

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



慈悲主日 | 二〇二四年四月七日  
Divine Mercy Sunday | April 7th, 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.



耶穌又對他們說：「願你們平安！就如父派遣了我，我也同樣派遣你們。」若 20:21

堂區通訊

<https://p.mscrlight.net/wp-content/uploads/2016/04/jeesus.jpg>

四月教宗祈禱意向  
HOLY FATHER'S PRAYER  
INTENTION

請為女性的角色祈禱

**FOR THE ROLE OF WOMEN**

祈願女性的尊嚴和價值在每一種文化中都獲得承認，她們在世界各地都不再遭受歧視。

Let us pray that the dignity and worth of women be recognized in every culture, and for an end to the discrimination they face in various parts of the world.

**本期導讀**

與主共融	
建設和平靠伸出的手和敞開的心 .....	2
主日分享	
多默的出谷經驗 .....	3
信仰培育	
會祖傳(續) .....	4
天主教歷史淺談	
56. 天主教社會思想的誕生 .....	5
平安是福	
癌病的成因和預防的方法(二) .....	6
高夏芳修女靈修選摘	
搭線人- 斐理伯 .....	7
堂區訊息	
.....	8
教友分享	
齊來讚頌主 .....	11



## 教宗復活主日彌撒及文告： 建設和平靠伸出的手和敞開的心

(梵蒂岡新聞網)在世界各地迴盪著基督復活宣報的日子，很多沉重的大石塊阻礙了人類的希望，一如當初封住基督聖墓的巨大石塊那樣。今天的巨石有戰爭之石、人道主義危機之石等等。教宗方濟各3月31日復活主日正午時分在聖伯多祿大殿中央陽台發表復活節文告，強調了這點。他指出，唯有耶穌「能推開那阻礙生命道路的大石」，為我們打開生命之門。當天上午10點，教宗先是在聖伯多祿廣場主持了復活主日彌撒。然後，他乘敞篷座車，繞場問候在場約6萬名信眾，再回到聖伯多祿大殿發表復活節文告並降福羅馬城和全世界。

### 孩子眼中的傷痛

教宗親口宣讀了他為今年復活節撰寫的文告，將目光轉向耶路撒冷和聖地的所有基督徒團體，尤其念及世界許多戰爭的受害者：願復活主基督為飽受磨難的以色列、巴勒斯坦和烏克蘭人民，開啟和平的道路。教宗籲請在遵守國際法的情況下，希望俄羅斯與烏克蘭全面交換俘虜：「雙方全部交換」。話音一落，現場響起熱烈掌聲，打斷教宗的講話。

接著，教宗發出另一個呼籲：「請確保人道救援物資有機會進入加沙地帶。」同時，教宗也懇請儘快釋放去年10月7日被綁走的人質，立刻在加沙地帶停火。

「我們不能容許當前的敵視繼續下去、繼續對早已筋疲力盡的平民百姓，特別是對孩童，造成嚴重影響。我們看到孩子眼中流露多少傷痛……那些戰爭之地的孩子已經忘記微笑。他們用眼神問我們：為什麼？為什麼有很多人死亡？為什麼會有這麼多毀滅？戰爭永遠是荒謬和挫敗！我們不可讓戰爭之風更猛烈地在歐洲和地中海吹拂，不可屈服於軍火和重整武備的邏輯。和平絕非靠武器來建設，而是靠伸出的手和敞開的心。」

### 不可忘記陷入困境的地方

世界上有許多地方陷入困境，教宗首先提到敘利亞：那裡13年來忍受漫長的毀滅性戰爭的苦果。其次，黎巴嫩因深層的體制、經濟和社會危機而陷入僵局，再加上與以色列接壤處存在的敵意，情況雪上加霜。「願復活主安慰親愛的黎巴嫩人民，扶助這個國家履行其召叫，成為相遇、和睦共處及多元兼容並蓄的地區」。

亞美尼亞和阿塞拜疆也是教宗惦念的對象，他們在納戈爾諾-卡拉巴赫戰爭後投入對話。教宗祝願他們在國際社會的支持下早日達成最終的和平協議。提到西巴爾幹地區邁向歐洲一體化的重要步伐，教宗期許「種族、文化和宗教的差異不該是分裂的理由，卻要成為整個歐洲和全世界富饒的泉源」。

### 為各種形式的恐怖主義受害者祈禱

除了暴力和衝突的受害者之外，教宗也惦記著忍受糧食不安全和氣候變化後果的人，例如非洲廣大地區乾旱和飢荒的災民。教宗祈求復活主基督為他們開啟希望之路，並懇求上主安慰各種形式的恐怖主義的受害者，使犯罪者改過自新。

