

台灣區團中部分團

劉黛麗

團體及團員近況報導

7 月份例會參加 2017 年會，由張傳慧、張南儀及邱保堂帶領 21 日的晚禱，在柔和的音樂中沉澱心靈，把一天的舟車勞頓獻給耶穌，感謝天主讓我們平安抵達新竹香山靈修中心。22 日中午 1 點的拍譜時間由俞明德、沈明室，邀請張南儀充當 DJ、北分團陳莉慧帶動唱，在昏昏欲睡的午休之後，帶領團員活動筋骨 30 分鐘，每個人唱唱跳跳地，無不大汗淋漓，氣喘吁吁。緊接著午茶時間，由田巧玲等中分團女團員，以敬拜讚美的方式，詠唱《耶穌·耶穌》，節奏簡單容易上口，就像泰澤祈禱一樣，在短誦中瞻仰上主。值得一提的是，舒玉、黃天麒、田巧玲、沈明室等 4 位團員，協助前總團長僑榮哥準備 2 晚美味精緻的宵夜，供團員們擺龍門陣，輕鬆話家常。（圖 1）

8 月 5 日（週六）上午假南屯天主堂舉行第 2 場家庭講座。中分團商請馮允文神父推薦，邀請高雄教區家庭福傳的尖兵－黃偉民弟兄、趙寶美姊妹，帶我們看現代世俗婚姻的狀態與挑戰。「過去的家是父親的王國、母親的世界、兒童的樂園」，而今日的社會，「家卻成了父親急欲擺脫的枷鎖、母親埋葬青春的墳場、問題兒童及不良青少年的養成所。」難怪結婚率不斷下降、離婚率節節上升。天主教會面對婚姻與家庭的危機該如何因應，黃偉民夫婦引導我們分別從聖言及教宗方濟各《愛的喜樂》勸諭逐章看親密關係的建立與成長，幫助我們增進與轉化經營婚姻與家庭的能力，同時協助面臨失婚、離婚或處於婚變邊緣者，從事心靈療癒及人格成長，以開展新生命及迎上有意義的人生。除了中分團員踴躍出席之外，北分團劉嘉玲、陳麗如等 2 位特地南下參加講座，讓我們滿懷喜樂，銘感五內。會後舉行午餐共融，團員們延續講座的內容欲罷不能。（圖 2）

9 月份例會由俞明德、沈明室、陳善瑜及劉黛麗等 4 位團員，分享風起雲湧之「墓園沉思、基督服務團的精神與時代意義、我們對服務團精神的體驗（p133-162）」、「前言、回首從前（p5-67）」。我們在漢宇仁愛社區，以一家一菜方式共融並召開月例會，計有莊慧玲、俞明德、沈明室、蔡綺、吳華珍、田巧玲、陳善瑜、辛靜芬、王行一、陳愛椿、黃春毓、劉黛麗等 12 人出席（圖 3）。沈明室分享劉神父對服務團的期待與回應，發人深省，值得團員細細回味與慢慢反饋。俞明德回顧服務團對他生命的意義，服務通訊深深吸引慧玲成為教友，進而成為團體的一員，這也是他對服務團最大的貢獻。陳善瑜曾經懷疑自己的軟弱是否當得起出類拔萃，成為服務團這個菁英團體的一員。但這幾年潛移默化的結果，竟也擔負起堂區傳教協進會理事長及經

濟系系主任的重責大任，深深領悟信仰團體對教友結伴成聖的奧跡。劉黛麗分享寫給鄭神父的一封信，回味從前書寫的溫暖與心靈交流的神樂，詳如附錄 2。

2017 年會，服務團熱烈歡迎中分團張南儀成為預備團員，她有感於團體對她的「百般騷擾」—哈，不對啦—是「噓寒問暖」，且確認我們絕對會好好待她，不會「亂塞工作」給她之後，她終於放心地點頭願意宣誓與我們一起結伴成聖。沒想到分團長在她宣誓之後，立刻邀她交稿一篇，與大家分享成為一家人的心得，請大家好好端詳，細細品嚐，她當時的心情故事，詳如附錄 2。

