

天主教中華殉道聖人堂

The Chinese Martyrs Catholic Church



四旬期第五主日 | 二〇二四年三月十七日
Lent 5th Sunday | March 17th, 2024

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、三、五、六
Mon. Wed. Fri. and Sat.
9:10am (粵語 Cantonese)
星期二、四 Tues. and Thurs.
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.



「人子要受光榮的時辰到了。我實實在在告訴你們：一粒麥子，如果不落在地裡死了，仍只是一粒。」(若 12:24)

堂區通訊

<https://young-catholic.ca.com/3/63/5th-sunday-of-lent-year-b/>

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

請為我們時代的殉道者、基督的見證人祈禱

FOR THE MARTYRS OF OUR DAY, WITNESSES TO CHRIST

祈願那些在世界各地因福音緣故而冒著生命危險的人們，能以他們的勇氣和傳教熱忱來激勵教會。

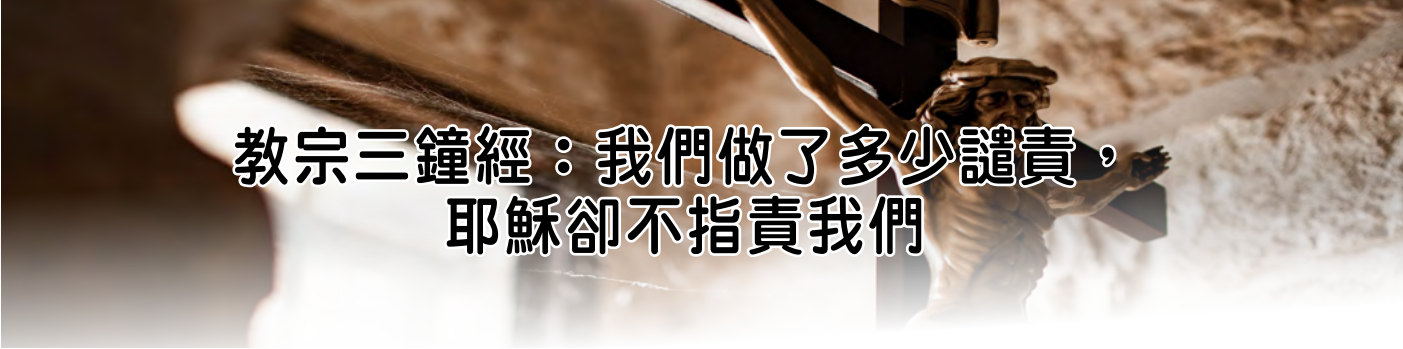
Let us pray that those who risk their lives for the Gospel in various parts of the world might imbue the Church with their courage and missionary drive.

本期導讀

與主共融	
我們做了多少譴責，耶穌卻不指責我們	2
主日分享	
耶穌的吸引力	3
信仰培育	
會祖傳(續)	4
天主教歷史淺談	
55. 十九世紀的父權主義與改革思想	5
平安是福	
朱古力是健康食品嗎? (一)	6
高夏芳修女靈修選摘	
會意, 契情 - 若望	7
堂區訊息	
.....	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



教宗三鐘經：我們做了多少譴責， 耶穌卻不指責我們

「基督來，不是為了譴責，而是為了救世人。」祂擁抱我們的生活，沒要我們「受審判，不對我們作裁決」。教宗方濟各在四旬期第四主日的三鐘經祈禱活動中以這番話講解了該主日的福音。教宗指出，因此，我們也不應該譴責他人，不該說三道四，卻要用天主慈愛的目光彼此看待。

（梵蒂岡新聞網）耶穌深知我們的軟弱和罪過，但祂不因此「指責我們，卻擁抱我們的生活，為讓我們脫離罪過、拯救我們」。教宗方濟各3月10日四旬期第四主日在三鐘經祈禱活動中如此表示。他邀請信眾想想，耶穌來到世界上，不是為了譴責世人，而是為了施予救恩。當天的福音記載了耶穌善師與尼苛德摩這名法利塞人、猶太人首領的對話：耶穌向他解釋了自己的使命（參閱：若三14-21）。

耶穌深知我們的一切

教宗闡明，基督經常表現出祂能看透人的心靈和思想，揭穿他們的意圖和矛盾。

「在耶穌前，沒有任何秘密：祂讀透人心，讀透我們每一個人。這能力會令人感到不安，因為如果加以濫用，人們會受到傷害，暴露在無情的判斷下。」

天主不指責我們

天主深知我們的軟弱。祂要是無情地判斷我們的話，我們沒有一個人能得救。但是，祂非但不指責我們，還擁抱我們的生活，好讓我們脫離罪過。祂沒要我們接受審判、不對我們作出裁決。

