

天主教中華殉道聖人堂

The Chinese Martyrs Catholic Church



四旬期第三主日 | 二〇二三年三月十二日
Lent 3rd Sunday | March 12th, 2023

Address :

2755 Denison Street,
Markham, Ontario, Canada
L3S 2J3

Tel :

905-294-1377 905-294-1677

Fax :

905-294-1355

Official Website :

www.chinesemartyrs.org

Email :

cmcc@chinesemartyrs.org

彌撒時間表 Mass Schedule

平日 Weekday Mass

星期一至六 Mon.-Sat.

9:10am (粵語 Cantonese)

星期二 Tues.

9:10am (國語 Mandarin)

聖時 / 彌撒 Holy Hour / Mass

星期一、三、五 Mon., Wed., Fri.

7:00pm/8:00pm (粵語 Cantonese)

星期二、四 Tue., Thu.

6:30pm/7:30pm (粵語 Cantonese)

主日提前彌撒 Saturday Mass

星期六 Sat.

6:00pm (粵語 Cantonese)

主日彌撒 Sunday Mass

8:00am (粵語 Cantonese)

9:30am (粵語 Cantonese)

11:00am (粵語 Cantonese)

12:40pm (國語 Mandarin)

2:15pm (英語 English)

4:00pm (國語 Mandarin)

8:00pm (粵語 Cantonese)

修和聖事 Reconciliation

(告解 Confession)

星期六下午五時卅分至六時及主日彌撒前、後，其他時間，可隨時與神父預約。

Sat. 5:30pm-6:00pm, before or after Mass on Sun., or make arrangements with a priest.



三月教宗祈禱意向 HOLY FATHER'S PRAYER INTENTION

為受虐者

For victims of abuse

為被教會之成員所傷害的人祈禱，願他們能在教會內為其痛苦和折磨找到具體的回應。

We pray for those who have suffered harm from members of the Church; may they find within the Church herself a concrete response to their pain and suffering.

本期導讀

與主共融

所有受洗者都參與教會福傳的使命 2

主日分享

水與聖神 3

信仰培育

會祖傳(續) 4

天主教歷史淺談

41. 法國走向政教分離 5

平安是福

軟組織損傷(三) 6

高夏芳修女靈修選摘

青山原不動 7

宗座勸諭

愛的喜樂 8



聖堂是我家、不分你我他；共融主愛下，溫馨傳萬家
BE YOU, BE ME, BE PART OF IT, UNITY IN CMCC

教宗公開接見： 所有受洗者都參與教會福傳的使命

來源：梵蒂岡新聞網

<https://slmedia.org/ch/blog/pope-general-audience-20230308>

「每個受洗的人，都在教會的使命中扮演著獨特的角色。」這是教宗方濟各在3月8日週三的例行公開接見活動中要理講授所強調的。教宗繼續以「福傳的熱情」為主題的系列要理講授，著重講解了福傳的教會面向。

教宗強調：「宣揚福音不是互不相干的個人使命，而是為從宗徒傳下來的教會信仰的共同服務，必須完整地把它一代一代地傳下去。」教宗解釋：「傳播福音的熱忱與教會的幅度不可分割，因為教會保護基督信仰訊息免遭歪曲，不順從於世俗的利益及思維方式。」

於是，教宗提到梵二大公會議《教會傳教工作法令》的教導，強調所有福傳都源自於天主聖父的無限聖愛，這份愛藉著聖子和聖神的使命傾注於世。教會的使命就是將這救贖之愛傳到天涯海角。

傳教門徒

「作為傳教門徒，所有受洗者都蒙召效法基督自我犧牲奉獻的愛，發揮創意為祂聖言的真理及其修和的力量作出令人信服的見證。每位門徒傳教士的使徒熱忱非常重要，因為在塵世旅途中福傳的天主子民當

中，沒有主動和被動主體的區分。」

教宗引用宗座勸諭《福音的喜樂》，說：「所有受洗者，無論他們在教會內有何職位、有何信仰培育水準，都是福傳的執行者。」（《福音的喜樂》，120號）「所有受洗者都參與了教會的使命，並在教會的使命中參與了基督君王、司祭和先知的使命。」

新的見證方式

接著，教宗引用《教會傳教工作法令》解釋：「這個使命雖然為了環境其執行的方式可以不同，但是本質上在任何地區及環境中，都是不變的」（第6號）。教宗提醒：「這邀請我們不要變得硬化或僵硬。信友的傳教熱忱表現在他們發揮創意探求宣講和見證的新方式，與基督所承擔的受傷人類相遇的新方式，以及為福音和人類服務的新方法。」

教宗呼籲信眾回歸到天父的大愛及聖子和聖神的使命中，不要把自己封閉在個人安逸不動空間中。教宗說：「這讓我們承認我們蒙召獲得圓滿生命的禮物是白白得來的，並為此讚美和感謝天主。」

