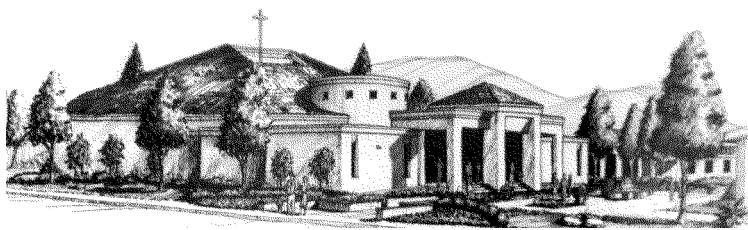


天主教聖谷東區中文週訊



丙年四旬期第一主日

主曆二〇一六年二月十四日

教唱欄

慈悲禧年主題曲對經

E^b (Cm) 4/4 曲：Paul Inwood 詞：Eugenio Costa

♩: 0 3 3 4 3 | 2 5 3 1 | 0 1 1 2 1 | 7 3 1 6 :||

對經一：如同天父 滿懷慈悲！ 如同天父 滿懷慈悲！

3 3 | 6 5 3 2 3 | 4 3 2 3 - ||

對經二：祂的仁慈永遠常存。

讀經默想欄

(摘自阿德里安·諾桑本篤會神父《丙年主日聖道禮儀》)

信德的宣認

四旬期是耶穌復活節前的四十天。在這一段時期中，教會格外用心講授要理，一則為積極培育「候洗者」，即準備在復活節前夕夜間慶典領洗的慕道者（望教者），給他們加緊要理的培訓和靈修訓練，包括良心的反省和福音的光照（「成人入教禮典導言」21-25 條）；再則也為給已領過聖洗的信友提供退省默想的資料，以重振皈依的精神。四旬期是我們基督信徒為了不斷皈依而特別祈禱、刻苦、補贖，尤其守齋的時期。為此，也曾被稱作「封齋期」。

本主日是四旬期第一主日。彌撒的兩篇讀經和福音，分別取自舊約申命紀第 26 章第 4 到 10 節，聖保祿宗徒致羅馬人書第 10 章第 8 到 13 節，聖路加福音第 4 章第 1 到 13 節。福音記載的重點是在耶穌回答魔鬼的這一句話上：「經上寫著：『你要朝拜上主，你的天主；單單事奉祂。』」為此，本主日彌撒聖道禮儀的主題應該是信德的宣認。讀經一和讀經二也都是兩種不同的信德宣認格式。

我們先說讀經一。讀經一描述以色列人的收獲節慶典。在這節日客納罕的原住民慶祝一位稱作巴耳的土地神。但以色列人把客納罕視為天主許給他們祖先的福地。他們宣講他們祖先的故事來感謝天主，同時也對天主表示他們的信仰。這是聖經中首次出現的信德宣認格式。

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

在讀經二裡，聖保祿宗徒解釋天主許給亞巴郎的恩惠不但流傳給以色列人，也普及到所有的外邦人，而且天主的恩許是在耶穌基督身上才真正實現的。所以用他的話來說，基督信仰的宣認是：「你若是口裡承認耶穌為主，心裡信天主使祂從死人中復活了，就必得救。」

本主日的彌撒福音記載耶穌受魔鬼的試探。在耶穌用來退卻魔鬼誘惑的三句話：「人不僅是靠著餅生活」，「你要朝拜上主，你的天主；單單事奉祂」，以及「不可試探你的天主上主」，我們很明白的認出信德在我們基督信徒生活上的重要性。不容動搖的信德是我們抵抗和拒絕魔鬼和世俗誘惑的不二法門。

信仰天主，站在天主的一面，這是我們做基督信徒的特色。魔鬼世俗的千方百計，不能迷惑堅持信仰的人。

全能的天主，求祂幫助我們善度每年的四旬期，好能日益領悟基督救贖我們的奧蹟；更願我們靠著祂的聖寵，度相稱的生活。以上所求，是因祂的聖子、我們的主耶穌基督，祂和祂及聖神，是唯一天主，永生永王。阿們。

