

2011年06月365期
新店區(231)寶安街26號
TEL: 29112459
FAX: 29143906
http://www.trinity26.tw
http://catholic.org.tw/tplhy
tri/

大坪林聖三天主堂

主任司鐸：楊應望神父
聖言會會院：8665-7190
柏殿宏神父 羅禮善神父
黃貴雄神父 唐家德神父
楊阜鏞修士

2011年 49週年堂慶專刊

主日敬禮(彌撒)

週六晚8:00
主日晨8:15 下午4:30
和好聖事：彌撒前15分鐘
婚前輔導：個別約定

平日敬禮(彌撒)

週一至週六 晨7:00
(特殊意向請於前晚8:00預先協調登記)

特別敬禮-每月

首週五晨7:00耶穌聖心彌撒
首週五晚8:00守聖時(泰澤祈禱)
首週六晨7:00聖母聖心彌撒

宗教教室-兒童、青少年

兒童主日學：主日10:00-11:00
宗徒團：主日上午9:30-11:00
聖使團：主日下午3:00-4:30

宗教教室-成人

成人讀經：週四晚7:30-8:30
週日晚7:00-8:00
成人慕道：主日晨10:00-11:00
週一晚上7:30-8:30
週四下午2:30-4:00
週六下午2:00-4:00
聖母軍：週四晨8:00-9:00
週六晨9:00-10:00
福音分享：週三晚7:30-8:30
個人慕道：個別約定(白天請與
束魯新老師連絡)

愛的聖三

楊應望神父

有一個主日天，在小朋友的道理班，有一個小孩子很認真的畫一張圖。老師就過去問他在畫什麼。孩子說他是在畫畫天主。老師答道：「但沒有人真的知道天主長的樣子。」孩子回答說：「我畫這張照片後，他們就會知道了。」

的確，雖然沒有人看過天主，但我們藉著耶穌認識了天主。就如若望福音第十四章第七到第九節記載「你們若認識我(耶穌)，也就必然認識我父；現在你們已認識他，並且已經看見他。」...「誰看見了我，就是看見了父...」

因此天主聖三的名稱雖未在聖經顯示出，但透過耶穌，我們認識了三位一體的天主：聖父、聖子(耶穌)和聖神。因不但看見祂的就看見了父，祂也從天主父賜給我們天主聖神。「但那護慰者，就是父因我的名所要派遣來的聖神，他必要教訓你們一切，也要使你們想起，我對你們所說的一切。」(若望福音14:26)

而且「天主聖三」這四個字雖然在福音裡從未顯示，但三位一體的天主：聖父、聖子和聖神在耶穌受洗時同時顯現。「耶穌受洗後，立時從水裏上來，忽然天為他開了。他(若翰)看見天主聖神有如鴿子降下，來到他上面；又有聲音(聖父)由天上說：「這是我的愛子，我所喜悅的。」(瑪竇福音3:16-17)若翰又作證說：「我看見聖神彷彿鴿子從天降下，停在祂身上。我也不曾認識祂，但那派遣我來以水施洗的，給我說：『你看見聖神降下，停在誰身上，誰就是那要以聖神施洗的人。』我看見了，我便作證：祂就是天主子。」(若望福音1:32-34)

我們跟隨主耶穌基督，就是承認我們信仰的核心奧跡，即「三位一體」的天主，我們稱呼為「天主聖三」。「我與父原是一體。」(若望福音10:30)在我們所信的三位一體、天主聖三的奧妙合一，更重要的是，我們能夠體會到祂們愛的共融，並邀請我們也存留在祂們的愛中，活出愛的見證。「正如父愛了我，同樣我也愛了你們；你們應存在我的愛內。」(若望福音5:19)

願天父的慈愛，基督的聖寵，聖神的恩賜，與我們同在。

聖三節快樂！



從冷淡教友到傳協主席

金嘉順

年輕時，由於生活的忙碌及工作的壓力，幾乎從來不進教堂，即使教堂就在住家附近；神父及教友來家庭拜訪後，也僅是偶而參加聖誕子夜彌撒，應該是所謂的「冷淡教友」吧！

隨著年事漸長及一些偶然的機遇，主日有時進堂參與彌撒，朝拜天主。退休前，開始每個主日望彌撒，成了「模範教友」，同時感覺到天主一直在照顧我及我的家庭。退休後搬回新店，進了聖三堂這個大家庭，第二年參加傳協會理事工作，四年後接任本（第六）屆傳協會主席，服務教會。

從「模範教友」開始，才體會到教堂不僅是望彌撒的地方，教堂是「教會」，教會有許多事務要做，要舉行各種彌撒、要福傳、要關懷教友及非教友、探望病友、要舉辦各種靈修活動、慶典活動、要舉行婚禮儀式、殯葬儀式、兒童主日學、慕道班...。當然教堂的硬體設施維護如水電、冷氣...，軟體內容如堂訊、專刊、聖詠、禮儀訓練等等，也不能少。以上種種，不是一個本堂神父可以完成的，而且教會不只是神父的教會，也是大家的教會，進入傳協會後，發現有許多可愛的教友，無私的奉獻人力、財力，才能共同完成一個堂區繁複的工作（當然身為一個基督徒，服務天主是理所當然的事）。

在傳協會工作5年中，個人學到了不少事情。

教會工作的推動跟民間企業不同，教會雖是一個團體，但團體的成員不受「約束力」，沒考績、沒薪資，因此希望成員服務（做事），有一定的難度。以我為例，因為在職場的壓力大、工作忙碌，故早早退休，希望過個清閒的退休生活；但是進入教會後，神父或教友會邀請參加某些服務的工作，開始時會覺得，怎麼是找我，能推則推，推不掉就換個堂（人性的弱點）；但是教會有那麼多事，大家都推，誰來做呢，換個堂還是同樣，我想許多教友會跟我當初的想法一樣吧。

現在我有時會這麼想，服務教會是在為天主做事，是在存天上的財富，就會接受了。因為耶穌教導我們：「該在天上為自己積蓄財寶... 因為你的財寶在那裏，你的心也在那裏。」（瑪6：20、21）多數教友被邀請服務時還有個心理，就是怕不能勝任，可能是因為工作太忙、家庭有事、身體有恙、體力不足、非自己專業或非自己的興趣，所以主其事者工作的分派，要盡量做到細緻，以免徒勞無功。另外，就是工作能簡化的就簡化，花費少量錢可解決的事就花錢解決，如此可避免煩瑣的工作所浪費的人力及時間。



堂區還有許多工作需要進行，尤其明年是本堂成立50周年，我們有一系列的福傳活動及慶典活動，要大家共同來完成，希望下次邀請您時，您能欣然接受，更希望您能主動參與，當然沒有被派遣到工作的您，您的工作（任務）就是踴躍的參加、支持我們的各項活動，積極的「福傳」，在「信仰的道路」上共同努力。

我在井邊等你

張象文

——若你知道天主的恩賜，並知道向你說：「給我水喝」的這個人是誰，
你或許早求了祂，而祂也早賜給了你活水。——若四10

《一》星心相映

穿越了歷史的長河，我回到了遙遠的過去...

我看見兩千年前，白冷上空那顆明亮的星星，照著躺在馬槽裡微笑的小嬰孩兒耶穌。

一首距今相當遙遠、老掉了牙的國語老歌「心星相映」，不記得是誰唱的？

是周璇？白虹？還是李麗華？這幾天一直縈繞在我心中。隨著它的弦韻哼

唱起來：「天邊一顆星，照著我的心，

我的心也映著一個人。

乾涸時給我滋潤，迷惘時給我指引，

把無限的熱情，溫暖了我的心。

祂的一顆心，就是天邊星，

照著我的心，我倆星心相映。」



竟然連歌詞的每一個字都沒有忘記。哈哈！這真是我的本事。那顆星此刻不是也正照著我、我們每「一」個人

嗎？祂對我「們」的愛和我「們」對祂的愛，怎能不像祂倆一樣相互輝映？

仰望穹蒼，繁星熠熠的夜空，祂的微笑好像星星，在對著我們閃爍。



《二》愛的呼喚

——祈禱好似天主與人的彼此呼喚，互結盟約的劇情。——天主教教理§2567

穿越了歷史的長河，我回到了更遙遠的過去...

在樂園裡，傍晚，上主天主趁晚涼出來散步，沒有看見亞當，焦急地呼喚：「亞當！亞當！你在那裡？」.....

