Mingguan Katolik
HERALD



November 22, 2026
www.heraldmalaysia.com



Jangan tunggu sehingga kamu sempurna

Bukalah hati kepada Kristus

VATIKAN: "Jangan tunggu sehingga kamu sempurna sebelum membuka diri kepada Kristus. Dia datang menemui kamu dalam keadaan kamu sekarang," tulis Sri Paus.

Dalam mesej Hari Belia Sedunia ke-41 yang diterbitkan pada November 3, Sri Paus Leo XIV mengajak belia membenarkan kasih dan damai Kristus membentuk kehidupan mereka serta memberi keberanian untuk menghadapi masa hadapan.

Prelatus itu menyeru golongan muda agar membuka hati kepada Kristus dan membawa kepada-Nya segala persoalan serta luka hidup mereka, termasuk penderitaan dan perpecahan yang melanda masyarakat.

Mesej yang ditandatangani pada Oktober 22, sempena Peringatan Sto Yohanes Paulus II, itu mengajak belia merenungkan tema "Tabahkanlah hatimu! Aku telah mengalahkan dunia" (Yoh 16:33).

Hari Belia Sedunia dirayakan pada peringkat keuskupan pada November 22, 2026, bertepatan dengan Hari Raya Tuhan Kita Yesus Kristus Raja Semesta Alam, sebelum perhimpunan antarabangsa di Seoul, Korea Selatan, pada Ogos 3–8, 2027.

Sri Paus mengakui bahawa ramai anak muda menanggung kebimbangan tentang masa hadapan, tekanan untuk berjaya dan keinginan untuk kelihatan sempurna.

Apabila membandingkan diri dengan gambaran kehidupan yang kelihatan sempurna di media sosial, mereka mungkin sukar menerima diri sendiri selain rasa sunyi dan kekecewaan yang menimbulkan rasa tidak cukup baik dalam kalangan belia.

Dalam keadaan itu, Bapa Suci mengingatkan bahawa Kristus terlebih dahulu mencari mereka.

Seperti Yesus yang menghampiri murid-murid ketika mereka menyeberangi tasik yang gelap dan bergelora, kehadiran-Nya memberi keberanian kepada mereka yang ketakutan. Keberanian Kristian, jelas beliau, lahir daripada kepercayaan kepada Kristus yang berjalan mendahului mereka.

Sri Paus turut mengajak belia memandang dunia melalui mata Kristus dan menyentuh penderitaannya dengan kasih.

Mereka dipanggil untuk mengasihi ketika kekerasan kelihatan lebih mudah, mengusahakan perdamaian ketika pertentangan kelihatan lebih menguntungkan dan memelihara harapan ketika berdepan sikap sinis.

Bapa Suci Leo menjelaskan bahawa kemenangan Kristus melalui kasih yang menyerahkan diri memberi makna kepada cara belia menjalani kehidupan. Mereka tidak perlu sentiasa membuktikan nilai diri, menampilkan kesempurnaan atau menyembunyikan kelemahan.

"Martabat kamu tidak datang daripada imej yang berjaya kamu cipta untuk diri sendiri. Kamu berharga kerana kamu diciptakan menurut imej Tuhan, dikenali oleh-Nya dan dikasihi oleh-Nya," katanya.

Sri Paus Leo XIV turut menekankan keberanian untuk merendah diri, menerima bantuan, mengakui keterbatasan dan mendengar.

Beliau menjelaskan bahawa tekanan untuk melakukan segala-galanya sendiri boleh membuatkan seseorang beranggapan bahawa keselamatannya bergantung sepenuhnya pada usaha sendiri. Sebaliknya, Injil mengajak belia menerima pertolongan Kristus, mempercayakan hidup kepada Tuhan dan membenarkan kasih-Nya membimbing keputusan mereka.

Menurut Sri Paus, membuka hati kepada Kristus membantu belia mengenali diri mereka sebagaimana Tuhan melihat mereka. Hubungan itu turut membentuk kehidupan harian, termasuk kesetiaan kepada sahabat, penghormatan terhadap mereka yang berlainan pandangan serta keprihatinan terhadap insan yang kesepian dan golongan rentan.

Dengan mempercayakan hidup kepada Tuhan, belia dapat mengenali diri mereka dengan lebih mendalam dan membenarkan kasih-Nya membimbing keputusan harian.

"Kasih itu dapat dilihat dalam kesetiaan kepada sahabat, penghormatan terhadap mereka yang berlainan pandangan, perhatian kepada insan yang kesepian dan kedekatan dengan golongan lemah, termasuk melalui tingkah laku dalam dunia digital," ujar Sri Paus Leo.

Menjelang perhimpunan di Seoul, Bapa Suci menggesa belia mempersiapkan hati di samping menguruskan perjalanan. Beliau meminta mereka membawa kepada Kristus kegembiraan dan harapan, luka masyarakat serta jeritan bumi dan golongan miskin yang diajar oleh Sri Paus Fransiskus untuk mereka dengari.

Mengingatkan bahawa Kristus yang bangkit datang membawa damai kepada murid-murid di sebalik pintu yang terkunci, Sri Paus mengajak belia membuka hati dan komuniti yang tertutup akibat kekecewaan, rasa bersalah atau luka lama.

Bapa Suci menegaskan bahawa keberanian Kristian lahir daripada kehadiran Tuhan yang bangkit, yang mengampuni dan mengutus umat untuk melayani.

Damai yang dikurniakan Kristus memberi belia kekuatan untuk berdamai dengan sesama dan melangkah ke hadapan dengan harapan, meskipun masih membawa luka dan ketakutan.

Beliau berharap agar perjumpaan dengan Kristus membawa mereka kepada perdamaian dan keberanian untuk meneruskan panggilan hidup masing-masing.

Media Vatikan

Iman yang menghubungkan kita dengan sesama

Selama sepuluh tahun, saya menjadi anggota pasukan pastoral yang mengendalikan program persediaan perkahwinan.

Tugas saya ialah menyampaikan ceramah tentang Sakramen Perkahwinan. Suasananya sentiasa sama. Pada petang Isnin, saya akan bertemu dengan kira-kira 30 pasangan.

Selepas sesi pengenalan, saya memberikan ceramah selama 50 minit tentang teologi perkahwinan, diikuti sesi soal jawab. Soalan pertama yang diajukan sentiasa sama: "Mengapa kami perlu mengikuti kursus ini?"

Pertanyaan itu dapat difahami kerana daripada 30 pasangan yang hadir, hanya empat atau lima pasangan benar-benar mahu berada di situ. Yang lain datang dengan berat hati, semata-mata kerana mengetahui bahawa tanpa mengikuti kursus tersebut, mereka tidak dapat berkahwin di Gereja masing-masing.

Oleh itu, soalan pertama mereka biasanya mencerminkan rasa tidak puas hati. Namun, pertanyaan itu turut memperlihatkan sesuatu yang lebih mendalam: mereka kurang memahami bahawa seluruh umat manusia membentuk satu tubuh, bahawa kita saling bergantung dalam tubuh itu, dan bahawa kita merupakan anggota Tubuh Kristus.

Mereka lazimnya memberikan alasan begini: "Mengapa kami perlu mengikuti kursus ini? Ini urusan siapa sebenarnya? Mengapa ibu bapa, Gereja dan masyarakat cuba mencampuri hidup saya?

Ini hidup saya, pilihan saya, perkahwinan saya, bulan madu saya, dan sayalah yang akan menanggung akibatnya jika perkahwinan ini gagal! Ini bukan urusan kamu, Gereja, ibu bapa saya atau masyarakat! Apa kaitannya hidup saya dengan kamu?"

Ya, apakah kaitannya hidup saya dengan kamu?

Dalam cabaran itu, kita mendengar gema suara René Descartes (1596–1650) yang bersendirian berabad-abad lalu, berpegang pada satu perkara yang diyakininya sebagai asas segala pemikiran: "Aku berfikir, maka aku wujud!"

Walaupun golongan muda ini tulus dan baik, sekurang-kurangnya pada tahap kehidupan tersebut, mereka lebih menyerupai anak-anak René Descartes daripada pengikut Yesus Kristus.



René Descartes, ahli falsafah Perancis abad ke-17 yang pemikirannya membantu membentuk Zaman Pencerahan serta banyak gagasan moden, memulakan falsafahnya dengan pandangan bahawa satu-satunya kenyataan yang dapat kita pastikan ialah kewujudan diri sendiri (*Cogito, ergo sum*).

