

Jangan menolak pelarian!

TAKHTA SUCI: Sri Paus Leo XIV menyeru umat Katolik agar membina iman yang lahir daripada pertemuan peribadi dengan Kristus dan diterjemahkan melalui tindakan kasih terhadap mereka yang paling memerlukan, khususnya para pelarian serta individu yang terpaksa meninggalkan tanah air akibat peperangan, keganasan dan penganiayaan.

Dalam doa Angelus di Dataran Santo Petrus pada Jun 21 lalu, Bapa Suci mengingatkan bahawa pewartaan Injil bukan bermula dengan strategi, kepakaran atau kemahiran berkomunikasi, tetapi daripada hubungan yang hidup dengan Yesus melalui doa, keheningan dan permenungan.

Merujuk Injil Matius tentang perutusan para murid, Sri Paus berkata setiap orang Kristian dipanggil mewartakan apa yang terlebih dahulu dialami dalam hati masing-masing.

Menurut beliau, Injil hanya dapat disampaikan secara meyakinkan apabila seseorang terlebih dahulu mengalami kasih Tuhan secara peribadi.

Kesaksian Kristian yang berkesan bukan bergantung kepada teknik atau sumber yang dimiliki, sebaliknya kepada karya Roh Kudus dan kesediaan manusia untuk bekerjasama dengan rahmat Tuhan.

Bapa Suci turut mengingatkan bahawa murid Kristus tidak perlu takut berhadapan penolakan atau kebencian.

Sebaliknya, mereka dipanggil membalas kejahatan dengan kasih, kebencian dengan pengampunan, serta terus menjadi saksi harapan di tengah dunia yang semakin berpecah-belah.

Selepas doa Angelus, Sri Paus mengalihkan perhatian kepada sambutan Hari Pelarian Sedunia yang diraikan Pertubuhan Bangsa-Bangsa Bersatu pada Jun 20.

Prelatus itu menggesa para pemimpin dunia supaya terus mempertahankan semangat Konvensyen Pelarian 1951 yang selama 75

tahun menjadi asas perlindungan terhadap mereka yang terpaksa melarikan diri daripada peperangan, konflik dan penganiayaan.

"Pintu hati tidak boleh ditutup terhadap mereka yang mencari perlindungan dan keselamatan," tegas beliau sambil menggesa negara-negara menerima para pelarian dengan penuh maruah agar mereka dapat membina semula kehidupan dalam suasana aman dan penuh harapan.

Menurut beliau, setiap pelarian ialah insan yang memiliki martabat yang sama di sisi Tuhan serta berhak mendapat layanan yang adil, belas kasihan dan peluang untuk memulakan kehidupan baharu.

Seruan itu memperlihatkan hubungan yang erat antara kehidupan rohani dan tanggungjawab sosial.

Bagi Sri Paus Leo XIV, pertemuan sebenar dengan Kristus tidak berhenti pada pengalaman peribadi, tetapi mendorong setiap orang beriman menjadi pembawa belas kasihan kepada mereka yang menderita.

Bapa Suci menegaskan bahawa Gereja dipanggil bukan sekadar mengajar tentang kasih, tetapi menjadi tanda nyata kasih Tuhan melalui penerimaan, solidariti dan pelayanan kepada golongan yang tersisih. Pewartaan Injil akan kehilangan kredibilitinya jika tidak disertai tindakan konkrit membela maruah manusia.

Uskup Roma itu mengingatkan bahawa setiap komuniti Kristian harus menjadi tempat di mana mereka yang terluka, tersingkir dan kehilangan harapan dapat menemui penerimaan, persaudaraan serta harapan baharu.

Menurutnya, kasih Kristus menjadi paling nyata apabila diterjemahkan dalam tindakan yang melindungi kehidupan dan mengangkat martabat setiap insan tanpa mengira bangsa, agama atau latar belakang.

Pada akhir ucapannya, Paus turut menyampaikan doa kepada keluarga mangsa nahas jalan raya di Ceará, Brazil, yang meragut nyawa beberapa belia, serta menyapa para penziarah dan kumpulan Kristian yang hadir di Dataran Santo Petrus. **Media Vatikan**



Doa untuk Konvensyen Pastoral Malaysia 2026 (MPC2026)

Tuhan,
Engkau memanggil kami
untuk berjalan bersama sebagai umat-Mu,
ditarik ke dalam kehidupan persekutuan
Bapa, Putera, dan Roh Kudus.

Bimbinglah kami semasa kami bersiap
untuk Konvensyen Pastoral Malaysia 2026.
Ajarlah kami untuk mendengar dengan
mendalam, untuk menilai dengan setia,
dan untuk mempercayai ke mana
Engkau memimpin kami.

Kami menyerahkan di hadapan-Mu
empat aspek yang sedang kami

pertimbangkan bersama.

Berkatilah keluarga kami,
agar mereka menjadi tempat cinta,
iman, pengampunan, dan harapan.

Perbaharuilah Gereja kami,
agar kami dapat berkembang dalam
persekutuan, penyertaan, dan saksi yang
penuh kegembiraan kepada Injil.

Bukalah hati kami kepada jeritan ciptaan,
agar kami dapat menjaga bumi
dengan rasa hormat, tanggungjawab,
dan kesyukuran.

Bimbinglah kehidupan kami dalam
komuniti, agar kami dapat mencari
keadilan, mempromosikan keamanan,
dan berdiri dalam solidariti dengan yang
miskin dan yang terpinggir.

Ketika arah tuju pastoral lahir
daripada pertimbangan kami, semoga ia
memperkaya dan menguatkan komuniti
iman tempatan kami.

Dengan Maria, Bonda Gereja,
yang merenungkan Firman-Mu dan
berjalan dalam iman, ajarilah kami untuk
berjalan bersama dalam harapan.

Kekalkan kami agar terus berakar
dalam Kristus, penuh perhatian
terhadap satu sama lain,
dan terbuka kepada
karya Roh Kudus-Mu.

Semoga Konvensyen ini
membantu kami hidup dengan lebih setia
sebagai satu Gereja Katolik Malaysia,
melayani di tanah yang kami cintai ini.

Melalui Kristus Tuhan kita.
Amin

(terjemahan-HERALD)

Harga sebuah kejujuran

Bayangkan seorang pekerja yang tersilap memasukkan angka dalam laporan kewangan syarikat. Kesilapan itu mungkin tidak disedari oleh sesiapa dan jika didiamkan, dia tidak akan menghadapi sebarang masalah.

Namun, dia memilih untuk melaporkan kesilapan tersebut kepada majikannya walaupun sedar bahawa tindakannya mungkin mengundang teguran atau menjejaskan penilaian prestasinya.

Keputusan itu bukanlah mudah kerana dia bergelut antara melindungi diri sendiri dengan berkata benar. Namun, dengan memilih kejujuran, dia bukan sahaja menunjukkan integriti peribadi tetapi juga membantu mengelakkan kerugian yang lebih besar kepada syarikat.

Walaupun mungkin menanggung kesan jangka pendek, tindakannya membina kepercayaan yang jauh lebih bernilai dalam jangka panjang.

Dalam kehidupan seharian, hampir semua orang mengakui bahawa kejujuran merupakan satu nilai yang penting. Kita mahu hidup dalam masyarakat yang jujur, bekerja dengan orang yang jujur dan mempercayai pemimpin yang jujur.

Namun, apabila tiba masanya untuk berlaku jujur dalam situasi yang sukar, ramai mendapati bahawa kejujuran bukanlah sesuatu yang mudah diamalkan.

Menurut Katekismus Gereja Katolik, kejujuran berkait rapat dengan Perintah Kelapan: "Jangan mengucapkan saksi dusta terhadap sesamamu."

Gereja mengajar bahawa setiap orang dipanggil untuk hidup dalam kebenaran kerana Tuhan sendiri adalah sumber segala kebenaran. Kejujuran bukan sekadar tidak berbohong, tetapi juga hidup secara tulus,

ikhlas dan konsisten antara kata-kata, tindakan serta niat hati.

Namun, menjadi manusia yang jujur sering kali melibatkan pergulatan. Ada kalanya seseorang takut kehilangan pekerjaan jika menyatakan perkara yang benar. Ada yang bimbang ditolak oleh rakan-rakan jika mengakui kesilapan sendiri.

Dalam dunia yang sering mengukur kejayaan berdasarkan keuntungan, populariti atau kuasa, godaan untuk memutarbelitkan fakta, menyembunyikan kebenaran atau mengambil jalan pintas sentiasa wujud.

Ajaran Sosial Gereja menegaskan bahawa kejujuran merupakan asas kepada kepercayaan dan kesejahteraan masyarakat. Tanpa kejujuran, hubungan keluarga menjadi rapuh, institusi kehilangan kredibiliti dan masyarakat dipenuhi syak wasangka.

Oleh itu, kejujuran bukan sekadar kebajikan peribadi, tetapi juga tanggungjawab sosial yang membantu membina budaya kepercayaan dan keadilan.

