

Angels' Voice

Chinese Catholic Monthly Newsletter No. 391, Dec. 2025

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

十二月號



391

December 2025



本期目錄

晉鐸週年感言	同衛峰神父	02
困難就像人生的指南針	小薩	05
充滿愛和期待，迎接耶穌來臨	編輯組	08
聖母瑪利亞終身童貞的啟示	編輯組	09
當你對天主說「是」	孫曉群修女 編輯組譯	12
在服務中成長	張磊	15
我的八彩餐盤	瑪爾大	18
相信自己，還是相信耶穌	王敏靜	19
意外	伍美美	22
憶友梅	Carefully	25
Do not let technology use you	Vatican News	27
封面故事：聖誕夜燃著紅光的小鳥	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：華人協進會會長：岳德帆 (626) 905-7929

彌撒時間：每主日下午 3:30

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

主日證道網上重播：<https://catholicchinese.org>

首頁點選「堂區視頻」

天主教羅蘭崗華人教友團體發行

指導司鐸：同衛峰神父

輪值編輯：陶秀雲

編 審：蘇 闊

策 劃：孫愛珠

聯 絡：孫小艾

封面編輯：李芳宇、朱正暉

寄 發：戴慕文、岳德帆

印 刷：陳建宇（異象印刷 Edinger Printing）

晉鐸週年感言

同衛峰神父

~~~~~  
各位主內親愛的弟兄姊妹，大家好！

光陰似箭，11月28日是我晉升司鐸一週年的日子！我很感恩在過去這一年中，我的父母、各位親人、朋友、堂區一起服務的教友，以及幫助我的神父們。我的心中充滿了感恩與感動。回想起這一年來的點點滴滴，真的是有太多的故事，太多的體會。今天，我想和大家分享一些我的感想，也藉此機會，感謝大家在這一年裡對我的支持、祈禱和陪伴。

一週年，時間過得真快。剛剛晉鐸的時候，我還記得自己有很多的緊張和不安。畢竟，從修士、執事轉變成司鐸，責任和使命都變得非常重大。那時候，自己也常常會想，能不能做得好？能不能服務大家？但是，感謝天主聖神的引領與光照。隨著時間的推移，我發現自己並不是一個人走在這條路。教會、大家的祈禱，還有天主無盡的恩典，都讓我一步步走過來。

這一年，我遇到了很多的挑戰，也經歷了許多的喜悅。每一次彌撒、每一次告解、每一次傅油聖事、每一次的葬禮、每一次與教友們的交流，都是對我信仰的一次加深。我學會了更多的傾聽，學會了用心去關懷每一位教友和需要的人，也更加深刻地體驗到，作為一名司鐸，真正的使命就是「服務所有人」。

在這一年裡，最讓我感動的，是看到了大家對教會的堅持與愛。每一次聚會，無論多忙、多累，大家的臉上都洋溢著對天主的愛。身為新司鐸，能夠在大家的生命中發揮一點點作用，感到無比的榮幸和幸福。看到教友們的成長與改變，真的讓我深感自己的責任和使命更重要。

當然，這一年也不總是順利的。我也有過迷茫，曾經覺得自己做得不夠好，甚至有時候會感到疲憊和力不從心。但每當我回到禱告的時光，去尋求天主的安慰和引導時，我又找回了力量。天主的愛就像那溫暖的陽光，無時無刻都在照耀我，給我力量。

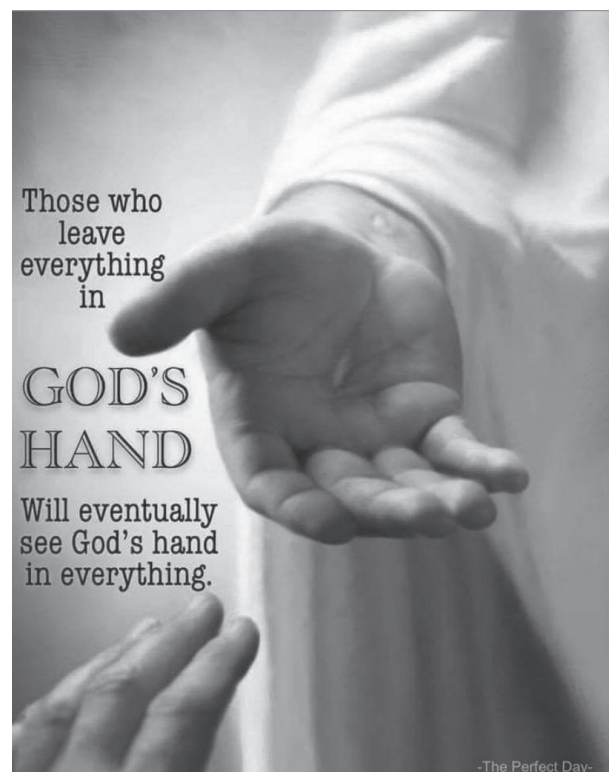
所以，今天我想對大家說一聲「感謝」。感謝你們的信任，感謝你們的支持，也感謝你們的祈禱。你們的每一份愛，都是我繼續前進的動力。希望我們在未來的日子裡，能夠一起攜手同行，在信仰的道路上不斷成長、不斷前進、攜手共進，追隨基督的步伐。願天主祝福大家，願祂的平安與喜樂常伴隨我們每一個人。

最後，我要特別感謝我的家人、我的朋友、主教及所有的神父和修女們，感謝你們一直以來的幫助和陪伴。你們的鼓勵和支持，是我走得更遠的動力。我想對每一位在我生命中出現的人說一聲感謝。感謝你們的陪伴，感謝你們的祈禱，也感謝你們的信任。是你們讓我的使命更有意義，是你們讓我更深刻地體會「為愛而活」的真正意義。

感謝天主，感謝大家！願我們每個人都在天主的愛中，繼續走向光明，走向未來。

我願意用我的生命去生活主耶穌的教導；「你們要去使萬民成為門徒，因父及子及聖神之名給他們授洗，教訓他們遵守我吩咐你們的一切。看！我同你們天天在一起，直到今世的終結。」（瑪二十八 19-20）

願天主祝福大家！請大家繼續為我祈禱，我也會在每天的祈禱中紀念大家！



# 困難就像人生的指南針

小薩

