



天主教圣若瑟堂 ST JOSEPH'S CHURCH

620 Upper Bukit Timah Road, Singapore 678116
电话: 67691666 / 67691608

网址: www.stjoseph-bt.org.sg

2023 年 12 月 3 日 将临期第一主日

信仰知识问与答

(摘自生命泉源-问问神父)

在家里，起床后或睡觉前闭上眼睛祈祷时，总是思绪万千，并失去耐心。但当我试着像写日记一样写下我的祈祷时，感觉更专注、更轻松，就像在跟天主说话一样。神父，请问教会是否允许以“写日记”的方式祈祷？毕竟，我从小学会的祈祷方式就是跪在床边闭上眼睛。

首先，感谢天主让你找到了祈祷的好方法！

祈祷的方式有很多种，我们每个人的灵修也不一样。事实上，不同的人有不同的学习模式和表达方式。在灵性成长的过程中，我们会经历不同的祈祷阶段，学会使用不同的工具。

写日记是我们灵修生活中一个非常重要的工具，最近很多神父都鼓励我们写日记。写日记不仅能帮助我们认真思考和与天主交谈，还能记录下在祈祷中听到的话语，以便阅读，分辨它们是否真的是天主的话。

当我为人们提供灵性辅导时，我经常要求他们记下每天的祈祷。这是因为引导他们的不是我，而是天主圣神。我的职责是指出所记录的话语中的客观声音，指出那些不属于天主的东西。如果不写日记，往往就会成为空谈，甚至只是理性的回答，而不是日复一日耐心地寻找天主。

如果我们真的相信天主喜欢与我们交谈—祂确实喜欢！为什么我们不在祈祷时写下这些对话呢？甚至还可以经常阅读它。

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 Lourdasamy 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

教宗的话

允许上主进入我们的生命

(摘自梵蒂冈新闻网) 今天是新礼仪年的第一个主日。教会於这主日进入将临期。将临期是让我们接纳那来与我们相会的上主的时期，让我们证实对天主的渴望，展望未来，并为基督的再次来临做准备。



今天的福音邀请我们：要当心、要警醒（谷 13：33-37）。那么，谁是我们当心和警醒的对象呢？祂就是在喧闹的世界中，叫我们不让自己被分心和肤浅事物所压倒，却鼓励我们以完整和有意识的方式生活，并且特别关注他人的那位。

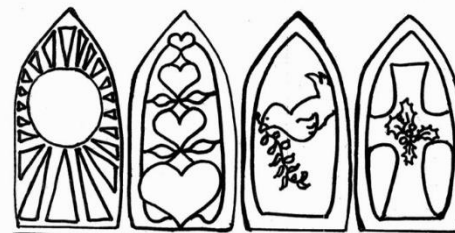
这种生活态度让我们了解他人的眼泪和需求，让我们能理解他们的人性和灵性的能力和素质。我们要当心的那一位也要求我们转向世界，力求抗拒世界上的冷漠和残酷，为其中所有美的宝藏而喜悦，并守护它们。这也就是说，我们要以一种理解的目光来认

出个人和社会的困苦和贫穷，并且也认出每天小事物上隐藏的财富。上主把我们放在那里。

当心和警醒是允许上主进入我们的**生命**中的必要条件用祂充满慈善和温柔的**临在**重新使我们的**生命**具有**意义和价值**

警醒的人就是接受邀请保持醒悟的人，他们不让自己气馁，不丧失希望，不失望；与此同时，他们还拒绝世界上的许多虚荣的诱惑。在此背後，他们有时也牺牲个人和家庭的时间和安宁。

当心和警醒是允许上主进入我们的生命中的必要条件，用祂充满慈善和温柔的临在重新使我们的生命具有意义和价值。



Hope | Peace | Joy | Love

灵修的七个阶段

—— 江奇星神父（主徒会士）——

第十三章 神化结合

神化结合的神秘默观，乃天福默观，预先品尝天堂的喜悦。

一、进入神化结合的标记

从超拔结合至神化结合，整个历练过程，短则数年，长则十几二十年。时间上的长短，除了天主的旨意和内修因素之外，职务的繁重与否，亦是一种原因。虽然同样积极于灵修生活，不过一位远离世俗，职务不繁重的隐修士，比一位堂务忙碌又要劳心费神的司铎，有更好的条件，能较快进入神化结合境界。

