

天主教中華殉道聖人堂

The Chinese Martyrs Catholic Church



常年期第十四主日 | 二〇二五年七月六日
14th Sunday in Ordinary Time | July 6th, 2025

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.



耶穌說：「莊稼多，而工人少。你們去吧！看，我派遣你們猶如羔羊，往狼群中。你們不要帶錢囊，不要帶口袋，也不要帶鞋；路上也不要向人請安。」路 10:3-4

七月教宗祈禱意向 HOLY FATHER'S PRAYER INTENTION

請為分辨的培育祈禱

For formation in discernment.

讓我們祈禱，願我們愈發學會分辨，知道如何選擇人生的道路，並拒絕一切使我們遠離基督和福音的事物。

Let us pray that we might again learn how to discern, to know how to choose paths of life and reject everything that leads us away from Christ and the Gospel.

本期導讀

與主共融

教宗照料受造界祈禱日文告 2

主日分享

傳福音的門徒 3

信仰培育

會祖傳(續) 4

天主教歷史淺談

71·若望二十三世與梵二第一期大公會議 5

平安是福

心臟衰竭(三) 6

高夏芳修女靈修選摘

不要怕，只管信 - 雅依洛的女兒 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

堂區通訊

https://en.wikipedia.org/wiki/Wheat#/media/File:Yenn5C3944qella_6.jpg

教宗照料受造界祈禱日文告： 迫切需要為環境正義行動起來

教宗良十四世為即將於9月1日舉行的照料受造界祈禱日活動發表文告：“在這個世界裡，弱勢群體是最先承受氣候變化導致破壞性結果的人。守護受造界成了信仰和人性的課題。

（梵蒂岡新聞網）教宗良為將於9月1日舉行的第十屆照料受造界祈禱日活動發表文告，以教宗方濟各所選“和平與希望的種子”為主題。今年也是《願祢受讚頌》通諭發表十週年，這個主題也與正在慶祝的希望禧年相呼應。

遭到破壞的大地

教宗良在7月2日發表的文告中指出，世界許多地區遭受著“森林濫伐、汙染、生物多樣性的喪失”，其背後的原因是“不義、不平等、貪婪，以及對國際法和人民權利的踐踏”。教宗表示：“由人類活動所導致的氣候變化，使出現極端自然現象的強度與頻率不斷上升（參閱《請讚頌天主》宗座勸諭，5號）。”

因爭奪自然資源而發生戰爭

更令教宗擔心的是“武裝衝突帶來的人為與生態破壞，能產生中期和長期的影響”，沒有意識到，對大自然的破壞首先使“最貧窮的人，邊緣化的人和受排斥的人”受到傷害。教宗特別指出“原住民團體的苦難，是一個典型的例子”。在這些情況下，受造界成了爭奪生命資源的戰場，例如農業和森林因埋設地雷而成了危險地區、“燒毀土地”的政策、圍繞水源爆發的衝突，原材料分配不公等問題，這一切都傷害了最弱勢的群體，同時也危害到社會的穩定。

看守樂園

教宗繼續寫道：“這些傷害，源自罪惡。”因此，教宗呼籲人們重讀聖經中勸勉我們“耕種和看守樂園（參與 創二15）”的章節，這也意味著“

人類與大自然之間一種相互負責的關係”。教宗強調：在基督內，我們是和平與希望的種子，藉著聖神，乾涸的沙漠也能變成祥和的樂園。

守護受造界，是信仰和人性的課題

環境正義不再是一個抽象的概念或遙遠的目標，而是“一項迫切的需求，超越了單純的環境保護”。教宗寫道：“對於信徒而言，更是一種神學上的要求，因為基督徒帶有耶穌基督的面容，萬物在基督內受造和得救。因此，照料受造界應成為一項關乎信仰與人性的課題。”

教宗良最後表示，願教宗方濟各的這道通諭繼續啟發人心，使“整體生態成為人們選擇和分享的方向”，以便產生更多應予以“守護和耕種”的希望種子。 ■

鏈接網址：<https://www.vaticannews.va/zht/pope/news/2025-07/pope-leo-xiv-message-10-world-day-prayer-care-creation-laudato-s.html>

常年期第十四主日

讀經一： 依 66:10-14
 讀經二： 迦 6:14-18
 福音： 路 10:1-12,17-20

14th Sunday in Ordinary Time

First Reading: Isaiah 66:10-14
 Second Reading: Galatians 6:14-18
 Gospel: Lk 10:1-12,17-20

傳福音的門徒

吳智勳神父
 天主教輔仁聖博敏神學院禮儀研究中心

默想

今日福音記載耶穌派遣門徒傳福音，我們就以「傳福音的門徒」做反省。耶穌要門徒傳福音，似乎更重視傳福音者這個「人」，這人「是」甚麼似乎比他「做」甚麼更重要。

門徒是被「派遣」的：福音清楚說明耶穌「派遣」祂的門徒，「使徒」(apostle)的原意就有被「派遣」的意思。基督徒必須有這份「使命感」才是真正的基督徒，這也是天主教徒較弱的地方，未能明白基督徒的本質包含了傳福音。路加福音記載耶穌兩次派遣門徒，更突出「使命感」的重要。第一次派遣十二人，明顯表示十二位宗徒傳福音的特殊地位。今天我們可引申說，神職人員有非傳福音不可的特殊責任。第二次耶穌派遣七十二人，有人指出舊約以為天下的國家只有七十二個，這裡表示基督徒被派遣到所有國家，不再限於以色列十二支派。另一意思是，不光是十二宗徒，所有基督徒皆被派遣到各處傳福音，他們都有傳福音的使命。

門徒傳福音時必須彼此合作：耶穌派遣門徒兩個兩個的出去，裡面包含了豐富的意義。一方面顯示出傳福音是基督徒團體的使命，而不是個人的事業；另一方面，基督徒所傳的既是愛與和平的福音，他們必須將愛與和平在兩人的關係中發展出來，愛與和平的訊息才有說服力與可信性。兩人