~~~~~  
在我認識天主之前，我理想中的幸福人生，就是沒有任何困難的人生。那個時候我為了追求所謂的幸福和成功，就致力於消滅生活中的一個一個困難，達到一個又一個的高度——完成學業、讀博士、努力工作……等等。

當我讀完博士的時候，就想，這麼難的學位我都讀下來了，拿到了，那我後面的人生應該一帆風順沒有任何煩惱了吧？拿到了綠卡以後，我又想，作為一代移民，在美國解決了身份問題，那後面應該沒有任何困難了吧？

後來我發現了一個事實：困難是永遠解決不完的。我們今天解決了一個困難，明天又會有新的困難，困難是永遠都不會消失的。

當年在東岸生活的時候，曾經接觸過當地的教會。在那裡認識的一個朋友和我說，你可以不信仰耶穌基督，但是我建議你嘗試去禱告。我記住了這句話。

生活中困難的時刻是很多的，人總是有絕望痛苦的時候。有一天，我就獨自一人在房間做了一個禱告。那應該算是我人生中第一次真正意義上的禱告。那次和心中的上主說完心裡的痛苦和願望，真的好受了很多。從那之後我就養成了這個小習慣，當遇到什麼事，我就禱告一下。

那個時候我並不是基督徒，還不認識天主。我的禱告都是很功利性的。有一件事我印象很深刻：碩士答辯那一天，我非常緊張。出門前我就做了一個禱告，我說，上主如果祢真的存在，請幫助我順利度過這一天。

從我住的地方到學校，路上有若干紅綠燈路口。那條路我走了三年。我平時步行去學校的時候，從來沒有所有路口都是綠燈的情況，那天非常神奇，一路綠燈。這是從來都沒有出現過的情況。那天我到學校之後，感到渾身舒暢，我明白這一天一定會非常的順利。結果也確實如此。那件事給我的印象非常深刻，從此我明白了，天主是在以某種方式守護著我們的。

但是，走過生活中的困難，緩解遇到困難時候的痛苦心情——這些並沒有讓我真正的走入信仰。我的信仰之路取得質的飛躍是搬來灣區，認識了SJCCM的Epiphany團體的朋友之後。

我是2018年搬來灣區的，2019年10月份生了孩子，成為新手媽媽。2020年初新冠疫情就開始了。那對每個人都是非常艱難的時刻——我們要工作，帶孩子，同時每天都會擔憂病毒對我們尤其是小孩的影響。我自2020年3月開始參加Epiphany查經班，從最開始的禮貌性參加，到後來，每週一次的查經和學習討論聖經成了我最期待的事情。這是每周高壓的生活後，身心最放鬆和被治癒的時刻。

這個過程是很自然的。在如此混亂的時期，聖經裡的話語讓我感到力量。當我們反反覆覆地去面對與思考這個世界

，其實真的沒有其他的答案，天主就是唯一的答案，是唯一的出路。我很慶幸，在2020年就找到了這個答案。

在認識信仰之前，我們是看不到天主的，我們只能看到眼前的生活和生活中的各種困難；當我們走入了信仰，才發現，哦，天主一直在我們身後，從此就變成了我們和天主肩並肩一起去面對困難。困難顯然會越來越多，越來越大。但只要天主在，一切都會很平安的。

其實困難是個好事情。人在開心的時候，常常是想不起來天主的，只有在遇到困難的時候才會想起祂。跨過一個一個人生的困難時刻，也是我和天主的聯繫越來越緊密的過程。

我覺得「困難」就像我們在這個世界上的地圖和指南針，走過困難，我們的靈魂就會得到一次又一次洗滌和昇華。沒有困難的時候，大約也說明我們在這個世界的旅途也快要結束了，該真正的回到天主身邊了。