Kita berada dalam diri sendiri, dan kenyataan diri kita terasa begitu besar, nyata dan tidak dapat dinafikan. Segala yang lain kelihatan kurang nyata dan hanya menjadi nyata dalam hubungannya dengan kita.

Dalam bahasa mudah, pandangan itu berbunyi begini: Aku ini nyata. Hidupku, fikiranku, perasaanku, kepedihan hatiku dan sakit kepalaku semuanya nyata.

Segala yang lain berada di luar diriku dan terasa kurang nyata. Aku boleh berhubung dengannya, tetapi semuanya terpisah daripadaku. Aku bebas daripadanya dan ia juga bebas daripadaku.

Akhirnya, kita semua merupakan individu yang terpisah dan terasing. Sesekali kita dapat memasuki pengalaman satu sama lain, tetapi pada dasarnya kita tetap terpisah, bersendirian dan tidak bergantung pada sesiapa. Yang nyata ialah hidup dan pengalamanku sendiri.

Dalam dunia yang semakin sekular hari ini, kita banyak mewarisi pemikiran tersebut. Harus diakui, pemikiran ini mempunyai sisi yang sangat positif.

Kepercayaan terhadapnya menjadi antara sebab kita menghargai serta mempertahankan kesaksamaan dan hak individu. Demokrasi Barat dan pelbagai piagam kebebasan yang sering kita anggap sudah sewajarnya ada turut berasaskan, sedikit sebanyak, gagasan kebebasan peribadi ini.

Namun, penekanan Descartes terhadap keindividuan juga mempunyai kelemahan. Antaranya ialah kurangnya kesedaran bahawa kita saling bergantung serta pemahaman yang keliru tentang kebebasan. Hal ini jelas dalam bantahan golongan muda yang mengikuti kursus perkahwinan dengan berat hati.

Dalam fikiran mereka, seseorang tidak mempunyai tanggungjawab yang sedia terikat terhadap keluarga, komuniti dan umat manusia.

Mengapa perlu ada? Bukankah kita bebas daripada semua itu dan boleh menentukan sendiri sejauh mana kita mahu melibatkan diri, memberikan komitmen, mengambil bahagian atau memenuhi harapan orang lain terhadap kita? Orang lain mempunyai kehidupan mereka, dan aku mempunyai kehidupanku sendiri!

Pemikiran ini turut terserlah dalam sikap orang daripada pelbagai peringkat usia terhadap perkahwinan: "Mengapa kami perlu berkahwin secara terbuka? Ini hanya antara kami berdua. Kami sudah mempunyai komitmen terhadap satu sama lain dan itu sudah memadai. Siapa perlukan sehelai sijil? Ini bukan urusan sesiapa selain kami."

Sikap sedemikian mungkin munasabah sekiranya kita bukan makhluk sosial yang sejak awal kewujudan kita terikat antara satu sama lain dalam kehidupan. Betapa berbezanya pemikiran Descartes dan budaya semasa daripada pandangan Kristian bahawa kita semua ialah anggota satu tubuh, satu organisma yang hidup. Dalam tubuh itu, satu anggota tidak boleh berkata kepada anggota lain: "Ini hidupku dan tiada kaitan denganmu!"

Dua suara, dua pilihan, dua pandangan: René Descartes dan Yesus Kristus. Yang satu berbicara tentang kebebasan peribadi, kesendirian dan keindividuan; yang satu lagi tentang saling bergantung, komuniti dan kehidupan bersama.

Seperti anak-anak yang membesar dalam keluarga yang terjejas oleh ketagihan alkohol, kita juga, sebagai "anak-anak dewasa René Descartes", mungkin perlu merenungkan dengan lebih mendalam pemikiran dan sikap yang kita bawa tanpa sedar, hasil daripada lingkungan tempat kita dibesarkan. **Hakcipta Terpelihara 1999-2026 @ Fr Ron Rolheiser**

Melayani sesama, menyambut Kristus Raja

HARI RAYA BESAR KRISTUS RAJA

Yehezkiel 34:11-i2,15-17; 1 Korintus 15: 20-26,28; Injil Matius 25: 31-46.

Seorang ibu menyediakan makan malam apabila anaknya pulang bersama seorang rakan.

Budak itu berdiri di muka pintu, kelihatan malu dan belum makan sejak tengah hari. Lauk yang tersedia hanya cukup untuk keluarga mereka.

Namun, ibu itu mengambil sebuah pinggan lagi, membahagikan lauk dan mengajak tetamu kecil itu duduk bersama. Selepas makan, anaknya bertanya mengapa ibu sanggup mengurangkan bahagiannya sendiri. Ibu menjawab, "Kalau seseorang datang dalam keadaan lapar, kita mulakan dengan memberinya makan."

Kisah sederhana ini membawa kita kepada Injil Hari Raya Kristus Raja. Yesus menggambarkan kedatangan Anak Manusia dalam kemuliaan, dikelilingi para malaikat. Semua bangsa dihimpunkan di hadapan-Nya. Namun, ukuran penghakiman-Nya menyentuh perkara yang dekat dengan kehidupan kita: memberi makan, menyediakan minuman, menyambut orang asing, memberi pakaian, melawat orang sakit dan mengunjungi mereka yang dipenjarakan.

Yang mengejutkan, mereka yang melakukan kebaikan itu tidak menyedari bahawa mereka sedang melayani Kristus. Mereka bertanya bilakah mereka melihat-Nya lapar, dahaga atau sakit.

Jawapan Yesus memperlihatkan betapa rapatnya Dia dengan manusia yang menderita: apa yang dilakukan kepada salah seorang daripada saudara-Nya yang paling hina, dilakukan kepada-Nya sendiri. Kasih kepada Tuhan menemukan ungkapannya dalam perhatian terhadap sesama.

Bacaan pertama daripada Kitab Yehezkiel memperkenalkan Tuhan sebagai Gembala yang mencari domba-Nya. Dia mengumpulkan yang tercerai, membawa pulang yang tersesat, membalut yang terluka dan menguatkan yang lemah.

Gambaran ini membantu kita memahami pemerintahan Kristus. Dia mengenali luka umat-Nya dan mendekati mereka dengan belas kasihan. Dalam pemeliharaan-Nya, setiap insan mempunyai tempat dan nilai.

Sebagai pengikut-Nya, kita dipanggil meneruskan perhatian Sang Gembala. Di rumah, mungkin ada ahli keluarga yang semakin pendiam kerana berasa tidak didengari.

Di paroki, mungkin ada umat yang lama menghilang selepas mengalami kekecewaan. Di tempat kerja, mungkin ada seseorang yang menyembunyikan kesulitan kewangan. Untuk mengenali keperluan mereka, kita perlu memperlahankan langkah, bertanya dengan tulus dan bersedia mendengar jawapannya.

Sto Paulus pula mengingatkan bahawa Kristus telah bangkit sebagai yang sulung daripada mereka yang telah meninggal. Kebangkitan-Nya membuka harapan bahawa dosa dan maut tidak akan berkuasa selama-lamanya.

Musuh terakhir yang dibinasakan ialah maut. Oleh itu, pelayanan kasih kita mempunyai arah dan harapan: kita mengambil bahagian dalam karya Kristus yang memulihkan kehidupan, sambil menantikan kepenuhan Kerajaan Tuhan.



Harapan kebangkitan memberi kita kekuatan untuk terus berbuat baik meskipun hasilnya belum kelihatan. Menjaga orang sakit boleh meletihkan.

Menemani seseorang yang berduka memerlukan kesabaran. Membantu keluarga yang kesusahan mungkin menuntut pengorbanan berulang. Namun, dalam kesetiaan yang tersembunyi itu, kita belajar mengasihi seperti Kristus yang terlebih dahulu memberikan diri-Nya bagi kita.

Injil hari ini juga mengajak kita memeriksa dosa kelalaian. Mereka yang ditegur oleh Raja telah membiarkan keperluan sesama berlalu tanpa perhatian.

Kita mungkin tidak berniat menyakiti sesiapa, tetapi kesibukan, sikap acuh tak acuh atau kebiasaan menangguhkan bantuan boleh menutup hati.

Pertanyaan yang perlu kita bawa dalam doa ialah: siapakah yang sedang memerlukan kasih, tetapi belum kita pedulikan?

