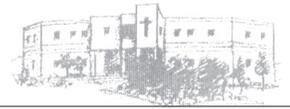


天主教中華殉道聖人堂
The Chinese Martyrs Catholic Church



四旬期第五主日 | 二〇二六年三月二十二日
5th Sunday of Lent | March 22nd, 2026

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)**

星期六下午五時至五時卅分及主日彌撒前、後，其他時間，可隨時與神父預約。
Sat. 5:00pm-5:30pm, before or after Mass on Sun., or make arrangements with a priest.



上主這樣說：「看，我要親自打開你們的墳墓；我的百姓，我要從你們的墳墓中，把你們領出來。」則 37:12

堂區通訊

<https://www.chinesemartyrs.org/wp-content/uploads/2023/07/jesus-raises-lazarus.jpg>

三月教宗祈禱意向
HOLY FATHER'S PRAYER INTENTION

請為裁軍與和平祈禱

For disarmament and peace.

願各國邁向真正的裁軍，尤其是核裁軍，願世界領導人選擇對話和外交，而非訴諸暴力。

Let us pray that nations move toward effective disarmament, particularly nuclear disarmament, and that world leaders choose the path of dialogue and diplomacy instead of violence.

本期導讀

與主共融 平信徒分享基督的司祭、先知職務.....	2
主日分享 拉匝祿，出來！.....	3
信仰培育 會祖傳(續).....	4
平安是福 主動脈瘤(一).....	5
高夏芳修女靈修選摘 一頓飯.....	6
堂區訊息	7





教宗公開接見： 平信徒分享基督的司祭、先知職務

教宗良十四世在3月18日的例行週三公開接見活動中，繼續關於梵蒂岡第二屆大公會議文獻《教會憲章》的要理講授。他當天省思了平信徒分享耶穌基督的司祭、先知和君王的職務。

(梵蒂岡新聞網)“默西亞民族(梵二文獻《教會憲章》，9號)從基督領受司祭、先知與君王的職務，藉此實現祂的救恩使命”。教宗良十四世3月18日在聖伯多祿廣場舉行的週三公開接見活動中，繼續關於梵二大公會議文獻《教會憲章》的要理講授，省思了第二章“論天主子民”的部分，闡述平信徒分享基督的職務。

在公開接見活動開始時，聚集在廣場上的信眾首先聆聽了選自《伯多祿前書》的聖經章節：“至於你們，你們卻是特選的種族，王家的司祭，聖潔的國民，屬於主的民族，為叫你們宣揚那由黑暗中叫你們，進入他奇妙之光者的榮耀。你們從前不是天主的人民，如今卻是天主的人民；從前沒有蒙受愛憐，如今卻蒙受了愛憐。”(二9-10)

平信徒分享基督的司祭職務

教宗開門見山地闡釋大公會議神長們的訓導。教宗說，主耶穌藉著新而永久的盟約建立了一個司祭的國度，使祂的門徒成為“王家的司祭”(伯前二9；參閱：伯前二5；默一6)。平信徒們的普通司祭職是藉著洗禮賜予的，使我們以心神和真理朝拜天主，且“在人前宣示他們經教會之手，由天主所承受的信仰”(《教會憲章》，11號)。

此外，通過堅振聖事，平信徒“與教會更密切地連結起來，享受聖神的特別鼓勵，身為基督的真實證人，更有義務以言以行，去宣布保衛信仰”(同上)。這一祝聖正是聖職人員與平信徒共同使命的根基。

教宗指出，王家司祭職務的實踐有多種方式，皆以聖化我們為目標，首先便體現在奉獻感恩聖祭上。藉著祈禱、刻苦與愛德善功，我們見證出在天主恩寵

中更新的生活(參閱：《教會憲章》，10號)。大公會議概括：“司祭團體的神聖性及系統性，因聖事及德行表現於實際。”(《教會憲章》，11號)

平信徒分享基督的先知職務

天主的聖民也享有基督的先知使命(參閱：《教會憲章》，12號)，在此背景下，教宗引入“信仰意識”(sensus fidei)這一重要主題。梵二大公會議教義委員會指出，這個信仰意識“有如整個教會的一種能力，教會藉以在她的信德中辨認所傳遞的啟示，在信仰問題上分辨真偽，同時更深刻地領悟該啟示，並充分地將之實踐在生活中”。

