

Angels' Voice

Chinese Catholic Monthly Newsletter No. 332, Jan. 2021

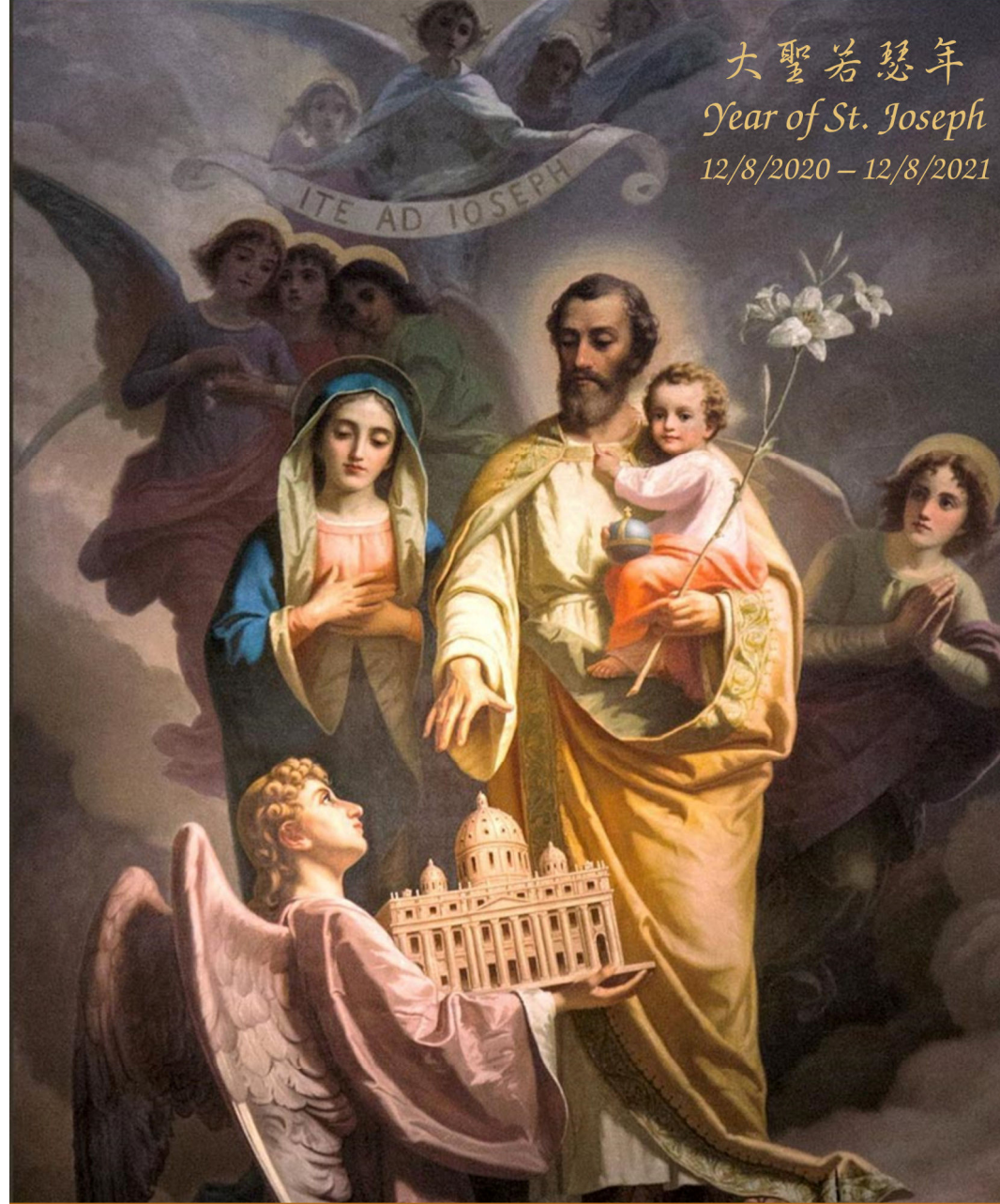
NON-PROFIT ORG.
US POSTAGE
PAID
CITY OF INDUSTRY, CA
PERMIT NO. 4103

St. Elizabeth Ann Seton Church
1835 Larkvane Road
Rowland Heights, CA 91748
Return Service Requested

野聲

一月號

大聖若瑟年
Year of St. Joseph
12/8/2020 – 12/8/2021



332

January 2021



本期目錄

迎接 2021 年的到來	蘇崑勇神父	02
教宗全球祈禱網絡 推展計劃	傅德立神父	06
自己的選擇	朱自成	08
承諾 Promise	劉映君醫師	11
人生並非樣樣都是生意	黃美惠	12
網路！福兮？禍兮？	獅子尾巴	14
德不孤必有鄰	張茜凝	16
耶穌禱文	孫小艾	18
時間不逝 圓圈不圓	徐擘	21
慈母的愛	王鄭紅	26
聖母七苦玫瑰經	編輯組	29
The Four Candles	web article	30

