



喜訊 雙月刊 134

天主教之聲雜誌

福傳刊物鼓勵閱後轉傳他人



110年10月15日 出版

教宗的話



教宗方濟各：家庭保護我們免遭「威脅世界的許多摧毀」

教宗方濟各9月16日上午在聖伯多祿廣場主持週三公開接見活動。教宗在要理講授中談了家庭與世界的關係，表明家庭是使我們擺脫侵襲、摧毀、金錢和意識形態殖民化的世界文化的基礎。家庭具有普世幅度和責任感，它並非只顧自己的親情，而是使世界成為一家，堅信天主慈悲的護佑。教宗提到將於10月召開以家庭為題的世界主教會議和下週將在費城舉行的世界家庭大會，強調這兩件盛事不但具有基督信仰的普世幅度，也涵蓋了家庭作為基本和無可取代的人類團體的普世重要性。

本協會宗旨

藉著滴水成渠的奉獻，運用大眾傳播媒體，以影音、文字傳揚基督福音，淨化人心、改善風氣，共創祥和社會。

編者的話

本（134）期《封面聖像畫》董蘭芝老師畫的「哺乳聖母圖」，已知最古老的聖母瑪利亞圖像來自羅馬地下墓穴中的一幅3世紀壁畫，壁畫顯示嬰兒耶穌在母親裸露的乳房上哺乳。在中世紀，因著戰爭和疾病的威脅下這哺乳聖母圖給予教友神聖的安慰。因此，「就如人怎樣受母親的撫慰，我也要怎樣撫慰你們，你們必要在耶路撒冷享受安慰。」（依六十六11-13）

《聖經與中華文化——東西經典對著看》仍持續著今年3月2日逝世的房志榮神父的文章連載已至八十七集，曾有不少讀者回饋我們非常喜歡房神父的這本巨作能在此連載，加深了我中華民族與基督信仰的連結。《我見我思》的四篇文章，分別是韓清平、孔令信、李家同及李正發的文章：「近期極端氣候正在提醒人類究竟是什麼」、「宗座：疫苗是新冠肺炎大流行中的一線希望，從陳建仁當選宗座科學院士到倡議高端，『免疫橋接』思考我們的生物倫理觀」、「美撤軍令我想起教宗若望廿三世」、「疫情下的生活衝擊及信仰反思」，無論從人與自然的相處之道、新冠疫情的省思、戰爭與和平……在在都是現代人的嚴峻考驗。

《耕莘更心》專欄三首新詩分別由林禹瑄、秦嶺與鄭揚所寫，期給您生命中有另一番調劑！《生活見證》分別由饒志成、天籟更新祈禱團體PeterCET、劉鍾秀、潘春旭四位分享其生命的點滴，無論是年輕歲月或中年以後都十分感人！《宗教與生活》是李祖嵐、林蔚民兩人分別於信仰在生活中的實踐。最後《生活廣場》專欄是李家同、李阿美與劉沁如的「我的教育專欄——博幼愛的教育」、「退休後的時光記憶——親戚探訪」與「尋人啟事得獎的這一晚！」，讀來饒富旨趣。《監獄牧靈》專欄是李阿美的「多采多姿的退休生活之一——社團法人天主教監獄牧靈服務社」、《綠色大地》專欄是林恆安的「建構防疫飲食，提高身體免疫力」。希望好文陪伴您們的夏末初秋。下（135）期《喜訊》再會。

第一三四期／2021年10月15日出版

目 錄



編者的話			1
封面故事	哺乳聖母圖	董蘭芝	3
聖經與中華文化	東西經典對著看（八十七）	房志榮	5
我見我思	近期極端氣候正在提醒人類究竟是什麼	韓清平	9
	宗座：疫苗是新冠肺炎大流行中的一線希望		
	從陳建仁當選宗座科學院士到倡議高端		
	「免疫橋接」思考我們的生物倫理觀	孔令信	13
	美撤軍令我想起教宗若望廿三世	李家同	18
	疫情下的生活衝擊及信仰反思	文 / 圖 · 李正發FaGo	20
耕莘更心	第三屆葉紅女性詩獎佳作	林禹瑄	23
	第三屆葉紅女性詩獎佳作	秦 嶺	26
	第三屆葉紅女性詩獎佳作	鄭 揚	28
生活見證	感恩的年輕歲月	饒志成	31
	回家之路	天籟更新祈禱團體PeterCET	34
	永別了，王榮和蒙席	劉鍾秀	38
	皈依：愛的行為	潘春旭	40
宗教與生活	獻上誠心禱聲		
	與天主在「數位天空」相遇		
	「與天主有約—線上接力祈禱」製播心得	李祖嵐	42
	「病患之友會」之友		
	—寫在銀慶前夕	林蔚民	46
生活廣場	我的教育專欄		
	—博幼愛的教育	李家同	52
	退休後的時光記憶		
	—親戚探訪	李阿美	54
	尋人啟事得獎的這一晚！	劉沁如	57
監獄牧靈	多采多姿的退休生活之一		
	社團法人天主教監獄牧靈服務社	李阿美	61
綠色大地	建構防疫飲食 提高身體免疫力		
	文 / 林恆安 · 圖 / 資料照片、Shutterstock		68
理事長的話		蘇誌郎	73
天主教大事摘要		編輯小組	75

哺乳聖母圖

董蘭芝

在查詢有關哺乳聖母的資料時，注意到有一篇報導關於寫關於基督教會遺失的圖像：聖母哺乳耶穌的圖像。2012年10月 DavidGibson 在這篇報導提到因15世紀印刷機發展，隨著活體字的出現，造成想像中女性身體的性感化。更重要的是，印刷機使醫學解剖圖的廣泛流通，這有助於揭開身體的神秘面紗。這也破壞了將身體視為神聖的傳統觀點。

當然，這項新技術也使聖經的大量印製和後來新教的興起，新教鼓勵關注在聖經文本，影響了當時使用圖像的天主教，例如奉獻於聖母瑪利亞和聖徒的圖像。

如此之大的文化轉變，即使是天主教徒也很快將乳房視為教會的「不合適」形象。取而代之的是，十字架的犧牲——受苦的耶穌——成為教會的主要主題，而耶穌誕生圖也被淨化成『標準化，規格化』的卡片。以上是這篇報導的部分內容。

已知最古老的聖母瑪利亞圖像來自羅馬地下墓穴



中的一幅 3 世紀壁畫，壁畫顯示嬰兒耶穌在母親裸露的乳房上哺乳。在中世紀，因著戰爭和疾病的威脅下這哺乳聖母圖給予教友神聖的安慰。有一幅聖像畫是聖人 St. Bernard of Clairvaux 跪在聖母前聖母的乳汁噴到聖人熱切渴望的嘴中。當時思想對於肉體是神聖性的，與將女性身體界定在性感上是有極大的差異。

在神學上聖母哺乳圖像的意義是為對抗異端，表達耶穌基督是真天主也是真人。雖然這幅圖的教義上的原因已經消失，但再回顧已經被潮流遺忘的聖母哺乳圖像，想起路加福音的哪一句話「懷過你的胎，及妳所吮吸過的乳房，是有福的」，這母子屬於血緣的肉體關係，在聖母遵行天主的話跟隨耶穌到十字架下，發展成為屬神的關係，聽天主的話而實行的瑪麗亞成了耶穌的第一個門徒。

關於聖母類型的聖像畫，聖母的眼睛與耶穌的眼睛一直沒有交集，聖母看著我們，等待我們回應天主，成為基督徒，一直跟隨耶穌到十字架下。在十字架下，聖母與耶穌的眼神交會了。這時耶穌將聖母交給了門徒，也將我們交給了聖母。

這幅聖母哺乳的圖要表達天主對世人的愛與祝福！

「如此你們能從她那安慰的懷裡吃奶而得飽飫，你們能從她那豐滿的乳房吸乳而得快樂。

因為上主這樣說：看！我要在她身上廣賜和平，有如河流一般；我要賜給她萬國的財寶，好似氾濫的江河；她的乳兒將被抱在懷中，放在膝上搖擺。

就如人怎樣受母親的撫慰，我也要怎樣撫慰你們，你們必要在耶路撒冷享受安慰。」（依六十六 11-13）✦

東西經典對著看（八十七）

房志榮

天地正氣與超見和剛毅之神（一）

「天地有正氣，雜然賦流形；下則為河嶽，上則為日星，於人曰浩然，沛乎塞蒼冥。」以上是正氣歌的前六句。作者文天祥是宋末的忠臣，被元軍逮捕，送到北京牢獄裡坐監。元世祖至元十八年（1281）六月，文天祥作正氣歌，次年12月即從容就義，距生於1236年，得年46歲。本歌歌詞壯烈，前半段解釋正氣二字的意義，列舉12位典型人物為例；後半段陳述他遭遇禍變的經過，及其幽囚自得的情形，所表達的一切，的確是正氣凜然，萬古常新。

正氣歌的5、6兩句「於人曰浩然，沛乎塞蒼冥（即天地）」說出人的氣常與天地有關。孟子講浩然之氣時也有這種主張，一如前幾講中說過的：原屬於生理生命的氣（即動物的生命），透過道德的修養，能轉化、提升為精神的生命力，使氣的內涵、深度與功能達到極致。在〈告子上8〉，孟子還說存養「夜氣」，一種清純而沒有後天習染的心性初態，是成聖成賢的能源和保證。以後在〈盡心上36〉孟子又驚嘆「居移氣」的效果，意指人所處的環境和地位能改變人的精神氣質。

正氣歌是孟子浩然之氣的解釋和發揮，《孟子》是四書之一，為中華文化的經典之作。經典的特色是不受時空限制，克服歷史距離，與時並進，具有永恆的價值。這價值與各時代人的生命價值和精神相結合，使經典產生新的意義，這新意義就使經典當代化，而達到「經世致用」的目標。因此，經典的意

義並非完全固定不變，而是與時偕行的。（參閱陳韋銓文，《孔孟月刊》，民國 95 年 8 月，527-528 期，頁 12）這和梵二啟示憲章說的很近：「宗徒們的傳授，於聖神默導下，在教會內向前邁進，因為對傳授的事蹟和言語的領悟都有進展，此進展一則來自教友們的瞻想及研讀；二則因他們對經歷的精神事物有了深切的瞭解；三則由於主教們的宣講。」（DV 第 8 號）

「早在兩千多年前的孟子，已有現在西方所謂的詮釋學思想，孟子說：『故說詩者，不以文害辭，不以辭害志，以意逆志，是為得之。』（萬章上 4）」（陳韋銓前文頁 13）朱熹把孟子的這幾句話解釋的很好：「言說詩之法，不可以一字而害一句之義，不可以一句而害設辭之志，當以己意迎取作者之志，乃可得之。」（四書章句集注）這個「以意得志」和「知人論世」的兩個步驟，於是成了詮釋孟子的重要方法。孟子用來詮釋《詩經》，我們用來解釋《孟子》或其他經典。本此，除了解釋字、辭、「言內之意」以外，還得探討作者的「言外之意」，就是把作者的「知人論世」，和士之心志加以考慮。「藉由人的同類性，將能接近於作者創作時的心理，進而使讀者在詮釋作者或文本時能更貼切。」（陳韋銓頁 14）

「知人論世」也是孟子的精闢言論之一。他給萬章說過要與一鄰、一國，以至天下之善士為友後，繼續說，還要與古人為友。如何作得到呢？「頌其詩，讀其書，不知其人可乎？是以論其世也，是尚友也。」（萬章下 8）為天主教徒來說，這是家常便飯。整個禮儀年裡，除了耶穌和聖母以外，在紀念許多男女聖人時，都是與他們為伍為友。復活的信仰告訴他們，聖人們雖是古人，卻仍然活著，與復活的基督在一起。基督徒也等待與他們團聚的一天。

天地正氣與超見和剛毅之神（二）

正氣歌分四段，歌詞前有一大段序言，描述牢獄的情況：牢房是土築的，八尺寬，三十多尺長，門小窗窄。牢中有七種氣味：雨水匯集，床桌浮動，聞到水味；大雨後，滿屋泥漿，蒸發泡沫，發出土味；天晴暴熱，阻塞不通風，有日光的氣味；屋簷下燒柴煮飯，熊熊火苗冒出火味；倉裡的米腐爛，臭味裡帶著米味；許多人，肩並肩，人碰人，又髒又汗臭，這是人的氣味；死屍，廁所，死老鼠發出惡心的氣味，這是穢氣。常人被這七種氣～即水氣，土氣，日氣，火氣，米氣，人氣，穢氣所逼，很少不病倒的，但文天祥二年之久「幸而無恙。是殆有養致然爾。然亦安知所養何哉？孟子曰：『吾善養吾浩然之氣。』彼氣有七，吾氣有一，以一敵七，吾何患焉！況浩然者，乃天地之正氣也，作正氣歌一首。」

上面說過，正氣歌分四段。第一段用十句五言詩說明天地正氣是什麼，我在前一講的開始已引過前六句：「天地有正氣，雜然賦流形等……」。第二段用十六句詩列出 12 名歷史人物，以說明如何天地正氣「於人曰浩然，沛乎塞蒼冥」：秦朝的張良招募力士操鐵椎擊秦始皇於博浪沙，誤中副車未果；漢朝的蘇武出使匈奴，被逼投降，不屈，囚武于北海牧羊，十九年始歸；蜀漢諸葛亮，建興五年，率師伐魏，臨行上出師表，使得「鬼神泣壯烈」等。天地正氣使這些人忠貞不貳，有的活出大無畏精神，有的忍受苦辱而從容就義。

