



我就是復活，
就是生命！

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.

本堂主任司鐸：Pastor

Fr. John Kyebasuuta

323-264-4447#108

Fr. John@stampk.org

副本堂華人指導司鐸：

Fr. Joseph 李文兩神父

Fr.Joseph@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

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

粵語線上彌撒 3:00pm

ID: 81286155754 PW:1501

聖道禮儀

讀經一：

厄則克耳先知書三七，12~14

天主上主這樣說：我的子民，我要親自打開你們的墳墓；我要從墳墓中把你們帶出來，領你們回到以色列的本土。我的子民！當我打開你們的墳墓，領你們出來以後，你們就知道我是上主。我要把我的神注入你們身內，使你們生活，安居在你們自己的土地上，這樣，你們就知道我是上主；我說了，一定會實行。——上天主說。

這是天主的聖言

答唱詠： 詠一二九，1~8

答：上主慈悲為懷，樂於救贖

一、上主，我從深淵呼求祢；我主，求祢俯聽我的哀告，側耳諦聽我的祈禱。答

二、上主，祢若細察人的罪辜，我主，又有誰還能站得住，然而祢一向寬恕為懷，我們對祢起敬起愛。答

三、我在期待，我的心靈期待上主，期待上主的諾言。我的心靈期待上主，勝於更夫待旦。答

四、以色列，你要仰賴上主，因為上主慈悲為懷，樂於救贖。祢必拯救以色列，脫離一切罪惡。答

讀經二： 八，8~11

聖保祿宗徒致羅馬人書

弟兄姐妹們：凡隨從肉性的人，決不能得天主的歡心。如果天主的聖神真的住在你們內，你們的生活就不受肉性的支配，只受

答：

Musical notation for the hymn '上主慈悲為懷，樂於救贖' with lyrics and musical notes.

聖神的領導。人若是沒有基督的聖神，就不是屬於基督的。如果基督住在你們心裡，雖然你們的身體因罪惡而死亡，但天主的聖神要賜給你們生命，因為天主已使你們跟祂和好了。還有，如果那使耶穌從死人中復活的聖神、住在你們心裡；那麼，那使基督從死者中復活的天主，也必要藉那住在你們內的聖神，使你們那必死的身體復活。

這是天主的聖言

福音前歡呼：若十一，25~26

答：主耶穌，我們讚美祢，光榮祢！

領：主說：我就是復活，就是生命；信從我的人，必永遠不死。

答：主耶穌，我們讚美祢，光榮祢！

福音：

聖若望福音十一，3~27，33b~45

那時候，拉匝祿的兩個姊妹派人到耶穌那裏說：「主啊！祢所愛的人病了！」耶穌聽見這消息就說：「這病不至於死，而是要彰顯天主的光榮，天主子也要因此而受到光榮。」耶穌一向愛曼德和她妹妹以及拉匝祿。當祂聽說拉匝祿生病，又在原地逗留了兩天，然後纔對門徒們說：「我們回到猶太去罷！」

耶穌來到伯達尼，聽說拉匝祿已經下葬四天了。曼德一聽說耶穌來了，就出去迎接；瑪麗卻留在家裏。曼德對耶穌說：「主啊！如果祢早在此處，我的兄弟就不會死！但是我知道即便是現在

，祢無論向天主求什麼，天主一定會賜給祢。」耶穌對她說：「妳的兄弟一定會復活的。」曼德說：「我知道在末日他一定會復活。」耶穌說：「我就是復活，就是生命；信從我的、即使死了，仍然要活著；凡是活著而信從我的人，一定永遠不死。你信這話嗎？」她回答說：「主啊，是的，我信祢就是那要來到世界上的默西亞——天主子。」

耶穌不禁心神感傷，難過起來，就問：「你們把他葬在哪裏？」他們說：「主啊！請來看！」耶穌不禁流下淚來。於是猶太人說：「你看，祂多麼愛他啊！」其中也有人說：「祂治好生來就是瞎子的眼睛，難道不能使這個人不死嗎？」耶穌心中又感傷起來，隨即來到墳墓前。這墳墓是一個洞穴，洞口有一塊石頭堵著。耶穌說：「把石頭挪開！」死者的姊妹曼德說：「主啊！已經臭了，因為已經有四天了。」耶穌說：「我不是告訴過你：如果你信，就會看到天主的光榮嗎？」他們就把石頭挪開；耶穌舉目向上說：「父啊！我感謝祢，因為祢俯聽了我。我本來知道祢常常俯聽我，但是我說這話，是為了四周站立的群眾，讓他們相信是祢派遣了我。」說完這話，就大聲喊說：「拉匝祿！出來罷！」死者便出來了，手腳都纏著布條，臉上還蒙著汗巾。耶穌向他們說：「解開他，讓他行走罷！」許多到瑪麗和曼德那裏去的猶太人，一看到耶穌所作的事，就信了祂。這是基督的福音