Dalam Ekaristi, Kristus memberikan diri-Nya untuk menguatkan kita. Pertemuan dengan-Nya mengutus kita kembali kepada kehidupan harian dengan hati yang lebih peka.

Selepas menerima Tubuh Kristus, kita dipanggil menghormati martabat mereka yang kita temui. Ibadat dan pelayanan saling menyuburkan apabila kasih yang kita terima di altar diteruskan di meja makan, di tempat kerja dan dalam komuniti. Minggu ini, pilihlah satu tindakan yang nyata. Hubungi seseorang yang kesepian, sediakan makanan untuk keluarga yang memerlukan atau luangkan masa melawat orang sakit. Mulakan dengan apa yang mampu dilakukan, lalu lakukan dengan setia. Kristus Raja menanti jawapan kita dalam wajah sesama yang memerlukan perhatian.

Semoga kita menyambut-Nya dengan hati terbuka, seperti ibu yang menyediakan sebuah pinggan tambahan itu. Dalam tindakan kecil yang lahir daripada kasih, pemerintahan Kristus menjadi nyata di tengah kehidupan kita. **Fr Robertus Habel, Pelita Iman**

18 lagu pembukaan tonjol bakat penggubah Katolik tempatan

SHAH ALAM: Keuskupan Agung Kuala Lumpur buat julung kalinya menganjurkan 'Persembahan Lagu Pembukaan' di Gereja Divine Mercy pada Oktober 31, menampilkan 18 lagu ciptaan asli dalam empat bahasa.

Acara itu mengetengahkan kreativiti penggubah Katolik tempatan serta kepelbagaian budaya Gereja di Malaysia.

Bertemakan "Empat Bahasa – Satu Iman, Satu Perayaan", acara itu menampilkan masing-masing lima lagu dalam bahasa Melayu, Tamil dan Inggeris serta tiga dalam bahasa Mandarin.

Acara itu dianjurkan oleh Jawatankuasa Muzik Liturgi di bawah Komisi Liturgi Keuskupan Agung (LMC-ALC) yang menghimpunkan penggubah, pemuzik, anggota koir dan wakil komuniti pelbagai bahasa yang berkongsi hasrat untuk memperkaya perayaan liturgi melalui muzik suci.

Inisiatif itu membuka ruang kepada penggubah Katolik tempatan memperkaya muzik suci Gereja dengan lagu pembukaan yang mencerminkan budaya Malaysia dan memelihara kesucian liturgi.

Ketika merasmikan acara itu, Uskup Agung Julian Leow mengingatkan bahawa muzik mampu menyatukan manusia merentasi perbezaan bahasa, budaya dan latar belakang.

Bapa Uskup Agung mengulangi seruannya agar umat menghargai lagu dalam pelbagai bahasa sebagai ungkapan kepelbagaian budaya yang memperkaya Gereja tempatan.

Sambil berterima kasih kepada para penggubah, beliau menegaskan bahawa muzik suci memerlukan bakat serta pemahaman iman dan liturgi yang kukuh. Keuskupan agung akan meneliti bantuan kewangan bagi menyokong pembentukan lanjut mereka.

Pembantu gerejawi Komisi Liturgi Keuskupan Agung, Fr Leonard Lexson, menjelaskan bahawa lagu pembukaan menyatukan umat dalam pujian dan kesyukuran serta mempersiapkan hati mereka untuk bertemu dengan Kristus melalui Sabda dan Ekaristi.

Nyanyian juga membantu umat mengambil bahagian dalam liturgi



dengan lebih mendalam.

Fr Leonard turut menggariskan empat asas penggubahan muzik suci: Kitab Suci, Magisterium dan Tradisi Katolik, prinsip liturgi serta *sensus fidei*, iaitu kepekaan iman komuniti setempat. Setiap gubahan perlu mewartakan Sabda Tuhan, setia kepada ajaran Katolik, memenuhi keperluan liturgi dan mengungkapkan iman komuniti.

Setiap satu daripada 18 lagu pembukaan itu membawa ciri bahasa dan budaya komunitinya, dengan tujuan membimbing umat kepada pertemuan yang lebih mendalam dengan Kristus.

Walaupun dipersembahkan dalam empat bahasa, semua lagu itu mencerminkan kesatuan Gereja yang berhimpun untuk merayakan Ekaristi.

Jawatankuasa Muzik Liturgi akan menjalankan penilaian akhir terhadap kesemua 18 gubahan sebelum memohon izin Uskup Agung bagi penggunaannya dalam Keuskupan Agung Kuala Lumpur.

Antara 18 lagu yang dipersembahkan, lima merupakan gubahan dalam bahasa Melayu oleh empat orang penggubah daripada paroki-paroki di Keuskupan Agung Kuala Lumpur.

Waldo Udos dari Gereja St Francis Xavier, Petaling Jaya, menghasilkan dua lagu "Damai Bersama-Mu" dan "Kasih Setia Kekal Abadi".

Tiga lagi ialah "Kami Datang Dalam Kesatuan" oleh Terence Zavier dari Gereja Holy Family, Kajang; "Kami Datang Menghadap Altar-Mu" oleh Chaziel Abner dari Gereja Risen Christ, Kuala Lumpur; serta "Menuju Mezbah Kudus-Mu" oleh Laurensius Dodo dari Gereja St Anthony, Kuala Lumpur.



16 biarawati SSFS tamat Kursus Diploma Kateketikal

KUCHING: Seramai 16 biarawati dari kongregasi Sisters of St Francis of Sarawak (SSFS), menamatkan Kursus Diploma Kateketikal dalam talian anjuran Komisi Pembentukan Iman CCBI di Shanti Sadan, Benaulim, Goa, India.

Kursus yang berlangsung dari Oktober 14, 2025 hingga September 15, 2026 itu membantu para biarawati dalam hal ehwal pelayanan kateketikal. Sr Susan Dulang berkata semangat melayani umat Tuhan mendorong mereka untuk terus belajar serta mengembangkan bakat bagi pelayanan.

"Semakin kita bertumbuh dalam kebijaksanaan dan pemahaman, semakin banyak yang dapat kita sumbangkan kepada orang di sekeliling kita," katanya.

Sr Susan turut merakamkan penghargaan kepada Superior Jeneral, Sr Rose Wong, dan para biarawati SSFS atas sokongan serta doa mereka.

Sr Agnes berkata kursus itu membantunya memahami Gereja masa kini dan mewartakan Khabar Gembira secara kreatif, selain mempersiapkannya untuk mendampingi generasi muda dengan lebih lembut dan penuh pengertian.

Dari belia paroki kepada 25 tahun hidup membiara

LIMBAHAU: Sr Rose Ginibun, FSIC, meraikan ulang tahun ke-25 hidup membiara dalam Misa Kesyukuran di Gereja Holy Rosary, Limbahau, pada November 9, 2026.

Sr Rose dilahirkan pada Disember 9, 1974. Beliau ialah anak kepada Camillus Ginibun dan Jovinia Polycarpus. Sebelum memilih hidup sebagai religius, Sr Rose merupakan seorang belia yang aktif di paroki Holy Rosary Limbahau pada awal tahuh 1990-an.

Memasuki postulansi pada Januari 5, 1998, beliau melafazkan kaul pertama pada Januari 4, 2001 melafazkan kaul kekal pada Februari 4, 2006.

Misa Kudus kesyukuran dipimpin oleh rektor Holy Rosary Limbahau, Fr Paul Lo. Turut merayakan Misa ialah Fr Aloysius Fidelis dan Fri Wilson Karugaba, MHM dari Keuskupan Sibu.

Fr Paul menyifatkan Jubli Perak itu sebagai kesaksian akan kesetiaan Tuhan dalam panggilan Sr Rose. Sambutan tersebut bertepatan dengan Pesta Dedikasi Basilika St John Lateran, katedral Keuskupan Roma.



Dari kiri: Mother Francesca, Fr Aloysius, Sr Rose Ginibun, Fr Paul, Fr Wilson, Mother Frances dan Mother Grace.

Sempena pesta itu, Fr Paul mengingatkan umat bahawa Gereja ialah Tubuh Kristus dan setiap anggotanya dipanggil untuk melayani menurut panggilan masing-masing.

Merujuk kepada gambaran pokok anggur dan ranting dalam Injil, Fr Paul berkata hubungan erat dengan Kristus melalui Sabda Tuhan dan sakramen telah menopang Sr Rose sepanjang 25 tahun hidup membiara.

