

葡萄藤

Grapevine

2021年8月第199期



榮福童貞瑪利亞在結束其塵世生命後，她的身體和靈魂同被提升到天上的榮耀中，…在天上繼續對基督的肢體執行其母親的任務。（天主教要理 974-975）

中華天主教耶穌聖心堂

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

<https://www.facebook.com/chinese.catholic>

本期目录

封面画: Descent of Mary's Girdle to the Apostle Thomas, Maso di Banco, 1337

ii 主编小语

◆ 朱嘉玲

神长的话

1 天主父亲的爱

◆ 林育明神父

3 对「家庭」与「教会团体」
「爱的喜乐」的省思

◆ 周 道执事

圣经探索

5 圣母的诞生地

◆ 邹保禄神父

家庭篇

6 七十有感

◆ 宋美英

9 这就是我的外婆

◆ 王亭乐

14 爱的礼物

◆ 王雅娴

16 全家福

◆ 黄发芳

信仰与灵修

20 人生下半场的四旬期朝圣

◆ 张宏秀

24 下半场的七线生机

◆ 刘珊珊

27 迎接依纳爵禧年

◆ 手 辰

谈书论画

29 圣母的腰带

◆ 王念祖

32 我读《圣经中的哀怨传统》

◆ 张宏秀

生活随笔

34 生命的释放、美与爱

◆ 君 人

36 复活赞颂曲

◆ 李翠婷

39 依依不舍

◆ 张光中

40 谈感受

◆ 布 衣

☆ 欢迎您投稿本刊，分享信仰及生活，文章以三千字内为原则 ☆

来稿请寄: grapevine@chinese-catholic.org

指导神师: 林育明神父

轮值主编: 朱嘉玲

校对: 朱嘉玲

网页: 杨漪婷

排版: 刘珊珊、王念祖

稿库管理: 刘珊珊

新闻: 杨治财

广告: 杨治财

经过一年多的疫情肆虐，人们内心一致的渴望就是重获平安喜乐。教宗方济各鉴于纳匝肋圣家生活的表率，宣布自 2021 年 3 月 19 日（大圣若瑟主保瞻礼）起，至 2022 年 6 月第十届世界家庭大会为止，为「爱的喜乐」家庭年。家庭是人类最基本提供爱的团体，生命的起始源于爱，天主将其创造的爱分享给人类，借着父母传衍，新生命在爱的孕育中诞生成长，绵延不绝…为此，本期葡萄藤的主题订为：「爱的喜乐」。从神师的文章中，揭露出他体验到的内在喜乐；执事也以一针见血的提问，帮助我们省思在家庭和教会生活中，我们有无因为有心或无心之过而破坏了应有的和谐和喜乐。「家庭篇」的文章中，无论是出生、庆生或家庭团聚，我们都能直接感受到那份喜悦与幸福；即使是缅怀逝去的亲人，在泪水中，我们也能深刻的领会到那爱与被爱的喜乐！

八月十五日是教会所定的圣母升天节，本期的封面图案由王念祖弟兄提供，他在〈圣母的腰带〉文中有详细的介绍。在教会古老的传说中，对此画作的解释固有其深意，然而读者们若有各自的领会或直觉，或许也可更增其丰富性。例如若以神性的意义来看此腰带，它可否象征着母亲与孩子间血肉相连的脐带？虽然灵肉已升天的圣母，她在天上仍继续忠诚的执行着她在十字架下接受做为门徒们（所有基督徒）的母亲职份。她对我们爱的叮嘱，借着一些特殊的显现，传达到我们的耳中，进入到我们的心灵，务使我们在尘世的惊涛骇浪中，紧紧的跟随着耶稣，最终能安然的返回天父的家中。

在春夏秋冬运转不穷的四季时序中，人们从呱呱坠地、牙牙学语、英姿勃勃、虎虎生风的人生上半场逐渐步向不伎不求、清心寡欲、云淡风轻、与世无争的人生下半场，我们应怎样有智慧的卸下各种身心的重担，轻松自在的走向归途，这在本期「信仰与灵修」栏中，有非常专业与清晰实际的方式供我们参考与学习。

本期的篇篇好文都是笔者们爱的分享与传递，借着圣神，在读者们的心中赐下适于各人的恩典，帮助我们从信心出发，迎向美好的明天。



天主父亲的爱 林育明神父

教宗方济各钦定 2020 年 12 月 8 日至 2021 年 12 月 8 日，这一整年为「圣若瑟年」。圣若瑟是耶稣的养父，他也是圣家幸福的保护者。很凑巧六月份是「耶稣圣心月」，也是父亲节的月份。我们天主教徒一直感念圣母的爱，但当我每次朝拜圣体时，我也深深体验到天主父的爱。

我在祈祷之前会突然感到一股暖流出现，觉得非常幸福。每当我反省司铎生活，天主父亲就一直陪着我；祂满怀着爱心和喜乐的心，满面春风，面带笑容地看着我，用满是欣赏的眼神，不停地对我竖大拇指对我说：「你真是个好神父！」当我觉察到这种幸福感时，马上告诉天主圣父，我又跟天主父亲聊天，我说：「天主父亲，我以前有个错误和矛盾的思想观念，我每天替教堂做了许多杂事，但我又总向往着过很单纯的生活，离开城市，离开喧嚣的人群，找一个安静的角落，静静地生活下来。社会越嘈杂，越是清楚自己想要的是什么，简单安静的生活让我很是向往。这不是代表对生活没有热情，我的热忱，不懂的人看不到。我们渴望流连在车水马龙的浮华喧闹都市，却又向往农家安静如水的平淡生活，患得患失之间逐渐失去了发现美的眼睛。生活可以有很多的形态，而最令我遐想向往的，是和祢在一起安静的生活。所谓幸福的生活，必然是指安静的生活，原因是只有在安静的气氛中，才能够产生真正的人生乐趣。感谢天主父亲理解我，陪伴我，鼓励我…。」

祈祷之后，我的心情感受是被主爱包围着，有深深的幸福感。天主父亲给我的恩宠就是：做杂事没有无聊的感觉。天主父亲要给我的启示就是：对孩子也一样，如果一味地批评他，指责他，他就不会做好，反而要像天主父亲对待我一样，欣赏他，他就会越来越好。

今天在合一祈祷之前，我的心情是非常的着急。其中的过程是：我有时候因为要去主教府（The Priest Gathering at Christ the King Parish）开会，有点事出发晚了，我很担心迟到，所以就非常焦急地（一开始我没有觉察到）拚命的走。然后一边走，一边自责的声音就出现了：「你为什么不快点啊？」「动作快点，早点走，迟到了怎么办？」「你是个言而无信的人」等等。许多自责的声音出来，让我更加的着急，我就继续拼命的走。突然之间我觉

察到我这种着急可能反而误事，于是我就跟主反复的说：「主，我着急。主，我着急。主，我着急。」这个时候我就看天父的反应，他并没有批评我，责备我，给我下定论，说我是一个言而无信的人，不守时守信的人，相反的主对我说：「没关系。」这让我感到特别特别的意外，我问：「怎么可能没关系呢？主，我特别疑惑，怎么可能呢？」天主父亲依旧对我说：「迟到，没关系。我挺你，我依然爱你，我爱迟到的你。」于是我的心情豁然开朗，我发现我走路的速度加快，脚下生风。我心情轻松愉悦，到达的时候，正好是签到的时间。感谢主，赞美主！

天主父亲的陪伴是不能遗落，最美的花开，浸润在我生活的每一个细节里，幸福才会从我的眼前飘过，天父的话语让我懂得了这些。今早，合一祈祷之前，我有深深的罪恶感，内心冲突很大，很痛苦，感觉自己的内心有一个永远填不满的洞。可是在天主父亲的陪伴下，我内心的大洞被耶稣亲自用水晶填满，并亲手用爱，温暖治愈，内心很充实，很幸福。祈祷过程中，我和天主如实述说了我的痛苦，许多话语和道理，我大脑是知道的，明白，理解，并相信的；但无法进入内心，潜意识，很卡，卡得非常厉害。耶稣认真倾听，祂完全理解，并明白了我的心意。我感觉卡住的管子一下子疏通了。

我这次祈祷领受到最大的收获，是主让我亲身经历了一次恩宠。恩宠是从上而来的，从天而来的，不是靠我的努力得来的。我一直很努力地用脑子劝说自己，许多次不行，再试许多次，也不行。这次我亲身领受到天主的恩宠，一下子卡着的点通了，那轻松舒畅影响到我的全身。在潜意识中，我看到天主父是如此用深爱的、欣赏的眼神看着我。我以为我做得很不好，很糟糕，糟糕透顶，但实际上不是这样的，我在天主的眼里是好的，独一无二的…。我体验到天主父的心意是，祂用许多实际的人和事告诉我耶稣爱我，无条件地爱我，以不同的方式爱我。感谢天主，赞美天主！

特此感谢本期收到的捐款：

张敏玉姊妹 \$250



对「家庭」与「教会团体」「爱的喜乐」的省思

周道执事

2020 年 12 月 27 日圣家节的时候，教宗方济各在三钟经祈祷活动中，呼吁教友反省默想「天主子跟所有孩童一样需要家庭温暖的事实」。因此，由耶稣、圣母玛利亚和大圣若瑟所组成的圣家，就成了所有家庭的榜样，他要求「世上所有的家庭都能从圣家当中，找到可靠的参照点和启发」。

教宗表示：「我们也蒙召重新发现家庭提供教育的重要性。家庭的基础必须是那始终能不断增进关系、开启希望视野的爱。家人应当一同祈祷、互相关爱、彼此宽恕、温柔相待，并承行天主的旨意…如此一来，家庭便能向天主的喜乐敞开大门，而天主把这份喜乐赐予所有懂得如何欢喜付出的人。幸福的家庭也懂得找到灵性力量来向外界、向他人开放，为弟兄姊妹效劳，同心协力建设一个更新、更好的世界，在日常生活中树立榜样。」

2016 年大圣若瑟瞻礼日问世的《爱的喜乐》宗座劝谕，教宗方济各开宗明义就阐明说：「在家庭所体验的喜乐，亦为教会的喜乐。」光这第一句话，我们就需要很诚实的问自己以下几个问题：

1. 我在家庭中体验得到喜乐吗？
2. 我有让家庭中其他成员体验到喜乐吗？
3. 我在我们教堂体验得到喜乐吗？
4. 我有让教堂的其他成员体验到喜乐吗？
5. 我是把原生家庭的喜乐带到我现在的家庭里呢？
6. 还是把原生家庭的垃圾带到我现在的家庭里？
7. 我是把原生家庭的喜乐带到我们的教会团体里呢？
8. 还是把原生家庭的垃圾带到我们的教会团体里？

教宗承认家家户户都有自己的问题，因为我们的软弱，有时甚至会同室操戈。但是，教宗勉励众人：「倘若与家人起了争执，务必要在一天结束之前和好。」教宗重申家庭的三个关键词：「请问、谢谢、和对不起。家人之间如果常说这三个关键词，必定能维持家庭和睦。」

「面对困难的情况和受伤的家庭，必须记得这个大原则：『牧人们应该知道，为了真理，他们必须对各种情况作出仔细的分辨』（《家庭团体》

84)。各人应承担责任的程度在各情况下有所不同，而且可能存在某些因素而局限个人作决定的能力。因此，虽然要清楚陈明教会的教导，但牧者应避免在未考虑不同情况的复杂性时，便作出判断，亦应留意人们的生活状况，以及他们因环境所受的苦。」

同样的道理，面对困难的情况和受伤的教会团体，Bishop Robert Barron 也提出了他精辟的看法，有兴趣的人，可参阅以下的网页。

https://youtu.be/dftZ5K_EA4s

读者来函

念祖，

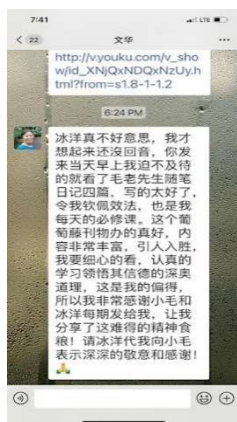
你好。最近一期葡萄藤六月刊电子版转发给朋友冰洋及她舅妈（卜淑华姊妹，国内老教友），下面是她舅妈读后的来信。已得到她们的同意，我转投到葡萄藤「读者来信」栏目，请悦纳。

读了此刊，首先感谢主编和编辑刊登了老爸的四篇信仰随笔分享，并有繁体版书，非常好。

另外德华的获奖文章，配上他妈妈卉卉那个祈祷卡，真是可以让人看到父母（包括卉卉的父母，嘉玲姐和新泰大哥）言传身教，信仰在孩子的教育和成长中潜移默化的影响是多么重要。

