

# 疫境中的機遇・危機中的慈悲

曾穎嫻

## 導言

「新型冠狀病毒肺炎 COVID-19」肆虐全球已一年多，截至 2021 年 3 月份，全球超過二百萬人死亡，至少 1 億 2 千萬人確診。香港方面，二百多人死亡，一萬多人確診。

面對如此嚴峻的疫情，天主教香港教區決定由 2020 年 2 月 15 日至 28 日，暫停所有平日和主日公開彌撒兩週，以及取消聖灰禮儀。2020 年 2 月 25 日，教區再宣佈由於新冠肺炎確診個案仍累增，而社會大眾正竭力控制疫情蔓延，諮詢醫護人員後，決定繼續暫停公開彌撒，並採取抗疫措施，直至另行通告。

同樣面對疫情，2003 年「非典型肺炎 SARS」肆虐香港，香港教區發出《防範非典型肺炎擴散之牧民指引》，要求大家遵守指引，以保障公益，減少病毒在社區擴散的可能性，但沒有暫停公開彌撒和禮儀。

可見這次新冠肺炎疫情，情況大為不同，隨著確診個案持續激增，加上香港政府實施嚴格防疫措施，2020 年 2 月 15 日至今，一年多以來，香港教區曾多次暫停所有平日和主日公開彌撒，以盡量減低社區傳播的風險。

疫情引發人的恐懼和茫然，並改變人遵循的宗教禮儀方式。教會面對重重困難，教友的信仰生活亦有翻天覆地的變化。本文嘗試探討危機和挑戰之中，帶來的反思和啟示。

## 聖經中的疫症記述

在聖經記載中，「瘟疫」一詞曾多次出現。在《舊約》，「瘟疫」是上主審判人罪的方式之一。上主往往先派遣先知向人作出警告，梅瑟、撒羅滿、耶肋米亞先知、厄則克耳先知都曾苦口婆心地勸告以色列民。而在《新約》，聖史路加及若望記述耶穌發表末世言論，論及未來災難，曾提及「瘟疫」。

《出谷紀》第 5 章，上主派遣梅瑟和亞郎見法郎，要求法郎放走以色列人，好叫他們在曠野裏過節敬拜上主。他們回答說：「希伯來人的天主遇見了我們。請讓我們走三天的路到曠野裏，向上主我們的天主獻祭，免得他用瘟疫刀兵擊殺我們。」出 5:3

《出谷紀》第 9 章，經過了四個災禍，法郎仍然不放走以色列人，上主再派遣梅瑟見法郎，要求法郎放走以色列人，否則降下瘟疫。「看，上主的手必用一種嚴厲的瘟疫加在你田野間的一切牲畜：就是馬、驢、駱駝、牛、羊身上。」出 9:3

《肋未紀》第 26 章，作者指出違法的禍患。「如果你們退入城市，我必使瘟疫來害你們，叫你們落在仇人手內。」肋 26:25

《戶籍紀》第 14 章，以色列子民抱怨梅瑟和亞郎，甚至說要用石頭砸死他們時，上主的榮耀在會幕上顯示給全以色列子民。「我要用瘟疫打擊他們，剷除他們，使你成為一個比他們更強大，更昌盛的民族。」戶 14:12

《申命紀》第 28 章，梅瑟向以色列人宣佈的第三篇演說，指出守法者必蒙祝福，違法者被詛咒。「上主必使你瘟疫纏身，直到將你由你要去佔領的地上完全消滅。」申 28:21-22

《撒慕爾紀下》第 24 章，達味統計人口獲罪上主，得到瘟疫之罰。「達味就揀選了瘟疫；正當收割麥子時，上主遂使瘟疫降於以色列，從早晨直到規定的時期，由丹直到貝爾舍巴，民間死了七萬人。」撒下 24:15

《列王紀上》第 8 章和《編年紀下》第 6 章，撒羅滿當着以色列全會眾，立在上主的祭壇前，舉手向天祈禱。「如果此地發生饑饉瘟疫，五穀枯萎生霉，或遭受蝗蟲螞蚱，或有敵人犯境圍困門下，或不拘遭受什麼災禍疾病。」列上 8:37 及編下 6:28

《編年紀下》第 7 章，上主俯允了撒羅滿的禱告。「我如果使天閉塞不雨，或使蝗蟲吞吃這地，或使瘟疫在我百姓中間流行。」編下 7:13-15

《聖詠集》第 78 篇回顧以色列人的歷史，重提降在埃及的「十災禍」。「下冰雹把他們的葡萄打碎，降寒霜把他們的桑樹打毀，將他們的牲畜交給瘟疫，將他們的羊群交給毒疾。」詠 78:47-48

《聖詠集》第 91 篇指出天主是義人的護佑。「他必救你脫離獵戶的縲絆，他必救你脫免害人的瘟疫。他以自己的羽毛掩護你，又叫你往他的翼下逃避；他的忠信是盾牌和鎧衣。你不必怕黑夜驚人的顫慄，也不必怕白天亂飛的箭矢，黑暗中流行的瘟疫，正午毒害人的癘疾。」詠 91:3-6

