

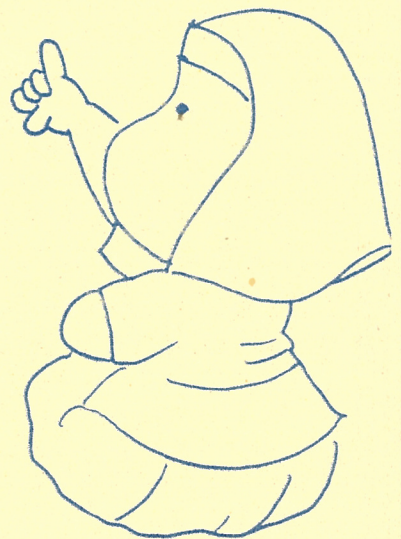
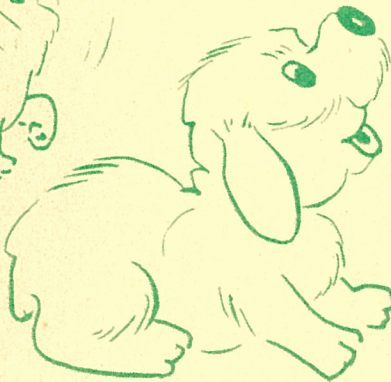
寶

血

之

音

38



目 錄

	頁次		頁次
編者的話	1	謝謝您們的愛	21
會長家書--何必磋跎？	2	給女兒的信	22
修會大事錄	4	我是道路.....	23
寶血之友執委介紹	5	撒旦會議情報	24
專題-生命是簡樸、是喜 樂、是分享		團體建立一愛	28
「得天獨厚」的逾越旅程	9	健康小貼士	
感恩之旅	11	現代生活十大威脅	30
名家語集—自求簡樸	13	乳癌(續期)	32
用心生活	16	朱嘜講故事—	34
生活分享		沙漠花園	
再慕道生活		生活小品—	35
念謝恩情	19	好好對自己	
種恩、種情、種寬恕		閒情雅趣—	36
音韻悠揚	20	猜成語謎	
風車轉運		通訊快拍	37
		各校畢業典禮	
		閒情雅趣答案	

編者的話。。。

各位兄弟姊妹：

你們好！

阮慧雲

本年度的第一次退省已在農曆新年初舉行，神師是由台灣來的方濟各會士林思川神父，雖然他是講國語，但各人都能領受到天主藉他而傳達給我們的訊息。每天他帶領我們在聖體台前，讓主耶穌親身向我們講話，他藉着聖經的分享使我們更明白天主的訓示，參與退省的修女們，請延續退省後的心燈，不斷去接觸主，使它更明亮！

新一屆的寶血之友的執行委員，雖然人選有些轉變，但大家都一同去貫徹寶血精神，將它發揮在我們的生活及工作中，為主作證。本期的專題：生命是簡樸、喜樂、分享……。而娉慈姊妹的逾越旅程中，給予我們一個真實的榜樣與見證。在極度的險境中仍然不失望，依賴上主，她對主的一份信靠贏得主更大的祝福，願主的福佑繼續支持她。

農曆新年過後，轉眼間又進入了 2004 年的四旬期。四旬期在教會的年節中提醒我們，這是悔改、補贖、皈依的時刻，我們要如何回應呢？在會長的家書中，給了我們很多的反思資料，我們既是基督的追隨者，如何去善用上主所給的恩寵去回報祂呢？除了透過工作與服務來實踐福音外，更加需要藉祈禱來加深對上主的愛，好能實現獻身於主的修道本質，讓我們在團體中一同努力吧！

尚有很多有趣的文章，請各位慢慢欣賞！

會長家書~

何必磋跎？

劉賽眉

今年一月往台北公幹時，在書店裡無意中發現了這本《中年以後》的書，作者是日本人，名為曾野綾子。全書以散文形式論述一個步入中年女性的心態、思想與人生觀。原來，作者是一位天主教徒，年青時曾就讀於日本著名的聖心大學，此大學乃由聖心會修女所辦，她雖已結婚生子，但坦言曾有過想度修道生活的衝動，對修道生活頗為認識。當談到修道時，作者在書中曾有一句話，很是發人深省，她說：「與其捨棄世間卻又過著那種帶世俗氣味的生活，倒不如在句俗中過安樂的生活…」。

這句說話令我反省良多：

反省一： 身在修院，心在...？
(一個沒有修道生活光彩的修女)：

她自己沒有意識得到她身上的問題，但她的舉止與神態不斷在出賣著她，流露出她既不服屬天主，亦不歸屬團體。她只是帶著一個修女的「空殼子」生活；實質上，她已與天主離異，心中另有所屬，早已跟著其他的對象走，那管這些對象是：人、地、事、物、感情、成就、工作、名利、自我…。誰又能強迫您跟隨天主？誰又能威迫您修道？還不是您自己的選擇！何必磋跎！何必！在您面前只有生命與死亡的選擇：或是徹底投入修道生活；或是一刀兩斷，來個痛快！何必磋跎！何必自尋苦果。

反省二： 團體要求，要求團體——何必蹉跎？

既已參加團體，又要逃避團體。團體的生活、紀律、祈禱、聚會，全是枷鎖，不斷用理由和藉口去逃避。工作與責任，健康與疲倦，全都成為逃脫團體與祈禱的「避難所」、請問：誰能強迫您留在團體？誰又能威迫您

留在團體？到頭來還不是您自己的選擇？何必蹉跎？與

其不斷要求改變團體來適應自己，何不嘗試努力去回應團體的要求？恐怕這樣生活才會踏實得多！

反省三：誰為優先？何必蹉跎？

當日矢發聖願之時，信誓旦旦，承諾要以天主為優先，誓言如斯，言猶在耳。但實際上，每每用許多理由把天主置於最後，甚至置諸腦後。所有恭敬天主的事情全放在末後，而恭奉俗世的事情高抬於最先。是誰強迫您許了願？是誰威迫您對天主、對教會、對團體承諾了守願？到頭來還不是您自己所做的選擇？何必自己苦苦糾纏著自己？何必蹉跎？眼前只有兩種選擇：或者是天主優先，或者是俗世及自己優先。選擇前者是修道的要求，選擇後者可在俗世安樂度日。

真的，若認真選擇要繼續過修道生活，就要踏踏實實地過得有點兒天主的氣味。何必是「捨棄了世間卻又過著那種帶著濃濃世俗氣味的生活？」唉！何必蹉跎歲月，把自己弄成「半人不人，半仙不仙」？那又如何可能有真正的喜樂？修道人，醒罷！醒罷！



修會大事錄

- | | | |
|-------|---------|---|
| 1990年 | 4月 | 裝修粉嶺神父屋作青年靈修聚會地點 |
| | 12月 | 本會與國際獅子會港澳第303區合作成立一國際獅子會腎病教育中心及研究基金部門在寶血醫院內，目的為教育市民對腎病的認識及為病人捐腎服務 |
| 1991年 | 1月 | 籌備檢策會議 |
| | 5月 | 開始台南鹽埕工作 |
| | 8月2-6日 | 第五屆檢策會議 |
| | 12月31日 | 辦理出售澳門白頭馬路三號修院院址 |
| 1992年 | 1月7日 | 簽署出售澳門白頭馬路三號修院院址買賣合約 |
| | 年初 | 成功出售北角中安台寶血女子中學、北角會院及初學院地 |
| | 5月 | 台北新院建成，修女遷入 |
| | 9月 | 建立和祝聖誠和閣小團體 |
| | | 成立籌備第十八屆會員大會籌備委員會 |
| | 11月 | 初學院遷般含道80-82號禮賢閣 |
| | 12月6日 | 祝聖禮賢閣初學院 |
| | 12月30日 | 結束北角會院 |
| 1993年 | 4月1日 | 寶血醫院交明愛營運 |
| | 4月25日 | 楊秀蘭及陳日多修女從惠州返港 |
| | 6月10日 | 隆重慶祝本會創會七十周年慶典—地點：
堅道無原罪總堂 |
| | 7月30日 | 第十八屆會員大會設候選人，由代表修女進行選舉
總會長：阮慧雲 副會長：胡秀英
總參議：李秀芝 區綺雯 劉賽眉 黃淑芳 高冠群 |
| | 9月1-10日 | 往上海為獻堂會修女策劃培訓課程 |
| | 9月 | 派修女往馬來西亞服務 |
| | 9月6日 | 初學院由般含道禮賢閣遷母院四樓 |

