

# Angels' Voice

Chinese Catholic Monthly Newsletter No. 345, Feb. 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

二月號



# 345

February 2022



## 本期目錄

基督徒的普通司祭職、君王職與先知職	蘇崑勇神父	02
真正親密的婚姻生活	蕭永倫神父	07
輕輕聽, 奇妙的召叫	鄭小舟	09
窗前的樹	王慧敏	13
外在禮儀與內在虔敬	朱自成	15
聖善的生活－從選擇到十誡	楊彤芳	19
過去一年最大的感恩	黃玲玲	22
在婚姻中經歷主的臨在	何凱恩	23
如何面對催婚催生?	陳龍	25
God always with you in joys and difficulties of married life	Vaticannews	27
封面故事：福虎生風	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  
陳賀章弟兄 (315) 678-6888

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：何凱恩

策劃：孫愛珠

封面編輯：李芳宇、朱正暉

寄發：戴慕文、岳德帆、陸詩源

印刷：陳建宇（異象印刷 Edinger Printing）

## 基督徒的普通司祭職、君王職與先知職

蘇崑勇神父

~~~~~  
整個天主教會在今年元月九日慶祝了我們的主耶穌基督的受洗節日。每逢這個慶節不能不聯想到身為基督徒，我們自己的洗禮，洗禮對我們的意義，及其賦予我們的使命與責任，提醒我們時加反省。

天主教的教理教導我們，耶穌基督是天父傳以聖神的那一位，並被立為「司祭、先知和君王」；所有天主子民在受洗時，也一同參與基督這三重職務，分擔了由這三重職務所產生的使命和責任。因此，我們在受洗時，除了得罪赦，重生為天主的子女，領受聖神，成為基督奧體——教會中的一份子之外，還被賦予基督的「司祭、先知和君王」三重職務。（參閱 教理第 783、784、1268 及教會憲章 31）

然而，唯有在堅振聖事中，在敷聖化聖油的時刻，由聖神祝聖，我們在聖洗聖事中所領受的三重職務「普通司祭、普通先知、普通君王」才達到真正的圓滿，堪稱是真材實料的普通司祭職、普通先知職及普通君王職。

藉《野聲月刊》及一年初始的好機會，讓我們一起默思、反省在洗禮中，我們從基督及聖神所領受的這三種普通的「司祭、先知、君王」職務，其使命、責任和意義。希望以下所作的扼要說明有助於我們在這新的一年裡的反省，並繼續與大家相互勉勵。

### 一、教友們的普通司祭職

教友藉著領受洗禮，已穿上了耶穌基督，成為「基督第二」。我們的生活應該與基督的生活及使命密切相連，凡事應肖似基督。尤其因著聖洗聖事及堅振聖事，每位教友分

享了基督的「司祭、先知和君王」職務，得以執行精神的敬禮，光榮天主，使人得救。(參閱 教會憲章 34)

如果教友在工作、祈禱、福傳、娛樂中，都能因聖神而作，那麼，生活中再多的患難艱苦，都將變成可以奉獻給天主的精神祭品，並在基督耶穌內，藉著祂，被天父所悅納（參閱伯前二 5）；尤其在參與彌撒時，我們得以普通司祭的身份，將自己在實際生活中所做的一切犧牲，與主基督的聖體一起虔誠地奉獻給天父。(參閱 教會憲章 34)

那麼教友們如何在生活中履行所領受的「司祭職務」呢？領受了「司祭職務」的教友，每日的生活正是他普通司祭職獻祭的祭台，而生活中的實際經歷和遭遇，各種喜、怒、哀、樂，生、老、病苦…，便是我們獻祭時的祭品。

在平日的六天中，我們每天都在自己的生活祭台上，以普通司祭的身份獻祭。到了主日彌撒中，在神父的帶領下，我們偕同耶穌一起向天父獻祭，奉獻我們的讚頌、感恩與犧牲，並公開地向天主懺悔我們的罪過，在彌撒中祈求藉著耶穌基督的犧牲，以及救贖的功勞，使所有懷著謙卑之心的參與者罪得赦免。當我們以普通司祭的身份前來教堂參與主日彌撒時，與神父並偕同我們的大司祭耶穌基督一起，再次獻上我們在平日生活中所作的犧牲祭祀，並在主日彌撒的聖化恩寵與效果中，被轉化成真正的精神祭品。

因此，在教會禮儀改革後，聖教會更積極地勸勉並要求參與彌撒的教友們，應完全地、有意識地、積極地參與彌撒；而且要把自身當做祭品獻給天主。實際上，在彌撒中所奉獻的餅和酒也象徵著我們日常生活中的勞苦、我們的工作及我們的生命。請記得：每次在彌撒中，我們把這一切獻給天主時，也正是普通司祭職給予我們的權利和義務。

## 二、教友們的普通先知職

我們這裡所說的「先知」並非指預言家。在舊約聖經中，所謂的先知，主要是指代言人，即代表天主發言的人。先知們主要的任務是透過宣講把天主的話傳達給世人，並為天主的救恩計劃及其對世人的愛作見證。

耶穌基督是大先知，祂的先知職是至高、至聖，超越所有先知的，是最偉大的一位先知。在祂的生活及傳教工作中，不僅是一位好的宣講者、佈道家、天父的發言人，同時也是一位以聖善的行為來為祂自己的宣講、為天國的福音作證的先知楷模。

「基督徒透過福傳工作去執行我們的普通先知職的使命，就是以『言語和生活的見證』去宣講耶穌基督」(教理 905)。由此看來，教友們的普通先知職務是透過兩方面的努力為主作見證：

**1. 勇敢、勤奮又忠實地為天主代言，以言語宣講福音真道**  
我們既參與也實際領受了這普通先知職，也就領受了這同樣的先知任務；我們所宣講的天國福音及救恩喜訊的真理，應該是真實無誤且毫無虛偽的。而且，在執行此神聖任務時，應該善用各種機會，大膽地去宣講福音真道。《教友傳教法令 6》也如此教導我們：「真正的宗徒，即領過堅振的教友，必尋求機會以言語來宣揚基督，給外教人宣講，為領他們得到信仰；或者給教友宣講，為教誨他們，堅強他們，鼓勵他們更熱誠地善度此生。」

