



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 12 月 7 日 将临期第二主日

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)

(续上周)

在玛窦福音中，耶稣也说了一段令人非常安慰的话：“凡劳苦和负重担的，你们都到我跟前来，我要使你们安息。你们背起我的轭，跟我学吧！因为我是良善心谦的：这样你们必要找得你们灵魂的安息，因为我的轭是柔和的，我的担子是轻松的”（玛 11：28-30）。

在整个的福音记载中，直接并很清楚地讲到耶稣医治人心理创伤的并不多，我以为在若望福音第八章记载耶稣怜悯一个犯奸淫时被抓住的妇人是一个极好的心灵治愈的例子。耶稣没有判断那妇人的罪，维护了她的尊严，也给她带来心灵的治愈。总之，从整个的福音看来，耶稣就是真正背负我们疾苦、承担我们疼痛的上主的仆人。他是我们身体和心灵真正的治愈者。不过，我们可以再进一步的追问耶稣究竟如何的治愈我们心灵的创伤。

从分析造成心灵创伤的经过看来，我们之所以在心灵上受伤，是因为我们缺乏所需要的爱，或是虽然有人爱我们，可是爱的方式不恰当，或是受到别人相反爱的主动伤害。

(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

将临期是摘掉虚伪面具的 恩宠时期

(摘自梵蒂冈新闻网) 今天是将临期第二主日，福音邀请我们领悟洗者若翰外表强硬和严肃背后的奥秘。若翰痛恨口是心非与伪善。将临期为我们提供了谦卑自省、浸入悔改的水中的契机。

今天的福音（玛 3:1-12）描述了洗者若翰是位痛恨伪善的人。当法利塞人和撒杜塞人因好奇或投机心理接近洗者若翰时，他注意到他们的虚伪，这位穿著骆驼毛做的衣服的人对他们有强烈的反感。



洗者若翰的反感值得我们深思。有时我们会不会也有点像那些法利塞人？可能我们从上往下看别人，认为自己比他们好，认为我们的生命掌握在我们的手中，不必每天都需要天主、教会和弟兄姐妹，我们忘记了只有一种情况是允许从上往下注视他人，那就是帮助他人站起来时，这是唯一的情况。

同时，那些认为自己是罪人的人也都到洗者若翰那里去，承认自己的罪过，并受他的洗。若翰对法利塞人和撒杜塞人发出爱的呼喊，类似一位父亲看到儿子自暴自弃，残毁自己，说：不要丢弃你的生命。虚伪是最严重的危险，因为虚伪也能毁掉更神圣的现实。为接纳天主，要紧的不是才能，而是谦卑，需要谦卑和浸入悔改的水中。



让我们活出将临期，这是一个摘掉我们的虚伪面具的恩宠的时期，一个让我们摆脱自以为有充分能力应对一切的想法、并承认自己的罪过的时期。让我们记住一件事：与耶稣一起，总有重新开始的可能性。祂等待我们，从不厌倦我们。让我们听到洗者若翰对我们做出的回到天主那里的爱的呼喊。永远不会太晚，总是有重新开始的机会，你们要勇敢，祂接近我们，这是悔改的时期。

灵修基础与蓝图

—— 江奇星神父（主徒会士）——

其实天主是“由内至外”的寻找人，即由人的灵魂深处轻敲人的心门。因此，为回应天主寻人的方向，人该“由外至内”的寻找天主：即是离开世俗和感官，走入内心及灵魂深处，去寻找天主。当我们能理解这玄妙的道路，就容易与天主相通、相遇、相知、相结合。

四、先找到自己的罪

心祷的方向就是要我们回归内心，在灵魂深处寻找天主。

不过，初级阶段的人，他进入内心寻找天主，往往寻找到的，并不是天主，而是自己的罪恶、私欲、偏情和毛病。这种收获，实在令人感到气馁。为什么找不到天主，只找到自己种种过失？

千万不可为此气馁，其实这是必经之路。

凡寻找天主的人，必会先找到自己种种过失和毛病，这是正常的道路，若不先通过这条净化之路，是找不到天主的。

圣神就是要初学者看到，人的私欲和偏情，是如何阻碍他与天主的关系。圣神要人勇敢面对自己的私欲偏情，努力克胜它，除去种种障碍，才能以圣洁的心去寻找那极为圣洁的天主。

克胜种种私欲偏情，肯定是很累人的过程。下过，这还不是唯一过程，人还该通过“隐藏自己”的道路、去寻找“隐藏的天主”。

（…待续）

堂区消息

教宗 2025 年 12 月祈祷意向

请为处于冲突环境中的基督徒祈祷：
愿生活在战争或冲突环境中的基督徒，尤其是中东基督徒，能成为和平、修和及希望的种子。

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。

SAHOP 每月祈祷会 (英)

