

葡萄藤 *Grapevine*

2019 年 10 月第 188 期



「不可忘了款待旅客，曾有人因此於不知不覺中款待了天使。」（希伯來書 13：2）

中華天主教耶穌聖心堂

<http://www.chinese-catholic.org>

本期目錄

	ii	主編小語	◆ 陳美卿
神長的話	1	我的信仰	◆ 林育明神父
	3	有如天使一般陪伴我生命的 聖保祿	◆ 周道執事
生命中的天使	6	生命因你而美好	◆ 君人
	10	Riding on Daddy's Motorcycle 坐爸爸的摩托車	◆ Chandra Lasley 李邀月
	13	舒明，媽媽半邊的心被你帶走了	◆ 鍾紹崑
	14	讀者來函	◆ 本刊
	15	處處見天使	◆ 王念祖
信仰生活分享	17	從生病體會到神的偉大	◆ 黃兆銘
	20	走出信仰上的迷失——天主經	◆ 安得樂
	24	布拉格的春天	◆ 王國元
	28	鄒保祿神父文章集錦	◆ 鄒保祿神父
朝聖之路	30	西班牙聖地牙哥步行朝聖	◆ 周瓊華
好書推薦	36	莫非天使惹的禍？ 書評：《倖存的女孩》	◆ 聖心書屋
	40	帶被流放的內在小孩回家 《IFS 自我療癒法》推薦序	◆ 張宏秀

☆ 歡迎您投稿本刊，分享信仰及生活，文章以三千字內為原則 ☆
來稿請寄：grapevine@chinese-catholic.org

指導神師：林育明神父 輪值主編：陳美卿 校對：朱嘉玲 網頁：楊漪婷
排版：劉珊珊、王念祖 稿庫管理：劉珊珊 新聞：楊治財 廣告：楊治財

總覺得才編完去年十月份的葡萄藤沒多久，一眨眼又要編今年十月份 188 期的葡萄藤了。年歲越大，越感覺歲月如梭，不可輕易蹉跎。雖然體力已經不允許我們像年輕時一樣，有如拼命三郎般的汲汲營營，但總想抓住歲月的尾巴，希望退休後的日子，也可以過得充實且有意義。越是這樣要求自己，越覺時間不夠用，感覺每天要做的事很多，但總倏忽就過去。現在終於能夠體會媽媽年紀大後每天常說的，「一下天黑，一下又天亮」的感嘆。

本期《葡萄藤》的主題是「生命中的天使」，這樣的構想來自於自己幾年前在台灣做監獄牧靈工作時的經驗：看到許多人，獨自在生命幽谷中，看似絕望之途，卻因著某位天使的陪伴度過重重的難關，而成為一條恩典之路的故事。就如本期作者君人所寫的〈生命因你而美好〉這篇文章，在生命充滿困境的時刻，因著身邊出現的許多天使，而增強她應對困難的力量，將兩個身心皆受苦磨難的兒子拉拔長大，而兩個孩子現在也成了作者生命中的天使，真是令人無限的感動。當然也不一定要在絕境之途，你的身邊也常充滿了許多愛你的天使，像李邀月作者所寫〈坐爸爸的摩托車〉的這篇短文，爸爸就像守護她生命的天使一樣，在她生命中佈滿幽默與愛心的陪伴她，讓我深深感受到她的幸福。而我深信這些在我們生命中出現的天使，都是主耶穌仁慈賜福給我們的。其他幾篇文章，像周瓊華的〈西班牙聖地牙哥步行朝聖〉、王國元的〈布拉格的春天〉、等等，都是可讀性很高的文章，希望讀者能細細品讀。而聖心書屋推薦的《倖存的女孩》和張宏秀博士推薦的《IFS 自我療癒法》兩本書，我自己都很喜歡，希望有空能借回來閱讀。

今年的九月仍是非常的酷熱，祈求天主在這麼酷熱的天氣裡，降福大家身體健康，一切平安！

感謝本期《葡萄藤》收到的捐款：

Carol Chow 姊妹 \$200

方薇阿姨 \$100



我的信仰

林育明神父

我的家庭帶領我接受信仰，對我信仰的影響至深。尤其是我的母親，她就有如帶我進入信仰之門的天使。

今年暑假回國探親，我又到嵐口朝聖，回想到我十歲那年，媽媽帶我去過那裡。小時候母親常給我講聖經中「火燒五城」、「洪水滅世」等故事，以及新約裡耶穌講的末世徵兆。那時，我常常問我的母親，末世真的會來臨嗎？媽媽的回答有如舊約聖經上索多瑪滅城的故事一樣，媽媽說：「如果，在我們還有一個好人，我育明，天主會看在育明的面子上憐憫我們的。」從那時候起，我就知道我要做一個好人，一個好的基督徒，將來可以像亞巴郎一樣，在天主面前為眾人祈禱。

17歲那年，我自己偷偷去辦告解。神父聽完告解後，跟我分享了他自己的一个故事。聽完後，我很感動，我慷慨激昂地想要分享我自己的心得。我滔滔不絕地談著，但不知為何，突然心裡感到有些不安，似乎聽到一句話傳到我腦中質問：「你小小年紀懂什麼啊？」我清楚地記得，我感到空氣中凝重的氣息，當時覺得自己無地自容，羞愧難耐…在回家的路上，我像犯了錯誤的小孩一樣，跟在葉神父後面，鼓起了很大的勇氣，却是用很微小的聲音問了一句：「葉神父，是不是我說的不對？」葉神父回答我說：「你說的很對。你還年輕，要不斷追求靈性生命的成長。」頓時我感到那一夜的月光格外皎潔，那一天的我，心靈深處也分外清明。

20歲那年，在團體聚會的朝拜聖體時認識了聖體中的耶穌。這個聖體，據說是從閩東教區的福安市偷偷傳遞過來的，那時教會還沒有開放准許在教友家中舉行恭敬聖體的禮儀。認識聖體中的耶穌後，我覺得朝拜聖體最使人得益，我常花功夫在聖體前說說我的心事。聖經上說，吾主是良善的，我為什麼不試試呢？現在，我也用這句話鼓勵教友試試朝拜聖體的好處。若能時時朝拜聖體，自然能夠每天神清氣爽，心得安慰。所以人在世上朝拜聖體，到死的時候靈魂必得安慰。每天花點時間朝拜聖體，能超過一天所做的各種善功。聖經上說：「你們求，必要給你們」（瑪 7:7），雖然無論在何處都可求得天主的恩典，但是天主的恩典就臨在聖體內。真福蘇松說：「耶穌允人的祈禱，在祭台上允的更多」，這句話真有驗證。我們

應該時常在聖體朝拜中祈求耶穌讓我們修德前進，因此，我們可以無所懼怕，將自己奉獻給耶穌聖體。

每天我花很多時間陪伴聖體，這事我本不該說，但是我為報答聖體的恩情才敢說。天主亦仁慈看待我朝拜聖體的小勞苦，賜予我很多意想不到的恩惠。全心事主的人，真是有福。吾主耶穌，你在祭台上常等着我來求你；我把心裡的事情，就都奉獻給你，求你寬恕我從前的罪惡，求你賞我聖寵，賞我愛德，當個好神父。



有如天使一般陪伴我生命的聖保祿

周道執事

大約在兩年多前，我們在阿靈頓開始了一個每週一次的查經班。一來我們有機會大家聚在一起研讀聖經，再來教學相長，自己也能從準備的內容和大家分享的真誠中，學習到經文裏精闢的內涵和心喜於大家都能將所學及所悟到的，確實應用在自己的日常生活當中。

阿靈頓查經班的要求是要做功課及事先預習的。查經時我們先分享問題的回答，然後中間有休息及點心，接著再講解當天讀經的內容。這次我選擇從《宗徒大事錄》開始，配合著更周全的認識保祿這位聖人。主要的原因是：一是新約，二是初期教會成長的軌跡脈絡，三是除了宗徒大事錄之外，我們也跟隨著保祿的足跡，在哪一年？哪個地方？為什麼及寫過些什麼樣的信件？連同保祿書信的內容也一併安排在課程裏。如此一來，不但豐富了查經班細水長流的學習，自己對保祿更是增加一份形容不出來的心儀與敬佩。綜觀這兩年多來，阿靈頓的教友早就像一群小天使一般的陪著我一起讀經；而聚會中，每個禮拜結束之前，我們也會把個人的祈禱意向奉獻出來，彼此代禱；過年過節的聚餐當然不會缺席。雖然我們團體不大，起碼因著查經分享，如今又讓我們看見了一股在聖言中凝聚的力量。

從《宗徒大事錄》開始，一路上追隨著保祿的足跡。我們經歷了《得撒洛尼人前書》、《得撒洛尼人後書》、及《格林多人前書》。目前跟著保祿走到了馬其頓；隨著他的顛沛，進入《格林多人後書》。

要是單獨讀《格林多人後書》，絕對生澀難懂。可是它卻是保祿最佳的神學反省之一（另一書是《羅馬書》）。這本書其實集結了後人收集到保祿的其它資料，編輯穿插在保祿自己原先書寫的信札裏。

我真的很感謝天主，讓我有這樣的機會在這段期間剛好讀到《格林多人後書》。當年保祿所遭遇到的事情以及所受到的待遇，還有格林多教會當初的經歷，給了我很大的鼓勵。我真的非常訝異，在學習中，自己對於保祿與格林多教會當初的情況怎麼會有這麼多和這麼熟悉的感覺？

格林多是希臘的一座海港城市。因為位在半島的窄狹地帶，因此有東西兩港，自古以來就是商業及文化發展的重要市鎮。當時她是羅馬帝國阿哈雅省省會；羅馬官派的總督就駐節在這裏（宗 18:12）。保祿第二次傳教時來到格林多城，在這裏住了一年半左右，建立了格林多教會。當時他歸化的大多數是外邦人，其中也包含了一些猶太人。後來保祿離開這裏，他當然不會忘懷這個視為己出的教會，即使這間新興的教會擁有一切屬於人的不圓滿與缺陷：她犯錯，而且屢屢的犯錯，展示出她是一個罪人的教會。然而，她卻年輕、有希望、不呆板、承認並且接受基督的救贖；這種救贖從最深的層面上真正地碰觸到他們最真實的內心。

保祿的傳教不只沒有一帆風順，反而是蠟燭兩頭燒。整個傳教過程，他就像過街的老鼠，人人喊打；最後連性命都保不住，在羅馬被斬首致了命。然而他卻對天主保持著無與倫比的忠信，對他所愛的教會擁有一顆一如慈父般無可言喻的衷心與呵護。

保祿第三次外出傳教時，在厄弗所住了三年。這段期間，有人進入了格林多教會，也和保祿一樣，自稱為基督的僕人，是真正的猶太基督徒。這人來到格林多，帶著其他教會的推薦書，目空一切的宣講「另一種福音」；他用盡方法醜化毀謗保祿，打擊他的宗徒權威。他宣講的教義和保祿所講的不一樣，他把保祿所建立的教會徹底顛覆，教友們也跟著學壞。由於他危及了格林多教會的存在，保祿甘願冒著受到侮辱與輕視的危險，在厄弗所期間，他就曾經下到格林多城，試圖規勸以前建立好但卻早已被外人把持的教會。可是那一次的造訪徹底失敗。我可以想像保祿當時在格林多教會如何的被這個外來的人，以莫須有的毀謗和指責，公開的羞辱。當時的教會也沒有人願意站出來說一句藏在心底的公道話。保祿後來只作了短暫的停留，就離開了。這也是為什麼他回到厄弗所之後，經過了長時間的祈禱沉澱，淚流滿面的寫出那一封失傳了的《淚函》。

保祿回到厄弗所，但卻一點也不好受。一個製造阿爾特米的銀龕，名叫德默特琉的銀匠煽動全城，引發了制裁保祿的暴動，害他差點丟了命。等暴動平息之後，保祿便派人去叫門徒們來，勸勉了一番之後，就辭別他們，出發前往馬其頓去了。

