

先锋报

我仰赖上主，我灵期待他的圣言；
我灵等候我主，切于更夫的待旦。
咏 130：5-6

教宗公开接见：

（梵蒂冈新闻网）宗徒传下来的传教使命「攸关每一个基督徒」，这意味着领受派遣去传教，如同那些被耶稣派遣到各地福传的使徒们那样。教宗方济各3月15日在周三公开接见的要理讲授中如此解释道。这是第七次以「福传的热情」为主题的公开接见要理讲授，教宗当天阐述了在当今世界做传教使徒的意义。

福音记载：「主另外选定了七十二人，派遣他们两个两个地在祂前面，到祂自己将要去的各城各地去。」（路十1）教宗指出，他们被称为使徒，因为耶稣「派他们从事传教使命」。圣保禄则在信中称自己「蒙召作宗徒，被选拔为传天主的福音」（罗一1）。

教宗表示，十二宗徒和圣保禄的见证今天邀请我们省思自己的选择、抉择。「这一切取决于天主白白的召叫；天主也拣选我们去服务。这些服务有时看似超过我们的能力范围，或者不符合我们的期待。所领受的召叫，有如白白赐下的恩典，需要不求回报的回应。」

如此召叫关乎每一个人，包括司铎、度奉献生活者和平信徒在内，因此这是个共同的召叫。每个人蒙召「积极地发挥创意来履行自己的使徒任务」。教会里有各式各样的职务，但是使命却是一致的。

关于这点，教宗引用梵二文献《教友传教法令》，说：「基督授予了宗徒们及其继位者以祂的名义和祂的权力训诲、治理和祝圣的职务。但是教友，由于他们分享基督为司祭、先知和君王的职务，他们各按其身份在教会里、



基督徒是谦逊的使徒，而非虚荣的攀附者

在世界上，也执行者全体天主子民的使命。」（第2号）

谈到这使命的价值，教宗说：「在使命一致的框架中，神恩与职务的差异不该在教会内制造特权阶级：这里没有升迁晋级。如果你概念中的基督徒生活等同于加官进爵，高高在上指使他人，因为成功地爬到高位，那么这不是基督信仰。这是纯粹的外教文化。」

「虽然由于基督的意愿，某些人被立为他人的导师、分施奥迹、人的管

理者，可是论地位，论全体信友共有的建设基督奥体的工作，在众人中仍存在著真正的平等。」（梵二文献《教会宪章》，第32号）教宗强调，「我们都是为他人服务的基督徒。人人是平等的，我们是平等的。耶稣对每个人的召叫，包括祂对那些看似身居高位的人的召叫，是服务。服务他人，虚怀若谷」。

「天主的召叫是朝拜天父、爱团体，以及服务」。教宗阐明，这就是做使徒的意义，这就是宗徒们的见证。

因此，我们应当从人人平等的前提出发，「重新思索我们的关系中许多对福传至关重要的面向」。教宗邀请每个人反省自己的话语是否会「伤害人们的尊严，从而破坏关系」。我们也要反省对话与聆听的能力，「好能理解他人的理由」。

教宗最后敦促众人「远离虚荣、职位的虚荣」，并要思索自己如何活出洗礼的圣召，如何在「从宗徒传下来的教会里做使徒，也就是：为他人服务」。

（梵蒂冈新闻网）教宗方济各3月14日致函伊拉克什叶派团体领导人阿亚图拉赛义德·阿里·胡赛米·西斯塔尼（Grand Ayatollah al-Sistani）。他指出，所有不同信仰的宗教领袖，有责任鼓励那些在公民社会中负有责任的人促进保护每个人的基本权利和推动兄弟情谊及彼此接纳的政治行动，作为应对当今挑战的具体回应。

教宗称西斯塔尼为“亲爱的弟兄”。他在信函中提到两年前他们在伊拉克纳杰夫的会晤，称那次会晤是“在宗教对话和各民族之间理解的道路上一个里程碑”。教宗是在圣艾智德团体和纳杰夫胡埃研究院共同召开有关两个宗教信徒合作会议的机会上致函西斯塔尼的。会议在伊拉克的纳杰夫举行，主题是，“天主教徒和什叶派信徒面对未来，教宗方济各访问伊拉克两周年”。出席会议的天主教代表团成员包括帕利亚总主教、阿尤索枢机、库茨枢机和巴

