

# Angels' Voice

Chinese Catholic Monthly Newsletter No. 344, Jan. 2022

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



# 344

January 2022



## 本期目錄

沒有善行的信德是死的，救不了人的靈魂……蘇崑勇神父	02
生命之慶，有主耶穌……必安	04
天主仁慈無限……小德蘭	07
徐卓越神父晉鐸 62 週年慶……美華天主堂教友	11
脫下舊衣經歷更新－耶穌的禮物……黃詩亢	14
演員和觀眾……朱自成	17
前瞻青年覺醒……梵蒂岡新聞網	20
成長的煩惱……何京玉	23
Finding God with the Examen……Lillian Sun	27
封面故事：開啟「傳教禧年」聖門……李芳宇	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：主日下午 3:30

網上直播 <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：孫愛珠

編審：蘇闊

策劃：孫愛珠

聯絡：陶秀雲

封面編輯：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）

## 沒有善行的信德是死的，救不了人的靈魂

蘇崑勇神父

~~~~~  
雅各伯宗徒說：「沒有善行的信德是死的，救不了人的靈魂。…正如身體沒有靈魂是死的，同樣信德沒有行為也是死的」（參閱：雅二 14-26）。這話告訴我們，任何好的宗教信仰必須包含「**全心相信**」和「**愛德善行**」。一個有正確的宗教信仰者，特別是我們這些信仰天主的人，除了相信天主，相信祂必賜下救恩之外，在行事為人時，更應以「**主動捨棄和犧牲**」的精神去行愛德、去善待別人，這就是耶穌在福音裡所說的，背十字架的精神：「**誰若願意跟隨我，該棄絕自己，背着自己的十字架跟隨我。**」（谷八 34）

因此，凡是真心信仰耶穌，對祂充滿了信德，願意效法耶穌的生活，並按照祂的話去生活的人，行善時必須具備真正的愛心並甘心面對、接受種種考驗和挑戰，必須具備主動冒險，甚至犧牲現世擁有的一切的精神，如此我們對天主的信仰才得以生活化，對天主的信德才得以變得活潑，但這就需要有極大的勇氣和決心了。

祭獻與祈禱也是我們信仰生活中表達信德很重要的部份。然而天主透過歐瑟亞先知告訴我們說：「因為我喜歡仁愛勝過祭獻，喜歡人認識天主勝過全燔祭。」（歐六 6）

天主又透過米該亞先知提醒我們說：「人啊！已通知了你，什麼是善，上主要求於你的是什麼：無非就是履行正義，愛好慈善，虛心與你的天主來往。」（米六 8）

另外，在撒慕爾紀上十五章 22-23 節，撒慕爾回答撒烏耳說：「上主豈能喜歡全燔祭和犧牲，勝過聽從上主的命令？聽命勝於祭獻，服從勝過綿羊的肥油脂。背命等於行卜，頑抗與敬拜偶像無異。」

這裡說到，要聽從上主的命令勝過向祂祭獻祈禱；而上主的命令正是要我們人行善，而且是以服從的精神，按照天主的誠命和聖意去行善，才是真正的善，也才真正是我們在信德上具體又實際的表現；因為「服從勝於祭獻」，可說是真宗教的靈魂，也是每個先知所不斷宣講的道理。

「仁愛與慈悲的行為」應是我們信仰天主的效果，而這個效果卻能為我們帶來信德的必然結果——那就是「成義」——亦即「得享永生救恩」。

耶穌也提醒我們，在行善時應有的態度，就是：為善時不應是為了讓人知道，為善時不應期待回報。祂說：「當你施捨時，不要叫你左手知道你右手所行的，好使你的施捨隱而不露，你父在暗中看見，必要報答你。」(瑪六 3-4)

在此文的結尾願藉以下這兩句話再與大家共勉：

「一生之善不能勝一日之惡，一日之惡能敗一生之善。」

「愛德行動是教友傳教的標誌」(教友傳教法令 8)

也願以上的分享有益於我們在新的一年里，藉著多行愛德，勤於行善，而深化我們對天主的信仰，並為此信仰作最好的、最具體的見證。



## 生命之慶，有主耶穌

必安

~~~~~  
從小聽到神父修女們說，基督徒十字架的標記不僅代表著天主與人的縱向關係，也象徵著人與人的橫向聯合，靠著被釘在上面的耶穌，天國開展了。

我雖然從小是基督徒，但是生活中沒有教會生活，不追求靈性的滋養，也不認識耶穌。來美國後，面臨工作、身份、異地文化和家庭的種種壓力，心中充滿著焦慮和不安。這時候才想到求天主，渴望得到安定和恩佑，我開始尋找教會。回頭看看，無論順利困難，天主始終都相伴保守。在天主的帶引與教會的弟兄姐妹互相關懷中，我漸漸明白生命的重心是信靠天主。因為無論再努力，誰也無法保證萬事順心。銀行的存款、子女的未來、父母的高壽、自己的健康，每一樣我都不能憑自己就能掌握。

我們的華人教友，多半是第一代來的移民，大家彼此關懷支持，更希望能幫助還不認識耶穌的同胞。當我二個孩子先後進了大學，不再需要接接送送的時候，我加入了堂區的聖母軍團體。這個信仰小團體的宗旨是效法耶穌的母親瑪利亞，我們喚她作聖母，專務祈禱與愛德服務。聖母軍的團員，每星期聚會祈禱，終年不間斷；聚會以外，也按需要去探訪或關懷教友，或是協助神父的牧靈工作。

聖母軍的探訪工作，讓我看到什麼是生命的至寶。從長輩們的生活經歷，他們的信仰體悟，以及他們在面對生命將

盡的從容溫良，都一一見證了信靠天主的人與仰賴自己或醫生的病人，是多麼的不一樣。

我們經常兩兩奉派探訪在醫院、療養院久病的教友。當我們按著指引，找對地點，敲門走進病房，看到長輩閉著眼躺在床上。陪伴著老人的，除了家人，就是那些連接著管線的呼吸器、生命監測儀和掛點滴架。在自我介紹和寒暄之後，我們邀請病床上的教友和他的家人，一起念經祈禱。許多次眼前這位受病痛的教友會提出請求，要我們為他祈禱，求天主早點接他走。

