

今期內容包括 Bro. David 於 10 月主講的綠識生態靈修研討會、香港天主教素食會及蔬菜介紹。  
請細心閱讀，歡迎回應及其他意見。

分享

(請參考鄭生來@facebook)

2011.09.13 (星期二) 的聖經反思：

耶穌經常治好有病的人。路 6:19 更指出，群眾都設法觸摸耶穌，「因為有一種能力從祂身上出來，治好眾人」。

我們需要留意，天主這種治療的能力，亦是圍繞著我們的周圍。不同的事物需要不同的治療，而天主給的治療是以不同的治療能量而達成所需的治療和滋養。

泥土需要樹葉的腐爛，才能得到腐爛的葉所提供的滋養的能量。

人需要食物，尤其植物性的食物，來得到滋養和治療。天主是以這些食物給我們所需的滋養和治療的能量，我們要好好珍惜，在這方面覺醒和感恩。

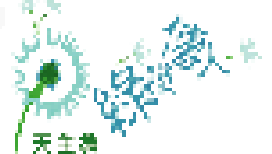
我們明年 3 月會到我們新的農場種植 100 棵果樹。歡迎大家參加。到時我們也會記著，天主藉著這些果樹，要給我們滋養和治療的能量。

天主願意大地給我們滋養和治療，亦要以大地和人合力的成果，給我們滋養和治療。

~~~~~

快！快！快！  
預埋您  
立即報名啦。

《綠識生態靈修》研討會  
Seminar on Ecological Spirituality  
愛主愛人愛大地 (5年倒數計劃之一)



歡迎 神父、修女、教友參加

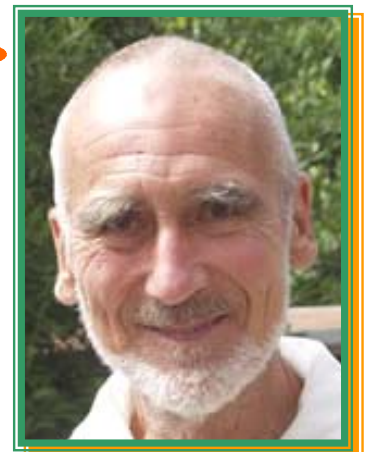
特約講者：**Br. David Steindl-Rast**

聞名世界頂尖的靈修家(World renowned expert in spirituality)

引言及回應(Respondent)：鄭生來神父(Fr. Anthony Chang)

**2011年 10月12, 13, 14日 (7.30-9.30pm)**  
及 **15, 16日 (2.00-5.00pm)**

香港堅道 天主教教區中心 9 樓演講廳



## 綠識生態靈修研討會

| 日期              | 講題                                                                                                                                                        | 講座引言及回應內容                                                                                 |
|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 10月12日<br>(星期三) | <b>生態與靈修</b><br>Spirituality and Ecology                                                                                                                  | * 靈修與天主、人類和大地的互動關係、天主與整個宇宙(愛主愛也愛大地 - 天主的靈氣滲透一切)。                                          |
| 10月13日<br>(星期四) | <b>大地為一家(全球作為天主的家)</b><br>Oikos (World as God's Household)                                                                                                | * 大地為天主的家眷:與我們有兄弟姊妹的關係(亞西西聖方濟);<br>* 大地為母親:強調大地作為萬物母親的意念,如滋養生命的母親河和母親湖。                   |
| 10月14日<br>(星期五) | <b>經濟與靈修</b><br>Spirituality and Economy                                                                                                                  | * 可持續發展的正確觀念;<br>* 提升人與大自然(生命、土地和環境)的質素;<br>* 檢討以經濟及物質增長為成功標準的觀念。<br>* 消費主義;浪費;廣告與真理;簡樸等。 |
| 10月15日<br>(星期六) | <b>天主教靈修在現有的生態危機中可扮演的角色</b><br>Role of Catholic Spirituality vis-a-vis Present Ecological Crisis                                                          | * 欣賞、肯定宇宙內在的“好”<br>* “好”的浮現和發揮:珍惜、愛護、感恩、死亡與復活、犧牲與愛;<br>* 人在宇宙內的位置和任務;<br>* 人與大地彼此提升。      |
| 10月16日<br>(星期日) | <b>糧食與靈修</b><br>Spirituality of Food<br>◦ 素食的整全營養 - 講者:伍雅芬小姐(素食營養治療師)<br>Arlene Wu (Vegetarian Nutritionist)<br>◦ 素食與減碳減地球暖化 - 講者:鄭生來神父 Fr. Anthony Chang | * 配合「世界糧食日」及「香港天主教素食會」當日正式成立。                                                             |

坐位有限  
敬請盡早報名

- \* Br. David 以英語進行, 設即時傳譯, 鄭生來神父以廣東話作引言及回應
- \* 出席全部 5 次者獲頒聽講證書
- 查詢電話 Enquiry : **2327-0724** (星期一至五下午 3~6 時 Mon-Fri 3pm ~6pm)

----- 2011 《綠識生態靈修》研討會報名表 application (可影印使用) -----

填妥後 電郵 email: helen@greenmessengers.org 或 傳真 fax: 2324-9048 或寄回 mail to: 九龍牛池灣銀池徑 4 號 2 樓

在參加項目口加✓:

|                                                  |                                            |
|--------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 10月12日(星期三 7.30-9.30pm) | <input type="checkbox"/> 10月15日(星期六 2-5pm) |
| <input type="checkbox"/> 10月13日(星期四 7.30-9.30pm) | <input type="checkbox"/> 10月16日(星期日 2-5pm) |
| <input type="checkbox"/> 10月14日(星期五 7.30-9.30pm) |                                            |

姓名\_\_\_\_\_ 聯絡電話\_\_\_\_\_ 堂區/學校/團體\_\_\_\_\_

電郵/ 地址\_\_\_\_\_

~~~~~

# 歡迎各位出席

>>

## 香港天主教素食會 - 新會員的第一次聚會

### 2011年9月25日(星期日) 下午2:30

### 九龍 樂富 聖博德堂 4樓 401室

除彼此介紹、分享大家的期望和認識會的目的宗旨與精神之外, 亦介紹會的創辦人和今年的幹事, 更希望一起籌備 **10月16日的成立典禮**。

The preliminary meeting of new members of the **Hong Kong Catholic Vegetarian Association** will be held on 25 Sept (Sun) at 2.30 p.m. at St Patrick's Church, Room 401, 4th floor. The founding members and council members for the year will also be introduced. You are welcome to join us.

