



St John's Cathedral 聖公會聖約翰座堂

Anglican Diocese of Hong Kong Island
Hong Kong Sheng Kung Hui

聖約翰座堂滿載上帝的恩典，位於香港的中心，
歡迎所有人士與我們一同以跟隨基督、轉化生命為己任。

大齋期第二主日

惟願你們今天聽他的話，不可硬着心。

(詩篇 95:7-8)

粵語主日提前聖餐崇拜(2022年3月12日)下午6時

主祭： 管浩鳴法政牧師

講道： 潘正行牧師

聖詩： 96(v.1-4),107,92(v.1,2,4,5),127(v.1,2,4)

普通話聖餐崇拜(2022年3月13日)上午10時30分

主祭： 管浩鳴法政牧師

講道： 潘正行牧師

聖詩： 96(v.1-4),107,92(v.1,2,4,5),127(v.1,2,4)

請參與聖公會聖約翰座堂網上崇拜

2022年3月12日

下午 6 時—粵語主日提前聖餐崇拜

<https://youtu.be/yrdSVATr2QQ>

2022年3月13日(主日)

上午 9 時—英語頌唱聖餐崇拜

<https://youtu.be/4VTN9dnEups>

上午 10 時 30 分—普通話聖餐崇拜

<https://youtu.be/n5gCwoXHvLo>

上午 10 時 30 分—菲律賓語聖餐崇拜

https://youtu.be/w_05px6c_W8

下午 5 時—頌唱晚禱崇拜

<https://youtu.be/cq43Nzu1FqI>



網上奉獻

<https://www.stjohnscathedral.org.hk/Donation/default.aspx?lang=2>

大齋期第二主日祝文

全能的上帝，你向那些迷失的人展示真光與真理，使他們得以回歸正義之途。求使那些承認自己為基督徒的人，能棄絕與他們信仰相違的事，並跟從合乎其信仰者；藉賴祢的聖子，我們的主耶穌基督而求，聖子和聖父、聖靈，惟一上帝，一同永生，一同掌權，永世無盡。阿們。

獻禮文

上主，我們懇求你，藉這獻禮，消除我們的罪過，聖化你信眾的身心，好能準備慶祝將要來臨的逾越節；奉主耶穌基督的名而求。阿們。

領餐後祈禱

全能的上帝，你深知我們無力自救；求你保護我們身心康泰：身體免遭諸般災禍，靈魂不受惡念攻擊摧殘；藉賴我們的主耶穌基督而求。阿們。

經課表： 願上帝的聖言滋養各人的靈性生命，明白上帝的心意，在主愛裏成長。			
日期	舊約/書信	詩篇	福音
14/3(一)	<u>但 9: 4-10</u>	<u>79:8-9,12,14</u>	<u>路 6:36-38</u>
15/3(二)	<u>賽 1:10,16-20</u>	<u>50:8,16-末</u>	<u>太 23:1-12</u>
16/3(三)	<u>耶 18:18-20</u>	<u>31:4-5,14-18</u>	<u>太 20:17-28</u>
17/3(四) 聖博德日	<u>申 32:1-9</u> 或 <u>比 13:1 下-7/</u> <u>林後 4: 1-12</u>	<u>145</u>	<u>太 10:16-23</u> 或 <u>約 4:31-38</u>
18/3(五) 聖西里爾日	<u>便 47:8-10 /</u> <u>來 13:14-21</u>	<u>122</u>	<u>路 24:44-48</u>
19/3(六) 聖約瑟日	<u>撒下 7:4-16 /</u> <u>羅 4:13-18</u>	<u>89:26-36</u>	<u>太 1:18-25</u>

本主日經課

第一次經課 *腓3：17-4：1*

讀經員 恭讀聖使徒保羅致腓立比人書。

弟兄們，你們要一同效法我，也當留意看那些效法我們榜樣的人。因為，我屢次告訴你們，現在又流淚告訴你們：許多人行事是基督十字架的仇敵。他們的結局就是滅亡。他們的神明是自己的肚腹；他們以自己的羞辱為光榮，專以地上的事為念。我們卻是天上的國民，並且等候救主，就是主耶穌基督從天上降臨。他要按着那能使萬有歸服自己的大能，把我們這卑賤的身體改變形狀，和他自己榮耀的身體相似。我所親愛、所想念的弟兄們，你們就是我的喜樂，我的冠冕。我親愛的，你們應當靠主站立得穩。

