



丙年四旬期第二主日

主曆二〇二五年三月十六日

主日彌撒欄

請在誦唸慈悲申經後保持靜默，以便預備心靈，虔誠及合宜地參與彌撒，並請將行動電話關機。

進堂曲： 這光榮的四十晝夜

G (Em) 4/4

ERHALT UNS, HERR

$\underline{6} \underline{7} | 1 \underline{7} \underline{6} \overset{\#}{5} \underline{6} \underline{7} | 1 \underline{7} \underline{6} \quad 1 | 2 \ 2 \ 3 \ 1 | 2 \ 2 \ 3$
 1、這光榮的四十晝夜 我們歌頌讚美主業；
 2、獨自守齋梅瑟目睹 頒佈法律的慈愛主；
 3、效法他們讓我們來 與祢一同祈禱守齋；

$3 | 4 \ 3 \ 4 \quad 5 \ 4 \ 3 | \underline{2} \ 1 \ 2 \ 1 \quad 3 | 1 \ 2 \ 1 \ 7 | \underline{6} \overset{\#}{5} \underline{6} \quad ||$
 1、因基督萬物的主宰 在曠野中祈禱守齋。
 2、厄里亞守齋主顯現 火馬火車來接升天。
 3、堅固我們藉祢聖寵 讓我們歡見祢聖容。

讀經一：

恭讀創世紀

十五，5~12，17~18

那時候，上主領亞巴郎到外面，對他說：「你仰觀天空，如果你能夠數得清，就數一數星星吧！」又對他說：「你的後裔也要這樣多。」亞巴郎相信了上主，上主就以此算為他的正義。上主又對他說：「我是上主，我從加色丁人的烏爾領你出來，是要把這片土地賜給你作為產業。」亞巴郎說：「我主上主！我怎能知道我要佔有這片土地為產業呢？」上主對他說：「你給我帶來一頭三歲大的母牛，一隻三歲大的母山羊，一隻三歲大的公綿羊，一隻斑鳩和一隻鴿子。」亞巴郎便把這一切動物都帶來了，把牠們一一從中間剖開，分成兩半，相對地排列成兩行，只有飛鳥沒有剖開。那時有鷲鳥落在這些肉塊上，亞巴郎就把牠們趕走了。太陽要西沉的時候，亞巴郎昏沉的睡著了，忽然覺得非常陰森，就害怕起來。日落天黑的時候，突然有冒煙的火爐和燃燒的火炬出現，從那兩行肉塊中間經過。那一天，上主和亞巴郎

洛杉磯羅蘭崗天主教華人協進會主日彌撒

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 4:00-5:00 PM

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

華人協進會會長：岳德帆弟兄 626-905-7929

網站：CatholicChinese.org 電郵：mail@CatholicChinese.org

訂立了一項盟約說：「我要賜給你後裔的這片土地，就是從埃及河直到幼發拉底河之間的土地。」

——上主的聖言。

答：感謝天主。

答唱詠： 詠二六

答： G 3/8

Owen Alstott 曲

$\underline{5} | 1 \cdot | \underline{2} \ 1 \ 2 | 3 \cdot | 2 \ \underline{5} | \underline{6} \ 1 | 1 \underline{7} | 1 \cdot | 1 \quad ||$
 上主是我的光明，我的救援。

領：

一、上主是我的光明，我的救援，我還畏懼何人？
上主是我生命的保障，我尚害怕何人？

二、上主，求祢俯聽我的呼聲，求祢憐憫我，俯允我。

三、我一想到祢，心裡就說：「你要尋求上主的慈顏！」
上主，我切望仰瞻祢的慈顏。求祢不要轉面不顧，
祢發怒時，不要趕走祢的僕人。祢一向是我的救援。

四、我深信在這人世間，必能見到上主的美善。

你要鼓起勇氣，期待上主；你要振作精神，等候上主。

讀經二：

恭讀聖保祿宗徒致斐理伯人書

三，17~四，1

弟兄姊妹們：你們要一同效法我，也要注意那些按我們的榜樣生活而行事的人，我曾多次對你們說過，現在又含著淚說：有許多人，行事為人，是基督十字架的敵人；他們的結局是喪亡，他們的神是自己的肚腹，以羞辱的事為光榮，只思念地上的事。對我們來說，我們的家鄉是在天上，我們等待主耶穌基督我們的救主從那裡降來，祂將使萬有屈服在祂權下，祂必運用這大能，使我們卑賤的身體，改變得相似祂光榮的身體。