最後，教宗敦促在場的所有信眾更充分地活出他們所領受的恩典，並與他人分享。 ■



四旬期第三主日

讀經一：出 17:3-7
 讀經二：格前 1:26-31
 福音：若 4:5-42

Lent 3rd Sunday

FirstReading: Ex 17:3-7
 SecondReading: 1Cor 1:26-31
 Gospel: Jn 4:5-42

水與聖神

房志榮神父
 天主教輔仁聖博敏神學院禮儀研究中心

默想

在根據對觀福音瞻仰過耶穌的三勝魔誘和給三位門徒顯聖容後，在這四旬期第三主日及以後的第四和第五主日的彌撒福音選讀，都採用若望福音。今天的福音，若四5-26、39-42，雖經過彌撒經本的縮減（首尾1-4、43-45二段都不念），連這縮減本還分長式短式，但我們更好把本章1-45節都仔細讀一遍，以加深領悟其豐富的內涵。樂仁四福音把這45節視為一個單位，標為「耶穌與撒瑪黎雅婦人」，餘下的46-53節，則標為「治好一位高官的兒子」。樂仁四福音的註解說，聖經中的婦女是一個民族的具體象徵，因此故事中的婦女代表撒瑪黎雅人民的皈依。耶穌說那婦人有過五名丈夫，可能是指撒瑪黎雅人從前朝拜的五個神明。

老子在道德經第8章說「上善若水」，若望福音從第2章講加納婚宴變水為酒，到第19章講耶穌肋旁被刺，流出血和水，把水的主題發揮得淋漓盡致，其內涵既深且廣，由水到酒，由酒到血，最後到聖神。今天的福音只是一個開端罷了，在此略探其意涵，再與今天的另外兩

篇讀經對照著聽或念，以吸收天主聖言的甘美豐饒。

「耶穌回答：『你若是知道天主的恩賜，且知道向你要水喝的人是誰，你就會向我求，我就會把活水賜給你。』」（10）這四句話，每一句都說出一個信仰要件：第一句指天父，第二句指聖子，第三句說祈禱的必要，第四句說耶穌要賜的聖神（活水）。耶穌就是如此由水出發，給那婦人講三位一體及祈禱的道理。

「那婦人說：『先生，請將這水賜給我！使我永不再渴，也永遠不需來這裡打水了。』」（15）婦人做這請求，是因為「13耶穌對她說：『喝這井水的人還會再渴；14但人若喝了我給的水，就永遠不再渴。因為我要賜給人的水，會在人心中成為源源不絕的水泉，湧流到永生。』」（13-14）13節耶穌的說詞，婦人懂得正確，因為那是她每天的經驗。至於14節耶穌說的五句話，婦人只聽懂了前二句：誰喝了我給的水，永遠不再渴；後面的三句話則沒有聽進去，或是聽了也不懂，也不想深究，暫且按照所懂的向耶穌求吧：先生，將這水給我吧！使我永不再渴。其實，耶穌最後三句話最富啟發性：他給的水是活泉，流向永恆的生命。

「21耶穌說：『女人，你當信我，時刻將到，那時你們不會在這山上，也不在耶路撒冷朝拜父。22你們朝拜你們所不認識的，我們朝拜我們所認識的，

因為救恩來自猶太人。23但那時刻要來，而且現在就是：真正朝拜者將會以心神按真理朝拜父，因為父正是想要這樣朝拜的人。24天主是神，朝拜祂的人必須以心神按真理朝拜祂。』」（21-24）耶穌這段話裡含有永世長存的真理：救恩來自猶太人，真正朝拜者以心神按真理朝拜父，天主是神、朝拜祂的人必須以心神按真理朝拜祂。我們略加反思默禱，會發現一個歷史事實：救恩來自猶太人；一個朝拜的正確心態：以心神（聖神）按真理（耶穌）朝拜；一個理由：因為天主是神，不被一座山、一座城限制，卻與心神、真理暢通無阻，透過聖神和基督。

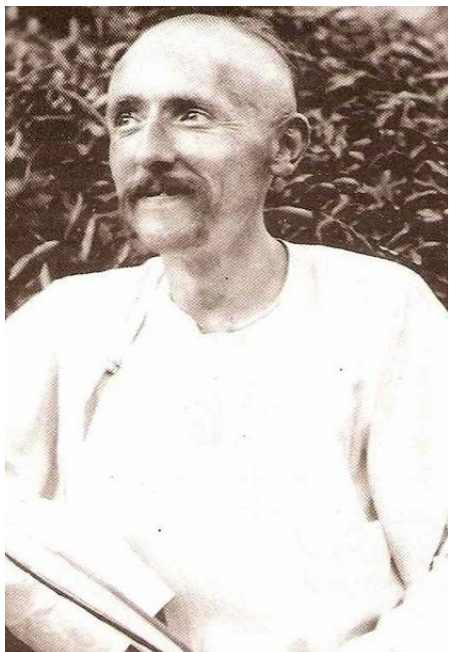
「31那時候，門徒們跟耶穌說：『老師，？吃吧！』32耶穌回答他們說：『我已經有食物吃，那是你們不知道的。』33他們聽到便彼此問說：『難道已有人拿東西給他吃了嗎？』34耶穌對他們說：『我的食物，就是承行派遣我來者的旨意，並完成祂的工程。』」（31-34）耶穌的門徒與那息哈爾婦女的視聽和思路同出一轍，喝啊，吃啊，都只是生理的需要，對耶穌所期待的，也只是滿足這些需要。耶穌苦口婆心，總想提高他們的視野，看得遠一點，深一點，從井水說到活水，從食物說到承行父的旨意，完成父的工程。我們需要不斷聽耶穌，效法耶穌。



