

# 成聖自己，聖化他人 Called to be Holy

—— 2013 加州天主教青年生活營心得分享 ——

李曉鳳

加州天主教青年生活營是每年在勞工節長週末，由南北加州的青年們輪流一起策劃和籌備的信仰生活營。青年們在這四天三夜裡，經由主講神師和特別來賓的講座，彌撒，讚美與敬拜，泰澤祈禱，大地遊戲，小組分享，早禱及晚禱等等，學習並堅固我們的信仰。今年的營地在北加 Menlo Park，屬於舊金山教區的避靜中心 Vallombrosa Center 舉行。避靜中心地方不大，但環境優美，還有一間自助式的書店。庭院中有一大片草地，還有兔子跳躍。聖堂內部是弧形的，所以泰澤祈禱時傳聲效果很棒。兩人一間的睡房也相當舒適。今年的主題是「成聖自己，聖化他人」。主講神師是來自德州的 Fr. Reuben，陳如濱神父。另外還有聖言會的修女 Sr. Jeanette 和我們一起探討主題。

## 主題教導

Fr. Reuben 第一個講座很明確的說明什麼是成聖，和為什麼我們都被召叫成聖。成聖就是做好自己！也就是說，要在生活中表現出我們最好的一面；以每個人獨特的方式去回應天主。我們都被召叫成聖是因為天主是聖的，而我們做為祂的選民，理所當然也是聖的。神父特別強調，領洗並不會讓我們馬上成聖，我們在人生道路上須要學習聖人的榜樣，參與彌撒聖祭，並多祈禱。當然，天主不會強迫我們成聖，祂賜給我們自由選擇的權力。我們選擇成聖是因為我們內心深處的渴望——渴望真理，渴望與天主接近。

神父在隨後的幾個講座分別講解祈禱的方式及困難，救恩史，禮儀，聖體聖事，和婚姻是怎樣的聖事。Fr. Reuben 提到我們的祈禱包括敬拜，懇求，代禱，感恩，及讚美。並教我們一個不易忘記的步驟：A.R.R.R——Acknowledge(確認), relate(涉及), receive(接受), respond(回應)。我們先要確認自己的心態，以最真誠的自我，表達我們的意願，聆聽天主在當下給予的指示，接受祂無限不變的愛，最後感謝並回應祂。教友祈禱時，常見的困難是懷疑方式是否正確，分心和找不到適當時間祈禱。其實最簡單的祈禱就是聖女小德蘭說的“Pray as you can” 隨時隨地都可以祈禱，只要和天父說話便可。神父也提醒我們，如果我們不騰出時間給天主，我們就永遠不會有時間給祂。Fr. Reuben 也用亞巴郎被天主召叫犧牲依撒格的故事，比對舊約裡獻祭的羔羊和新約耶穌是如何完成救恩史。彌撒聖祭是天上聖人和我們一起做最崇高的祈禱，所以參與彌撒千萬不要遲到，因為那樣會打斷和天主的交流。講到婚姻聖事時，籌備小組請了之前參加過生活營，已訂婚的一對青年分享他們感人的故事。

## 小組經驗

原本以為今年不會被邀請做小組組長，想不到在北上前三天被告知，因為有須要成立一組國語組，所以臨時又做了組長。我的組員除了一位今年是第一次參加，其他人都彼此認識。

再加上修女 Sr. Jeanette 輔導，小組討論時每人都很熱烈的分享。今年討論的話題包括祈禱生活，參與彌撒的態度，辦和解聖事的經驗，獨身或婚姻的聖召，當然還有最重要的，如何成聖自己，和聖化他人。小組分享有個角色扮演的環節，兩位組員一個扮演無信仰者，另一位扮演天主教徒試著把福音傳出去。沒真正試過還不知道原來用這種方式還真難！無論我說什麼，扮演無信仰者的組員一直用「我不信」回應我！討論中 Fr. Reuben 加入我們，他以刷牙做比喻。他說，我們對信仰都有一定程度的認識，就像每天刷牙那樣熟悉。但是如果要教別人如何刷牙，便需要仔細的描述每個步驟。傳福音也一樣。他的話讓我在那些天反覆思考，生活營結束前填寫評語時，我便建議明年的主題是有關福傳方面的。

跟以往不一樣的，這次生活營小組討論時有不少靜默時間！每位組員分到一段聖言默想。我拿到的是斐理伯書第四章 4-9 節，我原本就很喜歡斐四 6「你們什麼也不要掛慮，只在一切事上，以懇求和祈禱，懷著感謝之心，向天主呈上你們的請求」。天主知道我是個很容易緊張和擔心的人，祂又再次的用這句聖經提醒我，凡事都在祂的掌握裡，而我只需要依賴、信任和跟隨祂。很難得 Sr. Jeanette 也為青年們做個別談話，因為有很多人等，所以我只提出兩個關於靈修和分辨的問題。修女耐心聽我的疑問後，很詳細解釋、回答，並建議我繼續寫靈修日記。

### 祈禱恩寵

除了團體活動，我也特別花了一些時間做個人的祈禱。早上六點四十五分早禱前，我在寧靜的聖堂裡默禱，單獨和耶穌相遇，並讓耶穌擁抱我，給我勇氣去面對新的一天的挑戰。那種感覺實在太棒了！另外，有機會連續三天在彌撒中事奉做輔祭，也讓我感謝天主的特別恩寵。

