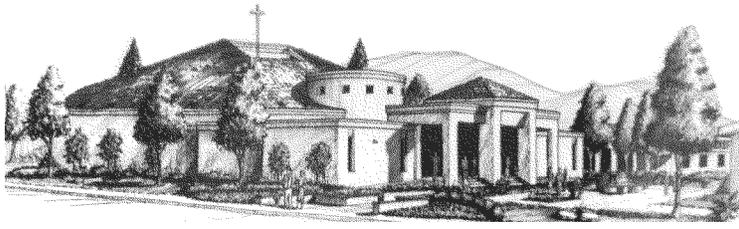


天主教聖谷東區中文週訊



丙年常年期第廿九主日
主曆二〇二二年十月十六日

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： 應常歡樂

C 4/4 穆景梅曲

5 6 5 6 5 - | 5 6 5 6 5 - | 5 6 5 6 5 1 | 2 - - - |
應常歡樂， 不斷祈禱， 事事感謝。

2 3 2 3 2 - | 2 3 2 3 2 - | 2 3 2 3 5 6 | 1 - - - |
應常歡樂， 不斷祈禱， 事事感謝。

i - - 6 | 5 - - i | 6 - - 5 | 3 - - - | 2 3 5 6 3 2 | 5 - - - |
這 就 是 天 主 在 基 督 耶 穌 內，

2 3 5 6 3 3 2 | 1 - - - | 5 6 5 6 5 - | 5 6 5 6 5 - |
對 你 們 所 有 的 旨 意。 應 常 歡 樂， 不 斷 祈 禱，

5 6 5 6 5 1 | 2 - - - | 2 3 2 3 2 - | 2 3 2 3 2 - |
事 事 感 謝。 應 常 歡 樂， 不 斷 祈 禱，

2 3 2 3 5 6 | 1 - - - | i - - 6 | i - - 6 | 5 - - 6 | 5 - 3 - |
事 事 感 謝。 應 常 歡 樂， 不 斷 祈 禱，

2 3 5 6 3 2 | 5 - - - | 2 3 5 6 3 2 | 1 - - - ||
事 事 感 謝， 事 事 感 謝。

讀經一：

恭讀出谷紀 十七，8~13

那時候，阿瑪肋克人來到勒非丁，和以色列人作戰。梅瑟對若蘇厄說：「你給我們選拔壯丁，明天去和阿瑪肋克人作戰，我要手中拿著天主的棍杖，站在這山頂上。」若蘇厄就照梅瑟所吩咐的作了：前去和阿瑪肋克人作戰。梅瑟、亞郎和胡爾便登上那山頂。梅瑟舉手的時候，以色列人就打勝仗；垂下手的時候，阿瑪肋克人就打勝仗。最後梅瑟的手舉得疲乏了。他們就搬來一塊石頭，放在他身後，他就坐在上面，亞郎和胡爾一邊一個托著他的手：這樣梅瑟的手就舉著不動，直到日落的時候。於是若蘇厄用利劍打敗了阿瑪肋克王和他的軍隊。

——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 7:30-8:30 PM

週六 4:00-4:30 PM, 7:30-8:00 PM

指導司鐸：蘇崑勇神父 (Fr. Dominic Su) 626-964-3629

終身執事：朱執事 (Dn. Peter Chu) 626-964-3629 x129

輪值理事：蔣傑璋弟兄 818-648-2898

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

答唱詠： 詠一二〇

答：D 3/4

姜震譜曲

3 2 | 3 · 2 3 5 | 6 5 - | 6 · 5 3 2 | 1 · 6 2 | 1 - - | 1 - ||
我的 救 助 來 自 上 主， 祂 創 造 了 天 地 萬 物。

領：

一、我舉目向聖山仰望，我的救助來自何方？

我的救助來自上主，祂創造了天地萬物。

二、祂決不讓你的腳滑倒，你的護守者不眠不休。

請看，以色列的護衛，不睡眠，也不瞌睡。

三、上主站在你的身邊，看守你，保護你。

白天，太陽不會傷你；黑夜，月亮不會害你。

四、上主庇祐你免遭禍患，祂必保護你身心安全。

上主庇祐你出入平安，從現今直到永遠。

讀經二：

恭讀聖保祿宗徒致弟茂德後書

三，14~四，2

親愛的：你要堅持你所學和所信的，你知道你是跟誰學來的。你從小便明白聖經，這聖經能給你智慧，使你因信基督耶穌，而得到救恩。全部聖經是受天主默感而寫成的，所以為教訓人、督責人、矯正過錯、並為教導人成聖，都是有益的；它使天主的人得到充分的準備，適於做各種善事。

