

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



常年期第二十七主日 | 二〇二四年十月六日
Ordinary 27th Sunday | October 6th, 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.



堂區通訊

<https://www.chinesemartyrs.org/wordpress/wp-content/uploads/2024/10/Ordinary-27th-Sunday-2024.pdf>

十月教宗祈禱意向
HOLY FATHER'S PRAYER
INTENTION

請為共同使命祈禱

FOR A SHARED MISSION

祈願教會繼續以各種方式支持同道偕行的生活方式，體現出共同責任的精神，促進司鐸、會士和平信徒的參與、共融及共同使命。

Let us pray that the Church continue to sustain a synodal lifestyle in every way, as a sign of co-responsibility, promoting the participation, communion and mission shared by priests, religious and laity.

本期導讀

與主共融	
與失去希望的人分享信仰的喜悅.....	2
主日分享	
男女地位平等	3
信仰培育	
會祖傳(續)	4
天主教歷史淺談	
61. 非天主教基督徒大公合一運動誕生	5
平安是福	
如何保持已減去的體重而不再增重.....	6
高夏芳修女靈修選摘	
從誤解到悟解(續)	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

教宗接見德國大公朝聖團： 與失去希望的人分享信仰的喜悅

教宗方濟各10月2日上午在梵蒂岡接見由德國德累斯頓-邁森教區和薩克森福音派路德教會組成的朝聖團。教宗囑咐他們懷著信賴之心謙遜地與所有人分享信仰的意義、希望及喜樂。

(梵蒂岡新聞網)教宗方濟各10月2日在梵蒂岡接見了德國德累斯頓-邁森教區和薩克森福音派路德教會的朝聖團成員並向他們講話，囑咐他們親自做出可信的見證，與所有人分享信仰。

“我們唯有期待祢！”

首先，教宗用德語親切問候到訪的德國朝聖團全體成員，並讚賞他們以德語版《謝主頌》的“我們唯有期待祢！”為此次朝聖活動的格言。

教宗表示，旅行旨在“為我們這個時代的人們一起重新發現朝聖的靈性寶藏”，並把這些恩典分享予他人，“包括那些好像遠離信仰的人、還沒有聽過基督話語的人，或者那些認為祂絲毫不重要的人們”。教宗說道：“我認為，今天許多人的生活缺乏意義、希望和喜樂，這些是這個世界無法給予的。這就是為什麼我敦促你們以信賴和謙卑的態度，與所有人分享信仰的意義、希望和喜樂。”

親自做出可信的見證

接著，教宗指出，為了有效地與他人分享信仰的意義，應該“親自做出可信的”見證。教宗說：“上主親口提到了祂門徒們的合一，並向天父祈求：願眾人都合而為一，為

叫世人相信。(參閱：《若望福音》十七21)”於是，教宗以教會的名義感謝朝聖者“認真實行耶穌的大公合一使命，並藉著這次共同的朝聖活動和日常生活中同樣重要的事，來實現這項使命”。

藉著天主的恩寵，從微小到偉大

隨後，教宗敦促在場的朝聖者繼續“共同努力”，見證他們內心的“希望”(參閱：伯前三15)。教宗提出一些聖經圖象，例如“地上之鹽”、“世界之光”、“小種子”。教宗解釋道：“在天主恩寵的助佑下，微小之事能夠成就為偉大之事。這比我們人類光靠我們自己的力量所能成就的，更偉大、更美好。”

教宗還提到了一個歷史性的事件：“1989年10月在德累斯頓，一些基督新教徒和天主教徒與警察對峙時，奇蹟般地沒有開任何一槍，而且在其它的一些城市也啟動了一條誰也想不到的和平之路，最終促成了德國統一的‘奇蹟’。”

最後，教宗邀請所有的在場人士祈禱，教宗說：“現在讓我們一起向我們的在天大父祈禱，用一篇將所有基督徒聯合在一起的祈禱詞。我們向天父祈求我們生活及朝聖之旅所需的一切，最終使我們的偉大渴望得以實現：即在與天主和我們彼此之間的共融中達至圓滿的和諧。”

鏈接網址：<https://www.vaticannews.va/zht/pope/news/2024-10/pope-francis-speech-pilgrims-dresden.html> ■



教宗接見德國大公朝聖團 (VATICAN MEDIA / Divisione Foto)

常年期第二十七主日

讀經一： 創 2:18-24
 讀經二： 希 2:9-11
 福音： 谷 10:2-16

Ordinary 27th Sunday

FirstReading: Gn 2:18-24
 SecondReading: Heb 2:9-11
 Gospel: Mk 10:2-16

男女地位平等

吳智勳神父
 天主教輔仁聖博敏神學院禮儀研究中心

默想

今日的福音明顯地論男女的結合，特別強調婚姻不可拆散。這種講法，基督徒已是耳熟能詳了，我們現在則以婦女的地位，作為今天反省的主題。

從前，在猶太社會中，婦女地位低微。在統計人數時，女人與小孩都不算在內。例如：舊約以色列人出埃及，只算男子六十萬；新約五餅二魚的奇蹟，只統計男子有五千。可見這是猶太人的風俗，但聖經的啟示，並沒有輕視婦女的地位。

