

天主教中華殉道聖人堂

The Chinese Martyrs Catholic Church



常年期第十九主日 | 二〇二六年八月九日
19th Sunday in Ordinary Time | August 9th, 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.



八月教宗祈禱意向 HOLY FATHER'S PRAYER INTENTION

請為城市福傳祈禱

For evangelization in the city

願我們在充滿孤獨和匿名感的大城市中，能找到傳播福音的新方法，發現建立團體的創意途徑。

Let us pray that in large cities, often marked by anonymity and loneliness, new ways to proclaim the Gospel emerge, fostering community and creative engagement.

本期導讀

與主共融	
教宗在亞西西與青年對話	2
主日分享	
放心，是我，不要害怕	3
信仰培育	
會祖傳(續).....	4
平安是福	
牛磺酸能延緩衰老和延長壽命嗎?(二)	5
高夏芳修女靈修選摘	
你好嗎?	6
堂區訊息	
.....	7



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://anmala-life.club/qa/pictures/jesus-walking-on-water-lean>

教宗在亞西西與青年對話： 建設愛的文明，而非對立的文明

教宗良十四世在亞西西天使之后聖母瑪利亞大殿廣場上回答青年們的提問，闡明福音的根本精神“反對死守教條的心態”：福音的根本精神不會使人變得盲目和暴力，反而使人變得敏銳細膩和關懷備至，並接納所有人。教宗還勸勉道，切勿將宗教變為手段，卻要跨越由有害的資訊與偏見所築起的高牆。隨後，教宗還談及自己的聖召歷程說：“天主從未讓我孤單一人。”

（梵蒂岡新聞網）如何在現今實踐亞西西聖方濟各的靈性遺產；如何在特強凌弱和消費主義越來越猖獗的世界中，活出服務和接納的風格；又如何持續信賴一個不免出現危機和矛盾的教會？這是三名青年向教宗良十四世提出的一些問題。教宗於8月6日牧靈訪問意大利翁布里亞大區的亞西西。教宗抵達後的首個活動是與聚集在天使之后聖母瑪利亞大殿廣場上的青年們會晤，並回答他們的提問，藉此重申一些重要的觀念。

逆流而行：淨化記憶，培養修和

首先提問的是來自克羅地亞的一名青年。她問道，如何成為基督的真正門徒？教宗結合這位青年的國家背景指出，克羅地亞“30年前還在經歷戰爭，以及宗教信仰和民族主義危險地交織在一起”。在這樣的背景中，由方濟各會會士長期推動的對話教育，也為天主教、東正教和穆斯林之間的共處做出了貢獻。

教宗表示，“現今，忠信於這個關懷的傳統，意味著要逆流而行，淨化記憶，培養修和。在企圖利用宗教身份形成對立局面的社會內，基督徒將越來越蒙召成為和平的締造者”。

面對方濟各大家庭的青年，教宗鼓勵他們領悟福音的根本精神。該精神“反對死守教條的心態，它不會使人變得盲目和暴力，反而使人變得敏銳細膩和關懷備至，始終跟隨耶穌，接納所有人。這並不容易，但會帶來很多喜樂”。

教宗還指出，“做基督的見證人是一件既迷人又費勁的事，因為這有助於心思意念跨越人劃定的範圍，也就是克服由有害的資訊和偏見的高牆所造成的恐懼”。

做出最終選擇是革命性的舉動

第二名青年向教宗提問，如何向天主說出一個完全的、勇敢的“是”，避免“手扶著犁而往後看”，不被旅途的艱辛和犧牲所壓垮？這位青年還進一步詢問，在教宗個人的聖召道路上，是什麼給予了他幫助。

教宗回答道，“今天，由於有時對自由有一種混淆的解讀，我們誤以為在人生中什麼也不能做真正的決定，因為我們生活的背景迅速地變化，且我們自身也發生很多改變。然而，正因如此，恐懼也隨之增加，自我迷失的可能性也更大。在這個背景下，勇於做出一個最終的選擇，也許正是最具革命性的舉動”。教宗繼續解釋，“做出長久的決定，並不是把我們困在一個籠子裡，卻使我們向更大的活力敞開。愛是一場出走，是一條需要發現的道路，是一段天主與我們同行的旅途，而這是每個聖召的真正意義”。

