

Angels' Voice

Chinese Catholic Monthly Newsletter No. 371, Apr. 2024

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

四月號



371

April 2024



本期目錄

我們行善不要厭倦.....	蘇崑勇神父	02
彰顯生命的榮耀.....	白建清神父	07
偉大真光.....	康介魯	13
抓住最美好的時光.....	徐擘	14
請看，天主的羔羊.....	Teresa Lee	17
對話與獨白.....	王慧敏	21
姆姆卡布里尼.....	寸草心	23
是誰能安慰你？.....	Rosa Liu	26
In the Midst.....	April Dai	27
封面故事：主復活了！.....	戴慕文	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

華人協進會會長：岳德帆 (626) 905-7929

彌撒時間：主日下午 3:30 在聖堂。彌撒證道網上重播連結

<https://catholicchinese.org>

首頁點選「蘇神父的視頻」

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

洛杉磯羅蘭崗天主教華人協進會發行

指導司鐸：蘇崑勇神父

輪值編輯：何凱恩

編 審：蘇 闊

策 劃：孫愛珠

聯 絡：孫小艾

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）

我們行善不要厭倦

(迦，六：9)

蘇崑勇神父

我們都知道，「為善、行善」本來就是教會在每年的四旬期間，極力鼓勵、催促我們要勤行的神修功課之一。在四旬期內，在神修上，我們尤其會更密集、更頻繁、更主動的禁食、作克苦、行愛德和各種慈善的作為，以及更熱誠的祈禱，使我們對天主的信仰、對祂和對人的愛得以更加堅定和深固。

在這期刊上我想和讀者們分享的這個主題：「我們行善不要厭倦」，也正是現任教宗 - 方濟各在 2022 年四旬期寫給我們的文告的主題。這句話其實是取自保祿寫給迦拉達人書第六章，9~10 節。

我相信在讀者當中已有不少人閱讀過這份文告，而且很可能也會感覺到此文告淺顯易懂，值得我們一讀再讀，並深入反省。所以，我這次的分享，主要還是針對那些未曾有機會閱讀此文告的讀者們，希望能藉此分享幫助他們對四旬期的精神，以及在此期間所勤於練習的神修作為的意義有更正確、也更深入的認識，從此，在行善時，不但不會感到厭倦，還更喜歡行善，且不停地行善，一有機會就向人們行善。以下我的分享，原則上是以文告原文的大綱做為闡述的主要內容：

一、為何行善不要厭倦？

「我們行善不要厭倦；如果不鬆懈，到了適當的時節，必可收穫。所以，我們一有機會，就應向眾人行善」。

(迦，六：9~10)

教宗說，「不厭倦」指的就是「不鬆懈」，就是「不鬆懈的行善。」

是的，我們應該不鬆懈地行善，因為保祿說：「在適當的時期，必有收穫。」提到「收穫」，教宗說：可見「行善」真是一種「播種」的行為。在播種善言、善行時，只要不鬆懈，就能夠有收穫，所以，保祿說：我們應把握機會，隨時對人行善。然而，教宗還說，在我們播種善行之前，得先讓天主的聖言播種在我們心中，常讀、常聽、常常默想天主聖言，學習從內心真正地接納天主的話，讓祂臨在我們心內。這是我們對人行善的先決基礎。教宗說，當聖言在我們善良的心田裡發芽、成長時，自然有助於我們隨時答覆天主對我們的召叫，並結出豐碩、聖善的聖德果實。

二、如何行善才不會厭倦？

但究竟應如何行善，才不會令我們感到厭倦？教宗說：

1. 首先應先意識到，「行善」不是一種「負擔」，而是來自天主的召叫，是一份「恩典」；這恩典使我們在行善時，不會太過於計較個人的得失，而且能以不求回報的寬闊心

胸處世待人；這份行善的恩典也使我們在行善時較能夠以和善及謙卑的態度待人。這份行善的恩典還要使我們較能夠以超性的觀點，從天主仁慈的救恩計劃中看待世間的一切。

2. 其次，為了使我們在行善時不會感到厭倦，教宗說，我們還應以實際的善舉按照他人的需要給予幫助，而不是光說不練；而且應主動去尋找有需要幫助的人，並以真誠無偽的愛去向人行善。

三、祈禱時也不要感到厭倦

在祈禱方面，教宗說，我們在生活中常要面對因各種挑戰與考驗所帶來的擔憂，以及因為束手無策而感到沮喪，所以，應多祈禱，尤其對於他人的痛苦與不幸，不應該不聞不問，充耳不聞。應為他們及他們的處境多多向天主祈禱，而且不應因為祈禱而感到厭倦。

四、教宗還敦勸我們不要厭倦以下幾件重要而神聖的事：

1. 教宗希望我們在有不和睦及傷害發生時，應不要厭倦於彼此請求寬恕。
2. 不要厭倦拔除我們生活中的邪惡。
3. 不要厭倦在懺悔與修和聖事中請求寬恕，因為我們知道天主從不厭倦寬恕。
4. 不要厭倦與貪慾作鬥爭。