第三段再用八句五言詩讚揚正氣的功用：「是氣所磅礴，凜烈萬古存。當其貫日月，生死安足論？地維賴以立，天柱賴以尊。三綱實繫命，道義為之根。」這些詩句一方面像舊約智

慧書對智慧所做的稱讚，另一方面又把三綱（君臣，父子，夫婦）和道義放進去，突顯出中華文化天地人合一的特色。

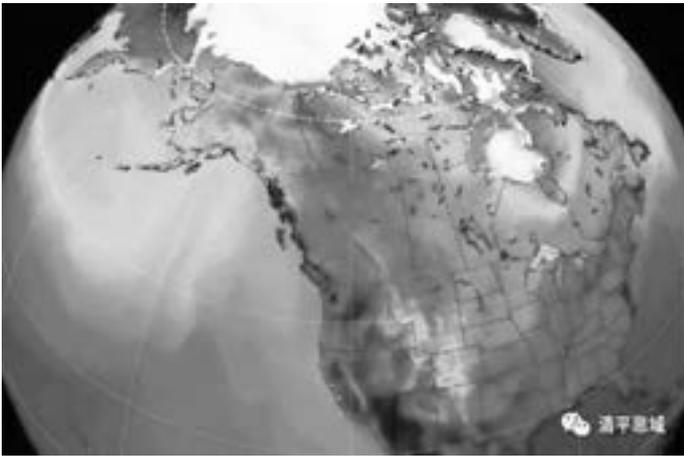
最後第四段是正氣歌最長的一段，共有 26 句五言詩。前六句說自己命運坎坷，亦未盡力，淪為囚犯，送到華北，不怕烹死，卻不可得。7 到 12 六句描述牢房鬼火，院中陰暗，牛驥同食，雞鳳同棲（說自己與獄卒一起食睡），一旦生病，必死無疑。13 到 18 六句說：過了兩年，災害自退，卑濕之地，成我樂園，「豈有他繆巧，陰陽不能賊。」最後 8 句可算是正氣歌的總結：顧此耿耿在（此心光明，永存不變），仰視浮雲白。悠悠我心悲，蒼天曷有極！哲人日已遠，典型在夙昔，風簷展書讀，古道照顏色。

最後這 8 句詩，有自信：顧此耿耿在，仰視浮雲白；也表達悲哀和呼天：悠悠我心悲，蒼天曷有極！上述 12 賢哲雖已遠去（哲人日已遠），但他們的事蹟卻永留人間（典型在夙昔）。屋簷下展開書來讀，古人之道與讀者面孔相輝映：「風簷展書讀，古道照顏色」。最後這兩句五言詩，用在讀聖經上，非常恰當。「風簷下」是一個詩樣的說法，也是文天祥的坐監實況。讀聖經卻有許多場合，常可適當地加以利用。「古道」可懂為古來之道，在起初就有的道 Logos），這一永恆的道確實能「照顏色」，照亮我們的面孔、心境、遠景，只須我們日日加深對這道的體認和認同。「正氣歌」有不少與聖詠相似的地方，但歌中說的「蒼天」是遙遠的，還得有聖經的啟示把「天」拉的更近。」✧

編按：內文（傳注）或（傳譯），指的是傳文輝神父之注或譯。

近期極端氣候正在提醒人類 究竟是什麼

韓清平



美國和加拿大西北部的致命熱浪
不但讓一場接一場的山火肆虐
更讓近千人死於非命
並將無數海洋生物烤熟
或躺或臥在冒烟的沙灘上
巴不得有吃貨早點將它們吞食
這兩天，西歐數國的暴雨
沖失了近千年的古城堡
和市民安居樂業的小城鎮
奪走數百人的性命



另有超千人不知所終
但瓢潑大雨依然在傾注
氣象學家用「極端氣候」來描述
說氣候變化不是傳說
而是決定人類共同命運的
最後一根稻草
能否抓得住，還要看世人的覺悟
以及願意共同採取行動否
有人聽過後不屑一笑
說這都是科學家吃飽了撐的
炮製些聳人聽聞的理論
來嚇唬那些夜間走路怕鬼的
或因被蛇咬過而對草繩過敏者
但地球歷史的作者却警告說：
「6500 萬年前的恐龍也曾想
「地球離了我們就不轉了」
但沒想到它們的突然滅絕

却為哺乳動物的出現和蔓延
創造了前所未有的條件
屬於哺乳動物的人類若消失了
地球會斷子絕孫嗎？」
這段話讓我也想起法國哲學家
柏格森曾說過的這句話：
「智人是唯一擁有利性的生物
也是唯一將自己的存在
建立在非理性之事上的生物」
柏氏真是一針見血
看看迄今為止智商最高的智人所為



挑起種族恨、殺戮同胞人
製造核武器、毀掉大自然
自以為傷害只殃及他人
根本動不了自己的一根毫毛
沒想到災殃不挑肥揀瘦
更不行民族、宗教、國家歧視
只管一股腦兒地所向披靡
於是，我們不但有了前所未有的疫情全球大流行，
也看到了熱死人的高溫和淹死人的暴雨
而且都是在所謂的發達國家和地區
痛定思痛，鑒往知來
讓我們有智慧的人能按智慧行事
避免在不遠的將來
被史學家定義為「恐龍二世」❖

編按：韓清平神父常在微信以「清平思域」發表神、哲學文章，編者特徵其同意轉載以饗讀者，以不同觀點審視信仰，韓神父博學且立基現代的思維使我等眼界大開。（本文轉載自7月17日「清平思域」）

宗座：疫苗是新冠肺炎大流行中 的一線希望

從陳建仁當選宗座科學院士到倡議高端
「免疫橋接」思考我們的生物倫理觀

孔令信

教宗方濟各在 2021 年 7 月 30 日任命陳建仁博士為宗座科學院士，這是國內繼諾貝爾化學獎得主李遠哲在 2007 年獲得此一殊榮之後的第二人。陳建仁是美國約翰霍普金斯的流



教宗方濟各接見前副總統陳建仁伉儷

行病學博士，現今也是國內中央研究院院士。曾任衛生署署長（2003-2005）與中華民國副總統（2016-2020），他在 2003 年 SARS 流行期間，擔任衛生署署長，領導全國迅速遏止嚴重急性呼吸道症候群（SARS）流行，並改造衛生署及疾病管制局組織、建置全國感染症醫療體系、修訂傳染病防治法，大幅提升台灣的衛生防疫能力。受到肯定，並且獲梵蒂岡冊封為聖大額我略教宗騎士團勳章爵士與耶路撒冷聖墓騎士團騎士。

宗座科學院是直屬羅馬教廷（Holy See）的科學研究機構。前身是教廷設立的林琴科學院（Linceorum Academia），為歐

洲歷史最悠久的科學院。著名科學家伽利略（Galileo Galilei）為科學院創始之初的領導人。1936年教宗庇護十一世（Pope Pius XI）重新組建為現今的宗座科學院。

陳建仁獲此殊榮當然是我國的殊榮，他是熱心的教友，當然更是國內天主教內的光榮。我們向他致賀。

* * * * *

這次的新冠大疫（covid-19），一時之間很難平息，而疫苗成了抗疫的重要關鍵，宗座特別呼籲大家施打疫苗，他還形容這是「這段黑暗且不確定時期的一線希望」，並呼籲各國領袖、商業和國際組織，所有的人要促進合作而非競爭，要為每個人找到出路，對全部的人提供疫苗，特別是在地球的所有地區中那些最脆弱且最需要疫苗的人們。

除了學習聖女大德蘭在疫情大流行時的靈魂積極行動，不願意讓靈魂空白與宗座的提醒以信仰信德做為對抗新冠病毒良



宗座科學研究院

方之外，更重要的還是需要科學技術的幫忙來度過難關。不過疫苗研發靠得還是經驗、智慧和科技發展，國內一直都在嚴格抗疫的警戒中，但是卻在疫苗研發上進度稍緩，五月英國變種變病毒進襲，國內爆發嚴重疫情，政府顯然在疫苗準備上慢人一步，加上國內兩隻疫苗研發緩不濟急，讓疫情熱度與民眾集體焦慮頓時混成一團，讓更多民眾糾結不安。

郭台銘董事長、台積電與慈濟等民間出面，購買國際疫苗出現曙光；國內研發的高端疫苗則在陳建仁院士（2021/7/30獲教宗正式任命為「宗座科學院（Pontifical Academy of Sciences）」院士）的倡議在「免疫橋接」下快速通過 EUA 與納入公費施打，然而沒有經過第三期臨床實驗，如此冒然推出，徒增國人更深的「恐懼」。（從 8/23-9/23 國內施打高端疫苗在衛福部的統計中有：疑似接種疫苗後嚴重事件全國有 3,684 件、高端有 121 件，占 3.4%；全國因疫苗接種死亡有 793 人、高端有 14 人，占 1.8%）自製疫苗當然是好事，不過，疫苗終究是科技研發下的產品，沒有經過嚴格的科學標準檢驗，等於就是違背專業與醫學倫理。沒有保護力等檢證，成效究竟如何？冒然推出，品質在哪呢？又怎麼可能爭取到國際認證呢？（對於「免疫橋接」的科學依據與它和第三期人體實驗之間的差異，我們非常需要陳建仁院士幫我們解惑釋疑）

日前宗座向各國政府和藥廠代表喊話，期望暫時放下國族主義，向鄰居和其他國家伸出援手；藥廠也能「放棄」各類疫苗的專利智慧權，好讓其生產速度加速、售價大幅下降，減少買不起或無力取得的窘境。宗座用心的地方就是避免疫苗淪入少數國家壟斷，而無法照顧弱勢與貧窮國家與地區。提醒我們要追求疫苗的國際公義性。

有了國際認證的疫苗又能輸出給需要孔急的國家，當然是國內現今研發疫苗的當務之急，更重要的這一切不都應該建立在疫苗本身的品質與保護力？若是我們的高端疫苗倉促上路施打而造成國人重大傷害，不但對不起國人，更有違疫苗的專業性；再若把這樣不成熟又缺保護力的疫苗輸出給國外，不但不公義反而會陷人於不義。在宗座的提醒應積極防疫的作為下，反而造成更大的傷害，這更是對不起我們的良心與信德，更不是心心相連愛的感染表現，相信這不是我們所樂見的發展啊！（國內雖然小英總統與副總統紛紛捲起衣袖來施打高端，但是國人對於高端疫苗的有效性始終持疑，截至 9/24 衛福部的接種統計，全國第一劑總施打數為 12,075,243，高端第一劑有 722,802 人，約占 6%；全國第二劑施打總數為 2,067,218 高端第二劑 1732，約占 8.38%。比率偏低，顯示國人對高端的信任度還未提高，為何如此？是否是因為沒有做完第三期人體實驗就冒然施打，還需要更進一步地探討。）

* * * * *

對於疫苗問題，我們注意到除了科學與科技要有嚴格的要求之外，還有更重要的就是倫理問題，印度天主教主教團在今年 9/21 時成立了一個生物倫學論壇，通過以人為本的生物倫理學方法，在臨床實踐、生物醫學研究和針對健康問題的公共政策中關注道德問題。

印度主教團所建立了的生物倫理學論壇。主要根據「一個將在印度主教團神學和教義委員會領導下的諮詢機構，它將通過以人為本的生物倫理學方法，在臨床實踐、生物醫學研究和針對健康問題的公共政策中關注道德問題」。新機構還將參與

「醫務人員、生物倫理學家、律師和神學家的學術對話」，同時也「研究天主教會訓導對醫療實踐和公共政策領域的影響」。

顯示在這次疫情中新冠病毒 Delta 變種病毒先是對印度引爆大流行，再傳播到全球造成新一波的新冠疫情，印度深受其害之際願意痛定思痛，強化疫苗的科技研發之外，更注意到以人為本的生物生醫科技在臨床與實驗與落實到預防流行病，關懷人類的健康。

印度主教團任命了費利克斯·托波（Felix Toppo）主教為該論壇的主席，他是蘭契教區總主教和印度主教團神學和教義委員會負責人；論壇的主任則是天主教班加羅爾總教區的維馬拉吉（Christopher Vimalraj）神父，他現年 64 歲，是班加羅爾聖若翰國家健康科學院的倫理神學家和生物倫理教授，曾在羅馬讀書，在亞豐索學院獲得了倫理神學博士學位，並在傑梅利醫學院獲得了生物倫理學碩士學位。

從印度致力推動生物倫理論壇，反觀我們國內與主教團，對於疫苗與疫情預防與管理，是否也應該有我們以人為本的生物倫理與關懷呢？ ❖

美撤軍令我想起教宗若望廿三世

李家同

美國當初進入阿富汗，是為了反恐，可是在撤退的最後兩天，依然遭到恐怖份子的攻擊。美國軍方聲稱利用無人機阻止了一場恐怖攻擊，可是卻造成十幾位平民死亡，其中有六位是孩子。一位兩歲女孩的照片登在全世界的媒體上，這個可愛女孩的去世，絕對會引起更多的仇恨。美國在阿富汗的廿年反恐戰爭，可以說是絕對沒有達到目的。

人類現在最需要的是溝通，如果要消滅恐怖份子，絕對應該和激進分子有所溝通，了解對方想法，否則這個世界上永遠有對立，永遠有誤解，也永遠沒有真正的和平。這一切都使我想起教宗若望廿三世。

我是天主教徒，在過去，天主教對基督新教是沒有甚麼好感的，最多做到的是不出惡言，但絕對沒有甚麼好話。馬丁路德當初的宗教改革，對天主教的損失很大。幾百年來，同樣信仰耶穌基督的兩大教派卻不相往來，大家都只想到對方的缺點，但是教宗若望廿三世卻能夠將這個情況完全改變。因為他強調，我們應該互相溝通，尊重對方的想法。一夜之間，天主教和基督新教之間的鴻溝就幾乎消失了。

我總記得我在美國望彌撒時，忽然風琴奏起一首馬丁路德所解的聖歌。我們都知道，可是從來沒有在天主堂中聽到教友唱馬丁路德的聖歌。在我身旁的一位大學生，拿出手帕，擦乾眼淚，因為他終於感覺到互相相愛是什麼意思。當時在柏克萊

的天主堂要被拆除，我們的彌撒改到一座基督新教的教堂內舉行，這也是史無前例的。

基督新教也因此開始和天主教接觸，有一位聖公會的主教在成為主教以前，要進行幾天的靜思，但需要一位神長來帶領，結果他請了一位天主教的神父來講道，這也是史無前例的。我認識一位基督教的牧師，他說他到外國去，當然不可能找到所屬教會的教堂，主日永遠到天主教望彌撒。他說他非常喜歡天主教彌撒的安靜氣氛，

他也從來不會認為天主教是異端。

教宗若望廿三世的另一改革是表示對世界各種文化的尊敬。在過去，彌撒經文是拉丁文，唱的歌也是拉丁文的，大多數人根本搞不清楚是怎麼回事。在這位教宗的改革之下，世界各國都可以在彌撒中用自己的語言。

