



# 齊家家書

2006 年 11 月

## 編者的話



因著齊家運動組織上的變動，人手調配方面的適應，齊家家書未能依期寄發，甚是抱歉！有關齊家運動是最新情況，請留意本期「核心小組通告」、「神父的話」、及「齊家活動簡介」。

最近許多則新聞都反映出香港家長對孩子的緊張情緒，齊家運動對子女的教養問題，又應如何呢？何太「為母為師」的「我比他們幸福」，組員健美的「孩子的夢想」及譚太「家庭接待後感」都給你一點刺激。明愛社工 Doris，於十一月五日受恩神父派遣往訪山西太原，她亦與大家分享太原情況。

在齊家運動國內家庭交流會的「平信徒在禮儀、福傳的重要性」一環節中，恩神父主講的「與主同行 7+1 階」大獲好評，許多組員都認為對他們認識禮儀，特別是參與彌撒很有幫助；「家書」的「培育專欄」將連續數期刊印此主題的筆記。

歡迎繼續投稿，稿件請於一月上旬前電郵 [hoagnesli@hotmail.com](mailto:hoagnesli@hotmail.com)。

---

### 核心小組通告

1. 為加強齊家組員之聯繫，核心小組擬於下年度以電郵及短訊形式將齊家消息發放於各組組員，黃麗屏將電郵「新組員登記表格」於各組社工代表，請各組組員詳細交回資料，於齊家日交黃麗屏。
2. 為支持推廣齊家運動之一切經費，核心小組已議決，並得恩神父贊同，於每年年底每組進行一次自由捐獻。今年將於齊家日彌撒中由組代表奉獻；如以支票捐款抬頭請寫「賴煜清、應燕芬」或請存入永隆銀行戶口 020-634000-0488-6。
3. 齊家運動極需要一位義務組員擔任聯絡工作，如有興趣者請聯絡黃麗屏。
4. 齊家熱線：81004584 歡迎致電查詢有關活動。
5. 為準備明年太原朝聖及交流活動，普通話研習班將於 12 月 16 日至 1 月 27 日下午三時至五時在彩虹村聖家堂開班，由耶穌會張修士教授，學費 100 元，另需自費購買教材。查詢及報名請電 81004584。

---

齊家家書

# 神父的話



親愛的齊家組員：

大家都知道齊家運動最近在組織上有所變動，內外聯絡、印發家書及宣傳刊物、推廣活動等工作都必須招集志願人士幫忙。雖然在這「貧缺」的境況下，明愛社工和組員們積極努力，在暑假期中接待國內家庭的活動如期進行，並在天主的帶領下，為齊家運動燃起新火。

在彼此研習和交流之中，讓我們知道這班成熟的國內教友他們認清當今社會形勢及齊家運動的精神：以修身、齊家，活出天主的愛，以家為本，彼此支持，以自己的家庭生活影響其他人的生命。他們認為在婚姻制度如此薄弱，家庭倫常慘案屢屢發生，青少年前途渺茫的當今世代，這類活見證實在需要的，而以自己的婚姻及家庭生活肯定能為社會作出貢獻。家庭健康，社會才會健康，充滿活力的家庭才能建造進步繁榮的社會及國家；這也是齊家運動開宗明義的理想。

十月齊家社工日，各社工在分享與國內教友交流的感受時，大家都回憶起在這班國內教友身上所呼吸到的信仰薰芳，他們的信仰是深厚的，他們的祈禱生活是恆久而持續的，他們對信仰是堅定而熱誠的，這一切都非常值得大家學習，亦刺激各社工要在祈禱中辨識天主的聖意而作出回應。那天，大家的分享都是真摯坦誠且充滿希望；雖然困難仍是存在，但大家都相信若是天主願意，一切必會成就，而我們只是工具罷！

在面對這一對外發展的時刻，我希望各個小組及組員們更需努力注意自己的修為，恆心持守與天主的關係，定時祈禱（與家人一起祈禱），讓自己的信仰紮根；要知道人生不是時常都多姿多采，有時也會是沈悶晦暗的；在這樣的時刻，更要保持頭腦清醒，保有自己的獨特個性和尊嚴，認清方向，向著自己的目標前進；因此堅固的信仰和信念是極之重要的。人生是漫長的旅途，而非片段；請勿追求或停留在某一片段的精彩之中。感謝天主，讓齊家運動遇上這樣時機；這片段大家已享受過亦熬過去，就讓我們一起在祈禱中，在行動中，在默觀中，繼續互相支持鼓勵，找尋天主聖意，生活我們的共同理想！天主保佑！

