

天主教中華殉道聖人堂

The Chinese Martyrs Catholic Church



常年期第十六主日 | 二〇二五年七月二十日
16th Sunday in Ordinary Time | July 20th, 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.



「你為了許多事，操心忙碌，其實需要的，唯有一件。」
路 10:41-42

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	
切莫誤以為邪會勝正.....	2
主日分享	
聆聽天主，認識自己.....	3
信仰培育	
會祖傳(續).....	4
天主教歷史淺談	
72·保祿六世續開並結束梵二大公會議.....	5
平安是福	
心臟衰竭(五).....	6
高夏芳修女靈修選摘	
漸進式的復明·貝特賽達的瞎子.....	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://www.seeemerofisrael.org/2020/07/marty-and-martyr-disciples-of-christ.html>

教宗為憲兵隊主持彌撒： 切莫誤以為邪會勝正

教宗良十四世7月15日上午探訪羅馬近郊岡道爾夫堡憲兵隊指揮部，意大利國防部長和憲兵部隊總司令都參加了教宗主持的彌撒。教宗敦促道，在戰爭和暴力肆虐的時期，應當運用法律和正直的力量去打擊犯罪。

（梵蒂岡新聞網）「尤其在這戰爭和暴力肆虐的時期，你們應當忠於你們的誓言：以國家公僕的身份，運用法律和正直的力量去打擊犯罪」。教宗良十四世7月15日上午在岡道爾夫堡憲兵隊指揮部小堂主持彌撒，以這席話期勉參禮者，並敦促他們，面對那傷害社會秩序的不公不義，千萬不可「陷入誘惑，誤以為邪會勝正」。

軍隊主保：大忠者貞女聖母瑪利亞

當天上午9點，在羅馬近郊岡道爾夫堡夏宮避暑的教宗，前往距離夏宮只有幾步路的憲兵指揮部。他一抵達，就受到意大利隨軍主教薩巴（Gian Franco Saba）總主教的歡迎。意大利國防部長克羅塞托（Guido Crosetto）和憲兵部隊總司令隆戈（Salvatore Luongo）也參加了教宗主持的彌撒。適逢宣布大忠者貞女聖母瑪利亞為意大利軍隊和憲兵部隊主保75週年，教宗在講道中指出，在二戰結束後「重建精神和物質的時期」，聖母瑪利亞對天主的忠貞成了「每個憲兵忠於祖國和意大利人民的榜樣」。

「這個美德傳達出奉獻、純潔，以及不斷增進共同福祉的努力。憲兵加以捍衛，並且保障公共安全，維護所有人的權益，尤其是那些處於危險的人的權益。」

教宗感謝憲兵的服務

為此，教宗「由衷感謝」憲兵高尚且艱辛的服務。他們不僅為意大利及其國民效勞，「也惠及聖座和前來羅馬的信友」，尤其是「這禧年的眾多朝聖者」。

教宗指出，憲兵對大忠者貞女聖母瑪利亞的敬愛之心，反映在他們的格言上，即「世代忠誠」。此格言表達出每一個憲兵的「責任感和忘我精神，直到犧牲自己為止」。意大利憲兵盡忠職守，不惜獻出自己的生命。教宗由此提到可敬者達奎斯托（Salvo d'Acquisto）的聖

德芳表，讚許他有如軍隊的一面「黃金獎章」，他的列真福品案正在進行當中。

誰若承行天主旨意，就是耶穌的弟兄姊妹

當天彌撒所選讀的福音記載，耶穌說：「不拘誰遵行我在天之父的旨意，他就是我的弟兄、姊妹和母親。」（瑪十二50）教宗闡明，這就是基督信仰中「弟兄姊妹」一詞的真正意涵，它是一種「勝過於血緣的關係，因為它使我們每個人都參與其中」。

的確，「當我們承行天主的旨意時，也就是當我們彼此相愛，如同天父愛了我們那樣時，我們就真正是耶穌的弟兄姊妹」。教宗解釋道：「當天主的獨生子成了我們的弟兄時，天主父就變成我們的父親，那與聖父、聖子相結合的聖神，則前來居住在我們心中。」

聖奧斯定：聖母先是首位門徒，然後才是母親

教宗接著表明，天主的愛極其偉大，因此耶穌甚至在十字架上將祂的母親託付給祂所喜愛的若望宗徒，讓祂的母親做我們的母親。童貞瑪利亞之所以成為耶穌的母親，「是因為她懷著愛聽從天主聖言，接納天主聖言進入她的心中，而且忠實地活出聖言」。

為此，教宗引用聖奧斯定對這段福音章節的註解，說：「瑪利亞作為基督門徒的身份更為重要，其次才是基督母親的身份。」事實上，「瑪利亞是有福的，因為她聽從了天主聖言，並且予以落實」。教宗強調，「瑪利亞生命的意義在於忠誠地守護了她從天主那裡領受的聖言：她接納了生命的聖言，在懷中孕育並使之誕生」。

