

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



常年期第十七主日 | 二〇二五年七月二十七日  
17th Sunday in Ordinary Time | July 27th, 2025



耶穌說：「你們求，必要給你們；你們找，必要找到；你們敲，必要給你們開門。」路 11:9-10

堂區通訊

<https://abidanshah.com/2016/07/28/ask-seeek-knock-by-pastor-cabibon-shah/>

**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.

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	
傾聽苦難和果醬罐的喜樂.....	2
主日分享	
耶穌教祈禱.....	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(六).....	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

## 傾聽苦難和果醬罐的喜樂

40多年來，莫尼加修女一直與布里吉達修女會的修女們在瑞典瓦斯泰納生活，這個天主教修女會有著悠久的歷史和北歐的根源。在與修女的談話中，她講述了她人生第二階段的使命、通往隱修院的不尋常之路，以及瑞典足球守門員如何改變了她的生命。

(梵蒂岡新聞網)馬里奧·加爾加諾(Mario Galgano)--斯瓦泰納(瑞典)

“我叫莫尼加(Monica)。你們可能很快就會發現我是德國人。”與這位70歲修女的談話就這樣開始了。她生活在瑞典，準確地說，在瓦斯泰納的布里吉達隱修院生活了40多年，那裡是瓦特恩湖畔的一個小鎮。她與來自瑞典、德國、芬蘭和荷蘭的七位修女一起在此生活。

隱修院的現狀反映了教會聖召的變化。莫尼加修女說，“我們的一位初學生比我還大”。現今，隱修院不再是一個為青年女學生的地方，而是女性在她們人生第二階段時常尋找的空間。“這或許是女性的第二職業”。修女講述到，團體的組成反映了一種演變：第一次瑞典修女占多數。最初情況不是這樣的。

布里吉達修女會由瑞典聖女布里吉達於14世紀創立。從神學的角度來說，該修會的生活基於三個要素：奧斯定會規、聖布里吉達會憲，以及為回應時代變化所修改的會憲。莫尼加修女指出，修會的靈修精神清楚地呈現出來：“基督的苦難對我們至關重要。”以聖母瑪利亞的默觀為日常祈禱的架構。修女們以瑪利亞的默觀的視野凝視耶穌的一生，一週中的每一天都有不同的主題，從天使到三位一體。

聖布里吉達的中心會院是男女隱修會士一起工作。在過去，男女隱修會士有各自獨立的會院，但生活於同一神恩的靈修生活。在瓦斯泰納隱修院的聖堂中，男女隱修會士在兩個不同的區域祈禱念大日課，但在聖堂中共同參與禮儀聖事。

另一個重要方面是牧靈服務：聆聽、祈禱和交談。莫尼加修女接著說，“我們收到很多的祈禱意向，也有人來與我們傾述心聲”。默默的見證很有效。我們也會做具體實際的工作：“今天，我們把將近4000個果醬罐

子裝在紙箱裡，我喜歡做這樣的工作”。

喜樂是布里吉達修女會靈修精神的第五個特質。莫尼加修女談到她在修會客房部的工作。她的工作是從清潔浴室開始的，並逐漸成為她喜歡做的一個工作。

是何原因促使這位來自德國威斯特法倫地區科斯特費爾德的女子，來到瑞典的隱修院呢？讓人意想不到盡然是普通的足球。在1974年世界杯期間，這位德國女子被瑞典守門員赫爾斯特倫(Ronnie Hellström)所吸引，她開玩笑地說，“我愛上他了”。從那時起，她對瑞典的迷戀與日俱增。她說：“我繼續學習歷史，並專注於北歐的歷史，通過我父母的一位大學朋友，當時他是瑞典的天主教主教，我來到瓦斯泰納學習語言。我在這裡遇到一些年輕的天主教徒，他們以令人信服和審慎的態度向我分享他們的信仰。這深深觸動了我的心靈，並讓我重拾信仰”。

多年後，在這位德籍修女莫尼加的銀慶紀念日上有一個特別的驚喜：她同會的修女們邀請了赫爾斯特倫，莫尼加修女曾是他電視屏幕前的粉絲。這位著名的前瑞典國家隊守門員赫爾斯特倫如約而來了，神父在彌撒中饒有趣味地說，“有時聖召是通過罰球區而來”，這引得莫尼加修女開懷大笑。赫爾斯特倫與修會團體一直保持著聯繫。在他患上癌症後，就決定了要葬在瓦斯泰納。如今，他就長眠在隱修院附近的墓園裡。