恩保德神父

---

## 聖人介紹

## Lucia, Lucy (路濟亞)

聖路濟亞，在西西里島的西那庫斯海港城的墳場，發現了一塊四世紀末五世紀初的墓碑，碑銘題及聖路濟亞，不過，西西里島教友對她的敬禮卻在更早的時期已流行。從六世紀開始，她已成為羅馬人所尊崇的最有名的殉道者之一。她也是感祭中紀念的聖人之一。

瞻禮：十二月十三日

---

齊家家書

# 為師為母

## 我比他們幸福

何李麗珍

某日，與妹妹走過小時候居房的舊址，懷緬小時候用爛蓆鋪在樓梯上，大的拖著蓆子，小的坐在蓆子上，隨著蓆子一頓一頓的滑下樓梯，屁股的赤痛痛和開心的嘻哈哈讓我憶起童年的歡樂與自由。

四年級的我已帶著三名弟妹從油麻地跑到黃大仙，把他們送進學校後，自己再步行到老虎岩去上課。中學初期每日拿著母親給的四角錢就要安排早午兩餐；急急的放學，急急的吃午餐及做功課，急急的到工廠去上班，午三晚十一的工廠生活讓我賺來學費。後來，家庭小作業流行，穿膠花、穿珠飾、為塑膠小玩意上顏色等也能為家庭賺得不錯的收入，我家變成小工廠後，就不用上工廠去了。還記得年近歲晚的一天，拖著小弟弟，托著一火水罐，插滿用「水口」（即剩餘物料）串成的塑膠花，跑到街市叫賣。對於當時靈活調整價格和「走鬼」（避開警察追趕）的情況，現在談起來，我仍感到相當自豪。

有所謂「人窮志不窮」，我的父母從沒有在我們面前怨窮怨命，他們只是不斷的老老實實工作，樸樸實實生活；我們也勤勤力力讀書，努努力力協助家中一切事務。勇於接受現實、刻苦耐勞、不卑不亢的精神就是這樣從小鍛鍊出來的了。

想今日的孩子：生活可以的，父母就事事為他們安排妥掂；生活不太可以的，周邊的成年人就怨這怨那……是否「無」的人就是被人剝削，而「有」的人就不會被人剝削呢！

我想今天的孩子，無論「有」的或「無」的也都處於嚴重備受剝削的情況；孩子們喜歡嘗試、喜歡冒險、喜歡創造、喜歡幻想、喜歡接觸大自然、喜歡玩水、喜歡吃東西、喜歡唱歌、喜歡學習、喜歡接近天主……可是今天，忙碌且滿有智慧的大人們就會以時興的思想行徑加諸於孩子身上，甚麼要「學」的都是用時間和金錢換來的；無錢就甚麼也沒了，這種思想從小就像貼紙般黏貼在每個孩子身上，試問這樣長大的孩子，如何能在所謂創意的社會中生存呢？

## 百家姓

楊

現今我國的第六大姓

姓氏屬地：弘農郡，即現在河南靈寶縣四十里

姓氏來歷：周幽王把楊這個地方賜給了周宣王的小兒子尙父，於是尙父建立楊國。楊國滅亡後，尙父的後代便以國號為姓氏。

歷史名人：東漢末年的文學家楊修，他是曹操的主簿；隋朝的開國皇帝楊堅；當代有中國革命家和軍事家楊尙昆。

## 孩子的夢想

健美

到文化中心欣賞節目，是女兒喜歡的節目之一，耳濡目染之下，當她們觀賞節目時，都表現得很專注，自覺地安靜下來，和表演者的互動關係，是培養孩子多元智能的好地方。

有一次，女兒看著演員精彩的表演時，衝口而出地說了一句：「媽媽，我也要在文化中心表演！」被她的衝動嚇呆了，也為她有這份勇氣而感到安慰，馬上鼓勵她說：「你一定可以的，爸爸和媽媽都會來捧你的場。」女兒帶著堅定的眼神看著我，繼續觀賞節目的演出，父母給子女的支持，是孩子最大的動力，我心裏為女兒有這個理想而開心。一年後，女兒的理想終於可以實現了，學校的周年匯演在文化中心舉行，她每天都很投入地進行綵排，演出正式開始了，女兒淡定的表現，令我們喜出望外，雖然只是出現了幾幕，卻給她留下了美好的回憶，從這次經驗中，她牢牢地記住了表演者應有的操守。

