

SINICA

Magazine of Chinese Catholic Pastoral Community

ISSUE 128 MAR 2019

牧靈
通訊





1



2



3



4



5



6



7



8



9



10



11



12

1-3 Children Baptism 兒童領洗 12/08/18 • 4-9 Community Fun Day 團體同樂日 14/10/18 • 10 Advent workshop speaker John Poon 將臨期講座講者 John Poon 01/12/18 • 11-12 CCPC AGM 華人天主教牧靈團體週年大會 04/12/18

在家庭裡 找到我們共同唸的經



Fr Joseph Lu OFM

隨著我們2019年中國年的開始，我們團體的家庭年結束了。我們設立家庭年的原因是因為現在的團體無論是CCPC 還是WSCCC 這兩個團體在最近的10年中都有了一個很大的變化。這個變化就是年輕的家庭增多了，以前單身的朝氣蓬勃的青年人們絕大多數已經結婚了，並且育有一個或多個孩子。單身生活和家庭生活是截然不同的，生活內容軌跡都有了變化，信仰生活的時間和方式也起了變化。這個過渡對很多的人來說是需要學習的。所以，我們團體在家庭年中就是希望或者幫著我們的年輕人們或者甚至是結婚已經已久的兄弟姐妹也一起在聖言中反省彼此的關係，也起到自我福傳的意義。還有就是作為一個小家庭如何在社會層次裡實行環保的責任，這一個責任是在聖經的創世紀裡給我們的，你們要治理和統治大地（創1：28）。我們一定要延續我們家庭年的精神在我們的生活裡，要藉著祈禱不斷的給自己加油。

祈禱會給我們家庭起到加油的作用嗎？是的，祈禱是我們基督徒生活的重要標記，它是讓我們同天主之間和我們人與人之間溝通的重要方式。基督徒家庭和非基督徒家庭是不一樣的。基督徒的家庭多了一層基督信仰生活和以基督為中心的生活。每個基督徒的家庭都應該有一個祈禱間 Prayer room，或者是祈禱一角 Prayer corner。為什麼祈禱在家庭裡那麼重要呢？因為祈禱是讓我們承認生命來自於天主，是我們對生命之源的感恩讚歎和讚美。這是基督徒家庭的很大的標記，所以，一個真正基督徒家庭也一定是在一起祈禱及讀經聆聽天主話的家庭。承認天主是我們生命的創造者之後，我們才能讓自己謙虛起來，並且學會尊重和聆聽。當家庭在一起祈禱的時候，就是一起讀一本關於生命，生活和愛的書，這本書教給我們什麼是謙虛，尊重，聆聽，付出和犧牲的價值。並且學習和建立起小家庭世界觀的價值，因為天主的創造並締結了婚姻，婚姻使人們建立起小家庭，但是其目的是要走向更多的人也就是這個世界。我們是一起生活在這個世界上的，它本不應該是一個惡意競爭的生活圈，大

家的眼睛不是在看到別人短處的時候攻擊而是幫助。因此，活躍的基督徒家庭會使這個世界得到祝福，世界的大愛就是來自每個小家庭的小愛。家庭是世界的基礎，每個人都是從婚姻家庭而來。

人是從家庭婚姻而來到世界上，但是，婚姻卻是來自天主的結合，在我們的中華文化裡面，把婚姻家庭稱為是天作之合。所以，我們強調人們要認識天主，要有天的深層次認識，人類不是獨尊在這個世界上的。基督徒的信仰的水平一定要不斷的提高，因為在一定深度的信仰裡面的夫婦家庭，愛得更深，更濃。當然，我們也知道無論什麼樣的家庭都有自己的困難，這就是所謂家家都有一本難唸的經。這本經之所以難唸是因為是自己唸自己的，意思是說，如果夫婦兩人都各自持有自己的想法而不放，這個經（生活）是越“唸”越難。基督徒家庭有一本共同的經，有共同的祈禱。當家庭內出現問題的時候，你們知道如何的在同一本經（方法）內尋找答案。在這部經裡我們可以找到很好的榜樣，比如聖家。雖然在聖經裡有關聖家的記載不多，但是我們也看到了聖家裡面有時候也出現問題。他們是如何解決他們的問題呢？比如，當瑪利亞若瑟發現自己的兒子走丟了的時候，他們也是很著急。但是，瑪利亞和若瑟沒有互相抱怨指責，他們在同一的經書裡（信仰中）解決了他們的著急。這個方法就是要向自己看，不要向外面看，也就是首先要反省自己，並且思考一下這件事情的發生有什麼意義。我們知道在任何的一件事情中都有消極的和積極的兩面。如果，我們只有著急，發火或抱怨，就看不到事情積極的一面，也更看不到天主在這件事情上要讓我們學會什麼，那只能失去或失掉什麼。談到家庭一定不能不談孩子的成長。在聖家裡，小耶穌也是一個很重要的角色。你們的孩子們也是你們的希望，是天主藉著婚姻給你們的禮物。如果說他們是你們的希望，他們就要在一個安全的，健康的環境中長大。所謂，安全環境並不只是住在一個安全的一區或者安全的學校，還有一個安全的家。這個安全的家是由你們夫婦創建的。比如，當你們必須要吵架的時候能否等他們睡了或者不在的時候？因為，孩子看到你們吵架的時候是他們非常不

安全的時候，他們不知道要幫那一個說話，因為他們愛你們兩個。當他們幫不上忙的時候，看著你們吵架他們也很痛苦和不安，有些孩子甚至會想是不是自己不夠好導致你們吵架。如果一個基督徒家庭，你的信仰還達不到一定的程度來輔助你們的時候，最起碼要因著孩子你們也要找出一個理想的吵架方法。如果，重覆著早上吵架晚上祈禱的生活，孩子們會想祈禱的意義在哪兒呢？有一些孩子會為你們祈禱，但是，看出來了他們的心已經受到了影響，所以我們說，教育孩子最好的方式就是你們彼此之間的愛。如果孩子是你們的希望，你希望他們多讀書，多運動，吃健康的食物，成為一個愛天主的孩子，你們就不要在他們面前，甚至在大街上推著他們的時候老是抱著手機不放，遊戲不離手，你希望你的孩子做什麼，你們首先要做什麼，別小看他們，他們的模仿力是很強的，讓他們看到你們愛和祈禱的生活吧。

我們淺談基督化家庭不是僅僅夫婦兩個都是已受洗禮的人，或者是在教堂結婚的婚姻。基督徒家庭是經常在自己的家裡充滿著愛，以基督為中心的家，夫婦兩個和孩子們在一起不斷祈禱的家，以基督留給我們的這部書（聖經，祈禱）作為生活方向的家，是一個安全的健康的，認真面對問題而學習的家。真誠的祝愿每一個家庭都不忘初心，愛內始終，主恩滿滿。



家庭教會



Fr Jacob Wang

團體的“家庭福傳年”已經結束了，在過去的這一年當中，我們的家庭是否有什麼變化呢？這裡我所說的“家庭教會”並非大家所熟知的中國大陸所謂未在政府註冊的教會團體，而是在每一個家庭中教會的屬性。教宗聖若望保祿二世曾在《家庭團體》勸諭中指出“基督徒的家庭實乃教會共融的一種明確啟示和實現，因此，它應該被稱為家庭教會”（家庭21）。所以，教會也將每一個基督徒的家庭稱為小型的教會。

在整個的人類社會生活中，沒有健康的家庭，也就沒有健康的社會，當然也不會有健康的教會。所以在最近幾十年當中，因為家庭所面對的各種從外到內的衝擊，教會也更加強調家庭的神聖性和每一個人對家庭的責任與義務。尤其是前幾年的普世主教會議，基本都是以前家庭為主題，不少地方教會也都以前家庭為主題召開了很多會議，其目的都是為了努力說明大家建立一個充滿信、望、愛的家庭。雖然教會在為聖化家庭而不懈努力著，可是這個社會的不良習氣似乎並沒有減少對每個家庭的衝擊，甚至是在不斷地惡化。也正因為如此，聖化各自的家庭對每一位基督徒就顯得更加重要。不過如何聖化家庭，可能是大家都面對的問題。當然了，我們也無力列出一個有效的藥方來醫治家庭的問題，但我們可以從耶穌、瑪利亞和若瑟的聖家中去汲取力量。

耶穌、瑪利亞和若瑟是所有基督徒家庭的榜樣，正如我們常說的「家家有本難唸的經」，納匝肋的聖家也不能幸免。在耶穌尚未出生時，瑪利亞和若瑟就不得不在寒冷的冬天到白冷登記戶口，以致沒有為耶穌的出生找到一個像樣的地方（路2:1-7）。

在耶穌出生後，又不得不逃避黑落德的迫害，以致不能回家而逃往埃及（瑪2:13-16）。在耶穌十二歲時，也會面對親子關係的張力，以致彼此互相質問（路2:42-50）。所以聖家看上去既不是完美無缺的超凡家庭，也不是不懂人間疾苦的神聖典範。納匝肋的聖家之所以被奉為家庭的楷模，是因為他們的家庭雖然也面臨很多衝擊，但他們始終按天主的旨意來生活，不管在順境還是逆境中都選擇對天主的忠信，在喜樂還是痛苦當中勇於承擔自己的責任，在不解與默想中繼續成長。

