



我就是
生命的食糧。

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

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

粵語線上彌撒 3:00pm

ID: 81286155754 PW:1501

聖道禮儀

讀經一：

出谷紀十六，2-15

那時候，以色列全體人民，在曠野中埋怨梅瑟和亞郎，對他們說：「我們寧願在埃及國坐在肉鍋旁、有食物吃飽的時候，死在上主的手！你們領我們到曠野裏來，只是想要我們全體都餓死啊！」上主對梅瑟說：「我要從天上給你們降下食物，以色列人要每天出去撿取當天所需要的，這樣我可以考驗他們是否遵守我的法律。我已經聽見了以色列人的怨言。你給他們說：『在傍晚你們將要有肉吃，在早晨將有足夠的食物吃，這樣你們就知道，我是你們的天主上主。』」到了晚上，有鴉鳥飛來，遮蓋了全營；早晨，營地的四周有一層露水。露水蒸發之後，在曠野的地面上，留下一層像霜一類的小圓粒。以色列人民看見這東西，就彼此問道：「這是什麼？」因為他們不知道這是什麼。梅瑟便告訴他們說：「這是上主賜給你們吃的食物。」

這是天主的聖言

福音前歡呼

詠七七，24b；3，4bc，23-25，54

答：上主賞給他們天上的糧食。

答： C | 3 2 1 2 1 | 5 3 - - | 1 6 6 5 4 | 5 - - - |
上 主 賞 給 他 們 (天 上 的 糧 食。
Am Em F G7 C (G7)
| 5 4 3 2 1 | 5 3 - - | 2 1 2 1 2 | 1 2 | 1 - - - | 1 - - - ||
上 主 賞 給 他 們) 天 上 的 糧 食。

- 一、把我們所知所聞，祖先講給我們的事蹟：上主的光榮和威能，以及祂所行的奇蹟，都要傳報給後代眾生。答
- 二、天主命令雲彩下降，開啟了上天的水閘。給他們降下瑪納，賞給他們天上的糧食。答
- 三、世人分享了天使的食糧；祂賜下食物，使他們飽享。上主領他們進入了祂的聖地，進入祂親手所佔領的山區。答

讀經二：

聖保祿宗徒致厄弗所人書四，17-24

弟兄姊妹們：我要這樣說：並且在主內苦勸你們：不要再像外邦人一樣，順著虛妄的意念而生活。

你們從基督所學的不是這樣。如果你們真的聽了關於祂的事，也有人按照在耶穌內的真理、在祂內教導過你們，那麼，就該改變你們從前的生活，脫去你們的舊人，就是因順從享樂的私慾而腐化的舊人。要更新你們的心思念慮，穿上新人，就是按照天主的形像所造的新人，使你們度真實、正義和聖善的生活。

這是天主的聖言

阿肋路亞：

若一四，6

答：阿肋路亞。

領：主說：我是道路、真理及生命，除非經過我，誰也不能到父那裏去。

答：阿肋路亞。

福音：

聖若望福音 六，24-35

那時候，群眾發覺耶穌和祂的門徒都不在海邊，便上了那些小船，往葛法翁去找耶穌。群眾在海的對岸找到耶穌，就對祂說：「老師，你幾時到了這裏呢？」

耶穌回答說：「我實實在在告訴你們：你們找我，不是因為看到了神蹟，而是因為吃餅吃飽了。你們不要為那可腐壞的食糧操勞，而要為那到永生仍保存的食糧而努力，就是人子所要賜給你們的，因為祂是天主聖父所印證的。」他們就問耶穌說：「我們該做什麼，纔算做天主的工作呢？」耶穌回答說：「天主要你們做的事，就是要你們信從他所派遣來的那一位。」他們又說：「那麼，祢行什麼神蹟給我們看，好使我們信服祢呢？祢要做什麼事呢？我們的祖先在曠野裏吃過瑪納，正如經上記載的：『祂把天上來的食物賜給了他們。』」於是耶穌對他們說：「我實實在在告訴你們：不是梅瑟給了你們從天上來的食糧，而是我父賜給你們從天上降下來的真正食糧，因為天主的食糧，就是那從天上降下來，並賜給世人生命的那一位。」他們便說：「主啊！請祢把這樣的食糧常常賜給我們罷！」耶穌回答說：「我就是生命的食糧，到我這裏來的，永不會飢餓；信從我的，永遠不會口渴。」

