



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

2022 年 10 月 16 日 常年期第二十九主日

心灵驿站——心头水

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，跟我学罢！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）

小强最近生活不如意，便去向大师叩问人生的意义。

大师不说话，只一味地往桌上的杯子里倒水。

水溢出了杯子，大师依旧没有停下来，一直还在倒水。

小强看了实在不明白，于是忍不住了问道，

小强：大师，杯子里的水早就满了，您为何还继续的倒，而不停下来呢？

大师：你的心就像这个杯子，如果你不把心头的水倒掉，无论我对你说什么，你又怎么听得进去呢？

默想：

每个人心头都有一杯水，这杯水或重千钧，或轻似羽，全在每个人的心境，就看你懂不懂得倒掉它。

倒掉心头那杯水，是一种智慧，也是一种境界。

有时候，倒掉的是一杯水，得到的却是一片海。让心头的那杯水常换常新，方能映能出云卷云舒，花开花落。

本堂神父：李光兴神父
电话：67600052

助理神父：张思谦神父
电话：67604636

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

今日福音默想：

在第二篇读经，保禄表露的不是对生命的眷恋，而是长辈老师对晚辈学生的牵肠挂肚、拳拳爱心和谆谆告诫。我们的信仰历程，也一定有诸多前辈亲友恩人、神长、教友对我们的言传身教。如今他们可能都已经离我们而去，但他们的教导和精神却依然激励、陪伴着我们。我们也将成为别人眼中的前辈，在不经意间，我们的一言一行将会影响到他们的未来。我们从前辈手中接过来的火炬，能否妥善地传递到下一代人手中，直到终点呢？

教宗的话

恒心祈祷必得应允

（摘自梵蒂冈新闻网）祈祷要持之以恒；确信天主必将俯听我们的祈祷。祈祷的态度有两种：一是有所渴求；二是确信天主必会以祂的时间和方式应允我们的渴求。

基督徒诚心诚意的祈祷，处在始终有所渴求和确信必得应允之间，即使不知道确切的时间。因为祈祷的人不怕烦扰天主，怀有对天父仁爱盲目的信赖，如同福音中的两个盲人，跟在耶稣后面呼求他，渴求得到治愈（玛 9：27—31）；也像是耶里哥的盲人那样，高声呼求耶稣的救助，呼声甚至盖过叫他安静的人的声音（玛 20：30—34）。而耶稣本人也教导我们：要像半夜借面包的烦人的朋友那样祈祷，要像寡妇不断烦扰不义判官那样祈祷（路 18：1—8）。



这或许听起来很刺耳，但是祈祷就好像在烦扰天主，因祂得聆听我们。耶稣说：要像半夜打扰的朋友、烦扰不义判官的寡妇那样，吸引天主的目光，引起天主对我们的怜悯。那些赖病人也做了同样的事，他们说：主，祢若愿意，就能洁净我们（玛 8：2）！他们以坚定的信念做了这事。

当我们祈祷时，常常这么想：我会倾吐我的渴求，向上主说一次、两次、三次，但并不坚定。渐渐地我倦于祈求，进而忘记祈祷。耶稣告诉我们：你们求…，你们找…，你们敲…（玛 7：7）；而敲门的人会带来噪音、侵扰和烦恼。

要恒心祈祷，直至烦扰的极限。此外，还应有坚定不移的信念。福音中的盲人在这方面依然是榜样。他们满怀信赖地向主耶稣祈求健康，因为当耶稣问他们是否相信他能治愈时，他们回答说：是，主（玛 9：28）！我们相信！我们坚信！

祈祷应怀有渴求和确信的态度。我相信上主能做这事，因为祂曾许下诺言。祂曾许下诺言正是我们确信祈祷必得应允的基石。我们要怀着这一信念，向上主吐露我们的渴求，并坚信祂必会应允我们祈祷。

灵修的七个阶段

—— 江奇星神父（主徒会士）——

与天主性体接触的超拔结合，在此等超拔中，人的自我意识会完全溶合在天主内，就如一滴水溶入大海；人的情感会提升为属神的情感；理性会提升为属神的认识；意志会提升为属神的意志；意识会提升为永生的意识，而且人间的意识会完全消失。

