



2022年 復活節

天主教聖多默宗徒堂 堂區特刊



青衣青綠街五號 電話：2432 2933 傳真：2436 4772
網址：www.stthomaschurch.org.hk 電郵：office@stthomaschurch.org.hk



牧者的話

林祖明 神父

我們經歷因疫情而暫停公開彌撒，繼而聖堂停止開放給教友祈禱朝拜天主。雖然，不能親身入到聖堂，時見有教友停步在聖母與耶穌像前祈禱；有的站在地下的鐵閘前，遙望耶穌和多默的玻璃畫；有的行上長長的樓梯，站在聖堂玻璃門外，閉目祈禱…各人以不同的方式，表達內心的渴求，我深信天主必定俯允他們卑微的禱告。

「我喜歡，因為有人向我說：我們要進入上主的聖殿！耶路撒冷！我們的雙足，已經站立在你的門口…請為耶路撒冷祈禱和平：願愛慕你的人獲享安寧，願在你的城垣內有平安，願在你的堡壘中有安全！為了我的兄弟和同伴，我要向你說：祝你平安！為了上主我們天主的殿宇，我為你懇切祈禱，祝你幸福。」（聖詠122）

在主日聖道禮中，我們神父亦坐在聖堂慈悲聖門前，與教友分享天主聖言；願我們早日穿越天主慈悲之門，與其他教友一同踏進天主聖殿，共獻感恩之祭。

教友亦是社會的一份子：社會的喜，是教友的喜；社會的憂，亦是教友的憂。疫情的膠著，從物質層次的困擾，顯生心靈層次的困擾；在缺乏選擇的條件下，如何安心立命，如何尋找到持續下去的力量。而希望是今天我們需最的，為教友來說，在逆境中仍懷有希望是建基於天主對世人堅定不移的承諾。有形可見的聖堂，成為天主臨在於這社區的明顯標誌，無論教友或教外人

士均會看到這高懸的十架，屹立於青衣小島之上。

今天雖然不能在聖堂內朝拜天主，主耶穌在若望福音第四章對撒瑪黎雅婦人的說話提醒我們：「女人，你相信我罷！到了時候，你們將不在這座山，也不在耶路撒冷朝拜父。然而時候要到，且現在就是，那些真正朝拜的人，將以心神以真理朝拜父，因為父就是尋找這樣朝拜他的人。天主是神，朝拜他的人，應當以心神以真理去朝拜他。」

那裡是耶路撒冷？那裡是青衣聖多默宗徒堂？若能以心神，以真理活出信仰的人，他在那裡，那裡就是耶路撒冷，那裡就是青衣聖多默宗徒堂。因為那時，信者再不被地域空間所限制，因為天主就是這樣的，大家會在基督內相親相遇。





星期二慕道班 Amy So

我2020年於我是悲痛的一年，父親於7月離世後，患肺癌的丈夫病情突然惡化，於11月亦離開了我。丈夫蒙天主恩寵臨終領洗。

疫情下醫院不准探望，最終在丈夫離世前，院方可讓家人陪伴他一整晚，感謝天主賜予我和家人安慰。丈夫的逝世令我悲痛欲絕，但神父的一句講道卻又令我充滿盼望，神父說：『今日我們跟他說再見，將來我們真的可以再見。』及後我參加了慕道班，對天主的認識從零開始，慢慢一點一滴的學習，領悟主耶穌基督的教導。

慕道後與妹妹參加感恩祭，感受天主的臨在。復活節後，我便等待堂區安排領洗，這令我充滿期待，願一切順利！主佑大家！

青少年班 Natalie

大家好，我是今年度預備領堅振的Natalie。

在我的信仰心路歷程當中，雖然現因疫情而關閉教堂，我們改用網上參與彌撒。

然而，參與網上彌撒或實體彌撒，分別是可以神領聖體或實領聖體。我覺得雖然未能領授主的聖體聖血，但並不代表可以不參與彌撒。

反而要感恩天主揀選了你作為祂的門徒，這是一件令人鼓舞的事情，你比其他人多了一個身份——信仰傳播者。

可以鼓勵不同的人信奉天主教，令他／她們可以了解更多有關耶穌的事蹟，從而他／她們有了這個學習信仰的動機，就好像蒲公英這種植物一樣，散播到更多不同的角落，不斷傳承這個耶穌偉大的救恩史。