《耶肋米亞先知書》第 14 章，先知為以色列人向上主求情。「上主對我說：『你不要為這人民求情！即使他們齋戒，我也不會俯聽他們的呼籲；即使他們奉獻全燔祭和素祭，我也不會悅納，反而要用戰爭、饑饉和瘟疫將他們消滅。』」耶 14:12

《耶肋米亞先知書》第 21 章，先知預言猶大勢必國破家亡。「他們必死於盛行的瘟疫。此後——上主的斷語——我必將猶大王漆德克雅和他的臣僕，並這城中幸免於瘟疫、刀劍和饑饉的人民，交在巴比倫王拿步高和他們的仇敵，以及謀圖他們性命者的手中，叫敵人用利刃擊殺他們，毫不饒恕，毫不憐憫，毫不表同情。」耶 21:6-7

《耶肋米亞先知書》第 27 章，先知預言猶大應臣屬巴比倫。「若一個民族或國家，不願作巴比倫王拿步高的奴隸，或不願屈

服在巴比倫王軛下，我必以戰爭、饑饉和瘟疫懲罰這民族——上主的斷語——直至將他們悉數交在他手中。」耶 27:8

《耶肋米亞先知書》第 29 章，先知向那些從耶路撒冷給被擄去的長老、司祭和先知，以及拿步高從耶路撒冷擄往巴比倫的民眾，致函慰問。「萬軍的上主這樣說：看，我必給他們招來戰爭、饑饉和瘟疫，使他們有如壞得不可吃的爛無花果，以戰爭、饑饉和瘟疫窮迫他們，使他們在地上各國遭受虐待，在我驅逐他們所到的各民族中，成為咒罵、驚恐、嘲笑、詛咒的對象。」耶 29:16-17

《厄則克耳先知書》第 14 章，上主藉著厄則克耳的口，指出義人得救，惡人喪亡。「因為吾主上主這樣說：我雖然使刀兵、饑荒、猛獸、瘟疫四大災難降在耶路撒冷，為滅絕那裏的人和獸

《厄則克耳先知書》第 33 章，上主斥責以色列人所行的醜惡。「你應告訴他們：吾主上主這樣說：我指着我的生命起誓：那在廢墟中的，必喪身刀下；在原野的，我要把他們交給野獸吞噬；在堡壘和山洞中的，必死於瘟疫。」則 33:27

《路加福音》第 21 章，耶穌發表末世言論，論及未來災難。「耶穌遂又給他們說：『民族要起來攻擊民族，國家攻擊國家；將有大地震，到處有饑荒及瘟疫；將出現可怖的異象，天上要有巨大的凶兆。』路 21:10-11

《默示錄》第 6 章，耶穌發表末世言論。「當羔羊開第四個印的時候，我聽見第四個活物的聲音說：『來！』我就看見，出來了一匹青馬，騎馬的名叫『死亡』，陰間也跟着他；並給了他們統治世界四分之一的權柄，好藉刀劍、饑荒、瘟疫，並藉地上的野獸，去執行殺戮。」默 6:7-8

## 教宗方濟各看疫情

教宗方濟各在《2020 年世界傳播節文告》分享了他對疫情的看法：今年，充斥著新型冠狀病毒全球大流行帶來的痛苦和挑戰，整個教會在依撒意亞先知講述聖召的話「我在這裡，請派遣我」（依六 8）——的照耀下繼續這一傳教歷程。對上主的問題——「我將派遣誰呢」（同上）的回答是常新的。這一召叫發自天主的心、源於祂的慈悲，在當前的世界危機中這慈悲是對教會也是對人類的挑戰。

「像福音的門徒們一樣，一場突如其來的狂風暴雨席捲了我們。我們意識到我們在同一條船上，所有人都脆弱和迷茫，但同時重要和必要的是，所有人都蒙召一起划槳、所有人都需要互相安慰。我們都在……這條船上，就像那些門徒們那樣，異口同聲焦慮地說『我們要喪亡了』（谷四 38），我們也是這樣，我們意識到了不能靠每個人自己的力量向前，而只有一起向前」（2020 年 3 月 27 日，教宗在聖伯多祿廣場的默想）。我們真的很害怕、迷失了方向、感到恐懼。痛苦和死亡使我們感受到了我們人性的脆弱。但同時，我們都承認所有人都強烈渴望生命、渴望擺脫邪惡。在此背景下，傳教的召叫，為了愛天主、愛近人而讓我們走出自我的邀請，代表了分享、服務、轉禱的契機。天主交給每個人的使命讓人從恐懼和封閉的自我，過渡到因著奉獻自己而重新找到和更新的自我。

## 湯漢樞機看疫情

香港教區宗座署理湯漢樞機 2020 年 1 月 31 日以錄像分享，鼓勵教友「以信望愛面對疫情」。「各位兄弟姊妹，香港目前正

面對著疫情嚴峻的挑戰，相信大家在這段時間為了自己及家人的健康都非常焦慮及擔心。作為基督徒，讓我們在任何境況之中，都不忘投奔天主，信靠祂的眷顧，從祂那裡得到靈性的力量。

