

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



降臨期第三主日 | 二〇二四年十二月十五日
Advent 3rd Sunday | December 15th, 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.embecde.ca/ith.org/uploads/2024/12/30/136059119202_embc.png?308

十二月教宗祈禱意向
HOLY FATHER'S PRAYER
INTENTION

請為希望的朝聖者祈禱

FOR PILGRIMS OF HOPE

祈願這禧年能加強我們的信德，幫助我們在日常生活中認出復活的基督，並使我們成為基督信仰希望的朝聖者。

Let us pray that this Jubilee strengthen us in our faith, helping us to recognize the Risen Christ in the midst of our lives, transforming us into pilgrims of Christian hope.

本期導讀

與主共融	
教宗2025年世界和平日文告	2
主日分享	
我們該做甚麼?	3
信仰培育	
會祖傳(續).....	4
天主教歷史淺談	
63·大戰帶給基督徒的災難	5
平安是福	
太極對健康的好處	6
高夏芳修女靈修選摘	
偽君子 - 法利塞人及經師.....	7
堂區訊息	
.....	8



教宗2025年世界和平日文告： 我們都欠天主的債

(梵蒂岡新聞網) “願2025年是增進和平的一年！”：在禧年和第58屆世界和平日即將來臨之際，教宗方濟各再次呼籲和平，一種“真正而持久”的和平、超越契約爭議或人的妥協的和平，一種由天主賜予的和平，不再斤斤計較、不再固執於自私和沮喪，而是懷著希望展望未來。

對抗剝削的邏輯，需要一種文化變革

聖座新聞室12月12日公布及介紹了教宗方濟各第58屆世界和平日文告的內容，其主題為：“寬免我們的罪債：將你的平安賜予我們！”這個主題取自《天主經》，意在開啟一種文化變革，讓人與人之間的關係不再受“剝削邏輯”所支配，不再是強者凌駕弱者。

教宗表示，“在今日世界這個相互連結的地球村”里，需要聆聽窮人和大地的呼聲，聆聽“受威脅的人類”的呼聲，因為“沒有人來到世界上是為了受壓迫”，而“我們生來就是為按照上主的旨意，做自由的人”。

人類生存受到的具體威脅

回顧聖若望保祿二世昔日已經指出的“罪惡結構”，今天因“廣泛的同謀”，這些結構進而得到鞏固和支持，教宗方濟各因此譴責那些損害地球的“各種不平等”：

“我特別指的是對移民的非人性待遇、環境惡化、錯誤資訊造成的混亂、拒絕任何形式的對話，以及對軍事工業的巨額投資。這些都是具體威脅全人類生存的因素。”

折斷不義的枷鎖，開啟希望的道路

羅馬主教敦促道，我們都有責任，我們都必須“打破不公義的枷鎖，宣揚天主的公義”，同時開啟文化與結構上的改變，從而認識到我們不僅是天主及其恩賜的“債務人”，也“依照共同與不同責任的邏輯，彼此互為需要”。只有讓這些改變“觸動我們的心靈”，禧年為我們每個人“才能重新開啟希望的道路”。

“希望藉著慷慨而變得豐盛，不計較、不算計債務人的口袋、不操勞自己的賺取，心中只有一個目

的：扶起跌倒的人、包紮破碎的心，釋放被各種形式的奴役所束縛的人。”

寬免外債，承認生態債務

因此，教宗建議在2025年採取“可能的行動”：第一項行動是關於外債和生態債務這“同一枚硬幣的兩面”。外債和生態債務的邏輯導致富有國家肆意剝削最貧窮國家的“人力和自然”資源，“以滿足自身市場的需求”。

“我邀請國際社會採取行動免除外債，承認世界的北部和南部之間存在的生態債務。這是對團結互助的呼籲，尤其是對公義的呼籲。”教宗強調，我們不能僅限於“孤立的慈善行為”，也需要“發展新的金融結構，進而建立一種全球性的金融章程，以各民族之間的團結互助及和諧為基礎”。

在所有國家廢除死刑

第二項行動是“一種促進尊重人性尊嚴的堅定承諾，從受孕到自然死亡的人的尊嚴”。為促進“生命文化”，教宗指出“一個具體行動”。

“我指的是在所有國家廢除死刑。事實上，這項措施不僅損害了生命的不可侵犯性，也毀掉了人對寬恕和重生的各種希望。”

投資於對抗飢餓，而非軍備

此外，為了在“這個滿是戰爭的時代”“建立新的和平道路”，教宗希望沿著保祿六世和本篤十六世的足跡，讓金融投資重新得到思考。

“我們至少應將軍備開支的一個固定百分比用於建立一個世界基金，最終消除飢餓，並促進最貧困國家的教育活動，促進可持續發展，以及對抗氣候變化。”

解除武備的心必會聽到窮人的呼喚

教宗繼續表示，誰採取這三項行動，就會看到那“萬分渴望”和平的目標正在接近，因為和平“不僅是停止戰爭，也是一個新世界的開始，一個我們發現有所不同、更團結、更友愛的世界”。和平文告的結尾是祈禱，祈求上主將和平賜予每一個善心的人”。

