

今期內容包括：愛主愛人愛大地計劃活動預告 及 綠識資訊健康食品介紹等。
請細心閱讀，歡迎回應及意見。

分享

(參考 鄭生來@facebook)

2012-11-08 常年期第卅一 [周四] 福音

天主是怎樣愛我們？如果我們做錯，祂會否還愛我們？如果我們違背祂，祂會否放棄我們？如果我們不理會祂，祂會否不理會我們？如果我們長期這樣，或反覆地是這樣，祂會否對我們失了耐性，放棄我們，不再關心我們，不再願意祝福我們？今天的福音給我們指出，祂會盡量尋回遺失了的「羊」，尋回後，「歡天喜地把牠放在自己的肩膀上」，帶回家，也請別人與祂一起慶祝和歡樂：「請他的友好及鄰人來，對他們說：你們與我一同歡樂吧！因為我那隻遺失了的羊，又找到了。」天上也要同樣歡樂：「同樣，因為一個罪人悔改，在天上也要這樣歡樂」。天主也會像一個婦女，「細心尋找」「遺失了一個」銀幣，「直到找到」，「待找到了」，也會請別人一起歡樂：「她就請朋友及鄰人來說：『你們與我一同歡樂吧！因為我失去的那個銀幣又找到了』」。耶穌再強調：「對於一個罪人悔改，在天主的使者前，也是這樣歡樂」。天主不會放棄我們，祂要用心尋回我們，或等待我們回到祂那裡去；祂也願意大家一起關心和與祂一起為回歸的人歡樂。我們對天主的心態，也應引發聖詠這種禱文：「上主、我的天主，求你不要捨棄我；求你不要遠離我。上主、我的助佑，求你快來拯救我。」(詠 38:22-23)



那時候，稅吏及罪人們都來接近耶穌，為聽祂講道。法利塞人及經師們竊竊私議說：「這個人接待罪人，又同他們一起吃飯！」耶穌遂對他們設了這個比喻說：「你們中間那個人有一百隻羊，遺失了其中的一隻，而不把這九十九隻丟在荒野，去尋覓那遺失的一隻，直到找著呢？待找著了，就歡天喜地把牠放在自己的肩膀上，回到家中，請他的友好及鄰人來，對他們說：你們與我一同歡樂吧！因為我那隻遺失了的羊，又找到了。我告訴你們：同樣，因為一個罪人悔改，在天上也要這樣歡樂，而且比對那九十九個無須悔改的義人的歡樂更大。」或者一個婦女，有十個銀幣，若遺失了一個，那有不點上燈，打掃房屋，細心尋找，直到找到呢？待找到了，她就請朋友及鄰人來說：你們與我一同歡樂吧！因為我失去的那個銀幣又找到了。我告訴你們：對於一個罪人悔改，在天主的使者前，也是這樣歡樂。」(路 15:1-10)

弟兄們：其實，真正受割損的人是我們，因為我們是以天主的聖神舉行敬禮，在耶穌基督內自豪，而不信賴外表；雖然我對外表也有可信賴的。如果有人以為自己能將信賴放在外表上，那我更可以：我生後第八天受了割損，出於以色列民族，用於本雅明支派，是由希伯來人所生的希伯來人；就法律說，我是法利塞人；就熱忱說，我曾迫害過教會；就法律的正義說，是無瑕可指的。凡以前對我有利益的事，我如今為了基督，都看作是損失。不但如此，而且我將一切都看作損失，因為我只以認識我主基督耶穌為至寶；為了他，我自願損失一切，拿一切當廢物，為賺得基督。(斐 3:3-8)