Pergulatan untuk menjadi jujur sebenarnya bermula dalam hati. Kadangkala manusia cuba mempertahankan imej diri, mengelakkan rasa malu atau mencari keuntungan tertentu.

Dalam keadaan sedemikian, kejujuran menuntut keberanian. Ia memerlukan seseorang untuk mengakui kelemahan, menerima akibat daripada kesilapan dan tetap memilih kebenaran walaupun pilihan itu tidak popular.

Kejujuran juga menuntut kerendahan hati. Seseorang yang jujur tidak berusaha mempertahankan imej diri dengan menutup kesalahan atau menyalahkan orang lain.

Sebaliknya, dia bersedia belajar daripada kegagalan dan memperbaiki diri.



Dalam terang iman Kristian, kejujuran bukan sekadar nilai moral, tetapi juga satu bentuk kesetiaan kepada Tuhan yang adalah sumber segala kebenaran. Apabila seseorang memilih untuk hidup dalam kebenaran, dia bukan sahaja membina kepercayaan sesama manusia, tetapi juga memupuk hubungan yang lebih mendalam dengan Tuhan dan komuniti di sekelilingnya.

Namun, kejujuran juga membawa kebebasan. Seseorang yang hidup dalam kebenaran tidak perlu menyembunyikan apa-apa atau hidup dalam ketakutan bahawa penipuannya akan terbongkar.

Hatinya menjadi lebih tenang kerana hidupnya selaras dengan nilai yang dipegangnya. Yesus sendiri berkata, "Kebenaran akan memerdekakan kamu" (Yohanes 8:32).

Motivasi terbesar untuk hidup jujur bukanlah takut dihukum atau ingin dipuji orang lain, tetapi kerana kita ingin menjadi semakin serupa dengan Kristus.

Sebagai pengikut Kristus, kita dipanggil untuk menjadi saksi kebenaran dalam keluarga, tempat kerja, sekolah dan masyarakat.

Walaupun kejujuran kadangkala menuntut pengorbanan, ia tetap merupakan jalan menuju kebebasan, integriti dan kekudusan.

Dalam dunia yang sering mengaburkan sempadan antara benar dan salah, kejujuran tetap menjadi cahaya yang menerangi jalan manusia. Ia mungkin tidak selalu mudah, tetapi setiap usaha untuk memilih kebenaran adalah langkah kecil menuju kehidupan yang lebih dekat dengan Tuhan, yang adalah Kebenaran itu sendiri.

Yesus sendiri mengingatkan para pengikut-Nya: "Jika ya, hendaklah kamu katakan: Ya; jika tidak, hendaklah kamu katakan: Tidak. Apa yang lebih daripada itu berasal daripada si jahat" (Matius 5:37).

Dalam dunia yang sering mengaburkan sempadan antara benar dan salah, kata-kata ini mengajak kita untuk hidup dengan integriti, ketelusan dan keberanian untuk memilih kebenaran walaupun ia sukar.

Fr Andreas

Seorang paderi dari Keuskupan Malang, Jawa Timur, Indonesia yang hanya mahu dikenali sebagai Fr Andreas.

Dalam Yesus, kita tidak pikul beban seorang diri

Pernahkah kita melihat seorang kanak-kanak yang kepenatan selepas seharian bermain? Walaupun dia cuba kelihatan kuat dan berdikari, akhirnya dia akan mencari ibu atau bapanya. Dia akan duduk di pangkuan mereka, memeluk mereka atau tertidur dalam dakapan mereka. Dalam pelukan itu, dia menemui ketenangan yang tidak dapat diberikan oleh sesiapa pun.

Begitulah juga kehidupan kita. Ramai orang hari ini memikul pelbagai beban. Ada yang dibebani masalah kewangan, tekanan kerja, konflik keluarga, penyakit, kesunyian atau ketidakpastian masa depan.

Ada juga yang tersenyum di hadapan orang lain tetapi menyimpan luka dan keletihan dalam hati. Dunia mengajar kita supaya sentiasa kuat, berdikari dan berjaya, tetapi kadangkala jiwa kita terlalu letih untuk terus berpura-pura kuat.

Dalam Bacaan Pertama (Zakharia 9:9-10), nabi Zakharia menggambarkan seorang raja yang datang dengan cara yang sangat berbeza daripada raja-raja dunia. Raja itu bukan datang dengan kereta perang, tentera atau senjata. Sebaliknya, dia datang dengan rendah hati, menunggang seekor keldai.

Gambaran ini digenapi dalam diri Yesus Kristus. Dunia sering mengagungkan kuasa, kekayaan dan kedudukan.

Namun Tuhan memilih jalan kerendahan hati dan damai. Keselamatan yang dibawa oleh Kristus bukan melalui paksaan atau kekerasan, tetapi melalui kasih dan pengorbanan. Ini mengingatkan kita bahawa



Tuhan sering hadir dalam perkara-perkara yang sederhana dan tidak menonjol.

Kita mungkin mencari penyelesaian yang besar dan luar biasa, tetapi Tuhan sering bekerja melalui doa yang sederhana, kata-kata penghiburan atau kehadiran seseorang yang mengasihi kita.

Dalam Bacaan Kedua (Roma 8:9, 11-13), Santo Paulus mengingatkan bahawa kita dipanggil untuk hidup menurut Roh dan

bukan menurut kehendak daging.

Kehidupan menurut daging bukan sekadar berkaitan dosa-dosa tertentu, tetapi juga sikap yang menjadikan diri sendiri sebagai pusat segala-galanya. Sebaliknya, hidup menurut Roh bermaksud membiarkan Tuhan membimbing pemikiran, keputusan dan tindakan kita.

Kadangkala beban hidup menjadi terlalu berat kerana kita cuba memikul semuanya seorang diri. Kita mahu mengawal segala perkara, menentukan segala keputusan dan menyelesaikan semua masalah dengan kekuatan sendiri.

Namun kehidupan rohani mengajar kita untuk mempercayai Tuhan. Roh Kudus membantu kita melihat bahawa kita tidak perlu menghadapi segala-galanya sendirian.

Injil hari ini (Matius 11:25-30) mengandungi salah satu undangan Yesus yang paling indah dalam seluruh Kitab Suci: "Marilah kepada-Ku, kamu semua yang letih lesu dan berbeban berat; Aku akan memberikan kelegaan kepadamu."

Yesus tidak berkata, "Datanglah kepada-Ku apabila kamu sempurna."

Dia juga tidak berkata, "Datanglah apabila semua masalahmu selesai."

Sebaliknya, Dia mengundang mereka yang letih, terluka dan berbeban.

Lebih menarik lagi, Yesus memuji Bapa kerana misteri Kerajaan Tuhan dinyatakan kepada mereka yang sederhana seperti anak-anak.

Ini tidak bermaksud Tuhan menolak orang yang berilmu pengetahuan. Sebaliknya, Tuhan mencari hati yang rendah

**HARI MINGGU BIASA KE-14
TAHUN A**

**ZAKHARIA 9:9-10;
ROMA 8:9, 11-13;
INJIL MATIUS 11:25-30.**

hati, hati yang sedar bahawa mereka memerlukan-Nya.

Kadangkala halangan terbesar untuk mengalami kasih Tuhan bukanlah kelemahan kita, tetapi kesombongan kita. Kita terlalu yakin dengan kebolehan sendiri sehingga lupa bergantung kepada Tuhan. Sebaliknya, orang yang sederhana hati lebih mudah membuka diri kepada rahmat Tuhan.

Apabila Yesus berkata, "Pikullah kuk yang Kupasang," Dia tidak menjanjikan kehidupan tanpa masalah. Sebaliknya, Dia berjanji untuk berjalan bersama kita. Kuk Kristus menjadi ringan bukan kerana tiada beban, tetapi kerana Dia sendiri membantu memikulnya bersama kita.

Hari ini, Yesus mengajak kita berhenti seketika daripada kesibukan, kebimbangan dan tekanan hidup. Dia mengundang kita untuk datang kepada-Nya dalam doa, Ekaristi dan Sakramen Rekonsiliasi.

Dalam kehadiran-Nya, kita menemukan semula damai yang tidak dapat diberikan oleh dunia.

Mungkin kita tidak dapat menghapuskan semua masalah dalam hidup hari ini. Namun kita boleh menyerahkan semuanya kepada Kristus. Seperti seorang anak yang berehat dalam dakapan ibu bapanya, kita juga boleh berehat dalam kasih Tuhan.

Kerana pada akhirnya, ketenangan sejati bukanlah hidup tanpa beban, tetapi mengetahui bahawa kita tidak memikul beban itu seorang diri. **Fr Yohanes Caritas**

Perjalanan iman, kesyukuran di kota para rasul

ROMA: Ziarah ad limina apostolorum para uskup Malaysia, Singapura dan Brunei ke Roma baru-baru ini bukan sahaja memperbaharui semangat pelayanan mereka, malah meninggalkan pengalaman rohani yang mendalam serta rasa syukur yang besar kepada Tuhan dan seluruh umat yang menyokong mereka dengan doa.

