

## 美西北分團

李天祥

### 一、團體活動

美西北分團的團員們分別在 7/23 及 9/17 在網上藉由 Zoom 會面，開了兩次「雙月會」，並且在 8/2 號舉辦了一場歡迎青訪團的活動。8/15 號又舉辦了一場話家常的聚會。下面是開了兩次「雙月會」的重點摘要：

#### 7/23/2022 雙月會：

- 台灣團員鳳梧及莉慧來跟大家分享一下靈修交談的親身經驗 - 這種交談不只建立團體，也建立自己。
- 總團長、區團長報告：請看他們兩位在這期季刊中的報導。
- 分團長報告：
  1. 討論美西北分團團員能夠承擔那些仁愛基金需要大家共同負擔的工作？
  2. 討論並計劃七月底四位青年訪問團來灣區時候的行程及接待安排。

#### 9/17/22 雙月會：

- 生活分享
- 總團長、區團長報告：請看他們兩位在這期季刊中的報導。
- 分團長報告：團員近況，十月份的季刊，將臨期的避靜安排，區團長、分團長選舉（請選年紀輕的團員，強調「年輕化」的重要）。
- 傳承報告：堅維受美中分團之託，願意分擔「大風」這本書的中翻英工作，美西北分團應該可以負責第二十二講的翻譯工作，希望大家支持。
- 專題討論包括：將臨期避靜、北美仁愛基金工作的參與、這次青訪團的反思、回饋與建議。
- 提案討論：台灣青年團員赴美參加區團活動補助的提案：這個提案台灣區團已經通過，實施辦法可以修改可，如果有修正的辦法可以提交總團大會追認。我們需要討論的是經費活動及住宿的問題；天祥會做一個問卷調查，以後再做決定。

## 青訪團訪美奇蹟之旅 吳鴻業

天主要的就這樣地成了!

天祥還說：這是一個很值得推動的活動，今年不辦，明年又不知道會變成什麼樣？我們年紀又更大了，我的老 Van 車可能動不了啦！

### 敗部復活

今年二月間，因為疫情關係，我們回覆晉德、耀堂和豫台：很遺憾，真福青年今年暑假可能又來不成了！當然台灣青年團員的訪美計劃也無法實現！

當台灣分團於五月底推選出青年訪問團員名單時，紅瑋問我成行的可能性，適時加州正逢 Omicron BA.5 的肆虐，我們的小孩和孫子輩們因上學和活動的關係，都紛紛中鏢，實在太可怕了！美國的防疫觀念也逐漸轉向與病毒共存，較保守的我們就更加警惕，不太可能有“接待家庭”！只能再看看。然而誰也沒料到，六月底璽婷、莉慧、元駿和靚琦聯絡我們在 Zoom 上商討時，建議八月初的行程，天祥竟一口答應下來，由他全權負責接待，因為此計劃的配合窗口是美西北分團，所以美西北分團長李天祥說了算！事後我才知道他家於七月中下旬之後會空出一段時間，可以做為防疫居所，而且他已規劃好前三天的隔離安排（依照我們有限的經驗，BA.5 受感染者約於一、二天內即有症狀），和往後的行程（基本上以真福青年 2020 年的規劃為依據）。在北加州完成了一個禮拜的防疫措施之後，再到南加時就更安全了！因此美西南分團長沈藝甲也慷慨地應允了南加的接待。在提醒行程的防疫方法和所有餐敘儘量在室外舉行下，事情就這樣奇蹟般的成了！

### 應變計劃

前三天優勝美地的「隔離計劃」，竟被突來的森林大火擾亂，空氣品質非常差，只好改成天祥預先想好的 Plan B，做滾動式的調整，同時我們團員中也有一些人或家庭已得了病毒感染，而對 Omicron BA.5 免疫，可以協助該三天的隔離活動，若任何來訪團員受感染時，也有家庭可以充當隔離居所，這真是始料未及的狀況！

Plan B 包含大公/漢珍的 hiking & wine tasting，澤蒼/天祥的 Sonoma 莊園大自然之旅，鴻業的 Stanford 校園輕鬆散步，晚上都住在天祥家，平安渡過三天的隔離期。

### 參訪主軸

此參訪計劃的目的是促進兩個區團的認識和溝通，並且也拓展年輕團員的視野。內容包含銀青交談、故事述說、專訪、文化、藝術、宗教、科技、景觀等。

北加由大公/漢珍的「品嚐加州紅酒」揭開序幕；澤蒼/天祥介紹「百畝莊園」自然風光；鴻業/展鋒散步 Stanford 和 UC Berkeley 校園，並訪問「輔友中心」，聊聊朱蒙泉、滿而溢神父的南北加州「輔友故事」；Lulu 邀請了劉神父和王修士一起參加了天祥/澤蒼的三個加州傳教士 Mission 之旅；堅維邀請到舊金山的大律師樓，觀賞舊金山灣景色和講解了一堂「法律課程」；大公/漢珍/睿襄乘船共遊舊金山灣和金山大橋；天寶的「科技之旅」，介紹矽谷高科技和打卡著名公司，及享受永錦在家備好的午餐；樹治說「服務團的故事」；莉慧專訪明昭；聆聽於永和思靈姊說的故事；在 Zoom 上和無法親身見面的團員聊天；有兩、三晚女生住明昭、盛芳家，男生住漢珍家；樹治、天祥、Lulu、凱雯、盛芳、思靈姊 host 的晚宴；在 St. Clare Church 望完彌撒，團體合照後，飛往南加聖地牙哥，結束緊湊、豐富、生動的北加體驗。



