



St. Thomas Aquinas Church

1501 S. Atlantic Blvd., Monterey Park, CA 91754
323-264-4448 (中文) stachinese@stampk.org



1-31-2021 乙年 常年期第四主日

聖湯瑪斯堂 疫情更新報告

在本經文單發送前，副本堂劉神父還在居家隔離中，星期六就會有新的檢測結果了，請大家繼續為二位神父祈禱。

蒙市聖湯瑪斯堂 1 月 31 日的早上 9:30 主日中文彌撒(實體及線上)暫停

教友可以前往羅蘭崗參加戶外實體彌撒，每主日下午 3:00pm

St. Elizabeth Ann Seton Church 1835 Larkvane Rd., Rowland Heights, CA 91748 (626)964-3629

<https://www.youtube.com/channel/UCj9d4sMINS2d7abmPJDpJw/videos>

台灣主日線上彌撒：Holy Family Taipei (國語) <https://youtu.be/8tQeszC1slg>

香港主日線上彌撒：CIRS Hk (粵語) <https://youtu.be/MoftVHzIkCM>

目前聖湯瑪斯堂的平日彌撒、週六早上及主日的粵語彌撒暫停中。

由於預防措施和 Covid-19 疫情嚴峻，堂區及華人辦公室將不對外開放訪客，辦公室職員在家為教友服務時間：每天的 8:00 AM-4:30 PM，您可透過電子郵件聯繫：

堂區：parishoffice@stampk.org

華人：stachinese@gmail.com

Jessie 王萍手機 626-841-3773；Sherry 許容榕手機 818-929-5881

請大家繼續為盡早結束這影響眾多生計的嚴峻疫情祈禱，阿們！

堂區經理 Lorraine Melendez 供稿
華人編輯小組 譯

洛杉磯總教區 孩童青少年安全 關懷專欄：「你知道嗎？」

如果有人噎到快要窒息時，你該怎麼辦？

噎到而窒息是意外死亡的主要原因之一，但是許多人不知道，如果週邊有人遇到噎到快要窒息時，該如何緊急應對處裡？如果一個人正在咳嗽，並同時抓住他/她自己的喉嚨而無故昏倒，可能會令人窒息。利用腹部推力（也稱為 Heimlich 急救法）可以防止窒息。父母應該了解這個急救方法，如果可能的話，應該參加 CPR 培訓課程，避免孩童或成人因為噎到而窒息身亡。有關更多這方面的信息，請上網 <https://lacatholics.org/did-you-know/>。

1-31-2021 乙年常年期第四主日

天主教洛杉磯總教區

蒙市湯瑪斯堂 家庭聖道禮儀（主日與平日）

禮儀用品：將整潔的擺佈鋪在桌子上，將十字架/聖像擺放中間位置，兩邊放置蠟燭或鮮花，將聖經擺放在十字架的前方，如同主日在聖堂看到的祭台的相類似。

劉振田神父 供稿

一、開始儀式

1. 介紹今天禮儀的程式和要點

2. 聖歌（歡欣相聚，讚美天主）（起立）

3. 十字聖號

領：因父、及子、及聖神之名。

眾：阿們。

4. 引言（可參考以下的重點）：

領：感謝天主讓我們在疫情期間以這種形式在家庭中舉行（主日/平日）聖道禮。主日是教會相聚，慶祝主基督復活的日子。雖然我們不能參與由神父主持（主日/平日）彌撒，但我們仍然一起聆聽上主的聖言，（並以神領的方式領受耶穌基督的聖體）；我們也為整個教會、我們堂區（團體）的每一位成員，包括神父、主教祈禱。同時，我們期待儘快能回到堂區參與主日彌撒。現在，讓我們懷著信德，反省我們的思言行為，祈求上主更新我們的生活。（省察片刻）

5. 悔罪式（任選一式，目的是幫助信友懺悔。）

【第一式】

全體：我向全能的天主和各位兄弟姊妹，承認我在思、言、行為上的過失。我罪、我罪、我的重罪。為此懇請終身童貞聖母瑪利亞、天使、聖人、和你們各位兄弟姊妹，為我祈求上主，我們的天主。

