

# 天主教 El Cerrito 華人團體

## 聖若翰洗者堂

St. John the Baptist Catholic Church  
11150 San Pablo Ave. El Cerrito, CA 94530

[www.cccsjb.org](http://www.cccsjb.org)



2026 年 02 月份堂區通訊 第 211 期

❖ 神長：

❖ 中文彌撒：

每月內每個主日華語、英語雙語主日彌撒於下午 1:00 pm 舉行，彌撒地點在 St. John the Baptist Catholic Church 內。

❖ 登記祈禱意向，請與胡清茵姐妹聯繫。

❖ 聖經研習：

家庭查經每月第一週 6:00PM 輪流在教友家進行，其餘週三晚上 7 PM 使用 Line or Zoom or Webex 進行。（請見討論園地通知）

聖經研習：Berkeley Bible Study 改使用 Line 視訊，請見討論園地通知）每月第二、四週，星期五，晚上 7 pm

（暫停於 Berkeley Holy Spirit Parish-Newman Hall, (會議廳)。

❖ 奉獻支票抬頭請寫：

**St. John The Baptist church**

支票備註：**Chinese community (cccsjb)**

❖ 聯絡人：

Anna Hu 胡清茵姊妹

(510) 517-2017, [annahu7@gmail.com](mailto:annahu7@gmail.com)

### 常年期第四主日（甲年）



### 教會重要節日和慶典：

- 02/02/2026 獻主
- 02/18/2026 聖灰禮儀星期三

## 真福八端【福音：瑪五 1-12】



- 1 那時候，耶穌一見群眾，就上了山，坐下；他的門徒上他跟前來，
- 2 他遂開口教訓他們說：
- 3 「神貧的人是有福的，因為天國是他們的。
- 4 哀慟的人是有福的，因為他們要受安慰。
- 5 溫良的人是有福的，因為他們要承受土地。
- 6 飢渴慕義的人是有福的，因為他們要得飽飫。
- 7 憐憫人的人是有福的，因為他們要受憐憫。
- 8 心裏潔淨的人是有福的，因為他們要看見天主。
- 9 締造和平的人是有福的，因為他們要稱為天主的子女。
- 10 為義而受迫害的人是有福的，因為天國是他們的。
- 11 幾時人為了我而辱罵迫害你們，捏造一切壞話毀謗你們，你們是有福的。
- 12 你們歡喜踴躍罷！因為你們在天上的賞報是豐厚的。」

### 【經文脈絡】

瑪竇福音第五章至第七章的內容，記載耶穌在加里肋亞一座山上對民眾的教導，這段經文通常被稱為「山中聖訓」，常年期第四到第九主日一連六個主日的福音都順序選讀這段經文。這個主日的福音是「山中聖訓」的開場白，也就是所謂的「真福八端」，這個標題非常符合經文的形式與內容。但主日彌撒中的福音經文沒有收錄瑪五 12 的最後一句話，這種安排嚴重影響對經文的瞭解，我們將在下文中補上這段經文，並逐句對這段福音略做解釋。

### 群眾

「群眾」是那些自整個區域來到耶穌跟前的人（瑪四 25），他們代表現在來聆聽耶穌的教導和訊息的以色列人民。「山中聖訓」是耶穌有關天國喜訊的教導，對象首先是由以色列子民所產生的天主子民；然而，福音具有超越時空的性質，因此也是針對每一時代的基督徒團體——新的天主子民——所提出的教導。

### 山

福音指出耶穌上了「山」，卻沒有明說是哪一座山，大概應該當作敘述的類型來瞭解：就如梅瑟曾上到天主的山，向天主的子民宣講天主的啟示和法律（參閱：出十九 3，二四 18），現在耶穌也登上「山」，宣告教導那超越舊約法律的福音喜訊。來到耶穌前的「門徒」並不代表任何特殊的團體，而是一切蒙召接受耶穌話語的人。「山中聖訓」是對一切人說的，瑪竇在整段經文結尾時也說，這是針對整個群眾所提出的有權威的教訓（瑪七 28-29）。而「耶穌開口教訓他們」也是一個聖經中常用的表達方式，顯示耶穌所教導的就是天主的話和旨意（參閱：出四 12；戶二二 28）。

### 「神貧的人是有福的，因為天國是他們的！」

這句話強調「精神」貧窮，因此是針對每一個人說的：指凡是知道自己在天主前是貧窮的，在一切困苦急難中唯有天主是唯一可信靠的人。這種「貧窮的虔誠」根源於舊約（參閱：詠三四，三七），耶穌時代的以色列民族中也有許多人深深體驗到這個事實（參閱：路一 46-55）。耶穌向窮人傳報救援喜訊

