2026年11月05日-堂區消息



常年期
第三十二主日

智慧篇 6:12-16 ;

聖詠 63:2, 3-4, 5-6, 7-8

得撒洛尼前書4:13-18;

瑪竇25:1-13



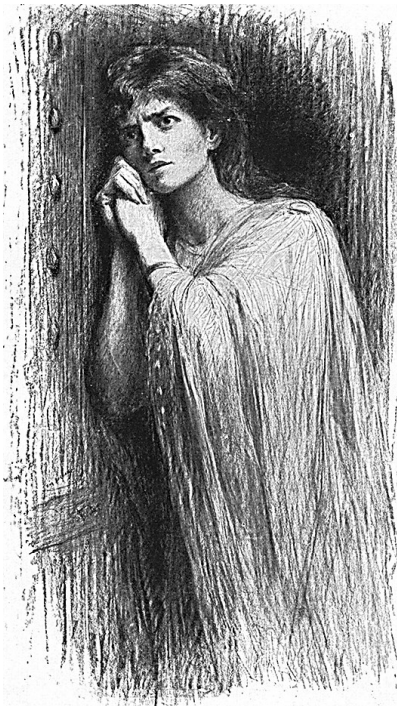


是否與耶穌同在

今天十個童女提燈的比喻帶出儆醒的信息，不是要我們閒著垂手等待，而是為即將到來的一切做好準備的等待（包括預備額外的油！），充滿動作的等待，準備陪伴那些進入天國之門的人。

- 我如何專注於新郎、耶穌和所有祂愛的人？
- 本週我要如何準備好做天國的事工？
- 這項工作是什麼？我將為誰做？





主啊，幫助我意識到你在自由地呼喚我。即使我濫用自由，您也尊重您給予我的自由。

但我不想濫用它。 我想對審判日的生活做一個很好的交納。

梵蒂岡新聞



梵蒂岡新聞網 2026年11月04日

教宗公開接見：照顧百姓創傷的政治是希望的記號

教宗良十四世在週三公開接見活動中闡述在經濟、勞動和政治發展方面的基督信仰觀點。他指出，政治權力應當始終謀求公眾福祉。政治團體與教會在各自的領域裡獨立自主，雖然二者的名義不同，但是都服務於人們的個人和社會召叫。

政治團體和教會「也以不同的名義」服務於人們的「個人和社會召叫」。梵二文獻重申，雖然政治團體和教會在各自領域裡獨立自主，

但他們之間如果有「健康的合作」，他們的服務就會更加成效顯著。教宗指出，「依照這些準則投入經濟和政治，是建設和平的一種方法」。

「那照顧百姓和蒙受不義者創傷的政治，為人類的將來提供希望的緣由。為此，我鼓勵青年追隨在這些領域做出美好見證的男女。」教宗如此表示，並敦促基督徒團體「重振有關教會社會訓導的培育」。

梵蒂岡新聞網 2026年11月03日

教宗第41屆世青節文告：你們放心，我已戰勝了世界



教宗良十四世為第41屆世界青年節發表文告。本屆世青節將於11月22日在教區層級慶祝，世界級的盛大慶祝活動則將於2027年8月3日至8日在韓國首爾舉行。教宗良向青年們重申聖若望保祿二世的話，勉勵他們"鼓起勇氣"，把疑惑、限度，以及撕裂國家和社會的創傷，呈現到基督跟前。

教宗期待與青年們在首爾相聚。那時，他們"將以特別的方式體驗普世教會的美好，以及韓國教會的慷慨接待。來自不同國家、語言和文化的青年們，將在基督內成為一體"。

"你們要讓那些日子成為與耶穌基督的真正相遇，一個將你們的生命託付給祂的時刻"。



人生感語

煩惱大多是自尋的



有一個年輕的農夫，劃著小船，給另一個村子的居民運送農產品。

那天的天氣酷熱難耐，農夫汗流浹背，苦不堪言。他心急火燎地劃著小船，希望趕緊完成運送任務，以便在天黑之前返回家中。

突然，農夫發現有一隻小船向自己迎面快速駛來。眼看兩隻船就要撞上了，但那只船並沒有避讓的意思。

"讓開，快點讓開。再不讓開你就要撞上我了！"農夫大聲向對面的船吼叫道。但是，他的吼叫完全沒用，儘管他手忙腳亂地企圖讓開水道，但為時已晚，那只船還是重重地撞上了他。

