



圣经主日讯息 2019

天主的话确实是生活的，是有效力的...” (希4:12)。
当一个家庭一起虔敬地阅读《圣经》时，
圣言就变得鲜活起来。



以圣言和圣体 强化家庭

5

海星报主办 **读祢** 圣言与我 7月14日截止 **你投稿了吗?** 12
征文比赛



加尔默罗圣母 区团欢庆 60

无论哪一个组织，能够经历60年
你知道圣母军的工作有哪些？



的时间必有它存在的价值。圣母军在堂区一直都扮演着举足轻重的角色，
军友们为什么喜欢在圣母军服务？你想成为他们其中一员吗？ 10 / 11



我们为何划十字圣号？ 6
杨庆瑞神父告诉你，它的起源和意义。

教会广播节目，你收听了吗？

新加坡天主教总教区的教会广播站Catholic.sg RADIO 已经在6月1日
开始启播！你收听了吗？

除了可以收听到英语的教会节目与讯息，也可以收听到华语节目，有
灵修（每日圣言反思、福音默祷、圣人故事）、祈祷（玫瑰经、神圣慈悲经
和圣歌）、讲座（福者传福、信仰新知）等等。赶快下载收听精彩节目！

Android 手机请下载 <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.csg.radio>
Iphone 手机请下载 <https://itunes.apple.com/app/id1463737030>

海星报零售价格

新加坡: 新币一元 / 马来西亚: 马币二元 (东、西马7月7日起调整价格)



领受共融，彼此担待

2019年全国慕道感恩弥撒

“领受共融 (receive Communion) 是我们领圣体时惯用的词，表示我们每人个别领圣体与耶稣共融，也成了我们与团体的共融。”

教委总神师兼全国华文成人慕道推动小组神师萧永伦神父，在6月23日本年度慕道感恩弥撒中证道时强调彼此共融，见证主爱的力量，提醒大家与耶稣共融时，也必需与教会及其他兄弟姐妹共融。

当天正是基督圣体圣血节，各堂区华文慕道团核心组员、讲员、陪同员和服务员，以及今年复活节领洗的新教友和来自各方的教友们，齐聚在圣雅丰索堂参与感恩圣祭，特别感受到在基督奥体内各司其职服务天国的真谛。各堂区慕道团代表高举旗帜，怀着感恩和信赖的心庄严进堂。

神父提醒大家，“耶稣是我们的生命之粮，祂保证并许诺要滋养我们，给我们丰盛的生

命。…我们都有人性的软弱和缺点。人与人之间常常不和、有妒忌、争斗，教友之间也会发生同样的事情。藉着领圣体，我们就要突破人与人之间的局限和软弱；藉着耶稣给我们的恩宠，帮助我们在软弱之中，彼此担待、建立合一和共融。当我们彼此相爱，共融合一的时候，别人就能够认出我们是基督徒。”

一如往年，弥撒中随着饼酒的奉献，也献上各堂区教友们为新教友和慕道团招募工作所奉献的神花，以合计的数字来表达大家的热心关怀和参与：从今年4月21日至6月16日，祈祷14,441次、朝拜及领圣体4,350次、刻苦2,133次，以及爱德2,191次；祈愿天主悦纳，继续保守和照顾新教友在灵性生命的旅途上，能够不断成长并坚持信仰。同时，祈求天主眷顾各堂所展开的招募慕道者活动，感动被邀请的人能听从圣神的呼声，



接受邀请来参与慕道，开始走信仰旅程的第一步。

弥撒结束前，各堂区慕道团的组长和讲员们上前接受萧神父的特别祈祷祝福。神父也感谢在慕道团已服务多年的兄弟姐妹，嘉许他们多年来在教会里通过慕道团把耶稣基督的福音带给身边的人。希望大家继续彼此鼓励，以便更好地活出福音生活，这样就能真正地耶稣基督作见证。

图：張廟勝、吳妙貞



来吧，孩子！

儿童信仰生活营让孩子更亲近、认识天主

教委青少年小组在6月7日至9日举办了三天两夜的儿童信仰生活营：“来吧，孩子！”，圣经章节取自玛窦福音19: 13-15。青少年小组成员带领32位来自圣母圣诞节、天主圣三堂和武吉知马圣若瑟堂的青年，组成“营管组”。

生活营吸引了49位8岁到12岁的儿童们及14位幼儿班的小朋友。他们来自圣母圣诞节、天主圣三堂、圣亚纳堂、圣神堂、圣十字架堂、圣弥额尔堂、圣伯多禄圣保禄堂和武吉知马圣若瑟堂。

青少年小组神师黄飞翔神父，为孩子们举办了朝拜圣体的灵修活动。由于大部分的营员都是第一次体验朝拜圣体，神父一一地介绍并

引导他们如何进行这项活动。活动看似简单，但却能让小孩子们真正地来到耶稣跟前并拉近距离，看见天主。

另一项名为“夜间行走”的灵修活动，将营员们的双眼蒙上，让他们在失去视觉的环境下聆听天主的声音。通过讲述许多简单的故事，营员们能够了解到身边亲人朋友的关怀和天主无私的爱。

这次生活营中的各个组名来自四种不同的圣神恩赐：“勇敢”、“孝爱”、“良知”和“智慧”。在最后一天的表演节目中，每一组都必须通过他们对自己组名的认识与了解，

呈献一出短剧。在筹备的过程中，他们表现出团体合作和互相配合的精神，学习如何在一个团体中生活。同时，通过小组长与导师的指导 and 帮助下，他们更加地了解到天主所赐给他们的恩典。



玛窦福音19:13-15说道：“那时，有人给耶稣领来一些孩子，要他跟她们覆手祈祷，门徒们却斥责他们。耶稣说：‘你们让小孩子们来吧！不要阻止他们到我跟前来，因为天国正属于这样的人。’耶稣给他们覆了手，就从那里走了。”的确，感谢天主召叫这些孩子们到这生活营，让他们能够更亲近祂，更加地认识祂。我们也感谢天主给予大家这个机会体验团体生活，了解到我们的信仰不是独自行走，而是充满互相扶持、互相包容的爱的旅程。

文：徐维似 / 图：林佳璇



香港六宗教代表访梵京见教宗

（公教报 / 梵蒂冈新闻网）香港六宗教领袖座谈会庆祝成立40周年，六宗教30多位代表于6月11日至16日前往梵蒂冈探访教宗和圣部，期间他们亦在亚西西发表“和平呼吁”，鼓励各地领袖去推动和平。

行程中，六宗教代表于6月12日到梵蒂冈拜访教宗方济各，以及圣座宗教交谈委员会主席阿尤索总主教。

座谈会秘书处天主教联络人周景勋神父返港后6月17日对公教报说，六宗教代表与教宗方济各会面约十分钟，香港宗座署理汤汉枢机介绍各宗教领袖后，教宗再逐一与宗教代表握手及简短对话。

周神父说，教宗对于六宗教此行所发表的“和平呼吁”表示认同，并乐意共同为世界和平祈祷；有宗教领袖表示与

教宗会面时感受到他的谦逊与慈悲。

此外，六宗教代表先后于6月14日在梵蒂冈、15日在亚西西圣方济大殿发表“和平呼吁”，其中他们希望效法圣若望保禄二世，在亚西西为世界以至香港的和平祈福。呼吁文亦鼓励各国政府首长推动和平。

团员之一、佛教代表释宽运法师对梵蒂冈新闻网说，他在“慈悲禧年”上看到天主教与佛教的共通点，“大家进入共同的话题”；他并称慈悲是“没有分别的爱”。

另一团员、道教梁德华道长对梵蒂冈新闻网说，在教宗公开接见活动上，来自各地不同信仰的信徒诵念天主教祈祷，让他感受到“人类和谐的本性”。

图：梵蒂冈新闻网

国际天主教出版日活动在罗马展开

（梵蒂冈新闻网）这项活动由圣座传播部和意大利主教团社会传播全国办公室共同举办，于6月26日至29日在罗马进行。为期4天的活动邀请天主教大小出版社业者团聚一堂；他们在世界各地推动使命，传扬基督信仰的讯息，分享不同地理环境中的成熟经验，并举行多场演讲，以反思在当今全球化和数字化环境中天主教出版业的挑战和困境。

活动内容涵盖了会议、讨论会和工作小组，以期在多媒体消费习惯的改变、经济环境的复杂局面，以及数字市

场的发展之下重新思索出版策略。全世界50多家天主教出版业者的代表出席，他们愿意克服语言和文化的隔阂，为了出版业的未来，一起探讨关键议题。

圣座传播部部长鲁菲尼于6月26日下午开幕致词。当天讨论的主题包括“当前文化环境中的宗教出版业”及“天主教出版业者的牧灵和教会使命”。除了圣座传播部和意大利的讲者以外，也有世界各地的天主教媒体从业人员分享经验。