莫尼加修女指出，如今，瑞典人對天主教的看法與以往有了很大的不同。有許多天主教徒投身於文化和科學事業，並受到社會大眾的認可及尊重。特別是監獄使徒工作，天主教的牧靈關懷也卓有成效。此前，修會開展的一個項目“獄中的隱修院”尤其使人印象深刻，該使徒工作旨在為重返社會的服刑人提供靈修陪伴。

多年來，莫尼加修女始終如一地投身於隱修院中的日常生活中，“喜樂貫穿於她所有的工作”。■

鏈接網址：<https://www.vaticannews.va/zht/church/news/2025-07/sweden-when-the-vocation-is-to-pass-through-the-penalty-area.html>

## 常年期第十七主日

讀經一： 創 18：20-32  
 讀經二： 哥 2：12-14  
 福音： 路 11：1-13

## 17th Sunday in Ordinary Time

First Reading: Gn 18:20-32  
 Second Reading: Col 2:12-14  
 Gospel: Lk 11:1-13

## 耶穌教祈禱

吳智勳神父  
 天主教輔仁聖博敏神學院禮儀研究中心

## 默想

今日的福音記載耶穌教門徒祈禱，然後用兩個比喻去講祈禱要懇切及有信心，天主會俯允人的要求，並把最好的東西賞賜給他。猶太人有一個習慣，就是由長輩教後輩，由師父教徒弟祈禱。路加特別重視祈禱，門徒的請求大概由於看到耶穌祈禱而引起。我們可能有過這種經驗，別人祈禱引發自己也想祈禱。可見祈禱並非從理念開始，耶穌並沒有對門徒講一套祈禱的理論，而是立刻祈禱，以祈禱教導門徒祈禱。

耶穌一開始祈禱的時候就說「父啊！」這是耶穌對天父的稱呼，路加重視耶穌與天父間的密切關係，「父啊！」必定是耶穌對天父的稱呼。瑪竇則改稱「我們的天父」，說「我們的天父」就包含濃厚的團體感，天父是大家的，整個基督徒團體一起向天父祈禱。「父啊！」有一種親切感，好像天主是我自己的，是一種真情的流露，是個人向天父的傾訴。

「願你的名被尊為聖」：「名字」代表人，在這裡也代表天主。天主是很難形容的，歷代的神哲學家嘗試用「第一動因」、「自有者」、「無始無終者」、「不死不滅的」等詞去形容祂。聖經卻喜歡用「聖」字去描述，舊約裡，天使在天主座前朝拜，高呼「聖、聖、聖」。梅瑟在聖山焚而不毀的荊棘中接觸天主時，只能脫去鞋子，俯伏在地朝拜，因為天主是神聖的。在

聖堂裏，教友習慣面對聖體時下跪，就是面對神聖的天主的一種虔敬態度。耶穌也要求我們尊天主為「聖」，以驚愕崇拜的心態超越天主。

「願你的國來臨」：耶穌的來臨就是天國的來臨。如果天主的神聖超越使人欽崇敬畏，耶穌作為天主聖言，居住在我們中間，卻使人愛慕天主，覺得天主離我們不遠，是那麼可親可愛。今天口領及手領聖體，頗能反映出這兩種態度。口領保持傳統對神聖天主的虔敬，自己是那麼不堪當；手領表示耶穌是那麼接近我，我願意承擔祂給我的責任，幫助祂把天國帶到人間。

跟著的經文是把自己整個人的過去、現在和將來都放在天主手裏，為天國的來臨而獻上自己。「求你今天賜給我們每日的食糧」：日用糧有兩種意思，其一就是我們每日身體的需要，其二則是使我們能完成基督徒任務的恩寵。幫助天國來臨人間並不容易，必須依賴天主的扶持。這句經文顯示出自己多麼需要天主的恩賜，與現代人認為「天主已死」、「天主可有可無」、「天主是生命的點綴品」的心態迥然不同。

