



羊牧之聲

如果富翁 為拉匝祿洗腳



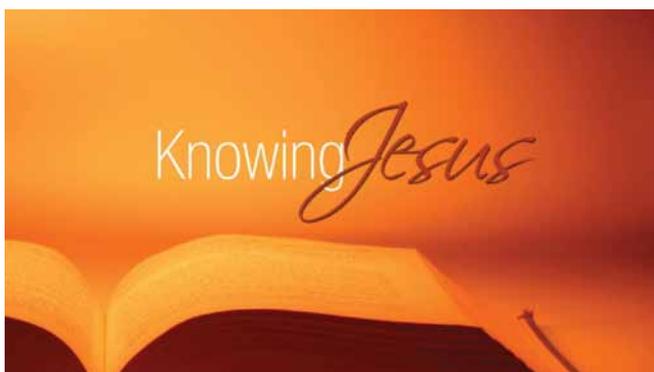
吳多祿

引言

在耶穌所講的比喻中，富翁不但沒有給拉匝祿洗腳，連桌上的食物碎屑，也沒有留給乞丐拉匝祿，那麼，這富翁可否回頭皈依，實踐信德和愛德，給拉匝祿洗腳？

認識耶穌

皈依是一個恩寵的時刻，是一個召叫。掃祿是一個仇教者，他帶兵往大馬士革捕捉基督徒，但在大馬士革的旅途上，他被一度強光打下馬，而且聽到一把聲音從天向他說：「掃祿，掃祿，你為什麼迫害我？」（宗9:4）這是耶穌對他的召叫，從此，他由仇教者改變為傳教者，把基督的福音帶給外邦人，而且最後為主的復活而殉道。聖奧斯定也是一樣，他年青時享盡所有的娛樂，但仍找不到幸福。當他在花園拾到一部聖經，閱讀了之後，他終於找到天主和平安。領洗皈依後，他成了偉大的神哲學家 and 主教。可以說，當一個人遇上耶穌，認識了耶穌，他會完全改變，變成耶穌的真正門徒，為耶穌的復活作證。當我們每天閱讀聖經，那怕只是兩、三分鐘，我們也會漸漸認識耶穌，而耶穌的說話亦會慢慢改變我們的心，使我們的生活慢慢相似耶穌的教導，把耶穌的愛實踐在生活中，使其他的人也能認出我們是耶穌的門徒。



與耶穌往來

兩個朋友只是認識，從不往來，他們的友誼只會停滯不前，毫無增進。我們與耶穌的友誼亦是一樣，只從聖經上

或課本上認識耶穌，從不與祂談話，從不祈禱和領聖事，我們與耶穌的友誼也會只是一潭死水，沒有增進的希望。在厄瑪烏路上的兩個門徒，他們聽了耶穌對聖經的講解，覺得心裡有一團熱火，在晚餐中，耶穌拿起餅並分給他們時，他們認出眼前的陌生人正是耶穌。當耶穌臨在我們當中，我們便會覺得有種動力去效法和跟隨祂，因而覺得須要改變，成為像耶穌一樣，去服務別人，去為窮人洗腳。當我們祈禱或默想耶穌的說話時，我們會得到啟發和獲得力量，去為近人服務。透過祈禱和服務，我們會分享耶穌的愛和平安，將來也會分享耶穌的復活和生命。稅吏匝凱初時只想看看耶穌，但耶穌願意在他家中住宿，使他改變了，他說：「我把我財物的一半施捨給窮人。」（路19:8）當我們與耶穌來往時，我們也會改變。

跟隨耶穌

在最後晚餐中，耶穌主動為門徒洗腳，充份顯示天主的謙卑和愛情，若望福音這樣記載：「他既然愛了世上屬於自己的人，就愛他們到底。」（若13:1）耶穌為了愛而謙卑自己，為自己的門徒洗腳。認識耶穌的人，與耶穌往來的人，耶穌的門徒都會因耶穌的愛，耶穌的善表，而效法祂彼此洗腳和服務。聖保祿皈依後，無論他做什麼，都是為了基督的愛而做。基督的愛情和表樣使人改變，甘願效法耶穌的謙卑和犧牲。耶穌說：「跟我學罷！因為我是良善心謙的。」（瑪11:29）耶穌邀請我們效法祂，當我們願意效法耶穌的時候，我們也會改變，成為像耶穌那樣良善心謙，願意為近人洗腳，為愛近人而貢獻自己的時間、能力和財富。在教會的歷史中，很多聖人聖女都是效法耶穌的良善心謙，甘願奉獻自己為窮人服務，把天主的愛帶給那些痛苦和貧窮的兄弟姊妹，他們這樣的生活，真的好像耶穌一樣，被釘在十字架上，為人犧牲，但在第三天復活，他們為自己 and 近人賺得了平安、喜樂和幸福。

結論

如果在耶穌所講的比喻中的富翁，也有機會認識耶穌，跟耶穌來往，我相信他也會被耶穌的接納和愛所吸引，好像稅吏匝凱一樣，甘願效法耶穌，為近人拉匝祿洗腳。

2026年
3月

聖安多尼堂



堂區通訊

第667期



地址：香港薄扶林道69A

電話：25466221

傳真：25480661

網址：<https://www.anthonychurch.org>

Email：editorial@anthonychurch.org



二零二六年二月份牧民議會 議決事項

1. 3月1日（年十三）舉行堂區新春團拜，活動分享刊於第5頁。
2. 跟進與香港天主教教友總會一起舉辦「門徒旅程」堂區更新啟動課程，於3月8日進行「在聖神內交談聚會」。詳情刊於第4頁。
3. 傳信、禮儀、互愛委員會繼續加強與下屬善會的聯繫，推廣及參與培育組及善會舉辦的活動，促進合作。3月培育講座資訊刊於第3頁。
4. 積極準備和培育候洗者於4月4日聖周六晚領受入門聖事。逾越節三日慶典資訊刊於第3頁。
5. 跟進牧民議會集思會的提議，討論2026年可實行的事項。

