

第 21 期



Hope



要把一切託付於主，靠主才能得力。

向東望斷海旭日
虛舟浮入碧曉嵐

黃錦文神父題

釋義：基督如東海旭日，人心所嚮往也。

聖神若曉風，引領生命之舟橫渡世
海，航向天國彼岸。





我是目錄



封面設計註釋：

封面的背景為不同顏色的小圓點，象徵生命裏發生的各式各樣小插曲，當中有璀璨的，也有暗淡的。美麗的盆栽代表生命，縱使生活中荊棘滿途，然而靠著天主大愛的灌溉，能助我們應付一切的艱難與險阻。在主的大能蔭庇下，凡事皆會充滿希望。瑰麗的花朵就是因盛載主愛而結果的生命。

「我賴加強我力量的那位，能應付一切。」（斐理伯書4:13）

頁數

主題



內文睿句



4

編者前言
生與死

主渴望所有人都能認識和接受祂的愛。

6

是就說是
專訪成淑娟姊妹
宏福苑大火——靠主得力

即使是極之無助，也不會是一條黑暗的絕路。

15

邵偉亮執事分享
榮福五端

在末日，我們也將獲得復活的光榮身體。

18

智慧小品
Dear God

願祢的平安充滿我心。

19

婚委會供稿
逆境中的希望

有同路人的陪伴，有助我們走出傷痛。



I like pears.

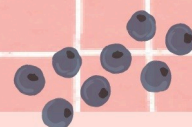


頁數

主題



內文睿句



- | | |
|---|--|
| <p>23 讀者回饋
「為愛而跳動」的聖心</p> | <p>我見證耶穌的愛真實無比，祂會親自
召喚每一個人。</p> |
| <p>25 告訴我，你在遠方好嗎？
主日路上</p> | <p>沿路綠樹成蔭，心中不禁讚歎上主對
自然界的安排。</p> |
| <p>28 講開有段古
新絲蘿蔔皮——不配身份</p> | <p>祂特別鍾愛罪人，憐憫弱小，為他們
廣施慈恩。</p> |
| <p>30 信仰如何深化領導者的
成長（一）厄里亞先知</p> | <p>願我也能在天主的「生命之糧」滋養
下走得更遠！</p> |
| <p>33 YouTube 歌曲欣賞
我會與你同行</p> | <p>當我在祢懷裏，就能找到平安。</p> |
| <p>34 會笑動物(二)
刺蝟</p> | <p>懂得學習與他人的瑕疵共存，便能創
建世間最親密的關係。</p> |
| <p>36 朋友，是誰與你同行？</p> | <p>一生有主的天使同行，使我恩典滿溢，
真好！</p> |
| <p>39 大叔友情講：
《以牙還牙》</p> | <p>在天主眼中，愛比正義更重要。</p> |
| <p>44 大自然，您還好嗎？
朝聖及大自然靈修活動
後感</p> | <p>在天主眼中，它們都是獨一無二和珍
貴的。</p> |
| <p>46 都幾笑話</p> | <p>不能把上主作為個人不想努力的擋箭
牌啊！</p> |

I like cherries.



編者前言

生與死

曾慧玲

生與死是兩個極端相反的詞彙。有人說醫院裏最令人歡喜的樓層該是婦產科，一個新生命的誕生當然可喜可賀，然而有生必有死，那是人生無可避免的事實。

在中國的文化中，人們喜生畏死，在婚宴上最常聽到的祝福語都是「早生貴子」或「添丁發財」。相反，死亡則是不吉利的事，人人皆盡量避而不談。

相信很多人，即使是基督的跟隨者，對人死後的去向也會充滿謎思，其實聖經中天主早已為我們許下承諾：

- 耶穌說：「在我父的家裡，有許多住處。我去，原是為給你們預備地方。」（若14:2）
- 耶穌說：「我就是復活，就是生命；信從我的，即使死了，仍要活著。」（若11:25）
- 如今藉著我們的救主基督耶穌的出現，顯示了出來；他毀滅了死亡，藉著福音彰顯了不朽的生命。（弟後1:10）
- 我給你們這些信天主子名字的人，寫了這些事，是為叫你們知道：你們已獲有永遠的生命。（若一5:13）

最近在互聯網曾看到一些嘗過死亡滋味的人在復生後，對死後短暫發生的事情的陳述，當中有基督信徒，也有沒信仰的人士，以下嘗試歸納他們的經歷和感受：

在證實死亡後，他們迅速通過一度強光去到另一個領域，首先看見的是主耶穌，主身上充滿光芒，讓人感受到祂的愛，那是一種自覺不配擁有但又不願離祂而去的愛。主渴望所有人都能認識和接受祂的愛。那裏的人們再不需要世間的各種事物，他們沒有病患憂苦，也沒有名譽地位的比較，甚至身體所有的殘疾均消失了，那是一個非常喜樂，令人嚮往、超乎想像的完美境界。主耶穌還叮囑他們回去時要把所見情況告訴世人，並傳揚祂的愛。主同時強調要愛護家庭，維繫與家人的良好關係，寬恕和接納惱恨的人，要與他們和好。那些死後甦醒的人回到人世間後，皆願意聽從上主的吩咐，開始按上主的旨意生活，以致整個人生有了翻天覆地的改變。

生命是上主的恩賜，是一個世人不能理解的偉大奧秘。

「我自從在母胎中，就仰賴了你，尚在母懷中，你就是我的託庇；我全心的希望，時時寄托於你。」

（聖詠集71：6）

專訪
成淑娟姊妹



是就說是

你們的話該當是：是就說是，非就說非。（瑪5：37）

（專訪特備錄音廣播）

<https://www.youtube.com/watch?v=v0WjenkWTIU>

宏福苑大火——靠主得力

曾慧玲

相信大家都記得去年11月26日，大埔宏福苑發生了一場死傷枕藉，令人非常悲痛的大火。淑娟姊妹在事件中失去了姐姐和姐夫，哀傷的她為了見證天主的慈愛，願意和大家分享，接受《向東望》的訪問，叫我們明白天主如何安慰和帶領她走出痛苦的陰霾。（瑪5:37）

