



亞特蘭大耶穌聖名華人天主堂曙光月刊

THE HOLY NAME OF JESUS CHINESE CATHOLIC MISSION

網頁：<http://www.AtlantaChineseCatholic.org>

2016 年十月 192 期



十月份教宗 祈禱意向

總意向：為新聞從業人員

願新聞從業人員，常能以尊重真理及強烈的倫理意識為工作的動機。

福傳意向：為世界福傳日

願世界福傳日能在所有基督徒團體內重新激起福音的喜悅，喚醒宣講福音的責任。

指導司鐸：

劉兆偉神父 678.252.5669

彌撒地址：All Saints Catholic Church, 2443 Mt. Vernon Rd., Dunwoody, GA 30338



彌撒時間：每主日下午二時三十分；每週二下午三時

The Holy Name of Jesus Catholic Church

5395 Light Circle NW, Norcross, GA 30071

彌撒時間：每主日上午十時三十分；每週一、二晚七時；

每週三、五中午十二時

國語組聯絡人：Tina 馬汀蘭 770.517.4851

粵語組聯絡人：Daisy 徐冰瑩 770.309.6608

福建組聯絡人：魏存春 917.250.9822

教堂網址：www.hnojatl.org

月刊網頁：<http://www.AtlantaChineseCatholic.org>

10/2 Sun 2:30pm	常年期第二十七主日 哈 1:2-3,2:2-4; 弟後 1:6-8,13-14; 路 17:5-10	All Saints Catholic Church 彌撒 Kiernan Hall 茶聚
10/9 Sun 2:30pm	常年期第二十八主日 列 5:14-17; 弟後 2:8-13; 路 17:11-19	All Saints Catholic Church 彌撒 Kiernan Hall 茶聚
10/16 Sun 10:30am(中) 2:00pm(英)	常年期第二十九主日 出 17:8-13; 弟後 3:14-4:2; 路 18:1-8	HNOJ Catholic Church 彌撒、午聚
10/23 Sun 10:30am(中) 2:00pm(英)	常年期第三十主日 德 35:12-14,16-18; 弟後 4:6-8,16-18; 路 18:9-14	HNOJ Catholic Church 彌撒、午聚
10/30 Sun 10:30am(中) 2:00pm(英)	常年期第三十一主日 智 11:22-12:2; 得後 1-33-2:2; 路 19:1-10	HNOJ Catholic Church 彌撒、午聚
Every Mon, Tue Every Wed, Fri	每週一、二 7:00pm 彌撒 每週三、五 12:00pm 彌撒	HNOJ Church
	建堂委員會定期會議	HNOJ Catholic Church
Every Sun	太極拳班	詳情請洽劉天錫弟兄
	讀書會	詳情請洽李述萱姊妹
	關懷組教友聚會	詳情請洽傅燕萍/馬宜蘭姊妹
2nd & 4th Wed 2nd & 4th Sat 4th Sat	Dunwoody 讀經班 10:00am Marietta 讀經班 7:30pm Alpharetta 讀經班 7:30pm	詳情請洽李述萱姊妹 詳情請洽張翠媚 詳情請洽沈安行弟兄

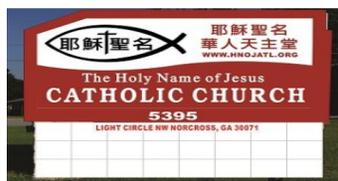
會務報告

聖堂九月公告總結

(9/4) 經過一週的延遲，我們終於在 8/31/2016 成交了。九月份我們要將重心放在得到市政府的核准及修繕新堂。同時我們的彌撒也會繼續在星期天下午 2:30 於 All Saints 舉行。我們預計在十月份遷入新堂於新時間舉行彌撒。



請看我們新聖堂的招牌。這是一個有中文水很吸引人的招牌。我們找了



四家公司估價，最後財務詢議會決定由 H-Signs 得標。新招牌設計也已得主教府批准。

感謝那些在星期四來參加打掃乾淨新教堂及帶食物和瓶裝水的教友們。

(9/11) 我們預計在十月份遷入新堂於新時間舉行彌撒；彌撒新時間，請參訪 www.hnojatl.org.