從此，人不得再見上主天主的面。

依稀記得一部電影「**Indian Love Call**」，傳說印地安人的愛情故事。當一個男的喜歡上了一個女的時，他在山的這邊以愛的歌聲向她呼喚，如果她在山那邊回應的話，這段良緣就天成了。



When I'm calling you,

Will you answer to? (I will answer to.)

That means I offer my love to you, to be your own.

If you refuse me, I will be blue and waiting all alone.

But, if when you hear my love call ringing clear.

.....

Then I really know that our love will come true.

You'll belong to me and I'll belong to you.

於是，天主又主動以愛召喚人，眾人都奉召做祈禱，天主與人彼此呼喚。從信仰之父亞巴郎起，這愛的祈禱就在遙遠的舊約日子中啟示出來。

《三》我在這裡

穿越了歷史的長河，我又一次回到遙遠的過去...

我看見

先祖之子亞伯爾獻上自己羊群中最肥美而且又是首生的羊；—創四4—

先祖之孫厄諾士出生後，人才開始呼求上主的名；—創四26—

洪水退盡，天主通過諾厄，再次降福了整個受造界；—創八20~九17—

直到信仰之父亞巴郎被召喚...

人類一直在尋求天主。但天主卻先一步來召喚人，在祈禱中與人相遇：

從亞巴郎為索多瑪城求情（創十八16~33）、亞巴郎奉獻獨生子（創廿二8）...；

從焚而不燬的荊棘叢中召叫梅瑟（出三1~10）；

從司祭厄里處學會聆聽上主的話的撒慕爾（撒上三9~10）；



從學會了慈悲之後隱居在革黎特溪畔的厄里亞，復活了寡婦的兒子；
 從同天主「單獨面對面」的會晤中，先知們汲取了執行他們使命所需要
 的光和力時；天主也召喚了你、我...，你、我會大聲回應：我在這裡？

Here I am, Lord.

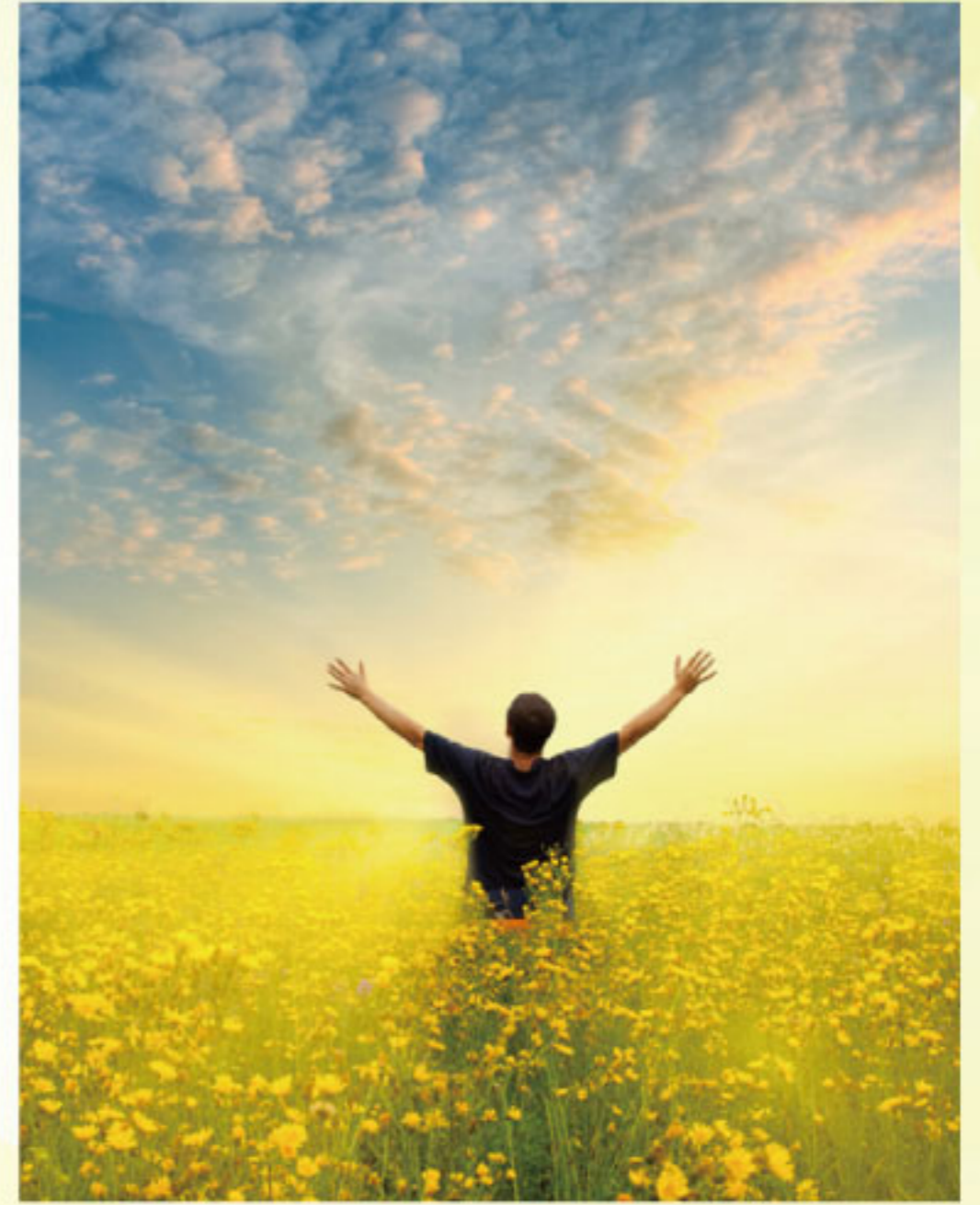
It is I, Lord?

I have heard Your calling in the night.

I will go, Lord,

If You lead me.

I will hold Your people in my heart.



《四》我在井邊等你

—我們來到井邊汲水，就在那裡，基督來與每個人相遇。—

穿越了歷史的長河，我回到了過去，遙遠的...

我看到主耶穌基督在十字架上說：「我渴！」

我聽到主耶穌兩千年來的呼喚：

「到我的葡萄園裡來吧！到我的葡萄園裡來吧！」在歷史中迴盪...

