



你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。

(瑪 6: 14)

天主是愛

2026年2月15日

牆內牆外祈禱

親愛的

教宗2026年2月祈禱意向：

為身患不治之症的兒童祈禱。願身患不治之症的兒童及其家人得到必要的醫療照護和支持，永不失去力量和希望。

- 為祖國及香港祈禱。
- 為在囚者、懲教機構及更生服務機構的職員和義工，及他們的家人友好祈禱。
- 為病者、受苦難者、亡者的靈魂祈禱，並為各人心中的意向祈禱。
- 願主的平安常與你同在！平安美善！

主內：編輯組

進教之佑，為我等祈！
願主的平安常與你同在！



聖灰禮儀(Ash Wednesday)

四旬期是慕道、悔改、準備與基督一起逾越的時期，是從聖灰禮儀(星期三)開始直至復活慶節前一日為止。2026年的聖灰日是農曆正月初二。

聖灰禮儀星期三的來由是早期教會讓犯了大罪的人，有公開懺悔及補贖的機會。禮儀中，神父在他們頭上撒上灰土。十一世紀末期，教宗吳爾班二世把公開悔罪的「撒灰禮」推至全體教友。

當今授予聖灰的經文，已經改為「你要悔改，信從福音」。神父用祝聖了的灰燼在領受聖灰者的額上畫上十字標記。灰燼是使用去年祝福過的棕櫚枝或其它樹枝焚化而成的。

「撒灰禮」是罪人贖罪的標記，意味著要同時守齋，現今聖灰禮儀仍保持守齋的傳統，而領聖灰已變成一些教友的熱心表達方式。

(資料來源：聖母無原罪主教座堂網站 2019.01.09)

(文字修輯：本刊出版組)





天上有愛

你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。(瑪 6: 14)

人間有情

2026年2月15日

我們都是天主的眼前人

葉慶華神父

在令人心碎的災難發生後，常聽到人們彼此提醒，要珍惜眼前人。這是很好、很適切的提醒，然而聽多了，又覺得似乎有些不足夠的地方。耶穌命令我們要彼此相愛，當然要珍惜眼前人，但基督徒的珍惜眼前人又是否與其他人的完全一樣呢？這令我細想在珍惜眼前人的話裡，「珍惜」到底有甚麼含意，在人生的界限面前，珍惜眼前人的呼籲又是否需要一些補充。

珍惜，可以用於得來不易的東西。例如：我們要珍惜用水。珍惜，也可以用在易於消逝的事物。例如：珍惜光陰。我相信這兩個意義的珍惜，都包含在珍惜眼前人的話裡。跟我們有密切關係的眼前人，造就了我們的生命，甚至構成我之為我的一部分，確是得來不易，沒法用另一個人來替代，儘管各人都有些缺點，總是改不了，卻仍然珍惜。但不管是甚麼人，必會有一天因某種緣故離開我們。陰陽相隔，難免感到遺憾。然而基督徒的珍惜眼前人，內裡包含著一份期待，在珍惜中期待使我們彼此連結一起的上主，以超乎我們能力的方式，將我們的關係修補、提升、深化。無論他們離開了我，或是我離開了他們，我們所期待的，將會在末日基督再來時得到實現。

若果你珍惜眼前人是因為怕以後再見不到對方，為免將來後悔莫及。所以你能夠見到他們的時候，就竭力要抓住機會，不容有失。若果我們真的相信永生，這種憂慮豈不是出賣了我們所信的嗎？這當然並不表示我們不用珍惜眼前人，而是要弄清楚珍惜的意義。我認為珍惜眼前人，就是重視每一個相見的機會，投入每一個見面的時刻，人在那裡，心在那裡。就如我們品嚐美食時，會留心細嚼，享受每一口的滋味。當然，擺在眼前的美食總會吃完，但我們所珍惜的眼前人，卻會如耶穌所許諾的，生活直到永遠。人

有不同的方式活著：今天的眼前人，可以讓我們拉著手、擁抱、親吻，他們離世時，只是進入另一種活著的模式，一種以我們現今的狀況沒法看到，甚至沒法想像的模式。我們感到悲傷，正是因為我們不能再如以往一樣碰觸到他們，聽到他們的聲音，眼前人再不能出現在眼前。

