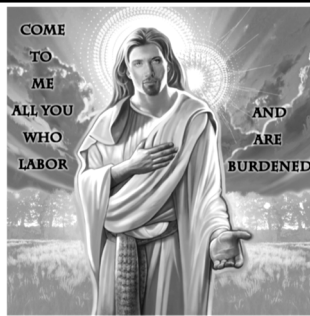


天主教大洛杉磯教區蒙市 聖湯瑪斯堂 主日通訊

(323)264-4448 www.ChineseCatholic.org
1501 S. Atlantic Blvd., Monterey Park, 91754



你們這些勞苦和
負重擔的人，
都到我
這裡來吧！

甲年 常年期第十四主日

2026 年 7 月 5 日 STA Chinese Sunday Bulletin 1390

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

星期日晚上 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

9:00 a.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

聖道禮儀

讀經一：

匝加利亞先知書九，9~10

上主這樣說：「熙雍女子，你要盡情歡樂！耶路撒冷女子，你要歡呼！請看，你的君王要到你這裡來，祂是正義的，也是救主；謙虛地騎在驢上，騎在驢駒上。祂要由厄弗辣摧毀戰車，從耶路撒冷殲滅戰馬，作戰的弓箭也要被折斷；祂要向萬民宣佈和平，祂的權柄由這海到那海，從大河直達地極。」

上主的聖言

答唱詠：

詠一四四，1~2，8~11，13~14

答：我的天主，我的君王，我要永遠歌頌祢的名。

一、我的天主，我要讚揚祢，我的君王，我要永遠歌頌祢的名。我要日日歌頌祢，讚美祢的聖名，永不停止。答

二、上主慈悲，寬仁大方，緩於發怒，仁愛無量。上主對待萬有，溫和善良。對祂所創造的萬物，仁愛慈祥。答

答：

我的天主，我的君王，(我要永遠歌頌祢的名。我的天主，我的君王，)我要永遠歌頌祢的名。

三、上主，願祢創造的一切都稱謝祢，願祢的聖徒同聲讚美祢；講述祢王國的光榮，傳頌祢行事的威能。

答

四、上主的諾言，信實不欺；上主的作為，聖善無比。凡跌倒的，上主必將他扶起；受委屈的，必使他直立。答

讀經二：

聖保祿宗徒致羅馬人書

八，9，11~13

弟兄們：如果天主的聖神住在你們內，你們就不是屬於肉體，而是屬於聖神的。誰若沒有基督的聖神，就不屬於基督。如果那位使耶穌從死者中復活的聖神住在你們內，那麼，那位使基督從死者中復活的，也必要藉那住在你們內的聖神，使你們必死的身體復活。

弟兄們！這樣看來，我們並不欠肉體的債，而隨從肉體生活。如果你們隨從肉體生活，必定要死；然而，如果你們依賴聖神，致死身體的惡行，必然能生活。

上主的聖言

基督的福音

福音前歡呼

瑪十一，15

答：阿肋路亞。

領：父啊！天地的主宰！我稱謝祢，因為祢將天國的奧秘啟示給小孩子。

答：阿肋路亞。



福 音：

聖瑪竇福音十一，25~30

那時候，耶穌說：「父啊！天地的主宰！我感謝祢，因為祢把這些事隱藏了智慧和聰明的人，而啟示給小孩子。是的，父啊！祢原來喜歡這樣。我父將一切交给了我；除了父以外，沒有人認識子；除了子和子所願意啟示的人以外，也沒有人認識父。」

你們這些勞苦和負重擔的人，都到我這裡來吧！我要使你們安息。你們背起我的軛，向我學習罷！因為我是良善心謙的：這樣，你們必會得到安息；因為我的軛是柔和的，我的擔子是輕省的。」

每日讀經：

六月廿九日：宗十二1-11；弟後四6-18；瑪十六13-19

六月三十日：亞三1-8，四11-12；瑪八23-27

七月一日：亞五14-24；瑪八28-34

七月二日：亞七10-17；瑪九1-8

七月三日：弗二19-22；若二十24-29

七月四日：亞九11-15；瑪九14-17

七月五日：匝九9-10；羅八9-13；瑪十一25-30



感恩



馬國英及家人，Jeffrey蔡及家人，于志及家人，孫鵬飛及家人，陳明娟及家人，曾慶斯、張麗珍及家人(九)
楊雪虹及家人，林雨晴及家人，王孝慈、王孝國及家人(一)，劉岫琴及家人，荊宜君、劉淑敏(九)，蔣熙文、蔣俊育、朱萍(六)，
胡永凱(五)，胡韜略(四)，胡璇璇(四)