會祖傳

耀漢小兄弟會 雷鳴遠神父

作者：趙雅博



工作情形

【以下繼續上期內容】大家對他(雷神父)的觀念和思想都樂意接受，對他的呼籲反應良好，因此他的工作愈來愈多。

九月初雷神父從英國西門鎮渡假回來，十月末他又回到那裏，進行了三天的演講與談話。那時候學生都回到了學校，雷神父將他們說服，讓他們為中國祈禱。不但他們本人，而且他們的兄弟姐妹侄兒侄女，也通過他們的懇求，為中國祈禱的工作展開了，還有許多誓反教徒，也對中國教會發生興趣。

雷神父從英國回來之後，在拿慕爾教區參加教區會議，他為中國講了話，大家感到興

奮與贊同。

於是在這個教區內，他開始了無數的講演、講道與避靜。在修會、在學校，常看到他的行蹤。他的工作園地，愈來愈展開，他到安熱、到巴黎、到里昂、在瑞士、在倫敦，法國來姆對他熱烈歡迎並極其慷慨，著名文學家巴贊（Rene Bazin）將他當天主的天使招待，並且在巴黎為他安排各種公開演講的機會。

十月三十一日，雷神父在裏耳的地理學會大廳中做了動人的講演，十一月中他到羅馬。羅馬！這個讓他回憶無窮的地方，這是第二次了，未來的第三次，第四次，啊！更讓他陶醉！

這次他拜會了高狄樞機和畢雷地，在那裏為天津和我中國的近代公教初高級教會學校辯護。瓦內維建議只在這個題目上努力，不要旁涉其他。

十一月末，他在魯汶哲學院，講演了中國思想中神的意義。在安特普衛，在岡城也認識了許多朋友，人們願意聽他講演。十二月十日由巴贊安排，在巴黎學士院學會的支持下，他作了一次講演，雖然巴贊沒在那裏，但是成績非常令人滿意。高盧日報、閃光日報、斐加羅與宇宙報都有註釋與宣揚。大眾報一字不漏地將他的講詞完全刊出，愛國報也做了很長的特寫，人們完全被雷神父攫住了。這次在法國學士院的講演是成功的，整個大

廳都擠滿人，完全屏息靜聽，隨著雷神父的一言一動。該報紙最後表示，他非常難過，為什麼雷神父不能在每街每巷都作講演呢？如果能在一切反宗教，反神職人中講演，一定會使人拋棄成見，不但可以得到錢財，得到稱揚，並且能使人們明白福音，了解彼此，相親相愛。該報的稱揚仍有千言萬語，我們只想此一端，已經綽綽有余了！

他獲得無數人心，排除許多成見，使許多人都甘心為中國人祈禱、服務和工作，認為中國野蠻而無文化的成見也一掃而光。有些人天真地問他：「如果中國人都這樣好，神父，你在那邊做什麼呢？」雷神父很幹脆而生動地回答說：「使他們認識他們所不認識的耶穌！」

雷神父在歐洲的講演，是一反過去人們講演或寫信的方式。他從不說中國如何窮，人們如何壞，如何野蠻，沒有文明，因為這是違心之論，欺人之談。有人說，人們這樣做是為得到金錢，易做傳教工作。不對，目的並不能聖化手段。否則教會與那些為目的不擇手段的敗類思想，還有什麼分別呢？

雷神父的講演不止於此，他還談許多有關拳禍的故事，有關歐洲人無理取鬧欺人侮眾的故事。

【未完待續】

天主教歷史淺談

資料來源：梵蒂岡廣播電台

40 · 法國天主教徒與第三共和

【以下繼續上期內容】次年，一九〇二年，新總理埃米爾·孔布(EMILE COMBES)把先前制定的法律變成一條攻擊教會的法律。有誰會料想到這位原來準備晉升司鐸的修道生，搖身一變，成了政府首腦之後，竟兇猛地對待教會，把三萬所沒有向政府立案的教會學校關閉，而且除了幾個向海外傳教的修會之外，其餘的修會一律不准再向政府申請成立許可。最後，在一九〇四年，任何修會，即使政府認可的，都不准再從事教育工作。

到此，無數的男女修會團體都被打得落花流水，會士修女被迫關閉會院，他們或還俗、或流亡海外，生活沒有著落，年邁的會士修女被掃地出門，情況更是可憐。至於一般好教友，他們在政治、教育和軍隊中都被排斥，遭歧視，甚至列入黑名單，時常受監視。教友舉行宗教禮儀遊行時，常遇到暴力的攻擊，有時還造成人命傷亡。大街小巷凡是以教會聖人取名的，都被換掉，代之以共和國英

