



人不僅是
靠餅生活。

蒙市聖湯瑪斯天主堂

華語彌撒：

主日

國語早上 9:30 a.m.

粵語下午 3:00 p.m.

平日

星期一晚上 7:00 p.m.

星期三早上 8:00 a.m.

英文彌撒：

星期二、四、五、六：

早上 8:00 a.m.

首星期五(下午)7:00 p.m.

星期六下午 5:30 p.m.

星期日上午 8:00 a.m.

星期日上午 11:30 a.m.

堂區代理司鐸：Administrator

Fr. Ambrose Udoji

323-264-4447#108

FrAmbrose@stampk.org

副主任司鐸：

Fr. Joseph 郭 晨神父

FrJosephGuo@stampk.org

(323)264-4448#106

華人服務中心上班時間：

星期一、四、五

8:00 a.m.~ 4:30 p.m.

星期二、三

9:00a.m.~ 4:30 p.m.

電話：323-264-4448 按 0

傳真：323-264-2524

電郵：

stachinese@stampk.org

網頁：

www.chinesecatholic.org

堂區辦公室(英文)

電話：323-264-4447

地址 1501 S. Atlantic Blvd.

Monterey Park, CA 91754

華語告解：

(請打電話預約或諮詢)

婚、喪喜慶與幼兒洗禮

各種聖事需求，請直接

聯絡：華人服務中心。

主日線上彌撒 9:30am

ID: 3901142241

讀經一：

創世紀二，7~9；三，1~7

上主天主用地上的塵土作成
人形，在他鼻孔內吹了一口生
氣，人就成了一個有靈的生物
。上主天主在伊甸東部開闢了
一個樂園，就將祂所造成的人
安置在裏面。上主天主使土地
生長各種好看又好吃的果樹，
在樂園的中央有一棵賜生命的
樹，和一棵辨別善惡的樹。

蛇是上主天主所造的一切動
物中最狡獪的。蛇對女人說：
「天主真的說了，你們不可以
吃樂園中任何樹上的果子嗎？」
女人對蛇說：「樂園中所有
樹上的果子我們都可以吃，只
有中央那棵樹上的果子不可吃

；天主說過，你們不可以吃，
也不可以摸，不然便會死亡。
」蛇對女人說：「你們決不會
死的！因為天主知道，你們哪
一天吃了那果子，你們的眼睛
就會開了，就會像天主一樣能
夠辨別善惡。」女人看見那果
子實在好吃又好看，並且能增
加智慧，就很羨慕，她摘下果
子，自己吃了，又給她的丈夫
吃，他也吃了。於是二人的眼
睛立刻開了，發現自己赤身露
體，就用無花果樹的葉子、編
了裙子來遮蓋身體。

上主的聖言

答唱詠： 詠五十，3~6，12~17

答：上主！我們犯了罪，求祢
垂憐。

一、天主，祢是仁慈的，求祢憐

憫我；祢有豐富的慈愛，求
祢消滅我的罪惡。求祢洗淨
我的過犯，消除我的罪愆。

答

二、因為我認清了我的罪惡，我
的罪惡常在我的眼前。我得
罪了祢，唯獨得罪了祢，我
在祢面前作了惡事。答

三、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

四、求祢再賜我得救的喜樂，以
慷慨的精神扶持我。上主，
求祢開啟我的唇舌，我要親
口讚頌祢。答

讀經二：

聖保祿宗徒致羅馬人書五，12~19
弟兄們：罪惡藉著一個人進
入了世界，死亡也藉著罪惡隨
後而來；於是死亡便殃及了全
人類，因為人人都犯了罪。

如果因一個人的過犯，死亡
就掌了權；那麼，那蒙受豐富
的恩寵和正義恩惠的人，更要
藉著耶穌基督一個人，在生命
中掌權了。

這樣看來：就如因一個人的
過犯，全人類都被定了罪；同
樣，因一個人的正義行為，全
人類都得到成義，並獲得生命
。正如因一個人的違背命令，
全人類都成了罪人；同樣，因
一個人的服從，全人類都成了
義人。