最近，我們觀看粵劇「白蛇傳」，青蛇正要擊退法海和尚的一幕，飾演青蛇的演員，她的頭套忽然掉下來了，但她還是繼續表演武打動作，贏得了全場掌聲，這一幕結束之後，女兒對我說：「青蛇做得很對，她沒有停下來，為了演出，要堅持下去的。」女兒的話使我醒悟了，孩子的潛能是不可計量的，只要父母適當地鼓勵，支持他們追求自己的理想，就像聖母一樣，當耶穌十二歲在聖殿講道，父母找到他時，他說：「你們不知道我在父的殿裏嗎？」當時，聖母不但沒有責備祂，還把祂的話默存心中，繼續支持耶穌，使祂的救世計劃能按天主的旨意而完成，她對耶穌的教育方法，實在是現今父母學習的榜樣，要從孩子的角度出發，了解他們所思所想，不是要求孩子實現父母的理想，而是幫助孩子實踐他們的理想。

一個失去夢想的孩子，就像沒有生命的樹木，很快會枯死的，一個只會依附別人而生存的人，凡事都沒有興趣，又怎會抱著遠大的理想呢？沒有天生失落的孩子，只有扼殺子女潛能的父母，所以，效法聖母默存心中的芳表，是為孩子創造發展的空間的最佳方法，效果是意想不到的。

---

## 家庭接待後感

聖文德堂齊家小組譚太

完成山西接待家庭任務，轉眼已經兩月。上月家中孩子病了三星期，未能盡快投稿和大家分享。

當日在大會各人的分享中，雖然大家所用的語言不同，但兩天的活動我個人認為得益良多。恩神父所教導有關彌撒的七加一級，小妹曾在主日學中運用，小朋友很容易就明白，在聖堂參與彌撒也好像專心了許多。

回想八月二十日的交流會，大家很踴躍回應問題，彼此也忘卻來自南北兩岸，發揮聖神內共融的效果。在晚膳前後小孩子主動投入表演，那份純真，更加反映耶穌說「讓小孩子到我跟前來」的真諦。

---

齊家家書

我家負責接待一家三口，我們把主人房間給他們，他們很是感動（當然不用多謝我們，因為是主給我們機會實踐福音精神——接待）。我們的食用也是很平常的。

那一天我們出動小兒接他們回家，雖然他只有十一歲，但仍幸不辱命。晚飯時間，他把他們三人安全接回家。晚上，他還為爸爸充當普通話、廣東話的即時傳譯，使大家由陌生人一變而成朋友；最熱烈的時刻就是互相拍照留念（成果已在網上交流了）。

在家中，大家談及兩地區居住、工作及靈修生活。他們認識到齊家小組成立的重要，並希望大堂口（即堂區）能分散教友，使大家都能夠有合適時段開會；希望天主旨意在此成就。我們在香港的也要記緊為此祈求，亦好好珍惜我們開會的時刻，因為我們居住得比較近，交通方便及享有言論自由。他們也誠邀我們到三峽觀光（他們現居於此）。

星期三那天，他們自由活動。我家的接待工作也告一段落，原來小兒陪伴他們到塔冷通購物期間，也特別用他微小零用錢的一大部份，買了一點小禮物送給客人。我和丈夫也很意外他有此心思，感謝主他有這意念情懷及慷慨。

這次交流使我明白身教和言教同樣重要，我們的孩子已接收到在天之父的話而加以實踐在生活中。

---

## 太原拾趣

Doris

十一月十二日，我初次踏足山西省太原市。從河北省寧晉出發，原本四小時的車程卻因霧大而關閉高速公路而共用了十個半小時。

太原市的幾位熱情的教友，由中午十二時輪流在車站守候，而我們卻在下午六時半才徐徐到達。他們那份熱情和焦慮，就像熱烘烘的太陽般溫暖我們，教我們這四位顛沛疲累的旅客振奮起來。那份相遇，真令人興奮莫名。

今次到訪太原市，我是接受香港明愛機構的任命，和另外一位資深的同工同往河北省石家莊及山西省太原市為英語翻譯作傳譯工作。同往的兩位來自澳洲的導師是比林斯自然生育調節法（以下簡稱比林斯法）的資深培訓員。今次的十一天行程的主要工作是在兩地培訓兩批比林斯法的老師，使他們可以掌握足夠的知識和技巧去教導當地的婦女採用比林斯法去避孕或懷孕。此種方法既自然又安全，完全配合天主的創造和尊重生命的旨意。

抵達太原市的第二天，我們參觀了當地三個教友村，其中之一為六合村。那裡居住了六千人左右，全部都是教友，他們曾在八十年代奮勇堅持信仰而拒用人工節育。所以每個家庭

都有四、五個至七、八個小孩子，但他們往往因未懂得調節生育而賠上了因過多孩子而貧窮的宿命。今次我們得到該堂區張神父同意，入村作了兩小時的比林斯法簡介，婦女們也驚嘆這既簡單又奏效的方法。

