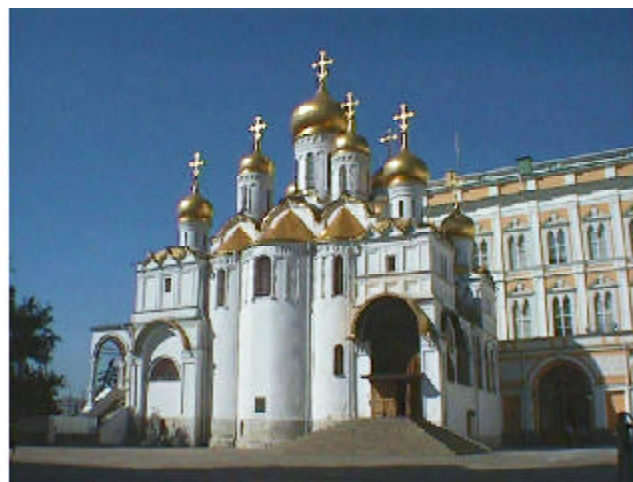


的聖三概念和聖母與聖嬰等，給人一種莊嚴神聖的感覺，他們的詩歌別有風格，尤其是對唱部份，歌聲迴盪於整座教堂中，悅耳動聽，仿似在你耳邊輕唱，旋律沖擊進心坎內，有時尤如一個女人正在對你哭訴，有時像一群天使在雲霄間歡樂歌頌，背後既沒有音樂伴奏，也沒有歌詠團帶領，只有每人發自內心的詠讚，藉美妙的天籟牽領人進入祈禱的境界。

第二站波蘭是一個天主教國家，大部份國民都是信奉天主教，滿街滿巷都是教堂林立，大多屬歌德式或巴洛克式設計，每天都會開放給人祈禱。我也藉此機會到聖堂裡朝聖，向天主許願啊！在波蘭最為感動，莫過於前往「集中營」(Auschwitz Birkenau Concentration Camp)，曾是二次大戰時期納粹德軍囚禁猶太人的地方，位於荒涼一片的市郊上，以木板堆砌而成的簡陋營房。當年德軍以工作機會來欺騙猶太人前往，誘騙他們進入毒氣室，毒死數千計的人；在行刑前給婦女們剃髮，以頭髮製成布料，又騙取他們的一切財產和物資，以供德國所需。不但如此，死後更把屍體焚化用作肥田料，講解員一邊解釋的同時，腦海中浮現出一幕一幕的悲慘情境，令人有不寒而慄之感！雖經歲月磋跎，但景物仍如往昔一樣荒涼，加上當時天陰細雨，在朦朧的煙霞裡使人倍覺傷感，腳踏在六十年前他們跌倒過的碎石，浮現出他們狼狽逃走的境況，德軍已投降，但鐵路被炸毀，猶太人就是赤著腳，沿路軌地走著，盼望援兵趕來拯救，可是年老、小孩、病患、傷殘等一個一個 著盼望地死去，只有少數的人獲得救援。這次悼念使我了解到真正「集中營」的生活，被囚禁的人在營內的苦況，明白自己現在的生活是多麼的幸福，領會「幸福不是必然」仍是天主恩賜的道理。盼望今日的年青人珍惜自己的生命，在物質富裕的社會裡不要再埋怨上天不公，不要再自暴自棄破壞社會秩序，領會一下自己是多麼「幸福與幸運」的一群！

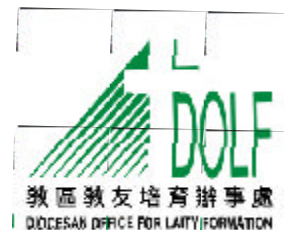
最後一站匈牙利，當然希望能抽空參與當地的感恩祭，領受耶穌聖體，我只好盡其所能安排，可惜，事與願違，因天氣關係行程上要稍作改動，非



