

# 天主教聖谷東區中文週訊



甲年四旬期第一主日

主曆二〇二〇年三月一日

## 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： 上主求祢俯聽

C ATTENDE DOMINE

1 3 5 5 5 5 | i 7 5 6 5 | i 5 2 4 5 3 3 2 1 ||  
上主求祢俯聽 並垂憐我們，因為我們得罪了 祢。

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

1. 至高的君王， 萬民的救贖 者，我向祢舉目，
2. 在聖父之右者，祢是屋角基 石，得救之道路，
3. 我們懇求祢， 無比光榮天 主，仁慈地俯聽
4. 以懺悔的心， 我們向祢認 罪，絲毫不隱瞞
5. 祢是無辜的， 卻甘心被逮 捕，被惡人誣告，

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

1. 淚流滿面懺 悔：求基 督俯聽 痛悔者的哀 禱。
2. 入天堂之大 門：懇求 祢洗淨 我們所有罪 污。
3. 我們悔罪嘆 息：懇求 祢赦免 我們所犯的 罪。
4. 我們所行的 惡：仁慈 的救主 求祢寬恕我 們。
5. 以假見證定 罪：基督，常保守 祢所救贖的 人。

讀經一：

恭讀創世紀

二，7~9；三，1~7

上主天主用地上的塵土作成人形，在他鼻孔內吹了一口生氣，人就成了一個有靈的生物。上主天主在伊甸東部開闢了一個樂園，就將祂所造成的人安置在裡面。上主天主使土地生長各種好看又好吃的果樹，在樂園的中央有一棵賜生命的樹，和一棵辨別善惡的樹。

蛇是上主天主所造的一切動物中最狡猾的。蛇對女人說：「天主真的說了，你們不可以吃樂園中任何樹上的果子嗎？」女人對蛇說：「樂園中所有樹上的果子我們都可以吃，

## 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

只有中央那棵樹上的果子不可吃；天主說過，你們不可以吃，也不可以摸，不然便會死亡。」蛇對女人說：「你們決不會死的！因為天主知道，你們哪一天吃了那果子，你們的眼睛就會開了，就會像天主一樣能夠辨別善惡。」女人看見那果子實在好吃又好看，並且能增加智慧，就很羨慕，她摘下果子，自己吃了，又給她的丈夫吃，他也吃了。於是二人的眼睛立刻開了，發現自己赤身露體，就用無花果樹的葉子、編了裙子來遮蓋身體。

——上主的聖言。

答：感謝天主。

答唱詠： 詠五十

答：D 4/4

姜震譜曲

3 | 5 3 5 6 5 3 | 2 3 - 2 | 1 - - ||  
上 主！我們 犯 了 罪，求祢 垂 憐。

領：

- 一、天主，祢是仁慈的，求祢憐憫我；  
祢有豐富的慈愛，求祢消滅我的罪惡。  
求祢洗淨我的過犯，消除我的罪愆。
- 二、因為我認清了我的罪惡，  
我的罪惡常在我的眼前。  
我得罪了祢，唯獨得罪了祢，  
我在祢面前作了惡事。
- 三、天主，求祢給我再造一顆純潔的心，  
在我五內注入堅強的精神。  
求祢不要驅逐我、疏遠我，  
不要從我身上剝奪祢的聖神。
- 四、求祢再賜我得救的喜樂，  
以慷慨的精神扶持我。  
上主，求祢開啟我的唇舌，  
我要親口讚頌祢。

## 讀經二：

恭讀聖保祿宗徒致羅馬人書

五, 12~19

弟兄姊妹們：罪惡藉著一個人進入了世界，死亡也藉著罪惡隨後而來；於是死亡便殃及了全人類，因為人人都犯了罪。

沒有頒佈法律之前，世界上就有罪惡；但是因為沒有法律，罪惡本來也不應算是罪惡。可是從亞當到梅瑟，死亡就掌權了。連那些不像亞當一樣違命犯罪的人，也屬於死亡權下；原來這亞當正是那以後要來的亞當的預像。

但是恩寵和過犯是截然不同的，因為如果因一個人的過犯眾人都死了；那麼，天主的恩寵和那因耶穌基督一人的恩寵所施予的恩惠，就更豐富地賜給眾人。這恩寵的效果，和那一個人犯罪的後果也是完全不同的；因為，固然由於一人的過犯就被判有罪；但恩寵卻使人在犯了許多過犯之後，獲得成義。

如果因一個人的過犯，死亡就掌了權；那麼，那蒙受豐富的恩寵和正義恩惠的人，更要藉著耶穌基督一個人，在生命中掌權了。

這樣看來：就如因一個人的過犯，全人類都被定了罪；同樣，因一個人的正義行為，全人類都得到成義，並獲得生命。正如因一個人的違背命令，全人類都成了罪人；同樣，因一個人的服從，全人類都成了義人。

——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

領：人不但靠餅生活，也靠天主口中所說出的每句話。

## 福音：

恭讀聖瑪竇福音

四, 1~11

那時候，耶穌被聖神帶到曠野，受魔鬼的試探。祂禁食四十晝夜之後，就餓了。試探者前來對祂說：「祢若是天主子，就命令這些石頭變成餅罷！」祂回答說：「經上記載：『人不僅是靠餅生活，更要靠天主口中所說出的每句話。』」隨後，魔鬼帶祂到了聖城，使祂站在聖殿的頂上，對祂說：「祢若是天主子，就從這裡跳下去吧！因為經上記載著：『祂為祢吩咐了祂的天使，用手托住祢，免得祢的腳碰在石頭上。』」耶穌回答說：「經上又記載：『你不可試探你的天主上主。』」魔鬼又帶祂到一座極高的山上，把世上所有的國家和它的榮華指給祂看，對祂說：「祢若跪下朝拜我，我就

把這一切都送給祢。」耶穌回答說：「撒殫，走開！因為經上記載：『你要朝拜你的天主、上主，單單事奉祂。』」於是魔鬼便離開了，就有天使前來伺候祂。

——基督的福音。

答：基督，我們讚美祢。

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： LORD, WHO THROUGHOUT THESE FORTY DAYS

ST. FLAVIAN

1. Lord, who throughout these forty days,  
For us did fast and pray,  
Teach us with you to mourn our sins,  
And close by you to stay.
2. As you with Satan did contend,  
And did the vict'ry win,  
O give us strength in you to fight,  
In you to conquer sin.
3. As you did hunger bear and thirst,  
So teach us, gracious Lord,  
To die to self, and always live  
By your most holy word.
4. And through these days of penitence,  
And through your Passiontide,  
Forevermore, in life and death,  
O Lord, with us abide.
5. Abide with us that when this life  
Of suffering is past,  
An Easter of unending joy  
We may attain at last!

Text: CM; Claudia F. Hernaman, 1838-1898, alt.  
Music: *The Whole Psalms in Four Parts*, 1563, alt.

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：感恩歌

疊句：C 4/4

Bob Fabing, S.J.  
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。

3·4 5 4 3 | 2·3 4 2 | 1·2 3 2 1 | 5 --- | 6·7 i 2̣  
 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 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。

**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

曹家子女為父親曹勳齡求安息主懷、天鄉永福。  
 林俊明全家為母親林張貴妹(亞納)求安息主懷、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、宋寧家，求享天堂永安。  
 葉家子女追思父親葉綺高逝世廿九年、母親葉黃惠珍  
 逝世八週年，求安息主懷、天堂永福。  
 任阿美、任明平及家人追思任廷理、任林葉、任登華、  
 任明有、任明愛、任德忠，求天鄉永福。  
 任阿美追思 Benjamin, Alice, Carl, Betty, and James Hahn，  
 求天鄉永福。  
 任阿美追思 Glenn and Ruth Peckenpaugh，求天鄉永福。  
 張茜凝為萬春芝(瑪利亞)姊妹 98 歲安詳離世感謝天主，  
 祈靈魂早登天鄉。  
 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。  
 聖心基信團追思張媽媽張啟玲，求安息主懷、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。  
 沈志上、李鳳珍為二哥李紹金求靈魂永安、長享天鄉永福。  
 蔡冰芝、蔡冰茹、蔡冰娜姊妹追思表姑黃明德，求安息主懷。

**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、簡嘉鏐、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、林張貴妹。

**教會消息欄**

**教宗四旬期文告：  
 與天主同在永遠有心靈的對話**

(梵蒂岡新聞網) 聖座新聞室 2 月 24 日舉行記者會，介紹  
 教宗方濟各《2020 年四旬期文告》，文告主題取自聖保祿  
 宗徒致《格林多後書》5 章 20 節，即「我們如今代基督  
 請求你們：與天主和好吧！」

教宗在文告中首先指出，逾越節的奧蹟，即耶穌苦難、  
 聖死和復活的奧蹟是悔改的基礎。教宗表示：「基督信仰的  
 喜樂從聆聽並接受耶穌死亡和復活的喜訊流露出來。此一  
 初傳(kerygma)綜合了一個愛的奧祕：這愛『如此真實，  
 如此真誠，如此實在，並邀請我們與祂建立真誠的關係，  
 與祂進入可結出果實的交談』(《生活的基督》宗座勸諭，  
 117 號)。凡相信這訊息的人，就不會接受『人生是自己的，  
 任由我們隨己意度過』此一不實謊言。」在 2020 年四旬期，  
 教宗希望信眾將目光投向被釘十字架的基督，「讓自己一再  
 得救」。教宗強調，耶穌的逾越奧蹟不是過去的事件，而因  
 聖神的德能永存不滅，「使我們以信德能在受苦的人身上  
 看見和觸摸到基督的血肉」。

教宗接著強調祈禱的重要性，指出祈禱「是為表達我們  
 需要回應天主的愛，這愛時時引領和支持著我們」。我們還  
 蒙召聆聽並回應天主的聖言，以「能體驗到祂無條件賜予的  
 慈恩」。

教宗表明，儘管我們有軟弱和失敗的時候，但天主始終  
 「不中斷與我們的救恩對話」。天主拯救我們的決心，就是  
 「讓祂的聖子背負我們罪的重擔」。

「把復活奧蹟作為我們生活的中心，意思是在戰爭、各種  
 打擊生命的行為，包括從未出生的胎兒到老年人，以及各種  
 形式暴力的受害者身上看到被釘基督的創傷。」教宗表示，  
 這就意味著要親自努力並投入建設「更美好世界」的工作。

隨後，文告提到教宗將於「3月26日至28日在亞西西與青年經濟學家、企業家和改革者召開一次會議」，旨在「塑造一個更富於正義、更有包容心的經濟環境」。

教宗最後祈求聖母瑪利亞為我們轉禱，他說：「讓四旬期能開啟我們的心，聽見天主要我們與祂和好的呼聲，定睛注視逾越奧蹟，並轉向與祂開放及誠懇的交談。這樣，我們會成為基督要求祂的門徒所成為的：地上的鹽、世上的光（參閱瑪五13~14）。」

## 新冠肺炎全球拉警報， 義大利和亞洲多地教會採取措施

（梵蒂岡新聞網）新型冠狀病毒疫情延燒至世界許多地方。截至2月22日上午為止，已有76000人感染。世界衛生組織總幹事譚德塞（Tedros Adhanom Ghebreyesus）擔心，遏止疫情的時間「所剩不多」。他格外擔憂病毒在衛生系統薄弱的國家蔓延，因此呼籲國際社會迅速作出回應，加強防治措施並確保經費充足。

與此同時，義大利首次發生新冠肺炎病患死亡的情況。該國主教團主席巴塞蒂（Gualtiero Bassetti）樞機對此深表擔憂。他說：「我們必須確實遵循所有衛生規範，必將作出某些犧牲。倘若對健康和我們的公民有益，我們將有所犧牲。」

在四旬期內，菲律賓天主教會將採取行動來防止新冠病毒的傳播。在該國近日發布的禮儀指南中，主教團建議在聖灰禮儀中，把聖灰施放在頭頂，而非用聖灰在額頭上劃十字，以減少肢體接觸。聖週五在朝拜十字聖架時，信友應避免親吻或觸碰十字架，而要改為跪拜或鞠躬。在四旬期即將來臨之際，菲律賓主教團邀請信眾透過「自我節制、愛德和祈禱」，不斷祈求「我們的基督徒生活」得以更新。在疫情危機下，「我們對弟兄姊妹福祉的關懷，意即我們預防新冠病毒擴散的極大關注和努力，也彰顯出我們的愛德」。

亞洲其它地方的教會也採取了防疫措施。香港教會寬免了信友參與彌撒的義務，並宣布暫停2月15日至28日的公開彌撒，取消聖灰禮儀。新加坡總教區也宣布暫停公開彌撒，直到另行通知恢復為止；當地教會同時也鼓勵信友通過廣播和YouTube參與彌撒，以滿全本分。

緬甸天主教主教團於2月6日宣布露德聖母瞻禮慶典延期舉辦。仰光總教區自1902年起舉辦這項民間敬禮活動，今年原定於2月7日至16日舉行，新的日期將擇日通知。

韓國首爾、仁川、全州、水原和議政府教區則是對禮儀和聚會加以限制，攜手努力遏止疫情。這些教區指導信友格外注意，預防病毒在主日彌撒和其它人數眾多的活動中蔓延開來。

# 佈告欄

三月：聖若瑟月

彌撒後茶點服務組

本週：暫停一次

下週：聖家基信團

## 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。本華人團體今天為遊民服務。

## 慕道班啟事

下週主題：福傳

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

## 東區華語四旬期一日避靜

地點：禮堂

時間：3/15（主日）8:30 AM 至 3 PM

主講：彭育申修女

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](http://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)

• 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

本堂聖文生善會今天舉行食物捐獻活動。

堂區其他消息請看英文週訊（在聖堂大門口）。

夏令時間將於三月八日凌晨二時開始；請於三月七日晚間將府上的鐘錶調快一小時。

## 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！