

葡萄藤

Grapevine

2024 年 12 月第 219 期

「因为在天主前没有不能的事。」
(路 1:37)

中华天主教耶稣圣心堂

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

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

本期目录

封面：追随祂的脚步（刘珊珊 AI 制图）

ii 主编小语

◆ 陈美卿

神长的话

1 基督徒的信仰

◆ 林育明神父

3 善度信仰生活

◆ 周 道执事

与主同行

6 如何善度我的信仰生活

◆ 朱修华神父

10 天主的门与窗

◆ 王雅娟

交流谈心

12 江南黄山游记

◆ 朱嘉玲

17 人生路上何妨轻装且徐行

◆ 轻 舟

22 一张老照片系列之四

◆ 劳开成

25 心上那两只

◆ 布 衣

29 记得当时年纪小

◆ 陈焯堂

31 My thought after participating in the retreat
参加退省后的省思

◆ 林容慧 林容翔
(本刊译)

谈书论画

34 让我们《与圣母玛利亚一起度信仰生活》

◆ 王念祖

39 一个美丽的古老传说

◆ 沈媛宜

43 好书推荐 - 《拥抱团体的美好》

◆ 陈世清

☆ 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：陈美卿
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

开始编辑本期《葡萄藤》时真有点不顺心，一则遇到「巧妇难为无米之炊」的稿荒之苦，一则则因全职阿嬷的繁重任务，让我的时间支离破碎，只能在忙碌的时间夹缝中切入工作，无法一气呵成，让我这个急性子、重效率的人，相当的不适应，只有祈求天主圣神的帮忙；我们的好天主总是仁慈的，最终祂仍应允让我如期的完成这项任务。

本期的主题我订为「我如何善度我的信仰生活」，主要是感受到年岁越大越发现世事多变，这世间唯一不变的就是每一天一切都在不断的改变，而到了这个年岁，我们遇到的变化越不可预期，当我们的日子可能呈现的都与我们期待的不同时，我们该如何去面对这些挑战。诗仙白居易的诗道：「我生本无乡，心安是归处」。东坡居士苏轼也说：「此心安处是吾乡」。从古人的智慧中我们可以体会我们的心如何定锚是我们生活的最终依循，而做为一个基督徒，我们的心应该安定于在生活中以基督的心为心，所以每天如何在生活中追随耶稣的脚步，善度我们信仰生活对我们是多么的重要！

本期文章都是一个个去个别邀稿而得，这些热腾腾的分享好文，相信大家静心阅读，必有斩获。朱修华神父的〈如何善度我的信仰生活〉，此次我没有把它放在「神师的话」，是因为神父在给我的初稿文末表达希望这篇文章不是指导文，而是个人分享，这是我把他的文章放在「与主同行」栏位的原因。好消息是神父的这篇文章浅显易懂，希望大家读后能作为生活的参考。雅娴姐妹分享的〈天主的门与窗〉，毫不吝惜地分享了她在病中的心情转折，在遭受病痛的折磨中，她仍勇敢追随耶稣的脚步，她的信德、勇气、爱主爱人的心令人动容。另外轻舟弟兄的〈人生路上何妨轻装且徐行〉也是我很喜欢的一篇好文，此文是他个人对生活态度的一大省思与挑战，山下英子在 2009 年写成的《断舍离》这本书一出书时我就拜读过，虽然也喜欢此书所提倡的极简生活，但我想我目前仍无法做到。不过，我亦相信这样的生活方式为我们这年岁的人，应该是个不错的选择。

本期出刊时又到了小耶稣诞生的时节，愿大家在庆祝小耶稣的来临中，阖家每一个人都能在希望、平安和爱中重生！



基督徒的信仰

林育明神父

我们基督徒在对待信仰和生活所有的态度和行动，都受到天主的爱所支配。这个爱不是多愁善感的爱；也不是家庭血缘的爱；更不是支配他人的爱，而是「在他人身上把我们同天主的目的结合起来」的一种习惯，用通俗的话说，就是把上爱天主下爱众人结合起来，把祈祷和生活结合起来，把灵性生命和外在行为结合起来，进而活出基督徒的生命。

怎样度基督徒信仰和生活呢？

圣经是我们生命的泉源，基督透过圣经把祂彰显给我们，并且把祂自己变成我们精神的食粮，心灵的甘泉，以满足我们的饥渴。假如我们的灵性生命没有了每日食粮的供应，就会因缺乏营养而萎缩。在信仰的旅程中，如果我们常常遭遇挫折，许多时候都是因为不常研读圣经的结果。

在中国内地，过去有许多神长教友被关进监狱，接受劳改，他们因时常默想圣经，靠着精神力量的支撑，经过了几十年而获得释放，出来时却心脑俱健，对迫害他们的人毫无恶言，诚心宽恕。可见熟背圣经章节的好处，是在遇到没有圣经在身边时，仍然可以记起上主的话来安慰、鼓励、引领和指正我们。

祈祷是心灵的激动；是感恩的叹息；是我们与基督的连结。它是赞美天主，忏悔罪恶，净化灵魂的最好方法；也是战胜私欲和魔鬼的最好武器。我们随时随地都可以祈祷。在教堂、在家里、甚至在监狱中，都可以祈祷。无论你在何处祈祷，天主都会听。请试着把祈祷纳入生活的轨道中，和研读圣经配合起来，度健康的基督徒生活。要是你一天当中能订出几个祈祷的时刻，那么在两次祈祷时刻之间，你的生命便能在不知不觉中为祈祷所充满。

要度基督徒的生活，单靠自己的力量是办不到的；需靠圣神的帮助与支持，但是不要为明天忧虑，因为祂是掌管明天的主，祂知道始也知道终。不要为生活所需担忧，因祂会供应。一个真正得胜的基督徒，尽管面对忧虑、不安与紧张，却仍深信这一切都在上主的手中，由祂驾驭，到最后都能胜利克服。

弥撒是圣教会最重要、举行最多的礼仪。其目的是以耶稣圣体、圣血祭献天主，向天主表达钦崇、感恩、祈求和赎罪。教会的主要信仰活动都围绕着弥撒圣祭。弥撒是教会礼仪的中心，也是高峰。因此，每个基督徒主日参与弥撒是必要的，如果每天都能参与弥撒则更好。喜乐的基督徒应是有事奉的基督徒。基督徒在生活中很自然的会见证信仰，活出基督。基督徒应该是基督的代表，应该时时效法基督做地上的盐，世上的光，时时处处愈显主的光荣。圣经上说：「如果你们之间彼此相亲相爱，世人因此就可认出你们是我的门徒。」（若 13:35）。又说：「可爱的诸位，既然天主这样爱了我们，我们也应该彼此相爱。」（若一 4: 11）祂爱我们甚至差遣祂的儿子为我们死在十字架上。圣经说，什么时候我们来到基督前，什么时候祂就给我们那伟大非凡的爱，借着圣神将祂的大爱充满我们的心灵。最能证明我们是基督徒的，就是我们彼此相爱的事实。要是我们能在初作基督徒时就学到彼此相爱的秘诀，我们的基督徒生活距离圆满、幸福已经不远了。

听命和顺服是教会中度奉献生活的人要誓发的三愿之一；但为我们每个基督徒来说也十分重要。在旧约中，天主之所以悦纳了亚伯尔所献的，而没有看中加音的供物，主要可从天主对加音所说的：「你若做得好，岂不也可仰起头来？」看出来。同样，耶肋米亚先知一生几乎一事无成，但他却听从了天主的召唤。同样在新约中，主耶稣也给我们树立了顺从谦卑的榜样。从耶稣在马槽的降生到耶稣十二龄讲道；耶稣受洗并受试探；耶稣的三年传教生活；直到耶稣受难被钉十字架上都如经上所言：「他贬抑自己，听命至死，且死在十字架上。」（斐 2:8）。

基督徒的信仰有三个层面，圣事礼仪和教会活动只是其中的一个。另外两个层面是聆听圣言和教会训导，以及实践基督徒的伦理生活。这三个层面正好与我们领洗时所领受的三种职务相对应，即司祭、先知和君王职。只有我们全面地活出这三个层面，我们才算是履行了我们的三种职务，而只有我们履行了这三种职务，我们才算是合格的信徒。

善度信仰生活

周道执事

今年 11 月全球关注的美国总统大选就将揭晓。

今年的选战由共和党前任总统川普以及民主党现任副总统贺景丽对决，竞选期间，双方剑拔弩张，短兵相接，唇枪舌战，甚至彼此都做出人身攻击。然而即使如此，有一件事情却是非常清晰，那就是两党对「美国至上，美国第一」有着一定的共识跟坚持。

说到这里或许有人会说话了：「今天的主题是善度信仰生活，怎么你一破题就谈美国总统大选这种政治事情干嘛？不是凯撒的，就应归还给凯撒；天主的，就应归还给天主吗？」不就是「政治的归政治，宗教的归宗教」吗？乍听之下，我们领洗入教所谈论的，好像应该只能是宗教信仰方面的事，要是敢去沾惹到政治的话，就甘冒大不讳，不是吗？

因为今天，很多人认为「凯撒的归凯撒；天主的归天主」，指的就是「政治的归政治，宗教的归宗教。」两者是不能有交集的。

这样的理解，坦白说：「不正确！」

「为什么呢？」

让我们先从福音中的这段话说起。

法利塞人在商讨好计策之后，派了自己的门徒和黑落德党人到耶稣面前恶意的诘问，好叫耶稣说也不是，不说也不是的落入话术的圈套。他们用「纳税给凯撒，可以不可以？」这个问题让耶稣陷入两难。

耶稣看破了前来诘问的人，于是就说：「假善人，你们为什么要试探我？拿一个税币，给我看看！」他们便递给他一块「德纳」。耶稣对他们说：「这肖像和名号是谁的？」他们对耶稣说：「凯撒的。」耶稣对他们说：「那么，凯撒的，就应归还凯撒；天主的，就应归还天主。」

耶稣的回答「凯撒的归凯撒；天主的归天主。」要是祇从表面上理解，想当然就是政治归政治，宗教归宗教一种政教分离的准则了，然而耶稣的回答却更加深奥。因为祂显示了：

第一、祂不否定世界政权的适法性。

第二、祂更肯定天主的至高性。

这两者之间不存在任何的冲突与矛盾。相反的，世界的政权其实是隶属于天主的权威与祝福之下才能实际存在的。

因为天主按照自己的肖像造了人，（创 1:27）

天主也将管理世界的职责给了人。（创 1:28）

人既然是天主的肖像又被赋予治理大地的职责，人在履行他的职责时，就必须不能辜负天主肖像的本质与尊贵，人的管理统治更应该符合当初天主创造这个世界及人类的初衷。

再来，犹太地区当时是归罗马帝国所统治，完粮纳税本来就理所当然，也是老百姓应尽的义务。保禄在《罗马书》第 13 章第 3 到第 7 小节说：「长官为行善的人，不是可怕的；为行恶的人，才是可怕的。…所以必须服从，不只是为怕惩罚，而也是为了良心。为此，你们也该完粮，因为他们是天主的差役，是专为尽这义务的。凡人应得的，你们要付清；该给谁完粮，就完粮；该给谁纳税，就纳税；该敬畏的，就敬畏；该尊敬的，就尊敬。」