如我所想的那麼順利，慨嘆二十天的旅程中竟沒一天可行，總是若有所缺！在最後一天的旅程上，一直悶悶不樂，對周圍的景物提不起勁，身軀已疲倦得很，而且思鄉情懷湧於心頭上。因此，晚飯後，我打算獨自一人回酒店休息時，在路途上被掛在空中的十字架牽引著，走進一座教堂，內裡正在進行彌撒，那刻滿心喜悅，尤如尋獲了珍寶一樣，聽到和諧的旋律伴著美妙的歌聲，雖然我什麼也聽不懂，但也不其然地跟他們一起哼著，剎時一股暖流從心底湧上來，兩行眼淚也禁不了地淌出來。祂俯允我，讓我在異鄉也能領受祂的聖體。

最後返港只剩下二人，回鄉路途遙遠，彼此更會多加照顧，可是一個一個驚濤駭浪沖擊著我們。首先，我們因錯到另一機場，害怕延誤航班，心裡既擔憂又焦急，最後，在天主的慈愛下我們在公路獲得一名計程車司機幫忙，順利到達正確的機場。可惜，一波剛平，一波又起，航空公司竟然沒有飛機在布達佩斯，要延誤至下午六時才能起飛，那便會錯失在莫斯科返港的航班，那時心煩意亂，突然一句「你們不要心煩意亂，要事事感謝，不斷祈禱。」泛於心頭上，提醒了我要相天主的照顧，不久我們便僥倖地獲得一位工作人員的幫忙，改乘別家航空公司即日回港。我學會無論發生什麼事，天主都會在身旁為我解憂，自傲的我滿以為作好妥善的安排，旅程必然順暢，可是天有不測之風雲，唯有成為謙遜的人，懷著信德時時刻刻依靠祂，以祂大能的手臂保護我，才可平安回家去。

旅程上不斷有意外的驚喜，由沮喪中重拾希望，體會到慈父的照顧，領受祂無限的恩寵，實實在在經驗祂真正的存在和時刻傾聽我們的祈禱，以祂不能言喻的智慧，不但滿全了我的意願，而且在祂巧妙的安排下，不得失兩位同伴，天主就是多麼的可愛，多麼的體貼，祂的作為非我們所能猜想到，祂的智慧有如埋在深海中的稀世珍珠，要去尋，可是尋不著，要去找，可是捉不住，唯是有人才會在意外中有所收穫。天主就是生活在我們中間，點滴我們的生命，讓這顆生命更燦爛。



# 教區教友培育辦事處通訊

## 二零零一年九月號

香港西灣河大石街一號李宏基牧民中心 電話25606622 圖文傳真25690188 網址:www.dolf.org.hk

### 編者的話：

今期收錄了三篇文章，分別是由賴煜清先生撰寫的《神樂院小修士生活營》，內容介紹十一位小朋友與家長在大嶼山聖母神樂院的信仰體驗，透過數天的生活經歷，小朋友與父母都體驗到信仰在他們身上的轉化和更新。西窗夜讀的玄風，今期為我們推介《寂靜之音》- 進入葛利果聖歌的幽微境界，藉著神聖空間與音樂的配合，引導我們進入天主的奧秘，在禱告的時辰中與天主契合。最後一篇，是教友小雲的東歐遊記，除了介紹俄羅斯、波蘭和匈牙利的風景外，更分享天主在她們身上的作為，天主的眷顧教人感恩不絕。

### 神樂院小修士生活營

齊家運動（公教家庭信仰小團體）的數位家長經過數個月的精心策劃，十一位青少年和他們的家長，在大嶼山聖母神樂院渡過難忘的四日三夜小修士靈修生活營。這次生活營的目的是透過在大自然中的工作和勞動，幫助他們認識自己、別人和天主，從而反省自己的生活，與別人和天主的關係。生活營有以下數個特式：第一，是有家長的參與。小修士的家長們負責策劃及設計活動，與神樂院安排各項程序、營前探路及營前會議等，比較一般的暑期活動，家長的角色來得重要了，每位小修士的家長要選擇留在營中一段時間，此外，還有三位家長更要全程留在神樂院。正因為家長的積極參與，因此減少了他們對子女的擔心和掛慮。第二，是尊重小修士的意見，在開始時，小修士們要自己訂出營內的規矩，自己訂的自己便要遵行。每位小修士會有十二粒星星貼紙，給他們在營內獎勵其他小修士。



