

零與靈

2024—2025

東涌天主教學校 (中學部)

目錄

01	校長分享
02－03	2025 禧年介紹
04－05	學校主保介紹（德蘭修女）
06－07	學校主保介紹（聖母瑪利亞）
08－09	以聖母為主保的香港聖堂
10－12	新入職公教老師分享
13－15	信仰小團體介紹
16－17	愛德組活動
18	小遊戲

親愛的「東天人」：

2025年禧年主題「希望的朝聖者」是由教宗方濟各所選定的，這賦予了這個特殊時刻特別的意義。在這個充滿不確定、不信任與挑戰的時代，天主的希望如同明燈，引領我們前行。我們每一個人都肩負著朝聖者的身份，承載著天主的恩寵，以信德、望德和愛德在生命旅程中走向祂。

禧年不僅僅是天主恩寵與慈悲的時刻，更是一場精神和意識上的召喚，邀請我們更新信仰及思想，並肩負使命。它向所有人發出了三項重要的呼籲：第一，重燃希望，面對生活中的壓力與挑戰，保持不熄的信心；第二，實踐愛德，關注身邊的弱勢群體，並以行動表達對他們的關愛；第三，效法基督，以善良與忠誠為標準，讓祂引領我們生命中的每一步。

作為年青一代，你們肩負著未來的使命。你們是天主所珍愛的孩子，是充滿希望和潛力的朝聖者。面對學業壓力、社交挑戰和生活問題，你們需要活出信仰的精神，以基督為榜樣，勇敢迎接人生的挑戰。在學習和生活中，謙卑與忠誠是你們可以效法的品格；而信德與希望則是你們最強大的力量，幫助你們克服困難，創造未來。

此外，你們可以通過與師生和外間合作與創新，將福音價值，尤其是「愛德」融入課堂學習和全方位學習活動，在校園內外發揮自己的影響力，共同創造更多的機會，成為世界的光與鹽。這是天主教教育的核心使命——將「愛德」成為希望，帶入每個人的生命中，讓你們成為世界的祝福。」

「希望的朝聖者」不僅是一個美麗的主題，也是一項深刻的承諾。我們每一個人都被召喚，在困難中燃起信仰的火焰，並為世界注入更多的信心、愛心與希望。願天主的恩寵伴隨我們所有人，並藉著我們時常互相代禱，賜予的力量，在挑戰中活出基督的愛。

讓我們攜手同行，成為希望的代言人，迎接人生旅程中的每一刻。主佑！

林志江校長

2025年3月30日



何謂禧年？



按照《肋未紀》記載，以色列子民每 50 年慶祝禧年。這是額外的一年，**每七個安息年才出現一次**（參考：肋二25: 8-13）。在這一年，人要與天主、與他人、與自己以及與受造界從新建立關係。

《路加福音》記載，耶穌進入會堂施教，展開《依撒意亞先知》書卷宣告：「上主的神臨於我身上，因為祂給我傅了油，派遣我向貧窮人傳報喜訊，向俘虜宣告釋放，向盲者宣告復明，使受壓迫者獲得自由，宣告上主恩慈之年。」耶穌親自言傳身教，提醒我們要**接近和關愛弱小的肢體**，在接觸中彼此寬恕，互相接納，**彰顯來自上主的希望**。

教宗波尼法八世(Pope Boniface VIII, 1294-1303) 在 1300年宣告第一個禧年，也被稱為聖年。教宗提醒信徒要**尋求和平，積極行善**，信友藉**朝聖、告罪，而獲得全大赦**。

資料來源：《2025 禧年朝聖手冊》

2025禧年 「希望的朝聖者！」

教宗訂定聖伯多祿大殿的聖門將於**2024年12月24日**開啓，以此開啓2025禧年，並將於**2026年1月6日**主顯節關閉聖門，以此結束禧年。

聖門為教友打開救恩之路，跨越聖門的朝聖者，**滿全善工、祈禱、辦妥修和聖事及領聖體等條件**，一般可以獲得「**全大赦**」，

而於2025禧年期間，到訪羅馬的朝聖者還可以跨越宗座大殿的聖門。聖年的恩寵不是單純透過跨越聖門或履行善工可得，教友需要將聖年的精神，**植根於深刻的、內在的、悔改的經驗中**。