領：上主，求祢垂憐。眾：上主，求祢垂憐。

領：基督，求祢垂憐。眾：基督，求祢垂憐。

領：上主，求祢垂憐。眾：上主，求祢垂憐。

【第二式】

領：上主，求祢垂憐。 眾：因為我們得罪了祢。

領：上主，求祢大發慈悲。 眾：施給我們救恩。

【第三式】

領：主基督，祢來是為使我們與主與人修好。上主，求祢垂憐。

眾：上主，求祢垂憐。

領：主基督，祢治癒了因紛爭與罪惡所帶來的傷害。基督，求祢垂憐。

眾：基督，求祢垂憐。

領：主基督，祢為我們向天主祈求。上主，求祢垂憐。

眾：上主，求祢垂憐。

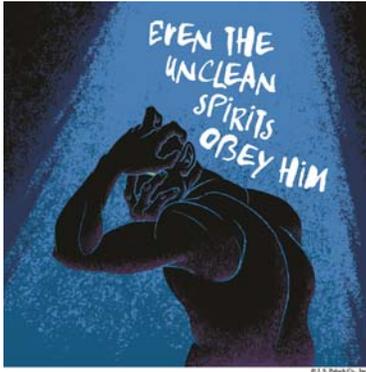
6. 按禮規可唱合適的聖歌（目的是幫助信友讚美天主）

7. 禱文（按照《彌撒經文》的集禱經）

天主，祢藉著祢的聖言，以奇妙的方式，促使人類和好。我們懇求祢，使信仰基督的子民，都能以最大的熱誠，及活潑的信德，邁向即將來臨的逾越慶節。因祢的聖子、我們的主耶穌基督，祂和祢及聖神，是唯一天主，永生永王。阿們。

二、聖道禮儀(坐下)

8. 恭讀聖經（宣讀福音時，全體站立。）



縱使是不淨的靈
也會聽從祂！

1-31-2021 乙年常年期第四主日

聖道禮儀

讀經一：

申命紀 十八，15~20

梅瑟向人民說：「你們的天主上主，要從你們當中、從你們弟兄當中，給你們興起一位像我一樣的先知，你們應聽從他。正如你們在曷勒布集會的日子，求你們的天主上主說：『惟願我再聽不見我的天主上主的聲音，再看不見這烈火，免得我死亡。』」上主就對我說：『他們說得有理，我要從他們的弟兄當中，給他們興起一位像你一樣的先知，我要將我的話傳給他，他要把我所吩咐的、一一的轉告人民。若有人不聽從他因我的名所說的話，我要親自同他算賬。但是，若是一位先知擅敢因我的名說我沒有吩咐他說的話，或因其他神的名說話，這位先知應該處死。』」

這是天主的聖言

答唱詠： 詠九四，8，1~2，6~7，8~9

答： $\begin{array}{l} \text{Dm} \quad | \underline{\underline{6}} \quad 6 \quad 7 \quad \underline{\underline{1}} \quad 7 \quad 6 \quad | \quad \underline{\underline{1}} \quad \underline{\underline{6}} \quad 1 \quad 1 - \quad | \quad \underline{\underline{7}} \quad \underline{\underline{7}} \quad \underline{\underline{7}} \quad \underline{\underline{7}} \quad ? \quad \underline{\underline{1}} \quad \underline{\underline{7}} \quad \text{Dm} \quad | \quad \underline{\underline{6}} - - - | \\ \text{你 們 要 聽 從 祂 的 聲 音， (不 要 再 那 樣 心 硬！} \\ \text{Dm} \quad | \underline{\underline{6}} \quad 6 \quad 7 \quad \underline{\underline{1}} \quad 7 \quad 6 \quad | \quad \underline{\underline{1}} \quad \underline{\underline{6}} \quad 1 \quad 1 - \quad | \quad \underline{\underline{7}} \quad \underline{\underline{7}} \quad \underline{\underline{7}} \quad \underline{\underline{7}} \quad ? \quad \underline{\underline{1}} \quad \underline{\underline{7}} \quad \text{Dm} \quad | \quad \underline{\underline{6}} - - - \text{■} \\ \text{你 們 要 聽 從 祂 的 聲 音，) 不 要 再 那 樣 心 硬！} \end{array}$