我们领洗入教，善度信仰生活，成为基督徒，本来就应该以出世的精神度入世的生活，为平信徒而言，当然可以参政，也应该参政。「平信徒为了达成他们为人类及社会服务的工作，使现世秩序有基督的精神，他们决不可放弃参与『公务生活』，即许多不同的经济、社会、立法、行政及文化的领域。…凡为服务他人而献身于国家，并接受公务责任的人，教会认为他们是值得颂扬和尊重的。」（注）

然而为教会及其神职人员而言，固然教会的本身对俗世的政权或名利不应有任何非份的企图与妄想。对政党政治甚至任何政体也须以客观中立的态度看待，然而没有任何非份的企图不等于事不关己。客观中立更表示出教会的立场是清楚的，不容模糊的。

《天主教教理》第 2242 号明白的指出：「若执政当局发出的指令违反道德秩序的要求、人的基本权利、或福音的教导，公民依照良心有责任不予顺从。若执政当局的要求违反正直的良心，则在服务天主与服务政治团体的区分上，得到拒绝服从政府的理由。」因为「凯撒的，就应归还凯

撒；天主的就应归还天主」（玛 22:21）。「听天主的命应胜过听人的命」（宗 5:29）。

更进一步，《天主教教理》第 2246 号明载了：「在人的基本权利及人灵得救要求时」，教会基于其使命，有权「在政治的事件上，亦发表其道德判断。教会依照不同的时代及环境，只运用一切符合福音精神及公益的方法」。

现今世界上的政权，多半的「凯撒」并不认识天主，有的也没有机会认识天主，因此我们除了本着教会的教导与良心善尽我们做为一个好公民的权利与义务之外，我们更要把天主带给他们，使他们在天主的祝福之下为人民谋福利，建立一个平安乐利的社会，富强康乐的国家。



各位亲爱的弟兄姐妹们，「把天主带给凯撒」是我们善度信仰生活的挑战与努力，意味着我们要将信仰融入日常生活中，尤其是在世俗社会里面对各种挑战和抉择的时候。凯撒象征着世俗的权力、法律和价值观，而天主代表着永恒的真理、爱和正义。善度信仰生活的挑战在于如何在这个世俗的世界中保持我们的信仰和道德标准，并且不断努力的将天主的价值观融入我们的行为和决定中。

这不仅是对个人信仰的考验，更是对我们如何影响他人、为社会作出贡献的考验。我们被召喚去在这个世界上做光和盐，这意味着在我们的职业、家庭和社会责任中，我们都要以基督的教导为指导，并用爱和正义来影响和改变这个世界。因此，把天主带给凯撒是我们信仰生活中的一个持续的奋斗与努力，也是我们实现天国来临的一部分。阿们！

（注）教宗若望保禄二世《基督信友平信徒》劝谕：论平信徒在教会与世界中的圣召及使命。

如何善度我的信仰生活

朱修华神父

每个人生活的情境不同，是富是穷过法不同，要旨命都在，不过心情上还能是有着天差地别的，这又是另一层次的问题。说真格的，能把握心情，原比生活的条件来得重要多了（参格后 6: 8-10, 斐 4: 11-13）。「好心情」来自成熟的信仰生活所带来的一种信赖、交托后的希望和喜悦，因造物者对它所造的，不会存有恶意（参智 11:25-27），这是最低的把握，也能是高如神见。在这过程中我们所作的一切，称之为「善度」，不远而复的「善度」，也可说是「保任」，也就是以良好的习惯来过信仰生活。「善度」和「保任」的内容总是不离热心，乐于保持和天主的关系和对人的关怀。这也是众圣人芳表的各异有殊，但想念天主和关怀人总是真信仰共有的内容，见贤思齐，大同小异的核心。「齐」不在外在的邯郸学步，因去罗马的路不是只有一条，包含我们自己「走」出来的。这样充满自信的路是许多修行人已提醒的，如大德兰（1515 - 1582）：「天主能在一切事上受到侍奉」（《大德兰自传》P123）、「天主以许多的道路和方式带领灵魂」（P198）；圣师方济各沙雷氏主教（1567 - 1622），鲍思高慈佑会的主保：「造物主天主在创造万物时，便吩咐植物，按照种类结出果实：同样，祂也命令身为教会的生活的植物——基督徒，按照自己的特性、地位和职务而结出各种不同的热心果实。」（参其着《热心生活入门》）；施礼华神父（1902 - 1975）主业会创办人，他相信天主给予工作一份神圣的意义、价值和尊严，不同职业和身份的人都可以透过圣化日常生活中的工作，圣化自己和他人，度一个圆满的基督徒生活」。（参维基百科及其着《道路》）「圆满」也有「善度」的意思。

「如何善度」，有人把这看得不食人间烟火；反之，又小看了，一曝十寒。圣人「善度」的样子没法说孰优孰胜，重点在适合自己就好。说是天主的量身订作也行，说是在摸索中不得不的选择也行。总之，没在更悲惨的情境，或后悔也无济于事的情况下，就要谦卑地感恩护佑，不要错以为那「不得不」是没有尊严的坎，老是耿耿于怀，想另辟蹊径（似金的诱惑）。其实，那是面子，面子不是尊严。所以人就误解了天主施以的援手是一种打压，迫人臣服，而不是顺服。切记，天主永不贱踏人的尊严。回

头再说，我们「独步」的是善是不善，自己说了算；是进步是退步，我们心里有数。真不善，尽快调整。若不，时间久了，活着会显得不踏实、心虚、烦乱无序、且无活力；看是在专注做某些事，其实是沉溺、颓废、消极的不服。要是真有益，生活便会显得充实、平静、沉稳、有序，平淡中常存一种静谧的喜悦（或说法喜、神乐），功夫（练习）至此，多少是能嗅到，咀嚼出生活的原味。「嗅、咀嚼」是活到如今，比较能琢磨出那么一点天主造世和造我的意思啦！如此修行，再进一层精修，接着就随着圣神，凡圣一也。

「如何」也是我们在乎下的累积，反省，建立起来的，难免会不易持守，只要不放弃，在「再」中就已是有成了。这也是我在拉长的失败中，对自己时而鼓励，时而发虚誓，时而明知犯罪，时而感到懊恼、忧伤，但总要在谦卑的赭色中重新开始，总不要让自己无觉，或说没救了，至少向善之心不死就行；人不是在无罪中被拯救的，而是在还想着愿爱主爱人（参路 7：47,5:32）。罪人也是天主善用的工具之一。「如何」涉及团体与个人。团体如修院、修会生活、主日（平日）弥撒、或小组查经祈祷、或家庭的信仰生活…就萧规曹随吧！团体性的活动尽量参与，行礼如仪。个别的幅度就大大不同了。再怎么不同，但两者的「善」皆共有专注（意识行、文之意）和连结（对象与关怀之心）就行了。如清晨一醒，就在挣扎中「感谢天主！又是一天的开始！」想着准备弥撒（信友有心为我准备早餐…）。精神不畅时，念着「主啊！求祢振奋我…」盥洗时，「求祢也洗去我的污秽，洁净我！」到了十字架、祭台前，或忘了想起，便也远远望向圣体的方向，「天主早安！」「天主圣父早安！天主圣子早安！天主圣神早安！」「天主之母，诸宠中保，石碇圣母妈妈早安！」「众大小天使们早安！」「众大小圣人圣女们早安！」「炼狱众弟兄姐妹们早安！凡诸信者灵魂，赖天主的仁慈，息止安所。」（问候时哈腰）弥撒（含早课）中除了意向外，也常记得为相关需要的人祈祷（神职就是服务人；认识和爱天主是这工作的一体两面）。礼成后，就沿袭着我们石碇三宝留下来的好习惯，招呼着「宝玉阿嬷、阿花阿嬷、阿婁阿嬷，我们一起来为石碇的父老乡亲诵念慈悲串经，愿天主无限的慈悲与大能，引领他们认识祂，爱慕祂，光荣祂。愿天主的荣光、圣母的慈爱，常存在我们石碇边城镇！」经念完，然后开始一天的作息，或整理圣堂或外出或写堂讯或…也一样贯穿着「和天主的关系和对人的关怀」。有些事，单单饭后洗碗，我还「真懒很

大」。自从得了 Covid-19 愈后，跑步也不跑了，还有每天半小时的默想在內，也没那么正规地要求，只是顺势到我每每面对思索圣言的时候（目前这是我常行的功课），爬山的时候，看圣书的时候，（睡前盘坐默想已很久没执行了，常做的是听外语，或想讲道分享的主题...为的是好入睡）。有关念经祈祷，因地制宜如在等车乘车时，为同车的人或其他的意向，闭目来回诵念玫瑰经。有些经文多用我领会的和使能相应的来编，如晚课的〈圣母经〉，「万福，万福，万福玛利亚。玛利亚就是万福，万福就是玛利亚，万～福～玛利亚（哈腰）。满被，满被，满被天主圣宠的人，天主的圣宠满而流溢地在妳，圣母妈妈身上浸淫，贯穿，包容。圣母妈妈，妳几乎就是那不可见的天主，在妳身上成了奇妙而可见的存有者，见到妳的美善，我们也就见到那无穷美善的天主。圣母妈妈，妳几乎也是和那无限者，在这有限的世上和妳身上，成了绝妙的，百分之百的对应函数。天主在这绝妙的对应中与妳同在，也使妳在妇女中，前无古人，后无来者，只有妳，单单只有妳，世世代代永受赞美（左右单手向右向左伸出，再合十于额前，哈腰）。妳亲生的耶稣，我们的主天主，当然也同受赞美。天主之母，诸宠中保，石碇（可替换）圣母妈妈，求妳现在和我们临终的时候，为我们罪人，从亚当厄娃直到今世终结出生的弟兄与姐妹，也都能信赖妳的护佑，脱免一切凶险，获得永生。阿们！」晚祷后加上自编的经文（…也谢谢众天使圣人圣女的代祷和护佑，特别谢谢圣母妈妈，把我们当成耶稣来抚育、喂养、教导和劝勉，正因此，再次面对着我们误入歧途的思想、态度和行动，而感到忧心、痛苦、难过。圣母妈妈，为了不要让你们忧心难过，也请赐给我们，妳和妳的圣子曾主动地走向还活到今天又已蒙召的华苏拉·丽敦（于上月 25 日凌晨 2:30 过世）的恩典，使她成了你们手中美妙的工具；赐给我丁点在她身上的恩典，好使我也懂得在本份上亏欠了多少天主的荣耀，并使我的余生，都记得用来把光荣都归于天主。愿天主的圣名永受赞美！圣母妈妈，藉这些事，使我懂得天主无限的仁慈与大能，并使我从内心深处深感惭愧，无地自容。圣母妈妈，当妳要赐给我们丁点在她身上获得的恩典时，也一定要先赐给我们谦卑、谦卑再谦卑的德行，因为我实在是虚无中的虚无者，罪人中的大罪人，懒惰的仆人，原本就一无所是，一无所有，一无所能。一切的美善与功德皆来自于天主，也永归于天主，愿天主的圣名永受赞美！接着感谢我喜欢的圣人们和已亡的信友，最后为托我祈祷的亡者念经。晚安如早晨的问候，随着默念玫瑰经

安息。噢！还有一句我常用的短诵，穿插于临时生活中所发生的情境，好似登山的行动粮：天主圣神求祢降临！透过祢心爱的净配，圣母玛利亚无玷圣心有力的转求，求祢降临！（《主内真生命》中的经文）之后也可加上状况所需的内容，如「求祢降临，降临在刚过世的 X 身上，或 X 经济的困扰，或三战将来的不安…」篇幅有限，仅此粗略献曝，难为你们的眼晴了！愿主福佑你们的「如何」，皆是善度的熟门熟径！