讀經員 這是上主的道。

會 眾 感謝上主。

福音經課 *路13：31-末*

福音員 主耶穌基督的聖福音，記載在聖路加福音。

會 眾 願榮耀歸與主基督。

就在那時，有幾個法利賽人來對耶穌說：「離開這裏到別處去吧，因為希律想要殺你。」耶穌對他們說：「你們去告訴那個狐狸：『你看吧，今天明天我趕鬼治病，第三天我的事就成了。』雖然這樣，今天明天後天我必須向前走，因為先知是不可能在耶路撒冷之外被害的。耶路撒冷啊，耶路撒冷啊，你常殺害先知，又用石頭打死那奉差遣到你這裏來的人。我多少次想聚集你的兒女，好像母雞把小雞聚集在翅膀底下，可是你們不願意。看吧，你們的家要被廢棄。我告訴你們，你們絕不會再見到我，直到你們說：『奉主名來的是應當稱頌的！』」

福音員 這是上主的福音。

會 眾 願讚美歸於主基督。

會眾禱告

領禱者及會眾以啟應方式祈禱。

主 祭 主內弟兄姐妹，上主呼召我們以望德安慰世人，幫助我們注目於你的慈愛，並向你獻上我們的禱告和感恩。

代禱員 全能的上帝，求你幫助教會避免被世界淡化福音的信息，賜予我們勇氣在黑暗中堅持發光。賜福予我們的教區主教謝子和主教，以及為香港聖公會所有的聖品和平信徒，讓我們能以和平之君的名，安慰那些困擾和憂傷的人。

全 體 主，求你憐憫，
垂聽我們的禱告。

代禱員 造物主上帝，我們為世界和其中的人民、領導者禱告，特別是為那些被自然災害和人為禍患侵擾的人禱告。求主幫助我們成為一個好管家，時刻關注鄰舍的需要，以及關心地球各樣物種的整全性，維護地球的生命。

全 體 主，求你憐憫，
垂聽我們的禱告。

代禱員 慈悲的上帝，我們為所有難民，和一切因暴力和戰爭而要離開家園的人禱告。在這個動蕩和痛苦時刻，我們特別為烏克蘭人民禱告。我們記念所有因這場戰爭而分離的人，並為他們的家庭團聚和人生安全禱告。我們也為那些以憐憫和愛心去接待他們的人感謝你，求主與他們同在。

全 體 主，求你憐憫，
垂聽我們的禱告。

代禱員 醫治的上帝，我們為所有醫護人員，特別是前線醫療工作人員禱告，求主保佑他們免受傷害，在他們對前路感到力不從心時，賜予他們勇氣和盼望。求主在此艱難時刻，與感染新冠肺炎的病人和他們的家人同在。

全 體 主，求你憐憫，
垂聽我們的禱告。

代禱員 在片刻的靜默中，讓我們把自己的心聲，以禱告獻給天父上帝。

(靜默片刻)

主祭讀總結禱文：

主 祭 天父，我們感謝你邀請我們參與在你的光明中，求主時刻臨在，賜予勇氣為你活出真理與喜樂。

主 祭 恩慈的天父，
全 體 求你因你的聖子
我們的救主耶穌基督，
悅納我們的禱告。阿們。

座堂消息

聖約翰座堂 2022 大齋期靈修之旅

本年度大齋期座堂會採用教省所推薦之書籍：《愛的道路：轉向》一書作大齋期學習課程，鼓勵眾教友一同閱讀並藉分享來進行心靈重塑之旅。以下為座堂各個組別的資料，請大家按你們的時間、語言等來選擇參加。