主日彌撒欄

請關掉手機、呼叫器及其他會影響彌撒的物件。

進堂曲： 356 大讚歌

F (Dm) 2/4 詠一三六 江文也 曲

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

你們 應當稱謝 天 主，因為 祂是 至 善的，
你們 應當稱謝 天 主，因為 祂是 至 美的，
稱謝 那 以 睿 智，創 造 宇 宙的，
在我們 困 難的 境 地，祂 顧 念 了 我們，
你們 應當稱謝 天 主，因為 祂是 全 能的，

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

因祂的 仁慈 永遠 常存，祂 的 仁慈

3 . 5 | 6 - || 3 - | 5 5 | 6 - | 6 - ||

永 常 存。 (最後) 永 常 存。

讀經一：

恭讀申命紀

二六，4~10

梅瑟曉諭以色列人民說：「司祭從你手中接過盛初果的籃子來，放在你的天主上主的祭壇前；然後你就在你的天主上主面前聲明說：『我的祖先原是個飄泊的阿蘭人，下到埃及，同少數家人寄居在那裡，後來竟成了一個強大有力，人口眾多的民族。埃及虐待我們，壓迫我們，強迫我們做苦工。我們哀求上主我們祖先的天主，祂就俯聽了我們的呼聲，垂視了我們所受的苦痛、勞役和壓迫。上主以大能的手，有力的臂，藉著巨大的恐嚇，神蹟和奇事，救我們脫離了埃及。祂領我們來到這個地方，把這一片流奶流蜜的土地賜給了我們。上主，請看！我現在把祢賜給我的田地所產的初熟之果、帶來獻給祢。』」

——這是上主的聖言。

答：感謝天主。

答唱詠： 詠九十

答： C 4/4 虔敬、莊嚴 ♩=120

朱健仁 曲

$\dot{1} \underline{6} \underline{6} - \dot{1} \underline{6} \mid \overset{3}{\dot{1}} \overset{2}{\dot{1}} \underline{6} - \parallel : \underline{7} \underline{7} \underline{7} \underline{5} \underline{7} \underline{1} \underline{6} \mid \underline{6} - - - \parallel$
 上主， 當我 有困苦時， 求祢和我在一起。

領：

一、居住在至高者的護祐下，棲身在全能者蔭底下的人，要對上主說：「我的天主！祢是我的避難所，祢是我的保障，我要投靠祢。」

二、你以至高者天主、作為碉堡，災禍就不會降到你的身上，凶惡也不會威脅你的營帳。因為祢必為你派遣天使，在你要走的每條路上保護你。

三、他們要左右扶持著你，免得你的腳碰在石頭上。你可從豺狼虎豹身上走過，你可踐踏猛獅和毒蛇。

四、上主說：因為他依靠我，我必拯救他，他既承認我的名，我必要保護他。他呼求我，我必俯允他；他有困苦，我必和他在一起，我定要拯救他，光榮他。

讀經二：

恭讀聖保祿宗徒致羅馬人書

十，8~13

弟兄姊妹們：「聖言離你不遠，就在你的口裡，就在你心裡」，就是指我們所傳的信德的聖言。你若是口裡承認耶穌為主，心裡信天主使祂從死人中復活了，就必得救；因為人只要心裡信服，就可成義；口裡承認，就必得救。經上說：「凡是信祂的人，必不受羞辱。」其實，並不分猶太人和希臘人，因為眾人都有同一的主，祂一律厚待所有呼求祂的人。的確，「凡呼求上主之名的人，都必然得救。」