「求你寬恕我們的罪過」：自己的過去往往未能將天主放在一個最高的優次，生活中沒有天主的臨在，像外教人一樣。所以，我們求天主寬恕我們的罪過，「好使我們亦寬恕虧負我們的人」。「好使」比一般的翻譯「因為」，似乎更配合耶穌的意思。當我們感受到主對我們的寬恕時，我們才有力量寬恕那些得罪我們的人。寬恕的能力必須來自天主，天主不會「因為」我們先寬恕得罪我們的人，祂才寬恕我們。聖經清楚說明：「

基督在我們還是罪人的時候，就為我們死了……我們還在為仇敵的時候，因著他聖子的死得與天主和好了。」（羅5：8,10）基督在十字架上的寬恕，是我們寬恕別人的動機與力量。天主經的內容幾乎全部都可在猶太經文裏找到，除了「好使我們也寬恕虧負我們的人」這一句；這是天主經中精彩的地方，耶穌幫助基督徒超越舊約「愛你的近人，恨你的仇人」的公義。

「不要讓我們陷於誘惑」：這句指向未來。作為基督徒，應知道未來充滿困難和誘惑。假如連耶穌也受誘惑，我們自然不能阻止誘惑的來臨，只能祈求天主幫助自己「不要陷於誘惑」。

總之，在天主經裏，耶穌教我們親切地稱天主為父，不但對祂欽崇敬拜，還認識自己的責任，協助將基督的國帶到人間，並把自己的過去、現在及將來完全放在天主的手中。

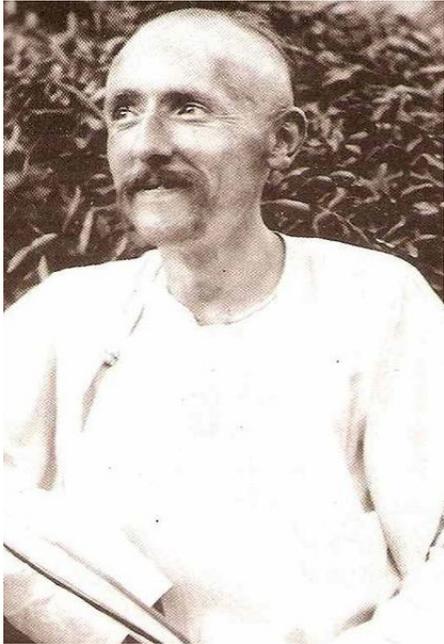
讓我們重視天主經的特殊地位，因為這是耶穌親自教的，自然比任何聖人的經文更珍貴，應成為基督徒每天必唸的經文。天主經使我們看到，有深度的祈禱不是艱深的學問，也不是聖人或修道人的專利，而是人人皆可做到的。願大家每天一字一句的慢慢唸天主經，自可領略耶穌所教經文的美妙。 ■



# 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】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。”大家興奮地答：“阿來路亞（

猶太文，最喜樂之意）！”

飯廳內，絕對是蔬菜粗食，永無魚肉，如果一日三餐，食以果腹，這為五十多歲的老人亦罷。可是金錢的匱乏，往往朝不保夕，一連幾十天，只有大豆做飯，或僅有紅薯。

衣服粗陋簡單，絕不求舒適，有人向他建議：這樣作法，受苦事小，不經濟事大。他笑着說：“要的是規矩，不是為省錢！”

行的方面，如上所說“在家窮，路上更窮。”他總希望會士安步當車，除非為省時，則以“鐵馬”代步。飢餓、炎熱、勞累，無數次使他從車上摔下昏迷，迫使他停下。蔡總主教——宗座第二任代表，曾想禁止他騎車，由於雷神父的請求，他不曾發下命令。為了省時，他的“鐵馬”跑得總比別人快，那位儒尼伯祿式的兄弟，在後面遲行，有時責斥他懶惰，他反問，何必跑得太快？俗語說過：“欲速則不達。”一次，他們同去洪洞，天色已晚，雷神父騎得飛快，結果從山坡跌下，摔壞鼻梁，大鵬兄弟隨後趕來，第一句話：“跑哇！”然後才扶起他！“跑哇！”人躺在山溝，不先扶起，反而天真地問他，使人哭笑不得！

