

美西南分團

謝浣麗

一、美西南家人聚集北加參與 2018 年仁愛工作坊及團員宣誓禮





二、西南分團會議：

1.生活分享：

- 浣麗，光興：女兒於六月九日在愛爾蘭 Dublin 附近一小城結婚。我們六月一日先飛去，租一部車，到附近旅遊幾天，再參加婚禮，六月十一日回美。

- 分團團友合送一件小禮，祝賀浣麗光興女兒的婚禮喜慶，願上主祝福他們婚姻家庭美滿幸福。

- 明慧分享她開始相信人間有天使的經驗，孫子小學中學有一位特別有愛心耐心的優秀同學，現在兩位年輕人和兩個家庭都成了好朋友，互相扶持鼓勵。

- 朱嶠葉青常在兒子媳婦家幫忙帶孫子，張羅飲食，忙得不亦樂乎。

- 卓台的長兄六月初因病去世，感傷中更領會到已步入年長者之列，要分辨如何更好規劃生活。兒子和一家四口最近換了新工作，從外州搬回南加橙縣，常有機會和他們相聚，照顧孫子孫女。

- 廷俠分享按摩經絡穴位及做伸展運動可以舒緩坐骨神經痛。並提醒年長者不妨打 shingles 帶狀皰疹(俗稱蛇纏腰)預防注射疫苗。

- 治平分享有時膝蓋痛，醫生建議避免翹二郎腿，或看電視時把腳放在小桌上，現在好多了。

- 勇為、家葆初夏去一趟阿拉斯加旅遊，七月回台，八月兒子一家從東岸來加州歡聚。

- 何來，華錚：我們於去年十二月搬入 Morning Circle community . 之前我們也看過其他幾個地方，也考慮要不要去 Seal Beach 的退休社區，那兒是需要買的，而且以後若行動不便時就無法繼續住，那時仍需搬出，另尋地方。而这个地方是先付一筆押金，再每月付租金，可以一直住

下去，將來房租也不會調整(餐費除外)。這就是所謂的 Continued Care Retirement community。在座很多人有興趣，問了很多個問題，何來都一一回答。

- 士奇目前在加大的工作不錯，同時也在深思考慮是否有機會轉換工作跑道或回台灣。

- 饒成，月雲：前不久我們二人不同時間都去了一趟 ER。天主保佑這是在去坐遊輪之前一星期前發生的。若在旅遊中遇到，就不知後果會如何。所以這次旅遊時就把血壓計放入旅行箱中。兒子也給我們各送了一個 **Bitfit**，如此我們可以隨時測量心跳。這次二人雖然進了 ER，還好都不是大問題。沒多久時間就從 ER 回家了，但還是有點緊張。了解到健康之重要。

2. 討論事項

- 靈修：藝甲報告目前有 16 位參加姜神父帶領的靈修小組。家葆感覺很有助益，個人可以選擇自己的進度跟隨書上的內容和神父的指導進行。

- 傳承：治平和明慧去探訪 Watermark 一年一度的南加天主教華人青年夏令營，表示關懷之意。一個可能性是我們服務團可參考各個修會如何吸引年輕人的加入，繼續新一代的傳承。希望大家繼續討論並提供想法。

勇為指出我們的對象是否主要是在美西南地區的年輕人。明慧提出要有魚才能夠釣，先要製作文宣資料提出 mission statement.

3. 服務工作：

- 夫婦懇談：卓台報告今秋在內地有三次夫婦懇談週末營我們會有三對夫婦去服務。今年是第八年做這樣的服務。A 城已辦到第六屆，B 城在七年之間共舉辦了 18 屆的週末營，近年來都由當地主辦，大家深感婚姻家庭健康成長的重要性。會繼續和小霞姊聯絡，看看是否在北方或其他地區服務。藝甲提出今後我們要看可以繼續幫他們做些什麼。我們按照朱神父的教導，希望一方面要讓當地服務與分享夫妻對週末營的原意和重心有深入通盤的了解，一方面也要讓當地做一些適合在地性的調整。