我們的世界如果真的要和平，必須強調互相溝通和互相尊重，希望世界上的政治領袖們能夠學習教宗若望廿三世，因為沒有溝通，不可能有和平的。❖

編按：本文取自聯合報民國110年9月7日A12版〈民意論壇〉。

疫情下的生活衝擊及信仰反思

文/圖 · 李正發FaGo

Coronus Virus 2019
NO DINE-IN NO GROUP
STAY HOME!! 折騰到
2020 病毒帶來了地球改
變之年；2021 至今疫情
越演越烈。人類究竟作
出了甚麼改變？空氣變
清新了：我們這裡台北
的街道車水馬龍的景象
一時之間變得稀疏；101
大樓高聳入雲清晰可
見。外媒報導：傳說中
的喜瑪拉雅山，以往被
厚厚的污染物擋住，印



台北的天空變藍了

度封城不到兩週這一座山就逐漸現出峰峰相連到天邊。在人類活動大幅度的減少的 2020 不止只是印度，地球每個角落也改變了生態環境：Los Angeles 四十年來最好的空氣品質。非洲 Morocco 的大西洋海水清澈從「差」跳到「優」，Florida 州的海灘以往人潮洶湧，如今珍貴的海龜第一次在這沙灘上產卵。日本 -NARA 市的梅花鹿以往搖頭晃腦跟人討食，一夜之間牠們自食其力，恢復了青草嫩枝和香草的自然美食。不僅如此，南非 CapeTown 的企鵝也雙雙對對散步街頭。亞洲象群不再糟



印度的天空出現了希瑪拉雅山

踢農人辛苦耕耘的莊稼「如果我們愛大象，大象也會愛我們」彷彿香格里拉之境界，共享天主造化大自然的無私餽贈。因此，

疫症衝擊讓地球安靜的這段時間，套用唐朝 - 李白告訴我們：「天不言而四時行，地不語而百物生」生命本身是可愛的，我們不一定總要憤怒總要衝突總要凌駕和征服，當人學會了謙虛學會贈與，即便「敵人」——你心中討厭的人或動物，也會回饋尊重而大自然就是一面鏡子，所以我們要保護大自然的環境——地球是我們的家。

在這 COVID-19 病毒肆虐全球，疫情的衝勁限制了大家的行動，相對的對咱們信仰生活也隨之影響，以下告白：雖然我們早已習慣嚴謹遵守防疫 SOP 以避免牽連周遭人員感染而列入萬眾之矢，減少醫護人員的責任，大家應好好照顧自己為最佳良策，因為這個緣故限制我們無法親身參加實體彌撒，很明顯得無法感受神父與教友們的親切共融聯誼在一起的氣氛。只得參加網路彌撒雖可以自由選擇播放平台，時間也可在彌撒結束後倒帶收看。間接影響參與者的自我紀律，重要的是線上參與者的心神感受：不能只是觀看，而要接受。誠如：馬來西亞 - 檳城有一位台灣過去的張神父用一張圖片作有趣的比喻：當參加 Internet Catholic Mass 讓我們與天主有密切的關係，還是

沒領聖體感覺就像相片中一盤可口的水餃我們只能看，而吃不到的饑渴感，與實領聖體有一些不一樣：不能只是觀看，而要接受，就像是望梅止渴。越來越有信德還是冷淡？讓我們在還沒開放彌撒團聚共融時，希望這個網路彌撒，教會是給您方便，而不是隨便。



有關網路彌撒，教宗——方濟各籲請信友們神領聖事諭言：神領聖體在心靈中表達接納耶穌基督的渴望。

由於傳播媒體的長足進步。視覺影像可以展現現場，但不是真的重視。如果信友僅以虛擬的方式參與禮儀就會有與降生成人的天主遠離的危險，天主不是以虛擬的方式賜給我們。而是以真實的方式呈現這是無庸置疑的。期待有一天，疫情遠去，我們再次的見面，天主的垂憐憐憫再次的回到祂的家相聚在一起實領聖體。❖

第三屆葉紅女性詩獎佳作

林禹瑄

你們知道——致薩爾瓦多的十一歲，在一九八〇

必定有些聲響是光，你們知道
當夜色成為一面
龜裂的鏡子而你們早早
厭倦了替太多的星斗數數
彈珠不必碰撞，暴雨不必
不必喧嘩，你們知道每只子彈
睡在床腳的影子的形狀

你們知道：日子總正遊擊而童年
不過是一場漫無止境的宵禁
你們喊啞了恐懼，你們奔逃
在時間的灰燼裡反覆藏身
你們焚焦的願望的骨架枯瘦彷彿
你們知道，一把步槍或者十二歲蠟燭

那麼你們會知道嗎倘若一聲槍響
輕輕擦破你們的哀傷如同
缺口的鞋裡，一枚多角的石頭
你們會否知道，午夜的所有雨點
正噠噠如一架生鏽縫紉機

竭力試圖織補你們蜷睡在扳機上的
每一個安好夢境

註：八〇年代薩國內戰期間，全國男孩年滿12歲即被強制徵召
入軍。

洪淑苓評語

為戰爭國度中的少年而寫。十一歲，多麼青澀的年齡，卻註定在槍林彈雨中渡過他們的童年、少年以及不可知的未來時光。作者以頗為整齊的句法，營造出肅穆凝重的氣氛，有許多意象的翻轉十分靈活、警醒。

作者簡歷

林禹瑄，筆名木雷，1989年生，現就讀台灣大學牙醫系一年級。喜歡雨天、古典樂、舊鋼琴、陌生的城市和太小的鞋子。忘了什麼時候開始喜歡詩，如同時常記不起明天的日期；會想把那些囁語寫下來，大概只因為太珍惜每個與生活擦肩而過的時刻。最近戀上人行道磚，特別是那些翻起、破碎的稜邊，總是在走過的時候，那樣輕輕地、暗喻性地劃過鞋底磨平的紋路。

得獎感言

得獎的感覺是那麼繁複而不真實，我想我必須用二十首詩來解釋但我不能。接到通知的時候正要從一萬多公里外的大洋東岸返家，隔了一整片海的無數浪頭，這獎似乎也被刷洗得更

像一個戀家的夢境。一個多月來與詩的關係若即若離，甚至一度懷疑自己是否還有繼續前行的勇氣，但最終，還是詩給了我對於詩的解答。如果我還必須走下去，那必定是因為先前那些足跡過於深刻的緣故。

感謝評審，感謝每一個安靜陪伴的你們和每一盞在清晨亮起的街燈，讓我過了這麼久仍能想起那部沉默行進的電影，是怎麼在末尾燈光亮起之時，輕輕刺痛了我們泫然的眼角，然後一起讀起一首太古老的詩。

第三屆葉紅女性詩獎佳作

秦 嶺

我這樣描述身體中一場洪水

兩天後，你就成了我身體中的一場洪。此時恰逢窗外有雨
它們和你一樣聚集了三天力量。

而我所能承受的極限也只不過三天而已。它們從細微的漏洞開始漸次累積危險
直至破了堤，沖上山。

烏雲覆蓋了整個工廠，工業園。
塔吊彎曲。唯有洪，在我體內奔突
並深入到渾濁的外部。八百畝沃土也覆蓋不了她的

唇。此時，鋼牆上長滿了
眼睛，矚目你的聲音，身影。
她一刻也沒停止博大的溫柔，像這

滿天滿天的雨水。
我不急於表達，但這場洪
沖垮了周遭的一切。

馮青評語

洪水會不會是慾望的觸媒？作者不說洪水而說洪，造成強

烈的動盪及象徵，作者善用數字意象累積龐大的能量，訴說極限及壓抑，更善於鋪設造景，遠離風格邏輯典範化的書寫傳統，提出女性的慾望話語，殊為不易！

作者簡歷

一地雪：本名秦嶺，女，生於20世紀60年代。河南省作協會員。主要作品有詩歌、小說、散文等。作品散見《詩刊》、《星星》、《綠風》、《詩選刊》、《當代詩壇》、《河南日報》、《躬耕》等多種報刊及民刊。有作品收入《感動大學生的100首詩歌》、《中國2007年度詩歌精選》等多種選本。曾於2005年參加中國西峽第四屆伏牛詩會，2006年參加河南省五位元青年詩人作品研討會，2007年參加中國舞鋼大河風詩會等。現居南陽，會計師。

得獎感言

很榮幸，在剛剛經歷了大悲大喜的中國2008年，在這個特殊的時代榮獲具有特殊意義的「葉紅女性詩獎」。我感到了詩歌前所未有的承擔。當人性在詩歌中呈現出獨特的話語權，當女性以獨立的姿態用詩歌像「蟬伏枝極上鳴一生的清亮」，我愈加為我的母語感到驕傲。是的，一直以來我把詩作為我的另一種生存方式。懷揣一把對抗時間的詩歌之劍，一步一步走向出生的終點。走向詩神那神秘的力量。我以我的方式在述說、在熱愛、在感恩、在背叛、在堅持、在生存。我會一直這樣走下去。我不知道一個人的空間有多大，但我敢肯定詩歌的空間是無限的，她超越了民族、國家和時代，因為她博大的精神。感謝葉紅詩獎的所有評委及主辦者。葉紅詩獎永遠魅力無窮。謝謝！

第三屆葉紅女姓詩獎佳作

鄭揚

拾穗三婦

她彎腰撿拾廢紙的 虔誠
宛若米勒的 拾穗三婦
雖然她只有一人
但早、中、晚的身影從未相疊
經濟上 也是互不干涉 各自撿拾

逆光模糊的臉 烘托工業革命啟幕前
人類原始勞動的殘像 因挑高的地平線而顯大
拾穗三婦田園式的憂愁 晚餐還散落巴比松平原
而被豐年淡忘的拾荒者 咀嚼著餓以填塞食慾
破銅爛鐵取代了 不會割手的黃金飽滿

她不是拾穗三婦 沒有畫家的平反
頭上也沒有頂著 紅藍白的頭巾與遲早的麥網
如蜂人群湧往靜態展場 汲取名畫養分
渾然不覺 「拾穗」主角正蹣跚步下畫框
遊走後現代的街道 低嘆著 唉這「糟糕的馬鈴薯歉收」

但她最終是無名的她們
因為佝僂的姿勢 因為低頭尋覓

年歲難以辨認 因為同樣不解彎腰為何引人感動
名為藝術的展場內外 總悄悄上演著穿越時空
貧苦的對稱 她走過展場「拾穗」布幔下方沒有抬頭
出於一種生活從未抽離 習以為常的審美盲點
仿若歷史之河 本來就該浮出倒影
她不需藉由獨酌邀月 才能對影成三人
因為一位拾荒者一天的老、中、青 拼湊就是
那並立彎腰的拾穗三婦

評語

作者所謂的歷史倒影之外，詩中也不乏呈現出，那種傅柯似的城市和身體異質並存的荒涼現況……作者更以超現實主義的方式將拾穗的主角步出畫框游走於後現代的街道並低嘆「糟糕的馬鈴薯歉收」來看待一與歷史並存的經濟現象，作者在詩裡展現出蠻蒼涼的城市現代攝影光景，用詩代替了攝影機的光圈並提出問號，有強烈地現實主義觀點與企圖。

作者簡歷

筆名周揚，板橋人，喜歡閱讀、電影與旅行，自美麗的瑞典Lund大學碩士班畢業後，進入師大社會教育所博士班，獲教育部九十六年公費留學考試錄取，詩寫的不好，但試著感受生活，進化的很慢，依然習慣紙本閱讀，不善交際，但很幸運地遇上好的朋友們，快樂或難過時，還好都不會忘記欣賞美好事物，如Linda Pastan的詩、Milan Kundera的小說與Marjane Satrapi的漫畫。

得獎感言

社會學是一種想像，更是一首詩。

其實詩寫的不好，得獎真是意外的驚喜

但卻能說明與詩與社會科學都需要細心觀察的共通點

感謝師大政大曾教導過我的師長，感謝耕莘評審老師

還有可愛的學生、朋友、家人，特別獻給我的母親

無意間經過南海路米勒（拾穗）畫展，六月的天氣

國立歷史博物館的人行道上大排長龍

而在鄰近不遠的車潮中，詩中主角（拾荒者）的身影於此
浮現

從模糊乃至鮮明，揮汗穿梭在擁擠的馬路上討生活

僅以此詩，獻給現代社會中所有認真工作的拾荒 / 拾穗者

希望，或許正如那句諺語所說：

「When it is dark enough, you can see the stars.」

天夠黑了，就越能看見星光。

感恩的年輕歲月

饒志成

1960年，印尼因排華政策使得政局動盪不安，當地華僑人心惶惶，除飽受生活上的恐慌外，內心更是驚恐萬分。於是，我的寡母斷然決定要我去台灣讀書。那年我十七歲，初次獨自遠行。坐在飛機上，望著窗外如疊嶂般的白雲，想到與愛我的母親自此一別，不知何日才能相見，惆悵與心酸久久不能自己。

到了台灣，參加會考順利進入台大機械系，住在僑生宿舍裡。當年，即使政府補助所有的學雜費與每月生活零用金，但我們這些僑生的生活還是很拮据，除了讀書，那兒也不隨便去，更不敢廣交朋友，就怕增添額外的開銷。那個年代，交通不便且費用昂貴，寒暑假一到，我們有家歸不得，宿舍食堂也不再提供三餐，這段時間是最難熬的。記得求學時，我不曾在



三教會傳媒（天主教之聲、光啟社、真理電臺）今（2021）年4月22日感恩彌撒主禮饒志成神父於大坪林聖三堂。

校外吃過一碗牛肉湯麵，更遑論牛肉麵了。有時幾個同學在一起，會鼓起勇氣試探性的問老闆：「可以在麵裡加一點點煮牛肉的湯汁給我們嗎？」

我讀的是機械系，製圖設計課是重要的學科，在沒有電腦的時代，特製的製圖桌是必備的，我和幾個同學湊錢合買了一張製圖桌，輪流使用，機械系的課業又比其他科系繁重，常常因趕製圖作業而熬夜，宿舍十點就熄燈，我們只有兩個辦法，不是在寢室裡點蠟燭，就是在宿舍餐廳內完成課業，除此之外，別無他法。前者因空間逼仄，恐遭祝融，且光線嚴重不足，只能偶一為之；若在餐廳，就得忍受那經年累月飄散不去的油菜味，加之以蚊蟲肆無忌憚的侵襲，真是艱困又難忘的經驗啊！此外，我更記得，從大一到畢業，最渴望的是擁有一輛腳踏車，可是就算二手的破車我也買不起。偶爾在放假時，或許可以借到一輛單車，便和同學從台大騎到烏來玩一天，難得出遊，大夥興奮莫名，但縱情山光水色之餘，還不時要擔心車子落入偷兒手中。當日歡樂情懷憬然赴目，現在回想起那份怕



