

Archdiocese of Taipei
94 Loli Rd., Taipei 106055 Taiwan R.O.C.
Tel: (02)2737-1311 Fax: (02)2737-3710
E-mail: taipei.archbishop.secretary@gmail.com



天主教台北總主教公署
台北市(106055)樂利路94號
電話:(02)2737-1311 傳真:(02)2737-3710
電郵:taipei.archbishop.secretary@gmail.com

2026年台北總教區牧函——成為希望的實踐者

主愛的弟兄姊妹們：

值此馬年之際，謹以「馬不停蹄迎新歲，福音奔馳照人心」向各位致上最誠摯的祝福。願我們在新的一年懷抱希望、步伐堅定，在主的引領下奔向更豐盛的生命。先知依撒意亞鼓勵我們：「然而仰望上主的，必獲得新力量，必能振翼高飛有如兀鷹，疾馳而不困乏，奔走而不疲倦。」(依 40:31)這不只是對體力的描寫，更是對心靈的邀請——當我們將生命交託給天主，祂的話語就能成為我們奔馳的力量，使我們在信仰的道路上不致迷失，也不會停滯不前。

希望的禧年已圓滿落幕，但朝聖的精神並未停止。2026年讓我們一同成為「希望的實踐者」。馬年的到來正提醒我們：不要停下腳步，不要讓信仰只停留在回憶中，而要讓福音在今日的世界中繼續前行。一如瑪利亞領受天使的喜訊後，急速起身，提起腳步奔向表姊依撒伯爾的家傳播喜訊。願我們如鷹展翅，如馬奔跑，不因困難而退縮，不因挑戰而氣餒，而以更大的信德與熱忱，將天主的愛帶到每個角落。

在這奔馳的旅程中，我們不是獨自前行，而是「同道偕行」的向前走。主耶穌與門徒們同行，聆聽他們的困惑，陪伴他們的軟弱，並在聖言與聖體中滋養他們的生命。現在的我們也被召叫，彼此陪伴互相扶持，在信仰中成為真正的同行者。當我們一起聆聽聖言、同聲祈禱、一起服務，我們的腳步就會更穩健，我們的奔馳也更有方向。

福音的奔馳不只是口中的宣講，更是生活中的見證。當我們在家庭中活出愛與寬恕；在職場上實踐誠實與正義；在社會中關懷弱小與邊緣者，我們的生命本身就可成為一部活的福音書。馬不停蹄的信仰表

現，不是匆忙的行事，而是帶著使命前行；不是盲目衝刺，而是由天主聖言引導的奔跑。

在新的一年，我也再次邀請各位持續實踐教區所擬定的四大牧靈方針，讓禧年的精神在日常生活中延續與深化。

一、成為希望的實踐者

去年響應「希望的朝聖者」禧年，台北總教區鼓勵教友前往教區內 10 個朝聖地朝聖，一年累計朝聖者逾 9,000 人次，鞏固我們的信德與望德。今年我們慶祝天主教傳教士來台灣福傳 400 週年，為延續傳教士的使徒精神，教區將在具有特殊福傳歷史的聖堂（如蘆洲天主堂、基隆諸聖者堂遺址）安排大型活動，結合徒步朝聖、聖堂導覽、歷史講座及彌撒，提升教友的福傳使命感。

今年又逢聖方濟特殊禧年，我們願為地球生態打造更有希望的友善環境，台北總教區更建立「生態關懷小組」，回應禧年宗旨與教宗方濟各《願祢受讚頌 Laudato Si》通諭。教區除了規劃環保行動、回饋大地之外，也鼓勵堂區成立類似小組，讓我們與地球萬物互利共生，一同讚頌上主造物之恩。

此外，我們觀察到現今社會有很多人因各種疾病，對生命失去希望：他們是現代的「癡瘋病人」。教區鼓勵堂區教友透過祈禱、關懷、陪伴與福傳行動，讓他們因為福音的好消息和教友的愛德，對生命重拾希望與信心。

二、在聖言中茁壯，在聖體內被派遣

願每個家庭都成為小小的教會，使聖言成為生活的指引，讓聖體成為愛的泉源。當家庭扎根於天主，整個社會也將因此更加穩固。

在總教區第一屆牧靈福傳委員會推動下，2025 年「推廣讀經與聖體敬禮」已見成果：共有 89 個堂區成立 123 個讀經班，參與讀經推廣工作，也有 69 個堂區推動聖體敬禮靈修活動。期盼各鐸區成立「聖言