若我們願聽教宗的這番勸告，就應時時以教宗的這一席話警惕自己，以免在上面所提及的事上產生厭倦。教宗說：「因為這種厭倦會使人在面對自私與各種邪惡時，變得脆弱，毫無抵抗力；並使人容易陷於種種能導致罪惡的不同途徑裡，其中的途徑之一就是『對數位媒體(像是：電腦和手機)上癮的危險』，一旦如此，常能使『人際關係陷入貧瘠』。」

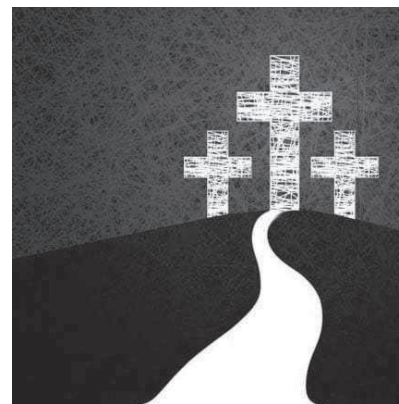
結論：

在文告的上半段裡，教宗已為我們指出在行善時如何可以避免陷入厭倦的泥沼中；在結論時也指出，為了避免我們行善時容易變得厭倦，行善時應常定睛專注在耶穌身上；又向我們提出警告說，「自私的個人主義，容易使我們對他人的痛苦不聞不問」，進而削弱我們對人行善的能力。可見一個人在生活中，若只是為自己的私慾和利益著想，不在乎他人的需要，很容易，也很可能就會喪失其行善的能力；即使偶爾可能也會行善，恐怕很快就會因對行善感到厭倦疲憊而不再願意行任何的善。

感謝教宗為我們寫此文告，雖然是針對四旬期的信仰生活而寫的，這「行善不要厭倦」也應該是我們在日常生活中常保持的精神與態度才對。我們因著此文告的教導和說明應該知道，雖然天主創造人類時，在人性內已賦予了善根，但如果沒有實際的「善行」，人在生活中是很難彰顯出天主聖善的肖像。又如台灣台南教區已故成世光主教在他的著作-

《天人之際》一書裡，談「修養」時就曾這麼說過：「人雖然分享了天主的聖善，獲得了與生俱來的『善端』，但這些先天的善端只是『點』而已。要使這『點』成為『面』，人必須倚靠後天的修養。」

換句話說，必須透過實際的善行，且不間斷、不厭倦去行善，才能使人那內在的善端散發在生活中的每個層面。按教宗這篇文告的內涵所指，似乎和成世光主教的論述相輔相成，它們應該是源於同一真理，即：「行善的能力雖來自天主的恩賜，這能力必須在實際的善行中行使，才不會辜負天主在創造人的生命之初，所有的聖意和美意。」但願我們聽從教宗的這番勸勉之後，更願意、更會主動向人行善，尤其是對那些有需要援助者行善，且是不厭倦的去行善。願我們在主的聖愛恩寵中繼續共勉！讓我們為一切聖善、美好之事，繼續不斷地感謝讚美創造我們的這位，偉大聖善和慈悲的天主。