南韩教会媒体启动反堕胎祈祷运动

（天亚社）南韩宪法法院近日裁决将堕胎去罪化。此裁决后，当地教会媒体《天主教时报》开展了雄心勃勃的祈祷运动，意图结束堕胎的情况。这份天主教周报准备了向未出生者主保瓜达露佩圣母的祈祷文，期望得到她的转求，并呼吁南韩信众诵念。截至6月7日，教友已献上超过15,000次祷告。

《天主教时报》出版人李奇守神父说：“大批胚胎的生命因堕胎而逝去——那生命乃是天主的无价礼物。敬请加入这场运动，保护所有胚胎的生命。”李神父表示：“但尽管举行了这些祈祷运动，仍有人指教会需要更持久的发声。《天主教时报》的祈祷运动将一直持续，直至韩国不再有堕胎。”

当部分妇女组织及医疗专业团体认为这立法赋予女性自决权，因而表示欢迎之际，廉洙政枢机藉其复活节讯息表达了忧虑。

他说：“无论何种情况，一个民族都有责任保护其人民的生命与安全。每个生命，自受孕起都应该作为人加以保护，维护其尊严。”他呼吁立法者审慎修法的同时，也请信友首先选择生命，而非死亡。

他说：“我们天主子民应坚定为生命服务，为生命牺牲。在社会上的各项阻碍与困难面前，我们基督徒应该严格的拒绝死亡文化与诱惑。当我们自己开始选择尊重一切生命时，我们一定能感受到复活的上主与我们同在。”

基督信仰要在公私领域的道德生活发挥积极影响力

（梵蒂冈新闻网）正值意大利斯图尔佐神父（Luigi Sturzo）发表“人人自由且坚强”呼吁的百周年，他的故乡卡尔塔吉罗内举办国际会议。教宗向与会者发表讯息，勉励众人，尤其是青年“在社会及政治任务上注入新的热情、能力和冲劲”。

本次国际会议以12个要点探讨斯图尔佐神父的呼吁，重温并重申其“价值观和现实意义”。教宗在讯息中写道：“对斯图尔佐神父而言，公众生活的道德风气与生活中的宗教观格外有关，后者衍生出道德责任感和社会团结互助。为他来说，爱是真正的社会责任，是他一切活动的灵感来源。他以独特的方式努力在政治上实践基督信仰应有的作风，其基础是伦理与超性生活的正确

关系、灵性幅度与社会幅度的正确关系。”

在这百周年之际，教宗期许“斯图尔佐神父的教导和信仰见证不被遗忘”，特别是在“政治治理当高瞻远瞩地应对人类严重危机”的此刻。关于斯图尔佐神父的社会人类学观点，教宗举例说：“在社会中以人类为先，在国家内以社会为先，在政治上以道德为先；以家庭为核心；捍卫财产权及其社会作用，视之为自由的要求；工作的重要性，那是每个人的权利和义务；透过建设真正的国际社会，缔造公正的和平。这些价值观的基本前提皆为基督信仰乃是救恩的讯息，必须在私人 and 公共的道德生活上发挥积极影响力。”

教宗勉励网络传教士不要害怕温柔

（梵蒂冈新闻网）天主教非盈利性的“网络福传”（iMission）协会自2012年起结合各地“网络福传机构”，旨在建立线上福传网络，提供系统性的福传培训课程。该协会6月13日在马德里举办了一个西班牙语网络传教士免费培训班，教宗方济各在推特上发表视频短讯表示支持和鼓励。

教宗说：“我们今天遇到的问题主要不在于你说什么或没说什么，而更是该如何说。“我们可以在实验室高谈阔论，但它却是没有生命、无用的话；我们可以远距离地向人陈述一些事情，但它们也没有多大用处，或许可以启发一些什么。重要的是要在近处说，要以亲近的方式去表达。”

教宗解释说：“当一个人能

以亲近与亲密的方式说话时，就会表达出温柔。那是爱的温柔、是平静和单纯目光的温柔。一句鼓励话语的温柔，是陪伴落在后头的人的温柔、是那些遭受丢弃文化影响者的温柔、你们不要害怕温柔，温柔是高贵的，它是天主的语言。”

教宗提醒他们，天父是以一个怀抱婴儿的父亲形象显示给以色列子民，祂向世人显示“温柔的形象”。因此，教宗说：“不要害怕温柔，继续前行！用心去做，就会‘说出’属真理的事物，而不是那冷漠的事物，不仅仅是一些宣示性或妥协性的东西，而是能建立未来的话语。”

最后，教宗向学员们赐予宗座的祝福，同时也把新的网络传教士托付于圣母无玷圣心。

香港天主教中学参与剩食回收

（公教报讯）天主教培圣中学五年以来与地区社福机构“天水围社区发展网络”合作，以“回收剩食，减少浪费”为题，举办食物分享大使活动。组织学生到附近街市、超市及面包店回收剩食。食物经分类和初步处理后，再分派到天水围社区内的基层家庭或独居长者手中。

藉着活动推动环保，更实践青少年对社区的关爱和长幼共融，发挥天主教教育“爱德”的核心价值；同时亦让学生从消费者角度作出省思，更进一步探讨

食物回收与社区扶贫的关系。本学年共有14位学生参与，总服务时数超逾150小时，并获得机构表扬杰出义工奖状。

剩食是指在食物生产的过程中，因为外观、生产过剩或时效问题而被弃置的食物。如刚过期的罐头、面包、菜头菜尾或超市落架的食物等。特别是有标明食用有限期的包装食物，当它在商店中公开发售，一旦食物接近甚至超过了销售时间和限期，就只有被遗弃的命运。

生活态度

常年期第十五主日
七月十四日

从耶路撒冷去耶里哥的一条路，在五世纪时被称为“血路”，不但是因为岩石呈红色，更由于盗贼出没无常，经常伤人越货，使人提心吊胆。今天福音记述，有一个人在那条路上，被强盗打得半死半活，躺在路旁渴望有人救助。

当时，前后有三个人经过那里。前两位是很有圣德的司祭和肋未人，他们看了看他，存心见死不救，兀自从他身边走过去了。有人认为，他们怕他是死人，如果碰了死人，他们在七天内便不能到圣殿去执行其礼仪任务了。在他们心中，礼仪至上，比别人的生命更重要。他们是圣德的象征，而无圣德的实质，因为他们内心缺乏爱。

第三位是个撒玛黎雅人。犹太人恨他，他也



恨犹太人；他却去救了一个犹太人——救了一个仇人。他所看到的，是一个“人”的需要。爱无国界，不分肤色、种族和信仰。他不但同情受伤

的人，更将同情付诸行动：尽自己所能，给他包伤，送到客栈，且付钱给客栈主人，请主人细心照料他。他尽心救人，并不半途而废。因此，他获得“善心的撒玛黎雅人”的雅号，成为世人，尤其是基督徒的模范。

当我们由本身的耶里哥到耶路撒冷去时，对需要帮助的人如何反应呢？我们只注意到我们的教区、堂区、工作场所，或者，邻居、家人或亲戚吗？那么，这段路程可能只由我们的卧室到厨房那么远。无论何时我们发现因为生病或寂寞、贫穷或年老、沮丧或被排斥而在某方面受伤的人，我们都必须当机立断，是视若无睹地从旁边走过，或者，是出于爱心伸手援助。

以行动去助人，正是爱的实践。最后审判时，天主看的，不是我们所持守的信条，而是我们的生活态度。让我们勉励自己，做个善心的撒玛黎雅人吧！

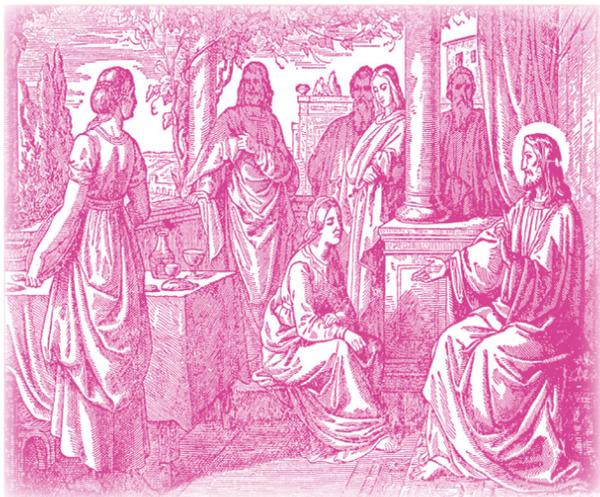
热诚接待

常年期第十六主日
七月廿一日

款待的美德是本主日读经的主题。天主造人，给每个人不一样的个性，有的爱静，如玛利亚；有的爱动，如玛尔大。两种不同的性格，可以应用不同的方式去接待人。比方，一般而论，家里有客人来，有人得陪着客人聊天，有人得下厨做饭。两种人都是在接待客人，不能说谁对谁不对，而是两个不同却互补的款待方式。