降臨期第三主日

讀經一： 索 3:14-18
 讀經二： 斐 4:4-7
 福音： 路 3:10-18

Advent 3rd Sunday

FirstReading: Zep 3:14-18
 SecondReading: Phil 4:4-7
 Gospel: Lk 3:10-18

我們該做甚麼？

吳智勳神父
 天主教輔仁聖博敏神學院禮儀研究中心

默想

今天福音有一個問題：「我們該做甚麼？」，現在就以這個問題作反省，好能為將臨期做好準備。

路加福音是一部很重視社會問題的福音，特別關心貧窮的人，常常透露天主不會捨棄他們。今天問問題的第三批人，都是邊緣人物，他們沒有社會地位，甚至受人鄙視，但福音就偏偏把他們記了下來。至於其他重要人物問了甚麼，福音倒沒有興趣記載。

第一批發問的是「群眾」，福音裏的群眾是指一般猶太老百姓。他們沒有學識，只以勞力維生，他們為知識份子鄙視，為當權者欺負。耶穌曾批評那些當權者：「把重擔放在別人肩上，自己不肯用指頭去動一下；吞沒寡婦的財產，卻用長時間祈禱去掩飾。」這都顯視出老百姓常被欺負而不自覺，就算是覺察也無力反抗。然而，這些老百姓在天主的心目中卻有一定的地位。

當第一批問「我們該做甚麼」的時候，若翰就從人生活上最簡單的「衣」、「食」兩方面來要求他們：外衣，每個人都應該有一件，晚上要來禦寒，要是一件也沒有，就是說連最基本的生活需要也沒有。那麼有兩件的，就應與沒有的分享盈餘。對食物方面也該是一

樣；經驗告訴我們，一般的老百姓比大富大貴的人，更能分享所有。粵語長片反映窮人常能互相關照，是相當老實的寫照。

第二批發問的是「稅吏」，他們的地位比老百姓的還要低，他們代羅馬人收稅，首先要買收稅權，故開支很大，因此只有從百姓身上搾取錢財，所以是最不受歡迎的人物，連善良的老百姓也憎恨他們，把他們看作罪人。他們沒有社會地位，只能跟同業交往，故耶穌跟他們來往具有震驚性，和他們吃飯，住在他們家裏，更是不可思議。現世的人，甚為樂意跟名人吃飯、拍照，但對臭名昭著的人，就會跟他們劃清楚河漢界，避之則吉。然而，若翰跟耶穌一樣，沒有避開稅吏，但要求他們不要多徵收。這看似輕描淡寫，其實很要命，因為會直接影響他們的生計。

至於第三批的「兵士」，他們不是羅馬兵，而是羅馬人或是猶太當權者的差役，他們的薪資少，地位低，但他們有武力，像今日黑社會一樣可以欺壓別人。因此，若翰要他們不勒索、不敲詐、要知足，這樣就是要他們拒絕所有不當的甜頭。

若翰並沒有以自己的標準加在他人身上，他沒有要求人居曠野，吃野蜜、蝗虫，穿駱駝毛；也沒有要求老百姓去讀書，去當司祭以爭取地位；沒有要求稅吏不收稅，趕快離開稅吏團體；更沒有要求軍人不當兵。他只要他們從現實生活中作好準備，從物質的擁有，從人的自私、貪婪等不自由的心態中釋放出來，去接觸天主，回應天主。

要是人的手裏拿滿了東西，就容不下天主的恩賜，因此，捨棄是為了擁有更好的。這三類邊緣人物，都有他們不自由的地方，若翰要求他們釋放自己，好能接受更美好的恩賜。

若翰聲明他不是默西亞，更不是喜訊福音本身；和默西亞相比，優劣立分，他只是用水洗，默西亞卻用聖神和火洗。為當時人而言，火比水的力量更大，火煉淨的能力比水更高，他連解祂的鞋帶，做祂的奴隸也不配。換句話說，人縱使能從物質或其他使人不自由的束縛中釋放出來，這並不表示人已擁有福音，因為這樣的行為很多非基督徒也能做到。其他宗教的苦行僧比基督徒的守齋、克己更辛苦，但即使苦行到了很高的境界，亦並非顯示已擁有福音。福音是在基督身上才找得到，故耶穌的宣講是：「悔改，信從福音。」悔改只是預備，只是奠基，並非目的，信從基督的福音才是最重要的。

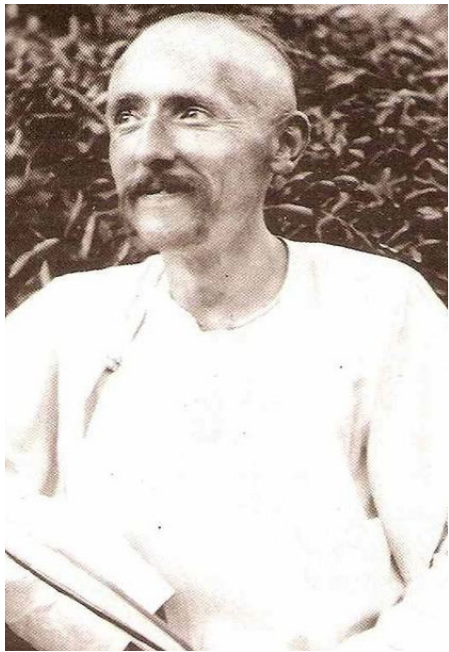
讓我們記得今天的問題：「我們該做甚麼？」不要抽離實際生活去說做甚麼，更不要找一些無關痛癢，完全碰不到心靈深處的克己，應在最使自己不自由的地方下手，這才是真正的刻苦，真正的準備，真正的空虛自己，歡迎基督的來臨。大家誠實地、慷慨地問：「這個將臨期，我們該做甚麼？」 ■