格林多教會的弟兄姊妹們讀了保祿的《淚函》並且聽了弟鐸的勸勉，即刻有所覺悟，便轉而譴責了與保祿為敵，把持教會的那個人。後來保祿聽說了這件事，就在《格林多後書》的第 2 章裏，呼籲格林多教會的弟兄姊妹們本著愛與寬恕的精神重新接納那個人。保祿是這樣說的：「這樣的人，受了你們大多數人的譴責，已足夠了；你們寬恕勸慰他，反倒更好，免得他一時為過度的憂苦所吞噬。」（格後 2:6-7）這是保祿偉大的地方，也是我們應該而且必須要學習的。

總之，認識了初期教會所經歷過的狀況與保祿如何面對他所遭遇到的困難，恰好給了我們十足的力量來面對與接受今天教會的現狀與我們生活當中經驗到的高低起伏。保祿一直盡他最大的努力來承當與面對所有的挑戰，但他卻全部都依靠天主，也將所有的結果都歸光榮於天主。

我衷心的感謝，因著阿靈頓的查經，讓我適時讀到《格林多人後書》。我的準備是用工具書(聖經 commentary)、思高讀經推廣中心的資料、和活水編譯小組編審的《輔大神學叢書》，還有谷歌(Google)幫助我對照經文作教材的整理。在準備當中，我意識到保祿一直像天使一樣的在陪伴著我，不斷的提醒我專心注視著那位死而復活的耶穌基督。我也覺察到阿靈頓查經班的教友們，大家因著彼此在生命中的陪伴，有了如此美好的互動。我祈求在往後查經的路上，讓天父的慈愛，基督的聖寵，聖神的恩賜，還有聖母爾旨承行的委順，繼續的與我們同在。也願所有像天使一樣陪伴著我讀經的夥伴們，大家一起在身、心、靈上都能因著讀經的薰陶，整合出健康的人生。願天主永受讚美。



生命因你而美好

君人

這是一篇拖延了十九年的文章。但是換個角度看，是醞釀了十九年的一個記憶濃縮，在孩子們即將離家負笈求學之際釋放出來。

十九年前，天主以驚天動地的方式賜給我們一對雙胞胎。懷孕二十週，在我們得知懷的是雙胞胎的同時，也被告知他們因為胎盤份額不均，發育不正常。兩個孩子都存活到分娩的機率低於百分之十，更遑論健康狀況。用「晴空霹靂」來形容我們的心情是恰如其分的。當時醫生建議我們考慮流產。我和先生異口同聲地說，我們不考慮流產。在超聲波屏幕上看見了孩子們，我們不願那兩張照片成為唯一的念想。那個週末，緊急找資料，終於找到全美國當時唯一一個醫生正在佛羅里達做此類病例的試驗性胎內手術。經過一週的各項測試，醫生願意接收我們的病例；診斷兩週後動了手術。在找醫生的過程中，我們精神高度緊張，因為我們知道每過一天孩子們的狀態都在惡化中，也不確定是否合格動手術。教堂的教友們和我們兩家，以及我公司同事們，發動世界各地的親友為我們祈禱。我記得我祈禱的意向之一是，手術醫生千萬不要出什麼意外。所幸手術成功，雖然有個聖誕夜去急診室的插曲，我們還是在聖誕節當天飛回家。全家人都長吐一口氣，以為從此天下太平了。誰知，臥床兩週後我的羊水突然破了；在產房待了三天沒有分娩，醫生們遲疑地把我送進普通病房。

此後在醫院臥床的六週是我這輩子唯一一次，每天吃四頓飯、躺著不用幹活，還不長胖的經歷。期間我的羊水還是斷斷續續地流出。有過幾次發炎和皮膚過敏的問題，但都一一化解。我婆婆每天給我從家裡帶用溫和洗衣液洗淨的床單和衣服，還給我做各種湯水。除了醫院裡的三頓飯，麗璟姐還每天做一大盒中餐讓我先生帶來給我吃。（連續那麼多星期的辛苦，居然幾個月前我提起這個事的時候，麗璟姐說不記得了。）我那幾週的生活完全在努力地吃好的食物、祈禱、和各項檢測中度過。當時不敢奢求，最大的願望就是孩子能夠等到龍年才出生，那樣的話他們就有28週大，存活的幾率會高一些。為此，我們給孩子取的中文名字裡都有「龍」，英文名字裡都有「鬥士」的意思。熬過了新年，我們大家又提高目標，希望能熬過正月。這次心願沒有實現，孩子們在正月十三，三十週的時候出生了。出生時，老大體重不到兩磅，老二不到三磅。各種緊急救助後他們倆住進

生命中的天使

了新生兒特護病房（NICU）。當時的St. Paul醫院還有幾位年長的修女每天去看望病人，包括NICU的孩子們。負責看望NICU的Sister Michael給我們孩子的恆溫箱裏各別了一枚聖牌。我在第一次看見聖牌的時候哭了…原來我的孩子不孤單，我們不在身邊時，還有天主和陌生人的熱切祈禱時時陪伴。後來我才知道Sister Michael是我一個同事的姨媽。世界那麼大卻又是這麼的熨貼。

老二在特護病房慢慢長大，除了最後出院時差點需要「二進宮」，基本上有驚無險。老大在胎內就營養不足，在NICU幾週後突發醫生們最擔心的壞死性小腸結腸炎。這是早產兒常見的疾病，會引起腸梗阻，需要盡快手術切掉壞死的腸子，否則穿孔會導致腹腔發炎致命。麻煩的是，當時看不出到底腸梗阻在什麼部位，有多長一段壞死。醫生告訴我們需要轉院手術，並且做好孩子需要一輩子掛造瘻袋的思想準備。我們慌亂之下只好決定先丟下老二，我坐急救車送老大去Medical City，先生跟車去醫院。在等待救護車的幾個小時裏我們心急如焚，看著孩子的肚皮越來越鼓脹，那是腸梗阻惡化的症狀。終於等來了轉院團隊，我跟著全副武裝的醫生護士送老大上了救護車。我坐在駕駛室司機旁邊，想像著和車廂裏的孩子可能就此永別，哭得昏天黑地，不知道一路怎麼到的醫院。只記得留著絡腮鬍子、看上去粗壯的救護車司機柔聲安慰我說孩子會沒事的，讓沉浸在恐懼和悲傷中的我驚詫而後格外的感恩。

到了新醫院我們被安排在一個臨時床位，孩子不停地掙扎。護士告訴我，他在哭，只是因為插了喉管發不出聲音。為了預防孩子拔身上各種管子、電線，他的手腳都被綁得緊緊的；但是他不斷地搖頭，想擺脫那些讓他難受的東西，所以連頭上也壓了個小凝膠枕頭。我看著心疼到極點，完全沒有能力幫孩子減少一點痛苦。我哭著俯求：「天主，為什麼要讓孩子受這麼大的罪？你是要保留他在這個世界上嗎？看著他這麼難受，我已經受不了了。求祢賜給他祢認為對他最好的結果，我不再求我要的結果了。我把他完全交托在你的手中。如果他會沒事的，能不能給我一個記號讓我知道？」祈禱過後我抬頭擦眼淚，模糊中看見孩子的手舉著，作出一個「👉」（OK）的手勢。我以為是眼淚造成的錯覺，再看了一下，那個手勢還在。我還是不相信自己的眼睛，趕緊翻出隨身帶的相機拍了照片。不知道孩子

在五花大綁下怎麼掙脫出來，又怎麼能有神經肌肉控制能力做出那個手勢。絕處逢生應該就是那個感覺。那是我這一生最單純的祈禱，天主回應了我。先生辦好了轉院手續進來後，我趕緊告訴他剛剛發生的事情，他也覺得不可思議但是寬慰。戲劇性的是，十萬火急的轉院後，居然醫生當天晚上不能來看孩子。第二天在術前檢查的時候，老大的腸子竟然通了，免去手術之虞。雖然躲過了手術，老大羸弱的身體還是受到很大傷害，我們也因此認識了幾個充滿愛心的專科醫生。其中一個醫生的太太在老大後來的學校任職，而他女兒在老大申請大學時是面試官之一。

在兩個醫院間奔忙了幾個月後，老二先回了家，帶著氧氣和各種監視儀及藥物。三週後，老大也帶著氧氣和監視儀及藥物回了家。我們家瞬間成了NICU；我媽媽、先生、和我三班輪番照顧孩子。婆婆帶著上小學的小叔子每天也來幫忙。期間教堂的教友們，除了祈禱之外還幫我們做過飯。美卿姐的青豆蝦仁，和嘉玲姐隨飯菜送來鼓勵的書信，我都記憶猶新。在那幾個月裏，教友們的祈禱和問候，讓我感受到生命裡因為大家而有了依靠。現在回想起來，對陳兆望神父有點內疚。當孩子們在NICU期間，有教友建議，讓陳神父到醫院給孩子們領洗，我推辭了。私心裡，我不願意讓孩子们的領洗有任何臨終聖事的嫌疑，我一定要孩子們健健康康的時候領洗。九月份，孩子們都脫離了氧氣和各種監視儀後，在教堂由陳神父給他們領了洗。元正兄和康宜姐是他們的代父母。

孩子們小時候，三天兩頭看醫生；遵醫囑在三歲前基本沒有去公眾場合。幸好，有天然玩伴，他們倒也自得其樂。在兩歲時，老大診斷出輕度腦癱，影響他右半身體的運動機能。從此他開始了漫長的理療之路，日程表裡擠滿各種therapy。所幸的是，孩子們的智力沒有受影響。身體上的障礙是無時無刻不在的，對老大的心理影響不可謂不大。他摔過不計其數的跤。他樂觀過、憤怒過、消沉過、也曾經想偷懶而耽誤過鍛鍊。在領堅振聖事的前一天，在休斯頓動手術；第二天吃著止疼藥，腿上的紗布滲著血，在專程從休斯頓趕來的代父母陪同下領的堅振。他把這個經歷看作是「血的教訓」。經歷兒童青春期的各種額外挑戰，老大比同齡人更成熟一些。他對自己身體的障礙會很坦然地面對，甚至在陌生人好奇詢問時，冷靜地解釋。他也因為自己的經歷，而有著時常讓我驚訝的寬容和同理心。他和我一起去幫一個為殘障人士提供的網球項目做志工兩年。偶爾會有別

生命中的天使

的志工把他誤認為參加活動的殘障人士。我聽到心裏會難過，但是他從來不以為忤，而坦然處之。在他的努力下，兩年前他的肌肉測試達到了正常閾值。這是他的理療師二十多年職業生涯中的第一例，他為此歡呼雀躍。老人在過去十九年的成長，和面對困難時的堅韌，讓我經常自愧不如。在他未來的日子裏，身體的障礙會一直是他生活的一部分。我祈禱天主繼續帶領他，用積極冷靜的態度去面對。

老二小時候也是身體羸弱，但是好過哥哥一些，理療康復也早早畢業。因為一直比哥哥高大，他也不時扮演保護者的角色。他們兄弟倆六歲前好像就沒有吵過架，永遠都互助合作玩遊戲。老二樂觀開朗，還喜歡烹飪，也是我們家的烘焙師。他們倆從小就喜歡看書，尤其是地理歷史。先生也是歷史迷，可是他說孩子12歲的時候就超越了他的知識。我們家餐桌上的討論，經常是古今中外的歷史事件、人物、典故（孩子們對中國，甚至中國共產黨的歷史，比我瞭解得都多）。我的優點是可以聽一百遍還記不住，永遠做忠實聽眾，很讓他們扼腕。幸好有先生的耐心陪伴和指引，讓孩子們在學習中找到自己的樂趣。他們三個人給我的生命增添了質地和紋理，讓我更有動力成為更好的自己。

之所以說是遲到十九年的文章，是因為要感謝的人實在太多。我雖然心懷感恩，但是多年來每每提筆，都會因為回憶到孩子出生前後的那段時光，心情沉重而無法完成。十九年前，我們真沒有想到孩子上大學這麼遠。去年孩子們申請學校時，我為了寬慰亞力山大的老大說，「別太焦慮了。十八年前這時候，我們只求你們倆能活下來。現在這個狀況已經是我們求的奇蹟了。」老大憤怒地回答道：「媽媽，你就是對我沒有信心！」錯愕之下，我反省自己：對呀，當年給我那個👉手勢的孩子今天何嘗不是以另一個方式告訴我，他會好好的？

在這十九年裏，因為天主的護佑、教友們的祈禱和鼓勵、家人的愛護和陪伴、醫生理療師們的照顧和指導，甚至陌生人的善意關懷，孩子們才得以茁壯成長。當時感覺漫長的舉步維艱的歲月，今天記憶中停留更多的是來自四面八方的祝福和支持，陪伴我們見證了天主賜給的奇蹟。謝謝大家的愛護、寬容和支持，我的生命因你們而美好！

Riding on Daddy's Motorcycle by Chandra Lasley

坐爸爸的摩托車 李邀月



I have many fond memories of riding on my dad's motorcycle—they record not only my growing up, but also my relationship with my dad.