在第一篇讀經創世紀中，天主把亞當（男人）安置在樂園裡，讓他擁有一切，支配一切（由亞當起名字的意思）。但亞當仍感不足，反映物質並不能使人滿足，人需要其他人，故天主說：「人不宜單獨生活」。人需要與人分享，與人建立關係，而最自然的一種，就是夫妻關係。天主用亞當的肋骨造厄娃（女人之意），成為他相稱的助手，啟示了女人與男人同出一源，完全相等（肋骨意指一半），同樣尊貴，物質不能相比，男人更不能把女性當物質看待。可惜，罪惡破壞了天主的計劃，女人的地位變得低微，甚至淪為丈夫的財產，竟與房舍、僕人、牲畜並列：「不可貪你近人的房舍，不可貪戀你近人的妻

子、僕人、婢女、牛驢，及你近人的一切。」（出20:17）貪戀別人的妻子，有侵佔別人產業的意思，故舊約中與別人的妻子發生關係，其懲罰是死亡；若與還未結婚的女子發生關係，則可娶她為妻。此外，婦女的價值，往往在乎她能否生子，若不能則是一種恥辱，其丈夫可另娶或休妻。

聖經記載不少偉大的人物，有一個以上的妻子，但婚姻生活都出現問題。亞巴郎要把妾侍及他的兒子送走，雅各伯的兩妻子雖是姊妹，仍彼此反目；達味喜歡別人的妻子，害死別人的丈夫而佔有了她；撒羅滿的後宮佳麗過千，但受她們的影響而拜邪神。聖經只忠實地記錄他們的事跡，不但沒有稱讚，反而指出帶來的不幸。梅瑟制定法律准許休妻，是為了避免發生更不幸的事，如丈夫殺妻而另娶。當時的婦女，難有獨立生存的能力，持休書的婦女，有機會再嫁，最少可解決生活的問題。福音中，耶穌沒有譴責梅瑟，但祂引用創世紀的話表達天主從創造之初的意思：「兩人成為一體」，中間不容許第三者的存在，並將男女放在同一的地位上。猶太人早已接受「妻子離棄丈夫而另嫁，就是犯姦淫」，但令他們震驚的是：「男人休妻而另娶，就是犯姦淫」。耶穌特別提出，如果前者是罪，後者同樣是罪。

過往我們讀今日的福音，注意力多放在「是否准許離婚」這問題上，忽略了耶穌更具革命性的主張，即男女的平等地位。女人不再是男人的財產，不能再像物質一樣支配她們。

今天，婦女的地位雖已提高，但重男輕女的意識仍然存在。很多人口頭上呼叫打倒男女不平等，但行為上未能擺脫這傳統的包袱。教會原則上反對選擇性別的科技，除了因為這種科技企圖取代天主的地位外，更能將重男輕女的錯誤意識延續下去。事實上，亞洲人的社會重男輕女仍甚普遍。據一項在印度作的調查顯示，在幾千個因選擇性別並非自己所預期而去墮胎的個案中，只有一個是男性，其他死的全是女性，由此可見重男輕女的思想在某些地方仍甚普遍。我們反躬自問，倘若每家只能容許一個子女，我們會怎樣選擇？我們會將一切交在天主手裡嗎？

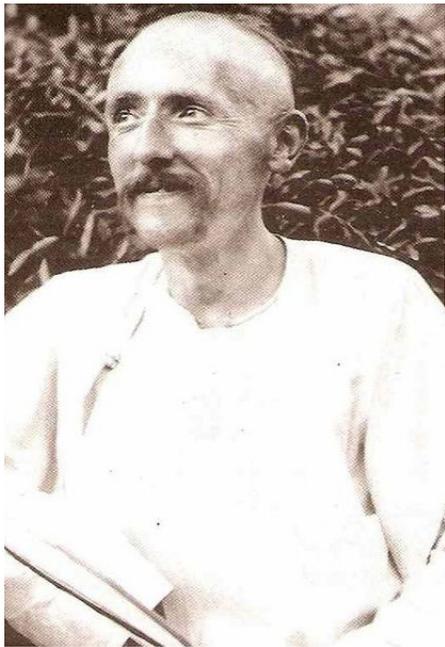
在教會的傳統裡，可能存在著一些對女性不公平的做法。雖然女性在人數上、熱心上、服務上都優於男性，但教會似乎仍是以男性為主導。教會並非刻意歧視女性，但卻往往忽視女性的感受。所以當我們批評別人歧視女性時，勿忘自我反省；藉聖神的光照，我們才會發現自己可能在不知不覺中助長對女性的歧視；例如在彌撒中，有神父和女送聖體員送聖體時，會專選神父那邊領聖體嗎？在參與講座或避靜時，會專選神父主持的而放棄女教友主持的嗎？

