

## 本月份彌撒禮儀

### 8月3日 星期日 常年期第十八主日

主 祭: 汪中璋主教  
 輔 祭: 張方冰/鄧美儀  
 禮儀員: 李虎  
 讀經員: 蔣真倩/熊南屏  
 接待員: 曹子薇  
 讀 經: 【讀經一】依撒意亞先知書(三三:1-3)  
 【讀經二】羅馬人書(八:35,37-39)  
 福 音: 聖瑪竇福音(十:13-21)  
 點 心: 蔡秀芳/朱廣光

### 8月16日 星期六 常年期第二十主日

主 祭: 汪中璋主教  
 輔 祭: 陳立生/鄧美儀  
 禮儀員: 朱唯珍  
 讀經員: 唐浩哲/樂榮  
 接待員: 杜兆明  
 讀 經: 【讀經一】依撒意亞先知書(三六:1,6-7)  
 【讀經二】羅馬人書(十一:13-15,29-32)  
 福 音: 聖瑪竇福音(十一:21-28)  
 點 心: 週年慶 Potluck

8/17 (第三主日) 下午三點的  
 日午彌撒取消。

## 本月份的彌撒時間與活動

- 8/1 星期日 晚上 8:00 - 10:00 查經。  
查日書信及福音。
- 8/3 星期日 下午 1:30 聖詠團練唱。  
3:00 日午彌撒。  
點心後，同工會。
- 8/8 星期日 晚上 8:00 - 10:00 查經，  
聖瑪竇福音。
- 8/15 星期日 晚上 8:00 - 10:00 查經，  
查日書信及福音。
- 8/16 星期六 下午 4:00 日午彌撒。  
彌撒後，第七週年慶 Potluck。  
三次查經都在賴克望家。  
聯絡人朱懷明：650-591-3798



八月十三日：星期三 聖母升天節  
 (各位教友請各自往本堂望彌撒)



## MPCCC 生日會

八月十六日(星期六)下午將舉行我們的第七週年慶。今年我們將以同樂會的形式舉行，歡迎大家邀請家人及好朋友來吃喝玩樂。

我們的點心組將籌劃精美茶點，如願提供享手私房茶，請與唐佩霖聯絡，電話：650-595-2894。

彌撒時間: 下午四點, 由汪中璋主教主祭  
 彌撒地點: 小聖堂  
 同樂會時間: 下午五點  
 同樂會地點: St. Matthew 體育館

## 七月份財務報告

奉獻本堂，才果抬頭請壽 St. Matthew Church  
 奉獻給本堂: \$1,190.00  
 捐獻給團體: \$129.00  
 團體支出: \$60.00  
 團體結餘: \$387.00

## 北國佳麗 樂榮



來自的北  
都是一家人

樂榮有北方人高挑挺直的身材，有南方人姣好秀氣的臉龐，純正悅耳有如播音員的北京腔，一聽就是彌撒中讀經的不二人選。

最讓人吃驚的是，樂榮還有一手好切功。無論是涼拌耳絲、肚絲、紅蘿蔔絲、素雞絲、或硬或軟，她都切得齊齊整整，大小如一，加上搭配的素材和精心調拌的醬料，看起來賞心悅目，嚐起來喚起味蕾。看到她的菜也就想起她的人，不慌不忙。

樂榮生長在改革開放之前的北京。父親雖然從小在教會長大，但卻只能在心中悄悄崇拜天主。直到母親在八零年代過世時，家中突然進出多位神父修女，樂榮不免好奇，這些穿白衣的人是誰呢？教會的種子不知不覺地深種在樂榮的心中。樂伯伯前兩年曾到灣區來看樂榮，也曾參加我們的查經班，樂伯伯對教理與教會的熟悉，以及信德的堅定，都讓我們看到天主的力量。

樂榮不管搬到那裡，都會想辦法叫來跟我們一起參加彌撒，也會帶同不同的朋友，將天主介紹給他們。樂伯伯和樂榮提醒我們，信仰在一個家庭的力量，縱使是默默的進行，其影響還是可以很深遠的。

## 教宗本篤十六世 于二〇〇九年八月二十九日 發表致中國天主教徒信 (Nota Esplicativa) - (Versione Tradizionale)

藉著聖神降臨瞻禮正式簽署的《致中國人民共和國天主教徒、神父、虔奉獻生活者、教友》這封信，教宗本篤十六世希望充分展示他對在中國天主教會團體的厚愛與關懷。毫無疑問，教宗是以伯多祿的繼承人、普世教會牧者的身份來這樣做的。

信中突出揭示了兩大基本思想——一方面，是對在中國天主教會團體的深厚感情；另一方面，是對教會學領域中的偉大天主教傳統價值觀的封誓忠誠。原此，是對愛德、對真理的封誓。教宗談到了梵二大公會議以及天主教傳統中主要的教會學方針。但同時，還充分考慮到了中國地方教會生活的特殊方面，並在廣闊的神學視野中察之定位。

全文請看本團體網站：[www.mpccc.com](http://www.mpccc.com)。如需要全文請向于琳娜索取。



## 教友代禱

- 1) 請為我們團體成立九週年感謝天主。
- 2) 請為周水為、顏俊華、葉玫瑰、馮德馨、陳紫莉、楊雁音、葉珍妮的健康祈禱。
- 3) 請為黎馮惠貞，余因在久之靈祈禱。
- 4) 請為各人自己的親友祈禱。

