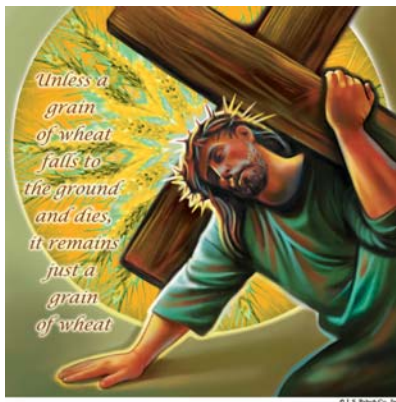




一粒麥子如果不落
在地裡死了，
仍然是一粒。

3-21-2021 乙年四旬期第五主日

聖道禮儀

讀經一：

耶肋米亞先知書三一，31~34

上主說：時候將到，我要跟以色列人和猶太人訂立新約，不像我從前握住他們的手，帶他們出離埃及時，與他們的祖先訂立的約；雖然我是他們的統治者，他們卻破壞了我的約。上主說：那時期一到，我要與以色列人訂立的約是這樣的：我要將我的法律放進他們的肺腑裡，寫在他們的心頭上；我要作他們的天主，他們要作我的子民。上主說：那時，誰也不再教訓鄰居或弟兄說：「你們該認識上主」，上主說：因為不論大小，人人都必認識我，因為我要寬恕他們的過犯，不再記憶他們的罪惡。

這是天主的聖言

答唱詠：詠五十，12a；3~4，12~15

答：

天主，求禱給我再造一顆（純潔的心。求禱給我再造一顆）純潔的心。

答：天主，求祢給我再造一顆純潔的心。

- 一、天主，祢是仁慈的，求祢憐憫我；祢有豐厚的慈愛，求祢消滅我的罪惡。求祢洗淨我的過犯，消除我的罪愆。答
- 二、天主，求祢給我再造一顆純潔的心，在我五內注入堅強的精神。求祢不要驅逐我，疏遠我，不要從我身上剝奪祢的聖神。答
- 三、求祢再賜我得救的喜樂，以慷慨的精神扶持我。我要引導惡人走上祢的道路，罪人也要歸依。答

讀經二：

致希伯來人書五，7~9

當基督還生活在世上的時候，以大聲哀號和眼淚，向那能救他脫離死亡的天主獻上了祈禱和懇求，就因祂的虔敬而獲得了俯允。祂雖然是天主子，仍然藉著所受的苦難學會了服從。祂在達到完美的地步之後，為所有服從祂的人，成了獲得永恆救恩的根源。

這是天主的聖言

福音前歡呼詞： 若十二，26

答：主耶穌，我們讚美祢，光榮祢！

領：主說：誰若事奉我，就當跟隨我；這樣，我在哪裡，我的僕人也要在哪裡。

答：主耶穌，我們讚美祢，光榮祢！



福音：

聖若望福音 十二，20~33

那時候，在那些上耶路撒冷過節崇拜天主的人當中，有些是希臘人。他們來見加里肋亞的貝特賽達人斐理，請求他說：「先生！我們想見耶穌。」斐理就去告訴安德，兩個人便去告訴耶穌。耶穌對他們說：「人子要受光榮的時候到了。我鄭重地告訴你們：一粒麥子如果不落在地裡死了，仍然是一粒；如果死了，就結出許多子粒來。那愛惜自己的生命的，必要喪失生命；在現世憎恨自己生命的，反要保存這生命到永生。誰若事奉我，就該跟隨我；這樣，我在哪裡，我的僕人也要在哪裡；誰若事奉我，我的父親必獎賞他。現在我心中煩亂，我該說什麼好呢？我要說：父啊！救我脫離這時刻罷！然而我正是為了這事，纔面對這時刻。父啊！光榮祢的名字罷！」當時有來自天上的聲音說：「我已光榮了我的名字，我還要再光榮它。」在場的群眾聽見了，便說：「打雷了！」另有些人說：「是天使在跟祂說話。」耶穌回答說：「這聲音不是為了我，而是為了你們而發的。現在就是這世界應受審判的時候了，現在這世界的元首就要被趕出去；至於我，當我從地上被舉起來的時候，我要吸引眾人來歸向我。」祂說的這句話，是明示祂要怎樣死去。