要保持良好關係並不容易，他們的組合並非出於自己的選擇，而是出於被派遣。兩人在有限制的條件下，把愛與和平生活出來，更彰顯出福音的力量。

從教會過去的經驗顯示，福音未能廣揚，往往因為基督徒不能兩個兩個的帶出愛的訊息。神父與神父不和，神父與教友不和，教友與教友不和，彼此都以為自己最有真理，不惜維護真理而傷害愛德，還不自覺地以為為天主做了件好事。聖雄甘地曾慨嘆說：「基督徒若能像基督一樣愛人，全印度都會信了耶穌基督。」

門徒必須把愛與和平帶給別人：不但門徒之間須具備愛與和平，他們更要把愛與和平帶給別人。耶穌要求門徒謙遜的祈求天主多派工人，不要依賴物質而要依賴天主，並要迫切地去傳，但最重要的，還是把和平之子耶穌基督帶給別人，代表耶穌說：「願這一家平安！」「天主的國已臨近你們了！」基督徒要記著自己是和平使者，無論進那一家，都要把耶穌帶去。門徒「要醫治城中的病人」，身體疾病的痊癒，只是天國來臨的記號，耶穌更重視全人的治療；個人內心的與人際關係中的愛與和平，的確可以治療無信的、自私的、貪婪的、虛偽的、憤怒的、絕望的心靈。

傳福音的門徒有喜有憂：傳福音有一定的困難，有被拒絕的時候，連聖保祿也有雅典不愉快的經驗，門徒不能期望時時處處都受歡迎。耶穌安慰門徒說，這是他們的損失，不歡迎愛與和平的人只會自食其果。傳福音的門徒應該時常喜樂，不是因為他們有能力戰勝惡勢力，而是因為他們的名字已經寫在天上了。這真是個好消

息，有聖經中耶穌的話作保證。不少教友十分重視某些敬禮或某些禱文，因為據說這些東西可幫助他們不致帶著大罪而終；其實耶穌在福音中早就說了，傳福音的門徒應該歡喜雀躍，因為他們的名字已經寫在天上了。

讓我們緊記今日福音的訊息：基督徒的身份包括被派遣傳福音的使命，傳福音時必須與別人合作，彼此先活出愛與和平，然後才將愛與和平帶給別人。傳福音者「是」甚麼，影響著他們「說」甚麼及「做」甚麼。傳福音者最大的喜樂，就是耶穌保證他們的名字已經寫在天上了。

反省與實踐

1. 有傳福音使命的人，才是真正的基督徒，那麼我是不是一個真正的基督徒呢？

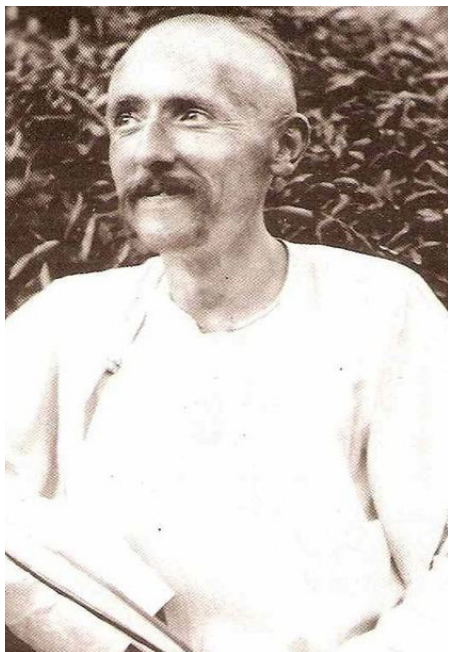
2. 傳福音不是個人的事業，那麼一介平凡教友如何去尋找團體合作的同伴？我可以去請教本堂神父或教區主教，我們的堂區或教區要如何以具體的方針及長期的規劃，協助一般教友來實踐基督徒這項團體的使命。

3. 為了實踐基督徒團體福傳的使命，遇到難題時，想一想：我們要如何取舍？最有真理的我怎能不為天主做做好事，我得堅持自己所維護的真理才行？雖然在有限制的條件下，我仍祈求天主幫助我把愛與和平生活出來？現實的物質或現象就在眼前，難道不值得依賴？還是要依賴那看不見的天主？傳福音常被拒絕，還要保持喜樂的心繼續下去？為了自己的顏面，體面的基督徒還是趕快遠離這種不愉快的經驗罷？ ■

會祖傳

耀漢小兄弟會雷鳴遠神父

作者：趙雅博



耀漢小兄弟會

【以下繼續上期內容】雷神父在中國傳教初期，有一個願望就是請弟弟伯達在中國建立一個本篤會院，一方面度默觀生活——內修生活；一方面直接加惠附近的居民，即度傳教生活。

在第一章中已闡述雷神父青年時期，希望做苦修士的志願，後在傳教時與上司發生問題，曾多次想進入苦修會，但也不願放棄傳教生活。這是他的理想，也是他的夢想，在晚年終於實現！

孫主教對於這幾位志士的要求，欣然允諾，準許雷神父全權辦理，於是開始招收會員。要做苦修傳教士，較歐洲的苦修傳教士更苦；不做則

已，要做必須徹底，這是雷神父的個性，也是對入會修士之要求。

一年後，孫主教由高家莊主教公署來安國，祝聖這座略具雛形的真福院，一部分房屋由修士自己修建。修建開始，他們在自搭的瓜棚中休息，如同原始人的生活。最初建築的全部費用，由鄧樹庭先生捐助，他是一位好教友。北平公進會的興起，公教大小本《宣稱錄》也是他個人的手筆，自印自送，為教會的廣揚貢獻非常大。晚年曾想棄俗晉鐸，又想加入耀漢小兄弟會，因為剛樞機的建議，留下自由之身，為天主以及中國教會服務。他是雷神父的好友之一，對雷神父的事業，無條件地支持。在雷神父的日記中，有他每年捐助一千二百銀元的紀錄。

