

祈禱 — 張士彬神父講故事

李苗麗記錄

有個老人，每天都花很多時間在聖堂祈禱。有人就覺得很奇怪，他哪來那麼多禱詞呢？

於是有人好奇，就問他；你每天花那麼多時間在教堂裡祈禱，你一定很會祈禱。請你教我們如何祈禱好嗎？

老人說；我沒唸過書，我不知道怎麼祈禱啊。

問話的人說；可是你每天都花這麼長的時間在聖堂裡，你不會祈禱，怎麼可能呢？那你都在幹嘛呀？

老人說；我真的不會祈禱。在聖堂裡，只是我看著祂，祂看著我。

五週年慶

余愉

五年的光陰，足以讓一個呱呱墜地的嬰兒，變成一個能說擅跑、溝通無虞、精力十足的幼稚園大班生。

在天父慈愛的照拂下，天主教中半島華人團體（英文簡稱 MPCCC）織成了一張溫暖的網，我們以各種活動為經；以大家各顯神通奉獻的才能、時間、智慧為緯，使這張網一年比一年更密實，一年比一年功能更健全。

我們的活動包括「就是祇有一個望教友」也開辦的慕道班、查經班、信仰生活講座、避靜、聖詠團、墨西哥朝聖、週年慶晚會或郊遊活動、聖母軍、本堂嘉年華會、每月通訊及專業水準的網站 WWW.MPCCC.COM。團體中的每一個人，以耶穌基督愛人甚於愛己無私的精神，默默奉獻。我們互相期許、互相鼓勵，冀求個體更配得天主所許諾的永恆。

將於九月十六日週六下午四時舉行中文彌撒，五時至八時在 St. Matthew 大禮堂 舉辦五週年慶祝晚會。主題是「傳給人」，節目精彩緊湊，許多歌舞部份都在緊鑼密鼓的排練中，除了曾預告的摹仿秀、還有夫妻檔、姊妹 檔對唱、功夫、笑話、樂器、草裙舞、猜謎、摸彩。成人票一張十元，十二歲以下五元。歡迎大家邀請非教友參加，也請大家襄助摸彩獎品。如有提供獎品，請交給李苗麗。

本月份彌撒禮儀

9月3日 常年期第二十二主日

主 祭：汪中璋主教
輔 祭：唐浩哲/杜恩達
禮儀員：賴克荃
讀經員：羅高雄/何森娟
接待員：杜兆明
讀 經：【讀經一】申命紀（四：1-2, 6-8）
【讀經二】雅格伯書（一：17-18, 21b-22, 27）
福 音：聖瑪爾谷福音（七：1-8, 14-15, 21-23）
點 心：吳美華/胡紹菲

9月16日(星期六) 常年期第二十四主日

主 祭：汪中璋主教
輔 祭：唐浩哲/李嘉安
禮儀員：賴克荃
讀經員：朱懷明/羅貞德
接待員：葉臣麟
讀 經：【讀經一】依撒意亞先知書 五十：5-9a)
【讀經二】雅格伯書二：14-18)
福 音：聖瑪爾谷福音八：27-35)

以晚餐取代點心

本月份的彌撒時間與活動

- 09/01/06 星期五晚上 7:45 - 10:00，
在王琳娜家查經。
- 09/03/06 星期日下午 1:30 聖詠團練唱。
下午 3:00 中文彌撒。
點心後，同工會。
- 09/16/06 星期六週年慶。
下午 4:00 中文彌撒。
- 09/17/06 主日彌撒提前在 9/16 星期六舉行。

八月份財務報告

奉獻本堂，支票抬頭請寫 St. Matthew Church。
彌撒中奉獻給本堂：\$1,216.00。
捐獻給團體：\$40.00。
團體支出：\$178.00。
團體結餘：\$1,366.00。



主內的羊 都是一家人

余愉

風流醫生 俏護士 張克儉、陳月娟夫婦

某年某月的某一天，在加護病房實習的張克儉看到一個讓他心臟狂跳不已的護士，就向其他護士說，他真想請她去喝咖啡，其他護士知道他膽子小，就特別整他，把這位名叫陳月娟的護士帶到他的身邊並傳達意思。家教保守的陳月娟看到頭髮長長的港生就來氣，把他罵了一頓，叫他以後少開玩笑。

