

美西北分團

王大公

(一) 團體活動

文藻外語大學莊慧玲校長來訪 吳鴻業

慧玲參加完德州的學校活動之後，來訪北加州，二月十一日參加 St. Clare Church 彌撒和中國新年慶祝活動後，便和美西北分團餐敘。聊到文藻師生的成就和招生的挑戰，並贈送參與餐敘者文藻的新年紀念金幣卡片，一面鑲著金幣，祝賀 2024 新年快樂！並印有「龍騰雲海鍾靈地、文啓藻園毓秀人」的騰龍圖字，另一面則是印著 St. Angela Merici 的聖言“Have hope and firm faith in God, who will help you in everything.” 的精緻設計。大家在一起享受了一頓溫馨晚餐的聚會。



美西北季會

美西北分團二月十七日在輔友中心舉行，共有十三人參加。總團長樹治報告本季造訪台灣，參加樂銘董事會，拜訪文藻斐德和麥修女和孝愛之家，聽了憶蘇 Y 'Online 的介紹，見了聖峰員工，並看望謝詩祥神父榮譽團員和李克勉主教，獲益良多，有利團體活動的推動，實是一個豐富之旅。

區團長堅維報告 2024 年真福青年和服務團的青訪團都將訪美，前者是由大公，後者是由天祥主持，美西北將和美西南分團協調參訪事宜。並報告區團將於 6/11 用玫瑰經和彌

撒方式在線上紀念鄭爵銘神父逝世六十週年，由姜神父主祭。至於紀念鄭神父的文稿和分享則將在各分團舉行。

分團長大公報告將用一次季會來練習靈修交談。今年的讀書會將和研讀大風一起做，團員會分組在 Zoom 上分享心得，二個禮拜一次，四月底時交鄭神父紀念文稿。

季會後依照慣例，大家和輔友三位學者吃餃子餐，以及各家帶來的佳餚，一起慶祝中國農曆新年，飯後樹治講輔友成立的歷史，他和天祥都是當年 (1987) 參加服務的大元老。學者們也分享他們來此深造的課題，大家聊得很盡興，度過了一個愉快的夜晚。



從梵二文獻看鄭公精神 湯明昭

翻開紅色厚厚的《梵二大公會議文獻》，第一部分：教會「教會憲章」第四章「論教友」：「教友要以福音精神，執行自己的職務，好像酵母，從內部聖化世界。以生活的實証，反映出信、望、愛三德，將基督昭示給他人。」此外，「為使天主的救世計劃，盡量接觸到每個人，全體教友都有參與教會救世的崇高使命！」

我是梵二後領洗的，不清楚梵二之前教會在「聖統制」的情況下，教友是否很少參與教會事務？好像聽說教會事務都是神職人員說了算，小教友只需遵守教會四規，就盡了本分，哪會想到傳福音，拓展世上的神國？那些被認為是神父修女的事，與自己無關，也從未在意，因而梵二被稱為「古老的教會終於打開了一扇窗，讓新鮮空氣進來。」

感謝明慧整理了五項紀念鄭爵銘神父逝世六十週年撰稿重點，其中提醒我梵二之前，鄭神父最先知先覺的思想是什麼？我覺得是鄭神父喚起教友的「教會意識」。在《大風》書中，鄭神父一再大聲疾呼：「響應基督的號召」，「訓練猛士的四階段：革新、動員、戰鬥、凱旋」，「教會興亡，教友有責」，「興教建國」... 等等，都是先從心理建設開始，讓青年學生養成「我是教會一分子」的觀念，才能回應耶穌的殷切召喚，成為守四方的人。雖早已過古稀之年，力不從心，貢獻不多，但是總還知道努力的方向。何其有幸，加入服務團四十多年，與一群志同道合的好友切磋砥礪，守時簡樸，仁愛互助，怎能不感謝讚美上主？

再讀大風 張永錦

今年適逢鄭公逝世六十年週年，巧的是也是我受洗六十年。雖無緣親聆他的教誨，但讀他的話語，熱血沸騰一樣振奮。做為基督服務團的一員，基督的精神要向四周廣傳，而服務的行動是永不止息的。