寶血之友

主席 潘湘湘



各位修女、會友，我是潘湘湘，郭思華的媽媽，郭志豪的太太，一位全職媽媽，一個全天候 24 小時聽命的家庭主婦。

我是 93 年領洗的教友，曾經是慕道班的導師，現在是主日學裏，小孩子口中的湘湘姨姨。

原來一個人隨隨便便的也可說出一大堆身份，但今次要正正經經的告訴大家，我又多了一個身份-----寶血之友第三屆主席 (2003-2005)。

多謝修會的愛護和神師們的餵哺，寶血之友快 5 歲了。這幾年裏，潔芳主席在工餘為會務勞心勞力，我願意繼續接力為大家服務。希望會友在愛的氛圍下，互相接納、支持和鼓勵，在忙碌的生活節奏中，有一段寧靜的時刻，梳理耕作自己的心田。

副主席 李潔芳

寶血之友已經四歲了，當日我們把『她』催生時確曾有點擔心，上主的心意是什麼呢？祂究竟想我們怎樣做？做甚麼？經歷四個年頭，在神師的循循善誘之下，我們慢慢明白，其實不必做些什麼，在本身的工作崗位上，懷着犧牲修和的心，與弱小者同行便可以了。

在第三屆周年大會上，我被選為副主席，心情比較輕鬆，湘湘主席容忍包涵我多年，與她共事簡直一樂事，期待在往後兩年投放更多的的心思與時間在會務上，請各位為我祈禱，讓我常明白天主的心意，恆心遵行。



秘書 鄭潔芬



畢業於寶血小學及寶血女子中學，曾參加學校的聖母軍青年支團及成人支團超過 10 年。在歷屆神師的指導及聖母軍姊妹的互相關懷分享下，學習良多，得以健康成長。

中學畢業後，報讀浸會社會工作學系。

完成 4 年課程後，便在香港明愛家庭服務工作直至現在。現工作範圍包括個人輔導、家庭生活教育工作及推行齊家運動。

財政 徐靄薇

很高興成為新一屆執行委員，以從事會計工作的我出任財政一職，服務團體。

接受派遣當然開心，另方面我在想自己的性格是被動和內向，自問是否可以勝任呢？經過反思，我明白到每一位會友都會有被派遣的機會。現在先是天主派遣了我，在祂悉心安排下賜與我恩寵。祂要教導我不要自卑，不要畏縮，要勇敢地面對工作，面對考驗。為使我在成長路上更進一步。

寶血之友實在給了我很大的鼓勵，當我身處困境的時候，各位神師及兄弟姊妹都來安慰我，助我解困，使我得到溫暖。寶血之友使我成長，讓我學習接納、包容、愛與關懷別人，以有用之身去服務弱小者，使生活豐盛，不會白過人生。

許諾成為會友，我就認定寶血之友是我的老伴，以實踐犧牲與修和為人生目標。我不是在「硬銷」寶血之友，神師們的循循善誘，會友的互相信賴，真心誠意地交流與分享，顯出團體的共融，這一切都是各位會友認同的。

願天主祝福寶血之友，在主的護佑下茁壯成長。



培育黃淑燕



各位好！不經不覺已從加拿大回流香港快六年了。很高興能在寶血女子中學任教並加入寶血之友。成為了新一屆的執行委員一份子，心情著實有喜亦有驚！喜的是承蒙會友的錯愛而被選為負責培育事項，驚的是怕自己經驗不足而有負眾望。

無論如何，我相信會友間熱切的支持及祈禱，會是我背後的支柱。當然，還有天父的指引及眷顧。既然如此，我必定會勇往直前的！

康樂譚國滿

我是在寶血之友的第12次會議聚會中，首次認識這個愛的團體。轉瞬間，2003年12月已是我會的第50次會議了。

太太綺薇和我由體驗會員，入會有選舉權到今年的有被選權。由願意參選直至後來被選為幹事會成員，我的心情一直都很矛盾，既高興又擔心。

高興的是自己卒之可以為寶血之友做一點事；擔心的是自己能力有限，有負大家所望。但一想到寶血之友禱文中，有“樂與弱小者同行”之句。便知道會中的弟兄姊妹，一定會容忍和接受我這個經常在生活上掛一漏萬，在靈修上顧此失彼的“弱小者”。主佑大家！

譚國滿和他的
“仔仔”恩諾



本期專題

生命是 ~~

簡樸、

喜樂、

分享

「得天獨厚」的逾越旅程

寶血之友
黎娉慈

去年七月中旬感到身體微恙，與一位朋友提及時，她很緊張催促我千萬不能掉以輕心，盡速求醫。經不起她再三的叮囑才免為其難往醫生求診，怎料化驗報告結果未如理想，建議作深入檢驗，結果在毫無心理預備之下被轉介入住瑪麗醫院。當步出診所時，霎時間感到腦袋一片空白，失去了方向感，於是停下來祈求聖神光照。猛然記起這金句：「主！就照你的話成就於我吧！」父啊！我將一切交托於你，聖母求您結伴同行。

經過詳盡的驗查，證實患上陰道腫瘤，要進行割除手術，當獲知手術日期，心裡讚嘆上主美妙的安排：歷年來的慣例，會計師於九月派員來公司核數，但今年卻主動提前改為八月，終於在入院前兩天完成了所有的工序，主！感謝你！

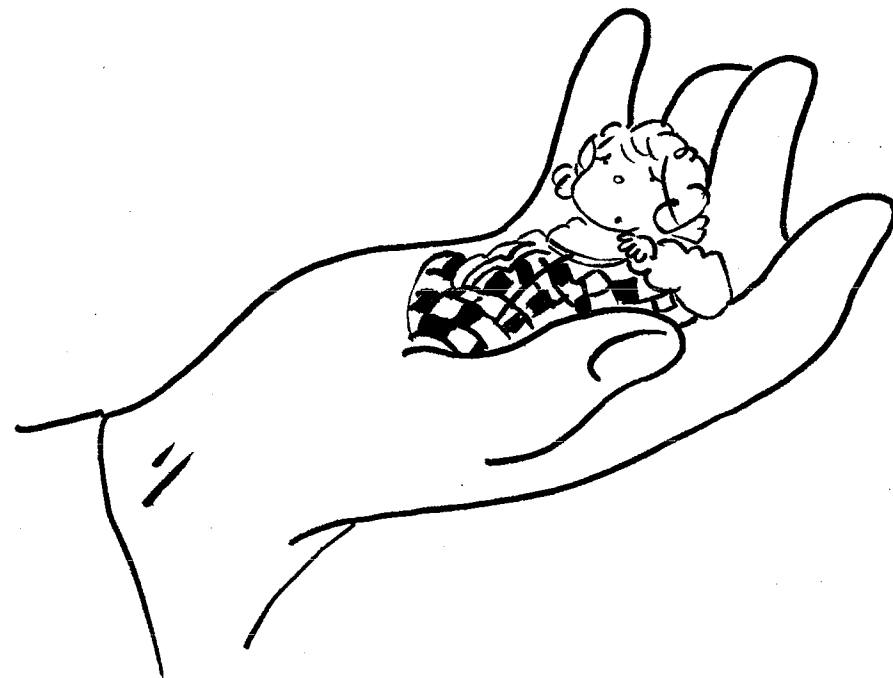
手術前夕，排除體內的廢物時，感到好像正在進行自我空虛！翌日清晨換上病人手術袍時想起：「脫去舊我，穿上新我！」啊！更新的時刻到了！往手術室要經過一條很長的長廊，眼望天花頂及兩旁的牆壁，心血來潮自我幻想好像昔日以色列子民過紅海，所不同的是他們的兩旁是水，渡過紅海，經過曠野，便由奴隸變成為天主特選的民族，但願經過手術室的淨煉後，能成為一個健康的人。