彰顯生命的榮耀

白建清神父

~~~~~  
(創 22:1-2,10-13,15-18)；(詠 116:9-19)；(羅 8:31-34)；  
(谷 9:2-10)

主耶穌基督在首次預言了自己的受難之後，帶領門徒們登上一座山，在他們面前彰顯了自己天主的榮耀，為了幫助門徒們知道「耶穌是誰」。在這個四旬期中，我們也一起默觀（1）主耶穌基督的面容、（2）我自己的面容、（3）我們眾人的面容。當我們知道主耶穌、我們自己和眾人的面容時，整個世界就會成為新天地。

## 1、耶穌的面容

在大博爾山上，主耶穌在門徒們前，改變了自己的面容，將自己彰顯在他們面前。在顯聖容事件中，不僅主耶穌基督天主性的面容彰顯了出來，而且，有厄里亞和梅瑟同主耶穌談話。這一切都在揭示了這位門徒們所跟隨的耶穌，就是天主預許給猶太人的「默西亞」，是他們一直在等待的「那一位」，更是「天主子」。

**首先，主耶穌的顯聖容，揭示了天主聖三對人的聖愛。**

猶太人只信仰一個天主，然而，主耶穌基督卻啟示了父、子和聖神，這是一個新的啟示，也超出了猶太人的信仰內容和傳承。然而，信仰不是接受一個「固定的內容」，或者一

套祖傳的信念，卻是和生活的天主的關係。天主子耶穌基督在顯聖容時，既有天父的臨在，「這是我的愛子，你們要聽從祂」（谷 9:2-10），又有聖神藉著「雲彩」的出現，更有耶穌自己所彰顯的天主的面容。通過主耶穌日漸的啟示，天主三位一體的形象在門徒們中得到了認出和體驗。

**其次，主耶穌基督通過顯聖容，揭示了自己天主的面容：讓門徒們認出自己就是天主。**

每一個門徒在跟隨主耶穌時，都有自己的「想法和目的」，然而，人內心最大的「渴望」卻是「遇到天主」。在主耶穌預言自己的苦難、死亡和復活後，門徒開始迷茫且企圖阻擋祂的選擇（瑪 16:22-23）。通過顯聖容，主耶穌以（猶太人）門徒們所熟悉的梅瑟和厄里亞的出現，揭示祂就是天主通過梅瑟（法律）和厄里亞（眾先知）所預言的「默西亞」。通過天父的宣告，揭示了耶穌更是「天主子」。這位耶穌，就是天主自己。

**第三，通過顯聖容，門徒們認出了耶穌的真實身份。**

通過顯聖容，門徒們認出了這位他們所跟隨的，講話有權威、能治病驅魔、能行奇跡的耶穌，不僅是整個猶太人所應該歡迎的「那一位默西亞」，更是他們應該信仰的「天主子」。沒有人願意跟隨能力小的人，也沒有人會信仰一位即將被迫害、被釘死在十字架上的人。一個人，無論他的能力有多大，無論他能給我們帶來多少暫時的福利，即使他能行奇跡、能治病、能驅魔、能復活死人……如果他不是「天

主（神）」，我們都不必信仰他，也不應該在他身上浪費我們的時間。

我們所信仰的應該是天主，而不是人！因著主耶穌是天主子，祂才是人應該跟隨並信仰的那一位。只要我們所信仰的是「天主」，祂在任何時候就都是天主，榮耀時是天主，受苦時也是天主；驅魔時是天主，被釘死在十字架上時也是天主；降生成人時是天主，復活升天時也是天主……

只要是天主（神），任何時候都是天主。

通過顯聖容，主耶穌基督顯示了自己榮耀中的天主面容。同時，也啟示門徒們，即使在苦難中、死亡中，祂依然是天主。

## 2、我的面容

我們每個人，最重要的，也是要找到自己的「面容」，也就是我的「本來面目」。知道了「我的本來面目」，也就是知道了「我是誰」，我們在以後的生活中，無論是順利與艱難，還是成功與失敗，我們都會保持自己的精神面貌，都會充滿生命的活力。

作為基督徒，我的面容是怎麼樣的呢？我們和其他沒有信仰的人有什麼不同呢？

首先，作為基督徒，我們的面容就是天父的兒女。

通過聖洗聖事，我們跟隨天主子耶穌基督，成了主耶穌的兄弟姐妹，成了天父的兒女。這種新的「面容」是天父的恩賜，也是我們新的存在價值和意義。只要我們是基督徒，無論我們年齡大小、知識多寡、長相俊醜、地位高低、能力強弱，還是健康疾病……我們都是天父所鍾愛的兒女。只要是天父的兒女，在天父前都是平等的，都是天父所愛的，都一樣有一個高貴的靈魂。作為天父的兒女，這是我們基督徒「內在的面容」。

**其次，作為基督徒，我們就是和天主一起生活的人。**

因為我們是天父的兒女，天主聖三每天都和我們一起生活，無論我們工作還是休息，無論在家還是遠行。天主二十四小時一直在陪伴著我們；通過教會內的聖事，特別是聖體聖事，天主以有形可見的方式，進入到我們的生命中，和我們一起生活。天主不僅在我們生命的外面，在我們祈禱的聖堂，在萬有中陪伴我們，更在我們的生命之內，和我們一起生活。和天主一起生活，是我們人的「原始記憶」（創2-3），也是每個人內心最大的渴望。然而，作為基督徒，自從領洗開始，我們就有福氣地每天和天主生活在一起。宗徒們在大博爾山上所經歷的「顯聖容事件」，我們基督徒每天都在經驗著。作為每天和天主生活在一起的人，這是我們基督徒「存在的面容」。

**第三，作為基督徒，我們的生活就是為了將天父的聖愛帶給人，將人帶回天父。**

我們基督徒的工作有什麼特點呢？從表面看，我們基督徒的工作，和沒有信仰者的工作沒有區別。然而，從本質的目的和意義而言，我們基督徒的工作就是：跟隨主耶穌基督，在聖神內，將天父對人的聖愛帶給每個人和每個受造物；同時，也將每個人和受造物帶回天父，成為天父的兒女，成為有福的受造物。這就是我們基督徒福傳的生活。基督徒的生活就如燃著的蠟燭，帶著福音的愛火，點燃那些熄滅了的蠟燭，讓人们的生活重新看到光明和希望。所以，我們基督徒的工作不是為了取得個人或者教會團體的成功，而是為了將天父的聖愛帶給更多的人。我們的每一個服務和勞苦，都是為了彰顯主耶穌基督福音的救恩，彰顯天父慈悲的面容，都有永生的價值和意義。**基督徒福傳的生活就是我們不斷彰顯的精神，是我們「外在的面容」。**

### 3、眾人的面容

在我們的時代中，由於生活的改善，「愛美」成了我們主旋律；「美容」成了一項收穫頗豐的事業。然而，許多時候，我們只是追求了「外在的美」，卻忽視了人「內在的美」，所以，我們看到的都是各種化學藥品和衣物等裝飾塑造出來的昂貴的「塑料美」。只有人的精神之美，也就是人的靈魂之美，才是人的「本來面容」，才是人「生命的美」。

天主子耶穌基督就是一位「美容大師」，祂邀請並幫助我們成為一位內外俊美的人。每一位基督徒，也是一位「美容師」，幫助人追求「真美」！在信仰的光照下，我們看到：**每個人都是一位高貴的靈魂，都是天父的肖像。**

由於罪惡，人的生命被「毀容」了；我們不僅自己生活在被罪惡污染的形象中，也以罪惡的眼鏡，常常看到別人生命中的缺點和污點。**模糊的鏡子永遠看不到晴朗的天空！罪惡只會使人互相詆毀，互相誣蔑。**

然而，降生成人，且愛人愛到底的天主子耶穌基督，卻邀請我們接受天主的救恩，看到我們每個人都是天父的愛子愛女。通過信仰主耶穌基督，我們的生命被淨化而聖化，成了天主的宮殿。同時，我們也會認出每個人，和我們一樣，都是主耶穌的兄弟姊妹，是天父的家人。我們有不同的民族和膚色，有不同的工作和生活環境，然而，我們卻是以不同的角度和角色，以不同的方式，彰顯天主的面容，傳揚愛人的使命，善盡福傳的責任。

當我們每個人都認出了自己在「天主內的面容」，就會成為天生的美容師，每天通過祈禱和善行，美化自己的生命，也就會在每天的生活中彰顯生命的榮耀。

當我們認出了每個人臉上主耶穌基督的面容，認出了我們都是天父的兒女時，我們就會認出整個世界，就是天主的花園，就會跟隨主耶穌基督而生活在天主聖三賜給我們的新天新地內。

（文章來源：信德網）

## 偉大真光

康介魯