因此，《教會憲章》指出：“信友的全體由聖神領受了傅油，在信仰上不能錯誤；幾時從主教們直到最後一位信友，對信仰之道德問題，表示其普遍的同意，就等於靠著全體教民的信德的超性意識，而流露這不能錯誤的特質。”(12號)

教宗還指出，除了這些教會所有成員共享的恩典外，聖神也不斷地分施特殊的恩典，用以豐富和建立基督的奧體。我們認識到這些多樣的恩典，並因我們能參與天主的救恩工程，而向祂表達感恩之情，是多麼的重要！

要理講授結束後，在問候講不同語言的朝聖者時，教宗向講中文的人們“致以誠摯的問候”。他說：“親愛的弟兄姊妹們，願你們堅持善度以基督徒信仰價值為啟發的生活，好能在社會中做和平的工具。我衷心地降福你們！” ■

鏈接網址：<https://www.vaticannews.va/zht/pope/news/2026-03/pope-leo-xiv-at-audience-second-vatican-council-18-march-2026.html>

四旬期第五主日

讀經一： 則 37：12~14
 讀經二： 羅 8：8~11
 福音： 若 11：1~45

5th Sunday of Lent

First Reading: Ez 37: 12-14
 Second Reading: Rom 8: 8-11
 Gospel: Jn 11: 1-45

拉匝祿， 出來！

吳智勳神父
 天主教輔仁聖博敏神學院禮儀研究中心

默想

耶上兩主日的福音提到耶穌基督是活水、是光明，今日的福音講耶穌是復活與生命，彼此都是相關連的。水是屬靈生命的開始，光是生命的指示，復活是生命的最終目的。這一切都指向基督，以基督為中心。若望刻意安排耶穌是生命最圓滿的答案，奇蹟是他福音中的第七個，也是最後一個；復活的日子，是耶穌聽到拉匝祿生病的消息後的第七日，復活帶來新創造、新生命的開始。此事跡給信仰帶來很大的啟示。

(I) 痛苦是信仰歷程中少不了的因素：面對著痛苦，人自然轉向天主祈求，像瑪爾大、瑪利亞兩姊妹對耶穌說：「主啊，您心愛的人病了！」她們讓耶穌知道彼此的關係是如何密切，祈求的東西盡在不言中。故事讓我們看出，連耶穌心愛的人，也不能免除生活上的痛苦。我們的信仰主要非在現世生命中求福免禍，逢凶化吉。瑪爾大代表不少人的心態，渴求奇蹟發生，但耶穌提昇她到另一境界：「我就是復活，就是生命……」，然後挑戰她：「你相信嗎？」。

(II) 痛苦的經驗使人接觸到憐憫人的天主：耶穌對人的痛苦，並非無動於衷，祂傷感、流淚。祂的淚，不像那時職業性的哭喪婦

女，陪著主人家哭，但求營造哀傷氣氛。耶穌的傷感是由人的痛苦而引發的，痛苦當然不好受，但痛苦深處蘊藏著天主的救援。天主不一定以奇蹟使人離開痛苦，但祂總會在痛苦中拯救信祂的人，讓他感受到祂的安慰。

(III) 信仰已死的人，耶穌基督也能帶來復活：故事中的奇蹟本是指耶穌為生命與死亡帶來答案。孔子沒有這份啟示，故謙稱：「未知生，焉知死。」耶穌卻以天主性的權威宣稱：「我就是復活，就是生命。」答案就在祂身上。故事若引用在信仰生命上，耶穌能使信仰已死的人復生。死了四天，屍體發臭，確定了死亡的事實；手腳被布條纏著，面被汗巾遮著，洞口被石頭堵塞著，象徵著信仰受到內在外在的限制，但這一切都不能阻擋天主的能力。耶穌大聲喊叫：「拉匝祿，出來！」耶穌喊叫人的名字有極大的能力，應驗了祂說過的話：「羊聽祂的聲音，祂按著名字呼喚自己的羊。」(若10:3) 信仰已死的人聽到祂的呼喊，也能復生。

在四旬期中，讓我們注意耶穌呼喚我們每人的名字，叫我們「出來」！生活中我們總有不自由的地方，受很多東西支配，像拉匝祿一樣是個被布條纏住不能行動的怪物；面上的汗巾使我們看不清楚方向，不知生活為了甚麼或往何處去；生活在像墳墓一樣的環境裡，冷冰冰的沒有生氣，沒有溫暖，沒有愛心。只有基督的呼喚，才能使我們甦醒過來。另一方面，讓我們也為失去信仰的人祈禱，聆聽耶穌召喚我們幫助祂：「解開他，讓他行走罷！」祂藉我們的手，恢復別人的信仰，使他們自由。在反省信仰之餘，讓我們靜聽耶穌的呼

