



You must love one another just as I have loved you. (John 13:34)



信仰培育組



宗教書籍推介



2020-2021年度	2022-2023年度	2023-2024年度
• 主耶穌 • 正生修煉館：梁老師在正生書院的第七年	• 情緒，有關係！：雅各井邊轉化情緒與人我關係的16場深度對話 • 意識省察：改變一天的15分鐘祈禱	• 看，敢言說不的主教！ • 點滴是愛之從埃塞走到南蘇丹



書名：主耶穌

作者：博鮑 (Francisco Borboa)、梁登 (Anna Liang de Borboa)

推介老師：林樂豐老師

「為什麼要畫耶穌呢？」

「因為耶穌是最可愛的人。他充滿愛心，表裡一致、超然公正，又具有力量，樂意幫助有需要的人。他是最值得人認識的一位朋友、也是最值得人信賴的天主。」

一本精美簡潔的彩色畫冊，由鮑伯繪製，透過畫作，體會文字無法傳達的耶穌。鮑博畫風的特色就是線條簡單柔和，用色鮮明大膽；觀者可以直接從畫作感受到畫中人物的喜樂、痛苦、悲傷、歡愉，因為那正是自己的內心反照。

聽過鮑博 (Francisco Borboa) 的名字嗎？這些美麗筆觸，出自一位九十五歲的高齡名畫家，全書是他過去兩年的作品。雖然年過九十，鮑博依然精壯有活力，繼續享受他的創作。他是墨西哥人，三十多歲時曾晉鐸成為耶穌會會士，約四十歲離開鐸職，及後獲得羅馬教廷的寬免，並與梁登結婚。此書可謂他夫婦倆的聯合製作。

他一直貫徹藝術創作，建立屬於他的獨特風格，圓融有致，色彩繽紛，富默想的留白空間。此書的四十二幅圖畫，書名顧名思義以主耶穌為「主角」，大部分關於福音比喻或故事，例如五餅二魚、耶穌受洗、平息風浪、將水變酒等等。有些圖畫超出福音的描述，如少年耶穌作木匠的時候，或「上主的神臨在我身上」、「在山洞裡的工作坊」。

這本耶穌行誼的圖冊並未按照時間順序編排。鮑博透過色彩豔麗的畫作，述說聖經的故事，讓人欣賞信仰與藝術之美。他的畫作在宗教與藝術的自然融合中，帶領讀者重返耶穌的年代。梁登簡潔地描寫每幅圖的聖經故事。

打開這本大大的美麗畫冊，舉心向上，以拉闊的心靈空間，欣賞這裡共四十二幅美麗圖畫；細讀簡潔文章，默想畫家及作者文字間這位耶穌的圖像。



正生修煉館

梁老師在正生書院的第七年

梁寶儀 著

書名：正生修煉館：梁老師在正生書院的第七年

作者：梁寶儀

推介老師：潘家智老師

一提到正生書院，你會想起甚麼呢？一群吸毒濫藥的青少年？一間十分偏遠的學校？還是想起很多年前的梅窩遷校風波呢？

可能很多同學都不太清楚正生書院是一間怎樣的學校，它是由基督徒主理的私立中學，在大嶼山一間簡陋校舍辦學，而這裡的學生很多都曾經染上毒癮，又或者有行為、情緒上偏差的問題。而今天推介這本書的作者就是已經在正生書院教學的梁老師。

