  
婚前到底該怎麼超前佈署才好?  
讓我們一起來想想與討論。

【找對象或預備婚姻有重點嗎?】08/14(六)14:00-15:30  
現代人是不想結婚,還是結不了婚?  
你有將這些困惑釐清了嗎?  
讓我們一起來想想與討論。

一邀請40歲以下未婚青年共襄盛舉一  
因應政府防疫措施,將視情況進行調整。

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

**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](mailto: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**

上智文化 新書上市

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




# 與天主相遇之旅 偕同聖道明徒步朝聖

■文·圖／聖道明傳道中心

為紀念聖道明800禧年，道明傳道中心早在新冠疫情爆發之前，就已舉辦了團體徒步朝聖，藉刻苦徒步，淨化心靈；從高雄玫瑰聖母聖殿出發，經高雄聖道明堂、聖加大利納堂、潮州聖若翰堂、武潭無染原罪聖母堂、佳平法蒂瑪聖母堂，最後抵達萬金聖母聖殿；朝聖者和道明大家庭一起紀念聖道明800年慶，邀請主耶穌並偕同聖道明，默觀天主的美好創造。



▲團體留影於萬金聖母聖殿

任司鐸施炳堃神父為大家灑聖水，回家的溫馨充滿身心。

敬禮聖體禮儀後，施神父介紹了後驛聖道明堂的歷史，還有意外驚喜，因慶祝聖道明800禧年及高雄教區開教60周年，獲羅馬教廷列為禧年特別朝聖地，期程自2021年1月6日至2022年8月8日。施神父送了每位朝聖者一個「天主的忠犬」別針，還請道明堂教友們貼心地為朝聖者手臂繫上「璀璨八百，喜悅感恩」的橘紅絲帶，讓每個人在認識聖道明後，帶著喜悅感恩的心開啟三天兩夜的旅程；聖道明堂教友特別搭了美麗的遮陽帳篷，讓大家享受豐盛午餐。

## 聖道明與聖加大利納會心相遇

餐後，出發前往聖加大利納堂，約1個多小時抵達；朝聖隊伍抵達時，教堂不但鐘響，且鑼鼓齊鳴地相迎，主任司鐸吳溢澤神父手捧聖加大利納聖髑，站立於階梯最頂的教堂門口，朝聖隊伍手捧聖道明聖髑慢步往上爬，時光彷彿倒流數百年，相差200年的兩位聖人在此相遇，又一次震撼朝聖者的心。

敬禮聖體禮儀後，傳協會精心製作了一段聖加大利納堂的簡史，並介紹聖女加大利納；當聽到聖加大利納的對話錄和祈禱文時，深深觸及每個人的內心深處，彷彿在那一刻，帶著所有人奔向聖三，投影片結束時，環視周圍的同伴，個個感動得淚流滿面。

大家享用了堂區預備的豐盛點心、水果和飲

料，心靈與肉體重新得力，喜樂出發。

經過一整天的路途跋涉，抵達潮州摘星山莊。夜晚的團體靈修活動是與天主相遇後的共同祈禱，在美麗園林裡，艾德睿神父分享了「架上七言」，團體在偌大的園林內拜苦路，暗夜裡，跟隨著基督的足跡，懇請聖母瑪利亞伴同，瞻想耶穌所走的苦路。

## 幸福豐美的聖道明 800 禧年慶禮

第2日清晨，在鳥語花香中舉行戶外感恩祭，將自己託付給天主，開始腳程最重的一天；經過潮州林後原始森林，爬上武潭無染原罪聖母堂，再往下走到佳平法蒂瑪聖母堂，最後抵達萬金聖母聖殿。全程近20公里，頂著烈日，揹負著前一天的疲憊，走到腳底起水泡，但途中與各種受造物的遇見，在兩個充滿原住民特色及設計的聖堂中與主相聚，以及同伴們彼此的扶持，傍晚踏著沉重的步伐安抵萬金聖母聖殿。季安士會長神父在門口迎接聖髑，朝聖者在聖殿前的廣場舉行聖道明敬禮。

幸福的席地晚餐後，參與慶祝聖道明800禧年隆重敬禮，從7時至10時整整3小時的過程，完全沉浸在祈禱中；有萬金聖詠團的讚頌曲，高儒安神父作聖道明的見證，哲昱修士與眾修士帶領的九種祈禱，季神父、畢夫修士、及修女們的見證，誦念慈悲串經，沒有掌聲，只有祈禱、讚頌與祝福。10時禮成後，遊行至隱修院明供聖體，由加大青年帶領泰澤祈禱1小時，修女

們更是徹夜陪伴聖體直到清晨，朝聖者再回到隱修院參加清晨彌撒。萬金之夜讓我們與來自台灣各地的信友們共融於主內，從見證中更堅定信仰，從同禱中更加深盼望，也從彼此代禱裡，更懂得去愛。

## 聖道明心火點燃在台傳愛不輟

第3天回程之前，我們在團體共融中回顧過去兩天豐富的行程，學習聖道明在各地旅行，總是用默觀祈禱的方式祈禱；尤其是路經荒僻之處時，邊走邊祈禱，在默想中，他的心火燃燒，

## 與天主相遇的旅程

■文／張駿逸

追尋天主，是教友天賦的職志，更是終身的恩寵！其中有尋覓、跟隨、愛慕、欽崇，也包括所有試煉、起伏、懺悔、刻苦與補贖；但追尋的果實是甜蜜、幸福的，最後的報償就是永恆地伴隨著天主，贏得天主賞賜的桂冠。

徒步朝聖是我們在世追尋天主的一個小小環節，旅程中，我們享受了由神父、修士帶著志工所費心安排的許多靈修活動，身心靈得到足夠的滋養與成長，是真正的「賺到了」！事前沒把握是否有能力在3天內走完50公里路程；請相信我，這是絕對的真槍實彈，用約70公分一步，每天走個2、3萬步，一點一滴累積完成的！古稀之年，還來參加有生之年的徒步朝聖初體驗，還真的十分豐收。

聖道明800禧年使今年成為神聖的年，途中，每小隊都有機會恭捧聖道明聖髑邊走邊念經祈禱與默想，這是第一個「震撼」與莫大的感動！恭捧聖髑的兄弟姊妹都深感這任務的崇高與神聖，聖髑竟然和我們靠得這麼近，就貼在我們心窩，使每一次心跳都與聖髑產生了互振與共鳴！因此，每一位聖髑的執捧者，在行進間，都是虔誠地、靜默地享受那神聖氣氛的洗禮，聖神充滿！如今回想起來，依舊止不住地喜淚滿面！幸福洋溢！這經驗是如此奇特，如此神聖與榮耀。



▲萬金聖殿廣場前，體驗聖道明的九種祈禱。

點燃愛人之火。我們總結出天主教在這個團體的徒步朝聖中，讓我們在與主、與人、與自然的相遇裡，教導我們天主教是喜樂的、指引迷途、不離不棄、萬有的、愛的、陪伴別人的、不可思議的、高深莫測的。

感謝中華道明會神父與修士，以及後驛聖道明堂、聖加大利納堂、武潭無染原罪聖母堂、萬金聖母聖殿、道明中心所有服務夥伴，途經之處的熱誠接待及支持，讓我們得以順利完成三天兩夜的徒步朝聖。願光榮歸於父、子及聖神！

我們在萬金聖母聖殿前的大廣場，有一場內容豐富的佈道大會，當中最讓我感動的是由幾位修士所示範的「聖道明的九種祈禱」。依序為：

- 1.謙卑祈禱：**在祭台前90度鞠躬，宛如耶穌就在面前。
  - 2.俯地祈禱：**面朝下，雙手張開，全身俯地呈十字架狀，此一祈禱會產生一種由內心深處發出來的懺悔。
  - 3.鞭答祈禱：**通常是夜禱之後，以細鞭輪流鞭答左右肩及後背，為過犯求天主的寬赦。
  - 4.跪拜祈禱：**聖道明常以專注的雙目仰望苦架上的耶穌，以跪拜的方式恭敬天主。
  - 5.利用雙手祈禱：**或用看書的手勢，或用雙手傾聽的手勢。
  - 6.十字架姿態的祈禱：**身體挺直站立，雙手張開有如十字架，會讓十字架的神聖意義帶動祈禱。
  - 7.高舉雙手祈禱：**將雙手伸直，高舉過頭，彷彿祈禱已上達天聽。
  - 8.閱讀祈禱：**在靜坐中閱讀，將閱讀、祈禱、默想、默觀連成一氣。
  - 9.默觀祈禱：**通常在旅途中，由默想進而默觀，對於瞭解聖經有莫大的幫助。
- 透過哲昱修士口齒清晰的旁白以及其他幾位修士莊重、明確地示範，帶領所有弟兄姊妹一



▲聖道明聖髑小組交接



▲加大利納堂吳溢澤神父手捧聖髑迎接朝聖者



▲在潮州摘星山莊，暗夜中走耶穌的苦路。

同動作，將聖道明九種祈禱方式詮釋得十全十美，也教導會眾如何由外在的姿態引導內在的祈禱。對我而言，第2種「俯地祈禱」是我最推崇的，就是面部向下，雙手張開，全身俯地呈十字架的姿態。

記得三峽聖母領報天主堂的雷嘉理神父說過：**恭敬天主，就從「跪」開始！**套用雷神父這句話：**要謙卑自己，就從「俯地祈禱」開始！**俯地祈禱，讓我們在形式上更接近被釘在十字架上的耶穌，在意念上則更能激起謙卑乃至於痛悔的思緒。

共融時間是步行朝聖的尾聲，也是朝聖者的心聲分享；每個小組都接到一個共同的題目，「天主是……」；用共同創作的方式將這幾天的心得、感想、體驗、收穫等，以繪圖方式表現出來，並以3分鐘的時間與全體分享。我的小組認為「**天主是指引迷途、像太陽，是不離不棄的天主！**」當大家不知道該如何繪圖時，帥氣可愛的邱修士已經義不容辭地拿起彩色筆，依照大家七嘴八舌的討論開始作畫。畫出我們的想法：**天主是愛，為了從罪惡中救贖我們，不惜將自己的愛子送上了十字架。**走過廣闊平原，穿越無盡森林，走進群山之中，經過6座聖堂，最後到達萬金聖殿。我們願意以耶穌架上的第六言：「完成了！」在全能的天主，聖父、聖子、聖神的降福下，我們圓滿今年「與天主相遇」的徒步朝聖。