各位朋友：

香港天主教素食會，將會在今年十月十六日正式成立。若你有興趣參與成為會員，請出席我們首次的聚會，互相認識，分享與交流。詳情如下：

## 香港天主教素食會會員大會

日期：25/9/2011(日)

時間：2:30 pm – 5:00 pm

地點：九龍聖博德堂四樓 401 室(九龍橫頭磡富美東街十二號，近樂富地鐵站)

對象：各界有志之士

報名：由即日起，填妥入會申請表(參閱後頁)，傳真 2324-9048 或

電郵 [hkcvveg@gmail.com](mailto:hkcvveg@gmail.com) 或寄九龍牛池灣銀池徑 4 號 2 樓

內容：

1. 報到/點名/收會員費
  2. 熱身活動
  3. 介紹神師、幹事會
  4. 會長勉勵話
  5. 真人分享
  6. 神父講道
  7. 體驗活動
  8. 簡介大會會章:信念、宗旨、會員義務/權利
  9. 唱歌
  10. 其他宣佈事項
  11. 結束祈禱
- 備註：請自備水樽

### 香港天主教素食會 (Hong Kong Catholic Vegetarian Association)

#### 信念

- 素食可配合「愛主愛人愛大地」的精神。
- 素食可提升身、心、靈的健康。
- 素食可改善全球生態環境，減少由畜牧業導致的溫室氣體排放、一些致命病菌的出現、珍貴水源的消耗及水源的污染。

#### 宗旨

- 反思及見證素食與信仰的關係。
- 藉著素食對身心靈的滋養及治療，探索與基督聖體聖事的關係。
- 分享素食實踐對生態保育的好處。
- 彼此支持及鼓勵有意實踐素食生活的人士。

#### 會員

參加資格：凡願意支持本會信念及宗旨的人士均可加入成為本會會員。

#### 義務

- (1) 遵守本會會章。
- (2) 繳交會費。
- (3) 支持本會一切活動及遵守會員大會一切議決案。

#### 權利

- (1) 參加本會所舉辦的所有活動及享用本會一切福利設施。
- (2) 出席會員大會，列席幹事會會議。
- (3) 在會員大會中享有發言、動議、和議和投票權，並在全體投票中享有表決權。
- (4) 參與本會之選舉，並在選舉時享有提名、被提名、和議及投票權利。

愛地球

愛地球

吃吃吃吃吃吃吃吃吃

素素素素素素素素素素

愛地球

愛地球

愛地球

愛地球

本會會址：九龍牛池灣銀池徑 4 號 2 樓

電郵：[hkcvveg@gmail.com](mailto:hkcvveg@gmail.com)

傳真：852-2324-9048



# 香港天主教素食會入會申請表

編號: P / O / Y / E \_\_\_\_\_

本人 \_\_\_\_\_ (中文) \_\_\_\_\_ (英文)

性別: 男 / 女

地址: \_\_\_\_\_

電話: \_\_\_\_\_

電郵: \_\_\_\_\_

宗教: \_\_\_\_\_

所屬團體 / 堂區 \_\_\_\_\_

\* 願意成為會員及繳交入會費：永久會員(\$500) / 個人會員(\$100/年) / 21 歲以下或長者(\$20/年)

\* 願意 / 不願意成為義工，協助推動素食

日期: \_\_\_\_\_ 日 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 年

簽名: \_\_\_\_\_

\* 請刪去不適用者

\*\*\*\*\*

## 健康訊息



- 萵苣（生菜）可增加胃口、清理身體累積的毒素、使身體復甦；含有維他命 C, A, B, D, E 和其他礦物質；所含有的維他命 C 可加強抵抗傳染病和病毒的能力，以及應付貧血；可減少便秘。Lettuce stimulates appetite, reinvigorates and cleanse the body of the accumulated toxins; contains vitamin C, A, B, D and E and other minerals; Vitamin C increases the resistance to infection and virus and fights anemia; relieves constipation.

- 為什麼青瓜要連皮吃？青瓜的皮含有矽土，可強化骨質和結締組織；青瓜還有多方面的益處。吃有機青瓜較好。Why should we eat cucumber with its skin? Because there is silica in the skin and silica helps to strengthen the bones and connective tissues. Cucumber has many other nutritional benefits. Eat organic.



多謝您的支援 \* Thank you for your support ! 歡迎您給我們意見

聯絡我們： 信仰探討中心 Centre for the Re-search of Faith 天主教綠識傳人 Catholic Messengers of Green Consciousness  
 香港九龍牛池灣銀池徑 4 號 2 樓 4, Ngan Chi Path, 1/F., Ngauchiwan, Kowloon, H.K.  
 電話(Tel) : 852-2327-0724 傳真(Fax) : 852-2324-9048 網址 : www.greenmessengers.org  
 Facebook : 1) Catholic Messengers of Green Consciousness (天主教綠識傳人) 2) 鄭生來

