

主編的話

胡超威

各位讀者，大家平安。彌撒是天主教友信仰生活的核心，因為彌撒不僅是主日與平日的日常，它還貫穿了我們從出生、到婚姻、到離世的一生。本期〈傳信與關懷〉以「彌撒」為主題展開分享與討論。我們為什麼參與彌撒？這個問題可能有很多答案。身為天主教友，這也是我們常需要自問的問題。在開篇的譯文中，教宗方濟各給出了他的見解。他理解的彌撒應有兩種體驗。他提醒我們，彌撒的結果之一應是改變看待他人的方式，即增進對待近鄰的關愛；另一參與彌撒的原因則是承認我們是罪人且需要天主的仁愛。因此，彌撒也應是蒙赦免和準備寬恕的體驗。

我們邀請了沈藝甲弟兄、李曉鳳姐妹、曹偉神父分別回顧他們作為平信徒與神職人員對彌撒的經驗。彌撒是耶穌基督的犧牲與救恩重現。儘管在世界不同的地方，在不同歷史背景的時代，在不同文化、不同性格的人心，在個人生命不同階段，我們對彌撒中基督的聖死與復活的感觸雖都不盡相同，其背後的意義卻是一致的——天主是愛。願他們的分享能帶給讀者一些啟發。

時事方面，今年五月愛爾蘭公投取消了對十二周以下的嬰兒立法保護，引發了教會內外巨大的社會爭論。曾慶導神父翻譯了彼時愛爾蘭的Neary主教對胎兒保護的牧函。文中強調了教會應對沒有聲音的胎兒負起發聲的責任。嚴永晃弟兄為我們介紹了義大利教會的現狀。儘管天主教中心在羅馬，這個曾出過眾多教宗與樞機的國度如今卻遭遇了聖召危機，教友不進堂等現象，這樣的情況需要我們借鑒。

「靈修與信仰」專欄中，黃小鳳姐妹回顧了他們夫婦在耶路撒冷朝聖途中恩寵滿溢的經驗。王海瀛姐妹於年中參加了耶穌會的八日避靜。在數日的靜默中，她就她的健康問題與天主對談，並與讀者分享她真實而深刻的感觸。

「信仰與生活」專欄中，幾位教友分享了他們在生活中與天主相遇的經驗，內容涵蓋廣泛——從主日彌撒的讀經，心靈轉變與信仰成長，對後代信仰的傳承，到告解聖事的感悟，旅途中對天堂的體驗等多篇分享。美好的文字中一定會有一篇能引起你的共鳴。

(洛杉磯 蒙特利公園市)

我為什麼參加彌撒？

◎教宗 方濟各

我們如何參與感恩祭？我們去參與主日彌撒時，是如何度過的？這只是一個節日？一個固有的傳統？一個找回或感到心安理得的機會？或者還有更深刻的意義？有一些非常具體的跡象，能顯出我們參與感恩祭的狀況，這些跡象會告訴我們自己是否善度感恩祭，或者有些不妥之處。

第一個跡象是「我們看待他人的方式」。在感恩祭中，基督重行祂在十字架上的祭獻。祂的一生都是為愛而徹底奉獻自己，因此，祂喜歡與門徒和群眾在一起，能夠瞭解他們。這意味著祂分享他們的渴望、他們的困難，以及影響他們心靈和生活的事情。

當我們參與彌撒聖祭時，我們會遇到各式各樣的人，青年、老人和兒童，窮人和富人，本地人和外鄉人，有家人陪同的和獨自一人的，……。然而，我參與感恩祭，是否讓我覺得他們的確是我的弟兄姐妹？是否讓我更有能力與樂者同樂，與憂者同憂？是否推動我去關懷窮人、病人和受排斥者？是否幫助我從他們身上認出耶穌的面容？我們去參與彌撒，是因為我們愛耶穌，而且願意在感恩祭中分享他的苦

難和復活。但是，我們是否按照耶穌的意願，去愛那些需要幫助的弟兄姐妹呢？

例如：這幾天我們在羅馬看到許多社會問題，或者因為對整個地區造成巨大損失的降雨，或者因為全球金融危機而引發的失業。我問自己，我們每個人都問自己：我這個去參與彌撒的人是如何對待這問題的？我盡心盡力幫助、關懷有這困難的人，為他們祈禱嗎？或者我有點不在乎？也許我熱衷於閒聊：你看那女人是如何打扮的，或那男人身上穿什麼？……有時在彌撒結束後，是否有這種情況？有的，可是不該這樣做！我們必須為有需要、患病及有難處的弟兄姐妹們操心。我們想到今天在羅馬處境困難的這些弟兄姐妹，他們被連綿的陰雨和雨水造成的災難所困擾，還有社會上的工作問題，讓我們請求耶穌，我們在感恩聖事中領受的這個耶穌，幫助我們向他們伸出援手。

第二個跡象非常重要，是「感到蒙赦免和準備寬恕」的恩寵。有時候人們會問：「為什麼要去聖堂？我看到經常參與彌撒聖祭的

人，和其他人一樣都是罪人。」多少次我們聽到這樣的話。事實上，誰參與彌撒，並不是因為他自認為或願意顯示自己比他人更好，而是因為他承認自己始終需要被天主的仁愛所接納和再造。

若我們每個人不覺得自己是需要天主仁慈的人，不覺得自己是罪人，那最好就不要去參與彌撒！我們去參與彌撒，因為我們是罪人，願意接納耶穌的寬恕，參與祂的救恩行動；祂的寬恕。我們在彌撒開始時唸的《悔罪經》不是「流於形式」，而是真實的懺悔。我是罪人，承認過失。彌撒是如此開始的。

我們切不可忘記，耶穌的最後晚餐發生在「祂被交付的那一夜」（格前十一23）。我們每次聚集一起舉行感恩祭時，基督為赦免我們的罪，藉著我們所奉獻的麵餅和葡萄酒，再一次祭獻他的身體和血。我們應該像罪人那樣謙卑地參與彌撒，上主會使我們與祂重歸於好。（取自梵蒂岡電台2/12/2014）

梵蒂岡特區 關於人類胎中生命的牧函 (Neary 總主教)

◎曾慶導 神父

愛爾蘭政府宣布今年五月底將針對「要不要廢除憲法第八條修正案」舉行公投。此修正案給予母親和胎兒同樣的保護。政府說，如果修正案被廢除，政府會立法，容許懷孕前12個星期內，隨時可以墮胎。現行的法律只在母親生命受到威脅時才容許墮胎。愛爾蘭的Neary 總主教在牧函中說：「教會，不論怎樣對自己的失敗和罪感到羞恥，也要堅持為沒有聲音的胎兒發聲。這不是政教關係的辯論，而是關乎每一個公民，每一個人，最基本的人權的問題。」下面是總主教的牧函中文粗譯：

珍愛母親和胎兒

母親和她的胎兒的珍貴關係，不是文字能完全表達的。這是一個新的語言，是隱私的，但這隱私在某種程度上也是每一個人可以分享的。當看到母親和她的嬰兒在一起，立即讓人發出會心的微笑，不是沒有一種深層的意義的。這是一種含有所有的美麗與脆弱的生命和愛。不只如此，一個嬰孩意味著未來和希望。

我們都很熟悉那聽到懷孕消息以後的興奮和喜樂。這強烈地對照了，當一個婦女，不論何種理由，在沒有準備好，沒有信心和沒有任何支持

的情況下懷了孕的感覺。感覺被拋棄，沒有希望，甚至可能在沒有完全明瞭她的決定的嚴重性和後果時，她會決定墮胎。

這從各方面看都是一個悲劇。最大的悲劇是胎兒的死亡，以及很多婦女墮胎後所經驗到的非常真實的困難。事實上，正是因為很多時候是有其他路可走的，不需要墮胎的，使這悲劇性更形突出和令人煎熬。其他的路包括了對兩個生命的關愛和挽救。

我絕不懷疑很多孩子今天能夠生存，是因著善心人士的慷慨奉獻和犧牲，他們尊重生命，因此保護了母親和胎兒的生命，我希望更多的生命能被挽救。

核心問題：滅無辜的生命

墮胎是有意識地毀滅一個人的生命，這是問題的核心。當我們聽辯論的時候，你會留意到很多用來支持墮胎的論據混淆了這核心問題，結果就是離開了問題的重點。

這可以從給「維護生命」這詞

新的定義裡看到，這新的定義其實是為毀滅生命找藉口。有人說胎兒只是有生命的「潛能」，而不是一個有潛能的「生命」。另外有人說要有一個「安全」的墮胎。但是如果一個胎中的生命被終結了，怎樣還能說是「安全」？

墮胎就是殺人，絕不可能是「安全」的。一些困難的個案確實是很複雜，很令人痛心。作為基督徒，我們唯一的反應，就該是有同理心。但是，因著這些令人痛心的、很特別的個案，如強姦或畸胎，就容許墮胎的國家，現在墮胎已變得很難加以限制了。

從最近英國和威爾斯，五個懷孕中就有一個墮胎的比例可以看出，那被看作是解決個別悲劇的方法（不論如何錯誤），漸漸變成了一種生活方式和選擇。我們的心變硬了。

我們保護生命的責任

教會，不論怎樣因自己的失敗和罪惡感到羞恥，也要堅持為那些無法發聲的人發聲，特別是那些不

是他們的過錯而不被歡迎的胎兒。我們可能在面對世界的無奈時感到缺乏信心和勇氣，但這些都不足以影響我們履行我們的責任。

作為基督徒，我們有責任去尊重、保護、愛惜和服務生命——每一個人的生命；有責任去捍衛和培育生命，去尊重和熱愛生命。我們一定要促成一個「生命的文化」，特別在現在的世界，尤其那些「已發展國家」，正在迅速變成一個「死亡的文化」的時候。我們相信每一個人都有同樣的責任和義務。

愛爾蘭現在的憲法，很具有包容性，努力地要使每一個生命同樣地被尊重，不論年齡、能力、性別或社會地位。在現今的情況，我們沒有歧視。在這方面，我們的第八條修正案保護了所有的人。我們沒有決定誰可以或不可以活。

現在我們卻被要求從最沒有能力保衛自己的胎兒那裡，剝奪這最神聖的生存權利。現在的辯論不是關乎

政教關係的問題，而是關乎我們作為公民，作為人，對最基本最普遍的人的價值的認同與承諾——直接地，有意地殺害一個無辜的人，永遠是不對的！社會和政府應保護這些無辜的胎兒。

生存的權利是最基本的權利，因為它是所有權利的基礎。天主教會，和其他所有信仰基督的人，連同其他偉大宗教的信徒以及道德傳統，一起教導說，「直接，有意殺害一個無辜的人的生命，不論在哪一個階段（從受孕的一刻到自然死亡），都是極嚴重的罪」。人的生命在胎中是最無法自衛的，所以應有受到保護的權利。

珍惜母親的生命

母親的身體，即每一個孩子最初的家，是一個給予者。所幸，現代科技的進步讓我們更能窺見胎兒的生命。我們現在可以看到胎兒的發展成長是



多麼的快速，多麼的美麗！

很多婦女可以作證說，懷孕期含有很多的喜樂和感恩，但也含有痛苦和犧牲。母親和孩子都可能有危機出現。在這點上，很重要的是要澄清一個常常被錯誤理解的天主教的立場。天主教會並沒有說孩子的生命一定要優於母親的生命。當母親生命有危險時，她接受的治療應該常常是優先的，即使這治療會造成胎兒的死亡。

教會決心把這種人的尊嚴告訴所有人，要讓人人都能尊重這最基本的權利。雖然我們尊重跟我們有不同看法的人，但我們一定要讓我們的立場透過每一個和平的、合法的、合理的方式讓人知道。教會不單努力地關懷所有在計劃墮胎的婦女，也關懷已經墮胎的婦女。

教會支持生命的努力，表現在我們對那些常常因墮胎而後悔的婦女的同理心，我們同情那些面對困難的婦女，我們幫助那些選擇生命的婦女。

CURA的工作在這方面是一個

明顯的同理心、同情心和幫助。教會願意回應每一個碰到困難、懷孕有危機的婦女。CURA 提供的服務可以在網站www.cura.ie 查到，也可以用電話1850622626 或電郵 curacares@cura.ie 聯絡。

我們為什麼選擇生命

在慎重考慮這最基本的問題時，我們不應該將我們的信仰跟我們所做的決定分開。我們的信仰肯定了最基本的真理，這真理是每一個人權及人類的未來所依賴的，就是——每一個人的生命都是美麗的、寶貴的、神聖的。

每一個人的生命都是以天主的肖像受造的。在新生命到來時，不是看到一個威脅，而是一個許諾。我們歡迎這新生命！我最後用這簡單的話向所有人做出迫切的呼籲——選擇生命！

（《恆毅》第607期）

彌撒中遇見耶穌

◎沈藝甲

為什麼有人喜歡參與彌撒？
為什麼參與彌撒就是去見耶穌？
參與彌撒對我到底有什麼好處？

前言

嚴肅的信仰題目「彌撒」，可以輕鬆愉快地談嗎？

當然！例如保祿為什麼勸誡有些人在家中吃飽飯才去參與彌撒？(參閱格前十一17-34)

