

天主教中華殉道聖人堂
The Chinese Martyrs Catholic Church



常年期第三十三主日 | 二〇二三年十一月十九日
33rd Sunday in Ordinary Time | November 19th, 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.



「因為凡是有的，還要給他，叫他富裕；那沒有的，連他所有的，也要由他手中奪去。」 (瑪 25:30)

堂區通訊

<https://i.imgur.com/1qf5r6bN0.png>

十一月教宗祈禱意向
HOLY FATHER'S PRAYER
INTENTION

為教宗

For the Pope

為教宗祈禱，願他在聖神的助佑下，陪伴託付給他的羊群，履行其使命。

We pray for the Holy Father; as he fulfils his mission, may he continue to accompany the flock entrusted to him, with the help of the Holy Spirit.

本期導讀

與主共融	
世界窮人日文告	2
主日分享	
善用恩賜	9
信仰培育	
會祖傳(續)	10
天主教歷史淺談	
51. 歐洲傳教士再度前往東方傳教	11
平安是福	
健康與長壽(續)	12
高夏芳修女靈修選摘	
喜相逢-依撒伯爾	13
堂區訊息	
.....	14





教宗方濟各
2023 年世界窮人日文告
常年期第 33 主日
2023 年 11 月 19 日

「對一切窮人不要轉面不顧。」(多四 7)

1. 世界窮人日仍是天父慈悲的標誌，今年第七次在人生的旅途上，表達了對我們各團體的支持。這每年一次的集會逐漸地在教會的牧靈關懷中扎根，使我們一再重新發現福音的核心內容。儘管我們每日投身於接納窮人的服務，但仍然杯水車薪。貧窮如河流般湧進我們的城市，而且日漸擴大，甚至要暴漲似乎要淹沒我們，而向我們尋求幫助、支持和團結關懷的弟兄姊妹的哀號卻越來越大。為此，在這基督普世君王節的前一主日，我們聚集在祂餐桌的周圍，再次從祂那裡領受恩賜，以活出神貧與服務窮人的承諾。

「對一切窮人不要轉面不顧」(多四 7)。這句話幫助我們理解我們見證的本質。在舊約書卷中，多俾亞傳不太被人關注，卻是富於智慧和博得人的歡心，能幫助我們更加深刻地欣賞聖經作者所要傳遞給我們的訊息。我們首先看到一幅家庭場景：托彼特是一位父親，他擁抱兒子多俾亞，多俾亞正準備開始一趟遙遠的旅程。年邁的托彼特怕自己再也看不到兒子，所以將自己的「精神遺囑」留給他。托彼特曾經被流放到尼尼微，如今雙眼失明，因此是雙重地貧窮。然而，他始終保持著一個信念，而這個信念就是他名字所表達的：「上主永遠是我的美善」。作為一個敬畏天主的人和一位好父親，他想留給兒子的不僅是物質上的財富，更是對人生正途的見證。所以他向多俾亞說：「孩子！你要一生想念上主，不可隨意犯罪，違犯祂的誡命；你要一生行義，不可走邪僻的路。」(多四 5)

2. 我們可以立即看到，年邁的托彼特不僅要求他的兒子，要想到天主和在祈禱中呼求祂。他講的是具體的行動：做善工、行正義。他更明確地說：「你當用你的財產，救濟一切行義的人。施捨時，你的眼不可睥視。」(多四 7)

這位有智慧的長者所說的話讓我們深思。我們不要忘記，托彼特是在行了一件慈悲的善工之後，才失去視覺的。就如同他自己所說，他從年輕時就開始投身於愛德工作：「我托彼特一生歲月常遵循正義的路，時常大方賙濟與我一同被擄到亞述國尼尼微城的兄弟和同胞。〔……〕我把我的食物分送給飢餓的人，把我的衣服施捨給裸體的人；我若看見同族的屍體，被拋在尼尼微城牆外，我便一一埋葬。」(多一 3、17)

因他作了這愛德的見證，君王沒收了他的一切財富，使他一貧如洗。然而，上主還是需要托彼特；當他重新獲得官員的地位，他便勇敢地繼續他之前的生活方式。讓我們聽聽他的故事，因為這對我們今天的信友也有意義：「在我們的五旬節日，即七七節日，他們為我預備了盛筵，我便坐下準備進膳。在給我預備桌子，擺上豐盛的食品時，我對我的兒子說：『孩子！你去，在擄到尼尼微的同族兄弟中，尋找一個全心懷念上主的窮人，領他來與我們一同進膳。孩子，我等你回來』」(多二 1~2)。在這世界窮人日，如果托彼特對窮人的關懷也成為我們的關懷，那這句話就多麼有意義！如果我們在主的餐桌分享了主的聖體後，也邀請人來參與我們家裡主日的午餐，那麼，我們所慶祝的感恩祭將會真正成為一個共融的標誌。再者，在圍繞著上主的祭台時，如果我們都意識到我們是弟兄姊妹，那麼，當我們與那些有需要的人分享我們慶祝時的用餐，這種弟兄情誼會多麼明顯！