雄和科學家的名字。法國歷史中對教會和教會團體的歧視與打擊，到此達到頂點。

其實，法國與羅馬聖座在拿破崙即位後，便簽署了協定，規定教會在法國享有的權利和義務，如今，這項協定跑到哪裡去了呢？不僅如此，某些次要細微的問題竟導致法國在一九〇四年七月與梵蒂岡斷絕外交關係。從此，法國走向政教分離的局面。天主教徒雖然持著一百年前拿破崙與羅馬聖座簽署的協定，為教義和財務問題據理力爭，但某些主張政教分離的人卻企圖把那項簽定當作使國家不再具有基督信仰特徵的工具。

時候終於來到了，一九〇五年十二月九日法國政府頒佈政教分離法律，承認信仰自由，但是取消國家對宗教事務的預算；教會產業歸由教徒組織的文化社團。一八〇一年法國拿破崙與羅馬聖座簽署的協定被法國政府片面廢除，理由是簽約的另一方，即羅馬教宗，事先沒有獲得協商。

對法國政府這一連串的舉動，羅馬教宗庇護十世先於一九〇六年二月頒佈一道名叫"劇烈"(VEHEMENTER)的通諭加以譴責，又於同年八月禁止法國天主教友創立不尊重教會聖統體制的文化社團。教宗的譴責和禁令沒有發生什麼作用，法國天主教會被迫不得不放棄修院，神職人員的住宅，主教公署等等的，這些房地產都被充公，交給民間團體。當然，為了執行法律，一切都得秉公辦理，而事實上，為了不使緊張的局勢惡化，不少聖堂和神父住宅仍然繼續讓神父和教友使用。

【未完待續】



平安是福

醫藥小常識

教友 郭詠觀醫生 Dr. Jason Kwok
MBBS(HK) LMCC CCFP
歡迎電郵詢問
jasonkwok@rogers.com

軟組織損傷(三)

上上兩期和大家講解急性軟組織損傷，今期繼續和大家講解另一類軟組織損傷：過度使用損傷(Overuse injuries、又稱repetitive strain injury【RSI】、repetitive stress injuries、cumulative trauma disorder【CTD】、repetitive motion disorders等)，我們也稱『勞損』。

過度使用損傷的成因包括：

(一)長年累月重覆一些動作，令到就算是輕微的損傷在得不到完全的康復而繼續受到損傷；

(二)在不良或不正確的姿勢下做的動作；

(三)用笨拙或不自然的方式重覆或長時間做的動作；

(四)在肌肉和肌腱已疲勞的狀況仍繼續運動。

常見的軟組織過度使用損傷包括肌腱炎(Tendinitis)和滑囊炎(Bursitis)：

(一)肌腱炎：

肌腱炎是肌腱或腱鞘(tendon sheath：肌腱周圍雙層滑膜構成的長管形纖維組織，兩層之間有滑液)

受到刺激而發炎，通常是因一連串細小的張力令肌腱受損，症狀包括腫脹和疼痛，活動會令症狀惡化。職業游泳運動員及棒球、網球和高爾夫球等運動員容較易得到肩膀和手肘肌腱炎，足球和籃球運動員、跑步和有氧舞蹈運動員等則較容易得到膝和足踝關節肌腱炎。肌腱炎的治療方法是休息、讓受損和發炎的肌腱和腱鞘復原、服用非類固醇的消炎藥物(non-steroidal anti-inflammatory drugs；簡稱NSAIDs)、

在患處注射類固醇、接受物理治療和運動改善肌肉失衡和和提高靈活性，持續的發炎可為肌腱帶來嚴重的損害，可能需要接受手術治療。

(二)滑囊炎：

滑囊是囊袋狀結締組織，存在身體多處部位，包括肩膀、手肘、臀部、膝蓋和腳跟等，在其內充滿少量的黏性液體(滑液)，位於骨骼和軟組織之間，充當墊子減少磨擦。重覆的細小張力和過度使用會令滑囊發炎，很多患者同時患有肌腱炎和滑囊炎。滑囊炎的治療包括改變和減少會導致症狀的動作、服用非類固醇消炎藥物、伸展和鬆弛運動、配戴護托、按摩、物理治療等，若這些方法並不奏效，醫生會用針從滑囊內抽取滑液、並注射類固醇入滑囊內，通常類固醇注射能舒緩痛楚與腫脹。在某些情況下患者可能需要接受手術治療，包括：(一)滑囊受到細菌感染；(二)經常復發的滑囊炎。手術包括傳統的開刀手術或微創手術，視乎患者的實際情況。