4月22日感恩彌撒後合影，饒志成神父（前排左五）

賠不起車子的忐忑之情，竟也成了美麗回憶的一部份。

校園生活之外，主日彌撒和教堂活動是我最大的精神寄託，也是消磨時光之處。那年頭，台大校園與舟山路之間，有一幢日式平房——伯達書院，是台大專門提供給外籍教授住的宿舍，當時有六位在台大任教的神父也住在裡面。宿舍裡榻榻米式的客廳十分簡陋，我們每日就在這裡舉行感恩聖祭，我甚至每天早上五點就起床，到這克難的祭台前當輔祭。往往在週末時，神父帶領我們年輕人圍坐在榻榻米上，舉行小型音樂會，或欣賞古典音樂，有時會請專人來為我們導聆。

那段歲月，生活極其簡單卻很充實；物質環境是如此匱乏，精神生活卻無比豐盈。要感念的人、事、物真是太多，尤其是帶領及陪伴我的那些神父們，正因受到他們懿行聖德的潛移默化，才成就了我日後的聖召之路。孔子說：「人能弘道，非道弘人」，用這句話來形容傳揚主耶穌基督福音的司祭們，真是再貼切不過了。至於我聖召之路上的經歷，又是另外一個故事了。❖

編按：恭喜與祝福！今（2021）年9月18日是台北市聖家堂本堂主任司鐸饒志成神父（也是我們中華民國天主教之聲傳播協會總會神師）的晉鐸45周年紀念日！感謝天主，饒神父前後在聖家堂擔任主任司鐸今年進入第九個年頭。感謝他的辛勞和帶領，更祝福他身心靈平安健康！

教友們都知道饒神父是印尼華僑，在印尼排華政策，政局動盪時來台灣求學。當時生活的困頓和信仰上所獲得的慰藉，是他記憶中無法忘懷的片段。

以上饒神父自己娓娓道來入耶穌會前，求學時代的艱辛困苦，以期勉勵年輕的莘莘學子；在現今物質無虞的幸福環境中要知足感恩定志向上，也期望教友們即使處在寒澀的生活中，也莫忘全心倚靠天主、要常懷喜樂之情、時時祈禱。

本篇文章是2013年饒志成神父入耶穌會50金慶時，由饒神父口述，張秀莒姊妹撰文，今年神父晉鐸45週年特刊出八年前的見證饒富深意。

回家之路

天籟更新祈禱團體PeterCET

每逢佳節必思親，中秋佳節要由台中回到宜蘭老家，總是心中矛盾掙扎，因為彷彿全世界的人都要跟我們一起回家，把每條道路擠得水洩不通。若走山線北宜公路九彎十八拐，車內乘客會暈頭轉向，嘔聲連連；要若海線濱海公路，則要多出近一倍時間及距離，用車輛實際完整劃出東北角地圖；若走國道五號金氏世界紀錄排名第十三長的雪山隧道，則像生物課本中受到了「印痕」影響的鴨群，時走時停，時而向前快快跑，擔心塞在隧道中，產生禁閉恐懼症。

今年的中秋連假四天，六日一二，新聞提出了警告要上國道五號可能會塞十一小時，所以宜蘭爸媽要我們走濱海公路；然而祈禱後心中的感動是「不要害怕，儘管前行！」週六上午九時我選擇了國道五號，一路順暢，從台中到宜蘭只花二小時半，還提前到達聚餐地點。





週日下午大弟由新竹回宜蘭時，聽從爸媽指示走濱海公路，結果花了近六小時才到家。宜蘭周邊道路連續放滿了三角錐，排滿了車龍，連轉彎都顯得格外麻煩，甚至還會被按喇叭，以為要插隊進入國道五號的等候行列。依照目前的情勢看來，十一小時的回台中之路，似乎不可避免。

週一吃完中餐要回台中時，右轉進入濱海公路，左轉則為國道五號排隊，我們全家五人左等待紅綠燈時特別為此意向祈禱，結果只有一人和我的感動，是要走濱海公路，其他人並無特別的感動。所以當我掙扎作出決定要右轉進入濱海公路時，才驚覺自己是在左轉車道，此時警察就在身邊，後方的計程車為了倒數三秒的紅綠燈，對我急按喇叭，我只能左轉，心中懊惱為何如此不順？才驚覺自己忘記加油，而加油站就在眼前！

加完油後，還是感動要走濱海公路，但是整排車龍遠達天際，海邊散步的遊客紛紛由眼前經過，似乎在重演龜兔賽跑的心境，車內的家人心情也躁動了起來。此時心中有個感動，讓

這個月剛剛考上汽車駕照的大哥哥真正道路駕駛，全車後座弟
弟妹妹頓時驚醒，「真的嗎？」「不要吧！」然而大哥哥歡喜滋
滋表示沒問題，最高開過時速四十公里，依據現在情況應該綽
綽有餘；我們在車內玩著「大風吹」，全部調換座位，調整後
照鏡，並繫上安全帶後，車陣尚未移動，但是駕駛座上嶄新得
意的笑容，照亮整個車內。沿途扮演汽車駕訓班教練，指導何
時該禮讓，何時該勇敢前進，分享駕駛心法要訣後，車內有人
預約未來也要找我來當教練。

沿途經過伴山面海美麗的大溪國小，回憶十多年前三個小
小孩曾在此玩砂玩得不亦樂乎，如今已經準備要上大學，時光
飛逝感觸良多。我們繼續上路，龜山島在不同地點展現不同身
姿，湛藍的海，洗淨心中一切雜慮。天空雲彩持續幻化，彷彿
少女變換她美麗的舞衣，心中不斷讚嘆上主的創意與美感，天
邊隱約浮現出天父滿意的笑容，表達祂對我的愛與祝福！

夜晚進入波光粼粼的福隆海水浴場，車速開始增快，似乎
已經超過大哥哥的極限，所以到了澳底，我們在便利超商休息



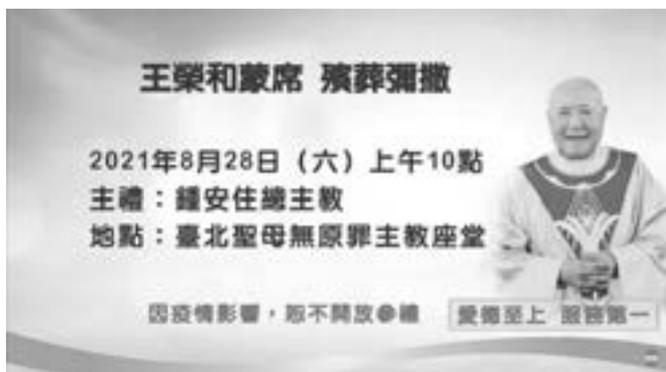
一下，之後再由我接手；超商店員指示我們走路三分鐘到沒有夜燈的公園洗手間，發現有小孩玩著斜坡滑草，我們原本想儘早回家的大小孩，也興起童趣一起玩耍起來。回到車上聽著廣播電臺的音樂，孩子們彷彿每首歌曲都會唱，還能一字不漏甚至預知下一段副歌橋段，好像在卡拉 OK 點歌一樣，原來下載 Shazam 軟體就可以知道歌詞。隨著進入高速公路南下一路順暢，我們一起玩著合唱，總時數花了 9 小時才回到台中，但是心中的釋放與滿足，卻是快速抵達方式所無法比擬的。

依撒意亞三十 15 吾主上主，以色列的聖者這樣說過：「你們的得救是在於歸依和安靜，你們的力量是在於寧靜和信賴。」活在當下，才是真實的生活，才有生活的樂趣。敏銳於上主的提醒與帶領，才能讓我們勇敢面對困境，作出最合宜的抉擇。回家之路，就是一條信仰回歸之路。✧

永別了，王榮和蒙席

劉鍾秀

王蒙席
您真的就這樣走了，
我們還準備為您慶祝百歲的生日。
7月28日晚上接獲



陳國瑞弟兄告知，請我為王榮和蒙席靈魂安息祈禱。陳弟兄以 *Salva Regina* 的歌聲伴隨著王蒙席，他老人家在晚上 20:10 平靜安詳的蒙主寵召。

我與王榮和蒙席認識是因為本堂柯立民神父。十年前，柯神父從基隆和平天后堂調到我們北投堂。柯神父是菲律賓神父，王榮和蒙席對待他就像兒子一樣，當時柯神父在基隆和天后堂服務，王蒙席因為他是國外菲律賓樂仁傳教會 (Lorenzo Ruiz Mission Society, LRMS) 推薦的神父，對他特別照顧。因為柯神父人生地不熟，又有語言上溝通問題，盡量的讓他能適應台灣的生活。當時，王蒙席像嫁女兒一樣的送柯神父到北投聖高隆邦堂當本堂的主任神父，我們就是這樣因緣際會下認識王蒙席，並感到彼此很投緣。

每逢過年、過節或王蒙席過生日，我們夫妻都盡量去探望他。2014年我們去加拿大朝聖並探望外調加拿大的曾若瑟神

父，正巧王蒙席也在加拿大的卡加里休假。他為了能見到我們，特別在當地教友的陪伴下，從卡加里驅車 2 個半小時到班夫（Banff）與我們見面，請朝聖團員吃了一頓韓國大餐，並買了許多當地新鮮的櫻桃和藍莓給我們吃，可以看出他的熱情及對教友們的關愛。

王蒙席笑容滿面，兩道白眉，使人容易親近。他非常關心教友們，如有任何心中委屈和不平之事，向他傾訴，他都能安慰人心，把心中的憂鬱與不滿排出在外。我們能有如此的長輩，真是三生有幸。他老人家常常鼓勵我，多寫文章福傳。他好似是一個避風港，在他那裡我們能得到滿滿的安慰。

上個月聽王蒙席從醫院返回基隆，正為他老人家的康復而高興。隔日，我們夫妻就去基隆探望他老人家，無奈電鈴沒打開無法入內，而失去見他最後一面的機會。他老人家的座右銘「愛德至上，服務第一」，可以說他是完全的做到了。在台灣服務教會 70 幾年，他充滿了屬神的智慧和見識，造福多少的教友，陪伴了多少心靈破碎的人，為我們真是一位基督的忠僕。他也把聖神所賜給的愛通傳給我們，一切的言行使天主喜悅，在一切的事工上結實磊磊。

想到教宗方濟各所言：多一點憐憫可以讓世界少一點冷漠與多一點正義（“A little bit of mercy makes the world less cold and more justy.”）。這句話正是王蒙席的寫照；四海之內皆兄弟，不論貧富，海內海外，他都以親切的笑容接納每一個人，溶化了每一個人的內心！王蒙席您雖然離開了我們，但我們永遠懷念您！✧

皈依：愛的行為

潘春旭

自己骨子裡是個自戀、氣餒及悲觀的人。妻子很早就看穿這一點，她提醒我：「你如果凡事都只顧自己，到老了，你一個朋友都不會有。」我拒不接受，怎麼會？辛勤工作的背後還不都是為了家人，怎麼沒有苦勞還被嫌棄？

25年前信教，感覺像是重生，找到了一條生命中的全新道路。是，生命的潛能在不惑之年找到了出路而奮力的發展。早年的不自信、退縮、疑惑變成了侃侃而談、展現自我。我找到了自己，也稱「皈依」。但皈依，對一個人來說是一個由內而外、漫漫轉換及整合的長路。

什麼是皈依（conversion）？心靈找到了棲息之地，挹注了愛的能量。能夠愛自己、愛他人，內心是喜樂的、自由的、良善的，具有承受苦難而活出慈悲的能力。

皈依，在敞開自己長年建造的自我形象，閉鎖的防衛堡壘，例如：我是成功者、掌管者、受害者、焦慮者。聯結上慈悲與良善的源頭，洗滌自己內在憤恨、懼怕、憂慮、誘惑的污垢。

昨午列隊在建國高架緩慢移動的車陣裡，望見左前方水泥分隔島細縫中，長出來一叢叢低矮的野草。枯黃修長亂葉環圍裡，挺立著墨綠的、鮮黃的片片長葉，隨著秋風舞動訴說生命的美麗與艱辛，活著真好。使野草生長的尊嚴、漂亮的，正是生命的源頭，宇宙萬物的創生者。

人不是野草，除了都有生命力，人有思想、靈性。阻礙人生存的像野草般奔放，正是枯萎人心的自戀、氣餒與悲觀，而它們不會輕易消失。皈依的轉換始於意識的覺察，自我不同意繼續讓自動化的舊習控制自己，決定選擇換一個頻道。

人的意識（意念）是可以轉換的，樞紐在「自我說服」、「自我示弱」。我看見、承認、悔改我的自戀、氣餒及悲觀。我願意依靠從小到大被疼愛、照顧的經驗，冒險躍入生養我的大海源頭。被愛的意識帶出愛的行為。

偶爾，在慈悲、正義的實有襯托下，看見當年那個心離你遙遠只因你慣用不費力的命令替代花時間的聆聽來教養的女兒，當你跟太太拿著鼎泰豐的排骨炒飯、雞湯、乾扁四季豆，約在車水馬龍南京西路的新光三越騎樓，已為人母的女兒接過來晚餐袋子，雙手環繞著你的臂膀回報你給她的擁抱。你感到熱淚盈眶，這是你渴求的父女關係。她感受到你的轉變，不再只是自我中心的父親，而是願意花時間抱孫女的柔和爺爺。你們之間，生起了溫柔、良善，並且賦予她 shu uemura（植村秀）的高壓工作，你隻身南部教職的真實意義。❖

