



思定會

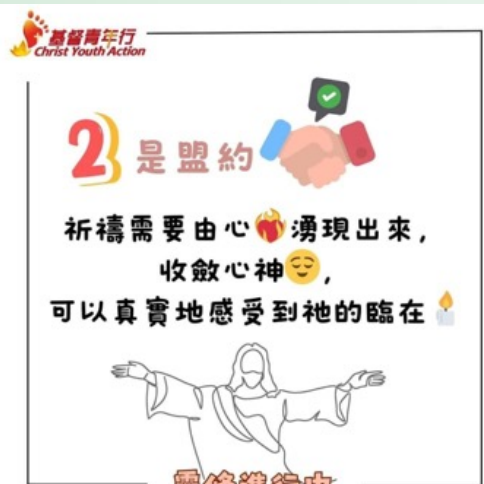
St. Augustine  
Youth Association

## 思定書信

2024年8月5日

你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。(瑪 6:14)

### 牆內牆外祈禱



#### 今期內容

|        |   |
|--------|---|
| 牆內牆外祈禱 | 1 |
| 每日聖言反思 | 2 |
| 天倫樂    | 3 |
| 朝聖之旅   | 4 |
| 分享     | 5 |
| 輕鬆一下   | 6 |
| 愛，不怕遲  | 7 |
| 有答案    | 8 |

#### 以下是一些代禱意向建議：

- |                 |                                 |
|-----------------|---------------------------------|
| 1 為在囚者          | 5 為香港                           |
| 2 為囚友的家人友好      | 6 教宗2024年8月祈禱意向：<br>為政治領袖祈禱     |
| 3 為懲教處員工及家人     | 7 請為病人牧靈關懷祈禱。                   |
| 4 為受苦難者、迷途者、蒙冤者 | 8 為天主教思定會祈禱，願各成員都可以有效地服務囚友及更生人士 |

進教之佑，為我等祈！

願主的平安常與你同在！

主內Agnes, Jane, Samson, Ana, Shirley, Paul

如果其他在囚兄弟姊妹希望收到思定會的書信，歡迎你寫信告訴我們。

## 《每日聖言反思》

陳鴻基神父撰寫  
(進教之佑驛站)

思定書信

### 2024年7月20日《用行動影響別人》



瑪 12:14-21

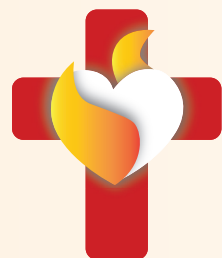
那時，法利塞人出去後，便開始商討如何除掉耶穌。耶穌知道了這陰謀，就離開那裡。但大批群眾仍跟著祂，祂一一治好他們，並警告他們不要宣揚祂的事。這樣，便應驗了依撒意亞先知的話：「看，我揀選的僕人，是我所鍾愛的，我因祂而喜悅。我把我的神賜予祂，使祂向萬民宣揚正義。祂不爭吵，也不叫嚷，沒有人能在街市上聽到祂的聲音。壓傷的蘆葦，祂不折斷；將熄的燈芯，祂不吹滅。直到祂使正義得勝，萬民要寄望於祂的名。」

#### 反省：

今天福音講到耶穌，並不提及祂的威權，而是「有許多人跟隨祂，祂都治好了他們」。眾人和親人都看到耶穌的誠信、體貼、善於傾聽、責任感、尊重別人、不吝嗇鼓勵、感恩、以身作則。身為父母、神父、老師、修士、修女、基督徒、妻子、先生……無論什麼身份也好，重要的是我們要學習像耶穌一樣有威信，用我們的大小行動能正面地去影響別人。今天，有許多孩子因為父母給的壓力而受到極大的傷害，許多教友因為看到負面的榜樣而遠離教會……我們的能力有限，但靠著耶穌的助佑，我們能學習祂，用我們的奉獻和服務、節制和無私、祈禱和溫柔帶給人正面的影響。