基督徒要想度聖家一樣的聖化家庭，就必須從每天的家庭祈禱開始。家庭祈禱就是對天主打開家門，迎接天主的祝福，就是在每天的生活中尋求天主的旨意。在祈禱中，將整個家庭以及生活中遇到的所有事情都交給天主，請天主引導我們，幫助自己的家庭。先教宗聖若望保祿二世曾對家庭關係說過：一起祈禱，就會一起生活。現任教宗方濟各也說在家庭中我們要給耶穌騰出空間，因為：我們若在家中一起祈禱，耶穌就來到我們當中。所以家庭祈禱，是聖化家庭的首要方法，這也是體現家庭教會的傳統寶藏。

在教會屬靈的戰爭中，魔鬼常常利用現實家庭生活的問題來達成誘惑及摧毀教友信仰生活的目的。正因為很難跨越現實的家庭問題，以致使信仰的種子被窒息、乾枯，從而在為主作證時也會失去信心。我們常看到教會中不少的兄弟姊妹，其夫妻關係或勉強維持、或冷戰頻頻、或瀕臨破裂、或屢屢跌倒，使得這些兄弟姊妹們無法為主做美好的見證，也不能很好地成為天主所用的器皿，最後只有選擇在信仰的服事中趨於冷漠和逃避。

如果我們每個家庭都讓天主做自己家庭的主人，在家中一起祈禱，並和整個家庭一起到聖堂參與彌撒聖祭。那即使在生活中會遇到不同的風浪，我們也必會和聖家一樣，不會失去對天主的忠信。所以，為了聖化自己的家庭生活，讓我們每一個人都日復一日地以祈禱和愛聖化自己生活的每一天，從而去創造一個真正的基督徒家庭，讓自己的家庭成為一個真正的小型教會。



建立公教家庭經驗分享

Joseph and Mabel Chow

我和太太已領洗多年，育養兩個女兒。在這裏分享我們對公教家庭的看法及經驗。領洗的基督徒的生活應該聚焦在耶穌基督，以耶穌基督為我們的生活中心，以十誡及「真福八端」為生活的指引，並活出一個豐盛的生命。這就是耶穌來到世上的目的，為使我們活出一個豐盛的生命，一個更豐盛的生命。基督徒可以選擇一個有貢獻的獨身的生活或是婚姻的生活，建立一個幸福快樂的家庭，及培育出快樂的子女，使家庭成為一個「光榮天主，愛之地，福之園」

幸福的家庭是取決於夫婦兩人齊心一起履行在領受婚配聖事時向主的許諾：

「…無論環境順逆，疾病健康，貧賤富貴，我們也要彼此敬愛，持守忠貞。…使我們一生以基督的愛，那無止息、無間歇的愛，互相尊敬、愛慕、體諒及幫助。

…讓我們體驗到參與祢創造工程的美麗偉大；讓我們在子女身上看到，他們是我倆身心靈融合的結晶，也是我們與祢共有的愛情結晶。…」

一個溫馨、幸福的家庭，有賴於夫婦兩人是否有一個良好的關係，將自己成為一件禮物送給配偶，完全的委身。當子女看見爸爸愛媽媽，媽媽愛爸爸的情境時，他們便有安全感，知道自己是處身於一個「安樂窩」，他們便有一個健康及正常的成長。

家庭是「信仰」的搖籃。把信仰扎根於孩子的內心。讓孩子們掌握信仰。

嬰兒出生後盡快領洗，送孩子們到天主教讀書。及加入善會，使他們與其他的孩子在同一個信仰內成長。如果可以的話，星期日一家一起參與彌撒。

父母要作出一個榜樣。在女兒還是很小的時候，我倆都在工餘進修，及參加善會。所以她們也很努力讀書及參加善會。

在適當的時候與孩子們分享，關於我們的信仰如何在我們生命的困難時期幫助我們的故事，分享我們作出重要決定的時候，信仰如何塑造我們的決

策，使我們感到舒服。談談我們的信仰如何在每天幫助我們成長。

對孩子表達的關懷和愛護為我們的孩子提供了一個基礎，讓孩子們能夠接受天主的愛和他人的愛。每天我們都會幫助塑造孩子對祈禱和欽崇的態度。父母對孩子們的關愛準備他們，在聖體聖事和其他人中遇到耶穌。

如果可能的話，每年一家人一起去旅行，去那裏旅行是不重要，一家人可以商量作出決定。一家人二十四小時生活在一起，一定產生很多不同意見，爭辯、誤會、只要大家懷著同理心，坦誠溝通、包容、體諒及愛心，萬事都可以完滿解決。我們的大女兒，在她的女兒出生後，對我們說，她與丈夫都會好像我們一樣，與家人一起去旅行。與家人一起時進食時，是一個恩寵的時刻。家庭成員大家除了可以分享食物外，還可以分享生活中的「甜、酸、苦、辣」的大事、瑣事和感受。彼此互訴心中的喜與怒。大家可計畫做一點有意義的事。

孩子正在成長時，父母應與他們同行，不是要太嚴厲地管教他們，只是從旁協助和提醒他們甚麼是應該做，甚麼是不應該做，知道他們現在做的是甚麼事，知道他們所認識的朋友是益友或是損友。

鼓勵、陪養、及支持子女多方面的興趣，使他們在求學時期，不會胡思亂想，尤其是在這個資訊泛濫的電腦時代，我們的周遭都充滿著誘惑。

聖家是基督徒家庭的典範。聖家三位成員都是非常值得我們做效的。

瑪利亞在領報後，以極度簡單生活去承行主的旨意，遇到有不明白的地方時，把一切默全心中，反覆思念，領聽天主的旨意。聖經記載，瑪利亞時時都在事發現場與耶穌在一起：在天主面前，在懷孕時（與耶穌心連心），在耶穌成長時、在若瑟身旁；在耶穌在世的生活時候，她的心神與耶穌連結起在一起，沒有一刻離開耶穌身邊；相信在耶穌公開傳教的期間，她時常陪伴耶穌。經常與



婦女們和耶穌一起，料理耶穌的起居飲食、陪伴耶穌受審判、陪耶穌走十字架的苦路、在耶穌十字架旁、耶穌復活後顯現，耶穌升天，聖母都是在耶穌左右。

聖母從納匝肋往艾殷卡陵探望懷孕的表姊依撒伯爾時，相信有其他人同她一起去。但是，畢竟在那個時候，是一個很遙遠的路程，還要經過曠野危險的地方。在加里肋亞加納婚宴中，酒缺了，藉聖母的轉求，耶穌把水變成了酒，而且是豐盛的好酒。以上的事例，充份表現出聖母對人的關懷與愛心及憐憫之心。

聖若瑟承行天主的旨意，迎娶瑪利亞這位未婚而因聖神受孕女子為妻，帶領聖家逃離往埃及，與聖母一起管教耶穌及在離世前，時時陪伴耶穌。耶穌十二歲時在聖殿講道，以至與父母失散，家中三個人都有責任，大家沒有交代清楚。耶穌是要做天父要他做的事情，但聖母和聖若瑟不明白，但聖母把一切默存心中，反覆思念，等待天主的啟示。一家人在共融的環境下，完滿解決這件事。耶穌與聖母和聖若瑟一同返回納匝肋，受他們的管教。

耶穌在山園祈禱時說：「父啊！你如果願意，請給我免去這杯罷！但不要隨我的意願，惟照你的意願成就罷！」路22：42。耶穌聽父命為我們死在十字架上，是極大的愛情的表現。

殷切祈求每一個家庭都是一個「聖家」：過著溫馨、和諧、共融、彼此相愛和承行天主旨意的生活。時時事事感謝，並以天主及聖言為中心。



聖家 三聖之家



招修女

2019年前半年的牧靈通訊，路神父設定了它的主題為「聖家」。我想在一年之始，路神父是希望我們團體中的家庭，都以耶穌，瑪利亞和若瑟為模範：作子女的，在思言行為上，盡量去效法耶穌，尊敬義父聖若瑟，在家庭決策上，一切遵從聖若瑟的命令。在家庭內務方面，聖母瑪利亞是主婦，她決定小家庭內各人生活的需要，所以聖若瑟和小耶穌，一定會接納聖母愛心的安排。

或者我們也許會有疑問？其實一般父母，無論事情大小，事事處處都以家中各人的益處為先。但在實際生活上，當父母以為找到最好的決定時，卻未必符合子女的心意。那麼在耶穌，瑪利亞和若瑟的聖家內，是否也有這樣的情況出現呢？

現在讓我們來看看路加福音第二章41-52 耶穌初次顯示天主性的情況吧：《…過完了節日，他們回去的時候，孩童耶穌卻留在耶路撒冷，他的父母並未發覺……過了三天，才在聖殿裡找到了他。他正坐在經師中，聆聽他們，也詢問他們……。他們一看見他，便大為驚異。他的母親就向他說：“孩子，為什麼你這樣對待我們？看，你的父親和我，一直痛苦的找你。”耶穌對他們說：“你們為什麼尋找我？你們不知道我必須在我父親那裏嗎？”但是他們不明白他對他們所說的話。他就同他們下去……他的母親把這一切默存心中。耶穌在智慧和身量上，並在天主和人前的恩愛上，漸漸地增長。