例如一位不懂外語的中國老太太，為什麼能在羅馬聽到義大利語的福音時，知道和當日中文感恩祭典上的不一樣？

還有彌撒中的歌曲優美動人！連大家喜愛的西方古典音樂，都起源於彌撒禮儀。為什麼？

但是，我們既然要在彌撒中去見耶穌，重溫祂的苦難與救贖，就不能忘記慈悲串經的禱文：「因耶穌的至悲慘苦難，求天主垂憐我們及普世！」

受過極悲慘苦難的天主教會

回顧天主教兩千年歷史，不覺驚訝天主多麼有耐心地讓祂的教會從苦難中覺悟成長！

天主教會的領袖方濟各教宗被大家喜愛，就因為他從來不認為教宗的地位高高在上，從來不論斷別的人性弱點，對錯全憑上主旨意，謙卑誠懇地把自己定位為大家的僕人。他甚至坦白明說神父和主教們也可能會軟弱，也需要大家代禱。

將心比心，我們每個基督徒，是否也需要常常自省，謙卑地祈求大家的祈禱？是否也努力地實行教宗的勸告，常常在日常生活中記得耶穌的教導，在社會議題的發聲和投票上，和個人生活行為上，乃至在教會中，認真對待聖神的感動，環保愛惜地球，用愛心幫助別人，支持神父和兄弟姐妹們，做好一個對自己和後代負責的基督徒？

現代人較少機會流血殉道，卻每天都有「成聖」的挑戰。受過嚴重腐敗魔誘和極悲慘苦難的天主教會，已經學會不歸罪別人，不推諉責任，不把「利劍」作武器，而以祈禱和全心依賴天主作為「和諧社會」、「服務成聖」的力量。

在天主教平信徒的日常生活中，參與彌撒，就成了我們「戰勝魔誘」、「相伴成聖」的力量泉源。就像主耶穌在格林多前書十一章24-25節說的，「你們應這樣行，為記念我。」

彌撒的起源

人類很早就受上天啟示，知道創造者和我們的百年世上生活息息相關，尤其和我們人類不能掌握的種種事件有關。又因為渴望永遠生存，積極追尋自己與上天的連結，而有了膜拜上蒼的祭祀。追溯人類歷史，這種祭天祈福儀式恐怕從有人類就開始了。所以彌撒聖祭有天主啟示和人類需要的根源。

有一位知名神父：「耶穌發明了彌撒！」

這話初聽有些突兀，因為祭天敬天的儀式在耶穌降世時早就存在了！彌撒難道不是這些儀式的演化更新？或許更是猶太人會堂聚會和聖殿禮儀的整合，因為猶太人喜歡聽天主說話，又有必須用獻祭動物來向上主懺悔，消除罪責的文化？

我們對照耶穌在最後晚餐上的舉動和話語，與天主教彌撒的內容，就會發現，「真的！整個彌撒就是耶穌基督的救恩重現和祂的臨在！」

彌撒就是耶穌基督的教導和救恩

彌撒禮儀主要有兩大部分：聖道禮和聖祭禮，都是耶穌在最後晚餐中示範、要求設定的。翻讀四部福音中有關耶穌最後晚餐的記載（瑪廿六、谷十四、路廿二、若十三-十七），就很明白耶穌為普世信徒準備好的生命食糧（若六35-40，51-65）多麼週到實在，難怪基督信仰傳遍全世界，歷經各種非常苦難壓迫而不衰，反而更純淨、更充滿希望。

聖道禮儀是天主聖言，是耶穌在世上宣講的天國福音，是耶穌的事業。至於行奇蹟治病驅魔，反而只是他傳講天國福音，吸引人相信的工具。若望福音十四章12節：「凡信我的，我所做的事業，他也要做，且要做比這些更大的事業。」指的就是宣講聖道福音。

不但如此，宗徒若望更直指耶穌就是聖言：

「在起初已有聖言，聖言與天主同在，聖言就是天主。」（若一1）

「萬物是藉著他而造成的」（若一3）

「聖言成了血肉，寄居在我們中間」（若一14）

所以，我們在彌撒中的讀經一、讀經二、答唱詠、福音，乃至神父的證道，都是耶穌基督親自在彌撒中與我們同在。

有一次，我們到一處耶穌會神父所在的本堂參與主日彌撒，覺得當天

講道的神父東拉西扯，一點都不像有學問、有準備的耶穌會神父講道。不料出堂時遇見一位廿多年沒見面的老同學，他劈頭就說：「我廿年沒有望彌撒，不料今天神父說的每一句話，都打動我的心坎。」從此我們對神父的宣講不敢妄加批評。天主的智慧不是我們可以妄議的



聖祭禮儀重現耶穌基督同時是司祭又是祭品的贖罪救恩。耶穌特別要求：「這是我的身體，為你們而捨棄的。你們應行此禮，為紀念我。」（路廿二19）最後晚餐時，耶穌拿起餅來，祝福了，擘開遞給門徒說：「你們拿去吃罷！這是我的身體。」然後，又拿起杯來，祝謝了，遞給他們說：「你們都由其中喝罷！因為這是我的血，新約的血，為大眾傾流，以赦免罪過。」（瑪廿六26-28）

聖祭禮儀不單有耶穌建立的聖體聖事，更有多重作用：

1. 讓基督徒重溫千金難買的生命救恩
2. 派遣聖神臨在護慰我們
3. 讓基督徒有機會領取耶穌的血肉，「天人合一」
4. 耶穌實踐「我同你們天天在一起，直到今世的終結。」的承諾（瑪廿八20）

基督徒非常幸運，可以每次在彌撒中親近耶穌。參與彌撒是我們最好的福份！

有一位姊妹，十幾年沒有參與彌撒，第一次回到主日中文彌撒，心中充滿了平安和感動，覺得天主怎麼會這麼愛她！這麼善待她！完全不計較她蓄意躲開天主的歲月，總是賜給她最好的生命經驗。她在整台彌撒中一

直哭、一直哭，覺得自己太幸福了，從此每主日都參與彌撒，她的家人也因為她的轉變而先後領洗，歸於基督。

瞭解彌撒·尊重彌撒

我在青少年時期，沒有參與過天主教彌撒，只參加過基督新教「做禮拜」。那時不懂得敬拜上主就是遇見耶穌的珍貴莊嚴「敬神神在」！加上基督新教的禮拜堂比較平易近人，參加做禮拜的人必須自覺性地收斂心神，保持尊敬感恩的「禮拜」心態。

天主教堂比較莊嚴肅穆，讓人自然安靜下來。神父修女和資深的弟兄姊妹也常常提醒大家「感恩聖祭」（彌撒）的內容和意義，讓大家「清楚明白，融入其中」，自然而然地遇見耶穌，面向天主，感謝、讚美、敬拜、祈求。

歐洲的古老聖堂歡迎大家參觀敬拜，都有明確提示規範合適的衣著，男士必須脫帽，保持安靜，請大家尊重祭台和正在進行中的彌撒！許多遊客喜歡拍照，常忽略了對聖堂的尊敬，往往擺出不合宜的姿勢留影。許多教堂因此保留中央座位和走道為敬拜祈禱專用，自然免去了遊客不敬的怪招。

我們能在聖堂中參與彌撒，遇見耶穌，感受聖神的臨在，聆聽默想聖言，與耶穌天人合一（領受聖體聖事），多麼幸福！

（聖地牙哥）



彌撒 最偉大的祭獻

◎曹偉神父

作為一名司鐸，奉獻彌撒——感恩聖祭，可以說是我們生命當中最為重要的一部分，因為司鐸「基督第二」以此方式而參與耶穌基督的祭獻和犧牲，《天主教教理》告訴我們說，「感恩禮是司鐸神聖職務的最高峰」，可見兩者之間的關係。

作為基督徒，參與彌撒聖祭也應當是信仰生活中至為重要的一件事情。在不同的年代舉行彌撒的語言或方式，儘管多少有些差異，但我們都不應忽略或者忘記這件偉大的聖事對於基督徒的意義。感恩聖事也是教會七件聖事的核心。

在我兒時，中國大陸文革之後的天主教會剛剛開始恢復宗教政

策，許多神父和修女從勞改營裡被釋放歸來，教堂被歸還得以重新開放，可以再次舉行彌撒聖祭了，教友們歡喜踴躍，大量的教友重新回到教會，開始新的信仰生活。

但在文革期間也剛好是天主教會改革的重要時期，天主教會在1963-65年舉行了舉世矚目的梵蒂岡第二屆大公會議，世界各地的主教和神職人員、修士修女、教友，包括其他宗教的代表都被邀請參加了會議，這次大公會議使得教會在各個方面都有了一個新的返璞歸真的精神指引重新思索教會的使命，對於當今的教會影響深遠。雖然今天人們對於這個重要的會議有著不同的評價，但就禮儀方面而言，可以使用本地語言舉行彌撒聖祭，對於

所有的基督徒而言是一個莫大的恩賜，天主子民得以用各民族自己的語言奉獻彌撒大祭，更容易理解和認識信仰的奧秘，這是何等榮耀和值得慶幸的事情，也讓教會顯得多采多姿。

但那個時候的中國，處於和普世教會完全隔離的狀態，中國教會沒有機會同步學習得大公會議的精神。直到九十年代初才開始了禮儀的革新。所以當我在彌撒中輔祭的時候，還只是看著神父舉行彌撒的背影、背誦著不知何意的中式拉丁文去和神父應答。這是許多教友可能沒有經歷過的一段中國教會歷史。

隨著年齡的增長對於聖事有更多的認識，逐漸明瞭彌撒的意義就是耶穌基督完全自我祭獻的最高形式，而神職人員每次舉行彌撒就是耶穌祭獻自我的再現。這也邀請我們每一個基督徒參與基督的祭獻——奉獻自我，與主共融，在生活中活出祭獻的意義，分享這個愛的宴席。

所以在初期教會對於彌撒聖祭

「擘餅」和「感恩禮」等等稱呼，彌撒也可以說是由逾越節的晚餐變化而來，耶穌基督藉著祂的祝聖，更新了這個祭獻的形式與內容，也賦予新的意義，不再簡單的紀念猶太人出離埃及時所吃喝的那些食物和飲料，記憶那段猶太民族的歷史——因著這食糧人們獲得飽飫以後，才可以逃生救命繼續自己人生的旅程。而我們在彌撒聖祭當中領受的聖體就是我們的旅途行糧，也是尊貴的天使之糧，耶穌基督完全地把祂自己賜給了我們，說：「我就是從天降下來的生命之糧，誰若吃了這食糧必要活到永遠。」（若六51）

彌撒聖祭是耶穌基督自己作為司祭一次而永遠的在十字架上向天父獻上的完美犧牲，是天主深愛世人的標記，所以參與彌撒聖祭就是參與和分享天主的愛。因而在中國教會困難的時期過後，很多教友都渴望領受這偉大的聖事，對於天主的愛如飢似渴，不惜爬山涉水，尤其是在偏遠地方的教友，為了參與主日的彌撒聖祭甚至步行幾十里路，這種情景不能不讓人動容。

而今日生活在自由環境當中的基督徒，在時代潮流的沖刷之下，逐漸淡忘了這份恩賜的寶貴，沒有更好的珍惜這天賜的食糧，白白浪費了這份禮物。所以在困苦艱難的環境當中，信友更能體會到彌撒聖祭的完滿意義。反而在和平盛世，基督徒們卻忘了彌撒的重要，忘了自己生命裡必須要履行的責任，也忘記了彌撒聖祭給與我的精神滋養；遲到早退成了常見的現象，或在主日去尋找自認的歡樂，參與彌撒反成了可有可無的選擇，更多的時候把主日的彌撒作為與親友相聚的機會，成為了社交的內容。

另外，長久不來教堂的教友，不做任何的告解與準備，或是常來參與彌撒卻從不辦告解的教友，每參與彌撒就領聖體的事情也屢見不鮮，坦坦盪盪如一個毫無過失的「聖人」。動機雖然很好，但不知是



全然不懂信仰道理，還是把領受聖體聖事當做吃

飯一樣簡單的事情對待？所以身在福中不知福的情況成為了現實。說是來參與感恩禮，卻沒有任何感恩的心情。話題可能有些沉重，但我們不得不去面對、思考和反省。

彌撒聖祭無論言語、禮儀如何，神父的講道精彩與否，都是天主子民獲得天主恩寵的源泉，所以我們基督徒不能忘了彌撒聖祭的真正意義，而只關注在細枝末節上，忽略了天主施恩的方式。因為天主為我們所準備的恩寵，常是我們所不經意和不留心察覺的，我們需要感恩，需要珍惜。

