

主編的話

江君揚

〈聖神的風〉展頁拂面，在此專欄，我們介紹單國璽樞機在罹患癌症、生命最後幾年裏，仍強忍病痛孜孜不息到處傳揚福音，並成立愛德基金會照顧弱勢團體，遺愛人間。在「公主回府——祝你生日快樂」一文中，陳懷台回憶大學時，在台北光鹽女生宿舍的修女們身上學到對天主完全順服的榜樣，修女奉獻一生、效法基督，對人無條件的關懷、尊重、聆聽與肯定。——這些人都是我們的榜樣。

本期〈信仰主題〉偏重於信友祈禱生活的實行和困難。王海瀛分享她祈禱生活的心得，許多深度的剖析可為我們的借鏡。

曾慶導神父在「宇宙造物主不可能在地球降生？」一文中也點出，天主賜給人自由意志真是最大的恩寵，也只有如此珍貴的人類，可以讓天主心甘情願地犧牲祂的獨生子耶穌基督，為贖回因濫用自由而迷失自我的人類。

白建清神父則在「人生的關鍵問題」一文中，更進一步的引導我們認識耶穌是我們生命裏、生活上最重要的關鍵指針；唯有透過認識耶穌，跟隨祂的教導，我們才能找到人生的真理、道路、與永恆的生命。

在「是我揀選了你」一文中，徐卓越神父引用耶穌召叫漁夫成為漁人門徒的例子，引申出天主對現代基督徒——你、我的召叫。我們可以反思天主對我的計劃、賜給我建築的神才在那裏？

若心中有主，生活裏有了依靠與盼望，生命就不致於迷失。沈藝甲在〈信仰生活〉專欄，特別指出團體對祈禱生活的幫助。文中介紹加爾默羅（Carmelite）聖衣會傳統的祈禱，尤其聖十字若望與聖女大德蘭更是這個修會祈禱的典範，值得我們細心研讀。

在〈時事與信仰〉專欄，嚴永晃則報導了今年十月由教宗方濟各所召開的世界主教會議，針對當今新時代背景下，家庭福傳所面臨的一些爭議性議題與挑戰。這舉動宣示了教會將持更開放的態度。

在〈懷念篇〉羅大德為文感謝剛過世的樓美娟引領進教之恩；孫鵬萬追述對才華洋溢的著名民歌手梁弘志的懷念，和一些往日福傳活動共事的回憶。

李家同教授在「我的義工經驗」一文中，鼓勵大家參與志工，親自服務我們中最小的兄弟姐妹們——因為只有在實行愛德中，我們才更懂得珍惜所擁有的！

感謝耶穌基督降生，居住在我們中間！感謝天主按祂的肖像，創造了獨一無二的你、我，還召叫了我們成為基督徒。能跟隨祂是多大的恩寵！祝大家聖誕快樂！



活出愛

財團法人天主教單國璽弱勢族群社福基金會

德高望重的單國璽樞機主教，在2006年8月得知自己罹患了肺腺癌，初期雖然免不了震驚與意外，從此每天要忍受癌細胞侵襲的疼痛，加上年事已高，四肢五官功能的逐漸退化，體能上鮮少令人振奮的消息，但單樞機並沒有因此被打倒。藉由信德的順服和信仰的力量，這些病痛無礙他清醒的頭腦與火熱的愛德，日夜縈繞在他腦海的仍是，如何協助社會的邊緣人、弱勢族群、受刑人…等，進而重新燃起成立「基金會」的想法。



在癌症的病苦中，單樞機把握生命最後的燭光，從2007年11月開始，展開多達220場的「生命告別之旅」巡迴演講。他走訪社會各階層，深入醫院關懷病友，現身學校教導生命教育，到監獄教化受刑人，慷慨地以燃燒的生命，闡述生命的意義與價值……。在生命的末刻，雖然好像是「心有餘而力不足」，但當他以生命有限的餘年，帶著病痛，無懼死亡的逼迫，向所

有人見證天主的愛及生命的可貴，傳達耶穌基督活出愛的精神與價值，他為基督贏得的認同和喝彩，是許多人一生達不到的！

單樞機主教想成立「基金會」的心願終究成了遺願，他孱弱的病體敵不了病魔，在2012年8月22日撒手人寰。然而，因單樞機的生命見證，感動許多熱忱的心，藉由各社會賢達人士的幫忙，在2013年共同發起成立「財團法人天主教單國璽弱勢族群社福基金會」（簡稱「天主教單國璽基金會」），期能持續幫助偏鄉遠域和原住民孩童、青少年等弱勢族群，為單樞機生前最在意關心的最小弟兄，提供教育與健康照護服務，積極推動社會福利事業，造福台灣社會，彰顯天主無私的愛與關懷，也延續單國璽樞機主教一生為主奉獻與回饋社會的精神。

「天主教單國璽基金會」秉持單樞機博愛濟世的精神，提供各項資源與服務，包括推動社會弱勢

族群有關照顧與教育、力行「活出愛」的精神，提升生命價值與生命尊嚴，以及擴展國際慈善公益或社會福利等交流事項。

成立以來，基金會持續提供救助貧病弱小之服務，關懷兒童、青少年、老人、原住民及新住民…等弱勢族群，包括持續照顧原鄉兒童教育及福傳，辦理偏鄉地區兒童教育關懷站延續計劃；提供社會弱勢族群照顧及教育之相關社服團體、服務機構…等單位共同合作辦理活動，如原住民健康生活暨教育輔導計劃、原住民課業輔導計劃、聖化家庭福傳相關活動…、推廣部落青少年生命教育、辦理「活出愛」相關系列活動…等。

感謝單國璽樞機主教，他以一生的體悟，教導世人「活出愛」的精神。今後，「天主教單國璽基金會」將繼續秉持他的理念，傳達天主的大愛、無私的愛、生而為人的愛。



公主回府

—祝妳生日快樂—

◎陳懷台

「祝妳生日快樂！」

在西班牙比寶北部的仁慈聖母修院（Mercedarias Misioneras de Berriz），一群老修女圍著沙惠仁修女（Carmen Zaballa）慶祝她老人家九十大壽。我和來自台灣的譚芳英及她的一雙兒女，就代表沙姆姆服務五十年的中國人，在她退休的養老院裏恭賀她老人家高壽。沙姆姆穿著我送給她的襖子高興地說：「我也是中國人。」

時間過得好快。我認識沙姆姆已經四十六年了。那時我去台灣大直實踐家專讀書。不喜歡學校宿舍的大統倉，也不知道是怎麼找到台北徐州路的光鹽女生宿舍，就在那裡待下，度過了一生難忘、多采多姿的大學生活。沙姆姆是院長，她有一雙和藹可親的眼睛，把我們當作女兒般的寵愛。她永遠是笑咪咪的，每星期都有固定的時間和每一個學生作一個小時的個別談話。她關心我的功課及心態。這對一個在大家庭排行老九、不受重視的我，是很奢侈的享受。沙姆姆從不教訓或評斷我，對我是完全地接

受及信任，和她在一起如沐春風，覺得被尊重，被肯定。在姆姆身上，我享受到天主的大愛。

我對修女們充滿好奇。修女住的地方學生不能進去，就我的觀念，修女一定是受過刺激，看破紅塵才去出家的。可是隔著一層牆，我常常聽到年輕修女們的嬉笑聲，有時心裡還真羨慕她們的快樂。我在宿舍隨一位墨西哥來的安友華（Enriqueta Vidrio）修女學鋼琴。她的母親每年都來台灣看女兒。有一天在光鹽新蓋大樓的落成典禮，我拿著綵帶的一端，請于斌樞機主教剪綵，主教轉身將剪刀交給安友華修女的媽媽，請她剪綵，我才知道修會的大樓、汽車、新竹修院及診所都是安家捐贈的。我問沙姆姆：「她們家怎麼能捐這麼多錢？」沙姆姆笑著說：「這對她家是『九牛一毛』嘛！」原來安修女是富豪的女兒。放棄榮華富貴為天主獻身。安修女後來得骨癌送到日本醫治，死在日本。當她母親接到女兒的死訊時，很平靜地說：「天主給的，天主收走！」有一天，我在洛杉磯「活泉查經班」分享安修女的事跡，陸欣豪大哥的妹妹陸欣偉說，

她在上海讀書時也住在修院辦的女生宿舍。有一天，一位男士來拜訪一位外籍修女。學生們很好奇，就躲在會客室外面的窗戶偷看。當修女一進會客室，那位男士馬上跪下致意，原來那位修女是位公主。我聽了好感動。想到一首聖歌「全給了，全給了」。

我離開台灣十年後回去探望沙姆姆，在一個鄉下地方找到她。姆姆在那兒服務的對象是清道夫。從一個在淡江教西班牙文的院長，到下鄉與清道夫為伍，一大把年紀還要學習台語，沙姆姆毫無怨言，充滿喜悅。我在她身上親眼看到修會服從及犧牲的精神。我問姆姆：「妳向她們講述聖經嗎？」姆姆笑著說：「我不傳道。我作她們的朋友，我的工作去愛她們。」姆姆把家敞開請她們來唱歌跳舞。讓她們在忙碌辛苦的生活中，可以享受一點娛樂。姆姆說許多人從來沒跳過舞，不會跳，姆姆要彎下身去搬她們的腳。她們常常會來向姆姆訴苦。她們收入菲薄又受人歧視，日子過得很辛苦。姆姆說：「她們不是來要錢，只是需要一個傾訴的對象。我不建議，只是聆聽。」我

那時不瞭解姆姆是在教我如何去尊重別人，如何去愛。二十年後，我才從三女兒小信那兒學到聆聽可以救命。小信在高中課餘時作青少年自殺線的 (Tean Line) 聆聽員。她所受的訓練是用一顆慈愛的心、關懷的熱誠、同理的心態、尊重和藹的語氣，去聆聽面對痛苦的青少年的傾訴。當這些青少年覺得在世上還有人關懷他們時，會打消自殺的念頭，也願意接受幫助，讓這些吸毒、逃家、被虐待、強暴，或懷孕的青少年有一條路走。

和姆姆又聯絡到是在2006年。姆姆已從台灣退休到義大利，在羅馬修院作門房接電話。因為她站著會暈倒，所以要坐著工作。我去羅馬看她，她非常高興。她說她在世上好比一隻微不足道的螞蟻，天主卻眷顧了她。她要求我唱一首中國歌給她聽，還叫我在修女們晚餐後唱給大家聽，這是修女們最喜歡的禮物，比我帶去的美國巧克力糖還受歡迎。而我最享受的是



與姆姆獨處的時間。姆姆從不向我建議如何解決問題，但在她關愛的傾聽中，我可以領悟到天主的聖意。有時我會徵求姆姆的意見，她則用最和藹的語氣輕聲地說重話，連這個個性亂強的我都能接受。姆姆從不用聖經的話來限制我，相反的，她的思想比我還開通。

義大利的居民一天吃五餐，有一餐是在修會裏彌撒前吃的。姆姆問我：「可以在彌撒前一小時進餐嗎？」我想她明知故問，其中有詐，不想上當，就沒有回答。她再問：「第一次彌撒是什麼時候？」我笑了：「是在最後晚餐以後，耶穌建立聖體聖事。」於是我就在那晚餐後心安理得的領聖體。姆姆從不判斷別人，也提醒我不可判斷。她對我的愛是無條件的。她使我想起一部令我驚心膽破的紀錄片，片名是「聖經是這麼說的」(The Bible Says So)。片中有一位母親講述她在女兒對她坦白自己是同性戀後，寫了一封信，引用

聖經的字句去斥責女兒。信尾署名「愛你的媽媽」。女兒回信說：「妳對我的愛是有條件的。」隨後就上吊自殺了。無條件的愛就是完全的接受。耶穌愛我們世人眼中的罪人，愛到極點，甚至為罪人犧牲生命。我在沙姆姆身上看到耶穌愛的真諦。沙姆姆就是耶穌的化身。

姆姆年事已高，頸骨神經衰退，常常暈倒。第三次去羅馬看她時，姆姆問我：「如果我被送回西班牙養老院，妳還會來看我嗎？」我說：「姆姆，天涯海角，只要妳活著，我一定去看妳。」姆姆把我抱得好緊。在母親去逝十年後，我又享受到母愛。

姆姆被送到西班牙總院的養老院了 (Berriz)。那修院是在二百年前蓋的。修院的產業佔據了整座山頭，過了山就是法國邊界，空氣非常新鮮，一打開窗戶就看到綿羊吃草。修院的樓房是用石頭蓋的，像城堡一般，裏面住了近百位的老修女。