团体亦然，需要静与动的两种人配合服务。如果我们把他们的角色合为一个，就会更接近福音的精神。

待人最重要的是态度要诚恳。在人前有好风度的人，才能在天主前有好风度。待人以诚的人，方能待天主以诚。亚巴郎的真诚待人(今日读



经一)，正是我们待人的好榜样。

“我作客，你们收留了我”(玛25:35)，谁真诚待人，便是在接待基督。接待基督的人，不会

空手而归。亚巴郎的太太撒辣蒙上主恩赐，给他生了一个儿子，就是最好的例证。

来教堂参与弥撒的人，常常有新面孔出现。这些新来的人，人生地不熟，都有些胆怯。如果这时有人向他们伸出友谊的手，表示热诚的欢迎，使他们有一种宾至如归的感受，他们将终身难忘。我们都有过类似的感受。

不幸的是我们常常表现得无动于衷，置新来的人于不顾。我们也很少在座位方面给人以方便，使稍后来的人要花费不少周折才能找到座位，显得自己好自私。因此，新面孔很少留下来，熟面孔也只是点头之交。教堂聚会，缺少了“天主之家”应有的气氛。

热诚接待来者，不管是新的或老的面孔，是每一位天主子民应当培养好的风度。这正是今天福音给我们的信息。

生活圣言

“凡跌倒的，上主必要扶持，凡被压抑的，使他们起立。”(咏145:14)

“天主是爱”(若一4:8)。即使当我们面对自然灾害带来巨大的破坏、人类暴力造成的祸害、自身的不足和挫败，甚至因个人的痛苦而感到困惑不解时，“天主是爱”这句话亦能成为坚定我们生活方向的指南针。

天主的本质是爱，祂不断透过无数的方式向我们显示祂就是爱。祂给我们创造了天地万物，赐予我们生命及一切与生命相连的美好事物，又派遣祂的圣子来救赎我们，并藉着天主圣神使我们可以达致成全。

天主从不间断地向我们彰显祂的爱情：祂让我们感到祂在我们生命中的临在；在我们经历考验时，祂一步一步的看顾和扶持我们。

“凡跌倒的，上主必要扶持，凡被压抑的，使他们起立。”

今天的这句圣咏正好印证了这点，它颂扬了天主的无穷伟大、祂的荣耀和威能，以及祂的慈爱和无限美善。祂能施展一切奇妙化工，同时也是一位无微不至的父亲，甚至比我们的母亲更体贴入微。

在个人的生活或与他人交往的过程中，我们

往往要面对不少困难和痛苦，有时候甚至感到完全无助。我们会发觉四周被冷漠和自我中心的墙壁围困着，在面对看似无法克服的事情时会感到气馁。

我们慨叹每个人在生活中所要面对的痛苦何其多！我们多么需要有一位大能者来看顾我们！今天的这句圣咏对我们可以有所帮助。

耶稣容许我们感到自己的不足，并不是让我们灰心丧志，而是要使我们亲身体验祂的恩宠带来的无比威力。当我们竭尽所能仍无法解决困难时，祂的恩宠在那一刻便彰显出来，使我们更能体会祂的爱。可是我们必须符合一个条件：我们对祂要怀有完全的信赖，如同小孩完全信任他的母亲一样。我们必须绝对信赖天父，安然躺在祂的怀抱中，因为祂对我们的爱始终如一，在祂内，一切都是可能的。

我们也不要因为意识到自己的过犯而停滞不前。天主是爱，每次在我们跌倒时，祂总会把我们扶起来，好像父母扶助子女一样。

有了这个保证，我们大可以放心把所有的忧虑、困难——托付给天父，如同圣经邀请我们去做的：将你们的一切挂虑都托给祂，因为

祂必关照你们。”(伯前5:7)

“凡跌倒的，上主必要扶持，凡被压抑的，使他们起立。”

在普世博爱运动的初期，当天主圣神教导我们在爱的路途上踏出第一步时，“将你们的一切挂虑托付给天父”这句话成为我们每天生活的锻炼，甚至在一天当中我们也会不断重复的去做。

当时我常常这样说：“我们不能把一块烧红的煤炭握在手中，而要立即把它扔掉。我们也须以同样敏捷的动作，把每一个忧虑掷给上主。”在我的记忆中，我们托付给祂的忧虑，没有一椿得不到祂的看顾。

但不是经常都容易相信天主和祂的爱。让我们从现在开始尽力在每一个情况，尤其是最复杂的情况下，都相信天主的爱。我们会一次又一次地看到天主的介入，祂绝不会抛弃我们，反而会照顾我们。我们将体验到一份前所未有的力量，把我们从未发现到和意想不到的潜能释放出来。

文：卢嘉勒 普世博爱运动

圣经主日讯息 2019

简介

家人共聚，最常做的就是吃饭和谈话这两件事情。长期散居的家庭成员在节日或特别庆节团聚时，尤其如此，亚洲家庭更不容置疑！

“吃”在我们的文化中根深蒂固，它满足了我們最基本的需求之一，也是父母长辈为孩子提供的最基本照顾。“谈话”则是我们用来交流和传达爱、想法、经验、知识、传统等的主要方式。我们不光是吃和谈话；我们尽情地吃、兴致勃勃地交谈，因为正是在这些场合，我们感到最有活力和亲密。

圣体（吃）和圣经（话）

这就难怪，上主给人类的两个最珍贵的恩典正是圣体(吃)和圣经(话)。毕竟，耶稣和犹太人是亚洲人。具体而言，圣体的起源是逾越晚餐，即犹太家庭最重要的常年聚餐。因此，圣体促使家庭团聚，并提醒我们这句格言：“一起祈祷和用餐的家庭，紧密联系”。这种家庭的凝聚力在圣体内确实非常强大。

另一方面，《圣经》经常被描述为天父给祂心爱孩子的情书。在书信中，天父在整个人类历史上展示了祂的伟大、耐心和不懈的爱。祂甚至不停地唠叨祂的孩子，希望他们听从祂的忠告而继承永恒的幸福，但孩子们往往根本不理睬祂——这与今天许多父母的经历并无不同。

圣经：家书

《圣经》对家庭展现特别关注的一个方式，是它在《旧约》中最常使用的两个词汇：“上主”（注1）和“子”（注2）。天主怀着圣父和子的关系意念，协助祂的孩子们，给予每个家庭成员在个人及全体（注3）上的实际忠告和智慧。同时，教导他们如何与他人建立更良好的关系（注4）。在困难和痛苦的时候，祂给予安慰；在软弱的时候，祂坚强和鼓励；在错误的时候，祂提出告诫。

然而，《圣经》不仅释放睿智和灵修；基本上，《圣经》本身就包含许多有关于家庭和世代相传的事迹、爱情故事和家庭危机，这让人感觉很真实（注5）。为家庭而言，他们在当中找到：希望和失望、爱和背叛、喜乐和绝望、胜利和失败的各种旅程。对于被现代世界的复杂性和挑战所包围的今日家庭来说，在这些灵修旅程和挣扎中，善战胜恶，以及真理战胜谎言的最终胜利，是一种安慰。

对于那些认为《圣经》只含有空洞话语的人来说，《圣经》向我们确证，“天主的话确实是生活的，是有效力的…”（希4:12）。当一个家庭（事实上是任何群体）一起虔敬地阅读《圣经》时，圣言就变得鲜活起来。触动他们的不仅仅是话语，而是天主圣神临在他们中间。此外，耶稣自己也应许说：“那里有两个或三个人，因我的名字聚在一起，我就在他们中间。”（玛18:20）。因此，当一个家庭一起以圣经祈祷时，天主圣三，即圣父、圣子和圣神与他们同在。三位一体的天主是爱的共融，而家庭就是其活灵活现的反映。（注6）

圣体：圣言的实践

最重要的是，耶稣不只是教导人该做什么；祂身体力行，活出祂所宣讲的。祂为祂的子民、所爱的每一个人献出了自己的生命。这是当今众多破碎家庭非常迫切需要爱的一个例子：一家之主为了家庭，信守诺言和牺牲自己（参阅弗5:25-33）。我们纪念耶稣自我奉献的行为，并在每一次的感恩祭重演，因为我们遵守祂的诫命：“你们应行此礼，为纪念我”（路22:19，格前11:24-26）。它提醒每个人，在爱与和谐中共同生活需要什么。同时，它也以恩典和疗效强化所有在场者。

