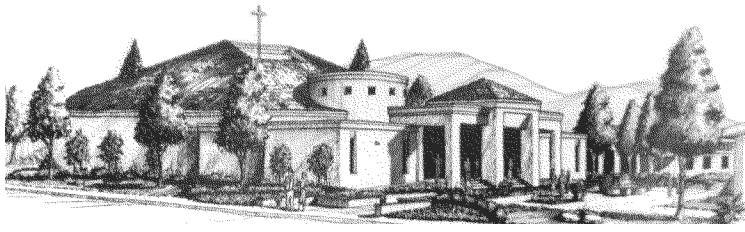


天主教聖谷東區中文週訊



甲年常年期第五主日
主曆二〇二〇年二月九日

主日彌撒欄

請在彌撒前保持靜默，以便預備心靈，虔誠及合宜地參與彌撒，並請關掉手機及其他會影響彌撒的物件。

進堂曲：對最小的做就是對我做

D 3/4

Willard F. Jabusch

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

你們對我子民中最小的所做的

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

你們就是對我做。

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

1. 當我饑餓時你們給我吃，當我口渴時你們給我喝。
2. 我無家可歸你們收留我，我寒冷裸體你們給我穿。
3. 我受傷害病你們照顧我，我悲哀痛苦你們安慰我。
4. 我工作疲乏你們幫助我，我被人遺棄你們關心我。
5. 我失敗憂愁你們同情我，我成功歡欣你們同我樂。

1 2 3 | 4 4 3 | 2 2 3 | 2 - - | 1 - - | 1 - - ||

你們來分享天國的筵席吧！

讀經一：

恭讀依撒意亞先知書

五八，7~10

上主這樣說：我所要求的禁食是：解除那不公正的鎖鏈和軛的繩索，釋放受壓迫的人，破壞所有的軛；把食物分給飢餓的人，把無地容身的貧窮人領到你家中，看見赤身露體的人給他衣服穿，不要輕視你的骨肉同胞。若這樣，你的光明將要射出，有如黎明，你的創傷將會迅速地復原；你的救援要走在你前面，上主的光榮要作你的後盾。那時，你如果呼喊，上主必要俯允；你如果哀求，上主必定答說：「我在這裡！」你如果從你們中間消除欺壓人、指責人、毀謗人的行為，你如果把你的食糧施捨給飢餓的人，滿足貧窮人的心靈，那麼你的黑暗將變成光明，黑夜將成為白晝。

——上主的聖言。

答：感謝天主。

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：蘇神父 (Fr. Dominic Su) 626-964-3629

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

答唱詠：詠一一一

答：Bb 3/4

姜震譜曲

3 4 | 5 5 6 | 5 - 5 | i - i 7 | 6 -
上主 富於仁 愛、慈 悲 和公 道，

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

黑暗 中必有 光明 向 義人 照 耀。

頌：

- 一、因為他富於仁愛、慈悲和公道，黑暗中必有光明向義人照耀。樂善好施的人必然幸福，他公正無私處理事務。

- 二、因為義人永不動搖，他將永遠被人懷念。噩耗不能使他驚惶，他仰賴上主，心志堅強。

- 三、他必心意堅定，無恐無憂；他施捨錢財，扶弱濟貧；他的仁風萬世流芳，他將頭角崢嶸，受人敬仰。

讀經二：

恭讀聖保祿宗徒致格林多人前書

二，1~5

弟兄姊妹們，我從前到你們那裡去，並沒有用高深的言論或智慧，向你們宣講天主的奧秘，因為我曾決定，在你們當中不知道別的，只知道耶穌基督，被釘在十字架上的耶穌基督。我在你們那裡的時候，又軟弱、又恐懼，而且戰兢不安。我的言論和我宣講的福音，並不在於動聽的智慧言詞，而是依靠聖神和祂大能的明證，使你們的信德不是憑人的智慧，而是憑天主的大能。

——上主的聖言。

答：感謝天主。

阿肋路亞：

答：C 4/4

姜震譜曲

3 1 5 6 7 | i 7 6 5 - | 6 · 6 5 1 | 4 3 2 1 2 - |
阿肋路亞。 阿肋路亞。 阿 肋路亞。阿 肋路亞。

3 1 5 6 7 | i 7 6 5 - | 6 · 6 5 1 | 4 3 2 - 2 | 1 - - ||
阿肋路亞。 阿肋路亞。 阿 肋路亞。阿 肋路亞。

頌：你們要以柔順的心，接受那種在你們心裡的道，因為它能拯救你們的靈魂。

福音：

恭讀聖瑪竇福音

五，13~16

那時候，耶穌對門徒們說：「你們是地上的鹽，鹽若失了味，怎麼使它再鹹呢？它便毫無用途，只好拋在外邊，任人踐踏罷了。你們是世界的光；建在山上的城，是無法遮蓋的。人點了燈，不會放在斗底下，而是放在燈台上，照耀全屋的人。照樣，你們的光也應當在人面前照耀，使他們看見你們的好行為，光榮你們天上的父。」

——基督的福音。

答：基督，我們讚美祢。

遣散曲：願上主的話堅固你

D 6/8

Christopher Walker

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

聖彌額爾禱文

聖彌額爾總領天使，請在戰鬥中保衛我們，保護我們脫離魔鬼的邪惡和陷阱。我們謙卑祈求，願天主譴責牠！天軍的統帥，請以天賜大能，把那些遍地遊行，意圖毀滅人靈的撒殫及諸多邪靈，投到地獄裡去。阿們。

奉獻曲： YOUR SONG OF LOVE

Bob Fabing, SJ

1. May your grace make me whole again.
May your eyes make me see again.
May your words make me hear again,
your song of love.
May your hands touch the poor again.
May your arms hold the sick again.
May your smile fill each heart again,
through who I am. (to REFRAIN)

REFRAIN:

Your love within my heart, Lord, holds me, heals me,
brings me to yourself, like the North Star in the sky
brings me home into your light, into your love.

2. May your birth make me live again.
May your death make me free again.
May your life make me sing again,
your song of love.
May your feet walk the road again.
May your voice raise the dead again.
May your will calm the storm again,
through who I am. (to REFRAIN)
3. Let my tears wash your feet again.
Let my cloth wipe your face again.

Let my home give you rest again,
in those I see.

Let me give you your food again.

Let me shoulder your step again.

Let me answer your call again,

in who I am.

© 1984, Bob Fabing, S.J. Published by OCP. All rights reserved.

參禮者共同的姿勢是參禮團體各成員間合一的標記：請從天主經開始時保持站立，直到教友們領完聖體。行平安禮時請與鄰座的人互祝平安；請勿離開座位。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：我們是世界之光

F (Dm) 6/8

GREIF

- 1 6 6 | 6 1 2 | 3 3 3 2 0 | 1 6 6 | 6 6 5 | 6 - - |
1. 神 貧 的 人 是 有 福 的， 天 國 是 他 們 的；
2. 溫 良 的 人 是 有 福 的， 他 們 要 承 受 土 地；
3. 哀 慟 的 人 是 有 福 的， 他 們 要 受 安 慰；
4. 饑 渴 慕 義 的 人 是 有 福 的， 他 們 要 得 飽 飫；
5. 憐 憫 人 的 人 是 有 福 的， 他 們 要 受 憐 憫；
6. 心 裡 潔 淨 的 人 是 有 福 的， 他 們 要 看 見 天 主；
7. 締 造 和 平 的 人 是 有 福 的， 他 們 是 天 主 子 女；
8. 為 義 受 迫 害 的 是 有 福 的， 天 國 是 他 們 的；

- 1 6 6 | 6 1 2 | 3 3 3 2 0 | 1 6 6 | 6 5 | 6 - - ||
1. 求 主 使 我 們 成 為 神 貧 的， 求 主 降 福 我 們。
2. 求 主 使 我 們 成 為 溫 良 的， 求 主 降 福 我 們。
3. 當 我 們 與 他 們 感 同 身 受， 求 主 降 福 我 們。
4. 求 主 使 我 們 饑 渴 慕 義， 求 主 降 福 我 們。
5. 求 主 使 我 們 滿 懷 慈 悲， 求 主 降 福 我 們。
6. 求 主 使 我 們 心 裡 潔 淨， 求 主 降 福 我 們。
7. 求 主 使 我 們 作 和 平 之 子， 求 主 降 福 我 們。
8. 當 我 們 為 義 而 受 迫 害， 求 主 降 福 我 們。

3 3 3 5 5 4 | 3 · 0 1 2 | 3 · 3 1 2 | 3 - - |
我 們 是 世 界 之 光， 願 我 們 照 耀 世 人，

3 3 3 5 4 | 3 1 2 3 1 2 | 3 · 1 7 | 6 - - ||
使 他 們 看 見 我 們 的 善 行 而 光 榮 天 主。

出堂曲：播在這世界

G 4/4

- 5 5 5 6 1 - | 3 3 3 2 1 - | 6 6 6 7 1 - | 1 1 1 6 5 - |
1、我要把愛心 播在這世界，我要把愛心 播在這世界，
2、我要把希望 播在這世界，我要把希望 播在這世界，
3、我要把光明 播在這世界，我要把光明 播在這世界，

- 5 5 5 6 1 - | 3 3 3 2 1 1 1 | 3 3 3 2 3 2 | 1 - - - ||
1、我要把愛心 播在這世界在憎 恨在憎恨的 地方。
2、我要把希望 播在這世界在頹 喪在頹喪的 地方。
3、我要把光明 播在這世界在黑 暗在黑暗的 地方。

彌撒特別意向欄

請在信封上清楚寫明意向內容、次數及獻儀金額
支票抬頭請寫“C.C.C.”請在一週前交給蔣傑璋或接待員

張磊、王翠卿攜子女感恩謝主，求主賜家人健康平安。

連玉輝追思祖先及已亡親友，求安息主懷、天鄉永福。

蔡萬裕、蔡冰芝為全家求恩、謝恩。

蔡萬裕、蔡冰芝追思蔡冰輝，求天堂永福。

蔡冰華、張遠紅追思父親蔡祥裕、母親劉三妹，
求主賜天鄉永福。

蔡世華及全家求平安。

蔡冰華、張遠紅為全家求恩、謝恩。

陶家子女為父親陶文幹、母親黃敏華求主賜天鄉永福。

聖心基信團追思張媽媽張啟玲，求安息主懷、天鄉永福。

李偉中、姚淑芳為母親黃龍梅逝世週年求主賜安息主懷、
享天鄉永福。

聖詠團為王維禮岳母、張瑤母親張啟玲女士求靈魂永安、
長享天鄉永福。

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、張朝禎、岳何月英、牛麗生、簡嘉滄、李鑫源、吳爾謙修女、劉友桐、梁漢源、周裕、楊鄂俊才、邵敏齡、邵鳳燕、Eddy 趙、于陳秀貴、童林娥、鄭金坤賢、謝瑩、鄭國瑩、葉李吟新、楊桂芝、劉有忠、崔定民、曹粉蓮、王台陽、黃美容、阮德俊、Angel Estrada、李鳳彬、黃桂音、周義隆、張植智、楊建立、康美行、張亞凝、林小嫻、陳偉生、徐永珍、鄧月琮、盛鐵君、姚淑華、董蕾華、馬蔚田、王麗華、張石崎、王振宇、王蓀宜、李周從芝、方蕙、向宗發、向余靜芬、孫小艾、高恭倩、焦維誠、陳大安、Shirley Rice。

為新亡者祈禱：張啟玲。

教會消息欄

天主教會站在抗擊新型冠狀病毒肺炎第一線

(信仰通訊社) 中國大陸河北省獻縣教區任丘天主教愛福達醫院和全國醫務人員一道積極參與抗擊「新型冠狀病毒肺炎」的疫情。院長修女焦慮地表示，參與服務的

修女們最近已經「彈盡糧絕」，每天暴露危險當中堅持著醫護工作。「現在我們的救護車已被政府徵用多日，多次參與 120 救護，……看到我們的司機（教友）和醫護人員（都是修女）每天暴露危險當中，作為院長的我非常心痛」。但同時，修女們從未抱怨，始終和中國大陸的許許多多天主教團體一樣堅守在第一線抗擊疫情。這是目前中國大陸教會的縮影和寫照，正如天津教區少林口堂區主任司鐸王偉神父告訴信德網的，「謹遵耶穌基督的教訓，心懷大愛，不分信仰，不分你我，只為所有正在受苦的人、有需要的人、最小的弟兄獻上自己的一份力」。

王神父還表示，疫情發生後，很多神父教友通過報導和網絡看到進德公益在第一時間為武漢發起捐款，並且馬上投入了為疫區聯繫購買物資的實際行動當中，大家都很受感動。而進德公益再次不負眾望，在教宗方濟各一月二十六日為中國祈禱的鼓勵下，在普世教會，特別是國際明愛的支持協調下，調動各地方明愛、教會醫療機構的資源，為中國疫區捐資、捐物。二月二日，進德公益向海內外神長教友、修會團體、普世教會醫院院長等發出呼籲，並得到了緊急響應，紛紛行動起來為中國災區籌集急需物資。二月三日、四日、五日，進德公益將一萬件隔離衣、一百台呼吸機、三十噸八四消毒液和一次性面籤等物資送到了重災區武漢。截止到昨天，進德公益共收到捐款六百多萬元，已經全部用於採購緊急醫療物資。

聖座向中國捐贈口罩

(梵蒂岡新聞網)「梵蒂岡向中國寄送了數十萬口罩，為控制新型冠狀病毒的傳染提供幫助。」聖座新聞室 2 月 3 日在一份公告中表示：「這些口罩已經送往湖北、浙江和福建三省。贈送口罩的善舉由教宗賑濟所和義大利華人教會傳教中心聯合發起，並得到梵蒂岡藥局的合作。」

教宗公開接見：

誰握有謙卑的權力，他就是自由的人

(梵蒂岡新聞網) 教宗方濟各 2 月 5 日上午在梵蒂岡保祿六世大廳主持週三公開發見活動。他在要理講授中繼續以「真福八端」為主題，省思了第一端「神貧的人是有福的，因為天國是他們的」(瑪五 3)。教宗闡明，「神貧」意味著承認自己是乞丐，接納自己的限度；進入天國不是因為擁有以威望和財富建立的權力，而是因為懂得愛真正的善勝過愛自己。

佈告欄

二月：聖家月

彌撒後茶點服務組

本週：暫停一次

下週：暫停一次

教宗指出，基督的權能在於為人類奉獻了自己的生命，這是真正的權能，真正的自由就在於此。為這自由服務的，正是真福八端讚許的貧窮，「因為我們必須接受一種貧窮，那就是我們的所是；我們必須從塵世事物中找到具體的貧窮，好能成為自由的人而且能夠去愛。我們要始終尋求心靈的自由，這自由源於我們自身的貧窮」。

那麼，「窮人」的含義是什麼？教宗解釋道，貧窮不僅指物資匱乏，而是具有更深層的意義，因為這涉及我們生命的最深處。「依照《聖經》，精神指的是天主向亞當吹的一口生氣；是我們內心最深刻的幅度，即精神幅度，那使我們成為人的幅度，是我們存在的深層核心。於是，『神貧的人』就是那些在自己內心深處體認自己是窮人和乞丐的人。耶穌稱他們是有福的，因為天國是他們的」。

然而，今天的人卻與耶穌的教導背道而馳，追求的是「做某些大事，成為有身分的人」。教宗解釋道，這種思維導致孤獨和不幸福，因為要與別人競爭，為我的「自我」糾纏不休，總是處在「根本不完整和脆弱」的狀態。「如果我不接受自己是貧窮的人，我就會憎恨所有讓我感到自己脆弱的情況。沒有技巧能夠掩蓋這種脆弱」。

「一個人若拒絕接受自己的限度，活得是多麼辛苦啊！他不忍自己的限度。驕傲的人不會請求幫助，他們不能尋求幫助，也不會想到請求幫助，因為他們必須表現出自滿自足。他們當中有多少人需要幫助，但驕傲阻礙他們請求幫助。承認過錯和請求寬恕是多麼困難！」

隱藏自己的限度是件「艱難且苦惱」的事，但耶穌基督告訴我們，成為貧窮的人是一個恩寵時機；祂也為我們指明走出這種困境的途徑。教宗說，需要重申，「為成為神貧的人我們無需改變自己，我們不必做任何改變，因為我們原本就是神貧的人！我們是窮人，或更明確地說：我們在精神上是可憐的人！我們需要一切。我們眾人都是神貧的人，我們是乞丐。這是人類的狀況」。

教宗表示，「天國屬於神貧的人」，天國不是由終將消失的財富和舒適環境建成的，而是藉由善的磚石，其餘的都會消逝，人死後物質財物不再具有價值。「我們在電視新聞或報紙上看到，某個強權者，某個政府……，最後都倒台了：昨天尚有，今天便不復存在。今世的財富注定消失，金錢也如此」。

教宗最後總結道，基督為人類獻出生命，以此顯示了自己的權能。這是真正的權力，它關係到一種來自於服務和手足之情的自由。「手足之情的權力、仁慈和愛的權力，以及謙卑的權力，這就是耶穌行使的權力。真正的自由就在於此：誰有這謙卑、服務和手足之情的權力，他就是自由的人。為這自由服務的，正是真福八端所讚許的貧窮」。

慕道班啟事

下週主題：祈禱、聖母

2019-2020 天主教聖谷東區華語成人慕道班已開課；每週主日下午二時在四號教室上課。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

- **病人傅油聖事**：本堂將於 2/11（週二）上午 8:30 彌撒中舉行病人傅油聖事。
 - **Together in Mission 2020**
下主日耶穌會神父 Fr. Ted Gabrielli, S.J. 將光臨我們堂區，分享 Together in Mission 如何幫助了他的堂區。您可將填好的認捐表放入彌撒中的奉獻籃或直接寄給總教區。若您今天尚未準備好填寫認捐表，您也可將其帶回家填寫；寫好後可交給辦公室或下主日帶來放入彌撒中的奉獻籃。本堂今年的籌款目標是 \$106,890。敬請大家慷慨解囊。
 - **奉獻廿四小時給天主**：本堂今年將舉行「奉獻廿四小時給天主」活動。活動將始於 2/28 週五 8:30 AM 彌撒，止於 2/29 週六 8:30 AM 彌撒。請堂區內各善會及團體的負責人或代表在 2/12（週三）7:30 PM 到禮堂開籌備會。
 - **聖文生善會食物捐獻活動**
本堂聖文生善會將於三月一日舉行食物捐獻活動。
 - **聖谷東區冬季遊民食宿服務計劃**
本堂將於今年 2/17 至 3/2 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、及乾淨的毛巾，請將其帶到辦公室。詳情請洽：Dave Klocksieben (626) 392-7019 dave@sbsginc.com（請注意：本堂禮堂下週末要為接待遊民做準備。）
- 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！