



Biuletyn nr 3. Lipiec 2020

月刊 3号. 2020 七月

月刊：“井旁”

Męczennicy chińscy – święto 9 lipca

中华殉道诸圣瞻礼 七月九日



Modlitwa za Kościół w Chinach

Panie Jezu Chryste, w sakramencie chrztu świętego uczyniłeś nas członkami Twojego Ciała, którym jest Kościół. Ty chcesz, abyśmy czuli się odpowiedzialni za naszych braci chrześcijan i wszystkich ludzi na całym świecie, zwłaszcza tych, którzy cierpią i są prześladowani. Prosimy Cię, przyjdź z pomocą Twojemu Kościołowi w Chinach. Daj, aby rozwijał się, ciesząc się prawdziwą wolnością swoich wiernych. Niech wzrastająca liczba wyznawców Chrystusa

przyczynia się do duchowego rozwoju całych Chin. O to prosimy Cię za przyczyną Maryi, Królowej narodu chińskiego i świętych męczenników chińskich. Amen.

为中国教会祈祷文

主耶稣基督，祢在圣洗圣事中使我们成为你奥体的肢体。祢愿意我们，为我们的基督徒弟兄和全人类，特别是那些遭受痛苦和迫害的人感受到一份责任。我们请求祢，降临并助佑中华教会。使它成长，信徒们享有真正的自由。愿越来越多的基督信徒为全中国的精神文明建设做出贡献。我们因中华母后玛利亚和中华诸圣代祷请求祢。阿门。

Katechizm Kościoła

天主教教理

CZŁOWIEK JEST “OTWARTY” NA BOGA (CAPAX DEI)

天主为人是「可及」的

Pragnienie Boga

对天主的渴求

27 Pragnienie Boga jest wpisane w serce człowieka, ponieważ został on stworzony przez Boga i dla Boga. Bóg nie przestaje przyciągać człowieka do siebie i tylko w Bogu człowiek znajdzie prawdę i szczęście, których nieustannie szuka.

对天主的渴求已铭刻在人的心中，因为人是由天主及为天主而受造；而天主也不断地吸引人，只有在天主内，人才能找到他不断寻找的真理和幸福。

Szczególny charakter godności ludzkiej polega na powołaniu człowieka do łączności z Bogiem. Człowiek jest zaproszony do rozmowy z Bogiem już od chwili narodzin: istnieje on bowiem tylko dlatego, że stworzony przez Boga z miłości jest zawsze z miłości zachowywany, i nie żyje w pełnej zgodności z prawdą, jeżeli w sposób wolny nie uzna tej miłości i nie odda się Stworzycielowi.

人性尊严的最崇高之处，在於人被召叫与天主共融。自出世之初，人被邀与天主交谈。如果不是天主以圣爱造生并保存他，人便不存在。除非人自由地承认这圣爱，并将自己完全委身於天主，否则不算完全地依照真理而生活。

30 “Niech się weseli serce szukających Pana” (Ps 105,3). Nawet jeśli człowiek może zapomnieć o Bogu lub Go odrzucić, to Bóg nie przestaje wzywać każdego człowieka, aby Go szukał, a dzięki temu znalazł życie i szczęście. Takie szukanie wymaga od człowieka całego wysiłku jego rozumu, prawości woli, “szczerego serca”, a także świadectwa innych, którzy uczyliby go szukania Boga.

Jakże wielki jesteś, Panie, i godny, by Cię sławić. Wspaniała jest Twoja moc, a Twojej Mądrości nikt nie zmierzy. Pragnie Cię sławić człowiek, cząstka Twego stworzenia, który dźwiga swój śmiertelny los; nosi świadectwo swego grzechu i dowód tego, że Ty pysznym się sprzeciwiasz. A jednak pragnie Cię sławić ta cząstka Twego stworzenia. Ty sam sprawiasz, że znajduje on ukojenie w wielbieniu Ciebie. Stworzyłeś nas bowiem dla siebie i niespokojne jest nasze serce, dopóki nie spocznie w Tobie.