**2. 以基督精神和榜樣，在聖善的行為中為主作證、宣講**  
在表達與執行我們的先知任務時，總不忘依靠我們所領受的來自聖神的德能和恩寵，在世人面前以我們聖善的行為

，為主耶穌以及所宣講的福音喜訊見證。聖善的行為是最有力的一種宣講和見證。

基督曾訓勉我們，「你們是世界的光和地上的鹽」(參考 瑪 5 13-16)。是的，基督徒就應以基督化的生活作世界的光和地上的鹽，並以基督的福音去照耀塵世的黑暗，以基督的精神來抵制世上道德生活的腐敗。

### 三、教友們的普通君王職

教友的君王職是「源自並參與」耶穌基督的使命而來的。這使命就是與耶穌基督一起拓展祂的王國；在執行此使命時，以服務、謙遜、忍耐領導人皈依基督君王，這便是我們所謂的「君王職務」，亦即「在對世人的謙卑服務中，與基督一起用仁愛與和平來勸化這個世界」的職務。

換言之「教友君王職務就是要活出基督徒的那份信心和自尊，願意為教會並與教會一起，為世界的正面發展作出有效的服務；這就是參與基督的王道使命。」(教會憲章 36)

這個君王職的聖寵和效力，首先在於自我控制的能力，能駕馭在自我內人性的軟弱與罪惡傾向；以克己和聖德的生活，在自己身上戰勝罪惡的勢力(參閱羅六 12)；其次，在他人身上服務基督。以謙遜忍耐將他們導向我們的君王耶穌基督，透過這樣的方式服事基督就等於稱王，也就是所謂的「王道」。(教會憲章 36)

我們也應明白，耶穌基督我們的君王在執行祂的王權時，是藉祂的死亡、復活以及謙卑僕人的服務，來吸引眾人歸向祂的。祂是宇宙的君王和主宰，卻甘願成了眾人的奴僕，因為祂自己向我們說明了：「我來不是為了受人服事，而是為服事人，並交出自己的生命，為大眾作贖價」(瑪 20 28)。因此，這個君王職的「為王」就是「服務」，尤其

在「貧窮和受苦的人身上」，耶穌不斷地向我們顯示祂自己。(教理 786)

可見，這君王職絕不是如霸主般的，而是服務祂子民的。我們既參與了耶穌基督的君王職，在執行此職務服務他人時，也應放下自己，天天背起自己的十字架，為祝福別人解救靈魂而捨己。

### 結論

我們在教會內的職務雖有區別，但我們的使命卻是一致的。尤其是藉由領受聖洗聖事與堅振聖事，分享了來自耶穌基督的「司祭、先知和君王」的神聖職務，使我們平信徒(即教友)也承受了如宗徒們及其繼位者所承受的一樣的恩寵，能夠以祂的名義和祂的權力，來協助聖教會在「訓誨、聖化和治理」這三方的職務。(教理 873)

願我們在這新的一年中，尤其是在這遭逢嚴重疫情的時期，更加珍惜、善用這份神聖的恩寵和領受的職務所產生的義務及權力，繼續在愛德中持守真道，堅持我們對主的信仰，時刻秉持著一顆求善、向善和行善的決心，以期在各方面不斷成長。

祈求聖神不斷聖化和滋養我們的信仰生活，使我們藉著履行「司祭、先知、君王」職務而更加成長與茁壯，更有能力為福音而奮鬥，進而能像酵母一樣，在傳播福音真道中，將耶穌基督昭示給他人，繼續拓展祂所親自建立在此世上的聖教會。感謝讚美主！

【註】本文參考資料：天主教《思高聖經》；天主教梵蒂岡第二屆大公會議文獻《教會憲章》、《教友傳教法令》；《天主教教理》。

# 真正親密的婚姻生活

蕭永倫神父

瑪爾谷福音（谷十6-8）反應了《創世紀》的話。耶穌說，「夫妻兩個人結合的時候，不再是兩個人而是一體了。」結婚的夫妻不再是分開的兩個人，各管各的事情，也不是完全變成一個人，原來的自己不見了！**夫妻的「合而為一」仍保持了自己原有的特性**，自己的家庭背景、自己的性格，不同的思考方向，感受、喜好也各不相同……。兩個不同性格的人，在結婚時被邀請「合而為一」。

《創世紀》形容「天主幫男人找助手」，這是相對的話，實際上天主也是幫女人找助手，**彼此成為對方的助手**，使對方更成全。兩個人都有自己的缺失和不足的地方，當彼此相輔相成，就能幫助對方活出更豐盛的生命。良好的夫妻關係在於夫妻之間很好地接受對方，包括對方的長處及弱點；彼此在付出與接納中，使雙方的生活圓滿無缺。

聖經說，天主從男人身上取出一根肋骨，形成了女人。我們肯定不能按字面去理解這話的意思；倒是當天主把女人引到男人面前時，從男人口中說出，「這才是我的親骨肉」（參考：創二21-23），這話表達了夫妻間的親密關係，以及夫妻間平等與尊嚴的關係。男人女人都是血肉之軀，各有軟弱與不足之處，夫妻間應有相互的尊重與接納。常說夫妻間要相親相愛，**相敬如賓**，彬彬有禮地相互對待。但夫妻間因為相處久了，常少了為對方著想，失去尊敬的態度。所以，夫妻要像對待貴賓一般對待配偶。

親密關係有很多層面，有些男女朋友認識不久發生肉體的親密關係，由於這樣，給他們一種幻覺，以為兩個人的親密可以結婚了，但事實證明，許多夫妻結婚不久就發生了嚴重的矛盾，因為他們的親密關係沒有真正的基礎。**真正的親密是全面的**，他們能分享彼此的想法，分享心裡的感受，能用言語適當地表達，而不是用不當的行為表達感受。夫妻有共同價值觀的親密，對人生的理想、對家庭的追求有共同的目標；彼此皆有信仰的話，靈性生命也有了親密關係。當夫妻有了真正的親密，使外在的親密變得充實有意義。

福音邀請夫婦反省彼此的關係，天主把人結合在一起，所謂天作之合，天主既安排夫妻彼此相識相愛，天主對夫妻生活有祂的計劃。按天主的計劃度婚姻生活而不隨自己的私欲，聖經教導我們由二為一的精神，彼此的接納、包容、付出、給予，在這樣的基礎上，建立全面完整的親密關係，讓夫妻生活得滿足幸福，且將這份愛與子女分享，祈求天主給我們這種精神。若我們在態度行為上沒有活出更好的親密關係，願我們能謙卑承認，做適當的調整。讓我們的婚姻生活表達天主對家庭生活的願景。

天主造世計劃是讓夫妻生活能反映天主的美好、天主是愛、天主的生命。夫妻是天主的肖像，夫妻共同**把天主顯示給世人**，這是天主在創世之初對婚姻生活的理想。我們的不足，在天主的恩寵幫助下，願每對夫婦能活出天主的愛情和天主的生命的見證。

## 輕輕聽，奇妙的召叫

鄭小舟

