

*Between Friends* 朋友間來

No. **317**  
MAY.2020

在這疫情中，我們可以害怕，但不應該恐慌；  
甚至，也不應該害怕。因著耶穌的復活，因著  
祂預許的復活和永生，我們不再被死亡威脅。

無論投入的多與少，都是一份“愛”的心，  
關懷身邊的弱小兄弟，因著分享顯得豐盈。

我享受著每個人的創意，不管是  
顏色、味道、香氣.....

耶穌已經復活了

耶穌和我們一同受苦，我們也要和耶穌一同復活，  
這是祂給我們的保證。

在朋友間的每一天



( 主曆二〇二〇年五月 )

No. 317



- |                            |              |
|----------------------------|--------------|
| ◇ 2020 慶祝世界基督生活團日第二封信      | 執委會          |
| ◇ 2020 全國團員暨代表大會 第一封信      | 執委 楊惠娟、佘曉光執筆 |
| ◇ 要思念天上的事，不要思念地上的事         | 呂晶器 神父       |
| ◇ 小盒子的情意結                  | 方曉依/澳門團員     |
| ◇ 復活                       | 顧景怡/磐石       |
| ◇ 2020 復活節                 | 孫台蓮/生命       |
| ◇ 你在我眼中是寶貴的                | 張明華/中道       |
| ◇ 變成家人的那一瞬間                | 徐仲秋/至善       |
| ◇ 要防疫 也不忘天主聖母              | 辜淑敏/磐石       |
| ◇ 晨光中的共融/記 2020 年復活主日      | 陳瑪君/至善       |
| ◇ 逾越的過程從這頭到那頭的路上           | 吳泓儀/兩兩       |
| ◇ 福禍相倚的真相                  | 廖珮均/法伯爾      |
| ◇ 疫症下的自由                   | 方曉依/澳門團員     |
| ◇ 凝視舊約聖經人物...依撒格和歐瑟亞       | 閻美瑜/耕心       |
| ◇ 中壢基督生活團.....一個有意義的存在 .   | 賴秋萍/中壢       |
| ◇ 聖神滿滿的聚會分享...             | 亞納和沙沙記錄      |
| ◇ 東海岸朝聖之旅                  | 馬德蓮與珍妮佛/瑪利亞  |
| ◇ 珽君 angelina 的四旬期問候及好消息報告 | 郭珽君          |
| ◇ 年輕使徒...主愛使者... ..送給珽君    | 倪南華/磐石       |
| ◇ 眼淚                       | 陳怡如/法伯爾      |

編輯 群：朋友間編輯小組

## 慶祝 2020 世界基督生活團日第二封信

親愛的輔導和團員們：

大家平安！

從第一封信至今，正當我們準備歡喜地過農曆新年時，卻因新型冠狀病毒（COVID-19）的產生，使得全球面臨傳染性威脅的不安，造成人心惶惶。此刻，我們需要有更堅強的信德加強祈禱，祈求天主讓整個疫情能夠獲得穩定的控制，不再蔓延，讓喪生者得到安息、世界再度恢復祥和。

有關 2020 世界基督生活團日的慶祝活動，我們正按原訂的計畫進行各項準備工作，即日起開始接受報名，截止日期是 3 月 10 日(二)中午前。後續若有變化，會儘快通知大家。

《生活的基督》宗座勸諭中提到：「耶穌基督永遠年輕；永遠年輕的耶穌願意賜予我們一顆永遠年輕的心。這讓我們體會到『在主內，我們都是年輕人』，因此邀請各位年輕人在小團體聚會中安排閱讀反省 Projects173 的內容，一起準備今年的世界基督生活團日，屆時再把小團體的經驗分享給全國團體的大家。

**主 題：青年人是基督生活團使徒性團體不可缺少的部分**

**時 間：2020 年 3 月 28-29 日(六-日)**

**地 點：彰化靜山**

**費 用：1200 元/一般成人；600 元/兒童；學齡前幼兒免費。700 元/搭住帳篷成人。**

**食 宿：本次開放靜山搭帳篷住宿，自備帳篷並以十頂為限，依報名順序申請登記。**

3/28 安排烤肉自助式共融晚餐。備有保姆組。

**交 通：請自行前往。北部安排遊覽車去返，欲搭乘者報名時請登記。**

**報名表：請見附件。**

2020/3/28(六)	2020/3/29(日)
7:00 邁步前進 上山去	7:00 小組早禱
10:00 報到	7:30 早餐
探新境(賞玩靜山)	8:45 活動二
11:30 相見歡	划向深處(聆聽分享)
12:00 午餐	10:30 拍照
14:00 感恩祭	11:00 回顧(小組、問卷)
15:30 活動一	12:00 午餐
分享彼此(分組交流)	14:00 感恩祭
18:00 晚餐	15:00 邁步前進 下山囉
20:00 回顧	
21:00 晚禱	

香如/惠英 暨第 16 屆執委會全體 敬邀

2020/02/14

## 2020 全國團員暨代表大會 第一封信

親愛的諸位:

大家平安，復活節快樂!

這段期間在新冠肺炎疫情的陰影下，我們有一個與以往很不一樣的經驗，尤其整個四旬期的過程，正是疫情蔓延與爆發最為嚴峻的時刻，讓我們對於基督的死亡與復活，體會更為深刻。雖然我們都還在過程中，但相信耶穌基督復活的奧秘，能讓我們對未來始終懷抱著希望。

敏於時代訊號的我們，為因應疫情，感恩祭改為線上參與、我們的基督生活團日也改以各小團體聚會的方式慶祝。這是一個新的挑戰與訊號，感謝天主在這個過程中，讓我們所有團員可以在平日忙碌的生活中，因疫情停下腳步，面對眼前世界、團體、家庭與自己的狀況，並思考未來。

4/18-19 兩天執委開會，執委們除做生活經驗分享，也討論未來的發展，團員們可以參考近日發出的執委會會議記錄，了解細節。而此封信的目的，是向各位團員報告，由曉光及惠娟兩位執委所負責的兩件事情，第一件是今年 10 月的代表大會，其次是，對於基督生活團財務的一些報告與想法分享。

我們已經展開 10 月份基督生活團代表大會籌備工作了。這一次我們希望根據永奉聚談的材料內容 **project 173**(見 附件)，可以有所延續與深化。在 3 月 7 日，執委會邀請了永奉團員們一起聚會，感謝共有 35 位永奉團員參加，花了一天的時間，對於過去 10 年基督生活團的共同使命進行討論與回顧。當天上下午的分組，依照下列兩個議題進行分辨與回顧。

1. 參與成員針對過去十年 CLC 共同使命發展的狀況提出個人的觀察與經驗。
2. 成員針對上午的分享，表達個人的神慰、神枯為何？及未來十年 CLC 共同使命的優先 為何？

這次團體分辨聚焦在未來十年我們共同使命的優先。這個團體分辨，不是要作一個決定，而是要作為今年底全國大會決定未來團體發展的重要參考。

### 當天的成果如下：

1. 團體發展過程如同樹苗發芽成長，當小樹成大樹，經適度修剪灌溉施肥，必然可為建造房屋之材，我們仍需加深省察，定期評估分辨、祈禱，時時與耶穌交談，敏於時代訊號，關懷社會，方能承擔責任，繼續為天主自由取用。
2. 除了繼續在家庭、青年、堂區、317 小組的投入外，更深入執行現代社會的需求，對於生態環保及弱勢團體也能給予更多關注。
3. 了解青年的需要，思考如何建構世代橋樑得以傳承，並努力結合青年善用的新媒體。
4. 植基於過往基礎，即使使命的範疇不變，因著視野與邊界不同，也必定會幫助我們走向新境。

因此，在今年的代表大會我們將會做一個使命的回顧。也可以思考我們是不是可以更積極地在使命幅度上，與耶穌會進行更深入與實際合作的對話。除了使命回顧外，我們清楚意識到，疫情期間新科技的運用，為小團體聚會模式的改變所帶來的影響。

我們希望聽聽各位團員和小團體的建議，讓這個團員代表大會可以更符合大家的需要，並且能夠真的給所有參加的團員與代表有真正的收穫。

所以在 7 月 17 日前，我們希望小團體在(1).團體共同使命優先發展的回顧與展望以及(2). 新科技這兩個主題方向，提供給秘書處大家的想法與意見。

1. 對代表大會進行方式的建議？
2. 需要討論的重要議題？
3. 期待的收穫為何？



此外，因為疫情影響而未安排的團員永奉與暫奉，也將利用此次大會一起慶祝，提醒希望永奉的團員在同樣在 7 月 17 日前提出申請，讓執委們可以在 7 月份的執委會中討論。如果希望藉代表大會一起暫奉的團員，也可以開始「暫時奉獻」的準備過程。如果小團體或團員有提案，希望在大會提出作為表決，請留意於 8/16 前提出。(相關文件請見附件)

利用此一機會，也向大家關於財務方面的提醒，近 10 年來，有一些團員在團費繳交之外，所做的十一奉獻，補足了生活團運作上所面臨團費繳交不足的窘境(目前生活團的團費尚不足以支持全國團體的運作，更不足以聘僱支薪的執行秘書)。所以執委會在此，感謝過去一直默默支持十一之獻的團員們，因為他們的財務支持，讓我們可以平安的運作，並有開創未來的可能性。也特別感謝各位協調人在提醒團員繳交團費上所做的努力，讓生活團的長期發展不致間斷。

我們也了解，受疫情衝擊，對整體經濟影響很大，或許有團員對於每個月 500 元的團費覺得有壓力。如果團費會成為您的負擔?我們建議包括您個人與小團體可以從下列幾個面向來做思考：

1. 小團體是否可以為財務有困難的團員分攤他們的團費，實踐團體分享財務的責任。
2. 如果小團體也不方便，您也參考準團員的團費 300，甚至青年團員的 60 元
- 3.