編按：植村秀是一位日本代表性的彩妝大師，同名品牌「shu uemura」及「植村秀株式會社」的創辦人。他所改良的潔顏油是革命性的創新，有「潔顏油之父」的美譽。

獻上誠心禱聲

與天主在「數位天空」相遇

「與天主有約——線上接力祈禱」

製播心得

李祖嵐

在我們的信仰歷程中，「痛苦」常促使我們依賴天主、懇求天主、並與天主相遇，惟有痛苦讓我們深知自己的軟弱、無助，願全心委順在天主聖愛內，祈求祂賞賜恩寵與憐憫，使我們脫離疫情掌控的困境。然而，室內群聚人數受到限制、該如何將我們「同心合意」的禱聲，上達天主座前？一次空前的、每天晚上 8:00 不間斷的接力祈禱——大聖若瑟年「與天主有約」線上接力祈禱，從點、線、面持續擴散，無論你在觀望、還是排拒，你都被捲入這場「數位線上牧靈福傳」的浪潮中，成為編導、企劃、主角或配角，即使跑跑龍套，也無法置身事外。

今年 5 月中旬全國新冠疫情進入三級警戒，我們的彌撒及所有教會活動被迫暫停。由於室內群聚人數上限為 4 人，不少堂區紛紛緊急因應、透過線上方式直播彌撒，藉由主禮神父、兩名禮儀人員、一名錄影人員共同完成彌撒製播任務。而為集結主內兄姊的祈禱力量，懇求慈悲的天主讓我們早日脫離新冠疫情的威脅，台北總教區在鍾安住總主教號召下，於 6 月 24

日進行線上會議，由各鐸區、運動、善會團體、修會「認領」時段，於7月1日開始，至少到9月底「每天晚間8:00線上接力祈禱不間斷」，我有幸參與7月5日（大坪林聖三堂）、7月23日及9月4日（基督活力運動台北分會）三段祈禱影片的製播工作，每一次的祈禱方式、禱詞內容、製作過程，因著天主聖神帶領、共同參與的神父與兄姊們的認真投入，使我們的禱聲，結出一朵朵美麗的小神花，求主悅納、垂聽。

由聖三堂代表第五總鐸區製播的「為在家中學習的學生祈禱」影片（<https://youtu.be/BVIH5S8YkW8> 請看 QR code 1），須於7月5日晚上8:00首播，時間急迫，在規劃腳本的同時，便決定以明供聖體、祈禱的方式在小聖堂進行，由柏克偉神父主禮、江宛軒姊妹領唱、我誦唸禱詞、鍾瑪竇弟兄錄影及後製。當時仍處於風聲鶴唳的三級警戒時期，為使錄影順暢，大家事先都看過腳本，並於錄影前確認程序、排練歌曲，在主耶穌聖體前、虔誠祈禱、詠唱，現場錄影一氣呵成。在瑪竇兄專業的畫面呈現下，我們順利將影片上傳公署秘書，如期播出。

而排定於7月23日晚上8:00首播「為失業的人祈禱」影片（<https://youtu.be/hrPUFJIKWD4> 請看 QR code 2），是基督活力運動台北分會認領的時段。不知天高地厚、單憑一點淺薄拍攝及後製影片概念的我，正尋思如何以不同的呈現方式，讓影片增添新意時，腦中突然閃入《小屋》一書（電影：《心靈小屋》），因此決定以我們與三位一體天主之間的心靈對話，做為腳本的設計藍圖，安排失業者的心聲、主耶穌的安慰、天父的家書、各段落之間的聖言、聖歌詠唱，由林蔚民弟兄、韓晶姊妹、張文馨姊妹、何玉華姊妹和我共計5位活力員，錄製各段角色的口白、歌曲，並請才華洋溢的王啟仁老師協助我們

進行音樂後製，透過圖文卡、音效檔進行後製剪接，邀請收看影片的人，與我們一同沈浸於自己與天主的心靈對話中，全心為失業的人祈禱，希望承受這些壓力的當事人、他們的家人，都能因著我們同心懇切的祈禱，獲得慰藉。

9月4日晚上8:00 首播「為所有因疫情而受苦的人祈禱」影片 (<https://youtu.be/pClcbjUIIdDM> 請看 QR code 3)，也由基督活力台北分會負責製播。幾經祈禱與構思之後，擬定腳本的方向以聖言·詠禱為呈現主體，將祈禱意向再細分為「因疫情無法工作的人」、「營運受疫情影響的雇主」、「在疫情中辛苦照顧家人的人」、「信仰因疫情而陷入苦悶的人」等對象，由林蔚民弟兄、韓晶姊妹、張文馨姊妹、何玉華姊妹和我共同參與，錄製口白、聖言朗讀、聖歌詠唱部分，另收錄一首聖三堂聖詠團的獻唱，委託王啟仁老師進行音樂製作。

為能解答許多教友「信仰陷入苦悶」的疑問，此次特別加入 10 分鐘「神父勸慰與牧靈小語」片段，邀請活力神師許達士神父帶領我們。許神父巧妙地運用初期教會基督徒被羅馬人迫害、只能躲藏家中集會、以及斯德望殉道作為主軸，鼓勵我們安定心神、信靠上主，在疫情穩定過後，「仍要回到教會和團體中，大家一起敬拜讚美天主」。儘管錄影器材簡陋，我們還是勉強以 2+1 的方式進行，以腳架放置手機定點錄影、輔以平板電腦擷取不同角度與近距離畫面（此為 2），另有一支現場收音麥克風連結手機，接收許神父的聲音，盡量使影片的畫面有些變化、聲音清晰。

過去 20 多年的新聞媒體工作經驗，大概只有早期「菜鳥」時被派到採訪現場「文字兼攝影」、用相機拍下現場畫面（還

被不少壯碩的攝影老鳥阻擋)、以後幾年前因報社大力發展即時影音新聞、連帶新聞主管都要學習簡易剪接及過音。那時雖僅稱得上學到一些皮毛功夫，不過鍵入大腦的概念，讓我們在數位化年代，得以踏上浪潮，甚至完成今年的線上接力祈禱影片的製播任務，看似驚險萬分，其實都是天主安排的學習精進之旅。「上主，請祢將生命的道路指示給我，唯有在祢前面有圓滿的喜悅，永遠在祢右邊也是我的福樂。」(詠十六 11) ✦

註： QR code 1



QR code 2



QR code 3



「病患之友會」之友 ——寫在銀慶前夕

林蔚民

緣起

談起天主教病患之友會，我在該會創立時的民國八十五年，便被邀請希望一起成為發起會員，當時的我自認還年輕，已經投入基督活力運動及堂區的服務，已無餘力服務其他因此便予婉拒，但因盛情難卻下內子李祖嵐姊妹那時便加入了，即使她新聞媒體工作比我更忙碌。就這樣我倆成了「病患之友會」之友，但說來慚愧對於會務的推動廿多年毫無具體貢獻。



演出時間：民國100年12月18日(六)晚8:00-12:00
演出地點：台北維多利亞音樂廳禮堂(台北市樂利路4號)
演出單位：教中人醫藥團、聖安得烈福區、大坪林聖三堂神召會聖心堂「小團體」
主持人：馮超（阿比拉聖大學的修生時）

天主教病患之友會慶音樂會文宣

以合作支持

從民國71年聖誕子夜彌撒領洗的那天起，我在一群年輕人的團體，無論是山友、大專同學或是堂區青年會，那時青春洋溢的歲月很難想到去服務病患。民國75年我參加了基督活力運動實習班，與基督更進一步的相遇，我對堂區的參與更

深。當 1992（民國 81）年 5 月 13 日，教宗若望保祿二世宣布，每年 2 月 11 日露德聖母紀念日為「世界病患日」，並要求全世界天主教個人及團體要慷慨而熱心地為病患們服務，他更希望所有要為病患服務的人們，都能聯合起來。民國 85 年初，由江珊媚修女等 42 人發起，11 月 10 日召開成立大會，12 月 21 日經內政部核准成立。次年 1 月 31 日於板橋地方法院完成登記為全國性的社會公益團體。發起人中的要角及後來加入的不少人是基督活力員，從王宏智、繆彬明、黃金瑜、潘忠清、孫錦華、劉亞峰、楊景明、黃美蘭、鄺子傑、謝天龍、沈學立、梁笑陽……等兄姐，大半是我熟識的前輩活力員，甚至是一起在教會服務的好友。

由於那時我在這些週遭的基督活力員中算是極少數的青年，被前輩活力員所看中邀請加入。在權衡自己的時間後，還是婉拒了邀請為發起會員，但是仍然把握住可以共同合作的機會。瑪竇福音第五章 13-16 節：耶穌向祂的門徒們說：「你們是地上的鹽，鹽若失了味，可用什麼使它再鹹呢？它再毫無用途，只好拋在外邊，任人踐踏罷了。你們是世界的光；建在山上的城，是不能隱藏的。人點燈，並不是放在斗底下，而是放在燈台上，照耀屋中所有的人。照樣，你們的光也當在人前照耀，好使他們看見你們的善行，光耀你們在天之父。」

以音樂號召人心

由於個人喜歡藉由音樂會的方式，讓教會內服務得到更多人的肯定與理念宣揚。其中如民國 101 年 7 月 8 日「為天主教安老院重建」玫瑰歌手慈善音樂會於國家音樂廳的演奏廳；民國 101 年三場大坪林聖三堂 50 週年「iLove」金慶系列音樂會、

民國 102 年 4 月 13 日天主教之聲 15 週年水晶慶感恩音樂會；民國 104 年 6 月 27 日「愛的勝利——愛上 Y 卡貝拉音樂會」於京華城 B3 地心引力表演場，吸引了無數年輕人前來同樂，是一場十分成功的網路影音福傳；民國 107 年 10 月 13 日新店大坪林聖三堂、10 月 20 日台北市美麗華百樂園 5 樓摩天輪廣場及 11 月 3 日花蓮玉里藝文中心每場均於下午 3:16 舉行的「盼望之愛 316 慈善音樂會」，以系列方式慶祝天主教之聲成立 20 年盜慶，同時為天主教博愛基金會與天主教花蓮教區安德啟智中心「怡峰園——照護老憨兒」大樓興建募款；民國 108 年 9 月 21 日再與拉繹人男聲合唱團相關的成功高中校友合唱團、日本香川男聲合唱團、光仁中學爵士樂團合作續辦「盼望之愛 316 慈善音樂會」系列之 4，為天主教光仁社福基金會募款。

福音音樂化的見證

因此也應黃金瑜理事長之邀請，籌辦了民國 105 年 10 月 1 日的「天主教病患之友會 20 周年盜慶音樂會」於台北主教公署友倫樓舉行，更讓病探志工們都感受到心中有音樂，為主勤服事的美好體會。這場音樂會由教仔人聲樂團、聖愛樂合唱團、大坪林聖三堂與古亭聖心堂「小樂集」演出，世新大學助理教授馬紹·阿紀主持，其中林麗慧與李祖嵐合唱由夏效中醫師為他病痛愛妻段珮瑜所寫的「上主是我良醫」與由劉郁如（雙雙）、陳名博帶領的教仔人聲樂團演唱的天主教病患之友會會歌「赤子之心」，更是充滿了感人的見證力量。

教仔人聲樂團

「鳥仔（音：交阿）人聲樂團」；拉丁文「VOLATILIA」，

意為飛鳥。成立初期還沒取名時，團員以「教會阿卡團」代稱。有團員靈機一動，取簡稱「教阿」音近閩南語「鳥仔」。再由博學的團員提出福音依據，深化了「飛鳥」這個概念。本團在



陳名博（中）與劉郁如（右二）帶領的教仔人聲樂團演唱病患之友會歌——赤子之心

專業音樂人帶領下，嘗試將「阿卡貝拉，A CAPPELLA」類型的教會音樂與教友分享。當日演出的曲目中〈赤子之心〉高征財神父／詞，陳名博／曲（病患之友會會歌）男高音陳名博弟兄也在教仔團員中。成員：女高音／鍾筱丹、女中音／劉郁如（雙雙）、男高音／李培松、男高音／陳名博、男低音／陳之浩、人聲打擊／林靖騰。

歌曲：〈赤子之心〉高征財神父／詞、陳名博／曲
（病患之友會會歌）

在我患病時，天主叫我孩子
用祂深情的方式讓我盡情感覺
在我服務時，天主叫我孩子
用祂謙卑的姿態讓我盡情放心
天主父，孩子在祢面前
祢的愛像雨淋濕潤乾渴的心靈
天主父，孩子真心關懷
祢的愛像陽光溫暖關懷的雙手
天主的愛釋我心懷，天主的愛增我憐憫

大坪林聖三堂與古亭聖心堂「小樂集」

這首夏效中醫
師與段珮瑜老師伉
儷創作的生命見證
曲目，由此二堂 5
位音樂人及愛好者
共同合作演出。鋼
琴伴奏即為譜曲段
珮瑜老師、演出前
特請段老師的先生



林慧麗（右）與李祖嵐合唱——上主是我良醫

也是作詞者夏效中醫師先為我們作一小段的見證。鋼琴 / 段珮瑜、大提琴 / 羅勻、吉他 / 陳律安、合唱 / 林慧麗與李祖嵐。

歌曲：〈上主是我良醫〉夏效中醫師 / 詞、段珮瑜老師 / 曲

你有痛苦祂來照顧
我受傷害祂會呵護
你我的遭遇悲傷殘酷
徬徨無助主心裡最清楚
你若失意祂不離棄
我的病體祂親自醫
你我的處境軟弱無力
痛哭流涕都是上主旨意
巴望和你在一起
金石情堅永不移
森蔭幽谷雖難行
消除恐懼主恩意

上主請申張正義
 不論是順還是逆
 自我勇氣與能力
 上主真是我良醫

承先啟後 再接再勵

忝為天主教病患之友會從起初便陪同在旁的老朋友——小弟兄我，也算是親眼見證這 25 年來的胼手胝足、以啟山林的艱辛歲月，同時也感同身受要能夠在這世俗化的社會，在聖神的光照下如一股清流，服務全國廿餘非天主教的一定規模的綜合性醫院十足難得。從年輕走到中年末期的我們此刻，我替我的老友與前輩活力員黃金瑜弟兄高興，這 25 年的病患之友會他居然一肩扛起 10 年的理事長重擔，在慶祝銀慶的此刻，我們也喜悅地恭賀病患之友會即將有新人承接理事長，也深信天主聖三將與這充滿見證性的團體共融策勵使命！❖



