

美西北分團

王大公

靈修分享 張永錦

四月到六月是一年中令人舒心的日子。在灣區我們也迎來了三位嘉賓，為我們的信仰深度加分。

2024年4月27日

岳偉利修女帶領我們做一天避靜。岳修女多年來對聖荷西的教友鼓勵有加，這次她的主題却是「擁抱脆弱」。現今80歲的她，在做修女60多年後，跟我們說：脆弱是一種恩典。她反省自身成長環境，強調認同，順從，缺乏內化，對於人類的困境，不安災害，缺乏成長整體的圖像。她提醒我們不能原地踏步需要發現。她並舉例趙可式女士得了癌症後說：感謝天主，脆弱為我打開重新創造的可能，生命得以整合。的確，有裂縫光線才能透進來。岳修女還提醒我們：痛苦，並不必然帶出愛。生命的價值並不在於受苦，而在於使人願意承擔痛苦的愛，這能賦於他力量來經歷這一切。為了痛苦而苦沒有意義；為了愛而苦才有意義。耶穌不是為了我的罪死，祂死是因為我值得祂愛。

五月十二日

董澤龍神父到灣區來看視兩位神父。他是耶穌會中華省省會長。當日他在彌撒中的證道和彌撒後的講座。精彩感動人心。這部份就請明昭和盛芳姊來寫。

六月十五日

來自香港的周守仁樞機主教是現今華人唯一一位樞機，他也是耶穌會士。他的主題 Inner Freedom for Synodality。要如何從不健康的恐懼和焦慮、固執和不知節制的處境如何透過靈修交談來脫胎換骨變成開放的、可能的、彈性的、可選擇的、聆聽、尊敬、分享的內心自由。確實是說起來容易，做起來難。在現今混亂的世界，靈修交談是多麼的迫切。基督服務團近幾年來也一直在推廣練習中。美西北分團也用《意識省察》這本書來做練習。這次聽了樞機的教導後，我的心得是的：在第一輪交談是講述自己在祈禱中想要分享的觀點。我交談前的祈禱沒做好。第二輪簡潔分享聖神提示帶給我的震撼。我的聖神有時缺席。難怪書讀完了，也沒什麼收穫和改變。與大家共勉。

下面是樞機提供的幾個重點。

用心傾聽：

1. 不加批判地歡迎對方所說的一切。無論你對對方所說的內容有何看法，或是你對這個人的看法如何
2. 每個人都是他或她自己經驗的專家。傾聽不要評論他人的外部和內部言論。專心聽。

發自心的說話

1. 發言時盡量不讓別人的言論影響你的分享，不要試圖透過自己的分享方式影響別人的分享
2. 沒有「正確」或「錯誤」的答案。只要誠實的分享你的祈禱經驗
3. 發自心的說話意味著不僅要對自己所說的話負責，還要對自己的感受負責。
4. 不要因為自己的感覺而責怪對方，這樣就能保持溝通的透明。

靈修交談分三輪

第一輪：每個人按照順時針方向輪流發言，講述他們在祈禱中想要分享的觀點，其餘的人只要專心聽就好了。每人時間 3 至 5 分鐘，每組不超過 8 人。需一位計時員。

第二輪：每個人以順時針方向輪流簡潔分享聖神的提示給他們的震撼。大約 1~2 分鐘。第二輪不是補充第一輪錯過的話語。

第三輪：自由表達。第二輪 Q&A 可能存在的同與異。

5月12日董澤龍神父 靈修交談 湯明昭

1. 專注的聆聽，以免被自我中心所牽制。
2. 有深度，有生命力的交談，達到共鳴。
3. 應用在團體中的分辨，以聆聽並了解天主的邀請。
4. 落實耶穌要求我們 "彼此相愛" 的教導。
5. 靈修交談建基於"祈禱"，向天主聖神開放。
6. 以美好，真誠，友愛的態度交談，不是講道理，也不是討論對錯。