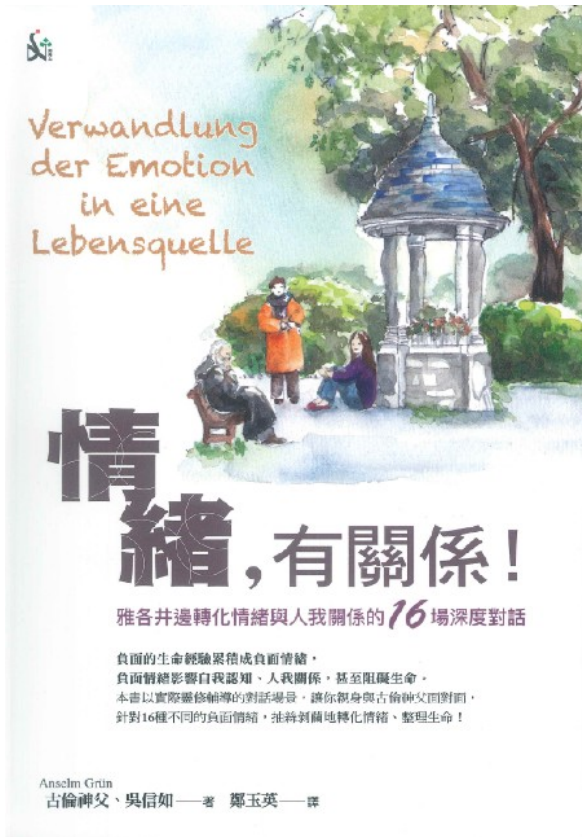
在這裡做老師，不同於一般主流學校的老師，因為正生書院地處偏僻，他們都會和其他學生一樣寄宿在學校內，而作者梁老師就是將她在這裡與學生一起生活、教學的經歷寫進在書內。

這裡物資缺乏，所以每一天早上，同學們都會將物資由船搬上碼頭，再運送上山。基本上一起床，他們已經要勞動和學習。在正生中生活，連去廁所都不是容易的事，石廁是由當年正生的同工自己一手一

腳建設出來，當糞便差不多滿的時候，就要用人手掏出再倒掉。雖然這是個非常厭惡的工作，但都會看見老師會與學生一起做，以身作則地教導他們的學生。

與學生一同生活，就好像當年耶穌和他的門徒一樣，共同面對生活的喜怒哀樂，他的生活可以為他的教導提供實證。書中提到「真理，從來不應該只停留在經書中，更先存在於生活中。怎樣走路、怎樣選擇、怎樣表達愛，處處皆是修道的契機。」我們很多時口說應該如何生活，但最後始終都是要以行動去實踐出來，而不只是淪為口號，這個亦都是最不容易的事。

如果同學有興趣知道一個老師怎樣在一間非主流學校入面生活歷練，就不妨閱讀這本由作者梁寶儀寫的《正生修煉館》啦！



書名：情緒，有關係！：雅各井邊轉化情緒與人我關係的16場深度對話

作者：古倫神父、吳信如

推介老師：劉聖欣老師

每一個人都有情緒，但你又知不知道你的每一個決定和行動都受到情緒的影響呢？情緒也經常出現在我們與他人的關係中，在伴侶與朋友之間，在教會或學校的人際關係裡。正確地處理情緒能決定我們的人際關係是否成功。所以，我們在各種不同關係中的問題，也都是情緒的問題。

因此，為了使生命成功，我們必須學習如何好好面對情緒，這是極為重要的事。本書的作者古倫神父是一位很著名的靈修輔導員。他提出當我們處理情緒時，重點不在於壓抑或抗拒各種情緒，而在於如何轉化它們。我們可把情緒轉化成一種推動着進步的力量。作者認為透過彼此討論對方的情緒是比較好的處理情緒做法。因此，本書另一位作者吳信如老師藉著兩位年輕夫婦馬丁與蕾娜，在16場輔導對話中向古倫神父提出疑問，好讓每一位讀者能從對話進行中，同時也處理自己的內在問題。

意識省察

改變一天的15分鐘祈禱

Reimagining the Ignatian Examen
Fresh Ways to Pray from Your Day



天主的看法與人不同：人看外貌，上主卻看人心。
～撒上下十六7

馬克·希柏道克斯 / 著
Mark E. Thibodeaux, S.J.

