

本堂的異象宣言：共建委身基督、愛主愛人的門徒群體。

2026年年題：由根而發,門徒倍增

2026年3月1日

早堂崇拜：上午8：45 — 9：45

午堂崇拜：上午11：00 — 12：30

3月月題：重整生命（上）



恩磐堂社交平台連結



請從Linktree 或 QR code索取以下資訊：

*<https://linktr.ee/gracebook>

*工作人員輪值表

*教會社交平台

*代禱事項

專心敬拜，準時出席，如非必要，勿用手機

牧者心聲

題目：重整生命：大齋期，把門徒帶回「暗處」生根

✍️ 文 / Pastor Kingsman

年味像潮水，退得很慢。先是紅紙褪色，然後是飯局稀疏，再然後，手機行事曆開始催促我們回到速度。等你讀到這篇，已是年十三——人似乎都「恢復正常」了；只是心，未必。

今年的大齋期（Lent）從2月18日（聖灰日）開始，恰巧也貼近伊斯蘭齋戒月的起點。兩個群體都談操練：節制、祈禱、施予；也都提醒人，外面的秩序可以很整齊，裡面的動機卻可能很混雜。

耶穌在〈馬太福音〉第六章，把施捨、禱告、禁食放在同一段話裡，三次提到「假冒為善」。祂不是反對善行，而是把光照進那個最不易察覺的角落：我們做這些，究竟是為了天父，還是為了人的目光？祂說：「你施捨的時候，不要叫左手知道右手所做的……你父在暗中察看，必然報答你。」又說禁食不要故意叫人看見。（參太 6:3 - 4、16 - 18）

於是，門徒面對一個張力：上一章耶穌說要作光，叫人看見好行為，把榮耀歸給天父（太 5:16）；下一章又說不要把敬虔變成表演。答案其實很安靜——不是高調或低調，而是「向誰而做」。當我渴望掌聲，我就會不自覺把信仰活成舞台；當我渴望天父，我就願意把生命搬回暗處，讓根重新扎進祂的話語與同在。

因此，大齋期不是要我們「做多一點」，而是邀請我們「跟深一點」。古老教會常以三項操練作骨架：祈禱、禁食、施捨。祈禱，讓人從控制欲裡鬆手，重新學習把主權交回上帝；禁食，不必只理解為少一餐，更像是為心靈清出空間——把視線從慾望與焦慮上挪開；施捨，則把操練帶向鄰舍，使信仰不困在自我整理，而是落在憐憫與公義的方向。有人形容，大齋期是一段「清理地平線」的季節，好叫禱告重新成為中心。

今年三月的月題是「重整生命」。若把它說得更直接，就是：把生命重新放回正確的位置。健康使命教會常提醒我們，門徒不是被動「出席者」，而是被主塑造、被差遣的人。若要「由根而發，門徒倍增」，第一步常常不是擴張，而是下沉；不是把枝葉撐得更大，而是讓根系更深、更真、更靠近主。

大齋期可以很具體：每天留一段不被打擾的時間，讀一段經文、安靜片刻，誠實問自己——我最近最在意誰的肯定？我最依賴的是什麼？我願意為主放下哪一件「看似必要」的東西，把省下的時間與資源，轉成一次探望、一個關懷、一次實際的分享。這些都不張揚，卻會在暗處發芽；而暗處長出的根，往往最能支撐將來的果子。願主在這大齋期，帶領我們重整生命：在暗處歸回，在日常更新，作主真門徒。

☪ 早堂崇拜程序 ☪

讚美	【讚美之泉】 (YouTube 伴唱)	會眾
	【注目看耶穌】	
祈禱	-----	司會
生命信息	--- 「門徒靈命塑造之道 ---	
	揭去帕子，得見榮光」 --- 李何翠華牧師	
	經文/大綱 (參銀幕/午堂崇拜程序)	
默想回應	-----	會眾
詩歌奉獻	----- 【呼求耶穌】 -----	會眾
	(信徒及來賓按上主感動以信心回應)	
祈禱	-----	司會
家事分享	----- 李何翠華牧師	
祝福	----- 劉俊毅牧師	
散會	----- 進入社區，實踐使命 -----	會眾

1/3 早堂崇拜事奉人員	8/3 早堂崇拜事奉人員
司會/領唱：鄭建偉	司會/領唱：葉碧生
司事：呂健民、李淑儀	司事：黃賽屏、李玉蓮
影音：鄺美玲	影音：馮思堃
電腦控制：李柳娟	電腦控制：李小娟