我們在張晉卿神父的安排下，在十一月十四日拜訪峰西村。張神父剛在十一月九日才從另一堂區調職到該村。由於早上我們必須授課，所以入村時已日落西山了，但村裡的居民卻熱情地歡迎我們。我們有幸被邀探訪一戶在窑洞居住的教友家庭，那天剛好是戶主母親的七十大壽，窑洞內擺滿了慶祝食品。傳說住窑洞是「冬暖夏涼」的，我們今次親身體驗，真是眼界大開。張神父特地為老人家和遠訪的客人主持一台感恩祭。我們四位「外國人」，不懂「入鄉隨俗」，卻鬧了一個笑話。我們進入教堂後佔了一排在祭台右邊的座位。有幾位女教友拉著我們四人（全部女士）坐在左邊的一排座位，我們初時以為他們熱情好客，邀請我們上較前的位置就坐。原來在中國很多省份，包括山西省，參予感恩祭時男人和女人要分開坐。男人坐在向祭台的右邊，女人則坐在左邊。夫婦同來必然要分開坐。我們感到既好奇，又驚訝。

我們用了一小時向該村的居民分享了香港的「齊家運動」、「婚前培育課程」和「比林斯自然生育調節法」。當我向村民介紹「齊家運動」時，由於沒有做事前的資料搜集，把一些年份和數字弄錯了。幸好作為兩年「齊家社工」的我，儘量描述了齊家運動在香港公教家庭中發揮了一個不可或缺的角色。令我感到汗顏的是：張神父向村民陳述了恩保德神父在今年八月在太原教友在香港交流時所帶出的齊家運動的目標：「齊家、治國、平天下」。他的深入淺出的分享令村民更加愛戴「齊家運動」。

我們在張神父和村民的熱情款待下，享用了一頓豐富的燭光晚餐。（因為那天晚上，在感恩祭中成聖體時，全村的電力停頓了，餘下的感恩祭中在微弱的燭光裡進行。我為這地所感受到的教友那份樸實和單純的愛慕天主和全心交託的精神深受感動，我哭了。到了信友禱文那部份，台下的教友自發性地朗讀心聲，都為我們四位訪客的平安而祝禱，我深深地觸動著……）

整個晚上，在無數的星星點綴下，暖暖的燭光中，我們和當地的教友交流了兩地的文化和生活特色。他們用當地著名的棗子，柑子和蘋果招待我們。張神父最會「搞氣氛」，說了很多幽默笑話。但我和同事作為兩位澳洲導師的翻譯，在晚上九時半還開工傳譯，我們也抖起精神。其中一個難忘的笑話：山西人的熱情款待外賓是：「若你吃不完所有食物、水果，便要「兜」著回家，意思是說客人要揭起自己襯衣，狼狽地兩手捧著所有食物回家」，引得大家哄堂大笑，大家在依依不捨的情懷下道別，離開峰西村，那份熱情，至今仍未忘懷！

在完成所有培訓的課程後，我們終於在十一月十七日清早離開太原市，他們一大清早趕來送行，那份依依惜別之情，教人珍惜……我們彼此囑託，互道平安，寄望很快便再重聚。正如在今年八月一別，我也想不到那麼快在十一月和太原的教友們又相見呢……！

多謝核心組邀請統籌 2006 九龍明愛賣物會齊家攤位。

多謝齊家青年組、藍田聖愛德華組和彩虹聖家組設計及製作攤位遊戲（出錢又出力）。

多謝彩虹天主教英文中學及聖家堂義務運送檯椅和雜物。

多謝黃麗屏姊妹募捐大量精美而特色的義賣禮物。

多謝蕭志民兄弟緊急對調更期以協助佈置攤位。

多謝各齊家小組組員及家人當天及事前的參與。

多謝天主派遣聖安當書院數位美少女天使全情投入協助義賣。

多謝大家的祈禱，有形及無形的支持。

多謝一眾齊家小朋友，他們的父母在緊張關頭（測驗和考試期間）也給予他們機會（大會標題：給予他們一個希望）體驗非一般的生活經驗：街頭叫賣、攤位遊戲主持人...小小年紀的他們也希望來年再來參與。

多謝今年齊家攤位所籌得的款項一年比一年多。

多謝當天出席賣物會的各界朋友慷慨捐助，為大會籌得可觀的善款。

多謝天主常與我們同在...