讓我們擺脫各種風俗文化的拘限，返回聖經的啟示，天主創造人時是男女平等的，男女互相合作，互補不足。天國一定不會只統計男人，天主要看我們是個怎麼樣的人，而不是看我們是男人或女人。

會祖傳

耀漢小兄弟會 雷鳴遠神父

作者：趙雅博



鮑郎司鐸的合作

【以下繼續上期內容】雷神父繼續說：‘啊！這時我懇求聖母……他要如何答覆呢？’‘但是，我之所以打倒宗教，因為它是中國的仇敵。’‘朋友，我已經向你提出了一個誠懇的建議：你想想，再來看我。’幾天以後，他果然回來了，接受我的建議，我就把他送到你這里來了！”“那麼他是反天主教團體的主席啊！”

“你看，如果好天主要他回頭，該有多大的影響呢！至於另一位，他是北方一個大領袖的侄子，他的皈依值得一位傳教士工作一生。”

鈴響了，我打開門。一位中國學生：“萬桑神父在這里

嗎？”……“雷神父，有人找……”“啊！是的。”“對不起，我沒有預先告訴你，我已經通知幾個可愛的孩子們了，我整天在這里。”

鈴又響了：“對不起，雷神父在嗎？”上午，有六位中國學生來了……這正趕上下課的時候，小瘋子們颶風似的進來了。

他們已經認識宜生與閻君了，問候他們像老同學一樣，特別是劉宜生，我看他有一種信任。他們真是像一家人了。

不用五分鐘，他們就被雷神父吸引了。午飯時候，好多人給家中打電話說不回去吃飯了。我們全體，雷神父、中國學生、四五個學生同我，一起到本堂盡頭的一家小飯館吃午飯。

雷神父給我們談中國，孩子們很聰敏地問著問題。雷神父充滿熱情，為中國答覆著他們的問題。中國同學能聽懂他的話，宜生給我說：“他說中國話比中國人還好！”我們整個下午都在聽他談話。四點鐘，本堂區的孩子們又重新闖進來，一直到晚上。人們不停地讓雷神父說話，他最後說：“如果我能有這一群人，幫助我工作，幫助我為我可愛的孩子們找地方，代我寫信……啊！如果我有一個小小的秘書處，我的孩子們當我在各處奔波時，可以在這里幫我寫信！……”

“神父，只要你願意。”

就這樣芮連（Julien）本堂的副堂辦公室成了雷神父的秘書處。若瑟熱爾、雷震遠兄弟，負起責任，全體都答應幫忙。雷神父又去法國了，因為第二天要在那里開始講避靜。

從那天起，鮑郎司鐸就成了雷神父的靠山之一，佛維爾也變成了雷神父的過路站。只要他一來，消息立刻就傳開了：“雷神父在這里，小雷神父在那里呢！”副堂司鐸的一群小瘋子就從各處跑來了。

“很美麗的一天，”鮑郎繼續寫著，“我能給他報告一個驚人的大新聞，宜生要求受洗！經過是這樣：本堂區有一位小姑娘，瑪德-表蕾（Marthe Biolley），染上了一種不治之癥。她十四歲了，我要求她合作：“你獻上你的一切痛苦為宜生的回頭，你喜歡受苦吧！你要求好天主為宜生多受些苦。”我看她聽著我的話，高興地流出了眼淚。每當我去看她的時候，她總在問：“他還沒有回頭嗎？我開始受很多的苦了”。或者：“真麻煩！這星期我沒有受苦，為你的朋友我沒有做什麼。”某個星期六，我外出回來，正是一九二二年十月二十一日的夜里，我看見宜生在等我：“我願意成為基督的信徒。”他給我說。我問他為什麼？他想了想，說了一句耐人尋味的話：“我願意稱天主為我父，稱吾主為我兄，並感覺天主在我心里，一種不可抗拒的力量在我心內……”

【未完待續】

天主教歷史淺談

資料來源：梵蒂岡廣播電台

61 · 非天主教基督信徒大公合一運動的誕生

一九一四年到一九一八年的第一次世界大戰期間，瑞典烏普薩拉路德派教會的總主教納坦·瑟德布盧姆（NATHAN S?DERBLUM, 1866-1931）曾為世界和平向基督信徒發出呼籲。他在戰爭結束後倡立了一個名叫“生活與行動”（LIFE AND WORK）的運動組織，鼓勵人度實際的基督信仰生活。

一九二五年來自二十七個國家的六百位這個運動的代表們聚集在斯德哥爾摩，其中有德國人，也有他們在戰爭中的敵人，有誓反教各派的代表，也有東正教人士，他們一同研討教會與社會的關係，以及社會正義的問題。