二零二六年三月份動態 堂區禮儀活動

1st (周日)	四旬期第二主日	8th (周日)	四旬期第三主日 第一次候洗者考核禮 下午二時半（基督君王小堂）	18th (周三)	三三追思亡者 下午六時
6th (周五)	首瞻禮六 拜苦路 晚上七時 恭敬耶穌聖心 晚上八時	15th (周日)	四旬期第四主日（喜樂主日） 第二次候洗者考核禮	22nd (周日)	四旬期第五主日 第三次候洗者考核禮
四旬期拜苦路 逢周五 晚上八時		敬禮聖安多尼 每月第二周二 下午六時彌撒		明供聖體 逢周四 晚上七時	
誦唸「向聖若望鮑思高禱文」 每月最後一天的各台彌撒後		「習練善終」祈禱 每月逢首周一的各台彌撒後		「進教之佑聖母降福」經文 每月廿四日的各台彌撒結束前	

鳴謝捐贈 《羊牧之聲》

願聖母進教之佑及聖安多尼酬謝你們，
賜你們身心健康，家庭和睦，主寵日隆。

葉煥屏	\$1000
潘宅	\$200
龐蔣靜儀	\$100
聖安多尼之友會	\$300
雷杏兒	\$100
太極福傳會	\$500
劉黃典卿	\$600
袁永豐	\$500
精叻馬	\$200
家庭玫瑰組	\$200





聖安多尼堂 四旬期培育講座



以故事傳承希望

夏志誠主教

3月8日(主日) 上午11:30 — 中午1:00 馮強禮堂

4月2日 聖周四



「主的晚餐」彌撒

晚上8:00

彌撒後舉行：「陪伴耶穌」祈禱

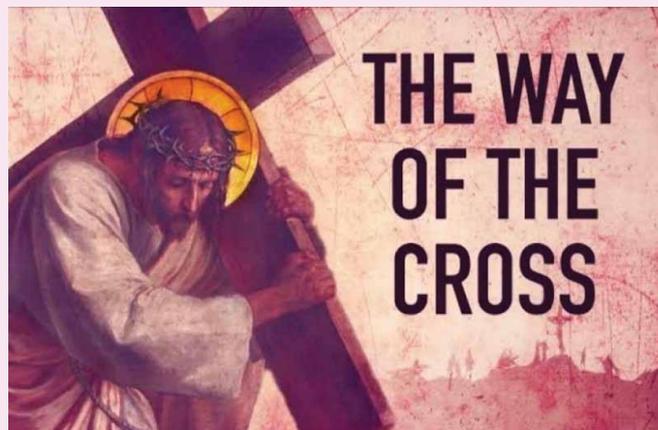
4月3日 聖周五



反省【我寬 我恕 我擁抱！】

上午9:00 — 中午1:00 母佑堂

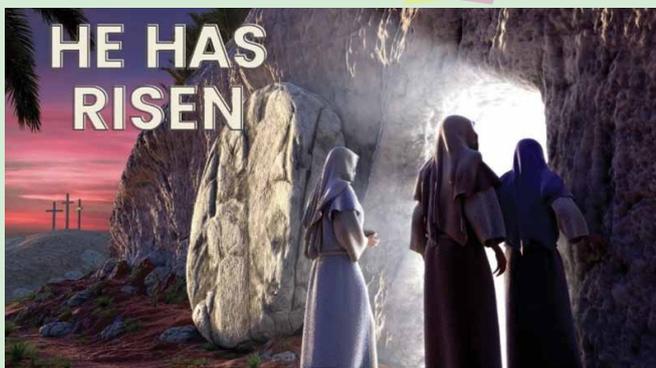
神師：陳鴻基神父



拜苦路 下午1:30

「救主受難紀念」禮儀 下午3:00

4月4日 聖周六



「至聖之夜逾越節守夜禮」

晚上8:00

為候洗者舉行「入門聖事」

4月5日 耶穌復活主日



嬰兒領洗 下午6:00 彌撒



聖安多尼堂
ST ANTHONY'S CHURCH



香港天主教教友總會
Hong Kong Central Council of Catholic Laity



聖安多尼堂「門徒旅程」
堂區更新啟動課程2026

**來！邀請大家
坐下來！**

交談題目：

如何能使我們的堂區團體在牧民
及福傳的工作上，更上一層樓？

對象：關心堂區更新及福傳的兄弟姐妹

日期：2026年3月8日（主日）

時間：下午2:00-4:30

地點：聖安多尼堂
馮強禮堂

《在聖神內交談》

- ✿ 上主對堂區有甚麼心意？
- ✿ 聖神如何帶領堂區內的人和事？

來！把握彼此認識、
分享及聆聽的機會。

請到堂區辦事處報名
及索取資料



主內歡欣團拜 馬年恩寵滿溢



3月1日（年十三），堂區於主日早上8:30彌撒後及10:00彌撒後，在馮強禮堂舉行兩輪的新春團拜，讓教友在馬年相聚及互送賀年祝福。聚會備有簡單應節小吃和飲品，堂區大家庭的兄弟姊妹在主內聯誼，共慶新歲。

首輪團拜由吳多祿神父、黃家輝神父、梁熾才神父、王平輝神父和牧民議會成員向教友拜年後，進行切燒豬儀式。

此前由吳神父代表堂區大家庭致送生日利是給黃神父，而黃神父在場眾歡壽融。



切蛋糕儀式後，由吳多祿神父致送堂區祝福狀予生日的教友，其中包括兩位牧民議會成員。此外，在主日英文彌撒結束後，堂區秘書代吳神父致送祝福狀給4位菲律賓團體 The Lord's Flock 的生日團員。

第二輪團拜除了前述神長和議員，亦有韓大輝總主教、吳志源神父、梁啟光神父及陳頌軒修生表達新春祝福語。舉行了切燒豬儀式後，我們邀請黃神父及一群在2026年第一季生日的兄弟姊妹（預先登記出席）一同切生日蛋糕，同頌主恩。



兩輪團拜亦安排娛樂元素，包括聖安多尼聖詠團獻唱「鳳陽花鼓」、「歡樂年年」及「祝福你」，以及則濟利亞聖詠團獻唱「愛的滿全」、「恭喜恭喜」、「賀新年」及「歡樂年年」。