淑娟姊妹目前的情況

她家中本有十兄弟姊妹，因姐姐在大火中不幸喪生，猶如原本完整的一個餅失去了十分之一，有了缺口。事情到此已經過了數月，她的心情已沒有事發當初那麼悲愴，可是仍覺傷痛，但無論如何也該面對現實，她懇切地祈求天主的憐憫，讓她把事件放下。

從信仰的角度看火災

原來淑娟姊妹一直在聖伯多祿堂的善別小組服務，為了履行職務，她在事發後的復活節，依舊在天主教墳場服務。

當問到對於發生這樣不幸的事件，身為教友的她有何看法時，她的回答竟是天主在事件中展示了對她的愛與大能。

淑娟一家都是天主教信徒，母親非常虔誠，她出生後三天便由母親安排接受嬰兒洗禮。從孩童時期開始，天主便已是淑娟的避難所；她感受到天主今次同樣以愛和恩寵醫治了她內心的創傷。

當淑娟談到那天目睹大火的情況時，情緒難免有點激動，她顫抖地說：「事發當時，我看著那幾幢樓房的火焰在猛烈地燃燒，你可知我的心情怎樣？我的心怎能安定！我什麼也做不到，只能緊緊握著手中的十字架，深知此刻必須靠天主的陪伴——主，請不要離開我！」

如何感受到天主的愛

淑娟姊妹繼續說：「在事發後的星期天，姐姐與姐夫仍然生死未卜，而我卻非常渴望前往聖堂參與彌撒，領受基督聖體，心知自己必須請主耶穌到我的心中來。到達聖堂後，按習慣購買一份公教報，怎料我的淚水竟不期然地湧出來，那幾天的傷感似要盡情地爆發。我衝出聖堂走到花園嚎哭起來，該堂的牧職陳修女見狀便走到我的身邊，問我發生了什麼事，又給我深情的擁抱，並鼓勵我在最艱難的時候，仰望十字聖架，之後又介紹接待組的華姐給我認識。我感謝她倆為我姐姐與姐夫長達一個月的禱告。我在極度的悲

哀中，向天主祈求抑壓情緒的能力，好能完成正在舉行的彌撒。感恩主助我終達成願望，領受了基督聖體，心中充滿無比的安慰。」

淑娟又談到事發的第二天，她與已亡姐姐的兒子在會堂等候消息時，外甥雖已成年但仍難以接受同時失去雙親的事實，他在會堂內失控地不停的哭叫起來，令眾人都不知如何安慰他，這令淑娟倍感難過。淑娟哽咽地繼續說：「我一向熱愛玫瑰念珠它內有主耶穌和聖母，於是便不顧地把一條念珠掛在外甥的脖子上，並告訴他有聖母媽媽陪伴不用害怕；況且無論發生什麼事，我必會幫助他解決。這樣不一會他真的安靜下來，接著我連忙取出另一串念珠，用手緊緊握著有耶穌苦像的十字聖架，懇求祂賜我力量，面對當前惡劣的境況，並把一切託付於主，我極之體會到靠主才能得力。」她神情哀傷與激動的說道。

對信仰產生質疑嗎？

淑娟被問到發生如此重大事件，有否對信仰產生質疑，她坦誠地講了心底話：「老實說我完全沒有懷疑和質問天主，



淑娟姊妹的念珠

天主為救贖我們，甚至讓祂的獨生子主耶穌被釘死在十字架上，這份愛我們還需質疑？以往我們如此信賴祂，現在為了這事就對祂產生懷疑嗎？發生了這樣可悲的事件，決不是天主所願的。由始至終，我只求天主賜我力量去處理一切後事，我絕不會懷疑祂。」

淑娟堅實的語氣和態度，讓人看到她具有莫大的信德。

苦難中有愛

淑娟在現場逗留了十天之久，親眼看到消防員、醫護、所有協助的人士與義工們對災民盡心盡力的應援，那份大公無私的精神，讓她感受到苦難中原來充滿愛。他們不時關心現場人士的需要：不時關心和慰問等候辦理手續的災民，安排飲用水及小食給他們。這些細緻的行動讓淑娟感到非常窩心。

世界各地的關愛

在事發後的聖誕節的假期夜，一位富山殮房的顧醫生來電，告知淑娟，她姐夫的骸骨通過DNA的測試已經驗證



淑娟往越南朝聖時依偎在巨大聖母像的腳下

了身份，唯姐姐尚未能確認；他已把所需的資料發送到全球的專家，以求盡快辨認姐姐的身份。另外，在外國生活的親人，也收到很多知情人士以鮮花慰問，及自發為姐姐和姐夫安排追思彌撒。最沒料到的是她在外地的外甥女通過當地的聖心協會，竟把姐姐和姐夫的名字放在羅馬的大教堂內，永久的為他們祈禱。受到各地這麼多的關愛，使淑娟和家人欣慰不已。



收到各地的慰問與祝福



上主的眷顧

面對這巨大慘劇的發生，淑娟的心緒自然凌亂，感恩得到容思定神父的指導，著她以玫瑰經祈禱，及在他的聖堂舉行亡者彌撒，這些提醒讓她放下心頭不少的顧慮。

談到舉行亡者彌撒，淑娟顯得非常安慰，她未想到當天竟有300人出席，座位數目也一度緊張起來，然而天主的安

排卻十分微妙，全場座位竟剛剛好，一個沒多也沒少。淑娟深信這是上主細意的安排，且現場氣氛非常祥和，彌撒在寧靜的氛圍下，靜靜地送別兩位亡者往天家去。

感謝李志源神父及容思定神父為彌撒主禮。李神父表示姐姐及姐夫雖然未能逃離火場，但也不是孤單地離去，必有天主一直的陪伴……他倆現在已身在「新的耶路撒冷」；據了解，耶路撒冷是一處有天主永久陪伴的地方。那裏充滿愛與和平，不再有痛苦和災難。李神父這番話如甘露般，滋養了淑娟悲哀的心靈，她知道姐姐和姐夫已活在幸福永樂之中。