喚：「拉匝祿，出來！」。

反省與實踐

本主日福音所講的是耶穌復活拉匝祿的奇蹟，其中有幾個地方值得我們思索。

福音中，許多人因耶穌復活拉匝祿的奇蹟而信了祂。在生活中，我們不免遭遇困難與挫折，然而，當磨難來臨時，我們是以何種心態來面對？渴求奇蹟發生嗎？還是依然對天主全心倚賴？試問：我們難道是因為奇蹟才相信，成為基督徒嗎？我們的信仰除了求生活平順，身體健康外，還有些什麼？

福音中，耶穌對瑪爾大說：「我就是復活，就是生命。…你信這話嗎？」請反覆默想耶穌說這話的意義，並且問問自己：當耶穌問我這句話時，我相信祂嗎？

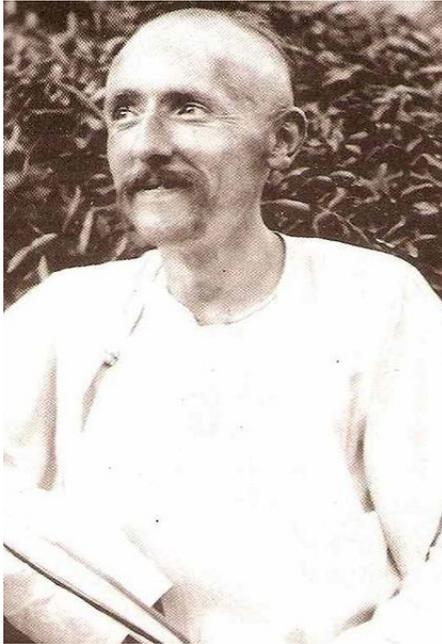
耶穌復活拉匝祿的奇蹟增加了我們的信德，但信德沒有行動配合，又有何益處呢？福音中，當拉匝祿出來時，手腳纏著布條，臉上蒙著汗巾。耶穌遂對四周的群眾說：「解開他，讓他行走罷！」請想一想：在生活中，我是否時時聆聽耶穌的召喚，去幫助那些需要幫助的人。■



會祖傳

耀漢小兄弟會雷鳴遠神父

作者：趙雅博



從漢口到前線

【以下繼續上期內容】計畫書草定之後，上呈政府。待至九月二十二日，蔣委員長設宴招待雷神父，有瑞納（Donald）與蔣夫人作陪，席間委員長與雷神父暢談各項計劃。公教軍隊一事，關係太大，未便組織，且難免有不便之處；到海外宣傳事，固很理想，但國內更需要，暫緩出國，或請他人代做此項工作，雷神父當即推薦於斌主教；擴大救護隊事最合理，即可著手進行。雷神父遂興辭而出。當時駐馬店王主教正在漢口，立刻應允三百教友，稍等時日，不難有千數百人。雷神父其他在漢口的好友，也都答應設法說明，兩萬之譜，不難招到。這時

基督教已有救護總隊的組織，由黃仁霖任總隊長，請雷神父四出演講，而對公教救護隊事宜，則無具體計劃。雷神父改變方針，希望做另一種有益救國抗戰的事業。這時有雷神父的一位北方相識，戰地歸來，深感前方最缺乏的是宣傳工作。遂建議雷神父著手組織一工作機構，其目的是一種精神總動員，宣傳抗日。發動天主教愛國力量，啟發戰地人民民族意識，督導戰地人民協助抗戰。雷神父當即採納這一建議，並在三次謁見委員長時說明這一計劃。立蒙採納，而且將詳細計劃上呈軍委會，很快被批准。工作機構定為「軍事委員會華北戰地督導民眾服務團」，簡稱「督導團」。

組織開始，許多知識青年立即參加，並由政府各部門指派幾人，分擔各種職務。十月十日，政府在漢口舉行軍隊大檢閱，雷神父被邀為檢閱人之一。

閱兵后，雷神父即率領新召集的三四十名團員，舟行赴宜昌，並計劃從宜昌赴前方。在赴宜昌的輪船上，聽到武漢與廣州失守之消息，這時船上與碼頭人員，大多惶恐不安，非常消極，認為此役只有求和一條路了。雷神父看到這種情形，十分憤慨，立刻草擬一篇宣言：主張抗戰到底，只有抗戰才能救國，只有抗戰才有生路，現在只是抗戰開始，艱苦的階段還在後面。這時船上的人們，尤其是政府為雷神父派