每一輪團拜由主日學負責醒獅奏樂，歡迎參加者。另外有扯鈴表演，以及「萬福！瑪利亞」小樂隊演唱「祝福每一天」，提升春節氣氛。



衷心感謝各表演團體、多位贊助者（善會和個人）及服務的義工。參與團拜的神長和堂區教友共度了非常愉快的上午，讚美天主！

新春靈修步行朝聖

楊凱夷



2月21日（星期六，年初五），我們舉行了「新春靈修步行朝聖」活動。早上9:30在聖堂集合，一同徒步前往堅道主教座堂朝聖及朝拜聖體，隨後再一起午餐共聚。當日有多個家庭及青年一同參與，一路上邊行邊談，在新春期間一同走向天主，也彼此加深認識和連結，氣氛非常融洽。

我有幸能在是次活動中參與幫忙，特別感受到天主在細節中的帶領。由最初在2月7日的會議中，一起商討程序和分工，到各位弟兄姊妹主動回應，包括輔祭會負責帶領禮儀流程、葡萄園團體準備及誦讀禱文、不同成員帶領三段為聖教會、堂區及青少年的祈禱，以及帶領聖詠、秩序維持和派發聖牌及單張等，每一個崗位都顯得十分重要。特別感謝盧太、輔祭 Jimmy 和司直兄弟在當中負責協調分工、統籌當日流程及跟進細節。而我也能在當中略盡綿力，親眼見到大家樂意付出和彼此配合，令整個朝聖和朝拜聖體的時段井然有序，心中充滿感恩。

最令我感動的，是吳多祿神父分享聖十字若望及聖鮑思高的勉勵：即使身處黑暗與困境中，仍要在祈禱中堅持信德。看見青年和家庭在主前靜默、歌頌、祈求的畫面，我深深體會到：這不單是一個新春活動，而是一趟讓大家重新整理心靈、把家人和堂區托付給主的信德旅程。期望未來能繼續舉辦更多類似的朝聖及祈禱活動，讓我們在堂區內一同成長，在信仰路上彼此扶持，將這份喜樂與恩寵帶給更多教友。



2月22日 候洗者甄選禮

2月22日（四旬期首主日），堂區為29位候洗者舉行「甄選禮」，包括25位成人和4位學生。願他們緊記這個蒙受甄選的日子，並為所獲得的召叫，知恩感激。



在導師和代父母的關懷和陪伴下，願候洗者作好準備領受永生的聖事。

3月1日 長者及病弱教友傅油

求主垂視領受傅油聖事的兄弟姐妹，祝福他們，保守他們，令他們豐富地得沾此聖事所賜與的各種神恩，以完成人生的旅程。



主辦：天主教香港教區成立80週年慶典籌備小組

2026

香港泰澤亞洲青年聚會

希望的傳承者

4月30日(四) – 5月3日(主日)

法國泰澤團體的修士親臨香港，誠邀亞洲各地青年共聚，一同祈禱、分享信仰、尋找希望。

地點：沙田聖本篤堂 (崗背街7號)

對象：18-35歲青年

活動：共融祈禱、聖經反思、小組分享、工作坊

費用：HK\$500 (包括膳食及來港朝聖者之住宿)

查詢：taizehongkong2026@gmail.com



TAIZÉ

青年報名



官方網站



成為
接待家庭



誠邀基督徒家庭接待來港朝聖者，一同成為「希望的傳承者」！

周守仁樞機四旬期牧函

「天主拯救了我們，以聖召召叫了我們，並不是按照我們的行為，而是按照他的決意和恩寵：這恩寵是萬世以前，在基督耶穌內賜予我們的。」（弟茂德後書1：9）

親愛的姊妹兄弟和朋友們：

去年將臨期開始時，我與你們寫了一封較長的牧函，今次則會用較短篇幅，邀請大家一起反省與實踐。聖誕節彷彿才剛過去，還記得我們慶祝藉著一個新生命而來的恩賜，讓我們得以擁抱通往永恆的可信盼望。

在這時候，我們再次沉浸於慈悲、盼望與悔改的四旬期。在四旬期內，我們應邀預備自己，全心熱切期待地慶祝與天主完全共融的終極實況。在塵世旅途中，我們確實尚未完全體會到這種毫無瑕疵的共融；但無論是個人還是整個群體，我們正步向那終必會實現的永恆真實：就是與天主和祂之內眾生的全然共融。

事實上，將臨期與四旬期的主題同樣是「預備」。將臨期讓我們預備一顆殷切期盼的心，慶祝我們的上主、厄瑪奴耳的首次降臨；而四旬期則讓我們預備悔改與皈依的心，盡可能地去擁抱同一上主的逾越奧跡之愛。正是這上主，邀請我們一同經歷祂的逾越奧跡；而祂也親臨陪伴，與我們共度生命中種種逾越體驗。

2024年以共議性為主題的世界主教代表會議的第二會期會議後，教會頒布了《最終文件》，勸諭我們務要致力於「共議性的轉變」：

「地方教會應透過諮詢和分辨此共議性的方法論繼續他們的日常生活，界定具體的途徑和培訓計畫，促進在各種教會環境中帶來實質、共議性的轉化。……」（《最終文件》第9段）

「共議性的轉變召叫每個人擴大自己的心靈空間，因為心靈是我們所有關係產生共鳴的第一個『地方』，並扎根於每位信友與耶穌基督及其教會的個人關係中。」（《最終文件》第110段）

故此，我們應藉著聆聽及在聖神內的分辨，格外致力於內心、思維和習慣上的皈依；並須令心靈變得廣闊，能接納那些在我們圈子以外的人，以及那些我們有意或無意間避開的人——不論他們是否教會一員或是否與我們共融。親愛的姊妹兄弟，願我們變得慷慨、包容和開放，與別人建立更深入的協作。