如今、現在、正午，我回到了這裡。

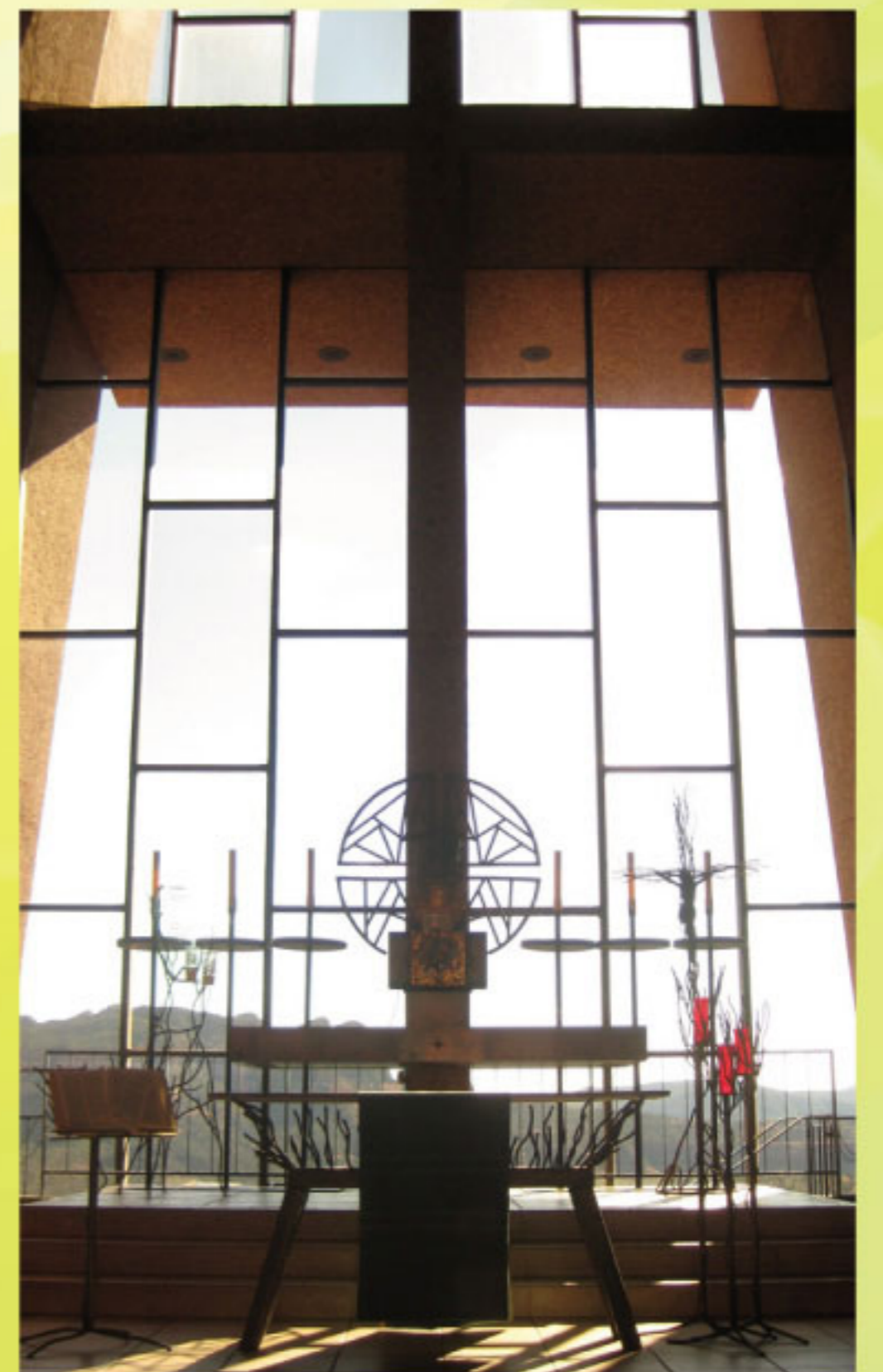
我口渴了，走到井邊...。

就在這裡，烈日正當中，我遇見了口更渴的耶穌...。

**「井旁邊大門前面有一棵菩提樹
 我曾在樹蔭底下作過甜夢無數
 我曾在樹皮上面刻過寵句無數
 歡樂和苦痛時候
 常常走近這樹 常常走近這樹」**

祂渴望愛我們，祂更渴望我們渴望祂的愛，也以愛回應祂。

祂總在井邊等我們，等我們「每一個人」...。



不管我們知道或不知道，事實上，祈禱就是天主的渴望與我們的渴望相遇。— 天主教教理§2560 —

但願井邊有一棵大樹，能為主耶穌遮蔭，六月天，中午的太陽多烈呀！

敲門，就給你開門

彭倩倩

那一夜，特別的漆黑漫長，尤其是在聽到醫生告知我的肝長了一顆腫瘤之後，我的人生真是從彩色變成黑白，所有的一切似乎都變得不太一樣了。我開始經歷漫長的等待，從排隊等驗血驗尿，等著看報告，等保險公司批准照超音波，再等著專科醫生確認我得了肝癌，就這麼一轉眼，過了一個月。

我必須承認，一開始我也是淚汪汪、心慌慌，我是一個有著小信德的教友，總覺得我命不該絕，並試著以樂觀態度面對問題。儘管是B肝帶原者，到美國十幾年來從不曾好好追蹤病毒發展，也不重視身體保養，直到今年初，不知是老媽在天之靈保佑還是天主敲頭暗示，在例行健康檢查時，我有些畏縮卻主動提議可否檢查一下肝臟及其功能，沒想到就演變成這樣的結果。但因發現的早，所以能及早接受手術治療，真是感謝天主！



■ 倩倩5月4日晚上在14樓小聖堂奉獻謝恩彌撒，由楊神父主禮，青年會老友及主內兄姊們一起分享她的喜悅。



■ 大家虔敬參與彌撒，與倩倩同謝主恩。

從發現腫瘤至今已快滿四個月了，這一路走來真是像坐上雲霄飛車，從起至落，由高到低，心情常360度大旋轉。記得我是個有小信德的人吧，覺得自己總是要到有事時才會想起天主，所以在我確認病情後，趕緊通知至親好友，特別是聖三堂的楊神父和青年會（以及大家幫忙將代禱信轉寄本堂其他兄姊、台灣及北美的基督活力兄姊們等等），希望藉由大家共同代禱的力量，讓天主及聖母媽媽俯聽我們的祈求，讓我能早日康復。

果然，天主展現祂的大能，除了親友悉心照顧，加上主內兄姊們的懇切祈禱及實質幫忙，我的手術前後一切都非常順利，現在我除了行動仍有些許緩慢不便及衣服底下肚皮上酷似YKK拉鍊的傷口之外，看起來實在不像是大病初癒的人，讓我不得不再次相信祈禱的偉大力量及天主的神秘奧蹟！每年的復活節總是要歡欣鼓舞，但今年它卻特別的意義非凡，因為我覺得我也像耶穌基督一樣的復活了，感覺真是很不一樣。



■ 倩倩分享這段時間的心路歷程，體驗到與主一同復活的歡樂，為大家做了最美好的生命見證。



■ 青年會成員祖嵐、守清、安成及眷屬昌雲，以四部混聲為倩倩獻唱《願主賜福保護你》。

在過去這四個月中，天主跟我說了很多很多，許多的話語已有些模糊，但我依然記得：「敲門，就給你開門；找，必要找到。」

大坪林聖三堂2011年輔祭培訓 (上)

禮儀組陳明月

聖三堂在今年3月26日舉辦第一次輔祭培訓，當天課程由楊應望神父指導、張象文老師講解，約有16位兄姊共同參與，讓有意學習輔祭職務的兄姊們，能對輔祭在彌撒聖祭中擔任的吃重角色，有初步的認識與了解。

楊神父在輔祭培訓課程開宗明義指出，聖若望福音記載：「耶穌是生命之糧」、「人子的血肉是信友的飲食」(若6：41 - 59)，為我們講述了聖體聖血的重要。耶穌在人群中生活，是青年的模範，因此，擔任輔祭是要幫助神父服務人群。擔任輔祭的基本條件，必須領洗、領聖體和有信德。而輔祭是幫忙主祭，接近耶穌，等於受到降福。



隨後，楊神父與張老師講解輔祭職務及工作內容的各類注意事項及其他重點——

【輔祭的職務與注意事項】

- ◆ 輔祭分為「輔祭員」和「祭台服務員」，統稱為「輔祭」。現在一般是指「祭台服務員」。
- ◆ 祭台前不可隨意走動。
- ◆ 女生擔任輔祭要主教批准。
- ◆ 未著長袍時，輔祭的衣著要莊重、大方，顏色勿太鮮豔。女生長髮要束起，穿著正式、安全的鞋子。



【本堂輔祭工作重點】

- ◆ 一般主日，提早15分鐘，8：00到。若逢四旬期，主日早上7：30拜苦路，須提前到達。
- ◆ 祭典儀式開始前，先在祭台前祈禱。
- ◆ 大節日時，輔祭要注意，教友領聖體後是否隨即領進去；若是非教友，可請他(她)將聖體交給輔祭再還給神父。
- ◆ 輔祭是一個使命：(1)每個主日及重要瞻禮都要參加彌撒。(2)平日培養祈禱的態度，使我們與天主的愛更親密。輔祭之間要認識，任務可互相支援。(3)彌撒物品要齊全，結束後要收拾。

【彌撒用品】

- ◆ 灑聖水器。
- ◆ 餅和酒：祝聖後就成為真的聖體聖血。
- ◆ 九摺布：祭台上承接聖體用 / 聖蓋 / 聖盤：放置大麵餅。
- ◆ 聖爵：杯狀，承酒用。 / 擦聖爵布：中心繡有十字架。
- ◆ 聖盒：分送聖體用。 / 洗手盤及擦手布。

【留意手領聖體的正確方式】

雙手掌心向上，慣用手在下，交疊成十字狀。 / 一神父唸：「基督聖體」，同時將聖體放至教友手心上。 / 一教友應回覆：「阿們」，隨即腳步向旁邊跨一步，並將聖體領進去。



【附註】

- ◆ 輔祭基本上要兩位，而且要兩兩一起行動。
- ◆ 教友領的聖體為聖體聖血融合，只能在彌撒中祝聖。
- ◆ 未領完的聖體要放入聖體櫃，目的是為臨時需要的教友。
- ◆ 在無聖體櫃的地方，或聖週五，要領完聖體。
- ◆ 教友領聖體不慎掉落：拾起，繼續領進去，或交給神父處理。