十二年後，一九三七年，“生活與行動”組織又在英國牛津召開第二次會議，屬於四十四個國家的一百二十四個教會都

派代表出席。這次牛津會議肯定在極權統治時代中仍應享有宗教自由的權利。

方才我們提到一九一〇年全球誓反教的傳教社團組織曾在愛丁堡舉行過一次會議，而且獲得令人意想不到的結論。那次會議之後產生了一個名叫“信仰與秩序”（FAITH AND ORDER）的運動，其中以聖公會人士為主導。這個運動於一九二七年在瑞士洛桑（LOSANNA）舉行了第一次重要的聚會，有來自一百零八個國家的四百位代表參加，東正教代表團的陣容也相當重要。聚會中代表們談了許多有關教義的問題。雖然與會代表中有一些人迫不及待，希望基督信徒儘早合一。但是絕大多數的人都認為應該留下充分的時間來尋找真理，不要只為了追求合一而不顧一切。

瑞士洛桑聚會十年後，一九三七年又召開了第二次愛丁堡會議，距第一次有二十七年之久，與會的各教派代表比過去的還多。這次會議要求各教派的信徒努力彼此諒解，而且會議本身也承認上主已經把合一賜給整個教會了。當時英國聖公會約克城的總主教威廉·坦普爾（WILLIAM TEMPLE, 1881-1944）講了一段很有先知性的話說：「要是我們之間未曾擁有合一的話，我們就無法尋求合一。那些在他們之間沒有共同之處的人，不會感受到分離的痛苦。」

威廉·坦普爾這位約克城的總主教後來升任為英國坎特布里城（CANTERBURY）的總主教……

【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

如何保持已減去的體重而不再增重？

對很多人來說，減肥已經是很困難，但要保持已減去的體重而不再增重更具挑戰性，很多能減肥的人在過了一段時間後體重便再增加，其中一個原因是減肥過後身體的新陳代謝減慢了，新陳代謝是人體『燃燒』熱量的過程，被擾亂的新陳代謝會破壞人體保持體重減輕的能力。尤其是當減肥過速時，人體會減慢燃燒熱量的過程，這是身體保護我們不會因此而餓死，所以，當在短時間減去相當數量的體重時，新陳代謝很快就轉入『生存模式』(survival mode)，新陳代謝的改變是人在採用迅速減肥後體重反彈的主要原因，當他們恢復正常的飲食後，他們的新陳代謝並不能適應而體重便回升，所以醫學界反對使用『極低熱量飲食』(Very Low Calorie Diet)和過速的減肥方法、而是建議每個星期只減一至兩磅，並需要長期維持健康的生活方式增加長遠減肥成功的機會。

正如減肥需要努力和承諾，保持已減去的體重而不再增重更需如此，減肥的目標必須結合飲食的改變和定時的運動才能達到。有效的減肥策略對保持已減去的體重而不再增重亦有作用：

(1)支援系統：根據『美國國家體重控制登記處』(the National Weight Control Registry)的資料，百分之五十五的登記人士使用減肥計劃達致減肥的效果。

(2)運動在保持已減去的體重而不再增重發揮至關重要的作用，研究顯示就算是不劇烈的運動(例如行路和上落樓梯)都具正面的效果，建議的運動量是每週消耗1500至2000卡路里，即是成年人每週三至四次進行四十分鐘中度至

強度的運動。

(3)飲食和運動是極其重要的策略，在『美國國家體重控制登記處』登記的人士中，百分之九十四增加了他們的運動量。

(4)養成吃早餐的習慣：吃早餐是能夠減肥並保持適中體重的人的一個共同特質，吃了一個健康的早餐能令人避免在稍後時間感覺過度飢餓而過度飲食。

(5)當達到適當的體重後，慢慢在每天的膳食內增加約二百卡路里熱量健康和低脂的食物，為時約一星期，觀察體重的減低是否繼續，若體重的減低仍然繼續，可每天再加少量的健康食物，直至找到維持適中體重的適當平衡，這可能需時及良好的紀錄，制定如何調整食量和運動量，甚至需要諮詢營養師的意見。

維持適中的體重需要繼續使用行為策略，有些人在應付精神壓力時會多吃，所以要小心，在承受精神壓力時可運動、冥想或找朋友聊天和側訴。偶然回復以前的不良習慣並不是失敗，飲食的選擇和定時的運動能減肥和維持適中的體重，出現負面的情緒和惡劣的人際關係時，不要採取多吃的方法、而是其他更好、更健康的應對方法。

『減肥增重循環』(weight cycling)：這是反覆多次減肥與增重，這會對健康帶來負面的影響，包括高血壓、高血脂、膽囊疾病等，雖然情況會因人而異，但最好仍然是避免減肥增重循環，盡量用健康的飲食方式和定時的運動維持適中的體重。有論者擔心減肥後再增重令減肥及維持適中的體重更困難，不過大部份研究顯示減肥增重循環並不會影響人體燃燒熱量的速率，此外，曾出現減肥增重循環並不會影響再減肥的能力，也不會增加脂肪積聚(尤其是脂肪積聚在腹部而導致中央肥胖)。 ■



