



甲年常年期第四主日
主曆二〇二六年二月一日

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：耶穌基督，祢是我生命

D 4/4

Marco Frisina

1 1 1 5 · 5 | 6 5 4 5 5 - | 4 3 2 1 6 1 | 2 3 2 2 - |
耶穌基督，祢是我生命，阿肋路亞，阿肋路亞！

1 1 1 5 · 5 | i 7 6 5 5 · 5 | 6 5 4 3 3 1 | 1 7 1 - ||
耶穌基督，祢是我生命，祢是我生命，阿肋路亞！

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

- 1、祢是道路、真理、生命，祢是人類的救主；
- 2、擁抱救主十字聖架，呼叫萬民接受救恩；

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

- 1、歡聚一堂我們高歌，讚揚祢的聖名。
- 2、全體同心傳報福音，得享主內真生命。

讀經一：

恭讀索福尼亞先知書 二，3，三，12~13

地方上所有遵守天主法律的卑微的人！你們要尋求上主，你們要追求公義，追求謙和。這樣也許在上主忿怒的日子，你們能脫身免禍。

我要在你們當中留下謙遜貧苦的人，他們會依賴上主的名號。那些殘存的以色列人民不再行邪惡，也不再說謊言；在他們的口裡再也找不到欺詐的言語。的確，他們或是牧放，或是休息，沒有人來恐嚇他們了。

——上主的聖言。

答：感謝天主。

答唱詠：詠一四五

答：F 4/4

朱健仁曲

1 1 2 1 · 6 | 5 6 1 · 5 5 | 2 2 2 3 2 1 | 1 - - - ||
神貧的人是 有福的，因為 天國是他們的。

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

中文告解時間：主日 2:30-3:00 PM 或主日彌撒後；
個別時間請與同神父聯繫。

指導司鐸：同衛峰神父 (Fr. Joseph) 626-964-3629 x125

華人協進會會長：岳德帆弟兄 626-905-7929

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

領：

- 一、上主為受壓迫的人伸冤，祂給饑餓者食物，上主為受壓迫的人伸冤，使囚犯獲得自由。
- 二、上主使瞎子復明，使偻僂的人直身，使受欺壓者挺身，上主眷愛義人。
- 三、上主保護旅客，扶助孤兒寡婦，上主保護旅客，使惡人迷失道路。
- 四、上主將永世為王，熙雍的天主，上主將永世為王，萬壽無疆。

讀經二：

恭讀聖保祿宗徒致格林多人前書 一，26~30

弟兄們，你們看一看，你們是怎麼蒙召的：從人的觀點看，你們當中有智慧的人並不多，有權勢的人也不多，顯貴的人更不多；天主偏偏召選了世上愚拙的人，來羞辱那有智慧的；召選了世上懦弱的人，來羞辱那堅強的；甚而天主召選了世人認為卑賤的和受人輕視的，以及那些認為不足輕重的，來推翻那些被認為重要的。這樣，誰也不能在天主面前有所誇耀。你們得以與耶穌基督結合，全是由於天主；也是由於天主，基督成了我們的智慧、正義、聖化者和救贖者，如同經上所記載：「凡要誇耀的，該在主內誇耀！」

——上主的聖言。

答：感謝天主。

阿肋路亞：

答：F (Dm) 3/4

朱健仁曲

6 6 5 | 3 - - | #4 2 #4 | 3 - - | 1 - 3 | 2 - 5 | 3 - - | 3 - - |
阿肋路亞。阿肋路亞。阿肋路亞。

6 6 5 | 3 - - | #4 2 #4 | 3 - - | 1 - 3 | 2 - 5 | 6 - - | 6 - - ||
阿肋路亞。阿肋路亞。阿肋路亞。

1 - 3 | 2 - 5 | 6 - - | 6 - - ||
阿肋路亞。

領：主說：我是道路、真理及生命，
除非經過我，誰也不能到父那裡去。

福音：

恭讀聖瑪竇福音

五，1~12a

那時候，耶穌看見群眾，就上了山，坐下之後，祂的門徒來到祂跟前，祂就開口教訓他們說：

「神貧的人是有福的，因為天國是他們的。哀慟的人是有福的，因為他們要得到安慰。溫良的人是有福的，因為他們要承受土地。慕義如飢似渴的人是有福的，因為他們要得飽飫。憐憫人的人是有福的，因為他們要受憐憫。心地純潔的人是有福的，因為他們要看見天主。締造和平的人是有福的，因為他們要稱為天主的子女。為義而受迫害的人是有福的，因為天國是他們的。人若為了我的緣故而辱罵、迫害你們，捏造各樣壞話毀謗你們，你們是有福的。你們歡喜踴躍罷！因為你們在天上的賞報是豐厚的。」