來的團員，勸阻他要忍耐，等到蔣委員長的公告出來后，再做宣傳。還有人向他說：「假如委員長要停戰，您的抗戰宣言就不適合了。」雷神父更堅定地說：「宣言可緩期發表，蔣委員長要停戰是絕對不會的！」果然，武漢失守不久，蔣委員長發表了《真正抗戰才開始》的文告，正與雷神父的主張完全相同。此時輪船到了宜昌，宜昌的民氣相當消沉，雷神父有意振之，立刻拜見當地警備司令劉峙將軍，並得到他的許可。第二天雷神父開始在各處演講，學校、機關、飯館、茶館、戲院、醫院，到處可以聽到他“抗戰到底”、“抗戰必勝”、“抗戰救國”的呼聲。各報爭相登載雷神父的消息及他的抗戰言論。消極的宜昌，馬上積極起來，大家有了信心。有人評價雷神父是“一團火”，到處燃燒。

雷神父還有一件高興的事，就是見到他離別多年的一位好友——宜昌主教顧學德（Gubbels），在主張中國人應祝聖為主教上，他是雷神父的同志。兩人相見，騰喜逾恆，顧主教熱情招待了雷神父與他的督導團員們，並贊許他的愛國抗戰。

宜昌小住十幾天後，雷神父決定要團員們隨他到重慶，赴成都，出劍閣，經西安而返中條山。準備在這一段路上大張旗鼓宣傳抗戰，為民眾鼓氣……

【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

主動脈瘤(一)

人體的一個重要結構是『血液循環系統』(circulatory system)，由心臟開始，將含氧的血液經由位於胸腔內『升主動脈』(ascending aorta)、『主動脈弓』(aortic arch)和『降主動脈』(descending aorta)，穿過胸腔和腹腔之間之橫膈膜後稱為『腹部主動脈』(abdominal aorta)，再到腹部肚臍附近位置分左、右兩側『下肢動脈群』帶到左右兩側下肢，將身體所需的養份均勻分佈到各器官和組織。

動脈瘤(aneurysm)並不是真正的腫瘤(tumour)，而是在動脈壁薄弱的部位出現像氣球一樣凸起的腫脹，可出現在任何動脈，出現在主動脈就叫『主動脈瘤』(aortic aneurysm)，主動脈瘤可按所處的位置分為胸主動脈瘤(thoracic aortic aneurysm、簡稱TAA)和腹主動脈瘤(abdominal aortic aneurysm、簡稱AAA)。

男性患有腹主動脈瘤的風險是女性的四至六倍，男性患有腹主動脈瘤的風險是會隨著年齡的增長而增加：55至64歲約為百分之一、年齡每增加十歲風險便增加百分之四，腹主動脈瘤較胸主動脈瘤多見，因為胸主動脈的血管壁比腹主動脈的血管壁厚和強。

主動脈瘤的高危因素：

家庭病史和個人的生活方式都會影響個人患有主動脈瘤的風險，增加患有主動脈瘤風險的高危因素包括：(1)男性；(2)年齡超過六十五歲；(3)有主動脈瘤的家庭病史；(4)抽煙；(5)血壓高。

主動脈瘤的病因：

很多時都是病因不明，但包括：(1)血管硬化；(2)血管炎症；(3)遺傳疾病、尤其是會影響結締組織(connective tissue)的，例如馬凡氏綜

合症(Marfan syndrome)、埃勒斯-當洛斯綜合症(Ehlers-Danlos syndrome)等；(4)主動脈創傷；(5)感染，例如梅毒，…等。

主動脈瘤的症狀：

很多時都是沒有症狀的，主動脈瘤通常是不會引起症狀、直至破裂時才出現症狀，主動脈瘤破裂是急症，必須接受緊急的醫治，症狀會出現得很急，包括：頭暈，心跳快速，突然而來、而且程度嚴重的胸痛、腹痛或背痛等。