因此，我所眷愛和懷念的弟兄姊妹們，我的喜樂，我的冠冕。我可愛的諸位！你們應該在主內屹立不搖。

——上主的聖言。

答：感謝天主。

福音前歡呼詞：

答：G 4/4

Owen Alstott 曲

1 1 2 2 | 3 3 - 3 | 2 2 3 2 | 1 - - - ||
 基督，天主 聖言，願 光榮歸於 祢！

領：有聖父的聲音從彩雲中發出說：
 這是我的愛子，你們要聽從祂！

福音：

恭讀聖路加福音

九，28b~36

那時候，耶穌帶著伯多祿、若望和雅各伯上山去祈禱。正祈禱的時候，耶穌的面貌就改變了，祂的衣服潔白發光。忽然有兩個人，就是梅瑟和厄里亞，同祂談話。他們顯現在光耀中，談論耶穌去世的事，就是祂在耶路撒冷將要完成的事。伯多祿和同伴都昏昏欲睡。他們一清醒過來，就看見祂的光耀和在祂旁邊站著的兩個人。二人正要離開時，伯多祿對耶穌說：「老師，我們在這裡真好！讓我們搭三個帳棚：一個為祢，一個為梅瑟，一個為厄里亞。」原來他不知道在說什麼。他說這話的時候，有一片雲彩遮住了他們。他們進入雲彩時，門徒們就害怕起來。雲中有聲音說：「這是我的兒子，我所揀選的，你們要聽從祂！」這聲音發出後，只見耶穌獨自留在那裡。在那段日子，門徒都嚴守秘密，沒有把所見的事告訴任何人。

——基督的福音。

答：基督，我們讚美祢。

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 Church

奉獻曲：赫赫全能的君王

F 3/4

F. de Giardini

5 3 1 | 2 1 7 | 1 - - | 1 2 3 | 4 5 4 3 | 2 - - |
 1、赫赫全能 君王，惠然從天而降，
 2、皇皇永恆之道，聖子至聖至高，
 3、泱泱保惠聖神，真理博大見證，
 4、聖父聖子聖神，榮耀三一之神，
 5 3 1 | 5 - - | 2 3 4 | 3 · 2 1 | 2 3 4 | 3 · 2 1 |
 1、接納頌揚，天父仁慈無雙，德行烈烈蕩蕩，
 2、垂聽哀禱，神人恩惠中保，信眾永所依靠，
 3、充滿我心，振起聖言之力，開啟愚昧心竅，
 4、懇求降臨，領我進入光榮，見祢威儀慈容，

1 3 5 | 5 · 6 5 | 4 3 2 | 1 - - ||

1、得勝統御八方，互世無疆。
 2、求賜能力平安，福樂逍遙。
 3、明示救恩奧妙，安撫教導。
 4、獻上忠誠崇敬，永遠無窮。

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。

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。

靜默出堂

彌撒特別意向欄

請跟接待員索取奉獻彌撒意向單；請在一週前填寫並將其與獻儀一起交給曹瑾齡姊妹。支票抬頭請寫“C.C.C.”
 如需查詢，請聯繫曹瑾齡姊妹：626-715-4203

葛寧意追思舅舅張鵬程，求天鄉永福。
 符曙新、趙金潤追思父親、母親及逝去的親人、祖先，求靈魂永息、享天國永福。
 聖嬰基信團求主引領安怡倩的母親林淑雲姊妹（聖名貞德）的靈魂回歸天家、永享福樂。
 蔡冰芝、蔡萬裕追思父親蔡祥裕、母親劉三妹，求主賜他們安息主懷、天堂永福。
 羅啟君為父親羅恆武 Austin Lo 求安息主懷、天鄉永福。
 輔仁大學醒新社勵德服務隊好友為朱自成兄求安息主懷、靈魂永安。
 林芬蘭、張熙成全家為母親林江秀緩求靈魂永安、永享天鄉。