沙姆姆說，她是她家十一位孩子中最小的。進入修會後有一天，院長問誰願意去中國。姆姆說：「

我願意。」就被派到上海。那時她才二十多歲。上海解放後，教堂被一羣人包圍，神父和修女被困在裏面。歹徒在外面叫罵著許多邪淫的話。神父叫大家快把聖體領下，怕聖體受玷辱。沙姆姆那時已決心殉道，因為仁慈聖母會的修女除了守貞潔、貧窮及服從三願外，還加發了一個「犧牲生命」的志願，可是主教下令大家馬上撤退到台灣，修女們才去台灣繼續為中國人服務。一去就是五十年。和姆姆一起去台灣服務的一羣外籍修女，以及直接從日本和西班牙去台灣的修女們都死在台灣，只有沙姆姆一個人生還到西班牙。其他仁慈聖母會葬在台灣新竹縣埔里鎮天主教公墓的有西班牙籍修女：李聖心 (Sagrado Corazon Hacha)、陸冰心 (Maria Luz Uriarte)、顧寵毅 (Maria Cruz Gasteluiturri)、余慢塵 (Josefa Iraola)、艾娥莉 (Gregoria Otaegui)、杜肋撒 (Justa Elorduy)，墨西哥籍修女王德 (Esperanza Vega)、以及和沙姆姆一起撤退到台灣的中國修女楊秀娟及其他中國修女吳月潔、龔利英、潘秀。

沙姆姆回到西班牙老家時，她的父母親及十個兄姊都死了，只剩

下一位患老人痴呆的嫂嫂及從未見面的一羣外甥。姆姆生日的那天她娘家親戚都沒有來。修會就是姆姆的家了。

在養老院每天都有日課及彌撒。我坐在教堂的最後一排，望著這一羣老修女扶著柺杖蹣跚地走進來。她們的足跡曾遍及全世界——非洲、美洲、南美洲、亞洲。她們每一位都是天主的公主，一生一世為主奉獻，但只有少數能活著回到城堡來終老。我托沙姆姆的福也住在城堡裡——終於進入了修女住的地方——每人一間小房，門上掛著修女的名字，我住的房間門上也掛了我的聖名法蒂瑪。房間內有一張床、一張桌子、一張椅子，小小的櫃子裡，就是姆姆的一生所有。她最喜歡的是光鹽校友詹道玉寄給她的毛線帽。她很高興地戴給我。我看到姆姆的眼鏡盒已破損不堪，就要姆姆用我的Catier眼鏡盒。姆姆不肯。她說她的眼鏡盒上有中文字，捨不得丟掉。



修院的城堡三面環山，空氣新鮮，環境優雅。我旅遊世界各地，什麼五星旅館都住過，沒有一個地方能像在這裡感到身心都獲得完全的休息。我可以大大充電再回美國打拚。修女們對我非常好，也喜歡聽我唱歌。每次走時她們都與我吻別依依不捨。但她們知道只要沙姆姆活著，我會再回來。

(華盛頓D.C.來稿)



(左為沙惠仁修女 右為安友華修女)



祈禱生活的心得分享

◎王海瀛

最近在一篇電郵中看到一篇短文，論及「找」和「我」的關係——「找」字加一點就成了「我」。這讓我聯想到，這兩個字的關係巧妙的詮釋了靈修的精華。

靈修是我們在有生之年，不斷地渴望並努力向天主靠近。我們渴望天主的愛和恩寵。恩寵來自天主，不是靠我們的任何努力，但我們的努力可以幫助我們感受並瞭解天主的恩寵，然後感恩的心讓我們有更深的渴望。這個循環過程讓我們瞭解自己，改變自己，使我們逐漸變得完整。也就是說，在尋「找」天主的過程中，逐漸呈現出愈

來愈完整的「我」。在近一千七百年前，聖奧斯定 (St. Augustine of Hippo) 的名言也感性地傳達了同樣的意思：“Our hearts are restless, O Lord, until they rest in you.” (主啊，除非找到祢的懷抱，我們的心無法安歇。)

自己獨特的路

有位教父在找到自己追隨主的路後，過著簡單的生活，追隨他的門徒便模仿他，也過著簡單的生活。他卻告訴他們：「只模仿我的行為而沒有後面的動機及遠見，有什麼用呢？難道山羊長了鬍子就能

變成拉比（猶太教老師）嗎？」。當我們讀了聖人的生平故事，或在四周看到好的榜樣，難免想要效法他們。但若是只模仿他人的行為而沒有那人的動機，以及產生動機的遠見目標，還是沒有用的。天主給我們每一個人的都不一樣，所以我們也無法找到一條適合所有人走向天主的道路。我們要有自己內心的渴望，努力建立自己和天主的關係，祈禱聆聽，瞭解接受天主給自己的才能，分辨天主的旨意，才能找到屬於自己的那條獨特的路。有時候聽不見指示，不必太著急，小心不要走到天主恩寵的前面。只要存心跟隨主，無論好的壞的經驗，天主都可以讓我們從中獲得益處（羅馬書 八28）。

為我們來說，在追隨主的路上，最常見的阻礙就是需要他人的尊敬，也就是說，在乎別人會怎麼看我，害怕別人的批評。要找到並順從地走自己獨特的路，需要有內心的自由以及勇氣。就像福音中的耶穌，當門徒誤解他，出賣他或背離他，世人拒絕他的教誨，反對他的勸導，甚至侮辱他，鞭打他，把他釘在十字架上至死，他因有內

心的自由，所以能不受影響，有勇氣，所以能走完天父給的獨特的苦路。如果我們要學習耶穌，只是忍受些身體的痛苦（守齋或其它），或精神的痛苦（把怒氣壓下去，等等）是不夠的，最主要的是要有勇氣正視痛苦的根源，找出內心不自由的原因。

自我認知

靈修大師大德蘭告訴我們，「自我認知」在靈修上是很基本重要的一環，因為經由它我們才能真正變得謙卑。

我們通常都認為自己是最瞭解自己的，所以自我認知不是問題。其實事實並非如此，怎麼會呢？從小到大，我們被教導應該聽父母的話，做個好孩子；應該好好唸書，做個好學生；應該原諒別人的過錯，做個好教友；等等。為了讓父母，老師，神長喜歡我們，為了讓同學，朋友，同事接受我們，也為了我自己比較喜歡的自我形象，我們通常都有一個別人看得見的「光鮮的外我（意識中）」，以及一個被壓抑，別人看不到，甚至自己

也不清楚的「陰暗的內我（潛意識中）」。一般來說，「外我」愈亮麗，「內我」愈黑暗，也就是說，這兩者間的差距就愈大。這個「內我」在我不知道的情況下，常控制我的行為，我的內心被它控制，所以沒有自由。但因我根本不知道它的存在，或不願承認它是我的，所以對它毫無辦法。

例如說，一個小孩小時候父母剛開始創業很忙，沒太多時間照顧他，後來家裡又添了弟妹，但因父母經濟狀況轉好，店裡雇人幫忙，於是較有時間陪弟妹玩。這個小孩很自然地認為父母比較愛弟妹，父母可能會說，弟妹比你小，你爭什麼呢？真不懂事。於是這個不被愛的感覺就被壓下去了。等小孩長大後，雖然理智上已瞭解父母是愛自己的，但當初那被壓下去的不被愛的感覺卻仍會在某些情況下不自覺的控制他的行為。可能在交男/女朋友時沒有安全感，容易沒有理由地吃醋，讓人莫名其妙不知如何是好；可能嫉妒團體中受歡迎的人，總想超越，心中沒有平安；也可能做事特別努力，想要得到別人認可或喜歡，即使在別人眼中已很成

功，但仍不停地追逐那過去沒得到的愛；也可能放棄努力，變成旁人眼中的失敗者。

那麼，這個陰暗的「內我」是可恥、可悲，而該丟掉的嗎？不是的！它其實是一個寶藏，等待我去發掘，承認，接受，擁有，這就是所謂的「自我認知」。在這過程中，我們比較不熟悉「擁有」抽象感覺的觀念。簡單來說，我有一個橘子，可以吃掉它，丟掉它，分給別人，送給別人，或放在冰箱中，若我沒有橘子，就不能做什麼，因為它不存在，我不能處理我沒有的東西。只有當我擁有一項東西時，我才可能處理它，可以給，可以丟，也可以改。所以把這丟失已久的「內我」找回來是很重要的。由此可見，「自我認知」是想要做任何改變的第一步。

「蕩子回頭」是路加福音中一個有名的故事（路十五11-32）。一個人有兩個兒子，大兒子聽話，服事父親，小兒子卻要求父親把自己應得的家產分給他，拿到財產後，他就去了遠方，荒淫度日，把財產揮霍完畢，後來日子實在過

不下去，於是想到回家，因為就算給父親做傭工也比在外流浪好。當他回家時，父親熱情親吻他，給他上等衣物，又殺肥牛歡宴，歡迎這「死而復生，失而復得」的小兒子回家。耶穌藉著這個故事，邀請我們找到自己內類似小兒子的反叛迷失黑暗部份，和像大兒子的聽話、規矩的光鮮部份，因為天父以愛擁抱接受我們的各部份，我們也要學習愛並接受我們自己的各部份，整合自己。我們每個人都是黑暗和光明，弱點和優點的混合體，只有當我們真正接受了這獨特的混合體的自己，才不會掉入需要他人尊敬和認同的陷阱，這就是內心的自由。

當我「需要」他人尊敬和認同時，並不是有意識的需要，而是不由自主的被自己不知道的內我控制，也就是說，我其實是它的奴隸，沒有內心的自由。在舊約出谷記中，梅瑟帶猶太人離開埃及，不再為埃及人做奴隸，而去找天主預許的流奶流蜜的好地方。剛開始還好，但因這旅程很辛苦，時間很長，很多猶太人便抱怨不已，寧可回去過當奴隸但有肉吃的生活。同樣地，我們若想整合自己不再當奴

隸，也不是一個輕鬆愉快，一蹴可及的過程，要在天主的恩寵中，有適當的人陪伴幫忙，還需要自己的付出和勇氣，才能像剝洋蔥般，一層一層接觸自己的內我，逐漸獲得較多的自由。

每個人有不同的陰暗面，在認知自己的不由自主和無能為力後，自會變得較謙卑，在自己經過痛苦，得到某些自由後，才能對別人可能的不由自主和痛苦，產生同理心，學習接受別人，也才能真正的愛別人。

福音中，當伯多祿對耶穌說：「主！我已經準備同你一起下獄，同去受死。」耶穌答覆說：「伯多祿，我告訴你：今天雞還未叫以前，你要三次說不認識我。」（路廿二33-34）耶穌完全瞭解伯多祿的不由自主的害怕，沒有責備，只有接受和期望，「我已為你祈求了，為叫你的信德不至喪失，待你回頭以後，要堅固你的兄弟。」（路廿二32）耶穌知道伯多祿會在走過痛苦，認知自己的陰暗面後，得到自由。伯多祿也沒辜負耶穌的託付和期望，不僅堅固許多人的信德，最

終還無懼地為主犧牲了生命。

無私的服務？

當我們渴望接近天主，把祈禱加入生活後，自會願意接受召叫事奉，為團體服務。通常開始時，我們都很單純地要為主工作，但在不知不覺中，各種問題就出現了，我只舉些常見的情況。

有些人服務的性質變了，變成為自己的需要服務。我可能期望得到神長的認可或誇獎，我可能想要逃避家中不想面對的問題，我可能藉著服務加強生意人脈，我也可能靠服務來肯定自己的價值，讓別人覺得我人很好，很有能力；當我的期望落空，會失望生氣，甚至批評別人，當事情進展不如預期，我會失望而懷疑自己的能力，甚至放棄。

有些人熱心幫助別人，忘了照顧自己的需要。他們以為這是追隨耶穌該做的事，教友或神長對他們的表揚和稱讚，更助長了這種好像無私的愛，其實他們的行為已違反了福音中的教導：「你應當愛近

人，如你自己。」（瑪廿二37）因為當我們照顧別人而不能平衡地照顧自己時，對別人的幫助就會變形扭曲，例如幫忙別人做他自己能處理的事，或是堅持幫忙別人不想要接受的照顧，或是答應別人提供自己很不想做的幫忙，或是想要別人幫忙卻不願開口。有時得不到別人的感激，更會生氣或心灰意冷，不知自己為誰辛苦為誰忙。

有些人以為參加教會的活動是好事，越多越好，於是把日曆填滿了，還常常趕場，結果精疲力竭，很難有時間安靜地與主交心，分辨天主的旨意是什麼。

為了避免走入各種岔路，我們需要常回顧審查自己的心態。最容易做的可能是查看自己有沒有被聖神引導的果實——仁愛，喜樂，平安，忍耐，良善，溫和，忠信，柔和，節制。也要查看是否貪圖虛榮——喜歡並期待來自四周的讚美？是否彼此挑撥——有緊密小圈子嗎？不能與其他人合作？是否互相嫉妒——心有不平，說別人壞話？（迦五22，26）