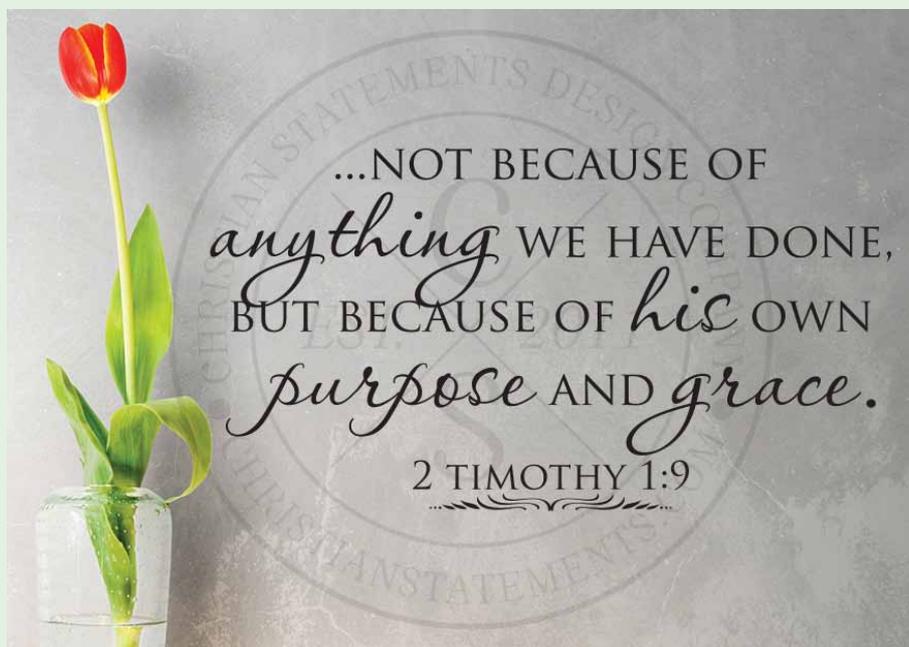
為了更好地評估我們付出的努力，並分辨於本地處境裡共議同行的發展路向，我將於2027年初召開教區大會。教區內各教會單位應當從不同方面推動共議性的皈依，例如透過彼此間的創意協作，進行分辨、規劃與執行。過程中須強調透明度、問責精神與認真地評估，正如《最終文件》第95至102段所載那樣。

我們亦需皈依成為「希望傳承者」——這是教區80週年慶典的主題。我們知道，主題很容易變為單純是年度口號。為免墮入這陷阱，我們必須在個人及團體的使命中有意識地實踐這一主題。讓我們再次回顧生命中天主慈愛臨在的種種經驗，藉以深化我們對天主不渝之愛的信德，增進我們對天主施恩並忠信陪伴的盼望。唯有當我們扎根於對天主的望德，才能為別人成為有效的「希望傳承者」。

最後，讓我們重溫塔格萊樞機閣下在那蒙福的教區80週年「祝福香港」活動中所說的話：「天主賜予我們和香港的祝福，就是祂在耶穌基督展現的聖容裡。」樞機更勉勵我們當悉心栽培這些「祝福」，因為我們各人皆是蒙召成為「別人的祝福」。因此，作為「希望傳承者」，我們應當日益意識到，須要向我們曾經忽略或社會上處於困境的那些人，展現耶穌具慈悲、同理心而又永存盼望的聖容。這些人可以是孤獨的長者、渴求理解與希望的年青人、身處弱勢的外傭、難民、性小眾，以及那些在經濟或心靈上匱乏的人。

願這四旬期成為你和我真正皈依而又帶著希望的恩寵時期！

周守仁樞機
天主教香港教區主教



教宗四旬期文告：聆聽與守齋

教宗良十四世在2026年四旬期文告中邀請眾人祈求恩寵，好使我們在這段時期「更加側耳傾聽天主和弱小者」，讓所有人都得到「齋戒的力量」，包括避免口舌之爭，「少一點傷人的話語，多一些傾聽他人聲音的空間」。教宗也邀請大家努力「促使我們的團體成為接納受苦者呼聲的地方」。

教宗這份文告於2月13日發布，其簽署日期為2月5日聖女亞加大紀念日，文告標題為《聆聽和齋戒，四旬期是悔改的時期》。今年的四旬期於2月18日周三開啟，教宗在文告中提醒道，「教會邀請我們再次將天主的奧秘置於我們生活的中心，好使我們的信仰重新得到衝勁，心靈不會迷失在每日的焦躁不安和注意力渙散中」。

聆聽天主聖言和受苦者的吶喊

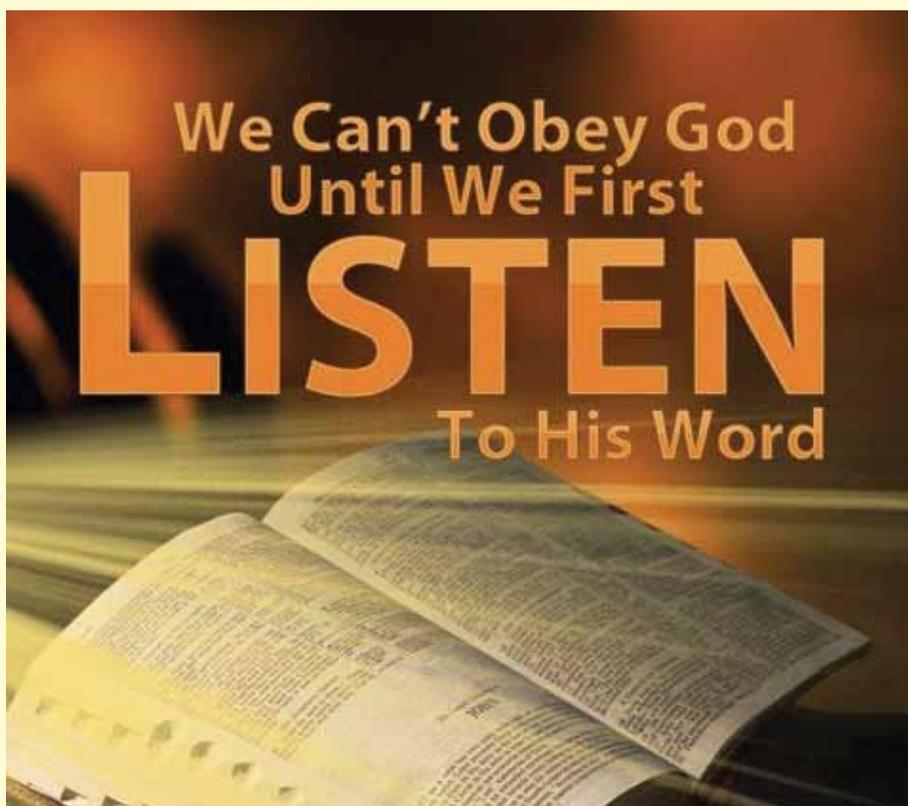
教宗強調，在這條悔改的道路上，首要之務是讓天主聖言來觸動自己，再次決志跟隨耶穌，直到耶路撒冷，也就是「祂的受難、聖死與復活奧跡得以完成的地方」。為此，教宗重申通過聆聽為天主聖言騰出空間的重要性。