☪ 午堂崇拜程序 ☪

「主啊！我要在萬民中稱謝你，在萬族中歌頌你。因為你的慈愛偉大，高及諸天，你的信實上達雲霄。神啊！願你被尊崇，過於諸天；願你的榮耀遍及全地。」（詩 57:9-11）

敬拜讚美 ----- 吳曼珠姊妹

【敬向父神】（曲：游智婷 詞：許逸蘭）

【主祢是我力量】（曲/詞：曾祥怡）

【我的生命獻給祢】（曲/詞：曾祥怡）

宣講聖言：門徒靈命塑造之道 — 揭去帕子，得見榮光 李何翠華牧師

經文：哥林多後書 3:14 - 18

引言：信主至今，作為門徒的你有沒有真正改變過？今天讓我們從經文中，看一個門徒如何從被遮蔽的光景，一步一步走向「榮上加榮」的生命蛻變。

- 一、敞開——除去遮蔽，坦然面見基督
- 二、注視——定睛基督，凝視主的榮美
- 三、反映——潛移默化，返照基督的形像

結語：這是一條「榮上加榮」的朝聖之旅，沒有止盡，卻步步靠近永恆的榮耀。我們無法靠意志偽造生命，也無法靠行為賺取蛻變；這一切的塑造，皆因那賜生命的靈，以祂的大能將我們這脆弱的瓦器，漸漸磨成祂兒子的樣式。

反省問題

1. 在我的生命中，是否仍有一層「帕子」——無論是壞習慣、不願被觸碰的傷痛，還是一直緊抓不放的老我——攔阻我坦然無懼地面見神？
2. 平日裏，我的心思意念更多停留在哪裏？是注視世界的紛擾，還是定睛仰望基督的榮光？什麼事物最容易奪去我「凝視」主的時間？
3. 在最近的生活中心，我的家人、教會肢體或朋友，能否從我身上看見基督的某種特質（如忍耐、恩慈、謙卑）？我生命的「反射」是清晰還是模糊的？

默	想	回	應	-----	上主今天向我說甚麼？我要如何遵行？	-----	會	眾	同	心		
奉			獻	-----		-----	林	國	平	弟	兄	
頌	唱	月	詩	-----	【呼求耶穌】	-----	會	眾	同	心		
家			禱	-----	為教會的人與事，及為奉獻祈禱	-----	林	國	平	弟	兄	
家	事	分	享	-----		-----	李	何	翠	華	牧	師
三	一		頌	-----		-----	會	眾	同	心		
祝			福	-----		-----	劉	俊	毅	牧	師	
殿			樂	-----		-----	眾			坐		
散			會	-----	進入社區，實踐使命	-----	會	眾	同	心		

教會家事消息

整體

1. 《同工假期》

陳建超牧師：2月27日 - 3月1日放假。

2. 《72週年堂慶暨新春合堂崇拜感恩回顧》

在2月22日的72週年堂慶暨新春合堂崇拜當天相片已上傳至教會 Linktree，供弟兄姊妹閱覽/下載，請使用以下連結查看：

<https://linktr.ee/gracebook>，相片將於3月31日落架，請及時下載留念，謝謝；當天崇拜中包含恩磐堂及鄰舍中心義工嘉許禮、使命門徒畢業禮等內容，歡迎一併關注。如有查詢，請聯繫恩磐堂辦事處同工 Chris，謝謝。

3. 《全教會祈禱時段》

逢有第五個主日的日子，將於該主日的早堂及午堂崇拜設有家禱環節（本月為3月29日主日）。

內容：弟兄姊妹分為2-3人的小組，同心合意為恩磐家各項的事工發展和需要同心禱告。

家禱時間：約三分鐘

4. 《聘請通告》

本堂現誠聘成人牧區半職**教牧助理**一名，主要協助成人牧區之牧養關懷、聚會及相關事工推動。申請者須具委身事奉心志，對教會事工有使命和負擔，且具相關神學裝備或經驗者優先。

*有意申請或查詢，請聯絡陳建超牧師。

5. 《電子版週刊》

恩磐堂鼓勵支持環保無紙化，邀請各位會眾及來賓從椅背中的QR CODE下載週刊的電子版，共同建設美好的未來。在基督教信仰的指引下，我們堅信每個小行動都能為創造更美好的世界貢獻力量！