祝主内平安喜乐！

文群



冰洋真不好意思，我才想起来还没回音。你发来的当天早上我迫不及待的就看了毛老先生随笔日记四篇，写得太好了。令我钦佩效法，也是我每天的必修课。

这个葡萄藤刊物办得真好，引人入胜，我要细心的看，认真的学习领悟其信德的深奥道理。这是我的偏得，所以我非常感谢小毛和冰洋每期发给我，让我分享了这难得的精神食粮！

请冰洋代我向小毛表示深深的敬意和感谢

谈圣母的诞生地 邹保禄神父

按考古学家们的发掘，圣母玛利亚的诞生地是在塞福利斯城（Sepporis）而不是在纳匝肋，但离纳匝肋不远。塞城是当时的一座名城，史家若瑟夫曾赞扬它是「加里肋亚省的荣冠」。它建立在四百多尺的山上，从远处就可看到。当时的纳匝肋还是一座无名的小村庄，其人口只有二百人。它和十多个小村庄包围着塞福利斯城。当斐理伯对他的朋友纳塔乃耳说：「我们找着了若瑟的儿子，纳匝肋人的耶稣。」纳塔乃耳回答说：「从纳匝肋还能出什么好事吗？」（若一 45~46）的确，当时的纳匝肋是没什么了不起的。

当圣母玛利亚在公元前大约十四年诞生时，罗马帝国已占领了巴勒斯坦北部的加里肋亚省，塞福利斯虽然是犹太城市，罗马政府已把它变成一个行政中心。公元前四年，大黑落德死后。一位名叫犹达之子艾则基亚斯（Ezekias）起来反抗在塞城的罗马行政中心，同时又毁坏了加里肋亚一带。罗马便派叙利亚总督华禄斯（Publius G. T. Varys）带领三个军旅到塞城镇压暴民。艾氏被捕，同时又钉死了二千多叛徒。历史家若瑟夫得知这伟大的塞城成为废墟，叹惜不止。

在此城被破坏之前，圣母和他的双亲（若亚敬和亚纳）已搬到离塞城南四里路的纳匝肋。我们不清楚有关若亚敬夫妇的生活情况，但肯定的是，圣母是十四、十五岁的女子，且嫁给镇上的一位木匠，名叫若瑟的男子，在这时若瑟也住在纳匝肋。但因罗马的户口调查，要回到自己祖先的家乡白冷城登记，即圣路加所记载的：「若瑟因为是达味家族的人，也从加里肋亚纳匝肋城，上犹大名叫白冷的达味城去，好同自己已怀孕的聘妻玛利亚去登记。」（路二 4~5）。

耶稣诞生后为躲避黑落德国王的杀害，暂时逃往埃及。黑落德死后圣家三口便回到纳匝肋。因为塞福利斯城已不存在了，它只剩下一些废墟。为此，耶稣被称为纳匝肋人（玛二 23）。

附注：九月八日是圣母圣诞日。

七十有感

宋美英

人的生日，虽然每年只是那么一天，那么一刻；但对我而言，是极其普通的一天，尤其是在父母双双辞世之后。一生中，不记得自己有那一年，大肆操办过。年轻时，我喜欢一首歌，歌名叫〈小草〉。歌词是：「没有花香，没有树高，我是一棵无人知道的小草。从不寂寞，从不烦恼，我的伙伴遍及天涯海角。春风啊，春风，你把我吹绿。阳光啊，阳光，你把我照耀。河流啊，山川，你把我哺育。大地啊，母亲，你把我紧紧拥抱。」它反映了我的心声。我甘心做那么一棵小草。在人群中，转瞬而过，不会留下一丝痕迹。

今年我满七十了。女儿执意要替我过生日。她说：「妈妈，七十岁是个大日子。现在，我们全家都打过疫苗了。我知道你不愿去人多的地方，不想去餐厅聚。那咱们去租条船，游湖吧！」她仔细查看了天气预报，在 Lake Lewisville 订了一条船，在我生日的前一周全家去游湖，时间从十点半到下午两点半。当天气温华氏七、八十度，不冷也不热，女儿又细心地准备了我爱吃的各式小吃和零食。



天遂人愿。那天风和日丽，气温怡人。在我看来，德州的防疫做得不错。经过几道关卡，终于登船离开码头。德州什么都大，湖也不例外。偌大的一个 Lake Lewisville 看不到几条船。游湖居然还得用地图。

看到光斑闪烁，浩渺无边的湖面，恍然回到久违的游轮。不时可以看到一只只飞快掠过湖面不知名的鸟儿，大小鱼儿扑哧扑哧的跃出水面，引得外孙声声欢呼雀跃。「海阔凭鱼跃，天高任鸟飞」的诗句油然浮现在脑海。

老公手攥钓竿，老眼昏花地一直在垂钓。最终虽然一无所获，但也总算过了一把干瘾。小孙子一边听音乐，一边在耳边呱躁，不停地问这问那。女儿、女婿和我，有一搭没一搭地闲聊家常。每当周遭有别的快艇、冲浪船经过时激起波涛，我们的船随之上下颠簸，引起一阵阵的惊叫与骚动…看着可亲的家人，望着动人的湖景，和谐、美好，感恩…充满了我的心。感谢天主，此生足矣！我以为，我的七十岁庆生就这样过去了。

此后的几天，外孙不断提及晚上和爸爸研究放飞火箭的事。因为他从小

对一切有轮子的东西颇有兴趣，我早习以为常，并不在意。星期五晚上，女儿告诉我，他们的火箭准备明天去公园升空。我说：「可否让我也去观看？」女儿说：「当然，明天我来接你和爸爸。」

第二天一大早，电话铃声大作，女儿一家齐声地祝我生日快乐。噢，今天是我七十整岁的日子。上午九点，他们如约而至。女儿告诉我，已和消防队打过招呼，也准备了两桶水以防不测。上了车，车一直向南开。女儿说要去 Plano 的一个公园空地放。我暗自嘀咕：「小题大作，开那么远，有那个必要吗？」当然，心里想着，嘴上是不会说的，生怕扫了外孙的兴。

半小时后，车终于停在不知什么地方的停车场。刚迈出车门，一对包裹得严严实实的夫妇朝我走来，手里还拎着不少东西。我的眼神不济，直到他们开腔，才发现原来是新泰、嘉玲夫妇。我诧异不已。「你们怎么也来这里？」他们并不作答，只是给我一个拥抱，并没讲明原因。

这时，不知从什么地方冒出一伙人，围上来都对我说：「美英姐，生日快乐！」每个人都给我一个大大的拥抱，雅娴妹妹甚至还在我脸上啄了一下。定睛一看，全是周三查经班的朋友。到的可齐了，只差远在台湾伺候母亲的雅婷。太出乎我的意料了，保密工作作得密不透风。这时我才明白女儿和周三查经班的兄弟姐妹串通好了要给我庆生，我正在抱怨女儿，不该惊动那么多的叔叔、阿姨。这时梦涟送上一朵娇艳欲滴的玫瑰花，还散发出阵阵的花香！

在公园的凉亭里的野餐桌边，快手快脚的雅娴，已麻利地铺上桌布，指挥众人摆上他们精心为我庆生所带来的美食，放的满满的一大桌子。看看菜色内容：有珊珊亲手卤的猪脚、牛肉、牛筋和卤味，文贞特地预先剥好壳去掉沙肠的茄汁大虾，朱文朴特拿手的鸡丝凉面，雅娴妹妹特地准备的凉拌菜和卤花生，还有静玲带来自家准备的焗烤鸡腿跟爽口的色拉，嘉玲那有名的酥炸里脊肉片和凉拌干丝，梦涟也带来切好的精致各式水果。

刚刚摆桌停当，摄影专家念祖，胸有成竹地组织大家拍照，劈哩咔嚓按动快门，永恒地录下这美好的一刻。班长新泰兄简短的祈祷和祝福后就开席。周三查经班一向注重环保，文贞和一众姐妹细心地为大家带来纸盘、纸巾和一应用品。于是争先恐后，大快朵颐的时候到了，每个人将各家精心准备的食物装满餐盘后，心满意足地，三三两两地追寻阳光照耀的地方，「风餐」起来。那天，风真大，天真冷。公园无人打扰，足够空旷。几只拴在凉亭柱上的生日气球，拼命在空中摇曳，好像在替这群为自己「小兄弟」庆生，不畏严寒的好兄弟姊妹们打气、加油。



正餐过后，生日聚会的重头戏上场——切蛋糕。蛋糕是女儿的孝心，从小萧得知那里有卖好吃的蛋糕后，亲自打电话去订。知道我不太爱吃死甜的鲜奶油，就要求店家少放鲜奶油，多加水果。店家说可以，但是要加 5 元，合着正好是我的生日的数字 70，女儿一听可高兴了，马上订。因为怕我知道，就请小萧去帮忙拿。小萧当仁不让答应下来，一大早冒着寒风，开了几十哩去北达拉斯的一家荷兰人开的店里取来的。它体形硕大，足够四十人享用。它美艳动人，铺满一层厚厚的各式水果，煞是博人眼球。众人纷纷咋咋称赞，纷纷盘算自己的生日，要求以后同等待遇。

「廉颇老矣，尚能饭否？」放心，能！周三查经班的朋友不是盖的，个个老当益壮，我切了第一刀后，就交由小朱负责，每个人都从他的手中接过一块大蛋糕，虽然刚刚才吃完正餐，但对着眼前令人食指大动的蛋糕，继续大口吃着自是不在话下。那模样真正应了英语中的那句话：Piece of Cake，简单！



口里唱着〈生日快乐〉、〈祝你寿比南山高〉两首歌，眼中看着友人、家人，心中想着自己七十年的经历，不禁眼眶潮湿。感谢、感恩…充满了我整个人。人生如此，夫复何求！

我们这群周三查经班的伙伴们的热情和爱，让我在七十岁的庆生中深刻地感受到：「天主是爱，朋友是情」。我愿圣神永远光照我们，愿天主天天与我们同在，愿周三查经班在查经论道的路上，继续互相扶助，向着永恒的生命同行，愿大家健康、平安！阿肋路亚！

后记：那天火箭发射失败，原因是动能不足。经过老公的指点，外孙父子改进后，于昨日发射成功，有录相为证。

This Is My Grandma!

by Justina Schlund

When I was 10, my grandmother came to live in the bedroom next to mine. She smelled like a lot of Chinese grandmothers did, slightly medicinal like that tiny green bottle of herbal potion that Chinese people think cures everything.

She was not the kind of grandmother you see in American movies -- none of the affectionate hugs, or bread-baking, or handing out sweets and goodies. She was the type of grandmother who would fall asleep at a dinner table if the conversation bored her. And the kind who shoved free bread from restaurants into her purse then very satisfyingly said, "Free!"

She was often stoic and quiet, except when reprimanding her adult children for trying to mother her. But sometimes, especially around her grandchildren, she would break out into the widest happiest grin.

To many people, she probably seemed like someone to overlook, someone who wasn't too important to the conversation, someone weak and frail. And if you thought this about my grandmother, you would have grossly underestimated her strength.

A few years ago, I sat my grandmother down and asked her to tell me her life story. And although my mother just shared some of this with you, I'm going to retell it the way I heard it with my favorite parts, and in the hopes that my children will one day tell **their** children the story of the kind of person she was, which has helped make us all the kind of people we get to be.

这就是我的外婆！

王亭乐

10岁那年，外婆来与我们同住，她与我的卧室只有一墙之隔。她身上有一种像很多华人老奶奶一样的气味，就是那种中国人认为是万灵丹的小瓶绿色药水的气味。



她不是那种你在美国电影上看到的老奶奶——没有热情的拥抱或烤面包，也不会给你糖果饼干。她是那种在餐桌上只要觉得话题无趣就会睡着的外婆；那种会把餐厅提供的免费面包塞进包包，然后非常满意地说：「不用钱！」的外婆。她平常安静内敛，除了在骂她的成年儿女不要把她当小孩般照顾时。但偶尔，尤其是当孙辈围绕身边时，她会开怀大笑得合不拢嘴。

为很多人而言，她可能只是位微不足道，言谈乏味，衰老孱弱的妇人。如果你认为这就是我的外婆，那你真的太小看她了。

几年前，我曾与外婆促膝长谈，请她告诉我她的生命故事。虽然我妈妈刚才已经与大家分享了一些，但我还是要再讲述一

Born in Mauritius, Africa to Chinese merchants who'd set up shop in the small island nation, she told me of the happiness in the first few years of her life. She loved playing with the family next door, who took her in and taught her French. When her father got tuberculosis, the neighbors offered to adopt her but her mother refused. Instead, she traveled back to Guangdong, China, where her father died shortly after.

She began school at around age 8, loved to learn and wanted to be an elementary teacher. But after her brother shipped out to fight in World War II, her mother withdrew her from middle school to help out with the family. At 21, an aunt invited her to travel to Taiwan. The boat ride was free, which was enough to convince her mother.