多俾亞按照他父親的囑咐做了，但他回來卻帶了一個壞消息：有個窮人被謀害、被棄屍於市集。年老的托彼特毫不猶豫地從餐桌前起來，去埋葬那個人。回到家，他筋疲力盡，就在院子裡睡著了；一些鳥糞從他頭上的牆上落到他眼裡，他就成了盲人(參閱：多二 1~10)。真是命運捉弄人：好人沒有好報！我們也會這樣想，但信德教我們要更有深度地思考。托彼特的失明將會成為他的力量，使他更能認出在他周邊各種各樣的貧窮。在預定的時刻，上主會恢復他的視力，也讓他再次快樂地見到他的兒子多俾亞。聖經記載，當那天來臨時：「他一看見自己的兒子，便撲到他的頸項上，流着淚對他說：『孩子，我眼中的光！我看見你了！』他又說：『天主是可讚美的！祂的大名應永遠受讚揚！眾聖天使也是可頌的！願祂的大名永遠受讚頌，因為祂懲罰了我，卻又憐憫了我，使我現在得見我的兒子多俾亞。』」(多十一 13~14)

3. 或許我們可以問，托彼特是從哪裡找到勇氣和內在的力量，讓他得以在外教人當中事奉天主，並且愛近人，甚至冒著生命的危險呢？托彼特的故事是非同小可的：忠誠的丈夫、關心人的父親、遠離自己的家鄉又受到不公義地對待、被君王迫害而且被近人惡待，最後被驅逐。即便他是這麼好的人，他仍然受到很多磨難。正如聖經常教導我們的：天主不會讓那些行善的人免受磨難。為什麼呢？這不是要我們受辱，而是要堅定我們對祂的信仰。

托彼特在受磨難時，發現自身的貧窮，這讓他能認出其他貧窮的人。他忠於天主的法律又遵守誡命，但對他而言，這還不足夠。他之所以能夠實際地關懷窮人，是因為他自己本身經歷過貧窮。他對多俾亞的建議因此成為他自己真實的精神遺囑：「對一切窮人不要轉面不顧」(多四 7)。簡而言之，每當我們與一個貧窮人相遇，我們不能轉移目光，因為那會阻礙我們看見主耶穌的面容。讓我們仔細思考托彼特的話：「一切窮人」。每一個人都是我們的近人，無論他們的膚色、社會地位、來自哪裡……。如果我自己是貧窮的人，我也會認辨出那些需要我幫助的弟兄姊妹。我們都被召叫去與每一個窮人和每一種形式的貧窮相遇，拋棄冷漠，以及那些我們為了維護虛幻的福利所找的藉口。

4. 我們生活在一個煽動不關心窮人需要的歷史性時代。唆使過富裕生活的聲音日漸上升，而在貧困中的人們卻被噤聲。凡是不符合青少年所追求的生活模式——而年紀最小的人則特別容易受到文化變革的影響——我們便很容易置之不顧。我們排除任何不舒服或造成痛苦的事情，卻將物質上的品質追求視為人生唯一的目標。虛擬現實凌駕真實的生活，而且越來越令人混淆。窮人們變成了圖片，只讓我們感動片刻，但當我們在街上遇見有血有肉的他們，我們就感到厭煩和視若無睹。我們每日的生活都是那麼匆忙，無法讓我們停下來關心別人。慈善的撒瑪黎雅人的比喻（參閱：路十 25~37）並不僅是歷史上的一個故事，它在今日也挑戰我們每一個人，將責任委託別人不難；惟請別人行愛德而捐款是慷慨大方的舉動；但每個基督徒的召叫，就必須要他親自投身其中。

5. 讓我們感謝上主有如此多的男女投身於照顧窮人和邊緣人；不同年齡層和社會階級的人都協助那些被排擠和受苦的人。他們不是超級英雄，而是我們每天都遇到的「隔壁鄰居」——安靜地讓自己在窮人中間成為窮人。他們不僅是捐獻，他們聆聽、交談、儘量理解困難的情況和原因，為能提

供適當的建議和正確的參考。他們不僅關懷物質上的需求，也在意精神上的需要；他們為每一個人的整體發展而努力。在他們慷慨而無私的服務中，天國便真正臨在而可見；這些人就如同種子一樣，落在生命中好的土壤裡，結出豐厚的果實（參閱：路八 4~15）。我們要向如此眾多的志工表示感激，在我們的祈禱中也祈求他們的見證能夠日益獲得更多的成果。

6. 今年是《和平於世》通諭頒布的 60 周年紀念，我們可以仔細聆聽教宗聖若望廿三世的訓導：「任何人都有他生命的權利、身體完整的權利，以及一切為獲得適當生活所必需應用方法的權利：這些方法中其主要者為衣、食、住、休息、醫藥治療，和其他一切社會福利。因此，人當疾病、殘廢、鰥寡、衰老、失業，或每當非由於他本人的過錯而缺乏必需的生存方法時，他都有權利獲得照顧。」（《和平於世》通諭，6）

為了實現這一切，我們還有許多任務要完成，也需要在政治和立法上作嚴肅且有效的承諾！儘管人力有限，在政治上有時亦因為忽視了公益服務的重要而導致缺失，但仍有如此眾多的公民因相信這個價值而主動地服務窮人。因此我們祈望，「精誠關懷」和「輔助性原則」則這兩個概念能夠在他們心中持續地發展。這意味著，我們需要呼籲，甚至催促公家機關能善盡他們的職責；然而，被動地等待所有一切都「從上」而來，也無濟於事。身處窮困中的人，也必須參與其中，而當他們負起自己的責任時，在這轉變過程中，也必須被人陪伴。

7. 我們必須再次聲明，除了上述貧窮的問題以外，不幸的是，還有一些新的貧窮形式。我特別想到那些被捲入戰爭的人民，尤其是兒童，他們平靜的童年和未來的尊嚴都被奪走了。這種情況，我們永遠都不能習以為常。讓我們作出所有的努力去締造和平，為使和平——復活主所給我們的禮物——成為正義和對話的果實，能藉此得以肯定。

