



齊家運動

齊家家書

2007 年 5 月

編者的話



「因全能者在我身上行了大事，祂的名字是聖的。」(路 1：49)

五月是聖母月，聖母讚主曲中的這句說話，為齊家運動來說，及為所有曾經歷天主大能的人來說，這話是確切不過了。齊家運動是「一無所有」的、無組織、無地址、無財政，無固定人手；但天主卻揀選了她，在她身上行了許多奇事，以光榮天主聖名。齊家運動的精神感動組員以日常的家庭生活，堅守夫妻之間的婚姻盟約及父母對子女的培育盟約；這是一生一世的許諾；因此，齊家組員也是一生一世的。還記得齊家運動在籌組之初，社工常發出的問題是：「帶組要帶多久，何時可抽身，這工作何時完結？」組員的問題是：「月月開會，會不會無話題呢！」我們欣喜的是許多齊家社工自己及家庭已是齊家組員了，而齊家小組已變成組員的大家庭了。平日各小組像是各自為政，互不相干；但在公開活動時，你就看見齊家組員的合作團結，百多組員參與遊行，大會原定遊行完畢就可各自散去，可是組員仍堅持行回會場，幫忙整理收拾，齊家真是一個家。

齊家是天主所行的一個奇蹟，看見奇蹟的人就會把奇蹟傳揚開去，這是齊家各人的使命；就是這樣，齊家便傳到山西去。我們更醒覺到自己要做橋樑的使命，我們就彎下身來，準備讓天主的腳步踏過去。可是，當我們踏足山西，跟當地的教友及神長接觸時，他們的心火燃點起我們。天主的計劃確實美妙。願望「家書」能發展成為一首讚主曲，滿載兩地齊家組員與主相遇的經歷，同聲讚頌及感恩。

歡迎繼續投稿，稿件請於七月上旬前電郵 hoagnesli@hotmail.com。

核心小組通告

1. 齊家各組之周年募捐直至現在為止收得款項\$5,428.90，應足夠支付發短訊通告組員最新消息之款項，若組員仍未填妥登記表格，請速與婁惠珠聯絡(91508781)或致電齊家熱線(81004584)。
2. 若仍有捐款，請以支票抬頭「賴煜清、應燕芬」寄至明愛筲箕灣綜合家庭服務中心，筲箕灣興民街 68 號海天廣場 701-705 室 或請存入永隆銀行戶口 020-634000-0488-6。
3. 海濱花園齊家組社工蔡澤龍兄弟已於 3 月 12 日息勞歸主。我們永遠懷念這位常懷喜樂，熱心侍主、愛滿家庭及朋友的亞龍；我們感謝天主把祂的忠僕亞龍兄弟安置在齊家運動中做活見證，願望亞龍兄弟在天上能繼續為齊家運動祈求天主。
4. 聖瑪利齊家組員劉國賢之子劉俊希將於 5 月 26 日領受堅振聖事，請為孩子的信德祈禱。
5. 西貢聖心堂齊家婦女組蕭崔少卿女士已升任為祖母，可愛的孫兒七磅十，恭喜，恭喜！

神父的話



親愛的齊家組員：

本年齊家運動的公開活動「悠閒家庭 感動之都」在天主的眷顧下順利完成。首先感謝各工作小組的悉心策劃及各工作人員的通力合作，還有當日到會的齊家義工，至令今天的公開活動能成功將我們的訊息傳揚，希望所有參與是次活動及在場的人士，以至在宣傳刊物中得知這訊息的人，都能著重家庭的悠閒生活，多與家人共聚溝通，多些互相感動生情的時刻，那就是我們對香港社會的貢獻。

在今次活動之前，齊家運動的家庭曾就「家庭相聚的質與量」接受問卷調查，結果是令我欣喜的。因為絕大多數齊家運動的家庭都十分著重相聚的時刻，而且父母子女夫婦等的溝通都是彼此滿意的。這證實齊家組員著實著重「修身、齊家」，希望你們繼續努力吧！