這個世界上有麥子，也有莠子。莠子是不可能消除的，困難也是不可能消除的。我們要做的就是好好做一粒麥子，聽天主的話。只要有天主在，就是沒有問題的！（SJCCM來稿）



充滿愛和期待，迎接耶穌來臨

編輯組

~~~~~  
將臨期的主題之一是醒悟，我們應該如何理解它呢？耶穌用一個比喻來說明這一點。一位將要回來的主人，以及等候他的僕人（參閱 谷十三 34）。聖經中的僕人是主人「信任的人」，他們之間經常存在著合作和感情的關係。例如，梅瑟被定義為天主的僕人（參閱 戶十二 7）。甚至瑪利亞也說自己：「看，上主的婢女」（路一 38）。這樣看來，僕人們的醒悟，並不是害怕，乃是盼望，等候迎接將要到來的主。當祂回來時，讓祂看到一個溫馨而有序的家，他們很高興見到祂，期待著祂的來臨，為他們所屬的整個大家庭帶來一場盛宴。每一天，祂在聖體聖事中，在聖言中，在我們的兄弟姐妹中，特別是在那些最需要關懷的人身上，與我們相遇。

因此，讓我們精心準備心靈之家，使其井然有序，熱情好客。事實上，保持警醒就是讓心靈時刻做好準備。我們用祈禱來歡迎祂，並用愛來接待祂，這兩種準備，可以使祂感到舒適。

將臨期一個很好的計劃：與每一個需要我們的兄弟姐妹相遇，與他們分享我們所能分享的：傾聽、時間。我們如何預備一顆迎接主的心？我們可以通過尋求祂的寬恕，祂的話語，祂的餐桌，找到祈禱的空間。讓我們培養對天主的期待，不讓自己被許多無意義的事情分心，也不總抱怨，而是保持我們的心警醒，渴望祂，醒悟並準備好，迫不及待地迎接祂。（摘自亞洲真理電台-教宗方濟各 2023 年將臨期第一主日講道）

# 聖母瑪利亞終身童貞的啟示

編輯組

瑪竇福音第一章 23 節引用了依撒意亞先知的話，「看，一位貞女，將懷孕生子，人將稱他的名字為厄瑪奴耳，意思是：天主與我們同在。」聖經學家一般都認為，依撒意亞先知和瑪竇所說的貞女或童貞女就是聖母瑪利亞。

為證明瑪利亞的童貞，她在領報時與天使的對話非常重要。路加福音第一章 34-35 節瑪利亞說：「這事怎能成就？因為我不認識男人。」天使答覆她說：「聖神要臨於你，至高者的能力要庇蔭你，因此，那要誕生的聖者，將稱為天主的兒子。」由這兩節經文可以看出，耶穌的誕生是聖神的能力，不是由人的關係而生。瑪利亞所說的「不認識男人」是指她未和男人有婚姻關係。

## 心的貞潔

對以色列人來說，「貞女」代表著一個人能夠全心全靈全意全力地愛天主，這種心態才是最重要的。一個未結婚、未跟人有性關係的女子，固然在生理上是個貞女，但這卻不是聖經上最重視的一點，聖經重視人心靈上的貞潔。耶穌在山中聖訓中說，舊約叫人不可奸淫，但耶穌卻說，基督徒不應只是不做這些而已，祂指出，誰若注視婦女，有意貪戀她的，就已經在心裡奸淫了她。耶穌要求的是人們心裡的貞潔（參閱瑪五 27-28），這就是「童貞」一詞最主要的意義。教會所講的「童貞」，也是這個意思，並不只是暗示

生理上的童貞，最重要的是一種完全投入的純真的態度，一種專心事主的態度。（參閱格前七 34）

## 終身童貞的意義

為證明瑪利亞的童貞，路加福音第一章記載天使說她要生下「至高者的兒子」時，瑪利亞說：「我不認識男人。」按照希臘文這句話是現在式（編註：在神學的語境中，可以用來描述一個永恆的、永遠存在的狀態），表示聖母懷胎之前是童貞，並且「時時刻刻都是如此」，所以它是說聖母時刻都是、永遠都是童貞。雖然瑪利亞不明白「童貞」的她，怎樣又能成為「母親」，但她知道這是天主的旨意，便以一句「願你的話成就於我吧！」承行了天主的旨意。在這件事上，顯出聖母偌大的信德。「終身童貞」則說出聖母沒為自己選擇童貞與否，她一生所選擇、所尋求的只是「天主的旨意」，天主要她怎樣做，她就怎樣做，她將自己整個人放在天主手裡，隨天主安排。「一生專務尋找天主的旨意」就是聖母「終身童貞」最深的意義。每個基督徒都應當有這份「童貞」。

為什麼天主不要一個人世間的生身父親呢？當代大神學家拉納神父認為：「聖子降生，不要經由人世間的生身父親，主要是啟示天主子降生這個恩寵，完全是由上而來，是無價的恩賜，是人無法預料，也沒有能力準備的，甚至世間最珍貴的婚姻之愛，也無法邀得和準備聖子降生的條件。天主把自己贈送給人，這個恩惠是人做夢也想不到，也不能預備的。所以，聖母童貞生子要啟示的是：天主降生成人這件事，不能靠人間最珍貴的婚姻之愛，而只能靠天主自由的恩賜。」

在聖子降生這個過程中，若瑟只是耶穌的鞠養父，聖母因聖神在信仰中懷孕，相信這個孩子是天主的工程，唯一支持她的就是她的信德，所以她是在信德中誕生聖子，承擔起母親的責任。「終身童貞」指出聖母是單靠天主的力量將聖子帶到人間，她不是靠人間任何的力量，甚至不是靠人間愛情的力量來完成她的使命，因此聖母也是個百分之百「信德的母親」。

「終身童貞」不僅是成就天主的旨意，它另一個意思就是單靠天主。在「終身童貞」所顯示的信德的力量，對每一個信徒都是很重要、很大的啟發。（摘自《天主教學術論壇》）



梵蒂岡新聞網-教理講授。每週六 15 分鐘新聞後接著是 15 分鐘的成人教理。2025.11.15 第一講。  
<http://www.vaticannews.cn/zh/podcast/daily-chinese-news.html>

## 當你對天主說「是」

孫曉群修女  
編輯組譯

對天主說「是」的時候會發生什麼呢？瑪利亞的「Fiat——願祢的旨意成就」是對天主說「是」，這使耶穌得以在她腹中孕育，祂是「厄瑪奴耳」——天主與我們同在。耶穌在革責瑪尼莊園向天主說「是」：「父啊！……不要隨我的意願，惟照你的意願成就罷！」（路二十二42）祂的「是」將全人類從罪惡的死亡中救贖出來。第二次世界大戰期間在匈牙利，18歲的Ida Peterfy——愛德彼德菲，向天主說「是」：許下貞潔、貧窮和服從的誓願，將她的一生獻給天主；促成一個修會團體的誕生，就是我們的「耶穌聖心修女會」，愛德修女是我們的會祖。透過這個修會的教理講授，使無數的兒童、成人和家庭體驗到與天主獨一無二的愛。這樣一個簡單的答覆「是」，帶來的是對天主深厚的信仰和信賴，並產生了它舉足輕重的巨大影響。

天主能用我的「是」做什麼呢？大約九年前，當我鼓足勇氣，決定加入耶穌聖心修女會時，我對天主說了「是」。雖然這裡面會有所犧牲，但這個意願終究不是為了我自己，而一直都是為了愛天主，為了祂對我的期許，為了祂想在我身上成就一切美好的事。這些年下來，我所有的犧牲遠遠不能與耶穌在十字架上為我所做的犧牲相提並論，也不能與在我獻給祂的歲月裡，所領受的豐盛的平安和喜樂相比。天主一直不斷慷慨地以超過我能想像的方式恩賜我。透

過祂的仁慈，祂讓我的「是」為教會的未來帶來希望。祂讓我的「是」去激勵其他人跟隨祂，回應祂的召叫，完全歸屬於祂並為教會服務。

2025年3月22日，我在南加州庫卡蒙加牧場市的聖心堂宣發了終身誓願，向天主永遠地說了「是，我願意」。從開始準備一直到發終身願的那天，每一天都像在夢境中般地愉悅。但最棒的是，我的美夢成真了！從此，我是祂的新娘，我永遠地屬於祂，沒有什麼能比這個事實更美好的了！我一遍又一遍地對自己說：天主真好！如果沒有天主豐沛的恩典，沒有我修會的姐妹、家人和朋友們不斷地祈禱、支持和鼓勵，我不可能走到今天。在紀念我發終身願的小聖卡上，我選的經句是在我第一次讀到這段章節時，天主就將它深印在我的心裡縈繞至今：

因為天主的一切恩許，在他內都成了「是」，為此也藉着他，我們纔答應「阿們」，使光榮藉我們歸於天主。（格後一20）

祂用這些話告訴我們，我們有一個永遠忠於許諾的天主，這個許諾，藉著耶穌在革責瑪尼莊園、在十字架上，以及在祂生命中的每一刻向天主說了「是」而實現。更奇妙的是，我的「是」能夠呼應祂的「是」，並且每當我說「阿們」時，我的「是」就更加堅定。這正是我渴望的生活——**透過每天的「是」來讚美天主**，這源自於我對祂深深的信靠，以及祂一次又一次向我彰顯的無限的愛與憐憫。這也是我為每一位正在閱讀此文的人所做的禱告。

天主能用你的「是」做什麼呢？

願光榮歸於天主，他能照他在我們身上所發揮的德能，成就一切，遠超我們所求所想的。願他在教會內並在基督耶穌內，獲享光榮，至於萬世萬代！阿們。（弗三20-21）

（本文譯自《野聲》385期英文稿）

### 將臨期(17-23日)七大對經 以不同的稱號表達人類對救主的期待

- 啊！智慧！你由至高者口中發出，無微不至，剛柔並用，治理萬物。求你快來，教導我們智慧之路。
- 啊！上主，以色列的首領，你在荊棘的火焰中顯現給梅瑟，又在西乃山上頒布十誡。求你快來，伸出援手救贖我們。
- 啊！葉瑟的苗裔，你是萬民的旗幟；在你面前，列王都啞口無言，萬民都驚奇不已。求你快來，拯救我們不要再遲延了。
- 啊！達味的鑰匙，你是以色列的權杖，你開了，無人能關；你關了，無人能開。求你快來，救拔那坐在黑暗和死影下的人，解放受壓迫的人民。
- 啊！東方的旭日，你是永恆光明的光輝，正義的太陽。求你快來，光照那坐在黑暗和死影下的人民。
- 啊！萬民的君王，你是眾百姓的希望，使雙方合而為一的角石。求你快來，拯救你用泥土造成的人類吧！
- 啊！厄瑪奴耳，我們的君王和立法者，列邦的期望，萬民的救主，我們的天主。求你快來，救贖我們。  
（更多內容請查看 <https://xinde.org/show/23045>）

## 在服務中成長

張磊