讓我們為在疫症中逝世的亡者祈禱，求主賜他們永享安息，並安慰他們的親人；我們也為所有感染了病毒的兄弟姊妹及他們的家屬祈禱，求主施展大能，恩賜他們身心痊癒，分享到基督死而復活的喜樂；我們更為前線醫護人員祈禱，願主偕同他們，使他們體會到自己並不孤單。願我們整個社會都能發揮守望相助的精神，和衷共濟，一心一德，克服當前的難關。

各位兄弟姊妹，保祿宗徒在《羅馬書》中教導我們說：「靠著那愛我們的主，我們在這一切事上，大獲全勝。」(8:37) 讓我們懷著這樣的信德，即使在恐懼與不安之中，仍然願意承擔基督徒地鹽世光的使命，在能力範圍內，多講一句問候的說話，多發一個鼓勵的短訊，與社會大眾一起同行，懷著信望愛三德，跨越困境！主佑大家！」

## 疫情下的堂區

為配合香港政府有關群組聚集的緊急防疫措施，香港教區於2020年2月15日宣佈：(一) 所有堂區聖堂及轄下小堂，以及其他慣常舉行主日或平日「公開」彌撒的地點，必須暫停舉行任何「公開」彌撒，以及其他任何形式的團體宗教活動，婚禮及殯葬禮除外。(二) 堂區聖堂及轄下小堂繼續開放，供信友作私人祈禱或朝拜聖體。堂區聖堂亦可安排每日或在指定的日期舉行明供聖體，供個別信友參與。在聖堂或小堂個別地祈禱或朝拜聖體的那些信友，不視為群組聚集。

為迎接這場「疫戰」，各堂區及彌撒中心都嚴陣以待。首先，堂區要消毒聖堂及堂區範圍，消毒所有禮儀書及歌詠集；甚至有堂區收起所有書籍，改用投影片簡報（Power point），避免因接觸物品而感染病毒的機會。

堂區又需要增設探熱器、免洗酒精搓手液、消毒地毯。聖堂內的窗戶盡量打開，保持空氣流通。更有堂區安排消毒公司，定期到聖堂進行消毒。有堂區特別更改彌撒時間，以便在兩台彌撒之間，預留足夠時間進行清潔消毒工作。

因應「限聚令」，嚴格控制場地處所的人數，堂區須在座位上張貼告示，提醒教友要隔位坐，以保持適當的社交距離；亦在聖堂範圍設置指示牌，指示人流出入方向。在聖堂入口等當眼處，張貼大型告示，提醒教友進入聖堂範圍，必須佩戴口罩、量度體溫、以消毒潔手液洗手及保持社交距離。

根據「限聚令」，婚禮及殯葬禮的參禮人數有所限制，堂區租借場地予有關人士時，亦需要作出協調。因應疫情變化，「限聚令」所規定的人數，曾多次變動，亦為堂區及婚禮及殯葬禮的家人帶來額外的困難。

一年多以來，教區曾有數次短暫地恢復公開彌撒，但是堂區仍然沒有鬆懈。全靠大家的努力，使聖堂免於成為散播病毒的地方，讓教友可以放心地回到聖堂祈禱，參與彌撒和禮儀。

## 網上直播彌撒

新冠肺炎疫情席捲全球，2020年4月12日，教宗方濟各打破傳統，以網上直播方式主持復活節彌撒，讓全球十三億教徒因疫

情封城而無法外出的這段時期，能夠一同慶祝。至於香港教會，亦不可避免地要網上直播彌撒。

《彌撒經書總論》指出，舉行彌撒，是基督及按聖統制組織起來的天主子民的行動。對普世教會、地方教會，和每位教友而言，彌撒實是整個基督徒生活的中心。彌撒是天主在基督內，聖化世界的行動高峰，也是人們在聖神內，藉聖子基督，欽崇天主聖父的敬禮高峰。

《天主教法典》指出，主日及當守的法定節日，信徒有責任參與彌撒。如因缺乏聖職人員或因其他重大原因，不能參與感恩祭時，懇切希望信徒參加在本堂區或在其他聖所，依教區主教規定所舉行的聖道禮儀，或個人以相當的時間做祈禱，或在家祈禱，或斟酌情形，幾個家庭團聚做祈禱。

可幸，數年前，香港教區已於聖母無原罪主教座堂鋪設光纖網絡，在聖堂內安裝了多部高清攝錄機，並由教區視聽中心負責網上直播聖母無原罪主教座堂的粵語主日彌撒、子夜彌撒、以及其他大彌撒，如升主教、升神父等，一直深受香港教友及海外教友歡迎。

故此疫情期間，教區視聽中心可以如常以高清質素直播彌撒，服務那些無法參與實體彌撒的香港及海外教友，實在有賴教區的遠見，以及上主的帶領。因應需求，教區視聽中心更新增直播主教座堂的英語主日彌撒，讓在港及海外的外籍教友，也可以參與網上直播彌撒及神領聖體。

## 首創直播彌撒手語翻譯服務

為了提升服務，惠及更多人，教區視聽中心首創在直播彌撒中，加入即時手語翻譯。要成就這個壯舉，教區視聽中心特別邀請教區傷殘人士牧民中心合作。由 2020 年 2 月開始，每個星期六及主日彌撒前，幾位聾人小組的手語翻譯義工，都要前往教區視聽中心。義工們抓緊時間預備和練習該日彌撒的經文、《福音》的手語；最具挑戰性的是主祭的講道，因為每位神長都各有特色，而且每篇講道稿件都是「新鮮出爐」，無法事前預備。義工們不只是打出手語，更要生動地表達神長的語調和感覺，的確不是一件容易的事。