天主保佑！

恩保德神父

為母為師

悠閒與放縱

何李麗珍

我的姨甥孫生長在一個典型的香港家庭，過著典型的中下階層小朋友生活。父母由早到晚上班，放工時已是七八點或八九點了。小孩子放學後，就到補習社去託管，到父或母放工時才把他接回。回家待母親準備好晚飯時，就是差不多應睡覺的時候了。因此，這小孩子就會在上補習社前買好自己喜愛的零食，在這四五小時的「託管」期間享用。你可想像得到那四五小時是怎樣過的，吃飯的時候又是怎樣！吃完飯後大家已累得不得了，甚麼都做不成了。結果，這位一年級的小朋友連數數也數不到，不要說甚麼語文科了！

於是去年，我這位姨婆在姨丈公的同意下，把這位七歲的姨甥孫接到家中度暑假，進行各方面的大整治。生活規律的調節、禮貌方面的教導、飲食習慣的改良、還有追回失去了的學習，一連串的事情都在日常生活中輕鬆而自然地進行。腐朽的，我和外子都堅持要拔除，如揀飲擇食的習慣我們永不會讓步，就如恩神父說：香港的孩子是不會餓死的；餓才會讓他知道「需要」。他的學習除了他的暑期作業必須完成外，我們就在日常生活中自然地為他追補過去沒有學到的。例如：今日有多少人吃飯，需要多少隻碗，多少雙筷子，一雙筷子有多少隻，六雙筷子又有多少隻呢？我們出題目只是一個示範作用，我們鼓勵他出題目考我們，就在這種氣氛下，他自然地學了，亦自然地增加了自己的信心和鬥心。我們希望任何事情都在悠閒輕鬆的情況下進行，我們沒有迫令他做這做那，只是在完成任務後，他便會有額外的驚喜。例如：他可以用電腦，但不是打機；我們會鼓勵他在電腦上作畫寄給家人朋友，他做得興奮時，又會想做得更多更好，要加上字句嗎，就要學打字，學把想說的東西用文字表達

出來，再要加甚麼甚麼時，就要上網找資料，這些資料有時就成了挑戰我們的話題。有時，我們亦會放下手上忙碌的工作，帶他到郊野公園去放風箏、吹泡泡，在公園裡跟其他孩子一起玩耍，一起談這談那，甚至跟外籍人士攀談。雖然他不是天主教徒，亦不在天主教學校讀書，但主日他亦隨我到聖堂去參與彌撒，聽神父講道。

去年暑假，姨甥孫的領域不再局限於補習社及家中的幾個人物，他的範圍擴闊了許多。雖然在暑假的初期，因著他的頑抗而多次落淚挨餓；可是，姨婆，特別是姨丈公對他的愛錫，孩子是心中有感的。到暑假完結回家後，我發覺他故意把幾件衣服留了下來。回家開學後，生活如舊，仍是那所學校，仍是放學要到補習社去；但是，整個星期交齊家課，到姨婆家度週末就成了獎品。不過，姨婆和姨丈公的工作實在太忙了，許多時都是用鼓勵的說話代替了獎品。可是，這孩子的天地確是不同了；聖誕假期對姨婆的報告是全班考第七，復活節對姨丈公的報告就是全班考第三，全級考第七了。原本考尾三的一個孩子，在生活環境毫無改變的情況下，他真能脫胎換骨的轉變，內在的力量是何等的巨大啊！

香港的許多父母就像我的姨甥女一樣，忙忙碌碌，辛辛苦苦，本想賺多個錢，讓孩子能過的好一點；但倒頭來，小孩子卻不明所以，感受不到父母的心和愛。在無人或無法監管之下，他們就想甚麼做甚麼，無軌道而行，變得放縱。就算父母在放工後還有時間精力面對孩子，都是十分「目標為本」的。監功課、讀默書、溫測驗考試，又那來真正的溝通呢！

孩子需要的是愛、關懷、尊重、瞭解、支持、鼓勵，陪伴、時間和自由。如何向孩子表達是一門功夫和學問；但，作為一個天主教徒，我相信若你和天主的關係密切，天主的愛充盈你心時，祂的愛便會自然地從你身上溢出，令接觸到你的人分沾。父母，請你記著「修身、齊家」不是口號，而是行動。希望姨甥孫的故事能給失望的父母帶來點活力和生氣吧。

