



## 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](http://www.stjoseph-bt.org.sg)

2024年1月14日 常年期第二主日

### 信仰知识问与答

(摘自生命泉源一问程神父)

以弗所书 4: 26-27: 你们纵然动怒，但是不可犯罪；不可让太阳在你们含怒时西落，也不可给魔鬼留有余地。

请问神父：发怒是罪吗？

“纵然动怒，但是不可犯罪”这句话中所指的罪是什么？

答：

在这篇文章中，第一个“动怒”和第二个“含怒”指的是完全不同的事情。

第一个“动怒”，指的是情绪上的生气，它不是行为或抉择，而是当外在事物对我们造成打击时，自然而然引发的一种不满情绪。这种情绪可能是错误的，比如对他人与众不同的自私厌恶；也可能是正确的，比如对无辜者受害感到正义的愤怒。

所以，圣保禄提醒我们，不要让尚未犯罪的生气的情绪变成‘含怒’，即变成了决定去憎恨或恼恨人。这是个与魔鬼战斗的关口，我们必须严加防范。因为当生气的情绪转化为决意的含怒时，罪根就已经种下，日后想连根拔起就不容易了。

圣保禄告诉我们，要每天审视自己，看看自己是否有这种情绪？如果有，就必须立即消除。这是一个很好的教训！

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](mailto:peter.zhang@catholic.org.sg)

助理神父:  
Fr Lourdusamy Prasanna  
电邮:  
[lourdusamy.prasanna@catholic.org.sg](mailto:lourdusamy.prasanna@catholic.org.sg)

堂区秘书: Maggie Chia  
电话: 67691666  
[sjcbt.secretariat@catholic.org.sg](mailto:sjcbt.secretariat@catholic.org.sg)

行政员: Evelyn Lau  
电话: 67691608  
[sjcbt.admin@catholic.org.sg](mailto: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

### 与耶稣相遇令人永不忘怀

(摘自梵蒂冈新闻网) 天主的每个召叫都是祂爱的行动。今天的福音讲述了耶稣在受洗的隔天与首批门徒在约旦河畔相遇。这两名门徒询问耶稣住在哪里时，耶稣回答说：你们来看看吧！(若 1: 35-42)

这是相遇的邀请。那两个人跟随祂，当晚住在祂那里。不难想像，他们坐着向耶稣提问，特别是聆听祂，并且感受到师傅说得越多，自己的心灵就越炽热。

这些门徒觉察到基督话语的美好回应了他们最大的盼望。他们突然发现夜色已深，心中霎时亮起那只有天主能赐予的光明。他们回到兄弟姊妹身边时，这喜悦、这光明宛如河水一样从他们的心中满溢流出。

与耶稣的相遇留下了不可抹灭的记号。他们其中的一个人大约六十年后在福音中写道：那时，大约是第十时辰。

(39) 也就是说，再次回到那一刻。这敦促我们省思：每个与耶稣的真实相遇都会留在鲜活的记忆里，令人永志难忘。很多相遇都会遭人遗忘，但与耶稣的相遇永远长存。

让我们更深入地反省这份与耶稣相遇的经验，因为天主的每个召叫都是祂爱的行动。上主的召叫攸关生命、信仰和一种特殊的生命状态。首先，生

命的召叫构成我们作为人的身份，那是个别的召叫，因为天主并非大量制造同样的物件。其次，天主向我们提出信仰的召叫，让我们成为祂的家人、天主的儿女。最后，天主召叫我们进入一种特殊的生命状态：在婚姻道路、铎职道路或奉献生活的道路中奉献自己。

实现天主对我们每个人计划的方法各不相同，但它始终是爱的计划。对每个信徒来说，最大的喜乐莫过于回应这份召叫，并且全然献身于服事天主和弟兄姊妹。

上主会以千万种方式召叫我们，包括通过人们，以及开心和伤心的事件。然而，面对上主的召叫，我们有时会抱持著抗拒的态度，因为天主的召叫似乎与我们的渴望互相矛盾，或者令人恐惧，因为我们认为天主的召叫太过艰难、劳心又劳力。但是天主的召叫是爱，唯有爱能予以回报。起初发生了相遇，甚至是与耶稣的相遇，祂向我们谈论天父，让我们认识祂的爱。然后，与我们所爱的人讲述这相遇的渴望在我们内心油然而生：我遇见了天主圣爱、我找到了我生命的意义。简而言之：我找到了天主。

恳请童贞圣母玛利亚助佑我们把生活化为一首赞主颂，以回应祂的召叫，并且谦卑又喜乐地承行天主的旨意。在我们每个人的生活中，天主都藉著一个召叫，更加强而有力地临在其中。愿那一刻的记忆使我们常在与耶稣的相遇中焕然一新。

# 灵修的七个阶段

—— 江奇星神父（主徒会士）——

## 五、爱的纯净境界

爱天主有五个境界：第一境界，为爱天主而愿意做教会事工；第二境界，为爱天主而愿意更爱众人；第三境界，为爱天主而愿意弃绝自己；第四境界，为能全然爱天主而愿意全然消失在天主内；第五境界，无论天主赐予痛苦或喜乐，或我在众人中是卑微的还是伟大的，这已经不重要了，重要的是，我能继续爱天主。