教宗：基督徒和穆斯林在受无数战争惊吓的世界中为真理和爱作见证

格达加色丁礼宗主教萨科枢机，以及圣艾智德团体的成员。教宗的信函于14日由圣座新闻室公布，信中赞扬伊拉克什叶派领导人西斯塔尼在“保护受迫害者、维护生命的神圣性和促进伊拉克人民团结方面所作的努力”。教宗祝愿基督徒和穆斯林一起，在受无数战争惊吓的世界中为真理和爱作见证。



缅怀因自杀而失去的亲人

纽约时报专栏作家大卫布鲁克斯最近写了一篇关于一位死于自杀的挚友的文章。在描述他的朋友和他朋友在陷入自杀困扰的过程中，布鲁克斯阐明了我们在理解自杀方面还有很长的路要走。（纽约时报，2023年2月9日）

他的朋友彼得似乎最不可能因自杀而放弃生命的人。他有一段美满的婚姻，两个可爱的儿子，一个温暖的社交圈，以及拥有一份充实的医生职业生涯，在这个职业生涯中，他从帮助他人中获得了极大的满足感。他也身体健康，很活跃和时常运动。然而，就在此时，他开始陷入极度沮丧，世上所有的爱都在他面前束手无策。最终，他结束了自己的生命。

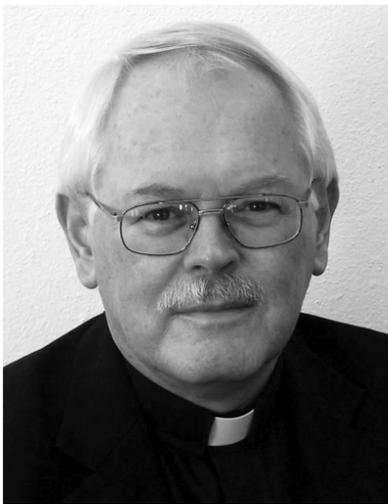
每个人都应该阅读布鲁克斯在记录他朋友的旅程时强调的内容。他强调什么？

首先，在大多数情况下，自杀是一种疾病。人们不会选择陷入这种抑郁症，就像人们不会选择患有癌症、糖尿病或心脏病一样。他们得了病，他们无法用自己的意志摆脱它，就像患有重大身体疾病的人无法通过简单的意志力和态度治愈自己一样。你是无法通过自己的方式而摆脱自杀性抑郁症。而且，自杀性抑郁症并不是我们任何一个局外人能够真正理解的。

其次，抑郁症是可怕的，是终极

的噩梦。美国当代文学大师威廉·斯泰隆在他的自传回忆录“看得见的黑暗”中记载了他在被诊断患有抑郁症后的真实心路历程。他写道，“我经历了一种奇怪的内心痉挛，我只能将其描述为万念俱灰。它来自寒冷的夜晚；我认为这种痛苦是不可能的。”然而一次又一次地证明，如果不能得到人们充分的鼓励，以及坚定且热忱的支持，那些濒临毁灭的病人几乎总能转危为安。绝大多数患者在落入抑郁症的魔掌之际，出于这样或那样的原因，都会陷入不切实际的绝望之中并备受疾病的折磨，然而那些描述与事实并不相符。这时候，可能需要他们的朋友、爱人、家属或者仰慕者，拿出宗教般的虔诚来说服这些患者，让他们相信生命值得一活，而不是他们自己认为的毫无价值。也正是这份虔诚，曾阻止过无数自杀的发生。

此外，面对自杀性抑郁症，通过医学和精神科可能对其治疗有所帮助，



但它们在有效治疗这种抑郁症方面是有限的。

当我们面对患有这种瘫痪性抑郁症的人时，我们应该怎么办？在试图回答这个问题时，可以从逆向思维开始，可能会有所帮助——我们不应该做什么？

布鲁克斯分享他为了协助他的朋友所做的一些真诚但最终被误导的努力。例如，他提醒彼得他目前所

享有的一切美好祝福，以及他的生活是多么幸福。后来他意识到，“这可能会让患者对自己的感觉会更糟，因为他们无法享受所有明显令人愉悦的事物。”同样，我们不应该问对方是否想伤害自己。这个人已经伤得很厉害，他内心的一切都只想止痛，而自杀被认为是唯一的方法。

