



圣若瑟总主教座堂

圣堂通告

将临期第三主日

~ 2024 年 12 月 15 日 ~

电话: 082-423424

网站: stjosephkuching.org

电邮: sjcoffice@yahoo.com.my

本主日第二次奉献金将作为总主教公署与总主教座堂牧灵中心运作与维修基金。

上主日第二次奉献金 - 为‘KASIH 2024’/ ‘仁爱 2024’（马来西亚天主教主教团筹款活动），共筹得 **RM12,144.65**（即总主教座堂 RM10,844.65，加尔默罗小堂 RM1,300.00）。感谢您的慷慨奉献。

2025 年天主教日历（每份 RM1.50）有英文、国文和华文三种版本，可在堂区礼品店 Rosary Mart 及总主教座堂堂区办事处购买。



MONTFORT YOUTH TRAINING CENTRE

Montfort Builds Youth Builds Nation



APPLY NOW!

JULY 2025 TRAINEE INTAKE

"Montfort: A Training Centre to Build Your Career and Personal Growth!"

ELIGIBILITY REQUIREMENTS

- Open to youth aged 16–22 years.
- SPM/STPM leavers.
- Those without SPM or who failed SPM are also eligible to apply.
- Interested in Technical skills / TVET career

WHY CHOOSE MONTFORT?

- ✔ Government-Recognized Certification – Accepted by industries.
- ✔ 70% Practical Training – Focused on real-world industrial skills.
- ✔ Affordable Fees – Training provided with minimal contributions.
- ✔ Full-Residential Programme.
- ✔ Complete and well-equipped training facilities.
- ✔ Career Guidance & Job Placement, through partnerships with various industries.
- ✔ Opportunities for All – No strict academic requirements, just a willingness to learn!
- ✔ A Second Chance – Empowering disadvantaged youth to succeed.

For enquiries, please contact:

012 - 953 3010 (Mdm. Meta G.)

011 - 1566 4329 (Mr. Evan)

011 - 3153 5596 (Mr. Corllin)

019 - 832 3101 (Pastoral Care Unit)

www.montfortsabah.org



SCAN ME

For more

Scan here!

Create a bright future with Montfort. Don't miss this opportunity!

MONTFORT SABAH



For enquiries, please contact
019 - 832 3101 (Mdm. Meta G.)
011 - 1566 4329 (Mr. Evan)
011 - 3153 6596 (Mr. Corllin)
019 - 832 3101 (Pastoral Care Unit)
www.montfortsabah.org

APPLY NOW!

OPEN INTERVIEW IN KUCHING!



**ST. JOSEPH CATHEDRAL
KUCHING, SARAWAK**



16TH & 17TH DECEMBER 2024



9AM - 12PM | 1PM - 4PM

**COME & JOIN
MONTFORT!**

**ADMISSION
CRITERIA**

Youth aged between
16 to 22
at the time of admission



Youth with limited academic achievements but a strong willingness to learn or an interest in vocational training and skill development.



Priority is given to those youth who are orphaned, from poor families, from single parent and from the rural and interiors of Sabah & Sarawak



For more
Scan here!

SCAN ME

A HOME TRULY DEAR FOR THOSE WHOM THE WORLD NEGLECTS

MONFORT YOUTH TRAINING CENTRE (MYTC) 2025 年 7 月学员招生

MYTC (位于沙巴 Kinarut) 提供技术与职业技能培训以及品格塑造课程, 旨在帮助青年成长与发展。

MYTC 将在古晋进行外展与招募活动, 为年龄介于 16 至 22 岁的青年, 包括 SPM / STPM 毕业生, 以及希望加入技术与职业教育培训 / Technical & Vocational Education Training (TVET) 领域者, 无 SPM 资格者也可申请。招募活动详情如下:

招募活动	日期, 日期	时间	地点
路演及 开放展位	12 月 15 日, 主日	5:00 pm 主日黄昏弥撒前后	总主教座堂 入口处
开放面试 (即场面试) 及开放展位	12 月 16 日, 周一 12 月 17 日, 周二	9:00 am - 12:00 noon & 1:00 pm - 4:00 pm	堂区中心 圣玛窦室 St. Matthew room

如需进一步咨询, 请联系: Meta 女士: 012-953 3010; Evan 先生: 011-1566 4329; Corllin 先生: 011-3153 5596 或牧灵关怀组 (Pastoral Care Unit): 019-832 3101。