上主的聖言

答： F | 5 3 - - . | Am | 3 5 6 3 5 3 2 | Bb | 1 6 1 2 | Bbm | 1 - - - | F | 1 - - - | (C7) | 1 - - - ||

上主， 我們犯了罪， 求祢垂 憐。

每日讀經：

二月廿三日：肋十九1-2，11-18；瑪廿五31-46

二月廿四日：依五五 10-11；瑪六 7-15

二月廿五日：納三 1-10；路十一 29-32

二月廿六日：艾四補丙10-19；瑪七7-12

二月廿七日：則十八 21-28；瑪五 20-26

二月廿八日：申廿六16-19；瑪五43-48

三月一日：創十二1-4；弟後一8-10；瑪十七1-9

感恩



馬國英及家人，于志及家人，池新風，陳明娟及家人，曾慶斯、張麗珍及家人(+)，朱 勇 (三)，陳愛平(一) 王孝慈、王孝國及家人(九)，劉岫琴及家人，王燕樂及家人(三)，朱藝、王雯章為兒女(一)

求 恩 (求平安、健康、工作順利、學業進步...等)

楊曉春及家人(四)，呂月華全家，陳家星及家人，曾慶斯、張麗珍及家人(+)，吳嘉寶及家人，陳聖响及家人，陳明娟及家人 余佩瑜及家人，張帥帥及家人，Jeffrey蔡及家人為羅曙光(八)，尹崑崙及家人(二)，馮家為Susan(一) 李玉茹、李玉明、李玉青及家人，蔡佳音、王佳寧及全家，鄭偉、鄭路嘉及家人，Monica毛為爸爸鄧立人(一) 朱真真(九)，周黎敏全家(十一)，余玥儒，林玉強、林瞻、林磊思、陳強、林婷、余梅蘭(九) 鄭弘一家為父親鄭加快、母親林依金(十三)，鄭弘、黃曉琴為爸爸黃天柱、媽媽陳瑞蘭(廿三)， 何本義及家人(九)，Holly 潘 為母親潘顏德蘭，林雨晴為面試順利通過，吳黃少卿為子女求恩典(十二)， Cecilia Wong為教友Patricia(二)，余品英(+)，盧家兄弟姐妹 (八)，李秀枝及家人(四)，陳庆平 (八)，何安金全家(五)



煉 靈：(求靈魂永安、安息主懷、早升天國)