我们应该做什么？布鲁克斯很清楚：“专家们说，如果你认识一个抑郁的人，就可以明确询问自杀的事。专家们强调，你是无法把想法灌输到人的脑海中。很多时候，这已经在她或他的脑海中中了。如果是的话，这个人应该得到专业的帮助。”专家们也

同意，我们应该冒险并公开询问此人是否有自杀的念头。如果此人没有自杀的念头，他或她会原谅你的询问；但如果他或她想自杀，而你又胆小不敢问，你的胆怯可能会妨碍挽救那个人的生命。

布鲁克斯指出，尽管近年来在医学和心理学方面做了很多工作，但今天的自杀率甚至比20年前高出30%，而且五分之一的美国成年人患有精神疾病。

我自己的生活中也有我的亲戚、朋友、邻居、同事、同学、以前的学生和值得信赖的导师严重地受到自杀的影响。根据我的经验，在每一个自杀的案例中，死去的人都是一个善良、诚实、温柔、敏感和过度敏感的靈魂，在他或她生命中的某个时刻，伤痕累累，痛心欲绝，并且被疾病击垮而无法继续生活。这些死亡中的每一个都留下了悲惨的伤痛，由于我们对真正导致此人死亡的原因缺乏了解而大大加剧了这种悲伤。

布鲁克斯在评价他朋友的自杀时说，最终“这头野兽比彼得还大；它比我们大。”它仍然是。简而言之，我们距离理解心理健康及其脆弱性还有很长的路要走。

版权所有：荣·罗海瑟神父 (Fr. Ron Rolheiser)

准备成为复活的见证人

甲年四旬期第五主日

厄37: 12-14

罗8: 8-11

若11: 1-45

主内的兄弟姐妹们平安!

再过没多久的时间，教会将要进入圣周。圣周也就是提醒基督徒，教会所要庆祝的逾越奥迹已经临近了。圣周总是叫人想起了洗者若翰的宣告：『看，除免世罪的羔羊！』若翰的宣告犹如救恩的推介礼，尤其是宣告着基督就是要来到的那一位。若翰的宣告是给世界带来希望的喜讯，不过这个世界却不认识祂。

不认识耶稣的世界自然显得比较落寞，因为这个世界只能停留在生老病死经验里，而忽略了生命本来的意义。读经一中，厄则克耳先知就这么记载说，天主主要亲自来拯救所有的人，到时候所有因着圣神而参与基督的救恩者，将要从坟墓中复活。当然，能够使人复活的除了天主之外，绝无其他的神祇。换句话说，先知再次呼吁世界认清谁才是生命的主宰。世界的各种价值观混乱了人对真理的认识与追求，使得人类误以为



信自己才是最大的信仰，结果也因着如此愚昧的信自己才是生命主宰的信仰而丧失了心灵的真正平安与自由等。

所以，在读经二中保禄写给罗马人的书信中指出：『凡随从肉性的人，决不能得天主的欢心。』凡随从肉性的人，指的是只关心身体与肉欲享受的人，他们拒绝了灵魂的得救，把自己的灵魂出卖给了世界，因此把自己从永生里抽身而出，成了世界的奴

隶。这不是天主喜欢看到的结果。所以，天主渴望人类致力把自己的心门开放给圣神，使得圣神成为人类的灵魂导师，引领人类从这个会过去的、暂时性的世俗里跨越到永生那里去。这很明显就告诉了人类，选择与世俗一起沦落为世界的奴隶，那将是一件很悲惨的决定。

在福音里，耶稣本身就是复活。耶稣的名字在希腊文的意思是『天主拯救』。另外，耶稣也是厄玛奴耳，

意思是『天主与人同在』。耶稣的名字直接就揭示了天主救人的方式是与人同在，也就是天主亲自与人同在。天主明白人性的软弱，也因此天主亲自降生成人，为的就是具体揭开开爱的神秘面纱。天主的救恩不是要人进入死亡，或者要人类罪过而永远受到罪恶的捆绑，天主的救恩是要把人从罪恶中带出来。