關於教宗個人的聖召，教宗表示，“就我的經驗，我可以說，上主從未讓我孤單一人：祂始終陪伴我，同時也賜給我一些同行的人。如此，在蒙召成為司鐸、奧斯定會會士、傳教士的聖召中，我發現了一道光，它引領我直到今天，直到我應該對一個獨一無二的召叫回答‘是’的時候：就是成為教宗的召叫”。

城市裡的無形高牆

最後一名青年向教宗請教，如何效法聖方濟各那樣，在教會內出現絆腳石時，依然服從伯多祿繼承人，並留在這份“修補的愛”中？

教宗指出，耶穌十分關心合一這件事，而這也是良十四世牧職格言的核心。“那些在耶穌身邊成了弟兄姐妹的人，如果不是因為耶穌，他們根本不會相遇或來往。今天我們的城市也充斥著使人分開的無形高牆，但這個教會的奇跡至今仍在發生，感謝天主。當我們彼此承認是兄弟姊妹時，多少的歧視與不平就會立即消除！”

此外，教宗還指出，合一的另一個幅度是運用權力來服務。“不是支配，而是服務；不是攫取，而是接受；不是抓住不放，而是歸還：這就是天主的生命，祂修補教會，使之成為一個自由的子民，一個讓人休憩和救恩的地方”。天主召叫了聖方濟各修補祂的家，而我們每個人在這個永遠在施工的工地中，也有各自的作用。 ■

常年期第十九主日

讀經一：列上 19：9，11～13

讀經二：羅 9：1～5

福音：瑪 14：22～33

19th Sunday in Ordinary Time

First Reading: 1Kgs 19:9, 11-13

Second Reading: Rom 9:1-5

Gospel: Mt 14:22-33

放心，是我，
不要害怕

吳智勳神父

天主教輔仁聖博敏神學院禮儀研究中心

默想

這個主日的福音讀經，是緊接上星期耶穌以五餅二魚令多人吃飽的事跡。耶穌在群眾吃飽了以後，便「立刻」催促門徒上船往對岸去，自己留下來遣散群眾。假如我們嘗試想像當時的情景，門徒看著餅與魚透過自己的手，源源不絕的增加，一定覺得很興奮、很光彩；耶穌這時卻叫他們「立刻」離去，實在有點兒掃興，就好像孩子在玩得最興奮時，父母說要回家一樣。我們可以猜想群眾中可能有人提議擁護耶穌為領袖，門徒可能也表示支持，耶穌要他們離去，是不想他們停留在虛幻光榮中，自我陶醉，自我欣賞，追求權力。這種心態不能承受挫折、失敗和十字架。

耶穌跟著獨自上山祈禱。這讓我們看到，人在團體中尋找天主固然重要，但更要獨自面對天主。現代人喜忙碌熱鬧，以為這樣的生活才算充實，但有時是一種逃避。有深度的信仰要求人獨自面對天主，面對自己。

天快亮時，耶穌步行海面，向門徒走去。這平定風浪的奇跡，四部福音都有記載，顯出教會非常重視。耶穌顯奇跡總是為了別人的好處，祂不會為自己的方便，為滿足人的好奇心，或為顯自己的威風而顯奇跡。耶穌這一次在沒有人要求之下步行海面，難道是要炫耀自

己的「特異功能」？祂容許伯多祿嘗試步行海面，是否為滿足他的好奇心？

這事跡是要解答教會面對的問題。對當時在風浪中的門徒來說，耶穌的出現無疑是一顆定心丸；而對後代在苦難中的基督徒來說，這個奇跡常是一份安慰。

聖經中，船常象徵教會，風浪是各種困難和迫害，或代表著邪惡的勢力。教會若沒有基督便充滿危機，但基督不會捨棄教會，祂踏著波濤，把邪惡踏在足下，走到教會面前。面對手足無措的教會，耶穌安慰說：「放心，是我，不要害怕」。「是我」反映舊約天主的聖名「我是」，顯出耶穌天主性的身分，教會還怕甚麼？