舉行亡者彌撒的情況

上主的眷顧

淑娟不忘感謝當天在彌撒中幫忙司琴的廖老師。廖老師的姨媽亦是剛剛離世，湊巧於同日舉殯，有心的她特意先為淑娟的一方司琴，然後才往參與姨媽的葬禮，這令淑娟感動不已。

此外，大家都知道天主教墳場的墓地實在供不應求，可是通過神父的安排，很快便給返回天家的姐姐夫婦預留了一個環境清幽的位置，為此家人又放下另一掛慮。

淑娟認為上述的恩寵皆為天主所賜，姐姐和姐夫確實獲享滿滿的祝福。

聽畢淑娟的話，訪者難掩心中的觸動，衷心讚美天主以光明，覆蓋了整件事的黑暗。記起「真福八端」的其中一段：哀慟的人是有福的，因為他們要受安慰。（瑪5:4）翻查有關註釋：哀傷地信靠天主，能得到超性的安慰……

對事件的體會

事件的發生無疑像是把淑娟掉進了深淵，然而卻讓她體會到面對苦難，即使是極之無助，也不會是一條黑暗的絕路，天主總會指引光明之道；或者情況未必如願，但仍請全心交托，深信主必繼續照料。由此看來，對天主懷有堅實的信德，是必須的。

淑娟還選取了若望福音第14章27節來表達她的體會：「我把平安留給你們，我將我的平安賜給你們；我所賜給你們的，不像世界所賜的一樣。你心裏不要煩亂，也不要膽怯。」淑娟認為心中有平安很重要，能排除很多內外的障礙；若內心太多牽掛也會影響自身的健康。她坦言自己能把事件

放下，除了有天主無盡的祝福外，也要懂得寬恕，心中沒有怨恨自然得享內心的平安！

專訪由祈禱作結

在剛才的訪談中，淑娟由拭抹眼淚至面露笑容，她的經歷充分見證到天主那不可思議的大能，與永恆的慈愛！

最後訪者懷著感恩的心情與淑娟姊妹，為受到牽連的所有人士同心祈禱：「慈愛的天父，深知祢愛我們，祢決不悅這悲劇的發生。感恩祢在事件中帶領淑娟走出黑暗重獲光明。求賜遇難的信友及沒信仰的亡者，靈魂得以安息；生者及其家人獲主的安慰與平安。求主祝福所有獻身服務的醫護、救火團隊和義工；甚至在國際間對此事關懷的人士。求主繼續賜福淑娟及家人們，帶領他們渡過每段艱難的路途。亞孟。」





玫瑰經之「榮福五端」

邵偉亮執事

玫瑰經是讓我們藉着誦念玫瑰經，默想救恩的奧蹟。玫瑰經的內容是根據主耶穌的救恩史依次序如下：歡喜、光明、痛苦與榮福各五端。

下面是玫瑰經之中「榮福五端」的反思

榮福一端：耶穌復活

人生自古誰無死，事實上，死亡的確為人生帶來一個消極的結局：人生一切美好的人、事、物將畫上句號。可幸的是，主基督肉身的復活確實已戰勝了死亡，使我們能克服了對死亡的恐懼；主基督死而復活的事實，更加向信他的人保證，人將永遠不死，並能分享天堂永生的福樂。對於跟隨祂的我們而言，這真是一個極大的喜訊！

榮福二端：耶穌升天

耶穌升天不單是祂個人的榮耀，更是給相信祂的人一個堅實的保證，將來他們也同樣獲享升天的福樂，並且可以與主永遠幸福地相聚於



天家：一個充滿仁愛、喜樂與和平的世界，一個充滿真善美的世界，
一個再沒有罪惡、痛苦、死亡與哀愁的世界！

事實上，基督透過祂的死亡、復活與升天，給我們肯定了天堂是真實的存在。死亡並不是生命的終結，而是更好的開始——死亡是永生的踏腳石。因此，基督徒應「身在塵世，心繫天鄉」。

榮福三端：聖神降臨

生活的壓力會使我們感到害怕和無助，然而藉着聖神降臨，我們可以獲得祂所賜予的恩寵與力量，使我們變得堅強，變得有能力去跨越人生的種種挑戰與考驗。



聖神降臨發生在耶穌復活升天後的第一個五旬節。當時門徒聚集在一起，聖神以火舌的形象降臨在他們身上，使他們從軟弱、恐懼中轉變為剛強，勇敢地宣揚福音。這提醒我們，基督徒的生活與行事不是靠自己的能力，而是靠聖神的助力。

榮福四端：聖母升天



聖母的靈魂與肉身一同升天，這不僅是她個人的特殊恩寵，更是天主向每一位追隨者，展現的一個強而有力的預像；愛天主的人必然會獲得的最大的賞報——獲享天堂的福樂。

聖母瑪利亞所獲得的是完滿的救贖。瑪利亞因著與耶穌的完美結合，不單靈魂免於罪惡，她的肉身也蒙受特恩，直接分享了復活的光榮。這預示了所有信徒最終的命運：在末日，我們也將獲得復活的光榮身體。

聖母在升天之後，仍然不斷的顯現給世人，展現出她作為我們慈母的關懷備至。聖母升天有鼓勵我們輕看塵世短暫的苦難，嚮往天上家鄉的意義。

榮福五端：天主光榮聖母

天主立聖母為天地母皇及世人的主保，揭示出聖母，這一位天上的慈母和我們緊密的關係。她除了是我們天上的母親也是我們的中保，意思就是，她會為我們靈魂與肉身的一切需要向天主轉求；我們應該以最大的孝愛之情，向這位天上的母親祈禱，特別是誦念玫瑰經。

每日誦念玫瑰經能讓我整天感覺平靜，好像聖母瑪利亞在身邊，為我們與惡事抗衡。當你默想每一端玫瑰經的奧蹟時，聖母隨同主基督會賜予你一些啟發，你更能意識到天主的存在。玫瑰經祈禱並不能消除你生活中的苦難，但它確實給了你一個強大的武器來對抗苦難。

