



三藩市總教區 聖瑪竇堂區通訊



二 0 一八年十月、十一月及十二月

1 Notre Dame Avenue, San Mateo, CA94402 Tel:(650)342-3884 / (650)344-7622 Ext119

No. 105

編者的話

陽光、空氣和水是維持人類生存的三大要素。今天，醫生和營養學家們教導人們許多養生之道：例如多接近大自然，多攝取高含纖維素食物，少吃鹽及油膩的食物……等等。

食品科技的進步給人類帶來了方便。商店內琳琅滿目的食物，真使人要吃過痛快，但卻都是被營養學家勸導少吃之物。即使天然的食物不受防腐劑所困，亦可能受農藥、重金屬污染（空氣、水），就連人類賴以維生的三大要素也被破壞。

臭氧層被破壞導致皮膚被陽光照射有害，工廠、汽車廢氣大量污染大氣層，許多人因此飽受身體呼吸系統疾病之苦。而水污染已是不爭的事實。即使我們想要接近大自然，到郊野公園或花兒常開的動植物公園，也成了今天人類的奢求，若日連月，年復年持續下去，有一天地球得將為垃圾所掩蓋，而我們所呼吸的是死氣！



朋友，真正的解決之道在哪裏？耶穌是世界的光，祂即將降來，與人共甘同受，使人不在黑暗裏，這真愛不受臭氣層影響。正如頌恩第 102 首所述：「耶穌基督是生命源」。

耶穌又說：「人若喝了我所賜的水就永遠不渴及乾涸！」這是不受污染的活泉。而人也可與基督面對面交心，在那裏面重新有正直的靈氣。

所以，儘管外在的環境日益惡劣，但內在的心靈世界卻可一天比一天更佳，心靈上的平靜愉快，可使我們擁有快樂活源的每一天，這才是真正的養生之道。

於這 2018 年即將來臨的聖母月、煉靈月、感恩節、將臨期及聖誕節等慶節，遙祝你們與生命的愛—基督—互相交流千年萬年，進入了

如詩人般的詩篇—綺麗雋永！

如畫家般的圖畫—璀璨和諧！

如樂家般的曲調—迴旋動人！

若你擁有基督，那怕陽光、空氣和水受到污染及破壞，你的生命進入了詩，進入了畫，進入了樂曲及進入了永恆。



鐸末

李定豪神父

九月十四日

光榮十字瞻禮日

晉鐸三十九週年

牧者之歌 關傑棠

嘩！快活不知時日過，轉眼又過了一年。今天 2018 年六月三十日的晉鐸紀念沒有甚麼大動作，只是五鐸友一起去灣仔聖母聖衣堂聚舊，開台彌撒謝恩，吃午飯慶祝吧了！明年是四十大壽，應該有點節目安排，是甚麼？相信與朝聖學習有關。

許多教友喜歡稱我們為五虎將，委實過獎。五隻「老」虎是真，因為說起來，我們年紀開始老邁倒是不爭的事實。既然大家都接近七十了，古語有云：七十從心所欲不逾矩。上述心境，非常適合我們。坦白說，連同執事年，我們五兄弟已經加入神職班足足四十個年頭了。

在職場上，四十年的經驗不算短，由黃毛小子，滿腔熱血到今天實不容易。當家人朋友都已享受退休生活之際，五位神父依然要為教會賣命，為基督的神國傷神擔憂，這就是主的召叫，不是人人都會明白司鐸聖召……

人生七十古來稀這話已經過時，活到七、八、九十歲的長者前輩比比皆是。我們的司鐸生活經驗十分豐富，主持聖事的能力揮灑自如，可算「從心所欲」；然而接下來的「不逾矩」更加值得反思。

一如聖保祿宗徒的智慧，許多事情原本無傷大雅，可以自由去做，但一進入某個特定的環境，可能會超越公眾旁人的底線，大家便得留意。「不逾矩」指的是不應因自己的行為而令別人跌倒。宗徒的經典例子是：天主創造的樣樣都好，包括祭肉在內。

但如果我吃，一定會引起一些保守人士對自己不滿和批評。為愛我的弟兄，我寧願放棄吃祭肉的選擇自由。

同樣道理，你可以跟一班友好出國朝聖旅遊，但不恰當單獨與一位女士或男士上路，尤其是今天「同性戀」鬧得熱哄哄的年代。

其實「從心所欲」與「不逾矩」並不是矛盾和對立的，倒是愛的成熟表現和一個人的修為及修養的試金石。對自己「真」固然寶貴，但真情流露，有話必說，包括網上平台便很有保留了。不然一些無謂的是非爭議，透過不吐不快，將會越鬧越大，破壞人際關係和團體共融……

最後，四十年的觀察和磨鍊，更加給我一個嚴肅的提示，就是參與任何工作、職業或職志都不要掉進「冷漠」(indifference)的陷阱。教會內惡表多多，壞習慣根深蒂固；你曾經嘗試去改變它，但早已碰到頭崩額裂，唯有打退堂鼓縮回自己的安樂窩，不問世事，專務靈修，心態上過著遁世的生活。可惜在我們的修道圈子裡確有其人存在。

三十九年了，由心底向大家說聲謝謝……



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

耶穌真的生於在馬槽裡嗎？

鄒保祿神父

按聖路加的記載：他們在那裏的時候，瑪利亞分娩的日期滿了，便生了她的頭胎男兒，用繃襪包起，放在馬槽裡，因為在客棧中為他們沒有地方（路二 6-7）

按路加的 kataluma 一字，不是馬槽，而是另外房間 extra room 的意思。

當時的房子可分為兩層，上層為主人使用，下層有格外房間為客人使用，在房間相隔有些牛或羊等動物遠遠相看著，為此對房屋的主人也有些招待，而不會冷淡地招待聖母和若瑟，好讓瑪利亞安靜地生耶穌。

後來，當賢士們來朝拜耶穌時，聖瑪竇記載，當賢士們來朝拜耶穌時，他們看到在東方的那顆星在他們前面；直來到嬰孩所在的地方，便停在上面，他們見到那星非常高興，他們走進屋內，看見嬰孩耶穌和他的母親瑪利亞，便俯伏在地朝拜了他（瑪二 9-11）

由此可見，賢士們是進入一座房屋內，而不是進入馬槽裡，有人說當賢士來朝時，聖家可能已搬到一個比較好的房屋，如是真的話，這可同聖路加所說的 extra room 相似。這個房間與主人，動物：如牛羊馬等相隔不很遠。聖若瑟和瑪利亞可能聽到牠們吃草的聲音。

由此可見，本人認為耶穌是在主人的格外房間裡誕生的。

善牧——同情人的導師

李定豪神父

今日的青少年與數十年前的青少年不同，今日的青年大多數能進學校唸書，不同我們的父母、祖先們因為工作的關係無暇唸書。我相信每一個人都會記得曾教過自己老師的名字，特別對自己有深刻印象的老師，無論他們在教授你時對你如何刻薄、懲罰或嘉許，你會刻骨銘心。你可能已忘記了他們教授你該學科的內容，但你一定會記得他們的影子及個人修養內涵，例如：他們是否對學生容忍及循循善誘，有沒有備課，更且有沒有接納你們唸書時的困難，及給予你們各種挑戰的課題 “

優秀的老師能使學生們尊敬別人，又能引導學生們對社會及教會問題反思，更能培育學生們對社會關心，具愛國心，鋤強扶弱及懷有同情心，關心低下層，並且在日趨腐敗的倫理道德中培育他們那份道德勇氣，給予學生走一條有方向感及具領導才能之路，還有老師們更幫助我們更獨立及向完美人格之路上邁進。

在眾多優點之中，一個好的導師應是一個憐憫及同情人的人，他／她更是一個關心弱小者的人。其實，同情人的人不單只要感受他人的痛苦，還應感受別人的快樂及成功。耶肋米亞書第二十三章第 1-6 節，聖詠第二十三章第 1-6 節及聖馬爾谷福音第六章 33-34 節都指向一個主題——同情及憐憫人的大司祭——耶穌基督，祂如何身先士卒立下表樣去安慰、提攜、扶持、關懷及憐憫有需要及身處絕境的人。

任何一個有理性、情感的人，當完成整天的工作後便很想尋求安靜和休息，關上門子，今日的人更掛著牌子(Do Not Disturb)在房門口。但我們看到福音中那個耶穌，當祂乘船往對岸休息時，在對岸又有一大群人擁擠著，期待祂的到來。遇到這種情形，任何一個普通人都會立刻引起反感，因為如此辛勞工作，連一點稍作休息的時候，群眾們也不放過祂。從人性上來看，耶穌連個人私生活都沒有，心底裏會說出「喜有此理」，更且可能會大發脾氣。