Presiden Konferensi para Uskup Katolik Malaysia, Singapura dan Brunei, Uskup Agung



Berdoa di hadapan ikon *Salus Populi Romani* di Basilika Santa Maria Major. (Gambar/Catholic News Singapore)

Julian Leow, berkata pengalaman paling menonjol sepanjang lawatan tersebut ialah rasa syukur atas segala persiapan, kerjasama dan sokongan yang diberikan oleh pelbagai pihak.

Uskup Agung Julian merakamkan penghargaan kepada mereka yang terlibat dalam penyediaan laporan keuskupan dan dokumen yang diperlukan sebelum lawatan, selain pihak yang membantu urusan logistik sepanjang berada di Roma.

Beliau turut berterima kasih kepada umat awam, paderi dan para pelajar Malaysia yang berada di Roma kerana bersama-sama merayakan Misa dan memberikan sokongan kepada rombongan uskup.

Menurut Uskup Agung Julian, pertemuan dengan Sri Paus Leo XIV menjadi detik yang amat bermakna.

Bapa Suci mendengar dengan penuh perhatian perkongsian para uskup mengenai cabaran dan realiti pastoral yang dihadapi Gereja tempatan serta menggalakkan mereka untuk terus tabah dalam pelayanan. “Sri Paus Leo XIV mengingatkan kami untuk terus bertekun dalam iman dan pelayanan ke-

pada umat,” katanya.

Mengakhiri refleksinya, Uskup Agung Julian mengucapkan terima kasih kepada seluruh umat yang sentiasa mendoakan para gembala Gereja. Beliau berkata segala doa, harapan dan intensi umat telah dibawa ke makam Santo Petrus dan Santo Paulus serta dipersembahkan kepada Bapa Suci untuk menerima berkat daripada Bapa Suci.

Beliau mengajak seluruh umat untuk terus melangkah bersama sebagai Gereja yang membawa terang Kristus kepada masyarakat, khususnya menjelang Konvensyen Pastoral Malaysia yang akan berlangsung di Sibu pada September 2026.

Sementara itu, Kardinal William Goh dari Singapura menggambarkan ziarah *ad limina* sebagai satu perjalanan yang memperbaharui iman dan panggilan para uskup sebagai gembala Gereja.

Kardinal William berkongsi bahawa ikon *Salus Populi Romani* di Basilika Santa Maria Major sentiasa menjadi tempat doanya sejak zaman pengajian di Roma.

Dalam homili yang disampaikan kepada para uskup pada malam menjelang Hari



Uskup Agung Julian Leow menyampaikan cenderamata khas kepada Sri Paus Leo XIV bagi pihak Konferensi Uskup Katolik Malaysia, Singapura dan Brunei semasa ziarah ad limina apostolorum di Roma.

Pentakosta, beliau mengingatkan bahawa murid yang dikasihi Yesus menjadi teladan bagi semua orang Kristian melalui kasih kepada Maria, penghormatan terhadap Ekaristi dan keyakinan kepada kebangkitan Kristus.

Uskup Agung Singapura itu turut menegaskan bahawa seperti Santo Petrus dan Santo Paulus, para uskup dipanggil untuk mewartakan Injil dengan setia serta membimbing umat yang diamanahkan kepada mereka.

Beliau berkata, ziarah *ad limina* memberikan peluang kepada para uskup untuk kembali ke sumber iman mereka, memperoleh kekuatan rohani dan memperbaharui komitmen dalam membina Gereja yang bermisi dan evangelis.

Sr Aemy Soo lafaz kaul kekal dalam *Daughters of St Paul*

KOTA KINABALU: Dalam suasana yang sarat dengan doa, sukacita dan kehadiran Tuhan, umat beriman dari seluruh Keuskupan Agung Kota Kinabalu serta para hadirin dari luar keuskupan berkumpul di Gereja Sacred Heart, Kota Kinabalu untuk merayakan satu peristiwa istimewa dalam kehidupan Gereja — Profesion Kaul Kekal Religius Sr Aemy Soo Mei Ling, FSP.

Upacara yang dipimpin oleh Uskup Agung John Wong itu turut dihadiri para paderi, biarawan dan biarawati, ahli keluarga, sahabat handai serta umat beriman yang hadir untuk berkongsi kegembiraan dan kesyukuran atas panggilan hidup religius yang disahut oleh Sr Aemy.

Di hadapan altar Tuhan dan komuniti umat beriman, Sr Aemy memperbaharui jawapan cintanya kepada Kristus dengan mengikrarkan kaul kemiskinan, kemurnian dan ketaatan

untuk sepanjang hayat.

Saat yang penuh rahmat ini mencerminkan keindahan panggilan religius yang mengajak seseorang meninggalkan segalanya demi mengikuti Kristus dengan hati yang tidak berbelah bahagi.

Dalam homilinya, Uskup Agung John mengingatkan bahawa panggilan hidup religius bukanlah mengenai pencapaian atau kejayaan peribadi, tetapi tentang terus tinggal dalam kasih Kristus.

Merujuk kepada Injil Yohanes 15:1-8, Uskup Agung John menekankan tema “Tinggallah di dalam Aku”, sambil menjelaskan bahawa seperti ranting yang hanya dapat berbuah apabila bersatu dengan pokok anggur, demikian juga kehidupan religius hanya dapat menghasilkan buah apabila berakar dalam Kristus.

Menurut Bapa Uskup Agung John, kaul religius membantu seseorang bertumbuh dalam

kesatuan dengan Tuhan, manakala cabaran dan pengorbanan menjadi sarana untuk dimurnikan dalam kesetiaan kepada-Nya.

Namun, melalui pengalaman tersebut, Tuhan memurnikan dan membentuk seseorang agar semakin setia kepada-Nya.

Uskup Agung John menegaskan bahawa hidup religius adalah panggilan untuk menjadi saksi kasih Kristus melalui kekudusan dan pelayanan. Beliau menggesa Sr Aemy agar terus berakar dalam doa, Ekaristi dan kesetiaan kepada panggilannya.

Uskup Agung John menutup homilinya dengan doa agar Sr Aemy terus menghasilkan buah yang berlimpah bagi Gereja serta menjadi tanda kasih dan kehadiran Tuhan kepada semua yang dilayaninya.

Majlis tersebut menjadi peringatan yang indah bahawa Tuhan terus memanggil umat-Nya untuk mengikuti-Nya dengan iman, ke-



beranian dan kemurahan hati.

Umat yang hadir turut diajak untuk terus mendoakan Sr Aemy, semua panggilan hidup religius, serta Gereja yang sentiasa berjalan bersama dalam harapan, kasih dan persekutuan.



FSIC sambut Ulang Tahun Ke-90 dengan *Eco-Spiritual Hiking*

PAPAR: Tahun 2026 menandakan ulang tahun ke-90 penubuhan *Franciscan Sisters of the Immaculate Conception* (FSIC) sejak kongregasi itu diasaskan pada Jun 16, 1936.

Sempena ulang tahun penubuhan FSIC di Sabah, para religius FSIC telah mengadakan program *Eco-Spiritual Hiking* di Hutan *Laudato Si'*, Kampung Bolotikon, pada Jun 16 lalu.

Seramai 120 orang religius FSIC menyertai pendakian kira-kira 1.5 kilometer dan berhenti di beberapa hentian renungan,

membolehkan para religius untuk merenungkan hubungan antara iman, ciptaan dan tanggungjawab manusia terhadap alam sekitar.

Program tersebut diakhiri dengan Perayaan Ekaristi yang dipimpin oleh Fr Paul Lo. Dalam homilinya, beliau menggalakkan para peserta untuk meneladani semangat Santo Fransiskus dari Assisi yang melihat alam sebagai anugerah Tuhan yang perlu dihormati, dipelihara dan diwariskan kepada generasi akan datang.

Menjaga kelestarian bumi di paroki Limbahau

LIMBAHAU: Paroki Holy Rosary Limbahau telah menganjurkan Hari Alam Sekitar pada Jun 17, bagi meningkatkan kesedaran umat tentang tanggungjawab menjaga alam ciptaan Tuhan.

Program yang dianjurkan oleh Komite Keadilan Ciptaan Tuhan dengan kerjasama Komite Katekatikal itu dimulakan dengan pentakhtaan Alkitab dan ucapan perasmian oleh paderi paroki.

Para peserta kemudian mengikuti ceramah daripada wakil Jabatan Hutan dan Jabatan Hidupan Liar yang memberi pendedahan mengenai kepentingan memelihara flora dan fauna serta kekayaan biodiversiti Sabah.

Turut diadakan sesi perkongsian penanaman herba oleh *Kivatu Nature Farm-Pacos Trust* yang memperkenalkan amalan perta-

nian lestari dan mesra alam.

Selain itu, pertandingan mewarna untuk kanak-kanak turut diadakan bagi memupuk kecintaan terhadap alam sekitar sejak usia muda.