我在天主面前，並在那要審判生死者的基督耶穌面前，指著祂的顯現和祂的國懇求你：要宣講真道，不論時機是否適合，都要宣講；要以百般的忍耐和各樣的教訓，來指正人，責備人，勸勉人。

——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：你們應當時時警醒祈禱，

為使你們能安心站在人子面前。

福音：

恭讀聖路加福音

十八，1~8

那時候，耶穌對門徒們講了一個比喻，論到人應當時常祈禱，不要灰心。祂說：「某城中有一個法官，不敬畏天主，也不尊重人。那城裡有一個寡婦，常去見他說：『求你制裁我的對頭，給我伸冤罷！』法官多次不肯；後來想到：『我雖然不敬畏天主，也不尊重人，祇是因為這個寡婦常來麻煩我，我要給她伸冤，免得她不斷的來糾纏我。』」於是主耶穌說：「你們聽聽這個不義的法官說了什麼話！天主聽到祂所召選的人日夜呼籲，能不給他們伸冤嗎？祂會延遲援助他們嗎？我告訴你們：祂一定儘快地為他們伸冤，但是人子來臨的時候，能在世上找到這種信德嗎？」

——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 Church

奉獻曲： THERE IS A LONGING

Anne Quigley

Refrain:

There is a longing in our hearts, O Lord,
for you to reveal yourself to us.

There is a longing in our hearts for love
we only find in you, our God.

1. For justice, for freedom, for mercy: hear our prayer.
In sorrow, in grief: be near, hear our prayer, O God.
(to Refrain)
2. For wisdom, for courage, for comfort: hear our prayer.
In weakness, in fear: be near, hear our prayer, O God.
(to Refrain)
3. For healing, for wholeness, for new life: hear our prayer.
In sickness, in death: be near, hear our prayer, O God.
(to Refrain)
4. Lord, save us, take pity, light in our darkness.
We call you, we wait: be near, hear our prayer, O God.
(to Refrain)

© 1992, Anne Quigley. Published by OCP Publications. 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。
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： 渴慕天主

D 3/4

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

- 1、當我領主聖體時 充滿幸福與喜樂
- 2、我對吾主基督說 我的心靈渴慕祢
- 3、今我將所有一切 皆獻於天父台前

4-5 | 6-7 | i-5 | 3- 1 | 3-5 | 2 1 2 | 1-- | 1 0

在主基督愛之內 我將永感到平安
我願目睹祢聖容 因祢是我的救主
喜樂痛苦和煩惱 與基督一起奉獻

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

在主內生活 有天父恩寵
我靈魂悲傷 我心神憂苦
請納我祈禱 請納我獻禮

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

祈願吾天主引領我走光明真理之道。
只因我靈思念著祢像牝鹿渴慕溪水。
求祢憐憫寬恕我罪因我全心信賴祢。

出堂曲： 主賜祢的子民力

D 4/4

Sr. M.T. Winter. MMS.