今年的泰澤祈禱令我深深地感動。在入營前兩星期，總策劃及指揮者 Mosa 寄電郵邀請樂手及歌手。當我看到名單時，除了很开心被邀請，也遲疑了一陣子，因為感覺大家都是很棒音樂家。當然，我最後還是答應了。入營前幾天收到歌譜後便每晚努力練習。除了兩首沒唱過的，其他的女低音部我都有把握可以唱。到入營前一天，還是沒辦法把那兩首歌女低音部唱好，我開始緊張了。和朋友 Mary 在網上聊天分享時，她叫我把歌譜拍照經電郵寄給她，她會幫我錄一段示範教學影片！就是這樣，我把最沒把握的歌在一天內學會了。開車北上時，和來自聖湯瑪斯天主堂的女高音 Anne 和男高音 Shawn 也試著一起練唱。我最大的問題是獨自唱就可以，可是分部合唱時就唱成女高音的部分。唱到後來，我發現我練唱的方向錯了！我只注意自己的歌唱，而沒有把耶穌邀請一起，我忘記了泰澤祈禱最重要的不是歌唱表演，而是藉著不停重復的唱短誦，讓我的心和耶穌親近，及把我的祈禱獻給天父。我相信 Mosa 很明白這點，因為我從未試過在生活營有這樣輕鬆的練唱經驗。我們只在星期六晚上的活動結束後很快的把每首歌唱一次，以及在星期日泰澤祈禱前一個小時再練習一次。在我們唱著 O Salutaris Hostia 和神父捧著聖體光進入聖堂後，便正式開始泰澤祈禱。在歌聲中我以輕鬆和感恩的心情把我的祈禱獻給天主。今年沒有互相代禱的部份，但有很長的時間靜默。我們歌手和樂手都紛紛離開自己的座位，坐到聖體光前祈禱。有一段時間，我盯著燭火，什麼都不想，享受和耶穌同在的寧靜時刻。泰澤祈禱最高潮是結束前的聖體降福。大家分兩排跪著，迎接耶穌從我們中間經過。當神父捧著聖體光

從我們面前走過時，大家都伸手觸摸神父的祭披，似乎像福音裡那個患血漏婦人觸摸耶穌衣服那樣想要被治癒。我和其他歌手排在隊伍最後面，看著聖體光越來越近，在暗淡的燭火中，彷彿回到兩千年前的加里肋亞，我就在那裡目睹耶穌從我面前走過。在生活營結束一個星期後，當我回想這一幕時，我的心還是在顫抖！

### 特別信箱

生活營另一特色是每個人都有一個信箱。其實是把寫著每個人名字午餐紙袋貼在一面牆上。這些信箱的目的地是讓大家互相留字條給新舊朋友。通常在生活營結束前一個晚上，許多人都會在深夜時段拿著一大疊紙，一邊聊天，一邊寫。今年我收到一些令我特別窩心及感動的留言。和我一起輔祭星期天彌撒的新朋友說我對信仰熱愛及認識，鼓舞和啟發她正確的方向去認識我們的信仰。我覺得當時運氣蠻好，在大地遊戲有關聖人的問答題，剛好是我會的。而且，我有不少輔祭香爐經驗，在彌撒開始前，可以幫助拿香爐的輔祭，練習正確位置和動作。令我意外的是居然有幾位說我的笑容把陽光帶給他們。認識我的朋友都知道我是個很容易緊張的人，或許在生活營裡可以把心情放鬆，才在不知不覺中露出較多笑容。有位朋友說喜歡我像孩子般的心靈活出的信仰。我也要感謝提醒我要更有信心的朋友。在回程車子裡和聖湯瑪斯天主堂的朋友們分享我的感想提到，平時我會被身邊的人某些行為感動，但沒想到自己居然也可以感動別人。或許，這就是向「成聖自己，聖化他人」的道路邁進的一種方式。

### 臨別贈言

星期一早上派遣彌撒結束後神父邀請青年們上前分享這次生活營的體驗。當時我猶豫許久還是膽怯在大家面前說出我的心聲。我覺得成聖不只是要在生活中表現出我們最好的一面，還要離開我感到舒適的環境，去接受天主給我的挑戰，不要害怕去改變，活出福音，並且把福音在生活中傳出去。今年是我第九次參加加州天主教青年生活營。自 2005 開始，我被召喚去完成一些之前完全沒想到過的不可能任務；聖體員，讀經員，帶領青年讀經，還和其他青年一起在慕道班做分享及教他們唱彌撒歌唱。沒有音樂細胞的我居然還兩次被邀請參加生活營泰澤祈禱時的歌手。我相信天主一直會召叫我做更多美好的事奉。

Fr. Reuben 在星期一派遣彌撒時說到我們都不想讓生活營結束，都想永遠留在這美好的時光裡。但是，我們都被召叫去傳揚福音，去成聖自己，聖化他人。讓我們用天主召叫我們的方式去成聖，並且不要忘記彼此代禱。

### 後記

生活營結束快一星期了。今天早上參與主日彌撒時，我想起所有生活營的青年。上個主日，我們一起在避靜中心的聖堂參與聖祭。我想起天主如何用不同方式感動我們，我想起大家放在我的信箱內的字條，那些鼓勵，讓我感動的話語，我也想起大家告別前拍那些搞笑照片時是多麼喜悅。奉獻酒餅時我們唱「主今日接觸我」時，我的眼睛開始濕了。

生活營後，我們回到原來的生活。我們忙著應付每天不同的任務，面臨各種挑戰和掙扎，以及回到我們自己本堂參與主日彌撒。但是，當我想到雖然我們在不同的地方參與聖祭，

卻能同時一起祈禱時，內心感到歡樂和安慰。或許我們要到明年才會再次相見，也或許以後再也沒有機會見面，但是只要我們會一起為彼此祈禱，我們在主內仍是一起的。這共融的感覺讓我得到喜悅。

願天主降福及保佑每一位參加 2013 加州天主教青年生活營的朋友所走的每一步人生道路。

(洛杉磯蒙特利公園市 聖湯瑪斯天主堂)