我們也不能忘記那些在不同經濟產業中的種種投機行為，這些行為造成物價飆漲，令許多家庭更加匱乏。薪俸在很短的時間內就耗盡，導致人們的生活缺乏尊嚴。如果一個家庭被迫要在為解決三餐或得到醫療照顧作選擇，那麼，我們要以人類尊嚴之名發聲，每一個人都應賦有這兩種權利。

此外，要如何消除充斥著勞動界的倫理亂象呢？那些無論針對男女勞動者的不人道對待、不合理的薪資待遇、工作不穩定的困境，以及多少工作意外造成的死傷，往往來自雇主選擇貪小便宜而不提供安全工作環境的心

態……。我們要記住教宗聖若望保祿二世所說的：「工作價值的主要基礎是人本身。〔……〕人生來就得工作，並且被召要工作，可是工作是『為人』，不是人『為工作』」。」（《人的工作》通諭，6）

8. 上述的問題，本身就已震撼人心，然而，這也僅是我們日常生活中的一部分而已。我特別要提及一種貧窮形式，越來越明顯地影響年輕的一代。多少年輕人因一種令他們覺得自己是「一無所用」和「魯蛇」（loser）的文化而失望，所以感覺到沮喪，甚至輕生。讓我們幫助他們對抗這些有害的風氣，好使他們每一個人找到方法，建立有自信和慷慨的人格。

每當我們談到窮人，我們很容易陷於空談。停留在統計和數據上，這也是另一種不易察覺的誘惑。窮人是人，他們有面容、故事、內心和靈魂；他們是我們的弟兄姊妹，像所有的人一樣，有優點也有缺點，與他們每一個人建立良好關係是至關重要的。

多俾亞傳教導我們，關懷窮人和為窮人做事，要採取實際行動。這事關正義，要求我們所有的人去互相尋找對方和彼此相遇，好使一個群體找到能認同自己所需要的人並和諧共處。關心窮人，不僅是要急於施捨而疲於奔命，而是要重新建立那人與人之間、被貧窮損害的正義關係。如此，「對一切窮人不要轉面不顧」會引領我們獲享慈悲和愛德的益處，使我們的整個基督徒生命富有意義和價值。

9. 願我們為窮人的關懷始終保持著福音的現實面。我們的分享應該滿足他人具體的需要，而不僅是幫自己處理掉過多的物資。由此可見，我們需要在聖神的帶領下作分辨，而要辨明的，是我們弟兄姊妹們真實的需要，不是我們個人的希望和理想。窮人所需要的，其實就是我們的人性、我們一顆開放去愛人的心。讓我們永遠不要忘記：「我們蒙召在窮人內找到基督，聲援他們的請願，而且成為他們的朋友，聆聽他們，為他們發言，為擁抱奧妙的智慧，這智慧是天主願意藉著他們與我們分享的」（《福音的喜樂》勸諭，198）。我們的信仰教導我們，每一個窮人都是天主的兒女，而基督臨在於他們中間：「凡你們對我這些最小兄弟中的一個所做的，就是對我做的。」（瑪廿五 40）

10. 今年是聖女小德蘭的 150 周年誕辰紀念。她在自傳中這樣說：「我現在明白了，完美的愛德在於接受他人的缺點，不因他人的軟弱而覺得驚訝，在我們眼前最微小的行動上實踐美德而有所成長。但最重要的，我明白到

愛德必定不能鎖在自己心中的深處：耶穌說：『人點燈，並不是放在斗底下，而是放在燈台上，照耀屋中所有的人』（瑪五 15）。對我來說，這盞燈就代表愛德，必須給予光明和喜樂，但不只是那些對我來說最親愛的人，而是在家裡所有的人，無一例外。』（手稿 C，12r^o，《小德蘭全集》，羅馬，1997，247 頁）

這個世界就是我們的家，每一個人都有權利經驗愛德的光照；沒有人應該被剝奪這權利。願聖女小德蘭堅定不移的愛德在這世界窮人日啟發我們的心，幫助我們「對一切窮人不要轉面不顧」，並幫助我們的目光注視吾主耶穌基督真神和真人的面容。

