



# 香港聖公會北角聖彼得堂週刊

## 第 66 卷 第 10 期



**2026 年 3 月 8 日**  
**大齋期第三主日**

香港聖公會教省主教長：陳謳明大主教

香港島教區主教：謝子和主教

主任牧師：梁智偉牧師

幹事：陳國曦先生 梁成慧雯女士 顏寶明女士

地址：北角炮台山道 23 號

電話：2570-8272 2571-1916

傳真：2887-6144

網址：<http://dhk.hkskh.org/stpeter>

電郵：[spcnp.dhk@hkskh.org](mailto:spcnp.dhk@hkskh.org)

Facebook：<https://www.facebook.com/spcnp.dhk>



本主日崇拜祝文、經課及詩歌	
宣召經句	主啊，你真是世界的救主，求你賜下活水，使我們不渴。 (約翰福音 4)
祝文	全能的上帝，你知道我們無力自救，求你保守我們的身體和靈魂，使我們外不遇傷害身體的禍患；內不存傷害靈魂的惡念；藉賴我們的救主耶穌基督而求，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。
聖詩	[早堂] 升階詩：我靈鎮靜歌 (普 441) 獻禮詩：萬古磐石歌 (普 178) 結禮詩：求賜智勇歌 (普 415)
	[午堂] 始禮詩：求賜智勇歌 (普 415) 升階詩：萬古磐石歌 (普 178) 獻禮詩：回應主呼召 (附頁) 結禮詩：萬福源頭 (附頁)
經課	出埃及記 17:1-7 (舊約 100 頁) 羅馬書 5:1-11 (新約 231 頁) 約翰福音 4:5-42 (新約 144 頁)
詩篇	95 (附頁)

主日崇拜時間：(早堂) 上午八時正 (午堂) 上午十一時正

### 網上直播

午堂崇拜同時以網上直播形式發放，網址點擊：

<https://youtube.com/live/XTvrFQ6inoU>

也可在當日下午，登上北彼網頁點擊觀看錄影。



**歡迎：**謹此歡迎初次到本堂崇拜之朋友，我們希望認識你們，如方便者，請在崇拜後與我們的招待員或牧師聯絡。

	三月八日	三月十五日
聖工輪值	公禱書聖餐禮文	
主禮	梁智偉	梁智偉
講道	梁智偉	梁智偉
讀經	林尚燕	李玉蘭
代禱	區志聲	楊德廉
侍從	王廣生	王廣生
司琴	鄧恩璇	林尚燕
司捐	羅詠曦 伍麗	譚憶雅 麥劍儀
音響控制	蘇思宏	蘇思宏
財政	麥劍儀	姚懋偉

聖工輪值	公禱書聖餐禮文	
主禮	吳汝林	梁智偉
講道	吳汝林	梁智偉
讀經	何美鈴 楊倩恆	梁少媚 吳派溫
詩篇	岑海柔	茹啟良
代禱	梁玉珍	吳瑞群
侍從	姚詠恩 王廣生 鄒羽欣 蔡德賢	姚詠恩 鄧智仁 李卓銘 洪雋熙
司琴	張子鋒	陳卓瀚
獻酒餅	聶琮珍 杜卓嘉	蔡迺昌 蔡瑩璧
司事	蕭駿霆 譚羨儀 顏麗娟 (歐陽秀蘭)	茹啟德 任正民 陳凱恩 (陳靜儀)
祈禱會	周佑來	吳瑞群
插花	石倩儀	甘麗雲
音響控制	鄒榮肇	吳錦滔 謝文鳳
財政	佘光耀 (姚懋偉)	梁玉珍 (姚懋偉)
宣佈	姚懋偉	梁智偉

提及「大齋期」，多數人的腦海中總會浮現「禁食」二字。在這節期中除了過一段簡樸生活，這四十天的節期對我而言，更是一場關於「關係」的深度覺察。這是一個讓我們慢下腳步、誠實面對自我的機會，讓我們在靈修、祈禱、閱讀與禁食的操練中，與主重新相遇，強化屬靈生命的根基。信仰-最重要除了與上帝的連結，其實也和我們的生活及做人處事上脫不了關係。近年緊密接觸家長工作的我，常在思考：我們能否將大齋期的精神延伸至與身邊人的關係連結？除了傳統的禁食外，我們是否也能在日常互動中，也戒掉一些損耗關係的惡習？