求恩 (求平安、健康、工作順利、學業進步...等)

楊曉春及家人(一)，陳家星及家人，曾慶斯、張麗珍及家人(九)，吳嘉寶及家人，陳聖响及家人，胡永凱(五)
薛音琪，余佩瑜及家人，孫鵬飛及家人，張帥帥及家人，尹崑崙及家人(一)，Kristy 李為干媽潘麗潔，林秀枝及家人(五)，
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，潘明勇(九)，Monica黃秀娟(一)
余玥儒、林玉強、林瞻、林磊思、陳強、林婷、余梅蘭(七)，朱藝、王雯章及家人(七)，薛瑪莉為Michelle林，林志遠，郭神父(七)，
Holly 潘為母親潘顏德蘭，胡韜略(四)，胡璇璇(四)，朱真真、朱勇及家人為郭晨神父(三)，
朱承先、王培明及家人(十三)，王培明及全家為朱承先、朱藝(二)，張熙成、林芬蘭為全家(四)，
張在飛求面談順利(九)，趙懿為岳佳霖、孫朝勇(八)，陳美智為曾慶斯、高愷傑家人(一)，
鄭弘、黃曉琴為父母鄭家快、林依金、黃天柱、陳瑞蘭(五)，Judy Wu為Vicki鄧麗霞(四)，馮家、潘東為Vicki鄧麗霞(五)
郭愛云為女兒何敏玲(瑪麗亞)(一)，鄭弘、黃曉琴為郭愛云、何敏玲(瑪麗亞)(一)

+++++

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(四)，曹善玲、陸蔚虹追思游勝章(聖揚生)(四)，
王家兄姊追思小妹王麗芬(路濟亞)(七)，孫水妹追思長輩李正(安德肋)(李文兩神父的父親)(九)
陳虹、陳苓及家人追思父親陳立茂、母親喻昌機，劉鎮邦、黑幼靜追思代子陳立茂(九)，
劉忻忻追思親友劉怡怡、劉大鵬、劉惠惠(九)，趙懿與家人追思父親趙洪耀、母親張世琪(八)，梁愛玲追思 Terry Chen(五)
林慧懿追思母親林鄭靜萍(四)，嚴曦平追思母親許蔓華(十)，杜桂香追思父親杜柏勛、母親閔凤芝，
王敏洋追思王亞亮，William & Kadie追思曾聲耀、李淑琮、李榮豐(八)，
馬維龍、谷俊花追思馬瑪寶，蘇秀容追思先夫李榮春(一)，Clara Dong 追思母親 Lucy 董漢三逝世 10 週年(十四)，
梁愛玲及家人追思梁炳權，梁慶峰及家人追思二伯父梁炳潮，
吳照春、吳海華追思小姨周淑正，五姨媽許蔓苓(八)，孫水妹追思李玉蓮(十)，
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、哥余美貴、余美戲、余寶平、德雷撒、余美兵(三)，
王萍追思爸爸王長有、媽媽袁淑雲、哥哥王強、阿姨宋瑪麗亞，李祖瑩追思長輩張榮富(五)
劉忻忻及家人追思父親劉炎、母親任立暖(一)
張熙成、林芬蘭追思父親林益欽(三)，和再鈞、陳明娟、和瑋追思和再錄(十)，王瑩追思哥哥王鏡娥(一)
Karun Mao & Monica Mao 追思爸爸鄧立人、女兒 Cici 毛子俐，盛月梅、王磊追思王景智、王亞瑟
Kristy Li & Larry Zhou 追思爸爸李良占、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，
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、姑姑林凤金、爺爺胡慶欽、胡若瑟
教友追思許斐德修女、江貞德修女、李志賢神父、林平華神父，楊雪虹及家人為眾嬰靈、眾煉靈祈禱
曾家為眾嬰靈、眾煉靈祈禱(八)，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，
陳家為眾嬰靈、眾煉靈祈禱，教友為眾嬰靈、眾煉靈祈禱(九)，林雨晴及家人為眾煉靈祈禱

百人百串玫瑰經本週祈禱意向：

- ✚為嚴重病人求健康：曾慶斯，孫忠鸞，鄧麗霞，何瑪麗亞
- ✚為病人求健康祈禱：何敏玲，池愛英。
- ✚為 米蘭花，Monica 黃秀娟 的所有需要祈禱。
- ✚為新亡者的靈魂永安祈禱：齊保強。