「愿寻求上主的人，乐满心中」(咏 105:3)。即使人能忘记或拒绝天主，而天主却不厌其烦地召唤每个人去寻找祂，好使人能生存及找到幸福。但此种寻求需要人全力运用他的理智、正直的意志，有「一颗诚恳的心」，而且也需要其他人的见证，以引导他寻求天主。主，祢是伟大的，是堪受赞美的；祢的美善是无限的，祢的智慧是莫测的。人要称赞的，就是祢。可是他是祢造化中渺小的一分子，到处带著他死亡的命运，带著他罪恶的痕迹，以及带著祢抗拒骄傲者的凭证。但不管怎样渺小，他还是要歌颂祢。是祢激励他在歌颂祢时取得快乐，因为我们是为了祢而受造，除非安息在祢内，我们的心将得不到安宁。

33 Człowiek: zadaje sobie pytanie o istnienie Boga swoją otwartością na prawdę i piękno, swoim zmysłem moralnym, swoją wolnością i głosem sumienia, swoim dążeniem do nieskończoności i szczęścia. W tej wielorakiej otwartości dostrzega znaki swojej duchowej duszy. “Zalążek wieczności, który w sobie nosi, nie może być sprowadzany do samej tylko materii” - jego dusza może mieć początek tylko w Bogu.

人：藉著对真理和美善的开放，藉著伦理道德的意识，藉著自由和良心的声音以及藉著对无限和幸福的渴望，人正自问天主是否存在。在这些情况中，他觉察到自己属神的记号。「那存在於他内的永生的种子，是不可能贬为纯物质的」，人的灵魂除唯一的天主外，没有其他的根源。

44 Człowiek ze swej natury i powołania jest istotą religijną. Wychodząc od Boga i zdążając do Boga, człowiek tylko wtedy żyje życiem w pełni ludzkim, gdy w sposób wolny przeżywa swoją więź z Bogiem.

由於本性和召叫，人是一个宗教性的存有。因为他来自天主及归向天主，除非他自由地履行他跟天主的关系，他将不能彻底地活出他的人性。

45 Człowiek został stworzony do życia w komunii z Bogiem, w którym znajduje swoje szczęście. “Gdy przyłgnę do Ciebie całym sobą, skończy się wszelki ból i wszelki trud. Moje życie będzie życiem prawdziwym, całe napełnione Tobą”.

人受造是为生活於与天主的共融中，在祂内人才能找到自己的幸福：「当我整个地与祢契合时，我便没有痛苦和忧虑。当我的生命完全充满祢时，才是真实的生命」。

49 “Stworzenie bez Stwórcy ginie”. Dlatego wierzący czują się przynaglani przez miłość Chrystusa, by nieść światło Boga żywego tym, którzy Go nie znają lub odrzucają.

「受造物如果没有造物主，势必消失」。正因如此，信徒们感受到在基督之爱的催迫下，把生活的天主之光，带给那些不认识或拒绝祂的人。

Medytacja:

默想:

Każdy dar z rąk Boga chcę przyjąć z ufnością i wdzięcznością.

我愿怀着信赖和感恩接受天主手中的每份恩宠

Bóg jest Miłością (1J 4,16). On kocha mnie i dlatego podarował mi życie. Chcę odpowiedzieć Mu na ten dar swoją miłością. Bóg oczekuje ode mnie takiej odpowiedzi. Każda moja odpowiedź dana Bogu otwiera mnie na dalsze Jego działanie. Moja miłość i wdzięczność pozwala Bogu wciąż napełniać mnie nieskończonymi darami; a we mnie rodzi się radość z tego, że wszystko, co istnieje jest darem Stwórcy.

Bóg daje swoje dary człowiekowi po to, aby on mógł Boga coraz bardziej poznawać i być wdzięcznym za otrzymane bogactwa (por. Psalm 8).

天主是爱。祂爱我并因而赐予我生命。我愿以自己的爱来回应天主的这份恩宠。天主期待我这样的回应。我对天主的每一个回应，都应是为祂在我身上进一步工作而敞开自己。因着我的爱和感恩之情天主用无限的恩典充满我。因一切存有都是造物主的恩赐，所以我心生喜乐。

天主给予人恩赐，以便他可以更多的认识天主，并因所获得的富有成为一个感恩的人。
(参 咏 8 篇)

Pytam siebie: Dla kogo żyję?