彌撒後和美西北家人們合照 - St Clare Church

前排左起：何瑞鈺 Jack、湯明昭、張永錦、黃靚琦、陸元駿、王璽婷、陳莉慧、黃鳳梧、單曉雯  
後排：蔡慎明、李天祥、施天寶、高家琳 Lulu、王樹治、陳玲英、胡菘容、周盛芳、吳鴻業、林谷

南加由藝甲/廷俠介紹聖地牙哥地中海型氣候、海灣沙灘和墨西哥文化；搭火車北上，麗琴/正宇安排他們觀賞 Laguna Beach 的 Pageant of the Masters，並有音樂款待，合唱他們兒子 Elbert(作曲博士)譜的大風歌，參訪 Mission、美國文化的 County Fair 和 beach; 劉執事/周珣的 Getty Museum，介紹 Christ Cathedral Church 和猶太文化的 Skirball Cultural Center; 光興/浣麗的 Loyola Marymount University(耶穌會辦的)、UCLA、碼頭海灘；朱嶠/葉青/其他團員共同參加 Christ

Cathedral 的彌撒；LA Metrolink 的自由行；勇為/家葆的參訪玻璃教堂和 Palos Verde 區域，以及安排一晚旅館住宿和 host 廿多人參加的歡送晚會；治平和饒成的晚餐；士奇和元駿的幾天室友；廷俠、麗琴、葉青家兩、三個晚上的晚宴和住宿；明慧和雲門的專訪。南加所有的團員在葉青的協助安排下，幾乎都參與了這個活動！誠屬可貴！

總之，這是在疫情肆虐的情況下，南北加州的美西北和西南分團團員充分發揮“更”的精神，完全總動員來完成這個幾乎是不可能的活動！雖然成果還有待細嚼緩嚥，分享反饋，檢討改進，但是我們總可以給自己按個讚、鼓個掌，獎勵一番！此外，還衷心地感謝仁愛基金的大力贊助，和團員們慷慨捐獻各種餐敘晚宴和交通的費用，使得此次活動無後顧之憂。

### 青訪團「假確診的驚嚇」和「一字感言」分享 周盛芳

這次青訪團首次訪美，在北加的八天時間裡，我雖然沒有陪同他們參訪，但他們有兩晚在我家晚餐，另兩晚三位女生住在這裡，還有一晚一起在樹治家晚餐，而最後一天上飛機前的中餐也在我家，所以我還是有很多時間跟莉慧、璽婷、元駿和靚琦相處和交流。四位青年都非常優秀、可愛、充滿了活力和理想！在每天排得很緊湊的行程裡，他們都很快樂，沒有叫累。聽說他們一上車就睡，只留一位陪着司機講話，而一下車又都精神飽滿，把握當下，參訪、四下瀏覽、交談和問問題！

以下分享璽婷在 8/7 「假確診的驚嚇」的插曲，以及 8/15 四位青年在美西南分團歡送會上「以一字來形容這次旅行感想」的動人發言。

#### 假確診的驚嚇

8/7 是青訪團在北加的最後一天，當晚就要搭七點的飛機去聖地牙哥，早上收好行李後，天祥要大家做快篩測試，沒想到璽婷測得了陽性！同時她也有症狀，不停在流鼻水。這下大家都慌了，怎麼辦？天祥給鴻業打了電話，這時在我們家有展鋒、凱雯、明昭、瑞鈺和菘容要和他們一起吃中餐，大家都很沈重，最擔心的事終於來了！我們知道在聖地牙哥的藝甲動過開心手術，是會被傳染的高危險群，無論如何是不能讓璽婷去南加住在他家的。

等到天祥一行到時，我立刻請璽婷去她曾住的房間隔離，並要她去用主臥室的廁所，不要用外面的，因為我和鴻業七月才得過 Covid，有免疫力。但莉慧說璽婷可以在院子吃，只要用單獨一張桌子跟大家隔開就可。於是我把璽婷的桌椅放在跟大家有十尺的距離，也幫她拿了菜、水、衛生紙和丟衛生紙的筒。我有免疫力可以和璽婷接近講話並且安慰她，可是她顯得很落寞和害怕，一聲不響。同時天祥、鴻業和展鋒在房子裡商量，決定讓三人先行，璽婷留在我家隔離，但是璽婷的機票不能 cancel 因為票是四個人一起買的。鴻業也打電話去通知了在聖地牙哥的廷