最初，聽到這請求會令我心生感傷。漸漸地，我能爽快應允，確實按著他們的心意向主祈求。我從他們的身上實實在在感受到有天主真好，知道下一站要去哪，沒有不捨，沒有害怕，平靜等候。我喜歡西方人說的生命之慶——Celebration of life——為走完的旅程，更為了將要啟程的永生。

曾經，聽過：「人死如燈滅。」「一死百了。」尤其這些年許多人討論著安樂死的話題。如果死亡即是一切結束歸零，那麼現世今生為何努力積德、克己守分，何不盡情享樂、任性而為？其實我們內心對死後的生命總有所想像和預想。沒錯，二千年前，耶穌來到人間，帶來喜訊。他上十字架以前告訴門徒們：「你們心裡不要煩亂；」「我去，是為你們預備地方，…我必再來接你們到我那裏去，為的是我在那裏，你們也在那裏」（若十四 1、3）。他向我們保證：「我必不留下你們為孤兒；我要回到你們這裡來。…因為我生活，你們也要生活」（若十四 18、19）。這就是

耶穌說的好消息，此生之後，我們會回到天父的家，與愛我們的主和我們所愛的人共度永生。

謝謝聖母，讓我學會隨著天父的心意祈禱。當她親生的兒子甘願捨命，上十字架時，她沒有阻擋吶喊，而選擇信賴天主。聖母曾經說過：「他無論吩咐你們作什麼，你們就作什麼。」（若二 5）

當我把自己交到天主手中，祂便賜給了我源源不絕的清泉，滋養我靈性的成長；賞我地裡長出百穀美果，供給我物質生活的需要；也藉著聖母軍兄弟彼此關心扶助，分享天主愛的大家庭。謝謝聖母軍培養我作一個天主的小幫手，學習聖母看顧小兄弟的需要，陪伴孤寂的心靈，把天主的愛與恩典分享給左鄰右舍。「凡你們對我這些最小兄弟中的一個做的，就是給我做了。」（瑪廿五 40）

