

一件礼物

A Blessed
Gift

中英双语
信仰见证集

A Bilingual Anthology of Faith Stories

一件礼物：中英双语信仰见证集
A Blessed Gift — A Bilingual Anthology of Faith Stories

出版日期：2020年9月8日 圣母诞辰

出版社：守礼社

总编辑：黄素玫

绘图：李九龄（版权所有）

文章及绘图版权所有，翻印必究。

除书评、评论时所引述的简短段落之外，未获出版社及作者书面同意之前，
本书不得以电子、手抄、复印、翻拍等各种形式翻印、储存、重现及传送。

Date of Publication: 8 September 2020, The Nativity of the Blessed Virgin Mary

Publisher: Carlo Catholic Services Ltd
225B Queen Street, Singapore 188552

Chief Editor: Julia Wong Soo Mei

Illustrations © Lee Kowling 2020

All legal rights to this publication are reserved by the respective authors and illustrator.

ISBN: 978-981-14-7269-5

目录

前言	-----	VIII
序言	-----	XVII
1 听话的小黄莺 唐风兰	-----	3
2 播种者 张宝莲	-----	13
3 我究竟是谁 傅慧甯	-----	23
4 耳边的气息 冯慧怡	-----	35
5 一步又一步 王凌	-----	49
6 一点星星之火 周林懿、柯雅典	-----	59
7 青春的印记 傅慧甯	-----	71
8 使徒仨 张春、黄佩诗、曾碧美	-----	79
9 与众不同 陈怀恩	-----	91
10 另类 王如裕	-----	101
11 惜福传福 李玲玲	-----	113
12 因祸得福 何玥瑱	-----	121
13 信德的表率 李淑娟	-----	127
14 天主的护翼 林素媛	-----	135

15	与癌同行 黄玫瑰	-----	143
16	为末期病患祈祷 黎重仪	-----	155
17	富贵命 黄素玫	-----	169
18	暂别 黄素华	-----	179
19	看见耶稣 陈蕴梅	-----	189
20	手上的一枝玫瑰花 李淑娟	-----	197
21	走过阴森的幽谷 何桂珍	-----	203
22	轻微细弱的召唤 林秀蔭	-----	225
23	牵引 潘嘉丽	-----	233
24	白白得来 吴月芬	-----	245
25	在泰泽祈祷中相遇 曾凤叶	-----	253
26	那段疾风烈火的日子 卓蒂娜	-----	261
27	耶稣伴我行 陈蕴梅	-----	273
28	跟随祢 陈卿卿	-----	283
29	暗中的门徒 陈婷婷	-----	291

30	黑夜里的那一颗星 晓贞	-----	301
31	与主漫步于旷野之中 梁慧思	-----	309
32	好戏在后头 杨湄芳	-----	317
33	待命 罗淑薇	-----	331
34	路上的光 何若锦	-----	341
35	乖乖女叛逆记 黄玫瑰	-----	359
36	是谁选谁 纪慧琳	-----	373
37	新妈咪信仰手札 邹文诗	-----	381
38	细数主恩宠 岑秀琼	-----	393
39	信仰速成班 郭豫斌	-----	407
40	写给宝贝的信 何桂珍	-----	421
	编后感	-----	445

前言

黄素玫

耶稣在升天之前，对门徒们说：

“天上地下的一切权柄都交给了我，
所以你们要去使万民成为门徒，
因父及子及圣神之名给他们授洗，
教训他们遵守我所吩咐你们的一切。

看！我同你们天天在一起，直到今世的终结。”

(玛窦福音28:18-20)

主耶稣的话语，在两千年后的今天，我们许多人都听到，也愿意遵照祂的命令。因为只要认识与信靠主耶稣，即使生活充满挑战及未知数，我们的心依然能充满喜乐，相信有许多主内的姐妹弟兄也渴望其他人也能拥有这份喜乐。近几年，听到教宗方济各和吴诚才总主教一再呼吁我们广传福音，我苦苦思索却不得其法，只能默存于心。

今年初(2020年1月)，我参加教会开办的《宗徒大事录》圣经课程，重燃我传福音的心火，也下决心要效法宗徒们不畏艰难的勇气，与此同

时，朋友刚好送我一本汇集教友及神父信仰故事的文集《真福的喜乐》，在阅读的过程中，我的心有所触动：一个见证故事倘若印在5千本书里，让5千个人读了，就是作了5千次的见证，更何况一本书的读者很可能不只一人。只要能汇集许多教友与主相遇的故事，整理成信仰见证集，有福传热忱的教友，就能通过赠送这本见证集给许许多多身边的非教友，让他们有机缘认识主耶稣，并且用社交媒体加以推广，那也不失为通过集体的力量，广传福音。

我深信倘若我们愿意献上“五饼二鱼”，主耶稣必定会祝福我们的奉献，并借它喂饱众多的人。但是，要上哪里去找“五饼二鱼”呢？我最先想到的作者群就是母校圣尼各拉女校的天主教校友。这些年来，在教会活动中，我认识了许多离开母校后才领洗入教的学姐学妹。于是，我马上与她们分享自己的想法，同时邀请她们写稿。感谢天主！大家的反应既热烈且积极，并承诺在一个月内交上自己的信仰见证文章。此外，为了达到广传福音的目的，大家也同意每篇故事都应该有中文及英文版。感谢圣神的引领，通过一名学妹的介绍，我们结果找到一组校友承担翻译的工作。乘着大家热心福传的可贵精神，以及蒙受天主满满的恩宠，《一件礼物》——中英双语信仰见证集就这样诞生了。

40这个数字在圣经里出现许多次，涵盖多层意义，因此，见证集的目标是汇集40篇文章，翻译后就是80篇文章，考量了制作成本及文集的厚度，40篇故事应该是合理的限度。然而，在收集见证故事的过程中，还有许多姐妹陆续联系上我，并愿意分享天主在她们生命中赐予的祝福，然而，我只好无奈地忍痛舍割。这也印证了圣若望所说的：“耶稣所行的还有许多别的事；假使要一一写出来，我想所要写的书，连这世界也容不下。”（若望福音21:25）若望福音此语说明了耶稣的事

迹丰厚无穷，主恩无边，绝不能全被任何书本盛载的。

在陆续收到的信仰故事中，编辑组犹如在拼凑天主给非教友的一幅信仰拼图，因为涉及的内容是对天主教有兴趣的朋友十分重要的，每读一篇交上来的故事，我们都能感受到是天主亲手在拼凑这幅信仰拼图，见证集的内容包括：耶稣是两千年前的义人还是真神？我究竟是谁？天主俯听末期病患的祈祷吗？人死之后往哪里去？我可以信耶稣而不进教吗？父母是非教友，入教后如何尽孝道？让我们十分震撼的是耶稣赐予一名小学生信德，并透过她带领一家人领洗入教。40篇真实感人的故事与领悟，篇篇独特精彩，但都盛载着同一的救恩喜讯。

我们希望其他主内的弟兄姐妹在读了这本信仰见证集后，也会乐意把天主在他们生命中彰显的真美善，用文字抒写下来，编制成一本又一本的文集，让它成为新加坡天主教徒传福音的一道闪亮的风景线。



序言

萧永伦神父

新加坡天主教华文教务委员会总神师

最近阅读若望福音，读到第十四章，其中最有感触的句子是第六节耶稣所宣称的：“我是道路、真理和生命”。身为基督徒，耶稣是带领我们走向天父的道路。我们不必多问怎么走，因为祂陪伴我们同行。耶稣不仅在言语上解释通往天父的途径，而是亲自带领我们走人生的旅程。

耶稣是真理。我们领会、接纳和信赖祂的话，并付诸于行动，就停留在祂内。对我们而言，信仰的虔诚不在于维护精确的教义及详细阐述神学，而在于接纳并效法耶稣。

耶稣是生命。藉着与耶稣同行并信从祂，我们与祂建立亲密的关系，就能体验天主的临在和祂的生命，包括祂的仁爱，怜悯，良善，美德，慈悲，公正，平安与喜乐。这就是永恒的生命。

阅读和反省这段圣言的时候，恰好收到邀请，为一本即将出版的《一件礼物》——中英双语信仰见证集写序言。这本书收集了多位圣尼

各拉女校历届校友写的信仰分享文章。我觉得上述耶稣的话恰好能够反映在新书的内容中。

作为圣婴修女会属下的一所教会学校，圣尼各拉女校一向注重道德价值观的灌输。创校初期，修女无私的付出与服务，不但表现在教育上，也实现在孤儿的照顾上。我相信是修女们的精神启发了诸多老师和莘莘学子。

作者们的文章是信仰的见证，有些是从小领洗的姐妹，她们描述了天主如何引领她们，与天主建立更密切的关系，活出耶稣的福音。有些作者则是在学校认识耶稣，她们回述如何受主感召，并在天主的时间信主领洗。

感恩有这些基督的门徒对主的忠诚。她们愿意分享自己的信仰经验，为基督做见证。希望她们的分享启发其他基督徒也热烈地分享他们在主内的生命，也引发非基督徒对福音的好奇与探索，而寻得丰盛的生命。



“哦，玛利亚，妳是女人，又是母亲，
妳在妳胎中缔结了天主圣言，妳用自己的生命述说天主伟大的工程。

请妳聆听我们的故事，将之保存在妳的心中，
并将那些没有人要听的故事，一一转化成妳的故事。
请教导我们认出那条引领人类历史前进的美善主线。

请垂视那些使我们的记忆停滞不前的许多纠结：

经过妳温柔的手，每一个结，都能被解开。
充满圣神的妇女、我们信赖的母亲，请启发我们，
请帮助我们建立和平的故事、未来的故事，
并给我们指出共同实践的途径。”

教宗方济各

第 54 届世界传播日文告摘录

2020年5月24日



一件礼物

A Blessed
Gift

中英双语
信仰见证集



A Bilingual Anthology of Faith Stories



听话的小黄莺

1977年中四毕业

唐凤兰

在那久远的年代，在那艳阳高照的中午，在那牵牛花吹起喇叭的校园——维多利亚街圣尼各拉女校的校园，九岁的我独自一人在课室外的走廊，因为私人校车司机每天都特别早把我送到学校，同学们都还没抵达校门。我低头看着红色的地砖，灵机一动，决定一个人玩跳格子，不一会儿，又把自己当小仙女，在走廊翩翩起舞。忽然……

“凤兰，别在课室外玩啦！进来一起听要理吧！”那是校长李芳济修女那把洪亮的嗓音。李修女正在给小学生上要理课，或许是我在课室外干扰了她，她把我给叫进课室。虽然许多人都害怕李修女，可是我从一年级开始，一见到她就会跑上前抱着她，所以她才会知道我的名字。坐在课室里，我静静地，满心好奇地聆听着，李修女的讲述把我一步步地带到天主的国度去。当时，我并不知道李修女所说的道理都是“圣言”。

“孩子们，你们身边都有一位天使，时时刻刻守护着你们。因此，你们不论遇到什么困难都不要害怕，只要诚心诚意地祈祷，祂一定帮忙你们并为你们解决。你们只管‘信’。别忘了常常要念经，一遍天主经，一遍

圣母经和三遍光荣经噢！”整节课，我是懵懵懂懂地度过的，脑海里只记得她说的这段话，而李修女这段教导也伴随了我40多年。

我不是一名“摇篮教友”，然而那天中午，我开始认识天主，也奠定了我和天主之间的关系。因李修女的教导，年幼的我也懂得经常祈祷了。

记得，一天傍晚，我放学回到甘榜峇鲁的住家。我登上二楼，只见客厅里有一只漂亮的小黄莺被关在鸟笼内，小黄莺不停地跳跃，不停地歌唱。我好奇地走上前，正打算和它“沟通”嬉戏，哥哥却对我大声喝道：“妳别碰它！也别伸手进笼里把它拿出来玩，那是我同学的，他借我玩几天，我要还给他的！如果妳不小心让它飞走了，我一定会揍妳！”“哼！不碰就不碰，怎么那么霸气！”我心想。

第二天早上，母亲上巴刹买菜，家里人也都出门了，唯独我一个人在家。正闷得发慌时，突然听见小黄莺唱起歌来。咦！哪来的鸟叫声？啊！我想起来了，那是哥哥昨天带回来的小黄莺，当时他还警告我不可以碰它。现在，他不在家，太好了！我可有东西玩了。

刹那间，我被兴奋冲昏了头，早就把哥哥“凶煞、严峻”的警告抛到九霄云外。我打开笼门，小心翼翼地把鸟儿捧在手里，正想轻轻地抚摸把玩它时，它竟然用力挣扎，还挣脱了我稚嫩的小手，飞出客厅的露台，我惊讶地大喊：“妈妈呀！鸟儿飞走了啊！”只见它飞到屋前的小山坡上停歇下来，由于它一身黄色的羽毛，在翠绿的矮树丛里特别显眼。

小黄莺飞走了，我怎么办呢？我马上想起天主，李修女曾经说过，只要我向天主祈祷，祂一定会帮我解决困难。于是，我二话不说就跪了

下来，仰望天空，开始祈求天主宽恕，向天主呼救。我以小孩子纯朴的心灵，以简单幼稚的祷词，忏悔自己一时贪玩而闯大祸。我再有板有眼，虔诚地念了天主经和圣母经各一遍再加上三遍光荣经。过后，小黄莺忽然从山坡飞越四层楼高的组屋屋顶，于是，我匆匆跑到厨房露台。奇怪啦！它居然站在我邻居家晾晒衣服的竹竿上。

这次，我不假思索地再跪在地上，十指双扣，抬起头来，大声呼叫：“感谢上主！”仁慈的天主竟然俯听我这个九岁小孩的祷告，知道我担心害怕，因而怜悯我，以祂的大能大德让这只小黄莺从对面山坡飞了过来。我再次祈求天主让它能飞回来我家的露台，然后便喋喋不休地向小黄莺说：“快……快……快飞回来哟……飞回这里来哟……”

似乎是天主让小黄莺听懂我的呼唤，它看了看我，就从邻居二楼的晾晒衣服的竹竿飞到楼下。虽然，它没有直接飞回来我家，我有一点点失望，但是，我觉得它已经是非常合作，而且也越来越靠近我。我兴奋地对小黄莺说：“你就呆在那里，别飞走哦！我现在就下来带你回家呀！”

我冲下楼，直接跑到屋后的草场去。远远地就看见那只可爱的小黄莺，竟然还“默默”地在那里等我！我慢慢地，轻轻地走向着它，并温柔地说：“你别害怕，来我这里吧……”果然，它很听话地让我捧在手里。我急匆匆地捧着它回家，它还乖乖地让我把它放进鸟笼里。

这段人生中令我“惊心动魄”的小插曲，的确给了我这一生很大的震荡。这件事让我肯定冥冥中的确有一位真神——我仁慈全能的天主。

当天中午，我到了学校便直接走进修道院的小教堂，非常诚心地感

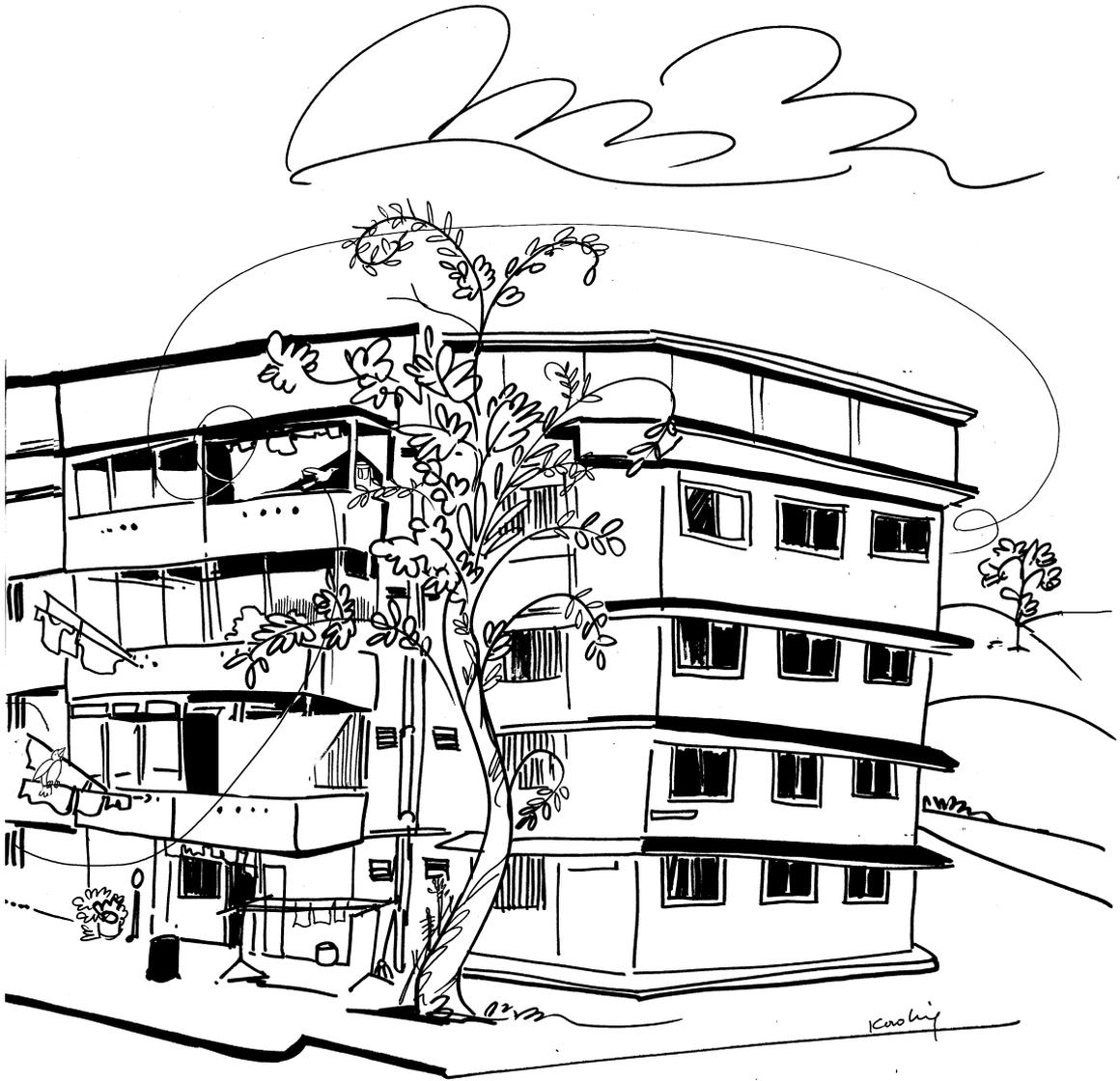
谢天主，小小心灵也从那时开始，懂得用自己的方式，全心、全意、全灵地爱天主，仰赖天主。

在过去40多年，人生的许多起起落落，或忧伤或孤独，我都会走进任何一间天主堂，静静地坐在一旁，抬头仰望那被钉在十字架上的耶稣苦像，把我内心的疑惑与不解向祂倾诉，恳求天主赐给我力量与智慧，帮助我面对挑战。就算是遇到伤痛与委屈，我都不会怨天尤人，因为我相信天主一直在我身边，指引我、帮助我、考验我，让我在种种人生波折中成长。

2012年，我母亲去世，我不再需要周六回娘家。一天傍晚，我经过圣母圣诞堂，看见篱笆外挂着一幅布条，上面写着“来看看吧！”当下我知道天主再次召叫我，于是，我打电话给慕道班的负责人。一年后，我接受了圣洗圣事，正式成为祂的义女。当年的本堂萧永伦神父说，制作大幅布条的费用不菲，虽然我是唯一看到布条而参加慕道班的非教友，但是，花这笔钱非常值得。成为天主教徒后，我才发现教会里有很多宝藏，我认识圣母及其他圣人，学会其他的祈祷方式，也认识了许许多多主内的兄弟姐妹，生命活得更丰盛。

而今，我活跃于圣母圣诞堂华文团体活动，也经常在新加坡总教区举办的避静及其他活动中，遇见好些圣尼各拉女校的同学及学姐学妹，才发现有一些跟我一样，是离开母校多年后才领洗的。我感谢天主让我在教会学校求学，并种下信仰的种子。

其实，当年不是小黄莺听我的话，而是天主在俯听我的祈祷。



播种者

1984年中四毕业

张宝莲

记得很久以前，我在圣尼各拉女校求学时，有一位老师 Miss Fong 召集我们一小组天主教学生，成立“播种者”信仰小组，当时我才念中学二年级。老师以提问的方式让我们思考自己的信仰到底是什么。我想就是在这个小组活动，天主激发我踏上深入探讨自己信仰的旅程。

当我就读于新加坡国立大学时，渴望认识天主的这个心愿，让我很乐意参加“主业会”举办的信仰课程和避静。“主业会”是由圣施礼华于1928年在西班牙创办的修会，而“主业会”在新加坡的女子中心就在大学附近，而我那时住在大学内的宿舍，即使课业忙碌，我也能轻松地抽出时间去参加。

1990年，我与其他四名来自新加坡的大学生，到罗马参加“主业会”为就读大学的会员举办的研讨会。当时参加者是来自世界各地的数千名大学生，是一个盛大而隆重的聚会。一天，当我们参观梵蒂冈的西斯廷小教堂时，巧逢教宗若望保禄二世正在降福群众。教宗若望保禄二世于2014年4月27日，被教宗方济各册封为圣人，同时封圣的还有教宗若望二

十三世。我是何等有福呀！竟然蒙受了圣人亲自给我的祝福！

不久后，我结婚了，也开始了职场生涯。我竟然一头栽进世俗生活的诱惑中，一心只想升官发财，与此同时，照顾四个年幼的孩子也让我精疲力竭。于是，主日去参与弥撒遂成为履行教友的义务，仅视为当守的诫命。这种机械性的生活持续了十多年。一天，我的父亲被诊断患有罕见且具侵略性的癌症。

父亲的死对我像是永别，是绝对无法改变的事实。

然而，父亲的离世也让我一步一步地走向天主，重回主怀抱。大约在父亲去世后的一、两年，我在四旬期忏悔礼办告解时，顺便向听告解的神父提到我觉得父亲的死是绝对的永别。神父开导我时，说了一句令我感到惊愕的话：“你是否知道有这种想法是犯了大罪？”神父解释说，因为我们每次宣誓信经时都宣发：“我信肉身的复活，我信永恒的生命。”他接着说道：“你应该试着向父亲祈祷。”神父的这番话让我愣住了，但我也回到求学时以提问的方式思考：这到底意味着什么呢？难道先父的灵魂还活着吗？向他祈祷？这不就是在祭拜祖先吗？但我还是尝试了和先父进行心灵上的交谈，不过，却没有得到任何回音。尽管如此，我仍然牢记着神父的那一番话，将它默存于心，反复思考。

与此同时，天主一直温和地引领着我归向祂。在一个偶然的时机，我的四哥请我帮他在儿童要理班点名。我一口就答应了，因为我认为点名是易如反掌的事。然而，实际上却是一场噩梦！学生们上课时到处乱跑，互相打扰，毫不专心，搞得四哥无法授课。我不能置身事外，只得伸出援手，也自动负责教要理。就这样，我每周都得腾出时间准备周末

教要理课的资料。也就是这样，从原本答应只教一年，结果一晃就是5年、10年、15年。天主在我就读中学时所播下的信仰种子，在这段教授要理课的漫漫岁月里，在不知不觉中继续萌芽、成长了。

在我担任要理老师大约十年后的某一天，四哥热诚地邀请我参加“皈依体验避静”，他已接受我们一名侄女的邀请参加过了，他还说这个避静由吴诚才总主教亲自主持。从四哥的言谈神态，我看得出他确实是在避静中被天主的爱深深触动，但我还是婉拒了，并且告诉自己这是给圣洁的人参加的，而我不是！可是，在他不停碎碎念的一年之后，有一天，我竟然莫名其妙地点头答应了，并和大约120个陌生人，在5天4晚齐聚一堂参加避静。那的确是充满祝福的5天呀！从避静的第一分钟开始，到最后一刻，我的心灵无时无刻都被深深地触动。在避静的其中一个环节，我竟回到了一个早已被我遗忘的幼年噩梦中——当年，我在樟宜海边游泳，差点溺毙，幸亏父亲及时出现把我救起，才保住我的性命。我也意识到先父生前为我所作出的种种重大决定，都是因为他爱我。避静结束时，我充满喜乐，满心欢喜，有点轻飘飘的感觉。

皈依体验避静结束后，过了一周，我忽然有所顿悟；我意识到耶稣是活着的！我感受到当门徒见到复活的耶稣显现给他们时的那种心情。一直以来，我所持的信念是耶稣是两千年前去世的义人，是个好典范。没料到，祂真的复活了，并临在于我们天主教会中。我怎么知道呢？因为我在吴总主教的身上看到了耶稣。吴总主教在避静中可以连续数小时，滔滔不绝地给我们讲道，间中还穿插了逗得我们哄堂大笑的话语——那等同于耶稣用比喻给门徒宣讲福音。以往圣经仅是白纸黑字，但是，当主教在讲解圣经金句的时候，我的心是火热的。（参照路加福音24:32）那5天避静中所显示的许多奇迹和治愈，让我体验到耶稣医治病人

以及驱逐恶魔的过程。此外，我也感受到皈依体验避静事奉团队的无私付出，不仅是那5天，还包括早在避静之前的好几个月的筹备过程及祈祷。避静中我们可以享用到家常饭菜，盘中餍饱含了许多人的爱心。大家在明供耶稣至圣圣体前，无比虔诚地朝拜，让我们体验到主耶稣的临在。从参加者、事奉团队及先父的亲临，我明白了什么是在世上与天上的诸圣相通，我也明白了什么是相信唯一的天主，吃同一个主的饼，喝同一个主的杯。

自从5年前参加了那一届皈依体验避静以后，我的生命起了很大的改变。我与耶稣的关系变得更加亲密，不仅加深了我对天主教真理知识层面的认知，我也更明确知道自己为何信奉天主教。“天主的话确实是生活的，是有效力的”（希伯来书4:12），圣言也成了我每日生活的指引。在圣方济各沙勿略堂区，我参加了信仰团体SaLT（“主餐桌上的仆人”的英文缩写），我们30个团员每周聚会一次，共同分享圣言，也分享耶稣如何亲临于我们内。丰沃的天主教信仰给予我源源不绝的惊喜，这股力量也推动我继续担任要理老师。自从我与主相遇，我便加入福传事工的团队，让我的生命变得更充实，更圆满。正如《出谷纪》里写道“你将看见我的背后，但我的面容，却无法看见。”（出谷纪33:23）回首过往，我深深体会到天主时时刻刻都生活在我的生命当中，不论是在人生的高峰或低谷，总是在祂的掌控之中，祂自会照料，因为“天主使一切协助那些爱祂的人，就是那些按祂的旨意蒙召的人，获得益处。”（罗马书8:28）

我也意识到：先父肯定一直全心、全意地为我们一家人祈祷，因为我亲眼见证了他的孩子们都在信仰上的皈依及成长。天主——信仰的播种者——把一颗信仰的种子播在我心中，那时我还是圣尼各拉女校的学

生。那颗种子在我心里萌芽，让我渴望追求真理，寻求天主，也为我开启了领受圆满生命的大门。正如天主藉着先知的口发言：“譬如雨和雪从天降下，不再返回原处，只有灌溉田地，使之生长萌芽，偿还播种者种子，供给吃饭者食粮；同样，从我口中发出的言语，不能空空地回到我这里来；反之，它实行我的旨意，完成我派遣它的使命。”（依撒意亚书55:10-11）



我究竟是谁

1984年中四毕业

傅慧甯

我是谁？

矮子、外星人、巫婆、酿豆腐。看得出它们之间有什么关系吗？打从五年级进入圣尼各拉女校求学到中四毕业，这些都是同学们为我取的外号，在那充满欢歌笑语的六年里，它们也一直伴随着我。同学们叫我“矮子”，因为我到了15岁才开始发育，之前那几年，我总是被安排坐在教室里的前座。我颈项长，又喜欢在同学们的笔记本上画外星人，所以同学叫我“外星人”。在某次的周会表演，我饰演巫婆，所以我是同学们口中的“巫婆”，只因为我姓“傅”，同学们也叫我“酿豆腐”。幸亏我长高了，同时也甩开了这一连串外号。后来，我成为一名教师（可想而知，学生们也会在我背后取许多外号！）。外号都是青春的印记，不会让我对自己的身份感到混淆。

然而，婚后不久，我升为人母，我的身份竟然是“那个生了很多孩子的母亲”（拜托，才四个！）而且，我发现如果孩子不在我身边，堂区的教友竟然认不出我！

十年前，我是一名年龄已不小的全职妈妈，4个孩子都还小，老大才12岁，照顾他们让我经常感到精疲力竭。就在某个主日弥撒过后，我的目光落在教会报刊的一篇报道，那一瞬间开启了我生命的新篇章。

那是一篇有关朝拜圣体的介绍会的邀请报道，将由神父 Fr Antoine Thomas 率领。他也是“儿童希望之光”的创办神师，经常带领儿童（有家长陪伴）及青少年以这个方式祈祷。虽然我每周参加弥撒，却没经常参与朝拜圣体的祈祷（即耶稣圣体存放在一个形状如光环的金属容器里，让人们能与耶稣圣体对望，以较长的时间跪着或坐着，静默祈祷。）我不热衷于某种祈祷方式，但不知何故，我被“儿童”这个词所深深吸引，在脑海中挥之不去，而周六上午的时间，刚好是我百忙中的喘息时间……

还记得那个星期六，我去了汤申路的圣神堂，没带着孩子，感觉一身轻！我对主说，我只是来看一看。我坐到最后一排，观察后发现，这种方式看起来还挺不错！这次朝拜圣体的经验愉快，有祈祷和俯伏朝拜，诵读福音和反思、诵唸玫瑰经，此外，神父 Fr Antoine 也弹着吉他伴奏，带领大家咏唱多首圣歌，令我心里感到既平静又激动。活动结束后，我跟其他对这个祈祷方式感兴趣的参加者一样，把联系号码给了主办单位——新加坡培圣会 (Serra Club)。

几周后，我出席了神父 Fr Erbin Fernandez 召开的会议。会议开始时，他邀请大家在耶稣至圣圣体前做一个短暂的默祷。我和一群不认识的主内弟兄姐妹一起跪着祈祷，那一刻，我的眼泪无法控制地一颗颗落下。内心不是感伤，而是充满一股莫名的安慰。主是否已察觉我的心思？我的内心是多么渴望能找到可以让全家人一起做的事，让我们的信德能一起成长。会议结束后，大家聚在一起聊天。那时，我才发现其他人都是

在堂区负责教儿童要理的家长，我是唯一没在教会事奉的家长！这让我感到有些难为情，与此同时，我也感觉到是天主在邀请我踏出舒适圈，尝试去做一些未曾做过的新鲜事。会议结束前，神父 Fr Erbin 嘱咐我们：回到各自的堂区，并且“由小做起”。

唤起回忆——1990年邂逅圣德肋撒姆姆

我是圣伯纳德堂的教友，带着神父的嘱咐，我决定联络那些同个堂区并出席介绍会的教友，其中一位名叫若望，他是一位年轻父亲，育有两个年幼的孩子。当我知道我们有相同的意愿时，我便建议我俩到圣体室祈祷，寻求天主的旨意。

在默想祈祷中，我回想起一个毕生难忘的日子。1990年我在仁爱修女会位于罗马的初学院小圣堂，邂逅加尔各答的德肋撒姆姆！在至圣圣体前，天主的临在使她整个人专注地跪在主台前，她祈祷的面容和姿势给我留下了非常深刻的印象。记得当时我心想：哇！有什么是她所知道而我却不知道的呢？这件往事突然在我默祷时浮现，当下我知道即使耶稣没有亲自回应我们，圣德肋撒姆姆明确地叫我们去开始儿童朝拜圣体的祈祷！

在当时的本堂张瑞龙神父支持下，我和若望召集了几个有年幼孩童的家庭，并与年轻的黄飞翔修士一起推展（他现已晋铎成为神父了）。我们终于在2010年6月23日，在圣伯纳德堂的圣体室举行了第一次的“儿童朝拜圣体”，目的是让孩子们在耶稣至圣圣体前，体验与祂相处的时光。

大人变成小孩

为什么耶稣要儿童前来朝拜圣体呢？就在我反复思量的时候，我有所顿悟：儿童朝拜圣体，不单是为了儿童，也是为了我们这些家长，因为我们也是天主的子女。耶稣要我们再次像个小孩子一样，怀着未泯的童心，完全开放的心、完全信赖的心，回到祂身边。

马尔谷福音记载，当耶稣看到门徒们正在责备小孩（太吵闹？顽皮？活蹦乱跳？），便告诉门徒说：“让小孩子到我跟前来，不要阻止他们！因为天主的国正属于这样的人。”（马尔谷福音10:13-14）接着，“耶稣遂抱起他们来，给他们覆手，祝福了他们。”（马尔谷福音10:16）主耶稣多么希望能拥抱我们，我们是祂所钟爱的小孩子，祂是何等疼惜我们。只要我们腾出时间与祂在一起，祂会处理好我们生命中一切的一切。

通过与堂区孩子们一起朝拜圣体，我发现自己的信仰也焕然一新。此外，我们这几个家庭在定期朝拜圣体后，信德逐渐成长，与此同时，天主也邀请我们在堂区的其他组织服务。

慷慨的礼物

朝拜圣体需要用到一些祈祷赞美诗与圣歌，这些歌曲都在神父Fr Antoine Thomas 制作的音乐光碟里。在第一次朝拜圣体前，我为尘封已久的宝贝旧吉他重新换上新弦，认真练习，让许久没弹琴的手指再次动起来。我打从心里明白了一点：天主只要用我已经具备的才能，不会要求更多。

天主不断地助佑我所做出的小小努力。在2011年的一次避静，祂给

了我一份礼物：让我拥有创作歌曲的能力。避静结束后，我带回一些简单的发自内心的自创歌曲，与祈祷团体分享。我对祂的慷慨恩赐感到无比惊讶，因为我不曾祈求获得这份恩典，但是天主却白白赏赐给我。

从此以后，我的生活充满新意，因为脑海中不断涌现出新的赞美之歌，我要为祂谱写，我要歌颂赞美天主！但天主给我最大的恩赐是：我心里知道耶稣是真实的，祂也非常渴望与我们共度时光，因为我们是天主所钟爱的儿女。我相信自己心中曾经怀疑过主耶稣是否是真神真天主，但是一个特殊的经历，让我打从那天起，不再怀疑，直至永远！事情是这样的……

难忘的夜晚

2010年，我跟一群人到马来西亚参加“哑巴”避静（即过程中不与任何人说话）。在最后一晚，我们几个人不约而同到避静中心的圣体室里祈祷。突然我听到一声叹息，只见其中一人优雅地全身躺下，脸朝下趴在地板上祈祷。我也匍匐在地继续祈祷，这时，我突然感觉到一股属灵的力量覆盖我的全身，与此同时，我听到一个声音告诉我：靠自己的能力，你将一事无成，你生命中拥有的一切，都是我的恩典。哇！在那一刹那，我明白了为什么当耶稣在山上显圣容时，宗徒伯多禄多么想留在山上（参照玛窦福音17:1-8）。我真想让这一刻化为永恒，因为那是多么独特而珍贵的经历。但这种感觉来也匆匆，去也匆匆，刹那间就消失无影了，留下的只是我簌簌而下的喜悦及感恩之泪。那是我有生以来与耶稣最美妙的相遇。

隔天早上，我们共乘一辆德士回到市区，准备搭上返回新加坡的长途巴士。在德士里，听到其中一位的分享：当天晚上，我们在圣体室里，

耶稣也亲临于她，叫她抬头看看祂正召叫一位避静者成为神职人员。刚开始她不理睬那把声音，只想继续静静地祈祷，可是，那把声音一直在一旁“哄劝”，于是，她抬起头，就看到我们几个人在祈祷，却不晓得是哪一位。多年以后，当年的一位避静者成为一名虔诚的修女，一切才真相大白！感谢主！赞美主！

我在这里分享这个事迹，因为它给我带来无比的喜悦。当我回想起当晚我们在耶稣圣体面前默祷时，祂忙着临在我们当中——祂鼓励我，肯定我；祂也邀请一位单身女生成为修女，并喜乐地告诉我那已婚朋友，祂召叫了某一个人。我可以想象当天晚上，耶稣是如何在圣体室内，满脸笑容地踏着轻快的舞步，穿梭在我们当中！

重拾身份

这就是为什么我相信耶稣是真实的，祂就在我们的生活当中，并且努力让所有人都亲近祂。祂太爱我们了，所以祂真真切切想赐予我们最好的。每当我灰心丧气的时候，我会提醒自己那一次与主相遇的经历，过后，我就会精神抖擞，再次充满希望。赞美主，祂对我们的爱是何等丰盛满盈！现在，我知道自己不但只是“那个生了很多孩子的母亲”，我最重要的身份是——天主所钟爱与珍惜的宝贝女儿。



耳边的气息

2007年中四毕业

冯慧怡

每当有人问我，我生命中哪一段日子最快乐，我都会满心欢喜，毫不犹豫地，说，“当我在圣尼各拉女校上学的时候！！！”

我出生于一个幸福的家庭，我是唯一的女孩，夹在一个哥哥和一个弟弟中间。我从小就只有一个遗憾：打从有记忆开始，我就渴望有个姐姐或妹妹，一个可以和我聊女儿家心里话的姐妹，可以和我分享衣物，真正懂我的姐妹。我相信姐妹对我的了解会远远超出哥哥和弟弟。

在我到了小学入学年龄时，父母心仪的是口碑载道的热门学校——圣尼各拉女校。他们费尽很大的功夫，才成功让我报进去。现在回想起来，那真的是天主的恩赐。当时我想到每天在学校里可以和一大群女生一起，忽然间有了那么多的“姐妹”，不由得心花怒放，雀跃万分。圣尼各拉女校的生活是多姿多彩的，我很快就融入了新的学习环境，把学校当成自己的家。年纪小小就下定决心，升上中学时，还要留在母校。

还记得一年级的時候，除了能和很多女生在一起读书游戏让我开心之外，我也很期待每周一次，跟几位天主教同学一起参加弥撒。每个周一早上，神父 Fr Simon Pereira 都到学校的小教堂主祭弥撒。当时，我不明白弥撒是怎么一回事，更别说了解弥撒的真正意义了。在我六岁的小脑袋里只晓得那是祷告的时间，是每周和朋友一起参与活动的时间，而我要成为这项活动的一份子，所以必定准时出席。

其实，我不是天主教徒，我生长在一个没有宗教信仰的家庭里。爸爸偶尔会带我们去佛庙，但他也不算是个虔诚的佛教徒，或许他是因为我的祖父母是佛教徒，所以就延续上一代留下的传统。对我来说，参加弥撒是新鲜有趣的体验，而且参加弥撒让我深深感受到喜乐与平安。那时，我还没意识到，天主已经在我那幼小的心灵里种下了一颗无比珍贵的种子了。

记得有一回，平日和我一起参加弥撒的同学都不去了。我可以选择和她们在一起玩，或者选择自己一个人去小教堂。我是一个非常讨厌独处的小女孩，超爱有小朋友和我作伴。那一次是令我难以忘怀的考验，去或不去？我十分矛盾。可是，最后我做了一个对我来说极不寻常的决定——我独自去参加弥撒。

我依稀记得在二、三年级的时候，同学开始在弥撒中排队领圣体，懵懵懂懂的我也跟着排队。我从远处注意别人是如何领圣体的：把双手叠在一起，手心朝上，在送圣体员说：“基督圣体”时，回答：“阿们”。天真无邪的我认为自己既然是这个团体的一份子，就每次都“敢敢”地上前领圣体，请主耶稣住在我心里。不知过了多久，我才明白只有已领洗，并且领受初领圣体圣事的天主教徒才能领圣体。我一方面觉得既内疚又

尴尬，但另一方面在内心深处却感谢天主，让一个非教徒的小孩，以一颗纯洁的心、一颗充满信德的心去领受耶稣，而一直没被在场的师长“识破”。“耶稣喜爱小孩”，确实如此！在我身上，不就验证了这句话吗？