Sin Ching, Anne Ng 與家人追思母親 吳張其英(六)，黃小鳳追思長輩林鄭靜萍(三)，陳美智、杜一平追思長輩林鄭靜萍(二)， 馮家追思長輩蔣羅雪芳，長輩林鄭靜萍(二)，鄭弘、黃曉琴追思長輩林鄭靜萍(一)， 李景茹、李軍追思母親王万芝 (五)，陳聖响、鄭美芳追思弟弟陳信壽 (五)， 林秀娟追思林敘珠(七)，梁瑪麗亞(六)，胡璇璇追思太爺爺若望、太奶奶亞納 (十三)， Daolin Huang & AiYing Chi 追思媽媽吳德肋撒(+)，王敏洋追思王亞亮，盧黎明追思阿姨郭賈清香(八)， 馬維龍、谷俊花追思馬瑪竇，蘇秀容追思先夫李榮春(三)，梁慶峰追思二伯父梁炳潮(四)， Karun Mao & Monica Mao 追思女兒 Cici 毛子俐(廿二)，Karun Mao & Monica Mao 追思母親趙珮璉 (廿二)， 梁愛玲及家人追思先夫、父親梁炳權，池新風追思父親池信忠逝世 15 週年， 劉貴蘭及家人追思母親劉由秀鈴逝世九週年，Cecilia NakaJima 追思 Vivian Nguyen、Simon Nguyen、Annie Gonzalez， 呂月華及家人追思父親外公呂永泰、母親外婆呂王淑媛、妹妹呂佩華、呂光華、教友錢壽康， 余玥儒及家人追思父余乃文、公公林朝龍、母張淑美、哥哥余美貴、余美戲、余宝平、德雷撒、余美兵(五)， 王萍追思爸爸王長有、媽媽袁淑雲、哥哥王強、阿姨宋馬麗亞，張佩芝追思父親巴爾多祿茂，母親馬大肋納 (二)，盧振威(三) 杜桂香追思父親杜柏勛、母親閔凤芝，盛月梅、王磊追思先生、爸爸王景智，谷睿玲追思堂妹陳亮娟(一) 張澤明追思祖父張宏烈，祖母李賽珠，父親張振邦，母親蔡雪芳，張家親友恩人及眾煉靈， 林秀枝、林承輝追思爸林英善、媽孫月珠、姐林秀芳、姐夫胡養善、林凤金、爺爺胡慶欽、胡若瑟(三) Kristy Li & Larry Zhou 追思爸爸李良治、媽媽李再霞(Mary)，Larry Zhou 追思爸爸周 曉， Holly Pan 追思父親潘忠清(斯德望)、公公黃海鵬、婆婆黃楊瑩，錢途追思父親錢海龍(伯多祿)、外婆王興榮(依撒伯爾)， 馮家追思舅媽林嬌英，梁瑪麗亞，朱自成，朱康民執事，張梅花 Strotman, 陳瑪利亞， Curtis Chan, Leola, Michelle, Cat Lucy Ng 追思六舅母馮綺雲(一) 粵語聖母軍天主之母支團追思黃鳳瓊、楊謙純、姚王珍妮，谷毅貴、米蘭花追思谷氏祖先、米氏祖先(四)， 余品英追思婆婆郭瑪利亞、公公何若瑟、媽媽鄭丹英、爸爸余千千、無依無靠靈魂， 教友追思許斐德修女、江貞德 修女、李志賢神父、林平華神父， 曾家為眾嬰靈、眾煉靈祈禱(一)，馮家為眾嬰靈、眾煉靈祈禱，李玉青、蔡佳音及全家為眾嬰靈、眾煉靈祈禱



<p>Pray for ... 百人百串玫瑰經本週祈禱意向：</p> <p>✚為嚴重病人求健康：曾慶斯，林竹成，林明谷，Ann Hu。 ✚為病人求健康祈禱：谷毅貴，孫忠鶯，費卓立。 ✚為米蘭花，李翔，費卓爾，王孝慈 的所有需要祈禱 ✚為新亡者的靈魂永安祈禱：邱天才，蔡文俊，陳亮娟，馮綺雲</p> <p>※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。</p>	<p>關懷代禱</p> <p>孫 蘭，王海瀛，劉戊鏗，趙興立，趙翠紅，Florida Cabale 曾慶斯，鄧美娟，吳熾宗，黃秀娟，吳越璇，譚田福玲 Paul Braeckmans，李文淵，林明谷，Ann Hu，費卓立， 黃道霖，池愛英，楊曉春，蕭燕秋，黃天柱，陳瑞蘭， 葛守覺，金菲莉，羅曙光，Teresa Wong，朱承先，王培明 譚潤強，付宇萱，楊鴻香，張金戈，譚卓琳，孫忠鶯。</p>
--	---

聖湯瑪斯教堂華人傳協會消息

恭賀新禧 迎春納福
新春快樂，諸凡順遂，闔家和樂！

春節祭祖暨餐會活動：本主日祭祖典禮結束後，傳協會將會發送新年福袋，歡迎領取，將福氣帶回家。已經購買餐票的教友請前往禮堂參加餐會，欣賞表演，歡度新春佳節。本主日彌撒後茶點招待暫停一次。**歡迎索取春節祭祖手冊。**

感恩銘謝：本堂關懷組與慕道班于新年期間合辦聯歡活動，感恩天主的帶領，活動順利圓滿舉行，共設十桌，參與人數逾百人。雖經費有限，然蒙眾多教友慷慨奉獻與鼎力支持，使活動得以順利完成、成果豐盛。謹此向所有熱心奉獻的教友致以誠摯感謝，願天主降福您及您的家庭！
小除夕關懷活動感謝教友捐款：羅輝雁 \$200，李永嫻 \$200，合計 \$400，感謝祝福她們的慷慨奉獻。