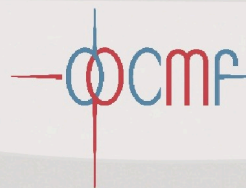
美麗的玫瑰經是聖經的祈禱，展現了天主聖言進入人類歷史，給我們帶來了救贖。(香港教區禮儀委員會)

Dear God

親愛的上主，
求祢今天引領我前行，
賜我力量和勇氣。
願祢的平安充滿我心。
亞孟。

89歲的黃婆婆，
手繪美麗的花朵，
讚美上主的偉大，
賜下活力與平安。





教區婚姻與家庭牧民委員會

供稿

- 婚姻、家庭與生命——
每個人最珍視和最基本的東西。
- 婚委會透過培育、關顧
與陪伴，讓天主愛的喜
樂降臨到每一個家庭。

教區婚姻與家庭牧民委員會

婚委會專頁

www.facebook.com/hkdpcmf

關顧生命事工專頁

www.facebook.com/prolife.dpcmf

Youtube頻道：

<https://www.youtube.com/hkdpcmf>

網頁：dpcmf.org.hk

電話：2560-2314

服務熱線

「小小天使」生命支援熱線

對象：產檢異常、難孕不育、危機懷孕、
小產傷痛、墮胎愧疚

方式：1. 透過受訓義工關心、聆聽及陪伴
面對困境
2. 服務內容保密

熱線電話：2560-3788

服務時間：

逢 星期二 下午2:30-5:30

星期四 晚上7:00-9:30

(服務時間以外可留言)

查詢：2560-2314



更多資料



「谷中百合」同行關顧服務

對象：喪親人士

方式：讓喪親者在摯親離世的
經歷中與主相遇，找到希望之泉

1. 小組同行(約6節聚會) –
透過信仰啟迪和義工陪伴，
讓主的安慰和平安
臨於喪親者身上
2. 個人陪伴 –
透過面談及電話慰問，
陪伴喪親者面對
摯親離世的傷痛

查詢：2560-2314



逆境中的希望

Selena

大家好，我是Selena，我領洗超過40年可算是一名老教友。
2018年12月末，我第一次踏上讀經台，分享我丈夫的信仰見證。那天正是我丈夫的逾越聖祭。

我丈夫走得很突然，他瀟灑地說走就走，之前並沒有任何跡象，他的離開就好像一個巨大的橫幕忽然從天而降。那一刻我完全沒法躲避，也沒有能力去抵擋。我的十字架壓得我很重、很重，也很痛、很痛！我不停地問為什麼，我甚至開始懷疑天主，我問祂說：「主，你愛我嗎？」那一刻，當然是沒有得到答案。

原來天主的行事和人的不同。雖然天主沒有直接回答我的問題，可是祂藉著不同

的人和事，慢慢把計劃顯示給我，我更加體會到祂的大愛與慈悲。

在丈夫回歸天家的第二天，我往探望教我道理班的修女。修女跟我說：「你的丈夫已經完成塵世的補贖，可以回天家去了。」又有一位教友跟我說：「與你丈夫一起生活，只是你人生中的一個使命，但不是你唯一的使命。」甚至我的理髮師傅也安慰我，說：「朱太太，你丈夫已經交付了世上的功課，現在得

見主面；我們也要做好自己的功課，將來好見天主。」而最令我釋懷的，是在一次修和聖事中，天主藉著神父跟我說：「你應該知道，天主照顧你的丈夫會比你更好。」那一刻，我完全明白，原來天主一直都沒有離棄我，他一直都在我身邊守護我；他安排的一切，為我丈夫都是最好的。

我又體會到當人處於困難和痛苦的時候，心和耳都容易被蒙蔽，以至聽不到天主的聲音。可是只要我們嘗試開

放懷抱，不要執著於緬懷過去，依恃天主的愛，勇敢地面對和接受已經發生的一切，我們便能慢慢地從黑暗中見到光明。

2019年初，我參加了一個由「教區婚姻與家庭牧民委員會」舉辦名為「谷中百合」的項目，當中包含為喪親的兄弟姊妹而設的六次聚會。在聚會中，我們一起祈禱和分享，也有義工適切的陪伴。由於參加的人都有共同的經歷，所以在聚會中大可盡情抒發對親人的思念和不捨。

原來，有同路人的陪伴，彼此體恤和鼓勵，有助我們走出傷痛。感謝天主安排了這個聚會給我們，現在我和幾位參加者還成了好朋友，也有定期相約聚會。我們甚至一起前往探望我們已故的另一半。起初我失去丈夫的時候，以為已失去一切，但其實天主早已為我開了另一扇門。現在我每天學習尋覓和聆聽，天主還會給我什麼使命。塵世的生命是短暫的，一切都會過去，唯有天上的家鄉才是永恆的！

感恩今天我可以和大家分享逆境中的希望。主耶穌曾應許說：「我同你們天天在一起，直到今世的終結。」（瑪 28:20）就讓我們懷著這份信念，跟隨主耶穌基督，直達永恆的家鄉。

主佑大家！

（本文特備錄音廣播）

https://www.youtube.com/watch?v=H54d_Y6VLn8



「為愛而跳動」的聖心

Ling



2026年4月，我有幸參與由張冬波神父（Father Jordan）主禮的耶穌最後晚餐彌撒。

彌撒結束前，張神父為信友們施行個別的聖體降福。在禮儀中我似乎體會到上主想以祂獨特的方式來堅固我的信德。

當神父把聖體皓光放於我面前時，我用心凝視著聖體，竟看見聖體皓光的中央浮現出一顆跳動的心，我猜想那是耶穌聖心的顯現。我感到那心臟的跳動頻率強而有力，似與我的脈搏同步，彷彿在表示：我與你同在！

那是幻覺嗎？還是情感的湧動？天主似乎想以超性的方式，向我展示祂那「為愛而跳動」的聖心。我默想到主



耶穌不僅在歷史中為我們在十字架上犧牲，也在當下與我們同在和共感，時刻伴著我們同行。

回家途中，我反覆思量：為何主耶穌會給我顯示祂的聖心？這令我想起自己曾在堂區受邀成為非常務送聖體員一事，當時心中因感抗拒而未敢答應。後來與丈夫提及這事，他建議我在復活守夜禮的聖體降福時，對耶穌說：「願照你的話成就於我！」怎料當我剛說完這話，就在聖體皓光內，閃出一顆跳動的聖心，感覺似是得到耶穌溫柔的回應。