例如：进入“神秘甜蜜痛苦”的超拔，人的情感是属于神性的情感，不会有人间的情感；进入“神秘想念”的超拔，人的思念是属于神性的想念，不存有人间思念；进入“神秘生命意义”的超拔，人的意识只沈浸在属神的满足中，没有人间的渴望；进入“神秘清明”的超拔，人忘记自身有肉身的束缚，也忘记了世界，只享受灵魂的完美自由。所以，人一旦进入超拔结合，人间我的意识会完全消失，不会知道自己处在超拔结合中。

虽然在“神秘真善美”的超拔中，人依然可以有此意识型态：“除非我能永远享有这至美，否则，我的生命之存在，将是毫无意义的！”但是这“自我意识”是不自主的。在这情况下，人的意识已经溶入天主内，痴迷的对象只有天主。

…待续

堂区消息

献礼



今天有二次收捐，是为支持新加坡总教区的各项运作与活动，请慷慨解囊。

PayNow UEN 201231391K

疫苗接种/安全管理措施资讯

- 从 2022 年 10 月 10 日起，来圣堂无需办理安全进入手续。
- 取消固定 500 人活动的限制：您可在疫情前一样，自由参与任何一台弥撒及活动。
- 请保持良好的卫生习惯。
- 在领圣体前，请继续消毒双手。
- 若您感到不适，请不要到圣堂来。请尽好公民义务，保护社区安全。

诸圣瞻礼（当守节日）

✦ 黄昏弥撒 10 月 31 日（周一）
弥撒：8pm（平日 6.30pm 弥撒取消）
✦ 当日弥撒 11 月 1 日（周二）
弥撒：6.30am, 6.30pm, 8.30pm

追思已亡瞻礼

✦ 11 月 2 日（周三）
弥撒：6.30am, 6.30pm, 8.30pm
每台弥撒后有降福安灵堂

为圣召守圣时（修生主持）

日期：10 月 20 日（周四）
时间：8pm
地点：小教堂

圣母军招募团员

日期：10 月 15 及 16 日
圣母军欢迎您参观支团的周会，亲身了解圣母军！

- 18 岁以下可参加青年团
圣母军青年团
开会时间：逢周六，2.00pm
联络：9788 7287（黄碧琴）
9758 1287（董丽丽）
- 18 岁以上可参加成年团
万福玛利亚成年支团
开会时间：逢主日，8.45am
联络：9788 7287（黄碧琴）
8123 4727（黄秀全）

堂区退省（英语）

主讲：萧永伦神父
日期：10 月 24 日（周一，假日）
时间：9am – 2pm
地点：益群堂
内容：讲座、茶点、午餐、弥撒（全部免费）
报名：进网页 https://forms.gle/U9K_YeZr7qAFR184K9
或扫描 QR 码



守圣时

主礼：张思谦神父（主徒会士）
主题：基督之光，照亮我生命
日期：10 月 29 日（周六）
时间：10am – 11am
地点：小圣堂
欢迎您，圣时有茶聚

收集二手物品

保护地球，人人有责。
Laudato Si 团体将举办旧物回收活动，

- 将收集的物品如下：
文具、玩具（基于卫生，谢绝毛绒玩具）、书籍、课本、装饰品、礼品、首饰、手袋、钱包、皮夹。
- 日期：10 月 22 及 29 日（周六）
5pm – 7pm
10 月 23 及 30 日（主日）
8.30am – 1pm
地点：St Joachim Room
（在餐厅的右侧）

小磐石圣经研读《创世纪》

zoom 网络版，即将开课。
指导神师：马帅神父（主徒会士）
开课：2023 年 2 月 6 日（周一）
结业：2023 年 5 月 8 日（周一）
时间：逢周一，8pm - 10pm
课本自费
为预订课本，请尽早报名。
请点击以下链接，填写报名表格：
<https://tinyurl.com/3x8d6dws>
或扫描 QR 码



报名截止：
11 月 30 日
11.59pm
或人数满额后，
视何者为先。
联络：+65 98384237（纪华兄弟）
+65 91547689（秀美姐妹）

