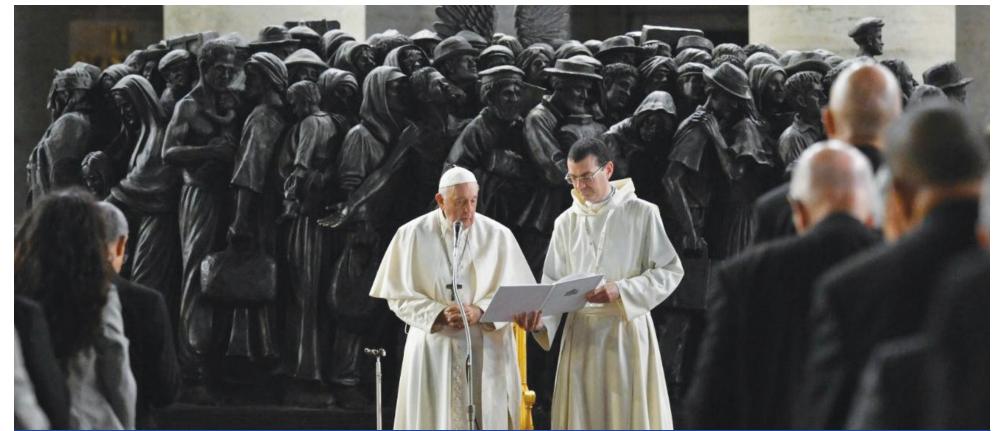
THE Mingguan Ratolik THE PART OF THE PART

Memang kamu tahu, bagaimana kami bekerja di antara kamu oleh kerana kamu. Dan kamu telah menjadi penurut kami dan penurut Tuhan; dalam penindasan yang berat kamu telah menerima firman itu dengan sukacita yang dikerjakan oleh Roh Kudus, sehingga kamu telah menjadi teladan untuk semua orang yang percaya di wilayah Makedonia dan Akhaya. Kerana dari antara kamu firman Tuhan bergema bukan hanya di Makedonia dan Akhaya saja, tetapi di semua tempat ... 1 Tesalonika 1:6-8

Oktober 29, 2023 www.heraldmalaysia.com



Jadilah saudara kepada pengembara zaman ini

AKHTA SUCI: Pada petang Khamis, Oktober 19, Bapa Suci Fransiskus mengetuai vigil bagi memperingati nasib pendatang dan pelarian serta seruan untuk menyelamat, menyembuhkan luka dan membantu para pendatang serta pelarian itu untuk menyumbang kepada masyarakat demi membina dunia yang lebih baik yang ditandai dengan persaudaraan dan keamanan.

Sri Paus mengetuai "Momen Doa untuk Migran dan Pelarian" yang dianjurkan oleh Dikasteri Mempromosikan Pembangunan Insan yang dihadiri oleh para pelarian dari Cameroon, Ukraine, dan El Salvador.

Vigil itu diadakan di hadapan arca besar di Dataran Sto Petrus yang dipanggil monumen "Angels Unawares", sebuah arca besar yang diperbuat daripada gangsa dan tanah liat, yang menggambarkan sekumpulan pendatang dan pelarian dari pelbagai latar belakang budaya dan kaum dan dari pelbagai tempoh sejarah yang berlainan.

Bapa Suci berkongsi beberapa renungan semasa vigil dan doa ringkas sambil memperuntukkan waktu hening bagi memperingati semua orang yang kehilangan nyawa di semua laluan migrasi.

Menyampaikan renungan bertema "Orang Samaria yang Baik Hati" dari Injil Lukas, Sri Paus berkata perumpamaan itu menunjukkan kepada kita bagaimana untuk beranjak dari dunia yang tertutup – kepada dunia yang terbuka, dari dunia yang berperang – kepada dunia yang aman.

Laluan berbahaya

Bahaya yang dihadapi oleh pengembara dari Yerusalem ke Yeriko pada zaman dahulu adalah seperti laluan yang dilalui oleh para pelarian zaman sekarang, yang tidak selamat. Laluan-laluan itu adalah seperti padang pasir, hutan, dan laut yang bergelora, kata Sri Paus.

Begitu ramai yang dirompak, ditelanjangkan dan dipukul, sering ditipu oleh agen yang tidak bertanggungjawab, malah "dijual seperti komoditi."

Bahaya yang dihadapi pendatang dan pelarian hari ini adalah nyata. Mereka menghadapi risiko diculik, dieksploitasi, diseksa malah diperkosa. Ramai di antara mereka yang kecundang sebelum sampai ke destinasi mereka.

Malangnya, sehingga hari ini, walaupun berbahaya dan berisiko tetapi kita masih menyaksikan ramai orang yang melarikan diri dari peperangan serta keganasan.

Hati yang berbelas kasihan

Mengimbas kembali orang Samaria yang mengambil perhatian dan kasihan terhadap lelaki yang terbaring di tepi jalan selepas dipukul oleh penyamun, Sri Paus berkata "orang Samaria itu melihat lelaki yang cedera dan berbelas kasihan kepadanya. Belas kasihan adalah jejak dan sentuhan Tuhan dalam hati kita."

Dan sejak saat itu, lelaki yang cedera itu mula pulih, berkat "orang asing" yang membantunya.

"Hasilnya bukan sekadar bantuan yang menyembuhkan malah menjalin persaudaraan!"

Dipanggil untuk menyelamatkan nyawa dan menyembuhkan luka

"Seperti orang Samaria yang Baik Hati, kita dipanggil untuk menjadi saudara kepada semua pengembara pada zaman ini, untuk menyelamatkan nyawa mereka, untuk menyembuhkan luka mereka dan untuk meredakan kesakitan mereka.

Bagi kebanyakan orang, lambat bertindak dan hanya

tinggal menangisi kubur mereka (jika mereka mempunyai kubur) adalah sudah terlambat.

Tetapi Tuhan mengetahui dan mengenal wajah-wajah kita, dan Dia tidak melupakannya.

Bapa Suci berkata tindakan orang Samaria yang Baik Hati itu melangkaui sedekah sederhana dan mempunyai empat kata kerja yang menandakan pelayanannya: selamat datang, melindungi, mempromosikan dan integrasi.

Pertolongan dan penjagaan segeranya terhadap lelaki yang cedera itu dipanjangkan melalui tanggungjawabnya, bukan sekadar merawat luka, malah membayar penginapan dan kembali bagi memastikan lelaki cedera itu pulih sepenuhnya.

Bapa Suci mengatakan bahawa tindakan persaudaraan jangka panjang itu membawa kepada "pertumbuhan masyarakat yang lebih inklusif, lebih indah dan lebih aman."

Memastikan laluan yang selamat

Satu lagi tindakan yang boleh kita semua lakukan ialah "berusaha untuk menjadikan laluan migrasi lebih selamat, agar pengembara hari ini tidak menjadi mangsa penyamun," tambah Sri Paus Fransiskus seraya berkata lebih banyak usaha diperlukan untuk menentang rangkaian jenayah "yang mengeksploitasi harapan dan impian penghijrah."

Mewujudkan laluan yang lebih selamat memerlukan usaha untuk "memperluas saluran migrasi biasa dan pada masa yang sama membawa dasar demografi dan ekonomi ke arena dialog bersama dasar migrasi."

Tetapi, yang terutama ialah untuk melindungi mereka yang paling lemah, sambil berusaha mencari pendekatan biasa dan bertanggungjawab untuk menguruskan aliran migrasi yang mungkin akan meningkat pada tahun-tahun akan datang, tegas Sri Paus Fransiskus. — *media Vatikan*

Terlepas peluang

Terdapat peluang dalam kehidu-

Awal tahun ini, salah seorang abang saya meninggal dunia. Dia telah menunjukkan bahawa dia telah menjalani kehidupan yang boleh dicontohi, seseorang yang tidak mementingkan diri dan hidup untuk orang lain.

Dia meninggal dunia di mana ramai orang sangat menyayanginya dan mengenalinya.