一九二八年十二月十六日，孫主教為小兄弟們舉行穿會衣禮，當時已有三十位修士，十五位望會者，十五位正式修士，中國式的苦修院由此誕生。

精神與生活：真正的苦修士應當生活在祈禱、靜默、謙遜、神貧與犧牲之中。

“神工高於一切”，這原是聖本篤“神工”格言之一。雷神父無條件地接受這一格言。他曾說：“神工高於一切，因為神工是直接光榮天主。天主高於一切，那麼神工自然超越其他一切工作。人類中唯有修士是因聖願與群眾分

開，而獻身於天主，故聖教會託之誦讀日課，委之以人類代表資格而頌揚贊美天主。故神工為修士崗位上當盡之最重要任務，榮主教人的大業大功，唯一條件就是會士——小兄弟的人格非神化不可，非真的成聖不可，應當達到可與聖保祿同曰：‘我生活已不是我生活，而是基督在我內生活。’欲達此目的，必須‘神工高於一切’！”他又說：“我們所崇尚的並非機械式的神工，小兄弟當極端避免這種作風，我們要遵守吾主聖訓——‘你們不要如同教外人念經，以為多念便好。’小兄弟們日夕以求的，是心心相契，不離好天主。”

修士們唱的是中國日課，現在仍是小日課，雷神父將它譜以額我略樂譜。每月三次亡者日課，星期日所誦唱者則是中文翻譯的司鐸日課，除採取聖教會的樂譜外，還採用很多國樂譜，流行於鄉村的民曲。這在江文也先生的《聖母經》採用民曲譜成的二十年前，雷神父已經採用那段民曲。聖體降福經文也完全是中國歌曲，雷神父的雄心是完成全部中文羅馬日課，無論司鐸修士，在家完全以中文羅馬日課為正式日課，彌撒以及其他禮節也完全以中文為本，在盡可能範圍內加上中國音樂，完全成為中國式。他有生之日，每天總是同小兄弟們一起虔誦大小日課，從不遺漏。

【未完待續】

天主教歷史淺談

資料來源：梵蒂岡廣播電台

71 · 若望二十三世與梵二第一期大公會議

【以下繼續上期內容】從這裡馬上呈現出與會兩千四百位教長大致分為兩條路線：一條是屬於大多數者的，他們的感觸大抵和若望二十三世一致，關心教會如何適應世界的問題，關心天主教如何與其他基督教團體進行大公合一的對話，關心天主教世界如何更接近聖經的原始精神等等的；另一條路線是屬於少數人的，這些人大都是羅馬聖座的要員，或是天主教國家如意大利、西班牙等國家的主教們，他們比較關心教會內部的穩定和維護教會傳統信仰的一致。

在整個大公會議進行期間，這兩條路線的教長們必須經常協商，避免立場的僵化，尋求折衷的辦法。這種現象的好處是使大公會議的決議比較能夠面面俱到，缺點是由於顧慮周詳，致使某些文獻表達上週全有餘，勁力不足。

大公會

議第一期會議經過將近兩個月的討論，終於在一九六二年十二月八日結束，但沒有正式通過任何文件。因此，每位與會教長都了解到會議籌備委員會原來擬定的七十項方案絕對無法如期討論完畢，於是決定把七十項方案濃縮為二十項。

到此為止，梵二大公會議所呈現在世人眼前的，是一群自由的人聚集在一起舉行的大會，而不是一個預先撰寫好的文件的錄音室。

大公會議休會期間，若望二十三世仍然孜孜不倦地為下一期的會議工作，而且抽空寫他那道著名的“和平於地”(PACEM IN TERRIS)通諭。

一九六三年四月十一日“和平於地”通諭頒佈，立刻引起全球熱烈與良好的反應，因為這道通諭不像過去的，只以教內人士為對象，而是向全世界的善心人士說話，對象包括教內外所有的人。從通諭的名稱可以嗅覺到它的內容在談世界人類和平相處的大問題。

文件開門見山，除了稱呼教內全體神長教友子民之外，也稱呼所有善心的人士。接著便開宗明義地指出：「科學的進步與技術的發明證實：有個絕妙的秩序在統轄著組成宇宙的各種存在物和力量；同時證明人的確偉大，有能力發現這個秩序，進而創造工具來掌握它，使它為人類服務」。

通諭又指出：「每個人都有權利生存，有權利享受健康，有權利獲得必要與足夠的方法，來度尊嚴的生活，尤其是與糧食，衣著，居住，休息，醫療，以及必要的社會服務有關的種種途徑」。

【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

心臟衰竭(三)

心臟衰竭(heart failure)的預防：

(一)生活方式的改變：

日常生活裡細小但健康的改變能減低患上心臟病及心臟衰竭的風險，作出改變總是充滿挑戰，醫療團隊會幫助患者弄清楚應該首先關注的風險因素，並設定可以達到的目標。不要試圖一夜之間完全改變，而是從相對容易的事情開始，以成功為基礎，一步一步改變。以下是加拿大心臟及中風基金會(Heart and Stroke Foundation of Canada)的建議：

(甲)健康的飲食：

飲食會影響健康，細小但健康的改變能減低患上心臟病和心臟衰竭的風險，加拿大飲食指南(Canada's Food Guide)建議每天都進食各種各樣的健康食品，包括多吃以植物為基礎的食品(plant-based foods)，並少吃高度加工或超加工的食品。健康的飲食包括：

(i)多吃水果和蔬菜：這是最重要的飲食習慣，水果和蔬菜含豐富的營養素(包括抗氧化劑、維他命、礦物質和纖維等)，並且能令胃部有飽滿的感覺而少吃，因而能夠維持適中的體重，每天進食的食品應有一半是水果和蔬菜。

(ii)選擇全穀類食物：全穀類食物含豐富纖維、蛋白質、維他命B等，包括全麥麵包和餅乾、糙米(brown rice)、野米(wild rice)、藜麥(quinua，又稱印地安麥)、燕麥(oatmeal)、帶殼大麥(hulled barley)等。選擇食用全穀類食物、而不是加工或精製穀物，例如白麵食和白麵包，每天進食的食品應有四分之一是全穀類食物。