過度使用損傷的預防：

(1)適當的熱身運動(warm up exercise：運動或鍛練前的準備運動)、伸展運動(stretching exercise)和

緩和運動(cool down exercise：運動或鍛練後的低強度動態運動)。

(2)避免會引起痛楚的活動。

(3)在活動之間有適量的休息。

(4)良好的人體工程和生物力學的效率：簡單來說，是在活動時施加最少壓力和張力在肌肉、骨骼和關節上，此外，必須保持在將疲勞減至最少的姿勢。

(5)留意身體發出的訊號，包括疲倦、壓力和張力、痠軟、疼痛等。

(6)維持肌肉強健和靈活。 ■

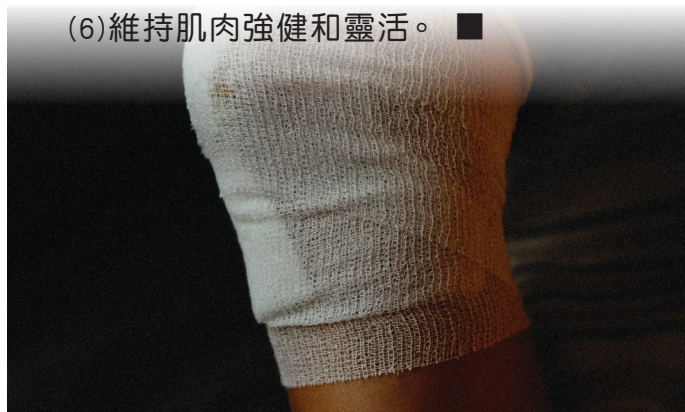


Photo by Alexey Demidov on Unsplash

《語橋·以主言與主言》之六十七-高夏芳修女靈修選摘

青山原不動

高夏芳修女

保細讀清代詩人袁枚的這首詩，覺得韻味無窮：

「雨過山洗容，
雲來山入夢；
雲雨自往來，
青山原不動。」

這詩平淡、清新，顯易中透露出高超的智慧，精深的人生哲理。雲雨及青山，變動與恆常，轉化莫測與屹立不搖，突發性與規律性；人就在其中尋求和諧。

主，人生在世數十載，漂泊在不常，流蕩在不定中，雖有其浪漫的輕盈之美，但也隱藏著徬徨不安。我們心底裏都嚮往恆常、穩定，尋求安全歸宿。誰能給我們這個定點？健康、財富、美貌、青春、魄力、幹勁、名譽、地位、事業、知識、成就，甚至友誼、親

情也不能完全滿足這個深切的需求。正如〈訓導篇〉的作者慨嘆人生「虛而又虛」，一切都是「追風」（訓1：14）。這定點、這完滿終究不能來自此地，只有在你，永恆的天主身上找到。

人要與天掛鉤，才可在地上自如地生活、發展、演變；要有一套紮根於天的價值觀，才不會隨波逐流，隨風擺柳；要有啟發於天的智慧，才可應付萬變；要有貫通天地的堅定信念及理想，才可光明磊落地、不怕艱辛地向前走；要在天上有個歸宿，才可找到最深、最真的平安、慰藉、溫馨、喜樂。主，你是我們的青山，我們的磐石。願與聖詠作者同聲讚頌：「上主，我的力量！我愛慕你。上主，你是我的磐石、我的保障、我的避難所；你是我的天主，我全心依靠你。」（詠18:2-3）



Photo by Karen Emley on Unsplash

愛的喜樂

—論家庭之愛

來源：天主教會臺灣地區主教團

【以下繼續上期內容】

在逾越的光照下同心祈禱

此外，歡樂的時刻、休息或慶節，甚至是性，都可以是分享更圓滿的復活生命的經驗。夫婦藉著各種日常活動營造「一個天主所照明的空間，在其中體驗復活之主隱而不彰的臨在。」

家庭祈禱是表達和鞏固逾越信仰的特殊方式。家庭每天可撥出數分鐘，一起來到生活的主面前，向祂訴說我們的憂慮，為家庭的需要祈禱，為正在面對困難的人轉禱，祈求祂幫助我們去愛，為生命和各種美好的事物感恩，祈求聖母以她慈母的外衣保護我們。只需幾句簡單的禱文，祈禱的時刻就可以為家庭帶來極大裨益。為許多家庭來說，各式各樣的敬禮神工是個靈修寶藏。家庭成員一起參與聖體聖事，尤其是主日感恩祭，可讓團體的祈禱生活達至高峰。耶穌在家庭的門口敲門，與他們分享聖體聖事的晚餐（參閱：默3:20）。在聖體聖事中，夫婦總是可以更新逾越盟約；這盟約使他們結合為一，也反映了天主與世人在十字架上訂立的盟約。聖體聖事是新約的聖事，實現了基督的救贖工程（參閱：路22:20）。由此可見，婚姻生活與聖體聖事有密切關係。聖體聖事的食糧給予力量和鼓舞，讓夫婦每天活出婚姻的盟約，成為「家庭教會」。

愛的靈修：專一與自由

在婚姻中，夫婦完全彼此相屬，承擔彼此扶持的挑戰和期望，渴望白首偕老，藉此表達對天主的忠信。這個堅定的抉擇是婚姻生活的特色，亦是「夫妻之愛的盟約內在的要求」，因為「誰無法下定決心永遠地愛，要真正地愛一天也很困難。」然而，如果這樣的忠誠只是出於對法律的盲從，將會失去靈修上的意義。這應是在心裡感到屬於對方，而只有天主能看透我們的心（參閱：

瑪5:28）。每朝起床時，夫婦應在天主面前重申對配偶忠誠的決定，不論當日遇上什麼事，也會忠於對方；每晚就寢時，應期待翌日起來繼續這個冒險旅程，對上主滿懷信賴。如此，夫婦成為對方靠近上主的工具，而且上主絕不會離棄我們：「看！我同你們天天在一起，直到今世的終結。」（瑪28:20）