「祂希望我們沒有一個人會丟失。上主注視著我們每一個人，那目光絕非一種令人眼花撩

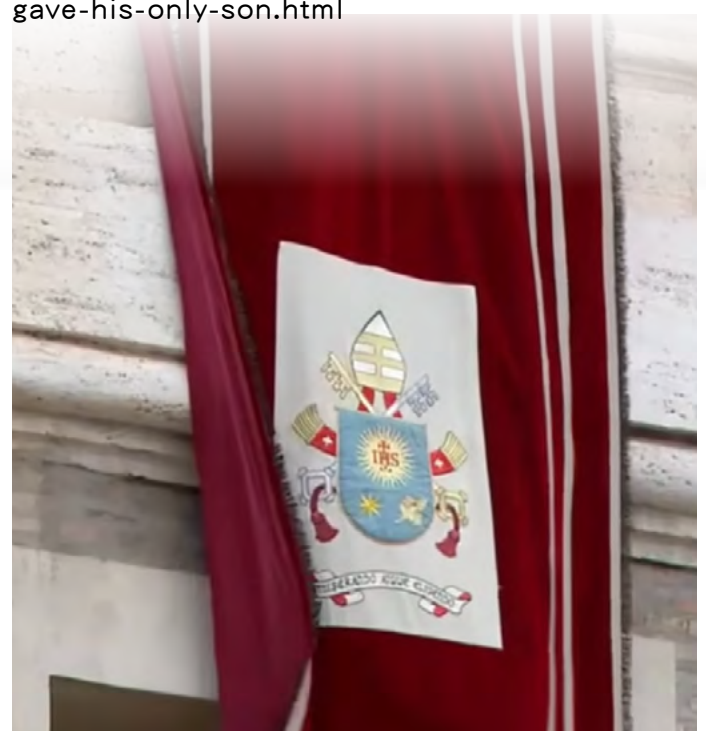
亂、叫人看不清楚的燈塔強光，而是溫和燈泡的柔光，有助於我們看見自己內在的善，讓我們對惡有所察覺，從而改過自新，在上主聖寵的支持下得到治癒。」

譴責不是我們的事

我們蒙召效法耶穌的榜樣，儘管我們大家很容易互相判斷。

教宗最後總結道：「讓我們想想自己，多少次，我們多少次指責他人；多少次，我們喜歡說他人的閒話、搬弄是非。我們要祈求上主賜給我們所有人這個慈愛的目光，讓我們能像祂注視我們每個人一樣看待他人。願聖母瑪利亞助佑我們為彼此的益處著想。」 ■

鏈接網址：<https://www.vaticannews.va/zht/pope/news/2024-03/pope-at-angelus-god-gave-his-only-son.html>



四旬期第五主日

讀經一：耶 31:31-34
 讀經二：希 5:7-9
 福音：若 12:20-33

Lent 5th Sunday

FirstReading: Jer 31:31-34
 SecondReading: Eph 5:7-9
 Gospel: Jn 12:20-33

耶穌的吸引力

吳智勳神父
 天主教輔仁聖博敏神學院禮儀研究中心

默想

今日的福音講述一些希臘人要見耶穌，他們可能是歸化猶太教的外邦人，或喜歡追求智慧的希臘人。耶穌必然有一特定的吸引力，促使他們求見。我就以「吸引」作主題去看看耶穌的吸引力：

1. 耶穌說話所顯露的智慧：在耶路撒冷，法利塞人、撒杜塞人、經師等第三批知識份子的刁難都被耶穌輕易化解，這折服了愛智慧的希臘人。

2. 耶穌行動的勇氣：耶穌以一人之力去清理聖殿，那份面對強權而做出當做之事的勇氣必定為人所欽佩。這件事發生在聖殿內，外邦人的庭院中，希臘人可能就是見到這事而被耶穌所吸引。人人都佩服以寡敵眾的英雄，電影劫後英雄傳中的主角挑戰五虎將，總令人看得興奮異常。

不過，耶穌自己對這些都不甚了了，祂藉此機會展示更偉大的事，預言更吸引的事的發生：耶穌表示祂的時辰到了！這是祂生命中最重要、也是祂最吸引的時辰，比祂所顯露的智慧或勇氣還勝一籌，祂就以此「光榮的時辰」開始祂的講話。

「人子受光榮的時辰到了」

：猶太人也久待此時辰，他們等了五百多年，才等到一位如此偉大的領袖。現在祂說：「光榮的時辰」到了，令他們非常興奮，但跟著耶穌所說的，又令他們很失望，因為祂講的是要喪失生命。

但為耶穌，上十字架的時刻是祂一生最重要的時刻，是祂表現天父最愛世界的時刻，是祂戰勝魔鬼、罪惡的時刻。

面對此時刻，耶穌亦很緊張，甚至「心煩意亂」，這是人面對重要時辰的自然反應，例如學生面對決定生死的總考，必定非常緊張。在山園祈禱我們清楚見到耶穌內心的掙扎。耶穌經過對天父的祈禱，就立刻充滿信心，因為祂意識到十字架正是審判世界的時候，是世界的首領魔鬼被打敗的時刻，亦是吸引所有人歸向祂的時刻。

為甚麼十字架有那麼大的吸引力？我們不妨從日常生活中吸引我們的例子做反省：為甚麼影星歌星那麼吸引年輕人？因為外在的造型好，個個漂亮，而且少年得志，年輕人很多自我形象差，那些影星歌星便給與年輕人一些自我安慰的投射。包青天的劇集為什麼吸引人？因為故事突出了公義，包青天有一份不怕死的道德勇氣去主持公道。現代社會缺乏公義，包青天滿足了人心底對公義的渴望。耶穌在十字架上以愛吸引人，喚起人心底對愛的渴望及對有愛心的人的尊敬。每聽一個愛的故事，人心底裏便知道自己的不足，更嚮往愛的偉