主日三鐘經祈禱活動中的問候

此前，教宗曾於13日主日在三鐘經祈禱活動中問候意大利韋萊特里（Velletri）憲兵學校的學生，該學校正是以可敬者達奎斯托的名字命名。教宗鼓勵他們「繼續他們的服務進程，為國家和公民社會效勞」。

鏈接網址：<https://www.vaticannews.va/zht/pope/news/2025-07/pope-leo-carabinieri-faithful-mass.html>

常年期第十六主日

讀經一：創 18:1-10
 讀經二：哥 1:24-28
 福音：路 10:38-42

16th Sunday in Ordinary Time

First Reading: Gn 18:1-10
 Second Reading: Col 1:24-28
 Gospel: Lk 10:38-42

聆聽天主， 認識自己

吳智勳神父
 天主教輔仁聖博敏神學院禮儀研究中心

默想

今天的福音是路加獨有的故事，寫得很美。過去，人們往往只從這段聖經表面的意義推測，以為耶穌在這裏主要是譴責瑪爾大，稱讚瑪利亞；譴責為世俗事務操勞的人，而稱讚那些聆聽天主聖言的人。更有人(包括出名的聖人)引申說，祈禱比工作重要，默觀的修道生活比忙碌的在俗生活高超。今天讓我們重新返回這段聖經，欣賞路加要帶出的美麗訊息。

這個故事的上文，是講慈善的撒瑪黎雅人，那個比喻的人物全是男性，耶穌最後吩咐那法學士：「你也照樣去做吧」，要求他以慈悲的心，用「行動」為有需要的人服務，可見耶穌並沒有否定「工作」的重要。現在的故事，除了耶穌外，人物完全是女性，為猶太人這是有點不可思議，因為一家之主應該是男的，但路加卻將主人拉匝祿放在一邊，將瑪爾大捧了出來，暗示女性同樣是耶穌基督的門徒，同樣得到耶穌的重視。故事的主角應該是瑪爾大，把注意力只放在瑪利亞身上，似乎不是故事原來的意思。耶穌並無偏愛瑪利亞，祂也愛瑪爾大，願意教導她、提昇她，使她克服自己的困難，成為一個更全面的門徒，指出工作固然重要，但也要聆聽天主的聖言。

在猶太人的家裡，人人都期望

做大家姐的，會在家中打點一切；從福音有關這家人的記載顯示，瑪爾大應是做大家姐的。她派人向耶穌報訊：「主，你所愛的人病了」；耶穌來到時，她親自出來歡迎；耶穌要求移開墓門的石，她又出主意說屍體臭了，最好不去動他。可見她是料理一切，工作效率很好的人，用我們今天的話來說，她是一個女強人。但是，這個女強人的內心，有其軟弱的一面：她認識事而不認識人，包括不認識自己；她不知道或不承認自己軟弱的地方，不肯正視自己的弱點，往往利用自己的長處去遮蓋它。這種人要求他人賞識她所做的一切，受不了別人的冷落。現在，耶穌只與她的妹妹談話，沒有理會她正在忙忙碌碌，她覺得很不公平，有受委屈的感覺。或許她心裏想，耶穌是大家的客人，為甚麼瑪利亞可以舒舒服服的與祂聊天，而自己偏偏要做所有的事？她心裏實在很愛耶穌，否則她不會請祂來，也不會在這種場合下，說出自己心底的話。這似乎是她平時累積下來的一種宣洩，在這宣洩裏其實是淌著淚水的，她好像向耶穌申訴：「主啊！世界對我真不公平，連我妹妹也不體諒我的辛苦，你不管嗎？」

面對這樣的投訴，耶穌完全沒有譴責瑪爾大，祂諒解她的感受，欣賞她為諸事操心勞碌，但瑪爾大未能在繁忙的生活裏去學習和認識自己，反而被工作弄到心煩意亂，然後以埋怨去發洩。其實，瑪爾大「需要的只有一樣」，就是靜下來聆聽祂。如果她靜下來聆聽，她會發現耶穌快要入耶路撒冷受難，已不在乎吃甚麼，卻在乎與人分享祂的內心。耶穌邀請瑪爾大停下來，在內心與主相遇，在那裏