（路四 18），但並未將祂所帶來的救援侷限在以色列的「神聖遺民」範圍之內。凡是體認自己在天主前是絕對的「貧窮」，需要天主仁慈憐憫的人，都將得到耶穌的救援一天國。



## 「哀慟的人是有福的，因為他們要得到安慰！」

這句話並非表達另一組人，「哀慟的人」其實就是「貧窮的人」（參閱：依六二 1-2）。這裡只是強調的角度不同，指出一切因承受苦難債務壓迫而哀嘆，並且只能期待天主安慰的人（依四九 13）。這個期待清楚地表達在被動語句中：「因為他們要得到安慰！」聖經中常用被動語態，表達真正的主動者就是天主。只有天主的安慰能化悲傷為喜樂。在耶穌所說的許諾中，聽眾看見了業已露出曙光的天國。

## 「溫良的人是有福的，因為他們要承受土地！」

「溫良的人」所表達的意義基本上和「神貧」與「哀慟」的人相同。詠三七 11 說：「善人將繼承樂土，必將樂享平安幸福。」聖詠中的「樂土」和瑪竇這裡所說的「土地」就是指天國，因此這句話是一個普遍性的救援許諾，針對一切謙遜溫和、期待天主的平安喜樂的人。

## 「慕義如饑似渴的人是有福的，因為他們要得飽飫！」

「神貧、哀慟、溫良」的人所渴望的就是「義德」，也就是由天主或祂所派遣的默西亞所建立的救援秩序（依九 4；耶二三 5-6）。福音經文以「飢渴」描述對天主的「義德」的期待，明顯地影射以色列子民在曠野中流徙的經驗（詠一〇七 4-9），他們在那裡體驗到深度的飢渴，也經驗了天主如何以瑪納和由岩石流出的水養育了他們。福音類比地運用這個民族生命的體驗，表達對天主聖言（亞八 11）以及天主智慧（德二四 21）的渴望。

瑪竇所使用的「義（德）」這個概念一方面表達天主賞賜的救援，另一方面也表達要求於人的正確生活態度。天主賞賜的救援就是天國，而渴望天國的人所應表現的基本生活態度，就在下面「四端」真福之中。

## 「憐憫人的人是有福的，因為他們要受憐憫！」

渴望得到天國的人應該「憐憫」他人，而且是像天主（耶穌）一般地仁慈憐憫（瑪十八 33）。針對只重視外在表現的法律主義（瑪二三 23），耶穌強調天主「喜歡仁愛勝過祭獻」（瑪九 13，十二 7）；面對呼求憐憫救助的病患與困苦之人，耶穌從不讓他們失望而歸；誰若接待受苦者、看顧遭受遺棄者，就是屬於被天父所祝福的人，將在最後審判中得到天主的憐憫（瑪二五 31-46）。

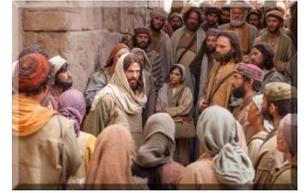
## 「心地純潔的人是有福的，因為他們要看見天主！」

所謂「心地純潔」並不是狹隘地指某一個特殊的美德，而是如同猶太法律對於參加聖殿禮儀者（參閱：詠十五）所要求的「手潔心清」（詠二四 4）。這裡強調發自正直良心的行動，尤其是真實的言論，忠於自己所說出的話，與人交往絕不欺騙不實（詠十五 2-5），也就是必須仿效天主的仁慈與信實（詠二六）。

「看見天主」是由猶太虔誠傳統所引出的一個許諾。猶太傳統相信人們在聖殿中「觀看天主的面」，這個傳統後來演變成為一種期待：義人的靈魂將在天堂看見天主；初期基督徒團體繼續接受這個思想，強調在未來將看見天主。

## 「締造和平的人是有福的，因為他們要稱為天主的子女！」

「和平」是聖經思想中一個意義極為豐富的概念。所謂「締造和平」是指積極努力促進天主願意在人間散播的和平（參閱：路二 14），標準則是在世上、各民族間建立天國（依二 4；米四 3）。更進一步則是針對門徒們的教導：要求他們放棄報復的權利（瑪五 38-42）、放下武器暴力（瑪二六 52-54）、隨時準備與人和好（瑪五 23-24）、愛仇並為迫害自己的人祈禱（瑪五 44-45）。



期待「成為天主子女」是以民傳統的渴望（參閱：歐二 1-3；智二 16-18），是救援觀點下另一個表達天國的方式；初期基督徒認為自己就是實現了天主子女的團體，若壹三 1-2 更把這個概念和「看見天主」連結在一起。這個「真福」的許諾為今日的「和平運動」指出一條明路，但卻必須透過正確的詮釋，使之在每一個具體的時空環境之中實現。