我不記得是誰曾經說過：「如果你把所參與的這台彌撒聖祭，當做人生的第一次參與和最後一次參與，將使你的參與態度截然不同。」我相信這不單單是對於參與彌撒的教友而言，同樣對於舉行彌撒的司鐸都有極高的教育意義。真正明瞭耶穌基督的自我奉獻和給予，就需要我們通過這件偉大的聖事去深入瞭解和學習。彌撒就是基督自己的自我犧牲和奉獻。每當基督徒吃喝這餅和酒的時候，就是表明自己也願意去分享耶穌基督的苦難，接

受這份邀請去奉獻和犧牲自我，為了天國的到來，天父旨意的承行，在生活中我們也願意被派遣為此無限的愛情作證。

我作為司鐸儘管堪當不起，但為能夠舉行此祭獻而自豪，同時也為未能做到真正的自我祭獻和犧牲而難過。生在塵世之間，活出彌撒聖祭的精神，確實需要天主的助佑和勇氣。願耶穌基督聖體聖血的滋養輔助我們的軟弱，使我們變得更加堅強，繼續塵世的旅程。

（洛杉磯 蒙特利公園市 聖湯瑪斯天主堂）

信仰小火花 解答參考

- 一、1 我們看待他人的方式
- 二、2 基督
- 三、1 愛
- 四、3 耶穌基督
- 五、1 讓我覺得他們是我的弟兄姐妹
 - 2 讓我更有能力與樂者同樂，與憂者同憂。
 - 3 讓我們願意按照耶穌的意願去愛那些需要幫助的弟兄姐妹
- 六、1 「感到蒙赦免和準備寬恕」的恩寵。
 - 2 承認自己需要被天主的愛所接納與再造。
- 七、1 救恩行動
 - 2 接納和再造
- 八、1 身體和血

彌撒與我

◎李曉鳳

我在嬰兒時期就領了洗。小時候的我，星期天去聖堂望彌撒，就像每天需要吃飯、洗澡、睡覺，或做日常生活必須做的事情一樣，沒有感覺到特別的意義。後來在兒童道理班學到耶穌喜歡小孩子，我們要做乖小孩，犯錯後要辦告解才能再領聖體。當然，我不能理解耶穌是真正隱藏在那塊麵餅內的意義，而一個小時的主日彌撒，對當時的我來說，實在是枯燥無味的。後來學習做輔祭，有些參與的感覺，但其實也沒有讓我特別喜歡彌撒，記得當時最想做的是，就是設法嚐一口還沒被祝聖過的葡萄酒。

十二歲那年我來到了美國，住在沒有宗教信仰的親戚家，就再也沒有步入天主堂了。在努力學習英文和融入美國文化的同時，我逐漸地遠離了天主。最後，連彌撒的程序也忘得一乾二淨。

這樣的日子直到有一天在圖書館看到呂吾三神父的書《生命的微笑》。書的內容是收錄他在彌撒中講道的小故事。這些故事打動了我，讓我有回到天主教堂看看的衝動。當時我在蒙市打工，時常經過聖湯瑪斯聖堂，看見門口草地上豎了個排子，上面用中文寫著「天主堂」，我便鼓起勇氣，在2002年底的一個主日去參與彌撒。最讓我意外的是，彌撒的主祭居然就是呂吾三神父！天主的這個奇妙安排，讓我重新接觸彌撒，並且再次學習天主教要理，更在2004年領了堅振。當時我也時常參與平日彌撒，呂神父

便邀請我學習做司禮員，而我答應之後，也對他說明我是因為看了他的書，才找到回家的路。他當時只是笑了笑沒有說什麼，後來卻送了一本簽名的書給我。

在和呂神父學習的日子，我終於明白彌撒的意義。耶穌藉著祂的聖體，親密地與我結合同在，每分每秒都分享著我生命中的一切喜怒哀樂，並使我因為領受祂而得到恩寵，賜予我力量，去面對和承擔生活中所有的一切挑戰。而我，也把日常生活和彌撒時作為祭獻，呈獻給耶穌——我的一切過錯、擔憂、忿怒、和喜樂，所以我要參與彌撒去加深和耶穌的關係。

但是我真正對彌撒有更深入的體驗和感動，是在2005年參加加州天主教華人青年生活營的派遣彌撒。那是我第一次接觸青年彌撒。我當時才知道彌撒的聖樂可以是那麼活潑，原來除了鋼琴，也可以打



鼓和用吉他配上輕快的歌聲去讚美天主。出堂曲是「Fly Like A Bird」，最後那兩句「Though I may journey far from home, I know I will never be alone.」道出我將不再孤單，天主永遠會與我同在。而我也因為這次的營隊，促使我去參加訓練成為聖體員。之後也開始學習做讀經員，連不擅唱歌的我，也加入聖堂青年的音樂小組「愛加倍」，現在擔任青年彌撒的總召集人。在各種不同的事奉中，讓我真的有參與的感覺，不像小時候只是去「望」彌撒。而且我也逐漸對禮儀感到興趣。連彌撒中用的感恩祭典和General Instruction of the Roman Missal也買了來看。

但是，也因為參與服事，讓我在彌撒時分心。做司禮員時要顧慮到輔祭員有沒有在適當的時候移動十字架及蠟燭，香爐的香是否足夠，奉獻時他們的一切動作是否

恰當。青年彌撒前，擔心讀經員會不會遲到來不及進堂，擔心事奉唸信友禱詞的青年，沒能在恭唸信經之前趕到。因為萬一有人忘記要事奉，我得臨時拿手機上台唸信友禱詞。就是這樣，我沒能把心思全心、全靈放在敬拜天主上。有一年在生活營辦和好聖事時，跟神父提出我的這些問題，他說：「那麼就將妳的不專心，成為妳的祈禱吧。」我還學習到彌撒中的祈禱不只是為自己，許多時候同事、朋友及家人都會要求我為他們的特別意向禱告。而且我發現當我為別人代禱時，我更專注。當神父唸彌撒意向的同時，我也在心 默默地把所有需要禱告事項向耶穌請求。

幾年前有一次在辦和好聖事時，被神父問到「四旬期時妳要做什麼樣的犧牲。」我回答說，「每日去參與彌撒。」他反問，「那四旬期之後呢？」我想了一陣子，便對他說，我決定要開始每天都去參與彌撒。所以，從此在上班前去



主教座堂參與早上七點的彌撒，成為我在一天的開始請求耶穌祝福最好的方式。領了聖體才去上班，我覺得一整天無論發生什麼事，都有耶穌同在。放假時就去San Gabriel Mission 的午間彌撒，之後還可以留下和其他教友們一起唸玫瑰經。如果早起，就去位於Alhambra 的加默爾修院，和修女們一起參與彌撒。彌撒後還可以在小窗口請求隱修院的修女代禱。不用在聖湯瑪斯堂事奉的主日，我就會去居家附近的St. Therese 參與傍晚的青年彌撒。

洛杉磯教區因為族裔眾多，每年都有慶祝族裔共融的彌撒，如果不用上班我一定會參與。我也很榮幸的兩度被邀請在這彌撒中做輔祭。我可以坐在祭台旁邊，看到不同種族的信友聚集一起來敬拜天主，這種感動不是常有的。這彌撒讓我印象最深刻的是奉獻前準備祭台的部分。各族裔的代表，穿著民族服飾，把代表他們民族的布料呈獻上來，舖在祭台上。這就說明我們雖然各自不同，但我們是合一的教會。我曾經和信仰基督教的朋友分享說，無論到世界上任何地方，每日彌撒的讀經和福音都是一樣

的。她的反應是「真不可思議」！

自從多年前開始每一年都去洛杉磯宗教教育大會之後，也參與了以各個民族為主題的彌撒，有美國黑人文化、澳洲原住民、愛爾蘭Celtic 文化、Jazz Mass、菲律賓和越南文化等，但是，我還是偏好青年彌撒。或許是因為我所喜歡的本地天主教青年樂團WAL會事奉整台彌撒的音樂。所以最近幾年，我幾乎不考慮其他主題的彌撒了。這些年我輔祭過嬰兒領洗、初領聖體、堅振、婚配，還有殯葬彌撒，目睹各家庭經歷的歡樂與悲傷，發現原來我們天主教徒生命中所有的一切，都是通過彌撒與天主同在。

現在彌撒又再成為我生活中的一部分，和小時候不同的是，我終於明白彌撒的真正意義。彌撒在拉丁文的意思是「派遣」。當神父說「彌撒禮成」，我們回答「感謝天主」的同時，也接受派遣去傳揚福音，和耶穌一起生活，並且把祂的愛傳給所有和我們接觸的人。

可以每日參與彌撒是何等的恩寵。彌撒除了是感恩聖祭，也是祈求天主的垂憐和加強信德的祭典。很難想像生活在有宗教迫害地方的人們，參與彌撒都要偷偷摸摸的；而我生活在信仰自由的美國，可以隨時隨地的參與彌撒，又怎麼能不擁抱和珍惜這個可以體驗到平安與喜樂的恩寵。

（洛杉磯 蒙特利公園市 聖湯瑪斯天主堂）

義大利：基督宗教園地、信仰聖召危機、教宗樞機大戶、

◎嚴永晃

耶穌對門徒們說：你們往普天下去，向一切受造物宣傳福音……《谷十六15》

方濟各教宗於五月下旬參加了義大利主教團 (Episcopal Conference of Italy ECI) 第71屆全體會議，在開幕式中發言表達三點擔憂：聖召危機、福音的貧窮和經濟管理的透明度、教區的減少與合併，讓我對義大利天主教現況十分好奇，本文謹略予疏理，請讀者們指正。

基督宗教園地

從羅馬帝國，比拉多總督的審判和釘死耶穌開始，義大利就和基督宗教結下不解之緣了。初期教會的活動雖然多限於以色列、巴勒斯坦地區，但從公元62年伯多祿被解送到羅馬接受審訊起，稍後尼祿王大肆鎮壓基督信徒，至公元313年君士坦丁王接受基督信仰，將基督宗教定為「國教」，基督宗教在羅馬帝國領域裏的傳播勢如破竹，基督信仰遍地開花。儘管後來伊斯蘭教興起，強迫中東至西亞土耳其人民皈依穆斯林，儘管十四世紀羅馬教廷曾短暫搬遷到法國的Avignon (1309年3月9日到1376年9月13日)，今天基督宗教真的幾乎已經傳遍到天涯海角，比起以色列（至今基督宗教信徒占人口不到2%），義大利毫無疑問更配稱是基督宗教的園地。

教宗、樞機大戶

中國人說「近水樓臺先得月」，義大利教會充分驗證了這個理論。據統計，從伯多祿至今，含方濟各在內，兩千年來一共有266位教宗，其中義大利籍的獨占186位（占70%），另有一份資料顯示為217位，比例（81.5%）更高了，不過這是將羅馬帝國時代凡是出自帝國領域範圍內的都算做「義大利人」所致，不能作數。

在樞機方面也不遑多讓，撇開歷史性的數據不說，就以今天在位（incumbent）的225位樞機裏，義大利籍占44位（19.5%），若依80歲以下可以投票選舉新教宗的樞機來說，則是124位裏有22位占17.7%，這還是方濟各教宗2013年就任以來，五次任命來自50個國家的新樞機共75人（其中義大利籍僅12人）大量「稀釋」以後的結果，在他上任之前，義大利籍樞機占總數一度高達將近四分之一，令人無語。

信仰、聖召危機

這樣一個基督氛圍下的國家，

基督信仰的現況卻令人懸念。根據2006年底的一項調查顯示，宣稱自己是天主教徒的義大利人占總人口約87.8%，其中每周日上教堂的占36.8%。僅僅10年後，2016年底，總人口6,168萬人，其中信仰基督約5,138萬人（83.3%，主要是天主教，並含東正教55萬人，新教各宗派合計28萬人在內），另有伊斯蘭教占3.7%，印度教、猶太教等合計占0.6%，而宣稱「沒有宗教信仰」的竟然高達12.4%，同時宣稱每周日上教堂的天主教徒也劇降為24.4%，這樣嚴重的信仰危機，簡直不可思議。

關於聖召短缺問題，教宗指出，數個世紀以來義大利和整個歐洲「在奉獻傳教士、修女和司鐸方面」，始終是「多產和慷慨」的。聖召短缺是「臨時文化、相對主義和金錢專制所產生的有毒果實」，加上教會內的醜聞和不冷不熱的見證，使年輕人遠離奉獻生活。

義大利拉丁禮儀天主教將全國劃分為227個教區，包括1個「教宗教區Holy See」，1個威尼斯宗主教教區Patriarchate of Venice，42個總

教區，183個教區。另外東方拜占庭禮儀說阿爾巴尼亞語的天主教會，將全國劃成3個跨地域教區，其中有些教區（例如Pavia Diocese）還充滿聖召，但也有些教區（例如Piamonte Diocese）則極度短缺。教宗建議在各教區之間更加具體地分享「信德之恩」（Fidei donum），使提供聖召的教區和接收聖召的教區都更加富饒。

