



天主教圣若瑟堂 ST JOSEPH'S CHURCH

620 Upper Bukit Timah Road, Singapore 678116
电话: 67691666 / 67691608
传真: 67627136
网址: www.stjoseph-bt.org.sg

2025 年 6 月 22 日 耶稣圣体圣血节

信仰知识问与答

(摘自生命泉源一问问程神父)

神父，请问是否每一位教友都会经历“神枯”，或者正确来说，只有圣人才会有“神枯”？可以多讲些关于“炼路、明路、合路”？可否推介一些书藉可阅读？（有关炼路、明路、合路－有中文译本更佳）？

续上周……

有关“炼路、明路、合路”这个题目在此不能多说，只能轻描，因为它不但是一个大话题，而且你必须为自己找一本好书和一位神师在灵修的旅途上慢慢推敲。必须亲身体验，知识只是空谈！

所谓“炼路、明路、合路”，只是一个人从最初愿意追随基督，到灵性成长中与基督建立最深厚的关系，再到深奥的合一所要经历的不同阶段。因此，正确地说，“道路”一词翻译有误，因为并不存在三条不同的道路，而是在一条道路上可以经过的不同阶段。而这些阶段也并不一定要顺序的，因为有时天主愿意我们从炼阶段跳到合阶段，然后再回到明阶段；又或者如果我们散漫或让自己回归旧我，我们就会从明阶段跌回炼阶段，甚至从合阶段跌回明或炼阶段。

但一般来说，我们的灵性成长一般是从炼阶段到明阶段，再从明阶段到合阶段的。

… 待续

本堂神父：李光兴神父
电话：67600052

助理神父：张思谦蒙席
电邮：

peter.zhang@catholic.org.sg

助理神父：

Fr Lourdusamy Prasanna
电邮：

lourdusamy.prasanna@cat
holic.org.sg

堂区秘书：Maggie Chia
电话：67691666

sjcbt.secretariat@
catholic.org.sg

行政员：Evelyn Lau

电话：67691608

sjcbt.admin@
catholic.org.sg

平日弥撒：(在小圣堂)

周一至周五：6.30am及
6.30pm

周六：6.30am

主日弥撒：

周六黄昏弥撒：5.30pm

主日：7.30am (华语)

9.30am, 11.30am, 5.30pm

圣若瑟敬礼及弥撒：

每月第一个周三：8pm

守圣时：

每月第一个周五：8pm

和好圣事：

主日弥撒前的15分钟

在告解亭

圣体室/祈祷室开放：

周一至周五：8am--9pm

周六：9.30am--7pm

主日：8am--7pm

公共假日：8am--4pm

教宗方济各的话

在圣体圣事中 体验基督的真实临在

(摘自梵蒂冈新闻网) 基督的圣体圣血不仅给予我们前进的助佑，也是我们尘世旅程的伴侣。

基督的圣体圣血与我们的日常生活息息相关，上主把我们的需要都放在祂的心上，从最基本的需要开始。



在圣体圣事中，

每个人都可以体验到上主的柔情和具体的关爱。当我们像耶稣一样照料他人时，我们对圣体的朝拜就得到了验证：环绕我们的四周，有对食物的饥渴，但也有对陪伴、安慰、友谊、幽默感和被关注的渴望。有些人渴求得到福音。我们在圣体食粮中获得了这一切：基督关怀我们的需要，并邀请我们为周遭的人做同样的事情。我们需要食物，也要给予他人食物。

在基督的圣体圣血中，我们体验到祂的临在，祂把祂的生命赐给了我们每一位。

基督不仅给予我们前进的助佑，而且

把祂自己赐予我们：祂成为我们旅程的伴侣，走进我们的历史，在我们孤独时探访我们，让我们重新获得意义和激情。当上主赋予我们的生命、

我们的灰暗、我们的怀疑以意义时，祂使我们获得了满足。祂所给的比我们所求的更多：就是上主的临在！因为在祂临在的温暖中，我们的生活发生了变化：没有祂，生活将会变得昏暗无光。



愿圣母玛利亚教导我们朝拜在圣体圣

事中的生活的耶稣，并教我们与我们的弟兄姐妹分享这圣事。



那吃我的人，
也要因我而生活。
(若6:51)