「手術順利完成了！」迷濛中聽到這句令我振奮的話。雖則如此，體內卻疼痛非常，以至動彈不得。每當護士細心詢問有何需要時，往往輕聲告訴她：「水」。她溫柔回答說：「暫時不能飲水，忍耐一會兒吧！」最妙一次，用微弱的語調哀求她代向醫生求情批准飲水，結果又一次失望。在半昏睡的狀態下，霎時浮現了一個畫像——十字架上的耶穌說：「我渴」。「主！耶穌容許我分享你的『渴』吧！」不知過了多久，那位慈祥的護士輕輕拍醒我說：「娉慈，張開口，慢慢含這塊沾濕了的紗布吧！」久旱逢甘露，雖則點滴的水卻成了活水甘泉，滋潤了整個心靈。

因部位問題，手術後要插上尿袋，當時醫生說十四天後便可拔除這喉。怎料經過五次的嘗試（差不多五十多天）才能擺脫它。在這期間感到非常氣餒，不斷問為什麼會這樣，並擔心這個討厭的袋子會否終身相伴？甚至有時埋怨及懷疑是否沒有誠心向天父祈求的結果呢！後來才明白原來這是一個祝福。因接受盤腔電療，以至體外多處受到灼傷。若拔除尿喉後，小便的尿酸刺激到灼傷的部位時是會痛楚非常的。哈！哈！原來這無形中減少了五十多天的痛苦。

無論在醫院或在家中休養，不時憶及胡樞機生前常說「得天獨厚」這四個字，感受良多，還深深體驗到自己好像已被天父寵壞的女兒。雖然在病榻中獨自承擔和忍受一切的病苦，但與此同時感受到被無限的親情、友情、代禱和愛所籠罩著，從而賜予無限的力量去克服和面對病魔，使我領悟到「痛苦越多，恩寵越大」的真義。

還想起一件記憶猶新的事，就是九九年有幸成為寶血之友。當初看到會章裡書明修會與寶血之友「互相通功」的關係時，即衝口而出說：「今回發達了。」身傍的修女及會友異口同聲說我太貪心了。嘻！嘻！世事難料，做夢也想不到，今回果真實實在在承受了整個修會的代禱、祝福和慰問。這還不算是「得天獨厚」嗎？



時光易逝，尤其快樂時光，您有同感嗎？

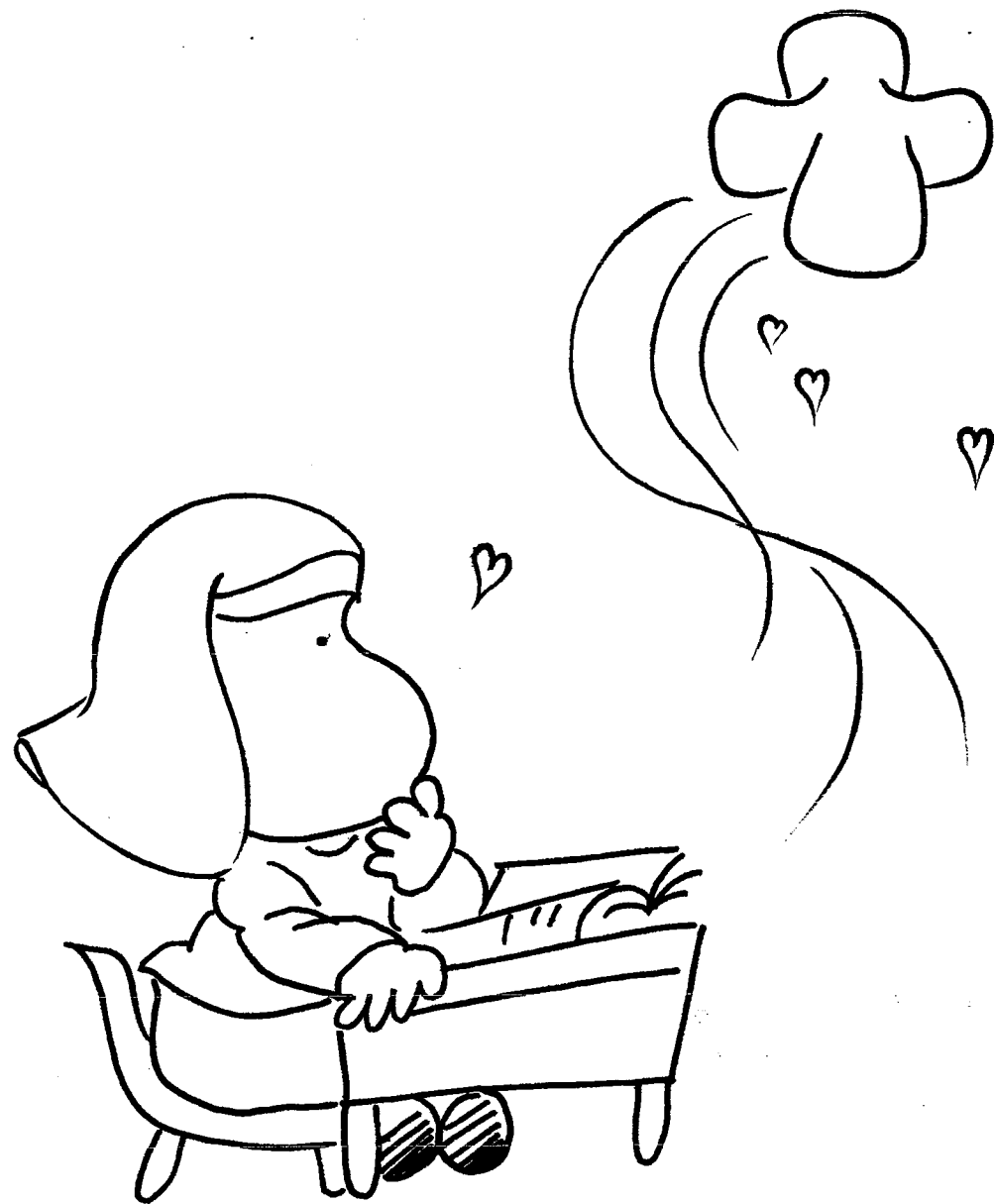
感謝天主賜我在退休後有一個「身心整合」年的機會，為我是一個極需要的寶貴時刻。

會院生活充滿喜樂與歡笑，也有奇怪的事；一年內我入過醫院開刀三次，從補耳膜至膝蓋退化關節炎治療。從頭到腳都重整修補，難怪有姊妹對我說：『您才是真正渡了一個「身」「心」整合年』，是巧合？還是天主聖意？現在膝蓋已漸漸復元中，雖不如從前那樣健步如飛，但也達到身心整合年開始時，有姊妹對我說：「趁這一年改改您的急性子……」看來我的收穫還真不錯！

感謝修會對年長修女的關懷，負責身心整合小組四位陪同員姊妹所付出的心血，為我們搜集資料及建議。或許我們是第一批渡身心整合年的修女，體會到修會特別注意這事的發展及成果，同樣對我們來說無形中也有份壓力。可幸請到張春申神父作我們的指導神師，他指導過我們三次，給了我們無比的信心與啓示，他說：「修道人已達退休年齡，應該注意的是休息與祈禱。其他的如學習，聽講座等，不必太在意，因為有了足夠的休息，才能專心作祈禱。」

同樣帶領我們作一個月神操的指導神師也有着同樣的看法，所以在我們作神操時，他每天都問及我們飲食和睡眠的情形，深怕影響到我們的祈禱神功。所以在這一年中，我們感到獲益最多的要算是一個月神操，在每天的默觀祈禱及反省中，深深體會到聖神的臨在，並與我們一起工作，把過去的修道生活重整一番。數十年的人生經歷中，有苦有樂，有得有失，有憂慮也有不安，感謝主保守和帶領，能在人生旅途中靠祂跨越過去。求主賜我持守承諾的勇氣及恆心，終身不渝。

