

## 本期內容 In this issue



- 1 The Liturgical Year by Abbot Gueranger - The Season of Septuagesima
  - 2 禮儀年 - 七旬期
  - 4 慕道之旅 / 朝聖之旅
  - 5 天主的足跡
  - 6 Current Project Advance Updates
  - 8 教區擴展計劃近況
  - 10 天使及墮落的天使
  - 11 堂區生活寫真 Parish Life Activities
  - 12 迷信！！？
  - 13 學習「詠春拳」的感受和得著
- 善會一覽表及客戶資訊 Parish Groups
- 堂區指南/教宗祈禱意向  
Parish Directory  
& Papal Prayer Intentions



二零二三年第二期

2023 Vol.24 Issue 2

MAR-APR

[cmcc.cmvoice@gmail.com](mailto:cmcc.cmvoice@gmail.com)

## **The Liturgical Year by Abbot Gueranger - The Season of Septuagesima [Tradition before Vatican II since the 6th century - not a norm by force, but spiritually encouraged]**

<https://www.salvemariaregina.info/SalveMariaRegina/SMR-151/Septuagesima.htm>

The season of Septuagesima comprises the three weeks immediately preceding Lent. It forms one of the principal divisions of the liturgical year, and is itself divided into three parts, each part corresponding to a week: the first is called Septuagesima; the second, Sexagesima;

the third, Quinquagesima.

All three are named from their numerical reference to Lent, which, in the language of the Church, is called Quadragesima, that is, Forty, because the great Feast of Easter is prepared for by the holy exercises of forty days. The words Quinquagesima, Sexagesima, and Septuagesima, tell us of the same great solemnity as looming in the distance, and as being the great object towards which the Church would have us now begin to turn all our thoughts, desires, and devotion.

Now, the Feast of Easter must be prepared for by forty days of recollection and penance.

Those forty days are one of the principal seasons of the liturgical year, and one of the most powerful means employed by the Church for exciting in the hearts of her children the spirit of their Christian vocation. It is of the utmost importance that such a season of grace should produce its work in our souls – the renovation of the whole spiritual life. The Church, therefore, has instituted a preparation for the holy time of Lent. She gives us the three weeks of Septuagesima, during which she withdraws us, as much as may be, from the noisy distractions of the world, in order that our hearts may be more readily impressed by the solemn warning she is to give us at the commencement of Lent by marking our foreheads with ashes.

This prelude to the holy season of Lent was not known in the early ages of Christianity: its institution would seem to have originated in the Greek Church. Besides the six Sundays of Lent, on which by universal custom the faithful have never fasted, the practice of this Church prohibited fasting on the Saturdays likewise; consequently, their Lent was short by twelve days of the forty spent by our Savior doing penance in the desert. To make up the deficiency, they were obliged to begin their Lent many days earlier....

At the close of the 6th century, St. Gregory the Great alludes, in one of his homilies, to the fast of Lent being less than forty days, owing to the Sundays which come during that holy season. It was therefore, after the pontificate of St. Gregory, that the last four days of Quinquagesima were added to Lent, in order that the number of fasting days might be exactly forty. As early as the 9th century, the custom of beginning Lent on Ash Wednesday was of obligation in the whole Latin Church. All the manuscript copies of the Gregorian Sacramentary, which bear that date, entitle this Wednesday *In capite jejunii*, that is to say, the beginning of the fast. But, out of respect for the form of divine service drawn up by St. Gregory, the Church does not make any important change in the Office of these four days. Up to the Vespers of Saturday, when alone She begins the Lenten Rite, She observes the rubrics prescribed for Quinquagesima week....

Even as early as the beginning of the 9th century, the Alleluia and Gloria were suspended in the Septuagesima Offices. In the second half of the 11th century, Pope Alexander II enacted that this custom be everywhere observed, beginning with the 1st Vespers of Septuagesima.

Thus was the present important period of the liturgical year, after various changes, established in the cycle of the Church. It has been there for more than a thousand years. Its name, Septuagesima (seventy), expresses, as we have already remarked, a numerical relation to

Quadragesima (the forty days); although in reality, there are not 70 but only 63 days from Septuagesima to Easter. This is partly to represent a profound mystery connected with the number 70. St. Augustine speaks of two times: the time before Easter, representing our sojourn on earth, and the time after Easter, representing eternity. The Church often speaks of two places corresponding to these two times, Babylon and Jerusalem. Now the Babylonian captivity lasted 70 years; and it is to express this mystery that the Church, according to all the great liturgists, uses the name Septuagesima for this season....

Holy Mother Church reminds us during this season that we are sojourners upon this earth; we are exiles and captives in Babylon, that city which plots our ruin. The Church wishes us to reflect on the dangers that beset us; dangers which arise from ourselves and from creatures.

During the rest of the year, She loves to hear us chant the song of Heaven, the sweet Alleluia; but now, She bids us close our lips to this word of joy, because we are in Babylon.

The leading feature, then, of Septuagesima, is the total suspension of the Alleluia, which is not to be heard again upon the earth until the arrival of that happy day, when, having suffered death with our Jesus, and having been buried together with Him, we shall rise with Him to a

new life. Perhaps we could not better show the sentiments, wherewith the Church would have her children to be filled at this period of Her year, than by quoting a few words from the eloquent exhortation, given to his people at the beginning of Septuagesima, by the celebrated

St. Yvo of Chartres in the 11th century: “‘ We know,’ says the Apostle, ‘ that every creature groaneth, and travaileth in pain even till now: and not only it, but ourselves also, who have the first-fruits of the Spirit, even we ourselves groan within ourselves, waiting for the adoption of the sons of God, the redemption of our body ’ (Rom. 8: 22, 23). The creature here spoken of is the soul, that has been regenerated from the corruption of sin unto the likeness of God: she groaneth within herself, at seeing herself made subject to vanity; she, like one that travaileth, is filled with pain, and is devoured by an anxious longing to be in that country, which is still so far off... During these days, therefore, we must do what we do at all seasons of the year, only we must do it more earnestly and fervently: we must sigh and weep after our country, from which we were exiled in consequence of having indulged in sinful pleasures; we must redouble our efforts in order to regain it by compunction and weeping of heart... Let us not become like those senseless invalids, who feel not their ailments and seek no remedy. We despair of a sick man who will not be persuaded that he is in danger. No, let us run to Our Lord, the Physician of eternal salvation. Let us show Him our wounds, and cry out to Him with all our earnestness: ‘ Have mercy on me, O Lord, for I am weak ’ (Ps. 6: 3). Then will He forgive us our iniquities, heal us of our infirmities and satisfy our desire with good things.”

