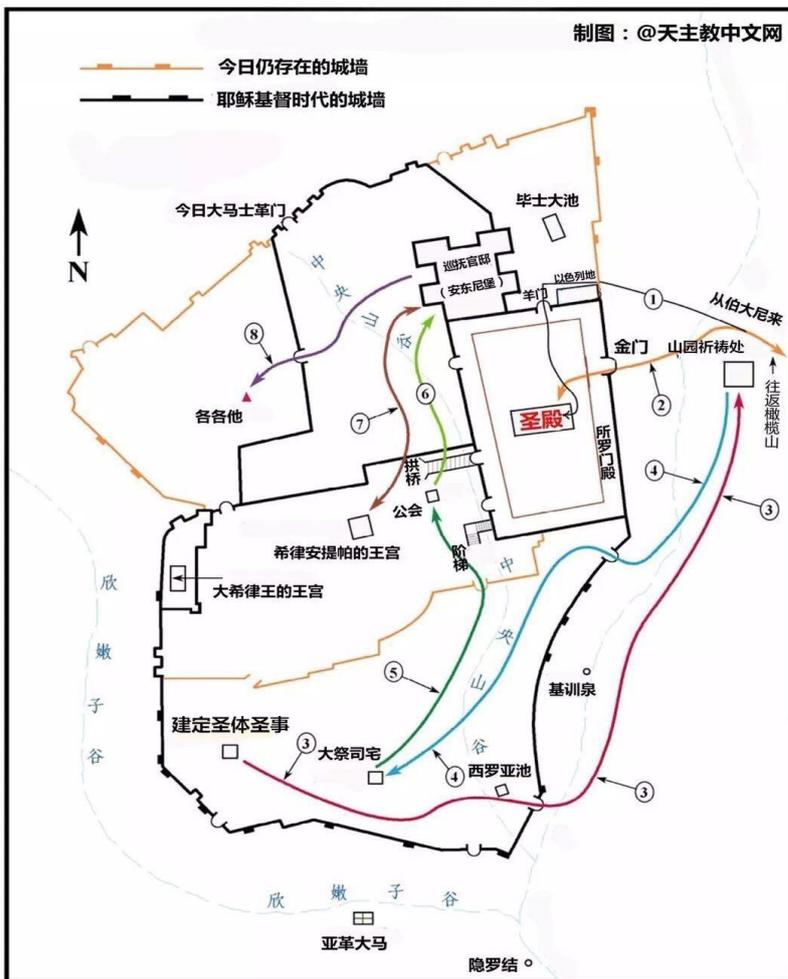


圣周日期推算表（2020年-2029年）

年份	受难日	复活节	备注
2020年	4月10日	4月12日	问：每一年的复活节好像都不固定，有时赶到3月，有时赶到4月，请问复活节是怎么确定的呢？ 答：“复活节，在三月二十一日或该日后月圆以后第一个星期日。” ¹ （若月圆与主日重合则顺延至下一个主日） 简言之，每年春分、月圆后的第一个主日即为复活节。由此确定受难日。
2021年	4月2日	4月4日	
2022年	4月15日	4月17日	
2023年	4月7日	4月9日	
2024年	3月29日	3月31日	
2025年	4月18日	4月20日	
2026年	4月3日	4月5日	
2027年	3月26日	3月28日	
2028年	4月14日	4月16日	
2029年	3月30日	4月1日	

耶稣基督受难周行程图



- ①耶稣荣耀进程 ②返回伯大尼 ③建定圣体圣事 ④耶稣被捕、进行夜审
 ⑤清早，耶稣被解送至犹太公会 ⑥解送至彼拉多官邸 ⑦解送至希律安提帕官进行受审
 ⑧耶稣在彼拉多官邸受鞭刑，之后背起十字架前往各各他，终被钉在十字架上，受难而死。

十架七言

- 1.父啊，赦免他们！因为他们所作的，他们不晓得。（路 23:34）
- 2.我实在告诉你：今日你要同我在乐园里了。（路 23:43）
- 3.妇人，看，你的儿子！看，你的母亲！（约 19:26-27）
- 4.我的神，我的神！为什么离弃我？（太 27:46；可 15:34）
- 5.我渴了！（约 19:28）
- 6.成了！（约 19:30）
- 7.父啊，我将我的灵魂交在你手里！（路 23:46）

十架颂 ----清·康熙

功成十架血成溪，百丈恩流分自西。
 身列四衙半夜路，徒方三背两番鸡。
 五千鞭挞寸肤裂，六尺悬垂二盗齐。
 惨恻八骸惊九品，七言一毕万灵啼。

¹ 牛津大学出版社于 1963 年出版的《现代高级英汉双解辞典》英文原句为：“Easter, anniversary of the Resurrection of Christ, observed on the first Sunday after a full moon on or after 21 March.”)