我們的收穫豐碩，心靈飽飢，與天主有說不完悄悄話；在身體與靈修的雙重激勵下，把握住與天主相遇的機會，這是何等的幸福與榮耀啊！  
(文轉14版)

▲武潭無染原罪聖母堂一隅，在聖體前與主傾談。



▲朝聖途經佳平法蒂瑪聖母堂，歡喜大合影。

道明會創立至今800年，道明會團體從婦女會、修女會、隱修院、男修會及在俗道明會，以祈禱、默想、宣講真理到處點火，延續聖道明宣講耶穌使命的精神。1626年，道明會曾在台灣北部三貂角登陸，曇花一現；1859年，再從廈門到高雄落腳，以玫瑰聖母聖殿主教座堂為傳教據點傳教；此次徒步規畫從玫瑰聖母聖殿出發，萬金聖母聖殿為終點的朝聖高峯，接受派遣回到生活崗位，繼續福傳使命。

## 從玫瑰聖母聖殿出發 意義深遠

玫瑰聖母聖殿是天主教在台灣開教的教堂，是高雄教區首善之堂，1931年改建落成。1961年高雄教區成立，鄭天祥主教以玫瑰聖母堂為主教座堂，1995年單國璽樞機主教向羅馬教廷申請為聖殿；從1870年至今，是台灣歷史最悠久的聖堂，也是台灣第一座宗座聖殿。

道明會在台灣創建堂區、孤兒院、學校、醫院……等，什麼服務都做，但保持著聖道明默觀所得與人分享的傳道精神。玫瑰道明會在台深耕150多年後，孕育了中華聖母總會區；中華道明會1978年成立，2016年成為中華聖母準會省，台北道明傳道中心隸屬於中華道明會雅博會院。

出發前，玫瑰聖母聖殿主任司鐸林作舟神父勉勵所有的朝聖者：「當行動在說話時，你的語言才是活的。當你用行動表達愛的語言時，你是被祝福的。朝聖的過程就是為了走向天主，與天主相遇，同時也在朝聖途中與天主所造的受造物相遇。」看到玫瑰聖母聖殿的拱肋建築，有如帳篷支架，是我們暫時的所在，讓我們記住我們的家鄉在天上。今年是大聖若瑟年，我們特別祈求聖若瑟為朝聖者代禱；隊伍在總神師艾德睿神父的降福中出發，聖道明聖髑由第一組組員執捧。

## 聖道明堂 榮列宗座指定朝聖地

第一站是高雄聖道明堂，坐落於靜巷內的聖堂，於徒步隊伍接近時響起鐘聲相迎，觸動朝聖者的心，是那種「回家」的感受。雖在烈日下兩小時徒步，個個汗流浹背，但進入聖堂時，主

### 輔仁聖博敏神學院 2020學年度畢業典禮

時間：6月26日（六）10:00  
連結：請掃描QR Code



### 古亭耶穌聖心堂 線上慕道班

時間：7月10日（六）起10:00-11:40  
地點：耕莘文學院（台北市中正區辛亥路一段22號）  
詳洽：02-2365-4205分機256



### 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



### 依納爵禧年Magis系列活動 徒步朝聖

時間：8月9日（一）至8月15日（日）視疫情狀況調整  
詳洽：02-2365-4205或掃描QR Code



### 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

### 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



### 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）

## 那一夜，在大武山下……

文／曾淑媛（道明中學生命教育中心主任） 圖／聖道明傳道中心

夕陽西下，陽光逐漸地緩和，一行約70人背著背包從佳平法蒂瑪聖母堂，徒步走向山腳下的萬金聖母聖殿，經過萬金聖母遊行路徑，轉彎走進聖道明徒步朝聖第2天的終點。

中華道明會會長季安士神父早就等待迎接，萬金聖母聖殿前布置成露天的表演廣場，季神父由隊伍的前導者身上迎接聖道明的

聖觸，將之放置在戶外廣場的中央，和大家一起向聖道明敬禮。

聖道明的聖觸陪伴我們，一同經過道明會弟兄在南台灣的步履，來到萬金聖母聖殿，這宣講福音成果豐碩的土地上。當年聖道明踏在法國土魯斯（Toulous）異端信徒的土地，開始在西班牙之外福傳，成立道明會後，派遣弟兄們兩人一組，努力向歐洲各地廣傳福音真理。

800年後的今天，聖道明的聖觸來到遙遠的東方，耶穌的福音真理也在台灣落地生根，特別是90%以上都是天主教友的萬金村，歷經800年宣講福音的腳步，多麼令人感動！

這個夜晚，我們參與慶祝聖道明800禧年隆重慶典，司儀提醒大家這是共同參與和慶祝，不需要任何掌聲，也因為如此，我們不是看表演的觀眾，而是參與當下、默存於心的共同傳達者。

首先是，萬金聖詠團詠唱3首聖道明歌曲，接著是默劇表演，演出聖道明與異端者辯論福音



▲在萬金聖母聖殿前廣場前，朝聖者同心合意地向聖道明敬禮。

▲在萬金天主之母隱修院，舉行明供聖體與泰澤祈禱。

真理的過程，異端者將《聖經》投入燃燒的火堆中，《聖經》竟毫無損傷地被彈出，群眾因而信服了聖道明所宣講的真理。萬金青年團也以手語歌表達對聖道明的讚頌。

高儒安神父以投影片輕鬆愉快的方式，為大家介紹聖道明的生平和事蹟。

讓我回想起2017年的歐洲朝聖，在聖道明故鄉加肋路加（Caleruega）家中的穀倉，在羅馬聖沙賓娜（St. Sabina）聖道明小房間的小窗外，直視聖堂內十字架上耶穌，在波隆那（Bologna）聖道明的大理石墳墓，會祖影像歷歷在目。

中華道明會4位修士帶領大家進行道明九種祈禱，哲昱修士述說每一種祈禱的姿勢、意涵和禱詞。事實上，聖道明時時在祈禱，時時思念天主的事，正如他的名言：「與天主談論，與人談論天主。」九種祈禱是弟兄們看見他時常祈禱的姿態，歸納出九種祈禱的方式，是一種身、心、靈的整合，心靈帶動身體，身體傳達心

靈，在完全的合一中，與天主對話。

雖然當下的我身心有些疲憊，然而，透過此九種形式的祈禱，身心靈似乎也被洗滌撫慰，感到謙卑、順服、平靜。

畢夫修士分享他的聖召，生活遇到茫然的未來，他詢問天主獲得回應，一件一件奇特的事，讓他更加明確天主對他的召叫。

兩位年輕修女為大家介紹玫瑰道明傳教修女會的神恩和服務事工，最後全體頌唱慈悲串經，此時，我已疲累得閉眼彎腰、半臥睡地坐在板凳上，身體無力地似乎被凍結，只剩一絲清醒的心神，口中不斷吟唱「求你垂憐我們及普世」。

聖道明的聖觸就在我們的面前，當年他時常跪在耶穌十字架面前為世人祈求，也在聖母像前為世人哭泣，現在，聖人在天主的面前又會如何地為我們祈求呢？聖道明，教會的光輝，堅忍的玫瑰，真理的導師，那一夜，在大武山下……。

（全文完）

# 常年期第十二主日 風平浪靜

讀經一：約伯傳38：1，8-11

讀經二：聖保祿宗徒致格林多人後書5：14-17

答唱詠：聖詠107：23-24，25-26，28-29，30-31

福音：聖瑪谷福音4：35-41

■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）



是誰曾經遺棄天主？想想，天主創造的的第一個人類，就背叛了天主，挑戰天主對人而言，就是從「不相信，不服從」開始，這是挑戰的必然行動。從天主的角度來看，挑戰從來不是問題，問題是，當人知道自己違反了旨意而陷入危險時，卻不肯承認，並嫁禍他人，我相信這才是我們最大軟弱所在，這個軟弱讓我們拒絕調整，才是陷入罪惡之境。從這事件開始，背叛，遺棄伴隨著人類的生命，這是人類需要被救贖的原因，救贖不是為了天主，而是使我們自己能夠獲得釋放，從罪惡中被釋放出來。

靈修聖師大德蘭從自己的身上及當時教會的分裂當中，感嘆地說：「現今的基督徒怎了？最冒犯祢的人，總是那些虧欠祢最多的人嗎？」大德蘭為天主反問這些人：天主為了你們忍受的痛苦，你們還不滿足？大德蘭在靈修的教導中，領悟出了，這些天主摯愛的，往往也是他們最讓天主難過的人。我們人呀！認清一個事實，那就是——愛，來自人；恨，也來自人；最後讓我們受傷最深的，不是什麼肉體的傷痛，而是在傷口上撒鹽的那一位。人對天主如此，更何況對人呢！

但一個令大德蘭感動的，也是令我同樣感動的是：主耶穌傳遞了這樣的教導：「寬恕人，應該是70個7次。」

人必須知道自已的故事，知道自已的過去，天主給了人類無比美麗的靈魂，擁有的理智，記憶和意志之恩寵，使我們可以比任何受造物高了那麼一些些，那就是我們可以收集，比較，體驗，最後選擇。在這樣的恩寵下，我們的記憶，在比較下，我們在苦難，痛苦中，尋獲一個至高無上的寶貝——良知，天主靈性的那一口氣，就是懺悔之心，這是我們重新找回那失去的，單純的自己的恩賜。

這時，我明白了，為何耶穌基督如此的，苦口婆心的，甚至奉獻了自己，即使自己愛到傷痛，都要給我們機會，對我們一而再，再而三的過錯，都願意寬恕，這是愛的最大成全。目的就是要激發我們深藏在靈魂內最美麗的德行——悔改的能力，也就是聖奧思定說的「懺悔」！

是的，人類尋找生命真源的時候，最後尋找到了天主是《聖經》這本書，我們不要把這本書看成是神話，這本書具有我們人類所能知道的一切，所無法瞭解的一切，都隱藏在裡面。我們可以視為至寶，也可能視為一無是處，決定權在於我們的態度。但不論我們的態度如何，並不會改變天主的真心真意。祂依然是創造者，依然知道我們在想什麼，祂從來不會忘

記自己對祂子民的承諾：牧養他們，提携他們，直到永遠。

今天的讀經取自《約伯傳》，這是讓我開始認識《聖經》的第一本書，在文學的領域裡，也是認識並闡明「痛苦神學」的一本書，讀經一選錄的章節，也是我相對喜歡的部分：「上主由旋風中，向約伯發言，說：『是誰用門，把海關閉？是我用雲彩，作海的衣裳，用濃霧，作海的襪襪。是我給海洋劃定了界限，設立了門和門，並下令說：你到此為止，不得越過；你狂傲的浪濤到此為止。』」這麼多層次的意象，令我著迷。是大宇宙的奧秘，更是對人，對我們每個人的提醒，是的，人呀！在我面前，你要狂傲到什麼時候？你越過了做為人不該越過的界限，你忘了我給海洋劃定了界限，那也有你該遵守的紅線。