伯多祿的小插曲大概是講信心問題，一個能游泳的漁夫竟會下沉呼救，就是失去信心，忘記了耶穌「是我」的保證。

今日的教會仍在種種危機中，有惡勢力的壓迫，亦有逸樂的蠶食。別忘記耶穌催促門徒離開，不要與光榮、權力糾纏不清，且要獨自面對天主，免得自墮於危機之中。

對個別在困難中的基督徒來說，這個奇跡具啟發性。人就像一條船，風浪就是人生動盪的時刻：有些是大時代的衝擊，有些是社會的、經濟的不穩定，有些是家庭的、工作的壓力，也有健康上、交友上或信仰上的問題。無論身處何種困境，總勿忘記耶穌的要求：離開名利、權力的污染，在祈禱中獨自面對天主、面對自己。不要企求奇跡去解決問題，或以此證明基督的臨在，這是對基督缺乏信心的表現。常常緊記基督是誰，祂離我們不遠，在我們的困厄中，祂會踏

著風浪前來說：「放心，是我，不要害怕！」

反省與實踐

本主日福音談論的是耶穌步行海面，平息風浪的奇蹟。這個奇蹟不但對門徒來說是一種激勵和安定的力量，對於今日的基督徒也有同樣的意義，因為人生有起有落，猶如風浪起伏不定，會碰到各種情況，現在我們可以一起反省：

1. 在身處順境時，我是否記得感謝天主，是否能夠常常祈禱，常保與天主獨處的空間和時間？

2. 當我身處逆境時，我是否只祈求天主以奇蹟作保證？或者仍能夠一直相信，不忘記基督對我的教導？

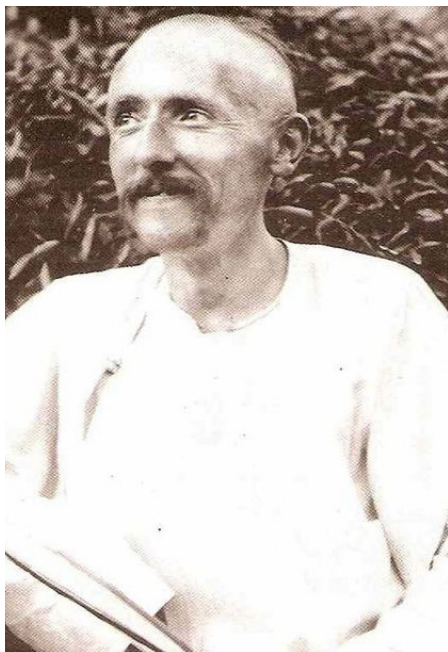
3. 請在祈禱中祈求天主派遣聖神與我們在一起，堅強我們，賜予我們所需要的恩寵，不要讓我們成為小信德的人；也求主使我們在危難中，不斷默念耶穌說的話：「放心吧！是我。不必害怕！」，讓我們持續走向天主。 ■



會祖傳

耀漢小兄弟會雷鳴遠神父

作者：趙雅博



去洛陽

【以下繼續上期內容】雷神父從龐炳勛的部隊離開，繼續前行。他向賴孟兄弟說：「壞了，我的病重了！」賴孟兄弟問：「為什麼？」他說：「我過去的習慣，每當長途跋涉后，必須尋找一個房間，擦乾腰際的汗水。因為龐炳勛盛情有加，無法脫身，涼氣入內，百病乘虛而入。『原本病重之軀，這些微的差錯，使他病入膏肓。』」

雷神父原計劃返回中條山，一方面由於路線被日軍切斷；另一方面，病症促使他赴洛陽就醫。

雷神父繼續前行。有時騎著一匹烈馬；有時當地教友用滑竿式的轎子抬他；有時則是

兩個人攙扶他。行路艱難的經驗，雷神父經歷了。更不幸的是到洛陽的通道不通，他們必需穿過日軍封鎖線。東繞西繞，漸漸走近封鎖線。抬轎的人是否也同雷神父一起穿過封鎖線呢？隨行的人，當然求之不得；抬轎的人不發一言，他們靜待雷神父的決定。他約略思索後說：「穿過去還不太困難，可是回來再經封鎖線，困難太多了，你們還是及早回家吧！」