爭鬥良方

Katy

某次社工日，恩神父提議若夫婦相罵時，最好是去祈禱。當時我的反應是：神經病，吵架時怒不可耐，怎有心情祈禱呢！

那天，我和丈夫因很小的事情各不相讓就相罵起來了。正當我跑回房間，不想理我的丈夫時，突然，恩神父的話在我耳畔響起。就這樣，我在房中念了三篇聖母經。我的心果真平靜下來了。我想把這事告訴丈夫，又怕「瘀」又怕丈夫仍未下氣；但，我仍是告訴了他。他聽後有點愕然，不過他很快便認同了我的做法。原來，恩神父的提議果然是可行的。若在爭吵時，請你也不妨試試！

山西太原 觸動心靈之旅

聖若翰堂齊家組陳太

山西太原，在我們一家人心中，原是一個遙不可及的地方。但是，在天父巧妙安排下，一個數分鐘的決定，竟讓我們不僅能踏足其中，還讓我們經歷一次又一次的感動。

出發前，恩神父鄭重聲明這是福傳之旅。旅程完畢，我們發覺除福傳外，還是靈修和朝聖之旅，實在是獲益良多。

在張晉卿神父的悉心安排下，我們走訪了峰西村、六合村和洞兒溝村的教友、參觀了他們的居所和聖堂，還和他們一起參與彌撒。在熱情和洽的氣氛下，我們和太原教友分享了有關齊家運動的經驗和感受。和教友緊握雙手談話，有如面對至親一般親切。在彌撒中，雖沒有琴音伴奏、歌書或揚聲器，但教友悅耳的歌聲卻響遍聖堂，觸動心靈。

在短短三天半裏，我們像朝聖般到過不同建築風格的教堂。在板寺山上充滿文藝復興風格的聖母堂中，以及在洞兒溝七苦聖母山上那仿照中國古典建築的七苦聖母大殿裏，張神父和恩神父為我們舉行了簡單但莊嚴的彌撒。更難得的是，神父讓我們的孩子充當輔祭，令他們得到難忘的體驗。這兩座聖堂同是蓋在高山上，而板寺山上的耶穌銅像，更需徒步山路個多小時才可到達，真難以想像當日教友在沒有汽車道運送的情況下，如何將巨大的銅像搬到山巔。還有，在六合村哥德式大教堂中，教友們憶述當年爭取興建教堂的艱險過程；在孟高維諾修院中，來自不同省份的修女正在默默進修，而修院院長，原來是致命聖人的後代；這一切所見所聞，令我感受到他們的信仰是多麼根深柢固，信仰之火在他們心裏熱烈的燃燒著。

這次旅程雖是行程緊密，但卻給我不少寧靜空間：在通往七苦山聖母堂的蜿蜒山徑、在綽大的聖堂裏、在彌撒中.....都是洗滌心靈的時刻。還有恩神父和太原教友交流中提及的話語，同樣留給我們思考的空間。此外，每天出發前的簡單禱告，晚上的回顧和分享，也令我們，尤其是孩子們，得以重整心靈，靜默反思。

這次旅程得以順利完成，衷心感謝恩神父的靈修指導、張神父和何太的悉心照顧、太原教友的熱情款待，各團友的彼此關顧，以及隨行孩子們的全情投入。

聖人介紹

Benedict (本篤)

ST BENEDICT (拉丁文，意指「受祝福」)(聖本篤)聖本篤院長，西方隱修之祖。他生於義大利中部的諾亞，年輕時就退隱於羅馬附近的蘇比高。西元五二九年他到達蒙地加辛奴，在那裡建造了很重要的隱修院，西方的隱修生活，即由此而開展。本篤會規成了其他修會會規的藍本。本篤會至今還是世界上最大和最具影響力的修會之一，對於現代英國的影響也不小。他死於西元五四三年，當時他正站在祭台前，剛剛領過聖體。

瞻禮：三月二十一日及七月十一日

山西太原福傳後感

Winnie Chan

這個復活節，我們一行十七人到山西太原福傳。出發前，恩神父說這並不是去旅遊，令我感到有一份新鮮感又有點緊張。

在太原，我們參觀了不少教堂。那裏的聖堂有些是由教友捐獻建成的。好像位於山頂的一個十分大的耶穌銅像和一座十分宏偉的中西式聖堂，都是由教友把物料由山腳抬到山頂建成的，可見他們對信仰的重視。