是的，我們一再越過了天主的紅線。人類的故事，就是一系列人類的健忘史的紀錄，也就是說：歷史重演的，不算是新鮮的事情。真的天下沒有什麼新鮮的事情，只是換了另一個人，另一個時代，事情總就是那些事情。健忘是我們的習性嗎？不是的，那是我們本性意志所使然？還是說，我們該看到的是，天主的慈悲！我們是否該頌謝上主，因為祂的仁慈永遠常存，才決定了我們的存在。

天主的慈悲，在耶穌基督身上完全的自我啟示和彰顯：一個人替眾人死了，基督替眾人死了，是為使活著的人不再為自己生活，而是為那替他們死而復活的主而生活。聽了這句話，似乎耶穌基督的死亡都是為了祂自己的榮耀，事實上，主不需要我們來證明祂的存在，但是我們卻需要祂，才能存在。耶穌基督的死亡，只是告訴了我們：不在基督內，將無法成為一個新人，我們將被舊的過去所捆綁，基督的死亡，意味著，讓我們隨祂死於自己，才能獲得與祂同在的新生命。

這就是主耶穌基督，賜予新生命的那一位。



也是劃定界限的那一位。天主以人的位格，也就是聖三的第二位格出現。這個人就是今天福音的那一位：連風和海都聽從祂的那一位。這個人，我們放在心中了嗎？

海，生命的海洋，承載著人類的歷史、生命和死亡；船，人生的旅途，承載著我們的希望、罪與罰。這就是《約伯傳》所體會的，誰給了海雲彩的衣裳？濃霧作了海的襪襪，是我，天主！是的，今天，同樣的海洋，人類狂傲下所掀起的浪濤，誰來收拾？

「老師！我們要淹死了，祢不管嗎？」耶穌醒來，叱責了風，並向海說：「不要作聲，平靜吧！」風就止住了，於是風平浪靜。我要再嘆息說：人呀！我們真的像有問題的小孩，叛逆的小孩，只知道隨性所欲，卻不知道收拾殘局嗎？只知道恐懼和害怕，但是，雨過天晴後，我們又忘了是誰把我們從陰森幽谷中，引領到青青草原，牝鹿可以暢飲的溪水旁？

天主不管我們嗎？天主管，但，我們只在自己有問題的時候，才求天主來管管。一旦沒有問題時，我們還會聽從天主的聲音嗎？人生的海洋，永遠都不會沒有風浪，不會沒有死亡，不會沒有罪惡，因為我們依然不敬畏那一位能夠平息風浪的主耶穌基督。

風浪依然會平息，因為，我們有一位忠信的主！對先祖的盟約，繼續讓我們得以被牧養，被提携。但我們的不悔改，將意味我們的苦難將繼續會衍生，來自我們的無知與驕傲。我們的恐懼和害怕，依然不會消失，除非我們心中承載的是主耶穌基督。



聖十字若望靈歌  
系列講座 6

# 聖十字若望靈歌靈修講座 學員小組分享

■文／賴文影（板橋靈糧堂傳道）

願天主永受讚美！3天的靈修講座，很快就來到了尾聲，看見整個講座流程的安排充滿了上主的恩寵，不管是神父、教授或平信徒的教導分享，環環相扣，讓我感動莫名，心裡火熱……我們這組的肢體，分別來自北中南的教友，雖在不同的堂區聚會，但全都因渴望天主，渴望藉著赫赫有名的《靈歌》，可以更認識天主、愛天主，回應天主的召叫，彼此雖是陌生的，但卻願意參加小組，且敞開心來分享，大家在秩序中又沒有冷場。

以下是我們第5組肢體的兩次分享：

首先分享的是一位修女，她過往一直都是以依納爵靈修方式為主，這次是首次參加加爾默羅的靈修講座，因隔天還有婚禮要忙只能參加一天。有位2015年才受洗的肢體，分享到自己會受洗的原因，是因真實的領受到來

自加爾默羅會的教友們對她的愛，在當地就開始參加了讀書會，對於講座中提到的：「如果靈魂在尋找天主，她的心愛主更是在尋找她」（焰3:3）特別被觸動。

聽完了講座後，她說：「越聽越享受，享受在黑夜中，且回應天主在心中的邀請。」這位肢體的分享，讓我看見「在後的要在前。」（瑪20：16）還有人因去靜山避靜，被書的封面吸引就買了書，並參與讀書會且養成做靈修筆記的習慣，每次重溫過往的靈修筆記時，信心常再次被挑旺；她提到在上課時，內心突然想到小時候的一首詩歌〈小秘密〉，才突然明白裡面歌詞的屬靈意境是如此深廣，也明白生命的呈現是有高有低的，渴望回去後要好好的看《靈歌》。

另有人分享到：「要像蜜蜂一樣，回到蜂巢

裡去釀蜜，而最被觸動的乃是——帶著真實的我，來到真實的主面前。」另位肢體則分享到過往所接觸的是依納爵靈修，因曾操練平心（detachment），所以發現可以順利進入加爾默羅的靈修方式，而對於講座中提到要向天主祈求「恩寵」倍感受用；同時提醒自己不限制天主的作為。

另位姊妹則分享：「在操練祈禱時容易分心，致心生挫折，但聽了神父的教導後，才學習更要多多祈禱，不放棄。」小組唯一的弟兄非常靦腆分享：「我是陪太太來的，我聽不懂。」因為我剛好坐在他的後面，發現3天的講座中，他都沒有打瞌睡，我回應說：「你因為愛而陪伴，我相信，慷慨的天主已大大賞報了你。」

我們靈修的目的豈不是因為愛而服務嗎？

## 心中有渴望，天主必會成就！

■文／薛立璋（台北聖家堂教友） 圖／聖衣天使

自從2017年自港返台定居，就全心投入堂區、善終祝禱團、監獄牧靈等團體服務，其間天主賞賜各種的恩寵，但也讓我看到自己的有限和軟弱，就在此時，加爾默羅會舉辦的3天靈修講座，給了我及時的靈性滋養。

堅強的講師群，由不同的面向來詮釋《靈歌》，安撫了我擔心無法理解其深奧內涵的忐忑不安，在《靈歌》的開始，透過她的心聲，描述這個急切尋找她愛人的女人，彷彿世上所有的事物都失去了色彩。她的所思所感都繫於找到這位能消除她靈魂孤單的愛人，再沒有比這些更能表達親密關係的圖像了。

但是，我們很少用這種眼光看宗教。有些人會認為這太褻瀆天主了，讓人聽不下去。對十字若望而言，真正的門徒會渴求這種強烈及深刻的親密感；這個「被愛所驅動」就是若望對門徒的圖像。

課程的尾聲是另一個高潮的開始，所有的學員將3天所學整理並報告，以下是我所代表第三組的分享：

小組成員共12位，於堂區分別服務於聖母軍、送聖體員、基督活力、基督生活團、善終祝禱團、監獄牧靈、泰澤祈禱、夫婦懇談會等善會團體。

團員分享：

A. 黃敏正神父的「大樹理論」，激勵大家靈性向上提升，因為於大自然中隨處可見。

B. 聖十字若望身處於絕境之中，卻能寫出如此文情並茂的詩篇，實在令人難以置信。

C. 於夫婦懇談會中也鼓勵參加者以書寫情書來增進夫妻感情，卻從未見過如此刻骨銘心的情書。

D. 聖十字若望的成長經歷令人感動，父親願意犧牲一切只為和母親在一起，相信這份純愛也造就了聖人。

E. 天主成就一切，而不是我。

延伸分享：

A. 痛苦的意義，以自身因無知及驕傲輕視醫療重要性，導致肺積水，醫治近兩年，讓團員痛悔，重新回歸尋主，但也因受苦而體會主的大愛，深刻明瞭病苦實為上主的恩典。

B. 此次課程十分適合在堂區擔任服務，特別是領導職務的教友，因面對不同對象，如長上、教友、福傳對象，都有不同的德行挑戰，心靈的滋養充電後再度出發，才能走向門徒目標。

C. 罪的看待：勿定睛罪及罪人，眾人皆比我好，應定睛天主。

《靈歌》本體：

乍看詩體，以為是描寫男女之情，實則為一篇隱含靈修操練的美麗祈禱文。

1. 首先呼喚上主以「祢隱藏在哪裡」開始，哀嘆靈魂渴望上主卻不得見，只好向外尋找，殊不知上主一直都臨在。

2. 進入「煉路」，開始向外尋找，路上遭遇障礙用比喻來代表，如花兒是世俗、野獸是誘惑、勇士是魔鬼、邊際是肉身；奔向高山和海岸代表透過克苦、謙卑自己來實踐。

3. 之後進入「明路」，天主只開始安置於默觀經驗中的人，與主相遇，但並非永久的，因為仍會遇到阻礙，以北風、狐狸來比喻，而展開聖俗拔河、約束感官的歷練。

此時需要天主光照自己的內在感官——理智、記憶、意志，賜給較高的靈性，因為天主的本體不易看到。

4. 最後進入「合路」，靈魂與天主結合，充滿信、望、愛三德，也就是榮福的境界，也是靈魂在成全之境的惟一熱望。





▲婦孺與老人無助的眼神，烘托了瘟疫的無情與人類的無力感。  
◀尼古拉斯·普桑的名畫《阿什杜德瘟疫》，在疫情間帶來深刻省思。

愛在疫情蔓延時  
系列2

## 畫說阿什杜德瘟疫 祈求聖羅格轉禱

■文／陳小茜（Camino國際文化交流協會監事） 圖／尼古拉斯·普桑

最近隨著疫情嚴重，跟大家分享一幅關於瘟疫的畫作《阿什杜德瘟疫》。

尼古拉斯·普桑於1631年繪製這幅作品時，義大利正處於瘟疫流行期間（1629-1631），在描寫瘟疫的繪畫作品中，以《阿什杜德瘟疫》最為著名，現收藏於法國巴黎的羅浮宮。

真實描述了在主曆第2世紀中葉，古羅馬安東尼大帝執政時期，突然爆發的「安東尼瘟疫」。從畫面中可以看出當時羅馬城建築的恢宏壯麗，與倒斃在街頭的屍體和人們的惶恐形成鮮明的對比。