會祖傳

耀漢小兄弟會 雷鳴遠神父

作者：趙雅博



邁謝樞機入場

【以下繼續上期內容】邁謝樞機還對雷神父說，他反對這種做法。他對王老鬆說：“不成，不成，如果我們不願意這次通牒，像過去宗座指示文件一樣石沉大海，便應當加速進行，至於說沒有人配做主教，雷神父不這樣認為，應該聽聽他的意見，您願意叫他來嗎？”“現在還不必，等到四五月以後再說吧！事情還仿佛沒有成熟。”“雷神父不能永久在歐洲，他的使命需要他，現在正是叫他來的時候。您如果覺得有所不便，您願意我叫他嗎？”“哦，我們並不脫卸責任……”“好！我就打電報給他吧。等他來了，我送他到您這裡來，說您願意見

他！”“好極了！”事情的經過就是這樣。如果沒有邁謝樞機從中為力，雷神父是不能到羅馬去的。那麼中國主教的事是否能成功——這種快速的成功，還在未可預卜之列，無怪雷神父稱邁謝樞機為中國教會的一大恩人呢！

晉謁傳信部長

邁謝樞機為了使雷神父馬上見到傳信部長，他給雷神父說了幾句話，告訴他在六點至七點半的時間去拜見王老鬆樞機。雷神父在指定的時間，帶着劉瑞宇，由瓦內維教卿陪同到西班牙廣場——傳信部的所在地，然後分手，留下雷神父在那裡。

傳信部長的私人秘書告訴雷神父來的不巧，樞機正忙着公事，雷神父馬上拿出了邁謝樞機推薦信，立刻便被領進去，請他坐下來。

樞機正在看一封信，雷神父這時真是千頭萬緒，他自己述說：“我這次可到了火線……我相信我的思想並不是幻覺，我以前所做的事，純是為了天主，為了天主的光榮，一點也沒有為我自己。所以打定主意，若羅馬這次否認我的事，這就是我錯了，那麼以後中國神職的事，就永遠不提。懇求天主藉此顯明他的聖意！”

“這是天主給我安排最後的解決，我完全聽王老鬆的。我一點也不憂慮。我幾十年來總不願不服從，諸事都願意服

從長上，一輩子最怕反對長上，怕革命，現在不得不革命了，否則，我良心不安。我總想辦法脫離我這種生活，我也希望王老鬆幫助我解脫。這是天主最後的安排了，瞧吧！”樞機讀完了信，便拿起了邁謝樞機的信讀了一遍，立刻他的臉開朗了：“您是雷神父，啊！我多麼高興見到您！請坐在我前面！告訴我，您喜歡嗎？”

雷神父激動地感謝了那個解放的大通牒和文主教的受委代理天津教務，並告訴王樞機：“文主教聲明過去對天津教友與神職是看錯了，並將益世報收歸他的保護之下。”“啊！”王樞機說：“他做了這個，好極了！現在是我要感謝您了……是……是……”

雷神父感動極了，他說：“樞座，您這句話使我跪到您腳前了……”“是！是！我從內心感謝您所做的一切，感謝您所遭受的痛苦，感謝您完善的聖願服從，是它拯救了一切！請您注意傾聽：在一個這樣重大的命題（本地主教——筆者按），如果保衛這一命題的司鐸，他的行為不是絕對的無暇可指，我們絕對不會支持他！我不能充分地向您說明，我們多麼感謝您是一位完善的會士！（雷神父這時用手掩住了面孔！）我沒有辦法表示我多麼感謝您對服從的德行有這樣大的信德，使您毫不遲疑的絕對服從……”

【未完待續】

天主教歷史淺談

資料來源：梵蒂岡廣播電台

63 · 大戰帶給基督信徒的災難

【以下繼續上期內容】佔領法國北部和巴黎的納粹德國很快也在佔領區和非佔領區施行種族歧視的政策，當時法國教會領導人士對德國這項行動並沒有表示任何正式的反應，直到一九四二年七月納粹黨大肆逮捕猶太人送往德國境內之後，他們的態度才轉變。……那時，圖盧（TOULOUSE）的薩利埃熱（SALIEGE）主教和蒙托邦（MONTAUBAN）的泰阿斯（THEAS）主教都對德國的蠻橫感到不齒，也髮表嚴重的抗議。其他地方的主教，如裡昂的熱利耶（GERLIER）樞機主教，也對德國感到憤慨，卻因為他們本人也擁護與德國合作的"維希政府"，在道德和政治上言行不一緻，以緻處境比較尷尬。至於法國青年被送到德國從事義務勞動這件事，主教和教會內部各組織之間的看法都很分歧。

