

**Monterey Park**  
**St. Thomas Aquinas Catholic Church**  
**蒙市聖湯瑪斯天主堂**

1501 S. Altantic Blvd, Monterey Park, CA 91754

**四旬期 『粵語信仰講座』**

**2022**

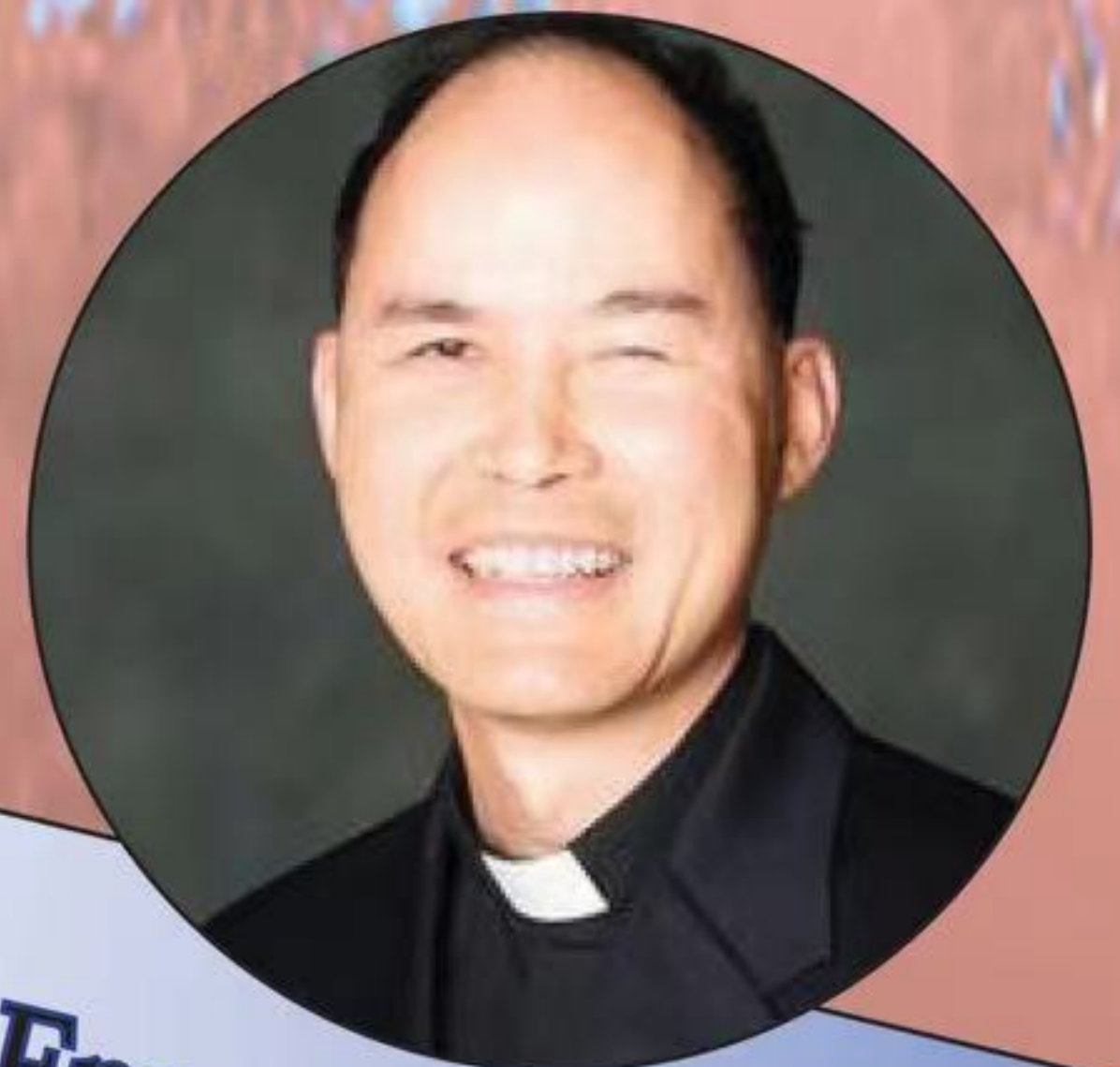
日期：3月29日(星期二)