張鏡良 / 譯
劉家正神父 / 審訂

書名：意識省察：改變一天的15分鐘祈禱

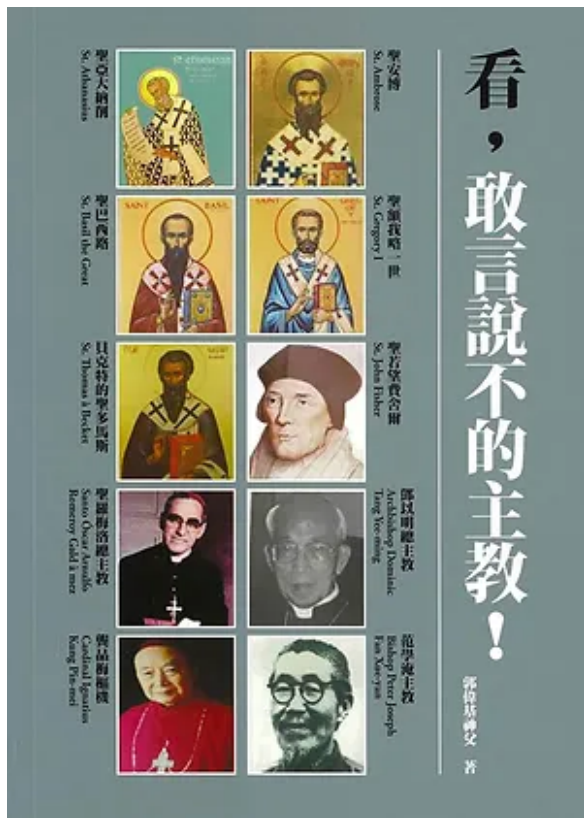
作者：馬克·希柏道克斯 (Mark E. Thibodeaux, S.J.)

推介老師：林樂豐老師

你知道自己的心，今天的狀況嗎？它是高興還是厭煩？是神清氣爽或是心事重重？它在牽掛什麼嗎？或是為什麼喜樂、感到滿足？15分鐘的省察祈禱，能讓我們和上主一起，從生活的表面進入寶貴神祕的內心世界。看看那兒發生了什麼？

當我們從上主的眼光——全面且完整的觀點——來看：令我感恩的事、抓狂的事、那將要發生而令我喜悅的或令我害怕的事，生命的高峰或低谷、我的罪、德行、失敗和成功等等所有的一切，除了有機會認清錯誤、祈求寬恕和治癒，跨越過往，與上主一起編織未來生活的夢想，也能與祂一起想辦法，讓這些得自神聖靈感的未來，能在生命中具體實現。

本書作者將傳統依納爵式的省察稍加調整，使其更具彈性和內在動力，能貼合處境和需要，讓這15分鐘的祈禱不僅是回顧過去、清楚目前的狀況，也能為明日做好準備。就在日常生活中，與主日益親密。



書名：看，敢言說不的主教！

作者：郭偉基神父

推介老師：潘家智老師

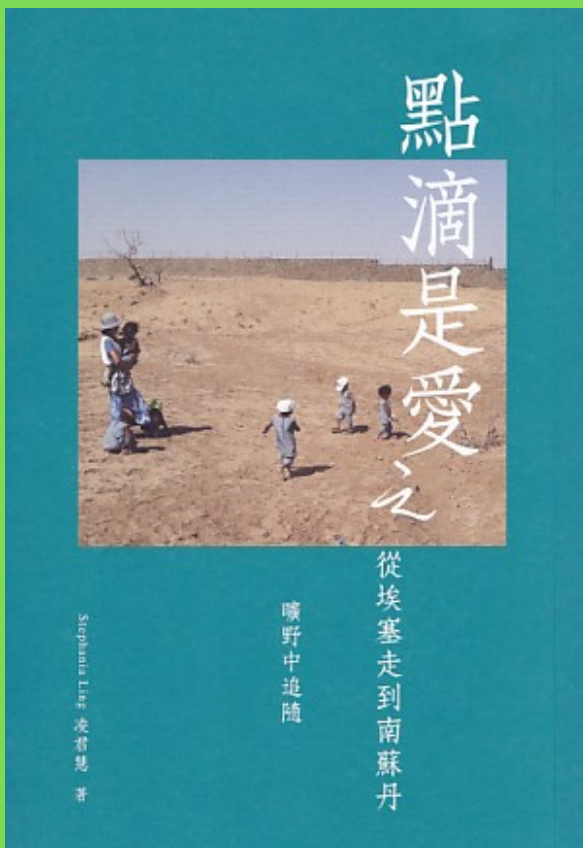
「我是善牧：善牧為羊捨掉自己的性命。」

對於牧羊人來說，他的羊比起他的一切都更為重要，他不會為了自己的安危而將羊群棄之不顧，反而會挺身而出，保護屬於他的羊群。而在歷史當中，就有些主教，以教會牧者的身份，不畏強權和艱辛，在死亡威脅下仍然選擇堅守公義，敢於向權貴和政權說不，只為保護託付於他肩上的羊群。