ST JOSEPH'S CATHEDRAL KUCHING, SARAWAK
 16 DEC (MONDAY) & 17 DEC (TUESDAY) 8:30AM - 11:00AM

将临期告解 - 为老年人及他们的陪伴护理员，将于上午 **8:30 至 11:00** 于以下日期举行：

日子，日期	地点
12月16日，周一	圣若瑟总主教座堂，古晋
12月17日，周二	

传统菲律宾黎明弥撒 'Simbang Gabi' 将由肯雅兰圣三堂与古晋菲律宾人团体主办，于 **12月16日至24日** 每天清晨 **5:00** 举行，为迎接圣诞节。九日敬礼弥撒的主题是 '**基督徒生活中的祈祷**'。欢迎大家参加！



ASSOCIATION OF CHURCHES IN SARAWAK

JOINT CHRISTMAS SERVICE 2024

2024年圣诞联合崇拜



THE LOVE THAT TRANSFORMS

改变的爱

19 DEC

7:30PM

ACS CHRISTIAN ECUMENICAL
WORSHIP CENTRE, JALAN STAMPIN, KUCHING

ORGANISED BY ASSOCIATION OF CHURCHES IN SARAWAK

HOSTED BY METHODIST CHURCH SCAC

砂拉越教会协会（ACS）联合圣诞崇拜 2024 将由砂拉越教会协会举办，卫理公会主持，于 **12月19日（周四）晚间 7:30** 在实丹宾路基督徒合一崇拜中心。欢迎大家踊跃出席！

要求捐献鲜花 - 欢迎教友为总主教座堂祭坛的圣诞布置捐献鲜花（**白色胡姬花、红色康乃馨、红掌花、黄色或白色星辰花**）。请于 **12月23日**（星期一）上午 **10:00** 前将鲜花送至圣器室。

圣诞夜弥撒（12月24日，星期二）的安排如下：

地点	时间	语言	备注
圣若瑟总主教座堂	傍晚 6:00	国语	傍晚 5:30 的平日弥撒取消
	晚间 8:00	华语	
	午夜 12:00	英语	
加尔默罗小圣堂	午夜 12:00	英语	

圣诞节弥撒（12月25日，星期三）的安排如下：

地点	时间	语言	备注
圣若瑟总主教座堂	7:00 am*	英语	*直播弥撒
	9:00 am*	华语	
	11:00 am*	国语	
	5:00 pm	英语	
加尔默罗小圣堂	8:00 am	英语	

庆祝圣诞节 一堂区办事处及 SJC 辅导中心将于 **12月25日**（星期三）**休假**。在公共假日、当守瞻礼日及办公时间外，如需病者傅油，可拨打 016-8922633。办公时间内，请联系堂区办事处 082-423424。



圣若瑟总主教座堂 新春舞蹈呈现



·集舞蹈员：

*13岁及以上的青年们

*家长们

*地点：St. James Room

*时间：29/12起每周五晚上7点30分至9点整
及每周日弥撒后10点30分至12点整

欲知更多详情可联络：**Richard Ngui 魏茂强**
016-887 6030

招募 2025 年农历新年感恩弥撒志愿舞蹈员 - 星火少团诚邀 13 岁及以上青少年及其父母（**鼓励以夫妻形式参与**）作为 2025 年 1 月农历新年感恩弥撒特别舞蹈的成员。首次舞蹈练习将于 **12 月 29 日**（主日）在圣雅各伯室（St. James room）举行，之后的练习安排如下：

- 每主日：上午 10:30 至中午 12:00
- 每周五：晚上 7:30 至 9:00

这是一次增进家庭关系的美好机会，同时能为这一意义深远的活动贡献一份力量。无需舞蹈经验，只需带上您的热情与庆祝的心情！**报名截止日期为 12 月 27 日**（星期五）。请有意者联系 Richard Ngui（电话：016-8876030）以得更多详情。

乐捐盒 - 由宗座圣婴会所分发，可在圣堂各门口取得，鼓励我们堂区的儿童帮助其他有需要的儿童。呼吁家长们灌输孩子施舍的精神，并鼓励他们参与这教会的使命。请不迟于 **2025 年 1 月 2 日**，周四，将这些盒子交回堂区办事处。

