

夫婦懇談會

編者的話

Agnes Lau

轉瞬間已經是二零二零年了，在此祝賀 ME 的朋友們，在新的一年裡有健康的身體、出入平安、事事暢順、主寵夠用。

多謝 ME 會員的支持，使 ME 季刊能夠繼續出版，今期的分享文章圍繞在：在人生中有一位良師益友陪伴著是多麼的美好；要有一個好的人際關係是需要彼此的體諒；如何維繫美滿婚姻的重要因素、要長久維持健康的婚姻生活，少不了一番滋潤和灌溉；家庭成員在健康出現問題時，總動員一起扶持/打氣；展望新的一年，我們可以做的，便是好好完成份內的每一件事…。

以上的分享不約而同地都帶出了一個訊息：就是從自己出發，用愛心、恆心、信心去實踐。就讓我們彼此勉勵，在新的一年裡加油努力。

下期季刊編者是 Astor Li，

聯絡電話 650-430-9214，astorwlli@gmail.com. ★

季刊

二零二零年三月



除了往事還有祂

夕盼朝暉日想家

回頭總覺心難靜

望主恩賜好年華

自從家中小狗患上免疫失調病(auto-immune disease)後,我每天要照顧牠食葯,所以最近幾年都沒有長途旅行。適逢聖誕節期間有親戚來訪,心血來潮想去南加州渡假,於是第一次使用 Airbnb 租屋平台,希望能找到一間理想的渡假屋:除了要有足夠房間和浴室容納六個人之外,最重要可以容許我第一次帶小狗入住!

經過細心選擇和研究,決定租用 Long Beach 市的 Condo,除了有三個房間和兩個浴室,還有公園和設施方便小狗居住和散步,那是一個非常 dog-friendly 的社區。感謝天主,讓我們一行六人和小狗順利入住 Long Beach,渡過四日三夜的旅程,總算大功告成。

12月29日聖家節食完早餐,交還門匙後,我們便啟程取道5號公路離開南加州,返回 San Jose。當我們去到 Gorman Exit,準備食午餐和讓小狗便便時,突然聽到其中一個輪軸發出漏氣聲。果然不到五分鐘,前面右輪軸已經完全 Flat 了!當時我們已經離開洛杉磯市,在山區的小鎮 Gorman Ex-

it,還有45英里才到下一個城市 Bakersfield。為什麼天主會在那裡讓我的 Odyssey 爆軸!由於是假期加上周日和山區位置,AAA不能保證有車來幫手;結果過了30分鐘AAA都沒派車來。我想不可以再等人救,於是決定自己換上後備輪軸,準備慢慢駛去45英里以外的 Bakersfield 才修補輪軸或換新輪軸。就在那時,一輛 Accord 停在我的 Odyssey 後面,一個身穿修車制服的司機走上來,禮貌的表示可以幫手,而且還可以修補輪軸,服務費收取\$60和有單據證明。我好奇他的太太和小孩卻在車裏等。原來他也是旅行渡假,卻不忘為他的 Soulside Assistance 服務宣傳!果然,他從車尾箱取出 hydraulic jack, wheel nut driver, tire repair kit, tire pump 等修車工具,很快便把 Odyssey 的輪軸修補,充氣後小心檢驗,不再漏氣才放回原位,讓我們可以繼續原訂行程,安全順利返回 San Jose。

我十分感謝他的出現和幫忙,實在令我意想不到,當我在最需要有人幫忙時,好像是天主派他來救我!

這次經歷令我聯想起一個故事:有個信主的人遇到洪水,他的房屋已被水淹沒,於是他走上屋頂求主來救他。不久,

一隻獨木舟經過，要送給他救生衣，但他沒有接受，因為他說主會來救他。之後一隻快艇駛近，叫他跳上去救他走，但他沒有接受，因為他有信心主會來救他。最後一架直昇機飛過把救生繩放下叫他爬上去，但他沒有接受，因為他祈禱主會來救他。終於那個人被水淹死，遇見天主，感歎地說：「我一直相信祢會救我，但祢卻讓我被水淹死。我真的不明白！」天主說：「我不是已經派了獨木舟，快艇和直昇機去救你嗎？」