20241020 写于石碇



特此感谢本期收到的捐款：

郑懿兴姊妹（两次共计）	\$400
王萍影姊妹	\$200
梁惠仪姊妹	\$500
盖毓芳姊妹	\$100
陈安娜姊妹	\$200
方 蕙姊妹	\$100
陈高淑卿姊妹	\$100





天主的门与窗

王雅娴

今年 3/18 做完最后一次化疗，满心欢喜的计画出门旅游，以为癌症就此告终，就像小时候看迪斯奈童话故事一样，公主和王子住在城堡里，永远过着幸福快乐的日子！先回台湾陪陪老娘之后，飞挪威去看峡湾海岸和世界种子银行，进北极海尝试夏天穿棉袄吃雪蟹，过了十一天永昼没有黑夜的感觉，再到冰岛看景点，买 XO，之后返美去儿子家看孙儿女们，教堂好友们一波又一波的邀请我去参加七月底在亚特兰大举办的「基督活力运动实习班」，我总是说再看看吧！如果我有空的话…

坐邮轮是我一直很喜欢旅游方式，不用担心吃、喝、住宿，每日停靠的港口可以自由行，也可以参加船公司办的 Short excursion，两个月的时间一眨眼就挥霍完了，到了儿子家我仍然在找借口，活力运动我究竟是去还是不去？刚巧在途中发生了一个不可能发生的错误，我立刻想是不是天主不要我去亚特兰大，好在听老公比我正向，立刻回答我，这是天主给我们的考验，试探我们有没有决心去参加活力运动。路上我问他，我去参加完基督活力运动就一定有活力吗？听老公说，你参加之后会不会有活力我不确定；但是如果你没去，你肯定没有活力！就这样在截止报名 20 分钟前我们抵达了活力运动实习班举办的场地—熙笃会圣神修道院！事情就这样成了，三天的活力运动多采多姿，有灵修、有避静、有弥撒、有讲座，更有朋友之间的互动。三天的洗礼充实且完善，结业前甚至想在这里真好，为什么只有三天而不是一个礼拜呢？

乐极生悲—好像是现实生活中必然的结局。才做完化疗三个月，验血结果癌指数居然暴增八百多点，医生又要求我再做一次 Pet Scan，报告

出来果不其然，癌细胞已经扩散到腹部的四个淋巴结上，我有一点失望也有一点难过；但更严重的是愤怒和恐惧！为什么一般人做完化疗之后一年都不会扩散，而我才三个月就扩散了，我错在哪里？错在不应该去旅行？错在不应该回台湾去看妈妈？错在没有好好休息保养？我从来不觉得自己是病人，不论在心理上或身体上，我都觉得自己比正常人还要正常，一个再正常不过的「大活人」，体重在增加，头发也不掉了，味觉也恢复了，除了手脚指头末端仍有些麻，其他我和过去没有什么不一样，为什么又是我？一堆的苦水、一堆的怨言发泄不完，觉得自己像个怨妇。肿瘤科很快又替我排上了第二次化疗，这次注射时间较短；但是药性颇强。事前医生就已经有警告，化疗当天回家我就瘫在沙发上，当天晚上全身关节酸痛，就像重感冒之后的感觉，没有一点食欲，夜里全身开始起红疹，来自于皮肤血管之下的搔痒，我在无法控制的情况下抓破了皮，流出了血，却仍然止不住那种痒。痛可以忍，痒却是止不住的。那几天我甚至不敢照镜子，觉得自己千疮百孔像一个癞病人，我无颜面对生我的父母，甚至无法面对自己的枕边人，我怎么会残败到如此地步！过去光鲜亮丽的我呢？天主，我做错了什么？为什么要受这样的责罚？回诊后，医生也被吓到，看到如此严重的反应，立刻告知停止接下去的化疗，必须另寻他药以免造成身体上的永久伤害！终于喘了一口气，开始吃类固醇，消退了皮肤上的红肿和搔痒。

每个星期弥撒后，我开始在小圣堂陪伴圣体，在这短短的时间里，是我心灵最沉淀、最安静的时刻，可以尽诉我心中所有的情绪，我哭、我怒、我怨、我恨…最后我瘫软在祂脚下，我心悦诚服的跪在祂面前，求祂照顾我，可怜我这个罪人，怜悯我，安慰我，抚慰我。人只有在重折痛创之下，在创伤中才能够全然放下与交托，承认自己的不足，承认自己的软弱。其实我并不孤独，教堂所有的人都在替我祈祷，主让我看见了友情，看见祂赐下的光环与爱，祂没有免去我的苦难；但祂却一直陪伴着我，让我领略到人生在世只是个过场，迟早我们都要回天家的，背起自己的十字架，尝尽人间心酸苦辣，若有余力，再帮助别人背负一些苦痛，而我更确信主的恩典一定够用，在面对最后审判时，我能无怨无悔的告诉祂：

主，我愿意跟随祢！

江南黄山游记

朱嘉玲（图/王念祖）

人生走过了 75 个寒暑，终于实现了踏上祖国神州大地之梦！那片从小只出现在书本中的故国家园-我父母所来自的地方，如今，我是以怎样的心情去看待它呢？我的一位大学同学，自结束教书生涯后的四分之一世纪中，她的足迹已在对岸遍寻可得。当她得知我终将前去时，语气中让我嗅到了当年她灵魂拥有的最深的感动！

一向秉持着以中庸之道行事的为人，既不以物喜，也不以己悲，对人生诸事能成与否，但求随缘，也就是顺从主旨呈行。现在经历过了踏上故国的洗礼，我的想法是：「让同根生的我们，大家一起和平共处，岂不是更好？」



照片 1 - 蒙胧的黄山

多少人都说，泼墨国画的山水意境，并非中国古代画者自创的某种画风，而正是黄山的真实写照。这次，从我的亲眼所见，完全得到了印证！（照片 1）

当初吸引我的旅游行程介绍中有「泼墨山水，奇美黄山」、「观前山群峰雄伟，睹后山峰林秀丽」、「奇松茂盛、奇石嶙峋」、「领略黄山浩荡壮美的诗境」、「观日出、云海，睹晨曦美景，将西海群峰尽收眼底」等叙述，牵动着我们摩拳擦掌，跃跃欲试…孰料，在黄山第一个整天的登高与下行交错更迭之间，我们完全是在云雾飘渺中进行一支手拄杖，另手抓紧石阶旁的绳索，临渊履薄，丝毫不敢大意，以免上演千古恨！可爱的导游还一路叮咛：「观景不走路，走路不观景」。一万多步的石阶路直走得我哆哆嗦嗦，双腿发软。当晚睡下又一直觉得肠胃不适，清晨四时冲进浴

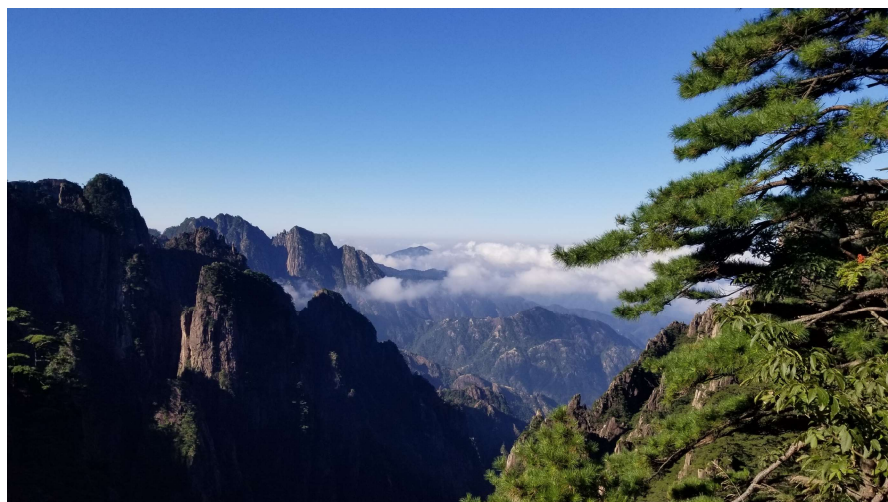


照片 2 - 爬黄山

室「呕」心沥血，倾囊而出，早上无力再跟行程，请求导游安排坐「轿」—滑杆，由二位挑夫，把我抬到缆车站，同时另有六位团员也有相似的情况，但总共只有三位被抬轿。奇妙的是这些病号们，每家只分配到一位代表，所以另一半还可担任看护！（照片 2）

离开黄山的那天是个大晴天，黄山终于对我们露出了真面目—气势磅礴，煞是雄伟！仰观千仞山峰直逼霄汉，下探万丈深渊鬼斧神工，山涧溪水汨汨而流，山石间不时探出英姿焕发的古松，向阳而生，气宇盎然。（照片 3）

当我坐上滑杆被抬轿时，之前有经验的团友们热心叮嘱，身体要随着挑夫的律动摇摆才不至头晕。我小心翼翼的在围观众人的眼前爬上了座椅，一路双手紧握扶手，完全忘了要配合挑夫同步摇摆的劝言，好在直到下轿，我都没发生晕眩的问题。前面的挑夫因为承重较轻，一路上还偶尔可以和我闲话家常，后面那位体格较壮的挑夫则沉默



照片 3 - 清晰的黄山

无语，时而听到他发出费力的吆喝声。此时，即使瘦削如我者，也对自己的体重产生了深深的罪恶感！

（照片4）



照片4 - 滑杆

两天半在黄山的见闻，最深深打动我心的看着一个个挑货的挑夫，低头费劲的肩负着扁担，扁担两端悬着沉重的瓶装饮用水、旅馆换下的床单被套枕套浴巾、餐厅的一切蔬果、鱼肉食物，厨余、垃圾、甚至维修建材、工具，各式各样人们在山上生存的必需品或废弃物，都担在这些人的身上，一趟趟的上山又下山，下山又上山…日覆一日，年覆一年，这些人的平均年龄正在逐渐老去，现在的年轻人也都舍弃了这种底层工作，我只有为这些末代挑夫们祈求天主，早日卸下他们的重担，不再需要日日举步维艰的盯着脚下的石阶，而能挺直腰杆，与千秋万世曾游走于此奇山群峰间的悠悠君子们，一同浸润于苍霭云霞的壮阔、奇松异石之俊美和内心油然而生的无尽灵动中。（照片5）



照片5 - 挑夫

黄山处于安徽境内，我们的导游小爱更是土生土长于黄山市的本地人，她对黄山巨细靡遗的了解，对江南甚至整部中国历史丰富渊博的知识，和她极佳的表达能力，让我们每位听者都赞叹不已！回想当年，如果我生命中出现了这么一位知古论今，口若悬河的师长，我的前途或许将大不同于今日，而不至沦为被老公取笑的「史前史」专家…。

由此行得知：徽州（现在的黄山市），因地处多山，务农不易，家中孩子只有两条出路，其一是资质秉赋较优者，可走学而优则仕之途，否则就如俗谚所称：「十二、三岁往外一丢」，父母含泪送给他三根绳子，让他出外自行谋生。一条绳子是捆行囊之用，第二条绳子是为防扁担断了，还可藉绳背负，第三条绳子则有警示之意，如果生意血本无归…（就找棵树自我了断吧！）其实就是为勉励孩子要有置之死地而后生的意志与决心。由于这种动力，在明、清时代，徽商由盐业起家而至富可敌国者，大有人在。江南苏州富园林之美，多因拥有优渥财力的政、商人士附庸风雅所兴建，后人亦得享穿行于亭台轩榭、曲径长廊间，抚今追昔一番。