認親與朝聖

戴天行

< 一 >

西元2011年3月住在美國的弟弟、弟妹、妹妹、妹夫及秀庭共6人相約，分頭出發在上海碰面，再到南京和戴家親人見面相聚。而後過長江大橋到歷史久遠、文風薈萃、風景秀麗的古城—揚州，追認母親生前夢魂繫念而未曾謀面的外祖母家親人的後代，這是我們此行最重要的目的。

家母杜德楨女士是安徽省籍，從小就在揚州成長，嫁到戴家後就不曾回過故里，大陸淪陷後來台定居，而後長住美國，雖多次與我們到大陸旅遊都沒到安徽及揚州，早年母親跟我們閒聊陳年往事時，都會提到故鄉的點點滴滴，惜直至前年底母親年邁過逝於洛杉磯，結束了坎坷的一生，都未能一了夙願，內心嚮往至故里與親人的後代相認一事終未實現，實為憾事！

有幸在李白詩句「三月煙花下揚州」期間到揚州認親是一大樂事，母親的外祖母—郭堅忍女士是揚州才女，著有詩詞無數，創辦女子公學校，與先烈秋謹女士、何香凝女士及陶行知等知名人士都有往來，但也因政見問題而遭當時當政者袁世凱的迫害。

母親過世後，妹妹及弟弟在網絡上追覓，並透過揚州晚報記者的協助追蹤，連繫到郭堅忍女士的後代，表姨陳保定女士及其家族，我們捎去台灣及美國的相片資料給揚州親友觀賞，也了解了曾外祖母及其後代的點滴...，不勝唏噓，表姨陳保定女士也帶我們走訪並憑弔了外祖母當年辦學堂的「廣儲門」舊址，瓦頂簷壁磚牆仍在，但屋內已被分割多戶給他人使用了，差可告慰的是該址已被揚州市政府列為「重點文化保護單位」，母親未了的夙願，做子女的總算替她完成了！

< 二 >

結束揚州行程後轉由鎮江坐動車(高鐵)抵上海市，我八、九歲時就住在上海，共產黨軍隊進城時我就住在此，很了解舊時的上海市，但每次來都有不同的感受，人口是越來越多，高樓是越建越高越密，地鐵軌道交通也四通八達，拜世博所賜，居民文明習慣略有改進，但仍然改變不大，在我看來，公共場合抽菸吐痰、斑馬線人行道行人不優先、搭地鐵公交不會禮讓，與台灣今日相比，還差了一大截。總的來說，我不喜歡去上海、南京、北京這些大都市，但名勝古跡還是可以去參訪的。

在上海秀庭和我又到漕溪北路的徐家匯天主堂朝聖，我們已來過二次，該堂是上海教區的主教座堂，由明朝末年徐光啟大學士家族支持下，耶穌會在清咸豐元年即西元1851年建造，是為「聖依納爵堂」，現改奉「聖母為天主之母」為主保，稱「天主之母堂」。整幢建物樓高五層，磚木結構，法國中世紀樣式，大堂頂部二側有哥德式鐘樓，尖頂高約50公尺，堂內祭台立存聖母抱小耶穌像，俯視全堂，是整座教堂的中心。此像是西元1919年由法國巴黎製成後運到上海的。本堂共有大小祭台19座，可容納三千多名教友進行彌撒，本堂區目前有數萬名，每日清晨都有幾台彌撒，逢星期日及教內重要節日，教友更是濟濟一堂，被稱為上海的「梵蒂岡」。

文化大革命期間本堂也未倖免的受到毀壞，並作為雜貨倉庫之用，宗教活動中斷，聽說直到西元1979年才歸還教區，1982年聖誕節整個教堂修繕完成，包括二座重達13噸的十字鐵塔架才重新安裝到鐘樓上，重現哥德式大教堂的風貌。改革開放以來，本堂成為對外交往的重要場所，每年都有世界各地天主教人士前來參與瞻仰朝聖活動或參觀訪問，真正成為上海市的地標之一。

在夕陽下逗留在堂前的噴水池側仰望天主堂，心中有一種莫名的感動，即使是在早年中共極權的統治下，仍有千千萬萬的中國人不畏宗教迫害，堅持信仰上主，恭敬參與彌撒，正如耶穌對門徒所說的：「為義而受迫害的人是有福的，因為天國是他們的。」(瑪五：10)



■ 上海徐家匯天主堂

< 三 >

我們也到上海郊外「佘山進教之佑聖母大殿」朝聖，佘山天主堂坐落在松江西佘山上，西元1844年法國耶穌會杜若蘭神父在山頂建了一座六角亭供奉聖母，相傳在天津及山東等地發生教難，耶穌會會長從徐家匯天主堂趕到佘山跪在聖母像前祈禱，如能平安渡過，就在山上建一大堂，幸而教難未波及到上海地區，傳教士說是聖母保佑。接着發起「還願」造堂募捐活動，虔誠的教徒們紛紛熱心捐款，歷經二年於1873年落成。1894年又在堂前半山上建了一個中堂及若瑟亭、聖母亭、聖心亭和14個苦路亭。每年5月24日是「聖母進教之佑瞻禮日」，教友們都會選在這個月份來佘山朝聖，高峯時有數千人，逐漸成為方圓幾百里內教友的朝聖地。

1920年代上海附近周邊教友已達80萬人，原來的大堂陳舊狹小，因此耶穌會決定重建教堂以符需要。1925年奠基，經過十年嚴格督工建造，終於在1935年完工。大堂集多種風格於一體，拱形甬道是羅馬式，廊柱為希臘式，尖頂為哥德式，鐘樓為以色列式，小圓頂為西班牙式，其他清水壁、琉璃瓦、地磚為中國式，最是讓人敬嘆佩服的是整個建築物「四無」，即：沒有釘子、沒有木頭、沒有鋼鐵、沒有橫樑，整個建築平面呈現拉丁式十字形，可同時容納四千人入座。教堂和青山融為一體，輪廓協調自然，教堂頂尖聳立著聖母脚下踩着魔鬼，高舉雙手呈十字狀的小耶穌（編按：此態像又名「吉祥聖母像」），其意義表達歡迎各地前來禮瞻的朝聖者。



■ 宏偉的佘山聖母大殿

此堂於1942年9月羅馬教廷將佘山天主堂封為聖殿，從而成為「遠東第一大教堂」，1966年文革中一度被毀，後來恢復宗教活動，重修教堂直到1984年才完成，這座聞名世界的大教堂又恢復了原貌。由山下遠眺莊嚴的聖堂，與山綠相映成輝，充分體現了建築美學上對稱中不對稱的美感，2008年教宗本篤十六世定5月24日為「進教之佑聖母節」，並為「中國教會祈禱日」。

在莊嚴宏偉的教堂中跪拜聖母及小耶穌，有感此番大陸探親及認親行程的順利，原以為右膝蓋關節疼痛會影響整個行程，豈知十幾天的奔波疼痛並未加劇，而登佘山頂也很順當，出乎我們意料之外，應為上主垂顧，天主所賜，予我健康活力，我們更虔敬的祈禱，祈求佘山聖母及小耶穌庇佑我們，賦與身心充沛活力完成預定行程。

順著教堂階梯而下有一廣場，背山而建立有「若瑟亭」、「聖母亭」及「聖心亭」，每亭前皆有教友點蠟燭跪誦經文，其虔誠度實令我們敬佩！廣場靠外一端，有一位三十多歲女子，地鋪墊子靠著圍欄席地而坐，面向上方教堂及三個聖亭，手中捧著聖歌本獨自吟唱聖歌，我們頓感此女實在令人感動，就趨前打招呼問候，互相介紹，互道平安，她是浙江溫州來的，是瑞安天主堂的趙曉蘭姊妹，秀庭並和她同唱大家都熟悉的聖歌，其中一首是《耶穌愛你》，我雖五音不全也跟著吟和，引來不少朝山者或朝聖者的圍觀。主說：「如果你們之間彼此相親相愛，世人因此就可認出你們是我的門徒。」（若十三：35），之後，秀庭也和她分享在台灣服務聖堂及參與各團體的經驗，讓溫州趙姊妹神往心儀不已，甚至落淚。她說以前只會自己進修，只顧自己，不曾想到要愛己更要能擴大到愛人，回溫州後她要像秀庭說的方法，先將先生、三個子女及周遭認識的人，導引入教會傳佈神恩，進入耶穌基督的大家庭！