——這是上主的聖言。

答：感謝天主。

福音前歡呼詞：

答： F (Dm) 3/4 ♩=180

朱健仁 曲

$6 \underline{6} - \mid 5 \underline{1} \underline{3} \mid \overbrace{2 - - -} \mid 2 - - \mid 2 \underline{2} \underline{1} \mid 2 - 1 \mid \overbrace{6 - - -} \mid \overbrace{6 - -} \parallel$
 基督， 天主聖 言， 願光榮 歸 於 祢！

$6 \underline{6} - \mid 5 \underline{1} \underline{3} \mid \overbrace{2 - - -} \mid 2 - - \mid 2 \underline{2} \underline{1} \mid 2 - 1 \mid \overbrace{6 - - -} \mid \overbrace{6 - -} \parallel$
 基督， 天主聖 言， 願光榮 歸 於 祢！

領：主說：人不單靠餅生活，
 也要靠天主口中所發出的一切言語。

福音：

恭讀聖路加福音

四，1~13

那時候，耶穌充滿聖神，從約旦河回來，被聖神領到荒野裡去，四十天之久受魔鬼的試探。祂在那些日子裡什麼也沒有吃，過了那些日子祂就餓了。於是魔鬼對祂說：「祢若是天主子，就命令這塊石頭變成餅罷！」耶穌回答說：「經上記載：『人不僅是靠著餅生活。』」魔鬼就引祂上到高處，頃刻之間把普世萬國展示給祂看，並對祂說：「這一切權勢、榮華，我都要給祢，因為這些都交給我；我願意把這一切給誰、就給誰。所以，只要祢朝拜我，這一切都是祢的了。」耶穌回答說：「經上記載：『你要朝拜上主，你的天主；單單事奉祂。』」魔鬼又帶領祂到耶路撒冷，把祂放在聖殿頂上，對祂說：「祢若是天主子，就從這裡跳下去罷！因為經上記載：『天主為祢吩咐了祂的天使保護祢，用手托著祢，免得祢的腳碰在石頭上。』」耶穌回答說：「經上說：『你不可試探你的天主上主。』」魔鬼用盡了各種試探後，就離開了祂，再等待別的機會。

——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

奉獻曲： 252 信德

D 4/4

楊洛詞

$1 \underline{3} \mid \overbrace{2 - - -} \mid 2 - \underline{7} \underline{2} \mid \overbrace{1 - - -} \mid 1 -$
 口承 認 心相 信

$3 \underline{5} \mid 4 \underline{4} \underline{4} \underline{4} \mid 4 - 4 \underline{6} \mid \overbrace{5 - - -} \mid 5 -$
 救主 耶穌從死 者 中復 活！

$4 \underline{5} \mid 6 \cdot \underline{6} \underline{6} \underline{4} \mid 2 - 3 \underline{4} \mid 5 \cdot \underline{5} \underline{5} \underline{3} \mid 1 -$
 脫離 罪 惡獲救 恩，聖神 引 領新 生 命，

$2 \underline{3} \mid 4 \cdot \underline{4} \underline{4} \underline{2} \mid \underline{7} - 1 \underline{2} \mid \overbrace{1 - - -} \mid 1 - \parallel$
 遵守 聖 言行愛 德 成義 人

參禮者共同的姿勢是參禮團體各成員間合一的標記：請從唱天主經開始保持站立，直到教友們領完聖體。領聖體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，請將雙臂交叉在胸前。

領主曲：感恩歌

Bob Fabing, S.J.

疊句：C 4/4 流暢地 ♩ = 84

譯詞：彭育申

0 5 3 5 | i . 7 6 7 | 5 - 3 5 | 6 5 3 -
 我們生活不只靠餅，也靠上主口
 3 | 4 4 4 3 2 3 | 1 - - - | 1 - - - ||
 所發出的一切言語。