從這段福音中，我們或者感到詫異？為什麼孩童耶穌不事先向父母說他要留下來三天向群眾講道呢？福音說，聖母把這一切默存心中。如果身為聖子的孩童耶穌，事前沒有問準父母，事後也沒有清楚解釋，那麼我們在人世間的父母子女，或許不一定事事明確吧？人是奇妙的動物，或許在我們之間保留一些未知之數吧？

真光引路： 一個天主教家庭的福路分享



Simon Chou

我從小在無宗教信仰的家庭出生及成長，小時候，我從沒有想過天主的存在；而我太太Cyreny，雖然是在嬰孩時已受洗，但是她在成長的過程中，也曾對宗教有過迷惘的時候，慶幸天主對我們不離不棄，把我們兩人拉在一起，並在結婚前給了我機會認識了天主、接受洗禮，跟著下來的時間，因為一個又一個奇蹟的出現，使我們一家人覺得更受天主的寵愛，令我們更加依賴天主。

這些年來，由我和太太及女兒Sarina組成的三人家庭，在天主的寵愛下不斷地「成長」起來。其實，在我和太太剛結婚的初期，可以說我們只是生活在一個「脆弱」的天主教家庭裏：那時候的我剛完成了一個短短的慕道班，對天主教、天主的道理，又有多少認識呢？我只是每個星期日和太太去主日彌撒；又因為我太太常常說，她什麼流行曲都不會唱，唯獨只會唱聖詩，所以，從那時候又開始加入了聖安多尼堂的聖則濟利亞聖詠團，在那裏我有更多機會和我的代父Joseph Wong交往，亦可以說正正是Joseph的一家人，我們才見識到一個天主教家庭原來是可以這樣熱愛天主，身體力行、不遺餘力地幫助別人。請相信我，在此期間我們遇到了一個又一個神奇的經歷：每當我們迷惘時，天主就在聖堂內，派遣不同的教友使者來幫我們，給我們提點：從育兒資訊，怎樣去找小學，以至我們決定移居來澳洲……等等，我們會見到同一的聖言多次出現在我們或在教友分享的內容中，正正是我們心中充滿矛盾的心結等等。使我們不能不信服天主的道理，從天主的教育中，我們得到了智慧和有了明顯的方向。

我和太太都是天主教徒，女兒順理成章也跟我們一樣，受洗了！女兒日漸長大，我們想她加入主日學，更親近天主、早些學天主的道理。而作為父母，更要為她作好榜樣，所以我們也去主日學當導師，在邊學邊教的情況下去學天主的道理，

這樣就當導師幾年了。如果你問我為了什麼和教友們那麼親近？我只能老實地答你：在和聖詠團及主日學的教友交往中，我們遇見了一個又一個的天主教家庭令人羨慕的面貌：敬主愛人，盡心盡力地去幫助別人，他們的小朋友聰明伶俐，這些年來見證他們日漸長大，每個都是可造之才，我們想近距離地跟他們學習。

在去年離開了生活多年的香港，移居到悉尼，在此過程中，天主的神妙莫測更加多的顯現在我們面前：還記得2017年，我和太太真是想到頭昏腦脹，不斷反覆地問自己，我們應該移民嗎？所有「人的」分析，都是不應該離開香港去無親無故的地方去做異鄉人，但我和太太把這件「大事」完全交托給天主，那時瑪竇福音6:24-34在一個月內在我們眼中出現了十次之多……天主給我們的啟示是：「你們不要為明天憂慮，因為明天有明天的憂慮：一天的苦足夠一天受的了。」既然天主再三給我們信心叫我們不要為將來而擔憂，我和太太便鼓起了勇氣，跟隨了天主的旨意來到了悉尼；而現在的全部悉尼朋友，都是因為聖堂的緣故而結緣的，很多教友對我們的熱情幫助，令我們心中很溫暖。一直以來，最令我們擔憂的是女兒的學業，她五年級剛完成了，在這一年裏，眼見女兒在天主教學校內充滿信心地日漸成長，我們的歡樂，除了我兩夫妻之外，我相信天主就最清楚了；還有，我和太太在教友的聚會中，學會了舌音祈禱，我們深信祈禱的力量，我們在祈禱的過程中，心靈的舒暢，真是難以言喻，相信天主比我們更加清楚。

聖若瑟及瑪利亞的家庭都有他們複雜和困難的地方，他們有著強大的信念、深信天主及完全交托自己的一切給天主，耶穌在這個聖家之內茁壯成長。如果有人問我理想是什麼？我只想講一聲：我希望我的家庭也能像他們一樣，在主的光照下一路成長。信主的人是有福的，我們深信天主教家庭更是有福的。

將臨期靈修活動

天主教的靈修與情緒管理



Candy Lui

今年將臨期，團體邀請了講者 Mr John Poon 為我們預備將臨期的靈修活動。主題是「天主教的靈修與情緒管理」。Mr John Poon 是一名澳洲註冊私人執業心理學家。他為不同教區和修道團體舉辦培訓和退省。他結合循証心理治療和天主教靈修，盼能為人促進身體、精神和心靈上的平衡。

在今次的活動當中，我了解到我們的情緒會影響我們信仰生活和我們同天主的關係！我們要多認識自己，多反思自己的生命，在祈禱當中祈求聖神幫助我們改變，這樣我們會更接近天主。

當日 John Poon 提出很多給我們反思的問題，有些是認識自己的、有些是關於自己的信仰、有些是與天主的關係。

以下是其中一些值得思考的問題，這些問題對我是很好的提醒和更新。

1. 自己的優點和缺點？父母的優點和缺點
 2. 有什麼缺點是很難去改善？
 3. 有什麼事你不能不做或有什麼物件你不能沒有？這可能是依戀
 4. 有什麼人和事我會愛大過愛天主？
 5. 什麼是我生命的優次？
 6. 朝拜天主是我生活中一個優先的事項嗎？
 7. 有沒有尊重、善用和愛惜天主賜與我的？
- 當要思考自己的優點和缺點時，很是困難，不知

是對自己認識太少還是自己優點太少或自己自信太少！我相信這個思考有助我認識自己和自己的父母，改善我和父母之間的關係。

要改掉缺點，我相信是很難；但改善缺點，可能是有希望的！從這方向幫助自己去看看怎樣改善自己的缺點，這可是我新一年的願望！

我有什麼事或物會依戀呢？有時我也是一個工作狂，會掛住工作，忘記身旁的人。或有一天忘記了帶手提電話出門，我會好像不能生存那樣？！如果我們依戀一些事物，就會沒有自由，不能愛、不能喜悅。

什麼是我生命的優次？天主經常也不是在我生命中最優先的… 真的，有很多值得反省和提醒自己的事。

另外，John 問我們當中有誰沒有經驗過天主？我們是基督徒，在我們生命中一定曾經經驗過天主。如果我們同天主近的時候，我們就會經驗到天主。John 給了我們一個例子：如果我們與家人或好朋友好熟的時候，他們的一個手勢或一個動作，我們就已經知道他們的所需。如果我們認識天主與他接近，我們就會時時經驗到他的臨在。今次將臨期的靈修活動，沒有太多靜的時間，但當我回家之後，回顧一下其中一些道理… 也可以幫助我預備自己的心靈去迎接基督耶穌的來臨！將臨期是教會新一年的開始，新一年的願望：願大家在信仰生活上都有進步。主佑！



你的母親不是在這裡嗎？ 你還有什麼別的要求？

Joseph and Mabel Chow

The elegant interior of Holy Family church, Mexico City

感謝慈愛的天父賜予我們夫婦倆人又一次參加朝聖的機會。在這裏和大家分享這次朝聖的經驗。當與朋友茶聚時，知道在十一月中香港有朝聖團往瓜達盧佩聖母朝聖。我們的團體有幾位教友已報名參加。神師是鮑致謙神父 Rev BOUAMBE Flavien Ulrich 和范錦棠神父。朝聖的日子剛好是太太完成「婚姻及家庭」治療課程及她的姊姊回港渡假的時間。一方面可以朝聖，另一方面與家人團聚（因為我亦有家人在香港）。所以我們便馬上參團。

我們已到過露德、花地瑪及佘山聖母朝聖。這次朝聖，主要是去瓜達盧佩聖母朝聖地，亦有到其他墨西哥各城市的主教座堂和有記念性的聖堂參觀及祈禱，如聖家堂(Holy Family Church)、墨西哥城都主教座堂(Mexico City Metropolitan Cathedral)、聖地亞哥聖堂(Church of Santiago、Tlatelolco)、第五次顯現堂(Church of the Fifth Apparition)、奧科特蘭聖母大殿(Basilica of Our Lady of Ocotlan)、聖彌額爾總領天使堂(Church of San Miguel del Milagro)、普埃布拉聖方濟各堂(Church of St Francis Acatepec)、普埃布拉聖母堂(Church of Santa Maria Tonanzintla)、普埃布拉主教座堂(Puebla Cathedral)、聖道明教堂(St Domingo Church)、阿度力高耶穌朝聖地(Sanctuary of Jesus Atotonilco)、聖彌額爾天使堂(San Miguel Archangel Parish)、瓜納華托主教座堂(Guanajuato Cathedral)、聖十字修院教堂(Church & Convent of Santa Cruz)，及聖若翰洗者堂(St John the Baptist Church, Coyoacan) 等教堂。