一般而論，法國的主教們不讚成抵抗德

國，因為他們反對暴力，反對不服從當時的"維希政府"，也因此，教友們隻能按照個人的良心和責任，決定自己的政治行動，並髮行反納粹的地下刊物。

最後，我們來看看德國境內的教會狀況：在德國，反對希特勒的聲勢行動很有限，因為反對希特勒政權無異在促使國家戰敗。不過，麵對希特勒的種族政策，誓反教路德派信徒很快便採取反對的立場，他們中有很多人被送往集中營，並死在獄中，其中很有名的一位便是德國著名的神學家迪特裡希·朋譔菲爾（DIETRICH BONHOEFFER, 1906-1945）。

一般而論，德國大部分基督信徒都因為害怕，而對政府採取不表示意見的消極態度。定期在富爾達（FALDA）舉行會議的德國天主教主教團無意公開譴責政府侵犯人權和違反道德的政策與行動，隻用一些不痛不癢的文字，輕描淡寫地表示惋惜而已，一九四三年九月髮表的"論天主十誡的集體書信"（LETTERA COLLETTIVA SUL DECALOGO）便是顯明的例子。唯一少數例外的便是明斯特（MUNSTER）的主教馮加倫（VON GALEN），他在一九四一年八月髮表嚴正聲明，譴責政府對殘障者和精神不正常者施以安死術。還有一些神父和教友，他們也仗義執言，批評政府的不是，結果都犧牲了性命。

【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

太極對健康的好處

最近幾十年醫學界發表了大量有關太極對健康影響的研究報告，於2016年11月在加拿大家庭醫生學院(The College of Family Physicians of Canada)的期刊發表了一份報告，研究人員將太極對整體健康及多種不同疾病影響的研究報告再作分析，並按數據的素質將它們排列出來：

(甲)證明有效的數據屬優質：很多研究報告都一致認為太極對下列情況及疾病有顯著的功效。

(一)在家居防止跌倒：研究報告一致證實太極能改善靜態及動態的平衡，因而能減低跌倒的風險，有研究鑑定太極是防止跌倒最具成本效益的方法，也有研究發現，太極能減低人對跌倒的恐懼，不過，成效只適用於能獨立生活在家裏的長者，至於這些居住在護理安老院、並需要其他人照顧的長者則並沒有功效，這也吻合其他研究作出的結論：沒有任何方法(包括所有鍛煉計劃)能有效預防住在護理安老院、療養院或醫院孱弱長者跌倒的風險。

(二)退化性關節炎：研究報告一致證實運動(包括太極)對退化性關節炎(尤其是膝關節)有功效，太極尤其能改善退化性關節炎引起的疼痛、僵硬及對身體功能的影響，現在，美國風濕科醫學院將太極定為治療手、腕及膝退化性關節炎一項『有條件的建議』(conditional recommendation)。

(三)帕金森症：研究報告都一致證實太極能改善帕金森症患者的活動能力及平衡，並認為太極是治療帕金森症具成本效益的方法。

(四)哮喘(asthma)及慢性阻塞性肺疾病(Chronic obstructive pulmonary disease)：研究報告一致證實太極能改善患者主觀的氣喘嚴重程度、及客觀的吹氣檢查報告。

(五)認知功能：研究報告一致證實太極能改善認知能力，包括注意力及處理速度等。

(乙)證明有效的數據屬良好：研究報告認為太極對下列情況及疾病大致有效。

(一)抑鬱：有多項研究報告認為太極對抑鬱有療效，能減低抑鬱的嚴重程度。

(二)心臟病及中風的康復：多項研究都認為太極對心臟病及中風患者的康復有好處，尤其是那些不能參加正統康復療程的患者。

(三)認知障礙及失智症：研究報告認為太極能改善認知障礙及失智症患者的臨床檢查評分，及改善患者的執行功能(executive function.)，不過，需要長時間的鍛煉才可有明顯的改善。

(丙)證明有效的數據屬輕微：對下列的情況及疾病，有研究報告認為有效、但亦有研究報告認為無效。

(一)癌病患者的生活質素：大部份研究都是以乳癌患者為研究對象，有研究結果認為有效，但亦有認為無效，但大致都認為太極對整體活力及心理健康有良好的效果。

(二)纖維肌痛(Fibromyalgia)：同樣，有研究結果認為有效，但亦有認為無效，大致上，太極能減輕患者的痛楚及改善功能，不過，慢性痛楚要經過最少四個月的太極鍛煉才見減輕，現在，有多個歐洲國家已將太極納入治療纖維肌痛的指引裏。

(三)血壓高：有研究報告認為太極能降低血壓及身體質量指數(BMI)。

(四)骨質疏鬆：研究報告認為太極能減慢骨質的流失，並改善平衡，因而能預防跌倒，同樣，要經過長時間的鍛煉才見明顯功效。

(丁)證明有效的數據只屬初步：包括預防中風及心臟病發作、焦慮、背痛、多樣硬化症、精神分裂症、創傷後心理壓力緊張症候群、過度活躍及精神不集中、腦及脊髓損傷等。

(戊)數據證明沒有功效：包括二型糖尿病(雖然太極未能改善血糖讀數，但可改善整體生活質素)、風濕性關節炎及慢性心衰竭。

此外，太極對整體健康也有好處，包括改善平衡、帶氧代謝能力(尤其平時少做運動的人)、肌肉力量(尤其是下肢)、柔韌度、睡眠及整體良好的感覺。醫學界已證實太極對健康的好處、及能防治多種疾病，請不要再遲疑，立刻坐言起行，找位合適的太極導師，認真學習太極及經常鍛煉。 ■