但這個同情別人的大祭司——耶穌基督卻能體察別人的所需，看見了他們的情形便動了慈心。祂凝視他們，而他們所呈現出來的是一副可憐的模樣，耶穌此時嘆息，比喻他們如同羊群失了牧羊人一般，在此，我可作三點神學反省：

（一）羊若失了牧羊人便迷失路。我們的人生若迷失了路便會失落而看不見目標。這迷了路不單只在信仰方面失去了天主或將天主掉在後面，而是今日我們所提到的人格整合觀，有些人全無正氣凜然及道德勇氣，良心及正義感全失落，我相信要這個 2000 年的耶穌再度「出山」引領及提攜，能使人重拾世人的正義感及道德勇氣。

（二）羊若沒有牧羊人便找不到草原及食物了。我們現世的生活何嘗不需要食物！我們需要有營養的食物，特別是「奶」和「蜜」去維繫整個人格發展。我們更需要渴望將來及來生，使我們有一「度」警戒線去抗衡沉迷及導人走向不正途的腐化世界。世界上的山珍海味不能滿足人們心底的渴求，反之，天上的神糧及山中聖訓成聖的指標正是使人從腐

敗的人性，誘惑的世界中復甦過來。正如三、四世紀的聖人奧斯定說：「主，除非在你那裏，我們無法得到安息。」

（三）羊若沒有牧羊人便不能抵禦任何外來的侵襲危險，當遇到兇惡的走獸及強盜時，便會束手待斃。我們生活在這變幻莫測的世界中，每天我們遇到澎湃的巨浪，因此，這些險惡的境況正迎向著我們，這情境正是教導我們人單獨生活不好。當我們面對生活的試探時，那些惡者正在虛張聲勢，當它們肆意侵襲時，我們便防不勝防“讓我們每天與耶穌結伴同行，在聖事及聖言中與祂相遇，才可以在這人海中屹立不搖，闊步而行，而不讓我們領洗時所穿的白衣沾滿了污點。

人所追尋的，並不是一門精密的教義，而是人而天主子的耶穌那份具人情味及同情心。宗徒們如若翰、安德肋和斐利伯，並沒有向人講出一大篇道理，好能說服別人歸依，相反，他們在日常生活中直接帶領人親嚐這個基督天主性及人性那份同情及憐憫心。因此，基督徒需要每天從繁忙的生活中稍微竭息，靜下來同耶穌基督建立那份個人的、親密的及深厚的感情，不斷裝備自己成為基督第二，牧養更多羊群。

我們作為基督徒亦要步武基督的足跡，去掙取聆聽基督福音的機會，接近聖言，勤讀聖言，宣講聖言及實踐聖言，使二千年前的耶穌在我身上作化身。而作為基督徒，亦必須持所學習的福音精神，踐行在日常生活中，去愛護貧困者，關心低下層及近人之所需。我相信在耶穌基督身上，天主救援的「許諾」將得到實現。

願我們成為一個同情人的大祭司，成為一個人同神之間忠誠的僕人，並常助人在接納信仰時，能有更深、更大的自由去回應天主。



聖體聖事

小人物

若望福音第六章，54 節至 55 節，耶穌說：「如果你們不吃我的肉，不喝我的血，在你們內便沒有生命。誰吃我的肉，喝我的血，將享有永生。」耶穌要求我們吃祂的肉，飲祂的血，令人大惑不解。我們怎可以這麼不人道，要吃耶穌的肉，飲祂的血？讓我們探討箇中道理。

的確，耶穌在祂受難前，和他的門徒吃逾越晚餐。在席間，耶穌拿起麵包，把麵包擘開，分給門徒吃。耶穌說：「這是我的身體。」晚餐後，耶穌舉起盛着酒的杯說：「你們大家拿去看，這是我的血，新而永久的盟約之血，將為你們和眾人傾流，以赦免罪惡。你們要為紀念我而舉行這事。」這樣，聖體聖事便被建立了。從而延續到今天，每天我們都參與感恩祭（彌撒）。請注意—「耶穌受難日，聖週五當日，沒有感恩祭」，但信眾依然在當日的禮儀中領聖體。可見聖體聖事的重要性，亦可看到感恩祭和領聖體的密切關係。

感恩祭是主耶穌，親自邀請信眾，帶着愛德奉獻的心神祭品，參與「感恩宴會」。在宴會中，耶穌以祂的身體及寶血，作為祭品，連同信眾一起讚頌天父的獻祭。在感恩祭中，

耶穌賜祂的身體和寶血給信眾。這樣，信友和耶穌結合，分享來世救恩。因此，領聖體在感恩祭中是很重要的。還有，在感恩祭中的司祭是耶穌，司鐸的角色是代表耶穌。另外，祭品是基督的身體及寶血。

究竟耶穌怎樣臨在聖體聖事內，原來是這樣的。主耶穌的身體和血，加上祂的靈魂及天主性，意思是整個基督，實體地蘊藏在聖體聖事內。特倫多大公會議聲明：「耶穌在麵餅中所奉獻的，正是祂的身體。這是實體轉變。」

明白了耶穌實體臨在於麵餅及酒中，我們轉向看看以下領聖體的效果。

（一）與基督契合：增進我們和基督的結合。因為耶穌說過：「誰吃我的肉，飲我的血，便住在我內，我也住在他內。那吃我的人，也要因我而生活。」

（二）聖體聖事是靈性生命的食糧：梵二大公會議的「司鐸職務與生活法令」稱聖體聖事為生命的食糧。復活基督的身體，在聖神內呼吸我們生命的功能。領聖體使我們與復活了基督的身體共融，可以保持、增進並復興我們在領洗時所得到的成效。基督徒信仰生活的增長，需要靈性體內滋養。聖體聖事是我們生命中的旅途食糧。我們要不停地領受，直至我們死前領受臨終聖體為止。（天主教教理 1392）

（三）領聖體使人遠離罪惡：領聖體使我們離開罪惡。保祿宗徒說：「你們每次吃這餅、飲這杯，就是宣告罪的赦免。如果每天耶穌傾流聖血，是為赦免罪惡。我們應該時常領聖體，好使祂常常赦免我們的罪。（教理 1393）

（四）清除小罪：肉身的食糧，恢復人的體力。領聖體堅固人的愛德。在我們的日常生活中聖體聖事堅強我們因日常生活的繁瑣而減弱的愛德。（教理 1394）

（五）防止犯大罪：聖體聖事在我們內激發愛德，保護我們免陷於將來的大罪。請注意，聖體聖事只可赦免小罪。犯了大罪，一定要先辦妥告解，才可以領聖體。（教你 1395）

（六）塑造教會：信眾分享同一個餅，成為基督身體的一個肢體，一個教會。

耶穌為我們犧牲，祂升天前，建立聖體聖事，留下祂的聖體和寶血，作為我們在塵世旅途中的靈魂食糧。讓我們和耶穌緊密的結合，免犯小罪及大罪，增強愛德，防止犯大罪和塑造教會，所以我們要懷着感恩的心，多參與感恩祭。此外為報答耶穌的恩典，我們要找機會朝拜聖體、守聖時和參與聖體降福。讓我們勤辦告解和領聖體，領受上述的恩寵，與聖教會共融，與基督契合，在基督的帶領下，向天國邁進。

談黑洛德王朝

鄒保祿神父

前言

黑洛德王朝與新約有密切的關係，因為從耶穌的出生直到宗徒們傳教多多少少都有些相連，今解釋如下：

一・創始者

黑洛德王朝是由一位依都美亞後代人安弟帕特開始的 (Antipater of Idumea) 此族人來自厄撒烏的後代。公元前四十七年羅馬凱撒大帝封他為猶太的行政長官 (Procurator)，他指派兩個兒子管理，黑洛德，他被派為猶太總督 (Governor of Judea) 。

二・黑洛德大帝 (Herod the Great 37-4BC)

他被稱大帝是因為他是安弟帕的長子，但也是一位很能幹的人物，在經濟和文化方面表現很出眾。他雖然為猶太人蓋了一座聖殿，但脾氣很暴躁，耶穌的誕生和賢士來朝等，都發生在他的任期內。

三・亞爾赫勞 (Herod Archelaus 4BC-AD6)

他繼承了父親的壞脾氣，在猶太和撒瑪利亞與猶太人發生衝突雖然平定了，但是他兩個弟弟安弟帕斯和菲利浦不滿意他的做法，且向羅馬皇帝控告他的罪行，最後他被放逐到羅馬。

四・菲利浦 ((4BC- AD 34)