答：你們今天要聽從祂的聲音，不要再那樣心硬！

- 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。答
- 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。答
- 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。答

1-31-2021 乙年常年期第四主日

讀經二：

聖保祿宗徒致格林多人前書七，32~35

弟兄姐妹們：我願你們無所掛慮：沒有妻子的，所掛慮的是主的事，只想怎樣討天主喜歡；娶了妻子的，所掛慮的是世俗的事，只想怎樣討好妻子：這樣他的心就分了。沒有結婚的女子和童貞女，所掛慮的是主的事，一心一意保持身心聖潔；至於那已出嫁的婦女，所掛慮的是世俗的事，只想怎樣討好丈夫。我說這話，是為了你們的益處，並不是要設下圈套陷害你們，而是要你們作合宜的事，一心一意事奉主。

這是天主的聖言

阿肋路亞： 若十四，6

答：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。

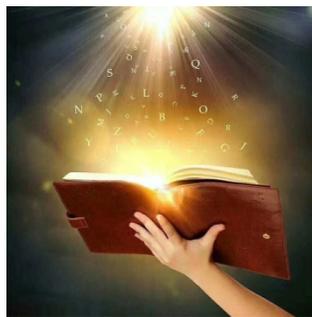
答：阿肋路亞。

福 音：

聖瑪谷福音 一，21~28

耶穌和門徒進了葛法翁；在安息日，祂就進入會堂教訓人。人們都驚奇祂的教訓，因為祂教訓他們，像一位有權威的人，跟一般經師們不同。當時，在會堂裡有一個附著邪魔的人，喊叫說：「納匝肋的耶穌！我們與祢有什麼關係呢？祢竟來毀滅我們！我知道祢是誰，祢是天主的聖者。」耶穌斥責牠說：「不要作聲！從他身上出去吧！」邪魔使那人抽瘋，大聲喊叫著，就從他身上出去了。

這是基督的福音



9. 神父證道分享

10. 按禮規可念或唱信經（目的是幫助信友宣認信仰）（起立）

我信唯一的天主，全能的聖父，天地萬物，無論有形無形，都是祂所創造的。

我信唯一的主、耶穌基督、天主的獨生子。祂在萬世之前，由聖父所生。祂是出自天主的天主，出自光明的光明，出自真天主的真天主。祂是聖父所生，而非聖父所造，與聖父同性同體，萬物是藉著祂而造成的。祂為了我們人類，並為了我們的得救，從天降下。(鞠躬)「祂因聖神由童貞瑪利亞取得肉軀，而成為人」。祂在般雀比拉多執政時，為我們被釘在十字架上，受難而被埋葬。祂正如聖經所載，第三日復活了。祂升了天，坐在聖父的右邊。祂還要光榮地降來，審判生者死者，祂的神國萬世無疆。

我信聖神，祂是主及賦予生命者，由聖父聖子所共發。祂和聖父聖子，同受欽崇，同享光榮，祂曾藉先知們發言。

我信唯一、至聖、至公、從宗徒傳下來的教會。我承認赦罪的聖洗，只有一個。

我期待死人的復活，及來世的生命。阿們。

11. 信友禱詞（為教會、主教和神職人員、世界、社會、有需要的人、團體及聖召祈禱。）（起立）

領：各位兄弟姊妹，主耶穌開了胎生瞎子的眼睛。讓我們在今天禮中特別祈求光明之恩賜。

領：撒慕爾紀上記載：「人看外貌，上主卻看人心」。願天主幫助我們以他的眼目看事理，好能明白他的旨意。為此，我們同聲祈禱。

眾：求主俯聽我們。

領：天主選定了葉瑟的兒子達味，上主的神降臨於他身上。讓我們為教會的候洗者祈禱，願天主聖神繼續帶領他們，充實他們的信德，好使他們堪當列入被選者的行列。為此，我們同聲祈禱。

