



註：馬瑪同為譯音，馬字取其義。

加國雲城

# 萬福聖母亞利馬慈恩永讚頌

民仰望求顯靈  
 蔭人間溫暖情  
 寵童貞無原罪  
 懷始胎有神明  
 槽誕嬰平安夜  
 樂眾生一柱擎  
 當夏娃嚐禁果  
 顏寬諒淚眶盈  
 如海深應謝報  
 唸玫瑰經不停  
 美昇天蒙敬召  
 揚芳表效典型

# 聖母頌

胡佩文

## 甄選禮前退省

Anna Ng

甄選禮前的退省，正好給我們慕道者一個機會，去反省自收錄禮以後的一些自身的轉變。確實，我們在這三個月中，更加確認天主的慈愛偉大，由於天主的慈愛，有幸在祂的召叫中成為慕道者的一員，這是天主聖三的恩寵。我們都好珍惜這段慕道期，我相信其他慕道者也有相同的感受。

甄選禮退省的那段經文（若四：4-12），那個地位低微的撒瑪黎雅婦人所渴求的活水，也正是世人內心所渴求的，只是世上實在太多塵俗之事，將人心靈上本就渴求的真正必需的東西蒙蔽了。人們在追求肉身的滿足而忽略了心靈上所渴求的。其實天主早就為我們預備了我們在生活基本上所必需的東西，我們還在尋尋覓覓地去找尋，還以為能滿足自己的是一些外在的虛榮。無論你是何階層的人，多貧窮、多富貴，一樣都需要天主養育我們人類，以及一切的生物，而一早就預備了主要生命必需品——水。水是養育我們肉身不可或缺的必需品；沒有水我們不能生存，正好像撒瑪黎雅婦人也到「雅各伯泉」來汲她的生活必需品——水，她在泉傍與耶穌相遇，從耶穌向她取水的一番對答中，她從耶穌口中得知，世上有一種喝了而永不再渴的活水，她雖然低微，但內心也渴求這永生的活水。所以渴求活水的殷切是沒有階級、人種之分。天主救恩之偉大，也沒有地域、階級、人種之分。

主是這樣慈愛，賜給我們生命必需的水，又藉著主耶穌及聖神賜給我們永生的活水，使我們能再成為祂的子女，得到超性生命，這是天主的恩寵。尤其是藉著四旬期，我們應該感受主耶穌基督為救我們人類所做的一切，所受的苦難，我們應該好好去反省。好待復活節的入門聖事，我們也領受這活水的恩寵，得以重生，以心神及真理去朝拜祂，在主內成為祂的好兒女。

於二月十六日，一個濛濛小雨的上午，我帶著熾熱的心參加了甄選禮前避靜，距離上一次收錄禮前避靜已有三個月之久，在兩次避靜中，我們藉著成人慕道班的課程，更加深了自己的信德及追隨上主的渴望。

當自己再一次在避靜中沈默時，我又再一次深入地思考，當日聖經經文，雖上課時也曾討論過，但避靜當日對若望福音中的第四章「向撒瑪黎雅婦人顯示自己」章節中，又多了一些感受。

水是我們生命的泉源，沒有了水，我們是無法生存的，而耶穌就在此章福音中啟示我們：祂就是永生的活水，祂所要賜予的活水是天主的恩寵，天主藉這恩賜給人永生。雖然，天主把活水賜給我們每一個人，但如何去領受天主所賜予的恩寵，我們應向撒瑪黎雅婦人一樣，向耶穌請求「活水」，用我們最真誠的心及行動，加深信德及祈禱來請求天主的恩寵。

在甄選禮中，我更加深自己追隨天主的意願，在不斷的汲取耶穌的神益中，我得到了很多在自己生命中，從未曾去思考及碰觸過的精神領域。我一生一世都要帶著喜樂及真誠的心去追隨耶穌基督。我知道這位美善的救主，將要把我帶入祂地上的天國。我懇求祂把所賜予我的「活水」，滋潤我的心及我的世界。

