



基督教尖沙咀潮人生命堂 葵福支堂

Tsim Sha Tsui Swatow Christian Church Kwai Fook Church
生命周刊 2026年3月1日

貳
零
貳
陸
年

主
題

更
新
、
突
破
、
成
長



教會網頁

教牧♡聲

「預苦期知多少？」

朱均海教師

預苦期的英文是「Lent」，原意是春天。又稱為大齋期，由聖灰日開始為期四十天直到復活節。今年的「預苦期」由2026年2月18日(三)起，直到4月2日(四)。¹每年的預苦期均開始於星期三的「聖灰日」(Ash Wednesday)，信徒會於當天在額上塗灰，作為懺悔罪行的象徵。²而今年的「聖灰日」，正好是農曆新年大年初二！

預苦期間的節日包括：

1. 聖灰日：在神面前謙卑悔罪，反思個人、教會群體、鄰舍、社會、國家和世界的過犯罪惡，醒覺生命的脆弱與邁向死亡的定局，展開為期四十天的預苦期；
2. 棕枝主日：記念耶穌騎著驢子進入耶穌撒冷，群眾舉起棕樹枝歡迎耶穌，表徵著基督的凱旋與他所帶來的和平。這個君王式的歡迎禮卻逐漸發展到耶穌被出賣、被害、捨身及展開耶穌在上十架前最後一週的事蹟；
3. 主立聖餐日：記念耶穌與門徒的最後一次逾越節晚餐，耶穌為門徒洗腳服事，取了奴僕的形象，頒佈一條新命令，是要門徒彼此相愛，好像主愛他們一樣。耶穌在被賣的一夜設立聖餐，吩咐門徒要吃餅喝杯來記念他，餐後耶穌與一眾門徒到客西馬尼園禱告。
4. 受難節：記念耶穌被釘死在十字架上，會眾反思耶穌的死與自己的關係，自己的罪都歸到耶穌的身上，一同被釘在十字架上。黑暗雖然暫時籠罩着一切，然而上帝仍在掌權，主宰着一切，所發生的每件事都是在他命定的計劃內。³

在預苦期期間，讓我們學習建立個人操練：

- a. 參與預苦期有關的默想聚會；
- b. 多禱告與默想，閱讀有關的靈修材料及書籍；
- c. 學習過簡樸生活：禁食操練——如減少用餐次數，飲清水，減少喜愛的零食、娛樂等。

¹ 不包括主日，共四十天。

² 在舊約當憂傷、懺悔的時候就會塗抹灰塵，以表示自己的卑微和無助，痛悔自己干犯了上帝而遭遇慘況，以求主赦免。

³ 轉引自李恩添博士——展現福音的崇拜講義

葵福支堂

教 牧 同 工：鄭瑞芬教師、朱均海教師

教 會 同 工：行政幹事—區美寶姊妹

主日聚會地址：棉紡會中學 (新界葵涌葵盛圍 350 號)

活 動 中 心：新界葵涌大連排道 83 號 K83 1103 室

電 話：2423 0191 (辦公室)

WhatsApp：5951 5294

電 郵：kwaishing@tstsc.org

網 址：<http://www.kfsc.org>

基督教尖沙咀潮人生命堂

葵福支堂主日崇拜

	本周 3 月 1 日(09:30-10:30) 樂齡主日崇拜職事表	本周 3 月 1 日(11:30-12:45) 午堂主日崇拜職事表
主 席	林珠云姊妹	盧翠冰姊妹
講 員	鄭瑞芬教師	鄭瑞芬教師
導 唱	林珠云姊妹	蘇俊豪執事
司 琴	彭錦銓弟兄	曾俊明弟兄
招待司事	韓耀威弟兄/陳麗萍姊妹	陳美賢姊妹/鍾明娣姊妹
影 音	張玉蓮姊妹/江啟健弟兄	楊思玲姊妹/江啟健弟兄
值日堂委	袁振偉弟兄	范寶蓮執事

序 樂	-----		主席(眾立)
宣 召	以賽亞書 48:17		
讚 美	《全能父上帝》 《將最好獻主》	《耶和華是我的倚靠》 《主禱文》 《有一位神》	導唱
禱 告	-----		主席(眾立)
講道經文	約翰福音 3:1-17		主席
講 道	「馬上重生」		講員
回 應	《再次將我更新》		導唱
感 恩	奉獻/祈禱		主席(眾立)
讚 美	《讚美一神》		
祝 禱	朱均海教師	鄭瑞芬教師	長老/教牧 (眾立)
殿 樂	-----		
歡迎報告	朱均海教師	鄭瑞芬教師	長老/教牧
詩 歌	《願主天天以恩包圍你》		
崇拜結束	彼此問安		

	下周 3 月 8 日(09:30-10:30) 樂齡主日崇拜職事表	下周 3 月 8 日(11:30-12:45) 午堂主日崇拜職事表
主 席	黎予學姊妹	江啟健弟兄
講 員	朱均海教師	朱均海教師
導 唱	黎予學姊妹	黃麗珊姊妹
司 琴	彭錦銓弟兄	曾俊明弟兄
招待司事	韓耀威弟兄/陳麗萍姊妹	陳美賢姊妹/李綺華姊妹
影 音	張玉蓮姊妹/江啟健弟兄	楊思玲姊妹/袁振偉弟兄
值日堂委	林惠愛執事	范寶蓮執事