线上婚姻准备课程（仅限古晋总教区教友）将于 2025 年 1 月 4 日、5 日及 17 日以华语举行。劝请计划结婚的情侣在计划的教堂婚礼日期前至少六个月（最好是 6 个月以上）参加此课程。**精通华语是报名参加这在线课程的先决条件。**课程将通过 Zoom 进行。报名费是**每对 RM80**（包括一套课本）。**将于 12 月 16 日至 30 日接受报名或满额即止**（以先到者为准）。请通过此链接尽早报名：

<https://sites.google.com/view/sjc-pre-marriage-course/home>

婚姻准备课程（仅限古晋总教区教友）将于以下日期在牧灵中心实体举办：

- 1 月 11 日、12 日、18 日、19 日及 26 日（英语）
- 1 月 25 日、26 日及 2 月 9 日（国语）

劝请计划结婚的情侣在计划的教堂婚礼日期前至少六个月（最好是 6 个月以上）参加此课程。报名费是**每对 RM200**（包含午餐、茶点及书本）。**将于 12 月 16 日至 30 日接受报名或满额即止**（以先到者为准）。请通过此链接尽早报名：

<https://sites.google.com/view/sjc-pre-marriage-course/home>



We are hiring!

Teaching positions for academic year 2025 available at Private Secondary, Primary & International School now.

Are you
interested?



☎ 082 414575 | 420575

🌐 stjosephkuching.edu.my

2025 学年教学职位空缺 - 诚邀合格且敬业的教师加入圣若瑟私立中学、小学及国际学校（St. Joseph's Private Secondary, Primary and International Schools）。**特别鼓励退休政府学校教师申请**。有意者扫描二维码获取更多信息。

大学预科课程 - 圣若瑟国际学校(SJIS)提供两个国际认可的大学预科课程，即剑桥 A 水准(**Cambridge A-Level**)和西澳大利亚大学预科(**Western Australian Matriculation**)。现已开放新生报名（从 2025 年 2 月 17 日开始）。有意者致电 082-411575 / 082-550575 联系学校以得更多信息。



KUCHING CATHOLIC CEMETERIES AND COLUMBARIA SERVICES

It all starts with charity.

Seeking your generous and kind contribution to maintain and improve the facilities within the compound of all our cemeteries.

The Custodian
Rev. Fr Vincent Chin



TO DONATE

ONLINE TRANSFER

The Archbishop of Kuching
Maybank Account

No.: 5112 5200 0808

- Remark "For KCCCS"
- WhatsApp to 016-8899237
proof of transfer if you need receipt.

OR

Drop KCCCS envelopes into the collection bags during weekend masses at any parish in the Archdiocese.



APPEAL FOR DONATION

呼吁捐款予古晋天主教墓园与骨灰塔服务 (KCCCS) - KCCCS 管理方诚恳呼吁您的慷慨捐赠，以支持天主教墓园的维护、保养及设施的提升。请多多支持！

圣堂长椅上的全球砂支付(S PAY GLOBAL/SARAWAK PAY)二维码贴纸是为方便教友及协助周末弥撒的奉献收集。然而，这些贴纸经常被发现部分撕裂或损坏，需要更换。我们呼吁家长，请勿让您的幼童玩弄、撕裂或涂写这些贴纸。



天主教葬礼与埋葬服务 - 天主教古晋总教区教友互助会为亡者家属提供援助。其服务包括有关基督徒的礼仪咨询、墓地、骨灰安置所、棺木、运输、殡葬弥撒安排、为亡者通功等。

为得更多资讯，关于会员资格或在有需要/丧亲之痛时，**劝请天主教徒联系以下人员寻求帮助**，以避免在天主教葬礼和服务方面出现不必要的麻烦和混乱：

互助会办公室：Beatrice Mary Goh / 吴美逊（电话：082-244493）
随时候召： Christopher Chin / 陳国香（手机：019-8563438）

线上登记奉献弥撒及联合炼灵安息弥撒 - 教友们可用以下链接献弥撒：

形式	链接
奉献弥撒 (MO)	https://forms.gle/APkbscLMAG2Bcd7F9
联合炼灵安息弥撒 (CRM)	https://forms.gle/yNixf4JrhMN61Z9h9

为奉献弥撒，教友还可访问我们的堂区网站：<https://stjosephkuching.org>。若您在使用上述链接进行登记时遇到任何困难，请将您的查询通过电邮发送至 sjcoffice@yahoo.com.my，我们的行政员工将尽快为您服务。