~~~~~  
歲辭醜牛寒色去，年逢寅虎曉光新。二月伊始也是中國人傳統的農曆新年，全世界都籠罩在嚴重特殊性新冠肺炎疫情中，天主賜予人類智慧研發疫苗讓我們慢慢從恐懼中走出來。疫情中，我們與天主接觸的時間更多了，但是我們時常只是向天主祈禱而忽略了生活中天主對我們的召叫。「主！惟你有永生的話。」(若六 68)

一年一度的華人工商大展對於華人乃至生活在洛杉磯地區受中華文化影響的民眾是採買年貨的好去處，然而華人工商大展卻是天主對我的召叫。二零一二年的華人工商大展，出於好奇心跟著朋友來逛展會，琳瑯滿目的商品攤位，我當時並沒有買任何所謂的年貨，當我路過天主教的攤位，我順手拿了一份《野聲》和聖卡。看到教會的展位，想一想我已經有半年之久沒有踏進教堂的門，翻遍了《野聲》，也看到教堂的聯繫方式，查一查地圖，距離有點遠，把這些拿回來的資料放起來。沒有去教堂，每一天還是堅持唸玫瑰經，因為在美國生活的一路上，聖母都以不同的方式陪伴我。時間悄悄地逝去，靈修生活只是停留在每一天的玫瑰經祈禱，當年的聖誕節之後，在一次與我媽媽的談話中被問到「據我了解美國的教堂很多，你怎麼都沒有找到教堂？」我媽媽的這驚天一問不是她一時想到，而是她很早就想問，更是天主藉著媽媽的發問，來提醒我離開天主的家太久，是時候要回去了。趕緊找華人工商大展拿回來的《野聲》和聖卡，聯繫教堂。「他為這一隻，比為

那九十九隻沒有迷路的，更覺歡喜」(瑪十八 13)。愛我們的天主不僅僅只是在召叫我們，他更在等待我們，回到他的羊圈。此時的我就是主耶穌要找的那一隻迷失的羔羊。翻開《野聲》找到聯絡人孫鵬萬兄，那時我只是簡單陳述我要找華人教堂。聯絡到教堂，內心剎那間平靜了。天主帶給我們的喜樂是持久的，藉著這份喜歡化為教會服務的熱誠，服侍天主，接近天主，讓信仰成為生活的一部分。

二零一三年元月的第一個主日來到了蒙市聖湯瑪斯教堂，看到熟悉的祭臺以及十字架，頓時有家的溫馨。當天下午也來到羅蘭崗伊莉莎白教堂。記憶中主日都還未參加過兩臺彌撒，曾經還跟隨吳神父驅車到聖地亞哥參加彌撒，在我的家鄉彌撒時間常年不固定，好幾個堂口只有一個神父在服務，外加政府對於西方宗教的管制。直到現在，主日參加兩臺甚至三臺彌撒都成為常態，感謝天主給我這個機會參與主聖愛的饗宴。教堂是向所有人開放的天主的家，從宗徒傳下來的聖教會，聖祭禮儀全部一樣，希伯來語的彌撒，英語彌撒等多語言彌撒，天主的家真奇妙！

二零一四年復活節前夕在 Mitch 邀請下，成為聖母軍曉明之星支團的輔助團員，他告訴我每一天唸玫瑰經和連貫經，我看到連貫經其實就是我每天在《每日禮讚》裡所唸到的經文，玫瑰經也是我每一天祈禱的經文，再一次與聖母相遇。參加聖母軍不是我們自己選擇的，其實是聖母在很久之前就揀選了我們，在聖母的時間到來的時候，聖母透過我們熟悉的人來召叫我們成為她庇護下的軍人。二零一五年年輕人成立了第一個青年支團「玫瑰之后青年支團」，一年之後成為青年支團的正是團員，陸陸續續地我們成

立四個青年支團。直到參加聖母軍才了解到，華人工商大展的教堂攤位就是聖母軍的兄弟姐妹們負責的。天主的計劃與召叫真的很奇妙。

回首過往，迷失的羔羊透過華人工商大展回到天主的羊圈，到現在服務教會的攤位，天主無處不在，處處都在。華人工商大展和聖母軍很難聯繫到一起，天主讓一切變成可能，全能的天主願意什麼，一命就成，這樣奇妙的關聯性，彰顯吾主是何等的偉大。輕輕聽，我要輕輕聽，我要側耳聽我主聲音。生活中，信仰中，不僅僅輕輕地聽天主的召叫，還要把天主給予的愛傳遞給更多的人。