能在主動脈瘤破裂前確診會為患者提供最好的康復機會，當主動脈瘤持續膨脹時，患者可能感覺到：呼吸困難，餐後感覺腹脹，吞嚥困難或疼痛、在主動脈瘤所處的位置感覺疼痛(例如在頸、背、胸或腹部)，手臂、頸或面部腫脹等。

主動脈瘤的併發症：

主動脈瘤破裂引起內出血，取決於主動脈瘤所處的位置，內出血可能很嚴重、甚至會致命，大多數的患者在接受及時和適當的治療後都會痊癒。

持續膨脹的主動脈瘤會引起撕裂、導致主動脈剝離(aortic dissection)，血液會滲漏進血管壁內、令血管變得狹窄細小，減少血液供應到身體各個部位，而在血管壁內積聚越來越高的壓力更會令血管瘤破裂。 ■



Photo by Jesse Arrico on Unsplash

《語梯 以主言與主言》之10-高夏芳修女靈修選摘

一頓飯

高夏芳修女

家庭主婦每日的固定工作：買菜、煮飯，看似簡單容易，其實是很考功夫的，要花心思，用智慧，要懂技巧，明廚藝，更要有愛心。

首先，買菜要衡量市場供應，家人口味，營養價值，食物配搭，燒菜方式及自己錢包的輕重。在廚房的運作更要安排妥貼，要在有限的時間內做好一頓飯，就要同時顧及不同的小東西。沒有人燒水時站在水壺旁邊呆等，湯一面滾，飯一面煮，可以同時洗菜、切肉、調味或煎炒。總之，一切有條理，同步共進，適當配合。主婦知道她要做的是完整的一頓飯，尤其是要做給她深愛的家人品嚐。家裏的「開飯」與酒樓的「起菜」不同。

其實，做飯也有它的神修，可鍛煉辨別，抉擇，安排優次，衡量先後，把瑣事整合於一，更重要的是可發揮服務精神，增長愛心、關心、細心。

主，我們生於此世不是循規蹈矩的弄幾碟小菜，滿足那些「點菜」的客人，而是要做完整的一頓飯，伴以無私的，有創意的真愛獻出，因為「愛是法律的滿全」（羅13:10）。愛能使受者得益，也能使施者的心靈提升，整合。 ■

【未完待續】



Photo by Alyson McPhee on Unsplash

**2026年三月十五日教友奉獻收入 Donation of 15th
March 2026**

Regular - \$7183.15

** 本主日有第二次奉獻 (為教區公益金)

辦公室通知 Office Notice

** 3月25日星期三為預告救主降生節日，敬請教友踴躍參加當日彌撒。

** 由2月27日至3月27日，逢星期五晚上8時，有苦路善工及彌撒。請教友踴躍參加。

** 由本主日開始，彌撒領聖體時不會作祝福。彌撒後，兒童和有需要者，神父會在祭壇前統一降福。

** 3月28日6pm聖枝主日彌撒舉行聖枝遊行。

** 逾越節三日慶典可泊車到鄰校，敬請留意期間平日彌撒將取消。

** 下主日茶座休息。

四旬期修和聖事堂區告解周:3月23-27日，早上10時-12時;下午3時-5時;黃昏彌撒前1小時;堂區神父會聽告解。
告解日:3月24日晚上7時-9時，當晚彌撒取消;並邀請多位神父聽告解。**Sharelife教區公益金**ShareLife的使命是「活出福音! 為有需要的人提供援助」ShareLife教區公益金將在3月, 4月和 5月收取今年度ShareLife的捐獻。在3月21/22的主日將會收取今年度第一次ShareLife的捐獻，請大家預備ShareLife信封，在3月21/22的主日交回堂區，支票或信用卡捐獻也可以，亦可以在網上捐獻。你們可以在奉獻信封盒內找到綠色的ShareLife信封，亦都可以在下個主日進入聖堂時索取，多謝各位慷慨支持，天主保佑。<https://sharelife.org/donate/>**哥倫布騎士會「生命盒」**

哥倫布騎士會中華殉道聖人屬會，為支持維護生命聯盟籌募經費。騎士會邀請各教友於聖堂大堂取用「生命盒」；在四旬期內收集儲蓄硬幣，於復活節主日(4月5日)及(4月11/12日)交回聖堂。請大家踴躍響應此活動!

