

牆內牆外祈禱

親愛的 _____：

以下是一些代禱意向建議：

- ① 教宗2025年11月祈禱意向：為預防自殺。願那些萌生自殺念頭的人，能在各自的團體內找到他們急需的支持，關懷和愛，向美好的生活，敞開心扉。
- ② 為祖國及香港
- ③ 為在囚者及他們的家人友好
- ④ 為懲教機構及更生服務機構的職員及義工
- ⑤ 為所有病者、受苦難者、亡者的靈魂
- ⑥ 為思定會

主內：編輯組

進教之佑，為我等祈！
願主的平安常與你同在！

今期內容

牆內牆外祈禱	1
Manga漫畫	2
SEN 孩子家長	3
表達藝術療愈	4
人物專訪	5
孤獨老人	6
聖方濟各大學	7
動腦筋	8



「萬聖節」究竟是甚麼

萬聖節不是基督徒的節日。耶穌出生前三百年的北歐、西歐及英倫一帶的克爾特人 (Celts) 是供奉死神 Samhain，而十月卅一日是他們的新年除夕。他們的祭司把這天稱為「死節」，召喚邪靈及死人的靈魂。祭司會挨家挨戶索取各種奇特食物來供奉死神。如果村民拒絕給予食物，他們會咒詛這一家。這種風俗流傳到今天，便是孩子登門索取糖果，不然就會咒詛人家。這就是 trick-or-treat 的意思。

羅馬皇帝君士坦丁皈依後，立天主教為國教，下令全國人民都要歸信基督。沒有悔改的異教徒加入了教會，把各樣異教作風帶來，包括死節。由於教會無法消除民眾的異教風俗，只好把部份風俗「聖化」，特別是十月卅一日的死節。在第八世紀，羅馬教皇定十一月一日為「諸聖節」 (All Saints' Day)，來紀念教會上一切殉道的聖徒。這樣，十月卅一日便是諸聖節的前夕。後來 All Saints' Day 被稱為 All Hallows Day，而 hallows 是「神聖」的意思，十月卅一日便是諸聖夜 (All Hallows Evening)。Evening 又被縮減為 eve 和 een，前者是「前夕」的意思，後者是 evening 的縮寫，意即「夜晚」，成為今天的 Halloween，原意是守「諸聖節」的前夕。

萬聖節不但與聖人無關，實際上是充滿著黑暗和邪惡。生意人利用人對靈界的好奇，大力推廣「慶祝萬聖節」，把它包裝成一個狂歡和放任的節日，將陰森恐怖當作樂趣，把那些屬於地獄的人物漫畫化。利用趣味和刺激去遮掩邪惡，沾污許多人的生命和意識。聖經上說：「在你中間……不可容許人占卜、算卦、行妖術或魔術；或念咒、問鬼、算命和求問死者；因為凡做這些事的人，都是上主所憎惡的。」 (申18:10-12)

由於萬聖節的邪惡背景，孩童不易理解，他們關注的只是有趣的玩意，基督徒父母宜安排其他健康或屬神的活動，轉移他們的注意力。讓我們一同以正確的態度及行動，來抗衡「慶祝萬聖節」這違反基督信仰的流行文化！
(聖神內更新團體 供稿)

如果其他在囚兄弟姊妹希望收到思定會的「思定Fun享」期刊及/或個人書信，可直接告訴「思定會探訪員」，或寫信告訴我們。

你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。

(瑪 6:14)

希望



瑪竇福音4:1-11

那時，耶穌被聖神領往曠野，為受魔鬼的試探。他四十天四十夜禁食，後來就餓了。試探者就前來對他說：「你若是天主子，就命這些石頭變成餅罷！」他回答說：「經上記載：

『人生活不只靠餅，而也靠天主口中所發的一切言語。』」那時，魔鬼引他到了聖城，把他立在殿頂上，對他說：「你若是天主子，就跳下去，因經上記載：『他為你吩咐了自己的天使，他們要用手托着你，免得你的腳碰在石頭上。』」耶穌對他說：「經上又記載：『你不可試探上主，你的天主！』」

魔鬼又把他帶到一座極高的山上，將世上的一切國度及其榮華指給他看，對他說：「你若俯伏朝拜我，我必把這一切交給你。」

那時，耶穌就對他說：「去罷！撒殫！因為經上記載：『你要朝拜上主，你的天主，惟獨事奉他。』」於是魔鬼離開了他，就有天使前來伺候他。

瑪竇福音4:1-11
馬爾谷福音 1:12,13
路加福音 4:1-13

(資料來源：Manga漫畫/天主教版本/第56頁)