崔淑芳、陳賀章率兒子 Steven、女兒 Cindy 追思母親(外婆) 宋素珍(瑪麗亞)和已故親友恩人, 求主賜天鄉永福、靈魂永安。

崔淑平率兒子胡新月追思母親(外婆) 宋素珍(瑪麗亞) 和已故親友恩人, 求安息主懷、享天鄉永福。

劉德蘭為王振華蒙席蒙主榮召求主恩賜天鄉永福。

趙琦 Alex 紀念祖父趙文、祖母劉志英、外祖父王鑫禮、外公楊承義、表叔王亞芳, 求天鄉永福。

王承舜、崔錦榮為母親戴莉莎求順利度過化療, 身體健康, 早日康復。

賈濟華為邱鎔江先生(聖名 Vincent) 求靈魂早登天國, 享天鄉永福。

邱家子女邱鴻鈞、邱偉傑、邱蕭婷、邱鴻鈺、吳龍興、吳莉莎追思父親邱鎔江, 求安息主懷、享天鄉永福。

黃亞妹、蔣傑璋為邱鎔江伯伯(聖名 Vincent) 祈求仁慈的天主恩賜邱伯伯的靈魂早日安息主懷, 得享天國永福。

陳佩琳求天主賜恩張梅花姊妹天鄉永福。

陳佩琳求主賜黃鎗壽弟兄天鄉永福。

葉家子女茵台、威揚、威玲、威康追思父親葉綺高逝世 34 週年、母親葉黃惠珍逝世 13 週年及已故家族至親們, 求安息主懷、享天鄉永福。

連玉輝全家追思父親、公婆及死去的祖先, 求主賜他們安息主懷、天堂永福。

蔡韶雯、林大鈞、蔡宇寧追思外公蔡祥裕、外婆劉三妹, 求主賜他們天鄉永安。

趙儒民追思趙玉民、楊靖人, 求早日安息主懷、享天鄉永福。

代 禱 欄

求健康: 盧如心、劉戊鏗、章桐君、Anna 李、于陳秀貴、薛玉山、張朝禎、簡嘉滄、李鑫源、童林娥、鄭金坤賢、鄭國瑩、楊桂芝、劉有忠、曹粉蓮、黃美容、阮德俊、黃桂音、林小嫻、徐永珍、盛鐵君、陳天雪、梁淑雯、胡維鈞、李周從芝、胡亞賢、賈冰雪、繆劉桂卿、謝瑩、楊欣如、Anna L. Sun、Sue Ottoson、陳大第、張世鳳、Randy Anderson、劉菲、曹依、孫祖洪、張奇珠、張翊庭、薩次卿、黃小菱、葉茵台、王雅嫻、賴素靜、阮益謙、張晉霞、姚裕華、王美琳、Adrian Chan、Eugene Chan、陳林喜美、徐小明、朱錫芬。

為新亡者祈禱: 方廷諄、邱鎔江、張梅花、李黃卓辰、朱瑞琪、Ma May、林淑雲。

教 會 消 息 欄

教宗當選 12 週年：醫護人員送蛋糕慶祝

(梵蒂岡新聞網)「教宗度過了平靜的一夜。」聖座新聞室 3 月 14 日早晨如此表示。前一天 13 日是教宗方濟各當選

伯多祿繼承人的 12 週年紀念日, 由於他從 2 月 14 日起就在羅馬傑梅利綜合醫院住院, 照顧他的醫護人員於 13 日下午為他安排了小型慶祝活動, 送給他一個蛋糕並點上蠟燭。

當天下午, 教宗通過視頻連線參加了在梵蒂岡保祿六世大廳舉行的聖座部會避靜活動。然後, 他繼續進行呼吸方面的治療。

教宗夜晚使用非侵入式呼吸機, 白天則改用鼻管接受高流量氧氣治療。他在複雜的病況下臨床症狀保持穩定。14 日晚上預計會發布新的病情通知。

四旬期避靜第六場默想：

洗禮不是文化儀式，而是在主內重生

(梵蒂岡新聞網) 救恩的旅途有如靈性上的重生, 根據《若望福音》的記載, 耶穌在與尼苛德摩交談時講述了這一點(若三 1~8)。耶穌表示, 為了見到天國, 需要由上而生, 這概念令尼苛德摩深感不安。教宗府講道神師帕索里尼神父 3 月 12 日上午在聖座部會首長四旬期避靜第六場默想中強調, 耶穌這番話是指需要深層且徹底的改變。這轉變並不容易, 而且往往會讓人心生恐懼, 因為它需要放棄固有的確信和既定的模式。

耶穌闡明, 唯有通過水和聖神, 才能獲得新生命。這不是在生理上返老還童, 而是向聖神的化工敞開心扉。很多人害怕改變, 試圖抓住過往的經驗, 但真正的重生意味著信賴天主, 接受聖神的帶領邁向沒有探索過的境界。

帕索里尼神父指出, 這過程讓人想到以色列離開埃及、途經曠野的事蹟。那時候, 子民害怕死亡, 但他們將目光轉向天主所賜的記號, 便找到了救恩。今天, 救恩的記號是在十字苦架上的基督。

洗禮是這新生命的象徵: 它不是立竿見影的改變, 卻是一段轉變進程的開端。然而, 在歷史上, 洗禮的效力被淡化, 時常變成一種文化儀式, 而非有意識的信仰選擇。這導致教會發生危機, 對許多人來說, 基督徒生活變得既遙遠又抽象。