醒寤祈禱，轉向生命最終的源頭，重新相信所有人在天主眼中都是活的(參路二十37-38)，就是要避免今天見不到，就是永遠見不到的想法。基督徒的珍惜眼前人，不是出於悲情的依依不捨，更不是歇斯底里的拉著不放手，而是出於對天主的感恩，感謝天主賞賜的這段關係。天主的恩賜並不止於今世，祂那永存不朽的愛，要將我們連繫到永生的將來。珍惜眼前人的同時，亦須要有將眼前人交託於慈愛的天主手上的心態。基督徒的希望就在於此。我們眼前人的生命不是由我們而來，亦有個不是我們可以看得清、看得透的將來。他們也許會有一天不再在我們眼前出現，但卻會永遠活在天主眼前。我們大家都是天主的眼前人，永遠是天主所珍惜的眼前人。

• 作者為聖神哲學院專任教授
(資料來源：公教報2025.12.21)



AI 繪圖



你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。(瑪 6: 14)

天主是愛

2026年2月15日

【人物專訪】 來自墨西哥的信仰種子 薛衛道神父

來自熱情國度墨西哥的薛衛道神父 (Salvador Sanchez)，不知不覺間已在香港度過了近四十個寒暑。現年68歲的他，隸屬墨西哥外方傳教會，自1984年踏足香港以來，便將大半生奉獻給這片土地。驀然回首，這一切不僅是天主的安排，更是一段順理成章的聖召之旅。

薛神父的修道種子，早在他年少時便已播種在心。他成長於一個擁有多達十一位兄弟姊妹的熱鬧大家庭，在家中排行第二。全家人都是虔誠的天主教徒，家中充滿愛。

「我小時候並沒有太多特別的想法，因為我們早習慣了與教會生活無異的作息。」薛神父回憶道。從小學到中學，無論是學校教育還是堂區的主日學，信仰的薰陶從未間斷。那顆向主之心，如同呼吸般自然，從未動搖。直至15歲，他在同學的邀請下，參加了墨西哥外方傳教會修院的活動。這次契機讓他正式回應天主的召叫，毅然加入修院，踏上修士的培育之路，立下了往外地傳教的決心。

墨西哥信仰文化的底蘊

薛神父的聖召與其成長背景密不可分。墨西哥是一個信仰氛圍濃厚的國家，昔日超過九成人口為天主教徒，即使是現在，亦維持約八成的比例。墨西哥外方傳教會的神恩與使命，正是要將這份源自墨西哥的深厚信仰與信德生活，分享給世界各地的人，展現他們與天主的親密關係。

正因深受這種文化底蘊影響，薛神父並沒有花費太多時間去掙扎或辨別，便確定自己的方向。儘管他的兄弟姊妹在成長過程中，因生活忙碌而逐漸遠離教會，甚至鮮有主動聯繫，但修會特別重視會士與原生家庭的連結，這讓薛神父不時回鄉探望親人，在短暫的團聚中重溫親情，延續這份源自血脈與信仰的愛。

矢志到海外福傳

相對於留在本國教區服務，薛神父更渴望海外傳教。然而，他與香港的結緣，卻源於一個美麗的「誤會」。1984年，當時尚未晉鐸、仍是修士的他，對於「香

港」二字感到陌生，甚至不知其地理位置。當時，修會詢問他是否願意前往香港修讀哲學及神學，他懷著開放的心態答應了。原來，當時修會僅有一名修士孤身在港學習，為了不讓那位弟兄感到孤單，修會決定派遣薛神父與另一位修士前來相伴。雖然後來那位原本在港的修士於三個月後離開了，但薛神父卻留下來，並以此為家。

他在香港聖神修院完成了神哲學培育，並於藍田聖愛德華堂服務並學習牧民工作，1987年在聖方濟各堂晉秩為執事。值得一提的是，雖然他在香港領受執事職，但按墨西哥外方傳教會的傳統，回到家鄉晉鐸，藉此領受修會團體及親友的祝福，隨後再返港繼續服務。