回來粉嶺這個大家庭已半年多了，過着無憂無慮及較有規律的生活。此刻，只有一個願望，希望自己能做到退而不休，盡自己的一點棉力，按照自己的能力來光榮天主，報答修會。



為回應本期之主題——「生命是喜樂—簡樸、神貧、分享」，特與各位分享名家對「追求簡樸生活」的建議，盼望能與大家互勉並實踐之！



摘自《自求簡樸》，艾爾金著，海鴿文化，1997

- ∞ 簡樸生活的精義，就是強調要過和諧、融洽、有目標、有意義的生活。
- ∞ 簡樸的生活是一種「外在單純，而內在富足」的生活方式。
- ∞ 自求簡樸，內心要真摯、忠誠，外在要捨棄那些與生活目標毫不相干的擁有。
- ∞ 過簡樸的日子，就是把生活的內在心態與外在境遇結合成一個富有生氣和意義的整體。
- ∞ 選擇「簡樸」，其目標是要達到生活的「自由自在」。
- ∞ 簡樸不是貧困，而是直率，單純地接受生活。貧困使人衰弱，簡樸卻能產生力量。
- ∞ 貧困使人微賤，使人志氣消沈；理智地追求簡樸，卻能獲得美好與身心圓滿，進而昇華心靈。
- ∞ 進步的精簡律，也就是文明的成長，是把我們對物質生活的關注力，轉化為改建非物質生活的一種社會力量，從而使文化升級。
- ∞ 世人常認為住在林中小木屋才代表簡樸生活。但是，尊崇自然，無須搬到鄉村去住，我們應該倡導的不是「返歸鄉土」，而是「擇地而安」。

∞ 簡樸生活的通則是：

1. 放鬆你的時間和精力，常和家人朋友從事一些輕鬆的，例如散步的活動。
 2. 從事發展自己體力上，思想上、靈性上各類潛能的活動。
 3. 關愛大地，親近自然，多參與對自然的關愛行為。
 4. 關愛世界上貧困的人們。
 5. 改變飲食習慣，吃自然、健康的食物。
 6. 改變交通方式，多走路，多用公共交通工具
 7. 改變消費型態，採策略性消費，降低個人日用消費額度。
 8. 選擇可循環或再生使用之物品
 9. 發展個人日常 DIY 的生活技能
 10. 縮小居住環境
 11. 把男女分工的角色，改變成不分性別的方式。
- ∞ 過去工業時代的生活目標，是求取物質的進步與佔有；今天的後工業時代，或生態學時代的生活目標，則是求取物質與精神的和諧與平衡。
 - ∞ 如果我們去除虛偽，直率地面對生活，我們的需求其實並不多。
 - ∞ 「奢侈」用於欲望的滿足其實很少，它的一大部份是用於精神上的貪求和對他人的炫耀。
 - ∞ 生活簡樸，就是與廣大生態中所有生命和諧共存。
 - ∞ 我們愈生活得覺醒，就愈少受制於物質佔有，也就愈能生活得簡樸。
 - ∞ 生活得愈簡樸，生活中就愈少渙散凌亂，也就更容易把注意力集中於生活本身，也就更能過覺醒的生活。
 - ∞ 人的需求是有限的，但欲望是無窮的。

- ∞ 除非我們在生活方式與消費態度上做重大改變，我們的世界就會充滿痛苦、絕望，進而衝突、毀滅。
- ∞ 生態學教導我們，人類並非地球生命的中心，整個地球其實是我們自身的一部分，我們必須尊重世界，就如同尊重自己一樣。
- ∞ 面對人類和地球未來的浩劫，自求簡樸是人類自救的唯一途徑。
- ∞ 當我們的好惡、需求與「消費」一致時，我們便沒有了自己的立場，而受制於消費。例如：電視廣告，不僅推銷某種產品，也同時推銷給我們「消費主義」的浪費思想態度、價值觀念、與生活型態。
- ∞ 「富裕」而沒有更高尚的文化理想為前導，富裕本身很可能是文化覆亡的前兆。在這「後工業時代」，我們必須徹底改變我們的消費型態及生活方式，否則世界文明即將陷入冗長的黑暗時代。



用心生活

王秀玲

心，是我們人生美好的或暗淡的輸送帶。心清澈，行為就清澈；心污濁，行為就污濁。清澈的心能讓我們的人生光明奮發；而污濁的心就像套上重重的枷鎖般，讓我們的人生牽纏痛苦。

真心多一點，煩惱少一點；虛偽心過多，煩惱也多多。

真正懂得用「心」來生活的人，在他們的生命辭典裏，可以很快地翻到「助人」二字，但絕對找不到「利己」一詞。小聰明，只能激情於一時；大智慧，才能立根於永久。你也有用心在生活嗎？或者只是在呼吸而已？

植物人全然沒有意識，但因為能呼吸，所以能夠一直存活下去。如果一個人只是一具能活動的活體而已，生命中已經失去了生之喜悅與憧憬，那跟「植物人」又有什麼差別？

「身」加上「心」才等於一個正常的人。身，就像是一部機器；心，就像是電流。只要心之電流啟動，身之機器便能隨心所欲地運轉。所以嚴格說，身體，只是消極的存在；心理才具有積極的意涵。

你也有用心在生活嗎？還是只是在呼吸而已？



陸潔霞

在寶血園地裡，好像種植各種不同的花，這正顯示造物主全能。

在寶血之家，彼此性格不同，若能善用，是一個修德立功好機會。可惜我們人性弱點，只看見花的弱點，看不見花美麗一面，求造物主助我們多點默想之美。

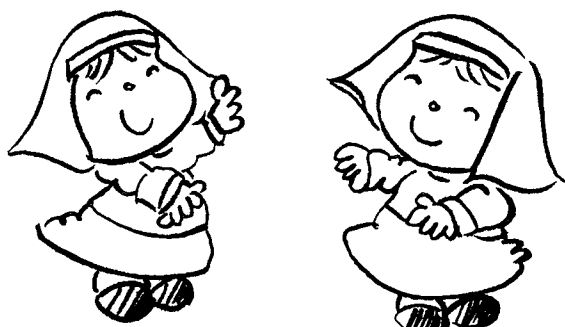
陳露德

在日常生活中，使我喜樂的事很多，而使我最喜樂的是成為一位修女，度奉獻的生活。所以每早醒來，睜開眼睛，便立即感謝天主，並求天主聖化我今日的生活，好能每事都是為愛主而作，心中隨即充滿喜樂。

到了晚上，臨睡時，感謝天主賜我平安地又度過了一天，帶著一顆感恩、喜樂而又寧靜的心上床，很快便睡著了。

寶血之友
甘煥民

喜樂是很多人所追求，及渴慕可以永遠擁有，但現實生活許多時給予人不少壓力及苦惱。每次當我感到軟弱、不足及身心疲累時，就想起耶穌在山園祈禱時求天父不要隨自己的意願，但按天主的意旨去做的情境。此時，心裏不覺地充滿一份平安。其實天主願意將祂的恩寵，無時無刻地灌輸給每一個依賴祂的人，是我們作基督徒的一種福氣。希望天下萬民都能有此得著。



再慕道是我信仰生命的一個轉捩點，我如同蕩子回歸到父親的身旁。天父對我關懷疼愛、祂將恩、情、寬容恕種植於我心內。我時刻都可以向祂求恩、感恩、祈禱，化為一股動力，推動我修德前進。

