



三藩市總教區 聖馬爾谷堂區通訊



二〇二四年四月、五月及六月

325 Marine View Ave, Belmont, CA 94002, U.S.A Tel: (415)706-6562

No. 127

編者的話

空虛、痛苦、疾病、困擾、死亡……人生就是充滿各式各樣的憂慮；要除去世上所有的痛苦是絕對不可能的事，也不是每一個要受著苦的人有能力去抵抗。但有一件事是我們可以做得到的，我們要有信心，我們的痛苦終有一天會除掉，正如中國人所說：「先苦後甜」。而作為基督徒，我們堅信我們信仰的根源耶穌基督自墳墓中復活，更移開了門徒及婦女們的心底墓門，祂使每一個信祂的人在困境之中，能將心內的石頭移開，祂使人再度復生，而基督正是死者復活的首生者。



二零二四年我們有二位兄弟姊妹，經過整年的視頻慕道課程及本人六次的會面教授，他們決志棄暗投明，願意渡光明磊落的生活，加入天主教信仰大家庭，他們經驗天主的大愛及恩寵，更決志助人移開心底石頭，這二位兄弟姊妹決志追隨基督，「出生入死」，並慶祝逾越奧蹟在他們身上實現，要活一個名符真實的天主子女生活，我們為他們加入教會而雀躍萬分並向天主謝恩。

假如宗教生活與現實生活脫節，我們的信仰便完全落空。有些人理念上知道耶穌和信耶穌復活是一件事，但實踐的誠命及步武耶穌愛人愛到底的情懷及精神卻是另類一回事，但每主日禮儀的讀經，分領聖體聖事，及團體的共融及寓居在我們內的主激勵我們個人不斷尋真及與主建立一份個人，深入及親密的關係，使我們年年復活，天天更新，那末，縱使我們心內潛存已久的石頭，亦會因著我們踏實的信仰生活能助我們早日移開心內的石頭。依撒意亞書第 55 章 1-11 節提到「趁著還可以找到上主的時候你們該尋求祂；趁祂還在近處的時候，你們就該呼求祂。」這兩句聖言正

是我們基督徒信仰的力量及依恃,我們每一天正面對很多困境,特別是在個人情緒低落時,正是一塊塊的巨石迎面而來。但我們不要害怕,個人及團體要挺起身來接近這救恩的源泉,更要賴著祂復活的德能,重振我們領洗時的宏願,決志作一個認真及活躍的信徒,這一點正是我們重燃信仰的生機及我們復活起來渡一個新生涯的時刻。我們既信從基督,跟隨基督,我們便要脫胎換骨,透過四旬期每夾的決志行劫及期望,在基督的光照下,復活成為基督活信德的信徒,與新領洗的兄弟姊妹結伴同行,參與傳教使命,為宗徒事的工作不辭勞苦,熱衷救靈……亞肋路亞

2024年3月3日

鐸末

李定豪神父



MEMBER SINCE 1989

PAUL N. Poon, MS, EA, CFP

Certified Financial Planner

347 Gellert Blvd, Suite J,

Daly City, CA 94015.

BUS: (650) 992 - 6800 Fax: (650) 992-3800

POONCORP@ATT.NET

15 - 22nd Avenue, San Mateo, CA 94403.

By Appointment :(650) 315-8300

Sat. 2:00pm – 6:00PM & Sun. Noon Time

「龍」的啟示

牧者之歌
關傑棠

二零二四農曆年生肖屬「龍」，這物種是否真實存在過，又或者只是不同領域的文化「圖騰」都不是我們這兒要談的對象。然而東西方社會的確有別，東方肯定了牠代表著正義及威權；而西方社會則比較負面，指牠屬於黑暗勢力，故有「武士屠龍」的需要。其實我們人類都是「龍」的混合體，既「善」，又「惡」。

二零二三年全球天災人禍頻頻，大家還歷歷在目，我們唯有帶著誠惶誠恐的心情，掀開歷史新的一頁。二四年的世局如何？真是天曉得！昨天已給歷史吸納，不論你活得怎樣愜意抑或一塌糊塗，我們改變不了。明天更加詭秘，沒有人可以預知或掌握未來，雖老生常談，「活在當下」更形重要。

目前香港人正活在人類歷史的十字路口，何去何從，將直接影響前程與命運；是喜是悲，是好是壞，是龍是虫便取決於自己的選擇。首先要面對的是身份危機，是今天許多香港人仍想不通的死結。上天安排很微妙，如果一八四二年香港不是割讓了給英國，在近代中國史便沒有參與的份兒。

清廷政府腐敗，助就了民國崛起，這刻香港成了助長革命成功的搖籃。日本侵華，香港又肩負起極其重

要的諜報工作，更向抗日戰爭有關人員提供一個歇息的空間和機會。歷史重演是鐵一般的悲劇，二次大戰後，國共鬥爭隨即拉開了「慘無人道」的序幕。坦白說，如果國民黨爭氣，廉潔親民，共產黨根本沒有機會奪權。可惜事與願違，結局是戰敗退守台灣差不多七十多年，「光復大陸」的口號只能在台灣郵票上找到。今天唯有攪攪「台獨」，向世界交代一下.....。

