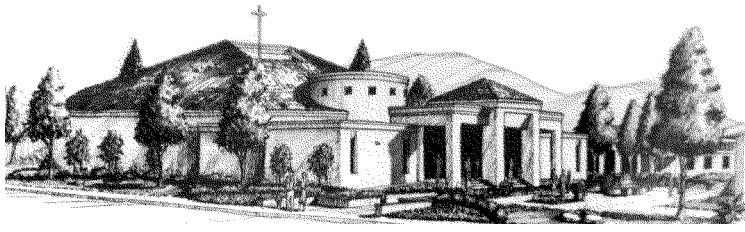


# 天主教聖谷東區中文週訊



丙年四旬期第五主日

主曆二〇一六年三月十三日

## 讀經默想欄

(摘自吳智勳神父的《和平繪音》)

### 甲年四旬期第五主日：拉匝祿，出來！

上兩主日的福音提到耶穌基督是活水、是光明，今日的福音講耶穌是復活與生命，彼此都是相關連的。水是屬靈生命的開始，光是生命的指示，復活是生命的最終目的。這一切都指向基督，以基督為中心。若望刻意安排耶穌是生命最圓滿的答案，奇跡是他福音中的第七個，也是最後一個；復活的日子，是耶穌聽到拉匝祿生病的消息後的第七日，復活帶來新創造、新生命的開始。此事跡給信仰帶來很大的啟示。

(I) 痛苦是信仰歷程中少不了的因素：面對著痛苦，人自然轉向天主祈求，像曼德、瑪麗兩姊妹對耶穌說：「主啊，祢所愛的人病了！」她們讓耶穌知道彼此的關係是如何密切，祈求的東西盡在不言中。故事讓我們看出，連耶穌心愛的人，也不能免除生活上的痛苦。我們的信仰主要並非在現世生命中求福免禍，逢凶化吉。曼德代表不少人的心態，渴求奇跡發生，但耶穌提昇她到另一境界：「我就是復活，就是生命……」，然後挑戰她：「妳相信這話嗎？」

(II) 痛苦的經驗使人接觸到憐憫人的天主：耶穌對人的痛苦，並非無動於衷，祂傷感、流淚。祂的淚，不像那時職業性的哭喪婦女，陪著主人家哭，但求營造哀傷氣氛。耶穌的傷感是由人的痛苦而引發的，痛苦當然不好受，但痛苦深處蘊藏著天主的救援。天主不一定以奇跡使人離開痛苦，但祂總會在痛苦中拯救信祂的人，讓他感受到祂的安慰。

(III) 信仰已死的人，耶穌基督也能帶來復活：故事中的奇跡本是指耶穌為生命與死亡帶來答案。孔子沒有這份啟示，故謙稱：「未知生，焉知死。」耶穌卻以天主性的權威

## 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

宣稱：「我就是復活，就是生命。」答案就在祂身上。故事若引用在信仰生命上，耶穌能使信仰已死的人復生。死了四天，屍體發臭，確定了死亡的事實；手腳被布條纏著，面被汗巾遮著，洞口被石頭堵塞著，象徵著信仰受到內在的限制，但這一切都不能阻擋天主的能力。耶穌大聲喊叫：「拉匝祿，出來！」耶穌喊叫人的名字有極大的能力，應驗了祂說過的話：「羊聽祂的聲音，祂按著名字呼喚自己的羊。」(若十 3) 信仰已死的人聽到祂的呼喊，也能復生。

在四旬期中，讓我們注意耶穌呼喚我們每人的名字，叫我們「出來」！生活中我們總有不自由的地方，受很多東西支配，像拉匝祿一樣是個被布條纏住不能行動的怪物；面上的汗巾使我們看不清楚方向，不知生活為了甚麼或往何處去；生活在像墳墓一樣的環境裡，冷冰冰的沒有生氣，沒有溫暖，沒有愛心。只有基督的呼喚，才能使我們甦醒過來。另一方面，讓我們也為失去信仰的人祈禱，聆聽耶穌召喚我們幫助祂：「解開他，讓他行走吧！」祂藉我們的手，恢復別人的信仰，使他們自由。在反省信仰之餘，讓我們靜聽耶穌的呼喚：「拉匝祿，出來！」