我們的最終目標還是希望能強調團員們對大團體的責任與支持並達到長期財務自主。每位成員在團費上的付出，能讓團體的基本運作得以自給自足，十一奉獻金額則是出自個人心意，透過奉獻時間、為秘書處、為團體服務，甚至寫文章投稿朋友間也都是一種奉獻的精神與態度。畢竟，十一奉獻最大的意義是提醒我們自己，我們所擁有的一切，都是來自天主的賜與，能白白的得，並學習慷慨的給，也是我們生活中一個重要功課。

最後，衷心盼望大家安排聚會做相關討論與準備，也請大家把時間留下，參加 **10 月 17-18 日的大會**，把握與各團員共聚。更希望疫情可以早日過去，我們所有小團體與團員們，可以恢復日常與平安的聚會。祈 主佑時時，也一起為在此疫情發展當下，在第一線默默工作、服務他人的人們祈禱。

第 16 屆全體執委 敬上  
執委 楊惠娟、佘曉光執筆



# 要思念天上的事，不要思念地上的事

## ---復活主日

2020 0412 呂晶器神父

過了安息日，一週的第一天的清晨，瑪利亞瑪達肋納想為耶穌的屍體多加一些香料。當她來到墳墓時，她發現擋著墓門的石頭已經被移開了。她的第一個反應是：有人偷走耶穌的屍體。因為死人是不會動的，必定有人搬走了、或偷走屍體。她跑去告訴門徒們。伯多祿和耶穌所愛的門徒便跑去耶穌的墳墓。看見的如同瑪利亞瑪達肋納所說的一樣。耶穌所愛的門徒先到，但沒有進去，只是彎腰俯身去看。伯多祿先進去。

伯多祿看見：「放著的殮布，也看見耶穌頭上的那塊頭巾，捲着放在另一處，沒有和殮布放在一起。」「先來到墳墓的那個門徒也進去了，一看見就相信了。」

他們看到什麼：沒有看到耶穌的屍體，只看到殮布和頭巾。殮布似乎是隨便放着的，而比較小的頭巾，「捲着放在另一處」；是被人特意地「捲着」的，又是特意地「放在另一處」。

瑪利亞瑪達肋納沒有看到耶穌的屍體，立即認為是被人偷走了。但「耶穌所愛的門徒」反應與她不同。如果是被偷走，就要問：誰要偷走耶穌的屍體？司祭們？法利塞人？都不可能。他們還請比拉多派兵看守。耶穌的門徒？更不可能。如果是被偷走，為什麼偷走一具裸露的屍體，不是用殮布包著？為什麼不偷用殮布包裹著的屍體？

「耶穌所愛的門徒」看到這情形，「一看見就相信了。」記述下來的，就是「耶穌所愛的門徒」，他說：「那時候他們還不明白：『耶穌必須從死者中復活』的那段聖經。」他沒有說出相信的理由。他只說了他看到什麼使他相信，或沒有看到什麼使他相信。

原來「相信」，可以不需要清清楚楚的理由，甚至可以「不明白」。看見事實的，就是知道。知道了，就不需要再相信。

「看見放著的殮布，和看見捲着放在另一處的那塊頭巾。」加上他的理解，人的理性是一塊跳板、加上信德，跳到更高的層次，就是理性達不到的信仰。理性不能明白這情形，但藉著信仰：「耶穌已經復活」是「耶穌所愛的門徒」面對這情形的唯一答案。在這傷心難過的時候，不

明白的時候，「耶穌所愛的門徒」面對這情形的唯一答案，就是「耶穌已經復活了」。他因著信德，因著愛，他選擇相信耶穌復活了。

藉著這相信，當他遇到復活的耶穌時，他不是相信，而是知道。並且以他用一生的生命，為耶穌的復活做見證。

我們也可以在不明白的時候，仍然選擇去相信，選擇去愛。

經過七個星期的四旬期，今天，我們慶祝耶穌復活，同時也慶祝我們得到了救贖，並預許得到復活和永生。這是我們今天喜樂的理由。

但今天，我們的慶祝耶穌復活，應該是普世歡騰的事。但今天，全世界都似乎都喜樂不起來。

禮儀的四旬期已經過去了，但我們仍然在肺炎疫情的�旬期中。這不只是四十天，可能是四百天，四十個月，沒有人知道。

今天的讀經二，聖保祿宗徒提醒我們「[哥3:1](#) 你們既然與基督一同復活了，就應該追求天上的事，……。[2](#) 你們要思念天上的事，不要思念地上的事。」

我們如何藉著慶祝耶穌復活的喜樂，面對這個肺炎疫情？

這疫情使我們彼此有疏離感，人與人要保持距離，甚至不再彼此信任。表達友好的握手，表達親切的擁抱，表達關懷的愛撫，表達問候的說話，表達共融的桌，都可以帶來死亡的威脅。

這個疫情，目前使全世界有超過一百七十萬人被感染，超過十萬人因這疫症而死亡，每天在醫院去世的約有八千人，而這些數字，每天都在增加中。

在準備慶祝耶穌的復活，我們用四十天的時間，重新檢討我們與天主之間的關係，我們與人之間的關係，我們與萬物之間的關係，我們與自己的關係；簡單一句，就是悔改。悔改，首先是認錯，改變自己，改變關係。願我們在這疫情中，懷著四旬期的祈禱、守齋或克己、和施捨或付出的精神，面對這疫情。

面對這個疫情，各國政府各盡所能，訂出不同的政策。檢測試劑可以說已經研究出來；治療的藥物仍在試驗中，抗疫的疫苗遙遙無期。我們要相信政府的政策？相信醫療人員？自己想辦法？或是相信天主？

在這疫情中，很多基督徒都在問：這是天主的旨意嗎？是天主的懲罰嗎？天主有什麼計畫？有什麼打算？沒有人會知道。但我相信「[參若 9:3](#) 是為叫天主的工作，在這疫情上顯揚出來。」這「天主的工作」當然就是天主的慈悲和大能，結果如何？沒有人能預先知道。但我相信天主是歷史的主宰。在這不知道的時候，不明白的時候；因著耶穌預許給我們的復活，我願意選擇去相信，去愛和付出，各種善行，去配合「天主的工作」；讓「天主的工作」，藉著每個人選擇去相信、去愛和付出，「顯揚出來」的——「不要思念地上的事，而去追求天上的事」。

我們常被要求留在家裡。如果不留在家裡，就要留在醫院裡，或要留在相框裡！留在家裡，一方面可以增加家人彼此的感情，但另一方面，也可能增加彼此的衝突。這個時候，對人對事，有很多不明白，有很多難過的時候。我們可不可以和那個「[耶穌所愛的門徒](#)」一樣：因著耶穌預許給我們的復活，選擇去相信，去愛和付出——「不要思念地上的事，而去追求天上的事」。

在受到死亡威脅時，我們仍可以選擇去愛、去付出嗎？還是要去選擇自私？貪婪？我們要如何選擇？在這個不知何結束的疫情中，會選擇去相信天主嗎？或是我要選擇自己的辦法？有很多感人的故事：有人為此而多加祈禱、有人慷慨地分享物質資源、有人提供服務。特別是醫護人員，他們選擇去付出，穿著如同十字架的防護衣，在死亡的前線，拯救病人，搶救生命。有很多醫護人員，因為挽救別人生命而喪失自己的生命。耶穌曾說：「[若 15:13](#) 人若為自己的朋友捨掉性命，再沒有比這更大的愛情了。」

同時也有很多人，做出一些令人厭惡的事；因著恐慌，選擇自私，去搶購衛生紙、囤積過多的物資；甚至趁著這個機會，增加財富、提高自己的知名度、提高影響力和權力。

在這疫情中，我們可以害怕，但不應該恐慌；甚至，也不應該害怕。因著耶穌的復活，因著祂預許的復活和永生，我們不再被死亡威脅。耶穌曾對拉匝祿的姐姐瑪爾大說：「[若 11:25](#) 我就是復活，就是生命；信從我的，即使死了，仍要活著；[26](#) 凡活著而信從我的人，必永遠不死。」耶穌為我們罪人，被釘在十字架上，死而復活。這是我們喜樂的理由。

不久的將來，當我因們疫情緩和而高興時候，隨之而來的，就是世界大蕭條。當大蕭條的時候，其實商店關門，失去工作的情形已經發生。那時候，更多的貧窮會出現。

世界大蕭條，可以說是另一個四旬期。人生就是不斷地面對四旬期，也不斷地慶祝復活節，每經過一個逾越奧蹟，人便不斷悔改，不斷更新，不斷成長，也不斷地成聖。

我們更要懷著耶穌已復活，我們已被救贖的信德，去愛、去付出。

我們相信耶穌與窮人，或更好說：與邊緣的人在一起。祂與飢餓的、口渴的、旅客、赤身露體的、患病的、坐牢的有一種奧秘的關係（參瑪 25），為他們所做的，就是為耶穌所做的。在他們身上，我沒有看到耶穌，也不明白，不知道怎樣，但我選擇去相信、去愛、去付出。我也相信，當我去愛、去付出的時候，我會遇見復活的耶穌。到那個時候，我不再是相信耶穌復活，我是知道耶穌復活了，並可以為祂的復活做見證。