大。例如：聽到一個以德報怨的中國家庭，如何長期善待一殘廢日本老兵的故事，真令人肅然起敬；又如一位台灣老兵，幾十年後發現在大陸的妻子，仍然沒有改嫁，等候他回來。這些故事令人感受到愛的無窮力量。

十字架使我們相信，唯有用愛才能真正擊敗魔鬼。魔鬼教人自私，教人相信「人不為己，天誅地滅」，但自私的人永遠不會真有愛他的人。魔鬼教人用暴力、信仇恨報復；十字架要人和平、信寬恕；魔鬼教人信財富，十字架上的基督教人在世上用愛積財富，祂在十字架上一無所有，顯示財富不能帶走，唯有愛永存不朽。

今日年輕人受挑戰極限吸引，四旬期讓我們瞻仰十字架上的基督，接受愛的挑戰，讓愛吸引我們，真愛是極具吸引力的，讓自己的愛也吸引別人走向基督。 ■



會祖傳

耀漢小兄弟會 雷鳴遠神父

作者：趙雅博



愛國說

【以下繼續上期內容】這個備忘錄的一切要點有一個邏輯聯繫，雖然第三點仿佛該放在第二點以前。

國籍神職

“備忘錄中對成立完全國籍神職，給予了兩個堅決的理由：羅馬的指導與事實的迫切……教會整個的歷史都給我們證明：只有本地神職才能了解、深入併歸化一個民族的靈魂。沒有一個國家是外國教士所歸化的……”

“從此所得到的結論是傳教士應該培養本地神職人員，從較低的階層起，採取一切方法使能從這個民族中產生主教與領袖。如果不從一個地方開始，便永遠也不會開始。過去

人們做得如何，不必再談，過去的就過去了。然而請您許可您這最小的小孩子，以他最可憐而不堪當的心之深處，給您坦白陳述一下他對於今天之事的想法。”

“我帶著任驚萬恐，顫抖戰栗，接觸這個現代最微妙的題目，因為這個傷痕比任何時候更為鮮明。我認為我不是替自己說話，而是代替任任萬萬現在求您的人說話。因可贊頌耶穌基督救世者之愛及您的愛，拋棄長時期的習慣，從慣例中踱出來，勇敢面對現實真理，將它解剖到底，不管這種大膽結果如何。在這種情形下，請您不要如同一個法國人，或遣使會友，而要如同保祿、奧斯定、保尼法、馬爾定的繼任者，或者如他們當中的一個來決定。請您寬恕我的冒失。”

“在承認教會普遍規則是創立本地教會的目的以後，在證實了歐洲漸漸不能供給必要數目的傳教士以後，”很自然該培植本地神職界了。然而事實如何呢？羅馬已經說了很多次，可是人們不願意，歐洲已經不能供給足夠的傳教士，可是人們仍然不積極從事準備本地神職，尤其從來不準備主教人才。天主聖意已在切切催迫著，可是人們卻不追隨天主聖意。雷神父提出教宗的文件，也提出反羅馬的現象，更提出有些教區待本地神職還不如傳教先生。試看雷神父的話：

“由於將這樣重要的問題

縮小了，儘管許多傳教士，經過很多世紀犧牲、出汗與流血，而併沒有獲得結果；僅僅形成了精神殖民地，而沒有依照宗徒們的榜樣，成為有生氣的教會。本地神職永遠維持輔佐地位，在自己的本國，如同是外方人一樣（我認識某個教區，待本地神職還不如待傳教先生）。”

“羅馬願意，如同健全理性者皆願意，在傳教士與本地神職人員之間沒有一點分別。我們應該借著賢智而聰明的演化，使我們成為無用的，我們曾這樣做了嗎？我們讓自己永恆下去，我們習慣使我們工作的園地，變成我們民族或我們修會的領地。這些情況，鈞座知道不是空口白話，我很容易給出許多新的證據……。說現在的本地神職不能繼續我們，這正如說一個健康人不能吃一個大梨一樣……。鐵打銅梁磨繡針，功到自然成，我們不說一下吞下去，也不要等天主聖意熔鑄，而應該一點一滴地逐漸前進。

然而本地神職人員不夠嗎？雷神父再寫下去：

“主教，我跪在地上，頭埋在灰內給您說，您做主教三十年以來培養了許多好神父，我們也可以說有幾位學文深湛，有幾位才識卓越。您是不是曾想過：孫神父可以與田主教或李神父(副主教)相媲美呢？

【未完待續】

天主教歷史淺談

資料來源：梵蒂岡廣播電台

55 · 十九世紀的父權主義與改革思想

【以下繼續上期內容】這種具有慈善互助性質的組織在一八七〇年結合了巴黎五分之一的學徒工人，他們彼此形成一個大家庭，大家互相尊重，友愛，服務。不過，這些看來很富有人道和人情味的民間組織卻引起傾向社會主義的工人的不滿，這些人不喜歡那種仍帶有家族父權至上色彩的勞工組織。