在涉及福音的貧窮和經濟管理的透明度方面，主要是有些神職人員生活上和教會要求的「神貧」出入很大。教宗說，身為耶穌會士，他認為「貧窮總是使徒生活的母親和圍牆。是母親，因為它孕育使徒生活；是圍牆，因為它提供了保護」，沒有「神貧」就沒有使徒的熱情。神職人員不能既談論貧窮又像法老一樣生活，過奢華生活是一種反見證！還有教會人士進行暗箱操作，置身於超越其能力範圍的境況，更有甚者以不誠實的方式管理「寡婦的零錢」，這讓他感到難過。

關於教區的減少與合併方面，其實保祿六世教宗早在1964年就已

經提出，1966年他再次提及這個議題，要求合併多個教區，來建立一個具有足夠領區、居民、聖職人員和教會事工的環境，讓教區組織真正運作起來。方濟各教宗在2013年5月23日他就任僅兩個月之後就強調了這個問題，說這是一個經過多次研究的牧靈需求。2016年，聖座主教部又要求義大利主教團擬定一份改革計劃，但是五年多來，每次提起這個議題，將被裁撤的教區信徒總是群起反對，最後總是不了了之。教宗指出，有些教區的確是可以合併的，儘管不容易，但現在是儘快實現的時候了！

義大利天主教的近況，其實是世界上很多國家天主教的縮影，就我所知，台灣的情況比起義大利要嚴重得多了。讓我們懇切地為義大利和台灣基督信仰的復興祈禱。

（電郵來稿）

恩寵之旅

◎黃小鳳

剛結束了二個禮拜與林思川神父去聖地的朝聖，感受恩寵滿滿。

參加這趟朝聖是意外，因有人退出，有二個名額，我需要找一個室友。抱著試試看的心情，邀請外邦人老公，他竟答應了。上了路，他還嘀咕他是外邦人，跟其他團員沒有交集。第一台彌撒時，我示意他交叉雙手去領神父的祝福，他遲疑一下，做了。此後他就沒錯過彌撒裡的祝福。他從小在基督教教堂作司琴，但他笑那些基督徒是禮拜徒，只有禮拜日才像基督徒。我們結婚三十五年，他只在我領聖時進過教堂。這次一路聽林神父道理，他覺得比較客觀，雖然他仍

覺得基督復活很難接受，但他在林神父及教友身上看到基督復活的樣子。朝聖途中，他跟著大家清早望彌撒，在隱修院與修女朝拜聖體，在聖誕大殿跪著摸聖誕之星，最後跟著方濟會士在耶路撒冷拜苦路。苦路拜完，他說他流淚了。一路上，他做了三次分享，肯定林神父的講道，在最後一天的彌撒，湯嫂為他的皈依祈禱。雖然皈依的道路漫長，感謝天主給了好的開始。

我自從參與教會道理班教書工作，就離開合唱團。這次路上共有十幾台彌撒，大家輪流領答唱詠。我第一次領唱，很順利，自以為了不起。第二次領唱，一時緊張，荒腔走板，倉皇退下，我才知道林神父很會唱歌，對音階、節奏都要求

嚴格。我不敢再領答唱詠，但Rita請我九月八日在加納教堂的彌撒領答唱詠。文琦修女特別幫我惡補，九月八日早上在電梯裏碰到林神父，他糾正我的拍子，我到聖母領報大殿祈禱，將此事奉獻給聖母，因為當天正是聖母生日，唱的是聖母讚主詠。彌撒中，在黃鶯和林神父的幫腔下，我順利唱完答唱詠。回到美國第一件事，我自告奮勇在新成立的中文彌撒領答唱詠，並宣布我是林神父訓練出來的。

九月八日我們八對夫妻在加納教堂重發婚姻誓願。三十五年前我們結婚時沒有婚禮，之後在古亭耶穌聖心堂補辦婚姻聖事，只有兩個孩子觀禮。這次在聖母生日再次結婚，由一群愛主的朋友見證，我相信這是聖母要求耶穌為我們行的奇蹟。

此次朝聖之旅，行程豐富又深入，我們有難得的機會到巴勒斯坦自治區的革勒斤山，探訪撒瑪黎雅人的村莊，參觀他們的博物館，並聽大司祭兒子吟唱祭祀的禱文，感受他們對宗教的熱忱和使命感。在凱撒勒雅海港遺跡處，觀看大黑落

德王大興土木建造港口的電影，追思保祿宗徒曾被囚於此地二年。

在耶里哥，我們坐纜車上到海拔350公尺山崖上的「耶穌受試探山修院」，也在沙漠曠野裡看到聖喬治修院，谷木蘭的沙漠隱士修道遺跡，敬佩隱修士在惡劣環境下的堅持。

在納匝肋的聖母領報大殿，我早上5:45等殿門一開，就安靜地坐在聖母領報山洞前祈禱，晚上8點參加義大利文的經文祝福；早上聖母陪伴，晚上耶穌談心，真是太滿足了。林神父指出一塊第一世紀出土的石頭，上面刻有瑪利亞的名字，可見對聖母的敬禮起源很早。九月九日猶太新年開始，我們正在死海的飯店，看到很多猶太家庭去飯店慶祝新年，吃飯唱歌跳舞。第二天早上，飯店大廳成了猶太會堂，猶太男子身穿白衣，戴白帽一起唸經祈禱。在白冷的聖誕大殿，我們擠在馬槽的祭台前舉行彌撒，默想耶穌誕生奧蹟，最後在善牧堂，大家輪流抱小耶穌照相。這樣的經驗，讓我深深感謝耶穌以祂的神性換我們的人性。

行程最後三天在耶路撒冷，我們重走一遍耶穌受難的路線，探訪每個事件的教堂。第一天晚上參加耶穌聖墓內的聖體遊行，第二天清早又在那裡舉行彌撒。我們一邊參與彌撒，一邊輪流去耶穌棺木處祈禱，這是託林神父是方濟會士的福氣。第三天週五的下午，我們按著耶穌背十字架走上加爾瓦略山的路線拜苦路，由許多方濟會士領經，以英語及義大利文祈禱，感謝耶穌為救贖世人受苦至死。



當天九月十四日是光榮十字架瞻禮日，晚上，同樣的路線，東方正教的童子軍樂團和遊行隊伍高舉一個大十字架也在遊行。歡樂的氣氛與拜苦路截然不同，有幸都讓我們見識到了。

朝聖全程有林思川神父細心籌劃每台彌撒的經文和詩歌，以呼應與我們身處的每間聖堂所代表的事件，神父精彩的證道，沿途詳細的導覽，讓我們彷彿與耶穌同行，舊約、新約聖經中的人、事、地，都活起來了。感謝天主，感謝林神父，感謝同行的教友。他們都是天主派來的天使，讓這趟朝聖之行恩寵滿滿。一切光榮歸於主。

（《野聲月刊》同步刊登）

避靜分享——靈修與身體

◎王海瀛

去年七月去北加參加耶穌會辦的八天避靜，很有收穫，也曾和《傳信與關懷》讀者分享心得。避靜雖好，但因地點在北加的 Los Altos，距家較遠，我並沒有打算每年都參加，但天主有辦法提醒我。今年七月初適逢先生整壽，兩個女兒要和我們一起慶祝。為了遷就小女兒，我們的計劃是大女兒一家和我們去北加，全家在舊金山聚餐。當我們安排好旅行計劃後，我注意到回程定在七月五日，心中一動，上網看看耶穌會 Los Altos 避靜中心的八天避靜時間表。一看到時間表，我就知道天主要我去避靜，因第三期和我們的旅行時間配合得天衣無縫。我和先生商量，他同意回程時先送我去避靜中心，然後獨自開車回家，避靜後我自己飛回。

從避靜開始，我便感受到主愛的溫暖。並祈求天主幫助我瞭解，如何面對身體問題帶給我的不舒適和困擾，又該如何往前走。天主的答覆和恩寵真是不可思議。

健康問題已困擾我多年。回想2010年初某天早上刷牙時，我注意到自己的左臂和左腿有輕微不自主抖動，但很快便停了。我知道這雖不是緊急狀況，可也不能掉以輕心，只希望不是帕金森氏症。和家庭醫生聯絡，她送我去看腦科醫生，做了幾項檢驗，沒有發現特別問題；接著看神經內科醫生，他說：「妳雖有些症狀，但我想這不是帕金森氏症。我現在推薦妳

去看另一位神經內科醫生，他是這方面的專家。」當我去看這位世界有名的專家，一位在 Fountain Valley 的越南醫生時，已是2010年十月了。他讓我做了幾個簡單的動作，然後告訴我：「帕金森氏症的主要症狀有四：靜止時顫抖、動作緩慢、肢體僵硬、以及平衡感差，次要症狀包括失去嗅覺。妳已具有所有症狀，所以我認為妳得了初期帕金森氏症。不必擔心，吃藥便可控制症狀。」我聽後很沮喪，但除了接受沒其它選擇。不幸中也有點幸運，感謝天主我的問題在左邊，如果是右邊就更糟了。同時，我也瞭解這輩子都離不開吃藥了。

帕金森氏症的成因目前還不清楚，也沒有檢驗可用以證實是否得病。它的症狀是由於中腦黑質細胞死亡，導致相關腦區中控制行動的多巴胺減少。現有藥物無法完全治癒，只能增加腦中多巴胺以減輕症狀，藥物有很強副作用。我第一天吃藥後去上班，很快就像生了場大病，嘔吐之外，身體極不舒服，還得打電話請先生到公司接我回家。去看醫生，他說開始吃藥時大腦不願接受控制，於是反抗，把藥吐

出，這時可和止吐藥一起吃，過一陣大腦習慣後就不需吃止吐藥了。之後兩年除了看醫生吃藥，我照常上班，生活並沒有太大改變。到2013年，在祈禱中覺得天主要我退休，還警告我這是生與死的選擇。我雖不覺得有這麼嚴重，但經過分辨後，知道是天主旨意，便決定在2014年初退休。

我原是喜歡工作的人，提早退休是為了照顧身體健康。試想，如果不上班就會多出時間，既可運動健身，又可自己做飯減少外食，兩項都對身體都有益。誰知實際生活和預期完全不同。我的時間雖多了，但我並沒有把時間優先分配給照顧身體，而是做義工或玩樂。我的理智明知身體健康很重要，但就是沒有動機去做對身體有益的事。我也注意到，當我想為身體健康求天主時，在祈禱中往往會變成為其它事祈禱，這有些不尋常，我知道這背後一定有緣故，會是什麼呢？回想自己過去的認知，認為靈魂重於肉體，在信仰的旅途上，只想到靈修操練，根本沒注意到對身體的忽略。其實，若失去了身體，又怎麼在世上為天主工作呢？頭腦中想

清楚了，可以為身體健康祈禱，也稍增加運動時間，但心裡明白，其實我還是無法真正重視身體需要，積極規律地照顧身體健康。趁這次避靜，求天主幫忙吧！

避靜第二天，我用《內觀自得》書中敘述的方法，來確認自己當前最需要面對的問題。果不其然，身體健康是其中之一，同時我感覺到，似乎我的身體內有一個正在睡覺的小嬰兒，這個小嬰兒好像也是我。這時我已明白，此次避靜的重點之一，就是學習身體在信仰之途上也是很重要的環，不能被排除在外。

避靜第三天，覺得我體內的小嬰兒仍在睡覺。我想，是天主要我多休息嗎？

避靜第四天晚上，時間表上安排的是和好服務。先是團體讀經祈禱，再是個別和好聖事，有八位神父為我們服務，我選擇了一位我認識的耶穌會神父。在談話中我提到天主要我把身體包括在信仰中；我也提到過去曾經無法為身體健康祈禱，神父問這情形持續多久，並

說：「妳為什麼恨妳的身體？」我覺得奇怪，因我從不認為我恨自己的身體。他再問時，我說從小就學到靈魂比肉體重要啊。我也提到媽媽及出生即去世的孿生弟弟，媽媽曾告訴我，「弟弟比妳好看，因他的鼻子比較高。」神父隨即說：「不用再說其它，這就夠了。」他的意思是，媽媽這句無心的比較已足夠讓我從嬰兒時期便不喜歡自己的身體。既不喜歡，何來重視？神父說他原諒所有那些給我錯誤教導的人，然後指示我如何去教堂和聖母及耶穌談話至少十分鐘，求他們幫助我。

在教堂中，我想和聖母談話，但好像談不出結果，只好轉向耶穌。耶穌告訴我祂非常愛我，我問祂接下來該怎麼辦？他回答「去找母親」，於是我再轉問聖母，妳喜歡我嗎？她說「妳是我的心肝寶貝，我怎會不愛妳？」這愛讓我淚流滿面，感動不已。我似乎看到了自己的母親，臉上不帶任何表情，我主動地對她邊哭邊說「媽，我完全不怪你，因為每個人在成長中都有自己的束縛和不自由。我很抱歉以前和妳不親近，沒能好好孝順

妳。請你原諒我！」想到過去，我覺得很難過，也很後悔，便求天主原諒我的過錯。我哭了很久才平靜下來。當我平靜時，感覺自己的左肩好像變輕鬆一些。為這意外的治癒恩寵，我感謝聖父、聖子及聖母，我覺得自己和耶穌很親近，心中有平安。同時腦中有一疑問，真沒想到天主再一次治癒我和母親的關係，這關係究竟要到何時才算完全治癒啊？！