在這疫情中，因著耶穌預許給我們的復活和永生，願我們「**不要思念地上的事，而去追求天上的事**」，選擇去相信，去愛和去付出，來慶祝耶穌的復活。



## 小盒子的情意結

筆名：方曉依

小時候每到四旬期，老師總會手拿一個小小的明愛盒子，在班房內傳遞。白色的立體形紙盒，頭頂是足夠放進錢幣的開口，四個立面印著醒目的鮮紅明愛標誌，以及一些宣傳字句如「四旬期愛德運動」，並加上當年年份。老師說：「這是幫助窮人的，回家跟爸爸媽媽講！」

我們也不懂什麼是四旬期，只知那一元五毫足夠買一串魚蛋或一小包汽水，小紙盒遂在座位間流傳，我們「咚咚咚」的把本已少得可憐的零用錢一分一毫的投入去，有時候貪吃，捐助的金錢少一點，有時候也會捨不得，考慮了老半天仍是不能投進去，斤斤計較的把一塊錢分作兩天分量，或向媽媽要錢之後再帶回學校；這樣子一天又一天的傳遞，小盒子天天長大，餵得飽滿肥沃，最後重重的不見了，然後又到下一年。。。

長大了再沒有捐獻盒傳遞，但每年總會想起這個小盒子，那天在教堂看到宣傳海報，遂把一個電話包裝盒改頭換臉，請同事幫忙包上相關海報字樣，好提醒自己還有很多人沒有溫飽，再在同儕友好中沿門勸捐，盒子被餵得越來越重。

四旬期結束了，踏入聖周耶穌榮進耶路撒冷，趁空點算盒內款項，綠的藍的紫的橙的不同面額的鈔票，清脆悅耳的五元一元五毫硬幣，全都是來自有心人的捐獻。

有同事有朋友  
有在職的有退休的



有上了年紀的也有還沒成年的  
有人入息高有人收入微薄  
有人親自投錢  
有人隔空以電子支付形式請我代勞  
有人連續多天捐獻  
有人一看到就動了憐憫的心

福音中的窮寡婦投了兩文錢在捐獻箱，那個被驅魔的瑪利亞拿了一年份的工資香液傅抹在耶穌頭上，無論投入的多與少，都是一份“愛”的心，關懷身邊的弱小兄弟，因著分享顯得豐盈。



祈禱、守齋、施捨，在這個悅納的時候，在這個救恩的時日，望主接受我等卑微的奉獻。

他散財而周濟貧苦的人。他的仁義必會萬世留存，他的頭角高舉必受光榮！  
(聖詠集第 112 篇 9 節)

每人照心中所酌量的捐助，不要心痛，也不要勉強，因為『天主愛樂

捐的人。』  
(格林多人後書第 9 章 7 節)



## 2020 復活節

顧景怡

這對我、對世界都是一個十分難忘的復活節，無法進教堂的四旬期，直到主的晚餐、主的受難、望復活、復活節都是。

聖周週六整個早上，只在廚房與前陽台之間來回，完成家人的早、午餐，也完成我我整理花草和打掃陽台的計畫。終於讓所有爸爸放在冰箱裡的孤挺花球根「入土為安」了。

父親在病痛中折磨了一年，於今年二月中辭世。我在一年中最隆重的一台(望復活)彌撒前，經歷了一段生死大事，也在最後時刻完成我認為很重要的事，不管是父親在臨終前一天受洗，或者是我在復活節前將他的花安頓好，對我的意義都是種「復活」。

去年底爸媽都離家重新安頓後，某天我赫然發現這些球根怎麼都被移到室溫且長出葉子了，只好全帶到台北。在那段依舊是南北奔波的日子裡，我幾乎少有時間處理自己台北家裡的園藝工作，非常偶爾才種個一兩球，更別說缺土時再去買土然後搬到五樓了。

但許多球根在完全只吃空氣的狀況下，葉子持續生長，甚至冒出花苞，我的心境從不知如何是好，轉變成開始期待每一次花開，像等待開獎一樣想看看她們各自都是甚麼顏色、甚麼花紋的孤挺花。

她們的母代全來自我父親親手栽種的花，以前我只能等回父母家時看有沒有花剛好開，但我從沒看過孤挺花從長出花苞、花苞逐漸綻開(第一層裡面又有四個花苞)、到完全花開等等這些過程，所以只要她們一有不同的動靜我便看個不停、拍個不停。

天主創造這種花，父親進一步改造它，他們的合作讓我這個二手園丁和賞花者，從這個過程讓疲憊與哀傷逐漸得到安慰、釋放。這也是孤挺花的復活、我的復活。

父親過世兩個多月了，少了許多奔波，我藉著一點一滴整理家裡來收拾自己，還有收拾凌亂了一年的空間。正好四旬期又逢上武漢肺炎疫情惡化，所以在家時間又更長了，這真是很長的休息與等待。

瘟疫令人擔憂，但我們在家時每個人盡量運用自己的創意來增加一點點溫暖和安頓自己的力量。我享受著每個人的創意，不管是顏色、味道、香氣.....

雖然無法進聖堂，卻能更關心世界，更能與全台北、全台、全世界的主內朋友共同參與一台彌撒，更能看清祭台上的一切，包括教宗的任何言語、動作，而我們家四口也首度擠在同一張沙發上線上參與彌撒.....空前的經驗，也為所有參與者帶來更深的連結。

借用教宗在望復活彌撒講道的內容，祝福所有人，都能懷著耶穌的希望，在心中注入一股確信，堅信天主能使一切好轉，因為祂甚至能使生命從墓穴走出來。

復活節快樂!

## 2020 年復活節

親愛的朋友：

這一年病毒的影響，整個人類都有所變動，是有很多不方便，很多麻煩，造成不得不為大眾著想的行動。這是一個機會，讓人能更親近上主，讓人感覺到休戚相關，讓人會犧牲忍耐、彼此相愛，共同建立天主的國。

我已經七十歲，是老年人了，好天主讓我看到可可（我家養的小型狗）的衰老樣子，看不清楚，聽不明白，一跛一跛的慢走，甩甩身子就跌倒，吃多就會吐，路人一看就認出牠是老狗。雖然身體衰老，但牠也成熟的會懂我們的意思，甚至做一些順我們意的選擇，例如：不許牠睡我的地舖，但牠多喜歡睡在我的床上，但牠能管理自己，在想過後，而走去自己的窩。從牠身上我看到如何過老年的生活，先接受老化的身體，再以平常心選擇天主的旨意。

因為疫情，在家看書啦！讀完老年心生活、你的神有多大，現在正在讀：生活的基督。生活的基督中有一章介紹現代年輕人的現況，他們有各種危機的遭遇，讀了心很沈重，為這樣陷於販毒、恐怖、暴力、偏差行為....的年輕人感到難過，還好耶穌的教會關心支持這些孩子。

你呢？跟耶穌繼續保持關係嗎？祂喜愛你，照顧、保護你，天天同你在一起。

孫台蓮

2020.4





## 你在我眼中是寶貴的

中道 張明華

玉麟是2019年11月24日因為腦部積血進行開顱手術的，到今天（4月24日）滿五個月了。回想起來，真如驚滔駭浪中行舟，但是依撒意亞先知說：「當你由水中經過時，我必與你在一起；當你渡河時，河水不得淹沒你；當你在火中走過時，你不致烙傷，火焰也燒不著你。因為我是上主，你的天主。」誠哉斯言。

在那天之前，玉麟已經抱怨膝蓋無力好一陣子了。我們也去看過醫生不只一次，醫生都說這是退化性關節炎，開的藥也是如果需要就吃，不需要就不必吃。一直到11月23日中道受邀到團員趙曉英家聚餐，他當天獨自從淡水開車回景美家裡，勉強叫計程車到耕莘文學院接我一同前往。當時他右腳已經無力到需要拄著柺杖助行，無法自行穿脫鞋。跟大家談話也詞不達意，雞同鴨講。看他的狀況，當晚我一夜無眠，左思右想，他的膝蓋真是退化性關節炎嗎？怎麼會突然變成如此嚴重？後來想起德國友人來台，我們陪他同遊台中時，我曾注意到玉麟用餐時，偶爾右手發抖。

11月24日早餐時，我問他右手是否有點無力。他點頭稱是。這一下，我將他的右側手腳無力和語言能力退化聯想在一起，猜想他是中風。於是催他將早餐吃完去換衣服，一起搭計程車到萬芳醫院急診處。我向急診室的護理師報告他的症狀和我的懷疑。護理師一量他的血糖，三百多，就說血糖太高也可能有這些症狀。我鬆了一口氣，心想也許將他的血糖降下就沒事了。我們就可以回家。

護理師安排了病床，讓玉麟休息。我聽到一位護理師跟另一位說：「北北一直 repeat！」她注意到，無論她跟玉麟說什麼，他都不自覺重複她的最後一句話。於是馬上安排他去照斷層掃描。過程很短，他又被推回急診病房。一位護理師，一面跟我說，他們已經去請神經外科醫師來，一面手不停筆，填了一張「病危通知書」遞給我。我有一點愣愣