畫中布滿了騷動的人群，前景描寫瘟疫的慘況，最醒目的是，一個倒臥在地，身邊還有兩個待哺嬰兒的母親。從已經發青的屍體看來，顯然死去多時；一個男子摀住口鼻，正彎腰試圖救起其中一個倖存的嬰兒；右邊另一名垂死的老婦人絕望地枕在石柱上，心如死灰，對身邊一切、包括求助於她的孩子毫無反應。婦女、老人、幼童這三種弱勢族群的犧牲者，烘托了瘟疫的無情，周遭往來的人們束手無策，他們小心翼翼唯恐被感染，摀住口鼻的動作顯示出現場瀰漫的惡臭。

中景描寫瘟疫出現的原因：神殿內高高擺著天使守護著的方形約櫃，其下方倒著一個破碎的達貢（Dagon）神像軀幹。右邊神殿台階上搬運屍體的情節與前景的瘟疫主題呼應，也暗示死者眾多。

整體色調在灰藍天空襯托下略顯昏暗，製造出壓抑氣氛，彷彿瘟疫也在空氣和光線中傳播。普桑把瘟疫時的人性表現得很深刻，有逃避、恐懼，有關心互助，有冷漠指責，看似紛擾，一切卻都又在嚴謹有序的構圖安排中。

在古代西方世界，超級帝國——古羅馬滅亡的原因始終是一個謎。許多研究者發現，主曆2世紀晚期至3世紀中期發生的一系列大瘟疫，很可能是最主要的原因。這場被列為「人類十大傳染病死亡事件」之一的瘟疫，史學考

證認為，「安東尼瘟疫」是鎮壓敘利亞叛亂後，羅馬軍隊帶回羅馬帝國的。

這群鳴金回營的士兵回城時，除了攜帶戰利品，還有可怕的天花和麻疹，隨後在羅馬肆虐。描述此病症狀為：劇烈腹瀉、嘔吐、喉嚨腫痛、潰爛、高燒或是生了壞疽，感到難以忍受的口渴、皮膚化膿。曾造成羅馬城高達500萬人口的死亡，更奪走了兩任帝王的生命，也使強盛的羅馬走向沒落和最終滅亡。

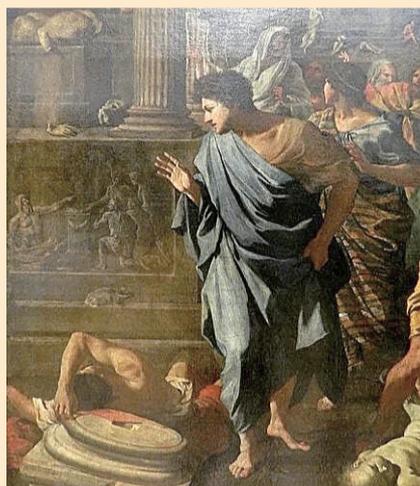
這幅瘟疫名畫，提醒現在正處於疫情嚴峻狀態的我們什麼呢？

持續幾個多月的疫情，讓我們聯想到千百年來，貫穿人類歷史的種種災難。不管是這次的新型冠狀病毒還是過去的SARS病毒，它們所帶來的疾病，在歷史上都有一個共同的名字——瘟疫。

歷史上那些悲慘性的瘟疫災難，是我們無法忽視和逃避的傷痛記憶。人類的文明也借藝術之手，生動形象地記錄了那些死亡和毀滅的悲慘瞬間。

那瀰漫著悲哀氣息的繪畫，穿越時間與空間，令人心悸、不寒而慄，卻也讓後世可以直觀地感受到，曾經瘟疫籠罩下的恐怖氣氛，最終直面痛苦，深刻反思，從而儘快地走出災難的陰影。

從事護理工作的我，從中省思人類因此造成許多恐慌，大家人心慌慌，每天看著新聞報導確診、死亡人數逐漸增加，心裡也是許多不安，此刻讓我聯想到在法國有一位免疫主



▲《阿什杜德瘟疫》呈現的紛亂與死亡氣息撼動人心，予人深切省思。  
▶新冠疫情肆虐全球，讓我們誠心請求防疫主保聖羅格主前代禱，共度難關。



保聖羅格，聖羅格是法國人，於13世紀末，生於法國南部的芒卑利爾，父親是該城總督，但羅格並沒有因為是貴顯家庭的獨子而驕縱自己，却是一個好學熱心的教友。

20歲時，羅格父母相繼去世，他拋下功名富貴，成為一名朝聖者；他跨過阿爾卑斯山，來到義大利，發覺羅馬以北約1百里的里厄瓜濱汀城（Aquapendente），正流行著瘟疫。他不但沒有儘快離開，反而留下來服事、安慰病人；無論在醫院、在街上、在房屋內，他都以最大的關切去服務病人。許多人都說，他只要用耶穌聖名劃十字祝福，病人就不藥而癒。

我誠心向免疫主保聖羅格祈求，願他降福我在護理工作崗位上，可以學習他的精神，幫助更多需要幫助的人，讓人們的身心靈都能夠得到救贖；也心裡祈禱誦念：

「我敬愛的天主，祢曾垂允聖羅格懇切之祈求，恩賜他作『防瘟疫主保』；使凡因聖人之名，求他保佑者，俱得免疫症之害；我們懇求祢，恩賜我們因紀念聖羅格聖人和他的功勞，賴他的轉求，除免我們神形諸疫。以上所求是靠我們的主基督，阿們。」

大聖羅格，請為我們祈禱。

## 心靈加油站110：新生

策畫·圖片提供／真理電台  
文／聖母聖心會

**靜**，安靜的靜；動、活動的動；靜其實是動的泉源。外在的軀體雖呈靜止狀態，不吃、不喝、不動，但心靈上卻衝激著兩股強勁的力量，善與惡經過漫長而激烈的掙扎，然後才能醞釀出一次曠世亙古的蛻變。

只要用心觀察，我們會注意到，周邊最美的事物，經常都是最自然、最有力的表現！這種力，可以解釋為說服力的力，能贏得眾人的讚美；想像山川湖泊的力與美，這也是傳統文人騷客著墨最多的地方，只要翻開古人的詩詞歌賦，到處都可以找到歌詠山川湖泊的美妙詩篇和文章。

忍受孤寂、忍受無情風雨，只為脫卸腐舊的外衣。說是脫卸，倒還容易，其實是希望剝離，這份痛楚的煎熬，靠著強大的決心和勇氣來支撐，蛻變的歷程儘管艱辛，而當新生的彩



衣展現，則一切都已經微不足道了。

每個人新生的成果，並非只有一人獨享，你我同蒙其利。



聖德蘭姆姆嘉言集

策畫／上智文化事業

### 天父的寶貝

坐下來，聽老人們講述，即使是30年前的陳年往事，老人家總喜歡有人聽他說話，鼓勵他們開口。別人都不願意傾聽時，你卻去聽，這是非常美好的舉動。



## 有如地上樂園的青年公園 恩寵上加恩寵

文·圖片提供／林瑞德神父（聖母聖心會士·萬華玫瑰聖母堂主任司鐸）

**從**萬華玫瑰聖母堂可以步行到青年公園，踏進公園裡，就像進入另外一個世界。那是一片綠色的海洋：樹木，草地，花卉……是一處充滿清新空氣的聖所。尤其可貴的是，那裡有足夠的空間！我記得有一天，我們開一個會議，因言語不悅，使得氣氛緊繃。有人提議：讓我們去聖堂祈禱！然而，我就是做不到，我需要空間，我決定去公園……以及找到平安。事實是，我在公園找到天主。

只要走進青年公園，我從未看見不快樂的人，人們來這裡讓自己放鬆，一些照顧者聊著天，推著輪椅上的老年人；年輕的夫婦們彷彿回到他們的蜜月，攜手散步，一邊注意著他們的孩子正無憂無慮的玩耍；健碩的人們來此運動，有打網球、打羽毛球，還有些來游泳！還有一些人，只是來這裡健走。

我驚訝地看見孩子們在滑輪區優雅地繞著圈子，他們如何能做到這樣……？有一天，我看見他們在練習，在猶豫著如何學會之前，他

們必須學習的第一件事是——摔跤！在寬廣的草地上，我不得不驚嘆於人們如何以毫無缺點的精準，互相丟擲飛盤。

觀看此景，真是令人賞心悅目，我經常停下來觀看松鼠，牠們的眼睛說明了所有的事……牠們是警覺的，牠們是有活力的，牠們知道如何躲藏，還有，牠們知道如何跳躍，如何在大樹之間旋轉，牠們享受著作為松鼠的樂趣。另外，還有夜鷺，這些鳥看起來全神貫注，非常專心……我經常想，牠們在操練默想，或者默觀；牠們是靜止的，且全然專注地活在當下。

在入口處，有蔣中正總統的雕像，他看似一個騎在駿馬上的總司令，我經常靜靜地默想：沒有他，今天我不會在這裡；沒有他，今天台灣可能已是一個非常不同的地方，他改變了歷史。然後，不到100碼處，在一個不為我們大多數人們注意的地方，一棵大樹的樹蔭下，我發現了我最喜愛的雕像：播種傳承者！

這座雕像使我想起我的父親，他是一位單純的農人；當我還是個孩子時，無數次地，我看見他如同一個自由自在的人，行走在田野上……豐富地且充滿信心地為了豐收而播撒種子。我永不會忘記我母親的話：「永遠勿忘你父親是誰……一個謙卑的農人！」在我作為一

個傳教士的生涯中，也是我的父親，總是提醒我去播撒福音的種子。

「天主的國好比一個人把種子撒在地裡，他黑夜白天，或睡或起，那種子發芽生長，至於怎樣，他卻不知道，因為土地自然生長果實：先發苗，後吐穗，最後穗上滿了麥粒。當果實成熟的時候，便立刻派人以鐮刀收割，因為到了收穫的時期。」（谷4：26-29）

我的父親知道：「我播種，然而使之生長的是天主。」（格前3：5-9）對我而言，也是如此：我必須積極地去宣講天主的福音，而且，我必須信賴天主，祂將使得種子生長。

有如地上樂園的青年公園，實在滋養了我的信仰。

### 愛 在疫情蔓延時

專欄歡迎投稿，分享在疫情中的生活信仰見證、領悟、鼓舞或默想，不談政治口水戰！文長不拘，但不超過2000字為宜，附上搭配照片更佳，來稿請寄：[catholicweekly@gmail.com](mailto:catholicweekly@gmail.com)，本報編輯部保留修改權，還請切勿一文兩投，感謝您的耕耘，我們一起懇切祈禱新冠疫情早日消弭。



