



SACRED HEART ROMAN CATHOLIC CHURCH

February 21, 2021

PARISH PRIESTS / SACERDOTES PARROQUIALES

Rev. Tesfaldet Asghedom, Pastor
Rev. Tesfaldet Tekie Tsada, Associate Pastor
Rev. George E. Horan, In Residence
Rev. Reynaldo Matunog, In Residence

PARISH OFFICE / OFICINA PARROQUIAL

Phone: (323) 221-3179 ♦ Fax: (323) 221-3613
E-Mail: parish-4180@la-archdiocese.org
Website: www.sacredheartchurchla.org
Monday – Friday / Lunes – Viernes
9:00 a.m. – 12:00 noon **and** 1:00 p.m. – 8:00 p.m.
Saturday / Sábado – 9:00 a.m. – 5:00 p.m.
Sunday / Domingo – 8:00 a.m. – 3:00 p.m.

MASS SCHEDULE DURING COVID - 19 / HORARIO DE MISAS DURANTE COVID - 19

In English Sunday: 10:30 a.m. We will also have a
livestream Mass available online for those who cannot
come to church in person on Facebook.

En Español Domingos: 8:00 a.m. y 1:00 p.m.
También tendremos una Misa en vivo disponible en
línea para aquellos que no pueden asistir a la iglesia en
persona en Facebook.

CONFESSIONS / CONFESIONES

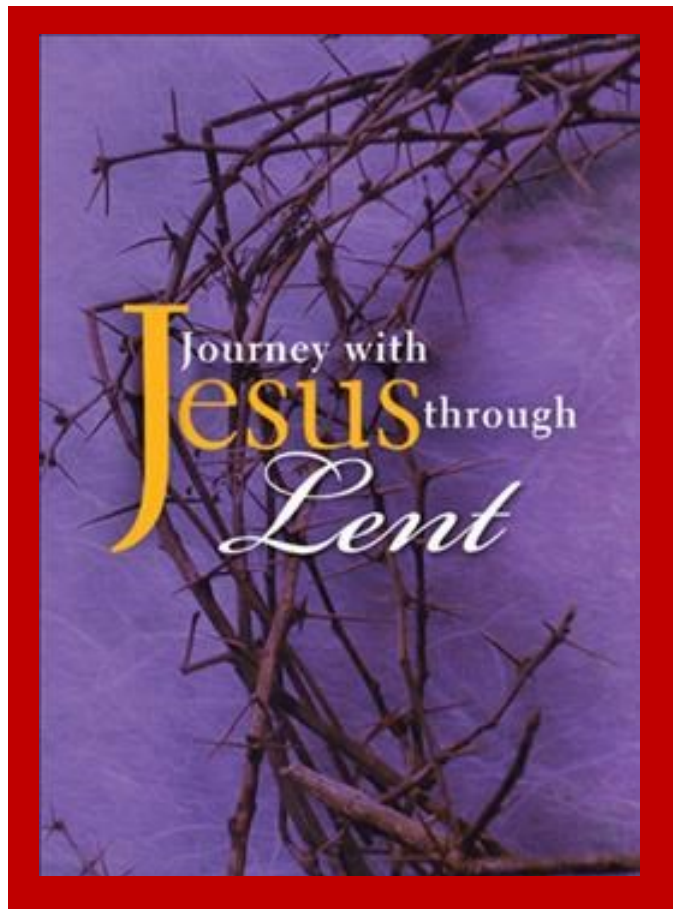
Please call the Parish Office / Para información, llame
a la Oficina Parroquial

ANOINTING OF THE SICK / UNCIÓN DE LOS ENFERMOS

Please call the Parish Office / Para información, llame
a la Oficina Parroquial

ADORATION / ADORACIÓN

N/A



First Sunday of Lent

Your ways, O LORD, make known to me;
teach me your paths.
— *Psalm 25:4*

Primer Domingo de Cuaresma
Descúbrenos, Señor, tus caminos,
guíanos con la verdad de tu doctrina.

— *Salmo 25 (24):4*

Sacred Heart is a community rooted in the Heart of Jesus from generation to generation and dedicated to proclaiming the Gospel of Jesus as taught by the Roman Catholic Church through Word, Sacrament and Service, since 1887.

Sagrado Corazón es una comunidad arraigada en el Corazón de Jesús de generación en generación y dedicada a proclamar el Evangelio de Jesús como lo enseña la Iglesia Católica Romana a través de la Palabra, el Sacramento y el Servicio, desde 1887.