「人生旅程的終向」及「一和多的張力」- 董澤龍神父耶穌升天彌撒講道 周盛芳

5/12/24 耶穌升天瞻禮適逢董澤龍神父來到聖荷西華人天主堂，與歐神父共祭並在彌撒中講道。董神父是耶穌會中華省省會長，這次從台灣來看望耶穌會士，在他短短旅程中，我們有幸能參加他的聖祭，聽他的講道，並深深被他的道理打動，進而反思和定志改變。感謝神父，感謝天主。也感謝教堂有這個彌撒的錄影，使我能反覆聆聽默想。以下是董神父講道的重點：

謝謝邀請。在座好像沒有我認識的人，因為不清楚各位的背景，不知什麼道理對大家有用，所以我來講講和今天耶穌升天瞻禮有關的兩個方面，一個是比較外在的，一個是比較內在的。

耶穌升天，走完了祂人生的旅程，功德圓滿回到天父的身邊。從祂降生成人，隱居三十年，受洗後開始傳道，三年時間完成了逾越奧蹟，受苦、死亡、復活、升天。祂的旅程也象徵著我們的旅程，各位很多是從台灣或其他各地來到美國，重新開始適應新的旅程，建立事業和下一代。耶穌提醒我們在信仰的旅程中要有一個方向，並要瞭解時代的徵兆。我們現今時代的徵兆是「世俗化」，好處是重視人的價值，尤其在美國重視人權、法治和自由，科技發展得很快，現在到了 AI 時代，人的價值和創造性得到充分的發揮，是 best time，但也是 worst time。世俗化的結果是宗教被邊緣化了，We take this life too seriously！對生命的成敗得失看得太認真，失去一種遊戲的精神，而忘了我們最終的方向是回歸天主。在從前不是世俗化的時代，不論人生是成功或平庸，是否有名或有利，人會活得比較開心。但在一個世俗化的時代，如果追不上別人的生活水準，我們很難有安穩和快樂，這是失去了一種永恆視野的後果。所以在靈修生活中，如何平衡這種從世俗帶來比較片面的價值，就成了我們這個時代的挑戰。所以我們需要教會的團體、氛圍和聚會來提醒我們。一個禮拜中會有很多事情不滿意、挫折或失望的時候，來到聖堂，來到這個氛圍，就會提醒自己：Don't take it too seriously！因為這一切都是暫時的，我們最終是回到天父那裡！

我的健康本來是不錯的，三年前突然得癌症，做了大手術，我現在講話跟以前不一樣了，發音不太清楚，有好幾個月需要跟治療師學習怎樣發音，我失去享受一些食物的樂趣，吃的味道也很不一樣，現在講話常常會噴口水需要用紙巾擦拭，這些都是手術的後遺症，不是我能控制的，那就接受吧！如果太認真的話，會很難過，因為你失去了一些你認為是屬於自己的東西。但我們最終都是走向天主的，這些東西都是可得可失，都可以，因為這不是永遠。所以今天我們做這個瞻禮，首先祈求天主，我們對日常生活裡的成敗得失，要有一種從容的態度會比較安穩，也要容許它發生，而不要讓自己跌入難過的深淵。這是第一點我要跟大家反省的。

第二點是剛才所讀的第二篇讀經，我覺得這是一個很好的主題，就是 “one and many”：「一」和「多」的張力。一方面我們的信仰是強調「一」：只有一個希望，一個主，一個信德，一個洗禮，這是我們天主教一直強調的，一個共同從宗徒傳下來的教會，有它的唯一性和傳統性。在我們日常生活和中華文化裡也是強調要和諧、統一，不要有爭吵和分裂，家庭、教會要和諧，要維持「一」的傳統。不過一和多經常會在一個張力裡面，太強調「一」會產生問題。今天讀經的另外一部分：「由於祂的恩賜，祂指定有些人做宗徒，有些人做先知，有些人傳福音，有些人做司牧和教師，各盡其職，建立基督的身體。」最後達到了基督那種完美成熟的境界，這就是接納和欣賞了生命中有很多「多」的情況。

今天教宗講「眾議同行」或「同道偕行」，其實是改變教會的面貌。因為教會的傳統是「聖統制」，從教宗、主教、神父、傳道人到平信徒，一層層傳下來，沒有衝突、矛盾，但它的代價是教會沒有生氣，什麼事只要聽上面的就好，凡事只有「一」，沒有「多」。這樣在日常生活中就有很多時候不開心，在團體和家庭中有很多矛盾，這是因為我們心中只有一個期待，期待對方要符合我的期待(一)，而忽略了多元的好處。怎樣能有靈修的精神，能接受別人跟你不一樣？我們剛才過完逾越節的奧蹟，紀念耶穌的苦難走向復活，耶穌說必需要受苦才能進入祂的光榮。總結來講，苦經常是生命的(多)樣性超過我們的期待(一)，不舒服就不能接納。