圣周 (Holy week 受难周) 日程表

制表人: 李凤民

日期/名称	新约经文	主要事件/象征意义	旧约经文	赞美诗(首)	纪念活动
第一天(主日) 荣耀日、棕枝主日 (棕枝节)【红色】	太21:1-11; 可11:1-11; 路19:28-44; 约12:12-19	J骑驴, 荣入圣城。以欢迎凯旋君王的仪式迎接J, 将弥赛亚的头衔归于祂。	赛62:11; 亚9:9; 诗118:26-27 诗24:7-10	45,87,88, 93	赞美会、圣诗班及会众手持棕枝进堂以示欢迎J, 举行献心祷告会, 迎接J进入我们中间。
第二天(周一) 权柄日	太21:12-22; 可11:12-26; 路19:45-48	J行使弥赛亚的权柄, 咒诅无花果树, 洁净圣殿(第二次), 代表祂要除掉一切虚伪的信仰建立诚实敬拜的子民。	玛3:1-2; 诗69:9; 诗8:2; 赛56:7; 耶7:11	225,98	举行认罪祷告会, 对照神的诫命省察己罪, 结出果子呈献给神。
第三天(周二) 教训日、教诲日	太21:23-25:46; 26:1-13; 可11:27-13:37 14:3-9; 路20:1-21:36	耶稣用许多道理教训人: (1)辩驳耶稣的权柄, (2)两个儿子之喻, (3)凶恶佃户之喻, (4)婚宴之喻, (5)论纳税给凯撒, (6)论复活的问题, (7)论最大的诫命, (8)论基督与大卫, (9)法利赛人七祸, (10)末世的预兆, (11)十童女之喻, (12)按才干受银子之喻, (13)绵羊山羊之喻, (14)论文士与寡妇, (15)马利亚膏主。	序号与左栏对应: (3)赛5:1-2;诗118:22-23; (5)但2:21; 耶29:7 (6)申25:5-6; 多比传7:1-9:6; 出3:6 (7)申6:4; 利19:18; 何6:6; 弥6:8; 撒上15:22(8)诗110:1(9)民19:16; 创4:10; 代下24:20-22(15)歌1:12	239,336	举行读经会、查经会, 查考、分享相关事件的经文。
第四天(周三) 静修日、退修日	太26:14-16; 可14:10-11; 路22:3-6	此日未载J言行, (一般认为祂进入静修祷告, 为即将到来的苦难积蓄力量) 宗教领袖收买犹大出卖J。		235,210	一般不设集体活动, 个人静修祷告、默想。
第五天(周四) 团契日, 圣餐日, 濯足日【红色】	太26:17-75; 可14:12-26; 路22:7-23; 约13:1-30	J与门徒们共进逾越节筵席, 安慰门徒并为之洗脚, 设立圣餐, 客西马尼祷告, 犹大卖主, J被捕, 门徒四散, 彼得否认主, J受审一夜。	亚13:7; 诗41:9	89,90,91, 95,131	圣餐、通宵祷告会、禁食(一般禁食到复活节, 因J此间受难未再吃食物, 也有的团体举行洗脚礼)
第六天(周五) 受难日 (受难节)【黑色】	太27:1-61; 可15:1-47; 路22:66-23:55 约18:28-19:42	耶稣受审、受辱、受鞭打、已初被钉在十架上, 十架七言, 申初断气。晚上被取下葬于他人墓中。	赛53:12; 诗22:1; 22:18; 69:21; 出12:46; 民9:12; 诗34:20; 亚11:12-13	96,97,216, 214,210	十架苦路游行, 七言烛光默想。
第七天(周六) 安眠日、坟墓日、封锁日	太27:62-66	耶稣在坟墓中安眠, 宗教领袖怂恿罗马人派重兵把守, 并封墓。代表黑暗权势企图封锁主的复活。受难周结束。		92,93,98, 99,100,216,103	举行暗室默想, 或继续保持禁食。
第八天(周日) 复活日 (复活节)【白、金】	太28:1-15; 可16:1-11; 路24:1-49; 约20:1-23	清晨J从坟墓中复活, 向女徒显现, 又向众门徒显现。	诗16:10	94,100,103,104,106, 107,108, 110	晨祷会、复活晨曦礼拜, 复活节赞美会, 儿童寻找复活节彩蛋。