Sepanjang program, peserta juga berpeluang menyertai pelbagai aktiviti kesedaran alam sekitar termasuk kempen pengumpulan minyak masak terpakai dan inisiatif guna semula barangan melalui sudut *Prelove Corner*.

Bertemakan “Penjagaan Flora dan Fauna”, program tersebut mencerminkan komitmen paroki dalam menyahut seruan Gereja untuk memelihara rumah bersama sebagaimana digariskan dalam ensiklik *Laudato Si'*. Program diakhiri dengan doa penutup dan penyampaian hadiah kepada para pemenang pertandingan.

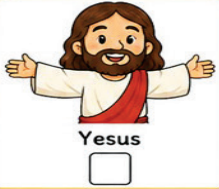


Sahabat kecil Yesus

AKTIVITI: MATIUS 11:12-30

Pilih jawapan yang betul. Tandakan (✓) dalam kotak.

1 Siapakah yang berkata, "Marilah kepada-Ku"?



2 Siapakah yang dijemput oleh Yesus?



3 Apakah yang akan diberikan oleh Yesus?



4 Bagaimanakah sifat Yesus menurut perkataan-Nya?



5 Ke manakah kita harus pergi apabila berasa letih dan sedih?



MARILAH

LENGKAPKAN INJIL
DI BAWAH

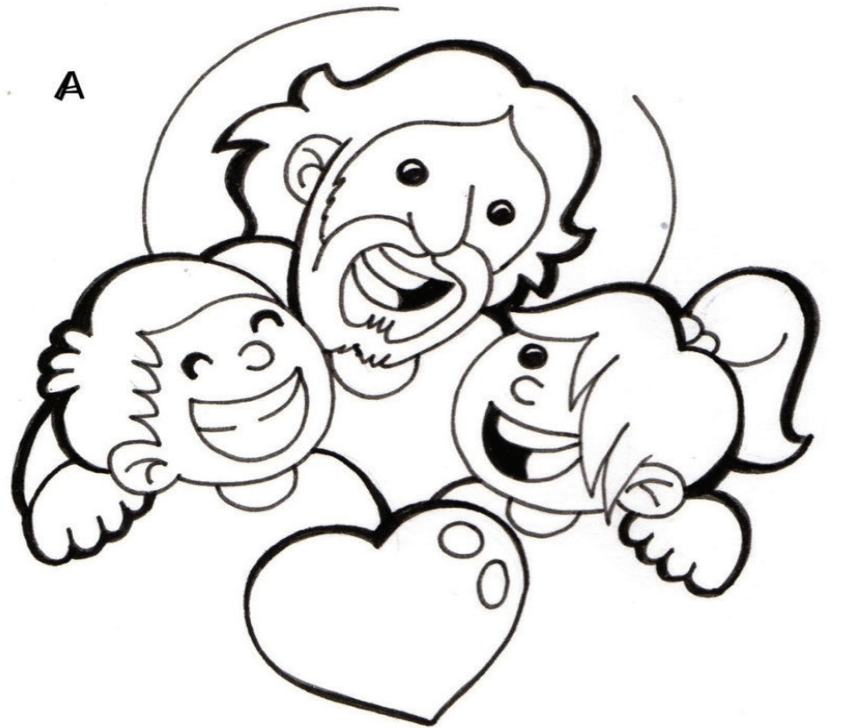
KEPADA-KU

belajarlah pikul berat jiwa pasang rendah
pasang kelegaan lesu ketenangan lembut

Marilah kepada-Ku, semua yang letih
_____ dan berbeban _____, Aku akan
memberikan _____ kepadamu.
_____lah kuk yang Ku _____ dan
_____ daripada-Ku, kerana Aku
lemah _____ dan _____ hati, maka
kamu akan mendapat _____
bagi _____mu.

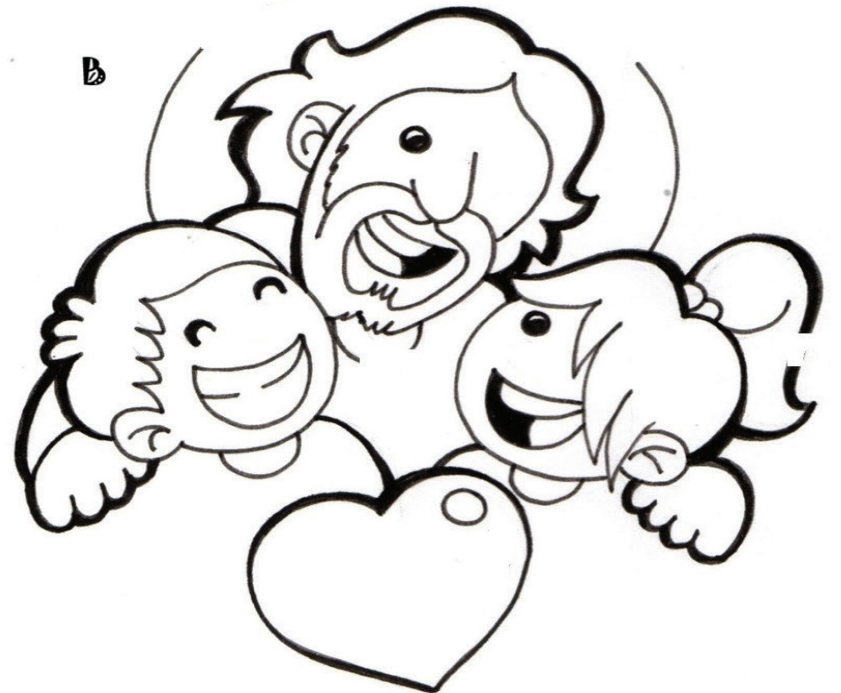
(Matius 11: 28-29)

A



CARI TUJUH PERBEZAAN
PADA GAMBAR INI.

B



Hello anak-anak,
Pernahkah kamu berasa
letih? Mungkin kerana banyak
kerja sekolah, kalah dalam
permainan, bergaduh dengan
adik-beradik atau berasa
sedih kerana dimarahi.

Apabila hati kita penat,
kita memerlukan seseorang
yang boleh menghiburkan
kita.

Dalam Injil hari ini, Yesus
berkata, "Marilah kepada-
Ku, semua yang letih lesu
dan berbeban berat, Aku
akan memberikan kelegaan
kepadamu," (Matius 11:28).

Anak-anak, Yesus mengasihi
setiap orang, terutama
kanak-kanak. Dia tidak
pernah menolak sesiapa yang
datang kepada-Nya. Apabila
kita berdoa, menghadiri
Misa, membaca Kitab Suci

atau bercakap dengan
Yesus dari hati kita, Dia
memberikan ketenangan dan
kekuatan kepada kita.

Dalam bacaan pertama,
Nabi Zakharia memberitahu
bahawa Raja yang dijanjikan
Tuhan datang dengan rendah
hati. Raja itu ialah Yesus.

Walaupun Dia Raja segala
raja, Dia tidak memilih kuda
perang atau kereta mewah.

Dia datang dengan lemah
lembut dan membawa damai.
Hari ini, Yesus juga mengajar
kita supaya menjadi seperti-
Nya. Kita boleh menjadi
lemah lembut dengan
bercakap sopan, berkongsi
mainan, memaafkan kawan
dan membantu ibu bapa tanpa
disuruh.

Salam Sayang
Aunty Melly

Jawapan: 1. Yesus 2. Orang yang letih dan berbeban berat 3. Ketenangan dan kelegaan 4. Lemah lembut dan rendah hati

BELIA

Menyala dalam Kristus, Bertumbuh dalam panggilan

BUKIT MERTAJAM, Pulau Pinang: *Seeds Ministry* telah menganjurkan *Burning Hearts Conference (BHC) 2026* di Basilika Minor St Anne pada Jun 12 hingga 14 lalu bagi menggalakkan golongan muda bertumbuh dalam iman dan mengenal pasti panggilan hidup mereka.

Konferensi yang bertemakan kata-kata Santo Katarina dari Siena, "Jadilah seperti yang Tuhan kehendaki, dan kamu akan membakar dunia dengan api kasih-Nya", bertujuan memperkasa golongan muda dalam proses *discernment* agar mereka dapat menyahut panggilan Tuhan dengan lebih yakin dan setia.

Konferensi dimulakan dengan Misa pembukaan yang dipimpin oleh Uskup Bernard Paul. Dalam homilinya, Uskup Bernard menekankan kepentingan golongan muda mengenal pasti panggilan hidup masing-masing kerana setiap panggilan merupakan anugerah yang membina Gereja.

Pada malam pembukaan, Kardinal Sebastian Francis mengajak para peserta untuk menghayati visi dan misi Santo Katarina dari Siena serta tetap setia kepada rancangan Tuhan di tengah-tengah dunia yang semakin materialistik dan mementingkan keseronokan diri.

Hari kedua dipenuhi dengan sesi pembentukan, forum dan perbincangan yang



membantu peserta memahami proses *discernment* atau pembezaan rohani.