活動照片

圖 1



7 月份出席 2017 年會，計有劉巨烘、陳麗如、沈明室、陳善瑜、舒 玉、黃天麒、莊慧玲、俞明德、張南儀、田巧玲、張傳慧、邱寶堂、吳華珍、劉黛麗等 14 人，與區團輔導古姆姆合影。

圖 2



8 月份例會：舉辦家庭年講座，經由馮允文神父推薦，邀請黃偉民、趙寶美夫婦分享「從教宗方濟各《愛的喜樂》勸諭看親密關係的建立與成長」，出席者計沈明室、蔡 綺、吳華珍、李凱琪、舒 玉、陳善瑜、田巧玲、張傳慧、邱保堂、邱翔恩、歐陽鍾萌、劉嘉玲、陳麗如、楊潔馨、傅青華、劉黛麗等 16 人。

圖 3



9 月份例會：出席者計有莊慧玲、俞明德、蔡 綺、沈明室、吳華珍、田巧玲、陳善瑜、辛靜芬、王行一、陳愛椿、黃春毓、劉黛麗等 12 人

附錄 2

成為預備團員的那一天……

張南儀

曾經加入團體，有不好的印象，
或在團體裡負擔很重的工作……
不負責任的請求讓我輕鬆些，也相信上面有前輩擔著……
在宣誓時，有點往外恍神了一下，
區團長的手壓在我的手上，是怕我溜了？
就這樣有點糊塗的成為預備團員。
因為目前的工作有點難配合中分團的聚會，
但很感謝大家的包容，也感謝黛麗的邀請。
那一天不知怎地，就一直的笑，
雖然有點糊塗，卻莫名地開心。
是感受天主的恩寵？
還是感受到大家的親切、溫和與善良？
都有吧！
才會如此的、從內心裡笑出來。
讚美天主！感謝天主！

一切從家開始

張傳慧

很開心參與月例會，有機會見到慕名已久的神鵬俠侶黃偉民、趙寶美夫婦，聆聽他們以「從愛的喜樂勸諭看親密關係的建立與成長」為題，與我們分享家庭經營點滴與甘苦。

黃偉民、趙寶美夫婦一開始就提及二千年後，福傳時代的需求訊號是「家庭」，家是最好的靈修場所，男女雙方藉由婚姻關係，彼此修剪，讓婚姻成為無條件委身的「盟約」，而非有條件對價關係的「契約」。在婚姻裡，關係是轉機也是危機。這關係可以是我們醫治過去生命中所受種種心靈創傷，然而，也可能是我們放下防衛的脆弱心靈再度受傷最危險的情境。教宗在愛的喜

樂勸諭中提醒我們，藉由耶穌進入並改變我們的生命來認識家庭聖召，如同迦納婚宴讓水變成酒的美好滋味。

藉由這次的講座分享，粗淺地歸納可以具體落實在家庭與婚姻關係中的五項重點，讓婚姻成為基督臨在的有效標記：

- 一、 聖經是婚姻的使用說明書，可於結婚週年慶時，重發婚姻誓詞。
- 二、 在家庭裡不可少的三句話：「請、謝謝、對不起」。
- 三、 學習「聆聽」，聆聽就是願意給對方時間，靜心、耐心地仔細聆聽，直到對方把話說完。
- 四、 投其所好地表達「愛的語言」：肯定讚美、精心時刻、禮物或服務的語言、身體接觸的語言。
- 五、 藉由寫信或覆手祈禱方式，給予彼此及孩子祝福。

今年台灣區團年會討論家庭福傳，有關婚前及新婚夫婦輔導部分，這次的講座提醒我們或可朝以下方向進行：

- 一、 長期參與夫婦懇談會的服務團夫婦及具有諮商輔導專業工作者得籌備相關課程或工作坊，以協助有心參與婚前及新婚夫婦輔導的團員們裝備自己，好讓團體提供加深加廣相關服務。
- 二、 陪伴即將結婚的新人們，並幫助他們了解婚配聖事中有關婚姻誓詞的意涵。
- 三、 傾聽與陪伴，特別是渴望有定期聚會的年輕夫妻或結婚 5 至 7 年左右的夫婦，並協助照料他們的幼齡子女，好讓他們能全心投入交談與分享。