農夫被激怒了，他厲聲斥責道："你會不會駕船，這麼寬的河面，你竟然撞到了我的船！"當農夫怒目審視對方小船時，他吃驚地發現，小船上空無一人。



在多數情況下，當你責難、怒吼的時候，你的聽眾或許只是一艘空船。

故事寓意 :很多時候，世事並不像有的人想像得那樣糟糕，有些本來不值得放在心上的事，有的人卻把它當成無法排遣的煩惱而鬱悶在心，以至於整天愁眉不展。

這說明人生的很多煩惱都是自找的。

有一個和尚，每次坐禪都覺得有一隻大蜘蛛跟他搗蛋，無論怎樣也趕不走。他把這件事告訴了師父。

師父讓他下次坐禪時拿一支筆，等蜘蛛來了在它身上畫個記號，看它來自什麼地方。

和尚照辦了，在蜘蛛身上畫了一個圓圈。蜘蛛走後，他安然入定了。

當和尚做完功，睜開眼睛一看，那個圓圈原來就在自己的肚皮上。



故事寓意：可見，許多我們推給他人或外物的過失、毛病其實是在自己身上。

當然，這種來自自身的困擾我們往往不易察覺，更難以用筆"圈"定。

其實，生活中出現的煩惱多是心理問題，想得太多、心思過重，很多人往往會自尋煩惱，自己給自己套上枷鎖，從而搞得自己疲憊不堪。

我們應該學會解除這些煩惱，給自己減壓，從而活得輕鬆、快樂。



11月09日-慶日

祝聖拉特朗大殿



早期教會經歷教難和迫害，達三百多年，終在313年得到自由。 當時的君士坦丁大帝，皈依聖教，並將拉特朗宮殿獻給教宗，又於殿旁建一所大殿，供舉行禮儀之用， 亦即今日之「拉特朗大殿」，又名「救主大殿」，別名「聖若翰大殿」。324年，由教宗西物斯德祝聖。

拉特朗大殿的祝聖紀念，最初只在羅馬舉行，後因它是羅馬的主教座堂（即宗徒之長、伯多祿繼承人、教宗的座堂）， 故被尊為「全球聖堂的母堂」。於是，自十二世紀，拉特朗大殿的祝聖紀念，便推行到普世拉丁禮的教會，作為各地教會敬愛聖座和團結一致的象徵，正如安提約基亞的聖依納爵所寫的：聖座「在這充滿愛德的整個團體（教會）中位居首席」。

11月10日-紀念

聖良一世(教宗、聖師)



以下文字節錄自聖良教宗講道集：

「天主的普世教會是由不同的階層所組成，然而，這身體雖有許多部分，但卻是個神聖的整體，就如同宗徒保祿所說的：『我們大家都在基督內合而為一』。

在洗禮中，十字架的標記使所有在基督內重生的人成為君王；他們全因聖神的傅油而成為司祭。因此，除了我們這些肩負特殊職務的司祭之外，所有領受精神與超性恩寵的基督徒，也都應知道自己有份於王家的種族與司祭的職務。 一個靈魂由於服從天主而做肉體的主人，還有什麼比這更像似君王的？一個人將純潔的良心奉獻與主，並在自己心靈的祭台上，呈上虔誠無玷的犧牲，還有什麼比這更屬司祭的職務呢？」



11月11日-紀念

聖瑪爾定．都爾(主教)