他繼承了他父親大黑洛德的北部份 (路三 1) 是黑洛德的最好的兒子，在他長久且平靜的統治時代，他建蓋了一些建築物，例如凱撒勒雅城，在此地方，耶穌立伯多祿為教會的磐石 (瑪十六 13)。

為尊敬奧古斯都的女兒裘利亞（Julia）他把伯德斯達城《Bethesda）重建起來，且以她的名字取代。

五·安弟帕斯（Antipas 4BC -AD 39）

他被任為加利肋亞和貝肋亞的分封候，與耶穌傳教年代有很大的交往，他本來娶了伯待王阿來塔斯（ARETAS）的女兒為妻，但後來看上了菲利浦的妻子黑洛狄雅（Herodias），但被聖若翰指摘他的不對，引起了黑洛狄雅的忿恨，且找機會要殺死聖若翰，關於這段聖經可參考聖瑪爾谷福音（谷六 14-29），在此從略。安弟帕斯黑洛德得知耶穌的名聲很大且受人們的敬愛，但耶穌卻不願意與他來往，有幾位法利塞人對耶穌說：「你離開這裏吧，因為黑洛德要殺你。」耶穌回答說：「你們去告訴這狐狸吧…」（路十三 31）

最後一次是耶穌被捕到比拉多前，黑洛德看見耶穌很喜歡，但耶穌沒有回答他（路二十三 6-9）

安弟帕斯的政治失敗可歸罪於他自己，因為他前妻的父親起來反抗，打敗了安弟帕斯，再加上其他的問題，使他失去了權利，最後被羅馬皇帝貶到法國一個不知名的地方。

六·阿格黎帕一世（Agrippa I AD 34-47）

阿格黎帕一世年輕時在羅馬宮庭裏長大，與羅馬政府有良好關係。當加里古拉被人們謀殺後，他支持格老弟當上皇帝。格老弟《Claudius）即位後，就請他接管猶太和撒瑪利亞，他統治的地區如同他的祖父大黑洛德那樣廣大，在宗

徒大事錄記載了阿格黎帕死的事，由於他衛護猶太人而攻擊教會人士，當他坐在主座時，人們呼喊說「這不是人的聲音，是神的聲音」立刻上主的天使打擊了他，因為他沒有把光榮歸於天主，他為蟲子所吃便斷了氣，天主的道便發揚光大。（宗十二 22-24）

七·阿格黎帕二世〔AD 50 -AD100〕

由於他太年輕繼承父王的土地，格老弟皇帝派遣谷斯比華都斯（Cuspius Fadus）代替他任巴肋斯坦的行政長官。到了公元五十三年，他才正式地管理該土地。惟一與他有關的是與保祿的事，保祿在阿格黎帕王前自辯（宗二十六 1-32）保祿自辯後，阿格黎帕說：「你差一點勸服了我做基督徒。」然後對斐斯托總督說：「這人若沒有向凱撒上訴，早就可以釋放他了。」（宗二十六 32），因為他沒有權利釋放保祿。阿格黎帕王這時遇到猶太戰爭（66-70），耶路撒冷城為羅馬皇帝提督所攻陷，但他仍然為魏斯巴仙（（Vespasian））任命，直到他死亡為止（（AD 70）），他的死亡結束了黑洛德王朝大約一百年的歷史。



連鎖信件

愚公

2018 年 6 月，很多人在手機中接到短訊，內容大致為在六月中，教宗方濟各兩到跌倒，邀請信眾為他唸一個數目

的玫瑰經，並且把這訊息轉發他人。「教宗跌倒」的消息，迅速被指出是過去的事，不是新近發生的。事實上，教宗摔跤真的發生過，最新一次在 2016 年，地點是波蘭。現時教宗的健康狀況沒有問題。不過，不少人收到這消息後，信以為真，未經證實便轉送他人。這問題可以造成嚴重後果，所以這類連鎖信件或電子郵件，真值得需要探討。

從處事方面看，關心人是好事，不過，事情需要較清楚一點，不可貿然相信，更不可把未經證實的消息再轉送別人。這樣做，便是以訛傳訛。等到其他人更正自己的錯誤時，便很尷尬。

另外，我們從信仰角度，我們看到一些論據。

（一）教會不相信，亦不鼓勵信眾牽涉在連鎖信件中。因為這些信件給予人對於天主的錯誤形象。

（二）這種祈禱方式或附帶條件，是超自然的。由於他們不是出自天主，所以是危險的。

（三）我們沒有辦法，以自己的力量得到恩寵。耶穌在十字架上已經把救恩賜給我們，是無條件的，也是天主自己主動的。而且耶穌說過，你們求，必要給你們……。因為凡事求的，就必得到。天主賜給我們所求的，如上述，沒有附帶任何條件。祂認為恰當的，便會賜給我們。

（四）誦唸九日敬禮經文沒有錯。不過，若果說我們應該把訊息再轉送一定數目的人，不得中斷，又或者在某一日，

會有任何災難或奇蹟發生，這樣，便好像賭博一樣。記住，天主不賭博。祂賜給我們所求的，只為愛我們。

（五）以上的祈禱屬於迷信或超自然的，請注意，涉及超自然的事物十分危險，我們勤讀聖經，以了解耶穌的真理和教訓，也可以閱讀教會的正統文件。在正統的書籍裏和網站內，找到的是正確及真實的資訊。這樣做，可以避免接觸危險的異端。

（六）談到天主的特性，若望一書第四章說，天主是愛。不是我們愛了天主，而是祂愛了我們，並且打發祂的兒子，為我們贖罪。故此，我們不可以，亦不需要用任何手段，威脅天主，賜給我們祈求的。因為這樣做，便帶有恐懼成分。參考若望一書，第四章 18 節，「在愛內，沒有恐懼。反之，圓滿的愛把恐懼驅逐於外，因為恐懼內含着懲罰；那恐懼的，在愛內還沒有圓滿。」

基於上述各點理據，我們不要接觸任何連鎖信件，收到後，應該刪除，更不需要轉發給別人，避免把錯誤訊息傳給更多人或傳播異端。我們求天主，如果在天主眼中是正義的和恰當的，祂會俯允。所以，我們祈求，不要設下條件，以便得到所求的，更不可接觸超自然事物。為求取得正確信息，應該選擇正統的來源，可以從聖經或教會內、教宗、以及教區神父們所頒布的諭令或今日網站取得，以免陷入異端而不察覺。如有疑問，可以請教神父、修女們等等，以便獲取正確的信息。凡事信靠耶穌，祂是我們的道路、真理和生命，也是我們的善牧！

今天活着是「紅利」

盧鋼鏘

到賭城拉斯維加斯（Las Vegas）旅行，酒店退房時限已屆，但離往機場的時間尚有一段距離，把手提行李暫寄酒店。一個三十餘歲的黑人職員禮貌地接過行李，跟著滿臉陽光地說笑：「我可以把它帶回家嗎？」我說：「可以。裡面有一個炸彈。」他側著頭，露出雪白的牙齒說：「正好，我要換新屋。」跟着哈哈大笑。我說：「你是一個快樂的人。」他笑得更開懷：「是啊！每天早上醒來，看到窗外的陽光，發覺自己原來尚在人間，在世上又多賺了一天，怎會不快樂。」快樂原來就是這樣簡單。

幾十年來，不能忘記讀小學時，校長早會時說過的一副對聯，那對聯懸在半山一個供登山遊客歇腳休息的涼亭，聯語是：「且住為佳，絕頂讓他三幾步；此間亦樂，後塵望我幾多人。」聯語淺白，含意簡單，但內容哲理影響了大半生待人接物與處世態度。望著一些坐輪椅的，或兩臂策杖而行的傷殘人士，你就會感到行走自如的幸福；看到一些落後地區的兒童，饑餓、疾病、死亡，你就會慶幸自己的兒女尚能溫飽；看到祖國西北地區的同胞胼手胝足也不能解決最低生活，你就會滿足於目前的不太富裕的境況，心中充滿感恩。如果有過在醫院被推入手術室的經歷，在那長長的走廊推行過程中，對生與死會有突然的參悟，人世間的名利、權慾、恩怨、愛恨、貧富、都是虛幻。你能做的是讓自己的心寧靜得像波平如鏡的水面，把生與死交給上天，生死不由人，人生就是如此無奈。