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

- 1、主賜祢子民力，若我們信祢的道，
- 2、主賜祢子民望，只要我信祢的話，

5 | 6 - 6 6 | 5 - - 5 | 6 . 6 6 6 | 7 . 7

- 1、祢立即回報，所有肩負著生活
- 2、祢聽我祈禱，祢熱忱的歡迎

7 6 | 5 - - 0 | 6 - 4 3 | 2 - 7 - | 1 - - - ||

- 1、重擔者，主賜祢子民力。
- 2、負傷者，主賜祢子民望。

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

曹瑾齡為弟曹偉齡逝世廿週年求天鄉永福。

呂純蓉為表姊徐芳蓉的靈魂求天國永安。

浦梁淑英追思先夫浦潛修逝世 15 週年，求天鄉永福。

浦家子女及孫輩求主賜父親天國福樂謝主天恩。

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

杜彥、杜寧、杜珩為母親杜鄭麗雲求主恩賜安息主懷，
早登天鄉，永享榮福。

安家姊妹們為父親安廣、母親安郭素卿求天鄉永福。

蔡冰芝、蔡萬裕追思父親蔡祥裕、母親劉三妹、叔母廖素玉，
求主賜天堂永福。

顧霞飛、顧霞翔為爸爸顧祖範、媽媽顧耀珍的亡靈，
求安息主懷、天鄉永福。

郭美芳感恩謝主。

郭美芳為諸煉靈及教內外各已亡親友恩人求早日升天。

周義隆、徐美恩全家感恩謝主，求全家平安健康。

李綉妮為陳大安求安息主懷、天鄉永福。

蔡韶雯、林大鈞、蔡宇寧追思外公蔡祥裕、外婆劉三妹，
求主賜安息主懷、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、Anna 李、牛濟滄、薛玉山、張朝禎、岳何月英、牛麗生、簡嘉鏞、李鑫源、劉友桐、王台陽、于陳秀貴、吳爾謙修女、周裕、謝瑩、Eddy 趙、童林娥、鄭金坤賢、鄭國瑩、楊桂芝、劉有忠、Angel Estrada、曹粉蓮、何敏、黃美容、阮德俊、黃桂音、周義隆、林小姍、徐永珍、盛鐵君、王麗華、王蓀宜、林翠瑤、向宗發、陳天雪、梁淑雯、阮益謙、胡維鈞、李周從芝、胡亞賢、賈冰雪、李維國、甄陳昭娥、朱康民執事、陳區美玲、Anna L. Sun、Patrick C. Y. Chow、繆劉桂卿、楊欣如、蕭幼懷、魯秋琴、Randy Anderson、焦蓮、陳志恆、簡初惠。

為新亡者祈禱：陳大安、許義萍、盧麗芳、葉廣海、徐麗清。

教 會 消 息 欄

教宗公開接見：渴望是分辨我們方向的指南

(梵蒂岡新聞網)教宗方濟各10月12日上午在聖伯多祿廣場主持週三公開接見活動，繼續以靈性分辨為要理講授的主題。這一次，教宗講解了「渴望」這個關乎分辨的因素，指出「分辨是一種尋找的形式，尋找則總是出於我們缺乏卻又熟悉的某件事」。渴望「是對一種圓滿的向往，這是永遠不會達致完全的圓滿，是天主臨在於我們內的標記」。

教宗首先解釋，「渴望」源自拉丁語，意思是「缺少星辰，缺乏指引生命旅程的參照點」，這種欠缺引起痛苦和不足，同時也急於獲得所欠缺的善。於是「渴望成了瞭解我在哪裡和要去哪裡的指南針，也是瞭解我是靜止不動還是正在前行的指南針。一個從來沒有渴望的人是一個靜止不動的人，也許是病人，幾乎是死人」。

教宗繼續解釋，渴望是有深刻含義的產物，在困難面前扛得住。他舉例說，一個人口渴，若不能馬上找到水，他不會因此而止步，放棄去尋找。只要能找到水喝，他準備做出一切犧牲。渴望經得住時間的考驗。另一個例子是：一個青年渴望成為醫生，他必須付出努力，懂得放棄。「必須設定限制，懂得說『不』，首先對其它專業說『不』，也要對可能遇到的娛樂和能分心的事說『不』，但他的渴望使他能夠克服這些困難」。

此外，教宗提到，「耶穌在行奇跡之前，常詢問需要幫助的人有什麼願望」。例如，祂問貝特匝達水池旁那個癱瘓的人：「你願意痊癒嗎？」我們要問，耶穌為什麼這樣說？

事實上，癱瘓者的回答揭示了一系列對痊癒的怪異抵制，這不只是他如此。耶穌的提問是邀請他澄清自己的內心，接納可能出現的在質方面的飛躍：不再把自己和自己的生活看成需要他人抬著走的「一個癱瘓者」。但床上這個人似乎並不那麼信服祂。