(iii)進食蛋白質食品：蛋白質食品包括豆類、堅果、豆腐、強化豆漿(fortified soy beverage)、魚、甲殼類水生動物、蛋、禽肉、瘦肉、低

脂奶等。每天都進食蛋白質，每星期最少兩份魚，多選擇以植物為基礎的食品，每天進食的食品應有四分之一是含蛋白質的食物。

(iv)限制進食高度加工或超加工的食品：這些食品是從原始食物來源被改變，並且加入其它成份，在加工的過程中，重要的營養物質(例如維他命、礦物質和纖維等)被去除、但卻加入了糖和鹽，加工食品包括快餐、熱狗、油炸食品、曲奇餅、白麵包、白飯等。可以進食一些微加工的食品(minimally processed foods)，這些食品只經輕微的改變，保存大部份營養物質，並含很少添加劑，包括袋裝沙律、冷凍水果和蔬菜、蛋、奶、芝士、麵粉、油、糙米、乾香草等，這些都不算是高度加工或超加工的食品。

(v)將水作為首選的飲料：水維持健康、但沒有添加熱量。含糖飲料(sugary drinks，包括能量飲料、鮮榨果汁、濃縮果汁等)、汽水、調味咖啡等都含很多糖，但卻含很少、甚至沒有營養價值，很多人飲用空熱量(empty calories，高熱量但卻含有極低的營養成分)的飲料、但卻不自知而引致超重和肥胖。在沒有安全食水的情況下，可飲用以下的飲料解渴：咖啡、茶、不加糖的低脂奶、曾煮滾的水等。

(vi)多餐少吃：每天吃最少三餐、中間可吃健康的零食，隔太長時間才進食可能會吃得過多及進食不健康的食物。 ■

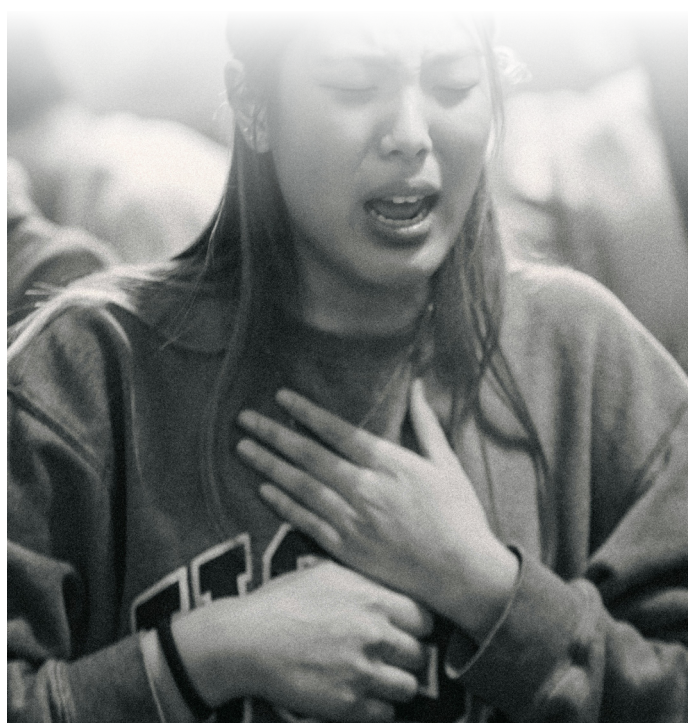


Photo by Samuel Yongsoo Kwon on Unsplash

《遇之妙：福音中與耶穌相遇的人物》之五/14-高夏芳修女靈修選摘

不要怕，只管信 - 雅依洛的女兒

高夏芳修女

(谷5:22-24; 35-43) 那時，來了一個會堂長，名叫雅依洛，一見耶穌，就跪伏在他腳前，懇切求他說：「我的小女孩快要死了，請你來，給她覆手，叫她得救回生。」耶穌就同他去了。有一大群人跟隨著他，擁擠著他。他還說話的時候，有人從會堂長家裡來，說：「你的女兒死了，你還來煩勞師傅做什麼？」耶穌聽見所說的話，就給會堂長說：「不要怕，只管信。」除伯多祿、雅各伯和雅各伯的弟弟若望外，他沒有讓任何人跟他去。他們到了會堂長的家裡，耶穌看見群眾非常喧噪：有的哭泣，有的哀號，便進去，給他們說：「你們為什麼喧噪哭泣呢？小女孩並沒有死，祇是睡著了！」他們都譏笑他。他卻把眾人趕出去，帶著小女孩的父親和母親，及同他在的人，進了小女孩所在的地方。他拿起小女孩的手，對她說：「塔里塔，古木！」意思是：「女孩子，我命你起來！」那女孩子就立刻起來行走，原來她已十二歲了；他們都驚訝得目瞪口呆。耶穌卻嚴厲命令他們，不要叫任何人知道這事；又吩咐給女孩子吃的。

在三本對觀福音中，耶穌復活會堂長雅依洛的女兒及治好患血漏病的婦女，這兩個事蹟都交織在一起，成為一氣呵成的敘述(瑪9:18-26; 谷5:22-43; 路8:40-56)。

首先出現的是雅依洛，一位會堂長，他的女兒病重垂危，他來到耶穌跟前，就跪伏在他腳下，苦苦哀求他去救小女兒。天下父母都一樣偉大，為自己的子女可以付出一切，子女有困難時他們會千方百計不怕勞苦，去幫助子女們解決，又不怕羞恥，不怕自己變得討厭，去求助於人。在福音中，除了這個雅依洛外，我們遇到好幾個慈父慈母，求耶穌治癒自己的子女：王臣為兒子(若4:46-53)，一位父親為附魔的兒子(谷9:14-27)，客納罕婦女為女兒(谷7:24-30)。