我們朝聖的目的是尋求天主及與天主建立一個更親密的關係。我們把日常的繁瑣事務及繁忙的工作暫時放在一邊，空虛自己，專注於朝聖。在我們的朝聖之旅中一直在聆聽他的信息。在我們決定參團時已開始在內心朝聖，閱讀聖經記載有關聖母的章節，及默想團友傳來有關瓜達露佩聖母的視頻。所以對瓜達露佩聖母有所認識。

在朝聖之旅中，我們藉着每日的彌撒、祈禱和默

想的時候，聆聽主的信息，並祈求在生活中與他人保持良好的關係，了解他們的需求並在我們的能力範圍內幫助他們。

我們希望藉朝聖，並透過經驗聖母，使我們得到一些宗教經驗，及感受到天主的愛。將一切放下，檢視我們的過去，將個人的不如意及煩腦的事交托給聖母，祈求聖母為我們轉禱，使我們賴聖神的德能，能夠做到天主要我們做的事。

從互聯網上，朝聖團小冊子所供給有關瓜達盧佩聖母的資料和朋友傳來有關瓜達盧佩聖母的視頻，搜集到一些資料，經確認後，在下面概述有關瓜達盧佩聖母的事蹟。

在1531年，12月9日聖母於現時的墨西哥城台培亞山(Tepeyac)，四天內五次顯現給當時57歲，已皈依天主的卑微貧窮印第安農民——聖若望·田亞果(St.Juan Diego)和他年老患病的叔父若望潘納地諾(Juan Bernardino)並治癒了他。聖母希望聖若望去替她給主教傳話，請求主教在台培亞山上為她建造一座聖堂，使聖母能在這裏廣賜她的愛、她的仁慈，憐惜保護和救助。但主教需要聖若望帶一個天上母后的記號和憑據，然後才會相信他。聖母要求聖若望去山頂採摘花朵，當時不是開花季度，但他在山頂上看到很多鮮艷奪目的玫瑰花。聖母整理玫瑰花放回聖若望的斗篷裡，並叮囑聖若望，是聖母派他去見主教的。當聖若望打開斗篷，美麗奪目的玫瑰花散落在主教面前。主教再看到斗篷上出現了腳踏石蛇頭的童貞聖母的肖像，主教和侍從即跪下。聖母親自告訴了聖若望·田亞果，她自己的名字——瓜達盧佩(Guadalupe)。

斗篷上聖母肖像，稱為「踏破石蛇頭的至聖童貞瑪利亞。」「踏破石蛇頭」印第安語音近似西班牙語音「瓜達盧佩 Guadalupe」這肖像被稱為「瓜達盧佩的至聖童貞瑪利亞」。

小聖堂在兩個星期內完成，聖母肖像搬至新落成的小聖堂裡。

瓜達盧佩聖母的肖像充滿了印地安人熟悉的象徵和含義。所以當他們看到這肖像時，就馬上皈依

天主，從而棄絕了對邪神的崇拜。在數年間整個美洲便有九百萬人，接受領洗成為基督徒，從活人祭獻的恐懼中釋放出來，拯救了無數的生命和帶來新的希望；再者，瓜達盧佩聖母以懷孕的天主之母形象顯現，耶穌基督則透過瓜達盧佩聖母的孕育顯現，強調維護生命的重要。所以世界各地的維護生命運動，以瓜達盧佩聖母作為維護生命主保。在福傳方面聖母是我們的好榜樣。教宗聖若望保祿二世於1999年，世界主教會議後，宗座勸諭「教會在美國中」，封瓜達盧佩聖母為新時代福傳之星。在不同年代的教宗，分別頒佈「瓜達盧佩聖母」為美洲，墨西哥國家、菲律賓為「國家主保」。

這個聖母肖像直至到現在仍然毫無損壞，掛在瓜達盧佩聖母大殿祭台後面給人供奉。在大殿內每一個角落都能看到聖母肖像，無論在大殿內參與彌撒與否，亦可以在祭台後面走上那條巧妙設計的自動人行道供奉這個肖像。在瓜達盧佩聖母朝聖地，我們參觀下列的地方。

顯現小堂 - 聖母顯現的小山丘上的塞里小堂 (Chapel of Cerrito), 建於 1666 年，現時所見的小堂重建於 1740 年。

舊聖殿 - 基督君王大殿 (Christ the King Basilica) 屬於巴洛克式的建築，建於 1695 至 1709 年，外觀雖有明顯和嚴重的傾斜現，但據說還很安全。

新聖殿 - 瓜達盧佩聖母大殿 (Basilica of Our Lady of Guadalupe)，佔地最廣，圓弦形有尖塔，最高高度 42 米，外穹頂直徑 100 米，形狀像墨西哥傳統大草帽般，是現代化建築物，在舊聖殿旁邊興建；1974 年開始建築，1976 年 12 月 12 日，瓜達盧佩聖母瞻禮正式祝聖和啟用。聖殿有 10,000 座位，增加臨時座位後，可容納 40,000 人參加彌撒。聖詠團位於祭台和教堂之間，表明它也是信徒群體的一部分。差不多每小時都有彌撒進行，樓上有 9 個小教堂。我們在其中一個小教堂舉行中文彌撒(共兩次)，雖然大家用不同語言舉行彌撒，但大家都是在一個共融和合一的氣氛下，欽崇同一個天主。每年有超過二千萬人次往瓜達盧佩聖母大殿朝聖，是世界上朝聖最多人次的地方。

聖母的助佑及轉求至為重要。若望福音 2:1-12 中有記載，在加納婚宴中，酒缺了，瑪利亞動了憐憫的心，向耶穌說：「他們沒有酒了。」耶穌回答說：「女人，這於我和你有什麼關係？我的時刻尚未來到。」他的母親給僕役說：「他無論吩咐你們什麼，你們就作什麼。」

耶穌把水變了酒，司席說是「好酒」，「好酒」及「充裕的好酒」象徵「豐富」的生命。所以我們要好好聽從耶穌所吩咐的，便會活出一個豐盛的生命，一個更豐盛的生命。所以聖母的轉禱是很起作用的。

若望福音 19:25-27 中有記載，在十字架旁，耶穌對

母親說：「女人，看，你的兒子！」又對那門徒說：「看，你的母親！」耶穌已將若望委託給他的母親。我們就像若望，耶穌的門徒一樣，因此託付給瑪利亞。

聖母顯現給若望田亞果時，對他說：「我，你的母親不是在這裡嗎？難道我不是在保護你嗎？不是你喜樂的理由？我把你抱在我的懷中，坐在我的膝蓋上，你還有什麼別的要求？」這話亦是對我們說的，聖母也是我們的母親，所以我們應該把煩惱或擔心的事，盡自己所能處理後，便把一切交托給聖母為我們轉禱。因為有那個母親會拒絕為有需要的孩子祈禱呢？所以我們要多誦念玫瑰經，默想耶穌的奧蹟，並能效法其中的含意，獲得其中的許諾。亦誦念及默想「向瓜達盧佩聖母誦」：

籲至聖童貞，瓜達盧佩聖母，請您憶記，在台培亞山顯現時，您曾許下，對那些置身痛苦困境中，投奔您、敬愛您、依靠您和懇求您救援的人們，要特別向他們顯示您的慈愛和憐憫。您也曾許下，俯聽我們的祈求，擦乾我們的眼淚，賜給我們安慰和救援。從來沒有聽過，有人投奔到您台前，為了日常生活的需要，或為了個人特殊的焦慮，懇求您援助，而遭到您拒絕的。

籲瑪利亞，天主之母，雖然我們滿身罪惡，但我們懷著無比的信心，投奔到您台前，懇求您仁慈地實現您的諾言。在你的庇蔭下，任何事物，都不會使我們感到困惑或焦慮。我們也不怕任何的疾病、厄運和其它一切的煩惱。您願意您慈愛的肖像，常與我們同在。您是我們的母親，我們的救援，我們的生命。在艱難困苦中，我們投奔到您台前，在您的庇蔭之下，我們再不會有任何的需要。

籲至聖童貞，天主之母，請您不要拒絕我們的祈求，而是以您無限的慈愛，俯聽垂允我們。阿孟。



夫婦懇談會

Married Couples Sharing (MCS) Group

今年牧靈團體的牧靈計劃是「家庭福傳年」，這與教宗方濟各在2018年4月9日所頒布的「愛的喜樂」宗座勸諭有着密切的關係。而教宗方濟各在1月29日聖座聖輪法院開啟新的司法年度之際，向該法院全體人員重申婚姻聖事的兩大支柱：專一和忠貞。教宗亦指出，教會有很多方法來提供「持續又長久的牧靈關懷，維護婚姻和家庭的益處」。這些方法包括：「親近天主聖言，特別是透過聖言誦禱；要理課程；聖事慶典，特別是感恩祭；夫妻懇談會和靈修指導；以及家庭團體與愛德服務。」