俠，並詢問她的意見，廷俠說：「你們怎麼決定，我們完全配合！」明昭也說她家有一間空的主臥室可以給璽婷用，都令我們很感激。

中飯就在大家忐忑不安的心情下吃完，元駿發現他的水瓶掉在天祥家，天祥要開車回去拿，臨走前告訴璽婷再測試一次。二十分鐘後，璽婷拿著測試劑給我們看，是陰性！沒有確診！大家都不敢相信，因為有偽陰性的存在，但沒聽說有偽陽性的，測得陽性就絕對是確診。鴻業叫我跟着璽婷再去房間測一次，確認程序是正確的。璽婷告訴我她在學校天天幫學生測試，非常熟悉程序。而第二次測試的結果還是陰性！這下大家都傻了，不得不信，鴻業和展鋒推斷是第一次的試劑有問題。後來天祥告訴我們：璽婷第一次測得陽性的試劑跟其他三人用的政府免費試劑不同，形狀較大顏色也深，是有人在 Amazon 上買的後來捐給我們。天祥覺得這個試劑很怪，所以臨走前要璽婷用政府試劑再做一遍，果然是陰性沒有確診！而她流鼻水的原因大概是前一晚在樹治家後院的歡送會上聊天受了涼。至此大家又把璽婷的行李再搬回車上，並電話廷俠恢復原來行程，虛驚一場，還好沒有 cancel 她的機票。而青訪團到了聖地牙哥之後做的測試也都是陰性，一切平安順利。感謝天主！

### 一字感言—「用一個字來形容這次旅行最感動你的地方」分享

8/15 是青訪團訪美的最後一天，當晚就要搭機返台，美西南分團為他們舉行了歡送會，我們和展鋒兩家正好南下洛杉磯，也躬逢其盛。歡送會是在勇為/家葆家向海的後院舉行，面對著夕陽，和服務團家人們一起歡聚，非常溫馨美麗！

歡送會是由勇為主持，他出了兩道比賽的題目：1 列出在北加所見的團員名字，2 列出在南加所參訪的地點名稱，給兩組青年三分鐘寫出答案，列出最多的一組得勝。他又出了一道分享題：「用一個字來形容這次旅行最感動你的地方」，三分鐘思考後開始分享。

靚琦是「火」：Yosemite 的森林野火，團員歡迎的熱火，和招待我們的愛火，還有聖神光照的火，都使我很感動。感謝大家，感謝天主。

璽婷是「美」：造物的美，世界的美，家人的美，和天主的美意。這趟旅行讓我體驗到不一樣的創造，不一樣的世界，也讓我思考自己要怎樣前進和以後努力的方向，我會需要更多的時間來整理這趟旅程的體驗。謝謝大家。

元駿是「恩」：感恩這次旅行能夠認識北美團員，跟大家有近距離的接觸，和長時間的交談。感恩各位比我年長的家人們對我無微不至的照顧，使我很不好意思！這次旅行被招待完全不同於我過去帶團旅行服務別人時的忙碌、壓力和疲憊。感恩康念慈老師和台灣區團對我的關愛和栽培，感恩天主的賜予。我回去要整理出一套有系統的策略讓我周圍的年青朋友能夠多認識服務團的使命和價值。也希望更多的團員有機會來參訪。



莉慧是「豐」：豐收、豐富、豐盛！我領洗後不久就奉獻為服務團團員，豐盛是服務團給我的第一感受，天主白白的給了我這一切！我很高興這次有機會和北美的資深團員們深談，有的在團體裡已超過了半個世紀。服務團目前確實有斷層的存在，我最渴望的是繼續傳承的使命。這次的行程很豐富，很豐盛，使我豐收滿滿！感謝家人們待我們比親人還親。

以上四位青訪團員的一字分享令我十分感動，並且四個字都沒有重覆或雷同，真令人佩服！



8/1/22 歡迎青訪團晚餐



8/2/22 和總團長晚餐，聽樹治話說當年服務團的故事

青訪團舊金山一日遊 王大公

此次青訪團能在疫情持續期間，偕同天主的祝福，在大家共同努力下完成，實屬不易。其中的起伏與轉折，已呈現在鴻業的分享中。我和漢珍除了帶台灣團員登山健行，品酒體驗外，也帶他們一日舊金山遊，其中也參訪了堅維的“百萬級”風景辦公室，並在思靈姐精心安排的晚餐中結束。除了體驗舊金山城市的美麗，在與堅維和思靈姐的互動分享中，更讓團員們，包括我本人，感受到每個人在美不同的移民及奮鬥的經驗，以及信仰和服務團對他們的影響。我個人認為，這樣在異鄉真實地和資深團員交流，並融合其他宗教，社會，人文，環境的體驗，相信對所有參與的團員都會有不同的感受和啟發。我也相信，在不斷的摸索和改善的過程中，借由台灣和北美區團更緊密地互動，日後在天主聖神的光照帶領下，彼此能開展出更多合作的機會。



從左到右：莉慧、靚琦、劉神父、璽婷、漢珍、睿襄、堅維、元駿



從左到右：澤蒼、莉慧、思靈、元駿、大公、漢珍、睿襄、璽婷、靚琦



## 二、生活分享

### 歡迎新成員 Nico 樹治

雖然已經是兩個孫女的爺爺，最近又多了一個外公的稱號，女兒上個月產下一個男孩取名 Nico。我們都非常歡迎新成員，只是外婆更忙碌了一些，附上一張照片，看看可愛的寶貝！