There, she discovered bananas for the first time in her life. Excited by the delicious new fruit, she gobbled several at a time for dinners, not knowing to peel them first.

Sometime during her visit, the Communist Revolution began in China, launching decades of cold war and political strife, severing her from her entire family for the rest of their lives. Now a refugee alone in Taiwan, my grandmother found work as a clerk in a bus station in the port city of Kaohsiung. Her manager was seven years her elder, and had social capital as third-generation Taiwanese.

They fell in love, and when he was transferred to his hometown of Keelung, she went with him and they were married about six months later. After the wedding, she moved into his mother's home, a four-room structure with holes in between all of the rooms to share the light from a single bulb. Along with a tailor who rented one of the rooms, the space housed her husband's two younger brothers and their

次我所听到的，令我印象最深刻的部分。希望将来有一天，我的孩子们会告诉他们的孩子，关于太婆的生命故事，这些都帮助我们，成为我们所成为的人。

外婆的故事从她快乐的童年开始。她生于非洲的法属毛里求斯，她的父亲在这小岛上经营一家商店。她喜欢与邻居玩耍，他们会邀请她进家，教她说法语。后来她父亲得了肺结核，邻居家想要收养她，但被她的母亲婉拒。他们举家搬回广东故乡后不久，她的父亲过世。

她八岁入学，喜欢读书，立志将来要当小学教师。她中学时，二次世界大战爆发，她的哥哥被征召从军，她的母亲让她休学回家帮忙。21岁时，有位姑姑邀她同去台湾旅游。因为不需要付船资，她的母亲欣然同意。

在那里，她第一次见到香蕉。被这种美味的新奇水果吸引，她连吃了几根当晚餐，但不晓得需要先剥皮。

她在台湾旅游时，大陆爆发共产党革命。接下来几十年的冷战与政治对立，让她余生都没再见过家人。只身流落台湾，外婆在高雄的一个公车站找到一份小职员的工作。她的经理比她年长七岁，是一位占有本土优势的第三代台湾人。

他们谱出恋曲，因此当他调职返回基隆家乡时，她也随行，六个月后，他们结成连理。婚后，她住进婆家。这个屋子有四个房间，房间的隔墙上都有一个洞口，以便两间共享一支灯泡。除了一个房间租给

wives and children -- 17 people in total. Because she wasn't Taiwanese or skilled at housework, my grandmother was often berated and physically beaten by her new family.

She was responsible for cooking all of the meals, which meant gathering and cutting the firewood, going to market, and making the fire on the stove. She told me all the men would eat first, and there was never any meat leftover for her.

When her husband got lung cancer, the army hospital in town wouldn't take him in, saying they were out of room. My five-foot tall grandmother, who was about the age I am now, walked around pointing out rooms that she spotted with empty beds.

My mother remembers her screaming; my grandmother says she demanded to talk to supervisors, threatened to sue, tried to leverage her husband's high ranking position with the city's bus service. In the end, the hospital agreed to take him, and there she stayed with him for a month until he died.

Widowed with five children, my grandmother tried unsuccessfully to find a job. Finally, she went directly to the mayor's office and refused to leave. With the same gumption she had in the hospital, she told them her husband was a city official, that she didn't have any money, that her kids needed to eat and go to school, and that she would not go until they gave her a job.

They gave her the night shifts selling bus tickets, and later, some clerical work in the office. With her salary, she eventually moved her family into their own home. She insisted on all of her children finishing school, and later college - fulfilling a dream she never got to achieve herself. When my mother wanted to come to America to chase a boy and get a

一位裁缝外，屋内还住有两位小叔的家庭——在这屋顶下，大大小小共有 17 人。因为外婆不是台湾本地人，又不擅长家务，在这新家庭中，她常受到斥责，甚至被打。

每天她要负责准备全家三餐，也就是说从捡柴、劈柴，去市场买菜，到起炉灶做饭都要一手包办。她说，开饭时，都是男人先吃，等轮到她时，残羹剩肴中从来都找不到一块肉。

当她的先生得了肺癌时，城里的军医院以没有病床为由，不肯收容他。身高只有五呎，与我现在的年纪相仿的外婆，巡走院内，指出每一张空着的床位。我妈妈说，她还记得外婆嘶吼：外婆要求见她们的主管，并以外公在市政府内的位阶要挟，要控诉医院的办事。最后，医院让步，同意收容他。外婆就在那里陪着外公一个多月，直到他过世。

外婆成了需要扶养五个孩子的遗孀，想要找份工作养家，却四处碰壁。最后她直接到市长的办公室求助，并且坚持不肯离去。用她在医院中找病床时的同样毅力，她告诉市府人员，她先生过世前也是市府的员工，现在她没有钱扶养孩子及供他们上学，除非他们给她一份工作，她绝不离开。

最后，他们给她一份卖公车票的夜班工作，后来她得以换到办公室当职员。虽然她的薪资微薄，但她终能让全家搬到自己的住屋。她坚持要让每个孩子都完成学业并进入大学，完成她自己没有机会达到的梦想。当我妈妈追着一个男生，要到美国

degree, my grandmother pulled from her own meager savings and shoved it into my mom's belongings, nonchalantly telling her it was money my mom has earned from her post office job.

Many years later, my grandmother would also immigrate to America, becoming a fixture in my childhood. In our shared bathroom, I'd be annoyed to find out she would sometimes use my toothbrush because when you've escaped the Communists and shared a single lightbulb with 17 people, you can't be bothered by figuring out toothbrush assignments. That was just the type of grandmother she was.

But unlike any grandmother I knew, I would watch her study English for hours every day, with her reading glasses, a yellow pencil, an English workbook and her most prized possession – the "金字典" (The Golden Dictionary). Once, I gave her a child's book of nursery rhymes and she spent hours looking up every word in her dictionary, and writing them into the book in her neat handwriting. Often, when we were out she would grab my arm, and ask what an English word meant, then stop whatever we were doing to find a pencil and her notebook to write it down. She'd also do this to complete strangers.

And after a little while, she got pretty confident with her English - and with no sense of embarrassment, she'd beckon waiters at American restaurants and demand "hot water." And when they inevitably brought back lukewarm water, she'd point to the cup and say clearly "NOT hot." And then, she'd probably steal all of the free saltine packages off the table. This is why she called America "paradise."

去攻读学位时，外婆将她的一点积蓄倾囊给了妈妈，并且轻描淡写地说，这是我妈以前在邮局工作赚的钱。

多年之后，外婆也移民到美国，成为我童年记忆的一部分。我们共享一间浴室，我很气恼地发现有时她会用我的牙刷。我想，如果你逃离了共产党，与17个人共享一个灯泡，你大概也懒得去搞清楚这支牙刷是谁的吧。她就是这样的外婆。



但是她有一个与我所知道的老奶奶们都一样的特点：她每天都要花好几个小时读英文。一副老花眼镜，一枝黄色的铅笔，一本英语作业簿，以及她最珍惜的宝贝——「金字典」，这就是她的世界。有次，我给她一本儿歌的童书，她就花了几个钟头，查字典研究书中的每一个单字，然后用她整齐的字迹在书上写笔记。常常我们外出时，她会拉着我的手臂，问我某个英文单字的意思；然后不管我们正在做什么，她都会停下来找铅笔和笔记本，将我告诉她的写下来。她也会对完全不认识的陌生人，做同样的事。

过了一阵子后，她对自己的英语能力颇具信心。到美国餐馆用餐时，她会毫不羞

Years later, when I had children, my grandmother did strangely sort of become the type of great grandmother you see in American movies - she gave them hugs and played Blackjack with Cole. And she didn't bake but she cooked them pots of Loo Dang, and instead of



sweets and goodies she showered them with the Chinese grandma specialty: cold, hard cash.

And so, this is the type of grandmother I'll remember: A lifelong student who loved to learn. A mother and wife who would stand up to any authority who stood in the way of their well-being. A survivor who would persist through war, poverty, illness, loss of loved ones, and a pandemic, and who would even persist more than a year past when the doctors said we should say our last good-byes.

And I'll remember her as my grandmother, who built a life so that her daughter could go to America, so that my education was never a question, so that my children's lives were filled with hugs and laughter and all of the bananas that they could ever want.

赅地招来服务员,要一杯“hot water”(热开水)。但他们总是只会拿一杯稍微温热的开水回来,这时,她会指着杯子,清楚地說:“NOT hot”(不热)。然后她也许会把桌上所有免费的苏打小饼干都偷偷塞进皮包。这是为何她说美国是「天堂」。

过了很多年,当我自己也有了孩子后,外婆很奇妙的转型成了美国电影中的曾祖母——她会拥抱他们,陪奕宸玩扑克牌。她不会烤面包但会为他们煮一大锅卤蛋。她不会给糖果、饼干,但会毫不吝惜地施展华人老奶奶的专长:白花花的现钞。

总之,这将是长存在我心中的外婆典范:一个孜孜不倦,终身学习的学生。一位母亲与妻子,她敢于挺身对抗任何阻挡她的家人福利的官僚。一位生命的勇者,她没有被战争、贫穷、疾病、生离死别、与疫情打败;在医生告诉我们需要跟她做最后道别后,她仍坚挺了一年多。

我会永远怀念她,一位影响我一生的外婆:她开创的生命道路,使她的女儿能到美国求学,使我的教育从来也不成问题,使我的孩子们的生命中充满了拥抱与欢笑,还能尽情地吃他们喜欢的香蕉。



爱的礼物

王雅娴

2019 年某一天儿子循例隔上一两周总是会打个电话来问候，聊了些家常后儿子问：「妈，你结婚之后多久才生我的？」「我那时候刚来美国还不到两年就怀孕了，一方面高兴，一方面又有点害怕。」「为什么会害怕？」「你爸爸那时还在修学位，我尚在读语言学校，我们只住一房一厅的公寓…。」；回忆五年前儿子挑了我和他爸爸结婚周年同一天举行婚礼，

这五年两人游过想要孩子，我追问，看到群组升级当了婆、当慕，但一想到现气，种族歧视，问题等，没有下是件好事，所以都没问，也许时己也觉得有延头，想要看看爱在电话上我很孩子是天主赐礼物」，若是准一代，你们得自挂了电话之后



山玩水从没提也很识相，不敢妈妈们一个个了奶奶，有些羡慕今世代社会风能资源危机，环保一代也未尝不闭上嘴巴连问间到了他们自续下一代的念情结晶的心理，自然地告诉他，给你们「爱的备好了抚育下己去求「恩赐」。我谨记「少言

语」，千万别卷入儿子媳妇的家庭生活，所以连提都没再提过，但却虔诚的天天为他们祈祷。

2020 年母亲节前，儿子打个简讯要和我们视频，持续了一年的疫情天天关在家里，既不能出门旅行，更不能有家庭聚会，还好现在网络方便，每周三用 zoom 读经分享，每天用 LINE group 和好友念玫瑰经，主日上教堂望弥撒领圣体，少了聚会却多了很多时间，也未尝不是一件好事！儿子既然要视频，肯定是来不及买母亲节礼物，所以秀才人情打个电话意思意思。儿子记得打电话，做娘的就要偷笑了，这种方式送礼，受者实惠。现在到了「随心所欲不逾矩」的年纪，每个月都在捐东西，礼物实在是没有必要了，听老公教完球才一进门，儿子视讯也适时进来，「妈妈，妳 ready

当奶奶了吗？」儿子媳妇灿烂的笑容在视讯的另一端也深深的影响了我。天主俯听了我的祈祷！感谢赞美祂恩许了我的恳祷，这是最美丽的母亲节礼物，更是天主赐下宽仁慈悲的「爱的礼物」！

2021 年三月二十六日小 Ruby 平安顺利诞生在 Milwaukee Froedtert Hospital，重 7 磅 15 盎司，母女均安，只比预产期早了 5 天，我就这么轻而易举当了奶奶，儿子媳妇连「坐月子」是什么都不知道，那我更无需自找麻烦了。一直熬到五月十二日我们才一家人飞到 Milwaukee 儿子家，真实的看到这份来自天主「爱的礼物」。在这之前每天视频看照片，只觉得小丫头很可爱，等到自己亲手抱了她，仔细端详之后，心中那份莫名的感动实在是难以形容！她小小的身体，血液里有我四分之一的遗传基因，Ruby 遗传到媳妇的双眼皮大眼睛，也遗传到儿子婴儿期肚子饿时宏亮的哭声。

