

## 四旬期捐献

在这四旬期期间，我们以**施舍、祈祷及守斋**作为忏悔赎罪行为。教会在圣堂门口处放置四旬奉献信封及奉献箱，鼓励教友善用，发扬爱德精神，乐助贫苦的兄弟姐妹。

## 2026华语青少年生活营

圣心堂华语青少年将从**5月24日至26日**（主日至周二）在本督都汉举办**三天两夜**的生活营。欢迎**13岁或以上**的青少年前来参加。如果提早**在4月15日前**登记，每人费用：**RM 160**（早鸟价）。4月16日之后报名将**是RM 180**。欲知详情可联络：

Ronald 016 840 4440  
Melody 016 326 7540

## 2026华语慕道班招生

开课日期：**6月13日**  
(每逢星期六晚上 8时 - 9时30分)  
地点：**圣母堂 1楼 F1房**

询问与报名：**Grace** 012-8188721  
**Venice** 016-8254889



线上报名：  
[bit.ly/CMIRCIAC](http://bit.ly/CMIRCIAC)

年满16岁的你，如果对信仰充满好奇，或想探讨人生意义，欢迎你，一起来寻找答案！也欢迎你邀请尚未认识天主的亲友，加入这段美妙的旅程。

## 致堂区教友的公告

为了保持堂区**圣母山**的整洁、秩序与庄严，敬请教友不要在圣母山留下任何圣物或敬礼物品，包括玫瑰念珠、圣牌、圣像、祈祷卡、蜡烛、鲜花或其他宗教物品。

圣母山依然是一个供人安静祈祷与默想的地方，但留下物品可能造成空间拥挤、圣物损坏，也增加维护的困难。

恳请大家随身保管自己的敬礼物品，并继续将圣母山作为个人祈祷的神圣空间。感谢大家的理解与合作，一同维护这个充满祈祷氛围的神圣场所的尊严。



每一个人都有盲点。当我们和他人闹得不愉快，很多时候不是因为问题很大，或哪一方是绝对的对或错，只是因为双方都有盲点，看不到对方所看到的，因而固执地坚持自己的立场。福音中，除了一个肉眼看不到的盲人，你是否能认出其它思想和心灵盲目的人？比如说：门徒和群众认为病痛是天主对一个人的惩罚，这是他们理解上的盲点；法利塞人即便看到医治的奇迹却顽固的以违反安息日为由而拒绝相信，这是他们信仰上的盲点。这些人因为不愿意承认自己的盲点，也得不到耶稣的医治。只有那盲人承认自己是瞎子并谦虚顺服的按耶稣的吩咐去做，因而得到医治。『去，到史罗亚水池里洗洗罢！』…一瞎子去了，洗了，回来就看见了。』因为这个经验，盲人可以说「有一件事我知道：我曾是个瞎子，现在我却看见了。」他的这番话仿佛在鼓励我们，不要害怕认识自己，或因为自己的盲点被指出而感到羞愧或恼怒。这样的经验虽不舒服，却是耶稣怜悯我们、爱我们的管道。

耶稣想把我们从小自己狭隘和错误的格局中拯救出来。福音中，一旦这瞎子开始看见，开始指出旁人的盲点时，便要面对他们的排斥。然而，在他的孤独中，耶稣却来找他，再次与他相遇，而他能够感受到耶稣的陪伴和支持。在四旬期的第四主日，让我们也求耶稣来医治我们的盲点，让我们从瞎子变成祂的门徒。

### 今日读经反省

留意别人经常如何提点你的缺点。  
他们或许看到你自己无法看到的一面？

信源：天主教主言传教会



# 无玷圣母堂

Church of Mary Immaculate  
主日刊

Jalan Kolam, Bukit Padang  
P. O. Box 21283, 88770 Luyang Post Office,  
Kota Kinabalu, Sabah.  
[cmikk@gmail.com](mailto:cmikk@gmail.com) | [www.cmikk.org](http://www.cmikk.org)  
电话：088-417134, 088-222 345, 012-870 8009  
传真：088-244 345

办公时间：  
星期一至五：早上8时 - 午时12时  
下午1时半 - 下午4时半  
星期六：早上8时 - 中午12时  
(逢每月第一个星期六, 星期天及假日休息)

联络人：监督Darren 书记Rita 财务部Eva

本堂司铎：Nicholas Stephen 蒙席  
副本堂司铎：Fr Terans Thadeus  
Fr Moses Yap, OFM  
Fr Gilbert Marcus 016-8023946  
Fr Wilson Francis 014-701 8652

其他医院专任神父：  
Fr Johnny Raju 012-831 5543  
Fr Jerry Joseph 010-942 2618  
Fr Bradley Belly 017-801 3286  
Fr Canisius Benjamin 011-1954 9188