的確，祈禱(pray)在日常生活中很重要，但我們亦要堅守自己的崗位和責任(work)，因為只靠祈禱而忽略自己的崗位和責任，或者只忙於自己的崗位和責任而忽略祈禱，都是不正確，所以在聖經路加福音中，耶穌藉著瑪爾大和瑪利亞的故事〔路十:38-42〕，教訓我們：祈禱和工作同樣重要，需要互相平衡共存，如果大家留意 Pray and Work 的拉丁文是 Ora et Labora:

Labora(Work)裡面有 Ora(Pray),兩者同時共存！

所以沒有 Ora 就沒有 Labora，同樣沒有 Labora 就沒有 Ora。
★

關係

陽光／西施

去年 11 月，我、敏華和數位好友一同前往耶路撒冷聖城朝聖。雖然前後不過十天，但其間所發生的事，使我聯想起夫婦之間的關係。而這次朝聖亦給我一個反思、省察和學習的機會。

雖然我們和這幾位好友認識多年，但彼此並不算是很了解對方，更沒有一同生活的經驗。敏華和我一方面慶幸有這個難得的朝聖機會，但亦擔心與他們能否合得來，會否因一些小事或誤會而影響彼此日後的關係。

一般的朝聖團有它固定的時間表，而且行程緊密。我們選擇自由行的方式，所以在籌備期間，我們分工合作，有負責租車、購買機票、預訂 Airbnb 公寓和找一位當地的司機。我們平日各自忙碌，需要時便一起商量有關事宜，彼此在嘗試、學習和錯誤中成長。它使我想起夫婦結婚初期，滿腔熱情，分享同一理想，希望一齊創造屬於他們的小天地。信任、坦誠、交談、不斷學習、互補不足，這些都是成功的婚姻生活不能缺少的。

我們抵達耶路撒冷後，入住一棟 3 房 2 浴室的公寓；其中的 1 房連浴室是留給神父用的，餘下的 2 房 1 浴室由我們

6人共用。我們還要準備數天的早晚餐，所以除了手腳快和時間分配適宜外，彼此包容、遷就、體諒、不分你我、不計算，用愛心相待，以上幾點也是維繫美滿婚姻的重要因素。

有次，一位團友不慎從車上摔下來，頭、手和腳都擦傷了，流了不少血。我們急忙送她到當地醫院的急症室。幸好司機是當地人，說得一口流利希伯來語，省卻在言語翻譯上的不少問題。這位團友的傷勢並不嚴重，她當晚便回來了；第二天早上還興致勃勃地與我們同行，繼續未完的旅程。我們也儘量到處摻扶和照顧她。在回歸途中，我們還笑說明年會一起再來。

回顧整個朝聖旅程，由起初的籌備到後來平安歸來，使我想起一首聖歌：“何處有仁，何處有愛。”無論是朋友或夫婦關係，只要有包容、體諒、寬恕和忍讓，愛就在我們中間。曾聽說一對老夫妻，整天嚷著希望配偶比自己早逝，原來是爲了能夠照顧對方終老。他倆完全沒有考慮自己日後孤身一人的寂寞與悲傷。如此高貴的情懷，既溫馨，且令人羨慕。

愛超越時空地域，長留於我們心底間，永不亡滅。★

2019年已經過去，回顧過去一年所發生的事，實在有點感慨，亦有點唏噓：友人離世、香港政局的不穩定、ME核心小組人事的改變。讓我深深感受到很多事都不是我們可以控制、或可以改變的。

友人離世：去年我們先後有三位好友去世。第一位是我們尊敬的潘大年神父。他雖已年過90，但腦筋仍然十分靈活，記憶力並不遜色於年輕人；他雖然失明，但上街時仍可以指導我們轉左或轉右走；在公路上仍記得那一個出口及方向。潘大年神父的離去，實在令我們感到十分惋惜。

第二位是我們認識20多年的一位老教友。她雖然亦已年過90，但對信仰的態度十分堅持。每天都步行往教堂，朝拜天主，風雨不改，亦從不缺席，她真正是我們教友的好榜樣。

第三位是我們ME的前任副會長Joseph Leung。Joe哥對人及團體的熱切服務態度，衆所皆知。他經常探望病人及老人家，是天下第一的義工表表者。

這三位備受敬重的朋友的離世，當然是我們的一大損

失；但深信他們的服務精神和貢獻會永遠存留在我們每一個人的心中。

ME 核心小組的改變：去年的 ME 核心小組有一些人事上的改變：先後有兩對夫婦因工作及私人理由，離開了核心小組；亦有另外一對夫婦因忙於照顧年老的母親而請假。Joe 哥的離世亦令我們失去了一個好幫手。