我在那里待了 25 天，因为 Ruby 是母乳喂养，所以白天我尽量让媳妇休息而由我照顾孙女。每次抱在手上时，三十几年前的回忆就历历浮现眼前，我不断想起自己来美定居结婚生子的种种，更想起那辛苦把我带大，嘘寒问暖的老母亲。这一年的疫情让我没法回台湾陪伴照顾她；妈妈的听力、记忆力越来越差，加上忧郁症、躁郁症和老年失智这些病痛不断侵袭着她的身体。有一天我也会走上这条路，当体力渐渐消逝，生命走到尽头，新一代会替代我们，这就是生命的延续。儿子自己当了爹，也几次三番提到当年我和他爸爸辛苦的把他带大，感恩之情溢于言表。过去几年因为语言的关系，我和媳妇没有太多的互动，只在过年和她生日时送些卡片以示祝贺，但这一次我们有很好的沟通，让我更了解她真实的内在。我们婆媳之间有了很好的默契和尊敬，这些都是在孙女儿出生之后，我额外收到的亲情。感谢赞美天主有祂的扶持与带领，我们一家人都能够在平安健康中成长，履行自己的生命意义与职责。这一份来自天主爱的礼物是这一年封闭隔离在疫情中对我最大的安慰和鼓励！



全家福

黄发芳

老公于今年四月中，正式从职场上退了下来，每天所思所望都是去哪里玩。眼见老公生日转眼即到，于是，儿子就计划着要带他老爸出去玩。儿子常年在外，我们一直以为他像飞出去的老鹰，平常也不太问候我们，时常让我们有种娶了媳妇忘了娘的感觉。没想到，他的心思是细腻的。他默默地安排时，就先问了女儿，女儿没懂儿子的用意，就跑来跟我们抱怨说：哥哥问她要不要跟他们去玩？她觉得她一个人跟他们夫妻去玩，很奇怪。但我和老公一听就懂了。原来儿子想安排大伙一块出游，但又鉴于这个妹妹的挑剔，所以先征询她的意见。在我们为儿子解说后，女儿还是不信，但她去查了数据后，觉得不错，就答应了要去。儿子这才上网买了全家去的票。

当天我们一家五口起了个大早，赶到教堂去望英文弥撒。弥撒后的圣母加冠都来不及参加，就匆匆忙忙由儿子开车赶赴 Scarborough Renaissance Festival 会场。

到了停车场，看到好多人都精心打扮，几乎所有的女人都头戴花冠，有人也特意地装上翅膀，和尖形的耳朵，衣着更是琳琅满目，让人大开眼界。进到会场里看到卖花冠的，就赶紧让媳妇买个戴上，于是，她成了我们入乡随俗的代表。媳妇也是第一次到这种古英式的环境，所以显得特别的兴奋，她要求与当地的演员合照。他们非常的热情，一吆喝来了一大票穿着中古英式服的人，把小小的媳妇围在中间，她像是个被众人宠爱的小孩。而后，我们看了段现学现卖的宫廷舞，就循着地图找到填饱肚子的地方。餐后，大家各自去玩自己想尝试的游戏。媳妇排了骑小马的队，我一向好奇这弓是怎么射出去的，就排了射箭。5 块美金 10 发，大概才射了 5 发就手指痛得不行，找了女儿帮忙把剩下的都射了。一下两点到了，这是大戏上场的时间，人们陆续的涌来。我们找了个树荫处等着，媳妇钻到了围墙边跟一群儿童在一起张望。当皇后出现在竞技场的观看台上，就揭开竞技的序幕。主审官骑着大白马进场，接着介绍了今天的竞技队伍上场。大家好像是中世纪的观众一样，又是欢呼，又是喝倒彩的，好不热闹。出人意料，最后出场的竟是一名女武士，有着狮吼的功力，大老远就听得到



她的叫嚣，挑衅对方，她骑马的英姿跟男武士有拚。我不知别人，但我的注意力全落在这名女武士身上了。一阵比试，女武士败下阵来，从马上被砍到了马下。一阵厮杀，混乱中我竟被前面的高个挡了个正着。众人惊叫，又大笑；我竟错过了精彩镜头！大戏就在大家的谈笑中散场。

在这偌大的会场中，明显地东方面孔是少数族裔，这让我们提高了警觉性，一家五口再也不单独行动了。媳妇要去骑骆驼，全家围观。老爷要丢斧头，全家上场。

结果姜还是老的辣，小辈一个都

没中。最后，老爷跟老板打个商量，让他拿斧头照张像，老板也很和气就给了他一把斧头，可他却一直回头看镜头，让摄影师按不下录像。好不容易他转头丢了斧头，围观者都大叫了起来，又一阵大笑，因为他随意乱扔，却中了靶心！我们一路说笑，一路退出了斧头区。这回来到了点心区，大家找了地方坐下吃甜点，来了一家三口的白人，戴着越南的草帽，很客气的问了加入餐桌的许可，也和儿子话家常，吃完后也很有礼貌的离开。最后我们一致认为，这里的人都很和气，于是，放下了心防。他们的杂技团也很精彩，不但杂耍很了得，口才更是高明。恨只恨自己英文不够好，没能全部听懂。看完了最后一场 show，也是时候告别这会场了，老公上了车感叹的说，这是一个很好的经验，以前我们怎么都不知道？下次再来就知道要怎么玩了，谢谢儿子的安排，他非常的满意。

女儿上了驾驶座，一路开到餐厅，由于餐厅采先到先服务的方式，不给预约，开回 Plano，在餐厅外又等了将近 20 分钟，到坐上桌已快七点。等上菜，桌上的 chips 都吃了两回，女儿不断地看着她的手机，忙的不得了。终于四大盘的菜及汤上桌了，我们决定把菜先吃了，汤待肚子有空再

说，没想到汤却出奇的咸，于是就决定带回家加水再煮了吃。餐厅送上了生日小糕，点上蜡烛，我们给老公唱了生日快乐歌，再让他许个愿，终于结了帐，可以回家了。

晚餐后，女儿不知在急什么？她开车一路狂奔，开到一半，我们发现不是往回家的路开。我就吓唬老公，「看样子女儿要带你去nightclub 哦！」老公感叹地说：「这是我这辈子过的最长的生日。」女儿一边开车，一边又看手机地图的，吓的一车人都不敢出声，最后，她竟还抱怨转错弯开错路。各位看



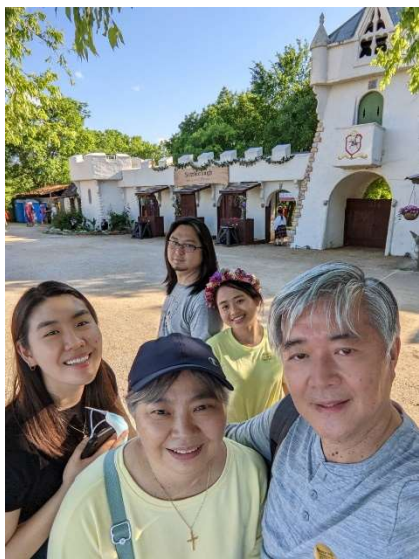
官，可以想象其余一车人的表情吗？就在女儿钻出小路，老公就猜出来她是到 La Madeleine 拿蛋糕来着。那时已近 10 点，女儿迅速下车去拿但却找不到入口，老公看了也着急下车帮忙，我们看他手上还拿着打包带回家的汤，我们一脸狐疑，他为什么还拿着那碗汤？他忙着帮女儿找入口，原来店已打烊，只能提货。敢情是里面的人看到门外有人晃悠，就开了门让女儿进去拿到了她订的蛋糕。

一行人经过了一整天的活动，终于可以回家了。儿子再也抵不住他的过敏，媳妇拿纸巾伺候着，老公上下车拿着的汤，也晃出了汁，好在媳妇坐在中间，俩人的需求都可满足。正在大家安心的踏上回家路上时，说时迟那时快，前面的车突然刹车，女儿急踩刹车，右手还来护着我，怕我飞出去。这时就听到儿子大叫「保护汤」，接着坐在乘客座的我，就听到有东西落在车里的声音，心想：完了，累了一天，回家还要清理车子。之后，我们都没人敢说什么，只想女儿好好的把我们平安带回家。到家后，我第一件事是查汤在哪？老公说：「我一直拿着。」我就觉得奇怪了，那是什么东西掉下来呢？媳妇说，她看到妹妹用手来挡我，坐在中间的她，吓的怕自己飞出去，就把面纸盒给扔了，人就往后挤，儿子用双手保护着她，但却说「保护汤」，她没汤，她感到极其困惑。媳妇一会儿惊恐，一会儿疑惑的表情，逗得我们笑破了肚子。更好笑的是勤快的老公也表现出一脸

迷惑，汤一直在他手上，为什么叫「保护汤」(Protect the soup)? 儿子解释道：紧急刹车时，他立马伸出双手挡在媳妇面前，保护她，他脑子又跑太快，怕汤也飞出去，所以就叫 **protect the soup**。女儿一路专心开车，让我们都能平安抵达家门，想着的是她的责任重大，一天忙下来，大家都累瘫了，她还得打起精神，冲刺到最后给她爸，一个真正的生日蛋糕。我们赶在午夜之前，让老公许愿吹蜡烛时，看得出来他心中的欣慰与满足。

自从儿子上大学之后，我们家常是聚少离多，一年有一个礼拜能团圆，都要感谢天主。而这次因着疫情，让我们一家得以团聚超过八个月的光阴。因着团聚，让我们彼此更能认识自己及了解家人。爱，真的是一件很难说清楚的东西，但「用心」基本上就是在爱了，只是接受的人能不能体会而已。就像这汤的故事，一部车上的人，只因坐在不同的位置，而有了不同的反应。有人清楚明白，有人惊吓，有人想的完全不是这么一回事，更有人觉得莫名其妙，还有人完全抽离。但是因着分享的果实是喜乐是愉悦的，爱就在其中滋生了。

终于女儿感受到哥哥是爱她的，因为她发现哥哥娶了一个小时候的她，他们兄妹之间误会了这么多年，在这些日子的相处下，感谢天主，终于解开了。媳妇虽然不是我们想的，但我们就把她当小女儿来对待，满足她的需求，虽然沟通上因着有限的言语，还是有问题，但是咱们不着急，时间总会让我们看到真象的。感谢天主，给我们相处的时间，让我们每个人在这个家庭中，都能活出自我，发挥所长，彼此扶持，互相帮助。全家团聚是让我们学习彼此相爱——这原是天主的美意。家庭欢乐的氛围，是我们学习的成果，我们以此光荣天主的圣名。阿们！



人生下半场的四旬期朝圣： 简化、净化与圣化

文/图 张宏秀

人生下半场就是把社会、文化、家庭、对自己的期望、肯定与失望清空。净身出户，从此置成败于度外，拥有属于自己定义的人生，活出自己対生命所赋与的意义来。知道自己是谁，适合做什么，喜欢做什么，把自己摆在対的位置，欢喜做自己。以前是努力做别人喜欢的自己，以此来肯定自己的价值，而寻得一份安全感或自我价值感；但是，内心深处总有一股挥之不去的寂寞、莫名的失落、对自己的陌生、无名的愤怒、或是越活越别扭。

对下半场的教友而言，四旬期是准备善终的最好机会，是个善终的暖身。善终的学费是：走一条成全（「你们要像天父一样成全」（玛 5:48））及炼净（教会灵修传统的炼明合三阶段）的路。四旬期帮助我们学习放下、宽恕与不依恋！虽然天国的门是如骆驼穿过针孔般的窄（参阅路 18:25），更是要用猛力争取的（参阅玛 11:12）；但是为人不可能的，「在天主一切都是可能的」（谷 10:27）。我们尽力后，也全心依恃基督的仁慈与恩宠（参阅希 4:16）；所以，我们不是靠自己的努力在获得什么，而是让天主借着我们的努力不弃，施展祂的大能，让基督从黑暗势力中，为天主夺得我们的灵魂！

人生下半场过四旬期的焦点是：

简化：「断舍离」的简化、守「身心斋」的净化、活出真我「爱主爱人」的圣化！

「断舍离」常指不再积存不需要的东西，而将其捐赠或丢弃；但若没有意志上的「断」（决定放下），心理上的「舍」（接受失去），怎会有行动上的「离」（愿意告别）？对拥有的物品难舍，是因为依恋过去或安全感的因素，而让我们失去心灵自由？我们究竟是拥有物品，还是被物品所拥有了？谁是主人？我拥有的那些物品，对生活及生命的影响是什么？我拥有的东西越少，我花在它们身上的时间与精力就越少。当心灵不再充满了我所拥有的东西，或是想拥有更多的东西，我的心灵才有能让天主坐下来

喝茶的空间。如果我付出割舍的痛，也是一个小小的死亡，将会换得心灵的自由与更新——除旧更新！讲白了，四旬期就是准备车库大甩卖的时候，所以在复活节前后，常是小区的车库大甩卖活动的高峯！