「風起雲湧」導讀心得

莊慧玲

我負責導讀的部分是由已故團員鄭繼宗大哥所撰寫的「安得猛士兮守四方-淺談鄭爵銘神父的三才主義精神」，所謂三才主義即是發掘人才、培植人才及運用人才。鄭神父以三才主義的精神培育出許多青年才俊，在安徽蕪湖的內思高工任教時期，鄭神父與青年才俊同甘共苦，以「放長線、釣大魚」的方法培育出不少人才，例如對於教會貢獻良多的張宇恭神父及張必剛神父。之後在印尼十年及臺灣三年期間，更提出以「興教建國」為使命的培育目標，鼓勵青年立志成為狂風激浪中的舵手、懸崖絕壁的車夫、身先士卒衝鋒陷陣的將帥等不畏艱難的領導者。鄭神父就是以如此的大風精神，感召了一批在靜山聽其道理的青年，為日後基督服務團的成立奠定基礎，本團的總輔導饒志成神父與多位資深團員如鄭治明、區紀復、成道學、李文瑞等都是當時的有為青年。

鄭神父培育青年的要求非常嚴格，生活紀律、鍛鍊體魄、宗教靈修、知識學習、反省檢討與前瞻規劃等各個面向，都是青年每日必做的功課。鄭神父為何能如此要求青年呢？因為鄭公以身作則、嚴以律己，更不計報酬的投入時間陪伴青年，以言以行來引導青年。從鄭公的三才主義來反思服務團的發展，我們需要每一位團員都能發揮「伯樂與千里馬」的精神，作為伯樂致力於為服務團發掘人才與培植人才；而在團體需要我們服務時，就要發揮千里馬的精神，盡心盡力的投入。只要我們每一位團員都能將鄭公的三才主義銘記在心，並適時發揮「伯樂與千里馬」的精神，基督服務團必能質量兼顧的永續發展。

體感與冥想

劉黛麗

「體感」報到

7月13（週四）中午3點，疾駛在八里龍米路上的淡水客運紅22，倏忽停了下來——門開了，一道亮黃的光束迎面而來，扎刺我的瞳孔，眼眶上的太陽眼鏡成了裝飾品，無法發揮應有的功能。無奈地「摸黑」下了車，頓時臉頰像個放在蒸籠裡的包子，灼熱而冒汗，連忙躲到行道樹下，卻一點風也沒有。

一想到等會兒就得把手機交出去，然後接下來4天都得關在聖心女中，參加依納爵靈修與體感經驗工作坊，不禁打了個寒顫。（又是個）無奈已經站在對街了，只好拖著行李前行。眼前的龍米路有座天橋，但兩手提著裝滿衣物的沉重行李，穿越馬路是我的優先選擇。沒想到跨過烽火線之後，門房警衛要我沿著山路往上爬到靈修中心報到。

炎炎夏日，靈修中心竟坐落在山頂上，三聲無奈呀！我還能怎麼辦呢？爬吧！手邊的行李放下又拿起，左手換右手，喘口氣、抖抖手；顧不了從髮梢不斷滴落的汗珠，大汗淋漓下濕透的衣衫，繼續前行，心裡有聲音吶喊說：「這就是所謂的體感經驗嗎？」

Satir' s Model : Meditation (冥想)

早上醒來時我的身體感覺如何？第一個浮現的畫面是什麼？內心有什麼想法？注意到天父或耶穌嗎？我的第一個動作是什麼？

聆聽聖言：吾主上主賜給了我一個受教的口舌，叫我會用言語援助疲倦的人。他每天清晨喚醒我，喚醒我的耳朵，叫我如同學子一樣靜聽。（依50：4）

學習前的準備

現在請開始接觸呼吸，調整一下姿勢，使身體感覺到更舒適，妥善地預備好自己，邀請你的身體吸入新的經驗和新的啟示。讓自己開放、放鬆。別忘了，不論自己看到和聽到什麼，都先去嘗試，要是內在的聲音表示適合，你就全然吸收。