Photo by Kenny Eliason on Unsplash

《遇之妙：福音中與耶穌相遇的人物》之四/7-高夏芳修女靈修選摘

從誤解到悟解 - 瑪爾大及瑪利亞在拉匝祿墓前

高夏芳修女

【以下繼續上期內容】不過，其實瑪爾大也有一點低估了耶穌，她確信耶穌是聖者，他的轉禱定會被天主垂允，但沒有想到耶穌就是生命的主宰，耶穌耐心地一步步帶領她，在她面前顯露自己的真身分。「我就是復活，就是生命」，正如在井旁，他巧妙地循循誘導那位撒瑪黎雅婦女，在她面前顯露自己是以色列世代等候的默西亞一樣。可見耶穌對女性全無偏見，絕不歧視；相反，把她們看作可造之才，在她們身上投注時間、精力，施展教導良方，引領她們在信仰的路程上穩步前進。

耶穌在與瑪爾大的一番對話中，用了一種在〈若望福音〉中經常出現的方法：藉誤解到悟解。耶穌的談話對象首先不解、誤解或曲解耶穌的用意，但透過耶穌的繼續帶領，一步一玄機地令他們最後能頓悟，了解耶穌說話的深層意義。茲將在〈若望福音〉中有此現象的對話列舉出來。

2：19-22猶太人誤解耶穌有關「拆毀聖殿，三天內把它重建」之言。

3：3-5尼苛摩德誤解「重生」之意思。

4：10-15撒瑪黎雅婦人誤解「活水」的真諦。

4：31-34門徒誤解「耶穌已有食物吃」的深層意義。

6：32-60猶太人三番四次誤解耶穌有關「永生之糧」的言論及他的「從天降下」。

7：33-36猶太人誤解耶穌要「回到派遣他者那裏」的意思。

8：31-33猶太人誤解何謂「獲得自由」。

8：51-53猶太人誤解耶穌所說：「誰遵行我的話，永遠見不到死亡」。

8：56-58猶太人誤解「耶穌的日子」的含義。耶穌說，亞巴郎曾欣喜地期望這日子。

11：6-16門徒們誤解「拉匝祿睡著了」之意。

11：17-24瑪爾大誤解耶穌有關拉匝祿必定復活的許諾。

12：30-36猶太人誤解耶穌要「從地上被舉起」有何意義。

13：1-11伯多祿誤解耶穌為何給門徒洗腳。

13：27-29門徒們誤解耶穌對出賣他的猶達斯所說：「你要做的，快去做吧」。

13：36-38伯多祿誤解何謂跟耶穌去他要去的

地方。
14：1-5多默不明「耶穌要去的地方」及「往那裏的路」指的是什麼。

14：6-11斐理伯不明誰看見耶穌，就看見父。

14：18-24猶達斯（不是那個依斯加略人）不明耶穌「把自己顯示給愛他的人」究竟是什麼一回事。

16：16-30門徒們不明耶穌所說：「我不再用比喻對你們說話，而要明明地向你們傳報有關父的一切」。

18：28-19：16耶穌在比拉多前受審時，比拉多屢次誤解耶穌，不明他的君王身分，他的王國的性質，他如何為真理作證，他到底是從那裏來的。

若望很想讀者明白，雖然天主紆尊降貴，用人的說話方式來跟人交談，但天人之間的溝通卻不因此而寫成平起平坐的交往。溝通的兩端始終處於兩個不同的層面，聆聽天主發言常是以有限捕捉無限，以有涯逐無涯。若望刻意強調這天人之距，「你們是出於下，我卻是出於上；你們是出於這個世界，我卻不是出於這個世界」（若8：23）。

【未完待續】

2024年九月二十一日、二十二日教友奉獻收入 Donation of 21st, 22nd September 2024

Regular: \$8,527.20

- ** 本星期有第二次奉獻，是為堂區基金。
- ** 下星期第二次奉獻為Indigenous Healing and Reconciliation。

青少年彌撒

10月6日11am青少年彌撒及朝拜聖體，歡迎父母帶領家長們參加。

We invite all families to the Children/Youth Mass on Sunday, October 6 at 11am mass.

生命連線

哥倫布騎士15463屬會舉行生命連線，警醒世人墮胎是殘酷殺害嬰兒的行為。

屆時將會有一小時沈默的祈禱。

日期：10月6日(主日) 下午2時至3時

地點：McCowan 與 Steeles 的街口

聯絡：Raphael Wu 416-298-5619

重陽節中文追思彌撒

10月12日(星期六)下午2:00，將於基督君王墓園(Christ the King Cemetery) 舉行重陽節中文追思彌撒。請教友們熱心參與。

免費急救培訓

鳴遠親子會與加拿大我愛你國際機構聯合舉辦免費急救培訓。

時間是10月13號下午2:00-3:30pm

地點：中華殉道聖人堂B3，活動中將學習到心肺覆蘇、救命神器AED的操作、包紮止血等等急救技能，歡迎7歲-70歲有興趣的朋友們一起來參加。

報名方式：堂區諮詢處/鳴遠親子會微信群

聖母遊行

10月13日4點彌撒後有聖母遊行，歡迎大家積極參加，另外也請大家在遊行期間不再開車。謝謝配合。

10月20日 世界傳教日

教區規定將於10月19/20,10月26/27 清點參與彌撒人數。

Annual Mass attendance survey, will be on the weekends of Oct. 19/20 and Oct. 26/27. 第333童軍將於十月二十日在聖堂大門前派蘋果，歡迎教友自由捐獻。