這是基督的福音

每日讀經：

八月五日：耶廿八1-17；瑪十四13-21

八月六日：達七9-14或伯後依16-19；谷九2-10

八月七日：耶卅一1-7；瑪十五21-28

八月八日：耶卅一 31-34；瑪十六 13-23

八月九日：鴻二1-2，三1-7；瑪十六24-28

八月十日：格後九6-10；若十二24-26

八月十一日：列上十九4-8；弗四30-35；若六41-51

感恩

馬國英及家人, 蔡訓浩及家人, 余佩瑜及家人, 孫鵠飛子女家人(八), 林允錦及家人, 于志及家人, 何本義及家人(四) Charles Cai及家人(+), 曾慶斯、張麗珍及家人(九), 陳聖响及家人, 王孝慈、王孝國及家人(四), 馮家(三) 陳航, 何墨、劉岫琴及家人, 鄭漢俊及家人(六), 高文潘、蘭文欽(五), 張佩芝和女兒蔡圓怡(五) 黃小鳳及家人(三), 徐永如、朱邦彥及家人, 鄭弘、曉琴為父親黃天柱感恩手術成功(一)

求 恩 (求平安、健康、工作順利、學業進步...等)

楊曉春及家人(一), 鄒忠禮(二), 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(一), 蔡佳音、王佳寧及全家(一), 鄭偉、鄭路嘉及全家(一), 孫鵠飛子女家人(九) Christina 楊為陳忠貴(三), 陳美智及家人為陳忠貴(三), 慕道班為陳忠貴(三) 薛音琪, 尹崑崙及家人(八), 林秀枝(六), Vicki 及家人(七), 朱勇、朱聖達為徐宗妹(四) 鄭弘、曉琴及家人為爸爸黃天柱、媽媽陳瑞蘭(六), 林允錦為長輩黃天柱(一) 朱勇、王萍為長輩黃天柱(一), 和再鈞、陳明娟(+), 陳梅梅及家人, 朱真真(九), 趙懿為岳佳霖、趙晴(二) 徐永如、朱邦彥及家人求旅遊平安, 沈誼榮為媽媽談美香, Vicki為Florida Cabale求早日康復(七) 余玥儒, 林玉強、林瞻、林磊思、陳強、林婷、余梅蘭(二) 錢途及家人, 鄭勝宗及家人(七), 鄭美芳及家人為林鴻浩求手術順利早日康復(六) 馮家為Vivian及家人(三), 余玥儒及家人(三), 盧家兄弟姐妹為盧健華(九) 元捷民、楊正雄、楊佳豪、楊路依, 椎名亞樹、楊鎧聰、林文詩、楊泳紗、楊泳寧

煉靈：(求靈魂安息主懷、早升天國)

Sin Ching, Anne Ng 與家人追思母親吳張其英(四) Kristy Li 追思媽媽李再霞(Mary), 蘇秀容追思先夫李榮春(三) 李多雲及家人追思哥哥李多盛(二), 李玉茹、李玉明、李玉青及家人追思舅舅李多盛(二)

林允錦及家人追思父親林依標(一); 教友追思長輩林依標(若瑟): Vicki(一), 孫水妹(一), Lina 王(一), 鄭美芳、陳聖响(一), 馮家(二), 田素珍、楊雪虹(二), 王曉松、楊瑞(二), 王歡、王洋洋(二), 黃曉琴、鄭弘、朱勇、王萍(二), Cynthia Liu(一) 陳家星、岳德帆、李美芳、張永安、Patty 余、余玥儒、Sinyin Ng、Anne Ng(一)