我覺得鄭公的《大風》道理集，講得太精彩了，反覆讀之，收益良多。現在是四旬期，我用第六講一死亡（p.63）這一篇來舉例。他用一個名貴的景德瓷器來作比喻。質明如鏡，細薄如紙，聲清如磬。讓人愛不釋手，價值連城呀！可惜一旦摔在地上碎了，便被掃進垃圾桶，一文不值，就沒人要了。而人不是比這瓷器更貴重，是天主最名貴的創造。無論你多美麗、多有才華，多有智慧，擁有多大權勢地位，一旦死了，還能抓住什麼呢？沒幾天就臭了，再心愛的家人，只能捂著鼻子，叫人快快抬出去埋了。鄭公把殘酷的死亡真象，描訴的太貼切了。在我讀《蠟柱》（p.10），也提到鄭公從小唯一的遺憾是他一直身體健康

不佳，鄰居戲稱他「活半年」。聖依納爵所提的健康與病痛，鄭公把自身疾病也拿來用在福傳上，能用多少用多少。他用盡全力毫不保留的給，看他書，聽他言，有如當頭棒喝。能不清醒嗎？鄭公又用信仰的角度提醒我們，死亡不是全然可怕的，也有其可愛的一面，那就是天主對我們的愛情，耶穌十字架的犧牲，祂的寶血澆灌，透過祂的死亡復活，我們死了也能復活。這是多大的恩寵呀！以前不懂耶穌的救恩，難怪過復活節時，對耶穌的死不慟，對耶穌的復活也不感動。看了大風再次加深靈修。鄭公離開我們雖久，但他的話語都是指向吾主耶穌基督的真理。讀後內心充滿著感謝。

祈願鄭公、單樞機、賈主教、宇恭神父在天佑我。今後要過一個不同以往，有滋有味的復活節。並用服務來「以愛還愛」報主恩。

(二) 靈修分享

艾立勤神父講座「一夫一妻制」(1/20/2024 於聖荷西) 周堅維

- 年輕人要有絕對犧牲的精神。要有相互自我犧牲的愛。婚姻意味著「成為一體」的、深刻的身體和精神的結合，而非兩個獨立身體的愛戀。人離開父母和妻子成為一體，如此方能達到一個文化較高的程度。
- 最低層的文化性狀態，會允許婚前性行為和婚外性行為完全自由。一個富有生產力的繁榮的高度文化，就必須實施一夫一妻制。
- 一個社會的文化，無意識的是由每一代，由上而下，一代一代接受的傳統、培訓和教育所形成的。在我們的後原罪世界中，成為一體將需要自我犧牲的精神、道德、經濟和父母的統一。這意味著家庭淨化和成聖的過程中，需要有美德和紀律的成長。此外，更需要相互自我犧牲的愛。這種彼此的自我犧牲，對孩子們來說，尤其是不可或缺的。因為婚姻的主要目的是為了繁衍後代，而絕對的一夫一妻制，可為社會帶來較高的文化和經濟水平。在一夫一妻的體制下，社會的經濟普遍提升及社會的繁榮。然而，經濟的好轉卻引來道德的敗壞，進而引起人們背離一夫一妻的原則，而導致經濟的衰敗，社會的頹廢。所以一夫一妻制是社會文化、經濟興盛的基礎。

慕道班感言 吳興民

「天主之母聖瑪利亞，請為我們祈禱…」復活夜的彌撒，聖詠團領著教友唱「諸聖禱文」，我看著九位候洗者站在祭台前，他們即將接受洗禮，皈依主基督。我內心感謝天主讓我參與他們這段求道的過程，也感謝許多教會弟兄姊妹的付出。我想到古偉業常在查經分享時提到的一句話：It takes a village to raise a child。同樣，陪伴慕道友需要整個堂區的投入，這雖看似沉重，但只要大家盡一己之力，天主的祝福自在其中。