課程以 Zoom 進行。

週二晚上 8 時（英語）- 3 月 8 日開始。

Zoom 連結：

<https://us06web.zoom.us/j/81403228525?pwd=OWp4cCtwVzZwRkhDazdDeVg1aUsxQT09>

週三下午 2 時 30 分（粵語）- 3 月 2 日開始。

請聯絡潘正行牧師：amospoon@stjohnscathedral.org.hk

週五下午 3 時（英語）- 3 月 4 日開始。

請聯絡潘正行牧師：amospoon@stjohnscathedral.org.hk

週日下午 3 時（菲律賓語）- 3 月 13 日開始。

請聯絡梁思恩牧師：sharonlangbis@stjohnscathedral.org.hk

《愛的道路：轉向》可向座堂書店購買。

Faith Begins 基督徒牧養課程

本年洗禮及堅振禮班將於 2022 年 3 月 30 日至 2022 年 6 月 22 日，逢星期三傍晚舉行；本課程以 Zoom 形式上課。

敬請留意，有意領洗或堅振的朋友須符合最少已參加座堂崇拜三個月的條件「以達致對聖公會有初步認識的掌握」。如欲報名或查詢，請致電 2523 4157 或 電郵: amospoon@stjohnscathedral.org.hk 聯絡潘正行牧師。

截止報名日期：2022 年 3 月 27 日

「錄住影說愛你」：大齋期齊齊頌讀馬可福音計畫

大齋期間，座堂中文堂希望邀請 40 位教友/家庭一起參與「齊齊讀經計畫」。

參與教友將會在大齋期間錄影一段經文（經文由牧師分派），並於 3 月尾把檔案上傳給牧師。

牧師會把所有影片剪輯，並在大家的分工合作下，完成一起頌讀「馬可福音」的偉大工程。

期望你的參與！

有興趣參加教友，請於 3 月 11 日前聯絡潘牧師報名。（電話 2523-4157，電郵 amospoon@stjohnscathedral.org.hk）

疫情下聖約翰座堂書店營業時間

因應疫情的發展及政府的建議，書店將調整營業時間，以下的安排由二月十一日星期五起生效，直至另行通知。

星期一至六，營業時間為上午 10 時 30 分至下午 4 時，主日休息。

顧客如有查詢或訂購，可於非營業時間透過 Facebook 聯絡我們。

fb @stjohnlec @sjc_life_enrichment_centre 6083 9391

St John's Cathedral Life Enrichment Centre 聖約翰座堂生命啟進中心

JOIN US ONLINE AND MEET NEW FRIENDS!

聖約翰座堂生命啟進中心 LIFE ENRICHMENT CENTRE

查詢：60839391 (WHATSAPP/ SIGNAL)
報名及詳情：QR CODE
(20/3/2022前報名費用可減20%)
18歲以下參加者需要填妥家長同意書
對象：12-25歲青年
地點：ZOOM
名額有限，報名從速

全「新」SHUU 假 - TEENS PROGRAMMES

1> SP20220301
「天黑請閉眼」狼人殺

日期：29/3/2022 (星期二)
時間：1500-1630
人數：7-12
費用：免費
內容：桌上遊戲狼人殺

2> SP20220302
HONG KONG HUNT 網上歷奇

日期：30/3/2022(星期三)
時間：1500-1730
人數：18
費用：免費
內容：分小組比賽，網上同遊香港不同Check points完成歷奇活動

3> SP20220303
體適能訓練

日期：7/4/2022 至 28/4/2022 (逢星期四)
時間：2000-2130
人數：10
費用：免費
內容：由體適能專業導師帶領做不同捲腹、心肺、肌肉、伸展訓練等

4> SP20220401
《我的鏡中我》自我認識工作坊

日期：6/4/2022 (星期三)
時間：1500-1730
人數：20
費用：\$50
內容：由戲劇治療師帶領輕鬆好玩的自我認識遊戲

20/3/2022前報名費用可減20%，名額有限，報名從速！

 @stjohnlec
  @sjc_life_enrichment_centre
  6083 9391
 


 St John's Cathedral Life Enrichment Centre
 聖約翰座堂生命啟進中心

JOIN US ONLINE AND MEET NEW FRIENDS!

