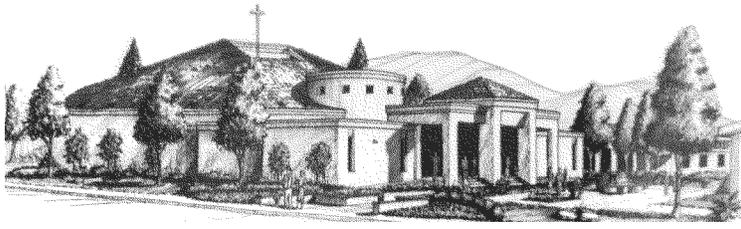


天主教聖谷東區中文週訊



甲年常年期第七主日

主曆二〇二〇年二月廿三日

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：耶穌基督，祢是我生命

D 4/4

Marco Frisina

1 1 1 5 · 5 | 6 5 4 5 5 - | 4 3 2 1 6 1 | 2 3 2 2 - |
耶穌基督，祢是我生命，阿肋路亞，阿肋路亞！

1 1 1 5 · 5 | i 7 6 5 5 · 5 | 6 5 4 3 3 1 | 1 7 1 - ||
耶穌基督，祢是我生命，祢是我生命，阿肋路亞！

3 3 3 6 | 7 6 7 i i - | i 7 6 5 5 1 | 4 3 2 - |
1、祢是道路、真理、生命，祢是人類的救主；
2、天主聖神再次降臨，充滿信友的靈魂；

3 3 1 1 | 2 3 4 5 5 - | 4 5 6 5 5 i | 6 - 5 - ||
1、歡聚一堂我們高歌，讚揚祢的聖名。
2、眾人悔改、成聖、合一，重建基督的奧體。

讀經一：

恭讀肋未紀 十九，1~2，17~18

上主訓示梅瑟說：「你告訴以色列子民全體會眾說：你們應該是聖的，因為上主我、你們的天主是聖的。不可存心懷恨弟兄姊妹，要坦白勸戒同胞，免得為了他而負罪債。不可復仇，對本國人不可心懷怨恨；要愛人如己：我是上主。」
——上主的聖言。 答：感謝天主。

答唱詠：詠一〇二

答：C 3/4

姜震譜曲

5 3 · 2 | 1 - 5 | 6 - 7 | i - - | i - 0 ||
上主富於仁愛寬恕。

領：

一、我的心靈，請歌頌上主；我的五內，讚美祂的聖名。
我的心靈，請歌頌上主，不要忘記祂的一切恩寵。

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

二、祂赦免了你所有的罪行，治癒了你的各種病症；
祂救你脫離陰間，給你加上仁愛和慈悲的榮冠。

三、上主富於仁愛寬恕，極其慈悲，不輕易發怒。
我們犯罪，祂沒有懲罰我們；
我們作孽，祂沒有報復我們。

四、東離西有多麼遠，祂使罪過離開我們也多麼遙遠。
父親憐愛兒女，同樣，上主也憐愛敬畏祂的人。

讀經二：

恭讀聖保祿宗徒致格林多人前書

三，16~23

弟兄姊妹們：你們不知道，你們是天主的宮殿，天主聖神住在你們內嗎？誰若毀壞天主的宮殿，天主必要毀滅他，因為天主的宮殿是聖的，這宮殿就是你們。誰也不要自欺：你們中間若有人在今世自以為是有智慧的人，該變為一個愚拙的人，好成為真有智慧的人，因為這世界的智慧在天主眼中原是愚拙。經上記載說：「天主以智者的計謀補捉智者。」又說：「上主識透智者的思想原來都是虛幻。」所以，誰也不可拿人的一切來誇口，因為一切都是你們的：無論是保祿，或是阿頗羅，或是刻法，或是世界，或是生命，或是死亡，或是現在，或是將來，一切都是屬於你們的；你們卻是基督的，而基督是天主的。

——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。

領：主，祢的話就是真理，求祢以真理聖化我們。

福音：

恭讀聖瑪竇福音

五，38~48

那時候，耶穌對門徒們說：「你們一向聽說過：『以眼還眼，以牙還牙。』我卻對你們說：不要抵抗惡人；而且，如果有人打你的右頰，你把左頰也轉給他。如果有人與你爭訟，拿你的內衣，你連外衣也讓給他。如果有人強迫你走一千步，你就同他走兩千步。有人求你，就答應他；有人向你借貸，你不要拒絕。」

你們一向聽說過：『要愛你的鄰人，恨你的仇人。』我卻對你們說：要愛你們的仇人，並且要為迫害你們的人祈禱，好使你們成為你們在天之父的子女，因為天父使太陽上升，光照惡人，也光照善人；降雨給義人，也給不義的人。如果你們只愛那愛你們的人，你們還有什麼賞報呢？稅務員不是也這樣作嗎？如果你們只問候你們的弟兄，那你們作了什麼特別的呢？外邦人不是也這樣作嗎？所以你們應當作十全十美的人，如同你們的天父那樣完美一樣。」

——基督的福音。

答：基督，我們讚美祢。

慕道班舉薦禮

推薦求道者

代父母作證

主禮：(向信友) 各位弟兄姊妹：剛才你們聽到了代父母的作證。請問：你們是否願意支持他們，一起作入門聖事前的準備？

全體：我們願意。

行動宣言

呈交登錄簿

為求道者祈禱

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： LOVING AND FORGIVING

Scott Soper

Refrain:

Loving and forgiving are you, O Lord; slow to anger, rich in kindness, loving and forgiving are you.

- All my being, bless the Lord,
Bless the holy name of God.
All my being, bless the Lord,
Rememb'ring the goodness of God. (to Refrain)
- God forgives us all our sins,
Healing those who live in pain,
Saving us from final death.
God fills us with goodness and love. (to Refrain)
- Good and gracious is the Lord,
Slow to anger, rich in love.
God remembers not our sins;
Forgiving and loving is God. (to Refrain)
- As heaven soars above the earth,
So great the love of God for us.
As far as east is from the west,
The Lord takes our sins from us. (to Refrain)

Text: Psalm 103:8, 1-4, 8, 10-12. Text and music © 1992 Scott Soper. Published by OCP Publications. All rights reserved. Used with permission.

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：禱

C 2/2

Sebastian Temple

0 3 3 3 | 3 3 4 5 | 3 - - - | 3 - 0 5 | 3 3 3 3 | 3 3

- 使我作祢和平之子，在憎恨之處播下
- 使我作祢和平之子，在絕望之處播下
- 使我作祢和平之子，在赦免時我們便

4 5 | 2 - - - | 2 - 0 5 | 4 4 4 4 | 4 4 5 6 | 4 - - - | 4 -

- 祢的愛；在傷痕之處播下祢寬恕；
- 祢盼望；在幽暗之處播下祢光明；
- 蒙赦免；在捨棄時我們便有所得；

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

- 在 懷疑之處 播下 信 心。
- 在 憂愁之處 播下 歡 愉。
- 迎接 死亡時我 們便進入永 生。

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

副歌：哦，主啊使我少為自己求，少求受安慰，

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

但求安慰人；少求被瞭解，但求瞭解人；

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

少求 愛，但求 全心付出 愛。

出堂曲：活出愛

C/D 12/8 ♩ = 63

詞、曲：盛曉玫

1 2 3 | 5 · 5 5 3 2 0 | 3 2 | 1 0 | 6 5 5 3 ·
有一份愛 從天而 來， 比山 高， 比 海 深。

0 5 6 | 1 0 | 1 6 5 0 | 3 2 1 | 2 · 2 · 2 0
測不 透、 摸不 著、 卻看得 見。

1 2 3 | 5 0 5 5 3 2 0 | 3 2 | 1 0 | 6 5 5 3 ·
因為有 你， 因為有 我， 甘心 給， 用 心 愛。

0 5 6 | 1 · 1 2 3 2 0 | 3 2 | 1 · 1 · 1 0 ||
把心 中 這一份 愛 活出 來。

i i 7 | 6 · 6 5 5 0 | 5 4 | 3 · 3 2 1 0
耶穌的 愛 激勵 我， 敞開 我 的 生 命。

1 i | 6 · 6 5 5 · 2 3 | 3 3 3 · 3 0
讓 自 己 成 為 別 人 祝 福。

i i 7 | 6 · 6 5 5 0 | 5 4 | 3 · 3 2 1 0
耶穌的 愛 點 燃 我， 心 中 熊 熊 愛 火。

1 2 3 | 2 · 2 6 5 0 | 3 2 | 1 · 1 · 1 · 1 · || 0 · 0 · 0 · ||
我們一 起 向 世 界 活 出 愛。

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

蔡冰芝、蔡冰茹、蔡冰娜姊妹追思表姑黃明德，求安息主懷。

張磊、王翠卿攜子女感恩謝主，求主賜家人健康平安。

連玉燁追思祖先及已亡親友，求安息主懷、天鄉永福。

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。

蔡世華、蔡冰娜追思父親蔡志仕、母親鄧瑞芳及小叔蔡志向，求天鄉永福。

張相之、沙玉芝為父親張金增求天堂永福。

張相之、沙玉芝為徐接雙先生求靈魂永安。

李偉中、姚淑芳為李鳳珍二哥李紹金求靈魂永安、享天鄉永福。

沈志上、李鳳珍為二哥李紹金求靈魂永安、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、何敏。

為新亡者祈禱：張啟玲、徐接雙、李紹金、孫鄭惠芝、曹勳齡、黃明德。

教會消息欄

教宗公開接見：溫良讓我們贏得弟兄的心

(梵蒂岡新聞網) 教宗方濟各 2 月 19 日上午在梵蒂岡保祿六世大廳主持週三公開接見活動，在要理講授中解釋「真福八端」中關於「溫良」的含義。教宗說，「溫良」的含義在於溫和、順從、謙讓，以及不施暴力。「溫良表現在發生衝突的時刻」，因為「任何人在平靜的時候都會顯得溫良」。

教宗指出，耶穌在受難時保持順從的態度，祂正是「溫良」的典範。不過，「溫良」一詞在《聖經》中也指「沒有土地擁有權的人」，而在「真福八端」中卻說溫良的人「要承受土地」。事實上，耶穌說「溫良的人是有福的」，這是引用了《聖詠》第 37 篇的聖訓：「你應控制憤恨，消除怒火，不要動怒，免得再犯罪過。因為作惡犯罪的人必被剷除；唯有仰望上主的人繼承樂土。」(三七 8~9)

教宗對此表明，《聖詠》中的這句話「在溫良與擁有土地之間建立了關係」。溫良與土地「似乎互不相容」，因為人們經常為「擁有土地」而彼此交戰。然而，溫良者擁有土地所依靠的不是征服，而是「繼承」。「那樂土是對天主子民的一個許諾和一份恩典，它成了比一塊單純領地還要大許多的某種事物的標記。這塊『樂土』就是天國，就是我們要奔往的樂土，是我們應走向的新天新地」。

然而，溫良的人並不是懦夫，也不是一種設法迴避問題的人。教宗繼續解釋說：「溫良的人並不是凡事遷就，而是學會去有力捍衛另一塊土地的基督的門徒。基督捍衛祂的和平、捍衛祂與天主的關係、捍衛祂的恩典，即天主的恩典；基督守護仁慈、友愛、信任和希望。溫良的人也應是仁慈、友愛、信任和懷抱希望的人。」

接著，教宗談到憤怒的罪。他說，我們每個人都有過在某些時刻發怒的經驗，我們該捫心自問多少事物因著我們的憤怒而被摧毀或喪失。「發怒的時刻能摧毀許多事物；我們失去控制，不考慮真正重要的是什麼，這樣能毀壞與弟兄的關係，有時甚至無法挽回」。

「由於憤怒，許多弟兄姊妹彼此不再說話，關係變得疏遠。憤怒與溫良截然相反，溫良將人聚攏，憤怒則使人分裂。溫良能贏得人心，挽回友情和許多其它事物，因為這樣的人雖然發怒，而後卻能冷靜下來，重新思考並恢復自己的常態，如此就能以溫良來重建自己。」

教宗最後總結道，要以溫良贏得的「土地」乃是幫助弟兄得救，就如《瑪竇福音》所說的那樣：「如果他聽從了你，你便賺得了你的兄弟」（十八 15）。因此，「沒有比贏得別人的心更美的土地，沒有比賺得與兄弟和好更寶貴的樂土」。

斯里蘭卡基督徒、穆斯林和佛教徒 為中國抵抗冠狀病毒祈禱

(梵蒂岡新聞網) 最近幾天，斯里蘭卡的基督徒、穆斯林和佛教徒為遭受新型冠狀病毒打擊的中國人民祈禱，祈願疫情早日消除。

斯里蘭卡確認了首例冠狀病毒肺炎患者，是一位來自中國湖北省的 43 歲婦女，她是以遊客身分進入該國的。

科倫坡的總主教蘭吉特 (Albert Malcolm Ranjith) 樞機於 2 月 15 日星期六在聖安多尼朝聖地主持特別彌撒，他表示，所有天主教徒向與疫情對抗的中國人民表達團結關懷之情。

另據天亞社報導，蘭吉特樞機也表示：「如果國際社會的所有領導人齊心協力，維護整個世界的安全，而不僅僅是他們自己的發展，我們就可以預防這些災難。」

穆斯林教徒也於 2 月 14 日在科倫坡代瓦大嘎哈 (Devadagaha) 清真寺舉行特別祈禱，對那些遭受冠狀病毒打擊的國家表達關懷，祈求上主降福患者。

此外，斯里蘭卡與中國新聞記者論壇發起並組織了佛教儀式，以表達對冠狀病毒受害者的關懷之情。

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

慕道班啟事

下主日參加主教座堂甄選禮

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

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

本華人團體將於 3/1 (主日) 為遊民服務。

東區華語四旬期一日避靜

時間：3/15 (主日) 8 AM 至 3 PM 地點：禮堂

主講：彭育申修女

主題：心靈的五種自由

費用：自由奉獻 (含午餐)

報名：陶秀雲 (626) 383-1700 蘇闊 (626) 758-7007

伍美美 (909) 551-6246

堂區消息

• Together in Mission 2020

本堂今年的籌款目標是 \$106,890。感謝已認捐的教友。辦公室有認捐表格。您也可上網到 ourmissionla.org/give 填寫認捐資料。在網上填資料時，堂區欄請記得選 St. Elizabeth Ann Seton Parish - Rowland Heights (470)

- **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，其中 12 PM-1 PM 由聖母軍負責，9 PM-10 PM 由華人團體負責。敬請大家踴躍參加！教友們也可隨時到聖堂，不分晝夜，來與主相遇。2/28 週五 7:00 PM 彌撒將由歐康諾主教主祭。

• 十 聖灰禮儀星期三 (二月廿六日) 十

彌撒暨聖灰禮儀：8:30 AM、12 PM、6 PM、7:30 PM (西語)
聖道禮儀暨聖灰禮儀 (英西雙語)：4 PM、5 PM

小齋 (abstinence)：戒食熱血動物的肉；魚、蛋及乳類食物不在此限。(平時不吃熱血動物的肉的教友可戒食一樣自己喜歡的食物。)

大齋 (fasting)：一天只飽食一餐，其他兩餐可進少量食物，其餘時間只可進不含酒精的飲料。

年滿十四歲的教友在聖灰瞻禮日及四旬期內的星期五應守小齋；此外，年滿十八歲而未滿六十歲的教友在聖灰瞻禮日 (今年的二月廿六日) 及主受難日 (今年的四月十日) 亦應守大齋。

- **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。
- **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。

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！