



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

2025 年 5 月 18 日 复活期第五主日

信仰知识问与答

(摘自生命泉源一问问神父)

神父，既然天主爱人，为什么不能让人的道路更顺利些，却往往要人得不到想要的并活在迷茫与痛苦中呢？

事实上，一个人的幸福很大程度上来自于他所追求的东西。如果你想得到世俗物品的满足，很快你就会意识到，不是你想要什么就有什么，且即使你得到了，你也会发现自己想要更多！

若是想要成就，也是一样。

若是想要爱，要美满关系，又会发现不是一种交易。付出多，不一定收获多。

这一切并不是因为天主在捉弄我们，而是因为人内心的渴求远远大于这一切。天主创造了我们，让我们渴求永恒和无限。只有天主能满足我们的渴求，其他的是无法满足我们的渴求。

也就是说，每个人的内心都渴望像耶稣那样无私地去爱。祂教导我们与祂建立亲密的关系，祂会赐给我们世人无法给予的平安。我们的生活可能并不总是一帆风顺，甚至更加艰难，但祂的平安使我们能够在困难中喜乐，因为我们知道祂与我们同在，祂已经战胜了世界。

如果我们紧紧抓住祂，祂会保守我们，让我们在地上完成祂的使命，在来世获享永生。这个世界的灾难无法夺走我们的平安，魔鬼和旁人也无法切断基督赐予我们的爱。那么，我们还害怕什么呢？

当事情不如我们所愿时，让我们信靠天主，求祂在其中显明祂的旨意，然后专注于我们还能做的事情，把其他一切都交托给主，让祂来安排。不要执着于自己的愿望，而要相信天主，因为祂已经用自己的鲜血证明了祂对我们的爱！

最后，多阅读罗马人书，特别是第八章，或许能找到些启示。

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
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

教宗方济各的话

如同我爱了你们

(摘自梵蒂冈新闻网) 今天是复活期第五主日，福音(若 13: 31-35)记述了耶稣在离开这个世界、回到父那里之前，对门徒们所说的话。耶稣告诉我们做基督徒的意义：**你们该彼此相爱；如同我爱了你们，你们也该照样彼此相爱**(34)。这是基督留给我们的遗产，是辨别我们是否真的是祂门徒的最终标准。这就是爱的诫命。

如同我爱了你们，耶稣完全地牺牲了自己直到生命的末刻。令人惊讶的是，祂是在那个黑暗的夜晚说出这些话的，当时楼上的气氛是凝重和焦虑。凝重是因为耶稣要和祂的门徒们告别；焦虑是因为耶稣说他们中有人会背叛祂。我们可以想象耶稣的心中充满着悲伤，宗徒们心情沉重，以及他们看到犹达斯在接受了师傅为他蘸过的食物后，离开房间，开始了背叛。然而在犹达斯背叛耶稣的时刻，耶稣重申了自己的爱。因为在生活的黑暗时刻，能够认识到一件事是至关重要的，那就是天主爱我们。

愿这信息成为我们信仰的核心，并成为我们表达信心的方式：**不是我们爱了天主，而是祂爱了我们**(若一 4:10)。我们的能力和美德不是核心。核心是天主无条件的、自由的、白白的给予我们的爱。

我们从天主那里领受的爱是改变我们生命的力量。它打开我们的心，让我们能够去爱。耶稣所说的：**如同我爱了你们，你们也该照**

样彼此相爱。如同不仅仅是一个模仿耶稣爱的邀请，它告诉我们，我们能够爱，是因为祂爱了我们，祂把祂自己的神，圣洁的神，治愈和转化的爱注入我们的心中。因此，我们可以在任何情况下，为我们遇到的每一个人做出爱的决定和行动，因为我们自己是被爱的，我们有爱的力量。因为我自己被爱，所以我可以爱别人。

活出这种爱意味着什么？在给我们这命令以前，耶稣已经洗了门徒的脚；然后祂把自己交给了十字架。爱意味着：服务和奉献自己的生命。服务是说，不要把自己的利益放在第一位，清除我们生命中中贪婪和竞争的毒源，战胜冷漠的癌症和自我控诉的蠕虫，分享我们天主赐予我们的恩赐和天赋。具体来说，我能为别人做什么？这就是爱的含义，以服务的精神过我们的日常生活，带着谦逊的爱，不寻求任何回报。

为福音服务，奉献我们的生命而不期待任何回报，不期待任何世俗的荣耀，这是一个秘密，也是我们的使命。天主对每个人都有爱的计划。祂对你的生活，对我的生活，对我们每个人的生活都有一个梦想。我还能说什么呢？带着喜悦去追求那个梦想吧。