作者（後排左一）與黃金瑜（後排右一）這張十多年前的與家人好友們照片——活力員好友陳雙明（右一）謝素瑾（左一）夫婦及黃金瑜弟兄愛妻陳喜美（左二）愛女黃思齊（左三）與作者岳母張象文（右三）愛妻李祖嵐（右二）

我的教育專欄

——博幼愛的教育

李家同

一個孩子要能夠很順利地念書，並不是容易的事。我們看到孩子不用功，還是應該查出原因。關於程度不夠的問題，博幼向來採取因材施教，可是有些孩子的家庭生活不順利，也會影響他的學習興趣，所以博幼有社工制度，社工會做家庭訪問，這些家庭訪問常常可以使我們的老師知道孩子有什麼樣的問題。

社工的家訪會使得博幼知道每一個孩子下課以後的生活情形，這一點是很重要的，因為我們還是希望孩子回家以後要做家庭作業。但是如果家中根本沒有這種環境，作業也就做不成了。

現在我們看一個例子。小強雖然在博幼上課，但是非常不起勁，老師們在開會時一致認為小強是一個需要高度關懷的孩子。社工人員就先去家庭訪問，發現小強的父母從來沒有關心過小強的功課，他們認為小強功課不好沒關係，只要品行好就可以了。社工人員當然也到小強就讀的學校訪問，發現小強在上課時也是無精打采，但是並沒有任何品行上的問題。

社工人員和小強聊天時，發現小強完全不了解念書的重要性，他知道父母都是國中畢業的，所以他也認為自己只要國中就可以了，他以為國中畢業就可以賺很多錢。社工人員利用機會和小強聊天，告訴他國中畢業以後如果不升學，不太能找到很好的工作。社工人員也請他想想，自己的父母都是打零工的，有時會完全沒有收入。小強也發現了這一點。

小強最後決定一定要在國中畢業以後繼續升學，他很順利地升上高工，而且在高工念書時，數學和英文都因為有博幼所奠定的基礎，在學習上沒有困難。

再談另外一個例子。小明是一位常常在課堂上發呆的孩子，上課時也常常姍姍來遲，下了課就馬上到籃球場打籃球。博幼的老師們開會，也將小明列為高關懷學生。社工人員經過家庭訪問以後，發現小明和他的父母會因為功課問題而常常鬧得很不愉快。他在學校裡念書非常被動，但是人緣非常不錯。

社工人員和小明聊天時，發現小明有一個問題，那就是他常常覺得功課太繁重，有點吃不消，所以他要靠打籃球來使他心情好一點。老師們開會的結果，決定減少小明的作業量，而且每次當他完成作業以後，就給他很大的鼓勵。小明忽然發現自己是很聰明的。

社工人員當然也利用聊天的機會讓小明了解學業的重要性，小明很努力地念書以後，功課有相當大的進步。他考上一所有獎學金，也有工作保障的高職，每個月還有幾千元的生活費。小明的確感到自己有了很美好的未來。

這兩個故事都說明了社工的功能，社工並不是只關心孩子的品行問題，社工最大的任務是要使得孩子知道學習的重要性。使孩子對自己有信心，也肯靜下心來念書。如果沒有這些社工們的努力，光靠授課老師是不夠的。因為很多孩子的環境使他們無心念書，社工人員很認真地知道了孩子的問題，就可以打開他們的心結。

希望教育部知道，偏鄉孩子的生活環境往往不是很好的，要使他們能夠安心念書，有的時候還要設法使他們的生活環境好一點。博幼的社工人員常常很認真地設法改善孩子們的生活，只有讓生活基本需求獲得協助之後，才能把心思放到學習上面。這完全是因為博幼的教育是愛的教育，老師非常關心學生。這也是博幼成功的重要原因。

退休後的時光記憶

——親戚探訪

李阿美

蜜蜂停在日曆上（猜一成語：編按），風和日麗的早上，我們趁著晴天，與玉井二姊約定去幫忙香蕉採收；一趟約要二小時的時間，因此一早用完早餐就馬上上路。因下午時段容易有午後雷陣雨且天氣炎熱難耐；有時剛好有波羅蜜熟成就順便割下，到鄉下就是學習長輩的生活經驗、水果收成的作法與教導。且要花時間慢慢來完成工作。同時有其他水果如仙桃、木瓜、芒果、荔枝、龍眼、台灣奇異果（我自己取的名字）……不定時的有熟果，二姊就需要我和博雄去協助。因為她自己一個人守住老家，初一、十五都要祭拜祖先及為二姊夫上香祭拜，高齡 88 歲精神好，因為不能登高且四年前因絆倒，手術後腳部骨頭走位，步履也漸緩無法操作一些農務；所以我們時間允許就會按約定前往，順便探望弟妹們同住玉井，讓二姊有



採蕉後處理分割二姊教我如何分裝



探望弟妹們於大弟春成家合影留念



音樂會後兄弟姊妹的聚會

機會出來走走聊聊天，解孤獨一人的生活步調，調解心緒也是一大樂事。

有時透過一些活動，親戚們也利用時間聚會；如音樂會欣賞、婚、喪喜慶聚會、生日活動歡唱……難得時間不允許的階段，僅能透

過這樣的活動大家聚一聚。相互的問候報平安，分享一些生活經驗或兒時回憶，也別有一番樂趣。隨著歲月的流逝，個個都已成七老八十的長輩囉！！時間一溜煙的轉變，已經不是往日的小孩



追思活動後的南北親戚聯誼



中間捧花者就是小姑雲年



參與歡唱的好朋友們

了。因此要常常聚會是件不容易的事了。趁年輕大家健在時，小聚交談變成我們三、四十年代的課題了。要把握現在。

尤其特別的是小姑雲年，自從提早退休後，每年生日前夕會為自己安排一天的生日活動；邀請大哥、三哥、還有退休的同事、及歌唱班的同學們，大家一起歡唱慶生。每個月還有兩次的慈善歌唱分享以娛長青中心的長輩們，真是多采多姿的生活，要靠自己來安排。❖

編按：蜜蜂停在日曆上，按諧音即「風和日麗」（蜂和日曆）

尋人啓事得獎的這一晚！

劉沁如

尋人啟示得到第 32 屆金曲獎（註）最佳演唱組合！今晚的心情，有點複雜，除了替整個尋人團隊開心，更有一種替阿卡貝拉人這麼多年的努力而感動。這個獎，從台灣開始接觸阿卡貝拉至今，我們走了 20 年。

我想說一個小故事，只是時間線拉得很長，可能話多，但是總想說一說。（簡稱：文長慎入）

2005 年，阿卡貝拉團體神秘失控，入圍第十六屆金曲獎最佳演唱團隊。那是第一次阿卡貝拉走進金曲。當時的台灣，對於「阿卡貝拉」這個名詞是陌生的，在玩阿卡貝拉團的人也不多。那幾年，阿卡貝拉人的夢想，就是讓大家聽過「阿卡貝拉」？不說別人，我自己就常碰到：你知道阿卡貝拉麼？對方則回答，我不怎麼喝咖啡……

（……覺得是阿拉比卡的手足麼……）那些年，我們全台灣跑了很多學校，很多機關單位，只做一件事情：介紹阿卡貝拉。



台灣第一代阿卡貝拉樂團，神秘失控人聲樂團，2006年受邀至美國巡迴演出，獲得僑界很大的迴響。

同時，我們開始推廣在各學校合唱團中，嘗試成立阿卡貝拉團，世新合唱團團員所組成的「斑馬線」阿卡貝拉樂團就是其中之一，培養出了一代又一代喜愛阿卡貝拉的阿卡人。同一時期，我們開始帶這些團隊出國比賽，台灣的團隊好棒棒，每次出國，都拿金牌。當時的阿卡人的夢想，就是：出國拿金牌！一個個揚名國際阿卡大賽的台灣之光們，回到台灣，媒體就（……才）會報導，讓更多觀眾開始認識阿卡貝拉。

阿卡貝拉對於器材的需求有別於樂團，許多畢了業想要繼續唱下去的阿卡人，卻常常因為場地的關係，器材的關係，導致無法有穩定的演出。所以，我們開了一個屬於阿卡貝拉的空間，一個叫做 A House 的小 Livehouse Cafe，讓阿卡人有家，有固定磨練自己現場演出功力的機會，也有一個讓觀眾可以固定看阿卡貝拉的地方。

2013 年，歐開獲得第 24 屆金曲獎的六項提名，獲得其中的最佳演唱組合獎、最佳原住民語專輯獎及評審團獎。那真是阿卡人的高光時期啊！每一個人都興奮不已，彷彿是自己家孩子得獎似的。阿卡人的第一個金曲獎，奮鬥了十年。這對當時的阿卡圈，真的像是打了一劑強心針。我們雖然小眾，可小眾也有出頭天啊！當時阿卡人們的夢想也很簡單：可以繼續唱下去，可以有商演，可以用自己喜歡的音樂，維持自己的生活。我們開始嘗試商演的接洽，開始走出自己的舒適圈，去與其他產業或藝種合作。這個時候，我們幾乎已經不大需要去解釋什麼是阿卡貝拉了，雖然還是有廠商打電話來邀請一個五人樂團，然後說：我們只需要三個人就好。（微笑……）

2014 年，玩聲樂團入圍第 25 屆金曲最佳演唱組合；2016 年，問樂團入圍第 28 屆金曲獎「最佳演唱組合獎」，這兩個

團隊雖然沒有獲獎，但是仍舊是給了我們很大的鼓勵，阿卡貝拉不只是「藝文界」，還可以是「流行界」。這段時間，阿卡人開始走出阿卡舒適圈，走入流行音樂的視野，讓觀眾在各式各樣的樂團中，多了一個阿卡貝拉的選項。這時阿卡人的夢想，就是走入主流市場，成為流行音樂的一個常規選項，得金曲獎最佳演唱組合！

2021年，尋人啟事獲得第32屆金曲獎最佳演唱組合。得獎的那一刻，我們都叫出來了。雖然與尋人這張專輯，並沒有什麼直接的關係，但是聽著他們在台上的感言，我回到餐桌，想著想著就哭了（沒關係，我哭點很低，大家都知道……）。



2019年，Vocal Asia董事長陳鳳文女士與瀨戶內藝術祭總監北川富朗先生與香川縣知事浜田惠造先生一同與時任高雄副市長葉匡時先生舉行接棒授旗儀式。Vocal Asia Festival受邀加入日本瀨戶內藝術季，帶領多個台灣阿卡貝拉團體至日本演出，讓世界看見台灣。

我們，奮鬥了 20 年。

這個「我們」，是每一個曾經參與這過去 20 年的阿卡人！

這個「我們」，確切來說，應該是「你們」。

我，只是一個看著你們努力了 20 年，見證了這段時光的說書人。

你們，用各自的方式，澆灌著阿卡貝拉。老師、贊助人、企劃、行政、技術、經紀、製作、舞監、音控……我腦中閃過許多人，少女變成了母親，學生變成了老師，你們竟然堅持了這麼久！可是其中，我想要特別謝謝兩位「你們」（……奇怪我又沒得獎）：朱元雷朱爸爸與陳鳳文陳姐。感謝他們 20 年前披荊斬棘，胼手胝足推廣阿卡貝拉，一個往下扎根，一個把台灣阿卡貝拉推向世界，萬事起頭難，回首來時路，願今晚的你們，都很開心！

唱歌，可以讓人快樂；

但是要把歌唱好，卻不一定是快樂的。

你們真的都讓我很感動，向每一個奮鬥中的阿卡人，致敬！❖

註：第32屆金曲獎民國110年8月21日於台北流行音樂中心舉行，由中華民國文化部影音產業局與國立傳統藝術中心共同主辦，前者主辦流行音樂類、後者則主辦傳統暨藝術音樂類。流行音樂金曲獎台語歌手曹雅雯和原住民歌手桑布伊分別以《自本》及《得力量 Pulu'em》入圍包含年度專輯、年度歌曲等8項獎項，為本屆流行音樂類入圍大贏家。

多采多姿的退休生活之一

社團法人天主教監獄牧靈服務社

李阿美

我自民國 87 年開始，以財團法人台灣更生保護會輔導員、兼社會志工開始，進入高雄女子監獄做監獄牧靈福傳，三個人一組每周三上課一次，早上 9 點到 11 點，分成三部分、每人要事先備課；如聖經故事、影帶段落分享、聖樂教唱、生活學習經驗分享、健康教育、育兒常識及護理專業知識的教導…等，特別是我們這組有專業的護理師（長）退休。看本周要分享的內容；經常變換內容及做功課的哦！約 3 年時間，又在不同的工場做不同課程；如愛滋病友、吸毒、販毒、染毒的收容



聖堂傳協志工及社區志工合影



監牧志工及社區志工表演者合影

人、或詐欺收容人、……因應不同工場的收容人，課程變換就又增加一些法律常識，讓收容人假釋或回家以後，能有專業的技能工作學習等，多樣的課程，有時我們就擔任陪同者。

繼續著直到退休後繼續擔任吸販毒及愛滋治療者的歌唱班老師 5 年。接著又到男監、二監、輔導所、牧恩之家（少年罪犯收容中心）、也到屏監支援一些活動的主持（如春節、母親節、中秋節）……等，除教學外，就是策畫監所的節慶活動演出及訓練並協助主持節目。

每年定期參加更生保護會、男、女監、法務部、戒治所、及天主教監獄牧靈服務社，所舉辦的研習，及專業課程的培訓課程，以因應時代和社會變遷一些新法令及修正的一些新知識。讓志工老師們成長學習，及增進各監所服務志工的聚會（南區包括嘉義以南及澎湖地區）……讓大家不至於在輔導他人時脫離一些實際法規的訂定，而對收容人的輔正有所幫助。

將近 30 年的參與陪伴；讓工作順利的推展，及課程的多样化中，大家兢兢業業的備課，將新的知識、新的技能、新的法規、及一些心得分享課程，特別是有關毒品的種



績優志工頒獎及更生輔導員研習頒獎

類，及受害的影響，對大家的接受度及了解最有收穫。還有每年的二次全國研習，由各教區輪流辦理，讓北、中、南、西、及澎湖地區的兄姊們透過聯誼，及參觀各矯正機關，對收容人的一些技藝及才能也有更深入的了解。於 108 年因疫情的關係就改由一年



