

「堅立門徒生命 傳承領袖使命」



「不要效法這個世界，只要心意更新而變化，
叫你們察驗何為神的善良、純全、可喜悅的旨意。」
(羅馬書 12:2)



基督教福音聯合會宗聖堂 主日崇拜週刊：2025年11月23日

地址：九龍深水埗青山道 142 號順發居二樓 A-E 室(全層)

電話：2363-9987 / 2408-9595 傳真：3011-5044

電郵：chungshingchurch@yahoo.com.hk

網址：<http://www.ueml.org.hk>

顧問：張福民牧師、廖武洪牧師

同工：朱天佑傳道、陳梁嘉敏福音幹事

主日崇拜時間：上午十一時正

崇拜程序（十一月份第四主日）

主 席： 陳賽娥姊妹
 招 待： 韓 燕姊妹 杜奕真姊妹
 司 事： 劉壽蘭姊妹 何雪娟姊妹
 音 響： 徐家杰弟兄 柳玉蓮姊妹

講 員： 馬美夏女士
 司 琴： 朱張雪琳姊妹
 插 花： 柳玉蓮姊妹

1. 默禱	主在聖殿中	眾坐
2. 宣召	全地都當向神歡呼！歌頌名的榮耀！ 用讚美的言語將祂的榮耀發明！	眾立
3. 祈禱	主 席	眾立
4. 唱詩	《全地至高是我主》 《我要向高山舉目》《感恩的祭》	眾立
5. 讀經	經文：詩篇 3:1-8	眾坐
6. 講道	講題：祈禱...這麼易那麼難？	眾坐
7. 奉獻	《耶和華是我的倚靠》	眾坐
8. 謝禱	主 席	眾立
9. 讚美	《讚美一神》	眾立
10. 祝禱	朱天佑傳道	眾立
11. 榮耀頌	但願榮耀歸於父 子 聖靈 父 子 聖靈 起初這樣現在這樣 以後也這樣 永無窮盡 阿們 阿們	眾立
12. 報告	朱天佑傳道	眾坐
13. 殿樂	彼此分享	眾坐

請於聚會期間把手機關掉或調校為震動模式。
 好讓會眾能安靜地參與敬拜。多謝合作。
 『在聚會中，如有不便，不必隨眾站立。』

敬拜詩歌

《全地至高是我主》

願靈內甦醒，心獻頌讚歌聲，投在祢的翅膀，願祢施恩救拯。
願榮耀歸主，高唱頌讚新歌，琴和應瑟奏鳴，樂韻歌聲齊賀。

全地至高是我主，各邦一致頌揚，讓這歌盡獻主，榮光高照諸天。
慈愛達到穹蒼處，恩慈信實，並賜下寬容饒恕。

曲：黎雅詩 詞：甄燕鳴 版權屬角聲使團所有

《我要向高山舉目》

我要向高山舉目，我的幫助從何而來？
我的幫助從造天地的耶和華而來！

祂必不叫你的腳搖動，保護你的必不打盹，
保護以色列的也不打盹，也不睡覺，
保護你的是耶和華，耶和華在你右邊蔭庇你，
白日太陽必不傷你，夜間月亮必不害你，
耶和華要保護你，免受一切的災害，
祂要保護你的性命，你出你入耶和華要保護你，從今時直到永遠。

曲：吳炳琛、鍾鐸 詞：詩篇 121 承蒙迎欣有限公司允許使用

《感恩的祭》

我要舉起救恩的杯稱頌耶和華，在萬民面前向主祢還願，
以感恩為祭獻給主祢，拿甚麼報答主厚愛。

我要舉起救恩的杯稱頌耶和華，在萬民面前向主祢還願，
來舉手屈膝跪拜，呈獻歌聲讚頌祢。

主聽了我的禱告，患難裏聽了我的呼喊，
絕處裏困苦，災禍衝擊我，沒有祢怎麼跨過。（靠祢我可跨過）

主永遠不丟棄我，哪管對或錯，依舊守護着我，
慈愛不變，以恩典環抱着我，容我獻上感恩的祭。

曲/詞：鄧淑儀 版權屬基恩敬拜音樂事工所有

奉獻詩歌

《耶和華是我的倚靠》

耶和華是我的倚靠，每天引導我路程，
隨時讓我心省察，我禱告祂細聽，

面對處處滿佈挑戰困惑，靠祢抹去心驚怕，
就算碰到挫折失去方向，有祢校正我偏差，

耶和華是我的一切，主恩惠一生足夠，
全然讓我心擺上，獻出我所有。

曲：黎雅詩 詞：李鳳琮、甄燕鳴 版權屬角聲使團所有

讀經

經文：詩篇 3:1-8

- 1 耶和華啊，我的敵人何其加增；有許多人起來攻擊我。
- 2 有許多人議論我說：他得不著神的幫助。
- 3 但你 - 耶和華是我四圍的盾牌，是我的榮耀，又是叫我抬起頭來的。
- 4 我用我的聲音求告耶和華，他就從他的聖山上應允我。
- 5 我躺下睡覺，我醒著，耶和華都保佑我。
- 6 雖有成萬的百姓來周圍攻擊我，我也不怕。
- 7 耶和華啊，求你起來！我的神啊，求你救我！因為你打了我一切仇敵的腮骨，敲碎了惡人的牙齒。
- 8 救恩屬乎耶和華；願你賜福給你的百姓。