Para peserta didorong untuk menyedari bahawa mereka dipanggil kepada kekudusan serta bahawa syurga adalah destinasi sebenar kehidupan Kristian.

Forum yang melibatkan wakil pelbagai kongregasi religius turut memberi peluang kepada peserta untuk mendengar kisah panggilan hidup yang menginspirasi serta membantu mereka mengenal pasti arah panggilan masing-masing.

Kemuncak konferensi ialah sesi *Burning Hearts Encounter* yang dimulakan dengan penyembahan yang mendalam dan penuh penghayatan.

Jonathan Charanraj, seorang misionari awam sepenuh masa *Seeds Ministry*, mengajak peserta merenungkan persoalan "Di manakah hati kita dalam perjalanan bersama Tuhan?" dengan merujuk kisah dua murid di Emaus.



Dengan Sakramen Mahakudus dipamerkan sepanjang sesi, para peserta diberi peluang menyerahkan ketakutan, kelemahan dan harapan mereka kepada Tuhan serta memohon agar hati mereka dibakar dengan kasih Kristus.

Pada hari terakhir, para peserta diajak memahami bahawa kehidupan mereka berada dalam tangan Tuhan seperti tanah liat di tangan tukang periuk.

Mereka juga digalakkan menjadi saksi Injil yang berani dan membawa kasih Tuhan kepada dunia. Persidangan diakhiri

dengan Misa penutup yang dipimpin oleh Fr Joachim serta sambutan ulang tahun ke-10 *Seeds Ministry*.

Sepanjang program, para peserta mengalami saat-saat rahmat yang memperbaharui hati serta menguatkan komitmen mereka untuk mengikuti panggilan Tuhan dengan lebih setia.

Program tersebut menjadi peringatan bahawa setiap orang dipanggil untuk mencari kehendak Tuhan dan menjadikan Kristus sebagai pusat kehidupan mereka.

KPCYD 2.0 dorong belia jadikan Kristus pusat kehidupan

KUALA PENYU: Seramai 119 belia menyertai Kuala Penyu *Catholic Youth Day 2.0 (KPCYD 2.0)* yang berlangsung di Gereja St Stephen, Kiaru pada Jun 5 hingga 7 yang lalu.

Program belia bertemakan "Bertumbuh dan Berakar dalam Iman" itu dianjurkan oleh Kerasulan Belia Katolik (KBK) St Peter Kuala Penyu dengan kerjasama 17 ahli *Main Organising Team (MOT)* dan 15 ahli *Local Organising Team (LOT)*.

Program dimulakan dengan *Welcoming Night* yang bertujuan mengalu-alukan para peserta serta membina semangat persaudaraan.

Malam tersebut turut diserikan oleh kumpulan *Consecration Unlimited* yang memimpin sesi pujian dan penyembahan melalui lagu-lagu rohani serta tarian yang penuh semangat.

Pada hari kedua, Felsie Sulip Felix, Pengerusi Komisi Belia Keuskupan Keningau, menyampaikan sesi bertajuk "Doa dan Hubungan dengan Tuhan".

Beliau menekankan bahawa doa merupakan asas utama dalam membina hubungan peribadi dengan Tuhan serta menggalakkan para belia menjadikan Kristus sebagai pusat kehidupan mereka.



Sesi seterusnya disampaikan oleh Roney Eming, Pengerusi Pelayanan Kampus Keuskupan Keningau, yang berkongsi tentang "Sakramen dan Kehidupan".

Roney menjelaskan makna tujuh sakramen dalam Gereja Katolik serta kepentingannya dalam membentuk kehidupan seorang Kristian yang beriman.

Hari kedua diakhiri dengan aktiviti sukan dan Adorasi Taizé yang memberi ruang kepada para peserta untuk berdoa, bermeditasi dan memperdalamkan hubungan mereka dengan Tuhan.

Pada hari terakhir, mantan Pengerusi

KBK St Peter Kuala Penyu, Viorey Eming, berkongsi pengalamannya sebagai seorang belia yang pernah berhadapan dengan pelbagai cabaran dalam pelayanan.

Viorey menggalakkan para peserta agar terus setia melayani Gereja walaupun berdepan kesukaran.

Roney Eming turut berkongsi pengalaman melayani sebagai belia Katolik, termasuk peluang bertemu mendiang Sri Paus Fransiskus serta penyertaannya dalam *World Youth Day Krakow 2016* dan *World Youth Day Lisbon 2023*.

Beliau mengingatkan para peserta agar tidak mengorbankan iman demi cinta, wang atau perkara-perkara duniawi.

KPCYD 2.0 diakhiri dengan Misa penutup yang dipimpin oleh Fr Roney Mailap.

Dalam homilinya, beliau menggalakkan para belia untuk terus berpegang teguh kepada iman Katolik, menjadikan Kristus sebagai pusat kehidupan serta berani menjadi saksi Injil dalam keluarga, sekolah, tempat kerja dan masyarakat.

Beliau turut mengingatkan bahawa pembentukan iman tidak berakhir selepas program ini, sebaliknya perlu diteruskan melalui doa, sakramen dan penglibatan aktif dalam kehidupan Gereja.

Selepas Misa penutup, para peserta, penganjur dan umat berkumpul dalam sesi ramah mesra yang berlangsung dalam suasana penuh sukacita dan persaudaraan.

Sebagai tanda penghargaan, setiap peserta, MOT dan LOT menerima *Letter of Love and Blessing* sebelum pulang.

Pihak penganjur berharap program ini menjadi titik permulaan bagi para belia untuk terus bertumbuh dalam iman dan menjadi saksi Kristus yang berani dalam kehidupan seharian. **Lorryriana Peter**

Berita singkat antarabangsa

Pelayanan kesihatan Kristian harus berteraskan belas kasihan

VATIKAN: Sri Paus Leo XIV menegaskan bahawa pelayanan kesihatan Katolik tidak boleh terhad kepada rawatan fizikal semata-mata, sebaliknya perlu menjadi tanda nyata belas kasihan Tuhan kepada mereka yang menderita.

Dalam perutusannya kepada peserta persidangan antarabangsa mengenai penjagaan kesihatan, Sri Paus berkata setiap pesakit harus dilayan dengan kasih, hormat dan bermurah kerana setiap insan mencerminkan wajah Kristus.

Beliau turut menggesa petugas kesihatan agar menjadi pembawa harapan, khususnya kepada mereka yang berdepan kesakitan, kesunyian dan penderitaan.

Bapa Suci menekankan bahawa Gereja akan terus berdiri bersama golongan sakit dan lemah melalui pelayanan yang berasaskan belas kasihan, solidariti dan kasih Kristus, sekali gus memperlihatkan kehadiran Tuhan yang sentiasa dekat dengan mereka yang menderita. **Media Vatikan**

Agama perlu berjalan bersama demi keamanan

PHNOM PENH: Uskup Vikar Apostolik Phnom Penh, Olivier Schmitthaeusler, berkata agama-agama perlu terus berjalan bersama dalam memupuk keamanan dan kesejahteraan bersama, selepas menerima penghormatan tertinggi daripada kepimpinan Buddha Kemboja atas sumbangannya memperkukuh hubungan antara penganut Buddha dan Katolik.

Beliau berkata pengiktirafan itu mencerminkan kerjasama erat yang telah lama terjalin

dalam bidang pendidikan, pembangunan sosial dan bantuan kemanusiaan.

Menurutnya, apabila agama saling menghormati dan bekerjasama, dunia dapat menyaksikan keamanan yang sejati. Pemimpin Buddha turut menegaskan bahawa walaupun agama Buddha ialah agama rasmi negara, Perlembagaan Kemboja menjamin kebebasan beragama serta menggalakkan keharmonian antara semua kepercayaan. **LiCAS News**

Krisis hutang perburuk kesan perubahan iklim

MANILA: Kumpulan-kumpulan Gereja di Asia memberi amaran bahawa krisis hutang yang semakin meruncing menyebabkan banyak negara sukar menangani kesan perubahan iklim.

Beban pembayaran hutang yang tinggi menghadkan keupayaan kerajaan melabur dalam usaha mengurangkan risiko bencana, sekali gus menjadikan jutaan penduduk lebih terdedah kepada banjir, kemarau dan cuaca ekstrem.

Menurut mereka, negara-negara membangun kini terperangkap dalam kitaran yang sukar diputuskan.

Bencana iklim memaksa ne-

gara menambah hutang untuk pemulihan, sekali gus menghadkan usaha penyesuaian iklim dan pembangunan mampan.

Kedadaan ini paling dirasai oleh golongan miskin dan komuniti yang sering berdepan bencana.

Organisasi Gereja menggesa pembaharuan sistem kewangan global supaya negara yang terdedah kepada perubahan iklim mendapat pembiayaan yang lebih adil bagi melindungi rakyat dan alam sekitar.