——基督的福音。

答：基督，我們讚美祢。

慕道班舉薦禮

推薦求道者、主禮致詞、代父母作證

主禮：(向信友) 各位弟兄姊妹：剛才你們聽到了代父母的作證。請問：你們是否願意支持他們，一起作入門聖事前的準備？

全體：我們願意。

詢問求道者、呈交登錄簿

為求道者祈禱

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：禱

C 2/2

Sebastian Temple

0 3 3 3 | 3 3 4 5 | 3 - - - | 3 - 0 5 | 3 3 3 3 | 3 3

1、 使我作祢和平之子， 在憎恨之處播下
2、 使我作祢和平之子， 在絕望之處播下
3、 使我作祢和平之子， 在赦免時我們便

4 5 | 2 - - - | 2 - 0 5 | 4 4 4 4 | 4 4 5 6 | 4 - - - | 4 -

1、 祢的愛； 在傷痕之處播下祢寬恕；
2、 祢盼望； 在幽暗之處播下祢光明；
3、 蒙赦免； 在捨棄時我們便有所得；

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

1、 在 懷疑之處 播下 信 心。
2、 在 憂愁之處 播下 歡 愉。
3、 迎接 死亡時我 們便進入永 生。

副歌 0 1 | 6 6 6 6 | 6 6 7 i | 5 - - - | 5 - 0 5 | 4 4 4 4 |
哦，主啊使我少為自己求， 少求受安慰，
4 4 5 6 | 3 - 4 - | 5 - 1 1 | 6 6 6 0 | 6 6 7 i | 5 - - - |
但求安慰人； 少求被瞭解，但求瞭解人；
5 - 3 3 | 2 - 2 #4 | 6 6 5 #4 | 5 - 6 - | 7 - - - ||
少求 愛，但求 全心付出 愛。

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：真福八端

C (Am)

朱健仁曲

6 6 5 6 3 i | 7 7 6 7 - | i 7 6 5 5 6 | 3 - - - |
神貧的人是 有福 的， 因天國是他們 的。

6 6 5 6 3 i | 7 7 6 7 - | i 7 6 #5 3 7 | 6 - - - |
哀慟的人是 有福 的， 因他們要受安 慰。

i 2 | 3 3 2 3 2 i | 2 2 i 2 i 6 | i i 6 i 6 i | 7 - - - |
溫 良的 人 是 有 福 的 因 他 們 要 承 受 土 地。

6 6 6 6 5 6 3 i | 7 7 6 7 - | 6 7 6 2 7 #5 | 6 - - - |
饑渴慕義的人是 有福 的， 因他們要得飽 飫。

6 6 6 5 6 3 i | 7 7 6 7 - | i 7 6 5 5 6 | 3 - - - |
憐憫人的人是 有福 的， 因他們將受憐 憫。

6 6 6 6 5 6 3 i | 7 7 6 7 - | i 7 6 #5 #5 3 7 | 6 - - - |
心裡潔淨的人是 有福 的， 因他們要看見天 主。

i 2 | 3 3 3 2 3 2 i | 2 2 i 2 i 6 | i i 6 i i 6 i | 7 - - - |
締造和平的人 是 有 福 的 因 他 們 要 被 稱 為 主 子 女。

6 6 6 6 6 5 6 3 i | 7 7 6 7 - | 6 7 6 2 7 #5 | 6 - - - |
為義受迫害的人是 有福 的， 因天國是他們 的。

6 6 5 6 3 i | 7 7 6 7 - | i 7 6 5 5 6 | 3 - - - |
神貧的人是 有福 的， 因天國是他們 的。

6 6 5 6 3 i | 7 7 6 7 - | i 7 6 #5 3 7 | 6 - - - |
神貧的人是 有福 的， 因天國是他們 的。

6 6 5 6 3 i | 7 7 6 7 - | i 7 6 5 5 6 | 3 - - - |
神貧的人是 有福 的， 因天國是他們 的。

6 6 5 6 3 i | 7 7 6 7 - | i 7 6 #5 3 7 | 6 - - - ||
神貧的人是 有福 的， 因天國是他們 的。

出堂曲： LEAD ME, LORD

John D. Becker

1. Blessed are the poor in spirit longing for their Lord,
for God's coming kingdom shall be theirs.
Blessed are the sorrowing for they shall be consoled,
and the meek shall come to rule the world.
(to Refrain)

Refrain:

Lead me, Lord; lead me, Lord, by the light of truth
to seek and to find the narrow way.

Be my way; be my truth; be my life, my Lord,
and lead me Lord, today.