結語

在跟隨主的過程中，我們常會感到力不從心，正如聖保祿在羅馬書中所說「我不明白我作的是什麼：我所願意的，我偏不作；我所憎恨的，我反而去作。」（羅七15）。當陰暗的「內我」控制我的行為時，我沒有自由。但我不必灰心放棄，因為聖保祿也說，「天主是忠信的，祂決不許你們受那超過你們能力的試探，天主如加給人試探，也必開一條出路，叫你們能夠承擔。」（格前十13）

（加州 洛杉磯縣 喜瑞都）

會心集

* 院長修女請新入會的小修女送一份急件到總會去，院長說：「為了趕時間，妳騎腳踏車去吧！」小修女應了一聲，推著腳踏車就跑。院長在後面追問她：「妳在幹什麼？」小修女回頭大聲答說：「我還不會騎腳踏車！」

* 小男孩對一位生性平和，要求不多的修女說：「還好妳做了修女，沒有結婚當媽媽。」修女問他：「你為什麼這樣認為？」小男孩說：「因為每個當爸爸媽媽的人，都會要求孩子很多事，而妳不會，所以妳不像一個能做媽媽的人。」

* 修女上課時，孩子實在太吵了，她忍不住終於喝令大家「閉嘴，坐好」。在安靜中過了一會兒，有個小女孩忍不住舉手站起來說：「修女，妳剛才很像我媽媽。她以前教我說話和走路，等我學會了，她又叫我閉嘴和坐好。」

（摘自：解頤集）



宇宙造主不可能在地球降生？

◎曾慶導 神父

有現代科學觀、宇宙觀的人可能會說「你們基督信仰說，宇宙的造主在地球上變成人，並且為人死在十字架上，可能嗎？要知道，宇宙是很大的，有千千億億個星球，地球只是其中的一粒小塵埃而已，太微不足道了！基督徒相信天主子在地球降生成人、救贖人，真是太天真了，太可笑了！」

這些有科學頭腦的人提出的質疑，真的可能會動搖我們基督徒的核心信仰——天主子在有如塵埃般的地球上降生、救贖。可能嗎？

首先我們承認，地球在整個已知的宇宙中真的像一粒小塵埃。宇宙在人眼中看來確是太大、太大的，但在天主眼中，也是太大、太大嗎？非也！「看哪！萬民在祂面前就像桶裡的一滴水，如天秤上的一粒細沙」。（依撒意亞先知書四十15）就如孫悟空無法跳出如來佛的手掌心，整個宇宙也只不過是上主手掌心中的一顆小彈丸。宇宙無法對天主說：「我很大，妳要膜拜我！」

宇宙大的有千千億億個星球，但宇宙小的也是不可思議，試想，電子、原子、分子……，以及9c.c.普通的水就含有1023個氫原子！電子繞著

原子核在飛快地轉動，電子與原子核間的距離很巨大，若這些距離都拿掉，整個喜瑪拉雅山脈可以被壓縮到我的口袋裡！

這些大至星球，小至電子原子，都是天主造的，天主一「說」就能形成了的！

「當我仰觀祢手指創造的穹蒼，和祢在天上佈置的星辰月亮，世人算什麼，祢竟對他懷念不忘？人子算什麼，祢竟對他眷顧周詳？」（詠八4-5）但天主真對微小如塵的人眷顧周詳，人甚至成了天主創造的高峯。法國哲學家巴斯噶曾說：「天主造的一個人的靈魂，比整個宇宙更高貴！」原因是億萬星球都只能按天主指定的軌道運轉，無法跨越雷池半步；而天主賦予人靈魂的自由，人甚至可用他的自由對天主說「不！」人的尊嚴確實是在於他所有擁有的自由。（參：德訓篇十七1-13）

地球雖在太



陽系中是「小人物」——太陽比地球大130萬倍！但地球確實是太陽系的「中心」，因為只有在地球上才有生物，有人，有文化。當然，地球是太陽系中心不是基於科學（科學講求體積、位置等，太陽才是中心），而是基於哲學（哲學講求生命、思想、意義……）。這也是為什麼教會在伽利略事件中始終堅持地球才是中心！伽利略的「太陽為中心」是以科學為依歸，但「地球為中心」是以哲學、神學為依歸。其實科學與神學屬不同範疇，沒有衝突，同為真理，源自同一的天主。

所以「地球太小了，不會被天主選上的」這說法大錯特錯了！

太陽系中只有小小的地球被天主選上賦予生命。此事已反駁了這個論調。這錯誤源自我們世俗錯誤的「價值觀」，即塊頭大的、位高權重的，才是該被看上眼的，小孩子、

掃地的、洗碗的人不會被看成「重要」。但天主的價值觀完全顛覆了我們世俗的價值觀。沒錯，天主是大能的，但祂不是藉「權能」而是藉「愛」顯示自己，尤其在十字架上！

愛是不會計較被愛者的「價值」的，不會計較被愛者「堪當不堪當」愛。天主是愛，祂的行事作風甚至特別愛小人物，揀選小人物。以色列人是夾在埃及、羅馬、希臘，巴比倫等大民族中的小民族，被天主選為「選民」，與天主立約時還是剛逃離埃及法老王壓迫的難民，在曠野中流浪，吃了上頓沒下頓……。小人物是特別得到天主所愛的（參：馬爾谷福音十13-16）。「納匝肋能出什麼好東西？」（若望福音一46）瑪利亞只不過是一個鄉下小女孩，但納匝肋和瑪利亞都被天主選上了！今天我們被召選為基督徒，是因為我們有智慧嗎？有權勢嗎？顯貴嗎？天主不得不選我們嗎？（參：格林多前書一26-31）

天主是大能的，要造億萬個巨大的星星是沒有困難的，也不會「

耗盡」他的資源的，天主的創造真的有它「浪費」的作風，不是嗎？天主在漫山遍野造了同一模樣的山花；在海洋裡造了千萬萬條同一模樣的魚，本來一顆花粉就可以使玉米受精，但每顆玉米就產生了千千萬萬顆花粉，都沒有「用」到。

宇宙中那麼多星球閒置不用，天主是盲目地去造了它們嗎？也不是！它們可以讓我們體會感受到一點點天主的「無限性」：無限的大能，無限的智慧，無限的愛！我們不是常說天主是無限的嗎！

正如聖保祿說的：「啊！天主的富饒、上智和知識是多麼高深！祂的決斷是多麼不可測量！祂的道路是多麼不可探察！」（羅馬書十一33）

上主，你的化工何其浩繁，全是祢以智慧所創造！（詠一〇四24）

高天陳述上主的光榮，穹蒼宣揚祂手的化工。（詠十九2）

基督的愛是怎樣的長、寬、高、深？基督的愛是超越人所能知的！（厄弗所書三19）

（轉載：恆毅月刊584期）

人生的關鍵問題

◎白建清神父

生命的關鍵問題（瑪十六13-20）

在面對邁向耶路撒冷接受苦難和死亡的十字路口，主耶穌基督問了宗徒們兩個問題：「人們說人子是誰？」「但是，你們說我是誰？」通過這兩個問題，主耶穌希望喚醒宗徒們的生命。

「人們說人子是誰？」由於主耶穌講話有權威、施行奇蹟、驅逐魔鬼等等，當時的人從自己的經驗理解，對祂有不同的認識，「有人說是洗者若翰；有人說是厄里亞；也有人說是耶肋米亞，或先知中的一位。」雖然這些基督徒團體外的人，也認出了耶穌是屬於天主的人，不同與常人，然而他們的評論對主耶穌來說卻不是非常重要的。

「但是，你們說我是誰？」這是人生的唯一的關鍵問題！跟隨耶穌基督的目的不只是聽從祂的教導，接受祂的祝福，更是認識祂是誰。

基督徒團體之外的人，對主耶穌可以有成千上萬種認識；但主耶穌在意的，卻是自己所愛的門徒對自己的認識。主耶穌從來不會要求門徒們

盲從信仰祂，而是選擇和他們在一起，慢慢通過語言和行動啟示給他們。當主耶穌問門徒們這個人生的關鍵問題時，祂不是希望聽到他們自己的個人見解，而是準備他們接受天父的啟示。

西滿伯多祿回答說：「您是默西亞，永生天主之子。」這是一個完全正確的答案，但卻不是來自西滿的悟道或者個人智慧。「約納的兒子西滿，你是有福的，因為不是肉和血啟示了你，而是我在天之父。」天父啟示了西滿使他說出耶穌基督不僅是猶太人所期待的受傅者，更是猶太人和整個人類所不敢期望的，無法想像的，降生成人的天主子。這位降生在納匝肋的耶穌就是默西亞，更是天主子。我們基督徒所信仰的就是——耶穌基督天主子！

通過主耶穌問宗徒們的這兩個問題，我們也學習在人生的十字路口來詢問我們，提醒、矯正我們人生的方向，選擇跟隨主耶穌。

關於我們自己，在遇到困惑時我們可以問：「人們說我是誰？」

然後再問：「主耶穌基督天主子說我是誰？」——我們是耶穌基督的朋友，是祂的兄弟姐妹，是聖神的宮殿，是天主的孩子。

關於我們的婚姻和家庭，在遇到挑戰時我們可以問：「人們怎麼樣評論我們的婚姻和家庭？」然而再問：「主耶穌基督天主子怎麼樣定位我們的婚姻和家庭？」——婚姻就是「男女雙方建立在天主愛人的盟約之上的愛的盟約」。家庭就是最小的教會。

關於我們周圍的人，當我們看不清他們的價值時可以問：「其他人如何評論這（些）人？」然而再問：「主耶穌基督天主子如何評論這（些）位弟兄（姐妹）？」——他（她）是主耶穌最小的兄弟（姐妹）。

關於我們所生活的這個世界，當我們被輿論所誤導而準備任意濫用世界的資源時，我們可以問：「大部分人如何認識這個世界？」然後再問：「主耶穌基督天主子如何告訴我們關於這個世界？」——世界是天主的花園。

我們人所應該在意的是耶穌基督天主子對我們的評價，以及我們所愛的人對我們的鼓勵。我們要常常提醒自己，人生重要問題的答案不是來自外人，甚至不是來自我們的朋友，而是來自耶穌基督天主子關於我們自己、我們的家人、丈夫、妻子、孩子、朋友以及整個世界的教導。人生的標準不是其他人，也不是流行文化，而是耶穌基督——降生成人的天主子。

您就是天主子

宗徒西滿回答主耶穌說：「您是默西亞，永生天主之子。」西滿是原始基督徒團體的組長，在天父的啟示下，他回答了主耶穌關於人生的關鍵問題。在主耶穌的時代，猶太人在等待一位歷代的先知們所預言的受傅者。實際上，就是在今天，絕大多數猶太人也還在等待從天主來的受傅者。西滿·伯多祿和其他宗徒們所宣認的耶穌就是默西亞，就是天主所派遣來的那一位，對於猶太人而言真是一個好消息！這個宣言也在告訴宗徒們，他們所跟隨的正是他們所期待的那一位。「永生天主之子」是一個超出西

滿，超出所有猶太人，以及整個人類所期盼和明瞭的詞語。——為了拯救陷於罪惡和死亡中的人們，天主竟然變成人，生活在我們中間。

信仰耶穌基督天主子就是跟隨天主、生活天主的生命，並在將來擁有天堂永生的生命。信仰耶穌基督不是跟隨一套哲學或理論。一位哲學家可以給人提供許多關於生活的洞見和建議，但他可能不瞭解生命的意義和死後的生命。哲學家們可能會談論生命的意義，但他們絕不會給予我們人永恆的生命。信仰耶穌基督，就是跟隨降生成人的天主子。在耶穌基督內我們成為天父的孩子。

教會與基督徒生活

在西滿代表其他宗徒們宣認了主耶穌是默西亞天主子後，主耶穌給了他一個新的名字和新的使命。西滿成為伯多祿——磐石，而耶穌基督也在這塊磐石上建立祂的教會。這個教會就是耶穌基督的奧體。主耶穌也給了西滿·伯多祿天堂之門的很多鑰匙；這些鑰匙就是在聖教會內，跟隨並宣認：「你是