她會真正認識自己和別人的內心世界，從而知道自己和別人的需要。耶穌邀請她像瑪利亞一樣，「選擇那最好的一份」。

這段故事為我們，特別是有本領的強人，有很大的啟示。強人往往是辦事精明，批判性極強，這樣雖然能夠顯出自己優越的地方，但危險性是不了解別人，人際關係差，往往以成就遮掩自己的弱點，阻礙了自己的成長，養成一份連自己也不察覺的俗氣。例如，他們常常批評別人的工作沒出息，暗示自己的成功，但亦反映出他們未能欣賞每種工作的價值，透露出一種庸俗的氣質。忙碌的人，脾氣往往很差，這時他們最需要的是靜下來，聽聽耶穌願意向自己說甚麼。聆聽耶穌使人明白自己的貧乏，發現別人真正的需要，這是成長的秘訣。

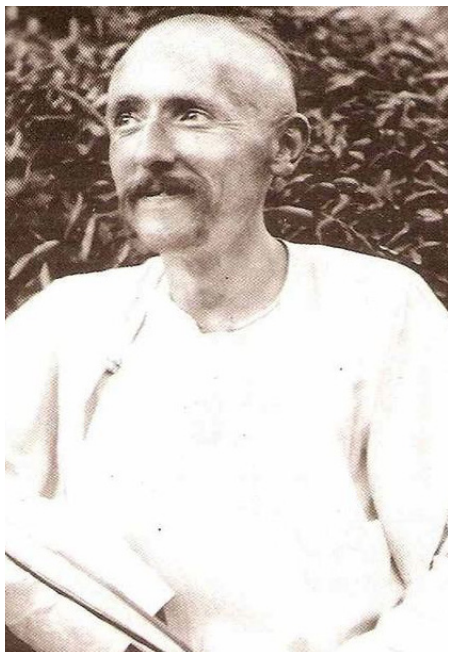
瑪利亞在故事中沒有說過一句話，聆聽耶穌使她不但了解耶穌的內心，更使她明白姐姐的需要，故此任由她申訴而不作任何反駁，她知道能幹的姐姐其實不是需要她幫忙，她發洩後便沒事了。瑪利亞的事業未必如姐姐般成功，但她肯定是個快樂的、有靈氣的人。若要知道自己和別人的需要，不要忘記靜下來聆聽耶穌，人會發現那是甚麼。 ■



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】一位兄弟死了，如從他身邊找出相當數字的錢來，‘好，這不算真兄弟’，雷神父不許他葬在兄弟們的墓地。

服從：雷神父一生總是在服從中做事，最激烈反對他的，也無法控告他不服從，自然也要求小兄弟們重視此德行。關於此點，他的言論與行事很多，筆之不盡，現在僅述一條與一件事實。他說：“小兄弟只有義務而無權利，能以有權要求者，唯有一節，便是達到他入會的宗旨。”最初，他曾有第四願的要求。所謂“第四願”，即是“全死”。由於主教不準，他便將這“全死”精神，加在服從聖願

內，要求他的會士：“徹底地放棄一切自己的意見。”這是一件難做的事，正因難做，才為可貴，因之奇跡便出現多次。抗戰時，一位護士兄弟在野戰醫院中，他是絕對需要的。突然患了一種不治之症，鼻腔不停地滴血……雷神父問他：“小兄弟，你願服從命令嗎？”那小兄弟答應：“我發過服從聖願，當然我要徹底服從命令！”“我命令你停止流鼻血！”當時兩、三位兄弟在場，大家眼睜睜地看着，鼻血馬上停止流淌！那位小兄弟今天依然健在，這是誰的功勞呢？是服從命令的人，或是發出命令的人？總之，服從是一件可以獲致奇事的工具。

我們簡述他提倡的三句神修口號，即他的三種精神：全犧牲、真愛人、常喜樂。一般講，人人都有犧牲、愛人、喜樂的天性，屬自然本性，何談可貴。然而問題在於程度的高低，在於副詞的使用。雷神父認為這三句口號的力量完全在副詞上，即完全在於：“全、真、常”三個字。

全犧牲：我們對服從聖願所引的那一條，正可作“全犧牲”的注腳。關於“全犧牲”，雷神父說過最響亮的幾句話是：“天主之外無物。”“天主之外，小兄弟一無所圖，一無所願，一無所希，一無所期。”“小兄弟心中所關切的惟一是承行主旨，悅樂主心，得天國及其義德。”他不但要求小兄弟如此，對四個團體的

會員亦如此。無論到何處，遭遇任何困難，都要追隨耶穌，放棄自己。生活在“不可知、不滿足、極短暫”中，本是旅客的想法，我們不亦如旅客希望還鄉嗎？在小兄弟們發願時，他將路加福音上的：“如果誰來就我，而不惱恨自己的父親、母親、妻子、兒女、兄弟、姊妹，甚至自己的性命，不能做我的門徒！”譜寫成歌，以警惕他的兄弟們。