我兩三年前做了耶穌會中華省省會長，有 160 多位會士，我每年都要跟他們個別談話和派遣他們，有些會士跟我期待的不同，我不滿意。雖然有不滿意但我了解人是要被肯定，要能被欣賞他好的一面，我需要能看到天主給他的其他恩典，一方面是一，一方面是多，要能欣賞每個人不同的恩典，達到基督圓滿成熟的境界，這是我持續學習的地方。一方面我追求「一」的價值，另一方面我能接受「多」的差異去建立教會，建立我身邊的人。在一和多之間，有一個平衡，我的內心才會有安穩和平安。

董神父短短 20 分鐘的講道，給了我們很 powerful 的兩個教導，第一個是我們生命的終向是回歸天父的家，凡事只要跟著天主的旨意去做，有聖神在心中，世俗的羈絆不要看得太認真，對日常生活的成敗得失，要有一種從容的態度才會有內心的安穩。第二個教導是在「一」和「多」之間取得平衡，一方面要做自己期待正義的事，一方面也要欣賞和接納別人「多」的差異，以建立一個和睦和彼此相愛的團體。董神父並舉了他親身的兩個例子使我們更能明白他的教導，而付諸實行。感謝董神父，感謝天主。

我的朝聖之路 李天祥

2024年4月下旬，我懷著又興奮又有些擔心的心情走上了我一個人的西班牙朝聖之路。這是我從2012年就訂下的願望和計畫，原本訂好在2020年4月，全家人一起成行，但是疫情打亂了計畫，所以延宕到今年才能圓夢。從1月底，確定行程之後，朝聖之路就開始影響我了。第一個學習的功課就是「放」。因為要自己背背包走全程，建議的背包重量是體重的十分之一，所以我可以帶的東西實在有限，出發前3周就開始量行李重量，想著什麼是我三十幾天獨自生活一定需要的東西，更重要的是什麼是可以放下，不要的東西，最後出發時，行李最多的東西就是隨身的藥。

朝聖之路讓我學的第二個功課是「獨」，與自己一個人相處。出發當天兒子開車送我到機場，特意为我拍了一張照片，也送了我一個短短一分半鐘的小影片，是我和他們一家人過去一年在一起的生活照合輯，讓我在寂寞的時候可以有他們陪伴。其實「獨」和「放」是很相似的，一個是物質層面一個是精神層面的，放下多的，不必要的；放下過去的，回到最簡單的，回到最初始的，面對自己，面對天主。「朝聖之路最美的是人是天主」這是我在台灣時候的中和天主堂的方立天神父說的。他帶我們的青年教友走朝聖之路回來後的分享。我第一天從法國出發就體驗到了。

第一天走的是拿破倫之路，雖然是好走的柏油路面，又是藍天白雲的好天氣，但是一路上坡8公里的路程，上升800公尺，而且沿途沒有休憩的地方。我因為鞋子會磨腳指頭，所以我兩次停下來，坐在路邊上，調整鞋子，每次都有走過的人停下來，熱心的想要幫助我。整個朝聖之路上的氛圍就是這樣，當你遇到困難，需要幫助的時候，總有天主派來的守護天使，活是善心的撒瑪麗亞人出現，適時的伸出援手。

第二天早上，7點鐘出門，與一位加拿大人同行。開始起霧，毛毛雨，氣溫也急速下降，雨變成冰雹，能見度也越來越低，很快的進入大風雪，路面也從柏油路面變成泥土路面，因為雨雪濘泥不堪，很多地方只能踏在泥沼裡繼續前行，最後一個小時是險降坡，在兩公里的路程下降400公尺，幸好這位加拿大人來自魁北克，習慣在雪地上行走，我們互相帶路，走完了最危險的一段路。