Ponieważ jestem stworzony przez Boga, to znaczy, że istnieję dla Kogoś.

Ta prawda jest bardzo ważna, potrzebna, i powinna prowadzić mnie do pełni życia.

问自己：为谁而活？

因为我是被天主创造的，这意味着我为某一位而存在。

这一真理是非常重要的，必要的，并且应该带领我走向满全的生命。

Św. Paweł w Liście do Efezjan (Ef 1,5) napisał: "Z miłości przeznaczył nas dla siebie".

Jest Ktoś, dla kogo żyję!

Jestem stworzony dla Kogoś, jestem stworzony dla Boga!

Czyli - nie jestem samotny! Wiemy, ile cierpienia doświadczają ludzie samotni.

圣保禄在致厄弗所书（弗 1:5）这样写道：“由於爱祂预定了我们归于祂自己”。

有一个我为之而活的那一位！

我为某一位而受造，我为天主而受造！

意思是我不孤单！我们知道孤独的人们经历了多少痛苦。

"Jestem dla Kogoś" - z tej prawdy płynie największe szczęście człowieka!

Wiem, że jest Ktoś,

kto o mnie myśli,

patrzy na mnie z miłością,
wyciąga ku mnie swoje ręce,
przyciąga mnie ku sobie,
nadaje kierunek mojemu życiu,
zaprasza mnie do Siebie,
w chwili śmierci - przyjmie mnie na zawsze do Siebie.

Teraz na chwilę zatrzymajmy się, i powtórzmy kilka razy: "Jestem, żyję dla Kogoś!"

“我为谁” — 自这一真理淌流出一个人最大的幸福！
我知道有一位，
一个想着我这一位，
怀着爱注视着我，
向我伸出双手，
把我引向祂自己，
为我的生命指明方向，
邀请我走向祂，
在我临终时—永远地接纳我归向祂。
现在让我们停留片刻，重复几次: „我在，我为一位而活！”

Wiem, kim jestem.

Wiem, kim jest człowiek, wiem kim ja jestem.

Jestem przekonany, że być człowiekiem, to znaczy zwrócić się ku Bogu tak, jak Bóg jest zwrócony ku mnie.

Jeżeli Bóg zwrócony jest ku mnie, to ja też mam być zwrócony ku Bogu.

Jeżeli Bóg na mnie patrzy z miłością, to i ja chcę “zwracać swe oczy” z miłością ku Bogu (por. Ps 123,1).

Jeżeli Bóg ku mnie wyciąga ręce, to i ja mogę wyciągać ręce do Niego.

Jeżeli Jego ręce nie są puste, to chcę, by i moje ręce nie były puste.

Jeżeli Bóg pragnie przyciągnąć mnie ku sobie i zawsze wychodzi mi na spotkanie, to i ja chcę

spotkać się z rękami Boga i chcę swoimi rękami objąć Boga.

我知道，我是谁。

我知道，人算什么，我知道我是谁。

我确信，成为一个人就意味着转向天主，就像天主转向我。

如果天主是转向我的，那么我也应该是转向天主的。

如果天主以爱的目光注视我，那么我也愿意以爱的目光转向天主（参咏 123:1）。

如果天主向我伸出双手，那么我也可以向天主伸出双手。

如果祂不是两手空空，那么我愿意我的双手不是空的。

如果天主愿意引领我走向祂，并总是先于我迈出相遇的步伐，我愿意和天主的双手相遇，并愿以自己的双手拥抱天主。

Ten obraz ukazuje postawę człowieka, który jest stworzonym, czyli zależnym od Pana Boga.

Nie wszyscy ludzie chcą być zależni, niektórzy nawet nie chcą słyszeć tego słowa. Bycie od kogoś zależnym jest czasem kojarzone z ograniczeniami, brakiem wolności i relacją pan-niewolnik.