教宗方濟各

羅馬，拉特朗聖若望大殿

2023 年 6 月 13 日，貧窮人主保——帕多瓦聖安多尼紀念日

（天主教會臺灣地區主教團 恭譯）

2023 Advent/Christmas Schedule 將臨期及聖誕期時間表

Dec.9 th Saturday 12月9日 星期六	Mandarin Retreat 10:00 am – 3:00 pm 將臨期國語避靜 *避靜候接著舉行長者傅油聖事*	Spiritual Director : Rev. Stephen Lu Venue : CMCC Don Bosco Hall 神師 : 盧天賜神父 主題 : 【回家的路程】 地點 : 鮑思高禮堂 及 線上 Zoom 同時進行
Dec.16 th Saturday 12月16日 星期六	Cantonese Retreat 10:00 am – 3:00 pm 將臨期粵語避靜 *避靜候接著舉行長者傅油聖事*	Spiritual Director : Rev. Long Venue : CMCC Don Bosco Hall 神師 : 龍國雄神父 主題 : 【為什麼聖子要誕生世上】 地點 : 鮑思高禮堂 及 線上 Zoom 同時進行
Dec. 18-22 12月18-22日	Reconciliation 將臨期堂區告解	Monday to Friday 星期一至星期五 10:00 am - 12:00 pm / 3:00 pm – 5:00 pm One hour before evening Mass Mon/Wed/Friday : 7:00 pm – 7:45 pm Tue/Thursday : 6:15 pm – 7:15 pm 黃昏彌撒前 1 小時 星期一, 三, 五 : 7:00 pm – 7:45 pm 星期二, 四 : 6:15 pm – 7:15 pm
Dec.24 th Sunday 12月24日 星期日	Vigil of the Nativity (Christmas Eve) English Mass: 7:30 pm Cantonese Mass: 9:30 pm Midnight Mass: 12:00 am *4pm and 8pm Sunday Mass is cancelled*	聖誕平安夜彌撒 英語彌撒: 7:30 pm 粵語彌撒: 9:30 pm 子夜彌撒: 12:00 am (國粵語) *當天4pm及8pm主日彌撒取消*
Dec.25 th Monday 12月25日 星期一	The Nativity of the Lord (Christmas Day) Same as Sunday Mass schedule (8am Mass is cancelled)	聖誕節彌撒 與主日彌撒相同 (早上8:00彌撒取消)
Dec.31st Sunday 12月31日 星期日	The Solemnity of Mary, the Holy Mother of God Vigil Mass: 8:00 pm *4pm and 8pm Sunday Mass is cancelled*	天主之母聖母瑪利亞 守夜彌撒: 8:00 pm (神父共祭) *當天4pm及8pm主日彌撒取消* (注意: 跨年倒數活動取消)
Jan.1 st , 2024 Monday 1月1日 星期一	The Solemnity of Mary, the Holy Mother of God Same as Sunday Mass schedule (8am Mass is cancelled)	天主之母聖母瑪利亞彌撒 與主日彌撒相同 (早上8:00彌撒取消)

Updated: Nov.9th, 2023

常年期第三十三主日

讀經一： 箴言31:10-13,19-20,30-31
讀經二： 得前5:1-6
福音： 瑪25:14-30

33rd Sunday in Ordinary Time

FirstReading: Prv 31:10-13,19-20,30-31
SecondReading: 1Thes 5:1-6
Gospel: Mt 25:14-30

善用恩賜

吳智勳神父
天主教輔仁聖博敏神學院禮儀研究中心

默想

今天讀的福音是瑪竇福音中有關天國比喻的最後一個，我們要知道不同的比喻是從不同角度講論天國，而比喻之間是互相補充的。耶穌曾講過天國好比人撒種，種子如何發芽生長，他卻不知道，這強調天主救恩的能力，但不要結論；人對此恩賜，甚麼也不需要。今日的比喻便明言：天國雖是天主的恩賜，但要人努力去回應；金幣的比喻強調天國的恩賜並非不勞而獲，它要求人積極地參與建設天國。

這段福音的背景是耶穌進入耶路撒冷，對當權者講話，叫他們不要自恃是天主的選民，自以為緊守法律便足以獲得救恩。他們握著知識的寶庫，更是天主聖言的保管者。這份財本可使很多人受益，但他們沒好好利用，反而使天賜的財富，埋藏在眾多法規和先人的傳統裡。他們使別人受害，更害到自己失去這份財富。

金幣的原文是Talent，也譯作「塔冷通」，是用作衡量貴重物品重量的單位。在當時，一個月工作也不能賺取一個。比喻中，Talent有才能之意，但主要含意並非指不要埋沒才能，而是指天主予人不同的恩寵與才能，要人去建設天國，使世界多

一份愛心，使社會多一分溫暖。領受才能愈多的人，對建設天國的責任愈大。

每人就其所受的恩寵去拓展天國，沒有人在天國的建立上是完全沒用處的。天主按我們的能力與處境作出要求。天主不會要求老人家去教授聖經、去探訪病人，卻會要求他們與兒孫有良好關係，忍耐、少發牢騷和體諒年輕人，做個快樂的老人。天主要求中年人減少野心及對名利的追求，多重視與家人共聚。對年輕人則不會要求每天數小時祈禱、做善工，卻要求他們尊敬長輩，不要無所事事，要求節約，節制各式各樣的慾念，少講論別人長短等等。由此可知，凡在生活中能讓人看出基督徒價值的，就是在參與建設天國。

比喻中提到僕人賺取了多一倍的金幣，但主人並沒有取回或與他對分，而是要他管更多的事，使我們知道不可在建設崗位上停下來，說已經做夠了，這正是「凡有的還要給他」之意。建設天國的果實，不能用數目計算。比喻中賺五個和賺兩個的金所得到的讚賞，並沒有分別，因為天國的財富並非以數目衡量。

這比喻有助我們作出常年期的總結，讓我們反省一下在實際生活中，天主賞賜自己的恩寵，並反省自己如何利用天主的恩寵與才能。一年中天主使我們的知識增加了，技能純熟了，經驗豐富了。我們曾利用這些

恩賜為主作了些甚麼？在這禮儀年中，差不多讀完了整部瑪竇福音，我們得著了甚麼？最深感受是甚麼？抑或早已忘記得一乾二淨？若是如此，我們就像比喻中第三個僕人，把天主的聖言埋在地下了。在為主建設天國上，我們可以自問：我曾為天主做了甚麼？現在能為天主做些甚麼？將來又能為天主做些甚麼？