“全犧牲”的另一個代名詞，消極方面便是：“打倒我！”這三個金碧輝煌的大字，曾懸在安國真福院內，現

已不知去向。

積極方面，“全犧牲”的精神表現在工作上。他說：“工作高於一切！小兄弟工作當緊張化。”他又注解說：“或成聖或永為一平凡修士，唯以工作的緊張與否為標準。”有人問他：“如何成聖？”他答說：“只一個字——幹！”他又說：“我有百分力量，決不用九十九分。”他要求會士總不放假，總不休息；換工作就是放假，就是休息！在他的遺囑上，要求兄弟們要有：真幹強幹的精神。“苦幹”則是雷神父的二字碑，是他一生的寫照。他回國後：任高家莊本堂、教區總堂、公進會指導、大學公青會監督、管理兩個修會，還往來於天津、北平，為《益世報》、為宣化、洪洞、汾陽各教區，為……工作，他的“苦幹”並非說說而已，他的“全犧牲”精神，可謂登峯造極！

真愛人：“我給你們一條新命令：你們該彼此相愛。世人因此可以認出你們是我的門徒。”雷神父最愛引用這句聖經，來講解“真愛人”的道理。他認為耶穌的這一誠命有無可比擬的重要性。在任何事情、任何時候，無論如何費力，無論對任何人，這條命令都是絕對的。他說：“何為‘真愛人’？時時事事，先人後己。”有人得罪了他，其他人要求雷神父報復，或至少不再協助他。……

【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

【以下繼續上期內容】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 RE-D-INTEGRATIO)，"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。

這年十二月國際聖體大會，在印度孟買舉行，保祿六世專程前往參加，開啟了羅馬教宗與第三世界直接接觸的紀元。

一九六五

年九月十四日，梵二大公會議第四期，也是最後一期的會議揭幕。在這期會議中，與會教長投票表決了其他所有的重要文件。會議進行了二十天後，保祿六世應邀於十月四日前往美國紐約聯合國總部訪問，向全球各國政府代表發表重要演說，強調世界「不能再有戰爭」。這項沉痛的呼籲給全球留下極深的印象。

同年十二月四日，參與大公會議的主教們在一項禮儀中，以大公會議的名義向每位以觀察員身份出席大公會議的非天主教人士致意。三天以後，十二月七日，也就是大公會議完全閉幕的前夕，保祿六世和東正教領袖阿忒納戈拉宗主教同時宣佈取消天主教與東正教在公元一〇五四年公佈的彼此絕罰令。九百多年來互相敵視仇恨的態度與立場從此一筆勾消。這是一項驚天動地的決定和舉動，為東正教和天主教走向合一奠定了里程碑。第二天、十二月八日，聖母無染原罪瞻禮當天，全球主教，男修會總會長，教內外觀察員和旁聽員，聚集在聖伯多祿大殿，舉行了極其隆重的梵蒂岡第二屆大公會議閉幕禮。全球與會者無不懷著極大的希望互道珍重再見！

綜觀這次為期四年的大公會議，從內容方面看，它固然充滿了教義和訓導的特色，但從精神方面看，卻滿懷著牧靈的意向，因為教會從大公會議所表現出來的、是和當代世界及當代的人對話的渴望。從所發表的四道憲章，九道法令和三道宣言這些文獻看，大公會議沒有提出任何定義和斷言，也沒有發表任何譴責，不像過去歷史上各屆大公會議所下的種種裁定一樣。

【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(六)

心臟衰竭(heart failure)的預防：

(一)生活方式的改變：

上幾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，今期繼續其它的建議：

(丁)不要抽煙：

在加拿大，抽煙是殘疾(disabilities)和過早死亡(premature deaths)的主要風險因素，採取無煙的生活方式對個人及周圍的人有巨大的健康益處。抽煙增加患上冠心病及中風的風險，抽煙促成動脈壁上的粥狀硬化、增加血栓形成的風險、減低血液內氧氣的含量及令心臟更辛勞地運作，事實上，抽煙的人患上冠心病或中風的風險是不抽煙的人的兩倍、而因冠心病或中風而死亡的風險也高兩倍，抽煙的數目越多和時間越長、風險就更高，二手煙是香煙、煙斗或雪茄燃燒時釋放出的混合煙氣，以及抽煙者噴吐到空氣中的煙霧。二手煙會傷害抽煙者和被動抽煙者的身體健康，尤其是兒童；孕婦抽煙也會影響胎兒的健康，抽煙增加流產和分娩併發症的風險；接觸二手煙也增加嬰兒猝死症(sudden infant death syndrome、簡稱SIDS，是指不到一歲的嬰兒意外死亡、且在進行全面屍檢和研究之後仍找不出原因)的風險；與抽煙者一同生活的兒童也有較高患上支氣管炎、呼吸困難、長期咳嗽、耳炎肺炎等的風險；患有哮喘和過敏症的兒童與抽煙者一同生活有較多健康上的問題。