因此，如果《圣经》仅仅是天父救恩应许的记载，那么圣体就是这个应许的实现和实践，以及它的永恒确证。从这个意义上，《圣经》和圣体可说是相辅相成，如同圣言和行动携手共进：没有行动，圣言就成空谈；而没有圣言，行动就不容易被理解。

正是在弥撒圣祭中，圣经(在圣道礼仪)和圣祭最为紧密相连（注7）。除了圣经和圣体，基督也实在亲临于因祂的名而聚会的天主子民和司祭身上（注8），如此反思也极有效益。就《圣经》和圣体而言，基督徒是领受者，即我们因着接触或参与而得到恩典、帮助和益处。然而，“施比受有福”（宗20:35），因此，为了继续成长并接受这些恩典，我们需要作见证（注9），同时以某种方式回馈。

结论

从圣言和圣体得到饱饫后，我们也应当去分享。我们所吸取的经验，以及所得到的恩典必须让周围的人受惠：教会团体（以司祭为代表）和家人、朋友、同事、同胞（以天主子民为代表），不论他们是信徒与否。因此，每一台弥撒都是成长和接受礼物的机会，同时也鼓励我们与周围的人分享，当然是我们的家庭为先。正如弥撒的派遣礼提醒我们：“平安地去，用你的生命荣耀上主”或“去宣告上主的喜讯”。

反省

1. 天主圣言满有能力。我们的话语同样具有力量，去治愈或伤害，尤其是我们最亲近的人。我们是否有所警醒？是否善用我们的话语？

2. 家庭的养家糊口者是行使权力的人，但他/她也被召叫作出牺牲，甚至为供养家庭而献出自己的生命（就像圣体中的基督）。我们是否确信，权力越大，意味着更大的责任和服务？

文：马新汶主教团圣经区域委员会

注释：

- 1 出3:14-15
- 2 《爱的喜乐》14
- 3 弗5:33, 6:4; 申5:16; 弟前4:12; 箴31; 咏128; 雅2:16, 6:3等等
- 4 路23:34; 玛5:24, 7:3-5等等
- 5 《爱的喜乐》8
- 6 若14:23; 《爱的喜乐》11
- 7 这里“圣祭”指“圣祭礼仪”而不是整台弥撒圣祭
- 8 《礼仪》宪章, 7和《弥撒经书总论》, 27
- 9 若1:7-8; 12:17; 15:17等等

以圣言和圣体 强化家庭



强化与治愈身体和意念的圣仪标记

几乎每一个进入圣堂的人都划十字圣号。这也几乎是一种不假思索的做法。但我们为什么这样做呢？

杨庆瑞神父说明这种做法的起源和意义。



基 督徒早在公元200年就已开始在他们的额头上划一个小十字。

随着时间的推移，基督徒开始在物品和自己身上划更大的十字，各种各样的做法也随之出现了。我们今日所认识的十字圣号，历史上并没有提到它的起源。

早期的一位基督徒多产作家戴都良曾这样写道：“我们基督徒在自己的额头上划十字圣号。”

然而，教宗诺森三世在13世纪明确且权威性地指示了用三个手指划十字圣号——从额头上

胸前，再从右肩到左肩。到了14世纪，人们开始模仿神父的手势，以倒反方式从左至右划十字圣号。

弥撒中和谐的姿势

很多教友或许还不知道弥撒中我们划十字圣号，表明了我们信仰的两个基本道理：

我们相信三位一体的天主，以及我们是藉着主耶稣被钉十字架上死而获得救恩。

为什么用圣水？

圣水是一种圣仪。《天主教教理》(CCC) 第1667号教导我们，圣仪是因教会的代祷而获得的某些效果。

因此，用右手的一根手指在圣水器里点一点后划十字圣号：藉着教会的祈祷而开启我们的明悟，推动我们行善，使我们的意愿远离邪恶；身体和意念得以强化和被医治。虽然这样做，并没有授予圣化恩宠，却获得现时恩宠。

圣化恩宠是天主恩赐的超性倾向，常居在灵魂里。现时恩宠则是天主短暂的超性干预，为启发明悟或强化意志，以行使引导人灵朝向天堂的超性行为。

《天主教教理》进一步指示有关在圣堂内，需要设立一处纪念我们在恩宠生命里的重生。

“天主子民的团体由圣洗开始；因此，圣堂应有举行圣洗庆典的地方（圣洗间），并有助信友纪念圣洗誓愿的圣水池。”(CCC 1185)。

进出圣堂时使用圣水的做法，基本上并没有明文规定，但可追溯到公元400年的《圣宗徒宪章》(Constitutions of the Holy Apostles)里，却是值得称赞的圣仪标记。

为此，根据教父们的教诲，犹如个人在家里使用圣水一样，人在出堂时可自由的划十字圣号。

这也符合戴都良的教导，“在我们的所有旅途和行动中，或出门，或回家，或穿鞋，或洗澡，进餐前，点灯时，或睡觉，或休息，在一切工作时，都要在我们额头划上十字圣号。”

这样的做法是值得称赞的。为这缘故，在天主教家庭里应该有一个小圣水器，如同叙利亚的圣义范写道：“在你所做的一切划上给予生命的十字圣号，不论在家里，或在旅途中，以便你因主耶稣之名开始和结束你一天的活动，藉着祂感谢天主圣父”(哥3:7)。

文：杨庆瑞神父，圣安多尼堂的主任司铎，圣方济萨威修院及天主教神学院的讲师。

译自英文《公教报》6月16日

圣方济西西堂2019年四旬期灵修讲座 ◇ 林长震神父主讲

七罪宗之五

迷色

“原来世界上的一切：肉身的贪欲，眼目的贪欲，以及人生的骄奢，都不是出于父，而是出于世界。” 若一 2:16



迷色是一种精神上的捆绑

人在性方面，精神和思想上受到困扰、捆绑，难以解脱。而这种受困的精神和思想内容是不合法、不实际、败坏思想、堕落人性，也会造成邪恶的行为。

人在这种情况下，不会去想到人与人之间(不论男女老少)的正常与合法的性关系和行为，却往往只跟随那不自然的性欲，走向一种不合法的人际关系，譬如：婚外情，且进行不正当的性活动，譬如：看色情周刊和视频、发生不正常的性关系。

迷色，诱惑人的思想，使人失去正常理性生活，行为不当，犯严重的大罪。这些不正当的行为包括：婚前性行为、婚外性行为、同性性行为、人与兽性行为、强奸、乱伦等等；为了满足个人一时的快乐，把他人当成是一块肉或乐趣的工具来满足自己的性欲。这一切都是不符合天主的法律，也使人不断沉迷下去，难以从中走出来。

迷色与婚姻的性爱相抵触

性别与性爱都是天主赐给我们人类的礼

物。而世界上只有两种人：男人和女人，无第三种。男女的区分显在各别的身上、精神上、情感上、成长上、生活中的选择上等等，都是大不相同的；男女两性的行为是不能交换的。这样的区分也奠定了夫妻两性的不同，因此丈夫和妻子的行为也不同。

在婚姻内，夫妻彼此行为是圣的，彼此给予，彼此尊重，性爱婚姻生活坚强双方的盟约、生命和感情。

健康的婚姻生活，夫妻二人不单是身体上的结合，也是精神、心灵、情感、灵性上的结合。

因“迷”而产生不正常的行为

除了迷色，也有人迷钱财、迷权利等其它的东西；吸毒、酗酒、嗜毒也是一种“迷”，以至使人犯邪恶。人心因“迷”而变成奴隶。

迷，经常使人受捆绑，脑筋混乱，思想受到很多诱惑，以至产生很多不正常的“胃口”与行为。这些行为可能是短暂的，即不正常的胃口被满足后，就暂时不迷，但却会重复发生，以至难以根除。

靠天主的恩典克服迷色

迷色因涉及人性最软弱之处，所以最难解脱。与迷色的交战，人性无法打胜仗，而必需经常祈祷，求天主赐下恩典去对抗、克服；求主赐下圣洁之神，保守我们每天不陷于诱惑。

同时，我们必需尊重天主所赐的性别；人的性别本身是完美的、无罪的。既然是天主所赐，就要符合天主的法律。

除了经常祈祷，也要勤办和好圣事，并且不让自己太空闲，因为人太空闲，其思想就容易受迷惑而去犯罪。同时，要尝试改变不正常的环境，若改变不了就需离开该环境。

圣经反省：

◆ “你们若随圣神的引导行事，就决不会去满足本性的私欲。”(迦 5:16)