領：主耶穌把光明賜與胎生的瞎子。在充滿錯謬和黑暗的時代，求主彰顯他的真理，使世人看到生命的道路。為此，我們同聲祈禱。

領：請為社會上的司法人員祈禱。求主恩賜他們明辨是非的智慧，好能維持社會的公正與平等。為此，我們同聲祈禱。

領：請為候洗者祈禱。耶穌治癒胎生的瞎子，象徵洗禮為人帶來永恆的光明。祈求上主眷顧候洗者，能體認洗禮能驅逐黑暗，進入光明，和所有基督徒一樣，和基督一起行走在光明中。為此，我們同聲祈禱。

領：請為全世界衛生防治祈禱。祈求上主的悲憫，讓世界的衛生組織能幫助所有受苦的人能得到妥善照顧，也讓可怕的疫情得到控制，減低相對的危害和恐懼。為此，我們同聲祈禱。

領：請為貧困的人祈禱。祈求上主恩賜相關領導人智慧，能讓無法受到照顧的人能早日歸入照顧的系統，也讓他們能平安又健康。為此，我們同聲祈禱。

領：請為新聞媒體工作者祈禱，祈求上主給予他們恩寵和智慧能明辨消息的正偽，為接受消息的人民能收到好且正確的新聞，也維護整個社會正義和平之音。為此，我們同聲祈禱。

領：天主父，祢善察人心，求祢驅除祢子民及候洗者內心的愚蒙，使我們得見祢的美善。因主耶穌基督之名，求祢俯聽我們的祈禱。

眾：求主俯聽我們。

三、神領聖體禮

12. 天主經

領：請大家起立。在領受基督聖體之前，讓我們以耶穌基督所教導的經文，求天父幫助我們相稱地領受這天國的食糧。（起立）

全體：（念或唱天主經）

我們的天父，願你的名受顯揚，願你的國來臨，願你的旨意奉行在人間，如同在天上。求你今天賞給我們日用的食糧；求你寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑；但救我們免於兇惡。

13. 平安禮 領：在領受基督聖體之前，讓我們首先互祝基督的平安。（互祝平安）

14. 神領聖體經：吾主耶穌，我俯伏在祢腳前，向祢獻上我痛悔之心和懺悔的精神。我的心隱藏虛無的深淵，卻又沉浸與祢聖善的親臨。在祢愛情的聖事裡，我朝主祢；將我這兩個簡陋居所的心全獻給祢，我渴望領受祢。在等待領受共融聖事的福樂之際，我願在精神上擁有祢。吾主耶穌，求祢來到我內，我也進入祢內。願你的愛情能燃燒我的整個生命，無論生死。主耶穌，我相信祢，我盼望祢，我愛祢。阿們（後可唱聖體的聖歌。）（領聖體後默禱。）

15. 禱文（按照《彌撒經文》的領聖體後經）（起立）

四、結束儀式

16. 結束

領：願天主降福我們，保護我們免於災禍，引領我們到達永生。

眾：阿們。

17. 禮成可唱一首聖歌讚美天主

聖湯瑪斯教堂華人傳協會消息

※ 為避免接觸感染，這段期間不印製分發主日通訊經文單，若有需要每主日網上經文單的教友們，歡迎致電華人辦公室告知您的電子郵箱或微信號，我們將每主日為您發送。(中文線上 zoom Meeting ID: 3901142241)

春節祭祖：將於主日 2 月 14 日(初三)舉行春節祭祖。請預留時間並邀請您的親朋好友一同來參加彌撒及春節祭祖大典。

農曆新年通功代禱：春節祭祖手冊將刊登紀念祖先名單，有意追思已亡親友者，本主日開始填寫，請於 1 月 31 日前填妥神花單，今年由於疫情期間，不印刷祭祖手冊，但會製作電子版的祭祖手冊。

中文月曆：2021 年精美天主教(中文禮儀)月曆每份成本費\$5.92 元，傳協會收取每本\$6 元，所得款項將支援華人福傳基金。數量有限，請有需要的人，請向華人辦公室購買。