天主教中英對照 新約全書 Catholic Chinese-English New Testament



Now available
on
Amazon.com

如有任何疑問或建議，請電郵：
BibleVision2000@gmail.com



「愛的團體」徵稿

《傳信與關懷》自 2012 年 8 月份第 84 期起，增闢了請各位讀者與華人團體提供文稿圖片的專欄，展現天主教華人團體的各種現況。

每個團體都有上千種不同的可愛面貌：有人最喜歡讀經班，有人最愛詩歌器樂唱和，有人對定期靈修情有獨鍾，有人在聖母軍的服務中最受益，有人一定要送孩子去本團體辦的中文學校，有人關懷老年人與非法移民，也有人積極協助弱勢團體，還有人為龍舟競渡興奮得彷彿在天堂，...。既然有這麼多精彩的團體活動、信仰生活，為什麼不趕快寫下來，透過本堂團體通訊和《傳信與關懷》讓更多華人分享？題目和關於信仰團體生活的具體內容請自定。來稿請寄 FaithandOutreach@gmail.com，或郵寄至 PO Box 911, Monterey Park, CA 91754。

請加入《傳信與關懷》會員 謝謝讀者們用心聲，幫助大家分辨清楚這個需要。

福傳要送到您關心的人手中，方便他／她隨手取閱。雖然紙張印寄成本較高，卻是時時在他／她身邊、順手可及的福音種子。謝謝讀者們用心聲幫助大家分辨清楚。

這福音種子需要定時澆水施肥，否則就會枯萎。

邀請您在祈禱後加入《傳信與關懷》會員，成為福音種子的園丁，定期澆水施肥，擔起愛近人的權利和義務！會員費與捐款同樣享有美國非營利事業的免稅優待。

- 一、 小德蘭會員，會員費每年\$25-\$199
小德蘭年輕的心靈，做小小的服侍，因她的神嬰小道和祈禱，成為傳福音主保。
小德蘭會員將每天為《傳信與關懷》祈禱。
- 二、 保祿會員，會員費每年\$200-\$999
聖保祿熱心到各地傳基督福音，幫耶路撒冷的基督徒團體募款。保祿會員是《傳信與關懷》的中堅，除了祈禱、募款，也投稿、推薦報導團體動向與生命見證。
- 三、 若蘇厄會員，會員費每年\$1,000-\$4,999
若蘇厄忠心侍奉梅瑟，帶領以色列人入福地，《傳信與關懷》若能有 30 位若蘇厄會員，就很容易進入傳福音的福地了。
- 四、 撒羅滿會員，會員費每年\$5,000 以上
撒羅滿王富甲天下，首建天主聖殿。因天主降福，撒羅滿會員將關心《傳信與關懷》的特別需要，推動開創性的新工具、新事業。

《傳信與關懷》不定期寄送新福傳工具如福音單張或信理 CD 請會員們預覽評審。

請加入會員的好朋友或團體，填寫剪下郵寄至

Faith and Outreach, PO Box 911, Monterey Park, CA 91754

或 scan 後送電郵至 FaithandOutreach@gmail.com

請選✓ 參加會員	<input type="checkbox"/> 小德蘭會員 每年\$25-\$199	<input type="checkbox"/> 保祿會員 每年\$200-\$999	<input type="checkbox"/> 若蘇厄會員 每年\$1,000-\$4,999	<input type="checkbox"/> 撒羅滿會員 每年\$5,000 以上
願付會費	每年(美金)	元	於每年	月付會費
每期需	份傳信與關懷	<input type="checkbox"/> 願評審/建議《傳信與關懷》的新福傳方式		
中文姓名：			English Name:	
聯絡電話：			聯絡電郵：	
郵寄地址：				
願收到《傳信與關懷》方式	<input type="checkbox"/> 郵寄	<input type="checkbox"/> 去聖堂索取	<input type="checkbox"/> 電郵 PDF 檔	



您的需要 點亮 傳信與關懷 的生命

您的切身經驗、您從「傳信與關懷」得到的幫助，使「傳信與關懷」值得存在。

請您把讀「傳信與關懷」的真實感受、對您信仰生活的影響、對您靈性生命的幫助，以及您最大的渴望，寫下來寄給封面內頁的信箱或電郵址。麻煩您附上電話，我們的義工會打電話給您。

您的分享，會幫助「傳信與關懷」繼續存在服務您；也幫助「傳信與關懷」報告「單國璽弱勢族群社福基金會」等恩人明白：我們在北美的華人天主教徒，真實迫切的需要。

若您的華人團體曾經使用「傳信與關懷」的內容，作為牧靈和福傳的工具，也請您寫出來，讓大家參考創新。像LA東區的聖依莉莎白團體，把「傳信與關懷」中的見證編成短劇，在中秋節歡聚中演出，吸引朋友參加中文慕道班，就是令人驚喜的應用。

謝謝您喜愛「傳信與關懷」！
恭喜您參與福傳和牧靈！

一群天主的小僕人

天主教文摘【傳信與關懷】捐款徵信

以下捐款名單是從2014年9月1日至2014年11月30日止

F&O 收據	姓名	金額	F&O 收據	姓名	金額
1520.1	隱名	\$20.00	1532.1	粵語聖母軍 天主之母支團	\$40.00
1521.1	Su Mei Chen	\$100.00	1533.1	Sam Au	\$10.00
1522.1	TinPuiYin Tse	\$30.00	1534.1	Josephine Ho	\$100.00
1523.1	粵語聖母軍天主之母 支團	\$40.00	1535.1	許蔓華	\$50.00
1524.1	Shao-Hui Chan	\$60.00	1536.1	Linda Wu	\$200.00
1525.1	Nora Au	\$50.00	1537.1	Joe Tien	\$40.00
1526.1	Lucia Ung	\$50.00	1538.1	Winnie Lo	\$200.00 (CAD)
1527.1	St. Francis Xavier Parish	\$166.00 (CAD)	1539.1	CCA of St. Thomas Aquinas Church	\$300.00
1528.1	CCA of St. Thomas Aquinas Church	\$300.00	1540.1	Lin Ou	\$10.00
1529.1	Ascension Chinese Mission	\$1,000.00	1541.1	Joseph Huang	\$100.00
1530.1	Rev. Louis Zee	\$500.00	1542.1	Michelle Tsaur	\$200.00
1531.1	Mary Yu	\$50.00	1543.1	Tom Sun	\$500.00
			1544.1	Siang Tao Tsai	\$30.00

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！

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：\$3,780 元(美金) \$366 (加幣)
本期文摘支付印刷、郵寄及辦公室文具費
總計：\$6545.11

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.

于斌樞機紀念基金會感謝捐款

Lic.# 197607034

一個專為華人設立的安養院

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！

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

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

于斌樞機紀念基金會 捐款徵信

【以下捐款名單是2011年4月1日至2014年9月30日交本會簿記並存入銀行者】

收據	捐款人	捐款	收據	捐款人	捐款
6295	Georage & Linda Chen / GSC Import Co.	\$600	6305	Cheng H & Chien M Yuan/ 紀念母親楊蔓麗女士	\$35
6296	Po Che Siu/ In Memory of 林如豪	\$40	6307	Annie Wong/ Genera Co./ 補助安養院冷氣更新	\$10,000
6297	William S & Betty Lin Hu In Memory of Uncle Po-Ping 虞	\$200	6308	Annie Tam	\$100
6298	East West Bank/ In Memory of Po-Ping 虞	\$100	6309	Richard Hu	\$500
6300	Minnie Tai/端午節粽子	\$52	6591	Paul & Ann B 李	\$200
6301	Coaster Co. of America	\$1,000	6592	Anna Tai	\$200
6302	Samuel C & Helen H Kung	\$200		Jenny Meng	\$200
6303	Jennifer Ho	\$200		YT & CW Chang	\$340
6304	Sam Wood & Jessie 王	\$1,000		Cash Donations	\$1,597
				總計：	\$16,564

阿罕布拉



Since 1983

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

2013年基本殯儀收費表

世界中華殯儀館	玫瑰崗 ROSEHILLS
\$3,528	\$5,575

*詳情請來電洽詢

(Price change without notice)

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



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

世界中華殯儀館

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

626-281-7887

亞凱迪亞 FD#747

世界殯儀館

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

626-821-0060

www.universalfunerals.com

異象印刷 EDINGER PRINTING



一貫作業 為您節省時間和金錢

- | | |
|------|-------|
| 設備完善 | 專精： |
| 彩色印刷 | 書籍 雜誌 |
| 品質優良 | 信封 信紙 |
| 價格公道 | 名片 傳單 |
| 交貨迅速 | 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

停寄和電郵：新發展

“停寄和電郵”專用郵箱FOtoMe7@gmail.com，九月份已收到15封電郵和1封郵寄來函。謝謝您的心聲幫助義工們做決定！也謝謝您們的鼓勵和祈禱！還有朋友參加「傳信與關懷」會員，每年定期捐款支持。非常感謝您！

來函中有11位希望繼續收到紙本「傳信與關懷」，5位樂意用電郵或上網閱讀。另外有兩位希望收到紙張「傳信與關懷」外，也需要PDF檔或網址，以便和親友分享。因為他們現在把自己的一份「傳信與關懷」寄回中國。

由於恩人基金會的要求，促使「傳信與關懷」的讀者和義工們一定要合作，認真執行這項文字福傳和牧民使命；更清楚地表達我們的需要，聆聽天主的聲音，更有效使用天主給我們的「愛之禮物」。請您告訴義工們：您為什麼希望繼續收到「傳信與關懷」？尚未回信的讀者，請您儘快回信！若您用手寫，請郵寄至：傳信與關懷
P.O. Box 911
Monterey Park
CA 91754

謝謝《傳信與關懷》的善心讀者，在更換地址或要停寄時，能先通知我們。當一本《傳信與關懷》寄到加拿大要3-4美元時，這個通知就有關鍵作用了。

《傳信與關懷》願意幫助在信仰上最需要的人，不論這位朋友住得多遠，或有沒有捐款。

每期編輯印刷郵寄四千份需美金\$6,500元，請讀者做兩件事，幫忙節省開支：

1. 如果願意繼續收到《傳信與關懷》印刷本的朋友，來信或送電郵FOtoMe7@gmail.com確認。
2. 如果願意上網閱讀，或接受PDF電子版的《傳信與關懷》取代印刷本，也請您聯絡FOtoMe7@gmail.com。我們將會送上網址及電子版。

在主恩內懇請生活有餘力的善心朋友，多多支持，也多多祈禱！

默西亞，永生天主之子」。

基督徒的生活就是跟隨西滿·伯多祿以及他的繼承者們，在教會內宣認：「祢是默西亞，永生天主之子。」耶穌基督天主子就是我們的人生目標，就是我們的生活中心，也是我們的生命。當我們明白耶穌是基督天主子時，我們就會明瞭我們自己的生命、我們家人的價值、以及整個世界的重要。在耶穌基督內，我們都成為天父的孩子。您信的是什麼樣的天主？
(加州 洛杉磯 羅蘭崗)

信仰小火花 解答參考

- 一、1 2 3 (參：活出愛)
- 二、1 瞭解自己，2 改變自己
- 三、1 謙卑
- 四、1 通常都有
- 五、3 第一步
- 六、3 無法
- 七、3 天主
- 八、3 (參：信仰生活 - 團體的幫助)
- 九、3 先關掉人為的理解和想像
- 十、1 《靈歌》

是我揀選了你

◎徐卓越神父

耶穌建天國，首先招徒弟；
神國的大事，複雜又神奇，
立國之所需，才華之人選。
耶穌之所選，多數是漁夫。

漁人的漁夫，撒種的農夫，
牧靈的牧人，盡職的僕人，
福音的使者，獻祭的司祭…
崇高的職務，漁夫來擔負！?