參加監所競賽活動監牧志工團隊

才聯誼一次活動了。又由於志工年齡的增長，後繼的新會員，努力在徵尋邀約中，希望對監獄服務有輔導專長的教友能加入監獄牧靈的團體，一起來為



李家同教授為志工專業研習講師

一起做奉獻服務的分工，同學們也很喜樂的配合，重點就是聖經的研讀、答唱詠、信友禱詞、及聖歌的唱和……大家樂開懷，且能專注的參與感恩聖祭而喜悅非常。辦了幾年的報佳音活動，因為晚上舉辦，監所配合我們，幾乎都要加班陪伴；特別是典獄長、戒護、教化……等科室及一些主管，都須積極來協助，讓活動順利完成，約 5 次的時間，換典獄長後，又因夜間活動，對矯正機關造成一些不便，且同學太高興無法好好休息，影響主管們的作息就作罷了。

接著就是會參與就業博覽會，陪同期滿的收容人、或假釋要回家的更生人，陪同說明及填寫就業轉介申請……等的一些資訊；讓他們先了解再進一步參觀，進行資料填寫報名。符合個人專長及技能需求的攤位，循序漸進的陪同，也讓收容人較安心，可一一的參訪聽取資訊，最後決定自己的意願填表，完成申請後，大約在更生人回家後，一個星期的工作時間；就可接到回覆單，再進行正式就業的新旅程。

我在高雄監獄歌唱班，將近 20 年了。幾乎每三個月就有一次的驗收及演出活動；如春節的燈謎同樂，由財團法人台灣

受刑人服務及輔導陪同。

每年聖誕節，我們在高雄女子監獄，定期辦理報佳音及感恩祭典的慶祝活動；由劉總主教主禮，榮主合唱團的團員們及第九工場的同學們，

更生保護會高雄分會，活動申請的獎品，鼓勵同學踴躍參與及猜題，有生活的歌曲名稱、有地名的、有國名的、有成語的、有腦筋急轉彎、還有數字成語的加、減、乘、除……等，多種方式的題目，讓全體出席的同學、貴賓、志工、及表演團體，都有參與搶答的機會。

得獎的同學，非常開心且當場領獎，在大家的鼓勵聲中都意猶未盡；特別是貴賓或志工們得獎都會再把獎品讓出，給同學們多一次獲獎機會。邀請來表演的單位也跟同學們樂得開心。表演得更精采啊！大部分獎品都是同學們在監所中，使用的日常生活用品為優先考量，如沐浴乳、香皂、護手膏、牙膏、牙刷、或一些簡易的日常用品；也省掉他們購物的煩惱。每年期待有新的題目，來激勵他們的腦力。年年有不同的同學餐喫，是各工場用輪流的方式派出參加。

我們每年都有一至二次的全國研習活動，由各教區的牧靈志工來承辦；由一位有給職的秘書長來處理社務，正式入監服務的志工，都需要有內政部的志工手冊。且要 24 小時的基本



女監聖誕感恩祭及報佳音活動

課程和 12 小時以上的專業訓練課程的後，具有正式志工身份才能入監服務。

另外有願意贊助本社團的社會人士、或教友們提供經費的資助，讓社務能順利進行與服務。我們也都要加入社員，每年按時繳會費，以利一些活動及研習會的支出。

每位牧靈夥伴，都有主的恩典賜福，讓各監所的輔導工作或上課。法務部矯正署每個監所、或看囚所、輔導所、戒治所，都要有自己的特色。

每個教區牧靈志工老師也一樣；志工上課也是不同的做法，輔導或協助收容人，每位老師將自己的專業或專長，有語文的教學、書法的教學、生命教育的教學、讀經班的教學、有手工藝的教學、有歌唱班的教學、有人文教育的、有衛生保健的、國樂班級……等等課程。在每年的全國研習中都可清楚的看出大家的才華。上課時段、內容、備課、輔導、教學……都會統整於會議手冊中，供參考與分享。在主的恩典中，人盡心盡力的在監所提供收容人的成長，也是一件大大的榮耀，讓都能在主的平安中，共同付出與學習，並相互交流，真的非常好。

近幾年因經濟衰退，經費拮据，入社的社員也較少，所以經費尚短絀，將原來一年兩次的全國聯誼，也只好改一年一次聚會；特別是這兩年（新冠肺炎）的流行，幾乎監所有的課程都暫時停課，連我們的聯誼也跟著暫緩，大家要見面的機會也跟著減少了。盼望疫情能減緩，大家能將疫苗注射完後，隨時注意安全，讓自己有健康的身體才能繼續去服務。感謝讚美主，監獄牧靈真是主的恩典，讓我們透過研習、交流、互相觀摩、及隨時參加監所的專業資訊、得到的一切能夠分享給需要的收容人，這也是我們教友的一份榮譽。讓我們監獄牧靈的園

地，繼續傳承、開花結果、有更多的年輕人加入，接續這一榮耀的福傳使命。

天主教監獄服務社，大部分志工們都已年長，且青黃不接之際；需要更多的輔導老師或有特殊專長的老師們。特別是語文方面志工們，因應一些外籍勞工犯案者。隨著社會的變遷，外勞的違紀犯案，而暫時需要看管者，就需要多種外語能力的志工，可以協助翻譯，與溝通或輔導。我們暫時有一些外國神父可以協助處理，但仍是需要更多的年輕人可以來幫忙。因此；我們要再一次懇請主耶穌，以祂的大能賜福，並派遣更多的僕人來協助這一牧靈園地的成長，大家同心協力來加入社員，也可以做一些志工的安排，大家有錢出錢、有力出力的共同來努力，克服一切的困難。讓我們牧靈工作能綿延流長。阿肋路亞！感謝讚美主！阿們！✧

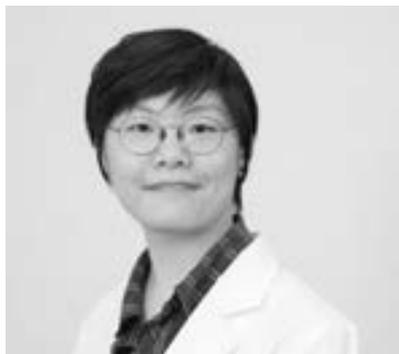


新春燈謎活動全體餐與者合影

建構防疫飲食 提高身體免疫力

文 / 林恆安 · 圖 / 資料照片、Shutterstock

新冠肺炎疫情下，除了少出門、減少群聚、勤洗手等外在的防疫措施，加強個人身體的防疫能量也同樣重要。營養師林恆安從飲食著手，教大家藉由營養素的攝取，加強身體各種免疫功能，防止病毒入侵，宅在家防疫也可以很健康。



林恆安 營養師

疫情造成許多人的生活型態改變，防疫時期的免疫力至關重要，低活動作息與營養不均衡對免疫力的負面影響也被放大，更需要為自己與家人透過食物的力量調整身體狀態。為了對抗新冠肺炎，加強身體的機能主要分三大策略：維持黏膜完整、增進體內免疫系統、均衡飲食減少身體負擔。

維持表皮黏膜完整

黏膜是免疫系統的第一道防線，由上皮組織和結締組織構成，分泌黏液；存在人體的口腔、胃腸、鼻腔、呼吸道等，是身體接觸外界的最外層保護，阻擋致病的外來物。若黏膜破損或不完整，病毒或細菌輕易就能入侵體內，造成全身感染與疾病。維生素 A 能維持黏膜完整、維生素 C 修補受損黏膜、維生素 E 減少氧化、礦物質鋅幫助生成黏膜，而黏液潤滑則需要水分補充。

飲食建議

維生素A

紅、橘或黃色蔬果：番茄、芒果、木瓜、胡蘿蔔、南瓜、地瓜。

維生素C

芭樂、奇異果、木瓜、番茄、柑橘類。

維生素E

蛋黃、堅果、植物油。



防疫飲食

鋅

海鮮：牡蠣、蛤蜊、蝦子。

紅肉：牛肉、羊肉、豬肉。

堅果類：南瓜子、腰果、杏仁。

水分

體重 × 30 至 40 毫升，即是每日最低攝取水量。

增進免疫系統功能

體內免疫力分為兩大類，一類與腸道機能調控有關，另一類則是參與體內消滅病菌的部隊 免疫細胞。腸道是最大的免疫器官，腸道菌叢的健康直接影響過敏與免疫調控反應，透過提高纖維量、增加益生菌、補充水分等，可以讓免疫提升及增加排便順暢，減少因活動量降低造成的腸胃不適。

飲食建議

纖維素

蔬菜、水果。

雜糧類：糙米飯、燕麥、紅豆、綠豆、薏仁、玉米等。

根莖類：地瓜、南瓜、芋頭等。

益生菌

優酪乳、優格。

直接參與免疫反應的細胞稱為免疫細胞，包含我們熟知的白血球。當病菌入侵，這些細胞們會立即做出反應，越健康的身體，反應的時間越短，並且有效消滅病菌恢復健康。可提升免疫細胞功能的營養素，除了上述幫助維持黏膜完整的大部分營養素也參與免疫細胞生成，還包括人體細胞組成最主要的材料「蛋白質」、協助免疫功能跟細胞生成調控的維生素 D，以及減緩身體發炎反應的 omega-3。維生素 D 可透過陽光照射 10 至 20 分鐘合成，建議清晨或傍晚曬太陽，避免紫外線過於強烈造成皮膚損傷；或是補充含維生素 D 的食物（尤其無法出門的長輩），以及藉由營養補充品來攝取維生素 D。

飲食建議

蛋白質

豆類（豆腐、豆干、生豆包等豆製品、毛豆、豆漿等）、雞蛋、魚類、肉類、奶類（牛奶、優酪乳、起司）。

維生素D

肝臟、蛋黃、乳製品、深海魚類（鮭魚等）、黑木耳、日曬香菇。

Omega-3

鯖魚、秋刀魚、鮭魚、堅果、亞麻籽或亞麻籽油。

均衡飲食減少身體負擔

因為防疫在家造成的活動量降低，也導致許多長輩的肌肉量減少、行走步態不穩、容易疲累等，如果加上蛋白質攝取量不足，恐提高罹患肌少症的風險；另一方面，減少運動以及食用過多加工食品、飲料與甜食造成的熱量過多，則容易造成肥胖、腸胃不適、血糖、血壓、血脂過高等健康問題。所以防疫



戶外散步、運動10~20分鐘即可補充維生素D。（圖片來源 / PAKUTASO）

期間仍建議維持衛生福利部國民健康署提供「我的餐盤」每日均衡飲食指引：每天早晚一杯奶、每餐水果拳頭大、菜比水果多一點、飯跟蔬菜一樣多、豆魚蛋肉一掌心、堅果種子一茶匙。

另外可以將每餐的白飯換成糙米或胚芽米，也可以添加地瓜或南瓜作為主食來源；蛋白質的選擇順序以豆、魚、蛋、肉為佳，可避免食用過多加工食品與高脂肪肉類（如香腸、五花肉、牛排等）造成的身體負擔；堅果種子每茶匙約為拇指第一指節大小，但請注意若食用太多也會造成油脂過多。

照顧家中長輩，則要注意「吃得下」才是真營養，並注意其牙口狀況與進食過程中是否出現噎咳或吞嚥障礙等情形。❖

編按一：本文摘自主婦聯盟合作社《綠主張》月刊2021年8月號209期。

編按二：本文作者林恆安，主婦聯盟合作社北南分社社員，從事營養師八年，因自身照顧長輩經驗，相信飲食習慣決定當下身體的舒適與未來生活的品質；專注高齡營養設計及諮詢，認為營養應落實於每日生活而非疾病發生時。

推薦教宗方濟各的新書—— 《讓我們勇敢夢想》

主內可敬的恩人、各位弟兄姊妹，大家平安！

教宗方濟各最近出了一本新書：*LET US DREAM: The Path to a Better Future*，中文名稱「讓我們勇敢夢想：疫情危機中創造美好未來」，是由大塊文化出版公司所發行。

有幸認識郝明義董事長，是去年（2020）年9月26日，在耕莘文教院，由大塊文化舉辦的《愛如甘霖——賴甘霖神父自傳》新書發表會，郝董事長分享了他與賴神父美好的往來。今年大塊文化又出版了教宗方濟各的新書，我們教會眾多神長和弟兄姊妹都覺得非常高興，能夠有一家出版公司願意透過書籍傳達教宗方濟各的理念，讓更多的朋友認識天主教信仰的價值觀。

這本新書《讓我們勇敢夢想》，總共有238頁，我自己大約花了一個禮拜的時間看完。除了開頭的自序，內容主要分成三部分：去看見、去揀選、去實踐，和結語。因為內容實在太豐富了，我只能非常非常簡單的引述一下這本書中，我自己認為的重點。

在自序中，教宗說這場Covid-19，就好像聖經中耶穌告訴伯多祿說，西滿，西滿，撒殫求得了許可，要篩你們像篩麥子一樣。（〈路加福音〉二十二章31節）我們所有人都在經歷這個危機，可是沒有人知道誰能挺過這個困難，而挺過去之後，我們會變得比以前好，還是比以前差？而更重要的是我們再也回不到危機前的樣子了。

在疫情肆虐中，我們看到了不同人性的展現，有捨命為需要者服務的醫療人員、醫師、護理師，有選擇不離不棄陪伴痛苦者的司鐸，甚至殉難了。當然也有趁著危機放高利貸，或訛詐弱勢者的人。這是我們看的到的事情，事實上還有更多我們視而不見的危機，譬如各地的戰亂，軍備競賽，氣候變遷難民等等問題，同樣影響著我們。若是想要變得更好，我們就要透過這場瘟疫，清楚的去看見，睿智的去揀選，正確地去實踐。