這是基督的福音



St. Thomas Aquinas Church

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



3-21-2021 乙年 四旬期第五主日

來自本堂神父的話

主內親愛的教友們大家好！

您可能還記憶猶新，我從新冠病毒康復不久後就立即於二月初，踏上返鄉的旅程。感謝大家的祈禱以及在我生病康復過程中所提供的各項幫助。即使在我的家鄉烏干達，這個病毒現在仍然是一個很大問題，我認識的一些人已經離開了這個世界，還有很多人仍然在生病中。請為所有去世的人及仍在遭受這種病毒折磨的人祈禱！

度假的期間，我在家鄉得以過些步驟緩慢清靜的鄉村生活，探訪一些親朋好友。有一天下午，我的侄子們到我家來探望我，我無意聽到他們在討論，誰該去森林拿取木柴回來做飯，我便加入他們的行列，這次取柴的經歷帶我回到了童年時代的記憶，我在小時候做的一些事情仍然留存在我們的村莊，我們花了大約一個小時的時間來，收集大約可以使用一個星期數量的乾樹枝。

有一天我去哥哥家拜訪時，我發現了一個舊的卡車輪胎。我看著它，馬上腦海裡浮現我的侄子和侄女在遊玩的畫面。於是，我找到了一些尼龍繩，把它綁在我哥哥家前院的芒果樹枝上，為孩子們做了個盪鞦韆。

這些看似簡單生活化的事情，諸如：撿取木柴、廢物利用的舊輪胎，以及與親人之間的相處互動，我感受到了一種主的恩寵。在這些簡單的互動中，毫無疑問，天主的同在體現在我們每個人的微笑中，有時甚至在無聲中....

在我回去的那段期間，我很開心能夠與幾個家庭成員一起慶祝母親的 93 歲生日。她讓我向大家問好，並且感謝你們在 STA 對我的愛護與支持。我也很高興地跟大家分享，休息和娛樂並不是我這趟旅程的全部，同時我也花了一些時間，協助一個村莊完成安裝清潔用水的工程，該工程可以為數百名村民提供乾淨的用水，否則他們不得不從池塘或地下井，取水供日常使用。

我很高興回到我在 STA 的家，當我們臨近復活節之際，我祈禱我們所有人都可以透過生活中的種種人、事、物，找到主耶穌基督重生的恩寵，與主相遇！

願天主繼續護佑我們大家！

本堂神父 Fr. John 供稿

3-21-2021 乙年 四旬期第五主日

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)

Holy Week Schedule



聖週禮儀聖事時間表：(星期四、星期五、星期六沒有早上平日彌撒)

- ★ 聖枝主日 3 月 28 日，疫情期間不遊行，直接在藍棚下參加主日戶外彌撒，聖枝將於彌撒後分發。聖枝主日的禮儀顏色為紅色，鼓勵大家穿紅色衣服，配合禮儀顏色。
- ★ 主教座堂聖油線上彌撒 3 月 29 日(一)晚上 7:00pm 在主教座堂網站(LACatholics.org)或臉書(cathedral)舉行。本堂晚上 7:00pm 在聖堂內有中文彌撒。
- ★ 星期二(3/30)及星期三(3/31)早上 8:00am 本堂在聖堂內有英文彌撒。
- ★ 聖週四 4 月 1 日 晚上 7:00pm 耶穌建立聖體聖事(三語)，彌撒後有朝拜聖體。
- ★ 聖週五 4 月 2 日 耶穌受難日 (守大小齋) 下午 3:00pm(英)；5:00pm(西)；晚上 7:00pm(中)。
- ★ 聖週六(復活前夕) 4 月 3 日 晚上 7:00pm 入門聖事(中英)。
- ★ 復活主日 4 月 4 日 上午 9:25 彌撒中，將特別歡迎祝福全體新領洗者。(交回濟飯盒)

四旬期濟飯盒活動：邀請教友們帶一個濟飯盒回家，在四旬期的星期五，一起克苦守齋，將省下來的零錢，投入濟飯盒，等到復活節再把盒子交回，幫助有急需、困苦的人，給予最好的支援與協助。

慕道班：每主日線上上課，18 歲以上成人教友尚未領堅振者，亦歡迎參加慕道班課程，可於今年 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