四旬期守齋：大齋一年須守兩次，聖灰日(2/18)及聖週五(4/3)；而小齋則是在四旬期內的每一個星期五都應守小齋(18-59歲)。

四旬期拜苦路：活動將於四旬期期間每週五晚上 7 點舉行，3月6日(首星期五)的拜苦路將於晚上 7 點彌撒後開始。

- 2/27 堂區禮儀組(英文)
 - 3/6(首週五)晚上 7 點彌撒後 哥倫布騎士會(英文)
 - 3/13 進教之佑聖母軍(國語)
 - 3/20 西裔教友團體(西語)
 - 3/27 堂區宗教教育(英文)
- 歡迎教友踴躍參加，一起陪伴耶穌走苦路。



四旬期濟飯盒活動：本主日，請在聖堂入口處，帶一個紙飯盒回家，並且和家人教友們在四旬期一同祈禱，守齋，禁食，將節省的錢投入紙盒中，在復活節期間再把盒子交回堂區辦公室，謝謝。

四旬期國語避靜：3月7日(週六)9:30-3:30 (9點報到)。費用：10元。地點：禮堂。郭殿剛神父主講。主題：我要起身回到我父親那裡去(路 15:18)。杜娟 626-227-5787，葉慧娜 626-780-3271。

鼓勵教友：在四旬期期間，通過祈禱、悔改與補贖的方法不斷走近天主，淨化自己的心靈與行為。在淨化與聖化的道路上，我們學會了更加珍惜與天主的關係，更加懂得如何去關愛他人、善盡我們的職責。積極地提升自己的信仰，在日常生活中，多祈禱、多讀聖經，在靜默中反省自己，守齋克己，多行善功等等。努力使自己的四旬期更有意義與價值，在四旬期中讓我們不斷更新、不斷成長，讓它成為我們走近天主的階梯。

協力福傳 Together In Mission：由洛杉磯總教區推動，迄今已有 30 年，我們幫助了成千上萬在洛杉磯教區的學生、家庭和教友們。本堂 2026 年捐款目標是 \$41,472 元，非常感謝上主日所有認捐及捐款的教友們，讓我們繼續為此意向祈禱並踴躍支持，信封請寫 STAC429 統一交給辦公室；再轉呈總教區。

預留時間：4月19日為堂區春季燒烤日。堂區春季燒烤募款活動委員會將於 3月7日(週六)下午 2:30，在神父宿舍餐廳舉行籌備會議。誠摯邀請所有教友踴躍參加！這我們期待您的參與及寶貴建議，一同為堂區努力。

教區孩童安全保護課程 VIRTUS 培訓 在教會中的靈修意義

主內親愛的弟兄姐妹們：
為配合履行洛杉磯總教區確保孩童安全的承諾，特別是在堂區與學校周邊，我藉此機會邀請所有還沒有遵守教區規定完成 VIRTUS 培訓課程及一次性指紋建檔的志工、服務人員、教師及職員們，務必理解這項要求的必要性。所有與孩童接觸、服務或工作的成人，需要在 2026 年 2 月底前將相關證書提交給本堂區。

除了遵守教區的規定之外，保障天主子民的安全(包括孩童)也是我們共同的使命和神聖的責任。因此，完成 VIRTUS 培訓與指紋建檔，是一種信德的行動。這這是一項屬靈而神聖的操練，因為它的目的為行善，這也讓我們更實際地體會《耶肋米亞先知書》第三十一章第十節的預言——萬民！請聽上主的話，看守他們像牧童看守自己的羊群。這也與教會的信念一致：天主透過各種不同的人奉服務來祝福、供應、教導、引領、安慰並保護祂的子民(參見《瑪竇福音》第二十五章)。

最後，再次提醒所有攜帶孩童來到教堂的教友家長們，請務必不要讓孩子單獨留在教堂或學校場所。請記住那句大家熟知的諺語：「預防勝於治療。」讓我們在四旬期中，從內心深處皈依天主，在現實生活中改善我們信仰生活，使我們能夠與耶穌一起經歷逾越奧跡。
Fr. Ambrose Udoji 供稿

