

你們拆毀  
這座聖殿，  
我三天以內  
要把它重建起來。

## 3-7-2021 乙年四旬期第三主日

### 聖道禮儀

#### 讀經一：

出谷紀二十，1~17

那時候，天主發言，說了以下的話：「我是上主、你的天主，是我曾經把你從被奴役之地、埃及領出來。除我之外，你不可有別的神。不可妄呼你的天主上主的名字；因為凡妄呼祂的名字的人，上主一定要懲罰他。要記住安息日為聖日。要孝敬父母，使你在你的天主上主所賜給你的土地上，延年益壽。

不可殺人。不可姦淫。不可偷竊。不可作假見證，陷害別人。不可貪圖別人的房屋。也不可貪戀別人的妻子、僕婢、牛驢以及他所有的一切。」

這是天主的聖言

#### 答唱詠：若六，69；詠十八，8~11

答：

F Dm B $\flat$  C F Dm B $\flat$  C F

5 | 1 - - - | 1 1 1 6 5 5 6 | 1 - - - | 1 1 1 6 5 5 6 | 1 - - 0 ||

主！ (惟獨祢有永生的話。) 惟獨祢有永生的話。

答：主！惟獨祢有永生的話。

- 一、上主的法律是完善的，能暢快人靈；上主的約章是真誠的，能開啟愚蒙。答
- 二、上主的規誡是正直的，能悅樂心情；上主的諭令是光明的，能照亮眼睛。答
- 三、上主的訓誨是純潔的，萬世常在；上主的判斷是真實的，永遠公允。答
- 四、比黃金，比精純的黃金更可愛戀；比蜂蜜，比蜂巢的流汁更加甘甜。答

## 讀經二：

聖保祿宗徒致格林多人前書一，22~25

弟兄姐妹們：的確，猶太人要求的是神蹟，希臘人尋求的是智慧，而我們所宣講的，卻是被釘在十字架上的基督：這宣講為猶太人的確是絆腳石，為外邦人是愚妄，可是對那些蒙召的人，不論是猶太人或希臘人，基督卻是天主的大能和天主的智慧：因為天主的愚妄總比人明智，天主的懦弱也總比人堅強。

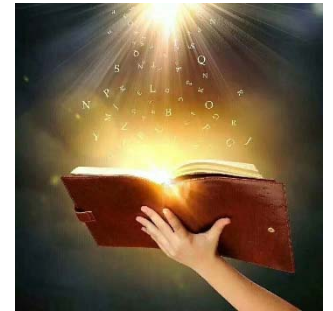
這是天主的聖言

## 福音前歡呼詞： 亞五，14

答：基督，天主聖言，願光榮歸於祢！

領：你們應尋求善，不可尋求惡：這樣你們纔能生存；上主也必與你們同在。

答：基督，天主聖言，願光榮歸於祢！



## 福音：

聖若望福音二，13~25

猶太人的逾越節快到了，耶穌便上耶路撒冷去。祂在聖殿的外院，看見有人在販賣牛、羊、鴿子，並坐著兌換銀錢，就用繩索做了條鞭子，把眾人連羊帶牛，都從聖殿外院裡趕出去，把兌換銀錢者的銀幣倒在地上，並推翻了他們的桌子：對賣鴿子的人說：「把這些東西搬出去，不要使我父的聖殿成為商場。」祂的門徒就想起了經上所記載的：「我對祢聖殿所懷的熱愛，如火一樣把我燒盡。」猶太人便問祂說：「祢顯什麼神跡給我們看，證明祢有權作這些事呢？」耶穌回答他們說：「你們拆毀這座聖殿，我三天以內要把它重建起來。」猶太人說：「這座聖殿建築了四十六年，在三天以內就能重建起來嗎？」但是耶穌所說的聖殿，是指祂自己的身體。所以，當祂從死人中復活以後，祂的門徒就想起了祂說過這話，也相信了聖經和耶穌說過的話。

當耶穌在耶路撒冷過逾越節的時候，有許多人看見祂所行的神跡，便信從了祂；但是耶穌並不信任他們，因為他認識所有的人；並不需要誰指證，人是怎樣的，因為祂知道人心裡的一切。