我把平安留給你們

我將我的平安賜給你們

我所賜給你們的

不像世界所賜的一樣

你們心裡不要煩亂 也不要膽怯

（若十四 27）

# 天主仁慈無限

小德蘭

~~~~~  
我的公公在今年十一月一日，教會煉靈月的第一天，蒙主恩召。作為親人，心裡固然不捨，但回想起天主在這麼長一段時間對我公公的恩典與照顧，我內心仍舊激動不已。

我的公公正直真誠，脾氣雖然不算太好，也不會說些很漂亮的話，但卻有很多體貼與善良之處。一般的人，對看不過去的人事物或許會基於禮貌，存著幾分客套，但公公卻會毫不掩飾地表明他的看法，喜歡與不喜歡，在公公身上是不需要猜測的。我記憶最深刻的是，我與先生結婚後第一次回到台灣，我的父母特地開車到機場接我們，再送我們去夫家。我公公那天晚上單獨跟我說：「你的爸媽年紀這麼大了還跑這麼遠接你們，你應該找時間陪陪他們。你想回娘家住幾天都沒有關係。我沒有覺得媳婦一定要住在家裡。」這段話一直讓我十分感動。

大約五年前，獨居多年的公公生了一場大病，住醫院一個多月，身為獨生子的先生和我因為工作的緣故，無法離開美國太久，所以我們輪流回台陪伴他。我回去的時候醫生已經通知可以準備出院，但因為公公的年齡及慢性病史，既不適宜長途坐飛機移居美國，也不能如原先一樣獨自生活。我急著在他出院前找尋合適的安養機構，但能令我們滿意的安養機構都需要排隊等待。我心想恐怕不太可能在我回美國前找到適合公公的長照機構，甚至已經著手把家裡改成無障礙空間，計畫先請台灣本地的看護工照顧一段時間，再慢慢等外勞的申請。可這樣的安排卻仍讓我諸多

擔憂，一來看護工畢竟沒有受過專業的護理訓練，老人家如果有突發狀況，很難及時做出妥善的處置；其次，以長期來看，一對一的照顧，看護者的身心壓力很大，我也擔心公公得不到好的照顧。我跟天主求，請祂為我公公做最好的安排。在我不知前路，唯有懇切祈禱的當下，慈愛的主第一次為我公公開了路。

先生與我換手，離台返美之前，我們曾一起去一間離家不遠，口碑不錯的養護中心登記。這養護中心，內部十分乾淨，一點異味也沒有，全天廿四小時均有護理人員輪值，中心的負責人本身就是專業護理師，讓我們很放心，而且地點就在家附近，公公應該不會有搬入完全陌生環境的感覺。就在公公出院的前三天，我突然接到這間養護中心的電話，說他們有了一個空床位，問我們要不要入住？我簡直喜出望外，公公也因為該中心離家近，心想自己三不五時還能回家轉轉，就欣然答應入住。就這樣，天主為我公公行了第一個奇蹟。

住進了養護中心，公公雖然不太習慣那裏的生活與飲食，常有些抱怨，但對在那裏工作的外勞卻從不會刻意刁難，也曾細心教過外勞中文，因為他覺得他們離鄉背井的工作不容易。那裏的外勞朋友們都很喜歡他。而就在我把公公安置妥當，回到美國幾個月後，有一天突然收到負責管理我公公長照樓層的主任發來的簡訊。因為他從我的臉書上發現我們竟有一位共同的朋友，這位朋友是我兩年前過世的摯友，也是一位虔誠的好教友。我看到簡訊的當下眼淚就掉了下來。因為我深切明白這種種美好的安排，絕對不是個巧合或運氣，它不單是天主仁慈的看顧，也是我的摯

友在天主前為我轉求，這讓我充分相信，摯友已經脫離煉苦，平安回歸主懷。

四年裡我公公陸陸續續又住過幾次院，有時候我們能趕回去，有時候不能，但公公都平安度過。可是每次他生病，我心裡一直有種恐懼不安，深怕他有一天突然離世，而我跟先生都不在身邊。我常常跟天主求，求天主不要讓他在最後孤單地離開，求天主給他善終的恩典。

公公是在今年的十月十二日因為劇烈腹痛而再度入院，被診斷是急性胰臟炎。雖然醫生判定當時狀況還算穩定，但因為公公原本就有其它健康問題，腎臟功能看來不佳，加上年事已高，所以將他轉到加護病房觀察。先生心裡當然很擔心，想趕緊回去陪伴父親。但他的美國護照已經過期，我們查詢護照緊急申請流程，不但要準備許多文件，還要訂妥72小時內離境的機票才能預約申辦時間，但又不保證一定能約到，約到了也不保證能準時拿到護照。再加上台灣當地的防疫規定，要求入境後須入住防疫旅館十五天，必須事先訂妥旅館才能登機。真的是千頭萬緒。我們當時都已經做好先生無法如期登機，需要再更改機位的準備。沒想到天主把一切都安排好了，先生在登機前的八小時拿到了新護照，我也順利幫他訂到距離醫院只有十分鐘車程的防疫旅館。就這樣，先生在十月十七日抵達台灣。

先生回到台灣的第一週，公公的情況雖時好時壞，但還算穩定，主治醫師尚未准許先生在隔離期間申請外出探視，怕增加其他病人的風險，先生只能在旅館隔離等待。沒想到就在隔離的第二週，公公發生了血液感染（俗稱敗血症），導致低血壓休克，情況突然急轉直下，先生那天才被

准許入院探視，我們心裡有了最壞情況的準備，同時也想到是不是該請神父去醫院探望。但因為公公不是教友，我們誰都不敢提出，卻在心中猶豫思量。豈料天主再度為我公公作了安排。

先生的小阿姨是板橋天主堂的熱心教友，她出面邀請了板橋天主堂的狄傳道神父去探望公公。沒想到，狄神父主動問起願不願意讓我公公領洗。這真的是我們求都不敢求的恩典。狄神父於是在十月三十日時去探望我公公，並為我公公付洗，聖名為奧古斯丁，意味著我的公公是浪子回頭了。狄神父為我公公施洗那天，公公出人意外的有了短暫清醒的時間，亦即公公是在清醒的狀態下接受了赦罪的洗禮。而公公在受洗的兩日後，也就是十一月一日的凌晨三點半左右平靜安息主懷。那時先生剛剛解除隔離約三個小時，因此得以即時隨侍在側，陪著公公走完人生的最後時刻。公公一生個性執拗，在工作上、生活上吃了不少虧。但從另一方面看，公公的心思到老了也一直單純地像個小孩。這在天主的眼裡，應該是難能可貴的吧。

無限仁慈的天主父在我們還是罪人的時候，就先愛了我們，祂為我公公善終所做的安排，一環扣著一環，全都接得天衣無縫，何其巧妙，這一切的恩典遠遠比我們能想到的、求的，更好更多。因著臨終前領受了洗禮，公公得以在板橋天主堂舉行告別感恩祭，在許多教友的愛心協助下，莊嚴溫馨的結束此生的旅程，回歸天家。我與先生都盼望將來在天主的國度與公公再相聚。感謝讚美天主！

# 徐卓越神父晉鐸 62 週年慶

美華天主堂教友



徐卓越神父 (Rev. Louis Zee) 1933 年生於中國的江蘇無錫一個數代信奉天主教的大家庭。幼年喪母，他是長子。還是小修生時，隨校長龔士榮神父離家赴臺。1951 年來美，在 (Iowa) 愛荷華州，完成大學與修院要求，於 1959 年 1 月 31 日晉鐸神父榮職，隨後 40 年一直在該州的 Dubuque 教區服務，深受其主教及堂區教友的讚許及愛戴。徐神父有個願望，望他在美退休後的年月裏還可為中國教會/教友服務，以報他在中國接受信德的恩寵。

在德州休士頓的美華天主堂，原創堂司鐸張雷神父不幸於 1998 年末驟然離世，經過近兩年的周折努力，終於得 Dubuque 主教應許，將徐神父「借」休士頓兩年，直到他正式退休。