~~~~~  
從清晨射入窗戶的柔和陽光，到夜晚引導你回家的車頭燈，「光」在我們生活中不可或缺。然而，有一種比我們所知道的任何物理光更偉大的光，《依撒意亞先知書》中提到這光，而這節經文不只是優美的詩句和預言，它是一項行動的號召，是對上主的子民尋找盼望——黑暗中的光明——的鼓勵：「耶路撒冷啊！起來炫耀吧！因為你的光明已經來到，上主的榮耀已經照耀在你身上。」（依六十一）

這光是盼望的燈塔，是救恩和靈性覺醒的寫照。這真光就是救主耶穌基督：祂是當時上主的子民所需要的光；祂也是我們今天內心迫切需要的光。在一個讓人感覺被淹沒於黑暗中的世界——災難、戰爭、不公義和苦難，依撒意亞先知的信息邀請我們擁抱上主真正的救贖之光。這光在新約中被揭示為耶穌基督。

讓這光在你內心明亮地閃耀，驅逐黑暗的陰影，為不認識這光的人照亮道路。暫停片刻，想像一個充滿神之愛和真理之光的世界。你能看見一個世界有基督的光從每個家庭的窗戶照耀到每條街道上嗎？上主想要用你——是的，就是你——來為祂發光。（寫於德州休士頓）