沒想到半年後，兩人又在急診室一起值班，偏偏那晚來了三個需要做心肺復甦的病人，眼看張克儉雙手忙得一頭汗還顧不過來，陳月娟只好說：“好吧，我幫你壓一個好了。”從那天之後，張克儉每天下班就在醫院門口站崗，為了近水樓臺，還特別換了醫院，這位被陳月娟歸類為終日頭低低“吸塵器型”的住家新好男人終於擊退眾多競爭對手，讓當年國泰醫院加護病房換心小組當家花旦成為專屬的張家管家。

為了給一雙子女更好的機會，張克儉留在臺灣長庚醫院，陳月娟一人帶著子女遷到最好的學區Palo Alto，夫妻倆半年才見一次面。好在博正醫院院長很欣賞也很體諒這位骨科麻醉醫生，特別給他一個上五個星期，休息五個星期的班，全臺灣這樣的醫生恐怕也不多見。這樣張克儉才能常常回到美國的家為妻小做“港傭”，好像買菜、做飯、燙衣服什麼都做。

孩子去上大學了，陳月娟覺得一個人待在家裏會變得笨笨的，就發狠的讀了幾個月的書，考取了美國護士執照。上班的第一年就獲選為“年度護士”，難怪張克儉對她死心塌地。從早上七點站到下午三點的班一點也不輕鬆，經常累得連Email都看不動，體貼的張克儉總是在臺灣幫她看好消化過，再打國際長途電話向她簡報，提醒她別漏了重要事情。陳月娟值什麼班都不太計較，唯一的要求是每個月第一、第三個周日不要安排她的班，這樣她才能開車載幾位長輩到中半島來望彌撒。

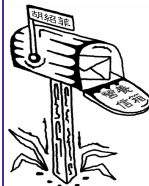
家分兩地，想找一張全家福照片都不容易，陳月娟說，反正站在她身邊的兩個孩子，也是張克儉的孩子，兩張照片湊一湊，也是一張全家福了。

9/9 Fremont 華人團體舉辦常年期講座

林思川神父，講救恩的故事 引入舊約的大門，定於九月九日（星期六），上午九時至下午五時，在 Fremont Dominican Sisters Family (43326 Mission Blvd., Fremont, CA 94539) 大禮堂舉行。每人酌收餐費\$10.00，歡迎大家報名參加。報名請電李苗麗 (650) 757-0205。

9/22 - 9/24 St. Matthew Church 嘉年華會

St. Matthew Church 一年一度為其堂區附屬學校籌款舉辦的嘉年華會，定於九月二十二日開始，至九月二十四日結束。本華人團體於去年嘉年華會中，負責販賣 smoothie、pizza、root beer、漢堡、熱狗等，為堂區籌得七千七百元。今年本團體仍將負責與去年相同的攤位，請大家仍與去年一樣的撥冗共襄盛舉。請向杜兆明 (650) 589-9000 登記參與製作與販賣日程。



知道您的三酸甘油指數嗎？

胡紹菲

一般人通常對自己的血壓和膽固醇數值較清楚。但問到三酸甘油酯時，有的人則不知答案。其實它攸關我們的健康。當一旦高過 150 mg/dl 的水平，則易增加得心血管疾病和中風的因子。

什麼是三酸甘油酯？它是一種飽和脂肪；存在食物與人體內。當我們攝取過剩來自脂肪和醣類的卡路里時，即會導致血液中的三酸甘油酯升值。通常受體重過重，缺乏運動，血糖超標或具家族遺傳等因素的影響。維持正常三酸甘油酯，首在改變生活方式；包括遵守低脂、低醣、和高纖的均衡飲食，少喝酒，多運動和保有適中的體重。

註：含飽和脂肪較多的食物例如：動物油脂，椰子油、棕櫚油以及反式脂肪 (Trans Fat)。以上多存在人造奶油、糕餅、薯片和泡麵等內。消費者可從其食品標籤獲知上述的訊息。