第五境界表面看来最容易，其实最难。能超脱痛苦与喜乐、卑微与伟大，能以继续爱天主为满足，要达到这爱的完满境界，除非相信天主已以永恒的爱爱了他，他已经在纯然的被爱中满足了，否则，他对天主的爱不会到达如此纯全和纯净的境界。

圣女玛加利大自传中有一段神秘小故事。有一天，耶稣显现给玛加利大，祂手里拿着两张图像给她看：一张是身体健康，众人看重，做事顺当；另一张是肉身常常有苦楚，并受人轻慢毁谤。耶稣对玛加利大说：“两张你当选一张。”一般上，爱世俗的基督徒，自然会选择受人看重的恩宠，有圣德的灵修人自然会选择受痛苦的恩宠。

…待续

# 堂区消息

## 20 小时朝拜圣体

日期：从 9 月 3 日至 24 年 1 月 14 日

时间：11 am - 12 nn (逢主日)

地点：圣体室

意向：为度奉献生活者及圣召祈祷

\*\* 配合张思谦蒙席晋铎 20 周年纪念  
今天是最后一期了，请别错过了。

## 献主节 • 2 月 2 日

在弥撒中有举行祝圣蜡烛礼。

献主节也是奉献生活者祈祷日。

请为修会会士及修女们祈祷，以贞洁、服从、神贫的精神见证天国。

日期：2 月 2 日 (周五)

弥撒：6.30 am 及 7.15 pm

圣时：8 pm (当天是 2 月的首个周五)

地点：圣堂

备注：

- 您可在 2 月 2 日之前将蜡烛交到堂区办公室，
- 请在蜡烛包装上注明您的姓名和联络号码。
- 请在弥撒后向服务员领取属于您的蜡烛。
- 如果您无法参加弥撒，可在周末到圣雅敬室认领取属于您的蜡烛。

注：2 月 1 日 - 7 日，是普世跨宗教和谐周，请为此意向祈祷。

## 神圣慈悲组 (英语) 庆祝 22 周年

日期：1 月 19 日 (周五)

地点：圣堂

慈悲经：7.00 pm

感恩祭：7.30 pm (6.30 pm 弥撒取消)

百乐餐：8.00 pm

\*\*欢迎您来参与

## 为圣召守圣时 (修生主持)

日期：1 月 18 日 (周四)

时间：8 pm

地点：小圣堂

## 2024 年要理学开课

### 1. 小学部：

开课日期：1 月 20 日 (周六)

上课时间：3 pm (每周六)

开学日，请同学们到益群堂集合

家长介绍会：(一定要到)

日期：1 月 20 日 (周六)

时间：3 pm - 4.30 pm

地点：益群堂

### 2. 中学部：

开课日期：2 月 18 日 (主日)

上课时间：9.30 am (每主日)

开学日，请同学们到益群堂集合

家长介绍会：(一定要到)

日期：1 月 28 日 (主日)

时间：9 am - 12 nn

地点：益群堂

备注：

- 在籍学生无需再次登记
- 新同学的家长将被添加到 Whatsapp 群组，以方便交流

## 主徒会每月守圣时 (华)

主礼：张伟刚神父 (主徒会士)

主题：在圣体内得医治

日期：1 月 27 日 (周六)

时间：10 am - 11 am

地点：圣若瑟小圣堂

圣时后有茶聚

## 2024 新春假日弥撒

大年除夕	2 月 9 日(五)	4.30 pm(英)
大年初一 (春节弥撒)	2 月 10 日(六) 黄昏弥撒	8.00 am(华) 9.30 am(英)
		11.00 am(英)
	2 月 10 日(六)	5.30 pm(英)
主日弥撒 (弥撒照常)	2 月 11 日(日)	7.30 am(华) 9.30 am(英)
		11.30 am(英)
		5.30 pm(英)
大年初三 (公共假日)	2 月 12 日(一)	8.00am(英)

备注：

分发新春柑桔：大年初一弥撒后

## 通告

### 1. 废弃物品清理：

请不要在圣堂场地丢弃您家中不要的物品。您可将这些物品妥善丢弃在您家附近的垃圾桶内。谢谢。

如果圣物是布质或纸质的，可以用碎纸机或剪刀将它分解成小块，然后才丢弃。

如果是圣人雕像，应该先打碎，使其分解成小块，改变原有形状，看起来不再像是圣物，然后才丢弃。

如果是金属材质的，可将之拆卸或销毁，改变原有形状，看起来不再像是圣物，然后才丢弃。

### 2. 禁止擅自张贴海报或散发传单：

未经堂区许可，请勿在圣堂和小圣堂张贴海报或祈祷卡。

### 3. 失物待领

- 失物待领处设于圣雅敬室。所有未领取的物品将在两个月后被丢弃。
- 手机、钱包、车资卡等，请到办公室认领。