十一位小修士會被編為兩組，分別負責每日的早、午、晚三餐的擺放餐具和洗碗的工作，當日出席的家長會在晚上開會，然後根據兩組當天的表現，給予評分和鼓勵。所以小修士都很清楚別人對自己的要求，和別人對自己小組的要求。自己覺得他們在短短數日時間，已漸漸體會和別人相處的經驗，凡事要多為別人著想，在團體中要守團體的規則等，這都是很難得的學習經驗。

在信仰體會上，在第一日的晚禱中，小修士首先要和父母，然後在團體中分享，在過去一星期中那件事值得感謝和讚美天主，各人都分享了生活上的真實經驗，但更難得是有機會和父母直接分享自己的感受，相信平日是很少做到的。另外一項信仰體驗是到神樂院的瀑布下靜思，在活動後的分享中，有些父母和小修士都能靜心聽到瀑布的水聲，原來也有大小高低的不同，他們都有著同一的目標，就是奔向大海，他們最終的目的地，我們人生也是一樣，雖然各人有不同的人生歷程，但最後也是回歸到天父的懷抱裡，完成我們人生旅途的目的。





## 西灣夜讀

玄風

### 寂靜之聲 - 進入葛利果聖歌的幽微境界

《寂靜之聲》的作者通過天主教音樂的詮釋，把聆聽者帶入一個神秘的世界，作者稱之為「修道經驗的神聖空間」。對於我來說，葛利果聖歌 Gregorian Chant（或稱為額我額）可以說是「引人入聖」的天籟。這些音樂的曲調本來已經很美，再加上絕妙的文字，就成了一首無與倫比的長詩。它能夠反映出每個人內心深處的那份寂靜，使人感到熟悉的親切，也使人本能地與以認同，因為每個人心中都有這樣一個的神聖空間，只有純淨的音樂能引領我們進入裡面，瞻仰神聖的面貌，我們藉此境界找到自己的所在。

本書共分為十五章，前三篇文章分別由輔仁大學宗教系所主任陸達誠神父是介紹葛利果音樂的美感，而國立藝術學院的劉岷渭教授則介紹葛利果聖歌的音樂源流及風格特色。釋心道法師從宗教靈修的角度闡釋音樂與信仰的關係。接下來的十三篇文章，主要從修院的日常生活作息作為開始。一開始是介紹什麼是葛利果聖歌，好像向一位剛進入修院的讀者，介紹整個隱修士的起居作息一樣。作者在文中，將隱修士的一天生活，比喻成一年中的不同季節，修士們在一天的作息中，有八次規定的時間一齊走進修院的核心 - 小聖堂(Oratory)唱頌聖歌向天主祈禱。因此，作者以此來描述生命的八個階段，

#### 第一階段 - 朝課

朝課又稱為「守夜」，是守夜的時辰，亦是學習信任黑暗的時刻。當我們抬頭仰望夜空，提醒我們浸淫其中的無盡神秘。朝課是邀請人學習「信任夜晚」，雖有黑暗會使人油產生恐懼，但仍要信任黑暗。我們必須學習以生命開展的勇氣和神秘相遇。

#### 第二個階段 - 朝讚

朝讚引領我們步出黑暗，進入光明之中，在朝讚之中，我們接受新的一天，就好像日出時的一個禮物。朝讚目送我們通過黑暗的慶典，邂逅夜晚的無邊黑暗；現在我們慶祝光明的來臨。在光明展現的一刻，我們學習到向世界的造物主獻上感恩。

#### 第三個階段 - 早課

最早的時辰是冥思的階段，早課則是開始行動的時刻，早課是分配工作的時辰，焦點是適當地開始一天的活動，以全心全意迎接這一天。在早課時，分配工作的內容包括對工作的祝福及分配。早課其中