※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

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，
鄧麗霞，池愛英，楊曉春，蕭燕秋，黃天柱，陳瑞蘭，
陳敏鴻，金菲莉，羅曙光，Teresa Wong，朱承先，王培明
劉玉崑，付宇萱，楊鴻香，譚卓琳，孫忠鸞，Arthur Guo。

聖湯瑪斯教堂華人傳協會消息

國語避靜：時間：7月11日(週六)9:30am-4:30pm (9點報到)。主題：生命的曙光：在愛中成長。特邀耶穌會中華省會士姜有國神父(筆名姜川)主講。姜神父曾任哈佛大學博士後研究員，並為牛津、劍橋大學訪問學者，現於舊金山大學從事教學、研究與靈修陪伴。去年蒞臨本堂分享，講授精彩、發人深省，獲得教友熱烈迴響。今年再次受邀，機會難得，誠摯邀請大家踴躍參加，共沐主恩。地點：堂區禮堂。費用：10元。聯絡：鄭弘 626-413-9833，葉慧娜 626-780-3271。報到時，現場付款，網上報名：tinyurl.com/stacca-lin2607



醫學健康講座：主題：健康為本，長壽隨行。時間：7月12日(主日) 上午 11:00am-12:30pm，特邀鍾國權醫生主講：健康飲食，日常運動方法，預防三高發生的風險，心態與情緒管理。現場有醫療團隊為您量血壓，講解健康問題，分析您目前使用的藥物成分。費用全免，歡迎報名參加。地點：禮堂。聯絡：Sindy 吳小燕姐妹 626-216-8654。詳情請參閱本主日夾頁。

教區司禮員及接待員培訓(英文)：洛杉磯總教區提醒大家所有的司禮員及接待人員全部都必須報名參加這個培訓。時間：7月18日(週六)9am-1pm，地點：聖湯瑪斯教堂。費用：每位\$15元。請上網報名參加 events.lacatholics.org/sacristan-hospitality-stampk-july2026

堂區瓜達魯貝西裔團體：將於7月12日(下主日)義賣禮品及 Tamale。所募得的款項將捐於支援堂區關懷小組及二位西裔小學畢業生，敬請支持選購。

STA 小學招新生(Tk-8)：如果您有親朋好友對我們天主教小學感興趣，請電 323-261-6583 或上網 stampkschool.org 我們致力於提供孩子一個根植於天主教信仰的教育環境，培養基督徒的價值觀與品格，同時提供符合洛杉磯總教區與加州教育部最高標準的嚴謹學術課程。每間教室配備高規格學習設備，用於支援日常課堂、適性練習及專題示演。除了強大的學術課程外，我們還提供包括音樂在內的密集課程。提供課後活動，例如：學術十項全能、學生會、CYO 運動隊、蹺腳舞蹈和年鑑社團。

STA 讀書會：每週一晚上 8:30~9:45 線上分享《主啊，我有問題》85626747543 密碼 1501。連絡：余佩瑜 626-379-9103。

芥子讀經班：每主日聚會 11:15am-12:15pm，主題：希伯來書，第四教室。

線上：每週四晚 8:00~9:30pm。ID:81884536879，密碼 1501 主題：「若望福音」。連絡：劉鎮邦 213-675-3688。

乒乓球活動：每週三晚上 7:00-8:30pm，地點：禮堂，歡迎參加。

聖方濟(粵語)信仰分享家聚：每主日與大家一起分享信仰生活及祈禱，和天主把茶言歡。時間：1:30-2:30pm。地點：禮堂(小會議室)。連絡：May 葉 626-780-3271；Vicki 鄧 626-863-6081。

小德蘭讀經班：時間：每週五晚上 8:00~9:30。連絡：喬偉剛：626-264-5800。地點：堂區辦公室的餐廳。

Mission Appeal 特別捐款：下主日(7/12)，來自印度斯里蘭卡曼納教區的 Fr. Emmanuel Sebamalai 神父蒞臨本堂分享當地的福傳與慈善工作。曼納教區長期照顧孤兒、長者、身心障礙者及貧困家庭。由於斯里蘭卡仍深受經濟危機影響，許多家庭生活困難，急需外界的支持與援助。



誠摯邀請您於 7月11-12日 Mission Collection 中慷慨奉獻，支持當地教會持續服務有需要的人。感謝您的愛心與代禱，願天主豐厚降福您及您的家人！