* * * * *

去年暑假，前任慕道班的負責人在祝聖為執事後，請我考慮接替這項工作，明昭姊也再三鼓勵我。雖然我擔心自己未曾接受過教理培訓，對於慕道的流程也一知半解，但在祈禱中似乎聽到聲音要我放心地去做，再加上我們有位對傳福音非常有熱忱的本堂神父，我就大膽地接受了。我想我只需做好協調聯絡的工作，其他的自有天主照料。

長達六個多月的慕道課的工作，對新手上路的我有相當的挑戰，只能邊走邊做邊學。原本預期會是困難的事，都在天主的看顧和教友們的支持下一一解決。

- 慕道友在哪裏？這是慕道班開課前最令人擔心的事。但在慕道課的四個月前，我們教堂辦了第一次的「啟發之旅」(Alpha，相當於慕道先修班)，帶來了慕道班的基本學員，這必須感謝全力推動「啟發」的神父和教友們。
- 在疫情中，慕道課轉換到 Zoom 上已經三年。我們認為讓慕道友親自來到教堂，面對面的接觸教友是相當重要的。我們選擇了 Hybrid 折衷的方式進行，兼顧現場和需要在家上課的慕道友。這雖然增加了一些準備工作，但為慕道友提供了某種程度的方便，也沒有造成現場上課人數太少的清況，平均有超過七成的慕道友在現場上課。Hybrid 上課的執行也相當順暢，這要歸功於疫情間教堂網路的更新，以及大家多已熟悉線上會議的操作。
- 課程的內容多由本堂神父制定，授課的老師也都慷慨地接受邀請（包括我們的團員，展鋒和樹治），他們各有不同的風格——有的能說故事，有的談生命經驗，有的可以清楚的講授教理，有的可以生活化的談十誡，儘管風格不同，但都是以同樣認真的態度來講課，讓慕道者看到基督在他們身上展現出的多面性。一學期的慕道課下來，讓我深深體會到，知識性的傳授是短暫的，信仰的見證才是持久的。

* * * * *

今天復活節，新領洗的教友已開始他們基督徒的新生活。祈願主基督的保守與恩寵，讓他們在教會中繼續得到生活上的陪伴以及靈魂上的滋養，阿們。



Alpha 啟發籌辦感想 郭漢珍

啟發？啟發！天主自有安排。

因為小兒子在高中的最後一年及申請大學的緣故，從去年上半年就一直有著心理準備去年的下半年跟 2024 年的上半年會持續緊張的心態，家裡也一直處於備戰狀態，以因應不時的地雷爆發。除了接了仁愛基金和兒子高中的義務工作，並不打算讓自己把時間排得太緊。但我的計劃並不見得是天主的計劃，拗不過教友的軟硬兼施，再加上自己幾個星期的分辨，終於還是答應了與另外兩位教友共同主辦 2024 年的 SJCCM 的啟發活動。

今天想分享的是：天主自有安排！

活動籌辦前幾週必須招募很多義工，招募情況不是很順利，我馬上祈求天主幫忙招兵買馬，我厚著臉皮到美西北 Line 群組嘮嘮叨叨的寫一些東西，在很短的時間內由樹治總團長帥先報名義工，明昭、菡容、盛芳、鴻業、堅維、樂芬及玲英姐先後都報名了，我簡直感動的痛哭流涕，連忙感謝天主讓我兵強馬壯，並急忙在 Alpha 群組裏炫耀我的服務團靠山有多強。心上一塊石頭終於落了地，便繼續忙於籌備。

又過兩個星期，我被告知廚房組太累了又吃力不討好，也不知道要準備什麼菜，所以沒有人要負責，傾向每週訂外賣來辦這次的啟發活動，我心想既然上一屆的啟發活動得到最多正面反饋的是餐點，便不應該把餐點換成外賣。於是自告奮勇決定我來負責廚房餐點組，並且決定八週讓不同的人準備餐點，大家就不會太累了。隨即打電話給盛芳，請她做一個她有名的拿手菜獅子頭，其實心裡有點過意不去，每次有事第一個都是找盛芳幫忙，盛芳沒有猶豫立刻答應我，我吃了一顆定心丸，之後就像小孩碰到困難時著急趕快回家找家人幫忙一樣，又到美西北 Line 群組裡去呼喊一番，結果在輔友餃子宴上又收到堅維與樹治的回應，願意各負責一週的主菜，更感謝明昭，由於她的撮合，媳婦 Martina 和女兒