時間：晚上7:30至9:30

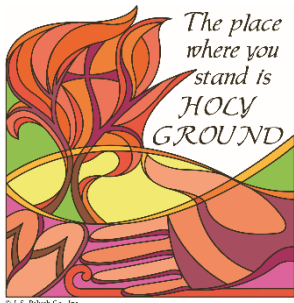
地點：zoom直播

連結：<https://us02web.zoom.us/j/76947583612>

無需密碼 · 費用全免 · 敬請積極參與



主講神師：程明聰神父 (Fr. Francis Ching)



你所站的地方  
是聖地

3-20-2022 丙年四旬期第三主日

聖道禮儀

讀經一：

出谷紀三，1-8a，13-15

那時候，梅瑟為他的岳父，米德揚的司祭·耶特洛放羊；有一次，他趕著羊橫跨曠野，到了天主的山—曷勒布。上主的使者藉著火焰的形象從荊棘叢中顯現給他；他遠遠看見那荊棘被火焚燒，卻沒有燒毀。梅瑟心裡說：「我要到那邊去看看這個奇異的現象，荊棘為什麼沒有被燒毀呢？」上主見他走來要觀看，便從荊棘中叫他說：「梅瑟！梅瑟！」他答應說：「我在這裡。」天主說：「不要走近這邊！你要把腳上的鞋脫下來，因為你所站的地方是聖地。」又說：「我是你祖先的天主，亞巴郎的天主，依撒格的天主，雅格的天主。」梅瑟因為怕看見天主，就把臉蒙起來。上主說：「我看見了我的子民在埃及所受的痛苦，聽見了他們因工頭的壓迫而發出的哀號；我已注意到他們的痛苦。所以我要下去拯救他們脫離埃及人的手，領他們離開那個地方，到一個美麗寬闊的地方，流奶和流蜜的地方。」

梅瑟對天主說：「當我去告訴以色列人說：『你們祖先的天主打發我到你們這裡來』的時候，他們必要問我：『祂叫什麼名字？』我要對他們說什麼呢？」天主對梅瑟說：「我是自有永有的」。又說：「你要這樣對以色列子民說：那『自有永有的』派遣我到你們這裡來。」天主又對梅瑟說：「你要這樣對以色列子民說：『你們祖先的天主上主，亞巴郎的天主，依撒格的天主和雅格的天主，派遣我到你們這裡來，這是我永遠持有的名字，世世代代都將以這名字稱呼我。』」

這是天主的聖言

答唱詠

答：  $\text{F}$   $\text{B}\flat$   $\text{F}$   $\text{C}$   $\text{F}$

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

上 主 富 於 ( 仁 愛 寬 恕 。 上 主 富 於 ) 仁 愛 寬 恕 。

答：上主富於仁愛寬恕。

- 一、我的心靈，請歌頌上主；我的五內，請讚美祂的聖名。我的心靈，請歌頌上主，不要忘記祂的一切恩寵。答
- 二、祂赦免了你所有的罪行，治癒了你的各種病症；祂救你脫離陰間，給你加上仁愛和慈悲的榮冠。答
- 三、上主行事正直無比，為被奴役的人伸張正義。祂向梅瑟啟示了祂的旨意，向以色列子民彰顯了祂的偉績。答
- 四、上主富於仁愛寬恕，極其慈悲，不輕易發怒。天離地有多麼高，祂的慈愛對敬畏祂的人也多麼深厚。答