本書作者郭偉基神父就為我們介紹了十位敢言說不的主教，他們拒絕妥協和投降，與當時的君王和統治者周旋角力。這十位的主教來自不同的時代和國家，他們有的被流放，有的被捕入獄，有的受到死亡威脅，甚至被判死刑，但他們在真理面前都絕不沉默。聖安博主教面對著屠殺了六、七千人的君王，毫不膽怯地公開譴責，要求他要認罪和懺悔。這體現了作為善牧的典範，在強權壓力下，敢於說真話，行公義的事。

在這本書中，亦都讓我認識到牧羊人為了自己的使命，願意用一生作貢獻。在1955年，當時教會的形勢急劇惡化，迫害教會的情況日益嚴峻，龔品梅主教知道自己隨時會被捕，外國大使亦都願意給予庇護，讓他逃離險境，但他卻心繫當地的教友，不願意離開。「我是主教，有十多萬教友，平時教導他們要忠於教會，有教難了，我怎可以走？」最終，他被政權判處終身監禁，獨囚三十年。我在主教身上所受的遭遇看到的不是絕望和痛苦，反而是看到一份希望和身為天主之僕的信心，他寧死都忠於天主，願意為著自己的羊群而聽命至死，身體力行地活出這一份信仰。

太陽之下決無新事，歷史記載著無數善與惡之間的鬥爭，有人會為虎作倀甘願作政權的小人，有人卻挺起腰骨在洪流中堅守立場。願我們都能從《看，敢言說不的主教！》這本書中有所啟發，學習這些英雄的榜樣，好好裝備自己去迎接各種的挑戰和考驗，敢於向邪惡說不。



書名：點滴是愛之從埃塞走到南蘇丹

作者：凌君慧

推介老師：牧民助理潘紹邦先生

我把平安留給你們。(若14:27)

當一聽見「平安」二字的時候，你們又會想起什麼呢？無病無痛、平淡地生活等等。當我聽到「平安」，就令我想起天主。

我們在這個人生旅途上不是自己孤軍作戰，天主一直都陪伴著我們。本書作者凌君慧透過她從印度、埃塞俄比亞及南蘇丹服務的點點滴滴，向我們顯示在微小的事情上體現天主的愛。作者在這書中記載她在印度服侍一位肢體殘障和智障女孩差不多六年，後來因印度簽證出現問題以轉往非洲。作者先在埃塞俄比亞首都阿迪斯阿貝巴服侍肢體殘障和智障男孩，在轉往埃塞俄比亞索馬里沙漠上的戈德鎮為穆斯林社區服務，其後戈德堂區出現狀況被迫離開，幸獲聖母進教之佑孝女會邀請，前往南蘇丹通治鎮為當地貧民服務至今。

這本書中，我能深深感受到天主的陪伴及天主的愛。作者分享她在埃塞俄比亞戈德鎮的曠野上，南蘇丹極度貧瘠的通治鎮裡，經歷了非常多的波折，她在這些波折

當中都能平安渡過；天主時時刻刻都陪伴作者，就像天主無時無刻地陪伴我們渡過每一天一樣。作者亦透過這書分享了她自己在當地服務的心得，她為先天不足的人服務這個舉動能我有點觸動，我能在作者身上更深入了解「愛人如己」的精神。我們在社會上都會用奇怪的眼光看待那些先天不足的人，但作者沒有這樣做，反而更加親近他們、照顧他們，這令我反省的是究竟服務的初心是甚麼呢？是責任嗎？不是，而是更加親近天主、將天主的平安分享給弱勢社群。

希望各位能在這書的經歷中，回看自己身上的點點滴滴，能體現天主的愛，願天主的平安常與你們同在。