主耶穌，我們要瞻仰祢，讓祢影響我們，讓我們影響他人。亞孟。

進教之佑，為我等祈。



思定會  
St. Augustine  
Youth Association

# 思定書信

2024年8月5日

讀經一：列下四42 - 44

讀經二：弗四1 - 6

福音：若六1 -

## 【天倫樂】珍愛主賜 [作者：廖雅倫神父]

2024年07月28日 常年期第十七主日（乙年讀經）

近幾年政府宣傳「惜食」運動，希望市民珍惜食物，避免浪費。香港每日製造了3,600公噸的廚餘，當中七成來自家庭。的確，我們很容易得到想要的食物，亦很容易浪費棄置。但同時全球有約8億人口餓著肚子入睡，相當於世界上每9人中就有1人正遭受飢餓。實在，我們每次進餐時，真的要學習感恩和懂得珍惜所有。

今日的福音是大家耳熟能詳的五餅二魚奇蹟，有起碼五千群眾聚集聽耶穌講道，但那地方是荒野，沒有足夠的食物。耶穌就在那時候顯了一個大奇蹟，眾人竟然都吃飽了。之後，耶穌叫他們「把剩下的碎塊，收集起來，免得糟蹋了。」（若六12）一切食物都沒有任何浪費。在這奇蹟事件上，福音中幾位人物的行實，都能給予我們反省，究竟我們有沒有糟蹋上主給我們的恩賜呢？

讓我們先看看斐理伯，當耶穌問他說：「我們從那裡買餅給這些人吃呢？」他近乎晦氣地回應：「就是二百塊『德納』的餅，也不夠每人分得一小塊！」（若六5-7）在斐理伯的腦海中充滿著疑惑，覺得沒有可能去滿足這麼多人的需要，因此他不再想辦法了！實在，當我們遇上困難時，我們又會否被心內的「不可能」窒礙了，而錯失任何讓事情轉變的機會呢？

安德肋沒有被困難窒礙，他會想辦法，於是找到一個兒童，他有五個餅和兩條魚。的確，為五千人，這個份量是微不足道，說出來也許會被人取笑，而且這五個餅和兩條魚經過整天的悶熱，說不定也會變壞發臭。但是，安德肋不怕說出來，即使他知道沒有可能吃飽這這麼多人。安德肋的行動提醒了我們，不要放棄每一個可能性，若果每人也願意去想辦法，並投放在耶穌前，容讓耶穌帶領，事情必會有所改變。

第三位是福音中那位兒童，他是增餅奇蹟中重要的人物，他願意分享所擁有的五個餅和兩條魚。這次的分享使不可能成為可能，使奇蹟發生。的確，我們每人都有不同的能力，可以貢獻團體，只要我們願意去分享這些天主給予的神恩，無論是金錢、時間、才能……等，奇蹟就會發生。

五餅二魚的奇蹟，更是喻意生命之糧，即聖體聖事。每次領受聖體聖事，就是耶穌使我們的生命有一份內在的轉化，變得更豐盈，更體會主耶穌的臨在和滿足。就像群眾吃了五餅二魚之後，他們不單只飽足，還有剩餘。聖體聖事更加是這樣，我們的信仰生命不單只得到飽飫，更加可以將這恩寵透過我們的生活行動流露出來，使我們願意去分享，也願意去珍惜所擁有，亦願意去感恩讚頌，這全因來自主耶穌的愛。這愛驅使我們關心近人的需要，邀請我們伸手幫助。所以，愛德能夠使看來不可能的事成為可能，因為在愛德中能彼此擔待，互相分享。假若我們領聖體之後，信仰生命完全沒有改變：沒有感恩、不去關心、對他人的需要視若無睹，那就真的糟蹋了聖體聖事所給予我們的恩寵。

（資料來源：公教報第4197期 2024.07.28）



### 祈禱

「你伸出了你的雙手，滿足了眾生的需求。」（詠一四五：16）慈愛的上主，我真的糟蹋了你的恩賜，願你的愛能開啟我這關閉了的心，喚醒我不要輕看自己，而能為團體服務。因主耶穌基督之名求你俯聽我們的祈禱。亞孟。