大多數的宗徒是捕魚的漁夫，他們沒有受過公關（Public Relations）的教育，豈能做漁人的漁夫？漁夫與農夫都是做體力的工人，一樣的辛苦，但是捕魚與種田究竟是兩種不同的勞苦。漁夫不會牧羊，更不必說牧靈。漁夫變牧人的轉業有如漁夫做農夫一樣的艱難。漁夫看守的是漁船，管家僕人看守的是房屋，兩者有水、陸之別，也不是一件容易改變的事。但是耶穌的任命就是要徒弟在生命中、在生活上有徹底的轉變。

福音的使者是來傳播喜訊，宣佈好消息的人，不但自己要有樂觀的態度，還要有分享的精神。福

音的使者是分施天國的福利，不是追求自己的名利。這批漁夫首先的態度，是要登天國的高峰，在耶穌左右做第一第二的要人。雅各伯和若望兄弟兩人，還有雷霆之子的稱號。耶穌講道，強調跟隨他的人，要背著自己的十字架，跟著他走，照著他做。耶穌在十字架上，把自己做了奉獻天父的祭品。這批漁夫，口氣大，勇氣小，在耶穌被捕時，貪生怕死的不見了。耶穌的人選豈是天國棟樑的材料？

耶穌的徒弟

現在大學聘請校長，大公司找總經理，大企業招總裁，總是在傑出的人才中揀選，並仔細地檢查他們的履歷之後，最優秀的受聘用。假如以十二位宗徒的履歷到現在大企業去申請工作，他們是否會得到高級的職務？

世人的事業，尤其是商業，是聘請運用天才來發財。天主的事業是召叫世人認為的不才，經過耶穌的培養和聖神的引導，變成建立天國的材料，有些還能做天國的棟樑。

事實證明，捕魚的漁夫做了漁人的漁夫之後，他們又做了播種的農夫、牧靈的牧人、盡職的僕人、福音的使者，把耶穌的喜訊傳到世界各地。除了若望以外，他們都為耶穌而殉道，與耶穌一樣的做了司祭同時也做了祭品。最神奇偉大的，耶穌還揀選了迫害他教會的掃祿，徹底的感化了他。掃祿變了保祿之後，成為向外邦人傳教的大宗徒。他的成就不可測量；他的地位與伯多祿平肩。

世上以往所有的強國，甚至有英明君王的大帝國，有軍隊、財富、農業、工業、商業、學術等優良條件，都已滅亡了，短的是幾十年，最長的是幾百年。建立在漁夫身上的教會，沒有強國、帝國的任何條件，反而存在了兩千年，並且還會繼續到世界的末日。有何原因？如何解釋？

人國與神國的區別

歷史上立國的人士都是傑出人才，富有智力、能力、毅力和魄力。建國的能源是人為的努力，來自人力、體力與精力，以適應、改

良、克服處境來伸展，發揮領袖立國的精神。國家的成立有幾個基本因素，國家的事業有一個簡單的程式：

人才 × 人為 × 環境 = 人事的成就

我們以一百為滿分來代入這程式，百分的人才乘以百分的人為，再乘著百分的理想環境，就有百萬分的偉大成就。(100 x 100 x 100 = 1,000,000)。

教會是耶穌建立的天國。天國的人員不是人選的人才，更不是世人認為的天才，而是天主聖召的特才，我們把這特才叫做神才。召叫的人不一定具有世人認為的才能，但是他們有世人看不見、想不到的才能。正如有些花卉在陽光下沒有嬌艷的顏色，非常平淡，但是在紫外線下 (Ultra Violet)，它們有非常美麗的顏色與樣式。天主召叫的人有特殊的才能，他們最大的才能是與主有密切的關係、謙虛的精神、聽天主的話、不自傲地自作主張。天國的能源來自神為，即天主的威力。天國遭遇的環境往往比世人立

國的環境更艱難。天國的事業也可以用一個程式來表達：

神才 × 神為 × 環境 = 神業的成就

世人以世俗的眼光來看天國，一定會蔑視天國的程式，天國沒有人國興隆的條件：

神才 (只含有49分的人才) 乘以
神為 (充分的幻想, 0分的人為) 乘以
環境 (17分的優良條件) 成果0?

49 × 0 × 17 = 0

但是，懷著信德看這程式，會有完全不同的結論。就是依照世人指定的數目，這程式也會有出乎意料成果。因為天主威力是無限的∞，所以天國的成就是無限的。

49 × ∞ × 17 = ∞

為什麼強國帝國過了一段時期就會滅亡？原因是這些國家都靠人為而生存。人為——人力就像是電池內的能源，最後這能源一定會用

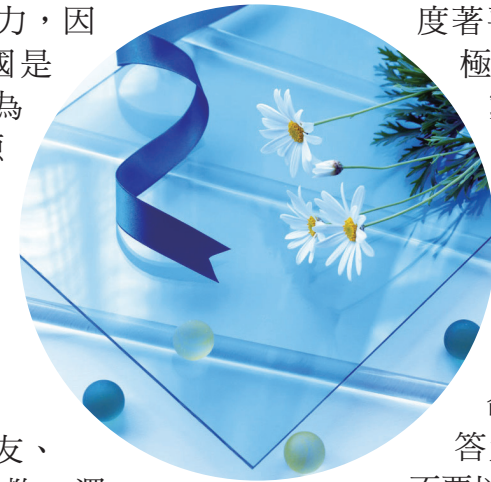
盡。完了就無能為力，因此就會滅亡。天國是靠神為而生存。神為——神力就像能源來自發電機。

天主就是這無始無終的發電機。

耶穌現在的徒弟

現在的男女教友、修士修女、神父主教，還有樞機教宗都是耶穌召叫的徒弟。耶穌召叫我們與他當時召叫漁夫一樣，經過他的教導，聖神的光照，天主就神奇地感化每一個人。耶穌的揀選，聖神的感化，不是把我們的無才無能當作人才天才，而是發揮已經隱藏在我們身上的神才，來做建築天國的材料。

二十世紀是一個多難的世紀，但是每位天主教的教宗都是好教宗，其中三位已被封為聖人。教宗聖庇護第十、聖若望二十三、聖若望保祿第二，都是出身於平凡的家庭，當了教宗，都做出驚天動地的大事。大家都知道並敬佩印度的聖德肋撒修女，她出身平凡，一輩子



度著平凡的生活，做著極平凡的事，她為窮人中最窮的人服務，天主在她身上發揮了祂的大能。

耶穌召叫我們，給我們一個使命時，我們一定要答允，不可拒絕，更不要以無才無能為藉口而推辭。不管才能是多麼微不足道，只要不是零 (0 × ∞ = 0)，天主的萬能會彌補我們的不足，使我們能擔任職務，執行我們的使命，承行祂的旨意。雖然我們的能力是微小的0.001，但是天主的神力是無限的∞，所以 0.001 × ∞ = ∞。耶穌第一批徒弟的成就是這樣。以後世世代代的徒弟的成就是這樣。

(休士頓)

團體的幫助

◎沈藝甲

怎樣才能凝視看不見的天主？
我仍常幻想肉身的滿足嗎？
若沒有華人信仰團體，我會認識聖十字若望和大德蘭嗎？

加爾默羅

加爾默羅(Carmelite)聖衣會傳統的祈禱，是基督信仰中極珍貴的寶藏之一。我們熟知的聖女大德蘭、聖十字若望、聖女小德蘭都是這個修會的祈禱典範。

我們常常聽到他們的神奇故事，反而不太清楚他們是怎麼祈禱的？怎麼在祈禱中和天主相遇的？幸好台灣芎林加爾默羅隱修會翻譯出版了許多大德蘭和聖十字若望的書，使我們可以略窺堂奧。

聖十字若望和大德蘭的祈禱恩寵是怎麼來的？

他們上了很多課、唸了很多書嗎？他們天生聰明過人嗎？努力獲得了神學博士嗎？還是在幸福美滿中被天主選中了？

都不是！大德蘭和十字若望一生沒有享受過什麼世俗福樂，他們在天

主內的絕妙祈禱神恩，都是在壓力下、被囚禁中、被誤解時，甚至被世俗化的信友和掌權者暴力欺壓時獲得的。讀聖十字若望的《黑夜》詩集，我們絕對想像不到，他是根據被同會兄弟強押他關入地牢的經驗，寫的這些純愛詩歌。《黑夜》不但鼓勵了所有基督徒，還成為西班牙文學寶庫中的經典詩篇。

黑夜詩篇

試嚐幾小段聖十字若望的《黑夜》詩句：

在一個漆黑的夜晚
在灼燃愛情中，懸念殷殷，
啊，幸福的好運！
我在無人留意時，悄然離去。
置身於寧靜家園。

噢！導引我的黑夜！
啊，比曙光更可愛的深夜！
哦，黑夜，是你結合了兩位戀人（天主與靈魂）。
靈魂已在愛她的天主內，被神化了！

芬芳滿我胸襟，
保留所有，只為祂，
祂在那裡，酣然入睡，
我送祂柏木扇，
飄送著輕柔微風。……

一切悠然靜止，放下了
將俗塵雜念，



忘懷於百合花叢中。

這些詩中完全是對天父的傾慕、信任和愛；一點也沒有氣惱、沒有遺憾、沒有怨恨，真教人感動極了。

再讀一小段他在牢中寫的《靈歌》：

我已準備好我的心靈
以她的豐盈，她的美麗來服務祂。
如今我不焦心羊群，
也不分擔苦辛，
現在，我的惟一職務是沉浸於愛。



在黑夜中能看見什麼？

聖十字若望提醒我們：在黑暗中能看到滿天燦爛的星星！但是，要看見滿天星光，有什麼先決條件呢？

白天或燈火輝煌的鬧市中看得到星星嗎？

瞎子看得到星星嗎？

我們怎樣才能在祈禱中關掉人為的燈光污染，看到神恩的星光燦爛？

祈禱中的理智決心

人類受限於身體條件，不得不用理智和記憶開始認識天主，加深信仰。有人認為天主像天上的皇帝，有人認為天主像自家慈祥和藹的老爺爺。這些想像很好，是用智慧認識天主的開端。但是人的理智有限，這種想像，有時卻妨礙了我們在祈禱中真正認識天主，被天主碰觸，與天主共

融。天主永遠比我們理解想像的更偉大、更成全、更憐愛我們。只要完全順服，完全信任天主，我們就會自然地活在天主內。

所以我們要在祈禱中、生活中碰觸到天主，就要先關掉人為的理解、人為的想像。這時，人的理智和決心，就能幫助我們去除人類有限想像的光害，看見天主。

多認識聖十字若望

星火出版社提供了介紹聖十字若望的免費小冊子。聖十字若望的神修生活包含：默觀、團體生活、教導、操作、獨居和展望遠方傳教。他捨棄了一般人的虛偽教條和媚俗謬見，直接信賴天主聖三。他在同會弟兄的誤解欺壓下，曾考慮轉換到其他修會，幸好大德蘭邀請他參與改革修會，服務加爾默羅女隱修會。服務和牧養這個團體，給了他充沛的神修活力。

雖然聖十字若望文筆優美、才華洋溢，寫作並不在他的神修生活中佔優先地位。他寫作的大主題常是圓滿的基督徒人性生活，而且不

只為了他本會的弟兄姊妹，而是為了所有基督信徒。他也從不討論他自己在祈禱中的神秘經驗，以免有人捨本逐末。

聖十字若望面對的「黑夜」，不但是他當時所處的世俗化教會氛圍，更是同會兄弟「看不見」他的領受、「聽不進」天主的聲音，用「強力」把他關入黑暗的地牢八個半月。當時聖十字若望卅五歲，他的遭遇雖然黑暗，卻寫出精妙絕倫毫無怨尤的愛的詩篇《靈歌》。後來又根據他在牢房裏的黑暗經驗寫下《黑夜》。

我們的黑夜？

猶達斯和伯多祿否定耶穌的犯罪，差不多同等嚴重可怕，為什麼他們的結果完全不一樣？猶達斯上吊而亡，「那人若沒有生，為他更好」(瑪廿六24)。伯多祿從黑暗中走出來，投向光明的基督，認罪悔改而成了第一任教宗，被耶穌信託牧養普世(若廿一7, 15-19)。猶達斯不相信天主的愛比他犯的罪大，伯多祿相信了！

我自己的「黑夜」呢？我能不能像伯多祿一樣，永遠相信天主的愛比我犯的罪大得多？

或許我們完全不明白自己的「黑夜」經驗，沒關係，天主聖神會幫助我們。請準備一盒蠟筆，有十種顏色就夠了。再準備一大張白紙，在祈禱中隨意畫自己的黑夜經驗。若不理解畫的是什麼，沒有關係，畫就是了。過些時候拿出來用心靈看看，祈禱後再畫一張。

終究會有領悟的！

祈禱中「清空」，不是放棄一切、一無所有，而是有「優先秩序」的抉擇。其他一切名聲、地位、財富、親情都遠不如我對天主的愛情。若能擁有那些雖然好，沒有也無關緊要，反而減少了「清空」的麻煩。

人是天主創造的，在心靈深處，總是向著天主開放的，沒有任何小事情能瞞著天主！對天主而言，我們的事沒有什麼大事或小事。因為祂深愛我們，一切小事都是大事。我若覺得是小事而不敢或不願麻煩天主，反而是自遠於天主，變成了因小失大，虛假的謙虛。

聖十字若望的天主是和人親近融合的天主，不拘泥特定的禮儀、聖像或自苦修行。然而他並不反對別人使用禮儀、聖像和苦行。他絕不像某些神學家武斷地用人的有限智慧歪曲了天主的自然實在真理，還要強迫別人信從。他認為人只要真實活潑地「信」，天主就來和我們合一。難怪教宗若望保祿二世曾在博士論文中，談論了聖十字若望的活潑信德和愛德。