《遇之妙：福音中與耶穌相遇的人物》之四/13-高夏芳修女靈修選摘

偽君子 - 法利塞人及經師

高夏芳修女

瑪23:13-36

禍哉，你們經師和法利塞假善人！因為你們給人封閉了天國：你們不進去，也不讓願意進去的人進去。……禍哉，你們經師和法利塞假善人！因為你們洗擦杯盤的外面，裡面卻滿是劫奪與貪慾。

瞎眼的法利塞人！你先應清潔杯的裡面，好叫它外面也成為清潔的。禍哉，你們經師和法利塞假善人！因為你們好像用石灰刷白的墳墓：外面看來倒華麗，裡面卻滿是死者的骨骸和各樣的污穢。

同樣，你們外面叫人看來倒像義人，你們裡面卻滿是虛偽和不法。

能否想像從慈悲為懷、良善心謙的耶穌口中，聽到嚴厲的批判、尖銳的責備？請君細讀瑪竇福音第二十三章，特別指著法利塞人說的七個「禍哉」。

耶穌的辛辣言詞大部分是對那些「偽君子、真小人」說的，他不客氣地罵他們為「假善人」、「瞎眼的嚮導」、「粉白的墳墓」、「毒蛇的種類」、「地獄之子」。耶穌最難容忍的是人心的虛偽、陰毒；不過，不要以為這些偽君子只局限於當代的經師及法列塞人，也不要以為這類人已絕種，更不要以為自己對這種病毒有天生的抗體及自然的免疫能力。

這病毒最常見的症狀是表裏不一，生活有如演戲、戴面具、粉墨登場，讓人喝采。耶穌打的比喻很貼切：粉白的墳墓，外表好看，裏面腐朽臭爛。這種表演的心態，催使受毒害者不能自制地誇耀自己及追求別人的認同、讚賞。耶穌諷刺他們好大喜功，愛打起鑼鼓，引人注目，就算他們真正行善，也會因此而失去天父的賞報（參閱瑪6:1-6）。他們喜歡坐首席、居高位、受恭維，覺得自己與眾不同，出類拔萃；但在天主面前，他們實

際上卑鄙下流，一文不值。

另一症狀就是製造假想敵人。正因他們自鳴清高，便鄙視同儕，更覺得身邊一切都污穢，會污染自己，所以拼命地洗手洗盆，洗這洗那的。其實污穢不在他們之外，卻在他們心裏。這種無所不忌的心態使他們極度緊張小節，吹毛求疵，重小輕大，心胸狹窄。耶穌風趣地描繪他們「濾出蚊蚋，卻吞下了駱駝」（瑪23:24）。

病毒入侵時更深時，會使人連天主都不尊重，扭曲他的說話來迎合自己的私見。耶穌曾嚴厲地責問經師及法利塞人：「你們為什麼為了你們的傳授，而違反天主的誡命呢？」（瑪15:1-9）他們更妄自立法，發號施令，製造一大堆無聊的規律，迫人嚴格遵守，自己卻逍遙法外。耶穌說得好：「他們只說不做。他們把沉重而難以負荷的擔子捆好，放在人的肩上，自己卻不肯用一個指頭動一下。」（瑪23:3-4）

還有呢！這病毒是傳染性的。患者是「瞎眼的嚮導」，不但自己喪亡，還會把人拉入深淵。他們自己不進天國，也不讓別人進去。更甚的是，他們千方百計拉攏別人跟隨他們，耶穌識穿他們的惡意：「你們走遍了海洋和陸地，為使一個人成為皈依者；幾時他成了，你們反而使他成為一個比你加倍壞的「地獄之子」（瑪23:15）。

無可否認，耶穌對他當代的假善人，偽君子態度毫不縱容；不過，他的嚴詞厲語也是天國喜訊的一部分，他的「禍哉！」也被鑲在福音的框框中，主要不是恐嚇人，也不是要人到處去揭發偽君子，而是因為耶穌洞察人心，欣賞其中的美善，但也見到頑盲的劣根及隨時準備攻擊的厲害病毒。他要自己的門徒謙恭自省，勿以五十步笑百步，警醒他們小心提防病毒，注意保健或及時治療。■

2024年十二月七、八日教友奉獻收入 Donation of 7th and 8th December 2024

Regular: \$7,984.70

**2025年堂區月曆在大堂供大家取閱，亦歡迎自由奉獻。

**12月25日和1月1日備有校巴服務，請大家留意。

2024年度的奉獻退稅收據 Donation Tax Receipts for 2024

2024年度的奉獻退稅收據，將會在2025年2月第一星期郵寄方式寄出。

如教友搬家了，地址有所更改，請在12月31日前通知堂區寫字樓，以避免郵遞錯誤。多謝大家合作！
Donation tax receipts for 2024 will be sent by mail in the first week of February 2025.

If parishioner has moved or his address has changed, please notify the parish office before December 31 to avoid mailing errors.

Thank you all for your cooperation!