的，覺得應該沒那麼嚴重，她可能太緊張了，但是擔心玉麟的心情，我直接將重如千斤的一紙「病危通知書」塞入口袋。等到李知訓醫師到病床邊，問清我的身分，就請我到一旁看電腦上玉麟斷層掃描的片子，跟我解釋，玉麟腦部的積血不但厚，而且面積(超過 2.5 公分)已經超出身體可以吸收(小過 1 公分)的地步，必須開刀清除，而且是立即開刀。因為雖然玉麟當時還清醒躺在病床上滑手機，但隨時可能陷入昏迷死掉。

我的腦子一片空白，卻好像電腦開始快速運轉：「我可以問誰？誰能幫忙？」跟腦子有關係我只認識一個名字「葉炳強」，但是這樣的大人物，雖然見過幾次，能高攀嗎？我直接先打電話給倩怡，跟倩怡稍微說了狀況，就開始跟葉醫師聯繫。他的專業和親切、關心，李醫師的開放、專業和溫和，讓我在一片緊急當中簽了手術同意書和同意醫師用我們自費的材料和儀器。玉麟夠清醒到請我即刻跟海洋科大系主任說明、請假，我盡量以輕鬆口氣跟他解釋，醫生馬上要開他的腦，清除積血。因為醫生在手術前需要剃光他的頭髮，所以我們還拍一張他滿頭黑髮的照片留念。我在那幾個小時做的所有決定事實上都攸關玉麟的性命，而他那時對太太的無限信任，我都不敢多停留多想，也由不得我猶疑。

玉麟還沒進開刀房，倩怡和開明就已驅車到醫院來探視，問我是否需要陪伴。對他們劍及履及的關懷我衷心感謝，難以忘懷，因為知道自己並不孤單。等他進了手術室，我一個在外面焦急徘徊，腦子裡想的都是，還能為他做什麼。什麼都沒有，只能把他交託在天主手中，於是我打電話給輔導詹德隆神父，請正在帶領修士避靜的神父為玉麟祈禱，希望手術順利。將近四個小時，葉炳強醫師也以簡訊持續關懷和陪伴。當中玉麟的大嫂還陪我一陣子，到南部旅遊的小妹和妹夫也直接開車到醫院陪我到玉麟手術完畢。

手術結束，玉麟已經直接推入加護病房觀察，李知訓醫師出來給我看玉麟顱內清除積血的照片，解釋他做了什麼。腦部手術畢竟是大手術，人的腦子又是非常精細的器官，受到這樣的外力侵入，什麼時候恢復清醒很難說，有人需要三五天，有人甚至兩個星期！即使清醒能否拔除呼

吸器也不一定，要看病人是否能夠自主而且有力的呼吸。在加護病房要待多久也不一定，因為腦部手術是對腦部的侵入治療，可能會刺激腦神經不正常放電，有一半的病人會癲癇發作。

到加護病房看一眼還在昏迷中的他，妹夫開車送我回家。回到家裡，看到一切如常，覺得那一天好不真實。在強迫自己休息了一夜之後，想到躺在加護病房的玉麟，我第一次流下眼淚，但是只有一下子，因為還得在加護病房規定開放時間去探望他。只是不知道他會是醒？還是昏迷？這時候 FB 傳來我們三年前同遊台南台東的照片，我忍不住寫下：三年前的美好旅行，一定仍在你的記憶深處。親愛的，請休息，但請不要忘了醒過來。（玉麟昨天動腦部手術，仍在昏迷中）寄出，而天主也讓這一段心聲帶來如雪片的問候和祈禱。

到了加護病房，看到玉麟不但清醒、坐起，呼吸管也已拔除。我驚喜到眼眶泛淚不能自己，只是一直重複說：「你醒了！」「你醒了！」之後的發展，一切如滾雪球，開刀兩天後玉麟就遷入普通病房，當天聽從醫師建議，為他請了全天候看護。四天後他已經在看護的敦促陪伴下，推著輪椅練習走路。從推輪椅、扶助行器，他從走路歪斜，學會用助行器，到扶著走廊的扶手，甚至只要牽著他的手就可以走一段路。進步驚人。

不同科目的復健師接踵來看他，語言治療師注意到他有失語失能的現象。前一天他還可以寫自己的名字，第二天拿著筆卻茫然不知要做什么。我也看到他今天可以自己拿叉子吃飯，第二天卻拿著叉子，看著叉子，茫然不知道要怎樣使用，同意我餵他吃飯。幸虧這樣的現象越來越少。他也越來越有自信。

因為不確定他的記憶力剩多少，所以我決定用相機為他記錄所有的訪客和他的進步。感謝所有來探望他的好朋友和神長，包括 103 歲賴甘霖神父。他是七樓 B 病房人氣最旺的病人，訪客絡繹不絕，連看護吳先生都說，他那兩三個星期為我們拍照的數量，比他自己一年拍的還多。



聽到有訪客要來，聽到要照像，注重儀容的玉麟就會振奮精神，拿出他最好的一面來。我也帶他的家居服給他，換掉醫院制式的睡衣，提振他的精神，讓他不要一直覺得自己像病人。當醫師為他拆線拔釘，我才看到他長達將近 20 公分的傷疤，並為他感到不捨和驕傲，那真是戰士光榮歸來的標記。

因為玉麟的行動能力恢復得很快，所以對他出院後的安置計畫一變再變。剛開始覺得他無法上下公寓裡的樓梯，可能需要住到安養中心一段時間，所以就四處打聽合適，願意接受短期收容的安養院。後來看他那麼努力練習走路，甚至可以爬樓梯，就考慮直接接他回家。但是家裡並沒有無障礙的基礎建設，我就開始找泥水師父改造衛浴設備，把浴缸換成淋浴間。當醫師同意玉麟住院的時間確定，師傅在一個星期內把浴缸打掉、換上淋浴間拉門、鋪上防滑地磚和加裝牆上的扶手。12 月 19 日整修完工，玉麟隔天就出院回家了。

玉麟的腦部積血是因為摔跤撞到頭引發的，而會摔跤則是因為血糖控制不好，暈眩。回家以後，我用分藥盒為他準備每天要吃的藥，提醒他定時吃藥，穩定住他的血糖。擔心他無聊，請他幫忙整理家裡的各種帳單、收據等等，權充作記憶復健的一部分。目前每週四次陪他回醫院做物理、職能和語言復健，讓他的生活有一個規律的重心。手術前有一段時間他變得非常固執、彆扭，我曾擔心兩個人要怎樣繼續相處；但手術後他又恢復成原來的他：溫和、幽默、能商量。我問醫師為什麼會這樣，醫師說，可能那段時間他處理生活已有困難，但不知道原因，所以沮喪。

無論如何，雖然談不上雨過天晴，或是苦盡甘來，但是平淡中有天主的同在，是我們目前的狀況。我願意藉此機會再一次，感謝所有好朋友的祈禱、祝福。所有撥空來醫院探望他的，我感謝，感謝你們見證天主對他的愛；沒辦法來的，我也感謝，感謝你們給我們當時所需要的空間。開刀後我一再跟他說的：「天主真的很愛你，因為沒有別的解釋。」天主也確確實實地實踐祂的許諾：「你不要害怕！因為我救贖了

你，我以你的名字召叫了你，你是我的。當你由水中經過時，我必與你在一起；當你渡河時，河水不得淹沒你；當你在火中走過時，你不致烙傷，火焰也燒不著你。因為我是上主，你的天主；…因為你在我眼中是寶貴的，是貴重的…。」（依撒意亞先知書 43:1-4）阿們。



## 變成家人的那一瞬間

徐仲秋 至善基督生活團團員

認識穆宏志神父是在大四。那時候的神父正當壯年，跟他不熟的時候覺得神父滿嚴肅的，有時候也會發脾氣，他比較像是老師，這樣說也對，一開始認識他，他替一群人講解《聖經》。這些年來，他越來越和藹可親，和神父的相處像是倒吃甘蔗，越來越像是家人，是相親相愛的那種家人。

當我決定離開城邦文化的啟示出版事業部，我跟神父個別談話時提到這件事情，他很有先見之明的給了我一些提醒。是的，神父說這些提醒是他這些年聽團員分享得到的，正如神父提醒的，公司創立之後很順利，財報都是正數，以為自己在賺錢，這並不保證會很順利。時光飛逝，在某年的春節前夕發完了年終獎金，公司戶頭差不多就沒錢了。

那年的春節內心忐忑不安，因為 2008 年我先生離開了前東家商周出版，來跟我一起工作，全家的生計都砸在大是文化這家公司上。出版的量提高了，現金不斷減少，更慘的是那一年剛好是 2008 年金融海嘯，沒有人能夠對未來感覺樂觀，在那種苦澀的大環境底下，我心裡面不禁沉吟：神父阿，你說的那些都應驗了，萬一神父說的都發生的話，我們就要完蛋了。

從公司創立後每一年大年初五，我都會拜託神父來公司做彌撒，邀請幾個朋友一起準備開工。這一年春節很慘，還是要請神父來嗎？我想想：也沒差那麼多了，還是照慣例比較好。不管情況好壞，都要感謝天主吧。

那天早上，我先生去停車，我和神父領著孩子開了公司的門，開始準備彌撒。好幾天沒上班了，飲水機沒水了，要裝上全新的一桶水。這時候兩個孩子一個十四歲，一個十一歲，都大了，該懂事了，

