



甲年常年期第五主日  
主曆二〇二六年二月八日

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：對最小的做就是對我做

D 3/4 Willard F. Jabusch

1 3 | 5 5 5 6 | 5 - 4 3 | 2 2 3 | 1 7 6 - |  
你們 對我子民 中 最 小的 所 做 的

1 1 1 | 2 1 7 | 1 - - | 1 - - ||  
你們就 是對我 做。

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

1. 當我饑餓時你們給我吃， 當我口渴時你們給我喝。
2. 我無家可歸你們收留我， 我寒冷裸體你們給我穿。
3. 我受傷害病你們照顧我， 我悲哀痛苦你們安慰我。
4. 我工作疲乏你們幫助我， 我被人遺棄你們關心我。
5. 我失敗憂愁你們同情我， 我成功歡欣你們同我樂。

1 2 3 | 4 4 3 | 2 2 3 | 2 - - | 1 - - | 1 - - ||  
你們來 分享天 國的筵 席 吧！

讀經一：

恭讀依撒意亞先知書

五八，7~10

上主這樣說：我所要求的禁食是：解除那不公正的鎖鏈和軛的繩索，釋放受壓迫的人，破壞所有的軛；把食物分給飢餓的人，把無地容身的貧窮人領到你家中，看見赤身露體的人給他衣服穿，不要輕視你的骨肉同胞。若這樣，你的光明將要射出，有如黎明，你的創傷將會迅速地復原；你的救援要走在你前面，上主的光榮要作你的後盾。那時，你如果呼喊，上主必要俯允；你如果哀求，上主必定答說：「我在這裡！」你如果從你們中間消除欺壓人、指責人、毀謗人的行為，你如果把你的食糧施捨給飢餓的人，滿足貧窮人的心靈，那麼你的黑暗將變成光明，黑夜將成為白晝。  
——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

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

答唱詠： 詠一一一

答：C 4/4

朱健仁曲

5 5 5 5 6 | 5 - 3 2 | 1 1 6 1 | 5 - - - |  
上主富於 仁 愛， 慈悲和公 道，  
6 6 1 . 6 | 5 5 3 - | 2 2 3 2 | 1 - - - ||  
黑暗中 必 有光明 向義人照 耀。

領：

- 一、因為他富於仁愛、慈悲和公道，  
黑暗中必有光明向義人照耀。  
樂善好施的人必然幸福，  
他公正無私處理事務。
- 二、因為義人永不動搖，他將永遠被人懷念。  
噩耗不能使他驚惶，他仰賴上主，心志堅強。
- 三、他必心意堅定，無恐無憂；他施捨錢財，扶弱濟貧；  
他的仁風萬世留芳，他將頭角崢嶸，受人敬仰。

讀經二：

恭讀聖保祿宗徒致格林多人前書

二，1~5

弟兄們，我從前到你們那裡去，並沒有用高深的言論或智慧，向你們宣講天主的奧秘，因為我曾決定，在你們當中不知道別的，只知道耶穌基督，被釘在十字架上的耶穌基督。我在你們那裡的時候，又軟弱、又恐懼，而且戰兢不安。我的言論和我宣講的福音，並不在於動聽的智慧言詞，而是依靠聖神和祂大能的明證，使你們的信德不是憑人的智慧，而是憑天主的大能。

——上主的聖言。

答：感謝天主。

阿肋路亞：

答：F (Dm) 3/4

朱健仁曲

領：你們要以柔順的心，接受那種在你們心裡的道，  
因為它能拯救你們的靈魂。

## 福音：

恭讀聖瑪竇福音

五，13~16

那時候，耶穌對門徒們說：「你們是地上的鹽，鹽若失了味，怎麼使它再鹹呢？它便毫無用途，只好拋在外邊，任人踐踏罷了。你們是世界的光；建在山上的城，是無法遮蓋的。人點了燈，不會放在斗底下，而是放在燈台上，照耀全屋的人。照樣，你們的光也應當在人面前照耀，使他們看見你們的好行為，光榮你們天上的父。」

——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：祢愛之歌

G 4/4

Robert Fabing, S.J. 譯詞：崔國容

0 3 3 3 3 3 5 | 5 · 4 4 - | 0 2 2 2 2 2 4 | 4 · 3 3 - |  
1、願祢的愛使我再聖善 祢的眼睛使我再看見  
3、願祢的誕生使我重生 祢的死亡使我再自由  
5、願我用淚再洗祢的腳 用手帕再擦拭祢聖容  
0 1 1 1 1 1 3 | 3 · 2 2 - | 0 7 1 2 | 2 - - - |  
1、祢的聖言使我再聽見 祢愛之歌 (接2)  
3、祢的生命使我再歡唱 祢愛之歌 (接4)  
5、讓我的家再使祢安歇 當幫助人 (接6)  
0 3 3 3 3 3 5 | 5 · 4 4 - | 0 2 2 2 2 2 4 | 4 · 3 3 - |  
2、願祢的手再接觸貧困 祢的雙臂再擁抱病患  
4、願祢的腳重踏世間路 祢的呼喚再復活死者  
6、讓我再給祢的食糧 再陪伴祢背負十字架  
0 1 1 1 1 1 3 | 3 · 2 2 - | 0 0 7 7 1 | 1 - - - | 1 - - - ||  
2、祢的笑容再充滿人心 藉著我 (接疊句)  
4、祢的德能再平息風浪 藉著我 (接疊句)  
6、再答覆祢的慈愛召喚 我心切望