抬轎的人回去了，他需要在扶持之下繼續慢行，決定趁夜穿過封鎖線。志真同志擔任嚮導，手持兩把手槍，走在前面，先探好前面路程，然後再回來，引領前行。那夜雷神父受夠了苦，天氣沉陰，伸手不見五指，一次穿過深溝，竟滑下十幾尺。久病之人，如此震蕩，何等疼痛！

封鎖線終於平安度過，五月八日到達洛陽。

在洛陽

九日雷神父搬到主教公署住下，延請中醫治療。當時服侍他的有方安兄弟。立珊兄弟與其他朋友以及修士們，得知雷神父已到洛陽，紛紛遠道來看望他。每一位兄弟探望他時，都不禁心酸。前日，他是一位生龍活虎的老青年，現在竟成了一位又黃又瘦、疲憊不堪的老人，躺在床上，等待末日之來臨。鐵一般的事實增加「人生如夢」之感。立珊兄弟是雷神父未來的繼任人，

他冒著傾盆大雨而來，兩人相見，互相擁抱好久，相對無言。等到雷神父由這感動的世界醒來，不禁低聲地說：「我腰甚疼，幾乎要死，這是冷氣入內的結果。」

雷神父已百病纏身，彷彿一架機器，到了最後階段；更彷彿雷神父最愛說的話：「一枝蠟燭兩頭燒。『已經燃到盡頭。他的風濕、疝氣以外，肝膽都已受傷，不再有正常的功能。最初，他腰痛最烈，由方安與立珊兄弟輪流為他搓揉，使能稍稍停止，以後注射止痛針，這隻是治標辦法，不能根除。他腰痛之劇烈，簡直沒法想像。一生堅忍克苦的雷神父，不自禁地呻吟、哀呼：『耶穌啊！好痛呀！』有時他告訴立珊兄弟說：『我的腰間，好似有幾個魔鬼在打架！』中醫對雷神父的病症，最後竟不開方用藥，只教給立珊與方安兄弟一個治標的方法，即將熱鍋內燒炒的麥麩，裝於袋內，熱敷腰間，然而熱氣一散，便告失靈。雷神父在疼痛不止時，歎息說：『如果我沒有信德，一定要自盡！』」

中醫束手，改換西醫，當時雷神父病情加重，通體變黃，白眼球變成如蛋核的顏色。疼痛更甚，後來小腹漲起如鼓，西醫細心診斷后，斷為膽管阻塞。亦如中醫治療方法，僅是治標。

為了診治的方便，雷神父由主教公署移至城外……

【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

牛磺酸能延緩衰老和 延長壽命嗎？(二)

牛磺酸對健康的潛在好處：

我們並沒有很多具質素有關牛磺酸的臨床研究報告、尤其是只針對牛磺酸的研究報告，所以，不能肯定下列的潛在好處是準確的：

(1)可能改善心臟功能：有研究顯示牛磺酸可以改善調節血壓和心臟功能，也可在患有某些心臟病(例如心臟衰竭)的人調節血脂水平。

(2)可能預防心臟病：初步研究顯示高劑量的牛磺酸可有助預防心臟病。

(3)可能有助控制糖尿病：有研究顯示牛磺酸能增強人體對胰島素的敏感性，從而令人體盡量利用胰島素、減低患上二型糖尿病的風險、改善糖尿病患者的血糖控制和減少患上併發症的風險。

(4)可能改善運動表現：有研究顯示牛磺酸能令人需要較長的時間才感覺疲勞和改善肌肉的力度和復元。

牛磺酸對健康的副作用：

我們並沒有很多具質素有關牛磺酸的臨床研究報告、尤其是只針對牛磺酸的研究報告，所以不能肯定出現的副作用是因為牛磺酸或是與牛磺酸一起服用的其它成份：噁心、嘔吐、腹痛、頭痛等。

與藥物的相互作用(medication interaction)