灵修基础与蓝图

—— 江奇星神父（主徒会士）——

2. 谁不背起自己的十字架跟随我，不配是我的。（玛 4：24-25）

炼路：“…背起自己的十字架…” 修炼之路。

明路：“…跟随我…” 此为效法基督。

合路：“…不配是我的。” 否则就不能结合。

3. 你们悔改罢！因为天国临近了。（玛 4：17）

炼路：“…悔改…” 灵修基本态度。

合路：“…天国…” 人生的最终目标。

明路：“…临近…” 只要你接受就可得的恩宠。

4. 谁吃我的肉，并喝我的血，便住在我内，我也住在他内。（若 6：56）

炼路：“…吃…喝…” 领圣体圣血不是只用口，更该用心神；心神该不断的予以净化。

明路：“…我的肉…我的血…” 基督的恩宠。

合路：“…便住在我内，我也住在他内。” 与主结合。

…待续

堂区消息

奉献给圣若瑟（英）

奉献给圣若瑟，他会教导我们如何爱耶稣。所有奉献的最终目标，都是将自己完全献给耶稣基督。

日期：逢周六（从 8 月 16 日开始）

时间：10 am

地点：圣堂

报名：扫描二维码

报名截止：8 月 15 日



潮语讲座

讲员：黄贵娟修女

日期：6 月 26 日（周四）

时间：8 - 9.30 pm

地点：# 02-01

耶稣圣心节

日期：6 月 27 日（周五）

弥撒：7.30pm @ 圣堂

（6.30 pm 于小圣堂的平日弥撒取消）

守圣时（主徒会）

主礼：巨云沛神父（主徒会士）

主题：凝视耶稣圣心之爱

日期：6 月 28 日（周六）

时间：10am – 11am

地点：圣若瑟小圣堂

圣时有简单茶点招待

守圣时（英）

主持：张利勇神父

主题：充满希望的朝圣者之祈祷

日期：7 月 4 日（周五）

地点：圣堂

弥撒：7.30pm

圣时：弥撒后

慕道团新旅程

介绍教外朋友认识基督！

报名：到堂区秘书处索取报名表，或上网报名

<https://stjoseph-bt.org.sg/services>

1. 华语慕道团新旅程

启航日期：7 月 10 日

时间：7.45pm - 9.45pm（每周四）

地点：视听室

联络：94524234 (玉莲) 91547689 (秀美)

2. 英语慕道团新旅程

启航日期：6 月 30 日

时间：8pm - 9.45pm（每周一）

地点：视听室

儿童圣经营征求义工

堂区将在 9 月学校假期期间举办儿童圣经营，需要成人和青少年帮助指导游戏、美术、手工、唱歌、戏剧等活动。

如果您有兴趣帮忙，请在网上报名。

[Http://tinyurl.com/KBC25Helper](http://tinyurl.com/KBC25Helper)

教区神父年度退省

日期：6 月 30 日（一）至 7 月 4 日（五）

这一时期的日程安排如下：

周一至周四	6.30am 领圣体服务	6.30pm 领圣体服务
周五	6.30am 领圣体服务	7.30pm 弥撒及守圣时

请为此意向祈祷：

求主赐予神父们谦卑、智慧和平安，以领受主为他们所预备的丰富恩宠，认识主的旨意，并加深与主的关系。阿们。

婴孩洗礼

日期：2025 年 10 月 5 日（主日）

时间：1.30 pm

报名截止：2025 年 8 月 15 日

为婴孩父母及代父母的特备课程

1. 网上课程（ZOOM）

日期：9 月 7 日（主日）@1.30 pm

2. 实体课程

日期：9 月 28 日（主日）@1.30 pm

地点：视听室

报名：sjcvt.secretariat@catholic.org.sg
或致电堂区秘书 67691666 了解详情



教区消息

耶稣圣心九日敬礼（ZOOM）

主题：以爱补赎、以心还心

日期：6 月 18 日至 6 月 26 日

时间：9.30 pm – 10 pm

平台：ZOOM 843 3239 7233

密码：1234

主办：耶稣复活堂灵修组

逾越知音-福传音乐分享会

主题：爱语传大地

日期：7 月 5 日（周六）@ 7 pm

地点：Good Shepherd Place
9 Lorong 8 Toa Payoh

报名：扫描二维码

主办：逾越知音

协办：圣伯多禄圣保禄堂
粤语组

免费、欢迎大家来参与