關顧

1. 《足部痛症舒緩講座》

您是否經常受足部疼痛困擾？腳跟痛、腳底筋膜炎、足弓不適等問題影響日常生活？誠邀您參加「足部痛症舒緩」講座，由專業人士講解足部痛症的成因及舒緩方法，助您踏出輕鬆健康的每一步！

日期：2026年3月7日（星期六）

時間：下午2:30 - 4:30

地點：恩磐堂禮堂

主辦：康泉醫療協進會

協辦：恩磐愛鄰舍中心

費用全免，歡迎有需要人士參加。

2. 《穆關同行：深水埗穆斯林文化之旅》

讓我們用愛與理解，拉近心的距離！透過詩歌、講解讓大家了解穆斯林福音需要，並往深水埗實地走訪，一起認識與關懷本地穆斯林鄰舍(印尼傭人)，在對話中建立友誼，在同行中實踐信仰中的愛與和平。誠邀你，與我們一同踏上這趟溫暖而真誠的「穆關同行」之旅！

主講：SIM 國際事工差會

日期：3月22日（主日下午）

時間：2:30-5:40

地點：太子偉興大廈一樓

培育

1. 《2026 年第一期培育課程》

弟兄姊妹，2026 年第一期培育課程現已接受報名，相關手冊亦已預備妥當。新一年，讓我們不只是立下願望，而是在真理上扎根，在生命中成長。

培育課程是教會陪伴大家邁向成熟的重要途徑。無論你是初信者，還是已信主多年，都可以在不同課程中找到合適的裝備與挑戰。鼓勵大家把握機會，主動報名，讓屬靈生命在新的一年「由根而發」，一步一步走向成熟與倍增。