李清貴

念謝恩情

念主恩_____賜生命，

謝主情_____救我命。

念主恩_____賜信愛，

謝主情_____獲救恩。

念主恩_____賜友情。

謝主情_____暖我心。

念主恩_____賜聖召，

謝主情_____活使命。

念主恩_____釋我心，

謝主情_____恕眾生。

念主恩_____重如山，

謝主情_____獻終生。

種恩：

從來沒有認識過天主，在德貞小學任教而進入半棧，這是天主恩賜。

種情：

在病榻中受到教友的關愛，情如姊妹，內心銘謝不已，永不忘記。

種寬恕：

從患病中時刻感受到身心痛苦，常發怒、求主寬恕我，更要寬恕別人。

~~~~~  
寶血之友  
吳麗芳

種恩：

在過去的歲月裏，感謝主對我的照顧，因主常與我同在。

種情：

主，我欽崇祢，讚美祢，光榮祢、感謝祢所賜的神形諸恩。

種寬恕

主是至仁慈的，祂可憐我的軟弱，當我明認罪過，祂以慈父之心寬恕了我。



# 音韻悠揚

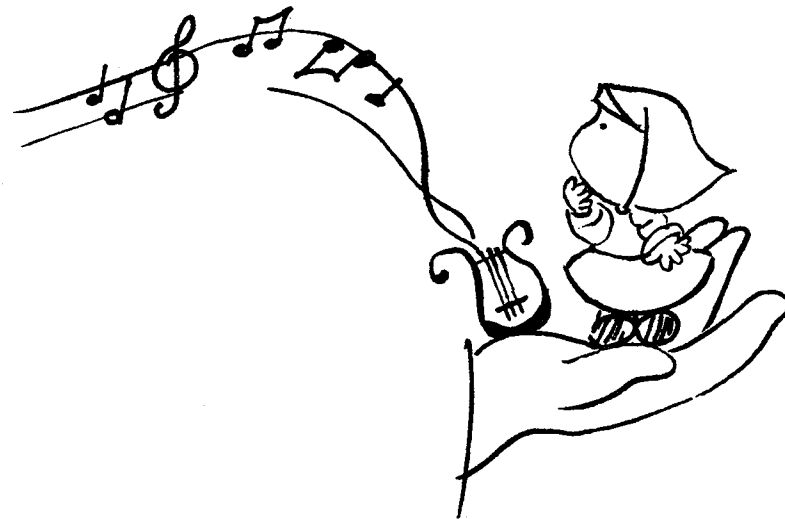
## 風車轉運

謝桂英

農曆年初三那天，乘坐火車到達沙田站時，有一群人手拿着各式各樣的風車進入車廂，整個車廂立時風鈴聲、風車聲形成一首熱鬧的交響曲。在傳統習俗說「風車轉運」，筆者無意去考究，我只凝視著各種不同大小的風車，當車廂門關閉時，所有的風車都停靜下來，當車廂門打開，它就乘著風轉個不停，我看見其中一兩個是轉不動的，當時我的心頓有所感。

在人生的旅途上，我們有如風車，等待著天主聖神將恩寵藉著風吹動我們，使我們轉動，顯出生命的光芒。乘著聖神的風吹轉，發出悅耳的樂章，可是有些風車是吹不動，轉不得的，原因是風車本身的「質」。它的旋轉葉不協調，那就阻礙它的轉動，需要靠特別的外力推動。其效果都不大理想。

春天到了，春的氣息充塞著大地。田野間及路旁的花草樹木，正等待著蓬勃的生機——春運。而我亦是時候重拾心靈，希望在避靜中，修理好自己的風車葉，等待著聖神的風吹動——承受主的恩寵，好能為自己繼續走生命的道路。



# 謝謝您們的愛！

黃懿縈

經典電影《仙樂飄飄處處聞》開首部分，茱莉安德斯飾演的初學生瑪利亞提著行李，踏出修院大門赴任家庭教師。她對將來既滿懷希望、又感到前路茫茫的矛盾心情，我在離開初學院那天早上也身同感受。

入修院四個多月以來，一直問天主：祂對我的邀請是甚麼？……可是，沒有明確的答覆；或更好說，祂已給了一些訊號，我卻沒有靜下來好好面對。

去年十二月神學課暫告一段落後，覺得是時候考慮往後的路該怎麼走。在思維這片淨土裡，祈禱、靜思、分辨、痛哭，回顧多年來尋找聖召的點滴……最後發現，我需要多點時間重新認識生命和召叫。

感謝天主，賞賜我一份非常深刻的聖誕禮物，給我平坦順利的生命中添上一個波折。這心痛的經驗使我一夜間長大了，開始明白甚麼才是承行天主的旨意。

還有感謝思維的神師白秋霞修女，由入修院前至決定離開，她沿途為我指點迷津；感激會長劉賽眉修女、望會導師黃漱芳修女、鄭麗娟修女、繆筆施姊妹、盧桂芳修女和初學院每位修女耐心的陪伴與指導；也衷心感謝所有關心我、為我代禱的姊妹和寶血之友！謝謝您們的愛，願天主祝福您們！

回家已一個月，心靈很平安、很輕鬆，一切重新開始，再次投入工作。前路縱然茫茫，但不用擔心，因為天主時常與我一起。「上主是我的光明，我的救援，我還畏懼何人？上主是我生命穩固的保障，我還害怕何人？」（詠 27）

# 給女兒的信

寶血之友  
蔡文基

親愛的女兒：

您是我可愛的乖女兒，我是很愛您的，您知道嗎？我時時刻刻都在關心和愛護您，希望您除了在學校老師的教導外，還可以在爸爸的教導、關心和愛護下，得到完全的成長。

做人的道理是十分重要的，今天爸爸想教導您做人的道理。《周易》：「立天之道曰陰陽，立地之道曰柔與剛，立人之道曰仁與義。」所以爸爸教導您什麼是仁與義。

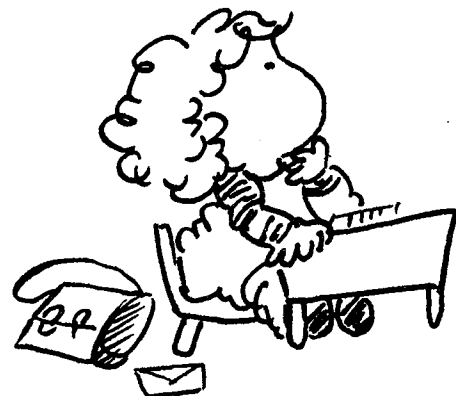
仁：以人為中心，以關心愛護他人、尊重他人為處理人際關係的基本原則，應堅持用極厚的德行去包容乘載他人的過錯，以愛換愛，將心比心，去理解人，用感受別人的溝通方法，切勿損人利己，為富不仁。

義：在處理和對待任何事物時，要去掉私心，施恩于他人，求得公平合理。義的出發點不是自己的私心而是他人的利益，是一種內在的要求，這種要求是對自我的規範和約束，「嚴以律己」正是義的基本原則。

爸爸希望您明白到，要學習如何關愛別人和孝愛父母；要學習如何處理和對待任何事物。為此立人之道，爸爸為您向天主聖神祈禱，請求天主聖神，垂憐您，賜您明白和實踐仁與義，願主保佑您！

爸爸

2004年2月9日





# 我是道路 ①①①①

胡意清

耶穌說：「我是道路、真理、生命，除非經過我，誰也不能到父那裏去……」（若 14：6）

我們藉着這條以無限犧牲；無限愛情的道路邁向天父。

當九十年代中期，澳門政府公佈要開闢一條通往關閘的公路，而聖德蘭校舍要被割去超過 7000 平方呎。在這塊土地上，前輩姊妹和我，四十多年來辛勤耕耘，慘淡經營，才有今日。如今整個操場，以及飯堂廚房……被割去，實在不甘心。於是我到處奔走，書面向總督及土地工務司，請求收回成命；可惜正值政權移交，回覆的是：「都市發展計劃」。爲了澳門的經濟繁榮，我也當完成犧牲小我，完成大我的壯舉。

一句電視劇的歌曲「何必偏偏選中我」？是人爲？是天意？

當我想到修會在台灣，在香港都先後因政府要開路而割去了不少土地，這不是巧合。我覺得在這事上是象徵着我們都有個共同的使命，我們的團體，也要成爲「道路」。

我們要勉力成爲我們修會所在地區的道路，讓人們能經過我們這條以「祈禱」與「服務」所鋪成的道路，到主耶穌那裡去。