一本教人活得開心的書說：「假設每一天都是活在世上最後的一天。」表面看來這說法有點灰，實質的意義是教我們珍惜每一天，既然這一天是最後的一天，一定要活得充實和快樂。你也許有未讀完的一本好書，未看的一套電影；也許有未登臨過的崇山峻嶺，未鑒賞過湖光柳岸；也許有體己話未向親密的人傾訴，未向父母表達你對他們的感激。就趁今天一一實現，今天一定是快樂的一天。

今天活着是「紅利」，是天主的恩賜，是賺回來的一天，是生命多餘的一天。

耶穌在家鄉不受重視

李定豪神父

在整個人生成長過程中，我們或多或少會碰到很多挫折（frustration）和衝突（conflict），猶如大自然的氣候，總沒有全是晴天，中間總有風風雨雨的時候。這種風風雨雨就如我們在生命途上遇到挫折和衝突，但又有多少人在這挫折和衝突中屹立不搖，繼續靜聽內心的呼喚，去為個人的理想及目標繼續努力？

每一個人都有慾望，慾望若能滿足，是人的愉快，慾望不達，便是人的挫折。人越成長，慾望的企求也越大，也越多，受挫折的機會也越多。人的慾望是很難獲得滿足的；不能獲得滿足，便是人的挫折和失敗。這是人生的一個大考驗。

當我們閱讀馬爾谷福音第六章 1－6 節時，人而天主子的耶穌返回納匝肋城，祂亦接受了一次最嚴重的人生考驗。納匝肋城是耶穌長大的家鄉，這些從小便認識祂的人（有些是鄉俚及同伴），給耶穌的批評是最凌厲、最惡劣的，從來也沒有人作出這樣的評價。耶穌回到家鄉不單止是探望親友，祂也是帶著一班門徒，並以一位「拉比」－猶太人宗教導師的身份回來施教，行慈善及踐行愛德工作。祂首先到會堂去教訓人，但是得來的反應就是嘲笑和鄙視，而不是欣賞及驚奇祂的力量，反之，他們處處與祂為難，他們可能有兩個理由不願去聽耶穌的教訓：

（一）他們說：「祂不是一個木匠嗎？」正因為祂是一個木匠，出身是個工人的階級，因而輕視祂－耶穌是普通人中的一個平凡人，既是一個平民，而祂的出處也平平無奇，所以，並不把耶穌看在眼內。（二）他們又說：「祂不是瑪利亞的兒子嗎？我們不是認得祂的兄弟姊妹嗎？」根據『野史』，若瑟壯年去世後，耶穌便負起養家的責任了一祂的母親、叔伯及弟妹們都靠祂操勞來維持生計，直至弟妹們長大能自食其力，他才可以出外傳道。

納匝肋人竟然因為認識他的家人而鄙視耶穌。其實，當人熟識別人後，照常理是容易彼此尊重的。但在我們每一日的生活經驗中，我們體會到當人熟識你時，不是協助你成長，使你的生命更為豐盛，相反，有些人到處傳播你的不好。另外，與他人太接近，太熟稔，反而看不出別人的偉大、獨特和優美處。

事情發展的結果就是耶穌不能夠再逗留在納匝肋，施行奇蹟，宏揚聖教，踐行天父救世的計劃，整個氣氛、環境為他並不有利及不對勁，在祂深入的祈禱，聆聽父的聲音後，祂決心離開這個環境，祂發現以下三點：

（一）人若不願意接受醫治，他就永遠不會醫癒。很多人從小至大，甚至有了一個家，他的脾氣及品性卻一直不想改，性格唯我獨尊，我行我素，就算經過不少長者、神父屢次規勸，他亦不想改善，因此造成不少緊張的人際關係。

（二）在惡劣的氣氛、朋友、以至教會的環境及複雜的人際關係中，講道、施教也是很艱難的。會眾及團體若存心不去聽道，執事、神父及主教的講道神恩怎樣好也起不了什麼作用；但會眾及團體若帶著一份盼望的心去吸取聖言，讓聖言成為生命的指標及行徑，那麼，就算很平凡的講道也能燃起心內的火花來，去為天主作一點事。相反，在一個冷酷批評或漠不關心的氣氛下，神職人員準備道理的心火亦大打折扣和，更甚於傳達上主的信息來。

（三）在急劣的環境中，人永不會和平共處；人若帶著仇恨的心前來相聚、開會或參與感恩祭，你可能是浪費了一兩個小時吸取聖神的靈成，結果你和團體的關係會變成仇恨收場。人若不體察對方的見解，在位的困難，只堅持自己的意見及盲從附和，人云亦云，不作全面的理解、分析及綜合，而作出負面的結論，日而久之，你的靈修生活很貧乏，而你亦沒法看出天主在你身上所施予的化工。但若人抱著愛基督的心去尋求團體的共識，扶持自己及信仰團體的成長，雙目常仰望著上主—信德的創始者和完成者，抽一點時間去聆聽，

我相信聖神有一股神力在你內運作，就算你的家庭、伴侶、子女等有多深的成見以至相隔萬里路，結果你們一定可以在基督內合而為一。

各位兄弟姊妹，我們既領受了聖洗，成了基督的門徒，責任是何等重大！因為我們可以在日常生活中協助耶穌基督傳教，同時亦可成為耶穌基督傳教的絆腳石，我們可以敞開大門讓祂進來，也可把祂趕出自己的心扉。你選擇那個呢？



談勞來多聖母的家

鄒保祿神父

前言

按聖路加福音的記載，天使嘉比額爾到了加里肋亞的一座城，名叫納匝肋城去向聖母報喜(路一 26)。這說明納匝肋是聖母的家，怎麼會在意大利的勞來多鎮呢？今解釋如下：

(甲) 中古世紀

自十字軍東征之後，中東地帶不很安全，按一四七二年的一位學者 Pietro di Georgio Tolemei 的報導，天使在一二九一年就把聖母在納匝肋的家首先遷往 Dalmatia 的 Teresatz 鎮，但因在那裡不受人們重視，到了一二九四年十

二月十日，天使們便把聖母的房子搬到意大利東岸的 Recanati 鎮的樹林內，也得不到人們的重視。

過了一年，即在一二九五年，八月十日，天使又搬到此鎮附近的山上。當時在此鎮中有一位學者，他在夢中得到一個啟示要他派十六位人士到納匝肋調查此事，果然聖母在納匝肋的不見了。

（乙）教會的重視

教宗若望二十三世(1314.1334) 在一三二零年頒佈詔書確定這是聖母的房子，包尼法九世在公元三八九年和保祿二世在一四七零和七一年都肯定了勞來多小屋是聖母的房屋。

（丙）文藝復興時代

在一四八二年聖母房屋附近便升格為一個堂區，儒略二世教宗再次肯定聖母的房屋，後來又請四位樞機保管。到了一七二八年，由於當時的建築師如布拉曼德(Bramante) 等人的設計，勞來多的聖母小屋又升格為小大殿(minor Basiica)

（丁）近代發展

法國拿破崙時代，曾把聖母在勞來多小堂內的聖像帶到法國，但到了一八零一年便送回原地。此地方本是屬於教皇國的範圍；但在一八六六年由意大利政府佔領，自一九二九年的與庇護十一世的拉特朗條約後，歸回教會管理。

一九二零年教會封聖母為飛行人的主保。若望保祿二世為編了一些經文。一九三六年教會頒賜那些前往勞來多朝聖的信友們大赦。如同那些到聖地和法國的露德一樣，教會規定每年十二月十日為勞來多聖母日。

結論

由於很多聖人們和五十多位教宗，包括聖若望二十三世(1958=63)都到過勞來多朝聖，而且也有不少的奇蹟顯現。意大利郵局在很多年前發行此地方的郵票以紀念它。的確是值得去朝聖的地方。

一致

初哥

2008 年，當時的教宗本篤十六世訪問美國。他問美國的主教們：「我們在主日，於聖堂內，宣認我們的信仰。但在其他日子，處理商業事務或選擇醫療程序時，卻相反我們的信仰。這樣做是否和我們的信仰一致？」

教宗這樣說，當然有他的道理。但今日不少信眾，雖然宣認自己是天主教徒，但卻違背教會的教訓，例如：墮胎、安樂死、同性婚姻結合等等。耶穌會曾慶導神父，在他的「主日讀經反省(乙年常年期 14 主日)」也提及類似問題如下：

正如人們逛超市時把自己喜愛的物品放進購物車，不喜歡的路過不拿。教宗(本篤十六世)寫的書〔天主與世界〕(God and the World)裏說的，現代人的宗教現象變成了