堂區辦公室 OFFICE

**12月16-20告解週，17日(星期二)7-9pm 請外來神父們聽告解，當晚8pm彌撒取消。

**12月21日星期六國語避靜，3pm長者告解傅油。

教區公益金 [ShareLife]

這個將臨期，讓您的「承諾」彰顯天主對有需要的人的大愛。透過教區公益金 [ShareLife] 支持有需要的人。從現在到2024年12月31日，每一筆捐款都會由一位慷慨的捐贈者匹配，最高金額達50萬元。這意味著您對教區公益金 [ShareLife] 的捐贈價值將翻倍，從而擴大您關懷之心的影響力。大家可以網上捐獻或將ShareLife奉獻放進諮詢處旁的奉獻箱內，多謝各位。

「使徒領袖粵語培育工作坊」

「使徒領袖粵語培育工作坊」招募學員：2025年1月11至3月22日，逢星期六早上10時-12時
在線學習，名額12位，歡迎大家報名參加。12月29日截止報名。

晚餐廳祈禱

每月首週六的晚餐廳祈禱於六時彌撒後在聖堂和

Zoom同步舉行，歡迎參加。

時間: 7:15pm -8pm

Zoom 會議ID: 84003270763

Password: 076141

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

在聖堂和網上同步進行。

加入 Zoom 會議鏈接請參閱：

Canada Meeting ID: 840 0327 0763

Passcode: 076141

Find your local number: <https://us02web.zoom.us/j/84003270763>

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：逢星期二1:30pm 203室

余山聖母之支團：開會時間：逢星期五下午六時 202室

青少年彌撒及朝拜聖體

2024年10月至2025年6月每個月第一周11am 舉行青少年彌撒及朝拜聖體，歡迎父母帶領孩子們參加。

From October 2024 to June 2025, there will be Children/Youth Mass and adoration on every first Sunday of the Month, at 11am. We invite all families to the join us to praise to Lord.

主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

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

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

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。

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。

插花組招募志願者

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，以心靈深處錶達愛天主的真摯。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



Knights of Columbus
**Keep Christ
in Christmas**

Poster Contest

Submission Due : November 17, 2024

Sponsor : Chinese Martyrs' Council 15463

Inquiry : cmcc.kofc.coloring@gmail.com

Guideline : www.koccmcc.org/coloring-contest/

*Note. The poster design contest requires a slogan, paper size 11x17 inches, and Name / Age / Tel. No. This rule does not apply to the picture colouring contest.



Faith in Action



habele 5

5026 10/21

Family

2024年聖誕節圖畫填色比賽得獎名單 2024 Keep Christ in Christmas Pictures Colouring / Poster Design Contest

今年聖誕節圖畫填色比賽，已經完滿結束，得獎名單已經完成。多謝參賽的同學，反應踴躍，圖畫水準很高。得獎名單請參閱告示板，或以下網址，或此堂區通訊（見下頁）。

頒獎禮定於2024年12月7日星期六下午2時，在教堂內舉行。

得獎名單: http://koccmcc.org/2024_contestwinnerslist/

2024年聖誕節圖畫填色比賽得獎名單 2024 Keep Christ in Christmas Pictures Colouring / Poster Design Contest

得獎名單: 參見下表 或此網頁 http://koccmcc.org/2024_contestwinnerslist/

幼稚園班 4-5 歲;(Kindergarten; 4-5 years old)		Name of group /Teacher
第一名 (First):	Priscilla Chin Wai Yung	Faith 1/ Elizabeth Yip
第二名 (Second):	Jeremy	Grade1 / Ms. Burdi
第三名 (Third):	Joshua Lin	333 Scout group / Kitty
優異獎 (Excellence):	Ivan Cai	333 Scout group / Sophia Ho
	Charlotte	Sunday 9am RCIC / Mary Chow
	Melody Chu	慕道兒童班/ Marv
	Isabella Zeng	Prince of Peace Chinese school/Alvina Chan
	Movis	333 Scout group
1-2年班; 6-7 歲 (Grade 1-2;6-7 years old)		Name of group /Teacher
第一名 (First):	William Yu	First Communion class/ Carrie Zhao
第二名 (Second):	Joyce	Hope 1 / Mary, Cecilia
第三名 (Third):	George	First Communion class/ Carrie Zhao
優異獎 (Excellence):	Isabella Hou	First Communion class/ Carrie Zhao
	Leo Lin	First Communion class/ Carrie Zhao
	Grace Yu	Hope 2 / Catherince, Bridget
	Viviana Ng	Prince of Peace Chinese school/Alvina Chan
	Jinderson	/
3-4年班; 8-9 歲 (Grade 3-4;8-9 years old)		Name of group /Teacher
第一名 (First):	Annie Huang	/
第二名 (Second):	Jayson Yu	First Communion class/ Carrie Zhao
第三名 (Third):	Katy Chan	RCIC Wednesday / Alvina Chan
優異獎 (Excellence):	Eden	First Communion class/ Carrie Zhao
	Nareen Lin	First Communion class/ Carrie Zhao
	Daphne C	First Communion class/ Carrie Zhao
	Ulica Shen	Prince of Peace Chinese school/Alvina Chan
	Kristy Hong	/
5-6年班; 10-11 歲 (Grade 5-6; 10-11 years old)		Name of group /Teacher
第一名 (First):	Lori Yu	/
第二名 (Second):	Alyssa Li	333 Scout group
第三名 (Third):	Cammy Chan	RCIC Wednesday / Alvina Chan
優異獎 (Excellence):	Hailey Chow	/
	Emily Huang	333 Scout group / Cindy Chan
	Sean Huang	/
	Perry Chen	/
	Catherine Chen	First Communion class/ Carrie Zhao
Age 12 and above 12歲或以上		Name of group /Teacher
第一名 (First):	Sisi Yu	/
第二名 (Second):	Sophia Yu	/
第三名 (Third):	Vivian Yu	First Communion class/ Carrie Zhao
優異獎 (Excellence):	Vicki Chen	/
	Brina	/
	Lucas Tran	Edge / John
	Wing Yic Angelina Chan	Edge / John
Christmas Poster Design Contest Winners' List 聖誕節海報設計比賽得獎者名單		
8-10 years old 8-10 歲		Name of group /Teacher
第一名 (First):	Fenstine	/
第二名 (Second):	Andre Fung	/
11-14 years old 11-14 歲		Name of group /Teacher
第一名 (First):	Sean Huang	/

