



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 11 月 23 日 基督君王节

心灵治愈祈祷的信仰基础

(摘自《心灵的治愈》— 作者王敬弘神父)

天主是人心灵的治愈者。这个信仰在圣经中是有一个深远的传统。我现在并无意在此写一个完整的治愈神学，只是引证一些旧约和新约的圣经对天主在心灵方面的治愈作一个简单的说明。

欧瑟亚先知奉天主的召叫，指责北国人民所犯的罪，也宣布那即将来临的惩罚。可是，在这种严厉的宣讲中，他也声明人民在灾难和处罚所受的创伤，只有天主能够治愈。“来，我们回到上主那里去，因为祂撕碎了我们，也必要治愈；祂打伤了我们，也必要包扎。两天后祂必要使我们复生，第三天祂必要使我们兴起，生活在祂的慈颜下……。”（欧 6:1-2）

在旧约中，天主常自比是以色列人的牧者，祂给予祂的羊群各种不同的照顾“因为吾主上主这样说：看，我要亲自去寻找我的羊，我要亲自照顾我的羊。犹如牧人在羊群失散的那日怎样寻找他的羊，我也怎样寻找我的羊；我要把那些曾在阴云和黑暗之日四散在各地的羊，从那些地方救回来……失落的，我要寻找；迷路的，我要领回；受伤的，我要包扎；病弱的，我要疗养；肥胖和强壮的，我要看守；我要按正义牧放他们。”

（则 34:11-12, 16）

（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
sjcibt.secretariat@
catholic.org.sg

行政员：Evelyn Lau
电话：67691608
sjcibt.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

基督君王召叫我们去行动

（摘自梵蒂冈新闻网）天主在十字架上爱的拥抱，以及祂敦促我们活出活泼信德的召叫。我们应服事天主和近人，而非冷眼旁观。

今天是基督普世君王节，福音（路 23:35-43）引领众人回到信仰的根基，即主耶稣基督。祂藉着祂的圣死，赐给我们永生。基督十字架上的罪状牌写着：**这是犹太人的君王**（38）。主基督的这个形象颠覆了人们对君王的想像：祂居然不是高坐在王位上，而是被钉在刑具上。而且，基督君王并未颐指气使，而是向众人张开双臂。

这就是我们的君王展现的神态：祂张开双臂。唯有进入祂的怀抱，我们才能了解基督君王。祂越过了人类最远的边界，进入仇恨的黑洞、遗弃的黑洞，为的是点亮每个生命，拥抱每个现实处境。

定睛仰望那被钉在十字架上的主基督，我们看到祂张开的双臂是祂对我们所有人的爱的拥抱，不论我们的状态、经历或失败。我们始终受邀去接受这份爱，让我们的生命得到改变。接受了天主的爱，我们就能不再受到奴役，摆脱那禁锢我们生命的自私、罪过和焦虑，如同在主基督十字架右边的那个悔改的盗贼一样，接受了祂的爱，求祂记得自己。而上主向右盗保证：**今天你就要与我一同在乐园里**（43）。

这正是主基督对我们的期许。我们要明白，我们的天主不是高高在上、徒有威能、远离子民的陌生天主，而是一位亲近人群、温柔待人又慈悲为怀的天主。祂张开双臂，安慰并抚慰我们。这才是我们的君王！

我们面前有两条道路。一条路是袖手旁观，就像是耶稣受难时许多的目击者那样，或是旁观、或是伤心，或是妄下判断，或是冷漠以对。甚至有人嘲笑耶稣，说：**救救你自己吧**（37）！另一条路则是参与其中，走上圣善的路。这恰恰是右盗的选择，他转头直呼耶稣的名字，说：**当祢来为王时，请祢纪念我**（42）！因此，一名罪犯最先成了圣人：他短暂地接近耶稣，上主却让他永远与自己同在。福音谈及这名右盗是为了我们的益处，为了邀请我们战胜罪恶，不再做个冷眼旁观的人。

如何做到这点呢？第一步是：信任感，是要呼唤天主的名字，就如同右盗做的那样，在人生的最后一刻重获孩童的勇敢信任感，全心信赖、提出请求、坚持不懈。他怀著信任感，承认自己的错误，并且在上主面前哭泣。

我们在天主面前不要涂脂抹粉，却要呈现出心灵原本的样貌。救恩正是由此而来。上主从十字架上注视著我们，张开双臂邀请我们接纳祂无尽的圣爱。当我们接受祂的爱时，我们要与人分享，不再对受苦者冷眼旁观。

灵修基础与蓝图

—— 江奇星神父（主徒会士）——

二、默祷是寻找天主的道路

除非人知道天主比他更渴望天人结合，否则，人不会深入灵魂深处去寻找天主。所以，是天主先寻找人，人才有可能去寻找天主。确实如此，人如果认真寻找天主，终有一天，他会蓦然发现，先是天主寻获了他，他才能开始寻找天主之旅。