最後祝願大家百毒不侵，身壯力健！



星期二慕道班

青少年班 Eugenia

大家好，我是今年度預備領堅振的Eugenia。

在我的信仰心路歷程當中，最特別是疫情近期嚴峻了，確診數字每日攀升，聖堂也再次改用網上彌撒。

特別希望為這個疫情祈禱，所以我也在這個時刻當中，更加多了向主禱告。

也促使我不論甚麼也會和天主分享，天主在無形之間也成為了我的聆聽者，相信祈禱可以令我們有一個更強大的心靈，更健康的生活、更豐盛的人生，我們與主同在。

雖然沒有真正看過耶穌的容貌、性格是怎樣，我們更不是和祂在同一個年代生活，但只要我們和祂的思想相同，也是信奉天主，那麼，儘管生處於不同時代，也能輕易融洽起來的，因為理念是相同的。

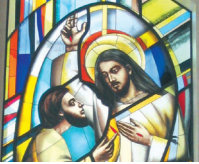
希望有更多新的教友加入。

最後祝願各位身體健康，生活愉快！



青少年班





星期六慕道班

星期六慕道班 梁啟齡, 歐建生

信靠天主

其實早在多年前, 自己已領洗成為天主教徒, 但因繁重的工作及生活壓力, 漸漸地迷失了自己, 遠離了天主。

直到兩年前, 丈夫突然患病入院, 在徬徨無助時, 我聽到了天主的聲音。在每天的禱告和到聖堂參與彌撒, 讓我內心獲得了平安、寧靜。後來丈夫出院了, 病情亦見穩定, 我便鼓勵他一起參加慕道班, 認識天主。

經過一年多的學習, 讓我們獲得了許多心靈的啟迪和寄托。希望我們以後都能以感恩的心去思考愛與善, 不去計較個人得失。人生的路上總是有不同的苦難, 只要我們信靠上主, 祂必會把平安喜樂降臨給我們!

星期六慕道班 曹夢甜 Mandy

尋找天主

因疫情的契機……失業、失意! 我在茫然失措中遇見了我的導師——天主。

在循序漸進聽道理的過程中, 我開始發現自己在世間的物慾太多、慾望太滿, 捨不得放棄自己所謂的“快樂”。但在慕道一年半後, 我感受到了改變, 我開始靜心追求內心的向往。我覺得自己變得渺小, 而我眼前開始有一道永恆的光芒, 光芒中央是我必須跟隨的老師, 那就是天主, 祂無所不知, 無所不能。我是一粒渺小的砂, 我無條件地跟隨光芒前行。

我很感恩找到了接近天主的路, 叩到了這道門。我相信沿著這條路前進, 會距離天主越來越近, 天主自會照料!

星期日班 候洗者分享

明白有痛苦歷練才知道幸福的滋味, 要堅定才有成果, 每件事天主自有安排, 可能一時之間未能盡如人意, 但只要保持信仰履行誠命, 定必等到天主國度的來臨。Joseph

信仰, 令我感到基督與我同在, 令我平安。祈禱, 令我向天父說出我的擔憂, 求天父幫助我, 指引我。祈禱, 讓我向天父說出感謝在生活上的平安。Dorothy

慕道過程中, 感受到教會的容納; 家人的支持; 加上自己的信心大增, 生活感到有希望及愉快。喜姐

感受到天主是我們的救助和力量, 是患難中最易尋找的保障。劉生

經過一年多慕道班的學習, 教懂我愛人如愛己, 寬恕別人的過錯, 不埋怨! 並堅信主會引導我找到正確的方向。Prudy

因天主的帶領, 走過了疫情中憂慮的時刻、走過了生活中困惑的時候, 求主佑, 使我和家人內心常存平安。Amy

我很喜歡聖言, 可以用多角度理解, 而慕道班導師們、同學們就把多年珍貴的經驗分享, 令這道路更容易行走, 真理更深入明白, 生命更有意義。Benny

在過程中聽了很多道理, 感到自己一天一天在改變, 也漸漸走出低潮。感謝各位導師的耐心教導, 令我更了解天主, 能信賴祂, 相信是最美的祝福。超



星期日慕道班



2021年12月5日 明愛小型賣物會



2021年12月12日 收錄禮



聖多默宗徒堂

St. Thomas the Apostle Church



2021年12月18日 主日學聖誕節聯歡會





2022年1月2日
主任司鐸交接禮儀



2021年12月25日 聖家節婚慶感恩祭



2021年12月25日 長者領洗



2021年12月26日 嬰兒領洗





靈修 - 培育組

Elsa Leung

疫情下的靈修

古語有云「水能載舟，亦能覆舟」，正好用來形容處於現時疫情嚴峻下，我們如何與天主保持一份更深的關係或與天主漸漸走向疏離的地步！

自2020年疫情爆發至今，聖堂斷斷續續的開放或關閉。在聖堂關閉期間，沒有了「聖殿」，與天主疏離好像是理所當然的！但「聖殿」是否就是我們唯一親近天主的途徑呢？其實，我們也可以透過不同的靈修途徑，在靈性上與主修和、親近，加深我們與天主的關係，最後邁向肖似基督的最終目標！