：

牛磺酸與多種藥物與產生相互作用，牛磺酸的正常運作需要『細胞色素 P450(Cytochrome P450)酵素系統』，而不少藥物也是倚賴這個系統代謝，所以，牛磺酸會干擾這些藥物的代謝，從而影響它們的藥效和副作用，可能會受影響的藥物包括抗抑鬱藥物、抗

癲癇藥物、降血脂藥物等，所以服用前請向醫生或藥劑師查詢。

富含牛磺酸的食物：

包括貝殼類(尤其是扇貝、蛤蜊、青口等)、肉類(尤其是牛肉、雞和火雞的『黑肉』dark meat，即腿或翅部位)、奶類和魚(尤其是吞拿魚、三文魚、鱒魚等)，研究顯示烹調並不會影響食物的牛磺酸含量。

能量飲料(energy drinks)和補充劑(supplements)所含的牛磺酸：

不少含牛磺酸的飲料和補充劑宣稱能改善運動表現，不過，它們所含的牛磺酸與人體製造的並不一樣、而是合成的，通常是從其它胺基酸半胱氨酸(Cysteine)和甲硫氨酸(Methionine)合成，可從植物提煉出來，所以素食者也可安心服用。能量飲料和補充劑通常都可安全服用，但有些人士不宜飲用能量飲料，包括患有心臟病和血壓高的人、孕婦、正在哺餵母乳的婦女和兒童等，此外，能量飲料大多含大量糖份，攝取過量糖份會增加體重、導致肥胖及因肥胖引起的併發症，能量飲料也大多含咖啡因，攝取過量咖啡因會導致心跳加速、血壓上昇、失眠、神經緊張、容易發怒等。

絕大部份健康的人都不需要服用牛磺酸補充劑，進食富含蛋白質和胺基酸的食物已足夠，牛磺酸補充劑只建議提供給病危、需要額外免疫力支援的人。 ■



Photo by Eniko Urchula on Unsplash

《語梯 以主言與主言》之30-高夏芳修女靈修選摘

找

高夏芳修女

諾貝爾文學獎得主莫言曾經對「我」與「找」這兩個字作了有趣的解釋。

有一天「我」字丟了一撇，成了「找」字。

為找回那撇，「我」問了很多，那一撇代表什麼？

商人說是金錢，政客說是權力，明星說是名氣，軍人說是榮譽，學生說是分數.....

最後，生活告訴「我」，那一撇是健康和快樂，沒有它們，什麼都是浮雲！

按〈若望福音〉的記載，耶穌在開始公開傳教時，說的第一句話就是「你們找什麼」(若1:38)，是一個問話。當時若翰洗者的兩個門徒受老師指點，朝著耶穌走去，跟在他後面，被他吸引，充滿好奇及期待。耶穌察覺到他們的腳步，就轉過身

來，對他們說出這第一句話。耶穌沒有問「你們是誰」，要他們自「我」介紹，卻問他們「你們找什麼」。這個「找」字耐人尋味，真能導致「我」。從人所尋找的，期待的，渴望的，可推想到他的「我」是怎樣的，他對這「我」是如何認真。

找到健康及快樂，固然能使「我」完整，若能找到健康的賜與者-----快樂的泉源，就更美妙。主，我偕同〈聖詠〉作者對你說：「唯有在你面前有圓滿的喜悅。」(詠16:11)也偕同伯多祿向你表達我們的全心信賴：「主！惟你有永生的話，我們去投奔誰呢？」(若6:68) ■

【未完待續】



Photo by Warren on Unsplash

2026年七月二十六日教友奉獻收入 Donation of 26th July 2026

Regular - \$8340.04 + US \$8.00
Mission Co-op \$8748 + US \$20.00

辦公室通知 Office Notice

** 8月15日星期六為聖母蒙召升天節，敬請踴躍參與當日彌撒。

** 堂區贈送醫療警報咭，鼓勵教友填妥放在銀包，在緊急時讓家人及醫務人員知道重要的健康資料和有需要時想領受病人傳油聖事的意願，請到諮詢處索取。

** 下主日有第二次奉獻（為Catholic Mission籌款），敬請大家支持。

Zoom線上奉獻500遍聖母經

“聖母軍余山聖母支團誠邀各位教友在八月聖母無玷聖心月與我們一起經Zoom奉獻500遍聖母經作為孝愛聖母敬禮。

日期：8月17日

時間：晚上7:30分開始（歡迎隨時加入）

詳情請看大堂海報”