每日讀經：

三月十八日：達十三 41-62；若八 1-11

三月十九日：撒下七 4-16；羅四 13-18；瑪一 16-24

三月二十日：達三 14-20，90-95；若八 31-42

三月廿一日：創十七 3-9；若八 51-59

三月廿二日：耶二十 10-13；若十 31-42

三月廿三日：則卅七 21-28；若十一 45-57

三月廿四日：依五十四 4-7；斐二 6-11；谷十四 1-15 47

感恩

馬國英及家人, Jeffrey蔡及家人, 孫鵠飛及家人(八), 余佩瑜及家人, 薛瑞琴及家人(七), 張蘭欽(七) Anna Wu, Keanna Chen及家人, 曾慶斯、張麗珍及家人(九), 陳聖响及家人, 蔡 婷(二), 陳仁華(二), 陳梅梅(六) 陳航, 何墨、劉岫琴及家人, 林允錦及家人(二), 張佩芝、蔡圓怡(八), 趙美玉(三)

求 恩 (求平安、健康、工作順利、學業進步...等)

楊曉春及家人(三), 鄒忠禮(九), 呂月華全家, 陳家星及家人, 吳嘉寶及家人, 曾慶斯、張麗珍及家人(九) 李玉茹、李玉明、李玉青及家人(三), 蔡佳音、王佳寧及全家(三), 董任勇、劉昊迢及家人(七), 許蘭金及家人(二) 鄭弘、曉琴及家人為爸爸黃天柱、媽媽陳瑞蘭(九), 孫鵠飛子女家人(九), 蔣熙文、王培明(三), 張蘭欽(七) 那瑛為田福玲媽媽及家人(五), 陳美智為田福玲媽媽及家人(三), 朱真真 (一), Ling 為Jason(一) 余玥儒及家人(九), 林玉強、林瞻、林磊思、陳強、林婷、余梅蘭(八), 陳梅梅及家人, 何玲及家人(二) Sui Ja Chi (十), 尹崑崙及家人(十), Thomas 為Teresa Wong的病痛早日痊癒(八), 何本義及家人(一), Eric Lu為代父盧瑞發(一) 沈誼榮為媽媽談美香, Vicki及家人(七), 郭愛云及家人(五), 王敏洋求恢復健康(七), 陳聖响及家人(五), 李文淵、王鄭紅(五) 趙懿為岳佳霖、孫朝勇(三), 楊 瑞(三), Monica黃秀娟及家人(六), 林建鋒求父親林忠挺、母親林珠琴

煉靈：(求靈魂安息主懷、早升天國)