Throughout the majority of my childhood my dad rode a stark green Yamaha. When it was just me and Dad, I would ride behind him. When our whole family rode together to school or to the night market, my

我有許多坐在爸爸的摩托車上的美好回憶——它們不僅記錄了我的成長過程，還記錄了我和爸爸親密的關係。

小時候，爸爸總騎著一台酷酷的墨綠色 YAMAHA 摩托車。如果車上只載著我的時候，我一定都坐在後座，雙手緊抱爸爸粗粗的腰；但當我們全家三人一起去逛夜市時，我的特

special seat was on the gas tank. Dad and I agreed that it was important when I rode on the gas tank to have my helmet shield turned down—I was the first line of defense against bugs on the road! I also had to keep my mouth closed, especially when we rode through swarms of bugs in the rice patties, haha! Other fond memories of being on Dad's motorcycle include riding down the cascaded driveway into our apartment garage. We would say “uhhhhhh” louder and louder and listen to our voices bump the whole way down! One other particularly fond memory was riding with Dad on a rainy day. We would have our raincoats on and Dad would ride next to a big car just so we would get splashed!!

These memories illustrate my relationship with my dad—fun, shared, trusting, and loving. Dad could turn any small moment into something special. And when I think of my dad's love as a reflection of God's love, how great God's love must be! God's Love is constant, protective, giving, and patient, be it on a sunny or rainy day. His Love is also endearing, close, and

別座位便會挪到最前面光滑卻硬梆梆的油箱上，把後座讓給媽媽。記得那時候去逛夜市，爸爸都會選擇避開車潮，另選一條有稻田和香蕉樹的田間小徑。夏夜的晚風迎面吹拂，田野裡的小蟲也熱鬧的起舞，這時爸爸就會提醒坐在油箱上的我一定得把安全帽上的擋風面罩拉下來——畢竟我可是替全家擋住路上蟲子的第一防線。當然爸爸也會叮嚀我把嘴巴閉緊，以免吃了蟲蟲大餐。

那時候，我們住的大樓有一道如梯田般長長的下坡道通往車庫。每當放學爸爸接我回家進入地下室時，我們總會有默契地張著嘴，一起邊往下騎邊越來越大聲的說“呃~~~~~”，讓我們的聲音隨著顛簸的路面發出戲劇性的變化，雙頰也隨著震動變得酥酥麻麻，好玩極了。

另一個開心的回憶是在下雨天坐爸爸的摩托車。穿著保護措施嚴密的雨衣，爸爸會刻意在雨中騎近一台大車旁，讓路面上的水花出奇不意地潑撒我們。爸爸高超的技術讓我發出驚喜的笑聲，卻從不覺害怕，我對爸爸的信任就是如此強大。

這些記憶描繪出我和爸爸的關係——充滿趣味、分享、信任、和愛。爸爸可以將任何生活中的小片段轉

wholesome. I believe God gave us the ability to procreate so that we may experience God's love through parent-child relationships. Yet, not everyone has the opportunity to experience The Ultimate Parent's Love through a relationship with a wonderful father. I am blessed to have a father whose character and actions reflect that of The Ultimate Parent—kind, just, thoughtful, protective, patient, and loving. And although Dad is not perfect like The Ultimate Parent, he demonstrates to me that one can always improve and strive to be Christ-like by seeking to understand God's Word and living our faith as best he can every day.

This summer I had another chance to ride on the back of Dad's motorcycle. I may not have more opportunities to do so in the future, but I know that our affection for each other will never change, just like God's love for each of us and for our family.

Happy Father's Day, Daddy!
I love you!

化成特別的經驗。而當我把爸爸的愛想像成是天主的愛的反映時，我深深感受到天主的愛是多麼偉大！天主的愛是恆定的、保護性的、給予和有耐心的，無論是晴天還是雨天。祂的愛既可愛，又親密完整，且使人得益處。我相信天主賦予人類生育的能力，使我們可以通過親子的關係體驗祂的愛，雖然並非每個人都有機會透過與一位好爸爸的關係來體驗那位「終極父（母）」的愛，但擁有一位人品和行為都反映了「終極父（母）」的善良、公正、體貼、保護、耐心、和愛心的爸爸，我真是充滿恩寵。儘管爸爸並不像天主那樣完美，但他向我示範了怎樣透過尋求理解天主的話語，可以積極地在每天的生活中，活出信仰來效法基督。

今年夏天回台灣，我又有機會坐上爸爸的香檳色新摩托車 Vespa。相隔遙遠，將來可能沒有很多的機會可以經常享受這樣的兩人時光，但我知道我們的感情永遠不會改變，就像天主對我們每個人和我們一家人的愛一樣。

我愛你，爸爸！

舒明，媽媽半邊的心被你帶走了 鍾紹崑

舒明，告訴媽媽，這一切只是一場惡夢！告訴媽媽，當太陽升起，你會一如往常，帶著靦腆的微笑站在我的床前說：「媽媽，我們該下田工作了」或說：「媽媽，我們再任性、瘋狂一次，就像去年我崑山大學畢業，等成功嶺當兵召集令期間，由我帶路，去台南玩，吃美食，好不好？」

心肝寶貝，媽媽記得你年幼時，牽著你的小手，媽媽那種幸福滿足，以及你對我的依賴，是多麼的甜蜜！等你漸漸長大，你那溫柔善體人意的的心，成了媽媽無話不談，最好的朋友。

有些青少年一到了外地讀書，就如脫韁野馬。舒明，你卻是例外中的一個乖小孩：你到嘉義讀高中，台南讀大學，體會爸爸媽媽殷切地盼望你回家的心情。你經常回來，而且回鄉後，也不到處去看老同學老朋友，而是寧願安靜地當媽媽的小跟班。這是多麼令人值得回憶的時光！

舒明，謝謝你給了我二十三年最美好的回憶。媽媽將會視這二十三年為最珍貴的禮物，永遠牢牢的藏在我的心中。無論時空變遷，母親跟兒子緊密的連結永遠不會疏離。在台大醫院雲林分院安寧病房最後的十來天，使我們原本親密的母子關係，透過好幾次的徹夜長談到魚肚白天亮，無數次的「媽媽我愛你」，「兒子我也好愛你」，在你走前一個晚上，突然給我幾個大擁抱，甚至就在你走前數秒鐘，給我那個前所未有的，緊緊的擁抱。你彷彿在告訴我說：「親愛的媽媽，我走了，好好的照顧你自己，好嗎？」兒子，我麼的希望，我們那個最後密不通風的擁抱，能夠永遠長存！

舒明，在台大安寧病房，媽媽用鵝絨般的觸碰，輕輕的洗滌你每一寸皮膚。剛開始你有點抱怨疼痛，可是到後來由於太舒服了，你的身體放鬆；在那個澡缸裡，你閉上眼睛，不再喊痛，似乎非常享受跟媽媽相處，一如初出娘胎後首次泡澡般，再一次被媽媽用溫柔的手，撫慰受傷的身心。真的，媽媽不在意，你每次在家裡自己洗澡花掉一個小時。最愛的兒子，多麼的希望，能夠再為你洗頭、洗澡一次！

兒子，再給媽媽一次機會，回來讓媽媽再聽你悅耳的聲音，看到你美麗的笑容。哪怕是短暫的幾秒鐘，媽媽也會心滿意足。我兒，在我們下

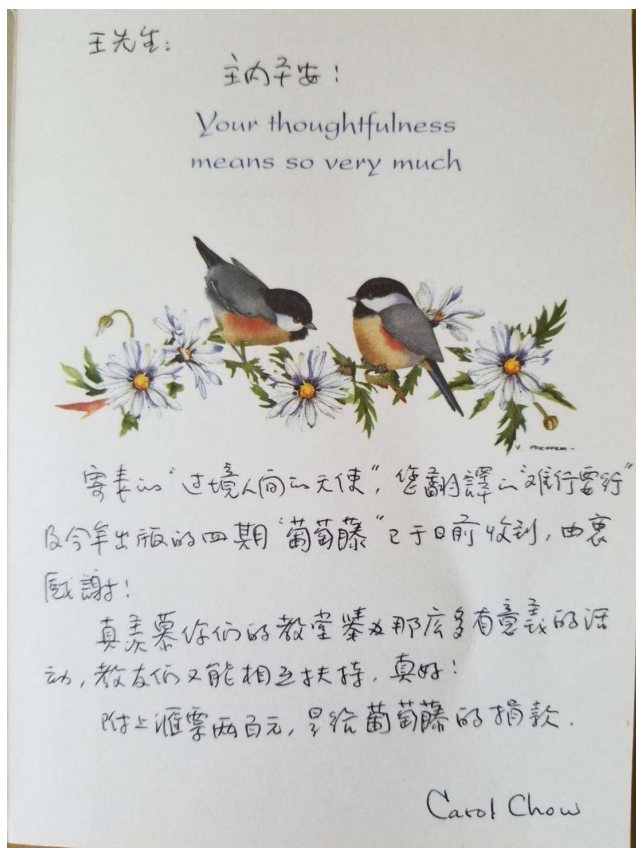
次重逢前，我會凝視天空；在眾多的星星中，尋找我的舒明，我的最好朋友。永遠愛著你，永遠跟你在一起的媽媽。

讀者來函 本刊

接到第一次閱讀《葡萄藤》的外地讀者，Carol姊妹的來信及捐款，本刊同工都深受感動。

在讀書風氣式微，平面書刊及雜誌都面臨難以為繼的世代，讀者們的回應，對我們這群為了福傳仍絲毫不敢懈怠的文字義工，有如空谷足音，帶給我們無比的鼓勵與振奮。

謝謝你，Carol姊妹，及我們每一位親愛的讀者，你們都是帶領我們繼續向前的天使！



處處見天使

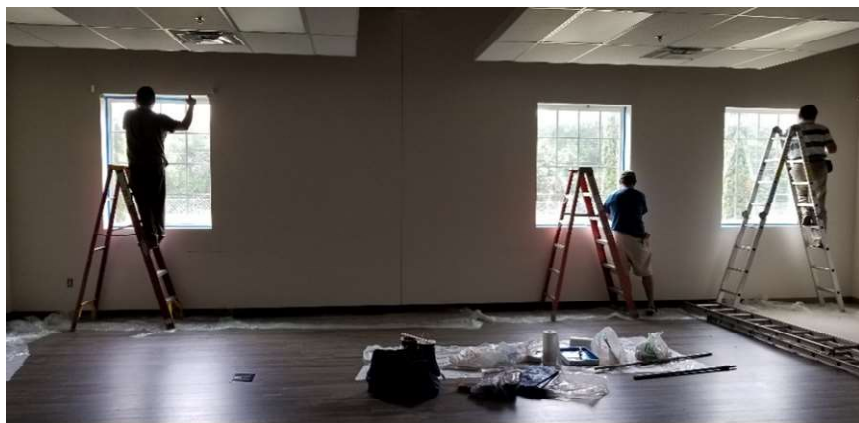
王念祖



主日的午後，獨自在圖書室閉門整理書籍時，原本寂靜的教堂，突然傳來音樂與兒童的笑聲。好奇的探頭出來張望，只見大廳中幾名可愛的小天使，專注地模仿著我們的舞蹈專家敏英，搖擺轉身；玉珊執事娘與新來的中文教師淑英，認真的與孩子一起，帶領示範。後面站著挺著聖誕老人肚皮的執事外公，笑呵呵的不時也隨著音樂手舞足蹈。溫馨喜悅的畫面讓我想到耶穌說的：「你們讓小孩子來罷！… 天國正屬於這樣的人。」（瑪 19:14）。