堂區牧民與聖召反思

近四十年來，薛神父的足跡遍及香港不同堂區，從早期的藍田聖愛德華堂、聖瑪竇宗徒堂，到今天服務的聖斯德望堂。他深刻體會到，儘管香港地域雖小，但每個堂區的文化、氛圍與牧民需要截然不同，各有其難處與挑戰。為了貫徹傳教士的使命，他樂於接受派遣，前往不同堂區服務。

總結自己的聖召路，薛神父稱：「聖召的意思，是找到自己來到這個世界的目的，找到天主給予我們生命這份禮物的原因，以及學習如何過喜樂的生活。」這份喜樂，正是支持他在異鄉傳教四十載的最大動力。(郭)



(資料來源：公教報第4708期 2025.12.21)



天上有愛

你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。(瑪 6: 14)

人間有情

2026年2月15日

義工Iris來稿： 我沒有特別的藝術天賦



我沒有特別的藝術天賦，但享受創作的過程，尤其是從無到有的製作中所投入的專注感。

於1月11日參加了聖安多尼堂舉辦，由陳鴻基神父主持，主題為「陶工·陶樂」的培育工作坊。創作最困難往往是起步階段，不知該從何著手。受到陳神父道理的啟發，他提到用心和愛去投入當下的創作，比技術本身更為重要。

當我看著陶泥，想到農曆新年時母親造角仔的方法。我將陶泥揉成兩顆圓球，並將其捏成了一個頭形，這讓我又想到聖母瑪利亞。最終，我完成了這件作品。

然而，作品帶回家途中，頭部不慎斷裂了。回家後加點水修補，最困難的是頭部前傾低垂，無法穩固地站立。後來我改變了方法，放棄原本圓形穩固的底座，改以扭轉的方式調整基底，雖然稍微偏斜，但竟意外地讓作品穩

穩站立，頭部也昂然抬起，呈現出一種挺直、向前凝視的姿態。面對人面對事的種種變化與無常，如果沒有信德與望德，可能就让這陶藝斷了就算吧。正如陳神父所說「圓滿的愛才可克服一切恐懼。」

即使人生經歷支離破碎，憑著天主的愛，憑著信德與望德，我們仍然能為這塊破碎的陶土加點水，重新修補，重新塑形。即使原本的基礎並不圓滿堅固，我們依然能重新調整，換個角度站起來，走出另一條不同的路，展現另一番風貌與境遇。

我們每一位，都是天主獨一無二的創造。不論樣貌和身份如何、不論經歷怎樣，都是無比珍貴、值得珍惜的存在。

(資料來源：公教報2025.12.28)

(撮寫：本刊編輯)



聖座聖赦院頒布法令:2026年開始聖方濟各特殊禧年

為紀念亞西西的聖方濟逝世800週年,2026年1月10日至2027年1月10日舉行聖方濟各特殊禧年。為此,聖座聖赦院頒布法令,授予全大赦。法令中指出,「願這特殊的一年激勵我們每一個人,依各自能力效法聖方濟各,盡可能依照基督的楷模塑造自己,不要讓剛剛結束的禧年精神化為烏有」

聖方濟特殊禧年

聖方濟逝世八百週年

(2026年1月10日至2027年1月10日)

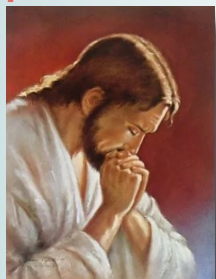


你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。(瑪 6: 14)

天主是愛

2026年2月15日

聽說祈禱好有力量，為甚麼我又感覺不到呢？ 祈禱靈修縱然會加強『天主愛我』的意識，那又有甚麼用？



A) 怎可知道自己多了力量？

1. 有時天主的助祐是很明顯的，例如：祂出手（甚至行個神跡）來幫你，或給你安慰等正面的感覺（讓你感覺到祂的安慰），那麼，你就好振奮，好有力量了。
2. 但祂也有不明顯出手和施恩的時候。如果你持之以恆去祈禱和靈修，漸漸你也會加添了力量。這就好像人們平日做運動那樣，短期內不大發覺到功效，但日子有功，在天氣轉涼了，而你沒有着涼；或行上幾層樓後，沒有喘氣，你就忽然發現原來自己強健了——即是「力量多了」/「好有力量」。