這邊廂的中國政權，成長中經歷了不少困難挫折，犯過無數錯誤，害死了不少人民；但在鄧小平先生帶領下，他們終於明白不論你喊什麼主義，宣揚什麼意識型態，最終都是經濟掛帥。人民生活不安定，未能兩餐溫飽，一切偉論都純屬徒然。何況「階級鬥爭」的遺害實在太大，曾經歷那個年代的人，吃盡苦頭的人民放下前嫌實在不易，更遑論介紹主耶穌的精神：寬恕仇人了.....。

要治理一個十四億人口的國家談何容易，在民智未成熟前，硬要推銷接納西方式民主政治架構是不切實際的；有些香港人便犯了這個毛病。其實我們仍生活在一個自由社會。你決定留下，無任歡迎；吃不消特色社會主義的獨裁統治，大可移民他去，沒有人會阻止你；你因各種原因要被迫留下，就得處理這個心理困局。天天活在壓力下，日日都生活得不愉快又何苦呢！兄弟姊妹，真是人生苦短啊！

最後不必太緊張自我檢查，個人及團體提早收聲不作對抗。我相信特區政府不想大家只做順民，這點似乎失去了性格，不敢講上真話吧。「沙灘上的足印」這個小故事耳熟能詳，當我們發見跟耶穌同行，有時只會見到一對足印，原來是在生命低潮時，耶穌把我們背在肩上，沒有放棄大家.....。



PAUL N. Poon, MS, EA, CFP
Certified Financial Planner
347 Gellert Blvd, Suite J,
Daly City, CA 94015.
BUS: (650) 992 - 6800 Fax: (650) 992-3800
POONCORP@ATT.NET
15 - 22nd Avenue, San Mateo, CA 94403.
By Appointment :(650) 315-8300
Sat. 2:00pm - 6:00PM & Sun. Noon Time

John H. Wu MD (吳鴻恩醫師)

929 Clay Street, Suite 403
San Francisco, CA 94108
Tel: 415-981-0303 Fax: 415-981-0515

吳鴻恩大醫師，願意接受政府提供給年長者的醫療白
咭，若有意候疹者，請聯絡他的醫務所。

香港 -- 移民中轉站

牧者之歌

關傑棠

香港這個小小城市，一路以來都與「移民」拉上關係。遠自宋、元、明、清朝代，不少國人為了逃避中原戰火，紛紛南下，最終有人在這兒留下，開枝散葉。其他人則去了東南亞落戶。把歷史向前一推，上世紀五十年代，共和國取得最後勝利，開始整頓「國容」，那些跟共產主義格格不入的人士唯有舉家南遷，投靠由英國統治的香港殖民地。這段期間生活是艱辛的。

六十年代碰上國內政治運動，「文化大革命」蕩捲全國，連香港也不能倖免。這是硝煙遍地的日子，土製炸彈（俗稱菠蘿）處處，意外地殺死不少市民，包括小孩子在內。至於左派人士跟港英警察天天對壘的鬥爭史，激烈程度跟二零一九年「社會運動」不相伯仲。民主烈士鬥士與暴徒身份很難劃清界線，歷史就是這麼詭秘，把人類玩弄掌上。這時不少香港人對前景失去信心，紛紛往北美洲移民去。樓價大跌在所難免，「美孚

新邨」一個單位只售一萬至二萬元，有人因此發了達。今天香港地產不振，你仍有信心嗎？

行行重行行，一九九七迫近，情緒兩極化。愛國愛港人士心情「超」愉快，恐共者則收拾細軟，開始第二次「移民」熱潮；反正歷史巨輪不會停下來遷就任何人。這刻輸贏局面又再浮現，基於香港經濟生活仍然不錯，許多港人安頓完家人之後便隻身回港打拚，「太空人」頻頻往返兩地。有的成功，保得住完整家庭，但不少人卻「滑鐵盧」收場，真的賠了「夫人」又折兵。結果有人舉家回流，繼續港式生活。這是生命抉擇的必然後果。學識高，職位重的朋友受壓最大。在港幹的生意十分成功，也是回港的誘因。人才流失不算嚴重，大家習慣兩地飛來飛去，成了常態……。

而第三次的「移民」潮孕育於回歸後，港人治港階段；由於太多不愉快事件發生。幾位特首的管治模式亦令不少市民失望，躉上樓市及經濟「超級」興旺；樓價高，租金貴令很多年青人及弱勢社群產生不滿情緒；適逢其會，一般本地及外國反華力量便利用了這個時空交錯點，進行有