2. Blessed are the merciful for mercy shall be theirs,
and the pure in heart shall see their God.
Blest are they whose hunger only holiness can fill,
for I say they shall be satisfied. (to Refrain)

Text: Matthew 5:3-12; 7:7, 13; John 14:6. Text and music © 1987, John D. Becker.
Published by OCP Publications. All rights reserved. Used with permission.

彌撒特別意向欄

若您想奉獻彌撒，請在一週前將彌撒意向與獻儀交給
李鳳珍姊妹：626-315-7177 支票抬頭請寫“C.C.C.”

吳靈華為林朝洪母親翁洪英 (Maria) 靈魂求安息主懷、
得享天鄉永福。

陳賀章、崔淑芳率子女 Steven、Cindy 感恩謝主，
祈求新的一年身體健康、工作順利、家庭幸福。

崔淑芳、陳賀章率子女 Steven、Cindy 追思母親宋素珍
(Maria) 逝世兩週年，求主恩賜靈魂安息主懷、
享天鄉永福。

陳賀章、崔淑芳率子女 Steven、Cindy 追思祖先及親友恩人，
求主恩賜靈魂永安、享天鄉永福。

黃靜為父親黃誠厚、母親孫秀香求天鄉永福、安息主懷。
蘇兆華追思父親蘇葆先祈求天主恩賜靈魂永安、天鄉永福。

張茜凝率子、媳為朱自成求安息主懷，永享天堂福樂。
張熙成、林芬蘭全家為 Geraldine Gutierrez 求身體健康，

求天主看顧醫護及時時護祐全家身心靈健康平安。
蔡嘉琪、嘉熙姊妹追思祖父蔡祥裕、祖母劉三妹、

六叔公蔡祥道，求主賜天鄉永福。
林武斌率子孫為妻子翁洪英 (Maria) 求天鄉永福。

林朝洪及其家人為母親翁洪英求靈魂永安、安息主懷
並得享天鄉永福。

李偉中、姚淑芳率子李雨安感恩謝主，祈求新的一年
工作順利、家庭和樂、身體健康。

彭馥青追思先夫張植智逝世五週年，求主恩賜靈魂
安息主懷、享天鄉永福。

蔡萬裕、蔡冰芝率兒子宇寧、女兒韶雯全家感恩謝主，大家
都平安健康過完舊的一年，並祈求新的一年全家都身體
健康、平安喜樂、工作順利、孫輩們學習進步。

葛寧如、葛寧意追思阿姨鄭陸惠芬，求安息永生。
葛寧意追思羅興海義父、蘇撫群伯伯、柳若韓姊妹，

求主賜天鄉永福。
黃文斌、李偉真求主降福全家，並護祐次子博祥、

媳婦姚幸、孫女恩瑤、和露瑤探親旅途平安。
蔡姍姍、蔡奕浩、蔡宜靜追思外公蔡祥裕、外婆劉三妹、

六叔公蔡祥道，求主賜他們天鄉永福。
蔡姍姍、蔡奕浩、蔡宜靜追思四大姨蔡冰輝、四大姨丈

蔡蒞臨，求主賜他們天鄉永福。
蔡冰芝、蔡萬裕率兒女們追思四妹、四姨、蔡冰輝、

四妹夫、四姨父蔡蒞臨，求主賜他們天鄉永福。

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、簡嘉鏐、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、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、薩次卿、
Randy Anderson、劉菲、曹依、孫祖洪、張奇珠、張翊庭、
黃小菱、葉茵台、賴素靜、阮益謙、張晉霞、姚裕華、
Adrian Chan、Eugene Chan、陳林喜美、徐小明、朱錫芬、
林翠珍、汪淑純、周淑正。

為新亡者祈禱：周勇正、羅興海、林翁洪英、Ron Damasco、
鄭陸惠芬。

教會消息欄

度奉獻生活者：尊嚴受傷之地的和平種子

(梵蒂岡新聞網)「臨在於世界上的先知性幅度與和平的
種子」，聖座修會部元月 28 日以此為主軸向全世界度奉獻
生活者發表信函，題名為《臨在的先知性幅度：在尊嚴受傷和
信仰受考驗之地的奉獻生活》。這封信函在 2 月 2 日、第 30 屆
奉獻生活日前簽署，奉獻日當天的高峰是教宗良十四世在
聖伯多祿大殿主持的彌撒聖祭。

這封信函首先提到眾多奉獻生活者蒙召分擔的「複雜
處境」，包括：「衝突、社會和政治不穩定局勢、貧困、被
邊緣化的情況、強迫遷徙、身為宗教少數群體，以及暴力和
張力」。這一切「使得人的尊嚴、自由，有時連信仰本身，
都備受考驗」。與此同時，奉獻生活的「先知性」幅度「強而
有力」，例如他們「始終臨在」，陪伴「受傷」的人們。