B) 祈禱靈修有何用？它如何增強力量？

3. 運動可以是拉筋、跑步等，其效果就是加強心肺功能。祈禱靈修又是怎樣的呢？你每天祈禱，其方式可以是參與彌撒、唸經、與主閒談、看聖經、默想、默觀……其效果是加強了你對天主意識。「意識」就是好深好清晰的覺察。

4. 祈禱靈修會加強你甚麼意識呢？那意識就是「天主愛你」、「天主會保護你」、「天主會睇住你」、「天主同你同在」、「有甚麼天主都會同你一起擔當」……耶穌在受難前的最後晚餐中對門徒說：「看，時辰要來，且已來到，你們要被驅散，各人歸各人的地方去，撇下我獨自一個，其實我不是獨自一個，因為有父與我同在。」（若 16：32）由最尾兩句可知，耶穌也有很深的「天父與自己同在」的意識。

5. 你有上述「天主愛你」等意識，你就好像覺得全球首富很疼愛你、會保護你、會「睇住」你、同你同在（即同你在一起），有甚麼事他都會同你一起擔當……你整個人就會很不同了，就算有風風雨雨，你會「定」好多、會較輕鬆、會較放膽、會較正面、會較平安喜樂……你心裏能夠這麼安穩（俗語所謂「咁定」），即是你EQ高了，抗逆力增加了，有力量哩！如果你有兩個下屬，學歷年紀工作能力全都相近，只是面對風浪時，一個較「騰雞」，一個較「定」，你會依重誰？升職時升誰？

6. 此外，又因為「天主愛你」——亦即是祂接納你的本相——於是，你漸漸會有較高的自尊（就是去到「九型人格」各號碼的健康Level），可以接納自己的陰暗面，減少浮誇，心裏踏實許多……人家只是開心地分享他的子女考了第一，或新居入伙邀你上去坐坐（不是旨在「串」你），你不會覺得人家在「晒命」，在「暗串」我子女成績稍遜，也不會自覺比下去（你住新屋，我就住舊的），人家笑你啁牙，你可以泰然自若……你的胸襟猶如「將軍額上能跑馬，丞相肚內可撐船」，你有很大承載的能力，你的心有自信——這些都是「力量多了」/「好有力量」。

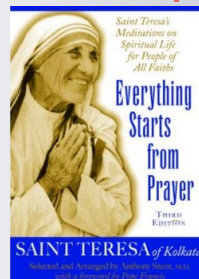
C) 怎可快點知道自己多了力量？

7. 遇上天氣轉涼了，而你以前不像以前那樣容易傷風，你就知道自己強健了；遇上人生風浪，碰到自己的陰暗面，而你比以前是更加輕鬆的面對，那就知道自己多了力量。

8. 誰想知得快一點，就多省察，這可使我們較為敏於察覺自己的運作和轉變。

9. 當然，誰若心裏經常想著好東西必定沒有自己的份兒，時常說否定自己的話，這也會影響他——即使明明有力量，也感受不到。但你若察覺並承認自己有這種傾向，你又會較容易改善過來。如何改善？多祈禱靈修，清理一下自貶的負能量便是。

Michael 謝有雄 2026.01.28





天上有愛

你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。(瑪 6: 14)

人間有情

2026年2月15日

親戚大小事

親戚間的大小事

1月26日下午2:04

「好好讀書，第日俾份工佢咗」——聽到呢句我醒咗。

今朝同個仔去便利店買水，準備行山。門口有個阿伯坐喺度，面前放個兜。我個仔望住，細細聲問：「媽咪，佢做咩嘞度？」我喉嚨一緊，諗緊點答。

點知前面有個阿公，拖住個同我仔差唔多大嘅細路，行過。把聲好淡定，我聽得一清二楚：「你睇到啦？所以你一定要努力讀書。」我心諗：唉，又係呢套。讀唔成書就係咁。點知個阿公跟住講：「第日大個咗，有能力，就要創造多啲機會，等呢啲人都可以有份工做，有瓦遮頭。」

我企喺便利店個雪櫃側邊，成個人愣咗。因為換轉係我，或者我老公，甚至我媽，九成九會衝口而出：「你見到未？唔好好讀書，第日你就係咁！」由細到大，我聽嘅、我以為要教仔嘅，都係呢句。