## 常年期12週星期六（單數年）

讀經：創世紀18：1-15 福音：聖瑪竇福音8：5-17

■文／曾慶導神父（小德蘭福傳之友指導神師）

### 耶穌基督+

今天我們讀到一些在信仰、歷史、靈修等方面都很有啟發的經文。

《舊約》猶太人的天主是唯一的，但是，今天的讀經一卻好像有天主是三位暗示：以人形顯現給亞巴郎的主是三位，「三個人」。這讓我們聯想到，《舊約》猶太人敬拜上主時都會說「聖、聖、聖」。3次重複說「聖」，是表示了「無限聖」的意思，但，是否也有暗示上主是三位呢？如果是的話，猶太人就不應該斷然地否認耶穌所作的「我與父是一體」的啟示。

亞巴郎其實不知道這三個人來的目的，以

為他們只是過路客，但是，「勿以善小而不為」，好客關懷的精神，使我們看到他「善有善報」，撒拉在晚年得以生下一個兒子！

撒拉好像信心不夠，覺得自己還能生孩子的說法是可笑的，今天的讀經還圍繞著「有沒有笑」著墨了一番。我們讀了，可能也會覺得好笑。而撒拉後來生下的兒子「依撒格」的意思，就是「他笑」，「願天主笑」的意思。《聖經》真的滿有趣的。

今天福音裡，外邦人百夫長認耶穌為「主」的信心，得到了耶穌高度的讚揚，甚至比很多猶太人的信心來得更大。確實，天主是不看情面的，每一個願意投奔耶穌的人，百夫長也

好，伯多祿的岳母也好，都可以得到耶穌的治癒。又一次讓我們看到——天主子來到世界上降生成為猶太人耶穌，卻沒有只偏愛猶太人，而是為了拯救全人類。全人類都受到天主的偏愛，全人類都應該懂得感恩！

百夫長的謙卑也提醒我們，特別是現今的世人，不要驕傲得以為自己不需要天主，我們要有對「天主是誰」的正確認識。對天主有正確的認識才能與天主建立正確的有成果的關係，為靈修是很重要的。讓我們與聖奧思定一起祈禱說：「天主，求祢幫助我，認識祢，也認識我！」



邁向靜觀的使徒系列 7

■文·圖／李秀華  
（生命之母團體）

## 信德 晦暗的甘飴



信德的特定對象是天主的生命、光明和本質。人每次抒發信德，就能深入其中。但信德又隱藏著奧秘，在奧秘中，信德往往無法久留，因為信德通常又與理智的活動相連結，而理智要求凡事清晰，當然無法滿足於奧秘的隱晦性，於是理智又回到信理的條文加以推論。

但經由聖神的恩賜，從奧秘的晦暗中，竟湧現出一道隱約的光芒。有一種說不清的原因，使人感到奧秘中自有其平安和吸引人之處，這強大引力，使信德擺脫理智的推理活動，超脫於理智所要求的清晰，而獲得了安寧和天主的支持。這是天主以聖神的恩賜來介入其中，使信德的超性面更加完善，活力充沛，進而產生超性的默觀。

當信德的對象晦暗不明時，我們的官能面對這種情境，很快就感到厭倦。這就是祈禱時何以會分心又感到疲倦的原因。分心和疲倦感的後果是：祈禱了片刻以後，覺得自己的祈禱全是白費工夫，自己完全無法控制各種官能，官能會逃避，會去注意別的人、事、物，令人想停止祈禱。這時就需要天主以行動來介入。

天主如何來介入呢？真福瑪利尤震神父說：「天主直接從心理層面介入，就是祂在我各官能的運作上介入，以改善我的祈禱。」（《聖神的吹拂》，頁93）祂

會以聖神的恩賜來介入。「在我們的超性機制裡，嫁接在我們靈魂的本質上，使我們成為天主的子女，使我們藉分享祂的神性而天主化。我們還有三超德及灌注性的德行，這些都是我們的行為動力，就好像聖寵是我們超性生命的器官和肢體一樣。」（《聖神的吹拂》，頁93）聖神的恩賜是我們超性機制的一部分，是接收的器官，可以說是接收的天線，不像三超德是行動的能力。就如天線接收電波，聖神的恩賜在我們超性的機制內，正有能力且確實在接收天主發來的電波。天主藉聖神恩賜所做出的行動到達了理智的頂端，可以說是理智和信德的相交處，此時會發生什麼事呢？

神學家聖道茂教導，有三種聖神恩賜是靜觀性的恩賜，即：明達、聰敏及智慧之恩，每種恩賜都有它特定的使命，特有的功能。（《神學大全》q.68）明達之恩平息感官、聰敏之恩平息理智、智慧之恩給意志神味。

首先，在祈禱開始時，由於我們的感官毫無感知而產生疲倦。信德進入了為我們來說是奧秘晦暗的對象——天主，此時天主以明達之恩來加以干預；這支天線將感知傳送給內、外的各種感官，使各種感官得到了平息。這種安寧的感覺可以充滿愉悅，也可能痛苦難忍。不論

前者或後者，都會使感官停止活動，而讓信德停留在天主之內。

其次，聰敏之恩將超性之光傳送給理智，這些光照可能使理智很清楚地領悟某一個問題或某一真理。在有些情況下，甚至還可能得到奇異的光照，使人洞悉未來。在理智官能內，除了有推理的能力，還有更深遠更完善的能力—直覺。聰敏之恩最大功能在於平息理智，深入理智之內，使其停止推理；而直覺能力卻或多或少有意識地從所獲得光照中得到滋養。最後，智慧之恩也是一支天線，接收天主傳來的神味，將它傳給意志，及所有的官能，使人靈感受到一種富有而愉悅的寧靜。

在此狀況下，人靈是安靜下來了，但也可能是痛苦地安靜下來，不要以為天主藉聖神恩賜所做出的行動總是充滿甘飴的。通常天主的這項行動總會使人感到或多或少的痛苦，（即使同時也有甘飴）。瑪利尤震神父常說：「要知道天主在人靈內的行動總是有對立的兩面，這種表面上的矛盾：一方面痛苦，一方面甘飴；一方面癱瘓，一方面寧靜。正是天主真正行動的最明確標記。」

天主的行動，使人靈同時感到安寧，得到明悟，又享受甘飴；也感覺被吸引著，向晦暗奔去。當然在晦暗中一無所見，但感受到天主的超越性。這種晦暗比理智努力所得到的清晰認識更甜蜜、更誘人、也更令人渴望。

正如聖女大德蘭說：「我愈不懂，就愈相信，也愈愛慕。」（《交往集Relations》，頁551）因為在晦暗中所感到的甘飴在推動著我們，又有不明亮卻無限甜美的晦暗全面籠罩著我們，信德因而更喜愛進入天主的晦暗之中。於是信德持續工作，持續尋求與福源的天主的接觸，尋求深入天主之內，以便整個人安息在主內，享受祂的淨化和滋養！



▲洛雷托聖母之家，我們來囉！  
▶在洛雷托聖母之家的朝聖彌撒有三位神父的降福，好幸福！

## 在光的引領中行走

■文·圖／黃鴻琪（Camino國際文化交流協會）



▲敬禮聖母月，從銅鑼聖瑪利亞天主堂出發。  
◀費奕峰神父帶領朝聖彌撒

只有神知道什麼東西讓我一直笑，  
只有神知道，我不知道，  
什麼東西讓我一直笑。  
一朵花的莖  
當風吹時，它就搖動。 ~Rumi

疫情大爆發前，5月上旬參加台灣拉丁文團體Una Voce Taiwan所舉辦的苗栗洛雷托聖母之家徒步朝聖，那是一趟銘記著奇異恩典的朝聖之行，主要是由兩位年輕神父帶領，一位是杜晉善神父，另一位是費奕峰神父（Yvon Fillebeen），兩位非常陽光的神父，都是天主教巴黎外方傳教會傳教士，瘦弱的面龐總透露出微笑的純潔。

費奕峰神父在彌撒中特別地提到，「朝聖」與「行走」有關，行走對於基督徒有很深的根源，因為基督徒的聖祖亞巴郎即是遵照天主的召叫，離開自己生長的故鄉，去到一個遙遠陌生的地方開始新的生活，接受天主賦予他的使命；還有梅瑟也是接受天主的召叫，引領以色列子民走向曠野，出了埃及地、奴隸之所；而聖言耶穌，更是走進在耶路撒冷和死海之間的曠野接受試探。

費神父所言，我的領會是：人的存在，從受造到獲得聖化生命的圓滿，朝向成聖的跟隨，何嘗不也是朝聖的辛苦路程。於有限和無限之中，能夠且走向生命的終極自由：人是朝聖者！這是人渴望與無限和永恆結合為一最成熟的、自然和超然的盼望，古希臘哲學家早已在人存在的深處，發現了人對神聖永恆的嚮往、對靈魂真正休憩之所的渴望，指出人好像「不

是塵世的，而是天上的植物。」  
聖言耶穌是道路，朝聖也與道路相連一起，走在這道路，同樣都是在感官和心靈上，死於自我的本性。聖十字若望

說：「經歷死亡，爾以生命變化死亡，他將「死、復活」理解為一個夜的旅途；「以生命變化死亡」將其蘊含一段旅程，使感官順服心靈，並使心靈順服聖神，由於順服給人的感覺好像死亡，其中伴隨著所有不是天主的黑暗和死亡，但聖十字若望把這死亡解釋成「愛的奧妙」，他曾描述死亡有如：「愛的河流將傾注入海，在此，這些河流已是這麼浩瀚無垠的又被堵住，看來已經如同海洋。」

而我最喜愛的詩人捷克詩人里爾克（Rainer Maria Rilke）則將復活詠頌成一篇奧秘的臨在：

我在所有萬物中看見祢，  
萬物視我友善，如一位兄弟；  
祢於微渺事物像顆種子沐陽，  
而於巨大裡大大的給予，獻出祢自己。  
這就是諸力量的奇妙表現，  
如此效勞地穿行過萬物：  
於根際成長，於莖處隱默，  
而於樹頂升起，宛如復活。

里爾克在另一首詩裡，對死亡也描述出一段耐人尋味的詩句：「你須是鳴響的杯盞，曾在鳴響中破碎。」於此，里爾克在詩裡用了一個穿透死亡而成為永恆的意象：「讓自己成為鳴響的杯盞，響際已碎。」詩人這一句的詩意給予的是，臨在內省的自覺，我不再是前一刻的