Sindy Ng 與家人追思母親吳張其英(四), 黃小鳳追思父親黃定成(二) Diana Chin 及家人追思父親趙立全、母親趙郭月樵、叔叔金益三、婆婆金倪文娟、公公金省三 愛加倍追思 Anny 母親陳美華(二), 聖詠團追思愛加倍團員楊莊予的母親陳美華(一) 朱承先、王培明率子女追思妹妹、姑姑朱瑞蓉(三), 周黎敏追思父親周安生、母親陳素琴(六) 王家子女追思母親鄒麗文, 四舅鄒忠智(九), Lola 范追思母親羅嘉德(八) Lina 追思王毅諾、高福田、張秀英、王旭、侯金成(九), 司徒宗親追思兄弟司徒傑康(五) 盧黎明追思小舅賈振興(七), 林秀娟追思姑姑林淑容(十), 杜桂香追思父親杜伯勛、母親關鳳芝(六) 劉貴蘭及家人追思母親劉由秀玲, 羅思虹、羅嬋雁追思母親、伯母黃維香 王萍追思爸爸王長有、媽媽袁淑云、哥哥王 強, 黃鳳瓊追思丈夫 Simon 黃兆銘(七), 父親李源祥、母親周 玉(二) 蔡瑩、蔡德強追思父親蔡蒞臨、母親蔡冰輝、爺爺蔡家啟、嫻嫻韓種花、外公蔡祥裕、外婆蔡三妹(五) 陳忠貴追思小姑吳王仙李、三姨林喜納修女(七), 聖愛讀書靜禱會追思林吳寶金、余桂英(露德)(九) 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(五) 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、余宝平(三) 梅花 Strotman 率兒子追思 先生、父親 Robert Strotman 鄭永祥, 趙懿追思父親趙洪耀、母親張世琪(三) Cecilia Naka Jima 追思 Vivian Nguyen、Simon Nguyen、Annie Gonzalez, 蘇秀容追思先夫李榮春(三) 張澤明追思祖父張宏烈, 祖母李賽珠, 父親張振邦, 張家親友恩人及眾煉靈, 楊曉春追思母親饒 蓮冥誕 110 週年 林秀枝追思爸林英善、媽孫月珠、姐林秀芳、姐夫胡英善(二), 盧美玉及盧家兄弟姐妹追思妹妹盧美蘭(三) 張佩芝追思母親馮亞美(馮大肋納)、父親張耀宗(巴爾多祿茂)(八), 林秀枝追思已故家人、親人、無依無靠煉靈(二) 鄭美芳及家人追思鄭益奴、鄭敏權, 吳照春、吳海華追思母親嚴許蔓華逝世一週年(四) 黃淑兒追思父親黃慶鏘、祖父母、外祖父母、舅父、姑丈、恩保德神父 米蘭花追思吳而謙修女(三), 吳蓉蓉、吳珍珍追思吳而謙修女(四), Rose Wu & Family 追思吳而謙修女(四) 教友追思許斐德修女、江貞德 修女、李志賢神父、林平華神父, 張慧敏追思吳而謙修女(二) Huang Family 追思父親黃文殿、母親呂瑞容(六), 張蘭欽追思亡母陳寶玉、眾煉靈(六) 曾家為眾嬰靈、眾煉靈祈禱(六), 馮家為眾嬰靈、眾煉靈祈禱(四), 陳家教友為眾嬰靈、眾煉靈祈禱(四) 李玉青、蔡佳音及全家為眾嬰靈、眾煉靈祈禱(三), 教友為眾嬰靈、眾煉靈祈禱(二), 盧家弟兄姊妹為煉靈(七) Custis Chan, Leola, Catherine, Michelle, Natalie Ng 為眾嬰靈、眾煉靈祈禱(二)

Pray for ... 百人百串玫瑰經本週祈禱意向：

- ✦為嚴重病人求健康：李玉偉, 鄭必忠, 劉如桐, 楊再春。
 - ✦為病人求健康祈禱：盧瑞發, Teresa Wong。
 - ✦為 許蘭金, 關少青, 谷克輜夫婦 的所有需要祈禱。
- ※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, 米蘭花, 李玉偉, 趙興立, 陳三, 金菲莉, 李冰清, 葉素貞修女, 慧明, 吳家盈, 雷洪貴, 鄧美娟, 張林秀卿, 譚潤強, 劉玉崑, 嚴奚慶舫, 吳越璇, 袁偉雄, 曾良玉, 潘良雯, 鄧興賢, 翟翠茹, 費卓立, 黃道霖, 池愛英, 鄒忠禮, 張翊庭, 沈培正, 蕭燕秋, 鄭紅 楊曉春, 黃天柱, 蘇王敏慧, 羅建屏神父。

聖湯瑪斯教堂華人傳協會消息

聖枝主日：下個主日3月24日，因祝聖聖枝及遊行等禮儀活動，中文彌撒將提前15分鐘，於上午九時十五分開始。敬請提早出門。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。