奉献弥撒意向将由我们的神父们于平日私下举行的弥撒中献上，除了主日。任何要求在‘指定’日期奉献的祈祷意向都必须**至少提前一周**交到堂区办事处。否则，您的祈祷意向将在任何时候被奉献（由神父们决定）。

12 月份的联合炼灵安息弥撒意向将于周五，**12 月 20 日**奉献。请于周四，**12 月 19 日中午 12 点之前**发送附有付款证明的 CRM 表格。

注：基督教信徒为特别意向奉献弥撒的献仪（钱）不是费用，而是表达我们对上主的感谢和对教会的捐助。堂区办事处将签发正式收据。



THE ARCHDIOCESE OF KUCHING
INVITES YOU TO SUPPORT THE



BUNAN RESILIENCE PROJECT

Join the Bunan Resilience Project and savour the flavours of nature's bounty! Together, let us help our local farmers build economic resilience against external threats and the challenges of climate change.

Embrace fresh, homegrown delights while uplifting an entire community!

参与布南韧性项目，品尝大自然的恩赐。让我们一起支持我们的农民，建设经济复原能力来抵抗外部威胁和无常的气候。享受本土新鲜种植蔬果，提升社区经济效益。

Sertai Projek Daya Tahan Bunan dan nikmati kebaikan hasil alam semula jadi! Marilah bersama membantu para pekebun tempatan membina keteguhan ekonomi terhadap ancaman luar dan cabaran perubahan iklim.

Nikmati hasil tanaman tempatan yang segar sambil membangunkan seluruh komuniti!



www.kuchingcjc.com

布南复原计划 是古晋总教区的一个试点项目，旨在通过在古晋营销布南农民的产品来支持他们。这样，我们能帮助他们在面对日益增长的不确定性时保持经济弹性。请浏览 <https://kuchingcjc.com/>，为您的家人订购新鲜的本地农产品，同时支持整个社区！

周四中午之前收到的订单可于周六上午在圣若瑟牧灵中心停车场或肯雅兰圣三堂领取。付款方式为取货时现金支付。我们希望将来在其他堂区建立更多的取货中心！立即前来支持布南复原计划吧！

SJC (圣若瑟总主教座堂) 辅导中心正在为个人、夫妻、家庭和支持团体提供各种问题的咨询服务和情感支持。

周一至周五	8:00 am - 12:00 pm, 2:00 pm - 5:00 pm	请拨电话, whatsapp 或电邮至: 辅导中心电话: 082-258046 电邮: sjckch.counsellor@gmail.com Kimberly 手机: 018-3539799 Nelly 手机: 018-2529899
周六	8:00 am - 12:00 pm	

注:

- 本中心于主日、公众假期及当守瞻礼日休假。
- 将为教会向寻求咨询者收集自由奉献。

办公时间

教会办事处:	圣若瑟总主教座堂 堂区办事处	圣若瑟总主教座堂 教理办事处	总教区图书馆 与历史馆
周一至 周五	8:00 am - 12:00 pm, 2:00 pm - 5:00 pm	8:00 am - 12:00 pm, 2:00 pm - 5:00 pm	8:00 am - 12:00 pm, 2:00 pm - 5:00 pm
周六	8:00 am - 12:00 pm, 2:00 pm - 4:30 pm	8:00 am - 12:00 pm	8:30 am - 12:00 pm
联络 号码	082-423424 / 423425 (前台员工: Annie / Joanna) WhatsApp: 082-423424 或到 https://wa.me/6082423424 Email: sjcoffice@yahoo.com.my	082-412650 (教理员工: Sarah / Ronita / Angeline) WhatsApp: 082-412650 Email: sjckch.faithformation@gmail.com	082-420802 (图书馆员工: Olivia Inoi)

注:

- 以上办事处于主日、公众假期及当守瞻礼日休假。
- 对于正常办公时间以外的病人电话, 请联系手机: 016-8922633。

十字圣架中心 (位于 No. 681, Lorong 1, Jalan Bayor Bukit, Tabuan Jaya, 93350 Kuching。电话: 082 363945)。于每周一、周二和周三上午 9:30 至下午 12:30 开放。请务必戴口罩。祈祷和辅导将在走廊进行。(休假 - 于公共假期、主要教会节日或另行通知。) 十字圣架事工的每周聚会是于每周二晚上 7:30 至 9:00, 在牧灵中心 3 楼/ Level 2, A.C.C.P.C.的 Sts John & Lucy 会议厅 (公众假期除外)。

平日弥撒与守圣时时间表

地点	平日弥撒	守圣时
苦修院小圣堂	周一至周六, 7:00 am (英语)	周五, 7:30 pm (英语)
总主教座堂 平日小堂	周一至周五, 5:30 pm (英语)	-

主日弥撒时间表

地点	日子	时间	语言	备注
圣若瑟 总主教座堂	周六	6:00 pm	英语	• 本座堂前的停车场预留给载送 年长者的车子, 特别是有特殊 需要和行走困难者。 • 弥撒结束后, 砂拉越俱乐部旁 的铁门将打开, 供车辆出口。
	周日	7:00 am*	英语	
		9:00 am*	华语	
		11:00 am*	国语	
周日	5:00 pm	英语		
苦修院 小圣堂	周日	8:00 am	英语	

***有会众的直播弥撒。**

请到 <https://www.facebook.com/arch.kuching>

温馨提醒

提醒教友们要尊敬主并为他人着想, 请留意以下。我们寻求您的合作和理解, 以便作为一个教会的我们能舒适地一起敬拜主:

- 请尽早到教堂, 并在弥撒开始前至少 10 分钟入座, 以免造成不必要的干扰或使人分心。
- 神圣的弥撒圣祭促使来参加弥撒的参与者进入教堂时必要穿着得体, 以示对天主的尊敬。
- 在圣堂内不再强制佩戴口罩, 但是非常鼓励, 尤其是在拥挤和封闭的环境中。
- 有流感症状的生病者 (如发烧、咳嗽、流鼻涕等) 应谨慎行事, 避免参加在教堂内的集会。

进入天主的家【圣堂】 我们应有的穿着 以示对天主的尊敬

合适的服装



圆领长袖或
短袖衬衫或T恤



圆领/有领长袖或
短袖衬衫或T恤



有领或端庄
整齐服饰



有袖连衣裙
(裙长过膝)



休闲长裤
或西装长裤



裙子
(裙长过膝)



适合场所的鞋子

不合适的服装



无袖/深V领口及
露肚装



一字肩及露背装



背心



短裙
(裙短过膝)



短裤



帽子



拖鞋

每周弥撒收捐和乐捐 - 促请教友们每周捐款，以支助总主教座堂的运营和维护费。

请扫描此二维码，藉全球砂支付进行捐款。在确认您的捐款之前，请先确认接收者是‘St. Joseph’s Cathedral’。



St. Joseph’s Cathedral

您也可以将每周的捐款放入放置在总主教座堂入口处的大型木制收集箱中或进行在线转帐或现金存款至圣若瑟总主教座堂的银行帐户，如下：

Archbishop of Kuching Saint Josephs Cathedral
Maybank Bhd 马来西亚银行帐号：511038613081



和好圣事 - 周六傍晚弥撒和主日弥撒前半小时将有神父在至圣圣体小堂（我们常说的“祈祷室”）听告解。请保持人身距离，在等待轮到您告解时不要聚集在该地区。

请遵守以下标准操作序。告解者必须：

- 全程佩戴口罩。
- 要做好充分准备，毫不拖延。
- 回到教堂的座位后才作补赎。
- 自备洗手液。

英语永援圣母敬礼 是于每周六下午 5:00，傍晚 6:00 的英语傍晚弥撒前，在圣若瑟总主教座堂举行。欢迎大家参加。请那些只参加敬礼的人坐在歌咏团对面的阁楼上。教友们亦可通过谷歌在线表格 <https://forms.gle/oTqtZMQsr1hC5PDr6> 提交您们的祈祷意向或感谢信。

在线加尔瓦略山慈悲时刻

周	语言	时间	Zoom 链接
日	英语	2:55 pm - 4:00 pm	https://us02web.zoom.us/j/86178307498?pwd=UVZ6MTdJSmRyeDZwUTMweC95UFBDdz09 会议号：861 7830 7498 密码：prayhour
一	英语		
二	华语		



~ 耶稣我信赖祢 ~

华语

上主慈悲敬礼



每逢周六下午三时正
于
圣若瑟堂区中心二楼
圣母玛利亚祈祷室

* 欢迎教友们踊跃参加 *



3 O'CLOCK

THE HOUR OF GREAT MERCY

**YOU are invited to our
Daily Devotion to
THE DIVINE MERCY**

Time: 3pm

Venue: Day Chapel, St. Joseph's Cathedral

DIVINE MERCY PROMISES

**"...you can obtain everything
for yourself and for others for
the asking;
it was the hour of grace
for the whole world."**

**"... Through the CHAPLET
you will obtain everything,
if what you ask for is
compatible with My will."**



**"By means of this IMAGE I shall grant many
graces to souls. It is to be a reminder of the
demands of My mercy, because even the
strongest faith is of no avail without works."**

**"Tell me about everything, be sincere in dealing
with Me, reveal all the wounds of your heart.
I will heal them, and your suffering will become a
source of your sanctification.**

A suffering soul is closest to My Heart."

为弱势群体捐款 - 请继续在经济上支持天主教福利机构，因为我们不分种族或信仰为在我们中的穷人和有需要的人服务。教友们可扫描此二维码以藉全球砂支付捐款给天主教福利机构。在确认交易之前，请确认收款者是 ‘**Catholic Welfare Services**’ (天主教福利机构)。教友们也可以在线转帐或现金存款致以下收款者：



Catholic Welfare Services

Catholic Welfare Services Council Sarawak
Maybank Bhd 马来亚银行帐号：511234019806

捐款后请致电或 WhatsApp **Angelina William 女士手机 010-6581641 / 082-241407** 以领取免税收据。

英语或国语婴儿领洗在总主教座堂。有婴儿要领洗的父母可到 https://formfaca.de/sm/y2oT0Qf_P 在线登记并上传规定文件的扫描副本：

父母	代父/母
✓ 您孩子的出生证 或领养证	✓ MyKad 身份证 (或护照)
✓ MyKid 身份证 (若有)	✓ 领洗证
✓ 家庭手册	✓ 坚振证
	✓ 家庭手册或结婚证 (由天主教会发行)

只有已提交全套所需文件的父母之登记将被接纳。堂区办事处将通知您将于何时与何地参加圣洗典礼。您也必须于实际仪式之前交上正本家庭手册以进行更新。

根据天主教法典 874 条，代父/母必须是已领洗、坚振并守教友本份之天主教徒。若已婚，他/她的婚姻必须已在天主教会得到祝福 (除了在公证婚姻时夫妻双方都非天主教徒)。

圣文生德保善会旧货店于每主日上午 10:00 至中午 1:00 营业。所有收益将用于穷人和需要帮助的人。请支持！

提醒所有捐助者

**请将状况良好且可出售的物品和衣服捐赠给圣文生德保善会旧货店。
非常感谢您的理解与合作。**

砂拉越中央医院 (SGH) 呼吁捐血 - 鼓励教友们于周一至周五, 上午 7:30 至下午 4:00 的任何时间到砂拉越中央医院血库捐血。如需查询, 请致电 SGH 血库, 电话号码: 082-276797 或 010-8578909 (Borhan 先生)。

FORMED®

The Catholic Faith. On Demand.

Diving into the beauty of the Faith has never been easier: at home, on the go, or from any internet connected device.

Discover thousands of books, audio talks, movies, documentaries, and studies... there is something for every member of the family to help them grow closer to Christ and His Church.



Over 4,000 titles - now available on almost any device!

Roku

Apple TV



iOS

Dozens of new features - all to help you enjoy the best in Catholic content

Already have a FORMED Account?

1. Visit FORMED.org
2. Click Sign In
3. Enter your email
4. Click the link in your email
5. You're in! No more passwords!

Registering on FORMED is easier than ever!

1. Go to FORMED.org/signup
2. Enter your parish zip code or name to select your parish
3. Enter your name and email

Zip code: 93000

Parish: Archdiocesan Curia and Cathedral Pastoral Centre

Visit FORMED.org or search for "Formed" on your favorite app store

FORMED: 免费在线天主教信仰资源 - 请参阅下面的说明以便在 FORMED.org/signup 上免费注册并将 FORMED 应用程序下载到您的手机上, 您可以在其中访问最好的天主教音频讲座、基督徒电影、电子书和进修课程, 帮助您在信仰和与家人的关系中成长、找到与主一起更深的安宁, 并与他人分享您的信仰。