您想認識天主嗎？您剛搬來這地區，您想參加教會嗎？請和我們聯絡。更歡迎來教堂看看。

聯絡人：朱康民執事 (626) 964-3629 x 129

李偉中弟兄 (626) 715-3837

彌撒時間：因防疫隨時調整，請上線查詢或參與線上彌撒

<https://catholicchinese.org>

地點：羅蘭崗聖依莉莎白天主堂

St. Elizabeth Ann Seton Church

1835 Larkvane Rd., Rowland Hts., CA 91748

天主教羅蘭崗華人教友團體發行

指導司鐸：蘇崑勇神父

輪值編輯：孫小艾

編 審：蘇 闊

策 劃：孫愛珠

聯 絡：陶秀雲

封面設計：朱正暉、李芳宇

寄 發：戴慕文、岳德帆、陸詩源

印 刷：陳建宇（異象印刷 Edinger Printing）

迎接 2021 年的到來

蘇崑勇神父

~~~~~  
2020 年是一個非常特殊，且為許多人來說，也是極為震撼的一年，在這整整的一年中，新冠肺炎病毒竟成了威脅全球人類性命的頭號敵人，其中尤以美國為甚。於此辭舊迎新之際，回顧 2020 年世局的變化，除了美國這個龍頭老大的總統大選及其嚴重疫情，較多地被世人關注與媒體報導之外，整個世界變得好寂靜，也較為消沉。人們的心情顯得相當沉重，尤其是在疫情較嚴重的地區，疫情的災害帶來生命財產的重大損失，與身、心、靈方面的重大疾病，使得所有受害的家庭好像就要失去生存目標和希望似的。

此次疫情病毒的肆虐，至今僅在美國就已帶走了幾十萬條人命，無數人因染病而持續處在威脅和不安中。正給讀者寫此文的當下，我也因為一位朝夕相處的神職弟兄剛感染了新冠病毒，更切身地感覺到此致命病毒給我們帶來的威脅。由於我們看不見病毒，使得「隨時可能發生什麼似的」這種不確定與不安感，不斷加深。不過，儘管情況仍未好轉，仔細審視過去這一年，還是有許多值得我們感恩的事情。

首先，看到或聽到新聞及數據的報導，知道有那麼多人因感染病毒而離世或仍處於疾苦中，提醒自己更應愛惜生命，照顧好健康。其次，天主賜給人類智慧及超強的學習、理解和推理的能力，使我們的科技電子產品愈來愈精密，已達到全球化的效果，即地球村的效應，使人隨時可以注

意並關心全球各地所發生的事，所以我們真是應該時常感恩，對人對天主常懷著這份感恩的心。

因此，只要在地球的任何一個角落的人受苦或有任何事發生，就如同在我們自己的村裡發生、受苦一樣，任何人都不得袖手旁觀，視若無睹；沒有人有任何理由看著自己村莊裡有任何事發生而置之不理，漠不關心。感謝天主，使人在萬物中獨享此恩賜——科技與電子的發展，我們怎能不好好善用它們，做為我們互相關心、相互扶持的工具與途徑，並用來造福我們的地球村呢。因此，每當我們得知地球村裡任何角落有人繼續受苦，我們都應感同身受，並思量在自己本份內，按能力所及地為他們做些什麼。

迎接天主賞賜新的一年來臨之時，懷著感恩的心應該還是我們首要的，也是最基本的態度，接着便是反省自己於過去2020這一年裡有什麼可改善之處；因為我們即將迎接的是在新的一年裡，天主為我們準備好了的種種更好更多的恩典禮物。

每年我們在準備迎接聖誕節的期間，以及在慶祝聖誕節時，禮儀經文中有一個主題為我們指出耶穌基督是世界的真光，而且是能夠賜予人生命的真光。這正是天主賜予人類最寶貴的恩寵和禮物，也是我所需要的真光。

我們之所以需要基督這道真光，因為從人類之初本性自我的軟弱，經不起魔鬼在世俗中藉各種物慾的誘惑、以及因罪惡所產生的種種災難疾苦的打擊，使人在被創造之時，

得自天主所賦予的，正確判斷是非對錯及分辨善惡的良心意識和理智能力，受到嚴重的混淆，使人失去方向而步入黑暗的歧途。然而，從整個人類歷史來看，仍充斥著是非與善惡不分、充滿各種罪惡與疾苦的現象，人類想要靠自己的能力是無法走出這整個的黑暗氛圍。因此，我們真的需要耶穌基督——救世真光。

然而，姑且不論你我是否承認自己生活在黑暗中，是否真的需要天主這道生命與憐憫之光來指引照亮我們的生活；慈悲的天主由於不忍看到人繼續在黑暗中生活摸索，更不容許魔鬼不斷地危害人，一直主動伸手來救援人類。祂在罪惡進入世界之初，就已決定派遣自己的聖子耶穌基督——救世的真光降來人間，這就是最具體的證明。

這真光耶穌的確已經來過了，現在仍然透過聖言和聖事陪伴著我們。在人世間為我們留下了祂所有的教導、祂的言行、生活記載，和祂親自建立的七件寶貴的聖事，為了把我們從充滿罪惡、痛苦、怨恨、恐懼不安的黑暗生活中領出，為我們的生命指出新的方向，恢復人性的真正尊嚴——就是本該充滿天主性美善與光明的那份尊嚴。

當我們願意也渴求接受耶穌真光進入我們的生命和生活中時，得先打開我們的心門，讓我們的心向着耶穌——救世真光開放，讓這真光進入心裡，以驅除我們內心的黑暗，照亮我們心房的每個角落。為能達成我們這樣的意願，謹提供以下作法：

首先，我們要做的就是經常反省自己，檢查自己的生活言行，具體地找出所有可能擋住那真光的污點或任何造成內心黑暗的因素，主動加以修正改善，讓耶穌基督——我們的救世真光能再度進入我們的心靈及生命中。

其次，即使我們已有意願打開我們的心，也準備好對準了那真光的方向，我們還得看清在那光線與我們之間是否仍有任何能擋住那光的阻礙，這些阻礙多半來自我們內心種種污穢與偏情的高張氣燄，比如：自我的意願太強、過多的欲望、追求世俗短暫享樂的價值觀。一旦發現，便得趕快將它們從內心清除掉才行。

一旦找出所有能夠擋住那光的屏障，就要努力排除乾淨，讓那生命的救世真光進到我們內，接着該做什麼呢？我們要繼續努力使我們的內在常保持在光明清潔的狀態，使我們內心永遠充滿著基督的光，讓我們純淨的內心成為一面光亮的鏡子，然後盡力地透過我們的善言善行，讓這愛的生命之光反射出去，以便在我們每天的生活中，照亮並吸引所有需要亮光的生靈。

這些就是我對 2020 年概要的回顧與反省，以及對 2021 年所懷有的希望與想法，您又有何想法和希望呢？讓我們藉此機會一起為過去一年作個回顧與檢討，並找出未來 2021 年新而具體的期望和生命規劃？

願在我們的餘生裡，在準備迎接耶穌將來再度來臨的現階段裡，能不斷地以純淨無瑕的生活，為基督的再度來臨鋪

路，作最好的準備，並使更多人能夠分享到祂再來時，將為世人帶來的天國永恆的喜樂與平安。願天主降福大家、恩賜大家享有一個充實如願、順心如意及平安健康的 2021 年。

🔔 蘇神父的 YouTube 信仰頻道可透過我們網站首頁開啟。  
<https://CatholicChinese.org>



## 教宗全球祈禱網絡 推展計劃

傅德立神父

~~~~~  
在每個弟兄姊妹身上辨認出基督，並將對方的身心靈狀態化為祈禱的緣由：因此，教宗方濟各一如既往，把他的 2021 年祈禱意向託付給〈教宗全球祈禱網絡〉。該網絡國際部門主任傅德立（Frédéric Fornos）神父向《羅馬觀察報》講述了選擇主題的理由和內容。