教宗也請復活主基督扶持海地人民，「儘快終止那撕裂國家的流血暴力，願該國能在民主和友愛的道路上前行」。提到遭遇嚴峻人道主義危機的羅興亞人，願他們得到上主的安慰。但願因多年內部衝突而四分五裂的緬甸，能啟動修和之路。

此外，教宗也祈願在蘇丹、薩赫勒地區、非洲之角、剛果民主共和國、莫桑比克，都能開啟和平之路。願基督之光也照耀移民和經濟困頓的人，引領所有善心人士同舟共濟，援助那些尋求更美好生活 and 幸福的家庭。

### 生命的恩典常遭到輕視

教宗表示，在復活節這天，我們慶祝天主子復活所賜的生命，以及祂對我們每個人的愛。然而，生命的恩典「經常遭到人們的輕視」。

「多少孩子甚至都未能出生？多少人死於飢餓，或者缺乏基本照護，或者成了侵犯和暴力的受害者？多少生命由於愈加猖獗的人口買賣，淪為非法走私的貨物？」

在「基督把我們從死亡的奴役中解救出來」的日子，教宗呼籲「所有政治負責人」不遺餘力地打擊人口販賣的禍患，不知疲倦地拆除走私人口的剝削網絡，讓受害者重獲自由。

教宗最後祈求上主「賜給他們的家人慰藉，特別是那些焦急地等待摯愛消息的人」，恩佑他們「安慰與希望」。教宗最後向所有人祝賀復活節快樂，並且頒賜全大赦。 ■



## 慈悲主日

讀經一： 宗 4:32-35  
 讀經二： 若一 5:1-6  
 福音： 若 20:19-31

## Divine Mercy Sunday

FirstReading: Acts 4:32-35  
 SecondReading: 1Jn 5:1-6  
 Gospel: Jn 20:19-31

# 多默的出谷經驗

吳智勳神父  
 天主教輔仁聖博敏神學院禮儀研究中心

## 默想

復活期第二主日，不論是那一年，都用今天這篇若望福音，大概因為裏面提到耶穌「八天後」顯現給多默，而今天正是復活後的第八天。這個顯現的故事可帶出很多主題、今天讓我們看看耶穌怎樣帶領一個多疑及恐懼的人走出幽谷。

聖經上有關多默的記載以若望福音為最多，除了今日福音的記載外，起碼還有兩次。第一次是當耶穌去伯達尼的時候，由於接近耶路撒冷，門徒怕有危險，勸耶穌不要前去，但多默卻說：「我們也去，同他一起死罷！」（若11:16）看似有勇氣，但卻是悲觀的勇氣，有「死了便算」的意思，而非從容就義的勇氣。第二次是最後晚餐時，耶穌叫門徒不要心煩意亂，但要信賴祂，祂會為他們預備地方。多默接著問：「主！我們不知道你往那裡去，怎麼會知道那條路呢？」（若14:5）這反映出他是個多疑恐懼的人。今天的福音，更把他的性格顯露無遺。

多默雖跟其他門徒生活在一起，但卻保持距離，不太相信別人。他有自己的內心世界，在裏面他才有安全感；一旦和外

界接觸便會恐懼不安，很自然的又退回自己的世界裏。這種人很難接受別人的話，亦難以進入別人的生活經驗裏。當其他門徒跟他分享耶穌顯現的喜樂時，他就覺得是一種挑戰，立刻建起一度理性的圍牆保護自己：「除非我看見他手上的釘孔，……我決不信！」讓我們看看耶穌怎樣帶領這個自我封閉的人走出多疑恐懼的藩籬，向外在的世界開放。

耶穌顯現時首先說：「願你們平安」。多默既是內心恐懼不安，耶穌先安他的心。不安是人最大的敵人，不安的人去那裡或做甚麼事都會不安。耶穌繼而邀請多默從理性的藩籬走出來，去觸摸祂手上的釘孔，肋旁的傷痕，主要是要多默經驗到基督對人的愛。耶穌像對他說：「這是為你而受傷的，不要停在理性的保護網裏，走進一個真情實感的世界吧！的確，傷口往往是愛的標記。一位母親抱著兒子逃離火場，被火燒傷頸部和背部；兒子長大後，每次看到及觸摸到母親頸部的傷痕時，都感受到一份真實的愛。多默果然投入耶穌的愛中，熱情的回應：「我主，我的天主！」他的情感被引發出來，重建了愛的關係。