年底報稅捐贈：2021 年的報稅季節即將來到，很多人需要捐款給非營利機構，以配合減低稅額。聖湯瑪斯堂是有組織的非營利教會團體。您或您的親友有此需要時，請考慮將善款捐給教會，我們樂於開立抵稅證明，請盡早填表申請，堂區辦公室需要 7-10 個工作天作業。

慕道班：已開始線上上課，18 歲以上成人教友尚未領堅振者，亦歡迎參加慕道班課程，可於明年 2021 年復活節前夕(4/3)領受堅振聖事。敬邀還未認識天主的朋友參加！

聯繫：Henry 陳忠貴 626-2980236，Pearl 田素珍 425-466-5657。

每個主日晚上 7:00 pm-9:00 pm，Zoom ID: 879 9912 3203，Passcode: 1205

今年課程表，請上網查詢：http://www.chinesecatholic.org/sta_cca/rcia/

耶穌聖心彌撒：2 月 5 日首星期五敬禮耶穌聖心，早上 8:00am 有彌撒，歡迎參加。(早上彌撒後，可進行個別誦念玫瑰經，沒有晚上 7 時的彌撒。)

紅十字捐血救人一命：時間 2 月 4 日(星期四)早上 10:00am~4:00pm。地點：禮堂。只接受預約捐血，請上網預約登記 redcrossblood.org 後輸入 stthomasmp。另外，請注意本次活動僅是捐血活動，不提供任何疾病檢測(諸如新冠肺炎)，每位捐血者除了之後將會收到 Amazon\$5 元的折扣卡，血漿也將檢測是否有新冠肺炎抗體。

世界婚姻日：2 月 14 日為世界婚姻日，本堂的神父們會在每台彌撒中，為所有已婚夫婦降福。歡迎參加，並接受祝福。

2021 宗教教育大會：新冠疫情改變了許多傳統的聚會方式，因此今年 2021 的宗教教育大會將在線上舉行 2/18-2/21。今年的主題：“Proclaim the Promise”「宣揚與讚頌」，這將是很不一樣的邀請召叫，我們的信仰告訴我們的生命及我們的世界都是藉由上主的應許所維持的。報名或更多研討會及活動內容，請上網 RE Congress 了解有關的更多信息。

堂區捐款報告：本堂區主日捐款尚未點算。(平均堂區一週開銷約\$7,500 元)，近日內即會公佈，謝謝大家支持教堂維持費與福傳工作！歡迎上網捐款 member.ship.faihdirect.net/CA779，或上堂區網站 STAMPK.org 點選 e Giving。謝謝大家的支持！

百人百串玫瑰經本週祈禱意向：

✚ 請為嚴重病人求健康：莊彩媚，Marian 王，殷齡霞，劉若珊，劉惠惠，王振宇，Thomas Carrozzo

✚ 請為病人求健康：陳富林(慶豪)，路秀英。

✚ 請為 王鄭紅，Lily Hoang 的所有需要祈禱。

✚ 請為新亡者的靈魂永安祈禱：駱耀鑫。

✚ 請所有因為新冠疫情過世人的靈魂永安祈禱。

※如您希望百人百串玫瑰經團為您祈求的意向祈禱，請聯絡：米蘭花 626-289-0744 或華人辦公室 323-264-4448。

關懷代禱父啊！祢所愛的人病了，請祢治癒他們吧!阿們!

