



丙年四旬期第五主日

主曆二〇二五年四月六日

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：心靈之歌

D 4/4

石頭譯

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

- 1、主 啊！打 開 我 的 心 靈；祢 的 慈 愛 與 聖 神，
- 2、主 啊！我 高 舉 我 雙 手，獻 上 感 恩 與 讚 頌，

2 3 | 4 . 4 4 . 4 | 4 7 1 2 | 3 - - - |

- 1、充 滿 我 的 心，滿 足 我 的 靈。
- 2、我 全 心 全 意，順 服 祢 聖 名。

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

- 1、主 啊！釋 放 我 的 捆 綁；祢 的 護 慰 與 恩 寵
- 2、主 啊！我 伸 出 我 雙 手；交 托 悲 傷 與 苦 痛

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

- 1、更 新 我 心 意，完 全 我 生 命。
- 2、我 一 生 一 世，信 靠 祢 帶 領。

6 - - - | 7 - - 6 | 5 - - - | 3 - - - | 4 - - 6 | 5 - - 4 |

耶 穌，主 耶 穌，快 來 充 滿

3 - - 4 | 5 - - - | 6 - - - | 7 - - 6 | 5 - - - | 3 - - - |

祢 羊 群；耶 穌，主 耶 穌，

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

來 與 我 同 行。

讀經一：

恭讀厄則克耳先知書

三七，12~14

天主上主這樣說：我的子民，我要親自打開你們的墳墓；我要從墳墓中把你們帶出來，領你們回到以色列的本土。我的子民！當我打開你們的墳墓，領你們出來以後，你們就知道我是上主。我要把我的神注入你們身內，使你們生活，安居在你們自己的土地上，這樣，你們就知道我是上主；我說了，一定會實行。——上主天主說。

——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：詠一二九

答：D (Bm) 4/4

Owen Alstott 曲

3 . 2 3 . 2 | 3 5 - - | 6 - 5 . 5 | 5 - - - ||
上 主 慈 悲 為 懷， 樂 於 救 贖。

領：

一、上主，我從深淵呼求祢；我主，求祢俯聽我的哀告，側耳諦聽我的祈禱。

二、上主，祢若細察人罪辜，我主，又有誰還能站得住，然而祢一向寬恕為懷，我們對祢起敬起愛。

三、我在期待，我的心靈期待上主，期待上主的諾言。我的心靈期待上主，勝於更夫待旦。

四、以色列，你要仰賴上主，因為上主慈悲為懷，樂於救贖。祂必拯救以色列，脫離一切罪惡。

讀經二：

恭讀聖保祿宗徒致羅馬人書

八，8~11

弟兄姊妹們：凡隨從肉性的人，決不能得天主的歡心。如果天主的聖神真的住在你們內，你們的生活就不受肉性的支配，只受聖神的領導。人若是沒有基督的聖神，就不是屬於基督的。如果基督住在你們心裡，雖然你們的身體因罪惡而死亡，但天主的聖神要賜給你們生命，因為天主已使你們跟祂和好了。還有，如果那使耶穌從死人中復活的聖神、住在你們心裡，那麼，那使基督從死者中復活的天主，也必要藉那住在你們內的聖神，使你們那必死的身體復活。——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 2 | 3 3 3 - | 2 - 3 2 | 1 - - - ||
主耶穌，我們讚美祢，光榮祢！

