

中央台：《愛的奉獻》 以番薯乾為賑災食物 梵蒂岡呼籲教會與佛教共事環保

鄭生來

2008年6月15日(常年期第11主日甲年)

這次四川災難中，「愛」這個字相信是用得最多的字。這是人類最重要的精神，基督徒要學習實踐的核心精神，是天主的本質，是基督要顯露和教導的精神。

中央台：《愛的奉獻》

2008年5月18日晚，由中宣部、文化部、國家廣電總局、新聞出版總署、解放軍總政治部、中國文聯、中國作協共同發起、中央電視台承辦了《愛的奉獻》賑災晚會，史上最大規模義演募款

當晚的特點是，故事多過表演，感動多過娛樂。這些災區感人故事，使晚會現場幾乎所有人，以至現場的攝影師、保安和記者，都灑下熱淚。

晚會持續4個小時，社會各界愛如潮水踴躍捐款，現場籌得善款15.14億元，電話意向捐款1,835萬元，是中國慈善晚會募捐之最。這晚會也「集中傳達了全國上下13億人的悲痛與關愛」。

瀋陽修女與災民的糧食

「盛京仁愛」(遼寧省天主教社會服務中心)，在5月派遣了首批具有醫療和心理安撫背景的10位瀋陽聖母聖心會修女，到四川為災區民開展醫療援助、心理安撫、疫病防治等服務，以實際行為「見證信仰，實踐愛德」。

為了不給當地百姓和政府增添負擔，修女們每頓飯只吃自己帶去的速食麵。因當地熱水不足，她們好



幾頓吃的是用涼水沖泡的速食麵。但修女說：「這點的困難對我們來講不算什麼，我們還是可以克服的」。(資料來源：天主教遼寧教區 <http://www.lncatholic.org>)

一些志願廚師，見到災民的苦況，主動建造廚房，每日煮飯給災民，讓他們「暖肚暖心」，有熱的飯菜吃，感受志願廚師溫暖的關愛。

然而，我們要考慮速食麵沒有什麼營養，也需要熱水沖泡，在大災難的危急情況下，不太方便。不妨考慮番薯乾作為乾糧。中國有大量番薯，營養很豐富，番薯乾也不需要熱水沖泡。



番薯營養豐富：以番薯乾為賑災食物

估不到，原來中國是全球生產番薯（甘薯或稱地瓜）最多的國家！按聯合國「糧食及農業組織」2004年的數字，全球出產的番薯有1.27億公噸，而其中1.07億公噸是由中國所生產。

番薯營養豐富，且易於消化吸收，可供給大量熱能。它富有糖份、維生素，尼克酸含量高於其他糧食作物，還含有蛋白質、無機鹽、脂肪等。能幫助人體保持酸鹼平衡，有益健康。番薯中的蛋白質質量高，可彌補大米、麵粉中蛋白營養的缺失，提高其食用價值。所以，常吃一些番薯，可提高人體對主食中蛋白質的利用率，使人身體健康，延年益壽。番薯中的糖份，主要是麥芽糖和葡萄糖，甜度適中，溫和，口味好。番薯也有一定的食療作用，《本草綱目》中記有：番薯味甘性平，又「補虛乏，益氣力，健脾胃，強腎陰」，有補脾胃，養心神，消瘡腫之功效。

1995年美國生物學家發現，番薯含有一種化學物質叫「脫氫表雄酮」(DHEA)，可以用于預防心血管疾病、糖尿病、結腸癌和乳腺癌。還有其他豐富的資料值得探討和參考。

以往中國大部分的番薯，是供人食用，但現在60%是用來餵豬。應重新看看番薯的重要性的使用。中國不妨也考慮預備大量的番薯乾，為特發的賑災之用，營養高又方便，比無營養的速食麵好得多。

梵蒂岡呼籲教會與佛教共事環保

已有人開始探討這次四川地震是否與環保有關係。事實上，過往對生態環境的平衡和協調，是太過疏忽了。所以差不多大部份的問題也會涉及環境生態某方面的問題。

為祝賀佛教今年的佛誕節日，梵蒂岡呼籲教會與佛教共事環保。香港佛教的回

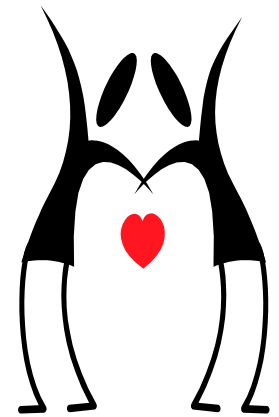
應，是願意與天主教合作共同關心。

宗座「宗教交談委員會」的主席托朗樞機的賀函提出要關注和合作的問題：地球是人類的居所，必須以創意和有責任感關心這環境；需要推動永續發展，特別關注氣候的變遷；以「所有人共同的好處」作為基本的倫理道德準則，不致被受貪婪和團體的自利問題所操控。他也點出具體問題如生物多樣性，資源回收、能源的節省、防止任意毀滅動植物的生命、保護水道等等。

香港佛教聯合會會長覺光長老，有積極的回應。他提出佛教的環保精神和價值觀，贊成需要在不同層面推行環保教育，「一如樞機所言讓基督徒和佛教徒一起成為先驅者，為建立一個乾淨、安全、和諧的世界帶來希望。」（見公教報 08/5/18）

香港天主教「教區宗教聯絡委員會」，會否考慮再進一步的回應，與香港佛教有一次直接的交流，深入分享有關環保的宗教精神和生活方式，如何合作和推廣環保教育和實踐。這會是一個很有意義的對話。

天主教綠識傳人在 6-7 月期間，會在香港天主教內進行一次大規模但簡單的環保調查，希望大家大力支持。我們也正考慮，可否與「教區宗教聯絡委員會」一起接續覺光長老以上的回應。



天主體諒我們、徹底愛我們

愛是宇宙裡最重要的氣質，而基督要給我們知道天主怎樣愛我們。天主愛我們致死，不單如此，我們在不值得祂的愛之時，祂還是徹底地愛我們，為我們犧牲：「當我們還在軟弱的時候，基督就在指定的時期為不虔敬的人死了。為義人死，是罕有的事，為善人或許有敢死的；但是，基督在我們還是罪人的時候，就為我們死了，這證明了天主怎樣愛我們」（羅 5:6-8）。