反省：我在哪些方面没有跟随圣神的引导行事？



禾秸间飞驰的火花

礼仪风情32

在七月九日这天，普世教会纪念“圣赵荣司铎及中华殉道诸圣节日”。

我们所纪念的这些中华殉道圣人们，他们都踏着耶稣的步履，循着祂的脚步，成了天主在我们这个世界里所埋下的一百二十颗麦粒。曾经高大坚硬冷酷的迫害，谋害封杀了众多铁骨铮铮的信仰坚守者。然而，碧草丛中埋猛士，白云深处有遗贤。没有任何一片硬土，足以永久遮蔽这些埋地种子头顶的莽莽青天。

想到这些圣人们，教宗若望保禄二世在中华圣人宣圣典礼中的讲道词不期然在耳边升起：“他们也为同样的信念和喜悦作了见证。他们已捐躯来肯定自己对基督，和对教会永恒不变的忠贞…今天，教会举行这个隆重的宣圣大典，目的只在承认那些殉道者的勇敢和言行一致，是我们每个人的表率。这对高尚的中华民族，是个荣耀。”

教宗短短的一段话，却是如此准确地贴近我们对这些殉道圣人的缅怀心情。一个字一个字，击打着我们的心房，仿如在封圣大典时从伯多禄大殿悠悠传来的钟声，如此扣人心弦。

然而教宗这段敲人心房的动人话语并不遮掩人性里的软弱，因为这些圣人也如同你我一样，是软弱的人，那么他们凭什么成为埋在地里死去的种子？事实上，天主知晓我们的软弱，而教会册封殉道者为圣人，并非要否认他们身上可能有的缺失和限度。

无论如何，在他们殉道的那一刻，他们是以自己的血肉向世人宣示了一个永不会错误的讯息，这个讯息就是圣神真实地临在于教会内。

在圣人舍生，却生动地活出基督生命的那一时刻，整个教会是那么真实地触摸到圣神的临在和活动，而圣人也以血见证了他们对圣神的服从，一如基督服从至死，且死在十字架上。因此在殉道圣人颂谢词中，我们

如此祈祷着：

“因为殉道圣人为了宣扬祢的圣名，曾师法基督，倾流了热血，显示了祢的奇能：祢藉着我们的主基督，在脆弱的人身上发出力量，祢使弱者成为意志坚强的证人。”

或许这里可以借用一个比喻，用来说明教会封圣行动的意义：大家都见过火柴，火柴本身具有它的脆弱性，但它一旦被划着了，便会发出光与热，着火燃烧，放出光芒。同样地，教会的封圣行动就是要捕捉那在人脆弱的躯壳里面，因着圣神的鼓舞，而藉着信德所并发出来的信仰光芒，并且肯定和宣示这是圣神在教会内所发挥的德能，而使人能够跟随耶稣的脚步，在生活中成为一粒埋在地里死去的麦子，同耶稣一起受苦，甚至成为受苦的耶稣，为能脱去旧有的生命，结出丰盛的果实，在一个缺乏信德的世界里活出真理来。然而每当对这真理的渴望得到满足时，基督徒就得以耶稣在十字架上的爱和宽恕随时准备好让这世界定罪，把沉重的十字架加在身上，过去的伯多禄、保禄、巴尔纳博、雅各伯和安德肋，甚至耶稣的母亲圣母玛利亚，还有今天我们纪念的一百二十一位殉道圣人，他们都有类似的遭遇，因为他们选择在世界中听从耶稣的声音，活出真理。

因此，在圣人的庆祝日，我们最终庆祝的一直还是那真理之源——基督。一个人如果能达到非凡的神圣境界，那并不单是因为圣人个人自己努力的结果，却更是因为天主透过基督而赐予的恩宠在做工。因此，梵二《礼仪宪章》这样说：“圣人们的庆节日乃宣扬基督在某忠仆身上所行的奇功，并为信友提供应仿效的适当模范。”（第111号）所以，圣人们不会吸引人归向自己，而是成为指向天主恩宠的路标，是为基督作见证，就如若翰他来是为作见证，为给那光作见证。

无怪乎，教宗本笃十六世在他还是拉辛格枢机时的作品《礼仪的真谛》（The Spirit of the Liturgy）中就这么说道：“从某种程度来说，圣人们构成基督的黄道记号，在此反映天主的圣善。他们来自天主的光，帮助我们更好地承认天主大光的内在宝藏，我们可以在这光中接受他最纯洁的光荣。”

是啊！时间一如劈斧，会削去记忆里的多余与残余，但是这一百二十位殉道圣人，其壮烈的涟漪却世代

代荡漾在人们的心头，并且在我们的信仰中作我们生活的典范。这些令人萦怀于心的生命事迹让我想起了智慧篇里的一段话：

“他们受了些许的痛苦，却要蒙受绝大的恩惠，因为天主试验了他们，发觉他们配作自己的人：祂试炼了他们，好像炉中的黄金；悦纳了他们，有如悦纳全燔祭。他们蒙眷顾时，必要闪烁发光，有如禾秸间往来飞驰的火花。”（智3:5-7）

文：潘家骏神父

看《海星报》赢取奖品！

比赛②标准答案（出题范围：第1671-1674期）

- 1 祝圣圣油弥撒中，主教祝圣圣油时为何要向油嘘气？
祈求圣神德能的注入。
- 2 今年4月教宗接见了彩虹合唱团，团员是一群特殊的老年人，他们都患有老年痴呆症。
- 3 骄傲在七罪宗排行第一，它会引来更多其它的罪。
- 4 新加坡教委青少年小组于六月假期主办儿童信仰生活营，主题是：“来吧，孩子！”。
- 5 “说话”是一种防身术，学会用话语来接招是一门艺术，可让伤害减到最低。张立德兄弟说，说话“防身”有三招，它们是：快快的听、慢慢的说、慢慢的动怒。
- 6 《生活的基督》是教宗方济各写给青年和全体天主子民的文件。
- 7 前教宗本笃十六世钦定每年5月24日为世界为中国教会祈祷日。
- 8 吴诚才总主教指出，新加坡教会失去活力的三大原因是：缺乏宣讲、缺乏与主的个人相遇、缺乏作门徒的使命感。
- 9 今年5月18日，玛利亚·瓜达卢佩荣列真福品。她是主业会（团体名称）第一位被册封为真福的平信徒妇女。
- 10 圣神降临节是逾越节的续篇与完成。

恭喜首三名全答对者：林丽碧、陈惠娟和黄春宝。

各可获得NTUC \$10礼券一份。

其他优胜者（全答对者）各可获得纪念品一份。

本报将通知所有获奖者领奖方式。

比赛③的出题范围将概括《海星报》第1675-1678期内容。敬请留意。

告别小天使



6月5日是公共假日，早上9点半，代女的母亲突然致电给我，告知我代女Christina没了。

消息来得太突然，使我震惊！我一时无法去“感觉”，当下只是想要如何办理后事。说实在，我虽然是代母，但我真的不知如何是好。我只能祈求天主圣神和圣母带领和协助。

先让自己平静下来，诵念玫瑰经，祈求圣母协助。接下来联络了李神父询问该怎么做？感恩他给了我一些指示，教导我该如何处理。

接洽了临终会，虽勉强请到神父，可是却不能举行弥撒，只能祈祷。我觉得没有弥撒太可惜了，心里总觉得能给代女Christina这位小天使献一台弥撒会比较圆满。

那天刚好是公共假日，教堂办事处没人接听电话，要请神父主祭弥撒的确是有点困难。

怎么办呢？我心里马上想到一位仁慈的神父，沈神父，可是我要如何联络到他呢？

非常感恩，几分钟，在天主圣神的带领和巧妙的安排下，我很奇妙的联络到一位姐妹能协助联络到沈神父。

也很感恩，沈神父慷慨答应协助来为小天使主祭殡葬弥撒。

在弥撒中，这是我首次为躺在棺木的代女盖上白布、放圣经和十字架，心中有很深的感受，联想到圣母抱着耶稣的那种感受，内心的绞痛。

我祈求天主拥抱她，我把她交还给天主，我相信这样的安排是最好的，虽然我有万分不舍也还是不明白天主为何会让这样的事发生。

周六清晨6月8日跟往常一样，我习惯到Novena圣堂参加早晨弥撒。可是那天很奇妙，Fr Simon Pereira 在弥撒中特别为前几天意外去世的小天使Christina祈祷。