衝進門，一點沒想要幫忙，就去開電腦玩，因為當時還是限制他們在家上網。



一邊叫孩子別玩來幫忙，一邊想要提起沉重的桶裝水，心裡氣極了吧，手中的桶子掉在地上，破了，水汨汨流出。正想嚎啕大哭的時候，神父沒說什麼，問我拖把畚斗在哪兒，花了點時間把水掃乾淨了，還把一桶水裝上。

那個瞬間就是和神父成為家人的瞬間。



## 要防疫 也不忘天主聖母

辜淑敏/磐石

突然而來的新冠肺炎病毒，來勢洶洶。讓我們徬徨失措，更打亂了原本的正常作息。面對疫情的蔓延，更讓我們無能為力，不知所措。彌撒被迫暫停了，教堂也暫時關閉了。教友的聖事活動，禮儀共融，頓時停滯，無法舉行。

面對突如其來前所未有的改變，我們除了配合政府防疫措施，似乎也很難提供實質協助，也很難做什麼。也許此時為疫情祈禱，為世人祈福，是我們基督徒最需要也最能做到的事。最近每晚我與南華在恭唸玫瑰經時，也特別為此次疫情祈禱。有天突然想到，如果祈禱的能量是我們教友堅強有利的武器，何不集合大家的力量，一起在線上恭唸。一起轉求聖母，祈求天主，讓新冠肺炎疫情的傷害減到最低，早日結束，讓世人平安度過。

同時，藉著一起頌唸，讓久未見面的主內兄弟姐妹在線上，也能聽到彼此的聲音，在聖神內友愛共融，靈修生活也不致虛空、清淡、停滯不前。心動不如行動，馬上找會長和幾位教友商議，是不是每天晚上在同一個時間恭唸玫瑰經，大家也覺立意甚佳。我們先用群組語音通話測試，發現效果不是很好，本想作罷。後來，想到也許用網路上恭唸玫瑰經的影片，也是一種方法。提醒大家要祈禱，特別為疫情祈禱。

於是每天晚上八點五十，我就準備手機，九點整，在教堂分享群組，貼上網路聲音檔，一起恭唸玫瑰經。同時每天早上我也把平日彌撒的直播影片，放在分享群組。方便大家在線上聆聽天主聖言，參與彌撒聖祭。在這特殊的狀況下，也能藉著現代科技的協助，讓我們的教友生活，也能維繫保持；靈修信仰，也能持續增進。



另外，在聖堂關閉之前，本來每主日要為小朋友上初領聖體課程。只上二堂課，就因疫情，聖堂關閉，無法上課。疫情何時結束，沒人知道，但課程不能因此中斷。我想到也許可以運用線上電話上課，因為孩子渴望耶穌聖體到她心中，如果這樣暫停延後，小朋友也會很失望的。家長很願陪合，小朋友也很喜歡，我也很高興，相信天主也很歡喜！

盼望眾人頌唸，眾志成城，教友齊心，疫情早日結束，世人重享安康！



## 晨光中的共融：記 2020 年復活主日

至善 CLC 陳瑪君

復活主日 2020. 4. 12(日)，我們在耕莘 R415 室參加台北總教區復活主日彌撒直播。還沒到達 R415 聚會地點之前，我是這樣想的：「參加彌撒，就透過電腦畫面？」，這會是「甚麼場面？」「我們幾位圍著的是…，畫面投射在牆上？我們要看哪裡？」。進入室內後，彌撒已經開始了，我們一家人走進了祈禱的氣氛，已就緒的三位至善友伴專注參與，我後來有跟上，先是從直播鏡頭裡「看」：呂晶器神父主祭，聖家堂祭台上的輔祭和讀經員行禮如儀，「聽」聖詠團傳頌優美的樂章。從哪時刻起身心已進入感恩祈禱的狀態。鏡頭外，遠方的小團體我們，懷著共同慶祝耶穌復活的信念，振川和仲秋為團體預備的收視和音效設備，網路也沒有停頓過，回想起來，能順利參與全程，感謝主的恩典，夥伴們的支援。

在過程中，女兒一會兒在我們中間走動，一會兒停下來跟我們一起看電腦裡直播，某瞬間，3 歲多的她向著我、小聲說：彌撒。我對她微笑，也仍繼續注意參與感恩祭進行式。那天晚禱時，回顧起白天發生的這一段復活主日的生活事，有安慰有感恩，察覺部分是來自我今天上午從家裡出發之前，對於今年復活主日場面會如何，並沒有頭緒。心裡就是一份盼望！

復活主日參加彌撒，R415 室成了我們朝拜聖體的聖所，眾信友一起默念「**神領聖體經〔教宗方濟各〕**」時，有一段「在祢愛情的聖事裡，我朝拜祢；將我這如同簡陋居所的心，全獻給祢，我渴望領受祢。」特別是簡陋居所的心，牽動我注意到準備邀請耶穌入住的身心，是這麼卑微，同時也尊敬耶穌，尊敬祂交付給我的使命，需效法祂的愛，以我的生命去經歷。然而，耶穌孝愛的深刻又寬廣，我感到耶穌在基督生活團體裡，因為曾經發生了「CLC·至善團體」的建立和走來，現在的我也才能參與其中，在持續變化的生活階段彼此分享和求恩，團體幫助我很多，過往這 40 天的四旬期，大團體提醒一同敬禮耶穌苦難行祂愛德的作

風，這般團體行動，為我很重要，反差在於近日（無論是公眾環境議題或個人方面）生活要注意的細節多，使得我該休息時很快就睡著了，便疏



於特別騰出時間進行早晚禱，幸得友伴們彼此牽引著、提醒「以基督為生活的中心」。在疫情發展尚未趨緩消失，我們仍為大環境的公共衛生提高警覺共同維護的同時，在我心中定居的基督，祂支持著我，滋養著我：復活的基督已戰勝死亡！

Photo by Nati Maria Lee

神領聖體經的中文翻譯如下：

**神領聖體經 [教宗方濟各]**

吾主耶穌，我俯伏在祢腳前，向祢獻上我痛悔之心和懺悔的精神。

我的心陷入虛無的深淵，卻又沉浸於祢聖善的親臨。

在祢愛情的聖事裡，我朝拜祢；將我這如同簡陋居所的心，全獻給祢，我渴望領受祢。

在等待領受共融聖事的福樂之際，我願在精神上擁有祢。

吾主耶穌，求祢來到我內，我也進入祢內。

願祢的愛情能燃燒我的整個生命，無論生死。

主耶穌，我相信祢，我盼望祢，我愛祢，阿門！

## 逾越的過程---從這頭到那頭的路上

吳泓儀

這幾天全世界的基督徒(應該)都在慶祝耶穌基督的逾越節三日慶典，星期四的最後晚餐、星期五的耶穌受難紀念、星期六的望復活，很快的就是星期天的復活節了。

真有那麼快嗎？從耶穌的死亡到復活。聖經上是這麼記載的沒錯！耶穌也曾經多次對門徒們說過：第三日我必復活。若真是這樣，我覺得，對門徒們或是有些基督徒們來說，這三日是很漫長的，例如今年，因為新冠肺炎的疫情，全世界許多教堂都關閉了，許多個星期，教友們因為要避免群聚而無法參加彌撒，我今年也是在電腦螢幕前，看著 YouTube 直播參與耶穌的受難紀念和望復活，螢幕內的教堂裡面空盪盪的。望復活的禮儀結束後，我問我自己，我現在因為耶穌的復活而喜樂嗎？

整個世界，多少人受到疫情的影響，失去生命、失去健康、失去親友、失去工作、失去習以為常的生活？我爸爸幾年前被診斷出克隆氏症，反覆進出醫院，去年還住到加護病房，就在復活節前夕，他又發燒去掛急診，讓我擔心不已...就算沒有新冠肺炎的疫情，我相信每個基督徒在自己的個人日常生活中，仍然面對著許多的煩惱、擔憂、害怕、痛苦...而在復活節來臨時，我們可以問問自己，我會因為耶穌的復活而喜樂嗎？有時候、甚至大部分的時候，答案是否定的。我們互祝：復活節快樂！耶穌是復活了，但是我們仍然恐懼、害怕、焦慮、擔心這、擔心

那...