感謝教區傷殘人士牧民中心主任及聾人小組的手語翻譯義工，一年多以來無私的奉獻，讓香港及海外的聾人教友可以無障礙地參與基督徒生活的泉源與高峰——感恩祭，此舉不單開創了先河，更大大提高了直播彌撒的福傳效果。執筆時，疫情仍然反覆，相信義工們要繼續服務，長期作戰。

## 神領聖體

全香港共有 91 間聖堂及彌撒中心，教友欲參與彌撒及實領聖體，的確是「梗有一間在附近」。可是，在疫情之下，教友只可以「神領聖體」。究竟何謂「神領聖體」？可否代替「實領聖體」？讓我們參考禮儀學者，現任香港教區禮儀委員會主席羅國輝神父於 2020 年 4 月撰寫了一篇題為《有關神領聖體》的文章。

「神領聖體自古已有；是在沒法實領聖體聖事時，退而求其次，在心神上盡抒渴望領受聖事與主結合之情，化之為心靈上渴慕耶穌，迎接他來到自己心中，與之契合。這可見於著名的 18 世

紀聖亞豐索「神領聖體經」：『我的耶穌，我真心相信你在聖體聖事內，我愛你在萬有之上，我渴望領受你到我心中。既然我現在不能實領聖事，但請你賜我至少神領你到我心中。我擁抱你，完全與你結合，像你實在親臨一樣。別讓我再與你分離！亞孟。』中世紀，信友甚少實領聖體，甚至每年只辦告解，實領聖體一次；於是，神領聖體就變得更重要；直到 1910 年，教宗聖比約五世提倡勤領聖體，神領聖體亦作為實領聖體前的準備。梵二後，實領聖體已是每次參與彌撒的慣常做法，故「神領聖體」的說法，遂鮮有提及。」

## 神領聖體不會替代實領聖體

羅國輝神父強調「實領聖體聖事與神領聖體，彼此相關，尤其實領聖體也必須有與主相結合的渴望和心意；而這份渴望也在實領聖體時達成了。故此，神領聖體必然指向實領聖體，而不會、也不可取代實領聖體，反之，卻是更幫助信友有意識地全心和實惠地實領聖體；否則本末倒置。此時此刻，疫症橫行，聖堂沒有公開彌撒，「神領聖體」更應推廣，以保持與上主與教會的共融結合，尤其在觀看直播時，更是可取，因為可以與團體同步祈禱。不過，觀看錄影，雖然不是同步，但跨越時空（天主是沒有時空的限制），神領聖體未嘗不可；本來神領聖體就是可以隨時隨地的熱心祈禱。其實，觀看網上彌撒，跟著經文默想，全心祈禱，加上神領聖體，的確可以補充一點未能實際參加彌撒、實領聖體的欠缺。」

經過一年「神領聖體」之後，2021 年 2 月 4 日，香港教區宣佈：為盡量避免信友因未能參與平日及主日彌撒而長期欠缺聖體靈性滋養的不良影響，各堂區可按實況，在平日和主日，一次或

多次，在指定時間（例如在慣常舉行彌撒的時間），給教友送聖體。教友應妥善準備，即先參加網上彌撒，或先朝拜聖體。必須遵守防疫措施，包括保持社交距離，以及信友領聖體後，不應繼續聚集在聖堂內。

## 疫情下的全大赦

在受新冠肺炎肆虐全球的情況下，宗座聖赦院於 2020 年 3 月 19 日公布：那些受疫症影響而各以不同方式承受病痛的信友，如他們以悔改皈依精神來承擔這些痛苦，並藉此重新覺察到「同一的基督救贖的痛苦」（聖若望保祿二世，《論得救恩的痛苦》，30），則他們可按以下條件獲頒賜全大赦——

### 1. 基本條件：

信友必須放棄對罪惡的任何依戀，並應滿全三個慣常的條件，即：**a. 辦妥當告解；b. 參與彌撒和領聖體；c. 為教宗的意向祈禱（可採用任何方式）**【基於疫情，這三個條件儘早滿全即可；另見以下 2.4 項。】

### 2. 履行熱心或愛德善工：

在以下四種情況下的信友，視為滿全了為領受上述全大赦必須履行的善工——

#### 2.1 那些感染新型冠狀病毒，且遵照衛生當局規定，要在醫院、檢疫中心，或家居接受隔離檢疫的信友，如透過媒體，在心神上參與彌撒、誦念玫瑰經、苦路善工或其他敬禮，或至少誦念信經和天主經，及虔誠地呼求榮福童貞瑪利亞，並基於對天主的信心和對近人的愛德，奉獻自己的困苦。