一個意義是幫助我們，好好利用早上的時間提早自我反省一下，想一想什麼是真正的重要。回想昨夜的反省，在今天早上的時刻如何將它付諸實行，改善自己。

#### 第四個階段 - 時課

第三時課歡慶一天中的第三個時辰。這是上午過了一半的時候，也就是所謂小課，樂觀的上午時刻。在這個時刻，也是一個小小的祈禱休憩時刻。在這刻，禱告的焦點在聖神，在祈禱之中，特別是祈求聖神祝福工作，第三時課提醒我們，聖神在五旬節時的流溢，我們都是亞當 - 「凡夫俗子」，天主給予我們生命的氣息，讓我們可以分享祂賦予我們的生命，亦希望我們能以祝福的方式自我們流向他人。

#### 第五個階段 - 第六時課

第六時課是熱忱與承諾的時刻，亦是誘惑與懶惰的時刻，這個時刻是一天的中午，所有的工作都在進行，每一天，它都是我們生活的正中，機會與危機的時刻。第六時課提醒我們應付危機，一步一步的面對挑戰。因為在這時刻，人的善意與熱情都可能開始消退，各式各樣的誘惑與試探都埋伏在一旁，伺機出動，所以要忍耐，繼續完成你當盡的本份。

#### 第六個階段 - 午時課

午時課是中午到下午的時間，也是一天開始向下滑落，影子漸長的時候。當一天將盡，人很自然會感到有些焦慮，而當光線開始暗澹下來時，人也很自然會去尋求天主的幫助。在午時課，我們面對一個人生的現實，人類生命中的事物不會永久長存，隨著年月而消逝，那麼我們當如何看待。這一刻為我們提供了反省的題材。

#### 第七個階段 - 晚課

在朝讚時我們慶祝天光的來臨，它相對於朝讚，晚課是慶祝夜幕低垂時的點燈。當晚課的時刻，各人早已收拾好工具，清洗完畢，彼此聚集在一起，參與落日時的晚禱。夜幕降臨，修院亮起燈燭，這是心中的平和、寧靜之辰。晚課是恢復內心平靜的時刻，我們這顆心內有各種的矛盾和紛亂，需要重新調整。而晚課帶來了治療的作用。

#### 第八個階段 - 晚禱

晚禱是修院中一天的結束，他們進入完滿的夜，從歌聲中返回寂靜之中，從歌聲之中彼此懺悔，在晚禱中結束白日。他們檢討自己並要求寬恕，然後一身潔淨地進入夜晚和睡眠。晚禱是內心自省的時刻，內心的省察讓我們發現很多過失是由於我們沒有停下來觀察一陣，然後審慎行動所致。又或者是我們太審慎以致遲遲沒有行動，使事情擔擱。所以借晚禱的一刻，舉心向上，和祈求彼此的寬恕。

從黑夜到光明乍現，晨曦、早晨、中午、下午、黃昏、闇夜。每一個階段的詠讚都是出自靈魂的呼聲，隱修士在遺世獨處的氛圍中，混濁的部分

逐漸消褪 與天主深度契合以後，接受天主的恩寵和愛，從唱詠之中將這份感恩之情表達出來。

同時，作者描寫將會發出光的黑暗，分析感恩與喜悅的關係。闡釋隱修士的紀律，並且提及慷慨的傳染性，工作中自由的體現，呼吸與活潑的聖神經驗，飲食中的團體共融，單獨或孤獨的無上樂趣。在靜夜中的整合，黑夜間的學習及選擇絕對信任，把整整一天，或一年一生都回歸到源頭，聆聽此寂靜之源。每一段的描述配合葛利果聖歌的時辰，將聖歌神聖的內涵圓滿無缺地釋放出來。