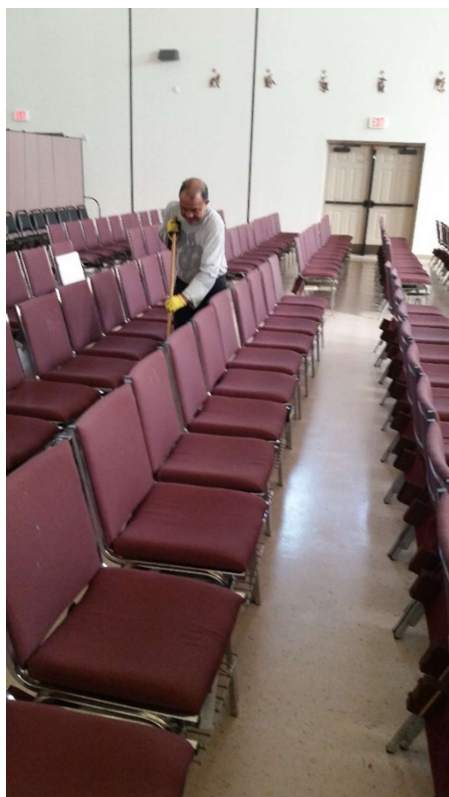
在一次朋友聚會的閒聊中，隨口提到教堂大廳在多年使用後，牆壁有些斑駁污黑。年紀比我們都小，但大家習以諧音稱他為「姊夫」的 Jeff，立即自告奮勇地請纓，要負責重新油漆。常常戲謔自稱「我



是教友」的國棟，也馬上響應。週六一到，姊夫大早就趕到店裡購買油漆，國棟也帶著專業的工具、長梯到教堂會師。活動組長呂昕、行政組長兼神父助理老汪，也捲起衣袖，共襄盛舉。第二天主日，教友們耳目一新，紛紛驚喜的探詢，何來如此快速且專業的成果？聖經《希伯來書》說，「不可忘了款待旅客，曾有人因此於不知不覺中款待了天使。」（希 13:2）。而我卻完全忘了應要款待姊夫與國棟，這兩位尚未進入羊棧的「油漆天使」。



某個星期一的早晨，到教堂處理一些週末來不及完成的雜務。進門訝異地看到，聖體室的桌椅都被搬出，地面光亮潔淨。偌大的聖堂內，看到一個孤獨的身影，拿著拖把，彎著腰，專心地擦著地板。想到許多年前，因為甚多教友對當時的本堂陳兆望神父的講道與行政能力頗有微詞。台灣來訪的李若望神父語重心長地對我們說：「不論神父的學識比你們差多少，能力比你們低幾許，但老神父為主奉獻一生的信德，是你、我都無法相比的。」往聖堂內再張望一眼，我覺察到，天使常常喬裝成一個不受眾人矚目的凡夫俗子。然而，「我若能說人間的語言，和能說天使的語言；但我若沒有愛，我就成了個發聲的鑼，或發響的鈸。… 愛永存不朽，而先知之恩，終必消失；語言之恩，終必停止；知識之恩，終必消逝。」（格前 13:2，8）



從生病體會到神的偉大

黃兆銘

月有陰晴圓缺，人有旦夕禍福。2019 年初，晨曦柔和，我見前院百花齊開，綠葉扶疏，但草坪中也雜草叢生，真是春來草木知，我和太太趕快拿一張低木椅至前院拔草。如草根太深，就用小鐵鏟用力向下挖。到了黃昏大功告成，我不忍讓已經精疲力盡的太太再到廚房勞心勞力，就建議到外面的中國自助餐廳用晚餐。當晚睡覺時，肚子有點疼，我以為是工作時太用力了，忍了一整晚，隔天趕快去找家庭醫生照超音波，醫生說我膽囊出了問題，趕快進大醫院。醫生一開刀，嚇了一大跳，因膽囊囊已爆裂，膽汁沾染了腸胃及肝管；醫生不敢割除全部膽囊，怕割到其他大血管就嗚呼哀哉了！醫生馬上叫救護車來，再轉到另一家大醫院做傳統手術；如此一番折騰，我便在醫院躺了兩個多月。

第一次手術時，我覺得我是單獨走出醫院，見到迎賓室旁樹下的林神父在樹蔭下講聖母經；他旁邊坐著周執事，林神父正前面坐著聖母瑪利亞。我們教會內某位女教友笑容可掬的坐在聖母膝上，因這位女教友說她常夢想是小女孩般坐在聖母瑪利亞膝上，所以我就斷定她的夢想實現了，才會如此快樂！我走到林神父身旁的兩步時，我的身體突然飛到聖母瑪利亞的後面上方。聖母左側坐著我太太，此時柔和的晨曦從左邊照進來，但女教友的前髮檔住了聖母的臉，所以我無法看清聖母的臉龐，但她的坐姿高大！此時，我不禁覺得我這條命是聖母救回來的。

我在 2018 年秋天，忽然想要去教堂，我請太太開出送我去，因為我年前中風兩次，醫生勸我不要再開車，免生危險。我到教堂後就去上慕道班，因為班上同學都和藹可親，笑容可掬，我腦海一片祥和。聽慕道班的第一天和第三天晚上，就有好友的父母從天堂下來探望；第五天是清華博士班學生託她從天堂來探望，但我從來沒見過她，所以她沒現身，只說她「原想拿到博士學位後就到東海大學當教授，沒想到…」就沒聲音了。我覺得有異，隔天，就到華人活動中心旁買《世界日報》。一翻開社會版，就登載清華大學博士班學生莊 X X 同學身體虛弱，一出生就眼睛 98% 失明；眼睛讀書本稍微看得到，但也一路考到清華大學博士班。我本來寫信到清大給她，要她接受 UT Arlington 邱春億眼科主任介紹到大陸，接受他的

高徒的免費治療（是大陸眼科醫生最著名及搶手的）。她不同意，博士班後又參加靈修班，每月只吃一兩餐，病體無法抵抗疾病的侵襲，幾天前過世了。

一週後，我朋友的媽媽又從天堂下來找我，氣喘呼呼，說她到洛杉磯，感謝她大兒子和大媳婦聽我的勸告，將他們從父親得來的十一甲農田及另外提供兩百萬元美金，給他的四位出嫁的姊姊及一位妹妹。她猛敲他們的左膝蓋，但他們都沒有反應，她只好花兩天兩夜飄來達拉斯！此時耶穌的聲音在我耳邊響起，要我告訴她只要兩個小時飄回天堂，在天堂只要花 10 秒就可看到世界任何角落的上空，再花一個小時飄飛下來，總共 3 小時 10 秒。真是奇妙迅速，聞所未聞。

我等朋友的媽媽休息一陣子，問她天堂有什麼好玩的？她說沒得吃沒得玩，但也不會餓。她勸告我們在人間如果喜歡喝茶或喝咖啡，就盡快多喝，到天堂後一切就都沒有了。我問在天堂還要做什麼？她說每天 8 點到 9 點，要到天堂大廳聽耶穌講聖經。我詫異的說還有這種事？我再問她你連國語都不會講，耶穌講聖經用英文，你怎麼聽得懂？她說好奇怪，她一切都聽得懂。我詫異極了。誰曉得，隔天早晨，我在天堂大廳。耶穌坐在大廳正門內約五步的椅子上，前面是一台像鋼琴的桌子。耶穌要我站在第一排最左邊。我向左後一瞧，發現都是一團團黑影，沒有面貌及身形。我本來還要找我的父母、岳父母、祖父、及大哥、三哥，結果很失望。

耶穌講聖經時，我發現他沒開口，也沒出聲音。這時我才恍然大悟，耶穌是將祂要講的內容傳到聽眾的腦海裡，就像他幾次向我傳達的也同樣，除了第一次，面對面地告訴我陳兆望神父的病因，是用英語講的。我告訴耶穌最好讓陳神父站在祂的右後方，才不會遮到祂和聽眾的視線。耶穌說：「OK」。所以以後各位教友到天堂，不妨多多注意耶穌身後的陳神父。

我在醫院躺了兩個月，我太太也向醫院要了一張小床睡在病房內，我實在很心痛，但又不好多說。所以我勸各位教友，除了調養自己身體外，也多多照顧另一半，再有餘力，也傳播耶穌的大愛。我在醫院時，日夜禱告讓我在復活節前兩天回家，但醫院的醫生及護士都說不可能。本堂真不

愧是「耶穌聖心堂」，每週當我車子經過聖心堂時真心覺得名符其實，耶穌隨時都在堂內照護教友們。

耶穌來找我都是凌晨 4 點；靈魂來探望我，在凌晨 4 點 30 分。耶穌在天堂大廳的聖經班，9 點下課即來地球探望。我每次按鬧鐘時，都是凌晨 4 點，因耶穌下凡時間就到。所以天堂與地球的時差是 5 小時，但靈魂下到地球還要 1 小時飄飛下來，應該就是凌晨五點，但每次我按鬧鐘都是 4 點半，這個難題要高智慧的教友們來找出答案。



走出信仰上的迷失——天主經 安得樂

常常聽到有人問：我們應該怎樣祈禱呢？

在聖經新約裡，主耶穌親自教導我們，應當這樣向天父祈禱：

「我們在天之父！願你的名被尊為聖，願你的國來臨，願你的旨意承行於地，如在天上一樣！我們的日用糧，求你今天賜給我們；寬免我們的罪債，猶如我們也寬免得罪我們的人；不要讓我們陷入誘惑，但救我們免於凶惡。」（瑪 6：9-13；路 11：2-4）。

以下我用教會的「天主經」版本，來與大家分享：

「**我們的天父 (Our Father, who are in heaven)**」——「我們」而非單數的「我」，說明我們是在一個大公的天主教會裡，所有的成員都是屬於一家人。因此在用這祈禱文時，我們是與整個教會共融，一起向「我們的」天父祈求（《天主教要理》2790）。當我們以真誠的心誦唸這句話時，我們並不排除與任何人一同向「我們的」天父祈求（《天主教要理》2792）。天廷是我們的父家所在。我們現在在人世間，仍然是在旅途中，還沒有回到父家。這句話同時也說明了我們與天主間的關係，不是只有「朋友」的關係，乃是俱有永恆親子間的「盟約」關係。

「**願祢的名受顯揚 (Hallow be Thy name)**」——在第一個願望中，上主的名絕不是因為需要我們的祈禱，使其更聖化而受讚頌，以彰顯於世。而是要我們祈求上主，使我們能時時保有一個熱忱愛主，聖潔的心靈，以便在我們的身上能彰顯出祂的聖名。