接下来的圣母敬礼也是 Fr Simon Pereira 主持，这样的安排不常见，弥撒和敬礼的神父是同一位。在敬礼中，非常有爱心的神父再次呼吁大家特别为“小天使”和家人祈祷。

我心中充满感恩，原来有神父那么关心这宗令人感到心痛惋惜的意外，不断的一直为“小天使”和家人祈祷。

小天使后事办好之后，我伤心的向圣母祈祷，告诉她年仅六岁的小天使不认识多少人，每当我想起她离开的那刻一定很痛，能为她祈祷的人不多，就会觉得她很可怜，我实在不知道如何才能真正的帮助到她。

我也尝试写求恩信给圣母，可是好几次，写到一半就会流眼泪，无法继续写，因此无法好好的把求恩信完成交给圣母。

即使如此，没想到，永援圣母已经懂我的心，已经安排神父在弥撒中和敬礼时特别为她祈祷，带来那么多人同时为她祈祷。接下来几台敬礼，神父同样呼吁大家为她祈祷，这是天主特别赐予代女的祝福。

敬礼结束后我特地去感谢神父并与他分享“小天使”的相片，他看了不停的说好美…好美。这时我的眼泪一时不听使唤流下来，他安慰我说这位天使已经在天堂。

美丽的“小天使”虽从高楼跌下，感谢主！没有伤到面容。当她小小身子躺在小棺材，没化妆的她，容貌非常美丽，比天使还美。我站在棺木旁边，静静的望着没气息的小天使，如此美丽的她，

她那么小就这样离开…我当下真的好想抱她最后一次。我默默的告诉小天使，你是我最不放心的代女，知道你最近会自己在家唱“耶稣爱我”使我感到非常欣慰，现在看到你那么美，你一定是已经跟爱你的耶稣在一起了。

6月9日圣神降临节，早上10点的弥撒刚好是Fr Simon Pereira主祭，非常疼爱小孩的他同样再次为小天使祈祷。

我再次感受到这是天主的祝福，非常安慰和喜乐。小天使真的很有福气，有那么多不认识她的人为她祈祷，她必定在天堂快乐的和天主在一起。

弥撒回家后，突然发现有一只美丽的蝴蝶飞进我的家，停在我身边的包包。家人都觉得奇怪。这蝴蝶停在我身边迟迟不飞走，即使我为它拍照，它还是不愿意离开，静静的留在我身边。它让我想起小天使…她似乎来告诉我她已经在天国，不要担心了。

是的，我深信小天使已在天国。亲爱的小天使，当你在天国时，不要调皮，也不要贪玩到忘记为家人和我们祈祷，知道吗？

短短几天，我所经历的这些在俗人眼里“不好”的事，在天主爱内竟然转变成“好”，通过这件事，让我更深体验到天主和圣母的爱，也分享了教友们的爱。

的确，我有说不尽的感恩，感谢天主的一切赐予，感谢天主和圣母的爱。

小天使！我们爱你、我们怀念你。

文/图：钟丽娟

海星圣母堂教友庆祝父亲节：樟宜海边和“星耀樟宜”一日游



海星圣母堂华委于6月16日主日，为庆祝父亲节，主办一日游，共有七十多位教友参加。

当天早上弥撒后，大家一起吃早餐。大约早上9时15分大家分乘两辆巴士到樟宜海滩。到达樟宜海滩后，为了更容易互相照顾，参加者被分成几个小组。来到这一望无际，美丽的海滩，放下身边的琐事，我想大家心情会格外开朗，小朋友们玩得特别开心。

我们在这里切蛋糕庆祝父亲节，祈

愿天主祝福所有的父亲们“身体健康”。吃了蛋糕后我们悠闲的在沙滩上漫步。之后，我们在拥有各种著名美食的樟宜村吃午饭。

午餐后，由于天气炎热，团队中有一位兄弟略微中暑，大家紧张的照顾他，为他擦药油，也有队友自告奋勇要召德士送他回家，但过了一会他恢复过来了，他坚持要跟着大家一起走。感谢天主让我们看到与分享祂的爱和关怀。当有人需要帮助的时候，我们都会团结一致，互相扶持。

我们花了大约20分钟到达樟宜机场的“星耀樟宜”，这美丽的一站式娱乐休闲乐园真令人叹为观止！“星空花园”独特的设计结合了景观、娱乐和餐饮服务，提供多元素的休闲设施，它还拥有世界最高的室内瀑布“雨漩涡”。这美丽景观使大家尽量多拍了几张照片。我们在餐厅喝咖啡，也在这里逛街。

说实在的，这里是家庭旅游的好地方！大家可以说是尽兴而归。感谢赞美天主，让我们有个愉快和难忘的一天。

文/图：许福添

榴莲做的火炭

从小我就超爱吃榴莲。在多年吃榴莲的美妙经验当中，有一次，令我毕生难忘……

那年我二十来岁，刚踏入社会工作。有一回独自一人去超级市场，刚巧那里正在举行榴莲大促销。我买了一盒二十块钱的榴莲，里头有好多好多颗“黄金”。

回到家吃了第一颗，哇塞！那是我吃过的榴莲中的极品。榴莲燥热，如果吃多了，肠胃无法完全吸收时会上火，但是我欲罢不能，一口气把整盒榴莲吃完。

过了几天，接连发生了两件事：

天主给我一个感动，要我去对峙一个做了不道德的事的人。我的第一个反应是：“天主，我也是一个罪人，凭什么去指责另一个人？”我的第二个反应是：“耶稣，你不是推崇和平吗？你不是和平之王吗？”（依9:5）。那个人犯了罪，听说其他同事也当面指责她，她都不悔改，悬崖勒马，我去见她有用吗？我跟她都不熟。

第二天早上，我发现嘴唇内壁长了口疮，大概有十多个吧，疼死我了！我知道那是数天前狂吃榴莲的下场。不过，我心里暗暗高兴，因为我可以告诉天主，我的嘴唇这么疼，怎么能跟那人说话？我欢天喜地地翻开每日读经，看看天主怎么说？

当天的读经一是取自依撒意亚先知书第6章1-8节，让我震惊不已的是以下这段：

我遂说：“我有祸了！我完了！因为我是个唇舌不洁的人，住在唇舌不洁的人民中间，

竟亲眼见了君王——万军的上主！”当时有一个“色辣芬”飞到我面前，手中拿着钳子，从祭坛上取了一块火炭，接触我的口说：“你看，这炭接触了你的口唇，你的邪恶已经消除，你的罪孽已获赦免！”那时我听见吾主的声音说：“我将派遣谁呢？谁肯为我去呢？我回答说：“我在这里，请派遣我！”（依6:5-8）

天主知道我是个“唇舌不洁”的人，我吃下的榴莲就是那块“火炭”，去烫我的口，那些口疮不就是证据？天主暂时消除了我的邪恶，赦免我的罪孽，我还有什么托词不去对峙那个人呢？我只能对天主说：“我在这里，请派遣我！”

于是，我安排在某天下班后，跟那人见面。虽然她并没悔改，但是，现在回想起来，那一次见面，获益最多的是我。

在对峙之前的那几天，我的心是忐忑不安的。可是，见面后，我的心充满平安，不是因为事情有了完美的结局。我的平安来自听从天主的命令，天主要那个人从我的口中听到道德正义，指出她的谬论与不义，至于身为基督徒的她，是否接受天主的话语，天主给了我们每个人自由，但是她必须去面对后果。

我也意识到熟悉圣言的人，要切忌找经句来为自己的行为辩护。遇到挑战，要以开放的心，寻求天主的旨意。例如，在这件事上，我深深感受到对峙不义，需要道德勇气。因为人性的害怕、缺乏勇气，我们就以耶稣是“和平之王”，以“木屑与大樑”的圣言，来给自己找托词，不

去指正过错，私下为那人祈祷是比较容易的。但是，除了祈祷，有时天主也要通过我们发言。耶稣也说：你们以为我来是给地上送和平吗？不，我告诉你们：而是来送分裂。因为从今以后，一家五口的，将要分裂：三个反对两个，两个反对三个。（路12:51-52）

多年后，天主又要我去对峙一件不道德的事。

我知道如果天主要用我的口舌为道德正义发言，我必须先去办和好圣事，以洁净我的唇舌，赦免我的罪孽，消除我的邪恶，不必再用榴莲烫我的口唇。我也明白“对峙”的是邪恶的行为，不是那人，也不一定是公开批斗，因为最终目的是为了“和好”。（玛5:23-25）

那时，一位资深的要理老师不知事情的全部真相，跑来用“和平之王”和“木屑与大樑”来劝勉我。我只能莞尔一笑，因为我也用过这些圣言，想避开那段不舒服的道路。我问她如何解释路加福音第12章第51节？她哑口无言。