耶穌提到不見而信的人是有福的。信德就是要求人離開一個自我設計的安全範圍，投向天主的懷抱，只去信賴祂。信德之父亞巴郎本來很富有，但天主偏偏要求他離開安全的境界，去到一個遙遠的地方。他慷慨地回應天主的召叫，相信天

主會帶領他去活一個更豐盛的生命，他沒有要求保證，也沒有像多默一樣提出條件：「除非我看見……」。

一個多疑恐懼的人，其信仰歷程會比別人緩慢，他需要一些出谷經驗去衝擊自己。比方，今天我們可嘗試到貧窮的地方去作生活體驗，像出谷紀中的曠野一樣。現代人太幸福了，一些帶著三分飢寒的經驗可幫助他們碰到自己的內心，引發他們對別人的憐憫，從貧窮人身上看到復活的基督。像多默一樣內向的人，他們信仰的障礙可能是過份理性，一些感性的活動可能使他們開放自己。例如：祈禱時不要想得太多，多重視團體祈禱或用身體祈禱，跟隨別人大聲誦唸經文，高聲詠唱，也不妨高舉或張開雙手，把自己整個人投入，放開理性的矜持；又或注視十字架上的耶穌，或遠眺無際的海洋、廣闊的天空，用感覺去體驗天主的臨在，跳出自我細小的空間，聆聽及接受耶穌的邀請：「把你的手指伸到這裡來，看看我的手吧！伸出你的手來，探入我的肋旁」，讓耶穌帶領自己出谷。 ■



# 會祖傳

## 耀漢小兄弟會 雷鳴遠神父

作者：趙雅博



### 保教權

【以下繼續上期內容】“主教，在沒有寫好的幾行中，我不能發揮如我欲言的，我帶著一種尊重之聲，孝子之情，充滿天主給予我對您的信心，嚮您說出我願說的一點點。我也知道我沒有隱藏我使以前的上司們所不喜歡的事。

如果有依照我的所願成為他們的安慰，只是由於這些觀念的緣故。人們之所以不寬恕我的，是由於我相信為救中國人，特別在今天，不但是要愛中國人，而且要愛中國如愛祖國無異，如同法國人愛法國一樣。併且設法傳播這種愛於司鐸、教友、外教人之中。人們更不寬恕我的，是由於我相信保教權有害於中國和教會，併

且也這樣說。人們所最難寬恕我的，是我相信要建立一個完全的本地神職班是我們第一任務。我也設法宣傳這個觀念在我的四周，也聲明如果我能夠第二個中國主教的權戒，我死去也是幸福的。”

以後雷神父錶示如果主教能相信這是來自天主，也聽他，便感到無限幸福了。在這種錶示以後，他又提及在天津傳教成績和成功，正是由於這一主張，人們都讚美他的成績，可是又願意他放下這些主張。這不是“願要效果，而不要原因嗎？”

### 美麗的結尾

“主教，請劃嚮深處，撒網捕魚吧！要逆風破浪！然而要乘天主之風，與群眾到深的、合法的、不可戰勝的海浪在一起，用力前駛，駛往深處，將船緊隨在伯鐸船後。冬天，中國傳教的冗長冬天已經過了，您相信吧！時間已經到了，該成立一個本地的、生活的、豐美的教會了。這對教外人是一種酵面，是出於民族肉體之肉體，從他們血內之血，在基督內成聖了。這是唯一可行之路，也富有預許的未來。”

“現在我們不做遙遠準備了，而要直接準備，具體併決定準備的時候。如果我們願意成立它，明智、方便、拾級而登的辦法是有的，只要願意就夠了。要有犧牲到底的精神，為愛可贊頌的基督，我們可愛

的救主，能夠取消一切不便，而保留現在情形的一切利益。為了愛天主，愛人靈，一切事情皆是可能的。如果您，以您慈父的慷慨，准許我這個塵土與煙灰，您的傳教士中最末的一位，我可以給您說出幾個辦法，狂妄地說給您詳情。”

“唉！主教，再說一次，如果可憐的我，可以在這種精神中思想，講說與行動，我能在這不毛之地發起生命與運動。如果您、一個中國最有資格，最可敬的主教，願意這樣做，那成績更該如何呢？恐怕天主要由於這種偉大救世與永遠豐美的行動，使您這長久而神聖的職務光芒萬丈！主教，實現的權利在您的掌握中，您有什麼不能夠呢？”