我見證耶穌的愛真實無比，祂會親自召喚每一個人。你心中是否也曾收到主的邀請？別害怕，只管回應，祂必與你同行！

告訴我，你在遠方好嗎？

主日路上

小吉

返回澳洲的悉尼（Sydney）居住不經覺已快接近兩年，記得初回來時，一切都要重新適應。簡單如主日上聖堂參與彌撒，也不比香港的方便。我家離聖堂約五分鐘的車程，走路要約四十分鐘；家人雖說可管接管送，但我想沿途平靜心情，四周寧靜的環境正好整理思緒好參與其後的彌撒，就婉拒了這提議。每主日早上提早出發，沿路綠樹成蔭；就算是盛夏，也不覺太翳熱，心中不禁讚歎上主對自然界的安排。

去年一日，我如常出發，帽子、太陽眼鏡這些外出必備也穿戴停當，走著走著，四周景物依舊，冷不防突然有物件從後在我左耳旁飛襲而過，耳旁的面頰像被硬物撞了一下，我來不及知道是甚麼時，那東西已消失了，我只感到左邊面頰近耳朵處有點疼痛及紅腫；頭頂傳來聒耳的鳥鳴，抬



頭四望，什麼也看不見，附近仍只是一間間前院草木修剪整齊的房子，但鳥聒不斷，劃破四周的寧靜。離聖堂尚有二十分鐘的路，我顧不著那點傷口，要加快步伐了。

回家告訴家人我的經歷，才知道那是喜鵲(Magpie)孵蛋的季節，我應該是經過牠的鳥巢下，被認作是敵人，雄鳥要保衛一家幼小，所以有這一攻擊的行為。傷口很快就無妨了，曾考慮改經別條路，但那是最快的，惟有作罷。家人叮囑撐傘可作保護；雖然這較「突出」，但權宜之計也無不可。快到那兒時，我已提高警覺，怎知「嗖」的一聲，左邊面頰又著了道兒；頭頂「呀!呀!」的鳥叫似是高奏著凱旋的歌曲，撐傘原來是沒作用的！

雖說喜鵲在孵蛋的季節，有保衛家園的習性，但我前後兩次被突襲，應該不是常有的遭遇。牠們不知是用爪還是喙來襲擊我，幸好是皮外傷，很快就復原了。自然界的一切



都有自我防衛、保護的機制，我們人類也一樣。在我受襲後繼續往聖堂的路上走時，我滿懷感恩，如果牠們攻擊我的眼睛，那我就不會如此輕鬆了。我感謝耶穌沿路的保護。

英語彌撒是明白的，神父的講道也清晰，但畢竟不是自己的母語，始終不夠親切，所以每逢聖誕節、復活節等，有從香港遠道而來的，如周景勳神父、閻德龍神父等，我都特別前往他們所在的堂區，參與完全是廣東話的彌撒和修和聖事；路途當然遙遠了，但感覺和天主親近了。在香港主日聽廣東話的講道，一切似是理所當然，但離港遠了，才知道那是何等幸福的事。神父千里迢迢從香港來這裏，撫慰了我們的心靈，求上主也祝福他們沿路平安，主寵日隆。



講開有段古

潮語解釋：老餅潮語

分享：Venus

新絲蘿蔔皮 —— 不配身份

你係乜嘢新絲蘿蔔皮，想同我個女拍拖？

有錢人家愛穿皮草，此乃身份象徵，貴重的有貂、狐等珍稀獸皮，既保暖又能增添聲價，雍容華麗。皮草中有一種老羊皮，毛長色白，形如切得很細的「蘿蔔絲」，因此稱其為「新絲蘿蔔皮」，這種皮草雖然保暖，但未能與貂、狐等皮草相比。社會地位不高的暴發戶學人家穿這種皮草充撐場面，被嗤之以鼻：「乜嘢新絲蘿蔔皮呀？」

聯想：

現代人習慣以自身的成就、地位或權勢來衡量個人的身份；古時的平民百姓更以草民自稱，可見中國的傳統文化對階級觀念的重視，由此不難明白「新絲蘿蔔皮」這話的意義。

然而回看福音中的描述，主耶穌貴為天主之子，卻屈尊就卑地在餐後為門徒洗腳：

「耶穌從席間起來，脫下外衣，拿起一條手巾束在腰間，然後把水倒在盆裏，開始洗門徒的腳，用束著的手巾擦乾。」（若13:4-5）

耶穌說：「我若不洗你，你就與我無分。」（若13:8）

耶穌還說：「若我為主子，為師傅的，給你們洗腳，你們也該彼此洗腳；我給你們立了榜樣，叫你們也照我給你們所做的去做……你們既知道了這些事，如果實行，便是有福的。」（若13:14-17）

主耶穌這樣的行徑，讓人體會到祂的愛至善至真。祂從不計較我們的身份、功績，甚至所犯的過錯；反之，祂特別鍾愛罪人，憐憫弱小，為他們廣施慈恩。事實證明祂的愛是一份最珍貴、最完美，無價且永恆不變的愛！

「這是我的命令：你們該彼此相愛，如同我愛了你們一樣。」（若15:12）



信仰如何深化領導者的成長（一）

厄里亞先知

馬嬋玉

成為一位稱職的主管，究竟需要具備什麼條件？

關於這個問題，在我未有信仰之前，總認為關鍵在於管理的技巧與制度，因此我特別熱衷於閱讀各類管理實務的書籍，並勤於實踐。雖然閱讀後可取得一定的成效，但是心底總覺得效果只流於「目標與結果導向」。信仰卻讓我真正的領悟，領導者能「走得更遠」的關鍵，原來不只是「Doing」——行動與策略，而是「Being」——內心的修煉。我發現一些聖經人物，正在引領我展開這段「歸化」的成長歷程，厄里亞先知便是其中一位。