米蘭花追思山東弟妹尹淑珍(六), 米蘭花追思陳秋菊(四), 盧家兄弟姊妹追思母親盧氏鳳(一) 吳照春追思許嘉蘭(三), 吳照春追思關 昀(Ann)(二), 吳海華、吳照春追思長輩張秀光(四), 林秀娟追思陳瑪麗亞(三) 李祖瑩追思友馮美雲(六), 杜桂香追思父親杜伯勛、母親關鳳芝(六) 羅思虹、羅輝雁追思母親、伯母黃維香, 劉貴蘭及家人追思母親劉由秀玲, 趙冀寧追思父親趙行芳(九) 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(五) 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) 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、余宝平、德雷撒(+)

李勳追思 Luke 鄭(二), Cecilia NakaJima 追思 Vivian Nguyen、Simon Nguyen、Annie Gonzalez 蔡家兄弟姊妹追思祖父蔡本根、祖母蔡魏加大、父親蔡傑南、母親蔡何蘭芳、兄蔡義昆、姐蔡少芳、蔡少明、姪女蔡惠燕(七) 李錦萍、游景英全家人追思父親游建仕, 周黎敏追思父親周安生、母親陳素琴(九) 陳美蘭及家人追思兄弟陳錦全(四), Thomas Wong 追思 Teresa Wong(一) 林秀娟追思媽媽林依珠、爸爸林其標(三), 馮家追思舅媽林嬌英、梁瑪利亞、陳瑪利亞(三) 張澤明追思祖父張宏烈, 祖母李寶珠, 父親張振邦, 母親蔡雪芳, 張家親友恩人及眾煉靈 林秀枝追思爸林英善、媽孫月珠、姐林秀芳、姐夫胡養善(九), 趙懿追思父親趙洪耀、母親張世琪(二) 鄭美芳及家人追思鄭益奴、鄭敏權, 錢途追思父親錢海龍(伯多祿)、外婆王興榮(依撒伯爾) 黃淑兒追思父親黃慶鏘、祖父母、外祖父母、舅父、姑姐、姑丈、恩保德神父 教友追思許斐德修女、江貞德 修女、李志賢神父、林平華神父

Monica 黃秀娟追思魏銘新修女、李光華修女、李婉嫻修女、意蒙德修女、王美寶修女(一) 曾家為眾嬰靈、眾煉靈祈禱(六), 馮家為眾嬰靈、眾煉靈祈禱(二), 陳家教友為眾嬰靈、眾煉靈祈禱 李玉青、蔡佳音及全家為眾嬰靈、眾煉靈祈禱(+), 教友為眾嬰靈、眾煉靈祈禱(二), 林秀娟為眾嬰靈、眾煉靈祈禱(七) 陳美蘭及家人為眾煉靈祈禱(三), Allyson, Alex, Ava 為眾嬰靈、眾煉靈祈禱(+)

Pray for ... 百人百串玫瑰經本週祈禱意向：

- ✦為嚴重病人求健康：鄭必忠，楊再春，顧淑華。
- ✦為病人求健康祈禱：林鴻浩，楊曉春。
- ✦為黃天柱，梁愛玲的所有需要祈禱。
- ✦為新亡者的靈魂永安祈禱：Teresa Wong, John Arroyo。

※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, 金菲莉, 葉素貞修女, 吳家盈, 雷洪貴, 鄧美娟, 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, 王鄭紅, 楊曉春, 黃天柱, 顧淑華, 蘇王敏慧, 朱承先, 朱 萍, 林鄭靜萍, Florida Cabale, 陳忠貴。

聖湯瑪斯教堂華人傳協會消息

聖母升天節彌撒：8月15日(週四)是聖母蒙召升天節，本堂有特別慶日彌撒，早上 8am(英文)，下午 5:30pm(中文彌撒)由李文雨神父主祭，晚上 7 點(西語)，請踴躍參加。

西裔義賣：本主日(4/14)早上 8:00am-2:30pm 西裔教友團體將在堂外販售 Tamale，歡迎支持購買。義賣所得將支援該團體的年度活動，例如：12月12日的瓜達魯貝慶典。

通功代禱：一甲子(1963年開始在 STA 參加彌撒)資深教友 John Arroyo，於7月27日蒙主恩召享壽90歲。將於8月8日(週四)早上10點開始瞻仰遺容，10:30誦唸玫瑰精，11:00安息彌撒，歡迎教友參加。請為他及他的家人祈禱。