香港的動盪：去年香港政局不穩定是眾所週知。每天的新聞報導都是令人憂心的；再加上一些驚心動魄的現場照片，實令我們這些在香港土生土長的人，對香港的前途及現況深感不安。我們除了希望香港的領導人能夠聽從民意，作出協調之外；亦希望年輕的抗爭者能夠注意自身的安全，不要盲從其他人的煽動而毀了自己美好的前程。

從信仰角度來看，人是渺小的，一切事物都是由我們相信的造物主所控制及安排。展望 2020 年，我們可以做的，便是好好完成份內的每一件事，盡好責任；更要勇敢面對每一天的挑戰，也接受我們的不足、缺點或不完美，甚至要欣然接受人間的疾苦、病痛、欠缺、過失、不如意……等等，愉快地活好我們的每一天。還有，我們不要與別人比較，更不要理會別人的閑言閑語，做好本份，活好每一天便足夠了。在此願與大家共勉。★

大家好！我和太太 Tina 是本年度粵語夫婦懇談會，第 23 屆週末營的學員，好高興和大家分享我們豐富的收穫。

由於錯失了去年的時機，所以今年一聽到收音機宣傳和電話，我立刻把車停在路邊記錄號碼，回家後遊說太太一起參加今屆的活動，成功報名！

我一向是個未雨綢繆的人，明白要長久維持健康的婚姻生活，少不了一番滋潤和灌溉，歷久常新；更深知夫婦關係密切恩愛對家庭和睦，下一代成長的重要性；而這些秘訣，正正是沒有人可以生來就懂得的，都是寶貴經驗的累積和分享。因此，我懷著好奇和開放的心靈，來到夫婦週末營，順便和太太短暫外出享受二人世界。

從這個週末營密集的探討、學習和訓練中，我們聽到 Dr. Monit, Dr. Patrick 還有一眾前輩師兄師姐身上相當多的功課，吸取了不少教訓，看清婚姻

裡的盲點，練習和加強了溝通方法和技巧。我也特別感激當中誠實分享失敗挫折經驗的前輩們，勸勉我們一班新同學避免重蹈覆轍，用心良苦。

參加了 ME，我們夫婦都覺得是絕對值得和划算的投資。我們見證著包括自己在內，一共十一對夫妻學員，經歷有笑有淚的三日兩夜。每個真情剖白都是誠實面對伴侶，修補和建立關係的機會，遠比奢華的旅行消費來的更有價值和意義。

週末營雖然結束了，功課却是畢生去繼續。感謝北加州粵語夫婦懇談會過去的不斷努力和堅持，造就了灣區夫婦重拾美滿婚姻的機會。教授和各位師兄師姐們的心意是不會白費的。

我們夫婦受惠於 ME，也願意付出一點綿力幫助讓更多夫婦朋友們，把握一個週末的時間，做最有智慧和價值的投資，一生受用。★

新家庭成員

RC

女兒結婚後，夫妻二人並未計劃生兒育女，卻歡天喜地的養了一隻三個月大的小狗；女兒更要求我們做父母的愛護小狗就像是自己的孫女一樣。其實我對動物有些恐懼，從未嘗試過用手去接觸過，只是保持距離地去觀察，所以在收養前我曾對女兒說過請她不要帶狗回家。我向友好諮詢意見，友好給我的勸告是如果拒絕接受小狗，她夫妻可能不願意回家探望父母。對於友好的勸告，我曾再三思量，覺得不值得為一隻小狗而破壞與子女的感情和相聚的機會，所以準備願意嘗試去接受它。

小狗接回家後兩個星期，女兒寄了一些小狗的相片和視頻給我們，也在電話中提到想把小狗介紹給我們認識，也暗示說只是兩個星期它已經長大了很多，不要錯失看到它成長的過程。在那刻我終於意識到女兒真的把它看作是自己孩子一樣，唯有認命的說我會去她處認識一下這個新家庭成員。到現在我還清楚記得初次見面的情景。我真是非常緊張，觀察它一段時間後，開始覺得這個小東西實在十分可愛，終於勇敢伸手觸摸它。那天也是我人生第一次抱著小狗跟它聊天