兩天在勞工節週末舉行的朝聖之旅是非常成功的。我們有四十六個人參加，以及大家都有非常美妙的經驗。第一天，我們去阿拉巴馬州 Hanceville 的 Shrine of the Blessed Sacrament 及在 Cullman 的 Ave Maria Grotto 看到了許多迷你複製品。第二天，我們也去阿拉巴馬州的 Noccalula 瀑布及喬治亞州的 Tellus 科學博物館。兩天的旅途非常疲倦，但是我們的友誼更成長了，而且在靈性方面是有益處的。

謝謝所有來幫忙修護新教堂的教友們。也謝謝所有來幫忙搬運傢俱與音響系統的人。因為有了你們熱心的幫忙，所以我們的團體真是蒙受天主降福的。請求天主降福你們和你們的家人。

(9/18) 過去這一週，為新教堂的房間油漆已完成了，兩條電話線及 internet 都已安裝。保全系統也預定下週安裝。之後 Gwinett 的消防局會來做火災及安全檢查，Norcross 市政府在頒發給我們佔用許可證前，會進行最終檢驗。希望我們能在接下來的兩週內完成這些工作。

九月二日部分諮議委員和財務委員和劉神父一起參與聖越南殉道者秋季慶祝會。開幕典禮有音樂和民俗舞蹈，還有各式各樣越南食物的攤位。這項慶祝會是越南堂區最大規模的募款活動。

今天彌撒後，非營利組織亞美公義促進中心（亞美公義促進中心）會幫助尚未為 11 月投票的教友做選民登記。該中心 Wei Jia 先生並會為我們團體做分享。

請大家注意在我們搬入自己的新教堂後，中文彌撒時間為星期日上午 10 時 30 分，青少年英文彌撒為下午 2 時；平日彌撒為星期一、星期二的晚上 7 時，以及星期三和星期五中午 12 時。

(9/25) 在過去的一周聖堂所有的房間已油漆完成，也換了部份地毯及新窗簾。與此同時，我們還在預備消防局檢查，確保我們可以通過所有規定。我們也收到其他幾家公司對修理屋頂簷槽和窗口修理的估價。對遷入的日期則由 10 月 1 日暫時推遲至 10 月 15 日。

非營利組亞裔美國人來訪鼓勵華人投票。賈維先生，譚凌女士和安娜譚女士介紹選民登記，並行使投票權的重要性。他們還幫助 8 名成員進行選民登記。

開堂慶典與獻堂彌撒

請記下這兩個重要的日子！我們隆重的開堂慶典訂在2016年12月10日，開堂慶典將是整天的活動。獻堂彌撒將在2017年11月19日。由總主教Wilton Gregory主持的新堂獻堂彌撒將在上午10:30舉行。



新教堂彌撒時間

請大家注意在我們搬入自己的新教堂後，中文彌撒時間為星期日上午10時30分，青少年英文彌撒為下午2時；平日彌撒為星期一、星期二的晚上7時，以及星期三和星期五中午12時。

宗教教育班即將開課，請報名！

成人慕道班在十月十六日開課



福傳禱文



上主，我們的天主，我們感謝讚頌你，您眷顧了你的子民，使我們能順利建構了多年等待的聖堂。主，耶穌基督，你在升天前，曾囑咐門徒往普天下去，傳揚福音。我們曾藉水與聖神，被召選成為你的門徒，分擔將福音帶給世界的使命。求你在我們的心中，燃起福傳的心火，加強我們福傳的信心，締造福傳的新文化。我們知道，福傳是我們每一個教友的使命，亦是我們天主子民的一個基本承諾。求你以聖神的德能，推動我們，在所處的社會，家庭及工作崗位中，履行福傳的使命，將充滿愛的福音喜訊，傳給我們所接觸到的人。亞孟。