2025禧年意大利14天(青年團)朝聖之旅

教宗方濟各以《望德不叫人蒙羞》詔書宣布明年為特別禧年，並以“希望的朝聖者”為明年慶祝的主題。

聖堂特別於明年7月7日-7月20日舉辦一次2025禧年意大利14天(青年團)朝聖之旅，並帶領青年去參觀千禧年出生的第一位真福卡洛·阿庫蒂斯(Carlo Acutis)的故鄉亞西西，也會探訪聖五傷畢奧神父(St. Padre Pio)，最後到羅馬聖伯多祿大殿去跨越聖門。這是一次難得的好機會，詳程請參閱聖堂壁報板海報，名額有限，請速報名。

全日英文成人慕道班招生 English RCIA Sunday 3:30 pm open for registration

上課時間：星期日下午三時半至五時

地點：204室

開課日期：2024年10月6日

Time: Sunday 3:30 pm - 5:00 pm

Venue: Room 204

First day of class: October 6, 2024

Inquiry: Please contact the parish office for Registration forms /Eric Lo 905-305-1339 ericlo707@yahoo.com

國粵語成人兒童慕道班開班時間：

星期三粵語班：9月11日7:30-9pm

星期六粵語班：9月21日4:15-5:45pm

星期四：9月12日7:00pm-8:30pm

星期日粵語：9月8日9am-10:30am

星期日國語：9月8日2pm-3:30pm

報名方式：堂區網站或壁報掃描二維碼或諮詢處去報名表。

國語兒童初領聖體班：現在開始接受報名

報名資格：七歲以上，已領洗之兒童

上課日期從2024年11月03日至2025年06月22日。於2025年06月22日基督聖體聖血節舉行初領聖體儀式。上課時間是每主日下午兩點至三點半，用英語授課。

請家長到聖堂諮詢處填寫報名表。報名時請準備下列文件：

1. 報名表填寫完整並簽字
2. 初領聖體孩子領洗證明

百萬唱

宗旨：友愛共樂並為教堂維修籌款

日期: 2024年10月26日 (星期六), 7:00 pm - 11:00 pm, 聖堂舉行。

抽獎卷: (聯系各善會負責人或辦公室)

認捐節目表演: (請聯系各善會負責人或辦公室)

主日學2024-2025年度招生 Sunday School new registration

主日學現開始招收2024-2025年度學生，開學日期在9月8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，有關表格可在堂區網站下載，請將報名表格在8月25日前交回堂區辦事處或電郵給Bridget Hon。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表格填寫)，並在交回報名表時附上領洗紙，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Bridget Hon 416-617-8486，或電郵：Ishon@sympatico.ca

主日上課時間及地點：

幼兒班: 上午 11:00 - 12:00 (209 室)

其他各班上午 9:30 - 10:30

*二年班(初領聖體班): 9:30 - 10:45 (B1地庫)

*一年班: 204 室;

三及四年班: 209 室;

五及六年班: B2 地庫

Sunday School will be accepting student registration for 2024 - 2025.

First day of school will be on Sept .8 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. 25. 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:

Ishon@sympatico.ca

Time schedule and venue:

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

Other classes : 9:30 - 10:30 am

Gr. 2 (First Communion class) : 9:30 - 10:45 (B1 basement)

Gr. 1 : Room 204;

Gr. 3 - 4 : Room 209 ;

Gr. 5 - 6 : B2 basement.

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:Ishon@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。
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，或掃描以下二維碼，又或鏈接 <https://forms.gle/3tf4yyD9gce53UEN9>
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 scan QR, or click the link: <https://forms.gle/3tf4yyD9gce53UEN9>



慕道培育時間表 RCIA-RCIC Formation Schedule

語言	聚會時間
粵語	星期三 晚7:30 - 9:00
粵語	星期四 晚7:00 - 8:30
粵語	星期六 4:15 - 5:45 pm
粵語	星期日 9:00 - 10:30 am
國語	星期日 2:00 - 3:30 pm
英文 English	星期日 Sunday 3:30 - 5:00 pm

聖母軍余山聖母支團

聖母軍余山聖母支團誠邀各位教友，恭迎耶穌聖心到自己的家庭，將家庭奉獻給耶穌，請耶穌為王。請在提前彌撒後及主日彌撒（12:30pm前）到聖堂大堂登記，安排恭迎耶穌聖心入王家庭敬禮。

聖母軍招收新團員

聖母軍的服務是讓更多的人，認識天主，光榮天主。在聖母領導之下，聖母軍以祈禱，積極的工作，聖化自己的團員，為堂區及社區服務。有意服務堂區的男女教友，請來看看，參加我們每星期的例會。
中華殉道聖人之后支團：
開會時間：逢星期二1:30pm203室
余山聖母之團：
WhatsApp: 416-727-9449
sheshanlegion@hotmail.com