孫蘭，劉謝璧君，王海瀛，劉戊鏗，米蘭花，李玉偉，趙興立，陳三，金菲莉，佘王玉玉，張武雄，葉素貞修女，李碧玉，慧明，吳家盈，許斐德修女，徐岳五，劉惠惠，陳輝神父，雷洪貴，鄧美娟，張林秀卿，嚴奚慶舫，袁偉雄，王振宇，徐閻峻雲，曾良玉，張碧雲(澳門)，Patricia Villaneva Meza。

蒙市 聖湯瑪斯堂 本週彌撒意向

感 恩

陳蘇、陳科全家(七)，Jeffrey 蔡及家人，林允錦及家人(九)，羅輝雁及家人(七)，

楊雪虹全家，杜桂香及家人(九)，余佩瑜及家人(一)，陳忠貴(四)

蔣俊育、朱萍及全家(七)，Holly Pan 及家人(九)，鄭弘、黃曉琴(四)，趙麗

求恩：(求平安、身體健康、工作順利...等)



楊曉春及家人(二)，鄒忠禮(七)，鄒麗文(七)，吳嘉寶及家人(九)

薛瑞琴(十)，林 娟(八)，碧香及家人(六)，何 玲(六)

朱威、陳皓為朱尚恩(四)，劉忻忻為妹妹劉惠惠(五)

王鄭紅為媽媽路秀英(二)，尹崑崙及家人(四)，趙翼寧(四)，余玥儒及家人(四)

米蘭花求主降福學校和兒女孫輩們順利平安(七)，張健、蘇衛香、朱琦(一)

谷睿珩為父親谷毅貴、母親米蘭花一切順利、姐姐谷睿瑄(五)，王利紅及家人(四)

王喃、呂鵬、張亞云、楊忠平、Aaron， Dorothy 全家，何本義，何慧，余品英(四)

米蘭花為路秀英的靈魂需要(二)，黃小鳳為孫女 Cambria Slutsky(一)

堂區辦公室聯繫

堂區辦公室: (323) 264-4447
華人辦公室: (323) 264-4448
堂區電子郵箱: sta91754@gmail.com
華人電子郵箱: stachinese@stampk.org
堂區網站: STAMPK.org
華人網站: chinesecatholic.org
傳 真: (323) 264-2524
禮堂租賃: (323) 264-4447 ext. 102

堂區職員

Fr. John Kyebasuuta—本堂主任神父
FrJohn@stampk.org Ext. 108
Fr. Justin 劉振田神父—副本堂神父
FrJustin@stampk.org Ext. 106
Lorraine Melendez—堂區經理
LMelendez@stampk.org Ext. 103
Linda Almaguer—堂區秘書
LAlmaguer@stampk.org Ext. 102
Sherry 許容榕—華人辦公室職員 (一四五)
stachinese@stampk.org Ext. 104
Jessie 王 萍—華人辦公室職員 (一二三)
JWang@stampk.org Ext. 105
堂區孩童安全保護 - 323-264-4447

聖湯瑪斯小學

小學辦公室: (323) 261-6583
Stefanie Lutero - 校長
e-mail: SLutero@stampkschool.org
小學電子郵箱: info@stampkschool.org
網站: stampkschool.org

堂區宗教教育

辦公室: (323) 264-1338
Ana Martinez - 協調負責人
e-mail: stareligioused@stampk.org

彌撒時間表

星期六 Vigil	5:30 PM (英文)
星期日	8:00 AM (英文)
	暫停 9:30 AM (中文)
	11:30 AM (英文)
	1:30 PM (西語)
一月份暫停	3:00 PM (粵語)
星期一 暫停	7:00 PM (中文)
星期二 暫停	8:00 AM (英文)
星期三 暫停	8:00 AM (中文)
星期四 暫停	8:00 AM (英文)
	7:00 PM (西語)
星期五 2月5日	8:00 AM (英文)
只有 2/5 首週五早上 8:00 AM	
星期六 暫停	8:00 AM (英文)

Zoom Links & Passwords:

英文彌撒 Masses:

<https://us04web.zoom.us/j/311575271>
Meeting ID:311575271 Password: Mass

*週四早上 8 AM 英文彌撒:

<https://us02web.zoom.us/j/5897232327>
Meeting ID:5897232327 Password: 1501

西班牙語彌撒:

<https://us04web.zoom.us/j/912501465>
Meeting ID:912501465 Password: Misa

中文彌撒:

<https://zoom.us/j/3901142241>
Meeting ID: 3901142241

蒙市中文慕道班每週日晚上 7:00 pm

Meeting ID: 8799912203 Passcode: 1205