教區公益金Sharelife

教區公益金Sharelife的使命是「活出福音! 為有需要的人提供援助，下主日將會收取今年度第

一次捐款，請大家預備Sharelife信封，下主日交回。今天特別邀請咗其中一受惠機構代表來介紹他們的服務。

『四旬期食物募捐』

哥倫布騎士會-中華殉道聖人屬會再發起『四旬期食物募捐』。將在3月21-22日各臺彌撒前後收集，募集回來食物，全部送予Good Shepherd Ministries, 以支持其『露宿者之家』計劃。有關建議可接受的食物種類，請參閱張貼在大堂的海報。

2027年世界青年節

地點: 韓國首爾

日期: 2027年7月29日至8月8日

主題: “你們放心，我已戰勝了世界” 若: 16:33
諮訊日: 3月28日7pm於203室

聯絡人: Samuel Chow

World Youth Day 2027 in Korea is fast approaching!
The theme is “Take Courage! I have Overcome the World! Jn 16:33”

Youth 18 yrs old to 35 yrs old, Jesus Christ and Pope Leo is calling you to gather along with hundreds of thousands of youth around the world to experience his love and his embrace and his Call to Not Be Afraid!

The dates are 29 July to 8 Aug 2027. We will have an information session on March 28th, at 7pm after the vigil mass in Room 203 for all those interested! Feel free to contact me, Samuel Chow, 647-606-8765 or samchow1271@gmail.com**2026年四旬期國語避靜**

主題: 步武聖方濟各和聖十字若望的芳蹤——一望德所盼，得其所盼!

講師: 鄧建衛神父。

日期: 2026年3月28日。

時間: 早上10:00-下午3:00。

地址: 中華殉道聖人堂鮑思高禮堂。

方式: 實體與Zoom同步進行。

提供簡便午餐，費用自由奉獻。

報名方式: 國語微信群發鏈接登記。

避靜結束後，下午3點有長者告解及付油。

**中華殉道聖人堂兒童夏令營2026 CMCC Children's
Summer Camp 2026**

終於到了為您的孩子報名參加兒童夏令營的時

候了!4-8歲兒童將會在第一周-8月10日至14日進行;8-12歲兒童將會在第二週-8月17日至21日進行。由上午9:00開始至下午4:00結束。費用為加幣110.00元正,其中包括下午小吃、營地T卹、一次旅行和充滿樂趣的一周!

報名日期為2026年3月22日星期日上午9:00至中午4:00,在教堂地庫進行,但由於空間有限,一但額滿,我們將不再接受任何申請,如有餘額,請到堂區辦事處登記。申請是依照先到先得的原則接受。申請表格可以在詢問處或堂區網站上取得。表格和現金付款必須由參加者的家長/監護人親自提交至 CMCC 教堂地庫。如有任何其他問題或疑慮,請發送電子郵件至 cmccsummercamp@gmail.com 或聯絡 Ivan Wong (647-716-0127) 或 Prisca Fung (647-512-7809)

It's finally time to register your child for Children's Summer Camp! Our week one camp for ages 4-8 will run from August 10 to 14, and our week two camp for ages 8-12 will run from August 17 to 21. Camp begins at 9:00am and pick up is at 4:00pm. There is a fee of \$110.00 which includes afternoon snacks, camp T-shirt, a trip, and a fun-filled week!

Registration is on Sunday March 22nd, 2026 from 9:00am-4:00pm in the church basement, but due to limited spaces, we will not accept applications once we reach our full capacity. Applicants are accepted on a first come first serve basis. The forms can be obtained at the information desk or on the parish website. Forms and cash payment must be submitted in-person to the CMCC church basement, by the parent/guardian of the camper being registered. If you have any further questions or concerns, please send us an email at cmccsummercamp@gmail.com or contact Ivan Wong (647-716-0127) or Prisca Fung (647-512-7809)

望德聖詠團招收唱詩班成員和鍵盤手 HOPE Choir Recruitment

望德聖詠團現積極招收新唱詩班成員和鍵盤手。若你可以看五線譜,對歌詠感興趣並且願意為週日2:15pm的英文彌撒服務的話,請積極聯繫現任望德聖詠團成員,或電聯Jane Lin, email: hopechoir2024@gmail.com
HOPE Choir is now actively recruiting new singing members and pianist! If you are able

to read music stuff, and interested in singing and supporting the Sunday 2:15 PM Mass, you are welcomed. Please speak directly to any of our current members or contact Jane Lin (hopechoir2024@gmail.com) for more information.