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

多倫多嘉模聖母堂 · 天主教中華殉道聖人堂 · 天主教聖曹桂英堂 · 天主教救世主堂 · 多倫多華人天主教主聖心堂 · 天主教北區華人聖若翰堂 · 聯合協辦

《望德不叫人蒙羞》

(羅馬書 5:5)



Pope Francis

靈修講座

主題

《望德不叫人蒙羞》

Spes non confundit (羅馬書 5:5)

主講

韓大輝總主教

宗座駐馬耳他及利比亞大使

主辦

Chinese Pastoral Council of Archdiocese of Toronto

天主教多倫多總教區華人牧民議會

日期

2024年10月5日 (星期六)

地點

天主教中華殉道聖人堂

2755 Denison Street, Markham

講座內容

歌唱讚美/講座/祈禱/彌撒

(上午九時至下午五時三十分)

報名及費用

8月15日開始網上報名

Google Form連結

bit.ly/cpc2024talk

或 QR Code

每位\$10 (大小同價)

報名後請到各所屬堂區繳費

參加講座者自備午餐

講座以粵語進行，附設國語即時傳譯



主教同樂歡聚晚宴

帝實名宴

8360 Kennedy Rd, Markham

(六時恭候，七時入席)

餐券

每位\$65 (大小同價)

請於8月17日後與各所屬堂區購票

Design&Armark - 2024/07/20 CMCC Eddie



2025 聖保祿土耳其、希臘傳教之旅 18 天

行程：伊斯坦堡、卡帕多細雅、洞穴教堂、科尼亞依科尼雍、丕息狄雅、安提約基雅、安提約基雅、勞狄刻雅、七教會、耶辣頗里、斯米納、非拉德非雅、棉花堡、厄弗所、米肋托、聖母故居、帕特摩島、雅典、格林多、拉里薩、貝洛雅、得撒洛尼亞、乃阿頗里

價格： 雙人房每人 CA\$7980.00 單人房附加 CA\$1800.00	
費用包括： 去、返土耳其航空公司機票 / - 件寄艙行李 / 住宿以四星酒店標準- 部分地區只能提供三星酒店 / 行程中注明的餐食及小費 / 彌撒奉獻 / 隨團導遊 + 司機小費	
費用不包括： 申請入境簽證費 / 乘坐熱氣球 / 特別酒水供應 / 個人要求的特別膳食 / 酒店房間的額外支出 / 零食及電話費 / 彌撒及參觀教堂的自由奉獻 ……及行程內沒有包括的事項	
參加朝聖者： 每人填寫 - 份報名表格+ 護照副本 / 附訂金支票 (每人) CA\$3000.00	
日期: 2025 年 4 月 24 日(星期四)至 5 月 11 日(星期日)	
隨團神師： 甘立祖神父 Rev. John Lizu Gan CSJB	
第一天 4 月 24 日 (星期四)	加拿大一多倫多(Toronto) ✈️ 土耳其一伊斯坦堡(Istanbul) (航空公司提供的餐食) 乘搭 TK018 多倫多 YYZ 國際機場 21:30 伊斯坦堡機場 IST 國際機場 14:40 時差+ 1 天
第二天 4 月 25 日 (星期五)	伊斯坦堡(Istanbul Airport) 下午 14:40 (晚餐) 抵達伊斯坦堡機場後 🚗 隨即前往聖神聖殿主教座堂(St. Esprit Cathedral) 住宿: 伊斯坦堡(Istanbul)
第三天 4 月 26 日 (星期六)	伊斯坦堡(Istanbul) ✈️ 卡帕多細雅(Cappadocia) (早、午餐-晚餐自理) 早餐後-參觀聖安多尼聖殿(St. Anthony of Padua Church)-藍色回教寺(Blue Mosque)- 聖蘇菲亞教堂(Hagia Sophia)-遠眺博斯普魯斯海峽大橋 遊畢後乘車往伊斯坦堡 IST 機場 - 乘搭航班 TK2008 伊斯坦堡 IST 18:45 / 卡帕多細雅 NAV 20:05 抵達後隨即送返酒店休息 住宿: 卡帕多細雅(Cappadocia)
第四天 4 月 27 日 (主日)	卡帕多細雅(Cappadocia) 🚗 (早、午、晚餐) 參觀卡帕多細雅該區有數百座洞穴教堂(需視乎時間的多寡參觀不同的岩洞教堂) 遊覽錯綜迷離的地下城 / 餐後, 自費乘坐熱氣球, 在空中俯瞰整個卡帕多細雅平原 住宿: 卡帕多細雅(Cappadocia)
第五天 4 月 28 日 (星期一)	科尼亞依科尼雍(Konya Iconium) 🚗 丕息狄雅安提約基雅(Pisidian Antioch) (早、午、晚餐) 前往科尼亞依科尼雍(Konya Iconium) (車程約 3.5 小時) 參觀梅夫拉那博物館(Mevlana Museum)、聖保祿堂(St. Paul Church) 丕息狄雅安提約基雅(Pisidian Antioch) (車程約 2.5 小時) 住宿: 丕息狄雅安提約基雅(Pisidian Antioch)
第六天 4 月 29 日 (星期二)	丕息狄雅安提約基雅(Pisidian Antioch) 🚗 勞狄刻雅(Laodocia) (早、午、晚餐) 參觀丕息狄雅安提約基雅古城(Pisidian Antioch Ancient)、聖保祿教堂遺址(St. Paul Church) 前往七教會之一勞狄刻雅(Laodocia) (車程約 3.5 小時) 遊覽勞狄刻雅古城(Laodocia Ancient City) 住宿: 棉花堡(Pamukkale)