為什麼？今年復活節前夕的彌撒中，福音兩次說到：「不要害怕！」其實翻遍福音，耶穌 N 次地說過：「不要害怕！」為什麼要說那麼多次？因為害怕就是人性，回到耶穌受難前夕，在山園裡祈禱，祂也感到驚懼

恐怖，最後耶穌面對了痛苦、承受了磨難、死在十字架上，經歷這一切後，祂戰勝死亡復活了。耶穌復活了，但是我還沒，因為我還沒死。

我們大力的慶祝復活節，因為如果耶穌沒有復活，我們的信仰就是空的(保祿說的)。在耶穌苦難日，我們分享、耶穌也和我們分享世上的苦難、絕望和痛苦。而在復活節，我們要(將)經驗到耶穌復活的喜樂。但如何呢？在這個災難頻仍的時代，在這個瘟疫漫延的世界，在這個充滿污染、戰爭、死亡的地球上，我們如何經驗復活的喜樂？復活的前提就是死亡，沒有死亡就沒有復活。當然我還沒死，但是耶穌死而復活了，這就是逾越，從死亡到生命，從這頭到那頭。

而我們還活著的人，在耶穌基督的逾越奧蹟當中，走在從這頭到那頭的路上，因為耶穌和我們一同受苦，我們也要和耶穌一同復活，這是祂給我們的保證。也許我們還沒到那頭，但是我們在路上了；也許我們在星期六過了很久很久，但是我們可以像瑪利亞瑪達肋納一樣，天還沒亮就去找耶穌。而在天還沒亮的時候、我們還在路上的時候，因為我們愛，所以我們相信，而使我們盼望，我們必會從這頭到那頭，「因為我們知道：磨難生忍耐，忍耐生老練，老練生望德，望德不叫人蒙羞」(保祿說的)。

也許我們看不到那頭，或是看到了但覺得很遠很遠，如同我們不知道疫情何時會結束，那就懷著希望看著腳下吧！記得兩年前我去西班牙走朝聖之路的時候，每一天，都不知道自己要走到什麼時候，放眼望去，就是一條看似永無盡頭的路，腳起水泡了、腿抬不起來了、肩上的行李越來越重、又渴又餓又累、看到椅子就想坐下去...慢慢的，我學會看著腳前，就是低下頭，看自己的腳，一步一步的踏出去，並且相信自己一定會走到，希望自己會走到(如果用走的走不到，也要爬到)，不知不覺的就完成了，從這頭到那頭。





從死亡到復活，我們必需堅忍的等待，等待是一種美德，也需要望德，我們因為愛而相信而盼望，而這盼望必幫助我們從這頭到那頭。當我們懷著盼望等待的時候，我們看的是耶穌的復活，而不是我們還沒復活，如此我們才能經驗復活的喜樂。

當我們走到那頭的時候，也許驀然回首，這才發覺復活的耶穌一路上是與我們同行的呢，就像那兩位往厄瑪烏去的門徒們一樣。這時，我們就會有大大的喜樂，也會想把這樣的好消息傳給別人！

## 福禍相倚的真相

廖珮均（法伯爾）

這是一個很特別的四旬期，沒有實體的避靜、彌撒，生活團的聚會也因疫情而成了電腦上一個個閃動的影像～很多人在這時開始放起無薪假或被裁員，還有一群人磨刀霍霍正準備轉換跑道，而感覺這個新冠肺炎就像突然滴進清水裡的墨汁，把每一個人的生活與計畫都打亂了...計畫沒辦法實行，我們每天只能順時中應變，出門要戴口罩，哪些時刻曾踏足過哪些地方的人要健康自我管理，人與人愛得多深就要距離多遠...面對這個前所未有的公衛危機與生活上的風雲變色，我們每個人在這段時間，或多或少都經歷過不安與恐懼。

回憶是很奇妙的東西，你不知道它什麼時候進駐心裡，成為你的一部分～時間回到去年十月我與天路登山隊一起去走霧埔徒步朝聖的時刻，還記得那時候因工作繁忙，原想抓緊國慶連假的時間來趟心靈的洗滌沈澱，但因為那時身體狀況不佳，再加上時間匆促，一直到抵達第一晚的教堂我都覺得心浮氣躁。徒步的這一路上也是身體不適走走停停，然後負能量吸引負能量，開始有點後悔，我到底為什麼假日不好好在家休息要跑出來折騰...最後一天，阿添神父為我們舉行了彌撒，講道時說起了一個故事，故事是這樣的：從前有一位大臣他很樂觀，他的口頭禪就是：「感謝讚美天主，凡是天主給的都是好的」。國王有一次出去打獵，弄斷了一隻手指頭很難過，於是他就想要聽聽看這位大臣的看法，這位大臣又跟他說，「感謝讚美天主，凡是天主給的都是好的」國王一聽當然很生氣，心想我都斷了手指你還說天主給的都是好的！一氣之下把他關進了大牢～因為大臣進了牢房，他只有自己出去打獵，因為沒注意有點超過了國界，到別人的領土上打獵，於是被他國的士兵抓了起來，預備把他殺了當作祭獻，可是因為國王少了一根手指，祭品不能是不完美的，他因禍得福地被放了回去～他回到他的國家以後就趕緊把這位大臣放了出來，告訴他這個經歷，大臣一如往昔地說了：「感謝讚美天主，凡是天主給的都是好的」。國王又問



了：「難道你被我關進牢裡，這也是好的嗎？」大臣說：「如果我不是在牢裡，這次我一定會和您一起出去打獵，您有斷指不能成為祭獻，他們就會殺我取代。」阿添神父最後笑笑地問我們，所以這個故事告訴我們什麼呢？

在我信仰的歷程中常常是起起伏伏的，我覺得我心裡很信靠祂，可是在生活中卻還想抓著很多東西，像是「金錢」還有「穩定」，因為那些東西讓我感到「安全」，一個疫情把穩定的生活換上了新的五顏六色，可是也因為疫情我穩定地參加線上團體聚會。參加聚會以後，生活當中還是有很多的未知與不安，這時候我想起了那時心不甘情不願地走完了徒步朝聖，想起阿添神父的這個故事，是不是在萬事上，不管眼前處境如何，未來如何，我都能像這位大臣一樣，滿懷著感謝與喜樂地說，「感謝讚美天主，凡是天主給的都是好的」？

## 疫症下的自由

筆名：方曉依



宅在家第 N 日  
除了往外作基本採買

每日會檢視廚房冰箱有什麼瓜菜雞豬生鮮用品  
列出烹調菜餚  
盤算所須物資

穿好衣服載上口罩  
小巷子人靜悄悄的  
轉到大街上稍為添了些人  
到菜店買紅蘿蔔馬鈴薯洋蔥蕃茄青菜馬蹄  
不懂挑選只好請教旁邊阿姨  
她左揭右翻把壞的青菜葉撕下來  
店家手在秤重眼睛看著嘴巴叫喊：  
「不能摘葉啊，否則不是這個價錢！」  
買滿了一整個環保袋子少說也有好幾公斤  
不忘請店家多放些蔥

轉到街市採買豬排骨黃芽菜豆腐鯪魚球  
再買炒麵炒粉  
雜貨店的沙參玉竹腰果核桃花生通心粉裝滿一袋  
看著男店員在包裝雪梨乾  
老闆吩咐留一點給她包湯料  
這次大家忙著熬製潤肺湯水

超市算是最多人了  
各人蒙著臉鮮少交談而且總是隔開一些距離  
看著清單牛油果乳酪芝士辣魚午餐肉罐頭極速完成  
排隊等候結賬猶幸超市疏導成功  
一拼選購完畢屏氣凝神快步回家卸貨  
東西南北的距離不過幾百公尺罷了  
摘下口罩換好衣服潔淨雙手  
一家八口的口糧解決  
交媽媽哥哥處理總算功德圓滿



餘下時間除了必須清潔家居外  
倒有一大段空閒留給自己寄居家裡

運動祈禱看書寫作看戲沒什麼規律  
還把積存照片好好整理一番  
這樣子的抗疫日常戲碼每天上演  
比起平常放年假選擇旅行出外  
假期和免除上班留家時間異常的多  
自身作良好保護是減少醫護前線人員的工作壓力

網路上傳來的照片  
以往人滿為患的大三巴  
已經不屬於澳門人的新馬路  
乾淨得以為回到澳門未開埠的時候  
每次得花冗長時間排隊的關閘口岸  
再也不見長長的人龍  
各大賭場關閉  
酒店外的霓虹燈熄滅  
大家聽著呼籲留家  
不敢逾越雷池半步  
小城彷如回到往昔的寧靜



想起聖經上所說的話「十句話」  
被稱作「誡命」常讓人以為是消極的  
這樣不行那樣不可  
誰知道它是生命之道、是路標  
只要我們按照這樣生活  
敬畏上主愛護他人  
就能活在天主的恩寵裡  
能和其他睦鄰融洽往來相處

就像這次大家稱作「軟禁」的生活  
或許帶來了一點不便  
不能跑步不能健行不能逛街  
不能在餐廳吃喝不能到電影院看戲  
更甚的不能到聖堂祈禱參與彌撒  
看似失去「自由」  
但實在我們都只是被關在幸福的籬笆裡  
我們可以自由選擇「不聚集、不串門、留在家」  
不受平常必然外出的念頭網綁  
選擇「留守」是為了維護自己和家人的安全  
更是愛護澳門人的表現  
只要同心一意  
熬過關鍵時刻  
停止病菌的傳播  
生活總有一天可以如常



「我今天將生命與幸福，死亡與災禍，都擺在你面前，如果你遵行我今天吩咐你的、上主你天主的誡命：愛慕上主你的天主，履行他的道路，謹守他的誡命、法令和規定，你上主你的天主在你要去佔領的地上，必要祝福你。但是，如果你心中叛離，不願聽從，被人引去敬拜事奉其他的神，我今天警告你們：你們必要滅亡」(申命紀第 30 章 15-18 節)



## 凝視舊約聖經人物---依撒格和歐瑟亞

耕心 閻美瑜

同學三人的迷你舊約讀書會已經持續兩年了，發覺也發掘舊約中的無限底蘊和深厚寶藏，雖然只是那麼一點點；讚歎、讚美也感謝莫測高深的天主那奇妙化工，真是無可言喻！在讀經與分享的過程中，對許多人物有了不一樣的聯想和看見……