耶稣就是复活的主。洗者若翰宣告耶稣就是除免世罪的天主羔羊，意思也就是说天主把自己的儿子耶稣基督犹如羔羊一样，成了人类赎罪的祭品，为的就是为人类洗去罪污，把人类因犯罪而破坏了与天主之间的关系重建起来。天主希望人类都能在永生里与祂共融。

复活是基督徒生命的希望。虽然人类面对着世俗的各种挑战和诱惑，但是天主却没有不管，反而是亲自介入人类的生活去与人同在。天主亲自向我们指出了复活的含义与方向，也透过教会的圣事生活不断祝福人类。我们都是蒙福的天主子民，愿我们在准备庆祝耶稣复活的期待中，让圣神也进入我们的内心，准备好自己去更新对复活的基督之信仰，在基督的复活光芒之照耀下，成为光明之子。阿们。

~撰文/主徒会 王安当神父~

看路加理解耶稣受苦圣死的意义

(大山脚讯) 圣墓骑士团槟城区团于3月11日在圣亚纳圣殿进行了四旬期退省, 并在隔天举行了常年大会。谢福华神父先为华文组的骑士们举行了一台黄昏感恩弥撒。神父在讲道中提醒大家天主恩赐我们无数的恩宠, 但大家是否持有一颗感恩的心。若我们没在耶稣受苦受难时陪伴祂, 我们是无法领悟祂的恩宠。祂诠释福音中的撒玛黎亚妇女因被人排挤和被视为大罪人, 选择在第六时辰汲水, 但当祂与耶稣交谈后, 祂的信德让她即刻认出耶稣就是那能赐予活水的另一位。神父提到大多数教友的信德是听从并跟随他人, 而非像撒玛黎亚妇女打从心里相信耶稣就是救世主的信德。身为骑士团的一份子, 谢神父呼吁我们需要加强信德, 不忘天主在我们的生命中赐予的恩宠, 同时需为天主作证并分享祂的爱。

退省中, 神师谢神父与大家分享圣路加福音中耶稣的苦难和死亡。路加对我们主的受难和死亡的诠释, 包含四个要素: 天父的计划、殉道、陷害一位无辜者以及一位王者和先知的苦难。耶稣必须走这苦路, 因为这是天主的计划。耶稣从加里肋亚到耶路撒冷被钉死, 被比喻为旧约的“出谷”, 正如天主把犹太

人带离埃及, 让人们得到救恩, 进入祂的荣耀。耶稣的殉道是启示给我们必须效法耶稣, 死于旧我。耶稣被判死刑是经师们、司祭们以及长老的挑唆; 民众则对耶稣表示同情。难道耶稣希望我们可怜祂、为祂打抱不平吗? 这是否是天主的旨意呢?

在山园开始祈祷时, 耶稣内心多么痛苦地挣扎。祈祷中, 祂与天父在一起, 让天父在祈祷中强化祂、安慰祂、改变祂, 在思想和心灵上与圣父和祂的计划合而为一, 甚至祂忘记了自己的痛苦。祂要求门徒和我们多祈祷, 免得陷于背教的诱惑(路八: 13; 十一: 4)。祈祷能让我们辨别出天父的旨意, 让我们能平静且没有怨恨地接受这是天父的旨意。耶稣在祂的苦路上, 祂劝勉耶路撒冷妇女们不要哭泣, 圣墓骑士团员不是只守着空墓而流泪, 路加的文字中映射我们需要的是悔改, 跟随耶稣的模范, 改变我们的生活。

根据路加福音, 耶稣被钉在十字架上曾讲过“1) 父啊! 宽赦他们吧! 因为他们不知道他们做的是什麼。2) 今天你就要与我一同在乐园里。3) 父啊! 我把我的灵魂交托在祢手中。”从这三句话中, 明显看出耶稣的教



导, 即宽赦别人, 爱我们的敌人。被钉在左右的凶犯不正代表我们吗? 耶稣永远是救世主, 但我们是选择要被拯救的, 抑或选择拒绝天主拯救我们呢? 天主都会在祂的时间完成祂的旨意。谢神父建议大家在今年的主的晚餐弥撒, 选择其中的一句作反省。同时值得大家探索, 若我们现在站在十字架上, 看着耶稣呼出最后一口气, 我们会是扮演着一位角色呢? 玛利亚、百夫长、捶胸的群众、阿黎玛特雅人若瑟还是守望的加里肋亚的妇女?