### 初為祖母 楊開敏

初為祖母的我，抱著這小小的嬰兒，他這小小的生命，本身就是一個奇蹟，他五官端正俊美，身體雖然很小，但所有的肢體都長在正確的位置上，形成了一個充滿生命力、健康、近乎完美的小嬰孩。而且這個生命要不斷的成長，不斷地按照創造他的天主的旨意發展，在他內有無盡的寶藏等待一天天的展現，願這個小生命不停地彰顯天主的真善美聖為光榮我們的天主。

回想三十多年前，我也抱著一個小嬰孩在懷裡，那時是初為人母，正進入在生命中不同的階段，因為生命的經驗有限，自己跟著孩子與周圍的人事物一起成長，當時實在看不明，也不清楚人生究竟為何？就





這樣糊里糊塗，但也盡心盡力的走了這一段生命的路程，戰戰兢兢，全心依賴天主一切也算平安的度過了。

如果我把人生規劃成三個階段，現在的我正處在這第三個階段中，回顧人生種種的起起伏伏，各種的誘惑，和自身的軟弱，生命中的酸甜苦辣，在在都是信賴天主的仁慈與祂對我的愛，一步一步的陪伴著我，支持著我，才能順利平安的到現在。在這第三階段當中有一件非常重要的事情，那就是好好的準備回天家的路程。全心的信賴天主，我相信也知道，祂一定會平安的帶我回天家。

再次，看著我懷中的這個嬰兒，我的孫子，他真是又可愛又親切又似乎很熟悉，因為一個新的生命正在展開，我全心的祝福我兒我孫，願你們在天主的恩愛中，不斷的成長，一路平安，更要記得用你們的生命光榮我們的天主。

### 九月朝聖之旅 湯明昭



自從十年前聖荷西華人教會開始兩年一度的歐洲朝聖，吸引越來越多的教友參加。兩年前的疫情暫停後，我們從 2018 等了四年才終於成行。

九月六日在德國慕尼黑附近 Oberammergau 小鎮觀賞已演出四百年的「耶穌受難劇」當時黑死病橫行，以演此戲求免瘟疫。特色是劇中演員都是當地居民、警察、老師、店員等，以至我們入住的旅館人手不夠，就因員工去戲院合唱團唱歌了。此劇經歷多年演出，台詞想必修改至爐火純青，我們雖聽不懂德文，但有英文說明書，對照之下，感到時而針鋒相對，時而詼諧有趣。例如耶穌有句台詞：

When I am weak, then I am strong。明明是聖保祿的名言，放在祂和門徒的對話，真是再恰當不過了，可惜「時差」不饒人，才下飛機第二天，難免呵欠連連，無法全神貫注 5、6 小時的劇情。劇中血腥暴力

場面不多，以對話和歌唱取勝。耶穌勸人悔改，以十字架苦刑捨己救人的偉大情懷，不斷迴盪在觀眾心中！

接著我們參訪了名聞遐邇的新天鵝堡( Disney 城堡依它為範本而建)，前往以聚集隱修士聞名的瑞士 New Einsiedeln，有一尊黑色聖母像保護教友的奇蹟不斷(當年拿破崙大軍攻至這裡，劫掠未成)接著到風光綺麗的琉森 Luzern，再搭乘齒軌火車登上歐洲最高的少女峰，飽覽雪原冰河美景。繼續前行到德國黑森林的蒂蒂湖泛舟，溫泉鄉巴登泡湯，萊茵河遊船，科隆大教堂參與彌撒。9月12日到比利時巴納聖母朝聖地 (Our Lady of Banneux 又名貧窮聖母)。這裡沒有華麗的教堂，只有幾座樸實的小 chapel。有幸請到退休返國高齡 91 歲的韓德力神父主祭。他過去四十年默默耕耘中梵關係，備嘗艱辛，令人敬佩！

9月14日經過阿姆斯特丹機場混亂無比的安全檢查，才突破重圍，飛愛爾蘭都柏林，再到歐洲三大聖母朝聖地之一的 Knock。1879年愛爾蘭受到天災人禍的侵擾，15位村民在風雨晚上，同時看到聖母、聖若瑟、聖史若望、十字架、羔羊一起出現，輝煌燦爛有如白晝般的天堂景象。聖人們不發一語，但肯定了對愛爾蘭信友的祝福，羔羊代表耶穌捨身奉獻。聖堂內有幅巨型壁畫，栩栩如生緜繪當時情景，令人悠然神往，心靈淨化。



比利時 Banneux 貧窮聖母朝聖地，沒有華麗教堂，只有小 chapel

## 從「海岸山脈的牧者」說起～ 李培德

屬於教會之一的 line 群組收到「海岸山脈的牧者」紀錄片的集資計劃，在問卷中，他們是這樣寫的：

這部紀錄片想讓台灣記得，曾有一群外國來的「台灣人」用真情深愛著這裡的一切。他們從人世間的無常與困苦中看見自己一生的責任。「巴黎外方傳教會」和「瑞士白冷外方傳教會」會士們不僅扶弱濟貧，更帶來許多現代化的建設。你曾聽聞他們的哪些事蹟呢？