抓住最美好的時光

徐擘

~~~~~  
天主的僕人——小弟徐擘，向親愛的弟兄姊妹們問安。不知您有多久沒有欣賞過清晨的朝露、落日的餘暉、雨後的霓虹、星空的璀璨；不知您有多久沒有靜聽過潺潺的溪水、簌簌的楓林、綿綿的夏蟬、娓娓的黃鸝？我們常常在行色匆匆中蹉跎了人生的年華，我們總是在忙忙碌碌中錯失了天主的恩典！為何偏偏等到時光從指縫中溜走，我們才歎息沒有抓住最美好的時光呢？

我曾經到一位友人家做客，他家的書櫃裏擺滿了各種版本的聖經，以及神學和靈修書籍，簡直可以媲美一個小型的圖書館。正當我要開口誇讚友人博學的時候，他卻突然嘆氣說到：「唉！我平時真是太忙了，這麼一櫃子的書也沒空好好讀讀，也就偶爾翻過幾本而已！」我說：「您真是太謙虛了！」他認真地說到：「我說的是實話，我每天忙於生意和應酬，甚至都沒有時間好好陪伴我的家人們。」他有點沮喪地接著說到：「難道我不想欣賞萬紫千紅的風光？難道我不厭惡燈紅酒綠的生活嗎？可我有什麼辦法呢？我每天一睜眼，就要想著銀行的貸款怎麼還？員工的工資怎麼發？唉！有誰會知道一個身不由己的人，他內心的苦楚呢？」我靜靜地聆聽著友人的訴苦，然後嘴上說著安慰他的話，可我的心底卻冒出一個聲音：「我可不想成為被世俗的枷鎖所『束縛』的人！因為『基督解救了我，是為使我們獲得自由；所以你們要站穩，不可再讓奴隸的軛束縛住你們。』」（迦五 1）



我不想讓聖賢書躺在書櫃裏睡覺；我不想錯過兒子們的成長；我不想看不到白雲在藍天上飛舞；我不想聽不到弟兄姊妹們的歡笑！我常常坐在湖邊望著夕陽西下，欣賞鴛鴦在波光粼粼裏的倩影；亦或是坐在碧綠的芳草地上，捧起一本聖經，聆聽天主對我的教導！我太愛天主所造的世界了，我們的天主是活人的天主，我要在生命的點點滴滴中去感受天主的愛！我太愛弟兄姊妹們了，也許我的心直口快說了得罪人的話，我要趕緊去說一聲抱歉，渴望和好的心何必要煎熬到明天呢？

當然我的人生也有至暗的時候，猶如煙雨行船，一雙槳悠懶，一綿江風微拂素羅衫；漁火點點聚散，欸乃聲聲淺淡，炊煙嫋嫋飄散，暮靄漸漸褪暗。想到紅塵路漫漫，此景有天主與我共覽，我怎能不破涕為笑，與主把酒言歡呢？

親愛的主耶穌基督，我愛你每個釘痕的傷口，愛你寶血變成的醇酒，求你縫補我靈魂的破口，讓我感受你軛的輕柔。此時已鶯飛草長，我的主正在路上，我知你風雨兼程，途經日暮不賞，穿越人海，只為與罪人相擁。此刻已皓月當空，我的主手捧星光，我知你乘風破浪，去了幽谷一趟，感同身受，給人救贖的熱望。

親愛的弟兄姊妹們，我們的主為救贖我們的罪過受難而死，第三日又從死者中復活了，他戰勝了死亡和魔鬼的權勢，已然把未完全來臨的天主的國帶到了地上！我們今日所擁有的時光也是主耶穌基督用他的獻祭為我們所贖回的，不但如此，他還為我們預備下了開啟永恆時光之門的鑰匙。

因此，我們當好好珍惜這在世的時光，用這寶貴的時光去換取永恆的時光！

我們當虔心悔改，求天主的義德加給我們，因為天主的國近了！我們既活在世上，又屬於天國的兒女，我們當過一種在地如在天的聖潔生活！然而，這生活並非沒有苦難，但我們要效法耶穌基督的堅忍；這生活並非沒有仇敵，但我們要愛我們的仇敵！如此，我們的生活充滿喜樂，我們的時光充滿美好！

我們要抓住這短暫的在世時光，去換取永恆的天國時光！這不是我們的功勞，而是主耶穌基督用生命為我們贖回來的時光！他讓瞎子能看見，瘸子能行走，癩病人得潔淨，聾子可聽見，死人可復活，窮苦人得喜訊，有病的人得醫治，他已將一切不好的時光扭轉為最美好的時光！

親愛的弟兄姊妹們，讓我們一同從此刻起，好好去感受天主賜下的美好時光，並且將我們生命的時光獻給天主，最終是愛造就了永恆的時光！親愛的天主啊！我要去有你腳蹤的地方，向你徹夜祈禱聊夢想，像從來沒有失過望受過傷，還相信敢飛就有天空那樣！我要站在曷勒布山上，披第一道曙光在肩膀，被潑過太冷的雨滴和雪花，更堅持微笑要暖得像太陽！

文末，求天主常常光照我們，「求主教導我們詳數年歲，使我們達到內心的智慧」（詠九十12）。願我們乘著彩虹追趕星光，去抓住最美好的時光！

## 請看，天主的羔羊

Teresa Lee

~~~~~  
因為回應朋友的邀請，我參加了羅省天主堂 St. Bridget 四旬期的英文避靜。今年的主題是：Behold the Lamb of God（請看，天主的羔羊）。帶領我們的神師是 Sr. Maria 黎潔雲修女。避靜開始的時候，Sr. Maria 問大家為什麼要來參加避靜。幾個人回答之後，她走到我面前，和大家說：「很高興我們今天有一位來自別個堂區的客人，和我們一起參加今天的活動。」之後就把麥克風遞給我。我沒有太多時間去思考，便說：“I want to rejuvenate my life with God.”（我要在主內更新我對信仰的熱誠與活力）。對上一次在四旬期參加避靜，已經是四五年前了，所以這次真的是非常期待。

Sr. Maria 風趣又博學。因為這次避靜有許多小朋友參加，她便以簡單明瞭，而且又生動的 PowerPoint 圖片講解為什麼耶穌是除免世罪天主羔羊。原來在舊約時代，當人們犯了罪，就奉獻一隻沒有缺陷的羔羊，讓司祭把罪象徵的嫁放在羊身上，然後在野外把它放逐。那隻羊是不能吃的。她還說這就是 scapegoat 的由來。接著 Sr. Maria 就以 14 處苦路的圖片詳細的解說為什麼天主是為我們代罪的羔羊。從祂被般雀比拉多判罪，背起十字架，跌倒了三次，在路上遇到聖母和為祂哭泣的女人，西滿在人群中被迫幫助祂，直到最後被釘在十字架，為我們贖罪而死在十字架上。其中，令我印象深刻的是 Veronica 很勇敢的把頭巾取下來，為耶穌抹去臉上的血和汗。因為在那個年代，女人在公共場合是不能把頭巾取下來的。Sr. Maria 也問大家是否出來幫助