~~~~~  
2020年3月份 Covid 19 新冠疫情爆發，情況嚴重，沒有藥物和疫苗，口罩也短缺，醫院人滿為患。政府下令封閉隔離，政府、學校、餐廳、公司等到處關閉，連教堂也一樣。

但是我們的信仰不會因封閉而停滯。為了照顧信友們參與彌撒的需求，蘇崑勇神父帶領幾位教友在教堂錄製主日彌撒的視頻，之後上傳到網上供教友們遠程參與彌撒、神領聖體。

7月份的時候，政府允許戶外集會，但是都要戴口罩並保持距離。教堂在辦公室前的小廣場搭建了臨時帳篷，供教友們參與彌撒。蔣傑璋兄邀請我幫忙錄影直播，我欣然接受，跟著他和曉明兄邊學邊做。我不是很擅長這方面的操作，有時網路也不好，會造成錄影中斷甚至沒有保存等問題。出問題時，我感覺壓力特別大，在網路等待直播的兄弟姐妹們要失望了，沒法完整參與彌撒的過程。我也曾想退卻，讓蔣兄找更擅長的人來操作。可是疫情期間，很多人都居家辦公，不願外出，找不到別的人，我只能硬著頭皮盡力去做。也在心裡默默祈求天主給我相應的才能，做好服事的工作。

2021年1月底的時候，我們終於回到了教堂舉行彌撒，但是疫情依然嚴重，進堂望彌撒的教友不多，特別是年長的教友更是不便出門。為了服務廣大的教友，我們需要繼續直播，為此蔣兄又邀請了黃文慶兄加入幫忙，成立了直播