講道筆記

祈禱...這麼易那麼難？（詩篇 3:1-8）

(1) 背景

詩題：大衛逃避兒子押沙龍的時候作的詩

第三篇	情況	撒母耳記下
1~2 節	敵人何其多；經文都用希伯來文（r-b-b）相關的詞	十五 12
2 節	別人以為神不會救助	十六 7~8
3 節	蒙頭至抬頭	十五 30
5 節	信靠神	十五 25、31
6 節	遇敵軍包圍	十五 13, 十七 11、13
8 節	終獲勝利	十八 31

(2) 解經

1-2節 詩人的痛苦

3-4節 詩人的祈求

5-6節 詩人的信心

7節 詩人的祈求

8節 詩人的盼望

(3) 結論

(4) 應用

必答題：祈禱易嗎？難嗎？

真正的愛是由聆聽開始！

陳梁嘉敏

因家中有多位精神復康者，而我過去曾於所帶的小組亦有八成組員都是精神復康者，也曾在愛協團契的互助小組裡擔任導師，故促使我進修輔導治療，繼而常把所學的心理學、輔導學、神學及基督教教育融會貫通在一起地思想，如何去實踐。

不少人都不喜歡孤單一人，而是喜歡三五成群的聚在一起，但當三五成群時，你能「聆聽」別人嗎？特別在於別人的弦外之音？抑或等不到別人說完一句話就習慣性地插咀，來回應別人你想對方聽到的說話。假若對方聽不到你說話的意思，就用不悅的微表情告知對方嗎？

有如我們每天親近神，祈禱時不自覺地用了自我中心去要求神成全自己的心意。當我們親近神時，必須學會聆聽神的微聲，甚至學會更認識自己、覺察自己內心最真實的需要。我們怎樣學習覺察自己的內在？讓我總結以下兩點：

一、要以虛心、謙遜及開放的態度專注地聆聽，相信神會藉著他人對我們的說話，我們就會表現出認真的聆聽他人。

二、要以虛心、謙遜及開放的態度有意識地分享，相信神會藉著我們自己的說話，從中聆聽自己、覺察自己內在真實的需要，甚至意識到神的微聲。

1 「自我分析就是一輩子不斷地積極覺察自己，以求更加覺察自己的無意識動機、心靈中一切重要的事情，包括自己的目標、矛盾和

¹ 聆聽的藝術：認識自己與體察現代人的心靈。作者：埃里希·佛洛姆 (Erich Fromm)。譯者：梁永安。出版社：木馬文化。出版日期：2023.6

不一致。」——佛洛姆

每個人對維持身心靈健康都有一定知識，故此，我們必須學習：

1. 多安靜與神獨處：細心留意身旁的受造物，神會透過受造物與我們對話。
2. 改變自己的思緒與行為：除了自我覺察，也要採取相應的行動。
3. 培養對神及受造物感興趣：建立關係。
4. 學習「自我批判」的思考：這是對抗人生各種危機和抵禦能力。
5. 學習專注：達到真正的溝通與聆聽是極需要專注的心態。
6. 發掘自己的內在：自我中心的人，其實不是真正的愛人愛神愛自己。
7. 分析自己：常問自己問題，努力找出自己真正的想法。

當我們能覺察自己，由聆聽自己來理解他人，也要專心聆聽他人的說話和自己當下的回應，而這個愛的能力正正在於我們是否真正的「聆聽」自己和別人？我們要相信天父是慈愛、憐憫的。天父總是在你和我之間時刻維繫著彼此的情誼。

「神愛我們的心，我們也知道也信。神就是愛；住在愛裏面的，就是住在神裏面，神也住在他裏面。這樣，愛在我們裏面得以完全，我們就可以在審判的日子坦然無懼。因為他如何，我們在這世上也如何。愛裏沒有懼怕；愛既完全，就把懼怕除去。因為懼怕裏含著刑罰，懼怕的人在愛裏未得完全。我們愛，因為神先愛我們。」（約翰壹書四 16-19）