這種高尚的德行，是漸進而臻於完善，他要求其追隨者：不要忘記每天的一切克苦機會，由小而大，由少而多。表現在生活是他本人放棄過去並不優裕的生活，而採用與兄弟們同居的艱苦生活，不要私人房間，與兄弟們同樣睡在小格子（指集體宿舍的一部分）中。北方的冬天，冷到零下二十度左右，室內無火爐，窗戶敞開，黎明即起，冰霜貼滿他的胡須與被子，講室內呵凍而書，後來由於大夫與主教的命令，窗戶才不兩面對開，工作室內才生起火爐，冰涼鐵硬的磚石為枕，可是這較耶穌無枕首之地要強許多倍。一位兄弟凍得不能入睡，在被子上壓一個鐵制的洗澡盆……夏天熱到攝氏四十度，厚厚的會衣悶得熱汗直流，蒼蠅不時地紛擾，晚間難免有臭蟲與蚊蟲之類的襲擊。在三伏天，大家熱得發喘，雷神父卻高唱：“好兄弟們，看，已在初（中、三）伏。”……

【未完待續】

天主教歷史淺談

資料來源：梵蒂岡廣播電台

72 · 保祿六世續開並結束梵二大公會議

若望二十三世教宗召開的梵蒂岡第二屆大公會議第一期會議，經過兩個月的熱烈討論，於一九六二年十二月八日閉幕。接著，這位年屆八十有二的老教宗一方面繼續研究大公會議第二期的工作問題，一方面積極撰寫他那有名而且重要的"和平於地"(PACEM IN TERRIS)通諭。這道通諭於四個月後的一九六三年四月十一日頒佈，但來不及召開第二期的大公會議，便於六月三日因病撒手人寰。十八天之後，全球樞機主教選出意大利米蘭的總主教若翰洗者·蒙蒂尼(GIOVANNI BATTISTA MONTINI)樞機為新教宗，取名號保祿六世(PAULO VI)。他一上任，立刻宣佈繼續召開梵二大公會議。

第二期會議於一九六三年九月二十日揭幕，討論的主要內容是全球主教團集體領導普世教會，基督信徒的大公合一，宗教信仰

自由這幾個重要問題。會議於十二月四日結束，結束當天公佈了大公會議最先的兩個文獻，一個是"禮儀憲章"(CONSTITUTIO DE SACRA LITURGIA:SACROSANCTUM CONCILIUM)，一個是"大眾傳播工具法令"(DECRETUM DE INSTRUMENTIS COMMUNICATIONIS SOCIALIS:INTER MIRIFICA)。

次年，一九六四年元月，保祿六世赴聖地訪問，他是兩千年來第一位到耶路撒冷朝聖的教宗，也是有史以來第一位離開歐洲的教宗。這是一次尋根之旅，也是一個大公合一的舉動，他在那裡會晤了來自君士坦丁堡的東正教領袖阿忒那戈拉(ATHENAGORAS)宗主教。

這一年五月，保祿六世在聖座內設立了"非基督信徒祕書處"，又把大公會議原來的七十項方案濃縮為十七項。

第三期會議於一九六四年十三日開幕，與會教長特別就宗教信仰自由問題廣泛討論，並通過不少文件，這些文件都在這一期會議結束當天，十一月二十一日公佈，計有"教會憲章"(COSTITUTIO DOGMATICA DE ECCLESIA:LUMEN GENTIUM)，"大公主義法令"(DECRETUM DE OECUMENISMO:UNITATIS REDINTEGRATIO)，"東方公教會法令"(DECRETUM DE ECCLESIIIS ORIENTALIBUS)。在這期會議中，主教們建議設立世界主教會議(SINODO EPISCOPALE)，讓教宗可以定期向代表全球主教來羅馬開會的主教們徵詢意見。

【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(五)

心臟衰竭(heart failure)的預防：

(一)生活方式的改變：

上兩期與大家介紹加拿大心臟及中風基金會(Heart and Stroke Foundation of Canada)的建議：健康的飲食和適量的運動，今期繼續其它的建議：

(丙)適中的體重：

控制體重並不如很多人所想的需要大幅度改變個人的生活方式，重點是採取小步驟、適中及務實的目標、並在此基礎上向前，小而穩定的體重減少(每週半至一公斤、約一至二磅)比較大的下降是更容易達到、更健康 and 更容易維持。除了定時的運動外，健康的飲食也很重要。

(i)吃什麼？

多吃水果和蔬菜，每天所吃的食物總量應有一半是水果和蔬菜，盡量轉吃全穀麵包和穀物，從多種不同的食物攝取蛋白質，例如豆類、堅果和種子、低脂奶、芝士和酸乳(又稱優酪乳、乳酪等)、瘦肉、禽肉和魚肉等。