避靜第六天，讀到若望福音中耶穌復活拉匝祿的故事（若十一1-45）。拉匝祿和他的姊妹瑪爾大、瑪利亞住在伯達尼，是一個距離耶路撒冷很近的村莊。他們三人都是耶穌的朋友。因拉匝祿病重，兩姊妹托人告知耶穌來幫忙治療。耶穌得知後，並沒有立即動身，還說：「這病不至於死，只是為彰顯天主的光榮，並為叫天主子因此受到光榮。」兩天後耶穌要出發去拉匝祿家，他的門徒勸他別去，因為猶太人圖謀砸死他，耶路撒冷四周都很危險。但耶穌說：「我們的朋友拉匝祿睡著了，我要去叫醒他。」他雖這樣說，其實知道拉匝祿已死了。當耶穌一行到達伯達尼時，

得知拉匝祿在墳墓裡已四天。瑪爾大先到村外迎接耶穌，後來瑪利亞也到了。她一看見耶穌，就俯伏在他腳前說：「主！若是你在這裏，我的兄弟決不會死！」當我唸到這一句時，突然發現這段福音已變成我的故事。我流著眼淚問耶穌：「主！當時你為什麼沒和我們在一起呢？若是你在，我的弟弟決不會死！原來這一切都是你的錯！當時你為什麼沒和我們在一起呢？」耶穌看見我哭，心中感傷難過，來到墳墓前，舉目向上說：「父啊！我感謝你，因為你俯聽了我。我本來知道你常常俯聽我，但是，我說這話，是為了四周站立的群眾，好叫他們相信是你派遣了我。」說完，便大聲喊說：「出來罷！」死者便出來了，腳和手都纏著布條，面上還蒙著汗巾。耶穌對我說「解開他，讓他走罷。」此時我突然記起體內那個正在睡覺的小嬰兒，於是完全明瞭耶穌給我的指令。我放聲痛哭！原來我一直把死去的弟弟深埋在心中，捨不得讓他離開，畢竟他是曾和我共同生活在母胎中數月的親密同伴！媽媽既不愛我，我又怎能失去這唯一同伴？但這不捨不僅束縛了他，也變成我的束縛。解

鈴還需繫鈴人！耶穌現在要我「解開他，讓他走。」我心裡知道，這是根治，也就是說，這次是與弟弟有關的最後一次治癒，因我需要解開束縛，讓他走了！耶穌，請你照顧我弟弟。弟弟，別忘了為我及家人轉求。

在讀經祈禱時，我通常會唸聖經兩次。第二次讀經時，耶穌答覆了我剛才的責怪與質問——「原來這一切都是你的錯！當時你為什麼沒和我們在一起呢？」祂說：「為了妳，我喜歡我不在那裏，好叫妳相信。」是的，今天的讀經讓我震撼，更讓我深深相信主的大能及恩寵。我繼續讀下去，再次哭著解開束縛。我也清楚，耶穌要我與人分享這段經歷，把主給我的治癒傳出去，聖神會讓大家相信，這一切都來自天主，而我只是主的工具。

雖然天主幫我從根治癒，但新酒不能裝在舊囊中，多年累積下來的習慣不是一朝一夕便能革新，改變需要時間。天主幫我除了束縛，我便有了動機和動力，今後我要學習如何愛護照顧自己的身體。這樣做並不是為求長壽，而是遵循耶穌

旨意，並為光榮天主。福音中記載了耶穌所行的許多奇蹟，其中絕大部份是與身體有關的治癒。福音中的治癒是耶穌把那些人的病都治好了，但在現實生活中，有些人在祈禱後，病好了，或者過了鬼門關，沒有致命，於是感謝天主；有些人病沒好，最終離世，於是對天主失去信心，或者被認為沒有信德，祈禱誠心不夠，是這樣嗎？如果是這樣，難道耶穌被冤死，在世三十三歲，是因天主不愛他、或他的祈禱不力不誠嗎？聖女小德蘭二十四歲病死，是因她的祈禱不力不誠嗎？我疑惑究竟「治癒」的定義是什麼呢？

避靜第七天，除了聖經，我還讀了一本與聖人有關的書，提到小德蘭生前為自己所受的委屈或病痛感謝天主。我想到自己生活中因帕金森氏症及其藥物產生的不方便及折磨：許多東西不能吃；有時吃錯東西，頭暈嘔吐；飢餓也會讓我嘔吐；有時整夜睡不著，第二天全身難過；有時全身扭動不停，讓別人看了都難過；有時左臂左腿不自主抖動，影響右手寫字；有時左腳趾捲曲起來，走路困難；我幾乎沒有

嗅覺，也失去部份味覺；太冷太熱都難忍受；有些細小動作，例如扣鈕扣，我只能慢慢來。我會說感謝天主讓我得帕金森氏症嗎？不會，我真的做不到。我現在只能做到接受事實，不抱怨，並感謝天主我的問題發生在左邊；感謝家人朋友的關心，送給我有用的相關資料，聚餐時遷就我，有時還送吃食給我這不善家事的人；感謝教友們或善會為我祈禱求福。但在避靜中，我有一種感覺，覺得天主會治癒我。我再次問，「治癒」的定義是什麼呢？

這時我正坐在花園旁椅子上，心想，這個問題現在雖沒有答案，但只要有耐心，遲早天主會給答案的，現在先回房休息吧。於是合上我的書及聖經。就在這一刻，我看到了聖經封面上的聖杯，啊，我的腦中靈光一閃，這就是天主給我的答案！原來「在我的頭上傳油，使我的杯爵滿溢」（詠二三5）中的杯和「阿爸父啊！一切為祢都可能：請給我免去這杯罷！」（谷十四37）中的杯，是相同的杯子！也就是說恩寵之杯和苦難之杯，原是同一個杯子！！我原知生活中的挫折困難

都會變恩寵，但沒想到身體上的病痛也會變恩寵。當我能把病痛視為恩寵，而不是苦難折磨時，就算治癒。主啊，感謝祢的教導，請帶領我慢慢體會。

八天很快就過去了。避靜期間的生活是寂靜的，也是規律的。當我們把外務放下，內心安靜不受干擾時，才容易聽到自己內心來自天主的聲音；當我們每天按時吃飯、走路運動、讀經祈禱時，才有機會去練習體會用全心、全靈、全意、全力接近天主，及愛天主的生活。寂靜規律並不是單調無聊。在寂靜規律的生活中，包含著不同的心情高低起伏，有疑問、有領悟、有悔恨、有平安、有黑暗，也有光明。這酸甜苦辣的總合變成我們對自己更深一層的認識，以及對天主更進一步的感謝和信賴；也幫助我們在混亂的世界中依舊懷抱希望，以及在價值難明的現實中仍能堅持榮主愛人。讀者朋友，有機會時，希望你也能試試！

（加州 喜瑞都）



單國璽社福基金會

CARDINAL SHAN FOUNDATION

天主教單國璽弱勢族群社福基金會 串起光與愛

愛，就像黑暗中的光芒，照亮你我的心！「天主教單國璽弱勢族群社福基金會」（簡稱：單國璽社福基金會）自2013年成立以來，一直以延續單國璽樞機服務、奉獻，實踐「活出愛」的精神，為弱勢族群提供服務，推動社會福利事業，讓人們心中最單純的愛與關懷，能傳遞到每個需要的角落。單國璽樞機主教曾經說過，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。「單國璽社福基金會」仍將繼續秉持他的理念，提供救助貧病弱小之服務，傳達天主的大愛、無私的愛、生而為人的愛；也期盼能有更多心懷大愛的人士給予支持！

E-mail: cardinalshanfoundation@gmail.com, <http://www.shan.org.tw>

捐款方式：戶名／財團法人天主教單國璽弱勢族群社福基金會

銀行帳號／合作金庫 丹鳳分行 3568-872-505-838

國際電匯請用

TAIWAN COOPERATIVE BANK, TSIN TAI BRANCH

115 HSIN TAI RD., HSIN CHUANG DIST., NEW TAIPEI CITY

242, TAIWAN (ROC)

SWIFT CODE: TACBTWTP536

BENE A/C: 3568872505838 BENE NAME: CARDINAL SHAN FOUNDATION

《傳信與關懷》

感謝單國璽社福基金會的幫助，讓居住北美偏遠處的年長者分享信仰神糧！

天主教中英雙語聖經

《新約全書》 簡體或繁體中文

《舊約全書》 目前只有繁體中文

請電郵 BibleVision2000@gmail.com 洽購

天主教電子書

包括《天主教教理》《耶穌傳》等

簡體或繁體中文均有

請至【松風鳴】SongFengMing.com 免费下载

自強自足 嘉惠近人

單國璽基金會於 2014-2015 兩年支助「傳信與關懷」，使 1200 位耆老能在家收到信仰食糧，各地華人團體能擴大共融基礎。

祈禱中除了感恩單樞機的遺惠外，也感受到美加平信徒應能自給自足的啟發。

1200 位耆老中，若有三分之一能每年捐款 20 美元，總額就可以達到單樞機基金會的補助金額。

蒙天主降福而收入豐碩的朋友，您自己可能忙得沒有時間致力福傳，捐款「傳信與關懷」幫助近人，應當是可行的傳愛方式之一。

天主降福愛主的大家！

異象印刷 EDINGER PRINTING



一貫作業 為您節省時間和金錢

設備完善

彩色印刷

品質優良

價格公道

交貨迅速

專精：

書籍 雜誌

信封 信紙

名片 傳單

刊物 裝訂

陳建宇先生 待人親切 服務有口皆碑

2665 S. Orange Ave. Santa Ana , CA 92707

Tel: 714-558-7587 Fax: 714-558-7538

edingerprinting@gmail.com



阿罕布拉

世界中華殯儀館

亞凱迪亞

新增

世界殯儀館

- 代售各地墓園
- 通曉中西禮俗
- 國外殯儀安排
- 專家製殮化妝
- 運送各地遺體
- 各式殯儀用品

2017年基本殯儀收費表

世界中華殯儀館	玫瑰崗 ROSEHILLS
\$3,688	\$5,675

福壽懷安計劃，以今天的價格，支付將來的費用。

24小時電話服務 歡迎來電詢問比價
通曉國、台、粵、四邑、越南、英六種語言

*詳情請來電洽詢

(Price change without notice)

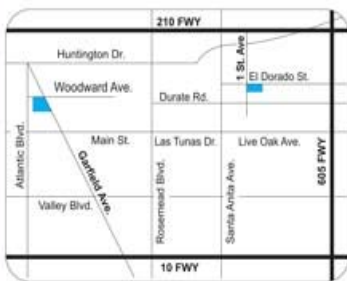


世界中華設施俱全，收費合理，服務專業
不似某些企業將逝者遺體送於處理中心，
增加許多不必要的搬動和輾轉車程，
世界中華提供一條龍的殯儀服務。



台灣、中國、香港、越南及東南亞等地都有關係企業。本館因應不同風俗文化需要，提供各種葬禮儀式

免費代辦骨灰來往美國安葬事宜，歡迎查詢！



總經理：Henry Kwong 鄺之才

阿罕布拉 FD#37

亞凱迪亞 FD#747

世界中華殯儀館

世界殯儀館

Universal Chung Wah Funeral Directors
225 N. GARFIELD AVE.,
ALHAMBRA, CA 91801

Universal Funeral Chapel
500 SOUTH 1 ST. AVE.,
ARCADIA, CA 91006

626-281-7887

626-821-0060

www.universalfunerals.com



邀請您以刊登廣告或自由捐款
來支援「傳信與關懷」的印製

UCAC 傳信與關懷廣告組

電郵： stachinese@gmail.com

電話： 323-264-4448 (Sherry)

PO Box 911 Monterey Park, CA 91754

天主教文摘【傳信與關懷】捐款徵信

以下捐款名單是從 2018 年 6 月 1 日至 2018 年 9 月 30 日止

F&O 收據	姓名	金額	F&O 收據	姓名	金額
1870.1	Pai-Lin Lam	\$100.00	1880.1	紀念王再發,王林粧溢,王月瑛,王月美	\$500.00
1871.1	隱名	\$15.00	1881.1	Lucy Jung	\$100.00
1872.1	CCA of St. Thomas Aquinas Church	\$750.00	1882.1	In Memory of Frances Ho	\$200.00
1873.1	紀念薛永睿先生	\$100.00	1883.1	Ju Ke	\$100.00
1874.1	紀念李一匡先生	\$200.00	1884.1	隱名	\$50.00
1875.1	Martin and Julie Shan	\$200.00	1885.1	Agnes Yu	\$200.00
1876.1	Shaw Yueh Lin	\$100.00	1886.1	隱名	\$100.00
1877.1	Mary Lau	\$25.00	1887.1	Fen Nyan Lee	\$50.00 (CAD)
1878.1	紀念馮皓川, 于良蕙	\$300.00	1888.1	In Memory of Sebastian Tang	\$160.00
1879.1	紀念闕文華	\$50.00	1889.1	Wen Hua Lin	\$50.00

感謝以上慷慨解囊的善心人士

「傳信與關懷」北美天主教文摘
每本成本費 \$1.50 美金

捐款共計：\$3,300.00 元 (美金)
\$50.00 元 (加幣)

本期文摘支付印刷、郵寄及辦公室
文具費總計：\$9,214.93 元 (美金)

請關心喜愛《傳信與關懷》的朋友
一同為恩人們的身心靈需要祈禱！

歡迎以刊登廣告、自由捐款或推薦認捐等方式支援印製及郵寄費！

支票抬頭：「Faith & Outreach」

郵寄：PO Box 911 Monterey Park, CA 91754 U.S.A.