教宗說，通過與上主交談，我們學會瞭解我們在生活中真正希望的是什麼。那個癱瘓病人是一種人的典型，他們

說「是的，我願意」，但為他們的渴望什麼也不做。於是，「願望成了幻想，不邁出一步來實現它」，而是開始抱怨起來。

但要當心，抱怨是一種毒藥，毒害人的心靈和生命，不讓你增長向前進的願望。你們要對怨言持謹慎的態度。若在家庭出現抱怨，夫妻就會埋怨，而且彼此抱怨，子女抱怨父親，或者神父抱怨主教，或主教抱怨其它許多事情……。不能如此，如果你們發現處在抱怨中，就要當心，這幾乎是罪，因為它不讓渴望增長。

教宗著眼於我們所處的歷史時刻，指出如果說一方面似乎「助長最大程度的選擇的自由，同時又消耗掉渴望」，使其淪為一時閃過的念頭。數以千計的提議鋪天蓋地落在我們頭上，能使我們分散注意力，失去真正想要的東西。「想想年輕人，比如說，他們手裡拿著手機在搜索，在看……」，「可是，你是否停下來思考？」

「許多人感到痛苦，因為他們不知道對自己的生活有什麼願望；也許他們從未碰觸過自己最深層的渴望。由此，一個人的生命會在各種嘗試和思謀策劃之間度過，永遠不會有任何結果，並錯過寶貴的機會。如此，一些改變，儘管在理論上有這個願望，但當機會出現時，卻從未去實施，缺乏把事情做到底的強烈願望。」

教宗問道，今天，如果耶穌問我們「你願意我為你做什麼？」我們會怎麼回答。教宗給出他的回答，「也許，我們終於能求祂幫助我們認出祂的深切渴望，也就是天主放在我們心中的渴望」。「上主也許賜予我們認出這渴望的力量」，為使「我們參與祂的圓滿生命」。這實際上是天主對我們的渴望。

教宗：大公會議教導教會不要封閉自己，而要謙卑地與子民同在

(梵蒂岡新聞網)教宗方濟各於10月11日下午5時在聖伯多祿大殿主持彌撒，紀念梵二大公會議隆重揭幕60週年。教宗在講道中指出，教會基本重要的是愛天主、以慈愛關懷眾人、謙卑、喜樂和團結。

彌撒中的福音選自《若望福音》第21章第15到17節，記述耶穌復活後與宗徒之長聖伯多祿的談話，並把羊群委託給他。耶穌三次問伯多祿「你愛我嗎？」及「你餵養我的羊群」。教宗的講道以此為切入點。

教宗說：「我們今天聽到的上主的這些話，也是對我們，對作為教會的我們所說的。」教宗強調，大公會議是對耶穌的詢問作出了「積極回應」。教會在那個事件中反思自己、自己的性質和使命，發現自己是「由愛而生的恩寵的奧蹟，聖神的活殿宇」。

「讓我們捫心自問，我們在教會中是否以天主、以祂對我們慈愛的注視為起點。總是有以自我而不是以天主為起點的誘惑，把我們的事務置於福音之上，順從世俗之風，追隨時代的時尚，或者是棄而不顧天主賜與我們的時光。因此，我們要當心：無論是追隨塵世的進步主義，還是傳統主義，或是懷舊的倒退主義，這些都不是愛，而是不忠的體現。」

接著，教宗提到召集梵二大公會議的若望廿三世的見證，說道：「若望教宗在他生命即將結束的時日寫道：『我這走向晚年的生命，最好就是將我的一切都集中於耶穌、瑪利亞之子身上，與耶穌保持緊密且繼續不斷的親密關係，藉著圖像默觀耶穌：聖嬰、十字苦像和在聖事中受到的朝拜。』看，這就是我們永生的源頭：耶穌。」

若望廿三世在大公會會議的講話中談到教會必須生活出喜樂。教宗對此強調，教會「如果不喜樂，那就是自我否定」。教宗說：「一個愛耶穌的教會沒有時間去爭吵、惡毒攻擊和論戰。願天主讓我們免於批評和不容忍、刻薄和憤怒！這不只是風格的問題，也關乎愛，正如保祿宗徒所教導的，因為懷有愛的人，做任何事，總不可抱怨（參閱《斐理伯書》二 14）。」

教宗繼續表示：「梵二大公會議的另一個教導是：在世界中與他人共處，從不覺得自己高於他人，而是做天主的國的僕人；將福音的美好訊息帶入人們的生活和語言中，分享他們的喜悅與希望。大公會議是多麼合乎時宜：幫助我們擊退封閉在安逸和自信的誘惑，效法天主的風格，正如厄則克耳先知今天給我們描述的：去尋找迷失的羊並把牠領回到羊棧，包紮傷口並治癒有病的羊（參閱《厄則克耳》卅四 16）。」