这件事也让我深深感受到打着“宣扬和平”的旗帜，遇到冲突时，不做分辨祈祷，马上以“耶稣是和平之王”作为口号，以“息事宁人”处理问题是比较容易的。那些殉道者，他们为何被杀害？他们难道不知道自己的行为会招惹杀身之祸吗？他们必定具备了巨大的道德勇气，为了真理，一步一步走向加尔瓦略山，舍身就义。

文：黄素玫



勤读圣经 认识圣言

参加“小磐石圣经研读”课程心得



小磐石圣经研读之旅

在一次偶然机会，一位姐妹推介之下，参加了圣若瑟堂主办的“小磐石圣经研读课程”。

我参加时刚好是研读《路加福音》，然后是《宗徒大事录》。

每当一部福音开课前，第一堂是由神师或资深辅导员先来一个“导论”简介，之后才展开一系列的课程。每个星期一聚会一次，时间从晚上8时至9时45分。

每组由一位组长带领，十位组员进行研读分享。上课前，还得在家里先准备功课。每个星期有十八道题目，在小组分享时，各自轮流按自己的心得和感受，自由发挥。

“小磐石”的宗旨，就是鼓励教友勤读圣经，共同分享，我觉得这是一个鞭策我们认识圣言的好方法。在做功课时，需要花时间准备，在抄写的过程中，便留下深刻的印象。

尤其是在小组的分享时，组员可尽量讲出自己个人的感受。因此也没有所谓的对与错。带领我们的组长，她常常把自身的经历与体验与大家分享！有时针对圣言的释义出现了意见不同，她不会直接指正，有礼貌和友善地，透

过分享详细解释，好让我们领悟其中的意义。因此，每一次聚会都会令我们感到轻松自在和喜乐！

每次在小组分享完后，一同回到大组，再由神父或资深组长作一个总结，才宣告结束。

我觉得上了这课程后，使我获益良多，以《宗徒大事录》为例，让我深入体验到，早期宗徒们福传的艰辛，尤其是深受保禄的智慧、信德及为主而生，为主而活的那种精神所感动，在福传路上，面对任何困境都得先作祈祷，求圣神的启示和引领，且要随机应变！只要心中有主，主必扶持，这些都是从“小磐石研读课程”中所体验，所获得的裨益！

最后，我要感谢天主白白赐给我们圣言的恩典，要感谢张思谦神父的推动和鼓励，组员们的合作，不吝分享，以及事前和幕后全体负责人的爱心准备，如：接待、投影、领唱、颂读当日福音等工作，你们辛苦了！更感恩有你们陪伴，让大家结伴同行这条恩典的道路。我个人非常期待下个学习之旅。

文：江玉燕

参加小磐石圣经研读后有感

我参加武吉知马圣若瑟堂主办的“小磐石圣经研读”课程。我们刚完成《宗徒大事录》的研读。《宗徒大事录》是记述圣教会在圣神引导下，宗徒们福传的发展史。为此，金口圣若瑟称本书为“圣神的福音”。

本书分前后两编。前编记载伯多禄；后编记载保禄。我们从中体验初期宗徒福传的艰辛。幸而在福传过程中，时时有圣神的光照和指引。

令我印象深刻的是：在圣神降临日，众徒聚集一处，在圣神光照下，伯多禄与门徒，勇敢出外传教。伯多禄第一次讲道，竟吸引了三千人归化。足见圣神的力量有多大啊！

其次是保禄被主召叫后，整个人彻底改变，从反对变成维护圣教。后来在三次出外福传时，遭遇到种种迫害与困苦，他都在圣神的护卫下一一避过。他不但乐观面对苦难且从中取乐。他认定在重重磨难中，反而彰显天主的德能。

他们的福传精神，值得我们学习。今日的教会仍需要圣神的带领和光照。

最后，我要感恩，感谢张思谦神父的主催、核心小组的付出；特别感谢小组组长，很用心的带领。谢谢你们，主佑恩宠满溢！希望尚未参加者，请来看看吧！肯定让您们获益不少。

文：曾证好

圣母军简介

圣母军是什么？

圣母军是由各阶层教友组成的组织，在圣母玛利亚的领导下，以成圣自己，圣化他人的宗旨为人灵服务。

圣母军的成立：

1921年9月7日在爱尔兰都柏林城开始，目前有大约超过250万名工作团员分布在全世界超过160个国家。

圣母军的目的是：

圣母军的目的是用祈祷和积极的工作，在教会领导下，在拓展基督神国的工作中，圣化自己的团员。圣母军特别效法圣母深深的谦逊，绝对服从、天神般的温顺、常常的祈祷、时时的刻苦、无暇的纯洁、英勇的忍耐、天主的智慧、自我的牺牲、坚定地孝爱天主，尤其是她的信德。

圣母军的组织：

由团员组成的基本单位叫支团；两个或以上的支团可组成区团；其上的高级部门有督察区团、区域团、分团。圣母军总部设在爱尔兰。每个部门有神师、团长、副团长、秘书及会计等职员。

圣母军的工作：

无论是社会服务或传教的工作，只要教会当局认为是适合圣母军团员，且对教会有帮助的，圣母军都可实行：

- 拜访家庭。
- 探访及安慰病人、独居老人或老人院。
- 教授儿童及成人要理、慕道班。
- 推广教会传教活动或组织。
- 推动教友灵修的生活。
- 协助人灵的工作。
- 协助堂区的需要及礼仪。

圣母军的团员：

圣母军的团员有两种：工作和辅助团员。

工作团员的基本要素：

- 出席支团的周会。
- 每日念连贯经（经文的主要部分是圣母的赞主颂）。
- 每周两个小时的实际工作。（青年团员可减略）
- 周会时间约为一个半小时，是团员和圣母一起祈祷、报告和讨论的会议。

辅助团员：

那些不能成为工作团员的教友可以加入圣母军的辅助团员，以祈祷的力量来服务。他们每天念圣母军的经文，包括五端玫瑰经。

有意认识圣母军的教友可联络以下负责人：

城市区圣母军 林真理 9117 8633
 东区圣母军 唐永明 9660 1970
 西区圣母军 孫健明 9783 8477
 青年圣母军 林顺妹 9634 8945

凡愿意善度生活的教友都可成为团员。

欢迎您参观支团的周会，亲身了解圣母军！



加尔默罗 圣母区团 欢庆 60



无论哪一个组织，能够经历60年的时间必有它存在的价值。

为追忆加尔默罗圣母区团60年期间所发生的重要点点滴滴，特把这时期分成三个阶段作一个简单的追述：（一）区团成立之前（二）区团成立后三十年（三）区团成立三十年至今。

（一）区团成立之前（1950 - 1959）

这期间虽然没有圣母军高级团部的督导，不过本地华文圣母军在外籍神职人员的推动下，纷纷成立。

- 1950 本地第一支华文圣母军中华圣母青年支团于圣尼格拉女校宣告成立。
- 1953 万民之光支团宣告成立（圣伯多禄圣保禄堂）
- 1954 万德仪型支团宣告成立（圣伯多禄圣保禄堂）
- 1955 青年之母青年支团宣告成立（圣母圣诞节）
- 1957 同救世者支团宣告成立（圣心堂）
上智之座青年支团成立（圣伯多禄圣保禄堂）

（二）区团成立后三十年（1959 - 1988）

加尔默罗圣母区团于1959年7月蒙当时的孟总主教批准正式成立。首任神师是法籍易才纳神父。当我们翻阅区团的档案时，这30年来共有26个支团先后成立（6个青年团，20个成年团）。

区团为了加强团员的素质和灌输给他们圣母军的精神，在这期间举办不少过7回的研讨会，如1962年的“团员的工作”研讨会；1966年举办全体职员研讨会和青年团员进修营等等。当区团成立进入5、10、20、25和30周年时，区团都有出版特刊以示庆祝。

区团为推动本地华文教务的工作也从不落后人，如1971年联合各华文组织举办“避静及公开

悔罪礼”促进大家的感情和合作；1972年联合全新华文传教组织举办圣歌联欢大会等等。

（三）区团成立30-60年间(1989 - 2018)

之前提到，区团于成立30年内先后成立了26个支团，一时之间区团管辖的支团数目大增，这一来也给区团带来一定的管理上的压力。

在分团再三催促之下，区团召集了新加坡东区所属圣堂的华文圣母军，经过多次的会议之后终于决定于1992年成立了加尔默罗之后区团（东区区团），由这区团直接管理东区各圣堂华文圣母军所有事务。