- 2.2 醫護人員、病人的家屬，以及那些效法良善的撒瑪黎雅人，冒着生命危險，表現出最崇高的愛（參閱若 15:13）來照顧感染者的信友。
- 2.3 在目前疫症散播全球期間，前往朝拜聖體，或參加聖體敬禮，或閱讀聖經至少半小時，或誦念玫瑰經，或履行苦路善工，或誦念慈悲串經，同時為疫症平息、減輕受感染者的痛苦，以及為那些因疫症而去世的人士得享永生而懇求全能天主的信友。
- 2.4 無法領受病人傅油聖事和臨終聖體的信友；基於諸聖相通功，教會把他們託付給慈悲的天主；只要這些在世時有相應的準備和念一些經文（如天主經、聖母經等），他們臨終時能獲頒賜全大赦。（在此情況下，教會補足他們為得大赦而必須滿全的三個慣常條件。）為獲享此全大赦，宜使用苦像或十字架。

## 疫情下的修和聖事

為了同心抗疫，而未能參與修和聖事，教友是否有罪？宗座聖赦院在 2020 年 3 月 19 日，特別對修和聖事作了一些澄清，而以下三項適用於香港教區：

1. 在目前疫情下，一位司鐸可能在某情況下認為有需要為幾位信友施行不經個別告明的「集體赦罪」。在本港教區，該司鐸必須先徵詢湯漢樞機或夏志誠輔理主教，才可行事。
2. 在目前疫情下，信友如在參與修和聖事上暫時有障礙，只要誠意渴望領這聖事，並勉力履行祈禱、克己及愛德善工，便可視為滿全悔改皈依的本份。

3. 信友遇有死亡危險，如沒有司鐸在場聽他們的告解，那麼，只要他們發「上等痛悔」（即基於愛天主在萬有之上的愛），便可獲赦免小罪；如果他們下定決心盡快接受修和聖事，那麼，「上等痛悔」也能赦免大罪。（《天主教教理》1452）

## 疫情下的入門聖事

面對疫情反覆，入門聖事也要被迫延期。香港教區於 2020 年 5 月 8 日決定就入門聖事作以下特別安排——關於「成人入門聖事」：（一）待堂區恢復舉行公開的主日彌撒後，可用分小組方式，舉行單獨一次「候洗者甄選禮連同考核禮」；（二）隨後，可安排候洗者，以分小組方式，在 2020 年耶穌基督普世君王節前的任何主日，領受入門聖事。

關於嬰兒領洗及兒童/少年完成入門聖事：（一）待恢復舉行公開的主日彌撒後，堂區可在任何主日，經公教父母及代父母的適當準備，施行嬰兒洗禮（可採用小組方式）。（二）原定於 2020 年領受堅振和初領聖體的主日學兒童及少年，經適當的準備，可在 2020 年耶穌基督普世君王節前任何主日領受該兩件聖事，以完成基督徒入門階段（可採用小組方式）。香港宗座署理湯漢樞機授權堂區主任司鐸，可因應今年的特殊情況，施行堅振聖事。

2020 年 10 月 2 日，終於恢復公開彌撒。各堂區紛紛抓緊時間，安排在這段時期盡快舉行入門聖事，以防隨時因疫情反覆，而再次暫停公開彌撒。

## 疫情下的網上福傳平台

新冠肺炎疫情肆虐之下，「實體接觸」成了傳播病毒的途徑，打亂了人類的日常運作模式。人要分享、溝通、交流，就要轉移到「網上社交平台」、「影片分享網站」，例如：Facebook, Instagram 及 Youtube 等。而工作會議、教學、活動，都紛紛轉為「網上視訊會議」形式進行，例如：Zoom、Microsoft Teams、Cisco Webex、Google Meet 等。

2019 年「實踐、信仰、青年」年，教區視聽中心及教區青年牧民委員會合作製作福傳平台——「沸點」。有感教友被迫暫別堂區生活，團體生活，「沸點」團隊利用「網上視訊會議軟件」，舉辦《沸點不停學》及《沸點無限聚》，令青年教友在家也可以聚會，與大家分享討論。又舉辦《沸點書友會》，實行以知識裝備自己，明辨是非、持守真理！

靈修方面，「沸點」團隊在「網上社交平台」及「影片分享網站」，直播聖神修院的早禱、晚禱、三鐘經、彌撒及玫瑰經。又利用「網上視訊會議軟件」，舉辦《網上靈修日》。並利用「數碼媒體」，如 Podcast, Spotify, 分享自製音訊節目《聖言 DayDayBite》、《夏主教金句 INBOX》，希望幫助教友在家也可以加深信仰。

另外，「沸點」團隊在「網上社交平台」及「影片分享網站」，分享自製節目《神父修女 Home office》，讓教友了解神父和修女在疫情下的生活。又舉辦《Music Moment》、《Free Up Music Lab》音樂聚會，與教友一起分享音樂，談生活，談信仰。

因為「限聚令」，很多教區大型活動都無法進行，包括聖召委員會的《聖召行 2020》。「沸點」團隊向聖召委員會建議，利

用「網上社交平台」用戶喜歡參與不同網上挑戰的現象，舉辦「聖召行 Challenge」，邀請教友自行組隊，自定朝聖路線。朝聖過程中，請教友拿著玫瑰唸珠「打卡」，即拍照或影片，加上朝聖路線截圖，上傳到社交媒體。