聖約翰座堂生命啟進中心 LIFE ENRICHMENT CENTRE

全「新」SHUU 假 - TEENS PROGRAMMES

5> SP20220402 皮革散紙包工作坊



日期: 12/4/2022 (星期二)
 時間: 1500-1700
 人數: 8
 費用: \$150 (已包材料及運費)
 內容: DIY運用皮革製作散紙包

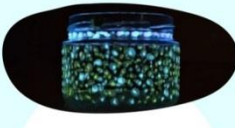


6> SP20220403 捕夢器工作坊



日期: 13/4/2022(星期三)
 時間: 1500-1700
 人數: 8
 費用: \$150 (已包材料及運費)
 內容: DIY捕夢網Dreamcatcher製作

7> SP20220404 夜光星空瓶工作坊



日期: 19/4/2022(星期二)
 時間: 1500-1630
 人數: 8
 費用: \$150 (已包材料及運費)
 內容: DIY製作可夜光的星空瓶

8> SP20220405 乾花水晶球工作坊



日期: 20/4/2022 (星期三)
 時間: 1500-1630
 人數: 8
 費用: \$175 (已包材料及運費)
 內容: DIY運用乾花製作水晶球

20/3/2022前報名費用可減20%，名額有限，報名從速！

查詢: 60839391 (WHATSAPP/ SIGNAL)
 報名及詳情: QR CODE
 (20/3/2022前報名費用可減20%)
 18歲以下參加者需要填妥家長同意書
 對象: 12-25歲青年
 地點: ZOOM
 名額有限, 報名從速

教區、教省消息

大齋期活動【動靜有時 40 日】

香港島教區為鼓勵信徒在疫情期間以「動感方式」守齋，建議透過運動、靜心靈修、查經、祈禱、關心他人作為主要項目。祈望眾人依靠仰望上帝，不失望氣餒。在大齋期內克己自律，自我反省與懺悔認罪，再一次把自己獻上當作活祭，與上帝復和。同時感恩地動起來關注自我身、心、靈健康，多聽靈糧，多做有益身心活動。因此，謝子和主教連同數位牧者在大齋期內持續 40 天（主日除外）以個人活動形式（在家內）如慢跑、步行、拉筋、柔軟體操等等鍛鍊身體，而靜的方式有靈修、祈禱、研經及為有需要者代禱，亦會利用電話或 WhatsApp 關懷他人。有關活動內容會利用視頻、照片或語錄在教區社交媒體分享，如教區網站、YouTube、Facebook 及 Instagram，詳情請參閱教區網頁：<https://dhk.hkskh.org/Event/TC/15351>。

「聖言日糧」

教省自 2021 年大齋首日推出「聖言日糧」將近一周年，教會政策文件導向委員會溝通與配合小組在此特別時刻再次邀請各堂之教友於 YouTube 訂閱「聖言日糧」，每日靈修，強化靈命。誠邀各教友訂閱並按下小鬧鐘以收取通知。以下為「聖言日糧」連結：

<https://www.youtube.com/channel/UCvscAMEthrnDaCfGqseQ6Ng/featured>

香港聖公會 香港島教區青年事工委員會舉辦

泰澤共融祈禱會(網上) 「2022 年主題：攬扶同行」

要彼此相顧，激發愛心，勉勵行善。 希伯來書 10:24

離散與缺裂的濫觴，在於恐懼和猜忌，唯有上主的慈愛能超越時空，消弭人性中罪的癥結。我們誠邀你參與泰澤共融祈禱會，一同領受上主的恩情，並彼此真誠相待，互勉同行。

日期：3 月 25 日(星期五)之泰澤共融祈禱會於網上播放，並在當日中午十二時於香港島教區網站及 Facebook 專頁公開播放。

歡迎大家前來認識泰澤共融祈禱！

查詢：香港島教區青年事工委員會 2526 5366(周小姐)或瀏覽香港島教區網站 <http://dhk.hkskh.org>

泰澤團體位於法國勃艮地省(Burgundy)的細小鄉村，是由羅哲修士於第二次大戰期間創立，以一個一切以善良和簡樸為中心的團體。共融祈禱，是以群體方式以重覆詠唱與安靜，歸心禱告與上主相遇。透過歌詠與默想聖言、禱文與詩歌的意思讓信仰在內心紮根，經歷異口同聲的可見共融。

大齋期「Father Lam 同你講祝文」

「沒有任何事情可以將我們與上帝的愛隔絕！」在今年的大齋期，政策文件導向委員會將於大齋期一連六個主日，由林振偉牧師透過「聖言日糧」頻道向教友講解大齋期的六個主日祝文的意義。謹定於大齋期首日（2022 年 3 月 2 日塗灰日）首播。