我，我恆是當下的我，我的作為是美妙的鳴響，也許餘音仍繞樑，但我並不稱說那鳴響是來自於「我」，那個「自我」的概念已碎。那鳴響，是一個更深遠廣大的力量，透過我而生，而傳達，而美妙作響。

讓我感到聖者詩心最觸及深處的，不外是他們不

約而同的將面對死亡、復活的奧秘，將一刻一刻的前來，都道出了只是當下，恆是當下，在那當下與奧秘的臨在同在時，有所信之人，會在深處，觸及了那永恆的空間，並體悟到觸及永恆生命的，不是透過肉體的永存，也非時間的無盡延續，而是當下駐留在心靈，恆存的當下瞬息，也就和生命的泉源連結了，那是一個留守在造物者愛內的自然循環之境。

我無從得知里爾克真正在面對死亡時，從心裡泉湧而出的，是否如同其詩意的所信所愛，不過細讀他的詩時，彷彿可以聽到他在對我說，無論走在何處，無論找到自己時是在何處，都可以問一問自己：現在所遭遇的，與自己靈魂深處之渴望，有什麼關係？當將生命中的分分秒秒，都視為死亡接復活，且將「死亡、復活」變成「注視」，而不再尋求言語上的答案時會如何？

而我，去年此時在Camino路上，從無到有，慢慢地瞥見那可能成為朝聖者的自己。只因走Camino之前，我是一個無神論者，學習心僅是知者、觀者。然而，在Camino路上，有了意想不到的邂逅，這邂逅讓我意識到，祂為我開啟了一扇門，是一扇，我未曾主動探求的門。門開啟時，那奧秘趨近，觸及我，驚嚇中停下來問：是祢嗎？是祢領我來到此地？祂沒有回答，爾後，祂靜默地領我前行。

這邂逅，也似與大光相遇，但那光輝不會刺傷眼目，卻是非常柔和的光澤，在光之中恍若瞥見了神聖面容，心被光照明，從靈魂深處回應、特別地投入生活中的一切，因為他更清楚自己心靈的底蘊與內涵，使朝聖者在不知不覺中順此光，走近光源。只是，在爾後行途之中，此光忽隱忽現，因此亦有迷失之誤，此光再現之刻，方向才又突然明朗。

然而，朝聖者逐步漸近，只需前行，達到與光結合的企求，終能在光的引領中抵達旅程的終點。到那時，生命應純粹地如是，如同一朵花的莖，當風吹時，它就搖動。



▲聖母月的徒步朝聖，留下美好回憶。  
▲杜晉善神父和大夥兒在聖母月之初徒步朝聖，敬禮聖母。

# 保臘修女與悠媛修女 我們敬愛您，天堂再見！

■文·圖片提供／曾麗達修女（德來小妹妹會）



## 保臘修女／天主精明的好管家

第一位是劉保臘修女（聖名：保祿）於2021年1月15日蒙主恩召，享年93歲。保臘修女1928年3月16日出生於廣東，本名劉夏蓮。從小是個孤兒，在育幼院由聖家會修女撫養長大成人，後由劉姓教友收養，1949年來台。她在劉家要幫忙照顧弟弟、妹妹及做家事，同時，萌生當修女的念頭。

後經友人介紹，她於1949年進入德來小妹妹會，她在修會是個默默付出、盡忠職守的好修女，每樣工作都盡心盡力，毫無怨言，她從未出外傳教，她的工作卻是修院內十分重要的家務；諸如：負責飯廳的收拾打掃、負責聖堂準備彌撒、洗聖布、洗床單、會衣及熨衣、準備客房舖床等，總是做得喜樂而細心。

她的個性開朗，常給人親切的微笑，也受到多數人的喜愛。但她還是很有個性及主見，年齡稍長後，有時與修女們外出旅遊，在人多的地方，會擔心她跟丟了，修女要牽她的手，她總不



願人牽。她因為個子不高，生活上有些小小不方便，比方太高的地方她搆不著，但她總有辦法克服，例如：洗衣台及洗衣機為她太高，她就用專屬她的保麗龍蛋糕盒墊腳。她的身體硬朗，得自於每日早晨以八段錦健身。她的興趣是看書、寫字，閱讀靈修書籍及報章雜誌，並記下重點精要；在整理她的遺物時，便發現她珍貴的收藏筆記；閒暇時，她也會練毛筆字。

劉修女是個好奇寶寶，對於新奇的事物很有興趣探究詢問。她也很關心姊妹們，見有誰不在，便會詢問。她有愛德，也關心窮人，常將修院特許的壓歲錢捐給需要者。

德來小妹妹會在半年內送走了兩位可敬可愛的修女，雖有百般不捨，但值此疫情嚴峻時期，她們更早得以解脫，獲享永福，這是天主極大的愛與祝福！兩位修女也都走得十分自然安詳，德來小妹妹會有她們的臨在，是修會的福氣，更是修女們的好榜樣。懷念之餘，願以此文紀念她們並請主內親愛的兄弟姊妹們繼續為她們兩位修女的靈魂代禱，切願她們也為普世教會祈禱。



▲耀漢小兄弟會曹立珊神父與德來小妹妹會修女們，在台北忠烈祠祭拜會祖雷鳴遠神父，保臘修女（右二），悠媛修女（右四）。

她也會讚美別人的長處，還有一件使我覺得很感恩及她的貼心，是我在振聲中學服務的5年期間，有時忙碌晚歸之時，她常會陪我用晚餐與我交談。

晚年時，她常是我們散心時的開心果，有時也能欣賞她唱兒歌的可愛模樣。不料，她在2015年突然失智，致無法言語及正常飲食，而以鼻胃管送食，因此受了许多痛苦。對於姊妹們對她的關愛，她會以眼神表達感恩。例如：當我在她身旁唱聖歌為她祈禱時，她都知道。保臘修女一生可說是天主精明的好管家，德來小妹妹會修女們的好幫手。



## 悠媛修女／幽默救靈的福傳之光

第二位是許悠媛修女（聖名：蓓蓓），於2021年4月26日蒙主恩召，享年84歲。許悠媛修女是越南華僑，本名許紅吉，1937年出生在越南堤岸市聖方濟各堂附近，年輕時，學得一手工藝，17歲即經營裁縫鋪，因手藝精細，客源不斷。聖堂中的祈禱歌詠聲促使她有修道的渴望，於1963年加入德來小妹妹會，成為本會在越南發展的初熟之果。悠媛修女於1968來台灣。

悠媛修女的縫紉巧手長期以來協助本會許多修女製作會衣，並教導一些新入會者做衣服。她也十分勇敢並吃苦耐勞，為了修道聖召努力完成學業。

1973至1980年服務於新竹縣寶山鄉德蘭兒童中心，照顧當時所收容的許多小兒麻痺孩童。7年期間，她是院長也更像孩子們的好母親。當時我家搬到德蘭中心附近不久，我是那裡聖堂的教友，悠媛修女也是我初領聖體、領堅振，以及成為聖體軍的道理老師。因著她的啟蒙及好榜樣，培植了我信仰及修道的幼苗，為此我十分感恩於她。她也接納所有需要幫助的孩子。據趙貞美修女的見證：有一天來了一

個坐輪椅、非常纖瘦、患有肌肉萎縮症、吃飯需要餵食的小女孩，當時身為院長的悠媛修女一口便答應幫忙收養。

1985至1991年，她與貞美修女奉派赴阿根廷建立會院，會院位處偏鄉地帶。一天，歹徒闖入修院搶劫，用電線綁住兩位修女。悠媛修女面對歹徒時很鎮定，兩位修女一起祈禱時，歹徒問：「妳們在做什麼？」悠媛修女回答：「為你們祈禱」。歹徒很生氣地說：「為妳們自己吧！」她很機智，引歹徒到隔壁神父那裡，才被釋放。

悠媛修女的傳教熱火格外值得推崇。她在發完初願隨即服務於桃園成功聖母聖心堂，勤奮拜訪教友家庭之外，並常利用午休時間，到工廠外站崗尋找失聯的教友。

越南開放後，她於1995年至1998年奉派到越南招收並培育望會生。2002年她卸下修會的工作後，全心做專職的講道員，這12年期間，她的福傳熱火令人感佩！她可說全力以赴，每次她會仔細觀察到聖堂需要餵養精神食糧的人，把握機會給人講道，期間慕道者眾，每年



▲悠媛修女（左）與妹妹斐德修女的幽默福傳，遠近馳名。



▲悠媛修女（右）福傳認真，因著上她的慕道班而領洗歸主的小羊眾多。

均有兩位數的新教友加入教會；悠媛修女更在桃園聖保祿醫院牧靈探訪講道，為臨終病人代洗者無數。

她在本會內也常把握機會為工作人員宣講福音，有時，需要協助她們先完成工作，例如：在廚房幫忙洗碗，以便有時間聽道理。為使更多人能聽教會道理；她甚至犧牲許多午休時間，慕道者可隨時和她約定他們方便的時間，如此不辭辛勞一心只為救人靈魂。她真的是德來小妹妹會傳福音之光，本會以她為榮。

2016年以後，悠媛修女的身體大不如前，多次進出醫院，不能再從事傳教工作，安心在桃園會院靜養，最後約2-3年期間也因需要洗腎及失智，受了许多苦；2021年4月26日因腦溢血安息主懷～願慈愛的天父降福報答她們。



▲感謝天主，讓我找到了仁愛會的老修女——鄧華斌姑奶奶。

## 小屋的喜樂

在我一生歲月裡，幸福與慈愛常隨不離；  
我將住在上主的殿裡，直至悠遠的時日。（詠23：6）

■文·圖片提供／李玲玲（仁愛會修女·台灣明愛會執行長）



▲鄧華斌姑奶奶（左）的小屋是教友常來滋養身心的喜樂之屋。

她曾經是位大家閨秀，曾經當過中學校長，也曾經是位大姑奶奶——白帽子修女，精通法語、英語，擅長油畫。北京市裡南堂的正後方牆上，掛著一幅聖母態像，即是出自她老人家的傑作。1987年在北堂邊的西什庫大街上，找到了她的住所，整個院子裡，屋舍坍塌，斷垣殘壁，猶如遭受地震肆虐般的情景，真可用破爛不堪來形容，而最終是在一間小破屋裡見到這位端坐著、神態堅毅且祥和的長輩，我的出現，帶給她無比的喜樂，而我更是興奮，感謝天主！我又找到了一位老前輩。