此刻，你是否允許自己，回想過往生命裏的成就？你知道，你的前程在等著你去添加色彩。你願不願意讓自己察覺，每個人都那麼地多采多姿，共處在這宇宙間的同一天行上相互學習？

雖然自我要求很多，我仍然可以學著做一個快樂、充實及自我尊重的人。或許，這些不一定能完全做到，但這並不是說我沒有這種能力，只是還沒有發現，只是還不明白怎樣運用而已，每個人身上都具有這種潛能的。

現在請給自己的左腦一個「愛的訊息」，一個有力的愛的訊息。因為你的左腦還不知道，在你的學習中，你的右腦會幫助你。

現在請睜開你心靈的眼睛，覺察到自己的身體——這座神聖的聖殿，不平凡的奇蹟——天主住在我內，輕鬆平穩地坐在座位上，清楚地感覺到兩腳踏著地板。此刻，你如果覺得身上稍有緊張的地方，就慢慢地深呼吸，將呼吸注入至緊張的部位，並讓呼吸達到全身的每一個部分。

.....

如果你覺得身上某個部位仍然有點緊張，請對那個部位微笑，讓那部分的緊張、拉力跟著吐氣慢慢地離去。

請注意，不管你有沒有覺察到，呼吸一直是自然運行的，如同聖神的風一般。你此時此刻坐在这裡，預備學習新的體驗，可不可以用自己的呼吸添加一個「鼓勵」的色彩，它會傳遍全身，充滿身體的每一個部分。請歡迎這個鼓勵你的色彩，無論他是金色的、白色的、或紅色的，讓它充實你、滋養你。

試著接觸、感受我的呼吸，通過吸氣、吐氣，感覺到我在滋養自己。

.....

很好！慢慢閉上心靈的眼睛讓自己走進心底的深處，給自己一個自我欣賞感謝的訊息，我很勇敢、大方、包容、堅強……，注意自己如何表達，是一個手勢、一句話或是給自己一個深情的擁抱，帶著滿足向前行。

.....

現在想一下有什麼是以往曾經擁有，而如今已不再使用的東西，例如一張 CD、一件衣服、一本書、一個電子產品……，允許自己把它們放下，柔和的向它們道別，讓它們從自己身上離去。

.....

現在把眼光接觸到你現在擁有且最適合你的東西，允許自己增添一些你所需要的，不論是有形的或是無形的。

帶著對自己欣賞感謝的情懷，而這些原都在自己的身上，你現在已經準備好接受新的一天（的學習）。

.....

一口壓抑的、鬱悶的、張狂的、燥熱的氣，在我的胸腔裡鼓躁，身體隨著氣的流竄不停地扭動，頸項曲曲折折，腦袋搖搖擺擺，由急而緩、由快而慢、時而高漲時而低落，任由它自由地流溢出來，在安靜中潛移默化，沒有刻意的安排，不讓自己的頭控制生活的一切，交由天主帶領。…於是，我可以緩緩地、悠悠地從胸口吐了一串好長的氣息，在靜逸中得享舒坦的美好。再一次深呼吸，讓清新的空氣填滿胸腔，神清氣爽，重新得力，好讓我回應天主白白給我的恩賜，迎向嶄新的生命。

寫給鄭神父的一封信

劉黛麗

親愛的鄭神父： 聖心神樂！

這是按著您寫給饒志成神父的信，照抄的；不知道這樣的開場，問候在天上的您，合不合宜？

我是中分團的黛麗，抓著暑假的尾巴，仔細閱讀 9 月份月例會討論的材料：「風起雲湧—回首從前（p5-67）」。幾度端詳您寫給饒神父及另位兩位陌生「小弟」的信箋，除了訊息的聯繫之外，字裡行間，更多的是關心、教導、期勉與謝恩。最令我驚訝的是，一年後即將離世的您，竟躺在病榻上，給參與聖母會夏令營的學員們口述劇本，以戲劇方式培養領袖特質。進而再對照中心診所的三張照片，您露齒咧著嘴笑，目光炯炯有神，狀似安詳愉悅，未顯絲毫病容，真是令人嘖嘖稱奇。