聆聽正是天主的一大特質。上主在荊棘叢的火焰中告訴梅瑟，祂聽見了祂的子民在埃及受壓迫的哀號（參閱：出3:7）。教宗闡明，「因此，在禮儀中對天主聖言的聆聽，教導我們聆聽現實生活最真實的情況：在我們個人和社會生活中有許多聲音，聖經讓我們能辨認出那源自苦難和不義的呼聲，不使它們得不到回應」。

齋戒和飢渴慕義

教宗接著指出，齋戒是「在悔改旅途中無可取代」的操練，這種身體力行讓人樂於「領受天主聖言」，保持對正義的飢渴，不聽天由命，卻勤於祈禱，對近人負起責任。

良十四世引用聖奧斯定的教導，強調唯有天使能藉著正義的食糧得到飽飫，世人則「飢渴慕義，人人對此傾心渴求」。「從這層意義來理解，齋戒讓我們不僅能節制渴望、予以淨化，使之更為自由，還能加以拓展，引導它轉向天主和行善」。



戒避傷人的話語

教宗也提醒，在齋戒中總是要避免驕傲，要「懷著信德和謙遜」，在與上主的契合中身體力行，而且要時常採用「其它能養成更簡樸生活風格的匱乏形式」。因此，教宗邀請眾人採取一種「更具體、卻很少被推崇的齋戒形式，也就是戒除那些冒犯和傷害我們周圍的人的話語」。

「我們要從避免唇槍舌戰開始，放棄刻薄的話語、草率的判斷，不再說那些不在場且無法保護自己的人的壞話，不詆毀中傷。相反地，我們要努力學習斟酌話語、培養溫良的美德：在家裡、在朋友之間、在工作場所、在社群媒體、在政治辯論、在傳播媒介、在基督徒團體，都要這樣做。如此一來，許多仇恨的話語就會給希望與和平的話語騰出空間」。

在團體內攜手共進

在聆聽和齋戒後，教宗在文告中提出的第三個關鍵詞是「一起」，因為「四旬期凸顯出聆聽聖言和實行齋戒的團體幅度」。聖經記載了以色列子民聚集在一起聆聽《法律書》，守齋禁食，以更新與天主的盟約（參閱：厄下9:1-3）。

教宗寫道：「同樣地，我們的堂區、家庭、教會團體和修會團體蒙召在四旬期走一條共同的旅途。在這條路上，對天主聖言、窮人吶喊和大地呼聲的聆聽，成了共同生活的形式，齋戒則有助於真心誠意的懺悔。」

教宗最後總結道，在我們的教會團體內，以及「渴慕正義與修和」的世人之間，「悔改不僅關乎個人的良心，更涉及建立關係的方式」、對話的品質，以及面對現實生活挑戰的能力。



Prince Edward
太子

第八處 耶穌安慰痛哭他的婦女
為兒童祈禱

在苦路上，耶穌即使承受極大的痛苦，仍安慰為他痛哭的婦女，為她們傳遞愛與希望。太子區的兒童遊樂場中，童聲笑語繞樑。但在香港社會中，仍有不少兒童身處於困境之中。他們被被虐打、被性侵、被獨留在家等。祈求慈愛的天主守護這群幼小生命，賜予他們安全的庇護。願我們懷著憐憫之心，關注和保護兒童，使他們在愛中茁壯成長。



Sham Shui Po
深水埗

第九處 耶穌第三次跌倒在地
為受生態危機而無辜受苦的人祈禱 (拾荒者) 通州街公園

主耶穌背負著沉重的十字架，步履蹣跚，在第三次跌倒後，他仍然堅持前行。通州街公園內，我們遇見很多拾荒者。他們推著堆滿雜物的車子，在狹窄的通道上吃力地前行。他們撿拾棄物，卻暴露於污染和疾病的風險中。願主感動決策者，制定完善的社會保障政策，為拾荒者提供身、心、靈上的支援。求祢喚醒我們對環境的責任，珍惜資源，減少浪費，共同守護地球。



Sham Shui Po
深水埗

第十處 耶穌被剝去衣服
為病患者祈禱 明愛醫院

深水埗是香港貧窮人口最密集的區域之一，也是貧困疾病問題嚴重的地區。許多長者長期面臨醫療資源不足的困境。耶穌在人生的順境逆境中，都與我們同在，即使耶穌身上衣服剝去，受盡屈辱，但他仍然願意分擔我們的疾病與憂愁。祈求慈愛天父憐憫受病痛折磨的長期病患者，並引導我們致力推動完善的醫療措施，使社會資源能公平，有效地幫助有需要的人。



Lai Chi Kok
荔枝角

第十一處 耶穌懸在十字架上
為在囚及更生人士祈禱 荔枝角拘留所

為了救贖世人，祂被懸於十字架，雙手、雙足、肋旁被刺穿，承受難以言喻的痛苦。公義的主，祢被無辜定罪，甚至被判以極刑。祢必定明白在囚者失去自由之痛，更生人士重返社會之慮。願曾犯錯的人能反思己過，改過自新；願無辜受冤的人能早日洗脫罪名。讓我們秉持初心，持守公義，為受壓迫者伸出援手，為無辜者發聲。



Tiu Keng Leng
調景嶺

第十二處 耶穌在十字架上捨生
為生態祈禱 調景嶺海邊

全能的天父，我們站在於調景嶺海邊，為香港生態環境祈禱的同時，默想耶穌在十字架上為我們捨身的愛。祢創造了這個美麗的世界。求祢賜給我們智慧和力量，去保護我們的海洋、土地、空氣，以及所有的生物。願我們的下一代，能在一個健康和美麗的環境中成長。願我們的地球，永遠充滿天主的愛和恩典。