疊句：0 1 1 1 1 1 | 1 5 5 - 0 | 6 1 · 6 1 · |  
主祢的愛在我心 撫我癒我  
2 2 2 1 7 1 2 | 3 1 1 4 3 | 2 - 0 3 4 5 | 5 -  
教我更愛祢如同 夜空北極星 指引我  
6 5 4 3 | 3 - 3 2 1 2 | 2 - - - | 2 - - - |  
跟隨著祢 寸步不離

**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：我們是世界之光

F (Dm) 6/8

GREIF

1 6 6 | 6 1 2 | 3 3 3 2 0 | 1 6 6 | 6 6 5 | 6 - - |  
1. 神貧的人是有福的，天國是他們的；  
2. 溫良的人是有福的，他們要承受土地；  
3. 哀慟的人是有福的，他們要受安慰；  
4. 饑渴慕義的人是有福的，他們要得飽飫；  
5. 憐憫人的人是有福的，他們要受憐憫；  
6. 心裡潔淨的人是有福的，他們要看見天主；  
7. 締造和平的人是有福的，他們是天主子女；  
8. 為義受迫害的是有福的，天國是他們的；  
1 6 6 | 6 1 2 | 3 3 3 2 0 | 1 6 6 | 6 5 | 6 - - ||  
1. 求主使我們成為神貧的，求主降福我們。  
2. 求主使我們成為溫良的，求主降福我們。  
3. 當我們與他們感同身受，求主降福我們。  
4. 求主使我們饑渴慕義，求主降福我們。  
5. 求主使我們滿懷慈悲，求主降福我們。  
6. 求主使我們心裡潔淨，求主降福我們。  
7. 求主使我們作和平之子，求主降福我們。  
8. 當我們為義而受迫害，求主降福我們。  
3 3 3 | 5 5 4 | 3 · 0 1 2 | 3 · 3 1 2 | 3 - - |  
我們是世界之光，願我們照耀世人，  
3 3 3 | 5 4 | 3 1 2 3 1 2 | 3 · 1 7 | 6 - - ||  
使他們看見我們的善行而光榮天主。

## 出堂曲：活出愛

C/D 12/8

♩. = 63

詞、曲：盛曉玫

1 2 3 | 5 · 5 5 3 | 2 0 3 2 | 1 0 6 5 5 3 ·  
有一份愛 從天而來，比山高，比海深。  
0 5 6 | 1 0 1 6 | 5 0 3 2 1 | 2 · 2 · 2 0  
測不透、摸不著、卻看得見。  
1 2 3 | 5 0 5 5 3 | 2 0 3 2 | 1 0 6 5 5 3 ·  
因為有你，因為有我，甘心給，用心愛。  
0 5 6 | 1 · 1 2 3 | 2 0 3 2 | 1 · 1 · 1 0 ||  
把心中這一份愛 活出來。  
i i 7 | 6 · 6 5 | 5 0 5 4 | 3 · 3 2 1 0  
耶穌的愛 激勵我，敞開我的生命。  
1 i | 6 · 6 5 | 5 · 2 3 | 3 3 3 · 3 0  
讓自己成為別人祝福。  
i i 7 | 6 · 6 5 | 5 0 5 4 | 3 · 3 2 1 0  
耶穌的愛 點燃我，心中熊熊愛火。  
1 2 3 | 2 · 2 6 | 5 0 3 2 | 1 · 1 · 1 · 1 || 0 · 0 · 0 ||  
我們一起 向世界活出愛。

## 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.”

崔淑平率子胡新月感恩謝主，祈求新的一年身體健康、工作順利、家庭幸福。  
崔淑平率子胡新月追思母親宋素珍逝世兩週年，求主恩賜靈魂安息主懷、享天鄉永福。  
崔淑平率子胡新月追思祖先及親友恩人，求主恩賜靈魂永安、享天鄉永福。  
蔡冰華、張遠紅率女兒們感恩謝主，求主賜新的一年全家安康喜樂。  
葛寧如、葛寧意為表弟張德偉求安息永生。  
蔣傑璋暨家人為母親蔣羅雪芳女士（聖名 Rose）感謝天主所賜予她的一切及生命，並祈求仁慈的天主恩賜她的靈魂早日安息主懷，得享天國永福。  
童利孝、葛寧意為戴莉莎姊、代母葛桂葆求體健身強、喜樂平安。  
童利孝、葛寧意為蔣羅雪芳伯母、林鄭靜萍伯母求天鄉永福。  
張銘義率子朱正暉求主恩賜蔣傑璋母親蔣羅雪芳老夫人安享天鄉永福。  
張銘義率子朱正暉求主恩賜林媽媽鄭靜萍安享天鄉永福。  
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。  
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。  
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 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。  
蔡韶雯、林大鈞、蔡宇寧追思外公蔡祥裕、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、蔡宜靜追思爺爺蔡志仕、奶奶鄧瑞芳，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。