昔日的我，在剛加入一個新的機構時，滿懷自信地急於推出各項改革，卻未能看清自己內在的驕傲與急躁，結果引來眾協作單位的反感，使我陷入前所未有的挫敗與疑惑。同一時間，我又因身體的問題要接受一項大手術，並需臥床休養一個月，身、心、靈全部陷入低谷。種種事件的發生讓剛在慕道期的我對信仰產生疑惑，轉而想獨自解決各種問題，甚至曾懷疑生命的意義。

有一天，我無意中看到一本靈修書籍，初次認識到厄里亞先知。他為了對抗王后依則貝耳，殺死了四百五十位假先知，於是被迫逃亡，以致心力交瘁，甚至向天主求死，天使卻溫馨地給他送上食物（參閱聖經列王紀上第18-19章）。湊巧的是，在我身處最艱難的時候，母親也正是每天不辭勞苦地給我送飯，她的愛成為我復原的力量。讀到天主以微風輕撫厄里亞，說：「你在這裡做什麼？」那一刻，我的淚水莫名地湧出眼眶——彷彿天主也在對我這個躲於黑洞的人輕聲慰問。這事以後，我猛然醒悟，一直以為只有自己一人才能改變現狀，卻忘了有天主與我同行。那一刻，我重新投向基督，培養每日讀聖言的習慣，才能重新得力繼續前行。

厄里亞的故事也讓我學會以謙卑的心與各單位協作，不再急於求成。記得有一次參加夏志誠輔理主教的網上講座，我向他請教當時工作上的困惑。他答道：「即使方法再好，也要顧及推出的態度是否受人接納。」這句話成為我至今的座右銘：學習關顧「人」——「Being」，先於關顧「事」——「Doing」。

正如天使對厄里亞說：「起來，吃罷！因為你還有一段很遠的路。」（列上19:7）歸化的路相當漫長，感謝在這路上遇到眾多的小天使，特別感恩媽媽那時給我人間的「精神食糧」，願我也能在天主的「生命之糧」滋養下走得更遠！

臥床時家人的愛－體質食糧



筆者以畫作記錄當年養病的感恩時刻，從而默想到厄里亞。

我會與祢同行

縱然我軟弱
如同需要幫助的小羔羊
當我在祢懷裏，就能找到平安
即使在黑夜，我也不會惶恐
祢那愛的真光將指引我的前路

耶穌，是我的牧者
耶穌，是我的詩歌
引領我前往我所屬的地方
在祢的慈悲中，我得享新生
我將每日與祢同行
當風暴將至，巨浪洶湧
你是我的護盾，我的庇蔭
你閃耀的恩典將再次賜我力量
在我心裏種下永不熄滅的希望

耶穌，是我的牧者
耶穌，是我的詩歌
引領我前往我所屬的地方
在祢的慈悲中，我得享新生
我將每日滿懷喜樂與祢同行

祢的愛永不止息，永無止境
祢的恩典將永遠長存
當我與祢同行
我的心將高聲歌唱
我將永遠讚頌祢的聖名

耶穌，是我的牧者
耶穌，是我的詩歌
引領我前往我所屬的地方
在祢的慈悲中，我得享新生
我將滿懷喜樂地與祢每日同行
我將永遠與祢每日同行



YouTube 歌曲欣賞： " I will walk with you "
<https://rb.gy/m8bf47>

會笑的動物（三）——刺蝟



Angela

互聯網圖片

Hello！看到我滿身有尖銳的刺，就應該知道我是蝟亞科動物——通稱刺蝟。我們廣泛分佈在歐洲和亞洲的北部，也分佈於中國的北方和長江流域一帶。在長江流域，我們有一個奇怪的民間稱號——「偷瓜獾」。我們是夜行性動物，以昆蟲和蠕蟲為主要食糧。

讓我告訴大家一個關於我們的小故事：

在一個百年不遇的嚴冬裡，很多小動物都冷死了。好些刺蝟想到可聚集一起互相取暖，可是當牠們緊靠的時候，各自的刺都傷到了同伴的身體，於是牠們決定還是疏離一點好，這麼一來刺蝟開始感到孤獨、冰冷，甚至凍死。



這時牠們要作出抉擇：要麼互相靠緊，安然接受同伴的利刺；要麼離開這個世界，可憐地冷死。

聰明的刺蝟最終還是選擇了彼此再次緊靠，並學習接納這種因著親密的關係而帶來的小小刺痛，以求得到相互賜予的溫暖。這樣的決定便讓牠們全都活下來了。

懂得學習與他人的瑕疵共存，接納他人的賜予並感恩，便能創建世間最親密的關係，以致彼此得益。

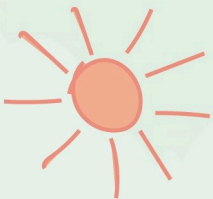
「彼此相待，要良善，要仁慈，互相寬恕，如同天主在基督內寬恕了你們一樣。」（厄4:32）

《朋友，誰與你同行？》

微風

自2019年開始，再次成為職業女性的我，偶爾會由中環港鐵站步行往堅道上班。清晨的街道十分寧靜，很有「獨自漫步在世上，將不感孤與單；過遍世旅與主偕行，與基督共往還……」（頌恩歌集第417首「與基督同行」的歌詞）的感覺，那種感覺就像天主安排了眾多天使與我並肩同行一樣。

一生有主的天使同行，使我恩典滿溢，真好！



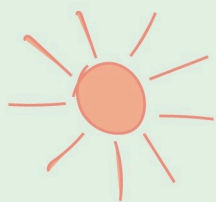
回想當年戰亂，令媽媽不得不帶著三個孩子與當時的丈夫分離，逃難到香港在工廠裏工作，並結識了我的爸爸，兩人相戀，媽媽再婚，還生了我的親姐姐。由於媽媽擔心同母異父的姐姐們未能與親姐和睦相處，便決定再度懷孕生