欣賞您精練蒼猶，勁力十足的筆跡，回想起自己與人書信往返的歲月，及靜候佳音的心情，恍如昨日。沉醉於天馬行空的想像之際，突然靈光乍現，何不趁此提筆寫封信向您問安。正巧賈彥文總主教今天早晨 7 點 40 分回到天鄉，與五年前離世的單樞機同一天回家。不免好奇，

不知您們三位是否在聖心聖母台前碰到一塊兒呢？還是如歐晉德大哥所言，您們已經湊在一起討論基督服務團的未來。

我常常趁著到靜山參加工作坊或避靜之便，散步去墓園看看您，望著您的容顏，感覺到天主所作所為真是千奇萬妙。您離世的那年，我還沒出生，而我的老師王素玲是成功大學的學生，因著當時的輔導賈總主教而認識您，成了您網裡的大魚。在我們大學畢業後，老師常常以書信勉勵我們，更從不錯過同學的生日給我們捎來祝福。如今想來，我的老師不僅傳道授業解惑，而且延續了您的作風，透過交談與來往，不斷地加深彼此的關係，進而幫助我們找到自己、找到天主，走進信仰生活，豐富我們的生命。如果生命的故事不是這樣交織成一張無邊的網，我今天又如何能展讀您的信箋，欣賞您蒼勁的筆力，甚至聆聽單樞機、張宇恭神父敘述您一生「興教建國」的使命呢！

請致候單樞機、賈總主教及所有已故的服務團團員，您們在天上是服務團最佳的代禱者。

中分團的黛麗 敬上

2017年8月22日

親愛的鄭神父： 真心神樂！
這是帶著您寫給鏡志成神父的佳照抄的，不知道這樣的問候，問候在天堂的您，合不合宜？
我是十分國的學童，抓著暑假的尾巴，仔細閱讀9月份例會討論的材料，「風起雲湧一同首從前(卅一-卅七)」，甚感瑞祥您寫給鏡神父及另外兩位陌生「小弟」的信箋，除了訊息的聯繫之外，字裡行間，更多的是關心、教導、期勉與謝恩。最令我驚訝的是一年後即將離世的您，竟躺在病榻上，給參與聖母會道舍的學員們口述副本，以戲劇方式培養領袖素質。進而再對照中心訂所的三張照片，您露齒咧著嘴笑，目光炯炯有神，狀似安詳愉悅，未顯絲毫病容，真是令人嘖嘖稱奇。
欣賞您精練蒼勁、勁力十足的筆跡，回想起自己與人善信往還的歲月，及靜候佳音的心情，恍如昨日。沈醉於天主行聖的想像之際，突然靈光乍現，何不趁此提筆寫封信向您問好。正巧賈序之總主教今天早晨7點40分回到天鄉，與五年前離世的單樞機同一天回鄉。不免好奇，不知您們三位是否在聖心聖母台

書信手稿

前碰到一塊兒呢？還是如歐晉德大哥所言，您們已經湊在一起討論基督服務團的未來。
我常常趁著到靜山參加工作坊或避靜之便，散步去墓園看看您，望著您的容顏，感覺到天主所作所為真是千奇萬妙。您離世的那年，我還沒出生，而我的老師王素玲是成功大學的學生，因著當時的輔導賈總主教而認識您，成了您網裡的大魚。在我們大學畢業後，老師常常以書信勉勵我們，更從不錯過同學的生日給我們捎來祝福。如今想來，我的老師不僅傳道授業解惑，而且延續了您的作風，透過交談與來往，不斷地加深彼此的關係，進而幫助我們找到自己、找到天主，走進信仰生活，豐富我們的生命。如果生命的故事不是這樣交織成一張無邊的網，我今天又如何能展讀您的信箋，欣賞您蒼勁的筆力，甚至聆聽單樞機、張宇恭神父敘述您一生「興教建國」的使命呢！
請致候單樞機、賈總主教及所有已故的服務團團員，您們在天上是服務團最佳的代禱者。
中分團的黛麗 敬上
2017年8月22日