為此，教宗強調，教會的存在是為了服務世界，不是為牧養自己和往上爬升，「而是懷著愛為他人著想，為所有人著想。如若望教宗所說，成為『所有人的教會，特別是成為窮人的教會』。」

教宗隨後解釋，當耶穌說「你餵養我的羊」時，祂指的是所有的羊，沒有作任何的區分。教會是共融的教會，而魔鬼卻要帶來分裂。教宗說：「在大公會會議之後，多少次，一些基督徒喜歡在教會內選擇站隊，卻沒有意識到他們正在刺痛慈母教會的心！有多少次，他們寧願作『自己群體的支持者』，而不是眾人的僕役；寧願作激進者或保守者，而不願做弟兄姊妹；選擇『右派』或『左派』而不選擇耶穌；將自己標榜為『真理的守護者』或『創新的獨唱者』而不願承認自己是對神聖慈母教會心存感激和卑微的子女。」

教宗強調：「我們眾人都是天主的子女，在教會內眾人都是弟兄姊妹。我們是祂的羊，是祂的羊群，我們唯有團結在一起，才能成為祂的羊群。」

教宗也感謝當天參加紀念慶典活動的其他基督信仰教會團體的代表。最後，教宗祈求上主把教會從自我封閉的危險中解脫出來，從而能夠像伯多祿一樣向上主說：「主啊！一切祢都知道，祢曉得我們愛祢（參閱《若望福音》廿一 17）。」

兒童與青少年繪畫比賽

北美地區的信仰刊物《傳信與關懷》近期舉辦一項兒童與青少年的繪畫比賽，收件時間於 10/3 至 11/15，詳情及報名請上網到 reurl.cc/NRM7en 或掃描二維碼。



佈告欄

十月：玫瑰聖母月

慕道班啟事

10/22 主題：信經

2022-2023 天主教聖谷東區華語成人慕道班已於 9/24 開始每週六 10AM 到 12PM 用 Zoom 上課。有意報名或介紹朋友參加者請與符曙新弟兄或趙金潤姊妹聯絡：626-839-8845

免費葫蘆絲課

免費葫蘆絲開課啦……聖誕節前免費上葫蘆絲課開始報名：大人小孩都可以報名參加。歡迎您加入！
電話：626-679-5291 水音葫蘆絲微信號：lsy41409846

林水英個人簡介

- 中國民族管弦樂學會葫蘆絲·巴烏學會（會員）和（理事）。
- 中國民族管弦樂學會葫蘆絲·巴烏高級指導教師資格證書。
- 雲南藝術學院認證葫蘆絲·巴烏教師資格證書。
- 福建省老年大學葫蘆絲任教。
- 福建省音樂家協會高級指導教師資格。
- 北京第十二屆民族樂器比賽，榮獲葫蘆絲獨奏金獎。
- 葫蘆絲·巴烏北京全國邀請賽「優秀指導老師獎」。
- 參加中國第二屆葫蘆絲邀請賽，榮獲超七孔葫蘆絲專業組獨奏金獎。

堂區消息

- **世界傳教節**：下主日是世界傳教節，本堂將為宗座傳信善會收奉獻。支票抬頭請寫 St. Elizabeth Ann Seton Church 請註明：World Mission Sunday
- **感恩節食物籃捐款活動**：本堂今年再次為有需要的家庭準備感恩節食物籃。每個食物籃的成本是\$40。若您願意贊助，請將支票放在彌撒奉獻籃中。支票抬頭請寫“St. Elizabeth Ann Seton”並請註明“HELP Campaign”。
您也可掃描二維碼：
若您想知道更多相關資訊，請看堂區週訊。
- **場地使用申請**：若您在明年一月到六月間要用堂區的場地，請到辦公室申請。多謝您的合作。

- **Together in Mission 2022**

本堂今年的籌款目標是 \$91,631.

若您願意捐獻，請掃描二維碼

或致電 (213) 637-7672

或上網至 togetherinmission.org/give



堂區其他消息請看英文週訊（在聖堂大門口）。