耶穌邀請眾人做出根本的決定: 重視與祂的關係勝過於其它任何關係, 承認只有在天主內能找到真生命。這需要人們有勇氣在生理和心理上「喪失自己的生命」, 好能在永恆的幅度尋獲生命。

在這段福音章節裡, 耶穌最後運用了分娩的比喻來解釋靈性上的重生是痛苦卻必要的過程。每個人都蒙召離開自己最初的「母胎」, 才能承受永生的圓滿。亞西西的聖方濟各在這方面樹立了榜樣, 他摒棄了一切確保安全感的事物, 為的是在基督內全然擁抱新生命。

教宗府講道神師最後總結道，真正的重生絕非假象，而是可進入的現實。凡是接受聖神改變的人都能真正地重生，而且他們現在就已經活出永恆的許諾。

佈告欄

三月：聖若瑟月

慕道班啟事

下週主題：十誡（二）、教會四規、七罪宗
講師：岳德帆

本堂 2024-2025 華語成人慕道班每主日下午 1:00-3:00 在四、五號教室上課。若您願意參加，或您願意介紹別人參加，請與張磊弟兄聯絡：626-217-5451。慕道班也歡迎兄姊們前來聽課一起再慕道。

✿ 樂齡三月份聚會 ✿

時間：3月20日（週四）9:30 AM ~ 12:30 PM

地點：本堂禮堂

內容：一起動一動、獻給聖母一束花（紙花製作）、
春季養生

聯絡：李如卿姊妹 (646) 331-9772

天主教電影欣賞

電影：畢奧神父傳。

時間：今天下午五時。

地點：四、五號教室。

堂區消息

• 本堂四旬期週一至週五時間表

拜苦路：週五 6:00 PM（西文）、6:30 PM（英文）。

平日彌撒、明供聖體、告解時間：如常。

• 四旬期齋餐

本堂聖文生善會將於 3/21, 3/28, 4/4, 4/11 週五
從 6 PM 到 8 PM 在禮堂提供免費四旬期齋餐。

歡迎大家光臨。

• 場地使用申請：若您在七月到十二月間要使用堂區的場地，請到辦公室申請。多謝您的合作。

• 堂區職員半日退省啟事：三月廿一日（週五）堂區職員將參加一場半日退省；當天辦公室下午二時半開門。

• 讓我們一起善度四旬期

讓我們藉著聖母，以耶穌的愛與喜樂彼此更新

今年我們堂區將舉辦一場長達五週的四旬期避靜……

在您的府上！

這個四旬期之旅可以是個人的，也可以是全家的。

當我們在家這樣做時，我們將與堂區大家庭一起善度四旬期並更接近耶穌。

為了幫助您，神父展示了一樣您可在家中用來建立祈禱空間的物件。

第二週——石頭

將一塊小石頭放在家裡的祈禱桌上。

默想：

在荒野中，魔鬼引誘耶穌把石頭變成餅。祂知道天主沒有叫祂做這件事。祂沒有把石頭變成食物。後來耶穌行了許多神蹟奇事。祂給飢餓者食物，給予人們鼓勵及治癒。

當您的心像石頭一樣硬時，您感覺到什麼？您如何能幫助一個在心中有「石頭」的人？幫助他人是什麼樣的感覺？

閱讀耶穌改變匝凱的故事（路十九）。耶穌也改變我們，使我們做更好的選擇。在您生命中是否有需要耶穌幫助您做出更好的選擇的地方？

- 佳節食物籃捐款活動：本堂今年再次為有需要的家庭準備復活節食物籃。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或交給堂區辦公室。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。



• 本堂英文成人慕道班競走馬拉松

本堂英文成人慕道班今年再次為慕道友避靜募款舉行競走馬拉松。請大家贊助參賽者。建議贊助額：

\$5（一張彩券）、\$10（三張彩券）、\$20（五張彩券）。一位幸運的贊助者將獲得一張 \$150 的 Costco 禮物卡。

• Together in Mission 2025: 心之餽贈

本堂今年的籌款目標是 \$106,918.

若您願意捐獻，請掃描二維碼

或致電 (213) 637-7672

或上網至 timgive.org/saints/r/?parish=P470



堂區其他消息請看英文週訊（在聖堂大門口）。

洛杉磯羅蘭崗天主教華人協進會理事欄

會長：岳德帆弟兄。

副會長：陳佩琳姊妹。

秘書：何凱恩姊妹。

禮儀組：趙金潤姊妹。

福傳組：伍美美姊妹。

活動服務組：潘綺霞姊妹。

靈修組：孫愛珠姊妹。

財務組：梁慧賢姊妹。