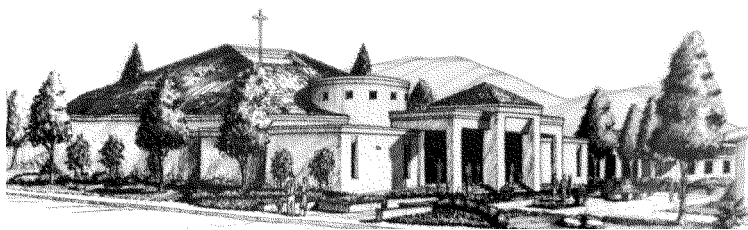


天主教聖谷東區中文週訊



乙年常年期第十九主日

主曆二〇一五年八月九日

我們的身分與使命

仁慈的天父召叫並派遣我們以新福傳者的身分生活在加州這片大地上，生活主愛、愈顯主榮。上主以自然的方式已經祝福了我們有著五千年歷史文化的中華民族。我們的祖先師承天命，善度倫理生活，努力成為正人君子，修身、齊家、治國、平天下。時期一滿，天主耶穌基督親自降生成人，成為第一位福傳者。主耶穌召叫並派遣了門徒們往訓萬民、傳揚福音。歷代的傳教士們梯山航海、前赴後繼，將天主超越的啟示帶給了中華民族和世界各地。今天，接過福傳的接力棒，我們新的福傳者，在加州這片大地上，決定向生活在這裡的華人同胞以及所有民族傳揚天主平安與喜樂的福音。在與天主聖三和諸聖的共融中，因著接受主耶穌的派遣，我們滿懷喜樂、充滿希望，帶著祝福走天下。

讀經默想

(摘自吳智勳神父的《和平綸音》)

我相信耶穌是自天而降的生命食糧嗎？

承接上兩星期的福音，今天的福音同樣是出自若望生命食糧的言論，就讓我們從人的抉擇上作反省。

耶穌要求人以祂作生命的保障，祂自己是自天而降的食糧，誰吃了，就不會死，必會活到永遠，但人面對這個說法時，要選擇是否相信這個人，是否接受這個說法。

福音中說：「猶太人暗中議論」，這裡所說的猶太人不是指那些經師和常常與耶穌作對，找祂麻煩的人，而應該是指那班來自加里肋亞，認識耶穌家庭的猶太人。這些人認識耶穌的父母，認識耶穌的出身，他們甚至是和耶穌一起長大的，多年來對祂認識甚深，知道祂只不過是一個很平凡的木匠。在這樣的背景下，同樣的一個人對他們說：「我是從天降下的食糧」，這些猶太人便要選擇是否相信祂。祂不只說自己是「從天降下」，而且還是不可缺少的「生命食糧」。

對猶太人來說，來自天主的人，常常具有一份神秘感，這可能是受到舊約的影響。在舊約，來自天主的人，往往是來無影、去無蹤的。比方：創世紀提及一位神秘人物默基瑟德；他在亞巴郎打勝仗的時候突然出現，他帶來了餅酒，祝福了亞巴郎。創世紀說：他是天主的司祭，連亞巴郎也將所得的十分之一給了他（創十四 18~20）。這些人物為猶太人津津樂道，新約希伯來書的作者索性把他說成「無父，無母，無族譜，生無始，壽無終；他好像

天主教聖谷東區華語主日彌撒

時間：每主日下午 3:30

地點：羅蘭崗聖依莉莎白·安·希頓天主堂

1835 Larkvane Rd., Rowland. Hts., CA 91748

華語告解時間：週五、六 7:30-8:30 PM、週六 4-5 PM、

或與李神父 (Fr. Francis Li) 手機：213-284-2001

辦公室：626-964-3629 x125 或 x335

或張神父 (Fr. Peter Tsang) 626-964-3629 聯繫。

華人理事會會長：江君揚 909-896-8749

網站：CatholicChinese.org 電郵：ChineseCath@gmail.com

天主子，永久身為司祭。」（希七 3）另一個例子是先知厄里亞：他在生時所作所為都充滿傳奇，離世時有火馬車出現，帶著他乘著旋風升天而去（列下二 11）。猶太人就是喜歡以這種方式去表達來自天主的人。而現在這一班猶太人，面對這樣一個他們熟悉，知道祂的來源，沒有任何神秘感的耶穌，又怎樣相信祂是來自天主的呢？所以，「他們暗中議論」。