「凡你們對我這些最小弟兄中一個所做的，就是對我做的」(瑪廿五 40)。天主不僅僅召叫我回到祂的羊圈更是要我在日常中去傳遞祂所給予的愛，因為天主是愛。在聖母軍中華聖母區團團長 Mitch 的帶領下，參與彌撒的服事，陪伴青年支團探訪安養院，平安夜的表演以及青年人在教堂用歌聲讚美頌揚上主，天主在我們的服事中都在陪伴我們。這一份來自天上的喜樂也燃起我們心中的信仰熱火，從聖湯瑪斯教堂，聖洛倫佐教堂，伊莉莎白教堂，露德聖母堂以及遠至喜瑞都的聖家堂，我們不僅僅在回應天主的召叫，也用我們的行動來促進從宗徒傳下來的聖教會的共融。天主是透過身邊熟悉的人來召叫我們，吾主希望我們去做的事情，他會不斷地召叫，在都市的喧囂以及燈紅酒綠的世界，我們要在生活中去傾聽來自上主的召叫。「天主的國臨近了」(谷一 15)。主的召叫是愛，是提醒我們永生天主的國才是我們的家鄉，讓我們悔改，時時刻刻為回歸天國做準備。

天主沒有要求強迫我們接受祂，是我們經常拒祂於門外，祂在那裡耐心等待我們回應祂的召叫，回到祂為我們準備的溫馨的家。塵世的列車還不斷往前開，在欣賞沿途風景的同時，輕輕聽，來自天上的聲音，因為天主是一切美善的根源。



## 窗前的樹

王慧敏

~~~~~  
我家後院有一棵大樹，枝葉繁茂，姿態優美，生根在屋後向下傾斜的山坡上，俯視著坡下的住宅，宛如一把巨傘，成為一道天然屏障。我愛靜坐窗前，看樹梢陽光流連，松鼠跳躍，葉隙間的藍天白雲反映天主的榮光，這樣的時刻給人歲月靜好的感覺。

然而世界早已不似曾經，歲月也非真的靜好，疫情肆虐、病毒變種、黑白顛倒、打砸搶燒、集體擄掠、變性、男女同廁、令人髮指的性教育……，傳統價值觀在消亡，人類正面臨存亡絕續，社會是怎麼沉淪到這地步的？

小時候國語課本上有個故事，一個小孩路過河堤，看見堤上有個小洞，水流正從洞裡滲入。他知道如果不及時制止，水流終將決堤，村子會被淹沒，於是他用手去堵住那個洞，直到救援到來。要讓麻煩擴大很容易，只要大多數人自掃門前雪，不聞不問就行。這樣，原先的事不關己就會波及大眾，使得無人能夠逃脫，就像決堤的河水淹沒整個村落那樣。還有一個原因會讓麻煩變得不可收拾，就是人人都沉浸在每日的忙碌中，對周圍所發生的事不知不覺，集體無知便帶來了毀滅。沉默的大多數對社會負有責任，然而，在當今謊言充斥、取消文化盛行的氛圍中，有多少人能夠捍衛道德與真相？

1925年教宗碧岳 Pius 十一世在通諭中說，世間的邪惡，全是由於耶穌在個人生活與政治層面中都不存在的結果。大

多數人把基督和祂的律法排除於生命之外，當個人與國家都拒絕順服天主時，世界就不會有和平，只有在基督內，人類才能獲享平安。的確，改變社會要從改變人心開始，而只有天主能改變人心。耶穌是普世君王，基督的王權包括了所有人，涵蓋了信與不信者，所以去幫助不信的人信耶穌，是多麼重要的福傳課題！

末世亂象令人憂心，生活中的考驗帶來焦慮，但是天主仍然掌管一切。我想起生命中曾經有過的危機，每次都是靠著殷切不斷的禱告度過，就如聖依納爵所言：「祈禱，如同一切在於天主；工作，如同一切在於你。」又如聖畢奧五傷神父的忠告：「祈禱、希望，不要擔心！」不擔心很難，但是看看窗前的樹，盛夏綠意盎然，秋季色彩斑斕，寒冬裡只剩枯枝，到了春天又生機蓬勃，環境好壞不影響它參天的執著，總是鎮定自若，安然做一棵唯有神才造得出來的樹。身為信徒，但願我能定睛於耶穌，躲藏在祂的聖傷內，靠著「耶穌，我信賴祢！」去面對困境。





## 外在禮儀與內在虔敬

朱自成

~~~~~  
歐洲許多教堂已成為旅遊景點，遊客不一定是教友，對教會禮儀多不了解，特別是中國的遊客，對天主教會更是陌生。旅行社和導遊為避免失禮，特別列出參觀教堂注意事項：脫帽、安靜、不可飲食，衣著避免無領、露肩、露膝、露腰、露胸、涼鞋（拖鞋、夾腳鞋），最古老的要求是人和聖像不能合影，有些教堂內不許照相，有些教堂不管；關掉手機。

外教遊客對待進入教堂是如此尊重的態度，反觀我們教友對進堂的態度，是不是應該更虔敬一些？現今社會標榜「人權」，人有自由、自主權，在宗教上也受到這種觀點的影響，許多人認為，只要我們內心虔敬就夠了，外在禮儀並不重要。但是如果我們外在不注重禮儀，又怎能表現出我們內心虔敬呢？況且外在行為是內心想法的表現，外在行為更會影響我們內心的想法。

對於進堂參與彌撒，本文搜集了一些教會規定、堂區做法、教友習慣，可能有人認為這些是不合時宜的做法，有人不敢苟同；你可以不贊成，但是身為天主教信徒，你不能不知道有這些規矩。