傅德立神父說：「教宗指明了我們使命的基石——這是個憐憫世界的使命，我們能稱之為『心靈之道』，也就是改變人生的祈禱旅程。從這份對世界的憐憫中，萌生了教宗的祈禱意向，而這祈禱意向展現出人類和教會使命的挑戰。當教宗方濟各把他的祈禱意向託付給我們時，他協助我們親近基督的心，透過基督的目光默觀世界。」這便是

「人類手足情誼的泉源」，也是教宗 2021 年祈禱意向的起點。

教宗方濟各 2021 年的首要祈禱意向是：願我們得到恩寵，好能與其他宗教的弟兄姊妹活出圓滿的手足情誼。傅德立神父說：「這令我們想起教宗與阿茲哈爾大伊瑪目簽署的《關於人類弟兄情誼促進世界和平及和睦共處》文件。只要看看我們的世界，就知道此刻存在著前所未有的迫切性。誠如教宗所言：『我們別無選擇：我們要麼攜手建設未來，要麼就沒有未來。』這種手足情誼的迫切性不是件新鮮事，但它是理解教宗祈禱意向的關鍵所在。我認為，2021 年的祈禱意向如此展開絕非偶然。兄弟情誼尊重並珍惜多元性，它是天國的態度。」

接著，傅德立神父解釋了 2021 年的教宗祈禱意向是如何誕生的。他表示，「祈禱意向經歷了長時間的分辨進程，教宗全球祈禱網絡在世界各地的所有團隊、我們的青年聖體生活團寄來了種種建議。我們也接獲聖座若干部會和辦公室的十幾項建議。除了對收到的眾多主題加以省思外，也有 20 幾個來自不同大洲和國家的人，在祈禱中選出最重要的議題。此外，我們也投票表決哪些主題要呈交給教宗。這些材料有助於教宗方濟各祈禱分辨。通常，過了兩個月，教宗接見了國際主任之後，就會正式發出他的祈禱意向」。

關於〈教宗全球祈禱網絡〉正在推展的計劃，傅德立神父解釋說：「我們正在重新塑造這個宗座事業的第三階段，這是最深入也最重要的階段，因為它觸及我們使命的靈修基礎，即『心靈之道』。就教育的層面來說，這個靈修旅

途分成九個階段，有助於進入一個憐憫世人的使命，促使我們為世界和教會的使命獻出生命。今年 5 月，我們將正式推出所有教學材料。在《福音的喜樂》宗座勸諭的光照下，這些材料能幫助我們把他人視為弟兄姊妹，予以支持和關愛。缺乏這個具體的幅度，我們的祈禱是空洞的。」

--摘自《梵蒂岡新聞網》

<https://www.vaticannews.va/zht/pope/news/2020-02/interview-fornos-pope-franciscus-prayer-intentions-2021.htm>