### 在親子關係中，練習「戒掉焦慮」

面對孩子，我們能否嘗試戒掉那些每天的「查問」？戒掉問成績、戒掉追問功課進度、戒掉那些帶有掌控感的問長問短。當我們學會克制焦慮、適時放手時，您會驚訝地發現，孩子在「留白」的空間裡反而能學會自律與自理。當嘮叨少了，孩子主動表達的勇氣就多了。這正是「Less is More」的真諦：減少干預，關係反而更親密。

### 在伴侶相處中，練習「戒掉偏執」

與伴侶同行，難免會有磨合。試著戒掉各持己見的堅持，少一點對生活小習慣的指責。當我們放下批判時，轉以欣賞的眼光看待對方的付出，您會發現原本眼中的「豬隊友」，其實是與您並肩作戰的「神隊友」。那份被忽視的默契，往往就在您放下執念的一瞬間重新綻放。

### 與父母溝通中，練習「戒掉嫌厭」

面對日漸年邁的父母，我們嘗試戒掉那份不耐煩。少一點對囉唆的嫌棄，少一點將他們視為負擔，少一點想控制他們的慾望。取而代之的，是更多的聆聽和溫暖的電話。在生活忙碌中，當您願意多抽空與父母相處，才會驚覺時間正無聲地倒數，而愛卻需要及時且無悔。

### 在職場互動中，練習「戒掉猜疑」

最後在職場裡，嘗試戒掉猜忌與防備。少一點爾虞我詐，少一點爭風吃醋。當我們願意主動打破隔閡，多一點真誠的溝通與協作，那種沉重緊張的工作氛圍將會消散，同事亦能成為如家人般互相扶持的力量。

原來大齋期可以「戒」掉的事，遠不只是食物。求主賜我們勇氣與智慧，戒掉這些無益處的陋習及思想，重整各項關係，多從他人的角度出發。正如《腓立比書》二章四節所言：「各人不要單顧自己的事，也要顧別人的事」。讓我們透過大齋期的操練，活出更像耶穌基督的生命—愛自己、愛他人、愛世界中，看見那些弱勢與有需要的人，讓愛從心出發，感染到每一個被需要的角落。

## 報告篇

### 銘謝

本主日午堂聖餐崇拜承蒙聖保羅堂吳汝林牧師蒞臨主禮及講道，特此銘謝。

### 2026 年度學道班（信仰之基礎）

本年度學道班於 3 月 1 日開始，鼓勵慕道兄姊參與，亦歡迎已洗禮的教友出席，溫故知新。課程內容和時間表會於今堂派發，屆時亦會一併處理洗禮報名事宜。學道班詳情如下：

日期：3 月 1 日至 12 月 6 日，逢主日（復活節假期、暑假及聖誕節假期除外）

時間和地點：上午 9 時 45 分至 10 時 30 分副堂

### 聖週崇拜及活動一覽表

日期	禮儀
3 月 29 日 (主日) (棕枝主日)	早堂 8:00：棕枝巡行聖餐崇拜 (公禱書) 午堂 11:00：棕枝巡行聖餐崇拜
4 月 2 日 (四) (設立聖餐日)	晚上 7:30 (主禮：何潔瑩牧師) 地點：聖雅各堂 (講道：冼月芬牧師)
4 月 3 日 (五) (基督受難日)	早上 10:30 (聯合聖恩堂崇拜) (AHM 詠唱團隊詠唱《約翰福音受難詠》)
4 月 4 日 (六) (復活前夕守夜)	晚上 7:30 (主禮：劉永勤牧師) 地點：聖馬利亞堂 (講道：胡偉豪牧師)
4 月 5 日 (主日) (救主復活日)	早堂 8:00：主復活日聖餐崇拜 (公禱書) 午堂 11:00：主復活日聖餐崇拜

### 北彼學堂 - 主題式研經系列（每月一次）

生活正是修道的場所，日常亦能榮耀上主。為響應教省推動的靈修運動，牧師誠邀大家，一起思想如何以修道精神過日常生活，藉此善度大齋期。活動安排如下：

日期：3 月 13 日（星期五）

時間：晚上 7:30-9:00

地點：副堂

主題：在俗修道

## 教友消息 (哀訊)

教友黃漢深弟兄已於 2026 年 2 月 11 日安息主懷。安息禮謹定於 3 月 21 日（星期六）上午 10 時 30 分在本堂聖堂舉行。安息禮後靈柩將奉往哥連臣角火葬場進行火葬禮。若兄姊出席火葬禮或愛筵，請與本堂幹事聯絡，以便安排旅遊車和愛筵席位。