2024 Advent/Christmas/New Year Schedule 將臨期/聖誕期及新年時間表

(更新 Updated: 2024-12-13)

Dec.14 th Saturday 12月14日 星期六	Advent Retreat in Cantonese 10:00 am – 3:00 pm Spiritual Director : Rev. Bosco Wong Venue : CMCC Don Bosco Hall * Followed by The Sacrament of Anointing for the elder *	將臨期粵語避靜 10:00 am – 3:00 pm 神師：黃礎健神父 主題：將臨期的禮儀及靈修精神 地點：鮑思高禮堂 *避靜後接著舉行長者傅油聖事*
Dec. 16-20 th Monday - Friday 12月16-20日 星期一至五	Advent Confessions 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	將臨期堂區告解週 10:00 am - 12:00 pm / 3:00 pm – 5:00 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.17 th Tuesday 12月17日 星期二	Day of Confessions 7:00 pm – 9:00 pm * Evening Mass cancelled *	堂區告解日（邀請多位神父聽告解） 7:00 pm – 9:00 pm * 晚上彌撒取消 *
Dec.21 st Saturday 12月21日 星期六	Advent Retreat in Mandarin 10:00 am – 3:00 pm Spiritual Director : Rev. Matthew Wang * Followed by The Sacrament of Anointing for the elder *	將臨期國語避靜 10:00 am – 3:00 pm 神師：王天偉神父 主題：教會中人的「神」化思想 地點：鮑思高禮堂 *避靜後接著舉行長者傅油聖事*
Dec.24 th Tuesday 12月24日 星期二	Vigil of the Nativity (Christmas Eve) English Mass: 7:00 pm Cantonese Mass: 9:30 pm (Fr. Gan) Midnight Mass: 11:30 pm	聖誕平安夜彌撒 英語彌撒：7:00 pm 粵語彌撒：9:30 pm（甘神父） 子夜彌撒：11:30 pm（國粵語共祭）
Dec.25 th Wednesday 12月25日 星期三	The Nativity of the Lord (Christmas Day) Same as Sunday Mass schedule * 8am Mass cancelled * * Shuttle bus available as Sunday schedule*	聖誕節彌撒 時間與主日彌撒相同 *早上 8:00 彌撒取消* *有穿梭巴士服務與主日相同*
Dec.31 st Tuesday 12月31日 星期二	The Solemnity of Mary, the Holy Mother of God Vigil Mass time : to be confirmed	天主之母聖母瑪利亞 守夜彌撒: 容後確定
Jan.1 st 2025 Wednesday 1月1日 星期三	The Solemnity of Mary, the Holy Mother of God Same as Sunday Mass schedule * Shuttle bus available as Sunday schedule*	天主之母聖母瑪利亞 時間與主日彌撒相同 *有穿梭巴士服務與主日相同*

日期：2024年12月21日（周六）
时间：10:00am-3:00pm
形式：实体&zoom同时进行。
实体地点：圣人堂鲍思高礼堂
报名方式：
 微信二维码 · 大家可在堂区咨询处扫描入群报名
 二维码亦发放于各善会（微信群）
电话查询：416-786-8688
讲师：王天伟神父

将临期
 Advent
 国语避静



**“你们都是神，
 都是至高者的子民！”**
 （咏82:6）
 ——教会中人的
“神”化思想



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

Design&Artwork : 20241023/CMCC/Eddie

2025 4月24日 - 5月11日

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、科尼亞依科尼雅、不息狄雅、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、雅典、格林多、拉里薩、貝洛雅、得撒洛尼亞、乃阿頗里。