- A. 安德啟智中心
- B. 台東聖母醫院
- C. 公東高工
- D. 儲蓄互助會
- E. 我都沒有聽過, 但想繼續了解他們的故事。

填寫問卷的同時，我非常感動～有一群人願意為這群牧者紀錄他們美麗的生命。一直以來，天主教對自己本身的宣傳低調。導致許多人對我們的誤解和缺乏認識的動機，如今有團隊願意突破現今社會大眾的思維，這個理念是值得鼓勵和推崇的。

當我把這個紀錄片問卷和簡介在 CSC 大群組中分享，馬上得到不少兄姊的回應；有的告知已填寫問卷，但是要觀察其動機和後續發展；有幾位兄姊及時善意提醒～對攝影團隊的背景要清楚，不要被「利用」。甚至還有熱心的姊妹對「募款」和「集資」做了分析。從這些回應上，除了感謝，也反映出需要先被鋪陳的步驟。

只是……在提醒之後，我們能不能放「更」多的心思在這件有意義的事情上？

現今社會講究速度、效率和包裝。紀錄片會是一個有效率教導和宣傳方式。基督教製作許多影片，點閱率超出百萬的不勝枚舉。天主教的寶藏無窮，卻無法取得共鳴。「海岸山脈的牧者」所取題材，對修士神父修女們的無私奉獻和愛人愛主的大愛故事，對現今充滿暴戾、抹黑、自私和仇恨的社會無疑是個正面提昇的清流。如果藉著紀錄片留下他們在許多人生命中美好的足跡，也就如影片中所言「這些牧者信念的力量，讓貧瘠土地開滿了花而也在那一刻起，在人們的心田裡將有一塊永遠的留給了這些牧者」。祈望這美好的願望能成真！祝福大家！





## 與賴月華姊妹「支持年輕兄弟」的那夜 李思靈

當年，還沒有「基督服務團」這個名稱的時候，大家只稱為聖母會的時候（我還沒有加入）大多數開會，都是在耕莘文教院。文瑞那時候大專同學會的專任祕書。我在台灣唸師大的時候，只去過師大圖書館一次，因為那邊有蚊子，之後改去耕莘文教院自習室溫書。從師大後門走去耕莘文教院並不遠。

不記得是哪一年，聖母會開會，文瑞也常邀請我去參加。但我並不是每次都去，有次參加開會，有在僑大先修班從印尼來的男生，在開會的時候抱怨鄭爵銘神父去世後，沒有人關懷及支持他們…後來又聽到同樣抱怨的話題。文瑞告訴我這些男生都是被鄭神父寵慣了的學生。我不認識鄭神父，也不了解情況。發話最多的應該是葉鼎祥，年代已久，可能名字弄錯。不過後來在中華航空的貨運部工作的那位，那次這位弟兄開會時連連抱怨，大家不支持他。那時他準備出國（前往寮國）他的老大認為他是孤零零，沒有支持關心他的人。那時賴月華已畢業在教書，她開會時只是聆聽很少發言，那次她很安靜剛巧坐在我隔壁，聽她的學弟發牢騷… 抱怨聖母會的兄弟姊妹沒有人支持他…後來月華姊跟我彼此相看，忘記是她還是我說：怎麼樣？要不要去支持？當時我們的了解是去見主持這位弟兄出國的老大，忘記我們兩人誰說：我們兩個表示支持這位弟兄，一起去見他的老大。月華姊是非常溫順和藹可親的女性，我們兩人彼此作伴，其實也很大膽跟著這位弟兄去見他的老大。

地點是這位老大當時住的地方，這位弟兄也在那裡住，原來是間台灣小旅店，進去是走道，兩邊有一間一間隔板牆的房間，走道有暗暗的燈光。我們被葉鼎祥帶到哪兒，他很興奮帶我們走到他老大的房門大聲說：老大我的朋友來了！他的老大出來，有點尷尬，因為他是穿著內衣背心出來，看見我們這兩個女生斯斯文文的，連說：歡迎！歡迎！並著月華姊和我住在對面的房間，我們進了房間，空間很小，有一張床，一把椅子及書桌。我們看了一下四周，我小聲說：這麼髒，別碰床和桌椅，我倆站在房間中間，不知如何是好。後來我請工作人員拿一張所謂「乾淨被單」給我們，我們鋪在床邊坐下，一直坐到天亮，第二天一大早就離開。我對月華姊說我們支持了他，以後耳根可以清靜了。月華姊笑笑點頭，之後在開會的時候，鼎祥果然不再提起團裡「不支持他」之事。月華姊和我再見到他，彼此相望，她只是微笑，我卻會理直氣壯告訴他：我們（團裡）有支持你喔！他會笑著點頭。

這是我與月華姊兩人唯一的一次，幫團體去支持這位弟兄，後來我們沒有鼎祥消息了。

多年後，鼎祥曾來美探望過我一次，並告訴我他在中華航空公司的貨運部工作。我提起當年，少年不更事，月華姊和我支持他的那段往事，他連笑搖頭並說謝謝！我還是那句老話：我們有支持你喔！