## 每天經文閱讀—取自《每日讀經表》

08/03/26	星期日	出 17：1—7
09/03/26	星期一	王下 5：1—15
10/03/26	星期二	王下 5：1—15
11/03/26	星期三	申 4：1、5—9
12/03/26	星期四	耶 7：23—28
13/03/26	星期五	何 14 章
14/03/26	星期六	何 5：15—6：6

## 教友奉獻徵信

2026 年 2 月份教友奉獻徵信已印備單張，請到教堂接待處取閱。

## 獻花及獻刊登記表

2026 年度 3—4 月之奉獻週刊及鮮花登記表已張貼於招待處報告板上，呼籲教友為崇拜所需，如週刊印刷費及鮮花擺設，亦為重要日子，如生辰，結婚紀念或悼念親人等，作特別奉獻。請將姓名填在表格內，在該期週刊登出。

## 聖言日糧

這是教省的製作，每天上午於教省網站和 YouTube 平台，內容包括經文誦讀和牧者分享，配合畫作與柔和的樂章，幫助信徒默想。每周一至六播放。

網址：<http://www.hkskh.org/content.aspx?id=87&lang=2>

## 閱讀網上《教聲》

<http://echo.hkskh.org/index.aspx?lang=2>

## 本主日周刊鮮花奉獻

任正民（紀念母親任許蕙芳女士）

李玉蘭（紀念吳愛興先生）

## 代禱事項

謹此呼籲主內兄弟每天花點時間以禱告與主親近，每天為一事情祈禱，在禱告中一起關懷世界和我們的鄰舍，並多為教會祈禱。

- 星期一 為兄弟身心平安祈禱：天氣乍暖還寒，病菌容易肆虐，求主保守我們的身體，免於疾病的侵害。並且，更保守我們的心靈，免受惡念惡習侵擾。使我們能時刻思想上主的話，努力實踐上主的道。
- 星期二 為本堂青年事工祈禱：青年事工，是本年北彼的重點工作。求上主施恩，加能賜力，讓我們充滿智慧，明白你的心意。更能理解青年的需要，不亢不卑，服侍教堂及牧區學校內的青年人。
- 星期三 為教省大齋期修道運動祈禱：天父啊，求你賜給我們清潔的心，在大齋期之中，藉着祈禱、反省、禁食，思想你的話語，與你親近，使靈性生命更新成長，在生活之中作為美好的見證。
- 星期四 為本港的弱勢社群祈禱：憐憫世人的主啊，我們為本地處弱勢的人祈禱，特別是老弱、病患、幼小，求主憐憫，賜下幫助和安慰，又感動政府和相關機構，着力關懷社會上有需要的人。
- 星期五 繼續為世界處於戰亂之中的人祈禱：慈愛的上主啊，你愛世人，不願一人沉淪。求你保守正處於戰火地區的人民，特別是處於中東戰爭中的人，使他們能免於危險。又求主感化國家領袖，能放下私利和成見，共同創建美好和平的世界。
- 星期六 為聖約瑟堂、李文祺牧師及所有同工、聖約瑟堂幼稚園、聖約瑟小學和社會服務中心代禱；為錦田和八鄉區的居民、過渡性房屋的住戶和鐵路站上蓋新居民代禱；祈求上帝保佑，使他能夠加強所有在這裡為您服務的人的力量。

## 肢體關懷

林瑞娟 霍定洋 陳錫輝 池元禧 黃雅璇 林麗琮 張子明 聶琮珍  
李惠娟 鍾何潔玲 劉慧儀 蔡芝娟 關憲民 徐守真 李靜文 林偉明  
鄭淑蓮 陳啟基 余杏儀 蔡婉如 吳派溫 袁玉翹 高翠鳳 羅木樹  
歐炳祥 (王瑞英家翁) 潘錦堯 (潘仲良父親) 楊兆鑾 (楊麗雯父親)  
陳俏華 (楊麗雯母親) 聶美玲 (聶琮珍妹妹) 吳邏容 (吳世東母親)  
黃海榮 (馮行潔母親) 林國屏 (周詠文母親) 林平 (劉蓮愛母親)  
陳德鳳 (周志傑母親) 陳建生 (徐素娟兒子) 吳瑞珍 (吳瑞群妹妹)  
鄭雪琴 (黃雅璇母親) 連雅娟 (連愛娟妹妹) 麥沛強 (鄧婉兒丈夫)