Mereka menegaskan bahawa keadilan iklim tidak dapat dicapai tanpa keadilan ekonomi dan pengurangan beban hutang. **LiCAS News**

Dasar Iklim: Suara Orang Asal perlu didengar

MANILA: Satu kajian serantau mendedahkan bahawa maklumat palsu mengenai perubahan iklim semakin digunakan di Asia untuk menafikan hak masyarakat Orang Asal terhadap tanah adat, selain melemahkan penyertaan mereka dalam proses membuat keputusan.

Laporan *Asia Centre* itu mendapati naratif yang mengelirukan sering digunakan untuk

menghalalkan pengambilan tanah, perpindahan paksa dan projek pembangunan atas nama pemuliharaan atau kemajuan.

Kajian itu menggesa perlindungan hak tanah, pengiktirafan terhadap pengetahuan tradisional serta penyertaan bermakna masyarakat Orang Asal dalam dasar iklim bagi memastikan tindakan menangani perubahan iklim benar-benar adil dan inklusif. **LiCAS News**

Sinodaliti pimpin Gereja dekati golongan miskin

BANGKOK: Wakil enam pertubuhan utama Katolik di Thailand berhimpun di Bangkok pada Jun 20 lalu bagi membincangkan bagaimana semangat sinodaliti dan devosi kepada Hati Kudus Yesus dapat diterjemahkan melalui pelayanan kepada golongan miskin dan mereka yang terpinggir.

Seminar itu menegaskan bahawa sinodaliti ialah cara hidup Gereja yang berteraskan persekutuan, penyertaan dan misi. Peserta turut membincangkan dokumen *Dilexit Nos* dan *Dilexi Te*, yang menyeru agar kasih kepada Kristus diterjemahkan melalui solidariti terhadap golongan miskin. **LiCAS News**

Jangan biarkan skrin ganti persahabatan

VATIKAN: Teknologi sepatutnya membantu manusia membina hubungan yang lebih baik, bukannya menggantikan persahabatan dan interaksi secara bersemuka. Demikian pesan Sri Paus Leo XIV ketika bertemu dengan kanak-kanak yang menyertai kem musim panas Vatikan yang dianjurkan untuk anak-anak kakitangan Takhta Suci.

Menjawab pertanyaan seorang peserta tentang kesukaran menjauhkan diri daripada skrin telefon ketika musim persekolahan, Sri Paus mengakui bahawa teknologi membawa banyak manfaat dalam kehidupan seharian.

Namun, beliau mengingatkan bahawa telefon pintar dan tablet tidak boleh menjadi penghalang kepada hubungan sesama manusia.

“Apabila kita bersama orang lain, kita tidak perlu sentiasa memegang telefon atau tablet,” katanya. “Yang lebih penting ialah membina persahabatan, meluangkan masa bersama, bermain, belajar dan saling mengenali sebagai manusia.”

Bapa Suci turut menegaskan bahawa hubungan dalam keluarga perlu dipupuk melalui komunikasi yang sebenar.

Menurutnya, sebuah keluarga tidak akan menjadi lebih akrab jika setiap ahli hanya menumpukan perhatian kepada skrin masing-masing.

“Kita perlu belajar berbual, mendengar antara satu sama lain dan menikmati kebersamaan sebagai sebuah keluarga,” katanya.



Dalam kehidupan rohani pula, Sri Paus mengingatkan bahawa walaupun Kitab Suci dan doa boleh diakses melalui telefon, Tuhan tidak memandang kepada jenis peranti yang digunakan seseorang.

“Tuhan melihat hati dan kehidupan kita,” katanya sambil mengajak kanak-kanak membina hubungan yang lebih mendalam dengan Tuhan melalui doa.

Khusus kepada peserta yang lebih dewasa, Sri Paus memberi amaran bahawa banyak aplikasi digital direka untuk membuat pengguna terus bergantung kepadanya.

Oleh itu, beliau menggalakkan mereka menetapkan had penggunaan telefon, termasuk menyimpan peranti pada waktu tertentu agar lebih banyak masa dapat di luangkan bersama keluarga dan rakan-rakan.

“Kita bukan mesin yang disambungkan kepada kabel. Kita ialah manusia,” katanya.

Prelatus turut menggesa kanak-kanak supaya mengembangkan kehidupan rohani dan kemanu-

siaan mereka dengan membina hubungan yang sihat, mencari Tuhan melalui doa serta mengelakkan sebarang bentuk ketagihan yang boleh menghakis kebebasan diri.

Dalam sesi soal jawab itu, seorang kanak-kanak turut bertanya tentang pengalaman Paus mengembara ke pelbagai negara.

Mengimbu pengalaman sendiri, Sri Paus berkongsi bahawa sistem navigasi GPS pernah beberapa kali membawanya ke laluan yang salah, termasuk di Itali, Peru dan Amerika Syarikat.

Pengalaman itu, katanya, mengajar bahawa manusia tidak boleh bergantung sepenuhnya kepada teknologi.

“Lebih penting kita belajar berfikir sendiri dan membina kebijaksanaan untuk menentukan arah hidup,” katanya sambil menggalakkan kanak-kanak menggunakan akal budi yang dianugerahkan Tuhan dan tidak menyerahkan semua keputusan kepada teknologi. **Media Vatikan**

Jangan ulangi tragedi Hiroshima, Nagasaki

TOKYO: Sebuah gerakan keamanan Katolik antarabangsa, *Pax Christi International*, telah melancarkan kempen global sempena ulang tahun pengeboman atom di Hiroshima dan Nagasaki bagi mengingatkan dunia bahawa ancaman senjata nuklear masih belum berakhir.

Kempen bertajuk *Lanterns for Peace: From Hiroshima to the World* itu mengajak komuniti di seluruh dunia untuk memperingati mangsa tragedi tersebut sambil memperbaharui komitmen terhadap keamanan, perdamaian dan penghapusan senjata nuklear.

Kempen ini akan berlangsung bersempena ulang tahun pengeboman Hiroshima pada Ogos 6 dan Nagasaki pada Ogos 9, dua peristiwa tragis pada tahun 1945 yang meragut ratusan ribu nyawa serta meninggalkan kesan penderitaan yang berpanjangan kepada generasi seterusnya.

Ia dianjurkan dengan kerjasama *Hiroshima Coventry Club's Touro Project*, yang menggalakkan paroki, sekolah, komuniti berasaskan iman dan pertubuhan masyarakat menganjurkan upacara terapung tanglung, ibadat doa, vigil cahaya lilin



serta pelbagai aktiviti memperingati mangsa sepanjang minggu tersebut.

Menurut *Pax Christi International*, ulang tahun Hiroshima dan Nagasaki bukan sekadar mengenang sejarah hitam peperangan, tetapi juga menjadi seruan moral kepada seluruh umat manusia untuk menolak keganasan dan membina masa depan yang lebih aman.

“Peringatan ini bukan sekadar mengenang mangsa pengeboman atom, tetapi juga menyeru dunia memperbaharui komitmen terhadap keamanan dan penghapusan senjata nuklear,” kata organisasi itu. Kempen tersebut diinspirasi daripada tradisi tahunan di Hiroshima, apabila ribuan tanglung dilepaskan di Sungai Motoyasu sebagai peng-

hormatan kepada mangsa.

Setiap komuniti digalakkan mengadakan peringatan mengikut budaya masing-masing sambil mengekalkan mesej bersama: mengenang mangsa, menyokong para *hibakusha* (mangsa yang terselamat) dan memperjuangkan keamanan sejagat.

Pax Christi turut memberi amaran bahawa walaupun lapan dekad telah berlalu sejak tragedi tersebut, dunia masih dibayangi ancaman senjata nuklear.

Organisasi itu menegaskan bahawa kesan kemanusiaan dan kemusnahan alam sekitar akibat penggunaan senjata nuklear tidak mengenal sempadan negara dan boleh diwarisi oleh generasi akan datang. **LiCAS News**



Biarkan Ekaristi mengubah kehidupan kita

KOTA VATICAN: Sri Paus Leo XIV mengajak umat Katolik supaya membiarkan misteri Ekaristi membentuk dan mengubah kehidupan mereka, kerana melalui sakramen inilah Kristus terus menyatukan umat-Nya serta menyembuhkan perpecahan dalam dunia.

Dalam Audiens Umum pada Jun 24, Sri Paus meneruskan siri katekesis mengenai Perlembagaan *Sacrosanctum Concilium*, dalam Konstitusi Dogmatik Konsili Vatikan II mengenai Liturgi Suci.

Kali ini Bapa Suci menumpukan perhatian kepada misteri Ekaristi yang disifatkan sebagai sumber kehidupan ilahi bagi Gereja.

Sri Paus menjelaskan bahawa setiap kali umat beriman merayakan Ekaristi, mereka bukan sekadar mengenang peristiwa Perjamuan Terakhir, tetapi benar-benar mengambil bahagian dalam misteri wafat dan kebangkitan Kristus yang terus hadir dalam kehidupan Gereja.