## 「為義而受迫害的人是有福的，因為天國是他們的！」

「為義而受迫害」表達由於忠於耶穌和祂的福音而遭受迫害，這是初期基督徒團體已有的經驗（瑪十 23，二三 34）。這個「真福」的許諾要求他們，平安接受迫害，並為迫害者祈禱（瑪五 44）。雖然耶穌「愛仇」的最高要求，對初期基督徒團體具有非常真實的意義；但這個要求也是對任何時代、任何情況中的人都有效的。「被迫害」屬於耶穌門徒的命運（瑪十 22-26），福音的力量在迫害中更為彰顯，被迫害者更有機會證明自己真是耶穌的門徒（瑪十 38-39），配得天國永福。

「人若為了我的緣故而辱罵、迫害你們，捏造各樣壞話毀謗你們，你們是有福的。你們歡喜踴躍吧！因為你們在天上的賞報是豐厚的。因為在你們之前的先知，人也曾經這樣迫害過他們。」（瑪五 12）這最後兩節經文已不屬於所謂的「真福八端」，耶穌講話的對象變成具體的「你們」，說明瑪竇將「真福八端」的內容直接應用在基督徒團體上；因此，這兩節經文也可以看做整段教導的結論。

耶穌的門徒（瑪竇的團體）經歷到先知們——舊約中天主的代言人——所經歷過的迫害，也遭遇到他們的主相同的命運（瑪二 13-18，二一 33-39，二三 37-38），基督徒團體因此而明白，他們已被列入救援史的行列之中。猶太傳統敘述舊約先知多人遭到謀殺（參閱：瑪二二 6，二三 34-36）；「來自加里肋亞納匝肋的先知耶穌」（瑪二一 11）不僅在祂的家鄉經驗到人民的排斥（瑪十三 57），更在耶路撒冷經歷苦難和死亡；為了祂的緣故，門徒們必須忍受相同的命運，但卻因此而能夠期待「天上的賞報」。門徒們由於確信自己將得到圓滿的救援，因此現在就有理由「歡喜踴躍」，在這樣的生活態度與具體的生活情況中，天國已臨在於他們當中。

---

## 堂區佈告

- 堂區事務需多位志工來服務，服務項目：聖堂內整潔。祭台神父所需用。聖經、歌本的整理。採取志願方式，請弟兄妹妹自動自發及幫助長者。
- 狄主教贈與各團體的書（單樞機-生命告別之旅系列）。主教期望拋磚引玉，不僅是讓大家輪著看，並希望大家能值此機會自高雄真福山多訂購一些書自留，並贈與教外的朋友，以介紹單樞機，認識天主教，並贊助真福山天主教真福山社福文教中心的修建工程。
- 天主教中英對照舊約全書業已出版，敬請踴躍訂購，每本\$10.00。
- 堂區通訊歡迎大家投稿分享信仰生活的心得。
- 每週三晚上7點查經小組舉辦線上查經會議，登錄鏈接：

<https://yuepinglu-290.my.webex.com/meet/cccsjb>

會議號: Meeting number: 2630 226 7131

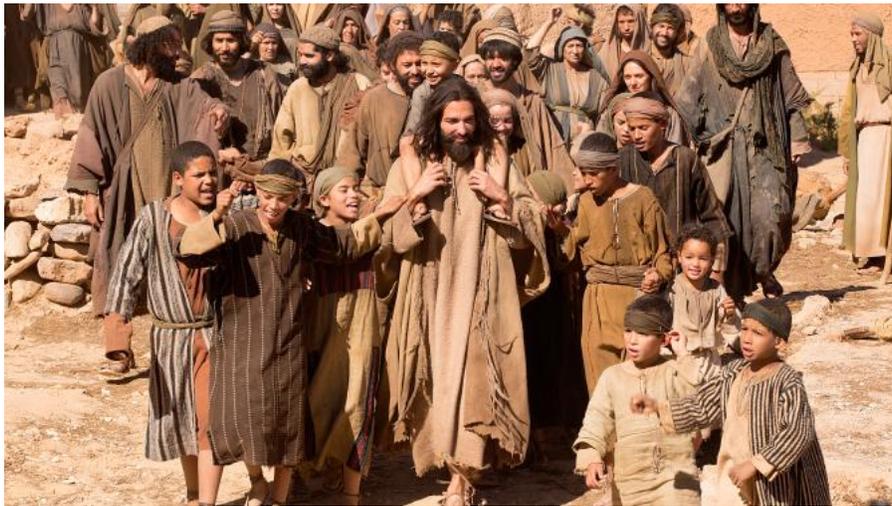
- 天主教 (CCCSJB) 2025-2026 華人慕道班歡迎對信仰有興趣的朋友來參與和陪伴。

<https://yuepinglu-290.my.webex.com/meet/cccsjb>

Meeting number: 2630 226 7131.