在 2000 年七月的盛夏，神父獨自開車來就任，睡意下，車翻，車全毀，主佑神父卻無恙。突然來了個好心路人大力幫忙，竟還是個天主教徒。

徐神父於 2000 年 7 月正式上任為美華的本堂主任司鐸，他以「美華是我家」的摯愛，全心，全靈，全力地來帶領本堂欣欣向榮，深受教友們的愛戴。他為人以誠，謙謙君子，是教友們的表率！他很快就恢復了記憶中深厚的中文造詣，而成為中英文俱佳的高手。

從神父的第一次講座開始，到他所作的每一次講座，他都是最有原創力的講者。通常他會以他的理解，用很獨特的方式將信仰的道理，巧妙地表達出來，如以兩座山來表達彌撒的過程。他還喜歡玩文弄字，譬如「與主同行」這四個字，音 "tong-xing" 是一起行走，以及音 "tong-hang" 是做同一種工作，如此來表達，主的僕人與主一同行走，最後成為與主有著同樣的行業，同樣的關心，被主同化的人。「與主同行」這四個字，表達出行動、過程，及最終的目的。

神父不單有慈祥的一面，他還有幽默的一面；當本地主教不能抽空出席及主持亞裔彌撒籌備會議時，每次都是由徐神父代替他的牧職主持會議，來領導本市六個不同的亞裔天主教團體討論籌組一年一度在休士頓舉辦的大亞裔彌撒事宜，每次徐神父都以風趣的英語主持會議，給亞裔與會的每人帶來不少的歡笑和融洽的氣氛。

神父來美華的第二年，在堂區大會上，大家就一致通過以「美華是我家」做基石，為擴建新堂而努力。神父說：「建新堂，就是建心堂。」他為帶動大家，竟將他在神職內

多年的積蓄慷慨捐獻。美奐美侖的新堂，於2004年動工，第二年2005年2月6日，正式獻堂，完成了美華先後兩位主任司鐸的心願。

神父以流暢的文筆，深厚的神修，為《心聲雙月刊》為牧靈，期期賜稿，真是每篇巧妙，又包羅萬象。還出版了《漁人的漁夫》及《修理破壞的靈魂》二書。神父有獨特的見解而不失嚴謹，篇篇發自肺腑，鏗然有聲，看出神父做事態度認真，對人接物以尊重，以寬容，對己則要求甚嚴。在教友的聖經研習班聚會時，神父更是解惑聖手。

神父做事認真，聖詠團過去每週四在教堂練唱，除非有特殊情況，他從不缺席，並認真參與。他常常告訴我們，「唱聖詠是加倍的祈禱」和「我要時時讚美上主，對祂的讚頌常在我口」。他並將許多好聽的英文聖歌翻譯成中文，如《向日葵》，為使所有教友在中文彌撒中都能一起用歌唱來讚美天主。他也與幾位有音樂修養的作曲家合作，為他的中文歌詞配音。其中，《中國變天國》，詞句優美，其意感人，曾被我們在好幾個大場合應用，也被多堂採用，還為美華譜了堂歌。

依照徐神父的意思，我們在團體生活中，不能總是一味的謙讓別人或原諒別人，好壞善惡不分，我們必須要用良知和正義感主導我們，雖不是去處罰別人，與人交惡，但是也必須明辨是非善惡。徐神父這明智的指示，應當是我們在教會服事的準則。

在美華經過16年後，徐神父第二度退休，但他還是退而不休。在無本堂神父時，他無怨地又挑起重擔；來了新本堂時，他則退居幕後，繼續幫忙，還做了《心聲》的主筆。

總體來說，我們覺得徐神父不僅愛心過人，而且才藝過人、能力過人、體力過人。他平易近人，胸襟開闊，品德高尚，充滿熱情，和富有文學修養。美華的教友們來自世界各地，各人的背景和經歷都不一樣，但是徐神父能在這些年中和大家處得很好，極是不容易。

神父們的手都是很有福氣的，因為藉著一雙被祝聖過的手，他們將主的恩寵分施給我們，做為我們得救的保障。美華教友們何其幸運，天主賜給了我們一位好牧人——徐神父卓越，他終生服務教會，盡心帶領教友，將自己一生無怨地辛勤獻與主，光榮主。



## 脫下舊衣經歷更新 —耶穌的禮物

黃詩宬

十二月對一般沒有基督信仰的人，也許就是一年即將結束，為親友準備聖誕禮物，或為自己的慾望清單上網盲目添購、計畫聖誕及新年假期的活動。但對基督徒來說，除了繽紛的聖誕裝飾，採購禮物、吃聖誕大餐外，應該要有不同的意義。從聖誕節前的四個主日開始，我們稱為「將臨期」，是天主教會新的禮儀年開始。為幫助信友們準備



迎接小耶穌的誕生，教堂在將臨期會安排許多避靜和靈修的活動，讓我們的心能從世俗生活與紛擾的塵世中「靜」下來，經歷主的臨在。

把自己放在天主的三個天秤上——主的旨意、基督自己、主豐富的恩典；我們是怎樣在主的天秤上過生活？與主的關係是否相稱於天主賜與的恩典而活出基督的生命？人萬萬不要活得像達尼爾先知書第五章所說貝耳沙匝的「特刻耳」（含義：在天秤上被衡量了，不夠份量），到最後成了「培勒斯」（含義：你的國被瓜分了）時，才發覺已來不及了！

當我們打開禮物時，總是懷著興奮又期待的心情，接受耶穌的禮物也一樣。也許有人想送耶穌禮物並蒙祂悅納，但有很多人不知道如何送禮物給耶穌。我們習慣地以各種方式慶祝聖誕節，反而忽略了聖誕節的主角是耶穌。雖然主耶穌常送禮物給我們，但我們卻渾然不覺！主耶穌要我們今天比昨天更不一樣，所以我今年收到祂送我最好的禮物就是：耶穌的三件衣服。

#### 第一件衣服—讚美代替憂傷的靈

達味在祂的讚美詩歌裡，教我們如何讚美主：每一個受造物都可以隨時隨地讚美主的大能美善；整個宇宙都不夠做主的居所，但是祂歡喜以我們的讚美為祂的寶座；讚美主讓我們向敵人誇勝，擊潰魔鬼的詭詐，讓我們從沮喪挫敗中站起來。當難處困境大到一個難度而無法祈禱時，就讚美主。不是讚美的語言有能力，而是憑信心讚美主，聖神就光照帶領使人站立；主因為人的讚美而更加喜悅，祂的祝福與救援就會臨至。

我們讚美時會詞窮，是因為不知道被讚美對象的美好。對主的認識有多深，讚美就有多深。達尼爾先知是多麼了解主、多麼愛主，所以他口中能隨時隨地稱謝讚美主，主總是賜他大大的恩典，讓祂不斷地經歷主的臨在。依撒意亞先知為我們傳報喜訊時，也告訴我們讚美的力量。（參閱：依六一 1-3，依六一 10-11）讚美是最有力量 and 最美的祈禱。

#### 第二件衣服—脫去舊人穿上新人

我們因主耶穌的名領洗，被傅了油，得了與主耶穌一樣的名份，分擔了祂先知、君王與司祭之職，我們即是新造之人，在主眼中何其珍貴。我們是從火中被抽出的木柴，脫去罪過按照主的肖像而更新。（參閱：哥三 9-10、12、16，匝三 1-2，4-5）

#### 第三件衣服—披戴基督

人身上有太多舊造生命的痕跡，常常讚美主，藉聖神光照使我們一一地脫去，穿上基督華美尊貴的新生命，經歷主的臨在，我們的靈不再枯乾，還要醒悟過來。（參閱：弗四 22-24，迦三 27）

主過去已為我們做，現在正在做，將來也已為我們預備了美妙的事，等待我們去經歷祂。過去一年每天醒來，是否意識到主臨在我的生命中？抑或感覺今天與昨天沒什麼不同，沒有任何體會與驚豔留在生命的軌跡裡？我們總要趁著還有今日，還能在主面前屬算祂的恩典時，好好追求屬靈的成長，在信德中屹立不搖，追隨聖神推動，在內心常注視天主，時常思念與主的關係，為祂的美善及仁慈稱謝讚美祂。緊緊抓住祂送出每一份禮物的同時，也回送耶穌一份祂喜歡的禮物—在天主的三個天秤中相稱地過生活。

## 演員和觀眾

朱自成