當夫婦體會到不能占有對方，而且對方有個更重要的人——他唯一的主，這時夫婦之愛便達至最大的自由，獲得健康的自主空間。唯有天主才能擁有伴侶最個人和隱私的祕密，也唯有祂可占據其生活的中心。與此同時，靈修應合乎現實，其原則就是夫婦不要以為對方可完全滿足自己的需要。如潘霍華所述，靈修之旅幫助我們在面對另一個人時，能夠「除掉幻想」，不再從對方身上期望只有天主的愛能夠賦予的。這需要內在的割捨。夫婦應各自為他們與天主的關係，劃出一個專屬的空間，這不僅有助他們醫治共同生活所帶來的創傷，也使他們在天主的愛內找到生命的意義。我們應每天依靠聖神達到這種內心的自由。

關懷、安慰和激勵的靈修

「基督信仰的夫婦為彼此而言，且為他們的子女和親屬而言，是恩寵的合作者和信德的見證人。」天主呼召他們孕育和照顧生命。因此，家庭「總是最就近的醫院」。那麼，讓我們彼此關懷、互相支持和鼓勵，並把所有這些體驗視為家庭靈修的一部分。夫婦的生活是參與天主豐碩的工程，而且夫婦為對方而言，是聖神不斷提出的挑戰。天主的愛藉著夫婦之間的話語呈現出來，也就是「男女為表達夫婦之愛，所運用的真實和具體的話語。」

【未完待續】

**3月4, 5日教友奉獻收入 Donation as of 4th, 5th
March 2023**

Regular collection: \$5,810.65
Building Fund: \$4,624.55

Office

由2月24—3月31日開始，四旬期每星期五晚8時拜苦路，之後彌撒。

3月11日粵語長者告解，傳油日：10am告解，11am傳油。

3月18日粵語線上避靜，神師高夏芳修女。

3月25日國語避靜，神師盧天賜神父，避靜結束後，有國語長者告解，傳油。

3月20日--24日聽告解周，10am-12:00；3-5pm，黃昏彌撒。

2023年可移動的慶節日期：

在2月22日，我們將以聖灰禮儀和守齋，開始至神聖的四旬期。

在4月8日，我們慶祝主耶穌基督的神聖逾越節。

在5月21日，是主耶穌基督升天節。

在5月28日，是五旬節。

在6月11日，是基督聖體聖血節。

願一切崇敬和榮耀，歸於我們的主耶穌基督，至於無窮世之世。亞孟。

婚前輔導講座 Marriage Preparation Course

婚姻是聖事，亦是盟約，是終身的承諾。期望對這另一半及對婚姻與天主的關係加深瞭解嗎？堂區舉辦婚前輔導講座。

Marriage is a sacrament, also is a covenant, it is a life long promise. Discern our faith Commitment to God and Commitment to each other. Our parish offer a Marriage Preparation Course.

粵語(Cantonese): 2023年3月18日至4月29日
星期六早上9:00 - 下午1:00

地點: 聖堂區中心B1室

18 th, 25 th of March, 1 st, 15 th, 22 nd, 29 th of April (Saturdays)

國語(Mandarin): 2023年4月2日至5月7日

星期日晚上7:30 - 9:00, 採用視像方式 ZOOM
2 nd, 9 th, 16 th, 23 rd, 30 th of April and 7 th of May (Sundays)

2022年度的奉獻退稅收據

2022年度的奉獻退稅收據，教區已在2023年2月第一星期郵寄方式寄出，請大家留意查收。

哥倫布騎士會-中華殉道聖人屬會#15463

哥倫布騎士會-中華殉道聖人屬會#15463再發起『四旬期食物募捐』。將在3月25-26日各臺彌撒前後收集，募集回來食物，全部送予Good Shepherd Ministries，以支持其『露宿者之家』計劃。有關建議可接受的食物種類，請參閱張貼在大堂的海報。謝謝您們慷慨的支持，種善恩得善果。天主保佑！

鳴遠歌詠團招募

鳴遠歌詠團成立於2019年聖神降臨節，每個主日服務12點40國語彌撒。鳴遠歌詠團現開始招募新團員，歡迎愛好歌唱或者在音樂方面，有專長的兄弟姐妹加入歌詠團，一起在禮儀中用歌聲讚美天主。

聚會時間：每個星期天的中午12點在教堂209練歌，彌撒之後，下午2點到3點半在205練歌。有願意加入歌詠團的兄弟姐妹們，請在12:40彌撒之後到RM205，或聯系Cindy416-909-7822，謝謝。

粵語夫婦懇談周末營招募 (請見插頁廣告)

第二十五屆「粵語夫婦懇談周末營」將於七月二十一至二十三日舉行。夫婦融樂會邀請您和您的配偶參加。請從速報名。詳情在大堂的公告板上。夫婦融樂會會員在外面大堂提供報名表，並回答問題。

