

葡萄藤

Grapevine
2022年2月第202期



「天主對我們的愛在這事上已顯出來：就是天主把自己的獨生子，打發到世界上來，好使我們藉著他得到生命。」（若一4:9）

中華天主教耶穌聖心堂

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

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

本期目錄

封面画: Our Lady of Providence (主顾圣母) by Scipione Pulzone (ca. 1580)

ii 主编小语

◆ 陈晓茗

神长的话

- 1 有天主在，再大困难也不怕
3 耶稣的爱

◆ 林育明神父
◆ 周 道执事

灵修生活

- 6 灵修拾穗

12 划向深处
14 光与爱

◆ 陈世清
张宏秀
◆ 沈媛宜
◆ 孟晓飞

朝圣实录

- 18 乘风破浪朝圣去 (东游记之一)

◆ 王雅娴

生活分享

- 24 天主的小玩笑
27 专访 — 方蕙阿姨
31 过路天使
34 爱的省思

◆ 王念祖
◆ 本 刊
◆ 王静玲
◆ 张绍曾

谈书论画

- 36 万有引力
39 新书介绍: 一位美国驱魔师的日记
《Diary of an American Exorcist》

◆ 李翠婷
◆ 小玛利亚

☆ 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
排版: 刘珊珊、王念祖

轮值主编: 陈晓茗
稿库管理: 刘珊珊

校对: 朱嘉玲
新闻: 杨治财
网页: 杨漪婷
广告: 杨治财

每当轮值主编，我知道又到了岁末年初的时候。新冠疫情已持续了两年，好像还看不到穿越隧道进入光明的时候。好在作为基督徒，我们有天主光明的照耀，耶稣慈爱的陪伴，不至于在苦难中失去生活和心灵的平衡。这期《葡萄藤》的主题是「耶稣是爱」，虽然我们在疫情中，但天主的光，耶稣的爱一直在我们心中。祂怜悯、伴随、引导、坚固、恩赐和牧养信祂名的人，使他们踏实的走在祂的光和爱中，与祂为伍、与黑暗抗争、与苦难共存。在这样的经历中，我们能够活在天主赐予的平安和喜乐中，并为主作见证！

林神父说：「有天主在，再大的困难也不怕。」他在文中细数了当年中国的大环境、自己的成长过程和天主对他的宠爱。因为天主的爱，使他在人生旅途中由忧伤、恐惧而转为平安和自由，这样的转变只有在信仰内、在天主的恩宠内才能完成。前不久，周执事调往纳匝肋圣家堂服务，他以〈耶稣的爱〉一文向我们报告在新堂区的工作状况，字里行间满眼都是爱。谢谢周执事继续为我们《葡萄藤》贡献文章。

这期《葡萄藤》好文多多。〈灵修拾穗〉是张宏秀博士多年来灵修实战历程的经验和总结，其中很多处都闪烁着智能的浪花。也因为许多年来一直听她分享的缘故，对她很多处的领悟和反省亦心有灵犀。晓飞姊妹在〈光与爱〉中记述了 2021 年堂区举办，由张宏秀姐妹带领的四旬期避静讲座。宏秀姐妹把耶稣在十字架上的「临终七言」和我们人生下半场的「七项功课」结合起来，颇有新意，为走向银发族的我们值得一读。

〈天主的小玩笑〉是《大传组》组长念祖兄分享母亲在世最后几年的心路历程，读来让人泪目。〈爱的省思〉、〈过路天使〉、〈人物专访 — 方蕙阿姨〉都是生命见证的好文章。感谢圣心堂弟兄姐妹的大力支持，不吝赐稿，当中的很多篇幅让我感触良多，其中的泪水和喜悦只有身临其境的人才懂得它的份量，有待读者自己去体悟。

写〈主编小语〉之时，正值 2021 年平安夜。从窗口望去，看到邻居门口繁星闪烁、五颜六色的圣诞灯。正对面车库门上刚好是「耶稣降生」的投影，栩栩如生。此时心中突然涌出很深的祝愿，祈祷平安夜真正成为天主儿女们在世生命的写照，岁岁平安！



有天主在，再大困难也不怕

林育明神父

我的成长期整整经历三个时代，第一是 1950 年到 1966 年中共建国初期到大跃进，第二个是 1966 年到 1976 年的动乱时代，第三个是粉碎四人帮到改革开放时代。50 年代、60 年代的人，经济文化落后，物质较为匮乏，我最大的缺失和遗憾的是没有能够好好上学读书，却经历着一连串的反修正主义、打倒资本主义和反革命路线，砸烂公检法，举报崇洋媚外的卖国贼叛徒和友好外国的主教、神父、修女、天主教教友们。这种无休止的运动占据了我全部的成长期。

我们也有对未来不确定的恐惧和忧伤，害怕失去已拥有的平安。但在这种情况下，我的母亲仍然教导我们兄弟姐妹在晚上全家很小声的一起念玫瑰经，那时我们只能念玫瑰经，因为许多教会的书籍全都被烧掉了。

外在的很多人与事物都可以轻易左右和影响我的心情，因害怕某种不祥的预兆而时常小心翼翼。我只有去山上或到农田大声念玫瑰经，才可以让我放松心情减少痛苦。

似乎我生命的底色原本就是忧伤的，我无法快乐起来。我和所有的教外人一样，因为无知，所以对生活充满恐惧。如果有人知道我们有宗教信仰，那似乎就预示着某种不祥，会打碎了整个一年的平安。那时的自己，其实并没有真正认识耶稣。祂为什么而来？我并不知道，也不在意。我寻求的，无非就是一位能保佑我平安，能消灾免祸的人或神，只是我拜的是耶稣，其他与教外人并没有什么区别。

恐惧不是我所寻求的，我要的是真正内在的平安。但是为什么信仰天主还是有恐惧呢？

在爱里没有恐惧，反之，圆满的爱把恐惧驱逐于外。因为恐惧内含有着惩罚；那恐惧的，在爱内还没有圆满。（若一 4: 18）

我读《圣经》是在医院放射科的暗室里偷偷进行的，因为暗室有红灯。借着这样学习我才慢慢懂得耶稣为何而来，我才开始了解祂是为我们每一个人而来，我们的生命如何因着祂的宝血而被救赎。祂生命的交付，是如何地为我们换回了平安。

我把平安留给你们，我将我的平安赐给你们，我所赐给你们们的，不像世界所赐的一样。(若 14: 27)

我是世界的光，跟随我的，决不在黑暗中行走，必有生命的光。(若 8: 12)

当我越来越相信耶稣的救赎，祂就是为赐给我们平安而来，特别在医院放射科工作的地方，最怕有人知道我是信天主教的人，那种似乎与生俱来的恐惧，慢慢地消失了。我开始变得喜乐平安，即便在困难中、在这样的环境里，也依旧怀有希望。就是在父亲离世时，医院的同事帮我处理父亲的后事，死亡也再不能恐吓我，让我害怕失去。

我在天主的爱内，在祂的平安中。有天主在，我还怕什么呢？体会到一种前所未有的生命的自由，外在的一切都无法再轻易要挟我、恐吓我。圣神与我同在，祂时时带领我，让我体会到我是被爱的。不是因为我行为有多好。这种体会不再让人陷入罪恶的恐惧中，陷入行为的好坏中，而是活在爱内，生命的底色变得明亮鲜活。

这种平安不是人所能给予的，不是世人所寻求的外在的平安无事、健康顺利，这是一种来自生命深处的信任、自由和敞开。

80年代后，我有时会偷偷参加农村民房中举行的弥撒，因为他们知道，天主是爱，农民的亲人们在美好的天堂。看着孩子们，我知道他们在信仰中已获得了属天的平安。

我由祈祷中领受到最大的恩宠是：让我亲身经历了天主的恩宠。恩宠是从上而来的，从天而来的，不是靠我们的努力得来的。我一直很努力地用脑子，我曾经劝说自己，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，二十年司铎生活，升华到内心和潜意识，看到天主是如此用深爱的、欣赏的眼神看着我。我以为我很不好，很糟糕，糟糕透顶；但实际上不是这样的，我在主的眼里是好的，是独一无二的…。我体验到主的心意，祂用许多实际的人和事告诉我：耶稣爱我，无条件地爱我，祂用不同的方式爱我。感谢天主，赞美天主！

耶穌的愛

周道執事

來到納匝肋聖家堂服務已經兩個月了。一切都已經安定下來，在聖事的服務上也能上手，過完年就要開始幫助這個堂區籌辦慕道前期的聚會。他們對於慕道班的運作，和我以前所想的，大致不差。也就是他們的慕道班是從每年七月開始，如果參加的人是在九月以後才來，他們就把這些人放到慕道前期班，然後這些人到了來年的七月，如果準備好的話，就自動進到正式的慕道班。至於那些七、八、九月份已進到慕道班的人，在來年的復活節前，如果準備好，就可以在復活節前夕領洗。他們慕道班的負責人，由教堂雇用在這方面有經驗的職員，並且支付薪水給他們。因此，按照他們專業的程度，自然在運作上比較能够得心應手。

來到這裡真的可以見證到耶穌的愛。舉例來說，這一間教堂真的很不一樣，像一個小型聯合國，這裡的教友是由超過八個不同的族裔組合而成的。說我們的教會是至公的教會，在這裡絕對沒錯。這裡除了本地說英語的教友之外，說西班牙語的當然不會是少數。另外從非洲大陸來的教友團體包括了肯尼亞、尼日利亞、剛果，每一個月，他們分別都有自己語言的彌撒。另外亞洲方面，包括了菲律賓、越南、印度尼西亞、和印度南邦及斯里蘭卡說塔彌兒話的教友團體，每個團體的人數也都很整齊。這間教堂按照正式公布的統計，他們有 2,749 家注册的教友家庭，總共有超過 8,000 多人的教友。我在這裡看到了耶穌的愛真是無遠弗屆——祂愛我們不會因為個人皮膚的顏色，所說語言的不同，和不同族群的歸屬而有所分別。

我們有兩位神父，四位終身執事，和十多位領薪水的職員。這裡還有一所學校，從幼兒園到八年級，師資、學生都很整齊。聖家堂平日早、晚各有一台彌撒，周末有五台彌撒。相比較之下，神父們就比較辛苦。我們執事在周末輪流分攤服務祭台的職責，並不覺得有什麼負擔或難處，更何況職員們在各項工作方面，事前都已經幫我們準備妥當，我們在彌撒或者禮儀之前，只要確定所有的準備沒有錯誤就行了。當然有的時候我們會到得比較早些，自然都會幫忙一起把事情做完。這裡的兩位神父，資歷都很完整，暫代的本堂神父除了有神學院畢業的資格之外，也有資訊工程博士的身分。副本堂神父當然除了有神學院畢業的資格之外，也拿了三個學士和兩個碩士學位。在工作與溝通上，他們都會隨時主動的寫信、打電話、回信、或者回音，有任何變化，他們也會立刻指出並且跟我們聯絡。我們