時間: 每主日晚上 7:00PM-8:00PM (講員); 8:00PM--8:30PM (分享)。

聯繫人: 周曼茜/呂越平。



	A	B	C	D	E
1	<b>天主教(CCCSJB)2025-2026華人慕道班</b>				
2	欢迎对信仰有兴趣的朋友来参与和陪伴				
3	ST. JOHN THE BAPTIST CHURCH				
4	11150 San Pablo Ave.El Cerrito CA94530				
5	<a href="https://yuepinglu-290.my.webex.com/meet/cccsjb">https://yuepinglu-290.my.webex.com/meet/cccsjb</a> Meeting number: 2630 226 7131				
6	时间：每主日晚上7:00PM-8:00PM(讲员)；8:00PM--8:30PM(分享) 联系人：周曼茜/吕越平				
7	主日	教会节庆	礼仪/节庆	主题	2025-2026讲员
8	9/21/25	常年期第25主日	丙年	欢迎会，互相介绍，天主教慕道课程和内容的简介	众慕道者，讲员，教友
9	9/28/25	常年期第26主日		天主圣父与创造/天主的存在	陈神父
10	10/5/25	常年期第27主日		天主教教理根据---圣传，圣经	陈神父
11	10/11/25	常年期第28主日		天主圣三---天主圣父	小红 (10/11周六)
12	10/18/25	常年期第29主日		天主圣三---天主圣子耶稣基督	范神父 (10/18周六)
13	10/25/25	常年期第30主日		天主圣三---天主圣神	肖扬 (10/25周六)
14	11/1/25	常年期第31主日		天主教会	孙神父 (11/1周六)
15	11/8/25	常年期第32主日		基督的盛宴---弥撒	小红 (11/8周六)
16	11/15/25	常年期第33主日		弥撒程序及礼仪	小红 (11/15周六)
17	11/23/25	基督普世君王节		课程暂停	
18	11/29/25	将临期 第一主日	甲年	分享，互动，座谈	众慕道者，讲员，教友 (11/29周六)
19	12/6/25	将临期 第二主日		七件圣事：圣事概论 (圣洗圣事, 坚振圣事, 圣体圣事)	小红 (12/6周六)
20	12/13/25	将临期 第三主日		七件圣事 (傅油圣事, 告解圣事, 圣秩圣事, 婚配圣事)	李琛 (12/13周六)
21	12/21/25	将临期 第四主日		课程暂停	
22	12/28/25	圣家节		课程暂停	
23	1/3/26	聖誕節後第二主日		圣母的敬礼	李琛 (1/3/26周六)
24	1/10/26	主受洗		基督徒生活中的祈祷	Anna (1/10/26周六)
25	1/17/26	常年期第2主日		天主的十诫 (第1诫命, 第2诫命, 第3诫命)	Lulu (1/17/26周六)
26	1/24/26	常年期第3主日		天主的十诫 (第4诫命, 第5诫命, 第6诫命)	Lulu (1/24/26周六)
27	1/31/26	常年期第4主日		天主的十诫 (第7诫命, 第8诫命, 第9诫命, 第10诫命)	Lulu (1/31/26周六)
28	2/8/26	常年期第5主日		课程暂停	
29	2/14/26	常年期第6主日		分享，互动座谈	众慕道者，讲员，教友 (2/14/26周六)
30	2/21/26	四旬期第1主日		圣教四规	Lulu (2/21/26周六)
31	2/28/26	四旬期第2主日		宗徒大事錄 (1)	Paul Cheng (2/28/26周六)
32	3/7/26	四旬期第3主日		宗徒大事錄 (2)	Paul Cheng (3/7/26周六)
33	3/14/26	四旬期第4主日		天主教与基督教的异同	Anna (3/14/26周六)
34	3/21/26	四旬期第5主日		天主教的圣人---圣方济各(Saint Francis of Assisi)/ 圣毕奥神父(Padre Pio)/圣特蕾莎(Sanit Teresa of Calcutta)	Anna (3/21/26周六)
35	3/28/26	基督苦難主日 (聖枝主日)		弥撒常用经文：信经，天主经，圣三光荣经，玫瑰经，慈悲串经等	(孙神父3/28周六)
36	4/4/26	耶穌復活主日	领洗	领洗准备 (弥撒前)，庆祝茶会 (弥撒后)；领洗分享，团体读经班及各善会介绍	众慕道者，讲员，教友 (4/4/26周六)