教區孩童安全防護課 Safeguard the Children：洛杉磯總教區要求所有與孩童一起工作或在其身邊工作或做志願者的成年人遵守保護孩童計劃的要求。有意在教會或學校服務於孩童活動的義工和家長必須完成 VIRTUS 培訓。本堂於 3月14日(週六)上午 9-12 點(第一次上課者)及下午 1:30(每 4 年更新者)舉辦孩童安全防護課程(英文)，報名：Dennis Rodriguez 323-213-1332 或 Denrafrod@gmail.com。

禮儀組通知：為配合洛杉磯總教區有關保護孩童之規定，凡參與彌撒服務之事奉人員及義工，均須具備保護兒童課程的有效證書。請所有參與彌撒事奉之人員及義工於 3月16日前，將證書紙本影本提交至禮儀組備案，敬請配合。

注意：由於最近本堂區及小學周邊遭受破壞行為事件增加，因此自 2月23日(週一)開始，聖堂及教堂洗手間將於所有平日彌撒(週一至週六)結束後，立即關閉。若當天於晚上舉行彌撒(週一、週四及每月第一個星期五)，教堂將於當天全日關閉。每週六，教堂將於下午 4 點開放，以方便教友與本堂神父辦理告解聖事。每主日，教堂將開放至當日最後一台彌撒結束為止。當教堂關閉期間，歡迎教友前往本堂室外敬禮區祈禱，包括瓜達露佩聖母聖壇及天主慈悲敬禮區。感謝您協助維護本堂及學校的安全。

感謝主日彌撒後茶點服務：
本主日：暫停一次，
下主日：聖母軍進教之佑。
感謝他們熱心的服務。

堂區每週捐款報告：
教堂每週維持經費 \$8,000.00
聖堂奉獻/網上捐款
點算中，下主日公佈

敬邀還未認識天主的朋友來參加！

本主日 2/22 (春節祭祖暨餐會活動) 暫停一次。
國語主日慕道班：每主日 11:10am-12:10pm 禮堂上課。
感謝所有的烹飪天使們！
歡迎 18 歲以上成人教友尚未領堅振者，
於今年 4 月 4 日復活節前夕領受聖洗及堅振聖事，歡迎參加

國語	3/1	教會的禮儀年	劉欣 姐妹
粵語	2/26	新要理問答(一)	鄧麗霞 姐妹

國語班聯繫：余佩瑜 626-379-9103，陳聖響 626-757-2979
粵語慕道班：每週四 8:00-9:30pm。ID: 824 9720 4040 無需密碼，聯繫：Vicki 鄧麗霞 626-863-6081

主席團
張永安 626-532-2728
蔡義威 626-780-1112

秘書
杜娟 626-227-5787

禮儀組
劉欣 626-623-0076
朱萍 626-759-0142

福傳組
余佩瑜 626-379-9103
陳聖響 626-757-2979

靈修組
杜娟 626-227-5787
葉慧娜 626-780-3271

關懷組
田素珍 425-466-5657
楊雪虹 562-316-8969

長青組
羅曙光 626-512-2721
王鶴蓉 323-721-5190

活動組
陳家星 626-759-2071

家庭善會
陳皓 626-780-7518
林上發 310-375-0911

青年組
譚卓琳 626-689-0277
楊莊予 248-701-1999

青少年組
林上發 310-375-0911

兒童道理班
朱威 626-780-7517
黃小鳳 909-837-8533

愛心服務組
陸蔚虹 626-231-9589
吳小燕 626-216-8654

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
陳蘇 626-927-7575

主日通訊
編輯指導
郭晨神父
張永安, 劉欣

編輯小組
許容榕 (Sherry)
王萍 (Jessie)

廣告 323-264-4448
王萍 (Jessie)
許容榕 (Sherry)