PARISH STAFF / PERSONAL DE LA IGLESIA

Renee Dominguez – Secretary
Veronica Jauregui-Fuentes – Secretary
Virginia Lara – Secretary, Bulletin/Web Editor
Barbara Lima-Zuehls – Volunteer
Julie Sandoval – Bookkeeper

SACRED HEART ELEMENTARY SCHOOL / ESCUELA PRIMARIA SAGRADO CORAZÓN

Adriana Bronzina, Principal
2109 Sichel Street
Los Angeles, CA 90031
Phone: (323) 225-4177 ♦ Fax: (323) 225-2615
E-Mail: abronzina@sacredheartla.org
Website: www.sacredheartla.org

RELIGIOUS EDUCATION / EDUCACIÓN RELIGIOSA

Celia Gonzalez, Parish Catechetical Leader
Corner of Baldwin & Workman
Phone: (323) 223-7571
E-Mail: sacredheartreled@att.net
Tuesday (martes), Wednesday (miércoles), Friday (Viernes)
9:00 a.m. – 12:00 noon **and** 1:30 p.m. – 5:00 p.m.
Saturday (sábado): 8:30 a.m. – 1:00 p.m.

FOOD BANK / BANCO DE COMIDA

Rosa Acuña, Coordinator / Coordinadora
First and **Third** Thursday of each month
Back of the Parish Auditorium

Primer y **Tercer** jueves de cada mes
Atrás del Auditorio Parroquial
9:30 a.m. – 12:30 p.m.

BAPTISMS / BAUTISMOS

In English

First Saturday of the Month at 10:00 a.m.
Please call the Parish Office for more information.

En Español

Segundo, tercer y cuarto sábado del mes a las 10:00 a.m.
Por favor llame a la Oficina Parroquial para más información.

MARRIAGE / MATRIMONIO

♦Please call the Parish Office to set up an appointment with a priest at least six months in advance. Wedding Mass schedule times: 12:00 p.m., 1:30 p.m. and 3:00 p.m.

♦Llame a la Oficina Parroquial para programar una cita con un sacerdote con al menos seis meses de anticipación. Horarios de Misa de Boda: 12:00 p.m., 1:30 p.m. y 3:00 p.m.

QUINCEAÑERAS / SWEET 16

♦Please call the Parish Office for more information.
Mass Schedule times: 12:00 p.m., 1:30 p.m. and 3:00 p.m.

♦Por favor llame a la Oficina Parroquial para más información. Horarios de Misa: 12:00 p.m., 1:30 p.m. y 3:00 p.m.

PRESENTATION OF CHILD / PRESENTACIÓN DEL NIÑO

♦Please call the Parish Office for more information, to schedule your request.

♦Por favor llame a la Oficina Parroquial para obtener más información y programar su solicitud.



MASS INTENTIONS: 2/21/21

8:00 a.m. RIP: Josefina Pedraza, Mario Larios, Rodolfo Mojarro, Ramiro Reyes, Benjamín Reyes, Trinidad Larios, Rosario Larios, Micaela Ochoa, Fernando Larios, Oscar Larios, Aurora Reyes, Lupe Miramontes, Isabelle María Gonzalez, María Montezuma, Yvonne Rivera, Manuela Rivas
INTENTIONS: Agradamiento a Nuestra Señora de Guadalupe

9:30 a.m. Facebook RIP: Emmanuel Hilario, Isabelle María Gonzalez, María Montezuma, Yvonne Rivera, Manuela Rivas
SICK: Ernesto Quesada

10:30 a.m. RIP: Steven Gonzalez, Victoria Gonzalez, Sr. Josie Gonzalez, Petra Rodriguez, Rosalina Gonzalez, Salvador Jiménez, Andy Vargas, Jose Horta, Gil Gomez, Cecile Gines, Emmanuel Hilario, Isabelle María Gonzalez, María Montezuma, Yvonne Rivera, Manuela Rivas
SICK: Cynthia Frausto, Julia Barajas

1:00 p.m. RIP: Carmen Barrio, Juan Barrón Mendoza, Isabelle María Gonzalez, María Montezuma, Yvonne Rivera, Manuela Rivas
INTENTIONS: Las Animas
SICK: Ernesto Quesada

SAINTS AND SPECIAL OBSERVANCES:

Sunday / Domingo: First Sunday of Lent; Rite of Election; Rite of Calling the Candidates to Continuing Conversion; Rite of Sending / Primer Domingo de Cuaresma; Rito de Elección; Rito de Envío; Rito de Llamado a la conversión continua

Monday / Lunes: Washington’s Birthday; Julian Calendar Lent begins / Nacimiento de George Washington; Inicio de la Cuaresma en el calendario juliano

Tuesday / Martes: St. Polycarp / San Policarpo

Friday / Viernes: Abstinence / Abstinencia

Saturday / Sabado: St. Gregory of Narek / San Gregorio de Narek

DID YOU KNOW?:

Identifying risky behaviors online

As virtual learning continues, children are spending most of their days online. With their own jobs and responsibilities, parents likely cannot stand behind them and supervise their every move. So, it is more important than ever to assess your child’s online activities periodically. Make sure you know which sites they are visiting, and who they are talking to on social media sites. Discuss risky behaviors with your children, like posting personal information (full name, age, location, school information, and more) using inappropriate language, or accessing sites with questionable content. For more information, get a copy of the VIRTUS article “Risky Online Behaviors and Young People” from <https://lacatholics.org/did-you-know/>.



¿SABÍA USTED?:

Identificar comportamientos de riesgo en línea

A medida que continúa el aprendizaje virtual, los niños pasan la mayor parte de sus días en Internet. Con sus propios trabajos y responsabilidades, es probable que los padres de familia no puedan estar siempre cerca de ellos vigilándolos y supervisando todos sus movimientos. Por lo tanto, es más importante que nunca evaluar periódicamente las actividades en línea de su hijo. Asegúrese de saber qué sitios visitan y con quién están hablando en los sitios de redes sociales. Discuta los comportamientos de riesgo con sus hijos, como publicar información personal (nombre completo, edad, su ubicación, información de la escuela y más), usar un lenguaje inapropiado o acceder a sitios con contenido cuestionable. Para obtener más información, obtenga una copia del artículo de VIRTUS “Risky Online Behaviors and Young People” (Comportamientos riesgosos en línea y jóvenes) en <https://lacatholics.org/did-you-know/>.



CHRISTIAN STEWARDSHIP / MAYORDOMÍA CRISTIANA: 2/14/21

PLATE / CANASTA: \$822.00
ENVELOPES / SOBRES: \$1,459.00
TOTAL COLLECTION: \$2,281.00



THE HOLY SEASON OF LENT

This past week we began the Liturgical Season of Lent with our celebration of Ash Wednesday. Last Sunday in the bulletin we included a list of suggestions for various Lenten Practices.

Lent is truly a privileged time because it forces us to pause and reflect on how we're living our lives and whether we need to make some adjustments especially regarding our spiritual practices.

We encourage for everyone in our parish to observe Abstinence on all Fridays of Lent and fasting is observed on Ash Wednesday and Good Friday.

Lent is primarily a time of prayer and penance. Think of it as a 40 day retreat. In other words, this time should be different from the rest of the year in terms of our food, our entertainment, the use of technology, and the way we spend our time. May each of us strive to make this a truly holy Lent!

LA TEMPORADA SANTA DE LA CUARESMA

La semana pasada comenzamos el Tiempo Litúrgico de Cuaresma con nuestra celebración del Miércoles de Ceniza. El domingo pasado en el boletín incluimos una lista de sugerencias para varias prácticas de Cuaresma.

La Cuaresma es verdaderamente un momento privilegiado porque nos obliga a hacer una pausa y reflexionar sobre cómo estamos viviendo nuestras vidas y si necesitamos hacer algunos ajustes, especialmente en lo que respecta a nuestras prácticas espirituales.

Animamos a todos en nuestra parroquia a observar la abstinencia todos los viernes de Cuaresma y el ayuno se observa el Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo.

La Cuaresma es principalmente un tiempo de oración y penitencia. Piense en ello como un retiro de 40 días. En otras palabras, esta época debería ser diferente del resto del año en términos de nuestra comida, nuestro entretenimiento, el uso de la tecnología y la forma en que pasamos nuestro tiempo. ¡Que cada uno de nosotros se esfuerce por hacer de esta una Cuaresma verdaderamente santa!

