



丙年四旬期第三主日

主曆二〇二五年三月廿三日

主日彌撒欄

請在誦唸慈悲串經後保持靜默，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：我聽見耶穌聲音說

G (Em) 4/4

KINGSFOLD

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

1 我 聽見耶穌聲音說：「看，我白白供應

2 我 聽見耶穌聲音說：「我 是世界之 光；

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

1 生 命活水；口渴的人，來 暢飲得 生命。」

2 注 視我你 心必拂曉，使 每天都 明亮。」

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

1 我 來耶穌 跟前暢飲 那 生命之 活水；

2 我 仰望耶 穌我看見 我 的 晨 星、太陽；

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

1 我 不再渴，我 靈滿足；如 今我住 祂內。

2 我 沐浴生 命之光中，直 到步入 天鄉。

讀經一：

恭讀出谷紀

十七，3~7

那時候，人民在曠野裡非常口渴，就埋怨梅瑟說：「你為什麼從埃及把我們領出來？難道是要我們和我們的兒女、以及牲畜都渴死嗎？」梅瑟向上主呼號說：「我要怎樣對待這些人民呢？他們幾乎就要用石頭砸死我了！」上主回答他說：「你帶領幾個以色列長老，跟你一起到以色列人面前，你手裡要拿著你先前擊打尼羅河的棍杖；我要站在你面前，在曷勒布山的一塊磐石上；你去擊打那磐石，就有水流出來，給人民喝。」梅瑟就當著以色列的長老的面這樣作了。他稱那地方為瑪撒和默黎巴，因為以色列人民在那裡爭吵過，並試探過上主，他們說：「上主是否在我們中間？」

——上主的聖言。

答：感謝天主。

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

答唱詠：詠九四

答：Eb (Cm) 4/4

Owen Alstott 曲

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

你們今天要聽從 祂的聲音，不要再那樣心硬！

領：

- 一、請大家前來，向上主歡呼，向拯救我們的磐石歌舞。一齊到祂面前感恩讚頌，向祂歌唱聖詩，歡呼吟詠。
- 二、請大家前來叩首致敬，向造我們的天主跪拜，因為祂是我們的天主，我們是祂牧養的子民，是祂親手領導的羊群。
- 三、你們今天要聽從祂的聲音不要像在默黎巴那樣心硬，不要像在曠野中瑪撒那天，你們的祖先看到我的工作，在那裡仍然試探我、考驗我。

讀經二：

恭讀聖保祿宗徒致羅馬人書

五，1~2，5~8

弟兄姊妹們！我們既因信德而成義，便藉著我們的主耶穌基督跟天主和好了。我們藉著耶穌靠信德得以生活在天主的恩寵中，並歡欣地盼望分享天主的光榮。這種盼望絕不會落空，因為天主藉著祂所賜給我們的聖神，已經把祂的愛傾注在我們心中。當我們還在軟弱的時候，基督就在預定的時刻為罪人死了。本來為義人而死，已經無僅有，為好人死，或許有敢作的；但是，基督在我們還是罪人的時候，就為我們死了，這證明了天主怎樣愛我們。