朝聖之路也很像我們信仰上的道路，有時候晴空萬里，沿途美麗的好山好水好風景。像我們剛剛領洗，充滿信心熱血。有時候有捉摸不定的風雨冰雹甚至暴風雪，就像信仰上遇到了困難，甚至想放棄。有平坦的大道，有鄉間森林裡的羊腸小道，也有陡上陡下的險坡，就像有時候依靠主順暢舒服的走，但是也有時候遇到兇險的誘惑。走累了，可以休息一下再走。跌倒了，爬起來繼續走。看到別人跌倒了，上去扶一把，當然，需要幫助的時候，也可以揮揮手。服務團及服務團的弟兄姐妹們是不是也是天主為我安排的朝聖之路呢？

不要為明天憂慮，天主自會照顧。這也是朝聖之路上很常聽見的一句話。但是從今年的經驗來說，天主這位主人可能更愛善用祂給的塔冷通的僕人。在朝聖之路的第二天開始，幾乎每天都可以看到沒有準備的朝聖者，找不到住宿的地方，被迫繼續一路往下走，甚至走到腳受傷。所以，一定要做準備，預約住宿地點和行程，才能減少風險。2023 年有 53 萬人走朝聖之路，2024 年預估約 75 萬人會走朝聖之路。路上不是完全沒有風險的，我走路的一個月之內，我知道的就有兩起死亡意外，也數次看到救護車，救護直升機在路上搶救。天助自助人，一定要有準備才上路。

朝聖之路原本富有宗教意義，但是很可惜現在比較成為旅遊、健行的熱門路線了。我沿途大部分是住在庇護所大通鋪，所以晚上都可以認識許多朋友，整個行程確只遇到 9 位天主教教友。在最後 100 公里遇到比較多的年輕人，曾經有兩天和一位西班牙的年輕人一起走。他說他是領洗的教友，但是，“I have religion, but I am not religious。”我想這是西方國家裡很常聽到的一句話。或許我們的孩子也會說這樣的話。他 35 歲，有兩個女兒，趁換工作的空檔，來試試看自己的恆心毅力，能不能堅持走完這 100 多公里路。

路上很多的年輕人或是老人是抱著考驗自己的態度來走朝聖之路。所以他們比較在乎的是打卡，是走了多少公里，或是多快能走完，而忽略了朝聖之路的其他意義，很是可惜。我也問我自己，如果鄭神父身在今天的社會，面對這樣的青年人，他會給他們什麼樣的考驗和鼓勵呢？我途中也遇到過一位台灣來的年輕人，30 多歲，開餐廳。我們一起走了兩天，分享了很多彼此的生活。我聽到了他和父親的關係不是很好，無話可說，沒有什麼來往。最後找到了他們父子間最可以聊的話題：咖啡，所以鼓勵他回台後，一定要常常約他父親一起喝咖啡。

走在法國，西班牙的鄉間小路上，每天早上一開始走的時候，我最先想到的就是古時候的門徒，教會先賢們是不是也是這樣，靠雙腳，依靠天主，懷著滿腔傳福音的熱血走在這變化莫測的路上一路傳福音呢？更感謝天主，在這樣的環境中，孕育了這麼多為主奉獻，而遠赴重洋來亞洲，來中國，來台灣服務的傳教士，神父，修女們。特別為他們祈禱。也特別為服務團，服務團的兄弟姐妹們祈禱。一個人走在森林裡，一個人走在麥田菜圃裡，常常要走一兩個小時之後才能遇見人。一個人走的經驗就只剩下自己，自己的影子，還有天主了。人生最後是不是也是像這樣面對天主呢？放下過去，放下自己，一步一腳印的往前走，往前仰望天主。

在台灣的時候我習慣每天早上去參加彌撒，有一天，教堂裡就只有三，四位教友，年輕的神父在讀經一之後，一個人站在祭台中間就大聲的唱起這首拉丁文的聖歌(Veni

Creátor Spíritus)。年輕的，金髮法國神父，獨自唱完整首歌：伏求聖神，可以看到他眼角隱隱的淚光。他說：今天是五旬節，讓我們一起伏求聖神降臨。

這次朝聖之路的最後一天，到達 Santiago，在主教堂裡參加了五旬主日的彌撒，偌大的教堂裡，沒有聖詠團，沒有伴奏，只有一位男士清唱，進堂詠，盼隨著主教進堂的，又是這首拉丁文的伏求聖神。擠滿了人的教堂，安靜無聲，大家站立著靜靜聽著這位男士的歌聲一起伏求聖神。我也滿心感動滿心歡喜，滿心感謝能平安走完我一個人的朝聖之路。