聖週禮儀聖事時間表：

- ★3月25日(聖週一)晚上7:00pm在主教座堂舉行隆重聖油彌撒 所有主教神父們都將參加祝聖聖油。歡迎教友前往參加彌撒
- ★3月26日(聖週二)及3月27日(聖週三)平日早上8:00彌撒
- ★3月28日(聖週四) 耶穌建立聖體聖事—濯足禮。三語彌撒7pm，彌撒之後，將朝拜聖體至晚上9:30。當天沒有平日彌撒。
- ★3月29日(聖週五) 耶穌受難日(守大齋) 下午3:00(英) 下午5:00(西) 晚上7:00(中)。
- ★3月30日(聖週六)復活前夕 (入門聖事—中、英) 晚上 7:15在小學教室集合，祝福薪火晚上7:30遊行進聖堂，等候復活奧跡，入門聖事。(當日沒有5:30pm的週六彌撒)
- ★3月31日(復活主日) 上午9:25 新領洗者與主祭團一起遊行入聖堂。彌撒中，將特別歡迎祝福全體新領洗者。



四旬期拜苦路：3/22 哥倫布騎士會(英文)帶領，拜苦路之後，有四旬期簡餐招待。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：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，將節省的钱投入紙盒中，在復活節把盒子交回堂區辦公室，謝謝。

四旬期守齋：大齋一年須守兩次，即聖灰禮儀日(2/14)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。

和好聖事：如果您錯過本堂所舉辦的四旬期和好聖事，請參閱堂訊有其它堂區舉辦(英文)告解服務。

教區孩童安全防護課 (Safeguard the Children)：凡在教堂學校從事義工接觸孩童的教友都需上課(每4年上一次)及按指印(一次性)。本堂於4月6日(週六)早9:00至12:00pm 舉辦英文實體課程，此為沒上過此課第一次需要上課的教友開課(有上過課需要更新的遲一點會再開課)。請所有禮儀事奉人員或相關的教友向 Dennis Rodriguez 報名 323-682-0395。

伸展運動班 Stretching Exercises：即日起 11:15am~12:15pm，在小學廁所外面騎樓下開始鍛鍊，歡迎大家踴躍參與。每個月第一、第三、五個主日彌撒後，都會有課程。連絡：Francis 喬偉剛 626-264-5800。



洛杉磯總教區孩童青少年安全關懷專欄「你知道嗎」



什麼是創傷性經驗？

國家兒童創傷壓力網路(NCTSN)將創傷事件定義為「對孩童生命或身體完整性構成威脅的可怕、危險或暴力事件」。這包括直接傷害兒童的事件或兒童目睹的此類事件，特別是當受傷害的人是親人時。孩童對安全的理解取決於他的照顧者的安全。如需了解更多相關信息，請上網：

lacatholics.org/did-you-know

~編輯小組譯自 洛杉磯總教區每週專欄~

堂區每週捐款報告：

教堂每週維持經費\$7,500.00
聖堂奉獻/網上捐款
3/9-3/10 : \$8,055.00
超出/(不足) : \$555.00

歡迎上網捐款：堂區網站 STAMPK.org 點選 eGiving 或 FaithDirect/CA779

感謝支持贊助教堂維持費與福傳牧靈事工！



本主日彌撒後茶點服務：由青少年聖母軍，下週：天主之母粵語聖母軍。感謝他們！



粵語四旬期避靜：時間：3月30日(星期六)9:30am-3:00pm (9:00am 報到)，地點：禮堂。費用：全免。主題：「陪伴~祂」耶穌大聲呼喊說：「父啊！我把我的靈魂交托在你手中」... 便斷了氣(路23:46)。讓我們在寧靜中... 陪伴~祂。同行者：梁美容博士，現任香港天主教教真理學會董事局委員，香港城市大學建築及土木工程系副教授。聯絡：Vicki 626-863-6081, Patty 626-379-9103, May 626-780-3271。歡迎參加者自備瑜珈蓆及穿著輕便的服飾出席。

堂區經理退休：我們將在本主日(3/17)11:30的英文彌撒後，舉行送別答謝招待會，歡迎您為堂區經理 Lorraine 準備送別的紀念禮物，感謝她16多年來為我們堂區所付出的服務。

堂區春季燒烤會：將於4月21日舉行，活動將有風味燒烤美食、波霸奶茶、精彩的餘興節目等等，請預留時間踴躍參加

STA 讀書會：每週一晚上 8:30~9:45 線上分享《希望的證人》教宗若望保祿二世退省神操。指導神師：李文雨神父。連絡：余佩瑜 626-379-9103。

芥子讀經班：每主日 11:15am-12:15pm，第四教室。線上：每週四晚 8:00~9:30pm。主題：「若望福音」。歡迎參加。連繫：劉鎮邦 213-675-3688。