現時教會努力不懈地善用各種科技，在網上提供不同神父給信友的牧養平台，教導我們如何在不能實體接觸的環境下，仍然依恃上主，內心仍可坦然面對縱然前面崎嶇的道路。人不但在認知上有很多不足，而在智慧上亦很難完全理解和明白天主向我們所實行的救恩計劃！但我們可以透過祈禱、頌讀聖言、閱讀聖人傳記…等等，便懂得如何去愛近人；如何去寬恕近人！

近期教會大力推動「靈修交談」活動，鼓勵大家在小組討論時，以開放的態度彼此交談，彼此聆

聽，學習尊重和接納每一個人的分享！有時候，莫說聆聽別人的聲音，就算自身的身體出了毛病，也忽略了聆聽自己的需要，甚至都忽略了聆聽身邊至親的訴求啊！

靈修讓我們學會如何看管靈性上的渴求！



堂區議會簡報堂

堂區幹事會

堂區更新三年計劃

主內弟兄姊妹：

請閉上眼睛，想像一下，三年後，您想自己有些甚麼改變？為了這些改變，你現在會開始為自己做些甚麼？

請再次閉上眼睛，想一想，三年後，您又希望堂區會有甚麼改變？為着這些改變，我們現在又可以開始做些甚麼？

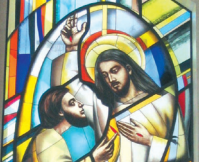
為回應2020年《聖職部實施訓令 — 堂區團體的牧民轉變 為推廣教會福傳使命服務》文件及香港教區「堂區更新三年計劃」，我們堂區評議會在去年底就堂區的現況，初步收集了一眾善會成員的意見，制訂了堂區更新三年計劃。三年計劃的主要方向如下：

未來三年堂區的牧民主題及牧民工作關注事項：

年份	牧民主題(建議)	牧民工作關注事項
2022	主為我牧 「上主是我的牧者，我實在一無所缺。」(詠23：1)	培育→牧養 從恩寵中得力
2023	福傳達人 傳佈福音者的腳步是多麼美麗啊！(羅10：15)	培育→福傳 裝備自己
2024	眾家之家 「你們已不再是外方人或旅客，而是聖徒的同胞，是天主的家人」(弗2：19)	福傳 →與青衣社區一同慶祝建堂25周年

2022年是三年計劃之始，我們以「主為我牧」為主題，先從自己出發，透過深化對教會禮儀聖事的認識和體會，加深自己與基督的關係，從恩寵中得力。堂區幹事已計劃了相關活動，盼望主內弟兄姊妹能安排時間參與，特別在這嚴峻的疫情下，真切體會到「上主是我的牧者，我實在一無所缺。」(詠23：1)





Emotional & Spiritual Experiences and Support in Response to the Coronavirus (COVID-19)

Sharing by: Nancy C. Mamoyac (English Community)

The sudden fifth wave epidemic situation in Hong Kong has taken a drastic turn for the rapid spread of the virus and its intense impact to the people's disrupting life, activities and works have seriously affected the operation of small and medium business and religious organizations and others. As we cross the changes that come with COVID-19, we recall the times of uncertainty and anxiety that can be so stressful. Everyone of us reacts differently, and that's acceptable. Let's honor and respect our experiences and finding supports.

In this time, some reactions may include:



- Fears, worry, and anxiety about our own health and wellness of loved ones.
- Challenges navigating disruptions in your calendar or planned events.

- Increased stress due to impacted resources, functioning of systems, and messaging, etc.
- Difficulty making decisions and concentrations.
- Worsening of chronic health conditions (e.g. Infections, Headaches, body pains, and lung pains, etc.)
- Concerns about access to care (limited hospital, shelters, medications and foods).
- Changes in sleep or eating patterns, nightmares and reoccurring thoughts, sleepless nights.
- Social anxiety - Sadness and feeling powerless; Danger, irritability and anger
- Disbelief and shock - Concerns about current condition and in the future

In this time, some reactions may include:

- Fears, worry, and anxiety about our own health and wellness of loved ones.
- Challenges navigating disruptions in your calendar or planned events.
- Increased stress due to impacted resources, functioning of systems, and messaging, etc.
- Difficulty making decisions and concentrations.
- Worsening of chronic health conditions (e.g. Infections, Headaches, body pains, and lung pains, etc.)
- Concerns about access to care (limited hospital, shelters, medications and foods).
- Changes in sleep or eating patterns, nightmares and reoccurring thoughts, sleepless nights.