“主教，我該停筆於此了，可是併沒有說完，書籍太缺了。我懇求您寬恕我的冒失大膽，我特別求求您，不要棄置這請願書而不顧，這是我願用我的血寫給您的。我也求求您閱讀它，不要用法官的眼，而是用慈父的心。您看看我跪在一個小小苦像前，這是天津（桑榆之誤）殉教聖人的遺物，有時候充滿了希望，有時候震驚害怕，兩眼裏流著淚！如果在這封信件中，您發現了不適用於鈞座的言語，請將它歸罪於我的脆弱與經驗。但是我要懇求您，千萬不要想我出於對於鈞座缺少敬重。不，天主知道我對於鈞座的儒慕赤心。

【未完待續】



# 天主教歷史淺談

資料來源：梵蒂岡廣播電台

## 56 · 天主教社會思想的誕生

十九世紀下半葉，西歐國家的工業發展成為一股社會生活的必然趨勢，義無反顧。可是有誰能預料到工業發展所衍生的各種社會問題呢？工業發展本身是一件好事，可以節省人力物力，使消費大眾化。但是掌握工業生產

的人如果只知道增加產量和消費，以謀求更多的利潤，而沒有想到產量和利潤是用什麼代價換取的話，則必然要引起勞動人士的反彈，因為他們只被資方視為生產工具，而工具的效用必須發揮它的極限，才能達到最高產量的狀態。於是勞動工人被無情地剝削成了自由經濟競爭力的決定性因素。

可是勞動的是人，而不是無生命、無理性的機器工具，在他們忍無可忍的時候，必定會爆發革命式的危機。這種或輕或重的危機在十九世紀的法國、英國、美國、和澳大利亞都出現過。

為了面對這種因產業結構不良而導致的種

種危機，於是產生了各種理論和行動，如共產主義，社會主義，天主教家族父權主義作風，天主教同業公會的再度出現，以及勞工結社團體組織等等的。

在這些社會理論行動中，最令當時教宗良十三世感到憂慮的是社會主義的快速擴散和無政府狀態的經常出現。的確，在十九世紀末年，西歐多次出現流血暴力的工人罷工事件以及無政府主義者的行兇謀害行為。當時有心人士擔心勞動界人士會不會全部倒向很具有吸引力的社會主義。天主教內部有識之士曾發起各種不同的活動，希望能減少勞資雙方的衝突，甚至使勞資彼此形成一種類似家庭的關係，由資方懷著父親似的關懷態度來照顧勞方的需要和工人家庭的困境。再不然，也有部分人士，包括教會主教神職在內，一方面譴責資方剝削工人，一方面要求國家必須介入社會問題，保障勞動者的權益。

不幸的是天主教關心社會問題人士的種種創舉活動都遇到天主教內主張經濟自由者的反對，這些主張經濟自由的人一向反對任何形式的工人組織。此外，就連這些關心社會問題的人士之間，意見也不一致。為了這個原因，有些人希望羅馬教宗出面干預，支持社會工作者的見解和思想，並指出大家共同的思想與行動原則。就在各方殷切請求之下，良十三世教宗終於在一八九一年五月十五日頒佈了一道取名為“新事”(RERUM NOVARUM)的有關社會問題的通諭。

【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

# 癌病的成因和預防的方法(二)

## 第1類致癌物(證實導致人類癌症的物質): 酒精

很多具質素的研究都多次證實喝酒與多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、女性乳癌、前列腺癌、胰腺癌、黑色素瘤等。其實，自1988年隸屬世界衛生組織的『國際癌病研究機構』(The International Agency for Research into Cancer)已將酒列為第一類致癌物質，國際癌病研究機構的裁決是判斷某一物質會否致癌的黃金標準(gold standard)，而第一類屬最高風險的類別，國際癌病研究機構及其他舉世知名的組織經常檢討近年發表的研究報告，經評審也確認飲酒會致癌。雖然喝酒的份量越多、患上癌病的風險就越高，但喝任何份量的酒、不論所喝是任何類型的酒，都會增加患上癌病的風險。停止或減少喝酒並不會立刻減低患上癌病的風險，但隨著時間的過去終究會將患上癌病的風險降低。何謂適量喝酒，每個國家所訂的標準都有不同，加拿大『國家喝酒策略諮詢委員會』(National Alcohol Strategy Advisory Committee)於2011年發表的『低風險飲酒指引』(Low-Risk Alcohol Drinking Guidelines)，有以下的建議，為減低喝酒對健康的長遠影響：

- (1)女士：每星期不多於十『杯』、而在大多數的日子每天不多於兩『杯』；
- (2)男士：每星期不多於十五『杯』、而在大多數日子不多於三『杯』。
- (3)每星期都有不喝酒的日子，以防養成習慣。