~~~~~  
最近因為疫情的關係，天天窩在家裡，有時經常一天看兩部電影。但是有的電影看不到兩分鐘就覺得格格不入，有的是鏡頭的關係，有的是因為劇情的荒謬，雖然只有短短的兩分鐘，但覺得也夠了，就決定放棄不看了。

一部電影拍攝完畢上映後，可能獲得好評，也可能被罵得一文不值，但是身歷其身的演員必然大多會認為這是一部好電影，因為演員在拍攝的過程中，深深感受到戲中角色的心理變化，他能體會這些角色的喜怒哀樂，他能了解這些角色的內心本意。

我們看聖經時，有的時候覺得看不懂，不知道聖經在說什麼；可是有的時候卻覺得聖經真是「打動我心」。

有一次我和好友發生爭執，心情久久不能平靜，我就隨手拿出聖經來，隨意翻閱。可是沒想到映入眼簾的正是：「輕狂的人，不聽任何人的規勸。義人必飽嘗自己口舌的果實……。」（箴十三 1-2）

當看到這些經句時，我楞住了，天主讓我注意自己的思維，內心應開放，多聽別人的意見；更應注意自己的口舌，不要因逞口舌之快，而讓對方受到傷害。天主的旨意真正打動到我的內心深處。

一部電影有的人看得痛哭流涕，有的人卻無動於衷。如果你一開始就覺得電影的角色好像在說你，也就是你很快就進入電影中的角色，那麼電影中一喜一怒都必將牽動你的心，你融入了電影，你成為了其中的演員，而不再是一個觀眾。

有的時候你看電影，始終覺得這只是一部電影，你一直停留在觀眾的角色上；電影中的劇情起伏，你只覺得是戲劇效果，演員的喜怒哀樂，始終只是演戲，而無法觸動你。對於這部電影而言，你只是觀眾，電影看完了，你毫無感受，對於電影的啟示，你毫無收穫。

對於聖經而言，我們看舊約，常覺得是以色列的歷史；我們看新約，那是耶穌的傳記。我們很難把聖經的言語看作是天主的旨意，更難把聖經的言語引伸到我們的生活中。

例如，小時候常想天主怎麼那麼麻煩，只要顯一個神蹟，不就天下太平了嗎？但是耶穌基督所顯的神蹟還少嗎？祂施神蹟時在場的人，很多也是把祂釘上十字架的那些人。

如果施行神蹟對改變人的信仰沒有用，那耶穌基督為什麼還要施行神蹟？耶穌基督所行的神蹟到底是什麼用意？耶穌基督行神蹟的目的在哪裡？

聖經中有許多故事，有許多譬喻，這些故事和譬喻創造出許多想像的世界，任何引發我們的注意和興趣的圖像，很可能就是在召喚我們去深入其境。這些圖像會給我們通往奧秘的管道，我們會看到，關於耶穌復活的記載不是奇蹟

的證明，而是一股迅速傳遍各地、深具感染力的喜悅，並且正在改變我們，那才是真正的訊息（參考《不朽的鑽石》第 255 頁，理查羅爾神父著，啟示出版）。

所以，我們看聖經只是在看故事，我們就是觀眾；我們看耶穌復活，只是在看奇蹟，我們還是觀眾。我們只執迷在聖經故事的真假，只關心奇蹟的真假，那麼我們只是一個在看電影的觀眾。天主希望我們能深入其境，變成一個演員，感受天主對人的期許、對人的寵愛；天主希望我們能夠感受到祂的愛，進而改變自己，能挖掘出我們內心深處的真正想法，讓我們成為一位真正的天主的子女。