2. 《查經成長小組》

「查經成長小組」由一班成年的弟兄姊妹組成，透過查考聖經及彼此分享支持以建立成熟的靈命及實踐使命。我們會在每月的第三週下午 2:30 聚會。

在 3 月 15 日開始，我們將開始查考撒母耳記上下。弟兄姊妹如果研經有興趣，歡迎參加，詳情可聯絡甄銳權弟兄。

3. 《使命門徒證書 (一年)課程畢業典禮》

感謝神的恩典與引領，本年度使命門徒證書 (一年)課程已順利完成。眾學員在過去一年殷勤學習、彼此扶持，於真理中扎根，在服事中成長。

茲證明以下學員已順利完成一年制「使命門徒證書課程」之全部修業要求，特此公告以資鼓勵：

郭文華、陳穎思、李美玲、陳詠雯、徐婷媚、香淑玲、香淑霞、林琦珍、張秀君、黃秀媚、吳曼珠、黃艷仙、謝鳳蘭

願主繼續帶領、使用各位畢業學員在門徒事工與服事中發光、成為祝福。

4. 《舊約全書讀經計劃 (2 年期)》

感謝主的恩典！我們即將在 3 月 4 日完成《啟示錄》最後一章的閱讀。這一年來，我們一同見證了基督的救贖與新天新地的盼望，完成了新約全書的屬靈長征。

然而，啟示錄的結束並非終點，而是另一個精彩旅程的起點。3 月 8 日起，我們將正式展開為期兩年的「舊約全書讀經計劃」。

為什麼我們要讀舊約？舊約不是陳舊的歷史，而是新約的根基。在那裡，我們看見：

創造的奇妙：找回生命最初的價值與定位。

盟約的信實：看見神如何在人的軟弱中，依然守約施慈愛。

基督的預表：在每一處律法與先知的預言中，尋找救主的影子。

邀請你：重新啟航，報名參加！讀經不是獨自摸索，而是群體的操練。我們誠摯邀請你加入這兩年的舊約旅程，在每天的經文與屬靈提醒中，建立穩定的靈修生活。

啟動日期：2026 年 3 月 8 日

計劃內容：每日經文段落 + 專屬屬靈提醒/問題

報名方式：<https://forms.gle/uBgcrkTR4msi6czN9>

「你的話是我腳前的燈，是我路上的光。」（詩篇 119:105）

讓我們一起回到起初，在舊約的字裡行間，遇見那位永不改變的神。

報名 QR CODE：



5. 《使命門徒證書課程第二期》

【「精兵短訓」信徒裝備課程】

人生若沒有異象，日子就只剩下重複。當生命有方向，忙碌也變得有意義。

為工作賦予異象，上班不再只是為生計奔波與承受壓力，而是充滿使命與盼望。

為家庭賦予異象，你會更愛回家，也更懂珍惜家人。為教會賦予異象，你會更投入服侍，也更願意同行。

「精兵短訓」專為職場信徒而設，幫助你活出「生活即佈道」的生命，在日常中見證基督，重拾使命感，並實踐具體的生活佈道行動。

課程編排：

課堂	題目	上課日期	教授	備忘
第 1 堂	使命與愛	14/3/2026	忠僕	但以理課程
第 2 堂	成為行動者	28/3/2026	忠僕	但以理課程
第 3 堂	有效的個人佈道	11/4/2026	忠僕	但以理課程
第 4 堂	如何回應未信者的問題	25/4/2026	忠僕	但以理課程
第 5 堂	朋輩輔導課題 1－傾聽他的心	9/5/2026	忠僕	巴拿巴輔導課程
第 6 堂	如何建立福音小組	23/5/2026	忠僕	但以理課程
第 7 堂	如何使用生活行動手冊 1	13/6/2026	忠僕	但以理課程
第 8 堂	朋輩輔導課題 2－愛心說誠實話	27/6/2026	忠僕	巴拿巴輔導課程
第 9 堂	如何使用生活行動手冊 2	11/7/2026	忠僕	但以理課程
第 10 堂	朋輩輔導課題 3－心意更新變化	25/7/2026	忠僕	巴拿巴輔導課程
第 11 堂	如何使用生命行動手冊 1	8/8/2026	忠僕	但以理課程
第 12 堂	如何使用生命行動手冊 2	22/8/2026	忠僕	但以理課程

日期：2026 年 3 月 14 日開學（逢每月第 2 及第 4 個週六上課）

時間：早上 10:30-中午 12:30

上課地點：恩磐堂太子培訓中心（九龍太子道西 148 號偉興大廈一樓（太子地鐵站 B1 出口））

收費：全期\$700（包講義，不包手冊）

名額：25-30 人

對象：恩磐堂會友與外間信徒

課程籌辦：香港忠僕事奉中心

協辦：香港宣教會恩磐堂

報名：<https://forms.gle/viJDkafGsAfoeda39>

交費：現金 或 支票 抬頭寫「香港忠僕事奉中心有限公司」或
「Hong Kong Doulos Ministry Centre Ltd」或 入數 中銀香港戶口：

012-566-00080024 或 轉數快(FPS) ID：0430504

（入數後請交回收據作記錄）

查詢：27719288 / WhatsApp 94891914 / info@mpoffice.org.hk

報名 QR CODE



其他

1. 《財務部對奉獻記錄之溫馨提示》

1. 溫馨提醒：肢體以「奉獻封的方式」奉獻，請務必提供奉獻者中或英文正楷全名及聯絡電話，以確保本堂能清晰記錄，惟崇拜期間投入奉獻袋之現金除外。
2. 財務部於每週週刊均會顯示前兩週所收個人奉獻封記錄（以會友號或臨時號顯示），如有錯漏祈為指正。
3. 每月第二週執事會後，財務部壁報板會張貼上月份之財務報告。

如肢體因其他事宜在教會戶口進行入帳（例如課程、交費等等），請務必清晰通知財務部。如對記錄有任何疑問，請WhatsApp 52885019查詢，謝謝各位。

2026 健康使命教會 · 迎新成長之旅



這是一個結合信仰基礎 × 生命成長 × 教會使命的整全旅程。為期 9 個月，陪你一步一步 – 由認識信仰，走向委身；由旁觀者，成為同行者；由「返教會」，走向「活出使命」。

課程內容

- 福音要義重溫 | 重新抓緊信仰的核心
- 101 | 委身教會 | 明白「教會」是甚麼、為何要委身
- 恩磐八大核心價值 | 認識我們為何這樣做教會
- 201 | 委身成長 | 建立屬靈生命的健康節奏
- 301 | 委身事奉 | 發現你的恩賜與角色
- 401 | 委身見證 | 把信仰活進生活與世界
- 《標竿人生》精研 | 讓人生方向再次對焦上主心意

P. 1/2

2026 健康使命教會 · 迎新成長之旅



課程對象

- 剛開始參加本堂崇拜的你
- 已參加 3 個月至 2 年，但仍未加入小組／團契的你
- 想更清楚信仰方向、教會定位與生命召命的你

課程日期（逢星期六）

Mar 7, 21 | Apr 18
May 2, 16 | Jun 6, 20
Jul 4 | Aug 8 | Sep 5, 19
Oct 17 | Nov 7, 21, 共14堂
時間：下午 3:30 – 5:30
地點：教會三樓副堂