Menurut beliau, liturgi bukan sekadar

satu upacara keagamaan, sebaliknya merupakan pertemuan nyata antara Tuhan dengan umat-Nya yang membawa pembaharuan hidup.

“Ekaristi mengubah kita supaya semakin menyerupai Kristus,” katanya. “Ia mengajar kita untuk mengasihi seperti Dia mengasihi, melayani seperti Dia melayani dan mengampuni seperti Dia mengampuni.”

Sri Paus mengingatkan bahawa roti dan anggur yang dipersembahkan di atas altar menjadi Tubuh dan Darah Kristus melalui kuasa Roh Kudus. Namun pada masa yang sama, umat yang menerima Komuni Kudus juga dipanggil mengalami perubahan batin sehingga mereka menjadi satu tubuh dalam Kristus.

Prelatus itu menerangkan Ekaristi bukan sahaja menghubungkan setiap orang dengan Tuhan, malah menyatukan seluruh Gereja sebagai satu keluarga iman.

“Oleh sebab kita semua menerima roti yang sama, kita juga dipanggil untuk hidup sebagai satu tubuh, saling mengasihi dan

menolak segala bentuk perpecahan,” jelas beliau.

Sri Paus turut mengingatkan bahawa dunia hari ini semakin dicemari oleh permusuhan, polarisasi dan sikap mementingkan diri.

Dalam keadaan sedemikian, Ekaristi menjadi penawar rohani yang membentuk manusia agar hidup dalam perpaduan, perdamaian dan semangat saling melayani.

Beliau menegaskan bahawa sesiapa yang benar-benar mengambil bahagian dalam Ekaristi tidak boleh terus hidup dalam kebencian, dendam atau sikap tidak peduli terhadap penderitaan orang lain.

“Kristus memberikan diri-Nya kepada kita supaya kita juga belajar memberikan diri kepada sesama,” katanya.

Mengakhiri katekesisnya, Sri Paus Leo XIV mengajak semua umat beriman agar sentiasa mendekati altar dengan hati yang penuh iman serta membiarkan rahmat Ekaristi membentuk setiap aspek kehidupan mereka. **Media Vatikan**

Jus rohani untuk jiwa

Dalam Injil, Yesus sering menggunakan kanak-kanak sebagai teladan kepada para pengikut-Nya. Walaupun mereka masih kecil, kanak-kanak memiliki beberapa sifat rohani yang sangat berharga seperti kepercayaan, kerendahan hati dan hati yang tulus.

Melalui mereka, kita belajar bahawa hubungan dengan Tuhan bukan hanya tentang pengetahuan, tetapi juga tentang sikap hati. Berikut ialah lima sifat kerohanian kanak-kanak yang boleh kita tiru dalam kehidupan iman kita.

1. Percaya sepenuhnya kepada Tuhan

Kanak-kanak biasanya mempercayai ibu bapa mereka tanpa banyak keraguan. Demikian juga, kita dipanggil untuk mempercayai Tuhan walaupun tidak memahami sepenuhnya rancangan-Nya.

“*Sesungguhnya, jika kamu tidak bertobat dan menjadi seperti kanak-kanak, kamu tidak akan masuk ke dalam Kerajaan Syurga*” (Matius 18:3).

Kepercayaan ini membantu kita menyerahkan kebimbangan dan masa depan kepada Tuhan.

2. Kerendahan hati

Kanak-kanak menyadari bahawa mereka memerlukan bantuan orang lain. Mereka tidak malu untuk bertanya, belajar atau meminta pertolongan.

Yesus mengajar bahawa kerendahan hati adalah jalan menuju kekudusan. Orang yang rendah hati mengakui bahawa segala yang dimilikinya adalah anugerah Tuhan.

Lima kerohanian kanak-kanak yang boleh ditiru oleh orang dewasa



3. Hati yang mudah mengampuni

Kanak-kanak sering bergaduh, tetapi tidak lama kemudian mereka bermain bersama semula. Mereka tidak menyimpan dendam terlalu lama.

Sebagai pengikut Kristus, kita juga dipanggil untuk mengampuni dengan murah hati sebagaimana Tuhan mengampuni kita. “*Ampunilah, maka kamu pun akan diampuni*” (Lukas 6:37).

4. Penuh rasa kagum dan syukur

Kanak-kanak mudah teruja dengan perkara-perkara kecil: bunga yang mekar, pelangi selepas hujan atau seekor rama-rama yang hinggap di tangan mereka.

Sikap ini mengingatkan kita untuk melihat kehadiran Tuhan dalam ciptaan-Nya dan mensyukuri berkat-berkat harian yang sering kita anggap biasa.

5. Kesederhanaan hati

Kanak-kanak tidak terlalu memikirkan status, pangkat atau kedudukan. Mereka menghargai kasih sayang, perhatian dan

kehadiran orang yang mereka sayangi.

Dalam Injil Matius 11:25-30, Yesus bersyukur kepada Bapa kerana rahsia Kerajaan Tuhan dinyatakan kepada mereka yang sederhana seperti anak-anak. Hati yang sederhana lebih mudah menerima kasih dan bimbingan Tuhan.

Renungan

Sifat-sifat ini tidak bermaksud kita menjadi kebodak-bodakan, tetapi memiliki hati seperti kanak-kanak: percaya kepada Tuhan, rendah hati, mudah mengampuni, bersyukur dan sederhana. Semakin kita bertumbuh dalam sifat-sifat ini, semakin dekat kita kepada Kristus yang lemah lembut dan rendah hati.

“*Biarkanlah kanak-kanak itu datang kepada-Ku dan jangan menghalang mereka, kerana orang yang seperti itulah yang empunya Kerajaan Tuhan.*” (Markus 10:14).

Aleteia

PENULIS JEMPUTAN BERKICAU

Berbeza tetapi harmoni

Malaysia sering dipuji sebagai sebuah negara yang kaya dengan kepelbagaian. Rakyatnya terdiri daripada pelbagai kaum, budaya, bahasa dan agama yang hidup bersama dalam satu tanah air.

Kepelbagaian ini bukan sekadar ciri unik negara, tetapi juga satu anugerah yang memperkayakan kehidupan masyarakat dan menyumbang kepada kestabilan negara.

Kepelbagaian penting kerana ia membuka ruang untuk saling mengenali dan memahami antara satu sama lain.

Apabila masyarakat daripada latar belakang yang berbeza berinteraksi, mereka dapat berkongsi pengalaman, nilai dan tradisi yang memperluaskan pandangan hidup. Kepelbagaian juga menggalakkan kreativiti dan inovasi kerana pelbagai idea serta perspektif dapat digabungkan untuk mencari penyelesaian kepada cabaran yang dihadapi bersama.

Namun, kepelbagaian tidak sentiasa mudah untuk dihayati. Terdapat beberapa halangan yang boleh melemahkan semangat hidup bersama.

Pertama ialah prasangka dan stereotaip yang terbentuk apabila seseorang menilai orang lain berdasarkan kaum, agama atau latar belakang tanpa benar-benar mengenali mereka.

Kedua ialah sikap takut terhadap perbezaan. Ada kalanya perbezaan budaya atau kepercayaan dilihat sebagai ancaman, sedangkan ia sebenarnya peluang untuk belajar dan bertumbuh.

Ketiga ialah sikap individualistik yang semakin menular dalam masyarakat moden. Apabila manusia lebih mementingkan diri sendiri daripada kesejahteraan bersama, hubungan antara komuniti menjadi semakin rapuh.

Di sinilah Gereja Katolik memainkan peranan penting. Sejak awal kewujudannya, Gereja bersifat universal, menghimpunkan umat daripada pelbagai bangsa, bahasa dan budaya dalam satu keluarga iman.

Dalam liturgi, pendidikan, karya kebajikan dan pelayanan sosial, Gereja berusaha membina jambatan antara komuniti yang berbeza. Ajaran Sosial Gereja menegaskan bahawa setiap manusia dicipta menurut gambar dan rupa Tuhan (Kejadian 1:27) serta memiliki martabat yang sama tanpa mengira bangsa atau status.

Di Malaysia, Gereja turut menyumbang kepada perpaduan melalui sekolah-sekolah misi, dialog antara agama, pelayanan kepada golongan miskin dan pelbagai program kemasyarakatan yang terbuka kepada semua. Melalui pelbagai usaha ini, Gereja menunjukkan bahawa kasih Kristus melampaui segala batas perbezaan. Dalam dunia yang semakin berpecah akibat polarisasi dan konflik, umat Katolik dipanggil untuk menjadi pembawa perdamaian dan pembina jambatan.

Kepelbagaian bukan sesuatu yang perlu ditakuti, tetapi dihargai sebagai anugerah Tuhan. Apabila masyarakat belajar menghormati perbezaan dan melihat satu sama lain sebagai saudara dan saudari, kepelbagaian akan menjadi sumber kekuatan yang menyatukan, bukannya memisahkan. **Joseph Martin**

Joseph Martin, seorang guru Katolik dan pembantu pelayan komuni di Keuskupan Agung Kota Kinabalu. Beliau percaya bahawa pendidikan dan iman memainkan peranan penting dalam membentuk masyarakat yang menghargai kepelbagaian dan perpaduan.