人活在世上的意義 廖儻凡 Ivangelion

聖經訓道篇（傳道書）開頭說：「虛而又虛，萬事皆虛。人在太陽下辛勤勞作，為人究有何益？」（訓 1:2）確實如此。人活在世上的生命短短數十載，相比歷史長河，可謂滄海一粟，微不足道；不僅如此，人的生命唯有一事是可以確定的，那就是死亡。換句話說，為人而言，不論辛勞或躺平，在世上所有的，如名利或各種感情，在死亡那日，都歸於塵土，如何也帶不走。那麼，人為什麼還需要努力活著呢？我有個無神論朋友說，看到新聞有人意外過世，他都覺得那些人很幸運，因為不需要繼續留在人間受苦；他說他自己只是出於本能而活著，沒有勇氣自我了結而已。

我從國中時起就開始問自己這個問題，一直到近日才找到令我比較滿意的答案：人活著，是因為天主愛的創造，而我們就以愛來回應這份創造。天主是「愛」，而這愛的本質就包含了「創造」，亦即天主基於祂充滿愛的本質，創造了這世界，並創造了我們。因此，人在領受了這樣的愛以後，就可以愛還愛，將所得到的恩惠，再經由自己的生命傳遞出去。父母生養兒女，就是天主愛的本質的一種不完美的展現。

這為非基督徒而言，或許很難接受。然而，說到這世界有一位「造物主」，也許就不是這麼難接受。就算是按照「大霹靂」的理論，宇宙是由大霹靂形成的，然而大霹靂又是怎麼來的呢？這不能用物理原則或隨機性來解釋。按照常理推斷，如果將時間一直倒推回到時間的起點之前，必然存在一個「第一因」或「不動的動者」，是世上一切事物的根本原因，也是物理原則的建立者和推動者。

為許多人，包含如愛因斯坦的科學家，這種造物主的觀念可以接受，亦即「神」的概念其實指的是自然界的本質和原則，雖非科學所能完全解釋，但也並非一位人格化的神。而為基督徒而言則是更進一步，基於「信仰的跳躍」（leap of faith），還相信這號稱「神」的宇宙自然法則，其實是一位不只創造物理原則、創造宇宙、創造我們的神，還是能理解、聆聽、並愛我們的天主，祂甚至不惜化成肉身降生於世，進而犧牲自己，好啟示人類應該

要如何生活。基督徒相信人類出於「愛」的行為不只是如唯物主義論者所言，只是生物為了族群生存繁衍並壯大的一種機械性的反應與行為而已，而是反映了天主的本質。人類無條件愛自己兒女以及嬰兒的本能反應，還有能互相體諒、同理、合作，甚至能和其他人一同歡樂與哀傷，都如同鏡子一般反映了天主對我們的愛，因為基督徒相信人就是「天主的肖像」，人也具有天主的這些特質，雖然不完美。人在世間生活，就是將這個從天主所領受的愛生活出來，並在結束世間的生活後，再回到天主身邊，形成愛的循環。

根據這論點，接下來一個很自然的問題就是：既然天主那麼愛我們，那麼為什麼有人在世上有這麼多痛苦呢？這就必須提到愛除了創造以外的另一個屬性，也就是「自由」。天主如此愛世人，甚至允許人可以自由選擇要不要愛祂，還可以自由意志決定人自己的生活方式，也就是選擇為善或作惡的自由。就如同父母為了讓孩子終有一天能長大成人，不可能不放手讓孩子有面對挑戰、挫折、失敗、受苦的機會，而天主也是一樣。而這個人類集體自由意志的展現，有時就導致了他人的受苦，他人可能甚至不知道自己受苦的理由。不過，這正是人類展現自己有愛人以及助人能力的機會，人也可以因此意識到自己所有的種種好處，並非理所當然的，需要珍惜。同時，基督徒也相信天主愛的本質還包含了「公義」，也就是這些世間苦難的受害人，天主必會在來世賜給他們應得的賞報。