起初，我真不敢相信眼前這位，就是我要見的鄧華斌姑奶奶，因為我根本不認識她，也從未見過面；於是我靈機一動，就以法文問候她，以聖母向表姊的問候詞送給她。只見她那歷盡滄桑，飽經歲月折磨，又受盡文革折騰的面容，頓時展露出最美的笑容，馬上開始說出了一大堆的法文，當下，我確定，就是她！當時院子裡住了十幾戶人家，但基本上彼此之間幾乎沒有來往互動，於是，我立即用普通話開始與她交談。

鄧姑奶奶問我，是如何知道她住在那裡的？這要說起在台灣有位馬先生，住在八里鄉安貧小姊妹會的台灣安老院，我每周和教友們去探訪長輩時，認識了他，他是主顧會馬玉潔修女的父親，在一次探訪談話中得知，他認識王純正姑奶奶，是他在北京的老鄰居。再由王姑奶奶指引，找到了住在西什庫大街的鄧姑奶奶，但不久後，她就要搬離這條北京的黃金地段，到朝陽區新蓋的小區公寓；所有住在那裡的居民也都得搬離，感謝天主！幸好在鄧姑奶奶搬遷前先遇到了她。

在朝陽區的公寓裡，鄧姑奶奶配到了一間房，位在一樓靠邊最後一間的「小屋」。爾後每當我去北京，肯定要去她的「小屋」探訪。我們談過去，也規畫著未來！原來好幾位仁愛會的姊妹都是鄧姑奶奶在東堂邊祐貞女中任校長時的學生，也是由她們口中得知南堂祭台後方牆上掛著的〈聖母無染原罪〉油畫，是鄧姑奶奶的傑作。經過多次探訪，我向她提出了一個要求：可以陪伴我們未來的小姊妹們嗎？她笑得好開心地說：「那是我的榮幸！我的小屋要讓她們感受到愛的喜樂！」我真的感動極了！從此，「我的小屋」就

成了來來去去的小姊妹們的「家」。

鄧姑奶奶毫不保留地分享她一甲子奉獻生活的經驗，她指著小屋裡的另一個「小屋」，那是她的精神依靠，那是主耶穌的「小屋」！就在屋角的一處，有蠟燭的燭光、有鮮花陪伴著！她的小屋幾乎天天都有訪客，來與鄧姑奶奶一同享受耶穌基督的愛，她們離開時，都帶著喜悅的心；甚至遣使會與我們修會的男、女總會長，之後也曾臨造訪過這小屋！

每一位經由鄧姑奶奶陪伴過的小姊妹，在她的教導與潛移默化中，都學習了聖文生精神：安貧樂道、服務窮苦病人。這麼多年，物換星移，人事更迭，仁愛會的姊妹們就是這樣生活的獻身者，活出了會祖聖露薏絲的啟迪！鄧姑奶奶當年不僅是年邁，更是一位帶病延壽，卻滿心平安喜樂的貞女！在她生命的末刻，小姊妹們輪流去醫院陪伴照顧她，直到1998年9月2日安息面主，享年92歲。

謝謝鄧姑奶奶！我們會永遠懷念這「小屋」的喜樂！

## 恩典之路

一步一步，這是恩典之路，祢愛 祢手將我緊緊抓住。

■文·圖片提供／鄧氏江修女（聖嘉民靈醫修女會）

宣發聖願的禮節雖已結束多時，但是我的心還是沉醉在〈恩典之路〉這首美麗歌曲的氛圍中，好似正在跟隨著修女們列隊進堂。

其實，當天的壽星不是我，而是我們家的修女們，但是心裡就忍不住想大聲呼喊向大家宣講說：「我們讚美感謝天主吧！因為祂所賜的一切恩惠多麼偉大奇妙！」

今年3、4月是我們靈醫修女會辦喜事的月份，若在往年，一定會大大慶祝，邀請親友、恩人等等來與我們分享、同樂，但是卻因為防疫措施，我們只能低調地舉辦慶典，但是「小而美」的禮儀仍是非常隆重、溫馨，因為，我們內燃燒著同樣感恩和讚頌的心火！

3月27日是我們5位前輩修女的發願金慶，非常令人羨慕，真不簡單！50周年的5位姊妹有始有終，藉著在修會奉獻服務，把生命獻給天主，她們的無限愛心與無私付出，讓人佩服！聽了她們分享聖召的故事實在太感動了，50年前，這5位美麗可愛的姑娘就如此堅強、毅然決然放棄一切從香港、台北、羅東、屏東等各地，來到台灣羅東聖嘉民靈醫修女會修道！家人的不捨、反對、世俗的誘惑等等，都不足以動搖他們的意志力，50年的修道生涯，從歐洲至非洲都曾留下她們的足跡，嚐遍了酸、甜、苦、辣，但是她們的心靈總是洋溢著感謝、讚美天主初心。



▲甘國棟神父（中）與聖嘉民靈醫修女會全體修女們歡度宣發聖願禮。

4月16日，兩位進入初學期，17日是兩位修女誓發初願，如同聖保祿宗徒說的：「對一切人，我就成了一切。」（格前9：22）其中一位修女，之前活潑頑皮，是青年會的幹部，被主選上進入了修會，接受薰陶，慢慢內化了修道人的氣質，如今穿上會衣，披上頭巾、胸前配戴了紅十字，更是散發著「基督的新娘」那高貴和美麗！就像幼兒園的小朋友給他們的祝福：「新娘子，新娘子，恭喜妳們……。」真是感謝讚美天主！

是的，每個聖召都是美好的，都有她的幸福及考驗。一個小女孩在這世代仍有勇氣選擇修道生活，一般人難以想像的，但天主是無所不能的，祂要的，一定跑不掉，只要打開心扉，讓主進來，祂會悄悄地對妳說，祂在妳生命中的旨意。

在致謝詞中，修女們不斷地感謝又感謝，感謝天主的召叫，感謝父母、親人、恩人、修會

姊妹等等的愛護培育……只要走對聖召路，雖是辛苦，也是甜美的！

在天主所選定美好復活期，帶給我們無比的喜樂、平安、希望和光明，我們相信生活中不論碰到多大的風暴難過，主耶穌都會陪伴我們走過黑暗，重見光明！

我們靈醫修女會懷著感恩喜樂的心歡迎兩位姊妹：Teresa阮氏翠蝶和Teresa曾氏月進入初學，兩位初學修女Sr.Martina阮氏紅鸞和Sr.Rita黃氏惠宣發初願，她們已經進入我們靈醫修女會的大家庭，這是天主賜給我們修會豐厚的恩寵。

在這歡樂的時光，透過會祖真福瑪麗道美的轉禱，讓我們繼續為她們祈禱，特別懇求天主賜給她們主復活帶來的平安、喜樂，堅信不移地跟隨祂，有一顆熱愛天主、慷慨服務人們的心，勇敢並忠誠於祂的召叫。AMEN, ALLELUIA！



▲金慶、初願、初學修女都在會祖瑪麗道美的陪伴下，喜樂回應聖召。



## 漾·神雨衣

Forever Young ■文/校園使徒編輯室 圖/奧斯卡(大博爾青年)

耶穌基督永遠年輕！祂的青春不停歇活化我們，願我們的生命如同器皿，漾出祂無限的美善生命。校園使徒全人投身陪伴大專校園青年，28年來見證年輕心靈與主相遇的時刻，編輯分享他們經驗到的天主碰觸，願這些分享讓我們發現永遠年輕的基督與青年同行的足跡。

在我和天主來往的經驗中，天主常常在我最不經意的時候來訪，讓我措手不及，又哭又笑。老實說我的性格有點急躁又貪便宜，如果一件事如能「一兼二顧，摸蚧仔兼洗褲」我會願意試試，覺得自己這樣很聰明！

一天下午，騎著車兜在路上，突然間下起雨來，雖不至滂沱大雨要立馬換上雨衣，但也會擔心要浸潤外氈，又不想乖乖停下，老實地穿好，天才地想趁停紅綠燈時抓空檔湊和著穿，沒想到，暫停時間都不夠，穿得有一搭沒一搭，像小飛俠似地一路馳騁，突然間雨勢轉大，只好老實停下車穿好再上路。

沒想到……後來雨竟然停了！原以為是間歇性雨停，沒想到後來竟出了太陽，但想到

要再停下來花時間換下，就覺得浪費時間，還無聊地怪老天作弄，一路咕噥。心底突然浮現一句話：**我要保護你！**

正當覺得奇怪時，感受到近日在生活中對自己的自棄、沒信心等挫敗感一湧而上，那句「**我要保護你**」的聲音卻在心底有如山谷回音，淚水沒來由地不停落下，一股被深愛的暖流撫慰著我。

一切超現實又沒道理，看著自己身上的雨衣及雨過天青的雲彩，一個靈感出現，頓時看見天主藉著要我好好穿上雨衣再上路的舉動，向我訴說祂對我無微不至的看顧陪伴，祂要為我穿上祂的慈愛祝福，沒有什麼能阻擋祂，連我自己都不能。

一想到此，又使我破涕為笑，我的自作聰明，不知道錯過了太多讓天主大展伸手的機會呀！天主不想再看我表演，要親自出馬，折服於天堂等級的高度幽默，一路上忍不住大笑，還好載著安全帽，不然真的很像瘋子。

奇妙地雨中邂逅，天主對我說的話如履約保證，總在我最軟弱時跳出來給我力量勇氣陪我度過，願放下自己交給祂的信心日益堅定，讓我這在至高者護佑下居住的人，要說：「我的避難所，我的碉堡，我的天主，我向祢投靠。」（詠91：1）

願您也發現在生命中天主為我們穿上的「神雨衣」！



## 小星星看人間

■文·圖片提供/瑪達娜娜(媒體工作者)

### 在PODCAST為你說有溫度的故事



自媒體興盛，產出了不少的網紅，不少人也因為副業比主業收入多，而放棄了原本的職業，專心地做起自己有興趣又能賺錢的工作。近日，自媒體的風潮吹到了廣播，所謂的PODCAST，大大滿足了對廣播有興趣的人，簡單的音檔、大約20分鐘左右的節目內容，不一定很精緻，卻足夠讓主持人發表心聲，做個自在的媒體個體戶。不過目前GOOGLE、KKBOX、聲浪、spotify…等各大PODCAST平台，發現還是有知名度的主持人較受到一般聽眾歡迎。

幾乎每天都有人登入這領域，完成當廣播主持人的夢想，透過平台提供訂閱者數量等資

訊，讓主持人評估在沒有收入的狀況，是否願意堅持繼續做下去。近1個月，五大平台出現的新節目中訂閱持續上升，特別是搭上疫情時事，節目內容很受歡迎的《小星星看人間》節目，算是異軍突起。節目不噴口水、不談政治話題，登記在親子類的節目，只傳遞正能量和滿滿的溫暖。