(No to God, yes to religion) (不要天主，卻要宗教)。現代人要一些宗教形式，且不管形式為何。然而面對一個有位格的神，這位知道我的情況，會對我說話，也對我有所要求，心知將來會審判我的神，他們卻不願意接受，宗教和神因此分了家及使我們的信仰生活脫了節。今日的人不想完全拋棄宗教的感覺，只想選擇自己感覺舒服的宗教。他們不喜歡神的戒律，也不要神對他們有所要求。因此，我們的時代是一個沒有「宗教危機」的時代——各種形式的宗教像蘑菇一樣遍地生長，而又因為「所有的宗教都一樣」對每一樣宗教都崇拜，就如換宗教就像換衣服一樣。現代人不接受真理，返要真理接受人；人甚至要作神，而不是讓神來作主。

事實上，一個人如果口講一套，做的卻是另外一套，便是沒有原則，因此人會失方向及目標。我們選擇皈依天主，經過慕道課程及教理講授，知道聖教會的規條，便應該言行一致，受教條規範。否則，口頭上宣認是基督徒，但行為上卻選擇性地遵守教條和誡命，甚至違背教條與誡命，這便是很危險了。因為這樣做，便落入了魔鬼的圈套，違反了天主的誡命。還有，外教人看見這種表裏不一的行為，怎能會被吸引而皈依天主呢？

因此，作為信徒，應該檢討自己的信仰生活能否達致合一，有否遵守基督的教訓和誡命。我們有幸，自由地皈依天主，自然要以基督的教訓做人；否則，便有一個創立自己宗教的危機。教宗本篤十六世說：「我們需要的是有質素的教徒，而不是大量教徒。」讓我們反省是否在日常生活中度一個忠實信徒生活？做一個言行和信仰一致，名符其實的基督徒。



遊歐見聞

羅文

這個暑期筆者跟家人到了歐洲遊玩，在兩個星期的旅程裡，我們到了四個國家，每個國家都有自己獨特的風土人情，在這裏想同大家分享一下筆者的所見所聞及感受。

值得一題的是克羅地亞這個地方，很多人可能對這個國家不太認識，其實它是從南斯拉夫解體後獨立的其中一個國家。克羅地亞人不太願意提起被南斯拉夫社會主義統治那一段黑暗的歷史，現今的克羅地亞除了是一個景色迷人的地方，最令筆者留有深刻印象的是當地人的友善及開朗。正值是世界盃決賽的前夕，筆者也買了一件克羅地亞的球衣，以作對他們的支持，可惜到決賽當天已經離開了，到了希臘時與其他球迷一起觀看決賽，發現擁護克羅地亞的球迷也不少，可見鋤強扶弱的亦大有人在。雖然克羅地亞未能奪冠但已獲得很多人的刮目相看。

到了希臘就換到另一番景象，除了看到一些在海邊的白屋，構成了一幅一幅像海報般如詩如畫的景色，更震撼的是看到了二千多年前古希臘的建築物，古希臘神殿的宏偉不在話下，更有可以容納近二萬人的劇場，可見當年古希臘的文化水平已經是相當之高，雖然有些神像或建築物已經被破壞或被盜去，但壯觀之處亦令人嘆為觀止。再加上小女兒一路講解古希臘神話的傳說，更令旅途生色不少。感嘆卻是現今希臘的經濟狀況大不如前，希望他們都可以走出困境。更可

笑之處是後來到了英國的大英博物館，在裏面展示的就是被盜去的神像！

我們從一個嚴肅的古城轉到了一個有浪漫之都見稱的意大利威尼斯。在炎炎夏日裏坐著小船在水都中泛遊，以及在河邊一邊喝着咖啡一邊看着遊人來來去去，都是悠然自得的賞心樂事。

意大利是一個天主教國家，教堂多不勝數，值得一題是在米蘭教堂內達文西畫的一幅最後晚餐的牆畫，這幅牆畫的精緻細膩不在話下，人物表情栩栩如生，最特別是每個人物有著不同的表情，反映著當時每一個人都有不同的心情，猶達斯因背叛了耶穌，所以達文西把他的面目只是粗略帶過。

雖然每天我們都是在華氏 90 多度的高溫下活動，但俗語有云：讀萬卷書不如行萬里路，這次的旅程確是為我們曾益不少！

做人要有遠見（一）

牧者之歌
關傑棠神父

首先聲明，絕對沒有對先賢前輩不敬，因為他們有些已退休多年，有人已回歸天鄉。世界、社會、團體要進步，必須對未來具有遠見，教會也不例外。以下的分享不是憑空想像，而是大家熟識的事實，亦希望借本文刺激其他鐸兄鐸弟

的記憶，反省和積極提出見議；這樣我們的教會才能有進步……

開宗明義，聖堂建築，古代的設計和建築師只重神性，忽略人性，以為天主教發展不外如是，人口不會增加。結果呢？男女洗手間嚴重不足，更遑論以今天標準要求的無障礙通道去照顧行動不便的朋友了……

隨著時代進步，上述許多硬件先天不足的聖堂已作了大大改善。建升降機，開闢更多給人如廁的地方。然而由古代去到現代，我們的有關設計及建築朋友又傾斜到另一極端，只追求設計視覺上的美感，忽略用家的實際需要（User Friendly）。教堂用太多玻璃做建材未必適合香港城市，亦談不上環保。炎夏加玻璃，堂內升溫，冷氣開動，電力公司當然笑逐顏開。清潔也是另一個叫人頭痛的事。市區地價貴，人口擠，寸金尺土。常常發見教堂建築空間未能妥善利用。一間大聖堂竟然鬧開會上課房間不足，至令兩個善會為了爭地盤，繼而口角，險些動武，本堂神父混亂中挨了一拳，風波才平息下來……

安全意識弱也是我們的通病。設計聖堂固然追求最完美的燈光，然而把有關燈飾放在高高的天花頂上未必是上乘的設計；因為幾時要維修更換，安全問題便會浮現。以下兩則真實故事。許久以前紅磡聖母堂有位歌詠團成員叫「基哥」，年青有為，身手敏捷。他可以在一條長長的「雲梯」上上落落換燈泡、掛裝飾，活像猴子一樣。那時我只懂欣賞他，並覺得沒有什麼不妥……

若干年後，我到聖瑪加利大堂走馬上任，一進聖堂，赫然發現同事「明哥」和「強哥」一起幹活，又是一條長長的「雲梯」！這刻我的感覺是恐懼驚怕，有意外怎算？一家之主，「麪包牛油」的領主。解決方法：立刻停工，選購一台合適的電動升降台，派他們去機電工程署上課考牌。

其實可舉例子個案多得不可勝數，然而做得堂區司鐸的不能獨沽一味，只提供靈性服務，其他一概不管；有神父會說教堂的終極持份者是教區主教，我只在這兒服務若干年便要他調，關我什麼事。唉，可憐的主教，難道我們要勞役死他嗎？又有人會說，把一切物業管理大小維修工作，交給教區建築委員會負責跟進好了；不是委員會不想不能，而是人力有限；又是金錢作怪。到頭來，神父們唯有向聖保祿學習，入鄉隨俗，全情投入。在羅馬時，做羅馬人，在屯門，做屯門人吧！在跑馬地就自動成為快活谷的居民。反正天下一家，處處都可以是愛人的地方！

做人要有遠見（二） 牧者之歌 關傑棠神父

接上章回的分享，這兒討論一則比較策略性的事故。話說在紅磡聖母堂服務那些年，同期出任堂區「普愛學校」校監。六十年代我校是區內一所非常得家長心儀支持的小學。一到公開招生報名那天，隊伍長長排到蕪湖街口，盛況空前。可惜五六十年代盛行貪污，偷工減料的「咸水樓」打跨了我

們的大好前程。昔日的家長著緊子女的品格和成績，不太介懷校舍是否宏大輝煌。坦白說，那段日子可供父母選擇的機會亦不多……

七十年代香港經濟起飛，八十年代中紅磡黃埔花園落成，人口迅速增長，學校需求必然成正比例。聖公會「奉基小學」於一九八八年開校，學生來源是向區內其他小學招手，當然「普愛」成了追擊對象之一。據可靠消息披露，辦學第一年只收一年至五年級新生，居然百份之四十是來自普愛的跳槽生！這點說明了家長的心態隨著生活富裕有所改變。除了品學兼優，校園的學習環境一樣得到重視。在這情況下我校輸了第一仗，拱手把自己栽培出來的孩子送給人；原因是普愛已淪為一座設備不足，尤其是供學生運動、打球和嬉戲空間嚴重缺乏，校舍殘破的建築物。