耶穌背十字架時，只有三個女生舉手。於是她讓我們思考，為什麼我們不願意？是在害怕什麼？

之後，Sister Maria 發給每人一組 14 處苦路的圖片，讓我們跟著順序把它排列出來。我經過一次失敗，嘗試了第二次之後終於完成了。在這個活動接近尾聲的時候，Sister Maria 播放了一個取自電影《沉默》短片。故事是敘述在 17 世紀，日本天主教徒被迫害的故事。他們被逮捕之後被迫光著腳踩在耶穌的肖像上面。不願踩踏的人就為此殉道了。當 Sr. Maria 問大家願不願意踩的時候，有人說要看當時的環境，因為現在說不踩踏是很容易的。Sr. Maria 又說，如果大家都不踩，全部的人都殉道了，那我們天主教的信仰就沒有辦法傳承下去了。Sr. Maria 於是要大家思考，無論踩踏與否，要看你出自內心的目的和動機。

隨後，Sr. Maria 的講座是關於彌撒。彌撒是紀念耶穌為我們贖罪而且被釘死在十字架上。而祂在最後的晚餐上成立了聖體聖事，把祂的血和肉賜給我們，並讓我們在祂內生活。所以參與彌撒的態度是很重要的。不要遲到，而且把每一次參與彌撒都當作是第一次或者是最後一次的心態，而且還要恭敬地去領聖體。因為每一次彌撒的訊息都是關於天主的愛，所以我們應該儘量多參與平日彌撒和領受聖體，讓耶穌的肖像在我們的生活中呈現出來。在早上講座的尾聲，Sister Maria 讓我們思考，如果以一到十分去衡量我們與耶穌的關係，那我們現在是幾分？我們要如何做，才能增加這個分數？

接下來我們參與主日彌撒和享用午餐，休息片刻之後又開始了下午的避靜。Sr. Maria 說到祈禱的重要。或許我們沒有意識到，我們其實隨時隨地都在祈禱。無論是感恩，抱怨，或者求恩，那都是我們與天主之間的對話，這就是祈禱。當我們無法為自己祈禱的時候，我們就要依賴別人為我們代禱。當我們在祈禱的時候，聖神也與天父和我們同在。聖神臨在時，我們會毫無恐懼，而且感受到平安與喜樂。Sr. Maria 邀請了一位教友分享他在父親生病時的禱告經驗，她也邀請我們大家繼續地為他的父親祈禱。

Sr. Maria 強調，我們要做天父的工具。因為祂賜給我們不同的特長與天賦，讓我們不吝嗇，在生活中隨時隨刻都可以為別人服務。要知道，我們的奉獻沒有微弱的。下午的環節也包括了幾位青少年分享他們在教會服務的經驗。他們都是看到了父母在教會以身作則的事奉，所以也願意跟隨父母的腳步奉獻他們的時間和天賦。有兩兄妹鋼琴和演唱廣東話版的聖母經，美妙的歌聲和鋼琴的伴奏，帶領我們進入祈禱的狀態。還有兩位青少年所演的短劇，敘述耶穌在猶達斯背叛祂之後，還是那樣的愛他。耶穌最後所說的「我永遠愛你」似乎也是對我們在座每一位說的。

下午看的一部 Matthew Kelly 解說的短片“Looking For Judas”也讓我震驚。片中敘述達文西畫最後晚餐的時候，找到一位年輕人做耶穌的模特兒，之後他也找到 11 個門徒，但是卻找不到一個可以做猶達斯的模特兒，所以他把這幅畫擱置 11 年。之後有一天在街上看到一個長相惡劣的人，達文西便邀請這個人到他的畫室做猶達斯的模特兒。畫了幾

個小時之後，這個人開始哭泣。達文西就問他是怎麼一回事？那個人說你不認得我了嗎？我就是十一年前做耶穌的模特兒的那位。片尾 Matthew Kelly 說在我們都有一個耶穌和一個猶達斯在我們內心。若要把耶穌活出來，就要在祈禱中仰賴祂，幫助我們把我們最好的一面在生活中呈現出來。

最後，Sr. Maria 讓幾位堅振班的青少年在祭台前，豎立了一個大十字架。邀請在座的每一位到十字架前去祈禱和耶穌說說話。我祈禱天父賜予我平安喜樂，對待別人有更多的耐心及愛心，幫助我去處理不必要的憂慮，以及賜我智慧與勇氣去面對生活上的挑戰和困難。我也為身邊的家人朋友的一切需要代禱。在龐神父的降福後，圓滿的結束了這一次的四旬期避靜。

感謝天父讓我有機會參加羅省華人天主堂舉辦的四旬期避靜。這個團體的教友對我這個外來客很友善。在休息時間有幾位教友都很熱情的主動找我聊天。在午餐時刻和幾位長輩們的互動也讓我獲益不少。也很高興遇見到許多年沒見面，以前一起在聖湯瑪斯堂為青年組服務的朋友們。希望大家四旬期在主內過得充實。讓我們懷著喜樂的心情，迎接復活節的來臨。