馬爾定年輕時，有一天他出去。時值隆冬，朔風怒號，在城門口遇到一個貧人，衣不蔽體，渾身顫慄，向過路人乞討。走過的人，一文錢也不肯給。瑪爾定好生不忍，想佈施些銀錢，可是一摸口袋，沒有帶錢，就拔出寶劍，將自己的外套，割為兩段，一半送給那貧人，一半留給自己穿。當夜，瑪爾定在睡夢中，耶穌顯現給他，身上穿的就是瑪爾定白天送給貧人的半件外套，耶穌對他說：「瑪爾定，你雖然不過是一個望教徒，你很慷慨，把這半件衣服送給我。」

瑪爾定得了耶穌顯示的特恩，愛主之心，蓬勃如焚，就領洗入教。

“主！假如你的子民仍需要我的話，我願繼續為他們服務。我願承行你的旨意”(聖瑪爾定)



11月12日-紀念

聖若撒法(主教、殉道)



東方禮儀的主教聖若撒法為教會團結而捨身殉道的，因為他死使東正教會的一部分與羅馬聯合。

聖若撒法在若望福音(16：2)宣講時說：“的確，要殺了你的人會以為這樣做就是向上主敬拜。”

他告訴人們：“你們想殺了我。你在街頭，橋樑，高速公路，市場，無處不在的伏擊中等我。我在這裡；我是作為牧羊人來找你們的。

你們知道我很樂意為你們獻出生命。 我準備為聖伯多祿及繼任者教皇領導下的教會聯合而死。”



堂區報告



將臨期靈修活動

2026將臨期第一主日（11月29日）至將臨期第四主日（12月20日），一連四主日，10時彌撒及11:30彌撒後，在上禮堂有20分鐘由鄔維揚執事及林偉良執事帶領粵語靈修講座，更新基督徒的信仰生活，並準備慶祝即將來臨的聖誕節。

為了鼓勵大家踴躍參加這項靈修活動，堂區各善會輪流為參加教友提供簡單並美味午餐。餐券由11月8日至 22日彌撒後發售，定價為1個主日$10，4個主日全套票為$20元。期望大家踴躍參與及購票，但不鼓勵現場購票，以便籌備小組能確定人數，預備食物不浪費、也不欠缺，多謝合作！



Nicole Nguyen與Keith Leung於10月24日在永援聖母堂舉行結婚典禮，家人及好友齊聚見證這一幸福時刻！祝願齊這對新人婚姻幸福美滿；也請大家繼續為他們祈禱，並支持這個新家庭。

Nicole Nguyen and Keith Leung were married on October 24 at our church, with family and friends gathered to witness their joyful celebration! May God bless their marriage abundantly and grant them a lifetime of love, joy, and faithfulness.



永援聖母堂蒙特梭利幼兒園的孩子和老師們為阮神父準備了一張大生日卡，還為他唱了生日歌。多麼溫馨！

The children and teachers at OLPH Montessori Daycare prepared a large birthday card and sang a birthday song for Fr. Joseph. How sweet!





10月28日阮神父舉行了一個小而溫馨的生日聚會，教友們聚首一堂，齊齊唱生日歌、切蛋糕，笑聲不斷。阮神父感謝大家的心意，願天主繼續祝福他身體健康、恩寵滿溢！

On October 28, Fr. Nguyen was treated to a small and heartwarming birthday celebration. Parishioners gathered to sing him birthday song and share cake, filling the room with laughter. Fr. Nguyen expressed his gratitude for everyone's kindness. May God’s blessings of good health and abundant grace be with Fr. Joseph always!



10月29日，阮神父與聖母會代表一同護送聖母像前往劉李寶容的新居，舉行家庭玫瑰經聚會，阮神父並為她的新居祝聖。

On October 29, Fr. Nguyen and representatives of Mary, Queen of China escorted the statue of the Blessed Virgin Mary to the new home of Bonnie Lau, where Family Rosary gathering was held and Fr. Nguyen blessed Bonnie's new home.





