



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

2026 年 1 月 11 日 主受洗日

什么人能够为别人作心灵治愈的祈祷

(摘自《心灵的治愈》— 作者王敬弘神父)

在很多时候，可以把心灵的创伤和身体的创伤作一个平行的比较。一个身体上的创伤愈是大或是深，愈是较敏感，愈需要医生和护士以温和的方式去处理。有的时候伤口上盖了一层脓，医生更需要很小心地把这些脓洗掉，因为这是使病人痛苦的事。在心理上也是如此，有些人因心理的创伤而有各种各样复杂的混乱情绪，或是自己的罪恶盖在创口上有如脓血。为这种人清除伤口也需要以极大的温和去进行。

耶稣在自己的宣讲中，也特别强调温和的重要性。他首先说“温良的人是有福的，因为他们要承受土地”（玛五5）。他在传福音的时候，基本的态度是“压破的芦苇，他不折断；将熄的灯心，他不吹灭”（玛十二20）。耶稣召叫那些凡劳苦和负重担的，你们都到我的跟前来，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，使人能够容易背负。所以，温和的德性和良善心谦实在是不可分的。如果我们愿意为人作心灵的治愈，必需先求耶稣基督给我们这项德性。

(待续)

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
sjcibt.secretariat@
catholic.org.sg

行政员：Evelyn Lau
电话：67691608
sjcibt.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

天主的正义不是处分和惩罚 而是拯救人的慈爱

(摘自梵蒂冈新闻网) 今天是主受洗日。福音(玛 3:13-17)记述耶稣在约旦河岸低头接受若翰的洗礼。通过受洗，人们悔改并以谦卑致力于皈依。

但是，是什么动机促使基督卑躬屈膝呢？

看到耶稣夹在罪人中间，人们感到惊讶并自问：祂，天主的圣者，没有罪过的天主圣子，为什么要做出这个选择呢？让我们在耶稣回答洗者若翰的话语中找到答案：**你暂且容许罢！因为我们应当这样，以完成全义(15)。**

‘以完成全义’是什么意思呢？通过受洗，耶稣愿意向我们揭示天主来到世上，给世界带来的正义包含什么。天主的正义是极大的，其目的不是谴责有罪过的人，而是令他得救和重生，令即使是最顽固的罪人也成为义人。



这是源自爱的正义，来自天主内心深处的怜悯和仁慈，在我们被邪恶压迫，在罪恶和脆弱的重压下跌倒时，天父的心受感动。所以，天主的正义，不是处分和惩罚，正如保禄宗徒所强调的，天主的正义就是使我们祂的子女成为义人，使我们摆脱凶恶的陷阱，获得医治，并重新站起来。

拯救所有罪人、承担整个世界的罪过：这是耶稣在约旦河岸完成的、使若翰十分惊讶的举动的意义，这就是祂来完成的全义。

拯救罪人，承担世界的罪过
是耶稣在约旦河岸完成的



耶稣向我们展示，天主的真正正义是拯救人的慈爱，

是分担我们人类处境的爱，祂接近我们，关心我们的痛苦，进入我们的黑暗处境中并带来光明。

我们不要害怕天主的仁慈。天主为了拯救我们，亲自下降到死亡的深渊，因为一个人即使掉入深渊，见不到上天，也能够找到天主的手，抱住他，使自己从黑暗上升，重见光明，因为人原是为了光明而受造的。

灵修基础与蓝图

—— 江奇星神父（主徒会士）——

她对耶稣的真爱、痴心、思念、眼泪、以及不舍地寻找，致使她是第一个看见复活的耶稣的人。真正寻找天主的人，除非是天主显现在他面前，他不能得到真正的安慰（若廿 11-17、路廿四 13-35）。正如玛利德莲，连天使也不能安慰她，唯有耶稣才是她的安慰，这才能让她找到耶稣。缺乏这种渴望的人，是找不到天主的。