對話與獨白

王慧敏

~~~~~  
曾經，我與某位朋友講完電話後會有些挫折感。我們的通話模式，常是她滔滔不絕，我安靜聆聽，少有機會發言。她說了一陣後換了個話題，我正想開口，卻聽到一聲驚呼：「啊呀，已經講了這麼久，不能再講了，下次再聊吧。拜！」然後，卡嚓一聲，斷了線，使我剛到唇邊的話變成一根魚骨，卡在喉嚨裡。獨白式的通話，讓我去反思自己的祈禱。求恩代禱之後我多半以一聲「阿們」結束，很少去聽天主要說什麼，我是不是也把該有的對話變成了獨白？

祈禱是去敲天主的門，天主不一定在禱告的一刻與我們溝通，所以要等候主，隨時聆聽。其實，天主一直在輕聲細語。祂藉著讀經、神父的講道、家人朋友的提醒、一段文字、一首歌，或是一個內心閃過的意念給出回應。對話是天人之間共同的心願，耶穌說：「我的羊認得我的聲音。」既然耶穌這麼說，我們就必定能確切聽見祂。我們跟隨聖神的引導，調整心絃，讓三度空間與四度空間的頻率對接，去聽見天主對特定事物的具體回答。

有一年四旬期前，我問耶穌應該做什麼？祂說：「每天朝拜聖體。」在那之前，我很少特意去朝拜聖體，所以我知道那不是自己的意念，而是出於主。另一次在聖灰週三，我問天主要放棄什麼？祂回答：「焦慮！」於是，以喜樂代替擔憂成了我那四十天的功課。

有一段時間，媳婦生病，病情複雜，又意外懷孕，我很擔心寶寶是否健康正常？在一次彌撒裡，天主給了我一個印記，讓我知道寶寶沒有問題，我就放下掛慮，等待佳音。嬰兒出生後一切安好。還有一次兒子發紅疹，皮膚癢卻查不出原因，我為他祈求醫治，但一直沒有改變。有一天我聽見主說：「這事我已照管。」那是一個靈裡的信息，我不確定那是否自己的想像？打電話問兒子，他說情況如常，沒有改善，我便繼續祈禱。禱告時，常有他得醫治的印象。大約過了兩週，兒子說他的症狀消失，此後再無困擾。這些經驗和事後的印證，提升了我對聽見天主的信心。

人與神的關係就像人與人的關係，越親密，溝通時越沒有障礙。夫妻交換一個眼神就已心領神會；好友之間能心有靈犀，所見略同；一位母親可以在隔鄰吵雜的兒童群中，辨別出自己孩子的哭聲，而趕去救援；心意相通建立在親密關係中。聖經上說如果我們親近天主，天主必親近我們，渴慕的心帶來主的同在，使我們與祂緊密相連，更能捕捉祂微小的聲音，經歷與神對話的喜悅。

(文章來源：北加州)



# 姆姆卡布里尼

寸草心

~~~~~  
二月初偶然在臉書上看到一個電影新片預告，是關於一位聖人修女——弗朗西斯·澤維爾·卡布里尼（Frances Xavier Cabrini，1850年7月15日—1917年12月22日），義大利裔美國人，第一位經羅馬天主教會封聖的美國人。兩分鐘的短視頻引起我的好奇心，我不曾知道她的故事，想要更加了解，點進連結查看上映日期，三月八日婦女節，剛好我有放假，便不加思索訂了票，屆時再呼朋喚友一同去電影欣賞！

視頻介紹：卡布里尼姆姆頭上套著小兜頭罩，身著黑色披肩，淡定的神情凝望著窗外，思考如何發展她將要為主做的雄心大志事工。

十九世紀後期，大批的義大利人遠渡重洋，來到美國東岸，尋找新的生活。他們窮困潦倒，不會英文，被當地政府藐視為次等民族。在這之前，姆姆本來的志向是到遙遠東方的中國去發展，數十封申請書都被上級拒絕。姆姆繼續努力爭取，與教宗見面。教宗良十三世 (Pope Leo XIII) 批准，但不是去東方，而是去西方——派姆姆去美國，照顧那些貧苦的新移民。教宗良語重心長地說：「梵蒂岡的海外傳教事工從未由女人領導，全世界將會看著你，看女人能完成或不能完成什麼！」

