

彌撒時間

主日彌撒：週六 19:30

週日 08:00、9:30、11:00 (英語)

平日彌撒：週一至週五 07:30

本堂神父：沈祈安 (主任司鐸)

地址：新莊區新興街 1-1 號

電話：(02)2993-3520

教堂開放時間

平日(週一至週五)：06:45~21:30

假日(週六至週日)：07:00~21:30

各善會聚會時間

聖詠團/國高中生青年會/主日學

：主日 9:30 彌撒後

慕道班：主日 11:00

聖經班：主日 19:30

聖母軍：週三 15:00、19:30(台語)、

週六 19:30 彌撒後

家庭組：每月第三個主日 15:00

共融與釋放：週五 20:00

大專以上青年會：隔週六 20:30



《祂愛了我們》：教宗方濟各論耶穌聖心的通諭

教宗方濟各的第四道通諭《祂愛了我們》，內容「論述耶穌基督聖心在人性和神性上的愛」，號召人們重振對基督聖心的敬禮，不忘信仰的溫柔、服務的喜樂，以及傳教的熱忱，因為耶穌聖心推動我們去愛，派遣我們來到弟兄姊妹當中。

「聖保祿論及基督說，『祂愛了我們』(羅八 37)，為讓我們發覺任何事物『都不能使我們』與這愛相隔絕(羅八 39)」。教宗方濟各題為《祂愛了我們》的第四道通諭以這句話開始，專門論述耶穌基督聖心在人性和神性上的愛。「祂敞開的心先於我們並無條件地等待我們，沒有任何前提就能愛我們，為我們提供祂的友誼：祂先愛了我們(參閱：若壹四 10)。藉著耶穌，「我們認識了，且相信了天主對我們所懷的愛」(若壹四 16)」(1)。

回歸內心的重要性

這道關於敬禮耶穌聖心的通諭分五章，正如教宗方濟各今年 6 月 5 日所宣布的，這份文件「收錄對過往的訓導文件和可追溯到聖經的漫長歷史的珍貴省思，以便今天向整個教會重新提出這充滿靈性美妙的敬禮」。第一章論「內心的重要性」。教宗解釋，這是因為在一個我們受誘惑「成為貪得無厭的消費者」的世界中，需要「回歸內心」(2)。

耶穌的舉動和話語

第二章論基督愛的舉動和話語。耶穌在祂的舉動中將我們當作朋友，顯示天主的「親近、憐憫和溫柔」。耶穌的目光顯示「祂全神關注人」及其痛苦。他最有說服力的愛的話語，乃是祂為朋友拉匝祿哭泣並在橄欖園經歷了極度的痛苦後，「被釘在十字架上」，明知自己慘遭殺害也是出自「蒙受祂如此愛的人之手」(46)。

耶穌聖心是福音的概述

隨後的第三章「這就是祂如此愛了的心」，教宗表明基督的心包含「三重愛」：祂肉身的敏銳之心，以及「人性和神性上的雙重聖愛」(66)，我們在這愛中找到「有限中的無限」(64)。教宗方濟各呼籲重振對基督聖心的敬禮，這也是為對抗社會中存在的一種「無實質內容的靈修」的新表現(87)。面對「團體和牧人只專注於外在活動、與福音無緣的結構改革、糾纏不休的組織、塵世計劃、世俗化的反思」，以及「有時強求加給所有人」的建議(88)，我們需要回到「福音的具體概述」(90)。

聖人和聖女滿溢那「能解渴」的愛

第四章「解渴的愛」，教宗引述教會的幾位教父的話，他們談論「耶穌被刺透的肋旁是聖神之水的源頭」，能滿足我們對天主聖愛的渴求。聖奧斯定「開啟了敬禮聖心的道路，使之成為每個人與上主相遇的場所」(103)。教宗提到，這被刺傷的肋旁漸漸「形成心的樣子」。教宗也列舉一些聖女，她們「講述自己與基督相遇的經驗，其特點是棲息在上主的心中」(110)。

在這些聖女中，有聖女瑪加利大(Margherita Maria Alacoque)，350年前，耶穌將自己的聖心顯示給她，並對她說：「看這顆心多麼愛世人！」(121)；有里修的聖女小德肋撒，她稱耶穌是「和我的心一起跳動的那一位」(134)；還有聖女傅天娜(Faustina Kowalska)，她對耶穌聖心的敬禮集中在「天主的慈悲」上。就連聖若望保祿二世也將「他對慈悲的省思與敬禮基督的聖心密切相連」(149)。

敬禮耶穌聖心要我們成為弟兄

第五章，也是最後一章「為愛而愛」，深入論述各種真正敬禮耶穌聖心的團體、社會及傳教幅度，在「將我們引向天父」的時刻，「邀請我們成為弟兄姐妹」(163)。的確，「愛弟兄」是「我們為了以愛報愛而能給予他的最大舉動」(167)。回顧靈修的歷史，教宗提到聖富高(San Charles de Foucauld)的傳教辛勞使他成為「普世的兄弟」。他「讓基督的聖心塑造自己，願意在他兄弟情誼的心中接納所有受苦的人類」(179)。

《通諭》再次提到聖若望保祿二世，這位教宗認為恭敬基督的聖心「必應具有教會本身的傳教行動」。因此，透過基督徒，「愛將傾注在人的心中，使基督的奧體教會得以建立，也能建設一個正義、和平及友愛的社會」(206)。聖保祿六世曾強調，我們需要「還是讓基督來征服的充滿愛的傳教士」(209)。