了我，為的是希望我能給親姐姐作個伴。然而，事實證明，我們幾兄弟姊妹只是姓氏不同，親情並無改變，而我與親姐的關係亦非常要好。



生命中有親姐姐同行，真好！

感恩有多位「同行者」在我生命的不同階段出現，有些只能短暫相處，有些卻能伴隨一生。記得大學畢業後，我與同學兼好友往西歐背包旅行三個



多月，這是我首次離開父母前往陌生的國度，旅途中我與好姊妹相互作伴和照應。雖然旅途中曾有一次意見不合，但經彼此了解和接納後，旅程還是能安然繼續，一起愉快地完成了原定的行程。

有共享分憂的好友同行，真好！

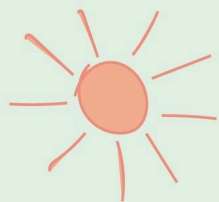
成年後，雖然遇上有數段未能開花結果的感情，但是在相處的過程中，加深了對自己的了解，及明白到人與人之間的異同——能相愛一時不等於能長相廝守。這些體會讓我更懂得與人相處之道。

曾有異性朋友同行的經歷，真好！

現在的丈夫當然是我最後的一位親密男友。衷心感謝他與我同行三十載，由起初風急浪高的日子，到現在細水長流的愛情，我們的關係穩定而甜蜜。至於我們至愛的兒子，與我們天南地北無所不談，分享樂事之餘也能分憂煩惱，一家人幸福滿滿！

有丈夫同行，真好！

我的職業生涯前後差不多有30年。對上一份工作的壓力讓我透不過氣來，完全沒有時間陪伴當時就讀小二的兒子，後來在丈夫的支持和鼓勵下，我當了全職母親，直至兒子就讀中三時才返回職場。在陪伴兒子成長的歲月中，我體會到作為父母的應如何無條件地愛護自己的孩



子，而不是單單看重他們有多大的學習能力，否則便會破壞與子女的親密關係。試想想，慈愛的天父不也是時刻無條件地愛著滿有缺點的我們嗎？

有兒子同行，真好！

我現時服務於天主教機構，大部份同事皆為信徒，他們具有敬業樂業的工作態度，感恩除了在職務上合作外，還能彼此分享信仰的體驗，砥礪前行，使我的信仰得以健康成長。

有同一信仰的同事同行，真好！

在教會內，有很多無私奉獻的弟兄姊妹，在他們身上可找到主耶穌愛的足跡；現世糖衣毒藥處處皆有，作為基督的追隨者必須留神，不要被俗世同化。我要向這些無私的弟兄姊妹學習，像主耶穌一樣，自身棄絕罪惡，但要憐憫罪人。

有教會內的弟兄姊妹同行，真好！

最後，感恩天主賜我一位靈修陪伴者，能常常與我深情對話，助我反思與自己、與別人和與天主的關係，繼而學習辨別天主的旨意；我盼能懷著平安喜樂的心，一步一步地成為天主塑造的我，並走上永生的道路。

有靈修陪伴者同行，真好！

朋友，想一想是誰與你同行呢？



大叔友情講

《以牙還牙》

奧大叔

牙痛文學

奧大叔在《向東望》第18期（2025年夏）的《容貌》一文中，曾經談論過自己的身體狀況，一直都比同齡人士成熟，最近又有一個活生生的「見證」！

在早一陣子，大叔感到一只大牙有點疼痛。最初以為是因為感冒影響，所以沒有理會。怎知在某天吃午餐時，該大牙竟然「自動脫落」，跟大叔講再見！大叔只好急忙求診，希望「以牙還牙」，以植牙（又稱種牙）的方法取代自己的大牙。可惜，根據牙醫的意見，牙齒脫落的位置有太多神經線，無法植牙！大叔只能默默接受這個現實，在餘生跟此「空洞」共存。

其實，這個故事可說名副其實的「牙痛文學」，意謂個人瑣碎無聊的無病呻吟，難以引起其他人的共鳴。若引起各位看官的不便，大叔這個「冇牙佬」謹此致歉！（一笑）



以牙還牙

「以牙還牙」這個漢語成語，相信各位看官不會陌生，指的是有仇必報，比喻個人針對地對別人的攻擊進行報復。奧大叔雖然很少看電視劇，但也知道不少編劇人員會根據「以牙還牙」的概念去撰寫劇本。據說十多年前在本港有一齣很受歡迎的日本劇《半澤直樹》，劇中男主角的其中一句金句就是「以牙還牙，加倍奉還」。

聖經舊約

在聖經舊約中的「梅瑟法律」(Mosaic Law)，原來也有「以牙還牙」這一條。其中出谷紀 21:23-25 寫道：「若有損害，就應以命償命，以眼還眼，以牙還牙，以手還手，以腳還腳，以烙還烙，以傷還傷，以疤還疤。」肋未紀 24:20 及申命紀 19:21 也有同樣的記載。其實，這條法律原是為了判官（現代人說的法官）而設立，指出懲罰要跟受害人的損傷相稱，不能過度懲處。





耶穌的新教導

到了新約時代，耶穌對「以牙還牙」這條法律，給予了一個全新的教導。祂二千多年前的說話，即使到了今天，很多人也會覺得奇怪，而其中最為人所熟悉的，相信會是打臉的例子。耶穌說：

「你們一向聽說過：『以眼還眼，以牙還牙。』我卻對你們說：不要抵抗惡人；而且，若有人掌擊你的右頰，你把另一面也轉給他。那願與你爭訟，拿你的內衣的，你連外衣也讓給他。若有人強迫你走一千步，你就同他走兩千步。求你的，就給他；願向你借貸的，你不要拒絕。你們一向聽說過：『你應愛你的近人，恨你的仇人！』我卻對你們說：你們當愛你們的仇人，當為迫害你們的人祈禱 ...」

(瑪竇福音 5:38-44)

愛仇人？真的不易！但這是耶穌教導，所有基督徒都應該學習的。





人的正義與天主的愛

舊約中的「以牙還牙」，說的是人的正義，根據受害人的傷害程度而作出相對應的懲罰。

然而，在天主眼中，愛比正義更重要。天主不但愛好人，也愛壞人，因為天主「使太陽上升，光照惡人，也光照善人；降雨給義人，也給不義的人。」（瑪竇福音 5:45）。例如聖保祿（St. Paul），他起初迫害基督徒，但有誰想到，天主會使用這個「壞人」傳揚福音，使基督信仰在世界各地萌芽！這應驗了聖詠集 118:23 中的記載：「那是上主的所行所為，在我們眼中神妙莫測。」