甚至还有神职人员自己的会议，每个月我们和职员们也都会有午餐工作会报。

在这里大家在一起开会，气氛非常融洽，会议中笑声不断。即便有不同的看法与做法，老美讲话身段柔软，说话的艺术，以及彼此之间，对于工作事务看法的真诚和相互的尊重，值得让人学习。虽然到现在，我还无法完全对上每个人的名字和脸庞，但是有幸能够跟他们一起共事服务，看到大教堂这样有系统的运作与沟通，不能不让我感谢赞美天主。

前两个礼拜看到脸书跳出以前我对耶稣显现给门徒们的默想，感恩之余，不由得让我再一次的回味当初自己的感受和反省，今天有幸借着邀稿的机会，我想借葡萄藤的一角，分享给大家：

「耶稣显现给门徒们，
给他们看他手脚肋旁的伤痕，
门徒们透视洞穿的伤口，
白里透红还隐隐的泛着墙上昏黄的烛光，
怀着内疚的心，
有的说：『主，既然祢都复活了，可不可以抹平祢的伤口？
好让我们不再揪心。』

耶稣微笑着说：『傻孩子，我的伤口是人的罪恶造成的，
但是，却也让你们知道，
人的得救，
正是因为，
我扛负了人的罪恶。
伤口留着，
是让你们能够正视这些罪恶，
穿越它，
而不是抹平了，
忘掉它。』

有人大胆的问祂：『主，还痛吗？』

耶稣说：『我还有更痛的地方。』

『那里？』

众人陷入一片寂静的沉默，
等待着耶稣的回答。

半响之后，耶稣张开了口：『我的牺牲为有些人，是白白的牺牲，浪费了！』

『但是，我还是心甘情愿，为他们一次而永远的完成了祭献。』

『天啦！主，是我们吗？』

耶稣不再说一句话，
祂抬头望着遥远的天际，
那神情，
好似穿越时空，
贯彻古今。
这，是耶稣的爱。」



特此感谢本期收到的捐款：

王萍影姊妹	\$300
盖毓芳姊妹	\$100
张贝芬姊妹	\$300
唐甘贤姊妹	\$50
万建心弟兄	\$200



读者来函（摘录）

《葡萄藤》年年精进，内容日益丰富精彩，是我的精神食粮之一，获益匪浅。非常感谢你们费心编辑排印。

兹附上支票两张：\$300 for 《葡萄藤》，\$200 for 教堂维修。请查收及代转。

祈主佑平安，恩宠满溢。

贝芬 贺

灵修拾穗

陈世清、张宏秀

（之一）

我的五十「知天命」是什么？

1. 明白了所经过的风风雨雨，所走过的千山万水，所尝过的悲欢离合，所无法承受的不忍与不舍，是为了什么？因此愿意与过去、与生命、与父母、与一切和好。坦然接受生命中，所有的不速之客！

2. 终于了解自己的性格及命运，是如何被环境所影响、塑造。也看见天主所恩赐的能力、美德、神恩与天赋，包括已经发挥的、尚未发挥的。

3. 因知天命，而顺天命，安心自在做自己；做天主要的自己，是承行主旨的开始。

做自己，活出真我，也是条与天主同行的路。这条道路是基督（道路、真理、生命）！

生命中的许多时刻，当我活出自己（天命）时，我更容易成为耶稣的手与脚，去做祂想做的事，去祂想去的地方，去爱祂想爱的人。这是不断与基督同化的旅程。

（之二）

六十的「耳」如何顺？

六十耳能顺，因为活在只有我与祂的两人世界，没有三角（我、祢、他/他们）关系。

1. 只要别把自己当回事，对别人怎么看我、说我、期待我别太认真。我就不用在祈祷中，跟祂诉说我的烦恼。毕竟我是为祂而活，不要因人而来的烦恼反客为主。

2. 我不要自以为是的判断别人，不要对别人尊重不足、热心过度，以致跟祂抱怨一堆。如果抱怨，祂的抱怨一定比我多，我却要祂听我的抱怨，我也因此失去与祂交谈的时间。

3. 最重要的是：了解天主（而不是别人）怎样看我，聆听祂要对我说什么？

4. 我不要管天主与他人之间的事（我不判断天主对别人公不公平。我也不介入人们对祂的想法、感受，除非我被询问）。

5. 我只管弄清楚了，祂要我对他/他们做什么？说什么？

6. 我只管弄清楚了，祂怎么对待我？祂希望我怎么对待祂？我希望祂怎么对待我？

（之三）

当下，我如此强烈的感受到：

生命 — 我在世界上的时间，

正在从我眼皮子下流逝，正在离开我，

这带给我威胁与急迫！

我知道，

我将渐渐地失去一切，最终是失去这个世界。

幸好，

天主，在藉由主耶稣基督，在祂内，赐我的属灵恩典！

我明白了，生命本是有得有失；

在不断失去现世生命之时，也是不断得到属灵恩典之时。

（之四）

在千年相传的弥撒中，我体验到弥撒中圣经经文及圣事之外，二千年来基督徒积累的灵修经验，也以简单平凡的语言，夹藏在弥撒的祈祷中（集祷经、答唱咏、献礼经、颂谢词、领圣体后经），如遗世独立，启发并丰富了我的祈祷方式与维度。

教会不只是建筑、组织、制度、仪式、传统。

教会是由一群人，一群跟随基督的人，一群跟随祂的，有名或无名的圣人、圣徒，口传心授、薪火相传的信仰团体。

有一天、如果教堂建筑倒塌，教会组织瓦解，圣统制度破坏，千年传统不再，教会还能继续存在？

我相信、基督徒不会消失，因为基督不会消失！只要耶稣的爱及教导（我跟你们天天在一起，直到今世的终结）不消失，教会就不会消失！只要我们跟耶稣的关系在（我们活在基督内、圣心里、圣神中），耶稣就活在我们中间，教会就不会消失。

（之五）

愿我（们）：不要忘记，耶稣亲吻了我（们）的每一个伤口；

祂以宝血覆盖这些伤口，

医治伤口；以圣神活水，清洗伤口，

使我（们）的伤口，成了自己及别人的生命福源！

（之六）

存在于「临在（To Be）」与「行动（To Do）」之间

疑惑多年、挣扎多年，终究发现，行动与临在之间，不是非黑即白的冲突，而是有层次的兼容。

原来，行动是临在的一种「方式」，但不是唯一的方式：

临在大于生命中的成就、能力、拥有、角色、问题、痛苦、挑战。

当我超越用目标、效率、结果的心态，而以「过程」取向的心态去行动，

行动是临在的一种「表达」，

行动与临在之间并没有冲突！

行动需要在临在的「意识」下进行，行动才不致与「生命核心」失联。

临在意识中的行动，增加我们对天主召叫或旨意的「敏感度」，

人更能在柴、米、油、盐、酱、醋、茶中，有意识的答复天主。

其实、无论是有行动、没行动，我都意识到：我临在于天主内，天主临在于我内。

人生下半场(50+) 要活得「自然」与「自如」, 才能「自由、自在」与「自得」!

做自己做得很「自然」, 不觉得我缺少了什么 (I am not less), 也不觉得需要比别人多什么 (I do not need to be more), 我就是我, 我要当自己, 活出自己的独特性(天主的原创性)! 如果感觉做自己是容易的, 跟自己的关系是自然的, 没有违和, 当别人跟我在一起时, 也感到自然。

能自然地做自己, 自然地存在着, 当面对人生高低起伏时, 虽无法控制外在状况, 必能用内在的力量、智慧去面对生命处境。能在各种处境中, 不受太多外在影响, 如我所是的活着。这就是「自如」。我希望万事如意, 一切「如我意」。我的「意」, 不过是我的意念、想法、渴望, 其实都是可以调整的、有弹性的。如果人生「不如」我意, 是因为我对「意」的执着, 反而让我被外境所掌控; 到头来才发现, 掌控我的, 原来是自己的意念! 难怪孔子说: 毋意、毋必、毋固、毋我。

能自然地做自己, 在各种状况中感到自如, 更容易在心灵里找到自由, 而不被任何境况所掌控、奴役。然而人性是软弱的, 需要在基督对生命的医治与释放中建立自由。耶稣基督就是来「解放」让人不自由的枷锁, 因此人能够超越所有的不自由, 「自由」就是信仰的核心!

当能自然、自如、自由, 必然更能活在每个当下, 而非活在过去或未来。能够真正的活在我的身体里, 活在我的感受内, 活在我的生命中。当真正的活在每个当下、及每一天的生命里, 我经验到: 天主就在每个当下、在每天的生命里。我在、天主就在。如果我没有真的活在生命里, 我也很难找到天主, 因为天主是生命里的天主, 不在那里而在这里, 天主住在我们的「方寸之间」。

最终、我活在自得之中, 从心灵及生命中得到幸福满足, 而不在外面寻求、抓取。能够自得, 因为我发现: 人生的路上, 所有需要的资源、恩宠、智慧、工具、力量、保障..., 天主早就放在我的内在生命中, 一样不缺、一无所缺、一应俱全。

只要我能自然的接受自己, 在生命处境中学会自如, 不断靠基督找到自由, 活在每个当下, 必能体验「唯有源头活水来」的自得。

（之八）

依 40:3-4 的灵修

你们要在旷野（心灵）中，

预备（靠圣神，清除一切与天主间的阻碍）上主的道路（耶稣是道路），
在荒原（灵性生命）中，

为我们的天主修平一条大路（highway, “make level in the lowland a highway”）。

（在低地 — 人性与灵性中，筑起高路 — 基督的道路。基督是道路，这是与基督同化的路，也是基督带领我们走向天主的路。）

一切深谷（我的心灵空虚）要填满，

一切山陵（我的私欲偏情）要铲平，

隆起的（我的心理不平衡）要削为平地，

崎岖的（我的未愈旧伤）要辟成坦途！

（之九）

我相信，真正追求心灵成长及永生（灵魂得救）的人，

不以追求名誉、权势、能力、利益、成就、关系、知识积累、享受人生为生命目标，

人能够更全心全意的，把注意力，放在天主圣三，日起有功。

如此、越来越能在生活细节中，感应天主的临在与参与，

也体验到天主无所不在、滴水不漏的临在功力。

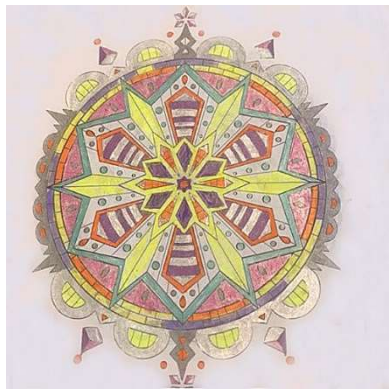
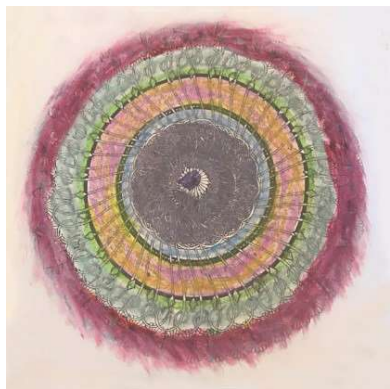
（之十）