我們在心靈溝通契合中，不覺已過了好久時辰，在依依不捨中互道珍重，祈望在不久的將來會再相逢團聚。此次「認親與朝聖」行程歷時半個月，身、心、靈及福傳的收獲頗豐，感謝上主！讚美上主！



■ 作者端詳佘山聖母大殿前半山上的苦路亭



■ 與來自溫州的姊妹同唱聖歌讚美主

銀髮族的「腸」久保「胃」戰

夏效中

廣告詞說「胃腸好、人不老」，隨著醫學的進步，人的壽命愈來愈長，倘若銀髮族仍能「胃」所欲為、「腸」通無阻，那將是人生一大快事，所以做好腸胃的保健是十分重要的。

一般銀髮族的消化系統功能本來就較年輕人減退，若再患有胃、腸、肝、膽、胰等消化器官疾病，對於食物的消化和營養的吸收，都應有特別注意之處，否則就容易產生腸胃道的症狀。常見的消化器官疾病及其保健之道敘述如下：



◎ 腸胃蠕動不良

老年人行動不便，坐臥太久，使胃腸蠕動減緩，產生消化不良、脹氣、便秘等症狀。若有服用鎮靜劑、抗憂鬱劑或含有可待因的止咳藥可能加重便秘的症狀。建議放鬆心情，補充水分、膳食纖維和含有寡糖、益生菌的食品，例如優酪乳，來改善腸胃道功能。以手掌按摩腹部也有助刺激腸道蠕動。

◎ 胃食道逆流和消化性潰瘍

和胃酸刺激有關，引起胸口灼熱、胃酸逆流、喉嚨有異物感、腹脹腹痛及咽喉炎等症狀。建議戒菸，少喝咖啡、濃茶、可樂，晚上就寢前不吃宵夜。

◎ 脂肪肝和慢性肝病

建議戒酒，生活作息規律，低油低鹽飲食，避免過度勞累及服用過多藥品，以免增加肝臟負擔，如此可改善肝功能，過一個彩色人生。

◎ 膽道結石

吃油膩的食物容易引起結石發作，產生（右）上腹部疼痛、發燒、畏寒及黃疸等症狀，導致膽囊炎、膽管炎或胰臟炎等。建議戒酒及少吃油膩食物。

除了上述的胃腸肝膽疾病外，老年人也常伴隨著糖尿病、心臟病、高血壓、高血脂、腎臟病、痛風、氣喘、慢性阻塞性肺疾病、骨質疏鬆症、尿道感染等慢性疾病的困擾，除了應定期就醫按時服藥治療外，適合銀髮族的飲食原則是：「少」吃高油、高鹽和高糖的食物，而非「多」吃哪些補充品。此外攝取足夠的膳食纖維，包括五穀根莖類食物、新鮮蔬果等，以及補充足量的維生素、礦物質及抗氧化物質，保持規律的作息和適度的運動，將可延年益壽永保健康。

（夏效中弟兄是耕莘醫院新店總院胃腸肝膽科主任級醫師）

追念父親

唐學明

父親是個有福的人，他一直與我們生活在一起，享受天倫之樂，他衣食無缺，也不缺錢花用，他身體一向健康，可以自由行動，他的兒女都有幸福的家庭，最後，他在今年的聖週三過世，對教友而言，這是很好的福氣。

父親住在亞東醫院十五天，一開始還可以走進廁所，後來身體日漸衰弱，尤其是呼吸方面的問題，使他必需使用呼吸罩，不過他的意識一直都很清楚，也很想出院，只是醫生不同意。住院期間，都是用鼻胃管灌食，在他過世的前一天晚上，我對他說，明天要餵蛋糕和木瓜給他吃，他很高興地點點頭。要走了，我握握他的手，他也握住我的手，那就成了我與父親最後一次的談話與接觸。四月二十日凌晨四點，父親在睡眠中安祥逝去。父親一生不喜歡麻煩別人，他也不想拖累我，所以就灑脫地走了，留給我的是滿滿的親情和回憶。



父親生長在一個動盪的時代，年輕時顛沛流離，飽經戰亂。1949年父親隻身來台，母親卻身陷上海，又經過九年，母親才帶著姊姊經澳門來台，與父親團聚。父親重視姊姊和我的學業，要我們好好唸書，我們了解他未能好好求學的遺憾，也都努力達成他的期望。父親是個執著的人，他在中國國民黨中央黨部任職，至退休未曾換過工作。

父親愛我，小時候他幾乎每個假日帶我去新公園玩，讀小學時他為我削鉛筆，讀中學時他為我擦皮鞋，升學考試每次都是他陪考看榜，我當兵的時候他託朋友到外島探視我，一直到今年一月我動小手術住院，父親還提著六個蘋果來探望我。父親也深愛他的孫兒孫女，他總是用陪伴、守候，以及給予的方式，來表達他執著的愛。去年十一月，有一天晚上下著大雨，他吃力地提著一袋巧克力牛奶，送來給孩子，當時他的褲管都溼了一大片。



今年的聖灰主日，也就是四旬期第一主日，父親領受了聖灰，父親七月將滿九十歲，他應當明白人來自灰土，也終將歸於灰土的意義。父親是在2008年復活期在聖三堂領洗的，當時已經八十六歲高齡，他和母親決定領洗是天主的恩典，在他們有生之年得以成為天主的子女，並得以看見天主的光榮。父親一直到三月底身體不適之前，一直都參加教堂的感恩祭，他的靈魂是潔淨的，我們都相信父親現在正在天堂享受永遠的福樂。感謝天主。

客家庄 龍潭二三事

李松齡

剛調到龍潭時，親友都會關切地問：「怎麼會調到那邊去？」「很遠吧？」……我除了答說：「人在江湖 身不由己」、「就像棋子，被擺在哪就到哪嘛！」其實心中知道，任何事的發生，天主都有祂的旨意，只待我去參與罷了。

迄今來到龍潭匆匆已一年半，除業務進展堪稱順利，也對當地、尤其是占台灣人口接近1/3的客家人的風土人情有了些瞭解，算是失之東隅、收之桑榆。就業務而言，已連續三年排名殿後的分行，在將士用命、同心協力下，去年已進步到第12名，進入B段班，今年也在B段班爬升中。分行同仁經過我提出的「敢拼、能賺、愛玩」激勵，更進一步地受到「全員參與，一個不漏，團結力量大」的啟發，激發出的戰鬥力真是不可小覷。

龍潭人口12、3萬，無大型工業區，堪稱鄉下分行，同仁配合度高，我常笑說：「我幸好不是孤單老人，一個人在前跑，後面沒人跟。」工作之餘，帶他們出遊、爬山、摘果、聚餐……當然少不了。正巧今年是我60歲生日，分行同仁還很貼心地買了蛋糕，熱鬧慶生，不也是蠻有人情味的！如果沒來龍潭，絕對不可能認識這群可愛的夥伴。

初來龍潭，友人諄諄告誡不可講台語，以免冒犯客家人，因這裡屬客家庄，但久了之後已經釋然。客家人吃苦耐勞之外，面對困苦的生活環境下，早已學會適應應變各種環境的本領，國語、台語無不朗朗上口，應付裕如，反而我就顯得過分小心了。有一位經理曾告訴我，只要他出現或在的場合，原本講客家話的都會改口講他聽懂的國語或台語，開始我也想如法泡製，發現效果不彰，反而距離拉遠。除了盡量學會講跟聽客家話外，心態上也調整過來，何必擺甚麼威嚴，自己行得正、做得正，何必怕別人講自己聽不懂的話，反不自然了。客家話學雖學不多，但總能帶來一些效（笑）果，例如買自助餐時，跟老闆娘講：「頭家娘按講（美麗之意）！」她多少會不好意思地笑一笑，也許菜就多挖一點，或錢少算一點吧；）不過自己也得小心國、客語間的近音詞，以免像馬總統在考小胖林育群客家話「女婿」怎麼講時，「細郎」一不小心就發音成「色狼」了；）