Beliau menyifatkan hidup membiara sebagai "tanda syurga di bumi" melalui penyerahan diri kepada Tuhan dalam kaul kemiskinan, kesucian dan ketaatan. Beliau turut menekankan peranan keluarga dalam memupuk panggilan membiara dan imamat.

Mengimbas pertobatan Sto Paulus, Fr Paul menegaskan bahawa setiap panggilan, bermula dengan pembaptisan, lahir daripada kasih Tuhan yang dinyatakan melalui salib.

Pada akhir homili, Fr Paul mengajak umat menyertai Sr Rose dan keluarganya untuk bersyukur atas kesetiaan Tuhan.

Beliau turut mendoakan agar kesaksian Sr Rose memberi dorongan kepada golongan muda untuk mengenali panggilan Tuhan dalam hidup mereka. **Melania Liza Magnus**

Belia dari dua paroki ganding bahu wartakan Khabar Gembira

PAPAR: Tim Pelayanan Belia Paroki St Joseph, Papar dan paroki Holy Rosary, Limbahau berganding bahu menganjurkan *Good News Fest* 2026 sempena Bulan Misi.

Program itu mengetengahkan kisah iman dan pelayanan para misionari melalui pameran dan konsert.

Program pada Oktober 25 itu bermula pada jam 3.00 petang dengan pameran tentang kehidupan para santo dan santa yang disediakan oleh komuniti awam, antaranya NEO, Caritas, Covenant, LOM, OFS dan KEP.

Pengunjung turut berpeluang melihat pameran relik para santo dan santa misionari serta mengunjungi gerai jualan makanan, minuman dan barangan.

Konsert *Good News Fest* yang bermula pada pukul 6.00 petang menjadi acara kemuncak.

Fr Paul Lo memimpin doa pembukaan, diikuti persembahan komuniti NEO dan perarakan patung Bonda Maria.

Konsert diteruskan dengan penceritaan kisah Bonda Maria dan Malaikat Gabriel serta kisah iman Sto Fransiskus dari Assisi, Sto Fransiskus Xaverius, Sta Thérèse dari Lisieux, Sto Andrew Kim Tae-gon dan Sto Carlo Acutis. Kisah pelayanan Fr Goosen, MHM, turut diketengahkan.

Fr Paul Lo memimpin doa penutup sebelum komuniti NEO mengakhiri program dengan sebuah lagu.



Penganjur merakamkan penghargaan kepada semua yang terlibat dan berharap agar semangat misi yang dikongsi sepanjang program itu terus dihayati dalam kehidupan umat.

Sahabat kecil Yesus

Hello anak-anak,

Yesus ialah Raja yang adil. Dalam bacaan Injil hari ini, Dia memberitahu kita bagaimana Dia akan menghakimi manusia pada akhir zaman.

Mereka yang berbuat baik kepada Tuhan akan diselamatkan, manakala mereka yang tidak berbuat baik kepada-Nya akan dihukum.

Anak-anak, Tuhan begitu mengambil berat tentang umat-Nya sehingga Dia akan menghakimi kita berdasarkan cara kita memperlakukan satu sama lain.

Yesus ialah Gembala yang Baik dan Raja kita. Setiap orang istimewa bagi-Nya, dan Dia menjaga kita semua. Bayangkan seorang raja yang datang melawat setiap rakyatnya untuk memastikan mereka berada dalam keadaan baik. Yesus melakukan lebih daripada itu. Dia wafat di kayu salib demi kita! Dia sentiasa menjaga kita.

Dia juga mengatakan bahawa sesiapa yang memperlakukan kita dengan buruk akan dihakimi seolah-olah dia telah berbuat demikian kepada-Nya.

Kristus Raja ialah Hakim yang adil. Pada pendapat kamu, bagaimanakah kamu akan dihakimi apabila kamu meninggal dunia atau pada akhir zaman? Adakah kamu berbuat baik kepada sesama?

Anak-anak, setiap kali kita menolong orang lain, kita menunjukkan kasih kepada Yesus.

Anak-anak, marilah kita berkongsi makanan, menemani kawan yang kesunyian dan membantu ibu bapa di rumah.

Perbuatan baik yang kecil pun berharga di mata Tuhan apabila dilakukan dengan kasih.

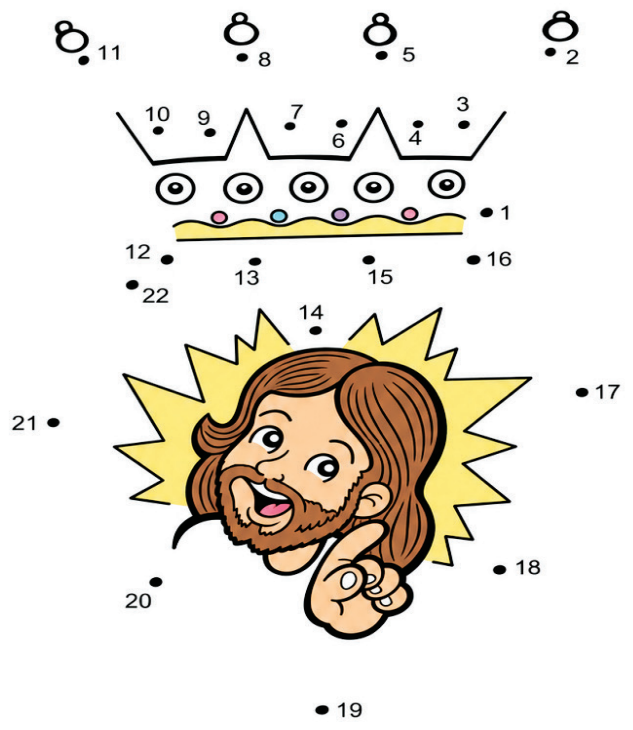
Salam sayang
Auntie Melly

Cari dan bulatkan 10 perbezaan antara kedua-dua gambar.
Kemudian, warnakannya.





"Kerajaan-Ku bukan dari dunia ini."
(Yohanes 18:36)



Sambungkan titik bernombor 1 hingga 22 untuk melengkapkan gambar, kemudian warnakannya.



R K I T U S A J R A

Ikut garisan dari setiap huruf di bawah ke tempat kosong di atas. Tuliskan huruf itu untuk menemukan gelaran Yesus. Kemudian, warnakan gambar ini .

BELIA





K.A.M.I. BELIA 7.0 pupuk pemimpin muda Gereja

PETALING JAYA: Seramai 80 peserta menyertai program tahunan belia Katolik, K.A.M.I. BELIA 7.0, di Gereja St Ignatius pada Oktober 24, 2026.

Program anjuran *Archdiocesan Bahasa Malaysia Apostolate* (ABMA) dengan kerjasama *Archdiocesan Single Adult and Youth Office* (ASAYO) itu bertemakan "Bangkit & Memimpin", berlandaskan Roma 12:11, "Layanilah Tuhan dengan semangat yang menyala-nyala."

Tema tersebut menjadi seruan kepada golongan belia Katolik untuk memperbaharui semangat iman, mengenali panggilan diri serta berani mengambil langkah dalam pelayanan dan kepimpinan Gereja.

Program bermula dengan pendaftaran, sarapan dan aktiviti suai kenal antara belia pelbagai paroki, diikuti puji dan sembah sebagai persediaan untuk pengisian rohani.

Pengisian utama program disampaikan oleh paderi, Fr Nicholas Hoh dari kongregasi religius karmelit, menerusi empat sesi perkongsian yang menekankan kepentingan pertumbuhan iman, pelayanan dan kepimpinan dalam kalangan belia Katolik.

Sesi pertama, "Bangkit dalam Kasih Kristus", mengajak belia memperbaharui diri berlandaskan kasih Kristus serta bersandar pada rahmat Tuhan dalam pelayanan.

Sesi kedua, "Menjadi Terang di Dunia Digital dan Benar", mengajak belia menjadi saksi Kristus dalam kehidupan harian dan dunia digital. Sebagai sebahagian daripada Gereja masa kini, mereka dipanggil menyebarkan kasih dan nilai Kristian.



Sebagai kesinambungan kepada sesi tersebut, para peserta mengambil bahagian dalam aktiviti "Dinding Refleksi", yang memberi ruang kepada setiap kumpulan untuk berkongsi pandangan, pengalaman serta cabaran yang dihadapi dalam usaha melayani Tuhan.