Dia adalah seseorang yang hidup untuk keluarga, gereja, komuniti, dan rakan-rakan. Menyampaikan homili di upacara pengebumiannya, saya berkongsi bahawa, walaupun dia selalu dilihat tersenyum, sopan dan mempunyai sikap humor, tetapi di dalam dirinya, dia bergelut untuk melakukan parkara-perkara itu.

Mengapa? Kerana, walaupun sepanjang hayat dewasanya dia memberikan dirinya untuk berkhidmat kepada orang lain, sebenarnya sepanjang hidupnya dia tidak mempunyai banyak pilihan dalam perkara itu.

Beginilah kisahnya: Dia adalah salah seorang anak sulung dalam keluarga kami, keluarga pendatang generasi kedua yang besar, yang bergelut dengan kemiskinan di kawasan luar bandar terpencil di padang rumput Kanada di mana kemudahan pendidikan tidak mudah didapati pada masa itu.

Jadi, bagi abang saya, juga bagi kebanyakan rakan seangkatannya,

Perdapat pelbagai cara kita ter- sama ada lelaki atau perempuan, jangkaan biasa ialah selepas sekolah rendah (pendidikan gred lapan) anda dijangka menamatkan zaman persekolahan dan mula bekerja untuk menyara keluarga

Maka, apabila dia tamat sekolah rendah, tidak ada sekolah menengah tempatan untuk dia pergi. Adalah malang kerana dia adalah antara murid yang cerdik dalam kelasnya dan paling berbakat dalam keluarga kami.

Bukan dia tidak mahu melanjutkan pelajaran secara formal tetapi dia terpaksa melakukan apa yang dilakukan oleh kebanyakan orang seusianya pada masa itu meninggalkan sekolah dan mula bekerja, memberikan seluruh gaji anda kepada ibu bapa setiap bulan untuk menyara keluarga anda.

Dia melakukan ini dengan gembira, kerana mengetahui perkara ini diharapkan daripadanya.

Selama bertahun-tahun, dari umur enam belas tahun apabila dia mula-mula memasuki tenaga kerja, sehingga dia mengambil alih ladang keluarga pada pertengahan tiga puluhan, dia bekerja sebagai petani, bekerja dalam pembinaan, dan melakukan segala-galanya dari mengendalikan jentolak hingga memandu trak.

Lebih-lebih lagi, selepas ibu bapa kami meninggal dunia dan dia mengambil alih ladang kami, terdapat beberapa tahun ketika dia berjuang mengusahakan ladang



itu untuk menyara keluarga.

Pada masa dia akhirnya 'bebas' daripada tanggungjawab ini, sudah terlambat (bukan secara radikal, tetapi wujud) untuk dia memulakan semula pendidikan formalnya.

Dia menjalani tahun-tahun terakhirnya sebelum bersara sebagai petani, tetapi pada masa yang sama, dia juga terlibat dalam aktiviti lain misalnya terlibat dalam program pendidikan dan kerasulan awam di mana dia berkembang maju dari segi emosi dan

Sebahagian daripada pengorbanannya juga ialah dia tidak pernah berkahwin, bukan kerana dia seorang bujang yang pemarah, tetapi kerana perkara yang sama yang mengikatnya pada tugas, tidak pernah memberinya peluang untuk berkahwin.

Selepas saya berkongsi kisahnya di pengebumiannya, saya didatangi oleh beberapa orang yang berkata: "Dia juga saudara saya! Dia juga adik saya! Dia juga ayah saya! Dia adalah ibu saya.'

Pada usia dewasa ini, dan juga ketika adik beradik saya beransur menjadi lebih berusia, pada hari ini, setiap kali saya melihat orang bekerja dalam perkhidmatan seperti memasak di kafetaria, membersihkan rumah, memotong rumput, bekerja dalam pembinaan, melakukan kerja-kerja pembersihan, dan kerja-kerja berkaitan, saya sering tertanya-tanya, adakah mereka seperti abang saya?

Adakah mereka dapat memilih kerja ini atau adakah mereka melakukannya kerana keadaan?

Adakah orang ini ingin menjadi doktor, atau penulis, guru, usahawan, atau CEO beberapa syarikat, dan akhirnya terpaksa mengambil kerja ini kerana keadaan ekonomi atau keadaan lain?

Jangan salah faham. Saya tidak berniat merendahkan atau mengejek atau menganggap pekerjaanpekerjaan seperti itu kurang mulia.

Sesungguhnya, bekerja dengan tangan anda mungkin merupakan kerja yang paling jujur — tidak seperti kerja saya sendiri dalam komuniti akademik yang boleh 'hanyut' untuk mementingkan diri sendiri dan kebanyakannya tidak relevan.

Terdapat maruah yang indah dalam bekerja dengan tangan anda, seperti abang saya.

Walau bagaimanapun, kepentingan dan maruah kerja itu bergantung kepada orang yang melakukannya, sama ada dia gembira dan ikhlas melakukannya atau sama ada ia adalah pilihan atau terpaksa iaitu terpaksa kerana keadaan ekonomi keluarga mereka, kerana status pendatang mereka, kerana kekurangan peluang – yang telah memaksa mereka untuk memilih seperti itu.

Semasa saya berjalan melintasi atau bertemu dengan orang-orang ini dalam kehidupan seharian dan kerja saya, saya cuba untuk melihat mereka dan menghargai perkhidmatan yang mereka berikan kepada saya dan orang lain.

Dan kadang-kadang saya berkata kepada diri saya sendiri: Ini boleh menjadi masalah saya. Ini boleh terjadi pada kakak saya. Mungkin orang ini adalah orang yang sangat bijak tetapi tidak diberi peluang untuk menjadi doktor, penulis, jururawat, guru, atau pekerja sosial.

Jika dalam kehidupan seterusnya, seperti yang dijanjikan Yesus, di mana yang terakhir akan menjadi yang pertama, saya harap orang-orang ini, seperti saudara saya, yang telah kehilangan beberapa peluang yang kita nikmati, akan mengetahui isi hati saya yang memahami keinginan terdalam mereka. — Hakcipta Terpelihara 1999-2023 @ Fr Ron Rolheiser

Kelembutan Yesus terserlah pada perintah-Nya

inta kasih adalah asas kehidupan kita. Tetapi setiap kita mempunyai pelbagai jawaban dan alasan tentang bagaimana mengasihi.

Namun dasar manusia, biasawnya kalau seseorang yang dikasihi itu sungguh 'boleh' dikasihi maka orang lain malah Tuhan sendiri mulai dinomborduakan dan apabila sebaliknya, baru kembali kepada Tuhan dan sesamanya yang lain.

Ajaran Yesus pada hari ini tidak mahu kita memihak manamana pihak: "Kasihilah Tuhan Tuhan mu, dengan segenap hati mu dan kasihilah sesama mu seperti diri mu sendiri" (ay 37).

Kasih yang seperti inilah merupakan mercu tanda bagi seseorang yang mahu menjadi pengikut Kristus.

Dengan kata lain, iman kita mempunyai dua dimensi menegak dan mendatar. Dimensi menegak bererti mengasihi Tuhan dan dimensi mendatar pula adalah mengasihi sesama.

Kedua-dua dimensi ini saling memerlukan dan saling meleng-

Bagi orang-orang yang terlalu berpegang pada dimensi menegak, berpendapat bahawa agama kita hanya menumpukan segala

perhatian kepada Tuhan.

Perhatian mereka hanya tertumpu pada keselamatan jiwa mereka.

Maka doa, meditasi, devosi, sakramen-sakramen dan, pelbagai upacara keagamaan adalah tradisi yang mereka pertahankan sehingga lupa atau tidak mahu memikirkan lagi keperluan sesamanya dan hal-hal duniawi. Gereja bagi mereka adalah tempat mendengarkan hal-hal kerohanian sahaja.

Gagasan-gagasan yang berbau politik, keadilan sosial apa lagi 'fellowship' yang membuat orang duduk makan dan minum bersama tidak mendapat tempat di kawasan gereja.

Orang yang berfahaman dimensi mendatar pula, berpendapat bahawa silap bagi mereka yang menekankan dimensi menegak tanpa memikirkan keperluan sesama manusia yang memerlukan bantuan.