Angela 共攬下了三週餐點。我晚上回家的路上因為搞定了六週餐點而笑得合不攏嘴，多虧了我可愛的家人啊！

我感謝天主總是回應我，寵愛我，我也慶幸自己是服務團團員，有著超強家人當靠山。有天主，有家人，我相信 2024 SJCCM 啟發一定能圓滿成功。

(三) 生活分享

開心之旅 李培德

2023 年十月份，我和昌宇返台辦事；原本預計停留十天，因事情兩天就處理完畢；我們決定就個人需要，做個身體檢查。返台之前，昌宇提到在散步時常覺得胸悶，有時伴著頭痛；我們告知台灣的家庭醫生，她遂開始列出專對心和腦的系列檢測；檢測報告顯示昌宇頸動脈狀況和五、六年前檢查結果差別不大，於是開始做心臟血管測試；心臟內科醫生建議先試心臟血管顯影 (Angiogram)，才能清楚瞭解血管阻塞的情形。結果出來，醫生告知三條血管皆鈣化嚴重，原本預期入置支架的計劃，恐會讓血管爆裂，如今唯一方法是做繞道手術 (Bypass)。由於鈣化嚴重，醫生建議儘早動手術。基於對手術後的護理、復健等考量，我們決定還是返回美國接受治療。

在台灣的各种檢測，使我們返美日期延至十一月中。由於馬上要進入感恩和聖誕假期，我們和在美國醫院任職的女兒討論如何聯繫心臟外科醫生，美國醫療保險，整個醫療和藥物費用，如何做遠距復健等事宜。同時我們把所有台灣檢查報告傳送給女兒，請她先給心臟醫療團隊做評估。結果，不到十一月底，醫生就回覆要昌宇儘早和他有個面談。

十二月初，我們到 Stanford 醫院和這位甚有口碑的 Dr. Boyd 見面。到了醫院，才知道我們是和 Dr. Boyd 的核心團隊見面。這團隊有護理師 (Dr. Boyd 的助理) ~ 負責病人所有醫療方面的聯絡人；護理醫生 (Nurse Practitioner) ~ 負責病人的病史，藥物，護理和復健問題；主治醫生 (Dr. Boyd) ~ 負責手術。在整個一個半小時諮詢過程中，每一位都仔細地問及昌宇當時狀態 ~ 生活起居，藥物服用，活動狀況；印象中的外科手術醫生都是相當有權威，有脾氣和個性的；可是在 Dr. Boyd 身上只感受到超乎想像地親切和有禮。當面談結束時，Dr. Boyd 和他的團隊評估昌宇狀態不錯，所以計劃在 2024 年一月中動手術，但是在一月初需要先做術前的評估和衛教，如評估通過，就可決定開刀日期。於是手術訂在一月十六日 ~ 清晨五點報到，七點開刀。而經過評估後，三根取代的血管，會從左腕，右腿和胸部上方各截取一段。

開心手術當天

一月十六日清晨四時五十分，我們到達 Stanford 新的醫院大樓；原本以為一大早的醫院會是冷清無人，進入大樓才看到醫院警衛們和辦理報到團隊，個個精神抖擻，都準備好接待當天要做手術的病人和家屬。也發現到當天一大早要做手術患者竟如此之多。由於昌宇手術時間需要約四到六小時，休養至恢復也需要相當的時日，女兒請了兩星期的假～從辦理醫院各項手續和檢驗，到幫忙照顧手術後的昌宇，兒子也請了一星期假，在醫院陪我，確認我無恙；讓我和昌宇甚感貼心！手術大約在中午十二點結束。醫生在做最後縫合時，他的護理師直接從手術室出來和我們報告手術過程順利成功；之後，Dr. Boyd 也出來告知昌宇會在下午住進加護病房，和他們對昌宇術後當天的期望～能夠起身在床邊小坐片刻，有助傷口復原並防止血栓。醫生建議我們先在餐廳用餐，等昌宇入住後，馬上通知我們。