人的選擇，往往受到別人的影響，特別是對別人的意見，一個人提出對另一個的批評，其他人便會人云亦云，或加鹽加醋，把他講成一無是處。但當我們要作重要的決定，特別是在信仰的問題上，便不應受他人的支配，要獨立在群體之外，要有「自反而縮，雖千萬人，吾往矣」的勇氣和智慧。所以耶穌說：「不要議論紛紛」。對基督的選擇是一個重要的決定，面對天主的邀請，就如耶穌說：「除非是天父所吸引的，誰也不能到我這裡來」。我們要在心內對天父的召叫作一個回應，這是我們信仰的根基所在。

我們說這是人的一個選擇，但到底選擇什麼呢？就是選擇相信耶穌是從天而降的生命食糧。要克服人的邏輯、人的成見，去相信來自天主的人，不必有驚天動地的出身，不是件容易的事。但天主就是要人相信，耶穌降生成人是天主臨在於人的平凡之中。

耶穌說自己是自天而降的生命食糧，這裡包含了兩個意思。首先耶穌是自天而降的。這是一個特別的身分，因為只有自天而降的，才真正知道天主是怎樣的，所以耶穌說：「只有從天主來的那一位纔看見過父。」

第二是耶穌是生命的食糧。這裡耶穌是說得十分實在的。生命的食糧是人不能缺少的東西，與生命攸關的。耶穌就是要說出，祂就是我們生命中不能缺少的東西，我們相信嗎？相信這點，就是永生所在。

我們把本主日福音的重點放在人的選擇上面，人選擇相信耶穌的話。信仰基本上是接受耶穌基督的邀請，相信祂是自天而降。雖然門徒知道祂有人性的一面，有人的來源，有平凡的出身，他們仍願意相信祂那來自天上的身分。這個信念並非一下子便可以達到，而是經過長時間的培育、反省。門徒聆聽過耶穌基督，看過祂的所作所為，慢慢認識祂，與祂建立關係，才接受邀請，從心底裡選擇相信祂自天而降，是自己生命中不能缺少的東西。

在信仰上，如果我們把目光放在其他東西上，不久便會放棄了信仰，以其他東西作為自己的天主，是自己的偶像。只有真正把眼睛放在基督身上，選擇了基督的，才會一直相信下去。

讓我們好好反省：基督是否我的生命食糧？祂是否是我生命中不可缺少的東西？沒有祂，我會怎樣？我的生命會怎樣？我會快樂嗎？我的生活有方向嗎？有意義嗎？讓我們記得耶穌基督對我們說的話：「我是從天而降的生命食糧」，也願意我們做一個重要的選擇：相信祂的話，不再議論紛紛。

主日彌撒

請關掉手機、呼叫器及其他會影響彌撒的物件。

進堂曲： 向上主歡唱

D 4/4 ♩=110

Bob Fabing, S.J.

對經：

譯詞：彭育中

1. 3 4 2 | 3-3 1 3 5 | 6-5 2 | 3--- | 0 4 3 2 6 |
 向上主歡唱，全心讚頌祂的名； 上主祂真
 5-1- | 2 3 4 3 | 2--- | 1. 3 4 2 | 3-3 1 3 5 |
 仁慈，至聖祂聖名。 向上主歡唱，全心讚
 6-5 2 | 3--- | 0 4 3 2 6 | 5-1- | 4 3 2 1 | 1--- ||
 頌祂的名； 上主祂真仁慈，至聖祂聖名。

詩節：

0 4 3 2 1 | 3--- | 0 4 3 2 1 | 1-7
 一、 永恆全能主， 請俯聽祢子民，
 二、 我們讚美祢。 祢救贖祢子民，
 三、 仁慈的上主， 祢餵養祢子民。
 7 | 6 6 7 1 | 2-- 2 3 | 4 4 4 4 | 2 4 5- | 5--- ||
 因我們朝拜祢，向祢高唱新歌，讚美祢。
 我們感謝祢；我們獻上讚頌的禮品。
 祢聖體聖血是 我們饑渴的食糧。