有一天，我告诉父母，我想开始认识天主教，父母也很开明，不久，便安排我们兄妹三人一起到汤申路的圣神堂上要理课，并在2003年11月9日领洗。一年后，我的父母也领洗了。耶稣不但喜爱我这小孩，祂也喜爱小孩的家人；耶稣不但喜爱世上小孩，耶稣也喜爱世上小孩的父母，也就是说耶稣喜爱世上所有的人。

妈妈常说，我在圣尼各拉女校的小教堂里与耶稣相遇，并引领了我们全家皈依天主教。其实，父母都曾就读于天主教学校。妈妈毕业于圣安东尼女校，爸爸是公教中学的校友。我们一家人都浸濡在天主教的校园，只需要被轻轻一推，就能踏出那一步，领受信德的恩宠。



多年后，我的信德受到极大的考验。2012年，21岁的我到澳洲大学求学，我周围的好友都是基督教徒，我也参与他们定期的圣经聚会，而且经常是唯一的天主教徒。当他们对天主教的信仰有所质疑时，我变得不知所措，主要是因为他们比我更熟悉圣经的内容。他们质问我有关教宗的权限、圣体的真实性，而我都无言以对。我从小到大都不需要为这些问题辩解，因为身边的人和我都是在同一阵线。那时，我才发现自己的无助，我根本没有装备好自己，来抵挡对天主教的攻击。我无法维护自己的信仰，我那纯真、坚定、童真般的信德开始动摇了。

为了寻求答案，我发短信给新加坡的神父 Fr Ambrose Vaz 求助，或自己埋头苦读圣经。有时我找到答案，有时我的脑袋更加混乱。我渐渐开始怀疑圣体的真实性，也许就如我的基督教徒朋友所说，我们领的圣体只是一种象征，而并非真实的基督圣体，因为它毕竟只是一块面饼。

到了2015年12月，我和弟弟还有几个朋友参加了澳洲天主教青年节。在青年节开始之前，我不停地祷告，祈求上主给一个信号，或者解除我的困惑，让我能重新相信耶稣真真实实地亲临于圣体内，我近乎绝望地祈盼一个启示，一个答案，甚至只给我一个小小的信息。

第一天的活动结束了，我的信仰根本没有突破。第二天，我参加了一个天主教作曲家的讲座。Steve Angrisano 在他的讲座上，分享他创作的心路历程，他如何寻找作曲灵感。那天，时间过得很慢，我只记得他一直重复他所创作的歌曲“Leading Us Home”（译：《引领我们回家》）中的一句歌词：“当我们游走时，其实你就在我们气息中”。他要我们把手心放到嘴边，然后对着手心呼吸。接着，他说：“你能感觉到你的气息吗？要记住，当我们游走到很远的地方时，天主依然如这气息一样靠近你。”当

晚，这句话一直在耳边萦绕，我的心久久不能平静下来。直到今天，每当我听到这句歌词时，我依然感到十分激动。

到了青年节的最后一天，也是庆祝弥撒的时候。一个偌大的礼堂里坐满了上千人。弥撒开始前，一位年长的修女上台温和地对大家说：“我要鼓励大家，当你手领圣体时，用一点时间对着圣体说：我爱祢，耶稣。”

我努力地把这句话记在心里，我的心根本听不进读经及神父的讲道。到了领圣体的时刻，我集中精神，提醒自己要说“我爱祢，耶稣”。我轻轻地把圣体放在手里，细细地体味耶稣给我的爱，那美好与甘甜的爱，然后静静地说出“我爱祢，耶稣”，才恭敬地把圣体放进嘴里，接着我回去坐位跪下祷告。我祈祷说：“耶稣，我不知道怎样祈祷，但我把这沉默交予你，请帮我克服我的无信。”我的祈祷就是如此简短，接着我便安静地与主相伴。

突然，我真切地感觉到有一丝强烈的气息吹进左耳，让我感到一阵惊悚。我以为那是我身边的朋友在逗我，提醒我坐起来，因为我已经跪着祈祷得太久了。

“干嘛呢？为什么在我耳朵边吹气？”我在胸前划了十字，转向朋友说。

她一脸茫然说：“什么？我什么也没做。”

我轻推她一下说：“到底什么事？别开玩笑。”

她神情严肃地再次否认，郑重地说她真没有吹气。我看着她，顿时，我哭了！我不能自己地埋头痛哭，任由眼泪扑簌扑簌地落下来。我心里彻底明白，那正是神圣的一刻，明白那就是天主的气息，知道祂解答了我的困惑。Steve Angrisano 分享过“天主如我们的气息一样靠近我们。”那番话再次从脑中闪过，我当下哭得稀里哗啦，哭得一塌糊涂。我的朋友急忙递给我纸巾擦眼泪。直到今天，那张纸巾依然保存在我小小的聚宝盒里，为纪念我在2015年流下的喜悦之泪，让它时刻提醒我，天主是真实的，祂永远存在。祂是多么地爱我们，即使我们信心动摇，即使我们离祂而去，祂也会永远、永远地陪伴在我们身边，守候在我们身边，如此地贴近我们，贴近我们的心，犹如呼吸的气息。

在若望福音里，耶稣升天后出现在祂的门徒面前，宗徒多默并没有在场。别的门徒向他说：“我们看见了主。”但他对他们说：“我除非看见他手上的钉孔，用我的指头，探入钉孔；用我的手，探入他的肋膀，我决不信。”八天以后，耶稣的门徒又在屋里，多默也和他们在一起。门户关着，耶稣来了，站在中间说：“愿你们平安！”然后对多默说：“把你的指头伸到这里来，看看我的手吧！并伸过你的手来，探入我的肋膀，不要作无信的人，但要作个有信德的人。”多默回答说：“我主！我天主！”（若望福音20:24-28）

我就像当初的宗徒圣多默，但我现在也跟他一样做出了改变，我不再怀疑，我已信服。我坚信耶稣就在至圣圣体内，祂是我的上主。我永远都处于“日趋完善”的状态中，但我的信德及望德告诉我：我是天主的创作，天主绝不会舍弃祂那尚待完成的“杰作”，祂一直陪伴我身边，守护着我。在我们的一生中，每个人都要背负自己的十字架，穿越高山和低谷，不过，天主慈爱的手正为我们托起沉重的十字架的另一端。我祈求

天主帮我时刻记住，经常抽出时间作一个简单的祷告，就说“我爱祢，耶稣”。我相信，永远相信即使我游走得很远，天主依然就如这气息一样靠近我！



一步又一步

1982年中四毕业

王凌

1974年 某一个星期一早上，在开往学校的校车上。

两个小二学生的对话。

“王凌，我昨天在教堂领圣体了！”

“什么是圣体？”

“就是耶稣的身体。”

“??”没听懂。

“我告诉你，我把耶稣的身体放在嘴里含着，不可以咬的。要不然，会有血流出来的！”

“血！！”吓死宝宝了！

1972年，学校新生报名日。

记得妈妈带我去位于维多利亚街的圣尼各拉女校报名时，我第一次见到圣母像，妈妈告诉我那是圣母玛利亚的塑像。我不知道圣母玛利亚是谁，只记得我一直不停的盯着塑像看，只觉得圣母面容和蔼安详。

在小二小三时，我学会了唸天主经，也明白了经文的意思，我才知道

有天主的存在。我的信仰就是从这里长出了幼苗。

每当校车经过圣堂，我看到天主教的同学都在胸前划十字，我也有样学样跟着划。下了校车，我也跟着同学走进小教堂，用手指沾了圣水，又再划十字。我当时并不完全明白“因父及子及圣神之名”的真正意思，只以为那是请天主保佑自己的方法。

中学毕业以后，进了初级学院，我就与天主教脱节了。虽然有困难时，我还是会唸天主经，祈望天主前来搭救我这个无事不登三宝殿，临时抱“天主”脚的半信徒。

我一直觉得我并不真正属于天主的，因为我没有领洗，不是正式的天主教徒，不是天主的义女。

1990年的某一天。在男朋友开着的小汽车里。

我和男友的一段对话：

“嘿，我要去参加慕道班，准备正式成为天主教徒。”

“我跟你去吧。”

“不用啦。”去上要理课还要带上个护花使者，不妥吧？

“我要去。”

“真的不用你陪。”这男生有点难缠。

“谁说我是来陪你？我自己也有兴趣成为教徒！”

原来，他是因为姑妈是天主教徒，所以也有进教的想法。

这个男生和我在圣方济沙勿略堂领洗后的第三天，在同一所教堂举行婚礼，领受了婚配圣事。

有人问我，是不是为了要有一个浪漫的教堂婚礼才受洗的？我当然也曾听说过有些人成为教徒的目的确实如此。但是我参加慕道班的催化剂却是因为当时工作上受到很大的挫折，日子过得一片灰暗。在小叔小婶鼓励之下，毅然打开心灵的牢笼，欣然地跨出接近天主的第一步。

那时，我想，我既然要和这名男生结婚，那当然是要在祭台前领受婚配圣事，两人在天主面前许下婚姻的誓言，因为当时我相信有天主祝福的婚姻才是神圣的、坚固的，然而，只有真正的教徒才有资格领受婚配圣事，这样，婚礼日期是理所当然要定在领洗之后的。

记得，领洗后，我便随即领受圣体圣事。当时，我满心激动，热泪盈眶。然而，迎接主耶稣进入我心后，随即而来的是一种无以形容的平安喜乐，那种感受骤然化着一股暖流川流在体内，而绝对不是多年前那名小二同学所说的：鲜血从圣体流出来那样地令人惊悚！

接下来的十多年……

我天天上班，天天忙碌。孩子年年长高，年年升级。年初开学，年终旅行。日复一日，年复一年。

我庸庸碌碌地活着，规规矩矩地做我的“星期天教徒”。我活着的目的只是为自己，我忙着追逐的是更丰厚的物质生活；对儿子的学业，我迫切要求更优越的成绩。我自以为圣尼各拉女儿个个都很杰出且充满自信，尤其是身为第一届特选中学资优生的我们，自中一开始就是师长们引以为荣的学生。在赞许的美言和羡慕的目光中，我不知不觉地变得自高自大，自我中心，不顾及别人的感受。因为我认为所拥有的一切，都是凭我与生俱来的聪明才智，以及个人不断的发奋图强换取的。

这时，我以为自己活得很充实，很快乐。

2017年，我的信仰旅程有了新的开始。

那年，我加入了堂区的歌咏团。在团员们的帮助下，我的信仰生活变得更充实。除了每周练习唱圣歌，我们也一起分享圣言。

受了这些朋友们的启发和鼓舞，在2019年，我参加了新加坡总教区为我们堂区举办的皈依体验避静。我可以很肯定的说，那五天的避静让我感受到耶稣的丰厚恩宠，也真真切切地体会天主圣神的临在。那次避静让我释放了自己，作了一次有生以来最彻底的忏悔，请主耶稣进入我心灵深处。办和好圣事的时候，我从神父身上看到耶稣的慈爱和怜悯。

我醒觉了！我领悟到：只有耶稣才能给我真正的喜乐、平安。

回想过去，我从八岁认识天主，到二十五岁领洗，再到几十年后的今天，已年过半百，才觉悟到自己居然还没有真正认识深深爱着我、包容着我的天父。人生苦短，不知道我还可以有多少个十年。我知道，在接下来的日子里，我要继续一步一步地走向恩典之路，一步一步地走向耶稣，更加亲近祂，更懂祂，也更爱祂。在逐步走近祂的当儿，我要学会谦虚，因耶稣之名为他人服务。我愿意让更多人认识天主，让更多人接受耶稣的爱。我要将喜乐、平安的种子撒落在每个人的心灵。



“人心里都策划自己的行径；
但他的步伐却由上主支配。”

箴言16:9



一点星星之火

周林懿 2000年中四毕业

周林懿、柯雅典

周林懿：

我是圣尼各拉女校2000年的中学毕业生。1998年11月，我从中国来到新加坡。我和另外15位姐妹是圣尼各拉女校接收的第一批中国来的教育部奖学金得主。当年，在中国通过了考试，便由新加坡教育部分配学校。由于我不是天主教徒，当我得知自己被分配到一所天主教会开办的学校时，心里难免有点忐忑不安，担心不能适应一个全新的环境。不过这种担心很快就被校长、副校长、各位老师和同学们的热情接待冲淡了。

记得1998年的圣诞节前夕，我们这群中国学生刚到新加坡不到两个月，教育部和学校帮我们安排的英文课程已接近尾声，我们很快要在新的一年进入不同的班级了，除了华文和中华文学之外，其他课程都是以英文教学的，因此，大家心里都感到难以掩饰的焦虑。

为了舒缓我们思乡之情和学习上紧张忧愁的情绪，李宝丝校长、陈蕴梅副校长、林思敏老师、李明慧老师精心为我们筹划了多姿多彩的活

动。那年的圣诞夜，我们是在白沙附近的职总海景度假别墅里度过。当天，校长、副校长，还有很多老师带来了好吃的圣诞糕点，让我第一次尝到了美味的圣诞大餐，大家一起唱歌、玩游戏，吃好的、喝好的。

平安夜里，游子们真正得享平安。接下来几天，校长和副校长还带我们到她们的家中玩，一点架子都没有，离开家乡的我仿佛感受到母爱的温暖。

开学后，我逐渐习惯在学校听到李宝丝校长用广播提醒全校的“大小宝贝们”喝水，时不时还让我们品尝充满“爱的维他命”的鸡翅膀、美禄、红豆冰棒等。我也习惯了在同学之间，还有一些回校的校友们以学姐、学妹相称。在班上，同学们都十分友爱，我也习惯跟同学们一起在吃饭前，先说：“校长吃，老师们吃，姐妹们吃。”才动筷。这些点点滴滴，都变成我生命里重要的一部分。

除此之外，为了让我们离开家仍然可以感受到家庭的温暖，李宝丝校长还在我们16位中国学生抵达新加坡之前，就费心为我们“物色”各自的“干妈”。我非常幸运，遇到了雅典阿姨，她们一家人把我视为家中的一份子，雅典阿姨非常关心我。还记得我在新加坡的第一个生日，就是和雅典阿姨一家过的。那时，我到新加坡才一个多月，还是经常想家，在自己的生日，更想念家人。雅典阿姨为庆祝我的生日，细心地张罗一切，一家人陪我出门玩了一天，吃了丰盛的海鲜大餐，还特别为我准备了一个超大的黑森林蛋糕。那天我过得很开心，剩下的大蛋糕带回宿舍里，跟和我一起来新加坡求学的姐妹们分享。姐妹们吃在嘴里的蛋糕是甜甜的，而我心里是甜甜的，一颗心盛满一个天主教家庭给予我那甜甜的爱。

虽然我并没有成为天主教徒，但这并不阻碍雅典阿姨一家对我这外教“干女儿”的关爱。从我认识他们一家的那天起，悠悠二十余载，他们从来没有忘记我，每逢过年过节都邀我参加各种家庭活动。在我A水准考试后，雅典阿姨和福来伯伯还带着我和文诗妹妹一起到北京度假，让我松懈应考的紧张心情。他们真真正正把我当成了家里的一份子。

我觉得自己运气超级棒,15岁的我，背负着家人的期许和自己的理想，只身来到异乡，心中虽有期盼，但也有些许迷茫，圣尼各拉女校师长同学的热情，还有雅典阿姨一家无私的关怀，让我感到丝丝温暖，找到了驻足的地方。在新加坡求学8年，大学毕业后，很快找到了一份自己喜欢的工作，也遇见了自己喜欢的人，按着平常人生活的轨迹，买房、结婚、生子。

从我刚到新加坡算起，我得到的关爱和帮助实在太多了，所以在我工作以后，便开始积极参加公司和社区的各种活动，尽自己的力量帮助需要帮助的人。正如我在圣尼各拉女校学会唱的一首圣歌《传给人》，歌词第一段唱到：“一点星星之火，可以使火着起来，在那周围的人，可以得到亮光。”我愿成为一点星星之火，把爱传出去。

柯雅典：

我丈夫邹福来出身于天主教家庭。家中的男孩都到公教中学求学，女孩则到圣尼各拉女校读书。恋爱期间，福来就告诉我，如果我在婚前不愿成为天主教徒，我们就不要继续交往了，因为他母亲非常坚持孩子的配偶必须是天主教徒。就这样，我在婚前就参加要理班，领洗成为天主教徒。婚后我与福来积极参与教会事奉工作，包括华文夫妇恳谈会、婚前辅导，我也到监狱辅导囚犯、在堂区参与慕道班及信仰培育课程。

我虽然不是圣尼各拉的校友，可是，那时我的女儿报读圣尼各拉女校，我很希望邀请李宝丝校长参与教会的华语婚前辅导工作，在学校里经常找机会向她打招呼和她交谈。不过，管理学校的工作十分繁重，那是有目共睹的，所以李校长始终没有答应。

当女儿升上中一时，新加坡教育部安排学校领导到中国甄选优秀的学生，给予他们新加坡政府奖学金来新加坡升学。圣尼各拉女校是参与这项计划的学校之一。

一天，女儿放学回家，说校方呼吁家长当奖学金得主的监护人，问我是否愿意参与。那时，我的生活是以家庭为重，女儿的同学也经常三五成群地聚在我家或做功课或谈心。我因为福来的工作长期需要在新加坡和中国两地奔波，我也经常陪他到上海和北京，所以对来自中国的学生自然有种亲切感。何况，照顾有需要的人也是我们天主教徒的任务，所以我就欣然答应了。

1998年，来自福建漳州的周林懿是我第一位监护的学生。过后，我也陆续成为几位中国学生的监护人。由于林懿最终选择留在新加坡安家落户，结婚生子。因此，我们一直保持联系，每逢过年过节都邀请她们一家相聚。

时间过得真快，一转眼，我们已经认识22年了。我衷心祝福她……

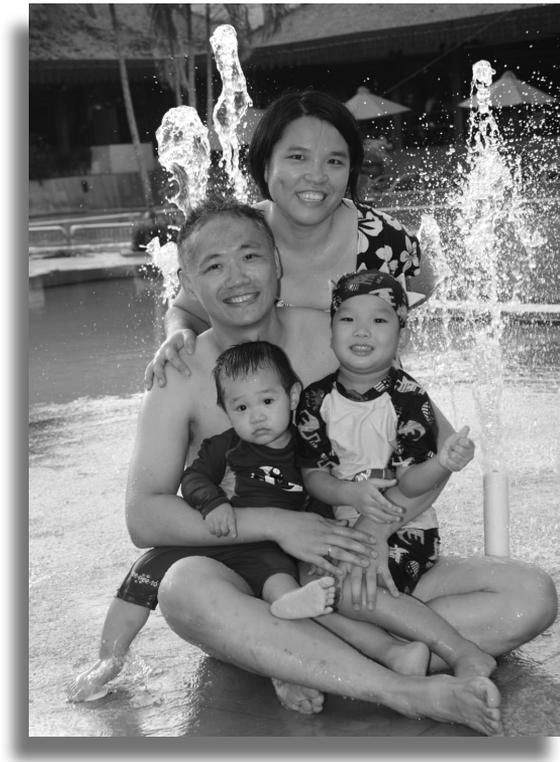


编者的话

这本信仰见证集汇集了天主教校友本身的信仰旅程的经历和感悟。这一篇《一点星星之火》是我们特别邀请柯雅典及周林懿给我们分享的一段生活实录。若望一书说：“天主是爱。”（若望一书4:8）我们被天主拣选，成为祂的义子义女。天主对人类的爱也流溢到我们心中，充盈我们的思想，我们必定要藉着爱的行动传播到人间。“我们爱，不可只用言语，也不可只用口舌，而要用行动和事实。”（若望一书3:18）显然的，柯雅典姐妹和她的家人都活出了天主教徒的精神，以博爱滋润了远离家乡，独自在外求学的周林懿那颗孤寂的游子心。

周林懿当年被分派到我们的母校——圣尼各拉女校。母校是天主教会创办的学校。在天主教梵蒂冈于1965年召开的第二届大公会议中，公布的教育宣言提到：“天主教学校的特有任务，乃在学校团体中造成富有福音精神的自由与仁爱气氛”（天主教教育宣言第8段）。由周林懿的记述中，我们知道李宝丝校长、陈蕴梅副校长及负责照顾她们的老师，她们都超越了作为教育工作者的职责。圣经上说：“你应当全心、全灵、全力、全意爱上主，你的天主；并爱近人如你自己。”（路加福音10:27）她们都以行动体现博爱的精神，活出了天主教徒“爱近人”的精神。这是最有力的信仰见证。





青春的印记

1984年中四毕业

傅慧甯

垂目俯视是我双脚下的污秽黄土，昂首仰望是万里无云的辽阔蓝天。这里是我旅程最后一昼夜的歇息处。覆盖在背包上的灰尘是多日来舟车劳顿所积聚的，一程又一程，一站又一站的飞机、火车、巴士、徒步——特别是徒步在尘土飞扬的路上。这蒙尘的背包也就是我长途跋涉的印记……

1989年8月19日早上，尽管我们一行人个个都已满脸风尘，但是，当抵达欢喜之山（Monte do Gozo）那一刻，映入眼帘的景象立即为我们驱散了身心的疲惫，因为成千上万的人从世界五大洲来到宗徒圣雅各伯的安葬之处——西班牙的圣地亚哥——德孔波斯特拉（Santiago de Compostela）。我们这些年轻或不太年轻的人都是为着一个共同的目的来到这里，就是参加第四届世界青年日。该届的主题是：“我是道路、真理及生命。”

那时候，我在英国留学，有个难得的机会让我随着一个小团体从英国出发，到西班牙的科瓦东加（Covadonga）与来自意大利、西班牙、葡

葡萄牙和法国的圣女大德兰协会（Teresian Association）的会友会合。我们先在那里组成小规模朝圣团，然后再前往目的地去参加世界青年日。

直至今日，我依然不能明白，我们这群不同国籍的年轻人，是如何突破语言的障碍，而顺利桥接彼此之间的心灵。那似乎是件自然而然的事情，仅仅几天的功夫，“冰”破了、“冰”也溶解了，大家都和新结交的朋友打成一片。我们仿佛回到无忧的少年时代，在欢乐中无拘无束地享用生活的食粮，也在感恩圣祭中共享生命之神粮。我们开怀畅谈自己的人生梦想以及对未来的期望，我们更渴望能够更深一层地认识天主。每一台弥撒圣祭都真确地体现出我们共同的信德。我们用不同的语言同心歌颂赞美天主，大家尽情欢笑、互相拥抱，欢欣地为刚建立的一份无藩篱的温馨情谊而庆贺。

过后，我们到达里昂（Leon）与其他队伍会合后，团体也随着扩大了。在此处，我们开始了徒步朝圣之旅。我们的背包里装满了替换衣服、食物和水壶，睡袋就扣在背包上。就这样，我们背着沉重的行囊，沿着当年圣雅各伯前往圣地亚哥的路线，秉持着圣雅各伯的精神，我们大伙儿踩着圣人的足迹，踏上了征途。

沿途，在分组讨论或个人反思时刻，我们受邀书写自己的天主经祷词，谨向天主呈述世人的需要，并以我们所感知的人类的罪行，以及违反道德价值观的行为，祈求天主的宽赦。我们也写下自己的信经，内容包括我们个人的信念及重申对未来的人生目标。最后，我们写下的是与自己生活相关的个人“真福八端”。

疲累！汗淋淋是徒步朝圣之旅的真实写照。旅途上的气温落差极

大，白天炎热难耐，而夜晚却寒冷彻骨。每天傍晚，当我们结束灰尘滚滚的路程后，都发觉自己的皮肤又再添了一层黝黑。我们可说是“居无定处”，一晚，我们住宿在清理过的牛棚；而另一晚，则下榻于行军式的营房，这里有饶有趣味的公共浴室设备（当然是男女分开的洗澡间！）。但那也足以让我们感到雀跃。然而，这次的朝圣之旅的重点是：让我们发现真实的自己。

1989年8月19日下午，大约有50万人聚集在欢喜之山。当教宗若望保禄二世的座驾出现时，全场立刻爆响起“爸爸！爸爸！”的高喊声，大家疯狂似地向教宗挥动双手，尽量伸长手想触碰他。我们大声叫喊，激动得喜极而泣，真的不敢相信教宗就在自己眼前，如此真实、如此生动！多日来旅途上的辛劳和汗水能够换来这么美妙的一刻，一切的付出都是值得的，无怨无悔！那是令人难以置信的蒙恩时刻，令我毕生难忘！当教宗慈爱地望向我们这边时，我立刻举起相机，快门一按，成功地捕捉到那个珍贵的画面！

世界青年日的最后一夜，我们的“家”是一片寸草不生的泥地。然而，荒凉的环境并未让我们的心绪受挫，各组依然兴致勃勃地架起小篝火，围着熊熊烈火载歌载舞，迫切地期待着第二天参与由教宗亲自主持的弥撒圣祭。不知过了多久，疲累的我们吧睡袋打开，铺在不毛之地上，准备将就地憩息一宿。那晚，在这条件欠佳的境况下，天主仍然利用时机，让我们明白了一个珍贵的道理……

第二天早上，当我们睁开惺忪的睡眼时，赫然发现自己已滑下山坡约两公尺了！原来在万籁俱寂的夜里，露水悄悄地滋润了大地；因为山坡湿滑，裹在睡袋里沉睡的我们，竟然毫不觉察地连人带袋滑下山坡。

天主借着这件事，让我们领悟：我们入睡时所占据的那片小小的土地，在我们睡醒时，已经不属于我们了！那么，人世间到底还有什么值得我们依恋？

这件事并没有让我们气馁，反之，我们情绪高昂，因为接下来我们要参与一个属灵的盛会——与50万人一起参加由教宗主持的露天弥撒。在我们的思维当中，都希望时间不流逝，永远定格在那美妙的一刻。我想，从此以后，我们怎么可能不改变自己呢？怎么可能在我们的生活中不懂憬着美好的将来呢？我们又怎么可能不相信天主确实爱我们呢？

教宗若望保禄二世在讲道时，一再提醒我们要去寻求真理，并祈求上主助佑我们在真正的自由内成长。教宗说：“不要害怕基督赐予你的自由。基督的自由将是你道德行为的规范，引领你认识真理与仁爱。它会帮助你寻获到真爱。真爱是绝对不会被疏离、姑息及宠溺所损毁的。”

教宗呼吁我们为基督作见证。在学校、大学、工厂、职场等处，在工作或在休闲时，我们都有义务在人前，为自己的信仰作见证。教宗说：“当今的年轻人都要成为真正的主导者……我亲爱的男青年们、女青年们，你们把自己奉献给耶稣吧！因为唯有基督才是道路，唯有基督才是真理，唯有基督才是生命。”

执笔之际，我正年过半百。感恩当年有幸参加世界青年日，在青春的岁月，留下如斯美丽的印记。我依然深信基督是生命、真理与道路。



使徒仨

1985年中四毕业

张春、黄佩诗、曾碧美

我们仨是圣尼各拉女校1985年中四毕业生，在中学时期因天主教信仰而相遇、相识、相知。回首过往，我们仨的缘分真是太奇妙了！首先，我们三人来自三所不同的小学；其次，四年的中学生涯中，我们不曾同班，也从未参加过同一项课外活动；再者，我们的性格和兴趣完全不同。然而，我们仨的这份情缘，经过数十载的人事变迁后，还依然如此亲密，如此牢固。这份历久弥新的醇厚友情的起点，皆因中四那一年，我们不约而同参加一次避静开始。毫无疑问，那是天主巧妙的安排。

尽管我们仨在很多方面有着天渊之别之处，但是，当年都孤零零地面临青春期的挑战，在寻找自我认同和自我身份中，独自挣扎，与此同时，我们各自还得承受成长期面对的种种压力。我们万万没料到这些少女时代所经历的磨练及考验，得到的赏报竟是这一份“我们仨”的特殊友谊，这份难能可贵的情谊也延续到我们的成年生活，更期望成为我们一辈子的事。

想当年，我们就如同今日大多数16岁的少男少女一样，被许多事情所困扰，如感情、外貌、前途、兴趣等等。除了个人的挣扎之外，还有来自家庭、学校和社会等种种期许所施加的压力。在那次避静中，无独有偶，我们发现了三人的一个共同点：我们仨在家中都是排行最小的。身为年纪最轻的老幺，我们的心声都被比我们年长的家人所漠视。此外，我们除了得应付中四会考，还得面对人生的十字路口，中四毕业后，前途是个未知数。在这成长的过程中，我们一方面忍受着成长激素在我们体内肆虐，急着把我们从小女孩蜕变为成年女子；另一方面，我们也茫然地努力寻求生命的意义。

就在我们内心极度紊乱的人生阶段，两位赎主会神父 Fr Simon Pereira 和已故王成利神父 (Fr William Heng) 到我们的母校圣尼各拉女校，为中三中四的天主教学生举办“学生使徒避静”，两位神父用心地把信仰的种子播在我们的心田，使我们与主相遇，信德的种子也因而得以萌芽。

因为在避静中获得天主教的信仰培育，我们在校园内找到了慰藉，我们三人之间的友情让我们感受到自己被接纳。学校的天主教使命成为我们信仰成长的重心，它犹如一个生命的锚，让我们“停泊”在天主身边，在青春期能安稳地成长。在此，我们要感谢这两位神父。

由于天主教信仰，教会为我们提供了学习和交流的平台，让我们有机会认识真诚的新朋友，互相切磋，也寻获了心灵的慰藉。在参加“学生使徒避静”的那几天，我们释放了内心的各种负面情绪，也开始意识到自己是天主所钟爱的子女，是被拣选来承行祂旨意的工具。避静结束后，我们为校内的天主教信仰小团体组织活动，也参加了圣雅丰索堂青年团。那是我们第一次体会在团体中如何活出信仰。在这个过程中，我们

的信仰逐日扎根成长，并学会让基督成为我们生命的中心。

在少年时期参与校内的信仰福传，向急需帮助的同龄人伸出援手，星星爱火点燃了我们日后愿意服务他人的热诚。后来，我们因种种客观因素，彼此失去联系，一晃就是30年。

在失联30年后，我们仨再度重逢时，发现我们仨在各自的事业岗位上，为社会各个阶层事奉。我们的心依然炽热，天主的光永远不灭，祂引领我们仨进入适合我们的行业。中四毕业35年后的张春，目前是一名教育工作者，在一间小学担任老师；佩诗投入社会企业，热心帮助社会边缘的不幸者；碧美则在医院负责行政工作，为身心受煎熬的人服务。我们依然遵守当年对天主的承诺，依然是天主的工具。

天主的恩典陪伴着我们步入中年，让我们能好好地为主作见证。祂是仁慈的天父和亲密的朋友，始终与我们同在，伴随着我们穿越阴森幽谷和攀越凯旋高峰。即便我们仨的信仰旅程截然不同，但天主总是张开双臂，迎接回头的浪子。天主的慈悲是何其真实，尤其是祂那无条件的大爱，完完全全地包容了我们。

在执笔之际，回首我们三人之间的友情，那是一份经得起时间考验的情谊，确实是天主赐予我们仨最珍贵的祝福，也是我们对天主信仰的见证。

箴言说：“交朋友过多，必会有损害；但有些朋友，远胜亲兄弟。”（箴言18:24）至于我们，除了我们仨，还有耶稣在我们当中！

使徒仁最喜欢的圣言

年过半百的我们仨，经历了人生的酸甜苦辣后，以下是我们目前各自最喜欢的圣言：

张春

“上主是我的牧者，我实在一无所缺。”（圣咏23:1）

在人生的各个阶段，我一直都在不断奋斗。每当我多次的迷失在黑暗的隧道时，天主总会来拯救我，并使我变得坚强。即便在我饱受创伤时，我也能够在天主的仁爱与眷顾中获得安慰。当我徘徊远离祂时，他都一直等候着我，如同牧者一样在远处守护着我，相信我会因着祂对我的大爱而回头。

这些年来，我也学会了信赖天主，随主牵引，特别是前程茫茫的时候，我会像一只羊一样地跟随我的牧者，深信祂会照料并带领我脱离困境，赐我平安。

当朋友钦佩我那股面对逆境的勇气和力量时，我总是告诉他们说，这是因为我的牧者对我不离不弃。

黄佩诗

“你们仰观天空的飞鸟，牠们不播种，也不收获，也不在粮仓里屯积，你们的天父还是养活牠们；你们不比牠们更贵重吗？”

（玛窦福音 6:26）

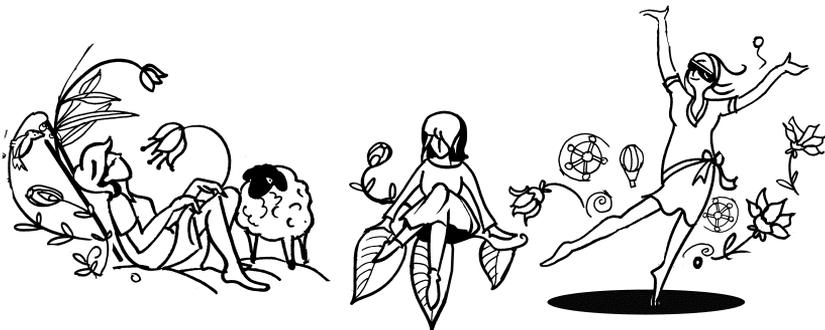
每当我在生活中感到茫然时，这章节就会给予我力量。天主总是眷

顾着我们，所以我们不必害怕。在我的社会企业旅程中，经常出现极具挑战性的状况，例如财务出问题或事业上遇到障碍时，我都会引用圣经中这段章节反复默想，从中汲取力量，并将我的恐惧交托给天主，很多时候，问题也就会迎刃而解。我们若能凡事依靠上主，天主自会照料。

曾碧美

“人们都要因我所造的而永远喜悦快乐；因为，看，我要造一座令人喜悦的耶路撒冷，一个令人欢乐的百姓。”（依撒意亚书 65:18）

我50岁生日的当天读经一是依撒意亚先知书第65章，17至21节。这段经文是天主赐给我的生日礼物，向我保证在祂内所结的果实就是充满喜乐和丰盛的新天新地，生命要有目的，对生活要充满信心。人生最大的目的就是在日常生活中活出爱，跟随牧者，在世上建立天主的国度。





与众不同

2012年中四毕业

陈怀恩

1999年3月，妈妈提早两个月生下妹妹惠恩。那时我只有3岁，尽管我记不起当时所发生的许多事情，但我真的兴奋无比！我非常想抱妹妹，但由于她是如此的脆弱——她的手脚是多么的细小，因此大人都不让我触碰她。虽然记不起是什么时候，自己第一次知道妹妹的状况，但我清楚记得妈妈一直都在告诉我：妹妹是与众不同的。

年幼的我不明白那究竟是什么意思，只知道我们多次带妹妹去竹脚妇幼医院进行检查和治疗，在家还必须帮妹妹做“运动”。我最美好的回忆是在物理治疗室陪妹妹“上课”——我喜欢各种不同的秋千和滑梯，大型的健身球，还有一个放了许多五颜六色塑料球的球池。我最开心的时刻是治疗师让我玩所有的东西，她希望妹妹也会跟着我一起玩，激发她的学习能力。让我感到最无聊的时刻是大人们让我坐在诊疗室外，静静等候治疗师替妹妹检测发育进度。

妹妹在日常生活中需要特别的护理，例如进食，穿衣和洗澡。妈妈会带领我参与这系列的护理活动，因此，照顾妹妹也成了我日常生活的

一部分。帮着、帮着，我从没觉得这是一种“责任”，因为我很享受这些时光，并为自己这个做大姐的引以为豪。那时的我，根本不知道什么是职能治疗，我全然没想到它竟然会慢慢成为我生活的一部分。

妈妈经常称赞我是一个好姐姐，有责任感的女儿和自立的孩子。经过这些“培训”，我充满了自信，成为妹妹的守护天使。如果我没记错的话，我上圣尼各拉女校一年级那年，妹妹也开始进入幼儿园。妈妈一直主张让妹妹在主流学校上学，因为她认为正规的教育能让妹妹成长得更好。但是，在主流幼儿园里，妹妹其实是和比她小2岁的小朋友一起上课。当时，我不知如何向我的同学解释妹妹为何不能在7岁时，和我一起到圣尼各拉女校上学，我也不知该如何向同学解释自己的妹妹是怎样的“与众不同”。若是同龄的朋友从未遇过类似的事情，又岂能理解“成长迟缓”的含义呢？老实说，我曾经有一段日子，非常渴望妹妹能和我上同一所学校，我甚至十分羡慕其他同学有机会姐妹上同一所学校，一起上学，一起放学。

妹妹9岁那年，妈妈决定让她报读主流小学。开学后，我看到妹妹如何努力适应，结交朋友，甚至了解课堂上所发生的一切。有时她会变得无比沮丧和不知所措，甚至闹情绪撕毁自己的作业，因为这些功课的要求确实超出了她的能力范围。看着妹妹为学习挣扎时，我感到爱莫能助，真恨不得自己能一直陪在她身边，帮助她、保护她，我甚至想过转到她就读的那所学校，好好地陪伴她！为了让妹妹更好地适应学校环境，妈妈决定在妹妹10岁那年，把她转入一所特殊教育（SPED）学校。虽然在特殊教育学校上课，对妹妹仍然是一个很大的挑战，但在那里的上课进度较慢，加上师生比率较低，老师也比较有充裕的时间和精力细心照顾学生。这对妹妹来说是绝对是件好事。

当我上中学时，由于我们得面对学科分流，因此，老师经常提醒我们要开始思考将来想从事的行业，选科就是为将来就业做准备。我一心想从事医疗保健事业，尤其是我经常观察和照顾妹妹，以及看到家人如何照顾同住在一个屋檐下的年迈外公，让我更立定志向要全力以赴，选修“职能治疗”这一门课程。因为我可以学习照顾残障人士，提高他们的自理能力，增强他们在日常生活上的参与度。

考获中四会考文凭后，我下定了决心，不进初级学院，而打算直接报读南洋理工学院的职能治疗文凭课程。万万没料到，选修课程需要高中文凭的资格才能报读。（该文凭课程现已被取消，目前由新加坡理工大学的学位课程所取代。）我只好报读初级学院，专心致志地完成A水准会考，终于在2015年成功地进入南洋理工学院的职能治疗文凭课程。

在这个课程中，我汲取了职能治疗的不同模式和理论知识，包括职能治疗的各类检测、疗法及评估方法，我也明白不同类型的残疾会面对不同挑战，需要给予个别的帮助。在临床实习期间，我虽面临种种挑战，但终于跨越自己的心理障碍，勇敢地克服重重困难，并且学会与人互动、妥善沟通，并与同事、病人及家属建立良好关系。在学习过程中，我很高兴能超越自己的能力范围，增强了自信心。“我赖加强我力量的那位，能应付一切。”（斐理伯书4:13）

“感谢天主，为他莫可名言的恩赐！”（格林多后书9:15）在2018年，我决定到澳大利亚的珀斯科廷大学深造。这段期间，我不但提升自己的专业知识，也学会了如何独立生活，适应不同的文化环境，与不同价值观和信仰的人互动及合作。其实，这些事情对我来说都很不容易，这使我体验到天主的全能和祂的慈爱，“在人不可能，在天主却

不然，因为在天主，一切都是可能的。”（马尔谷福音10:27）

在仁慈的天主眷顾之下，转眼间，我亲爱的妹妹惠恩已经长大了，也进入了职场，在餐饮业担任她能力所及的工作。我也到特殊教育学校正式上班，成为一名合格的职能治疗师。目前，我还在适应阶段，从实习生提升到拥有专业资格的职能治疗师，这个过程非常困难，我也深深体会到“学无止境”这句话的含义，目前我仅是迈向全新而美好生活的第一步，要成为一名称职优秀的治疗师，我还有很多需要学习的地方。但是，我毫不畏惧，因为“上主是我的力量，我的护佑，我对他全心依赖，必获扶助；为此我满心欢喜。”（圣咏28:7）我要不忘初心，我要敞开胸怀，帮助我的学生作好面对生活的准备，同时我也得好好装备自己，与学生们一起迎接充满机遇的未来。