選吃多種不同的營養食品，例如顏色鮮艷的辣椒、綠葉蔬菜、全穀麵包和穀物豆類、豆腐、低脂奶、瘦肉和堅果，吸收多種不同的人體必需的營養素。小心閱讀所有食品標籤上的營養成份標示，了解該食品所含的熱量、飽和脂肪、添加糖和鹽等，也要留意所含的健康營養素，例如蛋白質、纖維、維他命、礦物質(鐵、鈣等)。避免進食超加工食品，這些都是飽和脂肪、糖和鹽的主要來源，超加工食品包括加工肉製品(例如熱狗、漢堡包等)、油炸食品(例如炸薯條、洋蔥圈、炸薯片、炸玉米片等)、意大利薄餅、餅乾、冬甩(又稱油炸圈餅)、曲奇等。

(ii)飲什麼？

在整天裡適量地多喝水，選擇飲用低脂或脫脂奶、避免汽水、含糖飲料、果汁、含酒精飲料等。

(iii)吃多少？

確保進食的份量合理，避免超大份量和添食，使用較細小的餐具，將食物的總量分一半為水果和蔬菜、四分之一為全穀類和四分之一為蛋白質食物。

(iv)什麼時候吃：

每天吃三個主餐、和兩個健康的小吃，每餐相隔的時間要有規律。確保吃早餐，研究顯示有吃早餐習慣的人較容易維持適中的體重。

(v)怎樣吃：

慢慢吃，享受食物的味道和質感；將進食成為與家人和親友交誼的社交活動；不要暴飲暴食；不要在工作桌和電視前或車內無心無意地進食。 ■



Photo by Gabriele Stravinskite on Unplash

《遇之妙：福音中與耶穌相遇的人物》之五/16-高夏芳修女靈修選摘

漸進式的復明 - 貝特賽達的瞎子

高夏芳修女

(谷8:22-26) 他們來到貝特賽達，有人給耶穌送來一個瞎子，求他撫摸他。耶穌便拉著瞎子的手，領他到村外，在他的眼上吐了唾沫，然後又給他覆手，問他說：「你看見什麼沒有？」他舉目一望，說：「我看見人，見他們好像樹木在行走。」然後，耶穌又按手在他的眼上，他定睛一看，就復了原，竟能清清楚楚看見一切。耶穌打發他回家去說：「連這村莊你也不要進去。」

禪語中有這樣的一句：「我用手指指著月亮，你應看的不是我的指頭」。此語可套用到耶穌的奇蹟上。耶穌在世時行了為數不少的奇蹟，馬爾谷記載了十七個，瑪竇十八個，路加二十個，若望八個，其中一個是復活後行的。(當然，這些中間有些是屬於四重、三重或雙重記載的，即同一奇蹟出現在不同的福音中)。這些奇蹟的深層意義不在於奇異事蹟本身，它們只是指頭，指向更高，更深，更隱秘，更超越的境界。人們面對奇蹟的反應不應只是驚訝、興奮、歡喜，也不局限過於讚嘆、感恩。耶穌都每一個奇蹟都有他輕輕揭起面紗之效，隱約地顯露他的天主子身份；他治癒瞎子表露出他是世界的真光；他增餅，讓人知道他是永生之糧；他復活死人，暗示他自己就是生命之源。

透過他的奇蹟，耶穌顯示他就是萬眾期待的救世主、默西亞。許多見到耶穌行奇蹟的人都悟出此理，他們相信了耶穌，並說：「默西亞來時，難道會行比這人更多的奇蹟嗎？」(若7:31) 尼苛得摩也是一個能藉著頭仰望月亮的心靈精細者，他對耶穌說：「辣彼，我們知道你是由天主而來的師傅，因為天主若不同他在一起，誰也不能行你所行的這些神蹟。」(若3:2) 但不是所有目睹奇蹟者都有此慧眼慧心，所以若望不愛稱耶穌的奇蹟為奇蹟，都稱之為「標記」，就是一個指示，一塊跳板，讓人跳上更高，更遠，更奧妙的層次。標記不是終向，跳板不是目標；因此，當耶穌顯了增餅的奇蹟後，眾人都追尋他時，他不掩飾自己

的傷感，說：「你們尋找我，並不是因為看到了神蹟，而是因為吃餅吃飽了。」(若6:26)

耶穌的奇蹟除了顯示他自己的身份外，也揭露人的軟弱、缺陷、束縛、困苦，需要解放，需要治療，需要撫慰，需要天主的憐憫、慈愛、寬宥。耶穌這樣描寫自己給人帶來的救恩：「瞎子看見，癩子行走，癲病人潔淨，聾子聽見，死人復活，貧窮人聽到喜訊」(路7:22)。當然，肉體的治癒，顯而易見，但耶穌要賜給人的不只於此，他來，是為使人「獲得生命，且獲得更豐富的生命」(若10:10)。