讀經一：

恭讀列王紀上 十九，4~8

那時候，厄里亞進入曠野，走了一天的路，來到一棵杜松樹下，就坐下求死說：「上主啊！現在已經夠了！收去我的性命罷！因為我並不比我的祖先好。」他就躺在那棵杜松樹下睡著了。忽然，有一位天使拍醒他，對他說：「起來吃罷！」他看了看，看見頭旁有一塊用炭火烤熟了的餅，和一瓶水；他就吃了喝了，又躺下睡了。上主的天使第二次又來拍醒他說：「起來吃罷！因為你還要走一段很遠的路程。」他就起來，吃了喝了，靠著食物的力量，走了四十晝夜，到了天主的山曷勒布。

——這是上主的聖言。

答：感謝天主。

答唱詠： 詠三三

答： D 3/4 輕快、悠揚

朱健仁 曲

1 1 1 | 1-i | 7-6 | 5 3- | 1 1 1 | 1 1 6 | 3 5- | 3--- |
 請你們體驗並觀看，（上主是何等的美善。
 1 1 1 | 1-6 | 5-5 | 3 2- | 1 1 1 | 2 1 2 6 | 1--- | 1-0 ||
 請你們體驗並觀看，）上主是何等的美善。

領：

- 一、我要時時讚美上主，我的口舌不斷讚頌上主。
 我的心靈因上主而自豪，謙卑的人聽了也必歡躍。
- 二、你們同我一起讚揚上主，讓我們齊聲頌揚祂的名號。
 我尋求了主，祂就應允我，祂救我脫離了一切恐懼。
- 三、你們仰瞻祂，就會喜形於色，絕不致滿面羞慚。
 貧困的人一呼求，主立刻俯允，拯救他脫離一切艱辛。
- 四、在那敬畏上主的人四周，有上主的天使紮營護守。
 請體驗並觀看，上主的美善，投奔祂的人真是有福。

讀經二：

恭讀聖保祿宗徒致厄弗所人書

四，30~五，2

弟兄姊妹們：你們不要使天主的聖神憂鬱，因為祂是天主擁有你們的印記，保證你們必有得救的一天。要從你們中間根除一切毒辣、怨恨、忿怒、爭吵、毀謗以及一切邪惡，要彼此以良善、以仁慈相待，且要互相寬恕，如同天主在基督內寬恕了你們一樣。

所以，你們要效法天主，如同蒙寵愛的兒女一樣。要實踐愛德，就像基督愛了我們一樣，祂為我們而犧牲自己，作為馨香的供物和祭品，獻給天主。

——這是上主的聖言。

答：感謝天主。

阿肋路亞：

答： F (Dm) 3/4

朱健仁 曲

6 6 5 | 3-- | #4 2#4 | 3-- | 1-3 | 2-5 | 3--- | 3-- |
 阿肋路亞。 阿肋路亞。 阿肋路亞。
 6 6 5 | 3-- | #4 2#4 | 3-- | 1-3 | 2-5 | 6--- | 6-- |
 阿肋路亞。 阿肋路亞。 阿肋路亞。
 1-3 | 2-5 | 6--- | 6-- ||
 阿肋路亞。

領：主啊，祢的話就是神，就是生命。惟獨祢有永生的話。

福音：

恭讀聖若望福音

六，41~51

那時候，因為耶穌說：「我是從天上降下來的食糧」，猶太人就暗中議論說：「這不是若瑟的兒子耶穌麼？祂的父母，我們不是都認識麼？怎麼祂竟然說：『我是從天上降下來的』呢？」耶穌對他們說：「你們不要彼此議論紛紛，要不是派遣我的父所吸引的人，就沒有人能到我這裡來。到我這裡的，我在末日要使他復活。先知書上記載：『眾人都要接受天主的教訓。』凡是聽從父的教訓，又去學習的人都要到我這裡來。這並不是說有人看見過父，只有從天主來的那一位纔看見過父。我實實在在告訴你們：信從我的人，必得永生。我就是生命的食糧。你們的祖先在曠野中吃過瑪納，仍然死了。然而這從天上降下來的食糧，誰吃了，就不死。我就是從天上降下來的活著的食糧，誰若吃了這食糧，必要活到永遠。我所要賜給的食糧，就是我的肉，是為了使世人得到生命而賜給的。」

——這是上主的福音。

答：基督，我們讚美祢。

彌撒中奉獻支票抬頭： St. Elizabeth Ann Seton Church

奉獻代表：請見本週請聖燭者。

奉獻曲：耶穌在我裡面

E^b/E/F 4/4

詞、曲：盛曉玫

5 | 3-3 4 3 2 | 1-- 0 7 | 6- 5 1 2 3 | 2 2 2 0

1. 嚐過主恩的滋味，還有什麼更甘甜。
2. 世界不再吸引我，主愛勝過全所有。

5 | 5- 5 4 3 2 | 1 . 0 1 2 3 5 | 4 3 2

1,2 一生最大的祝福，就是有耶穌住在

1 . 3 | 2 2 2 0 :|| 1 . 7 | 1 - - - | 1 - 0 ||

1. 我裡面。 2. 我裡面。

3 | 3 2 | 1 1 5 7 2 | 1-1 0 7 1 | 6 . 6 . 1 5 . 3 | 2- 2 0

3. 因為耶穌在我裡面，我的生命海闊天空。
4. 因為耶穌在我裡面，我能勇敢面對明天。

5 4 | 3 3 4 3 . 0 7 | 2 1 7 1 - 0 |

3. 不論環境順逆，我深深相信：
4. 困難都將過去，我靠主站立，

4 3 2 1 6 1 3 | 2 2 - 0 :|| 4 3 1 6 . 7 . 1 . 2 | 1-1 0 ||

3. 主的恩典一定夠用。 4. 定睛天上榮耀冠冕。

5 4 | 3 3 4 3 0 7 | 2 1 7 1 - 0 | 4 3 1 6 | 7 1 - 2 | 1 - - - |

困難都將過去，我靠主站立，定睛天上榮耀冠冕。
1 - - - ||

領主時請準備好的天主教友前來恭領聖體；其餘的會眾若願意前來接受祝福，請將雙手交叉在胸前。

領主曲：90 我是生命之糧

A 4/4

Suzanne Toolan, RSM

3 3 1 1 1 | 5 - 0 0 5 | 6 6 6 6 6 | 5 5 - 0 5 | i .

1. 我是生命之糧，誰到我這裡就不饑餓，信我
2. 我賜給人食糧，是為賜給世界新生命，誰若
3. 若你不領聖體，不喝基督的真正寶血，不飲
4. 我的身體和血，是真實的食物和飲料，誰吃
5. 就如永生天父，派遣了聖子來到世界，我因
6. 我是真理道路，我是永遠生命的泉源，誰若
7. 我信耶穌基督，祢是聖父的可愛之子，為了

i 7 7 7 | 6 - - 0 6 | 5 . 5 3 5 | i - - 0 i | 6 . 6 6 6 | 5 -

1. 的將不口渴 那領受我的人，他必永遠得救
2. 吃了這糧食 他將永遠生活，他將永遠生活
3. 耶穌的體血 在你一身之內，你就沒有生命
4. 了我的身體 喝了我的寶血，必將獲得永生
5. 天父而生活 那吃我肉的人，將因我獲永生
6. 在我內生活 我在他內生活，我在他內生活
7. 我們這世界 從天降下人間，為我們而犧牲