「**願祢的國來臨 (Thy Kindom come)**」——在這第二個願望中，我們祈求，我們的心是時時住在天主的國度中，為祂的忠貞子民，而「不要讓罪惡在我們必死的身上為王」（羅 6：12）。我們必須要真心誠意地保持思、言、行為上的純淨，以一顆純潔的靈魂去擁抱上主。

「**願祢的旨意奉行在人間如同在天上 (Thy will be done on earth as it is in Heaven)**」——「上主的眾天使，請你們讚美上主，你們是執行他命令的大能臣僕，又是服從上主聖言的聽命公侯；上主的眾天使，

請讚美上主，你們是奉行他旨意的忠僕，」（詠 103：20-21）。在這個願望裡，我們求主開啟我們的心目，好讓我們如同是天上神聖的眾天使一般，忠心地承行上主的旨意。許多時候，我們迫切的祈禱，希望上主聆聽並成全我們的心願。然而我們卻往往忘掉那更重要的，就是全心接受主的旨意與安排，像耶穌在山園祈禱時一般（路 22：42；瑪 26：39；谷 14：36）。保祿在凱撒勒亞準備要上耶路撒冷為主就義時，也是這樣祈禱說：「願主的旨意成就罷！」（宗 21：14）。主說過：「你們的父，在你們求他以前，已知道你們需要什麼。」（瑪 6：8）。就讓我們別多說，把一切都全交托給主吧。

在這三個願望裡，我們盼望，懇求的是有一個聖化的心，和潔淨的靈魂去歌頌、讚美上主，使我們自己最終能成為「生活的天主的殿，正如天主所說的：『我要在他們內居住，我要在他們中徘徊；我要做他們的天主，他們要做我的百姓。』」（格後 6：16）。

接下來的是四個祈求：

「求祢今天賞給我們日用的食糧（Give us this day our daily bread）」——主耶穌曾教導我們：「你們不要為那可損壞的食糧勞碌，而要為那存留到永生的食糧勞碌」（若 6：27）；「我是生命的食糧。你們的祖先在曠野中吃過「瑪納」卻死了；這是從天上降下來的食糧，誰吃了，就不死。」（若 6：48-50）很清楚地，主要我們追求的，並不是那可損壞，僅是進入肚腹然後排出體外的食糧——像舊約中的「瑪納」；而是要我們重視、追求那從天上降下來的生命之糧——「人子的肉和血」（若 6：53-54）。在這個祈求裡，我們求上主「今天」賜給我們日用的生命之糧，以滋養我們的靈魂，時時與主同在。這「今天」和「日用的食糧」，意思就是指每天領受主的體和血——「我們的日用糧，求你天天賜給我們」（路 11：3）。聖奧斯定對此句話的闡釋，這樣說：「你若每日都領受」此聖事，「那麼每日為你都是今日，基督也每日為你復活，因為基督復活的時日，就是今日。」（《神學大全》15:409）。又說「此餅是日用糧；你要每日領受它，使它每日給你帶來益處」（《神學大全》15:408）。因

此在這個祈求中，我們期望能每日與祂同在。也就是說每日能享主賜的恩寵，參與彌撒聖祭，歡喜地接受來自天上的「生命之糧」。

「求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣（Forgive our trespasses as we forgive those who trespasses against us）」——記得那不義的僕人嗎？在他的主人要算帳時要求主人寬免他的巨債；然而他卻斷然不肯原諒欠他小債的同伴，而將那同伴陷入監獄，直到還清所有的債務。這不義的惡僕最終也遭到他主人義怒的懲處而入監受罰（瑪 18：23 - 34）。在我們的日常生活中，經常在思言行為上悖逆、冒犯上主。所犯因忤逆上主，而在永生的道路上所犯的罪，遠遠勝過於周遭的人對我們的迫害。我們若是希望蒙主寬恕我們的大惡，以便能在天上與主共融，理所當然的我們必須要在言行上肖似基督，而不是像那不義的惡僕。因此我們求主保守有個寬闊的胸襟，不記恨，真心誠意地去寬恕別人。也惟有如此才配能蒙主洪恩，去領受上主的恩寵與慈愛。

「不要讓我們陷於誘惑（Lead us not into temptation）」——上主允許誘惑的存在，來考驗我們的信心。「幾時你們落在各種試探裡，要認為是大喜樂，因為你們應知道：你們的信德受過考驗，纔能生出堅忍」（雅 1：2 - 3）。誘惑就像冬天的冷鋒面，當遭遇到的時候，必須要能挺過嚴寒，才不會被困而喪亡。誘惑又像火煉銀子般，煉淨了我們（詠 66：10；匝 13：9）。宗徒伯多祿和猶達斯都分別受到魔鬼不同的誘惑，但是伯多祿藉著堅定的信心，雖然受到「不認主」的誘惑，然而經由懺悔（瑪 26：75；谷 14：72）和領受主的恩寵，使他的信德不至喪失（路 22：32），乃能平安地通過殘酷的考驗。相反的，猶達斯卻深陷喜愛金錢的誘惑而不自拔，以至於身心靈都喪亡（“St. Cyril of Jerusalem, Mystagogical Lecture” 23：17）。因此在這個祈求中，我們求主指引，藉著信德求主的帶領，給我們信心通過考驗，免於喪亡，而到達最終的安息之所。

「但救我們免於凶惡（but deliver us from evil）」——假若在前一個祈求裡，所求的僅是不要讓我們遭遇到任何的誘惑與迫害。沒有了試煉或考驗，對於增進我們的信德，並沒有什麼益處。而且沒有了誘惑的考驗，自然也就不再用再盼望後續主的救援，拯救我們，以免陷於凶惡的災難

之中了。當我們被魔鬼邪惡的誘惑攻擊時，若是只有憑著人的「信心」，沒有主的「恩寵」護佑，人是不可能單獨戰勝魔鬼的。因此我們惟有求能獲得「主的恩寵」，才能幫助我們脫離惡魔的掌心。我們都知道，當嬰兒要出生的時候（deliver a baby），他並不需要做任何的工作來完成出生的過程。那完全是母親的辛苦努力，以完成生產的工作。這是英文動詞「deliver」的含意。同樣的我們並不能因為做了什麼有功勞的事，以換取主的恩寵護佑。「你們得救是由於恩寵，藉著信德，所以得救並不是出於你們自己，而是天主的恩惠；不是出於功行，免得有人自誇。」（弗 2：8-9）。因此，我們惟有藉著信德，懇求上主，當遭受凶險，邪惡誘惑的打擊時，能獲主的恩寵庇佑，幫助我們得救，脫離惡魔的迫害。就如伯多祿一樣，藉著主的恩寵賞賜，為他求得堅定的信德，才能免於被惡魔毀滅的厄運（路 22：32）。

每天晨起後，先去參與彌撒聖祭。默想這主禱文，全心地讚美主，並誠心地信靠祂，祈求主的恩寵。然後懷著一顆喜樂的心去領聖體，聖血，迎接主的到來。以這生命之糧，賜我神恩，開啟那嶄新美好的每一天！阿們。



布拉格的春天

王國元

1988 年的電影《布拉格的春天》（The Unbearable Lightness Of Being）在斯年的金球獎及奧斯卡金像獎上大放異彩，電影以捷克首府布拉格為背景，故事以一男二女的戀情、有志之士秘密參與地下抗暴運動為經緯。男女主角皆為影帝及影后之尊：丹尼爾戴路易斯及法國的茱莉葉畢諾。劇本出自流亡法國的捷克作家米蘭昆德拉的原著《生命中不能承受之輕》，電影上映後，讓布拉格的全球知名度水漲船高。

1989 年由於蘇聯共產政權的解體，許多歐洲民族紛紛鬧獨立運動；捷克亦發生「天鵝絨分離」，亦稱「天鵝絨離婚」運動，自 1993 年 1 月 1 日起，原先的捷克斯洛伐克分裂為捷克共和國及斯洛伐克兩個政權獨立的民主國家，政治、經濟、外交方面重新與西方世界接軌。

看完《布拉格的春天》電影後的三十年，終於有機會在 2019 年的春天，親臨嚮往已久的布拉格遊覽這座全球第一個「世界文化遺產的城市」。



布拉格的老城廣場

布拉格的老城廣場是 11 至 12 世紀中歐貿易最重要的市集之一。建於 1410 年的鐘樓是老城廣場上最吸引人的古建築之一，以精美別緻的自鳴鐘聞名於世。這座古老的鐘樓每逢整點，鐘塔上的小窗門便自動開啟，鐘聲齊鳴，12 位耶穌的聖徒們如走馬燈似地，輪流出現窗口向人們膜拜。這座複雜奇妙的自鳴鐘，建於 15 世紀中期，至今仍然走時準確，成為一件珍品。傳說斯時的國王為了防止工匠，在其他城市仿建相同的天文鐘，

殘忍地弄瞎了他的雙眼。鐘樓的對面有提恩教堂，標誌性的哥德式雙塔聳立在老城廣場通向新城的小巷旁，如同衛士般守護著廣場中央的揚胡斯雕像。老城區還有許多寧靜、彎曲迂迴的小窄巷，石砌的鋪道，觀光馬車路



過其上發出的噠噠響聲，迄今依然保持著中世紀的風貌，讓人徘徊不已。

漫步在布拉格的街頭，彷彿置身於「世界建築藝術的博物館」。這裡有

羅馬式、哥德式、巴洛克式、洛可可式及文藝復興式等各種建築形式，是人類珍貴的精神文化財富。城中最古老的建築首推布拉格城堡，始建於9世紀下半葉，自第一代奠基人普勒米斯爾家族開始修建以來，經歷了上千年的變遷，蒐集了不同歷史時期的藝術精華。城堡過去是皇帝、國王的宮殿，現在是捷克總統款待外國使節及貴賓的地方，也同時作為他的官邸。城堡內有捷克最大的哥德式教堂——聖維特大教堂（始建於1344年）。教堂的地下室安放著捷克歷代國王的棺槨，並保存著國王的王冠和加冕用的權杖等。站在城堡上俯瞰布拉格老城，一片片高低起伏的紅色屋瓦中，摻雜著一些哥德式的綠色尖頂，在藍天白雲的映襯下格外賞心悅目。

在市中心的某十字路口，一塊面臨伏拉塔瓦河的空地上，原有一棟巴洛克式的公寓建築，二次大戰中遭美軍誤炸夷成平地，地主是後來出任捷克共和國的總統，他在滿城盡是古建築中，企圖蓋點新花樣，找來了叛逆成性的美國建築師法蘭克蓋瑞(Frank Gehry)及本土建築師瓦第米爾密露尼克(Vladimir Milunic)二人合作設計。蓋瑞的設計風格一向是貌不驚人死不休，西班牙畢爾包的「高根漢博物館」就出自他的手筆，他的建築外貌喜用破銅爛鐵搭覆牆面及屋面，臺灣的建築教父漢寶德曾批他善於製

造太空垃圾。在這塊建地上，他設計了一棟九層樓的酒店，外觀的構思是結合一動（混凝土面）、一靜（鋼構架面）的跳躍舞姿。他曾借用了四、五〇年代的好萊塢最佳舞蹈拍檔——珍羅素及舞王佛雷斯坦（Ginger & Fred）為命名，後改為「舞蹈之家大酒店」（Dancing House Hotel）。酒店七樓的餐廳露臺上，搭建了一個仿富勒（B.Fuller）的露空式鐵架地球儀觀景臺。1996 年該酒店完成後名噪一時，曾獲時代雜誌的全球年度設計大獎，以今日建築界標新立異的觀點看它，明顯地有廉頗老矣之感。



