

生命中的精神之锚

就在门徒们观望的时候，耶稣被举上升，有一朵云彩接了祂去，离开他们的眼界。他们向天注视着祂上升的时候，忽然，有两个穿白衣的人，站在他们面前，向他们说：「加里肋亚人！你们为什么站着望天呢？这位离开你们，被领到天上去的耶稣，你们看见祂怎样升了天，也要怎样降来。」（宗 1:9-11）这两位穿白衣的人对门徒所说的话，让人回想起耶稣被捕后，在公议会受审时所说的话；在那里，大司祭问祂：「你是默西亚，那应受赞颂者的儿子吗？」耶稣回答说：「我是，并且你们要看见人子，坐在大能者的右边，乘着天上的云彩降来。」（谷 14:61-62；玛 26:64）

宗徒大事录 1 章 11 节中提到的基督降来，以及耶稣在回答大司祭时提到的「人子降来」，被广泛解读为巴路西亚（Parousia），即基督的再度来临。届时，耶稣将在光荣中重返人间，审判生者死者，并使天主的国最终圆满。正是因为这样，耶稣升天——基督离开人间，与巴路西亚——基督重返人间，被紧密地联系在一起。生活在这两个事件之间的我们，正处于一种等候的状态。

然而，耶稣并没有抛弃我们，为使自己能一直与我们同在，直到祂的第二次来临，祂留下了两样事物——祂在福音中的圣言，以及祂在圣体圣事内的圣体和圣血。祂在福音中的圣言和圣体圣事都在灵性上喂养并滋润我们，使我们在这看似漫长无尽的等待中，始终与基督保持亲近。然而，尽管每天阅读和反省福音，尽管每天领受圣体圣事，信徒们仍然面临着一个巨大的挑战：如何在这世上以基督为基石——如何成为，能一直紧紧依附在葡萄树上的枝条（参阅 若 15:1-17）。就这一点而言，拥有生命中的「精神之锚」是不可或缺的。

我发现一个在面对生活中的意外与困难时，能帮助我保持生活稳定的「精神之锚」，就是每天祈祷圣咏。耶稣也祈祷过圣咏；作为一名虔诚的犹太人，耶稣将圣咏铭记于心，并经常在祂的教导中引用。与许多圣咏一样，圣咏第 37 篇提供了一个坚实的「精神之锚」，使我能一直以基督为基石。圣咏第 37 篇在建立对天主的信德与信任上有特别的帮助；以下是几句重要的经文：

- 「你只管在上主内喜欢，祂必成全你心的意愿。」（咏 37:4）
- 「将你的行径委托于上主，寄望于祂，祂必使之成就。」（咏 37:5）
- 「上主稳定善人的脚步，上主欣赏义人的道路。」（咏 37:23）

你是否曾想过，为什么我们心中的意愿有时与天主的期望一致，有时却不是？「在上主内喜欢」最终的意思，是对天主怀有深切的信赖与爱。当我们在天主内感到喜乐时，我们自己的意愿就开始反映出祂的意愿。我们会在服从天主的道路上找到喜乐，而不是一味听从自己的私欲。这是一种以天主的临在、属性和旨意为喜乐的心境趋势，而不是将天主排除在我们的生活之外。

你是否曾强烈地感受到天主正在你的生命中做工？这正是我们将自己的道路交托给天主并信赖祂的直接结果。在希伯来原文中，「交托」这个词是 גול (Gol)，字面意思是「滚动」（to roll）。这

THE HOLY NAME of Jesus CHINESE CATHOLIC MISSION
5395 Light Circle NW, Norcross GA 30071 678-691-3261 hnojatl.org
每周公告 Weekly Bulletin
2026 年五月十七日 May 17, 2026

耶稣圣名华人天主堂



意味着将沉重的担子从我们的肩膀上卸下，并把它「滚」到天主那里。与其为我们生活或事业中所发生的事忧虑，不如将那焦虑的重担完全交托给天主。这也意味着承认天主才是最终的掌控者。当我们将自己的道路交托给天主时，我们是在寻求祂的指引，祈求祂的智慧，并敞开心胸，任由祂来引导并调整我们的方向。

圣咏 37 章 23 节也可以被翻译为：「凡在上主的道路上喜乐的，他的脚步必蒙上主指引。」这意味着，当一个人在天主的道路中找到喜乐时，他便是在允许天主介入，来计画、引导并稳固他生命的方向。

堂区议会报告

我们教堂今年暑假将在乔州 Helen 的 Unicoi State Park and Lodge 州立公园，举办夏令营，时间是 7 月 31 日到 8 月 2 日，主题是「天主在微风中召叫我们」。让我们在清山秀水中一起聆听天主的声音，一同生活，一起享受各种活动。如需了解更多信息，请联系沉安行兄弟或张蕙燕姊妹。请向徐冰莹姊妹报名。

亚特兰大总主教署启动了「扎根基督，成长于信仰」的募款活动，旨在为总主教区的各项计画和活动筹集资金。总主教区内的每个堂区和传教教堂都需参与其中，并设定各自的筹款目标。总主教署为我们堂区设定了 6 万美元的筹款目标，并安排我们堂区从 2027 年 1 月至 3 月进行准备工作，从 2027 年 4 月至 9 月 30 日进行正式筹款活动。

我们「帮助妈妈」(Helping Mamas) 活动的义工服务日定于 6 月 13 日和 7 月 11 日。每天最多招收 15 名义工。如果您有兴趣成为义工，请向徐冰莹姊妹报名。新地址是：2150 Northmont Parkway, Suite E, Duluth, GA 30096。

圣地雕刻公司 (Holy Land Carvings) 将于 2026 年 5 月 31 日来到我们教堂。他们将带来在圣地白冷城 (Bethlehem) 手工制作的木雕出售，以支持圣地的基督徒家庭。

今日是一家一菜聚餐的星期日！这是一项很好的活动，可以促进教友们的友谊。午餐在上午 10:30 弥撒之后开始。请带上您喜欢的菜肴与大家分享。如果您的生日是在 5 月，我们为您订购了生日蛋糕一起庆祝。

祷告名单：Dawn Leach、胡素珍、何美瑛、谭海泉、卞美懿、陈书鹏、陈李霏、王俊杰、陈建新、梁陈静和徐泰成。

弥撒时间	告解时间	查经时间
周日上午 10:30 (中文)	与神父预约	周三上午 10:00 (中文)
周日下午 2:00 (英文)		
	傅油圣事	朝拜圣体
周一中午 12:00 (英文)	首周日上午 10:30 弥撒后	周日上午 9:00 至 10:00
周二中午 12:00 (英文)	首周五晚间 7:00 弥撒后	
周三中午 12:00 (中文)		
周五中午 12:00 (英文)		
首周五晚间 7:00 (英文)		