『加拿大藥物濫用和成癮中心』(Can-

ada Centre for Substance Use and Addiction)已於2023年作出新的指引：為減低酒精引起的傷害，建議減少喝酒的份量：

- (1)每週喝兩或少於兩『杯』：屬低風險；
- (2)每週喝三至六『杯』：屬中度風險；
- (3)每週喝七或更多『杯』：風險會越來越高。
- (4)每次喝多於兩『杯』：增加對自己和他人的傷害，包括受傷和暴力行為。

有些人酒量很淺，一喝酒面就紅，就算是喝了很少的份量，面也很快就紅起來，有人認為這是因為酒氣散得快，所以是好的現象；不過，伴以面紅是一連串的徵狀，包括噁心、頭痛、頭暈、心跳加速、困倦欲睡、頭昏腦脹、皮膚出風塊和痕癢等，給人一個較容易就喝醉的印象，所以是壞的表現。其實吸收進身體的酒精在肝臟被乙醇去氫酶(alcohol dehydrogenase ADH)和乙醛去氫酶(acetaldehyde dehydrogenase ALDH2)分解，有百份之五十的亞裔人士缺乏了乙醛去氫酶，不能把乙醛分解，所以就算只是喝了一、兩杯酒，乙醛也會積聚在身體內，乙醛的毒性比乙醇還要高，

引起血管擴張，導致面部、頸部、肩膀、甚至全身變紅，和心跳、噁心、頭痛等癥狀，這個情況較多出現於亞裔人士，所以也稱『東方潮紅』(Oriental flush和Asian flush等)，缺乏乙醛去氫酶的人就算只喝很少份量的酒也會面紅和感覺其他不舒服的癥狀，此外，乙醛也是致癌物質，『美國國立酒精濫用和酒精中毒研究所』(National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism)發表的報告顯示，一喝酒就面紅的人，比不容易面紅的人，較多患上食道癌，風險高六至十倍，幸好，這個高風險只限於他們繼續喝酒才出現，若他們不喝酒，這個風險就不存在，所以，一喝酒就面紅的人，應盡量不要喝酒，

以免增加患上食道癌的風險。

**One Standard Drink is:**



12盎司啤酒 (酒精濃度5%)	5盎司葡萄酒 (酒精濃度12%)	3盎司強化葡萄酒 (酒精濃度16-18%)	1.5盎司烈酒 (酒精濃度40%)
--------------------	---------------------	--------------------------	----------------------

(1.5盎司超標準烈酒相當於二標準杯)

指引中的『杯』是指『標準杯』(standard drink)，每個國家所訂的會有不同，加拿大與美國的大致相同。 ■

《遇之妙：福音中與耶穌相遇的人物》之三/10-高夏芳修女靈修選摘

## 搭線人- 斐理伯

高夏芳修女

若1:43-46

第二天，耶穌願意往加里肋亞去，遇到了斐理伯，耶穌便向他說：「你跟隨我吧！」斐理伯是貝特賽達人，與安德肋和伯多祿同城。斐理伯遇到納塔乃耳，就向他說：「梅瑟在法律上所記載，和先知們所預報的，我們找著了，就是若瑟的兒子，出生於納匝肋的耶穌。」納塔乃耳便向他說：「從納匝肋還能出什麼好事呢？」斐理伯向他說：「你來看一看吧！」

斐理伯與伯多祿及安德肋是同鄉，都來自貝特賽達，一個位於加里肋亞湖北岸的小城，這城的名字：貝特賽達有「魚之家」的意思，他應該也是來自漁夫家庭，以捕魚為生。

斐理伯的性格與安德肋相若，也很活潑爽朗，好言好動，心地善良，樂於助人。若望記載了斐理伯的被召，是在安德肋及伯多祿跟隨了耶穌後的第二天，情況非常簡單，耶穌遇到了斐理伯，對他說：「你跟隨我吧！」(若1:43)。看似一次偶然相遇，一個恰巧的相逢，但其實一切都有天主仔細的安排，是一個一次定終身的約會，一個召叫，一個愛的表示。天主就喜歡這樣，在尋常的情景中作出不尋常的事蹟，在平淡的交往中給人帶來不其然的觸動。若望沒有描寫斐理伯怎樣回應耶穌，卻說他將這相遇之恩向前推，不是一來一回，一叫一應的回圈運作，而是向前推的連鎖活動。就像孩提時代的一個常玩的遊戲，被人觸摸到之後就如觸電一樣，拼命地追逐其他人，盡快把這電傳到別人身上。

斐理伯遇到納塔乃耳時不多言，只向他報導自己所找到的，然後興致勃勃地、友善地、熱情地邀請他：「你來看一看吧！」他好像已向耶穌偷師，學了他對首二位跟隨他的門徒們所說的「你們來看看吧」(若1:39)。斐理伯不用以理說服別人，也不用如推銷員一般表現唇舌之功，他只邀請他的這位故作清高冷漠的朋友自己去體驗。最終納塔乃耳與耶穌相遇，他的冰冷被耶穌融化，