# 撒旦會議情報

黃碧珍

我接到一位朋友從外國送來的電郵，令我震驚。現與各位分享，轉載如下：

從撒旦會議竊聽來的情報

撒旦召開了一次空前的世界大會。他在致惡神小鬼們的開幕辭中說：「我們無法阻止基督徒進教堂，又無法阻止他們閱讀聖經及認識真理。我們甚至無法阻止他們保守傳統的倫理價值觀。但是我們可以做一些別的事。我們可以阻止他們養成與基督持久的親密關係。如果他們與耶穌建立了關係，我們對他們的控制能力就將完蛋了。所以，讓他們進教堂好了，讓他們讀聖經吧，讓他們保持傳統的生活方式去吧。但是，要偷取他們的時間。這樣，他們將沒有時間去獲得在耶穌基督內的體驗。這就是我要你們去做的，我親愛的魔鬼們。」

「不分晝夜地去分他們的心，使他們不再一心想與他們救主緊密相處，不再一心想整天都與他保持富生命力的聯繫！」「我們該怎麼做？」撒旦手下的魔鬼們叫喊道：「你們要讓他們在那些生命中無關重要的芝麻綠豆事上忙碌！在他們頭腦裡充斥無數的計劃與大小事項！」它回答說：「引誘他們花錢，花錢，花錢，然後借錢，借錢，借錢。讓他們大手大腳地用信用卡去花掉他們還沒掙到手的錢。然後讓他們的帳單堆積成山。說服妻子們去工作很長時間，說服丈夫們一周工作六、七天，每天工作 10 到 12 小時。告訴他們這樣做就可以掙得來心想的生活方式。」

「阻止他們花時間陪伴他們的子女。等到他們的家庭分裂後他們的家將不再是逃避工作壓力的溫馨安樂窩。要過度地刺激他們的心智，這樣他們就不會聽到天主的輕聲細語了。引誘他們在開車時總是開收音機或錄音機，在家時開電視、錄影機、CD 和電腦。最好還要讓世上所有的商店與餐館都堅持不停地播放非宗教的音樂。這樣就能令他們的心智堵塞，從而中斷與基督的合一共融。」

「叫他們的茶几上堆滿世俗的雜誌與報紙，讓他們一天 24 小時都被消極的新聞疲勞轟炸。當他們行駛在公路上時，要用隨處可見的路邊廣告牌去吸引他們的視線，佔據他們的頭腦。這些人類都幾蠢豬，他們無形中下意識地接受了所有這些信號與信息。再在他們的信箱中塞滿郵寄宣傳品、摸獎券、郵購訂單目錄及其它各種通訊刊物和促銷廣告，免費試用品，以及虛假的希望。」

「甚至要讓他們過份地消遣娛樂。讓他們精疲力盡地從娛樂場所返回家，一想到下週，就因未做好充份準備而滿懷煩惱不安與焦慮。設法阻止他們外出去享受大自然，否則他們就有機會認識和反省天主的奇妙造化。千萬別讓他們有時間獨處，因為他們會去尋找天主的儀容。反之最好催迫他們去娛樂公園、體育場館、音樂廳和電影院。讓他們把鐵達尼號看上二、三十遍，但是千萬不要讓他們看有關耶穌的電影或是十誡。」



「在他們的神修分享小組聚會或團契時，讓他們捲入流言蜚語和閑言碎語中，我們要分化他們。這樣，當他們散去時，就會個個心神煩亂，情緒不安。讓他們彼此以維護神修上的純潔為借口而進行相互攻擊，進而互相憎恨。哈，那將是一場多麼美妙的好戲：宣揚愛的基督徒們在互相仇恨。他們比我們還壞，因為我們至少從不把我們的仇恨隱藏在德行和愛德的面具背後。」

「讓他們參與挽救靈魂。但讓他們的生活排滿太多需要做的好事。因而不再有時間向基督尋求力量。很快，他們就只會依靠他們自己的力量工作，而且為了做那些“好事”而犧牲掉他們的健康與家庭。」

這個不可多得的大會要結束時，鬼心個個激昂。會後大小鬼神，迫不及待匆忙離去。個個要去熱切執行撒旦的命令，引誘各地的基督徒奔忙於各色各樣的事情，而唯獨不留與天主在一起的時間。

撒旦的這個陰謀得逞了嗎？你自作判官好了。

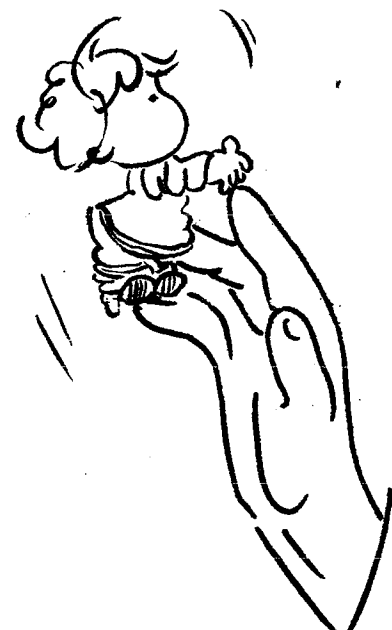
註：小心你的 BUSY(忙碌)是不是？

B--being (被)

U--under (置于)

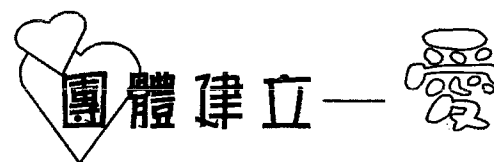
S--satan's (撒旦的)

Y--yoke. (束縛)。



這幾天我在反省，我的忙碌，是否真的中了撒旦的詭計，被它約束得透不過氣來？我是否每日、每時、每刻都忙着做主的工作，卻沒有時間與主相聚，這不是很矛盾嗎？如此，怎能獲得在耶穌基督內的體驗，更何談與基督建立持久的親密關係？我傳的是主的訊息還是我的訊息？若我忘了與主建立關係，怎能有效地傳達主的訊息？

正當我在這困厄中盤旋時，有一位青年來找我談心。她說：「修女，我很煩惱。因為新工作的要求，以後我可能連續四、五天不能望彌撒、領聖體。」她傷心地淌下淚來。「修女，我是不可能每天不望彌撒、領聖體的。不然，我會慢慢冷淡下來。修女，我想辭工。你說怎樣？」她的話，是我的當頭棒。爲了要每日能望彌撒、領聖體及拜聖體，她寧願放棄一份收入好、且穩固的職業，去滿足心內對上主的渴求，而甘冒失業之苦。她這樣做是愚蠢嗎？還是我比她更蠢？她和我同在困惑中，但處境完全不同。如有得選擇，你寧做她，還是做我呢？面對我們不同的困境，你有什麼提議呢？



王彬彬

所謂「十年樹木，百年樹人」，一棵樹的成長、一個人的成才，是需要經過一段時期的栽培，一番努力的奮鬥。同樣一個團體的建立，也要經過耐心的耕耘。

修會是由天主召喚，並因天主之名聚合而成的一個「大家庭」，基督就是這家庭的至高領導。耶穌基督的厚愛，祂在世時尤其在橄欖園裏和加爾瓦略山上爲我們受盡了千辛萬苦，祂之所以蒙難受苦，原是爲我們從天父那裏取得良好的決議和誓願，並取得執行，保養、加強和玉成這些決議的方法。主耶穌早從十字上就看透了我們的心，我們可以和耶肋米亞先知異口同聲地對天主說「主呀！在我有生之年，您已經看見了我們，又召叫了我們」。

我們是一株美麗的生命樹，尤其是我們初發願後，是天主親自在我們心園裏栽培了，又是救世主以祂的寶血灌溉了，希望它結實纍纍，求主使我的心園將這一株美麗的生命樹，永遠藏護在慈父的胸懷裡！