在苏州，经历了我人生第一次实地体验「苏州评弹」之美。这是评话和弹词两种曲艺形式的合称，已被列为非物质文化遗产的表演，是用苏州话（所谓的吴侬软语），借着三弦和琵琶的谈唱，演绎历史故事、民间传

奇。我们边啜饮茗茶，吃着急冻出来的花生，磕着瓜子，享受着电影中看过的场景…（照片6）

在水乡乌镇，这「中国最后的枕水人家」，拥有千年历史积淀的水



照片 6 - 评弹

乡古镇，我们乘着摇橹的乌篷船，晨游水乡，领会古韵悠情。（照片 7）

杭州西湖拥「三面云山，一水抱城」的自然风光，我们乘画舫游湖，徜徉于湖光山色间，远眺白堤、苏堤、雷峰塔等西湖著名地标。在悠游漫步于我们下榻的西湖国宾馆的美丽庭园时，在小路旁的树荫下看到一块石头，上面刻着「毛泽东学英语处」几个红字，不禁莞尔。（照片 8）

曾经，我们谈到了中国的领导人邓小平，历经政坛三起三落而坚毅不败，身裁亦属娇小的导游自嘲说：「浓缩的都是精华！」愿此游记手札，也能引发读者如是同感于万一！



照片 7 - 水乡



照片 8 - 西湖

人生路上何妨轻装且徐行 轻舟

「一个人能放下越多，他就越富有」——梭罗《瓦尔登湖》

多年前退休后，我发现自己的朋友圈变得越来越小，不再想强迫自己融进一些朋友圈子，也常常在热闹喧哗中，反而更加觉得孤独。在你一言我一语的问候中，似乎也找不着之前所能获得的心灵温暖。我忽然觉得生活中真的再也不需要那么多东西了，似乎拥有的越多，烦恼就越多。

在新冠疫情期间，近三年的生活封锁状态，让人突然减低了对物质生活的欲望。我因当时身处中国大陆，在疫情最紧张时期，所能获得的食品的种类与数量尤其受到极大的限制，更不用说外食了。几年过去了，印证了「食无肉」确实可行，这又促使我开始进一步思考，在生活其他方面是否也可做到「断舍离」呢？我虽一直有这想法，但仍犹豫不决。今年的两次长途旅行终于给了我试探自己决心的机会。第一次是六月横跨欧亚非十一国的自由行，第二次是九月开着房车自驾新疆往返一万公里，每次都历时一个月。行程结束后，我更加坚信自己拥有太多生活中不需要的东西，根本很少有机会尽情享用这些物品，它们大多时候反倒成为了我插翅也难逃的囚笼。

今年六月出发前往欧非大陆旅游前，我为了在转机时，不耗费等待领取行李箱的时间，将一个月路上所需衣物用品装入了一个双肩包与一只可随身登机的18寸拉杆箱，这两件行李伴随了我足足一个月。如果我这个月留在我四室两厅的公寓住房里，相伴我的可能是房内充满各处的摆饰、壁画、盆栽、家具、衣物、杯盘、书籍等，在这期间，有些东西甚至连一眼都不会看到或摸到，就更别说使用到了。所以，一个双肩包加上一个拉杆箱不可不谓是我对「简单」生活的试金石了。

九月的新疆自驾游让我再次肯定了自己有太多非必需的生活物品。虽然我的长5米、宽2米、高1米7，五座房车可搭载的物品较两个旅行包要多得多，但除去发动机舱与驾驶座后，车内的置物空间比起我超过100平米的公寓简直是小巫见大巫。在为期一个月的自驾行程中，除了为了

需洗浴，偶尔住酒店外，我始终与车为伴，一路上可以常驻车欣赏高山溪湖的风景画，可以常躺在山水围绕的大客厅中，邂逅自由自在的大自然精灵。行程结束后，我一回到家中，看到琳琅满目的杂物，立即不寒而栗，连冰箱里都塞满了不知放了多久的食材，觉得刚旅游归来的我又被压得气喘吁吁了，不禁自问，拥有这些多余的物品难道不就是满足自己的物欲而存在的吗？窝在满坑满谷的杂物中，生活其实已经被一种虚伪的安全感所蒙蔽了。家之所以成为心灵的避风港，是因为人身处其中，尚能有来自家人的嘘寒问暖，若缺少了这样的关怀与慰藉，即使拥有再多的物品，自己的内心仅会觉得寥落空虚。我在那一刻如梦初醒，下定决心要开始我的「减物」计划。

如果一辆房车的空间可以承载我的日常生活用品，这是否意味着我至少有百分之九十的用品不是必需的？一下子要舍弃这么多东西的确不容易，我开始以「一年内没使用过」作为舍弃依据，结果竟然可清理出上百件可舍弃的物品。在清理的过程中，我发现放弃比我当初想象的要容易些，困难在于开始。一旦我放弃了某个原以为是必要的东西，就发现还可以放弃更多其他东西。我将持续这项任务，接下来会将舍弃的依据从一年内缩短至半年、一个月内，最后甚至到一周内，我非常好奇地想知道，那时我身边还会剩下多少物品，而它们又会是什么呢？

拥有这么多的「身外之物」确实让有宗教信仰的我总是觉得羞愧有加。圣经上明白地记载了耶稣的教诲：「我告诉你们，不要为你们的生命忧虑吃什么或喝什么；也不要为你们的身体忧虑穿什么。难道生命不是贵于食物，身体不是贵于衣服吗？你们仰观天空的飞鸟，牠们不播种，也不收获，也不在粮仓里屯积，你们的天父还是养活牠们。」（玛6:25-26）虽然耶稣并未指明拥有衣服或囤积食物是罪恶，但若是过度忧虑吃的或穿的，就会忽视身体的器官或生命动力的重要性。在我看来，最能把物质生活简化到极致的当属十九世纪美国的大文豪梭罗（Henry David Thoreau）。在他心中，物质极简就是要「把一切不属生活的内容剔除得干净俐落，把生活逼到绝处，用最基本的形式，简单，简单，再简单。」他在瓦尔登湖畔独居两年，过着自建自耕自食的生活，并记录了其间的心路历程，写成了传世之作《瓦尔登湖》（“Walden Pond”

）一书。他决心摆脱物质的束缚，为了追求精神的自由，亲身实践了一种近乎极致的简朴生活。他享受着树林的宁静，羡慕动物的生活和与牠们共存的自由，最后在结束湖畔的独居生活后，他分享了发自肺腑的深刻体会：「多余的财富只能换取奢靡者的生活，而心灵的必需品是无需用钱购买的。」这不禁让我想到常听到的一句话：「快乐不是拥有的多，而是计较的少」，不与别人斤斤计较还不如先与自己计较一下吧！在堆积如山的私人物品中，我们绝无可能体会到梭罗的快乐泉源竟然是出自家徒四壁的小屋。

近年出现一个颇为流行的词汇—「极简」主义（minimalism或essentialism）。在阐释这个主题的畅销书中，日本作家山下英子在2009年写成的《断舍离》是较受关注的读物之一。她经由收拾整理个人物品，进而梳理混杂的心理，探讨解放心灵的方案。她认为追求物质的极简仅是第一步，接下来并不是躺平，当我们不再为物质所羁绊时，心灵必然获得极大的自由，就会转向社交与心态的极简，这也是追求断舍离的最终目的。社交的极简绝对不是过隐居生活或是特意选择孤僻，而是要学会独处、喜欢独处、享受独处。伤心也好，快乐也罢，人最常忘记的就是永远有一个人会不离不弃，这个人就是「自己」。我们既然能忘情于呼朋唤友的喧嚣中，更应该能陶醉在独处的静寂中。我们常以人际关系来判断一个人的人缘好恶，但专注于此却往往陷入人情的包围圈里，丧失了与自己平静相处的空间与时间。我年轻时，常视孤独为一种负面情绪，曾几何时它却在我心中转变成了一种财富。德国哲学家叔本华就曾说过：「一个人自身拥有越丰富，他对身外之物的需求也就越少，别人对他来说就越不重要。」他也警告说，「所有寄托于他人的幸福都是虚幻的。」因此，我们无需太在意别人所说的话，也勿对别人有太多期待。

在互联网时代，虚拟世界中人际网络的交错复杂不下于现实世界。我多年来已经不在社交平台的「朋友间」（Moments）阅读或分享任何信息，其上好像也没有多少信息是我不在乎的。同时，我也在减少平台上好友或社群的数量。我尝试把部分的孤独带进社会交往中，学会在人群中保持一定程度的孤独。很多人惧怕独处时的孤独感，殊不知在喧嚣繁杂

的人群中听不到或找不到自己的声音才更可怕，那种与四周格格不入的感觉是吓人的「寂寞」感。记得作家蒋勋曾说过，孤独会让人觉得饱满，而寂寞只会使人恐慌。所以，当生活空虚寂寞的时候，不妨尝试在独处中找回丰富多彩的时刻。在我对社交极简迈出第一步时，心想这样做不会意味着我的人缘很差吧？但又何须在乎呢？有些时候，我不过只是想要远离喧闹嘈杂、五光十色的现实世界，找到一个平静温暖的社群——只有我与自己的世界，成为真正的自己。

物质与社交的极简是为我们在心态极简之路做准备，后者才是「断舍离」的至高境界。除了物与人以外，我们往往无法「断」的就是自己的「过去」。多年前，母亲出售房子后，我们子女四人各自清理自己的个人物品，弟弟几乎没丢弃什么东西，而是将个人物品打包了十几箱。他将箱子搬回住处后，几乎占了一个房间的大半，结果是屋子空间变小，房子变乱，心情变糟了，夫妻俩还为此常发生口角，弟弟舍不得丢的理由是每件物品都有「纪念」价值。睹物思情乃人之常情，严格说来，我们拥有的每件物品背后，都珍藏了一份对过往的回忆，乍听之下，每件物品似乎都弃之可惜。然而，记忆是存在我们的心中，而不在物品本身，若不想让记忆消退，大可给自己想要记住的物品拍照，随时可浏览手机里储存的相片，更何况把仅能平添愁思的物品捐赠出去，或许能发挥更大的价值。曾国藩有句名言：「物来顺应，过往不恋，当下不杂，未来不迎。」不恋过去并不是死心或认输，而是一种看开或放下的心态，而当下精简自己拥有的物品与社交往来自然就可以做到「不杂」。人不能一直活在过去，就如同开车时不能只看后视镜，而忽略了车子前方有什么。我很喜欢人生如一杯水的比喻，在这「杯子」里烦恼多了，幸福就少了；过去多了，未来就少了；热闹多了，安静也就少了。诗人泰戈尔对此早就大彻大悟了，在他的诗中曾写道：「有一个夜晚，我烧毁了所有的记忆，从此我的梦就透明了。有一个清晨，我扔掉了所有的昨天，从此我的脚步就轻盈了。」芳华已去，韶华依旧，我如今已近垂暮之年，是该向过去道别、与昨天说再见了，我下定决心要清空所有的心灵包袱，轻装上阵，再启人生另一段征程。