他擺的架子被耶穌拆散，他對耶穌心悅誠服。

還有一次斐理伯扮演了這個樂於助人，成人之美的中介角，就是當在耶路撒冷一班慕名而來找耶穌的希臘人去找斐理伯，請他幫助引見時，斐理伯立即去找那位與他同樣熱衷於把耶穌介紹給別人的安德肋，然後兩人一起把那群誠意的希臘人帶到耶穌跟前(若12:20-22)。斐理伯一定很有招攬慕道者的本領，很懂得做初步福傳，使人能被耶穌吸引，與耶穌相遇，擦出生命的火花。

斐理伯豪爽善交際，口才好，為人很實際，也很單純簡樸。抽象的、深奧的、高超的東西不是他的最愛，也不善作思想推敲或整理分析。在耶穌贈餅的事蹟中，一大群人跟隨耶穌多時，聽道之餘，一定也要充饑，耶穌體卹這些人，問斐理伯：「我們從哪裏買餅給這些人吃呢？」他想斐理伯察覺這情況，動動腦筋動動心，看看可否找出什麼解決辦法。斐理伯很實際，照事論事地估計人數，盤算需要多少餅，粗略打價，回答說：「就是二百塊德納的餅，也不夠每人分得一小塊。」(若6:7)他除了計算人數之外，也估計一下自己及兄弟們的銀包，就算傾囊買餅，也無濟於事。他的想像力有限，想不出有什麼好方法。若望說：其實耶穌故意試探他，故意問他那裏「買」餅，他就被關在「買」這個死胡同中轉不出來。後來，大家都知道結果，就是安德肋採取行動，找到一個有五個餅兩條魚的孩子，耶穌就讓這五餅二魚能使群眾吃飽，還剩下十二筐碎片。面對這奇蹟，斐理伯會發覺自己只從「錢」及「買」入手，來找尋解決辦法，而忘了眼前有耶穌；只顧在腦海中的計算機中輸入人數、餅數、錢數，卻沒有把耶穌這個「勝數」算進去，是多麼的愚蠢。

【未完待續】

### 2024復活節教友奉獻收入 Donation as of Easter 2024

Regular: \$9,991.90  
Good Friday: \$8,161.35  
Easter collection: \$6,715.75

\*\*本主日有第二次奉獻-為堂區基金

### 救主慈悲敬禮

日期: 4月7日(星期日)  
時間: 1:15pm - 3:45pm  
地點: 鮑思高禮堂  
敬禮期間可辦告解。

### 諸聖同行植樹活動

上週聖人聖泰卡維達是環境、生態的主保,我們植樹是以行動支持生態延續。

日期: 4月28日(星期日)  
時間: 9AM-12PM或1PM-4PM兩個時段  
網上報名: <https://www.10000trees.com/>

### 聖母花園靈修工作坊(粵語講授)

日期: 2024年5月4日(星期六)  
時間: 10:30am - 12:00pm  
地點: 鮑思高禮堂  
活動: 聖詠、建造聖母花園、以默觀方式恭念玫瑰經  
費用: \$15  
報名: 4月13,14及20,21粵語彌撒後到諮詢處

### 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

### 「喜樂漁夫」

「喜樂漁夫」是一個由《生命恩泉》舉辦,以多個網上課程組成的培育計劃,目的是有繫統地裝備及培育華人天主教徒,成為擁有正確心態和技巧、積極及有效的福音傳播者—「漁人的漁夫」。透過17個星期的網上課程及聚會,大家一同:

- 探討自己與天主的關係
- 有繫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

今屆課程將於四月初開始,現正接受報名,部份班

別現已額滿,有意報讀者請盡快到<https://www.joyfulfishers.org>, 了解更多及申請!(亦可參閱大堂海報!)

### 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](mailto: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](mailto:marriagejoyfilled@gmail.com)

### 請取用「收集硬幣生命盒」 Coins for Life campaign

哥倫佈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.

### 聖心入聖家庭



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 1<sup>st</sup> 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。

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.