這事記在心頭。時間巨輪不會停下來遷就我們，二千禧年迫在眉睫。教育署提出了全港興建千禧新校舍的大計，幸好，黃埔花園又給選中了……眼見我校遲早要面對殺校的威脅，事關無論老師們怎樣優秀、怎樣賣力，收生率每況愈下是不能逆轉的事實。堂區生活，如果沒有在同一建築物內的校舍支援，肯定要受發展的局限和掣肘。我預見紅磡社區的發展勢頭，於是主動向教區領導層反映事態嚴峻，要求積極回應……

他們的反應叫我失望，似乎有人仍然迷信天主教辦學是無敵的，家長學生一定投靠我們。其中一位領導人對我說：「細關神父，你還年輕，不夠經驗，讓我們辦事好了；何況紅磡這個社區已老化，不必太過擔心！」我不介意自己是否

年少無知，但結語卻令我感到非常詫異，這只不過是社會學分析的基本知識。紅磡沒有發展潛質和空間？我倒不能苟同……

結局是這座美輪美奐的千禧校舍又給「聖公會」的朋友成功申辦，並命名「奉基（二）千禧學校」，還向街坊暗示可能孩子升中時，比較容易跟自己教會的名校掛鉤。嘩，多麼吸引；如果我是爸爸，不作他想。做人要有遠見，想不通，看不透的後果是自己吃虧；這回天主教再輸一仗，多麼無奈！事隔多年，「普愛」已成歷史陳跡，校舍給「明愛」機構徵用了，近日又聞校舍的天花結構破損。「堂區」與「明愛」之間的關係雖然良好，但硬件就沒有太大突破，福傳活動和大瞻禮日，彌撒聖祭人數必受局限。每次到黃埔花園，看見美麗的校園，我心想，如果是「普愛千禧學校」那多麼好……

從納匝肋到白冷城的路程

鄒保祿神父

前言

若瑟和瑪利亞既然要從納匝肋到白冷城去登記戶口，要走多長時間的路呢？曾有句話說「條條道路通羅馬」，但是其他的路不一定直通。而且以色列的地形不完全平坦，也有不少山丘，我們可把他們要走的路要花十天左右的時間。

第一和第二天

他們從山丘的納匝肋往下走向「耶斯里山谷」(Jezreel)平坦的平原，這是最容易的一條道路。

第三和第四天

他們慢慢地再從耶斯里山谷走出，可看到一些橄欖樹的景色，有些景色來自一世紀。

第四和第五天

這是比較困難的一條路，先要上坡，然後下坡，走向以色列中部的山區。每天都可看到二口井或水泉，其中可能看到撒瑪利亞省附近西哈爾的一口井 (Sychar)，耶穌後來在這井旁和一位撒瑪利亞婦女交談 (若四 5)。

第六和第七天

這是若瑟和瑪利亞最不舒坦的一段路程。

第八和第九天

從遠處他們可看到耶路撒冷城，人們在此路上很擁擠，因為聖殿吸引了不少的遊民，瑪利亞和若瑟也不例外，也來到耶路撒冷。

第九和第十天

從耶路撒冷到白冷的路程很短，大概只有六或十里路，但要走一些小山丘和乾燥的沙漠，他們到了白冷城後，受到人們的招待，因為猶太人一般來說都很團結和互相協助，但是不容易找到住宿的地方。

妥當領聖體

思高粉絲

聖體聖事這麼尊貴，應該準備十足，才可以獲得這聖事的恩寵。最重要的是靈魂沒有大罪。

至於小罪，也不要經常帶着小罪領聖體。應該在領聖體前辦告解，使到大罪和小罪都得到赦免，才可領受。除了靈魂潔淨，根據曾慶導神父的著作「主日讀經反省（乙年）」，還需要下列特別的虔敬心。

一、最大的信心和愛心：要憑信仰的眼光，認識是宇宙萬物的造主臨在這不起眼的小麵餅裡；祂是億萬星球、億萬原子、分子的創造主，全能全知、無限美善的天主。然而祂卻為人而死。誰能不愛這愛人至極的天主？金口若望說：「有那個牧人會用自己的血餵養羊群？」當主耶穌說：「你們要這樣做，來紀念我！」是要我們紀念祂為赦免我們的罪而受的苦難聖死。這對基督的信心與愛心是我們領聖體前該「有意識地」由衷產生的。

二、最大的謙遜和恭敬：意識到天主屈尊就卑在聖體內和我們的靈魂結合，而使我們感到自己的不堪當，並與聖詠作者產生共鳴：「當我仰觀您手指創造的穹蒼，和您在天上布置的星辰月亮，世人算什麼，您竟對他懷念不忘？人子算什麼？您竟對他眷顧周詳？」（詠八 4 至 5）；我們會與路十八 13 的稅吏一樣不敢抬頭向上看，而謙卑地說：「天

主，可憐我這個罪人！」或如依撒伯爾說：「我主的母親怎麼來到我這裡？」或如百夫長不堪當地說：「主，我當不起您到我家裡來，只要．．．．．」

我領聖體時有恭敬之心嗎？我的衣著是否表現出這恭敬？

三、飢渴感：聖奧斯定說，人要對此神糧感到飢渴，人要感到自己需要基督，否則沒有效果。如聖母在「謝主曲」說的：「祂使飢餓者飽饗美物，卻使富有者空手而回」；又如患血漏十二年飽嘗痛苦的婦人，極渴望碰觸耶穌的衣邊，如此病就會好起來；又如耶里哥的瞎子在黑暗無望中大喊：「耶穌，達味之子，可憐我吧！」因為他們飢渴，所以都被治癒了。若我們以同樣飢渴、期盼的心來領受聖體，懇求主耶穌治癒撫慰，一定會得到滿足和幫助。因為凡是求主耶穌的，沒有被拒的。

為使聖體聖事有功效，我們領聖體後還要「有意識地」提醒自己主耶穌就在我的心房，向祂謝恩並求恩。

主耶穌建立聖體聖事是為使我們與祂合而為一。因此，領聖體後我們要「有意識地」提醒自己已變成基督的一部分，成為基督第二，或保祿說的「穿上基督」（羅十三 14）。所以我們要勉勵自己如基督一樣謙虛、服從、貞潔和神貧。領聖體後，我們的「質」沒變，「形」卻要變：由驕傲變謙遜，暴躁變忍耐，懷疑變信任，膽小變勇敢，猶如金口若望說的：「領主聖體的舌頭不應再說無意義的話、壞話或毀謗

的話；領受主聖體的心胸不應再愛慕虛榮、打壞主意，應當只想天主及愛的思想。」

聖熱羅尼莫說：「沒有信望愛諸德行的生活，不能說『基督在我內生活』。」聖奧斯定說：「以你每天的生活，證明你堪當領受主耶穌。」

我們不要機械式地領聖體，我們要在聖體前發信德、愛德、謙恭及飢渴感，讓聖體聖事的神效在我們身上彰顯。

願我們看清楚，耶穌的聖體聖事，使我們得到永生，亦可使我們和基督共融。因此，我們應該珍惜這永生之糧，以虔敬的態度領受聖體，在基督的領導下，邁向天國。

羅馬帝國考古遺址學習團（一）

香港李國雄神父

2018 年 4 月 25 日至 5 月 5 日，參加了由夏其龍神父帶領的「羅馬帝國考古遺址學習團」，為期 11 天，行程包括了奧斯提亞（Ostia Antica）、拿坡里（Napoli）、龐貝（Pompeii）及西西里（Sicily）等地。

屈指一算，這是第 11 次參與夏神父所領的學習團：

1. 2006 年 7 月，主題：中世紀歐洲和教會（法國為主及西班牙）〔通訊（聖瑪竇）No. 54〕；

2. 2007 年 7 月，窺探中世紀教會之旅（德、比、法、英）(No. 60)；
3. 2008 年 6 月，中世紀葡萄牙教會 (No. 64)；
4. 2010 年 5 月，匈牙利：教會淵源 (No. 74)；
5. 2011 年 7 月，波羅的海 9 國中世紀歷史考察遊 (No. 78)；
6. 2012 年 8 月，體驗沙特爾 (Chartres Cathedral) —— 觸摸中世紀精神 (No. 82)；
7. 2012 年 12 月，羅馬探索之旅 (No. 83)；
8. 2013 年 12 月，古希臘史跡探索之旅 (No. 86)；
9. 2014 年 8 月，毛里裘斯 (Mauritius) 之旅 (No. 89)；
10. 2017 年 4 月，苦難與慈悲的反思（親臨波蘭、捷克、德國、比利時和法國現場懷古 15 天）(No. 100)；