系統的滲透和教育，特別針對老師和學生。他們是成功的。二零一九年「社會運動」，由原本的「和理非」倡議，激發成誓要剷除推倒特區及中央政府管治的暴亂，便是最佳佐證。

三年疫情似乎救了香港一命。到「國安法」登場，人人自危，昔日曾經直接或間接支援過社運的人都對政府管治沒有信心和恐怕警察會否有一天上門來請他／她吃「大茶飯」！移民潮又再熾熱起來。不過這回有許多人下定決心，一去不返了。又或者有人要等到有「特赦」那天才敢再踏足香江。而另一批朋友他去外國移民又的確與香港教育制度有關，不忍子女受苦受壓。這刻我心仍記掛那些犯了法而要坐牢的青少年朋友。革命火紅的日子，他／她們在我們成年人慫恿之下，毅然走上街頭抗爭之路；這刻「教導」他們反政府反建制的前輩們又去了哪裏？曾經有人說道：回不去的叫「望鄉」，到不了的叫「夢鄉」，偶然可以去走走叫「故鄉」……

你屬那一型性格？

王師奶

性格影響你處事方式、人際關係，間接影響你的事業、前途。性格可分四型：外圓內方；外方內圓；外方內方；外圓內圓。你屬那一型？

每一類型都有長短，很視乎你工作性質和性格的配合。

外圓內方-----這型性格長處是人緣好，待人接物謙遜隨和，不輕容易得罪人，

即使他不同意你的意見，也不會正面和你唱反調。他一定很耐心聆聽，然後用兩個不同的方式處理：

(一) 如果他認為你的意見有可取之處，他會就你意見提出疑問，然後說出他的顧慮；

(二) 如果他心底完全不同意你的意見，他會禮貌地請你給他時間考慮讓你滿懷希望離開。

(外圓內方的人本身很有主見，很有原則和底線不容易接受外來意見。)

外方內圓-----這類型性格的人給你硬繃繃的感覺，對話只是三言兩語，有點木訥與同事關係普通。他處事與外表不配合，表面看來冰冷，其實他內心對人體貼，辦起事來有彈性，並不堅持己見。（外方內圓的人沒有太多朋友，但獲得和他共事的人尊敬。）

外圓內圓-----他一定獲得朋友和同事的人歡迎，他有外圓內方型的優點，沒有外方內圓型的缺點。照理這型的人應是無懈可擊，既善交際處事又週全。可是就因為他太「圓」了，不太堅持己見，容易受人影響。上司認為他是好助手，是溝通的橋樑。如果你的上司是外圓內圓型，你不會覺得安心，因為你相信他不會為你擋風雨。（外圓內圓的人不會攀到組織的最高位置，因為他「圓」得太完美了。）

外方內方-----這型的人註定是孤獨的人，他沒有人際關係的手腕，除了木訥外，連內心都不會因環境而稍有彈性變通的人，一切按本子辦事，他常常把人氣得死去活來。（外方內方的人雖然

沒有太多朋友但也沒有太多敵人，他的升遷未必比外圓內圓的差，做上司的會喜歡這型的人。)

外圓內方型適宜任高級行政人員，他能領導下屬發揮團隊精神，下屬明白他有原則，有紀律；在商業機構他應是總經理，在學校他應是校長。外方內圓型適宜做最高決策人，為政不在多言，他的寡言正是沉實的優點，內在的彈性正是決策人的要素；在商業機構應是行政總裁，在學校他應是校監或校董會主席。外圓內圓型是機構內的潤滑劑，是上情下達或下情上達的橋樑，他能淡化人事矛盾；在商業機構他應是人事部主管，或是推廣部經理，在學校他應是稱職的副校長。外方內方型很難評價，他可能是好的會計主任，也可能是好的政府評稅主任，但千萬不要他做公共關係的工作。

你屬於那一型？你現在擔任甚麼工作？不要認真，遊戲之作而已。

小組

榮

“你們中二人，在地上同心合意，無論為什麼事祈禱，我在天之父，必要給他們成就。那裏有兩個或三個人，因我的名字聚在一起，我就在他們中間。” (瑪 18:19-20)

基於這聖經的教訓，在梵二前,每個堂區都有林林總總的小組(善會)出現、例如輔祭會、聖體會、婦女會、聖母孝女會、聖母軍、童子軍……。

各善會的運作，有其該會的宗旨和方法，但有一個共通點，就是有駐會指導神師。這位神師，不但引導該會成員與主相偕，更努力融入該會的各式各樣活動，在堂區內凝聚著大家對信仰的熱忱追求，基督方式的生活，並互相鼓勵和支持，駐會神師的積極參與為各成員的熱誠參與，作了一個非常好的模範。

今天(今時不同往日)，明顯司鐸缺乏，加上有部份神職人員用了不少時間去注意社會工作，實際剩餘時間太少了，沒法分給各小組，形成許多小團體解散了，美其名為「完成歷史使命。」

在「統計數字」風行的時代，什麼各式各樣的評估，都是基於數字，堂區為了交代(當然是向人交代)，往往將精力放在統計數字裏，希望有更大的增進，形成到忽略了過往或現在小組成員的神修生活!試觀察一下有幾多個神職人員有時間去履行人與人的接觸，例如家訪生活分享等。當然有些人會將責任推在梵蒂岡第二次大公會議決案的指導，或者推在電子網絡的改變。

「專注」，我們應否鼓勵教友試圖「專注」呢?例如彌撒時可否不看電子訊息，專心與主相偕?有一間聖堂，在坐椅上貼上有二維碼吩咐教友用手機讀二維碼，參閱當日書信,福音和禱文，究竟是否所有參與彌撒的信友，當時只看禱文和福音而不看看剛收到的電子信息呢?