參與彌撒：教會過去舉行彌撒統一用拉丁文，信徒聽不懂，參加彌撒只能瞻望禮節，所以稱為「望彌撒」；梵蒂岡第二次大公會議禮儀改革，教會提倡用本地語言舉行彌撒

，要求信友有意識地、主動地、虔誠地、完善地「參與彌撒」。

遲到：彌撒不管訂在幾點，總是會有人遲到，有人甚至已經忘了彌撒開始時是「懺悔」禮，因為他每次進堂都是念光榮頌、或讀經、或神父證道了。有位神父說得好，如果是會見主教或樞機主教、甚至教宗，你絕對不會遲到；但這些人都是「人」，而你與神的聚會卻遲到，你將神放在什麼地位（特別是禮儀服事人員）？

關手機：每次彌撒前，禮儀人員都會提醒「請關掉手機或調為靜音」；有人質疑，彌撒全程參與，手機自然應該要關機，為什麼需要調成靜音，難道手機震動時，你還會拿出來看一下，是否有「大事」？更甚者，還有人在主日彌撒過程中滑手機、發簡訊、發群組，我們一週和天主見面僅一個小時，就不能把世俗大事拋開？

脫帽：外教遊客參觀教堂都需要脫帽，更何況是教友進堂；特別是前往領聖體時，除了頭紗，不應戴任何帽子。可能有人注意到，主教、樞機主教、教宗在獻祭彌撒時會戴一頂小帽，但是在舉揚聖體、聖血時，不管你的身分為何，那頂小帽都會脫掉。

雙手合十：是一種手勢，也稱為合掌，這是基督徒一個很傳統的動作，意味尊敬、服從、祝福、問候，將自己奉獻的意思；也有教友雙手手指交叉抱握，一般用在祈禱的時候。而教友在教堂內部行走時，特別是在前往領聖體時，雙手合十代表我們對天主、對聖體的尊敬。彌撒服事人員

如果空手，都應雙手合十，特別是讀經員進堂時、或聖體員上祭台時，輔祭人員站立或跪下時，最起碼也應雙手交叉握抱。

進堂詠：我一直以為進堂詠是用來歡迎主禮進場的聖歌，看了資料才知道，進堂詠的目的是讓聚集的基督徒在歌聲中形成一個團體、一個身體，使信友與主禮一起與主相遇。所以，主禮不是進堂詠的重點，在歌聲中團結合一、與主相遇才是重點。我們不是聽音樂、看表演的觀眾，而是主動、積極、有意識參與感恩祭禮的基督徒。

讀經：讀經不只是念聖經，而是天主在對我們說話，所以讀經台只能宣讀聖言，一般堂區事務不能在讀經台報告。同時，開始讀經時，接待員應將教堂所有的門關閉，遲到的教友應在門外暫候，等待讀經、答唱詠、福音、或神父證道，當中到一段落時迅速在後方入座。有許多教友遲到仍大搖大擺地走向前方入座，這是極其不恭敬的行為。

證道：神父講道一直是教友在彌撒中關注的重點，私下還會評論哪位神父講道最「動聽」。其實神父講道代表天主在對我們說話，動聽與否不是重點，講道內容才是我們應該關注的。所以除了神父、主教和執事外，任何教友（非神職人員）都不能講道。

聖體齋：聖體不是「代表」或「象徵」耶穌基督聖體，聖體「就是」耶穌基督聖體。所以教會規定，領聖體前一個小時不能吃東西，以示恭敬。同理，教堂內不能帶進世俗食物，以免與神聖的聖體混淆。有的教堂設有哺乳室，有

的教堂堅決不准在教堂內吃東西，包括哺乳。如果有需要，教友應事前餵好嬰兒，畢竟彌撒只有一個小時。

領聖體：全體會眾答「主，我當不起你到我心裡來，只要你說一句話，我的靈魂就會痊癒。」之後，主禮領受聖體、聖血，聖詠團開始唱領主詠，會眾才能離開座位、排隊，準備恭領聖體。

前往領聖體時應雙手合十，到領聖體時，應雙手交叉重疊伸出，一般是左手在上，右手在下；當聽到聖體人員說「基督聖體」時，應答「阿們」，表示同意、相信這是基督聖體，願意與基督合一；絕對不可不作聲，或說謝謝。

因為疫情關係，教友都戴著口罩，領完聖體後應向左（或右）橫跨一步，立定，揭開口罩吃下，再走回座位，不可邊走邊將聖體送入口中，更不應將聖體帶離領聖體區。手中如果還有屑屑，應吃掉（舔掉），不可拍手拍掉。接待員如果看到有人拿著聖體已經走進座位區，應立即讓信友（不論是否教友）吃下。聖體絕對禁止放入私人皮包或物品內，更絕對禁止帶出教堂。

聖體人員手中接到聖體後，應立即到定位讓信友領聖體，不可在祭台上猶豫、滑步、不知何去何從。聖體人員手中拿著聖體時，不可以做其他事情，如開門、握手等動作。梵二之後將彌撒正名為「感恩聖祭」，就是提醒信友，教堂是天主的聖殿，不是俱樂部；彌撒是祭典，不是社交聚會。我們除了內心虔敬外，還應注重外在禮儀，以虔敬的心來與主相遇。讓我們彼此共勉。