印刷出版
Alpha Printing
626-851-9800

Ly 綠億 設計建築 加州執照
Design & Build Solutions 百萬保險

設計·審批·建造·一站式服務
3D設計 整體規劃 施工迅速 保證品質
ADU項目承建商 專業冷鏈物流倉庫
承接各類商業及住宅 626-622-6189

美思安防監控科技 AMAZE TECH.
安防監控&電腦網路專家
智慧高清攝像頭監控系統
商業及家庭 WIFI 信號增強及全屋覆蓋
上門安裝, 質保兩年, 終身技術支援
組建和維修光纖網路, 熔接光纖光纜
服務範圍: 住宅、店鋪、倉庫、工廠, 辦公室等
(909) 997-0840 David 任

Spectrum 官方授权经销商
服务内容
500Mbps 超高速家庭网络免费提供数据机 Modem
免费 Wi-Fi 热点 (Hotspot) 免费 HD 高清频道
\$30 无限高速家庭网络 + 5G 手机卡 (一年免费)
教友 JoAnn 王若雁
中文专线 (562) 832-8018

AwardAuto Dealer Inc.
超群汽車 買賣租賃
廉價租車 轎車 8人座 長、短期租車 \$29.99 元起
質量保用 二手車出售 高價收車
機場接送 旅遊包車
9063 Garvey Ave. Rosemead, CA 91770
教友: 文先生 TEL: (626) 280-0333

精工行 平价裝修 专业木工
服务范围: 更換地板 厨柜 瓷磚 門窗
衣帽間 家俱安裝 全屋翻新 室內外油漆
更換水龍頭 馬桶 熱水器 家裡的修修補補小活
打水泥地面 砌圍牆 擋土牆
李教友: 626-545-3451 微信:
價格合理 追求品質 服務因誠信而信任

世界中華殯儀館 1-800-320-9898
ALHAMBRA ARCADIA
一條龍殯葬服務 24小時電話

2026年殯葬收費比較
世界中華殯儀館 玫瑰崗
\$4,980.00 \$7,430.00

教友: 阿林
626-588-7838
機場接送 旅遊包車
觀光購物 豪華商務

福州特產 福益店 零售批發
海蜇皮、海蜇頭、花蛤
福州魚丸、魚干、干貝
茶樹菇、橄欖、橄欖汁
燕窩、華旗蔘、南北乾貨

美國花旗蔘、各種保健品
127 S. Garfield Ave. #8
Monterey Park, CA 91754
教友余明儒: 626-280-1666

疏通 維修 水電
更換馬桶、各種水龍頭、熱水爐
查漏點、照相定位、換各種水管、電路
承攬室內裝修、刷漆
楊教友 (626) 988-8848

平價藥房

703 W. Valley Blvd Alhambra, CA 91803
1418 S. San Gabriel Blvd San Gabriel, CA 91776
401 N. Garfield Ave #101 Monterey Park, CA 91754
Tel: (626) 289-1990 Tel: (626) 280-3131 Tel: (626) 872-0505
Fax: (626) 289-0344 Fax: (626) 280-3138 Fax: (626) 872-2522
Betw Atlantic/Garfield Valley/San Gabriel Garfield/Emerson

Flower in love 鮮花店
(626) 369-3116
教友 9折優惠
網站: flowerinlove.us
15936 Halliburton Rd.
Hacienda Heights, CA 91745

資深福地顧問
平碑、立碑
家族墓園
靈骨塔
皆可分期付款
張麗卿
Kathleen Cheung
(213) 610-0007

洛杉磯總教區孩童青少年安全關懷專欄「你知道嗎」
家庭暴力與孩童

家庭暴力有多種形式, 包括情緒虐待、經濟控制、肢體暴力以及性虐待。針對生活在家庭暴力環境中的孩童所做的研究顯示, 家庭暴力會對孩童的身心健康造成長期而深遠的影響。目前, 美國已有 26 個州通過保護目睹家庭暴力的孩童的法律。

在父母之間暴力環境中成長的孩子, 長大後往往會在自身的人際關係中遇到困難, 而預測孩子未來是否會成為家庭暴力加害者的最重要因素是, 他們童年時期是否曾親眼目睹家庭暴力。欲了解更多信息, 請上網:
lacatholics.org/did-you-know
編輯小組譯自洛杉磯總教區每週專欄