

〈牧函：疫情中的省思與靈修〉

祈願疫情早日止息，並敬祝各位讀者一切平安順好

「我們要懷著依恃之心，走近恩寵的寶座，以獲得仁慈，尋到恩寵，作及時的扶助。」（希 4：16）

主內親愛的神父、修士、修女、弟兄姊妹們：大家平安！

從 2020 年開始，新冠肺炎疫情擴散全球，唯獨台灣在抗疫的表現上成績斐然，也受到國際有關人士的肯定。但考驗總在我們安於現況時發生，自 4 月底，台灣疫情日漸嚴峻，據中央流行疫情指揮中心於 5 月 19 日表示：因應目前國內 Covid-19 本土疫情持續嚴峻，雙北地區及外縣市持續有本土病例出現。為加強相關防疫措施，開始提升全國疫情警戒至第三級，要求全國民眾持續落實與遵循，並配合現行三級警戒管制措施，與政府共同努力，與他人保持社交距離，嚴守社區防線。

頓時，台灣也陷入疫情肆虐的危機中！疫情給人們帶來了不少痛苦，其中包括患病的「苦」，以及被困在家中的「苦悶」。然而，身為人，在面對痛苦和困難時，就需要操練忍耐的品格。藉著現在全球疫情蔓延，再度提醒我們：人是多麼的脆弱，讓我們祈求聖神臨在，喚醒我們渴求耶穌的救恩。

一、加強自身的靈修

這段防疫期間，政府要求我們與他人隔離，停止一切群眾聚會，包括：聖堂的禮儀、彌撒及共同的靈修活動，不少教友感到沮喪，整個台灣社會氛圍也顯得寂靜又凝重。但我想告訴大家，不妨以正向面對這項挑戰：我們可以趁此機會，沉澱向來喧譁的生活，轉化為心靈的靜默，進而聆聽天主的聖言。祈願新冠肺炎疫情造成的一片寂靜，幫助我們進到內心深處，聆聽自己與他人的心聲，以及天主的教導。透過個人讀經、祈禱、默想，我們更能發現天主如何愛我們、指引著我們。

我們相信天主必成就祂對我們生命的旨意，而我們也願意降服。疫情雖然影響教會的運作，無法和弟兄姊妹間有實體互動，但在大家習慣使用社交平台之後，在網路上見面，進行媒體的交流及善用媒體，更容易幫助我們從事福音的傳播工作，也能夠讓我們的靈修生活不中斷；藉著線上的進修、讀經與分享，以及線上的禮儀研習等，都能夠提供給我們更快速、更充足的靈修成長。

二、與教宗方濟各同步誦念玫瑰經

在新冠疫情肆虐之際，教宗方濟各更渴望與信眾一起祈禱。他曾在梵蒂岡花園的露德聖母岩洞前，帶領信眾誦念玫瑰經，主題是：「與聖母瑪利亞同心合意的專務祈禱」。教宗邀請在世界各大朝聖地的人們，包括：從事醫護工作的神父與修女、醫護人員、痊癒病人、親友、亡者家屬、藥劑師、媒體記者等，一起參加「馬拉松」誦念玫瑰經活動，表達人們從不減弱的希望。在聖母的面前，把人類的苦難和悲痛託付給她，教宗堅信天上的母親必會出手相助。

教宗又說：「在聖母月，我們舉目仰望天主之母，她是安慰與希望的記號。我們一起誦念玫瑰經，攜手應對當前的磨難。更加團結一

致，在精神上互為家人。痛苦與焦慮席捲全球，在當前的悲慘處境中，我們投奔於天主之母——我們的母親。在她的保護下，我們尋求到底護之所。」

三、參與教區的解結聖母九日敬禮

疫情讓我們深感人類的軟弱，我們有很多困難無法解決的問題，就好像解不開的繩索。慈愛的天父願意看到我們對聖母的依賴，藉她的轉禱，將把我們的不幸與糾纏不清的結打開，為我們的任何困難找到出路，讓我們更貼近她的聖子耶穌基督。

鑒於國內疫情嚴峻，教區特定從 5 月 21 日起至 29 日，每天下午 3 時舉行「解結聖母九日敬禮」，願透過解結聖母向三位一體的天主轉禱，期盼疫情早日趨緩或終止。祈願台北總教區全體天主子民的同心祈禱，能夠增加信友對天主的信德；其所結出的信德果實，能夠使台灣子民受到天主的福祐。九日敬禮正在進行網路線上的直播，邀請各位神父、修士、修女、弟兄姊妹們，在堂區、會院、家裡，在遵守防疫規範下也能心靈共聚參與。讓我們同心合意，為台灣及全世界的疫情早日消弭祈禱，盼疫情早日結束，受疫情傷害的人能夠獲得心靈的安慰與得救。因為疫情蔓延，目前許多人都被要求在家隔離，這段時間聖堂雖然停止實體彌撒與活動，但我們已改用線上彌撒。網站上，我們可以學到許多靈修和教義的知識。無法外出上班與出遊的日子，我們有更多的時間居家看聖書與祈禱。的確，疫情將人與人之間的實體距離疏遠了，但也讓我們與天主之間更加親近了。各地聖堂雖然暫時關閉，然而，上主也樂意在每個家庭中與我們共融。

我們需要天主的助祐，透過我們的祈禱、聖母的轉求，相信疫情終會過去，將可再度回到聖堂參與彌撒、聚會，一起讚美感謝天主！

身為天主子民的我們，更要發出正面能量，在這困難的時期，互相依靠、彼此代禱，緊密地團結在一起。我們要顧守信、望、愛三德，因為唯有我們信靠天主，與祂結合在一起，全部逆境自會過去的。

解結聖母 為我等祈 大聖若瑟 為我等祈

台北總教區總主教

鍾安住

2021年5月23日，聖神降臨節主日

http://catholicweekly.catholic.org.tw/archive/archive/Catholic%20Weekly_642.pdf?fbclid=IwAR1ERPP4PdhiCLH9Oei-W6p2VCpARRuw09X1GVc9w3Lpo85zXjF2rY5NB7E