# 聖善的生活—從選擇到十誡

楊彤芳

~~~~~  
人生充滿了**選擇**，從早上幾點起床到晚上幾點睡覺？如果仔細去算一算，一天要做幾百個選擇，小到牙膏要怎麼擠？家中的馬桶蓋要放下還是掀起？大到是否或如何抵制社會不良風氣，捍衛教會教導？有些選擇是有意識的，還有更多已成習慣的無意識選擇。思想產生行動，重複的行動產生習慣，壞習慣產生癮癖，癮癖產生罪（與天主背道而行），罪導向身心靈的死亡。選擇在最早的思想階段就發生了，以舉棋不定時最為明顯。

耶穌會的會祖聖依納爵，在他的神祿中談到了選擇的問題。依納爵認為，為能選擇得當，意向必須純正，只看我們**受造的目的，是為讚美我們的主天主，救自己的靈魂**。所以我無論選擇什麼，常該是為幫助我達到我受造的目的才成；絕不能使目的遷就方法，必須使方法適合目的才行。有些人願意天主屈就他們悖理的心情；結果是把方法當作目的，把目的當作方法，本末倒置了。在開始選擇之前，**為能服膺吾主耶穌的真道**，應存想並密切體味下面的**三級謙遜**。

- 謙遜第一級 為永遠得救絕不可少的是：盡我所能地謙抑自己，為遵守天主的誡命在一切之上…絕不願違反由天主或由人來的誡命，而故意犯一條**大罪**。
- 謙遜第二級 假設我已到達這個地步：如果可以同樣地事奉天主並救自己的靈魂，那麼我絕不願意，

也不貪想保有財富勝於貧窮，希圖尊榮勝於屈辱，希望長壽勝於短命…絕不肯明知故犯一條小罪。

- 謙遜第三級 為效法吾主耶穌，為真真實實地更加肖似祂，我寧願同貧窮的基督選擇貧窮…寧願同飽受凌辱的基督一起受屈辱…並且為基督寧願被人視為輕狂、昏愚…因為基督已先被人視為輕狂、昏愚。

我很喜歡教友們常說的一句話：大罪不犯，小罪不斷。因為一個正常的人通常不會犯十誡大罪，我們在做省察時，常著重在七罪宗上，所以理所當然地覺得自己在謙遜第二級，喜悅地邁向謙遜第三級！當我「真真實實地想更加肖似耶穌」時，適逢在慕道班教十誡這主題，再以天主教的教導，仔細一條一條地省察自己時，天塌下來了！

1、**崇敬天主在萬有之上**。「你當全心、全靈、全力愛上主，你的天主」（申六 5）。「你要朝拜上主，你的天主，唯獨事奉祂」（瑪四 10）。從舊約到新約，這永遠做不到位的信望愛。如果來省察一下自己剛過去的半天的每一個行動，有多少是有意識的選擇？又有多少是無意識的行動？在這些行動中，有多少是與主同行的？又有多少是覺得與天主無關的？有人說，靈修是增強自己對天主臨在的敏感度！惟在經驗到天主給我們的愛與自由/釋放中，我們逐漸崇敬天主在萬有之上。

2、**毋呼天主聖名以發虛誓**。濫用天主的名字，在某種程度上，使天主成為撒謊者。天主教徒以十字聖號，「因父及子及聖神之名」開始我們的祈禱和行動。當我畫十字聖

號時，是無意識的習慣？還是有意識的選擇？二者有差別嗎？頂著基督徒的聖名/身分，他人真的能在我的思言行為中，經驗到天主的存在嗎？

**3、守瞻禮主日。**這條是我們最常面對的選擇。主日的本分：以禮儀生活的表達和聚集；教導道理；實踐上主的慈愛。天主教表達信仰的方式是形而上的，所以聖事和禮儀非常重要。一般人在彌撒中，注重的是語言（耳和口的聲音部份）的溝通，像是證道、音樂。而忽視了天主藉著非語言（視覺、嗅覺、觸覺、肢體）的溝通，像是坐代表聆聽、站代表尊敬、跪代表祈禱，主祭神父不同的手勢、禮儀年度顏色的改變、光、水…等。豐盛的彌撒，只剩下證道和音樂時，變得無聊或浪費時間。

現場彌撒開放後第一次參與彌撒，看到如同野戰醫院般的帳篷，好感動，想到了治癒的耶穌。帳篷中祭台的佈置毫不馬虎，如同聖堂內一樣，我感覺到服務教友的虔敬。領聖體時，聽到久違的一聲聲「基督聖體」，感受到每個人都像活動的聖體櫃！現在我們要做的選擇是：我可以出門買菜和看醫生得以活命，我要出門領靈糧聖體嗎？我參與彌撒是遵守規定？還是為了那天人交會的機會？

與天主的關係，是我們生命的根基，一切都建立在這之上。十誡是天主的愛，因為祂有無限和無條件的愛，所以祂可以放心地給我們自由去做選擇。而我一個有限的人，時而迷路與祂背道而馳。天主都知道，但祂不會強迫我，只是以不同的方法，不斷地勸勉和期待我回頭。（待續）

## 過去一年最大的感恩

黃玲玲

~~~~~  
蘇神父在歲末彌撒證道中邀請大家回想，「什麼是過去一年最大的感恩？」

這一年因為疫情的延續，大家都過得不容易，還好我們因為有天父的恩寵，平安喜樂地度過了不平凡的一年。我們家今年的大事就是女兒申請研究生院所。因為女兒是計劃用三年讀完四年的大學本科課程，所以沒有時間參加GMAT 研究生入學考試，結果女兒的「夢想學校」今年取消了GMAT的要求。這所夢想學校的錄取率低，入學競爭非常激烈，特別是對於亞裔學生。正當女兒驚喜地收到了夢想學校的第一批錄取通知書時，我又開始著急女兒能否順利訂到心儀的校內住宿。結果很快地學校又回信，已預留了宿舍給女兒，還發來租房合同。

經過年初到年尾的各種盼望、煎熬等待，直到得償宿願，我終於明白：「你們不要跟他們一樣，因為你們的父，在你們求祂以前，已知道你們需要什麼」（瑪六 8）。我現在不再為明天憂慮，因為天父在我內，我堅信祂都會有最好的安排。我每天都喜樂、感恩，做主所喜悅的事。正如聖經所載：「你們先該尋求天主的國和它的義德，這一切自會加給你們。」（瑪六 33）