人懂得了取舍，才会把生活变得简单一点，才会有精力去发现人生中真正重要的「东西」——或许不该称之为东西的「东西」。我自从有了体验极简生活的想法后，便开始留意上文提到的「极简主义」。原来早在我关注之前，许多人就已在提倡这种生活哲学了。他山之石，可以攻玉，因此我特意去阅读了一本美国的畅销书《极简主义：活出一个有意义的生命》（“Minimalism: Live a Meaningful Life”，Joshua Fields Millburn and Ryan Nicodemus）。作者在放弃高薪主管工作后，转身成为极简生活的见证人与实践者，在书中分享了自己的人生故事和极简主义的生活理念。他们主张的极简生活方式也曾由Netflix制作成记录片，并获得美国艾美奖的入围提名。他们在书中开宗明义就指出极简生活就是一个引领人舍弃「多余」（superfluous excess）的工具，帮助人聚焦于生命的重要部分，最后能让人生活得更满足、更快乐、更自由。作者处理掉了家中90%的东西，只留下了两百多件不可或缺的生活物品。作者非但不觉一无所有，反而内心越来越充实，更能集中精力去追求生命中最重要的五种价值：健康、人际关系、热爱、成长和奉献。曾听人说：扔掉看得见的东西，才能改变看不见的世界。两位作者对极简生活的实践与心得完美诠释了这句话的精义。

临近文章的尾声，已故苹果公司创始人乔布斯的影像突然跃然纸上。大多数人对这位科技界传奇人物在苹果产品的贡献都耳熟能详，但他的「极简」风格却鲜为人知。他小自衣着与住房，大至产品设计思维与企业经营哲学，无处不反映了他的简约理念——「让我们做得简单一点，真正的简单。」听起来是不是与梭罗的人生态度如出一辙呢？我认为极简生活「少即是多」的精髓，在他们两位的躬行实践中已体现得淋漓尽致。生命之路永远充满了挑战，我活到现在才渐渐明白，人生并不是处处都需要负重疾行，原来还有一种生活态度，叫作轻装上路。人觉得活得好累，往往是因为给原有的自由之心披带上了枷锁。红尘滚滚，大千无常，我们何妨尝试在人生道路上轻装徐行，慢慢品味沿途的情趣，活出一个淡定从容、洒脱自在的自己。

轻舟 完稿于2024年10月

一张老照片系列之四

劳开成

前言：这是前些年整理出来的另一张老照片。照片中是我父母亲携小弟侍于斌总主教。（后于1969年由教宗保禄六世擢选为枢机，为继田耕莘枢机之后第二位国籍枢机。）



摄于辅仁大学校长室

不同于前几篇文章中提到的单国玺枢机和马玉洁修女，我和于枢机并没有直接的个人接触，唯一一次是他晋升枢机后由罗马归国在台北圣家堂奉献求恩弥撒，我有幸出任辅祭团成员之一，当时我只是初中生，勉强够格在神父送圣体时在一侧拿着接圣体盘，祭台上其他的活都没我们小朋友

的份；就这样都还排练了好几次，进退、打千、走位都听礼仪神父的击掌声，不容出错。大堂中聚满了人，高官贵客驻华使节，那叫一个冠盖云集。

整个过程我的印象十分模糊，大概都在紧张中渡过吧；回想起来仍有印象的就两点，一是于枢机身材高大魁伟，二是他在大堂门口下车时身上那件枢机红的披风。那披风的下摆极长需要有人在后提着，去年英国国王加冕时穿的披风差可比拟；在摄影时，枢机还得由一旁的神父帮忙将下摆收起搭在自己手臂上，看似有些累赘但也显出这个荣衔的珍贵。接连两位国籍枢机的任命，显示圣座对中华圣统区的重视和与全体中华神长及万千教友共融的期盼。



于斌枢机牧徽

于斌枢机字野声，圣名保禄，1901年生于黑龙江省，1920年立志追随圣

召献身教会，并于1928年在罗马晋铎，年表显示自1923至1929年间，他共获得三个博士学位，并精通十一国语文，这份超凡的能力岂是仅凭个人就能达到？

1936年教廷任命他为南京教区代牧主教，1946年受任为南京教区总主教，1959年经教廷任命为辅仁大学校长，负责筹备在台复校并于1963年正式开学。1969年教宗保禄六世授予枢机荣衔。

于枢机的一生是极其精彩的，他是一位圣教会高层神长；但也从没忘记自己是道地的中国人。现在我们春节祭祖就是由他首先提倡、争取，最后得到圣座的批准，这从他的牧徽上就能清楚的看到。

在八年对日抗战时期，南京教区沦于日寇，他在重庆设立办事处，主持难民救济工作，并曾先后八次周游欧美各国，宣扬国人艰苦卓绝的抗日精神，不以攻击侵略者的恶而以彰显被侵略者的苦为目标，得到了国际广大的回响，中国得到的第一批美援就是他的功劳，而我们能在美加地区安身立命也是出于他的努力争取。在1944年以前，华侨在美国不能享有永久居留权，也不能购置不动产。是于枢机在华盛顿积极活动并争取到部份国会议员及众议院议长的支持，在1943年修改了移民法，才逐渐成为目前的状况。当然于枢机的功迹不止这些，为近代天主教会贡献最大的主教之一，一生为国为民而努力呼号，且与世界多国领袖交好，精通十一国语文，促成中华民国与西班牙、越南、中南美洲各国及教廷的邦交，被誉为「外交奇才」。

1978年教宗保禄六世逝世，全世界的枢机都前往梵蒂冈参加丧礼并选出新教宗，于枢机因过度劳累引发心脏病，猝逝于梵蒂冈圣母圣心修女院，享寿七十七岁，之后安葬于台北新庄辅仁大学校园内。

因着一张老照片勾起了年少时的一点回忆，虽只是短暂的接触和模糊的印象，但终也是父母亲那一辈人因缘际会的交集。蒙天主特别捡选的人必有其特殊性，我有幸亲眼见证了火光乍现的一刻，是天主赏赐我的恩典。

*文章内容引自于斌枢机年表及全国宗教资讯网。

心上那两只

布衣

19 个月内，大女儿生了两只。年轻小家庭天天面对 2 under 2 的挑战。有姐妹建议我写篇文，讲我家这两只，从外婆的身份和角度。每家都是这样，一旦有了第三代出生，整个家族的眼球和爱意就被小东西吸过去。只会吃喝拉撒睡的小人儿，不俱生产力，彻头彻尾的「躺平族」，不费吹灰之力的就赢得无条件的爱，占据家人内心最柔软的一角。

然而，「每家都是这样」并非实情。过去将近一年来，我心上老是满而溢的那两只，不是蓝登（外孙 Landon）和婳西（外孙女 Darcy）两兄妹；而是蓝登和剀剀。早在婳西还没出世，我就已是满脑满心的剀剀，这个与我非亲非故，已不在人间的孩子。剀剀，若你还在，该是长蓝登半岁左右的小哥哥，就像他托儿所里天天见面的小玩伴。

2024 年春，听到你的遭遇，我情绪变得非常非常低落。坐在窗边，望着三月初春树上新发的嫩芽，想着你这棵嫩芽，眼泪簌簌而下。你如影随行着我所有的思行坐卧。夜里，我辗转反侧，无法入眠，思绪总环绕在才一岁多的你受到的极刑，泪湿枕巾。也都是在这种时刻，最令我想起天堂和地狱，觉得这真是世上最好的两个地方。有人该上，也有人该下。这两处永远不会成废弃的「蚊子馆」。希望你已自人间炼狱去到天堂，无痛无惧的憩息在天主怀里，从里到外，从头到脚。你的身体是祂的圣殿，祂极熟悉圣殿被摧成断垣残壁是怎样的痛苦。祂自己经历过。葬仪社人员看到你不忍卒睹小身躯，也都万般不舍，义愤填膺。我心疼你甚于心疼祂；毕竟祂有爱祂的父母，祂有门徒为伴，祂是个成年人，祂的心智、来到人间的目的都不一样。

「可怜之人必有可恶之处」这句话，扔到成人身上或许有几分道理，有脉络可寻。然而，你这个完全无法自发自主造孽造业的小人儿，这「可恶之处」的标签真无法往你身上贴；却毫无招架之力的被可恶之人生吞活剥。这是最令人痛彻心扉之处。我祈祷，加害你的人，有一天要哀嚎在永火中（有人希望别人下地狱吗？我 🙏 ）。刘姓保母人神共愤，天理不容的恶行，送她「罪与罚」的套餐是刚刚好。

这件震惊社会惨绝人寰的事件，会将我的情感催化到既脆弱又强大，可能也因为外孙蓝登 2022 年 10 月滑入人间，闯入我心门，因而更能和你搭上线，心痛和愤怒也更相加相乘。蓝登带给我的喜悦无法言喻；而你的存在，也该是个喜悦，不是吗？但，谁去珍爱你的存在？！谁去接住你这个小礼物？！你无辜的、不幸的自呱呱落地时就拿到一副烂牌。你滑进人间的落点，是冰硬的水泥地，不是柔软的席梦思。父亲下落不明，母亲在吃牢饭，体弱多病的外婆把你及姐姐纳入她的羽翼。

一开始，外婆付费给适任的周姓保母照顾你。在她家，你正常成长。后来因财力困难无力支付育婴费，决定将你托给儿福联盟安置。社工陈尚洁不告诉外婆及周保母育婴费可申请由社福单位支付，并维持原本这最妥善的安排。反之，她将你拔出熟悉安稳的环境，媒介给刘姓保母。为什么？这里面似有猫腻。爱你的周姓保母想领养你，却因「离过婚」而不合格。好瞎的理由！喔，原来还是歧视离婚者！从此，你自安全友善，落进危险恐惧，于是多舛的命运更严重走调。你坠入比父亲下落不明，母亲吃牢饭，外婆自身难保无力庇荫还恶劣的处境。

在这任人摆布的流程中，所有的粗糙、恶意、疏失，相互堆迭的恶果，全是由才一岁多的你买单。年幼、孤单、无助、无言语表达力、无选择权，身在水深火热中的你，唯一的逃生窗口，本该是按月探视的社工陈尚洁制衡「握有人质」的保母刘彩萱，却因两人一丘之貉而彻底封死。12/24/2023 圣诞夜那天，一岁多的你，在炼狱三个多月孤军奋战，戮力求生后，终不敌群魔的剥削吞噬，彻底投降，关闭所有身心机制。你像一朵小浪花，「啵」的一声破灭消失在汪洋中。在刘姓保母家负责照顾生病阿公的印尼外劳，若没在返国前上警局揭发你真正死因，并非刘陈两人口径一致的溢奶窒息，你不被人知的遭遇，不但不得曝光，还将成全了社工及保母的逍遥法外。事件报导后，整个台湾社会群情激愤的为你讨公道。救你虽太晚，但将加害者绳之以法还不晚。这世间，若希望减少憾事和事后诸葛，需奠基在成熟和有担当的社会及个人。

说是被群魔吞噬，一点不为过。刘姓保母家人口众多，姑且免责阿公病恹恹，及照顾他的印尼外劳为了家人的日用粮，选择默不吭声以防丢差或遭报复；但家中还有丈夫、子女以及往来频繁帮着敲边鼓当助手的妹妹（也被台北地方检察署羁押）。哈～啰～…有「人」在家吗？「人」都到