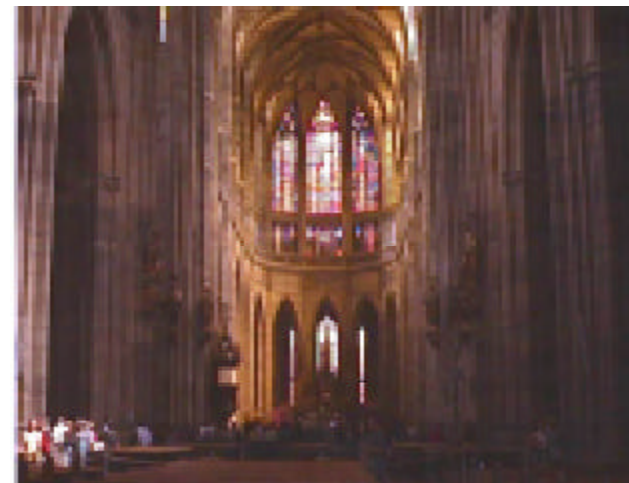
## 寂靜之聲

進入葛利果聖歌的幽微境界



作者：大衛·史坦德·拉斯特，夏隆·勒貝

出版社：智庫文化



## 俄羅斯東歐點滴 小雲

二零零一年的酷熱暑假裡，我再可體會自助旅遊的樂趣，自從離開校園之後，已很少機會與志同道合的好友一起自助行，因此，我頗重視這次的旅程，行程全由我一人獨力編排，出發前搜集所需的資料，妥善安排機票和住宿，似乎一切都在掌握之內，懷著既興奮又緊張的心情整裝待發，展開這二十天的浪漫之旅。

天有不測之風雲，在離境那天竟然高掛八號烈風訊號，所有航班均受影響，難道天主不讓我成行？我謙虛地讓著信心祈求祂的幫忙，因祂的俯允，航機最後能順利起飛，心裡滿是讚美與感謝，天主無時無刻地傾聽著我的哀訴，只要對祂懷有「愚公移山」的信心，我深信祂的安排是最美好的。出發前，我也大膽地向同伴提出一起祈禱的要求（其中兩位不是教友），她們樂意接受，我們誠懇地祈求旅程順利和各人平安，彼此和洽相處，當然也不忘祈求在旅程上體驗天主的同在，深化生活中的信仰。一個有信仰的人在生活上是不會忘記天主，而且懷著信、望、愛來觀看眼前的事物，體會天主是創造的神，是人類歷史的主宰。從體驗各國不同文化與習俗來領會天主對人的大方與慷慨，更認識到渺小和驕傲的自我；不同民族相遇會產生衝突，同一信仰相遇會產生和諧，這就是兩極端的現象；同一信仰中和了民族間彼此的差異，融合大家成為一體。在旅程中，我體會到不論我去到那裡，遠於高山深於海底，天主仍然是同一的天主，常在我身邊，為我解憂。

第一站是位於北方的俄羅斯，首次踏足此地，俄人給我的感覺是「自私」和「冷漠」，似乎他們對周遭的事物和人莫不關心，仿似全世界都虧欠了他們，他們大多著眼於物質與金錢，學懂從遊客身上賺取外匯，改善生活環境，有些吉普賽人甚至以行乞和偷竊來維持生計，這就是開放後帶來的結果？俄國貧富懸殊的現象很嚴重，城市與鄉間是兩個截然不同的世界，因著金錢利益關係，使他們抱有爾虞我詐，互相仇視的心態，縱然世界自吹不斷進步，其實沒有進步的地方多的是。耶穌曾說過「常有窮人與你們一起，你們幾時願意，就能給他們行善。」，指出世界貧窮的問題是解決不了，一直都會存在，但只要我們願意與人分享，便可縮窄這鴻溝，不再讓問題惡化下去。由此我更深體會香港正面對相同的問題，以信仰為生活中心的我們應如何協助解決呢？難道將來自己也會成為自私冷漠的一份子嗎？論宗教方面，俄羅斯以東正教為主導，只有少數天主教堂。在東正教堂內，你會發現有很多畫像，稱之為「Icon」，教堂內牆繪畫了很多富麗堂皇的壁畫，大部份都是描繪神聖的耶穌、傳統