現在您也可以在線上閱讀電子版的傳信與關懷

www.chinesecatholic.org

于斌樞機紀念基金會感謝捐款
一個專為華人設立的安養院 Lic.# 197607034

于斌樞機安養院 Cardinal Yu-Pin Manor
An Assisted Living for the Elderly

主愛的恩人朋友：

感謝您對我們服務長者工作的支持與愛護。

我們誠懇祈求天主：

願成就此安養院的每位善心人士都蒙天主降福！

願進住安養院的每位長者都蒙天主眷顧！

于斌樞機紀念基金會 捐款徵信

【以下捐款名單是 2018 年 6 月 1 日至 2018 年 8 月 31 日交本會簿記並存入銀行者】

收據	捐款人	捐款
17239	Mei Yu Lin	Electric Bed
17240	Coaster Co. of America	\$1,500
17241	George S. Chen Corp	\$600
17242	Yuan Tai Chang	\$120
17243	Yi-Ping Liao	\$120
17244	Sylvia Tsui	\$100
17245	Judy H Hsieh	\$500
17246	Diane Chang	\$20
17247	Clifton Ting	\$200

收據	捐款人	捐款
17248	Peggy Fulton	\$200
17249	Magdalene & Michael Lau	\$100
17250	Nancy Kao	\$200
various cash donation for June, July & Aug		\$145
Total Amount Deposited:		\$3,805.00

Tax ID:95-474-1256

地址：15602 Belshire Ave. Norwalk, CA90650 電話:562-926-1289 傳真:562-926-5659

銘謝捐款所有捐款均可抵稅，捐款支票請寫：Cardinal Yu-Pin Foundation

會心集

母親的誇耀

天主教婦女的聚會，往往給做母親的教友，提供了一個分享甘苦談的好機會。有一天，四位母親聚在一起，三句話沒聊完就說到她們的孩子。

其中一位母親先忍不住得意地說：「我的兒子是神父，每當他進入大廳的時候，在場的人都會很客氣地說：『神父好！』」

第二位母親說：「這有甚麼了不起，我的兒子是主教，每當他進入大廳的時候，在場的人都會肅然起敬地說：『主教好！』」

第三位母親很不以為然地說：「那也沒有甚麼了不起！我的兒子是樞機主教，每當他進入大廳的時候，在場的人都會起立迎接，畢恭畢敬地親吻他的權戒說：『可敬的樞機主教，您政躬康泰！』」

第四位母親不急不緩地接著說：「我的兒子身高七呎多（210公分以上），每當他進入大廳的時候，在場的人都會高聲喊說：『噢！我的天呀！』」

眾神會診

一位神父得了很嚴重的心臟病，心臟科主治醫師告訴他必須動手術。在手術之前，主治醫師說：「神父，請你放心，手術一定會很成功的。你看，我們的麻醉師是信天主教的，主持開刀的醫師是信佛教的，幾位助理護士是基督教的，而我自己是猶太教徒。所有宗教的神都會來幫忙你的。你放心好了！」

比利的口琴……

聖誕節之後，比利見到舅舅時，非常高興地謝謝舅舅送的漂亮口琴：「舅舅，這是我所得到的，最好、最好的聖誕禮物了。」

舅舅說：「我很高興你喜歡我送的禮物，但是為什麼它是最好、最好的聖誕禮物呢？」

「因為呀！」比利說：「白天，我吹它的時候，媽媽就會給我個兩毛五銅板，叫著：『好了，好了！不要再吹了！』；晚上，我吹它的時候，爸爸就會給我兩個銅板，說著：『拜託，拜託！不要再吹了！』」

基督徒的新約生活

◎ 茫白

很多教友認為，若是每星期參與彌撒，領聖體聖血，加上捐款，也差不多可算好教友了；若能做些義工，更好；有機會參加讀經、避靜或朝聖，就更美了。是耶？非耶？

我以前也是這麼想的。但在與主建立關係後，又在祈禱與默想中領悟很多，這些新的認知衝擊著我過去簡單的想法，覺得這想法似乎不夠完整，但又想不出一套簡單理論來表達我現在的想法，真讓人著急。今年八月十九日是常年期第二十主日，我看到當日彌撒中的兩段讀經和福音配合完美，腦中靈光一閃，我要的答案呼之欲出。於是寫下此文，也順便將我的思路再梳理一次。

當我們將三段經文串連，所得的結果，提醒所有基督徒，要接受主的邀請，參與主的聖宴，吃祂的肉，喝祂的血，然後在主內，學習明瞭主的旨意是什麼，並細心觀察自己的生活，是否符合主的旨意。讓我們再細看這三段經文：

- 讀經一是箴言九1-6。在這段箴言中，智慧建造了房舍，準備了美酒好菜，派人到處邀人赴宴，說「你們來，吃我的食糧，飲我配製的酒！你們應放棄無知，好使你們得以生存，並在明智的道路上邁進。」這裏的智慧是指誰呢？在教會傳統中，聖言與天主同在，是全能天主的話語，是舊約中的「智慧」，也是新約中降生成人的耶穌。我們若想得到智慧，得到

生命，便要接受邀請，去赴智慧的宴會，讓自己在明智的道路上邁進。

• 讀經二是厄弗所書五15-20。這是聖保祿寫給厄弗所人信中的一段，勸勉他們要「細心觀察自己怎樣生活，不要像無知的人，卻要像明智的人。」「不要做糊塗人，但要曉得什麼是主的旨意。」之後還有更多細節勸告，但一言以蔽之，就是按照主的旨意生活。想要做到這點，當然先要知道主的旨意是什麼，然後細心觀察自己的生活，是否符合主的旨意。不合的部份當然是要改正啦！我們在信仰的旅途上，就是這樣邊學邊改，邊改邊學，直到人生終點。

• 當日福音是若望福音六51-58。在這段福音中，耶穌如同箴言中的智慧，要大家「吃我的肉，喝我的血。」並明白指出「誰吃我的肉，喝我的血，必得永生。」否則我們內便「沒有生命。」

當我們把這三篇融合在一起，又會產生怎樣的火花？

參加主的聖宴

我們都知道，參與彌撒是赴主的聖宴，而聖體聖血是我們靈魂的食糧。就像我們的身體需要按時補充食物營養，以保持健康；我們的靈魂也需要常常補充營養，方能保持健康，否則會因營養不良而生病。

只要每星期參與彌撒，領聖體聖血，就能得永生嗎？參與彌撒並領受聖體聖血，當然是重要的，但因聖體聖血是靈魂的食糧，不能僅用「身體」去領，我們需要進一步消化吸收，才能真正得到營養。也就是箴言（



讀經一）中的提醒，領受聖體聖血後，要活在主內，得到智慧，明瞭主的旨意，這樣才算完整的赴宴。

尋求主的旨意

每次參與彌撒時，在聖祭禮儀中，我們一再被提醒「你們大家拿去吃：這就是我的身體，將為你們而犧牲。」以及「你們大家拿去喝：這一杯就是我的血，新而永久的盟約之血，將為你們和眾人傾流，以赦免罪惡。你們要這樣做，來紀念我。」我們會不會聽慣了這些話習以為常，反而忘了它的意義？

在聖體聖血中，我感受到多層意義：

• 耶穌一生的言行，顯示了祂對天父的愛、信任、順服、依靠，以及對我們的愛。耶穌是師傅，為我們立了榜樣，要我們照著做（若十三14-15），所以我們要細心觀察自己的生活（讀經二），是否在生活中信任、順服、依靠，和愛天主，以及愛別人。

• 耶穌為我們犧牲生命，祂的身心所經歷的痛苦，是為我們的罪做補贖，使我們的罪能得赦免；同時也除去了人與天主間隔離的帳幔，人人可直接與天主相往來。有此機會不用太可惜了。我們內心若有渴望，就相當於敲門，即使聲音很小，天主也會開門。天主就在我們的生活中。多祈禱，學習和天主建立親密關係；多聆聽，學習和天主溝通；多觀察，學習在生活中感受到天主的愛。



當於敲門，即使聲音很小，天主也會開門。天主就在我們的生活中。多祈禱，學習和天主建立親密關係；多聆聽，學習和天主溝通；多觀察，學習在生活中感受到天主的愛。

• 華人有時會用「我身上流著我父親的血」或「我身上流著某家的血」

，來表達同一家庭中的一脈傳承、相似，以及持有共同目標。我們都是天主的兒女，耶穌要我們喝他的血，讓主住在我們內，期望我們身上流著主的血，學習瞭解他、跟隨他、同心協力，朝向共同目標——人人都進入天主的王國。

- 耶穌用血和我們訂了新而永久的盟約，取代了原有的舊約。他的旨意很清楚，我們和天主間的關係與以前不同了，現在要依照新的盟約生活。無論新約或舊約，我們的生活都該以天主為中心，那麼新約和舊約之間有什麼分別？

舊約以「法律」為出發點。那時的猶太人認為，生活就是遵守法律。這法律涵蓋生活中所有細節，早上起來該做什麼，能吃什麼，該穿什麼，對上主態度該如何，安息日如何過，每天祈禱幾次，等等。遵守法律的最初目的是：如此生活會讓人在生活中時時想到天主，然後增進對天主的信任、順服、依靠及愛。但「任何一件事，無論多神聖，都有可能變成我們崇拜的偶像」。猶太人逐漸變成只注意法律的條文細節是否完整及在表面行為

上絕對遵守法律，於是，這「遵守法律」便逐漸取代了天主。耶穌來到世上，就是要把偏離天主的猶太人拉回正路，要大家悔改，以便進入天主的國。

在四部福音中，耶穌是否讓你覺得他是個絕對遵守猶太法律條文細節的人？完全不是！而且恰恰相反！那些司祭長、長老、經師和法利塞人經常批評責問耶穌和門徒，為什麼違反法律行事。耶穌並不是反對法律，而是反對本末倒置。例如：經師和法利塞人要用石頭砸死一位淫婦（若八11），顯示他們心中毫無慈悲的堅守條文；耶穌並不認為她的行為是對的，但他不要我們瞪著眼睛只看別人的毛病，卻看不見自己的錯誤。又如：經師和法利塞人窺察耶穌是否在安息日治病，好尋隙控告他（路六7），顯示死守法律會阻止他們幫助別人，兩者相比，耶穌認為幫助別人更重要。類似的例子，在福音中到處可見。根據我們所聽到的耶穌教導，和看到的耶穌行為，我們確信，新約是以「愛」為出發點。不同的出發點，就是新約與舊約的最基本分別。

耶穌基督既和我們訂了「新」的盟約，那麼凡是「基督徒」都該按照他的旨意，以「愛」為出發點過新約生活。

在主內過新約生活

過新約生活，一定要以耶穌的言行為榜樣。學習耶穌的言行，最好的來源當然就是四部福音，因為裡面記載了很多耶穌的教導和生活故事。因為篇幅關係，我現從四部福音中各取一例：

- 瑪竇福音——耶穌教導我們，為什麼有些人會被稱為義人，接受天父祝福？「因為我餓了，你們給了我吃的；我渴了，你們給了我喝的；我作客，你們收留了我；我赤身露體，你們給了我穿的；我患病，你們看顧了我；我在監裏，你們來探望了我；」「我實在告訴你們：凡你們沒有給這些最小中的一個做的，便是沒有給我做。這些人要進入永罰，而那些義人卻要進入永生」（瑪二五35-46）。耶穌要我們愛他的最小兄弟，這「小」不是指年齡，而是指社會中的貧困弱勢團體。我們要幫助這些人，才

能進永生。想一想，在你的生活四周，誰是耶穌的最小兄弟？你要怎樣幫助他們？你是否願意分享你的時間、財物或才能給他們？

- 馬爾谷福音——「誰若想做第一個，他就得做眾人中最末的一個，並要做眾人的僕役」（谷九35）。在你的生活中，你喜歡當主人還是僕役？你曾在事奉時覺得受氣嗎？覺得自己做得比別人多，但得到的認同比較少嗎？因付出努力卻看不到成果而洩氣沮喪嗎？覺得不公平？想一想，當年耶穌是否受氣？是否經歷不被瞭解認同？是否看不到成果？耶穌是主，卻甘願為人服務，甚至捨棄自己的生命，公平嗎？作為基督的門徒，我們又怎能指望不背十字架呢？不同的是，耶穌是為我們的罪背十字架，而我們需要因十字架而來的痛苦沮喪中，學習瞭解主要我們如何走下去。