FEAST OF FAITH

Seasonal Changes for the Liturgies of Lent

Today is the First Sunday of Lent. During this season of preparation for Easter, our churches look stark and simple—no flowers at the altar, no festive banners or decorations. And our liturgies feel different, too. The organ is quiet except to accompany the singing of the assembly. The Gloria, our Sunday song of rejoicing, is not heard except on solemnities, and we will not sing the Alleluia, our joyful acclamation of praise, until the Easter Vigil. "Alleluia cannot always / Be our song while here below," says an eleventh-century hymn. "Alleluia our transgressions / Make us for a while forego; / For the solemn time is coming / When our tears for sins must flow" (*Alleluia dulce carmen*, J. M. Neale, trans.).

These changes in the liturgy will catch our attention, and make us eager for the festive outpouring of joy that will return with Easter. This year, may the stripped-away liturgies of Lent remind us to strip away what is not essential in our lives to make space for the crucified and risen One, and thus to be ready to sing "Alleluia" once again when Easter returns.

—Corinna Laughlin, Copyright © J. S. Paluch Co.

FIESTA DE LA FE

Cambios estacionales para las liturgias de Cuaresma

Hoy es el primer domingo de Cuaresma. Durante esta temporada de preparación para la Pascua, nuestras iglesias lucen austeras y sencillas, sin flores en el altar, sin estandartes o decoraciones festivas. Y nuestras liturgias también se sienten diferentes. El órgano es silencioso excepto para acompañar el canto de la asamblea. El Gloria, nuestro cántico de regocijo dominical, no se escucha excepto en las solemnidades, y no cantaremos el Aleluya, nuestra alegre aclamación de alabanza, hasta la Vigilia Pascual. "Aleluya no puede ser siempre / ser nuestra canción mientras estamos aquí abajo", dice un himno del siglo XI. "Aleluya nuestras transgresiones / Haznos renunciar por un tiempo; / Porque se acerca el tiempo solemne / Cuando nuestras lágrimas por los pecados deben fluir" (*Alleluia dulce carmen*, J. M. Neale, trad.).

Estos cambios en la liturgia llamarán nuestra atención y nos harán ansiosos por la efusión festiva de alegría que regresará con la Pascua. Este año, que las liturgias de Cuaresma despojadas nos recuerden que debemos despojarnos de lo que no es esencial en nuestra vida para dejar espacio al Crucificado y Resucitado, y así estar listos para cantar "Aleluya" una vez más cuando regrese la Pascua.

—Corinna Laughlin, Copyright © J. S. Paluch Co.



REPENT AND BELIEVE IN THE GOSPEL

Lent is the time of year we devote to scrutinizing our lives in the light of our baptism into the death and resurrection of Jesus. Today's readings are a nice shorthand catechism of what our baptized lives mean. As Noah passed through the waters of the flood to a covenant with God, so did we enter into a covenant, a promised relationship with God through our baptism.

Peter's letter gives an explicit explanation of what our baptism means: it is an appeal we make to God for a clear conscience. How do we obtain this clear conscience? The words proclaimed by Jesus immediately following his temptation show us the way: "Repent, and believe in the gospel" (Mark 1:15). It might be a good spiritual exercise to keep these readings before us throughout the entire season of Lent, a means to help us return to a life lived by our baptismal promises.

Copyright © J. S. Paluch Co.

ARREPIÉNTANSE Y CREAN EN EL EVANGELIO

La Cuaresma es la época del año que dedicamos a examinar nuestras vidas a la luz de nuestro Bautismo en la muerte y Resurrección de Jesús. Las lecturas de hoy son un catecismo abreviado de lo que significa estar bautizados. Como Noé pasó por las aguas del diluvio a una alianza con Dios, así también nosotros entramos en una alianza, una relación con Dios, mediante nuestro Bautismo.

La carta de Pedro da una explicación explícita de lo que nuestro Bautismo significa: un llamamiento que hacemos a Dios para que nos dé una conciencia tranquila. ¿Cómo podemos obtener esta conciencia tranquila? Las palabras proclamadas por Jesús inmediatamente después de su tentación nos muestran cómo: "Arrepiéntanse y crean en el Evangelio" (Marcos 1:15). Podría ser un buen ejercicio espiritual mantener estas lecturas ante nosotros durante todo el tiempo de Cuaresma, un medio que nos ayude a volver a una vida vivida por las promesas bautismales.

Copyright © J. S. Paluch Co.