下午一點四十分，我們在加護病房看到插滿管子，臉色蒼白，仍在昏迷中的昌宇；照顧他的是一位年輕男護士 Jacob；他看到我們，馬上用中文介紹他自己～他是 ABC，父母皆來自台灣。還謙虛地表示他中文不好；Jacob 解釋當時醫院給昌宇的點滴和藥及作用；並且頻頻在昌宇耳邊用中文輕呼：「陳先生！你聽得到我嗎？如果聽得到，用手輕輕捏我的手好嗎？」還要同步在電腦中輸入所有昌宇排水、排尿，四肢水腫狀況等等資訊；在 Jacob 為昌宇換藥時，看到正如 Dr. Boyd 所說～昌宇胸膛正中間有一個 25 公分長的傷口，左胸上方，左手手腕，和右腿上各有一小傷口(截取血管用)。感謝天主的眷顧，昌宇在術後近三小時完全清醒，並且能依照指令～睜開眼睛，握住手，動腳趾和說話。因為對指令配合度及反應都很好，當天下午五點移除頸部插管和呼吸器，讓昌宇自己練習呼吸，觀察肺部的運作；不多時，Jacob 給昌宇加了鼻管供氧，讓昌宇稍做休息，因為後面還有更艱難的任務～坐在床邊和站立小小片刻。我相信這對一個剛做完「開心」手術的病人是相當排斥的；但是看著 Jacob 這麼努力和盡心的照顧，時不時問昌宇疼痛指數並隨時調整止痛藥劑量；昌宇忍著痛，表示願意配合。手術後五小時，昌宇在床邊坐了幾分鐘，因為暈眩太厲害，Jacob 讓昌宇回到平躺姿勢，並大大讚賞昌宇的努力，說昌宇恢復狀況超乎想像。為了獎勵昌宇的努力，特別送一個紅色心型小枕頭做為獎品。我相信除了這獎品，當時的昌宇也因自己能坐起來，對自己的恢復有了信心。要不是親身經歷，實在很難想像加護病房護理師的忙碌和辛苦。當天晚上，女兒不放心昌宇，決定留在醫院陪宿。

開心第二天

第二天早上，我和兒子探視時，女兒一臉疲憊地告知～昌宇前一晚上興奮地睡不著，一直要和女兒說話；女兒說這是好現象～表示昌宇頭腦清楚，舌頭肌肉恢復，稍後可以進食時不會噎到。第二天的護理師是 Eli，她進入病房的第一件事就是介紹她自己，並且對

昌宇狀況更新稍微做了說明。此時正值 Dr. Boyd 查房，Dr. Boyd 對昌宇第一天的恢復表示滿意，同時提醒我們～整個過程中，手術是最簡單的，真正的辛苦是術後的照護及復健。我們趁機請教醫生對昌宇第二天恢復的期待，和我們家屬能為昌宇做的；Dr. Boyd 說希望早上昌宇每個小時能在床邊坐五到十分鐘，甚至可以試著站起來一兩分鐘。為了讓昌宇更有意願起來活動，院方會用止痛藥幫助病人；千萬不要因為對止痛藥會上癮的迷思而忍痛，這對血壓及其他器官的恢復有負面作用；並解說止痛藥上癮是需要非常大的劑量和時間，醫院用的絕對安全。另外有個好消息是昌宇可以開始進食～所有食物都可以，因為病人需要營養。於是，我們試著讓昌宇起身坐在床邊；結果非常失敗～因為前一晚和女兒通宵交談，讓他除了疲乏還是疲乏。到了下午，醫院的心臟科復健主任 K.J.來探房；她帶來兩個「玩具」送給昌宇，是一套呼氣和吸氣的小儀器；每個小時需要對儀器大口吸氣十次，再對呼氣儀器大口呼氣十次來練習肺活量；同時主任拿起前一天的獎品——紅心枕頭，要昌宇有痰時抱在胸前咳嗽，這可以減輕傷口的疼痛，這是另一種肺功能練習；並希望昌宇仍然練習並增長坐和站的時間。經過早上的休息，下午昌宇不得不放身一搏——坐在床邊，站立原地不動數分鐘；手抱紅心枕頭，努力咳嗽；拿起呼氣和吸氣儀器，練習不到三次就覺氣喘，只好放下之後再練習。由於尿液指數正常，下午就把昌宇的尿管移除；除掉尿管，昌宇自由許多，復健活動的意願就更強了。當天晚上，他就可下床，扶著助行器 (walker) 走到三步以外的椅子坐下約十五分鐘，然後再走回床上躺下休息。這樣的一來一往，幫助他能自己到洗手間，免除一些尷尬。倒是原本以為，對昌宇而言是好消息的進食，他却胃口全無。Stanford 醫院的廚房令我們大開眼界，菜單上選項之豐富猶如高級餐館，並且隨叫隨侍；女兒點了昌宇平時喜歡的小牛肉和飲料，昌宇甚是興奮；當餐點送到，他却只吃一小口就表示沒有胃口，反倒便宜了我們這些家屬。