主日穿梭巴士服務

鑑於使用穿梭巴士服務參與11時彌撒的人數非常有限。為善用資源及愛護環境，從六月開始，聖堂只提供9時30分彌撒的穿梭巴士服務。此項服務的停車地點及時間表，請在諮詢處索取。

聖若望圖書館開放須知:

歡迎教友借閱，購買書籍及聖物，留在聖堂閱讀書籍。

時間: 星期六5時至6時 (星期日9時至12:30分)
使用須知:

- 1) 請教友配戴口罩，消毒雙手。
- 2) 為保持教友有足夠空間，在圖書館內逗留人數最多7人或2個家庭。

另：**圖書館需要招募義工**，有意者請到堂區辦事處或義賣攤位諮詢及報名。

EDGE & LIFE TEEN 青少年組2022-2023報名

EDGE and LIFE TEEN Youth Programs 2022-2023 Regis-

traction

能與主同行及偕友結伴一起渡過一個充滿活力和喜樂的教友生活是多麼幸福！請來加入EDGE & LIFE TEEN 青少組體驗這份生活-藉着以基督為中心的每週聚會，尋求屬靈的增長及與主更密切的關係。

EDGE/EDGE+: 第六至八班的初中生，包括七年級的堅振班

LIFE TEEN: 第九至十二班的高中生

聚會時間: 每星期天早上十時半至十二時半在鮑思高禮堂。每月首星期有青年彌撒及明供體 (11:00am -12:30 pm.)

報名: 請上網登記。

開課日期: 九月二十五日

報名費: \$40.00

讓你透過每週的活動積極活出基督徒的生活及服務，為主作証。你將會發現基督徒生活是何等的精彩！主佑 - 希望見到你來報名加入，並在今年九月開始結伴同行。

What a blessing to walk with God, journey with your peers and live a joyous dynamic Catholic life! Come and experience this through EDGE and LIFE TEEN Youth Ministries. These are Christ-centred weekly gatherings for youth who are seeking spiritual maturity and a deeper relationship with God.

EDGE/EDGE+: Gr. 6-8 youth in middle school, including Confirmation preparation for Gr. 7.

LIFE TEEN: Gr. 9-12 youth in high school.

Gathering Time: Every Sunday 10:30am -12:30pm @ CMCC Don Bosco Hall, except 1st Sunday with Youth Mass and Eucharistic Adoration 11:00am -12:30 pm.

Registration: On-line.

Class Start: 09.25.2022

Registration fee: \$40.00

Be a witness of Christ by your active life in Christian unity and services through participation in weekly gatherings. God bless and hope to see you soon. We'll be walking together this September.

主日學2022-2023年度招生 Sunday School new student registrations for 2022-2023

主日學現開始招收2022 - 2023年度學生，開學日期在9月11日，在疫情穩定下信仰培育課程會作實體上課，但如疫情有變動會改為網上培育，在聖神的帶領下小朋友在信任和友愛環境中去

體驗天主。

歡迎五至十一歲就讀幼兒高班至六年班的小朋友參加，有關表格可在堂區網站下載，請將報名表格在8月28日前交回堂區辦事處或電郵至 Bridget Hon。將就讀二年級準備初領聖體的小朋友需要參加初領聖體班整年的課程，並在交報名表時同時附上領洗紙，初領聖體禮儀會在來年聖體聖血節（或教區許可的時間）舉行，導師也會在開課前聯絡各家長。如有查詢請聯絡 Bridget Hon: 416-617-8486，或電郵: lshon@sympatico.ca

(I)主日實體上課時間：

幼兒班: 上午11:00 - 12:00

一至六年班: 上午9:30 - 10:30

初領聖體班: 9:30 - 10:45

(並一起參加11:00彌撒)

(II)主日網上課堂時間：

幼兒班至一年班: 10:00 - 11:00

二年班(初領聖體班): 上午9:30 - 10:45

三至六年班: 上午10:00 - 11:00

(主日網課時間或會稍作更改)

Sunday School will be accepting student registrations for 2022-2023. First day of school will be on Sept.11. We will have in-person lesson when the pandemic is stable. But if condition has changed, we will have online lessons to learn our Catholic faith and experience the presence of God in a warm and loving environment.

Children between ages 5 to 11 are welcome to join. The relevant registration form can be downloaded from church website. Submission can be returned to the church office or email to Bridget Hon before Aug. 28. For those who are in Grade 2 and are preparing to receive First Communion in the coming year, please also enclose your Baptismal Certificate when you submit the registration form. If you need further information, kindly contact Bridget Hon: 416-617-8486, email: lshon@sympatico.ca

(I) In-person lesson:

Kindergarten: 11 - 12:00 noon

Gr.1 - Gr.6: 9:30 - 10:30 am

Gr. 2 (First Communion class): 9:30 - 10:45
(Attend 11:00 Mass together)

(II) Sunday online schedules:

Kindergarten - Gr.1: 10:00 - 11:00

Grade 2 (First Communion class): 9:30 - 10:45 am

Grades 3 - 6: 10:00 - 10:45 am

(The above schedules may be subject to change)