## 讀經二：

聖保祿宗徒致格林多人前書十，1-6, 10-12

弟兄姐妹們，我不願意你們不知道，我們的祖先都曾在雲柱下，都從海中走過，都曾在雲中和海中受了洗而歸於梅瑟，都吃過同樣的神糧，都喝過同樣的神泉：原來他們所喝的，是從伴隨他們的神磐石流出來的，那磐石就是基督。可是，他們大多數的人沒有得到天主的歡心，因而倒斃在曠野裡了。這些事都是我們的鑑戒，為使我們不要像他們那樣貪戀惡事。

你們也不可抱怨，就像他們有些人那樣，因而被毀滅者所消除。這些事發生在他們身上，都是為給我們作鑑戒，並且記錄下來，為了警戒我們這些生活在末世的人。所以，誰自以為站得穩，便該小心，免得跌倒。

這是天主的聖言

## 福音前歡呼詞 路八，15

答：基督，天主聖言，願光榮歸於祢！

領：以善良和誠實的心、保存天主的話，並以堅忍結出果實的人，是有福的。

答：基督，天主聖言，願光榮歸於祢！

## 福音：

聖路加福音十三，1~9

那時候，有幾個人把有關加里肋亞人的事告訴耶穌，就是比拉多在他們獻祭時屠殺他們的事。耶穌回答說：「你們以為這些加里肋亞人、比其他的加里肋亞人罪過更大，纔遭受這殺身之禍嗎？不是的。我告訴你們：如果你們不痛改前非，也都要同樣喪亡。從前史羅亞塔倒塌時，壓死的那十八個人，你們以為他們比耶路撒冷其他的居民罪債更大嗎？不是的。我告訴你們：如果你們不悔改，也都要同樣喪亡。」耶穌又講了這個比喻說：「有一個人把一棵無花果樹種在自己的葡萄園裡。他來看這棵樹有沒有結果子，卻沒有找到，便對園丁說：『你看，三年來，我一直在這棵樹上找果子，卻沒有找到，砍了它罷，何必讓它白佔土地呢？』園丁回答說：『主人，再留它一年罷！等我把它周圍的土挖鬆，加上肥料；將來如果結果子便算了；不然，我再把它砍掉。』」

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



3-20-2022 丙年 四旬期第三主日

## 來自本堂神父的話

主內親愛的教友們：

我帶著許多來自烏干達家人和朋友對大家的問候回到了 STA，這次的返鄉探親非常愉悅開心，除了慶祝我母親 94 歲的生日，大部分時間我都在我們村落裡工作，將一條輸水管線延伸到大約兩英里外的另一個村莊，這關乎到挖掘大約兩英尺深的溝渠，延伸到各個配水點。能夠看到生平第一次喝到潔淨水的人們臉上露出笑容，真是非常有成就感。

因為疫情關閉後，烏干達的許多教堂才剛剛開始重新開放。每個主日，我們都會在村落的教堂舉行彌撒。願這次四旬期之旅喚醒我們內心的渴望，可以與天主更加接近，我滿懷希望地期待即將到來的復活節。

讓我們一起為烏克蘭受苦受難的人們祈禱！在這非常艱苦的時刻，讓我們為我們的弟兄姐妹的平安健康祈禱！願仁慈的天主憐憫我們所有人！

本堂神父 Fr. John 供稿

## 洛杉磯總教區 孩童青少年安全 關懷專欄：「你知道嗎？」 與青少年討論所吃下的東西

大麻廣泛的合法化，對於許多年青人而言，不僅提供了更多嘗試的機會，而且方式種類更多樣化，市面上可食用的有：注入了大麻的巧克力蛋糕、軟糖、糖果和其他食物——越來越受歡迎。請與您的青少年討論與任何形式的大麻相關的風險，甚至是零食，更多相關信息，請上網：[nytimes.com/2021/10/19/well/family/weed-edibles-teens.html](https://www.nytimes.com/2021/10/19/well/family/weed-edibles-teens.html)