自己的選擇

朱自成

~~~~~  
剛入職場時，每逢午餐前大家喜歡玩一個遊戲「抓大頭」，誰抓到大頭誰請客。一張捲起來的紙，只露出線頭，一人選擇一條路線，順著慢慢開展的路線，誰也不知走到那裡，最後結果指向「大頭」的人請客。當然有人高興，有人後悔，但不論如何，這都是自己的選擇。

人生就是不斷地選擇，而人生的選擇卻是十之八九都是不如意。但是結果卻不像抓大頭那麼簡單，只是請客就能了結，有的選擇讓我們付出了極大的代價。

人的年紀愈大，經歷的事情愈多，選擇的事情也愈多，後悔的事情也更多；「人生如果能夠重新來過……」，這是



多少人的願望。可惜，我們聽到更多的一句話是「人生沒有後悔藥」。

最近群組中傳來輔仁大學聖誕燈飾上場的影音，帶來更多的是往事的回憶。過去的種種走到今天，都是自己的選擇，但仔細想想，在許多歧路上，走得跌跌撞撞，最後都能走回正道，這些不都是天主給我的恩寵嗎？天主給我們最大的恩寵，就是讓我們自由地選擇；天主給我們最大的考驗，也是讓我們自由地選擇。在天主的救恩計畫中，「自己的選擇」占了重要的地位。

很多人不喜歡舊約，認為那些是猶太人的歷史；其實你如果認真讀一下，你會發現舊約中充滿了我和你的身影。天主帶領以色列人逃離埃及的迫害，但在曠野裡、在剛進入客納罕地，以民就背叛了天主。舊約反覆強調這段史實，但我們總是隔岸觀火，毫無感覺，而如果我們代入我們自己的一生，卻是心驚肉跳，因為我們的一生不正是和以民一樣嗎？「飽暖思淫慾」，先賢說的話一點都沒錯，我們只有在痛苦中才想到天主，生活一旦舒適，立刻就忘了天主。無論我們有什麼藉口，這些都是我們自己的選擇。

讀先知書時，我們常覺得以色列人真是沒救了，先知罵成那個樣子，還不知悔改，甚至會回答說，反正沒希望了，因為我們還是願意隨從自己的計畫，按照我們自己的意願行事（參耶十八 12）。可是我們反觀自己，在日常生活中我們又何嘗不是如此，忠言逆耳，又有幾人能聽得進去？連天主的話都不聽，何況是人的話？

其實，選擇的結果不如人意，未必不是天主的旨意。我們生病了，有人認為天主在懲罰我們；但從另一方面看，因為生病讓自己尊重生命、親近天主，讓家人感情和好，這種經驗、這種恩寵不是每個人都能得到的。

有人出了車禍，後悔自己不應該買車；因為護士長期照顧，日久生情，兩人結成連理，這又因禍得福了。塞翁失馬，焉知非福；塞翁得馬，焉知非禍。當我們做了選擇，卻面臨困難，與其後悔，不如反思，如何面對未來，做好另一個正確的選擇。

人生確實不容易，我們自己的選擇，不論是什麼後果，是苦是累，都得我們自己來承受。人生雖坎坷，但是轉折也多，柳暗總會等到花明。更何況對我們基督信徒而言，不論我們如何選擇，不論我們是故意、還是不小心得罪了天主，只要回頭一定會到岸；只要我們肯依靠天主，天主必定會照顧我們。

在寫本文的同時，太座正在和她的姊妹淘連線，大談疫情過後要好好聚在一起大聊一番。聽到她們純真地談話，聽到她們純真地歡笑，心裡感嘆她們的純真，真是天主的好兒女。不論她們如何選擇，相信都能得到天主的恩寵。

面對新的一年，祈願疫情盡快結束，祈願大家都能做天主的好兒女，祈願大家都能做好人生的選擇。祈願我們彼此互勉。祈願天主俯聽我們。



## 承諾 Promise

劉映君醫師

(歌詞)「在瞬間，天空降下大雨，而我們被迫保持距離，連呼吸都如此的焦慮，擁抱你變這時代的奢侈品，是恐懼取代了氧氣，那白衣避之唯恐不及，不自禁，人們開始反省，怎樣去面對下一個世紀。辛苦的付出 everyday，也許暫時還看不到終點，被面具壓紅的那一張臉，只為了換你遲來的笑顏 I promise I will try my best，總會有撐過去的那一天，回頭看看擁有的這一切，多麼的感謝。」

馬偕醫院發布訊息指出，2020年在疫情艱難的時刻，全台及世界各地都飽受2019冠狀病毒疾病肆虐，選在醫師節當天推出整形外科主治醫師劉映君自創曲〈承諾〉(Promise)，由各職系同仁排除萬難，齊聚錄製，齊心唱出抗疫的心聲，也讓台灣醫療團隊互為支援的特色得以展現。

<https://www.youtube.com/watch?v=WePh93hUcyc>

## 人生並非樣樣都是生意

黃美惠

大提琴家馬友友對 NHK World (英語台) 說，2020 年是他 43 年婚姻，在家待最久的一年。如果依照日數統計，43 年婚姻當中，他有 27 年都不在家，繞著地球跑，開演奏會和錄 CD。2020 年他居家避疫，如同預嘗退休的滋味，又好像教書六年後的一整年 Sabbatical 休假，他說：「我其實從不知正常生活是什麼。」

馬友友忙碌很出名，兒子小時以為爸爸在機場工作，因為老看到爸爸拎著琴奔忙於家裡和機場的路上。65 歲的馬友友說，疫情使大家哪裡都去不了，他居然可以在家裡回信、和鄰居聊天，都是新體驗。

其實馬友友今年沒有閒著。3 月 13 日，他上推特公布一個簡單的目標：分享能夠安慰人的音樂。第一首就是德弗札克新世界交響曲裡耳熟能詳的《念故鄉 (Going Home)》。他說：「大家都極焦慮的日子，我想找個方法繼續分享能讓我身心安頓的曲子。」

就這樣開始 #SongsOfComfort (安慰之聲行動計劃)，得到莫大迴響，全世界千萬人都得音樂家接力式的安慰。在 NHK 回望八個多月來的奇妙旅程，馬友友在家中書房順手拿起他的大提琴，奏出《念故鄉》裡的一段，記者聽得都哭了，觀眾也噙淚聽這「安慰之歌」。

當天最令人動容的是一段馬友友的話。記者問他，平常音樂會邀約滿檔，唱片大賣且屢獲葛萊美獎，如今免費在網上拉琴給世人聽，那不就是一種收入上的損失嗎？

「我一直認為人生並非樣樣事都是交易（Not everything in the world is a transaction.）」馬友友說，人不能總是在看錢，很多最重要的事其實無法貼上標價，「比如說，人的尊嚴（dignity）、高尚（decency），乃至公民意識（civic mindedness），都不該是你我必須花錢去買的。」他說他自己的價值並不在於是一個「品牌」。

在這個大疫當前的非常時期，他會想自己能做什麼，如果每個人都以為目前的困難太大、自己的力量太小，而什麼都不去做，只等真命天子出來拯救蒼生，不把所有人力量集中起來，那麼這個檻是很難跨過的。

今天是 2020 年感恩節，一個大家要很用力才能想出該如何感恩的日子。馬友友說得很對，人生並非樣樣都為生意和賺錢，今年日子都不好過，經濟上都有不小損失，但能看穿挫折，想想自己仍擁有金錢買不到的幸福：你的健康仍在，子女因為回家來而有較多的相處和了解，許久不見的老同學老朋友重新接軌，這就是安慰了。（網路文章）

<https://youtu.be/MwUYk6Xi-wc> 念故鄉（Going Home）



《念故鄉》的旋律是來自捷克音樂家德弗乍克（Antonín Leopold Dvořák, 1841 - 1904）的《第九交響曲》第二樂章緩板（又名《新世界交響曲》）。這是德弗乍克在 1893 年完成的作品，當時他由歐洲應邀到美國出任紐約國立音樂學院院長。1969 年，人類首度登上月球時，宇航員阿姆斯壯（Neil Armstrong），帶上去的就是《新世界交響曲》的錄音。

## 網路！福兮？禍兮？

獅子尾巴

~~~~~  
「醒寤祈禱罷！免陷於誘惑；心神固然切願，但肉體卻軟弱」“ Stay awake and pray, so that you may not slip into temptation. The spirit indeed is eager, but human nature is weak” .(瑪二六 41)

兒子一直鼓勵我吸收新知識跟得上時代的腳步。幾回介紹我看近年十分盛行的紀錄片“ The Social Dilemma”（暫且譯成〈網路社交平台的反思〉），參與製作此片的主角皆是 Google、Facebook、Twitter 及著名網路社交平台的高級主管和功臣。但是他們的良知、良能催促他們揭露網路社交平台對個人隱私的掠奪，以及利用 AI 人工智慧對個人思想和行為的操控。

根據用戶的習慣，電腦大數據的處理分析後，網路平台 AI 進行個人操控。當我網購一個牌子的化妝品後，無論是在我上世界日報的網站或 YouTube 上，這網站和品牌優惠的

廣告就不停出現在我電腦螢幕上。若是在 YouTube 上看了一些關於某個競選候選人的論述，大多出現的是有關此候選人各樣正面的政論和諸多評擊他對手的節目，不知不覺中，自然而然被洗腦成兩極化的選民，這造成很多選舉民調成五五波。甚至選舉後全國選民很難融合。

網路對成人的影響如此，對於成長中的孩子心智發展影響更是嚴重。自 2011-2012 年後，青春期的女孩因為心智尚未成熟，脆弱的心靈禁不起社交平台上同輩的訕笑、欺負，自殘和自殺的比率一路飆升。家庭共融也受到重大影響。常常看到一家人坐在飯桌上，一人一隻手機，很難找到共同的話題。連一家人出外旅行，大人也不能錯過公司的 email，小孩還在手機上和朋友聊天。找到上好餐廳，一上菜要先讓手機照個相傳出去才能開動。宗教及文化傳統一直提醒我們要免於對財、色、權力的誘惑，但是現在更要正視的是要抵抗手機和社交平台的誘惑。