尋覓卡夫卡

對愛好文學的人士而言，布拉格代表了卡夫卡，卡夫卡也代表了布拉格。來布拉格的第一天，我到處向人打聽卡夫卡的出生地、墓園及紀念博物館，但是本地人對他咸感陌生，因為它並不列在重要觀光景點上。後來找到了他位於老城區裡的出生地，目前正裝修中不得參觀，在猶太區中又找到了他與雙親同葬的墓園。至於紀念博物館還得先行跨越那座擁有 600 多年歷史，長達 520 公尺，兩側橋墩上共聳立了 30 尊巴洛克雕塑的查理大石橋，往城堡山區方向前進，直至尾端橋塔處下了石階後，再沿著伏拉塔瓦河畔走，方才如願抵達卡夫卡的紀念博物館。

法蘭茲卡夫卡（Franz Kafka, 1883-1924），奧匈帝國一位使用德語寫作的小說家，寫過許多短篇的猶太人故事，公認為二十世紀作家中最具影響力的一位。他出生在布拉格的一個中產階級，講德語的猶太家庭。歐洲斯時正對猶太人壓迫與進行大屠殺，他對自己生為猶太人的卑微處境深感悲哀與怨嘆，作品風格中產生了極大的影響。在他短暫的 40 年生命中，

僅有少數作品獲得出版：《沉思》、《鄉村醫生》和《變形記》。其他未完成作品包括他的小說：《審判》、《城堡》和《美國》等，皆在他罹患厭食症病逝後，由他的摯友馬克斯布洛德將遺作出版，完全違背了生前企圖銷毀自己全部手稿的意願。2005 年 6 月捷克票選「最偉大的捷克人」中，他榮獲第 55 名。美國文學評論家哈羅德布魯姆說：「雖然卡夫卡對自己的猶太人身份不滿意，但他確實是猶太作家裡最為出色的」。

「卡夫卡紀念博物館」是幢兩層樓的建築，仿效臺灣早年純吃茶摸黑的手法設計，室內伸手不見五指，他的遺作、老照片及一些展物皆在微弱昏黃的小聚光燈下展出，令人窒息。這種黑暗設計手法意謂著他在抗議嗎？誠如他生前曾寫過 102 頁的家信給父親，數落他自大、自以為是、對子女不夠關懷及時常聲色俱厲地對他咆哮；抑或是在抗議他身為一個猶太人，所遭遇的歧視與迫害？離開黑暗重見光明後，我們注意到館前兩座裸男的銅雕塑，他們怡然自得地立在一小水池中，製作精巧，身體部位機械式地移動，令人莞爾。



布拉格是一個能讓人穿越時空的束縛，自由穿梭於舊日與現代的城市。今天的它依然完美地保留著昔時的種種痕跡，是歐洲唯一未曾受到戰爭蹂躪的城市。當你徜徉於這個古城市的大街小巷時，目光所接觸的每一個細節，都傳遞著久遠的訊息。

這趟美好的布拉格春天之旅，著實叫人永難忘懷。

鄒保祿神父文章集錦

鄒保祿神父

談聖經時代的羅馬皇帝

六世紀時，一位隱修士把當時的年代分為公元前（Before Christ）和主曆（Anno Domini）。他把耶穌基督的誕生年算錯了六年，即是公元前六年，而非公元一年，即在黑落德大帝為王時代（37-4 BC）。總而言之，我們以羅馬皇帝奧古斯都為主。



- 壹、 **奧古斯都**（Augustus, 27BC-14AD）：耶穌誕生在猶太的白冷城（路 2：1）。
- 貳、 **提庇留斯**（Tiberius, 14-37AD）：耶穌傳教和死亡、復活、及升天。
- 叁、 **加里古拉**（Caligula, 37-41AD）：宗徒們向外傳教。
- 肆、 **格老弟**（Claudius, 41-54AD）：猶太人被趕出羅馬城。
- 伍、 **尼祿**（Nero, 54-68AD）：保祿和伯多祿在羅馬為主殉道，這可參考《暴君焚城錄》（Quo vadis）這部電影。
- 陸、 **加爾巴**（Galba, 68-69AD）
- 柒、 **奧多**（Otho, 69AD）
- 捌、 **魏德利**（Vielius, 69AD）
- 玖、 **魏斯巴仙**（Vespasian, 69-79AD）：猶太戰爭-耶路撒冷城被羅馬兵毀滅。
- 拾、 **提督**（Titus, 79-81AD）：猶太人被俘到羅馬。
- 拾壹、 **多米仙**（Domitian, 81-96AD）：教會受到迫害。

拾貳、**尼爾瓦** (Nerva, 96-98AD)

拾叁、**特來央** (Traian, 98-117AD)

拾肆、**哈德央** (Hadrian, 117-138AD)：聖若望寫福音和《默示錄》時代，可說是新約時代的結束。

聖經中的山簡介

耶穌基督在世時，有很多次在山上講道，或做其他的事，可見他很重視山的意義和價值，今介紹一下從舊約到新約一些山如下：

壹、**阿辣辣特山**：16946 呎

諾厄方舟停留的地方（創 8：4）。

貳、**西乃山**：7000 呎

天主向梅瑟啟示祂的名字；我是自有的（出 3:19）。

叁、**革黎斤山**：2900 呎

肆、**厄巴耳山**：3100 呎

梅瑟在革黎斤山上宣佈祝福，但在厄巴耳山上宣佈詛咒（申 11：19）。

伍、**乃波山**：2700 呎

梅瑟去世且安葬在這座山上（申 32：49）。



西班牙聖地牙哥步行朝聖

周瓊華

「聖雅各伯之路」或「聖地牙哥朝聖之路」（西語：El Camino de Santiago；英語：the Way of Saint James）是前往位於西班牙西北部的天主教聖城——聖地牙哥主教座堂的朝聖之路。十二世紀時，聖地牙哥城在大主教 Archbishop Diego Gelmírez（1100-1140）的大力推動下，成為與耶路撒冷和羅馬並列的天主教朝聖地。其主要路線起於法國、西班牙、葡萄牙，連結許許多多鄉間小路及山道，由不同方向走向聖城。沿著長距離的途徑可見藍底黃色貝殼加上箭頭的標準聖地牙哥朝聖標誌，或是黃線路標和路線數字作為指引如 GR17、GR15，旁支加上小數點如 GR15.2。當然，在古時朝聖者總是從自家為起點，開始自己的步行祈禱，因此歐洲大陸境內有無數路線，處處可見貝殼的記號或裝飾。幾條較大的：有從法國各地經由庇里牛斯山前往聖地牙哥，已被聯合國教科文組織登錄為世界遺產（UNESCO）最受歡迎的法國線、有西班牙北／海線也是列入世界遺產、有第二著名的葡萄牙（海線或山線）、有歐陸各國家為起點的路線、甚至尚有愛爾蘭線、英國線、和北非線等等，猶如百川入海，都以聖地牙哥的聖雅各伯主教座堂為最終目的地。不過，有些朝聖者的腳步不止於此，會繼續到達西邊緊鄰大西洋的世界末端岬角（Cape Finisterre），此處曾被羅馬人認為是世界的盡頭，因此而得名。是聖地牙哥朝聖之路的 0 公里地標處。

我和先生因為要走最後百公里的聖地牙哥朝聖之路，安排了一個月的西班牙之旅。我們在巴塞隆納拿了租車後，往北開到法國與西班牙邊界的庇里牛斯山脈，由東往西向著朝聖路線開，



加利西亞境內聖地牙哥朝聖路線，其中粗箭頭所標示的是法國線最後百多公里路線

朝聖之路

經過並留宿數個城市，去了三個秀麗壯觀的國家公園。似乎在任何偏遠高山的小徑上，都可不經意地見到朝聖的路標。緬懷過去朝聖的前輩們在資訊不發達，甚至路標不明顯，沒有氣象預告，沒有登山鞋襪，沒有太多的食宿的情況下，克服高山峻嶺，風雪兩日，走上千百里地勢變化的小徑，有多少人能完成全程？又有多少人病死他鄉？或因總總原因不克繼續前行…然而成與不成，他們的意願、毅力、和努力是同樣的高貴。

聖地牙哥朝聖的路線和長短可依個人的體能和時間來安排，我們選擇從加利西亞自治區的薩里亞（西語：Sarria en Galicia）開始步行到聖城，是法國線最後最多人最忙碌的一段。前段的國家公園健行是我們朝聖的暖身運動，相較之下，這一百多公里路平緩易走。沿途有小舖販賣咖啡、甜點、三明治或紀念品，可吃



薩里亞行人道上的裝飾

可喝、可蓋章，肉體辛苦程度大大減低。我們每人手上有本小冊子（passport），每到教堂或是商店、旅館都可蓋個當地的紀念章作為留念；另外若每天至少有兩個不同的章，到達目的地後，信友可憑此換取一張朝聖證書，若是遊人則可得一張歡迎證書。當然完成這有證書憑據的朝聖方式，不限於步行百公里，還可以騎自行車 200 公里，或者開汽車。不過都是不同的路線！

我們安排四月下旬去走，一是天氣已暖和，雨季已近尾聲，再來是人潮尚未開始。縱然如此，朝聖路上的熙熙攘攘真叫人驚訝！選擇徒步之人極多，有的人甚至背著自己全部的行囊，按自己的腳程，沿路找簡宿（西語 Refugio 或 Albergue）或露營過夜，行程上比較有彈性（當然也有人預訂）。我們的方式則是在沿途小鎮預訂旅社和早、晚餐，並請人幫忙轉送大件行李，每天只背著一日所需出門。在這步行的一週裡，總會在不同

的地方遇上相同的人們，原則上大家每天走的里數相差不遠，落腳的城鎮也沒有太多的選擇。若是遇有大團體，小道上頓時人數暴增，且在步道與公路的交接口處可看到等候的大型旅遊巴士。路上行人有獨行的，有結伴的，有大、小團體的，大家都按著路旁的指標向同一方向前行；語言不同，膚色不同，卻有相同的招呼語 Buen Camino（西語）或是 Bo Camino / Bon Camino（加利西亞語，是加利西亞自治區的官方語言）。蠻多人會在背包上繫上紅線綁的印有聖雅各伯十字架的聖雅各伯貝殼。

在這七天的健行中，知道年紀最大的是德國團八十一歲的長者，身體歪斜，本來就需要拐杖行走的，也見到不少位上了年紀的銀髮朝聖族。最小的是來自波蘭的母女，七歲的小女孩。第一天她就走了 29 公里路，最後一夜晚還在餐廳裡不期而遇；她們的腳程真快，全程比我們長了許多。一位為我們拍合照的台灣女子，走第三趟法國全線，並領著一位盲眼朋友，需時 35 天。兩位來自大陸，分別在英國、瑞士出差的女士，趁機走了趟聖地牙哥朝聖之路。兩位從印度來的姐妹花知道我是教徒，送給我一張多默祈禱卡，上面並黏有他聖墓的黃沙，其大小與信用卡同，正好可放在隨身的皮夾裡，他是我最喜愛的聖人之一。行程中我們有看到好幾位腿不好的行者，一步一步拖著腿走在石子泥巴路上。有一天，突然從背後傳來年輕人的談笑聲，原來一大群年輕學生，其中有五位來自台灣高中的交換生，嬉鬧地群起大步行走；有位還披著國旗，等他們的大巴士就停在公路邊。讓我驚訝的是還有更多人說這條路已走了好幾趟呢！

西班牙北部山巒重重，丘陵起伏，景色優雅宜人，以畜牧業為主，遍地牧草田，處處可見蓄養的牛羊，除了咩咩聲和哞哞聲外，經常可聽到牛鈴聲（戴在牛脖子上的銅鈴）叮叮噹噹，可以想像一群走動的牛，奏出獨特的牧場交響曲！這段朝聖之途連結著一個又一個古老的小小村子，斷垣殘壁處處可見；有村的地方就可看到計程車的電話廣告，在這漫漫長途相信絕對有此市場需求。行人有時需要迴避小徑上的牛糞，叫我憶起兒時上、下學走鄉下小路的經驗。沿途有大片人工種植的尤加利樹，散發著陣陣清香，又逢春暖花開之際，路邊不知名的花草樹木非常吸睛，樹梢的鳥語此起彼落不輸人語聲。村莊裡牛糞、羊糞、腐蝕味摻和著植物的味道，飄來特殊的農村風味，不見得叫人喜愛，卻是來自民生的基本。在倒塌殘破的

