

安素堂大齋期

2020 年

四十日屬靈操練

我們是上帝的子民

簡介

大齋期(Lent)由聖灰日開始至耶穌基督復活前一日止，合共四十天(不計算星期日)。聖灰日的起源，是因應舊約傳統，當猶太人為自己及別人向上主認罪，立志悔改歸向上主時，便會把灰撒在頭上，表示對所犯的罪懊悔哀傷。公元十世紀，教會深覺這禮儀對準備復活期領洗的信徒，別具深刻的意義，於是續漸推行。大齋期屬靈操練引導信徒效法基督，遠離罪惡，敬虔委身，活出愛上帝、愛人的生活。

今年的大齋期，由二月廿六日(禮拜三)的聖灰日開始，至四月十一日(禮拜六)復活主日前一天結束。本堂為著能讓弟兄姊妹在大齋期間，好好預備自己，作禱告、禁食和施捨的操練，從中反思己過，為罪痛悔，立志回歸上帝的慈愛和恩典懷抱，又同時效法基督，與困苦者分享愛心，特舉辦由多項活動組成的大齋期四十日屬靈操練旅程，誠邀弟兄姊妹報名參加。



(一) 禁食禱告默想材料

- (1) 總議會大齋節禁食祈禱屬靈操練材料 (免費)

本堂將於 2 月 23 日起向訂閱者派發

(二) 禁食禱告方式



- (1) 「衛斯理模式」禱告禁食

每禮拜四晚餐後至禮拜五下午三時前，不進食任何固體食物，禁食期間禱告，默想經文。目的是反思生命，學習克己，為罪過及福音廣傳禱告。

- (2) 四十天內禁食及/或降低生活水平並定時禱告

在大齋期的四十天內，如每天或每周一或兩天，禁食早餐/午餐/晚餐/固體食物/喜嗜食物或進行素食，並採用較平日節儉的飲食水平，學習克己，並禱告默想經文，反思生命，為未信主的親友，有需要的人和世界代禱，將省下來的金錢撥作慈惠奉獻。

(三) 生活簡樸，分享愛心

大齋期不是只着重靈性生命操練的內向旅程(Journey Inward)，同時也是一個實踐信仰、分享愛心的外向旅程(Journey Outward)，所以我們會將禁食所省下來的錢，捐助給社區中貧困有需要的鄰舍。

本年我們收得慈善款項將交總議會，平均撥捐本會下列事工：

- ① 柴灣禧恩堂服務坊 (基層及新來港事工)
- ② 拾落穗者 (觀塘社會服務處食物銀行)
- ③ 教會關懷貧窮網絡
- ④ 「友里幫」荃灣，葵青區劏房及板房支援計劃

實踐基督徒關愛貧苦者的信仰，向困苦窮乏者表達愛心。參與的弟兄姊妹將獲發慈惠捐收集袋乙個，並請於復活節主日連同款項交回。

本堂籌款目標：24,000 元



在上帝 - 我們的父面前，清潔沒有玷污的虔誠
就是看顧在患難中的孤兒寡婦。(雅 1: 27 上)

(四) 大齋期蒙灰禮聖餐崇拜 (大齋期的起步禮)

日期：二月廿六日 (禮拜三)
時間：晚上八時
地點：安素堂聖堂
講員：黃惠嫦牧師
內容：安靜醒察 彼此代求 節期信息
蒙灰悔罪 祈禱回應 聖餐共融
對象：參加本會大齋期四十日禁食祈禱
操練之同工同道，請務必預留時間
參加。
報名：二月廿三日(主日)截止

(五) 九龍東聯區受難節前夕設立 聖餐崇拜

日期：四月九日(禮拜四)
時間：晚上八時
地點：安素堂聖堂
講員：李思敬院長
內容：詩歌默想 節期信息
禱告反思 聖餐共融

(六) 安素堂受難日崇拜

日期：四月十日(禮拜五)
時間：早上十時正
地點：安素堂聖堂
講員：杜敏玲會吏

安素堂大齋期

四十日屬靈操練 報名表

姓名：_____ 電話：_____

性別：男/女 年齡： 20 以下 21-40 41-60 61 以上

電郵：_____

(請在 內 出你會參加的選項，可 選超過一個)

本人使用的靈修材料

總議會「我們是上帝的子民」靈修默想材料

四十天禁食操練方式

衛斯理模式禱告禁食(禮拜四至五)

四十天內禱告禁食/降低生活水平

逢星期 _____ 禁食 _____ 餐
及/或四十天內不吃或不喝 _____
其它：_____

與困苦者分享愛心

將每次禁食省下來的金錢捐作慈惠用途

一次過捐款作慈惠用途

參與聚會回應

二月廿六日(三) 晚上八時蒙灰禮聖餐崇拜

四月五日(日) 棕樹主日早/午堂崇拜

四月九日(四) 晚上八時設立聖餐崇拜

四月十日(五) 早上十時受難日崇拜

基督為你付上一切，你為基督付上甚麼？