3-20-2022 丙年四旬期第三主日



## 四旬期期間，鼓勵教友可以做的 10 件事：

- 一、辦告解：與堂區辦公室連繫，安排約見神父。
- 二、除了主日彌撒之外，多參加一台彌撒，或是避靜講座。
- 三、祈禱、唸經/或閱讀每日讀經。
- 四、抽時間，靜下心與天主心靈對話。
- 五、特別為自己的家人/家庭做一件好事/貢獻。
- 六、為外人做一件善事/善舉。
- 七、從別人的身上找到他/她的優點長處並且當面讚美他/她。
- 八、從自己的內心真正寬容原諒他/她(那位曾經傷害過你的人)。
- 九、釋懷放下過去，感恩珍惜你現在所擁有的福氣與恩寵。
- 十、不要過度苛求自己/不要思想言論評判別人

**四旬期守齋：**大齋一年須守兩次，即聖灰禮儀日，以及聖週五；而小齋則是在四旬期內的每一個星期五都應守小齋。年滿 18 歲至 59 歲教友應守大齋，當天禁食肉類，只吃一餐飽。而小齋則是 14 歲以上教友，在四旬期內的每個星期五都應守小齋，當天禁食肉類。守齋不在形式，而在刻苦補贖的精神。

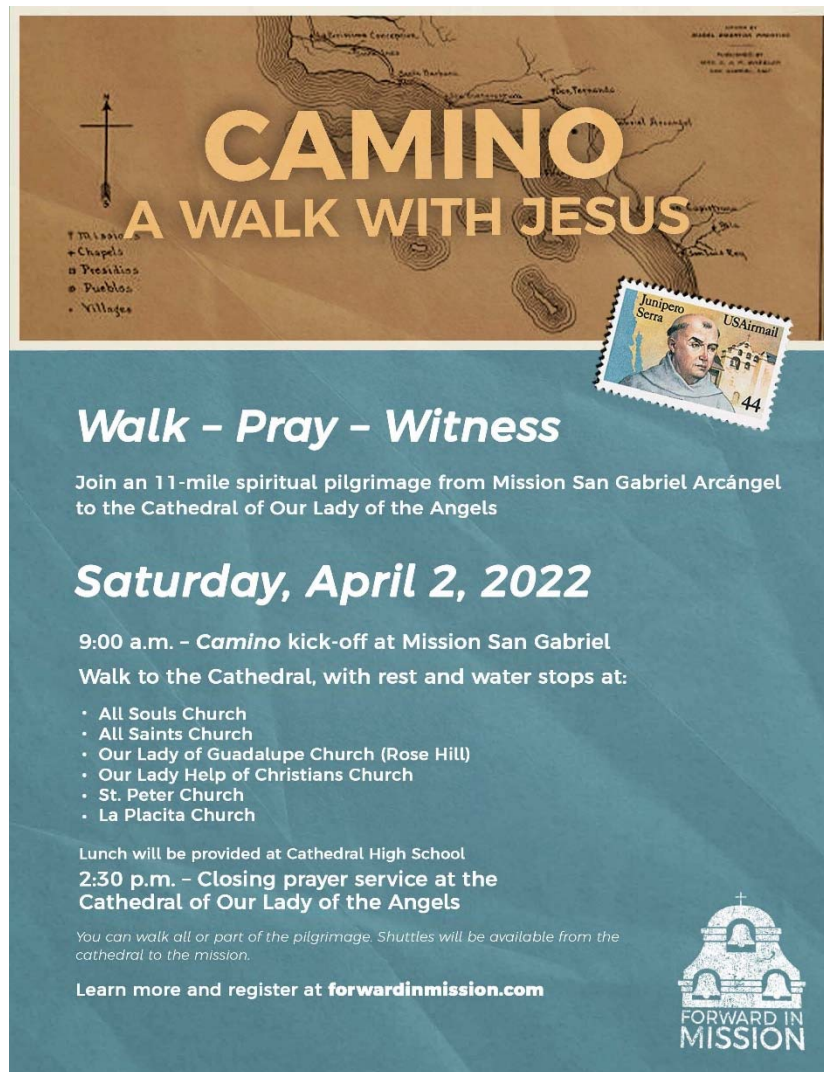
**四旬期濟飯盒活動：**邀請教友們帶一個濟飯盒回家，在四旬期的星期五，一起刻苦守齋，將省下來的零錢，投入濟飯盒，等到復活節再把盒子交回，幫助有急需、困苦的人，給予最好的支援與協助