Misalnya kita mahu mengadakan projek pembinaan bangunan Gereja yang cantik, lebih cantik daripada bangunan-bangunan rumah masyarakat setempat, walhal orang-orang di tempat tersebut sungguh memerlukan bantuan makanan, pakaian dan perumahan yang layak dihuni.

Mereka akan memperkuatkan lagi hujah-hujah mereka ini dengan memperkatakan bahawa Yesus itu sebagai sahabat orangorang yang miskin, Dia mengajar dan menyembuhkan serta membantu orang-orang yang

Apabila sampai masanya kita diadili, Tuhan tidak akan bertanya berapa banyak yang telah kita doakan tetapi berapa banyak yang kita telah bantu, "... salah seorang dari saudara- Ku yang paling hina" (Mat 25:40).

Berhadapan dengan dua golongan manusia yang berbeza pendapat ini, lalu di manakah letak pendirian kita yang seharusnya sebagai pengikut Kristus yang sejati?

Memang kedua-dua pendapat golongan tersebut adalah benar jika dilihat dari sudut pandangan kumpulan masing-masing.

Tetapi menjadi tidak benar jika mana-mana pihak yang menolak salah satu daripada dimensi iman tersebut.

Sebagai pengikut Yesus yang sejati, dapat menerima keduadua dimensi tersebut secara seimbang sebagai alat untuk mencapai keselamatan.

Sebab, bukankah iman kita ini dilambangkan dengan salib yang

HARI MINGGU BIASA KE-30 TAHUN A

KELUARAN 22:20-26; 1 TESALONIKA 1:5C-10; **MATIUS 22:34-40**

adalah gabungan kaya yang mendatar dan yang menegak? Salib itu pula adalah alat untuk menunjukkan kita jalan ke syurga?

Memang agak sukar untuk memahami misalnya jika seseorang itu kelihatan suci, rajin ke gereja tetapi pada masa yang sama dia bersikap kasar, tidak ada cinta kasih dan panas baran.

Lalu bagaimana kita dapat mengharmonikan ketegangan dua pendapat tersebut?

Apabila kita berhadapan dengan isu sehubungan dengan hubungan kita dengan Tuhan dan sesama, maka sumber inspirasi utama kita adalah Kristus dan Injil-Nya.

Walaupun Yesus sibuk dengan tugas-tugas pelayanan-Nya, namun Dia tidak pernah lupa datang pada Tuhan Bapa-Nya untuk berdoa.

Misalnya di dalam Injil kita

pernah mendengar dan membaca kata-kata seperti ini: "... khabar tentang Yesus makin jauh tersiar dan datanglah orang-orang berbondong-bondong kepada-Nya untuk mendengarkan Dia dan untuk disembuhkan dari penyakit mereka. Akan tetapi Da mengundurkan diri ke tempat yang sunyi dan berdoa" (Luk 5:15-16).

Yesus sungguh mengasihi Tuhan hingga mati di kayu salib. Tadi kita tidak boleh mengasihi Tuhan tetapi membenci sesama sebab, "Sesiapa tidak mengasihi saudaranya yang dilihatnya," kata Yesus, "Tidak mungkin mengasihi Tuhan yang tidak dilihatnya" (1Yoh 4:20).

Maka dengan demikian, 'Sesiapa mengasihi Tuhan, Dia harus juga mengasihi saudaranya" (1Yoh 4:21). — *santapan* rohani

Pengalaman kerohanian komuniti ABMA di St Thomas, Kuantan

KUANTAN, Pahang: Sempena program jangkaun, *Archdiocesan Bahasa Malaysia Apostolate* (ABMA) membuat lawatan ke paroki pantai timur Semenanjung Malaysia, iaitu KUBM St Thomas Kuantan.

Seramai 20 orang dewasa dan 15 kanakkanak yang berumur 16 tahun ke bawah telah hadir untuk formasi yang telah berlangsung pada Oktober 7-8.

Program ini turut dihadiri oleh Fr George Packiasamy. Formasi tersebut dimulakan dengan kata-kata aluan daripada Ketua KUBM St Thomas Kuantan, Sdra Jeffrin bin Betty.

Seterusnya, Sdra Egbert Adolf Naintin, selaku Pengerusi ABMA, memperkenalkan struktur pelayanan ABMA di bawah Keuskupan Agung Kuala Lumpur melalui ABMA *Handbook* yang telah diterbitkan pada Jun 2023

Formasi "Pengalaman Kerohanian Komuniti" mempunyai empat sesi topik perbincangan iaitu: Sesi pertama, "Siapakah Saya" oleh

Sdra Spencer Klumai, sesi kedua, "Siapakah Yesus Kristus" dan "Mengetahui bahawa Tuhan telah memilih saya, bagaimana saya merasakan kehadirannya hari ini?" oleh Sr Anita Philiph dan Sdra Egbert.

Untuk sesi yang ketiga, terdapat dua sub topik yang dibincangkan, iaitu "Kerohanian komuniti terserlah di dalam kerjasama ministri/komuniti" yang telah disampaikan oleh Sdra Egbert dan Sdra Spencer. Sub topik kedua iaitu "Cabaran perjalanan kita" disampaikan oleh Sdri Elena Woo.

Selepas selesai sesi setiap sub topik, para peserta berkumpul dalam kumpulan kecil untuk perbincangan.

Selepas itu, wakil dari setiap kumpulan akan membuat perkongsian terbuka. Sesi keempat yang dipimpin oleh Sdra Spencer merupakan sesi peneguhan untuk para peserta, di mana setiap para peserta diminta untuk menyatakan kualiti yang ada pada setiap ahli kumpulan mereka.



Sesi ini membantu semua peserta membina semangat dan keyakinan dalam melayani sesama. Pada masa yang sama juga, anakanak mengikuti sesi yang tersendiri selama dua hari, di mana sesi itu dibimbing oleh Sr Irene, Sr Miki, Sr Theresa dan Sr Anita.

Formasi ini diakhiri dengan Misa yang dipimpin oleh Fr George. Dalam kata-kata penutupnya, Fr George mengucapkan ribuan terima kasih kepada ABMA yang telah sudi menyediakan sesi formasi kepada umat-umat KUBM St Thomas. — *Elena Woo*

Tamu Solidariti ke-19 KSFX, berkat dalam menyumbang, berkempen cintai alam ciptaan Tuhan



Ribuan pengunjung di Tamu Solidariti ke-19.

KENINGAU, Sabah: Ribuan umat membanjiri Dataran Keuskupan Keningau pada Oktober 1 lalu untuk menyokong dan memeriahkan program tahunan Tamu Solidariti Peringkat Katedral St Francis Xavier (KSFX).

Uskup Cornelius Piong dalam bual bicara di Kekitaan FM berkata, "Tujuan pelaksanaan Tamu Solidariti kali ke-19 ini adalah untuk memberi sumbangan. Kita 'bertamu' dan bertemu untuk menyumbang bagi tujuan pembangunan chapel, Gereja dan sebagainya di paroki.

"Melibatkan diri dalam Tamu Solidariti ini juga adalah salah satu ungkapan tanggungjawab sosial kita kepada Gereja dan umat," kata Uskup Cornelius. Dalam lebih 60 buah gerai yang berjualan di Tamu Solidariti, pameran dan kempen dari Komiti Keharmonian Alam Ciptaan Tuhan KSFX telah mencuri tumpuan.

Komiti ini berkempen di kalangan pengunjung agar menghindari plastik sekali guna dengan memberikan beberapa panduan untuk membeli belah misalnya membawa bakul sendiri, membawa botol atau bekas makanan mesra alam sendiri semasa membeli makanan dan menggunakan *straw* alternatif.

Tamu Solidariti bersiaran langsung yang dibawakan oleh KOMSOS di *Facebook Page Diocese of Keningau dan dihiburkan dengan* penampilan artis-artis Sabah seperti Francis Landong, Martha Ginun dan ramai lagi.