人不求世俗的安慰、不求人间的安慰、不求天使的安慰，唯有天主才是他唯一的安慰时，天主必会亲自来，满足他唯一的渴望。玛利德莲就是这样的寻找耶稣，连天使也无法安慰她时，啊！她心爱的耶稣亲自来安慰她了。

“爱情”只能用“爱情”来寻找。天主就是爱：且是最真、最纯的爱。因此，凡寻找天主的人，请用你最深、最真、最纯的爱情去寻找，否则，你绝找不到天主。

要知道，天主来到世上，不仅寻找罪人，也寻找爱祂的人；不仅寻找爱祂的人，更寻找能以最纯、最真、最深的爱来爱祂的人。你若能以最纯、最真、最深的爱来寻找天主，你必能以最圆满的方式找到天主、拥抱天主。

…（待续）

堂区消息

教宗 2026 年 1 月祈祷意向

祈求天主圣言引领我们的祈祷生活：愿天主圣言滋养我们的生活，成为我们团体的希望之源，并帮助我们建立一个更具手足情谊和传教精神的教会。

代祷（英）

为一切人恳求、祈祷、转求和谢恩。
日期：1 月 14 日（周三）
时间：7:30 – 8:30 pm
地点：圣体室

为圣召守圣时（修生主持）

日期：1 月 15 日（周四）
时间：8 pm
地点：小圣堂

神圣慈悲组（英）庆祝 24 周年

日期：1 月 16 日（周五）
地点：圣堂
慈悲经：7:00 pm
感恩祭：7:30 pm
备注：6:30 pm 弥撒取消

SAHOP 每月祈祷会（英）

主题：主的受洗 (Baptism of our Lord)
主讲：杨笔文蒙席 (Msgr James Yeo)
日期：1 月 30 日（周五）
时间：8 pm
地点：St Mary 视听室（L3）

丰收节（Pongal）

本堂印度团体邀请您来一起庆祝，跳舞、唱歌、玩游戏、品尝美味佳肴，尽情欢乐，并向天主献上感恩。

日期：1 月 18 日（主日）
时间：6 pm
地点：益群堂
报名：扫描二维码



婴孩洗礼

日期：2026 年 4 月 12 日（主日）
时间：1:30 pm
报名截止：2026 年 2 月 15 日

*为婴孩父母及代父母的特备课程

1. 网上课程（ZOOM）
日期：3 月 1 日（主日）
时间：1:30 pm
2. 实体课程
日期：3 月 29 日（主日）
时间：1:30 pm
地点：St Joseph 视听室

报名：
sjcvt.secretariat@catholic.org.sg
或致电堂区秘书 67691666 了解详情

本堂圣文生善会账目表

2025 年 12 月财政报告	
总收捐	\$28,514.32
善款分发	\$28,822.01
总结	\$-307.09

教区消息

2026 年基督徒合一祈祷周

主题：只有一个身体和一个圣神，正如你们蒙召同有一个希望一样。
日期：1 月 18 日至 25 日

19 日 周一	12 nn	新加坡圣经公会 The Bible House, 7 Armenian St, S179932
21 日 周三	8 pm	亚美尼亚使徒教会 Church of Saint Gregory the Illuminator, 60 Hill St, S179366 7:15 pm 亚美尼亚文化遗产展厅导览。请扫描二维码报名 
22 日 周四	8 pm	圣体堂 Blessed Sacrament Church 1 Commonwealth Dr, S149603
23 日 周五	8 pm	女皇镇信义会 Queenstown Lutheran Church, 709 Commonwealth Dr, S149601 (首次举行中文祈祷会)

* 教会首次中文祈祷会将于 23 日（周五）举行，无需报名。诚邀您与所有讲华语的基督教徒一同祈祷反思，共融。

主办：新加坡天主教总教区 ACCED, AIRDECS 和各主办方

支持：新加坡天主教总教区华文教委