一旦戒煙，身體就開始復原，所以戒煙能立刻降低患上冠心病和中風的風險，在戒煙的五年內患上中風的風險與從不抽煙的人相若、而在戒煙的十五年內患上冠心病的風險與從不抽煙的人相若，戒煙的其它好處包括省錢、人壽和

房屋保險的保費會降低、抽煙不再控制你的生活、不需再找地方抽煙(因為政府有很多限制，不准在多種不同的地方抽煙)、你會為能夠克服這麼具挑戰性的不良嗜好而感到自豪、嗅覺和味覺會慢慢改善等。

加拿大衛生部於2018年5月批准抽煙者使用電子煙作為一種危害較小的選擇，不過，越來越多數據證實電子煙的煙霧會傷害口、鼻、肺和血管的內襯細胞(lining cells)，抽電子煙亦與肺部損傷和高血壓有關連，電子煙所含的尼古丁也會導致上癮，所以考慮戒煙的人不要改用電子煙、而是經醫學研究證實有效的方法(例如尼古丁替代療法：nicotine replacement therapy、簡稱NRT和輔導)。特別需要強調的是不要同時吸食傳統香煙和電子煙，因為這會比只吸食傳統香煙或電子煙帶來更多損害，研究顯示每天都同時吸食傳統香煙和電子煙患上心臟病的風險比只吸食其中一種的人高五倍，最好的方法是完全不抽煙。

戒煙的一個共同關心的問題是增重，抽煙會抑制食慾，所以戒煙後食慾會上升、而食物會變得更具吸引力，此外，若抽煙的人以食物取代抽煙所提供的口舌之欲、尤其是食用不健康的食物，體重就肯定會增加，所以，戒煙後一定更要注意飲食，進食健康的食物和飲料、留意均衡的營養，並且不要飲用含糖和含酒精的飲料。



Photo by aliraz asadi on Unsplash

《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

【以下繼續上期內容】經師們說他（耶穌）附了魔（3：22），連他的門徒對他也一知半解。就在我們要介紹的片段的前一段（谷8：11-21），馬爾谷就明顯地指出門徒們的眼還未開。

當時，耶穌剛與法利塞人作了一場辯論，慨嘆他們的閉塞傲慢，回到門徒們中間時，就有感而發，勸勉他們要提防法利塞人的酵母。耶穌以酵母為喻，囑咐他們小心。正如酵母量小力大，這種封閉、自滿自足的心態也很陰險，防不勝防，隨波逐流的人很容易受感染。耶穌這樣細心叮嚀，豈知門徒們卻毫不領情，毫不會意；兼之他們心不在焉，因為有更實際的東西要掛慮，無閒情去思考人生哲理。他們當時正上了船，卻想起忘了帶餅，現在耶穌提到酵母，他們就自然地聯想到自己的切身問題，從酵母想到餅，沒有帶餅便要捱餓。大家都為自己的肚皮著想，對耶穌的忠告，無心領教。耶穌把一切看在眼里。他不直接指正門徒們，卻用了一連串的問題，引導他們自覺自悟。耶穌對他們說：「為什麼你們議論沒餅了？你們還不明白，還不瞭解嗎？你們的心仍然遲鈍嗎？你們有眼看不見，有耳聽不到嗎？你們不記得，當我擘開五個餅給五千人的時候，你們收滿了幾筐碎塊？」他們回答說：「十二筐。」「還有，七個餅給四千人的時候，你們收滿了幾籃碎塊？」他們回答說：「七籃。」於是耶穌對他們說：「你們還不瞭解嗎？」（谷8：17-21）門徒們懂得報數，看得出事情的不尋常，但看不出奇蹟的深層意義，感受不到從中流露的天主的慈愛，領悟不到行奇蹟者的心思情懷，他們還是「有眼看不見」。