疫症肆虐，公開彌撒被迫暫停，教友亦未能在彌撒中作捐獻。可是，建設和發展教會的經費，不容耽擱。有見及此，教區籌募建堂及發展基金委員會，與教區視聽中心「藝術顯主榮」合辦《『爾國臨格』網上書畫義賣展》。在「網上社交平台」及「影片分享網站」和委員會網站，分享書畫展的網上導賞之旅，讓教友可欣賞 8 位參展神長的書法造詣，又製作片段讓參展神長分享「書法與靈修信仰」的心得。教友既可競投神長的書畫作品，為建堂發展籌款，亦可在靈性上得到滋養。疫情下籌款和福傳，的確需要新方法！

以上這些利用「網上平台」舉辦的福傳和信仰培育活動，反應非常熱烈。在疫症蔓延時，為教友打下信仰的強心針。

## 疫情下的直播工具

以前一提起「直播節目」，就會想起昂貴、笨重、麻煩。教區視聽中心於 2018 年推出「直播背包 LIVE PACK」服務，搜羅輕便、價格相宜、有效率的直播器材和直播軟件，並向教區機構、團體及教友推廣，旨在培育教友製作和直播福傳節目。

「直播背包 LIVE PACK」顧名思義是所有直播器材，都可以放入一個背包之內，包括：直播軟件、拍攝器材、收音器材、腳架、充電器及充電線等。凡租用「直播背包」，教區視聽中心都會安排一次教學示範，以及技術支援。自推出以來，反應非常熱

烈；最驚喜的是，有青年音樂組合租用「直播背包」，前往澳洲作音樂福傳之旅。

「直播背包」推出兩年後，竟然成了疫情中的新福傳工具——2020 年初開始，全香港同心抗疫，對「直播背包」的需求急增，教友製作的直播節目，種類繁多，包括：彌撒、講座、退省、畢業禮、拜苦路、青年分享會、音樂祈禱會、神長的追思彌撒、升執事典禮、學校的祝聖禮、堂區主保瞻禮、公教進行社網上書展、傳教節講座……最難忘是有教友租用「直播背包」，直播親友的殯葬禮，讓因疫情未能回港奔喪的海外親友，也可以在網上同步，陪伴亡者走過最後一程。

最令人振奮的是，一些曾經租用「直播背包」的機構和堂區，例如：聖母聖衣堂、聖十字架堂、贖世主堂、香港天主教教友總會、教區婚姻與家庭牧民委員會等，累積經驗後，紛紛建立適合自己的「直播背包」，開始自行直播彌撒，自行製作福傳節目。

## 網上彌撒/靈修的缺點

### 當心信仰「虛擬化」的危險

教宗方濟各 2020 年 4 月 17 日清晨彌撒講道：「疫情當頭，包括宗教信仰在內，人人都透過媒體、透過傳播工具溝通，連這台彌撒也不例外。我們大家彼此交流，無法團聚一堂，卻在精神上同在。參禮的子民雖然稀少，卻有廣大的子民心靈相聚，身體遠離。聖事也是如此：今天你們在場領聖體，但是與我們相連的人們，只能神領聖體。這不是教會原本的樣貌：這是困境中的教

會，上主允許這種情況發生，可是照理說，教會始終與子民同在，提供聖事。」

為此，教宗闡明，「此時此刻，我們的確必須以這種方法培養與上主的親密互動，但這是為了走出隧道，而非停滯不前。這是宗徒們的親切感，而非諾斯底式、網絡風潮、自私自利；這是在子民之間的具體親密關係，在日常生活裡、在聖事內、在子民當中與上主的親切感」。教宗最後勉勵眾人效法宗徒，培養與上主的親切感，明白祂是上主，彼此分享一切，包括：團體、聖事、上主、平安和宴席。教宗祈求上主在教會內教導我們與祂的這份親密關係。

### 降低對彌撒的渴望和團體感

教友非常渴望重返聖堂參與儀式，可是疫情期間，教友不可參與實體彌撒、不可親領聖體、不可互祝平安，更不可參與堂區團體活動。人是習慣的動物，長期不能參與實體彌撒，漸漸地人就會開始覺得「無所謂」，對彌撒的渴望就會減輕了。同時，教友被迫從堂區團體，回到個人/家庭，漸漸地之前辛苦建立的團體感，就會不斷降低。不少堂區神父表示對此情況，感到擔憂。

### 突顯科技貧窮

互聯網表面上很公平，只要有電腦，智能電話和網絡，就可以通訊、玩遊戲，以及找到很多資訊。但對於不懂使用的人來說，例如老人和低下階層人士，就是陷入劣勢，陷入「科技貧窮」。一般人認為很普遍的電腦，智能電話和網絡，對於低下階層人士，卻是觸不到的奢侈品。另外，資源和人手不大充裕的小

型堂區，或是人口老化的堂區，亦面對「科技貧窮」帶來的衝擊。當人人都說要網上直播彌撒，這些堂區卻是有心無力。

## 網上彌撒/靈修的優點

### 打破既有觀念

其實香港的教友很幸福，因為全香港共有 91 間聖堂及彌撒中心，每個主日有多台彌撒，更有不同語言的彌撒可供選擇。這次疫情，令教友醒覺到可以參與實體彌撒，不是理所當然的。故此，教友必須懷著虔誠的心，好好珍惜每次參與實體彌撒，親領聖體的機會。