10月31日，阮神父與聖母會及聖佳播聖詠團會員一同帶同聖母像前往聖母會副會長Bessie和Joe Pang的家，舉行家庭玫瑰經聚會；隨後大家共享豐富晚餐，為玫瑰月畫上完美句號。

On October 31, Fr. Nguyen brought the statue of Our Lady to the home of QOC Vice Chair Bessie and Joe Pang for Family Rosary gathering, with members of Mary, Queen of China and the St. Gabriel Choir. Afterwards, all shared a hearty dinner, bringing the Month of the Rosary to a beautiful close.







十月是聖母玫瑰月，松柏軒迎請聖母像駕臨，會友們以頌唸玫瑰經、孝愛聖母揭開序幕。同日亦是「十月之星」生日會，大廚們格外忙碌，為大伙兒預備豐富午餐。適逢阮神父也在十月生日，遂與「十月之星」一起切蛋糕，教友們都十分開心能與神父同樂。

October is the Month of the Holy Rosary. The Senior Centre welcomed the statue of the Blessed Virgin Mary, and members prayed the Rosary in filial devotion to Mary. The same day was also the "October Stars" birthday party, with chefs busy preparing a hearty lunch for all. As Fr. Nguyen also celebrates his birthday in October, he joined the "October Stars" in cutting the cake—to everyone's delight.





今年聖誕話劇的芭蕾舞小演員由Haydee指導，已開始每週日的密集訓練。多謝大家用心練習，更要多謝家長們的支持！

The young ballet dancers in this year's Christmas play, under Haydee's direction, have begun intensive training every Sunday. Thank you all for your hard work in practice—and a special thank you to the parents for their support!



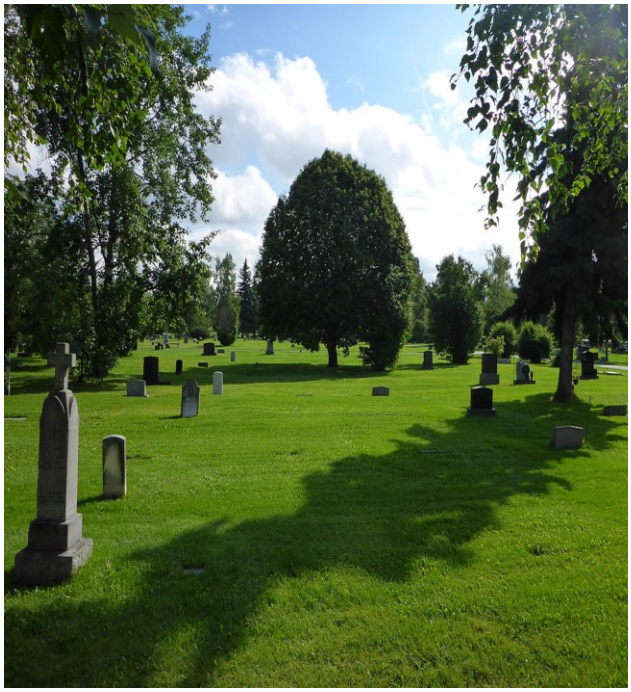
聖母會於11月1日舉行雙月午餐例會，幾位會員不辭勞苦，為大家準備午餐，以行動效法聖母任勞任怨的美德。

Mary, Queen of China held its bimonthly lunch meeting on November 1. Several members worked tirelessly to prepare lunch for everyone—a living imitation of Our Lady's patient and uncomplaining spirit.