在苦難中學習服從，苦從何處來，由自己找到的，自己執着就更苦，吃得苦中苦，方爲人上人，我們要常與主結合，樂中事主，入修院是成聖自己，天主是聖，有甚麼能夠似天主，似基督是天主，聖母誕生聖子耶穌基督，所以基督也肖似聖母，我們是天主的子女，似基督和聖母基督每日與我們結合，因我們領聖體與主結合，不要習以爲常，要真實地主在我內，我在主內，就是愛，愛是含忍的，愛是慈祥的(格前 13:4-7)，愛能犧牲，修和，在團體裏能用寶血精神，透過福音勸諭的生活，予我靈取其餘，求聖母瑪利亞助佑

我們，因母愛能使團體融和，所以耐心的耕耘！微風的低語，清新的陣雨，淡淡的彩霞，悠悠的行雲，為這新的猴年譜下音樂與詩韻。願我們在團體中事事平安順遂愛，能衝破一切彰顯十字架上耶穌寶血。



## 健康小貼士～

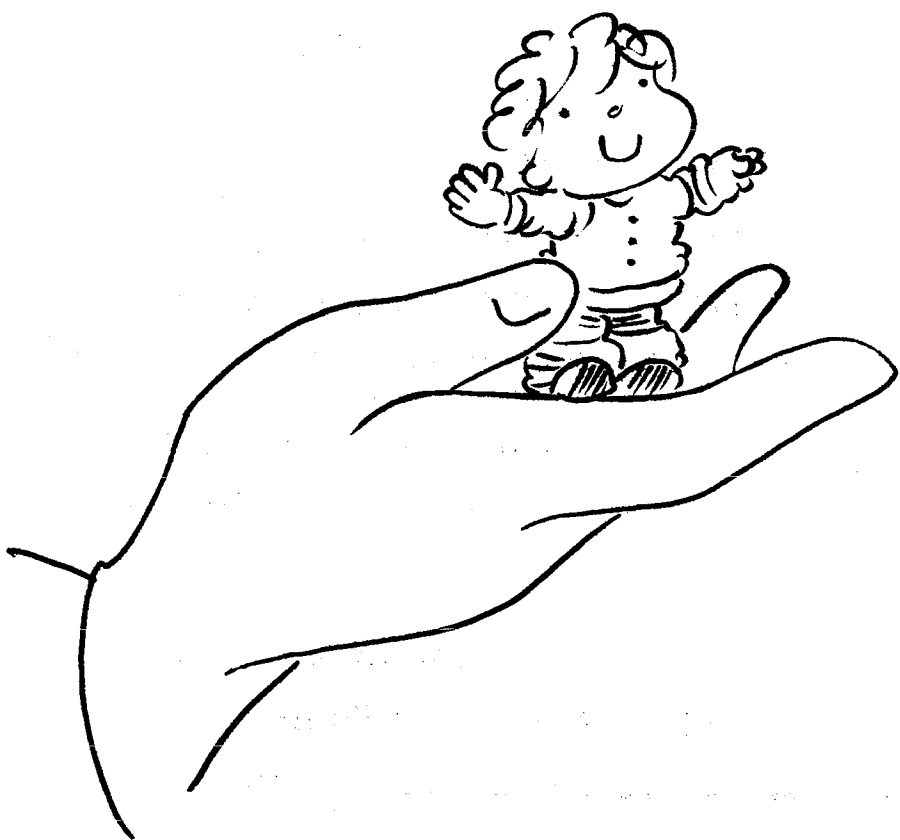
### 現代生活 10 大威脅

阮慧雲

1. 生活緊張忙碌——我們越來越多事情想去做/非做不可，又必須要在短時間內完成，於是長期精神緊張，少有鬆弛休息，成為工作的奴隸。
2. 生活過度擁擠——周圍長期人多，建築物多，心理上沒有活動空間，難得安寧獨處，久而久之導致行為乖異和反社會行為，產生恐慌與焦慮。
3. 孤立封閉——人與人之間交往減少，溝通堵塞，個人長期因在自己的小天地裏，情緒難舒，易引發暴躁和易怒，甚至出現攻擊行為。
4. 四體不動——越來越長時間坐著不動，走路及站立減少，導致心靈呆滯連鎖反應，百病叢生和精神萎縮。
5. 喪失意義——我們越來越失去奮鬥的目標和動機，不知道自己做人那麼辛苦究竟為了甚麼，也不知道將來想得到甚麼。稍後覺得「不想爭了」，後來「不想做了」，終於「不想活了」。
6. 心虛自卑——從兒童期開始，就不斷摧殘人們的自信心和自尊心，令人家感到自卑和無助，對人生消極又冷漠，長期自責內疚。
7. 自私自利——現代社會人與人的關係情感相連越來越少，利益掛鉤越來越多，重利輕義成為了常規，於是人際間疏離，越益嚴重，大家習慣了只顧自己的眼前利益，損人在所不惜。

8. 信息爆炸恐慌——資訊科技的提供以幾何級數增加，根本無從過濾、接收、消化及貯藏，結果害怕漏失(人人都知道些消息而我不知，後果非同小可。)，因而逼自己去追去收，精疲力竭及無法「生活」。
9. 變化恐懼——近年來社會的轉變越來越急且徹底，而理解能力與生活習慣完全追不上，因而大感恐慌和害怕不能適應。
10. 愛拚風氣迫害——近年社會競爭風氣劇烈，人人都好像被迫跟其他人鬥和跟自己鬥，否則會被淘汰。人本身不再具有價值，要勝利和打敗別人，才可以肯定自己存在，結果走進無意義的競爭之中。

節錄自《IBDS 企業管理》



**治療：**當證實是乳癌後，醫生須考慮多方面因素以決定治療的計劃。主瘤的大小、侵蝕範圍、癌細胞的惡性程度和腋下淋巴結的受影響情況等，都會直接影響日後復發機會。對於復發危險較高的病人，醫生多會考慮輔以藥物或放射治療，以減低這類乳癌復發的危險。此外，病人的整體健康狀況和本人的意願都是重要的考慮因素。

**手術切除：**醫生會切除乳房和腋下淋巴腺的癌細胞，傳統方法是將乳房全部切除。若腫瘤及其伸展範圍較大，醫生便需在手術後輔以放射治療，以減低復發的危險。乳房切除後病人雖然不會因失去器官而導致日常生活不便，但自我形象及信心會大受影響。曾有病人不能接受喪失乳房的事實而拒絕手術治療，令病情惡化。但治療完畢後，婦女可選用義乳和穿上特別的胸圍，以彌補缺憾。

**放射治療：**放射治療俗稱「電療」，是用輻射線照患處，以殺死癌細胞。療程開始前，技師在病人身上劃上記號，以便每次都能準確地放射，病人接受治療的過程，就像照一張特別長的 X 光片，不會感到電流穿身或任何不適。每次治療只需十分多鐘，每星期五天，為期 5 至 6 星期。胸部接受治療兩三星期後會出現赤痛，一如被陽光灼傷般，除此之外，放射治療的副作用很少。

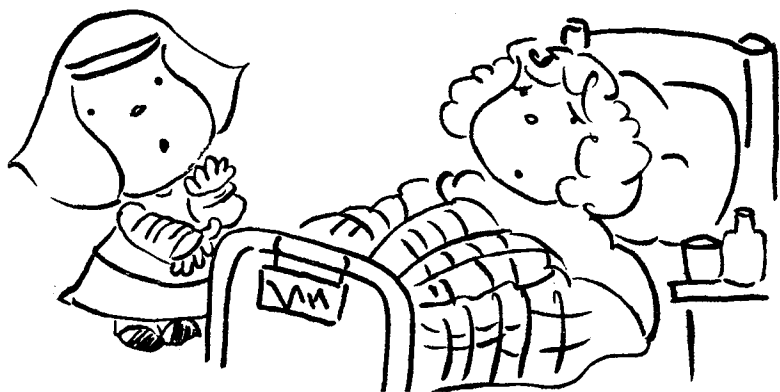
**化學治療：**如乳癌復發的危險較高，醫生會考慮輔以化學治療，即服食抗癌藥物或注射抗癌針藥，讓藥物在人體內沿著血液系統運行，消滅匿藏各部位的癌細胞。

激素療法：另一種藥物療法是激素療法。研究證明乳癌與女性荷爾蒙有密切關係，因此，醫生可利用一種抗女性荷爾蒙的激素來壓抑癌細胞的生長。並非所有有乳癌都適合激素療法。醫生會透過病理化驗，決定癌細胞是否對激素有反應。激素療法的副作用較化療低，一般是採用口服藥丸，為期五年。

治療後：患者經手術割去患癌的乳房後，應盡量避免以手術部位那側手臂搬動重物或令該手臂再受損，減少日後手腫的危險。病人要經常作簡單手臂運動來鍛鍊上肢，保持肩關節靈活，運動須按醫生指示進行。

病人必須定期覆診，即使全部治療已完成，醫生仍要觀察病人一段時期，才可確定是否已將所有癌細胞消除。愈長時間沒有復發的跡象，根治癌症的希望愈大。

摘錄自《香港防癌會》



## 朱蓉講故事

### 沙漠花園

朱婉珊

有一群人在沙漠中迷路，正在焦急不已的時候，遠遠望見一個綠洲。當他們走進綠洲的時候，又欣喜、又感動，原來這不是天然形成的綠洲，裡面種滿了花果蔬菜、五穀雜糧，還養了許多牲畜。一群人又飢又渴，便不客氣的把園子裡的蔬菜拔來煮了、院子裡的雞煮熟來吃了。他們一邊吃一邊議論紛紛。

一個說：「這不會是做夢吧！或者是我們死了，到了天堂還不知道呢？」一個說：「這不是夢，而是一個奇蹟，一定是我們平時篤信宗教，得到的示現呀！」一個說：「你們別傻了，這些泥土是多麼真實，而且這些蔬果有的掉落、有的凋零，這不是天堂或奇蹟的現象，一定是有一個農夫在這裡耕耘呀！」