龍潭有龍元宮（主祀神農大帝）、南天宮（主祀關聖帝君）、大池、石門水庫等風景景點，客家小炒、板條、大湯圓、鴨肉鵝肉配桔醬也是客家名菜，這裡不敢多說，以免給戴天行大哥、秀庭笑；）此地客戶比台北熱情，常請客一起吃飯，席間喝酒自是少不了，我常說來這一年多，吃的飯、喝的酒比我在台北十幾年吃的喝的還多，應不為過，所以各位要來龍潭一遊，忝為嚮導再請各位吃個飯，當然不是問題。龍潭空氣好，景色宜人，辦公住家兩相宜，也許將來退休後不失為一個養老的好去處呢！

吾愛吾家

丘幼華

誕生於天主教家庭，從小受洗的我，進出教堂行禮如儀念經如儀，其實和天主總保持著一段相當的距離，唯有唱聖歌的時候，心裡總有一把熱火燃燒著；總是依賴念固定經文的我，從不善於和天主交談，對於兄弟姐妹們所分享出來祈禱的境界，只有羨慕的份，但是接觸了泰澤祈禱之後，心裡的感動無法言喻；2005年將臨期聖三堂開始引用了朱健仁弟兄的答唱詠版本，此後彌撒中的答唱詠皆以詠唱的方式進行，忝為領唱員之一的我，每每在重複的練習當中，深深受聖詠所撫觸，這才發現，心靈軟弱時，原來聖詠是那麼好的慰藉。



相信這樣的感覺，並不是我所獨有，聖歌和聖詠堪稱天人之間最近的路，也是最好最有效的福傳；因著這樣的理念，聖三堂聖詠團創團迄今也耕耘了超過10個年頭，數數今年的堂慶也該是我們的11年團慶了。儘管我們只是堂區傳協會禮儀組項下的小小團體，然而不間斷地為主日禮儀服事，並且配合計畫外的特殊禮儀，對於團員們來說卻是恆久的耐力考驗。感謝天主，聖詠團一路走來，雖然有若干小羊來來去去，但始終維持著一定的人數與穩定度。

主日彌撒的服事是聖詠團的天職，支援堂區教友的婚禮和殯葬彌撒也是相當重要的一環。婚禮彌撒通常有一定的籌備時間，團員們尚可把時間預作調配，而殯葬彌撒幾乎都是緊急的任務，聖詠團的兄弟姐妹們也都願意盡力撥空配合。還記得自己剛成為聖詠團員的第一場殯葬彌撒，那時對於不甚熟悉的亡者，雖奮力願以歌聲伴隨其進入天國，其實心裡還是懷著一股恐懼，到了瞻仰遺容的時刻，只見身穿白袍的兄弟姐妹們一個個前去獻花祝福，我卻沒有勇氣前往；之後再參加了多次殯葬彌撒，只覺得聖靈越來越充滿，雖然感受到死別帶來的感傷，卻也有說不出的平安，原來面臨生死大事更體現主的奧蹟，從此對於亡者只有祝福再無恐懼。

今年年初，家父以105歲高齡辭世，冥冥中自有天主的巧妙安排，原本要在中壢(娘家的本堂)舉行的殯葬彌撒，因為種種原因移到聖三堂舉行，離開了聖詠團的隊伍我以喪家眷屬身分參與，體會更加深刻。那真是一場好美的禮儀，相信也是家父長達一世紀的生命歷程中所參與過最棒的禮儀，教堂的建築之美，楊神父的用心主禮不在話下，禮儀的程序在張老師主持下流暢而溫馨，而整場彌撒聖詠團的歌聲更宛若天籟。

當日祖嵐所領唱的答唱詠是我平素最愛的聖詠，「上主是我的牧者，我實在一無所缺...」(詠23)，甫遭喪父之痛的兄弟姊妹們，在這首聖詠撫慰下個個唏噓落淚，但倍感溫暖；「祢是我的避難所，祢是我的救恩，祢保護我生命免於凶惡，祢用祢的愛來抱我.....」；「更加與主接近，更加接近，黑暗籠罩我身，以石為枕。夢裡依舊追尋，更加與主接近.....」，聖詠團天使般的歌聲，真的給予我們很大的安慰和力量，沐浴在主愛中的我們何其幸福。

從未進過天主堂的姪女擁抱著我說，「小姑姑，你們聖詠團好棒！」是真的，我們好棒！聖三堂有聖詠團真棒，聖詠團有聖三堂真棒，最棒的是天主對我們的特別恩寵！

時間過得真快，49歲的聖三堂屹立在新店，因著大家的努力耕耘，有著遠近馳名的令譽，是讓我們深感驕傲的本堂；而聖詠團如今也是11歲的小少年，轉骨成大人指日可待；除此之外，堂區各個次級善會都各盡其份，卓然有成；最重要的是：因為有您，聖三堂成為圓滿的一個家！

讓我們高喊生日快樂，吾愛吾家！



天主聖三 Tripple one = Trinity

福傳111~為金慶而奉獻的福傳禮物

林蔚民

五月廿一日當天「來聽耶穌的故事」福傳大會，我們聖三堂的教友們同心合意地努力，自四旬期開始以代禱承諾卡的方式，邀請聖三堂每位成員天天祈禱，為明年五十金慶奉獻給天主的禮物，使全堂動員起來福傳。自上次大規模的「一領一」福傳大會(民國95年12月)，已經是約四年半前的事了。111位教外親友參與了這次盛會，相較上次75位略有斬獲。這111位還真象徵了天主聖三「Tripple one = Trinity」，是我們的堂區主保~天主聖三在鼓舞我們不要害怕，要勇於福傳呀！以台北總教區而言，聖三堂慕道班的質與領洗的量，一般而言可算是中上水準，但是我們仍不應以此自滿。福傳的路是一條持續成長的道，她需要更多的人關懷與陪伴。



記得當(民國88)年在撰寫本堂傳教協進會章程時，我曾為文分享：「硬體建設易、軟體建設難。」因為當時為配合整個聖三堂的聖言會規劃，德華女子公寓的拆除成為現在的康和建設大廈與捷和大樓，其中捷和大樓的一部份聖言會自行經營「天下一家共融廣場」(今年已更名為「天下一家社服中心」)，另外保留一部份成為一些承租戶或為教會單位使用(如：真理電台)；司令台與籃球場則被徵收成為中興路三段道路的一部份；位於與大堂之間的圓型活動中心，成為現在的創世紀大樓，十一樓以上聖言會保留自用(包括十四樓的小堂、十三樓宿舍、十二樓客房、十一樓辦公室)而其下十個樓層，外包經營為現在的中信商務會館。

創世紀大樓與大堂間涵蓋了整體的聖母公園(部份可停車)，聖言會原規劃拆除大堂重建大樓，由於教友們表達了不願重建而作罷。至今因此保留了大堂，她是與輔仁大學在新莊復校同一位德國建築師林慎白神父的作品，那可是當年對外國募款及本國教友部份捐獻土地的寶貴聖堂啊！大堂是民國53年11月22日落成。

細數大坪林聖三堂的歷史，我14歲時就與她初識，那是民國63年的4月家剛自新店安坑搬到文化路，那時尚非教友。而成年工作後，在外打轉了一圈認識了天主成為教友後，民國72年3月19日加入了聖三大家庭，之後家父民國94年領洗(當年父親5/8耶穌升天主日回歸天鄉)，家母民國98年領洗都成為聖三家庭的一份子。我們學習愛與被愛，共同攜手走基督徒成聖的路。是的！「因您的加入，聖三堂成為一個家。」

我們既是基督徒，必要明確知道十字架的路雖然是一條孤寂的苦路，行程中充滿血和淚，但我們要靠彼此鼓舞以堅持到底。被天主所揀選的我們，應滿懷信心相信耶穌會差遣祂的聖神來保守一切。聖三堂便是這可靠的家園，聖神將要為耶穌所做的一切作最有力的見證。日常生活中，我們或許沒有受到嚴重的迫害，但誘惑是隨時遭遇到的。請求真理之神不斷培育強化我們信仰，好能為主證！明年的此刻讓我們一齊獻上福傳果實的馨香：「五十金慶、五十領洗」。

點亮歲月記憶

李祖嵐

很多塵封已久的記憶，常常隨著翻閱照片而被喚醒，逐漸清晰，從平面變成立體，甚至連當時的天氣、心情、身邊的氣味都鮮活了起來，特別是像我這種走過一半人生的中年人，有時因為身邊出現某種似曾相識的熟悉氛圍，忽然會有種今夕何夕的感喟。每天看著鏡中的自己、看著身邊的家人、朋友，似乎感覺不出歲月神偷的犀利，但若是某一天走在路上，偶遇多年不見的老同學、老同事，便會驚覺對方走過人生故事的痕跡，一時之間敲擊在心坎上的是：自己在對方眼裡，不也是同樣的光景？