耶穌答應了雅依洛的請求，跟他去見他的女兒，就在路上，遇到那位患血漏病的婦女，耶穌治好了婦女後就繼續前行，到雅依洛家。

在這兩個交織於一的敘述中，奇蹟受患者都是女性：一個小女孩，一個成年婦女，兩人的生命都有一個關鍵性的年數：十二年。小女孩只活到十二歲便壽終，病魔折斷了她年輕的生命；婦女患血漏病十二年，生命一點一滴地從她身上溜走，她的慢性死亡也有十二年之久。但與耶穌相遇接觸後，兩人的生命都改變了，突破了死亡的桎梏，可以健康地、活力充沛地發展，邁向將來。

話說回來，雅依洛和耶穌還在路上時，有人從會堂長家裏跑來報訊，是噩耗，小女孩死了，不用勞煩師傅了。這位父親來見耶穌時心中還有一絲希望，只要女兒還在生，情況仍可改變；他要與死亡作競爭，作賽跑，在

死亡來到之前，他要把這位可以施予生命的耶穌帶到女兒身邊。但現在，他知道他跑輸了，無可挽救落敗了。他之前已盡了所能，設盡辦法，把耶穌找到，請到，現在只差那麼一點點就功虧一簣，這位父親的沮喪、失望，可想而知。

不過雅依洛忘記了一點：現在不是他單獨地跑，有耶穌在他身邊。耶穌不等他的反應，主動對他說：「不要怕，只管信。」這是一個大慰人心的鼓勵。在聖經中，許多次當人驚慌失措時，天主便為他打氣：「不要怕！」尤其是天主自己要降大任於人，雖然不免勞其筋骨，讓他知道困難與挫折肯定不會少，但也同時鼓勵他，叫他不要怕，要堅強果敢要信賴他。在舊約中，天主曾對亞巴郎(創15:1)及以色列歷史中不同的人物說：「不要怕」。在新約，福音的一開始天使向匝加利亞報告前驅若翰的誕生，及向瑪利亞報告天主降生成人，邀請他們合作時，都叫他們「不要害怕」(路1:13, 30)。「不要怕」也多次出現在耶穌口中，比如在耶穌平息風浪的片段中，耶穌讓門徒們安心，不要害怕，又問他們：「為什麼你們這樣膽怯？你們怎麼還沒有信德呢？」(谷4:40)又如耶穌在水面步行時，門徒們大為驚駭，嚇得大叫大鬧，耶穌就對他們說：「放心！是我！不必害怕！」(瑪14:27)當伯多祿跳入水中，想走向耶穌時，見到風勢騷動，就害怕起來，開始向下沉，耶穌拉住他，對他說：「小信德的人哪！你為什麼懷疑？」(瑪14:31)耶穌復活後，天使在墓穴前也叫婦女們不用害怕(瑪28:5; 谷16:6)，甚至耶穌親自顯現給門徒時，也是首先安撫他們，讓他們放心，認出是他(路24:37-38)。

現在耶穌安慰雅依洛，叫他不要怕，不要絕望，只管繼續相信，繼續倚賴，上主自有安排，「上主自會照料」(創22:14)。

耶穌到了雅依洛家，踏入一個悲傷的治喪家庭，滿屋是人，哀哭嚎陶，非常喧噪混亂。耶穌與他們好像說著兩種不同的語言，面對同一的事實有兩種不同的看法，不同的反應。耶穌問他們為什麼喧噪哭泣。他們堅信孩子死了，耶穌卻說，她沒有死，只是睡著了。他們一大群聚集在一起哀悼，耶穌卻把人趕出去，他自己也只帶了三位門徒。耶穌好像向這群前來奔喪的親戚朋友重複地向雅依洛所說的：「不要怕，只管信」。

這敘述的高峰是耶穌與那位死去的小女孩相遇，他親切地拿起她的手，並對她說：「女孩子，我命你起來！」一個觸摸，一句說話，使生命的活流注入這小女孩身上。她「起來」「行走」，這都是生命的跡象。耶穌還吩咐給她吃的，意會著這小女孩不只是復活了，她的生命應繼續被滋養，繼續前途燦爛地發展。■

【未完待續】

2025年六月二十八日、二十九日教友奉獻收入 Donation of 28th & 29th June 2025

Regular: \$8,593.20

**** 今主日有第二次奉獻(為堂區基金), 敬請大家支持。**

辦公室通知 Office Notice

**** 懇請大家不要將車子停泊在聖堂停車場內的走火通道及預留給神父的停車位。謝謝大家的合作!**

**** 鄰校通知我們不能再用他們的停車場。請大家留意。**

主日泊車須知

為方便教友們參與主日彌撒, 堂區已向市政府申請在堂區附近街道臨時准許泊車, 敬請大家開始善用這安排, 並遵守交通規則。詳情請參閱大堂海報。

英文靈修網站 FORMED English spiritual website

Chinese Martyrs Parish has now subscribed FORMED (an English spiritual website) for a full year till 24 Feb 2026. Just sign up under Chinese Martyrs Catholic Church and create your own account under Parish Subscription. Website: <https://formed.org/parishes>

本堂已訂閱 'formed' 一年, 這是一個英語靈修網站, 有興趣的教友請參考。網址參見: <https://formed.org/parishes>

加拿大東岸天主教華人生活營 (加東) 現接受報名 Eastern Canada Chinese Catholic Living Camp (GT) Register Begins

今年的加東生活營將於勞動節長週末 (8月29日星期五至9月1日星期一), 在安省 Magnetawan 的 Camp Kahquah 舉行。誠邀所有年齡介乎17至35歲的青年朋友參與, 一同踏上信仰同行的旅程! 如欲了解更多活動詳情及索取報名表格, 歡迎前往聖堂大堂的青年佈告板查閱。

Registrations are now open for Eastern Canada Chinese Catholic Living Camp, also known as GT. GT will take place this year during the Labour day long weekend from Friday, August 29th - Monday September 1st. It will be held at Camp Kahquah in Magnetawan, Ontario. All youth

and young adults aged 17-35 are invited to attend. You can find more information, as well as the registration form on the poster on the youth board in the lobby.