代禱名單

張薈，李述宣，蔣媽媽，傅國城，陳士惠的媽媽和外婆，楊勵英的哥哥克平，溫莉蓮的姐姐溫意蓮，李美燕的嫂子楊美蓮，周夢雅的外公孟祥鐸，顧媽媽的外孫女呂穎誼，戴中正。



加爾各答德肋撒修女的聖髑匣傳達出她一生愛主愛人的芳表

2016-09-06 03:25:00 | 來源：天主教信德網/梵蒂岡電台

（梵蒂岡電台訊）加爾各答德肋撒修女於 9 月 4 日在聖伯多祿廣場被冊封為聖人。在封聖大典上，一小塊沾有新聖女鮮血的衣角裝在聖髑匣內供信友們瞻仰。這尊聖髑匣的設計傳達出德肋撒修女一生愛主愛人的芳表。

德肋撒修女是天主慈愛與溫柔的謙卑使者她回應主耶穌在十字架上呼喊的那聲：「我渴」（若十九 28），照顧臨於弱小受苦者身上的主耶穌德肋撒。修女在漫長的愛德事工中始終堅信，受苦者必能從她慈祥和藹的眼神中感受到耶穌的溫柔慈愛德肋撒修女隨時謹記耶穌教訓的話：「凡你們對我這些最小兄弟中的一個所做的，就是對我做的。」（瑪廿五 40）為此，德肋撒修女封聖大典所使用的聖髑匣是用香柏木製成的十字架，正面以左藍右白的柔軟線條圍成愛心的形狀。右方的白色線條印著「我渴」這句話的燙金字，以德肋撒修女的親筆字跡複製而成。聖髑匣的底座則是一片粗糙的鐵板。

十字架的形狀代表耶穌基督正是在十字架上呼喊：「我渴」每一個病患和遭遺棄的人彷彿都在不停重複耶穌的這呼喊，因為他們同屬於耶穌的肢體，正如“格林多前書”所記載的：「若是一個肢體受苦，所有的肢體都一同受苦；若是一個肢體蒙受尊榮，所有的肢體都一同歡樂」（十二 26）這尊聖髑匣以黎巴嫩的香柏木為材質木材的選擇意義深遠，因為黎巴嫩的香柏樹象徵了尊貴，宏偉，崇高和壯麗正因如此，厄則克耳先知藉此比喻默西亞和默西亞追隨者的使命（參閱：。則十七 22-24）。

聖髑匣正面左藍右白的線條象徵了德肋撒修女身穿的會服，藍色線條分岔出三小條，也就是仁愛傳教女修會會服上的三條藍線。藍線的彎曲展現出德肋撒修女總是俯身祈禱，默想，服務，時時刻刻仰賴天主的仁慈。白色線條上的「我渴」這句話是 2 千年前耶穌在十字架上的臨別贈言，也是 1946 年 9 月 10 日德肋撒修女所領受的「第二次召叫」。耶穌的這聲呼喚徹底改變了新聖女的一生，激勵她竭力「滿足十字架上的耶穌對愛與靈魂的渴望」。以燙金技術印上「我渴」二字具備雙重意義：這句話不僅是德肋撒修女的座右銘，敦促她服務窮人中最貧窮的人，不求回報；更重要的是，這句話是天主聖言。

藍色與白色不僅是德肋撒修女會服的顏色，也是聖母瑪利亞的代表色，表達出德肋撒修女孝愛童貞聖母瑪利亞的心。德肋撒修女將童貞聖母瑪利亞尊為仁愛傳教女修會的主保。她總是提醒同會修女，聖母瑪利亞是第一位仁愛的傳教士，務必效法聖母的榜樣。德肋撒修女還透露，她服務窮人的秘訣就在於對耶穌的愛，她時常祈求聖母瑪利亞幫助自己保持這熾熱的愛火。這尊聖髑匣底座的鐵板象徵了德肋撒修女鍾愛的窮人。這片鐵板極為粗糙，呈現社會眼中的窮人形象，但他們卻是德肋撒修女的心頭肉，是耶穌基督的肢體。對德肋撒修女而言，服務窮人是一條珍貴道路，能通往與耶穌基督的圓滿共融。