而事實上，這種出於自願，形式很簡單，很民間私人性質的工人結社團體，是沒有能力解決重大的社會問題的。當時法國天主教一位對社會工作非常活躍與關心的人阿爾芒·德默倫 (ARMAND DE MELUN)，在一八七一年承認這種團體組織的失敗說：「社會主義的想法之所以成功，不僅僅在於它們知道激動人的熱情，更在於把自己當作解決問題的途徑和完整的系統介紹給人，它們回應社會問題的難處，而

我們在這方面沒有提出任何類似的方案」。

從阿爾芒·德默倫這段話，我們似乎看到十九世紀中葉前後，法國天主教保守人士主張的家族父權管理方式和同業公會體制，並不能解決現代社會的問題。這些問題在德國好像得到比較客觀與中肯的處理。

德國的工業發展在整個西方世界上來說，步調比較緩慢一些，但這種緩慢反而給天主教人士更充分的時間來思考和了解十九世紀工業發展所帶來的各種社會問題。這些問題並不能憑私人或團體內部的彼此協助和愛德關懷來解決，而應該從根本下手，那就是重新建立社會經濟制度，並要求國家在這方面大力投資。當時德國美因茨 (MAINZ) 教區的主教凱特勒 (KETTELER, 1811-1877) 在建構這種新的社會思想上有相當的貢獻。

事實上，凱特勒主教的思想很少染有自由主義的色彩，他倒是很懷念中古世紀歐洲社會的同業公會組織，不過他已經看到社會結構改革的必要，這在他於一八六四年所出版的「勞工問題與基督教義」這部巨著中有深入的探討。他在書中指控「富有的人偷取天主分配給眾人的東西」。

凱特勒主教既反對自由資本主義，也反對社會主義，他們希望的是一種同業公會組織的社會，但他也要求國家干預同業公會組織的規則，例如規定工作的時數，星期日必須停工休息，讓工人分享生產的利潤……

【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

朱古力是健康食品嗎？(一)

朱古力(chocolate、又譯作巧克力)是從可可豆(Cocoa Bean)磨出來的可可粉(cocoa powder)、及由它提取的可可脂(cocoa butter)製成的，可可豆原產自拉美的熱帶地區，不過現在多個地區也有種植，可可本身是沒有甜味的，也不會導致發胖，朱古力的甜味和它令人肥胖的能力是來自添加的糖。根據中國日報的報導，市面出售的朱古力有多種不同的種類，包括：

(1)牛奶朱古力(Milk Chocolate)：

除了可可和添加糖外，還加入了相當份量的牛奶，牛奶朱古力內的可可含量相對較低，可可含量越低的朱古力越甜，通常也越容易令人肥胖。

(2)黑朱古力(Dark Chocolate)：

雖然也被稱為black chocolate，其實它被不是黑色、而只是顏色深的，黑朱古力比牛奶巧克力苦些，甜度更低，不會讓人那麼容易長肉，而且，有利於健康。

(3)高純度黑朱古力(Extra-dark Chocolate)：

屬黑朱古力的一種，但它的可可含量非常高，而且甜度大大低於一般朱古力，可可的原味很鮮明，是最不長肉的一種朱古力，不過只有少部分人喜愛它的味道。

(4)白朱古力(White Chocolate)：

完全不含可可粉，只含可可脂，所以它的朱古力原味最淡，也是所有朱古力中最甜、最能令人肥胖的。

(5)調味巧克力(Flavored Chocolate)：

加入了天然萃取物或人工香料，常見的口味有：抹茶、朗姆酒、咖啡、紅豆、薄荷、草莓、櫻桃、檸檬、橙、葡萄、藍莓、覆盆子、蔓越莓、芒果、蜜桃、蘋果、椰子、酸奶、香草、玫瑰、櫻花等，在有些國家或地區也會出現些比較少見的口味，例如辣椒、榴蓮、香蕉、雪茄、肉桂、肉荳蔻、黃瓜、芝士、香菇、番茄等。

(6)堅果朱古力(Nut Chocolate)：

在朱古力裡加入堅果，常見的有花生、杏仁、核桃、夏威夷果、榛子、開心果等。

(7)穀物朱古力(Cereal Chocolate)：

在朱古力裡加入穀物，常見的有脆米、燕麥、玉米片、芝麻、曲奇餅、餅乾等。

(8)鮮花朱古力(Flower Chocolate)：

在朱古力內夾上花瓣，通常是玫瑰或櫻花，用來包花瓣的朱古力通常是白朱古力。

(9)水果朱古力(Fruit Chocolate)：

除了調味的水果朱古力以外，也有這種直接把蜜餞包進朱古力的做法。

(10)酒心巧克力(Liquor Chocolate)：

也有用酒做夾心的朱古力，一般是烈酒(liquor)，或者至少是用烈酒做基底。常見的包括：朗姆酒、威士忌、白蘭地、琴酒、伏特加、香橙酒、苦艾酒、龍舌蘭酒、紅酒、瑪格麗塔、莫吉托、馬提尼等。

(11)松露朱古力(Chocolate Truffle)：

它裡面其實並沒有松露，只是看起來就像一塊松露塊菌，松露朱古力都是一團一團的，它的朱古力基底是用獨特的製作方法制成，擁有比一般的朱古力低得多的熔點(melting point)，只有23°C，入口即化。

