

Sunday Service (8 March 2026 Lent)

Bless the Lord who forgives all our sins,
whose mercy endures for ever. Amen.

O God, the fountain of life,
to a humanity parched with thirst
you offer the living water that springs from the Rock,
our Saviour Jesus Christ:
stir up within your people the gift of your Spirit,
that we may profess our faith with freshness
and announce with joy the wonder of your love.
We ask this through our Lord Jesus Christ,
who lives and reigns with you in the unity of the Holy Spirit,
one God, for ever and ever. **Amen.**

John 4:19-26 Woman at the well

The woman said to him, "Sir, I see that you are a prophet. Our ancestors worshipped on this mountain, but you say that the place where people must worship is in Jerusalem." Jesus said to her, "Woman, believe me, the hour is coming when you will worship the Father neither on this mountain nor in Jerusalem. You worship what you do not know; we worship what we know, for salvation is from the Jews. But the hour is coming, and is now here, when the true worshippers will worship the Father in spirit and truth, for the Father seeks such as these to worship him. God is spirit, and those who worship him must worship in spirit and truth." The woman said to him, "I know that Messiah is coming" (who is called Christ). "When he comes, he will proclaim all things to us." Jesus said to her, "I am he, the one who is speaking to you."

Life at sea teaches us many things. We become familiar with different types of water - calm seas, rough waves, quiet ports, and roaring storms. We work around water, live above it, and sometimes face its great power. Yet, even with so much water around us, we can feel a deep dryness in our hearts. We might feel tired from the demands of the job, lonely because of the distance from home, or even forgotten by those on land. In the Gospel of John chapter four, Jesus meets a woman at a well and offers her something more than just physical water. He offers her living water. This is not only her story—it is also ours. Each one of us longs for something deeper, and Jesus is the only one who can truly satisfy that thirst.

The woman Jesus met was someone others ignored. She came to the well during the hottest part of the day, likely because the other women avoided her. She carried shame, pain, and a past that made her feel unworthy. But Jesus did not judge her or push her away. He spoke to her with respect and love. He knew everything about her and still saw her as worthy of a new beginning. That is exactly how He sees each of us. No matter how far we are from home or how heavy our hearts may feel, Jesus comes to meet us. He does not wait for us to have everything together. He steps into our ordinary moments and offers us hope. He speaks truth to our soul and offers us living water that refreshes and restores us from within.

In His conversation with the woman, Jesus says that true worship is not about a place. It is about the heart. He says the time has come when people will worship the Father in spirit and in truth. That is good news for seafarers. We do not need to be in a church building to draw close to God. We can worship Him wherever we are - on the bridge, in the engine room, during a quiet night watch, or in our bunk during rest. God is not far. He

is near. His Spirit reaches every ocean and every port. He knows our hearts, hears our prayers, and welcomes our honest worship.

After meeting Jesus, the woman at the well did not keep her experience to herself. She ran to tell others. She told her village about the man who knew her and loved her anyway. Her testimony led many others to believe. The change in her life was real and others noticed. We are called to do the same. When we know the love of Jesus, it is not meant to be hidden. It is meant to shine through our words and actions. When we work faithfully, show kindness, and support one another on board, we reflect His light. Even in small ways, our faith can become a beacon for those around us.

Many of us carry worries and questions. We may wonder if God still sees us or if He still cares. But the message of Jesus is this: He does see us, and He does care. He comes to meet us just as we are. He offers us living water, not just for today but for every day. He gives us strength for the journey and peace for the storms. No matter where the ship may sail, we are never beyond His reach. His love does not run out. His presence never fails. So today, let us open our hearts and receive what only Jesus can give - true life, deep peace, and living water that never runs dry.