思定會  
St. Augustine  
Youth Association

# 思定書信

2024年8月5日

你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。（瑪 6:14）

## 2024年意大利朝聖之旅：

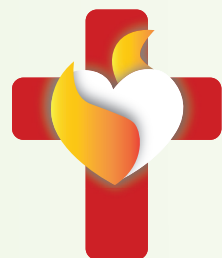


在羅馬聖伯多祿大殿地庫，首任教宗聖伯多祿墓前的小堂參加感恩聖祭。這是一個十分珍貴的經驗。感謝上主。  
（攝影：主編Agnes）

（梵蒂岡新聞網）從米開朗基羅設計的穹頂頂端，一條看不見的線垂直穿過光線，深入地下，穿越了幾個世紀的歷史和建築。在地下深處，伯多祿的遺骸被埋葬在裸露的土地中。伯多祿在不遠處的尼祿競技場被釘死在十字架後，他的遺體被安葬在梵蒂岡地區的一片墳場內，與許多像他一樣無名的第人葬在一起。然而，……這個地方立即成了朝聖者的目的地。幾個世紀以來，在這個墓穴上建起了一系列越來越宏偉的紀念建築：最初是一個簡單的小聖龕，即所謂的加約紀念龕，後來被君士坦丁所建造的棺匣所包裹，接著是大額我略教宗（590-604）的宏偉建築，再後來是9世紀的基督馬賽克的壁龕，以及加理多二世（1123）的祭台，最後是1549年克萊孟八世的祭台，由博羅米尼的大華蓋所遮蔽。

### 伯多祿墓的複雜歷史

圍繞伯多祿墓的歷史是複雜而多層次的。隨著時間的推移，記憶得以保存並轉化為信仰。直到1939年，庇護十二世決定進行考古挖掘，這項工作既因戰爭時期的困難，又因客觀條件的限制而變得艱難。最終伯多祿之墓得以確認。在1950年12月23日聖年結束時的聖誕廣播講話中，教宗庇護十二世宣布找到了伯多祿的墳墓：“但關鍵問題是：真的找到了聖伯多祿的墳墓嗎？對此問題考古工作和研究的最終結論給出了一個非常明確的答案：是的。找到了宗徒之長的墳墓。”  
(<https://www.vaticannews.va/zh/vatican-city/news/2024-06/jubilee-basilica-vatican-tonb-peter-pio-xii-paolo-vi.html>)



思定會  
St. Augustine  
Youth Association

# 思定書信

2024年8月5日

你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。(瑪 6:14)

## 凌君慧的分享



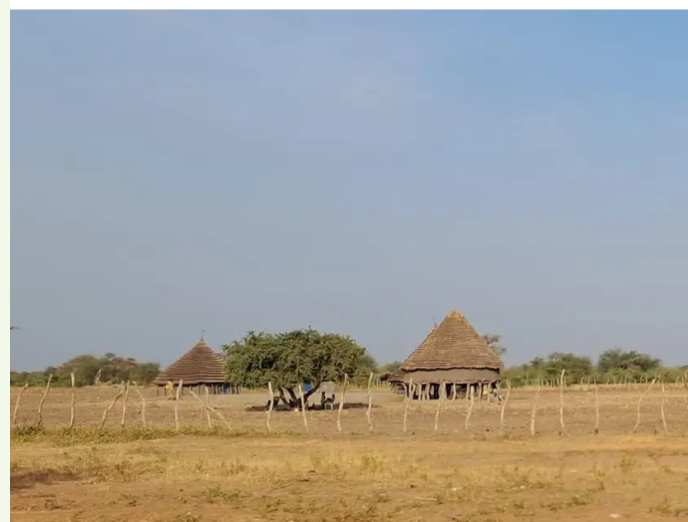
Stephania Ling  
7 Jun 2024 · 🌐

我早前跟過修女探監，但因人手不足，不是定期服侍。上星期日，修女終於正式開展了每週一次的探監事工，我又跟了去，不過我不懂丁卡語，根本幫不到手，只想觀察一下從中學習。獄中的人事不好講，但很想分享一下這裡的監獄環境，其特別之處，是看上去根本不知道是監獄 - 沒有大門，沒有圍牆，甚至沒有監房，只看到男女犯人分開在不同的樹下剃涼，晚上也是睡在戶外，似乎太自由了吧！我好奇這樣不會走犯嗎？他們說監獄周圍是平地，沒有隱蔽地方可藏身，發現逃犯會立刻開槍，死不了被關在小屋比死更難受。看似自由，但監獄風雲，危機四伏。Interesting。擁有勞動力，卻不用投資硬件，可能是全世界最省錢的監獄 😊