玩遊戲。自那天起，這隻小狗正式成為我們的家庭成員，它亦是第一隻有特權能夠進入我們家門口的狗。

有時候我們會用看望小狗為藉口去探望女兒。我們跟小狗相處的時間多了，自然建立了感情。有一天，女兒夫婦邀約我們一起帶小狗到公園散步，享受陽光與清新空氣。當大家都感覺身心舒暢，悠然自得的時候，突然小狗不知為何竟然興奮地在前面失控地奔跑。女婿拉着狗帶奮力追趕，女兒在後面也努力地趕上去，試著幫忙控制情況。我們兩位老人在後面沒能幫上忙，站在原地放聲大笑。我常常看到狗主人拉著狗跑步，那天卻親眼見到狗拉著主人狂奔；類似的畫面我只曾在電視和電影中看過。那天大家都有一個美好的下午；小狗跑累了讓它回家睡覺，我們四個出外享受晚餐，與家人團聚感覺非常溫馨。

十分感恩，女兒並沒有因為我的抗拒和不善意的說話而放棄，反而很有耐心地嘗試用不同方法令我慢慢地接受這位新成員。我也從這件事情學會凡事都應該體諒、諒解及應有適當的讓步，千萬不要為了小事而錯失了與家人相聚的機會。★

一起走過的日子

Cecilia

回想我和 John 已一起走過了 41 年的婚姻，縱使路上有很多荆棘和暗角，我們都互相扶持，去接受每一天的挑戰。現在想起來，真是感慨萬端。我們由零到有，真是得來不易。

2019 年是我們人生最黑暗的一年。John 因為體重突然下降了 10 磅及夜尿頻繁，經醫生抽血查驗，發現他的前列腺特异性抗原指數（PSA）非常高，證實他患了前列腺癌，已經是第三期了；真是晴天霹靂。經過醫生解釋要做治療—化療、電療、打針等。我們是一定要打勝這場仗的。

在這段時間非常忙碌…上網查看那些食物可以幫助 John 的身體強壯，要注意休息兼要做運動，要食新鮮同有營養的食物，心態要正面和樂天，做好準備去應付將要來的一連串療程。我們每天祈禱，堅持信念，將困難交托給天主。果然，奇蹟出現，每次覆診，醫生總是問 John 有沒有腰痛及其他痛症？John 說沒有。後來醫生決定不需要電療，因為電療很傷害身

體，把好的和壞的細胞通通殺死。我和 John 聽了，同時放下心頭石。現在 John 的身體已經好轉，但要繼續吃抗癌藥物。我倆終於戰勝了這場硬仗。

有一首歌，我同 John 都很喜歡的，是「愛之歌」：

“愛是含忍的，愛是慈祥的，愛凡事包容、凡事相信、凡事盼望、凡事忍耐；愛，永存不朽。現存的有信望愛，最大的就是愛。”

希望新的一年，祝願家家樂也融融，身心康泰，世界和平，天主保佑！★



良師益友：朱蒙泉神父

思尼

在人生的旅途上，我們都會遇到一些困惑的時候，或有對前程滂惶的時候、或有不敢面對一些事情的時候、或有在親密關係遭逢困境的時候、或有在人生十字路口不知何去何從的時候、或有對信仰感到迷惘的時候…如果這個時候有一位良師益友，少則對我們指導一、二，多則與我們同行一程，那麼接下來的旅程，即使不是一帆風順，至少有了正確的方向。對許多人來說，這位良師益友就是北加州粵語夫婦懇談會的始創者朱蒙泉神父。

有些人有過嚴父的經驗，有些人有過啓蒙導師的經驗、有些人有過當頭棒喝的经验、有些人有過如沐春風的經驗、有些人有過指點迷津的經驗、有些人有過獎掖後進的經驗…

無論您經驗過的朱蒙泉神父是什麼面貌？他那簡潔有力又發人深省的話語，都在不同的時間陪伴過我們一段難忘的歲月，現在請您來與我們一起細細回味…

『父母能給孩子最珍貴的禮物就是婚姻幸福！基督徒

如何超越愛護孩子的極限？我們對待孩子，通常不是愛了他們太多，就是愛了他們太少。愛孩子太多或太少都是容易的事，而要愛他們不多也不少是最困難的，我們基督徒要超越自己愛孩子的習慣與極限。這樣我們與孩子也會有新的關係。』