天主先寻找人的真理，在《创世纪》已有注明。我们可以看到，原祖在犯罪之后，害怕看见天主，躲在树丛后面。除非天主先寻找他们、呼唤他们，他们是不敢现身回应天主的。

默祷的自我反省，正是回应天主在我们内心的呼唤，要我们从过失和软弱中站出来，立在天主面前，承认自己的过错，接受天主的仁慈和救恩。

凡不愿在默祷中自我反省的基督徒，就是不愿天主寻找他。许多基督徒找各种借口躲起来：“…我很忙，没时间祈祷！”、“…默祷是很闷的！”、“…默祷太传统了！”这些推卸之辞，像极原祖在犯罪之后下断寻找脱罪的理由。

我们再忙，都有时间做我们所喜欢的事，为什么会没有时间做祈祷呢？这只是借口。许多人并非缺乏时间，而是缺乏悔改的心。许多人不敢面对自己，以致不敢在默祷中和天主相遇，这才是没时间祈祷的真正原因。

…（待续）

堂区消息

为炼灵祈祷

日期：11月23及30日
时间：华语弥撒后 @ 安灵堂
由炼灵祈祷组带领，欢迎大家踊跃参与

守圣时（主徒会）

主礼：张利勇神父（主徒会士）
主题：救助炼灵，爱人益己
日期：11月29日（周六）
时间：10am – 11am
地点：圣若瑟小圣堂
圣时有简单茶点招待

青年弥撒（英）

日期：11月23日
时间：11:30 am
报名：<https://tinyurl.com/SJCBTWYD2025>
欢迎所有16至25岁的青年参加，共同庆祝基督君王节及教区级世界青年日。
弥撒后将有午餐聚会。



分享圣诞欢乐

圣文生善会邀请您通过赠送圣诞礼物或书店礼卷，与其属下的弱势家庭分享圣诞欢乐。
方式：选取礼品卡—选购礼物
日期：11月22及23日
地点：圣雅敬室（餐厅旁边）

SAHOP 每月祈祷会（英）

主题：现代世界中喜乐信德的典范
（St Carlo Acutis & St Pier Giorgio Frassati）
主讲：Sr Wendy Ooi（FSP）
日期：11月28日（周五）@ 8 pm
地点：St Mary 视听室（L3）

2025 中文版将临期反思手册

2025 将临期至圣诞期反思手册已经出炉了。请上网下载：Chi-V3-251104_Advent_2025_Reflection

每月邻里祈祷行（英）

日期：10月29日（周六）
时间：8.30 am
集合：圣堂
欲知更多，请上网
tinyurl.com/SJCBTNPW

建堂 180 周年-文化遗产之旅

2026 年，我堂将庆祝建堂 180 周年。诚邀您报名参加文化遗产之旅讲座，探索圣堂丰富的历史、标志性的建筑，古老的传说，并了解圣堂从创立至今的历史演变与发展历程。

日期：12月6日（周六）
时间：10 – 11:30 am
地点：圣若瑟视听室
报名：扫描二维码，或点击链接
<https://forms.gle/rbbu2rd2mZgz6xqF6>
我们正在招募导览团队成员，如果您愿意奉献您的时间，请联系我们。



2025 将临期北区忏悔礼（12 月）

8 日 (一)	圣安东尼堂	8pm
9 日 (二)	圣若瑟堂	8pm
10 日 (三)	君王堂	10.30am & 8pm
11 日 (四)	海星圣母堂	8pm
12 日 (五)	圣神堂	10.30am & 8pm
复活堂正在进行翻修，今年将暂停开放。		

亲近天主、回归教会

您认识疏远教会的人吗？您想与谁分享您的信仰？请在将临期为他们祈祷，并邀请他们参加圣诞弥撒和本堂 180 周年庆典，一同体验基督带来的希望、平安、喜乐和爱。

教区消息

2025 将临期华语忏悔礼

日期：12月6日（周六）
时间：1 – 2:30 pm
地点：圣若瑟堂（维多利亚街）
联络：96576565（世添）
入场免费、无需报名、欢迎爱心奉献

健康关爱讲座

主题：记忆渐行渐远，关爱失智症
主讲：李伟杰医生（内科及老年医学科）
日期：11月23日（主日）
时间：1 – 3 pm
地点：圣十字架堂 All Saints Hall

主徒会禧年徒步朝圣

主徒会神父和恒毅之友，将带领大家徒步希望禧年朝圣活动。
日期：12月20日（周六）
时间：7:45 am 开始
朝圣路线：圣雅丰索堂、露德圣母堂、圣若瑟堂(市区)、圣伯多禄圣保禄堂及善牧主教座堂
询问：97976907（思怡）
备注：请在朝圣前/后领受和好圣事，准备身心灵迎接天主的恩典。