領：主說：我就是復活，就是生命；信從我的人，必永遠不死。

福音：

恭讀聖若望福音

十一，1~45

⊙：那時候，有一個病人，名叫拉匝祿，住在伯達尼，就是瑪利亞和她姊妹瑪爾大的村莊。瑪利亞就是那曾用香液傅抹過主，並且用自己的頭髮把祂的腳擦乾的婦人，患病的拉匝祿是她的兄弟。姊妹二人派人到耶穌那裡說✠：「主啊，祢所愛的人病了！」⊙：耶穌聽見這消息，就說⊕：「這病不至於死，而是要彰顯天主的光榮，天主子也要因此而受到光榮。」⊙：耶穌一向愛瑪爾大和她的妹妹以及拉匝祿。當祂聽說拉匝祿生病，又在原地逗留了兩天，然後才對門徒說⊕：「我們回到猶太去吧！」⊙：門徒們說✠：「老師，近來猶太人正想用石頭打祢，祢還想到那裡去嗎？」⊙：耶穌說⊕：「白天不是有十二個小時嗎？一個人在白天走路，不致於跌倒，因為他看得見這世界上的光；但是，在黑夜走路，才會跌倒，因為他看不見光。」⊙：耶穌說完了這些話以後，接著又對他們說⊕：「我們的朋友拉匝祿睡著了，我要去叫醒他。」⊙：門徒們說✠：「主啊！如果他睡著了，就會好的。」⊙：其實耶穌是指他已經死了，他們卻以為他是真的在睡覺。於是，耶穌就明白地說⊕：「拉匝祿死了。我倒很慶幸，我不在那裡，這樣可以使你們更相信我。現在我們到他那裡去罷！」⊙：那稱為雙胞胎的多默向其他的門徒說✠：「我們也去，跟老師一起死罷！」⊙：耶穌來到伯達尼，聽說拉匝祿已經下葬四天了。伯達尼鄰近耶路撒冷，相距約有三公里；有很多猶太人來到瑪爾大和瑪利亞這裡，為了他們兄弟的死來安慰她們。瑪爾大一聽說耶穌來了，就出去迎接；瑪利亞卻留在家裡。瑪爾大對耶穌說✠：「主啊！如果祢早在這裡，我的兄弟就不會死！但是我知道即使是現在，祢無論向天主求什麼，天主一定會賜給祢。」⊙：耶穌對她說⊕：「妳的兄弟一定會復活的。」⊙：瑪爾大說✠：「我知道在末日他一定會復活。」⊙：耶穌說⊕：「我就是復活，就是生命；信從我的，即使死了，仍然要活著；凡是活著而信從我的人，一定永遠不死。妳信這話嗎？」⊙：她回答說✠：「主啊，是的，我相信祢就是那要來到世界上的默西亞——天主子。」⊙：說了這話以後，就回去叫她的妹妹瑪利亞，輕聲地說✠：「老師來了，祂叫妳呢！」⊙：瑪利亞一聽這話，就立刻起來到耶穌那裡。當時，耶穌還沒有進村莊，仍然在瑪爾大迎接祂的地方。那些陪伴瑪利亞在家、正在安慰她的猶太人，看見她匆忙地起來出去，就都跟著她，以為她要到墳上去哭泣。當瑪利亞來到耶穌那裡，一看見祂，就俯伏在祂腳前說✠：「主啊！要是祢早在這裡，我的兄弟就不會死！」⊙：耶穌看見她哭泣，還有同她一起來的猶太人也哭泣，不禁心神感傷，難過起來，就問⊕：「你們把他葬在哪裡？」⊙：他們說✠：

「主啊，請來看！」⊙：耶穌不禁流下淚來。於是猶太人說✠：「你看，祂多麼愛他啊！」⊙：其中也有人說✠：「祂治好過生來就是瞎子的眼睛，難道不能使這個人不死嗎？」⊙：耶穌心中又感傷起來，隨即來到墳墓前。這墳墓是一個洞穴，洞口有一塊石頭堵著。耶穌說⊕：「把石頭挪開！」⊙：死者的姊妹瑪爾大說✠：「主啊！已經臭了，因為已經有四天了。」⊙：耶穌說⊕：「我不是告訴過妳：如果妳信，就會看到天主的光榮嗎？」⊙：他們就把石頭挪開；耶穌舉目向上說⊕：「父啊！我感謝祢，因為祢俯聽了我。我本來知道祢常常俯聽我，但是我說這話，是為了四周站立的群眾，讓他們相信是祢派遣了我。」⊙：說完這話，就大聲喊道⊕：「拉匝祿，出來罷！」⊙：死者就出來了，手腳都纏著布條，臉上還蒙著汗巾。耶穌向他們說⊕：「解開他，讓他行走吧！」⊙：許多到瑪爾大和瑪利亞那裡去的猶太人，一看到耶穌所作的事，就信了祂。