朝聖之路

小莊裡，巧見一位男人和四、五歲的男童一起操縱好大型的農機。當我和坐得高高的可愛小男孩四目接觸時，便即刻豎起一個讚賞的大拇指，這是後繼有人的希望。

頭三天的早上，有濃濃的晨霧，空氣微濕，路旁高聳的古樹輝映著遠近濛濛的大片嫩綠，進入眼簾的是如夢似幻的美景！約十一點左右霧散了，此後的陽光日曬換上清明美麗的景色，和滿頭浹背的汗水。防曬是必要的！我們的背包裡有甚麼？不外是一些必要的預防：防餓、防渴、防冷、防熱、防乾、防雨、防風、防曬、防傷、防潮濕…。所以每日的氣象預報幫助我們做好當日的準備。

此外一付登山杖、一頂寬邊健行帽、一個水壺都是不可或缺的物品。至於身上的穿著挑選排汗、易洗、快乾的運動衣褲，也方便於每日更換旅社。

健行在百公里長的路徑上，解決生理基本的需求是必然的。除了商店有賣罐裝水外，沿途有數處註有貝殼記號提供路人飲水的地方，所以早上出門時，不必背得太重（西班牙的水可以生飲）。在路途中，經常有機會看到行人坐在路邊石頭上整理鞋襪，或是脫下鞋襪照顧腳上的水泡。另外，上野廁是不得不的事，當女士好不容易在路邊找到隱蔽處時，只見裡面白紙張張，就知道那是不言的公廁。對男士而言，他們笑說剛開始找隱蔽處，之後有一點兒隱蔽就可以了，最後只要後面沒見來人，就立刻當地解決。這是朝聖路上文明人最大的挑戰。凡是常在戶外活動的人，為愛護大自然和公德，垃圾總隨身帶回到城市裏處理，煩請後繼者隨時帶個塑膠袋在口袋裡裝自己製造出來的垃圾。在這條路上，我們曾看到一對朝聖的母女沿途撿垃圾，那看起來十幾歲的女孩後面背著大包包，一隻手拎著袋子，另一隻沒有戴手套白玉般的手不斷地拾起地上的廢物。



路上看到好幾隻歐洲西南部特有的藍斑蜥蜴
(ocellated lizard / jewelled lizard)



聖德蓮堂內睡眼的神父為朝聖者蓋章，身後放了一張他穿會衣的全身像，此地曾有過醫院

當我到達熱鬧的聖地牙哥大主教座堂廣場時，心底浮上源源不斷的喜樂。主教座堂裡外都在整修中，所以朝聖彌撒和一般彌撒分別在附近兩個不同的教堂舉行，那著名的大香爐也被鷹架包圍著。不過我們可以觸摸大堂裡聖聖雅各伯的大金像，和到地下層瞻仰他的聖髑。在聖殿裡我點了幾根蠟燭，為謝恩也為祈福。至於換取證書，需要耐心排隊，很多人都是中午以後到達聖城，排二、三個小時是常事。這一夜，我們以加利西亞的各式美味海產慶功，當然其中有肉質鮮美的聖雅各伯海貝！

一週來（事實上對我倆而言將近三個星期了），全人走在天主創造的

美麗大自然中，靈魂的五官、身體的每一部分和意識的操練全都參與了步行的祈禱，體驗到「我在天主內」的真實。肉體的饑渴辛勞、疲憊痠痛，鍛鍊了自己的意志力、韌性、耐力與堅持不懈，同時漸漸淡化了心中無法完成的隱憂，一再堅定要完成步行百里朝聖的初衷。在這過程中，我似乎有一點兒了解了苦行的用意。不過，我這趟朝聖之旅遠遠稱不上苦，有氧又療癒！感恩年已逾甲子的我，卻能夠打破自己的紀錄，完成此「壯」舉，且萌生了將



這裡大排長龍是因為想要在小冊子（passport）上蓋精緻的紅色蠟印

朝聖之路

再走另一條聖地牙哥朝聖之路的念頭。這一切的一切都是「我主！我的天主！」（若 20：28）所恩賜的！

註：聖地牙哥步行朝聖 2019 年 4 月 27 日~ 5 月 3 日。



餐館牆上掛的「最後晚餐」，其桌上正中央放著一盤加利西亞名菜——章魚如右圖

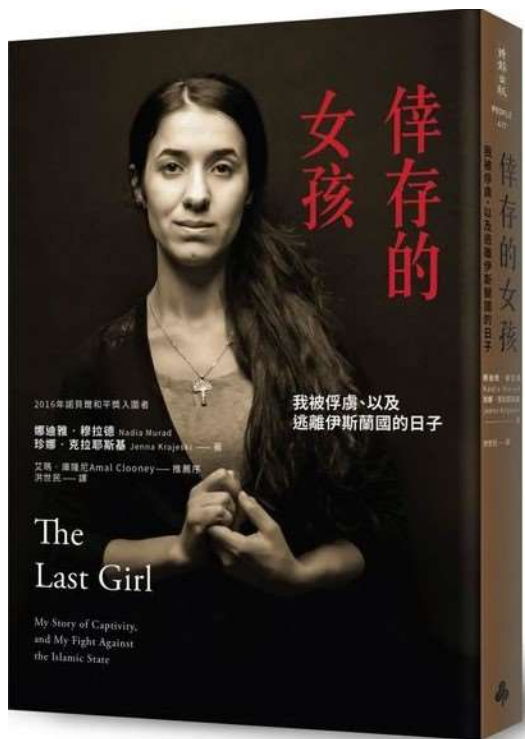


Melide 鎮上有個坐著被釘十字架的耶穌
和來自波蘭的母女合照，媽媽已走過葡萄牙線，這次和七歲女兒共走法國線

莫非天使惹的禍？

書評：《倖存的女孩》

聖心書屋



配合《葡萄藤》每期的主題，介紹相關的好書或電影，是我對「圖書室管理員」這個身分的自我期許。本期主題「生命中的天使」卻讓我在選擇要推薦的書籍時，躊躇不定。說到天使，也許是因為「外公情節」的作祟，腦海中立即呈現的是長著翅膀，白胖可愛，甚至有些淘氣的小天使，雖然。毫無疑問的，主編美卿指的是陪伴我們走過生命中某個困難階段，或度過某個挑戰境遇的「貴人」，如同聖經《多俾亞傳》中陪著主角多俾亞走過一路艱險的總領天使

辣法耳（多 5-12）。

然而，聖經中天使的角色不只是單純的受天主委派，「在你行走的每一條道路上保護你」（詠 91:11）：除了辣法耳外，還有傳報天主訊息的總領天使加俾額爾（路 1:5-38）、打擊魔鬼的總領天使彌額爾（達 10:13；猶 9；默 12:7）、侍立在天主左右，有六個翅膀的色辣芬（依 6:2）、拔刀出鞘，宣布死訊，在猶太傳統中令人聞名喪膽的「死亡天使」（箴 16:14；戶 22:22-33；編上 21:16）、等等。隨著神學的發展，到了舊約晚期，人

們逐漸指認出，本來是天主的眾子之一，專司嚴厲考驗人心，職務類似中國古代的監察御史，或現代司法制度的檢察官的大天使撒殫（約 1:6-12；參見匝 3:1；路 22:31），因為他驕傲地想與天主同高，又忌妒人得自天主的恩寵，而從天庭墜落，成了誘惑人犯罪的魔鬼（參依 14:12-15；智 2:24）。《默示錄》直指撒殫就是創世之時，伊甸園中的那條蛇。（默 12:9）。

就在這種錯綜複雜的天使背景襯托下，一場慘絕人寰的種族滅絕悲劇，已悄悄地發生。我們說的，不是兩、三千年前亞述帝國的血腥歷史，也不是上個世紀，傷痛尚未癒合的猶太大屠殺，而是不過五年前，2014 年的八月，在伊拉克地區發生的，伊斯蘭國（ISIS）對亞茲迪人，這個弱小的族群所施的暴行。伊斯蘭國認為必須將亞茲迪人趕盡殺絕的原因很簡單，因為：

「亞茲迪人相信，神在創造人類之前，先創造了七個神聖的生物，通常稱為天使，而他們都是神的顯現。神在用一顆珍珠般球體的碎片拼成宇宙之後，派大天使塔烏西·美雷克到塵世。美雷克化為孔雀的形體，用他五彩繽紛的羽毛為世界上色。然後，美雷克在塵世見到亞當，第一個人類，神賦予亞當不死和完美，而大天使質疑神的決定。美雷克指出，如果亞當會生殖，他就不能長生不死，也不能完美無瑕。他得吃神禁止他吃的小麥。神告訴天使，就聽他的，同時將世界的命運交到塔烏西·美雷克手中。亞當開始吃小麥，被逐出天堂，而後亞茲迪人的第二代便於世界誕生。孔雀天使成為神和塵世的聯繫，也是人類和天國的連結，向神展現他的價值… 亞茲迪人敬愛塔烏西·美雷克對神無止境的奉獻，也敬愛他連結了我們和唯一的神。… 但伊拉克很多人一聽到孔雀天使的故事，就說我們崇拜惡魔。」（《倖存的女孩》，45-46 頁）

剛滿二十一歲的娜迪亞·穆拉德，是還沒結婚的學生。當她的村莊被伊斯蘭國攻佔後，她的六位哥哥與數百名同族的男子，排列成行的被集體槍決；她的母親與八十多位年長的女性，被屠殺後丟入亂葬崗。同村許多

年幼的男孩被好戰份子抓去洗腦後，加入殺害他們父母的恐怖分子行列。娜迪亞與其他年輕的女孩，則成為伊斯蘭國戰士們隨意凌辱強暴，與任意買賣交換的性奴商品。在一次企圖逃離魔掌失敗後，她遭到的懲罰是赤身裸體地被皮鞭抽打，繼被多名士兵輪暴，然後再被轉賣。在自己也不知道經過多少時間，被轉賣了多少地方之後，她奇蹟式地逃出了被監禁的房屋，得到一位原本應是敵對的遜尼派穆斯林的冒死救助，成為了在這場劫難中存活下來的少數人。這本《倖存的女孩》，是她的生命與她的經歷的真實記錄。

我很小心地不稱這本書為「回憶錄」或「自傳」，雖然有些書評使用了這些並不很恰當的名稱。2015 年 11 月，娜迪亞第一次應邀到聯合國為少數民族的議題作證演講前，她被告知：「說你的故事」。她痛苦的寫下：

「那是個駭人的主意。我明白，若要我的故事產生影響力，我必須誠實且壓抑痛苦地說我的故事。我必須告訴聽眾有關哈吉·薩曼和他強暴我的次數、摩蘇爾檢查哨的驚魂夜，以及我目擊的虐待行徑。開誠布公是我這輩子做過最困難的決定，也是最重要的決定。」（297 頁）

生活在自由、開放的社會，沒有經歷過這種夢魘的人，很難體會為何這個決定對於一個來自極端保守的亞茲迪族群的女孩而言，是如此困難。在娜迪亞逃出了伊斯蘭國的控制，將有機會與其他倖存的族人會面時：

「至於強暴的事，雖然庫德斯坦愛國聯盟官員逼我透露細節，我仍然拒絕承認有這種事發生。我家人固然愛我，但在我見到他們前，我真的不知道，如果他們，或整個亞茲迪社群，知道我已經不是處女，會在我回歸時作何反應。… 就連納賽爾也擔心把我送回家裡 … 他低聲跟我說：『你該等等，先看你的家人如何對待你，或許他們一旦得知事實就會殺了妳也說不定。』這樣懷疑養育你的人是痛苦的事 … 這樣的情況考驗著每一個社群，不論它有多深情，有多穩固。」（261 頁）