我們的牧靈團體亦在幾年前成立了夫婦懇談會，以下有7對的夫婦為我們分享：

Eddie Ho

在家庭福傳年中淺談夫婦懇談會

夫婦懇談會成立的由來

一個家庭的和洽與否，很多時是繫於夫婦的關係。正所謂「家和萬事興，家衰口不停」。夫妻關係的不和睦是做成家庭決裂的潛在危機。而近年來教堂內亦有些夫婦先後離異。有鑒於此，招群英修女在幾年前就邀請了五對有志的夫婦來開辦夫婦懇談聚會。目的是藉著這一群人的學習和互相支持，以達到鞏固夫婦懇談聚會成員的家庭為先，再進而幫助有緊張夫婦關係的家庭。筆者在此要澄清一下，夫婦懇談會的目的不是修補已破碎的家庭，而是防範未然，給有或沒有緊張夫婦關係的家庭一個面對困難和嘗試和解的平台。因為在夫婦懇談會的成員中沒有一個是有這方面經驗的，我們最初都是在摸索當中。之後請來方濟會的Mario神父幫忙，每月聚會一次，學習一些促進夫婦關係的技巧。經過一年多的相聚，夫婦懇談會的成員熟絡了很多。可以開心見誠地在聚會中公開講出每一對夫婦所面對的難題。從而獲得互相支持和砥礪。筆者認為開心見誠的環境和團體的支持，是改善夫婦關係成功的基本要素。



而成員間能作出互相保密亦是成員可以盡吐心中情的關鍵。

在機緣巧合之下，招修女遇到一位從香港來探親的女士。而這位女士剛好是在香港推動Alpha婚姻輔導的啟發課程。她就將這個課程介紹給招修女。我們夫婦懇談會引進了這個課程，並沿用至今。課程是以八堂為一個單元。開頭的七堂，每一堂都有一個主題。而每一堂都會觀看關於當日主題的數段短片。在觀看完每段短片後，每一對夫婦都會按作業簿的指引，分房作深入一點的傾談，最後一起共進晚餐。在晚餐當中，我們有大組作自願性的分享。在第八堂我們一同慶祝結業並邀請親友來觀禮。在第八堂中我們一部份的新舊會員會作出見證。目的是向親友們推介課程。好讓他們能認識並參加下一屆的課程。我們已先後舉辦了五屆的婚姻輔導課程，共有有十多對夫婦參加。亦幫助一些夫婦大大改善了他們的關係。

夫婦懇談會學習聖家

聖經上沒有記錄聖家的生活細節，我們只可以推想一下聖家一定是在互相尊重和開心見誠的環境下生活。耶穌亦會很尊重聖若瑟與聖母的。一個實例是加納婚宴的聖經故事。耶穌和聖母都被邀參加婚宴。新郎的家再沒有酒供應給賓客，聖母便請耶穌幫新郎解困。耶穌雖然在口頭上沒有答應幫忙，但他以行動來回應聖母的請求。從我們的經驗中，在公開的場合中，對配偶的尊重是很重要的。正所謂「人要面，樹要皮」。我們亦可猜想，聖若瑟與聖母間一定有很好的溝通和有相量的。在作出一切決定前都會一同向天父祈禱的。所以夫婦懇談會亦鼓勵各位會員養成一家人一同祈禱的習慣。因為Patrick Peyton有一名言：「一同祈禱的家庭是一個長存不散的家庭。」(The family that prays together stays together.)

夫婦懇談會促進公教家庭的成長

夫婦懇談會特別鼓勵“關心配偶”。在學習關心配偶時，我們亦可以推廣到關心家中的老幼。在教會內表達關心配偶的行動莫如在睡前給配偶一個祝福。有子女的亦可給子女祝福。這是加強公教家庭團結的途徑。當子女年少時，最好能在他們睡前給他們講解聖經故事。這是給他們灌輸信仰的好機會。如有可能的話，家長亦應參加或主持家庭讀經活動。否則當子女們長大後，他們都是一群沒有受過教理傳授的掛名基督徒。

因為家庭是教會最基本的單位，有健全的家庭才有健全的教會。所以鞏固家庭是鞏固教會的不二法門。參加夫婦懇談會只是踏出鞏固家庭的第一步。願每一對夫婦都能出一分力來維護家庭。

Sam Li

美滿婚姻的感受

剛踏入2019的夏天感到非常炎熱，氣溫和環境不停地改變，而現實生活中也改變很多。

回想我們的婚姻生活也有起落，在漫長的歲月中和太太相處多年，為家庭，兒子，生活和工作等等。當然常常會有不同意見，當太太心情差的時候，說話語氣也比較重而引發兩人經常冷戰鬭，令雙方感到非常難受，可幸天主的愛全在我倆中，所以這些困難日子也能安然度過。

在2015年正是我們的結婚三十週年，正當我們在迷失的道路上，但卻不太清楚是什麼狀況時感覺在婚姻生活中感受到彼此被忽略，和不認同對方的思維但卻不太清楚，是否存在着問題。

在天主帶領下，從招修女及教會弟兄姊妹推介下，我倆參加了怎樣有更好美滿婚姻課程，從中我倆獲益良多，其中有些實例是夫妻之間常會發生的，我倆學習到一些技巧，懂得放下自我，釋懷，並尊重對方。

感恩得到天主祝福，在風雨飄搖的婚姻路上，我倆再也不用担心和害怕。因為我們並懂得及欣賞對方，令家庭氣氛更和諧穩定。在往後的生活中，生命長短並不重要，只要愛在當下，珍惜及保護這段得來不易的婚姻。我衷心希望能夠和所愛的人攜手一起度過餘輝，並充滿溫暖的晚霞。

在這課程中，我們更結識了一些風雨同路的夫婦。更明白每個家庭也會遇到各種不同的問題要面對及克服，所以在招修女和他們的支持下，一點也不感到困難，孤單無助。相信明天更是充滿陽光燦爛和希望！

衷心感謝天主！

William Cheung

父慈子孝來自溫馨的家

「治國必先齊其家」，是我國一句至理名言，其意思是說治理國家，必須從處理家庭開始，因為連自己家裏的人都不能薰陶，而想把別人改變，這是不可能的事。而治家必須從「律己」做起。只有自己行得正，才能做到家「正」，從而才能使國家興盛，由此可見「家」的重要性。

父母是兒女們的第一位老師，當兒女們出生後，父母的責任便無形中加重了，父母自動要成為子女的教師、聆聽者、輔導者和支持者。每一個人都有自己的一個家，無論家庭是幸福、破碎或是單親的家庭，都有一個共通的問題，就是人性的錯失，帶來彼此的譴責，做成家庭不和，引起嚴重的後果。夫婦兩人之間的問題，直接或間接對整個家庭影響很大，除了破壞夫婦兩人的關係之外，更嚴重的會傷害到兒女的心靈，影響到他們的成長。且看今天的兒女們，他們大部份都比上一代幸福，所受的教育也比上一代多，但最可惜的是，他們當中有很多輕視自己的父母！

有不少父母認為教育子女是一個大難題，他們埋怨子女使他們不自由，不能夠做自己喜歡的事，這種想法實在是自私和沒有愛心。看見如此的家庭，我們除了為他們的子女難過之外，也為整個家庭擔心。父母通常都愛護和關心自己的子女，願意培育他們，管教他們，但在一切之前，父母一定要身體力行，他們首先要成為子女的模範。例如一個公教家庭，若父母自己不去教堂、不祈禱、不看聖經，試問又怎能在信仰上給孩子一個好的榜樣呢？現今的父母們多注重孩子學業上的成長，而疏忽了信仰上的教導。

天主是愛，祂將祂的獨生子耶穌賜給了我們，耶穌死在十字架上為世人贖罪，這是至高、至大的愛情，所以一切愛和美善都源於天主。聖若瑟、聖母和耶穌組成的聖家，時常能分辨及承行天主的意思，這是很重要的，是我們基督徒應向聖家學習的地方，好使我們為天主做得更好、更多及更完美，成為一個有動力的基督徒家庭。

夫婦懇談會希望以聖家為榜樣，在天主的愛和引領之下，能夠勇敢面對各式各樣的困難、疾病、和一切的痛苦。它的課程着重培育夫婦二人之間良好的關係，使家庭成為一個美好的環境去教育及培養子女。也希望透過其他活動，夫婦去互相聆聽、分享和支持，使家庭得到和諧，令每個家庭成員都能一個完美的環境下生活。公教家庭要以耶穌基督為核心。教徒要效法聖家，要從人性和屬靈兩方面去實踐，才能享受天主賜給我們的喜樂和平安。

Winsome Leung

建立公教家庭

記得路神父在「聖家節」主日彌撒的講道中，曾指出要建立一個家庭，夫妻關係是重要的一環。因為「好」的夫妻關係，容易建立一個和諧的家庭，時常吵鬧或疏離的夫妻關係，會導致家庭不和睦和疏離。這使我聯想起在夫婦懇談會的「美滿婚姻」課程中，有一課提及「原生家庭」（意指未結婚時與父母家人同住），對婚姻和孩子培育的影響。例如：我妹夫的母親有一個習慣，從外地旅行回家時，把所有旅行用的毛巾清潔一下，才把它們推進屋內。現在我的妹夫也有這個習慣，這是原生家庭簡接或直接影響子女的日後成長的一個例子。

我明白了這個道理後，在培育兩個兒子的信仰時，我倆夫妻便以身體力行，堅持每個星期一家人一起參與主日彌撒，持之以恆。我倆希望兒子長大後，信仰得以保存。現在兒子已投入社會工作，偶然因事不能到亞洲中心望彌撒，但也會去附近的教堂參與主日彌撒。

除了一家人一起參與主日感恩祭外，我時常提醒兒子要常懷感恩的心，常感謝天主的賜與和回應天主的聖寵。鼓勵他們服務教會，作為感謝和回應天主的恩典。我感恩兩個兒子從初中到現在，仍願意當輔祭為耶穌基督，為教會出一分力。記得前些時小兒子 Boris 連續數星期當輔祭，我打趣地問他：「介意嗎？」，他回答：「沒所謂，幫耶穌基督是應該的，是開心的。」