現敬請各堂通知並鼓勵教友收看，繼續餵養及強化靈性生命。

倘有垂詢，請與教省辦事處黎小姐(電話：2526 5355)聯絡。

香港聖公會明華神學院

(一) 2021/2022 年度文憑課程第二學期(1 月 3 日至 4 月 8 日)招生

DAN006 信經與聖公會信仰 (8 學分) (聖公宗研習選修科)

講師：鄭守定牧師 時間：週四 晚上 7 時至 9 時 形式：ZOOM

3 月 24 日：39 條信綱 (39 Articles) II 15 – 26

3 月 31 日：39 條信綱 (39 Articles) III 27 – 39

DPT009 禮儀與靈修—祝文寫作與默想 (8 學分) (實踐神學選修科)

講師：林振偉牧師 時間：週四 晚上 7 時至 9 時

形式：ZOOM(因疫情嚴峻，原定 31/3 之面授課堂改為網上 ZOOM 舉行。)

3 月 24 日：聖日祝文

3 月 31 日：禱文寫作分享

DST003 基督與拯救 (8 學分) (系統神學選修科)

講師：范晋豪座堂主任牧師 時間：週二 晚上 7 時至 9 時 形式：ZOOM

3 月 22 日：當代多元處境下的基督論

3 月 29 日：作為盼望的基督

每科學費：(全科報讀) HK\$700 (4 學分)/ HK\$1,400 (8 學分)

旁聽費用：(全科旁聽) HK\$400 (4 學分)/ HK\$800 (8 學分) |
(單堂旁聽) HK\$180

*** 開課前 10 天截止報名 ***

查詢及報名 (香港)： academicadmin@minghua.org.hk /

WhatsApp: (852) 9640 2283

(澳門)： laisyylvia018@gmail.com / (853) 2871 8045



(二) 臨床牧靈教育課程 (CPE) 及督導級培訓課程 (SIT)

2022 年度香港課程

課程編號 001：400 小時 CPE 夏季全日制課程

日期：2022 年 6 月 23 日至 8 月 31 日 (逢星期四及五)

時間：小組時段一星期四上午十時至星期五下午六時

實習—逢星期一至星期三，每周最少 24 小時

截止報名：2022 年 4 月 30 日

課程編號 002：400 小時 CPE 在職延伸課程

日期：2022 年 9 月 4 日至 2023 年 6 月 5 日

(每月第一個星期日及一)

時間：小組時段一星期日下午四時至星期一中午十二時

實習—每周最少 7.5 小時

截止報名：2022 年 6 月 30 日

課程編號 003：督導級培訓 (SIT) 課程

此課程為有志從事臨床牧靈督導人士而設。

有興趣者，請直接與教學督導聯絡。

教學督導：杜敏萍博士 (Patty)

人數：各 3 至 5 人 (面試甄選)

學費：HK\$13,000 (CPE); HK\$16,000 (SIT)；包括宿營費

上課地點：香港聖公會靜修院 (長洲明暉路 16 號)

查詢/報名：(852) 2521 7708 / admission@minghua.edu.hk

主教院 2022 年大齋期牧函

各位主內弟兄姊妹：

「你不要害怕，因為我與你同在；不要驚惶，因為我是你的上帝。我必堅固你，幫助你，用我公義的右手扶持你。」（以賽亞書四十一：10）

在疫情極其嚴峻之際，加上俄羅斯、烏克蘭的戰事升溫，我們更要抓緊天父給予我們的應許。他與我們同在，並沒有離棄我們，讓我們以堅定的信心來仰望他，並一同攜手面對難關。終有一天，我們在上主的保守下會雨過天青。請大家不用過分擔心、恐慌和不安。信實的主耶穌與我們同行，教會亦會陪伴和扶持大家。倘若你有任何需要，請謹記聯絡你們的牧者。

為期四十日的大齋期到了，這段時間，教會呼籲信徒透過克己、自律和簡樸的生活去倒空自己，全然依賴和親近上帝。讓我們安排更多的時間讀經、祈禱、默想、自我反省和閱讀屬靈書籍，使自己藉聖靈的教導，得着更新和改變，遠離罪惡，重返聖潔生活的軌道。