這是我唯一的一次和月華姊有近距離的接觸，那夜之後，雖然沒有和她有任何聯絡，然而接到她被蒙召的訊息，有些失落。她溫柔可親，體貼他人也很有愛心，說話輕聲細語，難忘她的溫馨！

後記：

今天下午（10/5/2022）接到燕萍姊的電話，我提起與月華姊支持葉鼎祥之事，燕萍姊催促我寫出來與大家分享。

\*\*\*那位有葉鼎祥弟兄的近況？

### 三、靈修分享

艾立勤神父談「安樂人生」 明昭

1. 艾神父開宗明義說：人的生命是天主的旨意和禮物，不可殺無辜的人是天經地義的。但是人本主義主張人生是追求快樂，因此自作聰明包裝了安樂死為仁慈讓病人死亡，其實缺少天主的智慧。
2. 安樂死以「生命品質、減少病苦、生命自主」看似冠冕堂皇的理由，混淆視聽。例如德國曾以優生學為目的殺死畸形兒、屠殺猶太人，令人髮指。
3. 自願安樂死，否定了病人在最後階段與主建立良好關係的機會，而且導致不自願的安樂死。例如荷蘭有些老人選擇到別的國家度過餘年，以免被安樂死。
4. 安樂死是不必要的，可以選擇適當照顧的「安寧療護」。
5. 拒絕「不相稱」的醫療（如氣切等，只是延長死亡，不是延長生命），不等於自殺，而表示接受人的限度，接受自然死亡。
6. 臨終的豐富性，超越醫學的範疇，重要的是保持清醒，做好面對死亡的準備。
7. 死亡與逾越奧蹟結合，增加死亡的神聖性，使我們不再悲傷絕望。

意識省察 - 改變一天的 15 分鐘祈禱 何瑞鈺

第一組報告

21-28 章

二十一 當我對最小的弟兄中的一個做時

「凡你們對我這些最小兄弟中的一個所做的，就是對我做的。」

檢討每天遇見的所有人中，誰是最被邊緣化的人？最脆弱的人？最難相處的人？

主的寬恕。有些時刻看似舉止恰當，為此我感謝上主。

在面對這些最小兄弟的時候，除了去為這些人做什麼外，更重要的是，為的這些人天主召叫我要成為怎樣的人，天主對我的召喚可以有落實的力量。

## 二十二 反感、激勵、渴望

回顧一天的生活，求主幫助我看到哪些時刻，對某人或某事存有反感。

今天什麼時候發生了這樣的事？我遇見的什麼人讓我覺得討厭、恐懼、憤怒、厭惡？我跟天主談談這些事。求主的寬恕、建議及治癒。

再回顧今日的生活，求天主幫助我看到：什麼時候自己受到激勵，想去做一些好事，或是想要成為高尚的人。今天是否發生了什麼事情，使我充滿了善良、神聖的熱情與溫暖？為我曾經所遭遇到的這些時刻感謝讚美天主。

再一次回顧今天的生活，求主幫助我察覺到那些內心充滿偉大渴望的時刻。偉大的渴望，是只想去從事一些聖善的事情，以及想成為一個聖善的人的願望。它們是天主種在我們心裡面的渴望，最終是對信、望、愛的渴望。今天有沒有這種渴望的時刻。我想像自己的未來，充滿天主的臨在和信、望、愛呢？為這樣的時刻感謝讚美天主，聆聽天主的回應。對天主的任何回應保持開放和接納的心態。

回顧一下，有關於反感、激勵和渴望的三樣反省。三者之中，哪一個讓我感到最受啟發或最受感動？此刻自己所感受到的情緒中，最主要的是甚麼？和天主談論當下的感覺，聆聽天主的回應。我只是安靜地坐在那裡，沉浸在此一神聖時刻的福分中。

展望明天，天主是否具體召喚我去做什麼事情呢？明天我受召成為一個怎樣的人呢？

## 二十三 天分與弱點

這個省察將會幫助你反省自己「手中擁有的撲克牌」；換句話說，就是自己獨具的一套天分和弱點。

在今天的生活中，注意到其中良好的特質與不那麼良好的特質。我問天主：我的「王牌」是什麼？是我的聰明才智？耐心？幽默感？熱情？彈性？適應力？節制？



感謝天主讓我擁有這些禮物與才華。向天主問：我的「弱點」是什麼？過於嚴肅？沒有耐心？過分敏感？靜不下來？焦慮？害怕自己的情緒？頑固？被動？懶惰？自我中心？低自尊？過於在意自己的成功或是聲譽？求天主幫助我面對自己的這些弱點。如何運用我手中的撲克牌；我如何運用王牌好讓眾人獲益、如何減低弱點的影響。我要盡可能具體地這樣做。

## 二十四 意外！

求天主讓我看到：這一天發生了什麼負面的意外。它可能是一件大事，例如失去了工作，或是到急診室。也可能是一件很小的事，例如天氣不好，影響心情，或是感到被朋友冷落。注意一下自己的反應，包括內在的，與外在的。為任何不是來自天主啟發的反應，求天主的寬恕。為那些來自天主的反應，感謝祂。