開心第三天

醫生希望昌宇進食除了增加營養，同時也希望能幫助排便；即便沒有胃口，昌宇仍勉強進食，到了第三天仍不感任何便意。而第三天的護理師是 Matt；Matt 是一位住在西雅圖的旅行護士 (travel nurse)，每隔一陣子會到 Stanford 值班；由於他在不同醫院服務，經歷不同病人和症狀。我們在他自我介紹後，請教他第三天的目標是什麼；他說尿管已移除，下一個目標是試著幫助昌宇從床上走到洗手間。同時在他精神比較好時，拿著助行器在病房外試著走一兩趟，以增加體力和其他器官、肌肉的運作，達到排便的目的。由於昌宇沒有食慾，術後大部分皆是臥床；進食和下床活動是需要加強的。我們試著少量多餐和鼓勵他下床走路；直至下午五點，昌宇仍無便意；Matt 建議用一個他在別的醫院學到的秘方——

混合棗子汁和蘋果汁，加熱後飲下，應該會有幫助。於是在點餐時我們加點這兩種果汁。Matt 幫我們加熱，然後告訴昌宇一定要趁熱喝才有效。四十多分鐘後，終於看到效果。Dr. Boyd 傍晚查病房，得知昌宇能起身在走廊走路，排便順暢；於是決定移除腹部兩條引流管，同時恭喜昌宇可以從加護病房畢業，轉至普通病房。

開心第四天

轉入普通病房，突然感覺清爽很多～因為少了許多儀器和管子；馬上看到的是護理師 (Amber)，接著就是復健主任 K.J.，K.J. 主任問昌宇前兩天呼氣吸氣指數，並建議這幾天練習的指數；之後，醫院的案例組長 (Case manager) 來看昌宇，花了一個小時解釋：術後的重要注意事項；並告知，Stanford 已經和我們居住當地 (Rocklin) 的醫療團隊的聯繫；約在一個月後，Rocklin 的心臟醫生和復健團隊會安排昌宇的追蹤和復健（運動、飲食和衛教課程）。讓我們感到他們的專業和周全。

開心第五天

昌宇第五天的使命是學習儘量下床活動，確保出院後可以自行活動；Dr. Boyd 看到昌宇的狀況，恭喜昌宇隔天早上即可出院。他特別提醒昌宇出院後，除了每個小時要起身活動以防血栓；還要注重營養的攝取，有體力活動；最重要是按時服用止痛藥～幫助白天不怕活動及晚上安眠，有助復原。就這樣，我們第一部分的開心之旅圓滿到達目的地。

第二部分是一個月後回到 Dr. Boyd 診所複診。Dr. Boyd 的團隊～從助理護理師，護理師醫生，和 Dr. Boyd 都仔細地詢問昌宇術後一個月的狀況：藥物的使用和更新，每日活動狀態，疼痛指數，和飲食胃口變化；他們對昌宇的復原甚感滿意。Dr. Boyd 表示他的工作告一段落，希望我們和居住地 Rocklin 的醫療復健團隊有很好的合作與聯繫，祝福昌宇展開新的優質生活，同時解除昌宇不得開車的禁令。