0 5 5 5 | i - 2 - | 3 - 0 i i i | 4 - 3 - | 2 -

我將賜他永生 我要賜他永生

0 5 5 5 | 5 - 3 i | 4 3 2 i | i - 7 - | i - - - ||

我要賜他永生 直到世界的窮盡。

請聖燭祝福禮

上週：葛寧意。

本週：陳昭娥。

祝福曲：上主的祝福

詞：戶六 24~26 曲：陳名博

5 3 2 1 2 3 | 1 1 2 - | 1 1 1 1 1 2 3 1 | 6 2 3 1 5 |

願上主祝福你保護你 願上主的慈顏光照 你仁慈待你

6 1 2 3 5 | 3 2 1 2 2 . 3 | 1 - 6 - | 1 - - - ||

願上主轉面垂顧你 賜你平安。

出堂曲：願主愛傳遍全世界*

F 4/4 ♩=76 緩慢、莊嚴

詞：林秀怡 曲：曾宏隆

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

十字架的榮耀帶來真理與平安滿心喜樂齊攜手

2 1 | 2 - - 3 . 4 | 5 3 . 2 1 2 . 1 | 1 6 . 1 4 - |

走向前 願那宣教之火熊熊點燃

3 5 3 2 1 1 7 | 1 - - ||

願主愛傳遍全世界

1 . 7 | 6 6 . 7 1 1 2 1 | 5 - - 1 . 7 | 6 7 1 2 2 3 1 |

1、仰望主恩 賜生命的泉源 高舉主的聖名直到永
2、感謝主悅 納馨香的祭獻 朝拜主的聖殿聆聽聖

2 - - 1 . 7 | 6 6 . 7 1 1 2 1 | 5 - - 6 . 7 |

1、遠跟隨主分享天國的恩典 宣揚
2、言讚美主奧秘寶貴的體血 祈求

1 . 7 | 1 . 2 3 . 2 3 . 1 | 5 - - ||

1、主的福音廣傳於人間
2、主的喜訊在全地彰顯

*原文為「願主愛傳遍全台灣」

彌撒特別意向欄（請在一週前直接交給神父）：

- 陳昭娥追思王莉莉，求天堂永福。
- 陳昭娥感謝天主，並求全家平安。
- 鍾安娜為易朱蕙茹伯母求天堂永福。
- 趙晴及家人感謝天主保佑健康平安。
- 徐玉蘭、謝忠厚及鍾玉粧為謝荷君求健康平安。
- 仁愛基信團為賈濟華母親高筱芬女士求安息主懷。
- 陳家子女為父母陳士訓、陳劉寶芬求天堂永福。
- 蔡祥裕、劉三妹全家為謝恩求恩。
- 聖母軍曉明之星支團、聖體之母支團、和平之后支團
為胡秀玉求早登天國，享天鄉永福。
- 薛嶺寧感謝天主恩賜 Gus 顧德睿天鄉永福。
- 向家子女為父親向列三、母親向任祥雲求安息主懷。
- 趙張世琪率子女追思趙洪耀，求主恩賜天國永福。
- 趙家兄妹追思父親趙洪耀求安息主懷。
- 張家為張景棣的亡靈求安息主懷。
- 易澤航及家人為父母親求天鄉永福，並感謝讚美主的眷顧。
- 聖詠團為賈媽媽高筱芬女士求天鄉永福。
- 賈濟華率女兒鮑惟琳為母親高筱芬女士求天鄉永福。

代禱欄 (請電朱執事 626-964-3629x129):

求健康: 楊麥綺玲(Angela)、梁德昌、高維藍、李慶堃、阮德俊、邊美麗、白雅惠、李鑫源、陳寶芬、裘月蟬、簡薰玉、張錦泉神父、謝仁星、高玉純、何永遵、曹龔安愚、譚雅德、Pat 程、陳金慧君、繩武之舅徐風薰、趙育民、梁華建、李安慈、葉詹秀娥、陳偉生、Grace 馬、于朱浣蘭、梁福財、胡天寶、Uma 譚、范一弓、范王懷清、傅家琦、張婷江、陳莉姍、王耀宗、郭明德、李黃卓辰、彭保祿神父、余原、傅佩玉、郭德蘭、周富美、李蕙若、Evonne Wu、Dominic Hsiao、Evelyn Peng、Emilia Chen、袁平先、袁張昭華、薛衡山、林翠萍、鄭建國、鄭余美祝、Adams Ko、林菊英、陳張雲卿、楊秀鑾、馬房添輝、盧如心、劉戊鏗、章桐君、繆劉桂卿、陳美文、吳清池、李何若珍、李沁、張世鳳、張永祜、陳金龍、朱彩伶、劉單占淑、劉尚民、陳大安、全文僊、牛濟滄、Anna 李、馬媽媽、馬裕忠、曾少屏、薛玉山、周雍銓、Joanna 梁、Kasey Liang、Maria Brett、葉壁瑄、吳祝愛娟、張世琪、陳天福、謝荷君、Cindy Peng、劉楊老夫人。