你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。

(瑪 6：14) 2025年11月1日

【明愛】SEN 孩子家長「生存之道」

明愛天水圍綜合家庭服務中心由2023年5月開始，舉辦「家長鬆一Zone」系列小組，以定期聚會的形式，支援懷疑或確診有特殊教育需要（SEN）孩子的照顧者，希望透過小組分享育兒智慧、減輕照顧者的壓力，並建立一個互相交流及支援的平台，讓家長在同路人的鼓勵下，找到照顧孩子的力量。

照顧有智力障礙、過度活躍或自閉症等的SEN孩子，用「辛苦」及「困難」並不足以表達，在日復日的照顧中，家長容易陷入「挫敗」、「焦慮」及「自責」的情緒中，繼而影響個人身心健康及家人關係。在小組聚會中，社工會請家長回想：「這麼艱難的照顧之路，我們也一天天的走過，是甚麼令你能夠堅持？」及「陪伴孩子時，你比較喜歡哪些特質？」而家長組員們也在分享和討論中，學會接納自己及孩子的「不完美」，欣賞自己的「堅持」、「勇敢」、「細心」、「耐性」等特質。

家長組員們在小組中分享照顧SEN孩子的家長「生存之道」，筆者摘錄其中的幾段與大家分享：

1. 和孩子相處，要站在孩子的高度去溝通。明白孩子的需求，耐心聆聽後再教導會比打罵更加有效果。
2. 有時退一步，會發現很多事都只是小事。家長如果能夠改變自己的心情，找到適合孩子的方法去教導，真的可以看見曙光。
3. 孩子和大人一樣不完美，也有「良善」和「可愛」的樣子，把這些「良善」、「可愛」放在一起看，「SEN問題」才不會大到掩蓋對孩子的認識。要相信每個孩子的「花期」不同，總會找到他們自己的路！
4. 在養育SEN 孩子的旅途上，有同路人彼此支持、互相幫助非常重要。當自己的情緒被醫治時，與孩子的相處便能迎難而上，於親子關係上大有裨益。
5. 孩子在成長時，家長也在學習，學習愛孩子的同時，家長也要愛自己。

藉此分享，祝福每個家長能夠找到適合自己及孩子的「生存及相處之道」，將「生存」轉成「生活」，活出自己及孩子都喜歡的樣子！

(資料來源：公教報第4252期 2025.08.17)

籲SEN家長 放下期望專注當下

「我連聽日係點都未必可以確保，點解我又要
百份百確保我小朋友嘅生命一定係好順暢？」

💡 「SEN孩子」指的是有「特殊教育需要」（Special Educational Needs, SEN）的孩子。這些孩子在學習或日常生活中可能遇到困難，需要額外的支援和特別的教學方法。他們可能有的特徵包括注意力不集中、語言或社交溝通困難、專注力不足或過動症(ADHD)、學習障礙（如讀寫障礙）等。

💡 SEN 孩子的常見特徵

- 思維及記憶力：思維可能比較具體，缺乏抽象和邏輯思考能力，或記憶力較弱，難以記住複雜資訊。
- 專注力：可能注意力不持久，容易分心，難以集中。
- 語言及表達：可能有語言能力較弱、發音不準確或詞彙量有限的問題。
- 運動協調：手眼協調或肢體協調能力較差，可能影響自我照顧能力。
- 社交能力：難以與他人有效溝通和互動。
- 情緒管理：可能有情緒管理上的困難。

(資料來源：AI Overview)

你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。

(瑪 6：14)

2025年11月1日

【明愛】表達藝術療癒 — 院舍青少年的成長路

現今青少年面對的挑戰比我們想像的多，明愛樂恩中心是服務一群因家庭、個人行為或情緒上，面對困難，及其家庭暫時無法提供適當管教及照顧，現正接受住宿照顧和訓練服務的青少年。她們的自我價值、社交、家庭關係和溝通等無疑受到影響，加上處於青春暴風期，在面對多變又未知的生活時，青少年對自己的內在情緒、想法及憂慮未必可以隨心表白。

傳統的小組工作著重言語表達和分享，但臨床經驗告訴我們，言語是有局限性的，不少內在的思緒和感受是難以用三言兩語表達，由於言語主要來自思考意識，加上表達情感的詞彙有限，一些潛伏內心的經歷便未能完整又真確地抒發出來，久而久之，這些被抑壓的情緒不單影響健康，還讓青少年們不自覺地隱藏自我，未能覺悟自己的真正需要。因此，中心社工和註冊表達藝術治療師合作，為青少年們度身訂做「人本表達藝術治療」小組。