記得一位金融界前輩的教訓，說「科技」是幫助「金融」的運作,而不是金融界被科技牽制著。同樣，只要有兩個或三個人，因基督之名而生活，總比較有可觀數字的教友，而他們不是生活在基督內。今天的教會要重質而不是重量，是當前的急務!

閒話人生七十

真心

杜甫詩句：「酒債尋常隨處有，人生 70 古來稀」

杜甫是唐朝人，詩與李白齊名，被尊為「詩聖」。以上是「曲江對酒」其中的兩句。因他仕途不得志，社會當時又飽受戰亂，官窮無以為樂，退朝後典衣沽酒，酒錢不足常負債未還。他覺得酒債乃尋常事，人生自古少有七十歲，他雖未到七十卻勸人樂天知命，莫負眼前好風光，他享年只五十九歲。

現在再說儒家始創人孔子，他曾說過以下這些傳頌至今的句子：

三十而立 四十而不惑 五十而知天命

六十耳順 七十而隨心所欲 不逾矩

孔子活到七十三歲，在春秋戰國時代人均年齡祇有三、四十歲，在當時他算是高壽。其實他的一生卻並非完全一帆風順：生長在貧賤的環境，少年由母親悉心教導下好學知禮，至五十歲從政

後才有士大夫的身份。五年後辭官周遊列國，晚年後回國被尊為「國老」，有弟子三千，身通六藝者七十二人，故被封為「萬世師表」。也因有富足的生活「食不厭精，膾不厭細」，「孔府菜」更是魯菜重要的組成部分，文化品位甚高。

現今醫學突飛猛進，除了有戰亂的地方，各地環境衛生改進不少，而人的壽命也相對延長，豈止七十歲，八十，九十歲甚至過百的人瑞也常聽聞。如有留意新聞，年長者的歲數每年都有跨越，一點都不希奇。還記得前幾期拙文提過的老人科醫生梁萬福說六十，七十祇是初老，七十、八十歲才是中老，精力不遜年青人，有工作經驗更有 人生歷練，社會應該重用，勿浪費人力資源呀！這在正常情況下是很有建設性的，但應同時不要忽視人在精神方面的暗中變化，事情才能相得益彰。

在我現居的地方，是專為六十歲以上退休/半退休的人士「租住」的，住戶要先付一筆費用就可長住終老，之後就要交出單位。內面也附設老人院，預備住戶年紀漸長或配偶先離去，單身一人又不願或又不方便再搬回去與子女同住而設。裏面設施一應俱全并有各式各樣的興趣班如運動，

舞蹈，繪畫，本地旅遊等，有免費的也有單人教授要自費的，悉隨尊便。住戶如有突發事故如頭暈，跌倒等等可立即按緊急召喚鐘，三分鐘內工作人員伴隨護士已在門口，如有需要更代召救護車送醫院，很多鄰居住戶都為此得到適時的援助而救回一命！

長者一般都早睡早起晨運，在花園偌大的平台內順便暢談一天情況如健康，家中兒孫瑣事，大家互相開解，樂也融融。有那天那人未曾露面便會互相打聽，隔天見著了便會相視開懷大笑。一年到晚的大節日又會互邀「飲茶暢敘」，確是過著難得的歡愉日子。因為有好鄰居，總比有些地方住上十年八載都未互相點個頭更惶論姓甚名誰，十分陌生！

我粗略估計過，以平日經常有交往及見到過的住戶以七十及八十歲居多，其次是九十歲的，女多男少，都很伶俐健談。有政府退休官員（中外都有）；醫生護士；教育界及傳媒人士；從外國回來，因不慣異地文化，甘願離開子女，兩老雙雙回歸同文同種地域的中老等等。老伴和我都慶幸老來能認識他們，閒時交換平生所見所聞，有唏噓亦有嘻哈倒絕的時刻，真是人生七十的恩賜，多謝天主！

卑微的禱聲

真心

小時候學校有位修女曾教我們，不要以為祈禱一定要走進教堂，在日常生活中見到什麼令人開心的或不安心的，也可向天父表白一下，說不定天父會特別欣賞，因為祂喜歡小孩子單純的心思願望呀！

她的說話我一直銘記心中而且恆常祈禱，我感受到祂的關注而覺得十分詫異：那只是我極幼稚又微小的願望而已，怎麼天父也會回應的呢？！就在這樣跌跌碰碰的人生路上我覺得好滿足，因為我們這一代人大多未經戰亂，生活環境雖非富有卻並無缺乏：有飽餐及受教育的機會。到如今已介耄耋之年，自問生活有規律；又無不切實際的希冀；身體也自己照顧得很好。

