

# 天主教聖谷東區中文週訊



乙年四旬期第三主日

主曆二〇二一年三月七日

## 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：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 2  
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

7 | 5 - - - | 3 4 5 2 3 4 | 2/4 1 2 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。

讀經一：

恭讀出谷紀

二十，1~17

那時候，天主發言，說了以下的話：「我是你的天主上主，是我曾經把你們從被奴役之地、埃及領出來。除我之外，你不可有別的神。你不可製造任何偶像；不做製天上、或地上、或地下水中之物的雕像。不可叩拜這些像，也不可敬奉，因為上主我、你的天主是忌邪的天主；惱恨我的人，我要追討他們的罪，從父親直到兒子，甚至到三四代。但愛我並遵守我誠命的人，我要以慈愛待他們，直到千代。

不可妄呼你的天主上主的名字；因為凡妄呼祂名字的人，上主一定要懲罰他。要記住，守安息日為聖日。你有六天要勞作，作一切事；但第七天是為恭敬你的天主上主當守的安息日：你和你的兒女、僕婢、牲口、以及在你住地

## 天主教聖谷東區華語主日彌撒

時間：每主日下午 3:00

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 7:30-8:30 PM

週六 4:00-4:30 PM, 7:30-8:00 PM

指導司鐸：蘇神父 (Fr. Dominic Su) 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

僑居的外方人，都不可作任何工作。因為上主在六天之內造了天地、海洋和其中的一切，但是第七天卻休息了，因此上主降福安息日，定為聖日。要孝敬父母，使你在你的天主上主所賜給你的土地上，延年益壽。不可殺人。不可姦淫。不可偷竊。不可作假見證，陷害別人。不可貪圖別人的房屋。也不可貪戀別人的妻子、僕婢、牛驢以及他所有的一切。」——上主的聖言。

答：感謝天主。

答唱詠：詠十八

答：F 4/4

姜震譜曲

5 6 1 3 5 · 3 | 4 3 2 - 1 | 1 - - - ||  
主！惟獨祢有永生的話。

領：

- 一、上主的法律是完善的，能暢快人靈；上主的約章是真誠的，能開啟愚蒙。
- 二、上主的規誡是正直的，能悅樂心情；上主的諭令是光明的，能照亮眼睛。
- 三、上主的訓誨是純潔的，萬世常存；上主的判斷是真實的，永遠公允。
- 四、比黃金，比精純的黃金更可愛戀；比蜂蜜，比蜂巢的流汁更加甘甜。

讀經二：

恭讀聖保祿宗徒致格林多人前書

一，22~25

弟兄姊妹們：的確，猶太人要求的是神蹟，希臘人尋求的是智慧，而我們所宣講的，卻是被釘在十字架上的基督：這宣講為猶太人的確是絆腳石，為外邦人是愚妄，可是對那些蒙召的人，不論是猶太人或希臘人，基督卻是天主的大能和天主的智慧：因為天主的愚妄總比人明智，天主的懦弱也總比人堅強。

——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 6̣ 1 | 2-- | 1 6̣ 5 | 6̣ - 1 | 1--- | 1- :||

基督，天主聖言 願光榮歸於祢。

領：你們應尋求善，不可尋求惡；這樣你們纔能生存；  
上主也必與你們同在。

## 福音：

恭讀若望福音

二，13~25

猶太人的逾越節快到了，耶穌便上耶路撒冷去。祂在聖殿的外院，看見有人在販賣牛、羊、鴿子，並坐著兌換銀錢，就用繩索做了一條鞭子，把眾人連羊帶牛，都從聖殿外院裡趕出去，把兌換銀錢者的銀幣倒在地上，並推翻了他們的桌子；對賣鴿子的人說：「把這些東西搬出去，不要使我父的聖殿成為商場。」祂的門徒就想起了經上所記載的：「我對祢聖殿所懷的熱愛，如火一樣把我燒盡。」猶太人便問祂說：「祢顯什麼神跡給我們看，證明祢有權作這些事呢？」耶穌回答他們說：「你們拆毀這座聖殿，我三天以內要把它重建起來。」猶太人說：「這座聖殿建築了四十六年，祢在三天以內就能重建起來嗎？」但是耶穌所說的聖殿，是指祂自己的身體。所以，當祂從死人中復活以後，祂的門徒就想起了祂說過這話，也相信了聖經和耶穌說過的話。