組。我們需要在彌撒前半小時布線，設置並調試直播器材。

教堂回音很大，神父和讀經員們都帶著口罩，聲音效果很差，教友們聽不清楚。通過跟大堂直播組取經，我們增加了混音器，以便更好地收取麥克風的聲音，遮罩掉其他雜音。

5月份的時候我們又把直播系統從單個攝像機鏡頭升級成3個鏡頭，增加了彌撒直播插頁及經文插頁等。感謝芳宇兄和正暉兄等的精心設計，使我們的直播畫面美化了不少。但是由於要連接3個鏡頭，設置方面複雜了一些，搞不好聲音就走了鏡頭的麥克風，而不是從混音器進來。經過了一段時間的實習，才逐漸把聲音設置好，但之後也出現過多次聲音出問題的時候。由於半路出家，邊學邊賣，學藝不精，經常出問題，要麼網路斷線，要麼聲音出不來。為此神父也很著急，找我們直播組開了好幾次會，希望能徹底解決這個問題。後來有幸請到趙勇兄加入直播組，負責直播的工作。他有做視頻的經驗，接手以後直播質量明顯提高，很少出現聲音不清的問題。做事還是要靠專業的！

現在回頭看每一台彌撒的錄影，神父親切的話語，聖詠團優美的歌聲，讀經員充滿感情的讀經，輔祭們認真的表情.....一切都是那麼的親切。有些禮儀細節記不清時，大家還可以找出過去的錄影參考。不管觀看的人多或少，我們都沒有懈怠，而是用心地做好每一台彌撒的直播，哪怕只有一個教友受益，我們的付出就是值得的。

疫情開始的時候，我們是否也懷疑過天主？祂不是愛我們每一個人嗎？為何降下如此恐怖的疫情？祂真的忍心帶走

那麼多人的生命嗎？不知不覺三年多的時間一轉而過。雖然疫情結束了，我們的直播還在繼續。希望更多的人看到我們的團體，藉此去傳播福音。

去年受神父邀請幫忙慕道班，雖然很忙，我也毫不猶豫地向上主說「是」。有時我們看不清天主的計劃，但是我們堅信，天主是愛我們的，祂給我們的一定是最好的安排。向上主說「是」，走祂指給我們的道路，做祂手中有用的工具，愛祂在萬有之上，祂必會給我們豐盛的生命和永遠的救恩。



我的八彩餐盤

瑪爾大

~~~~~

今天我帶著五歲的孩子去市場採買。近日，他看到一張圖片，五彩繽紛的各色食物，放置在一個餐盤上，好漂亮啊！這個彩虹餐盤的畫面印在他腦海中，他要把腦中的印象實現在他的餐桌上。那顆雀躍的童心感染了我。今天的採買是有目標的，不像平常的例行公事。我決定由他來主導這次採買，他想買什麼就買什麼，這是他的主意呀。他有這麼好的構想，當然要成全他！他口中念著我教給他的彩虹七色：紅橙黃綠藍靛紫，不停地背誦著。他說「紅色買蕃茄、橙色是胡蘿蔔、黃色要放玉米、綠色我要買花椰菜、藍色是藍莓。我不知道靛是什麼顏色？紫色是茄子。」我們來到這些食材前，挑選了一些放進籃中。望著五顏六色的蔬果，他突然說沒有黑色和白色！於是我們又去選了白色的蘑菇和黑色的木耳。看著要買的東西齊備了，他開心的拍手說「好啦好啦，我要回家了。」

回到家，清洗了這些蔬果，拿出他喜愛的餐具，用心地把蔬果一一排列整齊。當心中的圖像慢慢呈現出來時，我們的眼睛閃著心喜的亮光，他心滿意足的笑了。此刻，我想到聖經的話語，聖神的九個果實：仁愛、喜樂、平安、忍耐、良善、溫和、忠信、柔和、節制。也可以視他們為餐盤中的一個個元素呀。既然喜歡這九個果實，就把他們一點一點地收集在生活中！果實或許不是粒粒飽滿圓潤，但是，那又何妨？就像八彩餐盤裡缺了一個「靛」。生活中有歡樂有滿足有殘缺，才真實啊。尤其，當那個時刻來到，我把這個生命果盤呈獻給主，但願能討得祂的歡心。（SJCCM 來稿）

# 相信自己，還是相信耶穌

王敏靜

~~~~~  
今天被一位弟兄的話感動……

耶穌從沒說過「跟隨你的心」，祂說的是「跟隨我」。因為「人心比萬物都詭詐，誰能明白？」（參考：耶十七 9）人們普遍認為「要跟隨自己的感受」，但耶穌從未這樣教導。祂說：「誰若願意跟隨我，該棄絕自己，天天背著自己的十字架跟隨我」（路九 23）。世界告訴我們要相信自己，但耶穌沒有這麼說。祂說：「我就是道路、真理、生命，除非經過我，誰也不能到父那裡去」（若十四 6）。真正的信心不是相信自己，而是相信耶穌基督。

我很感謝他說出了我的心聲。最近這段時間，我感到非常放鬆，因為學業已經完成，也順利找到了新工作。那天晚上，我突然意識到自己好像沒有什麼好煩惱的，內心充滿了一種「塵埃落定」的平安。有幾個夜晚，我都在心裡喜樂感恩，感謝天主的安排。未來的路我雖然不知道會怎樣，但我充滿信心，因為我知道天主會一直伴隨我。信仰是一種經驗——一路走來倚靠祂，就會發現祂從不離棄。雖然我無法預知未來，但我知道天父一直走在我前面。因為我是祂的孩子，是祂的作品，我將來的一切都要為祂作見證。

家和萬事興，家庭和睦是安心工作學習的前提。回首過去，我很慶幸沒有跟隨自己的心。我的心時而堅忍，時而脆弱，時而溫柔，時而蠻橫。這也是我在家庭中多變的樣子。

我和先生都是天主教徒，在天主的見證下成為一家人。感謝主的教導，我們很蒙福。雖然時有爭吵，但從未偏離主的軌道。外面的世界充滿狡詐與誘惑，一不小心就在脆弱時攻擊家庭關係。但只要我們心中有主，耶穌基督就永遠是我們的守護者，守護我們的家庭與靈魂。世俗誘惑與魔鬼最終都會被擋在門外，灰溜溜地離去。