感謝讚美主！



## 在婚姻中經歷主的臨在

何凱恩

一份關於中國 2021 年的婚姻報告描繪了這樣的圖景：結婚的人少了，離婚的人變多了，「晚婚」的現象更普遍了。從觀念上，白頭偕老，矢志不渝的愛情婚姻觀變成了對追求個體獨立的束縛。從 2013 年開始，結婚登記數逐年下滑，由歷史最高點的 1347 萬對新人，下滑至 813 萬對。登記離婚的夫妻人數也從 1987 年的 58 萬對逐年飆升至 2020 年的 373 萬對。這些數據，再加上社會媒體的各類報導，難免引起人們深思。除了現實上的婚育成本、社會壓力外，也反映出人們對待婚姻的態度，發生了根本性的改變。然而，信仰令我們知道，婚姻不僅僅是一種人為制定的制度，也是天父為我們所定的美妙計劃中的一部分。當法利塞人試探耶穌關於婚姻神聖性的時候，耶穌說：「這樣，他們不是兩個，而是一體了。為此，凡天主所結合的，人不可拆散」（瑪十九 6），同時耶穌也說了：「這話不是人人所能領悟的，只有那些得了恩賜的人，才能領悟」（瑪十九 11）。一輩子的盟約，不是簡簡單單紙上的協議，不是那一個婚姻證書上的簽名蓋章，而是我們將要用一生去互相扶持，共同成長的，在天主見證下互愛互信的終生之旅。

教宗在去年 11 月接見了一個專門修復婚姻的志願者團體（尋回 Retrouvaille）的成員們，他稱，婚姻危機是一個「機遇」，而不是「魔咒」。但我們也得避免陷入衝突，因為當陷入衝突的時候，你會封閉自己的心門。我相信婚姻中的小摩擦，小「危機」都是很好的機會。正如教宗所說，

即使在艱難而又掙扎的關係中，也存在著成長和改變的機會。我們可以在矛盾、困惑和其他情形中經歷主的臨在。在成長時期觀察父母的婚姻，他們也是經歷了大小的「磕磕碰碰」，很多時候需要包容、忍讓、犧牲和互相遷就。所以一直沒有覺得婚姻是件很簡單的事情，不敢「輕敵」。我知道路上會佈滿荊棘，但也會充滿鮮花。我慶幸有天主見證我和先生的婚姻，並且給我們無條件的愛，能讓我們在大小事情上去經歷祂的臨在。

作為新婚不久的夫妻，我們得到了很多弟兄姐妹的幫助。他們也成為我們在婚姻聖事的一種榜樣。日常的信仰活動能讓我跟先生持有共同的目標，為著同樣的意向跟主禱告，同時能把我們與主建造在一起，在愛的環境裏互相連接。當有小懈怠的時候互相拉對方一把，當有需要助力的時候，能互相打氣。相處當中也能通過大小的談不上是「危機」的小矛盾裏面，學習到溝通的技巧，能夠日漸坦誠，率真地表達出內心的感受。聖經上也說，就算擁有了一切，沒有愛，就什麼都不是了。愛超越了一切。我們也在客廳裏擺放了這段經文，時常自省：「愛是含忍的，愛是慈祥的，愛不嫉妒，不誇張，不自大，不做無禮的事，不求己益，不動怒，不圖謀惡事，不以不義為樂，卻與真理同樂：凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐」（林前十三 4-7）。希望我也能身體力行地去實踐這段經文，在婚姻經歷中日益完善自己的愛德。

本文參考資料：教宗稱，婚姻危機是一個「機遇」，而不是「魔咒」  
<https://www.youtube.com/watch?v=HAlu5uK6MKk>

## 如何面對催婚催生？

陳龍

「耶路撒冷女郎！我指著田野間的羚羊或牝鹿，懇求你們，不要驚醒，不要喚醒我的愛，讓她自便吧！」（歌二7）今年二月就到了農曆新年，春節期間，不少年輕人會遭遇家人和親戚「催婚催生」。有人早早就開始為應對親戚朋友父母的「花式催」做起了攻略，在小本本上抄起「反懟語錄」。也有人為了躲避催婚，選擇了今年不回家，新年求值班。據南都民調今年一月份的調查顯示，90、00後受訪者的婚戀狀態最受關注，各有六成受訪者被催婚、催生；被催婚時，受訪男性更有壓力，受訪女性更覺反感，被催生時，已婚未育的受訪者壓力更大。我和太太去年在教堂完婚，現在也到了被長輩「催生」的階段。想藉此談一談對這一現象的思考和天主教中關於婚姻和生子的理解。

關於催婚催生現象的產生，各種說法不一而足，有養兒防老說，有死亡焦慮說，有一人孤單說等等。我覺得這一現象的出發點都是長輩對晚輩的關愛。可能長輩晚輩的觀念有所不同，但關愛是不假的。但這裏面有個問題，中國有句老話「欲速則不達」。我們不能否認倖存者偏差，肯定有被「催」出來的美滿婚姻和天使寶寶。但也有相當一部分年輕人為了完成結婚生子的任務，為了給長輩一個交待，而選擇了倉促行事，造成的各種問題也屢見不鮮。

在天主教信仰中，婚姻聖事是七件聖事之一，它是藉婚姻盟約結合為終身伴侶，此盟約以其本質指向夫妻的福祉，以及生育和教養子女。我們都是天主的子女，如果把天主當成我們的長輩的話，祂用自己的方式給新婚的夫婦帶去了祝福。不同於催婚催生，在主內結婚前要學習婚姻課程，課程裏包含的主題並不神秘，如原生家庭、夫妻溝通、衝突解決、彼此的金錢價值觀、親密關係等。在教堂裏的婚禮彌撒，過程莊嚴隆重，會受到降福。新生兒出生後，藉著在教堂內的嬰兒洗禮，得以脫離罪惡並滌除與生俱來的汙穢。主的愛伴隨著婚姻生活始終。我覺得天主教對於婚姻和生子的態度是更符合時代發展需求的，它鞏固了婚姻本身的神聖性，同時也尊重了個人內心的想法，它更多的是為了婚姻本身保駕護航，而不是去強迫人們在未準備好的情況下做出武斷的事情。我覺得兩個人結為夫妻也好，有了愛情結晶也好，都是漫漫婚姻生活的一個開始，起點高低有時候也會決定今後的路是否好走。