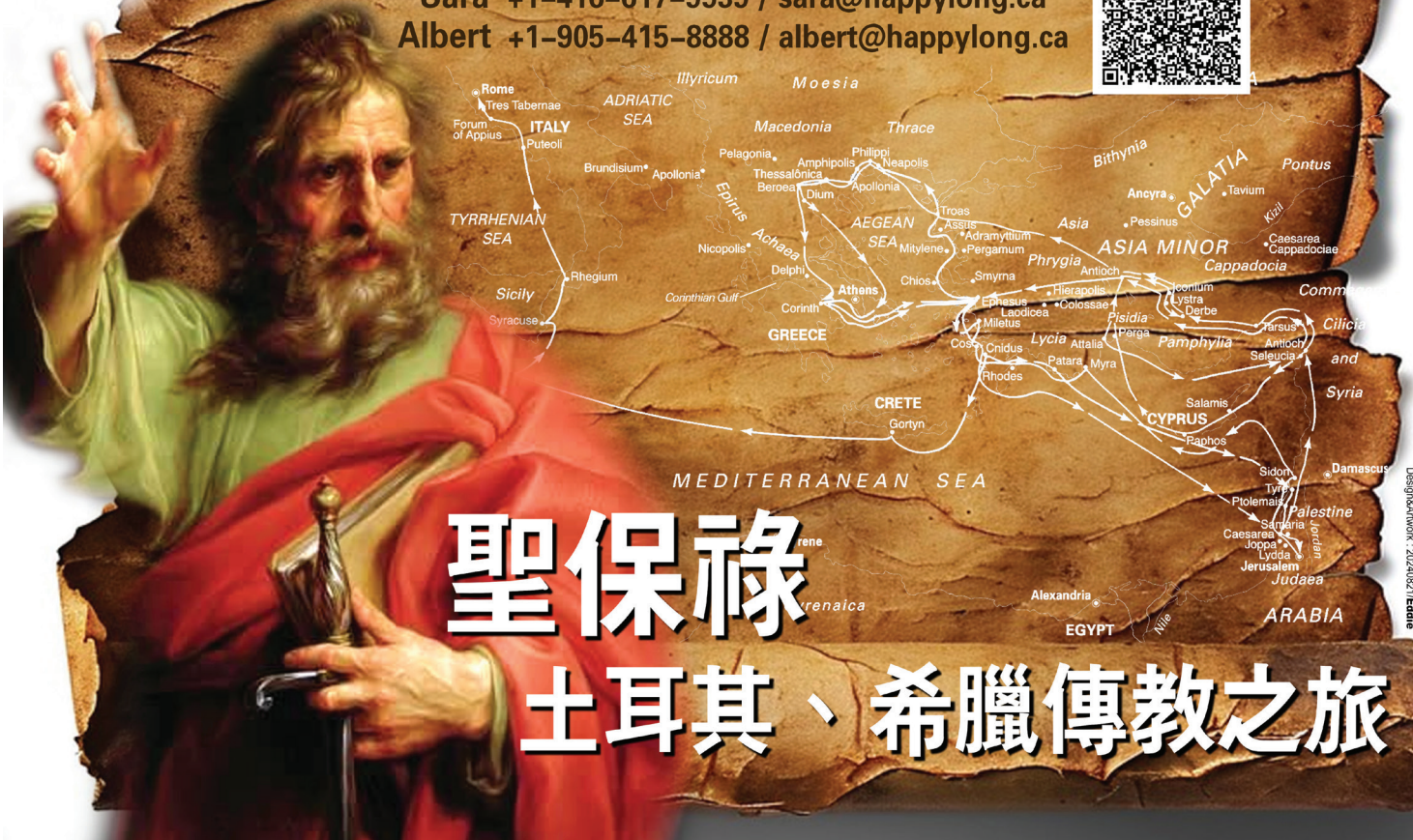
• 隨團神師 •
甘立祖神父

Rev. John Lizu Gan, CSJB

- 費用 (包括機票、住宿、彌撒奉獻、導遊..等) •
- 雙人房 每人 \$7,980 + 土耳其/希臘機票
- 單人房 附加 \$1,800 + 土耳其/希臘機票

• 報名及查詢 •

Sara +1-416-617-9939 / sara@happylong.ca
Albert +1-905-415-8888 / albert@happylong.ca



聖保祿

土耳其、希臘傳教之旅

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-休假 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-休假 Mon. off)

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)

2025 JUBILEE ITALY 14 DAYS PILGRIMAGE
YOUTH GROUP

2025禧年 意大利14天朝聖之旅(青年團)

7.7 - 7.20, 2025



Toronto ~ Venice ~

Padua ~ Verona ~ Assisi ~

Foggia ~ Orvieto ~ Rome ~ Toronto

多倫多 ~ 威尼斯 ~ 帕多瓦 ~ 維羅納 ~

亞西西 ~ 福賈 ~ 奧爾維耶托 ~ 羅馬 ~ 多倫多

FEES: (Inc. Tickets, Accommodation, Tour Guide) 費用: (包含回機票、住宿、導遊.....)

Double Rm: \$5,390 each 雙人房 每人 \$5,390

Single Rm: \$1,600 extra 單人房 附加 \$1,600

Registration & Enquiry 報名及查詢: Sara (416)617-9939/sara@happylong.ca
Albert (905)415-8888/albert@happylong.ca

For detail information
please scan QR code



詳情請掃二維碼

名額有限欲購從速

天主教中華殉道聖人堂
THE CHINESE MARTYRS CATHOLIC CHURCH

隨團神師: 胡俊維神父
Rev. Michael Hu - CSJB
隨團修女: 詹貴慧修女
Sr. Alberta Zhan - OP