耶穌說富人很難進天國，但他也鼓勵有財富的人去幫助窮苦的人。我們不要成為金錢的奴隸，但可以做財富的好主人。同樣的，Google 省去我們跑圖書館的麻煩。只需指鍵一滑，知識的天空任人遨翔。連老公要煮個萬巒豬腳，都可以即時在網上找到食譜。在疫情中學生更是用網路上課。工作的人也是用網路上班。教友們更是在網路上望彌撒、查經和相互關懷。網路社交平台若能妥善利用，也可以成為福傳的利器。事半功倍！

我們祈求天主的智慧和勇氣讓我們善用網路而不上癮，分辨網路上的消息的真假而不受控制，進而幫助子女心智的

發展和正確用網路的方法。逃避和爭吵不是解決事情的方法。做父母的真的也得努力跟上網路時代，否則很難和子女交流，更別說幫助他們培養良好的信仰生活。共勉之！



德不孤必有鄰

張茜凝

~~~~~  
2020 年真是一個大考驗的一年，可能對很多人來說，都是如此。

在五月初，我親愛的二姊因血癌離世；七月底，從小一起長大、玩耍的好同學、好朋友，又因肺腺癌延及腦、骨，從發現到去世不過兩個月的時間。而在此之前我所居住的房子接二連三地發生事故，再加上失去至親好友，這種打擊讓我悲慟不已，心裡也很難接受。這些壓力終於將我打到谷底，讓我身心靈一蹶不振。

因為疫情的關係，我每天在網路上望彌撒，每天也念玫瑰經為他人祈禱，自認靈修生活還是有的，與天主的關係也不錯啊！以為一向受恩寵的我，突然感受不到「被愛」，卻感覺好像「被遺棄」，以致心情低落，每天質問天主「你在哪裡？」，「為什麼這麼多不幸的事情發生在我身上？」

由於心情鬱悶，進而影響到身體健康，持續兩個月不能進食，體重直線下降；此時又開始耽心自己是不是得了什麼重大疾病？還是癌症？這種不能自拔的感覺，自己也很無奈，自己也警覺這樣下去是不對的。

我一向相信「通功代禱」的力量，就將這些「煩惱、憂慮」都吐露給教會內的一些好朋友和閨蜜，請他們代禱。幸好、萬幸、真好，有他們的祈禱，傳送影片及聖言安慰我，讓我感受到天主的愛藉由他們傳遞給我。人生的道路上，我不再是孤獨。這股愛的力量，只有親身體會才能感受到天主的熱流，澆灌人心，使我又一次有力量，又一次活起來。

轉求、代禱是基督徒求恩祈禱的一種。我的這些好朋友們，他們天天祈禱，不只是為自己、更為他人祈禱；充分做到聖保祿所說的「各人不可只顧自己的事，也該顧及別人的事。」（斐二 4）

耶穌基督的祈禱是我們祈禱的好榜樣。祂不論是在世間或在聖父旁邊，一直在為我們、特別是為我們的罪過祈求；甚至在十字架上臨終前，祂還在為罪人祈禱「父啊！寬赦他們罷！因為他們不知道他們做的是什麼」（路廿三 34）。聖斯德望也效法耶穌，在被石頭砸死前，為殺害他的人祈禱：「主，不要向他們算這罪債！」（宗七 60）

在祈禱中、特別是為他人的祈禱中，我漸漸體會到，生活不盡是順遂的，總是有起起伏伏；而我們在受苦的當下，愛我們的天主看著我們受苦的時候，心裡也一定不好受。

更重要的是，在我失意、悲傷、痛苦的時候，是否還能想著痛苦的基督，求祂與我們一起背苦架。

今天在「生命恩泉」將臨期第五天的主題「結伴同行」中，也提到耶穌的兩個門徒在往厄瑪烏的路上，彼此討論所發生的一切事。就在談話討論時，耶穌親自走近他們，與他們同行。耶穌問他們在談什麼，他們面帶愁容地說出所發生的一切。耶穌對他們說：「默西亞不是必須受這些苦難，纔進入他的光榮嗎？」（路廿四 26）

是的，在我們個人經歷的愁苦中，甚或新的一年全球仍要受疫情的肆虐下，這些苦難過去之後，光明終將來臨。重要的是，在苦難當中我們彼此扶持。



## 耶穌禱文

孫小艾

~~~~~  
『耶穌，天主之子，可憐我罷！』

「有兩個瞎子在路旁，聽說耶穌路過，就喊叫說：主，達味之子，可憐我們罷！」（瑪廿 30）

「那個稅吏卻遠遠地站著，連舉目望天都不敢，只是捶著自己的胸膛說：天主，可憐我這個罪人罷！」（路十八 13）

耶穌禱文的主旨是將人的注意力集中於默想耶穌基督，並擯除其他的思想，在謙卑的心態下不斷地祈禱，跟隨耶穌，

「你們背起我的軛，跟我學罷！因為我是良善心謙的：這樣你們必要找得你們靈魂的安息，因為我的軛是柔和的，我的擔子是輕鬆的。」(瑪十一 29-30)

疫情期間常聽到許多負面的訊息，心情也隨之起伏與不安。有天蘇大文弟兄打電話邀我上 Zoom，「大家一起來個音樂祈禱聚會，每個星期一小時，我們先恭唸當日彌撒福音，分享，接著吟唱耶穌禱文，並為各人心中所有意向對天主開口祈禱。」我直覺回應是我除了有時間有興趣外，但我看不懂譜也不會祈禱，我行嗎？大文說：「不要緊張，當你參加心有感動時，聖神自然會引領你進入祈禱中。我會給你一本小冊子，短而淺顯的句子可以抒發你內心的情緒，慢慢仔細地反覆誦念，將我們快樂的或是悲傷的心思專注於耶穌。這本小冊子是我們台北通化街玫瑰聖母堂王蒙席極力推薦，朱健仁弟兄譜曲，採用泰澤吟唱方式，簡單易唱方便朗朗上口，不要害怕！」我在他的鼓勵下，兢兢業業地參加了第一次的聚會。

會前 5 分鐘，在等待大家上線的同時，我們含笑彼此問好。祈禱會開始，我們聆聽天主聖言，分享福音帶給我們個人的啟示，15 分鐘後我們將大家的祈禱意向放在天主台前，在數位唱將輪流帶領下，我們反覆吟唱耶穌禱文。一個小時很快地過去了，每個人都意猶未盡，相約下星期準時 Zoom 上再見。