## 主日彌撒欄

進堂曲：我靈感謝主

D 4/4

彭育申 譯詞

3 2 1 i | 5 4 3 - | 1 1 2 2 | 3 - 3 4 5 | 2 - - - |  
1-2、我靈感謝 主。讚美祂聖 名。

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

1、聽祂對我 所說的。祂帶我回 家。

2、看祂對我 的計劃。祂賜我永 生。

3 2 1 i | 5 4 3 - | 1 1 2 2 | 3 - 3 4 3 | 2 -

1、祂不會厭 煩 直到我歸 回。

2、祂絕不安 眠 直到我得 救。

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

1-2、因 祂愛我們 每個人。讚 美祂聖 名。

## 讀經一：

恭讀厄則克耳先知書

三七，12~14

天主上主這樣說：我的子民，我要親自打開你們的墳墓；我要從墳墓中把你們帶出來，領你們回到以色列的本土。我的子民！當我打開你們的墳墓，領你們出來以後，你們就知道我是上主。我要把我的神注入你們身內，使你們生活，安居在你們自己的土地上，這樣，你們就知道我是上主；我說了，一定會實行。——上主天主說。

——這是上主的聖言。

答：感謝天主。

## 答唱詠：詠一二九

答： F 4/4 虔敬 悠揚  $\text{♩}=110$  朱健仁 曲

1 5 6 1 1 2 | 1 - - 6 | 1 6 1 1 6 | 5 - - - |  
上主慈悲為懷，（樂於救贖。

6 5 6 1 2 3 | 2 - - 3 | 5 2 3 3 2 | 1 - - 0 ||  
上主慈悲為懷，）樂於救贖。

## 領：

一、上主，我從深淵呼求祢；我主，求祢俯聽我的哀告，側耳諦聽我的祈禱。側耳諦聽我的祈禱。

二、上主，祢若細察人罪辜，我主，又有誰還能站得住，而祢一向寬恕為懷，我們對祢起敬起愛。

三、我的心靈期待上主，期待上主的諾言。我的心靈期待上主，勝於更夫待旦。

四、以色列，你要仰賴上主，因祂慈悲為懷，樂於救贖。祂必拯救以色列，脫離一切罪惡。

## 讀經二：

恭讀聖保祿宗徒致羅馬人書

八，8~11

弟兄姊妹們：凡隨從肉性的人，決不能得天主的歡心。如果天主的聖神真的住在你們內，你們的生活就不受肉性的支配，只受聖神的領導。人若是沒有基督的聖神，就不是屬於基督的。如果基督住在你們心裡，雖然你們的身體因罪惡而死亡，但天主的聖神要賜給你們生命，因為天主已使你們跟祂和好了。還有，如果那使耶穌從死人中復活的聖神、住在你們心裡；那麼，那使基督從死者中復活的天主，也必要藉那住在你們內的聖神，使你們那必死的身體復活。——這是上主的聖言。

答：感謝天主。

## 福音前歡呼詞：

答： F (Dm) 3/4  $\text{♩}=180$  朱健仁 曲

6 - 3 | 3 - 2 3 | 5 3 1 | 2 - - | 2 - - | 1 2 1 | 6 - - | 6 - - ||  
主耶穌，我們讚美祢，光榮祢！

領：主說：我就是復活，就是生命；  
信從我的人，必永遠不死。

## 福音：

恭讀聖若望福音

十一，1~45

◎：那時候，有一個病人，名叫拉匝祿，住在伯達尼，就是瑪麗和她姊妹曼德的村莊。瑪麗就是那曾用香液傅抹過主，並且用自己的頭髮把祂的腳擦乾的婦人，患病的拉匝祿是

她的兄弟。姊妹二人派人到耶穌那裡說◎：「主啊，祢所愛的人病了！」◎：耶穌聽見這消息，就說◎：「這病不至於死，而是要彰顯天主的光榮，天主子也要因此而受到光榮。」◎：耶穌一向愛曼德和她的妹妹以及拉匝祿。當祂聽說拉匝祿生病，又在原地逗留了兩天，然後才對門徒說◎：「我們回到猶太去吧！」◎：門徒們說◎：「老師，近來猶太人正想用石頭打祢，祢還想到那裡去嗎？」◎：耶穌說◎：「白天不是有十二個小時嗎？一個人在白天走路，不致於跌倒，因為他看得見這世界上的光；但是，在黑夜走路，才會跌倒，因為他看不見光。」◎：耶穌說完了這些話以後，接著又對他們說◎：「我們的朋友拉匝祿睡著了，我要去叫醒他。」◎：門徒們說◎：「主啊！如果他睡著了，就會好的。」◎：其實耶穌是指他已經死了，他們卻以為他是真的在睡覺。於是，耶穌就明白地說◎：「拉匝祿死了。我倒很慶幸，我不在那裡，這樣可以使你們更相信我。現在我們到他那裡去罷！」◎：那稱為雙胞胎的多默向其他的門徒說◎：「我們也去，跟老師一起死罷！」◎：耶穌來到伯達尼，聽說拉匝祿已經下葬四天了。伯達尼鄰近耶路撒冷，相距約有三公里；有很多猶太人來到曼德和瑪麗這裡，為了他們兄弟的死來安慰她們。曼德一聽說耶穌來了，就出去迎接；瑪麗卻留在家裡。曼德對耶穌說◎：「主啊！如果祢早在這裡，我的兄弟就不會死！但是我知道即使是現在，祢無論向天主求什麼，天主一定會賜給祢。」◎：耶穌對她說◎：「妳的兄弟一定會復活的。」◎：曼德說◎：「我知道在末日他一定會復活。」◎：耶穌說◎：「我就是復活，就是生命；信從我的，即使死了，仍然要活著；凡是活著而信從我的人，一定永遠不死。妳信這話嗎？」◎：她回答說◎：「主啊，是的，我相信祢就是那要來到世界上的默西亞——天主子。」◎：說了這話以後，就回去叫她的妹妹瑪麗，輕聲地說◎：「老師來了，祂叫妳呢！」◎：瑪麗一聽這話，就立刻起來到耶穌那裡。當時，耶穌還沒有進村莊，仍然在曼德迎接祂的地方。那些陪伴瑪麗在家、正在安慰她的猶太人，看見她匆忙地起來出去，就都跟著她，以為她要到墳上去哭泣。當瑪麗來到耶穌那裡，一看見祂，就俯伏在祂腳前說◎：「主啊！要是祢早在這裡，我的兄弟就不會死！」◎：耶穌看見她哭泣，還有同她一起來的猶太人也哭泣，不禁心神感傷，難過起來，就問◎：「你們把他葬在哪裡？」◎：他們說◎：「主啊，請來看！」◎：耶穌不禁流下淚來。於是猶太人說◎：「你看，祂多麼愛他啊！」◎：其中也有人說◎：「祂治好過生來就是瞎子的眼睛，難道不能使這個人不死嗎？」◎：耶穌心中又感傷起來，隨即來到墳墓前。這墳墓是一個洞穴，洞口有一塊石頭堵著。耶穌說◎：「把石頭挪開！」◎：死者的姊妹曼德說◎：「主啊！已經臭了，因為已經有四天了。」◎：耶穌說◎：「我不是告訴過妳：如果妳信，就會看到天主的光榮嗎？」◎：他們就把石頭挪開；耶穌舉目向上說◎：「父啊！我感謝祢，因為祢俯聽了我。我本來知道祢常常俯聽我，但是我說這話，是為了四周站立的群眾，讓他們相信是祢派遣了我。」◎：說完這話，就大聲喊道◎：「拉匝祿，出來罷！」◎：

死者就出來了，手腳都纏著布條，臉上還蒙著汗巾。耶穌向他們說⊕：「解開他，讓他行走吧！」⊙：許多到曼德和瑪麗那裡去的猶太人，一看到耶穌所作的事，就信了祂。  
——這是上主的福音。  
**答：基督，我們讚美祢。**

## 慕道班懇禱禮

召喚候洗者、為候洗者祈禱、驅邪禮

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

奉獻曲： 祢愛之歌

Bob Fabing, S.J.

G 4/4

譯詞：崔國容

0 3 3 3 3 3 5 | 5· 4 4 - | 0 2 2 2 2 2 4 | 4· 3 3 - |

- 願祢的愛使我再聖善 祢的眼睛使我再看見
- 願祢的誕生使我重生 祢的死亡使我再自由
- 願我用淚再洗祢的腳 用手帕再擦拭祢聖容

0 1 1 1 1 1 3 | 3· 2 2 - | 0 7 1 2 | 2 - - - |

- 祢的聖言使我再聽見 祢愛之歌
- 祢的生命使我再歡唱 祢愛之歌
- 讓我的家再使祢安歇 當幫助人

0 3 3 3 3 3 5 | 5· 4 4 - | 0 2 2 2 2 2 4 | 4· 3 3 - |

- 願祢的手再接觸貧困 祢的雙臂再擁抱病患
- 願祢的腳重踏世間路 祢的呼喚再復活死者
- 讓我再給祢的食糧 再陪伴祢背負十字架

0 1 1 1 1 1 3 | 3· 2 2 - | 0 0 7 7 1 | 1 - - - | 1 - - - ||

- 祢的笑容再充滿人心 藉著我
- 祢的德能再平息風浪 藉著我
- 再答覆祢的慈愛召喚 我心切望

0 1 1 1 1 1 | 1 5 5 - 0 | 6 1 · 6 1 · |

主祢的愛在我心 撫我癒我

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

教我更愛祢如同 夜空北極星 指引我

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

跟隨著祢 寸步不離

**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： 我是生命之糧

A<sup>b</sup> 4/4

Suzanne Toolan, RSM

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

- 我是生命之糧，誰到我這裡就不饑餓，信我
- 我賜給人食糧，是為賜給世界新生命，誰若
- 若你不領聖體，不喝基督的真正寶血，不飲
- 我的身體和血，是真實的食物和飲料，誰吃
- 就如永生天父，派遣了聖子來到世界，我因
- 我是真理道路，我是永遠生命的泉源，誰若
- 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 -

- 的將不口渴 那領受我的人，他必永遠得救
- 吃了這糧食 他將永遠生活，他將永遠生活
- 耶穌的體血 在你一身之內，你就沒有生命
- 了我的身體 喝了我的寶血，必將獲得永生
- 天父而生活 那吃我肉的人，將因我獲永生
- 在我內生活 我在他內生活，我在他內生活
- 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。

出堂曲： 252 信德

C 4/4

楊洛詞

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

口承認 心相信

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

救主耶穌從死者中復活！

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

脫離罪惡獲救恩，聖神引領新生命，

2 3 | 4 · 4 4 2 | 7 - 1 2 | 1 - - - | 1 - ||

遵守聖言行愛德成義人

**彌撒特別意向欄（請在一週前直接交給神父）：**

本華人教友團體為張相之弟兄的父親張金增伯父  
求安息主懷、永享天鄉福樂。

林張貴妹感謝天主，求賜健康、全家平安喜樂，  
也感謝天主賜兒子林俊明生意順利。

趙曉明、李如卿追思父親趙日光（伯多祿）、  
母親金麗娟（瑪利亞），求天鄉永福。

趙金潤、符曙新追思父親趙森岩、母親趙楊淑琴，  
求天鄉永福。

浦梁淑英追思卓宗武弟兄，求天鄉永福。

趙家兄弟姊妹為母親張世琪求主恩賜健康平安。

盧美君及家人追思外婆楊艷瓊，求靈魂安息主懷。

郭如萱為母親郭史慶華求主賜早日康復。

楊學忠追思父親楊銘璋、母親楊黃德懿，求靈魂永安。

安家姊妹們為父親安廣、母親安郭素卿求天鄉永福。

牛麗生、牛濟滄紀念母親胡亞萍逝世四週年，求早升天國。

蔡冰芝全家為父親蔡祥裕求平安、早日康復。

蔡萬裕為全家感恩求恩。

蔡韶雯為全家感恩求恩。

蔡冰芝、蔡冰晶追思哥哥彭善增（保祿），求靈魂早日安息主懷。

聖家基信團為張相之弟兄的父親張金增伯父求天鄉永福。

聖詠團為張相之父親張金增伯父求靈魂永安。

黃淑英為先父黃景祥逝世 40 週年獻追思彌撒，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、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、Evdonne Wu、Dominic Hsiao、Evelyn Peng、Emilia Chen、袁平先、袁張昭華、林翠萍、鄺建國、鄺余美祝、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、葉璧瑄、張世琪、陳天福、Cindy Peng、Maria Brett、胡慧蓉、梁淑雯、張朝禎、Judy 謝、沙玉芝、Canisius Hanafi Setionago、吳爾謙修女、傅修女、郭史慶華。

**為新亡者祈禱:** 王彤、林益舟、張啟勛、張金增、彭善增。

## 教會消息欄

### 《慈悲面容》：教宗方濟各慈悲特殊禧年詔書

22. 禧年也必帶來大赦的頒賜。這做法在慈悲聖年意義更為重大。天主的寬恕無遠弗屆。藉耶穌基督的聖死與復活，天主使祂的愛更加彰顯；祂的愛是摧毀人類一切罪惡的力量。藉此逾越奧蹟，以及教會的中保角色，使與天主和好，成為可能。這樣，天主時常樂於寬恕，且總不厭倦地以常新又使人驚訝的方式，施以寬恕。畢竟，我們都深明在罪惡下的經歷。我們知道我們是被召邁向成全的（參瑪 5:48），但我們也感到罪惡的重擔。我們既感受到恩寵的轉化能力，又感受到我們在失落的處境下罪惡的遺害。雖然我們已被寬恕了，但因我們的罪惡所引發的衝突後果仍殘留。在和好聖事中，天主寬恕了我們的罪，真的是一筆勾銷，但罪惡對我們的思想行為仍帶來負面效果。但是，天主的慈悲比這一切都更強。這就是大赦，即是父透過基督的新娘——祂的教會，走向已蒙寬恕的罪人，使他脫離罪惡殘留給他的後果，使他能以仁愛行事，在愛中成長，不致重墮罪愆。

教會在聖人的共融中生活。在感恩祭中，這份天主所賜的共融，使我們得與不可勝數的聖人及真福（參默 7:4），達成靈性的連結相通。他們的聖德在我們軟弱時，作我們的助佑，使教會能以她慈母般的祈禱，以及她的生活方式，幫助她軟弱的成員，由其他成員得到強化。故此，活出聖年大赦，意指奔赴天父的慈悲，確信祂的寬恕必延伸至信者的整個生命。求得大赦，就是要經驗教會的聖德，她給眾人賜贈基督救贖的果實，好使天主的愛和寬恕，無遠弗屆。讓我們愈加活出禧年，呼求天父寬赦我們的罪，使我們沐浴在祂充滿慈悲的「大赦」中。【未完待續】

## 佈告欄

三月：聖若瑟月

彌撒後茶點服務組

本週：讀經員

下週：送聖體聖血員

## 慕道班啟事

本週主題：「真福八端、天主教七罪宗和教會四規」

聯絡人：符曙新弟兄或趙金潤姊妹 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

## 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
- **四旬期和好聖事時間表：** 3/15: 7:30 PM, 本堂。  
3/22: 7:30 PM, St. Lorenzo Ruiz. 3/23: 7:30 PM, St. Denis.
- **聖枝主日啟事：** 聖枝主日每台彌撒都將提早十分鐘在聖堂外舉行紀念主基督榮進耶路撒冷的儀式。



- **本堂逾越節三日慶典摘要：**

主的晚餐彌撒：3/24, 7:30 PM (多族裔)

紀念救主受難禮儀：3/25, 2 PM & 7:30 PM (英文)

紀念救主受難禮儀：3/25, 5:30 PM (中文)

復活前夕守夜禮：3/26, 7:45 PM (多族裔)

復活主日中文彌撒：3/27, 3:30 PM (如常)

- **為親友獻百合花：** 這個復活期您可為您（在世或過世）的親友獻一盆用來裝飾教堂的百合花。您可從**3月21日起將百合花帶到辦公室**，並將您親友的姓名寫在辦公室提供的卡片上。
- **Together in Mission 2016「我們雖然眾多，卻是一體」：** 今年我們堂區的目標是 \$97,300. 目前認捐額：\$52,204.
- **希頓姆姆四旬期湯廚：** 本堂遣使會將於 3/18 週五從 6 PM 到 8:30 PM 在禮堂提供四旬期齋餐。
- **復活節食物籃：** 本堂以往在感恩節及聖誕節會發食物籃。今年慈悲禧年也將首次在復活節發食物籃。本堂需要願意供應食物的公司行號。若您有資料或問題請與執事或 Ray Gallergo 聯絡：raygallego@mac.com 或 909-268-6468
- **三月捐贈項目：** 白瑞神父 (Fr. Barry) 的慈善機構需要復活節的糖果及玩具。請將捐獻物帶到本堂辦公室。

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！