祝福您也在基督徒愛的團體中得到活潑信德，進而在祈禱中感受到天主對您的愛情！感謝蔣範華修女有關聖十字若望的動人教導，和天主教在線的豐富資料！

（加州 聖地牙哥）

會心集

* 某堂區有兩位神父，聖誕節前老神父病了，堂務和聖事只好託給年輕的神父代理。病中，老神父收到兩張慰問卡，一張是教友寫給他的，上面寫著：「祝早日康復。」另一張是他的弟兄，那位年輕的神父寫的：「祝你馬上康復！」

* 堂區新來的神父要過生日了，教友們要為這位年輕的神父慶生，但他堅持不要大家為他買生日蛋糕。教友問他原因，他說：「蛋糕上是要插蠟燭的，我今年三十二歲，你們大概也不願意看神父三長兩短吧！」

* 送快遞的年輕人，在路口聽到傳呼器響了，告訴他該去的地方。旁邊正好有位老人家路過，看見之後向天嘆道：「唉，上天，你為什麼從來不給我這麼清楚的指引？害我走了大半輩子的冤枉路！」

* 聖誕節快到了，一位爸爸煩惱地說：「我知道了，人生一共有三個階段，第一階段相信有聖誕老人，然後是不相信有聖誕老人，最後是自己扮演聖誕老人；而扮演聖誕老人的階段最長。」（摘自：解頤集）

* 神父在主日証道時，力陳酗酒之害。說完，他問會眾：「我們該把酒怎麼辦？」一名貪杯的教友應聲答說：「丟進河裡！」神父很滿意他的回應，可是後來才發現，那天彌撒的最後一首聖歌是〈聚集在聖河邊〉。

* 百年前，美國一位隨軍牧師向富蘭克林抱怨士兵不參加祈禱會。富蘭克林便讓牧師兼任甜酒管理人，並建議他在祈禱會後，分發士兵每天的甜酒配給。結果參加祈禱會的人，多到爆滿。

* 曾經參加革命的一名俄國軍人死了，在陰間遇見了前沙皇尼古拉。沙皇問他：「俄國還是個大國嗎？」他說：「是啊！」沙皇又問：「老百姓還喝伏特加（Vodka）嗎？」他說：「是啊，不過，不喝含百分之三十八酒精的了，改喝百分之四十酒精含量的。」沙皇說：「就為了多喝百分之二酒精的伏特加，有必要發動革命，推翻沙皇嗎？」（摘自：解頤集）

持守教義或顧念現實？

家庭福傳在開放的道路上蹣跚前進

◎嚴永晃

你去餵養，牧放，照顧我的羊群（若廿一15,16,17）

今年十月五日至十九日，在梵蒂岡教廷召開的為期兩週的天主教世界主教大會，就家庭、婚姻和性愛等話題的理念展開討論，其中涉及如何對待避孕、離婚、再婚、墮胎和同性戀等眾多爭議話題。這無疑是方濟各教宗就任以來最重大的事件之一，部分專家和教會人士甚至將之與五十年前的梵二大公會議（註一）相提並論，相關報導成篇累牘，本文限於篇幅，僅簡述其會議緣由、過程、重要結論，和將來後續待辦事項等，請讀者們指教。

據教廷發佈的新聞顯示，此次主教會議的議程和議題，是方濟各教宗去年對全球信徒的一次民意調查結果而確定的。那次民調的目的，是要明確為什麼羅馬天主教的某些教義正日益被信徒背棄。

調查發現，已故教宗保祿六世於1968年發出的「不得人工避孕」的禁令，長期被大量信徒背棄；梵蒂岡堅持的天主教徒的婚姻神聖，

不得離婚的教誨，也長期經常被信徒置之不理；同樣，即使是在擁有眾多天主教信徒的國度，也有很多已經實現了墮胎、離婚和同性戀婚姻合法化。

出身自福傳工作第一線的方濟各教宗，上任後多次談到家庭議題的重要性，尤其關切無效婚姻和離婚再婚的棘手問題，「為了與主的夢想合作，與祂對祂子民的愛的計劃合作，更妥善地耕耘及守護上主的葡萄園」，方濟各教宗在去年十月間即決定，2014及2015年十月分別召開世界主教會議（註二），以期面對挑戰，集思廣益，解決問題。

本次會議主題為「新福傳背景下家庭牧靈的挑戰」。會議於十月五日拉開帷幕，十月六日起展開第一週為期四天的主題性全體大會，十三日在記者會上發佈一份長達十二頁的會議文件後，開始第二週的小組討論和大會報告，十八日對會議結論進行投票，最後於十月十九日舉行隆重的閉幕彌撒。與會人員除了263名教會領袖外，其中有投票權的出席人員約200人，餘為工作人員，另有數十名天主教夫婦亦受邀參加。

第一週報告和討論的主題，包括會前報告、天主對婚姻和家庭的計劃、家庭的福音和自然律、家庭在基督內的聖召、家庭牧靈——正在推行的諸多提案，家庭牧靈的挑戰——艱難的牧靈處境、對生命開放的牧靈挑戰、面對教育挑戰的教會與家庭，等等。

經過一週的主題報告和討論後，一個工作小組將初步結果整理成會議文件，在十三日宣佈。該文件在「肯定一男一女的結合不可拆散」的同時，指出對於婚姻失敗的夫妻，需要以「漸進原則」看待「不完善的」婚姻現實。其重點包括：

——建議將穩定、相親相愛、對子女負責任的民法婚姻引向聖事關係。有時候，同居或既成事實的結合只是迫於生活的一種選擇和壓力，並沒有意味著他們「丟棄基督信仰價值」。

——要有適當的婚前準備：因為基督信仰的婚姻不只是「一項文化傳統或一種社會需求」，它更是「聖召的抉擇」。教會也須陪伴完婚後的夫妻，使夫妻在這「關鍵的

磨合期」，逐漸意識到婚姻聖事及其意義，以及它所帶來的挑戰。

——教會要多向考慮分居、離婚和離婚再婚的問題，做到尊重和愛護受傷的家庭，繼續交談，顧及婚姻中被不義拋棄的一方，避免歧視態度並保護兒童。

——保持現行關於離婚再婚者是否能領聖體聖事的規定，但也應對特殊情況實施更加開放的措施，或選擇「懺悔」得以被重新接納。

——教會要堅持反對同性戀行為的立場，但要接納同性戀者，使他們能夠為教會團體提供才能和特長。

上述文件雖未改變羅馬天主教的教規和教義，但對離婚、同居、同性戀的寬容態度，依然引起巨大爭議。據報導，該文件在會議上宣讀時，有四十一名主教當場表示反對，並引發激烈的爭論。但無論如何，天主教會顯然打開以仁慈之心對待離婚、同居、同性戀者的胸懷，願意歡迎和接納同性戀者、未婚伴侶、離婚及再婚者，以及來自

非傳統形式家庭的孩子。

工作小組再次將分組討論的成果，整理成結論（稿），十八日下午由與會人員逐段進行表決，結果令世人「跌破眼鏡」——儘管保持了邁向開放的基調，但是關鍵性的下列三項方案，卻未能在有投票權的183人中，取得三分之二（122票）的同意而遭到否決：

n——關於歡迎有同性戀的性傾向，和認同同性婚姻方面；118票同意，62票反對。

n——關於允許離婚者領受（聖體）聖事方面，104票對74票。

n——關於離婚後未經教會解除婚約即再婚者領受（聖體）聖事方面，112票對64票。

方濟各教宗對於上述投票結果，並沒有直接表達失望，但是下令將結論、投票結果，及每個議題上投贊成票和反對票的主教名單一一對照公諸於世。並發放到全球各教會進行討論。

教宗方濟各在十九日的閉幕彌撒中，要求主教們在明年十月份召開下次家庭福傳會議以前，在各自的教區內好好討論，務必在教義和現實之間，尋找一條折衷的道路（Pope Francis called on bishops to find a middle path between doctrine and reality.）

展望未來，筆者個人估計在明年十月第二次主教會議召開時，今年被否決的三項議題可望順利「逆轉」成功，理由有二：

一是各議題離三分之二多數的差距有限，屆時如果與會人數維持同樣的183人，則分別只需要再爭取4票，18票，10票就可以過關。

二是全球有將近4,000個教區，主教總數約5,500位，由於屆齡退休、調職、死亡或因種種事故自請辭職的，以至於教宗每年需要任命的新主教約350到400位；也就是說，到明年十月開會時，教宗任命的「方濟各式主教」將近800到1,000位，這些主教多半是行動派，對教義持比較開放的態度（註三），屆時應當成為支持方濟各教

宗的雄厚基礎。

當然，即使明年十月在一系列的討論後，結論仍然不合教宗的願景，教宗擁有最終決定權可以處理。屆時，現有家庭福傳的困境可望逐漸緩和，順利找到幫助在困境中的人們的新方式。

（美國加州山景市來稿）

註一：梵二大公會議改變了教會的禮拜儀式，改變了天主教與其他宗教信仰的關係，也改變了神職人員和平信徒的角色概念。

註二：方濟各教宗顯然事前已經預測到他的部分主張在2014年過不了關，所以預先設定在2015年繼續開會，爭取到一年的緩衝時間。

註三：請參閱拙作〈少論戰，多福傳，期待方濟各主教世代的來臨〉——刊登於《傳信與關懷》第93期（2014年三月），



從歌裡尋找聖誕節的真義

◎知音

每年到了十二月，就能聽到無數悅耳好聽的聖誕歌。樂音是那 動人，百聽不厭，而且勾起了無數甜蜜的回憶。大學時代在新店大坪林聖三天主堂練唱聖誕歌，來美國後光是在公司裡每年臨時組成的「報佳音歌唱團」就唱了十多年，雖然歌唱得比一般人多，和聲的美也比別人領略得多些，但很慚愧，歌詞裡的涵意並沒有深思，就好像小孩子沉醉於聖誕禮物的夢想中而沒去多想聖誕節的意義。其實聖誕節歌曲的詞文都是名家精心撰寫的歌詞，涵意豐富而詞藻華美，實在值得我們花一點功夫探討。

譬如在將臨期一首最有名的“O Come O Come Em-manuel”這首從十二世紀聖樂翻譯的聖詠，保留了中古修道院誦經的韻味，悠揚 述忍受長遠桎梏的人類渴望天主子的到來。段落中提及以色列民族被天主所召選，由梅瑟按照天主的指引，從埃及作奴隸的地方領出來，經過西乃山，去天主賜的福地。這過程就如主耶穌不惜犧牲自己生命，將人由撒旦的專橫之下救贖出來，使人得永生，死後得進天家一樣。

我們用的《祢伴我歌》中的第一零一首〈將臨期七大對經〉和第一零五首的〈天主聖子懇求降臨〉就是用這首歌的旋律。

下面網址可以聽到這首好聽的“O Come O Come Em-manuel”：
<http://www.youtube.com/watch?v=3n4UIQvm2xw&feature=related>

另外有一首“O Holy Night〈啊 聖善夜〉”，是1847年法國作曲家 Adolphe Charles Adam寫的，最好聽的是歌星安迪·威廉斯（Andy Williams）唱的，真是把我帶回到那無憂無慮的年代。回想這麼多年來，如有一些成就，不也全是天主的成就？尤其是唱到“Fall on your knee oh hear the angel voices〈屈膝跪下聽那天使的聲音〉”時，心中湧出無比謙卑和感恩之情。以下的網址可聽到安迪·威廉斯唱的“O Holy Night”：

<http://www.youtube.com/watch?v=W-RAnkH8Jxc&feature=fvsr>

最近我又聽到了由三位神父唱的“O Holy Night”，真是一首非常好聽聖潔的歌：<http://www.youtube.com/watch?v=iJhguYFjJ0w>

第三首我喜歡的是“What Child is This〈有一嬰孩〉”這首歌的曲調來自英國古老（十五、六世紀）的民歌，詩詞是1865年William Chatterton Dix所寫。這位詩人頻臨一次大病，從鬼門關中活了過來。經過了頻死邊緣的他，卻寫出幾首讚美詩，這〈有一嬰孩〉是其中的一首。原文的歌詞簡潔而美：

What child is this, who, laid to rest 有一嬰兒靜 安詳
 On Mary's lap, is sleeping? 在聖母膝上
 Whom angels greet with anthems sweet, 誰讓天使禮
 While shepherds watch are keeping? 牧童瞻仰？

This, this is Christ the King, 這就是聖主基督，
 Whom shepherds guard and angels sing: 牧童守護，天使頌揚
 Haste, haste to bring him laud, 速來歡唱朝拜
 The Babe, the Son of Mary! 母之子，耶穌聖嬰！

