

今期內容包括：愛主愛人愛大地計劃「堂區建築物之節能減排」研討會、中心周年步行籌款、[規管嬰兒奶粉廣告守則]研討會及 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)

2012-11-22 將臨期第一 [周四] 福音



我們可在感受上，覺得自己是充滿熱誠和活力，願意關心更多的人、更積極做更多的事情，但如果我們只停在感受上，我們是還未能確實這些熱誠的真實性。如果我們與他人分享，也勸導人做多點好事，我們是進了一步確實這些熱誠的真實性。然而，如果我們還未有任何具體關心他人的行動，在生活上還沒有顯露新的積極性，我們還是未可以真正確實我們是否更關心人，也不能肯定自己有否變得更積極。

我們可以因我們感受的熱誠，而覺得自己已更積極更有愛心，但事實未必如此，只有經過具體實踐的行動，我們才能真正地確實我們的愛心和積極性的真實性。我們可很熱誠祈禱，感受很好，但我們同樣需要有具體的信仰行動，才能確實以上祈禱中的強烈感受。

我們是需要以具體的行動，來使我們熱誠的感受變得具體地真實，而不會流於空洞，長久這樣下去，這些原本真誠的熱誠更會變成虛假，而這些空洞的熱誠感受，會使自己藉此而自我欺騙，更可使我們變成虛偽。

所以耶穌說：「不是凡向我說『主啊！主啊！』的人，就能進天國；而是那承行我在天之父旨意的人，才能進天國。所以，凡聽了我這些話而實行的，就好像一個聰明人，把自己的房屋建在磐石上：雨淋，水沖，風吹，襲擊那座房屋，它並不坍塌，因為基礎是建在磐石上」。但不重視實踐的人，他們的信仰會是空洞的，沒有穩固的基礎。

福音前歡呼：「趁可找到上主的時候，你們應尋找他；趁他在近處的時候，你們應呼求他。」領主詠：「願我們今世能按照正義，虔誠地生活。」





《天主教綠識傳人》主辦

愛主 愛人 愛大地 五年倒數計劃第一期



是項活動由上列機構及基金贊助

堂區建築物之節能減排研討會

《香港天主教教區的堂區建築物之節能減排研究》— 分享研究結果及建議

研討會(一)

日期：**2012年12月15日(星期六)**
 時間：下午 2:30 至 4:30
 地點：聖猶達堂 (香港北角建華街30號)
 講者：香港大學機械工程系 許俊民教授 及 林錦權教授
 回應：聖猶達堂代表 及 鄭生來神父 (天主教綠識傳人主席)

研討會(二) 聖斯德望堂 合辦

日期：**2012年12月16日(星期日)**
 時間：下午 3:00 至 5:00
 地點：聖斯德望堂 (新界下葵涌榮芳路14號)
 講者：許俊民教授 及 林錦權教授
 回應：聖斯德望堂代表 及 鄭生來神父

歡迎參加
免費入場

查詢電話 2327-0724 (星期一至五9am-5pm)
 網頁 www.greenmessengers.org

----- 2012「堂區建築物之節能減排」研討會回條 (傳真至2324-9048) -----
 或電郵至 Energyaudit@greenmessengers.org

請在適當欄加✓：☐ 出席 12月15日研討會(一) ☐ 出席 12月16日研討會(二)
 (可選2項)

姓名 _____ 所屬堂區/團體 _____
 電話 _____ 電郵 _____

天主教母乳育嬰會
天主教綠識傳人 合辦

為嬰兒身心靈全人成長 贊成規管嬰兒奶粉廣告守則研討會

12月18日(星期二)
 晚上 7:30 至 9:30
 聖雲先小堂 (黃大仙正德街102號地鐵C2出口)

- 「為何要規管奶粉廣告——香港天主教會有什麼角色」
講者：香港母乳育嬰協會主席 黎黃佩嫦女士
- 「配方奶粉不能代替母乳」——對社會及教會的期望
講者：國際母乳會(香港)主席 余婉玲女士
- 「信德年、聖母、與規管嬰兒奶粉廣告的必需性」
講者：天主教綠識傳人主席 鄭生來神父
- 「以個人經驗分享澳洲政府規管奶粉廣告的成效」
講者：香港天主教母乳育嬰會委員 陳麗嫦女士
- 「支持制定嬰兒配方奶粉守則及立法規管有關廣告」
講者：●天主教素食會代表 ●天主教綠識傳人代表
●歡迎其他天主教善會及團體代表 發表支持

查詢報名 2327-0724 (星期一至五9:30am-5pm) 網頁 www.greenmessengers.org

----- 2012.12.18「贊成規管嬰兒奶粉廣告守則」研討會 報名回條 -----
 (傳真至2324-9048)

姓名 _____ 所屬堂區/團體 _____
 電話 _____ 電郵 _____

已獲教區批准籌款
非牟利慈善團體註冊No.91/4824

信仰探討中心
主要的宗旨
是探討21世紀的信仰；
所辦的活動基本是免費，
參加者自由捐獻。

鄭生來神父表示：
未來的活動極需要
大家慷慨捐助！

強調【愛主愛人】
也【愛大地】，
希望到2016年成為
香港教會生活方式的
主流意識的實踐和方向。

步武基督 關愛大地

停止污染環境
實踐減排減廢

12月30日(星期日)

信仰探討中心 天主教綠識傳人
2012~2013年度周年籌款

地點：元朗 雞公嶺

1) 步行籌款 2) 環保彌撒
3) 下午參觀天主教永續樂園
(收費\$28)>>>分享/學習農耕

黃大仙聖雲先小堂集合

早上9時15分報到

9時30分開車

下午約5時回程

旅遊巴接送往返

步行約1.5小時 自備水及簡單午餐

鼓勵不使用即棄用具 自備食具

*索取步行表：鄭神父、葉美玲、孔慶玲及籌款小組

及查詢 電話：2327-0724(星期一至五9:30am-6:00pm) 傳真：2324-9048

*未能參加步行的朋友 歡迎以下列方式捐款：(捐款HK\$100或以上發免稅收據)