Tseung Kwan O
將軍澳

第十三處 耶穌的屍體被卸下
為教育工作者祈禱 聖方濟各大學

「一粒麥子，如果不落在地裡死了，仍只是一粒；如果死了，才結出許多子粒來」(若十二24) 天父，在聖方濟各大學前，我們為教育工作者祈禱，求您賜給他們智慧、耐心和愛心，像麥子一樣分解自己，滋養學生，結出豐碩的果實。求主引導學生，幫助他們建立健康的價值觀，並成為對社會有貢獻的人。



Hang Hau
坑口

第十四處 耶穌被埋葬
為基層勞工祈禱

耶穌的身體被埋葬在墳墓裡。在這處苦路中，我們體會到失去的哀傷和生命的脆弱，將軍澳坑口區，有不少基層工人，在區中的商場和住宅工作。正如一般基層勞工，當中不少人基於經濟壓力、教育程度等原因，無法實現自己的夢想，甚至被迫放棄自己的興趣和才華。主基督徒，祢曾親身經歷貧困和苦難，祢深知基層勞工的艱辛。求祢賜我們力量，連結社會各界，積極倡議勞工的權益。



Tseung Kwan O
將軍澳

第十五處 耶穌復活
為家庭祈禱

主耶穌基督，祢從死裡復活，戰勝了死亡，帶給我們永生的希望，以及對未來充滿信心。家庭是社會的基石，也是希望的源泉。主耶穌，感謝祢的愛，求祢讓每個家庭都能感受到復活的喜悅，在家庭中彼此關懷，在祢的愛中成長，在祢的恩典中生活。求主讓香港成為一個充滿愛和希望的社會。

結束祈禱：

耶穌基督，人類的救主，祢將世人及萬物連結起來，更與病患、受苦、窮困及被排斥的人同行，分擔他們的痛苦，恢復他們的尊嚴，使他們重新踏上希望的旅程。求祢幫助我們，讓我們在社會上被排斥及邊緣人士身上認出祢，並為祢背負十字架，實踐祢的福音。





2026 城市中的苦路默想

—— 相遇與同行 ——

在每年的四旬期中，我們透過苦路禮儀，重溫耶穌二千多年前受難的經驗。今天，在城市中我們與不同人的相遇。藉著苦路默想，讓我們一起體會弱勢社群的艱辛，並學習以天主的愛，與他們並肩同行。

默想每段苦路後，請以一篇天主經作結。



Central
中環

第一處 耶穌被判死刑 為教會祈禱

聖母無原罪主教座堂

聖母無原罪主教座堂座落於中環堅道，靜靜地守護著香港教會。我們在此默想耶穌被判死刑，祂以無限慈愛承擔罪人刑責，展示對世人無條件的愛。願我們在與他人的相遇中，將主的愛傳遞給身邊的每一個人。



Wan Chai
灣仔

第二處 耶穌肩負十字架 為難民及尋求庇護者祈禱

在灣仔的街道上，可有留意與我們擦身而過的難民及尋求庇護者？他們在這座城中寂靜無聲，缺乏支援，生活困苦，就像耶穌一樣在苦路上獨自前行。願基督臨於每位漂泊者的生命中，在香港找到安慰和支援。



Causeway Bay
銅鑼灣

第三處 耶穌第一次跌在地上 為外傭祈禱

維多利亞公園

主耶穌基督，受盡凌辱，在苦路中跌倒，門徒離他而去。無人憐惜他的痛苦，無人關心他的眼淚。每逢假日，不少外傭在銅鑼灣維園與同鄉相聚，分享片刻的喜樂。她們離鄉別井獨自到港工作，承受來自家人、僱主、身、心的壓力。願我們都能以身作則，善待外傭，並以切實行動守護她們權利，彰顯基督之愛。



Tsim Sha Tsui
尖沙咀

第四處 耶穌遇見母親 為少數族群祈禱

重慶大廈

耶穌在苦路中受盡嘲笑與折磨。母親瑪利亞心如刀割。我們看見在香港，那些因膚色、語言、文化差異而受排斥的少數族群。願我們效法瑪利亞的慈悲，擁抱他們的痛苦與孤獨。讓我們成為橋樑，接納並尊重不同文化背景的人，助其融入社會，並感受到教會的關懷與尊重。



Jordan
佐敦

第五處 西滿負擔耶穌的刑具 為獨居長者祈禱

佐敦區內商舖食肆林立，遊客川流不息，在繁華社區背後，一棟棟的老舊樓，卻是不少獨居及遺老的容身之所。他們孤獨落寞地生活。祈求慈愛的天主賜我們謙虛的心，讓以西滿為榜樣，主動關懷社區內的獨居長者，學習他們的智慧，與他們交談，聆聽他們的心聲，使他們的晚年充滿尊嚴與平安。



Yau Ma Tei
油麻地

第六處 韋羅尼加為耶穌抹面 為無家者祈禱

榕樹頭公園

在沸沸揚揚的圍觀者中，只有韋羅尼加挺身，為基督抹去面上的血和淚。油麻地的榕樹頭公園內，有不少無家者的身影。他們多因經濟困難、家庭破碎或精神健康問題而被迫流落街頭，他們經常被忽視，被邊緣化，或被欺凌。求主賜勇氣，向無家者伸出援手，關心他們的安全和健康，以真誠的心扶助他們。



Mong Kok
旺角

第七處 耶穌再次不支倒地 為青年祈禱

耶穌再次跌倒，他已經疲憊不堪。旺角街頭中，我們遇見不少年輕人，他們努力學業、創業與追夢。在成長路上，他們經歷多番跌跌撞撞，但仍努力前行。求主引領社會大眾，重視年青人的聲音與力量，共同營造一個鼓勵年青人發展的環境。



關社專場

主的晚餐 體驗



2026年 4月1日 晚上 6:30-9:30 | 聖十字架堂 禮堂
西灣河耀興道72號

今個四旬期，你打算做甚麼愛德善工？
邀請你陪伴並贊助一位（或多位）基層人士
一起經驗耶穌與門徒吃的最後晚餐，
共同度過愉快又有意義的一晚，以愛德行動傳播福音。
這絕對是天主所喜愛的愛德善工！

講解員：鄭德烈執事

費用：
每位參加者港幣150元正
+ 贊助一位基層人士港幣150元正
(名額有限，額滿即止)

網上報名及詳情



香港天主教教友總會
聖十字架堂 合辦
查詢電話：2560 3800



2026 四旬期退省
希望的傳承者——

「挪開這塊石頭！」

(若十二：三十一)