資料來源：《公教報》第4187期（12月開啓 2025 禧年 望德不叫人蒙羞），2024年5月17日。

SCAN ME



掃描QR Code以觀看
《天主教香港教區慶祝 2025 禧年》宣傳短片

2025禧年徽號



標誌上的四個不同顏色的人緊抱一起，靠近十字架，代表來自五湖四海、全球各地的弟兄姊妹成為一體，緊靠基督。十字架插進海中，喻意基督徒彼此扶持，信靠天主的助佑迎難而上。設計者稱基督的十字架和基督耶穌是人類的希望之風 (the wind of hope)，我們乘風破浪，邁步前行。



朝聖

朝聖 (pilgrimage) 的拉丁文是 *per ager*，意思是穿過田野，或 *per eger*，意思是跨越邊界。古時候，朝聖是修和聖事中其中一種補贖方式。補贖者須步行前往一處 (通常是耶路撒冷)，祈禱悔罪，以獲得罪赦。



根據記載，於公元330年，羅馬君主君士坦丁的母親聖凱倫娜 Saint Helena 前往耶路撒冷朝聖，尋找耶穌的足跡及十字聖木，觸發了基督徒前往聖地朝聖的熱忱。中世紀時期，前往聖地朝聖變得非常流行。沿途我們在萬事萬物中發現天主，默唸玫瑰經，讚美天主的創造，對滋潤靈性生命，相當有益。

從一個國家到另一個國家，彷彿邊界不再重要；從一個城市走進另一個城市，體驗當地文化，在思考創作之美和欣賞藝術傑作的過程中，我們學會珍惜不同經驗和豐富的文化，並受到啓發；從一個社區走進另一個社區，我們去發現和感悟這個城市的多樣。在大街小巷，我們發現天主，我們讚美上主。

教宗方濟各在《禧年詔書》鼓勵我們跨出地域限制，走進另一個國家、地域、社區，細味當地文化和風土人情，通過朝聖，我們不僅僅是改變位置，同時也改變我們自己，其符合天主的神聖的歷程。



資料來源：《2025 禧年朝聖手冊》

德蘭修女

早年生活

德蘭修女，原名依搦斯·龔莎·波雅舒（Anjezë Gonxhe Bojaxhiu），1910年8月26日生於南斯拉夫，父母是阿爾巴尼亞人。依搦斯18歲時進入洛雷托聖母傳教女修會，並於一年後被派往印度傳教。

教育與第一召叫

年輕的德蘭修女 1931 年發了初願。在隨後將近 20 年中，她都在修會辦的學校為富裕家庭的女學生教授歷史和地理。學校位於加爾各答東部的恩塔利（Entally），後面就是莫蒂希爾（Motijhil），印度最大的貧民窟之一。



第二召叫

這個現實狀況使德蘭修女萌生離開修院，為窮人中最貧窮者服務的想法。德蘭修女日後回顧當時的情形說，她於1946年9月10日的夜晚感受到「第二次召叫」。那個夜晚，她在開往大吉嶺（Darjeeling）的火車上親身接觸到極為貧困的處境，心中再次聽到被釘十字架的耶穌的呼喊：「我渴！」這句「我渴！」便成了德蘭修女靈修生活的座右銘，而且寫在日後成立的仁愛傳教女修會的每個會院和每個聖堂中。

創立仁愛傳教女修會

1948年8月16日，德蘭修女離開恩塔利會院，換上當時印度最貧窮婦女穿的白底藍邊的莎麗，後來這身莎麗便成了仁愛傳教女修會的會服。從那時起，德蘭修女便正式展開她全心服事窮人的新使命。