Hasil perbincangan dicatat secara kreatif pada kertas mahjong dan dipamerkan untuk dikongsikan bersama peserta lain.

Pada sebelah petang, program diteruskan dengan sesi puji dan sembah sebelum memasuki sesi ketiga, "Belia sebagai Peneraju/ Pemimpin Gereja Dinamik".

Dalam sesi ini, Fr Nicholas menekankan bahawa usia muda bukanlah penghalang untuk memikul tanggungjawab kepimpinan dalam Gereja.

Para peserta kemudiannya menyertai sesi perkongsian kumpulan untuk merenungkan bagaimana bakat dan kebolehan yang dikurniakan Tuhan dapat digunakan bagi memenuhi keperluan paroki, komuniti dan masyarakat sekeliling.

Sesi terakhir, "Nyalaan yang Berterusan/Saksi Kristus", mengajak peserta kekal setia melayani meskipun berdepan cabaran dan kekecewaan.

Doa, sakramen, pembacaan Kitab Suci dan sokongan komuniti ditekankan sebagai sumber kekuatan untuk terus melayani.

Program memuncak dengan perkongsian peserta tentang semangat kembali melayani, persahabatan antara paroki dan usaha membawa kasih Kristus dalam kehidupan harian.

Program diakhiri dengan penyampaian cenderamati kepada Fr Nicholas, doa penutup dan fotografi berkumpulan.

Semangat "Bangkit dan Memimpin" diharapkan terus dihayati serta dipraktikkan melalui kesetiaan belia melayani Tuhan dan sesama dengan iman serta kasih. **Hazzel Kong Jia Hue**

Langkah kecil bawa pembaharuan iman

Antara 70 peserta yang hadir, ada beberapa peserta yang memberikan perkongsian:

Fradely Brandon Amigo, yang melayani di Our Lady of Lourdes, Klang, mula melayani sebagai pelayan altar pada usia 13 tahun sebelum terlibat dalam pelayanan belia di peringkat paroki dan keuskupan.

Fradely berkongsi pengalaman ketika berhadapan dengan kekecewaan terhadap gereja sehingga pernah mengambil keputusan untuk berehat daripada pelayanan selama hampir dua tahun.

Namun kerinduannya terhadap Tuhan dan komuniti belia tetap utuh. Melalui doa, bimbingan seorang paderi dan Sakramen Rekonsiliasi, beliau belajar mengampuni serta menerima ketidaksempurnaan sesama sebelum kembali melayani dengan iman yang lebih matang.

Mengibaratkan Gereja sebagai hospital bagi mereka yang memerlukan pemulihan, beliau mengajak belia saling memahami, memaafkan dan melayani dengan rendah hati.

Nicholas, wakil daripada Kem Belia KUBM, SFA, menyifatkan K.A.M.I. BELIA 7.0 sebagai peluang untuk memperbaharui diri dan mengeratkan persaudaraan.

Beliau tertarik dengan teladan Santa Thérèse de Lisieux yang mengajar supaya perkara kecil dilakukan dengan kasih yang luar biasa.

Baginya, kepimpinan bermula dengan memimpin diri sendiri melalui kawalan diri, kehidupan rohani dan usaha memperbaiki sikap serta tabiat. Program K.A.M.I mendorongnya untuk berubah melalui tindakan kecil yang dilakukan dengan kasih dan bersandar pada rahmat Tuhan.

Beliau turut mengingatkan bahawa di tengah kesibukan dan pergumulan hidup, peluang untuk kembali kepada Tuhan sentiasa terbuka. **Hazzel Kong Jia Hue**



Kunjungan Sri Paus Leo XIV ke Uruguay, Argentina

Bela golongan lemah, utamakan martabat manusia

MONTEVIDEO: Sri Paus Leo XIV menyeru Gereja, kerajaan dan masyarakat sivil supaya bekerjasama menangani ketidakadilan serta mempertahankan martabat manusia, ketika bertemu komuniti Casavalle dan warga pendidikan di Uruguay pada November 7.

Di paroki Our Lady of Guadalupe, Casavalle, Sri Paus mendengar kesaksian penduduk dan menyeru umat meneladani orang Samaria yang baik hati dengan membantu mereka yang menghadapi kelaparan, kemiskinan dan keganasan.

Beliau menegaskan bahawa bantuan Gereja tidak menggantikan tanggungjawab institusi awam. Semua pihak perlu bekerjasama agar tiada sesiapa dipinggirkan.

Beliau turut menghargai projek perumahan yang disokong *The Papal Foundation*, dengan harapan keluarga kurang berkemampuan dapat hidup bermaruah, aman dan penuh harapan.

Dalam pertemuan berasingan di Universiti Katolik Uruguay, beliau menekankan bahawa pendidikan perlu membantu pelajar, pendidik dan pentadbir mengenali martabat setiap insan melalui penghayatan Injil.

Bapa Suci menggesa sekolah dan universiti menggunakan teknologi serta kecerdasan buatan secara bijaksana, dengan mengutamakan manusia berbanding algoritma. Pendidikan juga perlu mengembangkan kebolehan teknikal, emosi, sosial, rohani dan kesedaran ekologi secara seimbang.

Sri Paus turut mengingatkan bahawa nilai manusia tidak boleh diukur berdasarkan produktiviti. Beliau menolak budaya memperlekehkan, menyingkirkan dan merosakkan nama baik orang lain, sebaliknya mengajak warga pendidikan mendengar dengan hormat.

Menurutnya, sikap mendengar membantu seseorang melihat kehadiran orang lain sebagai berkat, bukannya ancaman. Pendidikan Katolik harus membentuk kebijaksanaan, sikap berhemah dan keadilan, sambil berjalan bersama Kristus. **Media Vatikan**

Di Argentina, Sri Paus seru kuasa digunakan untuk melayani

BUENOS AIRES: Sri Paus Leo XIV tiba di Argentina pada November 8 bagi meneruskan peringkat kedua lawatan apostoliknya ke Amerika Selatan selepas melawat Uruguay.

Ketibaan beliau di Lapangan Terbang Aeroparque Jorge Newbery disambut Presiden Javier Milei dalam upacara rasmi.

Bapa Suci kemudian mengunjungi monumen Jeneral José de San Martín, tokoh perjuangan kemerdekaan Argentina, Chile dan Peru.

Ketika berucap kepada pemimpin kerajaan, masyarakat sivil dan pegawai diplomatik di Palacio Libertad, Sri Paus menyeru agar kesejahteraan bersama diutamakan mengatasi kepentingan politik jangka pendek. Beliau menegaskan bahawa kuasa harus melayani rakyat dan demokrasi diperkukuh melalui dialog serta sikap saling menghormati.

Dasar ekonomi pula perlu membuka peluang pekerjaan dan memastikan pertumbuhan turut memanfaatkan golongan yang memerlukan.

Sri Paus turut menekankan pendidikan dan latihan kemahiran supaya golongan muda dapat membina masa depan di tanah air sendiri.

Bapa Suci juga menyeru kerjasama serantau bagi membanteras jenayah terancang, pemerdagangan manusia, penyeludupan senjata dan dadah serta rasuah yang menggugat kepercayaan rakyat terhadap institusi.

Beliau turut mengingatkan para pemimpin tentang tanggungjawab melindungi kehidupan manusia, memelihara alam sekitar dan mewariskan negara yang bersatu kepada generasi akan datang. **Media Vatikan**

Laksanakan misi dengan sukacita

CÓRDOBA: Sri Paus Leo XIV menyeru umat Katolik supaya melaksanakan misi dengan sukacita melalui kesaksian hidup serta terus bersatu dalam iman ketika berkunjung ke Córdoba, Argentina, pada November 10.

Semasa menyampaikan homili dalam Misa Kudus, beliau menegaskan bahawa panggilan kepada kekudusan berkait rapat dengan tanggungjawab mewartakan Injil.

Dengan mengenang teladan Sto José Gabriel del Rosario Brochero dan Sta María Antonia de Paz y Figueroa, yang dikenali sebagai Mama Antula, Bapa Suci mengajak umat meneruskan warisan mereka dalam mengasihi Kristus dan melayani sesama.

Menurutnya, para santo dan santa Argentina berkongsi cinta akan Injil serta semangat persaudaraan dan solidariti. Teladan hidup mereka menunjukkan bahawa iman diwartakan melalui kesetiaan sepenuh hati kepada Kristus.