聖神同禱會主辦彌撒暨治癒祈禱

日期: 2025年7月10日星期四

時間: 7:30pm - 9:30pm

地點: 中華殉道聖人堂

主持: 程明聰神父

6:30pm 守聖時並明恭聖體, 有神父聽告解, 或請提前辦妥修和聖事以準備心靈接受耶穌的醫治。彌撒開始後及治癒祈禱時將不再有神父聽告解。

圖書館招募義工

圖書館開發時間星期六5-6pm

星期天9-10:45am, 10:45-12:30pm, 準備增加開放2-3:45pm。為更好地提供教友們借書看書的機會, 圖書館招募有意服務以上時間的義工。

宗座駐馬耳他及利比亞大使韓大輝總主教講座及分享

日期: 二零二五年七月十二日(星期六)10am-12pm

主題: 慈母教會

1) 聖經和傳統的根據

2) 教宗地位的反思

3) 共議同行的實踐

報名表放在諮詢處, 歡迎各位教友參加!! 報名表放在諮詢處, 歡迎各位教友參加!

第27屆粵語夫婦懇談週末營

夫婦融樂會主辦第27屆粵語夫婦懇談週末營, 將於8月2日至4日長週末舉行。地點是Mississauga的Queen of Apostles Renewal Centre.

夫婦藉着這三天兩夜的活動, 透過基於愛的溝通技巧, 兩人真誠地交談, 增進彼此的關係, 並建立更融洽相愛的家庭。

有意參加的夫婦, 可以在教堂正門的海報, 索取表格, 或掃描QR Code 報名。

晚餐廳祈禱

You are welcome to Cenacle Prayer meeting
Physical in church/Virtual online

Saturday, July 19, 2025, 7:15 PM

晚餐廳誠邀各位參與分享, 向聖母無玷聖心奉獻賠補罪過。在聖堂和線上Zoom同步集禱。

Zoom會議ID: 84003270763

Password: 076141

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WhatsApp: 416-727-9449 或電郵: sheshanlegion@hotmail.com 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

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.

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7:30pm - 9:00pm
粵語	星期四 晚7:30pm - 9:00pm
粵語	星期六 4:15pm - 5:45 pm
粵語	星期日 9:00am - 10:30am
國語	星期日 2:00pm - 3:30pm

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Bridget Hon: 416-617-8486, 或電郵: lshon@sympatico.ca

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

2024 Annual Report to the Faithful 週年財務報告二零二四年度
Chinese Martyrs Catholic Church 天主教中華殉道聖人堂
(Including St. John the Baptist Northern Chinese Catholic Mission 包括北區華人聖若翰堂)

RECEIPTS 收入

	2024	2023
General Receipts 普通收入		
Offertory 奉獻	\$ 587,067	\$ 534,698
Other Parish Collections 其他堂區奉獻	27,515	24,853
Christmas and Easter 聖誕及復活節	30,495	28,646
Baptisms/Funerals/Marriages 領洗 / 殯葬 / 婚配	13,172	16,491
Mass Offerings / Intentions 奉獻彌撒金	58,360	66,211
Other Donations 其他特別奉獻	27,013	14,083
Hall Rental	300	0
Interest Revenue 利息	55,110	35,894
Parish Programs (charity, faith formation, sacramental prep, youth) 堂區活動 - 信仰培育, 聖事準備	37,801	27,162
Sundry (admin, articles, candles, building & maintenance fund, restricted funds, socials) 其他 - 堂區基金及特別項目	416,147	313,901
Special Diocesan Collections 代收教區指定活動奉獻		
Canadian Missions 加拿大傳教捐獻	4,107	3,047
Evangelization of Nations (World Missions) 世界傳教捐獻	4,004	4,522
Humanitarian Relief - Turkey/Syria & Morocco 土耳其/敘利亞, 摩洛哥 地震	0	24,176
Marygrove Camp 教區青年避靜	3,505	3,791
Mission Co-op 傳教合作事工	6,062	7,013
Needs of Canadian Church (Bishops' Collection) 加拿大援助基金	4,272	4,120
Needs of Church in Holy Land (Good Friday) 聖地牧民	8,846	8,046
Pope's Pastoral Works 教宗牧民工作	4,033	3,787
ShareLife 教區公益金	36,898	33,656
Shepherds' Trust 神父退休信託基金	8,978	8,095
Other Special Diocesan Collection - Indigenous Reconciliation Fund 原住民和解基金	2,822	2,969
Total Receipts for the Period 總收入	\$ 1,336,506	\$ 1,165,161

PAYMENTS 支出

General Payments 普通支出

Clergy Salaries 神父薪金	\$ 204,175	\$ 165,714
Lay Salaries 修女及其他僱員薪金	82,063	81,144
Payroll Expenses 退休金及醫療保險金	5,644	4,084
Office Services / Supplies 辦公室用品	25,824	23,259
Mass Facility Rental - Northern Chinese Catholic Mission 北區華人聖若翰堂租金	6,000	6,300
Property Insurance 教堂保險費	10,958	9,894
Utilities - Church 水, 電支出	37,438	39,794
Repairs & Maintenance 堂區維修	55,120	63,748
Grounds Maintenance/Landscaping 鐘雪及剪草	14,095	16,589
Traffic Control / Security Service 保安防盜	4,889	4,274
Choir / Music Payments 歌詠團	4,605	7,539
Liturgy / Mass Payments 禮儀及彌撒用品	12,293	9,031
Other Church Payments 其他堂區支出	50,482	41,142
Rectory Payments 神父宿舍支出	36,903	37,935
Assessments: clergy health & retirement, diocesan, chaplaincy 神父健康保險金, 退休金, 上邇教區評估金	184,214	123,259
Parish Programs (Faith formation, sacramental prep, volunteering, youth) 堂區活動 - 信仰培育, 聖事準備, 義工, 青年牧民	74,220	70,034
Sundry (admin, articles/candles, socials, staff training) 其他	172,180	77,984
Special Diocesan Collections Disbursed 教區指定活動轉繳	88,541	98,207
Other Payments		
New Investments Purchased with Chancery 教區暫代存款	54,633	335,338
Property Additions / Restorations 新建築工程	48,626	202,545
Furnishings / Equipment 新置傢具及設備	43,008	3,844
Total Payments for the Period 總支出	\$ 1,215,911	\$ 1,421,658
Surplus (Deficit) 盈餘 (虧損)	\$ 120,595	\$ (256,497)