注意：基於孩童安全防護規定，孩童不可以單獨使用洗手間，必須有成人陪同；成人要在沒有孩童使用洗手間時才能使用；小學的洗手間僅供孩童使用；讓我們大家一起為我們的下一代營造一個安全、舒適的環境。

eGiving 電子奉獻：讓我們攜手支持聖湯瑪斯堂各項牧靈與福傳事工，將基督的愛與關懷帶給更多有需要的人。誠摯邀請您透過 eGiving 電子奉獻支持堂區發展，可選擇定期奉獻或一次性捐款。請點擊以下連結：

giving.parishsoft.com/app/giving/FD-779

感謝您慷慨支持堂區各項牧靈事工，願天主降福您及您的家庭！

~把福音的喜樂分享出去，邀請親友來認識主~

你們去，使萬民成為門徒！ (瑪竇福音 28:19)

天主願意每一個人都能認識祂、親近祂，並在祂的愛中找到生命真正的喜樂與希望。慕道班不只是學習教義，更是一段與主同行、體驗福音、感受教會團體溫暖的信仰旅程。誠摯邀請您及您的親友前來參加，一起敞開心門，領受天主豐盛的恩寵，邁向充滿希望的新生命！

歡迎 18 歲以上成人教友尚未領堅振者，於
明年 2027 年 3 月 27 日復活節前夕
領受聖洗及堅振聖事，歡迎參加

9月13日(主日) 第33屆(26-27)新年度國語慕道班開課

9月17日(週四) 粵語慕道班：人的奧秘、人生的意義

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 8:00-9:00pm。ID: 88909248422

密碼 1501 聯繫：May 葉慧娜 626-780-3271



堂區每週捐款報告：

教堂每週維持經費 \$8,000.00 主日聖堂奉獻/網上捐款

6/27—6/28 : \$6,310.00

超過 / (不足) : (\$1,690.00)

歡迎上網捐款：堂區網站 STAMPK.org 點選 Donate 或 giving.parishsoft.com/app/giving/FD-779 感謝支持贊助教堂維持費與福傳牧靈事工！

感謝主日彌撒後茶點服務：

本主日：聖母軍進教之佑，下主日：始胎無玷之后。感謝他們熱心的服務！

主席團
吳小燕
羅輝
陳家星

秘書
杜娟、潘東

禮儀組
劉欣、朱萍

福傳組
余佩瑜、陳聖響

靈修組
杜娟、葉慧娜

關懷組
楊雪虹

活動組
陳家星

家庭善會
陳皓、林上發

青年組
譚卓琳、楊莊予

兒童道理班
朱威、黃小鳳

愛心服務組
陸蔚虹、吳小燕

網路傳媒組
潘東

財務組
張永安、李美芳

籌款組
陳蘇

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 百萬保險
Design & Build Solutions

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**

華人工商

網路特惠
Spectrum
100 MB 網速: \$30/月
500 MB 網速: \$50/月
1 GB 網速: \$70/月
組合優惠:
另贈送一年免費 SIM 卡
2 張 SIM 卡組合: 價格保障 2 年
立即致電: 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 平價裝修 專業木工
服務範圍: 更換地板 廚櫃 瓷磚 門窗
衣帽間 傢俱安裝 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

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
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

祝福 職業 介紹所
人找事 事找人
餐廳工作全項 墨裔(阿米哥)
家庭(月子)保姆 裝修大小工
公司工廠各類工作 教友: 陳聖响
Tel: 626-288-2658 手機: 626-757-2979
223 N. Garfield Ave. #109, Monterey Park, CA 91754

平價藥房
703 W. Valley Blvd Alhambra, CA 91803
1418 S. San Gabriel Blvd #A 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

EAGOL 家具石材修復
无痕修復 | 專業調色
家具補傷 | 補漆翻新
瓷磚石材 | 皮革修復
貼膜保護 | 家具改色
余教友 626-503-6365
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」
什麼是性侵誘騙?
兒童安全專家認為, 性侵害誘騙是性虐待的核心組成部分。性侵害誘騙是一種操控過程, 意圖傷害兒童的人透過看似無害的行為接近兒童, 並建立起最終有利於施虐者對兒童實施性侵害的關係。由於這種關係的建立, 被誘騙的兒童會逐漸被教導接受並原諒施虐者的任何行為。施虐者依靠操控手段來降低兒童的抵抗力並保守秘密。欲了解更多相關的信息, 請上網:
lacatholics.org/did-you-know
編輯小組譯自洛杉磯總教區每週專欄
(中文) 孩童安全防護課程: 8 月 8 日 (週六) (時間待訂)
(英文) 孩童安全防護課程: 8 月 15 日 (週六) (時間待訂)