如藝術治療先驅伊迪絲·克萊默提出，青少年們在小組歷程中，能夠釋放情緒，享受到藝術創作帶來的樂趣和滿足感。從雜誌拼貼到布公仔創作，探索與表達的交替本身已是個修復過程。為了讓她們加強自主性，我們提供不同藝術媒體的選擇，如視覺藝術、音樂、聲音、舞動、戲劇、詩歌和創意寫作等。

藝術本來就是以個人的感受、經歷及想表達的去創作出獨一無二的作品。青少年們的創意無限，她們採用的顏色、物料、圖像、樂器、聲效、身體動作、表情和文字等皆是獨有的創新語言，貼切又安全的表達自己。在小組裡，她們善用藝術語言的蘊涵隱喻和想像空間，按自己的身心狀況決定分享的方式、內容和深度，而作為聆聽者時，她們學習用自身的經

驗去感應、理解和聯繫。無聲的支持正是心流的共鳴。

中心職員一直陪伴青少年成長，教導女生學習面對情緒、表達需要及自我覺察，但單靠言語分享未能全面兼顧。相對於個人輔導，表達藝術小組優勝之處在於組員可以參考不同的藝術表達方法，交流無限的創意，從中擴闊創作的視野，得到更多的靈感和啟發，加強創造力和能力感。藝術活動有助青少年們釋放思緒，把負面情緒有建設地存放在創作裡，騰出心靈空間，聆聽和覺察內在的需要，更全面照顧身心社靈。透過集體創作，組員可以互相支持，從合作中加深自我了解，從別人的作品和分享中，意識到自己並不孤單。當一起完成作品後，大家更獲得不少的啟發、成就感和生活滿足感。

最後，我們更會將組員的作品在中心的嘉許典禮中作展示，這不僅讓更多人看到青少年們的故事、感受和成長軌跡，更進一步增強她們的自信心及歸屬感。趣味多元的創作過程為院舍生活注入愉悅和活力的色彩，她們曾經在黑暗裡迷失，在挑戰中掙扎，幸好藝術引領她們找到希望和支持的光。



(資料來源：公教報2025.10.19)

你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。

(瑪 6：14)

2025年11月1日

【人物專訪】醫治受傷的基督 教友何曉輝醫生



然不是我一個人的努力，而是前輩們共同努力。」眾人攜手的努力獲得肯定，也讓他下定決心守護醫院的急症室。

協助醫院發展創傷科

伊利沙伯醫院急症室曾經處理香港多宗大型災難，包括1996年11月20日的嘉利大廈五級火警，造成41人死亡、80人受傷，大批傷者被送往該院救治。何醫生憶述，令他最感痛心是消防員殉職，「消防員摸黑救火時從電梯井墮下，這是高空墮下導致嚴重受傷的案例。當時我已盡力急救，惜返魂乏術。」

每當發生災難事故後，何醫生積極與同事們檢討醫療流程，並引進新技術，以挽救更多生命，例如聯合多個專科組成的嚴重盆骨創傷醫療隊，從中推動創傷科的發展，「我們發現，從高處墮下和遇上嚴重交通事故導致盆骨創傷的病人，幾乎無一能活下來，傷者多數是年輕人，他們的盆骨往往被嚴重壓碎……有指『開刀』動手術會引起出血，病人仍有可能死亡；也有人認為利用X光技術放置導管以止血，但病人未必能撐到完成此程序的階段；另有意見主張應先固定盆骨以防止出血。這三種方法各有成功和失敗的例子，死亡率超過60%。經過多年努力，我們於2008年至2010年間將上述三種技術結合，由不專科的人員於同一時間合力施手術。這個『三合一』方法非常奏效，將死亡率降至約20%。」

在伊利沙伯醫院服務將近40年，何醫生最感到欣慰的是與同事合作順利，他體會到同事之間的張力成為了互相鞭策對方進步的動力，「我們無法控制生死，可能只有天主才能掌握。醫護人員只能善盡職責並信靠天主，善用知識和技術去救人。」儘管不能掌控生死，他特別為亡者的親友安排向遺體告別的空間，讓親友感受到安慰。

「多年來，我在日常工作中不斷祈禱，祈求天主守護所有同事，並保護香港的醫療系統和市民。」他相信天主才是最懂得醫治人的醫生，醫療人員應保持謙遜和望德，「我深盼年輕醫護人員一直保持心火，有信仰的一群更應該如此。」（鄧）