回首走过的路，我能成为今天的自己，的确不容易。我很感恩我有一个怀着与众不同的爱心的母亲，她为我树立良好的榜样，教导我以爱心接受与众不同的妹妹。我之所以选择治疗师这个专业，妹妹的与众不同的确激励了我。除了照顾妹妹惠恩，我也乐意加入照顾残疾人士的队伍。虽然妹妹的特殊需求具有挑战性，并且是个未知数，但我从不觉得自己的际遇是不幸的。恰恰相反，我确实很感恩能与妹妹一起成长，让我找到了自己的人生方向，我决定今后与体障的“兄弟姐妹”分享天主的爱，用我自己的爱心与耐心带领他们亲近天主，认识天主、认识主耶稣。我知道每个教友都有福传的“天职”。主耶稣曾说过：“凡你们对我这些最小兄弟中的一个所做的，就是对我做的。”（玛窦福音25:40）我必定尽心尽力做好我的工作，因为我要在工作中以“与众不同”的方式履行福传的任务。



另类

1976年中四毕业

王如裕

考获高中会考文凭后，我选择当时非常另类的大学课程——幼儿教育。在加拿大的大学毕业后，我回返新加坡成为幼儿教育老师，几年后升为培训师时，也负责教导幼教老师有关“幼儿音乐教育”这个课程。和谐的音乐让人感到欢愉，然而，我的职业生涯却很“不和谐”。在从事幼儿教育20年后，我毅然放弃热爱的幼儿教育，到国外进修“老人科”，从接触生命刚萌芽的幼儿，跳跃到关怀经历人生风霜的老人……

与天主相遇

我在圣尼各拉女校度过10年美好时光，中三那年，因同学心慧的邀请，我参加了学校的公教学生青年运动，简称“学青”，董立神父是我们的神师。通过学青的活动，我认识了天主，尝到了祂的大爱！“学青”的活动也包括跟其他中学的学青团员在学校假期中，通过学习营的方式学习天主的道理。感谢仁慈的天主，在那两年里，我结交了很多朋友，其中包括蒙天主的恩宠，随主圣意成为“渔人的渔夫”（玛窦福音4:19）的萧永伦神父和林桓神父。当年，萧神父是海星中学的学生，而林神父就读于公教中学。中四毕业后，我们成立新的团体，让信仰继续成长，这

些主内的兄弟姐妹，直至今日，依然是我信仰旅途上的良师益友。踏入职场后，每年生日，我都会给自己两份礼物：去做身体检查，我也会安排时间，抽离忙碌的职场生活，去参加个人避静，与天主深谈，更新我的信仰。

春天与秋天

大学毕业后，我投入幼儿教育的工作。我很享受与幼儿及幼教老师相处的时光。天真无邪，精力充沛的孩子们，像春天那样生气盎然，他们脸上灿烂的笑容，像春天绽放的花朵，带给我无限欢乐。

在从事幼儿教育的当儿，我也与90高龄的外婆同住。这位可敬的长辈对待生活的积极态度和独立精神，大大地激发了我，使我对“老年人”这个课题产生了浓厚的兴趣，想进一步研究“老化”的问题。因此，我在2010年再次踏上加拿大的土地，报读“老人学”的课程。在那段日子，我经常到一所失智症疗养院实习，有很多机会跟失智症患者共处，渐渐地，我对照顾及关怀失智症患者的工作产生了兴趣，也增加了相关的护理常识。

回国后，我在一间乐龄日间托管中心服务了三年。从幼儿教育转行到看护老人，看似是一个极大的转变，其实却有非常相似之处：无论关怀幼儿或老人，需要的都是对人的尊重，不要怀疑或剥夺他们的自主权，我们应该只是在一旁默默地陪伴，在他们邀请帮忙时才介入，让他们过自己丰富的生命，而不是我们认为最好的生活。我倏忽发现，原来天主通过幼儿教育的培训来装备我，让我意识到照顾老人和照顾小孩的原则是相通的。

在转换行业的过程中，我碰到了很多难题，并不是照顾老人的难题，而是在人事管理上感到很吃力。幸好天主给了我一群很好的工作伙伴，在大家互相扶持之下，同心协力地克服了重重困难。从他们身上，我也学会了关怀、谦卑和爱；在和谐融洽的工作氛围中，我终于履行了三年的合约。

2013年，三年服务期满后，我决定歇下来，给自己放个长假。身为家中的老大，我组织了一次“合家欢”旅游，陪父母到台湾观光，祖孙三代总共15人，浩浩荡荡畅游宝岛10天。可是，回国后不久，父亲便中风，并与世长辞了！为了这件事，我内疚了一段日子，认为这是因为老人家不能适应旅途奔波，过度疲劳，造成他中风逝世。直到有一天，一位亲戚告诉我说：“你爸爸很幸福，能举家出游，玩得开心后才归天。”听了这番话，我才释怀。感谢天主在我沉浸在失怙之痛的时候，及时派人给予我慰藉。

我也意识到当我们进入壮年时，父母也在不知不觉中进入人生的秋天，他们可能延年益寿，也可能突然撒手尘寰。

天主的带领

父亲去世几个月后，我被新加坡失智症协会录取，成为兼职员工。这份工作来得正是时候，因为我不想要全职工作，当兼职能让我有时间多陪伴母亲，还能在白天参加圣经小组，与老朋友相聚，也可以参加避静，最重要的是我每天都有充裕的时间祈祷。几年后，随着新加坡老龄化的趋势，失智症患者的人数随之增加，于是，我再次回到全职工作，希望能在这个领域付出绵力。

虽然我离开热爱的幼儿教育多年，但是，因为拥有幼儿教育的经验，让我有机会在新加坡的堂区，教导幼儿要理班，带领3岁至6岁的孩童认识主耶稣，体验主耶稣的爱，这是根据两位意大利教徒于1955年开始编制的“善牧儿童要理”。这一套幼儿要理的内容深入浅出，在带领孩童接触耶稣的过程中，我深深地感受到天主对小孩的关爱，体会到天主是善牧，祂疼爱祂的小羊儿——小朋友。同时也因为我有幼儿教育的经验，所以有机会到国外与当地的教友分享幼儿要理的教学经验。

感谢天主，让我在失智症协会做兼职工作时，有时间与幼儿接触，不只是教他们唱游，而是教他们与主耶稣触碰，认识天父、圣神、圣母及天主教的圣事礼仪。

上主的思念

我的领洗过程也很另类。打从中学时期开始参加学青，我认识了主耶稣，也相信祂是真天主。21岁那年，我参加了董立神父负责的小组慕道班。有一天，我鼓起勇气，要求父母让我成为天主教徒，他们听了，并没有马上同意。过了不久，他们才表示应许，那时刚好是天主教礼仪年历的四旬期。我一方面满心喜悦，另一方面也担心他们临时改变主意，所以马上请求董神父让我单独领洗。其实，教会并不鼓励望教友在某些日子领洗，包括反思耶稣受难及死亡的四旬期。所以董神父鼓励我多等几周，在庆祝耶稣复活庆节的时候才领洗。但我真的害怕父母会变卦，所以神父才勉为其难地答应了我的请求，于是我立刻请求一位同事当我的代母。所以，我的领洗日子也很另类——不是在复活节前夕，而是在四旬期。那是1982年的事，那年我22岁。

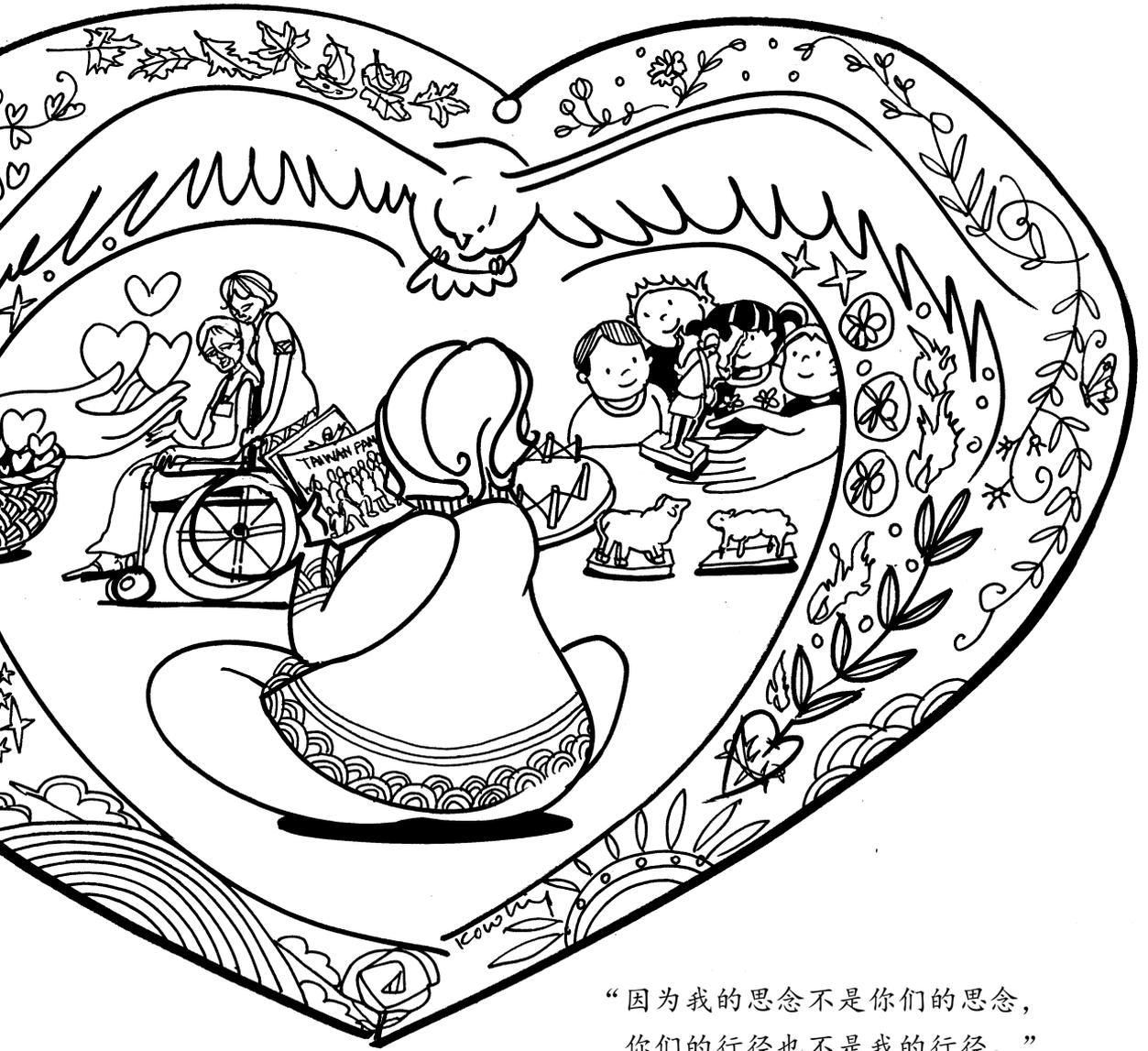
很巧的，在写这篇见证文章时，也是在四旬期，不过是2020年。屈

指一数，我已经洗礼将近40年。回首这一段不算短的岁月，在圣尼各拉女校十年，除了接受正统教育，那也是我信仰的温床，从那时起，我越来越能感受到天主一直在我身边，派贵人指引我、派朋友扶持我、在专业上装备我，让我明白无论是关怀幼儿及关怀老人，所需要的心态皆是对人的尊重。

往后要做的事情还很多，不知道下一步，天主会引领我到哪里去，是不是到一般人认为很“另类”的领域？正如依撒意亚先知书提到：上主的想法超越我们人的想法，祂说：“因为我的思念不是你们的思念，你们的行径也不是我的行径。”（依撒意亚书55:8）但是，无论到哪里，只要是天主的派遣，我都愿意完成祂所赋予的使命。

好耶稣，谢谢祢的大爱！阿们！





“因为我的思念不是你们的思念，
你们的行径也不是我的行径。”

依撒意亚书55:8

惜福传福

1981年中四毕业

李玲玲

小时候，我是个身在福中不知福的丫头。身为家中的老大，父母在我很小的时候就送我去学弹钢琴和芭蕾舞，对当时的孩子们来说，这是少有的机会。我们三姐妹和弟弟在物质上从来不缺乏。有所需要时，只要告诉爸爸，我们就能如愿以偿。当我们嘴馋想要吃什么，只要对妈妈说一声，那可口的食物就会出现在餐桌上。我们三姐妹从小都穿量身定做的衣裙，每一套衣裙都是价值不菲的。可是，每次新衣穿在身上，我们诸多挑剔，不懂感恩，不知惜福。

我就这样无忧无虑地在无比幸福的家庭中成长，从来不知道父亲为了我们一家六口而辛劳，也不知道母亲时刻为一家人的生活担忧。直到自己进入成年阶段，才明白成家立业所面对的挑战。那时，我才发现父母为了维持一家人的生活所需，如何时时刻刻地依靠天主，祈祷求天主赐予力量，让他们坚忍不拔，刻苦耐劳地工作。

的确，在我幼年，天主已经赐我家满满的恩宠。父亲是一名虔诚的教友，即使工作繁忙，他也不忘尽天主教徒的本分。他热心支持教会活

动，是家庭社团和圣母军的活跃份子。圣体堂建立初期，他积极地参与家访的工作，带领教友参与弥撒，还设立个别的华文组织。那时，我们一家六口都是歌咏团的团员。父亲就像玛竇福音所提到的那名“工人”，忙着为天主收割“庄稼”。（参照玛竇福音9:37-38）

长大后的我，不再是那个身在福中不知福的丫头了。我深切感受到我所拥有的一切的一切，都归功于天主的丰厚恩宠，我的心满溢着知恩的喜乐。然而，2012年12月，我们全家遭受到一个沉重的打击，我的母亲突然逝世，永远离开了我们。接着，在短短不到一年的时间，当我们还在努力修复哀伤的心情时，赫然发现父亲得了失智症。我们四姐弟一时不知所措，赶紧设法了解这病症，以便给予父亲适当的治疗。

照顾患上失智症的父亲，对我们来说的是个全新的挑战。在束手无策时，我们只能把整个家庭的需要，交托在全能的、仁爱的天主的手里。因我的天主，以祂的大能和伸展的手臂，创造了天地，为天主是没有困难的事。（参照耶肋米亚32:17）我们相信“在天主前没有不能的事。”（路加福音1:37）

天主真好！天主俯听了我们的祈祷，为我们安排医生。我第一次带父亲去见主治医生时，发现她是我教过的学生。很感谢主，她是一位天主教徒，也是很细心的医生。父亲的个性相当固执，但是，与这位医生交谈却让他感到很舒服，他也自然很乐意“听医生发话”，她确实是天主派来的“天使”。医生也给予我许多建议，教我如何帮助父亲进行一些活动。

得知父亲的新状态后，我们姐妹与小弟分工合作，照顾父亲的日常起居、医疗和社交生活，确保他身心灵健康。父亲的病况也大大地磨练

了我的耐性。我是长女，向来是家中“长老”，父亲最疼爱我，可是我也是对他最没有礼貌的一个，因为我把他的爱当作是理所当然的。现在，情况不同了，当父亲不愿意出席活动时，我必须非常有耐心地以温和的口吻说服他。

在天主的护佑下，经过三年多的时间，父亲逐渐恢复了信心，还结交了新朋友，虽然这群新朋友是失智的病患，但是他们对新生活怀抱希望，每天都在努力活出新生命。两年前，我也开始陪伴父亲参加新加坡失智症协会的活动，父亲也愿意与我一起分享患者及看护者的心得。现在，我们父女俩以多一种方式去传播天主的爱，活出教徒的使命。

父亲的病，让我的信德更坚定，在我感到很无奈，走投无路时，我体验到耶稣的应允：“你们求，必要给你们；你们找，必要找着；你们敲，必要给你们开。”（玛窦福音7:7）。当我们感到无助时，只要我们的祈求是美善的，我们敲天主的门，祂必定开门来到我们身边。祂在父亲身边，也亲自带领我、牵引我，给我力量让我面对现实，给我力量带领弟妹照顾父亲。靠着上主的力量，我克服了种种困难。感谢主！赞美主！

照顾失智者并不容易，看护及关怀患者需要很多支援，所承受的压力可以摧毁也可以加强家人的关系。我很感恩，在照顾父亲的过程中，我们一家人的感情变得更加巩固，更加深厚。我要感谢父母在我们很小的时候，就在家中撒下许多爱心种子，让我们能够互相支持，互相包容，我也要感谢父母以身作则，不论在日常生活或信仰生活中，让我们深深体会到天主就在我们的生活中，我们从小被灌输要遵守天主的诫命，很早就让我们知道一家人互助互爱，家庭才会幸福美满。

“应常欢乐、不断祈祷、事事感谢。”（得撒洛尼前书 5:16-18）这是天主给我的生活准则。当我遇到困难时，只要我怀着感恩的心转向主，在天主的恩宠下，我必能以喜乐的心情面对挑战。因为我知道天主的恩典如一泓活泉，源源不绝，滋润我心灵，给予我力量。

如今的我，已经懂得惜福，乐于传福，不再是那个身在福中不知福的丫头了！



因祸得福

2016年中四毕业

何玥瑱

一个周六下午，我来到了熟悉的圣雅丰索堂参与九日敬礼，无意间被一个兴奋的小女孩吸引住了，她和她的妈妈就坐在我附近。这对母女一起来敬礼圣母的一幕，勾起了我儿时的一段美好回忆。那时，我与母亲也一起到这里来参加九日敬礼，之后便到圣堂餐厅用餐。这回忆不禁触动我的心灵，让我想到自己已有好一段日子没和母亲一起来参加敬礼了。其实，“永援圣母九日敬礼”在我和母亲的信仰成长路上至关重要。

对于宗教信仰，我的父母各持己见。出生在这样的家庭氛围，天主依然能进入我的生命，确实让我费解。父亲虽是一名摇篮教友，并不热衷于自己的信仰，或者说他根本不重视宗教信仰。我的母亲出生于一个信仰自由的家庭，母亲的家人因为尊敬外祖父祭祖敬神而没有任何宗教信仰。不过，母亲很侥幸有个信奉天主教的姑姑。这位姑姑每个星期六都带母亲到圣雅丰索堂去参加九日敬礼。母亲也很庆幸能进入圣尼各拉女校求学。每天的祈祷和每周的弥撒促使她渴望更加认识耶稣。母亲早在幼年时期就敞开了那颗渴慕耶稣之心。那时，她在牛顿生命堂幼儿园接受启蒙教育。她原本在9岁那年就渴望领洗成为基督徒，但外公外婆都

认为她当时年纪小，没有能力确定自己的宗教信仰。因此，他们规劝母亲继续探索天主教的信仰，并允许在母亲21岁成年时，依自己的意愿领洗。

就这样，母亲继续和她的姑姑一起参与每周六的九日敬礼。当时，母亲还是新加坡学青的活跃份子呢！后来，母亲终于在21岁时如愿以偿，领洗成为天主教徒了。母亲成家后，原本一心想以天主教教义来培育哥哥和我的，但是，我父亲不愿意让孩子们在婴孩时期领洗，由于父亲的干涉，母亲只好顺从，让我们长大后才为自己的宗教信仰作选择。

这样的安排对哥哥是挺合适的，因为他是一个身心健全的孩子。而我先天就被疾病困扰。我不仅天生患有过敏性皮炎，需要天天涂润肤膏，我还患有儿童癫痫症，因此，需要父母给予更多的关怀与照顾。种种先天条件的差异使我们兄妹俩的命运截然不同：皮肤光滑无瑕的哥哥是一名出色的运动员；而由于我有皮肤干燥和热疹的毛病，不能参加户外活动。这些先天带来的问题，从小就造成我性格上对自己过于敏感。

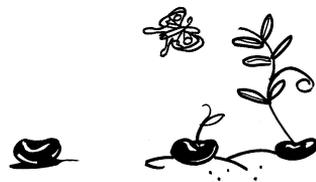
尽管如此，一切都还算安好，一直到我五岁的一个傍晚。那天，我的祖母和帮佣正忙着准备晚餐，哥哥和我则如常坐在电视机前观赏“迪斯尼频道”节目——《豆豆先生》。看着、看着，就在进入一个特别紧张的情节时，我倒在哥哥的身上。起初，哥哥以为我打瞌睡睡着了，也就不加理会。后来，才知道事关重大。因为当时不省人事，所以直到今天我脑海中依然没有那一幕令家人惊魂的记忆。

我只记得自己在医院病床醒来时，身上插着一条条的管子，还贴满了电线，家人个个神情焦虑地注视着我。原来我是因癫痫症发作而昏迷

不醒。我万万没料到这些扎在我身上的针，竟然成了我信仰的强心针。

自从发生了那次惊心动魄的癫痫事故后，父亲忽然对我们的信仰释怀了，并决定让哥哥和我领洗，我们一家人也开始到圣堂去参与弥撒。那时候，哥哥已经八岁了，尽管他比要理班的同学大一岁，但还是可以参加儿童要理班。至于我，出院后被安排接受一个更为周全的医护疗程，定期接受检查，直到病情稳定，并确诊不再有癫痫发作的风险后，我才能成为梦想中的“正常儿童”。感谢天主的恩典，后来，我终于如愿以偿，参加了已往被禁止的体育活动和舞蹈课，我甚至可以参加骑马课程等，这些活动之前对我来说都是风险极高，绝对不能参加的。

在圣保禄宗徒致格林多人后书中记载，“主对我说：‘有我的恩宠为你够了，因为我的德能在软弱中才全显出来。’”（格林多后书12:9）这句圣经章节对我而言是何等意义重大呀！因为打从我出世以来，每天都活得战战兢兢，一切都得小心翼翼，绝不能有一丝失误。但自从我领洗后，我却能完完全全地拥抱生活。显然的，天主的大能在软弱中彰显得完美无缺，圣神也引领了我一家人度过危机，并召唤我和哥哥进入天主教的大家庭，为我们的信仰开辟了光明大道。有谁又会料到那捆绑了我多年的疾病，竟然是我最大的祝福呢？赞美主！感谢主！



信仰的表率

1961年旧制高中毕业

李淑娟

信德保你度过人生一个又一个的波折。

耶稣一直都在你生命的小船上，你只要唤醒祂。

记得，小时候，我家里有一个镶着镜框的，非常陈旧的“圣家像”。从小，妈妈总是在寂静的夜里，爸爸尚未回家时，领着我们几个小瓜，跪在“圣家像”前念晚祷。特别祈求天主保佑爸爸平安。

妈妈的信德坚强，她一直都全心信靠主耶稣。

妈妈总爱叙述第二次世界大战的故事。她常挂在嘴边的一句话是：要不是天主保佑，我们一家早就不存在了！原来，在马来亚日据时期，为避战火，在日军侵入不久，爸爸便带着妈妈和哥哥姐姐，还有年老的祖母，乘坐小船往印尼的丹戎峇来（Tanjung Balai）那里投靠乡亲。

那天晚上，夜黑风高，半途中，大风刮起，海浪扬波，小船在急促起伏的浪涛中颠簸得厉害。五岁的哥哥怕得大声哭诉说：“我叫你们不要

来，你们就是不听！”这小男孩把已经惊恐万分的妈妈哭得七慌八乱。妈妈在慌乱中不停地祈求主耶稣，妈妈相信主耶稣会怜悯小船上的一家大小；相信主耶稣必定举起助佑的双手平息风浪。果然，主耶稣听见了妈妈的呼求。天蒙蒙亮时，小船终于平安抵达了丹戎峇来这个印尼的小岛了。而也就在这个小岛上，我这个家里的老三出世了。我们一家住在小岛上，一直到日本投降。

和平后，爸爸带着我们一家回到新加坡，妈妈把我这个8个月大的宝宝抱到圣心堂接受洗礼，于是，我成为了一个摇篮教友。父亲在新加坡执教了一段日子后，受聘到边佳兰的华校培正公学当校长，殊不知我们一家，在当地需要面对“山老鼠”的突击。

边佳兰是马来西亚柔佛州南端的一个小镇，由于爸爸是校长，我们一家住宿学校，然而，父亲夜里得应酬学校的董事们，因此时常成为夜归人。战后的小镇，偶尔，有“山老鼠”出现，“山老鼠”就是那些少数几个藏身于森林里的共产党员，他们趁夜幕降临时，带着枪摸黑到学校来，悄悄地敲门要求爸爸供应他们一些罐头食品。在那样的特殊夜里，气氛总是非常紧张的，因为当地警察为追捕他们在夜里巡逻，万一被警察发现他们到学校找爸爸要食粮，后果可想而知。每次遇到这种惊险时刻，我们就得终止祈祷，静静地跪在圣家像前，我们兄弟姐妹虽然年纪小，也懂得乖乖地跪着，不敢发出任何声音。而主耶稣总与我们同在，陪伴着妈妈，陪伴着我们全家，一次又一次的保佑我们平安地渡过险境。

等到哥哥姐姐需要升上中学时，我们才举家搬回新加坡，我在圣婴小学读完五、六年级后，便升上圣尼各拉女校的中学部，并与在圣尼各拉女校执教超过半个世纪的何若锦博士成了同学。我除了在家里，有母

亲为信德的表率，在教会学校里求学，也让我从修女们身上得到信德的滋养。感谢天主！

由于妈妈的信德非常坚定，在她人生中的许多波折都是藉着信德的力量跨越的。我慈爱的妈妈遇到困难时，总是信赖天主的助佑，她总是唤醒她生命小船上的耶稣。她生命中走过的每一个里程碑，都有主耶稣的陪伴。母亲深信天主是不会舍弃我们的！因为“仰观天空的飞鸟，牠们不播种，也不收获，也不在粮仓里屯积，天父还是养活牠们；你们不比牠们更贵重吗？”（玛窦福音6:26）

由于妈妈相信，她时常虔诚地祈求圣家保佑我们家庭圣善和睦平安，我们兄弟姐妹也都在爱中成长。

今天晚上，我执笔写信仰见证时，忽然觉察到我这个当女儿的，成长后也继承着妈妈的这一份坚固的信德。妈妈为我树立了信仰的杰出表率，我也因着主的慈恩赐我信德。我的信德竟也让我带领着自己的女儿度过她生活的难关，藉着天主的力量守护着她及家人。

我知道每个人的一生都不可能风平浪静，在我的人生中，不论是大学求学时期遭到挫折，或在结婚后遇到困难，我都乘着信德让耶稣牵着我的手，带我跨过生命中的每一个障碍。

遇到人生的风浪，我都谨记：主耶稣就在我的生命小船上，祂睡着了。当海里起了大震荡，以致小船为人生中的浪涛所掩盖，只要唤醒祂，祂就会起身平息风浪！（参照玛窦福音8:23-26）



天主的护翼

1981年中四毕业

林素媛

我的父亲在非天主教家庭成长，由于他在天主教开办的圣若瑟书院求学，多年浸濡在天主教的氛围中，毕业后，洗礼成为天主教徒，母亲在与父亲结婚前也领受了洗礼，两人同心建立了一个天主教家庭。祖父重视华文传统，在哥哥和我到了入学年龄时，祖父坚持让我们到华校受教育。因此，父亲就把我们兄妹俩分别送去公教中学及圣尼各拉女校，弟弟则被送去教会开办的英校读书。

父亲是位虔诚的天主教徒，他是我们家庭的信仰表率。小时候我们住在汤申路一带，每个星期天早上，一家人一起去圣雅丰索堂参加弥撒。此外，由于母亲体弱多病，父亲常常带领我们三兄妹跪在祭台前，为母亲的健康祈祷。所以，自小我已经习惯在遇到困难时，跟天主说话，请求天主指引。

在学校里，我最大的挫折是学业成绩。每天上课前，我都会到小教堂祈祷，求天主帮助我克服学业上遇到的困难。可是，虽然我认真学习，成绩还是不理想。父母也花了钱让我补习，希望能帮助我。可是，

结果我还是在四年级留班了。感谢天主，赐我开明慈爱的父母，他们从来不会在学业成绩上给我施加压力，还经常鼓励我、安慰我，告诉我只要尽力就行了。哥哥的成绩很优秀，父母也从来都不把我俩的成绩作比较，他们尊重每个孩子，完全接纳天主赐予不同的孩子不同的才能。

升上中学，李宝丝校长鼓励天主教徒学生选择和天主教有关的课外活动，所以，我就参加了圣文生善会，开始接触贫苦的人。我们定期筹集食品，探访安老院。后来，我当选为主席，有机会定期参与全国天主教会学校所举行的圣文生善会会议，与不同学校的学生分享义务工作的进展和心得。中四毕业后，我们一群志同道合的朋友还组成青年团，继续为有需要的人服务，包括当时的麻风病人收容所。5年后，我们开始忙于面对生活上种种不同的挑战，青年团也因此而解散了。

婚后，我生下一女一男。我有一份稳定的工作，但是丈夫的工作却得经常出国公干，因而，我得兼顾家庭和事业。2008年，我的雇主为了减低营运成本，决定撤离在新加坡的生意，我也因此失业了。

那时，女儿刚上小学，还不太适应和幼稚园迥然不同的小学生活，未能独立应付课业。在这种情形之下，我也顺理成章地成为全职家庭主妇、全职母亲，专心照顾两个幼小的儿女，给他们一个喜乐的童年，也更有精力照顾与我们同住的年迈家婆，让她在子孙的陪伴下颐养天年。我知道这一切都是天主上智的安排，为我打造温馨和谐的家庭。感谢天主事事为我作最好的安排。

几年后的某一天，丈夫忽然心血来潮，提议我们俩一起去做身体检查，我二话不说，就一口答应。经过家庭医生的检查，发现我的X光片上

显示肺部有一个影子。医生给我配了一些抗生素，但是吃了以后，影子依然没有消失，却发现我右肺有一个肿瘤，而且是恶性的。医生赶紧替我做了全身扫描以及淋巴切片检验，感谢主！癌细胞并没有扩散到身体其他部位，外科医生立即为我切除了三份之一的右肺。

从去做体检到切除肿瘤，前后不到两个月。在这期间，家人和一群朋友都为我祈祷。母亲还特地到加尔默罗隐修院，请修女们为我代祷；在源源爱心祈祷中，我相信天主的恩宠也化作福雨洒落我身上。因此，在接受治疗的日子里，我一点都不感到害怕。

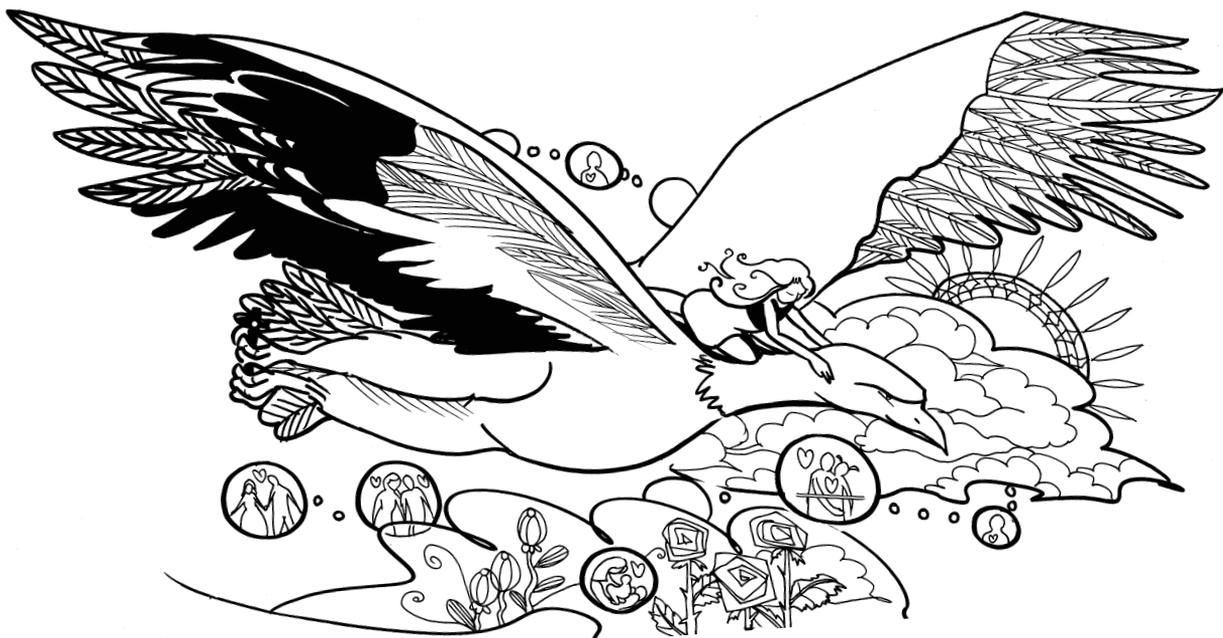
记得从手术苏醒过来后，我躺在病床上读着手术报告，当我看到肿瘤的照片时，不由得大吃一惊！啊！那恶性肿瘤黑得可怕、黑得让我心惊胆颤。当下，我才知道事态的严重，我几乎错过了癌症的黄金治疗期。在没有被裁退前，我每年都利用公司给予的医药福利定期做体检；自2008年离开职场后，我就没有延续这个习惯。因此癌细胞悄悄地潜伏在我的肺部，更让它有机会“不动声色”地长成了一团发黑了的肿瘤。

回首我走过的人生路，我心里洋溢着深深的感恩之情！感谢天主赐予我父亲信德的恩宠，让我从小就认识天主、依靠天主。感谢天主，给我生长在一个充满爱的家庭，赐我慈爱的父母，怡然接纳我、尊重我。如今父亲83岁，母亲78岁，他们依然是我信德的表率，我祈求天主赐他们健康长寿。我更感谢天主在2012年，派遣我的先生陪同我去作体检，他不是天主教徒，天主却让他作我的守护天使，保守了我的生命。

我的人生路都是在天主的护翼下（参照圣咏36:8），祂以伟大的翅膀守护我，我要全心、全意、全灵感谢主！赞美主！

“天主，祢的慈爱多么可贵可珍，
人子们都向祢的护翼下投奔。”

圣咏36:8



与癌同行

1971年中四毕业

黄玫瑰

哈，终于被乳癌逮着了！那是2007年的事。

我本来就是一个极度害怕死亡的人，所以不敢定期做乳房检查。四十多岁时才硬着头皮检查过一次，却经历了一场虚惊。事情是这样的，医院叫我回去重做检查，我以为完蛋了，后来才知道原来是X光片拍得不够清晰，需要重拍，院方没有在电话上说清楚。经此一吓，我更不愿再做任何检查了。直到52岁那年，左边乳房的乳头微凹，乳晕有硬块，我知道不能再做鸵鸟，必须去医院检查了。

记得31岁那年，我重返教会，天主藉神父的口告诉我：“你要有耐心，信德如农夫撒的种子，需要时间成长。”当时，我祈求主让我能够真的信祂，以战胜对死亡的恐惧，如果得了癌症，希望也能赞美感谢祂。

考验的时刻终于到了。当医生跟我确定患的是乳癌时，我心里说：“感谢主！赞美主！”我很冷静地接受这个事实。我知道，这个平安是耶稣给的，并不是因为我勇敢，其实我的本性是胆小怕死的。

感谢主，乳癌被发现时是第二期。如果癌细胞长在乳房深处，就会等到第四期才发现。西医的医疗公式是：切除、化疗、电疗、吃五年的tamoxifen（一种抑制雌激素的药）。“切除乳房”又分为部分切除（Lumpectomy）或整个切除（Mastectomy）。我丈夫认为整个切除，以防后患比较稳当。他还安慰我说，我们都这把年纪是不会再生育了，所以不需要乳房来哺乳了。他还说，虽然我失去一个乳房，但他会加倍爱我，因为我的健康是他生命的优先。他还特地为我煮了一次全餐，这是我们结婚以来第一次！

确诊乳癌之后，我看到天主的手一直在引领我。动手术之前，有一天，我在开车的时候，在前面的一辆白色小货车，车速出奇的慢，让我读到货车后门上贴的标语：“喜乐的心，乃是良药”（箴言17:22）。这是天主给我的定心丸，祂教我要以喜乐的心来战胜这场战役。我喜不自禁，想再好好读一遍这句圣言，这时我已超越那辆小货车了，我得放慢车速让路给其他的车辆，驶回到小货车后面，可是当我环顾四周时，前后左右的车道，都不见那小货车的踪影了！

在切除手术之前，我希望能多征询另一位医生的意见，我也需要到中央医院做各种身体检查，如验血、验肝等等。在医院等候的时候，一位高级护士认出我，她曾到我家的胡姬园参观。我告诉她我的意愿，她帮我引见一位姓杨的医生，说杨医生是这方面的专家，每星期也只有在那一天来中央医院看诊。在等候见杨医生时，妹妹的邻居打电话来慰问，她也是中央医院的大医生，一听到杨医生的名字，她说我问对人了。主，怎么有这么多的“巧合”，我完全放心了！

终于来到开刀的日子。我躺在手术台上，医生阅读检验报告，发现

我有高血压的病史，竟然没有检查心脏，便问我心脏有没有问题。我不知道，心想应该是没问题吧！医生们迟疑片刻，问我是否要先检查了心脏才动手术。当时，我信心满满，不想拖延手术，因为我知道天主已经给了我“药方”，我相信手术绝对安全，如果醒不来，就此离开人世，天主又何必给我药方呢？主治医生让我签字，过后，手术就开始了……

手术非常成功，麻醉药效消退了，一点副作用也没有，隔天我就出院回家，休养一个月，再进行化疗。就在这一个月里，许多亲朋好友表示关怀，还介绍各种疗法，我也读了有关医治癌症的书籍，最吸引我的是自然疗法，但自然疗法的方法也有很多种。这时，我开始对化疗产生了恐惧感。我祈求天主，求天主引领，我只相信天主的医治方法！

在这段时间，我的一位近亲因癌症去世，化疗救不了她。我不能去柔佛新山参加她的葬礼，就在她葬礼的同个时间去圣家堂圣体室祈祷。祈祷时，刚巧一位朋友走进来，她本来要去附近吃早餐的，只是顺道来祈祷。她告诉我隐修院有一位修女患了癌症，经过化疗后，白血球下降，因而经常进出医院。后来，我去中华医院，想用中医调理，在那里又遇到一位修女，她也是患癌，化疗无效，最后希望中医能够把她治好（后来她也去世了）。我想起了我的旧邻居和我的二舅母，都是因癌症去世，化疗对她们都无效……主，祢是不是通过她们告诉我不要走化疗的路呢？

获知患上乳癌到切除手术成功，我的心一直充满喜乐平安。直到有一天，发现镜子里的我微笑不起来，喜乐不见了，因为我和先生对于要不要接受化疗，意见分歧。喜乐的心，乃是良药；喜乐不再，身体会垮。我惊慌失措，独自到白沙公园晨运、默祷、读经、反省。那天的读

经默想提供了一个问题：你是寻求耶稣指引方向还是寻找人的肯定？

我如果坚持不做化疗，我那不信主的丈夫就会惶恐度日，等着看我癌症复发，可能我病还未复发他就先倒下了。主耶稣说过：“人若为自己的朋友舍掉性命，再没有比这个更大的爱情了。”（若望福音 15:13）我愿意学习耶稣，为丈夫冒险接受化疗，倘若必须牺牲健康甚至性命我也在所不惜。

天主的教导不止于此。手上引导默想的读物，刚好有一篇关于夫妻如何解决矛盾冲突的文章，其中一句话深深打动了我的心：“如果你心里没有平安，你和配偶之间也不会有平安。”

我决定不再抗拒化疗，丈夫听了心也软化了。当天下午，我们一起出席一个介绍“葛生疗法”（Gerson Therapy）的讲座。这是在美国有60多年历史的食疗治癌法。在介绍会中，天主圣神开启了丈夫的眼睛，让他看到治癌之路有许多条，也开始认识化疗的功效和危害。过后，他积极探讨各种另类疗法，经过理性的比较，他认为还是葛生疗法最科学、最可靠。