我們也探訪了太原的教友，瞭解他們的信仰生活。當我們到達他們的堂區，太原教友的熱情招待使我感到賓至如歸。我們分享參加齊家後的感受，他們亦很大方的分享他們的感受。

在晚上我們一起吃飯，他們一起唱歌，歌聲整齊響亮。但是，我們這些由香港來的教友也不甘示弱，一起唱起《與主同行》來，大家都十分開心。

我覺得在太原參加彌撒的感覺也很不同，除了麵餅和葡萄酒不同外，那裏的教友參加彌撒十分熱誠，所以連氣氛也十分不同。

在這次福傳裏，我獲益良多，其中我學到的是要更加珍惜食水。那裏的食水十分珍貴，他們每次用時都會小心地倒出來使用。而我最深刻的是太原教友熱情的款待和他們十分重視自己的信仰。當要離開時，很捨不得太原的所有人，希望以後有機會再去太原。

山西人的效率

Eva Chan

香港人時常自誇效率高，但今次山西之行，確實令我佩服山西人的效率。

去年八月中，他們到港交流。九月中，來港的三個家庭舉行了第一次齊家聚會。十二月聖家節，峰西村堂區在教堂裡召集，馬上有三十多個家庭出席齊家聚會。他們抓緊嚴冬休作的時候，每週舉行聚會及培訓。他們三個月的時間已舉行十二次聚會了；但天氣暖和，他們就回復每個月一次的聚會；這就是他們的特色。

山西人帶著感恩的心推廣齊家運動，他們對主的那份真摯而簡單直接的愛，令他們毫不計較的付出，因而有如此驚人的效率。我們實在應該學習學習了。

培育專欄

與主同行 7+1 級 (4)

恩保德神父

第四級：耶穌臨在於聆聽聖言的會聚中

「聽你們的，就是聽我。」(路 10：16)

耶穌借著他的神職人員向我們說話。聖保祿在得撒洛尼書中解釋這真理說：

「為此，我們不斷地感謝天主，因為你們由我們接受了所聽的天主的言語，並沒有拿它當人的言語，而實在當天主的言語領受了，這言語在你們信者身上發生了效力。」(得前 2：13)

禮儀憲章總結了教會在此論題上堅信的：

「祂臨在於自己的言語內，因而在教會內恭讀聖經，實為基督親自發言。」
(禮儀憲章 7)

「因為在禮儀中，天主向祂的子民講話，基督仍在宣佈福音，而民衆則以歌唱、祈禱，回答天主。」(禮儀憲章 33)

不論誰宣講聖言，都是耶穌對我們說話。

在第四級上，我們藉耶穌所說的話與他相遇。

「我給你們所講論的話，就是神，就生命。」(若 6：63)

耶穌是那在起初就與天主同在的聖言，萬有是借著祂而造成的。(若 1：1-3)

耶穌就是那成了血肉，寄居在們中間的聖言。(若 1：14)

聆聽這「施恩的聖言」，讓耶穌那具創造力量的話語管治我們的生活，消除我們的罪過，照亮我們的生命。

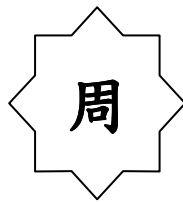
「要讓基督的話充分地存在你們內，以各種智慧彼此教導規勸。」(哥 3：16)
當聽到上主的召喚時，我們應效法撒慕爾的態度，「『撒慕爾，撒慕爾！』撒慕爾便回答說：『請上主發言！你的僕人在此靜聽。』」(撒 3：10)

在聚會中，耶穌對「整體在聆聽的會眾」說話，同時亦對「個別聆聽的信徒」說話。耶穌的聖言觸動「聆聽者」的心，使他們聚合成為一個身體，他的身體。

牧民勸諭：

- 訓練自己聆聽讀經：當讀經員讀經時，你可手持讀經隨之而讀；但若每人都一心一意，集中精神聆聽讀經，這種做法更能表現聚合與團結。
- 記著你不是閱讀整本書，而是聆聽一個愛你的人的說話。
- 在聆聽讀經之前，應請求聖神光照你的心，使能明白耶穌要對你說的話。