星期六主日提前彌撒(燭光歌詠團)

燭光歌詠團現招募司琴及歌員,無需經驗,男女均可,不論年齡,歡迎學生,有需要可作義工學分,有興趣一起以聖詠讚頌上主的兄弟姐妹,請與星期六6點彌撒歌詠團聯絡。

成人慕道組及兒童慕道組

有意認識天主教信仰的朋友及你們四歲以上的子女,歡迎參加以下的慕道組聚會,成人與兒童會安排在不同的課室聚會。

成人慕道者 加慕道聚會後,傳道員會在適當時候安排慕道者參與主日彌撒,在主日彌撒的聖道禮後,神父會遣散慕道者離開教堂,由傳道員領慕道者到堂區的班課用十五至二十分鐘一起分享主日的福音。

報名請按: <https://forms.gle/kd1ezxMHaCE1575v7>
聚會時間:

粵語: 星期三 7:30pm-9:00pm (傳道員安排參與在主日有遣散禮的彌撒)

粵語: 星期四 7:30pm-9:00pm (傳道員安排參與在主日有遣散禮的彌撒)

粵語: 星期六 4:15pm-5:45pm (主日彌撒中遣散禮的時間為星期六06:00pm)

粵語: 星期日 9:00am-10:30am (主日彌撒中遣散禮的時間為星期日11:00am)

國語: 星期日 2:00pm-3:30pm (主日彌撒中遣散禮的時間為星期日12:40pm)

英語: 星期日 3:30pm-5:00pm (主日彌撒中遣散禮的時間為星期日02:15pm)

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。

的工作團員的教友,先來參加我們每週例會,親身體驗聖母軍的實際工作,團隊的共融與使命。

中華殉道聖人之后支團: 開會時間為每週二下午 1:30,203 室

查詢 WhatsApp : 416 220 6898

余山聖母支團: 開會時間為每週五下午 6:00,202 室

查詢 WhatsApp : 647 886 8336

2026 Lent and Easter Schedule 四旬期及復活節時間表

<p>Ash Wednesday :</p> <p>Feb 18th, distribution of Ashes in 9:10 am morning Mass, and 8pm evening Mass.</p> <p><i>*days of fast and abstinence in Canada are Ash Wednesday and Good Friday (18-59 years of age)</i></p>	<p>聖灰禮儀 :</p> <p>2月18日星期三進入四旬期 早晚彌撒有施放聖灰</p> <p>* 当日当守大小斋 (适于18-59岁的教友)</p>
<p>Stations of The Cross :</p> <p>Feb 20th to Mar.27th - every Friday at 8:00 pm; followed by evening Mass. <i>*Fridays are days of abstinence (14-59 years of age)</i></p>	<p>苦路善功 :</p> <p>2月20日 - 3月27日 每週星期五晚上 8 時 拜苦路; 隨後舉行晚間彌撒</p> <p>* 星期五当守小斋 (适于14-59岁的教友)</p>
<p>First Sunday of Lent :</p> <p>Feb.21st & 22nd, distribution of Ashes after Masses</p>	<p>四旬期第一主日 :</p> <p>2月21 / 22日, 主日彌撒后施放聖灰</p>
<p>Lent Retreats</p> <p>Mar.14th 10am-3pm – Cantonese Mar.21st 10am-3pm – Children retreat Mar. 28th 10am-3pm – Mandarin <i>*confession & Anointing for the elderly after the adult retreats*</i></p>	<p>四旬期避靜 :</p> <p>3月14日10am-3pm (粵語) 主講: Fr.Bosco Wong 3月21日10am-3pm 兒童避靜 3月28日10am-3pm (國語) 主講: 鄧建衛神父 地点: CMCC鮑思高禮堂 *粵語及國語避靜後, 3pm有長者告解及長者傅油*</p>
<p>Lenten Confessions :</p> <p>Mar. 23rd -27th confession week Mon –Fri 10am-12nn, 3pm-5pm and one hour before evening Mass Mar.24th Tue 7:00-9:00 pm – priest from other parishes are invited to come to hear confessions. Mar 25th Annunciation of the Lord <i>* Mar24th evening Mass and Eucharistic Adoration is cancelled.*</i></p>	<p>四旬期修和聖事 :</p> <p>3月23-27日告解週; 星期一至星期五, 早上10-12時, 下午3-5時; 黃昏彌撒前一小時</p> <p>3月24日星期二告解日; 7:00-9:00pm 邀請其他堂區神父幫忙聽告解 (晚上明供聖體 /彌撒取消)</p> <p>3月25日 預報救主降生</p>
<p>The Solemnity of Palm Sunday :</p> <p>Mar.28th Saturday 6:00pm Mass – Palm Sunday Procession, solemn entrance</p>	<p>聖枝主日 :</p> <p>3月 28日星期六 6:00pm 彌撒 – 聖枝遊行</p>
<p>Tuesday of Holy Week 31st March</p> <p>The Mass of Chrism is to be held at St. Michael's Cathedral Basilica for the priests of the Archdiocese of Toronto. Our parish's morning Mass at 9:10am is cancelled, evening Mass is as usual.</p>	<p>祝圣圣油彌撒 (主教座堂)</p> <p>3月31日星期二 11am 在聖彌額爾主教座堂舉行祝圣圣油彌撒, 當日本堂9:10am彌撒取消, 晚上明供圣体与彌撒照常。</p>
<p>Easter Triduum (weekday Mass is cancelled):</p> <p>Apr.2nd Holy Thursday: 8:00pm the Lord's Supper Apr.3rd Good Friday: 2:00pm Stations of The Cross 3:00pm Liturgy of The Lord's Passion 7:30pm Youth Stations of The Cross Apr.4th Holy Saturday: 7:30pm Easter Vigil <i>*weekday Mass is cancelled during the Easter Triduum</i> Apr. 5th Easter Sunday</p>	<p>逾越節三日慶典:</p> <p>4月2日 聖週四: 8:00pm 主的晚餐 4月3日 聖週五: 2:00pm 苦路善功 3:00pm 苦難禮儀 7:30pm 青年組 苦路善功 4月4日聖週六: 7:30pm 復活節夜間慶典 <i>*逾越節三日慶典期間 平日彌撒取消*</i> 4月5日復活主日</p>