Stephania Ling  
23 Apr 2024 · 🌐

今天匆忙回學校，中午放學才發現忘了帶太陽帽，之前試過沒帶帽徒步回家差點中暑啊！怎料在學校搞裝修的技工居然有電單車又願意免費送我回家，感謝好人。當我吃完午餐休息一會，跟修女出鎮外的樹下教堂福傳時，遇見一學生頂著大太陽仍在回家途中，她說已經走了一個多小時，還要走一個多小時，我慚愧了！問她平時幾點開始上學，她說凌晨四點。在南蘇丹，有機會上學是福氣，但雨季水淹時，住得遠的學生根本無法上學，所以有機會時，排除萬難都要上學。感動！香港的老師超妒忌吧！



## Paul Leung 的分享

為別人的優點讚美天主吧

有一次，對一群從沒開罪過我的人，我竟突然起了反感。

我問自己：為什麼我會討厭他們呢？原來他們當時所展現出來的能力，是我所沒有的。我不擅長做那事，他們卻揮灑自如。我便嫉妒他們！

嫉妒是七罪宗之一，也是本性私慾的作為(迦5: 19-21)，絕非好事，定要消除。

如何消除？反其道而行吧。

當我被嫉妒蒙蔽時，自然就會覺得，對方的優點，是對我的威脅。但我不願承認對方真的比我優勝，只好扭曲真相，將對方的優點視為一種惹人討厭的行徑！

不過，如果我願意在真理中生活，便要承認對方的優點。不僅要承認，還要欣賞。不僅要欣賞，更要感謝，讚美把這些優點賜予他們的天主。

於是我便開始為那些人的優點而讚美天主。過了一會兒，討厭的感覺便不翼而飛。我開始意識到，他們和我一樣，都是天主所愛的兒女，都是天主所愛的兒女，而非互相競爭的對手。

真的，為別人的優點而讚美主的禱聲，決不能與嫉妒這種本性的私慾共存！

馬爾谷福音記載，耶穌治癒了一個癱子。眾人看見耶穌超凡出眾的能力，大為驚愕，遂光榮天主說：我們從未見過這樣的事！(谷2:1-12)

由於那些人承認，欣賞耶穌的優點，並為此而讚美天主，光榮天主，嫉妒的種子便無法在他們心中立足。

馬爾谷福音又記載，耶穌治好了一個枯手人。法利塞人看見了耶穌的大能後，一出去，立刻便與黑落德黨人商討如何陷害祂，如何除滅祂。(谷3: 1-6)

為什麼法利塞會有這種邪惡的反應呢？是因為他們放縱自己，順從嫉妒這種本性私慾，不但讓嫉妒這種莠子在心田裡發芽，茁壯生長，而且還讓它開花，結出壞果子來。

(臉書 2024.06.28)



思定會  
St. Augustine  
Youth Association

# 思定書信

你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。(瑪 6:14)

## 輕鬆一下

### 點樣玩？

在每行、每列、對角線  
(突出顯示以形成X)  
和水平框中放置一次 1-6  
所得的總和是 21

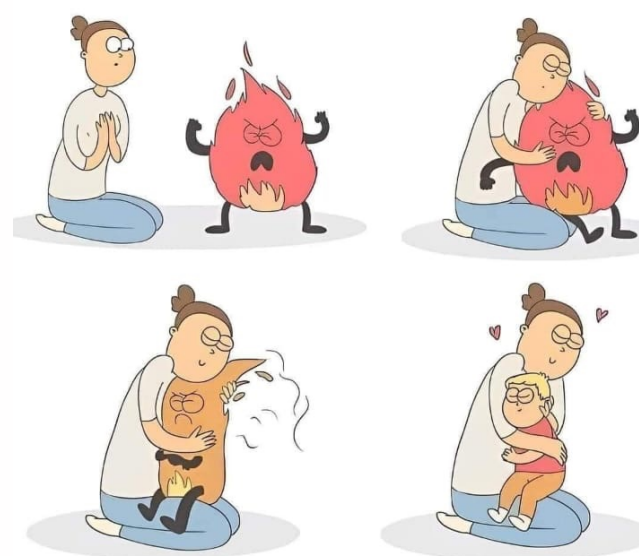
|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
|   |   |   |   | 6 |   |
| 4 |   | 6 |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |
|   | 6 |   |   |   | 2 |
|   |   |   | 2 |   |   |
|   |   |   |   |   |   |