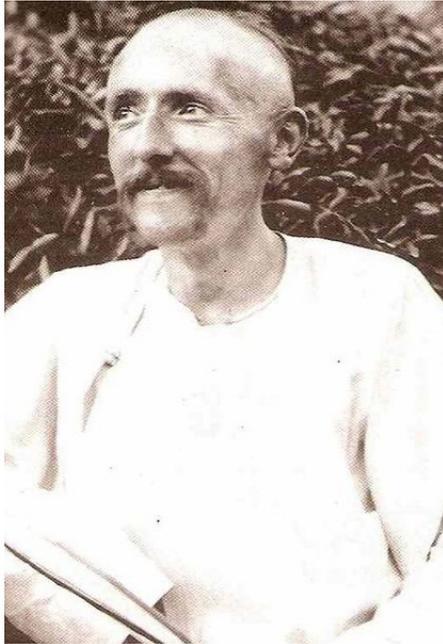
反省與實踐

1. 請問天主給了你什麼恩賜與才能？你要如何在實際生活中運用？
2. 在這禮儀年中，你得著了哪些恩寵？你可以向週遭的朋友分享你的心得嗎？ ■

會祖傳

耀漢小兄弟會 雷鳴遠神父

作者：趙雅博



傷心史

【以下繼續上期內容】既然需要絕對的死亡，好，我更愛使它美麗而毫無遲疑。既然我的罪過迫使天主打擊到靈魂的最深處，那我也願意奉獻給他一個絕對的犧牲，我毫無反悔，恐怕我遭受比淵還深的痛苦……要感動天父的心！如果天主因為我還不夠純潔，而不願由我的傳教，挽救我那天津可愛的弟兄們，使他們的靈魂獲救，或者我這份全燔之祭要使他感動。他要給他們派遣適當的神父，而使他們得到救贖。

我的哥哥，我只寫信給您和楊儒望神父！

請您在我主耶穌基督內可愛的同工兄弟們前，做我的傳

譯人吧！我們的關繫超過了肉體上的弟兄。請求他們寬恕我，代替我請求他們，一切工作都是為使外教人回頭以及天津教區的發揚。

我感到煉獄開始了……但是天主是和我們在一起的，是為祂我們才作戰，才受苦，願我們日日為祂死亡……

天主萬萬歲！我寬恕所有的人，如同我要求天主寬恕我一樣。我信誓旦旦，要耗盡我最後的一滴血，出盡我最後的一口氣，來為挽救中國工作……無論人們讓我這樣，或者不讓我這樣！

哥哥，您還不知道我在此刻，所經痛苦摺磨的深淵如何深遠……但是此地教友沒有一個人看見……請為我祈求！

在現世我們還能再見嗎？如果天主賞給我們勝利！……

願天主在自己的聖愛中保護我們……我們相離併不相忘；我們在吾主的祭臺前相匯合！”

苦愁行

傷心史的後面，自然就是苦愁行了！

三月二十六日苦難主日，對雷神父真是名副其實的。一夜的傷心，仍然使他決定不告訴任何人，便直接服從長上的命令，這種痛苦如何使人蠱測呢？

早上雷神父做了彌撒，也給教友們講了耶穌苦難的道理。在道理中，雷神父禁不住

痛哭起來，教友們不明白為什麼，然而雷神父自己心裏有數。今天要開全縣大會，驚天動地的大事就要出現了。然而今天的大會沒有辦法開成了，想想靈魂，想想事業，縱使鐵石心腸也要哭得淚下沾襟啊！

彌撒完了雷神父叫過何先生，叫他預備車子，同他一起出門。

“上哪兒去，今天不是開會嗎？”

“您不用管，跟著我走好了！”

何先生人很聰明，知道一定有事，但是又沒有辦法問出來，只好跟著雷神父一起走了。

雷神父願意從桑園嚮南走，這是天津最南的出口，離慶雲最近的車站。路上經過一個本堂，神父正預備動身，前往何家莊開會，見了雷神父，驚奇地問：“今天不是開會嗎？”“……！”雷神父告訴我們說：“我不敢說話，心中真難受，是告訴他呢，還是不告訴他呢？不告訴他吧，多年的老朋友，臨別連句話也沒有，真是過意不去。說吧！全縣必要造反了。”我始終沒有告訴他，只是說了一句：“到那邊去，等會兒就回來。”

何先生還是不懂，他又問說：“神父您到底上哪兒去？”“妳不用管，只管跟我走吧！”

【未完待續】

天主教歷史淺談

資料來源：梵蒂岡廣播電台

51 · 歐洲傳教士再度前往東方傳教

天主教歐洲傳教士第一次前往東方傳播福音始於十六世紀初年，以耶穌會首批會士聖方濟各·沙勿略為首。此後大約兩百年間，教會在印度、中南半島、中國、日本、朝鮮等地披荊斬棘，努力拓展基督的神國。由於文化背景的差異，宗教思想的不同，傳教方法經常不容易被地方人民所接受，以及歐洲國家政府時而干預傳教工作，還有歐洲各國本身發生政治變化，致使傳教工作逐一停頓。

十九世紀初年，歐洲人開始大量向外移民之際，傳教士們也再度試著前往東方傳教。到東方之路首先接觸到的國家便是印度。這個據說是聖多默宗徒曾經傳教過的南亞德干半島，至少在第五世紀已有基督信徒存在。第十六世紀上半葉西班牙耶穌會士方濟各·沙勿略率先抵達印度傳教。他幾乎在一種莫名其妙的狀況下，使許多印度南部沿海地區的居

民歸依了基督。後來由於葡萄牙政府強迫印度基督信徒接受羅馬拉丁禮節，以及事後引起的禮儀之爭，再加以歐洲天主教國家的沒落，印度的傳教工作終告停頓。

十九世紀初年，歐洲傳教士再度踏上印度本土後，昔日的保教權利禮儀問題又重新引發。

這個時期控制印度的英國主張誓反教和天主教的傳教士自由傳教，而印度的種性階級制度也傾向於讓基督信徒建立自己的村莊，使他們聚居在一起，不和印度教徒來往，也不鼓勵培養本地籍的神職人員。

