



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

2024年3月31日 复活主日

信仰知识问与答

(摘自生命泉源-问问神父)

神父，请问在弥撒中，奉献饼、酒、圣爵，有没有特定的次序？奉献酒饼的人是否必须是领洗的教友？

一) 奉献礼品次序

严格来说，只有饼和酒是奉献，但个别教堂可能会添加水、捐款、食物或其他物品。

礼仪指南没有规定献这些物品的次序。不过，一般来说，面、酒和水应首先献上，因为它们是象征教友奉献的主要元素。至于三者奉献的次序，这并不重要。

二) 谁可以奉献

我曾试图查找官方指南，但没有找到。很多所谓的指导原则都是不同人的自我见解。

在早期教会，非教友是不允许参与圣道后的部分的；因此在奉献时，虽然非教友在场，但他们不能参与的。从神学角度讲，献礼品的人是代表所有教友献上象征自己的饼和酒，因此理论上献礼品者应该是教友。

不过，传统上也鼓励全家人一起来做奉献，但往往不是家里每个人都是教友，但他们每周都会跟随并参与弥撒，难道要把他们分开吗？

此外，如果这真的是个大问题，就应该像读经员一样，在礼仪指南中明确说明。显然，教会在这个问题上的立场是不严谨的。

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@catholic.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

祈求流泪的恩宠 以看见复活的基督

(摘自梵蒂冈新闻网) 今天是复活主日，根据若望福音(20: 1-9)的记载，玛利亚玛达肋纳站在耶稣坟墓外边痛哭，因为师傅的尸体不见了。

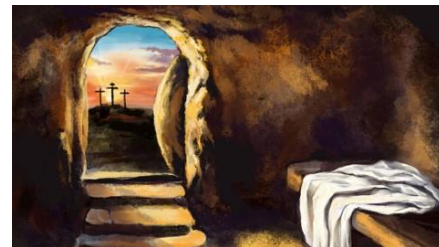


玛利亚玛达肋纳是一名罪妇，她曾经用眼泪滴湿耶稣的脚，用她的头发给予擦干，这位妇女被那些相信正义的人利用和鄙视。但是，她更是耶稣所爱的妇女，因此她的许多罪都获得了宽恕。

这位妇女面对了自己所有希望的破灭。她所爱的人耶稣再也没有了。因此痛苦起来。进入她心灵的黑暗时刻，失败的时刻。但是，她并没有说我在路上失败了，只是单纯地在痛苦。

有时候，在我们的生活中，眼泪就是我们看见耶稣的眼镜。在这里，玛达

肋纳宣报了这个消息：我见了主。她在自己的生命中看见了主，现在为我们做见证，她是我们生活旅程的榜样。



我们所有人，在自己的生活中，都感受过喜悦、悲伤和疼痛，但是，在更为黑暗的时刻，我们是否痛苦过呢？我们是否有流泪的善德，来准备好眼睛去观察，并看见上主呢？面对痛哭的玛达肋纳，我们也应该向上主求流泪的恩宠。这是一个美好的恩宠……我们应该为一切痛哭，为善，为我们的罪过，为恩宠，也为喜悦。

痛哭帮助我们准备好去看见耶稣。愿上主赐给我们恩宠，赐给我们每一个人，使我们有能力用自己的一生宣报：我见了主，不是因为祂显现给了我，而是因为我在心中看见了祂。这就是我们生活的见证：我这样生活，因为我看见了主。



灵修的七个阶段

—— 江奇星神父（主徒会士）——

纵观底层四种需求，偶尔的平复它们还不算困难，但是，若要长久稳定地平复这些骚动，就不容易了。而且，这些需求很多时候合乎人性，也不违反道德，灵修人可以在合理范围内享有它，只不过一旦充分去满足它们时，心神与力量肯定会被这些东西分散。总之，灵修生活不否定这底层四种需求的合宜需要，但是，也唯有降低底层四种需求，或说只有在超越它们的情况下，人才可能全力以赴的追求灵性的生命。