ESTAR SENTADOS EN LA LITURGIA

Nos sentamos en la liturgia no porque no haya nada que hacer o para 'salir de la celebración', sino para escuchar a Dios mismo que nos dirige su palabra, o bien, que se nos revela en el silencio posterior a la sagrada comunión. Al sentarnos nos disponemos para entrar en un diálogo con el Señor, mediante su palabra que nos es proclamada; disponemos todo nuestro ser para escuchar la historia de amor entre Dios y el pueblo, siendo conscientes o no, de que ese pueblo somos nosotros mismos, de que esa historia es nuestra historia. Escuchamos una historia que no siempre será nueva en el relato mismo, pero sí en el efecto que este relato tiene en nuestra vida actual. La homilía, como momento de diálogo entre las lecturas y la vida diaria, nos brinda esa excelente oportunidad de entender qué es lo que Dios quiere de nosotros a raíz de lo que hemos escuchado. Así pues, estar sentados en la asamblea no es una actitud pasiva, sino receptiva, de quien se dispone totalmente a acoger la palabra de Dios que le es comunicada. Esta acción, realizada por cada persona, debe ser un movimiento de toda la asamblea, que en la medida de lo posible, rompe el aspecto mecánico y da intencionalidad y plenitud a esta acción tan particular de disponerse a la voz del Señor que su siervo escucha (1 Samuel 3:10).

—Miguel Arias, Copyright © J. S. Paluch Co.

TO BE SEATED IN THE LITURGY

We sit in the liturgy not because there is nothing to do or to 'get out of the celebration', but to listen to God himself who speaks his word to us, or else, who reveals himself to us in the silence after Holy Communion. As we sit down, we prepare ourselves to enter into a dialogue with the Lord, through his word that is proclaimed to us; we have all our being to listen to the story of love between God and the people, whether we are aware or not, that this people is ourselves, that this story is our story. We hear a story that will not always be new in the story itself, but in the effect this story has on our lives today. The homily, as a moment of dialogue between the readings and daily life, offers us that excellent opportunity to understand what God wants from us based on what we have heard. Thus, being seated in the assembly is not a passive attitude, but a receptive one, of one who is totally disposed to accept the word of God that is communicated to him. This action, carried out by each person, must be a movement of the entire assembly, which, as far as possible, breaks the mechanical aspect and gives intentionality and fullness to this very particular action of disposed to the voice of the Lord that his servant listens to. (1 Samuel 3:10).

—Miguel Arias, Copyright © J. S. Paluch Co.



LENTEN PRACTICES

Every Lent, our Holy Mother the Church advocates certain pious practices that her children should perform to satisfy their requirements to do penance, to pray, to perform good works, to make reparation for their sins, and to further the apostolic life of the Church.

The primary purpose of Lent, of course, is to help us become truly holy - and we should work toward this goal during Lent by *extra* prayer, penance, good works, almsgiving, attendance at Mass and reception of the Sacraments (the chief sources of grace). Below are some specific practices we can choose from:

Abstinence - This is the giving up of something we like to eat, drink, smoke, use, etc. We can abstain from (give up) meat on days other than just those required (Ash Wednesday & all Fridays of Lent), give up sweets, soft drinks, gum, coffee, tea, smoking, liquor, snacks, having simpler meals, etc. Use the money saved for charity.

Fasting - While only *required* on Ash Wednesday & Good Friday, it is also something we can do more often during Lent (perhaps *every* Friday). Fasting requires that we have only one meal per day with two lesser meals that, if added together, do not add up to a second meal. However, this is rather minimal. You may wish to do more such as having only one major meal that day or perhaps having only bread and water, etc.

Entertainment - We can drastically limit our T.V. viewing, give up favorite programs or give up television altogether. Perhaps instead we can watch a good program as a family or a religious video. Rather than going to secular movies, rent a religious film to watch as a family instead. Give up internet surfing and social media.

Prayer - * Daily Rosary * Family Prayer each night

Confession - Frequent Confession is generally said to be once a month and this would be a good practice to have all year long but several of the saints including St. Francis de Sales and St. Alphonsus Liguori recommend weekly Confession. Resolve to make a good Examination of Conscience. Call the parish office to schedule an appointment with the priest.