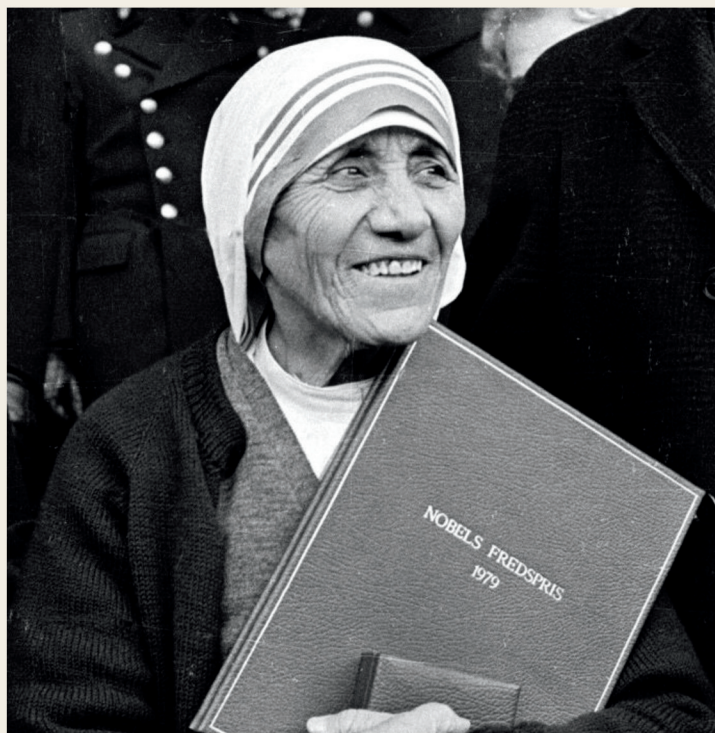
1950 年，德蘭修女創辦了仁愛傳教女修會 Missionaries of Charity (Sisters)。其後多年，德蘭修女一直給予貧困無依的人士免費援助和服務，不分階級、國籍、種族、宗教或地域。

擴展服務

德蘭修女在貧民窟設立孤兒院和收容所，又設立庇護所，收容棄兒、傷殘病童或弱智兒童。還致力把愛心和關懷推廣予有需要的人，籌辦流動診所，照顧營養不良人士的營養中心，專為麻瘋病人而設的流動診所及康復中心，為吸毒者及酗酒人士而設的復康所，以及為無處棲身人士提供夜間收容所。

仁愛傳教女修會的認可與擴展

1965年2月，教宗保祿六世批准仁愛傳教女修會為具有「宗座權利的修會」，並能在印度境外建立會院，擴展愛德工作。仁愛女修會的愛德服務工作甚至覆蓋香港。1983年，數位仁愛傳教女修會修女到達香港後展開愛德工作，後來於南昌設立「仁愛之家」，提供膳食及臨時住宿予有需要的人士，如無家者、受虐婦女，或正等候政府審批綜緩的人士等。



諾貝爾和平獎與去世

德蘭修女的名聲傳遍全世界，她於1979年榮獲諾貝爾和平獎。頒獎機構表揚她「為克勝貧窮和困窘作出的貢獻，因為貧窮也能危害和平」。

最後歲月與真福品程序

1997年9月5日，德蘭修女在印度加爾各答逝世，享年87歲。在前教宗若望保祿二世的意願下，於1999年7月26日開啓了德蘭修女列真福品程序，比教會規定的5年提前了3年。2003年10月19日，前教宗若望保祿二世在聖伯多祿廣場為德蘭修女主持了冊封真福禮，稱她為「慈善撒瑪黎雅人的典範」。



聖母瑪利亞

耶穌的母親瑪利亞在天主教會中佔有特殊的位置。她在教會內的特殊地位值得敬佩和讚美。本文將介紹瑪利亞怎樣回應天主召叫的歷程，以及她的德行，並認識瑪利亞對教會的母愛，讓信友以子女孝愛的方式，敬愛聖母、效法她的德行。

瑪利亞領報

根據《路加福音》，瑪利亞雖年輕，但她卻接受了天主的召喚，稱自己為「上主的婢女」（路1：38）。這一選擇伴隨著可能的危險，但瑪利亞因對天主的信賴及謙遜服從的美德，她相信天主的能力和祝福，答應成為天主子的母親。從這承諾開始，瑪利亞的一生便以整個生命，投入天主的救贖行動中，她毫無保留地將自己交付出來，即使面對不明白的一切，她選擇默存心中。



耶穌的第一個奇蹟

在加納婚宴上，瑪利亞發現酒用盡，主動向耶穌求助。儘管耶穌起初似乎拒絕了她的請求，但瑪利亞並不灰心，反而讓僕役聽從耶穌的指示。最終，耶穌行了第一個奇蹟，將水變為酒，顯示了瑪利亞的信心和耐心。

瑪利亞陪伴耶穌

瑪利亞的一生與耶穌密切相關。她在耶穌受難時忍受了巨大的痛苦，始終陪伴在祂身旁。耶穌在十字架上將母親托付給門徒若望，這使瑪利亞成為所有信徒的母親。



瑪利亞的當信道理

天主教對瑪利亞的特殊地位有四項信仰：

1. 天主之母：瑪利亞生下耶穌，因此被稱為「天主之母」。
2. 始胎無染原罪：瑪利亞從她在母胎受孕的最初一剎那起，被天主預先救贖，免受原罪影響。
3. 終身童貞：瑪利亞以童貞身份懷孕，並將自己全心奉獻給天主。
4. 被蒙召升天：瑪利亞的靈魂與肉身在天主台前榮耀升天，成為最完美的得救者。