總之，我覺得針對催婚催生現象，年輕人不應該用類似於過年不回家這樣的極端方式處理，長輩也不應操之過急。晚輩需要具備了成熟的思維能力，通過獨立思考，認清自己的條件後再進入婚姻的殿堂才能確保日後的婚姻幸福。成熟夫妻之間的相處能夠互通能量，志同道合，最後天長地久，幸福美滿。作為在主內的新婚夫婦，我們應當以身作則，聽耶穌基督的教導，活出天主教夫婦應有的樣子。我們也為被催婚催生的人們向上主祈禱，求主讓他們在壓力中也能做出蒙主喜悅的判斷，既能尊重長輩也能尊重自身的意願。阿們！

## God always with you in joys and difficulties of married life

VaticanNews

~~~~~  
The Church is celebrating the Amoris Laetitia Family Year in the runup to the World Meeting of Families set for 26 June 2022.

As part of that event, and in the midst of the Christmas Season, Pope Francis released a letter for married couples across the globe on Sunday.

The Pope first expressed his desire that families feel his “affection and closeness at this very special time,” which has been marked by the Covid-19 pandemic and recurring lockdowns.

**“The present situation has made me want to accompany with humility, affection and openness each individual, married couple and family in all those situations in which you find yourselves.”**

### God’s unconditional love for couples

Pope Francis focused his letter to couples on the constant presence of Jesus in the day-to-day situations of family life. He said all couples have set out on a journey—like Abraham—as they leave their parents’ home and build a new life together in matrimony.

**“Our relationship with God shapes us, accompanies us and sends us forth as individuals and, ultimately, helps us to “set out from our land”, albeit in many cases with a certain trepidation and even fear in the face of the unknown.”**

Yet, he added, our Christian faith reminds us that we are not alone in the challenges of married life, since Jesus is present as time passes, children are born and grow up, and work and illness ebb and flow.

Married couples “set out towards the land that God promises: to be two in Christ, two in one,” said the Pope. “Your lives become a single life; you become a ‘we’ in loving communion with Jesus, alive and present at every moment of your existence.”

**“God is always at your side; He loves you unconditionally. You are not alone!”**

### Jesus always in our storm-rocked boat

Pope Francis also urged couples to be active members in their parishes, assisting the Church in her mission of accompanying other families less aware of God’s presence.

**“You have the mission of transforming society by your presence in the workplace and ensuring that the needs of families are taken into due account,” he added.**

He called marriage a vocation and likened it to a boat on a sometimes-stormy sea. Jesus, said the Pope, is always either in the boat to calm the sea or walking nearby and awaiting our invitation to climb aboard.

**“It is important that, together, you keep your eyes fixed on Jesus. Only in this way, will you find peace, overcome conflicts and discover solutions to many of your problems. Those problems, of course, will not disappear, but you will be able to see them from a different perspective.”**



本刊為免費寄發，歡迎索閱，請聯繫以下電郵地址

**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。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

|            |       |     |       |
|------------|-------|-----|-------|
| 沈新梅        | 100 元 | 夏誼嫻 | 20 元  |
| 高連官        | 100 元 | 王海瀛 | 50 元  |
| 張彼得        | 200 元 | 無名氏 | 500 元 |
| 張慧芬        | 200 元 | 無名氏 | 100 元 |
| 劉甄美華 & 劉戊鏗 | 100 元 |     |       |
| 阮益謙 & 黃一心  | 50 元  |     |       |
| 詹導一 & 汪淑純  | 200 元 |     |       |
| 林芳姿 & 孟慶榮  | 100 元 |     |       |
| 無名氏        | 100 元 |     |       |
| 蘇信成 & 邱來好  | 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

## 封面故事：福虎生風

時間：02/01/2020 新春祭祖彌撒

地點：洛杉磯天使之后主教座堂

攝影：江錦志

撰文：李芳宇



兩年前，「梵蒂岡宗座駐希臘大使」韓大輝總主教，在洛杉磯天使之后主教座堂，主持 2020 年洛城華人新春祭祖彌撒。

韓總主教帶領會眾焚香祝禱，教友們

用歌唱和舞龍舞獅歡慶新春，並以崇敬之心，祭拜中華歷代列祖列宗在天之靈，福樂榮享。

2020 年至今疫情波動起伏未見趨緩，變種病毒一再變異，造成民眾生活及工作上諸多不便，亦有不少憾事發生！回想疫情前，我們是否疏於珍惜上主所造的自然環境？對身邊人事物缺乏關愛？與信仰疏離？或久未靜心為眾人歸主祈禱？從信仰角度來看，這疫情是天主的警示，以「病苦和隔離」來惕醒世人。

「上主關閉一扇門，必會另開一扇窗。」疫情在某種意義上，給予我們反思的機會，尤其是在網路速達的今天，過往曾忽視身旁的殷殷關切，卻在疫情隔離期間透過視訊平台，反倒得償所願；教會也在變通中找到聯繫彼此的方式，例如主日用直播進行彌撒，平日演講座談、練唱、查經課程等改以視訊方式，這些新嘗試，教友們在實質和心靈交流上，也有諸多的收穫。

壬寅虎年新春之初，身為基督徒的我們仍樂觀面對，遵循上主的旨意時時警醒，祈求天主大能之手早日讓疫症消除；這將會是一次徹底的更新，相互勉勵在生活上改變過往垢習，在思想上開放心胸充實自我；透過祈禱賜予力量，更堅定地在信望愛的基督信仰中，邁步前進。此時此刻新的一年來臨之際，我們滿心期待，並誠摯感謝主的帶領。2022 年的農曆新春，祝願大家平安健康，福樂滿溢。