教宗方濟各的祈禱文

《通諭》以教宗方濟各的祈禱文作尾聲：「祈求主耶穌從祂的聖心為我們湧出活水的江河，醫治我們遭受的創傷，增強我們愛與服務的能力，促使我們學會共同邁向一個公正、團結及友愛的世界。讓這一切直到我們愉快地一起慶祝天國的盛宴。在那裡將有復活的基督，祂將以所敞開的聖心不斷射出的光芒，調和我們所有的差異。願基督永受讚美！」(220)。

(梵蒂岡新聞網)



保祿咖啡故事館之肢體禱和我

圖、文/ 文教組整理



這次的保祿咖啡故事館，很榮幸邀請到我們的好鄰居，也是現階段陪伴青年會的輔導——耶穌孝女會的蔡慈芬修女，自小學習芭蕾舞的慈芬修女與我們分享她學習舞蹈的經驗，並帶領大家一同體驗，在動靜之間，感受自己如何使用身體，並將一切奉獻予天主、向天主祈禱。在場的沈祈安神父也提醒大家，身體並不僅是「我」的一部分，身體即是「我」，我們的身心靈是不可分割的。每個人都是天主所造的禮物，平時生活忙碌，記得多多照顧好自己的身心靈哦！

駱雯欣 姊妹

用肢體律動也能和天主祈禱，你聽過嗎？我是沒聽過。

感謝慈芬修女的分享，讓我多個與天主連線的方法。過程中不時莫名感到熟悉：「這其實本是你我所具備的祈禱能力」，而修女只是來此提醒我們。

在活動開始時，修女讓我們先一起圍個大圈，再想像一下眼前有顆球，每個人輪流與它互動，當輪到我時，一開始和大家一樣感到十分彘扭，很難專注去想如何帶動它。幸好，在修女循循善誘的帶領下，與球進行第二輪互動時，除了再度嘗試將專注力放在自己與這顆球本身之外，也同步多留意到，周遭教友們與球的互動、傳接球的方式都各有千秋，令我聯想到如同天主造人那般，使所有受造物各自獨特，在祈禱中是「我與天主」的關係，與他人無關，只管專注於當下，專注於主。

在活動後半部分，大家攜椅圍坐，閉上眼，隨著音樂與修女的引導，我伸出雙手，輪流按摩我自己身上痠痛的地方，搥搥肩、捏捏手臂，這個時刻尤其感動了我。我發現，若越加專注於此，便越莫名的感受似天主藉我自己的雙手告訴我：「孩子，你辛苦了，你的勞累、困苦與委屈，我都知道，而我一直與你同在。」此時我同時也覺察到，天主給予我極大的安慰與陪伴之外，更提醒了我：我擁有自癒的能力，且應珍惜所有。

如果說，歌詞與禱文可以幫助我們在平時的祈禱中更接近天主，那肢體律動則可以說是很直接的以身體去感知、感受天主的存在。感謝溫暖又活潑的慈芬修女、當天參與的教友們及用心安排的服務人員們，謝謝您們願意當天主的工具，讓我有幸感受這一切。



本月教宗祈禱意向

請為失去孩子的人祈禱：

祈願所有為失去子女而悲痛的父母能在團體中找到支持，並從護慰者聖神那裡獲得內心的安寧。



本月行事曆

- ▶ 11/01(五)諸聖節，在三樓聖堂 15:00 明供聖體，18:45 團體朝拜聖體，19:30 諸聖節彌撒。
- ▶ 11/02(六)早上 9:00 舉行追思已亡彌撒。
- ▶ 11/03(日)中午 12:30 召開傳協幹部會議，請相關人員準時出席。
- ▶ 11/23(六)下午 2:00~4:00 舉辦【卡拉 OK 輕鬆學日語】，報名請洽李芳庭姊妹。
- ▶ 11/24(日)早上 11:00 在五樓唱經，並於【保祿咖啡故事館】邀請張毅民老師分享主題：「快來，至聖默西亞！」，歡迎一同認識將臨期的意義及練唱歌曲。
- ▶ 11/24(日)下午 1:00~3:00 舉辦免費【法律諮詢服務】，請有需要的朋友找鍾子禪姊妹預約。
- ▶ 11/29(五)晚上 7:15~8:30 在三樓聖堂舉行煉靈月泰澤祈禱，邀請大家攜帶已亡親友照片，一同為已亡者祈禱。

2024 年 11 月煉靈月追思已亡彌撒時間如下：

- 三德墓園： 11 月 2 日 (六) 上午 10:00。
- 大直墓園： 11 月 2 日 (六) 下午 03:00。
- 八分寮墓園： 11 月 2 日 (六) 上午 10:00。
- 慈恩園： 11 月 3 日 (日) 下午 02:30。
- 金寶山墓園： 11 月 9 日 (六) 上午 10:30。

請眾弟兄姊妹為煉獄中的靈魂祈禱。

11 月「煉靈月」將至，特將教會所規定，按《大赦手冊》29，信友為煉靈求「大赦」的方法公告如下：

(一) 求「全大赦」，妥當辦告解、善領聖體及按照教宗意向祈禱的教友：

- 1、於 11 月 1 日至 8 日，至墓地為亡者祈禱，或在心裡為亡者祈求。
- 2、在 11 月 2 日追思已亡諸信者日，於前一主日或後一主日，或於諸聖節，到聖堂為亡者祈禱，念「天主經」及「信經」。

(二) 求「有限大赦」，妥當辦告解、善領聖體及按照教宗意向祈禱的教友：

- 1、在墓地為亡者祈禱，或在心裡為亡者祈求。
- 2、虔誠誦念亡者日課的早禱或晚禱，或念「凡諸信者靈魂，賴天主仁慈，息止安所。阿們。」

聖堂 官方網站	FB 粉絲專頁	Youtube 頻道