分辨（陈世清）

在一件事情上，当我们去分辨什么是可以改变，什么是不能改变之前，我们要先决定这件事情值不值得我们花精力去改变。

人的一生，只有两件事情是永恒跟着我们一辈子的 — 生活习惯和家人关系。这两件事，才是值得我去修复和改变的。

其他事情，例如工作、朋友、事业、名声、金钱，这些东西是随时会改变的，是不值得我们花精神精力去改变，因为你今天改变它，明天它又变了一个样。



圖：本文作者張宏秀博士手繪曼陀羅

划向深处

沈媛宜

有点凉意，阳光明媚，感恩节前的星期三清晨，7点多，开车上 190 高速路。大约 25 分钟的路程，到达了 **Grand Prairie** 的圣家修女会修院。先入眼帘的是修女们的院所，再顺路往内驶入，便是一个美丽的大湖，和一大片开阔的草地。我停车在湖边，背后的建筑，是开放给民众的避静退省中心。



避静中心有三层楼。一楼有圣堂，图书馆，数间大、小教室。一个小厨房，可以自由泡茶，冲咖啡，也有零食自行取用。厨房旁边的用餐间，坐下来，一大片落地窗，面对着湖边美丽的景色。另外还有一间小小的礼品店，可以找到许多的书籍，小摆饰。合适的，自由奉献之后，就可以带回家。二楼是卧室区。多是二人一间，每间都有卫浴设备。在一个转角处，正是圣堂的上层。可以直接从二楼的这个区间进入圣堂，面对着圣体龕和祭台，不分昼夜，随时可祈祷。

上到三楼，是一条长廊，两边全是落地玻璃窗。修女在这长廊上，放上许多张摇椅。在这里，近看修女们整理的庭园，或远眺开阔的平地，感觉天空的云朵，离我好近啊！长廊过去，便接到修院。在那里的大圣堂可参加早上 7 点的弥撒，和 11 点的朝拜圣体。圣堂出来，走廊尽头的大餐厅，是修女和避静者的用餐地点。

在熟悉了环境之后，就是自己安排今天要如何享受跟主在一起的时光。宏秀之前告诉我，修女也提供个人的灵修辅导，我安排了一个小时和修女见面。



先去喝了杯热茶后，直接上到三楼的长廊，决定好哪张摇椅和哪个角度的风景，开始了晨读和默想。到了10点钟，依约来到一楼的房间，和修女约谈。修女是波兰人，说话轻声细语，和蔼可亲，我很自然的告诉她今天避静的重点和安排。天主圣神的眷顾，她告诉我两个祈祷的方向。其中之一，是当我再度去到默想的一个场景时，邀请主耶稣陪伴我去那里。我在下午的默祷时，记得邀请主耶稣，当时给了我很大的恩宠和疗愈。

午餐是由一位波兰女士准备的。可口，清淡却是一口接一口的美味。其他姊妹们也分享了前一、二天的好吃的餐点。

下午，气温回升，阳光温暖，我到户外，绕湖散步。湖边有一些圣像，随时都可以停下脚步祈祷。有一条干的河道，布满了石头，两旁种了高大的树木，可以一路往前行，看不到尽头！这时想起了主说「划向深处」！但是我决定等下次有伴一起，再「走向深处」去探索看风景，今天就守在湖边附近！

这么享受的时光，却飞逝到难以想象！渴望着与主下次的划向心灵深处的相遇！



光与爱

孟晓飞

今年3月（3/13/2021）本堂教友张宏秀博士，带领了耶稣圣心堂四旬期的避静，希望在四旬期带给大家一个内心的朝圣之旅。避静讲题「人生下半场的七线生机」。初听到这讲题，心里非常振奋，因为自己进入人生下半场有一阵子了，需要一些生机来带动自己往前走。避静后受益良多，特将摘录的一些内容与大家分享。

宏秀老师把耶稣在十字架上的「临终七言」，连结了我们人生下半场该做的「七个功课」。

1. 宽恕：「父啊，宽恕他们吧，因为他们不知道他们做了什么。」

当我陪伴十字架上的耶稣，让祂对我说话，在宽恕中，把我从负面的连结释放出来。我呼出负面思想、负面情绪和身体疼痛，吸入天主的爱、耶稣宝血，让圣神之光充满我，把情绪上无法接受的，诸如自己的内疚、自责交托给十字架上的耶稣基督，并赞美感谢十字架上的耶稣基督。

2. 希望：「我实实在在告诉你，今天你要和我同在乐园里。」

当我选择基督，我的沮丧、绝望将变为希望。藉由每日经验祂及祂的爱，我的头脑、心灵、意志一致的相信耶稣基督。

3. 爱：「女人，看，你的儿子！」「看，你的母亲！」

学习：

1) 成为自己（与自己内在合一）

2) 成为天主的子女（与人及受造物合一）

3) 成为爱（与天主合一）

祈祷：天主，用祢的爱充满我，用祢的爱医治我的恐惧、害怕、否认和背叛。如果我对不起我自己，对不起祢，或对不起别人，请不要让我落入绝望，让我能藉错误和软弱打开我自己。

我借着失望和受伤经验，接触内心爱的泉源。在这泉源中，祢的爱贯穿并转变我，让我透过默想祢的十字架，拥有一种能够连接的爱，连接在我

内心、在关系中、在生活中的各种对立面。让我知道我可以随时带着我的不安和自责，来到祢面前，可以在祢胸前休息，在祢身边和祢内找到平安。

4. 信任：「我的天主！我的天主！祢为何舍弃了我？」

在人生下半场，经验孤独的场景，诸如失业、失财、失婚、失亲、失去健康、失去青春（老化）、失去理想与希望、失去生命。我们常常感到要一个人面对，或无法被安慰而感到孤独。当我们面对孤独的时候，心中充满恐惧，我们与被舍弃的耶稣同在，信任耶稣对我们不离不弃。耶稣了解我们的孤独与恐惧，我们能够勇敢的面对耶稣。以抱怨、哭、嚎与控诉来祈祷，因此恐惧与孤独被转变成信任与信心。

祈祷：仁慈的天主，祢的独生子为了我，把自己交付死亡，让我以祢的牺牲与交付，成为我生命的力量！

5. 渴望：「我渴！」

我们渴望被爱和被关怀、活出生命。在人生下半场，越来越意识到灵魂深处的渴望，渴望灵魂的活水，生命的丰盛而不空虚，我们有对爱最深的渴求。我们下半场的渴望是什么？退休的渴望是什么？老年的渴望是什么？善终的渴望是什么？活出喜乐，满足的生命。自豪，平安，自由地做最好的自己。下半场藉由信仰，活得自然、自如、自由、自在、自得。在内心深处找到自己。你自在，天主才在！接受自己，才能接受天主，内在才有活水、泉源。「我渴了，他们给我酸醋。」如何处理人生下半场的酸醋？我经验到别人也无法给我水，反而给我醋。基督在十字架上的爱，转化我们内心的愤怒、失望、恐惧、自暴自弃（那些酸醋）变成甜水，使我们活出满足，而没有遗憾。

6. 疗愈：「完成了！」

主耶稣，我们在圣体圣事中享受祢的爱，让我相信圣体圣事中爱的疗愈力，把匮乏的恐惧、不被爱的恐惧变成感谢！所以我能用新的眼光看我的生命。看人生下半场，看匮乏，消除了我最深的饥饿与干渴，让我在祢的爱内，心灵获得平静安宁，如同断奶的幼儿在母亲的怀抱中。耶稣十字架上的苦难完成了，大功告成！圆满完成表达了基督十字架上的爱与救赎，耶稣十字架的爱流入 Flow in 心灵，破碎变完整，倾斜变平衡，完成了我们内在的整合，身心灵重新连结，变得健康。让祢的十字架成为我生命与爱

的泉源，成为希望的记号。呼求耶稣宝血，医治我身心灵，吸入圣神的光，光照我每个细胞和身心灵，吸入爱，呼出感谢和赞美。

7. 交托：「父啊！我把我的灵魂交托在祢手中。」

耶稣最后这句话是祈祷。耶稣把死亡变成祈祷，把死亡的恐惧变成信心，死亡是祂祈祷的高峰，是祂在上主慈爱的怀抱里；耶稣最后把自己的一切交托给天主。祈祷是一条路，改变我们的生命与死亡。在祈祷中，耶稣的圣神充满我们，使我们得到力量。我们的交托是顺服、谦逊、虔诚，让我们了解自己是誰——我们如同耶稣，在圣神中忍受痛苦，在圣神中进入天主慈爱的怀抱中。死亡就是躺进天主温柔的手里，永远被接着、抱着、爱着。跟天主相遇的时候，我们跟耶稣一起说：「我把我的灵魂交托在你手中。」在回到天家之前，在人生下半场，会经过无数的痛苦考验。在下半场中，许多事不是可预料到的，无法用人的理智或智慧去理解或处理；常常无法明白，甚至无法接受。靠耶稣基督，帮助我们交托。在痛苦中常常感觉无能为力，就如耶稣在十字架上；必须接纳痛苦，才能交托。主耶稣，祢为我们受死，你转变了死亡的孤寂。请让我知道，在我面临死亡的时候，祢也会与我同在，你会接纳我。请赐给我恩宠，让我可以在祈祷中战胜在生命终点所有的挑战。请进到我内心的黑暗中，请祢用光和爱照亮这片黑暗，让我在祈祷中，将这个不敢正视的死亡深渊交托给祢；让我相信，没有任何孤寂是祢爱的话语无法达到的，也没有任何黑暗之处是祢无法照亮的。