不論這個以愛還愛就是人生命的意義的說法，您能否接受，此刻您都可以停下來，花些時間回想一下自己的父母或其他人為自己的生命所付出的愛心，以及所做的努力和犧牲。這一切並非理所當然的，而是需要感謝的。基於這份所接受到的愛，您願意以怎樣的方式以愛還愛，將這份愛再無條件地分享出去呢？或許可先從多聯絡、關心父母，以及對自己周遭的人好一點點開始吧。

人生感言 梅君

夕陽西下天馬行空，白雲蒼狗意境濃。長者人生如霞光，放射光芒滿懷情。回望歲月匆匆過，把握當下心中火。擁抱真我如神光，照亮人生同路人。

施比受有福：梅君為什麼我這麼熱心在「全人小組」為大家服務？因為當我在服務中得到更多！正值今天是耶穌聖心節，也是每月一次的開放朝拜聖體日。我在發出powerpoints給各位之後，就趕去我們的教堂「Sacred Heart parish」聖心堂朝拜聖體。跪在百年的聖心雕像前，宣告「棄絕」我個性上不易抹去的負面慣性，以及負面記憶。更是宣告我要服從及柔軟。棄絕魔鬼利用我的破口的捆綁。我似乎覺得耶穌的面像充滿著嘉許的笑容。在司祭舉揚聖體時，要求我搖鈴。在聖體高舉時，我搖著鈴聲仰望著聖體，那一串

的鈴聲，在在提醒我要繼續努力不懈的去分辨神類，完全的心身靈浸浴在耶穌的寶血中，合一在耶穌聖體內。在此謝謝各位給我這個服務的機會，因為使我更能靠近耶穌聖心。

石虎感想

與其躺臥在床，身體微恙未安，
不若振奮心神，前往海濱老地方。
人生留戀片刻，念念記憶感恩，
天賜禮物臨身，光芒指引行徑。
隨著天意之光，追隨「魚鱗天」，
不懼變幻莫測，學會釋懷輕放，
自在鬆心，風雲隨興與。

生活點滴 蔡凱雯/蔡展鋒

- 今年六月二日凱雯的外甥在 Connecticut 州結婚，所以我們就藉這個機會去坐了一趟郵輪（從 Lisbon 到紐約）剛好能在六月二號（就是他結婚那天）到達紐約，然後再坐火車去 Connecticut 參加他的婚禮。我們兩人在五十多年前曾經在 Rhode Island 和 Connecticut 唸書，這次回去重遊舊地，真是非常開心，感謝天主。
- 我們 Rossmoor 的天主堂(St. Annes)有一位應該算是“半個中國人”的神父，我們稱他羅神父 (Fr. George)。他也在台灣服務過十年左右。他在今年的二、三、四月裡為我們樂思畝的天主教華人俱樂部講了三次”道德經與耶穌基督福音的互補性”實在是非常的精彩。以前從來沒有注意過道德經裡面有許多章句都與聖經裡的互相合、互補。可惜因為他的修會最近決定幫他出這本書，所以我們不能夠在此書出版之前跟任何人分享他的講義。
- 四月二十七號到五月三號，凱雯參加了她高中畢業六十年的同學會，下面是她的分享：我們這個同學會是從去年就開始籌備的，由南加州的一位同學發起，參加的同學 45 人加上家屬大約總共 55 人。許多同學都是排除萬難前來參加的，除了全美各地來的同學之外，還有兩位從台灣來的同學。我們乘坐由洛杉磯出發的郵輪，先從洛杉磯往南開到聖地牙哥，然後北上停舊金山、俄勒岡州的 Astoria、加拿大的 Victoria，最後在溫

哥華下船。每個人都非常開心，收穫滿滿。回家以後有一位同學把她心中的感受請 ChatGPT 用中文寫成一篇頗有感情文章。現在的科技真是令人佩服。我得到了這位同學的同意。在此把這篇科技作品跟大家分享，讓我們看看 ChatGPT 的功力。我相信也是因為我這位好同學的指令妥善又周詳，才能使得這篇文章那麼像真人寫的：