## 吃保潔食品須知

胡紹菲



有不少人的養生之道是嗜吃保潔品。有時匪道聽途說，或禁不起推銷員所謂的“有病治病，無病強身”等說辭，而將一些保潔食品買來嚐試。但是許多產品的成份標示不清，消費者也搞不清楚該吃多少？是否有副作用等後果。若自行處方，可能弄巧成拙，對健康反倒有害。

目前市面的營養保潔品由於不受食品藥物局的管治，因此產品良莠不齊。美國營養學協會呼籲消費者在選購保潔品之前，首先諮詢醫生、藥劑師或營養師下列的一些問題，以明智保身。

- 1、它是否具備安全性、無副作用？
- 2、它如何在體內運作和被吸收？
- 3、它所宣稱的療效是否屬實？
- 4、有關療效的資訊，源自何方？
- 5、產品是否由廠商標示的某些成份和份量？
- 6、其療效是否有科學根據？
- 7、服食份量是多少？每天需服幾次？
- 8、它是否會和其他的藥品起交互或排斥作用？

請謹記，補充保潔食品並非多多亦善，最好的養生之道乃是：平日攝取均衡的飲食和從事規律的運動。

(原載於世界日報養生版 7-3-2008)



Written by  
Nathan Chau  
( 鄭瑞昂 )

### 2008 RELAY FOR LIFE

The Relay for Life was a totally different experience than I thought it would be. I thought that when we were there all we would do was walk around. But when I was walking, I thought about why I was here. I thought of the ones who suffered cancer. The three signs they held had words. Words that will encourage people to help fight for cancer. Those words were 'Fight Back', 'Celebrate', and 'Remember'. When I first saw those words I didn't know what they meant, but at the end they came into my mind as I was jogging.

And for the whole night the candles were lit, they spelled out a powerful word for people who suffered cancer, "hope". All the people who attended the Relay for Life had hope. And when we got up and took a flag from the stage, we made a commitment.

If the Relay for Life was not here, then the people who suffered cancer would not have lived. And if the people who suffered cancer would not have lived, the whole world would mourn for their lost loved ones. There were people who managed to survive cancer. Some had cancer for one year, but others suffered twenty years. And these people survived cancer because they hope.



## 我的第二次 Tijuana 之行

朱庭光 (Brian)

這是我第二次前往 Tijuana。雖然兩次的行程幾乎一模一樣，但此行我卻有節然不同的感受。

我還清楚的記得，剛出發的那天，我坐在公車上一邊回憶去年去 Tijuana 的旅程，一邊冒出些奇怪的問題。究竟為了什麼要去 Tijuana？如果是要去幫助他人，為何是一群沒有專業能力的高中生去？若是要去蓋房子，為何不乾脆在這兒籌錢，請些當地的工人，不僅提高蓋屋的效率，還可省些汽油費。想著想著頭都大了。

第二天一早，當大家讀完聖經之後，領隊說我們要把這天的工作當成是一種運用肢體的祈禱。而我卻從未想過，藉著肢體的動作也可以用來表達人對天主的愛。

到了第四天，當我們把房子的電燈，以及正門等裝好後，邀請了那個家庭與我們共進晚餐。我們當中僅有少數略通西班牙語，溝通起來難免不太順暢。直到那一天我才獲悉，那一家人的休息，晚餐與我們的材料，並整理工地。因此這間房子，其實是大夥兒共同完成的。那一刻我才瞭解，我們之所以去 Tijuana、住在 Tijuana、瞭解並適應當地的文化及環境，是為了能設身處地為他們著想，而一起完成這項任務。我們這群高中生，在美歐過著安逸的生活，不知人間疾苦。不熟悉當地社會的治政問題；更談不上專業經驗。但在蓋屋的過程中，大家都是平等的，理念一致的；最重要的，須分工合作並同心協力，這才是我們去 Tijuana 的意義。

六天後，2008 Tijuana Mission Trip 就在大家的歡笑聲中告一段落了。這一趟我帶回更深刻的回憶，將長長久久的影響著我。

## 去 Tijuana 劃划划

唐浩哲 (Andrew)

去 Tijuana 蓋房子，是一趟收穫繁多的旅程。在一個人生地不熟、語言幾乎完全不通和做夢也想像不到的貧窮環境裡生活五天，我所學得的，已經不再只是如何蓋房子。

在這五天中，做任何事都沒有家人在旁邊打點一切，這讓我體會到了家人的可貴；也同時學到了真正的獨立。蓋房子的途中，我看到 Tijuana 的小孩的天真和快樂。他們生活在一個在我看來是什麼都沒有的環境裡，臉上卻還是掛著打從心底綻放出的笑容！這不禁讓我感到慚愧！！我擁有了很多人夢寐以求的東西，但我看什麼還是時常不滿足呢？我從每天的會報中，得到和 Tijuana 的小孩一樣的快樂嗎？

這趟旅程下來最大的收穫，就是我和天主之間的距離，又縮短了一點。