我記得耶穌教導門徒：「聽天主的話而實行的人，才是有福的。」這句話也是我家信仰的座右銘。我家有一個習慣，當有某些事發生，無論是好或壞事，我們一家人會坐在一起祈禱，在終結祈禱時，會告訴天主「一切以祢的聖意為主，無論祢怎樣安排，我們都願意聽從。」所以我們全家人對得失比較看輕，一切以天主聖意為先，從來沒有抱怨天主的安排，全心全意信賴祂，因為我們明白分辨及承行天主的意思才是重要的！

Fred Chan

夫婦懇談會

我和太太是在一個偶然的機會中收到招修女的邀請，參加了夫婦懇談會，沒想到參加過後，覺得受益匪淺，而且十分感動，因此要向大家推介。

我們在參加了夫婦懇談會後，才深深地體會到這是一個為夫妻關係加油、保養的最有意義的活動！「夫婦懇談會是為幫助夫婦的成長，不是為解決問題。」它不能算是團體內的一個善會，但是夫婦懇談會的成員不只是在同一個屋簷下一起

祈禱、吃飯的一群，而是一群許諾定期聚會、一群重視婚姻、一群重視自我成長的夫婦們所組成的。夫婦懇談會提供了一個良性溝通的美好環境及機會：藉著聆聽、分享夫婦之間的真實生活中，也讓來參加的夫婦們有機會去審視自己的感受及需要，回顧自己婚姻生活中的一些切身的問題；同時與另一半作一番深度的溝通；或使一些在婚姻中有挫折感的夫妻們能打開心結，消除一些誤會，並提供大家一個彼此開放的機會，使原本關係良好的配偶們更加親密，使他們的婚姻關係更上層樓。除了這些好處以外，我們還可以學習到如何與配偶交談，如何接納自己的另一半。我們特別喜歡這個活動的特點，就是它以正面和積極的方式，去鼓勵夫婦們彼此分享，表達自己的感受，學習如何去傾聽對方的心聲，同時亦學習交談的技巧，以及用正面的態度去面對婚姻中的挑戰，從中我們亦瞭解，有些問題是無法解決的。

（不是有智者說過「家不是講理的地方」嗎！），但是如果我們能用瞭解與接納的態度去正視那些問題，就可以一起去克服困難。

夫婦懇談會已在過去五年舉辦了五屆[美滿婚姻課程]，其主要目的，是讓參加的夫婦有機會學習一些相互溝通的技巧，同時也給每對夫婦一些時間，檢視他們兩人之間的關係，以及天主在他們家庭中的重要性。

由於參加過[美滿婚姻課程]以後身受其益的感動，我們也加入了義工的行列；前來服務的義工夫婦個個都全心投入，無私的讓每一對來參加的夫婦都能有最圓滿的收穫，誠摯的將他們的婚姻及家庭生活中的喜樂與挑戰與大家做深度的分享。當我們與其他義工及這個團體有更多的接觸後，發現大家因為有著共同的目標——幫助自己及別人的婚姻及家庭生活能更美好；又能坦然地分享生命中真實的經驗，我們有時甚至一起哭，也一起笑！由此就無形中建立起深厚的友誼，也拉近了彼此間的距離，這麼多年下來，大家都成了很好的朋友！

參加[夫婦懇談會]及[美滿婚姻課程]，不單是幸福婚姻的催化劑，我認為除了對婚姻生活有幫助外，那些溝通技巧也可以運用在親子教育上，促使家庭更加和睦。藉此機會，我誠切鼓勵我們的好友及其已婚的子女們，把握機會來參加[夫婦懇談會]。

Wey Hua Yeh

夫婦懇談會

夫婦懇談會是我們教會一個非常年輕的團體，大約有7, 8年的歷史。招修女有鑒於教會中許多夫妻需要在婚姻關係獲得更多助益，成立了這個團體。從最初組成的五對夫婦，到如今的十六對。

大家一起扶持至今，在兩人關係上，在生活上有顯著的成長。

本會每年舉辦一期美滿婚姻課程，為的是協助夫妻促進彼此的感情，在人生道路上能有更美好更恩愛的生活。另外還有每年固定的團體活動，來分享每對夫妻在生活中的心得與技巧，以增進對婚姻關係的認識和共同生活的樂趣。

我個人在參加這個團體後，得益匪淺。在這7，8年裡，從課程中得到啟發，從分享中瞭解方向，從不斷的學習中，摸索到一些共同生活的秘訣，那就是我必須常常記得尊重我的太太（其實對所有人都必須尊重，只是尊重別人是比尊重配偶容易得多），不計較，不輕易隨便發言，不主動提供太多意見，不隨便採取行動，要顧全大局。這樣對自己，對太太，會有更冷靜，更深入的瞭解。我學會了要改變，要嘗試，和調整自己的言行。這都是感恩天主賜給的智慧，又通過招修女和夫婦懇談會啟示。

我相信，如果夫妻恩恩愛愛，輕聲細語，彼此尊重，對公教家庭的成長，必有莫大的幫助，因為一個家庭的根基是夫妻，只要夫妻恩愛，一切都好辦。感謝天主賜給人類寶貴的智慧。通過智慧，就能不斷地學習，改變，調整，和堅持進步。

回顧這些年來，在婚姻的啟示下，努力處理好自己的心態，調整自己的語氣與行為，以獲得更好的夫妻關係和家庭的成長。效果似乎不錯，由衷希望能與大家共勉。

夫婦懇談會的成員

夫婦懇談會內的活動或課程並沒有直接幫助建立公教家庭或速進公教家庭的成長。它主要的目的是提供一些有效的技巧及設立一個平台以幫助增長夫妻之間的關係。

從課程中所學到的技巧並不是靈藥，上完了課就能解決夫妻間問題的想法是不正確的。它只能幫助夫婦間用有技巧的方法去了解對方的內心世界如怎樣去溝通、化解衝突及寬恕等等；齊心合力面對及處理問題。但是用這些技巧的大前提是要放下自我，以謙卑的心去聆聽去了解。噢！這不正是主基督的教導嗎？對！這就是愛。如你能愛對方如愛主一樣，把主放在兩人之間同行，那怕有解決不了的事情嗎？如兩夫妻能如此彼此相愛，這愛就會自然流到家庭中，家中的兒女也自然會感受得到。用愛來維繫一個家庭這也是聖家所要標榜的。



Celebration

Feast of St Francis of Assisi

Joseph Chow

We celebrated the Feast of St Francis of Assisi on Saturday 29 September 2018 at Asiana Centre.

We were greatly honoured and privileged to have His Excellency Bishop Richard Ambers to celebrate Feast of St Francis as the main celebrant and the Very Rev Philip Miscamble, Minister Provincial of the Franciscan Province of the Holy Spirit, Fr Francisco Basnayake, Fr Philip Watkins (Community Leader of the Blessed Sacrament Fathers Haymarket Sydney), Fr Joseph Lu, Fr Jacob Wang, Fr David Wilson and Fr Paul McGee as co-celebrants. Also we had the honourable guests, the Singaporean and Malaysian and Singaporean Friars, Holy Family Sisters, Sisters of Our Lady of China, Sr Teresa Chiu and the members of our community with us on this occasion.

An hour before the Eucharist, Fr Francisco Basnayake, a Franciscan and Fr Joseph Lu did a presentation of the life and spirituality of St Francis in English in the refurbished library in the White House and in Mandarin in the hall respectively, to help us understand the life of St

Francis better and learn from him to be a lover of humanity & nature and a herald of God's peace and adopt a Gospel focused lifestyle. Both presentations were very well received.

In Bishop Ambers's homily, Bishop Ambers affirmed that our community could mend His Church and had set a good example of passing on the faith to the family as he saw many families celebrating the Feast of St Francis with their young children.

After the holy communion, on behalf of the Australian Catholic Chinese Community, Joseph Chow thanked Bishop Ambers for being with us on this occasion and presiding over the Eucharist, his compliments to our community, and also the continuous support of the Sydney Archdiocese that has been giving us since the arrival to Sydney of our founders to set up our community in 1954, has greatly boosted our community spirit.

Joseph Chow also thanked Fr Phil for being with us on this occasion, his gifts - the St Francis mouse pads and the Holy Picture on The San





Damiano Crucifix (the Cross in the small ruined chapel of San Damiano that St Francis rebuilt) and his words of encouragement that our community can amend and uphold the Church, which were really a great shot in our arm. The two posters on St Francis that Fr Phil brought along really enhanced the atmosphere for celebrating the Feast of St Francis.

Joseph Chow extended our heartfelt gratitude to the Franciscan Order for looking after our community since 1954 when our Founders the Late Fr Paschal Chang and the Late Bishop Leonard Hsu arrived in Sydney to build up our community and assigning Chinese priests to serve our community and the generous donation of a quarter of a million dollars when we built the Allegra House and St Clare's Hall about 14 years ago.

Joseph Chow also thanked the other clergy and religious and members of our community for being with us on this joyful occasion.

We were delighted that Bishop Ambers graced us with his presence at our homely dinner and the friendly chat during dinner with Fr Phil, the other Franciscans and our members.

