



# 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7月21日 常年期第十六主日

## 信仰知识问与答

(摘自生命泉源-问问神父)

**请问神父，一般教友是否可以圣物祝圣？如果可以，程序是什么？**

如果你说的是新获得的圣物，如圣像、念珠、圣经等，那么只有铎职人士，即执事、神父和主教，才能祝圣；因为这种祝圣，是把事物的用途进行隔离，使其专为天主所用。

第二种祝圣，如祝圣房屋、汽车等，这些物件不是圣物；这种祝圣，第一次应请神父或执事进行。不过，由于这种祝圣主要是为个人保守使用或居住，教友以后可以用圣水自己再祝福，不需要使用任何特别的经文。

最后，作为一家之主，比如父母，他们有权利也有责任为家人祝福，因为他们是一家之主。

在许多西方国家，自从基督教在上个千年左右传入以来，就有了父母每晚为子女祝福的美好习惯。

**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

### 不要只忙碌的工作

(摘自梵蒂冈新闻网) **不要**陷入疯狂的工作中: 只有不被匆忙掠取的心才能同情他人。我们需要休息、默观和怜悯间的关系, 来建构我们所需要的心灵生态。

**停止**我们日程表中疯狂的奔跑, 学会关闭手机来与上主对话, 不要被自己和要做的事情所占据, 而要注意他人的创伤。

**今天**的福音记述耶稣敦促艰辛传教归来的宗徒们休息一会儿(谷 6: 30-34)。这是个宝贵的教导: 耶稣没有喋喋不休地询问他们, 而是为他们的疲劳忧心。祂要他们警惕一种危险, 这危险也一直潜伏在我们周围, 就是陷入疯狂地做、不停地活动的陷阱和效率主义中, 在这些方面, 最重要的事是获得成果、感觉自己是绝对的主角。

**这**在教会中也多次发生: 我们很忙, 忙于奔跑, 我们认为一切都取决于我们, 最终, 我们有忽视耶稣的危险, 一直回到以我们自己为中心的心态。为此, 耶稣要求祂的门徒们私下去休息一会儿。这不只是身体上的, 也是心灵上的休息。因为光拔下插头是不够的, 还需要真正的休息。要做到这一点, 需要回到事情的核心: 停下来,

保持静默, 祈祷, 以免从忙碌的工作过渡到忙碌的假期中。

**事实上**, 耶稣没有避开群众的需求, 但是祂每天在做每件事之前先去祈祷。福音中说, 群众从四面八方赶来, 因此不能如耶稣希望的那样去休息。祂看见一大伙群众, **就对他们动了怜悯的心...遂教训他们许多事**(34)。这似乎是个矛盾, 但实际上并非如此, 因为只有不被匆忙掠取的心, 才能怜悯人。

**天主**的风格是接近、怜悯和温柔。怜悯源自默观。

如果我们学会真正的休息, 我们能成为有能力真正怜悯的人;



如果我们培养默观的目光, 我们将能推进我们的工作, 不会有想拥有和消费一切的人的那种贪婪的态度; 如果我们与上主保持接触, 要做的事情将没有力量让我们喘不过气来并吞没我们。要感受到这些, 我们需要一个由休息、默观和怜悯组成的心灵生态。

**让我们**向圣母玛利亚祈祷, 她培养了默观、祈祷和怜悯。事实上, 圣母总是对她的子女充满温柔。

## 灵修的七个阶段

—— 江奇星神父（主徒会士）——

尤其在多年的经验中体会到这些价值，也体验到这亦是立功赎罪的机会，因此这类灵修人，并不怕痛苦；他最怕的，反而是没有痛苦。这也是为什么，许多圣人的灵修，修到最后，不是向天主求安逸和安乐，而是向天主求赐痛苦和被人轻视。

向天主求赐痛苦、磨练和被人轻视，有许多的好处。

- 一、可以继续修炼谦逊之德。
- 二、可以使自己的内修不断保持最佳状态。
- 三、使自己能醒悟的祈祷。
- 四、陪同基督一起受苦，使自己更像似基督。
- 五、可以继续立功。
- 六、可以为自己或为他人做补赎。
- 七、可以继续光荣天主。
- 八、可以保护自己的宝藏不被破坏。
- 九、可以在永生中增添真我的光华。