勇為、家葆報告，南加夫婦週末營今年 12 月 7 日到 9 日在南加州舉辦，希望大家幫忙介紹夫妻來參加。

- 輔友：繼續舉辦活動包括活泉，回家吃晚飯活動人數踴躍時有四五十成人及十多位孩子參加，英語會話班人多時有十幾位。九月一日有理事會。

- 北美基金會：明慧八月 13-27 日，一週在大陸，一週參加美東夏令營。在大陸是以私人身分看望國安同學。他今年已經 20 歲，高考成績很好，考上大學農學院。他是當地偏僻鄉村頭一位上

大學的學生。學習努力認真，聰明優秀，溫文有禮，克服身體障礙及鄉間環境限制，具備成熟健全的人格，非常不容易。

美東夏令營在優美休閒設施完善的環境中讓孩子們交朋友修心養性。眾多熱心團友每年都用心籌備半年以上的時間，主辦了將近 20 年，低收入家庭完全免費，提供孩子們一年一度滋養身心靈的營會。

4.臨時動議：浣麗提議下一次開會在 12 月 15 號

決議：一致通過。

主請收納我

吳勇為

六月二十九日和家葆參加北美仁愛基金 2018 年年中退省。七月一日避靜結束後，在天主台前宣誓成為服務團正式團員。當從藝甲手中接回點燃的蠟燭，和大家一起唱「主請收納我」時，情不自禁地流下熱淚—是感恩，是喜樂，是恐慌。

感恩的是：天主能再次收納我，引導我步入基督服務團。讓我在迷失流浪的旅途中找到一個相伴成聖之道。服務團團員是我的榜樣，帶給我希望。

喜樂的是：從此之後我擁有一個更大的家(服務團)，除了原先家葆和我共同經營的家。每次參加服務團的聚會與活動，總覺得很親切很溫心，好像回到自己的家。

恐慌的是：我是否能將一切所有 - 我的自由，意志，理智，與記憶，全歸天主？在此祈求天主賜給我恩寵 - 藉著時時祈禱，醒悟，讓我能奉回一切所有。

主，請收納我。



病中感言

王家葆

2017年九月初我被診斷患有乳癌，之後經過開刀切除及進一步的化驗診斷，直到2018年一月十一日開始三個月的化療，前後大約七個月的時間將我帶入生命的一個新階層。時間不能算長，雖然這方面醫療的進步將身體的不適減到最低，但還是經歷到不少身心靈的挑戰，這些挑戰帶給我許多寶貴的學習與成長的經驗，讓我更清楚地看到什麼是重要的，什麼需要放下；更讓我深深地體會到天主的愛，以及感受到在痛苦中祂給我更多的機會看到祂的恩寵。

利用兩本日記，我一本記錄每天用的藥以及身體狀況，另一本則寫下心靈上的學習與感受，將我所聽到天主的「話」寫下來，除了加強記憶，也加深自己的反省。

從一開始，我最大的感受及安慰就是：「我不孤獨」，天主一步一步地帶領著我，總是適時地送來我需要的幫助，甚至遠遠超過我能想到的，由於這領悟，讓我時常充滿感恩的心。

這次的經驗讓我學習如何接受別人的幫助以及如何關懷他人，我們從小被教導「給」勝於「受」，當我站在受的地位，我學習以感激的心全心接受別人的幫助，而不是因驕傲去拒絕別人的好意，同時從這許多幫助我、對我關懷的親友身上，我也學習如何以愛心及同理心去幫助關懷他人，提醒自己先要知道別人的需要，而不是一廂情願地給自己想要的。

在化療期間，我暫停幾乎所有在堂區及各教會團體的服務及參與，原先以為是很好的機會做一個「避靜」，但沒想到每天大部分的時間都花在照顧自己的身體：吃、運動、休息，幸運的是大部分化療期間剛好是四旬期，雖然沒有做到原先計劃的閱讀，還是有比較多的時間祈禱與反省。最大的收穫是每天早上在電視 EWTN 跟 Mother Angelica 唸玫瑰經及「望」平日彌撒，在網上參加 Dynamic Catholic 的 Best Lent Ever Program 每天的分享與反省，還有與勇為每天晚上的祈禱做一連串的九日敬禮，這些精神食糧幫助我度過一個豐收的四旬期。