### 一、依撒格與已離世的愛女

本來我想寫亞巴郎，因為我自認跟亞巴郎比較熟，也和他有著類似的生命經歷，例如：離開故鄉、為人父母、奉獻孩子、以及皈依的經驗……等。但是當我知道依撒格的名字是「笑」的意思的時候，我改變主意了，我想到亞巴郎心愛的獨生子。以前我從沒有好好地注視過依撒格，就如同我心愛的獨生女在離世前的那 10 年 8 個月又 24 天的時光裡，我以為來日方長，因此未曾好好地注視過愛女的心靈一樣。

我心愛的獨生女也非常喜歡「笑」，她曾經在小日記裡寫過一段話『我跟哥哥都是「笑」長，因為我們兩個都很愛笑，所以爸爸就叫我們「笑」長。今天我上英文課的時候老師講了很多笑話，害我們全班笑成一團。』

「笑」在希伯來文裡也有「遊戲」的意思，依撒格小時候和哥哥依市瑪耳玩遊戲，我的愛女也非常喜愛和她的哥哥玩遊戲。

聖經中每次提到依撒格時都和他的父母離不開關係，是的，在現實生活中不論何時、何人提到我的女兒時，也都必須、一定會提到她的父母，特別是她的母親，也就是我。歷史評論家認為依撒格是連結亞巴郎和雅各伯這兩個形象鮮明的人<sup>1</sup>，所以有關他的記錄不多，提到時也都提到亞巴郎或雅各伯。我的女兒則是因為她小小年紀、在她還依賴父母時就重病離世，而她對父母的信靠和依賴，在她的一生中表露無遺；特別是在她重病時，她相信她的父母帶著她去做各項檢查、看不同的醫生、開刀手術、化

<sup>1</sup> 參閱尚士則(Paul Beauchamp)著，林崇慧譯，《聖經五十畫像》(臺北：光啟，2006)，37 頁。

學治療……，一定能夠治好她，因此她如依撒格一般十分順從，接受任何折磨人的檢查和治療，十分懂事並且貼心，從不叫苦叫痛，還心疼她的母親會傷心、難過、受不了，她曾對她的老師說：「我媽媽在一旁都快崩潰了！」我發現：亞巴郎在從命獻子依撒格時，「父」與「子」的界線不復存在<sup>2</sup>；而我和我的愛女，在她重病離世時，我們「母」與「女」的界線也不再存在，甚至易位。我實在因愛女的離世而「重生」，像新生兒一般，是女兒開始照顧我的新生命，我要向女兒學習信靠永生天主。

## 二、「愛情先知歐瑟亞」和聖依納爵

我是基督生活團(Christian Life Community)的團員，因此我最熟悉的聖人應該就是耶穌會的會祖聖依納爵(St. Ignatius of Loyola)。在依納爵的默觀操練中，他與天主親密結合的這經驗，是個人的、也是普世的，同時天主也藉著依納爵，把這恩寵通傳給願意效法他的人<sup>3</sup>。在聖依納爵所寫的神操中，最後的操練是「獲得愛情的默觀」，是操練者與天主親密的結合，在祂內獲享平安與安慰，並經由萬事萬物侍奉、愛慕天主，這是全部神操的高峰。依納爵在經驗過這偉大無限的愛情後，寫下了他著名的，我稱之為愛情的禱詞「主，請收納我」《神操》234 號「主啊，請祢收納我的全部自由，我的記憶，我的理智，和我的整個意志。凡我所享有，所擁有的一切，都是祢所賞賜的，我願意完全奉還給祢，任憑祢聖意安排。只求將祢的聖愛，和祢的聖寵，賞賜給我，我便心滿意足，別無所求了。」並以他的一生成為一位「行動中的默觀者」，「在一切事上找到天主」的人。

聖依納爵獲得愛情的默觀，讓我不由得聯想到「愛情的先知」---歐瑟亞。他的書是一部愛情的歷史，透過個人對天主的體驗，他發現天主溫柔的愛情。歐瑟亞的妻子背叛了他，縱然如此他仍深愛著她，最後並以真愛喚回她年輕時代純真的心。這就是天主對我們的愛情，祂愛我們不是因為我們是美好的，而是藉著祂的愛我們能成為美好的(歐一~三)。歐瑟亞不只以他的言語，更以他的真實愛情生活傳達天主和以色列的關係。他的一

<sup>2</sup> 參閱尚士則(Paul Beauchamp)著，林崇慧譯，《聖經五十畫像》(臺北：光啟，2006)，39 頁。

<sup>3</sup> 參閱 Paul Coutinho, S.J. 著，李驊、張令憲編譯《依納爵神恩的理想—與天主親密的結合》(臺北：光啟，2008)，26-27 頁。



生充滿溫情、一種受傷的溫情，這個令人難忘的理由不只因為他傳遞神諭，還因為他的愛情生活本身就是一種神諭<sup>4</sup>。

愛情、一生、經歷、同樣的奧秘，學習經驗到天主是什麼後，先知和聖人才能將深厚的、豐富的、美好的所知傳達給我們。「至於你，你應當歸向你的天主，遵守仁愛和正義，時刻仰望你的天主。」(歐十二 7)

---

<sup>4</sup> 參閱尚士則(Paul Beauchamp)著，林崇慧譯，《聖經五十畫像》(臺北：光啟，2006)，202 頁。

## 中壢基督生活團——一個有意義的存在

賴秋萍

身為桃園市目前唯一的 CLC，亦非桃園教友所熟知的信友團體，中壢基督生活團能在桃園市持續數十年是一個有意義的存在。

### 關於名稱

在使用「中壢」為名稱之前，我們原本稱為「啟原基督生活團」，這是一個以中原大學學生為主的學生團，弘宣天神父大約在 1976 年受邀擔任輔導，現任的全國 EA 李驊神父在學生時代即參加過這個團體。1995 年之後，開始有成人和學生一同參與，大家一起聚會，幫助彼此成長，我們也將團體改名為「中壢基督生活團」，以更符合現況。

### 划向深處

我們利用每週四下班後聚會，大家分別在桃園各地生活，雖然路程稍遠，偶有身體上的疲倦與加班的需求，但是可以跳脫例行生活，自在地分享內在的感受，讓我們格外珍惜每週的聚會。

我們以每天的生活為材料，在聚會前，我們需要先省察自己的生活；在聚會時，我們每人只能選擇一個經驗來生活分享，這需要經過選擇和分辨，透過聚會時的生活分享，讓我們學習分享與聆聽他人，幫助我們不斷地划向生命的深處。我們接納每個人的不同，如果生活省察偏了，也會提醒夥伴繼續深入地反省生活。每次的感恩禮，也滋養我們的心靈，幫助我們將生活的眼光放回耶穌基督身上。

有位夥伴最近分享，他去年剛來聚會時的分享較有所保留，比較分享外在的事情，但在一年之後，他覺得來團體聚會成為了他生活的核心，也越來越能開放且深入的分享自己，對他而言，中壢 CLC 是一個有意義的存在。因為我們彼此幫助，學習成為跟隨耶穌的門徒。

### 聚會與省察



中壢基督生活團是一個小而美的團體，不論每週有多少人參加聚會，我們仍然固定會前禱、生活經驗分享、感恩禮與回顧。

省察成為生活的日常，而聚會是省察的分享，在每次的回顧中，我們也再次學習省察整個聚會的過程。在每週看似平凡且規律的儀式，卻幫助我們不斷在工作、在家庭、在與人的關係中，調整自己，重新回到「人的價值」上。

### 保持開放—為點一盞燈

中壢基督生活團以桃園在地人為多數，參加聚會的人數也越來越穩定。在這幾年，也有不同縣市的朋友北漂到桃園就學與工作，不論透過秘書處或是生活團團員的介紹，我們總是保持開放，歡迎新朋友參加，為他們而言，中壢團體便成為一個重要的存在。

### 更大的意義

我們在中壢 CLC 聚會，每個人在各自的生活中，具體而平凡的反省與實踐我們的信仰，學習成為一個有意義的存在。我們以生活團的方式在中壢聚會，為需要團體的人，他們能找到一個信仰的歸屬，成為一個有意義的存在。我們也如同主內的兄弟姐妹，一起走向天主，成為天主大家庭一個有意義的存在。





## 聖神滿滿的聚會分享

有一群人，雖然不能自由的在聖神光照下，以小團體的形式定期聚會。最近他們生活的環境又受到大規模健康的威脅，但他們仍嚮往我們基督生活團聚會的方式，仍持續在網路上一起分享、聆聽，也努力答覆使命的召叫。祝福這些夥伴們，也希望他們感受到我們的支持和祈禱，他們從不孤單。讓我們一起閱讀他們聚會的果實，同理他們的處境，向主求恩。

感謝天主帶領，今晚聚會很順利，現將我們小組的聚會分享總結如下：

1. 面對疫情，兩種狀態:a. 與個人沒有太大影響，比較平心，會為疫情受影響的人和醫護人員祈禱；b. 開始看到形勢嚴峻、緊張、害怕擔心自己、家人被感染，但隨著時間過後慢慢放心、感恩，希望透過這個疫情喚醒我們每一個人盡己所能保護大自然，調整自己的狀態。
2. 特殊時期與天主的關係:感受到天主的帶領和保護，大部分有參與家庭祈禱、和家人一起為疫情做九日敬禮，個人祈禱比較少了，希望有個人空間增加個人祈禱和獨處。
3. 感恩:和家人在一起享受親情、個人有時間進行狀態的調整、親人的狀態平穩、對天主的信賴。
4. 收穫:心態很重要，接受當下發生的一切，好好利用現在的時間充實