「天父啊！我自己好也希望身邊的人健康愉快，真是此生無憾了！」

可是這世界變得太快，許多價值觀念比我們成長的年代好像脫了節，日常生活中發生的事情使大家莫名所以及有點措手不及。比如每早要上班

上學趕車趕路，你可有奇怪差不多人人都手握電話，眼睛不是看路面情況而是緊盯着自己手中小小方塊，一刻也不想離開屏幕視線，碰到人家也沒特別理會更連一句「對不起」也慳於啟齒。在擠迫的地鐵車廂內，有座位的更是清一色的「低頭族」，懶理有需要座位的人。

「天父啊！這裏每個人都忙得很，求祢眷顧一下長者或有需要的人，免得車廂有時顛簸起來會跌倒的！」

就在這時離我不到兩個人身位有位老伯大叫起來：「妳的 B B 車把我的腳推痛了！」我看對方是位二三十歲左右年輕的媽媽罷，以為她會有點不好意思而把自己的 B B 車移動一下，可是只見她稍抬一下雙眼望望老伯就繼續低頭看着手中的電話。一個站後她下車了，更令我意外及替老伯難過的是：當地地鐵車廂徐徐行進時，見到這位女士一隻手推 B B 車，另一隻手向着我們這個車廂不停「豎中指」，這在外國是普遍但公認粗鄙的辱人行為。

「天父啊！希望我們做家長的送子女到外國讀書，最緊要提醒他們除努力去鑽研學問外，更

要學人家的好東西，壞品的，不雅的要避之則吉！」

也是地鐵車廂內，也是坐着一排低頭族，有對年青男女邊玩電話邊嬉笑，懶理面前一對年老夫婦一歪一斜的站着。

「天父啊！可否有人讓坐呀！」

說時遲那時快，站在我身邊有位外國男士及一位亞洲女士，她用流利的英語要坐着那對年青男女讓坐，可幸他們立即行動也總算「孺子可教」。但我心底裏只希望他們剛才是看着屏幕玩得忘了形，忘了要讓坐，而不是聽見「英文」提示才有行動。

以下是自己的親身經歷：有天和老伴從超市出來，兩個人四隻手都是日常生活必需品，故此行得比較慢。突然老伴「呀」的一聲，原來被一位只顧看着手機的「女修道人」撞個正着。可是她只是回頭望了一下便繼續飛也似的向前行，連「對不起」也省掉。我不願指明她屬那個宗教，因為有禮/無禮與宗教無關。

「天父啊！多謝祢的護佑，老伴雖未被撞跌卻也把他嚇了一跳。求祢也降福這位甚匆忙

的「女修道人」，賜她一路安好到達目的地。」

最後再懇切地請求：「天父啊！現今科技發展驚人，通訊十分便捷，但我相信很少比例的消息是非要立即知悉不可。請派小天使提醒世人千萬要注意安全，尤其是上落樓梯和過馬路的時候，否則可能後悔莫及，也令愛你的人悲痛莫名呀！」

十字聖架的奧秘

李定豪神父

今日，全球各地的基督信徒都會抽出一點時間到聖堂，朝拜十字聖架，頌唸一些禱文及作一點刻苦善功來追念這位人而天主子的耶穌基督，祂為整個世界及全人類受盡苦難，歷盡創傷，死在十字架上。依撒意亞先知書 52:13 — 53:12 敘述這位受苦僕人的詩歌後，究竟有多少人能夠受盡苦難而不怨天尤人？能夠謙遜地去忍受虐待，尤如羊群被牽往接受剪毛，而仍能在剪毛者面前緘口無言，默不作聲？

耶穌在一生中從沒有按自己的意願而生活，從祂出生，與父母一起生活，往耶路撒冷過節，與經師交談對話，接受若翰的洗禮，以後公開傳教一傳播「愛」及「救恩」的訊息，直至被釘死在十字架上，這都是完全依從天父的宏願，履行天父救世的事業。耶穌為人類而自我犧牲，是世界上最完美無私的行為，祂甘願空虛自己，謙仰自下，甘心成為人的模範，接受人類的局限，就正如我們在聖枝主日中，所聆聽的斐利伯人書 2:6-11 所述：基督表達了一個絕對的、毫無保留的、義無反悔的自我犧牲，並把它推展到極限，達到了頂點。這位無限的超越者基督進入了有限及物質化的世界，並把我們人類升格為祂的朋友。

基督在人性上所面對的痛苦與我們無異，古往今來，不論男女老少、貴賤智愚，都逃不了人生所面對的痛苦；的而且確，在二十一世紀，人類面對痛苦的範圍更趨多樣化，及有更大的幅度，而痛苦比疾病的範圍更廣闊、更複雜，及更深入地植根於人的心坎中。

人為什麼會有痛苦？是先人遺留下來，或是他們所作的孽嗎？是上蒼所施的懲罰嗎？還是，人受苦是理所當然的事嗎？一生行仁愛和作慈善工

作的人仍要每天不斷地受苦，這又如何去作解釋呢？

其實，當痛苦攫取著人的時候，人是無能為力的，人只能感到無奈及接受，然而痛苦是否真的沒有出路而使人在死胡同裏打轉？如果信仰告知我們痛苦是有出路的，那麼，它在那裏？它的意義在那裏？在人的層面裏可以找到嗎？抑或在我們的信仰團體中，或是在天主的層面裏找到？