宗座駐馬耳他及利比亞大使

韓大輝總主教

講座及分享

日期: 7月12日(星期六)

地點: 鮑思高禮堂

主題 - 慈母教會

- 聖經和傳統的根據
- 教宗地位的反思
- 共議同行的實踐

9:10am: 彌撒

10:00am - 12:00pm: 講座 & 分享

報名: 諮詢處



天主教多倫多中華殉道聖人堂





CMCC 聖神同禱會主辦

彌撒暨治癒祈禱

Mass and Healing Prayer

耶穌是真正的醫治者。祂願意醫治我們每一個人的身體、心靈及靈魂的疾病及創傷。你願意接受耶穌基督的醫治嗎？

日期: **2025 年7月10日（星期四）**

Date: **July 10th, 2025 (Thursday)**

時間/Time: **7:30 p.m.**

地點: **天主教多倫多中華殉道聖人堂**

Place: **Chinese Martyrs Catholic Church**

2755 Denison Street, Markham

主持： 程明聰神父
Fr. Francis Ching C.C.

**** 聖人堂 6:30 p.m. 至 7:30 p.m. 守聖時並明恭聖體，有神父聽告解，或請提前辦妥修和聖事以準備心靈，接受耶穌的醫治。彌撒開始後及治癒祈禱時將不再有神父聽告解。**

主日停車通知

Sunday Mass Parking Notice

為方便教友參與主日彌撒，本堂區已向萬錦市政府申請在堂區附近街道臨時准許泊車，敬請各位善用這安排，並遵守交通規則。

To facilitate parishioners' participation in Sunday Mass, our parish has applied to the City of Markham for temporary on-street parking permission near the church. We kindly ask everyone to make good use of this arrangement and to observe all traffic regulations.

主日街道臨時准許泊車時間：8:00am – 10:00pm

📍 准許泊車地點

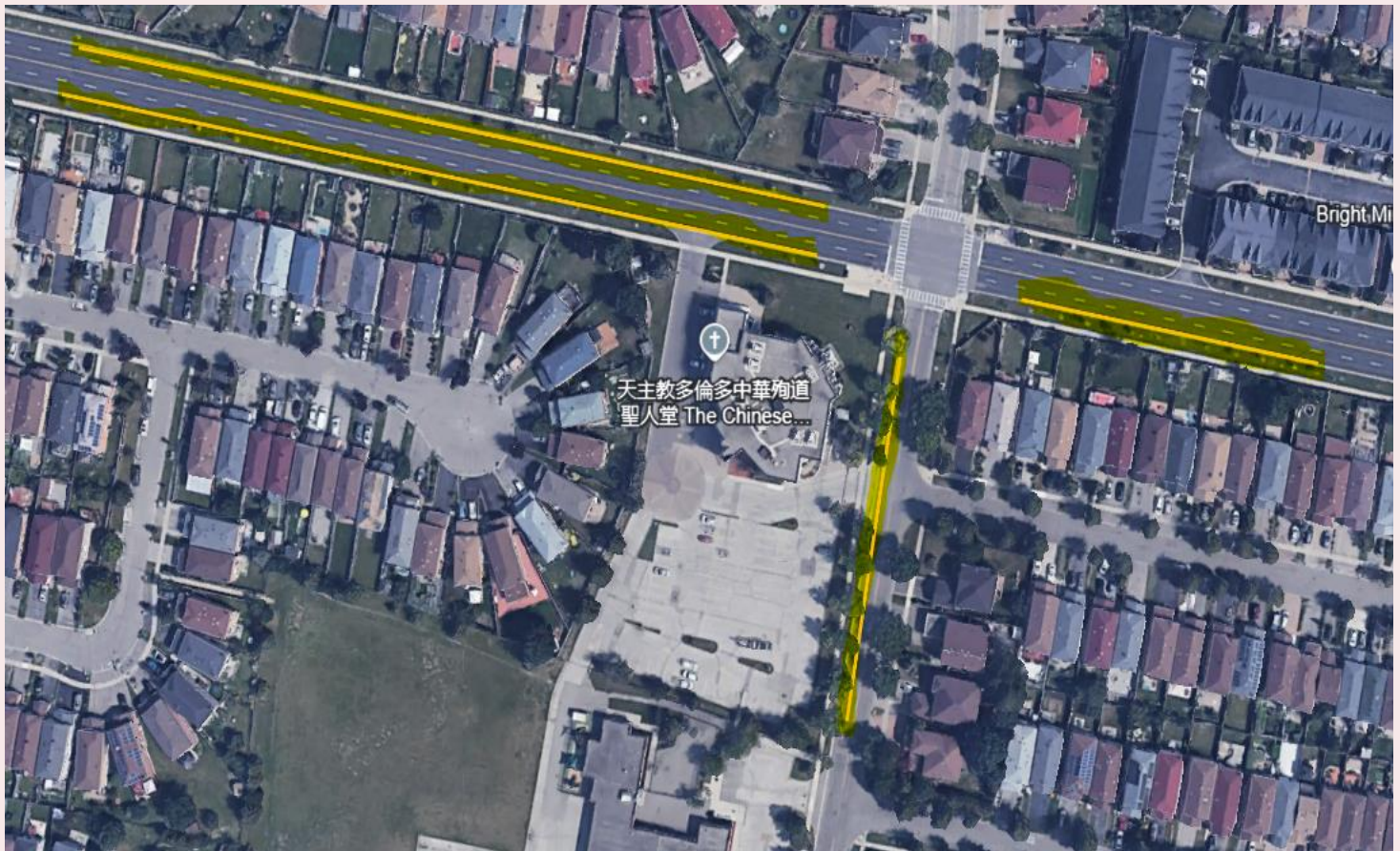
Locations Approved for Parking：

- ✅ Denison Street (聖堂對出一段)
- ✅ Featherstone Ave. (東邊一段)