自己；繼續享受和家人在一起；感恩我們有信仰，心態積極，平心接受天主讓所發生的一切都對我們有益處；疫情之後國情可能會發生變化，對未來有希望，希望生活節奏可以慢下來，可以好好享受生活享受親情；一家人一起祈禱在天主內彼此共融。

5. 評估:在特殊情況下用網路聚會的方式很好，主題流程很好，很適合當下的需要，大家雖然沒有在一起但依然能打開自己來分享，部分夥伴覺得跟面對面聚會差不多。

最後也邀請小夥伴們繼續彼此代禱，在我們每日祈禱中也把我們中華大地交托給天主和聖母媽媽。

### 亞納記錄

感恩聖神的帶領，大家的積極參與，我們小組成員，來自四個地區😊，雖然距離遠，但心很近，大家收穫滿滿。

1. 在疫情下，大家的心態還是比較平穩，雖然有些小恐慌的經驗和對這個形式的不確定感，但能感覺到天主的保守，大家總體還都是平安的。
2. 大家基本上在生活中都有每日的固定祈禱，為疫情，為家人，也有在家庭中比較深的碰觸到天主的經驗，能看到天主的做工。

3. 大家說的最多的是“感恩”這個詞，在生活中發現到感恩的經驗，將這些分享出來，使大家的心更得到滋養與滿足，支持著大家走下去。

### 收穫和回饋

1. 從同伴的分享中，使自己更有力量挑戰目前的生活狀態，與家人的來往，在疫情下貢獻自己可以的力量。
2. 為那些不能出席的夥伴祈禱，這樣的分享真是一個福利，希望以後可以有。
3. 在時間上更好的把握，可以早點開始。

最後感恩組織者，帶領者，參與者，還有沒有參與線上分享的小夥伴，一起經驗聖神在我們中間運行的美好，彼此祈禱。

### 沙沙記錄"

## 東海岸朝聖之旅

瑪德蓮 與 珍妮佛

### 【朝聖】

我是誰？  
我從哪裡來？  
我為何在這裡？  
我要往哪裡去？  
我們一直在路上 尋找生命的呼召  
走上一條 邁向上主(天主)之路  
「在愛中行走的靈魂不會使人厭倦，而他自己也不會疲倦。」~聖十若望(St. John of Cross)



### 【朝聖 2】

過去這些年深深被後山質樸之美吸引。單車騎行一直是珍妮佛邂逅東海岸的方式，而徒步朝聖，這是第一回。

我們從大武車站出發，沿著海岸線一路往北抵達台東市。

串連東海岸美麗的珍珠，以泰澤祈禱歌詠讚頌天主，從大武天主堂前進大鳥天主堂、大溪天主堂、多良天主堂、金崙天主堂、太麻里天主堂、知本天主堂、旭橋天主堂，還有培質院、白冷會、公東高工聖堂以及馬蘭天主堂參加聖枝主日彌撒，以此迎接聖周的到來。

「漫漫長夜，我靈歌頌上主，並全心尋覓祢。漫漫長夜，我靈歌頌上主，並全心尋覓祢。」客運沿著東海岸而行，這首歌詠迴盪在珍妮佛北返途中，不住的哼唱著。這 100 公里的朝聖旅程，幫助我們走向天主上主，即使雙腳已疲憊不堪，但總能在祈禱中領受上主豐盛無盡的愛。

公東高工，這是十多年前閱讀《海岸山脈的瑞士人》一書深受吸引的學校。珍妮佛一直盼望著能夠親自走進公東高工的聖堂。謝謝淑英校長在這敏感時期還願意接待我們，為我們導覽解說當年錫質平神父建校並培育青年的理念和故事。那是一次淚流不止的祈禱，謝謝張開雙手的耶穌迎接我們，讓我們從門外走進門內，走向祂的擁抱。

延伸閱讀\_海岸山脈的瑞士人

<https://www.books.com.tw/products/0010412929>

延伸閱讀\_公東的教堂

<https://okapi.books.com.tw/article/1855>

### 【朝聖 3】

感謝台中泰澤團體熱心教友們發起並規劃這趟自助式徒步朝聖，行程公告後讓有意參與者自由的加入或離開。能夠這樣走進部落在夢寐以求的聖堂中歌詠祈禱，遇見傳說中想見的人們很是感動。尤其因為疫情台北教區已停止公開彌撒，此行 5 天我們竟參與了 3 台彌撒，以及 11 場次的泰澤祈禱。

影片背景音樂，是大家的歌聲。

「在愛中行走的靈魂，從不厭倦不疲倦。」

「在愛中行走的靈魂不會使人厭倦，而他自己也不會疲倦。」~聖十若望(St. John of Cross)

就在行進間、祈禱中詠唱和思想這歌詞。

我們是否過著有愛的生活？

什麼是有愛的生命？

如何讓靈魂不厭倦也不疲倦？

衷心感謝



## 珽君(Angelina)的四旬期間候及好消息報告

Dear 親朋好友們：

“與天主和好吧！”

在長上的同意下，我用虛榮及興奮的心情同大家報告(唉...請為我的罪祈禱)，『我要領受隱修初學會衣了！』(進初學、Clothing Day) 時間將在三月二十五日聖母領報日，當院長宣佈這個消息時，你們應該可以想像到，我的眼淚秒間就洶湧滾出，除了這是我內心渴望以久的事外，另一方面是我真的感受到天主對我的極大(superme)恩寵，

在台灣我是個基督生活團(CLC)的永奉團員，而天主邀請我這個悲微的孩子在這個對 CLC 有重要意義的同日，效法我們最親愛、寶貴的模範，在天主及團體面前說出那聲“YES”。現在我們身處的環境，正遭受到病毒的攻擊(實際及心靈)，過完年後在澳門，政府關閉所有的公共場所，民眾儘可能的停班停課；主教山也是一樣，二月六日到未來的三月七日，不但教堂不開放參觀，連進廣場的大鐵門也是關閉的，長上們對我說，這才是隱修女們真實的生活；也是種天主讓我在這不幸的災禍中，得到的我們澳門小團體一直無法有的體驗。

院長讓我邀請大家在三月二十五日當天前來參加團體的小型慶祝會，主要是午餐(中午 12 點)共融，餐後也許會有一些與大家講講話的時間，彌撒時間是否改成 11 點半現在還不知(也要看屆時教區的政策)。

但是我知道現在台港澳都仍在疫情控制中，進出及返回都有很多的不便及規定，所以即使當日大家(特別是台灣及香港的朋友們)無法前來，你們的祝福及心意透過天主，我一定會感受的到；澳門的朋友(特別是 CLC 的朋友們)如果當天方便，歡迎來與我們共融。

如果有朋友想要前來參加，請你們務必於三月二十日前，  
用電話或傳真(853)-2857-2801(用英文最好，但中文也是能跟你們溝通  
的，修女超厲害的)，  
或是電郵 [starofhopemacau@gmail.com](mailto:starofhopemacau@gmail.com)，通知院長，  
因為我平常沒法看信，加上三月十八到二十四日團體安排我避靜，  
所以請大家一切連絡都以跟團體為先；  
若只是要發信祝福的，仍可寫到私人信箱，我會在復活期後星期一看到  
你們的祝福。  
謝謝大家一直以來為我奉獻的祈禱，  
我也在這個四旬期及特別避靜中為你們奉獻祈求天主的恩寵。  
玗君 Angelina

如果有需要我(們)代禱的事項，可寫到團體的公共信箱  
[starofhopemacau@gmail.com](mailto:starofhopemacau@gmail.com)，加註問候玗君(Angelina)，院長會印一份給我看及  
知道。(不要害怕，寫中文也可以的)

當然如果你們是想跟我分享一些近況，還是可以寫到這個信箱給我，只  
不過我無法保證我何時會看到(及回覆)。

# 年輕使徒 主愛使者 ~ 送給珣君

倪南華/磐石

愛的禮物 送給天主

奧秘標記 留給我們

帶著大家祝福 奔向祈禱天鄉

主愛伴隨照拂 進入永恆國度

願主與妳常在

也與我們同在

我們也與妳

永遠在主內同在



# 眼淚

陳怡如/法伯爾

2019 將臨期八里聖心女中避靜 感懷

本篇也刊登於《天主教週報》

我用手掬起一滴眼淚，  
以為是鹹，卻是苦。  
我以為它代表了軟弱與無能、  
失敗與不安，  
卻沒發現它是一份禮物。

眼淚是愛，  
因為深深愛過失去，所以才顯得悲傷。

眼淚是同在，  
與悲慟者同悲、與逝者同死。

眼淚是空，  
空出內心的空洞，讓天主臨在。

眼淚是耶穌，  
與耶穌同為世人的離去而悲傷。

眼淚是火焰，  
讓愛的烈焰灼傷。

眼淚是月，  
照見我心底的黑暗深淵。

眼淚是太陽，  
傾流出心底的憂傷，  
才能撥雲見日、破涕為笑。

眼淚是星辰，  
指引我看見內心的傷。

眼淚是蝶，  
引領我去渴望那永生的盼望與永恆的國度。

噢，主啊！  
感謝您賜我眼淚、賞我恩寵，  
讓我得洗滌心靈，  
以更堪得為祢居住的宮殿。

阿們。