背起自己的十字架是徹底跟隨耶穌基督的標記；如果基督的身份也要經常面對苦難及痛苦，那末，跟隨基督的人也必注定像基督般一樣受苦；我們與基督相遇，不是在光榮中，而是在通往十字架的路上，就是跟隨祂走受難及死亡的道路，一直走到加爾雅略山的終點。事實上，跟隨基督的人，必須有一份決志、信心及毅力去排除萬難，即使受到類似耶穌所受的迫害也不會感到害怕、不畏強權、不會退縮，在面對伸張正義之時，即挺身而出，因為基督要人對祂作出完全的奉獻，甚至為祂的緣故而犧牲一點個人的喜好，以至生命，也絕不後悔。

當我們在聖週五高舉這十字聖架並向祂朝拜時，特別是這首詩歌「基督譴責」，歌詞尖銳且辛酸，

曲調如泣如訴，可以稱之為天主的怨訴或「譴責」；每當我們詠唱或聆聽到這首詩歌的旋律，及細嚼其歌詞時，我們便會反省及體會到天主是如何慷慨大方地施恩及對待眾生，而世人又如何無情地及忘恩負義地對待天主。這首「譴責」的不單是指當時的以民，亦是指今日我們每一個人，對著這個十字架上的基督，我們應如何去回應呢？

跟隨著基督去背上十字架是一個挑戰；我們不能坐享其成，相反，我們必須承受生活的考驗、痛苦及磨難，耶穌早已說明，十字架的道路並不是一條康莊大道，而是一條崎嶇坎坷之途，個人要走出那自我的小圈子，去面對生命的抉擇，這抉擇一生不會停止及離開我們，相反直到我們生命的終結。

當我們面對整個世界，民主的旋風正吹遍著整個大地塵寰，生活在痛苦中及被腐蝕的人性已再度醒覺，他們決定以自由民主去作生存的方式，作戰到底，他們在痛苦中找到了出路與希望；而生活在這個時代，我們要效法保祿、伯多祿、路加、以及其他新約的作者，用信德的眼光，在希望的透視下，去發現福音的訊息是如何去支持人的生命氣息與活力。

在熙來攘往的人群中，有些人甘願承擔十字架，並為了建設天主的神國而僕僕風塵、任勞任怨，以克己、廉潔、祈禱，及行愛德去回應十字架的呼喚；有些人則為了消除邪惡和痛苦而奮鬥作戰到底，並參與社會正義工作，他們領洗時所穿的白衣可能因此而弄至破爛和污穢不堪，然而，在他們的步伐中，卻顯示著堅決的意志，及對信仰那份堅信與執著——堅信那位在十字架上，死而復活的基督。在他們的面容上流露著無偽的忠誠，在他們的眼神中閃爍著無限的希望與信心，因為他們已超越及突破了死亡的桎梏，痛苦已經消失，展現在他們眼前的是光榮的十字聖架，新天新地的「愛情」。

聖召主日的一點反省

李定豪神父

生活在這個二十世紀末，從小孩至老年，或多或少會遇到很多障礙。香港的青年人，在讀書方面，很多時怕面對中學會考及預科入大學的考試，他們感到惶恐及驚懼，於是有些人以海外留學生

身份或在家人的安排下舉家移民到美國、英國、加拿大、澳洲、紐西蘭、日本或新加坡唸書或生活，當他們入了大學或將近畢業時，學生們卻又不知將來做什麼？個人對人生及自己前途方面沒有方向及目標，而作為父母親亦擔心到子女的前途，日後他們究境怎樣謀生？個人能否獨自處理信仰及其他事務？日後他們能否自給自足？一連串的問題正困擾著今日的父母和青年人。

宗徒大事錄第二章 14，36-41 節敘述當時目睹耶穌被釘在十字架的一群信眾亦受到困擾。但當他們知道耶穌復活後，他們希望能為教會做一點東西，於是要求宗徒們說「我們該做些什麼呢？」各位青年人及教友父母，李神父今日希望你們的子女能加入我「這一行業」，就是認識修道聖召及加入教區神職班，從事榮主救靈的工作，去為福音而生，為人群而活。

每年的復活期第四主日，是教會慶祝聖召主日的日子。在讀經方面，無論甲年、乙年及丙年的讀經主題，都會提到這個善牧基督，提到這度「門」及這個牧羊人如何去尋找失落的一群，去扶持受創傷，去帶領迷路的兄弟姊妹納入正途。當我們慶祝這個聖召主日時，我們必須反省一下