鄺維揚執事Zoom講座

時間：8月11日(星期二), 7:00 - 9:00pm

主題：主內共融

「你們便是基督的身體，各自都是肢體。」(格前12:20)。在基督妙身內，有人是眼，有人是鼻...只有視覺的眼睛如何明白鼻子的感受？

從未接觸過地面的頭又如何和腳合作？理解邁爾斯-布里格斯的個性，和五種愛之語言。減少誤解，在家庭及堂區內彼此溝通諒解。建立合一共融的堂區及家庭教會。

Zoom link: <https://us02web.zoom.us/j/83277540267?pwd=VBLbr4wGfxiuolrXTPxsbkmlowYGr.1>

Meeting ID: 832 7754 0267 / Passcode: 12345

Sharelife教區公益金50週年感恩彌撒

Sharelife 教區公益金將於8月22日星期六假座多倫多主教座堂舉行教區公益金50周年感恩彌撒，多謝各位主內兄弟姊妹一直以來的慷慨支持，誠意邀請各位教友參加，一齊慶祝這個重要的里程碑，請到 www.sharelife/50 登記報名。

聖母軍支團典禮大會

多倫多四個聖母軍華人支團再次聯合舉辦聖母軍支團典禮。除了歡迎聖母軍團員參加之外，也誠摯邀請本堂區教友，帶著您的家人和朋友一同出席，一同孝愛聖母，光榮天主！

日期：2026年9月5日（星期六）

時間：上午 9:00 至下午 3:00

地點：天主教中華殉道聖人堂

餐費：每位 \$25元（包括早、午餐）

「為響應環保，請自備餐具！」

節目程序豐富：包括感恩祭、早點、開會經、神師講話、集體遊戲、午餐、連貫經、幻燈介紹（題目：「天堂之窗 - 從東方畫像看聖母瑪利亞」）、閉會禮、降福及集體拍照等。

為了準備場地佈置，及妥善安排座位和早午餐食物，請有意參加教友務必向我們報名。

報名方式（8月16日截止報名）：

中華殉道聖人之后支團：

WhatsApp: 416 220 6898

Email: cmcclom@gmail.com

余山聖母支團：

WhatsApp: 647 886 8336

Email: sheshanlegion@hotmail.com

聖方濟各聖堂朝聖

教會將慶祝紀念**聖方濟各亞西西**逝世八百週年。教宗特別頒賜今年為聖方濟各禧年。所有教友在今年內到聖方濟各聖堂朝聖，辦妥告解及撥出時間祈禱，將得到全大赦。我們堂區特別舉辦前往兩間教區指定的聖方濟各朝聖聖堂。

日期：9月26日星期六

車費：\$35

午餐：自費

報名：8月15日開始可到堂區辦事處購票

詳情請參閱海報

《來自芝加哥的良》 Salt + Light Media Presents: Leo from Chicago

《來自芝加哥的良》(Leo from Chicago) 是一部由聖座傳播部製作的紀錄片，透過珍貴歷史片段及教宗良十四世家人和親友的訪談，回顧教宗在美國的成長、家庭生活、聖召歷程及信仰根基，讓觀眾更深入認識這位帶領普世教會的牧者。加拿大鹽與光天主教傳媒機構將於2026年8月9日起於 Salt + Light Plus (slmedia.org/ch/slplus) 免費播放設有簡體中文字幕版本，為期一個月，誠邀大家踴躍收看並與親友分享。

來自芝加哥的良

LEO FROM CHICAGO



8月9日起至9月9日

網上收看：slmedia.org/ch/slplus

新聞稿



《鹽與光傳媒》於8月9日起在 Salt + Light Plus 播放《來自芝加哥的良》“Leo from Chicago” 紀錄片中文字幕版

【多倫多】2026年8月9日 — 《鹽與光傳媒》欣然宣布，由聖座傳播部編輯部門製作的紀錄片《來自芝加哥的良》“Leo from Chicago”於2026年8月9日起在 **Salt + Light Plus** (slmedia.org/ch/slplus) 串流平台播放，並推出簡體中文字幕版本，免費開放予全球觀眾收看一個月。

本紀錄片由聖座傳播部聯同芝加哥總教區及**拉丁美洲新福傳使徒團 (ESNE) 製作的紀錄片《來自芝加哥的良》，透過珍貴影像、歷史片段及約三十位親友的訪談，帶領觀眾回顧教宗良十四世 (Pope Leo XIV) **在美國的成長歷程與信仰根源。

紀錄片以教宗兩位兄長路易 (Louis) 及約翰 (John Prevost) 的見證為主軸，走訪芝加哥故居、堂區、奧思定會學校、芝加哥天主教神學院、維拉諾瓦大學等對教宗人生具有重要意義的地方，並探訪他喜愛的薄餅店及芝加哥白襪隊主場。

影片細緻描繪教宗良十四世的童年、家庭生活、聖召歷程、修會生活、牧靈服務及人格特質，展現他如何由一位熱愛祈禱、喜歡「舉行彌撒」的少年，成長為奧思定會會士、秘魯傳教士及今日帶領普世教會的教宗。同時，紀錄片亦呈現他平易近人的一面，包括喜愛六、七十年代音樂、棒球、駕車及觀看電視節目等生活點滴。

《來自芝加哥的良》是記錄良十四世在秘魯傳教歲月的紀錄片《秘魯的良》(León de Perú) 之後的延續篇。

《鹽與光傳媒》誠邀觀眾由8月9日起透過 **Salt + Light Plus** (slmedia.org/ch/slplus) 串流平台免費收看《來自芝加哥的良》。

播映資訊

片名：《來自芝加哥的良》“Leo from Chicago”

首播日期：2026年8月9日

播放平台：Salt + Light Plus

字幕：繁體中文及簡體中文

收看費用：免費

關於鹽與光傳媒

鹽與光天主教傳媒機構 (Salt and Light Catholic Media Foundation) 由 Gaetano Gagliano 先生於2003年創立，是一家總部設於加拿大的天主教媒體機構及註冊慈善團體，致力透過電視、社交媒體、播客 (Podcast)、印刷出版及其他數碼媒體平台，以英語、法語、粵語及普通話向世界傳揚基督之光。

其電視頻道「鹽與光電視」(Salt + Light TV) 透過加拿大多家主要有線及衛星電視服務商向全國播出。此外，其網上串流平台「Salt + Light Plus」可於 iOS、Android、Roku 及 Amazon Fire TV 裝置上使用，並向全球觀眾提供隨選影音內容，亦可透過網站 slmedia.org/slplus 收看。



傳媒查詢請聯絡：

梁樂彥 (Rodney Leung) 中文節目製作人

Facebook: www.facebook.com/slchinese/

Instagram: www.instagram.com/slchinese/

電郵: rleung@slmedia.org

SALT + LIGHT MEDIA PRESS RELEASE



FOR IMMEDIATE RELEASE

Salt + Light Media to Stream Leo from Chicago with Chinese Subtitles on Salt + Light Plus Beginning August 9

TORONTO, AUGUST 9, 2026— Salt + Light Media is pleased to announce that *Leo from Chicago*, a documentary produced by the Editorial Department of the Dicastery for Communication of the Holy See, will be available for streaming on **Salt + Light Plus** (slmedia.org/ch/slplus) beginning August 9, 2026. **The documentary will be offered with Simplified Chinese subtitles and will be available free of charge for one month.**

Produced by the Dicastery for Communication in collaboration with the Archdiocese of Chicago and the Apostolado El Sembrador Nueva Evangelización (ESNE), *Leo from Chicago* takes viewers on a journey through the early life, family roots, and spiritual formation of Pope Leo XIV in his native United States.

Through rare archival footage, historical photographs, and interviews with nearly thirty family members and close friends, the documentary offers an intimate portrait of the Holy Father. Centered on the testimonies of his two brothers, Louis and John Prevost, the film visits significant places in his life, including his childhood home in Chicago, local parishes, Augustinian schools, Catholic Theological Union, Villanova University, as well as some of his favorite local landmarks.

"Leo from Chicago" continues the story begun in the documentary ***Leo of Peru*** (León de Perú), which documented **Pope Leo XIV's** years of missionary work in Peru.

Salt + Light Media warmly invites viewers around the world to watch *Leo from Chicago* free of charge on Salt + Light Plus beginning August 9.

VIEWING INFORMATION:

Title: Leo from Chicago

Premiere Date: August 9, 2026

Streaming Platform: Salt + Light Plus (slmedia.org/ch/slplus)

Subtitles: Traditional Chinese and Simplified Chinese

Viewing Fee: Free

Availability: One month

ABOUT SALT + LIGHT MEDIA

Founded in 2003 by Gaetano Gagliano, Salt and Light Catholic Media Foundation is a Canadian-based broadcaster and registered charity devoted to spreading the Light of Christ to the world through television, social media, podcasts, print, and other forms of digital communication in English, French, Cantonese, and Mandarin. Its specialty television network, Salt + Light TV, is carried across Canada on most major cable and satellite television carriers. Salt + Light Plus, its Internet streaming service, is available on iOS, Android, Roku, and Amazon Fire TV devices or by visiting slmedia.org/slplus.



PLEASE SEND MEDIA INQUIRIES TO:

Rodney Leung, Producer (Chinese Program)

Facebook: www.facebook.com/slchinese

Instagram: www.instagram.com/slchinese

Email: rleung@slmedia.org

Leo from Chicago, a documentary produced by the Dicastery for Communication of the Holy See, offers an intimate look at the early life, family, vocation, and faith journey of Pope Leo XIV through rare archival footage and interviews with his family and close friends. Salt + Light Catholic Media Foundation will stream the documentary free of charge on Salt + Light Plus (slmedia.org/ch/slplus) beginning August 9, 2026, with Simplified Chinese subtitles, available for one month. Everyone is warmly invited to watch and share this inspiring documentary with family and friends.

主日學2026-2027 Sunday School new registration

主日學新學年在9月13日開課。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。請注意：初領聖體班有特定登記表，請連同領洗紙幅本一同交回。如有疑問，請聯絡 Bridget Hon: 416-617-8486，或電郵：lshon@sympatico.ca
Sunday School will begin on Sept. 13, Sunday. Time schedule: Kindergarten: 11:00 - 12:00 noon on Room 209 2/F; other classes: 9:30 - 10:30 am; *Gr. 2 (First Communion class): 9:30 - 10:45. Venue: Gr. 1 on Room 204; Gr. 2: B1 on basement; Gr. 3 - 4: Room 209; Gr. 5 - 6: B2 on Basement. Please note that there is specific form for First Communion Class, please complete and return with copy of Baptismal Certificate. For enquiries, please contact Bridget Hon: 416-617-8486, or email: lshon@sympatico.ca

主日上午 9:30am Psalm Choir 招募團員

主日上午9:30 Psalm Choir 招募團員，特別是各男聲部，16歲或以上有興趣的教友或慕道者請與該團成員聯絡。服務時間：主日上午9:30彌撒練習時間：主日上午11:00-中午12:30練習地點：205房

燭光歌詠團

燭光歌詠團 (星期六6:00 pm彌撒) 現招募司琴及歌員，無需經驗，男女均可，不論年齡，歡迎學生，有興趣一起以聖詠讚頌上主的兄弟姐妹，請於彌撒前後與歌詠團聯絡。

鳴遠歌詠團招募

服務主日下午12:40彌撒的鳴遠歌詠團，現招募歌詠團成員及有經驗的司琴和指揮；不論年齡，男女均可，有興趣者請與鳴遠歌詠團聯絡。

服務時間：週日12:40pm

練習時間：週日14:00-15:30

練習地點：二樓205房

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
frdeng1225@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)