当下半场的人完成了工作及家庭的责任，不再有朝九晚五的日子，生活变得轻松自由；但也可能因为没有外在约束，又缺乏内在纪律，而失去平衡，造成今朝醉及自我中心的心灵退化状态。这绝对不利善终！如果要改变心灵状态，可以从改变环境开始。心理学发现：环境就是心灵状态的外显，环境也影响到我们的心灵状态；多数的人都不喜欢生活在影响情绪的杂乱的环境中，外在环境的整洁，也反映了内在的纪律。心灵的简化、净化，从环境的简化开始，简化与净化让心灵变得单纯。耶稣曾经提醒我们：「你们若不变成如同小孩一样，你们决不能进入天国。」（玛 18:3）



其实，「断舍离」的简化带动环境的简化，为下半场的人是实际考虑。下半场的人需要在日渐有限的时间、精力

及注意力中，把握生命的重点，活出充实有意义的下半场；避免为那些与灵魂得救及永生无关的事，疲于奔命或浪费生命！如此才能：「纵使我们在外的人日渐损坏，但我们内在的人却日日更新。」（格后 4:16）所以环境的简化，带动生活的简化；生活的简化，带动心灵的简化与成长。这正是人生下半场的方向。心灵简化了，就能把更多的注意力放在不可见的属灵事上，而不会把心力全放在掌控可见的物质上。这就是灵性及灵修成长、或准备善终的开始！

净化：心灵简化开启了心灵净化，包含情绪的净化，关系的净化，动机的净化，身体的净化。

心灵净化包含了情绪的净化，负面情绪的转化；关系的净化，健康关系界线的建立；动机的净化，符合爱的意图及思维。心灵净化也包含了身体的净化，饮食上的节制。因各种方式的禁食与排毒让身体更净化，而让心

灵更清明有力。这是教会灵修与传统中有禁食祈祷的原因。当身体清空休息、不再有负担，心灵能够更清楚的聆听主。所以守斋，是守身心斋，双重的向度，身心互惠缺一不可，才能建立与天主的亲密关系及协助灵性的成长。

为了达到四旬期心的净化，在和好圣事前，教友关注十诫及七罪宗，把大罪、小罪清单查核一遍，以对号入座，从和好圣事中得到罪赦而有平安；但在此过程中，似乎只忙着注意行为及后果，而忽略了和天主的关系。我们与天主的关系，难道不是信仰最重要的一件事吗？我的罪如何影响我与天主的关系？我需要重新觉察！因为天主看的是心（爱与关系），不只是外表的行为或成果；只有通过天主关系的觉醒与净化，才可能不断地归依天主，基督生命在我内茁壮。我们常常重复告解同类的罪。我自己都厌烦了，难道天主不厌烦吗？其实所有的罪里，都有需要疗愈的受伤经验或创伤。人类共有的创伤就是原罪，原罪也是万罪根源，基督的救恩疗愈原罪。被重复告解的罪，提醒我们去疗愈隐藏于罪中的创伤，这是个常被教友忽略的向度。魔鬼不断利用我们的伤口的软弱来诱惑、攻击我们。所以和好圣事提供的，不只是天主慈悲的宽恕，更是医治创伤的恩宠。依靠祂，我们能够更有力量地面对软弱与有限！



圣化：圣化的效果就是成为爱，使人对天主更诚实及信任，对人更温和良善，更珍惜受造物。

圣化（Holy）使我们活出天主所造的完整的我（Whole），我也以此光荣天主。活出完整的自己，是在圣化恩宠的协助下，通过人的觉察及领悟，让心灵从疗愈、平衡，到整合的历程。

四旬期的生命朝圣之旅是在基督内（祂是道路）走向天主。圣化（肖似基督）是整个四旬期的目的。四旬期是协同被圣神带领的基督，进入旷野

40 天的圣化，所以，四旬期是圣化的历程与工具。四旬期的守斋是为圣化守、为天主守！

但是，天主要什么呢？天主「喜欢仁爱胜过祭献」（玛 12:7）；为此，基督一进入世界便说：「牺牲与素祭，已非祢所要…全燔祭和赎罪祭，已非祢所喜，于是我说：看，我已来到，为承行祢的旨意。」（希 10:5~7）

那么我是不是应该给我所爱的天主，祂真想要的？多多分辨并执行祂的旨意，牺牲自己的意见与喜好。身心斋锻炼意志，使我们有内在自由承行主旨。「尔旨承行」是守斋的果实。天主的本质是爱、是创造、成就与给予。因此天主决不是严厉、监督、不尊重、剥夺、惩罚、爱定罪、让你觉得自己不够好、有罪恶感。



圣化，就是成为爱。先爱天主在万有之上，因为天主是一切的来源，供应我们身心灵所需。我们以有限的人性去爱无限的天主，才能超越并转化有限、活出真我、达到生命高峰的圆满境界。藉由经验天主的爱，才能够向天主去学习如何正确的爱自己；当知道如何爱自己，我们才有能力去爱人如己。圣化使人用天主的爱，代替祂去爱自己、爱人、爱天主所造的万物！

生命是朝圣的旅程！朝圣就是不断地归依！天主是朝圣的终点！四旬期的朝圣是：让心灵因生活简化而单纯，让身心因守斋与和好圣事而净化，让与基督的对话及爱德行动而落实圣化！当下的疫情，惶恐不安笼罩着社会，就如两千年前，耶稣死亡带给门徒的不安与害怕。四旬期的功课，是让我们不断回到基督的苦难死亡，转化生命中依恋、执着，所带来的害怕、惶恐。身心灵的简化、净化，将会帮助我们虔敬、单纯的依靠耶稣，如同门徒们一样，获得来自圣神的平安与自由。

2021 四旬期避靜： 下半场的七线生机——光明与重生

(张宏秀博士主讲) 文/ 刘珊珊

「三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳顺，七十而从心所欲，不踰矩」，是孔夫子教导我们在生命不同阶段的理想状态。四十岁到五十岁是人生下半场的暖身阶段，在中年危机之际，能够不惑的觉醒，将危机化为转机，才能为下半场的人生打好基础。五十岁是下半场的开始，到七十岁之间是所谓的黄金中年，这个时期的主要任务是保持身心灵的健康，以及规划并进入退休生涯。

当我们生命走过半场，面对即将老去的身體，以及老年的各項問題時，如何讓自己維持著自然、自如、自由、自在、自得的心靈狀態，即使當生命漸近最終的時刻，依然能夠平安喜樂的活出真我，優雅的退場，這是每個人都必需準備並且學習的課程。在 2021 年四旬期避靜「下半场的七线生机：光明与重生」中，宏秀老師透過耶穌的臨終七言，帶領我們回顧上半场的生命經驗，在祈禱中與耶穌相遇，並領受天主聖神的醫治。特別是在這四旬期中，準備與基督一起重生，讓復活的光明能量補充我們的靈性，為善終做好準備。

一、寬恕：「父啊！寬赦他們吧！因為他們不知道他們做的是什麼。」（路廿三 34）

寬恕使我們擁有及享受美好的生命，也是醫治的泉源。過下半场時，必須要先做完上半场的寬恕功課。這樣才能成為慈祥、而非苦毒的人，準備好善終。如果我們無法接受或寬恕曾經傷害過自己的人，而持續陷於受害者情結中，那就是活在未愈合的傷口中。所以，一切從寬恕開始。寬恕的功課包括：放下自己的自責內疚，寬恕他人的傷害，以及接受天主允許發生的生命事件。寬恕來自天主的愛，把我們從負面連結中釋放出來，在內心對傷害我的人說：「因為他不知道他做的是什麼」，受傷的感覺就會慢慢消失，才能體驗到內心的平安，及用新的觀點去看這個受傷的經驗，而更進一步為傷害我的人祈禱，讓他從無知的人成為有能力與人相處的人。

二、希望：「我實在告訴你，今天你就要與我一同在樂園里。」（路廿三 43）

無論上半场是成是敗，我們都要接受。或許在下半场，覺得兩手空空，

一无所有、一无所是、一无所能。在面对下半场的老化及死亡的恐惧时，感觉无力无助、沮丧失落。要记得耶稣在我们对死亡的恐惧中，说出「我实在告诉你，今天你就要与我一同在乐园里」！祂要帮助我们吧恐惧变为信心。因此，我们必须谦卑地祈求信心的恩宠。在死亡来临前，求耶稣赐恩宠：让我们接受上半场的一切，往前行，进入下半场，活出真我、活出生命的意义、活出塔冷通、活出爱，藉此与天主在一起，并为善终准备。选择让天主进入，与我们的空虚、失落、无助、沮丧同在，使我们内心充满信任！相信基督必不离弃我，因为祂说，「我与你们天天在一起直到今世的终结」。祂给我们希望，带给我们光明。因为选择基督，沮丧绝望将变为希望！

三、爱：「女人，看，你的儿子！看，你的母亲！」（若十九 26-27）

在十字架下，耶稣把所爱的门徒（我）交给圣母，圣母把我放在她的心中。经过耶稣基督，我们成为天父的子女；经过耶稣基督，我们成为圣母的子女。从圣母圣心到耶稣圣心，是与圣心合一的快捷方式。五十岁以后会面临关系的失落与哀悼、处理关系裂缝的恐惧、以及面对未知的焦虑。这些无法避免之痛、或无法承受之苦，是在邀请我们学习成为自己，让自己的身心灵合一；成为天主的子女，与人及受造物合一；成为爱，与天主合一。我们藉由十字架的恩宠与力量，去面对关系的困难，并整合在内心、在关系中、在生活中的各种对立与分裂，使情绪得到医治、关系得到重建，天人得到合一。

四、信任：「我的天主，我的天主！你为什么舍弃了我？」（玛廿七 46）

人生下半场经历孤独及恐惧的场景包括：失业/财、失婚、失亲、失去健康、失去青春（老化）、失去理想及希望、失去生命等等。在黑暗经验中与被舍弃的基督同在，信任祂对我们的不离不弃。因为祂了解我们的孤独与恐惧，我们才能够勇敢的对祂以抱怨、哭嚎与控诉来祈祷、诉说心曲，恐惧与孤独因此而被转化为信任与信心。

五、渴望：「我渴。」（若十九 28）

上半场的渴望，不同于下半场的渴望。我们怎么处理上半场未满足的渴望？处理来自文化社会家庭的期待？下半场的渴望又是什么？退休的渴望是什么？老年的渴望是什么？善终的渴望是什么？如何才能活出喜乐满足的生命，自豪与平安，自由的做自己？生命中我们曾经或正在经验「我

渴了，他们给我酸醋」，唯有基督在十字架上的爱，能够转化我们内心的愤怒、失望、恐惧、自暴自弃，即是那些酸醋，变成甜水，使我活出满足。更深的一层是：我们需要探索寻找自己的心灵渴望！因为生命是天主给人的礼物，认识并活出自己的渴望热爱，能帮助我们活出自己的生命，及天主对我生命的创造计划。这就是知天命、活出真我、以及活出灵性我的自我实现！

六、疗愈：「完成了。」(若十九 30)

如何让我的生命（上半场 + 下半场）「完成了」？「完成了」是一个疗愈的过程，帮助我们整合内在冲突，转化创伤，平反原罪的影响，使生命得到释放与完整。耶稣在十字架上以圣神浇灌心灵，圣神成了医治的力量及转变的泉源！宝血使天上与地下重新连结及合一。十字架上的宝血让生命疗愈更新！让耶稣在十字架上的爱、恩宠与力量流入我们的心灵，医治心灵：使破碎变完整，使倾斜变平衡，分裂变整合，让身心灵重新连结及更新。

七、交托：「父啊！我把我的灵魂交托在你手中。」(路廿三 46)

在回到天家之前会经过无数的痛苦考验，就如经历小的死亡，又会从中得到成长，就如一个小的复活新生。在下半场中，许多事不是可预防或预料的，因此无法用人的理智或智慧，去理解或处理，让我们常常无法明白，甚至无法接受。在痛苦的时候，我们也常常感觉无能为力，如同经历死亡，所以必须靠耶稣基督帮助我们交托！如同十字架上的耶稣，必须接纳痛苦，才能交托，才不致卡在过程中。「父啊！我把我的灵魂交托在你手中。」，耶稣最后的这句话是祈祷。祂把死亡变成祈祷，把对死亡的恐惧变成信心。因此，死亡是祂祈祷的最高峰，祂在上主慈爱的怀抱里，把自己的一切交托给天父！祂完全的信赖及顺服于天主在过去、现在及未来所做的一切！祈祷是一条改变我们的路，在祈祷中与耶稣相遇，领受祂的圣神，而得到交托的力量。我们的死亡如同耶稣的死亡，在圣神中忍受痛苦，在圣神中进入天主的怀抱，躺在天主温柔的手里，永远被接着、抱着、爱着。把我们的死亡奉献给天主，成为我们的祈祷。在跟天主相遇的时刻，我们跟耶稣一起说：「我把我的灵魂交托在你的手中。」！