我的睡眠不好，常常有許多煩雜事情浮上心頭，難以成眠。自從「耶穌，天主之子，可憐我罷！」旋律在我腦中盤旋，它讓我又可以安然補眠。正如同古倫神父在《心靈陪伴的

靈修路》書中寫的，「主耶穌基督，天主之子，請憐憫我！」這句話讓耶穌在你的靈魂深處引導你，然後去想像，聖靈之泉在你裡面湧流。這道泉源充滿了耶穌的靈、他的慈愛、溫柔與憐憫。…然後，你會隱約感覺到，聖靈之泉在你裡面潔淨你，將一切混濁之物都帶走，使你煥然一新，並將耶穌的愛充滿你，讓你內心享有平安。

我滿心歡喜地每週準時坐在 Zoom 前，和弟兄姊妹們一起頌揚天主。在「耶穌，天主之子，可憐我罷！」的誦禱中，我們為已亡的親友祈禱，祈願他們安享主懷、息止安所；我們為身體不適的病友及他們的家人們祈禱，求天主增強他們對抗病魔的信心；我們為所有醫護人員祈禱，求主堅強他們奉獻的耐力；我們為身邊的家人親友祈禱，求主持續保守闔家平安；我們更為當今的世界和平祈禱，求主賜與掌權者智慧；…。

短短的十三篇經文，在兩個月中依序唱完。簡單吟唱發人省思的短誦，我懇切向耶穌基督祈求憐憫，在滿懷渴求的禱聲中，懇切祈求天主接納這個無用的我，當我唱到禱文的最後一句「今天，你將同我一起在樂園中」(路廿三 43)，剎時淚水不禁濕透了我的衣襟，這是一句多麼安慰的保證，耶穌在十字架上對著向主悔改的罪犯所說的話，竟也同樣地回覆了我。