百家姓



現今我國的第九大姓

姓氏屬地：汝南郡，即現河南汝南縣東南

姓氏來歷：傳說古代有一個部落首領的兒子叫後稷，他原住陝西，後來他的後代太王移到周這個地方定居，便以周為部落名。到周文王時，他們便以國號為姓。

歷史名人：歷史上周姓的名人有：三國時的周瑜；近代文學家周作人（魯迅）；還有我國開國總理周恩來。

食譜

菠蘿焗飯



材料：冷飯兩大碗、菠蘿一個、雞蛋兩隻、咖哩粉一大匙、鹽少許
自選配料（香腸、火腿、蝦仁、鮮魷、蟹柳、洋蔥）

做法：

1. 將菠蘿從蒂頭切下，切去蒂頭，挖出菠蘿肉後成一菠蘿盅，把菠蘿盅放進微波爐高火叮三分鐘，將菠蘿香味迫出待用。菠蘿肉切粒備用。
2. 將配料炒好。
3. 炒飯秘訣：將鹽少許放進兩湯匙暖水中溶為鹽水。少許油起鑊，將冷飯放進鑊中炒，然後灑鹽水，邊灑邊炒至飯鬆軟成粒。
4. 將咖哩粉加入飯中炒勻。再將其他炒好的配料及菠蘿肉加入炒勻。
5. 將炒好的飯放進菠蘿盅內，把蓋蓋好，再放微波爐高火叮三分鐘，香味滿屋即成。

齊家活動報告

1. 齊家運動山西太原朝聖之旅（2007年4月8日至12日）

4月8日晚上8時從深圳寶安機場乘機至太原。

4月9日早上前往板寺山博俊古辣聖殿，在聖殿內舉行彌撒。下午探訪鋒西堂區與當地齊家家庭分享及向其他教友推廣齊家運動。

4月10日前赴太原關愛之家，探訪六合教友村，瞭解當地教會之狀況。登上七苦聖母山朝聖，在中國式的大殿內舉行彌撒；再參觀洞兒溝及聖女亞松達之故居。

4月11日早上參觀山西孟高維諾修院，下午參觀常家大院，晚上在酒店內舉行彌撒。

4月12日太原的最後且是最重要的一個活動就是到太原總堂去拜會主教及與教友分享。每日晚上在酒店全組人必須參與檢討及晚禱，並由孩子匯報當日所見所聞。

是次朝聖之匯報已登於齊家網頁 <http://family.dolf.org.hk>/圖文並茂，歡迎瀏覽。

2. 「悠閒家庭、感動之都」齊家運動公開活動（2007年5月6日）

是項活動於尖沙咀文化中心露天廣場舉行。下午2時攤位遊戲開始，計有畫臉、砌圖、親子竹舞、雜耍及非洲鼓之攤位。

下午3時，典禮開始。計有雜耍、非洲鼓、話劇、舞蹈、問卷調查結果公報、神父勸言、親情短訊祈禱發放、各項比賽的頒獎禮及齊家樂業嘉許禮，最後是彩虹的希望，並以遊行作結。

是次活動估計參加者高達五百人；而各項比賽（標貼設計、環保袋設計及短訊創作）參加者多達三千三百多人，參與中小學共70多間，當日接受獎項的有六十人。齊家樂業嘉許獎給予天文臺（鼓勵員工準時放工回家照顧孩子，星期六讓員工帶同不用上學子女上班，讓孩子瞭解父母的工作情況，加強父母子女的溝通）及中電（讓公司的男同事可申請侍產假，陪伴妻子及新生兒，增進家庭幸福）。遊行時的人數亦有百多人。

得獎短訊：小學組冠軍：**顏穎枝** P.3 我愛爸媽，能與你們一起行山遠足，暢泳，享受大自然，多麼幸福。（致爸媽）

中學組冠軍：**卓志恒** F.4C 媽媽忙裡抽點空，聽我細說十分鐘，假日抽多一粒鐘，陪我玩玩大富翁。（致媽媽）

公開組冠軍：**袁子良** 公務員 忙裡偷閒不可少，家庭生活最重要，齊家共享郊遊樂，健康愉快度一天。

注意事項：

1. 為中國公教家庭祈禱

請於6月3日及7月1日（即每月的首主日）晚7至11時期間全家一起為此祈禱。

2. 齊家網頁已更新歡迎瀏覽

<http://family.dolf.org.hk>