當我們從 Dr. Boyd 複診返家的第二天，就接到 Rocklin 的醫療復健團隊的電話；在和復健護理師面對面諮詢評估後，我們瞭解昌宇有 36 小時的復健課程～包括全程心臟儀器監控下運動，和營養、生活管理課程。這將是我們開心生命之旅的第三部分。期待精彩和豐富！



後言

開心之旅篇幅很長，是因為大家的關心，所以詳細記錄，以回報大家！

在開心之旅的整個過程，我們深深感謝大家的祈禱，關心和祝福！在我們緊張、害怕時為我們強有力的後盾！感恩天主的恩寵和垂憐，期待用更精彩豐富的生命以報之！祝福大家。

2023 北加夫婦週末營續談會分享 吳鴻業

2023 年北加州的夫婦週末營（懇談會）在九月間舉行，有六對年輕的夫婦參加，其中四對共有九個小孩，兩對尚無小孩，會後每個月有一次的 follow-up（續談會）分享，也已完成六次，因為這個梯次的參與夫婦都很認真，所以一致要求再增加六個月的分享活動，似乎有點欲罷不能的樣子，我們在週末營中的分享夫婦們也樂於繼續輪流陪伴參與，並從中拾回不少記憶，及有溫故而知新的感覺。

在分享會議中，大家都能把生活中的各種挑戰和感受充分的表達，就像是在一個大家庭中，彼此都很信任，並從感受與表達、傾聽與瞭解、接納與信任、自省與成長的課題中不斷的學習，期望能達到身、心、靈平衡的幸福家庭婚姻生活！

我很驚訝他們在短時間內便能學習到對感受的充分表達，並且能在自省中知道每個人的個性是不容易改的，而能在溝通中多瞭解對方，進而設法控制自己、改變自己，多為對方和大局著想，以尋求改善溝通和關係的方法，真是令人感動！尤其是有不少小孩的教育、培養、陪伴等問題，需要夫婦的密切合作，和彼此的犧牲努力，才可能共同經營出幸福美滿的家庭多贏成果！

很高興這個梯次的夫婦都能秉持以愛為基礎的承諾，彼此互相扶持，設身處地，多為對方和家庭著想，共同努力地經營天主所賜予的婚姻生活！

之涵、小紅日本三日遊 廖儁凡

今年過年有幸回台灣快三週，和之涵、奇異果以及開心果共度。前兩次回台灣，之涵有準備一個大紙箱，包裝成禮物盒的樣子，讓我塞進去，等小朋友回來給他們驚喜。今年一樣有禮物盒，但孩子一看到可能已經會猜到我在裡面了，所以這次換成大禮物盒裡面裝氣球，一打開氣球會飛出來，然後我穿著超人裝從樓上跑下來（可惜不是飛下來），並送給他們禮物，其中還有盛芳姐和鴻業大哥送的，真的感恩！

在回美國之前，我特別計畫在沒有小朋友干擾下，和之涵兩人去東京玩四天三夜（實際上是三天）。上次只有我們兩人出國玩，已經是超過十年前的事了，非常感謝岳母幫忙顧孩子。會規畫這行程，主要是因為她的老闆請她去看介紹哈利波特電影場景和道具設計的東京哈利波特館，作為之後在台灣十鼓文創園區做場景的參考。除了哈利波特館，我們還另外參觀了兩個展覽，分別是蜷川實花和 teamLab Planets。雖然我對藝術展的興趣有很大進步空間，但能陪老婆、讓老婆開心才是最重要的。

我們還在東京和睿裏團聚，一起在上野逛街和聚餐，分享彼此的生活。睿裏作為在地人，日語不可同日而語，還介紹我們在藥妝店可以買哪些好用的化妝品和保健食品。我們還在當地逛到一間帽子店，裏頭充滿墨西哥元素，還有瓜達盧佩聖母！合照就是在這間店照的。很開心看到她，所謂有朋自遠方來，不亦樂乎！希望她在日本也一切都好。彼此代禱！