- 路加福音——「我實在告訴你們：人為了天主的國捨棄了房屋、或妻子、或兄弟、或父母、或子女，沒有不在今世獲得多倍，而在來世獲得永生的」（路十八29-30）

）。對於大部份人，房屋、配偶、父母、子女、兄弟姐妹都是重要而難捨的，但耶穌卻說我們要捨棄所愛才能進天主的國。其實耶穌並不是要我們在生活中把孩子丟下不管去讀經，或者為去教堂而不顧生病的配偶。所謂的愛天主在萬有之上，是為愛天主而依天主旨意生活。天主可能召叫你過獨身生活，也可能是婚姻生活；如果你有孩子，我很難想像天主會指示你不管他們，但若你常用孩子作藉口而不能愛主愛人，那就是另一種情況了。聖依納爵的領悟是，我們和任何人、事、物的關係，如果會阻礙我們愛天主，便該捨棄。所以我們需要觀察我們的生活，找出那些阻礙，並學習捨棄。聖依納爵教導我們：不求財富，也不求貧窮；不求健康，也不求疾病；不求榮譽，也不求侮辱。生活以主為中心，一切依靠主，主給的我都要，主要的我都給。



- 若望福音——「我給你們一條新命令：你們該彼此相愛，如同我愛了你們。你們也該照樣彼此相愛。如果你們之間彼此相親相愛，世人因此就可認出你們是我的門徒」（若十三34-35）。耶穌明白指出，若我們不能彼此相愛，就不是他的門徒，也就不能算是基督徒了！

耶穌在回答法利塞人的問題「法律中那條誡命是最大的？」時說：「『你應全心，全靈，全意，愛上主你的天主。』這是最大也是第一條誡命。第二條與此相似：你應當愛近人，如你自己。全部法律和先知，都繫於這兩條誡命」（瑪廿二37-40）。回頭再看看前例中的耶穌教導，每一項都包含在這兩條誡命中。所以基督徒的生活重點，就是用一生的時間，學習並不斷練習愛天主、愛自己、愛近人。

也許你認為第一條誡命有些抽象，比較難檢驗，其實第二條誡命就是第一條的實際表現及衡量。想知道自己是否愛天主？那就看看自己是否情願幫助耶穌的小兄弟（社會中的貧困弱勢團體）。愛了多少？就看看自己盡了多少力量。因為耶穌說過「凡你們對我這些最小兄弟中的一個所做的，就是對我做的。」（瑪二五40）



舊約的「法律」和新約的「愛」看似完全不同，但美妙的是，當我們依照新約生活時，其實也真正活出舊約法律的精神。所以耶穌說「我來不是為廢除，而是為成全」（瑪五17）。耶穌充滿愛和慈悲心的生活，原本是舊約法律的終極目標。

舊約生活由法律出發，也用法律判斷是非；新約生活由愛出發，通常我們不需判斷是非（請記住：千萬別吃知善惡樹的果子！），只需用對主的小兄弟的愛來表達及衡量對天主的愛！作為天主教徒，作為基督徒，我們絕對不能停留在遵守法律的舊約中，而要接受主的邀請，參與主的聖宴，學習與主溝通，建立關係，明瞭主的旨意，以愛為出發點，並時時觀察自己的生活，是否一切按照主的旨意。當我們做了我們能做的，天主自會帶領下一步並成全，這是我們對天主的信任及依賴，也是我們與天主之間相互的愛。

在信仰的旅途上，願大家都能不斷地練習愛天主、愛自己、愛世人，得到主的愛和恩寵，平安喜樂地活在主內。（電郵投稿）

我的成長感悟

◎安心

前言

在我敘述個人成長經歷時，請把我對家人的描述當成一個有罪之人的視角來看待。天主曾說我們看到人身上的刺，却看不到自己眼中的樑。我所看到的，都是隔著樑的印象，却沒有看見家人的成長經歷和遭遇，也會影響到他/她的個性和待人處世的方式。

失落的羊

我是個有近三十年教齡的教友，但只有在近幾年才真正開始過著天主兒女的生活和實踐。教會團體的一些姐妹們覺得我變了，讓我記錄一下我在這幾年的心路歷程。其實這一切都源於天主和聖神的引導，神父們的接納和耐心開導，還

有我基督好姐妹們愛的感化。

我是在無神論的環境中長大的，感恩父母用心良苦，為我們兄妹營造了一個單純，善良的生活環境。在文革年代中，家中受到宗教和政治的衝擊，可是父母對我們隱瞞了一切，使我能無憂無慮的成長。

大陸改革開放以後，宗教又從地下教會轉到地上，開放發展起來。得益於母親來自天主教家庭，我也跟著去望彌撒。那時還是拉丁文彌撒，我看不懂，但震撼於許多有地位和身份的大男人，居然都跪著祈禱。而後就自然地隨著外婆的大家庭，成了一名天主教徒。但我並不理解受洗的奧妙含義。與非教友結婚成家後，也時常會去教堂。現在想起來，只是一種形式，與天

主並沒有真正的聯繫。

天主不斷給機會

來美國後，有幸碰到陸欽豪夫婦。他們帶給我許多做為天主教徒的感悟。陸先生介紹給我做天主工具的概念，分享了付出的快樂和一個教友在家中活出基督徒生命的不易。在陸先生和洛杉磯活泉輔友團體的帶動下，我領受了堅振聖事。我真的感受到天主的愛和在主內的平安。我內心在祈禱，主請讓我能一直跟隨你，做祢的好工具。

可是我又是多麼軟弱。離開洛杉磯活泉團隊，來到聖地牙哥後，儘管當時蔣廷俠夫婦也聯繫、邀請我參加聖地牙哥的團體，因初入公司工作的興奮，和工作、家事的繁忙，其中包括把父母接來美國養老，和自己又做了母親，我先生說，天主是信在心裡的，不需形式，我也覺得有理，只要我自己盡量行善，關心照顧好家人和朋友就可以了，慢慢地就與天主漸行漸遠，生活也完全追隨個人的喜好和意願行事。

生命的考驗

就這樣一晃八年過去了。有時我也會去教堂，但更多的原因是去享受唱詩班的音樂，和在教堂裡，心靈上得到的寧靜，直到我的父親在美病故，我的生活發生了很多改變。父親是我生活裡愛的泉源，他的奉獻、克己和寬容是我人生的啟蒙和榜樣。父親的離世，開始了我生活的轉折。母親變得不近情理、批評、抱怨，最後發現她得了憂鬱症和焦慮症。因為三代同堂，先生和媽媽生活習慣不同，個性和處事方式也有差異，難免有磨擦。因母親有病，她開始像祥林嫂般整天抱怨，見人就說先生的不是，多次勸說無用，先生就要母親搬走。我不忍心母親孤身一人，但也去理解和安撫先生的心情，結果我們的夫妻關係也變了質。當先生在工作中遇到裁員，家裡又寧和理解，他終於去了中國發展事業。

這對我的生活是一個很大的挑戰，家裡兩個人的分擔變成一個人的支撐，好多以前不用操心的東西，都得學習和自己解決。在美國生活的經濟來源也只剩下我的

工資，還要支持兒子的大學費用。更主要的是我也開始心生怨恨，對母親的自私、先生的逃避，覺得自己是不幸的受害者。為了女兒，白天強顏歡笑，好似家裡一切如舊。可是夜深人靜時，只有自己流淚到天明。孤獨、無助和無奈，家對我已不是一個家。對母親也心生怨恨——她這位老教友的信德和愛心體現在哪裡？我覺得媽媽的信仰是教條而形式。對宗教沒法改變一個人的處事方式和思維深感失望，因而離開教會更遠了。平常除了睡覺也幾乎不回家，不想要這殘缺不全、冰冷的家。雪上加霜，這時候我的手受工傷，不久手關節長出了一腫塊。手術時因醫生失誤且隱瞞實情，恢復不久手指又變腫，疼痛難忍。我以為自己剩下的日子不多了，怎樣去安排好女兒和母親，真可謂是四面楚歌。

天使

在我人生的最低谷時，有兩位基督教的朋友出現陪伴了我，她們以關愛和陪伴來融化我心中的冰雪。復活節時，我和媽媽、女兒被邀請去參加禮拜。在教堂裡，我心

裡默念，主啊，如果祢真的是大能的，請醫治我的手，讓我能感受到祢的關愛和存在。如果我的手好了，我就回到教會。同時另一位教友邀請我參加查經班，在那兒我開始閱讀和理解聖經，小組成員用方言為我祈禱。我的手很快地好了，因此我去了基督教會。在那裡，我感受到愛，真實的愛和熱情。可是我不習慣基督教的隨興，他們的方言祈禱和隨意發散的喧鬧，在我的內心一點也沒帶來平安和寧靜，有時只想離開他們發出的噪音。

天主慈愛的選項

正在猶豫中，廷俠姐來電邀我去參加教會的慶祝活動，我告訴她我的近況和困惑，廷俠姐一點也沒責備我，她讓我自己去探索並且推薦我看些書籍和錄像，介紹天主教與其他教的區別。她又推薦Gabby與我聯繫，提供她的經歷、體驗，並給我解惑。在她們的關心指引下，加上我內心更熟悉和習慣天主教的禮儀所帶給我內心的平安，我重回了我們的天主教團體。

服務別人卻救了自己

我人回到了熟悉的團體和禮儀，可是內心還是在掙扎糾結和痛苦。怎樣天天面對母親，尤其是我帶著有色眼光所看到的母親？怎樣去面對一個人支撐家庭的挑戰？與孩子父親在默默冷戰中，我要用一個平時必須獨自面對一切的母親的堅強來告訴他，我能帶著孩子活得很好，不需要他！就這樣我繼續靠著自己的意願往前走。時間一長，堅強的外表下，隱藏著一顆越來越壓抑的心。

在這當中找神父辦告解，我總是說，「神父啊！請為我祈禱，讓我能忍住心中的痛，能堅強而堅持地一個人活下去。」或者是說，「神父啊，我是否能離開這人世的痛苦去隱修院修道？這樣我就可以一心事奉主了。」神父們沒有指責或指出我的想法偏離天主，反而以同情心要我去參加治癒彌撒，勸我不要忍，要找途徑去釋放我的抑鬱。

感謝天主讓我在神父不能開車的日子裡去接他來教堂，這樣就給了我與神父近距離聊天的機會。因

我是在成年受洗，我的思緒習慣跟非教友並無差異；凡事祈禱或依靠天主不是我處事的習慣。神父經常提到家庭和睦的意義和方式，建議我省察看哪些是真正天主的意思。我聽了也是一知半解，並沒真正領會到依靠天主來生活，以及隨之而來的平安和喜樂。

團體的幫助扶持

隨著時間的推移，眾多教友給我許多的關懷和愛，有的不間斷地送給我有中英文的Devotion，分享從聖經中引發出來的生活啟示。有的教友勸導我接受一些不能改變的事實，隨它去，不要再無謂的糾結，而是走出自我，去幫助和關心那些需要支持和幫助的人。當看到別人的苦難和不幸，才會感恩自己的擁有，感謝天主對自己的關愛。在大家的扶持下，我漸漸地進入較為平靜的生活，從怨恨轉為接受現實，不再抱怨或自憐。

從專注自己轉為注視基督

但是在我心底深處的兩個心結還是碰不得，天主要我們去愛仇

人，同自己的鄰居和弟兄和好。可是要真正放下自己所受的傷害，去原諒、接納和愛一個人，卻是那麼難。尤其是我眼中的樑，使我只看到別人身上的刺。生活在一起，時不時會看到觸目驚心的刺，勾起心底深處的心結，避也避不開。我才真正體會到在家中活出一個基督徒生命的不易。當別人提起自己的母親、母愛，或者看到他人家庭圓滿、夫妻恩愛，我的心中還是平靜不下來。有一次我對廷俠姐說，我一直打不開心結，不能真正原諒和愛曾經深深傷害過我的人。她建議我把接受傷害過我的家人，當作自己上天堂的補贖、上天堂的台階，這樣生活就有意義。想想我已年過五十，已經走在回家的路上了，假如把目光從眼前放到未來去天堂的路上，一切好像容易面對許多。我豁然開朗！所有神父的講道，聖經的啟示和各位主內姐妹們的指點，一下子連接在一起了。

現在回想起來，我的痛苦其實都是我按照個人的意願在盲



幹，天主並未要我去顯示獨立持家的成果，或與孩子父親的冷戰，天主也沒有要我去評判家人的行為和處事方式。一直以來，自認為自己是個好人，對罪人的稱呼覺得刺耳。其實這就是我的罪，自以為是，只看到他人的不完美；在這世界上只有耶穌基督才是完美的神和人。我們在這世上就是要不斷學習和改變，才能越來越活出基督的生命，越來越像我們的天父。主啊！謝謝祢對我的耐心，謝謝祢通過不同的人和事來啟發引領我。