2026
03.20 ▶ 03.22
17:00 ▶ 16:00

上水聖保祿樂靜院

神師 鄭德烈執事

靈修短講、祈禱、靜思、拜苦路、
明供聖體、修和聖事、靈修指導、主日感恩祭

對象：天主教徒 名額：40人 (名額有限，額滿即止)
費用：營費每位港幣850元；神師費自由捐獻

網上報名及
活動詳情
2026.02.02 (一) 早上10時
開始接受報名



香港天主教教友總會
電話：2560 3800

有人仰望對面一塊陰影與天主連繫的
「石頭」，你願意挪開這塊石頭嗎？
你既挪開了這塊「石頭」，你又願意
成為給他人帶來希望的傳承者嗎？



香港天主教聖經學院

若望福音 5分半



每日5分半鐘，透過短片
深入淺出閱讀《若望福音》

2026年1月14日起，
逢星期三在YouTube頻度發佈，
歡迎瀏覽www.hkcbi.org.hk
或掃描以上QR Code收看



解碼5分半

再聽

析谷5分半



義工牧民團 新春關愛行動



13
善會分享

義工牧民團於2月15日（主日）年二十八中午12:00探訪春天護理老院。大堂活動除粵曲獻唱和分享聖經故事外，特別有幾位小朋友表演功夫、魔術、及帶玩遊戲，使老友記非常開心。其他團員到牀位訪探時派送紙巾包、利是和小揮春。



開心團拜賀新年

關素慈

感謝主！讚美主！

多謝各位兄弟姊妹合作分擔工作及奉獻精心美食，讓長青組於2月25日（年初九）共度新春聯歡。在我記憶中，首次有兩位神長到場，並有眾多組員參與，亦首次有堂區專業攝影組員協助。也是第一次齊齊接收神父大利是和祝福。當天各組員均取得兩三份精緻禮品及大利是，並得到吳多祿神父和梁熾才神父同時降福，真是滿載而歸。



聖母軍 3月份「信仰生活聚會」

日期：3月28日（星期六）
時間：上午11:00 — 12:30
地點：方濟沙雷氏廳

【短片欣賞及分享、輕鬆時間、
舒展身心、茶點招待
（請自備水杯）】

歡迎教友和非教友參加
報名及查詢：堂區辦事處



Happy
Gather
Together

週末主日學：

聖方濟各大學之旅



今年，週末主日學將校外活動的目的地，選定為香港唯一的天主教大學——聖方濟各大學。這所大學不僅是本地第一，也是目前唯一的天主教高等學府，其獨特的宗教背景與教育使命，值得我們細心認識與深入了解。

2月7日（星期六）中午，在吳多祿神父的帶領下，一行61位家長、學生與老師懷著期待與感恩的心情啟程，展開這次充滿恩寵與祝福的信仰之旅。

抵達校園後，我們首先來到設立於聖方濟各大學地下大堂的「聖方濟各感恩樹」。這是一座融合教育理念、宗教信仰與視覺藝術的捐款致謝裝置。設計以聖經中「栽在溪水旁」的樹木為象徵，並展現學校對優質教育與正向價值的追求。



接著來到校園中央的小廣場，我們認識了大學三位主保聖人——聖方濟·亞西西、聖方濟·沙勿略，以及聖方濟·沙雷氏。他們象徵著天主教不同的使命與價值：亞西西代表著簡樸與和平，沙勿略展現了福傳的熱忱，而沙雷氏則深具牧靈的慈愛與關懷。他們的事奉精神，不僅塑造著大學的靈魂，亦啟發我們對信仰生活的更深體會。

在圖書館的導賞中，我們特別被其中一個空間吸引——「慈蕊堂」，這是為紀念已故的楊鳴章主教而設的角落，並珍藏著他的遺物，讓我們深深感受到教會牧者的愛與獻身精神。此外，思高聖經學會更向明愛專上學院圖書館捐贈了約2,100本中文古籍，包括儒家經典、歷史與文學作品等線裝書，象徵著中西文化與信仰的交融與共融。

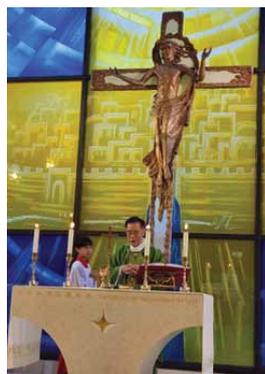
活動最後，我們在大學的小堂舉行感恩祭。小堂的建築



簡約而莊嚴，設計別具一格。彌撒中，吳神父鼓勵大家，不僅在學業有所追求，更要關心他人、恆常祈禱，並積極參與服務——這才是真正活出天主教教育精神的具體方式。

特別讓人感動的是，我們此行正值教宗良十四世宣布「聖方濟特殊禧年」。聖方濟各大學小堂正是香港朝聖地點之一。這消息為我們的探訪更添一份神聖與喜樂。

這次行程不只是一場簡單的戶外活動，更是一段信仰生活的深化旅程，是一次與天主同行、彼此見證、互相鼓舞的寶貴經歷。願我們常懷感恩之心，繼續在日常生活中實踐信仰、愛與服務。



God to teach us how to listen as he does. We must recognize that “the condition of the poor is a cry that, throughout human history, constantly challenges our lives, societies, political and economic systems, and, not least, the Church.”

Fasting

If Lent is a time for listening, fasting is a concrete way to prepare ourselves to receive the word of God. Abstaining from food is an ancient ascetic practice that is essential on the path of conversion. Precisely because it involves the body, fasting makes it easier to recognize what we “hunger” for and what we deem necessary for our sustenance. Moreover, it helps us to identify and order our “appetites,” keeping our hunger and thirst for justice alive and freeing us from complacency. Thus, it teaches us to pray and act responsibly towards our neighbour.



With spiritual insight, Saint Augustine helps us to understand the tension between the present moment and the future fulfilment that characterizes this custody of the heart. He observes that: “In the course of earthly life, it is incumbent upon men and women to hunger and thirst for justice, but to be satisfied belongs to the next life. Angels are satisfied with this bread, this food. The human race, on the other hand, hungers for it; we are all drawn to it in our desire. This reaching out in desire expands the soul and increases its capacity.” Understood in this way, fasting not only permits us to govern our desire, purifying it and making it freer, but also to expand it, so that it is directed towards God and doing good.