**四旬期拜苦路：**每星期五晚上七點(除了首週五 3/4 & 4/1 聖週五)，以下為四旬期拜苦路服務：

- |                     |                        |
|---------------------|------------------------|
| 3 月 25 日天主之母聖母軍(粵語) | 4 月 8 日沒有拜苦路，晚上 7:00pm |
| 4 月 1 日 西裔團體(西班牙語)  | 有四旬期和好聖事。              |

**和解聖事：**4 月 8 日 沒有拜苦路，晚上 7:00pm 在本堂舉行四旬期和好聖事。有多位神父以多種語言聽告解，請教友利用時間在四旬期妥善辦告解聖事。

**與耶穌同行(英文)：**4月2日(星期六)早上 9:00am 出發從聖蓋博修道院步行到主教座堂的四旬期活動，歡迎參加。更多詳細內容，請上網：[www.forwardinmission.com](http://www.forwardinmission.com)



**Walk - Pray - Witness**

Join an 11-mile spiritual pilgrimage from Mission San Gabriel Arcángel to the Cathedral of Our Lady of the Angels

**Saturday, April 2, 2022**

9:00 a.m. - *Camino* kick-off at Mission San Gabriel  
Walk to the Cathedral, with rest and water stops at:

- All Souls Church
- All Saints Church
- Our Lady of Guadalupe Church (Rose Hill)
- Our Lady Help of Christians Church
- St. Peter Church
- La Placita Church

Lunch will be provided at Cathedral High School  
2:30 p.m. - Closing prayer service at the Cathedral of Our Lady of the Angels

You can walk all or part of the pilgrimage. Shuttles will be available from the cathedral to the mission.

Learn more and register at [forwardinmission.com](http://forwardinmission.com)

**FORWARD IN MISSION**

**本堂小學開放參觀：**4月9日早上 11:00-下午 2:00pm 將舉行 Open Hours 對外開放歡迎參觀，如果您有小朋友想要就讀天主教小學，請洽小學電話(323)261-6583。

**特別捐款：**本主日(3/20)有二次奉獻，由洛杉磯總教區發起，特別為戰亂中的烏克蘭籌措捐款，支票抬頭：The Society for the Propagation of the Faith，備註欄: Ukraine Disaster，可郵寄：3424 Wilshire Blvd- 3rd Floor, Los Angeles CA 90010，也可上網：[missionsla.org/product/donate-1312/](http://missionsla.org/product/donate-1312/)，所籌得款項將全數支援烏克蘭戰亂，請大家踴躍支持。

**堂區捐款報告：**本堂區上主日 3/13：\$7,756 元，差異+\$256 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.faithdirect.net/CA779](http://membership.faithdirect.net/CA779)，或上堂區網站 STAMPK.org 點選 e Giving。謝謝大家的支持！

# 聖湯瑪斯教堂華人傳協會消息

※ 中文主日線上 zoom 彌撒 Meeting ID: 3901142241

**禮儀組通知：**從本主日開始，彌撒中不再誦唸神領聖體祈禱文，線上參與彌撒的教友可參閱字幕，自行祈禱。

**四旬期『粵語信仰講座』：**時間：3月29日(星期二)晚上7:30至9:30pm。主講：程明聰神父 (Fr. Francis Ching)。地點：zoom 直播 ID:76947583612 無需密碼，費用全免，歡迎參與。

**四旬期『粵語避靜』：**時間：4月9日(星期六)早上9:30至中午12:30。主講：Sister Grace Yip  
主題：「從雅歌與聖詠看耶穌的苦難」。地點：zoom 直播 ID:76947583612 無需密碼，費用全免，敬請預留時間參與。