(一) 奧斯提亞 (Ostia Antica)

Ostia Antica 是靠近現代的奧斯蒂亞的郊區，位於羅馬西南 25 公里的古羅馬港口城市。“Ostia” 是拉丁語 “os” (嘴) 的衍生詞，位於台伯河 (River Tiber) 口，奧斯蒂亞曾是羅馬的海港，但由砂石堆積，現在距離海岸線已有 3 公里。這市鎮的歷史可追溯到公元前 4 世紀。公元前 3 世紀至公元前 2 世紀，這裡曾是羅馬海軍的主要據點。該處以其古老建

築絕佳的保存、寬宏的壁畫 (frescoes) 和令人印象深刻的馬賽克著稱。

4 月 26 日 (星期四)，第 2 天，下午 3 點多鐘，聽過了幾篇資料性的文章報告後 (奧城作為海港、城中工業、建築特色、考古發現)，便朝城東的羅馬門 (Porta Romana) 走去，途中經過墳場 (necropolis) (根據由來已久的古代律法，墳場建築只能建於城外，通常沿直達城中心的主要通道規劃建築的)。

Porta Romana，羅馬門一般說建於公元前 80 年，這是最堂皇的入城通道，寬 5 公尺，門的結構，少許部分嵌入城牆中，拱門居中，兩側旁以凝灰岩 (tuff) 建成的方型 (square-plan) 塔，在介乎入口半筒型的拱門 (barrel vault) 之上和門頂下之空間 (attic) 刻上紀念建築和一世紀復修的賀詞，但現場只見城門剝落了的大理石表層和坍塌了的塔址，要憑重組的圖片才見其原本的氣勢——整座大理石鋪的拱頂城門，門外兩側各矗立 2 根刻有柱頭的石柱，雕像高企柱上方。

公元一世紀，為補救這商業重鎮 (不敷應用的運輸功能) 在附近先後建新港口設施的羅馬帝皇：喀勞狄 (Claudius) (41-54AD) 和 Trojan (98-117)，而尼祿 (Nero) (54-68AD) 更於公元 64 年鑄紀念克勞狄新建港口的錢幣，幣面鑄上 Ostia Antica 的畫面。

這一世紀，是基督徒新興教會要打進這廣大、富有、強盛、法律嚴明、多神及神化皇帝的羅馬國（極盛時代 27BC-180AD），自然阻力甚大，列為非法團體：

1. 公元 49 年，Claudius 皇帝驅逐猶太人離開羅馬；
2. 公元 64 年，羅馬大火，基督徒被屠殺；
3. 公元 96 年，受到迫害基督徒；

由此可見一斑。

走進 Porta Romana，就踏上城中東西主軸的主要通衢大道；9 公尺寬，來回行車綫，中經市中心，直通海邊，全長 1.5 公里。踏着火山岩鋪砌的路面，順道觀看樣似貨倉建築 (warehouses)，建於公元一世紀，但很可能是寬大的市集，四週圍以凝灰岩 (tuff) 的迴廊。這裡是發掘了的遺址第 2 區，區內的建築物還以幢 (insula) (block) 區分。隨後導覽指示該區浴場 (Baths of Neptune [羅馬神話：海神]) ——奧市最大的，見一大堂巨型的鋪在地上的馬賽克 (mosaic) 裝飾，黑白二色，畫中繪畫 Neptune 驅策他由神話中的馬頭魚身獸 (hippocampus) 拖着的那駟馬車 (quadriga)，由一班侍從駕馭着海豚的 (羅馬神話) 戀愛之神 (Cupids)、(希臘神話) 海之女神 (Nereids) 和 (希臘神話) 半人半魚之海神 (Tritons) 簇擁着。又見區內的消防員消防營，劇場；先後走過第 5 區的貴族大宅 (the Domus of the Fortuna Annonaria)，第一區的磨坊路 (via dei Molini) 和 Diana (羅馬神話幾個女神的稱謂) 路的交匯處，全市的最中心地帶，即市場 (forum) 的週遭，商賈集散之地，熙來攘往、市場北

面主神廟 (Capitolium) (供奉羅馬主神 [Jupiter])、天后 (Juno)、司才藝之女神 (Minerva)、仍見紅磚建的主體結構、市場南面崇拜皇帝的神廟 (Temple of Augustus and Rome) 遺址殘缺。

Ostia Antica 由於砂石堆積，導致港口淤塞，城市人口逐漸減少，羅馬帝國末期，被廢棄。

(二) 赫庫蘭尼姆 (Herculaneum)

Herculaneum 是維蘇威 (Mount Vesuvius) 火山在公元 79 年的一次大噴發所造成的火山碎屑流 (volcanic debris flow) 所摧毀的古城。火山爆發令此城與附近的龐貝 (Pompeii)、斯塔比亞 (Stabia) 等古城同被毀滅。與龐貝有別的是 Herculaneum 由於被火山岩屑 (pyroclastic rock that solidified to an average height of approximately 16 meters) 埋得夠深，致使考古上的人工有機物 (organic artifacts)，例如植物、編織品、傢俱、屋建木質結構部分，以至船艇，又特別是屋建上層 (因而對屋建空間、建築技術能掌得更準確)，得以呈現原貌。因此，雖然只發掘了原市鎮 1/4 的面積 (未發掘區上仍有現住居民)，許多地標性的市政和宗教的觸目建築都欠奉，但仍有參觀賣點。再者赫市比龐貝富裕，因此鎮上不少房屋粉飾得更精緻，更多的房建外層鋪上了彩色大理石。

4 月 29 日 (星期日)，第 5 天，上午攀登維蘇威火山，由起步處到達火山口，高度上約爬了 27 層樓高。

下午，才往參觀 Herculaneum，走到面朝海邊的半筒型拱頂的貨倉 (Barrel Arches - port warehouses)，座落於支撐上面臺地 (terrace) 觸目的結構下，此處在 1980 春 G. Maggi 發現了約 300 具人體骸骨——活活的見證公元 79 年火山爆發真相；就在這裡，帶同他們所能夠積聚的值的東西，特別是頸鏈和錢幣，能逃到海濱的 Herculaneum 的居民，設法逃出生天，但他們因火山爆發出來的火焰般的雲，高溫致死。現場可見散落的骨骸、頭蓋，死狀歷歷在目。之後步上一廣闊長方形的廣場，見大理石鋪的殯葬祭台 (funeral altar)，由當地元老院 (senate) 為 M. Nonius Ballus 元老院議員 (senator) 而立，他任克里特 (Crete) 和基勒乃 (Cyrene) 兩處羅馬領土的長官 (praetor) 和總督 (proconsul)，公元前 32 年護民官 (tribune of the plebes)、屬屋大維 (Octavian)——未來皇帝 (Augustus [奧古斯都] 27BC-14AD) 的黨派。Balbus 在 Herculaneum 建樹甚多，復修及建築許多公共樓宇，至少有十處豎立了標榜他的像，而身後獲頒殊榮，紀錄在這殯葬祭台向海的一面刻上的長文。此後，沿途目睹家宅、店舖、酒庄、大宅等，下午 5 時前離去。(待續)



Are you Sharing Too Much Information Online?

Paul Poon

In today's digital age, it is impossible to avoid the internet. Even if you don't have a computer and actively avoid social media, there is information about you in some corner of the web. Here are some tips to help you manage your digital footprint:

- Actively manage your security settings. Every app, social media site and web browser have multiple layers of privacy and security settings. When you download a new app or register with a new site, don't simply trust the default settings. Look through the options yourself to ensure you are comfortable with the level of privacy. One thing to watch for with apps on your phone is location settings. Some apps will track your location even when the app isn't running.
- Protect your online image. Career search firms now have strategies built entirely around recruiting through social media. According to LinkedIn, more than 20,000 companies use their platform to attract new talent. In addition to recruiting, human resource departments will vet

prospective employees by reviewing social media profiles.

What you share and how you portray yourself on social media is extremely important to your career. Pay attention to what others post about you, as well. If you are uncomfortable with what they are sharing, have a conversation with them and ask that it be taken down.

Connected profiles

- Set boundaries for yourself. According to the Pew Research Center, 74 percent of Facebook users visit the site on a daily basis. And 51 percent say they visit multiple times per day. Try to find the balance that allows you to enjoy connecting with others online, but doesn't negatively impact other parts of your life.

In addition to time spent, draw a bright line between what you consider shareable versus personal information. If you have these boundaries in mind when on social media, it will help you think critically before continuing to scroll or posting something.