為了設法傳教，誓反教和天主教都在印度爭相開辦學校，吸收任何宗教信仰的學生。天主教耶穌會於一八四七年在當地開設專收印度人的修會初學院，也在錫蘭島中部大城康提（KANDY）建立一所培育全印度神職人員的修院。

正當歐洲傳教士再度前往印度傳教，開辦學校、修會會院初學院和修院之際，在中國的基督信徒，神職人員和外籍傳教士正在受種種壓迫。當時的滿清政府不許外國商人和傳教士在中國境內活動，國內的教會從十八世紀末葉已經開始遭到政府的殘酷迫害，教會人士和教友被視為政權穩定的障礙，一如製造動亂的白蓮教徒和閩老教徒一樣。這樣的迫害延綿幾十年……

【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

健康與長壽：藍色區域的啟示(五)

上四期和大家探討探險家及國家地理雜誌研究員丹·布特尼(Dan Buettner)發現全球活得最長和最健康的五個地方，將它們稱為『藍色區域』(blue zones)，並發現所有生活在『藍色區域』的人都享有他們稱為『有效九法』(Power 9)的生活習慣，這『有效九法』是否能讓人活得更長壽和健康呢？上一期仔細探討第一法常做運動、第二法生活目標、第三法放鬆減壓和第四法只吃八分飽，今期繼續：

(5)以植物為主食(Plant slant)：

生活在藍色區域的人所吃的食物大致一致，都是以植物為主，包括水果、蔬菜和全穀類，蛋白質的來源也是以植物為主，包括豆類(legumes、peas和beans)、堅果和種子、海產、禽鳥的肉、瘦肉、低脂奶類產品和不飽和脂肪(例如橄欖油)等。有研究顯示在均衡營養的基礎下，以植物為主的飲食模式與降低患上冠心病、二型糖尿病和某些癌病、及因所有病因而死亡的風險是有關連的。有人以為長期吃素更健康，不過，長期素食者會缺乏某些營養素，包括：維他命B12、維他命D、肌酸(Creatine)、肌肽(Carnosine)、二十二碳六烯酸(Docosahexaenoic Acid，簡稱DHA)、血紅素鐵(Heme iron)、牛磺酸(Taurine)等，所以，可能需要服食所需的補充劑。綜合多方面的研究報告，為了達到最理想的健康狀況，在攝取蛋白質方面，應盡量少吃加工肉類，多吃植物性蛋白質，但需吃來自動物的蛋白質，包括草飼肉(有別於穀飼肉)、魚肉、雞肉、雞蛋和奶類食品等。由於植物蛋白質的食物來源不能提供足夠所有必需氨基酸

(essential amino acids)，所以素食者應吃多種不同種類的素食，確保能攝取足夠份量的所有必需氨基酸；至於吃肉的人，應進食比例平均的動物性和植物性食物。

(6)適量喝酒：

與丹·布特尼所提倡的相反，現今的科學研究顯示，『適量』喝酒並不會令人更長壽，根據在2016年於『酒精和藥物研究醫學期刊』(the Journal of Studies on Alcohol and Drugs)發表的一份系統綜述(systematic review)和統合分析(meta-analysis)的研究報告，『適量』喝酒並不能降低死亡率，他們看似比完全不喝酒的人更健康，只是因為在很多研究裡不喝酒的人是因為患有健康的問題而被逼不喝酒而已。此外，和一些流行的說法相反，與其他酒類相比，葡萄酒並不會帶來不同的死亡率。其實，在2016年於『癮癖』醫學期刊(Addiction)發表、由紐西蘭奧塔戈大學(University of Otago)的研究團隊所做的一份研究報告，再次證實喝酒與七種癌病有直接的關連，包括口咽癌、喉癌、食道癌、肝癌、大腸癌、直腸癌及女性乳癌，所以很多專家和醫生都建議，沒有喝酒嗜好的人，不要為了要得到喝酒的益處而開始喝酒，至於嗜好喝酒的人，則要有節制，防止患上因喝酒帶來的不良反應和疾病。『加拿大物質使用及成癮中心』(Canadian Centre on Substance Use and Addiction)在2023年發出最新的喝酒指引，為預防酒精對自己和別人的不良影響，每周只可喝一至二『杯』(standard drink)含酒精的飲品。



《遇之妙：福音中與耶穌相遇的人物》之二/6-高夏芳修女靈修選摘

喜相逢 - 依撒伯爾

高夏芳修女

【以下繼續上期內容】依撒伯爾不但歌頌瑪利亞有福，她自己也覺得福分不淺：「吾主的母親駕臨我這裏，這是我那裏得來的呢？」她受寵若驚，感到榮幸至極。她的話令人聯想到舊約的一個事蹟：當達味建立耶路撒冷，並將之定為首都後，想將天主的約櫃移入該城，在路上，他帶領著以色列民興高采烈地擊鼓彈琴，唱歌跳舞，他對約櫃充滿敬畏之情，心想：「上主的約櫃如何能進入我那裏？」（撒下6:9）深感自己及以色列民不堪當供迎約櫃，又喜樂，又覺得不配，覺得難以置信。