1) 存入匯豐銀行 010-9-059121信仰探討中心戶口，在銀行收據寫上姓名及地址
傳真到中心 2324-9048 或 寄回中心；或

2) 以支票 抬頭寫 [信仰探討中心] 連同姓名 及地址 寄回中心。

中心地址：九龍牛池灣銀池徑四號2樓 網頁：www.greenmessengers.org

信仰探討中心《天主教綠識傳人》———捐款回條———2012-2013 年度周年籌款———

(已獲香港天主教教區批准籌款) 非牟利慈善團體 註冊編號 91/4824

本人 _____ 願意以下列方式支持中心經費 (可選多項協助 請在□加 ✓)

☐ 一次過捐 _____ 港元 支票抬頭→「信仰探討中心」或 Centre for the Re-search of Faith

(支票號碼：_____ 銀行：_____)

或 存入香港匯豐銀行 010 - 9 - 059121 「信仰探討中心」戶口

* 〈捐款 HK\$100 或以上免稅〉

* 回條連同銀行收據寄回中心

☐ 參加步行：12月30日(星期日) 元朗 雞公嶺，索取步行籌款表格 _____ 張 (編號 _____ *由中心填寫)

☐ 願意成為信仰探討中心「贊助員」每月認捐 _____ 港元 (歡迎來電查詢詳情)

簽名：_____

回郵地址：_____

日期：_____年____月____日

聯絡電話：_____ 電郵：_____

本中心地址 —▶ 九龍牛池灣銀池徑4號2樓 電話：23270724 傳真：23249048

* 識飲惜食...吃得健康...青椒 (又稱西椒、燈籠椒)

青椒 - 這裡指的是未經烹調的生青椒, 青脆可口。

選購時以表皮光滑、堅實者為佳, 若皮色過於青綠, 可能有上蠟, 最好不要購買, 當然最好買到有機青椒, 可能外型形態不是一般的美態, 但營養價值高!

青椒顏色有綠、黃、紅甚至近乎黑色的, 味甜微帶辛。原產於中、南美洲, 為西班牙人所發現, 引進入歐洲。地中海沿岸一帶幾乎全年都看到。紅色的其實不是別的品種, 只是所謂「樹上熟」而已, 味道更甜。至於黃色、黑色的是完全不同的品種, 味道甜脆, 價格昂貴。



😊😊無論那一種顏色的西椒, 都含有豐富的

β胡蘿蔔素及維生素C;

紅色西椒比綠色西椒所含的維生素C更高。

→→幫助身體組織修復

→→維護眼睛的功能

→→促進鐵質的吸收

→→解毒及抗過敏、消除疲勞

😊😊青椒亦含豐富的礦物質: 矽

→→牙齒及骨骼的發育

→→尤其對肌腱炎很有療效

→→是維持肌肉和表皮彈性不可缺乏的元素

青椒可榨汁, 配以紅蘿蔔或菠菜一起, 而青椒只需四分之一個青椒已足夠。

(資料來源: Jay Kordich [The Juiceman's Power of Juicing; 周兆祥 (素食的挑戰) & 周兆祥 (生機飲食手冊) -台灣版 1997/11])

>>>>>> * * * * * <<<<<<<

* **Carbon emissions are 'too high' to curb climate change** -It is increasingly unlikely that global warming will be kept below an increase of 2C (3.6F) above pre-industrial levels, a study suggests. 碳排放是“過高”難以遏制氣候變化: 一項研究顯示, 全球變暖將保持低於 2C (3.6F) 的可能性越來越小, 這增長超過工業革命前的水平。.....

資料來源: <http://www.bbc.co.uk/news/science-environment-20556703>

* **Top 10 toxic pollution problems** Toxic pollution from industrial and mining processes puts the health of the world's population, particularly people living in low- and middle-income countries, at risk. The Blacksmith Institute and Green Cross Switzerland have investigated 2,600 sites, and claim **80 million people are at risk from a variety of diseases** 工業和採礦工藝的污染令世界人口的健康狀況處於危險之中, 尤其是居住在低收入和中等收入國家的人。調查 2600 地點並指出 80 億人是受到感染多種疾病風險

資料來源: <http://www.guardian.co.uk/global-development/2012/oct/24/pollution-health-problem-malaria-tb>

* **家常便飯: 魚翅有毒!** 【明報專訊】一些主食如米飯、蔬菜等一旦出現問題, 礙於選擇不多, 無可奈何還是要吃, 不過好些有問題食物卻是絕對可以避免的, 魚翅便是其中之一。其實魚翅體內積聚很多毒素, 而且這些毒素幾乎不能被分解。與其用環保角度勸人別吃魚翅, 不如告訴別人「魚翅有毒」, 這樣來得更有效呢。.....

資料來源: <http://hk.news.yahoo.com/%E5%AE%B6%E5%B8%B8%E4%BE%BF%E9%A3%AF%E9%AD%9A%E7%BF%85%E6%9C%89%E6%AF%92-211427268.html>

* **DIY 益腸道恩物** 【明報專訊】注意飲食健康, 多吃有益蔬果, 有助腸道大掃除, 以下的蔬果美食 DIY, 有助你跟宿便說再見。番薯粟米濃湯, 雪耳木瓜湯, 香蕉雪糕.....

資料來源: <http://hk.news.yahoo.com/diy%E7%9B%8A%E8%85%B8%E9%81%93%E6%81%A9%E7%89%A9-211508316.html>

* 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