Selepas Misa, Sri Paus menyapa ribuan umat yang berhimpun di luar kediaman Uskup Agung Córdoba.

Dari balkoni, beliau mengucapkan terima kasih atas sambutan mereka serta mengajak semua mensyukuri anugerah kehidupan, iman dan semangat golongan muda.

"Apabila kita bersatu, kita mampu melakukan apa sahaja," kata Sri Paus Leo. **Media Vatikan**

Di Uruguay, Sri Paus seru pelayanan berteraskan Kristus



MONTEVIDEO: Sri Paus Leo XIV tiba di Montevideo, Uruguay, bagi memulakan lawatan apostolik selama 12 hari ke Amerika Latin. Lawatan ini merupakan kunjungan antarabangsa keenam beliau sejak memulakan pontifikatnya.

Di Montevideo, Sri Paus Leo menegaskan bahawa Gereja dipanggil untuk membawa Yesus Kristus dan harapan Injil kepada masyarakat, sambil bekerjasama dengan semua pihak demi kesejahteraan bersama dan martabat setiap insan.

Ketika bertemu pemimpin kerajaan, masyarakat sivil dan pegawai diplomatik pada November 6, beliau mengingatkan bahawa kuasa pemerintahan harus digunakan untuk melayani rakyat.

Bapa Suci turut menekankan perlindungan kehidupan, pendidikan kanak-kanak, kebajikan warga emas serta akses kepada penjagaan kesihatan tanpa mengira kemampuan kewangan.

Beliau turut menyeru agar kebebasan beragama dihormati serta kehidupan bersama dibina melalui sikap saling menghormati dan dialog.

Dalam Ibadat Senja bersama para uskup, paderi, diakon, religius dan seminarian di katedral Montevideo, Bapa Suci menegaskan bahawa kesetiaan terhadap panggilan memerlukan hubungan yang sentiasa diperbaharui dengan Kristus melalui doa, Sabda Tuhan dan Ekaristi.

Uskup Roma itu menggalakkan mereka supaya saling menyokong, khususnya ketika pelayanan terasa tidak membuahkan hasil atau kekuatan semakin berkurangan.

Tegasnya, "Kesaksian hidup yang mencerminkan kebaikan Kristus, mempunyai kekuatan untuk menjangkau mereka yang belum mengenali Yesus, terutama golongan muda yang jauh daripada kehidupan Gereja.

Sri Paus turut menyeru keuskupan di seluruh dunia mengadakan hari doa dan puasa bagi pertambahan panggilan imamat dan hidup bakti, dengan penglibatan paroki, keluarga serta komuniti religius.

Seruan itu mengambil inspirasi daripada pengalaman Uruguay. Selepas seminari antara keuskupannya tidak menerima calon baharu pada 2024, umat bertekun dalam doa dan puasa. Kini, beberapa orang muda telah memulakan pembentukan di seminari dan dalam hidup bakti, suatu perkembangan yang disambut Sri Paus dengan penuh kesyukuran. **Media Vatikan**

Kasih Tuhan sentiasa bersama kita

FLORIDA, Uruguay: Sri Paus Leo XIV mengakhiri lawatannya ke Uruguay pada November 8 dengan menyeru umat supaya terus menyemai iman dalam keluarga serta mendampingi mereka yang semakin jauh daripada Gereja.

Ketika memimpin Misa sempena pesta *Our Lady of the Thirty-Three*, gelaran Bonda Maria sebagai penaung Uruguay, Sri Paus sekali lagi menyerahkan negara itu kepada perlindungan Maria.

Gelaran *Our Lady of the Thirty-Three* berkait dengan 33 pejuang kemerdekaan Uruguay yang pada 1825 memohon perlindungan Bonda Maria bagi perjuangan mereka. Angka "tiga puluh tiga" merujuk kepada kumpulan pejuang tersebut. Patung Maria itu kini ditempatkan di Katedral Florida, Uruguay.

Pada November 21, 1962, Sri Paus Yohanes XXIII mengisytiharkan Bonda Maria dengan gelaran ini sebagai penaung Uruguay.

Bapa Suci Leo turut mengajak umat meneladani iman Maria dan mengikuti teladannya dalam membawa orang lain kepada Kristus.

Bapa Suci turut menghargai peranan ibu, nenek, wali baptis, biarawati dan katekis dalam mewariskan iman.

Sri Paus menggalakkan mereka agar tidak berputus asa apabila anak atau cucu tidak lagi berdoa atau menghadiri Misa, sebaliknya terus memberikan teladan melalui kehidupan, kasih dan doa.

Para bapa dan datuk pula diajak meneladani Sto Yosef dengan menjadikan iman sebahagian nyata daripada kehidupan keluarga.

Terdahulu, ketika singgah di paroki St Thérèse di Juanicó, Sri Paus mengingatkan sekitar 2,000 umat bahawa kasih dan rahmat Tuhan sentiasa menyertai mereka, dalam kegembiraan mahupun ketika menghadapi penyakit, penderitaan dan kesukaran.

Beliau menyeru umat supaya berani mengakui iman Katolik serta menghayatinya melalui pelayanan dan persatuan.

Sri Paus turut berkongsi bahawa keluarganya, khususnya bapanya, mempunyai devosi yang mendalam kepada Sta Thérèse. Beliau mengajak umat mensyukuri kasih Tuhan yang sentiasa menyertai mereka serta berkongsi sukacita iman dengan sesama dalam kehidupan seharian.

Menjelang akhir lawatan, Bapa Suci Leo mengajak umat mengambil langkah pertama untuk mendekati anak, sahabat, jiran dan mereka yang belum mengenali Tuhan.

"Jangan anggap apa yang telah kamu semai itu sia-sia," pesan beliau kepada keluarga.

Sri Paus menegaskan bahawa perkongsian iman dengan murah hati, disertai rahmat Tuhan, akan terus membuahkan hasil dan memberikan makna baharu kepada kehidupan. **Media Vatikan**



Keluarga Kristian mampu perbaharui masyarakat



BUENOS AIRES: Sri Paus Leo XIV menyeru keluarga Kristian supaya menjadi sumber pembaharuan masyarakat, sambil mengajak komuniti pelbagai agama bekerjasama mempertahankan martabat manusia dan membina keamanan pada November 9.

Ketika memimpin Misa sempena Pesta Pemberkatan Basilika St John Lateran, beliau menjelaskan bahawa katedral Uskup Roma itu menjadi tanda persatuan dan persekutuan Gereja di seluruh dunia.

Dengan merujuk kisah Yesus menyucikan Bait Tuhan, Bapa Suci mengingatkan bahawa rumah Tuhan ialah tempat doa dan pertemuan dengan Bapa yang sentiasa mencurahkan kebaikan kepada anak-anak-Nya.

Di tengah-tengah kesukaran dan ketidakpastian, kehadiran Tuhan menjadi sumber harapan.

Bapa Suci Leo mengajak keluarga membuka pintu rumah kepada Kristus melalui doa bersama, sikap saling mendengar dan mengampuni serta usaha mewariskan iman kepada anak dan cucu.

Katanya, "Keluarga yang berakar dalam Kristus, dapat memperbaharui negara dan memainkan peranan utama dalam pewartaan Injil."

Dalam acara pertemuan dengan pemimpin Kristian dan wakil agama lain di Palacio San Martín, Sri Paus menekankan bahawa doa perlu diterjemahkan dalam tindakan persaudaraan, keadilan dan keamanan.

Mengenang warisan Sri Paus Fransiskus, beliau mengajak komuniti agama memperkukuh persahabatan dan membuka ruang kerjasama.

Uskup Roma itu turut mengingatkan bahawa hubungan baik antara penganut agama perlu dipupuk melalui pertemuan, sikap saling mendengar dan pelayanan bersama.

Usaha ini dapat membina kepercayaan serta menyatukan masyarakat dalam membantu golongan yang memerlukan dan memperjuangkan kebaikan bersama.

Beliau turut menegaskan tanggungjawab bersama untuk melindungi kehidupan, menghormati kebebasan serta menyuburkan harapan.

Menurutnya, iman harus mendorong kepedulian terhadap golongan miskin dan mereka yang kehilangan arah hidup. Dialog yang tulus pula membantu masyarakat membina persefahaman dan sikap saling menghormati.