——上主的聖言。

答：感謝天主。

福音前歡呼詞：

答：D 2/4

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：主，祢真是世界的救主；請給我活水，免得我再渴。

## 福音：

恭讀聖若望福音

四，5~42

⊙：那時候，耶穌來到撒瑪黎雅的一個鎮，名叫息哈爾，這地方靠近雅各伯給他兒子若瑟的那塊地，「雅各伯井」就在那裡。耶穌因為走路疲乏，就順便坐在井傍；那時，大約是中午。有一個撒瑪黎雅婦人來打水，耶穌向她說⊕：「請給我一點水喝！」⊙：那時祂的門徒都到鎮上買食物去了。那撒瑪黎雅婦人回答說⊕：「祢是猶太人，而我是撒瑪黎雅人，祢怎麼向我要水喝呢？」⊙：原來，猶太人跟撒瑪黎雅人一向不相往來。耶穌回答說⊕：「若是妳知道天主的恩賜，和現在向妳要水喝的是誰，妳或許早就會求祂，而祂也早就賜給妳活水了。」⊙：那婦人問道⊕：「先生，祢連打水的器具都沒有，而井又深，祢從哪裡取得那活水呢？難道祢比我們的祖先雅各伯還大嗎？他把這口井留給我們，他自己，他的兒女和他的牲畜，都曾喝這口井的水。」⊙：耶穌回答說⊕：「喝了這水的人，還要再渴；但是，誰喝了我給的水，就永遠不再渴；並且我給他的水，要在他內成為泉源，湧出活水，使他得到永恆的生命。」⊙：婦人說⊕：「先生，請給我這水吧！免得我再渴，也不需要再來這裡打水。」⊙：耶穌向她說⊕：「妳去叫妳的丈夫，然後再到這裡來！」⊙：婦人回答說⊕：「我沒有丈夫。」⊙：耶穌說⊕：「妳說沒有丈夫，妳說的很對；因為妳已經有過五個丈夫了，妳現在所有的，也不是妳的丈夫。妳說了實話。」⊙：婦人說⊕：「先生，我看祢是一位先知。我們的祖先一向在這座山上朝拜天主，你們卻說：朝拜的地方應該是耶路撒冷。」⊙：耶穌回答說⊕：「女人，妳要相信我，時候快到了，你們將不在這座山上，也不在耶路撒冷朝拜父。你們朝拜你們所不認識的，我們朝拜我們所認識的，因為，救恩是從猶太人來的。但是時候要到，而且現在就是，那些真正朝拜天父的人，要用心神、要按真理朝拜祂，因為，這樣的朝拜正是父所要的。天主是神，所以朝拜祂的人，應該用心神、按真理去朝拜。」⊙：婦人說⊕：「我知道那稱為基督的默西亞要來，祂來了，就會把一切的事告訴我們。」⊙：耶穌向她說⊕：「現在跟妳談話的我、就是默西亞。」⊙：正在這時候，祂的門徒回來了，看見祂跟一個婦人談話，都很驚奇；但是沒有人問那婦人：「妳要什麼？」或問耶穌：「祢為什麼跟她談話？」於是那婦人放下她的水桶，回到鎮上，對大家說⊕：「你們來看！有一個人把我過去所作的一切都說了出來，莫非祂就是默西亞嗎？」⊙：於是大家就往鎮外，到耶穌那裡。這時候門徒請耶穌說⊕：「老師，用飯罷！」⊙：祂卻回答說⊕：「我已經有食物吃，那是你們所不知道的。」⊙：門徒們便彼此詢問⊕：「難道有人給祂送來了吃的嗎？」⊙：耶穌向他們說⊕：「我的

食物就是實行派遣我來的那一位的旨意，完成祂交給我的工作。你們不是說：還有四個月纔到收穫期嗎？我對你們說：你們舉目仔細看看這些田地吧，莊稼已經成熟，可以收割了。收割的人領到工資，並且為永恆的生命積聚果實，這樣，使栽種的和收割的一同快樂。這正如俗語所說：『這個人栽種，另一個人收割。』我派遣你們前去收割你們沒有耕作的田地；別人出力，而你們卻去收穫他們辛勞的成果。」⊙：鎮上有許多撒瑪黎雅人信從了耶穌，因為那婦人作證說：「祂把我過去所作的一切都說了出來。」於是，這些撒瑪黎雅人來到耶穌跟前，請求祂在那裡住下；耶穌就在那裡住了兩天。還有更多的人因為聽了祂的教訓，就信從了祂。他們向那婦人說⊕：「我們現在信了，不是由於妳的話，而是因為我們親自聽見了祂的話，知道祂確實是世界的救主。」

——基督的福音。

答：基督，我們讚美祢。

## 慕道班懇禱禮

召喚候洗者  
為候洗者祈禱  
驅邪禮  
授信經

懇禱曲： 信德

D 4/4

楊洛詞

1 3 | 2 --- | 2 - 7 2 | 1 --- | 1 - 3 5 | 4 4 4 4 | 4 - 4 6 |  
口承認 心相信 救主耶穌從死者 中復  
5 --- | 5 - 4 5 | 6 · 6 6 4 | 2 - 3 4 | 5 · 5 5 3 | 1 -  
活！ 脫離罪 惡獲救 恩，聖神引 領新生命，  
2 3 | 4 · 4 4 2 | 7 - 1 2 | 1 --- | 1 - ||  
遵守 聖 言行愛 德 成義 人。

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： 微聲盼望

C 3/4

Alice Hawthorne

5 · 5 5 | i 7 6 | 5 - - | 3 - 0 | 4 · 4 4 | 6 5 4 | 3 - - | 3 - 0  
在忙碌 生命的 當中 疲倦寂 寞多感 喟  
世界一切浮華 宴 樂 祇是欺 騙與束 縛  
3 · 3 3 | 3 4 5 | 6 - - | i - 0 | 5 · 5 5 | 7 6 7 | i - - | i - 0  
你心靈 饑渴與 虛空 卻無法 得著安 慰  
真實與 不變的 珍寶 在世間 永找不到