《祢伴我歌》中的第一一五首〈有一嬰孩〉就是這首歌的中譯。最後介紹一首是“Joy to the World〈普天同慶〉”（《祢伴我歌》的第一一九首），沒有一首詩歌，像〈普天同慶〉那樣，讓人從心靈裡爆發出歡欣喜樂。它鏗鏘有力的音符，如滾滾後浪推前浪，迫不及待地將歡樂的泉源注入人心。再也沒有別的聖詩，能像這首詩一樣，能夠清楚地表明慶祝救世主降生心裏所感受的快樂了。



這首詩歌的作者埃撒克·華茲（Isaac Watts, 1674- 1748），長得其貌不揚，時常受人歧視，人生十分的乏味。但這位出名的醜男子，因有一顆敬畏天主的心，並不因天生缺陷而怨天尤人。他以卓越的才華，一生為天主寫了六百多首聖詩，成為英國的聖詩之父，當時教會所唱的聖詩都是十分沈悶的，而因此導致會眾情緒低落，唱詩只是例行公事，毫無生氣可言。1719年華茲出版了《大衛的詩》，都是以聖詠（詩篇）為根據，整理意譯而成的，他很希望在這本詩裏面，能夠有一首聖誕詩，於是他後來便引用了聖詠（詩篇）九十八篇，寫出了這首〈普天同慶〉。它不是出自新約，也不是依據耶穌降生的故事改編而成，但結果還是成了相當受歡迎的聖誕歌曲。

本來這〈普天同慶〉有它自己的曲調，但是自1841年以來，卻用了梅遜（Mason, 1792-1872）所改編的曲調名為〈安提阿〉（Antioch）之曲，而吟誦至今。梅遜原是喬治亞州的銀行職員，很喜歡用「現代」配樂方式，把華茲及各名家的舊曲翻新。他自一八二七年發表第一首作品以來，一生共編了一千六百個樂譜。〈普天同慶〉很清楚載明是梅遜取自韓德爾（Handel, 1685-1759）的名作〈彌賽亞〉中的一段，可是把〈彌賽亞〉從頭聽到尾也沒有這段曲調！只有在〈彌賽亞〉其中一段“Comfort Ye”的前奏裡好像有點似曾相識。〈普天同慶〉乍聽起來是有韓德爾澎湃的曲

風。也許後人訛傳梅遜取材於韓德爾的〈彌賽亞〉，也可能是梅遜受韓德爾感召因而曲風受其影響，所以歸功於韓德爾。在這件公案裡韓德爾平白無功受祿，可能在墳墓裡哭笑不得。

不論是否為韓德爾的大作，〈普天同慶〉還是最受歡迎的聖誕歌曲。
（轉載：〈葡萄藤〉第141期）

會心集

* 一位陶工向他虔誠信主的女朋友求婚時說：「嫁給我吧！各行各業中，我們陶工是最尊貴的了，因為上主就是陶工，人是祂的第一件陶器。」女孩答應了他的求婚。

* 冬天快到了，在非洲的許多族人去問巫師，今年冬天冷不冷？巫師都這麼答覆：「你最好多準備點木柴。」巫師自己卻私下打電話到氣象台去求教，電話那端的氣象專家只告訴他說：「一定很冷，因為本地的土著已經開始大量屯積過冬的柴火了！」

* 一位外國神父游泳時，喜歡約一位中國神父結伴同游，中國神父問他有什麼原因，他說：「如果海裡有鯊魚，牠們一見愛吃魚翅的中國人，一定就嚇跑了。」（摘自：解頤集）

* 著名的女高音上教堂參加彌撒時，從不開口唱歌，因為她的兒子要求她不要唱。兒子說：「媽一開口，教堂裡所有的人都要看我們了。」

* 十二月初，兩個男孩結伴去敲社區每家的門，一位太太打開門問他們有什麼事，男孩說：「請妳點兩首聖誕歌曲。」那位太太說：「現在報佳音還早了些吧！」男孩說：「我們不是今天就唱，現在只是做市場調查，看大家喜歡聽那些歌，我們好準備在聖誕夜唱。」（摘自：解頤集）

信仰明燈

這幾天，得知台灣樓美娟小姐已蒙主寵召，深表痛惜。祈望樓小姐早登天國，重歸天主懷抱。雖然和她認識不深，但她是我的信仰明燈。回憶她的說話，更感謝主的巧妙安排。數月前復活節時她已病情嚴重，當時我以下面這段電郵來鼓勵她，聊表我對她的敬愛和謝意。

見字思人，樓小姐，我倍感思念你！

樓小姐：

你好，復活節快來臨，很快又有一批新候洗者，將會成為我們教會的新兄弟姊妹，和我們共享聖餐，與主共融。回想三年前，我還未領洗，還在門外徘徊，家人及教友對我有太大期望，我感到有壓力，未能好好地學習，所以有段時間想暫時離開慕道班，那時樓小姐你剛到羅省，初次會面。我說：「我信主，祂自有安排，大家何必太緊張。」原來真的主早有安排。你說：「你不敲門、推門，你怎能進來呢？」，我當時語塞，無語以對，很快我又重回慕道班。當然，我信主之路並不平坦，比別人更困難，但當我敲門，主在苦等，門已為我打開，我心內所有疑問，主後來助我逐一解開，所以很快我兩年前便決意領洗了。

在此我再衷心感激你的一語道破，破除我心中的阻礙，我會緊記心中。樓小姐，你應歡喜，路加福音十章20節耶穌說：「你們應當喜歡的，乃是因為你們的名字，已經登記在天上了。」祝願你的身體早日康復，聖寵滿載。

天主保佑！

◎羅大德



羅大德
4/15/2014

福傳與見證

梁弘志逝世十週年 紀念會見証分享

◎孫鵬萬

時間過得很快，梁弘志離開我們，轉眼之間已有十年了。他生前，我們認識的時間並不久，只是曾經跟他一同參與教會福傳工作，但是他去世後，對於我在美國的福傳工作，仍然有很大的影響。

我認識他是郎雄大哥介紹的。那時郎大哥邀請我參加「野聲宣道團」，經常參加籌備宣道大會的事，因此認識了梁弘志。記得那時候他跟郎大哥一直想聯合音樂界的教友，創作出版一些聖歌聖樂，可惜因為經費過於龐大而沒有成功。但他與郎大哥那種熱心福傳的精神，至今令人難忘。

1993年我全家出國定居，是天主的帶領，讓我由於辦理移民手續的原因，決定在舊金山東灣的費利蒙住下。費利蒙離聖荷西很近，而聖荷西有一個很大的天主教華人團體，很自然的我加入這個團體，對我的信仰靈修幫助很大。當他們知道我在台灣曾經參加過「野聲宣道團」，就希望我協助他們舉辦福傳晚會。於是1994年程若石神父、郎雄大哥前來助陣，配合當地教友的見証和聖詠團的詠唱，在聖荷西、洛杉磯、達拉斯舉行「惜緣、惜福」宣道大會。1996年，北美的華人教友，知道福傳是每個人的責任，又再度合作舉辦宣道大會，並且休士頓、華盛頓也表示願意加入。我就聯絡當時「野聲宣道團」的團長陳玲姊妹尋求她的協助支援。陳玲熱心的安排，很快的邀請到嚴任吉神父擔任証道、黎建球教授主持、郎雄再度見証分享、台南李若望神父及他領導的「ToDo工作室」十多位年青團員的舞蹈歌唱，陣容堅強，但當陳玲告訴我梁弘志也要全程參加，我非常興奮，因為〈請跟我來〉這



四個字突然浮現在我腦海，感謝天主，這不正是我們需要的宣道大會的主題嗎！

回想那年，在美國五個城市，將近兩個月的奔波，全團將近卅人，每週上下飛機，每到一個城市，立刻彩排，緊接著演出，各地教友的接待配合，團員全部自費，如此忙碌辛苦，卻非常快樂，讓我深深體驗到，傳播福音的工作多麼美好。

就是在這旅途中，有機會跟梁弘志深入的談到我們信仰的心路歷程。在他每場的見證分享中都絲毫沒有保留的道出他如何在追求名利中迷失，以及他認識天主後的平安喜樂，大家聽了都非常的感動。他

很高興我用〈請跟我來〉這個歌名做為宣道大會的主題，因此每次他出場時都唱這首歌，在見證後他再用〈驛動的心〉來安慰我們這些在海外生活的遊子。

我很喜歡唱，也很熟悉許多他寫的歌，我就問他，〈請跟我來〉的歌詞中有「戴著你的水晶珠鍊」是不是指的玫瑰唸珠？在〈讀你〉這首歌中說「讀你千遍也不厭倦」是不是讀聖經？還有我最喜歡唱的〈跟我說愛我〉歌詞說「…曾在門外徘徊，終究進得門內…譜成了永恆的歌…心跳的節奏是無言的交流，彷彿你已開口跟我說愛我，」是不是你當年在聖家堂門口徘徊，終於有一天你領洗了，而那種永恆、心跳、交流是形容耶穌看著你的眼神，說祂愛你？當時他很感慨的告訴我，這些原本寫愛情的歌，是他很年輕時候創作的曲子，一下子流傳很廣，幾乎人人會唱，他對自己的才華很自負，難免也有些驕傲，但多年後當他迷失跌倒又回到天主的身邊時，才發現天主早已在他身上做工，為他鋪路，他才認清自己以為的天才，原來都是天主所賜，而我問他的這些歌詞的意義，

現在他再回頭想想，的確可以這樣解釋。他又說他希望真正有一天能完全為教會作曲，將一切都奉獻給天主。

宣道大會後，我很少回台灣，但如果回去，我們總會見面。有一天我突然接到他的信，寄來「心泉」及「愛慕」兩張CD，他果真實現了他要專心為主作曲的願望，他還說「愛慕」這首歌，是他祈禱中聖母幫助他完成的。我跟我太太吉寧很喜歡這首歌，經常聽這首歌並同時唸玫瑰經，奇妙的事也在我們身邊發生。當時聖荷西的顧光中神父要成立聖母軍，要吉寧寫介紹聖母軍工作的文章，吉寧屢次寫了唸給我聽，我都覺得文不對題，氣得她快要哭了，於是跑去聽歌，



當聽完〈愛慕〉這首歌時，她的文思泉湧，連忙提筆，文章一氣呵成。我寫信告訴梁弘志這奇妙的經過，他自身也有這樣的體驗，他很愛聖母，所以他說他開始經常編玫瑰唸珠送人，鼓勵大家勤用玫瑰經來祈禱。

梁弘志生病，我遠在美國沒有回去探望，但卻趕回去參加了他的殯葬彌撒。在彌撒中播放他自己唱的天主經，我終於忍不住痛哭失聲，我從未告訴過別人，我的哭不是捨不得他英年早逝離我們而去，而是我突然感覺到天主的愛，天主是那麼深深的愛他，天主把他接走離開這塵世，去享永福了。

梁弘志，你知道嗎，天主把你接走了，郎雄大哥如今也跟你在一起了。這些年我一直都感覺到你們並沒有離開我們。你們愛天主，努力傳福音的精神，一直是鼓勵我們繼續努力的動力。告訴你有趣的事，我從聖荷西搬到洛杉磯，六年在教會中負責慕道班，為了讓新來的朋友感到親切而不生疏，在開課時我總讓大家跟著蔡琴唱「禮物」，因為要將我們的信仰，這來自天



上的禮物送給他們，講聖經課時我們就唱「讀你」，講吾主耶穌時，就唱「跟我說愛我」，講聖母時我們就唱「愛慕」，效果真不錯，大家唱完都很專心的聽課，我知道冥冥之中，有你和郎大哥在天上為我們的福傳工作祈禱，祈求天主的祝祐，我們感謝天主。

我們的信仰告訴我們，我們每個人將來都要回到天主那裡，我們總懷著永生的盼望，將來我們還可以相聚。因此咱們後會有期。噢！別忘了幫我們問候一聲郎大哥，告訴他我們也都很想念他。

（轉載自〈野聲〉月刊）

我的義工經驗

◎李家同

回想起我做義工應該追溯到唸大學的時候，那時我已是天主教徒。天主教教友如果準備妥當參與彌撒，就可以領聖體，但住院的天主教教友就沒有這種福份了，因此有神父會主動地到醫院去給病人送聖體。我在大學的時候，認識了伯達書院的牧育才神父，當時他大概四十歲左右——現在可能已過八十歲了，他每週固定地從台大騎腳踏車到台大醫院去送聖體，而我算是一個陪伴的青年，在神父送聖體的時候，我站在旁邊，當然也幫一下忙。