其实，我心里想的是：如果天主愿意让我长命百岁，什么疗法都管用，但我真不喜欢化疗带来的后遗症。既然丈夫如此相信葛生疗法的疗效，就听从他吧！加上我们认识了一位刚从葛生学院学习归来的营养师，需要临床实习，我就成为他的个案病人。

想不到才开始两天，我就受不了这个疗法，受不了饮食习惯的改变，想到两年内所有食物不能加盐和其他含有化学物质的调味料，我简

直活不下去了！我马上喊停，我要去避静三天，我要确定这是不是天主要我走的路！

在避静中，我重读葛生疗法的书，想找它的碴却找不到，只好投降了。主，愿你的旨意承行。回家后，我告诉丈夫我的决定，他激动地抱着我哭，因为他多么担心我会任性地放弃葛生疗法。

葛生疗法的路非常难走，赖着天主，漫长的两年半，我挺过去了，靠的是顺服的心。我以顺服丈夫、顺服葛生疗法来表达对天主的顺服。康复的路，崎岖难行，真的是“纵使我应走过阴森的幽谷，我不怕凶险，因祢与我同住。祢的牧杖和短棒，是我的安慰舒畅。”（圣咏23:4）

我不鼓吹任何疗法，因为天主给不同的人不同的计划。我只相信“的确，谁敬畏上主，必受这样的祝福！”（圣咏128:4）。

愿天主永受赞美！





为末期病患祈祷

1981年中四毕业

黎重仪

“因此，我告诉你们：你们祈祷，不论求什么，只要你们相信必得，必给你们成就。”（马尔谷福音11:24）

主耶稣教导我们要常常祈祷，并且说，凡是我们所求的，祂必令我们满足。祂告诉我们要持续祈祷。祂为我们树立了祈祷的榜样，祂甚至教导我们如何祈祷，祂清楚地表明祂要的是我们认真的参与，祂告诉我们祂并没睡着，祂在俯听并应允每一个人的祈祷。

梁利平女士(新加坡前外交部长杨荣文夫人)59岁那年患上了癌症，当她与我们分享天主的话语时，句句如此铿锵有力，我心中那股敬畏之情油然而生。梁女士患的鼻腔癌十分罕见，且极难治愈，病患率是每500万人中，一人会患此疾病，而她竟然奇迹般地获得治愈。她在7周内完成了化疗的两个疗程后，肿瘤便消失得无影无踪，她也完完全全康复了。她的信仰见证展现了坚定的信德、诚心的祈祷、她与天主的亲密关系，同时彰显了天主的仁慈与全能，也是天主俯允所求的一个强而有力的证据。

我的大姐冰仪29岁罹癌。风华正茂的她患上骨髓癌，那对她的人生是如许沉重的打击。因大姐年轻，所以癌细胞繁殖得特别快，我亲眼目睹父母为他们疼爱的大女儿身体康复而哀号祈祷。我们全家人一起祈祷守斋。在接下来的日子里，大姐不但失去了工作，连未婚夫也离她而去，她接受了许多疗法，包括骨髓移植手术及定期洗肾。这样的日子令她受尽折磨，她挨了无比痛苦的10年，2001年，她终于撒手尘寰。

我们时常听闻当天主应允人的祈祷时，每一个方式都是不一样；有时的答案是“好的”，有时是“不行”，有时是“等待”。可是，我始终不能释怀，为什么梁利平获得治愈而我的大姐冰仪却不能呢？

身为祈祷团体的一份子，我们经常会收到别人发来的代祷意向，包括为末期病患祈祷。如果没有对祈祷有正确的认识，我们将会一开始满怀热忱地祈祷，相信主耶稣基督必会施行祂治愈的大能，如果病况没获得改善，我们会变得沮丧、希望破灭，更糟糕的是：我们觉得天主背叛了我们，抛弃了我们，最后，我们远离基督。

我们如何才能避免陷入这样的局面？难道我们真的知道什么才是为我们最好的安排吗？

耶稣对我们的福祉怀有一个计划，祂只赐我们最好的（参照耶肋米亚29:11）。但是，我们自己认为最好的，未必就是天主认为对我们是最好的。人对生命的眼光短浅，有多少人有一百份百的信心认为所献上的祈求对我们是最好的，而不是对我们有害？你或许曾听过一个故事：一个小男孩要求爸爸送他一辆电单车，他不停地央求，可是父亲知道儿子年纪小，还不能安全地骑电单车，所以一而再，再而三地拒绝他。当天主不答应我们的恳求时，我们要相信祂正善用我们的痛苦与挣扎来磨练我

们。祂正在预备我们来领受一份更丰厚、更贵重，更适合我们的礼物，那是一份慈爱的天父送给子女的礼物。

天主更在乎我们心灵的治愈

耶稣对我们属灵的健康有迫切的计划。祂关心我们心灵的健康与治愈，那份关怀大大超越祂对我们物质需要及身体健康的关怀，祂渴望引领我们的灵魂，一步一步地迈向天国，与祂永远在一起。祂大可满足我们的愿望，因为祂也不希望看到我们忧愁烦恼。然而，祂却耐心地在在一旁帮助我们成长，让我们的灵魂愈加成熟，装备我们得享永生。这才是至关重要的。圣奥斯丁有一句名言：我们的祈祷有时“或是邪恶、或是糟糕、或是有害的。”(aut mali, aut male, aut mala) 这句话的意思是：我们祈祷的心态不善，或祈祷时缺乏信德，不谦卑、不坚忍，或所祈求的最终对我们有害无益。因为天主十分在乎我们的灵魂，祂其实是耐心地帮助我们成长，引领我们走向灵魂治愈的道路。

天主的旨意还是人的意愿（参照玛窦福音6:10）

我们在祈祷结束前，都习惯这么说：“以上所求若是祢的旨意……”这句话确实是发自我们内心吗？还是有口无心？我们是否想方设法让天主的旨意迎合自己的意愿，还是让我们顺服于上主的旨意呢？我们是否真的相信并接受任何结果呢？

有一回，我在马尼拉参加弥撒，神父 Fr Bob McConaghy 证道时说的一番话，深深烙印在我的心中。他说，当事情的发展不是如我们所愿时，试着不要问“为何？”而问“何处？”——“上主，祢要我往何处去？”生命的挑战会促进我们成长，我们要让圣神启示我们成长的方向。

当天主没应允我们的祈祷意向

我们热切地祷告，但经济依然拮据或亲人依然患病而逝，我们该怎么想？我们或许会觉得天主没听到，或者天主根本不关心我们身心的煎熬。我很感恩有机会参加由已故方金官神父(Fr Ignatius Huan)主持的三天讲座，讲题是《救赎的苦难》。方神父的分享改变了我的一生。他让我明白了苦难并不是天主乐意行的事，但基督徒的苦难是有意义的。我们可以选择拥抱苦难，并把苦难转化成救赎的恩典。身为基督徒，我们有所选择；我们可以选择接受天主通过苦难赐予的恩宠，（参照哥罗森书 1:24）也可以选择抗拒苦难，拒绝天主。

方神父说生命不是一条笔直的道路，生命是一个走入心灵深处且具颠覆性的路程。方神父呼吁我们走向自己的内心深处时，不只是问“主，该往何处去？”也该问一问“该如何做？”最后，我们必须面对这个问题：“我是谁？”我们要知道自己的身份，以天主子女的身份投入基督的苦难，与祂在一起，与祂共融，参与祂的苦难，并且：“献上我们的身体当作生活、圣洁和悦乐天主的祭品”（罗马书12:1）。相信别人的善意及受苦的意义，我们会发现自己是凯旋者，我们的双眼遂能看清，其实天主在不断地应允我们的恳求。

梁利平及我的大姐皆获治愈

的确，我们的祈祷，天主每一个都俯听，有求必应。耶稣不说谎。每一个人的祈祷，对祂都是极其珍贵的，每一个祈祷，祂都俯听，祂皆应允。（参照马尔谷福音11:24，玛窦福音7:7-8）虽然梁利平及我大姐冰仪都罹癌，祈祷却带来不同的结果，但她们俩都拥抱患病所带来的痛苦，让苦难结出甘甜有益的硕果。从这个角度，天主俯听了她们俩的祈祷，赐予她们身体及心灵的治愈。她们俩皆敞开心房，揭示她们的脆弱及痛

苦，遂成为别人领受天主恩典的工具，同时，因着对主的信赖与接纳，她们明白生命的意义，与造物主的关系也愈加亲密。每个人的生命不就是为了与天主建立深厚亲密的关系吗？生命的意义不就如此吗？

梁利平向我们展现如何专注聆听圣言，紧靠耶稣至圣圣体及仰赖天主的恩宠，并转移自己的注意力，不专注于自己的病苦而是为其他人服务。藉着祈祷守斋，请圣母转求，她超越了自己的病痛，成为悦乐天主的新生命。她见证了在软弱中所汲取的力量。藉着与众多人士分享她的治病旅程、她的信仰及关爱，梁利平让天主藉着她的苦难承行了祂的旨意。

冰仪生命的终结也同样美丽，盛载意义。我们一家人虽然至今依然感到悲伤，对她满怀思念，但我们深信她已活出了生命的精彩，而且她已经平安地回到天主的怀抱，为此，我们感到释怀。她的生命曾跌入幽森的低谷，然而她绵延不绝的平安及顽强的喜乐必取悦于天主。在她生命最黑暗的时刻，大姐曾勇敢地告诉我们：“不要害怕，耶稣临近了。”她不断地赞美天主，感恩天主赐予她“如此繁多如满天星斗的祝福”。大姐罹病走过的路让我明白，疾病不是需要解决的问题，假使我们愿意配合，天主能让我们善用每一次的痛楚来荣耀祂。我们的上主的确以祂的大能善用了冰仪的苦难。医生说她只有6个月的生命，可是她多活了10年。在这段期间，天主揭示祂赐予我们全家的救恩计划。在陪伴她的过程中，我们与耶稣相遇，我们一家领洗，包括冰仪（我已领洗）。屈指一数，大姐已离世20年，然而，家人和朋友依然传承她爱主爱人以及信靠天主的美德。我的双亲如今已年过80，他们依然以自己的生命做见证，激励他人信靠天主来超越痛楚与伤逝。他们以喜乐的心事奉天主，分享祂的爱，引领许多人认识基督，更重要的是，他们为拯救灵魂而热切祈祷。

期许的信德与顺服的信德

梁利平和大姐冰仪的治愈之旅给予我们希望，她们教导我们在向天主祈求时，不只要带着期许的信德，同时也要怀着顺服的信德。我们应当怀着一颗谦卑的心，降服于天主，让祂赐予我们祂认为对我们是最好的。正如方金官神父所言，当我们一步步走向心灵深处，降服于祂，并让祂引领我们到唯独祂知道的最佳之处。我们只要专注于训练自己，让自己成为一个有同理心的人，与耶稣的十字圣架共融，深信祂对每个人都怀有一个全盘计划，那是和平而不是灾祸的计划，令我们有前途，有希望（参照耶肋米亚29:11），终极目标是让我们的灵魂得到救援。正如梁利平强调的，她虽然身体康复了，但终有一日她也必死亡。的确，我们每个人总有一天会离开我们的躯体，因此，至关重要是我们的属灵生命是否健全，我们的灵魂在离开这个世界之前，是否得到了治愈。

因此，让我们继续为一切事情，“以恳求和祈祷，怀着感谢之心，向天主呈上我们的请求”（斐理伯书4:6）。与此同时，让我们也降服于天主，因为祂有一个更丰厚、更珍贵、更美好的礼物要送给我们，那是一份超乎我们想象的礼物。因此，我们“应常欢乐，不断祈祷，事事感谢：这就是天主在基督耶稣内对我们所要的旨意。”（得撒洛尼前书5:16-18）





“我知道我对你们所怀的计划——上主的断语——是和平而不是灾祸的计划，令你们有前途，有希望。”

耶肋米亚29:11

富贵命

1981年中四毕业

黄素玫

去年六月，我与失智症协会的几位义工，带领一群老人家及其家属一起到国家博物馆，参观新加坡包装历史展。在展出的产品中，竟然看到我小时候喝过的奶粉品牌“KLIM”，“KLIM”是英文“MILK”的字母倒写。奶粉价格不菲，建国初期，很少人能负担得起。我是家中老幺，三个哥哥和两个姐姐都是喝母乳长大的，母亲说我拒绝喝她的奶，只喜欢喝KLIM，还好那年父亲升职，家里经济好转，所以母亲说我有“富贵命”。

除了喝奶粉这件事，我跟哥哥姐姐还有一处不同，那就是我患有儿童先天性心脏病——心脏有孔。

小时候，我们家住在四楼。每一次，我们一家人“爬”楼梯回家。家人都轻松从容地一步一步往上爬，而我却“爬”得气喘如牛，上气不接下气。踏进家门，我已经脸青唇白，哧呼哧地喘着粗气。后来父母亲带我去看医生，诊断出我的心脏有孔。不过，洞孔不算大，不必做心脏修补手术。因此，父亲决定让我过正常的学校生活，跟其他同学一样参加体育活动。当时，我还是短跑健将，擅长100米短跑。

1981年，中四会考结束后，我随学校的圣约翰救伤队，坐船前往位于新加坡南部的棋樟山岛，参加三校合办的露营。在露营的最后一个傍晚，我们一群人在海边散步，突然间我全身冒冷汗。我下意识地摸着胸口，发现心跳的感觉不是“扑通扑通”，而是“嗖嗖嗖”，可是天色已晚，没船开往新加坡本岛，领队的医生检查我的状况，安排一位同学陪我在营房休息……

第二天，回到本岛后，父亲赶紧带我去求医（我的母亲已病逝），医生马上安排我到新加坡中央医院求诊，医生发现我的一片心瓣不知何故破损了。当时，我的主治医生是赫赫有名的陈五全医生，从他口中，我和父亲才知道“制作”心瓣只能用心肌，不能用身体其他部位的肌肉。他希望我的心肌够健康，适合作成心瓣，否则他得用塑料制成品或猪的心瓣，取代我破损的心瓣。然而，后两者的选择都不尽理想，因为手术后还会有许多风险：我得终身吃药或每五年动一次换心瓣的手术。然而，能否用我的心肌制作心瓣？这个答案只能在手术台上，待医生切开我的胸膛，把血管接上机器，让血液继续在我身体循环，检验我那颗不会跳动，没有血液的心脏时，才见分晓。如果一切顺利，医生得当下“裁剪、缝制”一片心瓣，也同时用心肌“顺便”替我把先天的心孔补上。

在手术前的一个星期，我必须住院让医生再进行详尽的检查，妥善地做好手术的准备工作。当时，医院的心脏外科部门里，有一位叫唐敏泉的年轻专科医生，他也是父亲在公教中学执教时的学生，认识多一位与父亲有师生情谊渊源的医生，多多少少安抚了我那颗忐忑不安的心。住院的日子，除了家人朋友到访之外，我基本上是独自一人窝在病床上的，因而有很多时间让我对自己的人生作了细致而深邃的反思。那时，再过几个星期我就17岁了，能否活着过17岁的生日竟是我心中的疑问。

独自在病房里，我反复思索了两个问题：

其一，万一手术失败，我可以进天堂吗？进天堂的标准是什么？对这个问题，我没有答案。我发现大学文凭、事业有成……这种种条件都不是进天堂的标准。我深刻地领悟到，人在世间拥有的一切，都带不走……

其二，如果手术成功的话，康复后，我该如何度过余生？我才17岁，最切身的问题就是学业了，但是，如果文凭、事业、地位都不是进天堂的标准，那我为什么还要继续求学、考取学位？教育的本质是什么？是不是有更具意义的事情等待我去做呢？

然而，在与死神如此接近的时候，最迫在眉睫的问题是：耶稣是真天主吗？我所信的天主教是不是“自欺欺人”的精神寄托？

感谢天主，就在我动手术的前两个晚上，我正睡得香甜，不知怎的，我半睁开眼睛，看见圣母就站在病房的窗边。我心想：或许那是我勤念玫瑰经，祈求圣母代祷，心灵与圣母接近所产生的幻觉。我再推理：如果勤念经就能够做到“日有所思，夜有所梦”的话，那么，应该能推动很多人念玫瑰经了吧？当下，我知道圣母来探访我，病房里的宁静和我内心的平安是难以形容的。主耶稣是真天主，玛利亚是祂母亲，如果我真的因手术失败，离开这个世界，我知道自己会往哪里去。

手术后，我被推进加护病房里，也不知昏睡了多少个小时后才慢慢苏醒。醒后我没有感觉任何不适，但是监测我身体状况的仪器突然发出紧急铃声，值班的唐敏泉医生和一群护士立刻冲进病房，还推进来另一台仪器。我躺在病床上，清醒且平静地看着他们紧张急速地抢救我的生命。除了那一次的“紧急状态”，我的康复过程算是很顺利的，我前后只向

校方请了一个月的病假，就回返初院上课，更重要的是我的心瓣是用自己的心肌制作的，过后不必终身吃药或面对每5年更换心瓣的手术风险。

我知道即使我有财力聘请世界上医术最高明的医生，可是，能否有健康的心肌完全掌控在我造物主的手中，只有祂能让我不再需要见到医术高明的医生。我知道自己的生命是受到天主的眷顾与庇护的。我的心脏直到今日依然未有任何后遗症，即使在我三次怀孕及分娩，心脏都没有出现状况，三个孩子都顺利地出生，而且健康活泼。感谢天主！

回想入院接受手术前，我外观完好，体内的心脏却大有问题。手术后出院，我的外表“破了相”，胸膛被锯开，留下一道深深的疤痕，但是，体内的那颗心脏已经修补好了。让我惊讶的是，我感觉自己的心态完全改变了，我看淡了世俗的名利，富贵享乐，我变得与世无争。不争并不是惰性使然，而是我真的没有动力去努力赚钱、刻意地去建立名声了。

记得，圣保禄宗徒说过：“我生活已不是我生活，而是基督在我内生活。”（迦拉达书2:20）我对这句圣言感触良多。

对从鬼门关回来的我，我深知我的生命不是我所能掌控的，我的第一个生命可能是“富贵命”，然而，耶稣基督给我的第二个生命是属于祂的，我得效法圣保禄宗徒，努力活出基督徒的生活。



暂别

1979年中四毕业

黄素华

2013年1月18日，星期五晚上将近12点，我的大儿子宏恩从教堂青年团的每周活动回来。他洗完澡后申诉头异常剧痛，我们急忙扶他回房躺下，不久，他就在我和丈夫面前昏迷过去了。我们赶紧召来救护车，宏恩的爸随救护车把他送往医院。在救护车里，他的心脏已经停止跳动，经过一番抢救，还是回魂乏术，2013年1月19日凌晨逝世，天主就这样在一瞬间就把我的儿子召回天国了。

那年，他才19岁，死因是颈动脉瘤破裂，导致脑部内出血。这个病最致命的一点是患者不一定有症状显示，不过一旦动脉瘤破裂，很可能瞬息辞世。

他的不告而别，让我们跌入痛苦的深渊，包括我的先生、两个小女儿、宏恩的爷爷奶奶和亲戚朋友们。身为母亲的我，更是跌落痛苦无助的深渊。

我来自天主教家庭，从小就跟随家人参加主日弥撒，在圣尼各拉

女校十年的求学生涯中，一直都是循规蹈矩的学生，中学时就积极参加学校的圣母军活动，大学毕业后，与大学相恋的男友结婚，嫁入天主教家庭。我怀孕第一胎时流产，过后生下宏恩，但他从小患上严重的皮肤病，我的老幺也是因早产而成为特殊儿童。面对接二连三的挑战，我从不抱怨天主，反而靠着信德和祈祷的力量，努力地活出天主子女的生活。

但是这次，宏恩的突然离世，让我承受极大的痛楚。

“天主，这孩子是祢交托给我的，现在祢把他带走，我不‘反对’。但是，请祢告诉我，如今他是在祢身边。”打从宏恩离开的那一刻，我时刻地向天主哭诉、祈求。

1月19日下午，宏恩的灵柩抵达后港圣母圣诞堂旁的殡仪馆，许多教友和亲友都前来吊唁，为宏恩祈祷。一位教友在祈祷后告诉我，当她在祈祷时，看到宏恩非常开心，她从未见过他如此喜乐的面容。“主啊！难道这就是祢给我的回应吗？但我并不满意，这并不表示宏恩已经跟你相聚了。”那时候的我，犹如一个刁蛮的孩子，不断地向天父耍赖、哀求。

守丧的第二天中午，青年团的朋友结伴来祈祷。祈祷结束后，一位年轻的女孩向我走来，原来她是青年团的主席。“阿姨，刚才当我们在祈祷时，宏恩来找我，他要我告诉你，叫你别哭。他很开心，他的皮肤病已经完全痊愈了。”听了她的话语，我心里对天主说：“主，我相信宏恩已经到祢身边，但是，祢可以给我多一些他的讯息吗？”

在接下来的几天，有不同的主内弟兄姐妹前来告诉我，当他们祈祷

时，看见宏恩与主在一起，与圣母在一起。这些讯息给我极大的安慰和精神上的支持。我虽然心里难过，但我知道他已经与主相聚，这是我继续生活下去的力量。

虽然我深信肉体的死亡并非生命的结束，只是改变，但我和儿子的关系就如此结束了吗？我不相信，我该怎样跟他联系呢？我深信他已经到了天堂，享受永远的福乐。在世间的我，不能跟儿子联系，感觉有如一根刺，深深地刺痛我的心，那种伤痛是非笔墨所能形容的。

惊吓、离别的痛苦和深深的思念让我患上恐慌症。我的内分泌因为内心巨大的痛楚而失调，我得接受心理医生的治疗，通过服药来稳定情绪，我也同时接受心理辅导，让我对与宏恩的母子关系有个健康的认识，不再存有内疚。患上恐慌症让我明白：除了靠祈祷，心理医生和心理辅导员都是天主派来的专业助手，帮助我们渡过生命的低谷。患上心理疾病并不可耻，并不代表信德不足，天主知道我们的需要，祂是一位慈父，希望看到子女开心、早日恢复健康，因此，我们要以开放的心，谦卑的心及时接受帮助。

在儿子去世的一年内，我除了接受心理医生的治疗和辅导员的心理辅导，我和丈夫伟翰也飞往香港，在长洲的避静中心参加12天的避静，并邀请吴良国神父担任我们夫妻俩的避静神师，针对儿子的突然离世，进行心灵上的治愈，他不单是神父，也是受认证的专业治疗师。在避静的那段日子，他教会了我默观祈祷和一些方法。那12天的避静，我深深体会到天主治愈的力量。

回到新加坡，我继续定时见心理医生，他逐步减少我的药量。不

久，我就不必再去见心理医生了感谢天主！

我永远忘不了宏恩第一次来到我梦中的那一幕。

当时，我在工作上遇到很大的挑战，我在梦里跟儿子说出工作遇到的难题，还问他是否支持我继续这份工作。他向我点点头。接着，我请他为我代祷，他也点头答应了。梦醒之后，我的工作虽然繁重，面对许多新挑战，但是都能够迎刃而解。当我的情绪逐渐平稳，生活恢复平静后，每当我遇到任何问题，就会向儿子转求，都得到了天主的俯允。我深信他就在天主身边，天主也愿意答应宏恩提出的要求。

这些年来，当我特别思念他时，就在心里邀请他到我的梦中。他果真来了。我问他过得好吗？他说比世间开心，我听了好欣慰。但是，我必须从梦中醒来，那离别的滋味很难受，我得用三天的时间来平复我的情绪。经过两次这样痛苦的离别，我就决定不再请他来到我梦中了。

虽然我与儿子生前的关系不是十全十美，但我们经常沟通、谈心，生活上也难免会有伤害对方的时候，但是过后我们也相互道歉。如今我看不见宏恩，但是我们的关系依然存在，甚至比以前更密切，我想是少了口角，没有意见的分歧，而且多了共同合作的愉快。他在天堂，我在世上，我告诉他我会继续为主服务，等到哪日天主召我回返天国，请他一定要来迎接我！

回顾这一生，天主给的恩典真是数算不完，正如圣咏作者所说：“我应该要怎样报谢上主，谢祂赐给我的一切恩佑？”（圣咏116:12）

啊！上主赐我宏恩，我将何以回报？

儿子宏恩是上主赐予的，现在祂接他回去了，亲爱的人离开尘世虽然痛苦难舍，感谢天主让我深深体会到，那只是暂别，并非永别。

我想再说一遍：上主赐我宏恩，我将何以为报……



看见耶稣

1965年大学先修班毕业

陈蕴梅

我在1987年领洗，成为天主教徒。领洗后，我常常想：我们怎么能在别人身上看见耶稣？

当我的先生钟柱石患病，在医院留医的半年里，在那段期间，我看见了耶稣。

2017年12月，接近年终时，柱石被确诊患上了小肠癌，医生安排他在隔年的2月22日进行外科手术，那也是庆祝了华人新年的数天之后。外科医生向我们保证那是蛮普通的手术，成功率高达95%。因为我的弟弟在一年前也接受过同样的手术，而且已成功地复原，所以我们也对柱石接受手术充满信心。

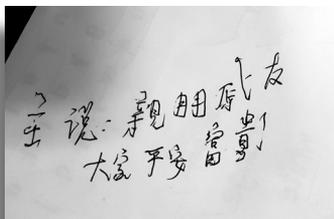
手术前，神父们、圣婴修道会的修女们、还有许多教友和不同宗教信仰的朋友们，都承诺为柱石祈祷，希望在天主的护佑下，柱石的手术成功，并迅速康复。我们大家同心献上虔诚的祈祷。手术看似成功，医生也安排柱石数天后出院回家休养。不料，他却呆在医院6个月不曾回过

家，离开医院的时候，他也就回返天家，往天父那里去了。

记得手术后的第5天凌晨3点，我在家接到医院来电通知我，柱石忽然呼吸极之困难，被送进了加护病房，还得接上维持生命的呼吸器。这突如其来的噩耗，让我顿时愣住了，我心乱如麻，热切地为柱石祈祷，我知道此时此刻，我唯一的依靠就是全能的天主。

在加护病房昏迷了4周后，柱石终于清醒过来。虽然他全身剧痛，但不论是面对家人、医护人员或来探病的好友，他依然露出一丝微笑。柱石是很能忍痛的，当他痛得难以忍受时，也只是紧闭双眼，轻轻地说：“痛！”当我们在床边为他祈祷时，他都虔诚地手握念珠，默默地听我们的祷词。尽管他正忍受着巨大的痛楚，但他的面容依然散发出光辉。他不能说话，但仍用颤抖的手写字条，要我回家休息。在复活节，他写了好多字条感谢朋友。

我见证了他对天主全心、全灵的信靠，所以我的祈祷十分简单；我仅祈求天主的怜悯，祈求“只承行天主的旨意”。我俩经常一起赞美天主，赞美祂赐予我俩亲密相处的时光，更赞美天主与我俩相处的时光。我俩的内心都充满平安，期待着天主一步步揭示祂在柱石身上的计划——我们在天主的时间里期待，无论结局如何……



接下来的几个月，日子过得很模糊，因为他的病情时好时坏，不断进出加护病房、普通病房及社区医院。我每天从上午9点陪在他身旁直到晚上7点才离开。

2018年8月，柱石被送往位于宏茂桥的社区医院养病，以增强他的免疫系统，来对抗不断侵袭的病毒。我在他的病床旁过夜，他的几个好友也经常来探访他。国庆日当天，我们一伙人，坐在电视机前，一起观赏国庆庆典的现场直播。

庆典结束后，朋友们相继离开，我帮柱石清痰，可是，当晚他肺中的痰却不停地涌出，每隔几分钟，我就得替他清痰。到了凌晨四点钟，我已经累得睁不开眼睛，迷迷糊糊地睡着了。清晨5点半，护士叫醒我，说他把插在咽喉里的喂食管拉了出来，得赶紧把他送往国立大学医院。当时，我以为是他不小心无意间把喂食管拉扯到。可是，接下来几天，他多次把喂食管拉出来。问他原因，他告诉护士有一个男人要他这样做，我们都认为他在开玩笑。三个星期后，他安详地离开我们，回到天主的怀抱了。

其实，在8月中旬，医生已经告诉我们，在柱石体内的病毒已经无法灭除，一切疗法都不会有任何效益。而且，癌细胞已经扩散到肝脏，他们只能给予他临终护理，尽量减轻他的痛楚。听到这个消息后，我和孩子们都分秒必争地陪在他身边，我们玩牌、纸板游戏，听着一首又一首的圣歌。

当柱石的弟弟柱宏来探访他时，柱石伸出双手，分别握着我和柱宏的手，用平宁的目光注视我们。当我们问他有什么事情要我们帮他做

时，或者有什么话想对我们说时，他平静地摇摇头。我们内心也感受到平安，那也是他兄弟俩最后一次见面了。柱石于2018年8月31日回归到主的怀抱，因他全心信靠天主，所以全然沉浸在天主赐予他的爱中，安详而平和地离去。

就在那6个月，我在柱石身上看见了耶稣。他对耶稣的信德让他的脸庞有如一面明镜，反映出主耶稣的容颜，而他对亲友及家人表现出的无限挚爱，其实就是耶稣对人类的爱。柱石让我明白了，谁信赖耶稣，谁因爱耶稣而爱人，别人就能在他身上看见耶稣。



手上的 一枝玫瑰花

1961年旧制高中毕业

李淑娟

丧礼总是叫人心里感到十分沉重、难过与悲伤的。

基督信徒们到治丧处为新亡者祈祷，能在信仰上带给亡者家属安慰和无比的力量，同时对非信徒亲属来说更是一个见证信仰和福传的机会。我曾参加过一个与众不同的追念与告别仪式——那是我的代女妙娥的告别仪式，令我感触良深，愿意在这里与大家分享。

那一个晚上，在灵堂上的祈祷过后，带领祈祷的小组特别准备了一些粉红色的玫瑰花，分发给在场的每一位亲友；并请大家把手上拿着的这一枝美丽的玫瑰花，在柔和的音乐声中，慢慢地走上前，靠近灵柩，默默地向主内安息的妙娥，道出心中想要向她说的话，然后献上玫瑰花。我注意到几乎每一个人的眼里都闪着泪光，特别是她的家人及亲属，告别时神情悲切，告别后久久不舍离去。

这个简单而又特别的献花与告别仪式意义深长，令人感动。因为这样的安排，使得每一位在场的亲友们都有机会和有足够的时间，好好地

与离去的亲人或友人道别与道爱。

过后，祈祷小组的负责人邀请在场的亲友出来分享自己对妙娥的感言。以下是我的分享感言：

亲爱的妙娥：

你走了，从你疼爱的家人中离去，回到天上父亲的怀抱中去了！今晚，主内的兄弟姐妹来这里带领你的家人，包括你的姐姐妙芝、你的侄儿侄女们一起为你祈祷。我们的心情非常沉重，你的离去给你的家人带来巨大无比的伤痛。你的侄儿对我说：“淑娟阿姨，我的心好像被挖空了，我的头脑里一片空白。祈祷时，我感到恍恍惚惚。”祈祷结束了，耳边响起《奇异恩典》和《友谊万岁》的音乐；我轻轻地推了他一下，说：“嘿！醒醒，给你一枝玫瑰花，还不快快上前去给你的小姑姑献花。”

他突然警醒过来，接过那枝玫瑰花，紧紧地握在手中。是的，他是该借着这一枝象征爱的玫瑰花，好好地向你——他亲爱的小姑姑道谢和道别的。

亲爱的妙娥：我知道你的侄儿和他两个妹妹，从小就是你的跟屁虫。自从他们的妈妈不在身边，十几年来一直都是你把他们带大的。你不只是照料他们的饮食起居，更照顾他们灵命的成长，还带他们上教堂，参与主日弥撒及上要理班。学校假期，你也会花钱带他们去看场电影或到小贩中心吃一顿晚餐。他们童年时期的欢乐与今天的成就，都是因为有你无私的付出。

你为什么这么爱他们，为了这三个侄儿侄女牺牲了自己的青春与享

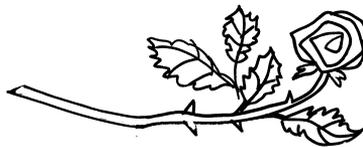
乐？无疑的，那是因为你心中充满了天主的爱，你活出“爱天主”、“爱近人”的圣言，以你的行为见证了的信仰。

我亲爱的代女：从此，你不必再忍受肺癌带给你的痛苦了，这是我和你家人心中最大的安慰。我借着手中这一枝玫瑰花向你最后致敬，表达我心中对你的爱，你安息吧！到天主的乐园里享受永远的喜乐、幸福吧！

圣咏23篇说：“我将住在上主的殿里，直至悠远的时日。”（圣咏23:6）请你在天父的家安心住下吧！

编者注：

此篇见证乃作者刊载于新加坡天主教出版的中文双周报《海星报》第1685期（2019年11月10日）的修订版。



走过阴森的 幽谷

何桂珍口述

何若锦执笔

孤儿院里

我生于1937年，我是家中的老大，有两个妹妹。在我大约两岁的时候，第二次世界大战（1939-1945）爆发，影响到远在亚洲的各国，新加坡也无可幸免。跟着1942年2月15日，日本皇军入侵，新加坡陷入日本的恐怖统治，因此，我的童年是生活在阴森恐怖，充满硝烟的氛围中的。为了逃离日军残暴的魔掌，我随着父母躲到俗称“四脚亭”的山芭里避难（现在中峇鲁一带）。

好不容易盼到和平的日子到来，父亲却不幸患上肺癆入院留医。那年我才9岁。为了维持生计，母亲找到了一份家庭工。打家庭工必须住宿雇主家，母亲十分踌躇，担心我们三个年幼的女儿没有人照顾。病重的父亲嘱母亲向他的好友求助。当时父亲的好友在奎因街圣伯多禄圣保禄堂当厨师。他非常热心带我们见神父，将我们一家人迫切要解决的难题告诉神父。神父建议我们去圣婴修道院，请求修女让我们寄住在修道院里的孤儿院。于是，父亲的好友领着我们走了一小段路，来到维多利亚街圣婴修道院，负责守门的修女知道我们的困境后，她请母亲和父亲

好友在楼下等候消息，然后带我们三姐妹上楼见院长。我记得那名院长有一双好大的蓝眼睛，当她知道我们的身世后，怜爱地望着我们，轻轻地摇摇头，很低声地说：“OK”。虽然我们不是孤儿，但慈祥的院长愿意让我们三姐妹隔天就搬进来孤儿院住宿，让母亲可以安心去工作。

母亲带我们回到牛车水的家收拾衣物。那时，我们的“家”也不过是租来的几个床位。可是，贫困的母亲连一个月40元的租金都付不起，包租的已多次要赶我们搬走。我永远忘不了那个晚上，母亲一边收拾我们的衣物，一边不停地流泪。

第二天，我们母女分离了，唯一令母亲放心的是，很幸运的我们姐妹三人的住宿和三餐已有了着落。在孤儿院的第一个晚上，我思潮起伏，难以入眠，便悄悄地走到窗口，倚在窗沿，望着史丹福路上来往的车辆。心里悲切地想：我为什么会住在这里？等我转身回到床边时，发现小妹妹正在低声哭泣，她哭着说想念妈妈。可是，我自己满心难过，不知怎么去安慰她，只好强忍眼泪对她说：“不要哭，我们在这里有一天过一天。”

住进孤儿院后，我们三姐妹被安排到学校上课，成为圣尼各拉女校的一份子。校方根据我的年龄把我编进五年级，李婉清老师是班主任。其实，我之前只念过四个月的一年级，而且只会说广东话，不会说华语，根本听不懂老师们的讲课。不久，年终考试到来了。我面对考卷，脑袋一片空白。李老师收卷子时，发现摆放在桌子上的是我的“白卷”。这件事之后，校方考虑到我的学习能力，第二年，我被编入二年级上课。从那时起，我听懂老师的讲课，学习的信心增强了。我非常珍惜这个学习的机会，每个月的测验成绩都令人满意。由于二年级的学生年纪小，

也比较喜欢玩耍，所以我跟她们打成一片，学校生活过得很开心。

记得那时，每天早上，孤儿院的孩子们都得穿上制服到小教堂参加弥撒，星期天则穿另一套制服，步行到对面的善牧主教座堂参加弥撒，虽然我不是天主教徒，却也在那时候开始接触弥撒礼仪。孤儿院里的日常用语是马来语，我很快就学会说马来话，能用马来语和别人沟通了，慢慢也就习惯孤儿院里的生活了。

在孤儿院里生活，除了上课，我们都得参与劳动，每个人都被分配负责一些工作，工作是每三个月轮换一次的。工作包括协助厨房，为主教、神父和修女们洗烫衣服、打扫教堂，洗抹教堂的跪凳和长椅，到婴儿房照顾幼小的孤儿，包括喂奶和清洗尿布。婴儿房工作需要轮值夜班。不过凡是值夜班的，半夜时分可以分到一杯热茶和两片面包，当时这简单的茶点是我们特别稀罕的“享受”。

然而，我们三姐妹最期待的还是每个月母亲的探望。母亲总会买一些干粮带给我们。战后物资贫乏，我们在孤儿院里的三餐，其实很多时候是吃不饱的。母亲那一包满溢母爱的饼干，不但可以充饥，更滋润了我们那颗渴望母爱的小小心灵。

结婚成家 重返母校

我在圣尼各拉女校只读了两年书，因为孤儿院收留的孤儿都是幼童，我已经十二岁了，“老儿童”必须离开孤儿院了，但两个妹妹尚年幼可以继续住下来。

踏出圣婴修道院的大门，也意味着我就从此离开母校。那时，父亲

已病逝，母亲仍然住在雇主家。当母亲到孤儿院接我回家时，我想：何处是我家？我孑然一身，孤独一人，无家可归。后来母亲带我去投靠姑妈，挤到姑妈租的床位，姑妈睡床，我睡地板。为了生活，我开始到一家树胶厂工作，赚取微薄的薪水。十五岁那年，姑妈和母亲商量给我找头好人家出嫁，于是，在长辈的撮合之下，我结婚了。我的丈夫是一名勤劳的德士司机，人品优秀，我们俩很恩爱。

我离开孤儿院后，每个月都和母亲回去探望两个妹妹。记得有一次，我抱着几个月大的女儿和母亲在修道院入口处等候妹妹出来和我们见面，李修女刚好坐在一旁，她听见我和母亲用广东话交谈，便用广东话问我们为了什么事来修院。当她知道女儿平日由家翁看顾，我则每天到树胶厂工作，日薪仅有两元四角，便问我是否愿意到学校当清洁工，清洁工的月薪是一百零二元，两者相比，回来母校工作的待遇“优厚”多了，李修女还给我一天的时间考虑。

第二天，我便到学校见李修女并签下合约。就这样，我重返母校了。从那天起，我又再度成为圣尼各拉女校的一份子，并在母校一直工作到退休年龄，许多届的学生都认识我这名清洁工，她们见到我，都亲切地叫我“桂珍阿姨”。

在圣尼各拉女校工作了一段日子，有一天，我到住家附近的圣弥额尔堂参加主日弥撒，一位教友问我是不是天主教徒，我摇摇头。她又问我是否愿意到她家学要理，以后可以领洗进教。我告诉她，白天家翁帮我照顾孩子，已经很劳累了，下班后我必定要回家准备晚餐，实在抽不出时间在晚上出门学要理了。这位教友很热心，她愿意每周一晚到我家给我上要理课。她很认真也很有责任感，如果我忘了前一次所学的要

理，她会很有耐心地帮我一再复习。非常感恩的是家翁和丈夫从来没有反对我学要理。当时我们一家人住在一个房间，每一次我读要理时，他们都静静地“缩”在一角，生怕打扰我们。半年后，我和五岁的大女儿一起领洗，正式成为天主教徒，我的圣名是Agatha，要理老师雷太太是我的代母，那一年我26岁。几年后，在天主的引领下，我的母亲也领洗了。