接着在 5/15 及 5/21，宏秀老师又带领了「人生下半场的光明与重生」讲座，把人生下半场分成：

50-70 黄金中年（退休前一退休的生涯）

70-75 中老年

75+老年（优雅的银发之年）善终

下半场的主要责任：



1. 身心健康 — 理财，养生，心灵疗愈成长，厘清界线及角色，重新认识自己，活出意义、满足，活出塔冷通，活出真我。

2. 退休准备 — 兼差，学习，兴趣，休闲规划安排。

3. 答复召叫 — 祈祷分辨，生活见证与服务，跟祂走出舒适圈，保持年轻心态。

4. 老化与善终 — 与老病的共处灵修，道歉与宽恕，道谢、道爱与祝福。放下执着与不舍的功课，学习去关怀与协助临终的亲友。要厘清界线及角色，不要把自己的情绪丢给别人，或把别人的情绪带给自己，以致失去平衡。天主对我们的期待不多也不少，不会超过能力所及。天主给我们的塔冷通我们要使用它。

学会与老病共处，与耶稣一起走过苦难，与天主安静在一起，学习灵修，安静聆听，活出天主造我们的样子。我的生命就是天主的彰显，天主的管道，把正能量带给他人。宏秀老师也特别提到为什么要静默祈祷由闹（不同的声音）中取静？

定（身体五官停下来）

静（把心憩息在圣心内）

安（存留在基督的平安中）

虑（以祂的智慧考虑分辨）

得（永恒的生命及做好的选择）

只有在静默时，天主才会出现。静静的漫游在内心深处，就会找到真正的自己！

非常感谢宏秀老师的两次讲座，指引了我人生下半场该做的功课，洗涤了我的身心灵，让我受益良多！希望借着《葡萄藤》，让未能参与讲座的兄弟姐妹们受惠。

感谢主！赞美主！

参考数据：

《受难、爱与新生》古伦神父着，吴信如译（南与北文化出版社）

乘风破浪朝圣去（东游记之一）

王雅娴

因疫情之故已有两年没出游了。爱玩的昕老公经常在计算机前怨声载道，他只要一看到有 **good deal** 就恨不得拎着皮箱出门，但常是「剃头挑子一头热」，不晓得被我泼了多少次冷水，但终于在 2021 年十一月中我们踏上了旅途。能让我点头的理由是去「朝圣」，其中包括了西班牙的圣家堂和黑面圣母，以及全世界第二和第三大教堂。游轮从罗马出发，经过四个国家、八个港口后横渡大西洋回到纽约，全程共计十五天！

Wednesday, 11/17, Dallas to Milan: 达拉斯经纽约、在联航休息室坐了两个小时后登上飞米兰的波音 777。加哩程升等到豪华经济舱，两人座宽大舒适，心情好，胃口也好。飞行八小时，越过欧洲屋脊阿尔卑斯山之后，在周四早晨降落米兰机场。昕老公熟门熟路地买了火车票，左拐右转再下楼找到了进市中心的火车。到站后，大约走 300 公尺就到了旅馆。精致的欧洲典型旅馆就在市中心，非常方便，只是电梯很袖珍，一个人加两个箱子就塞满了。路边都是咖啡厅，享受了正宗的卡布其诺，还有拉花才 1.5 欧元，又找到两家超市买了水果、甜点和水。超市响应环保和自然生态保育，早已不提供塑料袋，不知美国人何时才能儆醒对环保的责任？进入餐厅要戴口罩并出示疫苗注射证明，记得出门前一天去 Costco，几乎有一半的顾客不戴口罩，餐厅、酒吧、学校仍以宪法自由为借口不戴口罩、不打疫苗。个人的自由却妨碍了疫情的控制，这叫自由吗？晚上享受了一顿



地道的意大利餐，还点了酒。感谢天主在疫情期间仍能让我们开心的旅游、吃喝。主！感谢赞美祢！

Friday, 11/19, Milan, Italy: 旅馆提供可口的早餐，并强调若一天不用收拾房间、不换毛巾就为我们种一棵树！了不起的创意，令我对意大利人刮目相看！听老公拿着手机定位，一小时脚程来到米兰主教座堂。这是世界第二大教堂，因是平日，所以教堂前广场上的人群还没有鸽子多，拍照的观光客和地上的垃圾、口罩和喂鸽子的食盒成正比，真心来朝圣的又有几人？米兰大教堂，世界排名第二，仅次于罗马圣伯多禄大教堂，门口检查注射证明严过检查皮包。地陪仔细地为我们介绍：教堂中的巨型彩色玻璃令我惊艳，从屋顶到地面一共五扇长窗，每窗皆有 150 片以上的彩色玻璃，描述新、旧约中的圣经故事。进门右手边第一扇彩色玻璃的正上方有一个小洞，阳光透过小洞，准确地照射到地面瓷砖上的动物（狮子、螃蟹...从春分、夏至、秋分到冬至），这是第二次惊艳。教堂里的大理石、雕像、教宗的石穴多到不计其数，他们真的都已升天常侍天主之侧，抑或是仍在炼狱中等我？

主耶稣，我漂洋过海来看祢，却不幸没能看到「最后晚餐」的真迹。阴错阳差我的名字在变更旅游行程时没有被登录。当



导游一再联络旅行社但以失望的表情看着我时，我的情绪由愤怒、遗憾到难过而泪洒「圣母恩宠堂」。但就在那一刹那间，似乎是一道光又或是声音突然浮现在我的眼前，我听到、看到、感觉到这样一段话语：「我不在十字架上，我不在教堂里，我在你心里！」我愣在那儿，分不清是游客的喧嚷声抑或是导游在边上试图解释旅行社的失误。我冷静下来，心里再默念

了一次：「我不在十字架上，我不在教堂里，我在你心里！」这时我才猛然警觉到是主耶稣在对我说话，因为祂是用第一人称的「我」。这不是幻觉、更不是我自己想的！我释然了，更了解了祂的用意。从接受、交托到放下，历时不到十分钟，我再次泪流满面但却是喜悦且开心的眼泪。主耶稣，我懂，也愿承行祢的旨意。总是有机会再来米兰瞻仰 Leonardo Da Vinci 蛋彩画（tempera）的最后晚餐湿壁画！

离开圣母恩宠堂我问听老公说：「如果我现在画一幅画，几百年以后是否也会出名？」听老公瞥了我一眼，平静地说：「那妳最好先祈祷在妳『蒙主恩召』以后儿子、女儿别把妳的大作给丢了。」黯然！

Saturday, 11/20, Milan to Rome: 今天从米兰坐高速火车到罗马上船。在欧洲坐火车非常方便，只是无法接受乘客带狗进站，却任由牠们随地大小便而不清理的行为。没有公德心且无同理心，太过份了！昨天才以意大利为荣，今天又把人家骂得狗血喷头；是我善变还是世上真的没有完美？看来有人的地方就有麻烦！抽烟的意大利人多过美国肥胖的人。欣赏他们男士的外型和时尚，套头高领毛衣搭配一件短大衣，装饰性的围巾配上一双斯文俊俏的皮鞋，太帅了！在美国不论老少，一件大夹克、牛仔裤、球鞋成了注册商标——矮的更短、胖的更圆，无言！欧洲的交通以火车为主，已成为生活的一部份。美国二战后，着重军备和世界强权主义，国内缺少民生基础建设和维修，单是铁路这一环就落后世界各大国二十年以上。虽然现在的中美贸易战有影响；但确因国内运输这一环结造成生活必需品涨幅达20%以上，而苦了我们这些升斗小民。到罗马下了高铁再换站台，换



乘火车到港口。听老公早在网络上购买并印好车票，但在车站只见售票处却无验票者。这又是荣誉制度吗？到了码头后，因船公司要求，又被挖了一次鼻孔做快筛。下午四点，终于完成所有手续登上 **NCL EPIC**。大船有 19 层，可容纳四千多乘客，现今因疫情只招待了不到三千人。装潢富丽堂皇、服务巨细靡遗，想到米兰街头的游民，我黯然还有些惭愧，是我年少时的努力抑或是命比他们好些？

Sunday, 11/21, Livorno, Italy: 今天是主日，但这么大的船竟然没有圣堂。至目前为止，我们搭乘过的船公司只有 **Holland American** 和 **Costa** 赞助退休神父驻船，因而船上天天有弥撒，这是多大的恩典！今天是启航后的第二天，停在 **Pisa** 的外港，大多数乘客去了比塞塔、佛罗伦萨或 **Tuscany** 品酒。因为我们在 2018 年自助旅游时，这三个著名旅游地都已造访过，这回省了力气，也省了荷包，待在船上。更何况意大利港口严格检疫，若不是参加船公司的内陆旅游，根本不能上岸趴趴走，我们就轻松留在船上「肉猪加肥」。也因为在船上漫游而发现了一条适合念玫瑰经的步道。

感谢中国人在海外广大的消费，船上的特色餐饮居然有「上海餐馆」，虽属偏西方口味，但还是解了听老公中国胃的需求。晚上在戏剧院欣赏了一场极具国际水平的乐器演奏，座位之间都有保持防疫安全距离！

Monday, 11/22, Cannes, France: 船上 15 楼说是自助餐厅，但疫情的关系仍由工作人员服务。不仅菜色多、服务好，且随时有全新的口罩笑盈盈地送到你面前。船公司一再提醒乘客：戴口罩是必需的。船大，座位宽敞且刻意预留安全空间，看得出船公司在疫情期间并不只是为了商机，而是更重视公司的形象。今天在法国戛纳靠岸，因为游轮吃水深、码头水较浅，所以只能泊在外海，再乘游轮上的接驳船上岸。从阳台上看到驾驶接驳船的水手们，从卸艇、泊船、载客、离港…那真是比大餐厅外面代客停车的专员还顺溜。隔行如隔山，尊敬他人的专业是一种素养！晚餐选择法式餐厅，吃到另一味厨师的专业，尊敬之情油然而生！

Tuesday, 11/23, Barcelona, Spain: 今天停靠西班牙港口，巴塞罗那。对教友而言，比较著名的两大旅游点是圣家堂和黑脸圣母。因为时间不够，我们选择去瞻仰圣母。这里是由一座座红色沉积砾石岩绵延而成，因而也称「锯齿山」，海拔 1236 米高。我们因为坐船公司安排的巴士去，所以没机会坐当地的缆车上山。这座圣母抱圣子的木雕像在公元九世纪被发现，

到十二世纪重新木雕。圣母右手持圆球象征宇宙，耶稣坐在圣母膝上，手上捧一菠萝。朝圣者历久不衰，数百年来越发兴旺。修道院每日正午有男童唱诗班在圣堂献唱。天使吻过的童音比女高音的音阶还高。广场另一边经过苦路，有小火车可将朝圣者载到当初牧童发现圣母、圣婴的山洞。那里有一座小小的教堂，并有仿雕的圣母圣婴像供朝圣者祈祷！