## 上主日崇拜統計

早堂主日崇拜人數：20 (領餐人數：20)

午堂主日崇拜人數：110 (領餐人數：101)

## 上主日奉獻

早堂：\$400

午堂：\$2,650.5 (共\$3,050.5)

## 聖所重修奉獻

早堂：\$400

午堂：\$1,408 (共\$1,808)

## 上周聚會人數

聖樂部練詩：10

主日學：17

福音粵曲組：休練

## 奉獻及繳費

教友奉獻或繳交費用，請盡量使用支票或自動轉賬辦理。如以支票奉獻，敬請抬頭寫上：

香港聖公會北角聖彼得堂 或

**HKSKH ST. PETER'S CHURCH NORTH POINT**

教友亦可直接以「轉數快」或電子銀行轉帳，將奉獻存入本堂在東亞銀行的戶口：**015-133-10-10012-2**，請註明收據上的捐款人姓名及捐款類別，並請保留銀行入賬收據，同時通知幹事跟進。

## 教省及教區活動消息

### 香港聖公會明華神學院

- 1) 神學文憑 2025/26 年度春季學期招生（2026 年 4 月至 6 月）
  - 2) 全新課程「Postgraduate Certificate in Methods in Qualitative Research」
  - 3) 臨床牧靈教育課程（CPE）及督導級培訓課程（SIT）2026 年課程招生
- 有關以上詳細資料，已印備單張，有興趣者請到教堂接待處取閱。

### 「裝備門徒，共建教會」祈禱夥伴計劃

香港島教區第十四屆教區議會以「裝備門徒，共建教會」為未來兩年教區的宣教行動，現鼓勵教區內所有教友一同參與「祈禱夥伴」計劃，各人組成自己的祈禱夥伴，建立每日恆常禱告，彼此代禱的關係。計劃詳情如下：

1. 邀請弟兄或姊妹為祈禱夥伴，在本年大齋期內（2 月 18 日至 3 月 28 日）完成組合，並隨即開始。
2. 夥伴為同性別，年齡相近者較合適；或是教父子、教母女關係。
3. 計劃為期一年，至明年大齋期首日止。
4. 在以下 QR 二維碼登記，以便收取教區/牧區的祈禱事項和資料。



### 「裝備門徒，共建教會」祈禱夥伴計劃—啟動禮暨專題講座

為鼓勵和裝備教友們積極參與「祈禱夥伴計劃」，香港島教區於二零二六年三月十四日（星期六）舉辦「祈禱夥伴計劃—啟動禮暨專題講座」，屆時教區主教謝子和主教將主持祈禱夥伴計劃啟動禮，聖馬提亞堂主任牧師陳榮豐牧師主講專題講座，並有教友作見證分享。活動內容詳情如下：

日期和時間：2026 年 3 月 14 日（星期六）下午 4 時至 5 時 45 分

地點：聖約翰座堂—李堂

內容：1. 祈禱夥伴啟動禮（主禮：香港島教區謝子和主教）

2. 見證分享

3. 專題講座：「所以，你們要這樣禱告……」

講員：陳榮豐牧師（聖馬提亞堂主任牧師）

活動以廣東話進行。如有查詢，請聯絡香港島教區辦事處 25265366（楊小姐）或瀏覽香港島教區網站 [dhk.hkskh.org](http://dhk.hkskh.org)。