敬禮聖母

天主教徒對聖母瑪利亞的敬愛源於教會的傳承和信徒的孝愛。信徒們相信瑪利亞會為他們代禱，幫助他們在生活中依賴天主的恩典。

天主教會誦唸聖母經。從經文的內容，可幫助我們認識天主對瑪利亞的恩寵及她在教會的身份：



「萬福瑪利亞，你充滿聖寵，主與你同在，
你在婦女中受讚頌，你的親子耶穌同受讚頌。
天主聖母瑪利亞，求你現在和我們臨終時，
為我們罪人祈求天主。亞孟。」



聖母瑪利亞擁有多個稱號，每個稱號都反映了她在信仰和文化中的特殊地位。以下是一些常見的稱號：



雖然信徒尊敬聖母，但這並不意味著崇拜她。教會強調，神只有一位，就是天主。在敬禮聖母時，信徒應當以她為模範，努力成為謙卑和忠信的門徒。

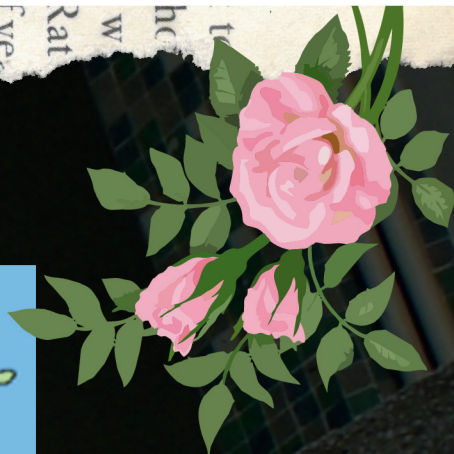
結語

教會相信聖母瑪利亞一生完全與天主的恩寵合作。她是最忠信、最親近耶穌的人。所以這位母親、特選的婢女，在教會內享有特殊的地位，堪受世人的讚美，現在她已在天上享有永遠的榮福，為他人的需要，繼續代禱轉求。

- 
- | | |
|-----------------|-------------------------------|
| 1. 大澳永助聖母小堂 | 13. 尖沙咀玫瑰堂 |
| 2. 長洲花地瑪聖母堂 | 14. 土瓜灣進教之佑堂 |
| 3. 坪洲和平之后小堂 | 15. 九龍城聖母院小堂 |
| 4. 荃灣聖母領報堂 | 16. 紅磡聖母堂 |
| 5. 上水基督之母堂 | 17. 灣仔聖母聖衣堂 |
| 6. 南丫島露德聖母小堂 | 18. 新蒲崗善導之母堂 |
| 7. 堅尼地城聖母玫瑰堂 | 19. 觀塘天神之后彌撒中心 |
| 8. 薄扶林上智之座小堂 | 20. 觀塘潔心彌撒中心 |
| 9. 長沙灣露德聖母彌撒中心 | 21. 西貢聖母無原罪小堂 (聖心堂區) |
| 10. 置富露德聖母堂 | 22. 柴灣海星堂 |
| 11. 大角咀中華聖母堂 | 23. 西貢海星彌撒中心 |
| 12. 半山聖母無原罪主教座堂 | 24. 西貢聖母無原罪小堂
(大埔聖母無玷之心堂區) |

東涌聖母訪親堂

在香港，有多座聖堂以聖母瑪利亞作為主保，並



以聖母的不同稱號命名。歡迎到訪香港各處朝聖！

新公教老師分享



After being baptized at Easter in my first year of secondary school, I joined the Legion of Mary at the Cathedral. My involvement continued through adolescence, during which I learned to grow in faith through prayer and service. Through these experiences, I have come to see the Catholic faith as my perspective on life and my moral compass.

Inspired by Saint Josemaria Escriva, I have learned to turn everyday tasks into opportunities for prayer. Each day holds the potential for serving God, reminding us that life is precious and meaningful. Amid challenges in life, identifying and understanding our values helps us maintain a clear conscience, granting us confidence in life.