跟著耶穌就遇上這位瞎子，治好了他。治癒的過程很特別，是漸進性的。首先耶穌拉著他的手，把他領到村外，用唾沫敷抹他的眼，又給他覆手。他開始看見，但還是朦朧不清。當耶穌問他時，他回答說：「我看見人，見他們好像樹木在行走。」耶穌再按手在他眼上，他就完全復原，清清楚楚地看到一切。

這奇蹟之後，耶穌繼續上路，跟著發生的事情與這奇蹟有密切的關係。耶穌在路上問門徒們：「人們說我是誰？」（谷8：27）這問題來得突然，但門徒

們都有現成答案，不假思索，七嘴八舌地搶答：「是洗者若翰；也有些說是厄里亞，還有些人說是先知中的一位。」正因耶穌的身份是熱門話題，群眾輿論的焦點，每人都可有理無理地說兩句，每人都可不負責任地猜測一番。「按理解」、「據報導」、「聞說」、「有人說」、「大家都說」是最與發言者不相幹的溝通方式。門徒們向耶穌報告了道聽途說的坊間輿論，一般人把耶穌看成一位突出人物，也急於把他「歸類」，把他列在傳統的奇異人物中，他屬先知類，可與遠古的厄里亞或近代的若翰相比。這看法不錯，但也不全對，就如看見人如樹木在行走，隱隱約約的朦朧不清的。

其實，耶穌詢問門徒，用意不在民意調查，他是想帶出另一個問題：「你們說我是誰？」門徒們已跟隨了他一段時光，受他細心栽培帶領，對他身份的認識不應在於人云亦云，飄浮於「有人說」的空泛，而應更獨立，更堅決地相信、肯定，才能作貫徹始終的抉擇。伯多祿站出來回答說：「你是默西亞。」這是開眼的第二步，門徒們開始毫無疑惑地認定耶穌就是天主答允派遣來救贖世人的默西亞，天主子（參與瑪16：16）。

門徒們的眼目是否從此就全開，能明察秋毫，對耶穌的身分、使命，他的救恩 蹟有全面性的，深入地瞭解？非也。就在這片段之後，當耶穌開始透露他將要受苦受難，當十字架初次顯現在他們面前時，他們又看不清了。伯多祿把耶穌拉到一邊，諫責他說：「主，千萬不可！這事決不會臨到你身上！」（瑪16：22；谷8：32）耶穌不為所動，堅決地轉過身來，注視自己的門徒嚴厲斥責伯多祿說：「撒旦，退到我後面去！因為你所體會的，不是天主的事，而是人的事。」（谷8：33）門徒們的眼是開了，不瞎了；健康了，看得見了。但耶穌對他們還有要求，要他們更進一步，從內到外，從局部到全部，從浮淺到深層，從平面到立體，從可見的現象到不可見的意義，從人的角度提升到天主的觀點。 ■

【未完待續】

2025年七月十九日、二十日教友奉獻收入 Donation of  
19th & 20th July 2025

Regular: \$7,568.90

### 辦公室通知 Office Notice

\*\* 下主日有第二次奉獻(為堂區基金),敬請大家支持。

\*\* 8月1日首星期五,早上9:10彌撒後明供聖體一小時,晚上8時舉行聖心彌撒,並為聖召祈禱。

\*\* 8月2日早上9:10舉行中華殉道聖人敬禮彌撒及聖觸降福。歡迎教友踴躍參加。

### 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>

### 米蘭朝聖 8月16日(星期六)

買車票請到堂區辦事處,巴士票\$45一位,大小同價。今年訂了一輛旅遊巴士。綠色堂區T恤T-shirt: \$10(可至圖書館購買)。

自駕前往米蘭朝聖地-入場費:

普通入場費: 每位\$10; 18歲以下青少年免費入場; 有安省教師牌亦免費。「普通入場」門票請保留收據,可於同一天內免費參觀 Sainte-Marie among the Hurons, 適用於原價入場時使用。

主祭: 鄧建衛神父

節目程序:

10:15am 讚美玫瑰經 - 佘山聖母像

11:00am 彌撒聖祭, 聖觸降福

12:30pm 各堂區與神父拍照, 午膳

2:00-2:30pm 黎穎楓神父分享

2:30-3:30pm 苦路善功

### 智愛中心、中華殉道聖人堂主寵愛之家、生命恩泉合辦家長講座

美國加州「華人特殊兒童之友協會」八月份到訪多倫多,中華殉道聖人堂「主寵愛之家」善會,聯同多倫多「智愛中心」和「生命恩泉」,邀請「華人特殊兒童之友協會」其中一位創辦人陳慧明女士,給我們分享他們怎樣在1996年由九個有特殊兒童的華人家庭,發展到現在擁有1500多個多民族家庭成員的非營利組織。分享會分三場進行,每一場有不同主題,分享會以粵語進行,有普通話及英語即時傳譯。

\*2025年8月6日晚上7:30-9:30

主題: 走向一條龍服務

\*2025年8月7日晚上7:30-9:30

主題: 建立可持續的住宿服務

\*2025年8月10日下午4:00-5:30

主題: 綜合分享及答問時段

在8月10日的分享會後,「華人特殊兒童之友協會」的樂隊Dream Achievers Band和中華殉道聖人堂「主寵愛之家」的孩子會表演音樂和舞蹈。

大家齊來看看,我們有特殊需求的孩子們甚麼天賦。以上活動在天主教多倫多中華殉道聖人堂地庫聖鮑斯高禮堂舉行。

地址: 2755 Denison St, Markham, ON L3S 2J3  
有意參加者請掃描二維碼填寫並提交報名表,或按以下連結報名:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeVQYH61Y5t5djP0Zl-uTRzrwwy7roUm4x1ypkJcMQNzHvAZw/viewform>

### 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。

### 晚餐廳祈禱

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

Saturday • 08 02 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

### 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 1<sup>st</sup> 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	建立可持續的住宿服務	綜合分享及答問時段
日期: 8月6日 時間: 7:30pm-9:30pm	日期: 8月7日 時間: 7:30pm-9:30pm	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



# 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

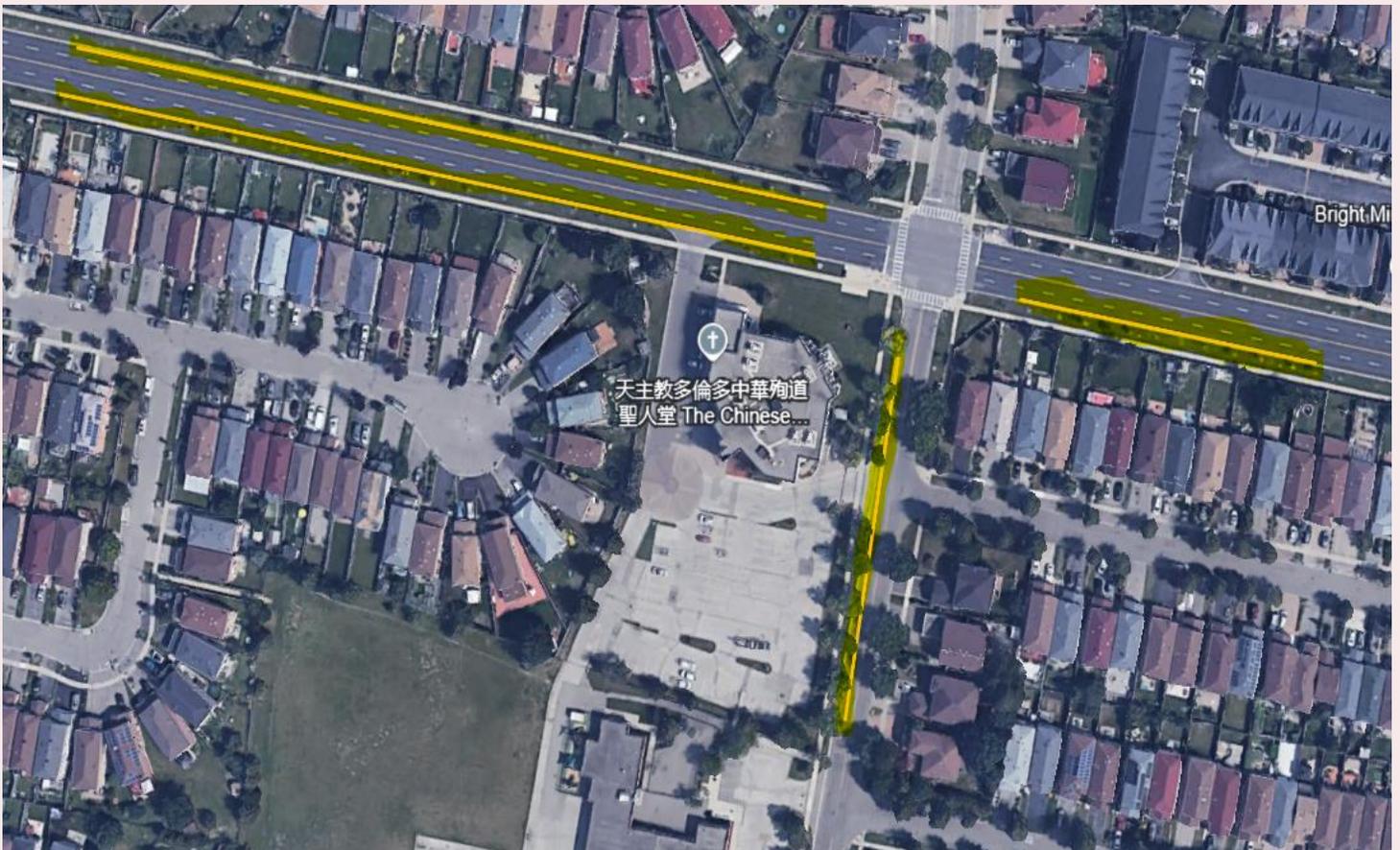
Locations Approved for Parking :