當耶穌在耶路撒冷過逾越節的時候，有許多人看見祂所行的神跡，便信從了祂；但是耶穌並不信任他們，因為祂認識所有的人；並不需要誰指證，人是怎樣的，因為祂知道人心裡的一切。

——基督的福音。

答：基督，我們讚美祢。

## 奉獻曲： YOUR WORDS ARE SPIRIT AND LIFE

Refrain:

Bernadette Farrell

Your words are spirit and life, O Lord:  
richer than gold, stronger than death.  
Your words are spirit and life, O Lord;  
life everlasting.

1. God's law is perfect, refreshing the soul,  
reviving the weary spirit.  
God's rule can be trusted: bringing us wisdom,  
bringing God's wisdom to birth.
2. God's precepts keep us; their purpose is right.  
They gladden the hearts of people.  
God's command is so clear it brings us new vision;  
bringing God's light to our eyes.
3. Living by God's truth is holy and sure;  
God's presence is everlasting.

God's truth is eternal, bringing us justice;  
bringing God's justice to earth.

4. God's word is precious, desired more than gold;  
worth more than we dare imagine  
and, sweeter than honey, this word will feed us,  
bringing fulfillment and joy.

Text: Based on Psalm 19:8-11. Text and music © 1993, Bernadette Farrell.  
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。  
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： 在主內