加爾各答德肋撒修女：慈善撒瑪黎雅人的典範

2016-08-24 02:40:52 | 來源：天主教信德網/梵蒂岡電台

(梵蒂岡電台訊) 教宗方濟各將於 9 月 4 日在聖伯多祿廣場冊封加爾各答德肋撒修女為聖人。在舉行封聖大典前，本台稍微對德肋撒修女的生平和她創立的仁愛傳教女修會作個概述。從斯科普里到加爾各答加爾各答德肋撒修女 1910 年 8 月 26 日生於斯科普里 (斯科普里)，現今馬其頓共和國首都的一個阿爾巴尼亞天主教家庭，原名依搦斯·龔莎·波雅舒

(AnjezëGonxhe Bojaxhiu)。依搦斯 18 歲進入洛雷托聖母傳教女修會並於 1928 年前往愛爾蘭。一年後，她被派到印度傳教。

年輕的依搦斯修女 1931 年發了初願，取名瑪利亞·耶穌聖嬰德肋撒，因為她熱愛裡修的聖女小德肋撒。在隨後將近 20 年中，她都在修會辦的學校為富裕家庭的女學生教授歷史和地理。學校位於加爾各答東部的恩塔利 (Entally)，後面就是莫蒂希爾 (Motijhil)，印度最大的貧民窟之一。

“第二次召叫”和創立仁愛傳教女修會

這個現實狀況使依搦斯修女萌生離開修院，為窮人中最貧窮者服務的想法。德肋撒修女日後回顧當時的情 1949 年 3 月，德肋撒修女的一個學生加入了她的使命，為成立一個新修會奠定了基礎。新修會正是以照顧“窮人中最貧窮者”和所有被社會排斥的人為使命，效法亞西西的聖方濟各過簡樸的生活。這個修會於 1950 年年 10 月 7 日獲得教區承認。形說，她於 1946 年 9 月 10 日的夜晚感受到“第二次召叫”“那個夜晚，她在開往大吉嶺 (Darjeeling 的) 的火車上親身接觸到極為貧困的處境，內心再次聽到被釘十字架的耶穌的呼喊：”我渴“這句”我渴！

“便成了德肋撒修女靈修生活的座右銘，而且寫在日後成立的仁愛傳教女修會的每個會院和每個聖堂內。

1948 年年 8 月 16 日，依搦斯修女離開恩塔利會院，換上當時印度最貧窮婦女穿的白底藍邊的莎麗，後來這身莎麗便成了仁愛傳教女修會的會服。從那時起，依搦斯修女便展開她全心服事窮人的新使命，並改名為德肋撒修女。

1949 年 3 月，德肋撒修女的一個學生加入了她的使命，為成立一個新修會奠定了基礎。新修會正是以照顧“窮人中最貧窮者”和所有被社會排斥的人為使命，效法亞西西的聖方濟各過簡樸的生活。這個修會於 1950 年年 10 月 7 日獲得教區承認。

效法聖母，服事窮人中最貧窮者

在仁愛傳教女修會的神恩中，包含特別敬禮聖母瑪利亞的兩個幅度。首先效法聖母望見依撒伯爾，幫助年邁有需要的表姐，“服事窮人中最貧窮者，不求回報”；其次，敬禮聖母聖心，效法聖母的德表，尤其是她的謙卑，靜默及深切的愛德。

修會的擴展

1952 年 8 月 22 日，新修會並成立了臨終者之家，照顧被醫院拒之門外的眾多病人 1953 年，為接納這個修會日益增加的新修女，加爾各答總教區騰出新住宅供德肋撒修女使用這個會院至今仍是仁愛傳教女修會的母院隨著修女人數的增長，新修會創辦的服務中心和工作範圍也在增加：。從麻風病院到康復者恢復工作能力中心，以及救助被棄兒童或孤兒機構，無所不有。

1965 年年 2 月，保祿六世教宗批准仁愛傳教女修會為具有“宗座權利的修會”，並能在印度境外建立會院，擴展愛德工作。之後，修會成立了一個度默觀生活的分支和兩個在俗修會。1981 年年還成立了仁愛傳教男修會。