六十年再聚首，時光荏苒，歲月如梭，轉眼之間，六十年已悄然過去。那些年少時的伙伴們如今已步入暮年。然而，正是在這風雨同舟、攜手共進的六十年後，我們終於迎來了這場久違的聚會——六十年再聚首。回首往昔，青春歲月仿佛就在昨天。那時的我們，還懷揣着青春的夢想，充滿了對未來的憧憬與希望。

在校園，我們共同學習，共同成長，建立了深厚的友誼。那些歡聲笑語，那些爭論辯論，那些共同經歷的風風雨雨，早已成為我們生命的一部分。今天，再次見到昔日的同窗，心中不禁湧起一股暖流。雖然歲月在我們臉上留下了痕迹，但那份真摯的情誼却未曾改變。我們彼此分享着這些年的經歷，談論著家庭、工作以及生活中的點點滴滴。每個人都有自己的故事，每個人的故事裡都有一份堅韌與奮鬥。六十年的歲月，見證我們從青澀走向成熟，從懵懂走向智慧。我們經歷了時代的變遷，見證了社會的發展與進步。無論是在順境還是逆境中，我們都未曾放棄對生活的熱愛與追求。

今天的重逢，不僅是對過去的回頭，更是對未來的展望。雖然我們已步入晚年，但心中的那份激情與夢想依然未減。聚會的時間雖然短暫，但它卻讓我們重新找回了那份久違的溫暖與感動。我們互相鼓勵，互相祝福，希望在未來的日子，能夠繼續保持這份珍貴的友誼。六十年的相聚，不僅僅是一次簡單的重逢，它更是對青春的致敬，對友誼的讚頌。在這特別的日子，讓我們慶祝這份歷久彌新的友誼。願我們的友誼如美酒，歷久彌香；願我們的生活如春花，燦爛多彩。無論歲月如何變遷，無論我們身在何處，那份真摯的情誼將永遠陪伴我們成為我們心中最溫暖的那些記憶。

六十年再聚首，這不僅是一場聚會，更是一場心靈的洗禮。讓我們珍惜這份難得的緣分，攜手共迎更加美好的明天。ByChatGPT

生活分享 培德

昌宇於一月中旬的心導管手術後，經由 38 堂復健課程，目前恢復相當不錯。課程除了每個星期三次六十分鐘的運動外，還有營養及飲食的衛教，學到不少新知識；同時每天堅持至少走 30 分鐘，以訓練腿力和體力；期待不久的將來，能夠恢復如常！特別感謝天主的恩寵和大家的代禱！

生活分享 明昭

今年復活節，孫子們的春假剛好都在四月的第一禮拜，於是我們決定來個"姚家返台感恩之旅"。祖孫三代大小 12 人首次同時返台。復活節當天清晨六點大家抵達桃園機場，立即趕赴樹林天主堂九點彌撒，然後到樹林火車站搭乘自強號火車直接到底站台東知本。一路上看山看海，有說有笑，好像一點沒有長程旅行的勞累。接著三天到森林公園健行，多良海濱，富崗地質公園，以及多所教堂參觀，還在聖母農莊接受志弘夫婦，伯陶夫婦，恭榮校長款待，真是親切有如一家人！

4 月 3 日本來要北上花蓮，因地震改道南迴鐵路到高雄，搭高鐵回台北。孫子，孫女們第一次感到火車可以這麼快，很新奇！在台北晋德夫婦請客和一些團員聚餐，久別相逢，熱鬧不在話下。4 月 7 日主日彌撒我們去內湖天主堂，與以前的堂區老友相聚。他們記得 30 多年前的的小兒嘉緯，現在已有個和他當年一樣大的兒子了。怎能不感嘆時光飛逝？接著到內湖的仁寶電腦公司看看，雖只能看外觀，也能讓三個孩子感受到 1987 年仁寶工廠火災時，爸爸(姚四川)盡力搶救公司於危急存亡之際，一個星期之後就在化為灰燼廠房旁的員工餐廳復工了。但是由於過度操勞，他也付出健康和生命為代價。

4/8 孩子們都回加州工作崗位，我就到台中約了靚琦、華珍同遊杉林溪，也和中分團團員小聚。帶著滿滿幸福的回憶，結束了返台感恩之旅。