正在他們討論的時候，綠洲邊的一間小木屋，走出一位老伯伯。原來這兒真的住了一位農夫。大家興奮的迎上前去。「老伯伯！這片綠洲是你耕耘出來的嗎？」老伯伯說：「是呀！我在這裡耕種已經很久了！」那群旅行者中，有一個植物學家，非常驚訝的問：「請問，您是怎麼辦到的，在一片大沙漠裡種出綠洲，而且讓植物都長得這麼好呀？」老伯伯說：「這一點也不稀奇呀？我從來也不覺得這裡是一片沙漠呢！」

我想，心靈也是這樣的，想要在沙漠中創造綠洲，靠的不是美夢，也不是奇蹟，而是信念、實踐和平常心。

節錄自《點燃人生希望的寓言》





## 生活小品

### 《好好對自己》

你很喜歡自己，可是，卻好像不怎麼愛你自己。

該吃飯的時候，你總是忘記；

該睡覺的時候，你又總是熬夜寫日記。

雨天出門，你懶得帶傘；寒風來襲，你又懶得加外衣。

醫生說煙酒和咖啡對你都不好，

你卻定時定量補給尼古丁、酒精和咖啡因。

你簡直是在折磨你自己的身體。

你說你很喜歡自己，

可是，卻好像不知道怎麼好好對自己。

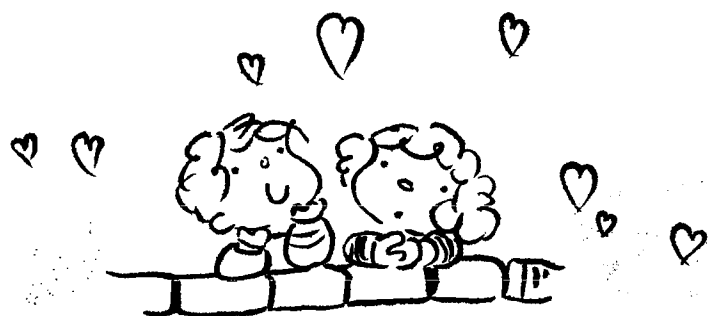
好好吃飯、好好休息、好好工作、好好穿衣，

這就是好好對自己。

愛，有時候其實沒什麼大道理；

愛自己，也不過就是

從吃飯穿衣這種日常瑣事做起。



## 閒情雅趣

盧桂芳

### 猜 謎

猜謎是人們在社會交往中，由於表達的需要而發展起來的一種有趣的語言藝術。謎語在發展中形成了兩大類：一是謎語；一是燈謎。燈謎以文義謎為主，利用漢字的多字義、一字多音及一字多解的特點。燈謎有一定的謎體、謎格，是一種有趣的文字遊戲。文義謎又分畫謎、數字謎、成語謎等。以下提供的謎語為**成語謎**，附有謎底提示，有興趣者請來猜猜。（參考答案在後面）

| 謎面          | 謎底    | 謎底提示 |
|-------------|-------|------|
| 1 瀑布        | _____ | 紙上談兵 |
| 2 垃圾箱       | _____ | 風起雲湧 |
| 3 蛀書蟲       | _____ | 另起爐灶 |
| 4 一塊變九塊     | _____ | 三長兩短 |
| 5 愚公之居      | _____ | 非驢非馬 |
| 6 沖奶粉       | _____ | 高山流水 |
| 7 百花齊放，百鳥爭鳴 | _____ | 乘人不備 |
| 8 種瓜不賣瓜     | _____ | 人云亦云 |
| 9 先住下層      | _____ | 藏污納垢 |
| 10 五指       | _____ | 充耳不聞 |
| 11 軍事論文     | _____ | 後來居上 |
| 12 打邊鼓      | _____ | 睥睨見山 |
| 13 茶館搬家     | _____ | 不三不四 |
| 14 蟹        | _____ | 自食其果 |
| 15 最新紀錄     | _____ | 有聲有色 |
| 16 驕        | _____ | 水乳交融 |
| 17 乖        | _____ | 咬文嚼字 |
| 18 七除以二     | _____ | 四分五裂 |
| 19 暴雨之前     | _____ | 旁敲側擊 |
| 20 鸚鵡學舌     | _____ | 史無前例 |

# 通訊快拍

寶血女修會 各校畢業典禮日期

| 學 校        | 日 期           | 舉行地點   |
|------------|---------------|--------|
| 寶血會上智英文書院  | 31/05/2004 下午 | 理工大學   |
| 寶血幼稚園      | 13/06/2004 上午 | 沙田大會堂  |
| 德貞幼稚園      | 16/06/2004 下午 | 沙田大會堂  |
| 寶血小學       | 23/06/2004 上午 | 沙田大會堂  |
| 寶血女子中學     | 03/07/2004 下午 | 校內     |
| 德貞女子中學     | 05/07/2004 下午 | 沙田大會堂  |
| 寶血會伍季明紀念學校 | 10/07/2004 上午 | 校內     |
| 海怡寶血小學     | 10/07/2004 上午 | 校內     |
| 華富邨寶血小學    | 11/07/2004 下午 | 海怡寶血小學 |
| 寶血會培靈學校    | 09/07/2004    | 待定     |
| 寶血會嘉靈學校    | 07/04/2004 下午 | 校內     |
| 德貞小學       | 27/06/2004 上午 | 沙田大會堂  |

「閒情雅趣」參考答案：

- |          |          |          |
|----------|----------|----------|
| 1. 高山流水  | 2. 藏污納垢  | 3. 咬文嚼字  |
| 4. 四分五裂  | 5. 開門見山  | 6. 水乳交融  |
| 7. 有聲有色  | 8. 自食其果  | 9. 後來居上  |
| 10. 三長兩短 | 11. 紙上談兵 | 12. 旁敲側擊 |
| 13. 另起爐灶 | 14. 充耳不聞 | 15. 史無前例 |
| 16. 非驢非馬 | 17. 乘人不備 | 18. 不三不四 |
| 19. 風起雲湧 | 20. 人云亦云 |          |

出版者：『寶血之音』編輯小組

編輯：阮慧雲

打稿：寶血小學

排版：寶血小學

核對：陳麗娟

插圖：黃淑萍

出版日期：二零零四年三月一日

下期截稿日期：二零零四年五月二十日

下期出版日期：二零零四年七月一日