## 教友分享

# 齊來讚頌天主 - 醫治祈禱的恩寵

聖神同禱會協同教友

2月6日晚上，我們的堂區舉行了一次彌撒暨治癒祈禱。在治癒祈禱的時候，鄧神父進行聖體遊行的醫治。在耶穌基督親臨下，很多兄弟姊妹都得到一定程度的身體及心靈醫治。

在當天祈禱聚會之後及過去的一段日子裏，聖神同禱會收到一些得到醫治的反映，我們把這些兄弟姊妹所得到的醫治刊登出來，除了為感謝天主的愛，也希望在讚美聲中各兄弟姊妹都能對得到天主的身心靈醫治有更大的信心。

-我有一個朋友是由其他堂區來參與昨晚的醫治祈禱，因為她的朋友在上次祈禱中得到家庭關係的醫治。(翌日立時見到改變)所以她昨晚特地來為自己的家庭祈禱。

-有位女仕，在聖體經過她面前時，感覺腦袋好似被電擊(電腦)，之後她的焦慮症和抑鬱症好了很多。

-一位朋友剛喪親，她說她在醫治祈禱後感覺好多了。

-有位男士在聖體經過他時，整個人軟下來跌坐在椅子上，被聖神所充滿、在聖神內休息了。當他試圖站起來時，他一瞥到聖體後又再次被聖神充滿。他事後亦提及在聖人堂上一次由程明聰神父主持的醫治祈禱中，他也有被聖神所充滿的恩賜。

-昨天晚上我帶著喉嚨乾涸不適到達聖堂，在彌撒期間我不敢開聲答禱文、唸經和唱歌，因為當我說話時會刺激喉嚨而咳嗽。然後禮儀開始，當神父把耶穌聖體放在祭台中央，我望著聖體祈求耶穌醫治，包括我的喉部不適。禮儀中我沒有特別感覺，只是心中堅信耶穌醫治的大能。到了禮儀結束，歌唱結束歌"歡欣"的時候，我不自覺地跟著唱，而且很開心地唱，喉嚨一直沒有因為開聲而乾涸咳嗽。感謝天主！

-在聖體經過後，感覺很喜樂。

-醫治祈禱前有極度放不下的心事，聖體接近時，感覺平安、交託、放下心頭大石。

-醫治祈禱後，右膝的腫脹立刻消除了一大部分。

-手剛被滾水燙傷，在整個彌撒中都在痛，直至聖體出來之後，痛就離開了，紅也驅散了....完全醫治！

我們為以上勇敢地為主作證的兄弟姊妹感恩，除了感恩他們所接受到的身心靈醫治，也感恩他們的勇敢作證、光榮天主，感謝天主！ ■

## BANNS FOR ORDINATION

Max Choy is to be ordained to the Diaconate for the Archdiocese of Toronto on May 25, 2024 at St. Michael's Cathedral.

Please remember him in your prayers.

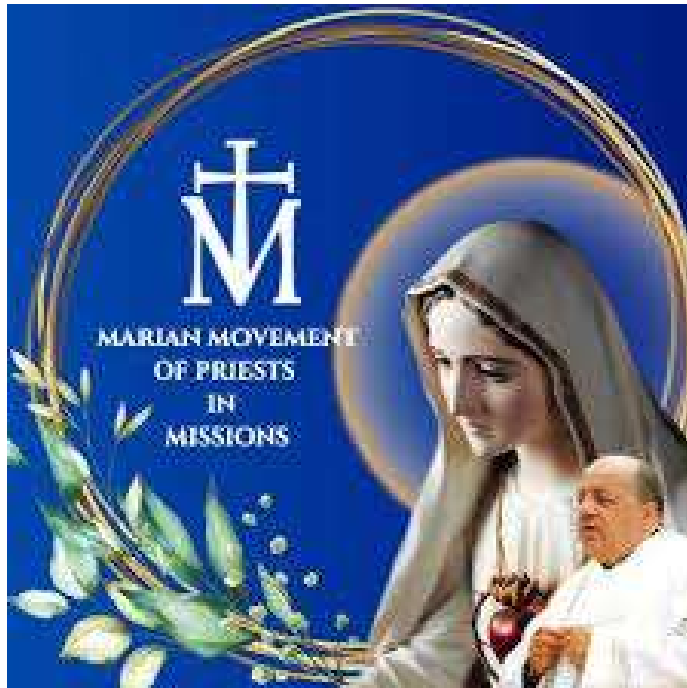
Canon Law obliges Catholics to reveal any impediment to sacred orders to the bishop or pastor.