Special Year of St. Francis

**January 10, 2026 to
January 10, 2027**

為紀念亞西西的聖方濟各離世八百週年，教宗良十四世宣報「聖方濟各特別年」。2026年1月10日至2027年1月10日，信友可以到世界各地任何一座方濟會修道院教堂或以聖方濟各為名的敬禮地方(如聖堂、朝聖地)朝聖，在通常的條件下——聖事告解、領聖體、為教宗的意向祈禱——獲得全大赦。

Pope Leo XIV has proclaimed a “Special Year of St. Francis” to commemorate the 800th anniversary of the death of St. Francis of Assisi. During this time of grace, the faithful are granted the opportunity to obtain a plenary indulgence by making a pilgrimage to any Franciscan conventual church or place of worship dedicated to St. Francis anywhere in the world under the usual conditions

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.)。

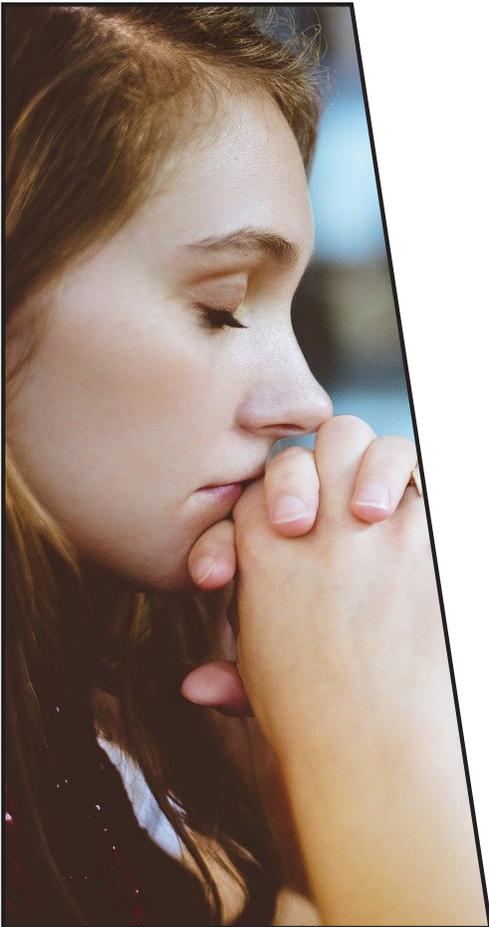
EDGE/EDGE+: Gr. 6-8 youth in middle school, including Confirmation preparation for Gr. 7.

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



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
frandrewdeng@gmail.com
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)