**你们该彼此相爱
如同我爱了你们
你们也该照样彼此相爱**



灵修基础与蓝图

—— 江奇星神父（主徒会士）——

同样的，虽然灵修中程阶段总称为明路，但是在这明路中，仍然有炼路和合路的内涵。甚至说，此阶段的炼路比灵修初级阶段的炼路更为深入，此阶段的合路比前阶段的合路更结合在天主内。同样的，虽然灵修最后阶段总称为合路，但是在这合路中，仍然有炼路，而且是最苦涩的炼路（灵魂的黑夜），比初级阶段的炼路更为苦涩，只不过，处于这阶段既然已经和天主有深度的结合，因此在总称上，我们称之为合路。总之，我们不能死板看待炼明合三路，在炼明合三路中，本是你中有我、我中有你（图四、图五）。

	灵修 初级阶段 默想	灵修 中程阶段 默观生活	灵修 最后阶段 神秘默观
炼路	克胜罪恶	神枯	灵魂的黑夜
明路	修德行善	空无	消失正天主内
合路	心灵自由	空灵	在天主内 成为小天主

图五：灵修各阶段之内含

…待续

堂区消息

我们有教宗了

5月18日，复活期第五主日，教宗良十四世将于上午10点在圣伯多禄广场举行其就职弥撒。
同日新加坡时间下午4点，所有圣堂的钟声将敲响，象征着我们本地教会在祈祷和庆祝中与普世教会紧密相连。
让我们继续为教宗祈祷，愿天主指引他，带领世界各地的信徒更热爱天主和圣母。

五月圣母月 - 公颂玫瑰经

日期：主日弥撒前
时间：7 am
地点：圣堂
欢迎大家踊跃参与



SAHOP 每月祈祷会（英）

主题：天主如何对我说话
主讲：Fr Terence Kesavan
日期：5月23日（周五）
时间：8 pm
地点：视听室

耶稣升天弥撒（当守节日）

- 前夕弥撒：5月28日（周三）
弥撒：8pm
(6.30 pm 平日弥撒取消)
- 节日弥撒：5月29日（周四）
弥撒：6.30 am、12.30 pm、
6.30 pm 和 8.30 pm

明爱（CHARIS）路演

今天，明爱灾难及人道救援行动组织的志愿者来到本堂，宣传人道主义论坛和博览会。欢迎您前往圣雅敬室了解更多信息。

每月邻里祈祷行（英）

日期：5月31日（周六）
集合：8.30 am @
武吉班让地铁站 A 出口
(希里恩购物中心外)
欲知更多，请上网
tinyurl.com/SJCBTNPW

2026 圣婴女校小一招生

教堂隔壁的和平之后圣婴女校，欢迎明年为女儿报读小一的家长们报名参加推介会及游览校园。
日期：5月23日（周五）
时间：3 pm - 4.30 pm
网址：<https://go.gov.sg/olqp2025>

守圣时（主徒会）

主礼：张伟刚神父（主徒会士）
主题：为新教宗良十四世祈祷
日期：5月31日(周六)
时间：10am – 11am
地点：圣若瑟小圣堂
圣时有简单茶点招待

好消息要跟好朋友分享，请别忘了邀请亲朋好友一起来守圣时，同时，我们也会为本月过生日及结婚周年纪念日，和当天首次参与守圣时的兄弟姐妹祈祷和庆祝

教区消息

结约之柜：拜占庭圣像画展

展出台湾圣画员董兰芝画作
日期：5月1至31日
时间：11 am – 8 pm（平日及周六）
10 am – 5 pm（主日及公假）
地点：守礼社2楼
主办：教委·守礼社
欢迎大家踊跃参与

普世为中国教会祈祷日

日期：5月23日（周五）
时间：7:45 - 9:30 pm
地点：圣雅丰索堂（Novena 堂）
方式：以中英语进行泰泽祈祷
欢迎所有人一起来参加

灵修研讨与治愈大会

主讲：萧永伦神父、陈宾山神父、
吴皓玲老师
圣体治愈：张伟刚神父
日期：6月7日（周六）
时间：9 am – 5 pm
地点：新加坡天主教神学院
St Matthew n St Mark 礼堂
报名：扫描二维码报名



报名费：\$15 (含消费税及午餐)
Paynow UEN: T08CC4023DCA1
注明 SCH 0706
联办：神学院、教委、神恩复兴团体