下半场生活的学习在于理财、养生、兼差、学习、兴趣、休闲安排与当志工等等。心灵的学习重点则在心灵疗愈成长、厘清界线及角色、重新

认识自己，进而活出生命意义、自我实现、塔冷通、真我。这是答复召叫的阶段，透过祈祷分辨、生活见证与服务，跟着祂走出舒适圈。七十岁到七十五岁是所谓的中老年的转换期(Transition)。如果身心健康，七十五岁是进入老年的开始。要成为一位优雅的银发族，必须学习与老病的共处，更要为善终的灵修深耕：道歉、宽恕、道谢、道爱与祝福，学习放下执着与不舍的功课，学习去关怀与协助临终的亲友。

人受造的目的，是为赞美、崇敬、事奉我们的天主，因此而拯救自己的灵魂。世界上的一切都是为人而造的，为帮助他追求他所以受造的目的。结论是：对于取用世物，常该看自己受造的目的；它们能够帮助多少，便取用多少；能够妨碍多少，便放弃多少。 -- 神操(原则与基础)

参考数据：古伦神父，《受难、爱与新生》(台北：南与北文化，2010)



迎接依纳爵禧年

手 辰

今年农历年后不久，跟一位耶稣会神父聊天时，他说依纳爵禧年要开始了，问我能否帮忙研究在西班牙北部，以耶稣会二位会祖圣依纳爵·罗耀拉与圣方济·沙勿略的故乡，Loyola 以及 Xavier 这二个小镇为中心，用当年的古老传教方式徒步朝圣。由他这么一说，激起了我对依纳爵禧年的兴趣，就多做了一些了解，借用此刊物简短与大家分享。

天主教耶稣会在 2021 年 5 月 20 日开启「依纳爵禧年」。这天是耶稣会创始人圣依纳爵在西班牙 Pamplona 战役受伤的 500 周年纪念，禧年庆祝期在 2022 年 7 月 31 日闭幕。2022 年 3 月 22 日将是它的中心，标示着圣依纳爵和圣方济·沙勿略 (St. Francis Xavier)、圣女大德兰、圣伊西多尔 (Isidore Labrador)，以及圣斐理伯·内利 (Philip Neri) 封圣 400 周年。

圣依纳爵生于西班牙的罗耀拉。出身贵族的他，原本追逐功名，期待成为战功显赫的骑士，不料 1521 年在战场上一颗炮弹击倒了他，也粉碎了他的梦想。经过痛苦的手术，他在漫长的恢复期中阅

读了《基督传》和圣人传记。就这样，天主初次向他招手了。天主圣神赋予依纳爵灵感，决定跟随基督的特别恩宠，到耶路撒冷朝圣，并奉献生命忠实地追随耶稣基督。为了践行帮助人找到天主的志业，他找了一群志同道合的伙伴，于 1540 年成立了耶稣会。为了让我们加深对他这段朝圣之旅的了解，也能从它获取果实，所以耶稣会自 2021 年依纳爵的受伤皈依之日 500 周年起始，到 2022 年 7 月 31 日圣人瞻礼的这段期间称为「依纳爵禧年」。

圣依纳爵留下的著作《神操》，帮助人在行动中默观，在一切事物中找到天主。当聆听上主召叫我们，允许祂因着依纳爵的个人经验而启发，促使我们悔改。圣依纳爵为每一个寻找天主的人，安排了悔改的灵性旅程，这为今日的我们也是真实的。在基督内得见崭新的一切（To see all things new in Christ），藉这个禧年让天主按照祂的旨意来转化我们的生活和使命。

在「依纳爵禧年」期间，是给我们一个更好的机会将耶稣会的灵修根源宣扬出来。依纳爵灵修以许多不同的途径滋养我们，加深和更新我们自己内在的自由和能量，也向我们敞开了崭新和富饶的洞察。正如圣依纳爵所言，愿我们的朝圣道路成为我们在悔改之路的向导。愿我们被鼓舞而敞开心怀，我们需要圣神给予我们对未知之事无畏的勇气，从「依纳爵禧年」所获得的益处将提供我们所有的人去认识、爱慕、跟随万事万物的主。



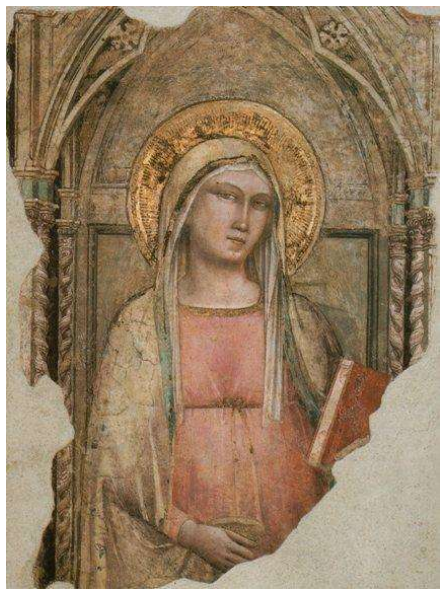
后记：为了让朝圣者清楚知道当年圣依纳爵听到天主召唤，由西班牙家乡出发前往耶路撒冷朝圣所走的路，耶稣会新近规划了一条 Camino Ignaciano（依纳爵之路，英文 Ignatian Way），全长大约 570 公里，由 Loyola（罗耀拉）走到巴塞罗那西北方的 Montserrat（蒙塞拉特修道院），圣依纳爵 1522 年在 Montserrat 停留了几个月，完成知名的著作：依纳爵神操。今日在蒙塞拉特修道院的黑面圣母像，每天吸引全球大批朝圣客，2019 年九月我们一团台湾教友，由达拉斯圣心堂前任本堂程若石神父率领自行开车前往，还巧遇数字达拉斯教友。由于徒步 28 天 570 公里对许多人来说不易达成，耶稣会中华省神父考虑规划只徒步 Loyola 与 Xavier 之间的 150 公里，后段部份以乘车方式进行。

聖母的腰帶

王念祖

在基督宗教艺术中，尤其是在文艺复兴及其以后的时代，圣母玛利亚可说是除了耶稣之外最重要的一个题材，诸如：圣母领报、圣母访亲、圣母安眠、圣母升天、圣母加冕、等等。然而，大腹便便的「怀孕圣母」画像却极少见，仅曾在公元 1320 年之后的一百多年时间内，在意大利的托斯卡尼地区兴盛过。公元 1460 年之后，就再也没有重要的怀孕圣母像传世了。下面这两幅著名的怀孕圣母画像，大约都是公元 1355 至 1360 年间的作品。

左边，纳尔多·迪·乔内（Nardo di Cione）的画让我们看到《默示录》中在天上出现「身披太阳，脚踏月亮，头戴十二颗星的荣冠，胎中怀了孕」的那位女人（默 12:1~2）。



右边，塔迪奥·加迪（Taddeo Gaddi）的壁画虽已受损，但仍能清楚的看到圣母坐在尊贵华丽的宝座上。按犹太传统，在宫廷中母后坐在君王右边的宝座，享有崇高的地位（参见列上 2:19）。因此，将基督君王的母亲尊为天上的母后，自是理所当然之事。类似的宝座也出现在塔迪奥·加迪的其他圣母抱着圣子的画像中。

中世纪及文艺复兴时代画像中的圣母常伴有一本书或卷轴，有时摊开的书卷上还有文字，其象征的意义相当多元、丰富。限于本文主题的范围，我们无法在此详细讨论，就姑且以最常见易懂的解释来看：圣母手中的圣经象征她腹内孕育的是成了血肉，寄居在我们中间的圣言（参见若 1: 14）。

现代人在看怀孕圣母画像时，容易忽略一个特点：圣母上腹部系着一条编织的縫带，因为我们常看到的圣母像，甚至一般描述圣母显现时的相貌，例如法蒂玛或露德圣母，总是系着腰带。但塔迪奥·加迪在公元 1340-1345 年间画的「圣母领报」（右图），并没有腰带。事实上，在十二世纪以前的「圣母领报」画像，都很少见此类型系着有縫头的编织细腰带。画像中的玛利亚，要在回答了天使：「看上主的婢女，愿照你的话成就于我罢！」（路 1: 38）之后，才系上了腰带。然而，早在公元第八世纪以前，就有一个广泛流传，并有文字记载的关于圣母腰带的美丽传说。



相传当圣母的尘世旅途将尽时，散居各处传扬福音的宗徒闻讯都兼程赶回聚在圣母的床榻边，只有远在印度传教的多默宗徒未能到场。在宗徒们的注目下，圣母被天使迎接升天时，在半空中看到仍在路上疲惫奔驰的多默，担心他又会「除非看见，我决不信」（参见若 20:25），就将腰间的縫带取下，抛给了多默，以坚定他的信心。但这个传说的细节有几个不同的版本。本期《葡萄藤》封面采用的十四世纪 Maso di Banco 的画作，在浓厚的东方圣像画（icon）画风中，描述了圣母腰带故事的精髓。

无论不同版本的细节如何，但这故事总不离「多疑的多默」是唯一得到圣母升天具体证物的人。但故事并没有就此打住。相传多默过世前，将圣母的腰带交给了耶路撒冷教会的一位司祭保管，世代相传。十二世纪时，有位意大利人到圣城经商时，娶了一位东方教会神父的独生女（东方教会

的司铎不必独身）。这位神父正是保管这条腰带的后人。后来圣母的腰带被这位商人带回家乡，并交给了托斯塔尼地区的普拉托大教堂（Prato Cathedral）保管至今。现在，这个圣髑每年五次（复活节、圣母升天、圣母诞辰、圣诞节及5月1日当地的宗教节庆）在普拉托大教堂公开展示，供信友瞻仰敬礼。有趣的是，东正教会（Eastern Orthodox）以及叙利亚正教会（Syriac Orthodox Church）也有类似的传统，并各自宣称拥有一条「圣母腰带」的圣髑。



中世纪时，意大利的怀孕女人喜欢在腰腹上系一条编织的綫带，以祈求平安。后来演变成一种传统，这种腰带成为有儿女的已婚妇人的标记。除了这些世俗的象征外，腰带在基督信仰的传统中，也具有象征「贞洁」的重要意义。十三世纪的教会圣师，大神学家圣多玛斯·阿奎纳（St. Thomas Aquinas）年轻时，被他的贵族父兄设计，以妓女诱逼，想要让他放弃圣召。在他奋力抗拒，驱赶了妓女之后，两位天使为他系上了一条贞洁腰带，让他有天主的保护，

再也不会受到情欲的诱惑。在西班牙萨拉曼卡（Salamanca）的道明会女修院，有一幅〈圣多玛斯的贞洁〉画像（见左图），描述了这个故事。

当然，「多默腰带」的传说与东、西方三个教会的圣母腰带圣髑的真实性如何，不是重点。重要的是，这条腰带象征圣母是连系世人与救主耶稣之间的纽带。它提醒世人：「那女人生了一个男孩子，他就是那要以铁杖牧放万民的」（默 12:5），「人将称他的名字为厄玛奴耳，意思是：天主与我们同在。」（玛 1:23）这位始胎无玷的圣母，教会慈爱的母亲，她深知我们也像「多疑的多默」一样的固执、倔强、与软弱，而常以她爱的记号来坚强我们的信心。

我读《圣经中的哀怨传统》

张宏秀

信仰与生活整合的时刻，常是在困境与哀怨中。我们在困境中找到祂的爱，在祈祷的哀怨中挖掘希望。哀怨本身是真正的祈祷，祈祷中的哀怨表达，是一个带领人转向赞美天主圣三的过程！

哀怨与人生

几乎不分男女老少对人生都有哀怨，各自有不同的哀怨。他们也都有哀怨的理由（爱而不得，舍不得放不下、歧视、生不逢辰、天灾人祸、疾病、身体残缺、少年失怙、中年丧偶、晚年丧子等）。这些哀怨全都与受苦有关。所以哀怨是与生命当下或过去的痛苦的经历有关。但是哀与怨又是两件事：有人哀而不怨，有人怨而不哀，有人又哀又怨。

在信仰中面对哀怨

对基督徒而言，信仰并没有阻止我们去哀怨，反而在圣经中（包括圣咏、哀歌、乔布传等）记录了以色列子民哀怨的表达。按作者所说「哀怨传统是以色列子民拥抱痛苦的具体表达」。可见哀怨有其价值与目的，不只是一个负能量而已。面对与表达哀怨，确实是信仰与生活整合的功课。

此外，因为不压抑痛苦而哀怨，也让人体验到其他人的痛苦。特别是社会中弱小和边缘人所经验到的痛苦与哀怨，让我们对最小弟兄姊妹的需要，能够更感同身受。如作者所说，「哀怨者从自身的生活经验走向社会正义，及对其他受苦者的责任」。这落实教会强调的天主的正义、社会正义。没有正义就没有和平。但没有慈悲使正义与爱相随，正义就成了杀人必定偿命的理由！