我一直想與身邊年輕的家人和朋友分享：耶穌基督在婚姻中有多重要。我們的心會欺騙我們，尤其是在關係脆弱的時候。如果只跟隨自己的心，順從一時的感受，往往會導致家庭破碎，對自己、對身邊的人，尤其是對下一代造成無法彌補的傷害。而且，這種感受本身虛幻多變，難以捉摸。私慾和感受就像毒品般蔓延，導致社會上出現許多單親家庭和重組家庭，也讓許多孩子在缺乏愛的環境中成長。這些孩子可能面臨學習、社交，甚至心靈上的各種問題。

耶穌曾應許我們：「在世上你們要受苦，但你們放心，我已經勝了世界」（若十六 33）。有時我只要忍一忍、不說話，先生和孩子反而會主動緩和氣氛。我常常在那一刻心裡對主說：謝謝祢。因為只要我們稍微努力、稍微轉向，耶穌就已經在身邊。在主耶穌裡，沒有過不去的坎，祂會帶領我們跨越深淵。我們所需要的，就是信靠。

耶穌說：「我就是道路、真理、生命」（若十四 6）。跟隨祂，我們學會不再執著於得理不饒人，而是安靜下來，看看是不是自己眼中有樑木（瑪七 3）。我想起耶穌電影中的一個場景：一個外邦人朝耶穌吐口水，若望氣憤地想去打他，耶穌連忙阻止他說：「你覺得你一定比他更好嗎？」這

句話讓我很震撼。我們常以為自己比別人好，其實只是心裡氣不過。經上也說：「有涵養的人，勝於勇士；克服自己的人，勝於克城的人。」（箴十六 32）

如何捨己，如何否定自己，才能真正跟隨耶穌基督？如果我們願意放慢腳步，多一點耐心，多一些聆聽，就會發現事情往往不是自己想的那樣。這或許是我中年後最大的領悟——經上所說的，真是生活中能被驗證的真理。聖經教導我們：「每人都該敏於聽教，遲於發言，遲於動怒」（雅一 19）。願主的真理改變千千萬萬的家庭，願基督徒都能幫忙傳揚祂的真理。讓我們一同活在祂永恆的喜樂和平安裡！（北加來稿）



意外

伍美美

~~~~~  
今年 7 月底為了做一系列健康檢查，匆匆回到台北，在台北看醫生太方便了，人還在美國便能上網預約各科醫師，回到台北的第 2 天帶着美國的醫療資料馬上去看熟識的心臟科醫生。醫生幫我安排了心臟功能與心肌斷層灌注掃描，另又安排住院半天做心導管檢查。

那天一早空腹趕去醫院先驗血，排隊輪到我時，一看是位年輕的男護士，心想一定是個新手，心裡有點不安。我趕忙對他說，我的血不容易抽，他只是看了我一眼。我心想不妙，他好像不怎麼關心病人或是缺乏經驗。以往經我這麼一說，驗血人員一定會在我兩隻手臂上東拍西拍的，找到血管才下針；若我傻乎乎地什麼都不說，讓醫護人員東一針西一針，要好幾回才抽成，每次抽血把我整得痛死了，後來我便學會先告知免得多受苦。

男護士什麼預備動作都省略，抓起我的手來直接插針，果不其然，左手不成換右手，幾番折騰後他無奈地對我說，還是要換手抽。我馬上請他找別的護士來協助，也不管他高不高興。他滿臉焦急地找旁邊的女護士來幫忙，有經驗的還是大不相同。

接下來的檢查，護士又開始要在手上插針注射藥水，我原話再說一遍，護士很細心地慢慢來，在我上半身放了心電圖，兩個小腿也綁了些儀器，過程中有醫生利用遠端電腦讀數據，護士在我旁邊及機器旁來回監看著，整個過程算

是順利。下午還得重複一次早上做過的檢查，中午我到醫院的餐廳休息。

我每次去看醫生會習慣地帶一本靈修書籍來閱讀以打發時間，就不會感覺等待時間過於漫長。在餐廳坐下後我先拿起唸珠唸了一串玫瑰經，祈求檢查順利，之後拿起書來看。隣座的太太起來到處走動，突然停在我旁邊跟我打招呼，問我有沒有宗教信仰。我本能地帶著防備的口吻回答她：「有啊！我信天主教。」她說很好，就回到她的座位去。我不太喜歡別人向我宣傳其它宗教，可見得傳教是多麼不容易！近午時分她又走到我旁邊，拿出幾張圖片說是她自己臨模素描的，又小聲地對我說，她今天沒有足夠的錢買便當，希望我買兩張圖片。其中有耶穌的圖片，我便買了兩張夾在書裏當作書籤。我喜歡把聖像放在書裏，看書時可以看到聖像有如被陪伴着一樣。此刻心裏想，原來有很多人是需要幫助的，心中許下以後我要多幫助人。

下午做完檢查回程乘坐巴士，走在我前面的是一位中年婦女帶着約十歲的兒子，我緊隨其後。車子停下，公車的階梯有點高，母子上車後，我必須用力抓住車內右邊的把手才踏的上去。才兩腳踏上去，我突然感覺到我右小腿及左大腿很痛，我不知道發生什麼事，祇聽到自己哇哇大叫的聲音。低頭一看，看到我自己站在靠門邊的第一層階梯，從階梯看到車下馬路，車子已在行進中。此一驚非同小可，我意識到危險，若我沒抓緊把手就會掉下去被大巴士輾過。與此同時我聽到前面的媽媽緊張地大聲對司機喊：「司機先生，我後面還有人上車啊！」司機連忙緊急煞車，並把車門打開，原來我的痛是被車門夾住。司機驚惶失措地看着我

說，「太太您還好嗎？」我瞪了他一眼，祇覺得身上痛，沒好氣地回說「還好」，趕忙在前面座位坐下來。

快下車時，我抬頭看到司機的照片及名字貼在前方玻璃板上。我一下子怒氣沖天，心想，怎麼有這麼粗心大意趕時間的司機，乘客都沒上好車就關門，關門時也不看一眼乘客是否都離開階梯走進座位才開車，真是亂來。我很想拿起手機把司機照片拍下來，到他公司投訴。但轉念一想，他可能會因此被公司責備或炒魷魚，就算了。事後我也很糾結，所謂姑息養奸，如果他不被責罰，不能意識到自己的錯誤而有所反思並改善，我這樣是否是婦人之仁，將來有一天別人會受害。

回家換洗後才發覺右小腿被夾傷，紅紫一片並腫起來，血都流了出來，左大腿也被夾到只是沒流血，這兩個部位，痛了我兩個月才好。當時我想起早年在台北上班時，一位長我 20 歲的好同事，坐公車回家，下車不小心摔了一跤，司機沒注意從她身上輾過去，當場就死了。想想都會後怕。

本來心裏覺得這一天真倒霉，一大早被扎了幾針，下午回家又碰到失魂的司機，無故受傷腿腳疼痛。但所謂「意外」就是不會想到的事情偏偏就發生了。可能這一天有些事情因為別人的緣故而發生在我身上，祇是我無從預料而已。也可能是我午休時發的善心讓我躲過大劫。我內心常有一個信念，如我出於善良的心幫助別人，當我或家人碰到困難時，天主的慈悲也會可憐我、拯救我的家人。而我今天所遭遇的，應該是不幸中的大幸，該對天主存感恩之心，對別人疏忽的地方存寬恕之心。

# 憶友梅

Carefully