(12)手工巧克力(Crafted Chocolate)：

包括一切精緻的花式巧克力。

(13)朱古力醬(Chocolate Cream) ■

《遇之妙：福音中與耶穌相遇的人物》之三/7-高夏芳修女靈修選摘

會意，契情 - 若望

高夏芳修女

【以下繼續上期內容】若望的悟性很高，不用耶穌多言，就能領會，且能深入了解耶穌降生的意義及他言行的奧秘。他的性格與伯多祿截然不同，一個屬思考型，一個是行動型；但他們兩人都很合得來，無論在福音，或是在〈宗徒大事錄〉中，兩人很多時一起出現，以不同的風格為耶穌作見證，相輔相成。

更有學者認為伯多祿代表教會的權威，而若望則代表神恩；伯多祿代表動的一面：教會的事業、福傳及牧民發展；若望即代表靜的一面：默觀、神學反省、內修、祈禱、聖德，兩者應並肩而進，缺一不可。

若望尤其對天主的愛有獨特的見解及深入的反省。他清楚指出「天主是愛」（若一4：8,16），「那存留在愛內的，就存留在天主內，天主也存留在他內」（若一4：16）。整個救恩奧蹟，整個耶穌事蹟，可濃縮在一個「愛」字上。耶穌的降生是為了愛：「天主竟這樣愛了世界，甚至賜下了他自己的獨生子」（若3：16）；他的逾越奧跡也是為了愛：「他既然愛了世上屬於自己的人，就愛他們到底」（若13：1）；所以，彼此相愛，就成了基督徒的特徵：「這就是我命令你們的：你們應該彼此相愛」（若15：17），「如果你們之間彼此相愛，世人因此就可認出你們是我的門徒」（若13：35）。

按傳統，若望除了是〈若望福音〉的作者之外，也寫了三封書信及〈默示錄〉。〈默示錄〉這書名來自該書的第一句：「耶穌基督的啟示，是天主賜給他，叫他把那些必須快要發生的事，指示給自己的僕人們，他遂打發天使，告訴自己的僕人若望」（1：1）。雖然這裏作者自道其名-----「若望」，但很可能不是若望宗徒自己，而是屬於「若望傳統」的一位活於一世紀末的基督徒，不過肯定的是他的神學觀念可遠溯到若望宗徒。此書的形成及內容都很特別，耶穌基督的奧跡是這書的中心：不過作者不以理論，也不用敘事的手法來傳達，卻在一個禮儀的氣氛，藉詩歌、異像神視，及

各種不同的象徵，去默觀、了解及描繪那以耶穌基督為中心及滿全的宇宙歷史。作者寫此書時教會正處於內憂外患的景況中：教會內部有生活鬆懈及冷淡的現象，向外有猶太人的評擊及羅馬人的壓力。作者寫這書鼓勵信友們振奮堅忍，同時也藉此機會對基督的 跡及世界歷史的意義及終向，以一獨特的方法作神學反省，勸人充滿信心，並明智地走崎嶇的世途，期待基督內的最後圓滿。

至於若望宗徒本人，正因〈默示錄〉作者說自己是在帕特摩（默1：9），一個小亞細亞沿岸，離厄弗所不遠的小島上寫的，所以教會古代傳統都認為若望宗徒主要是在小亞細亞，尤其是在厄弗所傳教，直至老年，才隱居帕特摩島。在小亞細亞地區，對若望宗徒的敬禮，很早便發展得熱烈，分佈得廣泛。他的節日在教會禮儀年曆中被放在十二月廿七日，聖誕節後第二日，正因這位宗徒對基督降生的奧跡及在這奧跡中顯露的天主的愛有深切的反省。 ■



3月9日,10日教友奉獻收入 Donation as of 9th and 10th March 2024

Regular : \$6,396.85

***本主日有第二次奉獻，是為ShareLife。

2024兒童夏令營開始招生啦！

主題：尋找天主的寶藏

日期：8月12日至16日（4-8歲）8月19日至23日（8-13歲）

時間：9:00AM-4:30PM

費用：每週\$100.00（早鳥：每週\$90.00）

報名開始日期：2024年3月17日

報名截止日期：2024年5月26日

*費用包括下午茶點、T-shirt、一次郊遊和充滿樂趣的一周！

將於3月17日上午9點開始收集報名表格。

早鳥優惠：每個夏令營週的前30名註冊者將獲得早鳥優惠。登記表格可在諮詢處或堂區網站上取得。表格和現金付款必須由報名者的父母/監護人提交CMCC堂區辦公室。

**請不要在此日期前遞交表格。申請截止日期不得晚於2024年5月26日。逾期申請將不被接受。請注意，名額有限，因此申請人將按照先到先得的原則接受。如果您有任何問題或疑慮，請發送電郵至 cmccsummercamp@gmail.com 或聯絡 Leticia Huang (647-906-5598) 或 Sean Chen (647-818-1536)

ShareLife

ShareLife的使命是「活出福音！為有需要的人提供援助」ShareLife教區公益金將在3月、4月和6月收取今年度ShareLife的捐獻。本主日（3月16/17日）將會收取今年度第一次ShareLife的捐獻，支票或信用卡捐獻也可以，亦可以在網上捐獻。多謝各位慷慨支持，天主保佑。 <https://sharelife.org/donate/>