大齋期讓我們省察自己的黑暗和渺小，但天父的洪恩，會護佑我們經歷主耶穌那死而復活、勝過黑暗權勢進入光明的生命。

今年大齋期，我們有幾方面跟大家分享互勉。

（一）傳統上，不少基督徒在大齋期都會進行種種禁食，刻意減少自己在生活上某些享受，例如上網、打機、網購、吃朱古力等，作為克己的鍛鍊。不過，今年除了這些行動，亦請大家特別注意減少各種因疫情而引致的消極負面情緒和想法。這兩年多的疫情，難免使我們感到沮喪、失落與無奈。不少人對前路感到迷惘，甚至情緒崩潰，心靈被無形的壓迫感充塞。在今個大齋期，我們要向這些消沉感說「不」，讓上主信實的大愛，保守和更新改變我們的負面壓力。大齋期守齋的傳統，就是叫人不要專注於人的軟弱，而是仰望天父的大能和真實。今年，我們不要被疫情的黑暗沖昏，而是要學習完全依賴天父的看顧。他是我們的依靠。讓我們有更堅毅的信心和勇氣面對一切。

（二）在大齋期，我們一方面要遠離罪惡，另一方面卻要追求活出上帝喜悅的生命。疫情中，不少人面臨失業、收入大減、居家隔離，被圍封強檢甚至「中招」。我們可以做甚麼事「榮神益人」呢？我們需要照顧有困難的人、幫助長者使用疫情下推出的流動應用程式、為他們搜尋或提供疫情資訊、援助低收入者，讓他們得到安穩的生活，並經常以電話或短訊與教會的弟兄姊妹彼此問候。當大家被迫留在家中的時間長了，便應多與家人傾談，把握機會增進感情及享受家庭樂。在此艱難時刻，我們需要守望相助，互相扶持，加倍去實踐愛人、扶持人、關顧人的事。這是我們學習愛他人的時候。

（三）在今年大齋期的禱告和默想，更是一個學習「等候」的好機會，我們要懇切為疫情轉趨穩定和止息而祈禱。雖然我們難以明白上帝在疫情中的心意，但我們仍深信，上帝是那掌管歷史的神，我們在禱告中得着安寧的時候，更要記念所有確診者和他們的家人，求主醫治和保守他們；也要為所有前線和後勤抗疫人員，特別是醫療工作者、檢測人員與政府官員祈禱，求上主賜他們智慧和能力；祈求所有正在等候入院要居家隔離的市民，得着平安和健康；求主看顧在生活 and 經濟上匱乏的人；祈求上主賜安康和信心予我們每一個人，在這時刻懷着不屈不撓的信心前行，不但不會被疫情擊倒，更能在困境中經歷成長。讓我們學習聖保羅所教導的「在盼望中要喜樂；在患難中要忍耐；禱告要恆切。」在禱告中與主共融。

每年的大齋期，都是一個讓生命重整的重要節期。在疫情下，讓我們藉此重新對焦，洞悉生命的一切都是由天父掌管，只要憑着信心，每天與主同行，就可以經歷上主戰勝黑暗勢力的大能。求上主使我們度過一個有意義的大齋期。祈求上主保護我們，並使疫情早日止息，願他的和平臨到這世界，願上主賜福每一個人。

++ 陳謳明 + 郭志丕 + 謝子和

香港聖公會福利協會 心意行動抗疫專線

新冠疫情持續兩年多，已令香港社會民生大受影響。今年二月，第五波疫情來勢洶洶，近日市民利用快速測試令確診數字屢創新高，留家檢疫人士急增，往往因未能找到即時支援而十分徬徨。有見及此，福利協會在大主教的支持下，推出心意行動抗疫專線，為有需要的牧區及聖公會群體提供：包括經濟援助、社交支援、情緒輔導、靈性支援、實物及資訊提供等。如有需要可致電 82039072 或以 QR code 登入網上平台預約，將由專業社工回覆跟進。

心意行動亦呼籲各位弟兄姊妹參予義工行列，支援疫情中受影響的肢體，有興趣弟兄姊妹請利用以下 QR Code 作義工登記。

最後盼望大家能慷慨捐輸，用以下 QR code 捐款支持心意行動事工。如有查詢，請致電 25331214 與心意行動社工聯絡。



網上預約平台

https://bit.ly/aolsupport_skh



義工登記表格

https://bit.ly/aolsupport_volunteer



心意行動網上捐款
連結

<https://donation.skhw.org.hk/hk/fund-donation/Act-of-Love>