榮獲諾貝爾和平獎

與此同時，德肋撒修女的名聲傳遍全世界，她於 1979 年年榮獲諾貝爾和平獎。頒獎機構表揚她“為克勝貧窮和困窘作出的貢獻，因為貧窮也能危害和平。”此外，德肋撒修女在上個世紀 80 年代與若望保祿二世教宗建立了友誼，兩人多次會晤。在這位波蘭教宗的支持下，德肋撒修女在羅馬開設了 3 個會院，其中一個在梵蒂岡城國內的聖瑪爾大食堂服務。

去世後被提前冊封真福

1997 年 9 月 5 日，德肋撒修女在印度加爾各答逝世，享年 87 歲。在若望保祿二世教宗的意願下，於 1999 年 7 月 26 日開啟了德肋撒修女列真福品程序，比教會規定的 5 年提前了 3 年。2003 年 10 月 19 日，若望保祿二世教宗在聖伯多祿廣場為德肋撒修女主持了冊封真福禮，稱她為“慈善撒瑪黎雅人的典範。”



好書推薦－靈魂的渴望

陶秀雲

《靈魂的渴望》中文版由光啟社發行，這是加拿大籍的榮·羅海瑟(Ron Rolheiser)神父 1998 年完成的著作，他是無玷聖母獻主會會士，也是一位神學教授兼專欄作家。作者想以平易近人的方式，引導心靈感到飢渴但尚未嘗到靈修美味的人，認識靈修是什麼。



人們對靈修有許多誤解，把它侷限在宗教的修行方式，或為靈修製造出許多分裂。其實人人都需要靈修，因為靈修關心一個人心靈的平安遠勝於關心他是否上教堂。欲望是不安的來源，我們的欲望永遠大過滿足感，靈修正是要處理內心的欲望不安。我們常被外界驅使而欲望纏身，欲望造成痛苦，感覺不滿足或挫折；欲望也能以創造力、超越自己…等美好的希望現身。不論是痛苦或希望，若承載過多的欲望內心就沒有安息。靈修並不深奧難懂或是可有可無，因為我們都面臨被欲火燃燒的窘境。

靈修是引導在五內焚燒的欲望之火，靈修關注人格趨於完整或分裂，融入群體或孤單一人。欲望塑造人的行為，行為導致一個人身心靈更加整合或分裂。行塑欲望的習慣與紀律構成了靈修的基礎。好的靈修生活塑造人格完整，融入群體，帶著健康慈愛行動，最具代表性的人物是德肋莎修女。她精力充沛，一心一意奉獻給天主和服務窮人，--但又能謹守紀律自我節制。放縱欲望三心兩意的人，既想祈禱又不願意放棄各種追求，知行不合一常令人懊惱，靈修引導我們的情慾。毫無靈修不是指拒絕天主，而是未經整合的靈魂失去了生命的活力。

健康的靈魂同時需要熱火和安定兩種力量，視需要汲取不同的養分。從事使人精力充沛且整合為一的活動我們即擁有健康的靈修，若我們的渴望導致內心備感負荷，我們的靈修就是不健康的。

尊敬我們體內流竄的精力熱火，將它與神聖來源連結，勿以為它屬於我們可由人掌控，這麼做是低估了這熱火的力量。福音中形容魔鬼引誘人的力量龐大如「軍旅」，我們要如梅瑟一樣，在上主面前脫掉鞋子屈膝跪拜，以免這股熱火令人焦躁不安。靈修的阻碍是人不想受規範，認為宗教妨礙自由，想自己掌控那原屬於造物主天主的部分。拒絕外在監督可能是成長的標記，也可能是幼稚的浮誇，因為我們難以在自我肯定與自謙自抑之間取得平衡。靈修幫助人找到適當的方法和紀律，藉以取得精力且控制它。

當今文化對精力的力量太天真，譬如不認為自己暴露在原始的場面中有何害處，殊不知自己在無法掌控的情勢下遭致欲火焚身。靈修的其他阻碍如過度自我關注，把焦點過多放在工作、成就上，為太多外物忙碌而無法覺察內心的聲音，為自己所塑造的夢幻生活所著迷。