***違規者接到告票或車輛被拖走，責任自負。**

***Violators may receive a ticket or have their vehicle towed at their own risk.**

📍 請參考地圖黃色劃線區域為可泊車位置



感謝合作！如有任何查詢，請聯絡堂區辦事處。

Thank you for your cooperation. Please contact the parish office for more information.



THE JUBILEE PRAYER

Father in heaven,
may the *faith* you have given us
in your son, Jesus Christ, our brother,
and the flame of *charity* enkindled
in our hearts by the Holy Spirit,
reawaken in us the blessed *hope*
for the coming of your Kingdom.

May your grace transform us
into tireless cultivators of the seeds of the Gospel.
May those seeds transform from within both humanity
and the whole cosmos
in the sure expectation
of a new heaven and a new earth,
when, with the powers of Evil vanquished,
your glory will shine eternally.

May the grace of the Jubilee
reawaken in us, *Pilgrims of Hope*,
a yearning for the treasures of heaven.

May that same grace spread
the joy and peace of our Redeemer
throughout the earth.

To you our God, eternally blessed,
be glory and praise for ever.

Amen

Franciscus

(Source: Jubilee official website)



禧年禱文

我們的天父
願藉著祢的兒子耶穌基督，
我們的兄弟，
所賜給我們的**信德**，
以及聖神傾注在我們心中的**愛德**之火焰
在我們心中重新燃起
對你天國來臨的神聖**望德**。

願祢的恩寵改變我們，
使我們成為勤勞耕耘福音種子的人，
讓人類和宇宙得以發酵，
滿懷信心地期待
新天新地的到來
當邪惡的勢力被戰勝時，
祢的榮耀將永遠彰顯。

願禧年的恩寵
在我們這些**希望的朝聖者**心中，
重新燃起對天上神恩的嚮往，
願我們救主的喜樂與平安，
傾注在整個世界。

永受頌揚的天主
願讚美和榮耀永遠歸於你，直到永遠。

阿孟

Franciscus

(來源：禧年官方網站)



禧年禱文

我們的天父
愿藉着祢的儿子耶稣基督，
我们的兄弟，
所赐予我们的**信德**，
以及圣神倾注在我们心中的**爱德**之火焰，
在我们心中重新燃起
对祢天国来临的神圣**望德**。

愿祢的恩宠改变我们，
使我们成为勤劳耕耘福音种子的人，
让人类和宇宙得以发酵，
满怀信心地期待
新天新地的到来
当邪恶的势力被战胜时，
祢的荣耀将永远彰显。

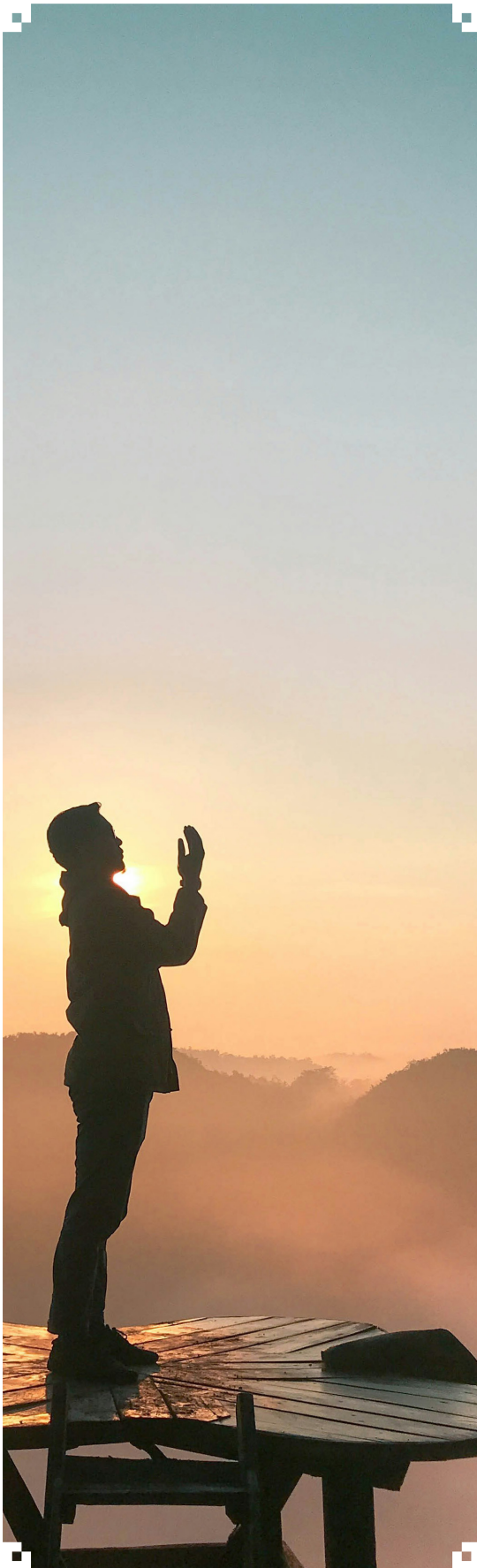
愿禧年的恩宠
在我们这些**希望的朝圣者**心中，
重新燃起对天上神恩的向往，
愿我们救主的喜乐与平安
倾注在整个世界。

永受颂扬的天主
愿赞美和荣耀永归于祢，直到永远。

阿孟

Franciscus

(来源：禧年官方網站)



*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.

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)