



## 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6月28日 常年期第十三主日

### 治愈一生的创伤

(摘自《心灵的治愈》— 作者王敬弘神父)

在柏克莱的祈祷中，有一位五十多岁的太太，她是祈祷团忠实的参与者。她的外貌给人的印象很深刻，因为她所有的头发都白了，而且人生的艰辛在她的面容上留下很深的记号。过了一段日子，我才知道她在美国一所有名的大学中读了哲学硕士学位，然后嫁给一位医生。现在她是六个小孩的妈妈。可是十五年以来，这位医生是个很厉害的酗酒者。他勉强可以维持医生的业务。每次心情不愉快就去喝酒，有时毒打小孩。所以她为了小孩的缘故忍辱负重，使小孩能够得到比较正常的母爱。在这样的环境中，她要不断的和她的丈夫奋斗。她的丈夫没有信仰；她却在信仰中找到她精神唯一的支柱。

有一次，祈祷团的服务小组有一小小的聚会。她也突然来了，静静地坐在一边，当聚会快结束时，她突然说：我十五年来已经忍受够了。我已完全对我丈夫失望。我已无力对这个家再支持下去。如果天主不改变我丈夫的话，我决定在下星期一要提出离婚。她再三声明她这样作实在是不得已，希望天主特别原谅她。

我们听了之后，都觉得很难过，好像也无法用什么实际行动去帮助她。只有为她祈祷。这时，天主忽然感动我，要我为她一生所受的伤害祈祷。所以我就从她受孕、出生以及她生命中每一阶段都作了治愈祈祷。在祈祷后她觉得心灵比较平静，并愿意回家再试试看。 (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 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

### 彼此接纳与聆听

(摘自梵蒂冈新闻网) 在今天的福音中 (玛 10:37-42)，耶稣说：**谁接纳一位先知，因他是先知，将领受先知的赏报** (玛 10:41)。

“先知”一词出现了 3 次，但这里指的是哪一类先知呢？有些人认为先知就像能预知未来的巫师，但这是一种迷信的思想。基督徒不相信魔法、塔罗纸牌、占星术或其他类似的迷信行为。有些基督徒会去看手相、算命，有些则会把先知想像成一个属于过去的人物，他们存在于基督来临之前，预言祂的到来。但今天，耶稣亲自讲论接纳先知的必要性。这意味着先知至今依然存在。他们究竟是谁？他们在做什么呢？

**事实上**，我们每个人都是先知。通过圣洗圣事，我们都领受了先知使命的恩赐 (参阅《天主教教理》 #1268)。先知是指那些领受了圣洗圣事，在圣神的引导下，帮助他人解读当下处境的人。这点非常重要，这不是像阅读新闻那样解读当今的世界，而是要在圣神的启示和引导下进行解读。因为圣神帮助我们理解天主的计划，并按照天主的计划行事。换句话说，先知为耶稣做见证，并引导他人归向祂。他是那位帮助人们活在当下，并按照天主的计划建设未来的人。因此，我们每个人都是先知，也是耶稣的见证人，使福音的能力，在日常生活上，在家庭及社会生活上，昭示出来 (参阅《教会教义宪章》 #35)。

先知是活生生的标志，向他人指出天主的临在。先知是在弟兄姊妹的道路上基督之光的反映。让我们反问自己：我是否借着圣洗圣事成为蒙召的先知？我是否通过言语为耶稣做了生活的见证？我是否将耶稣的光芒带进他人的生命中？我评估过自己吗？我做了什么样的见证？我发出的预言是怎样的呢？

在福音中，天主也要求我们接纳先知。因此，我们必须彼此接纳，因为我们都是天主的肖像。我们应按照自身的处境和圣召，在生活的各个领域—家庭、堂区、修会团体、教会和社会中的其他领域—接纳他人。圣神已将先知的恩典赐予了天主子民，因此，聆听每个人的心声是件好事。当需要做出重要决定时，我们应当先祈祷并呼求圣神，然后才聆听并进行对话，彼此分享先知恩赐。通过这种方式，我们寻求真理，并营造一种氛围，让我们能够倾听天主和弟兄姊妹的声音。人们之所以感到被接纳，并非仅仅因为他们说了别人想听的话。他们之所以感到被接纳和被重视，是因为他们本身就是一份礼物。

如果我们怀着真诚理解的意愿和相互体谅的精神去倾听他人，我们将能避免和化解多少冲突啊！让我们反省自己：我是否将弟兄姊妹视为先知赐予的礼物而接纳他们？我是否相信自己需要他们？我是否以开放的心态和尊重的精神去倾听他们？因为我们每个人都能从他人身上学到东西，我们都能向他们学习。