Penance - Our Lord told us that penance is necessary for salvation. Works of penance are a way of mortifying ourselves and growing in sanctity

Good Works - * Visit the sick * Visit people in nursing homes * Support pro-life efforts * Take someone to Mass with you on Sundays * Get involved in social justice programs

Almsgiving - * Increase your donations to the Church * Give to cloistered monasteries or convents * Support the missions * Support crisis pregnancy centers * Support Christian Service programs * Help the poor

Apostolic Works - * Take someone to Mass * Take someone to Confession * Assist in Religious Education

Spiritual Reading - * Read at least 15 minutes per day from a good Catholic book * Read the Bible at least 15 minutes daily * Read from the lives of the Saints at least 15 minutes daily

See the movie The Passion of the Christ – This movie is highly recommended as a prayerful way to mediate upon the Passion of Our Lord. It is *not* “entertainment.” It *is* a highly religious experience. Praying the Stations of the Cross would be a good practice after seeing it. You can rent it at any movie rental store.

The suggestions above are certainly not an exhaustive list and much more could be added. However, you may decide to choose a few of these and do them well in order to use this penitential season for a true renewal of your prayer life that you may grow ever closer to our Divine Lord.



PRACTICAS CUARESMALES

Cada Cuaresma, nuestra Santa Madre la Iglesia recomienda algunas practicas piadosas que sus hijos deben efectuar para cumplir sus requisitos de hacer penitencia, orar, hacer buenas obras, hacer reparación de sus pecados, y para fomentar la vida apostólica de la Iglesia.

El propósito primario de la Cuaresma, por su puesto, es para ayudarnos ser verdaderamente santos y debemos luchar para llegar a esta meta durante la Cuaresma por medio de mas oración, penitencia, buenas obras, caridad, asistencia a Misa y recibir los Sacramentos (fuentes principales de gracia). Lo siguiente son algunas prácticas que podemos escoger:

Abstinencia - Esto es el dejar de comer, beber, fumar, etc. Podemos abstenernos de carne en días además de los que son requeridos (Miércoles de Ceniza, Viernes Santo y todos los Viernes durante Cuaresma), dejar de comer dulces, sodas, chicles, café, té, fumar, comer comidas mas sencillas, etc. El dinero que se ahorra se puede usar para alguna caridad.

Ayunar - Aunque solamente se *requiere* el miércoles de Ceniza y Viernes Santo, también es algo que podemos hacer *más* durante la Cuaresma. Ayunar requiere una comida por día con dos otras comidas pequeñas que, juntas no hacen una segunda comida. Pero, esto es muy poco. Tal vez quisiera hacer mas como tal vez tener solamente una comida diaria o tal vez tener una comida de solamente pan y agua, etc.

Entretenimiento - Podemos limitar drásticamente la televisión, dejar de ver los programas favoritos o dejarlo completamente de ver o tal vez puedan ver algún buen programa de familia o un video religioso y en vez de ir al cine puedan rentar una película religiosa. Dejar de usar el Internet sin necesidad.

Oración - *Rosario diario * Oración en Familia*

Confesión – La Confesión frecuente generalmente se dice hacer una vez por mes. Eso sería una buena práctica por todo el año, pero algunos de los santos incluyendo a San Francisco de Sales y San Alfonso Liguori recomiendan la confesión semanalmente. Haga la resolución de hacer una buena Examinación de Conciencia. Call the parish office to schedule an appointment with the priest.

Penitencia - Nuestro Señor nos dice que la penitencia es necesaria para la salvación. La penitencia es una forma de mortificarnos y crecer en la santidad.

Buenas Obras- *Visitar a los enfermos *Visitar a los hospicios para ancianos *Apoyar los esfuerzos de pro-vida *Llevar a alguien a Misa los Domingos.

Limosna - * Aumentar su donativo a la Iglesia * Dar a los enclaustrados, monasterios o conventos* Apoyar a los centros de embarazos en crisis * Apoyar a los programas de Servicios Cristianos * Apoyar a los pobres.

Obras Apostólicas - *Llevar a alguien a Misa* *Llevar a alguien a confesarse* *Asistir en la Educación Religiosa. *

Lectura Espiritual - * Leer un buen libro Católico por lo menos 15 minutos por día * Leer la Biblia diario por lo menos 15 minutos * Leer de las Vidas de los Santos por 15 minutos diario.

Ver la película “La Pasión del Cristo” - Esta película se recomienda fuertemente como una manera de meditar sobre la Pasión de Nuestro Señor. *No* es “entretenimiento.” *Si* es una fuerte experiencia religiosa. Rezar el Vía Crucis después de verla fuera una buena practica. Se puede rentar en cualquier tienda de video.

Estas sugerencias ciertamente no son una lista exhaustiva y se puede agregar mucho más. Sin embargo, usted puede decidir y escoger algunas de ellas y hacerlas bien para que este tiempo cuaresmal sea fructífero.