本主日主題：彌撒的意義。主講：劉振田 神父。

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

※請為候洗者祈禱：池鴻標，周清松，張玉學，何敏，梁美情，司徒日奏，司徒謝翠玉，田福玲。

平日彌撒：基於天候考量，本堂平日及週六早上的彌撒，將返回堂內舉行，聖堂內需人數限制在 100 人以內。

堂區捐款報告：本堂區上主日 3/14: \$5,444.00 元(短缺\$2,056 元)，平均堂區一週開銷約\$7,500 元，感謝大家支持教堂維持費與福傳工作！歡迎上網捐款 membership.faihdirect.net/CA779，或上堂區網站 STAMPK.org 點選 e Giving。謝謝大家的支持！

3-21-2021 乙年四旬期第五主日

洛杉磯總教區 孩童青少年安全 關懷專欄：「你知道嗎？」

建議關注 孩子使用屏幕的時間

疫情期間，很多父母、老師、朋友都在為自己孩子的學習方式的改變，努力做調適，大部分的人都理解並盡可能地配合，這種需要依靠電腦屏幕來幫助他們每日的學習及生活，網上上課會增加他們在電腦屏幕的時間。美國兒科協會警告父母，孩童如果花過多的時間在電腦屏幕前，會導致睡眠問題，低年級的孩童則甚至會產生情緒及體重方面的問題，應該設法讓自己的孩子減少使用屏幕的時間，嘗試騰出時間閱讀，或是玩遊戲及進行其他不用電腦的活動，這將避免屏幕成癮的惡習，請與孩子的老師討論如何管理學校的屏幕時間。欲獲得更多相關信息，請上網

www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/Children-And-Watching-TV-054.aspx

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：余王玉玉，趙興立。

✚ 請為 顧麗華，王鄭紅 的所有需要祈禱。

✚ 請為新亡者的靈魂永安祈禱：關月華。

※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，余王玉玉，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)。

蒙市 聖湯瑪斯堂 本週彌撒意向

感 恩

陳蘇、陳科全家(三)，Jeffrey 蔡及家人，林允錦及家人(五)，羅輝雁及家人(三)
楊少華、楊雪虹全家，杜桂香及家人(五)，余佩瑜及家人(七)，王燕樂全家(七)
趙麗，劉鎮邦、黑幼靜(五)，薛瑪利及家人(二)，黃小鳳(六)
陳明娟及家人，郭愛云(四)

求恩：(求平安、身體健康、工作順利...等)

楊曉春及家人(三)，吳嘉寶及家人(五)，陳家星(六)，鄒忠禮(二)，鄒麗文(二)，潘明勇(一)
陳明娟及家人，朱威、陳皓為朱尚恩(十)，劉忻忻為妹妹劉惠惠(一)，蔡義峰及家人(四)
尹崑崙及家人(十)，余玥儒及家人(十)，蔡家兄弟姐妹及家人(四)，那瑛及家人(一)
米蘭花求主降福學校和兒女孫輩們順利平安(三)，王利紅及家人(十)
谷睿珩為父親谷毅貴、母親米蘭花一切順利、姐姐谷睿瑄(一)，周芳芳、周清松(三)
王喃、呂鵬、張亞云、楊忠平、Aaron，Dorothy 全家，鄭漢俊及家人(四)
蔣俊育、朱萍為蔣熙文求學業工作順利(一)，黃小鳳為孫女 Cambria Slutsky(七)
Sandy 劉、Evelyn 劉(三)，Beverly 黃、Bennett 黃、Lorraine 黃、YinFong 黃(五)

煉靈：(求靈魂永安、安息主懷、早升天國)



鄭美芳為眾嬰靈、眾煉靈祈禱，林秀娟為眾嬰靈、眾煉靈祈禱(八)

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)
	9:30 AM (中文)
	11:30 AM (英文)
	1:30 PM (西語)
	3:00 PM (粵語)
星期一	7:00 PM (中文)
星期二	8:00 AM (英文)
星期三	8:00 AM (中文)
星期四	8:00 AM (英文)
	7:00 PM (西語)
星期五	8:00 AM (英文)
三月份首週五早上 10:00 AM	
星期六	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