在天主面前提出我們的需求是正確的

但上主的作為遠超出我們的期盼

祂渴望與我們一起生活

首先是一種愛的關係

真正的愛是無私的、無償的

教宗方濟各

## 前瞻青年覺醒

梵蒂岡新聞網

~~~~~  
2021 年 12 月教宗方濟各在希臘牧靈訪問的最後一天，在雅典北郊的聖離尼削學校會見來自各地的青年。有三名青年在這個聚會中做了見證，他們分別來自菲律賓、希臘和敘利亞。

來自菲律賓的女孩分享了她在信仰上的疑惑。聖父教宗闡明，疑惑絕非缺乏信德的跡象；相反地，疑惑是「信德的維生素」，有助於增進信德，使之更自覺、更自由、更成熟。準確地說，有信德的人每天與耶穌同行。然而，那些使我們憂愁低落的疑惑則是魔鬼的誘惑，應當加以抵拒。我們需要回到出發點，深知我們是天主鍾愛的兒女，並接受天主聖愛的驚喜。

教宗說：「因此，與其以照鏡子展開一天，何不打開你們臥室的窗戶，注視你們舉目所見的一切美好？倘若大自然在我們眼中很美，那麼在天主眼裡，你們每個人更是美妙無窮！」此外，我們也要驚嘆於天父的寬恕，祂總是擁抱我們，扶我們重新站起來。

聖父教宗叮囑青年要認識自己。「你的價值在於你的所是，而非你所擁有的」，更不在於「你所穿的服裝或鞋子的品牌」。正如在神話中奧德賽（Odyssey）被海妖的歌聲所迷惑那樣，今天也有許多魅惑人心的聲音，例如：不勞而獲、消費主義、崇拜健美的體態，以及不計成本的享樂。它們有如一時絢麗的煙火，轉眼便消失得無影無蹤。教宗

期勉青年予以抵抗，並說道：「這就是為什麼必須珍惜信仰的驚喜、讚嘆和美好！」「我們成為基督徒，並不是出於義務，而是為了美善。」青年應當「為天地萬物、為人際友誼、為天主的寬恕、為他人的面容而感到驚喜」。

希臘當地的女孩談到了其他人的面容，特別是教導她每天祈禱並感謝天主的母親和祖母。教宗表示，這是為什麼她的信德來得自然又純真。為此，我們需要每天轉向天主，「與祂交談，跟祂分享我們的憂慮」，與耶穌建立友誼。「光是擁有關於天主的清晰概念還不夠，更需要把你的生活帶到祂面前」。再者，耶穌讓人們認識祂的另一個渠道是真實的面容和活生生的人。天主沒有對我們講授要理；祂通過人們的生活經歷臨在於我們中間，與我們同行。

這名希臘女孩談到，在她的生命中有一名修女展現出「把生活視為服務」的喜樂。教宗指出，服務他人是一條通往真喜樂的道路。「幫助他人的人不是輸家，而是贏家」。一個人不是靠發幾則貼文或推文，或者靠虛擬的相遇來保持青春，而是藉由真實的相遇，特別是與需要幫助的人的相遇。今天有很多人經常使用社交媒體，卻與社會脫節：他們陷入自己的世界裡，被禁錮在自己的手機中。

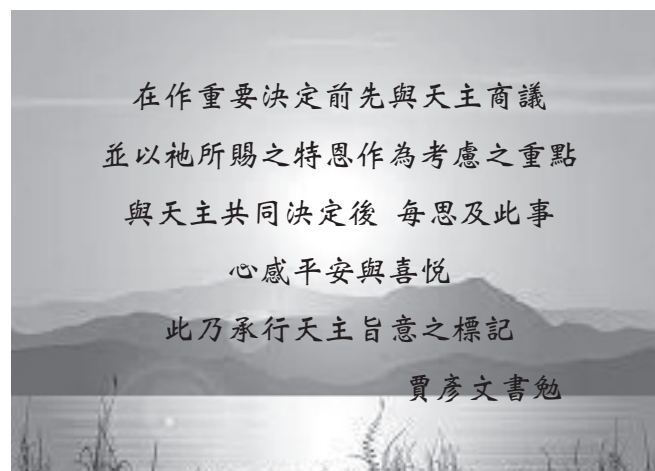
為此，教宗勉勵青年「培養團體的經驗、分享的喜樂和服務的熱忱」，並持續夢想著手足情誼，把他人視為「發現自我的道路」。教宗承認，走出舒適圈、離開電視機前的沙發並不容易。每個人都需要像運動員那樣鍛鍊自己的精神，好能「向他人敞開心扉，多邁出幾步來縮短自己與他

人的距離，在心靈上進行『跨障礙跑』，幫助他人減輕重擔」。

第三位做見證的青年是來自敘利亞的男孩。他與家人乘船逃離烽火連天的敘利亞，在一片礁石上岸時，缺少飲用水和糧食，在那裡等待救援。教宗形容這名敘利亞男孩的經歷宛如「當今真人版的《奧德賽》」。「在海灘上乾等，巴望著風吹來新鮮事，是找不到生命的意義的」。

教宗最後鼓勵青年不要因恐懼而裹足不前，卻要一起懷抱遠大的夢想，滋養希望的勇氣，如同這名做見證的敘利亞男孩所做的那樣。正確又良好的決定始終與他人息息相關，而不只是關乎我們自己。

梵蒂岡新聞網鏈接網址：[www.vaticannews.cn](http://www.vaticannews.cn)



# 成長的煩惱

何京玉

~~~~~  
人生的每一個階段，都會遇到這樣那樣的煩惱。有些煩惱是很多人都和你說過，非要你親身經歷，才會體會到苦澀。

小朋友從小到大很不簡單，一方面是身體不斷強壯，身高不斷增長，另一方面，不論男生女生，大約在十二三歲前後，總會開始一段叫做青春期的階段。在這個階段，因為荷爾蒙對身體的作用，小朋友會成長非常快；另一方面，他們會表現出很強的侵略性，很敏感，最要命的是，他們表現出反叛。

孩子的反叛來得很快，他的發作總是沒有任何前兆，突然之間怒氣沖天，任何溝通都變得無效，然後他就會把自己關閉在一個自我的硬殼裡。我想我這個年齡的爸爸媽媽都有這樣的體會。「青春期的孩子是公害」，這可能是很多父母內心的想法。也會有一些孩子，就是在這個階段，開始疏遠教會，甚至徹底放棄了基督信仰。

其實我本人也正在不斷體會兒子成長的過程，這裡面似乎也沒有教科書可以參考，而且並不知道未來我們的方法是不是行得通。但是隨著兒子進入青春期接近一年，蒙著天主的恩典，我們有了一點的體會，僅僅是個人的體驗，願意拿出來和大家分享。

其實很重要的一點，就是要儘早讓孩子接受宗教課程的學習。宗教教育應當在青春期開始之前就啟動。幸運的我們，

在兒子只有七歲的時候，正好黃小鳳老師來家訪，也向我們介紹了青少年主日課程。因著黃老師的機會，兒子很早就開始了宗教課程。黃老師主要負責在蒙市西區青少年宗教課的組織，那裡的老師們非常優秀，我的體會是，他們不僅僅是向小朋友傳授理論，其實，對那麼小的孩子，最重要的是讓他們感覺到被愛。讓小朋友感受到生活在充滿愛和關心的環境，對未來的成長至關重要。

小朋友除了上宗教課，還有一項重要的工作，就是擔當輔祭。從一開始擔任小輔祭，到後來做舉十字架的大輔祭，兒子一直對自己的工作感覺到很驕傲。直到新冠肺炎大流行，正常的彌撒一度停止，輔祭的工作也停下來。幸運的是，當一切都改為線上，兒子又恢復了網上宗教課。因為學習太忙，而蒙市離家太遠，小朋友一度沒法去親身上宗教課。所以雖然悶在家無所事事，卻可以在網上參加主日學校，小朋友卻也樂得其所。