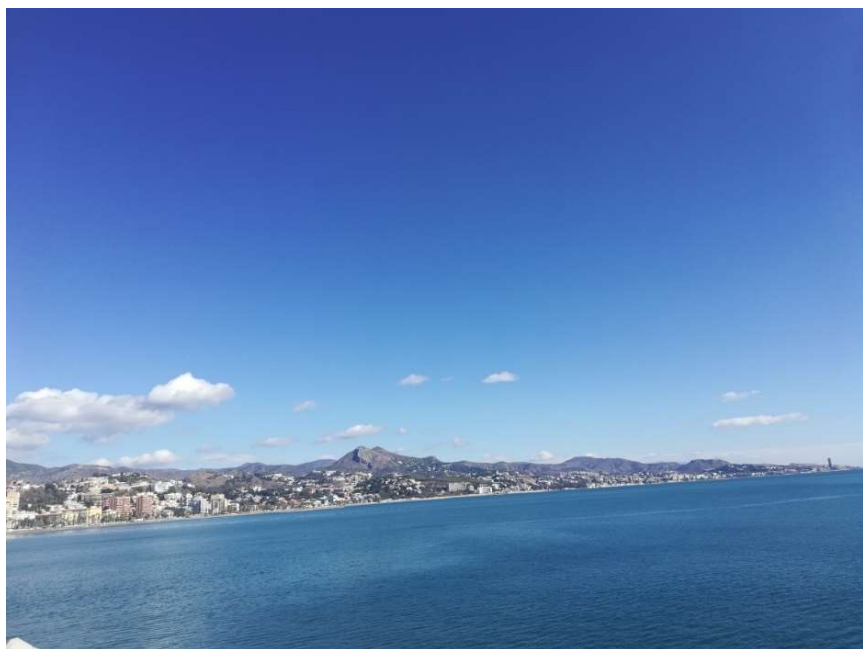
Wednesday, 11/24, Cartagena and Murcia, Spain: 名不见经传，位在西班牙东南沿海的两个小城。抱着下船逛逛的心态，并未期待有任何名胜古迹。初时只觉得城市老旧、街道凋蔽；但我仍相信天主带我们来到这个城市一定有祂的用意。Cartagena 有文艺复兴时代的歌剧院，但残垣破瓦，市府无力维修。我低头反思自己内心，不也是有阴影不愿意面对，且不敢承认的苦楚？为什么我敢告诉天主，却不敢正视世俗的眼光？

Cathedral de Murcia 是主教座堂，曾毁于战火，但有赖当地士绅富豪重建，大堂内一间间的小圣堂金碧辉煌，圣母、耶稣、十字架、大圣若瑟、拉丁祭台…还有古董级的告解亭。记得读圣经时提及「提洛和漆冬」，就是因为是港口以



致当地人民生活富裕。参观了十四世纪富豪的私人俱乐部，陈设富丽堂皇，有大理石雕像琳琅满目，而特色则是有伊斯兰教色彩掺于其中。中国人讲「富不过三代」是有道理的，不然金碧辉煌的私人财产怎会沦落到今日卖票让我等外人参观呢？最后一站是在山丘上的修道院。能称为 **Cathedral** 的这类大教堂一定是由钟楼、圣洗池和圣殿组合而成。双钟楼哥德式教堂在中古世纪常见，**Santuario de Nuestra Senora de la Fuenssnta** 修道院就是双钟楼。大殿上让我见到最美的 3D 圣母壁画，主祭台上方璀璨夺目的圣母妈妈金光闪烁，亮度强到手机照不清楚，两眼也无法直视。圣母龕下方才是主耶稣和十字架，不似今日圣堂中，圣母总在主祭台的侧边，感叹古代对圣母的尊崇是否强过现今的我们！

大船继续在海上乘风破浪地前行，带我走访这片基督信仰得以蓬勃发展的欧洲大地。而我期待着，在这朝圣的旅途中，继续与祂不时的相遇…





王念祖

母亲在世的最后几年，已经失智退化到不懂言语、不能行动、不会进食，几乎形同植物人的状态。几次进出急诊室及加护病房，医生也都嘱咐我们儿女要为她准备后事。每次看到母亲在轮椅上扭曲的身形，在病床上被束缚的手脚，我都几乎忍不住的想要像厄里亚先知一样的咆哮：「上主啊！现在已经够了！收去她的性命罢！」（列上 19：4）我也笃定的认为，自己已经做好了心理准备，可以随时接受这个时刻的到来。但是从来没有让儿女失望过的母亲，即使没有了任何意识，仍以她一生艰苦岁月所淬炼出来的无比坚韧的原始生命力，一次又一次的让医生都觉得不可思议。



当这个日子像盗贼一样突然到来时，在清晨睡梦中被电话惊醒的我，听到母亲辞世的消息，抓住棉被的一角，猛力的蒙住鼻口，想要掩藏内心天崩地裂的悲痛，但却止不住全身不停的抽搐。虽然我一再想说服自己，感谢天主，让 91 高龄的

母亲卸下了尘世肉身的苦痛；我也知道，肉体的死亡只是生命的转变，而不是毁灭，将来我们仍会在天国相聚；但到了午夜梦回，不论多少理智、多少信德，也起不了丝毫作用。就这样，在起伏的情绪与对母亲的思念中，日子一天一天的缓慢度过。

母亲过世的第七天，用中国人的说法是「头七」的日子。圣经中，「七」是一个奥秘的数字，代表了完美而且神圣、短暂却是永恒、休止但生生不息。那天清晨，从泪水的梦中醒来后，打开计算机，想要在电子版



的圣经中找一段有关母亲的经文来读，以纪念母亲的头七，却无意中先看到单国玺枢机过世前不久写的最后一篇文章：

〈掏空自己、返老还童、登峰圣山〉。

母亲与单枢机年岁相当。单枢机被

诊断患了肺腺癌只剩四个半月生命时，也正是母亲住进赡养院，但被诊断疑是癌症造成的内失血过多，将不久人世之时。单枢机的文章讲述天主借着几次让他便溺失禁，甚至正在举行弥撒圣祭时，因为强力利尿剂的药性发作，当众出丑，在修女和医护人员面前尿撒满地，把他「90年养成的自尊、维护的荣誉、头衔、地位、权威、尊严等一层层地剥掉」，使他「焕然一新，返老还童，恢复了儿童的纯朴、天真、谦卑」。

读完单枢机的文章，深深的感动之中也夹杂着说不清的感伤。尤其是读到这位受人敬重爱戴的九旬老枢机，夜里因为粪便失禁，被看护除去衣物，像刚满周岁的奶娃一样，赤裸裸地坐在马桶上，忍受着看护的斥责与数落，真是情何以堪。想到母亲晚年在赡养院的类似情形，更让我不禁悲从中来。每次返台省亲，到赡养院探望母亲时，看到她孤独的躺卧在病床上，不知道何时才会轮到看护为来为她更换尿布。个性一向矜持、保守，又有极度洁癖，凡事要求完美的的母亲，若不是因为已经完全失智，她将会感到何等的羞辱、污秽、焦躁、挫折、愤怒、痛苦？

母亲年轻时历经战乱、逃亡、贫苦，婚姻生活也不尽美满，中年又突遭丧偶之痛，心中积累了大半生的诸多哀怨愁苦。仅仅受过私塾教育的她，一生烧香礼佛，却未必能了悟「苦触因缘生苦受」的佛教观，当然更不可能像信德深厚的单枢机一样，从痛苦中体会到「掏空自己，就能登上加尔瓦略山顶，和掏空自己的耶稣接近，并且和祂共融结合为一。」到了晚年，虽然母亲可以安享平静惬意的生活，但在她记忆深处，太多抹不去的伤痕，让她的心灵仍不时受到痛苦与折磨。

母亲在世的最后十几年中，每次回家都会察觉到她的身体与心智明显地退化。最后，她连亲生儿女也都不认得了。眼见「阿滋海默」这个怪兽，日日夜夜的吞噬着母亲风烛残年的生命，我却莫可奈何，往往只能像逗弄孩子般，跟她说笑玩闹，借着彩衣娱亲来冲淡心中的疼惜与不舍。那些年，我最喜欢赖在老母亲的身边，拿着照片盒中发黄的旧照片，不管她是否还能理解，一一地向他述说相片中的老故事；如同我小时候，她拿着这同样的照片，为我叙说同样的故事。有一次，我兴高采烈的给她看一张我刚为她照的特写。她端详了像片中的自己许久后说：「天啊，这个老太太一定是好老了吧！妳看她的脸上，怎么会有这么多皱纹？」我问她：「妈，你几岁了？」她思考了片刻后答道：「记不起来了，大概有十七、八岁了吧！」在哈哈大笑中，我听到我的心在滴血，滴在一张张发黄的老照片上。

读到单枢机的自述：「慈爱的天主有时也给人开玩笑，让人出几次丑，就能治愈心灵的宿疾」，我才豁然开通。原来母亲的失智，是天主给她极大的恩宠，让他真正忘却了一生的爱恨情仇，返老还童，因为耶稣说过：「你们若不变成如同小孩子一样，你们决不能进入天国」（玛 18：3）。正如单枢机所说：「让身患绝症的九旬老翁回归儿童时的纯朴天真无邪 … 这事『为人是不可能的，但为天主一切都是可能的』（玛 19：26）。」

注：单枢机的〈掏空自己、返老还童、登峰圣山〉全文见：

https://www.shan.org.tw/document/recommended-reading_empty-myself.pdf

专访 — 方蕙阿姨

本刊

主内方蕙姊妹是我们堂区活动组组长吕昕弟兄的母亲，我们称呼她为方阿姨。受到新冠疫情的影响，居住在加州，年逾八十的方阿姨已有两年未能光临我们堂区，因此我们无法当面向她请教。感谢雅娴姊妹（方阿姨的媳妇）的安排，方阿姨接受了本刊「远距文字」的专访，慷慨的分享了她经历大时代的生命故事，丰富的人生智慧，与虔诚的信仰。以下专访的内容，除了编辑访问题目的顺序，与校对更正少数笔误外，皆是方阿姨亲笔所写：



请您谈一谈幼年的生活，在成长的过程中，有没有什么特殊的事件，对您一生有深刻的影响？

我的幼年生活是在抗日八年间成长和度过。从我的出生地西安，不停地往南，迁徙到广东汕头。这期间，我换读了好几所小学，以致现在没有和任何一个小学同学来往。我母亲非常重视我们的教育，所以尽管换地方，我们的学业一天也没耽误。