Ausome Life ·  
Follow

2d · 🌐

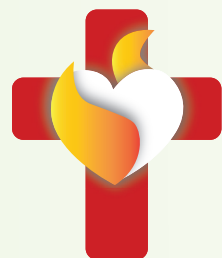
Every tantrum and meltdown  
feels like 每次發脾氣和崩潰都會系咁樣



Little Orange 橙仔  
2023年12月3日 · 🌐

It's okay to be not okay!





思定會  
St. Augustine  
Youth Association

# 思定書信

2024年8月5日

你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。(瑪 6:14)

## 愛·不怕遲

恩悅綜合家庭服務中心 家庭社工 黃孟映

記得大學剛畢業時，我總會以不同方式「拐帶」姨甥女跟我遊玩 ----- 播放卡通片、邀請她到遊戲店擲彩虹、豪買零食給她……結果都是一樣：在遊玩過後她就會轉身離開，回到那種「你有你忙碌，我有我生活」的「社交距離」。相反，姐姐只是下班回家按門鈴，就足以令姨甥女雀躍不已地開門、再滿足地環抱媽媽，看到這個畫面的我不免百感交集，是羨慕？還是妒忌？還是不解？好像都有一點。

回想姨甥女還是手抱嬰兒時，我還是個生活多姿多采的大學生。作為宿生的我一星期只有兩天會回家，忙完功課及家務後才會接觸姨甥女，而那段時間正是她的玩具時間。要是遇上她哭鬧，我就只會等待她媽媽或者婆婆來抱她、餵她、替她更換尿片。

直至近年我才開始觀察姐姐如何與女兒相處，究竟建立親密親子關係的關鍵是甚麼呢？發現飯桌是其中一個增進感情的好地方。

「今天學了甚麼新的或者有趣的知

識啊？」「同學帶了甚麼做飯後果啊？」「啊！棒球教練說你練習時愈來愈認真·愈來愈清楚自己的任務。」姐姐既會了解女兒的學習進度及難處·又會主動認識她的朋友及老師·同時留意女兒的性格特質。有時候姐姐未來得及開口·姨甥女已經會主動向姐姐和我們分享她當日在校的所見所聞——「我得了一個獎勵計劃的印章啊！」「媽媽今天陳老師播放了教育電視給我們看！」「婆婆，今天同學問我可否給她吃一隻雞翼！」

雖然在與姨甥女建立關係上我比起姐姐及媽媽遲起步，我卻不打算放棄。見微知著·我從微細事物開始：打探她在小息做了甚麼·與她一起做運動，又會介紹一些好友讓她認識。同時提醒自己，不要因為她表達對姐 姐及媽媽的愛與我有所不同而氣餒。現在，她亦會主動邀請我參加她的棒球比賽！

資料來源：香港公教婚姻輔導會

愛童 香港公教婚姻輔導會



思定會  
St. Augustine  
Youth Association

# 思定書信

你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。(瑪 6:14)



江旻憻在巴黎奧運為香港拿取第一面金牌



巴黎奧運香港的第二面獎牌 - 何詩蓓二百米銅



巴黎奧運香港的第二面金牌 - 張家朗

A tribute to Snoopy ... Follow  
4d · 🌐



Stay calm,  
I am hugging you  
in my prayers.



|    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 2  | 3  | 5  | 4  | 6  | 1  | 21 |
| 4  | 1  | 6  | 3  | 2  | 5  | 21 |
| 5  | 2  | 3  | 6  | 1  | 4  | 21 |
| 1  | 6  | 4  | 5  | 3  | 2  | 21 |
| 6  | 5  | 1  | 2  | 4  | 3  | 21 |
| 3  | 4  | 2  | 1  | 5  | 6  | 21 |
| 21 | 21 | 21 | 21 | 21 | 21 |    |

今期答案