Tanya Jawab



Adakah anda mempunyai persoalan agama, Kitab Suci atau ajaran Gereja? Hantarkan soalan anda ke:

HERALD 5, Jalan Robertson, 50150 Kuala Lumpur

Tel: 03-2026 8291

Email: liza@herald.com.my

Mengapa ada yang 'kaya' dan 'miskin'?

Soalan: Saya melihat realiti pada hari ini, "yang kaya makin kaya, yang miskin makin miskin". Hal ini saya lihat dalam keadaan sehari- hari. Misalnya, melihat berita-berita, artis yang semakin naik daun tapi tidak tahu prestasinya apa. Di sisi lain masih banyak orang yang mati-matian agar dapat membeli sesuap nasi. Mengapa demikian hidup ini? Bukankah Tuhan menyayangi umat manusia tanpa terkecuali? — Valerie Kuya, Kuala Lumpur

Jawaban: Pertama, baiklah kita tidak usah terlalu curiga dengan artis atau siapapun yang sekarang ini memperoleh harta melimpah. Jangan-jangan kita jatuh dalam dosa kerana sudah mengadili orang lain dan menjadi curiga dengan hanya melihat penampilan luar.

Seringkali di sebalik setiap *entertainment* yang berhasil, terdapat crew yang bekerja keras menciptakannya, sementara dari setiap artis pun dituntut tanggung jawab sosial dan moral yang tidak kurang beratnya.

Kedua, ungkapan "yang kaya semakin kaya, yang miskin semakin miskin", sering menunjuk pada sistem dunia sekarang ini.

Dalam kenyataan dunia ini, perolehan memang seringkali tidak berbanding lurus dengan kerja keras.

Akibat sistem ini ada yang diuntungkan, misalnya kerana hasrat dunia akan kecantikan dan keelokan, atau kerana dunia rindu akan kejenakaan seseorang yang membuat orang lepas dari ketegangan.

Yang lain beruntung kerana hidup dalam relasi



yang baik: sudah mempunyai modal usaha, keluarga yang baik atau kerana kecerdikan mereka memanfatkan hasrat dasar manusia.

Tentu sahaja ada orang-orang yang memang berusaha sungguh-sungguh, mampu memanfaatkan peluang dengan kreatif dan kerana itu berkembang, disokong oleh kematangan emosional dan sosial yang baik.

Ketiga, sistem itu tidak selalu adil dan tidak selalu memihak orang miskin. Ada orang yang tidak biasa mengikuti sistem dunia ini, sehingga tersingkir dari perkembangan dan proses ekonomi.

Dalam Evangeli Gaudium, Sri Paus Fransiskus banyak menegur orang-orang seperti ini, terutama akibat sistem ekonomi yang 'mengecualikan', yang menyingkirkan orang-orang yang tidak rele-

Orang-orang seperti ini tersingkir, bukan kerana dieksploitasi atau ditindas, melainkan kerana ketinggalan dan tidak biasa ambil bahagian dari perkembangan.

Lebih sengsara lagi nasib mereka, kerana kalah

cepat dari orang yang serakah dan tidak mahu peduli. Seruan mereka tidak mampu menggerakan belaskasih pada hati orang yang mendengarnya.

Siapakah yang mendapat rahmat disini: yang kaya atau miskin? Tentu rahmat tidak boleh dibatasi hanya pada keuntungan material belaka.

Kekayaan material dapat menjadi awal rahmat, tetapi juga boleh menjadi sebaliknya iaitu menjadi penghambat rahmat.

Tuhan juga meminta kita jeli terhadap ragi kerakusan di satu pihak, tetapi juga bersahabat dengan mammon untuk memperoleh hidup. Rahmat sejati membuat orang beriman dapat berbahagia dalam keadaan terpuruk sekalipun. Di situlah kita mengerti sabda bahagia Tuhan: "Berbahagialah mereka yang miskin."

Rahmat Tuhan memperteguh kemampuan kita untuk mengupayakan hal-hal duniawi, membuat kita tidak melupakan cinta kasih dan kepedulian kepada sesama.

Rahmat menghasilkan buah-buah Roh dalam setiap sisi hidup, sehingga budi dan kemampuan manusiawi dimurnikan untuk hidup yang kekal. "Kumpulkanlah bagimu harta di syurga, yang tidak akan dimakan ngengat dan didekati pencuri." "... apakah gunanya orang memiliki dunia ini, kalau ia kehilangan nyawanya."

Ajakan ini berlaku sama ada bagi semua orang, kaya mahupun miskin. Menarik sekali ungkapan Sri Paus dalam *Laudato Si* untuk mengingatkan kita pada bahaya ketamakan: "Bagi kita, seringkali sedikit bererti banyak." Itulah berkat rahmat. Di situlah kasih sayang Tuhan. — *Fr Gregorius Hertanto MSC, hidupkatolik.com*

Schebett Recil Wesus

Isikan kotak di bawah untuk membaca perayaan apa yang kita sambut pada hari Minggu ini.



kekasih mengasihi Tuhan berasal lahir mengenal

Tuliskan pesan Yesus di bawah dengan mengikut anak panah yang betul.

DENGAN	
HATIMU DAN	
KASIHILAH TUHAN	
DENGAN SEGENAP	
DAN DENGAN	
SEGENAP	
SEGENAP	
AKAL BUDIMU	
ITULAH HUKUM	
YANG TERUTAMA	
DAN YANG	
JIWAMU	
PERTAMA	

Hello adik-adik,

Apa khabar? Bacaan Injil pada hari Minggu ini mengingatkan kita untuk mengasihi, di mana sahaja dan bilabila masa sahaja.

Mengasihi di sini bukan hanya tidak membenci, tidak membalas kejahatan dengan kejahatan, dan tidak menyimpan dendam tetapi juga yang mungkin paling sukar dilakukan iaitu mengasihi dan mendoakan mereka yang memusuhi kita (lih. Mat 5:44). Selain itu adik-adik, mengasihi juga bukan di kalangan kita sesama sa-

haja tetapi juga alam ciptaan Tuhan.

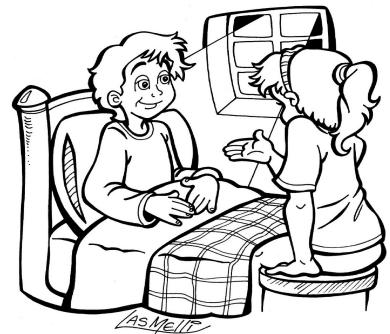
Adik-adik, selepas mendengar Injil pada hari ini, mari kita memeriksa diri kita: "Siapakah orang yang perlu saya kasihi dan ampuni? Bagaimana sikap saya terhadap alam ciptaan Tuhan, adakah saya peduli atau acuh tak acuh?

Marilah kita sama-sama berdoa dan memohon bantuan dari Roh Kudus agar kita dapat mengasihi Tuhan, sesama dan alam ciptaan-Nya.

Antie Melly

Lakukanlah segala pekerjaanmu dalam kasih! ([korintus 16:14).

Mari Mewarna





Perkataan berwarna pada gambar di atas mempunyai ejaan yang salah. Betulkan ejaan tersebut untuk membaca sabda Tuhan.



Retret Pelayan Belia Katolik HORNBILL Sarawak 2023

Sarawak: Buat julung kalinya, ministri pelayanan belia Katolik telah mengadakan **Retret Pelayan Belia Katolik** HORNBILL 2023 pada peringkat negeri, baru-baru ini.

Ia dianjurkan oleh Komisi Belia Keuskupan Agung Kuching (KAYC) yang diketuai Fr Ramon Borja, SDB.

Stephen Borja dari Komisi Episkopal Belia untuk Konferensi para Uskup Filipina, telah dijemput khas untuk menyampaikan beberapa katekesis dan perkongsian untuk para pelayan belia.

Inisiatif untuk menjalankan retreat pada peringkat Sarawak itu adalah hasil daripada kenyataan Jawatankuasa Pelayan Belia Katolik Malaysia (MCYMC) tentang kepentingan "menjaga" pelayan belia supaya mereka boleh "melayani dan menjangka kaum muda lain." Mengapa ada perkataan "HORNBILL"

(burung kenyalang)?