"We must fan the flame of hope that has been given us, and help everyone to gain new strength and certainty by looking to the future with an open spirit, a trusting heart and far-sighted vision," As Pope Francis stated in his Letter for the Jubilee 2025, we need continuous faith, hope, and love in the pilgrimage of life. The Catholic friendships I have built over the years have been my greatest blessings, enriching my life and motivating me to persevere on my journey.

Regardless of our backgrounds, we can come together to encourage and support one another as we navigate our paths. Let us build a community that bears the fruits of love and hope. We are companions on this journey!



羅曉婷老師 LHTK

新公教老師分享



「婆婆，放心，我很好。」

我喜歡閱讀，尤其是信仰有關的書籍感興趣。《慈母莫尼加》一書，講述教會偉大教父聖奧斯定的母親——聖莫尼加的一生。她在生命中活出信仰，運用祈禱的力量，讓異教的丈夫與反叛的兒子歸向天主。莫尼加曾說：「要有耐性，不斷祈禱，努力去愛，然後以溫柔作回應。」

這書讓我憶起我的外婆。

外公壯年因病離世，外婆須獨力照顧九名子女，今天我們實在難以想像外婆當時的辛酸。

在我的小學階段，曾與外婆共住了兩年多。外婆和藹慈祥、堅忍、有毅力。就在那時，她接受了基督信仰。為了更認識天主，視力漸衰的她，幾經轉折借來了一本大字版聖經。每天看見外婆大聲朗讀經文，又恆心祈禱，相信從那時起，信仰的種子已悄悄埋在我心中。

當時年紀輕輕的我，已懂得以謊言來為自己做錯的事情開脫。外婆洞悉一切，她鄭重地告誡我：「耶穌教導我們，是就說是，非就說非……」。謊言被識破，我流着愧疚的淚。長大後每當回憶起這事，都讓我反省過來：就是祂，不斷地透過外婆指引我正確的人生價值。

幾年前外婆也返回了天家。在她的葬禮上，親人都細訴與外婆相處的點滴。然而，當我聽到一直與她同住的姨母分享時，我整個人愣住了，神色也凝重起來。從姨母口中得知，由外婆皈依天主，直至她離世的幾十年裏，她每晚都為同一個人代禱，而那人——是我！外婆竟為我祈禱逾萬次！

年幼的我，是一個不聽話的孩子，十分疏懶，在十八位孫兒當中，我肯定是令外婆最「勞氣」的一個。外婆日夜為我操心，她掛心我的學業落後於人；害怕我誤交損友，成為不良少年；長大後，擔心我的工作未能發揮所長；最令她憂心的，就是害怕我在人生道路上，拒絕天主的光照！

感謝天主，祂對我不離不棄！感謝我的外婆，您那無怨無悔、溫柔的雙手，對我無微不至；您對信仰的堅定、不間斷的祈禱，是我的榜樣。今天，我在教會內有良師益友，結伴同行；能聽到天主的呼召，成為一位神學生，從不同神長身上汲取知識，讓我喜樂無比；擁有一份極具意義的教學工作，把所學得以承傳。

祈求聖神給我力量，能繼續在生活與工作崗位上，
成聖自己，聖化他人。

「我賴加強我力量的那一位，能應付一切。」（斐4:13）
「婆婆，放心，我很好。」



伍詠雯老師 NWM

新公教老師分享



大家好，我是今年新加入東天的牧民助理鄔正言，希望藉此機會讓同學認識我的信仰生活。

在出生那年的聖誕節，於聖伯多祿聖保祿堂接受洗禮。小一時在附近的聖葉理諾堂開始參與彌撒和上主日學。

我的信仰生活主要在聖葉理諾堂度過，大部分時間都參與該堂區的服務。我從2010年開始擔任輔祭，在彌撒中協助神父，直至2022年。我也在中學和大學期間擔任天主教同學會幹事，通過參與團體活動結識了許多不同背景的朋友。

小時候，我不擅長與人交流和合作，大多數時候都在沒有明確分工的情況下獨自完成工作。然而，在這些團體中擔任幹事後，我的工作量顯著增加，我更需要與他人共同努力完成任務。這讓我逐漸學會如何與人合作。



鄔正言老師 WCY



天主教同學會

主席 S4C 盧穎悠

每次聚會，我都能感受到成員之間的支持、熱情、積極與關懷，這讓我見證了彼此深厚的情誼和共同信仰的力量。我非常感謝其他信仰小團體的主席和副主席對我的幫助。在我不知如何起步時，他們主動伸出援手，提供許多寶貴建議，讓我有更大的空間去思考和發揮創意。