經常祈禱，用心聆聽，是我剛學到的一個生活技巧。每當我煩惱時，我會時不時問自己，這是我個人的意願，還是為了將來的天堂之路在準備？這樣一問一想，許多事情根本不必太在意，天主對每個人有祂的計劃，我不可能完全明白，只能祈禱和配合。

以愛還愛的神奇

當我慢慢地以真心接受和愛媽媽時，我發現她也開始改變了，

她變得知足和喜樂。感謝天主聖神在我們母女身上做的工。當我去掉有色眼鏡再去理解和看她時，我對她心生憐憫。她童年和成年時的遭遇，和成長過程中缺乏足夠的愛，才有了她的封閉思維和處世方式。現在年紀大了，只想要女兒多陪伴她，可是我卻因為解不開的心結，以孩子和工作為由避開她。慚愧！但這也給了我一個啟示，抱怨、批評和指責解決不了問題，只有愛、理解和關懷才能給我們改變自己的勇氣和力量。

感謝我所有的經歷，讓我反思，讓我成長。我知道我還是個軟弱的罪人，需要大家和我一起祈禱來走好回家的路。之前我迷失了近十年，希望在以後的路上，我時常儆醒，不再迷失方向。以前我不喜歡唸經，覺得這只是一種形式，並不一定能把人變得更像個基督徒。現在我慢慢習慣了讀經、祈禱和參與彌撒，這些不再是冰冷的教條和形式，而是經常提醒自己一個基督徒的身份，怎樣在生活中多付出愛心，少些批評指正，用愛心去面對孩子、家人和朋友。

我發現，原來天主一直都在呵護著我。（加州 聖地牙哥）



傳承

◎宏源

年來，往返西區醫院複診多次，途中，總被一座小聖堂攝住眼神。它，古舊沒新顏，生氣寂然，牆側掛有非宗教團體的告示。這已不是我見到的第一間如此風貌的聖堂了。

何唏噓神聖的殿堂變了臉！尋尋思，警覺來：下一代的信仰傳承極需關注啊！「家庭必須繼續作為信仰培育場所，向子女講解信仰的美好，教他們祈禱和服事鄰人。」（教宗《愛的喜樂》勸諭 287）

可有實踐教宗這理念的家庭嗎？

月前，將在香港晉升終身執事的陳玉強先生和太太周玲玲主持「信仰與婚姻」講座，分享他們在家庭中建立信仰的歷程，活出福音精神的見證，很有感染力。

他倆積極參與恩保德神父倡議的齊家運動。幾對夫婦定時聚首一堂，一起祈禱，讀聖經，分享生活的點滴，從中體會改善夫婦關係的要領；在培育子女的問題上，真誠地交流心得。聚會同時讓孩子有陪伴、信任的感受，體驗信仰生活的喜樂、團體的共融。父母與子女一起在靈命上長進。

他倆每晚睡前必與兩個兒子一同祈禱，傾吐心底話，然後父向子、子向父、母向子，……互相在對方額上畫十字聖號祝福，溫暖無比。兒子長大了，在美國生活，一位已成家，都很懷念全家一起祈禱祝福的時光，很珍惜參與感恩聖祭的機會，信仰很堅定。

言行一致，誠心活出愛，聖神臨在他們中間了。

透過親情，身體力行，把「信望愛」的種子撒在子女的心靈中，而種子之能發苗，吐穗，需要耐心的扶植。父母不正是擔當了重要的園丁角色麼？

是時候要努力去培植下一代的信仰了！

望基督的馨香散發開，吸引年輕的一代，怡然向上主說：「求你不要使我走錯誤的道路，求你恩賜我常遵守你的法度」（詠119：29）。勇於追隨真理，做名符其實的基督徒。

望天國福音的傳承，活力洋溢，神聖的殿堂生氣盎然！
（多倫多「聖心堂之聲」）

有關「告解」的秘密

◎溫柔瑪利亞

天主教自有告解聖事以來將近兩千年，歷經無數神父，卻從來沒有聽過有神父以任何藉口，洩露過他從告解亭裡聽來的祕密。

絕對不會！永遠不會！以前不會！現在不會！以後也不會！這是個大奇蹟，沒有天主的特別保護是絕對辦不到的。

這種永遠不洩密的奇蹟，包括神父受到生命威脅，或在病中、昏迷中失去理智，胡言亂語時也不會洩密，甚至還俗神父、叛教神父，也不曾有人洩密過，請教友可以放120個心。

馬丁路德在叛教前是一位有名氣的神父，後來他叛離教會，寫了很多攻擊天主教，攻擊告解聖事的文章，但從來沒有把教友們以往向他告解的罪洩露過一句。一天，他和朋友在館子裡喝酒，人們見他帶有幾分醉意，試圖要他洩露以前聽到的告解祕密，結果大失所望，馬丁路德突然非常震怒，拿起酒瓶要毆打發問的人，嚇得他們趕忙逃命。

聖若望·臬波漠神父，是波西米亞皇后的聽告解神父，國王多疑善妒，懷疑皇后有不軌行為，便強迫神父把皇后所告的罪說出來。神父堅拒了，國王將神父拘禁獄中，威迫利誘，用盡各種方法，但均失敗。最後國王生氣了，把神父裝入一個大皮囊內，又拴上一塊大石頭，將神父投入河中，國王以為這樣殺人毀跡，誰也不會知道。不料，當晚皮囊自動浮起，

四周滿被光彩，伴著天使們的歌聲，因此民眾得以用最光榮的儀式，把神父遺體埋葬。1729年是臬波漠神父殉節四百週年紀念，教會將其列入聖品，人們發現他的屍骨中，唯獨舌頭沒有腐，鮮潤如生。由此可見告解聖事是天主特別保護的聖事，不可懷疑。

嚴守告解祕密的案例：

1853年，烏克蘭一位教區神父被剝奪了神職，他因為被控謀殺罪判了刑，放逐到西伯利亞去服刑，那把用來殺人的槍，在神父聖堂的祭台被找到了。

「我向各位保證我是無辜的。」神父在法庭上這樣說，這也是他唯一的答辯之詞。在他被上銬帶走的時候，他的主教和教友們都在一旁哭泣。

二十年後，教區的風琴手病重在床，快要死了，他請地方官來，當著眾人的面，他告訴法官，他才是當年謀殺案的真正罪人，神父是無辜的。風琴手把對方殺了，為想娶到被害人的妻子。他把槍藏在教堂裡，然後帶著警方來找出來。由於受到悔恨的壓力，他曾到監獄裡看過神父，並且辦了告解，但是沒有勇氣向當局承認自己的罪行。

神父早就經由告解得知誰是兇手了，可是他寧可讓罪人自己去告明。二十年後，神父被赦罪的消息送到了西伯利亞，但是已經太遲了，神父由於苦難和勞役的折磨，已經過世了。就在赦罪的消息送到之前的幾個星期，他帶著那殘酷的秘密，被埋入了土中。

個人感悟：這個故事見證了告解聖事的神聖性，帶給我們強烈的震撼，願神父們都能在這俗化現象越來越嚴重的今世裡，為信仰做出美好的見證。阿們！

（信仰微刊 網頁）

尋找天堂

◎詹紹慧

好同學從台灣來我這兒，本可以用貓、用花來款待，可是她對床上的貓沒感覺，對後院徒顯姿態不具香味的花兒，除了拍照，興趣也不高，於是我們去奧瑞岡旅行。

車行在公路上，各地公路的長相都差不多，她睡著了。我無聊的望著窗外，發現山巒上的樹在藍天白雲簇擁下特別像水彩畫，而且還是莫內隨著光的走向轉換色度的印象畫。

我對自己沿途對美的發現與享受很是自得，在自得中又領悟此一美的感受與機緣，並非出自我的特殊本性、本能，而是那位稱之賞賜者的天主。我的心思欲念沉湎於感恩之中……。

突然快速閃過一個更自得的念頭：要是此時此刻發生意外，十之八九天使自雲端現身接我去見天主。直覺地，腦海聯上天使拉住我

手上升的圖像。衣衫飄飄，拜拜！我揮一揮手，卸下皮囊的重軛還我自由。我好樂喲！天主，祢終於要我回家了。

慢、且慢、別急，才剛做一點點好事，就向大人討賞？妳可知道任何一件事情都會引發、影響另一件事情。妳在世上數十年生命的卷頁，除了做了許多人們肉眼所見的所謂好事，可曾以愛我之心勉強一己完成只有我才知道的事？甚或每每領我體、喝我聖杯的頃刻；待我如上賓與我真誠晤談，而非心猿意馬左顧右盼？妳還記得上次我一再叮嚀的話嗎？我說：「人常陷於自戀，誤解生命原來就是難解的謎題。人全然信賴一己的感官，分散對其他事物的關注力，常把自己認定的好壞投射到他人身上，認定那些和他形象相符的事物為真，並奢想以自己愛人的方式被愛，而對相異的面貌產生排斥與不安，更會以猜忌來回應；堅稱那不是愛……。」

窗外的景色，滿眼的美麗、滿心的歡喜，彷彿已經在天堂。我意識到這際遇的發生必有其他的關連，我對我同學也心懷感謝。

我貪戀景光，眼睛睜得大大的，雖然感覺眼皮很澀也捨不得閉眼。這當兒，突然想到父親，在那一刻他也捨不得閉上眼睛吧？床邊沒有一個人，就這樣孤獨地走，他一定還想看孩子們一眼吧。

其實，在我的感覺裡父親依然在。正如法國哲學家馬賽爾〔Gabriel Marcel〕在他的劇本「明日的死亡」裡的一句經典對白「你啊，你不會死！」意思是說：愛能破除死亡，肉體的毀壞只能觸及「你」之外的東西，不能損及「你之為你」。

今天，在我的生命、我的歷史，乃至我的下一代，均有父親的塑造和參與，所以他不會死，仍活在我身上。

旅行的次日，我們到達神秘樹（Trees of Mystery and Sky Trail）。空氣有些兒涼，帶些杉木的清香，我們迂迴步行到搭纜車處。陽

光由樹頂射下一道道光芒，軒昂的樹下棲居著蕨類和恣意攀纏枝條的藤蔓，織就一面面鮮綠的濾網，間或奇花、異果、彩蝶，除了鳥語還有一棵樹也會唱出管風琴音色的歌聲，走得老遠還能聽見迴響。這座神秘園美則美矣，最令人訝異處是它整體呈現了3D電影「阿凡達AVATAR」前所未有的奇妙層次景象，心中所嚮往的「家園」可不就是這樣子麼？

上得纜車，「自然」是景觀立體的深度和視野的寬廣。陽光更近，雲就挨肩，我充滿幸福感的笑臉朝天。當下，我稍稍離人群遠些，太熱鬧的環境對我總是危險，長年與天與貓與自己對話，幾已鋪就生活全面，疏於改、不欲變。

靜靜地，飄下一片落葉，是一片早凋的樹葉。人不也如同一棵樹上的葉子？有的繁華鼎茂，有的因為莫名的原因離開。表面看並沒有甚麼，細想，內裡定包含著為人所不知的天主美意。我尋找天堂，天堂不就在樹裡、雲裡、風裡，乃至一切生靈，我之為我的真性裡麼！（電郵投稿）

信仰小火花

請選出正確答案（答案可能不只一個）

教宗在〈我為什麼參加彌撒〉一文中的教導

- 一、第一個非常具體的跡象，能顯出我們自己是否善度感恩祭是「_____」。 1我們看待他人的方式 2我們熱衷閒聊的技巧 3我們強出鋒頭的機智
- 二、在感恩祭中，_____重行祂在十字架上的祭獻。 1天父 2基督 3聖母
- 三、基督的一生為_____徹底奉獻自己，因此，祂喜歡與門徒和群眾在一起。 1愛 2復仇 3功名
- 四、_____分享門徒和群眾的渴望、困難，以及影響他們心靈和生活的事情。 1法利塞人 2撒杜塞人 3耶穌基督
- 五、我們參與彌撒聖祭時，會遇到各式各樣的人。因為愛耶穌_____， 1讓我覺得他們的確是我的弟兄姐妹。 2讓我更有能力與樂者同樂，與憂者同憂。 3我們願意按照耶穌的意願去愛那些需要幫助的弟兄姐妹。
- 六、能顯出我們自己是否善度感恩祭的第二個重要跡象，是： 1「感到蒙赦免和準備寬恕」的恩寵。 2承認自己需要被天主的愛所接納與再造。 3因為我自認並願意顯示自己的確比他人更好。
- 七、我們在彌撒開始時唸的《悔罪經》是真實的懺悔，因為我們是罪人，承認過失，願意接納耶穌的寬恕，參與祂的_____ 1救恩行動 2接納與再造 3流於形式的儀式
- 八、每次聚集一起舉行感恩祭時，基督為赦免我們的罪，藉著我們所奉獻的麵餅和葡萄酒，再一次祭獻他的_____。我們應該像罪人那樣謙卑地參與彌撒，上主會使我們與祂重歸於好。 1身體和血 2牧場羔羊 3無瑕疵的牛犢