然而，幸福平静的日子，就在那黑暗的一天嘎然而止！

那一天，噩耗犹如晴天霹雳，我被告知一名神经失常的年轻人拿了一把刀，冲进梧槽坊的一间咖啡店，连捅了三个人。在他逃跑时，被一个身材高大的洋人制服，当场捉拿归案。被捅的三人中，两人受重伤，而不幸伤重身亡的是我的丈夫。我带着悲痛欲绝的心情，随着警察到警察局协助查案，未能到医院为丈夫处理后事，反而是李修女亲自到医院去为我办理一切手续。当我终于赶到验尸亭时，还未见到丈夫的遗体，便感到天旋地转，昏了过去。

那把声音

我的家破碎了，30岁就成了寡妇，此后，我要独自负起养家的责任，我要照顾年迈的家翁，抚养两个年幼的子女，最凄惨的是我腹中怀着第三胎，可怜的孩子，还没出生就没有了爸爸。

由于丈夫的死是刑事案，这类案件的审讯过程很长，在法庭还没有判案前，我经常被传叫上法庭。有一次，他们给我看丈夫死状的照片，我当时悲从中来，差点儿晕了过去。有一天，当我在打扫学校的楼梯时，在阴暗的楼梯转角处，忽然有一把男性的声音呼唤我的圣名，在我耳边清晰地说：“Agatha，你要原谅你心中想的那个人。”我立刻回头去看，

发现四下无人，感到十分害怕。后来，我继续低头扫地，其实我扫地时心里并没有想着任何人，所以对那句话百思不解。那把声音很快就消失了，我也没机会向“那把声音”问个清楚。

不久，第三次开庭的日子到了。上庭的那天早上，李修女不能陪我出庭，但她早已在几天前细心地教我在法官面前该说些什么。当天，我挺着大肚子独自一人上法庭。我踽踽独行，满脑子想着的就是那名可恶的杀人犯，我和他素昧平生，更与他无冤无仇，他竟然用无情的一刀毁了我一家人的幸福，害得我家破人亡。熊熊怒火像滚烫的泉水，在我的胸腔里沸腾。倘若我手中有一把刀，我一定会狠狠地刺向他！

来到法庭，我看到杀人犯的母亲在一旁默默流泪，她那衰残瘦弱的身体仿佛被伤痛揉成一团。她用无神的泪眼看着那站在犯人栏里——她那年轻的独生子。我无由地想：如果她的儿子被判刑，她就无依无靠了；接着，我又想这心碎的母亲会否因儿子服刑而跳楼自杀呢？瞬间，她那慈母的泪竟然变为一桶冷水，当头当脑地淋向我，浇灭了我心中那股仇恨的怒火。我对杀死我丈夫的那名犯人的怨恨骤然消失，心里有的是对他那位伤心欲绝的母亲的怜悯。

当法官问我有什么要求时，我将李修女教过我的话忘得一干二净，我只说：“您说该怎样就怎样吧！”就在这一刻，我突然醒悟：“那把声音”要我原谅的就是眼前的杀人犯。其实，我当时并没有真正原谅那个杀人犯，而是同情他的母亲。不过，当我意识到天主要我原谅他，我心里就决定为他献一台弥撒，希望法官不要判他死刑。那时一台弥撒规定奉献5块钱，我就省吃俭用，几毛钱几毛钱慢慢地存，存够5块钱才到圣伯多禄圣保禄堂献弥撒。

“那把声音”或许是属于天父的；又或许是属于主耶稣的。主耶稣被钉在十架上，垂死那刻不也是为人类留下宽容的身教吗？感谢天主及时引导我，赐我智慧。我明白自己必须要化解心中的仇恨，才能坚强地面对生活的挑战，因为照顾家人的艰巨任务需要我那羸弱的双肩去承担。

天主派来的天使

当年在学校的众多老师中，英文老师 Mrs Sequerah 和我的感情特好，我们日常以马来语沟通，言谈甚欢。有一天，她突然建议我去竹脚妇幼医院检查身体，因为那时刚好有给妇女作体检的配套。我也奇怪自己当时为什么没有拒绝她，只是提出了一个条件：她必须带我去医院，因为我不知道怎么搭车去，她也很爽快地一口答应。于是，我向李修女请了半天假，放学后由 Mrs Sequerah 开车载我到医院门口，她嘱咐我拿身份证去登记，因为她得回家照顾孩子，不能留下来陪我。

那一次的体检，医生发现我患了子宫癌。由于癌症仍属第一期，我没有感觉任何不适，毫无病征。医生建议我切除子宫，要先征询丈夫的意见。当医生知道我丈夫已去世，便立刻安排日子为我动手术。

那年代，许多人即使生病了，都不愿意去看医生，生活清苦的我肯定舍不得花钱去看医生做体检。倘若让癌细胞有机会蔓延，等到病情恶化，癌症升级，痛得无法忍受时，已是病入膏肓，药石罔效了。在那种情况下，我的三个年幼孩子就难免变成孤儿了。天主真爱我！主耶稣真好！祂派遣 Mrs Sequerah 这位人间天使，领我去做体检，及时切除病灶，保存了我的生命。

我深信因为我的卑微，仁慈的天主一直眷顾着我！

一场车祸

多年后，一天，儿子驾车，我坐在副车座。在前面行驶的德士突然放慢速度，儿子紧急刹车，殊不知刹车器失灵，车子直撞上了德士车尾。车子的冲力很大，儿子系上了安全带，所以没有受伤，而我系上的安全带却裂开了，我的身体重重地摔向汽车仪表盘，当时我体外并没有创伤的痕迹，可是到了晚上，胸口剧痛，浑身不舒服。好不容易熬到天明，到医院接受检查，X光片上显示我的几根肋骨裂了，有的几乎快断裂，医生安排我在第二天接受手术。在手术前，医生特别安排我再照一次X光。结果，医生看了第二次的X光片，告诉我不必开刀了，只要有足够的时间休息，身体自行修复，骨裂处将会自然愈合。

当我被转到普通病房后，值班医生看了我的报告，啧啧称奇，因为那场车祸相当严重，其实我的伤势并不轻，奇怪的是我竟然无须接受手术，医生们认为我确实非常幸运。当我躺在病床上休息时，偶尔有医护人员来到床边，他们翻看我的病历表，总是彼此低声惊叹：“伤得这么重，竟然不必动手术，真幸运！”

人人都说我幸运，只有我知道那不是幸运，那完完全全是天主施行的奇迹！天主的全能！天主的慈爱！感谢主！赞美主！

那段躺卧在病床上的日子，我真正感受到天主对我的爱。我下定决心出院后，要做个热心的教友，好好履行教友的责任，光荣天主。

而今，我参加圣母圣诞堂的华文圣经小组。此外，我也参加教区华文灵修组的代祷小组，每个星期三上午和代祷组组长一起为世界及需要的人祈祷。我每天下午三点念上主慈悲经，并且参加平日弥撒。我每天

都盼望傍晚的到来，因为我可以到耶稣君王堂参加平日弥撒，我特地提早到教堂，自己先念玫瑰经，再参加弥撒。我喜欢到教堂亲近天主，因为教堂给我“家”的感觉，我喜欢参与弥撒，喜欢领圣体。因为我喜欢跪在祭台前，迎接主耶稣降临我心里。每次弥撒过后，我的心里总充满平宁喜乐。

我今年83岁了，大女儿和小儿子都先我而去，回到天主身边。我感谢天主俯听我的祈祷，次子勤奋向上，事业有成，已成家立室，给我添了两个男孙。天主也保佑我唯一的外孙女，她年纪轻轻，在工作上交出斐然的成绩。天主赐我健康，让我在有生之年参与教会活动，扎稳信德的根。

回想我这一生的经历，可说是苦难重重，但天主从未离弃我，纵使走过阴森的幽谷，也不怕凶险，因为我知道上主与我同在。(参照圣咏23:4) 感谢主！赞美主！



访谈后反思

访谈桂珍，听她的故事。虽然她神情淡定，语气缓和地述说着人生遭遇，但是依然无法压抑那股撼动人心灵的力量。每一个故事都显示出桂珍命途多舛，却也彰显了天主对她的爱。天主对世人的爱，本质相同，唯方式不尽相同。我相信天主给予桂珍的是“严父式”的爱。

访谈结束，踏出桂珍那窗明几净，一尘不染的房子时，浮现脑海的竟然是圣咏的诗歌：“纵使我应走过阴森的幽谷，我不怕凶险，因祢与我同在。祢的牧杖和短棒，是我的安慰舒畅。”（圣咏23:4）我认为这段诗歌就是桂珍信仰见证的写照，因此我便给这篇信仰见证命题为《走过阴森的幽谷》。



轻微细弱的 召唤

林秀蔭

我出生于1938年，老家在槟城，上有一个姐姐，下有一个弟弟，我是家中的老二。第二次世界大战（1939-1945）的战火蔓延到东南亚，在那战乱的日子里，所有小孩都没机会上学。战争结束后，父母带着我们姐弟三人搬迁到新加坡，我在崇福小学上课，许多学生都像我一样是超龄生。小学毕业后，我随同学一起报读圣尼各拉女校的中学部。

在那里我交上几个好朋友，她们都是天主教徒，而且皆因母亲早逝，所以凡事都自己做主，年纪小小的她们自己决定洗礼成为天主教徒。我虽来自佛教家庭，每个星期六我也随同学去圣雅丰索堂（俗称 Novena 诺维娜教堂）参加圣母九日敬礼，星期天就随她们一起去圣伯多禄圣保禄堂参加弥撒。父母健在时，我从来没有向他们表达要成为天主教徒的意愿。

高中尚未毕业，我就到澳洲墨尔本修读美术及广告设计的课程，毕业后在那里从事相关行业。在澳洲六年，我依旧参加主日弥撒。回到新加坡后，我继续从事广告设计，生活十分忙碌，我的先生虽然是非教

友，却也愿意跟我和三个孩子一起参加主日弥撒。

当我的女儿到了报读幼儿班的年龄时，圣尼各拉女校刚好准备开办启蒙班。在李宝丝校长的主催下，学校举办启蒙班校服设计比赛，邀请第一届启蒙班的家长参加，没想到我的设计获奖了！能用天主给我在美术设计上的天赋，为母校作出贡献，让我感到十分欣慰，赞美主！

随着女儿进入圣尼各拉女校求学，我又再度回到母校的怀抱。我是校友会的创会会员之一，当年的创会会长是欧进福博士的夫人叶伊娜。校友会合唱团创立时，我也加入成为团员，直至今日。虽然，我身兼校友及家长的身份，在母校的各种活动中十分活跃，可是，不知道什么原因，我还是没有领洗的意愿。

1995年，我们一家住在西海岸，所以便到最靠近住家的圣十字架堂参加主日弥撒。当我知道教堂即将开办英语和华语的慕道班，我决定报名参加，目的是为了多了解天主教的教义，而不是为了要成为教徒。那时，英语慕道班上课的时间对我不合适，于是，我就报名参加华语慕道班，负责老师是何国章兄弟，他上课讲解清楚又有说服力，让我对天主教信仰有了更深入的认识。上完了一年的课程，我决定领洗。

许多人在生命中遇到许多风浪，获得天主的护佑，因此深深地感受到天主的爱，可是我的事业、健康、家庭生活却是如此一帆风顺，现在已有七个孙子孙女。丈夫逝世后，我依然过着愉快健康的生活，每周参加校友合唱团活动、打高尔夫球、跟朋友搓麻将、学习国标舞、泳池健身操等，偶尔帮忙接送孙子，天主一直恩赐我丰盛多彩的生活。

我认识天主的过程是那么平淡、自然。就如厄里亚先知与上主在山洞的相遇：“那时，上主正从那里经过，在上主前面，暴风大作，裂山碎石，但是，上主却不在风暴中；风以后有地震，但是上主亦不在地震中；地震以后有烈火，但是上主仍不在火中；烈火以后，有轻微细弱的风声。厄里亚一听见这声音，即用外衣蒙住脸出来，站在洞口。遂有声音对他说：‘厄里亚，你在这里做什么？’”（列王纪上19:11-13）

我不曾在颠簸摇晃的生命之船遇到天主，我是在友情中认识天主，在轻微细风中享受天主的爱。哲学家马丁布伯说过：“每个人都能通达上主，可是路径不一样。”

但愿你也能在轻微细弱的风声中，听到天主的召唤，沉浸在祂的爱中。



“烈火以后，有轻微细弱的风声。”

列王纪上19:12



[回到目录](#)

牵引

1975年大学先修班毕业

潘嘉丽

我在维多利亚街的圣尼各拉女校校园度过了12年的求学生涯，从一年级到高中，是母校最后一届的高中毕业生。在那个年代，只有天主教徒才需要每天提早到学校，在上课前参加要理班，认识耶稣，学习基本的天主教知识。我虽然不是天主教徒，但是不知何故，要理班的名单上竟然有我的名字，故此，从一年级开始，我每天早晨都得去上要理课。我还记得，一年级教我要理的是何若锦老师。

当年的校长李芳济修女非常注重要理班。每天要理班结束后，李修女就拿着要理班的点名册，在升旗礼大声地叫缺课者的名字，质问缺课的原因。我也曾因为迟起床，错过了要理班上课时间，而被“点名”。我感到非常难为情，从此乖乖地早起，乖乖地去上要理课。

求学时，我每天一踏进校门，就习惯先到小教堂点圣水画十字圣号（当年庄严肃穆的歌德式教堂已成为今日赞美广场的宴会厅），如果遇到有测验考试，我还会特别祈求主耶稣的帮助。那时，如果有修女去世，灵柩是停放在教堂内的。李修女鼓励我们到教堂里为亡者祈祷。我

曾出于好奇，上前去看看躺在棺木里的修女，奇怪的是年纪幼小的我竟然不会感到害怕。当时，我不知道该怎么为亡者祈祷，就念自己熟悉的天主经和圣母经。

后来，感谢天主圣意的安排，遇到了我的另一半。我的先生是天主教徒，他要求在教堂举行婚配圣事，我没异议。记得在预备婚礼时，神父问我日后是否愿意让孩子洗礼，我毫不犹豫地说是愿意。结婚后，每个星期天，我都和丈夫参加主日弥撒。回想起来，天主的恩典真是奇妙的，由于我在圣尼各拉女校念书，迷迷糊糊地在天主教的氛围下长大，因此对天主教感到非常亲切。

女儿出生后顺理成章地接受婴儿洗礼。在她三岁那年，我突然觉得自己应该接受洗礼。否则再过几年，女儿上要理课时，我如何以身作则教她要理呢？

不过，对于成为天主教徒，多年来我内心深处有一个隐忧。因为我是养父养母唯一的孩子，他们都不是教友，平时都烧香拜神，养父去世时，殡葬是采用佛道仪式的。倘若有一天，其实也总会有那一天，当养母离开这世界时，我理应负责处理她的后事的，到时会不会因为宗教信仰的不同，我不能为养母尽孝呢？我决定在我领洗前，先请神父为我解答这疑问。当年，教会尚未开办“慕道班”，有心进教的望教者都由该堂区的神父亲自教要理，可以几名友好一起学，也可以独自一人上课。我是由吴诺霭蒙席负责一对一教导我要理的（编者注：“蒙席”是天主教神职人员因对教会有杰出的贡献，获教宗授予的荣誉称号）。记得在上第一堂课之前，我先向吴蒙席提出这个一直困扰我的疑虑。他听了，毫不犹豫，语气淡定地回答我，大意是：“父母是养育你的至亲，我们拿香祭拜

他们的时候，是对他们表示尊重，而不是当他们是偶像膜拜。教会是可以理解的。”吴蒙席的一番话，让我放下了压在心头多年的大石。于是，我专心致志地上要理课，等待天主赏赐的领洗恩宠。在洗礼前必须决定谁当我的代母，我马上想到我的要理课启蒙老师何若锦。我向她提出要求，她也很乐意地马上答应。

领洗后，我们一家三口习惯参加英语的主日弥撒，虽然我对神父的英语证道一知半解，但是，多年来，为了陪伴家人，我都参加英语弥撒。后来，身边的天主教朋友知道我还没领受坚振圣事，都感到很惊讶，大家都鼓励我尽快领坚振。原本我心目中想请一位好友作我的坚振代母，可是，这位朋友临时要回国探访病重的家人。于是，好友粉卿建议我请黄玫瑰姐妹当代母。粉卿说黄玫瑰姐妹是我的学姐，再适合不过了。可是黄玫瑰当年是学长，我觉得她很严肃。虽然我已步入花甲之年了，依然像小女生一样对学姐有种敬畏之感，不敢冒昧请她。后来还是粉卿义不容辞地主动替我联系玫瑰姐妹。

之后，玫瑰学姐邀请我上她家，认真地和我交谈了几个小时，她于是成为我的第二个代母。其实，当时的玫瑰学姐已经在教会的《海星报》双周报负责写信仰分享专栏“脚下的明灯”，她那一篇文章早已成了我所期待的信仰之粮，但是每次要等上两周才能拜读她的文章。当天与她面谈的那数个小时，能亲自聆听她的信仰心得，令我获益匪浅。在多次与玫瑰学姐沟通及阅读她的文章中，我发觉她为人亲切热诚，因而我对她原本的“严肃”印象也随之改变了。

领坚振后，我的信仰知识逐渐加深，信德也逐渐增强。我觉得自己应该参加华语弥撒，以自己熟悉的语言进一步认识基督的教导，与天主

更亲近，于是，我决定跟丈夫及女儿“分道扬镳”，他们继续参加英语弥撒，我则参加华语弥撒，也积极参与华文教区举办的活动。

这时，我才发现原来有好多圣尼各拉女校的学姐学妹在华文团体事奉，她们都非常活跃，其中有些是摇篮教友，有些像我一样，是成年后才洗礼成为天主教徒。自从参加了华文团体举办的灵修活动，我再度和许多同学及学姐学妹重逢；如今，我活跃于大巴窑耶稣复活堂的华文团体。由于我有两位学姐当我的代母，在她们的引领与教导下，我的灵性生命增长了；感谢天主通过母校赐予我满满的恩宠！

成年后的我，感悟到人的一生不可能一帆风顺。记得有一次，我遭受到重大挫折，心情跌至谷底。在我茫然无措的时候，一个人在路上漫无目的地走着，走着走着，竟走进了教堂。当我面对祭台坐下来时，凌乱的心绪忽然平静下来了，我知道天主就在我身边、在我心里，我从来不孤单。直至今日，每当我感到无助、沮丧、烦躁时，我都会去教堂静思默想，聆听天主在我心里的声音。

回首过去的数十年，天主一直在牵引我。在天主教学校求学12年，当初“莫名其妙”地参加了要理班。离开母校后，又因为与天主教徒结婚，让我通过主日弥撒与天主教保持联系。天主耐心地等待我领洗、领坚振，引领我回到华文教会，与主内的弟兄姐妹一起与天主建立更亲密的关系，一起事奉天主，一起赞美天主。

由此，我知道天主从未舍弃我，祂一直派遣不同的人牵引着我。随着年龄的增长，我有了人生的历练，对许多的事情也有了不同的见解。回首那段人生低谷的日子，虽然其中过程很痛苦，但是，这些痛

苦的事迹却促进我的成长。成长的过程让我的心态有所改变，特别是祈祷，我求的是天主赐我智慧与力量迎接人生的挑战，赐我信心和勇气去面对困难。正如圣保禄宗徒道出上主对他所说的话：“有我的恩宠为你够了，因为我的德能在软弱中才全显出来。”（格林多后书 12:9）

我领悟到在祈祷中，要常常怀着感恩之心，感谢天主赐予的一切，不论是喜是忧，不论是福是祸，都有天主在牵引着我，守护着我，并且通过我的软弱彰显祂的全能与慈悲。





左起：黄玫瑰，潘嘉丽，何若锦

From left: Rosa Wong Mei Kwui, Helen Phua Kia Lee, Teresa Ho Yok Kum

白白得来

1975年中四毕业

吴月芬

我的原生家庭有9个兄弟姐妹，由于家境贫寒，我和其中一个姐姐从小就被人领养。我的养父养母是天主教徒，在领养我之前，他们也领养了一个比我大六岁的女孩，过了很多年，他们才生下了一个男孩。

到了入学年龄，养父养母给我报读圣尼各拉女校，不过，我的“姐姐”也就是养父母领养的第一个女儿，却没被送进教会学校求学，这是我百思不解的事。

在母校的十年求学生涯，我过得很开心。记得一年级上要理班时，我最期待回答问题，因为只要答对了，教要理的汪剑瑛老师就会送我们一张圣像。小时候收集圣像的快乐使我毕生难忘！我在小学也参加儿童乐锋会，升上中学后，就参加圣母军。从小到大，校长李芳济修女和副校长周文璧修女都很疼爱我，记得五年级那年，她们还送我一把小提琴。在中学时期，我还曾考虑当修女呢！

踏入社会后，我虽然继续参加圣经协会等教会组织的活动，可是，

结婚生子后，我要兼顾家庭和工作，正是一根蜡烛两头烧，忙得不可开交，只是每个星期日去参加弥撒。不过，我还是坚持每年参加由教会举办的三天两夜的避静反思。后来，孩子长大了，我也比较有多一些属于自己的时间和空间，爱玩的我就开始出国旅行，旅行回来还继续和旅途上结识的团友保持联络，常常结伴去唱卡拉OK、打保龄球。就在这样轻松的时刻，我们的关系变得更亲密，我也找适当的机会和他们分享天主教的信仰，带领了一些朋友成为天主教徒，这是我意想不到的收获。

十多年前，我应朋友的邀请参加上主慈悲串经的祈祷，内心被祷文深深地触动，于是，把这个祈祷方式推荐给我的堂区，即位于武吉知马的圣若瑟堂。当时本堂神父批准的条件是：这个团体必须由平信徒全权带领和负责。就这样，我与一群教友就在堂区开始了这个祈祷团体，时间是星期天上午九点半。由于有许多老人家都喜欢来参加上主慈悲经祈祷，所以虽然祈祷只是一个小时，我们都会多呆半个小时，分享神父在刚结束的弥撒中所讲的道理，老人家的记性比较不好，这样的分享方式，他们都很喜欢。两年前，我也在面簿（Facebook）开设了一个公开账号，通过社交媒体，与本地及海外基督徒分享天主教信仰，也推广上主慈悲敬礼，我摘录圣傅天娜修女日记里的一些段落，把它们贴在面簿上。没想到追随面簿的朋友，非常踊跃；如今“主内兄弟姐妹”面簿的阅读者总数已经超过一千。赞美主！感谢主！

近年来，儿子们都忙着自己的生活，我有更多属于自己的时间，但也更珍惜与亲人相聚的机会。于是在几年前，我联系上原生家庭的兄弟姐妹，决定在中秋节团聚，一起庆中秋。第一次的聚会，大家都出席，令我非常感动且深感安慰。现在，中秋节的家庭聚会成为我们家每年的传统庆日。

回首我走过的人生路，我感到自己十分幸福。因为天主仁慈的赐予，我白白得到好几个充满平安喜乐的家庭，拥有许多兄弟姐妹。除了原生家庭的兄弟姐妹之外，在寄养的家庭中，我有一个大姐和一个小弟。进入圣尼各拉女校之后，学校成为了我的“第二家”，校长和老师是我的长辈，同学们是好姐妹。领洗成为天主教徒之后，我成为天主大家庭的成员，普天下主爱的人都是我的主内兄弟姐妹。

我的幸福是白白得来的。在感恩自己幸福的同时，我深感该当为天主而义务服务他人。圣经上记载，耶稣首次派遣十二个宗徒出外传教时，嘱咐他们说：“你们在路上应宣讲说：天国临近了。病人，你们要治好；死人，你们要复活；癞病人，你们要洁净；魔鬼，你们要驱逐；你们白白得来的，也要白白分施。”（玛窦福音10:7-8）

这一阵子，我的心里总想追随加尔各答圣德肋撒姆姆，尽心尽力为天主多做事。于是，我报读了有关照顾居家老人的护理课程，希望能拥有一技之长，为老人家服务，借着接触他们的机会，向他们传扬天主的福音。我祈求天主赐我能力和智慧引导他人认识祂，接受祂，因为我认为将自己白白得来的恩赐与人分享，才是最大的恩赐。我恳切地祈求，并谦卑地将一切交托在主手中。





作者吴月芬（前排右二）与原生家庭兄弟姐妹合影
Winnie Goh (front row, second from right) with her biological siblings

在泰泽祈祷中相遇

1975年中四毕业

曾凤叶

我的外婆和母亲都是天主教徒，父亲是非教友，他不赞成孩子从小领洗，因此外婆和母亲希望我能在天主教学校的环境熏陶下，自愿接受洗礼。就这样，我从小一到中四都在圣尼各拉女校求学，中学毕业后也选择报读公教初级学院，在那里渡过两年的高中生活。沉浸在教会学校十二年，让我有幸认识天主、圣母，并参加教会的各种活动。我的丈夫顺云在认识我之前是无神论者。结婚前，我俩一起到圣心堂参加董立神父主办的慕道课程，一年后领受圣洗圣事，在1983年成为天主教大家庭的一份子。

我和顺云都愛唱歌，我们在1985年加入圣伯纳德堂华文歌咏团，屈指一数，已经35年了。在这期间，我们也在堂区找到了几个志同道合的兄弟姐妹，成立了“心歆小组”，通过圣歌来作福传，间中也录了几个圣歌卡带传福音，后来其中两个团员出国深造，小组的活动也停止了。

2000年，我们小组的负责人碧坚姐妹成立了华文泰泽共融祈祷，神师是我们敬爱的董立神父。泰泽（Taizé）祈祷是在1940年由罗哲修士在

法国的泰泽小镇创立的，倡导所有信仰基督的人一起祈祷，目的是让各个基督教会合一共融，主要是藉着反复咏唱短颂（通常是取自圣咏或其他圣经章节），崇拜和赞美天主。

每周六晚上七点半，我们一群人聚集在圣心堂旧活动楼的课室祈祷，以咏唱短颂、读经、静默、代祷的祈祷方式来与主共融。在祈祷前，我们必须学习静默，让我们把注意力集中在默观中，去感受天主的临在，通过重复地咏唱短颂，让自己在不知不觉中与主相遇。在听了一段福音和神父或一位组员的分享后，我们有15至20分钟的静默时刻，去反思天主的圣言，同时，感觉天主圣三的临在及天主的爱和圣神的力量，也让耶稣基督的恩宠充满我们的心灵。在默观之后，我们通过反省，向天主祈求，最后以念天主教作为结束，接着，分成小组分享当天默观的心得和福音的启示。

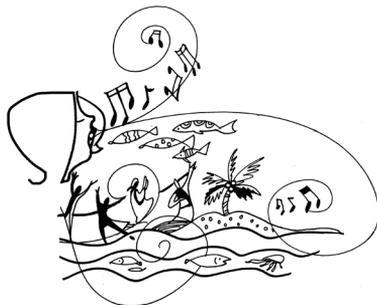
当初参加泰泽祈祷是因为我喜欢唱圣歌，也希望用歌声来祈祷，表达对天主的爱。我的个性比较孤僻，不喜欢在大组分享生活或读经心得，而泰泽祈祷主要是与天主一对一对话的静态方式，很适合我的个性。就这样，每个周末晚上，我就会在寂静中与主相遇。其实，刚开始学习静默，让自己集中精神去感受主的临在，是一件不容易的事，我也学了好几年，才能集中精神。

我很感谢董立神父的福音分享，我也很感谢已故杜世昌神父，当我们的祈祷团体多年后由圣心堂转移活动地点到圣伯纳德堂时，在那里服务的杜神父义不容辞地成为我们的神师。在此，我也要感谢碧坚大姐每星期训练我们，并介绍一些有关默观祈祷的书籍，通过不断的操练，让自己放下一切，静下心来与主共融。我们这群来自不同堂区的兄弟姐

妹，聚集在一起祈祷，并在不同的时刻获得圣神的带领，感受到主的临在。

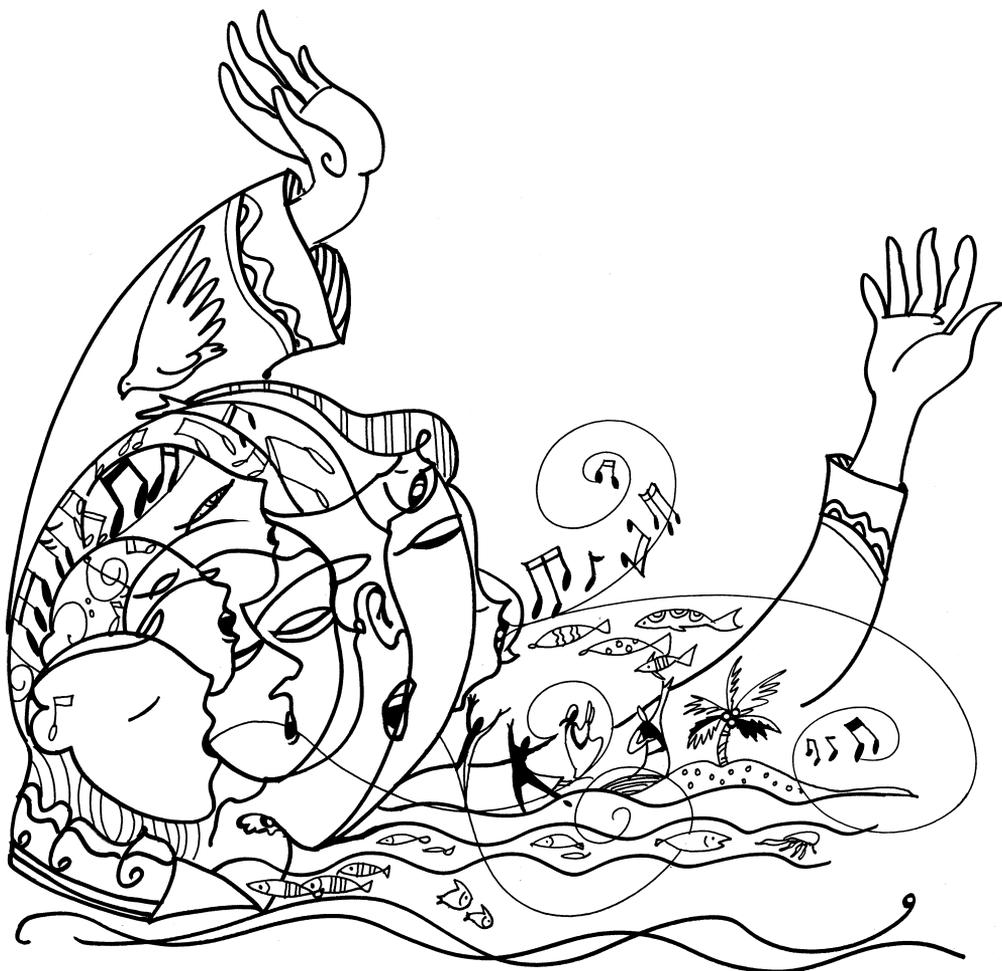
感谢天主召集了我们这个小团体（目前共有20多位教友），大家风雨不改，不知不觉在一起祈祷已经有20年。当我们把默观祈祷带入每天的生活中，通过每天的祈祷与主相遇，在圣神的带领下，在潜移默化中，灵修得到进步，尤其是每年的避静，让我们有时间与主独处，更能通过默观，去感受造物主的伟大、神奇，通过大自然的一草一木，去欣赏造物主的神妙化工。在避静中，最重要的是让我更能感受到天主是爱，祂无处不在，处处都在。我们这一群兄弟姐妹就像是一个大家庭，一群老朋友，感谢天主的恩赐，让我们拥有这份特别的恩宠，在这团体中，让我们的灵修不断成长，让我们沉浸在天主的爱中。

我非常感恩母亲把我送到圣尼各拉女校受教育，也感恩天主的牵引，让我和顺云有幸在泰泽共融祈祷中与主相遇，也在这个爱的团体中，感受到天主满满的爱。



“你们应向上主高唱新歌，称述他的荣耀直到地极！
愿海洋和其中一切，愿岛屿和其上的居民赞美他！”

依撒意亚42:10



那段疾风烈火 的日子

1980年中四毕业

卓蒂娜

大约20年前，天主通过一本充满神恩的书《疾风烈火》，感动了一个团体里的多位团员。凡阅读此书者没有不被圣神所充满、所推动的！就在圣神那股不可抗拒的力量催迫下，一个由10人组成的福传团体——“云彩赞美”诞生了！

回想当初，每个团员都感受到天主的召唤并立志回应。至于为何？做啥？怎么做？其实大家心里都没谱！于是，我们每天一起读经并效法宗徒时代共享资源，开始了没有薪俸的全职事奉。这种由平信徒组成的全职事奉团体，在当时本地教会史无前例，我很感恩自己是其中一份子。

圣言是如此甘甜，天主的话语是活的，祂的的确确透过圣经对我们说话。在往后的岁月里，我们所有的计划、活动、经费、祈求、难题等等，都通过读经寻得答案。在那个传真机还流行的时代，我们甚至在等待天主话语的时候，马上就会有答案通过传真应证！

恩赐的新歌

天主不但通过圣言教导我们，祂更通过我们这些卑微的器皿，彰显祂的全能。团体中除了一位姐妹正式学过音乐，其他都没有音乐背景。但是天主却恩赐我们能力，让我们创作了一首又一首赞美祂的诗歌。天主的标准跟人的标准是截然不同的。很多时候，那些被专业人士评断为不合乐理的诗歌，恰恰就是为主所用，成为触动心弦、安慰心灵、深蒙傅油的颂歌。之后，团体把自创歌曲录制成光碟，并在带领活动时出售，将出售光碟所得作为活动经费。虽然没有作曲或编曲等经验，却录制了6个光碟，我们不由欢呼阿肋路亚！归光荣于天主！

天主将恩赐的新歌置于我们口中，让我们以新歌赞美祂，让歌声传扬主爱。我们除了在教会学校的周会上或灵修活动中带领咏唱，也接受马来西亚教友团体的邀请，为他们举办儿童营和青少年营。后来我们听了一些青少年的分享，深深感受到疏离的亲子关系对青少年所造成的精神上的伤害是十分惨痛的，因而意识到有必要举办家庭营。以后，在每次营会过后，我们都亲眼目睹天主以全能的力量修复了破裂的家庭关系，治愈了两代人的心灵创伤，让我们深受鼓舞，内心充满喜乐。赞美感谢主！

天主引领我们一步一脚印地开展事奉的疆域。除了制作创作歌曲的光碟及举办家庭营，我们也举办华语的“启发”福传课程，我们也为特需孩童提供物理体能训练，此外，我们也呈献音乐剧等等。我们的活动不但把触角伸向教友，同时也伸向非教友。

不手短的天主

没有薪俸，单靠售卖光碟的收入是不足以维持生活的，更何况我们

常需要自费安排交通出国办活动。坐食难免山空的事奉生活，让我们这个团体面对严峻的挑战，和充满戏剧性的过山车经历，让我们时时刻刻都要抓紧天主的衣角。

记得有一次，又是缴交水电费的日子，那天我在出门前，把我的水电费账单放在祭台上，请天主帮我“搞定”，因为当时经济拮据了啊！交托完毕我就出门了。傍晚回家前，我习惯先去开信箱。傻眼的是，里面竟然有一张50元的钞票。当时，团体成员经常彼此接济，通常会直截了当，绝不会故作神秘，再说缴费的事我也没有告诉他们。那么就是天主的杰作咯！可是顽皮的我，不解地问天主：“我的水电费大约70元，还缺啊！？”天主幽默的声音响起：“剩下的，你还有能力支付。”搞得我有点啼笑皆非！但那次，让我从中体验到何谓祈求“日用粮”；何谓相信天主绝不“手短”；何谓时时要依恃天主供应一切，而且时间绝不会延误。

也许有人会说，那纯属巧合，或是别人放错信箱了！为我，我深信那是天主的祝福，天主也要我更加依赖祂。我深深地被这件事所触动而谱了一首曲子，歌名是《天主的国》，歌词灵感摘自玛竇福音第六章26-34节。那是写给成人的儿童歌曲。

事奉的初心

还有一次，我们租了一辆十人座车，一路北上，要到马来西亚几个地方办活动。出发前几天，活动材料已经准备妥当了，就在这时，我接到一通陌生人的来电。她是通过几位朋友辗转得到我的联系号码的。原来她是某工艺学校的职员，有一份考卷急需找人翻译。她坦诚说学校支付的翻译费只有区区50新元，这的确是苛刻的超低酬劳。当时，我因为出于爱德，就答应帮她的忙，并通过电话和她分享我们的事工。

交稿那天，终于和那位职员会面。她把50元交给我后，还递给了我一个红包，说里头是她超过半个月的薪金，那是她要祝福我们即将北上的事工。我问她，只是通过电话分享，她怎么对我所说的深信不疑？她坚定地说：“就是信任！”我感谢她对我们的信任，因为当时有些教友对于我们的事工，多方质疑与抨击。过后，我发现红包里是500元新币，对于她的慷慨帮助，我实在感动。感谢天主派来的天使，我们用这笔钱支付了部分租车费。因为一个小小的爱德，天主给予我十倍的赏报！

值得一提的是，翻译的考卷是有关理发课程。无独有偶，在成立这个福传团体之前，我也曾为一间发廊学校翻译教科书，内容当然离不开头发。而我们团体那阵子的读经分享刚好就是《民长纪》第十三章中的三松。天主的使者嘱咐三松的母亲：“剃刀不可触及他的头，因为这孩子从母胎就是献给天主的。”（民长纪13:5）不剃头，任头发生长，头发指的是奉献，三松是完全属于主的。三松的头发其实是一种象征，一种标记，是人与天主订约的一种标记，也是人对天主臣服的标记。天主三次把“我”与“头发”扯在一起，正是提醒我铭记事奉天主的初心。

以生命影响生命

另有一次，我们和某位神父合作到日本东京带领避静，对象是那里的非法劳工。神父负责讲道，我们则负责带领赞美敬拜和见证分享。10人的机票是一笔庞大的费用，虽然我们不知钱将从何处来，但深信天主自有安排。好天主果然让团体的一位姐妹获得一份临时的工作，那笔钱刚好足够我们支付机票。避静过后，负责人捎来电邮，告诉我们有几位参加者决定回国。他们离开配偶和子女，以“非法劳工”的身份到东京打拼多年，希望家人能过好日子，但是，听了我们团体内青少年的分享，

让他们感触良多，想起家乡的孩子，领悟到亲情比金钱重要，而选择回乡。当然，那也意味着他们将放弃在东京赚钱的机会，不能再入境！

我们再次体验天主以我们作为祂的工具，通过避静中的分享，以生命影响生命！我确实实实在在地感受到天主是生活的，处处与我们同在，祂洞悉我们的一切。如果是天主要完成的事，祂自然会照料一切。

在那段疾风烈火的事奉日子里，这样的故事不胜枚举！

丰盛的生命

我是摇篮教友，在圣尼各拉女校求学，是教会团体的活跃份子。天主打从我小时候，就在我心田里撒下了种子，顺理成章地把我领到教会服务。然而，那一段完全没有受薪的全职事奉，对我来说无疑是信德的一大考验！回首那8年疾风烈火的事奉日子，我敢说直至今日，那是我生命中最丰盛、与主最亲近的恩宠时刻！



天主的国

词：玛竇 6: 26 - 34

曲：卓蒂娜

C Dm C G G7

天空的鸟儿不播种不收获天主养活它们养活它

5 C C Dm C

们田间的百合不劳作不纺织天主装饰它

9 G G7 C C7 F

们装饰它们主说：人啊不

13 G C C7 Dm

要忧虑不要忧虑你比花

17 G C C7 F

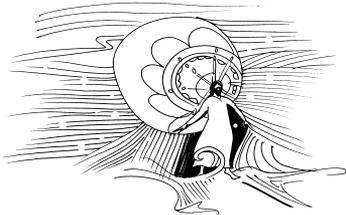
鸟还要珍贵只要你先寻

21 G C C7 F

求天主天主的国一切自会

25 G C

加给你们



Copyright 2003 Agnes Toh Tee Nah
版权所有，但欢迎自由复印使用

耶稣伴我行

1965年大学先修班毕业

陈蕴梅

愉悦的天主子民

我出生在中国，七岁才到新加坡与家人团聚。记得一个圣诞前夕的深夜里，我在家等三位信奉天主教的姐姐从教堂回来，因为她们答应子夜弥撒结束后带宵夜回来给我。凌晨时分，楼下传来清脆的笑声。我连忙跑到窗边往下望去。只见她们边走边谈，间中也哼几句《平安夜》的歌词。在安静的午夜，她们的欢声笑语，显得格外愉悦舒心。我想，作为天主教徒，一定是好玩而又令人高兴的事。