**蒙市華人慕道班：**敬邀還未認識天主的朋友來參加，同時18歲以上成人教友尚未領堅振者，亦歡迎參加慕道班課程，可於明年復活節前夕(4/16/2022)領受聖洗及堅振聖事。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: 890 9901 8814，Passcode: 1501。**

**本主日主題：新要理問答(一)。** 主講：吳海華 弟兄。

歡迎上網下載報名表及課程表：[www.chinesecatholic.org/sta\\_cca/rcia/](http://www.chinesecatholic.org/sta_cca/rcia/)

**四旬期第五主日，慕道團將舉行懇禱省察禮；將授與慕道者：「信經」及「天主經」。**  
請大家多為慕道者祈禱，以準備自己的心靈於復活節前夕領洗，進入教會的大家庭。

※ 請為候洗者祈禱：李本修、趙博琛、黃天柱、周夢啟、杜海、陳沛兒

堅振：陳瑞蘭、何本義、朱和睿、朱菀婷。

**長青會春敘：**本主日彌撒結束後，地點：禮堂。有茶水點心 line dance 健康舞，全程約一小時，歡迎參加，連繫：羅曙光 626-512-2721，王鶴蓉 323-721-5190

**健康舞班：**每主日粵語彌撒後在藍棚下 4:00-5:30pm 由 Winnie 老師帶領的免費健康舞班，歡迎大家參加。連繫：石建蓉 323-712-5711。

**STA 讀書會：**每週一晚上 8:30-9:45 線上分享：教宗若望保祿二世代表作《身體神學》歡迎參與。ID：85626747543 密碼：1501 指導：劉振田神父。連絡：余佩瑜 626-379-9103。

**聖方濟(粵語)信仰分享家聚：**時間：3月1日開始，每第一及第三個週二晚上 8:30~9:30pm。  
聯繫：May 葉 626-780-3271；Vicki 鄧 626-863-6081。ID: 76947583612，無需密碼。

**芥子讀經班：**時間：每週四晚上 8:00~9:30pm。主題：路加福音。連繫：劉鎮邦 213-675-3688。  
Zoom ID：81884536879，密碼：1501。

**小德蘭家聚：**時間：每第一及第三個週五晚上 7:45~9:30pm。連繫：朱萍 626-759-0142，喬偉剛 626-264-5800。Zoom ID：5996663354，密碼：1501。



## 百人百串玫瑰經本週祈禱意向：

✚ 請為嚴重病人求健康：劉惠惠，周浩賢，雷文潔，李玉偉，薛福官。

✚ 請為病人求健康：Joanne Braeckmans。

✚ 請為 高愷悌母女，侯金成，Juliana 許 的所有需要祈禱。

✚ 請為新亡者靈魂永安祈禱：瑪利亞。

※如您希望百人百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，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，李冰清，葉素貞修女，慧明，吳家盈，劉惠惠，雷洪貴，鄧美娟，張林秀卿，周春和，嚴奚慶舫，吳越璇，袁偉雄，Juliana 許，曾良玉，張碧雲(澳門)，潘良雯，鄧興賢，翟翠茹，費卓立，雷文潔，池愛英。



## 蒙市 聖湯瑪斯堂 本週彌撒意向

### 感 恩

楊雪虹、楊怡莎及全家，Jeffrey 蔡及家人，余品英 (八)，王萍及家人，余佩瑜及家人(八)  
馬國英及家人，陳明娟，何本義，何慧，陳美智及家人(十)，Holly 及全家人(九)  
劉備都、潘良雯(八)，Rose Wu(四)，施珠英及家人(三)，鄭弘、黃曉琴(三)，陳忠貴(二)，  
薛瑪莉全家(四)，黃小鳳(六)，朱勇(六)，Grace 翟 (二)，周稚傑、周王健華 (二)