國語夫婦懇談周末營招生

樂馨會誠意邀請講國語的夫婦們前來參加第十三屆國語夫婦懇談周末營，夫婦懇談周末營是一個提供夫婦以積極的態度去學習如何在日常生活中，透過基於愛的溝通技巧去建立及改善彼此關係，幫助夫婦更好的經營夫妻關係的愛之旅。

活動時間：2024年6月14-16日

婚配聖事準備課程 (粵語) Marriage Preparation Course (Cantonese)

「滿載喜樂的婚姻」婚前準備課程將於2024年3月30日開始。凡準備結婚的男女或已婚及渴望度幸福美滿婚姻的夫婦，請到堂區辦事處索取報名表格或網站下載。

日期：2024年3月30日, 4月6, 13, 20 & 27日

時間：星期六上午9:00至下午1:00

地點：多倫多中華殉道聖堂 堂區中心 #B1室

語言：粵語

費用：每對加幣\$200元

查詢：Carmen & Kelvin Tsang

email address: marriagejoyfilled@gmail.com

"Joy-Filled Marriage Program" will be starting on March 30 th till April 27 th, 2024. Couples who are planning to get married or need to validate their marriage in Church, please obtain the Registration Form at the Parish Office or website.

Date: March 30 th, April 6 th, 13 th, 20 th & 27 th, 2024

Time: Saturday, 9:00am - 1:00pm

Place: CMCC Rm#B1

Language: Cantonese

Fee: \$200 for a couple

Inquiry: Carmen & Kelvin Tsang email address: marriagejoyfilled@gmail.com

請取用「收集硬幣生命盒」 Coins for Life campaign

哥倫布騎士會中華殉道聖人屬會 15463 主辦，為支持維護生命聯盟經費，邀請各教友於聖堂大堂取用「收集硬幣生命盒」，在四旬期內收集儲蓄硬幣，於復活節主日（3月31日）及（4月6/7日）交回堂區。請大家踴躍響應此活動，多謝！

Sponsored by Knights of Columbus Chinese martyrs council 15463. In order to support Campaign Life Coalition which is the active aspect of the pro-life cause, please take a Coins for Life box and collect coins during the Lenten season. Return the box on Easter Sunday (March 31) and (April 6/7) to the Church. Thank you for your generosity.

聖心入王家庭

聖母軍願意為堂區信友家庭舉辦聖心入王敬禮：偕同聖母，恭敬耶穌聖心，聖化我們的理智，熾熱我們的冷漠，改變我們的硬心，每天追隨基督，善

渡信仰生活。

詳情:WhatsApp:Maurice 416 220 6898中華殉道聖人之后支團。

籌備婚禮 (多倫多教區) Application for Marriage

當教友決定結婚時，便該盡早通知堂區。他們要有多方面的準備，有某些程序，必須先準備妥當，才能落實日期。事實上，大部份婚禮都需要一年時間去準備，如果有特別情況(再婚、未成年的新郎或新娘)，所需的時間更多。請預約查詢堂區辦公室。

聯系人: Janny Cheung Jcheung@chinesemartyrs.org

Congratulations on your engagement! Chinese Martyrs Catholic Church is privileged to be a part of your planning process. The following information is presented to guide and assist you. One should register as a member of our Parish and attend Sunday mass at our Parish regularly.

If you decide to hold the ceremony at our Church, Usually applies through the Parish Office one-year before the Wedding Ceremony.

Bring along a copy of your Baptismal Certificate(s) and specify the wedding date. Contact to : Janny Cheung Jcheung@chinesemartyrs.org

嬰兒領洗申請

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，登記表可在堂區網站下載或至聖堂諮詢處索取。

12月取消嬰兒領洗，請家長們留意！

聯系人: Janny Cheung Jcheung@chinesemartyrs.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.

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。

插花組招募志願者

我們會有系統的插花培訓及輔導，弟兄姊妹一起為教堂服務平日及重大節慶日。我們以插花傳遞天主是愛的真諦，以心靈深處表達愛天主的真摯。在靜思中與天主相遇。無論您是否有經驗插花組都歡迎您的加入。

聯絡人: Mary: (416) 414-7092

Julie: (416) 917-3886

郵件: angela.wong829@icloud.com

主恩歌詠團 Grace of God Choir (8:00am)

「主恩歌詠團」(8:00am Choir) 招募琴司及團員。

「主恩歌詠團」團服務於每個主日早上8:00粵語彌撒，現開始招募琴師和團員。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Cindy 416-909-7822，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

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 青少年堅振班 EDGE and LIFE TEEN Youth Programs

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.)。

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.

主日學 Sunday School

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 - 10:30am

*二年班(初領聖體班): 9:30 - 10:45am

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

請聯絡BridgetHon: 416-617-8486, 或電郵: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.

