

本月份彌撒禮儀

禮儀由來

5月2日: 復活期第三主日

主祭: 汪中瑋主教
 輔祭: 陳守潔
 禮儀員: 余唯珍
 讀經員: 余愉/秦若莉
 送聖血員: 李虎/葉珍妮
 接待員: 曹子薇
 讀經: 【讀經一】宗徒大事錄(十四:21-27)
 【讀經二】默示錄(二十:1-5a)
 福音: 聖若望福音(十三:31-33a,34-35)
 (主日感恩祭典(全)224-225頁)
 點心: 徐清

5月16日: 耶穌升天節

主祭: 張士林神父
 輔祭: 陳守潔
 禮儀員: 李虎
 讀經員: 熊南屏/唐浩哲
 送聖血員: 鄧偉忠/俞真儀
 接待員: 余唯珍
 讀經: 【讀經一】宗徒大事錄(九:1-11)
 (主日感恩祭典(全)223頁)
 【讀經二】厄弗所人書(一:17-23)
 (主日感恩祭典(全)224-225頁)
 或 希伯來人書(九:24-28,十:19-23)
 (主日感恩祭典(全)500頁)
 福音: 聖路加福音(二十四:46-53)
 (主日感恩祭典(全)501頁)
 點心: 余小玲

教育慶節?

5/13 耶穌升天節 (移於復活節第七主日)
 法蒂瑪聖母首次顯現紀念日
 5/23 聖神降臨節 (復活期結束)
 5/30 聖三節



主日是聖母日

請大家恭頌
 聖母，因為她是
 耶穌基督的母親。
 她也是我們的母親。

祈禱意向



◆ 在這聖母月日祈求聖神引領我們效法天上的母親，以極其順服及謙遜的心事奉主，並求主降福所有天下的母親們以聖父的智慧和肖似聖母的慈愛來教養子女，光榮天主。

◆ 請眾新任同工各位同工祈禱; 祈求天主聖神帶領, 眾天主蔚藍天的豐收, 和天主的光榮祈禱。

◆ 請眾五月將辦的第十六屆華人北美基督生活運動的順利圓滿祈禱。

◆ 面對今天險惡的世代, 教會所遭遇的困擾、責難。請大家眾繼承伯多祿, 帶領教會的教宗本篤十六世祈禱。祈求天主賞賜他健康、和天主的智慧。引導教會邁過試煉、考驗, 繼續耶穌的福傳, 將主日的羊聚集在祂的羊棧內。

本月份的彌撒時間與活動

4/30 星期日晚上 7:30 - 10:00
 主日讀經分享, 潘齊家主持。
 在曹子薇家。
 5/2 星期日 下午 1:30 聖詠團練唱。
 3:00 中文彌撒。
 彌撒後, 點心。同工會。
 5/14 星期日晚上 8:00—10:00,
 主日讀經分享。在賴克奎家。
 5/16 星期日 下午 1:30 聖詠團練唱。
 3:00 中文彌撒。彌撒後, 點心。
 5/21 星期日晚上 8:00—10:00
 和平祈禱會。



復活節新領洗教友與李定豪神父合影

靳秀華領洗照片

我们都是家人

余愉

靳秀華來自遙遠的黑龍江，她作事乾脆，眼底透著堅毅。

十幾年前，剛來美國的時候，跟著朋友湊熱鬧，也跑了不少教會。“但是那個時候，整個心思都在怎樣可以在這個新天地身立命，聽的東西進不了耳。但是這幾年，經濟上安定了，心靈反而很想再追求一些東西。

靳秀華在 MILLBRAE 辦了一個中文學校，以課後輔導的方式讓學生天天唸中文，家長都很高興孩子們的中文可以學得踏實。這些年來，靳秀華經過歷練和時間的沉澱，人生中最寶貴和重要的事逐漸湧現。在慕道班聽道理，靳秀華找到許多和她老本行哲學相近的東西，特別是人性的部分。她毫不猶豫就決定領洗了。

復活節前夕領洗的時候，靳秀華全家大小近十口人，全到齊了，見證她人生中的大日子。

天主聖母講座

特別介紹：東曆聖母（河北保定）

余山聖母

玉峰旗聖母（台灣）

講員：祖乃義

日期：五月十六日 星期日

時間：下午四時半至六時

地點：Cronin Center（吃點心處）

（歡迎大家參加，祖乃義贈送北京聖母相。）



天主教祈禱意向

總意向：

願大量販賣婦女與兒童的可恥交易早日停止。

祈禱意向：

願積極致力於使徒工作的司鐸，修會會士，修女和平信徒懂得在立給他們的團體中普及傳教熱情祈禱。

最新出版”中英對照新約聖經”

（簡體中文）已到，請踴躍購買。

每本照原價美金 6 元。

請於 5 月 2 日彌撒後，向華仁善堂購買。



天主教踴躍登記參加

California Legislative Network (簡稱-CLN)

原全州一千一百萬教友之間有良好的溝通管道，多對“生命與尊嚴”等相關議題有一致的聲音。加州全體主教發起成立舊金山總教區訂五月十日、十六日為“生命與尊嚴”日。期盼全體教友踴躍登記參加。

本團體將自五月二日開始至五月十六日止，即備有空日登記卡，於彌撒後發給大家登記。請大家告訴大家！聯絡人唐仁尊。

「應當歡樂，不斷禱告，專心感謝：這就是天主教在基督耶穌內對你們所有的旨意。」（傳前日：16-18）



Sr. Maria Hsu 與牧靈工作者於 4/15- 4/18 在 Tucson 參加一個專門針對亞太裔下一代牧靈工作者。修女誠意邀請大家同來分享大會感言。分享時間: 6/13, 下午 2-5。地點: Holy Name Church (聖名堂)。



潘大兄弟生日快樂 余愉

潘大兄弟和我們的團體有很深的淵源。鄧偉忠和馬福志當年在新加坡日潘大兄弟證婚。會長黃唯珍的兒子日潘神V傳洗。帶我們團體去墨西哥朝聖時，又把聖稱絕不信教的吳歐基，勸得不得不領洗，領來一頭羊。原潘神V慶生，就像原家人慶生一樣，親密又溫暖。



健康資訊

多攝取天然營養素

胡紹菲

維他命和營養保健品並非萬靈丹，多食反有害健康。食物乃是供給健康所需的最營養素：

如蛋白質、碳水化合物、脂肪、維生素、礦物質和水份。原我們身體打造強大的免疫系統，以抵抗細菌和病毒的侵襲，預防疾病發生。

平日飲食須把握均衡、多元和適量的原則。儘量選擇高營養密度和減少高熱量的食物，可保持適中的體重，降低罹患和肥胖有關的慢性疾病；像心臟病、二型糖尿病、中風和一些癌症等。以下提供健康飲食五撇步，用作參考：

- 一、每天吃早餐，所謂「早餐吃得飽、中餐吃得飽、晚餐吃得少」，早餐須質量亦重；应包括全穀類、蔬果、牛奶或豆奶、和富含蛋白質的食品（豆、魚、蛋、肉類）。
- 二、以全穀（糙米、全麥）取代精製穀（白米和白麵等）。
- 三、減少紅肉（豬、牛和羊），改吃魚和家禽類。每星期至少吃兩份魚（6-8 盎司）以減低患心臟病。
- 四、每天吃些豆制品，如豆腐、豆漿和毛豆之類。
- 五、以蔬果和堅果（核桃、杏仁、腰果、花生等）充當點心。

健康的飲食習慣非一蹴可及，但只要逐步採納與改進，必能成原我們終生受用的養生模式。

聖神同禱會 “愛之夜”

SJCCC 聖神同禱會邀請你及還不認識主的朋友們一起來過一晚“愛之夜”。

一起吃晚餐（免費的）、一起歡唱、一起讚美、一起見證、一起領受主的愛、一起接受聖神愛的禮物，也一起大膽的求，我們慈愛的天主絕不會讓你空手而歸的。

地點：St. Clare Church (starts at lower church) 941 Lexington St, Santa Clara, CA 95050

時間：5/22/2010 (六) 5:30 PM — 10:00 PM

報名：主日彌撒後茶水桌登記人數，便於準備晚餐份數

費用：\$0 參看（依撒意亞先知書55：1）

內容：歌唱讚美（雙倍祈禱）、見證愛情的時刻、聖神無可言喻的歡喜轉求、在天主前懇求、釋放、浸透、接受禮物、恬不知恥的求、原個人祈禱。

願意參加的請向張學華登記。



五月九日母親節

祝大家快樂。



漫遊心跡 - 粵語香台
AM 1400 逢星期六下午四時
至五時多星期
晚上八時至九時廣播。
天主教香台 AM 1260
(英文) 主日播送。



四月份財務報告

奉獻支票抬頭請寫	St. Matthew Church。
奉獻本堂：	\$1284.00
奉獻總主教區：	\$108.00
教友捐獻給團體：	\$257.00
團體支出：	\$200.00*
團體結餘：	\$185.00

(*領洗禮物\$70、主言會修女\$100、點心\$30)

每月第一主日的第二次奉獻，
原三藩市總主教區
進身籌募經費。

編輯小評

如果您：

1. 願意在彌撒中奉獻酒餅
2. 願意參與讀經一或讀經二/信友禱誦
3. 有特別祈禱意向；想請神戶獻彌撒
4. 如果您需要兄弟姐妹為您的特殊需要或意向在通訊上代禱
諸聖相通功，大家一起祈禱的力量一定大過一個人祈禱的力量。
(以上請與禮儀員聯絡)
5. 願意準備彌撒後點心嗎？請聯絡唐佩霖。

如果您需要我們團體對您提供其他服務，請說明並與會長朱唯珍聯絡。