正因如此，近幾年來，我喜歡找出很多以前的相片，翻拍建檔（我偏愛再次透過鏡頭、掌握光影，補捉那些曾經美好的歲月），慢慢整理屬於自己、家人、同儕、主內兄姊們的歲月圖譜。或許是擁有信仰的緣故，我們對生命總是抱持無限的盼望，儘管青春歲月流逝、儘管唏噓不已，看著自己生命中有這麼多人一路上的陪伴、提攜甚至醍醐灌頂，心中有的卻是更多的喜悅與感激。幸運如我，從10歲開始加入聖三堂的大家庭，求學、就業、成家，都沒有讓我身處必須轉換本堂的境遇，而能與這堂區和朋友們結下30多年不解之緣。

10歲時我們家從新店寶元路搬到寶安街，距離聖三堂不過兩、三分鐘的腳程，那年暑假我參加暑期兒童道理班，領洗、開聖體，之後參加聖體軍、領聖振、進入宗徒團、青年會，信仰生命在這裡萌芽、成長、茁壯，更感謝許多兄姊們無私的奉獻及服事，讓我們堂裡不同年齡層的團體都能發揮功能。

現在，且跟著老照片的帶領，回味一點屬於聖三堂和我（們）的光陰故事。



◀1977年夏天的聖體聖血節瞻禮

聖體聖血節是本堂聖體軍的大節日，彌撒中特別安排聖體軍友兩兩上台奉獻蠟燭，應該很容易認出我來，身邊的是王心怡。特別一提的是，我當天穿的小裙子，可是我母親親手設計、縫製的。



▶20歲的生日舞會

舞會，對五年級生的我們來說，是封閉年代中難得的抒發時刻，感謝我們開明的大家長-楊世豪神父，讓我們可以在不影響課業的前提下，利用我們青年會會議室（現在是束老師上課的教室）舉辦小舞會，我和右邊的向新榕（她母親是我們聖詠團劉美娟姊妹），就是擁有投票權及婚姻自主權的20歲壽星啦！圖中還留在聖三堂的，有我左邊的蔚民、擔任當天舞會DJ的守清、後排的安成及祖慶。



◀1982年的復活主日

那年代的我們，參加特別瞻禮都會盛裝出席，表達我們對這些教會大節日的重視。不可否認的是，平常在髮禁及制服的壓抑下，難得可以找到機會讓自己變得漂亮一點。在我身旁的外國人，許多兄姊都不陌生，就是聖言會的柯博識神父，當時是聖三堂的副本堂，另一邊則是沈姊姊（媛宜），是沈媽媽的寶貝女兒，也是我們青年會永遠的女王呢！



▲1987年復活夜彌撒

當時我們青年會是堂區禮儀的主要負責團體，這一張是我們在唱出堂曲時留下的畫面，最左邊的是主顧會的蔡秀琴修女，她也是當年帶領我們聖體軍一堆小蘿蔔頭的指導修女，如果我們今天有一點點成器，蔡修女居第一功！



◀1990年青年會合影

此時我們成員陸續就業，或面對人生重要階段的抉擇。比我們小一些的昌倫，也出現在照片中，算是我們這代青年會中最小的一批（還有雅萍、倩倩）。這個門口，是我們最常拍攝團體照的地方，即使現在大家從不同地方來到聖堂敘舊，常不自覺會聚集此處，這可說是多年的習慣與默契。

天下無不散的筵席。雖然1993年之後大家各奔前程，但相信在我們這群好友的心中，聖三堂永遠是生命中最美好的印記，並且在每人目前的安身立命之地，見證聖三堂今年49歲生日以及明年即將來臨的50金慶。

聖三堂的樂團誕生了

戴如君

話說到2009年端午節以前，我真的不曾想過要在教堂裡成立一個樂團，因為在音樂方面，我既不是歌唱高手，也不熱中任何一種樂器的練習；在生活方面，我已不是十幾二十歲的年輕學生，而是在所謂的高工作壓力的電子科技產業任職，晚上十點以後才回到家那是家常便飯，怎麼可能會想到要成立樂團？

但就在2009那年的碧潭端午節表演節目中，聽到汐止天主堂晨星樂團熱情活力的演出，成功的帶動現場的共融氣氛之後，成立樂團這個念頭開始在我心中萌芽。據說，我們的鄰居中華聖母堂的青年朋友們，也是受到晨星樂團的影響，在端午節後沒幾個月，就聽到他們的樂團成立了，取名為Bis Sonntag（德文“主日見”），他們也在隔年2010碧潭端午節有亮眼的表演。除了聖母堂，木柵復活堂的樂團也在2010年4月4日成立了。這兩個樂團的組織迅速及效率，實在是讓我太羨慕了！

反觀我們的樂團能成軍，對我來說，像是一個奇蹟！因為，以我們教堂的現況來看，年輕人實在太少，再者，我們的青年教友，大都害羞內向，不像其他堂的青年熱情有活力，願意加入樂團的人少之又少，更別說想招募到一群會彈奏樂器的熟手。但是，在每一次的主日早晨彌撒，放眼望去，灰髮一片，總是心中感慨年輕的教友怎麼這麼少，可惜了我們教堂的美麗；再加上，明年就是聖三堂的50金慶。因此，為能吸引更多的年輕人進堂，這件事不能在拖下去了，終於在去年2010年9月副本堂施羅志神父帶領下成立了樂團，後於主任神父楊應望神父及楊阜典修士的熱情參與下在12月26日聖誕聯歡會首度公開表演。

成立初期，十幾二十歲的團員難求，所以我們的基本團員還是以宗徒團的老夥伴們為多數，至今團員十來人，當中也有非教友的樂手，年齡層從高一到快四十歲。練團時間，多半是在主日早晨彌撒後十點，視情況也會調整到週六其他時間。在楊神父及楊修士的大力支持下，我們從四旬期第三主日3月27日，首度參與主日下午彌撒的伴奏服務，目前暫定每月服務一次。在復活期第二主日5月1日的彌撒中，我們加進了電子鼓的節奏，彌撒的氣氛高潮迭起。彌撒結束後，教友們不吝嗇的給予熱烈的掌聲鼓勵樂團的表現。

今日，樂團能誕生，除了所有團員們付出時間及心力來練習之外，我們要特別感謝楊神父、楊修士、金大叔、耀華姐、佩瑜姐及守清大哥，在精神上的支持與陪伴、辛苦的帶領我們練團，以及在硬體設備上給予協助。當然還有一大群可愛的教友們，總是期待著我們下一次的服務，您們都是支持樂團的精神食糧，感謝您們！聖三堂的樂團，期待年輕朋友們的加入，無論您或您的親朋好友，是教友或非教友，會唱歌或會樂器的，我們都熱切歡迎！請您們站出來，讓我們一起用活潑的音樂來讚美天主！



瞻望50年堂慶之我思、我盼

張潔蕙

在大坪林聖三堂慶祝49年堂慶之際，不得不瞻望、企盼著明年的50週年堂慶將推出的重頭大戲！50年，不簡單喔，長達半個世紀了耶～在以耶穌為首的教會中，我們身為祂的肢體，要如何在那將要來的那閃亮時日裡，來展現枝條上的開花結果呢？

說來慚愧，我來大坪林聖三堂一晃也已逾十個年頭了，一直都想說自己究竟能為這個堂做些什麼？尤其近幾年來，每當彌撒結束時，神父降福並說：「你們去傳播福音吧！」我心裡便思考自己有沒有抓到要領去做？嗚～我所做的部落格或facebook上的文字福傳，似乎看不到明顯的效果啊！

我們讀宗徒大事錄中，看到五旬節之後，聖伯鐸宣講傳道時，創下了一天內有3000人歸化受洗的紀錄，或許我們會想說：因他是最大宗徒，他也是主耶穌復活的見證人，他的宣講比較有說服力，這固然沒錯，但還有一原因—就是在這數以千計的人接受了他的話而悔改領洗前，發生了聖神降臨的異象，火舌停留在眾宗徒的身上，使他們身上都充滿了聖神（宗2：3）。