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



3-7-2021 乙年 四旬期第三主日



## 2021 年四旬期期間，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

**四旬期線上避靜：**時間：3 月 13 日(星期六)早上 8:45am 報到，9am-12:30pm 結束。主講：白兆軍神父。主題：「划向深處去」— 悔改皈依之旅。免費，不須事先報名。連繫：王鄭紅 626-342-1763，May 葉 626-780-3271。讓我們一起在四旬期準備好心靈，迎接救主耶穌基督的復活。**Meeting ID: 3901142241**(與主日中文彌撒的連結相同)

**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。

3-7-2021 乙年 四旬期第三主日

# 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)

日光節約時間開始：下主日 3 月 14 日。提醒大家將時鐘往前撥快一小時。



**SPRING**

**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：病人傅油---修和聖事。 主講：劉振田 神父。**

今年課程表，請上網查詢：[http://www.chinesecatholic.org/sta\\_cca/rcia/](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，梁美晴，司徒日奏，司徒謝翠玉，田福玲。

**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，亦可以上堂區網站捐款 STAMPK.org 點選 e Giving。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。

**堂區捐款報告：**本堂區上主日 2/28: **\$4,909.00 元(短缺\$2,591 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！

**洛杉磯總教區 孩童青少年安全 關懷專欄：「你知道嗎？」**  
**幫助孩子 因應面對災難**

隨著疫情的持續，許多孩子的情緒會感到低潮沉悶憂鬱，他們可能失去了親戚或家人，自疫情以來，他們的生活發生了重大的變化，他們的生活圈及與朋友的社交習慣恰似與世隔絕了。父母可以從坦承自己內心抑鬱的感受開始，來鼓勵孩子說出內心的感受及強烈的情緒化，並一起討論幫助他們，回答相關為什麼會發生這樣的情況以及接下來可能會發生什麼的一些問題。一般而言，向孩子表達父母無條件地愛他們，可以非常有效地協助孩子處理面對強烈的失落和悲傷感。更多的相關信息，請上網 [occatholic.com/talking-about-god-and-grief-with-children/](http://occatholic.com/talking-about-god-and-grief-with-children/)

3-7-2021 乙年四旬期第三主日

## 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：雷蕙琅(Helene Reichl)，。

✚ 請為 佘王玉玉，徐玉蘭，劉戊鏗 的所有需要祈禱。

✚ 請為新亡者的靈魂永安祈禱：房志榮神父。

※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)。



## 蒙市 聖湯瑪斯堂 本週彌撒意向



### 感 恩

陳蘇、陳科全家(一)，Jeffrey 蔡及家人，林允錦及家人(三)，羅輝雁及家人(一)

楊少華、楊雪虹全家，杜桂香及家人(三)，余佩瑜及家人(五)，王燕樂全家(五)

鄭弘、黃曉琴(八)，趙麗，劉鎮邦、黑幼靜(三)

蔡義峰及家人(五)，蔡家兄弟姐妹及家人(五)，鄭勝宗及家人(五)，黃小鳳(四)

陳明娟及家人，郭愛云(二)

### 求恩：(求平安、身體健康、工作順利...等)

楊曉春及家人(一)，吳嘉寶及家人(三)，碧香及家人(十)，何 玲(十)，陳家星(四)

陳明娟及家人，朱威、陳皓為朱尚恩(八)，劉忻忻為妹妹劉惠惠(九)

尹崑崙及家人(八)，余玥儒及家人(八)，陳月彩(三)，蔡家兄弟姐妹及家人(二)

米蘭花求主降福學校和兒女孫輩們順利平安(一)，王利紅及家人(八)

谷睿珩為父親谷毅貴、母親米蘭花一切順利、姐姐谷睿瑄(九)，周芳芳、周清松(一)

王喃、呂鵬、張亞云、楊忠平、Aaron， Dorothy 全家，何本義，何慧，余品英(八)

黃小鳳為孫女 Cambria Slutsky(五)，Sandy 劉、Evelyn 劉(一)，Beverly 黃、Bennett 黃、

Lorraine 黃、YinFong 黃(三)，蔡義峰及家人(二)，鄭漢俊及家人(二)



## 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)

**\*\*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**