隔天, 槟城区团自成立以来, 首次

举行常年大会。骑士团从2014年12名骑士至今已扩展到63名团员, 进度可嘉。罗马总部委任了一位新主席, 接着也成立了新委员会。主席把即将来临的四年计划规划为5R: 重新组织; 重新联系; 推广; 重新调整及重新评估。除了常年活动如避静、册封典礼、朝圣等, 主席把团员划分为三个区域: 槟岛、北区及霹雳, 以方便进行外援活动。同时, 也成立了华文促进小组, 不受语言的障碍, 方便受华文教育的骑士们履行任务。愿藉着圣神以及圣地之母的代祷, 天主在这国土上特别降福以及引领这骑士团。

治愈退省参加者学习宽恕、圣化及圣神的力量

(古晋讯) 为准备四旬期, 古晋总教区于2023年2月24日至26日, 在基督徒崇拜中心(CEWC)主办了一项为期三天的神圣四旬期治愈退省。

主题是: 「看哪, 我正在让一切焕然一新。」(默21:5)

高尔文·理查·龚邦神父代表古晋总教区热烈欢迎700多名与会者, 以及主持这次退省、来自斯里兰卡科伦坡上主退省中心的遣使会会士米格尔·百亚皮礼神父(Fr Michael Payyapilly V.C.), 及遣使会安德拉会省区域总监若瑟·坎南帕礼神父(Fr Joseph Kannampally V.C.)。

遣使会修院同班同学

自从他们同于 2006年12月(相隔几天)晋铎以来, 米格尔神父已到过全球50多个城市带退省。2013年, 他接受第一个海外职务, 成为澳洲Divine-Potta 事工的先, 在澳大利亚新南威尔斯州萨默斯比建立了上主避静中心, 随后成为墨尔本遣使会和孟买达波上主退省中心(Tabor Divine Retreat Centre)的主任。

若瑟神父成为安得拉邦几个上主静修中心的主任。他是安得拉地区大众布道会的主任, 曾在印度多个邦传教, 并在



海外海湾国家布道。

米格尔神父以一项指示开始了退省会。参与者要专注于他们生活中的一个主要意愿, 并在整个退省的每一环节中, 将这一意愿献给耶稣。

他说退省可以是一个四旬期使命, 就像在四旬期的 40 天准备中进行三天的净化。「将自己献给主……因为『40天』是一段重要的门徒之旅,」神父指出。

古晋傅云生总主教前来祝福退省者和他们的家人, 他回应了米格尔神父的话: 「四旬期的 40天是坐下来等待上主的时间。」他告诉他们, 「听从主。当我们倾听时, 祂离我们很近。」

在圣经中诺厄和洪水的故事中, 米格尔神父将其解释为「净化」时期。40天不应被视为「破坏」的时期, 而是必要的, 因此「旧的被洗去, 新的才能开始」。

在三天的退省中, 米格尔神父和若瑟神父宣讲了天主圣言。两位神父都用他们个人生活经历的事来证明天主圣言的重要性的影响, 传达了一个信息, 即我们需要了解我们与耶稣的关系以及祂与我们的关系。

当我们寻找爱的迹象并问: 「我被爱了吗?」时, 我们必须「拥抱基督的十字架」, 并知道天主之爱的意义是「耶稣的恩赐」。只有「亲近主」, 我们才

能看见主, 听见主。

若瑟神父亲身见证了他的家人如何通过祈祷(咏 50:15)「在困难的日子求告我; 我会教你, 你会尊重我。」

退省者还被告知「不宽恕」是最大的罪, 因为它违背了耶稣的本性(哥 3:13)。祈祷时, 我们将与天主结合。通过相信天主的话语(苏3:5)「今天使自己成圣, 明天主必在你的生命行奇事」, 我们可以期待天主的恩典降临到我们身上。