总之，在超拔结合恩宠之下，随着个人内修生活的配合，只要三司结合的效应达到饱满点、并达到黑夜净化的指数，灵修人就会立即进入神化结合境界。

进入神化结合的标记，即是在神秘默观祈祷中看见真我；这看见，即是在神秘默观里看见自己在天主内成为小天主。这种神秘默观，是由灵魂深处绽放，仿佛一滴水消失在大海里，在此完美的融合中看见天主的美丽成了我的美丽，我的美丽已是天主化的美丽；我的面貌被保留，我看到那依然是我，只是我的容貌有如天主般的美丽，在我身上也发出天主般的气质与光辉。

…待续

堂区消息

年终感恩聚会

2023 年即将结束，让我们一起来感谢天主在这一年里赐予我们的祝福。

日期：12 月 31 日（主日）
时间：5.30 pm 的弥撒后
地点：益群堂



请扫描二维码报名
名额有限，请尽早报名
报名截止：12 月 15 日（周五）

将临期献礼

天主教基金会“我相信我感恩我奉献”（GIFT）发起年度呼吁。

让我们以感恩的心来回应天主赐予我们的一切恩典，以便建立一个更有活力、有使命感和广传福音的教会。

通过每月捐款支持总教区的各项运作与活动--这是总教区最可靠的资金来源。

请领取 GIFT 2023 信封或浏览
catholicfoundation.sg

20 小时朝拜圣体

日期：从 9 月 3 日至 24 年 1 月 14 日
时间：11 am – 12 nn（逢主日）
地点：圣体室

意向：为度奉献生活者及圣召祈祷
** 配合张思谦蒙席晋铎 20 周年纪念

圣若瑟敬礼（英）

日期：12 月 6 日（周三）
圣若瑟玫瑰经：7.30 pm
弥撒：8 pm
地点：圣堂

二手货交易

日期：2/12（周六）5.00 pm – 7 pm
3/12（主日）8.30 pm – 1 pm
地点：圣雅敬室（餐厅旁边）
利润将捐赠圣文生善会，以资助贫困家庭及有需要的人。

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

请将礼品卡贴在礼品盒上，将礼品卡与礼品袋物品一起放入袋子中。

2023 将临期至圣诞节反思手册

新福传办公室推出了今年的将临期至 2023-24 年圣诞节反思手册。

主题：耶稣，天父应许的见证人

您也可以扫描二维码或

上网：bit.ly/ONE-AdventChristmas-2023，下载《2023-24 年将临期至圣诞节反省手册》



书店 + 圣诞集市

圣诞节快到了，要准备礼物吗？

请到本堂书店看看吧！

日期：12 月 9 日、4.30 pm – 7 pm
12 月 10 日、8.30 am – 7 pm

SAHOP 每月祈祷会（英）

主题：在基督内成为新的受造物
主讲：张思谦蒙席
日期：12 月 22 日（周五）
时间：8 pm
地点：视听室

Simbang Gabi 晚上弥撒（英）

日期：12 月 20 日（周三）
玫瑰经：7.20 pm
弥撒：8 pm
地点：圣若瑟堂（BT）

教区消息

为青年守圣时

分享：萧永伦神父
日期：12 月 3 日（主日）
时间：2.30 pm – 4.30 pm
地点：圣十字架堂
方式：敬拜赞美、圣言祈祷
省察代祷、茶叙交流

教委爱的礼物 2023 共享会

日期：12 月 8、9、10 日
时间：2 pm – 9 pm
地点：（大巴窑）博爱村

在线节目表：

<https://bit.ly/GiftofLove2023>

（报名）青年时间：

<https://bit.ly/youthDec8>

（报名）亲子工作坊：

<https://bit.ly/familyDec9>

将临期华语忏悔礼

主持：陈宾山神父
日期：12 月 16 日（周六）
时间：1 pm
地点：圣伯多禄圣保禄堂