### 求恩：(求平安、身體健康、工作順利...等)

楊曉春及家人(二)，陳家星及家人(八)，鄒忠禮(九)，鄒麗文(九)，余玥儒及家人(二)  
劉忻忻為妹妹劉惠惠(八)，李玉茹、李玉明、李玉青及家人(二)，潘明勇 (二)  
李楠為弟弟李獻輝(四)，林允錦為姐夫李作義、姐林麗珠(四)，羅惠卿(三)  
鄭美芳、陳聖响及家人，王喃，張亞云，楊忠平，Aaron, Dorothy，陳喻(八)  
Tom Chen 為 Henry Chen 求皈依順服天主(一)，何玲(五)，吳熙鴻(六)，吳嘉寶及家人(一)  
尹崑崙及家人(五)，林允錦、陳月彩(六)，薛瑪莉為爸爸薛福官(三)，劉備都、潘良雯(六)  
米蘭花求主降福學校和兒女孫輩們順利平安(四)，何慶為妻子梁美晴母子(五)  
朱真真(六)，林勇(七)，盧家兄弟姐妹為妹妹盧美蘭求早日康復(一)，林秀枝及家人(四)  
那瑛為長輩田福玲、Rosa(六)，林承恩(二)，林桂建、張蘭欽(十)  
谷睿珩為父親谷毅貴、母親米蘭花一切順利、姐姐谷睿瑄(二)  
羅曙光為女兒高愷悌求生產順利母女平安(二)，林玉強，林瞻，林磊思，陳強，林婷(五)  
朱承先、王培明為妹妹王培琴，王培人求手術後早日康復(一)  
周芳芳、周清松(四)，朱承先、王培明為兒孫朱和睿，朱苑婷求學業進步(一)  
鄭美芳為疫情早日結束(八)，米蘭花為中國教會順利平安早日開啟彌撒





蒙市聖湯瑪斯堂  
華人傳協會 CCA

主席團

蔡小鵬 626-261-9372  
王燕寶 626-643-3001

秘書

潘東 213-210-4111

禮儀組

劉欣 626-623-0076  
朱萍 626-759-0142

福傳組

田素珍 425-466-5657  
陳忠貴 626-298-0236

靈修組

葉慧娜 626-780-3271  
鄧麗霞 626-863-6081

關懷組

楊雪虹 562-316-8969  
朱勇 626-200-9889

長青組

羅曙光 626-512-2721  
王鶴蓉 323-721-5190

青年組

Agape 愛加倍  
譚卓琳 626-689-0277

青少年聖母軍

岳德帆 626-905-7929

宗教教育組

朱威 626-780-7517  
巨克昌 414-379-8815

愛心服務組

石建蓉 323-712-5711  
陸蔚虹 626-231-9589

網路傳媒組

潘東 213-210-4111

財務組

張永安 626-532-2728  
李美芳 626-315-7829

籌款組

李美芳 626-315-7829

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](mailto:sta91754@gmail.com)

華人電子郵箱: [stachinese@stampk.org](mailto:stachinese@stampk.org)

堂區網站: [STAMPK.org](http://STAMPK.org)

華人網站: [chinesecatholic.org](http://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](mailto:SLutero@stampkschool.org)

小學電子郵箱: [info@stampkschool.org](mailto:info@stampkschool.org)

網站: [stampkschool.org](http://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](mailto: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)

**\*\*首週五晚上 7:00 PM\*\***

星期六 8:00 AM (英文)

Zoom Links & Passwords:

英文彌撒 Masses:

**Zoom ID: 311575271**

**Password: Mass**

**\*週四早上 8 AM 英文彌撒:**

**Zoom ID: 5897232327**

**Password: 1501**

西班牙語彌撒:

**Zoom 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: 89099018814**

**Passcode: 1501**