Seperti yang diketahui umum, burung kenyalang merupakan lambang negeri Sarawak. Ia juga dikenali dengan sifatnya yang setia, pengasih dan pemurah terhadap pasangan dan anakanaknya.

Ia diilhamkan daripada Injil Matius 6:26, "Lihatlah burung di udara, yang

tidak menyemai atau menuai atau menyimpan hasil di jelapang, namun Bapamu yang di syurga memberinya makan. Bukankah kamu lebih bernilai daripada burung?"

Seperti burung kenyalang, para pelayan belia Katolik di Sarawak diharapkan dapat mendekatkan diri kepada Kristus dan mencontohi hidup-Nya yang melayan dengan kasih, terutamanya kepada golongan muda.

Empat isu penting dalam pelayanan belia: Rohani, Perkembangan Diri, Pelayanan dan Solidariti menjadi intipati retret tersebut.

Salah satu topik yang memberi kesan mendalam kepada peserta adalah kisah perumpamaan "Orang Samaria Yang Baik Hati".

Melalui perumpamaan itu, para pe-

serta melihat empat aspek yang perlu dititikberatkan.

Pertama, adalah kesedaran untuk bersikap peduli terhadap orang lain dan alam ciptaan Tuhan.

Kedua, adalah belas kasihan yang penting dalam pelayanan.

Ketiga, tindakan bertanggungjawab, iaitu mengambil peranan, bukan sekadar melihat atau berpeluk tubuh dalam pelayanan.

Keempat, kolaborasi ataupun kerjasama, iaitu saling membantu dan membangun bersama sebagai anakanak Tuhan.

Program pada hari terakhir disudahi dengan Misa Kudus dan pemberkatan serta pengutusan para peserta, diikuti penyampaian sijil. — Maria Amella, KAYC/Today's Catholic

Maka, seperti anak sulung dalam

bacaan Injil itu, mereka juga harus

mendengar dan melakukan kehendak





Misa Kudus Harian di Gereja Holy Spirit, Lundu.

Diberkatilah orang yang tabah dalam percubaan!

KRUBONG, Melaka: "Sebagai murid Yesus, kita diharapkan untuk menjadi kuat seperti batu' dan bukannya lembik seperti 'lalang'," demikian kata Uskup Bernard Paul terhadap 43 orang krismawan di paroki Our Lady of Guadalupe (OLG), Krubong pada Oktober 1 lalu.

Uskup Bernard memimpin ritus penerimaan Sakramen Krisma dalam tiga bahasa (Bahasa Inggeris, Mandarin dan Bahasa Malaysia) bersama Fr. Joseph Heng (paderi paroki OLG) dan Fr Martinian Lee.

Dalam homilinya, prelatus itu memberi renungan berdasarkan bacaan dewasa dalam iman mereka.

Injil Matius 21: 28-32 berkenaan dua orang anak lelaki yang dipanggil oleh bapa mereka untuk bekerja di kebun anggurnya.

krismawan bahwa mereka telah diurapi dengan Roh Kudus dan menjadi

Bapa. Katanya, "Roh Kudus adalah kurnia Uskup Bernard mengingatkan para daripada Tuhan kepada semua orang. Kita harus mendengarkan Roh Kudus, belajar daripada-Nya dan dipimpin oleh-Nya. Pesan Uskup Bernard sebelum

mengakhiri homilinya, "Sebagai murid Yesus, kita harus berusaha untuk 'berlari' hingga ke garisan penamat. Proses ini memerlukan ketabahan, ketahanan dan iman.

Dan melalui kurnia Sakramen Krisma, Roh Kudus akan menguatkan kita semua untk 'berlari' dalam iman menuju ke rumah Bapa." — **Jennifer**



Gereja Sinodal adalah Gereja yang Diutus dalam misi

VATIKAN: Kardinal Jean-Claude Hollerich, Relator Umum Sinode, menyajikan Modul B2 dari *Instrumentum Laboris*, yang mengajak para peserta untuk merefleksikan topik: "Tanggung Jawab Bersama dalam Misi: Bagaimana kita dapat berbahagi karunia dan tugas dengan lebih baik dalam pelayanan Injil."

"Oleh kerana tu, tema kita adalah misi," kata Kardinal Jean-Claude Hollerich pada Oktober 13, dalam presentasinya mengenai "modul" ketiga Sidang Umum Sinode Para Uskup.

Relator Umum Sinode menekankan fakta bahawa panggilan misi meluas ke seluruh anggota Gereja. Prelatus itu mengingatkan para pendengarnya bahawa misi secara intrinsik berhubungan dengan topik "persekutuan"

Tema misi, "terus muncul dalam karya modul kedua: persekutuan tidak tertutup

pada dirinya sendiri tetapi didorong menuju misi; pada masa yang sama, tujuan misi memperluas cakupan persekutuan."

Kardinal itu menyatakan "benua digital" sebagai contoh penjangkauan yang boleh membantu Gereja mencapai gagasan misi dalam konteks sinode.

Dunia digital adalah "wilayah misi" baru yang harus diinjili oleh mereka yang menghuninya. Hal ini, katanya, juga menggambarkan konsep "tanggungjawab bersama": "Semua orang yang dibaptis dipanggil dan mempunyai hak untuk berpartisipasi dalam misi Gereja, semua mempunyai sumbangan tersendiri. Apa yang benar bagi benua digital juga berlaku bagi aspek-aspek lain dari misi Gereja."

Kardinal Hollerich menerangkan tentang lima lembar kerja yang akan dibincangkan dalam kumpulan pada topik: pelayanan; peranan wanita, hubungan antara pelayanan



tahbisan dan baptisan; dan pelayanan para Uskup.

Para peserta sinode juga diberi ruang untuk bersuara. Intervensi bebas ini, katanya, mengungkapkan resonansi dengan wawasan yang dibahagikan dalam sesi kelompok sebelum Sidang Umum.

Dan dia menjelaskan bahawa adalah

penting "laporan *Circuli Minores* dan intervensi para pelapor semakin menyajikan poin-poin konvergensi dan divergensi, namun yang terpenting adalah pertanyaan-pertanyaan yang harus dieksplorasi dan cadangan atau usulan bagi langkah-langkah konkrit yang harus diambil di masa depan."

— media Vatikan

Khabar baik ada di tengah-tengah kemiskinan, penindasan

Perkongsian dari Estela Padilla (Filipina) tentang pengalaman Perjalanan Sinodal Asia:

Pembelajaran terbesar saya dalam Sinode ini adalah penelitian secara komunal. Semasa Sidang Asia, kami duduk dalam kumpulan kecil dan menggunakan keheningan selama dua minit untuk

mendengarkan secara mendalam apa yang Roh katakan kepada kami setelah setiap sesi perkongsian. Sepanjang sidang sinode, kami berdiam diri lebih lama (20 minit hingga satu jam) ketika kami harus mengambil keputusan sebagai sebuah komuniti.

Pada suatu ketika, sedang kami berehat seketika untuk minum, setelah tegukan pertama – seorang pemimpin Gereja di Indonesia berkata: "Tunggu! Mari kita hening selama dua

minit sebelum menghabiskan minuman!"

Saya menyedari bahawa pengambilan keputusan hanya dapat memuliakan Tuhan ketika kita melalui dan bertumbuh dalam proses penegasan rohani komunal.

Seorang paderi pernah bertanya kepada saya mengapa laporan kami penuh dengan hal-hal negatif yang terjadi dalam Gereja? Di mana Khabar Baiknya?

Saya katakan padanya, Khabar Baiknya adalah kejujuran dalam menghadapi semua luka yang ada di dunia kita dan kegagalan kita dalam memberikan kesaksian.

Khabar Baik itu ada di tengah-tengah kemiskinan, kekerasan yang disebabkan oleh terorisme dan penindasan politik, kleriskalisme dan kepimpinan hirarki.