进一步的了解

小学毕业后，妈妈为了让爱调皮捣蛋的我接受严格的教导，同时希望我打好英文的基础，便把我送入位于维多利亚街的圣尼各拉女校（赞美广场现址）。于是，我有机会接受修女们严谨的教导。同时也开启了我对天主教的认识。我的姐姐们就读位于密陀路的圣安东尼女校（国家设计中心现址），两间女校的距离很近，走路不到10分钟即可抵达，我们姐妹上学、放学都在同一条交通线上。记得，那时每个星期五，姐姐们带领着我去参加圣伯多禄圣保禄堂早晨6时半的弥撒，教堂就位于

我们两间女校中间的奎因街。星期五早上，我们一大早就起身，赶搭5时45分那趟从中峇鲁开往教堂的巴士。弥撒过后，我们在教堂旁边的咖啡店吃早餐，然后各分东西，各自徒步赶回位于维多利亚街及密陀路的校园。这段姐妹同行的快乐时光，为我们奠下深厚的姐妹情谊。中学时代，学校规定每星期有一堂圣经课。我还记得 Mrs Sequerah 给我们班讲圣经的故事。如《出谷纪》中梅瑟的出生，以及天主选拔了梅瑟领导自己的同胞——以色列子民出离埃及的事迹。她清新悦耳的语调，绘声绘影的描述，十分引人入胜。当年，恰逢改编自小说《宾虚：基督的故事》的电影《宾虚传》在奥迪安戏院上演，校方特别安排学生去观赏。这部电影让我深深地感受到天主伟大的力量，我相信祂能协助我们脱离任何困境。过后我也在上课前到校长李芳济修女教的要理班听课，进一步了解天主教的教义。

那时候，我深受妈妈的影响，认为天主教的规条太多、气氛太严格、约束性太强。所以，虽然我心中有天主，但始终没有成为教徒的决心。我也曾跟随一些同学参与其他基督教会的活动，活动进行中，我们又唱又跳，气氛轻松快乐，但我心中认定了天主教，所以没有接受基督教同学的邀请而入教。

天主，我来了！

大学毕业后，我回到圣尼各拉女校当老师。当我在工作上、人事上、感情上遇到困难时，我都很自然地祈求上主给我指引，助我渡过困境，这是我向天父索取的阶段。我事无大小，不分昼夜，任性地、贪婪地、无休止地求上主赐予恩典。果然，上主给了我安定的生活、疼爱我的丈夫、一对可爱的孩子。对于我一直尚未侍奉上主，不愿意领洗成为信徒的迟疑，上主表现得十分宽容及忍耐。

我信主，我依赖主，但我就是不愿意受教会的条规所约束，因而白白地错过了早些享受与上主亲密相处的时光。记得在1986年的某个早上，我站在观众台上参加升旗礼，看着学生们唱国歌及校歌。忽然，我听到一把声音：“是时候你到我跟前来了！”这声音穿过学生的声浪，清晰地传入我耳中。我顿时醒悟了！我默默地在心中回应：“上主，我来了！”

于是，我领洗了！一年后，我的两个孩子也领洗了。我家翁过世后，我先生也事奉在天主台前。领洗后，我最大的收获是每天到学校时，我都会举心向上，不带一点羞愧地向天主说：“主呀，我现在去照顾你的羊群了，你可要照顾我的家人哦。”我就是这样地调皮、任性地依赖着上主，享受着祂给我的一切恩佑。

好人必享平安

两年前，我先生柱石因为小肠癌、肺炎、细菌感染等病症，痛苦地被病魔纠缠。他六个多月来都躺在病床上，忍受着肉体上的痛楚，但他对天主深深的仰赖，彰显了天主的慈爱。他清瘦的脸上，常带着淡淡的微笑，偶尔也与医护人员开开玩笑。对前来探访的亲友，他从不诉说受到的痛楚。微笑与点头是他的“招牌表情”。大部分的时间，他都是手握念珠，默默地祈祷。我与他共同的祷文是：“上主，我们奉行你的旨意，无论是何种情况，我们都愿意顺服、听命。”

他于2018年8月31日逝世，我们虽然不舍，但一想到他永远摆脱了尘世间的痛苦，回归天主的怀抱，义人必然得享永远的平安喜乐，我在悲痛中也不由感到安慰。

柱石是天主的一个恩赐，对仁慈的天主，我永远心存感激。上主赐

给我一个好伴侣，赐给孩子们一个好父亲，赐给曾受业于他的学生们一个好老师。这是多大的恩宠呀！

分享天主的恩赐

我能为天主做些什么呢？我什么都做不了。我只能将天主赐给我的喜乐，与我所接触的人分享；将天主赐给我的能力，去帮助有需要的人。我在他们身上，看到了天主，因为天主说过：“凡你们对我这些最小兄弟中的一个所做的，就是对我做的。”（玛窦福音25:40）

天主：我肩负着这个使命，迎接每个人、每件事、每一天、每一月、每一年……

回首我的人生，耶稣一直在陪伴我、守护我，耐心地等待我领受圣洗圣事。在没有先生在身边陪伴的日子里，我知道耶稣依然伴我行。

耶稣，我爱祢！



“凡你们对我这些最小兄弟中的一个所做的，就是对我做的。”

玛窦福音25:40



跟随祢

1977年中四毕业

陈卿卿

60年代，在长辈的安排下，我和几位兄弟姐妹跟随母亲从印尼的一个小岛漂洋过海来到新加坡。我们暂住在信奉天主教的姑丈家，也在那时我开始知道有“天主教”这个信仰。小时候，我渴望和表姐妹们一起步行到离家不远的圣弥额尔堂去参加活动，但是，母亲极力反对我去教堂。在圣尼各拉女校10年的中小学教育中，我天天接触天主教。表妹从小就领洗，是一名“摇篮教友”，我每天上课前都陪她去参加要理班。小学三年级，校方规定每名学生都得参加一项课外活动，我就跟随表妹参加了儿童乐锋会，一待就是8年。其实，参加儿童乐锋会，除了喜欢和很多同学在一起玩游戏，作每天的行动报告，我纯粹把它当作课外活动，完全没有意识到天主的存在。

在圣安德烈初级学院念高中的那两年，每当考试前，我便到圣雅丰索堂去参加“永援圣母九日敬礼”，祈求圣母妈妈替我转祷，求天主保佑我考试一切顺利。但是，我对敬礼圣母的礼仪含义却一点儿都不懂。多年来，我一直没有一丝皈依天主教的念头，身边的天主教朋友们也未曾向我提议参加慕道班这件事。

在跌跌撞撞的信仰生活中，我与天主的关系仿若“路人甲”和“路人乙”，总是擦肩而过，而无缘相识。相信那是“时辰未到”吧！仁慈的天主对我有着极大的耐心，祂总是静静地等，等我过了人生40载，祂终于擦亮了我心中那朵信仰的火花。

说来也奇怪，在一个炎热的下午，我独自一人在家，坐在客厅时，总觉得坐立不安，不知如何打发时间。突然有一阵声音传来，叫我去认识耶稣基督。当时，我二话不说马上联络学姐国瑩姐妹，询问有关认识天主的管道。不久，我便到圣伯纳德堂参加周六的读经班。我蛮享受读经班，我认识了新朋友，班上朋友的分享和见证也深深吸引我。半年后，我还代表读经班团队参加了全国圣经比赛。可想而知，结果是一败涂地，因为我是靠背圣经参赛。无知的我以为只要背熟经文，就算是做足充分的准备。

比赛后，我开始有点心灰意冷，还想以“不认识天主”这个理由退出读经班，去过我逍遥自在的日子。就在这时，圣雅丰索堂正准备开办慕道班，读经班的燕君姐妹热情地邀请我报名参加，她还答应陪我参加第一堂课。我全神投入慕道班的课程中，在课堂上认真地听讲，认真地做笔记。感谢主！2006年的复活节，我终于在圣心堂领洗了。

我不想当个“主日教友”，领洗后我有几个计划。我本想回到圣雅丰索堂的慕道班当陪同员，也想过继续参加圣伯纳德堂的读经班。可是，在一个偶然的机会上，一个朋友介绍我去圣十字架堂加入事奉团队，因为教堂靠近我家，我没多加考虑，就决定去圣十字架堂的慕道班当陪同员。但我不认识该堂的教友，一时之间不知从何开始。经过多方打听和耐心地等待，慕道班的负责人终于联络上我。感恩天主的召叫，使我

在领洗后，能够积极地参与圣十字架堂华文团体的活动。除了慕道班、圣母军，我也参与英文团体的圣文生善会。在圣十字架堂多位神师和兄弟姐妹的指导下，我在灵修上得以更上一层楼，我心里总有一种和主紧密相连的感觉。

天主很愛我！祂总是在困境中激励我、扶持我、守护着我。在我血压突然飙升到200多毫米汞柱时，我竟然能平安无事。记得，当时我病了一个多星期，前后看了四个医生。但是，我坚决拒绝家人的陪伴，我一心只想把自己完完全全交托在主的手中，由祂来安排。我虔敬地告诉主，如果我的时间到了，就带我走吧！但是，我坚信只有主能拯救我。

在2019年，我决定过半退休生活。很奇妙的，天主总是一步一步地带领着我，在2020年，天主把我这懒散的羊安排在祂的国度内工作。现在天主时刻与我在一起，我带着感恩的心和主内兄弟姐妹们一起工作；心里也觉得较为踏实，人也感到轻松多了。

两千多年前，耶稣召叫首批门徒，祂沿加里肋亚海行走时，看见伯多禄、安德肋、雅各伯和若望，便叫他们跟从祂，他们四人也就舍下身边的人与事，跟随了耶稣（参照玛竇福音4:18-22）。主，我也要跟随祢，因为与祢同行，一切都将是美好的！



“他们立刻舍下网，跟随了他。”

玛窦福音4:20



暗中的门徒

1980年中四毕业

陈婷婷

我的母亲是个虔诚的基督复临安息会教徒。从我五岁开始，母亲就带着我和哥哥弟弟及妹妹，到她的教会做崇拜和上安息日学。因此，我们每个星期六都得花三个小时在教会。当时，要年幼的我们乖乖地坐上三小时简直是一种折磨，我们总感到无聊和枯燥，便常常向母亲抱怨和投诉，目的只有一个：希望母亲开恩，免我们随着她到教会去。但母亲就是坚持不妥协。

在我进入圣尼各拉女校上小学一年级的時候，天主教学生每天上课前都得上要理课，我不知道为什么自己的名字也在名单内，就这么懵懵懂懂地上了六年的天主教要理。升上中学后，我参加圣文生善会，还当上了副财政。圣文生善会是一项课外活动，活动的宗旨是帮助家境贫穷学生，通常是天主教徒才会参加的。我不是教友，却“混”在里面，我觉得自己很像警匪片里的“卧底”，中学四年，我就在善会服务了四年。

记得一个周六下午，圣文生善会的会议结束后，一位同学邀请我跟她一起去圣雅丰索堂（俗称Novena诺维娜教堂）参加九日敬礼，为我们

即将面临的中四会考祈祷。当时，我没有拒绝她。抵达目的地时，我才发现Novena教堂和母亲做礼拜的基督教会，只隔着一座行人天桥罢了。这是巧合吗？还是天主的安排呢？

自那天起，我每个周六都去参加九日敬礼，直至今日。屈指一数，刚好40年。

每当我走进教堂，望着“永援圣母”的圣像时，我就感到安慰、平宁，更重要是那种被爱的感觉有如一股暖流涌流心间。相信就是这股爱的力量，像磁铁一般地把我吸引到天主的身边。

在这40年敬礼圣母的日子里，圣母让我学会了服从、听命、容忍、谦虚和勇敢。这些美德是天主赐给我的盾牌，一直帮助我面对人生的种种挑战。

我的母亲一直希望我们一家人都能领洗成为她教会的信徒，我的弟妹早已在少年时期领洗了，高龄80岁的老爸也接受了领洗。母亲告诉我，她一直为我祈祷，希望我也可以成为她教会的一份子。

为了不让母亲失望，也为了不要让自己在家里“失宠”，我就一直守着心底的“秘密”，拖延着，不告诉她：我其实是一心想要成为天主教徒的。

直到2012年，有一天当我在浴室里，忽然被一个属灵的感应所触动：“你当假天主教徒，已经当了很久了！”那时，我的心微微一震，我并不感到害怕，因为我明白那是天主在召唤我。我坚定地告诉自己：是时候向母亲坦白了！于是，我鼓起勇气向她说出我的意愿。出乎我意料

之外，母亲以非常平和及慈祥的语气对我说：“你就随着自己的意愿去做吧！”妈妈那简单的一句话，竟像一道慈光穿透了我心。我抬眼看着妈妈，她不就像是心中的“圣母玛利亚”一样，充满慈爱吗？

2013年，我脱离了“暗中的门徒”（参照若望福音19:38）的身份，成为一名“如假包换”的天主教徒，我的心是笃定和平静的。

为了紧紧跟随着耶稣基督，我在隔年担任成人慕道班的陪同员。在一年的服务中，我时常觉得自己很渺小，在天主眼里微不足道。可是，在我深思细想后，发现自己的想法是错误的。我们每一个人在天主眼里都很珍贵，就像圣经所述：“我还没有在母腹内形成你以前，我已认识了你；在你还没有出离母胎以前，我已祝圣了你，选定了你作万民的先知。”（耶肋米亚1:5）天主知道我是谁，祂祝福了我，考验了我，并让我成为祂的工具！

2014年，我与认识不到9个月的男友步入婚姻殿堂，并且在天主的祝福下结婚。当亲友们接到我的喜讯时，都感到很惊讶，就连母亲也被这突如其来的“闪电”式婚讯“击中”了。她说虽然二十多年来，她都为我的婚嫁祈祷，但却不敢相信天主会如此安排，让她措手不及！幸好，我亲爱的丈夫是天主派来的“护守天使”，而不是“婚姻诈骗集团”派来的骗子！

不料，在我们结婚不到一年，我竟被诊断患上了第二期乳腺癌。接到这个坏消息，我难过地问天主：“主啊！为什么这么快，你就让我们的婚姻受到考验呢？”毕竟那时我们还在蜜月期！再说，我也不愿意我的先生被贴上“扫把星”的标签，因为他的第一任妻子是因病去世的。我努力不懈地祷告，请求天主的慈悲让我能健康地活下去。我收拾起“追问天主原

困”的不甘心，展开与癌细胞的抗争。接受了手术、化疗和电疗，总共10个月的疗程，天主在我身上实行了奇迹，除了头发掉光之外，治疗的药物并没有带给我严重的副作用。我深深地领悟，那是我们亲爱的主耶稣一直在帮我背十字架，陪同我走着“苦路”，我才能表现得如此从容、豁达，勇敢地完成整个治疗过程。

经过这次的人生低潮，我并没有失去任何东西，它反而让我体会到家人朋友的无限关怀和爱，更强化我们家庭的凝聚力，不论遇上大小事件，大家都主动地伸出援手，互相帮忙，特别在照顾家中两位年迈父母方面，让我在这几年毫无挂虑。

我知道仁慈的天主在关上一道门的同时，一定为我们打开一扇窗。否则，在我50“高龄”，祂仍赐我一个“训育主任”——我的先生。他不停地督促我要特别注意饮食健康，要吃我一向抗拒的蔬果，更提醒我每天锻炼身体。如今，我比以前更健康了，哮喘病和关节疼痛的问题也没了。我相信，如果没有天主派遣我先生陪伴我走过那段蒙上阴霾的人生路，我是不可能康复得如此迅速，天主的安排永远是最美善的。这整个过程不但让我们变得更坚强，也加深了我们本已恩爱美好的夫妻之情。

在这里，我要感谢我亲爱的母亲，她刚在去年8月回返天家，安息主怀，感谢她带领我从小就认识耶稣，并为我打下坚固的信德基础，更无私且开明地让我选择自己的信仰，尊重我的宗教。我也要感谢母校培育和滋养了我对天主和对人的爱德，教导我慷慨地奉献自己的心力。

我更要感谢天主对我的爱，仁慈的天主时刻俯听我的祷告，从不拒绝对我有益的祈求，让我这个曾是“暗中的门徒”受宠若惊。我要饮水思

源，为天主的国宣讲福音，我不再是“暗中的门徒”，我是光明正大的天主的精兵，我要让周围的人认识天主，引导他们归向天主。



黑夜里的 那一颗星

晓贞

我从来就没想到自己会成为一名天主教徒。

我在一个传统的华人家庭成长，随着家长祭拜祖先，到庙里祈福。祖父是名中文书记，在工作上遭受不平等待遇而郁郁不得志，因此，祖父把父亲送去英校读书。后来，父亲长大了也常凭着人际关系，帮朋友把他们的孩子送进某一间英校就读。可是，就在我到了入学年龄，准备报读小学时，那间学校的校长离职了，我也就报不进那一间英校。

还好，父亲有一位朋友认识圣尼各拉女校校长李方济修女。在这位朋友帮助之下，我得以在一年级开学的前两周到校报名。我还记得母亲带我去一栋房子买校服（如今赞美广场内的古德威尔屋），房子的对面有一座假山，假山上有一个女性的雕像。后来，才知道原来那是圣母玛利亚的雕像。

在母校十年，我天天念天主经、圣母经，知道圣母就是耶稣的母亲。可是我并不相信宇宙中真的有神，更从未想到自己会成为一名天主

教徒。我深受母亲及当时的思潮所影响，我相信自己，相信路是人走出来的。我认为人掌握自己的命运，只要凭自己的毅力，坚持不懈，一定可以成就所有的事情。人无须靠神，人靠自己就能达到真善美的境界。

我是家中的长女，下有两个妹妹。十七岁那年，有一天，母亲忽然坐在我面前，在我完全没有心理准备的情况下，唏哩哗啦地向我倾诉那压抑在她心底的伤痛。母亲告诉我父亲在最近一次外出公干时，做了对不起她的事。她难过，心痛。而我当时则有如被一颗强力的炮弹击中，我一直以来所深信的一切的一切，完完全全被摧毁了。原来一个人的软弱就能摧毁所有的真善美。人绝对不是完美的！

接下来的日子，母亲都刻意打扮自己，涂上胭脂等父亲回家。父亲也出奇地每天提早下班，尽早回家。在吃晚饭时，父亲总是低着头，只顾着吃饭，不敢正视坐在身旁的母亲。看到这种情景，我的心宛如刀割。我不敢哭，我怕那会让母亲更加难过，可是我的那颗心好痛，好痛，好痛！为母亲，也为我自己！

这样的日子不知过了多久。一天晚上，我再也按捺不住，半夜里独自走到我家那漆黑的阳台上，悲痛地大哭，为我那崩毁溃散的信念而哭。

“难道这世界上就没有无罪的人吗?!”我望着漆黑的夜空，从心里呼喊。

“有。我就是。”忽然有一把温柔的声音在我心中说道。

“谁?”我问。

“我，无染原罪者。”这时，一个女人的影象浮现在我的脑海里。

“如何?!”我追问。

“相信我的儿子——耶稣。藉着祂，罪将得赦免。”

不！我不能接受耶稣。他是男性！我已经不相信任何男人了！但是，为了我们世人所犯的罪，我每天唸玫瑰经。

就在那漆黑的夜晚，圣母从她的宝座上俯听了我的哭诉。

就在那漆黑的夜晚，我开始了信仰之旅。

就在那漆黑的夜晚，那一颗闪耀的星照进了我黯黑的心，让执着于无神论的我，看清自己的愚昧。

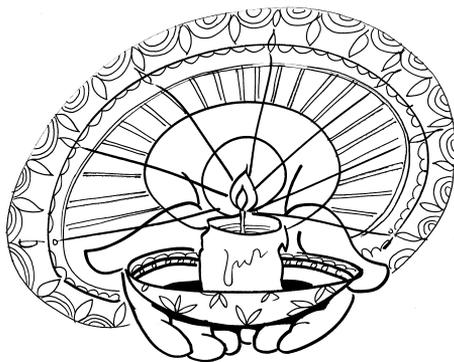
黑夜里的那颗星，是我的引路明灯，闪耀的星光引我来到了人生的转捩点。

黑夜里的那颗星，有如我灵魂上的母亲——无玷的童贞圣母玛利亚，在慈爱的圣母引领下，我归向了她的圣子——耶稣基督我等主。在1983年，我终于领洗成为天主教徒了。我的母亲也在2012年临终前领洗。

但愿黑夜里的那颗星，继续引领我走向成圣之路。

编者的话：

为了保护及尊重家人，这位校友姐妹从未和他人分享这段信奉天主教的故事，包括她自己的妹妹及认识多年的主内兄弟姐妹。我们感谢她为了要给天主作见证，本愿勇敢地以真实姓名在这本见证集分享如此私密的故事，然而，编者决定用“晓贞”作为她的笔名，并不注明她的毕业年份，以表示对她的尊重。



与主漫步于 旷野之中

1982年中四毕业

梁慧思

我出生在一个信奉天主教的小康之家，是一名摇篮教友。

了解我的人都知道我从小体弱多病，是一个不常运动，也不爱运动的人，因此，去年2019年5月，年过半百的我能和先生及两个孩子一起完成西班牙圣地亚哥（Camino de Santiago）125公里的朝圣之旅，确实是连我自己都难以置信的“壮举”。但是天主的安排是奥秘和美好的，在我完全不经意的情况下，祂引领着我，让我先经历一次蜕变，好让我在还未踏上圣地亚哥朝圣之旅前，做最充分、最重要的准备——拥有适于远程徒步的体魄和能力。而天主让我蜕变的第一步，是通过参加戈壁挑战赛。

2014年的某一天，我与一群学生吃饭，他们都是企业高层管理人员，到新加坡国立大学进修，修读中文高层工商管理硕士课程(中文EMBA)。还记得当时我许下承诺，答应和他们一起参加一年一度的商学院戈壁挑战赛，还保证绝不反悔。我表面上若无其事，其实心里是忐忑不安的；因为我最清楚自己的体力与能耐。为了兑现承诺，我参加了为期一年的戈壁挑战赛的准备工作。在这一年里，我争取时间锻炼，有时

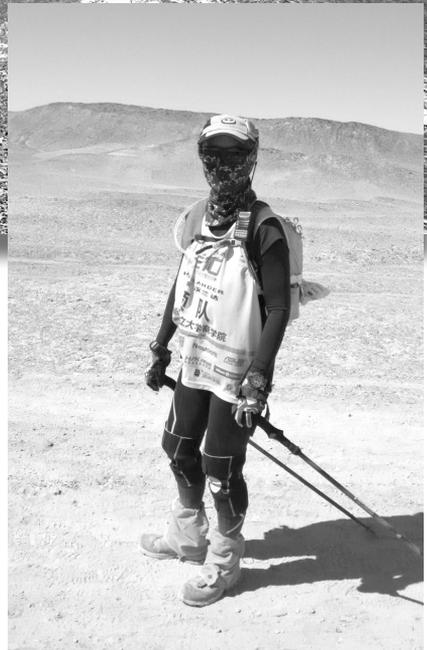
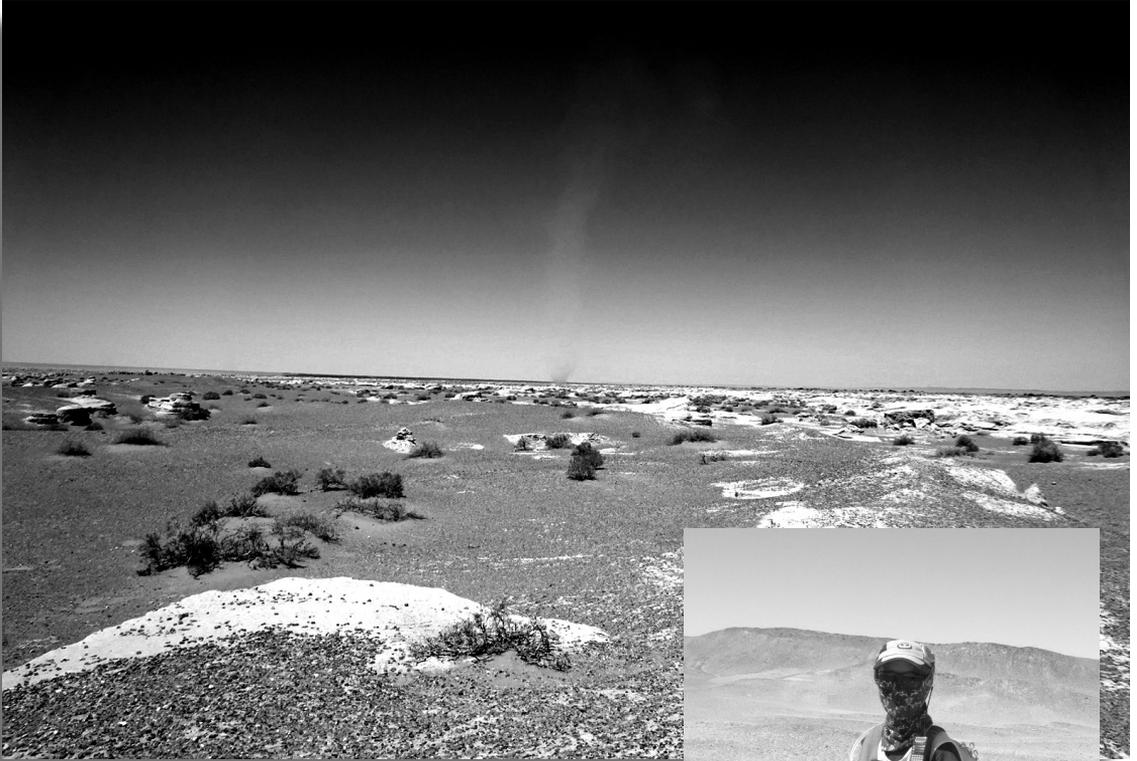
清晨5点早起身快步走，有时晚上饭后徒步，周末到水库报到，徒步10公里。锻炼初期，我连跑个200米都气喘如牛，徒步5公里后，隔日便全身肌肉紧绷、双脚酸痛，简直是痛不欲生！但慢慢地，我开始和自己的身体对话，知道徒步时，到了某个限度，身体便会出现某些状况，渐渐的，脚上起泡、肌肉抽筋等已是司空见惯，但也是我所能承受的痛。第一次脚趾甲脱落，更是告诉我穿鞋的方法错了，鞋带系得不够好！锻炼的过程中，我也得到家人、朋友、老师、同学和校友的鼓励、支持和关爱，更渐渐地意识到在这艰难的蜕变过程中，有着天主的指引和护佑……

在戈壁锻炼的过程中，我经历了数个“人生第一次”：第一次完成20公里的步行，那是一次在苏州阳澄湖难忘的经历，我和同学们走到太阳下山了，仍不放弃，坚持完赛。第一次在三亚海滩慢跑15公里，在细雨中，在学生耐心的陪伴下完成。当初连跑个200米都上气不接下气的我竟然能够在沙滩上慢跑15公里，我对自己的蜕变感到惊讶。第一次连续三天行走89公里，在成都校友的农场，我克服了心理障碍，清楚知道自己身体的极限，但也增加了完赛的信心！从没想过自己能够完成三天89公里的拉练（即拉队到远处作集体练习），我确实相信：只要出发就能到达！走完后双脚已不是自己的了，脚上起泡更是“儿科”！但能够完成拉练，无比开心、幸福，感恩天主的护佑！

2015年5月戈壁挑战赛四天112公里走了下来，有些人对我说，妳看起来没有什么不同，有人却说我走过戈壁以后，样子没变，但性格却变了——变成了女汉子！无论别人怎么说，我自己却清楚知道，一切已不同了。回顾那一年所经历的，发现蜕变的过程往往是在自己毫无察觉的情况下发生的，而当你终于意识到改变的时候，或许必须面对的已是一个全然不同的自己！

走在茫茫戈壁的日子里，我有种种的感悟，在辽阔无边的沙漠旷野里，我更觉得那是一次人与神的亲密接触。在伟大的大自然面前，人变得极其渺小。白天灼热似火的骄阳和酷热无比的天气（地表温度可达50摄氏度），到了晚上，温度迅速降至接近零度，导致昼夜温度有极大的落差。对于突如其来的八级大风和沙尘暴，我们都必需存有敬畏之心，面对着各种不确定的大自然变化，我们也只能信靠天主的安排，每天一步一脚印地走下去，因为在戈壁大沙漠，除了无边无际的沙，那里一无所有，我们别无依靠。

戈壁沙漠里的宁静，让我有了一次反璞归真的机会。我发现其实快乐和幸福可以很简单，每天完赛回营只要有饭吃，有水喝，有帐篷可以休息，就已经感到非常幸福了！每一天行走的路程，即便艰苦，但只要一路上有着惺惺相惜的同伴们走在身边，只要心中有神的指引，就能认清方向，即便前方充满未知数和许多问号，心中依然可以很踏实，脚步也可以很坚定。不管路途有多远，只要一步一步地往前走，就一定能到达目的地。其实人生不也如此，我们每个人心中都有一台自己独有的GPS（卫星导航系统）为我们指路。身为信徒的我们，耶稣基督就是我们生命的GPS，大家一定都要带上，不要留在驮包里！天主会带领我们认清各自的人生方向，结识一群良师益友与我们同行。只要从心出发，必定能够走向我们所要到达的地方，不管一路上的风景如何，路程必定是愉悦、收获满满的，而完赛后，也一定能报以微笑迎接自己和同伴！



好戏在后头

1983年中四毕业

杨湄芳

一部好戏的元素不外是：情理之中，意料之外。要合情合理，但又带给人惊喜。我来自非天主教的家庭，认识天主的过程，好像一部精彩的电影，既合情理，又有惊喜……

启蒙——圣尼各拉女校

依稀记得一年级某一天的休息时间，我在草场上漫步，校长李方济修女从课室里向我喊道：“你来，到课室里上要理课。”就这样，我和几名同学围坐在校长身边听她讲课。那时，她手上还拿着一本图文并茂的华文要理课本，有声有色地为我们讲要理。后来副校长周文璧修女也担任我们的要理老师。因此我学会念天主经，知道了天主，也认识了耶稣。

三年级那年，我加入了学校的乐锋会，一直到中学毕业才离开。每一次的聚会都有小队长带着小妹妹们唱圣歌、讲要理和玩游戏。在一些全国性的乐锋会集会中，我也参与弥撒。在乐锋会的活动中，负责教唱歌和主持游戏，我都胜任有余，但是要教要理就显得有点言不谕典，因为我虽然读过要理，却是一知半解，宗教知识肤浅且有限。

祈祷——圣婴修道院的小教堂

圣尼各拉女校的校园里有个属于圣婴修道院的美丽小教堂。教堂是采用歌德式建筑设计，里面的彩绘玻璃窗十分漂亮。每当我走进圣堂，安详的气氛总令我内心平静喜悦。因此，我每天放学时，都特地从圣堂的一个旁门走到另一边的旁门，穿过了小教堂才走出校园，为的是感受内心深处的那份宁静。通常我会在教堂里先唸一遍天主经，然后才祈求天主赐给我力量，让我勇敢地面对困难。

记得有一天放学后，天忽然下起倾盆大雨，我没有带雨伞，于是，我走进小教堂祈祷。求天主让雨停止。祈祷后，我踏出教堂，在短短时间内，雨果然停了。

“哇！真的这么灵呀？”我永远记得那一次的祷告。

思考——有真神吗？

长大后，我成为一个非常理性的人。回想起那一次“雨天”的祈祷，我明白那场大雨原来是骤雨，一般上下骤雨的时间都很短促，多大的雨都会很快就停了。所以，我那天祈祷后，雨立即停止其实是有科学根据的。可是，为什么太阳系有磁场，能让行星有规律的绕着太阳运转呢？因为地球公转，我们看到一年四季；因为地球自转，我们看到白天黑夜；因为月球绕地球转，我们看到月有阴晴圆缺。科学家只能发现规律，但是，是谁创造出这些规律呢？成年后理性的思考，让我更加相信宇宙间有一个造物主。这个造物主的思想是超越人的思想的，如果我想用人的思想来证明神的存在；用人那有限的小脑袋来思考，然后才选择相信有真神的话，那么，我可能要等很久很久，或者永远等不到那一天。那在等待的日子里，我可能会错过一些重要的事物。

领洗——参加慕道班

在我还没领洗前，每个星期天，我都自己去参加主日弥撒。那时，我一直认为人能够与天主沟通，承认祂的存在与大能就足够了。我知道以我的性格，一旦成为天主教徒，我就会完全投入，那么我的生活会变得很忙碌。在我不是天主教徒时，我每个星期参加一台弥撒就行了，这样的生活比较轻松。这是非常人性的想法。

那些年来，我时不时在生活上遇到困难，还是会向天主祈祷。其实回顾过去的日子，我的生活一直都是很顺利的，是否圣神一直在照顾着我呢？我想，那我是否应该给自己一个机会，让自己重新认识天主。

几年前，我的好同学淑薇告诉我，她常为我祈祷，希望我能够成为天主教徒，问我是否愿意上慕道班，准备领洗成为教徒。淑薇在21岁那年领洗，是个虔诚的教友。淑薇邀请我参加慕道班的时候，我刚离职，时间比较充裕，而且住家附近也有教堂，所以就答应了。淑薇见我并没有拒绝，兴奋地替我报名，还亲自陪我出席第一堂课。如今回想起来，我是在天时、地利、人和的情况下再次上要理班，我认为那是天主通过淑薇第二次邀请我。日月如梭，天主第一次藉着李修女的一句话邀请我，屈指一数，那已经是40多年前的事了。

在一年的慕道课程结束时，我选择了不领洗，这让许多人大跌眼镜。我觉得时间未到，更重要的是：我要行使天主给我的自由，我想为什么完成一年的课程后，一定要领洗呢？我就是不愿意这么做，因为我只在乎心灵的感应，而非单单身份而已！

于是，我继续参加第二年的慕道课程。这一次，我选择参加堂区的

华文慕道班，并且在课程结束后，领受圣洗圣事。那是2018年4月，同学淑薇是我的代母。当时的想法与之前的有所不同：如果自己没有教徒的身份，又如何要求心灵的感应呢？

深化——信仰的粮食

领洗前，我的代母就已经替我报名参加一场避静。所以，在领洗后的一个月，我就参加了第二届华语皈依体验避静，让我深刻地感受到天主的大爱和团体的友爱。那时候，工作很忙，在5天4夜的避静进行中，我偶尔还得离开座位接老板的来电。一回到座位，参与避静事奉工作的淑薇代母就会递给我她手抄的笔记，那是我错过的内容，还提醒我不要被“魔鬼”干扰。我很认真地参与避静，因为有一个代母在场紧紧地盯着我！

接下来，我也参加过好几次避静，认识了好多主内的兄弟姐妹，在互相交换讯息的过程中收获良多，见证了圣神给予大家的恩宠，那是我多年之前的“小脑袋”所无法想象的恩宠！

圣经里的话语也成为我信仰的粮食。耶稣说的真福八端让我内心充满惊喜；能够以神贫、哀恻、温良、饥渴慕义、怜悯人、心里洁净、缔造和平及为义而受迫害，能恒常实践是有福的。虽然知易行难，我祈求圣神光照和引领，让我用一辈子的生命去实行。若做到了，心中必得喜乐，若退缩了，也祈求让我有悔改之心，勇敢地重新再来。真福八端是耶稣给我们的生活准则，帮助我们成为别人的祝福，朝向成圣的目标。

2018年3月，著名的物理学家和科普作家史蒂芬·霍金（Stephen Hawking）逝世，我对这位研究宇宙学的伟大人物一生的成就感到好奇，

便阅读他的著作。他在《大设计》一书中，这样写：“我们的宇宙及其定律似乎是为我们的生存而设计的，倘若我们想在改变其定律下得以生存，所能改变的宇宙定律微乎其微。”领洗后，我服务慕道班当陪同员，事奉大家，利人利己。过后，我也在慕道班讲课，被安排分享《创世纪》，因为阅读了霍金的著作，让我更加能从科学家对许多无法解释的巧合，来分享天主的存在。

我参加慕道班而获得天主赐予领洗的恩宠，天主也同时赋予我使命——让别人认识天主。耶稣派遣宗徒时说过：“你们往普天下去，向一切受造物宣传福音。”（马尔谷福音16:15），又“使万民成为门徒。”（玛窦福音28:19）。就如每台弥撒结束时，主持圣祭的神父都吩咐我们：“传福音去。”我将以自己的慕道心得和周围的人分享，让他们能感受耶稣永远在我们心内，我们不用怀疑，更无需害怕。倘如时刻静心聆听耶稣在我们心内的声音，必然有所悟；细心观察生活中的点点滴滴，必能见证上主的力量。更要时时警惕自己相似耶稣的良善心谦，以爱为本，服务他人，不受诱惑，弃绝大大小小的罪恶。当我们做任何事都能表现出自己是全心、全灵、全意，上爱天主下爱人，主必赐予我们意想不到的平安和喜乐，这时我们就能看到自己生命中的“好戏”。

圣若望宗徒曾说：“天主竟这样爱了世界，甚至赐下了自己的独生子，使凡信他的人不至丧亡，反而获得永生。”（若望福音3:16）因此，我深信我们的人生不是以死亡作为终结的，我相信永生，因为我相信“好戏在后头”。

“天主竟这样爱了世界，甚至赐下了自己的独生子，
使凡信他的人不至丧亡，反而获得永生。”

若望福音3:16



待命

1983年中四毕业

罗淑薇

我出生于道教家庭，从一年级踏入圣尼各拉女校校门直到中四毕业离开，虽然在校期间天天集会都念天主教，也参加在学校举行的大型弥撒，可是对天主教并没有一丝感动或好奇。后来，我升上初级学院，遇到一位非常虔诚的基督教徒，她根据每周功课表上的空档时间，邀请同学们聚集在运动场一角，由她带领大家一起祷告，分享读经心得和唱歌敬拜赞美上帝。

她曾屡次邀请我参与，也屡次被我回拒。但是，她却锲而不舍。一天，不知怎么的，我终于点头答应了。那一天，她分享一位传教士到一个部落传教，被部落的首长囚禁在一个空无一物的房子里，部落长老只给他一晚的时间显奇迹，结果那位传教士凭着手拿着一张纸，靠着圣神用剪纸的方式，用手又撕又折，结果把纸一打开，出现英文字 HELL (地狱)和十字架的图形，传教士因此逃过一劫。那位女同学也拿出一张纸给我们示范传教士如何折纸。那是我第一次被耶稣的力量所吸引。过后，我就随她去基督教会观摩他们的聚会，我觉得基督教的祷告形式跟天主教的弥撒有所不同。

之后，我独自一人前往住家附近的基督教堂，去了两三次后，有一天，在一个偶然的机下，我遇见了圣尼各拉的老同学，虽然她不是天主教徒，可是她邀请我星期六跟她一起去圣雅丰索堂（俗称Novena诺维娜教堂）参加九日敬礼，我欣然答应了。整个过程，我按照九日敬礼祈祷册子的内容，很快就熟悉了敬礼的形式。过后，即使没有朋友陪伴，我依然每个星期六参加，为自己的意向祈祷。

我的男朋友（后来成为我的丈夫）是一名天主教徒，他建议我跟他一起参加主日弥撒。于是，除了周六参加九日敬礼，我也在星期天到加东的圣家堂参与弥撒。有一回，弥撒开始前，一位教友走向我，想请我在奉献礼时，代表教友献上饼酒。我知道还未洗礼的人，除了不能领受圣体，也不能参与这个奉献仪式，便委婉地告诉她自己未领洗。负责人只好转身另找教友。当时，我感到非常的失望，心中涌现出了一股难以遏制的渴望：我要洗礼成为天主教徒！