活動預告

詳情稍後公佈 * 預留時間參加

12 月中 舉辦研討會 - 主題：堂區建築物之節能減排－報告/建議/分享

12 月尾 中心周年步行籌款 及 往 [天主教永續樂田園] 參觀/學習/分享 農耕樂

綠識資訊

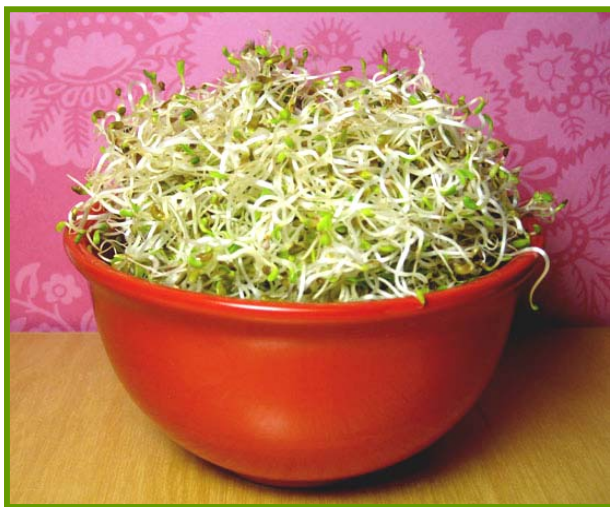
* 識飲惜食...吃得健康... 苜蓿芽菜

苜蓿 是一豆科植物，盛產於美國及澳洲。

- 自己栽種苜蓿芽菜，有樂趣又可享收成的滿足，
- 生吃作沙律對健康有很大的幫助。



- 含有豐富維他命，包括 E、A、D、B1、B2、C (菸酸、泛酸)；
- 豐富的葉綠素
- 鹼性度比菠菜更高，菠菜只有 15.6，苜蓿芽菜就有 61.5 的鹼性度
 - ◆ 美國人以肉食為主，血液酸性很重，這種不健康狀態，要以鹼性食物中和，以維持健康；
 - ◆ 已是美國餐廳不可或缺的佐料、美國人吃苜蓿芽比我們吃綠豆芽還普遍



- 幾乎含有所有重要的胺基酸
 - ◆ 對於關節炎、癌、高血壓、膽固醇過高的治療有很大幫助
- 消除頭、腰、四肢的疲勞
- 預防營養不良、便秘、頭髮指甲脆弱、神經質、焦燥感等
- 熱量低、營養高

蔬果含豐富類黃酮助防癌 - 近年醫學界提倡多吃蔬果及飲綠茶可預防癌症，但一直未確定其防癌的機理。西班牙一項最新研究發現，蔬果含有豐富的類黃酮 (flavonoids)，相信是防癌的關鍵。

網頁: <http://hk.apple.nextmedia.com/news/art/20121030/18052535>

* 我們的衣服可幫助淨化城市的空氣 We can use jeans to clean up our cities' air

Tony Rya 是在 Sheffield 大學的物理化學教授。他對聚合物和軟納米技術特別感興趣，與時裝設計師 Helen Storey 正在開發一種稱為 Catclo 的添加劑黏在衣服表面纖維，以中和空氣中的氮氧化物。在英國城市的空氣污染每年導致數千人死於哮喘，肺部疾病和心臟病。僅在倫敦，二氧化氮污染導致每年額外 4000 人死亡。

Tony Ryan is professor of physical chemistry at Sheffield University. He is particularly interested in polymers and soft nanotechnology. Together with the fashion designer Helen Storey he is developing a laundry additive called Catclo that sticks to the surface fibres of clothes and reacts with airborne nitrogen oxides to neutralise them. Air pollution in British cities causes thousands of deaths every year from asthma, lung disease and heart attacks. In London alone, nitrogen dioxide pollution is said to cause an extra 4,000 deaths a year.

網頁: <http://www.guardian.co.uk/science/2012/oct/21/bright-idea-jeans-clean-cities>

* 11月10日 - 爭取和平與發展世界科學日

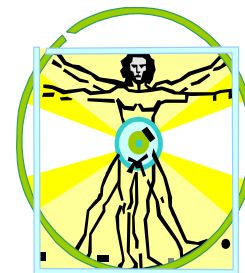
網頁: <http://www.un.org/zh/events/scienceday/>

聯合國教科文組織於 2001 年年度會議中通過第 31C/20 號決議，宣布每年舉辦一次“爭取和平與發展世界科學日”……

目的：是為了促進國家以及國際社會間的和平與發展、善用科學來為社會謀求福利。也旨在培養提高公共對科學重要性的認識上，為科學與社會搭建一座橋梁。

2011 年的主題是“建設綠色社會：公平、包容、參與”。

- 必須將綠色社會建成知識社會，利用科學來發現新問題，並採用創新方法來解決這些問題。為此，必須將科學調動起來，讓科學具有包容性。



* 11月14日 - 世界糖尿病日

網頁: http://www.who.int/mediacentre/events/annual/world_diabetes_day/zh/index.html

世界糖尿病日是為了提高全球對糖尿病的認識——世界各地日益增長的發病率以及在多數情況下如何預防該病。世界糖尿病日由國際糖尿病聯合會和世衛組織發起，在 11 月 14 日舉行慶祝活動紀念 Frederick Banting 誕辰，他與 Charles Best 一起於 1922 年在發現胰島素（用於拯救糖尿病患者生命的療法）方面發揮了作用。

世衛組織估計全世界 3.46 億多人患有糖尿病。如不進行干預，這一數位到 2030 年可能會增加一倍以上。近 80% 的糖尿病死亡發生在中低收入國家。

網頁: http://www.who.int/topics/diabetes_mellitus/zh/index.html

糖尿病是一種慢性病，當胰臟不能產生足夠的胰島素或者當身體不能有效利用產生的胰島素時，就會出現糖尿病。這會導致血糖濃度升高（高血糖）。

- 1 型糖尿病 - 特徵是不能產生胰島素。
- 2 型糖尿病 - 是因人體不能有效利用胰島素引起的。體重超重和缺乏身體活動常造成該病。
- 妊娠期糖尿病 - 是最初在妊娠期間發現的高血糖。

*** 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 No.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