哪去了？！他们对刘女的恶行装聋作哑，睁只眼闭只眼，对你受到的极刑，视而不见，听而不闻，只有那个吓得噤若寒蝉的外佣，知你命在旦夕。她了解事态严重，内心焦灼不堪，却因恐惧雇主而却步；最终迈进警局举报时，已是 2024 春天，你身亡三个月后。幸好她做了一件聪明事，就是对保母的恶行偷偷录影存证，免得有天刘女矢口否认，甚至嫁祸于她。唉，这屋檐下是怎么样的一家「人」？我实在不乐意用这一撇一捺两笔划，充满平衡美的国字来称呼失衡的他们。这一窝人渣同处鲍鱼之肆，彼此之间久而不闻其臭，似乎毫无异议的认同着、奉行着，一岁多的小孩要来配合我，不是我配合他。一岁多的小孩要来满足我的需要，不是我来满足他。一岁多的孩子该正襟危坐，不声不响的「好带」，最好像块石头动也不动，好给我「方便」。割割，你疼痛、饥饿、恐惧的哀嚎，他们若真能做到老僧入定的「听而不闻」，或许你还能死里逃生。然而，你那痛彻心扉声嘶力竭的哭喊，来自灵魂深处的求救，对他们而言，完全是魔音穿脑，就是烦、吵、不乖、难带、过得太爽、欠揍，于是进行更残酷的「修理」，直到你真是如石头般，动也不动。周手换刘手时体重正常的小人儿，死时骨瘦如柴。

割割，你知道吗？你真是该死！谁叫你不带有台币三万块之外的「附加价值」？！保母不是只带你一个孩子，另个孩子没事，你却很有事，谁叫你没有会送礼巴结保母的父母呢？！（刘彩萱自己说的，真是无耻到令人无言，败给她！）谁在乎你是弱势中的弱势，高风险中的高风险！？你的权利、安好比不上中秋节时的一盒月饼，端午节时的一串粽子，过年时的一个红包。一篮水果，一条凤梨酥，一盒蛋卷...都能轻易完胜你，更遑论绝对让保母眉开眼笑的红包。你的处境真是应验了中国老祖宗说的，孤儿寡妇最好欺，因为你没靠山，没护城河，家里摆不出人来撑腰讨公道。另个孩子没事，可见这保母无精神疾病，她很清楚，这个可以欺负，那个不可以。她纯粹就是欺负你无依无靠，反正你叫天天不应，叫地地不灵。其实，另个孩子也是间接受害者，他被迫成为暴力目睹儿，他也生活在有毒的环境里。

我忍不住要向这三个「奇女子」喊话。妳们的生命中是出了「虾米代志」，以致长这样！？陈尚洁不但践踏做个监督者被赐予的神圣权柄，甚至事发后篡改报告，伪造文书，成立群组串供，态度恶劣...，妨碍办案。刘家姐妹发现割割一命呜呼时，丈夫及一对子女忙着灭证及串供。你们一

家不是人！若妳刘彩萱就是看割割不顺眼，尽可将他「放生」给其他保母。割割即使被扔到大街上，都不会是死路一条。妳舍不得社会局每月给妳的三万块，以及这孩子「孤家寡人」带来的「方便性」，对吧！钱不能放弃，割割呢？管他去死！我看妳才该去死一死！妳不做对的事，选择去做错的事，而且种种怪招都带着魔鬼般的邪恶，去对付玩弄一个毫无反抗力的小生命，一个需靠妳才能存活的小生命。他受虐时，妳妹妹在一旁拍手叫好，兴奋讪笑，脑力激荡出更多馊主意。妳外出时，打手换她做；难怪全台湾整个炸锅。妳们三人对医生、警方、检方撒的谎，真是侮辱对方的专业、智力、眼力、判断力。医生见割割一身伤痕，不成人形，于是称职的往有关单位上报虐儿案件，从此没下文，为什么？这些，司法单位都要认真去追查。司法是维护社会正义的最后一道防线。愿台湾的司法单位让死者发声，不令社会大众失望。

割割，像你这样的例子天天在全世界上演。日出日落，潮起潮退，有些被曝露在阳光沙滩上，有些随潮水卷入大海，消失无踪。什么也唤不回你，什么也唤不回你，但全民为你悲愤，整个社会开启检讨机制，对来不及长大的你略尽绵薄之力。作家鲁迅说：「一个人的沉默叫思考，一群人的沉默叫冷漠，所有人的沉默叫黑暗。」你保母家是一屋子冷漠，一屋子黑暗。想来印佣深谙人性及世事，加上内心不够强大，为了印尼家中有米下锅而选择暂时沉默。不安的良心毕竟要得安顿，这促使她在登机返国前，决定给公理正义开条活路。那个暗黑的屋檐下，她堪称是唯一的发光体。我希望她曾趁雇主不注意时，给你一些温暖和拥抱。本就摇摇欲坠的外婆，也因你的遭遇而彻底被击倒。她怎想得到，黄口小儿迎向的是腐蚀的人心？！我为她痛。我伤痛低沉的心，常得靠捧看蓝登那张笑盈盈的小脸，或反复观看女儿分享的照片影片来舒解。每每抱起蓝登柔软细滑的身躯，我的心情也随之上扬。我顾他，但他救我。

若你问我，只能选一个切入点，看一个国家好不好。我会说，看这国家对儿童的保护机制有多好。又值圣诞佳节，割割离世的时节。借着此文，我要告诉你，你走了一年，我天天想你。是的，这世上有人想你。

记得当时年纪小

陈焞堂

编按：陈焞堂先生于 2024 年 6 月 17 过世，他生前喜欢写文章。焞堂与元元夫妇是我们堂区的好友，本刊特以焞堂写的这篇温馨短文来追思并怀念故友，愿他早进天乡，永享荣福！

我是 50 年代出生在台湾台北，当时的蒋介石政府才刚从大陆撤退到台湾，战后的台湾是满目疮痍，百废待兴。当时由于美国和刚成立的中华人民共和国建交不成，转而支持在台湾的中华民国。为了帮台湾建立起一个围堵大陆的反共基地，对台湾提供了美援。我记得小学一二年级时，每天早上都得和班上另一个高大的同学一起去扛一桶美援的牛奶，倒到每个同学自备的小碗里。我后来才知道这是美国人觉得我们吃得不好给我们补充营养的。小学时的制服和胸章都是妈妈自己缝制的。由于住在父亲公司的宿舍，邻居都是父亲的同事，左邻右舍交往比较频繁。小时候想要玩耍，只要一出门就不怕找不到伴。常常社区内一群小孩疯在一起。

有一次邻居一个小孩发现我们社区的大水沟里有条大蚯蚓藏在沟里的泥巴中，我小时个头较大，常常要打头阵。当时我二话不说卷起裤脚就跳下去抓大蚯蚓。刚抓到时蚯蚓很滑，一下就溜出了我的手。我费劲地将泥巴扒开再次逮到牠。有了上次的教训，我用二只手紧紧的扣住这条大蚯蚓，然后拔腿往家跑。回到家我喊妈妈来看我抓到的一条鱼。妈妈看我抓了一条像蛇一样的东西吓了一跳，赶快拿了锅子给装进去。她气我胆子太大，修理了我一顿，叫我以后不准下水抓东西。教训完后她告诉我那是一条鳗鱼，我们晚上就加了一道菜。

小时候住的小区，中间贯通一条从大马路一直通到小区内，两旁带水沟的柏油路，中间有一条小路将我父亲服务的公司的宿舍和国军的眷村隔开。小时候记得所谓的眷村，只是一个大圆顶长条型的大房子。里面住了好多人家，后来眷村改建，才盖成一栋一栋的小洋房。由于两边隔一条小路，很自然的每逢过年，两边各组成一队进行鞭炮对抗。我们各自躲在竖起的塌塌米后面，然后轮流跑出来向对方丢鞭炮，那时最常用的不是大龙炮就是冲天炮。大龙炮必需胆大的人拿在手上，点着了再向对面用力丢去，

冲天炮只要在地上摆个小架子，一点着就朝对面飞过去。这游戏一玩就是大半天。当有邻居要走出社区时，我们只能暂时停火休战。

那时从小学、初中到高中都是男女分校，高中时只有和同学一起去爬山或旅游才有机会接触到一起出游的女孩。一直到高二和高三参加救国团的夏令营（高二参加中横竞走，高三参加虎啸战鬪营），才有机会和同年齡的女孩做比较深入的交谈。

大学由于不住在家里，对一个十几岁的大男孩真是大大的解放。我们六个同学包租了一层三个卧室的房间，二人住一间。大部分周末就利用客厅来举办舞会。刚进大学时学生是不准办舞会的，只要是邻居嫌吵，打电话叫警察，就有可能被学校处分。由于我们的房东在一楼开冰菓店，将二、三楼都租给学生，因此不容易吵到邻居。只有一次我们、三楼同时办舞会，由于人太多太吵，警察到三楼取缔，我们赶紧把音乐关掉，大家躲在房间里等警察走了才继续进行。

大二生日想在家中的地下室办舞会，于是找我建中同学帮忙找他们的朋友和同学帮忙找人，他们还帮我找了他们台大班上的女生做我的舞伴，我俩一见钟情。我家虽在台北；但大学却在台南成大，为了和女朋友在一起，我大三、大四有一半的时间是在台北度过的。

我 父亲是搞营造的，我读的又是土木工程，要不是因为女朋友要出国，我原来没想到要出国深造。不过后来还是到了美国拿到学位，寻找工作，办理入籍，开始了我另一段意想不到的人生。

大学时有女朋友以后，我每逢星期五就搭夜快车回台北，星期天晚上再回台南。到了美国，我在德州休斯顿，女朋友在纽约长岛。第一个圣诞节，我找到同学一起在校园公告栏征求返乡同伴，由于我没有驾照，就由其他三位同学开车，我只分担油钱。最后一站到纽约市，我在那位意大利同学家住了一晚，第二天他送我到火车站，我搭长岛火车到石溪，我女朋友和她同学在车站接我。我就是在石溪大学的宿舍渡过我在美国的第一个圣诞节，这也是我人生第一次看到雪。

My thought after participating in the retreat

参加退省后的省思

Claire's experience

When making the decision to love, one thing I've learned is to love with all that I have and to perform acts of love using the gifts given to me.

I like to cook because I find joy in sharing a meal with other people and sharing the experience of cooking with them. I planned an event with the Missionaries of Charity in Dallas, a community organization that helps young families. My goal was to share the joys of being involved in the cooking and of eating something you helped make with the children there.

In the end, we accomplished this goal and more. The nuns at the Missionaries of Charity told us that one of the little boys with us never left his room, but we could never have known that, as he was laughing and playing with us the whole time.

Some of the mothers there spoke very little English and I spoke very little Spanish, but we helped each

林容慧的经验



我学到的一件事是，当我决定去爱的时候，就尽我所能地去爱，并善用天主给我的塔冷通

来实践爱的行动。

我喜爱烹饪，因为我喜欢与别人一起吃饭并分享烹饪的经验。我曾在达拉斯与一个帮助年轻家庭的社区组织—仁爱传教修女会合作策划了一项活动。我希望能让那里的孩子们一起帮忙烹饪一餐，然后享用自己也付出了一分力量所准备出来的食物，并在这过程中感受到喜乐。

最后，我们不但达成了这个目标，还有更多的收获。仁爱传教修女会的修女告诉我们，参与我们活动的一个小男孩以前从不离开他的房间，但我们完全看不出来，因为他一直很开心地与我们玩在一起。

other out in the kitchen when we fried the chicken nuggets together. When we were getting ready to leave, one of the girls gave all of us a big hug and even asked for our phone numbers so she could contact us. It was beautiful to know that we had such a great impact on these kids.