## 宗教教育中心舉辦 -- 聖公會人・2026・十本好書閱讀運動

閱讀有助靈命和生活進步，閱讀好書更是相得益彰，所以十位主教、牧師及信徒領袖向各位推薦以下十本好書，帶領大家從文字裏獲得生命成長，陪伴我們在信仰旅程中走一段路。

推薦者	推薦書籍
陳謳明大主教 (香港聖公會教省主教長)	《40 個創意祈禱》(一書兩冊) 克萊爾・丹尼爾, 宗教教育中心
郭志丕主教 (香港聖公會東九龍教區主教)	《為何上帝容許苦難?》 羅賓・基爾, 宗教教育中心
謝子和主教 (香港聖公會香港島教區主教)	《在失序中抱緊上帝: 千禧世代的 信仰心法》 潘正行, 基督教文藝出版社
劉永勤牧師 (香港聖公會教省秘書長)	《門徒的 EQ 覺醒: 告別浮淺信 仰, 活出真實生命》 彼得・史卡吉羅, 宗教教育中心
范晋豪座堂主任牧師 (香港聖公會諸聖座堂主任牧師)	《搭橋與修和: 泰澤共融的發展 特色與歷史篇章》 尚克洛德・艾斯卡菲・莫伊斯・赫斯華 拉, 德慧文化圖書有限公司
陳國強座堂主任牧師 (香港聖公會聖約翰座堂主任牧師)	《婚姻是暖心的城堡: 20 個微小行 動, 溫暖了彼此的心》 何志滌・羅乃萱, 印象文字 Inpres
李安業座堂主任牧師 (香港聖公會聖三一座堂主任牧師)	《基督內的領袖》 郭慧敏, 青森文化出版
彭培剛法政牧師 (宗教教育中心主任)	「真奇妙系列」(套裝) 提姆・陶理・格雷厄姆・傑弗遜, 宗教教 育中心
馬彭艷雲師母 (聖公會澳門聖馬可堂教友)	《三棵樹的傳說》 安琪拉・艾維爾・漢特, 宗教教育中心
陳智明校長 (基樂小學) (聖公會基樂小學校長)	《科學與信仰相容嗎?》 特里格, 宗教教育中心

兒姊購買以上書籍可獲特價優待，詳情請與本堂辦事處聯絡。



## 香港聖公會香港島教區婦女團舉辦 -- 靜思同行藝術療心

社會發生的事件可曾在你心底留下陰影？生活的張力可曾令你喘不過氣？來，我們一起透過靜思祈禱，乾花花藝和禪繞藝術創作，進行靜心交托、釋放創意、提升能量！

日期：2026年4月18日（六）

時間：上午10時至下午2時

地點：聖約翰座堂李堂

內容：

1. 王愛美修女（Sr. Amy Joy, 香港聖公會認可屬靈導師）分享靜思祈禱。

2. 工作坊（請依喜好選擇工作坊）\*

a. 乾花花藝工作坊（名額20位）

導師：王順英姊妹，聖路加堂教友，花藝導師。

b. Zentanlge 禪繞藝術創作（名額30位）

導師馮伊妮 Elijah 是禪繞畫認證導師，在多間社區機構、醫院、學校、教會教導禪繞畫。

\*大會根據報名先後次序、喜好選擇及名額而編排每位參加者一個工作坊\*

\*提供輕便午餐\*

費用：80元

報名：請素描 QR code（額滿即止）

截止日期：2026年3月31日

查詢：各牧區/傳道區婦女代表



SCAN ME

## **聖公宗-天主教合一與使命委員會主辦：合一逾越節晚餐**

為促進信徒間的交流，聖公宗·天主教合一與使命委員會將於 3 月 20 日舉行「合一逾越節晚餐」，由天主教周守仁樞機主禮。透過禮儀、祈禱、泰澤短誦，連繫信徒於主內合一。詳情如下：

日期：3 月 20 日（星期五）

時間：晚上 7 時 30 分至 9 時 30 分

地點：聖三一座堂百週年紀念白普理大樓二樓善牧堂（馬頭涌道 135 號）

名額：天主教及聖公會教友各 100 位

費用：HK\$280

截止報名：3 月 10 日

報名及繳費：請掃瞄右方的二維碼

查詢：2526 5355（教省辦事處黃小姐）

備註：活動場地不設泊車位。大會保留安排細節的最終決定權。



## **【香港聖公會香港島教區 青年事工委員會舉辦一大齋期抄經朝聖之旅】**

透過在不同聖堂朝聖、以禱告之心抄寫聖言、並在都市步行中感受上主臨在當下每刻。

日期：2026 年 3 月 21 日（星期六）

時間：下午 3 時至晚上 7 時正

路線：由聖士提反堂出發，途經聖馬太堂、聖保羅堂、聖約翰座堂

內容：教堂朝聖、抄寫聖言、收集紀念印章、禱告步行，最後以參與聖約翰座堂聖餐崇拜作結。

對象：本教區青年信徒

名額：30 位（本委員會將保留最後甄選權）

截止報名日期：3 月 17 日（星期二）

報名方法：請掃瞄報名

查詢：香港島教區青年事工委員會周小姐 2526 5366