Volunteer
Appreciation
2024

Sing & Praise



義工嘉許日

11月23日

10:30 - 11:30 am

感恩彌撒

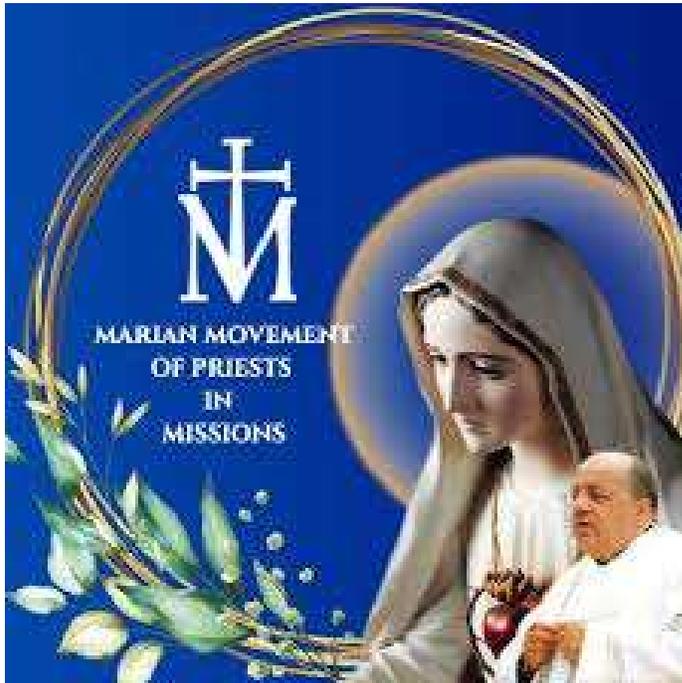
11:45 am – 1:00 pm

義工好聲音

展現我們義工的音樂才藝/天賦才華 ...
由觀眾現場投票選出「我最喜愛好聲音」

豐富茶點 幸運抽獎

請點擊連結報名義工好聲音：<https://forms.gle/k6imfrinVAfEWYi96>



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=bG1OaFpMci8wOUUp4SXVhVjJZMndlUT09>

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/k0AS2iMA3>

C. M. C. Badminton Club Membership (Oct, 2024 – Jun, 2025) Registration

We have booked the gym of the following locations for the badminton activity of our church's parishioners from Oct, 2024 to Jun, 2025.

Registration Date: Starting Sep 15, 2024

Age : Over 12

Please check ONE option only (只可選擇下列一項)

Every Monday 8:15 p.m.–10:15 p.m (Membership Fee: \$60)
St. Patrick Elementary School (5607 Hwy 7, Markham L4G 6P3)
(SE of Highway 7 & Robinson St.)
1st session: Oct 7, 2024

Every Friday 8:15 p.m.–10:15 p.m (Membership Fee: \$60)
St. Julia Billiard Catholic School (2070 Bur Oak Ave, Markham L6E 1X5)
(NE of Bur Oak & Swan Park Rd)
1st session: Oct 4, 2024

BOTH (Membership Fee: \$100)

Please submit your application via below link:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfb4wBU2qSaH0pAR8vka224URrnSOvAuUj4_ZIamm-S0zqqpA/viewform?usp=sharing



Or

Please send email to below email address for registration:

ckanthy3008@gmail.com

First Come First Serve (報完即止)

Notes:

Submit your completed registration form via the link or email.
Membership fee will be paid by cash upon arrival of 1st session.
(We do not accept e-transfer payment).

Your registration will expire if you do not attend at least one of the first four sessions.



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。

聯系人: Janny Cheung Jcheung@chinesemartyrs.org

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弟兄姊妹們, 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。

插花組招募誌願者

我們會有繫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。有無經驗都歡迎加入。

聯絡人: Mary: (416)414-7092

Julie: (416)917-3886

郵件: angela.wong829@icloud.com

堂區資料 Church Information

主任司鐸
Pastor

盧智軍神父 CSJB
Rev. Zhijun (Stephen) Lu
frstephenlu@gmail.com
Cell : (437) 429-6888
(週一休 Mon. off)

助理司鐸
Associate Pastors

鄧建衛神父 CSJB
Rev. Andrew Jianwei Deng
adeng@archtoronto.org
Cell : (416) 418-7333
(週一休 Mon. off)

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)