黃小鳳老師十分愛孩子，我們把小朋友交給她和那些與她一起工作的老師，其實也是我們的教友，十分放心。我們感覺到，有些話，從老師們的嘴裡講出來，比從我們嘴裡講出來，似乎更有效果。比如兒子會詢問有沒有家務要幫忙，會問候我們是不是很辛苦，而平時，我們因為太忙，似乎也沒有機會和孩子交流這些話題。

直到今天，兒子儘管會因為荷爾蒙的問題發作，和我們對抗，過後他總會坐下來，和我們做一個正面的交流，從來沒有關閉溝通的大門。因為黃老師告訴過孩子，爸爸媽媽有多麼愛他，他多麼需要和爸爸媽媽溝通。

另外一個重要的體會就是，我們做父母的，需要理解孩子因為荷爾蒙變化的煩惱和痛苦，在他們不那麼衝動的時候，把這一切都坦率地講給他。男孩女孩要變成男人女人，這是必經的過程，他們一旦怒氣沖天，無法控制自己的時候，就是荷爾蒙開始搗亂的時候。

世界上有很多事情，我們是沒有辦法控制的，但是也許可以做一些改善。比如小孩子總要有一項自己喜歡的體育項目。運動是荷爾蒙最好的釋放，荷爾蒙也是運動員最好的幫手。兒子很早就喜歡游泳，我們也鼓勵他每天都參加俱樂部的訓練。俱樂部有很多志同道合的小伙伴，比賽也讓他得到很大的滿足。每次看到他成績又提高了一點，我們都由衷地感謝上主，因為在上主那裡，一切不好的東西，都可以轉化為有利的因素。

說起來容易，孩子能平安度過青春期，還是個很大的挑戰。我們和很多父母一樣，也沒有太大的把握。像生活當中的很多事一樣，我們也會常常祈求天主，幫助我們，幫助孩子，一起度過這些難關。



本刊為免費寄發，歡迎索閱，請連繫以下電郵地址

**徵求封面相片** 信仰福傳見於語言文字、音樂歌聲，亦可化為圖片和影像。《野聲》平面編輯群希望讀者們能利用此平台分享文章，積極投稿外，也鼓勵大家提供與「基督信仰」相關的攝影作品，選做為「封面」，拍攝概念題材自定。來稿（請用電子原檔）註明拍攝者姓名，並附上 200-300 字的短文，闡述拍攝動機、喜悅或感動。希望透過您的視野看到見證及創造物的美好。特此聲明，來稿為配合版面尺寸有所截圖，但會在內頁文字介紹處縮小原圖示意，敬請見諒。相片作品為完全義務奉獻，編輯群銘感於心，願平安喜樂常與您同在。我們會要求品質，並在其中選擇適當的封面作品予以刊登。相片投稿請 email 至 [angelsVoiceAccount@gmail.com](mailto:angelsVoiceAccount@gmail.com)

## 野聲捐款謝啟

杜珩	1000 元
馬應超 & 毛漢琴	500 元
陳賀章 & 崔淑芳	100 元
張磊 & 王翠卿	500 元
饒成 & 周月雲	100 元
Jeff Ma & Margaret Hsu	500 元
Sandy Yu 紀念郭德蘭	100 元
Sandy Yu 紀念于德源、于李英芳、于銘中	100 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：www.catholicchinese.org