Berjalan tanpa alas kaki bersama-sama,

perjalanan sinodal — daripada komuniti kecil ke peringkat paroki, keuskupan, kebangsaan dan Kontinental — merupakan proses penyertaan untuk menjadi komuniti kenabian.

Dalam Laporan Sinodal Akhir Asia kami, kami mengisytiharkan siapa kami sebagai sebuah Gereja: membaca tanda-tanda zaman dan mematuhi panggilan Tuhan untuk menjadi jambatan keamanan dan menjadi pembina keamanan, untuk terus berdialog dengan orang miskin, agama, dan budaya, untuk memupuk golongan muda dan wanita dengan peranan kepimpinan yang penting, untuk mengambil berat terutamanya pendatang dan pelarian. — *media Vatikan*



GAZA: "Kita tidak tahu lagi siapa yang masih hidup dan siapa yang terbunuh di Gaza. Ia mengambil masa terlalu lama. Minta mereka, tolong, untuk menyelesaikan kita semua,"demikianlah antara keluhan dan tangisan dari mangsa yang terkepung di Jalur Gaza setelah tentera Israel menyerang balas serangan kumpulan Hamas.

Gencatan senjata bagi membolehkan pemegang pasport asing keluar dan bantuan dibawa masuk, juga gagal.

Penduduk Gaza berkata serangan semalaman pada Oktober 8 adalah yang paling berat dan ketika artikel ini ditulis, konflik antara Israel dan pejuang Hamas memasuki hari ke-

Mujurlah anggota-anggota UNRWA (*United Nations Relief and Works Agency for the Near East*) di ibu pejabat mereka di Amman, sentiasa mengemas kini situasi kemanusiaan di Jalur Gaza.

Dunia telah meninggalkan kita sendirian

"Dunia telah meninggalkan kami sendirian. Orang dibunuh setiap saat. Rumah kami musnah. Tiada air, tiada elektrik. Dan semua keperluan asas manusia tidak ada di sini. Kami hanya sesak nafas..." demikian salah satu mesej dari mangsa, yang dihantar oleh UN-RWA kepada masyarakat dunia.

Konflik tercetus pada Oktober 7 lalu apabila lelaki bersenjata Hamas menculik sekurang-kurangnya 190 orang — kebanyakannya orang awam, termasuk wanita dan kanak-kanak — dan membawa mereka ke Gaza dan menyerang Israel yang mengorbankan 1,400 orang.

Kemudian pada Oktober 8, Israel melancarkan serangan balas yang paling intensif.

Pemimpin-pemimpin agama, termasuk Uskup Agung Canterbury, Justin Welby, dan para Patriark dan Ketua Gereja di Yerusalem juga mendesak untuk perdamaian di tengahtengah krisis kemanusiaan yang semakin memuncak di Gaza.

Para pemimpin agama ini juga menyertai Hari Doa dan Puasa pada Oktober 27 lalu, bagi menyahut undangan Sri Paus Fransiskus untuk berdoa bagi krisis di Tanah Suci. media Vatikan

Perwakilan Arab di Sinode: 'Terkoyak Hati' tanah airnya sedang berperang

VATIKAN: Perwakilan dari Tanah Suci dan negara-negara yang mengalami konflik: Timur Tengah, Ukraine, Irak dan Afrika, berdoa untuk perdamaian dan berharap cara mendengarkan Sinode dapat membantu.

Dia memberitahu wartawan bahawa doa-doa pada pagi Khamis, Oktober 12 di Sinode adalah "saat yang sangat kuat", kerana "sejak perang meletus, hati saya telah hancur dan berdukacita mengingatkan ramai orang tidak bersalah menjadi korban."

Margaret Karram, presiden Gerakan Focolare, seorang Katolik Arab yang berasal dari Israel dan Palestin berkata banyak usaha diperlukan untuk keamanan, tetapi "kuasa doa adalah penting dan terutama."

"Pengalaman di Sinode mengajar saya apa ertinya berjalan bersama, berdialog, membiarkan diri dicabar oleh orang lain, dan sinodaliti bukan sekadar metodologi, ia mesti menjadi cara hidup Gereja: mendengar yang lain dengan hormat, melampaui pendapat yang berbeza," katanya.

Apa yang saya lakukan di Sinode ini? Margaret mengaku menanyakan pertanyaan ini pada dirinya sendiri ketika dia mendapat tahu perang melanda negaranya dengan hati yang 'terkoyak'.

Namun Sinode memperlihatkannya gaya hidup Gereja yang berdoa, berdialog dan pelbagai cara mempromosikan perdamaian.

"Inilah tanda sinodaliti Gereja yang bekerja kuat menjadi tanda perdamaian ketika adanya konflik dan peperangan," katanya.

Margaret bersyukur melihat banyak ini-



siatif doa antara agama dilaksanakan sejak kebelakangan ini, termasuk di platform digital, untuk melibatkan lebih ramai orang beriman berdoa bersama di seluruh dunia lebih-lebih lagi untuk negara-negara yang sedang berperang.

"Mengenai konflik di Gaza, Margaret mengatakan, Suara saya sahaja tidak akan berbuah. Komitmen setiap orang diperlukan!" — *media Vatikan*

Angelus bersama Sri Paus Fransiskus

Apa sikap kita terhadap undangan Tuhan?

VATIKAN: Selepas mengucapkan salam kepada ribuan penziarah yang berkumpul di Dataran Santo Petrus untuk Angelus Hari Minggu, Sri Paus Fransiskus berbicara tentang petikan Injil hari itu tentang perumpamaan Yesus mengenai seorang raja yang menyediakan jamuan perkahwinan untuk anaknya.

Dengan murah hati, raja itu menjemput ramai orang untuk berkongsi kegembiraannya. Raja menunjukkan kebaikan hati kerana dia tidak memaksa sesiapa pun untuk hadir, sebaliknya membiarkan orang ramai memutuskan sama ada menerima jemputan ke pesta itu.

"Inilah yang Tuhan sediakan untuk kita: perjamuan, untuk kita bersatu dengan Dia dan di antara kita. Dan oleh itu kita semua, dijemput oleh Tuhan."

Menghadiri jamuan itu memerlukan masa dan komitmen kita, kata Sri Paus Fransiskus seraya menjelaskan bahawa jenis perhubungan yang Bapa tawarkan kepada kita bukanlah hubungan yang tunduk atau dipaksa untuk patuh sebaliknya, hubungan kebapaan dan anak kerana "Dia menghormati kebebasan kita sepenuhnya kerana Tuhan mencadangkan bukan memaksa, Dia tidak pernah memaksa!"

Dalam perumpamaan itu juga, beberapa hamba menolak jemputan raja ke pesta perkahwinan atau mengabaikannya dengan pergi menjalankan urusan mereka sendiri, Sri Paus menekankan bahawa balasan Tuhan terhadap mereka yang menolak jemputannya ialah dengan kesabaran dan memperbaharui semula jemputan itu.



Sri Paus Fransiskus memberkati seorang kanak-kanak pelarian semasa doa Angelus.

Adakalanya kita gagal untuk melihat atau mempedulikan jemputan Tuhan kerana kesibukan harian.

"Mari kita bertanya kepada diri kita sendiri: bagaimana saya dapat menjawab jemputan Tuhan?"

Bapa Suci menerangkan, "ita boleh memberi ruang kepada Tuhan semasa Misa, mendengar Firman Tuhan, dalam doa, dan juga dalam amal kasih kita iaitu dengan membantu saudara-saudari kita yang memerlukan seperti orang miskin, sakit, kesepian, walaupun mungkin hanya mendengar satu sama lain.

Dan dengan menghiburkan mereka yang menderita, kita boleh bersama Tuhan

yang hadir di dalam mereka.

Pada akhir renungannya, Bapa Suci mengesyorkan beberapa introspeksi dengan merenungkan berapa banyak ruang yang kita sediakan untuk Tuhan dalam kehidupan seharian kita dan sama ada kita terlalu tertumpu kepada urusan kita sendiri daripada menyahut jemputan Tuhan dan membantu saudara kita yang memerlukan, di mana kita dapat mencari kepuasan dan kebahagiaan sejati.