（資料來源：公教報2025.10.19）

「信仰對我行醫而言非常重要，它提醒我不應獨善其身，最重要的是讓世界變得更美好，而我們眼前的病人，或許正是耶穌基督的化身。」教友何曉輝醫生參與推動香港的急症發展成為專科，並曾帶領伊利沙伯醫院急症室團隊救治多宗大型災難的傷者。他坦言，經歷歲月洗禮後，有時難免會感到麻木，惟有與耶穌和救人夥伴同行，才能讓他保持初心。

63歲的何醫生已達退休年齡，卻為了協助同袍對抗疫情，重返伊利沙伯醫院急症室擔任顧問醫生。2022年，網絡上流傳一段他在員工大會上為「第五波」疫情而痛心落淚的影片，在社會上引起頗大迴響。

為抗疫延遲退休

「當時急症室的情況只能用『屍橫遍地』來形容，地上散落著十多具遺體，病人則躺在一旁等待急救，醫護人員必須穿梭於遺體之間搶救生命。這是前所未有的困境，我為同事們的辛勞而落淚。」

何醫生兄弟三人因就讀天主教學校而領洗，他於1986年在香港大學醫學院畢業後，於1987年起在伊利沙伯醫院工作至今。他於1994年成為外科醫生後調任到急症科，協助發展當時尚處於起步階段的「創傷科」，「外科在眾多專科中被視為最頂尖，而急症科在1990年代中前尚未成為專科，昔日的急症室醫生做滿一年半載便轉往其他專科。故此，轉職初期令我陷入低潮，三年來難以適應，時常渴望回到外科。」

然而，嚴重受創病人的痛苦畫面，令他重新審視自己的行醫使命，「轉往急症科是我醫療生涯中的重要轉捩點。我見證了急症科於1997年成為專科，這當

你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。

(瑪 6：14)

【醫牧心聲】牧靈工作者的視角——孤獨老人

我時常與牧靈部的義工們傾談，詢問他們身邊最常遇到的事情。義工表示，需要陪伴的，就是孤獨的老人。孤獨老人其實很多，我在醫院探訪過的伯伯或婆婆也不少，雖然有數個子女，但常見來探訪的只有一個，甚至一個也沒有。

老人家得不到子女陪伴，原因有很多，有的子女工時長，但最常見的原因，是因為子女移民外地。長者雖然感到無奈，但亦支持子女，尤其是覺得孫仔孫女在外國可以得到更好的生活體驗和教育，就會覺得自己孤獨也是值得的。但往往這些長者在初老期 (young old) 的時候，都會瀟灑的說：去吧！不用擔心我們，畢竟我們能自己照顧自己。是的，很多長者剛開始享受退休生活，閒時和朋友茶聚，遊山玩水，每年飛到外地探望子孫，不亦樂乎。但時間一晃就已經進入中老期，天主的召叫就以病痛的形式，在這時候給我們一個大打擊。在這個時候，著實需要思考出院後照顧的問題，卻發現子女都在外國落地生根，自己也對適應外國居住的新環境感覺困難，特別是去到外國要寄人（兒女）籬下，這時候內心矛盾再加上病痛的煎熬、生活的改變，心靈就感到格外空虛。

這時候社會保障給予的最多是物質上或照顧上的幫助，**真正能陪伴老人的，還要靠這個人一**

向建立的人際網絡。在我探訪過的老人家最少有一半都沒有人際網絡，尤其是當大家都年老和生病時，大家各有各窮困，並不能靠長者去探望長者。**其實探訪老人，都離不開陪伴他們面對孤獨無助的心情，**而堂區，以至整個社會都應建立一種互相關懷的關係，讓無依的人的心靈有所寄托。

(資料來源：公教報第4256期 2025.09.14)

你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。

(瑪 6：14)

2025年11月1日



聖方濟各大學

Saint Francis University

聖方濟各大學 (Saint Francis University, 縮寫: SFU)，是香港的一所天主教私立大學，舊稱為明愛徐誠斌書院、明愛徐誠斌學院、明愛專上學院。由香港明愛成立，於 1985 年創校。最後於 2024 年正式由專上學院，升格為一所大學，成為繼香港樹仁大學、香港恒生大學後，香港第三間私立大學，亦是香港首所天主教私立大學。