由於我常去台大醫院送聖體，我認識了不少社工人員，不知道是經過什麼管道，我開始替台大醫院的社會服務處做送書給病人看的服務，我和另外一位叫做沈彼德的好朋友，每週要去推一輛車子，車子上放滿了書，我們的任務是將這些書送給那些喜歡看書的病人，回想起來，當時一定也有不少病人是長期病人，他們長期地住在醫院裏，當然非常寂寞而且無聊，我們的書一定帶給他們很多的樂趣。

在醫院裏，我們遇到了一位老先生，大陸人，好可憐，一點零用錢也沒有，我當時是個窮學生，也無法獨自幫他忙，我就想到一個好辦法，找了十位電機系同學共同幫忙，每一個月，他們要給我一些錢，我再將這些錢帶給那位老先生，這些同學也是窮學生，可是他們當時毫不猶豫地答應

了我的請求，而且也從未間斷過。

在醫院裏服務，也使我這個年輕小伙子看到死亡的悲劇，而令我最不能忘懷的情景是一位三星上將的鏡頭。我那時曾經到新兵中心去接受過入伍的訓練，嘗試過做小兵的滋味，不要說將軍了，我們看到少校都認為是偉大的人物，三星上將是遙不可及的人物。偏偏有一天，我在走廊上，看到這一位全身畢挺軍禮服的三星上將，由他的家人扶著，哭得像個淚人兒，顯然是他的親人去世了，而且顯然是突然去世的，所以他穿了全套的軍禮服，大概是在什麼典禮中趕到醫院來，我這一下才瞭解，三星上將和小兵又有何差別，只要死神一到，大家又平等了。無怪艾森豪總統死

的時候，遺囑上說他的棺材一定要和小兵的棺材一模一樣。

大概在醫院服務不夠刺激，我又找了一個機會到台北監獄去服務了。台北監獄當時在愛國東路，我找到一位神父，他進監獄的時候也將我夾帶進去，去了很多次以後，我就單飛了。監獄當然不同於醫院，我一直認為監獄是社會裏最黑暗的地方，而我又發現只要你願意去，這裏也是最有意義的地方，因為任何一種小小的善事，都常會得到很大的回響。

有一次，我去了醫院，那天天氣好悶熱，外面傾盆大雨，裏面亂做一團，因為有大官要來參觀。剎風景的是地上很髒，引來了大批蒼蠅。監獄裏管事的人找了一位小犯人用蒼蠅拍子打蒼蠅，這位小犯人絕不超過十歲大，他打蒼蠅的技術不是很好，打來打去打不到，我當時沒有事做，就從他手中拿過蒼蠅拍，幫他打到了不少的蒼蠅。當我蹲在地上聚精會神打蒼蠅的時候，那個小犯人忽然緊緊地抱住了我不放，我窘不堪言，那些管理員也被這個情形嚇了一跳，他們花了很大

的力氣，才將他從我身上拉走。

為什麼那個小犯人會緊緊地抱住我呢？後來我知道原因了，這個孩子有非常悲慘的身世，從小到大，從來沒有人對他表示過任何愛與關懷，我無意的一個小小舉動，竟使他深受感動，也使他深深地感激我。我們常說「勿因善小而不為」，我的故事是一個好例子，很多不幸的人就在我們身邊等待關懷，我們應該伸出手來輕輕地安慰他一下，因為這是他們最需要的。

我在監獄服務的時候，曾有一位年輕人變成了我的好友，他總覺得他在監獄裏不是一件光榮的事，當然也不會是一個受尊敬的人；所以他常常提起他的母親，說他母親常去看他，他說如果我去拜訪他的母親，我會比較看得起他的。

因此我接受了他的建議，抄下了他家的地址，騎了

腳踏車去找他的母親，令我大驚的是，他的母親根本從來沒有去看過他，因為這個家庭是一個非常保守而有道德觀念的家庭，我朋友的爸爸認為兒子犯了罪，被關入了監獄，是一件羞恥的事，他因而禁止全家人去看我的朋友，所以我在監獄的朋友，這幾年來從未享受過家庭的溫暖，所謂「我的媽媽常來看我」也僅僅是一個幻想而已。我去了，碰了一鼻子的灰，那位嚴肅的爸爸將我趕了出來；可是故事的結果卻是很美的，朋友的媽媽還是去看了他，他的姊姊和弟弟也都和他恢復了來往。如果我不去看他的媽媽，我的朋友永遠是一個沒有家人來訪的孤獨受刑人。

從美國回來以後，我在新竹的清華大學服務，附近有一個德蘭兒童中心，很有名，我和我太太常去捐錢，



後來我擁有了一輛機車，就去做義工，教英文。有一位小朋友有一天忽然告訴我，他不要我教了，我去買了一台錄影機，送給了他，他又讓我教了。我這人真是淪落至此，連做義工也要出錢收買學生。

德蘭中心的孩子們快樂無比，而他們的快樂也都表現在他們的調皮上。我教書的時候，通常是一對一，他們因此都還很乖。有一次，我帶幾個靜宜大學的學生深入孩子們的臥室，看他們做功課，每個孩子旁邊都有一個義工在看著他們，這些義工年紀大約三十歲左右，都是工程師，脾氣極好。相信我們沒有進去以前，孩子們還蠻乖的，一

旦發現有了客人來，這些小孩子們就瘋了起來——所謂人來瘋也，有一位學生們事後向我說：「李教授，我不敢到這裡來做義工，我會被他們氣死了。」可是他們一致認為這些小孩子們真是活在天堂裡。我每次到德蘭中心，看到那些慈祥的修女就精神一振，再多的煩惱也不見了。

我到了靜宜大學，有一天收到一封信，這封信是一位台中啟明中學的全盲學生寫來的，他說李教授向來願意幫助盲生，因此要求我去教他英文。我問同事台中啟明學校離靜宜大學遠不遠，他們異口同聲說不遠，我按照地圖開車去，才發現要一小時之久，但我既然號稱是大善人，只好答應了，這麼一來，我連續三年教了兩位盲生英文，一位考上了淡江大學歷史系，一位在靜宜英文系。

這兩位寶貝學生和我變成了好朋友，也和我沒大沒小地胡扯，我暑假去教書，知道他們沒有好東西吃，有時會請他們到附近的飯店吃飯。有一次，我付帳回來，發現兩個小子在竊竊私笑，就問他們笑

什麼，其中一位說他們在研究一個問題：「被李教授請客，應不應該感到有罪惡感？」我得知他們的答案是：「應該沒有；理由是李教授已經賺錢，而我們沒有，所以李教授應該請我。」我聽了以後，覺得言之成理，可是我仍然強辯，我說如此我必須再等五年，因為他們當時只有高中，既使畢業後立刻考上大學，也要唸四年後才能賺錢，我說：「萬一我在五年內蹺了辮子，豈不是撈不回本？」這兩個中有一位比較調皮，他說事情有三種可能性：第一，我比他們先死，當然他們無法回報；第二，他們比我先死，當然也無法回報。我就問他第三可能性呢？這個小子說：「我們一起死掉。」聽得我氣得半死，因為我當時就要開車送他們回去，豈不是大觸霉頭！可是我心裡是很高興的，因為他們並沒有把我當成什麼偉大的恩人，而把我當成了好朋友，好朋友是應該幫忙的，沒有什

麼該感謝的地方。

我做義工，一直沒有參加任何團體，也沒有組織任何團體。我怕團體，因為一來我不喜歡開會，二來我不喜歡義工團體那種比「業績」的可能性。這次九二一大地震，我碰到好多義工團體，他們紛紛向我表示他們有多偉大，我的感覺是他們有一點互相在競爭，這一點我非常不能接受，我認為做義工，絕對是為了別人，而不是為了自己，因此我們是不該談業績的，更不能和別人比賽。

我在台中惠明學校做義工（帶一批又盲又智障的孩子走路）的時候，曾經碰到來自逢甲大學的學生義工，他們原來屬於我國一個著名公益團體，那裏知道這個團體內鬥，居然將義工隊解散了，這些逢甲大學可愛的學生們絲毫不為所動，解散歸解散，義工照做不誤，他們和我一樣，都是以私人身份參加的。

我更喜歡大家瞭解，義工工作應該是長期性的，每年很多大學生會跑到山地去服務那些山地的小孩



子，和他們唱歌跳舞，幾天下來，那些天真的小孩子會對大哥哥、大姐姐產生了感情，可是時間一到，大學生行李收拾好下山了，留下山地孩子一片茫然，他們感到難過，因為他們以為這些大哥哥、大姐姐是要留下來的。

最近，我發現很多人在訓練義工，被訓練的義工卻又不知道到那裏去工作。我對這些事情永遠百思不得其解，有的是工作需要我們去服務，只要你有心，怎麼會找不到義工工作呢？替老人院掃地，擦玻璃窗，燒飯等等，都是很容易做的，根本不需要什麼訓練，問題在於你肯不肯去做這些不起眼的事。

有人會問我，為什麼不捐錢給德蘭中心，讓他們送孩子去補習，而要自己去教書，我的回答是「愛的種子，必須親手撒出，而且每次一粒」，這不是我說的，而是德蕾莎修女說的，我希望每一位只想捐錢，而不肯親自幫助別人的善心人士，能夠細細體會這句話的真義。

也有人告訴我，他就是放不下身段，所以心有餘而力不足，自己是總經理，怎麼能夠去洗碗，自己是有名的數學教授，如何能去教國中生數學？我的建議是「勇敢地踏出第一步」，一旦你踏出這一步，你就會發現一個美麗新世界，我保證你會在這個新世界中得到無比快樂和平安的。

信仰小火花

請選出正確答案（答案可能不只一個）

- 一、「天主教單國璽基金會」秉持單樞機博愛濟世的精神，提供各項資源與服務，包括：1推動社會弱勢族群的有關照顧與教育、力行「活出愛」的精神，2提升生命價值與生命尊嚴，3擴展國際慈善公益或社會福利等交流事項。（參：活出愛）
- 二、恩寵來自天主，但我們的努力可以幫助我們感受並瞭解天主的恩寵，然後感恩的心讓我們有更深的渴望。這個循環過程讓我們_____使我們逐漸變得完整。 1瞭解自己，2改變自己，3逃避自己；（參：祈禱生活的心得分享）
- 三、靈修大師大德蘭告訴我們，「自我認知」在靈修上是很基本重要的一環，因為經由它我們才能真正變得_____。1謙卑 2尊貴 3自我得意（參：祈禱生活的心得分享）
- 四、為了讓父母，老師，神長喜歡我們，為了讓同學，朋友，同事接受我們，也為了我自己比較喜歡的自我形象，我們_____一個別人看得見的「光鮮的外我（意識中）」，以及一個被壓抑，別人看不到，甚至自己也不清楚的「陰暗的內我（潛意識中）」。1通常都有 2絕對沒有 3部份人有（參：祈禱生活的心得分享）
- 五、「自我認知」是靈修上想要做任何改變的1障礙 2最後一步 3第一步（參：祈禱生活的心得分享）

- 六、地球在整個已知的宇宙中真像一粒小塵埃。宇宙在人眼中看來確是太大、太大的，但是「看哪！萬民在祂面前就像桶裡的一滴水，如天秤上的一粒細沙」。（依四十四）就如孫悟空無法跳出如來佛的手掌心，整個宇宙也只不過是上主手掌心中的一顆小彈丸。宇宙_____對天主說：「我很大，祢要膜拜我！」 1試圖 2常常 3無法（參：宇宙造主不可能在地球降生？）
- 七、宇宙大的有千千億億個星球，但宇宙小的也是不可思議，試想，電子、原子、分子……，這些大至星球，小至電子、原子，都是_____造的，祂一「說」就能形成了的！ 1亞巴郎 2亞當 3天主（參：宇宙造主不可能在地球降生？）
- 八、聖十字若望和大德蘭的祈禱恩寵是怎麼來的？ 1他們天資過人又上了很多課、唸了很多書。 2他們在幸福美滿中被天主選中了 3他們在壓力下被囚禁、誤解，甚至被世俗化的信友和掌權者暴力欺壓時獲得的。（參：信仰生活-團體的幫助）
- 九、人的理智有限，人的想像有時會妨礙我們在祈禱中真正認識天主，被天主碰觸，與天主共融，所以我們要_____。 1多看聖主畫像 2補充營養增加智慧 3先關掉人為的理解和想像。（參：信仰生活-團體的幫助）
- 十、聖十字若望面對的「黑夜」，用「強力」把他關入黑暗的地牢八個半月。當時聖十字若望卅五歲，他的遭遇雖然黑暗，卻寫出精妙絕倫、毫無怨尤的愛的詩篇_____。後來又根據他在牢房裏的黑暗經驗寫下《黑夜》。 1《靈歌》 2《雅歌》 3《聖詠》（參：信仰生活-團體的幫助）