現在依撒伯爾相迎的不是一個人做的，用木製成的約櫃，而是天主子的活生生居所，是「吾主的母親」。如同達味，依撒伯爾也覺得自己不配，覺得這福分很特殊，不可思議。她的這一句話，也使她成為第一個信仰宣證者。在耶穌還未出世，還隱藏在母胎時，這位婦女便認出他的臨在，察覺到天主已寓居於人間，且深信在她面前的年輕女子瑪利亞，她的表親，已有一個新的身分，已成為「主的母親」。這兩位婦女心有靈犀一點通，每人都悟出天主在對方所作的奇妙事蹟，分享對方的福樂，並一起被捲入天主深不可測的救恩計劃中。

依撒伯爾也知道，不單是天主在瑪利亞

身上「施展了大能」（路1:51）施，「行了大事」（路1:49），他也在瑪利亞身上找到了一個完美的合作者。她讚揚瑪利亞的信德，她的謙信委順，接受主命；她的全情投入，忠誠實踐主旨。依撒伯爾所說：「那信了由上主傳於她的話必要完成的，是有福的」，發揮了瑪利亞在天使報喜時的回應：「看！上主的婢女，願照你的話成就於我吧」（路1:38），令瑪利亞的態度更顯得突出，可圈可點，值得欣賞讚頌，值得效法。

依撒伯爾的這句話也是福音中的第一句「真福」，提前了後來耶穌在山中聖訓中宣讀的天國真福，宣稱神貧者、心靈純潔者、憐憫人者、締造和平者、為義而受迫害者……為真福（瑪5:3-11）。現在依撒伯爾在這喜樂感動的氣氛中宣稱一切相信天主之言的人為有福。在這有福之人中，第一個就是在她面前的瑪利亞，當然她自己也可被列入其中。

這兩位婦女的喜相逢，透過路加的描繪，傳流於後世，成為真摯友誼的最高寫照，不需多言，一切含蓄平淡，但彼此能深深契請，透徹對方的思想、感受、情懷，一同認福、享福、惜福，一同歌頌天主的奇妙。■

**11月11日,12日教友奉獻收入 Donation as of
11th,12th November 2023**

Regular: \$7,700.00
All Souls: \$3,645.000

Office

十一月是煉靈月，請大家用心參與彌撒聖祭，勤祈禱，為眾煉靈祈禱，及世界和平祈禱。現已開始收煉靈彌撒獻儀。

國語協進會2023年聖誕慶祝晚會

寒冬臘月，聖誕悄然而至，國語協進會特此邀請各兄弟姐妹一起來赴這喜樂的聖誕晚宴之約。請帶上您的親朋好友，帶上您的節日祝福，一起共度美好佳節吧！

晚會時間：2023年12月10日（周日）5:30-8:30pm

地點：CMCC鮑思高禮堂

票價：\$25（大小同價，4歲以下兒童免票無座）

售票時間：2023年11月5日—11月19日（善會購票：請在國語協進會群統一登記）2023年11月19日—12月3日（公開售票：國語主日彌撒前後在教堂大堂）

查詢電話：416-786-8688

注意：請自備餐具。

伴您行癌症病人關顧小組舉辦《耳水不平衡》網上專題講座

主講嘉賓：郭詠觀醫生

日期：11月25日(星期六)

時間：2:00pm-3:30pm

費用全免，需預先登記

查詢：1-888-747-6335

電郵：cmcccancersupport@gmail.com

網址：www.walkingwithyou.org

兒童青少年彌撒 Children Mass

從2023年11月至2024年6月，每個月第一個星期天11am 將舉行兒童彌撒，彌撒用英粵語進行，歡迎所有青少兒童們參加。

From November 5, 2023 until June 2024, monthly children and youth mass will be celebrated on first Sunday of Month, at 11am, immediately following the mass; we'd like to invite all parishioners to proceed with us to the basement for Eucharistic Adoration.

主日茶座

本主日有提供茶座，請大家支持。

嬰兒領洗

每個月最後一個星期天5:20pm舉行嬰兒領洗，請家長提前報名登記，登記錶可在堂區網站下載或至聖堂諮詢處索取

聖安多尼會

祈禱聚會：為世界和平，患病者，家人親友，眾靈魂祈禱

時間：每月第三個星期六早上彌撒後至十二時

地點：CMCC B1 室

主恩歌詠團 Grace of God Choir (8:00am)

現開始招募琴師和團員，我們歌詠團服務於每個主日早上8:00粵語彌撒。歡迎對唱歌及音樂有興趣和熱誠的弟兄姊妹，加入歌詠團一起在禮儀中用歌聲讚美天主。

練歌時間：每個星期日，早上9:00到10:30，有意加入歌詠團的弟兄姊妹，請在早上8:00彌撒之後到歌詠團聯絡我們的團員。

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。

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 EDGE and LIFE TEEN Youth Programs

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。每月首星期天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: 待定

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: TBD

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2023-2024年度招生 Sunday School new registration

主日學現開始招收2023-2024年度學生,開學日期在9月10日主日上課。宗旨是在聖神的帶領下培育小朋友的信仰,在信任和友愛環境中去體驗天主,並與家庭一起參加11:00感恩祭。

歡迎五至十一歲就讀幼兒高班至六年班的小朋友參加,有關錶格可在堂區網站下載,請將報名錶格在8月27日前交回堂區辦事處或電郵給BridgetHon,。將就讀二年級及準備初領聖體的小朋友需要參加初領聖體班整年的課程(請注意這班有專用的

錶格填寫),並在交回報名錶時附上領洗紙,每班導師會在開課前聯絡各家長,學年的登記費用為\$30.00。

如有查詢,請聯絡BridgetHon:416-617-8486或電郵:lshon@sympatico.ca

主日上課時間:

幼兒班:上午11:00 - 12:00(地點:二樓209室)