Let us all be inspired by St Francis to adopt a gospel focused life and be Christ's witness and to bear everlasting fruits Christ would like us to do.

We pray that Bishop Ambers and Fr Phil will celebrate Eucharist with us again in future.



Kid's Corner



BLESSED IS HE

Read Matthew 21:1-11 NIV

Then fill in the correct words using the numbered clues below.
Find out what the crowds shouted to Jesus when He was on the road to Jerusalem.
The answer will be in the red squares.



1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									

1. What did the people cut down from the trees? (verse 8)
2. Who answered, "This is Jesus the prophet from Nazareth?" (verse 11)
3. The whole city was stirred when Jesus entered what city? (verse 10)
4. What did the crowds spread on the road? (verse 8)
5. Who would come gentle and riding on a donkey? Your ____ (verse 5)
6. What did Jesus ride along the road to Jerusalem? (verse 7)
7. Where did the crowds spread their cloaks? (verse 8)

What did the crowds shout when Jesus rode past them on a donkey? _ _ _ _ _

粵語答唱詠

Psalmus Responsorius in Cantonese



李尚義

根據新版「羅馬彌撒經書總論」第2章61節上的說明《答唱詠》：

- 第一篇讀經後有答唱詠，它是聖道禮的組成部分。答唱詠具有重要的禮儀及牧靈價值，因為它協助人們默想天主聖言。
- 答唱詠要配合所讀的聖經，通常取自《讀經集》(Lectio)。
- 答唱詠最好能以歌唱方式進行，或至少詠唱信友回答的部分。聖詠員(psalmist) 或唱經員，於讀經台或其他適宜地方，領唱聖詠詩句，參禮會眾坐下恭聽，亦常以答句(responsum) 答唱(除非該聖詠是一口氣唱畢的，而無需答唱)。為使信友便於答唱，可按禮儀年各時期和聖人類別，選編一些答唱詠和答句，作為歌唱之用，以取代每篇讀經後的答唱詠。
- 若不能詠唱聖詠時，則以適合的方式誦念，以有助於默想天主聖言。若以歌唱形式進行，除《讀經集》中的答唱詠外，亦可取用《羅馬陞階經集》(Graduale Romanum)中的陞階詠《psalmus responsorius》。
- 或(阿肋路亞詠)《psalmus alleluaticus》，一如這些書中所列出的。

我們的信仰團體雖然是海外華人天主教的小單位中的一個，但對禮儀和牧靈工作上，不敢妄自菲薄，為光榮和感恩對天主的賞賜。團體內成員，多為新來的海外移民，母語以粵語為主，想用他們的母語來表達對天主聖愛的回應。答唱詠的曲詞大部份是根據讀經集所選定的聖詠，困難的部份是怎樣將公元前2500年時期以民的《聖詠》比作中國的《詩經》，可以適應今天的粵語格調來詠唱，而保存祭獻天主大禮的莊重和孝愛的情懷。中國的《詩經》已在公元前1713年民間的詩歌結集成書，但至今天仍未能以音樂誦唱留存下來。粵語和國語「普通話」均有音節中的聲調變化，同一個音節，如果聲調不同，是代表不同的詞，具有不同的意義。普通話只有四個聲調，粵語卻有九個聲調。舉一個例子：

用[詩]字來說明：詩 史 試 時 市 事 色 錫 食
漢語發音時用 xi(1) – xi(9)，即同一個字，可以九個音調。聲調便是英語的 Tones- Phonetics。如果會粵語的人，唸「西施死時四十四」可以毫不費力以標準粵語唸下來，如果要他用國語唸出來，便會出洋相。雖然中國修會內唱詠大日課時是以國語唱出日課上的《聖詠》，但未見有團體採用唱詠大日課的音調來在聖祭中唱答唱詠。漢語的方塊字，一字一音，(one character, one syllable) 但有聲調變化。外語依賴字母發音關係，便是一字多音(one word with more than one syllable)。外語譯到漢語時便有很大難度，而將漢語化成有九種聲調的粵語而要合乎音樂詠唱的更是難上加難。

由於年代久遠關係，古今中外的古典曲譜已經失傳。雖然中國歷史上有樂府和以民有樂官負責撰寫和管理曲譜，但正如唐代詩人劉長卿的詩上說：「古調雖自愛，今人多不彈」。加上中外文化不同，文字各異，亦不可能以古代樂譜來配合現代禮儀上的要求。

答唱詠的經文是根據聖詠，為配合禮儀年甲、乙和丙年的需要，粵語答唱詠要分別編排編曲，要有額我略詠的格調，又要適應由聖經原文的中譯詩歌，作曲的難度可想而知。多年來，人才濟濟的香港教區，亦未能完成此項工作！反而由一個小小的海外華人信仰團體，憑藉聖神的指引，默啟我們小團體內的成員，完成這項工程。可能是天主厚愛海外孤兒，用最不相稱的工人「即非專業工作者」，去完成祂的事工。

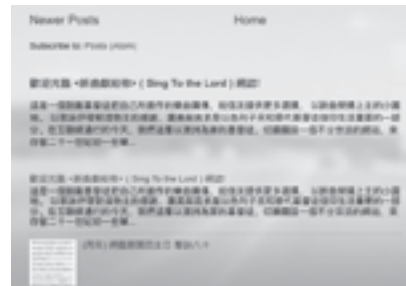
我們團體內負責編曲和主唱答唱詠的工作人員是一位前任聖詠團成員，經多年在聖詠團服務，和各同工的扶持，以五年多時間，不斷為每週的答唱詠編曲和詠唱。去年末，在將臨期第一主日時，在網上公開發表，希望將我們團體所得的恩賜，和所有用粵語的信友團體分享。經過同工的一番努力，現在可在網上和大家見面：

樂譜和曲詞，可以一覽無遺，同時又可參考主唱時的聲調。樂譜上署名作曲者是李則濟利亞 (Lee

Cecilia)，可能作者的主保是教會的聖樂主保聖女，帶領她的神親子女們，以音樂為教會服務。願天主永受讚美！

在圖文和音響之下唱誦,可以詠唱,讚頌,傾訴,求恩,悔罪,感謝上主!