那里有些妈妈们只会说几句简单的英语，而我也只会说几句简单的西班牙语，但是当我们在厨房一起炸鸡块时，语言的障碍毫不影响我们之间的互助。我们要离开时，有一个小女孩给我们每个人一个大大的拥抱，甚至还向我们要电话号码，以便今后与我们保持联系。看到我们对这些孩子的影响如此之大，真是令人欣喜。



Ivan's experience

After Covid ended, my family went back to our parish for mass, but there were very few people there. The choir had only one person, who was both singing and playing the guitar. Since we love music, my sister and I offered to participate in the choir, and our parents were very supportive of us. We were one of the first families there for Sunday Mass, so we helped set up and practice the songs for the day.

However, the songs we played were quite slow. I asked the director if we could play more upbeat songs, and played one song in front of him after Mass. He was very surprised

林容翔的经验



新冠疫情过后，我们全家回到堂区参加弥撒，但当时进堂的人很少。圣咏团只有一个人，既要唱歌又要弹吉他。由于我们热爱音乐，我和妹妹表示愿意加入圣咏团，爸妈也非常支持我们。主日弥撒时，我们家是

and enjoyed it very much. We played that song at next Sunday Mass. He also bought a new piano songbook for us to choose and sing from.

Having a variety has attracted more people to join the choir. For example, my cousin, who is only 7, has now come to sing every Sunday. And now we have around 13 people singing every mass.

When our family heard about teens summer retreat in Italy, we were very excited. In order to pay for the tickets, my parents decided to raise money with our family's beef noodle soup recipe. After Mass, my sister made an announcement, and many parishioners came to us and asked for the details of the event. Some donated money right away.

On the day of the fundraising, many people came. It was very surprising; the church's cafeteria was full of people in line, waiting for bowls of soup. Others came just to give us donations. They all wanted to help us go to this summer retreat. In the end, we received enough total donations for both me and my sister. I felt like it was a gift from God, since when we served him, He returned to us a hundredfold.

最早到的几个家庭之一，所以我们帮忙准备和练习当天弥撒的歌曲。

然而，那时我们唱的弥撒歌曲节拍都比较慢。我向指挥建议，能否唱一些比较轻快的歌曲，并在弥撒结束后当面为他弹了一首。他非常惊讶，也非常喜欢。到了下一个主日弥撒，我们就弹了这首歌。他还为我们买了一本新的钢琴歌本，让我们可以从挑选歌曲来弹。

不同风格的音乐吸引了更多人来加入圣咏团。例如，我的堂弟年方七岁，但他每个主日都来唱歌。现在每次弥撒，圣咏团都有大约 13 个人。

当我们听到在义大利有一个青少年的夏令退省活动时，我们全家人都非常兴奋。为了筹募机票钱，爸妈决定用我们家独门的牛肉面来募款。弥撒结束后，我妹妹宣布了此事，许多教友就来询问活动的细节，更有些人就当场捐款。

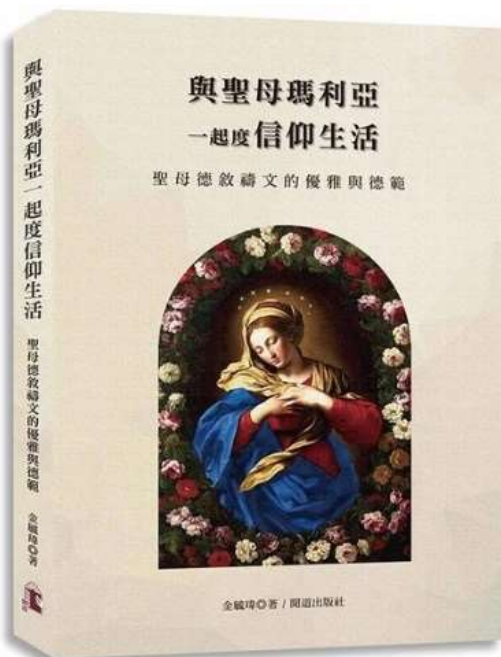
在募款活动当天，来了许多人，让我们十分惊喜；教堂的自助餐厅里，为等一碗牛肉面的人大摆长龙。有些人来，只是为捐款。大家都想帮助我们去参加这次的夏令退省活动。最后，我们募到了足够的捐款，让我和妹妹都能成行。我觉得这是天主的恩赐，因为当我们事奉祂时，祂就百倍地偿报了我们。

让我们《与圣母玛利亚一起度信仰生活》

王念祖

等了几个月才收到从台湾漂洋过海寄来的一本金毓玮神父的大作：

《与圣母玛利亚一起度信仰生活：圣母德叙祷文的优雅与德范》（闻道出版社，2023年，ISBN: 978-986-99645-1-7）。随手翻阅本书的前言，看到这段话：「天主教会在一年中安排了两个月特别恭敬圣母玛利亚——五月的『圣母月』和十月的『玫瑰圣母月』。堂区或善会大多选在这两个月举办公开的祈祷活动，诸如：家庭玫瑰经，圣母九日敬礼、公念玫瑰经、圣母游行等。在这些敬礼活动中，通常会加念〈圣母德叙祷文〉。」（p.11）



左思右想，不记得上一次是什么时候在堂区跟着大家一起念这篇祷文了。当然，即使念过，我也都只是有口无心，只记得自己心中一个大不敬的笑话：当我读到「可颂贞女」的时候，虽然很努力地抑制，但还是忍不住想到 Croissant！正应了金神父在前言中自述他撰写这本书的动机：「倘若我们能明白这些名衔在圣母身上的意义，同时透过福音及教会教导中有关圣母的记载，进而省思且领悟圣母的生活确实彰显出这些名衔的功效，相信自然会凝聚我们祈祷时的专注力及热忱，让圣母带领我们的信德向上提升。」（p.12）

我对金神父认识不深，严格的说，是在去年底回台湾时，承蒙闻道出版社社长费神父以及编辑部主任黄素玲姊妹赠书并大力推荐，我读了金神

父的著作：《十二宗徒+1，再+1：从十二宗徒看自己》，又在「天主教联合书展」中看到金神父抱病介绍他自己的新作《但丁带我们游地狱：从神曲思考信仰生活》后，才开始努力地去认识这位被人誉为「全生命以爱福传」的神父。我在脸上「相见恨晚」地请求金神父加我为朋友，得以读到他在癌症末期的病榻上坦诚的告白：「也许我会被病痛打败，但我绝对不要被魔鬼打败，因为我知道，魔鬼就是要我愤怒、悲伤、抱怨、憎恨，失望到绝望，最后离开天主！我祈求天主保护我的信德，绝对不要上魔鬼的当，我很软弱，所以自己要加倍努力。」我彻底地被金神父「圈粉」了！

今年六月中金神父过世后，我就订购的这本《与圣母玛利亚一起度信仰生活》。十月一日，我到国外度假两周回到家时，看到书已寄到，我相信这是圣神提醒我，在这个「玫瑰圣母月」要好好认真地读这本书！我应该要学习金神父：「下定决心，尽可能一天至少阅读圣母的一个名衔简义，每阅读一个名衔就做默想、反省及祈祷，并随之写记下来。」当然，我也许做不到「一天可以写到两则默想，在周末假日甚至可以写八至九则」，更不可能像金神父一样，「约莫三个星期左右，即完成本书的大致内容」，但我知道，如果随着金神父「怀着祈祷的心神优游于教会信仰的历史长河中，探寻〈圣母德叙祷文〉的脉络；在体悟圣母名号渊源的过程中，让理性与感性的相互辉映牵引我们的思绪，进而洞悉圣母地位的重要，发现她备受尊崇的缘故」（本书封底推荐词），必会鼓励我「在恭敬圣母的时候更加热心，效法她对天主的那份热情…有助于我们能有感地诵念〈圣母德叙祷文〉。」（p.12-13）

于是我效法金神父，「用最快的速度将该书浏览一遍」（p.12）。老实说，这是我领洗三十年来，第一次认真地把〈圣母德叙祷文〉中的每一个圣母的尊衔念过。然而，我偶然注意到，金神父书中所列示的圣母的尊衔，与我印象中的有某些不同。我在网路上搜寻〈圣母德叙祷文〉的电子版来做比较，但找到的中文版祷文（包括台湾主教团的网站，及台湾某些堂区的网页），都是 49 个对圣母的称号，而金神父的书，以及英文版却有 54 个。

在好奇心驱使下，我与「谷大哥」（Google）研究了一番之后，我了解到：这篇教会古老的〈圣母德叙祷文〉源始于希腊教会的祷词，并于第八世纪翻译成拉丁文，并在欧洲广泛地流传。这篇祷文的英文名称是“The Litany of Loreto”（直译：「洛雷托祷文」），因为文献记载，早在公元 1558

年，这篇祷文就在洛雷托的圣家朝圣地使用。公元 1587 年教宗圣思道五世批准该祷词为普世教会的祈祷文。因为这篇祷文与教会和人类的生活息息相关，历代教宗曾在祷文中添加了呼求圣母的名号以回应时代的需求，恳求圣母帮助人们面对时代的挑战。例如，公元 2020 年新冠疫情猖獗，世人处于惊慌恐惧之际，教宗方济各提议在〈圣母德叙祷文〉中增加三个新的圣母名号：「慈悲之母」、「望德之母」和「移民之慰」。当时的礼仪及圣事部秘书长罗奇（Arthur Roche）总主教说明：「对于那些正遭受新冠肺炎磨难的人们，其中包括那些离开自己故土的移民，此刻向圣母呼求极为重要。」

事实上，在过去的两个世纪中就有七位教宗为〈圣母德叙祷文〉增加了十个圣母尊衔，除了上述教宗方济各于 2020 年增加的三个之外，还有：

碧岳九世：「无原罪始胎之后」（1854）

良十三世：「至圣玫瑰之后」（1883）、「善导之母」（1903）

本笃十五世：「和平之后」（1916）

碧岳十二世：「蒙召升天之后」（1950）

若望保禄二世：「教会之母」（1980）、「家庭之后」（1995）

得到这个线索后，我这个在职场打滚了一辈子，从电脑软体设计专业退休的老人，拿出往日 debug 的精神，按着祷文中呼求圣母名号的顺序，一条条的对比研究之后，发现在「49 条」中文版的〈圣母德叙祷文〉少了六个尊衔：「教会之母」、「慈悲之母」、「望德之母」、「移民之慰」、「蒙召升天之后」、「家庭之后」，却在最后多了一个应该是特别为华人添加的「中华之后」。也就是说，49 条版的中文祷词少了二十世纪中叶（1950 年）以后增加的尊衔。

为此，附上我的笔记：49 条与 54 条〈圣母德叙祷文〉的对照表，供大家参考。愿我们互相勉励，借着诵念这篇祷文，「让圣母带领我们的信德向上提升。」（p.12）

編號	台灣版	教會正版	1587年以後新加	
1	聖瑪利亞	聖瑪利亞		
2	天主聖母	天主聖母		
3	童貞之聖童身者	童貞之聖童身者		
4	基督之母	基督之母		
5		教會之母	1980	若望保祿二世
6		慈悲之母	2020	方濟各
7	天主寵愛之母	天主寵愛之母		
8		望德之母	2020	方濟各
9	至潔之母	至潔之母		
10	至貞之母	至貞之母		
11	無損之母	無損之母		
12	無玷之母	無玷之母		
13	可愛之母	可愛之母		
14	可奇之母	可奇之母		
15	善導之母	善導之母	1903	良十三世
16	造物之母	造物之母		
17	救世之母	救世之母		
18	極智貞女	極智貞女		
19	可敬貞女	可敬貞女		
20	可頌貞女	可頌貞女		
21	大能貞女	大能貞女		
22	寬仁貞女	寬仁貞女		
23	大忠貞女	大忠貞女		
24	義德之鏡	義德之鏡		
25	上智之座	上智之座		