**禮儀年 - 七旬期（早在梵蒂岡第二次大公會議前，自六世紀開始的傳統 - 並不是強制性的規定，而是鼓勵有助神修）** （翻譯自以上內容）

七旬期涵蓋四旬期前的三個星期，構成禮儀年的其中一個主要部分，被劃分為三個階段，每星期為一階段：首先是七旬期，之後是六旬期，最後是五旬期。

這三階段全都以期數作參考而命名，按照教會的說法，叫作 *Quadragesima* 即四十，因為逾越節的慶節是以四十天的神修鍛鍊來準備。五十（*Quinquagesima*）、六十（*Sexagesimal*）及七十（*Septuagesima*），這幾個字告訴我們一個大慶節就快要到來，教會希望我們從這時開始把我們所有的心思念慮都轉向基督。

現時，逾越節慶典必須透過四十天的反思和悔改來準備。那四十天是禮儀年中主要週期之一，亦是教會所採用其中一種最有力的方法，去喚醒天主子女內心作為基督徒被召叫的責任。最重要的是，這恩寵時期應該會在我們的心靈上發揮作用——更新整個靈修生活。因此，教會訂立了為神聖的四旬期要作出準備，給予我們七旬期的三個星期，就是讓我們盡可能遠離世俗的煩囂，使我們在四旬期的開始（聖灰三）準備妥當，鄭重地領受聖灰。

早期基督教會並不知道四旬期還有前序：這個似乎是源於希臘教會的制度。根據當時普遍慣例，信徒們在四旬期內的六個主日不用守齋；同樣地當時希臘教會亦禁止在星期六守齋，因此，他們的四旬期相比救主耶穌在曠野中受試探的四十天少了十二天。為了彌補不足，他們只好早些開始他們的四旬期 …

六世紀末期，聖國瑞一世在他的一篇講道中提及，四旬期內守齋少於四十天要視乎有多少個主日在內。因此，聖國瑞接任教宗之後，五旬期的最後四天也加在四旬期內，而使守齋的日數，剛好是四十天。早在九世紀，由聖灰三作為四旬期的開始是整個拉丁教會當守的慣例。所有國瑞聖事手冊的手稿，凡提及這個日子的，都把這個星期三稱為 *In capite jejunii*，即是齋戒的開始。但是，出於尊重聖國瑞所訂定的禮儀形式，教會並沒有在日課經書中為這四天作出任何重大改變。只在週六的晚禱中開始四旬期禮儀，遵守五旬期的禮規 …

甚至早在九世紀初，七旬期禮規已不說亞肋路亞 (*The Alleluia*)及光榮頌 (*Gloria*)。而在十一世紀下半葉，教宗歷山二世頒布各地都要在七旬期的第一個晚禱開始時遵守這項規定。

因此，目前這禮儀年中的重要時段是經多次改變後演變成教會的循環。在一千多年前已存在；雖然事實上，從七旬期到復活節，只有六十三天而不是七十天，但正如我們之前提及過的，*Septuagesima* (七十) 也表達了和 *Quadragesima* (四十) 的數字關係。這亦代表了部分與七十這數字有關的深邃的奧秘。聖奧斯定談及兩個時段：復活節前，代表我們在塵世寄居的時間；而復活節後，則代表永生。教會常說及這兩個時段與巴比倫和耶路撒冷這兩個地方相對應。因巴比倫人被俘達七十年，教會根據所有著名的禮儀學者對這奧秘的說法，稱這段時間為七旬期 (*Septuagesima*) …

聖教會提醒我們在這期間，我們是塵世的寄居者；我們是在巴比倫的流放者和俘虜，它圖謀摧毀我們。教會希望我們反思困擾著我們的危險，這些危險其實是來自我們自己和世上的受造物。在一年之中的其他時間，教會喜歡我們頌唱天國之音，即甘飴的亞肋路亞，但現在我們處於巴比倫之中，所以要我們緊閉雙唇不可歡呼。

七旬期 (*Septuagesima*) 最重要的特點，是在復活節到來前，完全暫停歡呼亞肋路亞，直至快樂日子的來臨，即當我們與耶穌基督同死、同埋後，與祂一同復活進入新生命的日子。或許，我們不能盡善地表達這情感，但教會希望她的子女能感受得到；我們要充分表達所有的觀點和感受，莫過於引用十一世紀著名聖人沙特爾的聖伊沃 (*St. Yvo of Chartres*) 在七旬期開始時意義深長的訓話：「聖保祿宗徒說：『因為我們知道，直到如今，一切受造之物都一同嘆息，同受產痛；不但是萬物，就是連我們這已蒙受聖神初果的，也在自己心中嘆息，等待着義子期望的實現，即我們肉身的救贖。』」(羅 8:22-23)。

這裏說的受造之物是我們的靈魂，已從罪惡的衰敗中重生，直至肖似天主：因看到自己受制於自己的虛無，便在內心呻吟，就像一個正受產痛的婦人，被進入天國焦急的渴望所吞噬，可是天國仍然很遙遠 … 因此，在這些日子裏，我們必須更加懇切和認真地實行在一年裏所有節慶中都會做的，就是：我們必須要為我們的國度哀慟和歎息，因沉溺於罪惡而被放逐；我們必須加倍努力，以內疚和痛哭去重獲天主的恩寵… 讓我們不要成為像那些沒有知覺的病者一樣，感覺不到自身的病痛，也不尋求治療。我們對一位不相信自己處於危險中的病者感到失望。就讓我們奔向我們的救主，祂是永恆救恩的醫生，給祂看我們的傷口，用盡我們的所有誠意向祂呼求：『上主，我的體力衰弱，求你憐恤我』(詠 6:3) 祂便會寬赦我們的罪過，治愈我們的軟弱，賜予我們更好的東西遠超過我們的所求的。」

## 慕道之旅

Annette Kwok

一個初春的星期六早上，懷着期待及喜悅的心情回到加殉堂集合。今天(3月7日)是慕道者甄選禮前退省活動。慕道班一行數十人，由歐建明神父帶領前往米遜(Mission)的聖若瑟聖堂及基督君王神學院(Christ the King –Westminster Abbey)進行神修活動及參觀。感謝歐神父在百忙中也與我們同行。

經過個多小時車程後，我們到達了第一個目的地-聖若瑟聖堂。我們暫且放下城市人被佔據着內心的煩囂，欣賞周邊清幽恬靜的環境，準備好平靜的心念，去聆聽神父的分享和講道。藉着祈禱，我們好好反思個人日常的觀念、感受、行為及日常表現，並思考怎樣令這些日常事情表現出正面、積極和快樂的一面。我相信人的力量非常渺小，所以我們需要一種強而有力的支持。從多年的佛教徒生活，到了今天要決定追尋主耶穌的聖言及往昔的足跡。在那裡我找到了主的真理及道路。上主的力量真大，祂令我感受到內心的實在及喜樂。記起慕道班其中一位同學說，自從跟隨了主，他的人生增添了很多開心快樂，此事真的很奇妙。

反省是「認識自己」的秘訣。若我們能抬起頭來承認自己的錯誤，雖然錯了，但自己也能從中得益。因為若是承認了所犯的每一樁錯事，繼而努力去更改糾正過來，這已經是一件可貴的經驗了。完成了半天的反思後，我們再到卑詩省唯一的天主教神學院參觀。它座落在一個小山崗上，佔地十分廣闊。據歐神父說，從前此處曾經牧養牛羣，修士們每天都喝着新鮮美味的牛奶，令我回憶起童年時，香港大嶼山的神學院同樣亦開設了一個牧場，每天向市民提供新鮮的十字牌鮮奶。每天早上，我都待在家門前，等候著送牛奶的哥哥前來。在神修學院內，除了修士及學生們，一般平信徒亦可在此處進行避靜和靈修。在這處遠離市區，綠草如茵的修院靜修，相信可增進不少上主的智慧，因而使靈性生活受益及得着更多。