詩節：

3 . 4 5 4 3 | 2 . 3 4 2 | 1 . 2 3 2 1 | 5 - - - | 6 . 7 i 2
 1 讓我們歡唱感恩之歌，聆聽上主聖言。祂在呼喚
 2 觀望四周，看上主子民聚集在主愛中。看清上主
 3 主以天糧飽餵我們，看！基督聖體聖血。祂還需給
 7 | 5 - - - | 3 4 5 2 3 4 | 2/4 1 2 3 . 3 | 4/4 2 - - - | 2 - - - ||
 1 我們忠實地信靠祂，永遠愛祂。
 2 的愛在此處，在此刻，上主臨在。
 3 什麼？擘餅傾酒，賜大愛，哦主！

出堂曲：四十天又四十夜

F (Dm) 4/4

HEINLEIN

3 3 6 7 | 1 2 3 - | 3 3 5 5 | # 4 4 3 - |
 1、四十天又四十夜，主曾齋戒在曠野。
 2、讓我們來效法主，祈禱守齋並刻苦。
 3、願我們有主平安，並活出真福八端。
 4、求主領我們腳步，常走祢指引道路。
 3 3 4 4 | 2 2 3 - | 3 3 2 1 | 7 7 6 - ||
 1、四十天又四十夜，雖受試探不曾跌。
 2、痛改前非跟隨主，與祂走十架苦路。
 3、願天使我們陪伴，為我們代禱不斷。
 4、將來與祢見天父，復活在天享永福。

彌撒特別意向欄（請在一週前直接交給神父）：

本華人教友團體為李神父姊夫董天田（若望）求安息主懷。

張蕙蓮為趙清潤老師的亡靈求安息主懷。

張蕙蓮為翁松齡老師求主賜早日康復。

林明谷全家為父親林益舟求靈魂安息。

聖嬰基信團為 Calvin Lin 父親林益舟伯父求天鄉永福。

葛忠芬為葛政的亡靈求安息主懷。

Mary Rose Lee 與哥哥 T. C. Leung 為母親潘佩貞
求安息主懷、天鄉永福。

楊尚明、屈嘉明為同學楊學忠的母親楊黃德懿伯母
求安息主懷、永享天福。

蘇闊為李神父姊夫董天田（若望）求靈魂永安。

劉培宜、陳恆德追思父親劉尚民，求安息主懷。

楊學忠追思父親楊銘璋、母親楊黃德懿靈魂永安。

安家姊妹們為父親安廣、母親安郭素卿求天鄉永福。

蔡翠柳及家人為祖父蔡祥裕求平安、早日康復。

蔡冰晶、葉秋燕率全家感謝主恩，求主賜新的一年平安喜樂。

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、李慶堉、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、譚雅德、曹龔安愚、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、傅家琦、于朱浣蘭、梁福財、薛衡山、Uma 譚、范一弓、馬房添輝、張婷江、陳莉姍、王耀宗、郭明德、李黃卓辰、傅佩玉、彭保祿神父、余原、郭德蘭、周富美、李蕙若、盧如心、Evonne Wu、Dominic Hsiao、Evelyn Peng、Emilia Chen、袁平先、袁張昭華、林翠萍、鄭建國、鄭余美祝、劉戊鏗、Adams Ko、林菊英、楊秀鑾、吳祝愛娟、Kasey Liang、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、Anna 李、陳大安、牛濟滄、馬媽媽、馬裕忠、曾少屏、薛玉山、周雍銓、Joanna 梁、葉壁瑄、張世琪、陳天福、Cindy Peng、Maria Brett、胡慧蓉、梁淑雯、張朝禎、Judy 謝、張啟勛、Canisius Hanafi Setionago、沙玉芝、吳爾謙修女、張美華。
為新亡者祈禱：吳碧真、潘佩貞、楊黃德懿、董天田、王彤、林益舟。

教會消息欄

《慈悲面容》：教宗方濟各慈悲特殊禧年詔書

16. 在路加福音，我們找到另一重要元素，有助我們以信德善度禧年。路加記載，耶穌回到納匝肋，在安息日，按祂的習慣，進了會堂。有人請祂讀經及解釋經文。那是出自依撒意亞先知書，經文說：「吾主上主的神臨到我身上，因為上主給我傳了油，派遣我向貧苦的人傳報喜訊，治療破碎了的心靈，向俘虜宣告自由，釋放獄中的囚徒，宣佈上主恩慈的喜年」（依 61:1-2）。「上主施恩之年」或「慈悲之年」：這是主所宣佈，也是我們現今渴望的一年。這聖年將要展現耶穌使命豐盛的恩惠，即先知之言的迴響：給窮人送上一句安慰的話或一項安慰的行動；給在現代世界被新的奴役方式所束縛的人，宣告釋放；使自困愁城而緊閉心眼的人，重見光明；給被剝奪尊嚴的人恢復尊嚴。當基督徒以見證回應信仰的召叫，耶穌的宣講便再度成為可見的。願宗徒的訓誨與我們相偕：「行慈悲的，應該和顏悅色。」（參羅 12:8）

17. 尤其應更熱心善度這禧年的四旬期，使成為慶祝和經驗天主慈悲的特殊卓越時刻。聖經中許多章節，都適合用於四旬期各週的默想，幫助我們重新發現天父慈悲的面容！我們可重複米該亞先知的話，使成為我們的心聲：「那裡有神相似祢，赦免罪惡，寬宥他的基業——遺民的過錯，不堅持憤怒於永遠，反而喜愛仁慈（慈悲）？祢必再憐憫我們，將我們的邪惡踏於足下，將我們的一切罪過投入海底。」（參米 7:18-19）

在這祈禱、齋戒、行愛德善工的四旬期內，可更具體地默想依撒意亞先知的話：「我所中意的齋戒，豈不是要人解除

不義的鎖鏈，廢除軛上的繩索，使受壓迫者獲得自由，折斷所有的軛嗎？豈不是要人將食糧分給饑餓的人，將無地容身的貧窮人領到自己的屋裡，見到赤身露體的人給他衣穿，不要避開你的骨肉嗎？若這樣，你的光明將要射出，有如黎明，你的傷口將會迅速地復原；你的救援要走在你前面，上主的光榮要作你的後盾。那時，你如呼喊，上主必要俯允；你若哀求，祂必答說：『我在這裡！』你若由你中間消除欺壓、指手畫腳的行為和虛偽的言談，你若把你的食糧施捨給饑餓的人，滿足貧窮者的心靈；那麼，你的光明要在黑暗中升起，你的幽暗將如中午。上主必要時常引領你，在乾枯之地，使你心滿意足，並使你的骨頭堅強有力；你將成為一座灌溉的樂園，一個總不涸竭的水泉。」（依 58:6-11）

每個教區，應在四旬期第四主日前的星期五及星期六，舉行「奉獻廿四小時給天主」。這樣，眾人，包括青年，回來參加和好聖事；藉此經驗，他們重新發現回歸上主的道路，善度熱切祈禱的時刻，找到生命的意義。讓我們再度將和好聖事置於中心，好讓眾人親身體驗天主慈悲的寬宏大量。為懺悔者，和好聖事將是獲得內心真正平安的泉源。

我會不厭其煩地重申，聽告解者乃是天父慈悲的真實標記。我們不會自動成為優秀的聽告解者。只有當我們設身處地，容許自己成為懺悔者，尋求上主的慈悲，我們才會成為優秀的聽告解者。請不要忘記：作為聽告解者，是參與耶穌的使命，成為堅定不移的神聖之愛的具體標記；這神聖之愛常常樂於寬恕和拯救。我們作司祭的，領受了聖神之恩，為赦免罪過，而我們也要為此負責。我們並沒有玩弄和好聖事之權，反之，我們要透過和好聖事，做天主慈悲的忠誠僕人。每位聽告解者接待信友時，必須如同浪子比喻中的父親：走上前迎接兒子，縱使兒子揮霍了自己的家產。聽告解者的召叫，是擁抱悔改的兒子返回家園，並因兒子回家而洋溢歡樂。讓我們也不厭其煩地走出去，走到那站在外邊、無法歡慶的另一個兒子，給他解釋：他的判斷，在父親的無限慈悲面前，顯然是嚴苛、不公和毫無意義的。請聽告解者不要問無用的問題，卻要如同比喻中的父親，打斷浪子預先準備好的講辭；請聽告解者學習接納每位懺悔者從心湧出對獲得援助和慈悲的央求。簡而言之，時時處處，任何境況，無論如何，聽告解者都是被召作以慈悲為首要的標記。【未完待續】

佈告欄

二月：聖家月

二月因農曆新年及接待遊民，彌撒後茶點暫停

慕道班啟事

慕道班因總主教座堂甄選禮暫停一次。
請繼續為候洗者們祈禱。

祝所有夫妻們世界婚姻日快樂！

聖谷東區冬季遊民食宿服務計劃

本堂將於今年 2/16 至 2/29 再次參與聖蓋博谷東區冬季遊民食宿服務計劃。若您願意捐衣物、盥洗用品、長統襪、男女內衣、及新或乾淨的毛巾，請將其帶到辦公室。若是您想捐助金錢或特別的食物，請與神父或執事聯絡。**本華人團體將於 2/21 (下主日) 在中文彌撒後為遊民們準備 2/22 的午餐袋。歡迎大家踴躍參加！**

我餓了，你們給了我吃的；我渴了，你們給了我喝的；我作客，你們收留了我。（瑪廿五 35）

東區華語四旬期一日避靜

主講：李偉平神父 主題：如同天父滿懷慈悲
日期：3/5 (週六) 時間：9:30 AM 至 4 PM (9 AM 報到)
費用：\$10 (包括午餐) 地點：本堂禮堂
(歡迎自由奉獻) 報名：蘇闊姊妹 (626) 758-7007

堂區消息

- **本堂四旬期週一至週五時間表** 彌撒：8:30 AM、7 PM
拜苦路：週五 6:30 PM 明供聖體：週五 7 PM 彌撒後
- **總統日**：二月十五日(明天)是總統日，本堂辦公室休假。
- **奉獻廿四小時給天主**：教宗方濟各在慈悲特殊禧年詔書中呼籲所有教區在在四旬期第四主日前的週五及週六舉行「奉獻廿四小時給天主」。本堂的奉獻廿四小時給天主將始於 3/4 週五 8:30 AM 彌撒，止於 3/5 週六 7:45 AM 彌撒。本堂將在此時舉行廿四小時全天全夜明供聖體，並將有神父長時間地聽告解。本堂的各善會及團體將輪流負責守聖時，但我們邀請所有教友隨時到聖堂，不分晝夜，來與主相遇。我們偕同普世教會一起感謝天主偉大的仁慈，並偕同普世教會一起祈求我們能如同天父滿懷慈悲。
- **巴柏·赫德慈悲音樂會：福音跳動的心**
著名禮儀音樂作曲家巴柏·赫德將到我們堂區舉辦一場資助洛杉磯縣/南加大醫學中心牧靈關懷的音樂會。當晚他將與 Anawin 及本堂聖詠團以祈禱、歌唱來探索福音中顯示基督是天主慈悲的面容的章節。入場不需票：在門口自由樂捐。日期：2/20 (週六) 時間：7 PM
- **Together in Mission 2016 「我們雖然眾多，卻是一體」**：我們由衷地感謝所有已慷慨認捐的教友們。尚未有機會認捐的教友們可填寫座位上的認捐表並放入彌撒奉獻籃或交給接待員。今年我們堂區的目標是 \$97,300。我們希望所有的家庭都共襄盛舉來捐助總教區內最貧窮的姊妹們。

堂區其他消息請看英文週訊 (在聖堂大門口)。

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！