天主如何從芸芸眾生之中揀選了我；在萬紫千紅的花秀中，祂獨愛上了我。我是如何得天獨厚的領受這份福氣。首先，我們要多謝天主那份創造的浩瀚之恩，透過父母與天主合作及運用父母創造生命的能力，我們經驗了天主創造人類的愛。我們更多謝主從洗禮聖事之中，召叫我們加入教會，使我們得稱為天主的子女，成為教會團體的成員，在恩寵的光照下渡基督信徒的生活。而在堅振聖事上，祂召叫我們恩上加恩，成為基督的勇兵，為祂走遍全球各地，從耶路撒冷、三藩市，直到地極，為祂作證。在聖體聖事中，這個復活的基督更願意寓居在信徒的心坎裏，成為信徒人生旅程上面對困苦、障礙的力量和信靠。而每當我們在人生旅程中犯錯，祂會透過修和聖事幫助我們與人、團體、世界及萬物重修舊好，使人重獲天主子女的自由。當我們到達適婚年齡時，祂更召叫我們離開養育多年的父母，與異性結為夫婦，並透過夫婦信仰的生活去印證天主愛人愛到底，永不言悔的精神。天主真是多麼的愛世人，祂要召叫更多的青年人去繼續分施天主的救世工程。但是有些人，他們感覺到天主那份愛，是召叫他們不單只愛自己的伴侶、父母及兄弟姊妹，

更要超越國家的範圍、種族、文化、語言；要他們離開父母及家庭，去愛得更深、更廣、更闊以及更高去愛所有的人，實行福音全德的願望，奉獻自己，拯救人靈，去加入司鐸聖召或修道生活聖召，使四散各地的羊，能找到牧人及草場，使羊不再隨從陌生人的聲音而走散。伯多祿前書第二章 20-25 節所述：「從前好像迷途亡羊，現在卻被引領回來，歸依你們靈魂的牧者和監護人。」

今日，能夠，培育講廣東話神父的地方，只有香港的聖神修院。在這七十多年來（1949-2024），香港教區聖神修院即前身的華南總修院共培育了約 100 位神父，香港的聖神修院現刻只餘下十多位修士。三藩市總教區聖博德修院今年有十三位教區修士，但是今年 6 月 15 日我們只有一位修士「聖」神父，而現在服務三藩市總教區的華裔神父只有三位，另外有 122 位（菲律賓，非洲及美國籍的神父從事牧民工作包括堂區、醫院行政及監獄）及 80 多位退休神父。面對這種情況，不得不使人擔憂日後接棒人的問題：而在北美洲（美國及加拿大），以至歐洲的英國、蘇格蘭及愛爾蘭，不少教區沒有華裔神父，只是教友負責管理堂區服務。今日，整個教會需要很多慷慨熱心及

肯冒險的青年嘗試去接受這一挑戰，接受八年的司鐸培育課程，日後成為人靈的導師，陪伴及引領所有羊群安憩抵達天父的家鄉，

我在此特別呼籲公教父母們，要鼓勵你們的子女加入修道生活行列。首先，父母要自己以身作則，培育自己的信仰知識，不斷研經、祈禱，成為熱心的公教家庭，因為家庭是第一座的修道院，更是聖召的搖籃。其次，以積極的勸勉，灌輸正當的公教信仰生活給你們的子女。再者，誠心求天主賜給他們這份聖召特恩，因為當你家中有一個子女成為神父、修女，傳統上說：你的家庭三代有福。

我在此更鼓勵年青人，要熱愛生命，今天香港有不少年青人輕生，人生幾十寒暑，很容易便渡過了，何必為了個人的兒女私情，金錢利誘，世俗榮華及享樂而沉醉其中。本人希望你們熱心讀書，投入社會群體及堂區團體，多些祈禱、研經，加深信仰。我堅信在祈禱時，天主定會給你一些啟示及指示你人生路向去跟隨祂。當你決志回應天主的呼喚時，不要像福音那位青年一樣，當耶穌要他捨棄一切跟隨祂時，他便垂頭喪氣回家。反之，你們卻要有大無畏的精神，破釜沉舟，面

向目前，為國家、民族、教會奉獻一生。當你看到不少年青神父窮一生的精力去為主賣命及服務時，霎時間，你會體驗到司鐸生活是一條健康、快樂及幸福的生活之路。

各位青年朋友，不用怕，面向目前，繼續跑，為能爭取天主在耶穌基督身上召選我們的天上獎償，耶穌說：「我會同你們在一起，直到世界的終結。」

Ideas to Help Set Financial Goals

Paul Poon

Ideas to Help Set Financial Goals the new year underway, it may be time to come up with a list of goals and that could make 2024 the most financially rewarding year for your entire family. Your motivation can be nearly anything, from saving for retirement or paying for college. Consider these resolutions that can also provide a financial boost:

Declutter for cash. Go through every room of the house as a family and collect items that nobody uses or needs anymore. Sell these items through sales platforms, then use the cash to pay down debt or add to your emergency fund.

Work together to reduce food waste. With inflation running high over the last few years and grocery prices on the rise, everyone in the family can do their part to reduce food spending. This means creating meal plans and shopping for groceries based on those plans, but it also means eating leftovers and cooking more at home instead of dining out.