C 4/4

Bob Fabing, S.J. 譯詞：彭育申

5 | i - 7 - | 6 - 5 3 | 4 - 6 5 | 5 -  
唯 在 主 內 我的 靈 能安 歇。

0 3 | 3 - 4 5 | 6 - 6 5 | 4 - 3 - | 2 -  
上 主 我 磐 石，我永 不 動 搖。

0 5 | i - 7 - | 6 - 5 3 | 4 - 6 5 | 5 -  
唯 在 主 內 我的 靈 能安 歇。

0 3 | 3 - 4 5 | 6 - 6 7 | i - 7 - | i - - 0 ||  
上 主 我 磐 石，我永 不 動 搖。

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

- 1、 在主內安歇，我靈。 上主是我的希望。
- 2、 大家前來朝拜主。 我們是祂的羊群。

5 4 3 1 2 3 1 | 1 --- | 2 2 2 3 2 1 7 | 1 - 0 ||

- 1、 呼喚上主的聖名。 祂是我們的庇蔭。
- 2、 聽從上主的教導。 我們心深處的呼聲。

## 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。

## 出堂曲： 主，祢在四十晝夜內

F 4/4

ST. FLAVIAN

1 | 1 7 1 3 | 2 2 1 1 | 4 3 1 2 | 3 - -  
1、主，祢在四十晝夜內 曾 祈禱和齋 戒；

- 2、祢 曾在曠野 受試探，並 戰勝了魔 鬼，
- 3、祢 曾忍飢又 受渴主，求 祢來教導 我，

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

- 1、教 導我們 痛悔 己罪，並 常與祢相 偕。
- 2、求 賜我們 力量 奮戰，因 祢而克服 罪。
- 3、棄 絕魔鬼、自己、世俗，常 靠聖言生 活。

## 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

本華人教友團體求仁慈的天主引領蘇神父二姊，蘇綢姊的靈魂早日安息主懷、享天鄉永福。

林慧懿、林慧琪為母親祈求身心靈的健康，並感恩謝主。

徐玉蘭為Eric Wang的肺癌治療感恩，並求主繼續眷顧垂憐，恩賜力量與降福，使他早日痊癒。

徐玉蘭為教友的親愛孫女 Keira 感恩，並求主降福，恩賜平安健康，快樂順利成長。

向致民為父親向列三、母親向任祥雲求安息主懷、靈魂永安。彭馥青及兒女孫輩追思先夫張植智，祈求天主

引領他的靈魂回到天鄉，永享天國的福樂。

林鄭靜萍為蘇神父的二姊蘇綢姊求安息主懷、天鄉永福。

林家子女帶領兒女們為母親林鄭靜萍求平安健康、早日康復。

林小蝶、林璉、江世璋、何逸梅、楊喜美、陳瑩齡、陳國榮、陳芷如為張莉萍的亡靈求早昇天國，安息主懷。

葉家子孫三代虔心追思父親／爺爺／外公葉綺高蒙主恩召三十週年，又適逢一百歲期頤冥壽，感恩主賜安息主懷，並享天鄉永福安樂。

侄子 Bosco、姪女 Lisa 為 Fr. Peter Tsang 的亡靈求安息主懷。

張熙成、林芬蘭為新冠疫情、為所有生病的人、並為全家健康平安祈禱，請求主耶穌的醫治、保佑及守護。

Mary 潘感恩謝主求平安。

徐肇求仁慈的天主悅納父親徐國瑞（聖名伯多祿）的靈魂，使他早日安息主懷、享天鄉永福，並求主保佑眷顧家人平安健康。

Nancy 偕兄姊弟追思父親葉綺高、母親葉黃惠珍，至親貴陸叔、伯珍舅和佩勳表弟，求主賜安息主懷、天堂永福。

周淑正為父親周元增、母親李寶蓮、哥哥周國正、弟弟周守正、丈夫孫蔭權求早日升天堂永享天福。

蘇蘭為好友的母親林唐秀瑜伯母享年 104 歲安逝，求天鄉永福。

蔡冰芝、萬裕追思父親蔡祥裕、母親劉三妹，求主賜天堂永福。

李偉中、姚淑芳為父親李鳳彬、母親黃龍梅及已亡親友們求主垂憐，寬恕他們的罪過，帶領他們的靈魂進入天國享天鄉永福。

方紹堃、伍美美感恩謝主，求主賜家人健康平安。

黃淑英為父親黃景祥 Emanuel、母親李巧招 Cecilia、先生徐木彬 Nicolaus、妹妹黃淑華 Francisca Xaveria 求天鄉永福。

聖母軍曉明之星支團為章桐君阿姨求腳部手術診療順利成功。

林俊明紀念母親林張貴妹（聖名亞納）逝世週年，求天鄉永福。

呂純蓉為彭馥青夫婿張植智求靈魂永安、享天國之樂。

喜樂基信團為彭馥青的先生張植智先生祈禱，

求主帶領他的靈魂入天國、享天鄉永福。

蔡萬裕、冰芝率兒女追思叔母、叔婆廖素玉，求主賜天堂永福。

蔡珊珊、蔡奕浩、蔡宜靜追思外公蔡祥裕、外婆劉三妹，求主賜天鄉永福。

## 代禱欄

**求健康：**李黃卓辰、林翠萍、周富美、盧如心、劉戊鏗、章桐君、劉單占淑、Anna 李、牛濟滄、薛玉山、張朝禎、岳何月英、牛麗生、簡嘉滄、李鑫源、劉友桐、王台陽、吳爾謙修女、周裕、楊鄂俊才、邵敏齡、謝瑩、邵鳳燕、Eddy 趙、于陳秀貴、童林娥、Angel Estrada、鄭金坤賢、鄭國瑩、楊桂芝、劉有忠、崔定民、曹粉蓮、黃美容、阮德俊、黃桂音、周義隆、楊建立、康美行、林小嫻、陳偉生、徐永珍、鄧月琮、盛鐵君、董蕾華、王麗華、王振宇、王蓀宜、向宗發、葉李吟新、向余靜芬、陳天雪、何敏、梁淑雯、朱康民執事、阮益謙、林翠瑤、胡維鈞、Patrick C. Y. Chow、Emily Hsu、李周從芝、陳大安。