個阿公拖住個孫，繼續行上山。我拖住我個仔，不由自主跟住佢咗後面。唔係跟蹤，係我想聽多啲。行到上山頂，個阿公指返落山腳間便利店方向。風好大，但佢把聲好穩：「你睇，唔理你喺山腳定山頂，都會見到有需要幫手嘅人。」「讀書，唔只為自己企得高。係為你睇得更清楚，明白人地點解會喺低位。」「然後用你學到嘅嘢，令個世界公平啲，暖啲。」「可能第日，你可以令到少啲人，行得咁辛苦。」

我個仔就咁望住我，明明得五歲，對眼好似明明啲唔明啲。但我個心，好似俾人搽咗一鎚。我諗返起琴晚，我先因為阿仔默書唔合格，鬧到佢喊。我話：「你唔溫書！第時點同人爭？做廢佬啊？」佢驚到震嘅樣，同而家山頂上自由嘅風，形成強烈對比。我一路以為自己係為佢好。原來我只係將我嘅焦慮，我對「跌落去」嘅恐懼，瘋狂咁倒落佢度。我教識佢嘅，係自私同競爭。但個阿公教緊嘅，係責任同溫柔。

落山嘅路，我拖實個仔。行到便利店門口，個

阿伯仲喺度。我有急住拉個仔走。我蹲低，同個仔講：「頭先阿公講得好好。」「媽咪之前講啲啲，係錯嘅。」「我哋讀書學本事，係為咗自己企得穩，同時…」我望住個乞討阿伯，再望住我個仔：「…同時，睇到人哋需要幫忙嘅手時，我哋有能力，可以拉人一把。」個仔似懂非懂，但佢望咗望個阿伯，然後好認真咁點頭。

返到屋企，我將呢段經歷講俾老公聽。佢本來睇緊手機，聽到後尾，都放低咗部機。我話：「我哋以後，可唔可以換個方法教個仔？」「唔好再嚇佢。試下引導佢，個世界可以因為佢而好咗。」老公沉默咗一陣，講咗句：「個阿公…係有料。」

就係嗰晚，我哋冇再催個仔溫書溫到半夜。我同佢睇咗本關於不同職業嘅圖畫書。我知道，呢個改變好細微。香港嘅教育制度唔會因為我嘅覺悟而改變。但我個仔嘅世界觀，可以由我嘅一句說話開始塑造。我唔想養出一個只識驚、只識爭嘅精緻利己主義者。我想佢成為一個，腳下有力量，心裡有溫柔嘅人。教仔，原來係一場我自己嘅修行。我嘅格局去到邊，個仔就看到幾遠。由「驚你做乞丐」，到「希望你令世界少個乞丐」。中間隔住嘅，唔止係一句說話。係成個思維嘅翻轉。

各位，你平日又係點樣教子女嘅？你會唔會都係唔覺意，講咗啲令佢驚嘅說話？

(臉書2026.01.26) (段落整理：本刊編輯)





你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。(瑪 6: 14)

天主是愛

2026年2月15日



你猜我又猜

1

國王搭飛機
(猜明星)

2

兩姐妹一樣長，
出入都成雙，酸
甜苦辣味，他們
總先嘗。(猜物品)

3

沒到手想搶到
手，搶到手卻扔
出手。(猜物品)

5

有點自大
(猜一個字)

6

豬八戒照鏡子
(猜俗語)

4

身穿綠衣裳，肚
裡水汪汪，生的
子兒多，個個黑
臉膛。(猜食物)

答案： 1. 王菲 2. 筷子 3. 籃球 4. 西瓜 5. 臭 6. 裡外不是人



天上有愛

你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們。(瑪 6: 14)

人間有情

2026年2月15日

數獨

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

動腦筋

請填入橫直相加得到總和的數字在空格中

	x	9	x	1	=	54
÷		+		+		
	x		-		=	1
+		x		+		
	+		x		=	55
=		=		=		
11		39		13		

		13		63		11
		=		=		=
55	=	5	x	3	+	8
		+		x		+
1	=	7	-	4	x	2
		+		+		÷
54	=	1	x	6	x	9



『思定會每月在沙咀教導所、沙咀勞教中心、勵志更生中心、勵教懲教所、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。』



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

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