~~~~~  
今天我可愛又美麗、善良、風趣的友梅媽媽蒙主恩召、榮歸天家，我們大家特來為她送行。縱有不捨，還是為她能在主耶穌的恩典中升入極樂殿堂而高興、歡喜。此時此刻，更多的是想表達我對她的感恩、感動和感念之情。

我感恩：友梅給了我能在父母身邊再次盡孝道的機會，讓我得償所願。記得去年七月見到她的第一眼，她慈愛的一個微笑，頓時讓我有種親切感，感覺又回到了媽媽身邊。所以在照顧她的最初時期，我們沒有陌生感和適應期，經常是頭挨著頭說悄悄話，手拉著手睡覺，肩並著肩去散步；我給她買她喜歡的花衣服，她給我留可口的小食品；甚至我們還同吃一碗飯，她剩下的飯菜水果，我會毫無顧忌地放進嘴裡。我們之間不只是職責使然，更是濃濃的一份親情在相互維繫著，不是親人勝似親人。

我感動：友梅不僅美麗在形，可貴的是骨子裡善良、風趣的基因。我是一個行事大條的人，穿衣隨意、高聲講話、放聲大笑是日常，每次友梅總是溫柔的囑咐我：女人出門要塗口紅、穿漂亮得體的服裝，不要大聲說笑呦！我心想你說的都對，可我習慣了素顏布衣、粗聲大氣，讓我一下子精緻起來，「臣妾做不到啊！」我常常摟著她的脖子和她撒嬌說：親愛的，你是淑女，我做悍婦，我倆是絕配。

日常生活中，早上起床時我在她的腦門上大大點個讚，晚上睡覺她會給我一個溫柔的晚安吻。在她失禁不安時，我會安慰她「寶貝兒，沒關係」，洗完澡她把頭靠在我的肩上輕聲說「謝謝姐姐！」後期，她的吞嚥功能減弱吃不下飯，

急得我滿頭大汗，她雖不說話，會示意讓我替她多吃一點。可愛的友梅處處展現出她善良的品格和優雅的修養。她也偶爾不經意流露出一兩句金句。一次，看她把藥嚼碎了再吞嚥，就說那樣嘴裡會很苦的，她突然來了一句「吃得苦中苦，方為人上人」，聽聞此言，驚喜得我大笑不止，以至笑出了眼淚。細品老人家的這個比喻也讓我悟出了一個道理：只有敢於品嚐生活中的苦，才能享受做世間的行樂人，這也是我們每個人都應該勇於去嘗試的人生修行之路。我會謹記友梅媽媽的教誨，勤奮進取，樂於助人，做個樂觀、友善之人。

最後我的感念是：她的美麗眾人稱讚，她的善良盡人皆知，她的幽默讓眾心愉悅。感謝主！我和友梅從陌生的僱傭關係，能很快成為形影不離的母女，再到親密無間的姊妹，是緣分，也是天意。我們母親節穿親子裝，聖誕節扮姐妹花；路上鄰居們叫她大美人，超市裡的收銀員稱她為「奧黛麗·赫本」；「祖母綠結婚紀念日」我贈送她一套青花瓷，過春節她賞給了我一個大紅包……這些過往就像電影，時在眼前回映。

我們形影不離、日夜相守了整整一年，可愉快的時光轉瞬即逝。由於數年疾病纏身，使她日漸消瘦，真是看在眼裡，疼在心上。我曾陪伴她三次入院急救，在目送她最後時刻，還在期盼 911 再次創造起死回生的奇蹟。但天願難違，友梅還是安詳地在睡夢中走了……她平凡的人生路雖然已到達了終點，但她有趣的靈魂已升天回歸主懷，得到永生。阿們！

日有圓缺明暗，常顯主恩。願天堂無病痛，友梅依然一路美麗、善良、風趣！願主保佑，阿們！

Do not let technology use you

Vatican news

Dear young people, what a joy it is to meet you! Pier Giorgio Frassati coined two phrases that he often repeated: "To live without faith is not living but simply getting along" and "To the heights." So, I say to you as well: have the courage to live life to the fullest. Do not settle for appearances or fads; a life stifled by fleeting pleasures will never satisfy us. Instead, let each of you say in your heart: "I dream of more, Lord; I long for something greater; inspire me!"