事隔10年后区团再一次从新加坡西区所属圣母军支团成立自己的区团，命名为加尔默罗之母区团（西区区团）。

无可否认，区团经过两次的分割后，多少有伤元气，不过我们三个区团在合作上还会保有一定的联系。如每年三个区团都会轮流在五月和十月举办圣母态像游行；每年有两次三个区团联合青年区团举行职员会议；其他如避静、检阅、主保和常年大会等等。

“扩军”是我们的口号，鼓励支团间互相扶持，招募更多团员；值得一提的就是区团于2010年到印尼廖内群岛之丹绒峇莱成立进教之佑支团，并成立小组定期与他们联络，于当地成立慕道班等等。

在圣母军爱的大家庭里，军友们说…

第10及11版文/图：圣母军加尔默罗区团

秀华：

我领洗后就加入了圣母军，至今已有37年。因有天主的爱推动着我，让我能在圣母军内续继服务。

因有圣母的陪伴，探访和接触是最喜爱的一项工作，通过探访病人及接触老人，给予他们关怀与爱，耐心与慰问。陪伴癌症病人走完最后的人生。当看到多时没见的老人，心里就非常高兴，知道他们还健在。这都是天主爱的推动，让我能持续到现在。

看到圣母军团员渐渐的老化，缺少了活力与推动力，让我有一股要帮忙推动圣母军的使命感，希望区团能招募更多的新团员，激发大家一起继续为圣母军贡献自己的一份力量。



户外活动与辅助团员欢聚

耀智：

2008年11月在哥哥天智及代父国泰的带领下，我加入了晓明之星青年团，至今已11年，也在圣母军结交了好兄弟，在团体里一起成长。

起初只是跟着学习，直到5年前才比较明白圣母军的意义，也渐渐了解信仰是多么的美丽。

最近2、3年，感到自己有为青年服务的使命，我要帮助青年人在信仰上成长，自己也藉此成长。



桂馨：

当我在圣尼格拉女校读书时，曾参加过青年团圣母军，当时修女是我们的神师，带领及引导我们。

离开学校后只当个主日教友。当丈夫在1981年去世时，我儿子才9岁。当时圣母军团长国章兄弟来探访我，邀请我参加圣母军，我加入成为辅助团员，为支团祈祷。后来成为圣母军的活动团员，我从国章兄弟身上，学习了很多。我感觉到圣母一直在看顾我，使我不需要为生活忧愁。

一转眼，在圣母军已渡过了30年的岁月。我喜欢圣母军，这是一个爱及温暖的团体，军友们就象亲人一样。我因搬家，转到不同支团，我们还经常保持联系。

永明：

圣母军是个有纪律的团体，通过祈祷，服务人灵，达到成圣自己，圣化他人的目标。

当探访及接触，帮助冷淡教友再度热心起来，我就感到很有成就感。若遇上需要多一些时间被感动的教友，我们也要继续努力，默默耕耘。圣母军，加油！



上图：家庭拜访 下图：在老人院帮忙切菜

玛利：

感谢慈母的助佑，在我离开了教会多年，没有放弃我，重新把我召唤加入圣母军。两年前得知先生得了胰腺癌，有几次在病危时，通过教友们和圣母军兄弟姐妹们的代祷和亲人们的陪伴，让我时常感到圣母的临在，她守护着我们。在困难中，她慰勉我，让我感到信任和平静。我也把自己的痛苦和祈祷献给圣母，全心信赖，内心平安，没有害怕。

面对先生生病时，我们也不孤单，姐妹们的陪伴，风雨不改到访和接触，尽心尽力帮助和关怀，让先生感受到姐妹们无微不至的爱，把她们当作家人一样，他也在姐妹们身上看见了耶稣，终于接受领洗，三天后回归天乡，安息主怀。

最大的安慰是孩子们也感受到这份爱，现在他们都陪我一起参加主日弥撒，虽然还没领洗，但已踏出了一步，恳祈圣母继续为我们转求。

我的母皇，我的母后，我全属于你，在我生命的旅途 时时处处照顾，来了解我的苦，赐给我力量、坚强、信心和希望。



上图(1)：大型康乐 图(2)：青年团
下图：炼灵祈祷



上图：每年5月及10月，三个圣母军区团联办圣母游行



圣安多尼堂神恩复兴团体 六周年感恩祭与圣体医治

主祭：林长震神父
 日期：7月7日(日)
 时间：1:00pm - 4:30pm
 地点：圣安多尼堂 St.Catherine Room
 (乘电梯到3楼转右)
 形式：敬拜赞美、感恩祭、明供圣体、
 圣体医治、见证和共融茶点
 询问：范洲南 9684 8989 李慧菁 9295 5801
 主办：圣安多尼堂神恩复兴团体

2019国庆日粤语避静

主题：真福八端
 主讲：严全明神父、黄财龙神父(CSsR)
 梁永城神父(SJ)
 日期：8月9日(五)
 时间：9:00am - 6:00pm
 地点：圣伯多禄圣保禄堂
 形式：诵念玫瑰经、讲座、敬拜赞美、
 修和圣事、治愈和弥撒。
 联络：郭耀全 9671 7083
 侯培杰 9868 9144
 主办：圣伯多禄圣保禄堂粤语组
 协办：圣心基金团
 无需报名，欢迎参加，供应午餐

和平之后圣神同祷会灵修讲座

主题：成为福传者
 主讲：何国章兄弟
 日期：7月12日(五)
 时间：8:00pm
 地点：和平之后堂达味楼3.3课室
 欢迎主内兄弟姐妹踊跃参加！

圣经主日弥撒

主祭：陈一强神父
 共祭：董立神父、许春兴神父
 日期：7月14日(日)
 时间：2:00pm - 4:30pm
 地点：圣心堂
 形式：供奉圣经、弥撒、教友见证
 主办：圣经协会
 欢迎参加，弥撒后茶点招待

主徒会每月华语圣时

圣时日期：7月20日，8月31日
 9月28日
 时间：10:00am - 11:00am
 地址：主徒会新加坡会院
 4A Chestnut Drive
 电话：9354 0362

加尔默罗圣母区团60周年庆典

主题：加尔默罗圣母山的神修观
 主讲：林长震神父
 日期：7月13日(六)
 时间：7:00 pm - 8:30pm
 地点：圣伯多禄圣保禄堂
 形式：讲座及朝拜圣体

主祭：林创勋神父
 共祭：区团和支团神师
 日期：7月14日(日)
 时间：2:00 pm - 4:00pm
 地点：圣若瑟堂(武吉知马)
 形式：弥撒、茶点

小磐石圣经研读

课程：《罗马书》
 指导神师：张思谦神父
 开课日期：8月5日(一)
 课程长度：导论+9课+结业礼，
 共11个星期一，历时三个月
 时间：8:00 pm - 9:45pm
 地址：圣若瑟堂(武吉知马)
 课室：益群堂，二楼课室
 联络：纪华兄弟 9838 4237
 秀美姐妹 9154 7689
 为预订教材，请尽早报名



圣亚纳堂主保庆典 2019

主题：你们要圣洁，因为我是圣洁的

主保日：7月28日(主日)
 弥撒时间：
 7.15am, 9am & 11am (英)
 1pm (华语)
 6pm (英) (主祭：吴诚才总主教)
 (弥撒前有圣亚纳雕像游行)

三日敬礼，7月25日至27日
 7.30pm-颂念玫瑰经(英) / 和好圣事
 8pm - 弥撒(英)

第一日(周四)
 7月25日
 被召唤去爱、去治愈
 -Rev Fr Anthony Ho

第二日(周五)
 7月26日
 被召唤去建立团体
 -Rev Fr Valerian Cheong

第三日(周六)
 7月27日
 被召唤去做见证
 -Rev Fr Ferdinand Purmono OCD

主保日嘉年华

7月28日(主日) 7.30am 至 1.30pm

读祢 圣言与我 征文比赛

奖金丰厚! 欢迎新加坡和东、西马教友参加。

比赛规则：
 内容：与圣言有关的见证、信仰、灵修文章
 体裁：不拘
 字数：800-1200字
 截止：2019年7月14日

作品缴交方式：电邮：“圣言与我”征文比赛
haisingpao_activities@hotmail.com

主办单位：海星报 询问：63372465



圣若瑟助终社

ST. JOSEPH DYING AID ASSOCIATION

为天主教徒提供
24小时一站式丧事服务

热线(24小时)
 9172 4448 / 9780 0636
 办公室：6288 0154 (9am-5pm)
 电邮：sccsjda@yahoo.com.sg
 100 Hougang Avenue 8 Singapore 538790



活动消息