5 0 5 5 | 5 # 4 4 | 3 -- | i - 0 | 7 0 7 7 | 7 i 6 | 5 -- | 5 - 0  
 聽 這聲 音何等 美 妙 是 溫柔 真實言 調  
 來 你要 向高山 舉 目 你 心靈 必得滿 足  
 i 0 i i | i 7 6 | 5 -- | i - 0 | 3 . 3 3 | 5 4 2 | 1 -- | 1 - 0  
 聽 慈愛 聲向你 呼 召 帶 來好 信息與 你  
 來 飲於 生命活 水 泉 必 可享 和平安 全  
 5 -- | 5 6 7 | i -- | i 7 i | 2 -- | 2 i 2 | 3 -- | 5 - 0 |  
 微 聲盼 望 我喜 聽 主慈 愛 聲  
 6 -- | 6 7 i | 5 -- | 5 5 3 | 4 -- | 4 5 4 | 3 -- | 3 - 0 ||  
 使 我心 靈 痛苦 中 得安 寧

**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： 求主充滿我**

詩節：A 4/4

Richard Blanchard

5 5 | 5 3 3 3 3 5 6 | 5 2 2 - 2 5 | 7 . 6 5 6 5 4 | 3 --  
 1、像那 婦人在井旁我曾 尋求 不 能 令人滿 足的事，  
 2、這世 界有千萬人正在 尋求， 努 力 追求屬 世享 樂，  
 3、朋友 若是你從這世界 所得， 仍 然 使你饑 餓難 受，

0 5 | i . i i i 2 3 | 2 i - i i 6 | 7 . 5 7 7 i 2 | i -- ||  
 1、那 時我聽 聞救主 說道，到 我這 裡 來取不 竭泉 源。  
 2、無 一能與 這寶貝 相比，我 在主 裡 已得著 這寶 貝。  
 3、我 主會施 恩使你 得救，若 你謙 卑 跪下向 祂祈 求。

5 6 | 6 5 - 5 5 i | i 7 . 7 7 i | 2 . 2 3 2 i 2 | 3 --  
 對經：我 杯高 舉 求主充 滿它，解 我心 的枯 乾與 饑 渴；  
 i 2 | 3 3 . 3 3 2 i | 2 i 6 6 i | 7 6 5 7 7 i 2 | i -- ||  
 求以 天糧 餵養我 使我飽 足滿我 杯使我 心身得 痊 癒。

**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**

孫偉及全家求主引領岳母林淑雲（貞德）姊妹的靈魂  
 回歸天家，永享福樂。

戴銘全家為父親陳永年、母親戴菊寶（聖名 Theresa）  
 求主賜安息主懷，永享天鄉永福。

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。

連玉燁全家追思父親、公婆及死去的祖先，  
 求主賜他們安息主懷、天堂永福。

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。

趙儒民追思趙家祖先及所有趙家亡者靈魂，  
 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、簡嘉鋈、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、陳大蕪、張世凰、  
 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

### 教宗住院：病情輕微改善，減少氧氣治療

（梵蒂岡新聞網）教宗方濟各在羅馬傑梅利綜合醫院住院  
 已超過 30 天，通過呼吸和運動方面的物理治療，目前病情  
 穩定，略有好轉。這是聖座新聞室於 3 月 17 日晚間發表的  
 教宗病況的最新消息。

聖座新聞室在病情通報中解釋，教宗減少了由鼻管接受  
 高流量的氧氣，進行間歇性的氧氣治療，但在夜晚仍使用  
 非侵入式呼吸機。昨天在本新聞網發布了教宗住院以來的

第一張照片，照片顯示教宗沒有吸氧。另外，照片中可以看到教宗手部腫脹，這是因為活動少造成的，但今天已有所改善。

## 佈告欄

三月：聖若瑟月

## 祝蘇神父生日快樂！

### 慕道班啟事

下週主題：靈修 講師：童利孝

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。

### 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

• **聖所基金**：本堂今天為聖所基金收第二次奉獻。該基金是用來美化聖所的。

#### • 讓我們一起善度四旬期

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。

#### 第三週——貝殼

在過去，四旬期是新基督徒準備受洗的時期。耶穌受洗後就開始履行祂的職務。作為一位已受洗(或將要受洗)者，您的職務是什麼？您如何活出您的聖洗承諾？

閱讀耶穌受洗的故事(瑪三、谷一或路三)並看看家庭成員領洗的照片。

• **奉獻 24 小時給天主**：洛杉磯總教區今年將有 20 個堂區舉行「奉獻 24 小時給天主」活動。在我們總鐸區中舉行該活動的堂區是哈崗的 St. John Vianney 聖堂  
1345 Turnbull Canyon Road, Hacienda Heights, CA 91745  
活動將於 3/28 上午 8:30 開始，3/29 上午 8:00 結束。  
活動期間該聖堂全天開放讓教友祈禱、辦告解。

#### • 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 3/28, 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。

#### • 四旬期和好聖事時間表

04/02 (週三)：本堂(羅蘭崗), 7:00 PM.

04/07 (週一)：St. John Vianney (哈崗), 7:00 PM.

04/10 (週四)：St. Lorenzo Ruiz (核桃市), 7:00 PM

• **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](http://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。