I ask young people and adults become credible witnesses of truth and peace. Involve your peers in the search for truth and the cultivation of peace, expressing these two passions with your lives, your words and your daily actions.

John Henry Newman said that knowledge grows when it is shared, and that it is through the conversation of minds that the flame of truth is kindled. Similarly, true peace is born when many lives, like stars, come together and form a pattern. Together, we can form educational constellations that guide the path forward.

A single star on its own remains just a point of light. When it joins with others, however, it forms a constellation. Each of you is a star, and together you are called to guide the future. Education brings people together into lively communities and organizes ideas into constellations of meaning. Education, in fact, teaches us to look upward, always higher. So do not remain fixated on your smartphones and their fleeting bursts of images; instead, look to the sky, to the heights.

Having a great deal of knowledge is not enough if we do not know who we are or what the meaning of life is. Without silence, without listening, without prayer, even the light of the stars goes out. We can know a great deal about

the world and still ignore our own hearts. You too may have experienced that feeling of emptiness or restlessness that does not leave you in peace. In the most serious cases, we see episodes of distress, violence, bullying and oppression - even young people who isolate themselves and no longer want to relate to others. I think that behind this suffering lies also a void created by a society that has forgotten how to form the spiritual dimension of the human person, focusing only on the technical, social or moral aspects of life.

You live in digital education there are enormous opportunities for study and communication. But do not let the algorithm write your story! Be the authors yourselves; use technology wisely, but do not let technology use you. Artificial intelligence is also a great novelty — one of the *rerum novarum*, or "new things," of our time. However, it is not enough to be "intelligent" in virtual reality; we must also treat one another humanely, nurturing emotional, spiritual, social and ecological intelligence. Therefore, I say to you: learn to humanize the digital, building it as a space of fraternity and creativity - not a cage where you lock yourselves in, not an addiction or an escape. Instead of being tourists on the web, be prophets in the digital world!

Education for peace, we must disarm hearts, renouncing all violence and vulgarity. In this way, a disarming and disarmed education creates equality and growth for all. With great confidence in you, I invite you to be peacemakers first and foremost where you live — in your families, at school, in sports, and among your friends — reaching out to those who come from other cultures.

In conclusion, dear friends, do not look to shooting stars, on which fragile wishes are entrusted. Look higher still, toward Jesus Christ, "the sun of righteousness" (cf. Lk 1:78), who will always guide you along the paths of life.

Article excerpted from Pope speeches on the Jubilee of the world of education.
<https://www.vatican.va/.../20251030-giubileo-studenti.html>

《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，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

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

毛漢琴、馬應超

200 元

捐款支票抬頭：Chinese Catholic Community (or CCC)

請註明：野聲捐款

信封請寫：Chinese Catholic Community of SEAS

Attn: Mitch Yueh

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：聖誕夜燃著紅光的小鳥

照片/ 撰文：李芳宇

聖誕節這個既寒冷又溫暖的季節悄悄來到了。街道上開始掛滿了閃亮的燈飾，空氣中瀰漫著濃濃的節日氛圍。親友們通過交換禮物，不僅帶來驚喜，更傳遞了彼此深深的祝福與溫暖。在這個特別的時刻，我們共同慶祝著愛與和平，唱著聖誕歌曲，讓每一個角落都洋溢著溫馨與歡笑。

在挑選聖誕禮物和裝飾品的時候，我的目光被一個水晶寶盒吸引。裡面有兩隻鮮紅的小鳥，仔細一看，竟然是「紅雀」！我心想，這不就是電玩裡的「憤怒鳥」嗎？為什麼這鳥兒老是出現在聖誕卡片、樹飾和各種節日圖案中呢？它跟聖誕節，甚至跟耶穌的降生，究竟有什麼關聯？出於好奇，我便上網查了一查。搜尋後我才知道，紅雀其實在聖誕節的意象中，代表著希望和重生。它鮮豔的紅色象徵著愛與溫暖，而這種鳥也常出現在冬日，為冰冷的季節增添一抹亮色。讓我不禁感慨，即使在寒冷的冬天，也能找到屬於節日的溫暖與希望。然而也驚訝地發現，紅雀與聖誕節有著更久遠的聯繫，在傳說中牠早也與基督信仰緊緊相繫。

其中我喜歡這個傳說：當瑪利亞在馬槽中誕下聖嬰時，夜色深寒，火光漸暗。就在這時，一隻棕色的小鳥飛來，落在火前，不停拍打翅膀，使熄滅的火重新燃起。為了維持這微弱的溫暖，牠不斷靠近炭火，直到一顆熾熱的餘燼飛起，燒紅了牠的胸脯…。瑪利亞望著牠，滿懷憐愛地說：「你紅色的胸脯，是善良與勇氣的印記。從今以後，你的子孫都將帶著這份溫柔的榮光，成為愛與犧牲的見證。」

自此，那全身燃著紅光的小鳥，成了冬夜裡最溫暖的象徵。在寒冷與飄雪之中，牠提醒世人——即使卑微如小鳥，也能以微小的身軀，真誠地守護著聖嬰誕生。因為牠知道，那馬槽中的嬰孩，就是天主之子，終有一日人子也將展開祂豐盈的翅膀，以權柄與犧牲生命來拯救世人罪贖，並以無盡的愛，守護天主所創造的萬物。因此歡欣吧！祝賀你我在主的翼蔭下，平安、溫暖。

聖誕快樂！