主题：天主的肖像
主讲：张思谦蒙席
日期：12 月 26 日（周五）
时间：8 pm
地点：视听室

分享圣诞欢乐

圣文生善会感谢大家对需要帮助的人的慷慨支持。

收集圣诞礼物

日期：12 月 7 及 14 日（主日）
时间：8:30 am – 12:30 pm
地点：圣雅敬室
请将礼品卡贴在礼品盒上，或将礼品卡与礼品袋物品，或书店优惠券放在一起。

Simbang Gabi 晚上弥撒 (英)

日期：12 月 17 日（周三）
玫瑰经：7:15 pm、报佳音
弥撒：8 pm
地点：圣若瑟堂（BT）

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。

2025 圣诞节及年终弥撒

24 日 (三) 圣诞前夕	8:30pm 9:00pm	华语报佳音 华语弥撒
24 日 (三)	11:15pm 12:00mn	英语报佳音 英语子夜弥撒
25 日 (四)	9:30am 11:30am 5:30pm	英语弥撒
31 日 (三)	5:30pm	感恩弥撒 (弥撒后聚餐)

年终感恩聚会

2025 年即将结束，让我们为天主的诸多赐福心怀感恩。
日期：12 月 31 日（周三）
时间：6.30 pm
地点：益群堂
名额有限，先到先得
请扫描二维码报名



书店消息

书店将在 12 月 13 及 14 日举办圣诞集市。请到书店看看吧！
备注：已预定每日圣言的读者请注意，每日圣言将在 12 月中旬送达。

教区消息

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。

华恩 2025 年共融之日 (四)

主题：希望涌现、爱火重燃
主讲：张利勇神父（主徒会士）
日期：12 月 27 日（周六）
时间：2:30 – 5:30 pm
地点：ME HOUSE
报名：91547689（志展 / 秀美）
费用：爱心奉献（茶点招待）
备注：只限夫妇一起报名



堂区 180 周年纪念（2026）系列

大圣若瑟：劳工之表率

第十三章

玫瑰经苑

自 2017 年玫瑰经苑开放以来，许多教友经常在弥撒前后在此诵念玫瑰经，尤其是在每月第一个周六下午 5 点半的弥撒后。有些教友还会在此为本堂创始人 Anatole Mauduit 神父祈祷，他的墓碑就位于这座 775 平方米的玫瑰经苑中。

在这座美丽的玫瑰经苑背后，隐藏着一段感人的故事。玫瑰经苑的构想始于 2007 年，但直到 2009 年才得以实现。一位教友分享关于佛罗里达州（Florida）玫瑰园的宣传册子后，这个创意逐渐成形。筹委会最初考虑到大修院及神学院（CTIS）的用地不适宜为由否决了提案，随后，堂区面向教友举办了一场设计竞赛，最终的设计方案融合了许多创新理念。

原先的圣母玛利亚雕像由玻璃纤维制成，但在 2025 年被一位教友捐赠的大理石雕像所取代。地面上散落着 59 颗大型玻璃纤维珠子，象征着念珠，旁边立着一个长 3.5 米，宽 1.8 米的不锈钢横向十字架。

十字架附近矗立着一幅长 5 米、宽 2.6 米的壁画，正面描绘玫瑰经的四端奥迹；背面则陈列着逾百件宗教艺术作品，描绘了耶稣、圣母玛利亚、圣家、天使、十字架、基督圣体圣血及诸圣的形象。

圣若瑟堂美术团队成立于 2016 年 6 月，积极参与玫瑰经苑壁画创作。成员们首先绘制设计草图；然后使用黏土模具，将石膏和水泥混合塑形。每个组件均以聚氨酯泡沫加固，以增强粘合力并减轻重量。最后，在安装前，所有组件均涂覆环氧树脂，完成整幅壁画。

2017 年 3 月 25 日圣母领报节，吴诚才总主教与本堂神父及受邀神父共祭弥撒。弥撒后，总主教主持玫瑰经苑祝圣仪式，放飞一只白鸽，并栽种一棵“幸福树”（Garcinia subelliptica）。

当鸽子飞走时，所有知道鸽子故事的人都欣喜若狂。这只鸽子出现时，距离玫瑰经苑正式开放仅剩数周。当时，因为 2017 年 2 月的雷雨和间歇性降雨延误了工作进度，美术团队正分秒必争地在壁画上安装圣像、文字和玫瑰花。

美术团队祈求神迹，一只鸽子应声而来。圣堂管理员 Anthony Joseph 发现这只无法飞翔的鸽子后，将它放进笼子里，悉心照料，并把它安置在美术工作室外。他每天都尝试放飞鸽子，但它始终不肯展翅。尽管天气预报预示会有恶劣天气，但三月初却迎来晴朗天空，使美术团队得以完成壁画的安装工作。

鸽子的显现鼓舞了急于完成壁画的成员们。在壁画安装期间，圣神真实地引导着美术团队，并在玫瑰经苑的祝圣仪式上“飞走了”。

下次您独自或与他人一同在玫瑰经苑祈祷时，请向圣神、圣母玛利亚以及创建此苑的团队祈祷感谢。愿玫瑰经苑引领您更亲近天主。