主日信息「思考問題」



思考問題：

1. 你還記得自己為何返教會嗎？為何信主？
2. 在信主的歷程，生命中還有什麼需要重生、被主更新改變的？

家事報告



1. 歡迎首次參與葵福支堂主日崇拜聚會的朋友或主內肢體，願上帝賜福予你！
2. 3月周三晚祈禱會安排：i) 3月11日(三)晚上7:30於K83葵福支堂活動中心舉行「**實體祈禱會**」，負責人：黎予學姊妹；ii) 「**網上祈禱會**」負責人：3月4日鄭瑞芬教師；3月18日朱均海教師；3月25日袁振偉弟兄。今日下午2:15於K83葵福支堂活動中心舉行「**安得烈團契**」，歡迎新朋友出席。詳情請聯絡團長袁振偉弟兄。
3. 3月3日(二)上午10:00於K83葵福支堂活動中心將舉行「**亞拿團契**」，歡迎長者領新朋友出席。
4. 3月8日(日)上午9:30-10:45於棉紡會中學432室舉行「**青少年團契**」，主題：「桌遊 Super Fun」，內容包括早餐、桌遊、分享，查詢請聯絡 Super Teens 導師。
5. 為了彼此激勵一起在主裡成長，教會現進行弟兄姊妹的**盆栽種植照片收集活動**，請於3月29日(日)前以WhatsApp將照片發送給鄭瑞芬教師、朱均海教師或Mabel幹事。

本周代禱事項



教會：

1. 為教會在預苦期間推動的靈命操練，透過使用《預苦期靈修特輯——40天與聖靈同行》書籍，幫助肢體親近神，靈命得復興。
2. 為3月份正準備考試的小學生祈禱，求主幫助他們新年過後能回復心情，預備考試。
3. 為6月13日教會聯合睦福、棉紡會中學舉辦 Eternity 音樂見證分享會，求主使各樣籌備工作順利，無論見證分享及信息都能祝福社區，讓人認識主。
4. 為袁容少芬姊妹(袁振偉堂委媽媽、鍾善雯堂委奶奶)於2月27日安息主懷，願主親自安慰家人，主的慈愛與他們同在。

香港/世界：

1. 香港政府草擬將最低工資加至\$43.1，經立法會通過後將於5月1日起實施。求主帶領有關政府部門，能幫助弱勢勞工，改善他們的收入。
2. 為美國持續對伊朗的軍事計劃以及德黑蘭最近針對示威者的致命鎮壓施加壓力，求主保守兩國領袖能以和平解決分歧，保持克制。

奉獻通告

如有弟兄姊妹未能親身到學校崇拜辦理奉獻，可把奉獻轉賬到教會的銀行賬戶、或使用網上銀行 FPS 轉數快，詳情請參閱總堂財政部報告，並保留和提供轉賬資料(註明奉獻者姓名及奉獻項目)，以電郵方式盡快在當月交回教會，或親自交奉獻到葵福支堂活動中心葵涌大連排道 83 號 1103 室，以便教會輸入奉獻系統和提供奉獻收據。

教會銀行賬號及電郵資料如下：

收款銀行：恒生銀行有限公司(代號：024)

收款人：TSIMSHATSUI SWATOW CHRISTIAN CHURCH

賬號：286-004528-001

電 郵：churchoffering@tstsc.org

每周財政簡報



葵福支堂 2026 年 1 月份收支對比

葵福支堂總收入	\$ 169,498.20
葵福支堂總支出	\$ 136,192.99
順差	\$ 33,305.21
全年順差	\$ 33,305.21

葵福支堂上周(22/2)財政進項

常年奉獻	\$ 100.00
感恩奉獻	\$ 41,500.00
葵福事工	\$ 660.00
主日奉獻	\$ 2,484.00
合計：	\$ 44,744.00

歡迎參加本堂各主日學、團契及祈禱聚會



葵福崇拜時段出席 (22/2/2026)

09:30-10:30 早堂崇拜 (36)人	早堂聖餐	09:30 早神 Fun 享茶查聚 (2)人	10:45 福音班 (13)人
11:30-12:45 午堂崇拜 (48)人	午堂聖餐	09:30 青少年團契	10:30 Super Teens (12)人
		10:00 升中面試班	10:30 Super Kids (5)人

葵福各團契及祈禱會 (20/2/2026 至 26/2/2026)

星期五 20	星期六 21	主日 22	星期一 23	星期二 24	星期三 25	星期四 26
				10:00-11:30 亞拿團契 (17)人 11:30-12:30 樂齡詩班	10:00-11:30 亞拿動動腦筋 動手做	
		14:00-15:00 家長小組 14:15-15:30 安得烈團契 15:00-17:00 師友計劃			16:00-17:15 基督少年軍 380 分隊	16:00-17:15 學生基督徒團契
	17:00-20:00 桌遊小組 18:00-21:00 姊妹小組				20:30-21:30 網上祈禱會 (12)人	20:30-21:30 約伯記導讀 (7)人