注: 此表仅供参考, 各教会可根据处境酌情举行活动。1. 表中耶稣简称“J”; 2. 未注明颜色皆为紫色。

制表日期: 2012.4.6.周五

教会圣礼所应用的颜色

上帝曾以色彩充满天地，因此教会遂领悟到以各种颜色作崇拜的表征。教会年历上的颜色，乃是随着一年中各节期的特质而有所不同的编排。教会年历上圣礼所习用的颜色，分白色、紫色、红色、绿色和黑色，以便从视觉中作福音的训诲。以下便是圣礼颜色的表征：

颜色	说 明
白色	象征纯洁、喜乐和真理之光。在教会年历中采用白色，是与我们的主有关的。例如：圣诞节、复活节、显现节、升天节、圣三一主日和基督易容显光日等；此外在非殉道者的圣日；施洗礼、按手礼、派立圣职礼、婚姻圣礼、周年庆典及纪念节日之感恩崇拜时亦会采用。还有与圣餐有关或在孩童葬礼之崇拜亦采用白色。
紫色	象征忏悔、警醒和禁戒，采用于所有忏悔的节期。例如：将临期、七旬、六旬、五旬及大斋节，此外在守节的前夕和除了在圣灵降临节期间的四季斋期及特祷日，并显现节日之前夕皆采用紫色。
红色	象征热血，在殉道者的纪念日中采用。它亦象征圣灵，因此也用于圣灵降临日，根据古代习惯婴儿被杀日亦用红色。现时在派立圣礼中也多采用红色。
绿色	是教会最普遍采用的颜色，象征希望、生命和天然，显现节和圣灵降临期（或称三一节期）皆普遍采用绿色。
黑色	象征哀悼，用于基督受难日和殡葬礼。

注：圣坛、讲坛和读经台上的覆盖，以及圣品人所配戴的圣带，也随着教会年历中各节期及节日所适用的颜色而更易。

主要节期

节 期	说 明
将临节	圣诞节前的四个主日，为提醒救主圣诞日快要来临的预备期，其四个主日的主题分别为平安、希望、喜乐、和圣爱。
圣诞节	庆祝救主耶稣基督的降生，此乃上帝对人类最大的礼物一大爱。借着圣子耶稣基督在十字架上舍生流血，完成对世上罪人的救赎。
显现节	一月六日为显现日，随后共有六个主日，强调在此期间，信徒要加倍奋发传扬福音，促使基督的光普照世界。
大斋节	“预苦期”“四旬期”自大斋首日即灰色星期三，至复活日之前，共有四十日，不含主日在内。此期信徒斋戒克己、禁食祷告、强化灵修和读经、认罪悔改，并储备善款，用于受难日周济贫弱。
圣 周	复活节前一周，亦即自棕树主日开始，经过星期四设立圣餐日，星期五受难日，星期六复活前夕为止。
复活节	春分后、月圆后第一个主日为主复活日，给人类带来生命更新的契机，充满生命的活力及希望。此节期共有五或七个主日。
升天日	主复活后40天为升天日，含主日及升天后主日，表明信友信仰的升华与进步；有如基督升天一样。
圣灵降临节 (五旬节)	主复活后50天，亦即升天后10天，共有卅六个主日，约相当于半年的时间。求主圣灵引领浇灌，促使信徒勤学主道，奋力实践在生活中，以培植活泼兴旺的灵命为主见证。
三一主日	圣灵降临后第一主日亦即为三一主日，以提示我们的上帝是三位一体的上帝，即圣父一创造主，圣子一救赎主，圣灵感化主。

注：详细资料请参阅《公祷书》。