## 食譜

### 紙包雞



用料： 雞胸肉十二兩（或去骨雞腿三隻）、火腿兩片

茭苣葉十五片、冬菇兩只、玻璃紙十五小張（約 5 吋x5 吋）、油六杯

醃料： 醬油三湯匙、鹽半茶匙、糖一茶匙、胡椒粉少許、麻油少許

做法：

1. 雞肉連皮切成一吋寬兩吋長的斜薄片（共十五片），用醃料醃十五分鐘。
2. 冬菇用溫水泡軟後去蒂，每只切兩個交叉（即四刀）成八尖角小塊。
3. 火腿切成與冬菇片一樣大小留用。
4. 在玻璃紙上刷上麻油少許，把一片茭苣葉放在玻璃紙中央，再在左右放上一片冬菇片及一片火腿片後再覆上一片雞肉（皮向下），包裹成長方形小包狀（餘下的紙端折向內部夾好）。
6. 將油燒滾後，待稍冷卻（至八成熱度後）即投下紙包，需正面朝下（即有茭苣葉那面），小火慢炸，以免玻璃紙炸焦，約兩分鐘，至雞肉變白色而熟透時撈起，瀝乾油，排入盤中（可加時菜裝飾）。

讓我們以彌撒作為最佳模式，在此一重大禮儀行動中與主漫行這七級階梯。耶穌常臨在於彌撒中，但我們必須感受到他的臨現，並從中獲得神益；因此，我們必須積極並專注地參與彌撒。

我們必須曉得耶穌不是高高的站於七級之上，等候我們與他相遇；而是以他獨特的方式陪伴我們每一個人走每一步，慢慢攀爬每一級，讓我們感受到我們是向著高峰前行。我們所走的每一級都有其重要性及恩寵；若跳級或走少一步將失去某些特恩；漸進地與主契合的經驗就是彌撒的奧妙與美。

彌撒再不是沈悶的講演，而是充滿喜樂，逐步進入與耶穌聖心共融的旅程。在此同時，我們亦進入自己的內室，天主的居所。

### 第一級：耶穌臨在於因他的名而聚合的會眾中

「我實在告訴你們：若你們中二人，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，因為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)

這段聖經的兩個主句是：「若你們中二人同心合意」，「那裏有兩個或三個人，因我的名字聚在一起」。

第一級的焦點在參與者的共融。當我們願意同心合意形成一團體，耶穌必在我們中間。

聖保祿就這主題對格林多的信徒說：

「弟兄們，我因我們的主耶穌基督之名，求你們眾人言談一致，在你們中間不要有分裂，但要同心合意，全然相合。」(格前 1：10)

若未能同心合意就沒有共融，保祿繼續說：

「我要囑咐你們，並不稱讚你們，因為你們聚會不是為得益，而是為受害。」(格前 11：17)

在希伯來書中，保祿勸告「離棄聚會」的弟兄姊妹：

「決不離棄我們的集會，就像一些人所習慣行的；反而應彼此勸勉。」(希 10：25)



實際上，每一主日都必須提醒自己與團體的約定，要尊重「聚會」，要準時，要積極參與。在聚會中，有些參與者是大家都不認識的，但在信仰中，他們都是我的兄弟姐妹，我應願意同心合意與他們形成一團體。

牧民勸諭：守時是尊重與愛的德表。

- 聖堂的正門是神聖空間的標記
- 此門是耶穌善牧的標記
- 此門在你前敞開，歡迎你參與聚會；在你後關上，幫助你進入寧靜，專心參與，遠離煩擾的忙碌生活。請將手提電話及一切傳呼機關閉。此門亦提醒你要開啓你內室的門，進入你心靈深處，天主的居所。

---

## 齊家活動簡介

### 1. 齊家日

日期：2006年12月26日

地點：彩虹村聖家堂

時間：上午九時半至下午三時

主題：青年是家庭的希望      家庭是社會的希望

程序：9:30      : 報到

9:45-10:00 : 周年報告

10:00-10:45 : 遊戲

10:45-11:15 : 分享

11:15-12:00 : 主題講座（恩保德神父）

12:00-1:15 : 午飯

1:30-3:00 : 感恩祭（宣誓及派遣）

費用：每位三十元（大小同價）

查詢及報名請電 81004584。

### 2. 太原朝聖

齊家運動擬於明年八月前往太原朝聖，因恩神父之公務關係，現定於2007年4月8日至12日前往，有意參加之組員，請預早訂定自己的計劃，如儲備一家人的使費、假期之安排等，亦請參加齊家所舉辦的普通話班，積極學好普通話。

### 3. 為公教家庭發揮在教會及社會的使命祈禱

請於12月3日及1月7日（即每月的首主日）晚7至11時期間抽十分鐘，全家一起為此祈禱。