求天主讓我看到：在過去這一天的生活中，所發生最大的正面意外。它可能是一件真正的大事，例如：通過了一項重要的考試；或是一件實在很小的事情，例如一起床就有個好心情，或是意外得到同事的讚美。

在祈禱式的想像中，注意一下自己的反應，包括內在的，與外在的。為任何不是來自天主啟發的反應，求天主的寬恕。為任何來自天主所啟發的反應，感謝祂。

求天主幫助，讓我渴望去營造一個令人驚喜的時刻。試著在自己內心對此激起興奮之情，想像這番驚喜將結出的善果。

## 二十六 內在隱藏的真相 瑞鈺

或許你像我一樣，在任何時候，生命中總有一些小小的真相存在於意識的層面下，就是那些你沒有認出來、或是沒有承認的事物。就我來說，這些隱藏的事實通常是（但不總是）痛苦而難以接受的真相；又有些時候，它們是在生活中所發生的一些值得慶幸的事，但卻因為生活忙碌，也沒能適度的慢下來，以至於未注意到它們的存在並予以正名。這個省察就是要試著深入我們的思想、情緒、行為、動機，揭開一兩個尚未發覺的隱藏的真相。

在開始這樣做之前，要記住一件事：有時要讓那隱藏在我們內真正重要的真相浮現到意識層面來，是一件困難的事情，而且它們會抗拒所有企圖這麼做的嘗試，有時自己也很不願意承認，某個真相已存在於我們心中。在這些狀況中，你的心理會試著讓你分心，不去注意它；或是，讓一些較不具有威脅性的內在真相浮現出來，讓你把省察時間都花在它們身上。當我幾次在省察的時候，我內心隱藏的真相－害怕死亡總是隱藏在心裡面，我擔心親情不再，對親情的失去感到害

怕。我留意自己在向天主陳述時，感覺到害怕的情緒，當我向天主提起這個真相時，心中感覺到最強烈的情緒是害怕。如果把這個情緒加入跟天主的對話之中，讓自己花一點時間停留在這個情緒中，繼續把這個真相，以及隨之而來的情緒一併呈現給天主。

## 二十八

## 選擇生命

## 永錦

每次我在撈游泳池的落葉時，如果看到小蟲子落入池水中，我都會趕快將他們撈起來，放在花上，救一命。前兩天開車時，發現左邊的後視鏡上佈滿了蜘蛛網。而網上還黏著一隻不停掙扎的蜜蜂，為此，在停在紅燈時，特別搖下窗把它給放飛了。但昨天當我發現撈起的落葉中竟然有一隻超大的蟑螂還活著。驚訝之餘，我就直覺的以在台灣對付此「惡蟲」的經驗來處理：一手抓它的頭，一手抓它的尾，把它分屍。結果連頭帶肚子內的腸子等全被拉了出來。當我把它丟在草地上時，它的六足還在不停的抖動著。頓時我覺得自己好殘忍，好殘忍。

我自問：全是天主創造的，為什麼厚此薄彼呢？是因為有益蟲和害蟲之分嗎？什麼時候開始我依循這種判斷來行動呢？是因為與我有利則存，犯著我的就得亡嗎？現在我又為什麼開始懷疑這樣的判斷太武斷，太片面，太殘忍呢？而且對小小的昆蟲是如此？我對人也是這樣嗎？

## 第三組報告

我們把一部分組員的閱讀心得在此跟大家分享：

23-28 章

蔡凱雯

### #23 「天分與弱點」

「天分與弱點」的省察幫助我了解自己的天分和弱點。看到天主賜予的天分可以在實際生活中發揮作用，造福人群，真是感恩。至於自己的弱點，我覺得如果能在天主的光照下，好好改善、補強，不但可以減低它的影響，甚至還可以將弱點轉化為優點，讓自己的潛能獲得充分發展，愈顯主榮。

我相信大多數人對於自己與生俱來的長處及短處大概都有一些認知。然而真正能讓我們靜下心來好好想一下自己的優點或缺點的機會可能不多。意識省察二十三給我們一個機會認真的看看自己的優點及缺點。為我發現的優點，我真心感謝天主，並祈求天主聖神能幫助我記得要盡量

發揮這些優點去幫助別人，服務社會。至於缺點，我也祈求天主幫助我能夠改善它們，如果無法改變，那麼就祈求天主幫助我能善於控制，不會因為那些缺點而在無意中傷害了別人。

## #24 「意外！」

我對負面意外的反應是非常重要的，先必須冷靜下來後好好思考應如何面對，祈禱一下求主指引我，要好好求祂，必會告訴我怎麼做，虔心的領受，盡力去完成，事後別忘了感謝天主及協助我的家人和朋友。

以前，正面的意外常會帶給我驚喜，負面的意外也會讓我沮喪、難過，影響我的心情。自從做神操以後，我發現自己面對意外的態度逐漸有了改變。在「意外」的省察過程中，天主使我想起聖依納爵的「平心」和聖保祿的「天主使一切協助那些愛他的人，就是那些按他的旨意蒙召的人，獲得益處。」（羅 8:28）