其他各班在主日上午9:30 - 10:30

*二年班(初領聖體班):9:30 - 10:45

上課地點:

一年班:204室;

二年班初領聖體班:B1地庫;

三及四年班:209室;

五及六年班:B2地庫

Sunday School will be accepting student registrations for 2023 - 2024. First day of school will be on Sept.10 Sunday. The purpose is to teach our Catholic faith and to experience the presence of God in a warm and loving environment. We will attend 11:00 Mass with the kids' families. Children between ages 5 to 11 are welcome to join. The relevant registration form can be downloaded from church website. Please note that First Communion class has another registration form. Submission can be made through the church office or email to Bridget Hon before Aug. 27. 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. Our class teacher will contact you before school start. Registration fee is \$30.00. If you need further information, please contact Bridget Hon: 416-617-8486, or email: lshon@sympatico.ca
Time schedule:

Kindergarten: 11:00 - 12:00 noon (Room 209 2/F)

Other classes : 9:30 - 10:30 am

Gr. 2 (First Communion class) : 9:30 - 10:45

Venue :

Gr. 1 : Room 204 ;

Gr. 2 (First Communion class) : B1 on basement

Gr. 3 - 4 : Room 209 ;

Gr. 5 - 6 : B2 on Basement.

國粵語成人堅振班

有成年人還未領受堅振者,可以到堂區辦公室報

名登記，或致電905-294-1377

國語兒童初領聖體班

報名資格：七歲以上，已領洗之兒童
上課時間是每主日下午兩點半至三點半，用英語授課。

請家長到聖堂諮詢處填寫報名表或堂區網站下載，并交到堂區辦公室。出於對疫情並沒有結束的考量，初領聖體班採取網上授課的方式。請家長報名的時候記得簽署網課同意書。若有任何詢問請致電：詹修女 905-294-1377

國語兒童慕道班

國語兒童慕道班，4歲以上的未領洗的孩子可以報名登記，授課用國語和英語。報名錶格：請在堂區

網站下載或諮詢處領取。

若有任何詢問請致電：詹修女 905-294-1377

成人慕道及兒童慕道 RCIA & RCIC

凡有意認識天主教信仰或加入天主教的朋友及四歲以上的子女，歡迎參加本堂所設的慕道聚會，有意的朋友可按需要選擇方便參與的組別，領洗日期則視乎個人參與情況及進度而定。粵語、國語、英語不同組別的慕道聚會資料及報名錶格可嚮堂區辦事處索取或以下網址下載：

https://bit.ly/cmccRegForm_en

People want to know more about Catholicism and they are encouraged to bring their kids over 4 years old to join a RCIA group. They can apply for Baptism on Easter or the Parish Feast Day if their progress is ready. Information and

Christmas Broadway 騎士聖誕聯歡

百老匯

十二月九日星期六
7:00pm - 9:30pm

鮑斯高禮堂

\$25, 首一百名長者免費

購票：聖堂大堂，售完即止

十一月十一日 6:00pm 及

十二月九日 9:30am 彌撒前後

***** 當晚請自備餐具 *****



主愛的人在世享
平安



哥倫布騎士會中華殉道聖人(15463)屬會主辦

北区华人圣若翰堂圣诞新年弥撒时间:

Date	Event	Time
Dec.24, 2023 星期天 Sunday	圣诞子夜弥撒 Vigil of the Nativity (Christmas Eve)	6:30 pm
Dec.25, 2023 星期一 Monday	The Nativity of The Lord (Christmas Day)	6:30 pm
Dec.31, 2023 Sunday	天主之母前夕彌撒 The Solemnity of Mary, The Holy Mother of God Vigil Mass	6:30pm
Jan.1, 2024 Monday	The Solemnity of Mary, The Holy Mother of God	6:30pm



中華殉道聖人堂
聖安多尼之友會

祈禱聚會
為世界和平

為病患者，
為靈魂，

為親友祈禱，
聖安多尼，有求必應。

每月第三個星期六
早上彌撒 後至十二時。

歡迎各位教友來
CMCC B1 室齊齊祈禱

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	202, 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	kittychui88@yahoo.com 416-282-7699 Kitty	2023年9月13日
粵語	星期四晚:7:30-9:00			mauriceng@yahoo.com 416-220-6898 Maurice	現在招生中
粵語	星期六:4:15-5:45pm	203, 202		dordorfung@rogers.com 416-669-5418 Dorothy	2023年9月9日
粵語	星期日:9:00-10:30am			fannylay@hotmail.com Fanny	全年招收
國語	星期日:2:00-3:30pm	202		Tmiao12345@gmail.com 905-470-5766 Tom Miao	現在招生中
國語	星期日:2:00-3:30pm	B1		angela.wong829@icloud.com - Angela Wong	已開班
		203		堂區辦公室 905-294-1377 詹修女	已開班
English	Sunday:3:30-5:00 pm	204	Contact Parish Office	eric.p.lo@mail.com 905-305-1339 Eric	2023年8月6日

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 Mon. off)

助理司鐸
Associate Pastors

甘立祖神父 CSJB
Rev. John Li Zu Gan
frjohngan@gmail.com
Cell : 647-990-0990
(週四休 Thu. off)

胡俊維神父 CSJB
Rev. Michael Hu
frmichaelhu@gmail.com
Cell : 437-218-3388
(週五休 Fri. off)

堂區修女
Sister

詹貴慧修女 O.P.
Sister Alberta Guihui Zhan
zhanalberta@163.com
(R:905-471-0743)
(週五休 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)