在耶穌的奇蹟中，使瞎子復明是次數較多的，其效果是即時性的、顯著的；其寓意也相當清晰：從看不見到看得見，從黑暗到光明。貝特賽達的瞎子是耶穌治癒的三個瞎子中的一個，只有馬爾谷記載。若要瞭解這片段的深層意義，先要看看他在〈馬爾谷福音〉的整體架構中的位置及它的上文下理。

馬爾谷深感耶穌的奧蹟奇妙莫測，不是三言兩語，或一連串的事件報道就可讓人明白。他安排福音的骨幹脈絡就以此為原則：漸進性地介紹耶穌，讓人一步一驚訝地發掘他，直到他的救恩事蹟的高峰：他的死亡及復活。耶穌一閃一爍地顯露自己，引人入勝，門徒們也一步步地，循序漸進地認識他，跟隨他。

福音很清楚地刻分為兩部分(第一至八章，第九至十六章)，我們要介紹的片段在這一部分的末端。在這第一部分耶穌行的奇蹟很多(馬爾谷記載的十七個奇蹟中，十五個都在這裏)，群眾對他的言行都表示驚訝(1:27; 2:12; 4:41; 5:15, 20, 33, 42; 6:50, 51; 7:37)，大家都不斷發問，他到底是誰(1:27; 2:12; 4:41; 6:3)。不願接受他的人與他發生衝突(2:1-3:6)，有人說他瘋了(3:21)，經師們說他附了魔(3:22).....

【未完待續】

2025年七月十二日、十三日教友奉獻收入 Donation of
12th & 13th July 2025

Regular: \$8,264.60

** 本主日有第二次奉獻(為Mission Co-op)。
** 今天早上彌撒前後 (8am-12:40pm彌撒)，聖母軍
余山聖母支團會在聖堂大堂設置展位邀請各位教
友到來查詢及報名加入聖母軍大家庭，在聖母領
導下成為天主的工具和恭迎耶穌聖心到自己的家
庭為王。聖母軍的使命是“成聖自己，轉化他人”。

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使用他們的停車場。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](https://formed.org/parishes)

ShareLife 教區公益金

多謝各位主內兄弟姊妹，慷慨支持ShareLife 教區
公益金的捐獻。今年我們的籌款目標是90,000元，
現在只籌得50%，希望大家能夠繼續支持，協助我
們實現目標，各位可以網上捐獻或將ShareLife奉
獻放進諮詢處旁的奉獻箱內，多謝各位。

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) Reg- ister 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.

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。

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

伴您行關顧小組夏日樂逍遙

日期: 7月26日星期六 (10am - 1:30pm)

地點: Milne Dam Conservation Park

集合地點及時間: 聖堂停車場早上十時

諮詢: cmcccancersupport@gmail.com

譚傑志神父藝術靈修工作坊

日期: 8月2日星期六

地點: 鮑思高禮堂

時間: 9:10am 彌撒
10:00am 講座
12:00pm 午餐
1:00-3:00pm 工作坊
午餐及工作坊 - 自由奉獻
報名: 諮詢處

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

中華殉道聖人堂「主寵愛之家善會」• 智愛中心 • 生命恩泉 合辦

美國「華人特殊兒童之友」

分享會及音樂會



講者: Anna Wang (陳慧明)
華人特殊兒童之友協會創辦人

分享會

粵語→國語即時傳譯 / 粵語→英語即時傳譯

走向一條龍服務

日期: 8月6日
時間: 7:30pm-9:30pm

建立可持續的住宿服務

日期: 8月7日
時間: 7:30pm-9:30pm

綜合分享及答問時段

日期: 8月10日
時間: 4:00pm-5:30pm

地點: 天主教中華殉道聖人堂地庫聖鮑斯高禮堂



音樂/表演會

表演者: Dream Achievers Band 及 CMCC FOL Ministry Children

日期: 8月10日

時間: 5:30pm-7:30pm

地點: 天主教中華殉道聖人堂地庫聖鮑斯高禮堂

歡迎一家大小、親朋好友出席



所有聚會不設託兒服務，請家長自行安排照顧子女

註: 8月10日中華殉道聖人堂的2:15pm 英文彌撒將由中華殉道聖人堂「主寵愛之家」的孩子負責讀經、彈琴、及奉獻餅酒，彌撒歌曲由 CMCC Hope Choir 及 Dream Achievers Band 領唱。

「養兒一百歲，長憂九十九」。孩子是天主賜予的禮物，父母對孩子的愛永遠是無條件和無休止的。但作為特殊兒童的父母，我們對孩子的付出更多，當中的甜酸苦辣，是筆墨難以形容的。