- Social anxiety - Sadness and feeling powerless; Danger, irritability and anger
- Disbelief and shock - Concerns about current condition and in the future

Consider, How is it Going with Our Body?

- It was shocking but one has to act normal, consider that it did not only happened to ourselves, others were likewise infected beyond their expectations.

Reflect:

- Recall the healing power of taking breaks for our body. Embrace the healing nature of mind-body-spirit awareness to bring some release and peace to your experience. Consider limiting time on social media and the Internet. It's okay to keep informed, and it's okay to take breaks.
- Connect with friends, family, community members, and neighbors online, by phone/video, or in small groups.
- Talk about what is on our heart and mind with a trusted mentor, friend, religious/spiritual care provider, or mental health care provider.
- There Are Many Ways to Cope. Look for Ideas.
- Be thoughtful about our limitations and to others.
- Try meditation and mindfulness. Some free, online options include like the Wellness Apps; guided meditations from spiritual social medias, etc.
- Keep inspired and restored during uncertain times. Consider reading inspiring words, poetry, or sacred texts. Take time in nature.
- Make space for creativity and humor. What calls forth my joy? Listening or playing music?
- Hold space for the impact of conversations: Does it help to talk about it? Does it help to have boundaries around the length of conversations related to COVID-19? Do you need to talk with others apart from family, friends, community?
- Nurture self-compassion. Talk to a loved one and/or reach out for support. Cope in a collective way and find ways to interrupt self-pity and prejudice.

As we sail across this time of pandemic, battling as one community, honoring wellness can look different for each of us. Just pray and cling to our Lord God. For in the roughest moments of our lives, God is our faith and He will never abandon his children. Let us all pray for one another.



Joint Praesidium Retreat (LOM) with our Speaker Fr. Petrus. That was A fruitful and blessed day.



St. Thomas English Community last selfie with Fr. Joseph taken during the Christmas Party held in 3rd Floor Hall.



天主教聖多默宗徒堂 堂區特刊

STEC
MEMBERS SHARING



The English Community continuously pray for the 3:00 PM Adoration at the Blessed Sacrament for prayers and meditation.



The Legion of Mary giving away religious articles to the parishioners.



Farewell photo with Fr. Joseph after his last mass with the English Mass (L-R: Regine, Maribel, Nancy, Fr. Joseph, Liezl, Josie and Leah)



Legion of Mary Book Borrow Celebrates 4th Year Anniversary by giving away some religious items during the Feast of Christ the King to the parishioners and frequently borrowers of the books.

為亡者祈禱

請為本堂善別組（16/11/22至15/3/22）曾服務的亡者靈魂祈禱：天主，我們相信祢以恩澤與仁慈對待倚恃祢的人，並以祢的憐憫收納以下弟兄姊妹，使他們安息在祢的懷中，得享天國的福樂！也讓我們因依靠祢而獲得心靈的平安。

劉群英 方少輝 張浩深 區良 范美雲 梁熾平
謝國霖 梁榮 黃葵敬 羅景文 劉貴忠 黃潔貞
姚榮修 朱燕城 程新仁 梁慧芳

2022 聖週網上直播禮儀時間

日期 Date	時間 Time	禮儀事項 Mass/Liturgy
4月10日（聖枝主日）	早上十一時正	基督苦難主日 - 網上直播彌撒
4月14日（聖週四）	晚上八時半	主的晚餐 - 網上直播彌撒 （彌撒後將緊接進行朝拜聖體）
4月15日（聖週五） *當日應守大小齋	早上九時至十二時 早上十一時至一時 下午三時正	堂區成人退省 （以線上方式舉行，無須報名，詳情留意堂區Facebook） 堂區青少年退省 教區直播網頁： www.catholic.org.hk
4月16日（聖週六）	晚上八時正	至聖之夜逾越節守夜禮 - 網上直播彌撒
4月17日（復活主日）	早上十一時正	耶穌復活主日 - 網上直播彌撒

2022 Holy Week Liturgy time-table

10 April Palm Sunday	9:30 a.m.	Live streaming English Mass
17 April Easter Sunday	9:30 a.m.	Live streaming English Mass