這一代人生活失衡，在靈修中製造許多分裂：有些人以為生命若太豐富就不適合為教會獻身，把教會看做反人性、反創造、沉悶的、來世的。我們也很難在同一個人身上看見既虔誠又思想開明，有行動也有沉思，關心家庭價值也不忽略社會貧窮。靈修要正確地處理這些熱火。

談靈修，掙扎的重點不在於真誠與否，而是方向為何？我們對精神力量的無知，這世代的自戀，遠離祈禱生活，無法融合社會潮流形成種種分裂。我們需要怎樣的視野和紀律，好能馴服體內的情慾和熱火，和天主、他人及自己享有恒久的和平？

以耶穌在福音中的教導為基礎，作者認為健康靈修要兼顧四個方面：個人祈禱、社會正義、心靈喜樂、團體敬拜參與，若未兼顧將造成不健康靈修，書中有許多經典實例幫助基督徒建立正確的靈修觀念。

個人祈禱是建立個人和天主的關係，在生活中需佔有相當比重，這個關係才會穩固。本書揭示基督教的社會正義與個人善行不同，不僅回應受苦的人所需，更深入問題核心和根源，從體制上改變、或平息紛爭…。至於心靈喜樂，書中再次以《慈父比喻》的長子作例，他年復一年盡忠職守，但心中積累許多不滿的情緒，主耶穌藉「慈父」的話給予撫慰。天主不否認人心中的掙扎，但他邀請我們學習那位慈父，充滿寬恕和慈悲，敞開心懷接納願意悔改的人。一方面給人悔改的勇氣，自己也能從憤恨的情緒釋放出來。

「靈修不能獨力完成」，作者對於團體靈修多所著墨。如果我們對於上教堂、參與教會團體，看得不那麼重要，我們就不能有真正健康的基督徒靈修。若我們參加的堂區有相當規模，接觸各種與自己性格不同的人、有缺點的人，這團體會給我們「必要的」痛苦和情緒操練的機會。信友團體不是一群氣味相投的人的組合，而是一個幫助我發現自己還不是那麼完美的地方，使我謙卑地自感不足進而超越自己。我們不必和所有的人認同，但卻能活出有愛的生命。另一方面教會和她的許多組織固然要能給人愛和溫暖，但畢竟不同於家庭，若有不當的、過度的期待，也會造成不健康的靈修。

健康靈修除了平衡發展的問題還要完成使命。基督永遠是我們靈修的中心，我們不只崇拜祂、效法祂，也要經歷耶穌所經歷過的，活出耶穌的生命。信友與基督結合成為基督奧體的一部份，「基督徒蒙召與人分施天主的治癒」。當我們為別人祈禱時，不僅向天主說出我們的願望，也要具體地以行動來促成祈禱的實現。作者舉例，為一個沮喪的人祈禱，若不親身和他交談，天主如何安慰他？天主需要我的聲音和同情，這樣的祈禱才有生命力而能讓對方感受到。

耶穌曾治好患血漏病的婦女，這位婦女什麼時刻被治癒了呢？福音中說，當她摸到耶穌衣邊立時感到血已止住了，不過，和耶穌面對面交談時，她得到整個人完全的治癒。基督徒是基督奧體的一分子，就是「基督的衣邊」，把基督的愛與寬恕分施給人。

作者談到基督徒家庭子女不再上教堂、祈禱、守教規，在信仰上與父母斷了連繫，父母還能做什麼嗎？除了持續祈禱以外，父母也要以持續的愛和寬恕的行動來見證信仰，當子女得到愛和寬恕就是在觸摸基督的奧體，碰觸基督的衣邊，被基督奧體緊抱。

我們能做的比我們想像的多。耶穌受難前參加「伯達尼晚宴」，有位婦女以極珍貴的香液敷抹耶穌的腳，耶穌說，這是為他安葬之日保留的。書中指出這婦女的行動含有天主教「臨終傅油聖事」的意義。當我們握著病人或臨終者的手，說愛和安慰的話語支持病人或臨終者，這是另類的「傅油」，耶穌藉著我們行動。