在哀怨中与降生成人的天主相遇

当人接受真实的自我及生命经验时，自然会在内心和天主相遇。作者以「人走向自己和天主其实是同一条路」来形容。人的内在整合，是与主亲密的基础。



和基督一起面对痛苦的时候自然是会哀怨。能表达哀怨，就是能分享自己，是和基督相遇的条件。能觉察与接纳哀怨，我们才可能表达最真实的感受及痛苦。「表达」肯定了人与神的关系是亲密与真实。我们会跟亲密的朋友诉苦，所以跟祂诉苦，就如与朋友诉苦一般。虽说我们在哀怨中，有可能感受不到祂的临在，但我们仍然以信任与基督对话交谈。这表示在痛苦中，我们仍把祂当做最亲密的朋友。

作者相信「没有天主和我一起无法面对的困难」。当在痛苦及低潮中，若还能向祂表达哀怨，哀怨就有机会被复活的基督释放，我们与祂同行走出低潮，走向生命的疗愈、更新与转化。

祈祷中的哀怨

信仰天主需要从关系的角度来理解，祈祷是基于天主与自己的关系，就是「祢和我」的关系。能够诚实地面对自己和天主，我们才能够真实地面对痛苦及生死，而非靠压抑或转移注意力来逃避。如果祈祷中没有祢和我，祈祷就失去意义。祈祷不是沦于自说自话，有嘴无心的歌颂，就是跟主讨论别人家的事，而把自己消失在与主的关系中。

因为信任祂理解我们的痛苦，祂愿意聆听、接受哀怨的祷声。当我们直接面对痛苦的经验，并愿意和天主分享痛苦时，就会在祈祷中向祂表达哀怨。能在痛苦中表达哀怨，就增加了在失望中保存希望的力量。所以在痛苦中，对祂的救援仍怀着希望。

其实在哀怨中祈祷中，我们肯定了与主的关系是真实的。如果在祈祷中表达自己真实的感受，这就是在祈祷中面对真实的天主的行动。在哀怨地向主诉说中，表达了自己的真诚，而不粉饰太平，也不唯唯诺诺，更不收买贿赂、交换条件。只是对自己的悲伤无助向主坦诚，并请祂速来救助。

面对受苦的经验，不只让我们逐渐地靠近真实的天主，也让我们更能同理近人的痛苦，而能留意并照顾近人的需要，并为近人代祷。近人就是有需要的最小弟兄。谁能想到，祈祷中的哀怨，竟然成了帮助我们爱近人，并因而落实了全心全灵全力全意爱天主的助力！

《圣经中的哀怨传统》

作者：戎利娜

出版：光启文化，2019/12/01

ISBN：9789575469191



熬过了一年的居家防疫和数十载难遇的冰灾，终于等来了疫苗接种和春暖花开。去年的四旬期在疫情新闻每况愈下的焦虑中度过，今年的四旬期虽然疫情向好，其他的各种焦虑却暗流涌动。

随着春天的到来，查经班的几位爱美的美女分享了一些怒放的鲜花照片，也引来无数对美的赞叹。刚好前一天看到蒋勋老师一个主题名为「生命释放之后，便产生了美」的 YouTube 讲座视频。讲座中他提到小时候家里和邻居家之间种的是扶桑花作围篱。艳红的扶桑花虽然每个花季只有几天的时间，但是这个花种却延续了几千年，靠的就是短暂的花季中每朵扶桑花释放生命，怒放后得以散播花粉。他举了另一个花季的例子，说的是某年台南的风铃木盛开到不可思议的地步，引来无数路人止步拍照，甚至引起交通混乱。他就非常好奇为什么那一年风铃木花会那么大尺度地释放自己的生命。后来他咨询了植物学家，才了解到那一年春天天气特别干旱，所以风铃木为了延续自己的物种，就最大限度地释放生命的能量，开出最多最美的花。蒋勋老师的主题是生命的释放为我们带来了美。因为扶桑花是我童年记忆里的一部分，又因为和蒋勋老师是同乡，这个讲座的主题让我回味不已。

接下来 3 月 21 日弥撒的福音是《若望福音》12:20~33。其中一段是：「耶稣开口向他们说『人子要受光荣的时辰到了。我实实在在告诉你们：一粒麦子，如果不落在地里死了，仍只是一粒；如果死了，才结出许多子粒来。爱惜自己性命的，必要丧失性命；在现世憎恨自己性命的，必要保存性命，进入永生。』」麦粒牺牲自己的生命，为的是结出许许多多的子

粒来延续自己的种群，和扶桑花、风铃木怒放生命是一样的道理。延伸到耶稣三十三年的生命和他的死亡，又何尝不是像麦粒、扶桑花和风铃木一样，不顾生命短暂，在逆境中受尽苦难，但是为了族群的延续，把生命能量最大限度地释放出来呢？对于麦粒、扶桑花和风铃木，它们生命的释放也许是出于成千上万年物种生存的生命密码。但是对于有自由意志的耶稣来说，是他自己选择了为爱而以死亡的方式释放生命。我们比麦粒、扶桑花和风铃木世代幸运的是，我们的生命中带着基督传递给我们的生命密码——爱！

那一天 **Sioux Falls** 的 **DeGrood** 主教的讲道核心是要以爱为动力去接受痛苦。完美如耶稣，他也是在所受的痛苦中学习服从（希 5:7~9）。这让我想起数年前陪孩子们参加坚振避静时，**All Saints** 的 **Fr. Alfonse** 的弥撒讲道。他拿出一个十字苦像，指着十字架说：「这是牺牲」，又指着十字架上的耶稣说：「这是爱」，「没有牺牲就没有爱，没有爱也不会有牺牲。」这不就是 **DeGrood** 主教说的以爱为动力去接受痛苦吗？这不也是我们信仰的核心吗？效法耶稣，用自己的生命去传播爱，让别人的生命更加美好，也让爱的生命密码传递到我们子孙后代的生命中。

几天前看到一个名为〈我愿化为海岸山脉〉的短片，讲的是一些在台湾默默奉献六十多年的白冷会神父们。有神父把弟弟给自己治疗癌症的钱给学校盖了篮球场。一位葛德神父在台服务五十多年，自己种菜，一个人服务七个堂区还加上兰屿。一位吴若石神父研究出脚底按摩，为穷人治病，并传授给当地人，以助他们谋生。神父们生活简朴，投身于帮助弱势群体的教育和生活。吴神父平静的一句话：「人生的意义在于减少别人的痛苦，增加别人的喜乐。」让我动容。他们以爱为动力，克服了生活的不适、远离家人的寂寞，把他乡当故乡，爱身边所有的人，把基督爱的榜样活出来了。

在此春暖花开复活节即将来临的季节，冰灾後依然怒放的鲜花再次提醒我们：我们都是耶稣爱的生命密码的传人，愿我们也能以自己生命的释放使这个世界更美、更充满爱！



复活赞颂曲

李翠婷

时光荏苒，距我在 Dallas 耶稣圣心堂复活节领洗的那日，岁月已悄悄地流逝了十五个年头。一开始受到台中善牧堂邀请为信仰做见证时，颇为愕然，毕竟我已算是个老教友，同堂多年大家早都认识我了吧！但最后我还是答应了，或许大家「知道」我，却不一定真的「认识」我，而为基督信仰做见证不是理所当然的事吗？

这见证还得从头说起，儿时我并不懂那是关于生死和生命意义的大哉问，我只是隐隐地感到茫然、若有所失和孤单。我常不解「我是谁？」、「我为什么活着？」、「将来我要到哪里去？」；我不记得有和谁订过契约或答应过要来到这个世上，没有人问过我，我只是不明所以地「在这里」而已。于是，我经常发呆，并不觉周围的人和我有甚么关系。

更具体的说，我常常觉得心里有个「洞」，这个冷冷的黑洞，就像不时有冷风吹过般空虚。它又像一个破了洞的桶子，无论往里头装甚么，最后甚么都留不住。



为了能好好的像别人一样活着，我做了两件事来改变我的「命运」，期使自己不再感到忧郁。第一、我决定「努力去爱人」。第二、我要「自我实现」，创造自己的价值。这听起来真的不错。

我非常用力地去爱人，对人总是信任不设防，甚至以为自己很善良，能接受每一种人。我爱别人胜过爱自己，把别人看得比自己重要。我从来都不知道其实这是一种「讨好」和一种期待回报的「求爱」，我以为只要愿

意牺牲奉献去爱，就能填补心里的那个洞，得到满足和快乐。于是，我爱得委屈，爱得挫折，有时像只刺猬，为家庭关系带来焦虑和情绪剧烈的起伏。周围的人即便摆明着也爱我，竟也无济于事，最后都落入了黑洞里。我的老问题还在那里。

我的第二招就是努力「自我实现」，建构自身的社会价值，亦即「出人头地」的同义词。求学时，我名列前茅；求职时，我过关斩将，击败上千人的竞争者，进入大公司，取得许多人梦寐以求的铁饭碗；当我转进教育职场后，又兢兢业业升任主管，受到优良教师的表扬，指导学生获奖无数。与此同时我还努力创作，至今个展累积十余次，国际联展数十次，出版笔记书两本，画作专辑两本。我被称为艺术家和老师。但心中总传来「我不值得」，那些都不是「我」的否认声音，黑洞作祟之下，我还是无可救药地自卑。

我曾试图解开生命的谜团，在不同的信仰里游走，不管是佛教、密宗、前世今生或算命，甚么都信一些。直到 2004 年来美后，偶遇圣心堂教友，起先是半推半就地进入慕道班，后来却发现真有那么一点意思。听了神的话语，迷雾虽渐渐散去，但却还不足以全然叫我这硬头壳弃「戒」投降。每周六下午，我在慕道班享受着教友们为我预备的信仰知识飨宴，教友们的友爱，让我感到他们确实不同于一般人。

在我慕道的一年半中，发生过两件事，最终使我这颗顽石点头。那是首回避静初体验，在祈祷中耶稣亲自来陪伴我，给了我一连串的神视：白日的森林，我的右手握着耶稣白色的长袍和袖一同走在青草与绿树掩映的小径，我感到身旁的耶稣就是我的兄长，我的身高尚不及祂的手臂。黄昏柔和的沙滩，夕阳留着余温，海潮湿润了淡金色的沙，耶稣与我同行，我们身后留下浅浅的足迹。夜晚的海边，白色的海涛在耳际升落，四周一片漆黑，耶稣与我同坐在篝火旁，我终于看见了祂的脸，火光



闪耀下祂静谧、慈爱而安详。这一连串神视，耶稣虽自始至终不发一语，但祂的温柔却早已叫我泣不成声。

另有一次，清晨送女儿上学后，我独自在一处宜人的住宅区里随兴游荡，饶有兴味的欣赏一户户德州式豪宅和他们美丽的花园造景。没有任何征兆，突然一个声音进入我心里，猝不及防，天父对我说：「我是那样的爱了妳，妳要爱妳自己。」霎时像受到雷击般，我被震慑住了，天父那无以言喻的爱，如醍醐灌顶沛然而降，势不可挡，顾不得光天化日下是否引人注目，不由自主泪如雨下，无法自抑。

眼泪仿佛大雨，清洗了溃烂的伤口，有了这两次不可思议又亲密的经验，我终于看见了雨后的彩虹。我完全降伏了，再没有怀疑。我这顽石被感化，心中的黑洞终于消失于无形。我渴望领洗，变成一个全新的人，属于主基督的人。

渐渐地，我从「自我中心」，转变为由「神的角度」看世界，我对自己也有了较公平的看法，不再为了求爱去证明自己。我知道我不是漂萍，人生并非因缘合和，虚妄有生或缘起缘灭的幻象，我相信苦



难有意义。我知道了「自己是谁？」——我是天主的儿女，独一无二且珍贵。「我为什么活着？」——我活着是为见证、赞美天父创造万物的奇妙化工。「我要往哪里去？」——我要在今世为永生做预备，在每日的生活与永生连结。

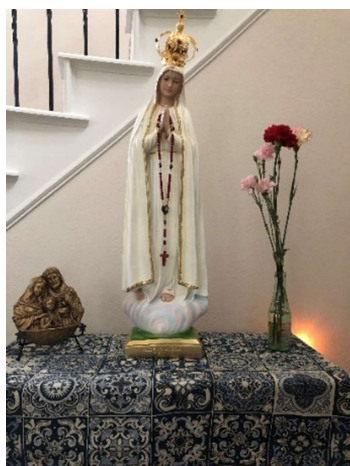
现在我「做」，是在不疾不徐的从容与平安里「做」，用自己的塔冷通见证天主的美善。2007年，我领洗后的第二年，女儿邀月也领洗了。2018年，外子 Geoff 也领洗成为主所拣选的人。这是我「复活」后，耶稣基督送给我的最好礼物。感谢天主！