# Finding God with the Examen

Lillian Sun

~~~~~

One of the main struggles with my spiritual life has been allowing my feelings to drive how connected I feel with God. I am on a constant search for a particular feeling of deep connection. This is the type of feeling that typically comes to me after a retreat, when I have been overwhelmed with emotion, moved by something beyond myself, and can undoubtedly name this experience as God's presence. Retreat experiences have often brought me this feeling of reconnection, emotional release, and desire to hold onto the "retreat high" as long as I can in my daily life.

However, as daily life ensues, feelings come and go, and the sense of deep spiritual connection inevitably begins to fade. For a long time I have unfairly placed an expectation of intense feeling onto my daily prayer life. When I prayed and felt nothing, I attributed it to a lack of God's presence in my life and often thought I was missing something or not saying the right prayers. Then I would start to feel more and more disconnected from God's presence, which would lead to periods of restlessness. Life would get busy, prayer would be forgotten and seem useless, then God would feel further out of reach and distant.

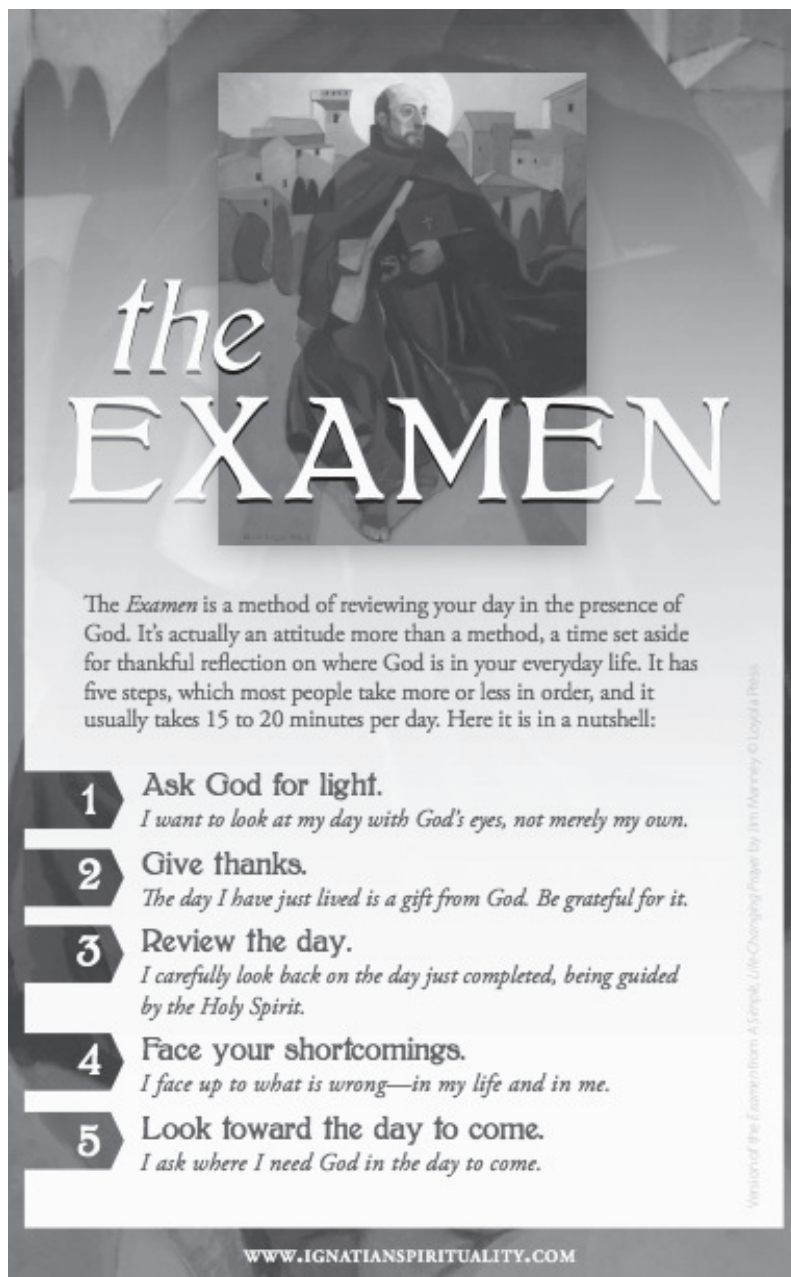
Through my search for deeper connection, I encountered Ignatian Spirituality and the call to find God in all things, especially through the practice of the Daily Examen. This prayer technique is one of the pillars of Ignatian Spirituality and a method to notice God in our daily lives. It calls us to reflect on the events of our day, to identify God's presence in small or significant moments, and then to discern God's direction for us.

Learning more about Ignatian Spirituality practices have challenged my belief of feeling distant from God's presence. If God is truly in all things, then God is present despite how I feel. I just needed

to learn how to notice and pay attention to God in my daily life. I have found the Examen to be extremely accessible whether I have time or feel too busy. There are days when I can leisurely reflect using a guide to dig deeper into moments of my days. More often, I do a quick reflection and try to intentionally spend at least 5 minutes reflecting on my day. Even spending these few moments has helped me identify God's presence, feel reconnected to myself, and brought clarity in those murky moments of daily life.

One of my favorite ways to quickly pray the Examen (refer to P29) is through the use of gritudes and ingritudes. I simply identify what in my day I felt most grateful for and what in my day I felt least grateful for. I typically identify my most grateful moments as a conversation that invigorated me, a moment of appreciation for nature, or an unexpected delight in the day. These moments are when I most notice God's presence. I typically identify my moments of ingratitude as times when I felt impatient, overwhelmed, stressed, unsure of myself, and not in control. These moments are instances where I feel my actions or lack of actions do not align with my values. I recognize now that these are not moments devoid of God's presence, but moments where God is inviting me to return closer to my truest self and to live fully in alignment with my values.

The more I have prayed with the Examen, the more I have gained clarity and insight on my patterns of behavior that have helped me in my life discernments. Taking time each day, even a couple of minutes, to pause and reflect has been a balm to my restlessness. In pausing to notice God's presence in small moments in my day, I have grown to recognize how God shows up in my life. It has strengthened my understanding of God's ever present being and how God is truly in all things.



# the EXAMEN

The *Examen* is a method of reviewing your day in the presence of God. It's actually an attitude more than a method, a time set aside for thankful reflection on where God is in your everyday life. It has five steps, which most people take more or less in order, and it usually takes 15 to 20 minutes per day. Here it is in a nutshell:

- 1 Ask God for light.**  
*I want to look at my day with God's eyes, not merely my own.*
- 2 Give thanks.**  
*The day I have just lived is a gift from God. Be grateful for it.*
- 3 Review the day.**  
*I carefully look back on the day just completed, being guided by the Holy Spirit.*
- 4 Face your shortcomings.**  
*I face up to what is wrong—in my life and in me.*
- 5 Look toward the day to come.**  
*I ask where I need God in the day to come.*

Version of the Examen from *A Simple, Life-Changing Prayer* by Jim Murray © Loyola Press

WWW.IGNATIANSPIRITUALITY.COM

## 封面故事：開啟「傳教禧年」聖門

日期：9/11/2021

地點：洛杉磯天使之后主教座堂

Cathedral of Our Lady of the Angels

拍攝：鮑惟琳

撰文：李芳宇

2021年9月11日，洛杉磯總教區天使之后主教座堂，為迎接「傳教禧年」Forward in Mission Jubilee Year的開始，舉行了一場神聖莊嚴的聖門開啟儀式。



當總主教 José Gomez 走近「天使之后主教座堂」的雄偉大門時，吸引了所有人的目光，期待著「傳教禧年」聖門的開啟。

總主教在主教座堂的「聖門」上敲了三下，從 30 吋厚重的銅門中傳出了隆隆的響聲。總主教引述聖詠 118 篇說：「敞開正義的門，我們要進去向上主謝恩！」。這時青銅大門緩緩地開啟，跟隨著總主教及聖詠團聖樂歌聲，眾人們魚貫進入聖堂，舉行隆重彌撒。今年適逢 Mission San Gabriel Arcángel 落成開教 250 週年，總主教宣稱這為期一年的禧年，正可視為她「重新開始的邀請」。

「新的開始」似乎特別適合在此全球疫情大流行的日子，教會曾因擔心疫情擴散，不得不暫時關上教堂的大門，現在謹慎地重新開放，確實給了需要被治癒的我們最大的安慰。我們一定要在天主保守和指引的道路上堅定地行走。