遗憾的事发生在我七岁的时候。我得了肺炎，持续高烧了一个月。那时没有盘尼西林或特效药。我母亲以中医方式为我治疗，日夜看护，竭尽全力，才把我的命给捡了回来。回校上课第一天，老师发下的考卷，上面全是 $\times \div$ 符号。由于我缺课了一个半月，不知 $\times \div$ 是什么。老师发回

考卷时，特别把我的考卷给大家看，分数是零。我禁不起这种羞辱，从此得了学习障碍，算术从没及格过。

而因肺炎高烧太久，根据以后医生的分析，导致留下四十年的偏头痛和心脏瓣膜需做移植的后遗症。我家手足七人，从 75 岁到 95 岁，都仍健在，而我是其中身体最弱和成绩最差的一个。

在您经历过的当代历史时刻（世界的、国家的、社会的）中，哪一个事件对您生命影响最大，或让您记忆最深？

在我上小学的期间，无论到什么地方都免不了有警报。在离家上学时，遇到警报就马上躲进防空洞。警报解除后，常看到自家方向被炸或起火燃烧，心中恐惧万分，怕自己的家和父母亲遭殃了。在孩子们的心中，父母是天、是地，是最安全的依靠。这种心理跟随我度过了漫长的岁月，也常在梦中重现。

能否请您举出一位，除了父母之外，生命中让您最感谢或最让您感动的人？

我这辈子最感激的人是我的一位舅舅，我母亲的表弟。那时我从香港到台湾，青黄不接，错过大学联考的机会。母亲不愿意我失学一天，正巧舅舅认识一位天主教的主教，谈起我的情况。主教马上推荐我上静宜英专，并以工读身份入学。我的大半辈子，因圣神的护卫和带领，得以完全改观。感谢天主！

到目前为止，您一生中最值得欣慰、或最喜乐的记忆是什么？

到台湾后，进入静宜英专就读。庆幸的是不需要修数学，我的学习因此得以除去障碍。我觉得这是天主赏赐的最大恩宠，使我获得日后的自信心，这点非常重要。

您一生经历过的，最具挑战性、最难克服的事情是什么？

最具挑战的是烹饪，我到现在仍不学。非常内疚，导致儿女没有什么可以怀念的「妈妈的味道」。吕听为此再三表示，他将来一定要娶一个会烧好菜的太太。

作为一个母亲，您最喜欢的母亲经验是甚么，最不喜欢或最困难的经验又是甚么？



最喜欢的就是一家四口在家相聚，但因为先生是军人，可以待在家中的时间极少。孩子们的父亲过世时，吕昕八岁，吕方才五岁。吕昕小时多病，皮肤又过敏，照顾很是辛苦。吕方也曾得过一场大病，住院长达一个月之久。在他们

生病的时候，我会感到孤独和无助。我祈祷天主恩赐儿女健康，也求他们的爸爸在天上看护他们。

五十多年前，做为一个单亲母亲您是如何教育孩子？

注意和培养他们好的生活习惯；注意和照顾好他们的健康；训练独立和处理自己的事物；帮助他们挑选来往的同学，成为益友。我自己犯了严重的错误，没有花足够的时间陪伴他们，一生遗憾。

我欣慰儿女的婚姻非常美满，吕昕终于娶了一位能干、勤俭，和能烧一手好菜的媳妇王雅娴，成全了他从小的愿望。他们有一对优秀的儿女，他们相亲相爱，彼此体贴照顾。女儿吕方嫁给一位里外都能干的女婿。他有强烈的责任感，我也愈看愈喜欢。

您的信仰是如何开始的？

在静宜进修的期间，我参加了修女们办的慕道班，六个月后领洗成为基督徒。

在您的生命中，信仰带给了你什么？

因为信仰，我学会凡事都信赖天主，依靠祂，尤其在我痛苦中的陪伴和盼望；祂同时给了我勇气，让我不要害怕。祂一再宽恕我所犯的 error 和罪行，给我永远有机会修和更改，带领我走向正途。感谢天主！

如果天主许您一个，无论是甚么都能够实现的愿望，您会选择甚么事？

我祈求合家人都和谐平安，求主给他们坚定的信仰和尽量发挥爱德。

面对老年，您如何准备自己的善终？

十年前，心脏动手术换瓣膜前，医生解释可能会有风险。我想起耶稣说的话：「你们应该准备，因为你们不料想的时辰，人子就来了。」（玛 24：44）我一生多病，心智也软弱。我恳求天主，让我在被召回的时候，已做好完善的准备，赏我好死善终。自此，我每天反省、悔过、祈祷和念经。要紧的是，适当的补赎，也为遭受病苦和需要的人随时祈祷，求主垂怜照顾。我尽量依照孔子的劝勉：「及其老也，戒之在得」在做，也处理我因贪念而拥有的多余的东西。现在我仍在学习中，求主带领。感谢主！



生命中有什么让您纠结放不下的事情吗？

我的生命中，已没有什么纠结和放不下的事了。在求善终的时候，已渐学会了放下。「上主自会照料」，是的，我依靠祢，顺从祢！

能否请您以过来人的经验与智慧，对刚进入初老（五十多、六十出头）阶段的人，提供一些建议。他们应如何准备或面对老年，让生命的黄金岁月活得更充实？

要趁早规划年纪更大时的生活。趁耳目仍灵活的时候，多看书和新闻，以避免与外界脱节。不要躲在自限；在头脑和手脚仍灵活时，坚持做该做的事，保持自己的尊严。最后，不要介入太多儿孙们的事。他们与他们的另一半自会商议，这样也不会导致他们的失和，而且会造成孙辈们接受教导时感到矛盾。



十三年前在一工作面试中，被问到一个问题：「请告诉我在妳生命中影响妳的三个人」。感谢主我很快就想到在职场上，遇到的三个人和事件。

第一个人：约二十年前，我工作小组经理职位出缺，公司有些人人都去申请，我虽对内部计算机系统很熟悉，但因语言能力及经验不足没敢申请。有天 CIO 叫我到他办公室，问我为什么不去申请，我告知我的想法。他竟然说，「我鼓励妳去申请，也许是妳成长的文化传统，比较保守要求过于谦卑，而忘了看到自己的长处。妳思路灵活，有很好的团队精神和组织计划能力，会是可培育的管理人才，要勇敢去尝试。」他的一番话像一道光打开了我的心，建立了我的自信心，原来我们应认清天主给的塔冷通，主动勇敢去接受天主所赐的机会。

第二个人：在同一公司工作多年，我想争取接管一个比较先进技术的工作小组，但上司迟不批准。我有些气馁，去请见 VP。到了 VP 办公室，他问我有什么事？我花了约 15 分钟表达我的要求。他注视着我没打断我，待我讲完之后，他回答说：「这是我听到的妳的要求…」他把我冗长的言谈归纳出精简的三个要点。这位 VP 教了我重要的一课，原来沟通的技巧重在「聆听」。

第三个人：公司收购了另一家公司，也是全国连锁计算机零售商，总部在隔壁的城市 Fort Worth。我的工作小组负责转换计算机系统。我做好

了流程计划，旧公司营业结束日，把所有数据存入计算机磁带，我安排快递公司清晨一点去取。当晚我连络不到事先安排的快递送货员，非常着急。计算机系统若当晚没转移，第二天新购的几十家店将无法开门。我只好半夜打电话报告当时的 IT 女总裁。她听了后，叫我继续连络。到了清晨一点，我还找不到快递人员时，突然电话铃响了，是这位 CIO 打来的。她说她自己去 Fort Worth 取了磁带，送到了计算机室。挂了电话后，我顿时开悟，原来解决问题时，要试着跳出原定的框架：thinking outside the box。

圣经中提到许多天使的故事，例如：亚当、厄娃被逐出伊甸园后，天主派了革鲁宾天使防守生命树；天使拜访亚巴郎，告知撒辣将生子；天使警告索多玛城将被毁，并带领罗特一家人逃离；雅各布伯与天使的天人交战；总领天使辣法耳在多俾亚的旅途中保护他；总领天使加俾额尔预报耶稣诞生；天使从狱中救出伯多禄和其他宗徒。

在我们生命旅途中，也会遇到许多天使。天主派遣了天使：在危难中，保护我们；在迷惑时，指引我们；在犯错时，提醒我们；在悲伤时，安慰我们；在期盼时，应允我们。

我大约四，五岁时，一天午后在巷口玩耍，来了一位陌生人，他对我说，要给我一大盒橡皮筋，叫我跟他走。我好奇地随着他走到大菜市场门口，他叫我在那等他。不一会，我的婶婶买菜经过，见我傻傻的站在那儿，问清原由，遂急忙带我回家。感谢守护天使，让我没落入人口贩子手中。

我和老公拿到学位后，开始筑我们的美国梦。工作两年后，买了新车、新屋，预备迎接宝宝的到来。1983 年女儿出生时，发现有裂颚及裂唇的缺陷。身在异乡，亲朋都不在附近，生产时也无人来探问，更觉孤寂无助。因为女儿需要特别照顾及手术，我遂决定辞职在家看顾 baby。但要面对每月的车贷、房贷、及女儿的医药费，经济十分拮据。有一天我们突然收到一封没有寄件人姓名、住址的信，但里面有一张开给我们的五百元汇票。我们十分讶异，竟有人在默默地关爱着我们。后来我按一些线索推断，这是我原先上班的那个小公司的女主管。慈悲天使在我们悲伤、恐惧时，安慰了我们，让我们看到希望。

我喜欢收集天使的塑像。每次出去旅游，都会去找一个天使塑像带回家，而我收集的每个小天使，都有一个小故事。

2009 年的一个深夜，有一名住在我们小区的年轻人酒驾，撞进了我家的餐厅。厨房的整面墙垮了，窗全碎了，家具、橱柜都被撞烂。第二天在收拾残局时，竟然在破碎的瓦砾中，看到一个捧着白鸽的小天使，安然无恙地对我微笑。那是我原来放在窗台花盆上的一个陶土制的小天使像。



下面左图捧着花束的小天使，是纽约的一所老教堂在翻新重建时，从墙上拆下的塑像。右图手中拿着一条鱼的天使，是圣经《多俾亚传》中描述的总领天使辣法耳。他曾教多俾亚以鱼胆治好父亲失明的眼睛。他也是旅行者的主保。这是我在意大利的旅途中，在佛罗伦斯的一所博物馆买的纪念品。