「平心」提醒我不要被一些固執的想法或慾望捆綁，而要以更大的自由去聆聽天主的聲音。保祿的教導則使我見識了天主的美善寬仁與奇妙化工，尤其是當他面臨挑戰和艱難處境的時候。我相信日常生活中的意外，不管那是正面或負面的意外，所有的事情都是互相效力，是為我的好處。所以在發生正面的意外時，我會懷著感恩的心，將它視為天主白白的賞賜；在發生負面的意外時，我也要懷著希望，效法基督的榜樣，讓祂帶我走向在主內更深的生命。

## #25 「為了…我感謝祂；為了…請寬恕我；幫助我…」

我覺得我平常在作省察時經常就是經過省察 25 所建議的三個步驟來進行的。我們就是在省察祈禱時，先感謝天主的賜予，再為自己的過錯祈求天主的寬恕，最後再尋求天主的幫助。我覺得這是非常有幫助的。因為如果我能經常思考我每一天應該感謝的事情，以及必須要求天主寬恕的事情及尋求天主的幫助，我們應該就是朝著成聖的道路一步一步的走下去了。

「為了…我感謝祂；為了…請寬恕我；幫助我…」的省察讓我有機會在日常生活中與天主分享自己的喜怒哀樂，體驗祂的仁慈與愛。我一方面為自己領受到的喜樂感謝天主，另一方面也省思心中覺察到的擔憂、不開心，祈求天主的寬恕與治癒。最後，再跟天主傾訴將來可能面臨的挑戰，祈求祂指點迷津。這樣不只是回顧過去、把握現在，也為明天做好準備。生活中有天主同在，真好！



## #26 「我最大的恐懼」

每一個人在生命不同的階段都會有不同的恐懼。省察 26帶領我們勇敢的找出自己內心最大的恐懼，並且去面對它。我相信不管我們最大的恐懼是否是合理的還是非理性的，最重要的事就是要知道不論是什麼情況，天主永遠跟我們在一起。能夠全心信任祂，一切困難都可以渡過的，因為全心信賴及倚靠天主就能使自己有勇氣及毅力，得到內心的平安。

-----

在「我最大的恐懼」的省察中，感謝天主幫助我找出了內心深處最大的恐懼。在祈禱中，我把所有的害怕與不安都交託在天主手中，讓祂掌管帶領。然後，花時間靜下來，保持靜默，直到內心的動盪平靜下來。經過長時間與主安靜的同在，我內在的眼睛開了，漸漸可以看到天主正在為我做什麼，以及過去祂為我做了什麼。當我睜開雙眼時，我發現自己的視野改變了，開始以新的眼光來看待這世界的一切。天主就像在黑暗隧道盡頭的那道光，帶給我平安、勇氣與力量，使我不再害怕，跨越了恐懼，走向愛。展望明天，因著對主的信賴，我將以平靜和正面的心態，勇敢地面對和接納那將要來臨的一切。

## #27 「你說我是誰？」

這個省察的重點是問問自己「整天下來，就我而言，耶穌是誰？」

來到我心中的意念是：救主、恩師、慈父及朋友。我覺得在生活中祂真的是我的依靠，任何大大小小的事情都可以跟耶穌敘述、求助或分享。祂可以幫助我，指導我，安慰我，分享我的快樂與悲傷。所以認識耶穌，信靠祂，追隨祂的人真是有福啊！

-----

在「你說我是誰？」的省察中，我反覆省思耶穌在路加福音中問門徒「你們說我是誰？」的經文。回顧一天的生活，試著以宏觀的角度來看自己與天主的關係。整天下來，就我而言，耶穌是救主，也是最好的靈修導師。

一個月前讀到聖奧斯定有關「基督是我們最好的靈修老師」的論述，對沒有神師的我來說，這真是一大福音。他不但讓我把眼光從人的身上轉向天主，而且激勵我，在忙碌的生活中，每天還是要盡可能抽出時間，懷著渴望的心，在靜默中向基督學習，讓祂塑造我。安靜地尋求主的臨在與祂建立美好的關係，從此成了我的靈修日常。感謝救主耶穌良善寬仁，體恤我的軟弱和不足，今天竟以神來之筆化解了一直困擾我的難題。默觀天主的慈悲與愛，心中充滿感恩之情。

展望明天，希望耶穌能繼續引導我走這深入內心「發現自我，朝向天主」的旅程，使我能找到真正的自我，也找到天主，並與祂合而為一。

## #28 「選擇生命」

以祈禱的心情慢慢地誦讀「選擇生命」的經文，回顧今天的生活，我確信自己選擇了生命——在主內豐盛而美善的生命。在聖神的帶領下，我的生命是朝向善發展。我為內心所感受到的啟發感謝、讚美天主。在祈禱中我想像明天的生活，那將會是朝著謙卑、克己、超脫世物、愛天主、愛近人的方向努力。它感覺起來會像是活出天主子女的樣貌。願天主祝福我，使我的承諾能早日實現。

---

今天選了走向聖善的生命。凡事都是天主的恩賜，我生活每分每秒都是要遵從天主的旨意，凡事都要 心中有主、務實、與主合作。做到一切的事情都是為彰顯主恩、主榮。