我相信天主給我這小小的磨鍊是要我為祂所用做準備，我願意鼓起勇氣向天主說：「請派遣我」。

除了天真浪漫的孩童外，凡是大人都需要會偽裝，否則不易在這個社會上占有一席之地。連一些動物和植物為求生存，也須以偽裝來保護自己。有時我們的偽裝是為了不傷害對方，有時我們的偽裝是為了不傷害自己。這有時或許是必要的。但是如果久而久之，偽裝的自己，成了常態的自己，而忘記了真實的我是何樣？而只是常態的，不自覺的隱藏真實的自己，這樣如果一旦偽裝成為一種習慣，就會漸漸讓我們生活處在不自然的狀態，導致生活的壓力，人際關係困難，或甚至身心的各種疾病。

只有回到真實的我，才能活得自然，愉快，健康。即所謂先賢聖哲所強調的：「返璞歸真」，「隨心所欲」。人格九型幫助我們認識自我，知道我的「真實面」是什麼？以及我的「真實面」在「高樓層」及「低樓層」時，分別各顯出何面目？一旦覺察自己當下是在偽裝、在「隱藏面」中，儘可能就必須讓自己的「真實面」回來，並設法以「高層樓」的狀態展現出來。「吾日三省吾身」古人在幾千年前早就知道啦！這實在是找尋自我的好辦法。「真實面」很容易（Default）是處於「低層樓」狀態，我們因此要無時無刻反省察覺自己的狀態，隨時提昇到「高樓層」去。

好在「人格九型」是動態的，認識了自己是大約處於哪一型後，不必固守本性，可以自由地在九型中，選擇合適的，而超越自己。「更」的精神，就在於此。如果用服務團的語言來說，「更」就是要「出類拔萃」、「更上層樓」，其實這是對自己的一種鞭策，而非對外人的一種表現。

「苟日新，又日新，日日新」，去蕪存青，學無止境，死而後已。與各位家人共勉之。（也謝謝思宏老師為我們打開心門！）

近況

顧裔芳

簡單的說我這八個月在台北治療的經過：一月時在神經內科葉炳強醫師診斷，證明是MSA，也試了藥，還是沒作用就停藥了。二月初開始針灸，是頭皮針和耳針。歷經三個療程，但沒進步，且右手指頭的腫脹，像關節腫脹的現象，醫師一直不處理，也不講為何，就停針灸了。二月底開始每天作經絡按摩，水腫的情況日漸漸的消。同時服用中藥。身體健康狀態較好，大家都說我臉色很好。五月開始，在黃美娟醫師的評估下，開始作靜脈雷射，盼那理論--活化細胞--能活化神經系統，讓我可走。目前的進步：睡覺時，雖然還是嘴乾但不會嘴裡發苦；睡覺時間可以三小時才醒來，如果尾椎不痛的話；頸，背的僵很快舒緩，只是腳力顯然在靜脈雷射休息後的幾天裡，無法撐住。七月底從洛杉磯回來的那天就無法撐住自己，兩天後的靜脈雷射，腳力

回來了一點，現在又退到那時候了。我還以為要退步也會等到下週才感覺得到，可是才一週已經很想坐輪椅，不想用 walker ... 告戒自己：...由奢入儉難...



在 St Thomas 華人教堂，巧遇耶穌會的徐峰神父主持彌撒。神父被長上要求學習電影。從柏克萊到南加，已經到要畢業製作影片了。照片中後排帶墨鏡的是我妹妹，另一位是文藻校友 Katherine。前排從最右邊起，大學同學黑幼靜，紅衣的 Rita 王，也是文藻校友，其次是基督服務團在北加的要角蔡展峰、蔡凱雯、（我）徐神父、周盛芳、吳鴻業。感謝他們特地來教堂看我，讓我倍感溫馨，很受鼓舞，處處有「家人」情。