節目製作人也是主持人的曉星，出生3個月就受洗成為天主教徒，一直把傳遞正能量為職志，本身任職在基金會，平常就接觸社會弱勢，看到許多感人的真實故事，於是興起要為大家說故事的念頭，尤其是真實的故事希望能傳達真實的感動。節目第1集，就先以一位妹妹懷念突然去世的姊姊的故事，母親節前後分享了孩子思念母親，以及母親為生病子女付出的各式感人故事，每一個真實故事由曉星溫暖的聲音讀出，特別吸引人，總感覺每次的節目太短了，真想多聽一點才過癮。

曉星說，感謝許多好朋友提供自己的人生故事！曉星在節目片頭表述了，「天上的星星，為何像人群一樣的擁擠，地上的人們，為何又像星星一樣的疏遠？」保持著安全距離的疏遠；鼓勵聽眾跳脫框架、換位思考，聽別人的故事找自己的答案，陪著主角人物喜怒哀樂，最終也能得到啟發和感想。第11集改版後的《小星星看人間》節目，片頭也愈加富有禪意，將銀河星光和萬家燈相互呼應，還是強調在人看來

是難成之事的，天主都能成就，鼓勵正在困頓中的任何人，千萬不要把自己困住了，要面向陽光接受正能量。

節目還有趣的塑造了一個可愛的甘草人物——斗妹，讓每一集的節目都充滿趣味和驚喜。曉星特別提到這是按照自己的原型塑造的人物，因為她在別人眼中，一直是個沒有特別成就也不算優秀的人；但是，因為信仰，她每天都過得感恩、開心，相信很多孩子都和她很像，也希望藉此帶給聽眾更多不一樣的思維。斗妹和媽媽、阿嬤的互動，讓很多人笑到「併軌」，曉星一人分飾多角的聲音表達功力，也著實令人佩服。

說到節目後製，是由曉星的好朋友曉媛負責，她的主業是家庭主婦，因為經常做義工服務社會弱勢，因此和曉星很合拍，兩人就商量著如何為大人說有溫度的故事，因為想法相同，兩人就土法煉鋼地開始了《小星星看人間》節目。兩個人都力求節目內容精緻豐富，每次對襯底音樂及效果都要斟酌再三，兩個非專業人員，著實花了不少精力和努力。

歡迎大家請點閱此網址，或在各PODCAST平台搜尋《小星星看人間》收聽，給曉星、曉媛鼓勵，花20分鐘時間，來一場心靈SPA！





堂區走向社區，準備好了嗎？

## 輔神傳教神學系列 8

■文/Rosa（輔仁聖博敏神學院學生）

## 海外華人堂區 中高齡婦女讀經計畫

堂區福傳系列刊載了「堂區小學生學習團體福傳計畫」、「太魯閣族Tnpusu福傳專案」兩個計畫案，本期由神學生在海外華人堂區針對農村中、老年婦女的生活型態與生命經驗為基礎，規畫讀經及凝聚堂區團體的福傳計畫；期望藉此反思在教會人口結構高齡化的現實下，本地應有的福傳機轉與機制。

村里的總人口大約5000人，教友大概有4-500位，以務農為主。雖然不是本堂，但每天晚上都有4-50人，來堂裡念玫瑰經祈禱。他們中識字的人不多，所以很多人念經時有音沒有字。她們對天主的認識是來自傳道員的講道，聽聖人傳紀，做些九日敬禮，並將之奉為真理。為她們而言學習經文，在聖堂或家中誦念經文是最好的恭敬天主的方法，是天主所喜悅的事。

## 堂區情況 有音無字的信德

農村的教友們大都認為天主是賞善罰惡、計算人罪過的天主。這些思想深刻的印在她們的心中，她們總覺得自己不夠好，害怕自己不能善終。每次遇見熟悉的老年婦女，她總會托我們代禱善終的恩寵；但在與她們的交談中發現，她們其實並不是害怕死亡，在生活中也有很多天主愛她們、照顧她們的經驗。卻因為這些不正確的信念觀念的影響，讓她們生活在惴惴不安中。因此，天主聖言的學習和彼此的分享，為幫助她們彼此建立正確的天主的形象，尤為重要。

近幾年，我回家時，媽媽都會拿《頌主手冊》來問我，這個字本地話怎麼念，什麼意思？她很好學，雖然不會國語，但她用福安話讀了整本的《天主教教理》和《默想全書》等一些教會的書籍。我鄰居有好多婦女，她們跟我媽媽的關係都很好。於是心中就有了這樣的一些構思，就是將那些婦女們組織起來，成立一個用本地話讀《聖經》的讀經班。上了呂老師的課後，覺得可以將這個計畫在整個堂口即整個村莊裡或堂區實施；在農村，春天和夏天是農忙的季節，9月份農忙結束，一直到第2年的正月，農村的婦女們就會有很多空閒的時間。

希望透過組織讀經團體的聚會，幫助她們認識《聖經》和耶穌的教導，改正他們心中的天主的形象，體驗做基督徒的幸福。並幫助她們去實踐福音的教導，在生活中關心周圍鄰裡的需要，實踐彼此相愛的誡命，為信仰作見證。

## 堂區生態 激發信仰的渴望

教區很看重信友《聖經》的培育。早在十幾年前，教區訂購了1萬本《新約聖經》，還有好幾十包沒有開封。現任本堂是剛調過來的有活力的神父，充滿福傳熱火。教友們渴望靈性的成長，也渴望認識並靠近主，做主所喜悅的事。目前，我們有幾位傳道員是自己家鄉的，可作為師資，幫忙帶領小組。因此，現在就是

最好的時機，我們可以著手組織中、老年婦女讀經班。一方面幫助她們識字，學習《聖經》道理；另一方面透過團體的分享，互相的友愛，更扎根於教會，建立教會。

為開展婦女讀經班，我們也有許多的不利因素。這些老教友對教會道理一知半解，有的甚至從來沒有接觸過聖經，因此，在開班的過程中可能會有一些磨合。教友習慣用玫瑰經祈禱，沒有採用其他的祈禱方式，為她們來講是一種新的體驗和挑戰。另外教友生活在外教人中，有許多外教朋友，生活習慣也會受外教風俗的影響，很容易產生迷信的思想。農村的中老年婦女普遍文化水準不高，生活圈小視野有限，鄰里間也會有些摩擦，這些可能都會對讀經班進行產生影響。

## 堂區處境 組織婦女讀經班

首先掌握堂區推動讀經計畫的機會與優勢：

**機會：**1.教區看重《聖經》推廣；2.主任司鐸重視並支持；3.教友渴望靈性生命的成長；4.農活少，時間充裕。

**優勢：**1.本地語言師資的委身；2.師資是本村人，可隨時問問題；3.參與者的渴望度高；4.組員都是自己的鄰居熟人。

同時要面對計畫推動時可能的威脅與劣勢：

**威脅：**1.國家對宗教政策的管制加嚴；2.沒有接觸過《聖經》；3.原有的祈禱方式單一固定；4.世俗化生活影響大。

**劣勢：**1.老年婦女文化程度不高；2.程度不一致影響學習進度；3.農村婦女生活圈子小；4.鄰里間的矛盾。

為了組織中老年婦女的讀經班，首先應與本堂神父討論，組織中老年婦女讀經班的計畫，並取得神父的支持，聯繫籌備小組成員和師資取得共識，及商討讀經班計畫的具體推行方案：將整個村莊分為5個區域，每個區域兩組分別為國語組和本地話組。每組最低不少於5人，最多不超過10人。由於文化程度不一致，中年婦女70%識字，並讀懂經文的意思；老年婦女80%不識字，不會看《聖經》；20%看得懂，本地話會讀，但不會國語。為此，在分組時應根據她們的程度，將讀本地話的和不識字的分為一組，會國語識字的分為一組。因為各小組成員的程度及狀態不同，因此，小組聚會的形式會有所不同。

**組織與任務分工：**1.首先成立、籌備、師資小組，分為國語、本地話兩組；2.召開籌備會議，確定分工執掌、家訪及收集學習資料等。本讀

經計畫，預定進行3年課程規畫。

**第1年：**本周的主日福音+《釋放心靈的枷鎖》1-9章（兩周一章）。

**第2年：**本周主日福音+《優雅走向回家的路》（兩周一章）。

**第3年：**本周主日福音+《生命的禮物》（兩周一章）。每次聚會約1~1:30小時，在教友家中聚會讀經。每次聚會所需的經費由教友自籌，講師交通費則由堂區支應。

為能更好地實施計畫，先在前3個月的堂務報告中通知推廣。籌備小組成員接著組織教友去家訪，鼓勵人參加，並登記參加名單。10月1日為開課前彌撒，彌撒後，全體座談會，談談參與者的渴望和期待。

最後是小組時間，讓每組約定自己小組的名稱、聚會時間和地點，並給予《聖經》章節讓她們先行預習。介紹網絡上優質的主日講道視訊給她們，讓她們聽。然後按各組約定的時間，每周聚會。另外，每月1日為參與讀經團體的教友舉行彌撒。每個月一次探訪獨居老人，幫忙打掃衛生等。2月1日為結課感恩彌撒，全體聚會分享收穫的喜悅，聽取建議，總結並通知下次開課時間。

將近90分鐘的讀經班運作，依不同的語言有不同的帶領方式：

**1.國語組：**聚會前，先自行閱讀《聖經》，默想經文，並按著《聖經》去生活；聚會時，組員分別分享聖言和自己生活的關係、對聖言的理解、領悟、問問題、分享一周中為自己重要的生活事件；需要代禱的事件。講解《釋放心靈的枷鎖》內容，勸勉回家練習、相互代禱，結束祈禱。

**2.本地語言組：**一起讀經3-5遍，講解《聖經》意義，及如何默想聖言、實踐聖言將讀經錄下來讓她們在一周中多次複習。分享前一週的聖言與自己生活的關聯；聖言對自己的幫助；生活中的重要事件、代禱事件，分享《釋放心靈的枷鎖》；勸勉回家練習、相互代禱，結束祈禱。

中老年婦女的讀經團體的成立，確實是一項當行且可行的福傳工作；目前的計畫雖然有些粗糙，希望透過實踐慢慢摸索和調整，使這團體能穩健持續的成長。

天主是生活而慈悲的，總不忘記祂的子女。現在，祂讓我們開始了這項工作，願祂的祝福常臨於我們的讀經班，帶領我們的腳步跟隨祂的足跡，好能成為祂在世的生活見證。