Please contact Bridget Hon: 416-617-8486, or email: lshon@sympatico.ca

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

聯繫人: 詹修女

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。

聯繫人: 詹修女 905-294-1377 ext 11

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。

報名表格: 請在堂區網站下載或諮詢處領取。

時間: 星期日2-3:30pm

聯繫人: 詹修女 905-294-1377 ext 11

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表格可向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 registration form can be taken from the Parish Office or downloaded from the link: https://bit.ly/cmccRegForm_en



喜樂漁夫

JOYFUL FISHERS



JoyfulFishers.org

你有沒有試過想將天主的愛跟身邊親友分享的時候覺得很困難，
不知道如何入手、甚至遭人拒絕呢？

如果你希望能更有效地把信仰和「與主相遇」的經驗跟身邊親友分享，
而且能更緊密地跟聖神合作的話，
由《生命恩泉》舉辦的「喜樂漁夫培育計劃」會幫到你！

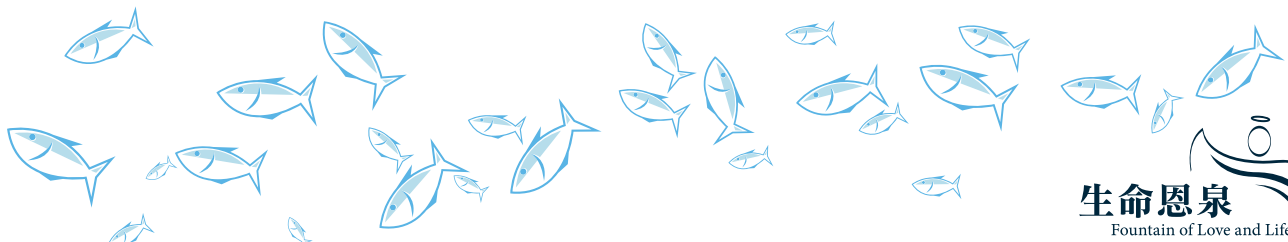
透過17個星期的教導及分享，大家一同：

- 探討自己與天主的關係
- 有系統地學習實用的傳福音技巧及其背後的理論
- 認識更多志同道合的基督徒，在福傳旅途上並肩同行

「喜樂漁夫」先導計劃及第一屆學員皆表示從課程中獲益良多👍
觀看/閱讀學員分享可到：

JoyfulFishers.org/testimonial

如欲了解更多詳情，可到
JoyfulFishers.org

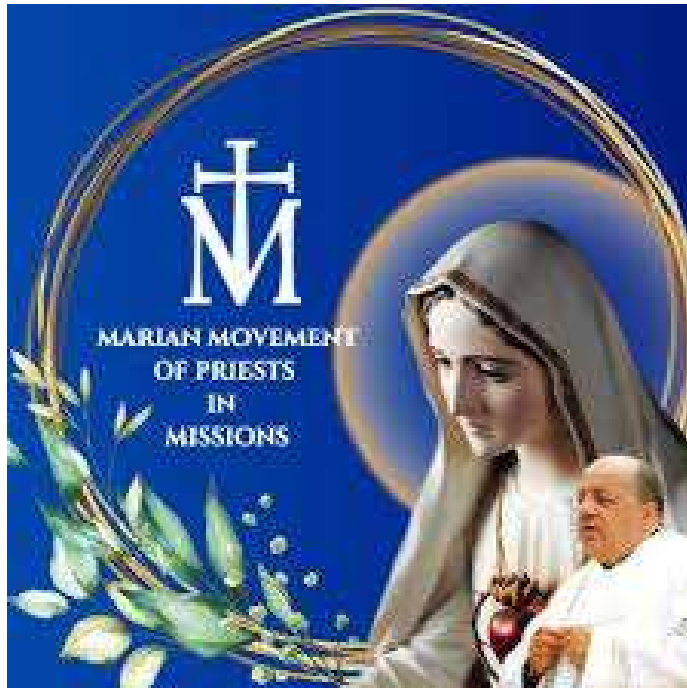


生命恩泉
Fountain of Love and Life

2024 Lent and Easter Schedule 四旬期及復活節時間表

(更新 updated : 2024.03.11)