- Know your friends. Having friends is fun. Having the wrong friends can be harmful and even dangerous. If you receive a friend request from someone you don't know, deny it. They might simply be trying to increase their friend count, but they could be looking to access personal data. Review your friends on every platform on a periodic basis, and don't fret about how many friends you have. Quality is much more important than quantity.

The best defense of your private information is you. Having a plan and actively managing your online profiles is the best way to minimize the chance of your personal data falling into the wrong hands.

JOHN H. WU, M.D. 吳鴻恩 醫學博士 (INTERNAL MEDICINE)

929 CLAY STREET, #403

SAN FRANCISCO, CA94108

診症時間：

星期一至五：下午一時半至六時

企李街 929 號 #403

(近華埠郵局)

☎ (415) 981-0303

星期四：九時至十二時預約



二〇一八年十月、十一月、十二月聖人慶節

10月 1日 聖女小德蘭(貞女、聖師) 10月 2日 護守天使 10月 4日 聖方濟·亞西西(會祖) 10月 5日 Blessed Francis Xacier Seelos (priest) 10月 6日 聖博諾(司鐸)，真福瑪利亞(貞女) 10月 8日 哥倫布日 10月 9日 聖德宜(主教)及同伴(殉道)，聖若望·利安納(司鐸) 10月 11日 聖若翰廿三世(教宗) 10月 15日 聖大德蘭(貞女、聖師)	10月 16日 聖赫德維(修女) 10月 17日 聖依納爵·安提約基亞(主教，殉道) 重陽節 10月 18日 聖路加(聖史) 10月 19日 St. John De Brebeuf & Isaac Jogues (同伴及其殉道) 10月 20日 St Paul of the Cross 10月 22日 聖若望保祿二世(教宗) 10月 23日 聖若望·嘉庇當(司鐸) 10月 24日 聖安多尼·加肋(主教)
11月 1日 諸聖節 11月 2日 追思亡者日 11月 3日 聖瑪爾定·包瑞斯(修士) 11月 9日 祝聖拉特朗大殿紀念日 11月 10日 聖良一世(教宗，聖師) 11月 12日 聖若撒法(主教，殉道)，退伍軍人日 11月 13日 聖方濟·加比尼(貞女，移民主保) 11月 15日 聖大亞爾伯(主教，聖師) 11月 16日 St. Margaret of Scotland, Gertrude	11月 17日 聖依撒白爾·匈牙利(修女) 11月 21日 獻聖母於聖殿 11月 22日 聖則濟利亞(貞女，殉道)， 感恩節 11月 23日 St. Clement I, Pope Martyr, St. columban, Abbot 11月 24日 聖陳安勇樂(司鐸)及同伴(殉道) 11月 30日 聖安德肋宗徒
12月 2日 將臨期第一主日 12月 3日 聖方濟·沙勿略(司鐸) 12月 4日 聖若望·達瑪森(司鐸，聖師) 12月 6日 聖尼各老(主教) 12月 7日 聖安博(主教，聖師) 12月 8日 聖母無玷始胎瞻禮(香港教區主保) 12月 9日 聖瑪竇堂華人團體慕道者收錄禮 12月 11日 聖達瑪穌一世(教宗) 12月 12日 瓜達盧佩聖母 12月 13日 聖路濟亞(貞女，殉道)	12月 14日 St John of the cross(司鐸，聖師) 12月 21日 St. Peter Canisius, Priest 12月 24日 平安夜 12月 25日 聖誕節 12月 26日 聖斯德望(首位殉道者) 12月 27日 聖若望(宗徒，聖史) 12月 28日 諸聖嬰孩(殉道) 12月 29日 聖多默·白凱(主教，殉道) 12月 30日 聖家節 12月 31日 St Sylvester (宗徒)

聖瑪竇堂區消息

感恩祭時間表

平日感恩祭：早上	6：30 a.m. 英語
中午	12：05 p.m. 英語
主日提前感恩祭：下午	5：00 p.m. 英語
下午	7：00 p.m. 西班牙語
主日感恩祭：早上	7：00 a.m. 英語
	8：45 a.m. 西班牙語
	10：45 a.m. 英語
中午	12：30 p.m. 英語
下午	3：00 p.m. 普通話 (每月第一、三主日)
下午	3：00 p.m. 廣東話 (每月第二、四、五主日)
下午	5：30 p.m. 西班牙語



平日修和 (辦告解) 時間：

星期一至星期五：下午	5：00 p.m. - 5：30 p.m. (小堂)
星期六：上午	11：30 a.m. - 12：00 a.m. (大聖堂)
下午	4：30 p.m. - 5：00 p.m. (大聖堂)
每天明供聖體：早上	7：00 a.m. - 9：00 p.m. (小堂)

服務本堂的神父： 李定豪神父 (Fr. Dominic Savio Lee)
戴蒙席 (Msgr. John Talesfore, Pastor)
余浩泉神父 (Fr. Alvin Yu)
Most Rev. William Justice in residence
Fr. Thomas Parenti in residence
翟林湧神父 (第一及第三普通話主日協助)

教區、堂區活動消息

- 1) 2018 年至 2019 年慕道班課程，現已開始，若兄弟姊妹能夠推薦想認識天主教信仰的外教者，請盡早與李神父聯絡，以便他們能在明年四月二十日前領受入門聖事。
- 2) 信仰研經班課程（梵二文獻及聖經）亦於每星期三晚上 7:30 在堂區辦事處 3 樓舉行，歡迎參與。
- 3) 11 月 11 日為華人團體慶祝感恩節前晚餐。
地點：順峰漁村酒樓。 費用： 20 元正。
時間：晚上五時正
請聯絡 Bosco Ho, Albert Wong 和 Paul Poon 弟兄
- 4) 12 月 9 日將臨期第二主日，下午三時正，於中文彌撒，華人團體為慕道的兄弟姊妹舉行收錄禮，請為慕道者祈禱。
- 5) 關於將臨期及聖誕節彌撒時間表（英文及廣東話），李神父日後在彌撒後宣布。
- 6) 聖瑪竇堂款待小組為年長者舉行免費午餐
日期： 10 月 13 日（星期六）
時間： 中午 12:45
地點： 聖瑪竇堂 Ward Hall



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。

二〇一八年十月、十一月及十二月

無名氏 1	\$200	Agnes Fong	\$ 20
Cathy Chinn	\$100	Cissy Wong	\$ 40
Annie Wong	\$ 90	紅磡聖母堂各教友：	\$500
陳吳麗媛女士	\$ 50	史美融	
Lilian Lau	\$ 40	陳惠儀	
Albert & Irene Wong	\$100	陳世強	
Andrew & Agnes Ng	\$100	石十妹	
Paul Poon	\$150	陳玉如	
Gordon Lee	\$ 20	何旭明	
江綏蒙席	\$ 20	陳秋桂	
Dr. John H Wu	\$200	鄧溢焙	
Mary Kam Ping Leung	\$100	張明珠	
(加拿大)		吳愛岑	
Ebisu Restaurant	\$200	世煥民	
Betty Noscimento	\$ 20		

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： Ebisu & Hotei Restaurant (Steve Fujii)

Landmark 稅務公司 稅務師 Paul Poon

EBISU

RESTAURANT

1283 9th Avenue
San Francisco, CA 94122

Bus : 415-566-1770

Fax : 415-566-2935

E b i s u



Paul N Poon MS EA CFP
Certified Financial Planner

US Fed Lic to Practice before the IRS

Small Business Tax Consultant

347 Gellert Blvd., Suite J,

Daly City, CA 94015.

(650)992-6800

poonmsc@yahoo.com

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

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

聖瑪竇堂區地址：St. Matthew Church
1 Notre Dame Avenue,
San Mateo, CA 94402, U.S.A.

李定豪神父直線電話：(650) 342-3884

堂區廣東話留言直線電話：(650) 344-7622 Ext. 119

電子郵件e-mail：domsaviolee@yahoo.com

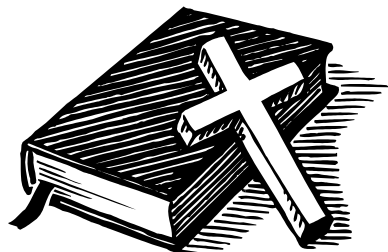
堂區廣東話網頁：www.bosco1.com

聖瑪竇堂區網頁：www.stmatthew-parish.org

堂區電話：(650) 344-7622 Ext.101

傳真：(650) 344-4830

歡迎各位、團體及公司支持
聖瑪竇堂區團體刊物印刷經費及刊登
廣告



支票抬頭：St. Matthew Church

地址：1 Notre Dame Avenue,
San Mateo, CA 94402,
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