现在我已迈入老年的阶段。回首来时路，借着我的父母、亲人、配偶、子女、朋友，甚至陌生人，天主派遣了许多过路天使，保护我，助我成长，救我免陷于凶恶。感谢主！

爱的省思

张绍曾

一位原住民的酋长和一位大都市上班族的人在聊天时，这位上班族的人问酋长：「你们为什么有那么多关于下雨的歌曲呢？」酋长回答说：「雨对我们非常的重要，如果没有足够的雨水，我们就会饿肚子；但是因为降雨量常常不够，所以我们用歌曲和舞蹈的方式求我们的神多给我们一些雨。」酋长这时也反问上班族的人：「这是不是和你的社会里关于爱情的歌曲那么地受欢迎有相同的意涵呢？」

我从高中开始到 32 岁去日本那年，一直参与我们教堂英文弥撒的小小乐团，到了日本以后也参加东京六本木教会的乐团。我很清楚的知道，不止是我们一般社会而已，在教会里也是有非常多关于爱的歌曲。难道这真是因为我们在爱上有所缺乏吗？天主是爱，但同时我们每个人的生命中又都会有许多挑战和痛苦，然而挑战和痛苦并不和天主的爱相冲突。

在最近这两年，天主的爱没有阻止我的肾脏上不长恶性肿瘤，连癌症专科医生都说在我这个年龄的患者是极少的。而且祸不单行，天主虽然爱我，我还是在接受医疗检查的同时失业了！反正天主的爱本来就不保证在这个生命会一帆风顺，我在调整心理的时期有过「快完蛋了，期待上天堂吧！」的念头。那时，连我的名字也让我有不吉利的感觉。我的曾祖父是一位很有学问和成就的人，所以家人给我取名「绍曾」，意思是要和曾祖

父一样；可是我曾祖父好像是特别短寿，30 几岁就病死了，我在病历上可不要「绍曾」呀！短寿有没有隔代遗传的可能性呀？惨了！

不过我最喜欢的圣经故事提醒我这个生命的重要性。天主给了我的塔冷通是需要我在这个生命去尽量发挥的。善用天主给我的塔冷通是我的使命之一。天主期望我挑战自己不停地成长，而不是把这生命当成到天堂前打发时间的等候室。不管是谁都有离开世界的一天，但是只要还活着，就应该在合理的范围内继续善用每一天。所以每年我给自己定十个目标的习惯没有因为这两年遇到的不顺而停止。因为生活环境的改变、因为有一个小儿子、及疫情的影响，我的目标也跟着调整。最近两年的目标虽然没有像以前感觉那么伟大，可是仍然让我达成了大部分，而且逼着我继续成长。

2021 年的 10 个目标里，我达成了 9 项，其中一项是带我的小儿子去看满天星的夜景。因为城市有光污染，所以就算晴天也看不到几颗星星。我花了许多时间找了很多地方，终于在一个没有云的晚上，带他开车将近 4 个小时去到一个地方看星星。在伸手不见五指的黑暗农场里，我抱着儿子在凌晨三、四点的时候，一边看星星，一边聊天。平常在家里后院只能看到一两颗星星，他就瞎猜在郊外大概可以看到 50 颗星星。结果我们在农场一起数天上的星星，数到三百多颗时我们只有放弃了，因为真的数不清。我和他说每颗星星都是遥远世界的太阳，而且几乎所有我们看到的星星的光，都是在我们出生前就发射出来了，在无限大的宇宙中，花了好几百、几千年才抵达地球让我们看到。

那真是一个忘不了的晚上，亲眼看到银河系让我感受到造物主的伟大和自己的渺小，虽然用逻辑无法解释，我却真实的感受到了天主的爱，我因此充满了感激，谢谢天主给我的亲爱的家人。

今年因为疫苗已经研发出来了，八月份主教也要求我们主日回教堂参加弥撒，帮教堂在 IT 方面做一些更新，会是我在 2022 年的十个目标之一。说不定我会再次参加英文弥撒的小小乐团，如果唱的歌曲和内心的需要和渴望的确有直接的关系，那么我们的弥撒中一定会继续听到很多关于天主爱的歌曲。



万有引力

李翠婷

【编按：本文作者是在本堂领洗的教友，现居台湾，从事艺术工作及教育。她曾在台湾举办个人画展十余次，并参与邀请展及国际联展数十次。第四届「台中市美术家接力展」如此介绍第一档展出的《纯真之道：李翠婷小断代创作集》的这位美术家：「… 致力于开拓中国传统绘画新语言，对提升艺术净化努力不懈。… 由心性到入世，李翠婷作品中充满爱与光明的正向力量，诗意般的绘画传达敏锐细腻的情感及直观幽微的内心世界，更呈现出初心澄明的东方人文思维。」文中的插画，是作者在圆木上的画作。】

活过一甲子，像是跨越了人生的一道门坎，日前突然被人问到相较以往有何不同？我丝毫没有犹豫地回答对方，如今活着的每一日都是「余生」。

人活在地球上的寿数是有限的，不该浪费时光。选择用甚么态度度过每一日，关系着生活的质量，而决定我生命质量的关键，却是我与天主圣三的紧密度。

学习放下对肉身和物欲的依赖，每一天，简单一点。我和其他人一样没有比较多或少的时间，我该如何度过这一日？我喜欢做的事太多了，举凡能发挥创造力、思考力和增加审美经验的事物我都喜欢；但我知道这一切「能力」不是凭着自己的本事，而是天主白白赏赐的恩典，「感恩」是余生的基调。

我喜欢留在家，静静度过一日；也喜欢出门走走，放眼观看天主创造的神妙大自然；我更喜欢透过五感带着好奇心去领略日常的「平凡奇迹」。而做甚么事能让我感到最平安快乐？那其中又有甚么是与其他事不同而更胜一筹的？毫无悬念，最喜欢的是「绘画」。

无论做了多少能发挥创造力、思考力和增加审美经验的事，但少了动手去实践的「绘画过程」，我很清楚自己是若有所失的。

按照牛顿的万有引力定律（Newton's Law of Universal Gravitation），如果有一颗苹果从高处落下，那是因为地球的引力；但万有引力定律并不止于此，它会说两个物体是「互相吸引」的，亦即当苹果落向地球的

同时，地球也在「落」向苹果。这听起来很玄，但如果想成是两个磁铁间互相吸引的关系，便可以比较容易明了。换句话说，我和绘画之间究竟有甚么能让我们彼此吸引呢？



答案是——绘画里有天主圣三；我分享了天主的手、眼睛和心。天主亲手造了天地和万物，祂珍视自己的受造物，祂以爱心看他们个个都好。在绘画的过程中，我感受到天主圣三的爱和喜悦，我知道天主愿给我们一片净土和乐园，除非我们不要。在创作中一笔一划都是整体不可或缺的，它们存

在于整体的设计内，一步步走向被完成的路，成为一幅具体可见可感的画作，一个微观的小宇宙；就像天主对我们每个人都有计划般，我们也是祂重要计划中的每一个笔划，自始至终祂都愿成就我们，让我们成全如祂和圣子耶稣般。

感谢天主让我能受祂的吸引，给我这无价的宝贝，祂不是规定我，而是给我自由，祂愿意这么做是因为「喜欢」按自己形象所造的人，祂珍爱自己的受造物，否则不会赐下圣子耶稣来为我们赎罪和牺牲。我不是被动被吸引，是天主那儿有许多我想要的「喜欢」，我愿意与祂合一。我们因为「喜欢」而有了对彼此的吸引力，有了产生连结与合一的渴望，就像万有引力定律一般。

虽然我不是四十年前一开始创作时就那么清楚这份「喜欢」是从何而来，但伴随着圣神的带领，绘画越来越能贴近我的本真，过程中往往让我得到很大的满足感。近期画作题材正是由此而来，当我分享着天主的喜悦时，即便是那些不受人们喜爱甚至讨厌的小生命，蜘蛛、蜈蚣、毛虫…在

我的绘笔下看来亦是我所喜爱的。惊奇于天主创造世界的神奇，那些小动物在不同的情境中，被赋予了人的感情。我在牠们的头上加了金色小小灵光，因为牠们也是天主的受造物，一样是珍贵的。虽然画作只是根据天主这位原创者的「第一自然」复制而来的「第二自然」，但毕竟谁能比得过天主？我能体会与浅尝这滋味已是无上福分。

圣方济各亚西西（St. Francesco of Assisi）称呼大地为「母亲」，太阳、风、火为他的「兄弟」，月亮、星辰、水为「姐妹」，他用心灵的眼睛看到



它们的灿烂美好及丰沛的生命力。他爱护觅食的小鸟、冻僵的蜜蜂、饥饿的野狼、甚至多刺的玫瑰，因为在他的眼里万物都是人类的手足。正由于圣方济各爱上了天主所造的世界，分享了造物主的喜乐，才有如此的体悟、喜欢和爱的实践。透过圣神的启发，这些神所造的奇妙

万物也是我现今绘画灵感的源头。相信我们每个人和天主之间都会透过不同的「媒介」，藉由祂所赏赐的塔冷通，互相吸引走向与天主合一的道路。

关于万有引力的成因，为何两个有质量的物质会互相吸引，对当今科学家们来说，始终没有得出一个确凿的结论，依然是科学界最大的未解之谜；但对身为基督徒的我们应感到自豪，我们知道万有引力的成因，因为天主圣三已将祂自己启示给一切认识祂的人了。

新书介绍：一位美国驱魔师的日记

《Diary of an American Exorcist》

小玛利亚

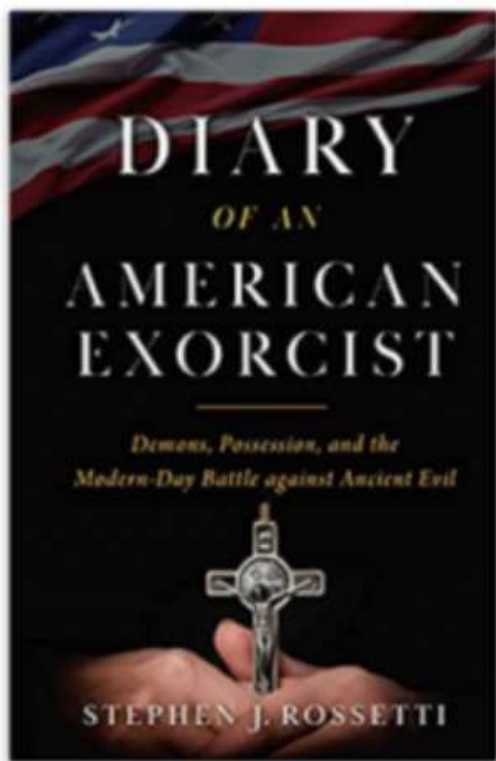
作者 Steven Rossetti 蒙席，拥有两个博士学位，是一位持有心理咨询师执照的华盛顿 D.C. 的教区神父，也是极受推崇的心理学家，教育家及灵修导师。在推广并致力于神职人员身心健康的不研究不工作，以及协助教会处理并研发预防儿童性侵的措施上，极有贡献，堪称牧灵领域之翘楚。