Ash Wednesday : Feb.14 th , distribution of Ashes in 9:10 am morning Mass, and 8pm evening Mass.	聖灰禮儀 : 2月14日星期三進入四旬期 早晚彌撒有施放聖灰
Station of The Cross : Feb.16 th to Mar.22 nd - every Friday at 8:00 pm; followed by evening Mass.	苦路善功 : 2月16日 - 3月22日 每週星期五 晚上8時 拜苦路 隨後舉行晚間彌撒
First Sunday of Lent : Feb.17 th & 18 th , distribution of Ashes at Masses	四旬期第一主日 : 2月17/18日, 主日彌撒施放聖灰
Lent Retreats (Don Bosco Hall) : <ul style="list-style-type: none">Mar. 9th – 10am-4pm Children retreatMar.16th – 10am-3pm CantoneseMar.23th – 10am-3pm Mandarin <i>Registration: Parish office/information desk.</i> *Confession and Anointing for the elderly after the adult retreats*	四旬期避靜 (聖鮑思高禮堂) : <ul style="list-style-type: none">3月09日 9am-4pm 兒童避靜3月16日 9am-4pm (粵語)主講: 袁銘成執事3月23日 10am-3pm (國語)主講: 王新亮神父 <i>報名: 堂區辦事處或諮詢處登記</i> *粵語及國語避靜後有長者告解及傅油*
Lenten Confessions : <ul style="list-style-type: none">Mar. 18-22 : 10:00am-12:00pm; 3:00-5:00pm; one hour before MassMar.21st 7:00-9:00 pm – priest from other parishes are invited to come to hear confessions. *Mar.21st evening Mass is cancelled.*	四旬期修和聖事 : <ul style="list-style-type: none">3月18-22日 告解週; 10:00am-12:00pm; 3:00-5:00pm; 黃昏彌撒前一小時3月21日 告解日; 7:00-9:00pm 有請其他堂區神父幫忙聽告解 *3月21日晚上彌撒取消*
The Solemnity of Palm Sunday : <ul style="list-style-type: none">Mar.23rd Saturday 6:00pm Mass – Palm Sunday Procession, solemn entrance	聖枝主日 : <ul style="list-style-type: none">3月23日星期六 6:00pm 彌撒 – 聖枝遊行
Easter Triduum : <ul style="list-style-type: none">Mar.28th Holy Thursday: 8:00pm the Lord's SupperMar.29th Good Friday:<ul style="list-style-type: none">2:00pm Station of The Cross3:00pm Liturgy of The Lord's Passion7:30pm Youth Stations of The CrossMar.30th Holy Saturday: 7:30pm Easter Vigil *weekday Mass is cancelled during the Easter Triduum*	逾越節三日慶典 : <ul style="list-style-type: none">3月28日 聖週四: 8:00pm 主的晚餐3月29日 聖週五:<ul style="list-style-type: none">2:00pm 苦路善功3:00pm 苦難禮儀7:30pm 青年苦路善功 (英語)3月30日 聖週六: 7:30pm 復活節夜間慶典 *逾越節三日慶典期間 平日彌撒取消*



首週六敬禮聖母集禱 晚餐廳誠邀閣下參與

日期:

每月首星期六

時間:

黃昏彌撒後七時

在聖堂203室

及網上步同進行

加入 Zoom 會議鏈接請參閱：

<https://us02web.zoom.us/j/84003270763?pwd=bG10aFpMci8wOUUp4SXVhVjJZMndiUT09>

Meeting ID: 840 0327 0763

Passcode: 076141

One tap mobile

+17789072071,,84003270763#,,,,*076141# Canada

+12042727920,,84003270763#,,,,*076141# Canada

Meeting ID: 840 0327 0763

Passcode: 076141

Find your local number: <https://us02web.zoom.us/u/k0AS2iMA3>



March 16, 2024 8 - 9 pm
Chinese Martyrs Catholic Church
中華殉道聖人堂

主
題

四旬期
Lent
国语避静

日期
2024年3月23日

时间
10:00am – 3:00pm



主讲神師
王新亮神父

形式
堂区实体
及

zoom  网上虚拟

报名方式
微信二维码

大家可在堂区咨询处扫描二维码入群报名
二维码亦发放于各善会（微信群）

电话查询
416-786-8688

看，
看，
你的母親
你的兒子



CMCC/Edlie/20240130



天主教多倫多中華殉道聖人堂
The Chinese Martyrs Catholic Church

CMCC使徒領袖培育 (Group 23-粵語)

招募學員

「聖經分享小組」使徒領袖工作坊

目標

讓參加者對「聖經分享小組」使徒領袖培育有清晰的理解，懂得運用其中方法，好能在信仰群體中推動及帶領「聖經分享小組」，建設基層信徒小團體。

- 認同聖言是滋養我們信仰的核心，基督是我們的跟隨對象
- 透過培訓增強被召與使命的意識
- 了解小團體對信仰發展及福傳的功效
- 藉聖神的幫助掌握聖言分享的方法及技巧，發展個人與主的關係和團體的成長

報名方式

日期：工作坊共計十個星期六
2024年4月6日至6月15日 (5月18日休息)

時間：每次兩小時 (10 am-12 pm)

方式：小組以SKYPE平台在線學習

對象：有意提升自己的信仰，延續學習閱讀聖經及建立/參與基督徒小團體
參加者滿全工作坊及練習，可獲證書及在彌撒中的特別祈禱祝福

名額：十二位

報名：請將參加者個人資料發電郵予
dlfw.application@gmail.com

截止：2024年3月24日

工作坊內容

- 自我認識：從雅各伯的經驗到尋找自己的身份及認識自己的信仰
- 透過測驗了解自己的個人風格
- 天主對人的召喚及教會今日的教導
- 以聖言分享聚會建立成員個人的祈禱、讀經、反省與實踐
- 聖言分享小組及作為「基督使徒帶領者」的服務
- 聖經分享小組的原則及帶領的技巧，如何處理小組出現的各種問題、挑戰

工作坊由Peter與培訓團隊成員 (Edwin, Fion & Nick) 主持



參加者請提供以下資料

- 姓名
- 聯絡電話
- 所屬堂區/團體
- 有否參加聖經分享小組
- 對參與「聖經分享小組」使徒工作坊的期望

報名如獲接納，會收到電郵確認



請掃二維碼
閱讀培育後經驗分享

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:7:30-8:30			mauriceng@yahoo.com 416-220-6898 Maurice	4月底截止報名
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
adeng@archtoronto.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
frjohngan@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
zhanalberta@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)