由于当时不明白领圣体的恩宠，所以每回参加弥撒没能领受圣体，我不会感到懊恼，可是，就这么一次我不能走向祭台奉献饼酒，却激起想成为天主教徒的渴望。那失望的一刻是我恩宠的开始，天主就是通过这样的方式召叫我。

我知道自己必须参加为期一年的慕道课程，才能洗礼成为天主教徒。21岁那年，我终于可以为自己的宗教信仰做决定。当圣家堂宣布下一次慕道班的开课时间时，我也正打算报读一个晚间的会计课程，而这两者的上课时间刚好相同。我决定先完成慕道班的课程，洗礼后才报读会计课程，因为我相信成为天主教徒后，天主一定会为我开路，安排一切。1987年，我在圣家堂领受了新生之洗，心中充满感恩天主之情。我

的母亲及四位弟妹不在场，只有我父亲出席，见证这恩宠的时刻。

天主真好，祂能从一切好事或坏事中结出善果；我们的未来也在祂的眷顾之中，我们不会被夹在过去的重担和未来的担忧之间。这给我的心灵带来极大的释放。我洗礼后，心中充满喜乐。

在我的观念中，出生于天主教家庭的摇篮教友，可以从家人、教会中认识耶稣，可是像我一样出身于非天主教家庭的人，是靠周围的友人才能够获得认识天主的恩宠。由于我认识天主的个人经历，我洗礼后就充满传扬福音的热忱。

“我什么都没有，但我可以跟你分享基督的爱。耶稣知道你生命所有的一切，包括你的过去与未来，祂是无所不能的天主，祂爱你，所以一定会照顾你。认识祂，从此生活就不必忧虑。”这是我跟家人朋友分享基督福音的话语，也是我打从心里的真实感受。

宗徒圣伯多禄也说过：“银子和金子，我没有；但把我所有的给你：因纳匝肋人耶稣基督的名字，你起来行走吧！”（宗徒大事录 3:6）是的，我也愿意像圣伯多禄一样，把耶稣献给朋友，那是我能送给朋友的最好礼物。

天主真奇妙，我洗礼数年后，我的母亲和四位弟妹陆续成为天主教徒，反而是见证我领受圣洗圣事的父亲，在他临终依然没有领洗。

我也从基督教同学的身上学到传扬福音的一些经验：记得，我曾经多次拒绝她，但她却毫不气馁，所以当我在传福音遭到别人的拒绝时，

我也不会气馁，包括先父的拒绝，因为我相信恩宠时刻都在天主掌握之中。当年，我的基督教同学在我心中撒下了第一颗信仰的种子，接着，天主安排我偶遇非教友的老同学，由她带领我去参加九日敬礼，她是天主派来的第二个天使。这些经验让我深深体会到，在传福音的领域里，我的工作或者是撒种者，也或许是一个偶然出现在别人生命中的天使。我只要尽好播种的责任，我撒下的种子是否发芽，对方是否成为天主教徒，那是天主给予的恩宠。

耶稣说：“庄稼多而工人少，所以你们应当求庄稼的主人，派遣工人来，收割他的庄稼。”（路加福音10:2）

我愿意随时待命，成为天主派遣的工人，为祂的福音撒种，为祂的福音收割。



“银子和金子，我没有；但把我所有的给你：
因纳匝肋人耶稣基督的名字，你起来行走吧！”

宗徒大事录3:6





摄于1962年作者何若锦领洗日。
前排右一为授洗司铎董立神父。

路上的光

1961年旧制高中毕业

何若锦

若望福音记载，耶稣对门徒说：“不是你们拣选了我，而是我拣选了你们。”（若望福音15:16）固然这些话是耶稣派遣十二位宗徒去结常存的果实之前对他们所说的，但也是对每位教会成员说的。我也是被天主拣选的，在我还是个一年级的髫龄小童时，祂就拣选了我。

我出生在一个外教家庭，童年在牛车水度过。当时，位于客纳街翠兰岗上的养正学校就在我家附近，因此，我家兄弟姐妹都是养正学校的学生。在五十年代，这一间热门名校，除了上下午班之外，还开设夜学。夜学是让超龄学生利用工余进修，也为白天上课的学生提供补习课的。因为学校只是步行之距，父母总不放过让我多学习的机会，而且他们认为让我坐在课室里好好听课，总比任由我这书迷良莠不分地沉浸在课外读物的虚幻世界来得好，所以也安排我晚间去上补习课。

殖民地时代基础设施不很完善，停电是经常发生的事。每逢停电，课室就陷入一片黑暗中。在黑暗中，那些怪力乱神故事里的妖魔鬼怪仿佛都在我周围跳动，我总是怕得不敢出声。

有一次，坐在身边一名叫苏启莲的小同学抖着声说：“我很怕，我们来求主耶稣吧。”她合起小手，又转过头来压低声音说：“你跟着我，我们一起祷告。”我“听话”地跟着她低下头，听着她念念有词地跟耶稣说话。就是那一刻，天主的真光驱走了我心灵的黑暗。因为爱，主耶稣先选择了怯弱的我，也选择祂那善良纯真的小天使启莲把信仰的种子播在我那颗浑噩的心里。启莲让我认识了上帝、认识了耶稣，也教会我凡事祷告。她是基督徒，从小她妈妈就教她基督教的道理、教她祷告。因此，我也在年幼时就知道基督教是相信耶稣的，还知道耶稣时时都听我们的祈祷。

升上三年级，教英文的李穆龙老师是一位虔诚的基督徒，他并不刻意向学生宣讲道理，但是他的一言一行自然而然地流露出对学生的关怀与爱护，特别是对学习能力差、家境贫穷的学生。李老师的言行举止都非常细腻地反映出耶稣的博爱，令我十分敬佩他。由于老师的善良慈爱，我更相信耶稣。



李穆龙老师
(照片由其幼子李达望提供)

五年级的时候，我的班主任林宪祯老师带我去教堂做礼拜。这时，我得到了我人生中的第一本圣经，从此，我可以翻开圣经重温听过的道理或有关耶稣的故事。林老师知道我喜欢看书，借了许多教会的书给我，书中的故事虽然没有浓郁的宗教色彩，但在教育小读者敦品立德的同时，也隐约地传播福音。

后来，林老师还邀我参加她教堂组织的唱诗班，我和一群年龄比我大的教友一起练习、一起活动，相处融洽。令我感到舒服的是他们都没有把我看着不懂事的小学生。因为被尊重，我更加自重自爱。

在六年级即将结束时，林老师出国留学，没有了林老师作伴，内向的我竟然连熟悉的活动也没有动力自动参与了，而忙着准备小学离校考试恰巧是一个很好的借口。然而，我不去教堂，依然经常偷偷地读圣经。读圣经、祷告已成为我生活的一部分。

我不但偷偷摸摸地读圣经，即使之前，甚至后来上教堂也是偷偷摸摸的，因为“信教”是父母亲极力反对的。他们反对肯定有他们认为正确的理由，而我不顾他们的反对也有我充足的理由。虽然他们斥责我时，我从不顶撞，但是在我的心里却在无声反驳。我坚信自己上教堂，读圣经都不是坏事。我谨记小学校长给我的毕业赠言：“尔当为地之盐，为世之光”。虽然当时懵懵懂懂的我并不很了解这两句话的含义。但是，早在格林童话《盐之公主》的故事中，我知道盐是生活中不可或缺的东西。而“光”能驱走黑暗，其重要性是显著的。难道我不可以做个品格优秀，像盐、像光的人吗？

小学毕业后，告别了翠兰岗上那座古色古香的校舍，我来到了矗立于另一座小山岗上的女子中学。念小学时，我只需步行十分钟就到学校，此时，我要搭两趟巴士到实里基路，再爬上爱美丽山。因为环境改变带来的种种压力使得我每天都胃痛。放学后，还必须忍着胃痛一步一步地走到布连拾街搭巴士、转巴士回家，我真正尝到了痛得死去活来的滋味。

每回搭巴士上学，途中一定经过维多利亚街的圣尼各拉女校，看着一个个女生进入校园，我十分羡慕，我总会抬起头，仰望那耸立在歌德式教堂塔顶上十字架，把希望托给耶稣，心中无比虔诚地向耶稣祈求：“主啊！让我来这里上课吧！”虽然不能确定耶稣会不会答允所求，但我并不理会祈求的结果。因为路加福音十八章说：“人应当时常祈祷，不要灰心。”（路加福音18:1）

我祈祷，近乎固执地祈求，但是从未对任何人吐露心中的愿望，因为我是一名非教徒，深感求助无门，事情显然难成。然而，“为人这是不可能的；但为天主，一切都是可能的。”（玛窦福音19:26）我不灰心！好耶稣果然俯听了我的祈祷！

那年代正值传统华校闹学潮，中学生忙着闹罢课，父亲担心我受影响，同时他认为两种语文并重的教育，将为我开拓远大的前景，教会学校的校风严谨，更是学潮的“免疫区”。父亲不是教友，也不喜欢我进教，但是，他却认为在“姑娘堂”的四堵围墙内，可以让我专心学习。因此他想方设法给我转校。于是，中二那年，我转入了闹市中的桃花源——我的母校圣尼各拉女校。只是，父亲始料未及的是圣尼各拉女校后来竟然成为我安身立命之所，直到今日，我依然没有离开过这第二家。

圣尼各拉女校的环境与氛围和以前的中学是截然不同的。校园里那座圣婴修道院的歌德式教堂是开放给英校和华校的师生们的，教堂里的塑像给了我陌生但也新鲜的感觉。学生可以随意进入教堂祈祷，我也随着她们每天到了学校就到教堂里，向祭台上十字架苦像祈祷，把当天的学习托付在耶稣手里。



当时，学生每天上课前都集合在长廊上，由校长或天主教老师领导念经。圣经是所有中学生的必修课，此外，教友还得在课前上要理课。成为圣尼各拉女校的一份子，我开始接触天主教。除了早已会念的天主经和圣三光荣颂之外，我认识了圣母玛利亚，也学会念圣母经和玫瑰经。

我班上有许多天主教同学，个性活泼开朗的叶伊娜同学经常邀我参加教会活动，她常喜欢送我印上圣像的小卡片，其中有一张卡片我珍藏至今，卡片的背面，她用特别细小的字体，密密麻麻地写满了祈祷的重要性，勉励我信靠天主，时常祈祷。公教学青圣加大利纳支团成立后，伊娜是该团的团长，她也邀请我参加。我们常约好在星期天到奎因街的圣伯多禄圣保禄堂“望”弥撒，弥撒后，一行人就到奎因街转角的 Catholic Centre（现址为 NTUC Income Centre）小聚，我们的谈话都围绕着信仰为题。不久，伊娜建议我向董立神父学要理。她还送我一本袖珍本的《福音》，提醒我随主圣训。在董神父的教导下，我开始进一步认识天主教，特别是难以理解的天主圣神。

在那段时间，可能是生活上和功课上客观和主观的压力，我情绪十分低落。于是，我每天参与弥撒，神领圣体，我觉得在精神上迎接主耶稣到自己心中之后，内心有一种不可名状的安宁。早年接触基督教时，读经给我奠定了信仰的基础。我渴望领洗，渴望实领圣体，因为我真心全信耶稣在圣体圣事内，我盼望实实在在地迎接祂到我心里来。于是，我决定做一件我坚信绝对正确无误的事，就是在还没达到法定自主年龄时，自己做主接受领洗圣事。领洗后，祈祷、读经成为我每日的“功课”。

我很庆幸自己懂得凡事仰赖天主，祈祷给予我力量，圣经更是指引我前行的“光”，那道光早在幼年时就照亮了我稚嫩的心灵了。

“强说愁”的年代随着无情的岁月流逝了，接踵而来的是“识尽愁滋味”的日子。由于人性上的弱点：名利感情，厌恶憎恨，痴愚无明，优柔多疑等等劣根性，以及人在感情或物质上的追求，许多时候都会化作重重的阴霾，蒙蔽了前路，令人仿佛陷入绝境中，失去人生的方向。

我迷失过。记得有一段日子，生活上的压力，工作上的挫折，种种负面的情绪令我喘不过气，双手发抖，失眠，胃痛，我感觉自己是一个忧郁症的“疑似病例”；于是我去看心理医生。医生给我配了镇静剂，吩咐我每天定时服用。我吃了一天的药后，忽然，脑海里浮现一个巨大的问号：“我以后就得依赖药物来生活了吗？”我感到茫然无措。我躲进房间，屈膝祈祷。这时天主的真光照亮我的心，我悟然自己只顾沉浸在不如意的事情上，终日愁闷苦恼，而忘了祈祷读经了。其实我该找的是天主、是耶稣，而不是医生！圣咏提醒我：“我的灵魂，你为何悲伤？为何忧苦？期望天主！因为我还要向他颂祝，因为他是我的救援，是我的天主。”（圣咏42:6）我深深地反省，我之所以抑郁不欢是因为在奢求某种不该属于我的东西，我尽力了，但希望落空，故此无法释怀。

我陡地站起身，把镇静剂丢掉，捧出圣经，翻开圣咏第二十三篇：“上主是我的牧者，我实在一无所缺。”天主认为对我有益处的，祂已经都给我了，我还要求什么？我还要羡慕谁？在祈祷默想中，上主使我的心灵得到舒畅，我肯定祂必定领我踏上正义的坦途（参照圣咏23:3）。那么，我还要愁什么？忧什么？再者，我们每个人的生命就是一个杯，有的杯子大、有的杯子小；有的杯子深、有的杯子浅，无论我的杯子是大、是小；是深、是浅，上主灌注的恩宠已经使我的杯子满溢了。（参照圣咏23:5）物质、感情、升职、加薪、奖励这些都曾是我所稀罕的，我更把这些视作努力付出的回报。我不禁扪心自问，如果真的将小学校长的毕业赠言“尔当为地之盐，为世之光”作为我的座右铭，那么，我应该清楚当盐在发挥作用时，必定溶化，无影也无踪。我若作“盐”，所付出的也是别人看不到的。“光”与“盐”的关系紧密，人的心中必定要有“盐”，始能在行为上焕发“光”，有“光”才让人感受到温暖、舒服，既然要作“盐”作“光”，我就不应该贪图虚幻且虚荣的赏报。假如我信心坚定就不会有世俗化的挂虑。只要常常祈祷，凡事怀着感恩的情怀，恳切地祈求天主，天主一定赐给我内心的平安。

圣保禄宗徒说：“你们什么也不要挂虑，只在一切事上，以恳求和祈祷，怀着感谢之心，向天主呈上你们的请求；这样那超乎各种意想的平安，必要在基督耶稣内固守你们的心思念虑。”（斐理伯书4:6-7）天主祂藉着圣经赐我智慧，帮助我将负面的情绪转换成正面的能量，以积极的态度面对挑战。

祈祷是力量，为我拨开蒙蔽双眼的阴霾；圣经就是“光”，它驱散心灵的黑暗。黑暗从此烟消云散。我虽再也不吃药，生活也过得很自在。其实，天主早已为我设好解决人生疑难的方法，祂把“秘笈”记在圣经里。感



作者黄玫瑰（摄于中学二年级）



作者黄玫瑰近照

乖乖女叛逆记

1971年中四毕业

黄玫瑰

乖乖女从小就是一个乖学生，上课专心，做功课用心，老师吩咐的事一定完成，让老师放心。如此一来，乖乖女每年都有“长”做，不是正班长就是副班长，不然就是排长，还有课外活动的组长、团长，直到中四还当上了学长。

其实乖乖女在家里是个刁蛮女，因为被父母宠坏。但是，在学校里，她是百分百的好学生，为什么呢？原来乖乖女胆子很小，看到同学被老师骂，自己就吓到半死。她最怕的人就是“肥”校长，因为她嗓门特大，骂人特凶，只要看到校长远远走来，乖乖女马上转身躲开。为了不給师长有责骂的机会，乖乖女成了完美主义者。当然，她更渴望得到所有人的赞赏。

中一那年，乖乖女加入了校外的商业电台话剧团体，学得一口标准华语，不只学会演广播剧，还会写剧本。这样的训练大大提高了乖乖女的语言表达能力，增加了她上台的机会，参加校外演讲和作文比赛，多有所获，为校争光。当时的乖乖女，视这一切荣耀为理所当然，她不知

道，在师长眼中，她是个可造之材，对她有很高的期望。孰不知，期望越高，失望越大。

中四毕业时，乖乖女报读了当时唯一的初级学院——国家初级学院。当时许多中学都还保留高中部，乖乖女竟然没有留在母校，辜负了师长十年的栽培，简直就是“叛徒”，伤透了师长们的心！

乖乖女对此毫不知情。学院开学后不久，乖乖女穿着灰蓝色的国初校服，兴高采烈地回母校，想象着和老师同学们见面时有多兴奋，她对母校是有感情的。怎知一踏进校门，见到的第一位师长，竟拉长着脸，冷冷地对她说：“你回来做什么！”乖乖女顿时有如被泼了一盆冷水，不知如何反应，因为她向来都是这位师长的宠儿。

罢了，乖乖女转身就走，从此不再回母校，甚至再也不上教堂，彻底离开教会。那是1972年发生的事。

为什么向来的乖乖女会变得如此叛逆？

乖乖女出生于一个传统的天主教家庭，从小就跟着父母上教堂，读教会学校，上课前先上要理课，上了中学被强制参加圣母军。乖乖女从来不敢违反教规，违抗命令，可是实际上信仰是没有扎根的。对她而言，天主只是高高在上的那一位，严厉有如师长，只要没有犯错，天主就不会惩罚。加上乖乖女生活一向都很顺遂，无需向天主求助，因此，在她眼中，天主是可有可无的存在。孰不知乖乖女一天天长大，她觉得外面的朋友更知心，外面的世界更精彩，她也渐渐接受了“宗教是人民精神的鸦片”的说法，成了无神论者。

在挣扎着要不要脱离教会的当儿，刚巧碰到代表着教会的老师对她的无情和冷漠，乖乖女终于逮着了机会全盘否定教会，再加上得知一位学姐也不再上教堂，更增添了她的勇气和决心，从此她可以问心无愧，义无反顾，与教会脱离关系！父母也莫奈她何！

乖乖女不知道，其实天主并不是她所想象的那样。祂像圣经里“浪子回头”（参照路加福音15:11-32）故事里的父亲，天天等待着乖乖女回家。乖乖女离开天主时才十七岁，十四年后，她想回“家”了。这又是为什么？

乖乖女三十岁时，已经结婚生女。有一天，她抱着一岁大的女儿到组屋楼下，突然有几秒钟晕眩的感觉，可能是因为太累了，可是这一吓却吓得她不敢睡觉，害怕一睡不醒。她找父亲来陪她聊天，聊到凌晨三四点累得支撑不住才睡下。为什么乖乖女有如此不可理喻的害怕？原来乖乖女的母亲有家族遗传的高血压，四十九岁那年因脑溢血突然离世。乖乖女怀孕时患上妊娠毒血症，血压超高，必须剖腹生产，虽然产后血压恢复正常，但因曾经如此接近鬼门关，此时的她无法克制想象，害怕自己会像母亲那样猝然逝世。乖乖女本来就生性胆小，怕遭人羞辱，遭人谴责，遭人误解……现在又多了一样——怕死！

乖乖女预尝了面对死亡时的恐惧滋味，尽管死亡只是她的想象。她知道人难免一死，她要勇敢面对，唯有向天主投降了。

她想重新认识基督信仰，马上就有一位同事带领她读圣经。她们研读《箴言》最后一章“贤妇赞”，乖乖女立刻被《圣经》惊艳到，仿佛过去从未接触过圣经。

从此乖乖女热爱读经，就是没有回去教堂参加弥撒，直到怀第二胎，又是患上妊娠毒血症，又是需要剖腹生产，又是要面对死亡。乖乖女崩溃了，她虽然选择相信，却无法真正相信天主的存在。她为此懊恼不已。

乖乖女这回乖乖地回去参加弥撒了。屈指一算，她离开教会长达十四年。没想到一踏进教堂，就听到神父说：“你要有耐心，信德像农夫撒下的种子，需要时间成长。”这番话，好像是天主借神父的口解了她的困惑，这是乖乖女人生第一次感受到天主的真实！那是1986年圣诞节前的事。

过了几天，1987年1月1日，乖乖女上巴刹，不知不觉买得太多，菜篮过重，没有力气拎回家。乖乖女无法向家里人求救，于是想到不妨试试祈祷，不要贪求，主赐力量就好。怎知一祈祷完，就有一位女佣走上前来帮忙，刚巧她也住同一座组屋。这是乖乖女第一次体验到天主俯允祈求。天主好真实呀！

再过几个月，到了受难节，乖乖女一手抱着六个月大的婴儿，一手牵着三岁的女儿，站在教堂外面，参加两个钟头的礼仪，结束时手脚都快软了，还得走十五分钟的路回家。乖乖女尝试再求天主赐力气，天主再次俯允。这次是她的一位同事，驾车路经那里，看到乖乖女，载她们回家。这种巧合太神奇了，乖乖女的信德再长一分。

有一天，乖乖女在思考耶稣是谁。第二天的福音刚好是耶稣显圣容，“云中有声音说：‘这是我的爱子，我所喜悦的，你们要听从他！’”（玛窦福音17:5）答案太明显了，耶稣就是天主的爱子，所以

祂也是天主。天父吩咐我们要听从祂。从此以后，凡是福音中有耶稣说的话，乖乖女都拉长耳朵听，并设法顺从。

“巴不得你或冷或热！你既然是温的，也不冷，也不热，我必从我口中把你吐出去。”（默示录3:15-16）乖乖女原本就是乖的，以前离开教会时是冷的，现在回到教会，就不愿做温的，决心要做个“热”的教友。她开始对教会各种活动产生极大兴趣，其中神恩复兴团体主办的新生命讲习会，更让她体验到圣神的真实，她在圣神内领洗重生了。

自从有了与主相遇的经验，乖乖女的灵苏醒了，终于听到天主的话了。耶稣说：“我给你们所讲论的话，就是神，就是生命。”（若望福音6:63）天主的话活了起来。1997年，在一次避静中，天主藉耶肋米亚先知对乖乖女说的话，对她影响至深。上主说：“诚然，我知道我对你们所怀的计划——上主的断语——是和平而不是灾祸的计划，令你们有前途，有希望。那时，你们呼求我，前来恳求我，我必俯听；寻求我，必找到我，因为你们是全心寻求我。我必将我自己显示给你们——上主的断语——转变你们的命运。”（耶肋米亚29:11-14）

啊，只有天主知道祂对我们所怀的计划，而且，这计划是美好的，不是灾祸的，令我们有前途，有希望。那时，我们呼求天主，前来恳求上主，上主必俯听；寻找上主，必找到祂，因为我们是全心寻求祂。上主必将自己显示给我们，领我们回到以前的地方。

天主的这番许诺，在乖乖女身上全都实现了。她完全放弃自己的

计划，只寻求天主的计划。天主通过她的丈夫，把她带到林厝港开辟胡姬园，磨练她的信德，因为从事这一行要学会靠天吃饭。八年的考验之后，天主又带领她离开花园，可谓脱离苦海。怎知半年后，她又确诊得了乳癌。这时的乖乖女，听了医生的报告，不但没有崩溃，心里还很平静地说：“感谢主，赞美主！”耶稣把祂的平安，赐给了乖乖女，因为乖乖女学会了顺服。这是2007年的事。

乖乖女的名字叫黄玫瑰，1955年生，1962年进圣尼各拉女校读小一，1971年中四毕业。与你分享这一切，是想告诉你，天主是真实存在的，祂会通过圣经和我们说话。祂给每一个人一个美好的计划，如果你愿意听从祂，祂会带你走上幸福之路。

愿一切光荣归于主，阿们。





是谁选谁

1981年中四毕业

纪慧琳

“妈妈，您为什么选择成为天主教徒？”我那正处于青春期的女儿问道。身为一名摇篮教友，这个疑问不知曾几何时，开始浮现在女儿的心中。

她之所以会提出这个问题，是因为她质疑人是否需要宗教。这也难怪，因为她正处于重新思考自己身份的年纪。在这个世俗化的世界，老师教导学生在做一切决定之前，一定要搜索资料、大量阅读及深入分析，因此，她才会提出这个问题。

我在20来岁成为天主教徒。我的父母是非教徒，但是他们让我选择自己的宗教信仰。我在圣尼各拉女校求学10年，生平第一次踏入的教堂，就是在母校校园里那座属于圣婴修道院的小教堂。在母校，我也接触过一些修女、神父。在集会上学用华语和英语诵念天主经，唱圣歌。

身为学生，我的祈祷不外是为了学业和家中让我心烦的事。

“天主，请让我在测验时，记起我读过的内容。”

“天主，请让我在考试时，不要生病。不然考得不好，会挨骂。”

“天主，我这次考得不理想，祈求你让爸爸妈妈不骂我。”

中四毕业后，我到加拿大升学。我念高中的那所学校是天主教会开办的。同学当中有一位是热心教友，经常参与学校的弥撒圣祭。于是，我顺理成章地随她参加主日弥撒。

高中毕业后，我同时被两间大学录取，其中一间所提供的学科让我心动，所以我很快就作出选择。说也真巧，那也是一所天主教会开办的大学，校园里有教堂，我住在宿舍里，到教堂去十分方便。

在圣尼各拉女校求学的时候，我知道宇宙间有一位主宰，我心中想追随祂，认识祂。因此，大学里举行弥撒时，我是非常乐意去参加的。在我的同学和宿舍里的伙伴当中，刚巧有好些是天主教徒，所以参加主日弥撒时，我就有好多同伴，大家开开心心地一起去教堂。

1985年，大学毕业回到新加坡，遇到经济不景气，工作难求。大姐也是圣尼各拉女校的校友，早在多年前领洗。在她还未领洗的时候，每周六都到圣雅丰索堂（俗称Novena诺维娜教堂）祈祷。我听了她的建议，开始每周六去那里参加九日敬礼，祈求圣母代祷，让我找到一份工作。不知过了多久，我终于找到了一份心仪的工作。办公室刚好离圣雅丰索堂很近，我周六下班后，徒步就能到教堂去，因此，我继续参加敬礼圣母的九日敬礼。成年的我也越来越渴望好好地认识天主教，当教堂的慕道班宣布开课时，我便报名参加。下班后，步行不到10分钟就能到那里上课，实在太感恩了。一年后，我就在位于加东的圣家堂领洗，也在那里领受坚振圣事。那年是1988年。

当时，我的男朋友是一名非教友，当我要求在教堂举行婚礼时，他和他的父母都没有异议，让我喜出望外！于是，我们在教堂举行了简单的婚礼，但更重要的是领受意义深长的婚配圣事。虽然我的丈夫还不是教友，不过，每个星期天，他都与我和三个孩子一起参加主日弥撒，从不间断。

记得2005年的某一天，七岁的老大这么说：“爸爸，我们家只有你不是天主教徒，以后，你死了就不可以跟我们在一起。”

我一直都为丈夫领洗这个意向祈祷多年，可是从来没有开口和他谈信仰，因为我相信天主自有安排，天主的时间还没到来。那一次，天主通过女儿的一句话，触动了丈夫的心。他表示有意愿参加慕道班时，我到处收集各堂区的慕道班上课时间，终于找到一间能配合他工作时间的教堂。一年后，他不但领洗，而且立刻成为儿童要理班的老师，直至今日。天主真伟大！天主真奥妙！一切的美好都是按天主认为适当的时间进行的！

就像其他人一样，我的家庭生活和职场生涯也经历过波折与挑战。不过，在面对这些惊涛骇浪时，我都紧靠着耶稣，祈求祂陪伴我一起渡过，一起越过人生的障碍。目前，我还在学习圣言，学习分辨天主的意愿，学习辨别那些意愿是出于我个人的渴望抑或是魔鬼的诱惑。“分辨祈祷”是我目前最重要的功课。

在成为天主教徒的道路上，的确有很多巧合。不过，在全能的天主眼里，那仅是巧合，抑或是天主刻意的安排呢？

对于女儿向我提出的问题：“妈妈，您为什么选择成为天主教徒？”我如何回复她呢？

“不是你们拣选了我，而是我拣选了你们。”（若望福音 15:16）这是主耶稣亲口说的。我们信主是耶稣的恩赐！因此，我给女儿的回复是：“不是我选择成为天主教徒，是我被天主选上啦！”



新妈咪信仰手札

1999年中四毕业

邹文诗

我和夫婿都生长在天主教家庭，我们俩在新加坡国立大学求学时相识，并在2011年于圣神堂结婚，领受婚配圣事，接受天主的祝福。婚后第二个月，我的先生负笈英国牛津大学唸硕士学位，夫唱妇随，我申请了无薪假，随他到国外过着悠闲的生活。在那一年里，我们经常泡博物馆、图书馆，参观名胜古迹，我们也到英国及欧洲各处旅游，当然，也在安菲尔德球场看了两次利物浦的球赛。我的厨艺及设计菜单的能力，在这段期间大有进步，这对我日后成为家庭主妇有很大的帮助。

新手妈咪

我们的大女儿在2013年出世。当时我们和家翁家婆同住，但即使有两老帮忙，初为人父母的我们还是应付不来，几乎每一件事都是我们的第一次，让我惊慌害怕。我发现自己对育婴真是一窍不通，心里总是惶惶不安。开始的几天、几周、几个月，每天都忙乱得像疯人似的，几个大人被一个小婴儿弄得精疲力尽。当我夜间起身进行马拉松式的喂奶时，我也赶紧上网寻找答案，想知道婴儿半夜不停啼哭的原因。但是，在我还没找到答案之前，宝宝已经能安然入睡，一觉到天明。

每当女儿进入到另一个发育成长的里程碑时，她总会闹情绪。我后来才了解，只要我在关键时刻陪着她，给予她安全感，她就能安然地度过各个成长的阶段。学习成长的除了女儿，也包括我这位新手妈咪。我学会放手，对女儿有信心，也对自己有信心，我相信一切都会安好。果然，她慢慢长大时，一切都变得轻松自如了，我也变得更自信，也为第二个宝宝的来临，作了最好的准备。

第二次当妈咪

人们常说每个宝宝不尽相同。但我万万没料到，我两个女儿的差别居然有这么大。怀老二的初期，一切都很顺利。可是，到了怀孕中期，我接获一个晴天霹雳的消息：肚子里的老二患有先天性心脏病。那是在一次妊娠扫描时发现的，我只记得当时我感到一阵晕眩，眼泪不停地流下。幸好，我的妇产科医生介绍了一名很好的心脏外科医生给我。这名外科医生告诉我们，这种大动脉移位手术他成功地做过很多次。虽然我还是非常害怕和紧张，但这位医术高明，自信满满的医生说的话，立刻纾解了我心中的焦虑。

可是，这还不是最坏的消息。一个月后，我被诊断出患有妊娠高血糖症，这对我还没出生的宝宝造成了很大的生命危险。我听了立刻陷入惊慌失措的状态。我告诉自己必须把血糖控制好，以确保宝宝出世时有最好的健康状态，让手术能顺利进行。我异常努力地控制饮食，一天测量几次血糖，甚至超出指定的次数。当我的血糖还是超标时，我需要每天给自己打胰岛素。不知何故，我开始对打针产生恐惧，针离肚子几厘米时，我总会稍有迟疑。但是我知道我必须要做到，只有我能保护自己的胎儿。所以，无论我多么惧怕，我还是乖乖地一天三次给自己打针，注射胰岛素。

接近预产期时，我又开始感到惊恐。孩子在我子宫里是安全的，但是，一旦来到这世界，就要自己应付一切了，我不知道这么幼小的她是否能做到。我的一个好朋友说她很钦佩我在这事情中所展现的信德，而我坦白地对她说其实我一点都没准备好，我好像沉在水底，摸不到岸。有时候，我感到惶恐，但当有人为我祈祷时，我又感到内心很平安。尽管觉得自己没有做好心理准备，可是我最终决定面对现实。

在那等待孩子出生的几个月里，我天天诵念小德兰的九日敬礼祷文。蒙主恩典，我们的小女儿出世时，健康稳定。可是，才十天大的她，就得推进手术室动心脏手术。那一天，我先生在医院守候，而我留在家度过了这一生中最难熬的8小时。我把自己封闭起来，假装一切如常。当我接到先生从电话中捎来的好消息时，我又开始有天旋地转的感觉，但这回却是开心的。

宝宝在医院里康复得很快。我每天都得把挤好的母乳送到医院，只是到了离开育婴室的那一刻，那种别离的滋味实在非常难受。我们多么期待她能早日出院，能回家与她的小姐姐相聚。

好不容易过了一个月，我们终于把我们的“小战士”接回家，她见到了小姐姐，也听到小姐姐熟悉的声音，因为她在我腹中，就听惯了小姐姐那把叽叽喳喳的声音。

活出德纯义坚的精神

虽然我生长在天主教家庭，可是，因为母亲不是校友，我升上中学时，才有机会凭着会考成绩报读圣尼各拉女校。校训“德纯义坚”这四个字，代表了各种正能量——坚毅、勇气、优雅、怜悯、谦卑、自信、坚

忍、决心等等。这些都是我后来才领悟到的。

我一直以为只有到社会工作才需要“勇气”，但我亲身体会到：事业上所需要付出的，远远不及待在家里为家人所付出的。“家庭事业”是没有休止的，是枯燥的，但有时也会是发生突发状况，充满挑战，甚至有些戏剧化。此外，当孩子生病，出现紧急状况时，那才令人感到极度惶恐。对比成为全职母亲还是职业妇女，我较为喜欢在乏味的办公室工作。

“德纯义坚”这四个字，意义非凡。让我们懂得如何分辨是非，无论在怎样艰难的情况下，无论要做出怎样的牺牲，我们都要把事情做好。我指的并不是放弃事业、薪金和生活方式，而是其他的牺牲——比如选择耐心地对待闹别扭的孩子，选择在孩子尖叫着发脾气时自己依然保持温和的态度，选择有爱心地引领及教导孩子，而非对幼龄的她们咆哮大怒。最难的莫过于不仅是给予指导，而且还要树立榜样，也就是说：我必须改掉自己不良的习惯和举止行为，积极地活出更好的一面。

身为人母

为了亲自照顾小女儿，我暂停工作一年。这也意味着我同时有更多时间陪大女儿。在那段日子，我发现我之前因为忙着工作，错过了许多和大女儿共处的时光。我的脑海开始浮现离开职场的念头，这念头还浮现了好几次。

2018年，我参加了皈依体验避静。不知何故，在5天4夜的避静期间，我的内心不断接收一个信息：从怀孕的那一刻起，陪伴在孩子身边是极为重要的。于是，避静结束后，我决定辞去工作，成为一个全职妈妈，我先生的全力支持也让我没有后顾之忧。

离开职场，选择当个全职母亲，在家全心全意地照顾两个女儿，虽然感到快乐，但我也时不时会质疑：这是否是一个不实际的决定，单靠先生的一份薪水足以支付家庭开销吗？

一天早上，我的心又再次感到忧虑时，就在榜鹅区显圣容堂的圣体室外，我看到墙上贴着的圣言，标题是“田间的百合花”，所摘录的圣言短句是“不要忧愁挂心……你们看看百合花，是怎么生长的；它们不劳作，也不纺织……”（参照路加福音12: 27-28）

这句圣言给我莫大的安慰。说也奇怪，那句贴在墙上的圣言的字型比我的脸还大，我曾好几次到圣体室祈祷，那天却是我第一次留意到那段圣言。过后，我吃了午餐拿起手机浏览社交媒体，朋友当天也在面簿上贴上耶稣所说的这段圣言。

感谢天主，让这句话在同一天出现两次，再次肯定我当全职妈咪是正确的决定。我能确实感受到天主给予我的安慰，叫我不必忧虑，祂自会照料我们一家所需要的一切，就像祂照顾田间的百合花一样。



“不要为你们的生命忧虑……
你们观察一下田间的百合花怎样生长；
它们既不劳作，也不纺织；
可是我告诉你们：
连撒罗满在他极盛的荣华时代所披戴的，
也不如这些花中的一朵。”

玛窦福音 6:25-29



细数主恩宠

1962年中四毕业

岑秀琼

“从他的满盈中，我们都领受了恩宠，而且恩宠上加恩宠。”

（若望福音 1:16）

我很平凡，生活平凡，经历平凡，事业平凡……我时常都认为自己平凡得乏善可陈。然而，我的生命主宰却是不平凡的，祂是我们的造物主。由于天主不平凡的爱，祂恩赐我的不平凡恩宠，点点滴滴，我必须时刻怀着感恩之情，细细地数算主的恩宠。

我感谢天主赐我顺利地接受圣洗圣事的恩宠。我在外教家庭长大，但是父母对子女的宗教信仰保持着开明的态度。我在圣尼各拉女校求学，从小学到1962年中学毕业，这段悠悠岁月其实就是我望教的过程。

母校的旧址在维多利亚街圣婴修道院内。小时候，我每天上学总会先到修院的教堂祈祷。每日上课前，全校师生聚集在长长的廊道上齐念圣母经，这些我都认为是该做的事。向天主祈祷，诵念经文后，我觉得心境安然平和。

在中学时代，校方没有于课后安排活动。学姐叶伊娜是位天主教徒，由于她热情地邀请，每周其中一天放学后，我会留在学校学唱圣歌，由校长李芳济修女亲自负责教唱，如《圣体奥迹》、《请收纳我心》等等，每一首圣歌都是我喜欢的，因此每周我都期待学唱圣歌的日子。后来，伊娜鼓励我跟随神父学要理，当时，圣经课是全校中学生的必修课，由信奉天主教的英文老师负责教圣经历史（Bible History）。课文中多古老的用词，如“thee”、“thy”等，更多是我不甚理解的词汇。我希望学了要理，可以帮助我较易懂得老师所讲解的艰深圣经史，就毫不迟疑地接受伊娜的建议。伊娜带我去见纳渔民神父（纳渔民神父Fr. P Abrial来自法国的巴黎外方传教会）。纳神父教了我一个时期，就被调派到别的堂区，于是我便向其他神父学要理，后来，教我的神父也陆续调到其他堂区服务，我也就断断续续地学习。直到董立神父来到圣伯多禄圣保禄堂，我才在董神父的教导下，完成了要理的学习过程。1963年，得到了父母的赞同，我接受了圣洗圣事，正式成为一名天主教徒。

感恩天主从我望教到领洗，甚至领洗初期，派遣一群年龄相若的主内姐妹陪伴我这个“基督内的婴孩”（格前3:1）在信仰上慢慢成长，我们每个主日一起参与弥撒圣祭，弥撒后，一起喝茶谈心，分享信仰心得，大家在信仰成长中互相扶持，发挥博爱的精神。

当然，在我74年的人生中，也有着不少不如意的事情令我担忧、失落、彷徨……但是，我都能在天主的恩宠中安然度过。在1963年，我本应到新加坡师资训练学院受训，却在体检时发现染上肺病。我不但失去受训为正式教师的机会，也失去了临时教职。我的身心遭受到沉重的打击，心情顿时陷入谷底。然而，我全心依恃天主。因为“天主是我的救援，我依靠他，决不畏惧，因为上主是我的力量，是我的歌颂，他

确是我的救援。”（依撒意亚12:2）

教育下一代的责任是无比艰巨的，工作也极其繁重，我相信天主因而让我及早发现患肺病，并借疾病促使我注意身体健康。感谢天主赐我面对现实的勇气。我一方面随天主的旨意休养治病，一方面诚心祈求天主让我康复后可以返回教育的岗位，因为我确实喜爱这份工作。1965年，我痊愈了！而且再度被教育部录取，受训后顺利地成为一名正式教师。失而复得是奇迹，是天主的恩宠！我更要感谢，我永远怀念的——我敬爱的李芳济修女，当时是她亲自陪伴我到教育部申请教职。