除了有不少的著作之外，他也为国内外的神父们提供心理灵修工作坊。他认为：「在深入了解神学时兼顾心理学，为所有在天主教会中服务的事工人员和心理学家，是一份重要的任务。」他很重视如何预防性侵及对受害者的关切，并提出有效的疗愈方法、疏导、教育及防范之策。例如我们所熟知的 VIRTUS 课程，他是最早参与起草的顾问之一，现在已成为全美各堂区为了预防儿童性侵，要求工作人员必须参加的训练课程。2003 年 4 月，他还参与了梵蒂冈为了更深的了解教会内部有关儿童性侵的问题而召开的座谈会。

Steven Rossetti 蒙席今年新出版的《Diary of an American Exorcist》（一位美国驱魔师的日记），凸显出他对人性、心理及信仰深入的认识与洞见，这本书使人得以一瞥少为人知的天主教神父协同属灵团队，与魔鬼势力之间的争战。同时，它给予我们：「天主的力量远胜于黑暗势力」的强力左证。

蒙席认为自己会成为一名驱魔师是因为圣母拣选了他。当他还是修生的时候，有一天晚上，正上床准备入睡之际，突然被魔鬼以隐形的方式攻击，他的第一个念头就是去拿自己的玫瑰念珠，当他的手一触及念珠，攻击立即停止。25 年后，他被指派成为教区的驱魔神父。

此书除了精彩且大快人心的驱魔记实，受过训练的团队所具有的特别神恩及爱心的描述外，还穿插了富有教育性质的神学反思，它兼收了警世育人的效果。书中包含 95 篇日记及 42 篇神学反思，限于篇幅，我只能摘要叙述一些重点：



● 驱魔师本身对魔鬼没有权柄，而是靠耶稣透过主教赋与神父的神权驱魔，魔鬼之所以受压制，是因耶稣基督的名和权威。「耶稣」的名是圣的，所以，一般人特别是基督徒，不要随便将「耶稣」当作口头禅，或是不高兴时的用语。

● 心理上的精神病和附魔是不同的，需要先作分辨才能断言。

● 在不严重的邪灵骚扰情况下，没有犯重罪而且灵修上准备好的教友，也可以用耶稣的名及权威赶走邪灵，尤其是父母可以在紧急情况下，以父母的权威，命令邪灵离

开自己的孩子（见 92 页），其他大多数的情况下，教友用切断弃绝祈祷文，赶走邪灵。然而，若有附魔的情况时，为了安全，驱魔的工作需要交给被任命的驱魔师。（教会法 Canon 1172，见此书 62 - 63 页说明）蒙席强调并鼓励在日常生活中，父母或长辈给予子孙降福，比如睡前，旅行前，一生中特别或喜庆的时刻。

- 蒙席强调，驱魔的神父们通常保持每星期办一次告解，虔诚诵念日课经，守圣时至少一个小时，并且一丝不苟地服从长上和教会，因为魔鬼可以利用灵修生活上的疏失，做思想上的攻击。不论事情看起来有多糟，驱魔师最需要重视的是对天主的信任 — 耶稣是真正的主。
- 当信友为了别人的好处而接受痛苦，包括受魔鬼的攻击，反而会成为他人得到恩宠的来源，因为这样的痛苦是与耶稣基督的苦难相结合。
- 是什么原因我们为魔鬼打开大门，引牠进入人灵？

1. 通灵的行为：例如使用碟仙或类似物、与邪灵打交道、搞魔法等。
2. 犯严重的罪：例如吸毒、长期不当的性行为、堕胎、张贴符篆、以魔鬼形象纹身（163 - 166 页）或迷信行为等。
3. 童年的创伤、他人的诅咒或是接触受到诅咒之物。

值得一提的是：上述 1、2 项的行为，不见得是被附魔的本人做过，也有可能是家中有人做过（甚至是配偶）。（见 89,12,239 页）

- 根据 Rossetti 蒙席的经验，他劝告我们要与天主保持良好的关系，包括饭前祈福的祷告，尤其是吃外食前。（见 51 页）
- 「愤怒助长魔鬼的势力」，书中举一例说明：有一次，因为附魔的人突然跳起来攻击 Rossetti 蒙席，蒙席一时怒起，紧紧抓住对方的手臂，虽然他的表情并未显露内心的愤怒，但魔鬼已知道并斥责他生气。接下来，魔鬼对驱魔的祷文毫无反应。蒙席决定先中止仪式，与当时在场的另一位神父到隔壁房间去，他告罪承认自己动气。被赦罪之后，再一起回来，魔鬼才又开始受到驱魔祷文的箝制。人的愤怒滋养魔鬼的力量，由此可见一斑，我们不能不引以为戒。
- 除了愤怒，不宽恕、傲慢、不服从、自我贬抑或恨自己、极度的恐惧，也壮大魔鬼的力量。魔鬼都是自恋者，尤以撒旦为最。（216，223 页）
- 魔鬼越是在我们的生活中得势，我们就越会变得愤怒、孤僻、自我中心、不服从、感觉自己是受害者，认为别人或天主造成自己的不幸。相反地，我们的生活越是与天主和耶稣契合，就越能感受到主所预许的平安和喜乐，感恩之心油然而生。（230 页）
- 天主是不允许邪魔直接杀人的；但是牠常以负面的想法影响人的思维，牠夸大自己的力量，想办法叫人害怕或失望甚至绝望而自杀。人越是孤立自己，不寻求帮助，越是滋养魔鬼的力量。（93 页）
- 愤怒及不宽恕也会使得邪魔滞留不走，所以，驱魔的过程中，通常神父会带领一个宽恕的祷文，帮助不能宽恕的受困者宽恕，并请求天主降福先前伤害受困者的人。（117-118 页）

- 即使邪魔离开了，被松绑的人要保持度圣善的生活，不要重回过去的生活模式，免得又打开自己灵里的破口，引魔鬼回来。在这个改变的阶段，灵修的陪伴者是很需要的。（120 页）
- 驱走魔鬼所需的次数及时间：短的只需数次，长的可达几年。（139 页）
- 驱魔神父的平日灵修，也是教友可以效法的防身武器：（195 - 196 页）
 1. 玫瑰经是最有力的武器之一，每日念玫瑰经并祈求圣母的帮助。
 2. 虔诚的领圣体，并为了美国及整个世界，奉献所领受的圣体内之耶稣。
 3. 每日念释放祷文（*deliverance prayers*）。（非基督徒也可以念）（63 页）
 4. 为罪人的皈依及魔鬼再度被捆绑作祈祷。
 5. 保持贞洁。（201 页）
- 神父在驱魔仪式（*Rite of Exorcism*）时除了用耶稣之名、十字架、圣髑（257 页）、驱魔圣油及圣水驱赶邪魔之外，也可以呼求打击魔鬼的总领天使圣弥额尔、天朝诸圣、诸天使，及最使魔鬼害怕的圣母（275 - 276 页）和圣若瑟（199 - 200 页）前来协助。
- 不论魔鬼用什么五花八门的方式来破坏，凭着信德和坚毅，最后的胜利一定是属于主耶稣的。而且，为被附魔的人，这种经验也可以是得到无比恩宠的机会。一旦被耶稣拯救或治愈，离开罪恶的生活或诅咒，这些人通常是坐在教堂的前排座位，寻求更接近天主，因为他们知道魔鬼是多么邪恶，天主是多么在乎他们，救拔他们出幽冥。一连串激烈的正邪之战给他们上了最好的天主教教理课，而**真正与幸福结缘，得到释放的转机是取决于内心深处的创伤是否治愈。**（179 - 181 页）
- 魔鬼和亡魂是不同的，控制及造成伤害的是魔鬼，只要有破坏的现象，便是邪魔之举。亡魂只能无害的捣蛋或引起注意，好得到祈祷的帮助去安息之所，若能为亡魂在其捣蛋之处请神父献弥撒是上策。（187 页）

这本书中所描述的全是真实的故事。在这个多灾多难，跌宕起伏的世代里，生活中的及时行乐及担忧，很容易使人讲求个人能拥有的，而对精神的价值加以贬抑甚至漠视。我们越来越需要这些可资借鉴的属灵争战之实例、神学的诠释及驱魔团队的爱心榜样，来激励自己重视心灵和心理上的健康，了解正与邪、生命和死亡之间没有灰色地带，并懂得自己如何掌握

談書論畫

战胜黑暗势力的筹码。此刻，圣母妈妈从 1981 年到现在给世人的每月讯息中不断重复要求「祈祷、祈祷、祈祷」，以及邀请我们成为「和平及爱的工具」的叮咛，言犹在耳。

注：欢迎向「圣心书屋」图书室借阅本书。网站 www.catholicexorcism.org 也有许多相关资料可供参阅。

《Diary of an American Exorcist》

作者： Msgr. Stephen Rossetti

出版： Sophia Institute Press (June 22, 2021)

ISBN-10：1644134675

ISBN-13：978-1644134672



快樂寶貝診所

214-326-0095

1400 N. Coit Rd, Suite 704, McKinney, 75071

位於 380/University 及 Coit 轉角處
鄰近 McKinney, Prosper, Frisco

具多年兒科經驗：
急慢性病、急診、醫院、
新生兒加護病房

HAPPY BUN Pediatrics

鍾育臻 醫生
Dr. Jennie Chung
(精通中英文)

 **info@HappyBunPeds.com**



COLDWELL BANKER
APEX, REALTORS®

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



YANG SONG



2021
OCTOBER
3 MILLION
DOLLAR
MONTH CLUB

#1 Woman OWNED
COLDWELL BANKER IN THE U.S.

銘謝個人捐款及工商贊助

歡迎刊登

工商廣告及私人啟事（慶賀、弔唁、感謝...）

請洽：

楊治財（Linda）grapevine@chinese-catholic.org

（同步刊登於《葡萄藤》、堂區臉書專頁及網站）



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



William Davis Realty

James Ling 林之銘 Realtor®

買賣房屋，出租管理

Cell: (817) 726-6700

JamesLingDFW@hotmail.com



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.christieeedds.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



劉夢連會計師事務所

Maria L Chen

CPA, MBA

501 Industrial Dr.#101

Richardson, TX 75081

(972)699-1165



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: