

天主教聖谷東區中文週訊



甲年復活期第四主日

主曆二〇二〇年五月三日

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：

恭讀宗徒大事錄 二，14a，36~41

五旬節那天，伯多祿和十一位宗徒站起來，高聲對群眾說：「以色列全家應該確切知道：你們所釘死的這位耶穌，天主已經立祂為王，立為默西亞了。」

他們聽見了這些話，覺得刺心，就對伯多祿和其他宗徒說：「諸位仁兄！我們該作什麼呢？」伯多祿告訴他們說：「你們悔改罷！每一個人都要因耶穌基督的名受洗，使你們的罪得到赦免，你們還要領受聖神的恩惠。因為這恩許是為了你們和你們的兒女，以及一切在遠方的人，就是我們的上主天主所召叫的人。」他還說了很多別的話來作見證，並勸勉他們說：「你們要拯救自己，遠離這邪惡的世代。」許多人接受了他的話，就都受了洗；那一天，信徒增加了大約三千人。

——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：張磊弟兄 626-217-5451

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

答唱詠：詠二二

答：D 3/4

姜震譜曲

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

上主是我的牧者，

6 5 3 | 2 1 · 6 | 1 - - | 1 - 0 ||

我實在一無所缺。

領：

一、上主是我的牧者，我實在一無所缺。祂使我憩息在翠綠的草地上，又領我走近幽靜的溪水旁。

祂使我精神振奮，體力恢復。

二、為了光榮祂的名，祂領我踏上了正途。縱然我要走過陰森的幽谷，我也不怕凶險，因為有祢與我同在。

祢的牧杖和牧棒，使我欣慰舒暢。

三、在我敵人面前，祢為我擺設筵席；

在我頭上傳油。使我的杯爵滿溢。

四、在我一生的歲月裡，常沐浴在祢的恩寵與幸福中，

在我有生之年，我要常住在上主的殿裡。

讀經二：

恭讀聖伯多祿前書

二，20b~25

弟兄姊妹們：你們如果因行善而受苦，還能堅心忍耐：這樣才能討天主歡心。你們原是如此而蒙召的，因為基督也為你們忍受了痛苦，給你們留下了榜樣，使你們追隨祂的足跡。「祂平生從沒有犯過罪，從來沒有說過欺騙人的話」；祂受辱罵，從不還口；祂受虐待，也不報復，只把自己交付給那公義的審判者；祂身懸十字架上，親自承擔了我們的罪過，使我們終止罪惡的生活，而度正義的生活；你們是因祂的創傷，才獲得痊癒。你們從前好像迷途的羊，現在卻被領回，到了你們的靈牧和監督面前。

——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：主說：我是善牧，我認識我的羊，我的羊也認識我。

福音：

恭讀聖若望福音

十，1~10

那時候，耶穌說：「我實實在在告訴你們：凡不從門進入羊棧，而從別處爬進去的，就是賊，是強盜。從門進去的，纔是羊的牧人。看門的給他開門，羊聽他的聲音；他按名字呼喚自己的羊，領他們出來。他把羊放出來以後，就走在羊的前面，羊也跟隨他，因為認得他的聲音。羊決不跟隨陌生人，反而逃避他，因為羊不認得陌生人的聲音。」耶穌給他們講了這個比喻，他們卻不明白祂所說的是什麼意思。

於是耶穌又對他們說：「我實實在在告訴你們！我就是羊的門；凡在我以前來的，都是賊和強盜，羊沒有聽從他們。我就是門，誰若經過我進來，必定得救；可以進，可以出，也可以找到草場。盜賊進來，無非是為偷竊、殺害、毀滅；我來的目的，卻是為使他們獲得生命，而且獲得更豐富的生命。」

——基督的福音。

答：基督，我們讚美祢。

奉獻曲：來跟隨我

C 4/4

詞／曲：陳雯達

3-3 5 | 2 - - - | 1 · 1 1 3 | 7 - - - | 6 · 6 6 1 |
 1,2. 不要害怕 我與你同在 你 是我用
 5 - - - | 3-3 2 1 | 2 - - - | 3 3 2 3 5 | 2 - - - | 1 · 7 |
 1,2. 血 贖回的孩子 我呼叫你名字 來
 1 3 | 7 - - - | 6 · 5 6 1 | 5 1 3 - | 2 · 2 2 3 |
 1,2. 跟隨我 我是你的善牧 你 是我的
 1 - - - :|| 1 - ||
 1. 羊。 2. 羊。

0 5 1 2 | 3 3 3 3 3 2 1 | 2 5 2 2 - | 1 1 1 1 1 1 |
 3. 我的心歡歡喜喜讚美我的救主 舉起雙手感謝
 4. 我願意一生一世仰望我的救主 一生一世跟隨
 7 6 | 7 2 7 7 - | 6 6 6 6 6 5 4 | 5 1 5 5 5 1 2 |
 3. 我的救主 張口高聲歌頌我的救主 因祂是
 4. 我的救主 一生一世事奉我的救主 因祂是
 3 3 3 3 2 1 | 2 3 2 :|| 2 2 2 2 1 7 | 1 - - - ||
 3. 美善寬仁的 天 主。 4. 宇宙唯一真天 主。

3 5 3 2 5 | 1 3 1 7 3 | 6 1 6 5 1 | 3 4 3 2 - |
 5. 祂是 道路 祂是 真理 祂是 生命 祂是 主。
 3 5 3 2 5 | 1 3 1 7 3 | 6 1 6 5 1 | 2 · 1 1 - ||
 阿肋 路亞！阿肋 路亞！阿肋 路亞！祂 是主！

神領聖體經

我的耶穌，我真心全信祢在聖體聖事內，我愛祢超過一切，我渴望領祢到我心中。既然我現在不能實領祢，請賞我至少神領祢的恩典吧！我擁抱祢，完全與祢結合，像祢實在到了我的心中一樣。別讓我再與祢分離吧！阿們。

領主曲：輕輕聽

D 4/4

詞：張千玉 曲：陳天賜

1 1 1 3 2 | 1 1 1 3 2 | 1 1 6 5 6 1 | 1 - - - |
 輕輕聽，我要 輕輕聽，我要 側耳聽我主聲 音。
 1 1 1 3 2 | 1 1 1 3 2 | 1 1 6 5 6 1 | 1 - - - ||
 輕輕聽，祂在 輕輕聽，我的 牧人認得我聲 音。
 3 5 | 5 · 3 5 3 6 | 6 · 3 6 6 i | i · 6 5 6 3 2 | 3 - - |
 祢是 大 牧者，生命 的主宰，我一 生 只聽隨主聲 音。
 3 5 | 5 · 3 5 3 2 | 1 · 6 1 3 2 | 1 1 6 5 6 1 | 1 - - - ||
 祢是 大 牧者，生命 的主宰，我的 牧人認得我聲 音。

獻花曲：天堂母后

F

1 2 1 2 3 - 4 3 2 - | 4 3 2 1 - |
 天堂 母后，歡欣吧！ 阿肋路亞！
 1 5 - 5 6 5 4 3 1 2 3 - | 4 3 2 1 - |
 因為 妳堪孕育的那一位， 阿肋路亞！
 5 5 6 5 - 5 1 2 1 - | 2 3 4 5 - |
 已經復活，如祂曾說， 阿肋路亞！
 5 1 2 4 3 2 1 - | 7 2 2 - 1 - ||
 請為我們祈天主。 阿肋路 亞！

出堂曲：我是主羊

D 4/4

5 4 | 3 5 1 3 5 4 3 | 2 5 7 2 - | 2 5 7 2 4 3 2 | 3 1 5 |
 主領 我到青草地安歇 在溪水旁 黃昏時主與我一 路同行
 5 4 | 3 5 1 3 5 4 3 | 2 6 2 4 0 1 | 3 - 2 - | 1 - - ||
 牧場 上凡是屬於主的 羊都強壯 我是 主 羊
 i 7 | 6 - - 7 6 | 5 - - 6 5 | 4 - - 4 6 5 4 | 5 3 5 |
 青草地 溪水旁 黃昏時 有主與 我同行
 i 7 | 6 - - 7 6 | 5 - - 6 5 | 4 - - 4 6 5 4 | 3 - - ||
 黑暗夜 路崎嶇 一步一 步隨主 行

彌撒特別意向欄

張銘義全家紀念父親張維仁先生（伯多祿）逝世卅二週年，求主賜天鄉永福。

于斌樞機基金會追思孫鄭惠芝瑪利亞德蘭，求天鄉永遠的安息。

李偉中為父親李鳳彬（保祿）求安息主懷。

李偉真為父親李鳳彬（保祿）求天鄉永福。

徐玉蘭、王振宇追思黃定成老先生，求安息主懷。

胡維鈞、胡慧蓉兄妹為陸欽豪大哥（聖名 Ignatius Lo）求安息主懷、永享天福，並求天主護祐及安慰他的家人。

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、簡嘉鏊、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、黃桂音、周義隆、張植智、楊建立、康美行、張亞凝、林小姍、陳偉生、徐永珍、鄧月琮、盛鐵君、姚淑華、董蕾華、王麗華、張石崎、王振宇、王蓀宜、向宗發、向余靜芬、焦維誠、何敏、張璐。

為新亡者祈禱：黃定成、郭樹琴、陸欽豪。

教會消息欄

教宗方濟各：

懷著更大的信德和希望仰望聖母瑪利亞

（梵蒂岡新聞網）教宗方濟各於 4 月 25 日發表的牧函中，邀請全體信眾在聖母月誦唸玫瑰經，並勉勵大家在目前新冠肺炎嚴峻疫情時刻，於玫瑰經後加唸另外兩篇禱文中的一篇。次日，4 月 26 日主日正午，教宗在宗徒大樓的圖書館誦唸天皇后喜樂經之後，再次叮囑眾信友誦唸玫瑰經，懇求聖母護佑。教宗這樣說：

「還有幾天便開始五月這個獻給童貞聖母瑪利亞的月份，昨天，我在一封短函邀請所有信眾在這個月裡誦唸玫瑰經，和家人一起或獨自一人誦唸，並且加唸我提供給大家的兩篇禱文中的一篇。我們的母親聖母會幫助我們懷著更大的信德和希望來面對目前所處的考驗時刻。」

在這新冠疫情居家限制的時期，教宗提出這項呼籲一方面是重申教會看重民眾熱心敬禮聖母，另一方面是希望加強信友的家庭意識。

教宗方濟各

就「2020 年 5 月（聖母月）」致函全體信友

親愛的弟兄姊妹：

五月（聖母月）將臨，這是天主子民格外熱誠向童貞聖母瑪利亞表達孝愛之情的時刻。在這個月裡，我們一直有與家人在家中一起誦唸玫瑰經的傳統。疫情下，種種的限制使我們更珍視「家庭」的幅度，也促使我們從靈性的角度去看這個幅度。

因這緣故，我切願鼓勵每個人重新發現五月（聖母月）在家誦唸玫瑰經之美。你可以斟酌各自的情況，善用機會，以個人或群組進行。誦唸玫瑰經的關鍵常應以「簡單」為準，並且在互聯網（網際網路）也可輕易找到玫瑰經祈禱的範例，易於跟從。

我還提供了兩篇向聖母的禱文，大家可以在玫瑰經結束時誦唸。同時，我也會在五月份（聖母月）誦唸玫瑰經，俾能在心神上與大家合而為一。我把它們連同這封信放在一起，以便所有人都得以使用。

親愛的弟兄姊妹，以我們母親瑪利亞的心，默想基督的面貌，會使我們更團結，成為一個屬靈的家庭，也會幫助我們克服這段考驗。我為你們眾人祈禱，尤其為那些受苦至深的人們；也請你們為我祈禱。我感謝大家，並以摯愛之情祝福大家。

發自羅馬聖若望拉特朗大殿

2020 年 4 月 25 日聖馬爾谷聖史慶日

教宗 方濟各

向聖母祈求（一）

聖母瑪利亞，妳總是在我們生命的旅途中閃耀發光，一如救恩和希望的標記。我們將自己託付於妳、病人之痊。妳持守著堅定的信德，在十字架下參與耶穌的苦難。

妳，羅馬人民的救援，明瞭我們的需要；我們確信妳的照顧。一如在加里肋亞加納，在這考驗的時期過後，妳將恢復我們的喜樂與歡慶。

天主仁愛之母，請幫助我們眾人順從天父的旨意，並實踐耶穌所吩咐的；祂承擔了我們的苦難，藉著十字架，引領我們到達復活的喜樂。阿們。

天主聖母，我們投奔到妳的保護下。噢！榮福童貞瑪利亞，請勿輕忽我們在急需中的懇求，但救我們免於一切危險。

向聖母祈求（二）

天主聖母，我們投奔到妳的保護天主聖母，我們的母親，我們正受疫情侵蝕，全球飽受痛苦和焦慮。我們投奔於妳，並尋求藏身於妳的保護之下。

童貞瑪利亞，請轉目憐視處於疫症下的我們。請安慰那些悲痛哀悼的人，因為他們痛失所愛的親友；有時埋葬的安排，亦加深了哀悼者的悲痛。請陪伴那些因所愛的人病了而憂心忡忡，卻又因防範疫症傳播而不能陪伴染病親友的人。為那些憂慮前景不穩、經濟和就業困難的人，請給予他們希望。

天主聖母，我們的母親，請為我們向天主——仁慈的聖父祈求，使能結束這場巨大的苦難，重現希望與平安的曙光。請向妳的聖子懇求吧！正如妳在加納所做的，使病人和亡者的家人得到安慰，開解他們的心靈，使能重獲信心和依靠。

請保護前線醫護人員和志工；他們正冒著生命危險去救助別人。請支援他們英勇的努力，給予他們力量、無私的精神和健康的體魄。

請陪伴日夜照顧病人的人士。也請陪伴善盡牧職的司鐸；他們忠於福音，盡力幫助和支援眾人。

至聖童貞，請光照科研人士的智慧，使他們找出有效的解決辦法，去克勝這病毒。

請支援各國領導人，以智慧、關心和慷慨的精神，去援助那些缺乏生存基本需要的人，並以遠大的眼光，及休戚與共的態度，制定社會和經濟上的解決辦法。

聖母瑪利亞，請激發我們的良知，把發展和囤積武器的投資，改為用於提昇有效的研究，去避免同樣的悲劇，將來再度發生。

可愛之母，請幫助我們明白，我們都是一個大家庭的成員，並承認我們是連成一體的，好使我們在友愛和團結的精神下，能夠彼此幫助，減輕無數貧窮和匱乏人士的困境。請加強我們的信心，堅忍服務，恆心祈禱。

瑪利亞，憂苦者的安慰，請擁抱妳受苦的眾子女，並祈求天主伸出祂大能的手，從這恐怖的疫症中，解救我們，好使生命能安穩地重回正軌。

童貞瑪利亞，妳是寬仁的、慈悲的、甘飴的，我們把自己託付於妳；妳在我們生命的旅途中閃耀發光，一如救恩和希望的標記。阿們。

天主教臺灣地區主教團禮儀委員會
香港教區禮儀委員會合譯
2020年4月28日

加拿大和美國主教再次將各自國家獻給聖母

（梵蒂岡新聞網）為應對新冠疫情，加拿大和美國主教將於今年5月1日再次把各自國家託付給童貞榮福瑪利亞的眷顧和護佑。這兩國的主教團都宣布，他們要將國家獻給「教會之母聖母瑪利亞」。

每年五月聖母月，教會都懇求天主之母的特別轉禱。今年4月25日，教宗特地致函全體信友，呼籲眾人更新對聖母的敬禮。與此同時，美國主教團主席龔梅茲總主教也致函他的主教弟兄，寫道：「今年，在攜手應對全球疫情的後果之際，我們更懇切地尋求聖母的援助。」

美國主教團執行委員會在與加拿大主教團領導團隊討論後，「認為2020年5月1日是美國主教將本國再次獻於聖母的良機，而且是奉獻給教會之母瑪利亞」。龔梅茲總主教表示：「我們在北方的主教弟兄也將於同一天把加拿大獻於教會之母瑪利亞。這將為教會提供契機來祈求聖母持續庇佑弱小者，讓病患得以痊癒，抗擊這可怕病毒的人擁有智慧。」

此前，在梵二大公會議期間，聖教宗保祿六世尊崇聖母瑪利亞為教會之母。2018年，教宗方濟各將「教會之母榮福童貞瑪利亞紀念日」列入《天主教羅馬禮儀日曆》。

除了加拿大和美國以外，義大利主教團也將於同一天把該國次託付給童貞聖母瑪利亞的護佑。

佈告欄

五月：聖母月

遵照總主教指示，彌撒暫停。

堂區消息

● 總教區新冠狀病毒啟事

洛杉磯總主教4/19宣布在總教區內直到5/15暫停所有公開彌撒及定期舉行的和好聖事。婚禮要延期；殯葬禮儀只舉行墓園安葬禮。詳情請看：

<https://lacatholics.org/wp-content/uploads/2020/04/COVID-19-Updated-Liturgical-Guidelines-041920.pdf>

● 堂區新冠狀病毒啟事

遵照總主教的指示，堂區所有本來要舉行的群聚活動都延期或取消。堂區辦公室不對外開放，但週一至週五上午九時至下午五時有職員上班。

● 彌撒奉獻

因為彌撒暫停，當然也沒有收奉獻；然而堂區仍有開銷。若您願意，請在您方便的時候將彌撒奉獻信封投入辦公室前門旁的信箱中。若您願意，也可用網上捐款方式；詳情請上網到 seasrh.org/donate