安息主懷通功代禱

請為顧元龍兄弟(Mary Ku的大哥)靈魂祈禱。他於10月31日在 台灣安詳離世, 享年82歲。
敬請為他祈禱，求主賞賜他永遠的安息，並以永恆的光輝照耀他。



目前急需進行的維修項目包括：約需 $300,000，用於以下重要工程：• 停車場重新鋪設瀝青及劃線 • 改善停車場安全照明 • 維修／更換損壞的圍欄 • 教堂暖氣系統的重要維修及保養

您可以如何支持：「每日一元」挑戰只需由2026年6月起至 2027 年底，每天預留 $1，您便可為這項募捐計劃奉獻約 $500。您的慷慨支持，將有助 OLPH 繼續成為一個安全、溫馨及充滿活力的信仰大家庭，服務現今及未來的世代。

感謝大家一直以來的支持與祈禱。



羅馬天主教卡加利教區
YOU belong MULTIPLY 增倍希望
THE hope
你被呼召　你很重要

一項配合教區
更新的募捐活動

您對本教區維修保養基金的捐獻將獲得教區提供的等額配對捐贈

2026教區公益金金額為 :$27,502.00

教區公益金
到 10月15日收到了: $24,045.00

倍增希望募捐活動
2025-2027金額為: $154,429.00

倍增希望募捐 新
到 11月05日收到了: $76,370.98







上主日奉獻: $4,343

教區網站奉獻: $ 1,453.99



THANK YOU, YOUR SPONSORSHIP - 謝謝您的贊助

亞 省 中 文 學 校 The Chinese Academy



亞省教育廳認可
亞省最大的祖裔語言學校
華文教育示範學校
加拿大註冊慈善機構

註冊或了解詳情

唯一與卡城公立教育局合作，提供 International Baccalaureate (IB) 中文課程的學校
高中每年級 5 學分，共可獲亞省教育廳 15 個高中學分，中文成績可用作報讀大學

- 普通話及粵語課程（設有獎學金和助學金）
  - 主流班: 三歲至十二年級 （高中 IB 中文及 AP 中文輔導課程）
  - 初學者中文班 Chinese as a Second Language: 一至十二年級 （高中 IB 普通話初學者班）
  - 高中函授課程 Independent Studies
- **興趣班**：網上英文輔導、網上雅思培訓、數學輔導、羽毛球、親子中文唱遊
- 成人班：交誼舞、健康舞、武式太極拳健身、普通話、粵語、中醫養生



校舍 Campuses: John G. Diefenbaker High School 6620–4 Street NW Calgary 星期六 Saturday 9 am - 4 pm
Sir John A. Macdonald School 6600–4 Street NW Calgary 星期六 Saturday 9 am - 4 pm
校務處及通訊地址 Office & Mailing Address:
維德廣場 Madison 191, 1518 Centre St. NE., Calgary AB T2E 2R9 電話 Telephone: 403-777-7663
校務處辦公時間 Office Hours: 星期二至四 Tuesday to Thursday 9:30 am - 5 pm 星期五 Friday 9:30 am – 12:30 pm
電郵 E-mail: thechineseacademy@gmail.com 網址 Website: www.chineseacademy.ca
誠聘各級普通話、粵語語文老師及興趣班導師 請電郵履歷至本校，合則約見

SKYROCK
中天地产

李子豪 | 新房定制 二手房買賣

卡 爾 加 里 專 業 地 產 經 紀

Cell: 403-926-9938
贏在專業，勝在盡心

微信號：zzzihao666



馮栢明 PETE FUNG CIP, FCIP, CRM
Team Lead / Insurance Broker
Direct / 手機 (403) 850 - 2883
Email : pete.fung@insureline.com
Website : www.clearcutinsurance.ca

Address: 1911 – 34 Avenue SW, Calgary, AB T2T 2C2
Office: (403) 455 - 2260 Fax: (780) 487 - 8770

卡誠保險
Insureline
CLEARCUT



保險專才為你服務

formula AUTO SERVICES

FORMULA
AUTO SERVICES LTD
方程式
汽車服務有限公司

- 維修保養
- 代客檢查汽車
- 專業執照技師
- 主理各類型入口及本地汽車
- 經驗豐富先進儀器

Ken Chhan
Tel: 403-291-0801
手機: 403-650-6502
[A] : 4623 -12St N.E
Formula.evelyn@gmail.com

Jewels By Lisa

- Custom Design
  專營珠寶鑽石代客設計
- Gemologist Appraisal
  珠寶鑒定
- Jewellery & Watch repair
  各類珠寶首飾手錶修理

