

教堂地點: St. Matthew 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: Fr. Anthony McGuire
 教堂電話: (650) 344-7622
 負責人: 聶瓦麟 (650) 357 7102
 E-mail: jslip2004@yahoo.com

教友通訊



www.mpccc.com

第 97 期

天主教中半島華人團體

Mid-Peninsula Chinese Catholic Community

4/01/2009

本月份彌撒禮儀

4月5日 星期三 聖枝主日

主祭: 汪日璋主教
 輔祭: 鄧瑞昂 / 鄧美儀
 禮儀員: 曹子薇
 讀經員: 馬美玲 / 簡征勳
 送聖血員: 俞滇倩 / 朱唯珍
 接待員: 杜兆明
 讀經: 【讀經一】依撒意亞先知書(五十四:4-7)
 【讀經二】斐理伯人書(二:6-11)
 福音: 聖瑪爾谷福音(十四:1-十五:47)
 或(十五:1-39)
 點心: 劉筱蘭

4月19日 星期一 復活節第二主日

主祭: 馬麗定神父
 輔祭: 趙恩光 / 陳文潔
 禮儀員: 朱唯珍
 讀經員: 唐浩哲 / 樂榮
 送聖血員: 朱唯珍 / 李虎
 接待員: 杜兆明
 讀經: 【讀經一】宗徒大事錄(四:32-35)
 【讀經二】聖若望福音(三:1-6)
 福音: 聖若望福音(二十:19-31)
 點心: 徐清

本月份的彌撒時間與活動

4/3 星期日 晚上 8:00 - 10:00 查經。
 4/5 星期日 下午 1:30 聖詠團練唱。
 3:00 日午彌撒。彌撒後，點心。
 同日會。
 4/17 星期日 晚上 8:00 - 10:00 查經。
 4/19 星期日 下午 1:30 聖詠團練唱。
 下午 1:45 - 2:45 信仰講座。
 3:00 日午彌撒。彌撒後，點心。
 星期日晚上在賴克望家查經。
 查日書信多福音。
 聯絡人 聶瓦麟: 650-357 7102。

每月第三主日的第二次奉獻是原
 三藩市總主教區進年籌款。

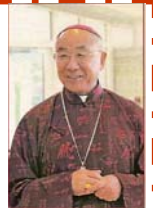


四月十二日
 復活主日

4/3 星期四 星期日 馬小齋
 4/10 救主受難紀念日 馬小齋

清明彌撒

主禮: 汪日璋主教
 時間: 四月四日上午十一點
 地點: Gate of Heaven 天主教墓地
 All Saints Chapel
 22555 Cristo Rey Drive, Los Gatos, CA
 彌撒後，有茶點招待。
 需要接送，請聯絡聶瓦麟 650-357 7102。



馬麗定神父是阿根廷人，曾在台灣和北京進修國語，在台灣的台中教區服務十多年，不但國台語都很流利，也精通希臘文和希伯來文等各種語言。馬神父曾於羅馬宗座聖經學院進修聖經學，並到耶路撒冷希伯來大學畢業。目前在聖荷西的天主教堂從事英文和西班牙文的牧靈工作。

信仰講座

耶穌基督為什麼會在人生頂峰的三十三歲被釘死在十字架上？他在死後第三天復活，對我們仍在世上的人，有什麼意義？聖言會三位年輕有活力的修女，將於四月十九日彌撒前 1:45 至 2:45，與我們舉辦信仰講座“看見復活節”，解釋天主教的核心思想—耶穌基督的死亡，所帶來生命的希望。

三月份財務報告

教友捐獻給團體:	\$106.00
團體支出:	\$ 60.00
團體結餘:	\$249.00

迎新送舊—信德的承傳

前任會長—朱懷明

余愉

朱懷明在應允擔任副會長的時候，壓根兒也沒有想到他的兒子會來報到，兒子的預定期正是會長接棒的日子。在尿布奶瓶齊整的日子，朱懷明信靠天主的帶領，在上了三天班之後，幾乎零缺席的參加了所有的直經班。大家也才領教他對聖經章句的熟悉及對教義實行領會的深刻。

原來他對天主的信靠，在他的針灸病人中，有一位律師順利在最短期間內替他的岳母辦出了居留證，讓妻子黃麗有得才的緊才能一起照顧一雙年幼的兒女，免去了朱懷明的後顧之憂。否則朱懷明真是不能想像他怎麼可能在過去一年中家務、專業、教會兼顧。他感謝天主的恩排與帶領。