愿诸先知之后圣玛利亚，帮助我们看到并接纳天主圣神在他人身上播下的美善。

## 灵修基础与蓝图

—— 江奇星神父（主徒会士）——

（接上周）

为追求真我者而言，“小我”即便为“大我”牺牲了，这牺牲已不是最重要的问题，重要的是，“小我”已经找到了“大我”，“蒙胧的我”找到“清晰的”、“虚幻的我”找到“真实的我”，这牺牲已经不算是牺牲，而是一种圆满的成全。

“小我”越能为“大我”牺牲时，“小我”反而更能消失在这“大我”之中，并在这消失中找到“真我”。这就是为什么说，天主有这条件要我们为祂做牺牲；也为什么说，天主有条件有理由要我们“全心、全灵、全力爱天主在万有之上”。天主并非狂妄或自私，而是我们对祂的认识不够，或说，我们并不清楚，天主和我的关系，比我和自己灵魂的关系更密切，只是我们不知道。

圣若望就是了解“天主是比我更我的我”的悟道者，所以他说：“可爱的诸位，现在我们是天主的子女，但我们将来如何，还没有显明；可是我们知道：一显明了，我们必要像祂，因为我们要看见祂实在怎样”（若 13:2）。的确，我们在此尘世，就仿佛天空里的一片云，蒙胧、飘渺、零散，直到一天我们化为小雨滴，回归大海里和大海溶为一体，我们才能看到大海的真相，同时也认识了自身的真相。

…（待续）

## 堂区消息

### 教区神父年度退省

日期：6月29日（一）至7月3日（五）  
这一时期的日程安排如下：

周一 29/6	弥撒 6:30am@小圣堂	弥撒 6:30pm@小圣堂
周二 30/1	领圣体礼 6:30am@小圣堂	弥撒 6:30pm@小圣堂
周三 1/7	领圣体礼 6:30am@小圣堂	圣若瑟玫瑰经及弥撒 7:30pm@圣堂
周四 2/7	领圣体礼 6:30am@小圣堂	弥撒 6:30pm@小圣堂
周五 3/7	领圣体礼 6:30am@小圣堂	弥撒及守圣时 7:30pm@圣堂

请为神父们祈祷：

天主圣神，求祢充满神父们的心，赐予他们洞察力与平安，在一切事上引领他们，做他们每天的力量。阿们。

### 2026 年华语治愈弥撒

主题：与主同行，不要害怕

主持：张思谦蒙席

日期：6月28日（主日）

时间：1 - 5 pm @ 益群堂

形式：敬拜赞美、弥撒、圣体治愈、见证

主办：本堂华委

协助：圣安东尼堂神恩复兴团体

无需报名 欢迎所有人参加

### 青年领坚振圣事

主礼：总主教吴诚才枢机

日期：7月5日（主日）

时间：11:30 am

备注：78位青年将领坚振圣事。

请为他们祈祷：愿圣神圣化他们，使他们忠于信仰，成为福传的工具。

### 三位神父临别感恩祭

日期：7月21日（周二）

时间：7:30 pm

地点：圣堂

### 慕道团新旅程

您有朋友渴望了解天主教信仰吗？  
鼓励他们“来看看”吧！

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9日

时间：7:45pm - 9:45pm（每周四）

地点：视听室

询问：94524234（玉莲）91547689（秀美）

#### 2. 英语慕道团新旅程

启航日期：6月29日

时间：7:45 - 9:45 pm（每周一）

地点：视听室

### 代祷（英）

日期：7月6日（周一）

时间：7:30 - 8:30 pm

地点：圣体室

本月意向：愿基督宝血覆盖每个家庭，并治愈心灵的创伤。

### SAHOP 每月祈祷会（英）

主题：天主存在于两者之间：在人生转折期聆听天主的声音

主讲：Mr. Zerah Goh

日期：7月24日（周五）

时间：8 pm

地点：视听室（L3, St Mary）

### 弥撒服务组招募

弥撒服务组正在招募新血；若您是18岁以上的天主教徒，愿意通过这项事工来侍奉主，欢迎您加入我们。

### 自行车/脚踏车停放架

电梯附近新安装了一个自行车架。  
您可以将自行车停放在此指定区域。



## 教区消息

### 爱德工作-拜访老人院

日期：7月5日（主日）

时间：2:30 - 4:45 pm

地点：NTUC Health Nursing Home  
6B Jurong West Street 52

报名：

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfkXOXKGQj\\_StidR1U3bWMk6RbFxmT0](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfkXOXKGQj_StidR1U3bWMk6RbFxmT0)

欢迎大家踊跃参加，携手传递天主的爱  
主办：教委工作青年组

### 华恩 40 周年庆

主题：四季同心，十指相扣

日期：8月22日（周六）

时间：10 am 弥撒

地点：圣若瑟堂（BT）

报名：94745731（合海，进珠）  
91547689（志展，秀美）

多位神父共祭

弥撒后自助午餐招待

报名出席夫妇可得降福证书+精美相框  
欢迎所有夫妇报名参加