**為新亡者祈禱：**Doris Hua、梁漢源、林唐秀瑜、Mary Lee、陳均扶、張植智、隆超、張莉萍。

## 教會消息欄

坎塔拉梅薩樞機：

**唯有與基督緊密結合，教會的存在才有意義**

（梵蒂岡新聞網）大眾輿論常談到教會，尤其談論教會成員的欠缺，卻很少提到耶穌。教宗方濟各神師坎塔拉梅薩（Raniero Cantalamessa）樞機從這個立論出發，準備今年四旬期的省思內容，將基督置於中心。教宗方濟各和聖座人員在四旬期的四個星期五參加坎塔拉梅薩樞機帶領的退省活動，聆聽他的講道。

今年默想的主題為「你們說我是誰？（瑪十六15）基督學信理，光和啟示的泉源」。教宗方濟各神師在接受《羅馬觀察報》的訪談中，解釋了他選擇這個主題的原因。他說，他受到了教宗方濟各的啟發。教宗在去年 11 月 25 日的公開接見活動中談到教會生活的四個基本特性：聆聽宗徒們的教導、守護彼此共融、掰餅和祈禱。

「這四個特性提醒我們，唯有與基督緊密結合，教會的存在才有意義。在教會內生長、卻脫離這些『座標』的一切事物都沒有根基。教宗將教會的四個座標簡化成一句話：扎根於基督。假設世界和傳播媒體天天談教會，所關心的不外乎教會的歷史，談的經常是負面的，沒有聖德的一面。他們也談教會組織、教會對時下問題的看法、時事和教會內的流言蜚語。很少提耶穌這個人。」

坎塔拉梅薩樞機接著提到，「信徒與非信徒依照公民價值與共同道德、我們文化的基督信仰根源能夠聯合的想法，曾一時受到歡迎，在義大利也如此。換句話說，

這種默契並非基於基督到來世界上所帶來的一切，而是在祂之後產生的事物」。

「這讓我萌生了一種渴望，將四旬期的默想鎖定在耶穌基督這個人身上。不錯，教會內的信友們不斷談論耶穌，但將祂和許多事放在一起談。我認為這一次只談祂將會有益處，好似只有祂存在，而且只關注祂是值得的，說到底，祂就是真理！」

那麼，四旬期對基督徒有什麼重大意義呢？坎塔拉梅薩樞機表示，實際上，我們應瞭解四旬期對耶穌有什麼意義。「耶穌退到曠野守齋，但不僅是也不主要為守齋。祂隱退是為了祈禱，為在人性上完美地配合天父的旨意，為圓滿實現即將開始的公開使命作準備」。

「我們也應如此，四旬期首先應是讓我們多思索天主的時期，聆聽祂的聖言、與日常的煩惱拉開一點應有的距離，這些煩惱會讓我們忘記我們為何生活在世界上。教宗方濟各在四旬期文告中提醒我們，在這段時期內我們應專注於如何培養信、望、愛三德。」

---

---

## 教宗訪伊拉克：

### 同亞巴郎一樣，在希望中踏上旅途

(梵蒂岡新聞網) 教宗方濟各以悔罪的朝聖者、和平的朝聖者的身分，「邀請伊拉克人民繼續走亞巴郎的道路」，「在希望中」定睛仰望星空。教宗方濟各將於 3 月 5 日至 8 日在伊拉克進行他的第 33 次牧靈訪問。在啟程以前，教宗向伊拉克人民發表視頻訊息，解釋了他首先是以「悔罪的朝聖者」的身分前往「他們的土地、古老而獨特的文化搖籃」。