一、去看見：想要看到世界的真貌，就要前往人類存在的邊緣，去到一個個罪惡與悲慘之地，棄絕與苦難之地，疾病與孤寂之地，在那裡，罪愈增多，神的恩典也更豐富。去關心那

些受迫害的民族，羅興亞人、維吾爾族人、亞茲迪人，或是在埃及或巴基斯坦的教堂中禱告卻被炸死的基督徒。或是失學的非洲兒童，在挨餓中的葉門孩子。我們必須改變社會的運作方式，使其在疫情之後，煥然一新。其他還有網路問題，警察暴力問題，性虐待問題（包括教會少數不肖分子），生態環保問題等，特別希望記者更勇敢的去報導真相，而最重要的就是一種自民眾的尊嚴與自由中興起的深度改革。

二、去揀選：就是去明辨、去選擇。試煉的時刻，考驗我們的是能不能分辨出那條路通往良善，通往光明的未來。因此我們更需要一組堅實的標準——那就是「愛的真切表達」——來導引我們。因為我們知道我們被天主所愛，並在服務與團結中被召喚成為一個群體。而現在我們迫切該做的，是要回復價值觀：像生命的價值、自然、人性尊嚴、工作、人際關係等等的價值，這些都是值得我們去努力的事。很奇妙的，主耶穌給了我一組關鍵字，真福八端（〈瑪竇福音〉五章 1-10 節），這是我們努力的方向。

三、去實踐：在危機與苦難的時分，我們會被迫將自身僵固的習慣甩開，由天主之愛現身來淨化我們，提醒我們：我們是同一支人民。你們從前不是天主的子民，如今卻是天主的子民（〈伯多祿前書〉二章 10 節）。同屬「一支民族」是甚麼意思呢？那是一種思想類別，一種神話的概念，此處的神話不是指奇幻故事或預言，而是讓普世真理得以具體可見的某個故事。每支民族的故事都始於一場對尊嚴與自由的追尋，一段段名為團結與掙扎的歷史。民族不會忘記自己的歷史，但承平與繁榮時永遠存在一個風險，就是民族會消解成一群烏合之眾，再也無法團結起來。當前的危機正召喚著我們去找回歸屬感；唯有如此，我們的各支民族才能重新成為自身歷史的主角。恢復四海一家與互助團結在內的各種人際倫理，讓信賴與歸屬的鏈結得以重生。在這堅實的基礎上，我們可以為人類打造出一個不同於現在，更美好的未來。

結語——我能做甚麼去實現這個未來？教宗方濟各想到的是兩個概念「去中心」與「超越」。就是檢視一下你身處的中心點在哪裡，然後將自己去中心化，走出迷宮；走出自己的舒適圈，加入另外一個不同的世界，主動去提供服務。

各位弟兄姊妹，就是現在，去買一本《讓我們勇敢夢想》，一面閱讀一面思考，為了建立天主的國，我還可以做那些事？

天主教之聲服務弟兄

蘇誌郎 敬上

天主教大事摘要

編輯小組

- ※ 2017 年開始籌備進行的「第三次全國福傳大會」，於 8 月 7 日上午 10 時在台灣地區主教團秘書處大樓舉行閉幕感恩聖祭，將籌備過程的點滴及共議擘畫的成果呈獻天主，以此回應各界多方的支持與期待。聖座萬民福音傳播部部長塔格萊樞機主教，透過視訊致詞時提醒：「不要等到條件都準備齊全了，再去福傳！」
- ※ 聖言會為越南籍吳洪泰修士，於 8 月 14 日在新店大坪林聖三堂舉行授予執事聖秩禮儀，由台北總教區鍾安住總主教主禮。
- ※ 第 10 屆世界家庭大會將於 2022 年 6 月 22 日至 26 日在羅馬舉行，教宗方濟各欽定本屆主題為「家庭之愛：聖召與成聖之路」。
- ※ 8 月 14 日道明會士們，在高雄道明中學弘道樓舉行聖道明 800 周年禧慶感恩彌撒，由中華道明會會長季安士神父主禮。
- ※ 教宗方濟各 8 月 15 日在誦念三鐘經後，念及海地大地震的上百名罹難者和數千名傷者，帶領聚集在聖伯多祿廣場的信眾誦念玫瑰經，並強烈呼籲國際社會積極提供援助。教宗也帶領眾人為阿富汗祈禱，期盼盡速尋求對話的可能。
- ※ 為呈現一年一度「921 國際和平日」多元的宗教文化底蘊，天主教台北總教區鍾安住總主教 8 月 26 日輕車簡從，前往台北市保安宮，特別邀請保生大帝團體加入祈禱行列，獲得保安宮廖武治董事長的支持。

- ※ 教宗方濟各 8 月 29 日在誦念三鐘經後，表達對喀布爾機場 8 月 26 日多起襲擊事件，造成約 2 百名罹難者的悲痛之情。教宗疾呼，基督徒要為阿富汗祈禱，並持續協助有需要的人。
- ※ 第 52 屆國際聖體大會於 9 月 5 日在布達佩斯隆重揭幕，歐洲主教團委員會主席巴尼亞斯科樞機強調，教會不能保持沉默，她必須繼續宣講復活的基督；聖體聖事超越各種孤獨，各種隔離和各種冷漠。
- ※ 全球天主教會從今年 9 月起，慶祝聖母軍成立 100 周年，台灣分團於 9 月 4 日上午 10 時 30 分，由教省負責人、台北總教區鍾安住總主教主禮 100 周年彌撒。鍾總主教勗勉團員滿懷希望持續愛德服務，以聖母為榜樣，遠離罪惡，在信仰路上努力成聖自己並聖化他人。
- ※ 教宗方濟各 9 月 12 日出發至匈牙利和斯洛伐克兩國，進行為期 4 天的「使徒之旅」，這是他上任後第 34 次的國際牧靈訪問。
- ※ 教宗方濟各 9 月 12 日於匈牙利當地時間 11 時 30 分，在英雄廣場主持「第 52 屆國際聖體大會」閉幕彌撒。他強調，十字架從來都不是時尚潮流：今天和過去一樣，十字架治癒了內在。在被釘十字架的那位之前，我們經歷著一種「根據天主的思想」和「按照人的思想」之間的衝突痛苦。
- ※ 即將於 110 學年開幕的台北總教區附設萬福幼兒園、萬福托嬰中心及萬福兒童課後照顧服務中心（簡稱：萬福校區）於 9 月 11 日上午 10 時，在萬福校區中庭廣場舉行祝福儀式，由台北總教區鍾安住總主教主禮。
- ※ 教宗結束第 34 次的國際牧靈訪問，在從斯洛伐克返回羅馬的航班上與記者交談時強調，墮胎就是謀殺！人類的生命必須得到尊重。✧

天主教之聲傳播協會110年度7月份捐款芳名錄

- 5,000 耶穌孝女會、呂嘉茵、張賢銘
- 3,000 湯英治
- 2,400 梁國傑
- 2,000 陳孫華、徐粹青、劉秋榮、吳錦華、胡瑞涵、童華仁、邱京蕙
- 1,700 何家寶
- 1,500 丁予春、李宗倍、陳煒彤
- 1,200 吳美錦、陳英玲、張艷玲、孫性蓮、任攜弟、劉煥一、姚火力、楊谷至
- 1,000 趙培宏、張玉華、邵清美、潘淑媚、張貞德、段永健、潘容存、王巧珍
- 800 鄭佳欣
- 500 陳鵬舉、張貞德
- 300 陳達宏

捐款人數36人 捐款金額總計新台幣60,300元整

感謝您對協會的信任與支持，我們會善用您的捐款使協會的工作發展更加進步。

您的參與使福音傳播得更深、更廣、更遠。懇請今後繼續支持並督促協會的發展。

*若有錯誤請與協會聯絡以便修正。

天主教之聲傳播協會110年度8月份捐款芳名錄

10,000	胡華珍、黃大為
5,000	范姜群暉、周尚君
3,600	蔡瑪莉
3,000	姚凌森
2,200	蔡美澄
2,000	蘇謙恭、辛秀蘭
1,500	王順隆
1,200	張雅頌、麥真純、李麗珠、楊谷至、鐘順賓、楊愛主、郁台雄、吳錦才、曾粹繁
1,000	余政倫、張玉華、趙培宏、丁曉雯、邵清美、林春桂、王冠偉、李宗倍、王巧珍、嚴天賜、黃美惠、潘淑媚、潘容存
800	鄭佳欣
600	崔魏雪芬（崔令雯）、黃雪雲
500	陳鵬舉、陳思齊
300	鍾圳華
100	徐勁雅、徐鳳琴（徐勁雅）

捐款人數40人 捐款金額總計新台幣71,600元整

傳播天使110年度07~8月份捐款芳名錄

7月			8月		
1,000	邵清美	新竹	2,000	邵清美	新竹
3,000	吳錦華	嘉義			
2人	4,000		1人	2,000	

98-04-43-04

郵政撥儲金存款單

收款帳號

19209666

金額	元
(阿拉伯數字)	
億	元
仟萬	拾
佰萬	萬
拾萬	仟
萬	佰
仟	拾
元	元

通訊欄 (現與本次存款有關事項)

- 新會員入會費 500元
- 常年會費 1,200元
- 傳播天使 3,000元
- 喜訊助印費 _____元
- 愛心奉獻 _____元

所屬堂區：

天主教之聲傳播協會

收款戶名	天主教之聲傳播協會	
寄款人	<input type="checkbox"/> 他人存款 <input type="checkbox"/> 本戶存款	
姓名	_____	
地址	_____	
電話	_____	
主管：	_____	

經辦局收款戳

虛線內備供機器印錄用請勿填寫

◎寄款人請注意背面說明

◎本收據由電腦印錄請勿填寫

郵政劃撥儲金存款收據

收款帳號戶名

存款金額

電腦紀錄

經辦局收款章戳



每人照心中所酌量的捐助，不要心痛，也不要勉強，因為「天主愛樂捐的人。」天主能豐厚地賜與你們各種恩惠，使你們在一切事上常十分充足，能多多行各種善事（格後：九7~8）。

稿 約

- 一、本刊園地公開，凡生活見證、讀經分享、靈修生活、家庭、青少年問題，以及宗教藝文（音樂、美術、文學）等，歡迎大家投稿。
- 二、篇幅有限，除特約稿以外，稿長以不超過1500字為宜，短稿最佳。
- 三、來稿請附真實姓名、通訊地址、聯絡電話。
- 四、本刊有刪改權，如不願刪改，請註明。也請勿一稿兩投。
- 五、如轉載時，請徵求本刊同意（也請告知作者）。
- 六、本刊為教會福傳刊物，免費贈閱，本刊所有工作人員皆屬志工，賜稿者亦無稿費。

發行人：饒志成

社長：蘇誌郎

編輯委員：程若石、吳達芸、曹敏誨、王 漪

製作總監：林蔚民

編輯：張在明、譚珊芝、張靖安、李壽民

封面設計：董蘭芝

排版印刷：至潔有限公司

出版日期：公元二〇二一年十月十五日

出版者：天主教之聲雜誌社

地址：(106)台北市新生南路二段50號

電話：(02) 2397-4701（代表號）

傳真：(02) 2394-8690

劃撥帳號：一九二〇九六六六

戶名：中華民國天主教之聲傳播協會

協會網址：www.cathvoice.org.tw

E-mail：cath.voice@msa.hinet.net

行政院新聞局出版事業登記證局版台誌第九二四五號

台灣郵政管理局雜誌交寄執照北台字第四一一六號

— 免費贈閱 · 歡迎助印 —

天主教之聲回應鍾安住總主教 牧靈與福傳目標 ~

「神父共融、青年培育、家庭聖化」

凡為天主教之聲『招募3位新常年捐款會員』
新台幣5,100元

【每位首年1,700元(入會500元+1,200元/年)】

即贈：1、「信仰之旅USB」--慕道班影音輔助教材(原國內助製價新台幣5,100元)

2、「禮物與奧蹟DVD」--教宗若望保祿二世傳記與其伯鐸大殿千年葬禮影片(非賣品)

3、「天主教之聲水晶慶音樂會DVD」--協會2002年15週年慶祝音樂會(非賣品)

以上限量，心動行動，欲洽從速！



- A. 國內郵政劃撥帳號：19209666，戶名：天主教之聲傳播協會。【請註明3位新國內會員：姓名、地址、連絡電話】
- B. 另海外新會員若需取得上述贈品，請匯款至富邦銀行，詳以下海外匯款方式美金250元(新台幣7,500元,含海外寄送郵資)。【另請註明3位海外新會員：姓名、地址、連絡電話】

海外匯款助製帳戶

1. 收款銀行 Account with Bank：

銀行名 Bank Name：Taipei Fubon Commercial Bank Co., Ltd. Branch：Shi Da Branch

銀行代號 SWIFT Code：TPBKWTWP

銀行地址 Address：No.178, Sec. 1, Ho Ping E. Rd., Taipei City 106015, Taiwan (R.O.C.)

2. 收款人 Beneficiary

戶名 A/C Name：VOICE OF THE CATHOLIC ROC 帳號 A/C No：610170007045

電話 Tel No：886-2-23974701

(註) 海外匯款請再給您詳細寄送資訊至 E-mail：cath.voice@msa.hinet.net

靈修講座

我起程 尋覓我的內在

—— 我無法用言語說盡一切

我也不會傳講教義

我要說、講愛的真理

我要讓你們與生命相遇 與所有生命的源頭相遇

張象文姊妹 主講

現任：中華民國基督活力運動全國領導人學校執行長

新店大坪林聖三堂慕道班老師

主要經歷：台灣中小企業銀行首位女性分行經理

秋剛總主教特別助理、天主教光仁文教基金會與社福基金會執行長

2003年10月18日獲教宗若望保祿二世冊封聖西爾伍思德爵士



一起修練 奔向生命源頭 與主相遇

我起程尋覓我的內在

意識我自己 → 向基督的意識展開

憩息在祂的人性和天主性中 → 一起奔向父

在祂迸射噴湧的聖神中，我回身轉向受造物

我既已尋得了根源的蹊徑，便向所遇到的每一個人指路

日期：2021/10/23、11/13、12/11、2022/1/8、1/15、2/26、3/12、4/2，週六 09:30~11:30



地點：新北市新店區寶安街26號，大坪林聖三天主堂

← 報名：<https://forms.gle/33qjDXb22kqZDRBQ6>

主辦：中華民國天主教之聲傳播協會 / 承辦：天主教基督活力運動台北分會 / 協辦：新店大坪林聖三天主堂