我們很高興邀請到美國三藩市「華人特殊兒童之友」(FCSN)的創會成員 Ms Anna Wang，為我們分享如何由一位特殊兒童家長到創立一個現在服務超過六百名特殊需要人士的機構的歷程。

另外她亦會分享 FCSN 如何集結家庭的力量去建立一個可持續的住宿服務 (A Dream Housing Project)，當中的理念及推動過程，家長如何培育成年孩子的生活技能，好預備他們將來的獨立生活。



CMCC 主寵愛之家



報名請掃描二維碼或到以下網站: <https://bit.ly/4nEtrGR>

天主教中華殉道聖人堂地庫聖鮑斯高禮堂
2755 Denison St, Markham, ON L3S 2J3, Canada





禧年玫瑰經敬禮

多倫多中華殉道聖人堂聖母軍在 2025 禧年內，每週一晚上在線舉行玫瑰經敬禮，為世界和平，貧困者，受壓迫者，罪人悔改及教會福傳使命祈禱，願天主的慈悲恩賜每個家庭，促進親人間的體諒包容，並恩澤社會。

邀請所有信徒參加此項特別活動，深入體驗天主的慈悲，期望在生活中實踐天主的愛和寬恕。以響應教宗的呼籲，成為有希望的朝聖者。在玫瑰經敬禮後，林康政老師將於每月兩次進行禧年信仰分享。

聚會：星期一晚上（網上祈禱會）

時間：7:50-9:00 PM（多倫多） GMT-05

Join Zoom Meeting

<https://us06web.zoom.us/j/83070331722?pwd=wXB1prDL7bbHOp9rYaaKpHmxyBFf8D.1>

Meeting ID: 830 7033 1722

Passcode: 710710

林康政博士簡介：

林康政老師的研究領域涵蓋天主教的教理、培育和神學。林老師擁有羅馬宗座拉特朗大學的牧靈神學博士學位，並在日本上智大學和美國天主教大學進行了教義與宗教教育的高等研究。此外，林博士曾於日本隱修院，深入研習聖本篤靈修和聖言誦讀，並在 2022 年宣發永願，成為米蘭基督君王俗世會的成員。

林博士在 90 年代曾在香港教區的禮儀及教理委員會服務，負責教理培育、教材編製及課程統籌工作，對信仰培育和教理課程作出貢獻。目前，林老師致力於各地華語教會進行培育、講座及教材編寫，旨在加深信徒對信仰生活的理解和實踐。



天主教多倫多中華殉道聖人堂

譚傑志神父

藝術靈修工作坊

殉道與真福：
中國傳統藝術的表達

日期:8月2日(星期六)

地點: 鮑思高禮堂

- 9:10am 彌撒
- 10:00am 講座
- 12:00pm 午餐
- 1:00 - 3:00 pm 工作坊
- 午餐及工作坊 - 自由奉獻

報名: 諮詢處



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

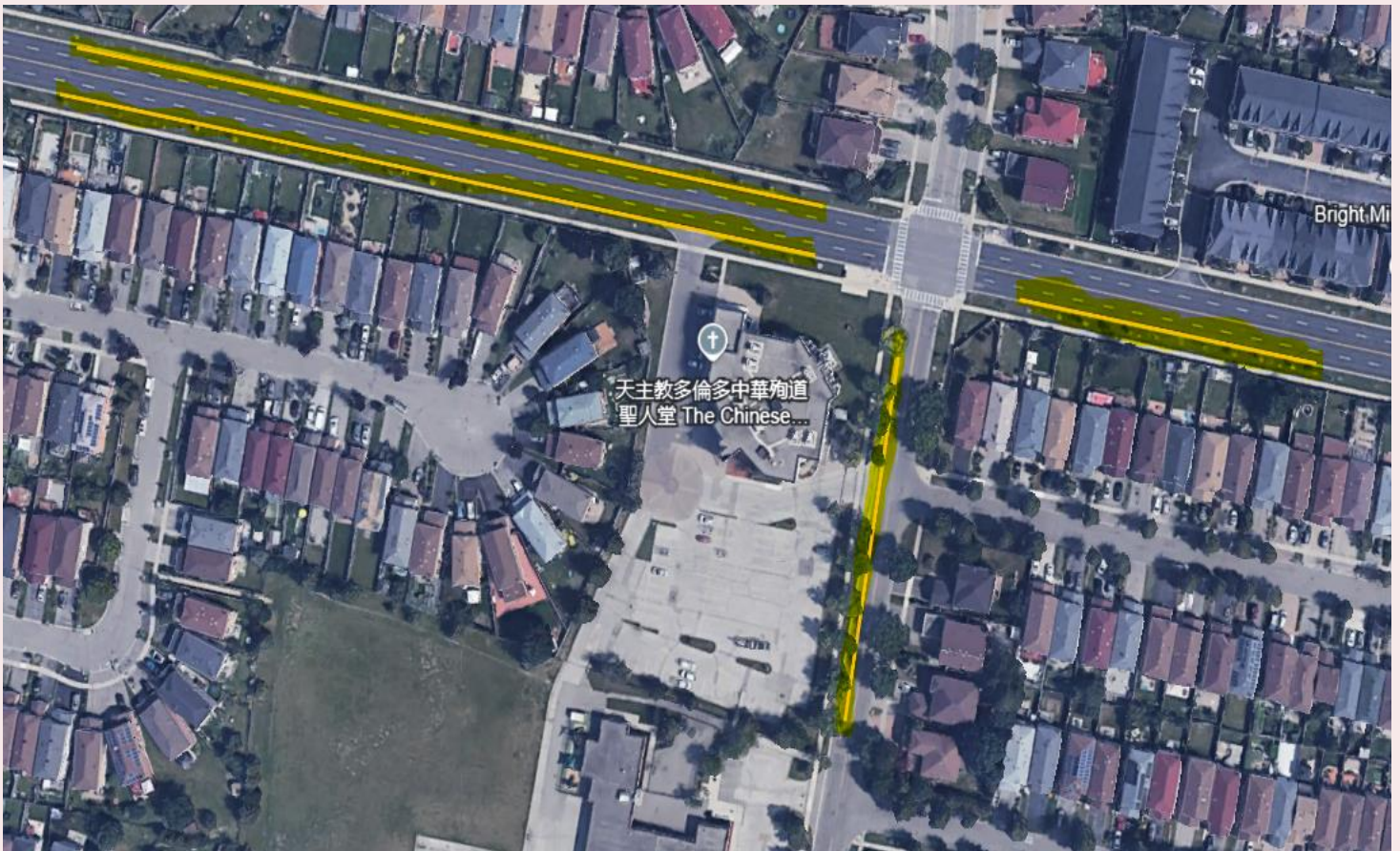
Locations Approved for Parking :