Pada hari yang sama, Sri Paus mengunjungi pusat penjagaan Don Orione dan menegaskan martabat orang kurang upaya. Beliau turut meluangkan masa lebih sejam mendengar pengalaman lima mangsa penderaan oleh anggota klerus dan institusi Gereja.

Mengakhiri kegiatan hari itu, Sri Paus Leo mengajak umat menyambut panggilan Kristus dan mewartakan Khabar Gembira dengan sukacita. Kepada para uskup dan pasukan sinodal, beliau menyeru agar persatuan, perdamaian serta perhatian kepada keluarga, golongan miskin dan penganggur terus diperkukuh. **Media Vatikan**

Jus rohani untuk jiwa

Rahmat membuat tanda salib

Mengapa umat Katolik membuat tanda salib, sedangkan ramai rakan Protestan kita jarang melakukannya? Gereja Katolik memelihara amalan Kristian sejak zaman awal ini sebagai doa yang menyatukan kata-kata dan gerak tubuh.

Dalam sesetengah tradisi Protestan, gerak tubuh seperti ini kurang ditekankan dalam ibadat. Namun, sebahagian umat Anglikan, Lutheran dan Methodist turut mengamalkannya. Perbezaan ini berkaitan dengan tradisi ibadat yang berkembang dalam komuniti masing-masing.

Bagi umat Katolik, tanda salib mengajak kita menghayati iman dengan sedar. Katekismus Gereja Katolik (KGK) membantu kita memahami maknanya.

Berikut ialah tujuh sebab amalan ini bermakna dalam kehidupan kita.

1. Mengakui iman kepada Tritunggal Mahakudus

Ketika mengucapkan “Dalam nama Bapa dan Putera dan Roh Kudus. Amin”, kita mengakui iman kepada satu Tuhan dalam tiga Peribadi. Doa yang singkat ini mengingatkan kita kepada Tuhan yang kita sembah dan kepada siapa kita menyerahkan hidup.

2. Mengenang kasih Kristus yang menyelamatkan



Bentuk salib membawa ingatan kita kepada Yesus yang menyerahkan diri demi keselamatan manusia. Setiap kali membuat tanda salib, kita diajak mensyukuri kasih-Nya dan belajar mengasihi sesama dengan kesediaan untuk berkorban.

3. Mengingati pembaptisan kita

Pada awal upacara pembaptisan, tanda salib dibuat pada dahi calon sebagai tanda bahawa dia akan menjadi milik Kristus. Apabila kita membuat tanda salib, kita mengenang rahmat pembaptisan dan panggilan untuk hidup sebagai pengikut-Nya (KGK 1235).

4. Memulakan doa dengan penuh perhatian

Tanda salib membantu kita berhenti seketika daripada kesibukan dan mengarahkan perhatian kepada Tuhan. Dengan melakukannya perlahan-lahan, kita memberi ruang kepada hati untuk menyedari bahawa kita sedang menghadap-Nya dalam doa.

5. Menyerahkan kegiatan harian kepada Tuhan

Katekismus mengajar bahawa orang Kristian memulakan hari, doa dan kegiatannya dengan tanda salib (KGK 2157). Sebelum bekerja, belajar atau memulakan perjalanan, kita boleh memohon rahmat agar segala yang dilakukan memuliakan Tuhan.

6. Melibatkan tubuh dalam doa

Ketika tangan menyentuh dahi, dada dan bahu, tubuh turut mengambil bahagian dalam doa. Gerakan ini boleh membantu kita menyerahkan fikiran, hati dan perbuatan kepada Tuhan. Iman yang kita akui dengan bibir perlu turut kelihatan dalam cara kita melayani orang lain.

7. Memohon kekuatan ketika menghadapi godaan

Menurut Katekismus, tanda salib menguatkan kita ketika menghadapi godaan dan kesukaran (KGK 2157). Dalam saat takut, marah atau hilang arah, kita boleh melakukannya dengan iman sambil memohon rahmat untuk memilih yang baik dan terus setia kepada Kristus. **Aleteia**

Penulis jemputan Berkicau

Apabila sepanduk jubli diturunkan

Saya tiba di Sabah pada 1991 dan membina kehidupan di Sandakan. Saya berkahwin dengan orang Sabah dan akhirnya bersara di Kota Kinabalu. Sepanjang tahun-tahun itu, saya belajar bahawa kehidupan sesebuah komuniti banyak bergantung pada orang yang sudi mengajar, menjaga dan membantu sesama. Ramai daripada mereka jarang disebut dalam catatan rasmi, namun bakti mereka dirasai oleh keluarga dan masyarakat yang mereka layani.

Pengalaman itu membentuk cara saya menghayati Jubli Emas Keuskupan Kota Kinabalu. Sambutan yang bermula dengan Misa Kesyukuran di Katedral Sacred Heart pada November 8, 2026 akan diteruskan sepanjang 2027. Bagi saya, jubli ini juga kesempatan untuk mengenang mereka yang membina Gereja dan menyumbang kepada kehidupan masyarakat Sabah.

Keuskupan Kota Kinabalu ditubuhkan pada 1976, hampir satu abad selepas para misionari Mill Hill tiba di Borneo Utara pada 1881. Bersama biarawati, katekis, guru dan keluarga tempatan, mereka membantu membina komuniti Katolik di Borneo Utara. Sekolah, kapel dan asrama yang mereka dirikan membuka peluang kepada banyak keluarga.

Bagi saya, Gereja di Sabah ibarat pokok yang tumbuh subur hasil usaha beberapa generasi. Uskup pertamanya, Simon Fung Kui Hong, anak kelahiran Sandakan, meneruskan usaha itu. Seruannya pada 1977 untuk memupuk perpaduan tanpa mengira bangsa atau kepercayaan masih relevan hingga kini.

Keuskupan Keningau ditubuhkan pada 1993, diikuti Sandakan pada 2007, manakala Kota Kinabalu menjadi Keuskupan Agung pada 2008. Pengalaman tinggal di Sandakan menyedarkan saya betapa pentingnya kepimpinan yang dekat dengan umat untuk memahami keperluan masyarakat di pantai timur dan pedalaman Sabah.

Pada 1965, empat biarawati daripada kongregasi Franciscan Sisters of the Immaculate Conception mula mengajar di Don Bosco English Primary School, Bundu Tuhan. Usaha mereka menjaga kanak-kanak yang memerlukan telah membawa kepada penubuhan Don Bosco Children’s Home. Usaha mereka disokong oleh Persatuan Buddha yang mengingatkan kita bahawa masyarakat berlainan agama boleh berganding bahu demi kebajikan kanak-kanak.

Bakti itu diteruskan oleh katekis yang mengunjungi stesen pelayanan, guru yang membimbing murid selepas waktu sekolah dan sukarelawan yang menemani keluarga berduka. Sejak bersara, kegiatan menulis menyedarkan saya betapa mudahnya kisah mereka hilang jika tiada siapa bertanya dan mencatatnya.

Jubli ini juga mengajak kita mendengar suara golongan muda dan mereka yang sering terpinggir. Bagaimanakah kita dapat membantu keluarga yang dihimpit kos sara hidup tanpa menjejaskan maruah mereka? Adakah warga emas, migran dan orang kurang upaya mempunyai ruang untuk menyuarakan keperluan sendiri? Bagi saya, di situlah makna berjalan bersama dapat diuji. Mendengar pengalaman mereka membantu kita menentukan bentuk pelayanan yang benar-benar diperlukan.

Apabila sambutan berakhir dan sepanduk diturunkan, saya berharap anak muda terus didengar, kisah generasi terdahulu dipelihara dan jiran semakin biasa saling membantu. Kita mungkin berdoa dengan cara yang berbeza, namun kita boleh menjaga kehidupan bersama di Sabah.

Loceng Gereja akan kembali sunyi selepas Misa. Semoga gemanya terus kedengaran dalam cara kita melayani sesama serta usaha membina Sabah yang akan kita wariskan kepada generasi seterusnya. **Joseph Tek Choon Yee, penyumbang rencana kepada HERALD.**

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: 0198500956

Mingguan Katolik
HERALD

PERMOHONAN DOA SRI PAUS (NOVEMBER)

DEMI PENGGUNAAN KEKAYAAN YANG BIJAKSANA. ***Marilah kita berdoa agar kekayaan digunakan dengan bijaksana, tanpa menyerah kepada godaan sikap mementingkan diri, sebaliknya sentiasa dimanfaatkan demi kebaikan bersama dan semangat solidariti dengan golongan yang kurang bernasib baik.***

November 22, 2026

Hidupkan iman melalui doa, kasih dan pelayanan

KOTA KINABALU: "Adakah masih ada minyak dalam pelita kita?" Persoalan itu diajukan dalam homili Misa Jubli Emas Keuskupan Agung Kota Kinabalu di Katedral Sacred Heart pada November 8, 2026. Umat diajak menilai kehidupan iman mereka dan menjadikan Ekaristi pusat kehidupan.