聖方濟各大學致力開辦配合社會人才所需、切合學生升學及就業目標的課程，提供靈活及多元化的升學階梯，包括護理、物理治療等的健康科學及社會服務相關的課程，以助建設健康、關愛共融的社會。屬跨學科的人工智能、數碼娛樂科技、翻譯科技等範疇的人文及商業學科則致力培育創新科技人才。目前，聖方濟各大學開辦14個學位課程(包括應用學位)、2個碩士課程和4個高級文憑課程。

聖方濟各大學將繼續與毗鄰的明愛白英奇專業學校(該校主要提供副學位課程)協作，提供一條龍的升學階梯，讓有志的青年人，不論起點，均有達至成功目標的發展大道。

聖方濟各大學座立於將軍澳翠嶺里2號（港鐵調景嶺站B出口）。

聖方濟各大學委任 張仁良教授為新校長

(本報訊) 聖方濟各大學(方大)於9月15日宣布委任張仁良教授為方大校長。張教授是香港高等教育界的傑出領袖，學術成就卓越。他於2013至2023年擔任香港教育大學校長，並曾任香港浸會大學工商管理學院院長及金融學講座教授。方大校董會主席周守仁樞機與方大校務會主席張健利資深大律師皆對張仁良教授的新委任致以歡迎。周樞機十分認可張教授的成就：「他是公認的高等教育界領袖，擁有傑出的學術成就。他了解方大的優勢和抱負，並致力履行方大的使命，帶領它向前邁進。」

張仁良教授在接受任命時發表了感言：「我對於大家對我的信任感到榮幸，並懷著謙卑的心接受這個新任命。方大是一所年輕且充滿活力的應用科學大學，在護理和社會工作培訓領域長

久以來處於領先位置，其他課程如幼兒教育、人工智慧、商業與酒店管理、設計等皆獨樹一幟。這些課程領域盼能為國家、為香港的未來發展作出承擔和貢獻。」他期待與方大同仁展開緊密合作，並秉承方大「自強不息」的校訓，充份發揮大學的潛力，為年輕人提供上流機會與帶來希望，給他們創造更美好的未來。

方大亦感謝盧鐵榮教授在擔任署理校長時所作出的貢獻。盧教授將擔任副校長（研究及發展），繼續推進方大的研究工作。

方大深信，在張教授的領導下，方大能繼續為莘莘學子提供多元化的課程及靈活的升學階梯，培育出具專業知識，實務能力，以及良好品格的優秀人才，為社會作出貢獻。(公)

(資料來源：公教報2025.10.12)

恩定Fun享

St. Augustine Youth Association



天上有愛
人間有情

你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。

(瑪 6:14)

2025年11月1日

動腦筋

	X		Z				Y	
Z		W						
		R				T	X	
	W		X			U	R	
U		T						
				R				
S				U	X	Y		W
			W					
				Y	T			X

1				8				9
	5		6		1		2	
			5		3			
	9	6	1		4	8	3	
3				6				5
	1	5	9		8	4	6	
			7		5			
	8		3		9		7	
5				1				3

★ 督印人：郭炳輝執事
編輯：Agnes
校對：Gloria
排版：Jane
印刷及郵遞：Samson

十月玫瑰月

20 為工作和諧 祈禱

主，求祢祝福我們的工作場所，
使僱主與僱員彼此尊重、
同事間互助互諒，
願我們的工作不僅增益生活，
也為讚頌光榮祢。

「工人自當有他的工資；
你們不可從這一家挪到那一家。」
(路10:7)

歡喜五端

生命恩泉



『思定會每月在沙咀教導所、
沙咀勞教中心、勵志更生中心、勵敬德
教所、勵行更生中心定期舉行宗教班，
如有興趣探索人生、認識天主教信仰，
歡迎向所屬福利官查詢或申請參加宗教
班小組聚會。』

	St	St	St	St	St	St	St	St	St
St	E	7	6	9	1	8	2	4	5
St	9	4	5	6	2	E	1	8	7
St	8	1	2	5	7	4	E	9	6
St	2	9	7	8	E	6	5	1	4
St	5	6	1	4	9	2	8	7	E
St	4	E	8	7	5	1	9	6	2
St	1	8	4	E	6	5	7	2	9
St	7	2	E	1	4	9	6	5	8
St	6	5	9	2	8	7	4	E	1

X	S	R	L	A	A	N	Z	M
L	N	A	Z	S	M	X	A	R
M	Z	A	X	N	R	A	L	S
A	L	Z	M	R	N	A	S	X
S	M	X	A	Z	A	L	R	N
A	R	N	S	L	X	Z	M	A
Z	X	L	N	M	S	R	A	A
R	A	S	A	X	L	M	N	Z
N	A	M	R	A	Z	S	X	L