

# 天主教聖谷東區中文週訊



## 乙年四旬期第三主日

### 主曆二〇一八年三月四日

## 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： 四十天又四十夜

F (Dm) 4/4 HEINLEIN

3 3 6 7   1 2 3 -   3 3 5 5   # 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，與祢走十架苦路。
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。

### 讀經一：

恭讀出谷紀 十七，3~7

那時候，人民在曠野裡非常口渴，就埋怨梅瑟說：「你為什麼從埃及把我們領出來？難道是要我們和我們的兒女、以及牲畜都渴死嗎？」梅瑟向上主呼號說：「我要怎樣對待這些人民呢？他們幾乎就要用石頭砸死我了！」上主回答他說：「你帶領幾個以色列長老，跟你一起到以色列人面前，你手裡要拿著你先前擊打尼羅河的棍杖；我要站在你面前，在曠野的一塊磐石上；你去擊打那磐石，就有水流出來，給人民喝。」梅瑟就當著以色列的長老的面這樣作了。他稱那地方為瑪撒和默黎巴，因為以色列人民在那裡爭吵過，並試探過上主，他們說：「上主是否在我們中間？」

——這是上主的聖言。 **答：感謝天主。**

### 答唱詠： 詠九四

答： A 4/4 姜震譜曲

5 3 5 | i i i i 7 7 5 | 6 - - 6 6 | 7 7 7 - 6 5 | i - i ||

你們今天要聽從祂的聲音，不要再那樣心硬！

### 領：

一、請大家前來，向上主歡呼，向拯救我們的磐石歌舞。  
一齊到祂面前感恩讚頌，向祂歌唱聖詩，歡呼吟詠。

## 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

指導司鐸：李神父 (Fr. Francis Li) 手機：213-284-2001

辦公室：626-964-3629 x125 或 x335

榮休指導司鐸：張神父 (Fr. Peter Tsang) 626-964-3629

終身執事：朱執事 (Dn. Peter Chu) 626-964-3629 x129

輪值理事：陳賀章弟兄 315-678-6888

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

二、請大家前來叩首致敬，向造我們的天主跪拜，因為祂是我們的天主，我們是祂牧養的子民，是祂親手領導的羊群。

三、你們今天要聽從祂的聲音不要像在默黎巴那樣心硬，不要像在曠野中瑪撒那天，你們的祖先看到我的工作，在那裡仍然試探我、考驗我。

### 讀經二：

恭讀聖保祿宗徒致羅馬人書 五，1~2，5~8

弟兄姊妹們！我們既因信德而成義，便藉著我們的主耶穌基督跟天主和好了。我們藉著耶穌靠信德得以生活在天主的恩寵中，並歡欣地盼望分享天主的光榮。這種盼望絕不會落空，因為天主藉著祂所賜給我們的聖神，已經把祂的愛傾注在我們心中。當我們還在軟弱的時候，基督就在預定的時刻為罪人死了。本來為義人而死，已絕無僅有，為好人死，或許有敢作的；但是，基督在我們還是罪人的時候，就為我們死了，這證明了天主怎樣愛我們。

——這是上主的聖言。

**答：感謝天主。**

### 福音前歡呼詞：

答： G 3/4 姜震譜曲

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

基督，天主聖言 願光榮歸於祢。

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

基督，天主聖言 願光榮歸於祢。

領：主，祢真是世界的救主；請給我活水，免得我再渴。

### 福音：

恭讀聖若望福音 四，5~42

⊙：那時候，耶穌來到撒瑪黎雅的一個鎮，名叫息哈爾，這地方靠近雅各伯給他兒子若瑟的那塊地，「雅各伯井」就在那裡。耶穌因為走路疲乏，就順便坐在井傍；那時，大約是中午。有一個撒瑪黎雅婦人來打水，耶穌向她說⊕：「請給我一點水喝！」⊙：那時祂的門徒都到鎮上買食物去了。那撒瑪黎雅婦人回答說⊕：「祢是猶太人，而我是撒瑪黎雅人，