依依不捨

張光中

5月2日弥撒结束后，看到吕听拖个行李箱到他的车上，我就纳闷了，雅娴立刻看透了我的小心思，她告诉我如果希望请法蒂玛圣母到家里，我可以排队，那时不知什么猪油蒙了心，马上说「我不要」，我想雅娴一定想：「妳是教友吗？不识好人心！」可能比我想的还更糟。是的，我上了车后，就后悔不已，恨死我自己了！我立刻检讨自己：1）信仰不够，怎么说出这种话？平常看的《心灵鸡汤》，听的道理都到哪去了？2）自己的嘴怎么那么快？平常不是常常提醒自己和身边的人要先思后说吗？怎么还是没有管住嘴？回家后立刻以行动表示自己的悔改，联络了主办人。很幸运地，排到两个礼拜后可以迎驾圣母妈妈来我们家。

5/15晚上把桌子放在进门的玄关，桌布铺上，鲜花放在右边，圣三像放在左边，先生问我，外教人会不会觉得天主教徒在拜偶像？我当时没有给答案。5/16迎圣母妈妈回来安置后，家中立刻有安详的感觉，当天下午我开始在她面前念玫瑰经，连续一个礼拜都在圣母像前面祈祷，这跟平常我自己拿着念珠念念有词，体会是「大不相同的」。在圣母像前祈祷，就像在家时跟妈妈讲话一样，她安静的聆听你一天的大小事，我就像一个小女孩似的，回到家有诉说的对象，我的情绪得到了安抚。还有在祈祷时我看着她，可以专心不走神，我把感谢、要求都一一放在我的祈祷中，祈祷完后我的心情得到了平静。每当我们由外面回来时，我们一开门就会说「圣母妈妈，我们回来了，感谢妳！」这让我们回到当年在家时，从外面回来，一开门一定是先喊「妈，我回来了！」那种幸福感满满的美好回忆又回来了。每晚上楼看电视时也会报备，「圣母妈妈，我上楼看电视了。」下楼时就说「我下楼了」。一个礼拜下来就那么的碎碎念，家中的气氛非常的温馨。当星期天要送走圣母妈妈时，真的是依依不舍！一早就把一天要念的几串玫瑰经全部都在圣像前念完了，带着圣母像到教堂去交给下一位教友。由教堂回来进家门时，心中好惆怅，有着送家人上飞机的失落感，家中显得空洞洞的。



我们2018年搬进这房子，一直以来玄关都没有放置摆设品，觉得空旷得很利落，但是仅仅一个礼拜就让我们感觉到我们需要的是怎么了。当我先生提到没有圣母妈妈在家的时候，我相信他已经有了答案。在此我要谢谢雅娴和圣母军给我们这个机会！

谈感受

布衣

童年时曾问父亲：「你认为世上最强的力量是什么？」他答：「思想。」有很长一段岁月，我也这么认同；但现在我有不同的答案。我会说：「感受。」军事家可能说「核武」，凡夫俗子可能说「钱」，基督徒也许会说「爱」，星云法师也许强调是「原谅」…。阿拉、阿门、阿弥陀佛，阿氏三兄弟都可能上榜，答案无对错，完全是见仁见智。人活在世上，有两个东西是一直跟着主人，一个是你的影子，一个是你的感受。某个盛行一时的思想有可能随时代变迁而消失或式微，但感受永远不死。人的感受是鲜活的，是呈流动性的，不论是负面或正面的，因时因地因情境而变。所以我觉得「感受」俱永续性，普世性，装有驱动程序，推动着世界，也左右着人的意志和行动。

美国为什么打二次大战？想想看，在一个惠风和畅正常运行的日子中，夏威夷无预警的突遭日军空袭，那给美国什么感受！？那感受强到最后请对方吃原子弹，给你来个「加倍奉还」！你规规矩矩的开着车，突然遭别人快速硬插进来，吓得你急踩煞车，你是什么感受？！去教堂望弥撒，你为什么不想坐在某人旁边？你对某人一定有个感受。台湾的媳妇几乎都视回婆家过年为畏途，婆家给她们什么感受？你说话时老被别人打断，是什么感受？你被人夸赞是什么感受？…78 亿人口的感受随 78 亿颗心脏，无一日歇息。心脏温度一致，感受冷暖不一。人类的情绪色拉盘中大概涵盖了快乐、悲伤、厌恶、恐惧、惊讶、愤怒、骄傲、羞耻、尴尬、兴奋；它们跨时代、跨种族、跨年龄的存在，是人类最共通的语言。仔细看，这些情绪是负面的多于正面，而人都喜欢活在正面情绪中；换言之，身为人类，是有很多情绪功课要做。

「感受」给我最强大的一次经验是 1993 年参加「夫妇恳谈会」时。这个自周五傍晚进行到周日傍晚，在旅馆住三天两夜的活动，第一讲就是「谈感受」。还记得当时的带领神师朱蒙泉神父说：「把『谈感受』放在第一讲不是一个随意随手，未经思考的安排。葛雷神父是经过多年研究才有了这套精心设计的课程。一开头就从感受切入，是因为感受是很多 issue 的根

源。」那天，从「根」挖起，体会到能辨别情绪，善待感受，才有可能爱自己及他人。曾看过一部电影，讲一个基督教会如何花了多年，救回一个身心严重受创的小女孩。他们一开始就搬出圣经经句，劝她「原谅」那伤害她的人吗？不是；若是那样就错了。「原谅」是终点，不是医治的起点。要先「处理」，才能「放下」。首先，他们做了个加害人男娃娃，给她一根长锥，要她猛刺那伤害她的男人。这么做是要帮助女孩肯定并接受自己愤怒的情绪，用反击加害人来泄恨及拿回自己的 power。当她受害时，整个人是 powerless 的；现在加害者被绳之于法，帮助受害者恢复掌控感是绝对必要的。若情绪不给予生存空间，只是不断灌输原谅之道，跟她说上主多爱她，家人多爱她，耶稣比她还痛之类令人无法反驳的大道理，这女孩的感受就会被压抑和错置。「错置」就是感受不被允许放在对的位置上；就像一个小学生被老师毒打后，还被逼着向施暴者鞠躬，并说一句「谢谢老师」，何其残酷！「劝说」往往效果不彰，甚至引起反效果，令受害者更觉无助。这个教会一开始就自辨别情绪，肯定感受，empower 受害者着手，医治才能真正有进展。中国人的文化、家庭生态及教育是很疏忽感受这一块。家庭里，学校里，职场上很少听到：「这事给你什么感觉？」来开启对话。孩子跌倒了，很多中国父母的反应是说：「不痛不痛，没什么。」立意可能良善，但毕竟是「非当事者」去决定、定义、了结「当事者」的感受。西方父母常是问：「你还好吗？」这就是开放性的问话，让当事人自己表达。我总认为这是西方国家在心理学、社会学、亲职技能的启蒙和发展上超越东方国家。「超英赶美」不能只局限在船坚炮利上。

记得当年上完第一讲，就得到很多参与夫妻的共鸣，纷纷点头如捣蒜，或涕泗横流。我深深体会到，当「感受」在一个安全的环境中允许释放，被得到聆听时，力量之大如电光石火。那个活动让参与夫妇们释放了太多在婚姻中承担的负面感受，委屈随泪水随诉说倾巢而出。虽然有些学员是由于活动才萍水相逢，初次相遇，却因共鸣而很快拉近了彼此的距离，我从没在其它活动中有过这番难忘的体验。朱神父靠他神职及心理专业的两把刷子，试图帮助夫妻们在婚姻中「收复旧河山」。

活动接近尾声时，朱神父给每人做覆手祈祷，那是什么「东东」？我一点概念都没有。我不是教友，不懂所有的教理和礼仪，只是三天来很感动、很感激的被课程推着走。我依样画葫芦的学别人低下头，当朱神父来到我面前，双手往我头上一盖时，我立刻泪如雨下，虽羞赧的想止住，却没有

办法。同时感到自头到脚有股暖流通过，通体好幸福好轻松的感觉。我被这突如其来，莫名其妙的泪水和暖流彻底震撼，「发生了什么事？！」是我的第一个反应。多年后我才了解，那天的「事」是天主亲自临在解去我许多重轭，随泪水而去，祂医治了我。那天的「事」，简单说，就是让我第一次体会到天主圣爱；之后的日子就不曾有过那么强烈的体验。想再来一次这么「重口味」的体会圣爱吗？并不。我认为在稀松平常的日子中去认识祂，体验祂，才是祂要的。天天过年，天天重口味不是好事，只会把味蕾都吃钝了；在家常小菜中体会天主原味，才滋味长远。那年那天已是近三十年前的事了，一切依然历历在目。祂无条件爱了我，主动替我这陌生人开了门，在我根本不认识祂的时候。

说起「开门」，最近还真是有了个相关惊喜！近期有个工人来家做些修缮工作。当他看见女儿房里那张「耶稣敲门图」说：「喔，你家也有这张画，它很有名呢！」我问：「你是基督徒？」他答是，然后就背诵起基督徒几乎都能朗朗上口的《若望默示录》第三章 20 节：「我立在门口敲门，谁若听见我的声音而给我开门，我要进到他那里，同他坐席，他也要同我一起坐席。」背诵完，他说：「祂不会替你开门的。你看图上这门，没有门把，无法开门，所以祂不会替你开门的。」然后对我挤个眼，回头继续干活去了。我呆呆的立在图前半晌，充满惊讶！这幅画在我家 N 年了，我从没留意到耶稣敲的这扇门没门把。这工人说：「祂不会替你开门的。」是他的个人心声？还是意在言外的故说反话？还是他的教会对此幅画的解读？我纳闷着。那个挤眼似乎也寓意深长；可以解读成「说笑啦！」也可解读成「难道不是吗？」他的话很具颠覆性，似乎是落在教会教导的版本之外，我脑袋里的认知区块像突然间被来了个「过肩摔」。教会总鼓励教友跟祂求，向祂叩门，祂必会应允，不是吗？我喜欢这意想不到的一刻，我视这种经验为生活中的小确幸。

之后，我求教于 Google。他说的没错，这张「耶稣敲门图」(The light of the world, 绘于 1851-1853) 中的耶稣是不会替你开门的。它符合《默示录》3: 20「…而给我开门…」的章节内容；换言之，是屋里边的人要开。画者 William Holman Hunt (1827-1910) 作这张画时，就有意表明是他人要开门，耶稣才进得来，所以有意让耶稣无门把可用。这也暗示了耶稣尊重人的自由意志，要不要认识祂，亲近祂，决定权不在祂。然而，那年我在夫妇恳谈会的经验，绝对是耶稣开的门。祂可怜我，了解我连「门那边」

都还没站上，怎可能有开门的动作？所以祂决定先出手救我；往后就看我自己的造化了。

意外下，让我对挂在家里，每天视而不见的一幅画有了真正的认识。我忍不住想，每年造访全世界艺术馆、美术馆的参观者，可能多到户限为穿，但有几人能真的看懂画？解析得出画中意涵？我知道我绝对是门外汉。自己走马看花的结果，不过就是齐天大圣到此一游。即使有一流解说员，我也必落入「上车睡觉，下车尿尿，回家后全部忘掉！」的结果。结婚 20 周年时和外子去意大利玩。带我们参观梵蒂冈和西斯汀教堂的是一位学艺术的台湾留学生。她对著名的画作、雕像都解说完整丰富，口若悬河的如数家珍，没听过一秒钟，全团皆佩服得五体投地。无奈，所有鸭子都一副被填到满而溢的呆饱模样，我这只鸭子，听到后面已把前面填的全吐掉了。还没回到游览车上，我已全部还给她。反倒是前阵子的这种经验，发生在生活有留白的情境下，我能纳肠入胃，从中受益，反刍再反刍。



**COLDWELL BANKER**
APEX, REALTORS®

Yang Song 宋楊
房地產買賣
(469)789-9969 (中英雙語)
homeswithyang@gmail.com

**COLDWELL BANKER**
APEX, REALTORS®



YANG SONG
2021
MAY
1 MILLION
DOLLAR
MONTH CLUB
#1 Woman OWNED
COLDWELL BANKER IN THE U.S.

銘謝個人捐款及工商贊助

《葡萄藤》《主僕月訊》

歡迎刊登各類啟事及廣告

請洽:

楊治財(Linda)

grapevine@chinese-catholic.org



William Davis Realty

James Ling 林之銘 Realtor®

買賣房屋，出租管理

Cell: (817) 726-6700

JamesLingDFW@hotmail.com



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)699-1165



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

Christie S. Lee D.D.S.

1729 Analog Dr., Richardson

預約電話

(972)437-0200

www.christieleedds.com



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



31 霜淇淋店

Baskin Robbins

11700 Preston Rd. #670

Dallas · TX 75230

(S.E corner of Preston & Forest)

Tel: (214)368-3311



中華天主教耶穌聖心堂

Sacred Heart of Jesus Chinese Parish

4201 14th St.

Plano, TX 75074

(972)516-8500

communication@chinese-catholic.org

To: