



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 jalan 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)

Setahun berlalu ...

Warisan Sri Paus Fransiskus terus hidup

VATIKAN: April 2026 menandakan genap setahun pemergian Sri Paus Fransiskus, namun gema suaranya masih terasa dalam denyut kehidupan Gereja sejagat. Ia bukan sekadar kenangan yang disimpan dalam sejarah, tetapi satu warisan hidup yang terus membentuk arah dan jiwa Gereja hari ini.

Dalam suasana peringatan ini, Sri Paus Leo XIV memilih untuk mengenang pendahulunya dengan cara yang sederhana tetapi penuh makna—bukan hanya dalam ruang rasmi di Vatikan, tetapi juga di tengah perjalanan apostoliknya ke Afrika.

Ketika pesawat melintasi langit luas menuju destinasi pastoral, termasuk ke Angola, beliau berbicara kepada wartawan dengan nada tenang, seolah-olah mengajak dunia berhenti sejenak untuk merenung.

Bagi Sri Paus Leo, Fransiskus ialah lebih daripada seorang pemimpin. Beliau ialah seorang gembala yang mengajar dunia bagaimana melihat — melihat dengan hati, melihat dengan belas kasihan.

Dalam kata-katanya, terdapat penghargaan yang mendalam terhadap seorang Sri Paus yang tidak takut untuk mendekati mereka yang terluka, yang tersisih, dan yang sering tidak dipedulikan oleh dunia.

Warisan itu, menurut Sri Paus Leo, tidak terletak pada struktur atau strategi semata-mata, tetapi pada keberanian untuk menjadi dekat — dekat dengan manusia, dekat dengan realiti, dekat dengan penderitaan.

Di situlah Injil menjadi nyata, bukan hanya dalam pengajaran, tetapi dalam kehidupan yang dihidupi.

Mengenang Sri Paus Fransiskus dari Langit
Di dalam pesawat, semasa penerbangan dari Angola ke Equatorial Guinea, tidak ada teks

panjang, tidak ada skrip yang teratur — hanya seorang gembala yang berbicara dari hati.

Sri Paus Leo mengenang Fransiskus sebagai seorang yang tidak pernah menjauh daripada manusia. Bahkan dalam saat-saat sukar, Sri Paus Fransiskus memilih untuk hadir — mendengar, menyentuh, dan berjalan bersama. Perjalanan Sri Paus Leo ke Afrika ini sendiri menjadi simbol—bahawa Gereja sentiasa bergerak, sentiasa pergi ke pinggiran, seperti yang telah ditunjukkan oleh Fransiskus.

Warisan belas kasihan yang tidak pernah pudar

Salah satu ciri paling jelas dalam kepemimpinan Fransiskus ialah penekanannya terhadap belas kasihan. Fransiskus mengingatkan dunia bahawa Gereja bukanlah tempat penghakiman semata-mata, tetapi rumah bagi mereka yang mencari pengharapan.

Bagi Sri Paus Leo, warisan ini tidak boleh dilupakan. Ia adalah nadi kepada kehidupan Gereja. Setiap manusia — tanpa mengira latar belakang — memiliki martabat yang tidak boleh dirampas.

Dalam dunia yang sering meminggirkan yang lemah, suara Fransiskus menjadi peringatan bahawa kasih Tuhan tidak pernah memilih. Dan suara itu kini diteruskan—dalam nada yang mungkin lebih tenang, tetapi tetap teguh.

Dari Kenangan kepada Tindakan

Namun, peringatan ini bukan sekadar untuk dikenang. Ia adalah satu panggilan.

Sri Paus Leo mengingatkan bahawa warisan hanya akan hidup jika diterjemahkan dalam tindakan.

Belas kasihan harus menjadi nyata — dalam pengampunan yang diberikan, dalam perhatian kepada mereka yang memerlukan, dan

dalam keberanian untuk berdamai di tengah konflik. Di sinilah cabaran sebenar: untuk tidak membiarkan kenangan menjadi pasif, tetapi menjadikannya sumber kekuatan untuk bertindak.

Gereja hari ini, misi yang diteruskan

Walaupun kepimpinan telah beralih, arah misi tidak berubah. Gereja hari ini masih berjalan di jalan yang sama—jalan yang dibentuk oleh Injil dan ditegaskan oleh kepimpinan Fransiskus.

Dalam dunia yang penuh ketegangan, perang, dan ketidakadilan, Gereja dipanggil untuk menjadi tanda harapan. Sri Paus Leo XIV, melalui gaya kepemimpinannya yang tersendiri, memperlihatkan kesinambungan itu—bahawa kasih, kesatuan, dan damai tetap menjadi asas.

Perjalanan ke Afrika bukan sekadar lawatan, tetapi satu simbol: bahawa Gereja tidak berhenti, tidak berdiam, tetapi terus melangkah ke tempat di mana harapan paling diperlukan.

Bukan pandang belakang

Sri Paus Fransiskus, telah pergi setahun yang lalu. Masa mungkin bergerak, tetapi warisan itu tidak pudar.

Sri Paus Fransiskus tetap hidup — dalam doa umat, dalam tindakan kecil yang penuh kasih, dan dalam setiap usaha untuk menjadikan dunia ini sedikit lebih manusiawi.

Bagi Sri Paus Leo, mengenang Sri Paus Fransiskus bukan sekadar melihat ke belakang, tetapi menghidupkan kembali semangat yang pernah menggerakkan Gereja — semangat untuk mendekati, mendengar, dan mengasihi tanpa syarat.

Jelas bahawa warisan itu tidak pernah berhenti, tetapi terus bernafas dalam setiap langkah Gereja hari ini. **Media Vatikan**

Mencari damai dalam kerumitan diri

Dalam satu wawancara yang penuh makna, Catherine de Hueck Doherty, pengasas Madonna House, berkongsi pengalaman hidupnya sebagai seorang tokoh yang dihormati dalam dunia rohani. Namun di sebalik penghormatan itu, beliau mengakui bahawa jalannya tidak pernah bebas daripada pergolakan jiwa.

Mengapa? Kerana seperti setiap insan lain, dirinya juga memiliki sisi yang rumit — yang kadangkala sukar difahami bahkan oleh dirinya sendiri. Menjadi manusia, katanya, adalah satu perjalanan yang penuh kerumitan.

Beliau menggambarkan dirinya dengan kata-kata berikut (secara parafrasa):

“Dalam diri saya,” katanya perlahan, “rasanya seperti ada tiga ‘watak’. Salah satunya saya gelar ‘Baroness’.

‘Baroness’ ini mewakili sisi yang sangat rohani — disiplin, tersusun, dan sepenuhnya tertumpu pada doa dan pengorbanan diri. Dialah bahagian diri saya yang hidup sebagai seorang beriman.

Dialah yang membina komuniti, menulis refleksi rohani, menegur dengan kasih, dan mempersempit hidupnya kepada Tuhan serta golongan miskin.

Dia membaca Injil sebagai pegangan hidup, dan sering merasa tidak selesa dengan hal-hal dunia. Baginya, kehidupan dunia hanyalah persinggahan yang harus dilepaskan demi kehidupan kekal.

“Tetapi dalam diri saya juga ada satu lagi sisi yang saya panggil ‘Catherine’. Dia ialah wanita yang menginginkan kehidupan yang indah — kemewahan, keselesaan, dan kenikmatan sederhana. Dia suka berehat, menikmati saat-saat tenang, berpakaian cantik, berhias, dan menikmati makanan yang baik.

‘Catherine’ menikmati hidup seadanya dan tidak begitu menyukai pengorbanan. Dia tidak terlalu menekankan hal-hal rohani, malah sering berlawanan dengan ‘Baroness’. Hubungan mereka tidak selalu harmoni. Namun jauh di dalam diri saya, ada satu lagi — bukan ‘Catherine’, bukan juga ‘Baroness’. Seorang anak kecil yang berbar-



ing di padang rumput Finland, memandang langit dan membiarkan fikirannya melayang bebas. Dia tidak memihak kepada mana-mana.

Dan apabila usia semakin bertambah, saya semakin menyerupai ‘Baroness’, sesekali merindui ‘Catherine’, tetapi saya mula percaya bahawa diri saya yang sebenar mungkin ialah anak kecil yang bebas berkhayal itu.”

Jika kata-kata ini diucapkan oleh seseorang yang masih baru dalam perjalanan iman, mungkin kesannya tidak begitu kuat.

Namun ia datang daripada seorang yang telah matang dalam kehidupan rohani — yang telah lama setia sebagai murid, dan yang telah menyerahkan hidupnya secara total dalam pelayanan kepada Tuhan serta mereka yang miskin.

Jika orang kudus sendiri mengalami pergulatan seperti ini, bagaimana pula dengan kita?

Kita semua bergelut kerana hidup ini tidak pernah mudah. Menjadi manusia itu sendiri sudah kompleks — lebih-lebih lagi apabila kita berusaha untuk melangkaui kehendak diri demi menyerahkan hidup kepada Tuhan.

Seperti Catherine de Hueck Doherty, dalam diri setiap kita sebenarnya wujud pelbagai ‘peribadi’. Dalam diri kita ada satu suara yang beriman — yang rindu untuk menghidupi Sabda Bahagia dan selaras dengan kebenaran Injil.

Dalam diri kita juga ada seorang ‘martir’

yang rela berkorban demi orang lain, seorang ‘kudus’ yang ingin melayani mereka yang miskin, dan satu jiwa yang berusaha menanggung kesunyian dengan penuh makna dan ketulusan.

Namun pada masa yang sama, dalam diri kita juga ada sisi yang ingin menikmati hidup — merasai segala keindahan dan kenikmatannya. Ada kecenderungan yang mengejar kesenangan, yang tertarik kepada hal-hal duniawi, yang bebas tanpa batas, yang terikat pada kebendaan, yang ragu, dan yang mementingkan diri.

Dan lebih dalam lagi, dalam diri setiap kita, ada seorang anak kecil — polos, penuh imaginasi — yang hanya berbaring memandang langit, berkhayal tanpa beban.

Anak kecil ini tidak benar-benar berpikah, sama ada kepada sisi ‘kudus’ atau ‘berdosa’ dalam diri kita. Siapakah diri kita yang sebenar?

Semuanya itu adalah diri kita. Kita memikul pelbagai sisi — yang kudus dan yang mencari kesenangan, yang memberi dan yang mementingkan diri, yang percaya dan yang ragu, yang suci dan yang pernah jatuh, yang masih polos dan telah menjadi dewasa dengan segala luka.

Hidup bukan tentang mematikan satu sisi untuk memenangkan yang lain, tetapi tentang belajar hidup berdamai dengan semuanya.

Damai bukan sekadar tiada pertengkaran. Damai adalah sesuatu yang lebih dalam — sesuatu yang membina.

la lahir daripada dua perkara: keserasian dan kelengkapan. Keserasian — seperti lagu yang indah apabila setiap nada menyatu tanpa kepincangan suara.

Kelengkapan pula bermaksud kita memiliki seluruh ‘nada’ yang diperlukan untuk menjalani hidup. Damai wujud apabila kita mampu menerima dan menghidupi semua dimensi diri kita. Begitulah juga dengan sifat manusia.

Kerumitan dalam diri bukan sesuatu yang perlu ditakuti, tetapi sesuatu yang boleh dipeluk. Segala sisi yang kelihatan bertentangan itu sebenarnya memerlukan ruang yang luas — seperti alat muzik dengan kekunci yang lengkap.

Kerana kita bukan hanya satu perkara — kita adalah campuran antara kelemahan dan harapan, antara kedewasaan dan kepolosan — kita memerlukan keseluruhan ‘nada’ untuk menghidupi kehidupan ini.

Kuncinya ialah keserasian — apabila semua sisi dalam diri kita tidak lagi bertembung, tetapi saling melengkapi. Kita perlu berhenti ‘menekan’ hidup secara rawak yang hanya menghasilkan kekacauan.

Sebaliknya, kita belajar memainkan setiap nada dengan sedar. Damai muncul apabila semua yang berselerak dalam diri kita disatukan dengan tertib. Dan semakin banyak pengalaman dan sisi dalam diri kita, semakin indah dan kaya ‘lagu’ kehidupan itu dalam hidup. **Fr Ron Rolheiser @ Hak Cipta Terpelihara**

Kristus Jalan kita, Gereja tanggungjawab kita

Sabda Tuhan pada hari Minggu ini membawa kita kepada satu kebenaran yang mendalam: Gereja dibina bukan sekadar oleh struktur, tetapi oleh hubungan yang hidup dengan Tuhan.

Dalam Kisah Para Rasul, kita melihat komuniti awal menghadapi konflik — pembahagian dan ketidakpuasan. Namun para rasul tidak mengabaikannya. Mereka memilih untuk bertindak dengan hikmat: melantik pelayan untuk memastikan keadilan, sambil mereka sendiri setia kepada doa dan pelayanan sabda.

Di sini kita belajar bahawa Gereja berkembang apabila setiap orang memainkan peranan masing-masing, dengan hati yang tulus dan penuh tanggungjawab.

Gereja bukan hanya digerakkan oleh segelintir pemimpin, tetapi oleh kesetiaan ramai yang melayani dalam perkara-perkara kecil yang sering tidak kelihatan. Ada yang dipanggil untukewartakan sabda, ada yang melayani dalam karya kasih, ada yang menyokong melalui doa, dan ada yang menjadi penguat dalam diam. Setiap peranan, walaupun kelihatan sederhana, mempunyai nilai yang besar di hadapan Tuhan.

Apabila setiap orang setia kepada panggilannya, Gereja menjadi tubuh yang

hidup — tersusun, saling melengkapi, dan tidak terpecah oleh kepentingan sendiri. Sebaliknya, jika kita mengabaikan tanggungjawab atau hanya menunggu orang lain bertindak, komuniti akan menjadi lemah dan mudah goyah.

Oleh itu, kesatuan dalam Gereja tidak terjadi secara kebetulan, tetapi dibina melalui kerjasama, pengorbanan, dan kesediaan untuk melayani dengan rendah hati.

Di situlah kasih Kristus menjadi nyata — bukan hanya dalam kata, tetapi dalam tindakan yang membina dan menghidupkan seluruh komuniti iman. Rasul Petrus pula mengingatkan kita bahawa kita bukan sekadar umat biasa.

Kita adalah “batu-batu hidup”, dibina menjadi rumah rohani. Kristus adalah batu penjuru — dan kita, walaupun lemah, dipanggil untuk menjadi sebahagian daripada bangunan yang hidup ini.

Ini bermakna iman kita bukan sesuatu yang pasif. Ia harus nyata — dalam cara kita mengasihi, melayani, dan menjadi terang kepada dunia.

Dalam Injil Yohanes, Yesus menenangkan hati para murid: “Janganlah gelisah hatimu.” Kata-kata ini bukan sekadar penghiburan, tetapi janji.

Yesus sendiri adalah Jalan, Kebenaran

dan Hidup. Dalam Dia, kita tidak berjalan dalam kegelapan. Bahkan, Dia memanggil kita untuk melakukan pekerjaan yang lebih besar — bukan kerana kekuatan kita, tetapi kerana kita bersatu dengan-Nya.

Hari ini, kita diingatkan bahawa Gereja bukan hanya tempat kita datang, tetapi kehidupan yang kita hidupi.

Gereja bukan sekadar bangunan yang kita kunjungi pada hari Ahad, tetapi sebuah realiti rohani yang hidup dalam diri kita setiap hari.

Setiap kali kita memilih untuk mengampuni, membantu sesama, atau setia dalam perkara kecil, di situlah Gereja menjadi nyata.

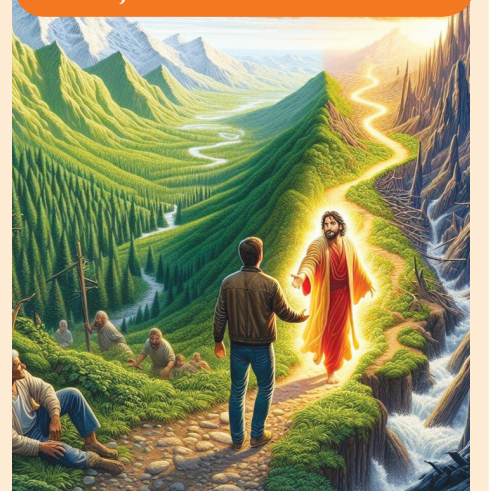
Menjadi Gereja berarti kita membawa Kristus ke dalam dunia — dalam keluarga, tempat kerja, dan komuniti. Iman tidak berhenti di altar, tetapi diteruskan dalam tindakan kasih, kesabaran, dan kejujuran.

Dunia hari ini bukan hanya memerlukan kata-kata tentang Tuhan, tetapi kesaksian hidup yang mencerminkan kehadiran-Nya.

Apabila kita hidup sebagai Gereja, kita menjadi tanda harapan bagi orang lain. Melalui cara kita melayani, mendengar, dan mengasihi, orang dapat melihat bahawa Tuhan itu hidup dan bekerja.

Inilah panggilan kita: bukan hanya menjadi umat yang hadir, tetapi menjadi saksi

**HARI MINGGU
PASKAH KELIMA (A)
KISAH PARA RASUL 6: 1-7;
1 PETRUS 2:4-9;
INJIL YOHANES 14:1-12.**



yang hidup — yang membawa terang Kristus ke mana sahaja kita pergi.

Kita semua mempunyai peranan — untuk membina, menyatukan, dan membawa harapan. Dalam dunia yang penuh kegelisahan, kita dipanggil untuk percaya: bahawa dalam Kristus, hati yang gelisah boleh menemukan damai, dan hidup kita mempunyai tujuan yang kekal. **Fr Ignatius Hendra**

Di Ambang Imamat: Langkah pertama seorang pelayan Tuhan



SERIAN: Pada bulan lalu iaitu Mac 20, 2026, Keuskupan Agung Kuching menyaksikan satu detik penuh rahmat apabila Seminarian Addie Frank Anak Lingge ditahbiskan sebagai diakon oleh Uskup Agung Simon Poh di Gereja St Theresa, Serian.

Perayaan liturgi tersebut menghimpunkan hampir 1,500 umat dari seluruh keuskupan, mencerminkan sokongan dan kesatuan iman terhadap panggilan hidup religius beliau.

Dalam perkongsiannya, Diakon Addie Frank merakamkan rasa syukur atas bimbingan kebapaan Uskup Agung Simon Poh, serta sokongan para imam dan pembimbing seminari yang telah membentuk perjalanan imannya. Beliau turut menghargai usaha Fr Lazarus Swinie, rektor Gereja St

Theresa, yang telah menjadi tuan rumah kepada perayaan tahbisan tersebut dengan penuh dedikasi.

Tidak dilupakan, beliau juga berterima kasih kepada keluarga, umat paroki dan rakan-rakan seminarian yang setia mendoakan dan menemani perjalanannya. Sebelum memasuki seminari, Diakon Addie pernah bekerja selama lapan tahun dalam bidang profesional, termasuk sebagai pembantu akaun di Shah Alam dan pentadbir di beberapa syarikat di Kuching.

Memulakan pelayanannya sebagai diakon, beliau dengan rendah hati memohon doa berterusan agar dapat melayani dengan sukacita, kerendahan hati dan kesetiaan, sambil melangkah menuju panggilan Imamat.

Lilin dan Sabda: Tanda perutusan peserta KEP

KENINGAU: Uskup Cornelius Piong memimpin Misa Kudus Pembukaan Retret Pengutusan Kursus Evangelisasi Peribadi (KEP) di Rumah Retret Keuskupan Keningau, Kg Tatal.

Retret ini menghimpunkan 61 orang peserta. 51 orang dari Keuskupan Keningau dan 10 orang dari Keuskupan Agung Kota Kinabalu.

Kursus Evangelisasi Peribadi (KEP) ialah satu program pembentukan iman dalam Gereja Katolik yang bertujuan membantu umat mengalami pertemuan peribadi dengan Yesus Kristus serta dilengkapi untuk mewartakan Injil dalam kehidupan harian.

Bapa Uskup dalam homilinya menekankan kepentingan peranan setiap peserta sebagai pewarta Injil dalam kehidupan seharian.

Prelatus itu berharap agar retret ini menjadi titik pembaharuan iman dan semangat pelayanan bagi semua yang terlibat.

Retret ini diharapkan dapat menjadi wadah yang membentuk para peserta dalam semangat pelayanan untuk mewartakan kasih Tuhan kepada sesama, selaras dengan panggilan Gereja sebagai saksi Kristus di dunia.

“Semoga retret ini membantu kita menjadi evangelis yang efektif,” kata Uskup Cornelius.

61 orang peserta ini kemudiannya diutus dalam Misa Kudus Pengutusan KEP-3 yang dipimpin oleh Msgr Gilbert Lasius.



Melalui upacara penyerahan lilin dan Alkitab, para peserta diutus secara rasmi sebagai pewarta Sabda Tuhan dan saksi terang Kristus.

Lilin yang dinyalakan melambangkan cahaya iman yang harus terus menyala dalam hidup mereka, manakala Alkitab menjadi sumber kebenaran dan panduan dalam setiap langkah pelayanan. Dalam suasana penuh makna ini, mereka dipanggil bukan sahaja untuk mendengar Sabda, tetapi untuk menghidupinya—menjadi terang di tengah dunia melalui kata dan tindakan yang mencerminkan kasih Yesus Kristus.

Misa Pengutusan ini menjadi detik penting dalam perjalanan iman para peserta, menandakan permulaan misi pelayanan

yang baharu dalam semangat Gereja.

“Berpegang teguhlah pada setiap komitmen yang telah kamu lafazkan.

Semoga segala pelayanan yang kamu lakukan tidak hanya berbuah di dunia ini, tetapi menjadi jambatan yang menuntun kamu semakin dekat kepada Tuhan di syurga,” kata Msgr Gilbert Lasius.

Di Sabah, KEP dalam talian angkatan pertama telah dilancarkan di Gereja St Paul Dontozidon pada Julai 9, 2021. Ia diadakan dalam talian kerana pandemik COVID-19 pada ketika itu.

Di Keuskupan Keningau, KEP bermula pada Oktober 29, 2023 di Pusat Ziarah Keluarga Kudus, Nulu Sosopon (PZKKNS) dengan 79 orang peserta.

Menemui Kristus di Kg Belihoi

SHAH ALAM: Seramai 40 calon Sakramen Krisma bersama para katekis dari Gereja Kerahiman Ilahi, Shah Alam, telah mengadakan lawatan ke Kampung Orang Asli, Kampung Belihoi, Negeri Sembilan.

Program dimulakan dengan doa rosari, diikuti Perayaan Ekaristi yang dipimpin oleh Fr Christopher Wilvaraj.

Kemudian, ketua kampung, Encik Langkap, berkongsi mengenai sejarah Gereja Kristus Bangkit yang dahulunya merupakan kediaman keluarganya.

Para peserta turut melawat rumah penduduk, berinteraksi dan mendalami kehidupan masyarakat Orang Asli.



Tiada toleransi penderaan: Gereja perkukuh kesedaran Perlindungan Kanak-Kanak

PULAU PINANG: Seramai 303 katekis evangelisasi dan umat dari seluruh Keuskupan Pulau Pinang, meliputi Kedah, Perlis, Perak, Kelantan dan Pulau Pinang, telah menyertai satu sesi kesedaran Perlindungan Kanak-Kanak (*Safeguarding of Minors*) yang diadakan dalam talian baru-baru ini.

Program ini dianjurkan oleh Komisi Kateketikal Pulau Pinang dengan sokongan Pejabat *Standard Profesional* serta Pejabat Komunikasi Sosial keuskupan.

Ia dijalankan dalam empat bahasa: Inggeris, Mandarin, Tamil dan Bahasa Melayu.

Dalam amanat pastoral yang dirakam, Kardinal Sebastian Francis menegaskan bahawa usaha melindungi kanak-kanak bukan sekadar tanggungjawab, tetapi satu panggilan suci yang mencerminkan kasih dan penghormatan terhadap mereka yang diamanahkan kepada Gereja.

Kardinal mengingatkan bahawa segala bentuk penderaan mesti ditangani dengan

serius, dan para peserta dijemput menandatangani deklarasi piawaian perlindungan kanak-kanak.

Pada masa yang sama, prelatus itu menggalakkan sesi siapa yang bergelut dengan kecenderungan negatif agar tampil mendapatkan bantuan, sambil merakamkan penghargaan atas komitmen para katekis.

Ketua PDCC, Diakon Clement Samuel, mengingatkan bahawa kanak-kanak hari ini berdepan cabaran besar dalam budaya yang semakin terdedah kepada pengaruh

seksual.

Beliau menegaskan pendirian Gereja yang jelas—tiada toleransi terhadap sebarang bentuk penderaan—serta mengajak para katekis melihat setiap kanak-kanak dengan hati Kristus: penuh kasih, waspada, dan melindungi.

Koordinator PDCC, Jeanne J. Saw, memaklumkan bahawa majoriti peserta mengikuti sesi dalam bahasa Inggeris, diikuti Mandarin, Tamil dan bahasa Melayu. Mereka didorong untuk memahami garis

panduan semasa dalam melindungi kanak-kanak dan golongan lemah, manakala mereka yang tidak hadir perlu mengikuti latihan serupa di peringkat paroki atau keuskupan.

Setiap sesi menampilkan penceramah berpengalaman yang membincangkan aspek perundangan, pengenalan tandat penderaan serta prosedur pelaporan.

Para peserta menyatakan penghargaan atas pengetahuan yang diperoleh, khususnya dalam memahami tanggungjawab melindungi kanak-kanak secara praktikal dan berkesan.

Program ini diakhiri dengan jemputan untuk menandatangani Piawaian Tingkah Laku Pastoral Keuskupan Pulau Pinang yang telah dikemas kini—sejajar dengan perkembangan undang-undang tempatan dan garis panduan universal—sebagai komitmen bersama memastikan Gereja kekal sebagai tempat yang selamat dan penuh kasih.



Sahabat kecil Yesus

Tuhan, kami tidak tahu ke mana Engkau pergi; jadi bagaimana kami tahu jalan ke situ?

Akulah _____ dan _____ dan _____ . Tidak ada _____ pun yang _____ kepada _____, kalau tidak melalui _____.

LENGGAPKAN DIALOG ANTARA TOMAS DAN YESUS.

(Yohanes 14:5-6)

DATANG JALAN HIDUP KEBENARAN SESIAPA AKU BAPA

Helo anak-anak,

Apa khabar? Dalam Injil hari ini, Yesus berkata: "Jangan gelisah hatimu." Ini bermakna Yesus tahu kita kadang-kadang takut, sedih, atau risau. Tetapi Dia mahu kita percaya kepada-Nya. Yesus pergi untuk menyediakan tempat bagi kita di rumah Bapa di syurga. Wah, indahny!

Itu tanda Yesus sangat mengasihi kita dan tidak pernah meninggalkan kita. Anak-anak, Yesus juga berkata: "Akulah Jalan, Kebenaran dan Hidup." Maksudnya, jika kita mahu pergi kepada Tuhan, kita ikut Yesus. Bagaimana kita ikut Yesus? Dengan berdoa, berbuat baik, berkata benar, dan mengasihi orang lain—

seperti Yesus. Filipus pernah berkata, "Tunjukkanlah Bapa kepada kami." Lalu Yesus menjawab bahawa sesiapa yang melihat Yesus, melihat Bapa. Ini bermaksud Yesus menunjukkan kepada kita bagaimana Tuhan itu penuh kasih, sabar, dan baik. Anak-anak, Yesus juga berkata kita boleh melakukan perkara baik seperti Dia, jika kita percaya kepada-Nya. Jadi, adik-adik, jangan takut. Percayalah kepada Yesus, ikut ajaran-Nya, dan jadilah anak Tuhan yang membawa kasih kepada semua orang.

Salam sayang
Aunty Melly

Cari 10 perbezaan:



- YESUS
- BANGKIT
- JALAN
- HIDUP
- BAPA
- MENGENAL
- MELIHAT
- PERCAYA
- TOMAS
- FILIPUS
- PEKERJAAN
- BESAR

CARI PERKATAAN HILANG

Cari dan bulatkan perkataan yang tersembunyi di dalam kumpulan huruf di bawah.

Y	E	S	U	S	M	E	L	I	H	A	T
B	A	N	G	K	I	T	O	P	A	B	O
J	A	L	A	N	H	I	D	U	P	A	M
M	E	N	G	E	N	A	L	T	O	P	A
P	E	R	C	A	Y	A	T	E	M	A	S
F	I	L	I	P	U	S	B	E	S	A	R
P	E	K	E	R	J	A	A	N	B	A	P

Bantu anak ini mencari Yesus!

BELIA



PERJALANAN SALIB SINGGAH DI ST THOMAS MORE, KEPAYAN

KEPAYAN: Paroki St Thomas More Church Kepayan menerima ketibaan "Perjalanan Salib" dari Gereja St Simon, Likas pada April 17 lalu dalam suasana penuh sukacita dan kesyukuran.

"Perjalanan Salib" ini merupakan Salib Konvensi Pastoral Malaysia (MPC) yang diamanahkan kepada golongan belia semasa Hari Belia Katolik Malaysia (MCYD) oleh para uskup Katolik Malaysia untuk mempromosikan MPC yang bakal berlangsung pada bulan September 9-13 tahun ini di Sibiu.

Inisiatif ini juga menjadi sebahagian persiapan rohani menuju MPC 2026 yang akan berlangsung buat pertama kalinya di Sibiu, bakal menghimpunkan para uskup, paderi, religius dan umat awam dari seluruh keuskupan.

Perjalanan Salib berada di

paroki Kepayan sehingga Mei 3, menghimpunkan umat dalam doa, refleksi dan pembaharuan iman.

Bagi komuniti paroki, kehadiran "Perjalanan Salib" bukan sekadar satu simbol keagamaan, tetapi tanda hidup kasih dan pengorbanan Kristus yang terus menyentuh kehidupan umat.

Ia menjadi satu rahmat istimewa yang membuka ruang kepada umat untuk mendekati diri kepada Tuhan, memperdalam iman serta mengalami kembali makna sebenar keselamatan dalam kehidupan harian.

Dalam salah satu sesi, Fr Rhobby mengingatkan belia bahawa salib bukan sekadar simbol penderitaan, tetapi tanda kasih dan pengorbanan Kristus yang membawa harapan. Dalam salib, mereka dipanggil untuk setia,

berani menghadapi cabaran, serta menjadi saksi iman dalam kehidupan harian.

Sepanjang tempoh program, pelbagai pengisian rohani dan pastoral telah disusun untuk menyentuh pelbagai lapisan umat.

Antaranya termasuk Misa Kudus dan Saat Teduh, ceramah rohani serta ceramah kekeluargaan, doa Taizé yang memberi ruang kepada keheningan dan perenungan, selain aktiviti khas untuk keluarga dan komuniti seperti kuiz Alkitab.

Dalam ceramah yang merujuk kepada salah satu dokumen Sri Paus Fransiskus, *Amoris Laetitia*, pada April 21, umat dan belia diberi pendedahan tentang pelbagai cabaran keluarga masa kini — tekanan ekonomi, komunikasi yang renggang serta konflik emosi. Ke-

uarga ditegaskan sebagai penginjal pertama, tempat iman disemai dan disaksikan setiap hari.

Para peserta turut diberi panduan praktikal apabila berdepan isu keluarga, antaranya mendapatkan bantuan kaunselor, memperkukuh kehidupan doa, serta merujuk kepada paderi untuk bimbingan dan peneguhan rohani.

Dr Freddie Robinson yang menyampaikan sesi "Menjadi Kristus antara satu sama lain" pada 22 April menegaskan bahawa setiap orang Kristian dipanggil untuk menghadirkan wajah Kristus dalam relasi harian — melalui kasih, pengampunan dan kesetiaan.

Beliau mengingatkan bahawa keluarga dan komuniti adalah ruang pertama untuk menghidupi Injil secara nyata, terutama ketika

berdepan kelemahan dan konflik.

Dalam semangat ini, umat diajak untuk saling menguatkan, mendengar dengan empati serta menjadi tanda harapan dan belas kasih Tuhan antara satu sama lain.

Pada April 25-26, Perjalanan Salib dihantar ke St John, Kg Kopungit iaitu sebuah Gereja kecil di bawah jagaan St Thomas More agar belia dan umat di situ, dapat memperdalamkan iman.

Perjalanan Salib kembali ke St Thomas More pada Mei 2, dan dihantar ke paroki St Michael, Penampang pada Mei 3.

Sepanjang masa Perjalanan Salib berada di Gereja St Thomas More, ia telah membawa satu peringatan yang mendalam: bahawa dalam salib Kristus, umat menemukan kasih, pengharapan dan kekuatan untuk terus melangkah.

YAOUNDÉ, Cameroon: Kunjungan Sri Paus Leo XIV ke Universiti Katolik Afrika Tengah di Yaoundé menjadi detik penuh sukacita dan harapan, khususnya bagi ribuan mahasiswa yang berhimpun untuk menyambut kehadiran Bapa Suci.

Dalam suasana meriah yang dipenuhi sorakan, tarian dan kibaran bendera Vatikan, kira-kira 8,000 hadirin — termasuk pelajar, pensyarah serta religius — menghadiri pertemuan tersebut pada April 17.

Lawatan ini bukan sekadar satu acara rasmi, tetapi menjadi ruang pertemuan yang menghidupkan semula semangat dan visi generasi muda.

Seorang pelajar kejururawatan menyifatkan kehadiran Sri Paus sebagai satu penghormatan besar, malah melihat beliau sebagai wakil Tuhan yang membawa inspirasi kepada masa depan mereka.

Dalam pesannya, Sri Paus Leo XIV menggesa golongan muda un-



Gereja percaya potensi generasi muda

tuk melihat diri mereka sebagai "pelaku utama masa depan", bukan sekadar pemerhati.

Beliau menekankan bahawa ilmu yang diperoleh, termasuk pengalaman di luar negara, harus kembali dimanfaatkan untuk membangun tanah air sendiri.

Seruan ini selari dengan panggilan Gereja agar pendidikan bukan hanya membentuk kecerdasan, tetapi juga tanggungjawab terhadap masyarakat.

Kehadiran Bapa Suci juga memberi kesan mendalam kepada ramai yang selama ini menjalani

pendidikan tanpa arah yang jelas.

Seorang alumni universiti tersebut mengakui bahawa lawatan ini telah membangkitkan semula harapan dan visi dalam kalangan belia — mengubah sikap daripada sekadar belajar kerana kewajipan, kepada belajar dengan tujuan dan

panggilan hidup.

Namun, realiti yang dihadapi golongan muda di Cameroon tidak dapat dinafikan.

Isu pengangguran yang tinggi, termasuk dalam kalangan mereka yang berpendidikan, terus menjadi cabaran besar.

Dalam konteks ini, seruan Sri Paus Leo XIV dilihat sebagai satu cahaya harapan — bahawa masa depan masih boleh dibina melalui komitmen, iman dan usaha bersama.

Melalui pertemuan ini, Sri Paus Leo XIV sekali lagi menegaskan peranan institusi pendidikan Katolik sebagai tempat membentuk pemimpin masa depan — mereka yang bukan sahaja berilmu, tetapi juga berakar pada kebenaran, keadilan dan solidariti.

Lawatan ini meninggalkan kesan yang mendalam: bahawa di tengah cabaran sosial dan ekonomi, Gereja tetap percaya kepada potensi generasi muda. **Media Vatikan**

Berita singkat antarabangsa

Pertemuan Sri Paus dan pemimpin Islam di Cameroon

BAMENDA: Di tengah suasana yang masih dilanda konflik, Sri Paus Leo XIV menyampaikan seruan yang jelas dan menyentuh hati: keamanan sejati hanya dapat dicapai apabila manusia kembali taat kepada Tuhan, bukan kepada kehendak manusia.

Dalam homilinya, Bapa Suci menegaskan bahawa ketaatan kepada Tuhan bukanlah beban, tetapi jalan menuju kebebasan dalaman.

Dari situlah lahir keberanian untuk menolak kejahatan serta membina perdamaian yang tulus dalam masyarakat.

Sri Paus turut mengingatkan tentang bahaya apabila iman dicampuradukkan dengan kepentingan duniawi atau kepercayaan yang menyeleweng.

Menurutnya, iman yang se-

jati harus kekal murni dan menjadi asas kepada pembaharuan hidup—baik secara peribadi mahupun dalam masyarakat.

Di tengah penderitaan yang dialami rakyat Cameroon, Sri Paus mengajak semua pihak untuk kembali kepada nilai asas seperti iman, kasih, dan keadilan.

Hanya dengan hati yang terbuka kepada Tuhan, harapan untuk masa depan yang damai dapat dibina semula.

Seruan ini bukan sekadar kata-kata, tetapi undangan untuk bertindak—menjadi pembawa damai dalam keluarga, komuniti dan negara.

Dengan iman yang hidup, luka boleh dipulihkan dan masa depan yang lebih bermaruah dapat dibina. Media Vatikan



Kembali kepada Tuhan, dunia akan sembuh

Bamenda menyambut cahaya damai

BAMENDA: Lawatan Sri Paus Leo XIV ke Cameroon dilihat sebagai satu rahmat besar dan titik permulaan kepada harapan baharu bagi negara yang lama dilanda konflik.

Uskup Agung Andrew Nkea menegaskan bahawa mesej yang dibawa oleh Sri Paus bukan sekadar kata-kata, tetapi satu panggilan mendalam untuk menghidupi ajaran sosial Gereja dalam realiti kehidupan.

Beliau mengingatkan bahawa kegembiraan menyambut

kunjungan Sri Paus perlu diteruskan dengan tindakan nyata, bukan sekadar berhenti pada kekaguman.

Menurut beliau, tanda-tanda awal kedamaian sudah mula kelihatan, namun masa depan bergantung kepada kesediaan semua pihak untuk mengambil langkah susulan.

Sri Paus hadir membawa mesej damai, keadilan dan tanggungjawab bersama, khususnya dalam konteks masyarakat yang masih berdepan luka akibat konflik. Media Vatikan

Sinar Paskah di Kilamba, Angola

KILAMBA, Angola: Dalam Misa Kudus yang dirayakan di Kilamba pada April 19, Sri Paus Leo XIV menegaskan bahawa Yesus Kristus yang bangkit sentiasa hadir dan berjalan bersama umat-Nya, khususnya di tengah penderitaan dan cabaran hidup.

Berucap di hadapan puluhan ribu umat yang berhimpun, Sri Paus mengajak umat di Angola untuk membuka hati kepada kehadiran Tuhan, kerana hanya dengan menerima Kristus, masa depan yang penuh damai dan harapan dapat dibina.

Negara yang pernah dilanda konflik diingatkan sebagai “indah namun terluka”, dan dipanggil untuk bangkit melalui kasih,

pengampunan dan kesatuan.

Sri Paus juga menegaskan bahawa dalam saat-saat sukar, umat tidak berjalan sendirian.

Kristus yang hidup sentiasa mendampingi, memberi kekuatan untuk menghadapi badai kehidupan dan memimpin umat ke arah harapan yang baharu.

Misa ini menjadi tanda iman yang hidup dalam Gereja di Angola—di mana ribuan umat berkumpul dalam doa dan pengharapan. Ia juga membawa satu seruan yang jelas: bahawa melalui iman, kasih dan kesatuan, luka masa lalu boleh dipulihkan, dan masa depan yang lebih damai dapat dibina bersama. Media Vatikan

Suara penjaga kebijaksanaan di Saurimo

SAURIMO, Angola: Dalam kunjungannya ke sebuah rumah jagaan warga emas di Saurimo, Angola, Sri Paus Leo XIV menegaskan bahawa kehadiran Kristus nyata dalam kehidupan seharian—terutama apabila manusia saling mengampuni dan hidup dalam kasih.

Beliau mengingatkan bahawa martabat sesebuah bangsa dapat dilihat melalui cara ia menjaga golongan paling lemah, termasuk warga tua.

Namun, mereka bukan sekadar memerlukan bantuan, tetapi juga perhatian dan penghargaan, kerana merekalah yang menyimpan

kebijaksanaan hidup.

Dalam suasana penuh kesederhanaan, Sri Paus menekankan bahawa Yesus hadir di tengah komuniti apabila mereka hidup sebagai satu keluarga—saling membantu, berdoa bersama, dan berdamai selepas setiap kesalahan kecil. Di situlah iman menjadi nyata, bukan sekadar kata-kata.

Lawatan ini turut menonjolkan peranan Gereja tempatan yang setia mendampingi para penghuni melalui sokongan rohani dan bantuan praktikal, sekali gus menjadi tanda harapan bagi mereka yang sering dilupakan. Media Vatikan

BAMENDA, Cameroon: Dalam suasana yang masih dibayangi konflik dan luka panjang masyarakat, Sri Paus Leo XIV tampil membawa satu pesan yang tegas namun penuh harapan: keamanan sejati hanya lahir apabila manusia kembali taat kepada Tuhan, bukan kepada kuasa manusia atau kepentingan duniawi.

Dalam Misa Kudus yang berlangsung di Bamenda, wilayah yang lama bergolak akibat konflik Anglophone, Bapa Suci menegaskan bahawa ketaatan kepada Tuhan bukanlah satu bentuk penindasan, sebaliknya jalan menuju kebebasan sejati. Menurut beliau, mereka yang memilih untuk “taat kepada Tuhan, bukan kepada manusia” akan menemukan kebebasan dalaman, keberanian untuk menolak kejahatan, serta kekuatan untuk membina perdamaian dalam masyarakat.

Sri Paus Leo menekankan bahawa Firman Tuhan membuka jalan kepada pembaharuan hidup—bukan sahaja secara peribadi, tetapi juga dalam kehidupan sosial dan kehidupan bernegara.

Dalam konteks Cameroon yang berdepan kemiskinan, rasuah, dan konflik bersenjata, seruan ini menjadi sangat relevan: perubahan tidak bermula dari sistem semata-mata, tetapi dari hati yang kembali kepada Tuhan.

Pada masa yang sama, Sri Paus turut memberi amaran terhadap bahaya mencampuradukkan iman dengan kepercayaan lain yang bersifat mistik atau berkepentingan



politik atau ekonomi.

Menurut beliau, penyimpangan seperti ini bukan sahaja mengaburkan kebenaran iman, tetapi juga membuka ruang kepada manipulasi agama demi kepentingan tertentu.

Namun, mesej Bapa Suci tidak terhenti di Bamenda. Dalam perayaan liturgi di lokasi lain sepanjang lawatan apostolikanya di Cameroon — termasuk di Douala — beliau mengajak umat untuk menolak segala bentuk keganasan dan penyalahgunaan kuasa.

Dalam himpunan besar umat yang mencecah ratusan ribu orang, beliau menyeru agar masyarakat kembali kepada nilai asas: iman, keluarga, hospitaliti, dan kerja sebagai landasan pembinaan masa depan yang adil.

Lebih luas lagi, Sri Paus Leo XIV turut mengkritik budaya global yang terlalu mudah membenarkan peperangan, ketamakan ekonomi, dan eksploitasi sumber. Beliau menyifatkan dunia hari ini seolah-olah “diranapkan oleh segelintir pihak

berkuasa” yang mengutamakan kepentingan sendiri berbanding kesejahteraan manusia.

Di tengah realiti itu, beliau mengangkat Cameroon — khususnya Bamenda — sebagai simbol harapan.

Walaupun berdepan penderitaan, masyarakat tempatan, termasuk pemimpin agama pelbagai kepercayaan, terus berusaha membina jambatan perdamaian.

Bahkan, kunjungan Paus sendiri menyaksikan satu gencatan senjata sementara, satu tanda bahawa suara iman masih mampu menyentuh hati manusia.

Dalam nada pastoral yang mendalam, Bapa Suci mengingatkan bahawa Gereja dipanggil menjadi sumber penghiburan bagi yang terluka dan tanda harapan bagi mereka yang hampir putus asa.

Bapa Suci memuji para imam, religius, dan umat awam yang tetap setia melayani di tengah kesukaran, sambil menyeru agar mereka terus menjadi pembawa damai di tanah air mereka.

Menggabungkan kedua-dua konteks — seruan rohani di Bamenda dan ajakan sosial di lokasi lain—mesej Sri Paus Leo XIV jelas: iman tidak boleh dipisahkan daripada kehidupan nyata.

Ketaatan kepada Tuhan harus diterjemahkan dalam tindakan — menolak keganasan, melawan ketidakadilan, dan membina masyarakat yang lebih manusiawi.

Akhirnya, beliau menegaskan bahawa harapan tetap ada. Selagi manusia kembali kepada Tuhan, membuka hati kepada Sabda-Nya, dan membiarkan Roh Kudus membaharui hidup mereka, perubahan bukan sahaja mungkin, tetapi pasti akan bermula. Media Vatikan





Damai Kristus menenangkan badai kehidupan

DOUALA, Cameroon: Dalam kesinambungan lawatan apostolik di Afrika, Sri Paus Leo XIV membawa dua seruan yang saling melengkapi melalui dua perayaan Misa Kudus di lokasi yang berbeza: keprihatinan terhadap penderitaan manusia yang nyata, dan ajakan untuk kembali kepada damai Kristus sebagai jalan keluar bagi kegelisahan dunia.

Dalam salah satu Misa di Douala, Bapa Suci menyoroti realiti yang tidak dapat diabaikan — kemiskinan, kelaparan, dan ketidakstabilan sosial yang masih menghimpit banyak komuniti.

Beliau mengungkapkan bahawa dunia hari ini bukan sekadar bergelut dengan kekurangan material, tetapi juga dengan “kegelisahan batin” yang semakin mendalam. Manusia mencari kepuasan, namun sering tersesat dalam kekosongan yang tidak terisi.

Di tengah segala pencapaian itu, ada ruang sunyi yang tidak mampu dipenuhi oleh dunia, seolah-olah jiwa terus merindukan sesuatu yang lebih dalam, lebih kekal, dan lebih benar.

Dalam konteks ini, Sri Paus menegaskan bahawa Gereja tidak boleh berdiam diri. Ia dipanggil untuk hadir — bukan sahaja dengan kata-kata, tetapi dengan tindakan nyata: memberi makan yang lapar, membela yang tertindas, dan mengangkat martabat

manusia yang sering diabaikan.

Beliau memuji usaha komuniti tempatan, para pelayan Gereja dan badan kebajikan yang terus setia melayani walaupun berhadapan dengan pelbagai cabaran.

Sementara itu, dalam satu lagi Misa yang berasingan, Sri Paus mengalihkan perhatian kepada satu sumber harapan yang lebih dalam — damai Kristus. Dalam refleksi rohaninya, beliau mengingatkan bahawa damai yang ditawarkan oleh Kristus bukan sekadar ketiadaan konflik, tetapi kekuatan dalaman yang mampu menenangkan “ribut kehidupan”.

Menurut beliau, manusia moden sering dikuasai ketakutan, kebimbangan dan tekanan yang tidak kelihatan.

Dalam keadaan itu, hanya damai Kristus yang mampu menenangkan hati, memulihkan arah hidup, dan membuka jalan ke hadapan.

Damai ini tidak datang dari kuasa dunia atau kejayaan material, tetapi daripada hubungan yang hidup dengan Tuhan — suatu hubungan yang membentuk hati, menenangkan jiwa, dan memberi makna yang tidak dapat digantikan oleh apa pun di dunia. Dalam keheningan doa dan kepercayaan yang mendalam, manusia menemukan kekuatan untuk bertahan, harapan untuk melangkah, serta keyakinan bahawa walau apa pun yang berlaku, Tuhan tetap

hadir dan setia.

Sri Paus juga menegaskan bahawa damai Kristus mempunyai dimensi peribadi dan sosial. Ia menyentuh hati individu — memberi ketenangan dan harapan — namun pada masa yang sama mendorong manusia untuk menjadi pembawa damai dalam masyarakat.

Dari hati yang dipulihkan, lahir tindakan yang membina: solidariti, pengamunan, dan keberanian untuk menolak ketidakadilan.

Menggabungkan kedua-dua homili dalam dua Misa yang berbeza ini, jelas bahawa seruan Sri Paus bukan sekadar refleksi rohani, tetapi satu panggilan menyeluruh.

Dunia yang lapar dan gelisah memerlukan lebih daripada bantuan material; ia memerlukan hati yang diperbaharui.

Dan pembaharuan itu hanya mungkin apabila manusia kembali kepada damai Kristus.

Beliau turut mengingatkan bahawa Gereja dipanggil menjadi tanda harapan yang hidup — hadir di tengah dunia dengan kasih yang nyata. Setiap tindakan kecil, setiap usaha membantu sesama, menjadi benih kepada damai yang lebih besar.

Akhirnya, Sri Paus Leo XIV mengajak umat untuk tidak putus asa. Walaupun dunia kelihatan goyah, harapan tetap hidup. **Media Vatikan**

Jus rohani untuk jiwa

Diserang rasa “tidak sedap hati”

Perasaan “tidak sedap hati” itu memang sesuatu yang sangat manusiawi — dan dalam tradisi Katolik, ia tidak terus dianggap sebagai petanda bahawa sesuatu yang buruk pasti akan berlaku. Gereja melihat perkara ini dengan lebih halus dan mendalam.

Pertama, penting untuk memahami: Dalam iman Katolik, kita tidak diajar bahawa setiap rasa tidak sedap hati adalah “ramalan” masa depan. Itu lebih dekat dengan kepercayaan takhayul, sedangkan Gereja menolak idea bahawa kita boleh membaca nasib hanya melalui perasaan dalaman.

Namun... itu tidak bermaksud perasaan itu harus diabaikan sepenuhnya.

1. Rasa itu boleh datang dari beberapa sumber.

☞ Dalam kerohanian Katolik (seperti ajaran *Ignatius of Loyola*), ada konsep “*discernment of spirits*” — membezakan dari mana datangnya sesuatu gerakan dalam hati itu datang:

- Daripada Tuhan (Roh Kudus) → memberi peringatan lembut, membawa kepada kebaikan, kebijaksanaan, dan perlindungan.
- Daripada diri sendiri (emosi/psikologi) → keletihan, trauma, kebimbangan, *overthinking*.
- Daripada yang negatif (godaan/

ketakutan) → mencetuskan panik, putus asa, ketakutan berlebihan tanpa arah jelas.

Jadi, rasa tidak sedap hati bukan semestinya nubuat, tetapi satu isyarat yang perlu ditafsir dengan bijak.

2. Bezakan antara “peringatan” dan “ketakutan”.

☞ Dalam iman Katolik: Peringatan daripada Tuhan biasanya:

- tenang, walaupun serius.
- jelas (contoh: “jangan pergi tempat itu”, “berhati-hati dengan orang ini”) membawa kepada tindakan yang bijak

☞ Ketakutan berlebihan pula:

- kacau, berulang-ulang.
- tidak jelas, hanya rasa “buruk akan berlaku”.
- melemahkan, bukan membimbing.

Tuhan tidak bekerja melalui kekeliruan yang melumpuhkan. Kitab Suci sendiri mengingatkan bahawa damai sejati datang daripada-Nya, bukan kegelisahan yang menghancurkan.

3. Adakah “rasa tidak sedap hati” membawa nasib buruk?

☞ Dalam konteks Katolik:

- Tidak — perasaan itu tidak menyebabkan nasib buruk berlaku.
- Ia juga bukan “magnet” kepada

perkara buruk.

☞ Tetapi ia boleh:

- membantu kita lebih berhati-hati.
- mendorong kita berdoa.
- menyedarkan kita kepada sesuatu yang perlu diperhatikan.

Yang penting: bukan rasa itu yang menentukan masa depan — tetapi bagaimana kita bertindak dengan iman.

4. Tindakan Katolik yang sihat

Apabila rasa itu datang, pendekatan yang disarankan:

- Berdoa — serahkan kebimbangan kepada Tuhan.
- Tenangkan diri — jangan terus buat kesimpulan negatif.
- Nilai secara rasional — adakah ini logik atau hanya emosi?
- Minta bimbingan Roh Kudus.

Kadang-kadang doa paling sederhana sudah cukup:

“Tuhan, jika ini daripada-Mu, tunjukkan dengan jelas. Jika tidak, tenangkan hatiku.”

Rasa tidak sedap hati bukan petanda sesuatu buruk akan berlaku. Ia hanyalah satu gerakan dalam hati yang boleh datang dari pelbagai sumber.

Dalam iman Katolik, kita tidak hidup berdasarkan rasa takut tetapi berdasarkan iman, pengharapan, dan kepercayaan kepada Tuhan. **Veritas Cordis**

PENULIS BERKICAU

Suara kenabian

Perjalanan Apostolik Sri Paus Leo XIV ke benua Afrika dari April 13 hingga 23, 2026 bukan sekadar satu lawatan pastoral biasa.

Ia tampil sebagai sebuah ziarah iman yang sarat makna — membawa suara Gereja ke tengah dunia yang semakin dilanda konflik, ketidakadilan dan perpecahan.

Melalui kunjungannya ke Algeria, Cameroon, Angola dan Equatorial Guinea, Bapa Suci memperlihatkan wajah Gereja yang dekat dengan umat, khususnya mereka yang menderita akibat perang, kemiskinan dan ketidakadilan sosial.

Sejak awal perjalanan, Paus Leo menegaskan bahawa tema utama lawatan ini berpaksikan kepada keamanan, migrasi, alam sekitar, keluarga serta masa depan generasi muda.

Namun di sebalik tema-tema ini, terdapat satu seruan yang jelas dan konsisten — dunia perlu meninggalkan jalan kekerasan dan kembali kepada dialog serta persaudaraan sejati.

Dalam beberapa ucapannya di Afrika, Sri Paus Leo tidak teragak-agak menyuarakan kebimbangan mendalam terhadap budaya peperangan yang semakin menular.

Beliau mengkritik sikap dunia yang lebih cenderung membelanjakan sumber untuk konflik berbanding membina pendidikan dan kesejahteraan manusia.

Seruan damai ini bukan sekadar retorik, tetapi disertai dengan tindakan simbolik yang kuat. Di Cameroon, misalnya, kehadiran Sri Paus Leo menjadi tanda harapan sehingga konflik bersenjata di kawasan tertentu dihentikan sementara.

Bapa Suci juga bertemu dengan beberapa pemimpin Islam sebagai usaha dialog antara agama demi membina keamanan yang berkekalan, sambil menegaskan bahawa iman seharusnya menjadi jambatan, bukan tembok pemisah.

Selain isu peperangan, perhatian Paus Leo turut tertumpu kepada penderitaan golongan miskin dan mereka yang terpinggir.

Di beberapa negara yang dilawatnya, beliau menegur realiti ketidaksamaan ekonomi yang ketara — di mana kekayaan sumber alam tidak dinikmati oleh rakyat biasa. Bapa Suci menyifatkan eksploitasi sumber sebagai bentuk “penjajahan moden” yang menyumbang kepada konflik dan penderitaan manusia.

Dalam setiap pertemuan — sama ada bersama pemimpin negara, golongan muda mahupun komuniti Gereja tempatan — Sri Paus Leo mengangkat martabat manusia sebagai pusat segala usaha. Prelatus itu menggesa agar kepentingan bersama didahulukan daripada kepentingan peribadi, serta menyeru pemimpin dunia untuk membina masyarakat yang adil dan berbelas kasihan.

Lebih daripada itu, perjalanan ini juga membawa dimensi rohani yang mendalam. Saya menggambarkan ziarah ini sebagai satu panggilan untuk “memperbaharui hati” dan membina dunia yang lebih bersaudara dan berperikemanusiaan.

Perjalanan apostolik itu, menampilkan Gereja sebagai suara kenabian — menyeru damai di tengah peperangan, keadilan di tengah ketidakadilan dan dialog di tengah perpecahan.