My chcemy odkryć głęboką prawdę, że zależność od Boga to życiodajna droga. Ta droga prowadzi do pełni życia i dojrzałości. Taka zależność jest podobna do zależności dziecka od ojca i matki; do zależności między przyjaciółmi lub między osobami, które darzą się wzajemną miłością (por. J 5:19-23; J 17:7-10. 23).

此图像显示一个依赖上主天主的受造物—人的态度。

不是所有人都想成为一个依赖别人的人，有些人甚至不想听到这个词。

成为一个依赖某人的人有时就像受限制，缺乏自由和主人与奴隶之间的关系。

我们想发现一个深层的真理，那就是依赖天主是一条生命之路。这条路会带领走向完整的生活和成熟。这种依赖性类似于孩子对父母的依赖；朋友之间或彼此相爱的人之间的依赖。（若 5:19-23；若 17:7-10，17:23）

Relacja człowieka-stworzenia do Stwórcy jest ze swej natury relacją zależności.

Zgoda na zależność od Boga prowadzi do prawdziwego życia.

Gdyby Boga nie było, nie istniałbym. Oto, co znaczy "być stworzonym".

受造物—人和造物主之间的关系就其本质而言就是一种依赖关系。

接纳隶属于天主的依赖导向真正的生命。

如果没有天主，我就不存在。这就是成为受造物的意义。

Św. Ignacy zawsze po medytacji zaleca tak zwaną modlitwę końcową. W tej modlitwie mamy zamienić rozważane treści w rozmowę, w modlitwę serca. Mamy rozmawiać z Panem Bogiem w duchu wdzięczności, zadziwienia, radości, czasem przeproszenia.

Po tej medytacji spróbuj odczuć, że jesteś dzieckiem Boga Ojca. Jeżeli będziesz chciała, to popatrz w lusterko i powiedz sobie: "Jestem dzieckiem Boga Ojca".

Bóg jest Ojcem, a ja - człowiek - jestem Jego dzieckiem. Dziecko ma życie dzięki ojcu i matce. Stworzenie nie ma życia samo z siebie, lecz istnieje dzięki swemu Stwórcy, "zostało stworzone". Ja też "zostałem stworzony". Taka jest prawda Objawienia Bożego.

圣依纳爵总是在默想结束后建议诵念结束祷词。在这个祈祷中，我们要将默想的内容转化为对话，这是内心的祈祷。我们要本着感恩，惊叹，喜悦，有时甚至道歉的精神与天主交谈。

这个默想之后你尝试着感觉，你是天父的孩子。如果你愿意就对着镜子中的自己说：“我是天父的孩子”。

天主是父亲，而我—人—是祂的孩子。这个孩子的生命得益于他的父母。受造物没有自我的生命，但是由于造物主而得以存在，成为一个受造物。我也“被创造”。这就是天主启示的真理。

Uwaga:

提醒事项:

Podczas tego rozważania mogą pojawić się trudności u osób, które nie miały dobrych, mądrych rodziców, szczególnie ojców. Obraz własnego ojca, jaki mamy w pamięci emocjonalnej, bardzo wpływa na pojęcie Boga jako Ojca i Autorytetu. Dzieci zranione przez swoich ojców mają trudność doświadczenia Boga jako dobrego, troskliwego i miłującego Ojca. Gdyby tak u kogoś było, to warto ten problem podjąć w rozmowie osobistej z kimś doświadczonym. Bez dotknięcia tego bolesnego tematu, osoba może mieć duże trudności w doświadczeniu Boga, a nawet może nie być w stanie doświadczyć Boga, jako Kogoś kochającego i troskliwego. Może od Niego uciekać. W jej sercu będą się rodzić różne przykre

skojarzenia. Może się pojawić silne poczucie winy, że źle widzi Boga, że Go nie kocha, i że nie jest Mu wdzięczna. To ewentualne poczucie winy także dobrze jest z kimś omówić.