天主教一向予人「好像只有彌撒」的印象，這次疫情，令教友認識及善用更多其他靈修的方法：例如默想聖言、反省主日彌撒經文、閱讀聖經，誦念日課、誦念三鐘經、誦念光明之路，誦念玫瑰經，書法靈修等等。

以往教友會覺得「教會等如聖堂」，不可到聖堂參與彌撒，就什麼都做不了。這次疫情，令教友醒覺到教會不是一座建築物，而是因天主的愛而聚首的家人。在「限聚令」下，教友的相聚方式被迫改變，但並不能阻礙兄弟姊妹間的情誼。

當教區宣佈暫停公開彌撒及堂區活動，教友感到不知所措，彷彿陷入困局。但大家沒有放棄，反而轉危為機，發展新媒體福傳——網上直播彌撒、網上慕道班、網上靈修等等。真的，疫情不可能使我們與天主的愛相隔絕。

## 打破時間地域限制

互聯網世界打破地理和時間限制，威力無遠弗屆。疫情前，教友要在特定時間和地點參與實體彌撒，聆聽一位神父的主日講道。因工作、患病等原因未能到聖堂參與彌撒的人，就只能辦告解。疫情期間，世界各地不少聖堂，以及香港聖堂都開展了網上直播彌撒。教友可以選擇參與不同語言的彌撒直播，收看不同國籍的神父講道。很多堂區和培育團體都舉辦網上明供聖體、玫瑰經、靈修講座、退省、小組討論，各形各色。所有彌撒和靈修活動的片段，都儲存在互聯網上，教友可以隨時隨地收看重溫。

以前要到海外朝聖，是一件非常隆重的事，需要金錢、假期，以及詳細的行程安排。因應疫情，不少著名朝聖地都增設直播服務，教友足不出戶，就可以收看「花地瑪聖母顯現小堂」直播、「露德聖母山洞」直播、「瓜達露佩聖母」明供聖體直播，更可以參與耶路撒冷聖墓大殿「網上拜苦路」，又可以參與教宗方濟各於梵蒂岡聖伯多祿大殿主持的聖枝主日彌撒……

## 神長與時並進

疫情初期，不少神長對「直播彌撒」有所保留，所以開展直播彌撒的香港堂區寥寥可數。隨著疫情持續嚴重，長期暫停舉行公開彌撒，「直播彌撒」的需求日增，神長也要與時並進，照顧這個嶄新的牧民需要。不少神長開始學習運用直播器材，慢慢適應面對鏡頭主持彌撒。當中有神長甚至錄製主日講道分享，主持網上靈修講座和退省。

## 教友間的互助關懷

疫情阻隔人與人之間的實體接觸，反而令到堂區教友更加主動關心教友，關心自己的堂區大家庭。疫情期間，不少教友主動致電問候年長教友，更教導長者如何以收看直播彌撒及利用「網上視訊會議軟件」參與堂區的網上祈禱會和活動。

為了防疫，堂區增加了很多準備工作，不少教友自願參與協助，例如：清潔聖堂範圍，包裝防疫物資等等。疫情令人焦慮不安，不少善會團體在恆常網上工作會議之外，也會互相分享，彼此關心。

## 增進技術和經驗交流

鑑於資源和人手不大充裕的小型堂區，或是人口老化的堂區，在直播彌撒方面遇到困難，教區視聽中心及一些大型堂區，紛紛為堂區、學校、機構和團體，提供技術支援，分享交流經驗。進教之佑堂區傳訊組是其中的表表者，他們不斷完善自己堂區的直播系統，加上熟悉堂區運作，他們慷慨地與其他堂區分享經驗，更是事半功倍。

## 走出聖堂，關懷弱小

因應疫情，本港失業率持續上升，社區內遭逢突變的家庭人數不斷增加。政府統計處公布，2020年11月至2021年1月經季節性調整的失業率為7%，是近17年來高位；就業不足率也升0.4個百分點至3.8%。社會福利署數字顯示，2019/20年度有1,423名已登記露宿者，按年上升9.7%，是回歸以來有紀錄最多，至2020年底更增至約1,500人。

疫症無情，但人間有情，教會內不同團體都自發組織起來，走出聖堂，關顧有需要的人，以信德生活作見證，在愛德中守望相助。

2021 年 1 月，香港天主教勞工事務委員會轄下教區勞工牧民中心（九龍）與聖安德肋堂關社組合作推展「瑪納行動」，派發食物包予失業或就業不足的家庭。2021 年 4 月，聖十字架堂關社組與教區勞工牧民中心（港島）合作，推行「增餅行動」食物包支援計劃。

上水基督之母堂由 2020 年 3 月起，逢星期六向上水及粉嶺區內由於失業或開工不足，同時未能領取綜援的街坊，派發白米、罐頭、蔬菜及超市券等支援物資。2021 年 4 月，成立「小羊棧社區服務中心」，為服務區內貧窮戶。為他們提供糧食支援及照顧服務，包括食物共購、兒童托管及補習、組織樓長以支援其他家庭等，從而達到傳揚福音的目標。