STA 哥倫布騎士會#17458(英文)：8月10日(週六)9am-中午將在小學遊戲廣場資源回收，只有收集塑膠罐及鋁罐。聯繫：Dennis Rodriguez (323) 213-1332。

紅十字捐血救人一命：時間：8月18日(主日)早上8:30~2:30pm。地點：禮堂。請上網預約 redcrossblood.org 後輸入 stthomsmp。敬請踴躍捐血所有捐血者都可以收到電郵獲得 \$20 元的 Amazon 禮卡。

注意：教堂及小學的網路正在更新線路安裝，暫時都無法提供網路彌撒，不便之處敬請海涵。

蒙市華人聖湯瑪斯天主堂慶祝福傳 30週年傳協會特別舉辦 30週年回顧分享會

時間：九月一日(主日)早上 11:00-12:30
地點：堂區禮堂。內容：邀請資深教友前來分享回顧 30 年的心路歷程，走過坎坷也蒙受祝福，才能有今日教會的美好和諧，福傳事工欣欣向榮、茁壯成長。
歡迎大家預留時間，踴躍參加此 30 週年慶祝活動！



STA 讀書會：每週一晚上 8:30~9:45 線上分享《我想和你聊一聊》坦誠與主談心。指導神師：李文雨神父 聯絡：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。ID:81884536879，密碼 1501 主題：「羅馬書」。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』，何兆鏞弟兄主講。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：每週五晚上 8:00~9:30。連繫：喬偉剛：626-264-5800。地點：堂區辦公室的餐廳。

輔祭人員培訓：時間：9月7日(週六)2-4pm。地點：教堂。主講：朱聖達修士。敬邀所有初領過聖體的 10 歲至 18 歲以下的孩童參加，現任輔祭也都必須出席。連繫：Josephine 陳 626-240-9535，Mary 李 6268230405。

兒童道理班：8/18 & 8/25 彌撒後藍棚下開始接受報名，將於 9 月 8 日開始上課，上課時間：每主日彌撒後 11:15am-12:15pm。聯繫：Bill 朱威 626-780-7517。謝謝！

請預留時間：堂區快樂共融日 9月29日(主日)早上10:30至下午5:00。敬邀您的親朋好友前來同樂共融。我們需要您的慷慨幫忙及贊助華人攤位購買食材。支票抬頭：STAC。

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 2024 年捐款目標是 \$36,582，

已籌得 \$16,448 元
仍 缺 \$20,134 元

請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。

伸展運動班：暑假期間，每主日彌撒後 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。

洛杉磯總教區孩童青少年安全關懷專欄「你知道嗎」



創傷知情意味著什麼？

成為一個創傷知情的人意味著你已經培養了對創傷及其對人們生活的影響的認識。創傷是一種比我們想像的更常見的經歷，包括但不限於孩童性虐待、種族滅絕和家庭暴力。「創傷知情」的人能夠辨認創傷壓力，能夠了解創傷壓力對個人與系統帶來的影響，甚至，對於創傷的知識，帶給個人與系統能夠進一步預防與療癒創傷的力量。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

7/20—7/21：\$7,829.00

超過/(不足)：\$ 329.00

7/27—7/28：\$8,587.00

超過/(不足)：\$1,087.00

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：聖母軍進教之佑。下週：始胎無玷之后。感謝他們！

敬邀還未認識天主的朋友來參加！

慕道班開始放暑假，期間歡迎參加本堂的讀經班。期待 9 月 8 日再相見。感恩有您們！主佑大家！

國語慕道班：余佩瑜 626-379-9103，陳聖響 626-757-2979

粵語慕道班：Vicki 鄧麗霞 626-863-6081 停課到 9/1

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

歡迎各界廠商
刊登廣告
贊助經文單印刷費

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




福州特產 **福益店** 零售批發

- 海蜆皮、海蜆頭、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

127 S. Garfield Ave. #8
Monterey Park, CA 91754

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

W	10 FWY	E
Atlantic	754 W.	Garfield

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 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 買賣租售

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