復活之晨，天使向瑪利亞瑪達肋納說，「為何在死人中找活人呢？」意思是，逝者以一種新的方式活著，要在真實的生活中尋找。當我們把摯愛者的精神活出來，就是與他相遇，讓逝者最獨特的愛、信仰、美德繼續綿延傳承。在墓園外尋找，在工作生活中、大大小小的決定中尋找我們的摯愛。讓基督徒靈修在具體的生活中呈現。



生活中的挑戰常在意料之外，讓人難以招架。主耶穌藉著言語，也藉著他親身的經歷：痛苦、死亡、復活、升天——逾越奧蹟向我們指出生命之道。耶穌還許諾了聖神，來保護、滋養、更新我們的生命…。我們的快樂、平安在於經歷和耶穌一樣的「逾越奧蹟」，接受所賜予的聖神，這是基督徒靈修的中心。

耶穌說，「一粒麥子如果不落在地裏死了，仍只是一粒；如果死了，才結出許多子粒來。」(若12:24) 這話的意思是，為了活出更豐富的生命，我們必須有所捨棄改變。「逾越奧蹟」是一連串改變的過程。哀悼已經逝去的人或事，等候時機成熟，放手，讓事件昇華，好能重新領受賜予我們的聖神。

經歷重大傷痛經驗的人，有的仍能成為快樂的人，有的卻成了最不快樂的人。任何治療、或憑意志力常不能讓事情回復原來的狀態；和耶穌一樣，人已被釘在十字架上了。作者羅海瑟神父認為，差別在於有無升天和領受聖神，而不在於創傷的大小和後續治療品質。操練「逾越奧蹟」的過程，導引我們降低靈魂的創傷，讓過去成為祝福，「讓痛苦從心中升起，眼淚使人得見天國近在眼前。」

接受生命的真象，好像交響曲都停留在未完成的狀態，我們就不至於那麼挫折。在此塵世沒有完滿的喜悅，我們總是有挫折，時而孤單。別要求我們的生命、家庭、工作…給我們那些他們無法提供的東西。基督徒如何在這些挫折中生活？盧雲曾提到，生命只是一小段希望的旅程，穿插著悲傷和喜悅。成功時還怕別人妒忌，友誼中有距離…。藉著這些體驗，在這暫居的旅程中，與自己的不完美共處，朝向上主對未來的許諾。

有一次耶穌被試探：假若一名婦人結婚多次，所有丈夫都先她而去，復活後，她將是誰的妻子呢？耶穌回答，在復活後，人們不娶也不嫁。若我們懂成在天堂所有人都獨身，心中多少有些失落吧！作者詮釋耶穌的語意是，在天堂，我們的愛能擁抱所有人。我們對愛有深切的渴望，我們受造是為了擁抱整個宇宙和萬有，最終在基督內形成一個完美的身體。

維持靈修生活。祈禱是與上主一起思考、生活，祈禱使人從自我中心變成以主為中心。信仰需要兼顧知識和心靈二者的皈依，以理智引導心靈，進入敬主愛人的關係。健康的靈修生活是一個漫長的旅程，起初艱難，但越走越開闊。喜歡安逸的生活是靈修的障礙，努力克服疲勞、懶惰、痛苦，讓自己成為親切、快樂、自我犧牲、有生產力的基督徒。

什麼樣的靈修操練有益？每天規律而固定時間的個人祈禱，不祈禱難免變得沮喪、自我膨脹、或在二者間搖擺。參加團體敬拜、在家庭內外的自我犧牲、和受苦的人具體來往、融入教會團體、願意為愛受傷。

信仰是生活、是行動，不只是以特定的時間祈禱，還必須在生活中「忍耐包容，與壓力共存」以實踐信仰。如同在十字架下的聖母，在生活中承載著許多無力解決的困難壓力，勇敢地背負起來。「高貴的特質歸諸於那些不以己身舒適、需要、痛苦為緊要的人，他們願意為高遠的理想，長期承載巨大壓力，而不屈從於簡單了事的誘惑中。」