——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

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：主今日接觸我

D 4/4

3· 5 6 1 2 | 1 - - - | 6· 6 5 4 5 | 3 - - 0 3 | 4 4
1、主 今日接觸 我， 主 今日接觸 我， 祢 給我
2、主 我奉獻身 心， 主 我奉獻身 心， 祢 給我
3、主 今祢觸動 我， 主 今祢觸動 我， 要 給我
4、主 我唱祢的 愛， 主 我唱祢的 愛， 我 分享
4 6 5 5 0 4 | 3 3 3 2 1 1 0 | 3· 5 6 1 2 | 1 - -
1、祢的生命，祢 給我祢的愛情，主 今日接觸 我。
2、祢的生命，祢 給我祢的愛情，主 我奉獻身 心。
3、祢的死亡，要 給我祢的生命，主 今祢觸動 我。
4、祢的生命，我 分享祢的愛情，主 我唱祢的 愛。
0 1 | 6 4 3 2 3 4 | 5 3 2 1 0 1 | 6 4 3 2 3# 4 | 5 - -
生 活是死亡是歡 笑是哭泣，生 活是愛情是真 誠，
0 1 | 6 7 1 7 6 5 4 | 3 4 5 1 1 2 | 3 3 4 2 1 2 | 1 - - - ||
生 活是希望 是主 內的呼聲生活 是在主內愛之 歌。

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： 我是生命之糧

Ab 4/4 Suzanne Toolan, RSM

3 3 1 1 1 | 5 - 0 0 5 | 6 6 6 6 6 6 | 5 5 - 0 5 | i .

1. 我是生命之糧，誰到我這裡就不饑餓，信我
2. 我賜給人食糧，是為賜給世界新生命，誰若
3. 我是真理道路，我是永遠生命的泉源，誰若
4. 我信耶穌基督，祢是聖父的可愛之子，為了

i 7 7 7 | 6 - - 0 6 | 5 . 5 3 5 | i - - 0 i | 6 . 6 6 6 | 5 -

1. 的將不口渴，那領受我的人，他必永遠得救。
2. 吃了這糧食，他將永遠生活，他將永遠生活。
3. 在我內生活，我在他內生活，我在他內生活。
4. 我們這世界，從天降下人間，為我們而犧牲。

0 5 5 5 | i - 2 - | 3 - 0 i i i | 4 - 3 - | 2 -

我將賜他永生；我要賜他永生。

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

我要賜他永生直到世界的窮盡。

出堂曲： 耶穌，請記得我

Eb 3/4 JESUS, REMEMBER ME

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

耶穌，請記得我，當祢將來為王的時候。

1 1 0 1 | 2 1 2 0 | 7 7 7 7 6 7 | 1 1 1 - ||

耶穌，請記得我，當祢將來為王的時候。

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

趙儒民率子女追思趙玉民、趙雅民，求主賜早日安息主懷，
享天鄉永福。

趙儒民率子女追思楊靖人、楊志心、于雅玉，求主賜早日
安息主懷，享天鄉永福。

鄭建熾為李黃卓辰求主安息主懷。

鄭建熾為黃鎗壽求主安息主懷。

劉培宜、陳恆德追思姥姥單李光楣、父親劉尚民、
母親單占淑和已亡親友，求賜靈魂永安、天鄉永福。

Kevin Chen 追思姥姥單占淑、姥爺劉尚民，求賜安息主懷、
永享福樂。

葛寧意追思父親葛光燕，求永生福樂。

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、天鄉永福。

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。

劉德蘭為王振華蒙席蒙主榮召求主恩賜天鄉永福。

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。

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。

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。

蔡珊珊、蔡奕浩、蔡宜靜追思外公蔡祥裕、外婆劉三妹，
求主賜他們天堂永福。

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、簡嘉鎔、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、林小姍、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、陳大萐、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：張梅花、李黃卓辰、朱瑞琪、Ma May、
林淑雲。