"Semoga Santa Perawan Maria yang menginspirasikan kita dengan jawaban "ya" membantu kita untuk tidak menjadi pekak terhadap undangan-Nya," ujar Sri Paus Fransiskus. — *media Vatikan*

Pada masa turbulensi, hayati kata-kata ini

Dalam dunia yang penuh dengan turbulensi dan ketidakpastian, menjumpai kata-kata yang menggema dengan kebenaran spiritual dapat menjadi sumber kekuatan dan kenyamanan. Berikut 12 rohani Katolik yang dapat menguatkan hati yang lemah, dipetik dari *mycatholic.life*.

- 1. Tanpa beban penderitaan, mustahil untuk mencapai puncak rahmat. Berkat kasih karunia meningkat seiring dengan meningkatnya perjuangan. – *Santa Rosa dari Lima*
- 2. Rahsia dari kebahagiaan yang hakiki adalah hidup dari waktu ke waktu, dan bersyukur kepada Tuhan atas kebaikan-Nya yang telah memberikan waktu-waktu tersebut pada kita. *Santa Gianna Molla*
- 3. Dan Tuhan bersabda padaku, 'Anak-Ku, kau telah menyenangkan-Ku dengan menerima penderitaanmu. Dalam penderitaan fizikal mahupun mentalmu itu, anak-Ku, janganlah mencari simpati dari makhluk lainnya.

Aku ingin harumnya penderitaanmu itu tetap suci. Aku ingin kau melepaskan keterikatanmu dengan makhluk-makhluk yang ada di sekitarmu, juga dari dirimu sendiri. Semakin kamu mencintai penderitaanmu, anak-Ku, semakin murnilah cintamu kepada-Ku. – *Santa Maria Faustina Kowalska*

- 4. Dunia menawarkanmu kenyamanan, tetapi kamu tidak diciptakan untuk menjadi nyaman. Kamu diciptakan untuk menjadi besar. – *Sri Paus Emeritus Benediktus XVI*
- 5. Ekaristi adalah rahsia dalam hidup harianku, memberiku kekuatan dan makna terhadap segala aktiviti pelayananku kepada Gereja di dunia. – *Sri Paus Yohanes Paulus II*
- 6. Tak ada sesuatu yang besar yang didapatkan tanpa pengorbanan. – *Santa Katarina dari Siena*
- 7. Dalam bilurku yang dalam, aku dapat melihat kemuliaan-Mu, dan hal itu menguatkanku. – *Santo Agustinus dari Hippo*
- 8. Kita tidak dapat melakukan hal besar, tetapi kita dapat melakukan hal kecil dengan cinta yang besar. *Ibu Teresa dari Calcutta*
- 9. Tetapkanlah pandangan matamu kepada Tuhan dan biarkan Dia bekerja. Biarkan Dia bekerja pada apa yang kamu khuatirkan. Santa Jane Frances de Chantal



10. Sangatlah tidak baik untuk membiarkan fikiran kita mengganggu atau membuat kita khuatir. – **Santa Teresa dari**

- 11. Jika Tuhan mengirimkan banyak penderitaan padamu, itu tanda bahawa Dia punya rencana-rencana besar untukmu. *Santo Ignatius dari Loyola*
- 12. "Tuhan itu mengasihi manusia, dan cepat mengampuni, tetapi lambat menghukum. Oleh itu, janganlah seorang pun berputus asa kerana kamu berada dalam keselamatan Tuhan *Santo Cyril dari Jerusalem*

PENULIS BERKICAU

Kecam badan bukan perkara biasa

Tuhan berfirman kepada Samuel: Janganlah memandang parasnya dan tinggi badannya, sebab Aku telah menolak dia. Sebab orang memandang apa yang ada di depan mata, tetapi TUHAN memandang hati," (1 Samuel 16:7). Ayat ini menekankan bahawa Tuhan melihat ke dalam hati dan karakter seseorang, bukan hanya penampilan fizikalnya.

Andai kita umat Katolik menghayati sabda Tuhan ini, maka seharusnya perbuatan 'body shaming' atau kecam badan tidak ada dalam tindakan kita seharian.

Contohnya perbualan seorang nenek kepada cucu-cucunya ketika mereka mengunjungi nya pada musim cuti sekolah.

"Makin 'bambam' (gemuk) awak sekarang! Kurangkan makan! Beras pun dah mahal. Baju pun banyak tak muat nanti!"

"Eeeee kurus sangat awak ni. Tak cukup makan ke? Kena rajin makan, bagi berisi sikit, baru sihat!"

Ayat-ayat ini mungkin antara ayat yang pernah kita dengari dari semasa ke semasa. Kadangkadang, setiap hari kita dengar ungkapan ini. Bahkan, kita sendiri mungkin antara penuturpenutur ayat-ayat ini.

Komen-komen yang diberikan nampak seperti "nasihat" dan disampaikan dengan niat yang baik, agar mereka lebih "bermotivasi" untuk menjadi lebih sihat, tetapi secara sedar atau tidak, tindakan itu sebenarnya memberikan kesan yang negatif.

Kecam badan berlaku dalam masyarakat kita lebih kerap dari apa yang kita sedari, dan lebih malang, isu ini dianggap "biasa" dan tidak salah.

Tubuh adalah anugerah dari Tuhan dan harus dihormati serta dijaga dengan baik. Kitab Suci juga menyatakan agar tubuh dipandang sebagai tempat kediaman Roh Kudus.

Dalam 1 Korintus 6:19-20, tertulis, "Atau tidak tahukah kamu bahawa tubuhmu adalah bait Roh Kudus yang diam di dalam kamu, yang kamu peroleh dari Tuhan, dan bahawa kamu bukan milikmu sendiri? Kerana kamu sudah dibeli dan harganya telah lunas dibayar. Kerana itu, muliakanlah Tuhan di dalam tubuhmu." Petikan ini menunjukkan bahawa tubuh adalah anugerah dari Tuhan, harus dihormati serta dijaga dengan baik

Semasa program atas talian bersama para mahasiswa universiti dari Asia Selatan, Sri Paus Fransiskus turut mengecam perbuatan "kecam badan" kerana ia menyebabkan penurunan keyakinan diri dan keupayaan untuk hidup "mengikut hati nurani mereka."

Ingatlah, perbuatan kecam badan ini juga adalah satu jenayah. Pelaku kecam badan atau perbuatan menghina rupa fizikal seseorang di mana-mana perkhidmatan aplikasi boleh didakwa di bawah Seksyen 233 (1) (b), Akta Komunikasi dan Multimedia 1998 (Akta 588).

Jika didapati bersalah, individu yang melakukan kesalahan ini boleh didenda tidak melebihi RM50,000 atau penjara tidak lebih setahun atau kedua-duanya sekali.

Oleh itu, penting bagi kita mengubah pandangan dan kata-kata kita agar tidak memalukan seseorang berdasarkan fizikal mereka!

KENYATAAN MISI HERALD

HERALD adalah Mingguan Katolik Gereja Malaysia. Ia berusaha untuk menyampaikan berita-berita terkini, nilai-nilai Kristian dan berusaha untuk berdialog dengan semua sektor masyarakat untuk membina komuniti beriman kepada Tuhan yang harmoni. Kami menyokong pembentukan Gereja dan menggalakkan umat awam dan religius untuk membuat keputusan moral di arena luar Gereja.

ERAL Mingguan Ratolik

PERMOHONAN DOA SRI PAUS (OKTOBER)

Bagi sinode: Kita berdoa untuk Gereja, agar ia boleh mengamalkan mendengar dan berdialog sebagai gaya hidup di setiap peringkat, dan membenarkan dirinya dibimbing oleh Roh Kudus hingga ke pinggir dunia.

Oktober 29, 2023

Transformasi *spiritual* dalam retret pelepasan CHARIS



PUSAT MAJODI, Johor Bahru: CHARIS Bahasa Malaysia Keuskupan Melaka Johor telah menganjurkan Retret Pelepasan bagi membantu para pemimpin CHARIS mendalami kerohanian mereka. Seramai 60 orang peserta telah menyertai retret yang dikendalikan oleh Uskup Bernard Paul.