天主赐我的恩宠是源源不断的，感谢主赐我一段幸福美满的婚姻，赐我忠诚可靠的终身伴侣。我先生锦华在我们结婚前也得到天主的恩宠，于1964年领洗入教。1964年至1967年，他被调派到英伦工作，我俩分隔两地，而当时只能靠书信互通消息。我相信这是天主特意安排的，他除在工作上获得宝贵的经验之外，由于独自在外生活，他凡事信靠天主，信德因而日益增进。同时，三年的分离，对我俩是一个很好的考验，我们因此更肯定也更珍惜彼此之间的感情。

我俩在1969年于圣伯多禄圣保禄堂领受婚配圣事，时光飞驰，转眼50年。在天主的眷顾中，我和丈夫都非常努力、非常用心、而又坦诚地经营天主赏赐的婚姻，让主内的婚姻成为基督临在的有效标志。去年（2019年11月24日）是我们夫妻俩的金婚纪念日，在11月23日，我们在圣伯多禄圣保禄堂举行了金婚庆典，很荣幸地邀请到林长震神父主持感恩祭并证道。我的女儿、女婿、儿子、媳妇和三个可爱的孙子负责安排各种事项。我期望天主恩赐我和丈夫再一个幸福的50年。

天主除了赐我美满的婚姻，嫁入元家后，天主也赐我一个视我如女儿的好婆婆(即丈夫的母亲)——一个“好”字绝对不能包括婆婆的好。我丈夫是独生子，我们婚后肯定要和婆婆一起生活。婆婆李惠卿不是教友，但是她心胸宽广，她不但同意儿子领洗，也准许我们在教堂举行婚礼，还高高兴兴地出席婚礼。对于我们主日上教堂，孩子出生后领洗，婆婆慈祥的脸上从未显露一丝半缕的不悦。我们星期五守小斋，婆婆也迁就我们不煮肉类的菜肴。我们也向她学习接受和包容不同的宗教，尽量配合她的信仰，如祭拜祖先，清明扫墓等。我先生非常孝顺，经常陪她到香烛店买香烛等拜神用品。

此外，勤俭能干的婆婆坚持不请帮佣，亲自料理家务，让我和先生无后顾之忧，专心工作。在我两个孩子出生时，婆婆无微不至地照顾我，给我烹煮月子里的膳食，让我休养生息、恢复元气。我的体质也就是在那段日子调养好的。记得有一次，我因为赶着批改学生的作业，到下午三点多还留在学校。那时，我就住在学校对面，婆婆看我那么迟还不回家，知道我工作忙，但又担心我饿肚子，竟然把午餐送到学校给我。有段时间，我傍晚去学中国水墨画，她也特别打包晚餐，让我吃饱了才去上课。

心地善良的婆婆对人宽容，她接纳儿子和媳妇的一切，我的弟妹们，我和锦华的朋友都成为她喜爱的“小朋友”。她每天上巴刹买菜，都会和邻居聊天，但从来不说人是非，在家里的交谈都充满正面的能量。

乐观知足，生活自在的婆婆，93岁那年，在睡梦中无疾而终。“真福八端”的第七端说：“缔造和平的人是有福的，因为他们要称为天主的子女。”（玛窦福音5:9）虽然婆婆没有成为天主教徒，但是清心是和

平的先决条件，同时她的爱心和宽容，就是天主喜悦的优点。我祈求仁慈的天主垂念婆婆，赐她永远享见天主光辉圣容的恩宠。

其实，在我们日常生活中，有许多被我们忽略的事件，都是天主的恩宠。记得，2007年，我的外孙铭葳在幼儿园上课，有一天，他右手的无名指被校内的铁栅栏夹伤，伤势十分严重，指头上的整片肌肉几乎脱落，被马上送进国大医院救治。我们当时感到惊慌失措，然而我记得圣经记载圣伯多禄写信给散居在小亚细亚北部的信友说：“将你们的一切挂虑都托给他，因为他必关照你们。”（伯多禄前书5:7）因此我们一家人唯有依靠天主，诚心祈祷，把铭葳的小小指头托付给全能的天主。我们知道“我赖加强我力量的那位，能应付一切”（斐理伯书4:13），于是，我到圣雅丰索堂（俗称Novena诺维娜教堂）参加九日敬礼，祈求永援圣母代祷。女儿凯怡和女婿树恩夫妇专程到苦修院（Carmelite Monastery），请求修女们为铭葳祈祷。感谢天主的恩佑，铭葳终于完全康复了！在中学时期，他在学校的华乐团里负责拉二胡，现在，他已上工艺学院了，仍然拉二胡。圣咏《大赞美歌》中有句诗歌：“请众敲鼓舞蹈赞美他，请众拉弦吹笛赞美他！”（圣咏150:4）每当听见铭葳用灵巧的手指拉二胡，我总觉得二胡发出的声声音符，仿佛都谱成了首首“赞主歌”。感谢天主的恩宠！

天主从未间断地赐予我们一家人恩宠，在我的女儿女婿严谨的教育下，铭葳和哥哥峻葳、弟弟镇葳品德优秀，三个外孙都是我和先生的宝贝。儿子建宇也成家了，他结婚时虽然在教堂举行婚礼，但媳妇吴素琳（Lynda）并未进教。而天主又一次恩赐我们家恩宠，就在铭葳领坚振的弥撒圣祭中，天主圣神触动了素琳的心灵。她从小在天主教学校念书，长大后她的天主教朋友也曾邀请她参加慕道班，可是她都拒绝了。当

日，吴诚才主教那充满智慧而又融合了幽默的讲道启示了她。离开教堂那一刻，她决定加入在圣雅丰索堂开办的成人慕道班。2019年，她开始学习道理，相信很快就能得到天主赏赐的洗礼恩宠。

执笔之际，我也要感恩天主在我身边安排了那么多爱我，关心我的人，他们总是在我需要时，适时、适事地出现，其实这不是巧合的，而是天主宠爱我，特别为我安排的。

在我默想中，我感悟天主的恩宠常在我身边，天主的恩宠是不胜枚举的。“在我一生岁月里，幸福与慈爱常随不离；我将住在上主的殿里，直至悠远的时日。”（圣咏23:6）我仰赖主、赞美主、祈求主、感谢主，我将不但用我一生的时间细数主恩宠，我还要祈祷天主赐我力量，以言以行去传播福音。



“缔造和平的人是有福的，
因为他们要看见天主。”

玛窦福音 5:9



信仰速成班

1979年中四毕业

郭豫斌

2003年初沙斯疫情在香港爆发，当时香港的医院乱成一团，就在那非常时期，我发现子宫长了肿瘤，于是，决定回新加坡，另找医生求医。抵达新加坡后，我不但需要先住进酒店自我隔离，而且还得面对另一个更大的恐慌：肿瘤是否属恶性？是否已经扩散？是否还有命回到香港见我先生？

17年过去了，今年又碰到另一场更诡异的2019新型冠状病毒疫情，从香港溜回新加坡透气之余，在圣灰礼仪当天，开始动笔写这篇文章。

讨价还价

我是一名摇篮教友，在维多利亚街的圣尼各拉女校度过了十年的学生生涯，母亲是先修班第四届毕业生，我们母女俩在同一个校舍度过青春岁月。自9岁加入教堂歌咏团到大学，我从未间断地参与教会团体及活动。但是，进入职场不久，花花世界的新奇事物填满了我所有的时间，更占据了我的心灵。偶尔，良心发现，便和天主讨价还价。

20多岁，我对天主说：“天主啊，现在实在太忙了，没办法多祈祷和行善，不如祢就让我努力工作多赚点钱，让我能在40岁时退休，到那时我就可以筹备许多慈善舞会，把筹集到的款项帮助穷人了。”其实我是盘算着天主让我早点退休，但又能继续让我有机会打扮得漂漂亮亮，过我梦想的享乐生活。

为了有更大的发展，我便到印尼工作，然後辗转嫁到香港。婚后依然是无日无夜地工作。30几岁时，我对天主说：“天主，看来我40岁是退不了休，不如延迟到45岁吧？祢保佑我继续努力赚钱啊！”

2002年我39岁，刚买了新房子，还创立了公司，雄心勃勃，准备大展拳脚。突然科技股大爆破，工作压力排山倒海而来，看来45岁退休的美梦已不可行。这次我直接加了10岁，告诉天主：“我55岁才考虑退休，到那时才多为祢服务。”

疫情爆发

谁知过了一年，沙斯疫情在香港爆发，所有的工作项目都停顿了。不巧，那时医生发现我的子宫长了肿瘤，医生说要切片才能确诊是否是癌症，我当时吓呆了。入息已经受影响，创立的公司刚运作不久，又还没买医疗保险，天生极其乐观，天塌下来当被盖的我，着实感到惊慌。那年我40岁，就是我当初答应天主要为祂工作的年龄。我准备回到新加坡就医，3月离开香港之前，我搞了一个生日会，把好多朋友叫来，因为害怕那将是我这辈子最后一个生日了。

起飞前两晚，我和先生到铜锣湾逛街，我决定买几部喜剧片的影碟，在新加坡隔离期间观赏，借以打发时间。走入专卖店，我看到的第一

张影碟，封面是位身穿白衣，没有笑容的女士，从封面看来根本不可能是喜剧片，但不知何故，我却拿起来读一读故事大纲，内容居然是讲述女主角患了卵巢癌！

顿时，我感觉一股寒气从头顶往脚冲下来，这不是灵异事件，纯粹是惧怕。就在那一刹那，店里播放的背景音乐也从流行歌曲换成了重金属摇滚乐，就像是电影配乐一样。不知怎的，我想象左边有3只小魔鬼在笑我，右边又有3只小魔鬼在笑我，它们好像在说：“终于可以把她给吓倒了！”我先生为了安慰我，就对着空气说：“有种就出来打一场，躲起来吓人是孬种！”

我害怕地急忙回家，发现已经好久没有联系天主教的朋友，幸好联系上三位基督教徒朋友，他们都在电话里安慰我，为我祷告，但我依然彻夜无眠。

被重重包围

我混混沌沌地上了飞机，在飞机上才想起那天是圣周三，想起整个四旬期的反省、祈祷、刻苦，我什么都没做。因为疫情，母亲吩咐我抵达新加坡后，不可以回家与她同住，否则她见了我，就不可以去见年幼的孙子们。（其实当年沙斯病毒的患者，染病后是会出现显著的症状，不像目前肆虐全球的新型冠状病毒，可能毫无症状。我的“自我隔离”不是政府发布的防范措施，而是家人给我下的严苛禁令。）从香港出发前，我让旅行社替我安排住宿，但没留意旅行社替我订旅馆的细节，只知道大概是位于乌节路。在飞机上，我还想一踏出酒店大门就可以马上去购物了！

抵达新加坡后，上了德士，我递给德士司机打印出来的酒店订单，一心以为车子会朝乌节路开去。谁知，德士却停在奎因街的皇后酒店，我当场愣住了。下车后，抬头一看，我的心情就立刻从谷底往上升。酒店正对面是圣伯多禄圣保禄堂，那是当年圣尼各拉女校的天主教徒领坚振的教堂，当然也包括我啦！向左转过了马路就是善牧主教座堂，往右边走几步是圣若瑟堂。我记得酒店左右两旁各有一间基督教堂，一间是感恩堂，另一间是怀恩堂。遂想起我前晚被“魔鬼”包围的感觉，此刻却被这么多教堂包围，天主果然听到我喊救命了！

百人名单

在我确定要飞往新加坡动手术时，我就开始拟了一份百人名单，请他们在我动手术时，为我做连续3小时的马拉松祈祷，（我还是秉承典型新加坡人的“怕输”精神）。但是，天主教和基督教朋友再加家人，算来算去也没凑足一百人。那时，已经打算一到新加坡，就联系小时候在新加坡认识的教会朋友和神父。我知道神父们每几年就会被调派到不同的教堂服务，虽然失联多年，但反正我有的是时间，可以到一间间教堂去，把所有认识的神父“找出来”。

放下行李后，没什么事干，想想不如去抄弥撒时间表吧（那时的手机功能没现在这么多），于是，我便悠哉游哉地步行到圣伯多禄圣保禄堂。一到门口就看见了一个大横额，上面写了六个大字：“庄稼多，工人少”。我告诉天主：“主啊！我收到你的讯息了。”

抄了时间表，我走到圣若瑟堂，刚到教堂门口，弥撒的钟声响起了，是傍晚六点正。于是，我走进教堂，参加了应该是我生平的第一台平日弥撒，因为当时的我并不知道有平日弥撒这回事。

弥撒后，我步行到主教座堂，有位教友看到我在抄时间表就和我聊天，还给了我一些健康贴士。离开前，他对我說：“你现在那么空闲，不如明天早上十点到这里参加弥撒吧！”

我当时心想：周日早上怎么会有弥撒呢？大家不用上班吗？

第二天在吃早餐时，记起前一天那位教友的邀请，我心想到底去不去呢？几经掙扎，终于决定去参加10点的弥撒。我走到教堂时，看见总主教与200多位神父正列队准备进教堂，我顿时目瞪口呆，再看教堂里已经是坐无虚席。整台弥撒十分隆重，原来那是一年一度的“圣油弥撒”，是每年在耶稣受难节的前一天（即圣周四）早上举行的。总主教特地祝圣圣油，圣油是为所有堂区来年施行圣事用的，所有神父也在“圣油弥撒”中重宣司铎圣愿，效忠天主。

教堂前几排是预留给神父的，神父坐下后，还有两排空位。弥撒开始前，总主教邀请站立的教友上前坐。于是，我走到神父后一排坐下，心里很兴奋，想起横额上的那句话，下定决心要做天主的工人。让我最开心的是弥撒结束后，手上那张百人代祷名单中的神父，我不费吹灰之力全都联系上了，我请他们务必为我的手术成功祷告！感谢天主！

治愈之手

在新加坡隔离期间，我天天跑去教堂，祈求天主网开一面，不要那么早召叫我去“上面”。有一天，我到主教座堂参加午间弥撒，过后，一位教友走过来和我闲聊，知道我的病情后，她告诉我不要害怕，在圣体柜前下跪祈求吧，主耶稣圣体的光，可以让我得到治愈。于是，我也开始到教堂去朝拜圣体。过后，我才明白心灵的治愈才是最重要的治愈。

又有一天，我在主教座堂的座位上看到了一张小传单，原来有个祈祷团体定于每周二下午，在汤申路附近的玛丽蒙修道院的小教堂内，为有各种需要的人祈祷。于是我拿着那张小传单，根据地址前往。到了那里，只见有几个人在排队，祈祷小组围成一圈，寻求治愈的人站在圈内。这是我第一次如此近距离地体验覆手治愈祈祷的方式。接下来，我几乎每个星期二都参加祈祷会，因为我发觉祈祷后心中的恐惧感渐渐地减少了。

相遇相聚

那时，我在新加坡待了半年，结果没去动手术，而是直到2014年底，去了印度避静后，才接受子宫切除手术，这又是另一个故事了。

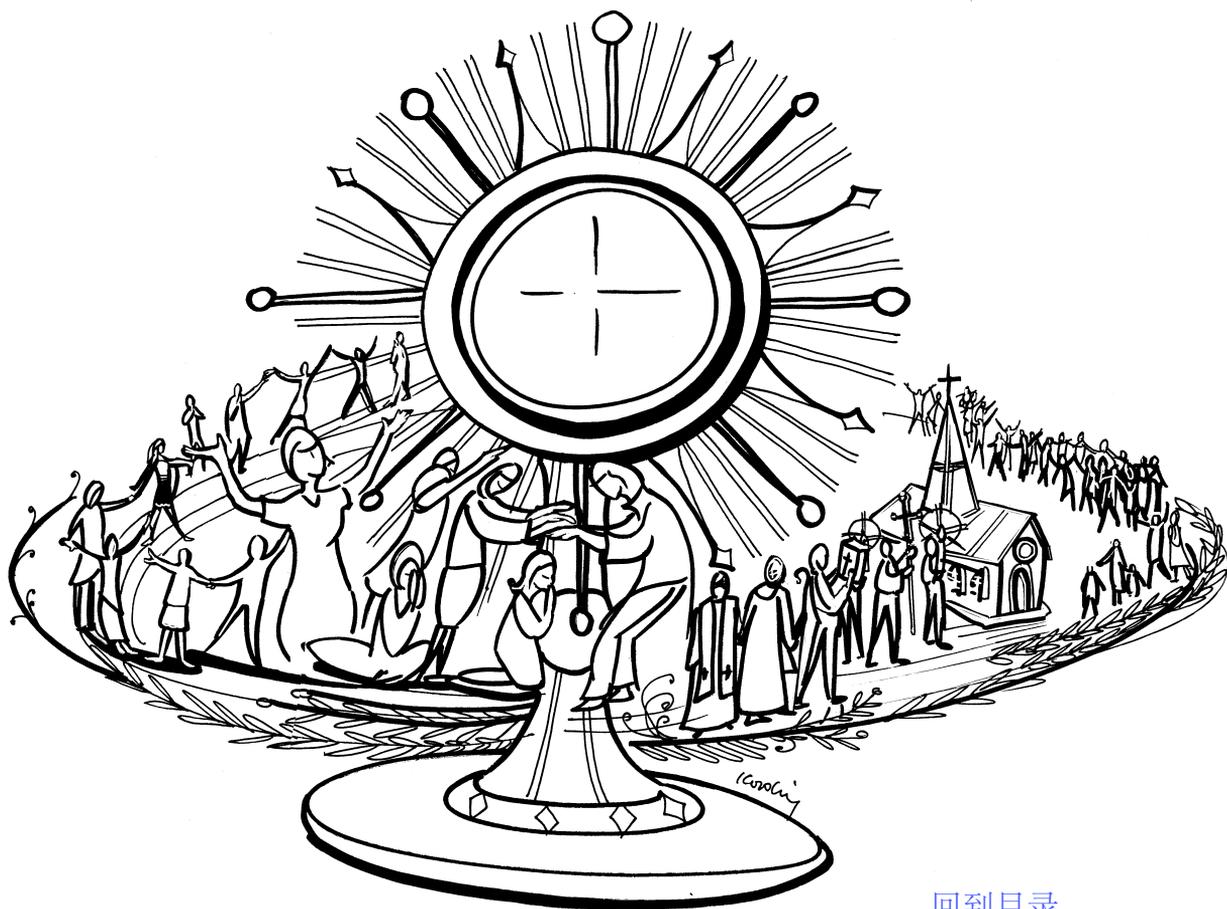
我可以清晰地看见天主藉着一场瘟疫，把我从香港带回新加坡，让我撇开世俗的干扰，有充裕的时间，在圣经及宗教书籍里，以及在教会的活动及兄弟姐妹中寻找祂、与祂相遇、与祂好好相聚，与祂建立更密切的关系。

当了40年的天主教徒，我从不知道有平日弥撒这回事，从未朝拜过圣体，不知道圣神同祷会是什么，没见过为病人覆手祈祷。我是理科生，什么都讲求证据和合理的论点。但2003年那6个月内所发生的大小事件让我重新省察我的信仰。

天主藉助一场沙斯疫情，让我上了六个月的信仰速成班。感谢天主！

“耶稣回答说：‘我实实在在告诉你：
人除非由水和圣神而生，
不能进天主的国。’”

若望福音3:5



[回到目录](#)

写给宝贝的信

何桂珍口述

黄素玫执笔

亲爱的李芳济校长：

我9岁时，你是我的校长。21岁那年，我抱着几个月大的女儿在校门口遇到您，您要我考虑当学校的清洁工。第二天，您就成了我的老板、我的头家。我很珍惜您给我的机会，因此尽心尽力地做好我的工作。

记得每逢过年过节，许多敬爱您的家长都会给您送礼。您把大部分的礼品与修道院的修女们分享，而把一小部分留在办公室里。您知道吗？我早就发现您的“秘密”了，那些东西你可不是留下来独自慢慢享受的。很多时候，您吩咐我从办公室的橱子里选出一些罐头或干粮，装在牛皮纸袋里，还要悄悄地搁在您的办公桌下。放学后，当我在走廊打扫，看见某个学生拎着那个装满东西的纸袋走过时，我都装着不知道是怎么回事。偶尔，那提着牛皮纸袋的学生会喜形于色地跑来告诉我说：“桂珍阿姨，你看，Sister给我的，这些罐头可以让妈妈煮上几顿晚餐，妈妈就可以省下买食物的钱了！”这就是您的秘密啰！做好事不让人知道。我知道玛竇福音好像也这么说，不要在人前做好事给人看见，如

果这么做，以后看见天主，天主就没有东西赏给你了。（参照玛窦福音6:1-4）

我看了邓宝翠校友摄制的剧情记录片《从维多利亚街到宏茂桥》，片中那位饰演您的演员，一方面对学生大声呼叫，另一方面对贫困的学生充满爱心。看了这部电影的观众，都会知道您虽然外表严肃和不苟言笑，却有一颗善良的心。

您知道吗？其实我也非常怕您的火爆脾气，尤其怕您大声叫喊。我常常为此祈祷，尤其是踏进您的办公室之前，我总喃喃自语：“天主，祈求您帮助头家，不要让她像狮子那样向我吼叫。”我了解作为一校之长，掌管中学和小学，又和英校共用校园，实在不简单。有时，您难免还没弄清事情的真相就冒火。我和其他人会被您骂得一肚子委屈，有时我觉得挨骂得好冤枉，感到非常难过，会忍不住向老师诉苦。有时我便安慰自己说：“头家不是欺负我或看不起我是校工，其他老师有时也会被她骂！”只因为知道您“一视同仁”，我就也不再伤心了，想到您的种种好，特别是关心我，关心贫苦的学生，我就完全原谅您。您善良的“真面目”也让我在学校安心工作直到退休。

您的善良是没有人可以否认的。我见识少，很多事情都不会处理。在我生命中的一些重大事情，我都要感谢您给予的帮忙及规劝。记得，丈夫被患有精神病的青年误杀身亡后，在我悲伤慌乱的时候，您在第一时间就伸出了援手。后来，是您帮忙把我一个月大的遗腹子托在修道院的孤儿院里，给修女们照顾，让我安心工作养家。我30岁守寡，许多亲戚朋友，特别是我的母亲，看见我靠微薄的薪水，独自抚养三个年幼的孩子，实在是太辛苦了，都好意地劝我再嫁。可是，您却劝告我；提

醒我不要再结婚，因为我的女儿样貌秀丽，万一我替她找的继父品德不好，与狼共处，对我女儿来说是非常危险的。在再嫁和守寡两者之间，我宁愿听您的话，一个人努力把孩子拉扯大。

您处处为我着想，知道我收入有限，生活清苦，没有能力给孩子们受高深的教育。在我女儿上小学时，我打算让她报读圣尼各拉女校，可是，您却建议让她到圣婴女校受英文教育。一来圣婴女校与圣尼各拉女校同一个校园，我不必为接送女儿上学而烦恼，另一方面，当时的英校毕业生找工作也比较容易。女儿受英文教育，中四毕业就可以工作，减轻我的负担。这件事表现出您无私和务实的精神。您不会为了争取学校的收生表现，而要求我的女儿报读您所掌管和学校。

您当我是自己人，坦然地把心事告诉我。有时，您在生活上或工作上遇到心烦的事，在修院吃过晚餐，独自走过没有灯光的走廊回办公室加班。我常对人说，我和您之间的感情是“剪不断，理还乱”的。无论如何，我感谢您！

亲爱的校长，在1986年8月16日，您回到天主的怀抱了，您呈交给天主的是一份您全心、全灵、全力完成的“卷子”。这是您安息时，一群校友在报章上刊登的悼词。在殡葬弥撒中，主祭神父——董立神父也在证道的结束语中引用“完成卷子”这个比喻来肯定您一生的奉献。

头家，您是天主所钟爱的宝贝，为圣尼各拉女校许许多多的女儿奉献您的生命，让她们感受到天主的爱。今天，请允许我不叫您头家，而许我叫您一声“宝贝！”

桂珍敬上

亲爱的周文璧副校长：

我21岁到圣尼各拉女校当校工，那年，您还是教五年级的老师。您当上副校长时，我每天一早都得捧一杯温热的牛奶到您的办公室给您，从此展开了我们之间的情谊。许多人不知道您的中文名，都称呼您 Sister Cecilia。

您喜欢养鸟、养鱼和种胡姬花。你在学校小小的花园里，建了鱼池，在走廊不远处，放了一个大鱼缸，还养了两只观赏鸟。您教我如何养鱼、养鸟，教我如何照顾名贵的胡姬花。结果，我只学会了养鱼，观赏鸟就由另一位校工Elizabeth照顾，名贵的胡姬花就由您亲自照顾啦！

在学校，李芳济校长是嘴巴骂我，心里疼我；您则是嘴巴心里都疼我，跟我说话时，您总是轻轻地握着我的手，细声细语地慢慢说。

您退休后，就在宏茂桥的耶稣君王堂，为讲华语和潮州话的教友服务，为了方便您步行就能到教堂，神父特地在附近的组屋租一个单位让您居住，而我就住在您隔壁座，时常可以见到您；感谢天主这么美好的安排。记得，在我退休前，星期天参加了上午的华语弥撒，我就回家，而您却一直留在教堂服务，直到中午才回组屋休息。这时，我就把母亲煮好的午餐送过去给您，并陪伴您片刻，这是我们相处的美好时光。

您退休后，不再是我的上司，所以您就不再叫我“桂珍”，而是亲切地叫我“宝贝”，还告诉耶稣君王堂的教友，我是您的宝贝。听到您称我“宝贝”，我的心里感到十分温馨。如今，每当想起您的一声“宝贝”，再想到今后再也不能听到您这声轻柔的昵称，我就不由自主地热泪盈眶。

除了在教堂为教友们做信仰培育工作，老当益壮的您也抽时间组织郊游活动，让住在同一区组屋的老人有机会出游，给他们带来欢乐。虽然您年纪大，可是，每次出发前，您总是在大巴士的门边“站岗”，像数小鸡似的点算人数，还特地安排读经班年纪较轻的教友参与活动，一起照顾出游的老人，发扬“爱近人”的基督精神。

后来，您年迈体弱，住进了位于裕廊的圣若瑟安老院，我也退休了，能够多花时间到那里陪伴您。我通常需要乘搭一个半小时的巴士到安老院去探访您。见到您时，您一定会把我带到您的睡床，移开床上的衣物，坚持要我躺在您的床上休息十分钟，而您就陪坐在床边的椅子上看报纸，这样的画面很逗趣，不是吗？您还不许我说话，要等我休息了十分钟以后，我们才开始聊天。

再过一段日子，您患上失智症，认不得人，很多事也记不起了。弥留之际，您躺在床上，对修女或亲人的呼唤都毫无反应。我知道您快要回去天主的身边，我十分不舍，握着您的手，轻轻地叫您：“Sister Cecilia”。您立刻睁开眼睛说：“桂珍！”啊！您还没忘记我。

“我跟 Sister Cecilia 认识很多年了，她当然记得我。”我带着骄傲的口吻，向守在旁边的修女说道，心里甜滋滋的，眼泪却再也忍不住了。

Sister Cecilia，2015年5月22日您回到天主的怀抱。您是天主所钟爱的宝贝；您也是我生命中的宝贝，我好想念您！今天，请让我轻声叫您一声“宝贝！”

桂珍敬上

亲爱的李宝丝校长：

您从Sister的手中接过掌管圣尼各拉女校的棒子时，才三十多岁。您不是修女，有自己的家庭，家里有老人家，两个儿子都还小，后来还添了个小儿子，管理一间由启蒙班到中学的学校。我一直很佩服您能兼顾家庭和事业，把校务处理得井井有条。

看过校友邓宝翠摄制的剧情记录片《从维多利亚街到宏茂桥》的观众，都知道您带领全校师生撤离维多利亚街旧校舍，等待宏茂桥新校舍落成的过程是十分艰辛的。老师们和学生们分配到不同的临时校舍上课。这段时间，我也得跟着大家东搬西迁，到不同的校园工作，我们可以说得上是一起过着颠沛流离生活的伙伴吧。之前，您向教育部力争拨用宏茂桥的一块面积较大的地皮，建圣尼各拉女校的新校舍，方便学校日后的发展。您的远见、魄力和献身的精神是有目共睹的。

从前，我总觉得维多利亚街的旧校园很大，像一座迷宫。来到您亲自选地、构想的宏茂桥新校舍，我才感受到什么是“小巫见大巫”！还记得运动场的远处，杂草丛生，塞住了山坡流下来的水，沟渠中的水流到跑道上，学生在湿滑的跑道运动容易跌倒，虽然伤势不重，但却依然招来家长的投诉。所以，您要校工每两周拔一次野草，我们也明白您的难处。不过，新校舍真是大得用扩音器叫我，我也未必听得见，还好那时已经发明了对讲机，我每天都得把它戴在身上，随时候命。

李宝丝校长，您掌管学校29年期间，我的年纪越来越大，健康大不如前，常常得请假去看医生，您每次都二话不说就马上批准。看完医生回到学校，也不必向您报到。谢谢您如此尊重我、信任我、体恤我。

“宝贝——！”您就是这样亲热地称呼学生。

“Oui ——”学生是这样地大声回应。曾几何时，“宝贝—Oui--”变成您的注册商标，也是您与学生的“通关密语”。

李宝丝校长，您也是天主所钟爱的宝贝，为圣尼各拉女校奉献宝贵的青春、时间和精力，流了多少汗水、泪水。您是天主赐给圣尼各拉女校的宝贝。我祈求上主继续祝福您与夫婿，祝福您的儿孙，愿您一家平安健康！

桂珍敬上



亲爱的蕴梅副校长：

你说同学们在校园里，经常对师长的装扮评头品足，而对我的印象是：身上总有条手巾，一条披在肩上用来抹汗，另一条系在后脑勺，护着鼻子嘴巴，确保不会吸入打扫时飞起的尘埃，现在你看到人家戴口罩时，就会想起我。

老实告诉你，在校园里打扫时，我也会特别打量中学部的学生，那也是我的工作上的调剂吧！青春期的少女如含苞待放的花，在众多中学女生当中，你给我的印象是个性比较文静，休息时间不喜欢和其他同学叽叽喳喳地谈天说笑，喜欢一个人在校园里走来走去！

后来，你大学毕业，回母校服务，在圣尼各拉女校中学部担任化学老师。记得有一次，我刚好在教员办公室打扫，听到你向资深老师说你不想升级当副校长。我记得刘建新老师和胡淑卿老师都鼓励你接受挑战，还说她们会支持你。

你在母校服务了这么多年。身为一名学校领导，难免会面对“顺得哥来失嫂意”的处境。你难免有伤心、委屈及被人误会的时候，但是也一定有喜乐的时刻。更重要的是，回到家里，你有一个非常疼爱你的丈夫。

很高兴你回应天主的召叫，你和家人都领洗，包括你的女婿，都成为天主的宝贝。一转眼，你我都已经退休多年，也经历了丧偶的不舍。不过，很高兴知道你目前的生活过得非常充实，热心参与华语讲演会。除了参加合唱团和卡拉OK班之外，你也把许多时间，全心投入你一向醉心的广东粤剧，你我都是广东人，你多次粉墨登场时，我都一定出席捧

场！你的唱作越学越精，继续加油哦！

希望我们能一起努力，为光荣天主，让生活越过越精彩！

桂珍敬上



编者的话

何若锦

今年3月6日，玫瑰、素玫和我一行三人到桂珍姐府上，请她给我们分享信仰的心路历程。过后，我以桂珍姐口述的人生经历，为她执笔写了《走过阴森的幽谷》一文。

桂珍姐在母校工作数十年，母校的人与事都和她有着密切的关系，记得，访谈当日，桂珍谈到好些令她难以忘怀的同事，特别是谈到前任正副校长时，她脸上不由地露出愉悦的光彩。桂珍姐的分享再次见证天主一直在护佑着她。桂珍姐年轻守寡，独自挑起生活的担子，但是天主派遣到桂珍姐身边的人都无私地用关怀与友爱给她的肩上做了个护垫，她们都是桂珍姐生命中的宝贝，有了宝贝们的情谊，而主耶稣无时无刻都悄悄地为她托起担子的另一端。她的轭因而变得柔和；她的担子也变得轻松。（参照玛竊福音11:30）

我们请素玫执笔，以《写给宝贝的信》为题，记下桂珍姐与四位正副校长之间的生活片段及感怀。以书信的方式书写，是因为书信文体更贴近桂珍姐的情感，我们愿以桂珍姐亲切平和的语调，颂扬天主的大爱。



李芳济修女



李宝丝女士



穿上校服的陈蕴梅女士及周文璧修女。
摄于创校金禧庆典。

“你们应当心，不要在人前行
你们的仁义，为叫他们看见；
若是这样，你们在天父之前，
就没有赏报了。”

玛窦福音 6:1



编后感

何若锦

我要永永远远歌咏上主的恩宠，
要世代代亲口称扬你的忠诚。

（圣咏89:2）

非常偶然的，我获得了一件礼物——一件非常珍贵的礼物，那就是优先阅读《一件礼物》的机会。我不仅读一次，而且读好多次。把40篇信仰见证细细品读。每每读毕，掩卷沉思，总不由地昂首仰望无边无际的晴空，我知道在那苍天之上的最高处，我的天主正垂目下视，（参照圣咏113:5 - 6）我有一股冲动要开启我的口唇，亲口传扬赞美：“天主！我的阿爸父！祢真好！”（参照圣咏51:17）

宣扬天主的光荣，赞颂祂的美善，总让我感到辞穷。即使我翻破了词典也不会找到一个词语能贴切地、精准地形容涵盖天主的慈爱，故此，我只好用最简单、最浅白的一个“好”字，形容天主的仁爱、伟大、全能和既许必践的忠信。姐妹们就是以细腻的笔墨举出具体的实例，记下她们的信仰成长的过程，诉说天主对她们的好的。

谈到天主的好，我的脑海中就不期然而然地浮现出一个画面，在画里，天主带着一件礼物，举手敲门。那可不是一扇普通的门；那是姐妹们的心门。那也不是一件一般的礼物，那是天主把圣子耶稣作为“爱”的礼物送给她们。可是，在紧闭的心门里，并不是每一个人都看见它普照万物的光辉，故此，姐妹们对接受这件礼物的反应是不尽相同的，除了几名在童蒙之年恭顺地领受这件礼物之外，其他或漠视、或怀疑、或犹豫、或拖延……然而，就如罗马书说的：“天主的恩赐是在我们的主基督耶稣内的永生。”（罗马书6:23）耶稣自己也说过：“我是道路、真理、生命，除非经过我，谁也不能到父那里去。”（若望福音14:6）可想而知，这件礼物是我们每个人获得救恩的依据。仁慈的天主不愿放弃任何人。祂在每扇心门外，容忍地、耐心地等候，等着……等着……祂尝试用各种各样的方法让姐妹们敞开心扉，其中的过程显露出天主的奥秘。

在这本书里，姐妹们无私地和大家分享她们接受礼物的“故事”。她们蒙受了天主的慈爱，蒙受了耶稣基督为她们成就的救恩，令人感到欣慰的是今日她们不但有坚强的信德，活泼的望德，她们更用天主对她们的爱来爱所有的人，以此回报天主的大爱。她们在各自的生活圈子，热心传扬福音，使更多的人认识天主。

我深信这本不是唯一的信仰见证集，教宗方济各在今年5月24日第54届世界社会传播日文告中提到每个人的经历都是神圣的。“天父在每一个世人的故事中，再次看到祂的圣子降生成人的事迹。”“每个人生故事都能受到启发，获得重生，再次化为杰作，成为福音的新篇章。我们每个人都知几个散发福音馨香的故事，包括属于自己的故事，因此，凡领受了礼物者都应该将自己的故事加以分享，让更多、更多的人知道耶稣基

督在十字架上的救恩，并让他们来到天主台前，沾溉主耶稣的救恩，领受天主为他们准备的完美尽善的无价礼物。

我们祈求天主让《一件礼物》起抛砖引玉之效，今后有更多兄弟姐妹愿意分享他们和天主之间的精彩“故事”，响应教宗方济各的呼吁，把故事讲给子孙听，借着故事歌颂上主的恩宠，世代代亲口称颂天主的美善、忠诚。（参照圣咏89:2）



“但我们是在瓦器中存有这宝贝，
为彰显那卓著的力量是属于天主，并非出于我们。”

格林多后书 4:7





总编辑 黄素玫

Chief Editor Julia Wong Soo Mei

美术总监 李九龄

Creative Director Lee Kowling

封面与插图设计 李九龄

Cover Design and Illustrations Lee Kowling

排版 陈韻伊

Layout Artist Adelia Mikaela Tan

行销 王凌

Sales and Marketing Sheryl Wong



华文编辑 Chinese Editors

何若锦 (主编)

李淑娟

陈丽芳

黄素玫

English Editors 英文编辑

Winnie Foo (Lead Editor)

Grace Cheong

Karen Tan Shing Eng

华文翻译 Chinese Translators

王凌

黄素玫

黄蕙瑄

曾凤叶

English Translators 英文翻译

Amanda Faith Huang Kim Li

Chloe Chiang

Crystal Chiang

Hofbauer Alexandra Leanne

MacKenzie Rae Schoon

Ruth Ng Song Hui

Sheryl Wong

Tan Li-Wen Elaine

Tiffany Ann Chow

Winnie Foo

华文校对 Chinese Proofreaders

何若锦

陈丽芳

卓蒂娜

English Proofreaders 英文校对

Karen Tan Shing Eng

Petra Lim Jia Wen

Winnie Foo

鸣谢 Acknowledgements

圣尼各拉女校 CHIJ St Nicholas Girls' School

圣尼各拉女校校友会 St Nicholas Girls' School Alumnae Association

袁丽芳 Wang Lee Huang

梁慧思 Susanna HS Leong

許登科 林静华 伉俪 Korompis family

以及所有支持这项福传工程的姐妹及热心人士。

And many other friends and alumnae who have contributed to and supported us in this evangelistic project.



Find out more about the Catholic faith here:

The Roman Catholic Archdiocese of Singapore

Website: <https://www.catholic.sg>

Apps: CatholicSG, CatholicSG Radio

您有兴趣认识天主教吗？

新加坡天主教总教区华文教务委员会 (教委)

☆ 网站: 狮城之光

<https://www.acams.org.sg>

☆ YouTube: 输入关键词

“华文教委”、“敲门必为你开”

守礼社

礼品、圣物和中英信仰书籍售卖处

☆ 网站 www.carlo.org.sg

☆ 致电 63377489/ 63372497

☆ 电邮 carlo@carlo.org.sg

☆ 225B Queen Street Singapore 188552

(近Bras Basah 地铁站 A 出口地面层)

华文慕道课程 (Chinese RCIA)

☆ 致电 62828428 - 何国章, 陈丽芳

☆ 电邮 info@acams.org.sg

新加坡天主教总教区华文报刊

《海星报》双周刊

内容涵盖新马和普世教闻及生活信仰见证文章

☆ 面簿 <https://www.facebook.com/haisingpao1955>

☆ 致电 63372465卓蒂娜, 李德辉

☆ 电邮 haisingpao@carlo.org.sg

天主教简介及信仰新知

萧永伦神父谈信仰

☆ YouTube: 输入关键词

“萧永伦神父谈信仰”

耶稣是两千年前的义人还是真神？我究竟是谁？天主俯听末期病患的祈祷吗？人死之后往哪里去？父母是非教友，入教后如何尽孝道？

《一件礼物》收集了40篇天主教徒的信仰旅途的真实故事及感悟，篇篇发人深省，篇篇独特精彩，但都盛载着同一的救恩喜讯。

Is Jesus just a good man who lived 2000 years ago, or is he the true God? Who am I? Does God hear the prayers of the terminally ill? Where do we go when we die? If my parents are non-believers, how do I fulfil my filial duties to them when I become a Catholic?

A Blessed Gift is a collection of 40 authentic and insightful faith stories by Catholics, each one thought-provoking, unique, and captivating, but all bearing the same Good News of God's salvation plan.



Carlo Catholic Services Ltd

ISBN: 978-981-14-7269-5