教會消息欄

若望保祿二世逝世廿週年彌撒：

求聖教宗降福受傷的世人

（梵蒂岡新聞網）聖座國務卿帕羅林樞機 4 月 2 日下午在
梵蒂岡聖伯多祿大殿主持彌撒，紀念聖若望保祿二世教宗
逝世 20 週年。眾多聖職人員、男女會士、政要和平信徒齊聚
一堂，懷著感恩和喜悅的心緬懷這位聖教宗。

帕羅林樞機從《若望福音》出發，省思了引領若望保祿
二世一生的深厚信德。經上記載耶穌說：「聽我的話，相信
派遣我來者，便有永生。」（若五 24）樞機表示，這份信念
支持著聖教宗在他的使命上堅定不移，帶領他秉持非凡的
勇氣和忠信去面對挑戰。

天主上智的安排

聖座國務卿在講道中強調，若望保祿二世承認天主在他
人生中的上智安排。沃伊蒂瓦教宗 1981 年遭遇刺殺後，將

他的劫後餘生看作是天主賞賜的恩典，再次表明他致力於服務教會。

對此，若望保祿二世留下了遺言。他寫道：「在天主的眷顧下，祂以奇跡的方式拯救了我，讓我死裡逃生。祂是生命與死亡的唯一主宰，祂親自延長了我的壽命，祂在某種程度上將生命重新賜給了我。」

不要害怕

此外，聖座國務卿也反思了沃伊蒂瓦教宗在兩千大禧年的歷史性角色。「對若望保祿二世來說，基督是歷史的中心。」他敦促世人在救主的光照下重新發現其意義。

若望保祿二世鼓勵眾人：「不要害怕，卻要向基督大大地敞開門。」他也在《新千年的開始》宗座牧函中期勉教會「划到深處去」（路五 4）。帕羅林樞機指出，這啟發了教宗方濟各的「走出去的教會」的觀念。

戰爭始終是個挫敗

若望保祿二世孜孜不倦地提倡和平、維護人性尊嚴。樞機表示，儘管他的話語不被理睬，但他締造和平的承諾並未動搖，展現出教會的先知性見證。

聖座國務卿最後呼求若望保祿二世的轉求，並引用本篤十六世教宗 20 年前在殯葬彌撒上的話。那時候，本篤教宗祈求說：「請降福我們，聖父教宗若望保祿二世！請降福這個在旅途中的上主的教會，願她成為希望的朝聖者。求你降福被撕裂且迷惘的世人，願人們找到自己尊嚴和崇高使命的道路，並認識天主慈悲與愛的富饒！」

佈告欄

四月：聖體月

慕道班啟事

下週：問題與討論 講師：童立孝

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

「從電影讓我們與主相遇」

耶穌受難記

日期：四月六日。

時間：下午四時三刻。

堂區消息

讓我們一起善度四旬期

第五週——種子的生長

觀看一朵花的生長使我們想起復活節的承諾將帶來的蛻變和希望的奇蹟。

在您的生命中，希望在哪裡？奧跡在哪裡？在四旬期中您希望有什麼蛻變？閱讀芥子的比喻（瑪十三 31~32、路十三 18~19）並討論改變。

四旬期和好聖事時間表

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

04/15（週二）：St. Denis (鑽石吧), 7:30 PM

- 為親友獻百合花：這個復活期您可為您（在世或過世）的親友獻一盆用來裝飾教堂的百合花。您可從4月15日起將百合花帶到辦公室，並將您親友的姓名寫在辦公室提供的卡片上。

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。



本堂逾越節三日慶典摘要：

主的晚餐彌撒：4/17, 7:30 PM（多族裔）

拜苦路：4/18, 3:00 PM（中文）

紀念救主受難禮儀：4/18, 4:00 PM（中文）

復活前夕守夜禮：4/19, 7:45 PM（多族裔）

復活主日中文彌撒：4/20, 3:30 PM（如常）

- 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。
- 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。



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。