祢怎麼向我要水喝呢？」⊕：原來，猶太人跟撒瑪黎雅人一向不相往來。耶穌回答說⊕：「若是妳知道天主的恩賜，和現在向妳要水喝的是誰，妳或許早就會求祂，而祂也早就賜給妳活水了。」⊕：那婦人問道⊕：「先生，祢連打水的器具都沒有，而井又深，祢從哪裡取得那活水呢？難道祢比我們的祖先雅各伯還大嗎？他把這口井留給我們，他自己，他的兒女和他的牲畜，都曾喝這口井的水。」⊕：耶穌回答說⊕：「喝了這水的人，還要再渴；但是，誰喝了我給的水，就永遠不再渴；並且我給他的水，要在他內成為泉源，湧出活水，使他得到永恆的生命。」⊕：婦人說⊕：「先生，請給我這水吧！免得我再渴，也不需要再來這裡打水。」⊕：耶穌向她說⊕：「妳去叫妳的丈夫，然後再到這裡來！」⊕：婦人回答說⊕：「我沒有丈夫。」⊕：耶穌說⊕：「妳說沒有丈夫，妳說的很對；因為妳已經有過五個丈夫了，妳現在所有的，也不是妳的丈夫。妳說了實話。」⊕：婦人說⊕：「先生，我看祢是一位先知。我們的祖先一向在這座山上朝拜天主，你們卻說：朝拜的地方應該是耶路撒冷。」⊕：耶穌回答說⊕：「女人，妳要相信我，時候快到了，你們將不在這座山上，也不在耶路撒冷朝拜父。你們朝拜你們所不認識的，我們朝拜我們所認識的，因為，救恩是從猶太人來的。但是時候要到，而且現在就是，那些真正朝拜天父的人，要用心神、要按真理朝拜祂，因為，這樣的朝拜正是父所要的。天主是神，所以朝拜祂的人，應該用心神、按真理去朝拜。」⊕：婦人說⊕：「我知道那稱為基督的默西亞要來，祂來了，就會把一切的事告訴我們。」⊕：耶穌向她說⊕：「現在跟妳談話的我，就是默西亞。」⊕：正在這時候，祂的門徒回來了，看見祂跟一個婦人談話，都很驚奇；但是沒有人問那婦人：「妳要什麼？」或問耶穌：「祢為什麼跟她談話？」於是那婦人放下她的水桶，回到鎮上，對大家說⊕：「你們來看！有一個人把我過去所作的一切都說了出來，莫非祂就是默西亞嗎？」⊕：於是大家就往鎮外，到耶穌那裡。這時候門徒請耶穌說⊕：「老師，用飯罷！」⊕：祂卻回答說⊕：「我已經有食物吃，那是你們所不知道的。」⊕：門徒們便彼此詢問⊕：「難道有人給祂送來了吃的嗎？」⊕：耶穌向他們說⊕：「我的食物就是實行派遣我來的那一位的旨意，完成祂交給我的工作。你們不是說：還有四個月纔到收穫期嗎？我對你們說：你們舉目仔細看看這些田地吧，莊稼已經成熟，可以收割了。收割的人領到工資，並且為永恆的生命積聚果實，這樣，使栽種的和收割的一同快樂。這正如俗語所說：『這個人栽種，另一個人收割。』我派遣你們前去收割你們沒有耕作的田地；別人出力，而你們卻去收穫他們辛勞的成果。」⊕：鎮上有許多撒瑪黎雅人信從了耶穌，因為那婦人作證說：「祂把我過去所作的一切都說了出來。」於是，這些撒瑪黎雅人

來到耶穌跟前，請求祂在那裡住下；耶穌就在那裡住了兩天。還有更多的人因為聽了祂的教訓，就信從了祂。他們向那婦人說⊕：「我們現在信了，不是由於妳的話，而是因為我們親自聽見了祂的話，知道祂確實是世界的救主。」——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  
授信經

懇禱曲： 252 信德

D 4/4

楊洛詞

1 3 | 2 --- | 2 - 7 2 | 1 --- | 1 - 3 5 | 4 4 4 4 | 4 - 4 6 |  
口承認 心相信 救主耶穌從死者 中復  
5 --- | 5 - 4 5 | 6 . 6 6 4 | 2 - 3 4 | 5 . 5 5 3 | 1 -  
活！ 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。

遣散曲： 願上主的話堅固你

D 6/8

1 2 | 3 3 3 . | 4 3 1 3 4 | 5 5 5 . | 6 5 3  
願上 主的話 堅固你。願上 主的話 滋養你。  
2 3 | 4 4 4 . | 5 4 2 1 7 | 1 - - | 1 . 0 ||  
願上 主的話 安慰你 到永 遠。