『先愛自己，才有力量去愛他人！一個人的價值不在他有多少財產，也不在他能做多大的事，而是在他怎樣做人。One's value is not one to have, or to do, but one to be. 』

『應該與不應該，不會帶給人快樂。夫妻之間接納對方，不僅只是容忍美德的表現，在彼此接納中，彼此會越加發現對方的可愛。最令人驚奇的是，被人接納的人，充份的自動將自己的優點、長處發揮出來，缺點改變過來。因為沒有比被人接納，會帶來更大的希望和勇氣了。這就是聖保祿在《格林多前書》中說過：「愛是含忍的…凡是包容…凡是忍耐」含忍、包容、忍耐，是夫妻彼此接納最好的註解。』

『我們要為天主而做，不要為他人而做。一棵樹長的最快的地方，不是樹幹，而是最脆弱的樹尖。一個人

的成長也總是從最脆弱的地方開始！』

『團體擁有一面鏡子的作用，幫助我們照己照人而成長。信仰是非常 personal 的，他相信的是什麼，就是什麼，但有一點是非常確定的，正向的信仰是會增加與人合作的力量。』

『讓自己擁有愛的能力，才可以做天主的工具。一個底部有破洞的杯子是無法裝滿水，因為無論倒進多少水都要漏出去的！一個在童年有創傷的人是很难接受關愛，因為再多的愛都不容易填滿心中對愛的渴望！唯有無條件的愛，可以治癒這個創傷！』

『基督徒受苦的意義：你我都不希望有痛苦，但注注來自外在與內心的痛苦未曾減少，既然如此，我們基督徒就要清楚地反省到，我不是一個人受痛苦，也不要心不甘情不願的受苦，而是心甘情願的接受痛苦。當接受的那一時刻開始，我也接受了愛我的耶穌，就是那位苦路中走向加爾瓦略山的耶穌，我與他結為一體，我不再是一人受苦，而是耶穌基督在我身上一同受苦。我有的力量，不是我自己的力量，而是耶穌基督在我身上所發展出祂無限的力量，來支持、安慰、

鼓勵我，能勇敢地背負這個痛苦的十字架。』

『找到自己的方向，出發點和道路。Prepare the way of the Lord：人若不知道為什麼活著，就好像在高速公路上開著一輛車拼命往前開，卻不知開到哪裡去？人生需要回答三個重要的問題：（一）我是誰？（二）我要去哪裡？（三）我要如何去？』

『人生的價值是什麼？就是要讓自己的才華發揮出來，一個人的才華發揮出來後，才會使自己發光發亮！』

『試一下啦！“我沒有叫你要成功，只是叫你試試”你不可以改變其他人，除非他願意，全世界只有一個人你可以改變，那就是你自己。』

這位良師益友朱蒙泉神父在二零零八年二月八日在台灣因病逝世，已是十二年了，但他的訓導永遠存留於我的心中。

謝謝您朱蒙泉神父，有您真好！讓我們有一個豐盛的人生。★

伉儷同行工作坊
Married Couples Workshop

2020年5月2日(星期六)
下午二時至五時

“如何建立健康快樂的夫妻和家庭生活?”



主持: Fr. Peter Zhai / Simon & Alice Chao

地點: St. Gregory Church (Worner Center)
138 28th Avenue, San Mateo, CA 94403
(PARKING: In the playground entering from Garfield St. between 27th & 28th Ave).