更好地理解上主的话语

在听完米格尔神父和若瑟神父的讲道后, 许多与会者分享了他们更好地理解天主圣言、放下「不宽恕的罪」并被圣神感动的见证。一些人见证了祈祷得到回应, 例如治愈特定疾病或身体疼痛、重新唤醒信仰以及意识到「富有成果」比「成功」更重要。

一些表示他们带着复杂的心情和期待参加的参与者承认, 他们很高兴自己决定参加退省。在强大的赞美和崇拜环节、弥撒、明供圣体和朝拜圣体中一起祈祷下结束每个退省日, 帮助他们感受到天主的临在并体验祂的爱。

赞美主! 哈利路亚!

(蔡爱薇报导)(译文)

韩国天主教徒盼以辅导帮助遏制自杀率

韩国的专家和天主教团体呼吁设立更多的心理辅导中心和增加辅导员, 并促请教会在自杀率上升的情况下, 将心理辅导纳入牧民关怀的一部分。

首尔总教区天主教心理精神辅导中心主任洪圣南(Hong Sung-nam)神父说: 「应



已故 SHINee 歌手金钟铉的家人和朋友 2017年 12月 21 日在首尔一家医院的葬礼上。这位歌手三天前自杀了。(图片: 法新社)

该把牧民辅导纳入教会的牧民关怀中。」

他表示: 「从出生到死亡, 教会与人们的生活同在, 并照顾他们。同样, 教会的牧民中心也应该努力协助解决这个问题。」

根据美国牧民辅导协会, 牧民辅导是一种独特的心理治疗方式, 它使用精神资源以及心理理解来治愈和帮助成长。它由经过认证的牧民顾问提供, 他们不仅是心理健康专家, 而且还受过深入的宗教和/或神学培训。

据南韩保健福祉部去年8月进行的全韩新冠肺炎全国心理健康调查, 承认有自杀念头的人数增加了近三倍, 从2019年的4.6%增加到2022年6月的12.7%。

因此, 国内对心理支援的需求显著增加。

致电自杀预防热线(1393)的数量从2019年平均每月的7,457次增加到2022年的15,395次, 增幅近一倍多。在线心理辅导

平台的用户数也超过了150万。

据《经济时报》报道, 韩国2021年的自杀率为每10万人中有26人自杀, 高于2020年的25.7人

春川教区睦邻辅导处负责人赵英洙(ChoYoung-su)神父指出, 教会在韩国的正面形象是公众信任教会辅导服务的重要因素。

他说: 「在辅导过程中, 信任很重要, 韩国教会在社会上得到了积极的认可。因此, 他们在提供辅导和牧民关怀方面具有优势。」

他表示, 新冠疫情引发的经济危机、俄罗斯乌克兰战事, 以及社会和政治动荡, 导致人们需要一个能够「帮助他们、稳定他们心理的邻舍」。

然而, 教会人员指出, 缺乏辅导中心和训练有素的人员是向潜在有需要者提供及时辅导的障碍。

牧民辅导专家建议, 在当地教会设立由

受过培训的人组成的辅导中心, 以解决日益增加的辅导需求。

在南韩, 许多人认为寻求心理健康支援是一种弱点和禁忌, 这使他们不愿意在公共场合谈论这个问题。

官方数据显示, 只有两成的韩国人在抑郁时会寻求心理辅导, 近 75% 的韩国老年人认为, 抑郁和其他心理健康问题是软弱的表现。

根据statista.com网站的数据, 南韩忠南道2021年有10家精神卫生保健机构在运营。

全国共有59所这样的机构, 这个数字十多年来一直没有变化。江原道是唯一没有全面运作的精神卫生机构的道分。

全州教区牧民辅导中心主任李金宰(Lee Geum-jae)神父说, 教会应该跟随耶稣的脚步, 向急需心理健康支援的人伸出援手。

他说: 「耶稣是辅导员的典范, 他同情、拥抱和接受那些总是来找他的人, 给他们治愈和新的机会。」

转载天亚社中文網