Renee Cheung

在甄選禮避靜中，我們分享了一段福音（若四：1-4）關於耶穌向撒瑪黎雅婦人顯示自己。讀完福音後，大家要作福音分享，同道們說分享的問題很難，不容易作答。我一看，是的，因為問題都問進心底裏，每個問題都是有關信仰的反省，要回答，就要把自己心中所想的一切坦白地說出來。平時讀聖經，只留意到經文的表面，從沒把問題反問自己，實在是一個反省的時候。

這段經上記載，耶穌指示給我們要為祂作証。不要計較他是個怎樣的人，不論他的性別、民族，或是否一個完美的人，祂都會接納他，當然我們要真心相信，並以真理朝拜天父。

每個人心中都有所想、有所求。撒瑪黎雅婦人也是其一，我們往往祈求天主恩賜，當然因祂是大能的，但我們又可為祂做些甚麼呢？我會將天主帶給我的生命，及生命裏的愛，如溫暖帶給我身邊的親人、朋友和其他人，就如經上所說，好像一個人撒種一樣，把這一切傳揚出去。

感謝天主聖父的祝福，主耶穌基督的臨在，聖神的帶領，使這一群候洗的兄弟姊妹，懷著興奮及期望的心情，一步一步走近主，為他們所準備的入門聖事的大日子。

求主使他們能善用主耶穌在他們心靈中所傾注的活水，而變成活泉，生生不息。求主賜給他們無限的信德及智慧去明瞭、認識及實踐福音內的真理及精神，不要因外來的壓力，某些人不友善的態度，無理的批評或對某段經文的不理解而停步不前，甚至放棄，因為我們深信主會用不同的方法去善導每一個人，帶他們克服困難，跨越障礙。

求主降福給神父、修女、導師們及各候洗者的代父母，求主賜給他們無比的愛心、耐心及善心去指導及帶領這群候洗者及在領洗後，如何去背負主耶穌基督的十字架，在這入世的旅途上跟隨基督，成為地上的鹽，世界的光，肖似基督，活出一個基督徒應有的風采。

Sylvia Chan

從慕道班的課程表中，看到了「避靜」這個詞語。第一個反應就是：這是甚麼？為甚麼要避靜？不是祇有神父和修女才需要避靜嗎？這於我這個慕道者，對天主沒有很多認識的人，又有何意義呢？

經過多月來眾導師悉心的講解後，開始對天主有所認識，認識了祂創造了整個宇宙人類及親自派遣了祂的親子耶穌基督來救贖我們的偉大，使我深深感受到主的愛。其間更由張修女的安排，有機會能參與了兩次的避靜，從這兩次的避靜中，使我更加親身感受到主的愛是深深的活在我們心中。

這兩次的避靜，給我一個與天主單獨相處的好機會，透過福音及靜思，我感受到天主的偉大；透過一些生活中的安排，祂使我們感受到天主的聖召。這些安排不論是叫人喜樂或悲傷，但因有著主的愛，使我於心靈上能獲得無比的平安和喜悅。

同時，在避靜的過程中，能夠好好的反省自己在生命中所犯的罪，了解到天主愛人，包括了我們的優點和缺點，無論我們是好是壞，祇要我們真正懷著痛悔的心，真心悔改，天主的愛都會常存於我們心中的。

也藉著靜思，我將自己的苦與樂與天主分享，感謝造物者於自己身上所作出的一切安排，也祈求天主繼續保守著我們，使我們成為基督徒後，把主賜給我們的水好好運用，或為真正的活水，留在我們心中，也與人分享這永生的水。

最後，個人覺得「避靜」不單對我們這些慕道者有著莫大的好處，相信對一些認識天主已久的基督徒，每年能抽出一些時間作一個避靜，反省自己過往所作的一切，與天主作一個全心全意的交代及痛悔，也有莫大的裨益。