～有誰能夠「從地上爬起來」，從零開始的改變美國？

當她們乘船到岸踏上碼頭，姆姆對她的修女姊妹們的忠告：「我們必須先征服紐約！」

「我們要麼就大膽，要麼就死亡，這就是我學會在美國生活的方式。」

姆姆和修女們第一個落腳處，惡名昭彰的「五點區 Five Points」泥濘的街頭小巷，骯髒吵雜的環境，是邪惡、犯罪和放蕩的集中地。

「在『五點區』的老鼠們，生活得比孩子們更好！」紐約報紙頭條是這麼描述的。

少女問小男孩：「你的父母親呢？」

小男孩：「爸爸輕生了，媽媽得了傷寒，死在一個手推車裡。」

總主教對姆姆規勸說：「你該離開紐約，永遠不要回來！」

某人對姆姆訓斥地說：「你以為你是誰啊？」

姆姆不肯屈服，對著官員們吶喊，爭取貧民弱勢（婦女及兒童）的權利（當時社會全都是以男性主導）：「我是女人，我是義大利人，我們都是人，我們全部都一樣！」

是什麼堅強力量，何等信心毅力，使這位當初才三十幾歲，兩袖清風，身患肺癆，柔弱的修女姆姆卡布里尼（醫生診斷活不過兩年半），活到 67 歲？她建立了學校、孤兒院、醫院，全世界有 67 個傳教機構（包括在中國）為病人和窮人服務？

市長感嘆：「我為你是個女人感到可惜，修女姆姆，如果你能成為優秀的男人！」

姆姆回答：「不，男人做不到我們女人能做的事情！」

當我們還未走進戲院前，姊妹們心裏半信半疑，這種修女片宗教電影會有好看頭嗎？

但是，兩個小時半以後，我們走出戲院，腦海裡還著迷地沈浸在電影的情節中，太震撼了！頓時眾姊妹眼神交會，異口同聲地說：「實在是太好看了！」

親愛的朋友，請記得她的名字，「姆姆卡布里尼 Cabrini」。這裡就不多說了。想了解更多詳細，請觀看整場電影。

姆姆名言～

「靠著那加給我力量的主，我凡事都能做。」

是誰能安慰你？

Rosa Liu

~~~~~  
你擁有屬於自己的一室嗎？你可以在十字架、慈悲耶穌像或聖母像當前祈禱。

是誰能安慰你？

若你願意，邀請耶穌聖母對談，和祂分享你在祈禱中所經驗到的，分享你自己、你的生活，你的喜怒哀懼；是兄弟姊妹、是親朋好友或是不相關人造成的有形無形的難堪或傷害…

請別放棄，請保留時間給耶穌，或許祂也想對你說說話。又或者，你願意就和耶穌待在一起，什麼都不做，靜默彼此陪伴。

我習慣在臥室，白牆上有 1971 年嫁妝的十字架和聖母。隨著工作外派移調他國，今已人事全非，退休在家。愛主事主不變初衷，因十字架依在，為生活之標桿。聖母似慈母慰心，她先幫我找來愛我的優秀青年；馬槽前的代禱，主賜下一乖巧優質孝順的女兒，直到今日我的優厚生活全由高薪的女兒供奉。聖母也看著我流淚當我失去雙親，又當我的夫婿生病、去逝的日子。是的，在 21 年沒有他們的日子，就在默觀、祈禱、行動中確保了我的信仰生活。為親朋好友祈禱會是我每日的功課，為敵視你、誤解你的人祈禱更要努力，求主保佑不讓撒旦潛襲而軟化頑強。

願大家在四旬期內，主內平安。

# In the Midst

April Dai

---

Oh Lord,  
I am in the valley searching for You.  
There You are in the midst,  
Help me to feel You.  
To know You are with me,  
To comfort me with Your arms.

Oh Lord,  
I am in the mountains searching for You.  
There You are in the midst,  
Help me to listen to You,  
To draw me near to You,  
To open my heart to receive You.

Oh Lord,  
I am in the city searching for You.  
There You are in the midst,  
Help me to see You,  
Among people I encounter,  
To do the will of Yours,  
To be more like You.

Oh Lord,  
I am in the darkness searching for You.  
There You are in the midst,  
You are the light in the darkness,  
Draw me near to you,  
Let me feel the warmth of light,  
Never fall apart from You.

Oh Lord,  
I am on the journey searching for You.  
There You are in the midst,  
Help me to receive You,  
Through the feast I attend,  
To experience You in me,  
and I in You.



《野聲》歡迎讀者們利用此平台分享文章，積極投稿，長度以 1000-2000 字為宜。野聲得做適當修改。

**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。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。

投稿請 email 至 [angelsvoiceaccount@gmail.com](mailto:angelsvoiceaccount@gmail.com)

本刊免費寄發歡迎索閱，請聯繫以上電郵地址。

### 野聲捐款謝啟

姚建國 & 朱敏宪 100 元

呂純蓉 200 元

羅大德 & 劉露兒 100 元

孟繁知 200 元

陳林喜美 10 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：主復活了！

時間：2018 年 3 月 31 日

地點：台灣台北市古亭

耶穌聖心堂

圖文：戴慕文



主復活了！古亭耶穌聖心堂是我在 2002 年復活節領洗的教堂。我在這座教堂上了三年的堅振班，也算是開啟我認識信仰的地方。多年來都有個疑問：為什麼教堂裡的耶穌不是在十字架上？為什麼十字架是在旁邊？直到這幾年我才知道原來教堂牆上是復活的耶穌，所以十字架是在旁邊。復活的主配上藍色的牆壁，總有一種說不出的平安和安定感。雖然現在回台灣時已再不住在教堂附近了，但都還是一定會到教堂去坐一坐，感受回家的感覺。