結語

奧大叔謹以以下的祈禱來結束這次的分享：

「仁慈的天父，大能的天父，感謝祢對我們的愛！祢不單召叫了義人，也召叫了壞人，讓世上所有人都有機會認罪悔改，並成為基督徒，可以擁有永生的盼望！主，我們讚美祢，感謝祢！亞孟！」





天主教關愛自然行動
Catholic Care for Creation

作者蘇天沛為天主教徒，於綠色環保界工作多年，
一向致力宣傳環保意識，融合信仰與環保概念，
推動愛主、愛人及關愛大自然的信仰生活。

天主教關愛自然行動（Catholic Care for Creation）供稿

email: ccfchk2021@gmail.com

facebook: CCFC2021

ig: [ccfchk2021](https://www.instagram.com/ccfchk2021)

youtube: 天主教關愛自然行動



朝聖及大自然靈修活動後感

Hazel

將軍澳聖安德肋堂的SAY環保小組於4月11日舉辦了一個名為「朝聖及大自然靈修」的活動，我很感恩能獲邀參與其中。

當天我們到聖母無原罪主教座堂及聖方濟各小堂朝聖，並在動植物公園進行大自然靈修。

在活動中令我特別難忘的，是在動植物公園進行「五感練習」和福音分享的環節，其中包括自我反思和默想的時段，參加者可於公園裏遊走。由於都市人常常忙於趕進度，或是要追上他人的步伐，對身邊遇到的一事一物往往匆匆略過，就算偶有注視，也只是走馬看花，以致錯過了許多欣賞天主別出心裁的創造的機會。



參加者於聖母無原罪主教座堂外留影



導師蘇天沛在動植物公園帶領進行「五感練習」

這次活動正是要提醒我們，在繁忙的生活中要放慢腳步，找機會放鬆心情和讓身體得到休息。要知道天主以六天創造天地萬物，到了第七天也會休息一下！。

當日在公園踱步時，我特別注視著不同的花卉，有的顏色鮮艷、有的色調柔和，有的開得燦爛奪目、有的靜靜於一角綻放。我學習到花兒的外觀和形態雖然各有不同，可是它們都是天主獨特的創造，而且都是被祂悉心照料著；在天主眼中，它們都是獨一無二和珍貴的。其實觀賞天主所創造的美好事物，不用刻意前往什麼地方，而是在身邊俯拾即是，關鍵在於我們有沒有經常留意及敞開心扉，欣賞和接納天主創造的一切美好。

願我們能在日常生活中時常用心感受世界和滿懷感恩，自然能意會到主賜的眾多恩寵！



在聖方濟各小堂合照



一起參與聖經分享

都幾笑話

笑話 開懷集

聯想 Angela



偉大的宇宙與真相

夫妻兩人去郊外露營，到了半夜，兩人都醒了。妻問夫說：「你看見什麼了？」夫答：「滿天的繁星。」妻說：「這表示什麼？」夫答：「這表示神所創造的宇宙無始無終，無邊無際，實在是太浩瀚，太偉大了！妳的看法又是什麼呢？」妻答：「我的看法是，我們的帳篷被人偷走了！」

聯想：欣賞無邊夜空、浩瀚天際固然浪漫，然而暗藏的卻是殘酷的事實——帳篷被偷了，禍哉！禍哉！

Hí! I am here.



誰是真的聰明？



甲問乙：「你這麼聰明的一個人，為什麼要信教呢？」

乙也問甲：「你這麼一個聰明的人，為什麼不信教呢？」

聯想：「聰明」與「愚蠢」是兩個極端的說法，誰是真聰明或真愚蠢，可能只是角度與信念的差異而已。



我不是上主

一個念神學的窮小子到女朋友家，向女方的父母提親。女朋友的爸爸問他：「你怎麼養家活口呢？」他信心十足地回答：「上主自會照料。」女方的父親說：「你不要以為我會當這個上主。」

聯想：應付生活是一個現實的問題，信賴上主則是信德的表現，可是也不能把上主作為個人不想努力的擋箭牌啊！

What's up?



He He!





護守天使請假了？

在外被人欺負的小兒子，一身狼狽地回家了。他哭哭啼啼地問媽媽：「是不是我的護守天使今天請假了？我每一架都打輸了！」

聯想：打架本身就是不當的行為，可是小兒子還在埋怨打架落敗是因天使請假。那麼，假若天主請假，又會變得怎樣呢？

天主的廁所



這個禮拜天的早上，爸爸第一次帶兒子到教堂。他小聲地叮囑兒子說：「這裡是天主的家，你在這裡要安靜，要守規矩，懂嗎？」兒子點了點頭。「爸爸，」過了一會兒，兒子問：「我可不可以用天主的廁所？」

聯想：兒子認為天主的家應是設備周全的，倘若他的肚子突然咕嚕咕嚕作響，或許他會問教堂有沒有朱古力和冰淇淋？

Wish you all the best!



Thanks!





加油呀！



《向東望》福傳雜誌宗旨

本雜誌以多媒體網絡打開人與天主溝通的渠道，緊貼社會的需要，正向地帶出福音的精神，引領心靈尋找、信靠和邁向基督。《向東望》與教會一起宣揚天國，向普世傳揚福音。

《向東望》所含意義

看，有賢士從東方來到耶路撒冷，說：「...我們在東方見到了祂的星，特來朝拜祂。」（瑪2:1-2）

編者祈盼：《向東望》能引領更多人找到耶穌，並跟隨祂，朝拜祂。

看，有水從聖殿下面湧出，流向東方。這河所流過的地方，凡蠕動的生物都得生活，魚也繁多，因為凡這水所到的地方百物必能生存。（厄47:1,9）

編者祈盼：閱讀《向東望》的朋友，都能得著充滿生機的豐盛生命。

下期見啦！



主佑！



《向東望》逢春（二月）、夏（六月）、秋（十月）三季出版