時間不逝 圓圈不圓

徐擘

~~~~~  
一個人怎樣才會覺得自己幸福？回答這個問題很簡單，只要他常去墓地裏走一走，便會發覺活著就是幸福！然而有些人卻是痛苦地活著，甚至活到了生不如死的地步，仍然頑強地背負著肩頭沉重的十字架！我的父親如今正遭受這般痛苦，然而他卻如此平靜，他知道主的軛是輕柔的，主不會讓他承受不能承受之苦，他不再懼怕什麼，而是平靜地面對苦難！

父親身患惡性腫瘤，已然快走到了生命的末期，他躺在病榻上，瘦骨嶙峋，動彈不得，連翻身都需要別人的幫助。他這樣形容自己，彷彿有人用釘子釘進了自己的骨頭裏，這是一種鑽心的疼痛。然而父親卻總是強忍著劇痛，笑盈盈地和我聊天，這也許是他僅存的一絲幸福感了！無數的漫漫長夜，我坐在病榻前，拉著父親的手，眼裡含著淚水，和他共同回味我們曾經擁有的快樂時光。我感謝主還能給我這個機會，讓我能對父親說一聲：「爸爸，我愛你！」同時我又擔心哪天再也沒有機會說出這句話了！歌德說：「沒有在長夜痛哭過的人，不足以談人生。」而我的淚水已然在漫漫長夜中，消磨得快要乾涸了！說真的，我不是一個悲觀的人，我極力想把快樂帶給身邊的人，然而獨處的時候還是忍不住會默默流淚，又有誰的內心不是柔軟的呢？

大約兩個多月前，我和妻兒從美國回到中國，由於恰逢新

冠疫情肆虐，我們的回國之路可謂歷盡千辛萬難，父親早就盼望著一家人可以坐下來團聚一下！就在我們即將回家的那天當晚，父親強撐著身體，坐在床上迎接我們回家！由於飛機晚點，我們回到家中時，父親已然在床上堅持坐了幾個鐘頭。媽媽勸他躺下，他堅決不躺下，他怕自己躺下就再也起不來了！當我們回到家中，看到父親的身體顫抖得要命，他的腰支撐不住身體的重量，腦袋幾乎扎進兩腿之間，彷彿是把自己的身體對摺起來一樣！後來父親實在撐不住了，見我們回到家中就躺下了，開始詢問我們在美國的生活情況！本來我以為回到家中有千言萬語可以對父親說，然而我卻哽咽得一句話都說不出口。我努力抑制自己的情緒，含著淚水和父親聊了一整夜。

第二天早上父親便開始說胡話，完全陷入無意識狀態！就這樣持續了三天三夜，他沒有睡覺，在第四天他睡了一覺。等他醒來之後，便同我講述人是如何復活，天堂裏是什麼樣子，並且說自己不悲痛，有這麼好的家庭，他感到很幸福！我知道是主，一定是主憐憫我，又把父親給送回來了！從此父親的身體漸漸又恢復了，腿上的浮腫也漸漸消退，而且腫瘤部位也不再像從前那麼疼痛難忍了！

後來父親可以下床坐在輪椅上，我時常推著他到室外轉一轉。雖然父親的身體仍然很痛，但是能出來轉轉畢竟心情不錯！有一日我推著父親到了賣菜的集市上，看到有賣羊頭肉的攤位，父親一時興起，讓我買一些羊頭肉給他嚐嘗！這讓我想起了三十幾年前，在我的童年時期，中國內地還處在計劃經濟時代，物資和糧食供應不足，到了冬天人們最常吃的就是大白菜和馬鈴薯。那會兒父親為了改善伙

食，每隔幾天就會去市場買上兩塊錢的羊雜碎。那會兒羊頭肉可是搶手貨，需要提前預訂，父親每次都不忘囑咐店家，我兒子愛吃羊眼，麻煩您把羊眼給我留著，價錢貴點沒關係！（注：羊雜碎比羊頭肉價格便宜，因此父親每次去都只買羊雜碎和羊頭肉中的羊眼部位。）父親回到家中，用羊雜碎加上羊眼再混合上大白菜和嫩豆腐，燴在一起滿滿一大鍋！父親把所有的羊眼都夾給我吃，一家人吃一大鍋燴菜，根本撈不著幾塊羊雜碎！父親喝著小酒，看著一家人興高采烈地享用著自己烹製的美味佳餚，他的臉上洋溢著無比的幸福！想到此情此景，我走上前去，對賣羊頭肉的師傅說道：「麻煩您給我切幾塊羊眼，我爸爸愛吃，以前他總是捨不得吃，都給我吃了！」賣羊頭肉的師傅聽完露出滿臉詫異的表情，這都快進入「全面小康」社會了，還會有人捨不得吃羊頭肉嗎？他不知道我說的「以前」已然是三十幾年前的事情了！回到家中，我急忙給父親蒸熱了羊頭肉，父親吃了兩塊，說味道不錯，然而卻沒有胃口再多吃幾塊下去！其實吃什麼不重要，一家人可以坐在一起吃一頓飯，纔是最重要的事情！今年的中秋節我們在深圳隔離，沒能和家人團聚，如今主又給了我這個機會，至少讓我不必太遺憾！

我的母親始終沒有放棄醫治父親的念頭，見父親好轉，便讓我開車載著父親到北京，請全國最高明的醫生來醫治父親，然而醫生在看完檢查報告之後仍然表示束手無策，我只好又將父親載回到天津家中。在回津之前，母親還推著父親到北京天壇公園裡轉了一圈。從北京到天津有兩個小時的車程，父親仍然可以堅持坐車回到家中。

然而好景不長，回到天津的家中之後，父親身體每況愈下，漸漸地又陷入無意識狀態，再次清醒之後便向我講述地獄裡的樣子，而且情緒非常焦慮不安！天堂與地獄都是造物主所創造，就像我們人類出於泥土，我們人類所發明製造的萬物莫不取材於地球，一切看似真實的物質世界其實都是短暫的虛幻，而看似虛無縹緲的靈魂，却是這般真實且永恒。地獄裡最大的痛苦並非刀山火海，而是與造物主的永世隔絕，這是一種沒有希望沒有盼望的絕望。說真的，人到了這會兒再談什麼靈修都來不及了，最簡單的辦法就是直觀感受，就像買房前先去參觀樣版屋一樣。主讓父親參觀了天堂與地獄，父親便趁著還在世間要求領洗。11月17日，在父親生命垂危之際，我把從羅馬留學歸國的神父接到家中為父親施洗，父親艱難地從床上坐起來宣發信德，並領受入門聖事以及傅油聖事。父親領洗那天是大霧霾天，等他領洗之後便下了一天一夜的大雨，雨水驅散了陰霾，沖刷著大地，也預示著人的靈魂得到洗滌而潔淨。第三日父親的情緒漸漸平靜下來，他再次起死回生，又能坐起來了！此刻我深深地感受到了主對我的愛，主再次把父親送回來了！儘管我不好意思向主開口，但主卻清清楚楚明白我心裏所想！我不知道這樣的日子還能延續多久，我卻格外珍惜當下的每一天！

父親清醒的時候，仍然喜歡說個不停！我們一起回憶我小的時候，每到平安夜，父親總是帶我去天津老西開天主堂望彌撒，父親不是教徒，只不過是帶我去看熱鬧的！由於天津是八國聯軍租借地的城市，所以天津人特別熱衷於過洋節！平安夜的時候，教堂被熱情高漲的人群圍堵得水洩

不通，警察們手拉著手維持秩序。父親給我買了頂聖誕帽，帽子上還有會發光的小球燈，我戴著聖誕帽，騎在父親的脖子上，父親在擁擠的人群中艱難地向著教堂前行！由於觀禮彌撒的人太多了，幾乎就是看一眼，然後擁擠的人群就被後面的隊伍擠出了教堂！儘管這樣，每個人臉上都洋溢著無比的開心。我們那會兒不瞭解任何教義，只是覺得迎接耶穌誕生是一件普天同慶的高興事！時光荏苒，轉眼間過去了三十幾年，如今為父親施洗的神父所在的堂口正是天津老西開天主堂。很多事情就是這麼巧合，在我出生之前父親查字典為我起名「擘」字，三十幾年之後我才明白，原來我的名字是「擘餅禮」的意思！（這個典故有機會再講給大家聽，這裡就不展開來談了。）一切預表組成了一個圓圈，主早已安排下一切救恩！主早就為我們設定了得救的路徑，但不會預設我們的人生軌跡。人生就像迷宮，雖然有成百上千條路徑，但是入口和出口只有一個，那是主提前就設定好的，其它的路完全是由自己無數次的選擇而構成的。這就是生命的奧秘，就像電影《阿甘正傳》裡所說，阿甘：「媽媽，我的命運是什麼？」媽媽：「你得自己想辦法找到，生活就像一盒巧克力，你永遠都不知道下一顆是什麼味道。」原來人最大的痛楚不是肉體上的痛楚，而是精神上的麻木，與靈魂上的不安。主一直與我們同在，只是我們有時把心門關上了，信德就是鑰匙，打開心門，主就會到我們心裏來。主不但給了我們生命，而且給了我們自由，人類正是因為對明天充滿未知，而活得精彩紛呈！

幾日前，父親因感染引起發熱不退，再次住進醫院裏面！

如今他已經動彈不得，連翻身都需要別人的幫助，是的，這正是文章開頭部分所描述的狀況！此時我坐在醫院的病床前，握著父親的手就像握住了全世界！每當夜晚來臨的時候，我便唱歌給父親聽，我希望可以用歌聲陪伴父親度過漫長的黑夜，去迎接黎明的曙光！我輕聲哼唱道：「我要你在我身旁，我要靠著你肩膀，這夜的風兒吹，吹得心感傷，我的父啊，我在他鄉，望著月亮。都怪這月色，撩人思故鄉，都怪這吉他，彈得太淒涼，哦，我要唱著歌，默默把你想，我的父啊，你在遠方，盼著天亮...。」透過醫院的窗戶，我望著無盡的夜空，我在想我那位在天上的父啊（天主），不也在用歌聲陪伴著我度過這漫長的黑夜嗎？天空中的繁星正是祂優美的旋律！黑暗的盡頭便是曙光的溫暖，這是來自慈父的溫暖，這是孕育生命的曙光！哪個父親會不愛自己的孩子？又有哪個孩子會不愛自己的父親呢？當孩子握著父親的手，就像握住了全世界！



## 慈母的愛

王鄭紅

~~~~~  
疫情以來因為先生在家工作，孩子們也在家上課，我突然間比以前忙碌了很多。本以為先生在家工作會令他更輕鬆一些，沒想到因為無法和同事們見面所以幾乎每天大會小會不斷，常常工作到半夜 12 點，非常辛苦。孩子們也因為在家上課和老師隔著屏幕就開始放羊了，尤其是大兒子對