- ✅ 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：禧年字句集)



## 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：禧年字句集)



## 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.

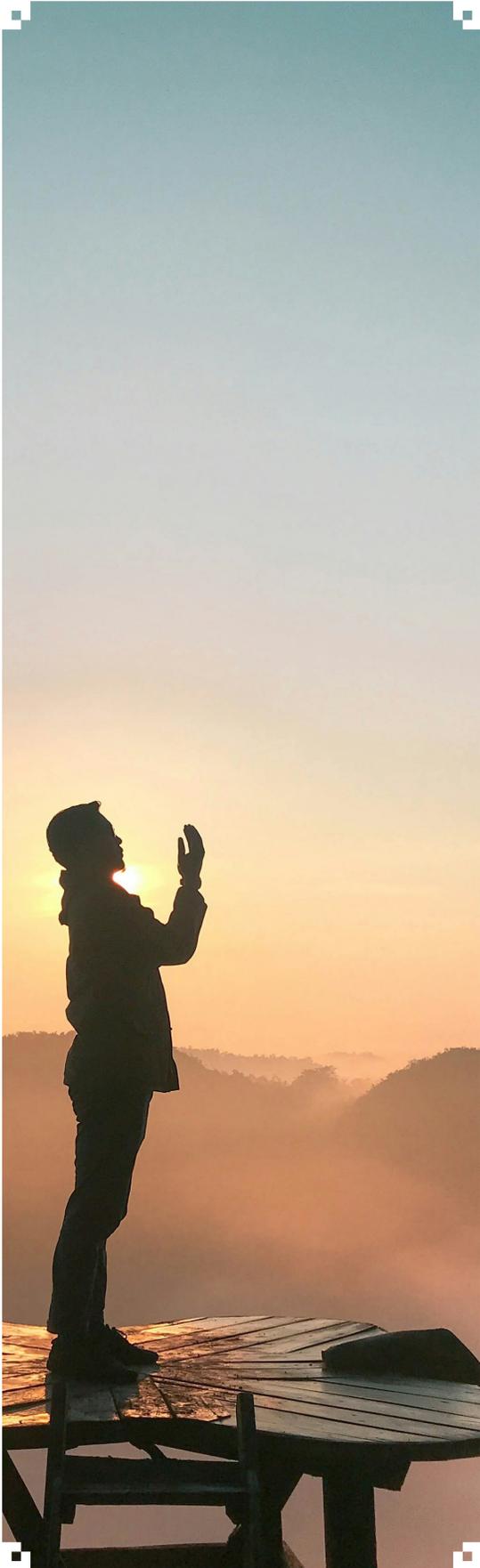
May that same grace spread  
the joy and peace of our Redeemer  
throughout the earth.

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)