新亞洲廣場地下125室
#125 -1622 Centre Street NW, Calgary
電話 403 277 8018
週三至週六 11:00 AM - 5:00 PM

启航建材五金
FORTUNE BUILDING SUPPLY
#421 4615 112 AVE SE CALGARY AB T2C 5J3
Office:587-577-6908
本店主营水暖,电的配件及其他产品

- 冰箱,洗衣机的各种软管
- 进水管的各种配件及出水管BS,PVC各种配件
- Deck螺丝和Drywal螺丝
- 电盒,开关,插座等
- LED灯,各种型号的油漆滚筒及油漆工具
  另:承接各种大小工程
- 室内装修翻新地板铺装,墙面粉刷,厨房卫生间改造,门窗更换
- 水电改装:水管,电线等线路改造升级,确保安全使用
  杂工维修与维护
- 墙面修补,局部地板更换,满足需求
- 各类安装灯具,厨卫设备安装更换(如水龙头,马桶等)

服务优势:全程跟进,任何问题迅速解决琐碎杂活轻松搞

联系我们:647-980-7698 (英语,普通话)HONG
587-999-0819(普通话)John

Olive Medical Clinic



Dr. John Poon

潘振鵬醫生

Address: 地址: #272, 1623 Centre St. N.W

Phone: 電話: 403 – 276 - 8866

LS Chartered Professional Accountant

梁思樂會計事務所

Shirly Leung CPA , CGA

[A]Suite 218,1623 Centre Street N.W
Calgary , AB T2E 8S7

[P] 403- 287-9925 Ext 114

[E] Shirly@lseto.com

真善美旅行社

GO-GO TRAVEL & TOURS (ALTA.) LTD

SPECIALIZING IN CRUISES

國際遊輪協會特許高級遊輪專業顧問

CLIA ELITE CRUISE COUNSELLOR

ECC,MCC,ACC

電話/Tel: 403-263-4033

電子郵件/Email: gogotravel@Yahoo.com

地址:1133 , 21 Avenue NW, Calgary ,AB T2M 1L1

Patrick Yan

Right In Hairstyling & Beauty Salon LTD.

慧妍髮型屋

星期一休息 / Monday Off

星期二至星期五 /Tue – Fri :10 Am to 6Pm

星期六/Saturday :9Am to 6Pm

星期日/ Sun :9 Am to 4Pm

720 Edmonton Tr. N.E

Tel: 403-230-1628

(由 C-Train 站乘搭5號巴士北上直達7 Ave NE 落車)

Alberta Authorized Registry Agent

Registry Express

Our Services Include:

- Vehicle Registrations
- Operator License Renewals
- Corporate Registry (Full Service)
- Land Title Searches (Spin)
- PPR(Personal Property Registration& Search)
- Birth, Marriage & Death Certificates
- Marriage Licenses
- Road & Knowledge Testing
- Commissioner For Oaths

Tel:403-282-3820

North Hill Centre Mall
#1841,1632-14 Avenue N.W

福之源裝修及維修服務

承接各種大小工程，提供免費上門評估， 價格合理，優質高效

Free Estimates, Better prices, High quality and efficiency

室內：牆面修補、油漆粉刷、地板安裝、門窗維修及鎖具更換。

室外：混凝土工程及各種破損修復；Deck、Fence維護及修理。

(403)632-7888(國语) 微信號: happylandcanada

(403)632-7999(ENG) E-mail:wdgc999@gmail.com

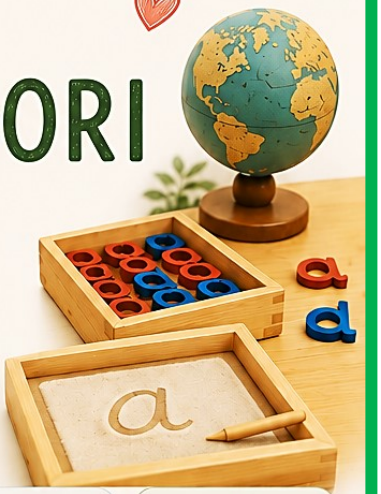
olph MONTESSORI CHILD CARE CENTRE

Explore. Discover. Grow.