**I believe in God, the Father almighty,
creator of heaven and earth.**

**I believe in Jesus Christ, God's only Son, our Lord,
who was conceived by the Holy Spirit, born of the virgin Mary,
suffered under Pontius Pilate, was crucified, died, and was buried;
he descended to the dead.
on the third day he rose from the dead; he ascended into heaven,
and is seated at the right hand of the Father;
from there he will come to judge the living and the dead.**

**I believe in the Holy Spirit, the holy catholic Church, the communion of saints,
the forgiveness of sins, the resurrection of the body,
and the life everlasting. Amen.**

(Seafarer's Prayer)

Dear Lord, thank You for meeting us with love and grace wherever we are, even in the middle of the sea. We are grateful for the living water Jesus offers. Fill our hearts with peace, hope, and strength. When we feel tired or lonely, remind us that You are near. Guide our work, protect our ship, and bless our crew. Watch over our families and children waiting at home. Help us to love others, speak with kindness, and live with truth. Let our actions show that we belong to You. Thank You for never leaving us. Thank You for refreshing our souls and giving us a purpose. In Jesus' name we pray, **Amen.**

**Our Father in heaven,
hallowed be your name,
your kingdom come,
your will be done, on earth as in heaven.**

Give us today our daily bread.

Forgive us our sins as we forgive those who sin against us.

Save us from the time of trial and deliver us from evil.

**For the kingdom, the power, and the glory are yours
now and for ever. Amen.**

The Grace of the Lord Jesus Christ, and the love of God, and the fellowship of the Holy Spirit, be with us all evermore. **Amen.**

Tagalog Sunday Service (8 March 2026, Lent)

Purihin ang Panginoon na nagpapatawad sa lahat ng ating mga kasalanan,
na ang awa ay magpakailanman. Amen.

O Diyos, ang bukal ng buhay, sa sangkatauhan na tigang sa uhaw ay iniaalay mo ang tubig na buhay na bumubukal mula sa Bato, ang aming Tagapagligtas na si Hesukristo: pukawin sa loob ng iyong mga tao ang kaloob ng iyong Espiritu, upang aming ipahayag ang aming pananampalataya nang may kasariwaan at ipahayag nang may kagalakan ang kamanghamangha ng iyong pag-ibig. Hinihiling namin ito sa pamamagitan ng ating Panginoong Hesukristo, na nabubuhay at naghahari kasama mo sa pagkakaisa ng Espiritu Santo, isang Diyos, magpakailanman. **Amen.**

John 4:19-26

19. Sinabi sa kaniya ng babae, Ginoo, napaghahalata kong ikaw ay isang propeta. 20. Nagsisamba ang aming mga magulang sa bundok na ito; at sinasabi ninyo, na sa Jerusalem ay siyang dakong kinakailangang pagsambahan ng mga tao.
21. Sa kaniya'y sinabi ni Jesus, Babae, paniwalaan mo ako, na dumarating ang oras, na kahit sa bundok na ito, ni sa Jerusalem, ay hindi ninyo sasambahin ang Ama.
22. Sinasamba ninyo ang hindi ninyo nalalaman: sinasamba namin ang nalalaman namin; sapagka't ang kaligtasan ay nanggagaling sa mga Judio.
23. Datapuwa't dumarating ang oras, at ngayon nga, na sasambahin ng mga tunay na mananamba ang Ama sa espiritu at katotohanan: sapagka't hinahanap ng Ama ang mga gayon na maging mananamba sa kaniya.
24. Ang Dios ay Espiritu: at ang mga sa kaniya'y nagsisisamba ay kinakailangang magsisamba sa espiritu at sa katotohanan.
25. Sinabi sa kaniya ng babae, Nalalaman ko na paririto ang Mesias (ang tinatawag na Cristo): na pagparito niya, ay ipahahayag niya sa amin ang lahat ng mga bagay.
26. Sinabi sa kaniya ni Jesus, Ako na nagsasalita sa iyo ay siya nga.