粵語夫婦懇談週末營

日期： 2023 年七月廿一日 (星期五) 9:30am 至
七月廿三日 (星期日) 大約 4:00pm

July 21 (Friday) – July 23 (Sunday), 2023

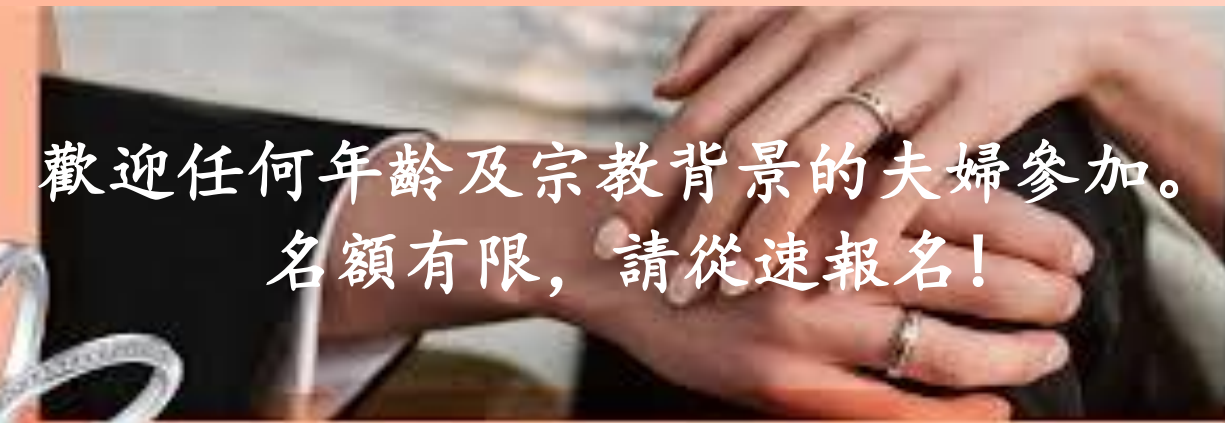
地點： The Valley of the Mother of God Retreat Center
953376 -7 Line E, Orangeville, Ontario L9W 2Z2

費用： 每對夫婦 CAD \$ 500
(包括兩人三天兩夜食宿，夫婦必須一起參加)

報名查詢請聯絡：ccmea.MEcamp@gmail.com

網上報名或下載表格：www.ccmea.ca

粵語「夫婦懇談週末營」是特別為那些願意使自己婚姻生活更完美的夫婦而設。藉著三天兩夜的活動，透過一個基於愛的溝通技巧，使夫婦兩人真誠地交談，增進彼此的關係，並建立更融洽和相愛的家庭。



歡迎任何年齡及宗教背景的夫婦參加。
名額有限，請從速報名！

慕道培育時間表 RCIA-RCIC Formation Schedule

語言	聚會時間	房間	查詢及報名	聯絡電郵、電話	開始日期
粵語	星期三晚:7:30-9:00	203, 209	請到堂區辦事處索取報名表格，填寫後交回辦事處或到堂區網頁下載表格，填寫所需資料交回辦事處	kittyhui88@yahoo.com Kitty(416)282-7699	2022年9月14日
粵語	星期四晚:7:30-9:00			mauriceng@yahoo.com Maurice(416)220-6898	現在招生中
粵語	星期六:4:15-5:45pm	203, 202		dordorfung@rogers.com Dorothy(416)669-5418	2022年9月10日
粵語	星期日:9:00-10:30am			fannylay@hotmail.com Fanny	全年招收 Virtual class
國語	星期日:2:00-3:30pm	203		Tmiao12345@gmail.com Tom Miao 905-470-5766	2022年9月12日
國語	星期日:2:00-3:30pm	B1		angela.wong829@icloud.com - Angela Wong	2022年3月20日
國語	星期二上午:10:00-11:30			堂區辦公室 905-294-1377 - 詹修女	現在招生中
國語	星期六上午:10:00-11:30			jyosephyan@gmail.com Joseph Yan 9052941377	全年招收 Virtual class
English	Wednesday:7:30-9:00pm		Contact Parish Office	eric.p.lo@mail.com Eric(905)305-1339	2022年9月7日 Virtual class

堂區資料 Church Information

主任司鐸
Pastor

鄧建衛神父 CSJB
Rev. Andrew Jianwei Deng
frdeng@chinesemartyrs.org
Cell : 416-418-7333
(週一-休假 Mon. off)

助理司鐸
Associate Pastors

甘立祖神父 CSJB
Rev. John Li Zu Gan
frjohnan@gmail.com
Cell : 647-990-0990
(週四-休假 Thu. off)

胡俊維神父 CSJB
Rev. Michael Hu
frmichaelhu@gmail.com
Cell : 437-218-3388
(週五-休假 Fri. off)

堂區修女
Sister

詹貴慧修女 O.P.
Sister Alberta Guihui Zhan
zhana1berta@163.com
(R:905-471-0743)
(週五-休假 Fri. off)

神父宿舍
Rectory

68 Chatelaine Drive
Markham, Ontario L3S 4T2
905-554-1398

「堂區通訊」
編輯組

cmcc@chinesemartyrs.org
(歡迎聯絡及投稿)

