

## 五旬主日 圣神降临节

“愿你们平安！  
就如父派遣了我，  
我也同样派遣你们。”  
(若 20:21)



### 【福音与我】（若 20:19-23）

#### 圣神是教会的灵魂

主复活的当天晚上，门徒们因为害怕犹太人而聚在一起，就是在这种恐惧和惊慌的气氛中，复活主显现了。耶稣的第一个行动就是祝愿他们平安，以安定门徒们惶恐的心情。门徒们认出复活的主就是当初的纳匝肋人耶稣，因为耶稣让他们查看祂的手和脚，因着十字架的刑罚而留下了钉痕，所以门徒们明白那不是幽灵或鬼魂，而是复活的主。

耶稣在赐予门徒们平安的同时，又给他们委托了一项使命；就如天父派遣了耶稣，如今耶稣派遣门徒们去继续祂在尘世时所作的工作。（摘自林桓神父弥撒讲道）

#### 2025年夫妇恳谈周末

日期：20/6 - 22/6, 21/11 - 23/11

时间：周五 8pm 至主日 5pm

地点：华恳会所 ME House Punggol

报名联系：尊仁+巧玲 8139 8174  
志展+秀美 9154 7689

[tinyurl.com/ME-Mand2025](http://tinyurl.com/ME-Mand2025)

欢迎不同信仰或无信仰的夫妇参加！



#### 请订阅萧永伦神父反思WhatsApp 频道！

想收到萧神父的每日圣言反思及其他信仰的分享吗？马上订阅他的WhatsApp 官方频道，一起在信仰中同行。

扫描二维码或点击链接加入：

[tinyurl.com/FrHenryChinChannel](http://tinyurl.com/FrHenryChinChannel)

让我们在主内携手前行，共沐天主恩宠。



#### 新加坡天主教神学院2025年课程 (7月 - 11月)

##### 神学文凭/高级文凭/旁听

每逢周一：沙漠灵修

每逢周四：路加福音和宗徒大事录

##### 神学证书课程

每逢周二：基本伦理神学

每逢周五：神学概论

##### 普及课程

每逢周三：慕道团成员神学培育（四）  
做基督徒

欲了解详情及报名请到神学院网站  
[mandarin.ctis.sg](http://mandarin.ctis.sg).

询问电话 6902 8706,  
WhatsApp 8077 4898

欢迎教友报读。



#### 教委主办：2025年华文婚前预备班

10月 5日 及 12日, 9am - 5pm

地点：天主教中心

CANA The Catholic Centre  
55 Waterloo Street  
S(187954)

报名费：每对 S\$180

询问：丽娟 9127 1710

秀琼 9852 4047

扫码报名：[tinyurl.com/ACAMSMPC2025](http://tinyurl.com/ACAMSMPC2025)



堂区网站: [www.holycross.org.sg](http://www.holycross.org.sg)  
堂区捐献 PayNow: UEN#T08CC4054D  
堂区秘书处: 6777 5858 | 9729 9087  
[chc.secretariat@catholic.org.sg](mailto:chc.secretariat@catholic.org.sg)

萧永伦神父 6777 5858 [henry.siew@catholic.org.sg](mailto:henry.siew@catholic.org.sg)  
若望神父 6777 5858 [john.bharath@catholic.org.sg](mailto:john.bharath@catholic.org.sg)  
林汉灵神父 6777 5858 [andrew.lin@catholic.org.sg](mailto:andrew.lin@catholic.org.sg)  
圣若瑟追悼厅 9876 1616 Raymond Yap

## 圣十字架堂华文团体共融祈祷时光

1. 颂念慈悲串经：每周六华语弥撒前，5.40pm于圣堂内永援圣母像前。

2. 2025年6月线上诵念玫瑰经：

6月21日（周六）9pm

带领团体：华文儿童要理班

Zoom会议号：852 4407 5242

无需密码

请点击链接 [tinyurl.com/Man-Rosary](https://tinyurl.com/Man-Rosary)

写上您的祈祷意向，或感恩留言，当晚诵念玫瑰经时，一起献给圣母。



## 基督圣体圣血节24小时朝拜圣体

2025年6月20日 - 6月21日

为庆祝基督圣体圣血节，本堂将举行24小时朝拜圣体活动，邀请所有教友前来朝拜，亲近圣体圣事中的耶稣基督。

朝拜圣体时段：

6月20日（周五）6pm 英语弥撒，

6.30pm于诸圣厅朝拜圣体，至隔日6月21日（周六）

3.30pm结束。

华文团体朝拜圣体：

6月20日（周五）晚上9pm - 10pm

诚邀大家一同参与，在圣体前陪伴耶稣一个小时，回应主爱的呼唤。

“你们竟不能同我醒寤一个时辰吗？”（玛 26：40）



## 新加坡教区神父年度避静

2025年6月30日 - 7月4日（周一至周五）

祈求天主降福并保守神父们的身心灵！

请为吴枢机及神父们祈祷有一个丰硕的避静。

请注意：

本堂该周的平日弥撒是在6月30日（周一）上午6.30am，及7月4日（周五）傍晚6pm举行，其他时间只有领圣体礼。



## 圣十字架堂华文慕道团招生

想要认识天主教吗？

“来，看看吧！”（若1：39）

开课日期：2025年7月8日

时间：每周二 7.45pm 至 9.30pm

地点：圣十字架堂St. Michael 讲堂

询问：黄慧娜 9159 8100，

李玉华 8113 6087

报名：请扫描QR码

电邮：

[chc.secretariat@catholic.org.sg](mailto:chc.secretariat@catholic.org.sg)



## 圣十字架堂开放日

2025年7月12日（星期六）

1. 开放日-欢迎邀约参观

身为教友，我们邀请您和身边的非天主教朋友一起来参观我们的教堂，了解更多有关我们信仰实践的信息。

- 导览将以英语或华语进行

（约1小时），时间为上午8.30至下午3.30。

- 扫描二维码或点击链接预约。

[tinyurl.com/HCinvites](https://tinyurl.com/HCinvites)

- 截止日期：6月30日

2. 招募志愿服务者

我们需要志愿者为导览员或助手，在开放日接待来访者。

- 服务时间为 - 4小时。

- 将为导览员提供培训。

- 扫描二维码或点击链接报名。

[tinyurl.com/HCOHvolunteers](https://tinyurl.com/HCOHvolunteers)



## 教宗2025年6月祈祷意向

增加对世界的怜悯祈祷：愿我们每个人都能在与耶稣的个人关系中找到安慰，并从祂的圣心中学习对世界的怜悯。



弥撒时间

平日弥撒：周一至周五：6.30am, 12.15pm, 6pm

周六：7.30am

公共假期弥撒：7am, 8.30am

周六黄昏弥撒：4.10pm, 6pm (华文)

主日弥撒：7.30am, 9.30am, 11.30am, 5pm

圣母敬礼：周六 3.30pm

祈祷室：每天开放至 10pm