Ang buhay sa dagat ay nagtuturo sa atin ng maraming bagay. Nagiging pamilyar tayo sa iba't ibang uri ng tubig na tahimik na dagat, maalon na alon, tahimik na daungan, at dumadagundong na bagyo. Nagtatrabaho kami sa paligid ng tubig, nakatira sa itaas nito, at kung minsan ay nahaharap sa dakilang kapangyarihan nito. Gayunpaman, kahit na may napakaraming tubig sa paligid natin, nararamdaman natin ang matinding pagkatuyo sa ating mga puso. Maaaring makaramdam tayo ng pagod sa mga hinihingi sa trabaho, malungkot dahil sa layo ng bahay, o nakalimutan pa nga ng mga nasa lupa. Sa Ebanghelyo ni Juan kabanata apat, nakilala ni Jesus ang isang babae sa isang balon at nag-alok sa kanya ng isang bagay na higit pa sa pisikal na tubig. Inalok niya ito ng tubig na buhay. Ito ay hindi lamang ang kanyang kuwento, ito ay atin din. Bawat isa sa atin ay naghahangad ng mas malalim na bagay, at si Jesus lamang ang tunay na makakapagbigay ng uhaw na iyon.

Ang babaeng nakilala ni Jesus ay isang taong hindi pinansin ng iba. Dumating siya sa balon sa pinakamainit na bahagi ng araw, malamang dahil iniwasan siya ng ibang mga babae. Dala niya ang kahihiyan, sakit, at nakaraan na nagparamdam sa kanya na hindi siya karapat-dapat. Ngunit hindi siya hinatulan o itinulak ni Jesus palayo. Kinausap niya ito nang may paggalang at pagmamahal. Alam niya ang lahat tungkol sa kanya at nakita pa rin siya bilang karapat-dapat sa isang bagong simula. Ganyan mismo ang pagtingin Niya sa bawat isa sa atin. Gaano man tayo kalayo sa tahanan o gaano man kabigat ang nadarama ng ating mga puso, dumarating si Jesus upang salubungin tayo. Hindi niya hinintay na magkasama kami ng lahat. Pumapasok siya sa ating mga ordinaryong sandali at nag-aalok sa atin ng pag-asa. Siya ay nagsasalita ng katotohanan sa ating kaluluwa at nag-aalok sa atin ng buhay na tubig na nagpapaginhawa at nagpapanumbalik sa atin mula sa loob.

Sa Kanyang pakikipag-usap sa babae, sinabi ni Jesus na ang tunay na pagsamba ay hindi tungkol sa isang lugar. Ito ay tungkol sa puso. Sinabi niya na dumating na ang panahon na sasambahin ng mga tao ang Ama sa espiritu at katotohanan. Magandang balita iyan para sa mga marino. Hindi natin kailangan na nasa gusali ng simbahan para mapalapit sa Diyos. Maaari natin Siyang sambahin saan man tayo naroroon - sa tulay, sa silid ng makina, sa isang tahimik na pagbabantay sa gabi, o sa ating higaan kapag nagpapahinga. Ang Diyos ay hindi malayo. Malapit na siya. Ang Kanyang Espiritu ay umaabot sa bawat karagatan at bawat daungan. Alam niya ang ating mga puso, dinirinig ang ating mga panalangin, at tinatanggap ang ating tapat na pagsamba.

Matapos makilala si Jesus, hindi itinago ng babae sa balon ang kanyang karanasan. Tumakbo siya para sabihin sa iba. Sinabi niya sa kanyang nayon ang tungkol sa lalaking nakakakilala sa kanya at mahal pa rin siya. Ang kanyang patotoo ay umakay sa marami pang iba na maniwala. Totoo ang pagbabago sa buhay niya at napansin ng iba. Tayo ay tinawag na gawin din ito. Kapag nalaman natin ang pag-ibig ni Hesus, hindi ito dapat itago. Ito ay sinadya upang lumiwanag sa pamamagitan ng ating mga salita at kilos. Kapag tapat tayong gumagawa, nagpapakita ng kabaitan, at nagsusuporta sa isa't isa habang nakasakay, nababanaag natin ang Kanyang liwanag. Kahit sa maliliit na paraan, ang ating pananampalataya ay maaaring maging isang tanglaw para sa mga nakapaligid sa atin.