二、默观生活的高原状态

高峰经验来自灵性生命的深度接触，可能在刹那间，或几分钟内，或更长的时间；高原状态则是指高峰经验的延续性。

到底多长时间才算高原状态呢？这不是主要问题，重要的是：“为什么要进入高原状态？”这才是意义所在，灵修人应该默想这问题。

默观生活高原状态的条件设置，来自底层四种需求的降低和整合，使心神不受底层的牵绊，同时保持心神的祥和、宁静，安守孤独，以喜乐的心生活在灵性沙漠，将自己置于空无之中。能连续性保持这种灵修态度，就是默观生活的高原状态。

…待续

堂区消息

主复活了！阿肋路亚



本堂李光兴神父、张思谦蒙席及Prasanna神父，祝大家复活节快乐！圣若瑟堂全体教友欢迎新领洗的朋友们加入教会大家庭。

圣水

请您自备干净的空瓶子，到圣雅敬室的圣水供应机处领取圣水。

小念珠袋

各家庭可在弥撒后从弥撒服务员处领取小念珠袋。

复活节活动

- 复活节反思手册：您可在以下网址下载中文版的《复活节反思手册》。
https://bit.ly/2024_easter_reflections_chinese
- 儿童复活节礼包：请到迎宾台领取。里面有拼图、填色、食谱和其他活动。以帮助孩子进一步了解复活节。
- 青年和大专生：参加现场讨论，进一步了解我们的信仰。
- 青少年：参加在线圣经反思。

圣若瑟敬礼（英）

日期：4月3日（周三）
圣若瑟玫瑰经：7.30 pm
弥撒：8 pm
地点：圣堂

守圣时（英）

日期：4月5日（周五）
弥撒：7.15 pm
圣时：8 pm
地点：圣堂



堂区主保嘉年华摊位招募

1. 招募食物摊位

日期：5月4及5日（周六/主日）
有意在堂区主保日摆摊者，请到以下地点领取申请表格：

- 迎宾台
- 堂区办公室或
- 电邮至 sjcbt.admin@catholic.org.sg

2. 摊位说明会

摊位持有人必须参加两次会议：
日期：4月7及21日（主日）
时间：1 pm

大圣若瑟主保 - 5月1日

- 给圣若瑟献花致敬
- 使用链接或二维码在线上预订花束，请尽早订购。
<https://forms.gle/PVBmYjb65qkPEpmw6>
- 利润将捐赠堂区



2024 主保晚宴 · 门票

日期：5月1日（周三、公共假日）
时间：7 pm
地点：益群堂
票价：\$50

- 座位有限，先到先得
- 团体成员请通过各自团体负责人订票
- 教友可到迎宾台或堂区办公室购买
- 或电邮 sjcbt.admin@catholic.org.sg 预定
- 当门票准备好时，堂区办公室会与您联系

2024 堂区主保庆典

1. 5月1日（周三）

弥撒：5.30 pm、弥撒后有游行
主祭：宗座大使 Marek 大主教

2. 5月2及3日（周四及周五）

弥撒：8 pm
主祭：杨笔文蒙席
(6.30 am 及 6.30 pm 的弥撒取消)

3. 5月4日（周六）

弥撒：5.30 pm（黄昏弥撒、英语）
7.30 pm（泰米尔语）

4. 5月5日（主日）

弥撒：6.00 am、7.30 am（华）
9.30 am、11.30 am（吴枢机主祭）
5.30 pm

2024 主保嘉年华会开放时间

日期：5月5日
食物摊位：7 am to 2 pm
游行摊位：9 am to 2 pm

教区消息

2024 年神圣慈悲主日弥撒与讲座

主题：刺开的肋旁、慈悲的海洋
主讲：张利勇神父
日期：4月7日（主日）
时间：2 pm – 4 pm
地点：和平之后堂
主办：新加坡神圣慈悲组

教委主办华语避静

主题：从心开始避静
主讲：萧永伦神父
日期：7月18 - 21日（周四至主日）
地点：天主教灵修中心（CSC）
报名费：\$320（4天3夜）
报名：98184769（国章）
97976907（思怡）