聖方濟(粵語)信仰分享家聚：每第一及三個週四晚上 8:00~9:30，ID: 88909248422，密碼 1501，主題『教你如何讀聖經』，何兆錯弟兄主講。每第二第四個週四晚上 8:00~9:30，ID: 824 9720 4040 無需密碼，網上信仰研習班，主題『救恩史』。聯絡：May 葉 626-780-3271；Louis 吳 310-227-4388; Vicki 鄧 626-863-6081。

小德蘭讀經班：時間：每第一及第三個週五晚上 8:00~9:30。連繫：朱萍 626-759-0142，喬偉剛：626-264-5800。

敬邀還未認識天主的朋友來參加！

國語主日慕道班：本主日吳海華弟兄。彌撒中懺悔禮(三)主講「新要理問答(二)」地點：禮堂。每主日 11:15am-12:45pm。18歲以上成人教友尚未領堅振者，於3月30日復活節前夕領受聖洗及堅振聖事。歡迎參加。

國語	3/24	新要理問答測驗	吳海華 弟兄
粵語	3/22	如何在耶穌基督內生活	鄧麗霞 姊妹

國語班聯繫：余佩瑜 626-379-9103，陳聖響 626-757-2979

粵語慕道班：每週五 8:00-9:30pm。ID: 824 9720 4040。無需密碼，聯繫：Vicki 鄧麗霞 626-863-6081

主席團
鄧麗霞 626-863-6081
蔡義威 626-780-1112
張永安 626-532-2728

秘書
潘東 213-210-4111

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
趙寵修 626-559-5529
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

家庭善會
陳皓 626-294-0748
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
趙子涵 626-559-7229
陳永漢 626-252-7601

宗教教育組
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 626-216-8654

主日通訊
編輯指導
李文雨 神父
張永安, 劉欣

編輯小組
許容榕 (Sherry)
王萍 (Jessie)

廣告接洽
王萍 323-264-4448

印刷出版
Alpha Printing
626-851-9800

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

遠航移民事務所
AFAR Immigration Service
親屬移民 職業移民
庇護移民 身分轉換
各類服務 翻譯公證

Monica 趙
(310)954-6386
108 N. Ynez Ave., #211
Monterey Park, CA 91754

銀行屋 總匯

專業 免費估值 房屋買賣

教友 Jeffrey 李地產
(213) 304-8543

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

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

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

王斌正骨推拿師 專業正骨推拿 20 餘年 臨床經驗豐富

主治: 頸椎病落枕、頸部挫扭傷、肩炎周、網球肘
滑膜炎、肩峰下滑囊炎、肩胛骨綜合症、
腰間突盤出、急慢性腰肌勞損、腿疼麻木、
第三腰椎綜合症。針對性強。療效顯著。

626-586-8577 教友 王斌

彩虹廣場二樓 10 號
7728 Garvey Ave. 2nd Fl. #10, Rosemead, CA 91770

新同樂 鮑參翅肚專門店
Sun Tung Lak Inc.

海味乾貨平價市場

754 W. Garvey Ave.
(Deerfield Plaza)
Monterey Park, CA 91754
TEL: 626-289-2878
FAX: 323-980-8588

平價藥房

703 W. Valley Blvd Alhambra, CA 91803
1418 S. San Gabriel Blvd #A 401 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

AwardAuto Dealer Inc.

超群汽車 買賣租賃

廉價租車 轎車 8 人座 接受各國駕照 \$24.99 元起
質量保用 二手車出售 高價收車

9063 Garvey Ave. Rosemead, CA 91770
教友: 文先生 TEL: (626) 280-0333

歡迎各界廠商 刊登廣告 贊助經文單印刷費

歡迎各界廠商 刊登廣告 贊助經文單印刷費

歡迎各界廠商 刊登廣告 贊助經文單印刷費

歡迎各界廠商 刊登廣告 贊助經文單印刷費

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

2023 年殯葬收費比較

世界中華殯儀館 玫瑰崗
\$4,530.00 \$6,325.00

歡迎各界廠商 刊登廣告 贊助經文單印刷費

孔師傅冷暖氣維修

主內兄弟、質量保證
專業負責、價格特優

中央與分離式空調
GoGo Kung
626-586-5999