Dalam dunia yang semakin terpecah, kehadiran Bapa Suci ini menjadi tanda bahawa harapan masih hidup — dan damai bukan mustahil, jika manusia memilih untuk berjalan bersama sebagai satu keluarga!

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

Kami mengalu-alukan artikel dalam 400-500 patah perkataan, gambar high-resolution (300 DPI) dalam format JPG atau PNG serta berkapsyen.

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

WhatsApp: 011-26391498



AGAR SEMUA ORANG MEMPUNYAI MAKANAN:
Marilah kita berdoa agar setiap orang — daripada
pengeluar besar hingga pengguna kecil —
berkomitmen untuk mengelakkan pembaziran
makanan, dan memastikan semua orang mempunyai
akses kepada makanan yang berkualiti.

Kebangkitan iman komuniti Orang Asli

PAHANG: Tiga perkampungan Orang Asli mencatat sejarah tersendiri apabila buat pertama kalinya berhimpun bersama untuk merayakan Trihari Paskah, dalam satu perayaan yang penuh makna dan rahmat.

Perayaan tersebut berlangsung di komuniti Orang Asli suku Jakun di Kampung Kundang, kira-kira 12 kilometer dari Muadzam Shah dan 230 kilometer dari Kuantan.

Sejak sekian lama, kehidupan masyarakat Orang Asli berkait rapat dengan kepercayaan animisme yang menekankan hubungan mendalam dengan alam sekitar.

Namun demikian, perkembangan iman yang berlaku dalam komuniti ini menunjukkan satu perubahan yang signifikan apabila semakin ramai dalam kalangan mereka mengakui iman kepada Yesus Kristus, menerima-Nya sebagai



Jalan, Kebenaran dan Hidup (Yohanes 14:6).

Dalam Misa Malam Paskah, seramai 81 orang dewasa menerima Sakramen Inisiasi Kristian, iaitu Pembaptisan, Penguatan dan Ekaristi.

Pada Hari Raya Paskah pula, 41 orang kanak-kanak dibaptis.

Secara keseluruhan, 122 orang telah menerima sakramen, menandakan pertumbuhan iman yang memberangsangkan dalam komuniti tersebut.

Penerimaan sakramen ini merupakan hasil daripada persiapan selama sembilan bulan yang bermula sejak Julai 2025.

Sepanjang tempoh tersebut, para calon dibimbing melalui katekesis yang teratur, disertai dengan sokongan berterusan daripada katekis paroki serta umat setempat.

Ramai antara mereka sebelum mengikuti ajaran Gereja denominasi lain, namun melalui proses pembentukan iman, mereka kini memilih untuk menjadi sebahagian daripada Gereja yang Satu, Kudus, Katolik dan Apostolik.

Kesemua sakramen tersebut disempurnakan oleh Fr George Packiasamy, paderi paroki

Gereja St Thomas Rasul, Kuantan, yang turut bertanggungjawab secara pastoral ke atas kawasan Kampung Kundang.

Peristiwa ini disambut dengan penuh sukacita oleh seluruh komuniti paroki dan komuniti Orang Asli dari Kampung Batu 3, Rompin serta Kampung Bukit Serok.

Kehadiran mereka bukan sahaja sebagai peserta, tetapi juga sebagai penanggung dan ibu bapa baptis kepada para calon dan kanak-kanak yang dibaptis.

Penyertaan ini memperlihatkan semangat kesatuan yang semakin kukuh dalam kalangan umat Katolik Orang Asli di Pahang.

Walaupun liturgi berlangsung dalam tempoh yang panjang, umat menunjukkan sikap hormat dan perhatian yang tinggi sepanjang perayaan.

Mereka mengikuti setiap bahagian liturgi dengan penuh khusyuk, mencerminkan keterbukaan hati serta kerinduan yang mendalam terhadap kehidupan iman.

Perayaan diakhiri dengan jamuan persaudaraan yang dianjurkan oleh paroki St Thomas pada malam Paskah dan Hari Minggu Paskah.

Bertumbuh dalam Kristus, berbuah dalam kasih

SANDAKAN: "Bertumbuh dan Berbuah Sesuai Dengan Rencana Tuhan" (Yohanes 15:1-2) merupakan tema bagi Seminar Dasar Kedewasaan Iman yang diadakan pada April 10-12 April di Dewan Paroki anjuran CHARIS Paroki Katedral St Mary Sandakan.

Seramai 116 orang peserta dan tim telah hadir. Seminar ini merupakan kali pertama dianjurkan di paroki Katedral St Mary Sandakan.

Menampilkan penceramah jemputan dari Keuskupan Keningau iaitu Jika@George Guka atau lebih dikenali sebagai DJ Kudu dari Radio Online Kekitaan Keuskupan Keningau (ROKK) serta penceramah berpengalaman terdiri daripada Fr David A. Garaman, Gilbert Ondo, Martina Duhong, dan Adaris M. Sinton dari Keuskupan Sandakan.

Atur cara seminar dimulakan dengan Misa Kudus pembukaan yang dipimpin oleh Fr David A. Garaman pada hari pertama seminar.

Perayaan Ekaristi ini menjadi asas rohani bagi seluruh program, mempersatukan para peserta dalam doa serta membuka hati mereka kepada karya Tuhan.



Dalam suasana khusyuk, umat diajak mempersembahkan diri dan niat sepanjang seminar, agar setiap sesi yang diikuti membawa pembaharuan iman yang nyata serta memperdalamkan hubungan peribadi dengan Kristus. Peserta seminar mendengar enam sesi ceramah yang menarik iaitu "Iman Katolik", "Mencintai Tuhan dan Mencintai Sesama", "Bimbingan Tuhan", "Dunia

dan Persekutuan Kristiani", "Mengatasi Kedagingan", "Mengatasi Perbuatan Salah dan Karya Roh Jahat".

Setiap sesi ceramah ini disusuli dengan sesi praktikal seperti cara memperbaharui relasi dengan Yesus, cara mendengar suara Tuhan, pelayanan doa orang sakit dan cara berdamai dengan Tuhan serta sesama.

Acara kemuncak untuk seminar ini ialah Adorasi dan Doa Penyembuhan yang diadakan pada malam hari kedua seminar.

Salah satu sesi penting ialah "Sesi Pencurahan Roh Kudus" dan "Perutusan" yang berlangsung pada hari ketiga seminar.

Dalam suasana doa yang mendalam, para peserta diajak membuka hati kepada karya Roh Kudus, mengalami pembaharuan iman, serta diutus kembali ke komuniti sebagai saksi kasih dan harapan. Penganjuran seminar ini diharapkan membantu umat menghayati iman Katolik secara lebih mendalam, bertumbuh dan mengalami pertobatan serta pembaharuan rohani. **Krsty Edward**



Chapel bersejarah jadi saksi doa untuk panggilan

MELAKA: Seramai 37 umat Katolik dari Keuskupan Agung Kuala Lumpur baru-baru ini mengadakan ziarah ke Chapel of the Holy Infant Jesus yang bersejarah, terletak di kawasan SK Convent Infant Jesus 1, Jalan Parameswara.

Mereka disambut mesra oleh Sr Betty IJS, bersama penjaga kapel, Rachel Samuel.

Dibina pada tahun 1859, seni bina kapel yang menggabungkan unsur *Baroque* dan *Gothic* dengan siling tinggi melengkung mencipta suasana kudus yang menyentuh hati para penziarah.

Ziarah ini berfokus pada doa, khususnya untuk panggilan hidup religius, dengan harapan mendorong lebih ramai wanita muda mempertimbangkan panggilan tersebut.

Para peserta juga didedahkan kepada sejarah kapel serta misi berterusan *Sisters of the Infant Jesus* di Malaysia. Sesi doa disertai refleksi tentang pengorbanan, terinspirasi daripada kehidupan para suster yang telah lama berkhidmat kepada Tuhan dan masyarakat.

Sr Betty turut berkongsi kisah panggilannya serta menekankan kepentingan doa harian, khususnya rosari dan Ekaristi, dalam memupuk budaya panggilan.

Ziarah diakhiri dengan penuh sukacita melalui penyampaian rosari sebagai tanda penghargaan, diikuti sesi bergambar, menjadikan pengalaman ini satu kenangan rohani yang bermakna.