為新亡者祈禱: 謝國重、胡秀玉、林崇愷、Gus 顧德睿、易朱蕙茹、賈高筱芬。

教會消息欄

cacclc 青年生活營啟事

對象：今年升大學及十八歲以上的青年。
日期：9月4日(週五)至9月7日(週一) (勞工節長週末)。
費用：一般價 (7/28~8/17) 學生 \$180 在職 \$200
語言：課程以英文為主 (內容會有重點翻譯成中文)；
本堂聯繫人：April 戴 626-410-8542
報名、詳情，請上網到 cacclc.org/cacclc2015

蒙市聖湯瑪斯堂勞工節週末啟事

聖神講習會: 帶領：疏效平團隊。時間：9月5日(六)
9:30am-9:30pm; 9月6日(日) 9:30am-5:30pm;
兩天費用每人\$30 (含二午餐、一晚餐及茶點)。
心靈醫治研習會: 主講：伍國超神父。時間：9月7日(一)
9:30am-6:30pm (免費供應午餐、茶點)。
地點: 1501 S. Atlantic Blvd., Monterey Park, CA 91754
聯繫: Patty 余佩瑜 626-379-9103 Peter 梁 626-818-2876

佈告欄

八月：聖母聖心月

彌撒後茶點服務組

本週：聖心基信團

下週：仁愛基信團

慕道班招生啟事

2015-2016 天主教聖谷東區華語成人慕道班將於九月十三日開始，每週主日下午四時三刻到六時在聖依莉莎白·安·希頓天主堂 4、5 號教室上課。有意報名者請與符曙新弟兄或趙金潤姊妹聯絡：626-839-8845
歡迎教友邀請親朋好友一起來參加慕道班課程及活動

萬民四末：反省人生方向

孔子說：「未知生，焉知死！」降生成人又曾死而復活的耶穌，解答了這個謎！讓我們來探討「萬民四末：死亡、審判、天堂與地獄」。讓我們的信仰來滿全「未知生，焉知死」的遺憾！

主講人: 艾立勤神父 (Rev. Louis Aldrich, S.J.)

時間: 8/15 (週六) 5:30pm~9:30pm 5pm 報到

地點: 本堂禮堂 **費用:** 每人\$5 (不含晚餐)

報名: 蘇闊 626-758-7007

人格九型與靈修工作坊

主辦：美國華語夫婦懇談會

講師：蕭康宜 (Enneagram 認證講師)

從聖經人物與天主的對話，理出性格發展的脈絡和情緒處理的重要性。介紹每一型態代表性聖人的生平，靈修的轉捩點，和他們突破限制的佐證。

日期：八月廿二日(週六)、廿三日(主日)

時間：上午八時半至下午五時 地點：7、8 號教室

費用：每人 \$60 (支票抬頭：CAMEA)

詳情請洽：張相之、沙玉芝 909-532-5904

本週迎聖母請聖燭者

本週請聖燭者是陳昭娥。請大家在本週特別為其家庭祈禱。**願意迎聖母並請聖燭回家的人請與彭果姊妹 626-716-6673 登記。**

小天使兒童聖詠團啟事

對象：5-11 歲小朋友 (教友、非教友皆可)。
內容：歌唱、律動、聖經故事、金句背誦。**費用:** 免費。
練唱：主日下午二時半在二號教室練唱。
有興趣的家長請洽 Gloria 陳臻姊妹 (562) 275-2232.

大華禮卡

若您常在大華購物，請與許肇基弟兄買大華禮卡。買\$100 大華禮卡等於捐\$6 給團體。多謝您的支持！

堂區消息

- 八月捐贈項目：學校用品**
白瑞神父 (Fr. Barry) 的慈善機構需要學校用品 (蠟筆、(彩色)鉛筆、剪刀、活頁紙、筆記本...等)。
請將捐獻物帶到本堂辦公室。
- 籌款餐舞會**
時間：主曆二〇一五年八月廿二日(週六)下午六時
地點：禮堂 捐獻：每人\$25 (本堂送聖體聖血員主辦)
- *****本堂聖堂祝聖銀慶摸彩*******
頭獎：全新 2015 Toyota Corolla LE Plus 或 \$15,000 現金
二獎：\$1,000 三獎：\$500 (只有 1000 張彩券參加抽獎)
每張彩券 (建議奉獻額)：\$50 抽獎日期：9/13/2015。
詳情請洽堂區辦公室 (626) 964-3629 或看英文週訊。
堂區其他消息請看英文週訊 (在聖堂大門口)。