对于那些父母——尤其是父亲，不是一位善良、聪明的人而言，以上默想时也许会面对一些困难。在情绪记忆中对自己父亲的形象，很大程度上会影响到我们对天主作为父亲、权威的概念。被父亲伤害过的孩子，很难以体验到天父是一位善良、关心和爱他们的父亲。如果有人出现这种情况，不妨在与有经验的人的私下交谈中讨论这个问题。如果一直不提到这个痛苦的话题，很难体验到天主是怎么样的，甚至可能体验不到天主的爱和关心，因而逃避天主。这样的人心里会生出各种不愉快的联想。可能会发出强烈的负罪感，认为自己看天主看错，不爱天主，不感激天主。这种潜在的内疚感也很值得与他人讨论。

Kiedy powoli dojdę do prawdy o mojej relacji z rodzicami, szczególnie z ojcem, wtedy gdy byłem dzieckiem, wówczas moje rozumienie samego siebie stanie się bogatsze i bardziej prawdziwe. Akceptacja prawdy i historii mego życia powoli otworzy mnie na prawdziwą radość. Ta prawda pomoże mi później podejmować zobowiązania, jakie wynikają z faktu bycia stworzonym: Ponieważ Ty jesteś tak dobry, hojny i wspaniały to z wdzięcznością przyjmuję Twoją nieskończoną Miłość i na nią odpowiadam.

如果我渐渐能够领悟小时候与父母，尤其是与父亲关系的真相，那么我对自己的理解就会更加丰富和真实。我一旦接受自己生命故事的真相，会让我慢慢地迈向真正的快乐。

下一步，对这个真相的意识会帮我肩负因我受造而应承担的义务。由于祢是如此的善良、宽厚、伟大，所以我怀着感恩的心接受祢无限的爱，并予以回应。

Wyżej wspomniano o pomocy, jaką daje rozmowa z osobą zaufaną, najlepiej w kierownictwie duchowym. W niektórych warunkach możecie spotkać się z problemem, że w pobliżu was nie będzie nikogo zaufanego z kim można porozmawiać o swoim trudnym doświadczeniu z domu rodzinnego. Wtedy pewną pomocą może być opisanie swojego doświadczenia, tak by je sobie uświadomić (przypomnieć), nazywać dokładnie miejsca, osoby, sytuacje, to, co się stało, następnie próbować odkryć przyczyny (dlaczego tak było) - i w ten sposób wyrazić je przed samą sobą. Kolejnym ważnym krokiem jest szczerza modlitwa związana z tymi sytuacjami. W takiej modlitwie prosimy Pana Boga, by uleczył głębinę serca, pomógł przebaczyć tacie, mamie i innym osobom, które mnie w dzieciństwie świadomie lub nieświadomie skrzywdziły. Próbujcie też popatrzeć na pozytywne konsekwencje trudnych wydarzeń. Dziękujcie za nie Bogu. Powoli Pan Bóg będzie uspokajał serce i zbliżał was do Siebie.

如上所述，可请一个值得信任的人与你交谈，以灵修指导为优先的选择。某些情况下，修女们可能面对一些困难：周围的人中找不到可以信任的人，无人可讨论你过去的家庭经验。在此情况下，写下来你的经验，可有助于你意识到、辨析不同场所、人、情节、事实（到底发生什么），之后，你可以尝试了解原因（为什么情况如此发生），借此对自己表达你的经历。下一个重要的步骤为与这些情况有关的真诚祈祷。在祈祷中，请求主来医治你心灵深处的创伤，帮助你原谅父亲、母亲以及其他在你童年时有意或无意识地伤害过你的人。鼓励各个修女试试找到困难事件带来的积极后果并去思考、感谢天主。慢慢地，天主会使你的心平静下来，使你逐步地接近他。

Jaki jest cel życia człowieka na ziemi?

Św. Ignacy tak określa cel życia człowieka:

„Człowiek po to jest stworzony, aby Boga, Pana naszego chwalił, czcił i Jemu służył, a przez to zbawił duszę swoją”.

人活在世上的目的为何？

圣依纳爵对人生目的地定义：

“是为赞美、崇敬、事奉我们的天主，因此而拯救自己的灵魂。”

„Boga chwalić” - co to znaczy?

Zapytajmy najpierw, co znaczy chwalić człowieka. Chwalić człowieka to mówić o nim prawdę. Uznać w nim to, co on ma, zauważać jego cechy, ucieszyć się owocami jego pracy, pozwolić mu głębiej poprzez to poznawać siebie samego i rozwijać się.