## 2024 Holy Week and Easter Schedule 聖週及復活慶期時間

(更新 updated : 2024.03.31)

<p><b>The Solemnity of Palm Sunday :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mar.23<sup>rd</sup> Saturday 6:00pm Mass – Palm Sunday Procession, solemn entrance</li> </ul>	<p><b>聖枝主日:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>3月23日星期六 6:00pm 彌撒 – 聖枝遊行</li> </ul>
<p><b>Tuesday of Holy Week :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><a href="#">The Mass of Chrism</a> at St. Michael’s Cathedral for the priests of the Archdiocese of Toronto.</li> <li><b>Our parish’s morning Mass at 9:10am is cancelled.</b></li> </ul>	<p><b>聖週二 :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>總教區舉行<a href="#">聖油感恩禮</a>司鐸日</li> <li>本堂早上 9:10 am 彌撒取消</li> </ul>
<p><b>Easter Triduum :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mar.28<sup>th</sup> Holy Thursday: 8:00pm the Lord’s Supper</li> <li>Mar.29<sup>th</sup> Good Friday: <ul style="list-style-type: none"> <li>2:00pm Station of The Cross</li> <li>3:00pm Liturgy of The Lord’s Passion</li> <li>7:30pm Youth Stations of The Cross</li> </ul> </li> <li>Mar.30<sup>th</sup> Holy Saturday: 7:30pm Easter Vigil</li> </ul> <p><i>*Morning Mass is cancelled during the Easter Triduum*</i></p>	<p><b>逾越節三日慶典 :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>3月28日 聖週四: 8:00pm <a href="#">主的晚餐</a></li> <li>3月29日 聖週五: <ul style="list-style-type: none"> <li>2:00pm 苦路善功</li> <li>3:00pm <a href="#">苦難禮儀</a></li> <li>7:30pm 青年苦路善功 (英語)</li> </ul> </li> <li>3月30日 聖週六: 7:30pm <a href="#">復活節夜間慶典</a></li> </ul> <p><i>*逾越節三日慶典期間 早上彌撒取消*</i></p>
<p><b>Easter Sunday :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mar.31<sup>st</sup> – Sunday Mass schedule as usual.</li> </ul>	<p><b>復活主日 :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>3月31日 - 主日彌撒時間如常</li> </ul>
<p><b>The Octave of Easter :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Apr.1 – Octave Monday, 9:10am / 8:00pm Mass</li> <li>Apr.2 – Octave Tuesday, 9:10am / 7:30pm Mass</li> <li>Apr.3 – Octave Wednesday, 9:10am / 8:00pm Mass</li> <li>Apr.4 – Octave Thursday, 9:10am / 7:30pm Mass</li> <li>Apr.5 – Octave Friday, 9:10am / 8:00pm Mass</li> <li>Apr.6 – Octave Saturday, 9:10am Mass</li> <li>Apr.7 – Second Sunday of Easter (<a href="#">Divine Mercy Sunday</a>) – <ul style="list-style-type: none"> <li>Liturgy from 1:15 to 3:45 pm;</li> <li>Mass at 4:00 pm</li> </ul> </li> <li>Apr.8 - The Annunciation of the Lord – <ul style="list-style-type: none"> <li>9:10 am Mass, followed by lay flowers and recite rosary at Pavilion of Our Lady of Immaculate Conception.</li> <li>8:00 pm Mass, recite rosary and lay flowers.</li> </ul> </li> </ul>	<p><b>復活節八日慶期 :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>4月1日 – 慶期星期一, 9:10am / 8:00pm 彌撒</li> <li>4月2日 – 慶期星期二, 9:10am / 7:30pm 彌撒</li> <li>4月3日 – 慶期星期三, 9:10am / 8:00pm 彌撒</li> <li>4月4日 – 慶期星期四, 9:10am / 7:30pm 彌撒</li> <li>4月5日 – 慶期星期五, 9:10am / 8:00pm 彌撒</li> <li>4月6日 – 慶期星期六, 9:10am 彌撒</li> <li>4月7日 – 復活第二主日 (<a href="#">救主慈悲主日</a>) <ul style="list-style-type: none"> <li>1:15 to 3:45 pm 禮儀</li> <li>4:00 pm 彌撒</li> </ul> </li> <li>4月8日 – 預報救主降生節 – <ul style="list-style-type: none"> <li>9:10 am 神父共祭彌撒, 之後到聖母亭誦念玫瑰經及獻花。</li> <li>8:00 pm 神父共祭彌撒, 也有誦念玫瑰經及獻花。</li> </ul> </li> </ul>





## 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=bG1OaFpMci8wOUUp4SXVhVjJZMndiUT09>

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/j/84003270763>

## 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	2024年9月
粵語	星期四晚:7:00-8:30			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	2024年9月
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	全年招收
國語	星期日:2:00-3:30pm	B1		angela.wong829@icloud.com - Angela Wong	全年招收
		203		堂區辦公室 905-294-1377 詹修女	
English	Sunday:3:30-5:00 pm	204	Contact Parish Office		

### 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)