MONTESSORI

Nurturing independence, confidence and a love of learning.





PRACTICAL LIFE
Building independence through everyday activities.

SENSORIAL
Refining the senses and developing discrimination.

LANGUAGE
Nurturing communication and a love for words and stories.

123 MATH
Understanding numbers, patterns and logical thinking.

CULTURAL & SCIENCE
Exploring the world and developing curiosity.

JULY-AUG SUMMER PROGRAM

Theme-based learning, outdoor fun, water play & creative exploration!

WATER PLAY



Splash, explore and cool off!

OUTDOOR FUN



Discover, explore and connect with nature!

CREATIVE EXPLORATION



Create, imagine and express!

ADVENTURES & DISCOVERY



Learn, discover and thrive!

Montessori Inspired
Child-led learning for every child.

Loving & Qualified Educators
Caring guidance every step of the way.

Outdoor Exploration
Fresh air, movement and nature for healthy bodies and happy minds.

Building Confidence
Independence, kindness and self-esteem.

olph MONTESSORI CHILD CARE CENTRE

625 4 Ave NE
T2E 0J9
5875774180
www.olphmc.org
admin@olphmc.org

- Safe & Nurturing Environment
- Engaging Montessori Education
- Academic Excellence
- Strong Community

Come play, learn and grow with us!

ENROLL TODAY!

The World Sounds Better From Here!

聆聽，更美好的世界!



Now Operating

Two Convenient Locations in Calgary
診所地址

Unit E, 2705 Centre St NW, Calgary

Oasis Medical Clinic:
#405, 9650 Harvest Hills Blvd NE, Calgary

Hearing Tests 聽力測試 | Hearing Aids 助聽器 |
Tinnitus Treatment 耳鳴治療 | Government Subsidies 政府資助

Call Ph/whatsapp 請致電查詢 (403) 680-2323
or visit 或請瀏覽網站 hearingart.ca to learn more



Registered Hearing Aid Practitioner (RHAP),
Margaret Tsang (曾懿愛)

26 years of professional experience

Fluent in English & Chinese

Better Hearing is a work of Art

hearing art
聲韻聽力

McInnis & Holloway
Funeral Homes

PROUD TO SERVE THE CATHOLIC COMMUNITY



Chapel of the Bells
2720 Centre Street North

Crowfoot
82 Crowfoot Circle N.W.

Park Memorial
5008 Elbow Drive S.W.

Deerfoot South
12281 40 Street S.E.

Fish Creek
14441 Bannister Road S.E.

Heritage
1708 16 Avenue N.W.

Eastside Memorial
5388 Memorial Drive N.E.

Calgary Crematorium
3219 4 Street N.W.

403-243-8200
info@mhfh.com

LEYDEN'S FUNERAL HOME

CALGARY CHAPEL

Funeral Home Cremation

And Reception Centre

304 – 18 Avenue SW

www.leydens.com

Over 75 Years of Service

In Our Catholic Community

Tel : 403-228-4422

禮頓殯儀館

查詢及預約

伍太 Joana Ng 403 - 818 - 9975

EVAN J. STRONG FUNERAL SERVICES

Commemorative Services

Serving the Catholic Community of Calgary

Personalized Burial and Cremation Services at Affordable costs

EVAN J. STRONG 艾凡先生

President and Catholic Funeral Director

403- 265 -1199 (24 hours) *Email : info @ evanjstrong.com*

服務殯儀

經驗老練

豐儉由人

保證滿意

Mountain View Memorial Gardens

山景墓園 • 山景殯儀館

提供殯儀、墓地、墓碑服務

查詢及預約

伍太 Joana Ng 403 818 -9975