作為天主教同學會的主席，展望未來，我希望舉辦更多更具互動性的活動，激發成員的投入感，吸引更多新成員加入，同時促進更深入的信仰交流，將信仰中的愛與關懷傳遞給更多人。



心靈茶座

主席 S4C 陳吳碧瑩

11月17日，我們在沙咀道參加了一年一度的明愛賣物會。活動前一天的下午，當我們正在準備活動時，外面突然下起大雨，我們很擔心第二天賣物會能否順利進行。幸好，賣物會當天天氣好轉，雖然偶爾飄著毛毛雨，但大部分時間都是晴天，使活動得以順利完成。

活動中，有許多中一、中二的同學參與。我觀察到大家在活動中展現出團結、合作與努力，讓我深刻體會到有些事情單靠一個人是無法完成的。我也逐漸學會如何與他們配合，這讓我更明白合作的重要性。感謝天主的恩典，讓惡劣天氣好轉，使活動能夠順利完成。



Jesus' Club

主席 S4C 叶心由

回首中一加入Jesus Club，我從普通成員到擔任主席，親眼見證了這個團體從寥寥數人發展到如今的規模，心中感慨萬千。時光流逝，許多事物都在改變，唯獨不變的，是我們在星期三早上圍坐在一起分享的「天氣報告」。無論是喜悅還是煩惱，平日裏容易被忽略的趣事，都在「天氣報告」中被重新提起。這些分享不僅讓大家回憶起日常生活中的點滴，更促使我們思考一些從未想過的問題。



今年有幸參加教區傳教節嘉年華，我們連續多天都在學校準備物資。籌備活動過程雖然疲憊，但看着完成的作品，想到參與遊戲的人們臉上洋溢的笑容，內心便充滿了喜悅與滿足。

Jesus' Club帶給我的，不僅是成長與歷練，更是一份溫暖與感動。這段經歷將成為珍貴的回憶，陪伴我繼續前行。



慕道團

主席 S3F 錢柔美

慕道團是一個透過不同途徑認識天主的信仰小團體。在慕道團中，我們會一起聊天、做手工、玩遊戲、舉辦大食會，還會觀看一些有關天主教的影片，學習更多關於耶穌基督和天主教教會的知識。

作為慕道團的主席，今年我代表團隊參加了不少活動，例如明愛賣物會和教區傳教節。參加這些義工活動讓我既感到開心，又能幫助他人，真是一舉兩得。我在慕道團中結識了許多朋友，與他們的關係也變得更加親密。





聖詠團

主席 S3D 江祿昇

衷心感謝老師對我的信任，讓我有幸擔任聖詠團團長。參與聖詠團令我受益匪淺，對我影響深遠。

首先，我認為最大的收穫是結識了許多不同年級的朋友。這對於當初剛升中一的我來說尤為重要，因為我並非從東天小升上來的，認識的人不多。加入聖詠團成為我初期拓展社交圈的重要途徑，使我逐漸建立自信，並培養出更外向的性格。因此，能有這個機會參與其中，我深感慶幸。

其次，在參與聖詠團的過程中，老師的幽默風趣令整個聖詠團氣氛融洽，大家相處愉快。在輕鬆的環境下，我學習到不少聖詠以及唱歌技巧，過程既充實又有趣。

此外，參加聖詠團讓我有一個奇妙的經歷，那就是有機會進入禮堂的三樓樓座上唱歌。我相信學校內很少團體能在那裡服務，因此這成為我心中獨特且珍貴的回憶。





活愛 動德 組

2024.09.22 教育日彌撒



2024.10.26 倫宗探訪街友



2024.11.17 明愛賣物會



2024.12.01 聖母訪親堂聖誕市集



2024.12.06 25周年祈禱會及啟動禮





2024.12.19 將臨期彌撒



2025.01.05 公教老師靈修日



2024.12.20-21 中小宗教歷奇訓練營



教職員每月彌撒



2025.02.23 「齊步同行」籌款步行活動



姓名

班別及班號

看圖說聖經故事

你能猜出以下這些圖像描述的是哪個聖經故事嗎？

1.       

2.          

3.        

4.      

5.         

完成小遊戲後將會有神秘禮物，屆時請留意公告！