Dalam homilinya, Uskup Agung John Wong merujuk kepada perumpamaan sepuluh gadis yang menantikan pengantin lelaki (Mat 25:1–13).

Kesemua mereka membawa pelita, tetapi hanya lima membawa bekalan minyak tambahan. Minyak itu, jelas beliau, mengingatkan umat akan rahmat Tuhan yang memelihara kehidupan iman, manakala pengantin lelaki melambangkan Kristus yang dinantikan oleh Gereja.

Uskup Agung John Wong menegaskan bahawa iman yang diwarisi daripada ibu bapa dan datuk nenek perlu dihayati melalui perjumpaan peribadi dengan Kristus.

Beliau mengingatkan bahawa bangunan Gereja yang indah dan pelbagai kegiatan paroki perlu disertai kehidupan doa dan kesediaan untuk bertaubat. Iman itu, katanya, perlu diamalkan di rumah, di sekolah, di tempat kerja dan dalam masyarakat, khususnya melalui kasih dan keprihatinan terhadap golongan miskin, terpinggir dan mereka yang menderita.

Uskup Agung John mengingatkan bahawa bangunan Gereja yang indah dan pelbagai kegiatan paroki perlu disertai kehidupan doa yang subur.

Prelatus itu mengajak umat menilai sama ada mereka masih merindui Sabda Tuhan, bersedia saling mengampuni dan menunjukkan teladan iman kepada generasi muda.

Beliau juga mengajak mereka merenungkan sama ada golongan miskin, terpinggir dan menderita dapat mengalami kasih Kristus melalui belas kasihan dan pelayanan umat.

Sambil mengajak umat mensyukuri kesetiaan Tuhan sepanjang 50 tahun perjalanan Gereja tempatan, beliau turut mengemukakan satu persoalan untuk masa hadapan. "Apakah yang Tuhan minta daripada kita masing-masing untuk 50 tahun akan datang?"

Beliau menyeru umat agar memperdalam kehidupan doa dan meneruskan misi yang diamanahkan oleh Kristus dengan harapan yang diperbaharui.

Pada akhir homili, Uskup Agung John berdoa agar setiap paroki menjadi pelita iman, setiap keluarga menjadi pelita kasih dan golongan muda menjadi pelita harapan. Beliau turut mendoakan agar umat sentiasa berjaga-jaga dan bersedia menyambut kedatangan Kristus. **Melania Liza Magnus**





50 tahun kesetiaan Tuhan dalam perjalanan Keuskupan Agung KK

KOTA KINABALU: Uskup Agung John Wong menyeru umat agar menjadikan Jubli Emas Keuskupan Agung Kota Kinabalu sebagai kesempatan untuk mensyukuri kesetiaan Tuhan dan memperbaharui iman.

Beliau menyampaikan seruan itu dalam homili Misa kesyukuran sempena ulang tahun ke-50 penubuhan Keuskupan Kota Kinabalu di Katedral Sacred Heart pada November 8, 2026.

Antara yang hadir dalam Sambutan Jubli Emas Keuskupan Agung Kota Kinabalu ialah Uskup Agung Julian Leow, Uskup Richard Ng dari Miri, Uskup Cornelius Piong dari Keningau dan Uskup Julius Gitom dari Sandakan.

Mengimbas perjalanan Gereja tempatan sejak 1976, beliau mengenang sumbangan para uskup, paderi, biarawan dan biarawati, katekis, pemimpin awam, guru, ibu bapa serta golongan muda.

Beliau turut mengingati ramai umat yang membantu membina Gereja meskipun nama mereka mungkin tidak tercatat dalam buku sejarah. Katanya, "Dalam suka dan duka serta ketika berdepan ketidakpastian, Tuhan tetap setia kepada umat-Nya."

Uskup Agung John mengumumkan bahawa Sambutan Jubli Emas Keuskupan Agung Kota Kinabalu akan diteruskan sepanjang tahun 2027 menerusi lawatan pastoral uskup ke paroki-paroki.

Uskup Agung John mengajak umat untuk terus berhimpun sebagai satu keluarga sepanjang 2027 bagi mensyukuri bimbingan dan berkat Tuhan selama 50 tahun serta memohon agar Dia terus membimbing Gereja tempatan pada masa hadapan.

Pada akhir Misa, sebuah meja yang memuatkan cenderamata Jubli Emas dibawa masuk ke dalam Katedral Sacred Heart.

Uskup Agung John Wong kemudian membuka kain penutup cenderamata tersebut sebagai tanda pelancaran sambutan Jubli Emas sebelum menyerahkannya kepada wakil Majlis Pastoral Paroki (MPP) daripada kesemua 23 paroki dalam Keuskupan Agung Kota Kinabalu.

Cenderamata itu melambangkan kenangan, kesyukuran dan perpaduan. Penyerahannya kepada wakil setiap paroki mengajak umat untuk bersama-sama menghargai iman yang telah mereka terima dan menghayatinya dengan kasih sepanjang tahun jubli. **Melania Liza Magnus**

Semangat Assisi menyatukan penganut pelbagai agama

PLENTONG, JOHOR: Para pemimpin dan penganut pelbagai agama berhimpun di Gereja St Joseph, Plentong, pada Oktober 30 untuk memperingati ulang tahun ke-40 Hari Doa Sedunia untuk Keamanan.

Dalam pertemuan itu, Fr Edward Rayappan menyeru para peserta agar mengambil peranan aktif dalam membina keamanan dalam keluarga, komuniti dan masyarakat.

Pertemuan anjuran Pelayanan Ekumenisme dan Dialog Antara Agama Keuskupan Melaka-Johor itu menghimpunkan wakil pelbagai tradisi agama di Vikariat Johor Selatan.

Mereka memperingati perhimpunan bersejarah di Assisi pada 1986, apabila Sri Paus Yohanes Paulus II menghimpunkan para pemimpin agama dari seluruh dunia untuk berdoa demi keamanan.

Fr Edward, yang mengetuai pelayanan tersebut, berkata keamanan perlu dibina melalui hubungan yang tulus, dialog yang berterusan dan kesediaan untuk mengatasi prasangka serta rasa tidak percaya. Menurutnya, pertemuan antara penganut pelbagai agama memberi ruang kepada mereka untuk saling mengenali, membina kepercayaan dan bekerjasama demi kebaikan bersama.

Beliau menggalakkan para peserta agar terus menganjurkan pertemuan dan menjalankan kegiatan bersama. Keamanan yang berkekalan, katanya, bermula apabila seseorang berani mendekati mereka yang berlainan kepercayaan.

Antara yang hadir bersama delegasi masing-masing ialah wakil Hindu, Karupiah Ramasamy, yang juga pengerusi Majlis Perundingan Malaysia bagi Agama Buddha, Kristian, Hindu, Sikh dan Tao (MCCBCHST) cawangan Johor, wakil Sikh Dr Kishen Singh, pemimpin Tao Venerable Song Hooi Peong dan wakil Anglikan Rev Emmanuel Nickson.

Program dimulakan dengan bertafakur selama seminit bagi merenungkan keperluan akan keamanan di tengah-tengah konflik, perpecahan dan penderitaan di dunia.

Para wakil agama kemudian menyalakan lilin sebagai lambang harapan bersama untuk dunia yang lebih aman dan harmoni. Setiap pemimpin berdoa mengikut tradisi agama masing-masing, diikuti ikrar bersama demi keamanan.



Semua peserta turut bertukar salam damai sebagai tanda komitmen untuk saling memahami dan bekerjasama. Pada akhir pertemuan, Fr Edward menyampaikan cenderamata kepada para wakil agama. Jamuan tanpa daging yang disediakan oleh Paroki St Joseph memberi peluang kepada para peserta untuk meneruskan perbualan dan mengeratkan persahabatan.

Peringatan serupa turut diadakan di Gereja St Philip, Segamat, Johor, dan Gereja St Peter, Melaka.