信函對「始終臨在」的福音觀念作了反思。這絕非「靜止
不動」，更不是「聽天由命」，而是一種「積極的希望」，能
通過「使人解除武裝的話語」激發「和平的態度和希望」。

正如「一粒種子要接受死亡，才能讓生命開花結果」，
藉著始終臨在的能力，整個奉獻生活的先知性幅度以各種
不同且互補的形式表達出來。比方說：使徒生活讓人看見
那支撐受傷尊嚴的「殷切關懷」；在信仰陷入考驗時，默觀
生活在代禱和忠信中「守護」希望；俗世會見證出福音有如
在社會和專業領域中的「低調的酵母」；貞女會展現出不求
回報、忠貞不二的力量「向未來開放」；獨修生活幫助人們
牢記「奉天主於首位」的原則，以及讓人卸下心防的本質。
在這些多采多姿的形式中，「唯一的先知性幅度成形：始終
懷著愛臨在，既不遺棄也不噤聲，卻為了這個時代和當下
歷史，親身活出聖言」。

信函最後闡明，當奉獻生活者始終陪伴世人的創傷，
「既不屈服於衝突的邏輯，也不放棄宣講有關人類和歷史的

天主真理」時，他遂成了「和平的匠人」。如此一來，奉獻生活者就在教會內和世界上活出「臨在的先知性幅度」，成為「和平的種子」。

美國華語夫婦懇談會 2026 年夫婦週末營

「三天兩夜，放下全世界，只為看清那個深愛的他。」
找回最初的心動，讓愛在兩人的對視中重新啟航。

日期：2/6 (週五) 6 PM~2/8 (週日) 5 PM (含主日彌撒)

地點：Best Western Plus Executive Inn

18880 Gale Ave, Rowland Heights, CA 91748

費用：每對夫婦 \$100 (含兩人三天兩夜住宿及餐點)，
夫婦必須一起參加。

詳情及報名請洽：

張元家、陳 臻 909-551-6925

張相之、沙玉芝 909-766-1952

或掃描二維碼。



佈告欄

二月：聖家月

聖經之旅

2/12 下午八時至九時。研讀範圍：馬爾谷福音第四章。

2/26 下午八時至九時。研讀範圍：馬爾谷福音第五章。

Zoom ID: 813 137 6606 無密碼 歡迎大家參加！

主曆二〇二六年羅蘭崗天主堂 春節感恩聖祭暨祭祖大典

彌撒時間：二月廿二日 (主日，正月初六) 下午 3:30。

彌撒地點：羅蘭崗聖依莉莎白·安·希頓天主堂。

主日彌撒前下午 3:10 開始，將為刊登在永懷紀念通功代禱的已亡親友和祖先誦唸祈禱。

歡迎邀請親朋好友一齊參加!!

永懷紀念通功代禱神花單

歡迎您將您希望紀念親友們的名字填在神花單中，我們會將您的永懷紀念通功代禱刊登在敬天祭祖祈福彌撒經文冊中。請自由奉獻 (建議紀念一位奉獻 \$5.00)，表格請向 usher (接待服務人員) 索取，請於 2/15 之前填妥神花單交給李鳳珍姊妹。

成人慕道班

每主日下午 1:00-3:00 在四、五號教室上課。

下週主題：祈禱 (一)

講師：葛寧意

兒童道理班

每主日下午 2:00-3:00 在一、二、六、八號教室上課。

聖母軍成人支團

曉明之星支團：每週六 10 AM-11:30 AM 在三號教室開會。

聖體之母支團：每週二 2:30 PM-4 PM 在二號教室開會。

萬應聖母支團：每週五 10 AM-11:30 AM 在三號教室開會。

聖母軍青年支團

蒙召升天之后支團：每主日 5 PM-6 PM 在三號教室開會。

可愛之母支團：每主日 5 PM-6 PM 在二號教室開會。

堂區消息

• 聖燭節

本堂將於 2/2 上午 8:30 彌撒祝聖蠟燭。

• 聖伯拉修祝福

本堂將於 2/3 上午 8:30 彌撒祝福喉嚨。

• Together in Mission 2026: 這是愛的時刻

本堂今年的籌款目標是 \$112,389。

若您願意捐獻，請掃描二維碼

或致電 (213) 637-7672



• 堂區青年組高中生聚會

本堂青年組邀請所有高中生於二月十五日下午二時至四時在禮堂聚會。歡迎所有高中生參加！

• 奉獻蝴蝶蘭：我們邀請大家捐蝴蝶蘭來裝飾我們聖堂的聖所。請將蝴蝶蘭交給辦公室。請將您願意紀念的亡者姓名或您的祈禱意向寫在一張紙上；我們會在常年期中將其放在祭台上。

堂區其他消息請看堂區週訊 (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：張奧佳姊妹。

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。