詳情請參閱週刊

導師：陳建超牧師（恩磐堂堂主任）
報名及查詢：QR Code報名或彭真如助理傳道

P. 2/2

足部痛症舒緩講座



您是否經常受足部疼痛困擾？腳跟痛、腳底筋膜炎、足弓不適等問題影響日常生活？

誠邀您參加「足部痛症舒緩」講座，由專業人士講解足部痛症的成因及舒緩方法，助您踏出輕鬆健康的每一步！

日期：2026年3月7日（星期六）

時間：下午2:30 - 4:30

地點：恩磐堂禮堂

費用全免，
歡迎有需要人士參加。



裝備精兵・活出使命



本堂將於 3月14日 開辦第二期

《使命門徒證書課程—精兵短訓》，這是一個為上班一族而設的信徒裝備課程，幫助大家在工作、家庭與日常生活中活出福音使命，成為有行動的門徒。

課程共12堂，逢每月第二及第四個週六上午舉行，名額約25至30人，全期費用\$700。內容包括個人佈道、建立福音小組、朋輩輔導等實踐訓練。

誠邀有心在生活中實踐使命的弟兄姊妹報名參加。詳情及報名方法，請參閱週刊

或掃描QR CODE：



HOLY
BIBLE

教會財政簡報

2025 年 12 月份

(詳細財政報告已張貼在大禮堂後排壁報板，敬請查閱。)

常費+感恩+主日堂獻	263,342.60	人事費用	263,340.16
Kairos奉獻	29,640.00	事工費用	43,055.90
其他奉獻及收入	92,138.15	Kairos事工	23,812.30
		其他支出	177,160.00
總收入：	385,120.75	總支出：	507,368.36
12月透支：	122,247.61		
	507,368.36		507,368.36



2026 年 1 月份

(詳細財政報告已張貼在大禮堂後排壁報板，敬請查閱。)

常費+感恩+主日堂獻	270,708.50	人事費用	286,257.75
Kairos奉獻	33,000.00	事工費用	23,130.00
其他奉獻及收入	48,305.38	Kairos事工	24,310.60
		其他支出	59,534.35
總收入：	352,013.88	總支出：	393,232.70
1月透支：	41,218.82		
	393,232.70		393,232.70

2026 年 2 月 16 日至 22 日 教會所收奉獻記錄

會號	\$	會號	\$	會號	\$	會號	\$	會號	\$
350	\$500	1169	\$300	1685	\$200	1786	\$500	A1040	\$100
903	\$1,500	1194	\$3,000	1708	\$200	1813	\$1,000	不記名	\$20
907	\$4,500	1199	\$300	1747	\$500	A0691	\$100	不記名	\$20
938	\$200	1243	\$10,000	1752	\$1,600	A0777	\$100	不記名	\$20
952	\$1,000	1291	\$100	1761	\$4,000	A0852	\$200	少年軍	\$1,000
1042	\$1,200	1447	\$800	1762	\$1,000	A0954	\$1,500	餘民匯團隊	\$1,000
1119	\$2,200	1537	\$2,500	1763	\$500	A1035	\$250		
								合共：	\$41,910

《財務委員會：奉獻指引》

- 2026 年 1 月份之財務報告及奉獻記錄已張貼在大禮堂壁報板。
- 本堂奉獻方式請參閱 linktree QR code
- 轉數快 Q R Code → → → →



- 如有查詢請 WhatsApp 財務委員會 5288 5019

- Payme 奉獻 → → →



2026 年 2 月 21 日至 2026 年 2 月 27 日 聚會人數統計記錄								特別聚會：39					決志人數：—			
崇拜								團契/小組					福音預工人數	接觸社區人數	培育課程	祈禱會
主日				週六				松柏	成人	少青	兒童	少年軍				
早堂	午堂	新來賓/ 新回歸	少年	兒童	少年軍	新生命 尋道者	黃昏									
合堂 崇拜	直播：19 實體：194	1	合堂 崇拜	16	—	—	16	8	195	79	—	8	—	10	31	—
總數：246								總數：290								

*備註：1. 新生命尋道者崇拜，逢每月第二及第四個星期六下午舉行。

2. 祈禱會舉行日期：2月4日及 11 日。

3. 2 月 22 日(日)是 72 週年堂慶暨新春合堂崇拜，當天的早堂崇拜及少年主日崇拜暫停一次。