以關顧窮人為使命的無玷聖母獻主會，會士和青年逢星期五走進社區向貧窮者派發食物，已經二十多年。2021 年 2 月，獻主會決定在九龍土瓜灣租用一個地舖作為「獻主會士多」，售賣全新及二手物品，以幫助該區貧困和不幸的人士。

2020 年 3 月，疫情爆發後首次下午六時後「禁止堂食」，「麥難民」頓時流落街頭。胡頌恆神父創立的慈善團體「MercyHK」，2020 年 4 月開始，在區內租用賓館當臨時宿舍，收容無家者。他又開設環保店，聘請三至四位無家者，希望他們可以自力更生。

香港華仁書院和華仁書院（九龍）於 2020 年 2 月舉行募捐口罩活動，共收集到約 2 萬個口罩捐贈社福機構，及分派予有需要

人士。羅仕強神父在一次電台節目中分享：當師生把口罩送到有需要的人士手中時，這些朋友激動地感謝說：「全香港人都缺乏口罩，你們竟然願意與我們分享物資？」師生們都覺得分享行動很有意義。

善牧助更新協會豁下的「更新義工隊」常常出動向清潔工、露宿者派送食物和防疫物資。在協會 Facebook 中，分享了其中一次行動的難忘經歷——2020 年 12 月 25 日，派發物資期間，義工見到一位年老露宿者因為腳甲倒生，感到十分痛楚。義工立刻用指甲鉗為他修剪，完全不介意污穢，以及其他人的目光，只是一心一意，用盡辦法減輕對方的痛楚。

不少堂區、教友組織、善會團體，自發在疫情期間，收集口罩及防疫物資，並走出聖堂，送給有需要人士，包括：主教座堂、聖母聖衣堂、贖世主堂、聖老楞佐堂……還有很多美麗、慈悲的故事，不能盡錄。

耶穌曾說過：「凡你們對我這些最小兄弟中的一個所做的，就是對我做的。」(瑪 25:40)

## 結語

在新冠肺炎疫情下，香港教區多次暫停公開彌撒及禮儀。教友經過一年多的磨練和摸索，已經逐漸找到平衡點，除了參與網上彌撒、神領聖體、默想聖言，反省主日彌撒經文、閱讀聖經，或誦念玫瑰經，以滿全親身參與彌撒的本份外，更參與網上慕道團分享、祈禱會或分享會，彼此代禱和支援。在家中關心家人，特別是照顧長者和小孩子的健康；在社區，人與人之間亦能守望相助，分享抗疫物資，實踐信望愛的福音精神。

在放肆張狂的病毒面前，我們跌倒過，痛哭過，但我們沒有放棄，反而互相支持，彼此相愛，攜手在疫境中找到機遇，在危機中展現慈悲。

願我們汲取這次血的教訓，善盡大地管理人的職務。共勉之！

## 參考資料

1. 防範非典型肺炎擴散之牧民指引 (修訂版：2003.04.01)  
<https://www.catholic.org.hk/sars/sars2.html>
2. 天主教香港教區宗座署理湯漢樞機【暫停平日和主日公開彌撒及取消聖灰禮儀】(2020.2.13)  
<https://catholic.org.hk/temporary-suspension-of-public-masses/>
3. 教區為抗疫而暫停主日及平日彌撒的牧民措施 (2020.2.13)  
<https://catholic.org.hk/cn20200213/>
4. 宗座聖赦院對修和聖事的一些澄清 (2020.2.19)  
[http://www.vatican.va/roman\\_curia/tribunals/apost\\_penit/documents/rc\\_trib\\_appen\\_doc\\_20200319\\_nota-speciali-indulgenze\\_zh\\_tw.pdf](http://www.vatican.va/roman_curia/tribunals/apost_penit/documents/rc_trib_appen_doc_20200319_nota-speciali-indulgenze_zh_tw.pdf)
5. 在「新型冠狀病毒肺炎」(Covid-19)擴散全球的情況下頒賜的全大赦 (2020.3.27)  
<https://catholic.org.hk/cn20200327/>
6. 對修和聖事的一些澄清 (2020.3.27)  
<https://catholic.org.hk/cn20200327/>

7. 有關神領聖體——羅國輝神父 (2020.4.9)  
<https://medium.com/@kungkaopo/%E6%9C%89%E9%97%9C%E7%A5%9E%E9%A0%98%E8%81%96%E9%AB%94-19e0af9eb987>
8. 當心信仰「虛擬化」的危險 (2020.4.17)  
<https://www.vaticannews.va/zht/pope-francis/mass-casa-santa-marta/2020-04/pope-francis-morning-mass-virtual-faith.html>
9. 2020 年有關入門聖事特別安排 (2020.5.8)  
<https://catholic.org.hk/cn20200508/>
10. 教區防疫新牧民措施 (2020.12.2)  
<https://catholic.org.hk/cn20201202/>
11. 疫情下為堂區的一些特殊牧民措施 (2021.2.4)  
<https://catholic.org.hk/cn202102-04/>
12. 《天主教教理》
13. 《天主教法典》
14. 《教會憲章》
15. 《司鐸職務與生活法令》
16. 《活於感恩祭的教會》通諭
17. 《2020 年世界傳播節文告》