Dalam sesi pertamanya, Uskup Bernard mengajak para peserta untuk memahami apa sebenarnya kebebasan rohani atau kemerdekaan batin dalam diri seseorang.

Kita dicipta dengan kebebasan dalaman dan kita perlu memahami kebebasan minda dan hati kita, mengenali kemampuan dan keterbatasan diri, kita perlu merasa selesa dengan diri sendiri dan yang paling utama mengalami cinta kasih Tuhan dalam hidup membantu kita mencapai kebe-

basan rohani.

Ramai yang terperangkap dengan ikatan dalaman yang bercelaru sehingga tidak memampukan mereka mengalami kemerdekaan batin seperti kebimbangan, ketakutan, prasangka buruk dan banyak lagi.

Juga, ada hal lain yang mengikat kita sehingga tercetusnya huru-hara dalam diri; Membawa kita untuk membuat pilihan yang buruk; Menghalang kita untuk mengasihi Tuhan, diri kita dan orang lain sebagaimana sepatutnya

Pada akhir sesinya, Bapa Uskup membantu para peserta untuk merenung dan membuat keputusan untuk keluar dari perhambaan kepada kebebasan dengan kembali kepada jalan Tuhan dengan menerima kasih-Nya dan meraih kebebasan dalam sukacita Kristus. — *Tim CHARIS BM MJD*

Keluarga dan sinodaliti



46 pasangan memperbaharui janji perkahwinan.

TAWAU: Anugerah Pasangan Paling Muda (8 bulan) dan Anugerah Pasangan Paling Lama Berkahwin (48 tahun) adalah antara pengisian yang dijalankan semasa program Pengayaan dan Pembaharuan Janji Perkahwinan yang telah dianjurkan oleh Tim Pelayanan Keluarga (*Family Life Ministry*/ FLM) paroki Holy Trinity Tawau (HTC)

Penceramah bagi program yang bertema "Pengayaan Perkahwinan Ke Arah Gereja yang Lebih Sinodal" ialah rektor HTC iaitu Fr David A.Garaman.

Seramai 46 pasangan menghadiri program tersebut yang terbahagi kepada tiga sesi iaitu sesi katekesis pada selah pagi, pembaharuan janji perkahwinan pada sebelah petang dan pada sebelah

malam, Agape Night

Agape Night adalah majlis makan malam bersama keluarga dan religius di Four Season, Fajar Club.

Terdahulu, dalam sesinya di sebelah pagi, Fr David menyentuh tiga aspek iaitu tentang keluarga dan sinodaliti, peranan keluarga Katolik dan Keluarga sebagai Gereja domestik

Pada jam 4.00 petang, Fr David memimpin Misa Kudus yang menyelitkan ritus pembaharuan janji perkahwinan oleh setiap pasangan.

Tayangan video juga turut diselitkan semasa makan malam itu dengan tayangan nostalgia gambar perkahwinan dan gambar terbaharu setiap pasangan yang terlibat.

Program diakhiri dengan doa penutup oleh Fr David.

YPG 2023, kobarkan semangat imamat para paderi muda



KENINGAU: Seramai 53 orang paderi dari Malaysia, Singapura dan Brunei telah berhimpun di Keuskupan Keningau pada Oktober 9-12 sempena Perhimpunan Paderi Muda (Young Priest Gathering/ YPG 2023).

YPG adalah program yang menghimpunkan para paderi Malaysia, Singapura dan Brunei, yang melayani di bawah lima tahun. Namun, para paderi yang telah melayani lebih lima tahun, juga boleh menyertai YPG tidak lebih lima kali.

Kali ini, Keuskupan Keningau merupakan tuan rumah YPG. YPG dimulakan dengan Misa Kudus yang dipimpin oleh Uskup Cornelius Piong.

Dalam ucapannya, prelatus itu mengalu-alukan kedatangan semua paderi dan mengungkapkan penghargaan kepada Uskup Richard Ng dari Keuskupan Miri, yang mengiringi perhimpunan para paderi muda ini.

Pada hari kedua, para paderi berkunjung ke pusat ziarah Keuskupan Keningau iaitu Pusat Ziarah Keluarga Kudus, Nulu Sosopon.

Mereka diberi penjelasan mengenai program ziarah yang sedang

berlangsung di Keuskupan Keningau, iaitu Ziarah Bonda Maria yang di-sampaikan oleh Sdra Patrick Marius. Kemudian, mereka merayakan Misa Harian Senja dengan Uskup Richard sebagai selebran utama.

Dalam homilinya, prelatus itu memetik dua kisah dalam Injil Lukas iaitu kisah orang Samaria yang baik hati serta kisah Maria dan Marta.

Kisah orang Samaria yang baik hati membawa pesan bahawa kita harus aktif dalam berbuat kebaikan.

Manakala kisah Marta dan Maria pula membawa erti untuk kita memilih yang terbaik iaitu datang kepada Yesus melalui doa dan Sabda-Nya

"Sekiranya kita mengabungkan kedua-dua kisah ini, bermakna kita bukan sahaja perlu aktif berbuat kebaikan tetapi juga memilih yang terbaik iaitu datang kepada Yesus. Pesan ini bukan sahaja untuk para paderi tetapi juga kepada kita semua," ujar Uskup Richard.

Selepas Misa, para paderi makan bersama dengan komuniti di Paroki St Francis Xavier, Keningau.

Menurut Pengerusi Majlis Pastoral Paroki KSFX, Pn Nancy Nelly

Joneh penganjuran makan bersama itu adalah hasil kerjasama komuniti-komuniti zon KSFX.

Selepas berada KSFX, para paderi kemudiannya ke daerah Tambunan untuk pelbagai aktiviti dan tinggal bersama keluarga angkat sebelum meraikan Misa Penutup pada Oktober 12, di Gereja Holy Cross, Toboh, Tambunan.

Keuskupan Sibu diumumkan sebagai Tuan Rumah YPG bagi tahun hadapan!

Fr Jikhoriyo Nayak, CMF dari Keuskupan Miri amat gembira dengan pengalaman YPG di Keuskupan Keningau yang membolehkan beliau bersua dengan rakan-rakan paderi serta mengenal palbagai budaya di Sabah

Fr Shaun Lim dari Singapura mengatakan beliau tersentuh dengan sesi yang disampaikan oleh Fr Michael Raymond OFM Cap yang berkongsi realiti dan perjuangan paderi muda. Begitu juga dengan sesi yang dikendalikan oleh Msgr Nicholas Stephen yang membantunya memperbaharui semangat dan mengingatkan saya keistimewaan dan tanggungjawab luar biasa seorang paderi. — *Juanis Marcus*

Perayaan sukacita 120 tahun Holy Rosary

KUALA LUMPUR: Gereja Holy Rosary yang ditubuhkan pada tahun 1903, menyambut ulang tahunnya yang ke-120 pada Oktober 7 lahu

Sambutan ulang tahun itu dimulai dengan Novena sembilan hari, bermula September 29.

Pada Oktober 7, dengan tema, "Nasihatilah seorang akan yang lain dan saling membangunlah kamu seperti yang memang kamu lakukan" (1 Tesalonika 5:11), perayaan Misa Kudus dipimpin oleh Uskup Metropolitan Kuala Lumpur, Julian Leow dan Uskup Agung Simon Poh yang dijemput khas dari Keuskupan Agung Kuching dan Fr



Dominic Tan, paderi paroki Holy Rosary.

Dalam ucapannya, Uskup Agung Simon mempelawa umat Holy Rosary agar berkunjung ke Katedral Kuching, menyampaikan rasa gembiranya melihat pelayanan dan tenaga kaum muda yang begitu terserlah semasa perayaan ulang tahun gereja itu. Uskup Agung Julian juga bersyukur melihat Gereja Holy Rosary yang semakin berkembang dengan umat berbilang kaum dan selama 120 tahun ini, telah memberkati kehidupan yang tidak terkira banyaknya melalui pelbagai cara.