

## 一箋牽心（第三期簡報 2020年4月22日）

### 懷念我們敬愛的會員胡仲明先生因病與世長辭

幾乎每個人都喜歡和一個善良的人在一起：胡仲明先生絕對是眾人公認的善良人。善良人樂於與周圍的人共處，他們激勵他人。善良的人也是充滿正能量，故此可以擁有真正朋友。善良人真誠地關心他人！他們的思想，行為和言語都是富有啟發。俗話說：「成為重要的人是美好的，但更重要是成為善良的人」。

如何成為一個更好的人呢？以下是胡仲明生前在中心鼓舞人心的態度：-

**幫助他人** - 善良和願意幫助他人。每個人在某些時候都需要某種形式的幫助！遇到此情形便伸出友誼之手；

**充滿和藹笑容** - 微笑和大笑使你周圍的人更加愉快。我們並不是指假笑或傻笑，因為人們會通過你的不誠實而正確地看得出你的真誠；

**關心他人** - 對他人談話表示興趣並成為一個好的傾聽者；

**說「請」和「多謝」** - 許多人似乎對正確禮儀舉止視而不見。有禮貌是表露善良最有效的方法之一，特別是說「請」和「多謝」；

**真誠的道歉** - 每個人都會在生活中犯錯誤。重要的是懂得學習和改善過程的一部分；

**讚賞** - 學會付出真誠的讚美是成為待人好方法。每個人都有應得到認可的讚美；

**以禮相待** - 向他人表達你的禮貌並關心他們；

**誠實** - 善良的人最基本的素質之一就是誠實。沒有人喜歡或尊重不誠實或沒有品格的人  
**不要太「自我」更不要「自私」** - 做每件事不要只是為了個人利益而做；

**謙虛** - 是每個人都欽佩和尊重的一種美德，因此請保持謙虛。沒有人喜歡和「吹牛」或自大的人在一起。

祝大家身心健康、以禮相待、開心快樂，做個善良人。

謝錦霞（籌款經理）

## 願望

有一個人檢到一個神燈，神燈裡的精靈告訴他可以許一個願望。

他說：「我希望得到一份三明治。」

精靈說：「你的願望太小了，應該許更大的。」

這個人很高興地說：「好！我希望得到一份特大的三明治。」

反省：喜樂的源頭來自簡單，容易滿足。

麥智光（社區發展項目主任）

## 簡單

你好，幾個星期的全城封關，令我對生活有點領悟。

其實生活可以是很簡單，不過我們

總需要有人跟我們分享，

總需要對生活有一個夢想、追求或是盼望，

否則生活就會變得單調無味。

人是群體動物，這次社交隔離

對某些人來說可能是很不習慣，

對某些人是一個很難得的充電機會，

對我來說是一個很大的挑戰！

ICA 怎樣做才能令會員輕鬆過渡這個封關時刻？若你有好的提議，請與我們聯絡，謝謝你。

蘇美珍（行政總裁）

## 「沒有婚禮、只有葬禮」

今天正是英國封城令實施後的整整的一個月！還記得 16 年前（1994 年），英國一齣大熱電影「四個婚禮一個葬禮」，一套輕鬆的愛情小品。現在重溫，英國不再輕鬆了，應說全球不再輕鬆了！因「疫情關係」，估計這一整個月，也沒有四個隆重的婚禮在英國舉行吧？！而葬禮還真不少！

我自己這兩天也參加了兩次網上直播的葬禮，因疫情規限，兩次網上葬禮的現場出席也不超過 10 人。無奈地只有寥寥數人，相信全都是逝者的至親好友。而我在網上出席（實際是觀看）其中一次葬禮，逝者是年過 88 歲、早早已是祖祖父級的人士，擁有兒孫、曾孫滿堂，還記得過去出席他的 80 大壽時，出席人數肯定超過 150 人，如今親臨現場送殯者不超過 10 人（當然在網上出席者不計其數），人生實在無奈！

不論婚禮喪禮，如在戶外進行，均會有一個匱大的花園。這又令我想起一件感人的事：一位曾參與第二次世界大戰並授勳的退伍軍人，現年 99 歲，在剛過去的一星期內，用自己在花園步行的方式，打算為「國民保健服務」籌款 1 千英鎊；但數天下來，難以置信地籌得超過 2 千 8 百萬英鎊，並且還未結束，因他打算在他「百歲壽辰」前，能完成在自家花園步行 100 圈，藉此能繼續籌得更多善款，以減輕「國民保健服務」在財務上對抗新冠狀病毒的壓力。其女兒在媒體訪問她時道出：「這是我代表整個國民向你（她父親）作出的一個深情的擁抱，雖然其他人很想做此行動，但因疫情關係未能做到！」

回望疫情，兩個星期又過去了，感染人數持續增長，疫潮還未退散。四月份開始，在全球感染國家中，美國及歐洲的五個強國（西班牙、意大利、法國、德國、英國）繼續成為重災區。截至 4 月 22 日，美國感染人數為 849,092，死亡人數為 47,681；英國感染人數為 133,495，死亡人數為 18,100，但值得一提的是，英國的康復人數僅有 1,918。而全球感染人數為 2,655,358，死亡人數合共 185,066，數字極度驚人！

雖然在這段非常艱困的時期，人們之間不能經常正面接觸，疫境之下，百業蕭條、一蹶不振！雖則「封城」令人足不出戶，但也可藉此反省，誠如以上兩位同事所分享的「願望」、「簡單」，要思考：世界還是在運轉，有些東西是不會因此封閉起來，反之，日出日落如舊、愛、夢想、喜樂、滿足、家庭相聚時刻、良善、創造、學習、遠距離分享、想像力、閱讀、人際關係、祈禱、默想、工作、希望等，仍可持續進行。當然，我們要珍惜、把握機會，趁現在可做就去做、雖然隔離，但千萬不可以封閉自己，此疫此情，值得我們反思！

馮兆雄（中心經理）