聖體種子培育團隊」，每鐸區培育 3 至 5 位核心帶領人，支持已在推行的單位，也協助尚未開始的堂區，展開讀經與聖體敬禮。

聖言與聖體是教會生命的心臟，聖言如能扎根，信仰必然成長；聖體燃燒內心，福傳必然廣揚。願整個教區信仰生活，在聖言中茁壯，在聖體中被差遣。

三、加強尋羊福傳運動

教會不只是為已經在羊棧內的人而存在，更是為迷失、跌倒、受傷、疏離的人敞開大門。願我們懷著基督的心腸，主動走向需要被陪伴的人，將希望帶到他們生命中。去年的 10 月 15 日，我們曾把在教區內已尋到的 858 人的名冊送進深坑隱修院，懇求修女們代禱，最近教區內再尋到 396 位，等滙集後再請修女們一同代禱。

各堂區可以從統計名單中，繼續聯繫及關懷，經由各善會團體，與重返教會之兄姊保持互動。可由熟識之教友擔負起『一對一的陪伴』，以『實際關懷』取代形式聯絡，使每位被尋回教友都有人陪伴同行。同時，堂區亦可規劃「歡迎回家主日」，透過見證分享、牧者祝福及共融聚會，營造安全而溫暖的回歸氛圍。最後，為避免再次流失，將安排回歸後三個月之陪伴機制，由同行者持續關懷，並鼓勵參與教區內小型團體，使其穩定融入教會生活。

四、偕同家庭，向生命開放

生命是天主最珍貴的禮物。願我們珍惜每個生命，從胎兒到年長者，從健康到脆弱，都以愛與尊重相待，讓家庭成為孕育希望的搖籃。教區將責成家庭組，聯絡各有關單位，提供婚前輔導、備孕諮詢、自然生殖科技及幼兒專責醫師，陪伴青年善度婚育生活。針對育兒壓力，計畫中特別包含學雜費減免、協助入學與托嬰空間福利，減輕家庭負擔，並支持生育與教育。教區要求各機構協助家庭組提出的個案，目標是讓家庭能在互助與信仰的陪伴下，穩定發展。

在我們的信仰裡，生命不是偶然的禮物，而是天主親手託付給我們的寶貴恩典。正如《天主教教理》提醒我們：「每一個人從受孕的那一刻起，就具有不可侵犯的尊嚴。」(2270 號)因此，基督徒的家庭被稱為「生命的搖籃」，是天主的祝福最容易落腳的地方。

我們要歡迎還沒有出生的生命，更要陪伴正在成長的幼小生命，幼兒就像春天的小樹苗，需要很多照顧。主耶穌曾說：「讓小孩子到我跟前來，不要阻止他們。」(路 18:16)當父母教孩子祈禱、帶孩子進教堂、讓孩子知道天主愛他，其實就是在幫助一個新的生命，慢慢認識世界、認識天主。

此外更要珍惜走向黃昏的年老生命。生命不只在開始時值得歡迎，在走向黃昏暮年之際，也同樣需要被尊重。一個懂得照顧老人的社會，也會是一個懂得尊重生命的社會。讓家庭成為生命的避風港，向生命開放，當一個家庭願意歡迎新生命、陪伴幼小生命、尊重年老生命，那麼這個家庭就像一座小小的聖堂，讓人感受到天主的臨在。為此，生命不再是負擔，而是祝福。願台北總教區的每一個家庭，都成為歡迎生命、守護生命、充滿笑聲與希望的家。

新的一年已經展開，願我們在聖言的光中辨認方向，在聖體的滋養中獲得力量，在同行的團體中彼此扶持。讓我們帶著禧年所點燃的希望，繼續在信仰道路上奔馳，並為主所用，為福音作見證。

願天主豐厚的恩寵臨於你們的家中，祂的平安常住在你們內，我特別祈求大聖若瑟為我們轉禱，也邀請各位為我的牧職祈禱。

天主保佑！

台北總教區 鍾安住總主教

主曆 2026 年 3 月 19 日

中華主保聖若瑟 瞻禮日