MARI dan jadilah komuniti pemberita HERALD. Kami amat mengalu-alukan sumbangan artikel, pendapat dan perkongsian anda.

Artikel hendaklah dalam 400-500 patah perkataan, gambar high-resolution (300 DPI) dalam format JPG atau PNG serta berkapsyen.

Anda boleh menghantar artikel kepada liza@herald.com.my atau

WhatsApp: 011-26391498

Perhimpunan diakon Semenanjung Malaysia 2026

BUKIT MERTAJAM: Diakon tetap bersama isteri dari Keuskupan Melaka-Johor dan Pulau Pinang berhimpun dalam *Peninsular Malaysia Deacons and Wives Gathering 2026* di Basilika Minor St Anne dari Jun 8 hingga 10 yang lalu.

Diakon tetap ialah anggota klerus yang telah menerima Sakramen Tahbisan pada peringkat diakon dan dipanggil untuk melayani Gereja melalui pewartaan Sabda Tuhan, pelayanan liturgi serta karya amal kasih.

Menurut Kanun 1009 dan 1031 §2 dalam Kitab Hukum Kanonik, lelaki yang telah berkahwin boleh ditahbiskan sebagai diakon tetap apabila memenuhi syarat yang ditetapkan oleh Gereja.

Berbeza dengan diakon semen-



tara yang sedang menjalani persiapan menuju imamat, diakon tetap lazimnya terus menjalankan pelayanan sebagai diakon sepanjang hayat mereka sambil meneruskan kehidupan berkeluarga dan pekerjaan masing-masing.

Perhimpunan tahunan itu men-

jadi ruang untuk doa, pembentukan dan pembaharuan rohani sambil memperkukuh persaudaraan dalam kalangan komuniti para diakon.

Turut hadir ialah Uskup Pulau Pinang, Kardinal Sebastian Francis, serta Uskup Agung Kuala Lumpur,

Julian Leow.

Pelbagai sesi pembentukan telah diadakan merangkumi liturgi, spiritualiti, penjagaan pastoral dan kesejahteraan diri.

Antara topik yang diketengahkan ialah kesihatan mental, peranan diakon dalam Misa, identiti serta

panggilan diakonat dan cabaran mengelakkan sikap klerikalisme dalam pelayanan.

Merujuk kepada ajaran Sri Paus Leo XIV, para peserta diingatkan bahawa diakon dipanggil menjadi tanda bahawa pelayanan tertahbis pada asasnya ialah pelayanan kepada umat.

Para penceramah turut menegaskan bahawa diakonat bukan sekadar melaksanakan tugas liturgi, tetapi merupakan panggilan hidup yang berakar dalam pelayanan, amal kasih dan persekutuan dengan Gereja.

Perhimpunan tahun ini turut melibatkan penyertaan aktif para isteri diakon, menjadikannya satu perayaan panggilan dan pelayanan yang lebih menyeluruh.



AMNEC bantu umat hadapi peperangan rohani

KUALA LUMPUR: Seramai 114 peserta dari 16 paroki di Keuskupan Agung Kuala Lumpur berhimpun di Gereja Hati Kudus, Kuala Lumpur pada Jun 20, 2026 untuk menyertai seminar Peperangan Rohani anjuran AMNEC (*Archdiocesan Mission of New Evangelisation for Christ*).

Seminar tersebut dipimpin oleh penceramah dan penginjil Katolik, Benedict Savarimuthu, yang berkongsi tentang realiti peperangan rohani yang dihadapi oleh setiap orang Kristian dalam kehidupan harian.

Berdasarkan Kitab Suci dan ajaran Gereja, beliau menjelaskan bahawa perjalanan iman bukan sekadar melibatkan cabaran fizikal dan emosi, tetapi juga perjuangan rohani.

Para peserta digalakkan untuk terus berakar dalam doa, sakramen, Sabda Tuhan dan hubungan peribadi dengan Yesus Kristus sebagai sumber kekuatan menghadapi pelbagai cabaran hidup.

Seminar tersebut meneri-

ma maklum balas yang amat positif. Diana Robert dari Gereja Visitation, Seremban, menyifatkannya sebagai pengalaman yang membuka mata dan memberi pencerahan kepada kehidupan rohaninya.

Daniel Arputham dari Gereja Holy Family, Kajang, pula berkata perkongsian Benedict telah memberi inspirasi mendalam dan mengukuhkan semangatnya untuk hidup sebagai murid Kristus.

Jeanette Tan dan Edna Rajah dari Gereja Our Lady of Guadalupe, Puchong, menyifatkan seminar itu sebagai praktikal, memberi pencerahan dan memperkasakan iman, manakala Ellen Kang dari Gereja Hati Kudus, Kuala Lumpur, menggambarkan sebagai pengalaman yang membangkitkan semula kehidupan rohani.

Program diakhiri dengan jempukan kepada para peserta untuk menyertai Siri Iman AMNEC-CCO bagi mendalami hubungan dengan Yesus dan bertumbuh sebagai murid misionari-Nya.

450 ahli koir sertai rekoleksi separoki di Tuaran

TUARAN: Komiti Koir Zon Pusat (Tuaran) telah mengadakan Rekoleksi Koir Separoki pada Jun 17, 2026, dengan penyertaan kira-kira 450 ahli koir dari pelbagai zon, termasuk Tenghilan, Koporingan, Tamparuli dan Topokon.

Rekoleksi ini dianjurkan untuk memupuk rasa cinta terhadap pelayanan koir serta memperdalam pemahaman para peserta tentang liturgi dan peranan penting koir dalam perayaan iman Gereja.

Program dimulakan dengan upacara Pentakhtaan Alkitab yang dipimpin oleh Fr Jalius J. Sading.

Kemudian, dalam sesi pertama, Fr Jalius menekankan bahawa pelayanan koir bukan sekadar nyanyian, tetapi merupakan satu bentuk pelayanan liturgi yang membantu umat menghayati misteri iman dan memuliakan Tuhan melalui muzik dan lagu.

Sesi kedua bertajuk "*Sing, Blend and Shine*" disampaikan



oleh Rhowell Rolland yang menjelaskan asas anatomi suara manusia dan cara penghasilan suara yang betul.

Selain itu, beliau turut berkongsi teknik asas nyanyian berkumpulan, kepentingan keseragaman suara dalam koir, pemilihan dan penyampaian lagu Mazmur yang sesuai serta cabaran yang sering dihadapi oleh para ahli koir dalam pelayanan mereka.

Sesi ketiga disampaikan oleh Nelson Lorins bertajuk "*Mind Matters: Sing, Rest and Renew*", menumpukan kepada aspek kesejahteraan mental dan emosi

dalam pelayanan.

Para peserta juga dibimbing mengenal pasti tanda-tanda keletihan dalam pelayanan serta membina sikap yang lebih positif melalui empati dan semangat melayani.

Sementara itu, sesi keempat bertajuk "*Sing It Out*" memberi peluang kepada para peserta mempraktikkan teknik-teknik nyanyian yang telah dipelajari.

Fr Wiandigool Runsab mengakhiri rekoleksi dengan mengingatkan bahawa pelayanan yang baik lahir daripada komitmen dan kerjasama seluruh komuniti.



Perayaan berganda satukan umat paroki Membakut

MEMBAKUT: Umat Katolik di Paroki St Patrick, Membakut, berhimpun dalam suasana penuh sukacita pada Jun 17, 2026 bagi meraikan ulang tahun ke-33 Keuskupan Keningau serta ulang tahun pentahbisan episkopal Uskup Keningau, Uskup Cornelius Piong.

Perayaan tersebut turut disertai dengan sambutan Pesta Kaamatan peringkat paroki.

Misa Kudus dipimpin oleh Bapa Uskup Cornelius Piong bersama para paderi dan dihadiri oleh umat

dari pelbagai komuniti di paroki tersebut.

Dalam homilinya, Bapa Uskup mengingatkan umat tentang pentingnya hidup sebagai sebuah komuniti yang bersatu dalam iman, saling menyokong dan bekerjasama dalam membangunkan Gereja.

Prelatus itu menegaskan bahawa kehidupan berkomuniti merupakan salah satu asas penting dalam kehidupan Kristian kerana melalui kebersamaan, umat dapat saling menguatkan dan bertumbuh

dalam iman.

Bapa Uskup turut menjelaskan bahawa perayaan tahunan seperti ini merupakan tanda kesyukuran kepada Tuhan yang sentiasa menyertai umat-Nya dalam setiap keadaan.

Tambahnya, semangat kesyukuran yang menjadi teras Pesta Kaamatan sejalan dengan panggilan umat Kristian untuk sentiasa bersyukur kepada Tuhan atas segala rahmat dan rezeki yang diterima.

Peter Paulus