<http://chinesehymns-sydney.blogspot.com/>



聖詠八十

(丙午) 將臨期第四主日

Cecilia Lee

上 主，請 彰 顯 你 的 威 能， 來 拯 救 我 們。

以 色 列 的 聖 者， 請 留 心 細 聽， 坐 在 革 魯 賓 之 上 者， 求

你 大 顯 光 榮， 請 彰 顯 你 的 威 能， 來

拯 救 我 們。

萬 有 的 天 主， 求 你 回 顧， 從 高 天 垂 顧

這 葡 萄 樹， 求 你 保 護 你 親 手 栽 植 的

園 圃， 照 顧 你 親 自 培 育 的 小 樹。

願 你 的 手 扶 持 你 特 選 的 人， 你 親 自 撫 養 的 子 民。

從 此 我 們 再 不 背 離 你， 讓 我 們 生 存，

呼 求 你 的 聖 名。

童謡一歌：中三
 (三拍子) 調性：F大調 3/4拍

1. 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100 101 102 103 104 105 106 107 108 109 110 111 112 113 114 115 116 117 118 119 120 121 122 123 124 125 126 127 128 129 130 131 132 133 134 135 136 137 138 139 140 141 142 143 144 145 146 147 148 149 150 151 152 153 154 155 156 157 158 159 160 161 162 163 164 165 166 167 168 169 170 171 172 173 174 175 176 177 178 179 180 181 182 183 184 185 186 187 188 189 190 191 192 193 194 195 196 197 198 199 200 201 202 203 204 205 206 207 208 209 210 211 212 213 214 215 216 217 218 219 220 221 222 223 224 225 226 227 228 229 230 231 232 233 234 235 236 237 238 239 240 241 242 243 244 245 246 247 248 249 250 251 252 253 254 255 256 257 258 259 260 261 262 263 264 265 266 267 268 269 270 271 272 273 274 275 276 277 278 279 280 281 282 283 284 285 286 287 288 289 290 291 292 293 294 295 296 297 298 299 300 301 302 303 304 305 306 307 308 309 310 311 312 313 314 315 316 317 318 319 320 321 322 323 324 325 326 327 328 329 330 331 332 333 334 335 336 337 338 339 340 341 342 343 344 345 346 347 348 349 350 351 352 353 354 355 356 357 358 359 360 361 362 363 364 365 366 367 368 369 370 371 372 373 374 375 376 377 378 379 380 381 382 383 384 385 386 387 388 389 390 391 392 393 394 395 396 397 398 399 400 401 402 403 404 405 406 407 408 409 410 411 412 413 414 415 416 417 418 419 420 421 422 423 424 425 426 427 428 429 430 431 432 433 434 435 436 437 438 439 440 441 442 443 444 445 446 447 448 449 450 451 452 453 454 455 456 457 458 459 460 461 462 463 464 465 466 467 468 469 470 471 472 473 474 475 476 477 478 479 480 481 482 483 484 485 486 487 488 489 490 491 492 493 494 495 496 497 498 499 500 501 502 503 504 505 506 507 508 509 510 511 512 513 514 515 516 517 518 519 520 521 522 523 524 525 526 527 528 529 530 531 532 533 534 535 536 537 538 539 540 541 542 543 544 545 546 547 548 549 550 551 552 553 554 555 556 557 558 559 560 561 562 563 564 565 566 567 568 569 570 571 572 573 574 575 576 577 578 579 580 581 582 583 584 585 586 587 588 589 590 591 592 593 594 595 596 597 598 599 600 601 602 603 604 605 606 607 608 609 610 611 612 613 614 615 616 617 618 619 620 621 622 623 624 625 626 627 628 629 630 631 632 633 634 635 636 637 638 639 640 641 642 643 644 645 646 647 648 649 650 651 652 653 654 655 656 657 658 659 660 661 662 663 664 665 666 667 668 669 670 671 672 673 674 675 676 677 678 679 680 681 682 683 684 685 686 687 688 689 690 691 692 693 694 695 696 697 698 699 700 701 702 703 704 705 706 707 708 709 710 711 712 713 714 715 716 717 718 719 720 721 722 723 724 725 726 727 728 729 730 731 732 733 734 735 736 737 738 739 740 741 742 743 744 745 746 747 748 749 750 751 752 753 754 755 756 757 758 759 760 761 762 763 764 765 766 767 768 769 770 771 772 773 774 775 776 777 778 779 780 781 782 783 784 785 786 787 788 789 790 791 792 793 794 795 796 797 798 799 800 801 802 803 804 805 806 807 808 809 810 811 812 813 814 815 816 817 818 819 820 821 822 823 824 825 826 827 828 829 830 831 832 833 834 835 836 837 838 839 840 841 842 843 844 845 846 847 848 849 850 851 852 853 854 855 856 857 858 859 860 861 862 863 864 865 866 867 868 869 870 871 872 873 874 875 876 877 878 879 880 881 882 883 884 885 886 887 888 889 890 891 892 893 894 895 896 897 898 899 900 901 902 903 904 905 906 907 908 909 910 911 912 913 914 915 916 917 918 919 920 921 922 923 924 925 926 927 928 929 930 931 932 933 934 935 936 937 938 939 940 941 942 943 944 945 946 947 948 949 950 951 952 953 954 955 956 957 958 959 960 961 962 963 964 965 966 967 968 969 970 971 972 973 974 975 976 977 978 979 980 981 982 983 984 985 986 987 988 989 990 991 992 993 994 995 996 997 998 999 1000 1001 1002 1003 1004 1005 1006 1007 1008 1009 1010 1011 1012 1013 1014 1015 1016 1017 1018 1019 1020 1021 1022 1023 1024 1025 1026 1027 1028 1029 1030 1031 1

[illegible]

為家庭祈禱

尹雅白神父

三位一體的天主，愛情和生命的根源。你結合了夫婦，聖化了婚姻，求你降福我們的家庭，使為父母者，能同心合意，為家庭的幸福與子女的教育而努力。使為子女者，能克盡孝道，兄友弟恭。萬民的慈父，家庭的溫暖、天倫之樂全是你所恩賜的。願我們今生在你的照顧之下，全家共享幸福快樂，將來也能永遠與你團聚，同享天上家庭的無窮福樂。亞孟。



BLESSED IS HE

Answers



1. What did the people cut down from the trees? (verse 8)
2. Who answered, "This is Jesus the prophet from Nazareth?" (verse 11)
3. The whole city was stirred when Jesus entered what city? (verse 10)
4. What did the crowds spread on the road? (verse 8)
5. Who would come gentle and riding on a donkey? Your ____ (verse 5)
6. What did Jesus ride along the road to Jerusalem? (verse 7)
7. Where did the crowds spread their cloaks? (verse 8)

What did the crowds shout when Jesus rode past them on a donkey? H O S A N N A

AUSTRALIAN CATHOLIC CHINESE COMMUNITY PLEDGE REPORT

Summary for the 29th year 01/07/18 — 31/12/18*

第二十九年澳洲天主教華人團體牧職人員生活津貼簡報*

Total number of contributors 認捐人數	11
Total amount pledged 認捐款項	\$3,400.00
Total amount received 實收認捐款項	\$2,600.00
Surplus from previous year 上年度儲備	\$4,292.87
CCPC Contribution 牧靈中心撥款	\$70,818.00
WSCCC Contribution 西悉尼天主教華人團體撥款	\$17,716.00
TOTAL INCOME 合共經費	\$95,426.87

Living allowances paid to Fr Lu, Fr Wang, Sr Chiu, Sr Chang, Sr Chau & Pastoral Associate for 6 months (July to December 2018) were \$87,829.61

二〇一八年七月至十二月份共六個月支付路神父、王神父、招修女、張修女、周修女及牧民助理生活津貼共\$87,829.61元。

We are sincerely thank Mr Anthony & Mrs Helen Chan, Ms Alice Ching, Ms Teresa Lo and 8 others for their continuous support to our 29th year pledge.

感謝Mr Anthony & Mrs Helen Chan, Ms Alice Ching, Ms Teresa Lo 及八位信友繼續支持第二十九年的認捐計劃。

* The above financial information is provided by ACCC treasurer Mr. Thomas Wong 資料由澳洲天主教華人團體財政黃潤霖先生提供

CHINESE CATHOLIC PASTORAL COMMUNITY INCOME & EXPENDITURE REPORT

For the period 1 July 2018 to 31 December 2018*

天主教華人牧靈團體 二零一八年七月一日至二零一八年十二月三十一日收入和支出報告*

INCOME 收入		EXPENDITURE 支出	
Donations-Tithing 什一奉獻	116,988.32	Contribution to ACCC 捐贈給澳洲天主教華人團體	70,818.00
Offertory Collections 彌撒奉獻	33,797.25	Contribution to ACA 捐贈給亞洲中心	29,250.00
Interest received 銀行利息收入	8,546.40	GA:Repairs & Maintenance 雷永明樓:維修及保養	3,626.86
Special Functions 特別活動收入	0.00	Motor Vehicles Expenses:Depreciation 汽車保養及汽油費:折舊	3,834.15
Donations-General 其他奉獻	2,650.00	Motor Vehicles Expenses 汽車保養及汽油費	2,759.00
Other Income 其他收入	176.36	Audio Visual/Electronics:Depreciation 視聽音響/電子:折舊	1,702.39
		Printing & Stationery 印刷和文具用品	2,186.38
		Liturgical Items 禮儀用品	2,754.75
		Special Functions Expenses 特別活動開支	1,919.18
		Audit Fees 核數費	2,030.00
		Various Other 其他開支	5,893.93
TOTAL INCOME 總收入	\$162,158.33	TOTAL EXPENDITURE 總支出	\$126,774.64

* The financial report is provided by CCPC treasurer Mr. Kevin Wong 資料由牧靈團體委員會財政黃家榮先生提供

請為已去世的兄弟姊妹祈禱，求主耶穌打開至慈悲的聖心，讓他們早達天國，息之安所。亞孟。

張標
朱瑞嬌修女
梁玉才
高旭東
黎國乃

曾國鈞
羅有珍
李房勝
蔡繼盛
李玉平

梁碧雲
潘艷德
陳長帶
李乐想
黃偉豪

李振世
潘國能
張婆仔
陳劍超
SANTO SANZONE





13



14



15



16



17



18



19



20



21



22



23

13 & 15 CCPC Choir Christmas Concert with Rockdale Community Service 華人天主教牧靈團體聖詠團暨 Rockdale社區服務聖誕音樂會 01/12/18 • 14 Midnight Mass 子夜彌撒 25/12/18 • 17 CCPC Choir Christmas Party 華人天主教牧靈團體聖詠團聖誕派對 26/12/18 • 16,18-20 CCPC Chinese New Year Mass 農曆新年彌撒 10/02/19 • 21-23 Seniors Lunch 長者聚餐 24/03/19

天主教華人牧靈團體 Chinese Catholic Pastoral Community

地址 Address: 38 Chandos Street, Ashfield NSW 2131
神師 Chaplain: 路勇神父 Fr Joseph Lu OFM 電話 Tel: 0431 962 786
網址 Website: www.ccpc.net.au
電郵 Email: info@ccpc.net.au
稿件電郵 Sinica Email: sinica@ccpc.net.au

感恩祭時間 Mass Time:

富來明頓車站旁聖道明教堂 St Dominic's Church, Flemington	主日上午十一時半	國語
亞洲中心聖若瑟小堂 38 Chandos Street, Ashfield	主日上午九時半	英文/粵語
雪梨華埠聖伯多祿朱利安教堂 641 George Street, Haymarket	主日上午十一時	粵語

每月首星期五晚上舉行耶穌聖心彌撒 **Sacred Heart of Jesus Mass on every first Friday at Ashfield:**

6:30pm 粵語 和 8pm English

YOUR SUPPORT

CCPC has a bank account for receiving donations. If you would like to donate, please make all donations to the following bank account

Bank: Commonwealth Bank
Account Name: Chinese Catholic Pastoral Community Inc
BSB: 062 000
Account Number: 1594 7930

Thank you for your generosity and support.

您的支持

牧靈團體有一個接受收捐款的銀行帳戶。如閣下想捐款給牧靈團體, 請將您的捐款存到以下的銀行

銀行名稱: Commonwealth Bank
賬戶名稱: Chinese Catholic Pastoral Community Inc
BSB: 062 000
賬戶碼號 1594 7930

感謝您的慷慨和支持。

Pledge details is provided by CCPC treasurer Mr. Kevin Wong 資料由牧靈團體委員會財政黃家榮先生提供