## 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：林翁洪英、Ron Damasco、鄭陸惠芬、張德偉、蔣羅雪芳、林鄭靜萍。

## 教會消息欄

### 教宗三鐘經：

### 在歷史的昏暗中，真福八端是更新生命之光

（梵蒂岡新聞網）主耶穌為門徒們頒布了「新誡命」，宣布真福八端，那是天主「在歷史的昏暗中點亮的光，揭示」祂「藉由天主子並因著聖神的德能所實現的救恩計劃」。教宗良十四世 2 月 1 日主日在梵蒂岡宗座大樓帶領聚集在聖伯多祿廣場的 2.2 萬名信友誦唸《三鐘經》，在唸經前如此表示。

「唯有天主能真正稱窮人和受苦者是有福的（參閱：瑪 5:3~4），因為祂是懷著無限慈愛、將自己賜予眾人的至善。只有天主能使尋求和平與正義的人得到飽飫（參閱：同上 6、9 節），因為祂是世間的公正判官、永久和平的創造者。唯獨在天主內，溫良的人、憐憫的人 and 心裡潔淨的人才能找到喜樂（同上 5、7~8 節），因為祂是他們所盼望的圓滿。在迫害中，天主是救贖之源；在謊言中，祂是真理的錨。因此，耶穌宣講說：『你們歡喜踴躍吧！』（12 節）」

### 耶穌照亮歷史的意義

誰若認為「天主不同於基督所啟示的」，他就會覺得真福八端是個「悖論」，那些期待「強權者將永遠宰制大地」的人，會對耶穌的訓誨感到詫異；相反地，那些認為「幸福屬於富有者」的人，必定「認為耶穌不切實際」。

然而，「不切實際的恰恰是對基督缺乏信德」。教宗指出這一點，並用簡短幾句話闡述耶穌的身分：「祂是與所有人分享生命的窮人，在痛苦中堅忍不拔的溫良者，被迫害到死在十字架上的締造和平者」。祂「光照了歷史的意義：歷史不是由贏家來書寫，而是由那解救受迫害者的天主所完成」。

「天主子懷著天父的愛、實事求是地注視著世人；與之相反的是方濟各教宗常說的：『擅長幻想之人。不必跟隨他們，因為他們無法帶給我們希望。』反之，天主賜下這希望，而且先賜給那些被世人認為沒有希望、予以丟棄的人。」

### 幸福的檢驗

實際上，真福八端是一種幸福的檢驗。教宗邀請眾人省思以下幾個問題：幸福是交易得來的結果，還是彼此

分享的禮物；我們將幸福放在消耗品上，還是伴隨我們的關係中？

教宗其實也給出了答案。他說，因著主基督，「考驗的苦澀化為蒙救贖的喜悅」。耶穌所說的並非「遙不可及的安慰」，而是「持續不斷的恩寵，它始終支撐著我們，尤其是在磨難時刻」。

教宗最後總結道：「真福八端舉揚卑微貧困的人，驅散那些心高氣傲的人。」(參閱：路一 51~52)

## 佈告欄

二月：聖家月

### 大吉大利採橙半日遊

日期：2/14 (週六) 時間：8:30AM~3:30PM

- ① 河濱縣私人果園採柳橙：1 袋 \$15, 30 磅
- ② 午餐
- ③ Fairmount Park

### 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。  
下週暫停一次。

#### 兒童道理班

每主日下午 2:00-3:00 在一、二、六、八號教室上課。

### 聖經之旅(線上)

每月第二、四週四 8-9 PM. Zoom ID: 813 137 6606 無密碼。

#### 週二讀經班

每週二 10 AM 至 12 PM 地點：本堂三號教室。

#### 週六線上讀經班

每月第二、四週六 10 AM 至 12 PM  
會議 ID: 749 392 5651 密碼：13579

#### 融愛之家青年團體聖言&生活分享聚會

每月第二週五 6:30 PM 至 9 PM 地點：本堂禮堂。  
(二月份的活動暫停一次。)

#### 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

蒙召升天之後支團：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

#### • 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



#### • 為夫妻祈禱文

全能永恆的天主，祢祝福了夫妻的結合，使他們反映基督與祂教會的結合：求祢仁慈地垂顧他們。求祢更新他們的婚姻盟約，使祢的愛在他們內增長，並增強他們的和平的聯結，好讓他們，偕同其子女，能常因祢恩賜的祝福而歡喜。以上所求，是靠我們的主基督。阿們。

#### • 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！

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。