However, in order to practice fasting in accordance with its evangelical character and avoid the temptation that leads to pride, it must be lived in faith and humility. It must be grounded in communion with the Lord, because “those who are unable to nourish themselves with the word of God do not fast properly.” As a visible sign of our inner commitment to turn away from sin and evil with the help of grace, fasting must also include other forms of self-denial aimed at helping us to acquire a more sober lifestyle, since “austerity alone makes the Christian life strong and authentic.”

In this regard, I would like to invite you to a very practical and frequently unappreciated form of abstinence: that of refraining from words that offend and hurt our neighbour. Let us begin by disarming our language, avoiding harsh words and rash judgement, refraining from slander and speaking ill of those who are not present and cannot defend themselves. Instead, let us strive to measure our words and cultivate kindness and respect in our families, among our friends, at work, on social media, in political debates, in the media and in Christian communities. In this way, words of hatred will give way to words of hope and peace.

Together

Finally, Lent emphasizes the communal aspect of listening to the word and fasting. The Bible itself underlines this dimension in multiple ways. For example, the Book of Nehemiah recounts how the people gathered to listen to the public reading of the Law, preparing to profess their faith and worship through fasting, so as to renew the covenant with God (cf. 9:1-3).



Likewise, our parishes, families, ecclesial groups and religious communities are called to undertake a shared journey during Lent, in which listening to the word of God, as well as to the cry of the poor and of the earth, becomes part of our community life, and fasting a foundation for sincere repentance. In this context, conversion refers not only to one’s conscience, but also to the quality of our relationships and dialogue. It means allowing ourselves to be challenged by reality and recognizing what truly guides our desires — both within our ecclesial communities and as regards humanity’s thirst for justice and reconciliation.

Dear friends, let us ask for the grace of a Lent that leads us to greater attentiveness to God and to the least among us. Let us ask for the strength that comes from the type of fasting that also extends to our use of language, so that hurtful words may diminish and give way to a greater space for the voice of others. Let us strive to make our communities places where the cry of those who suffer finds welcome, and listening opens paths towards liberation, making us ready and eager to contribute to building a civilization of love.

I impart my heartfelt blessing upon all of you and your Lenten journey.



Holy Father’s Prayer Intention for March

三月份教宗祈禱意向

For disarmament and peace

Let us pray that nations move toward effective disarmament, particularly nuclear disarmament, and that world leaders choose the path of dialogue and diplomacy instead of violence.

請為裁軍與和平祈禱
願各國邁向真正的裁軍，尤其是核裁軍，願世界領導人選擇對話和外交，而非訴諸暴力。





Shepherd Flock's Dialogue March 2026



Liturgy activities for the month of March 2026

1st March 2nd Sunday of Lent	6th March First Friday of the month Way of the Cross 7:00pm (Chinese) Honour Sacred Heart of Jesus Mass 8:00pm (Chinese)	8th March 3rd Sunday of Lent First Scrutiny of Catechumens (Diocese) 2:30pm (Christ the King Chapel)
15th March 4th Sunday of Lent Second Scrutiny of Catechumens (Parish) 6:00pm Mass (Chinese)	18th March Commemoration of All Faithful Departed Mass 6:00pm (Chinese)	22nd March 5th Sunday of Lent Third Scrutiny of Catechumens (Parish) 6:00pm Mass (Chinese)
29th March Passion (Palm) Sunday Holy Week starts	Events for St. Anthony's Church * Way of the Cross during Lent (every Friday evening 8:00pm) * Holy Hour of Eucharistic Adoration (every Thursday evening 7:00pm) * St. Anthony's Day (every second Tuesday of the month)	

Welcome to 11:30am English Mass

Pope Leo XIV
Message for Lent 2026

Listening and Fasting: Lent as a Time of Conversion

Dear brothers and sisters,

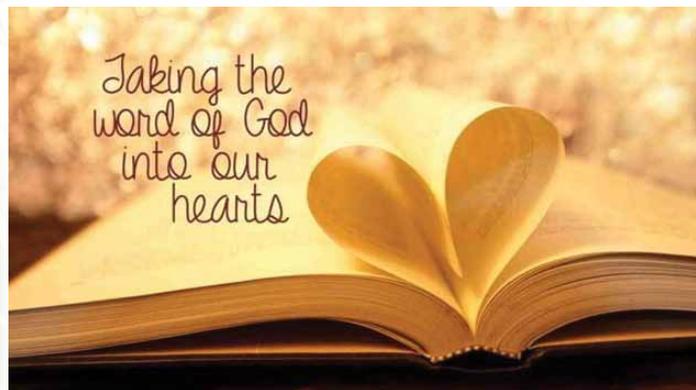
Lent is a time in which the Church, guided by a sense of maternal care, invites us to place the mystery of God back in the center of our lives, in order to find renewal in our faith and keep our hearts from being consumed by the anxieties and distractions of daily life.

Every path towards conversion begins by allowing the word of God to touch our hearts and welcoming it with a docile spirit. There is a relationship between the word, our acceptance of it and the transformation it brings about. For this reason, the Lenten journey is a welcome opportunity to heed the voice of the Lord and renew our commitment to following Christ, accompanying him on the road to Jerusalem, where the mystery of his passion, death and resurrection will be fulfilled.

to listen is the first way we demonstrate our desire to enter into relationship with someone.

In revealing himself to Moses in the burning bush, God himself teaches us that listening is one of his defining characteristics: "I have observed the misery of my people who are in Egypt; I have heard their cry" (Ex 3:7). Hearing the cry of the oppressed is the beginning of a story of liberation in which the Lord calls Moses, sending him to open a path of salvation for his children who have been reduced to slavery.

Our God is one who seeks to involve us. Even today he shares with us what is in his heart. Because of this, listening to the word in the liturgy teaches us to listen to the truth of reality. In the midst of the many voices present in our personal lives and in society, Sacred Scripture helps us to recognize and respond to the cry of those who are anguished and suffering. In order to foster this inner openness to listening, we must allow



Listening

This year, I would first like to consider the importance of making room for the word through listening. The willingness