總括這次甄選禮前退省活動，確是一次很好的「信仰體會」之旅。這一天，我得着數個「第一次」的體會。我第一次在旅遊巴士上，參與由神父及修女們帶領的玫瑰經和慈悲串經，大家都熱誠地誦唸着經文，而不是聽着導遊說說頗爛的笑話，或被迫聽着其他團友「五音不全」地大唱流行歌曲。此外，我第一次參觀修道院；第一次和我的代母兼好友開心地分享上主對我的慈愛、包容及我對上主的體會。願上主每天與我同在。願藉着上主每天的聖言灌溉，讓我內心那顆主耶穌賜予的種籽茁壯成長，由此讓世界加添一點點人間溫暖和美善。

感謝天主的恩寵，令我們平安順利地完成一天的神聖之旅。



## 朝聖之旅

Annette Kwok

有一位神學家曾說這句話：「聖經使我們接觸到一個生活的天主」，所以閱讀聖經成了我每天的習慣，亦成了我生活的一部份。

經過三年疫情後，當歐神父宣佈將會再帶領教友們到聖地朝聖，我立即決定報名參加。2022年9月27日，這期待的日子終於來臨了！我們堂區一行四十多人踏上以色列朝聖之旅，尋找耶穌的足跡。

踏足聖地，沿路上團友發揮了基督互助互愛的精神，對一些行動不太方便的弟兄姊妹，真的感受到彼此同屬主內的大家庭，實在令人窩心！以色列是地球上非常細小的國家。進入耶路撒冷，無論在舊城區或新城區，面前到處都是市集店鋪，還有熙來攘往的朝聖人羣及當地的居民，好一個繁忙熱鬧的地域。耶路撒冷到處都蘊藏着豐富的歷史及遺跡。在夜闌人靜之際，我們第一站走訪敬拜了耶穌十四處苦路，周圍的環境充滿了寧靜的氣氛，有助我們投入默想當中：耶穌當時滿身傷痕，自己獨自背負沉重的十字架，最後奉獻了自己的寶血及生命，為世人贖罪。祂的犧牲是何等偉大！



在行程中，歐神父帶領我們參觀了很多不同的聖堂，而每次在聖堂內皆舉行彌撒，那份感覺非常親切，令我們感到時刻都有主的臨在。在旅程中，我們到過約旦河耶穌受洗處、白冷耶穌誕生地、耶穌顯聖容的山上、五餅二魚奇蹟所在地等等。到訪每處，聖經裏一幅一幅的畫面重現眼前，然而感覺是「這麼近、那麼遠」，二千多年前耶穌出現之處，今天竟然可以親身看到及用手觸摸到，感覺是如此實在。

仰賴天主滿滿的恩寵及歐神父悉心仔細的計劃和安排，全程得以順利地、平安地完成。說實話，經過朝聖之旅，我在靈性上的轉化、成長及提升，這是我意想不到的收穫。

感謝天主！願光榮歸於父、及子及聖神，起初如何，今日亦然，直到永遠。亞孟。

2020年3月，當加殉堂慕道朋友正準備在復活節前夕禮儀接受領洗聖事，卑詩省宣佈執行衛生指令，禁止所有宗教聚會及活動的舉行。那些渴望領洗的朋友們只能等到八月中纔在人數限制放寬至五十人的情況下圓了「受洗歸於基督」的夢。其後一年的慕道班，只能大部份時間透過網課，學習及認識聖經及天主教信仰。

在這三年間，新冠肺炎全球肆虐，整個人類社會翻天覆地，每人的生活大大的受到影響。可能我們會問：「天主，祢在那裏？」在疫情高峰時，我不斷收到壞消息：

在家鄉愛爾蘭因患上新冠肺炎而返回天主會的修女亦直接或間接因染疫而離世；一延誤了運輸，以及所有運動項目因抗疫措施兩位朋友承接了酒樓食肆生意，但大部份失去了原先的工作，只依靠政府的補助金變，真是來過措手不及！

三年多了，我們看來是漫漫長路，再加不到明朗的前景。在一次祈禱中，腦海在母親的懷抱中，感到份外安全。他/她的視線只集中在母親慈愛的面容上。但當母親把嬰孩放回牀上，他/她的目光遠離了母親，立時感到惶恐不安，立時哭啼不止。這情景使我反省到我們也像嬰孩一樣，當上主稍在我們視線範圍外時，我們便惶恐不安！其實，天主並沒有遠離我們，而問題是我們也像嬰孩般的短視！

信仰使我們基督的信徒看到「烏雲背後有豔陽」。年青時有一首非常喜愛的英語民歌，歌名：“Both Sides Now”。其中一段是這樣描述的：

“But old friends are acting strange, they shake their hands, they say I’ve changed. But something’s lost but something’s gained. In living everyday, I’ve looked at life from both sides now. From give and take And still somehow - It’s life illusions I recall; I really don’t know life at all.”

「但現在故友神情各異都搖頭歎息說我不像從前有所失，亦有所得我真正在生活。現今我看到了人生的兩面有得，亦有失但實在不過是人生的幻影我何曾認識人生！」

一對戀人認識了九年，經過這麼多年的愛情長跑，很高興地計劃在2020年夏天在聖堂舉行婚禮，晚宴亦訂了心悅的場地。最終婚禮如期舉行，但只限50位嘉賓出席，而晚宴取消了，因場地已變作荒艙醫院。問問新娘心情怎樣？她說婚姻是夫婦的盟約，能夠在聖堂舉行婚禮，得到天主的祝福便足夠了，其他都是次要的。這是令人深思的回應！

「烏雲背後有豔陽」，疫情使我學懂運用媒體與遠方的親友聯繫溝通，並組織了多場與舊同學、同事、學生…在網上聚會，參加了數不清的網上神修反省和講座，研經班，而太太亦參加了網上運動班…這些都是疫情下意想不到的收穫。

天主任何時候也是與我們同行，對我們不離不棄。在今天，人們為着種種原因，不是忙這便是忙那。我們很難有空靜下來，欣賞一下大自然的美景，彩雲的變幻，而實在很少人真正懂得花些時間欣賞造物主的傑作。

依撒意亞先知書 43:4：「你在眼中是寶貴的、是貴重的，我愛慕你！」

願我們認識和接近那位造生、愛惜和護佑我們的天主。慕道班可以幫助我們尋找上主的足跡，投奔祂慈愛的懷中！

(2022年6月天主教開放日分享稿)



息：我在香港聖母軍神師余理謙(Fr. Harry)家；在Montreal, 數位聖母無原罪傳教女修位朋友剛在疫情前開設運動用品店，因疫情施而停止，致使店鋪營運面對困境。此外，時間只靠做外賣支撐着。還有很多很多朋友度日。對大部份人來說，這突如其來的轉

上俄烏戰爭，物價高漲，似乎在生活上看見浮現了一個景象：一個初生嬰兒，依偎

## Current Project Advance Updates

Over the last few years, the Parish Council, Finance Council and the Maintenance Committee and I have been working on various projects for the good of our parish and above all, for the Glory of God. Our parishioners have been extraordinary generous and faithful in their Mission to support the Church's needs and salvation of souls.