Marami sa atin ang nagdadala ng mga alalahanin at katanungan. Maaaring iniisip natin kung nakikita pa rin tayo ng Diyos o kung nagmamalasakit pa rin Siya. Ngunit ang mensahe ni Jesus ay ito: Nakikita Niya tayo, at nagmamalasakit Siya. Siya ay pumupunta upang salubungin tayo kung ano tayo. Nag-aalok siya sa atin ng tubig na buhay, hindi lamang para sa araw na ito kundi para sa bawat araw. Binibigyan Niya tayo ng lakas para sa paglalakbay at kapayapaan para sa mga bagyo. Kahit saan man maglayag ang barko, hindi Niya tayo maabot. Hindi nauubos ang kanyang pagmamahal. Ang kanyang presensya ay hindi nawawala. Kaya ngayon, buksan natin ang ating puso at tanggapin ang tanging maibibigay ni Hesus - ang tunay na buhay, malalim na kapayapaan, at tubig na buhay na hindi natutuyo.

Sumasampalataya ako sa Diyos, Amang makapangyarihan sa lahat, lumikha ng langit at lupa.

Sumasampalataya ako kay Hesukristo, ang bugtong na Anak ng Diyos, ating Panginoon, na ipinaglihi sa pamamagitan ng Espiritu Santo, ipinanganak ng birheng Maria, nagdusa sa ilalim ni Poncio Pilato, ipinako sa krus, namatay, at inilibing; bumaba siya sa patay.

sa ikatlong araw ay nabuhay siya mula sa mga patay; umakyat siya sa langit, at nakaupo sa kanan ng Ama; mula roon ay darating siya upang hatulan ang mga buhay at ang mga patay.

Sumasampalataya ako sa Espiritu Santo, sa banal na Simbahang Katoliko, sa pakikipag-isa ng mga banal, sa kapatawaran ng mga kasalanan, sa muling pagkabuhay ng katawan, at sa buhay na walang hanggan. Amen.

(Panalangin ng Marino)

Mahal na Panginoon, salamat sa pagtagpo Mo sa amin nang may pagmamahal at biyaya saan man kami naroroon, maging sa gitna ng dagat. Nagpapasalamat tayo sa tubig na buhay na iniaalok ni Hesus. Punuin ang ating mga puso ng kapayapaan, pag-asa, at lakas. Kapag nakaramdam kami ng pagod o pag-iisa, ipaalala sa amin na Ikaw ay malapit. Gabayan ang aming gawain, protektahan ang aming barko, at pagpalain ang aming mga tripulante. Bantayan ang ating mga pamilya at mga anak na naghihintay sa bahay. Tulungan kaming mahalin ang iba, magsalita nang may kabaitan, at mamuhay nang may katotohanan. Hayaang ipakita ng aming mga kilos na kami ay sa Iyo. Salamat dahil hindi Mo kami iniwan. Salamat sa pagre-refresh ng aming mga kaluluwa at pagbibigay sa amin ng isang layunin. Sa pangalan ni Hesus kami ay nananalangin, **Amen.**

Ama namin, na nasa langit, sambahin nawa ang pangalan Mo.

Dumating nawa ang kaharian Mo.

Masunod nawa ang kalooban Mo, dito sa lupa gaya sa langit.

Bigyan Mo kami ngayon ng aming kakanin sa araw-araw.

Patawarin Mo kami sa aming mga kasalanan,

gaya ng pagpapatawad namin sa mga nagkakasala sa amin. At huwag Mo kaming ipahintulot sa tukso, kundi iligtas Mo kami sa kasamaan.

Sapagkat sa Iyo ang kaharian, ang kapangyarihan, at ang kaluwalhatian, magpakailanman. Amen.

Ang biyaya ng Panginoong Jesucristo, at ang pag-ibig ng Dios, at ang pakikisama ng Banal na Espiritu, ay sumaaing lahat magpakailan man. **Amen.**