教宗表示，「在多年的戰爭和恐怖主義後」，他要前往伊拉克「懇求上主廣施寬恕與修和之恩，祈求天主賜下心靈的慰藉和創傷的治癒」。再者，教宗也以「和平的朝聖者」的身分，重申《瑪竇福音》中耶穌的話語：「你們眾人都是兄弟。」(廿三 8)「在同聲祈禱和並肩前行的心願啟發下，也與其他宗教傳統的弟兄姊妹一起尋求友愛，以示聖祖亞巴郎促使穆斯林、猶太教徒和基督徒這個唯一的家庭凝聚在一起」。

在視頻訊息中，教宗先是向伊拉克基督徒致敬，讚許他們「在極度艱難的考驗中見證出在耶穌內的信仰」。教宗表示「很榮幸能與殉道的教會相聚：感謝他們的見證」。他們認識太多的殉道者，而這些殉道者「有助於我們在愛的謙卑力量中堅忍不拔」。教宗指出，「家園被毀和教堂被褻瀆的景象」歷歷在目，逃離「伊斯蘭國」恐怖組織的伊拉克百姓牽掛著「不得不留下來的摯愛，以及遭遺棄的住家」，心中痛苦難耐。教宗說：「我渴望帶給你們整個教會的溫柔撫慰。教會與你們同在，與飽受折磨的中東同在，並且鼓勵你們向前邁進。你們所遭受的可怕苦難令我心痛，我們不容許這些苦難占上風。」

教宗疾呼說：「面對惡的氾濫，我們絕不聽天由命。你們土地的古老智慧泉源，在其它地方指引我們效法亞巴郎。他雖然放棄了一切，卻從未失去希望。」亞巴郎信賴天主，因此「子孫多如天上繁星」。教宗邀請我們舉目仰望星空，因為「我們的許諾就在那裡」。

接著，教宗問候了伊拉克全體人民，說：「你們經歷了巨大的苦難，卻沒有被擊倒。」基督徒、穆斯林、雅茲迪人「備受煎熬」，教宗稱他們全是弟兄姊妹。作為「希望的朝聖者」，教宗強調，「約納先知的預言曾經迴盪在尼尼微，阻止了毀滅，並帶來新的希望、天主的希望」。「讓我們接受這份希望的感染。它鼓勵人們重新建造並再次出發。在全球疫情的這段艱辛歲月裡，讓我們協助彼此加強友愛，好能一起建設和平的未來。各宗教傳統的弟兄姊妹齊心協力」。

在視頻訊息的結尾，教宗向伊拉克人民表示，「數千年前，亞巴郎從他們那裡啟程」，而今「輪到我們繼續這條道路，秉持同樣的精神，一起走和平之路」。教宗勉勵眾人效法聖祖亞巴郎，「在希望中前行，定睛仰望星空」。

---

---

## 佈告欄

三月：聖若瑟月

---

---

**夏令時間將於三月十四日凌晨二時開始；  
請於三月十三日晚間將府上的鐘錶調快一小時。**

---

---

## 堂區消息

### • 歡迎羅伯托神父 Welcome, Fr. Roberto



我們熱烈地歡迎羅伯托·魯埃達神父 (Fr. Roberto Rueda) 來到我們堂區擔任副本堂。他於一九九七年在西班牙晉鐸，並能說流利的英語和西語。他晉鐸後除了在西班牙服務過，也曾在墨西哥、菲律賓和美國服務。過去七年中他在我們總教區任職。我們歡迎羅伯托神父，並祈願他在我們堂區服務的時光為他及我們堂區都是一個祝福。

### • 本堂四旬期週一至週五時間表

週一至週四如常。週五除 8:30 AM 彌撒外，在 6:30 PM 有拜苦路，7 PM 有彌撒。

### • 彌撒奉獻

若您願意給彌撒奉獻但沒能在主日參與彌撒，您可將彌撒奉獻帶到辦公室或郵寄到辦公室，也可上網到以下網址捐獻：[seasrh.org/donate](http://seasrh.org/donate)

**堂區其他消息請看英文週訊。**