During the pandemic, we have focused so much on how to continue to bring the Gospels and the Eucharist to the People of God, and to men of goodwill. While it is right to focus much of energy on the spiritual care of souls, I feel like we lost three years of making strides in all the physical projects that we have fundraised. Compounded with inflation and lack of materials, we constantly have to adjust and go back to the drawing board.

Everyone knows that we have issues with the sound system at various areas of the Church, especially at the dead spots at the back corners of the Church. Our sound system was built right above the altar. Those who sit in the front pews have no problem hearing. Unfortunately, those who sit at the back may not hear well. Also, when parts are broken, we were having a hard time finding a replacement. Before the pandemic, we were going ahead with changing the sound system. We even managed to obtain three (3) quotes from various companies, so that we can petition the Archbishop for his approval to spend the necessary money. Then the pandemic hit. Everything stopped! Without congregation in the pews, it will be hard to adjust sounds system. In any case, people stopped working. Then parts stopped coming. Now our sound consultant told us that prices are up 80% and the waiting period is 6-8 months due to shortage of professional labours. We need to get another 3 quotes to satisfy the Archdiocesan requirements. It was difficult 3 years ago, and now it is even more difficult now.

About the Air Conditioning units, when we started the Project Advance fundraising in 2018, many people were murmuring that we did not need any cooling units. Many voices said that it was a waste of precious donations, until some people started fainting in the Church. The scorching summers over the last few years and the wearing of face masks at Church increase the cry for air conditioning units. While I do feel the heat with wearing full vestments and clerical attire at Mass, parishioners were complaining about why we did not turn on the air conditioner. I looked at them and told them somewhat exhausted: "I wish I could!" Somehow people think that I was trying to save money for the Church, while ignoring their well-being. I am sorry to say that we don't have air conditioning. The fact that we have been fundraising for it may have given the wrong impression. Again, we are running the same difficulties of getting companies willing to give us quotes due to the labour shortage. Compared to many new buildings, our project of around \$300,000 is rather insignificant. Our current heating system is not capable of transforming to an air conditioning unit. We have to build another structure to accommodate a new set of air conditioning units. Also, there is an interface problem with having 2 separate airflow systems: Heating and Cooling systems. Imagine the air conditioning unit turned on because of the summer heat, but then the heating unit thought this was too cold. Simultaneously, both systems are turned on! Of course, to satisfy the Archdiocesan requirements, we need 3 quotes from companies who are unwilling to submit anything.

As a priest, it is my call to help men to get in touch with God by nurturing them with the milk of the Sacraments and gifts of the Church sacramentals, so that men may find salvation in Jesus Christ and His Holy Gospels. In particular, as the Pastor of Canadian Martyrs Parish, it is my duty to guide our faithful to look forward to Eternal Glory when we shall join our Martyrs and Saints in the Kingdom of God, despite the trials of life. In a visible way, I have been trying to encourage our parishioners to donate toward decorating the wall of the sanctuary with the Canadian Martyrs Mosaic. Hopefully, we can raise more funds through the Project Advance this year to top up to \$300,000. If we get them from Europe, it will be very expensive.

At the same time, with the fund raised, I hope to put up beautiful stained glass at the two large windows behind the baptismal font with the "Baptism of the Lord" and the statues of the Sacred Heart of Jesus and Mary with the "Wedding of Cana". By baptism, the gate of our heaven opens to us to receive the Sacrifice of Jesus. Supernatural gifts of Faith, Hope and Love are infused into our souls, so that we may have an opportunity to join the eternal wedding of the saints in heaven.

Quite often, we became so practical that we forgot that we are nourished by the Sacraments. Since the Son of

God incarnated as a Man with body and spirit, so Catholic spiritual worship responds with physically present. We hear the proclamation of the Word of God and are often aided by authentic liturgical music. We taste the Divine Life by receiving the Body of Christ. We touch the actual sanctuary of the Church mingled with the holy water. We smell the fragrance of the incense which is burned as sacrifice to signify that our prayer united with Christ is rising up to God. We see the nobility of the sacred images, statues, stained glass, and sacred objects and vestments, so as to draw us closer to the God who seeks to be in Union with His sons and daughters. That's why Catholics in their conscience cannot miss Holy Mass on Sunday, except for "serious" health reasons. Nor can we satisfy our Sunday obligation by watching Mass online or on TV. As Jesus told us that "unless you eat the flesh of the Son of Man and drink his blood, you do not have life within you." (John 6:53)

From the bank interest gathered from the Discipleship Fund which was funded through Project Advance, we are now able to invite scholars and speakers to help us to grow in faith. We have Fr. Placid Wong, OFM, who was the director of Studium Biblicum Franciscanum in Hong Kong to give us Biblical lectures in Cantonese and Mandarin on the Jewish anticipation of the Messiah from the end of June and beginning of July. We are hoping that Fr. Kang who is studying in Rome will come in the Fall to help our Mandarin speaking parishioners. I am arranging with Bishop Stephen Lee of Macau to give an Advent retreat or next year Lenten retreat. Currently, I am in contact with Fr. David Beaumont, from American Capuchin Missionary to give us either an Advent or Lenten retreat in English. When things are arranged, I hope you can all bring your family and friends to grow in Spirit and Truth.

There are other on-going maintenance projects, such as, arranging electrical curtain or shutter to cover the current upper stained glass on the North, West, and south part of the Church, as well as the large windows in the hall. In the deep freeze of last few winters, we are having difficulty maintaining acceptable heat in the hall and in the classrooms. Despite the challenges with the City Hall requirements, I am still hoping that we can have an Adoration Chapel for parishioners making time to grow deeper in love with Jesus in the Eucharist, and to make sacrifice for the reparations for the sins of men.

So many things to carry forward, but so little time. Let us entrust our future in the hands of the Blessed Virgin Mary who is always nourishing and interceding for the children of God. And to those who had donated through Project Advance, thank you for your generosity. May we start to see some of the fruits that you have so kindly donated.

<b>Project Advance 教區擴展計劃</b>						
	Archdiocese 總教區	Maintenance Fund 維修基金	Discipleship Fund (Interest is used to subsidize spiritual activities) 使徒靈修 基金 (利息用以資助 神修活動)	Canadian Martyrs Statue / Mosaic 主保聖人 馬賽克 鑲嵌圖案	Sound System & AV Tech Fund 音響系統 和影音科技 基金	Church Air Conditioning 聖堂 空調工程
2015	44,000	44,000	50,000	11,206	n/a	n/a
2016	44,000	50,000	30,000	24,000	n/a	n/a
2017	44,000	50,000	24,000	50,989	n/a	n/a
2018	48,000	n/a	20,000	19,868	50,000	40,000
2019	48,000	20,000	20,000	21,889	40,000	20,000
2020	24,000	30,000	20,000	20,000	25,000	n/a
2021	24,000	n/a	10,000	44,000	n/a	50,000
2022	43,800	12,000	n/a	42,210	70,000	60,000
2023		n/a	26,000	66,000	n/a	94,000
<b>Total 總額</b>		<b>206,000</b>	<b>200,000</b>	<b>300,162</b>	<b>185,000</b>	<b>264,000</b>



## 教區擴展計劃近况

在過往幾年，堂區議會、財務委員會、維修委員會和我一直為本堂區進行多項工程，目的為堂區的益處，而最主要是為光榮天主。我們的教友非常慷慨，忠於支持教會的需要和靈魂的救贖使命。

在疫情期間，我們非常關注如何繼續將福音和聖體帶給天主的子民和善良的人。雖然專注於照顧靈魂和靈性是正確的，但我覺得我們失去了三年時間去進行已籌款的維修項目。再加上通貨膨脹和物資短缺，我們不斷地需要調整和重新開始籌劃。

大家都知道，聖堂的音響系統在不同區域都存在問題，尤其是在教堂後方的死角位。我們的擴音器設在祭台正上方，坐在前排的教友都可清晰聽到，但坐在後排的教友卻可能聽不清楚。此外，當零件損壞時，我們很難找到替換。在疫情前，我們正計劃更換音響系統，我們甚至已經從不同公司獲得了三個報價，以便向總主教匯報，而獲得他的贊同必要的開支。但疫情開始，一切都停了下來！沒有信眾聚在聖堂裡，就很難去調整音響系統。總之，人們停止了工作，零件供應也停止了。現在，我們的音響顧問告訴我們，價格上漲了80%，因為專業技師短缺，等待期為6-8個月。我們需要再次取得三個報價，以滿足總教區的要求。三年前已經很困難了，現在就更加困難。

關於冷氣裝置，當我們在2018年開始教區擴展計劃籌集捐款時，許多人都覺得不需要任何冷氣裝置。許多聲音都認為這是浪費了寶貴的捐款，直到有些人在聖堂內暈倒。在過去幾年中，炎熱的夏季和在聖堂內戴口罩的規定增加了對冷氣裝置的需求。當我在彌撒中穿著全套祭衣和神文服裝時，我確實感受到了熱氣，而教友們卻抱怨為什麼我們不開冷氣。我看著他們，無奈地告訴他們：「我真希望我能開啟冷氣！」不知何故，有些人認為我試圖為堂區省錢，而忽略了他們的健康。我只好抱歉地說，聖堂沒有冷氣裝置。我們一直的籌款可能會給人們錯誤的印象。再次，我們面臨著同樣困難而找不到願意給我們報價的公司，這是因為勞動力短缺所導致的。相對於許多新的建築，我們大約需30萬元的項目對於這些公司是微不足道。我們現有的暖氣系統無法加上冷氣裝置。我們必須建造另一個結構來容納一套新的冷氣裝置。此外，由於同時兩個獨立的空調系統（暖氣和冷氣系統）存在同一空間，如冷氣裝置開啟時，暖氣系統會認為太冷而開動，這樣兩個系統就會同時運行！當然，為了滿足總教區的要求，我們仍需要從不願意提交報價單的公司中獲取三個不同的報價單。

身為一名神父，我的召叫是透過聖事和教會敬禮的恩賜來培育人們，使他們與天主建立聯繫，以便人們能在耶穌基督和祂的福音中找到救恩。尤其作為加拿大殉道聖人天主堂的主任司鐸，即使生命中充滿試煉，我的責任是引導信徒期待永恆的榮耀，與殉道者和聖人一起進入天主的國度。很明顯地，我一直在鼓勵教友去捐款用作加拿大殉道聖人馬賽克圖案來裝飾聖堂的牆壁。希望今年通過教區擴展計劃能夠籌集足夠資金，達到30萬元的目標。如從歐洲獲取這些馬賽克圖案裝飾，是非常昂貴的。

同時，通過籌集的資金，我希望在聖洗池和耶穌及聖母像後面的大玻璃安裝美麗的彩繪玻璃，分別展現「耶穌受洗」和「加納婚宴」。透過聖洗，天堂的門為我們打開，讓我們接受耶穌的犧牲。信、望、愛三德這超性的禮物被灌注到我們的靈魂中，因此讓我們有機會參與天堂聖人的永恆婚禮。很多時我們往往變得太實際，以至於忘記了聖事的滋養。由於天主子化成為有肉身和靈魂的人臨在世上，所以天主教的靈修禮儀也要親身參與。我們常常在真正的聖樂的引領下聆聽天主的聖言。我們領受基督的聖體而得到神聖的生命。我們接觸到教會的聖所，交融著聖水。我們嗅到燃點著的乳香如祭獻，象徵著我們的祈禱與基督結合並上升

到天主面前。我們看到高尚的聖像、雕像、彩繪玻璃和聖器等神聖物品和祭衣，從而拉近我們走向天主及作為天主兒女與祂的聯繫。這就是為什麼在良知上，除非有「嚴重」的健康原因，天主教徒不能不參加主日彌撒。我們也不能通過在網上或電視上觀看彌撒來滿足當守主日的義務。因為耶穌告訴我們：「你們若不吃人子的肉，不喝他的血，在你們內，便沒有生命。」（若望福音 6:53）

從教區擴展計劃籌集的使徒靈修基金的銀行利息中，我們現在能夠邀請學者和演講者來助我們的神修。我們邀請了前香港思高聖經學會院長方濟會黃國華神父，於六月底和七月初，用廣東話和普通話為我們講解猶太人對默西亞的期盼。我們期望在秋季，正在羅馬學習的康神父可以來幫助我們的普通話教友。我正在安排澳門的李斌生主教來主持將臨期或明年的四旬期退省。目前，我也正聯絡來自美國卡普欽修會(American Capuchin Missionary)的 David Beaumont 神父，希望他在將臨期或明年的四旬期為我們用英語主持退省。當一切安排妥當後，我希望你們能帶同家人和朋友一起來參與這些有助真理和靈性上成長的活動。

還有其他正在進行的維修項目，例如，在聖堂北面、西面和南面上方的現有彩繪玻璃上以及禮堂的大窗戶，安裝電動窗簾或百葉窗。過去幾個冬天的嚴寒中，在禮堂和課室中維持合適的溫度變得困難。儘管市政府的要求帶來了挑戰，但我仍希望能為教友們建立一個朝拜聖體小堂，讓他們有多些時間朝拜聖體與耶穌建立更深厚的關係，為人的罪孽作補贖。

還有很多的事情要繼續跟進，但時間卻如此有限。讓我們把未來託付給聖母瑪利亞的手中，她總是滋養並為天主的子女代禱。感謝那些通過教區擴展計劃捐獻的教友的慷慨支持。願我們能開始看到你的慷慨捐獻所作的一些成果。

<b>Project Advance 教區擴展計劃</b>						
	<b>Archdiocese 總教區</b>	<b>Maintenance Fund 維修基金</b>	<b>Discipleship Fund (Interest is used to subsidize spiritual activities) 使徒靈修 基金 (利息用以資助 神修活動)</b>	<b>Canadian Martyrs Statue / Mosaic 主保聖人 馬賽克 鑲嵌圖案</b>	<b>Sound System &amp; AV Tech Fund 音響系統 和影音科技 基金</b>	<b>Church Air Conditioning 聖堂 空調工程</b>
2015	44,000	44,000	50,000	11,206	n/a	n/a
2016	44,000	50,000	30,000	24,000	n/a	n/a
2017	44,000	50,000	24,000	50,989	n/a	n/a
2018	48,000	n/a	20,000	19,868	50,000	40,000
2019	48,000	20,000	20,000	21,889	40,000	20,000
2020	24,000	30,000	20,000	20,000	25,000	n/a
2021	24,000	n/a	10,000	44,000	n/a	50,000
2022	43,800	12,000	n/a	42,210	70,000	60,000
2023		n/a	26,000	66,000	n/a	94,000
<b>Total 總額</b>		<b>206,000</b>	<b>200,000</b>	<b>300,162</b>	<b>185,000</b>	<b>264,000</b>

學習如何去看懂聖經是終生的功課；首先，聖經是富啟示性的，但天主的啟示是通過人類歷史去進行，所以由舊約到新約，我們可以看到聖經本身有歷史因素、文化因素，文學因素，而且最重要的她是神學的反省。我們必須接受聖經的文學體裁，然後從故事或記載的事件去看聖經作者要傳達的信息是什麼？在啟示的歷史的過程中，人對天主的了解是循序漸進的，也有自己歷史、文化的投射，一直到新約耶穌的到來，祂才清楚的向我們啟示父，但我們的了解仍然是有限，所以要靠聖神在教會內的帶領。

舊約描寫的天使就是天主的使者，最令人深刻的是天使守樂團，顯示給亞巴郎羅特（創 3、18）等，請查看聖經詞典 192，為什麼要有天使呢？這是因為神、人是有距離的，只有梅瑟才能面見天主，但不要忘了梅瑟是耶穌的預像，所以天使，天主的使者就要傳達天主的信息，許多次天使報喜，也報警告，這不是顯示天主慈悲，打破神人的距離嗎？



直到新約才講到犯罪的天使：「天主既然沒有寬免犯罪的天使，把他們投入了地獄，囚在幽暗的深坑，拘留到審判之時」（伯後 2:4）及「以後，天上就發生了戰爭：彌額爾和他的天使一同與那龍交戰，那龍也和牠的使者一起應戰，於是那大龍被摔了下來，牠就是那遠古的蛇，號稱魔鬼或撒旦的。那欺騙了全世界的，被摔到地上，牠的使者也同牠一起被摔了下來」（默 12:7-9）要知道，默示錄及伯後的寫作背景都是教會面對迫害，而撒旦也是默示文學體裁的特色之一。我認為伯後和默示錄的作者對邪惡有著深刻的反省，那就是堅決反對天主的勢力，無論多大，甚至如犯罪的天使一樣，最終都會被天主制服的。我們聽故事，不要光著眼枝節而放過了中心信息啊！

人應該對自己的行為負責嗎？

對於這個問題，出谷紀及申命紀有不同的傳統：「凡惱恨我的，我要追討他們的罪，從父親直到兒子，甚至三代四代的子孫。凡愛慕我和遵守我誡命的，我要對他們施仁慈，直到他們的千代子孫」（出 20:6）、「不可為兒子的罪處死父親，亦不可為父親的罪處死兒子：每人應為自己的罪被處死刑」（申 24:16），到了厄則克耳先知書 18:2-3:「在以色列地區內，你們有這樣流行的俗話說：『祖先吃了酸葡萄，而子孫的牙酸倒』這話有什麼意思？我指著我的生命起誓——吾主上主的斷語——在以色列決不能再容許這俗話流行」；「誰犯罪，誰就該喪亡；兒子不承擔父親的罪過，父親不承擔兒子的罪過；義人的正義歸於義人自己，惡人的邪惡也歸於惡人自己」（則 18:20）。

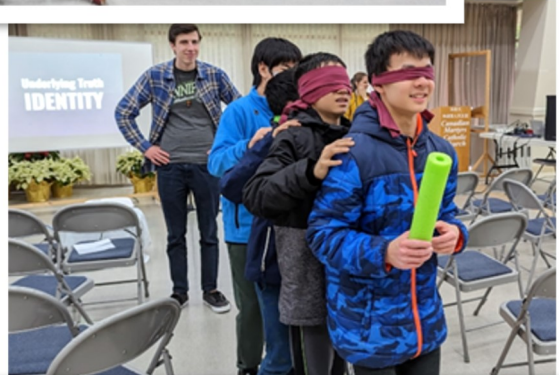


為什麼有兩個傳統？因為從天主的啟示及猶太民族的反省，明白人要承擔罪過，因為承擔也就是悔改，但為什麼有另一傳統？例如天主寬恕達味殺烏黎雅，但卻說刀劍不離他的家（後人），那是因為聖經作者明白罪的氛圍是很大的，一個人做錯會影響後人、團體、社會。大家如果想對舊約多些了解，可以看深入淺出的書籍，例如「呵氣如蘭 - 舊約聖經研讀及反省，塔冷通有售。

## 2nd Rite of Scrutiny 候洗者考核禮



## NET Retreat 2023 NET 青年退省 2023



在世界上每種宗教的教義大致來說，都是殊途同歸的，都是導人向善，叫人去愛自己的鄰人，去實踐內心的愛德。

大家可有注意到天主教、基督教、佛教、伊斯蘭教等等，在香港及世界各地的默默耕耘呢！他們對我們的貢獻是人所共知的；但是，司鐸、主教或其他牧師等並不擁有這些機構或建築物的，這些建築物能建立，這些機構能為人服務，全賴有宗教信仰的家庭和普通工人的功勞。

這些宗教家庭捐獻金錢去建造教堂、學校、醫院等等，這些家庭叫他們的兒女們去滿全宗教上的責任，並實踐內心的愛德。據我所知，在香港有一些傳教士每天除了去上班外，還要去幫助一些人重獲新生，例如：替流浪者洗澡，剪髮，找工作，煮飯等。這些吃力不討好的工作，是需要極大的愛心和勇氣，你可有想過去做呢？當然，亦有一些教徒只懂得讚頌主，整天往聖堂去，成為「聖經駝鳥」，可惜是這些人因為太注重公式化而忘了實際的行動。

現在，就讓我們以正確的態度去看「神」。

### 我們要否定那高高在上，操縱一切，有求必應的神

我們不能要求天主像傳說中的黃大仙一樣有求必應，比方農人求雨，而郊遊人士卻要天晴，你說神應該怎樣呢？

伊朗和伊拉克打仗，大家都以神的名義作戰，神究竟應該支持那一方面才對呢？

有三百人想進一間名校，但學額卻只有三十個，假使每人都為此而求天主，祂該多難做呢？難怪勞倫斯說：「太多人向天主求這樣求那樣，天主要罷工了。」

### 我們要否定那偏心的神

有人看見別人遭殃，而自己卻倖免於難，便認為天主特別保佑自己，炮火連天時，聖堂或醫院沒有給炸彈摧毀，便又感謝天主保佑。不錯，我們時常都應感謝天主，但如果以為天主只愛我們而不愛別人，那就不對了。

### 我們要否定那小器的神

有人會這樣想：「天主給了我們多少，我們便要回報多少；如果我們犯罪，天主便會發怒，要懲罰我們。」要是天主真的是這樣斤斤計較的話，祂的氣量就未免過於狹隘了。這樣的神，我們要加以否定。

### 我們要否定那否定人性的神

有些人比較內向，被動，多年來一直沒有交上親密的異性朋友，就以為天主的意旨是叫自己去修道，這可能也是推卸責任，不成熟的表現；亦有人在考慮修道時這樣想：「我究竟應該選擇天主或選擇婚姻呢？」或許他們以為：選擇婚姻只是滿全自我的行徑，而選擇天主便要把感情完全交給天主，一點也不留給他人；實際上這種想法是錯誤的。事實上，愛天主跟愛人並不是水火不相容的，選擇修道，並不等於要放棄對人的愛。剛好相反，修道的真諦，在於以不佔有的方式，以更自由的態度，去愛更多人；所以，對於那否定人性的神，我們要放棄。無神論的大哲學家尼采說過：

「我並非真的否定神，只不過人們心中的神實在太不像神，所以才要宣佈神的死亡。」他這話實在很有道理。

最後，宗教信仰與生活是否真的扯不上關係？筆者肯定的答：「不」，因為其關係密切得不可止於「心」，或只是「手和腳」，而是整個人——生命。

反之，問題的焦點應是：如何實踐使命，令你的生命活得更有意義。因為如果我們對什麼都不積極，不願改變自己，也不嘗試改造社會，而把現狀解釋為神的安排的話，那是不成熟的表現。推而廣之，我們除了要糾正自己對神的錯誤觀念外，還要弄清楚「神聖」的意義，不要把「神聖」跟「神奇」或「神怪」等量齊觀。



筆者與熙篤會神師莊宗澤神父合照

## 學習「詠春拳」的感受和得著

Henry



我是從香港移民過來,偶爾在教堂看到聯誼活動簡介,我對其中一項非常有興趣,這就是「詠春國術班」,我對詠春認識不多,都是從電影裏知道,也曾經到過佛山葉問紀念館了解。心中有一個疑問:葉問身材不算魁梧,但大眾都覺得他功夫了得,我想這套拳一定有過人之處。隨即打電話去教堂,參加詠春國術班。

入到活動室就見到杜師傅(Tennyson),他是 UBC 大學退休員工,也是教友,他在 90 年代藉著一位好朋友介紹跟隨人稱講手王的黃淳樑師傅學習詠春。他是黃淳樑詠春拳學會加拿大導師。但是他的基本功來自 1970 至 1995 年跟隨香港空手道剛柔會以全日本空手道公開自由搏擊冠軍名震日本的高橋戒先生練習。曾經是剛柔會教練也有參與公開比賽。

因為 CMCC 的規定是嚴禁自由搏擊,所以也禁止詠春擲手或過手練習,不過,我們練習時卻充滿時代色彩,可以應用在日常生活。這是和我們的師傅有很多關係。

師傅介紹了這班的目的及內容,我們幾位徒弟也逐一介紹自己。師傅提醒練習時要互相學習,互相信任,安全第一。然後我們就開始祈禱,希望拳術能幫助我們修心強身。

師傅介紹了這班的目的及內容,我們幾位徒弟也逐一介紹自己。師傅提醒練習時要互相學習,互相信任,安全第一。然後我們就開始祈禱,希望拳術能幫助我們修心強身。

師傅介紹了這班的目的及內容,我們幾位徒弟也逐一介紹自己。師傅提醒練習時要互相學習,互相信任,安全第一。然後我們就開始祈禱,希望拳術能幫助我們修心強身。

跟著師傅就教我們第一套拳「小念頭」。師傅說,練習詠春拳術,小念頭最為重要,觀念正確,日後就算有偏差也容易改正。練熟小念頭就已經成功一半。

小念頭意思為念頭正,終生正。全套拳由開馬「二字拈羊馬」起,至全套完結,除手部動作外,全身都不動。我們必須保持頭要正,身要正,馬要正。除了練習手部動作標準位置之外,亦練習樁馬穩定,腿部和手部肌肉伸展運動,增強手腕與膊膊關節的活動範圍。

這套拳其中一個要點是「中線理論」,手部的活動不需要多,只要保持於中線,就可做到可防可攻。師傅特別提出我們要保持全身放鬆,保持中線和馬要穩。原來只要用正確的姿勢就有很大的力量,完全把力學的理論發揮得淋漓盡致,以柔制剛,借力打力,這也解答了我的疑問「為什麼葉問師傅對比他高大的對手時可以取勝」。

學習已經四個月了,我覺得學習詠春有以下好處:

- (1) 修身: 師傅時常提醒我們動作要慢,要想想為何要做這個動作。在香港時,生活節奏快及緊張,練習時可以專注做動作,對我來說是一種放鬆。學習詠春也是一種個人修煉,套拳背後的是武術精神及思想。
- (2) 鍛鍊身體: 除了在課堂時學習及練習,師傅也叮囑我們在家要練習,增強技術及體能。
- (3) 培養專注力及耐性: 除了練習時要專注,學習詠春也要有耐性,需要不斷重複及改進,動作才會完美,才可以發揮這套拳的最大功效。

除此之外,我亦認識到其他學員如 Jerry 及 William,與他們一起練習及交談,獲益良多。

如果大家有興趣參加,可致電堂區辦事處 **604-272-5563** 查詢。我建議大家可以參加一至兩次,看看是否適合你。希望有機會認識大家,一同練習!



學習「小念頭」拳法



練習攤手動作



練習枕手動作



練習拍手動作

時間	地點
逢星期四, 上午11:00 至 中午12:30	加拿大殉道聖人天主堂 (CMCC) 活動室

※※ 歡迎 CMCC 堂區各興趣活動小組參加者踴躍分享心得 ※※

Parish Group		堂區善會	
1 Knights of Columbus 哥倫布騎士會	Every 1st Monday	7:30-9:30 pm	Tony Leung 604-760-0669
2 CWL - Canadian Martyrs Parish Council 公教婦女會	每月第二週一	7:30-9:30 pm	Teresa Kwok 778-251-3505
CWL - Our Lady Queen of Parish Council	Every 2nd Tuesday	7:00-9:00 pm	Mil Ong 604-644-0954
3 Legion of Mary 聖母軍			
English Legion (英)	Every Saturday	10:00am-12:00pm	Gloria Demafelix 604-273-7781
English Junior Legion (英)	Every Wednesday	5:30-6:30 pm	Mary Waung 778-321-0618
Cantonese Legion (粵)	每週六	10:15am-12:00pm	Stella Lau 778-388-4577
Mandarin Legion (國)	每週六	3:00-5:00 pm	Mary Waung 778-321-0618
4 Choir Groups 歌詠團			
Rejoice Choir 歡欣歌詠團 (粵)	每週六	2:45-3:45 pm	Grace Lee 604-760-7583
Praises' Choir 佳音歌詠團 (國)	每週六	4:00-7:00 pm	Eddy Ho 604-649-0698
Angels' Choir 天使聖詠團 (粵)	每主日	7:30-11:00 am	Eddie Chan 778-869-3238
St. Mary's Choir 聖瑪利歌詠團 (粵)	每主日	9:00am-12:45pm	Patrick Ho 778-889-4808
Youth Choir 青年歌詠團	每月第二及三週五	7:30-9:30 pm	Mary Yuen 604-352-1681
Children and Young Adults Choir 兒童青年歌詠團	每月第二及四主日	9:00-9:50 am	Patricia Wu 778-996-7017
Family Choir (英)			Mikey Jose 778-866-5097
5 English Prayer Groups (英)	Every 2nd & 4th Saturday	7:00-9:30 pm	Froline Ocariza 604-244-0297
6 Encounter of the Word 邂逅聖言團體			Grace Lee 604-760-7583
7 Eucharistic Apostles of Divine Mercy			
慈悲天主宗禱會 (粵)	每月第一週五 (敬禮)	7:15-7:45 pm	Paula Mooney 604-842-8518
English (英)	Every 2nd Friday	6:00-7:00 pm	Elizabeth Wong 604-773-9852
8 Infant Jesus Prayer Group (英)	Every 1st Monday	7:00-7:30 pm	Robert O'Kane 604-274-7995
9 Bible In Action 聖言動力 (粵)	每月第一週一	7:30-9:00 pm	Anthony Lam 604-725-3883
10 國語主領會 (國)	每週六	2:00-4:00 pm	Joseph Lu 778-928-3578

Parish Ministry		堂區服務	
1 Liturgy of the Word with Children 兒童聖道禮儀			
English (英)	Every Sunday	11:45am-12:30pm	Sr. Elisa Grignoli 604-274-4218
Cantonese (粵)	每主日	10:00-10:45 am	Sr. Elisa Grignoli 604-274-4218
2 Altar Servers 輔祭會			
Cantonese (粵)	每週六	4:00-5:00 pm	Fr. Richard Au 604-272-5563
Cantonese (粵)	每主日	8:15-9:15 am	Fr. Richard Au 604-272-5563
Cantonese (粵)	每主日	10:00-11:15 am	Fr. Richard Au 604-272-5563
Mandarin (國)	每週六	5:30-6:30 pm	Fr. Richard Au 604-272-5563
English (英)	Every Sunday	11:45am-12:45pm	Fr. Richard Au 604-272-5563
3 Youth Ministry 青年牧民			
Cantonese (粵)	Every 3rd Saturday	5:15-7:00 pm	Apries Chau 778-881-3381
English - CMYPC (英)	Every 2nd & 4th Saturday	7:00-9:30 pm	Sr. Elisa Grignoli 604-274-4218
4 Extraordinary Minister of Holy Communion 非常務送聖體員	During Saturday & Sunday Mass		Fr. Henry Yeung 604-272-5563
5 Lectors 讀經員	During Saturday & Sunday Mass		Brenda Tso 778-325-5687
6 Bereavement Group 善別會			Candy Hui 604-512-9878



**REMEDIOS & COMPANY**  
Lawyers  
李东尼律師事務所  
Vancouver Richmond Surrey  
溫哥華 列治文 素里

Offering Legal Services: 提供的法律服務:  
 Wills & Estates 遺囑和遺產  
 Real Estate 房地產  
 Immigration 移民事務  
 Corporate & Small Business 公司, 股份生意買賣  
 Family 家庭事務  
 Litigation 訴訟

Call Peggy at 604-688-9337  
 Email: [info@remedios.lawyer](mailto:info@remedios.lawyer)  
 Website: [www.remedios.lawyer](http://www.remedios.lawyer)

**Advertising space available**  
**廣告位招租**

Please contact office for details  
 詳情請聯絡堂區辦事處



**Open the door to your financial future.**



**Eric Liu**  
 555 W 12th Avenue  
 Suite 116  
 Vancouver, BC V5Z 3X7  
 604-323-1700

edwardjones.ca  
**Edward Jones**

5771 Granville Avenue,  
 Richmond, B.C., V7C 1E8  
 Phone/電話: 604-272-5563  
 Fax/傳真: 604-272-5564

Parish Priests 堂區司鐸  
 Rev. Richard Au (Pastor)  
 歐健明神父 (主任司鐸)  
 Rev. Henry Yeung (Parochial Vicar)  
 楊永明神父 (副主任司鐸)

Parish Assistants 堂區助理  
 Canossian Sisters 嘉諾撒修女  
 604-274-4218

Website: <http://cmartyrs.rcav.org>  
 Email: [cmartyrs@rcav.org](mailto:cmartyrs@rcav.org)

Parish Rectory 司鐸宿舍  
 5680 Garrison Road, Richmond,  
 B.C., V7C 2M2  
 Parish Office Hours

堂區辦事處辦工時間  
 Monday to Friday  
 9:00am to 1:00pm  
 2:00pm to 5:00pm  
 星期一至五  
 9:00am - 1:00pm  
 2:00pm - 5:00pm

Published by  
 Canadian Martyrs Catholic Church



**Sunday Mass 主日彌撒**

Saturday 週六 4:00 pm (Cantonese 粵語)  
 5:30 pm (Mandarin 國語)  
 Sunday 週日 8:15 am (Cantonese 粵語)  
 10:00am (Cantonese 粵語)  
 11:45 am (English 英語)

**Weekday Mass 平日彌撒**

Mon. to Fri. 週一至週五 8:30am (English 英語)  
 Saturday 週六 9:30am (English 英語)



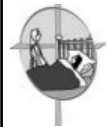
**Sacrament of Reconciliation 修和聖事**

Saturday 週六 9:00 - 9:25 am, 3:15 - 3:45 pm  
 5:00 - 5:25 pm (Mandarin 國語)



For Infant Baptism & Marriage, please call parish office.

如欲查詢嬰兒聖洗及婚配聖事; 請致電堂區辦事處。



**Parish Chaplaincy & Community Services 醫院探訪**

If you would like our pastor to visit you and need to receive sacraments, please contact parish office.

如入列治文醫院, 請通知本堂你的入院日期, 以便安排個別探訪。



**Catechism 道理班 September to June 九月至六月**

1. Children's Catechism (PREP) Every Wednesday 7:00 - 8:15 pm
  2. 成人慕道班 (粵) (Cantonese) 逢週二 9:30 - 11:00 am or 7:00 - 9:00 pm
  3. 成人慕道班 (國) (Mandarin) 逢週六 3:30 - 5:30 pm
  4. RCIA (English) Every Thursday 7:00 - 8:30 pm
- 聯絡人 Co-ordinator: PREP Rayda Jalandoon 778-297-0133  
 成人慕道班 Paul Lee 604-644-0977

**Parish Service 堂區服務組**

- |                                  |             |              |
|----------------------------------|-------------|--------------|
| 1. Chinese Class 中文互動學習班         | Apries Chau | 778-881-3381 |
| 2. PCA 堂區聯誼活動                    | Lena Chen   | 604-272-5563 |
| 3. Video Club for Evangelization | Angus Lee   | 778-998-2432 |

**Co-ordinator 聯絡人**

**教宗 2023 年祈禱及福傳意向**

**三月**

**為受虐者**

為被教會之成員所傷害的人祈禱, 願他們能在教會內為其痛苦和折磨找到具體的回應。

**四月**

**為和平與非暴力文化**

願藉著減少國家與人民對武器的使用, 而推廣和平與非暴力文化。

**Papal Prayer Intentions for 2023**

**March**

**For victims of abuse**

We pray for those who have suffered harm from members of the Church; may they find within the Church herself a concrete response to their pain and suffering.

**April**

**For a culture of peace and non-violence**

We pray for the spread of peace and non-violence, by decreasing the use of weapons by States and citizens.