平日弥撒 (星期一至六)  
玫瑰经 (英语) 早上5时50分  
平日弥撒 (英语) 早上6时30分  
上主慈悲串经 (英语) 弥撒后在慈悲圣象前

星期六  
玫瑰经 (华语) 傍晚4时50分  
永援圣母九日敬礼 (华语) 傍晚5时30分  
薄暮弥撒 (华语) 傍晚6时正

星期日  
玫瑰经 (英语) 早上7时15分  
主日弥撒 (英语) 早上8时正  
主日弥撒 (韩语) 早上10时

每月：敬礼，朝拜，念诵 (英/华)  
首星期六：玫瑰经 平日弥撒后在圣母大殿  
首星期六：圣母无玷圣心 晚上7时30分在小圣堂  
五个首周六敬礼  
首星期日：神圣慈悲敬礼 下午2时15分至3时45分  
第三个星期四：朝拜圣体 晚上八时至9时

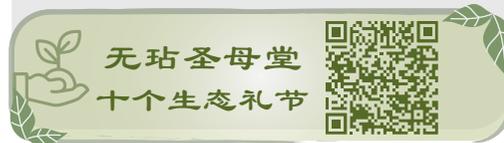
堂区牧灵委员 2023-2026 部委  
主席：Catherine Engsun  
副主席：Leo Komuji PFPN  
秘书：Henry Chua SOCCOM  
助理秘书：Laurence L. Dumling 青年团  
Lilian May Chia 英语助理班  
Margaret Chung 华文团体  
Charlie Oliver 家庭生活  
Caroline Tai & Jody Majanil 社交与福利  
Savio Masudal 青年团  
Dr Lawrence Mah 圣经组

## 无玷圣母堂时间线

1993年10月31日.....教堂祝福  
2020年6月18日.....教堂新礼堂扩建完毕  
2022年12月10日.....礼堂正式开幕及祝福  
2023年2月2日.....成立为堂区  
2024年9月1日.....宣誓成为生态堂区  
2024年11月7日.....圣母堂小圣堂祝福

## 圣母堂小圣堂

开放时间：早上7时至晚上9时



### 所收奉献

7/3 及 8/3  
四旬期第3主日 国际妇女节弥撒  
红袋 黑袋  
RM10,450.55 | RM11,459.65 | RM609.25

### 圣母堂财政和财产委员会：

Datuk Patrick Tan, Liang Lih Lih,  
Phelomina Engsun, Henry Chin, Judy Mak

## 圣母堂华语礼仪组及事工

主席：Margaret Chung 副主席：Josephine Kung  
秘书：Teresa Chang 财政：Susan Yong

### 礼仪服务

- 派送圣体员 ..... Penny Siau
- 读经与颂经 ..... Margaret Chung
- 辅祭员 ..... Marcus Chin
- 巡察员 ..... Augustine Wong
- 特别礼仪 ..... Lidwina Yong
- 歌咏团 ..... Doris Chung
- 玫瑰经/永援圣母 ..... Susan/Agnes

### 其他小组

- 慕道班/主日学 ..... Grace Foo/Teresa Chang
- 圣母军 ..... Kent Leong
- 同祷会 ..... Mark Chin
- 圣母无玷圣心 ..... Bernard Wong

### 请关注本堂网站或脸书



喜乐主日  
(第二次恳祷礼)

# 四旬期第四主日(甲)2026年3月14日

读经一: 撒上 16: 1, 6-7, 10-13a | 读经二: 弗 5: 18-1 | 福音: 若 9: 1-41(长)

| 6 5 | 3 | 5 2 3 | 5 4 3 3 | 6 1 2 3 | 5 3 | 2 3 | 3 3 ||

答唱咏: 上主是我的牧者, 我实在一无所缺。

- 1) 祂使我憩息在翠绿的草地上, 又领我走近幽静的溪水旁。祂使我精神振奋, 体力恢复。
- 2) 为了光荣祂的名号, 领我踏上了正途。纵然我要走过阴森的幽谷, 我也不怕凶险, 因为有祢与我同在。
- 3) 祢的牧杖和牧棒, 使我欣慰舒畅。在我敌人面前, 祢为我摆设宴席。在我头上敷油, 使我的杯爵满溢。
- 4) 在我一生的岁月里, 常沐浴在祢的恩宠与幸福中, 在我有生之年, 我常要住在上主的殿院里。

福音欢呼词: 主说: 我是世界之光; 跟随我的, 决不在黑暗中行走, 必有生命的光。

教宗  
三月份  
祈祷意向

### 请为裁军与和平祈祷

愿各国迈向真正的裁军, 尤其是核裁军, 愿世界领导人选择对话和外交, 而非诉诸暴力。

下个主日

### 四旬期第五主日(甲)21.3.2026

(第三次恳祷礼)

读经一: 则 37: 12-14  
读经二: 罗 8: 8-11  
福音: 若 11: 1-45

### 康乐活动班

太极

每逢星期二  
早上7时30分至8时30分  
圣母堂礼堂

排舞

每逢星期四  
早上8时至9时  
圣母堂礼堂

### 苦路善功

双语(华/英)拜苦路时间表  
地点: 圣母堂

3月20日 晚上7时正  
3月27日

4月3日 (耶稣受难日) 早上7时15分



### 无玷圣母堂 神恩复兴同祷会

3月份聚会表  
20日及27日  
星期五晚上8时  
圣母堂G1及G2号房

### 圣经分享会 (英)

(由圣母堂无玷青年团主办)

每星期一  
晚上8时至10时  
圣母堂圣伯多禄室



### 方济各禧年 2026 官方启动礼

2026年3月22日(星期日)  
时间: 下午5时  
地点: 圣心主教座堂

主礼: 尊敬的黄总主教

此次开幕庆典标志着禧年庆祝活动的开始, 并邀请所有信友在这一年中, 一同在圣方济各的精神内踏上信仰的旅程。

### 圣母堂圣周弥撒时间表

#### 圣枝主日

华语 3月28日 傍晚6时  
英语 3月29日 早上8时

注: 弥撒前在教堂外举行祝圣棕榈枝礼仪, 随后游行步入教堂。教友请自备棕榈枝。

#### 主的晚餐 圣周四

华语 4月2日 晚上7时30分

注: 傍晚6时40分开始诵念玫瑰经。隆重朝拜圣体期间, 请保持默静。

#### 主受难日 圣周五

华语 4月3日 下午3时  
英语 4月3日 傍晚6时

注: 下午1时30分开始诵念玫瑰经, 接着苦路善功, 教友需守大小斋。

#### 复活前夕 圣周六

华语 4月4日 晚上7时

注: 必守瞻礼, 傍晚6时开始诵念玫瑰经。当晚举行烛光礼, 圣道礼及入门圣事。教友可自备蜡烛及水给予神父降福。

#### 复活节

英语 4月5日 早上8时

华语复活节黎明弥撒  
4月5日 | 早上7时 | 圣心主教座堂

### 堂区动态

3月15日

### 7个主日圣若瑟敬礼 (英)

本堂将在3月15日至4月26日的每个主日早上9时30分(主日弥撒后)在小圣堂(CHAPEL)举行上述敬礼, 并将在5月1日(星期五)早上6时30分, 劳工主保圣若瑟庆日弥撒做为终结。欢迎教友踊跃参与。

3月15日

### 堂区大扫除 ⑥

(由堂区PFPN及巡查员团队举办)

2026年3月22日(星期日) 下午1时30分  
鼓励教友前来参与此活动, 请自行在教堂门口处登记姓名, 以便主办方统计人数并准备茶点。

联络人: LEO 012-833 3899  
JOCELYN 012-833 6370

3月19日

### 圣母净配, 圣若瑟节日弥撒

St Joseph, Husband of the Blessed Virgin Mary

3月19日(星期四)  
早上6时30分 | 圣母堂 (英)

3月21-23日

### 圣神内生活研习会 (英)

(Life in the Spirit Seminar)

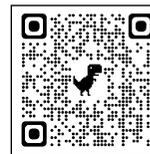
日期与时间:

3月21日(星期六) 早上8时至下午3时30分  
3月22日(星期日) 下午2时至下午5时  
3月23日(星期一) 晚上8时至晚上10时

地点: 圣心堂堂区中心-F7房

主讲: Nicholas Stephen 蒙席  
入场: 免费

报名方式: 扫描二维码或浏览  
<https://forms.gle/E5uwDJ2YBwKeoFmY8>  
联络人: LUCIA (LJCC) 012-802 7255



3月22日

### 圣言诵读 (华)

3月22日(星期日) 下午1时至3时  
圣母堂礼堂F4号房  
欢迎大家前来参与与认识。  
备注: 请携带圣经。

3月25日

### 圣母领报日弥撒 (英)

Annunciation of the Lord

3月25日(星期三)  
早上6时30分 | 圣母堂

3月26日

### 圣油弥撒 (三语)

Chrism Mass

3月26日(星期四) 晚上7时30分  
圣心主教座堂

请教友自备橄榄油前来祝圣。

4月10日

### 2026年复活期释放和治愈布道会

主题: 以圣神能得胜身心灵的困苦

主讲者:

SR MAX 孙秀文修女(沙巴)  
SR ZELLIE 瑞丽修女(诗巫)

4月10日 (星期五) 晚上7时开始  
4月12日 (星期日) 下午5时结束

地点: 亚庇路阳无玷圣母堂

联络人:

MARK CHIN 016-8331683  
ANNA LING 016-8103588  
FLORENCE WONG 019-8619130



主办: 亚庇无玷圣母堂神恩复兴同祷会

4月28-30日

### 纳闽朝圣之旅

由圣母堂华牧组主办的3天2夜纳闽朝圣之旅报名人数现已额满。朝圣行程将于4月28日启程, 并于4月30日圆满结束。感谢大家的踊跃支持与参与!

5月16-17日

### 华语婚前讲座

5月16日及17日(星期六及日)  
早上9时30分至下午4时

地点: 教区中心(CAC)S7房, 第三层  
(早上8时45分开始登记)  
报名费: 每对 RM50  
联络人: 黄赐明 017-811 8119