



聖神天主堂

Sheng Shen (Holy Spirit) Parish

1187 Rue Michael Street North, Ottawa, Ontario K1J 7T2
Tel: (613) 747-2080 Fax: (613) 747-6115
Web: ottawachinesecatholic.org



2020年5月份堂區通訊



Priest Moderator
梁增仁神父 Rev. Stephen Liang stliang@rogers.com

Deacon Pastoral Coordinator
范浩泉執事 Deacon Peter Fan peter@fan.com

Administration Team
羅靜如 Angelina Lo angelina.cy.lo@gmail.com
莫淑蘭 Suk Lan Mok
黃庭光 Bosco T.K. Wong
司徒惠良 Fred Szeto frederick.szeto@gmail.com
周陳淑芬 Cecilia Chow cecechow@gmail.com
蔡蕾 Cai Lei ease4.0123@gmail.com

Editorial Team
范浩泉執事 Deacon Peter Fan
羅靜如 Angelina Lo
陳志華 Louis Chan
周陳淑芬 Cecilia Chow

成人慕道 Rite of Christians Initiation of Adults (RCIA)
(粵語, 國語, 英語) 星期日上午十時半 Sunday 10:30am

青少年活動 Children/Youth Activities
星期日上午十時半 Sunday 10:30am

兒童禮儀 Children Liturgy
星期日上午十一時半 Sunday 11:30am

堂區辦公時間 Parish Office Hours
星期二至五早上十時至中午十二時
Tue-Fri 10:00am-12:00pm

惠捐支票抬頭 Please make all cheques payable to:
"Sheng Shen Chinese Catholic Community"

Weekday Mass
/ Liturgy of the Word
All liturgies in English & Chinese
Tuesday-Friday 12:00 p.m.
Saturday 01:00 p.m.

Sunday Mass
Sunday 11:30 a.m.

In addition:
Third Sunday of the month:
9:30 a.m. (English)



平日感恩祭
星期二至星期五中午十二時正
星期六下午一時正

主日感恩祭
星期日早上十一時半
另加: 每月第三星期日
早上九時半 (英語)



聖神天主堂
Sheng Shen (Holy Spirit) Parish
1187 Rue Michael Street North,
Ottawa, Ontario K1J 7T2
Tel: (613) 747-2080

教宗方濟各五月份祈禱意向

Pope Francis's Prayer of Intention for March 2020

總意向: 為執事們祈禱

我們祈望忠誠為福傳和貧困者服務的執事們能成為整個聖教會活躍動力的象徵。

Universal: For Deacons

We pray that deacons, faithful in their service to the Word and the poor, may be an invigorating symbol for the entire Church.



為新冠狀肺炎病毒疫情祈禱文

創造的主，求祢派遣聖神，

啟發人們研發針對新冠狀肺炎病毒的醫治方法和疫苗。

讓魔鬼憎恨人類的計劃，無法得逞。

讓眾生看到祢的大能和慈悲，光榮祢，讚美祢。

因為祢是永恆的造物主，永生永王。阿們。



PASTOR'S MESSAGE

梁增仁神父 Rev. Fr. Stephen Liang M.D. Priest Moderator

May 3rd, 2020 4th Sunday of Easter

"...the shepherd calls his own sheep by name and leads them out...
"I am the gate. Whoever enters through me will be saved, and will come in and go out and find pasture... I came so that they might have life and have it more abundantly."

John 10: 1-10

Life lessons from COVID-19

In the most difficult challenges of our lives — COVID-19 included — Christ the Good Shepherd speaks amid the turmoil and fear. If we listen with open hearts, we can hear Christ speaking in those small acts of kindness, forgiveness and justice that eventually get us beyond those obstacles. In today's Gospel, Jesus calls himself the "gate," the entry way, for us to God, the passage through which we step the perfect holiness of God. May we learn the lessons of compassion and justice that these demanding days are teaching us, resolving to bring our new appreciation of the humanity we share into every Easter season to come.

五月三日 復活期第四主日

「。。。牧人按名字呼喚自己的羊，並引領他們出來。。。我就是門，誰若經過我進來，必得安全；可以進，可以出，可以找到草場。。。我來，卻是為叫他們獲得生命，且獲得更豐富的生命。」
聖若望福音 10:1-10

新型冠狀疫情中的人生一課

在困難時期，在疫症蔓延，在恐懼和天翻地覆的困境中，我們的善牧基督給我們啟示、訓諭。如果我們開張心目，我們會在一些看來微小的善行、原宥、和正義中聽到基督的話語。這些主的話語帶我們走出困境。

在今天的福音中，耶穌稱自己為門，通往天主，直達至聖天主的不二途徑。

願我們在這困難的日子裏學習正義和仁愛的寶貴一課。從此確認每個復活時節都是我們全人類共存共榮的契機。

為響應環保及節省印刷開支，堂區現用電郵發放每月的通訊。教友如欲索閱印製的堂區通訊，可向堂區辦事處聯絡。

To be environmentally friendly and to minimize our printing cost, our parish will distribute the monthly bulletin electronically from now on. Parishioners wishing to get the hard copy bulletin should approach the Parish Office.

所有聖事禮儀的諮詢，特別是殯葬，結婚或嬰孩洗禮等禮儀，首先要直接與梁增仁神父或范浩泉執事聯絡及會面後才可訂定舉行日期。會面時，自會解釋禮儀程序及其他資料。

All Sacramental requests, especially funeral, wedding and infant baptism, must first book an appointment with Fr. Stephen Liang or Deacon Peter Fan before any decision be made on the date of the event. They will be briefed about procedures and requirement in the interview with either Fr. Liang or Deacon Fan.

此通訊只刊登堂區主辦的活動及有關資料。內容由行政事務管理決定。

All material that is submitted for publication in the bulletin must be parish-sponsored activities. The publication of such material is at the discretion of the Administration.

堂區現推出“奉獻彌撒咭”給教友選擇以“奉獻彌撒”方式向亡者家人或親友致悼念/為亡者靈魂安息祈禱/感恩用途。此方法與目前奉獻彌撒沒有改變，教友仍舊向堂區辦事處登記日期奉獻彌撒，(每份奉獻彌撒收費\$15.00)，而堂區辦事處會隨後以奉獻彌撒咭通知被奉獻彌撒者及其家人有關日期等事宜。

請各小組協調人及教友注意，每主日堂區報告及奉獻彌撒通知截止時間改為逢星期三中午十二時。

成人慕道 - 普通話與粵語的成人慕道每星期日上午十時三十分在神父宿舍進行。查詢可與范執事聯絡。

截至2020年5月1日

承諾捐款共達

BUY-A-BRICK

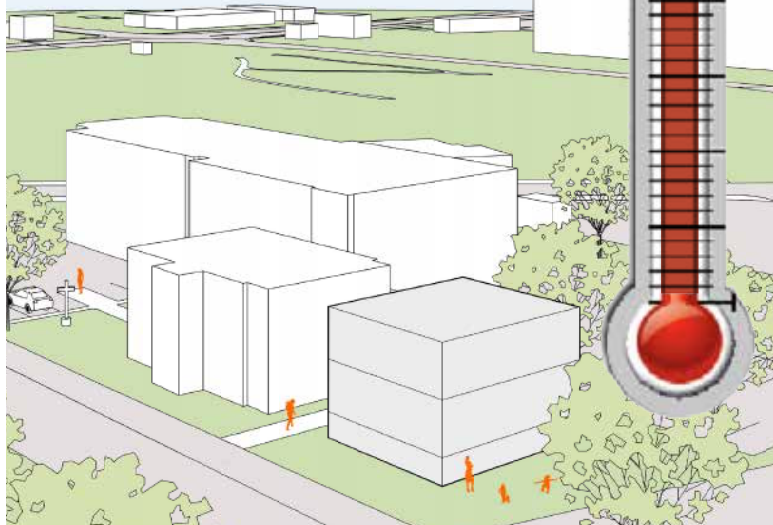
Pledged Fundraising

As at May 1, 2020
donation amounted to

BUY A BRICK PLEDGE

Fundraising

\$252,001.13



聖母月
為疫情
早日
結束
祈禱



www.facebook.com/pages/Sheng-Shen-Catholic-Parish/501505729860726

In Loving Memory of Sam Moy Tjie

深切懷念長者 陳三妹

三妹：請安心上路，
天主會保佑您！
Irene Choi

我敬佩三妹的堅強毅力，
她愛主愛人的熱忱，體弱
後坐著輪椅也返回教堂崇
拜上主，值得我學習效法。
貞姐

忘不了 您高歌一曲「花好月圓」
忘不了 您的歡欣笑靨
忘不了 您的語言天分
更忘不了 您樂觀、正面的做人處事態度
親愛的三妹：請安息吧！願您在天國永享
平安喜樂！
Christina & Peter

Our beloved 三妹 you are
always in my heart and I will
keep the happy memory of
singing together in our church.
Peter Chan

聽到三妹離世的消息，心內難過，更懷
念我們在長青組共同渡過的歡樂時光。
我印象中的三妹是個慈祥堅強，人生經
驗豐富的長者。她的歌聲動聽，不失為長
青組表演的台柱。有時聚會與她麻雀耍
樂，我多時要繳交學費，但卻留下快樂
的回憶。當我的丈夫 Stephen 健康欠佳
時也感激三妹的關心問候。很安慰三妹
兒孫四代同堂，子女孝順，也是天主賜
給她的福分。願她進入天國，永享安福！
Anita Cheung

三妹長者 is always in our memory. My family's
hearts go to your family at this difficult time.
Sunny & Suk lan

Thinking of you with sympathy
and wishing you peace - now and
throughout the days to come. Beyond
words of comfort and caring ... a
gentle wish for peace. God Bless!
Rosa AuYeung

很欣賞三妹平易近人，開朗獨立的個性，好
學不倦的精神；很樂意聽她分享過往的經歷，
語文天份，響亮歌聲，更感恩她與我亡母麻
雀檯上結伴歡渡快樂時光，不論戰果輸贏，
或她錯叫詐糊被罰賠款，她總是笑口常開，
毫不介意，是長者群中的開心果！三妹，我
們懷念你並祝願你魂歸天國，安享永福！
Angelina Lo

In loving memory of my friend
Sam Moy: her smile is forever
in my heart. May she rest in
peace and is now in God's care.
Therese Yuen

遠くにいかがですか
Louis Chan

在回憶中，三妹是一個常常面帶微笑
的老人家，很正能量及樂觀。我從未
見過她發怒，很難得。我特別欣賞她
很陶醉唱她那首飲歌「花好月圓」。
聖神各教友永遠懷念妳。
Joyce Wong

我1997年在日健老人中心已認識陳三妹女士，
她在我腦海中是個和藹，開心，愛說笑，容易
接近的婆婆，跟她在一起時也感受到喜樂。相
信她也經歷過人生的艱苦生活，但只看到她
的臉常常帶著樂觀，開心的笑容。我敬重她，
懷念她，願她安息在主懷中同樂，為她祈禱。
Rosa Hong





The Holy See

LETTER OF HIS HOLINESS POPE FRANCIS
TO THE FAITHFUL FOR THE MONTH OF MAY 2020

Dear Brothers and Sisters,

The month of May is approaching, a time when the People of God express with particular intensity their love and devotion for the Blessed Virgin Mary. It is traditional in this month to pray the Rosary at home within the family. The restrictions of the pandemic have made us come to appreciate all the more this "family" aspect, also from a spiritual point of view.

For this reason, I want to encourage everyone to rediscover the beauty of praying the Rosary at home in the month of May. This can be done either as a group or individually; you can decide according to your own situations, making the most of both opportunities. The key to doing this is always simplicity, and [it is easy also on the internet](#) to find good models of prayers to follow.

I am also providing two prayers to Our Lady that you can recite at the end of the Rosary, and that I myself will pray in the month of May, in spiritual union with all of you. I include them with this letter so that they are available to everyone.

Dear brothers and sisters, contemplating the face of Christ with the heart of Mary our Mother will make us even more united as a spiritual family and will help us overcome this time of trial. I keep all of you in my prayers, especially those suffering most greatly, and I ask you, please, to pray for me. I thank you, and with great affection I send you my blessing.

Rome, Saint John Lateran, 25 April 2020
Feast of Saint Mark the Evangelist

Pope Francis

教宗方濟各

就「2020年5月（聖母月）」致函全體信友

親愛的弟兄姐妹：

五月（聖母月）將臨，這是天主子民格外熱誠向童貞聖母瑪利亞表達孝愛之情的時刻。在這個月裡，我們一直有與家人在家中一起誦念玫瑰經的傳統。疫情下，種種的限制使我們更珍視「家庭」的幅度，也促使我們從靈性的角度去看這個幅度。

因這緣故，我切願鼓勵每個人重新發現五月（聖母月）在家誦念玫瑰經之美。你可以斟酌各自的情況，善用機會，以個人或群組進行。誦念玫瑰經的關鍵常應以「簡單」為準，並且在互聯網也可輕易找到玫瑰經祈禱的範例，易於跟從。

我還提供了兩篇向聖母的禱文，大家可以在玫瑰經結束時誦念。同時，我也會在五月份（聖母月）誦念玫瑰經，俾能在心神上與大家合而為一。我把它們連同這封信放在一起，以便所有人都得以使用。

親愛的弟兄姐妹，以我們母親瑪利亞的心，默觀基督的面貌，會使我們更團結，成為一個屬靈的家庭，也會幫助我們克服這段考驗。我為你們眾人祈禱，尤其為那些受苦至深的人們；也請你們為我祈禱。我感謝大家，並以摯愛之情祝福大家。

發自羅馬聖若望拉特朗大殿
2020年4月25日聖馬爾谷聖史慶日

教宗方濟各

熱烈歡迎候洗者

2020



Grace 譚麗娟



Stephen Ha 夏瑞榮



Ze Feng Wang 王澤楓



天主保佑



Letter of Pope Francis to the faithful for the month of May, 2020 教宗方濟各呼籲信眾在五月聖母月念玫瑰經祈求新冠肺炎病毒早日受控

"We fly to your protection, O Holy Mother of God".

In the present tragic situation, when the whole world is prey to suffering and anxiety, we fly to you, Mother of God and our Mother, and seek refuge under your protection.

Virgin Mary, turn your merciful eyes towards us amid this coronavirus pandemic. Comfort those who are distraught and mourn their loved ones who have died, and at times are buried in a way that grieves them deeply. Be close to those who are concerned for their loved ones who are sick and who, in order to prevent the spread of the disease, cannot be close to them. Fill with hope those who are troubled by the uncertainty of the future and the consequences for the economy and employment.

Mother of God and our Mother, pray for us to God, the Father of mercies, that this great suffering may end and that hope and peace may dawn anew. Plead with your divine Son, as you did at Cana, so that the families of the sick and the victims be comforted, and their hearts be opened to confidence and trust.

Protect those doctors, nurses, health workers and volunteers who are on the frontline of this emergency, and are risking their lives to save others. Support their heroic effort and grant them strength, generosity and continued health.

Be close to those who assist the sick night and day, and to priests who, in their pastoral concern and fidelity to the Gospel, are trying to help and support everyone.

Blessed Virgin, illumine the minds of men and women engaged in scientific research, that they may find effective solutions to overcome this virus.

Support national leaders, that with wisdom, solicitude and generosity they may come to the aid of those lacking the basic necessities of life and may devise social and economic solutions inspired by farsightedness and solidarity.

Mary Most Holy, stir our consciences, so that the enormous funds invested in developing and stockpiling arms will instead be spent on promoting effective research on how to prevent similar tragedies from occurring in the future.

Beloved Mother, help us realize that we are all members of one great family and to recognize the bond that unites us, so that, in a spirit of fraternity and solidarity, we can help to alleviate countless situations of poverty and need. Make us strong in faith, persevering in service, constant in prayer.

Mary, Consolation of the afflicted, embrace all your children in distress and pray that God will stretch out his all-powerful hand and free us from this terrible pandemic, so that life can serenely resume its normal course.

To you, who shine on our journey as a sign of salvation and hope, do we entrust ourselves, O Clement, O Loving, O Sweet Virgin Mary. Amen.

天主聖母，我們投奔到妳的保護

天主聖母，我們的母親，我們正受疫情侵蝕，全球飽受痛苦和焦慮。我們投奔於妳，並尋求藏身於妳的保護之下。

童貞瑪利亞，請轉目憐視處於疫症下的我們。

請安慰那些悲痛哀悼的人，因為他們痛失所愛的親友；況且有時，埋葬的安排，亦加深了哀悼者的悲痛。

請陪伴那些因所愛的人病了而憂心忡忡，卻又因防範疫症傳播而不能陪伴染病親友的人。

為那些憂慮前景不穩、經濟和就業困難的人，請給予他們希望。

天主聖母，我們的母親，請為我們向天主——仁慈的聖父祈求，使能結束這場巨大的苦難，重現希望與平安的曙光。

請向妳的聖子懇求吧！正如妳在加納所做的，使病人和亡者的家人得到安慰，開解他們的心靈，使能重獲信心和依靠。

請保護前線醫護人員和義工；他們正冒著生命危險去救助別人。請支援他們英勇的努力，給予他們力量、無私的精神和健康的體魄。

請陪伴日夜照顧病人的人士。也請陪伴善盡牧職的司鐸；他們忠於福音，盡力幫助和支援眾人。

至聖童貞，請光照科研人士的智慧，使他們找出有效的解決辦法，去克勝這病毒。

請支援各國領導人，以智慧、關心和慷慨的精神，去援助那些缺乏生存基本需要的人，並以遠大的眼光，及休戚與共的態度，制定社會和經濟上的解決辦法。

聖母瑪利亞，請激發我們的良知，把發展和囤積武器的投資，改為用於提昇有效的研究，去避免同樣的悲劇，將來再度發生。

可愛之母，請幫助我們明白，我們都是一個大家庭的成員，並承認我們是連成一體的，好使我們在友愛和團結的精神下，能夠彼此幫助，減輕無數貧窮和匱乏人士的困境。請加強我們的信心，堅忍服務，恆心祈禱。

瑪利亞，憂苦者的安慰，請擁抱妳受苦的眾子女，並祈求天主伸出他大能的手，從這恐怖的疫症中，解救我們，好使生命能安穩地重回正軌。

童貞瑪利亞，妳是寬仁的、慈悲的、甘飴的，我們把自己託付於妳；妳在我們生命的旅途中閃耀發光，一如救恩和希望的標記。亞孟。

生命恩泉四旬期“心田的農夫” 網上避靜的反思

在四旬期中，我們每天晚上都期望聆聽“心田的農夫”的播放節目。主持人動聽語氣、廣播節目內容充實、切題，引用聖言章句深入淺出，表達格式及背景音樂流暢清新；尤其結尾之每日禱告，綜合了整體的中心思想，以聖三光榮經作總結。真是一個給我們的完善的晚課！

在這數十節的播出，我謹寫出第三十六日的聖母領報的一節是給我不可忘懷的訓誨：

聖母對天主賜給她的任務作出的是毫無保留的應允。她給我們一個完美的榜樣。而天主也給我們一個指示：不論天主給我們的見証及福傳使命是何等艱難，但只要我們堅持自己，全心全意接受和盡力做去，天主一定會扶佑我們走向成功。

曾兆祺、曾古媽珊 謹書



1

Great News and a blessing for Sheng Shen Parish

Archbishop Terrence Prendergast S.J. has given permission and authorization to extend Fr. Stephen Liang's tensure as Parochial Administrator of Immaculate Heart of Mary Parish and as Priest Moderator of Sheng Shen Parish.

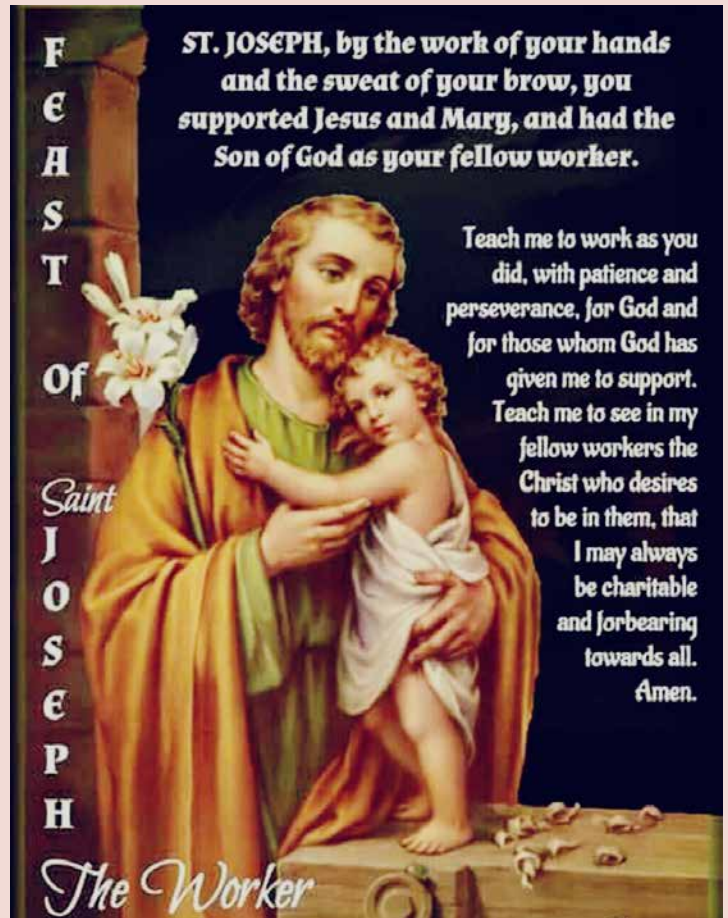
喜訊

渥太華總主教Prendergast S.J. 已繼續委任梁增仁神父為聖神天主堂(及聖母無原罪聖心堂)司鐸。

2

Feast of St. Joseph the Worker 聖若瑟勞工瞻禮 1/5

普世教會奉聖若瑟為總主保和家庭、勞工、臨終者及公義的捍衛者。他是一個堅持不渝，忠心耿耿，貫徹天主命令，寬厚配合天主的恩寵，沉著作聖母的淨配和耶穌在世的父親，操作木匠工作照顧保護他們。他為人穩健，當仁不讓，他一生的彪炳德表，備極敬仰。聖若瑟，求你保守天下勞工，特別眷顧那些被壓迫接受不公平工酬者，失業者，尋找工作者，及保衛家庭效法聖家的和諧共融。



3

On the Divine Mercy Sunday April 19 2020

Dear brothers and sisters,

Since the year 2000, the Second Sunday of Easter, which features “Doubting Thomas” (our “twin”), is known also as Divine Mercy Sunday. From Good Friday to this coming Sunday afternoon at 3 o’clock, the “Hour of Mercy,” many millions around the world are taking part in a Novena, begging God’s mercy on the whole world, so apt in this time of COVID-19.

The inspiration for the Divine Mercy comes from revelations made to St. Faustina Kowalska in mystical visions from Jesus. Throughout history, there have been devotional developments that had as their goal to share with believers God’s merciful love for all his people. When love grows cold, God intervenes to remind us of his compassion and mercy.

The Divine Mercy devotion focuses on Jesus with the figure of a full-length standing Jesus, with one arm raised, and two dramatic streams of light, one red and one white, issuing from his heart. We find it today in countless churches and homes. The Divine Mercy image, with the phrase “Jesus I Trust in You” often written at its base, is a consolation to many, especially in light of the Corona Virus restrictions.

What a grace it is that so many believers will pause at three o’clock in the afternoon and pray the Divine Mercy chaplet, simply repeating those rich words on their rosary beads: “For the sake of his sorrowful passion/Have mercy on us and on the whole world!” God’s merciful love may be said to have begun with Thomas and his fellow Apostles. And it reaches to us at this difficult time of the worldwide pandemic.

Many people making the Divine Mercy Novena do so to obtain for themselves or someone deceased the Plenary Indulgence that the Church offers. The usual conditions for this spiritual benefit are detachment from all sin, celebrating the Sacrament of Reconciliation and reception of Holy Communion during the Novena or within 20 days of its closure, and prayers for the Holy Father’s Intentions.

Given the extraordinary conditions we are facing and the impossibility for most of confession or receiving Holy Communion, I am extending the time for these until 20 days following the removal of the restrictions now in place to protect the health of all, particularly our vulnerable and elderly.

God bless you.



自2000年，每年復活節後第二個主日教會定為慈悲主日，信眾在下午三點鐘誦念慈悲耶穌串經時祈求主的憐憫，正適用於現今新型冠狀肺炎疫症的爆發時期。串經中的句語“因祂所受的至卑慘苦難，求你垂憐我們及普世”及完結前的那句“耶穌，我信賴你”正顯示了我們所渴求基督的憐愛，並能帶給信眾不少慰藉。

耶穌曾對傳天娜修女說：『妳要把靈魂帶到我慈悲的泉源內，使他們在此獲取力量和他們所需要的一切恩寵，以應付生活中的困難，特別是在臨終的時刻。每天妳要把不同的靈魂投進我慈悲的汪洋中，我會把他們帶到我父的家...妳每天也要從我的悲慘苦難獲取力量，為這些靈魂祈求天父。』

通常信眾誦念 慈悲耶穌九日祈求禱文後，悔罪辦告解，領聖體及行克己善功是可為已或亡者獲罪的大赦。但鑑於現在正施行新型冠狀肺炎疫症隔離政策，渥太華總主教准許以上的條件延至解限後的二十天內完成。

Terrence Prendergast 渥太華總主教

The Holy Father, Pope Francis, announced the official canonical amalgamation of the Archdiocese of Ottawa and the Diocese of Alexandria-Cornwall into one ecclesiastical circumscription, creating the new Archdiocese of Ottawa-Cornwall. The decree takes effect on May 6, 2020.

The Holy Father also announced that Archbishop Terrence Prendergast will become the first Archbishop of the newly created archdiocese.

His Excellency the Most Rev. Marcel Damphousse, currently Bishop of Sault Ste. Marie, has been appointed as Coadjutor Archbishop of the Archdiocese of Ottawa-Cornwall.

His Excellency the Most Rev. Guy Desrochers, C.Ss.R., currently auxiliary bishop of Alexandria-Cornwall, has been named Bishop for the Diocese of Pembroke.

教宗方濟各宣佈合併渥太華教區與 Alexandria-Cornwall 教區成為 Ottawa-Cornwall 教區，二零二零年五月六日即時生效。同時，委任 Archbishop Terrence Prendergast 為新成立的 Alexandria-Cornwall 教區的第一位總主教，Rev. Marcel Damphousse 為渥太華候任主教，並在過渡期和 Prendergast 主教共同協商教務；Rev. Guy Desrochers, C.Ss.R. 轉任 Pembroke 教區的主教。

在保持社交距離中，神靈上的親近

聖 周五，基督受難紀念，我藉著在堂區辦公室處理公務之便，**聖** 在聖堂拜苦路。

感覺非常特別。沒有團體內的朋友一起對經頌唱，總覺得缺少了一些東西。但是回想普世的實際情況，其實我並不孤單。我知道在這時刻，在世界每一角落，主內的兄弟姊妹都在拜苦路和誦讀耶穌受難始末，默唸禱文。

正如在人生旅途上我們各自獨行，但並非孤單。我們倚靠基督為我們引路的光，向真理的窄門緩緩依祂的指引前行。

在人生路上，在疫癘中，我們獨處，但記掛著朋友家人，特別是志同道合，信仰真理，大隱隱於市，隱於始終如一信念的旅伴，默默前行。這也不就是我們日夜期盼和上主相處的空間嗎？

范浩泉



2020年的四旬期，《生命恩泉》作了一個新嘗試——透過網上平台舉辦了首次網上避靜：「[心田的農夫](#)」。避靜的目的是藉著每天反思撒種的比喻，讓聖言在大家心中扎根，使我們更接近、更肖似主耶穌基督。自推出「心田的農夫」以來，來自世界各地的積極迴響實在使我們團隊始料不及。推出只有短短數天已有幾千人報了名，在四十天完結時更有超過一萬名參加者，當中甚至有基督教朋友。

以下是部份參加者的分享：

「謝謝你們精心設計與安排，已經很久沒有做如此深入的反省，讓我很清楚地了解自己內心深處對信仰的渴望與付諸實行的程度，像剝洋蔥一樣的解釋著內心深處對信仰的態度，使我更明白天主對我的計畫，與了解天主對人的愛與帶領！」

「非常有啟發性，節奏亦恰到好處。非常感謝40天精微的導引，讓我感受到一份來自天主的暖意，亦相信這份暖意會延綿不斷！謝謝！」

我們的團隊把「心田的農夫」超乎意料的成功歸功於天主的帶領和照顧。參加者的熱烈迴響反映著各地的華人天主教徒對中文的靈修內容有著極大的渴求，尤其在這段全世界都被迫在家中隔離、無法參加彌撒及禮儀的日子裡，每天十分鐘的錄音（國、粵、英語）以及文字（繁、簡、英文）的反思材料，為大家帶來極大的慰藉。藉著網頁或特設[臉書群組](#)，參加者能分享得著，能夠與其他農夫們一起耕種、一起同行，支撐著大家一起堅持完成四十天的旅程。

復活節過後，我們邀請「心田農夫」每天讀一章《宗徒大事錄》，與聖神建立親密的關係，以準備迎接2020年5月31日來臨的五旬節。為回應眾多農夫們的需求，我們決定每天以電郵發放有關當日讀經的資料，也歡迎各位加入讀經，詳情請瀏覽：[Pentecost.FLL.cc](#)

最後，在這段在家中隔離的日子，我們都為因疫症而喪失的生命而惋惜，除了懇切祈禱外，我們可以作什麼呢？為回應主耶穌召叫我們要為最弱小的弟兄姊妹服務，《生命恩泉》現正推動一個項目，籌集資金購買個人防護裝備(PPE)，供給大多倫多地區前線醫護人員及有需要的院舍及社區。充足的 PPE 是阻止及減緩新型冠狀病毒蔓延的關鍵。每個生命都是寶貴的，而我們都有能力出一分力去改變現狀。天主渴望透過你和我去工作！我們越早能籌得款項，就能越快把更多的 PPE 送往醫護機構，盡快令更多生命得到保障。請到我們的網站 <https://charity.FLL.cc>，立即行動，並把這訊息廣傳！



宗教與肥皂

神 父與肥皂製作者同行。肥皂製造商滔滔不絕地說話，神父卻一直在聽。肥皂製造商對神父說：請告訴我，宗教有什麼好？您的講道對人何益？聖經有什麼用？

人活在世上盡是苦難，有人偷竊、有人相互殘殺、有人彼此怨恨。

天主教已兩千多年，不斷講道、聖經也兩千多年，卻沒有使一切更美好。人還是一樣，

他們仍然在爭奪、偷竊、殺害、仇恨...

神父沒說什麼，他只是聆聽。過了一會兒，他們路過一個地方，這裡有好多小孩在泥漿中玩耍。

神父就向肥皂製造商說：您說肥皂可使人乾淨？我不相信。

您看這些小孩，他們多髒啊！肥皂有什麼好？

肥皂已經存在幾千年了，可是，即使世上到處都有肥皂，這些小孩卻還是被泥漿所弄髒！

肥皂製造商就說：神父呀！除非人把肥皂拿來用，否則它發揮不了功能。「您答對了！」神父說：肥皂本身無法使人乾淨，除非人拿來使用才行。這和聖經的道理是相同的，聖經沒辦法改變人，除非人們把經上的道理生活出來。

態度改變，習慣跟著改變；習慣改變，性格跟著改變；性格改變，人生跟著改變。

自我反省：

敬拜：不是彎下身體，而是放下驕傲。

祈禱：不是有口無心，而是真心悔改。

朝拜：不是雙手合併，而是恭敬萬有。

靜觀：不是呆坐不起，而是心中有主。

喜悅：不是顏面和樂，而是心境舒展。

修道：不是摒棄欲望，而是心地無私。

施捨：不是毫無保留，而是以愛分享。

讀經：不僅增長知識，更是踐行智慧。

成聖：不是看見耶穌，而是追隨基督。

疫情期間~感恩不斷

黃翠霞 Rexan

新冠肺炎疫情，來得極急，從正常生活狀態，到家居隔離禁令，中間沒有過渡期。到今天已差不多兩個月時間，這其間，每個人的生活形態，時間表，都有很大的變化。這些改變，不同人會有不同感受，對我而言，這一切的發生都是有原因的。我嘗試明白天主聖意，以下是我的一些正面體驗。

我們一家人已很久沒有同時間住在同一屋簷下，我感恩！我們會一起做飯，一齊用膳，並輪流作飯前祈禱，我感恩！因為大部份人在家工作，少了上班要付出的交通時間，少了廢氣排放，空氣亦清新了，我感恩！因活動範圍受限制，教堂關閉，反而讓我們更珍惜與主相會的時間。我們會定時緊貼網上做彌撒，念玫瑰經，為疫情做耶穌聖心九日敬禮，念慈悲串經，帶來心靈的平安，我感恩！

四月廿一日早上，奶奶在護理安老院安然離世；雖然大家都有心理準備，但當時刻到來時，那份傷痛還是不能避免的。奶奶在此刻回歸天家，或多或少與疫情有關，因禁令原因，我們已有三星期不能探望，她的那份失落與不安，可想而知。不過，天主對奶奶特別關愛，因在她離世前的一星期，護老院破例地讓家人24小時陪伴在側；奶奶的五個子女及兩個孫都能與她有相聚的機會。相信她現在已與天主在一起，永享福樂！我們亦會讓時間沖淡那不捨的情緒，明白我們祇是暫別，叫自己做好在世作為基督的工具，才可與她在天堂再見。我們都非常感恩！

我是個殯葬業從業員，過去二個星期內，我每天都早出晚歸，經歷及處理了幾個死亡個案，包括自己的奶奶。不斷有很多的諮詢及尋求協助，更要在有限的條件下進行殯葬禮儀及下葬。他們都或多或少因這疫症逝世，前幾天更是個確診死亡個案！還記得去年替他辦預置安排時，對方仍能談笑風生.....；我收到通知時還在進行另一家的告別禮！那份衝擊的情緒，祇能隱藏，之後，還要冷靜地與對方的家人接觸，安排.....再加上至親離世，那份無力無奈感不斷擴大，祇好不斷呼求上主給我力量，讓我做好，讓我支持下去！第二天上主便回應了我，並集合更多人替我們祈禱！因在臉書上看到教宗方濟各在聖瑪爾大之家主持清晨彌撒時，念及在這段時期提供殯葬服務的人。教宗說：「讓我們今天一起為殯葬業者祈禱。他們此刻的工作如此沉痛又悲傷，他們在第一線感受到這疫情的痛苦。讓我們一同為他們祈禱。」我再次感恩！

網上(虛擬)彌撒能恆久代替教堂舉行的彌撒嗎?

羅靜如

自 從本年三月二十三日渥太華教區主教 Terrence Prendergast 按照安省醫療衛生部指令，通知所有 Alexandria-Cornwall & Ottawa 教區內教堂，包括提供個人祈禱地方，即時關閉至另行通知為止，並鼓勵信眾們可透過互聯網各類平台參與聖教會在四旬期，聖週，復活節及後的彌撒及其他禮儀。這雖然不能說是完滿的渠道讓教友與團體共融參與禮儀，但總算是非常時期的應變方法。有些教友可能體驗到某程度上的失落感，靈性上似乎欠缺了些什麼；或者另一些教友則會覺得也很方便，既省時省力，安然在家省卻旅程的麻煩。那麼將來教堂解封後，網上的禮儀可替代親臨教堂的參與嗎？

程明聰神父在復活期第二週星期六及復活期第三週星期日的網上(虛擬)彌撒作了這方面的分析，在此與大家分享一下：

- 網上(虛擬)彌撒的參與不是教友與團體實質(實體)的共融體驗與見證基督在十字架上犧牲的贖世工程。
- 相反，實質(實體)彌撒是教友透過團體凝聚一起公開與天主契合，代表已接受洗禮的司祭身份，在祭台上與基督永恆超越時空的犧牲去合一。
- 在靈性上，我們隆重莊嚴追隨耶穌，奉上祭獻，懇求祂的慈悲憐憫，獲得救贖恩寵，擺脫生活上的掙扎與痛苦，同時感受基督的臨在。
- 讓我們明白和珍惜這臨時措施僅是短暫的隔離時刻，正好給我們空間在沉重，擔憂，恐懼的心情下，嘗試尋找/反思人生意義，內心真誠對主的渴望，愛主愛人的回應。你或可開始察覺在這期間做一些平時沒有時間，不經心或不習慣做的事，如為個人/親友/為疫症病患者，臨終者，醫療服務員，有需要行業服務員，政府決策者等等祈禱，參與網上(虛擬)彌撒/拜苦路/朝拜聖體，念玫瑰經，慈悲耶穌禱文，用各種網絡媒體與人問候訴告心聲，代長者購送食物日常生活用品.... 這病毒危機不失為給我們空間去更親密地接近追隨耶穌，解除壓力的打沉，裝備自己在關閉終止後積極作耶穌兵，做福傳工作的酵母。

誠盼疫症能早日結束，教堂的大門重開，我們在隔離解放後把以上漸漸慣常的言行變化為恆常，持久與實質的活動力；重拾及飽嚐與主內兄弟姊妹共融喜悅的相聚。求上主恩賜堅強我們的信德，軟化教導我們，以愛，希望，平安，喜樂傾瀉給人。”

讓我們進一步瞭解參予實質彌撒的過程和意義，便更能體會實質參與個中的重要性：

彌撒是基督徒與天上眾天使及諸聖者共同欽崇贊揚上主的禮儀。彌撒可分以下的程序：

1. 進台禮儀 — 莊重的與基督相遇，接受恩惠
2. 悔罪禮儀 — 承認我們是罪人，請求寬恕，準備與主契合。
3. 聖道禮 — 恭聽讀經/福音及司鐸訓道，從而吸取上主的訊息
4. 信友禱文 — 不只為個人的需要，也為世界，神職人員，家庭團體，病患困苦者及公義祈求
5. 獻禮/領主禮儀 — 奉獻的餅與酒成為基督的身體和血，親臨我們心中，成為我們生命的神糧，滋潤及增強我們的信德。
6. 禮成祝福 — 神父的祝福及派遣教友福傳與服務他人。



禮儀	Liturgy	
黃翠霞	Rexan Wong (Coordinator)	王芬芬 Louisa Wong
李利	Lily Li (Lectors)	陳志彪 Bill Chan
農李美玲	May Nung (Children Liturgy)	馬敘英 Celine Ma
	Louis Wang (Youth Liturgy)	叢英 Catherine Au
王治耀	Altar Server, Youth Liturgy)	歐慧賢 Linda Au
龍桂裳	Shobie Lung (Youth Liturgy)	段安林 Dennis Duan
胡露施	Melissa Wu (Youth Liturgy)	段曹正心 Carol Duan
甘穎夢	Angela Kam (Youth Liturgy)	沈慧珠 Martha Wong
農正心	Lydia Nung (Youth Liturgy)	陳潔華 Jennifer Yeung
Patient	Patient Bahizire (Youth Liturgy)	黎潔儀 Jie Yi Li
李美蘭	Joyce Wong (Eucharistic Ministry)	黃懿德 Christine Wong
黃金霞	Teresa Szeto (Sacrists)	黃振方 James Wong
羅翠貞	Helena Wong (Sacrists)	陳志雲 Bony Chan
溫麗妮	Lai Nai Wan (Sacrists)	楊建華 Jian Hua Yang
江美珍	Connie Kam (Sacrists)	夏景榮 Jimmy Ha
曾兆祺	Leonard Tsang (Sacrists)	陳麗珠 Linda Chan
古嬌珊	Serena Tsang (Sacrists)	莫淑蘭 Suk Lan Mok
曾慧深	Gladys Wong (Sacrists)	黃庭光 Bosco Wong
黃健平	Dicky Wong	陳小喬 Rosa AuYeung
農大鈞	John Nung (Choir A)	劉湘貴 Gloria Kung
陳瑞平	Sunny Chan (Choir B)	葉敬華 Anita Cheung
司徒惠良	Fred Szeto	龍映如 Baylie Lung
黃峰	Wei Huang	甘穎詩 Fiona Kam
孫曉梅	Maria Sun	王澤楓 Ze Feng Wang
		張澤哈 Danny Zhang
		夏瑞榮 Stephen Ha

團體生活	Community Life	
歐慧賢	Linda Au (Coordinator)	方李美娥 Lucille Fong
陳楚儀	Chor Yee Chan	陳利爵 Richard Chan
陳淑芬	Cecilia Chow	陳麗珠 Linda Chan
陳勒秋	Alain Chan	蔡蕾 Lei Cai
陳小喬	Rosa AuYeung	黎潔儀 Jie Yi Li
張小雲	Xaoyun Zhang	李溫麗妮 Lai Nai Wan
李利	Lily Li	段曹正心 Carol Duan
孫曉梅	Maria Sun	陳志彪 Bill Chan
夏藝耘	Diana Xia	農大鈞 John Nung
黃峰	Teresa Wang	農李美玲 May Nung
張貴鳳	Jessica Cheung	陳瑞朝 David Chan
謝夢儀	Juliana Tse	周健明 Gary Chow
葉敬華	Anita Cheung	李美蘭 Joyce Wong
黃振方	James Wong	王芬芬 Louisa Wong
羅翠貞	Helena Wong	陳瑞平 Sunny Chan
夏少仁	David Xia	劉秀英 Christina Fan
陳潔華	Jennifer Yeung	

關愛	Christian Service	
羅靜如	Angelina Lo	王芬芬 Louisa Wong
劉湘貴	Gloria Kung	張愛蓮 Therese Yuen
羅翠貞	Helena Wong	劉秀英 Christina Fan
區兆棟	Raymond Au	黃金霞 Teresa Szeto
李美蘭	Joyce Wong	熊玉桃 Rosa Hong
溫麗妮	Lai Nai Wan	段曹正心 Carol Duan

財務委員會	Finance Council 2020	
梁增仁神父	Fr. Stephen Liang (司鐸統籌 Priest Moderator)	
范浩泉執事	Deacon Peter Fan (牧民統籌 Pastoral Coordinator)	
會員	Members	
黎寶珍	Katie Ng (主席 Chair)	
張彥潔	Agnes Zhang (副主席 Vice-Chair)	
農李美玲	May Nung (秘書 Secretary)	
夏景榮	Jimmy Ha (委員 Member)	
出席	In attendance	
曾兆祺	Leonard Tsang	
鄧鉅振	Thomas Tang (建設 Project Manager)	
羅靜如	Angelina Lo (行政 Administration)	
莫淑蘭	Suk Lan Mok (行政 Administration)	
行政義工小組		
羅靜如	Angelina Lo (Coordinator)	
陳淑芬	Cecilia Chow	
黃庭光	Bosco Wong	
莫淑蘭	Suk Lan Mok	
司徒惠良	Fred Szeto	
蔡蕾	Lei Cai	
甘穎夢	Angela Kam	
馬敘英	Celine Ma	
范浩泉執事	Deacon Peter Fan (牧民統籌 Pastoral Coordinator)	

牧靈議會	Pastoral Council 2020	
梁增仁神父	Fr. Stephen Liang (司鐸統籌 Priest Moderator)	
范浩泉執事	Deacon Peter Fan (牧民統籌 Pastoral Coordinator)	
李利	Lily Li (共同主席)	
陳利爵	Richard Chan (共同主席 Co-Chair)	
黃翠霞	Rexan Wong (禮儀 Liturgy)	
歐慧賢	Linda Au (團體生活 Community Life)	
黎寶珍	Katie Ng (財務委員會代表 Finance Council Representative)	
王治耀	Louis Wang (青年代表 Youth Representatives)	
農正心	Lydia Nung (青年代表 Youth Representatives)	
陳勒秋	Alain Chan (維修 Maintenance)	
羅靜如	Angelina Lo (Administration 行政)	
莫淑蘭	Suk Lan Mok (Administration 行政)	
甘穎夢	Angela Kam (秘書 Secretary)	
信仰培育	Christian Education	
梁增仁神父	Fr. Stephen Liang (司鐸統籌 Priest Moderator)	
范浩泉執事	Deacon Peter Fan (牧民統籌 Pastoral Coordinator)	
羅德偉執事	Deacon Barnard Lodewicus S.J.	
張彥潔	Agnes Zhang	
羅靜如	Angelina Lo	
夏少仁	David Xia	
陳志彪	Bill Chan	



福安福園

未雨綢繆，添安又添福

清明特惠 預置墓地
可享高達 **8折***
現金大抽獎
\$18,888**
歡迎致電或親臨常設
與我們進行一對一諮詢

全新中式墓園「安福園」現已落成。
「安福園」特色：

- 新落成大量室內及室外骨灰龕位供選擇
- 傳統土葬福地、面湖向東、風水特佳
- 設計富有中國色彩，景色秀麗怡人
- 業權永享，無需繳付管理費，一勞永逸
- 交通方便，位於Prince of Wales與Woodroffe Ave. 南端交界，離市中心約20分鐘

一站式方便

一站式「殯儀接待中心」現已開放，方便家人在本墓園舉行殯儀及接待親友。本墓園同一地點提供殯儀、傳統土葬、火化及骨灰龕位等一站式即時或預置服務，方便無比。

祖先也移民

我們已移居到一個環境優美，生活安定的加國社會。這時我們有否想到在他方已故的先人或親屬呢？我們免費提供文件樣本，手續諮詢，請即來電.....

一站式方便

一站式「殯儀接待中心」現已開放，方便家人在本墓園舉行殯儀及接待親友。本墓園同一地點提供殯儀、傳統土葬、火化及骨灰龕位等一站式即時或預置服務，方便無比。

祖先也移民

我們已移居到一個環境優美，生活安定的加國社會。這時我們有否想到在他方已故的先人或親屬呢？我們免費提供文件樣本，手續諮詢，請即來電.....



LINK ON UPDATING PARISH RECORD

www.ottawachinesecatholic.org

在線更新堂區個人/家庭資料紀錄

教友如欲更新在堂區記錄上的個人/家庭資料，請參閱堂區通訊或到堂區網站

www.ottawachinesecatholic.org

作連線更新

<https://goo.gl/pKEV0g>

Parishioners who wish to update their personal registration at the parish office, please use the update link

<https://goo.gl/pKEV0g>

in parish's monthly bulletin or parish's website at →



Capital Funeral Home & Cemetery
by Arbor Memorial

3700 Prince of Wales Drive, Nepean
613-692-3588 • www.capitalmemorial.ca

Arbor Memorial

Rexan Wong / 黃翠霞

24小時中文免費諮詢服務

613-808 9829

rwong@arbormemorial.com



聖神神恩九日 敬禮禱文
Novena Prayer for Pentecost

今年五月三十一日是聖神降臨日(五旬節), 同時是我們堂區的主保瞻禮。大家可在五月廿二日開始誦念聖神神恩九日敬禮禱文, 祈求聖神保守堂區各家庭平安和諧, 並帶領我們團體的發展與互相愛護支持。

Hong Kong Style Chinese Restaurant

808 Somerset St. W., Ottawa, Ontario K1R 6R5
 (613) 563-2432
 www.cafeorient.ca
 Business hours: Thurs to Tues 11 a.m. to 9:00 p.m. Closed on Wed

Palais Imperial
太上皇大酒樓
 高級粵菜

名廚主理 精美點心
 各式小菜 天天茶市
 壽喜宴席 歡迎訂設

311-313 DALHOUSIE STREET, OTTAWA
 TEL: (613) 789-6888

YANGTZE DINING LOUNGE
揚子江酒家

Specializing in Cantonese Cuisine
 Licenced Under L.L.B.O.

700 Somerset St. W.
 Ottawa, Ontario K1R 6P6

For Reservations
 (613) 236-0555

Private Dining Room Available (80 persons)

SOMERSET DRUGS INC. 康寧藥房
PharmaChoice *Advice for Life*

708-A Somerset St W,
 Ottawa, Ontario K1R 6P6

CHEN XING ZHOU, PHARM.D.
 Pharmacist

周晨星, 藥學博士 t. 613-234-7011
 藥劑師 f. 613-234-7026

somersetdrugs708@gmail.com

RBC Royal Bank
RBC 皇家銀行

黎寶珍
 房屋貸款經理
 Senior Mortgage Specialist

專業房屋貸款建議
 隨時隨地照顧您的所需
Need mortgage financing?
Look no further.
Let me make it happen.

Cell: 613 799 8266
 Email: katie.ng@rbc.com

Custom handmade cards
 手製各類心意賀咭

Cecilia Chow
 613-325-1958
 cecechow@gmail.com

(形象, 顏色或個人
 訊息的設計, 可按
 顧客需要而配合)

Custom 3D cards for
 all occasions
 Special request images & colors
 Custom personal messages

魔法分子冰淇淋

Magic Molecule
 217 Bank Street Ottawa ON K2P 1W9
 Tel.: 613-695-8877