- ✅ 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.



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

我们的天父
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
对你天国来临的神圣**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：禧年官方网站)



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.

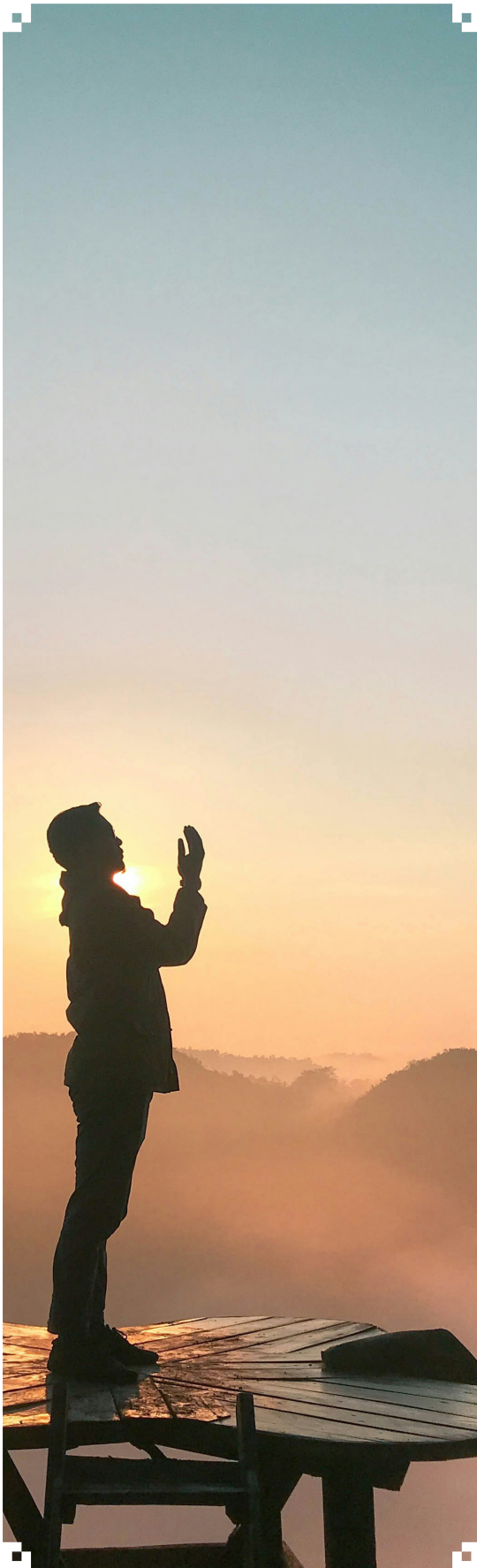
May that same grace spread
the joy and peace of our Redeemer
throughout the earth.

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

Amen

Franciscus

(Source: Jubilee official website)



*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)