最後她選擇了這個勇敢的決定，並開始全心投入人權運動，因為：

「神助我逃脫是有理由的 … 我不會把我的自由視為理所當然。恐怖分子不認為亞茲迪女孩有本事離開他們，不認為我們有勇氣把他們對我們所做的一切一五一十告訴全世界。我們要辜負他們的期望，不讓他們的罪無人聞問。我每一次訴說自己的故事，就覺得從恐怖分子身上奪取一些力量。」（297， 299-300 頁）

娜迪亞的努力與勇氣，喚起了聯合國及國際間對伊斯蘭國暴行的重視，為伊拉克少數民族及宗教設置了安全地帶，收容了更多亞茲迪難民。「娜迪亞倡議」（Nadia's Initiative）組織對種族滅絕及人口販賣的生還者提供了身心治癒及重建社群的協助。娜迪亞被聯合國任命為「人口販賣倖存者尊嚴親善大使」，並被提名參加 2016 年諾貝爾和平獎。



2015 年，娜迪亞在聯合國安理會上作證。
（路透社照片）

娜迪亞的這本書雖然無關天使，卻讓我看到了：墮落的撒殫、拔刀出鞘的死亡天使、艱難旅途中遇到的辣法耳、打擊魔鬼的彌額爾、…。為許許多多仍在苦難中的亞茲迪人而言，娜迪亞無異是帶給他們安慰、力量、以及援助的「孔雀天使」。

最後值得一提的是，這本書的原名是：“Last Girl”。如同全書的最後一句結語：「最重要的是，我希望我是世上最後一個，有這種故事的人。」

帶被流放的內在小孩回家

《IFS 自我療癒法》推薦序

張宏秀

婚姻家族治療博士

心靈成熟的過程，讓生命有機會從破碎到完整、從失衡到平衡，從身心靈的分裂到整合。心靈成熟的基礎在心理成長，心理成長是從自我肯定、情緒管理、人際界線開始。心理成長也帶動人際關係和諧與滿意。心理成長與療癒免疫力及自律神經系統的問題也息息相關。然而，心理成長必須進入高階課程：創傷療癒。創傷療癒是對自己心中的坑洞擔起修補的責任。由此，我們才可以自由地活在當下，減少投射，避免對生活情境的過度反應模式。修補過的心，是靈性踏實成長的環境。靈修不再被當作逃避創傷療癒及面對自己的捷徑！心是靈的門檻，由心進入靈，就是整合！以身心靈整合為基礎的靈性成長與靈修，才會成熟並結出愛與慈悲的果實！

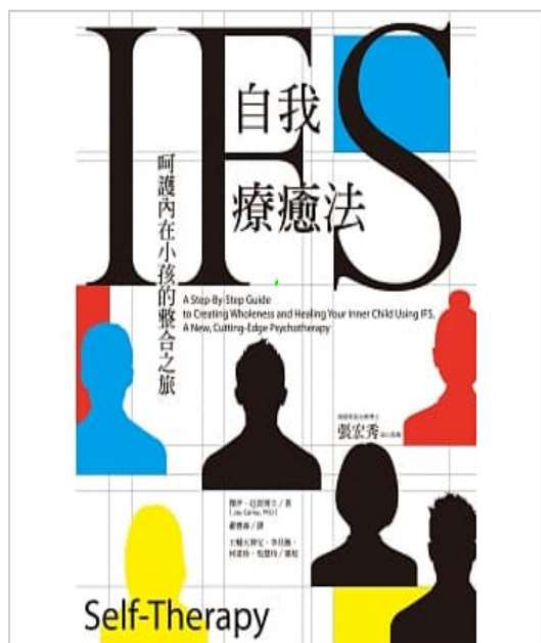
人類的心理困擾常根源於兒時的傷痛。因此「療癒你的內在小孩」一直是心靈成長、身心整合或療癒的熱門課題。因為一旦傷痛驚嚇沒有被整理消化，我們就仍舊活在情緒創傷造成的痛苦及負面想法中，例如：害怕被人遺棄、覺得自卑、過度的自責、罪惡感等。這就是一朝被蛇咬，十年怕草繩。在年紀小的時候，往往沒有能力表達情緒及消化受傷的經驗。因此成年後必須面對兒時經驗，走出陰影，讓自己的心理成長不被卡住。

本書以「內在家族系統」(IFS)的理論架構，提供療癒內在小孩的具體方式與步驟，開啟自我療癒的歷程，使讀者活出生命的完整與自由。IFS邀請你探索內心世界中所存在不同的次人格(IFS 稱為「部分」)、互動模式，並與它們建立關係及給予它們所需的療癒。「內在小孩」(inner child)在IFS被稱為「流放者」，也是某個「部分」。內在小孩(流放者)有許多沒有被消化的經驗。為了療癒內在小孩，我們必須回顧傷痛經驗，才知道如何照顧內在小孩的最深渴望，IFS幫助我們從過往的經驗中得到新的體驗，來進行療癒。也讓我們的自我疼惜、接納、尊重與信任更

落實。另外，當心理地雷被生活情境引爆，變得反應過度時，我們可以同IFS 覺察自己的行為動機、情緒需要、內在衝突、溝通方式，找到內在的愛與力量，再去療癒創傷。

「系統家族治療」* 突破了傳統治療或輔導採取的因果線性思維（不了解因，則無法改變果），採取因果互置（因可改變果、果可改變因）的系統思維模式。「系統家族治療」將家庭視為一個系統，家庭系統包括所有成員，及成員間的互動。此思維模式發展出薩提爾（Satir）家庭重塑、焦點治療、家庭結構治療、敘事治療，及鮑文（Bowen）的家庭系統情緒分化等不同的家族治療派別，而 IFS 是較年輕的一員！IFS 發現個人內在次人格（部分）間的互動模式，相似於家庭成員間的互動。IFS 將系統家族治療中家庭成員的角色與互動，延伸應用在個人內在在不同次人格（部分）間的互動。IFS 認為心靈是由不同部分組合而成的系統，各部分是彼此相關而非獨立存在。所以有效的療癒是去了解「部分」間的關係。

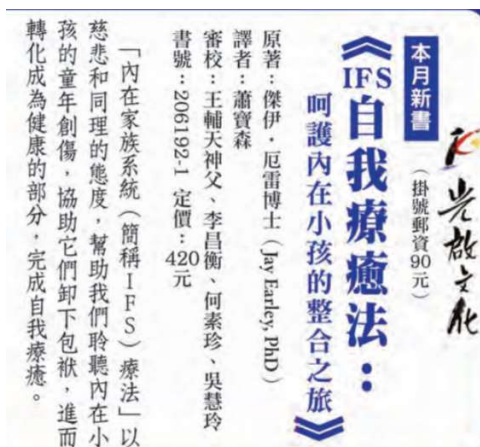
意識掌管了當下的心態、選擇、感受和看法，IFS 認為掌控意識的可能是「自我」，或是任何一個「部分」，例如：內在小孩。IFS 認為靈魂的中心就是「自我」（Self），其核心本質（慈悲、好奇、連結感、平靜、勇氣、清晰、關懷和創造力）能夠不受創傷的影響。「自我」是成熟、充滿愛、能平靜地面對「部分」的強烈情緒。「自我」接納「部分」的角色功能及需要，能領導所有的「部分」彼此合作，也帶動「部分」及內在系統



愈來愈健全。所以，應該是「自我」掌控意識，擔任內在系統領導者。例如：當「自我」領導時，內在小孩（流放者）願意被引導，不會堅持操控而影響我們的生活與關係。那麼，如何讓有療癒力及整合力的「自我」領導？我們首先學習接觸「自我」，而後在每個當下將「自我」的能量滋養來自不同部分的焦慮、害怕、悲傷、憤怒及為自保的攻擊行為。

由於 IFS 療癒模式的核心是與「生命的源頭」、「大我」、「基督意識」相連的「自我」。因此，IFS 對內在小孩的療癒包含了靈性向度。另外，IFS 對靈性成長也有直接的助益。當愛、與萬物合一、喜悅、平靜、安詳等靈性特質受內在小孩影響，而難以體驗及呈現時，「自我」以接納、同理（非同意）、慈悲的態度對待綁架靈性特質的內在小孩，內在小孩因而可以放下控制。其實，這就是靈修：接納自己所有的部分，並且發現它們負面行為內的正向意圖，都是出自愛。將這樣的領悟與經驗推己及人時，我們會以「自我」去看待他人及其「部分」時，這樣的靈修是經得起考驗的！回顧我個人的心靈成長歷程：生命是歸真復命的過程，如何回歸真我，回應自己的天命使命，體驗萬物一體及天（神）人合一，就是心理成長與靈修的目的與價值。因此，兼顧心理與靈性的「內在家族系統」，是非常先進的成長療癒工具，值得珍惜！

* 本書為「系統家族治療」理論應用的延伸。「系統家族治療」以系統思維模式為核心，是「家族治療」（也稱為「家族系統治療」或「家庭治療」）的一種。家族系統治療包含如「認知行為」家族治療，「完形」家族治療，或是「系統」家族治療等不同學派。



銘謝個人捐款及工商贊助



許雪美房地產

三十年房屋買賣豐富經驗，曾榮獲ReMax名人獎及終身成就獎、《D Magazine》「頂級經紀人」。是美國亞裔地產協會—DFW分會創會人之一，前任總監。

電話: 972-839-7323

電郵: MichelleLeeProperties@gmail.com

網站: MichelleLee.dallassuburbs.com, Folkmandevelopment.com

- 1, 近UTD, 4房二廳三衛2500呎。\$350k可租\$2700
- 2, 全新屋Allen \$350k, 近中國超市。
- 3, Plano商場大約 Cap 7%, \$3,150,000
- 4, 房子\$80,000, 達拉斯, 可租\$800



Ann Nguyen Insurance Agency Inc.

Catholic Agent: Ann Nguyen

12655 N Central Expwy, Ste. 310

Dallas, TX 75243

Tel : 214-692-0900

Email: ann@agentann.com

www.AgentAnn.com

Auto Home Life Business Health



銘謝個人捐款及工商贊助



庫克顧問工程公司

Cook Consultants, Inc.

土木、建築、土地開發

12850 Spurling Dr. Suite 120, Dallas 75230

972-387-1920

Jenny_cse@sbcglobal.net

www.cookengrs.com



劉夢連會計師事務所

Maria L Chen

CPA · MBA

501 Industrial Dr.#101

Richardson · TX 75081

(972)699-0986



六福旅行社

U.S.A. GATEWAY TRAVEL

600 Data Dr. Suite 101

Plano, Tx 75075

Tel: 972-960-2000

1-800-878-2828



周恕同牙醫診所

General Dentistry

1729 Christie S.Lee D.D.S.

Analog Dr. · Richardson

預約電話

(972)437-0200

www.christieleddds.com



31 霜淇淋店

Baskin Robbins

11700 Preston Rd. #670

Dallas · TX 75230

(S.E corner of Preston & Forest)

Tel: (214)368-3311



Osaka

Sushi and Grill

WWW.OSAKA-ADDISON.COM

4350 Belt Line Rd.,

Addison, TX 75001

Midway & Beltline SE Corner

TEL: 972-386-8899

FAX: 972-386-0666



幸福旅行社

歡迎詢價、不怕比價
滿意再下單

615-504-9460 (Christiana)

646-505-7369 (Nicky)

Lucky7gotravel@gmail.com



William Davis Realty

James Ling 林之銘 Realtor®

買賣房屋，出租管理

Cell: (817) 726-6700

JamesLingDFW@hotmail.com



中華天主教耶穌聖心堂

Sacred Heart of Jesus Chinese Parish
4201 E. 14 St.

Piano , TX 75074

(972)516-8500