聯絡: Teresa Tsim 408-982-3130 或 Agnes Lau 408-712-7553
或 nca.camea@gmail.com

美國華語夫婦恩協會 - 北加州粵語分會
Chinese American Marriage Encounter Association, Northern California Cantonese Chapter



第二十四屆北加州粵語夫婦週末營
24th CANTONESE MARRIAGE ENCOUNTER WEEKEND

滋養婚姻 付諸行動
Enrich Marriage, Take Action



導師：張錦芳教授 (Dr. Manit Cheung) 獲美國俄亥俄州州立大學社會工作博士學位 (1986)，具備臨床社工師執照。現任美國休斯頓大學教授、臨床社會工作系主任、兒童與家庭創新研究中心主任、德州兒童福利教育計劃主管，被譽為家庭及兒童工作專家。

日期：2020年7月31日 (星期五) 6:00pm 至 8月2日 (星期日) 5:00pm
地點：Hilton Garden Inn 10741 North Wolfe Road, Cupertino, CA 95014
收費：\$400.00 per couple (酒店提供六餐膳食及兩晚住宿) 在7月7日後取消者，費用將不獲退還。名額有限，請從速報名。

查詢：Teresa and Patrick Tsim 黃淑貞和龔志成夫婦 408-962-3130
Agnes and Tony Lau 黃惠蘭和劉斯華夫婦 408-226-1216
如電話繁忙，請留言，我們會盡快回覆。

主辦機構：美國華語夫婦懇談會、北加州粵語分會 電郵：nca.camea@gmail.com
詳情請瀏覽：【美國華語夫婦懇談會】 互聯網頁：www.camea.org

2020第二十四屆北加州粵語夫婦週末營報名表

先生姓名(英文) _____ [中文] _____ 宗教 _____
太太姓名(英文) _____ [中文] _____ 宗教 _____
結婚日期 _____ 電話 _____
地址 _____
電郵地址 _____

【美國華語夫婦懇談會】是一個非牟利組織，全體工作人員都是義務，並曾受益於夫婦懇談會。我們都樂意為發展此一有意義的活動而付出一點心力與財力。

請將報名表連同支票寄往：Teresa Tsim, 18725 Loree Avenue, Cupertino, CA 95014
支票抬頭請寫：CAMEA (Chinese American Marriage Encounter Association)

1. 請大家熱烈歡迎新上任的『夫婦懇談會核心小組』成員：Tin & Pamela Chu 夫婦。另外，我們亦要感謝過去為大家服務多年的核心小組成員。
2. 我們亦要感謝以下幾位新上任的職員：會長－Tony Lau，副會長－Astor Li，財政－Patrick Tsim，秘書－Pamela Chu 為夫婦懇談會服務。
3. 【伉儷同行工作坊】將於今年五月二日下午二時舉行，地點為 St. Gregory Church, San Mateo。誠意邀請大家參加，詳情請參閱內頁的宣傳單張。
4. 【第二十四屆粵語夫婦週末營】將於今年七月三十一日至八月二日舉行，地點為 Hilton Garden Inn, Cupertino。誠意邀請大家介紹及推薦親朋好友參加，詳情請參閱內頁的宣傳單張。
5. 因應會員的需要，本季刊將於 2020 年開始，登入 camea.org 互聯網頁。如果大家對私隱有顧慮，歡迎大家投稿時使用筆名。

6. 為了推廣婚姻及家庭的價值觀，我們於每月的第二個或第三個週六，下午四時在 AM1400 天主教廣播電臺的「漫步心靈路」節目中播出，歡迎大家參與分享並且推薦給你們的親友收聽。如有查詢，或欲分享自己的經歷和感受，請聯絡 Astor Li (650) 430-9214。
7. 歡迎瀏覽我們的互聯網站 www.camea.org，亦請大家多給我們有關該網站的寶貴意見，俾能作出改善。
8. 會員如有任何資料更改，請儘快通知各區的聯絡組長或 Maria Leung (650) 994-7648，或電郵 nca.camea@gmail.com，以便保持聯絡，謝謝！

**我們現正徵收 2020 年度的 \$20 年費；
ME 年費的作用是維持我們日常的營運
開支，請大家多多支持。支票抬頭請寫：
CAMEA；並寄往：Patrick Tsim,
18725 Loree Ave. Cupertino, CA 95014.
謝謝！**



**CAMEA - Cantonese Chapter
c/o Chinese Ministry
1 Peter Yorke Way
San Francisco, CA 94109-6602**

★★★
 【伉儷同行工作坊】將於今年五月二日下午二時在 St. Gregory Church 舉行。
 【第二十四屆粵語夫婦週末營】將於今年七月三十一日至八月二日舉行，地點為：Hilton Garden Inn, Cupertino。
 ★★★