家事報告

1 下主日崇拜預告

講員	講題	經文
張福民牧師	聖誕的樂與怒	馬太福音 2:1-18

請弟兄姊妹先閱讀經文，預備心聆聽聖言。如需崇拜直播請向同工登記，有關資訊將在教會公告群組發放，或在本堂網站重溫。

2 週三祈禱會預告

日期	時間	形式主題	主題
26/11	晚上 8:00	網上	為內在生命禱告

連結於「宗心禱告」群組發放，請弟兄姊妹同心合意在家中守望代禱。

3 本主日登記使用教會地方

時間	活動/聚會	對象	地點
崇拜後	宗心祈禱會	會眾	禮堂
崇拜後	迦勒團職員會	迦勒團職員	副堂
崇拜後	30/11 街頭佈道陪談安排	陪談員	影印室

4 十一月及十二月份教會聚會一覽

日期	時間	團契/聚會	對象	地點
30/11	主日下午 2:00	傳道部街頭佈道	會眾	禮堂
14/12	主日下午 1:45	聖誕活動 (新萬福護老院探訪)	會眾	禮堂
20/12	週六下午 2:00	聖誕活動 (順心意護老院探訪)	會眾	副堂
20/12	週六下午 2:00	Awana 活動 (Happy 有主同在聖誕派對)	家長及孩子	禮堂
24/12	週三晚上 6:00	報佳音(天使)	會眾	禮堂
24/12	週三晚上 6:45	報佳音(天軍)	會眾	禮堂
25/12	週四上午 11:00	聖誕節崇拜	會眾	禮堂
28/12	主日崇拜後	守望教會感恩祈禱	會眾	禮堂

歡迎弟兄姊妹參與，請向同工或各部部長報名及查詢。

5 詩班練習

日期	內容
7/12、14/12 主日崇拜後	練習
25/12	出隊 (聖誕崇拜)

6 2026 年生命之道查經課程

為了讓肢體有更全面和進深的學習查經，將於明年開始與中國神學研究院合辦「生命之道」查經課程，有興趣的請於壁報板上報名，詳情將個別與報名者聯絡。

7 團契消息

日期	時間	活動/聚會	對象	地點
5/12	週五上午 10:30	以諾團契	長者	禮堂

8 八十周年堂慶

內容	時間	地點
特刊拍照「宗聖堂歷史的見證人」 1 創堂九龍城至今 2 購堂新蒲崗至今 3 擴堂紅磡至今 4 植堂荃灣至今 5 合堂深水埗至今	30/11 崇拜後	禮堂
鼓勵肢體為到教會是次堂慶而作出感恩奉獻，目標為港幣 150,000 元。		

十一月份第三週主日奉獻	2025 年十一月份奉獻總數
主日獻金 : \$ 1,325.00	\$117,670.00
十一奉獻 : \$ 5,850.00	
感恩奉獻 : \$ 2,500.00	
本主日獻金共 : \$ 9,675.00	
歡迎弟兄姊妹用以下途徑繼續奉獻: 1. 銀行轉帳、櫃員機轉帳或轉數快 銀行帳號: 星展銀行 (016) 487-460226426 收據上註明: 奉獻者「中文姓名全名」及獻金用途 (如: 什一、感恩...等) 傳送資料至: 本堂手機號碼 67500046	2. 支票 抬頭: 「基督教福音聯合會有限公司」 或 "United Evangelical Mission Limited" 註 明: 奉獻者「中文姓名」及獻金用途

13/11/25 (四) 至 19/11/25 (三) 各項聚會出席人數

主日崇拜/主日學/ 查經課程	出席人數	團契/其他	出席人數
現場崇拜	74	網上祈禱會	6
網上崇拜瀏覽人次	23	Awana 兒童聚會	13
兒童崇拜	N/A	但以理團契	6
主日學 - 異端剖析	N/A	安得烈團契	13
查經 - 耶穌的比喻	13	迦勒團契	11
查經 - 豐盛人生	5	以諾(長者)團契	N/A

下主日(11 月 30 日)司職人員

主 席：	朱天佑傳道	講 員：	張福民牧師
招 待：	王偉文弟兄 馮煒發弟兄	司 琴：	朱張雪琳姊妹
司 事：	譚惠琮姊妹 高春秀姊妹	插 花：	徐燕芬姊妹
音 響：	夏穎詩姊妹 李嘉慧姊妹		

每週代禱事項

2025 年 11 月 23 日至 11 月 29 日 每週代禱事項

☆每日請用五分鐘代禱☆

1.	國內教會正面對重大打壓，記念當地同工們的家屬平安，有份負責律師們及同工間合一祈禱。
2.	為元洲邨元泰樓 9/11 傍晚發生火警，求主賜平安給所有目擊者。
3.	為政府及相關志願團體能協助流落街頭人士，得著合適支援，度過氣溫下降的日子。
4.	記念 30/11 教會於元洲邨佈道活動中各人清楚自己角色，好好發揮，同心見證基督。
5.	記念肢體有一顆持續學習心志，明年教會將透過中神舉辦生命之道查經課程一同裝備。
6.	為會眾能投入祈禱，週三晚祈禱會改為主日崇拜前舉行，盼肢體在實體祈禱會中互相守望。
7.	有需要肢體：周秀娟（身體）、黃雅琪（身體）、高春秀（身體）、 廖牧師及師太（身體）、鄭蕙敏（身體）

聚會時間表

每主日早上 9 時 30 分	主日學
每主日早上 11 時正	兒童崇拜
每主日早上 11 時正	主日崇拜
每週三晚上 8 時正	祈禱會（網上）
每週五晚上 8 時正	週五查經團契（網上）
每週六下午 2 時正	Awana(兒童)事工
每週六下午 4 時 30 分	但以理團契
每週六下午 2 時 30 分	安得烈(家庭)團契
每月第三主日下午 2 時正	迦勒(成人)團契
每月第一、三週五早上 10 時 30 分	以諾(長者)團契