耶穌講的話是有效力的，在祂復活升天前，曾對宗徒們說：「必須從耶路撒冷開始，因祂的名向萬邦宣講悔改，以得罪之赦；你們就是這些事的見證人；看，我要把我父所恩許的，遣發到你們身上……你們應當留在這城中，直到佩戴上自高天而來的能力。」（路24：47~49）



如今宗徒們雖早已不在了，但教會的傳承仍持續著，司鐸、傳教士們穿著福音的鞋、在世界各處的脚步並未停止，所有眾信徒們也都該加入這行列，以完成耶穌基督所期許的「凡信我的，我所做的事業，他也要做，並且還要做比這些更大的事業。」（若14：12）「莊稼固多，工人卻少」，是耶穌動了慈悲心而對門徒們說的，因祂看到許多群眾像沒有牧人的羊，流離失所，想把他們儘快地帶回到天主的家園，在主耶穌的眼中，視他們為麥子一樣，要安置在天主的穀倉內，存放保管起來。

我們要以耶穌的眼為眼，以耶穌的心為心，今年是「中華教友年」，我們大坪林聖三堂的號角（鐘聲）已經響起，所有教友都把自己當成是耶穌的牧羊犬或小牧童，大家都分頭出去找羊，把他們帶回來；從「因您的加入，聖三堂成為一個家」進而變成「因他們的加入，使得這個家更大、更茁壯！」

當然，對外教人福傳並非易事，大家必須盡心盡力且同心合力，不分彼此，溫馨接待每一位新來的朋友，抱持著「我栽種，阿波羅澆灌，使之成長的卻是天主。」（格前3：6）各盡本份、各盡所能，不爭名、不求自己的光榮，一切都只為光榮天主的國！如同聖保祿宗徒在斐理伯書上所教導的：「同氣相愛，同心合意，思念同樣的事，以滿全我的喜樂（亦即天父的喜樂）」。我們就以聖三堂建堂五十週年慶，來光榮天主，成功地打出一場勝仗吧！

願這次是邁開一大步的開始！為此，願我們同心合意的向天父持續地祈禱！阿們。

聖三堂該是個什麼樣的「家」？

謝蓉倩

聖三堂離我住家只有五分鐘的路程，因領洗的關係，過去總在木柵堂參與彌撒，當時楊應望神父常說：你何時回聖三堂？去年一月因結婚而回到聖三堂。一年多來看到教友對神父、修士的尊重，更認識教友對堂區工作的投入，實已朝50堂慶的目標—「因您的加入，聖三堂成為一個家」大步邁進。

教堂原本就該是教友的「家」，只是每個人對「家」的概念各有不同。小孩說：「家是個有許多糖果餅乾的地方。」青年說：「家是個我隨時可以上網的地方。」上班族說：「家是個在工作場域奮鬥之餘心靈停靠的港灣。」退休的長者說：「家是個等孩子回來共聚的地方。」究竟教堂該是個什麼樣的家呢？

除了是教友心靈之所依、彌撒聖祭之所在，依據遠見雜誌1997年12月號 第138期的說法—「教堂在社區裡扮演了『上帝化身』，以及濟弱扶貧的角色，是社會前進動力之一」，這顯然是社會的期待，我們如社會期待嗎？居捷運樞紐之地的我們是否已盡力說「耶穌的故事」了呢？答案或許不一而足，但要問的是：「您加入了嗎？」

當然既為「家人」，自當唇齒相依，惟牙齒都會咬到舌頭，當家人間有意見不同時，難道一定要「理直而氣壯」嗎？「理直而氣和」是不是會讓家有更多「主愛」的氛圍呢？天主無條件的愛著我們，更是我們真福（真正的幸福）的泉源，所以讓我們從「真福的微笑」做起吧，相信這種笑會在50金慶時讓至少50個人領洗。期盼您加入真福微笑的行列。

兒童主日學老師團隊 等你加入

教育組

耶穌卻召喚他們說：「你們讓小孩子們到我跟前來，不要阻止他們！因為天主的國正屬於這樣的人。我實在告訴你們：誰若不像小孩子一樣接受天主的國，決不能進去。」（路 18:17-18）

的確是如此！小朋友的純真與開放，正是大人需要向他們「學習」的。自己雖然要在忙碌的生活中準備主日學，常覺吃力；但每次為他們上完課後的充實感，實非其他事物所能代替。同時，小朋友才是未來教會的「主人翁」，由他們即可看到未來教會的樣貌。想要教會欣欣向榮、蓬勃發展，就需要更多主日學同工持續、熱心的委身。

歡迎有興趣的兄弟姐妹一起加入主日學的服務行列！（廖雋凡）



近來，看到我們教堂成立了「青年樂團」，為教堂增添一股新氣象，每逢主日上午彌撒之後，神父辦公室一樓後面那間屋子裡，會傳出熱鬧的樂隊演奏的聲音，不但教友們聽了可感受到教會的蓬勃朝氣，甚至社區路過者，相信也都會心生羨慕。再加上我們原有的聖詠團在大聖堂內練唱，還有主日學小朋友們在2樓的道理課或唱遊課，相信這些活動，看在天主的眼裡，是多麼令祂喜悅啊！

我們聖三堂真像一個大家庭，在主日這一天，所有來參加彌撒的教友們，歡喜來到教堂，共同朝拜天主，在彌撒中共融，彌撒後齊聚B1共融廣場的早餐會，或每個月第一個主日的慶生會，大家相見歡，天主必定很是高興。

為了讓我們的彌撒一直都能維持美好水準，聖詠團事先都會作練唱準備；而為了讓我們教堂後繼有人，讓天主的兒女們生生不息、圍坐聖堂餐桌，享用天主聖餐，我們必須努力去培育新生代，陶養信、望、愛三德，使他們都成為教會內的潛力生力軍。

聖三堂能有今天，是要感謝所有神長們及束魯新老師、張象文老師等前輩長時間以來的付出，打下良好基礎。兒童主日學這塊小園地，正等待更多的幼苗及耕耘者，歡迎有志者加入我們的行列。（張潔蕙）



願我們的歌聲 蒙祢垂聽

朵拉

今年四月份有部電影《人神之間》在許多教友團體間廣為宣傳，也頗受好評。在大家感動於影片中的修士們以堅定的信仰來面對恐懼時，我卻被電影中餘音繞樑的歌聲所深深吸引。雖然那是我聽不懂的語言，但是彷彿唱出了他們對上主的信仰與依靠。

然而你會以為這種歌聲，只是電影中的完美演出嗎？

我不禁回想到兩年前的夏天，我到淡水的聖本篤修道院進行了為期兩天的避靜。這兩天中，我和修女們一起參與了她們例行的早禱、晚禱及彌撒。在沒有樂器的伴奏下，修女們的歌聲簡單卻悠揚，詩歌的曲調雖沒有明顯地高低起伏及快慢強弱，但能讓人很容易就進入祈禱的氛圍；而這樣誠摯且純淨的聲音似乎真的能冉冉上升，把我們對天主的讚美、感謝及祈求帶到祂的台前。

當下深受感動的我即提醒自己，日後回到堂區在彌撒中司琴時，不要賣弄什麼彈奏技巧，一定也要把這份感動帶到在每一次的服事中。希望藉由我的手，能幫助禮儀流暢的進行，呈現出祈禱的氣氛；再搭配著大家的歌聲，我想我們的祈求一定也會上達天庭蒙主垂聽。

主耶穌的誕生 · 四旬期的反省



聖三堂首度舉行馬槽點燈禮



聖堂內特殊設計的馬槽



聖誕聯歡會：教會未來的希望



聖誕聯歡會首見聖三樂團



聖灰主日→進入四旬期



聖枝主日 · 重演耶穌榮進耶京



彼此相愛：聖週四濯足禮



遷供基督聖體



吾主 · 我認錯：聖週五



請看十字聖架 · 耶穌藉著它拯救世界



耶穌復活 · 洗禮新生 · 福傳



慕道、候洗、收錄



這一夜，主戰勝死亡



凡喝這水，永不再渴



聖洗，接受主愛的印記



生命之水，賜福春雨



初領聖體，永生之糧



來聽聽耶穌的故事



透過信仰的見證，聽聽耶穌要對你說的悄悄話



彩繪玻璃描述聖經故事



營造歡愉氣氛，用餐、小憩，繼續前行