总而言之，进入神化结合的人，天主会按自己的旨意以及当事人的努力，继续提拔此人，使他以后在永生中，以最大的光华来光荣天主。

…待续

## 堂区消息

### 教区神父年度避静

日期：7月22日-26日(周一至周五)

这一时期的日程安排如下：

M：有弥撒

S：只提供领圣体服务

	周一	周二	周三	周四	周五
6.30am	M	M	S	M	S
6.30pm	M	S	M	M	M

地点：小圣堂

请为神父们祈祷：

求主赐予神父们智慧和平安，引导他们踏上避静之旅，认识主的旨意，加深与主的关系。

### 教宗访新弥撒 (9月12日)

- 在7月31日前通过您的myCatholicSG账户进行弥撒门票抽签。
- 先进行个人注册，然后与家人朋友组成小组，以小组单位进行投票，以便在弥撒时能一起入座。
- 抽签结果将于八月第一周公布。
- 有需要帮助的教友，请在7-9pm之间到以下圣堂寻求现场帮助：

7月22日	周一	圣家堂
7月23日	周二	圣方济沙勿略堂
7月24日	周三	圣神堂
7月25日	周四	善牧主教座堂
7月26日	周五	圣十字架堂

- 有关教宗访新的官方信息，请游览 [www.popefrancis2024.sg](http://www.popefrancis2024.sg)

### 世界祖父母和年长者日

圣教会每年都会庆祝世界祖父母和年长者日。这一天与耶稣的外祖父母—圣雅敬和圣亚纳的主保日相近。今年是在7月28日。

敦促所有孙辈努力与祖父母一起参加弥撒。如果祖父母不是天主教徒，孙辈可以向祖父母发送爱的信息，以表达对他们的敬意。

7月27日和28日的所有弥撒中，将降福所有祖父母和年长者。

### 慕道团新旅程

传播信仰，既是是尽好教友的本分，更是我们喜乐的泉源。

报名：到堂区秘书处索取报名表格，或上网报名

<https://stjoseph-bt.org.sg/services>

#### 1. 华语慕道团新旅程

启航日期：7月11日

时间：7.45 - 9.45 pm (每周四)

#### 2. 英语慕道团新旅程

启航日期：7月1日

时间：8 - 9.30 pm (每周一)

### 婴孩洗礼

日期：2024年10月6日(主日)

时间：1.30 pm

报名截止：2024年8月15日

#### 为婴孩父母及代父母的特备课程

网上课程 (ZOOM)

日期：9月1日(主日) @1.30 pm

实体课程

日期：9月29日(主日) @1.30 pm

地点：视听室

报名：请从堂区网站下载《婴儿洗礼登记表》，填写后连同相关文件递交给堂区秘书。

## 教区消息

### 2024 潮州避静

主题：与主与人，和好共融

日期：8月3日(周六)

时间：9 am - 6.30 pm

形式：玫瑰经、赞美敬拜、和好圣事、濯足礼、年长者傅油、主日前夕弥撒

地点：天主教灵修中心

1261 Upper Serangoon road  
S534796

报名：<https://bit.ly/csctr24>

报名费：\$15.00 (包括午餐)

### 2024 粤语避静

主题：恩典之谜 - 风雨之后有彩虹

主讲：林创勋神父及郑肇强神父

日期：8月9日(周五、公共假日)

时间：9 am - 6 pm

地点：圣伯多禄圣保禄堂

报名：欢迎踊跃出席 无需报名

查询：92343605 (卫杰)

96717083 (耀全)

主办：圣伯多禄圣保禄堂粤语组与圣心基基团联办

### 智慧书讲座

主讲：陈宾山神父

日期：7月11日开始 (逢周四)

(共十讲)

时间：8 - 10 pm

Zoom：816 0326 8435

密码：54321

FB LIVE：

<https://tinyurl.com/shengjingfb>

主办：圣经协会