Set up automatic savings. Setting up automatic savings is another great way to make progress toward financial goals. You can set up your bank account to automatically transfer money to a dedicated savings account on a certain day each month, or on each payday.

Save for something fun. Set a family savings goal for something to work toward, whether that's saving for a family vacation or the building cash to purchase a backyard playground. Having a goal can help family members part with items they don't need but can sell, or to cut their spending to help reach a common goal.

Develop investing basics. Set up online access for your own retirement accounts or taxable investment accounts so you can show your family the power of compound interest firsthand. You can even consider setting up investments for your kids. If they have earned income, for example, they can start investing with a Roth IRA.

Financial goals can be a family affair if everyone in your crew understands what you're working toward and what's at stake. By keeping communication open and getting your entire family on the same page, you can all work together toward the lifestyle you want.

聖馬爾谷堂區

感恩祭時間表

平日感恩祭：早上 8:30 分

主日提前感恩祭：下午 4:30 分

主日感恩祭：早上(英語)8:00, 9:45, 11:30

中文感恩祭：廣東話 (每月第二、四、五主日)

下午 1:30 分

廣東話(每月第三主日)

Millbrae 市, 1111 Broadway St;
(St. Dunstan 堂)

下午 1:15 分

平日修和 (辦告解) 時間：星期六下午 3:45-4:20 分

(或可預約其他時間)

服務本堂的神父：Rev. Angel Quitlig

Rev. Dominic Savio Lee

(李定豪神父華人專職司鐸)



教區、堂區活動消息

1. 四旬期已開始，堂區逢星期五晚上六時正有簡單湯及麵包晚餐，6:30 短句聖經分享及 7:00 拜苦路
2. 每月第一個星期六早上 8:30 彌撒後在聖母岩舉行恭唸玫瑰經明供聖體及降福直至 12:45pm
3. 3 月 16 日為迎接復活節，我們邀請 Michael Harriman 蒙席主持退省，早上 10 點至下午四點，堂區還供應午餐，費用全免。
4. 3 月 24 日 (星期日) 慶祝聖枝瞻禮，彌撒仍是下午 1:30
5. 聖週四，耶穌建立聖體聖事及神品聖事
晚上六時正在堂區禮堂舉行晚餐 (湯及麵包)
七時正彌撒及明供聖體至午夜
6. 聖週五：中午十二時正舉行拜苦路
苦架七言 (12:30pm)
苦難儀式 (1:30pm 及 7:00pm 英文)
廣東話：三時正
7. 星期六：復活前夕彌撒，晚上八時正
(今年整個堂區總共有三位慕道者加入教會)
8. 星期日：復活節彌撒如常
9. 三藩市總教區將於 2024 年 3 月 21 日星期四下午五時正，在
主教座堂慶祝聖油彌撒總主教郭德麟將偕同他的主教及司鐸團
祝聖：(一) 慕道聖油 (二) 病人傅油 (三) 神恩聖油 (為堅振及
祝聖司鐸而用) 希望各位教友踴躍參與
10. 2024 年 6 月 15 日星期六早上 10 時正在三藩市主教座堂，
總主教將祝聖 David Mat 執事為司鐸，歡迎各位教友參加



特此鳴謝

無言感激

鳴謝以下各位、團體及公司廣告支持本中心牧民工作經費及刊物附梓，

願上主的慈愛及福寵厚謝各人。

二〇二四年四月、五月及六月

Andrew & Agnes Ng	\$ 50	無名氏	\$ 50
Paul Poon	\$150	無名氏 2	\$ 50
Veronica Tam	\$ 50	Veronica L Wong	\$ 100
Polly C Lee	\$ 50	Y. Clement Shek	\$ 50
Teresa S. Wong	\$100	Joy to the world foundation	\$ 50
Maria W Lau	\$ 30	Sharon Siu Wan Chiang	\$100
Helen Chan	\$100	Agnes Wong	\$ 50
Paul Chin	\$ 40	林太	\$ 50

本華人團體更多謝定期支持本刊物出版的善心人士

投稿作者：本地及海外各地的神長、修女、教友及非教友

廣告商戶：Landmark 稅務公司 稅務師 Paul Poon

與堂區李定豪神父 (Rev. Dominic Savio Lee) 聯絡方法：

聖馬爾谷堂區地址：St. Mark Church

325 Marine View Ave

Belmont, CA 94002, U.S.A.

電子郵件 e-mail : domsaviolee@yahoo.com

堂區廣東話網頁 : www.bosco1.com

聖馬爾谷堂區網頁 : www.saintmarkbelmont.com

聖馬爾谷堂區電話 : (650) 591-5937

傳真 : (650) 591-7645

Cell : (415)706-6562 (李神父直線)

歡迎各位、團體及公司支持

聖馬爾谷堂區團體刊物印刷經費及刊登廣告

支票抬頭： St. Mark Church

地址： 325 Marine View Ave

Belmont, CA 94002

U.S.A.

ATT： Fr. Dominic Savio Lee



《文責自負》

本刊物內所有文章全屬作者個人之觀點與角度

並不代表李定豪神父及本刊物編輯組的意見