“赞美天主” 是什么意思？

首先要了解赞美人是什么意思？赞美一个人相当于老实讲出该人的真相。承认其所有、注意到其特征、享受其工作成果，因而让其他更深入地认识自己和发展自己。

A chwalić Pana Boga? Chwalić to znaczy mówić o Nim Prawdę, mówić prawdę o Jego miłości. Mówić o miłości ukazanej w stworzeniu świata i w posłaniu na świat Jezusa. Jezus Chrystus z miłości zbawił nas na krzyżu. Chwalić Boga będzie znaczyło także, że często będę mówił Jezusowi o Jego miłości wyrażonej w krzyżu.

赞美天主呢？赞美天主相当于讲出神的真相、如实宣传天主的爱。讲述在创造世界和耶

稣降世中所表现的爱。因对我们的爱，耶稣基督在十字架上拯救了我们。“赞美天主”含有“我经常向耶稣提到其在十字架上表示的爱的承诺。”

"Boga czcić" - jestem powołany do tego, aby czcić Pana.

Oddawać cześć człowiekowi to znaczy szanować go, szanować jego wolę, być życzliwym i być mu posłusznym.

Czczyć Boga, to szanować Jego wolę, być posłusznym Bogu, wszystko Mu oddać i poddać. Najpierw poddać całkowicie siebie, a potem poddać Mu cały świat, uznać Go jako Najwyższego Stwórcę i Pana.

“崇敬天主”：我受召来敬拜主。

崇敬他人相当于尊重他，尊重他的意志，善待他，服从他。

崇拜天主意味着尊重神的意志，事奉祂，给祂一切，对祂百依百顺。先把自己完全降服，再把整个世界降服给祂，承认祂为最高创造者和主。

„Jemu służyć” - to znaczy pomagać Bogu - jak gdyby razem z Nim pracować nad przeprowadzeniem Jego planu w świecie.

A jaki jest plan Boga? Bóg chce zbawić wszystkich ludzi.

Służyć Bogu - to znaczy być apostołem, pomocnikiem w zbawieniu świata.

Jeżeli będę chwalił Jezusa Chrystusa, czcił Go i Jemu służył, to mogę być pewny, że Jezus się o mnie zatroszczy. Jaka to radość, że jestem człowiekiem powołanym do zbawiania drugich!

“事奉天主”：意思是协助天主，如同与祂一起执行其对世界的计划。

天主的计划为何？祂要拯救所有人。

事奉天主的意思：担任使徒的使命，成为天主拯救世界的助手。

如果我要赞美、崇敬和事奉耶稣基督，我可以相信耶稣会充分地关心我。

我是一个被召来救人的人，这是何等的快乐！

Jeśli dobrze przeżywamy fundamentalne prawdy dotyczące naszego życia, wtedy nasze życie jest osadzone na mocnym fundamencie, jak mocny dom zbudowany na solidnej skale (Mt

7:24) albo jak drzewo zasadzone nad płynącą wodą. Rośnie, daje owoce i prowadzi do pełni życia tu na ziemi w wieczności (por Ps 1:3; Jr 17:8).

如果我们能够正确活出与我们生命有关的基本真理，我们的生命就要有坚固的根基，就像把房子盖在磐石上（玛 7:24），像一棵植在溪畔的树，生长，结果，并使在世上在永恒中的生命均达圆满（咏 1:3、耶 17:8）。

Męczennicy, którzy oddali swoje życie za wiarę ukazali nam, że mieli silne fundamenty w swoim życiu, które pomogły im pozostać wiernymi Bogu aż po śmierć.

Módlmy się o tak silne korzenie i jasny cel w naszym życiu. One pomogą nam dojść do pełni szczęścia w wiecznym życiu z Bogiem.

那些为信仰献身的殉道者为我们见证，他们生命有着坚实的基础，有助于他们至死不渝地忠于天主。

让我们祈求，在我们的生命中，有如此强大的根基及明确的目标。它可以帮我们在与天主的永生中达到幸福的圆满。



Chwała Ojcu i Synowi i Duchowi Świętemu! 愿光荣归于父，及子，及圣神。