彌撒中奉獻支票抬頭： St. Elizabeth Ann Seton

奉獻曲： 人饑渴

C 4/4 懇切地

經文摘編：葉薇心 作曲：徐世賢

0 --- | 0 -- 0 1 | 3 3 - 3 2 | 1 . 1 2 5 3 0 1 | 3 3 -  
人 饑餓，不是 因為沒有餅。人 乾渴，  
3 2 | 1 . 1 1 6 1 3 3 | 6 6 5 5 | 5 . 5 5 6 3 3 3 |  
不是 因為沒有水。因為 不聽不聽 不 聽神的話；因為  
6 6 5 5 | 7 . 7 7 i 6 0 1 | 3 3 - 3 2 | 1 . 1 2 5 3  
不聽不聽 不 聽神的話。人 饑餓 不是 因為沒有餅，  
0 1 | 3 3 - 3 2 | 1 . 1 1 6 1 . 0 || 3 3 3 6 5 | i 7 7 6 - |  
人 乾渴 不是 因為沒有水。 耶穌說我是生命的糧，  
3 3 3 6 5 | 3 3 3 5 - | 5 5 5 5 6 5 | i 7 7 6 - |  
耶穌說我是 生命的水， 到我這裡來的，永遠不餓。  
5 5 3 5 i | 2 - i . 0 || 0 --- | 0 -- 0 1 | 3 3 - 3 2 |  
信我的永遠 不 渴。 人 饑餓 不是  
1 . 1 2 5 3 0 1 | 3 3 - 3 2 | 1 . 1 1 6 1 3 3 | 6 6  
因 為沒有餅，人 乾渴，不是 因 為沒有水。因為 不聽  
5 5 | 5 . 5 5 6 3 3 3 | 6 6 5 5 | 7 . 7 7 i 6 0 1 | 3 3 -  
不聽 不 聽神的話；因為 不聽不聽 不 聽神的話。人 饑餓  
3 2 | 1 . 1 2 5 3 0 1 | 3 3 - 3 2 | 1 . 1 1 6 1 - ||  
不是 因 為沒有餅，人 乾渴 不是 因 為沒有水。

## 領主曲：來赴聖宴

對經：C 3/4

Bob Hurd

5 - - | 3 4 5 | 6 - - | 5 - 0 | i i i | 7 6 5 | 6 - - | 6 - 0 |  
來！來參加宴 席。來參加主的聖宴。

5 - 5 | 3 4 5 | 3 - - | 3 - 0 | 4 - 4 | 2 3 4 | 2 - - | 2 - 0 |  
飢 餓者將得飽 飫，乾 渴者將暢飲。

3 3 3 | 4 3 2 | 1 - - | 6 - - || 5 - - | 3 - 2 | 1 - - | 1 - - ||  
來參加基督的晚 餐，來 赴 聖宴。(接詩節)

5 - - | 3 - 2 | 1 - - | 1 - 0 | 5 - - | 3 - 2 | 1 - - | 1 - - ||  
(最後) 來 赴 聖宴。來 赴 聖宴。

詩節：0 6 6 | 5 - 5 | 3 4 5 | 5 - - | 0 6 6 | 5 - 4 | 5 - - | 5 - - |

1. 如那孩 童五餅二魚 讓眾人 飽飫，
2. 除非種 子落在地裡 它仍是一 粒。
3. 普世萬 民都被邀請 一齊來 擘餅。

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

1. 我們所 有雖然微薄，主將使其 成為 無比 豐裕。
2. 一旦落 地埋在土裡，才能成長，結出 許多 子粒。
3. 在主內 分享祂生命；在這宴席 主賜 恩寵 滿盈。

2 - - | 2 - - | 0 - - ||

## 出堂曲：254 耶穌，請紀念我

E<sup>b</sup> 3/4

石頭譯

3 3 0 3 | 4 3 4 0 | 2 2 2 2 1 2 | 3 2 3 - |  
耶穌，請 紀念我，當祢將來為王 的時候。

1 1 0 1 | 2 1 2 0 | 7 7 7 7 6 7 | 1 1 1 - :||  
耶穌，請 紀念我，當祢將來為王 的時候。

## 彌撒特別意向欄

張佩莉為羅媽媽劉永康 (Lucia) 求早日安息主懷。  
曹邦蔚、曹邦蘭、曹邦荃為母親曹龔安愚求安息主懷，  
天鄉永福。

聖詠團為羅劉永康求靈魂永安、息止安所。

Lisa 張為尚偉豪的母親陳玉清求天堂永安。

陳昭娥為母親陳張雲卿求安息主懷、天鄉永福。

陳昭娥為林聞芳弟兄求安息主懷。

麥仙怡求主賜出入平安。

浦梁淑英為林聞芳兄求安息主懷、天鄉永福。

張相之、沙玉芝夫婦為陳忻和 (Simon) 求安息主懷。

松柏歌詠團為高崇岩先生求早日康復。

張家為葛慧英的亡靈求安息主懷。

許肇基、張美華為小弟許肇堃求主護祐他手術順利，  
並賜給他平安，早日恢復健康。

莫逢傑為父親莫興齡、母親莫曹德貞求天鄉永福。

Bosco & Lisa 張追思爺爺奶奶、外公外婆、父親母親、  
Uncle Eddie & Aunt Mae，求享天堂永福。

喜樂基信團為林聞芳先生求安息主懷、天鄉永福。

蔡冰華、張遠紅追思大姨媽 (瑪利亞)，求靈魂早升天堂。

彭馥青為大姊鄧彭長青求安息主懷、天國永福。

彭馥青與呂純蓉為歐陽小平求安息主懷、天鄉永福。

## 代禱欄

**求健康：**張錦泉神父、李黃卓辰、林翠萍、周富美、盧如心、  
劉戊鏗、章桐君、劉單占淑、張永祜、Anna 李、牛濟滄、  
薛玉山、張世琪、傅修女、張朝禎、岳何月英、牛麗生、  
吳爾謙修女、李沁、簡嘉鏊、李鑫源、劉友桐、胡媽媽、  
楊鄂俊才、邵敏齡、邵鳳燕、周裕、梁漢源、Eddy 趙、  
Shirley, HK Yu、童林娥、鄭金坤賢、韓王璐華、鄭國瑩、  
葉李吟新、Angel Estrada、楊桂芝、劉有忠、謝瑩、崔定民、  
曹粉蓮、王仲安、王台陽、黃美容、阮德俊、宋思羽。

**為新亡者祈禱：**鄭德泮神父、曹龔安愚、陳忻和、林聞芳、  
鄧彭長青、歐陽小平、羅劉永康。

## 教會常識欄

### 四旬期彌撒讀經

甲年的四旬期選經都是為教友和候洗者一起，反省洗禮的意義的，故此甲年四旬期三、四、五主日的選經，尤其福音，都是為舉行候洗者懇禱禮，準備他們在逾越節受洗而設。如果有候洗者參與禮儀，每年都應選用甲年四旬期的讀經。

## 教會消息欄

### 聖座四旬期避靜第7場默想： 學習從自身的渴求汲水

(梵蒂岡電台訊)我們的匱乏乃是耶穌介入的地方。托倫蒂諾 (José Tolentino Mendonça) 神父2月21日下午在聖座四旬期避靜第7場默想中如此表示。他指出，靈修生活的最大障礙並非我們的軟弱，而是我們的強硬和自滿。因此，我們必須從自身的渴求中多加學習。

托倫蒂諾神父鼓勵眾人以團體歷程的方式活出靈修。關於這點，古鐵雷斯 (Gustavo Gutiérrez) 神父在他的作品中強調：「從同一口井中汲水飲用，是子民的靈修之旅。」這口井是具體的靈修生活。我們奮力擁抱的人性，包括我們自己的和他人的人性，正是耶穌所擁抱的人性，因為祂懷著愛俯身親近我們的實況，而非親近我們所打造的理想。天主子降生成人奧跡的意義在於採取一種絕非空談的人生觀。

在某種意義上，渴求使我們富有人性，那是我們在靈性上成長的方法。托倫蒂諾神父闡明，人需要漫長時間才能擺脫完美主義的執著，從而克勝那將虛假形象強加於現實的惡習。嚴規熙篤會士默頓 (Thomas Merton) 寫道，基督想要與我們不喜歡自己的部分有所連結，所以祂親自承擔我們的不幸和痛苦。聖保祿宗徒也為信仰矛盾的理論作出見證，說：「我幾時軟弱，正是我有能力的時候。」(格後十二 10)

托倫蒂諾神父接著論及耶穌三退魔誘的事跡。在化石頭為麵餅的誘惑中，耶穌深知我們的物質需求，卻提醒我們「人生活不只靠餅」(瑪四 4)。祂並不否認現實，但幫助我們思索，我們是一片有待聖神進入居住的「曠野」。

關於試探天主的誘惑，托倫蒂諾神父舉例說，以色列子民曾在曠野裡要求梅瑟給他們水喝，而我們就像他們一樣，認為信仰意味著自身的渴求必須得到滿足。然而，耶穌「教導我們在靜默和遺棄感中將自己的渴求當作祈禱獻上」。

針對崇拜偶像的誘惑，耶穌回答道：「你要朝拜上主，你的天主，惟獨事奉祂。」(瑪四 10) 耶穌復活後的一席話對我們助益良多，祂說：「天上地下的一切權柄都交给了我。」

魔鬼想要得到朝拜，但牠的權力僅僅浮於表面。耶穌的威能則與祂的十字架奧跡密切相關，也就是祂的徹底奉獻。托倫蒂諾神父警惕，倘若權勢的誘惑令我們遠離十字架奧跡，倘若我們不為弟兄姊妹服務，我們便會陷入莫大的危機。耶穌教誨我們，切莫容許自己成為任何人的奴隸，也不可奴役任何人，卻要惟獨朝拜天主、服侍他人。

## 佈告欄

三月：聖若瑟月

彌撒後茶點服務組

本週：讀經員 下週：兒童聖詠團／道理班及家長

夏令時間將於三月十一日凌晨二時開始；  
請於三月十日晚間將府上的鐘錶調快一小時。

## 東區華語四旬期一日避靜

主講：李偉平神父  
主題：醫治與釋放(二)：選擇祝福、救恩和幸福  
日期：3/17(週六) 時間：9:30 AM 至 4 PM (9 AM 報到)  
地點：四、五號教室 費用：\$12 (含午餐，歡迎自由奉獻)  
報名：張美華姊妹 (909) 374-7093 蘇闊姊妹 (626) 758-7007

## 泰澤祈禱

李神父將於三月廿四日(週六) 6:45 PM 至 8:30 PM  
在聖堂帶領泰澤祈禱。歡迎大家踴躍參加！

## 慕道班啟事

下週主題：「聖母、聖人、諸聖相通功」

2017-2018 天主教聖谷東區華語成人慕道班每主日  
2 PM 到 3:15 PM 在 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

## 堂區消息

● 本堂四旬期週一至週五時間表 平日彌撒時間：如常。  
拜苦路：週五 6:30 PM。明供聖體：週五 7 PM 彌撒後。

## ● 塔格萊樞機 Cardinal Luis Antonio Tagle 蒞臨



塔格萊樞機，馬尼拉總主教暨天主教聖經協會主席，將於 3/18 蒞臨我們堂區，並主禮當天下午 5:30 的英文主日彌撒。

天主教聖經協會由宗座基督徒合一促進理事會於 1969 年成立於羅馬，其宗旨是與各地教區合作，協助推行聖經工作，以聖言作為一切牧民事業的中心。其工作及服務：(1) 製作及出版聖經(翻譯、生產、分銷)；(2) 講解、指引和培育(聖經學、譯經學)；(3) 福傳(即宣講耶穌的訊息)。當天彌撒中會為天主教聖經協會收奉獻。

彌撒後 7:00 PM 可在禮堂與樞機共享籌款晚餐；每人 \$100。名額有限，有意者請洽 Fe Musgrave: 626-964-3629

## ● 堂區四旬期培靈會啟事

本堂將於 3/6~3/8 舉行一場由 Jim Clarke 神父帶領的堂區四旬期培靈會。

主題：Love Me Tender, Lord: The Work of Transformation  
時間：3/6~3/8 每天上午八時半彌撒後及下午七時。

(3/7 週三是下午七時彌撒後。)

歡迎大家踴躍參加這次的堂區培靈會！

● 天主教救援服務會收捐獻日：本堂將於下主日(3/11) 為天主教救援服務會(CRS)收捐獻。此捐款資助為超過一億人服務的六家天主教機構。敬請大家慷慨解囊。

● 希頓姆姆四旬期湯廚：本堂遣使會將於 3/9, 3/16, 3/23 週五從 6 PM 到 8 PM 在禮堂提供四旬期齋餐。

## ● Together in Mission 2018 「讓我們愛」

我們由衷地感謝已認捐的教友們。我們也邀請尚未認捐的教友們填座位上的認捐單；填好後可放入彌撒奉獻籃。您也可上網到以下網址填認捐表：ArchLA.org/give 本堂今年的籌款目標是 \$99,691。敬請大家慷慨解囊。

## ● 聖文生善會食物捐獻活動

本堂聖文生善會今天舉行食物捐獻活動。

## ● 堂區四旬期英文避靜

主講：Fr. Teofilo Rustia (菲律賓神父)

時間：3/10(週六) 1 PM 至 6 PM 地點：四、五號教室

● 玫瑰經及求治癒彌撒：本堂 3/12 下午七時恭唸玫瑰經，之後有 Teofilo Rustia 神父主禮的求治癒彌撒。

詳情請洽：Emilia Santos (626) 912-8344

Tessie Bunya (626) 533-8190

● 聖谷東區冬季遊民食宿服務謝啟：我們感謝所有的志工及捐贈物資的堂區教友們。特別感謝 David Klocksieben 孜孜不倦的協調。願天主降福大家！

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！