現任會長—呂巨麟

真福八端中的「神貧的人、溫良的人、憐憫人的人、心裏潔淨的人、締造和平的人」等特質在呂巨麟身上都可以找到，他是有福的，他的賢妻洪玉蘭讓他更有福，也是大家公認的。

來美以前，巨麟是著名香港大學專策系的教授，一教就是二十五年，巨麟的英文英文優雅流暢，令人耳目全新。他的兒子康乃爾大學醫學院畢業後，目前在哈佛醫學院擔任放射科住院醫生，與任皮膚科醫生的媳婦住在波士頓。女兒繼承他們的衣鉢也進了專策系，現在是星巴克咖啡企業的全職專策師。

巨麟的註冊商標是從不拒絕人，永遠喜樂謙和。他的嗜好是攝影與園藝。團體中的每一個人幾乎都收到過巨麟原他們拍的照片，也吃過他院子中肥美的韭菜。他總在拜訪團體中行動不便的長者或生病的人，給他們帶去慰藉與希望。

認識巨麟後才知道，真的有人心悅誠服貫徹服膺耶穌的教誨。



副會長—朱唯珍

團體中聚會時，總會出現幾個超大聲的驚喜，色彩搭配耀眼像法歐茶，口味精緻講究像日歐茶，而且很少重複，花樣不斷更新。大家不得不要問，到底是誰的苦工與巧思？

當發現是朱唯珍的傑作時，大家嘖嘖稱奇了。她的身量看起來不還像個歐日生哪！

朱唯珍和先生朱任遠在法國住過很長的一段時間。在法國的時候，有一天唯珍經過教堂心受感動，就走進去問神父，她怎樣可以變成教友，神父說她必須先聽幾年道理。在那裏，人們都是在年紀很小的時候聽道理，她是少數的“大學生”。但一栽進聖經，她就深深吸引，每天都花兩至三個小時讀經。在讀經班中，每次口試，無論是舊約中繁如星海的人名或地名，朱唯珍經常是唯一或唯一有反應且答對的人。同聚日斗島的一員，我們都覺得與有榮焉，也感染到朱唯珍全心全意立志與主同行的深全與喜悅。



新羊入棧

望教友譚俊偉、彭學明夫婦及他們兩歲的女兒 Isabella 和望教友尤麗秋，將於復活節前夕四月十一日（週六）晚八時，在 St Matthew 天主教堂領洗。歡迎各位教友參加他們的領洗聖事大典，也請原他們成爲基督徒而獲得的新生活祈禱，祈求天主帶領他們信、望、愛三德兼備，在天主恩澤下活出生命。

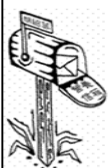
CROSSRADIO
漫步心靈路
十週年紀念聚餐

二零零九年四月二十五日 傍晚五時
 假座三藩市聖亞納堂禮堂
 餐券每位四十元
 抽獎券每張一元
 查詢請電
 (415) 6145574

\$500
 幸運抽獎

On Air
10 Years

銷售處：
 英皇珠寶
 788 Vallejo St. # B
 San Francisco, CA
 特別贊助
 pomodoro 咖啡館
 主辦：天主教三藩市總教區華人宗徒事務處
 www.crossradio.com



胡紹菲

保持骨骼健康，宜多補鈣還是多運動？

這是教友提出很好的一個問題，答案是兩者都重要。平時多運動可增加骨質，對於更年期後的婦女尤其重要，因為運動可減少骨質流失的速度。一些像是走路、爬樓梯、跳舞、舉重、騎單車和做院子等都很有益。重要的是需持之以恆，平均每天約有 30 至 60 分鐘的體力活動。

不少華人的飲食均缺鈣，對喝牛奶容易漲氣或腸滯者，可飲用註明含 Lactaid 的這類；或是嚐試優格 (yogurt) 和起士較易消化。若不喜愛乳製品，不妨以添加鈣質和維生素 D 的豆奶取代。其他含鈣豐富的食物則包括：小魚乾、豆腐干、芝麻、杏仁、綠葉菜和加鈣果汁等。成年人一般每天需 1000 至 1200 毫克的鈣量，如無法從飲食中取得，就需服用鈣片來補充。