於上網課非常不適應，常常因為上網課的問題和他爸爸吵架。就這樣過了一段時間，先生最近總是胃疼，而且疼得半夜睡不著覺，懷疑得了胃病。我們就預約了醫生，家庭醫生給開了化驗單，經過化驗，先生並沒有得幽門螺旋桿菌。家庭醫生覺得是因為先生最近的壓力很大、心情也不是很好，所以要求他多靜養休息，再觀察是否需要做胃鏡。可是先生工作那麼忙，怎麼可能有時間好好休息？看著他那麼辛苦和痛苦，我的心情也非常沉重，常常暗自流淚，不知道該怎麼辦才好。

因為我以前有唸玫瑰經的習慣，特別是在自己軟弱的時候更是渴望聖母的幫助。一天晚上，在睡夢中夢到我的乾媽米蘭花來到我家中，我和她站在我家的聖母像前。乾媽看著我說：「孩子，不要難過，一切都會過去的。等下聖母要來，你有什麼話自己和她說。」然後，她突然看著我胸前的一個棕色的徽章說：「你要換一個藍色的徽章，聖母必會幫助你。你要是沒有，我的可以借給你。」當時我心裡想，我有啊，就在我家的 patio！不等我細想怎麼回事，聖母突然出現在我旁邊，我望著她，突然什麼話都不會說了，眼淚像泉水一樣的湧出，千言萬語只剩下：「媽媽，幫我！」聖母溫柔的看著我，摸著我的頭說：「好的，不要怕。」我突然間就醒了。然後就再也睡不著了，腦子裡停不下來的在想棕色徽章是什麼？我沒有什麼棕色徽章啊？我的脖子裡常年戴著加爾默羅修會的棕色聖衣，藍色徽章是什麼？我立馬上網去搜藍色徽章，但是搜不到。我又去搜藍色聖衣，果然搜到了！藍黑色聖衣是聖母忠僕會（天主教最初的 5 個托鉢修會之一）的聖衣。我以為是要買

這個藍色聖衣，就上網去找，但是哪裡都找不到賣藍色的聖衣。想起夢中我脫口而出在我家 patio 也有的話，在看到聖母忠僕會的簡介時驚呆了！聖母曾於 1233 年 8 月 15 日啟示給 7 位會祖，要他們建立聖母忠僕會，並以傳揚她的痛苦、誦念《七苦聖母玫瑰經》為其修會的特殊使命。看到這裡我眼前一亮，我家的 patio 不是正好有一串很久以前乾媽送給我的《七苦聖母玫瑰經》念珠嗎？我立馬跑到 patio，把這個我早已遺忘，以前曾經覺得我這輩子都不可能拿起的《七苦聖母玫瑰經》念珠像珍寶一樣地抱在懷裡，感覺自己真的是一個小孩子一樣，被母親深深的愛著，無比幸福。之前那些擔心、害怕、迷茫在這一刻都消失的無影無踪，只有無限的歡喜！

聖母是教會的母親，也是我們仁愛的慈母，她是我們活出天主話語的典範。正如我們的教宗方濟各說的：「基督徒懷著虔敬之情，彙整出聖母七苦。」又在教宗方濟各在 2020 年聖枝主日前的周五講道中說道：「天主子民世代以來敬禮痛苦聖母，寫了許多敬禮痛苦聖母的讚歌：矗立在十字架下，痛苦的默觀十字架。」

親愛的弟兄姐妹們，無論我們正在疾病中、失業中、磨難中、…，讓我們向我們的慈母祈求，求慈母賜予我們堅韌之心，使我們結出生命的果實！



九月十五日敬禮「痛苦聖母」

《聖母七苦玫瑰經》念珠是由七組七粒小珠串成，每組以象徵聖經所記載聖母七項痛苦的聖牌，依次序隔開。祈禱的方式如下：每次默想完聖母七苦其中一苦後，誦唸一遍天主經，七遍聖母經，之後加唸「極寬仁的母親，請幫助我們，使我們常常想起祢聖子耶穌為我們所受的苦難。」聖母（以母親的角度）所受的七苦：

第一苦：西默盎向瑪利亞預言：一把利劍刺透心（路二 25-28；33-35）

第二苦：聖家埃及逃難（瑪二 13-15）

第三苦：聖母遺失十二齡耶穌（路二 43-50）

第四苦：聖母遇見苦路上的耶穌（路二三 26-31）

第五苦：聖母哀立十字架下（若十九 25~27）

第六苦：聖母懷抱耶穌聖屍（若十九 38-40）

第七苦：聖母目送耶穌被埋葬（瑪二七 55-61）

野聲捐款謝啟

艾祖煌醫師	100元	方薇	200元
林鄭靜萍	100元	朱素坤	100元
陳鎮中、孫永平	50元	鍾金金	500元
陳偉洲 紀念陳應炳、陳鄧惠瑛	200元		

【野聲】捐款支票抬頭請寫：Chinese Catholic Community (or CCC)
請註明「野聲捐款」

信封請寫：Chinese Catholic Community of SEAS
Attn: Deacon Peter Chu

郵寄地址：1835 Larkvane Road
Rowland Heights, CA 91748

電郵地址：angelsvoiceaccount@gmail.com

教會網址：https://catholicchinese.org

The Four Candles

web article

The Four Candles burned slowly.

Their ambiance was so soft you could hear them speak...

The first candle said,

"I am peace, but these days, nobody wants to keep me lit."

Then peace's flame slowly diminishes and goes out completely.

The second candle said,

"I am faith, but these days I am no longer indispensable."

Then faith's flame slowly diminishes and goes out completely.

Sadly, the third candle speaks,

"I am love and I haven't the strength to stay lit any longer.

People put me aside and don't understand my importance. They even forget to love those who are nearest to them."

Waiting no longer, love goes out completely.

Suddenly...a child enters the room and see the three candles no longer burning. The child begins to cry, "Why are you not burning? You are supposed to stay lit until the end!"

Then the fourth candle speaks gently to the little child,

"Don't be afraid, for I am hope and while I still burn, we can re-light the other candles."

With shining eyes the child took the candle of hope and lit the other three candles.

Never let the flame of hope go out of your life. With hope, no matter how bad things look and are, peace, faith and love can shine brightly in our lives.

Jesus said, "I am the light of the world. Whoever follows me will have a life filled with light and will never live in the dark." John 8:12

Thank you for your light that shines in the darkness of the world, giving us hope.