26	吾樂之緣	吾樂之緣		
27	妙神之器	妙神之器		
28	可崇之器	可崇之器		
29	聖情之器	聖情之器		
30	玄義玫瑰	玄義玫瑰		
31	達味敵樓	達味敵樓		
32	象牙寶塔	象牙寶塔		
33	黃金之殿	黃金之殿		
34	結約之櫃	結約之櫃		
35	上天之門	上天之門		
36	曉明之星	曉明之星		
37	病人之痊	病人之痊		
38	罪人之托	罪人之托		
39		移民之慰	2020	方濟各
40	憂苦之慰	憂苦之慰		
41	進教之佑	進教之佑		
42	諸天神之后	諸天神之后		
43	諸聖祖之后	諸聖祖之后		
44	諸先知之后	諸先知之后		
45	諸宗徒之后	諸宗徒之后		
46	諸為義致命之后	諸為義致命之后		
47	諸精修之后	諸精修之后		
48	諸童貞之后	諸童貞之后		
49	諸聖人之后	諸聖人之后		
50	無原罪始胎者后	無原罪始胎之后	1854	碧岳九世
51		蒙召升天之后	1950	碧岳十二世
52	聖玫瑰經之后	至聖玫瑰之后	1883	良十三世
53		家庭之后	1995	若望保祿二世
54	和平之后	和平之后	1916	本篤十五世
55	中華之后			

一个美丽的古老传说

沈媛宜

「有一个美丽的古老传说，到了圣诞夜的时候，动物都会说起话来。我们可以理解为什么会有这种美妙的传说，因为基督的到来为世界带来如此巨大的改变…所以，很自然地，一切都改变了！」

—温蒂·贝肯修女（Sr Wendy Beckett）

位于英国牛津城外依富里（Iffley）郊区的童贞圣母玛利亚教堂（Church of St. Mary the Virgin），有一扇具有现代感的美丽彩绘玻璃，在曙光将现的深蓝夜空下，娓娓叙述的是耶稣诞生的故事。然而，与我们熟悉的圣诞画面大异其趣的是，这里没有山洞、没有马槽，也没有圣母和圣若瑟，甚至没有故事的主角——襁褓中的婴儿，主耶稣。

这幅画是英国的彩绘玻璃艺术家约翰·派柏（John Piper）的作品。公元 1995 年，约翰的遗孀将这幅彩绘玻璃献给童贞圣母玛利亚教堂后，大卫·韦斯力（David Wasley）将此彩绘玻璃加上了蓝色的框架，并在下方添加了一块题词的窗格，以便安装在圣堂南面原有的窗户上。

这幅彩绘玻璃描绘的是五只不同种类的动物，正在议论纷纷着一件刚发生的惊天动地的大事。细听之下，虽然这些动物们各有其天生独特的叫声，但它们发出的声音都与拉丁文的音韵相符。



树顶的公鸡高声啼叫：Christus natus est（基督诞生了！）

稍低树枝上的鹅问说：Quando? Quando?（何时？何时？）

一向沉稳的乌鸦，平静地回答：In hac nocte（就在今夜。）

栖息在最低处的猫头鹰，咕咕自语：Ubi? Ubi?（在哪？在哪？）

树下的羔羊，咩咩地揭晓：Bethlem! Bethlem!（白冷！白冷！）

原来，牠们是在向世人传报救主耶稣的诞生！这些动物在传统基督教画中的象征意义，更为这个欢乐的圣诞场景注入了更深一层的丰富内涵。象征悔改与光明的「公鸡」（记得伯多禄三次背主的故事吗？），象征忠诚与警醒的「鹅」（因牠的动物特性），与象征天主的照顾与恩慈的「乌鸦」（参见列上 17:6，乌鸦对厄里亚先知的供养），都在提醒世人要如何准备好心灵，以迎接救主的来临。那只因为是夜行动物而被用来象征黑暗与死亡，似乎非常不合场景的「猫头鹰」，却是要庄严地宣告，耶稣的出生就是祂圣死的预像，因为祂的降生本就是为了献祭祂自己的生命！

约翰这个创作最特别的地方，是这些禽鸟都栖息在一棵生长在伊甸乐园的「生命树」上。树上的叶子，本来由于罪恶的寒冬而枯萎，现在却因着救主的诞生，开启了新的创造，赐与了生命，叶子开始转变成绿色，甚至长出已经透红即将成熟的果实！

站在树下的，是基督徒都熟悉的图像—除免世罪的天主羔羊。如同大卫在约翰的彩绘玻璃下添加的那块窗格上的铭文所言：「让人与动物都到祂跟前来，同声光荣祂的名号」，（“Let man and beast appear before Him and magnify His name together”），这只将被宰杀的羔羊，复活升天后，要站在天主的宝座前，受天上、地下的一切受造物的朝拜：「愿赞颂、尊威、光荣和权力，归于坐在宝座上的那位和羔羊，至于无穷之世！」（默 5:6,13）

铭文写在船形的画框中，像救赎生命的诺厄方舟，悠游在蓝色的水面，将观画者带入了《默示录》的神视中：

「…一条生命之水的河流，光亮有如水晶…沿河两岸，有生命树…天主和羔羊的宝座必在其中，他的众仆要钦崇他，瞻望他的容貌；他们额上常带着他的名字。」（默 22:1-4）

就在这五只动物的对话中，我们看到了主耶稣的诞生、受难与复活升天。原来，这不是一个美丽的古老传说，而是自创世以来，天主就已为我们预备好了的救恩！

事实上，约翰·派柏并非第一个「听到」动物在圣诞节前夕传报佳音的人：早在中世纪就已有此类美丽的故事：

「世界各地的人们都一直在期盼默西亚的诞生；但不仅是人们在等待，动物们也在等待——普天下，所有的生物都在等待！当动物们听到小耶稣出生时的哭声时，牠们知道救主诞生了，所有动物都用自己的声音欢迎祂来到这个世界。乳牛们哞哞叫着，马匹发出嘶鸣声，驴子嘶叫着，狼群嚎叫起来，狮子咆哮，老鼠吱吱叫，大象也大声地欢迎祂。虽然牠们各有独特的声音，但混合在一起时，就创造出世上最美妙的音乐，响彻云霄。世界各地的动物也都一起跪下敬拜小耶稣！最美妙的图像是，一只小羊跪在猛狮身边，却相安无事，因为小耶稣为世界带来了爱与和平。而这一切都发生在平安夜的午夜。并且，从那天晚上开始，每年平安夜的午夜，全世界的动物都会跪下敬拜世界的救主耶稣基督。」

让我们回顾《创世纪》中，天主在造人之前，如何创造了植物，飞鸟，和动物：

在起初，天主创造了天地。大地还是混沌空虚，深渊上还是一团黑暗，天主的神在水面上运行。天主说：「有光！」就有了光。天主见光好，就将光与黑暗分开。天主称光为「昼」，称黑暗为「夜」。过了晚上，过了早晨，这是第一天。天主说：「在水与水之间要有穹苍，将水分开！」事就这样成了。天主造了穹苍，分开了穹苍以下的水和穹苍以上的水。天主称穹苍为「天」，天主看了认为好。过了晚上，过了早晨，这是第二天。天主说：「天下的水应聚在一处，使旱地出现！」事就这样成了。天主称旱地为「陆地」，称水汇合处为「海洋」。天主看了认为好。天主说：「在陆地上，土地上要生出青草，结种子的蔬菜，和结果子的树木，在地上的果子内都含有种子！」事就这样成了。土地就生出了青草，各种结

种子的蔬菜，和各种结果子的树木，果子内都含有种子。天主看了认为好。过了晚上，过了早晨，这是第三天。…天主说：「水中要繁生蠕动的生物，地面上、天空中要有鸟飞翔！」事就这样成了。天主于是造了大鱼和所有在水中孳生的蠕动物以及各种飞鸟。天主看了认为好。遂祝福牠们说：「你们要孳生繁殖，充满海洋；飞鸟也要在地上繁殖！」过了晚上，过了早晨，这是第五天。天主说：「地上要生出各种生物，即各种牲畜、爬虫和野兽！」事就这样成了。天主于是造了各种野兽、各种牲畜和地上所有的各种爬虫。天主看了认为好。（创 1:1-13, 20-25）

不是吗？我们人类和自然界的植物，生物，动物都是一体的，共融在天主为我们创造和安排的美好大地。基督的诞生，让大地重新回到创世时的满全。让我们在圣诞夜前夕，和大自然的所有有形无形的受造物，一起屈膝叩拜，喜悦地欢迎救主耶稣的诞生！阿肋路亚！



Church of St. Mary the Virgin

好书推荐 - 《拥抱团体的美好》

陈世清

本书的作者 是康迈辛（Massimo Camisasca），曾任义大利的主教。康主教以他在信仰团体生活的经验，讲述「家」的重要组成成分及应当具备的功能。我们一般人的家，与神职人员住在修道院的家，本质是蛮类似的，有着几乎一模一样的组成与功能。

作者一开始从历史的演进过程，谈生命的本质和生命的整合。生命的本质就是要成长，这也是生物的本能，任何活着的生物就会成长。问题在于长得好或长得不好。长得好不好就跟成长的环境有绝对的关系。「家」就是我们人类成长最重要环境。家的主要功能就是提供安全健康的成长环境。

家也同样扮演生命整合的功能。作者指出我们信仰中的「共融精神」，就是家的小团体里，让每个家的成员能够长得好、整合得好，必备的特质。

何谓「共融精神」？共融是友谊、是爱与被爱、是牺牲。它就是耶稣带给我们的教导，要彼此相爱。作者指出，推动共融精神的动力，是来自于圣神。同时，圣神也是这个共融团体的权威和一切教导的泉源。

我喜欢这本书的内容，它指出了一个简单的关系，也是我们信仰的核心——生命成长需要家，家需要共融精神，共融精神来自于圣神的推动与指导。希望大家有机会，能到我们的圣心图书馆借阅这本书。



铭谢个人捐款及工商赞助



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®

FEATURED TOP AGENT
- AREA SPECIALIST

TOP AGENT
MAGAZINE

**YANG
SONG**

WHO YOU WORK
WITH MATTERS

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



库克顾问工程公司

Cook Consultants, Inc.

土木、建筑、土地开发

12850 Spurling Dr. Suite 120, Dallas 75230

972-387-1920

Jenny_cse@sbcglobal.net

www.cookengr.com



William Davis Realty

James Ling 林之铭 Realtor®

买卖房屋，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



周恕同牙医诊所

General Dentistry

Christie S. Lee D.D.S.

1729 Analog Dr., Richardson

预约电话

(972)437-0200

www.christieleedds.com



刘梦涟会计师事务所

Maria L Chen

CPA, MBA

501 Industrial Dr.#101

Richardson, TX 75081

(972)699-1165



Ken J Chen, DMD, MS, CDT

Board Certified Prosthodontist

Eminent Dental Center

469.453.6168

452 W SH 121 Unit 150 | info@emdentalcare.com
Coppell, TX 75019 | www.emdentalcare.com



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: