

教堂地點: St. Matthew's Catholic Church  
 One Notre Dame Ave., San Mateo, CA 94402  
 中文彌撒: 每月第一主日及第三主日下午三時正  
 本堂神父: Rev. Msgr. James P. McKay  
 教堂電話: (650) 344-7622  
 負責人: 陳瑞彬 (650) 685-2228

# 教友通訊



第 18 期

中半島華人天主教會 MID-PENINSULA CHINESE CATHOLIC COMMUNITY 09/01/2002



中華聖母肖像，於今年八月三日供奉在美國首府聖母大殿內。如各位有機會到首府，請前往參觀祈禱。

親愛的主內兄弟姐妹們：

孩子和家長們又忙著準備新學年的開始，請為我們的孩子們祈禱，希望在此新學年有好的開始。

耶穌會柏世安神父將於九月二日離開灣區，回到他位於東部的家鄉。我們預祝柏神父旅途順利，身體健康，期待明年春天再見到這位和煦幽默的神長。在這過去四個月，我們團體的三多、賴媽媽、李媽媽、琳娜、巾哲、錦玉、余愉、南屏、雯華、紹菲、淑蘋、姜嵐、蘊華、福意等發揮團隊精神，接送柏神父午、晚用膳，謝謝大家。我們將在九月一日的彌撒後（下午四時），有歡送柏神父的茶會，請大家參加。（您若願意帶點心來，十分歡迎）。

禮儀組組長王琳娜於八月初動了一個很成功的手術，我們將繼續為她完全康復祈禱。

曾在台視五燈獎節目中得獎N次的加拿大裔耶穌會滿而溢神父，將於九月十五日為我們舉行彌撒。（汪蒙席將外出度假），滿神父亦莊亦諧，中國成語琅琅上口。我們歡迎他。

九月一日開始，古偉業將為我們帶領高中組的要理班，詳情請電張雯華（650）697-7272。

十月六日，St. Matthew 學校，將有好吃、好玩的園遊會，請大家攜眷參加，多多消費，為學校籌款。願意幫忙照顧我們的攤位的人，請向我報名（650）685-2228。

十月廿日，將有我們的週年彌撒，節目精彩，請預留下午二時至五時的時間，為我們的團體歡慶生日。

會長 陳瑞彬

## 教友代禱

1. 請為我們團體成長祈禱。
2. 請為王琳娜教友身體康復祈禱。
3. 請為李亞伯老師身體健康祈禱。
4. 請為外出旅遊的家庭平安祈禱。

## 九月份彌撒禮儀

|                | 9月1日  | 9月15日   |
|----------------|---|---|
|                | 常年期二十二主日  | 常年期第二十四主日   |
| 主祭:            | 汪中璋蒙席   | 滿而溢神父   |
| 輔祭:            | 李堪同   | 陳翔  |
| 禮儀員:           | 張錦玉   | 張雯華   |
| 讀經員:           | 張錦玉 / 韓姜嵐   | 程巾哲 / 周文欣   |
| 獻禮員:           | 余愉 / 張錦玉  | 周仁章 / 王琳娜   |
| 總務:            | 李虎  | 杜兆明   |
| 接待員:           | 陳瑞彬 / 李虎  | 鄧偉忠 / 杜兆明   |
| 讀經:            | 【讀經一】<br>耶肋米亞<br>(二十: 7-9)<br>【讀經二】<br>羅馬書<br>(十二: 1-2) | 【讀經一】<br>德訓篇<br>(廿七: 33, 廿八: 9)<br>【讀經二】<br>斐理伯書<br>(十四: 7-9) |
| 福音:            | 【福音】<br>瑪竇福音<br>(十六: 21-27)                             | 【福音】<br>瑪竇福音<br>(十八: 21-35)                                   |
| 茶點負責: 胡紹菲 / 余愉 |   |   |

## 本月份的彌撒時間與活動

- 9/1/02 星期日第一主日下午1:30pm 聖詠團練唱，3:00pm 開始中文彌撒。
- 9/8/02 星期日下午1:30pm 至 3:00pm 讀經(創世紀)。
- 9/15/02 星期日第三主日下午1:30pm 聖詠團練唱，3:00pm 開始中文彌撒。
- 9/22/02 星期日下午1:30pm 至 3:00pm 讀經(創世紀)。

## 財務報告

奉獻本堂支票，抬頭請寫 St. Matthew's Church。  
 七月份奉獻給本堂: \$688 元。  
 七月份奉獻給團體: \$211 元。  
 七月份團體結餘: \$1,680 元。



十月二十日我們將  
會慶祝團體一週歲生日，彌撒  
前將有感謝讚美的“音樂感恩”  
及教友的見證分享。下午的中  
文彌撒是由本堂Msgr. McKay與  
汪中璋蒙席共祭。請邀約各位  
親朋好友前來參與。

柏神父的話

*Dear members of St. Matthew's Chinese community, You have made me very happy by your kind christian spirit to one another, to the priest and parishioners of St. Matthew's and to me.*

*Thank you very much. I hope that God will permit me to return next year. May God bless you all.*  
Love  
Father Palm



植物油 (margarine)  
所含的  
卡路里 (熱量)  
會少於  
牛油 (butter) 嗎?

胡紹菲

植物油和牛油含有相等的熱量。一湯匙大約有 100 個卡路里\*。不同的是一湯匙的牛油含有 32 公克的膽固醇。而植物油不含。但需要注意的是市面上很多的植物油含有轉化脂肪 (trans fat)，它有造成血管阻塞的害處，最好避免購買條狀 (stick) 包裝的 margarine，改買罐裝 (tube) 的；並有注明此產品不含 trans fat or trans fatty acids 的字樣，像是 Smart Balance 和 Brummel & Brown 牌子等都是不錯的選擇。

\*註：卡路里是計算食物熱量的單位。定義是把一公克的水份加熱至攝氏一度所需要的能量，稱為一個卡路里。原來自拉丁文“color”這個字，是熱的意思。

夫婦懇談會

余愉



參加今年華語夫婦週末營的四對中半島夫婦與導師朱蒙泉神父合影。

在八月中的一個週末，中半島華人天主教會四對夫婦集體出走，沒有參加中文彌撒。

去了那裡？去渡二度蜜月，參加特別由澳門趕來的朱蒙泉神父所主持一年一度的第九屆聖荷西華語夫婦懇談會。

所謂二度蜜月，指的是按照規定，不可以帶小孩，夫婦一定得同時參加，不得遲到早退，不得與別的夫婦做國民外交，把三天兩夜的時間，完全奉獻給自己配偶。在場義務服務的工作人員竭盡心力，打點所有瑣事，讓參加的夫婦們能靜下心來，專心的聆聽自己配偶心中真正的感謝、歉疚、委屈、傷痛及喜樂。許多夫婦都承認，結婚這麼久，兩人不談工作，不談孩子，不談其他姻親，只將注意力專注在對方身上，不是幾乎付之闕如，就是從來也沒想到兩人居然有這麼多話要向對方講。

不管以前是不知如何啟齒，或是覺得就算講了也沒有用，或是根本就不知道為何陷於冷熱戰的夫妻。在朱神父的帶領下，大家都卸下面具，真誠的面對自己，在自尊自信的前提下，幫助配偶了解自己的觀點與理念；也與自己重修舊好，懂得好好愛自己。

朱神父擅於幫助人逆向思考。信手試舉數例：

“你的配偶愛你，並不是因為你可愛，而是因為他可愛，他才愛你。”

“不要擔心暴露缺點，最脆弱的地方，通常也就是成長最快的地方。”

“一個人的長處往往也就是一個人最大的限制。”

能夠承擔被切割越多面的鑽石，越能綻放出耀眼的光芒。長久以來，每個人都習慣或受制於單一或有限的思考模式與經驗。經過夫婦懇談會洗禮的夫婦，受益的又何僅只是婚姻？