



台北和平基督長老教會

成為萬民的祝福

主日禮拜程序

主日禮拜週報

2016年6月26日

NO. 1691

第一堂禮拜 講道：蔡茂堂牧師
司會：謝佳吟執事
司琴：陳美晴姊妹

第二堂禮拜 講道：蔡茂堂牧師
司會：許素菲執事
司琴：張希如執事
領詩：簡文隆長老

同心頌
序樂
宣召
聖詩
信仰告白
祈禱
啟應
獻詩
聖經
講道
回應
奉獻
報告
頌讚
祝禱
阿們

第一堂
第二堂
第一堂
第二堂
第一堂
第二堂
第一堂
第二堂
第一堂
第二堂
第一堂
第二堂

預備心敬拜上帝
安靜等候神

(華) 校園 II 221 到遙遠地方
(台) 到遙遠逐所在
尼西亞信經

(華) 聖經羅馬 10
(台) 新聖詩 啟應文 59 羅馬 10
聖詩 011 宇宙主宰 你何等偉大
一點又一點
太 28:16-20; 徒 1:3-8
去或等 (Going Or Waiting)
(華) 校園 I 30 預備
(台) 備辦

新聖詩 第 382 首 第 1、5 節
福音隊差派禮

(華) 新聖詩 第 510 首 「讚美天上主宰」
(台) 新聖詩 第 391 首 「謳唵天頂主宰」

會司
司會
會司
會司
吳奕辰弟兄
夫婦團契詩班
司茂堂牧師
會眾
會眾
蔡維倫牧師
會眾
蔡茂堂牧師
會眾

第三堂禮拜 講道：蔡茂堂牧師
司會：張希如執事

司琴：蔡沛琳姊妹
領詩：陳子瑀姊妹
會眾
會司潘君姊妹
司會蔡茂堂牧師
司會蔡茂堂牧師
會眾

敬拜讚美
信仰告白
歡迎
見禮
息報
守望
奉獻
聖身
真道
回應
祝禱
阿們

美
白
禮
證
告
身
經
息
歌
禱
頌

尼西亞信經

聖詩 第 306A
太 28:16-20; 徒 1:3-8
去或等 (Going Or Waiting)
(華) 校園 I 30 預備

「當稱謝進入他的門，當讚美進入他的院；當感謝他，稱頌他的名」

【本週講道大綱】

I. 引言：去或等 (Going or Waiting)

II. 復活的主做四服侍 (徒 1, 3, 8) (Four Ministries of The Resurrected Lord)

1. 向門徒顯現 Resurrection Appearance：建立信心 (路 24:36-37)
2. 使明白聖經 Teaching Scripture：明白聖經 (路 24:45)
3. 等聖靈降臨 Spirit Empowerment：領受聖靈 (路 24:49)
4. 是我的見證 Sending Witness：傳揚福音 (路 24:47-48)

III. 從是見證到作見證 (From BEING Witness to BEAR Witness) (徒 1:8; 約 15:27)

1. 從做事到說話 From Work to Word (約 14:10-11)
2. 從明光到明道 From Authenticity to Expressivity (腓 2:15-16)
3. 從交往到回答 From Demonstration to Communication (西 4:5-6)
4. 從盼望到準備 From Perseverance to Preparedness (彼前 3:15)

IV. 耶路撒冷直到地極 (From Jerusalem To End of World)

1. 耶路撒冷 Jerusalem (羅 9:3)
2. 猶大全地 All Judea (太 10:5-6)
3. 撒馬利亞 Samaria (約 4:9)
4. 直到地極 End of World (可 16:15)

V. 結論：等候再去 是主見證

【默想與行動】

1. 你對復活的主十一次向門徒顯現有何感想？
2. 你對於從是見證到作見證有甚麼個人心得？
3. 請分享你對於同心圓宣道的既往參與經驗？

【金句】

「但聖靈降臨在你們身上，你們就必得著能力，並要在耶路撒冷、猶太全地，和撒瑪利亞，直到地極，作我的見證」-徒 1:8

【第一、三堂回應詩】

預備

1. 預備忍受痛苦艱難 預備經歷試探
預備在家差遣別人 全聽候主指引
 2. 預備背負十架前行 預備祈禱儆醒
預備奉獻支持別人 等候救主引領
- (和) 預備等候預備前赴 預備忠心服侍
預備作聖工無論大小 預備遵行主旨

【第二堂回應詩】

備辦

1. 備辦忍受痛苦艱難 備辦經歷試探
備辦佇厝差遣別人 主旨意我聽趁
 2. 備辦前往釘十架頂 備辦祈禱儆醒
備辦支持甘心奉獻 等候救主引領
- (和) 備辦等候備辦前往 備辦忠心侍奉
備辦去服侍無論大小 主腳步我跟兌

【第二堂獻詩】

一點又一點

一點又一點 鑲嵌上繁星點點
一線又一線 畫成七彩的虹圈
一片又一片 白雲浮山巔
一面又一面 碧海映藍天
一年又一年 春草訴說祢恩典
一弦又一弦 伴我人生苦與甜
一天又一天 帶我走向前
一遍又一遍 說祢愛不變
祢說愛要盡心盡性盡意還要盡力
恆久忍耐願意放下自己
愛是付出沒有要求沒有怨尤
愛是甘心捨己的自由
祢說愛要單純相信永遠不要失望
在患難中依然堅持希望
愛是不再想起曾經遭受的虧欠
愛是饒恕七十個七遍
一箋又一箋 祢說應許會實現
一圈又一圈 彩虹見證祢誓言
一遍又一遍 祢說真愛永不變
從祢創造這世界的頭一天

【重要事工消息】

教會消息

一. 宣道月活動

★ 宣道主日禮拜

本主日為宣道主日，歡迎蔡茂堂牧師回母會證道，並於下午一點半主講—專題講座「概談精神疾病與鬼附之分辨與陪伴」(裝備部主辦)，請繼續為茂堂牧師的服侍關心、代禱、奉獻。

★ 牧師講古-宣教師繪本

日期	時間	講師	對象	地點
7/03	11:30-11:50	周元元牧師	學齡前幼兒	BM親子室
7/10	13:30-14:30	林英聖牧師	國小孩童	一樓繪本展覽區

歡迎爸爸媽媽陪同孩子一起參加，認識宣教師的故事。

★ 靜態展~本主日起至7/16於一樓大廳

10:00~17:00	一. 馬雅各入台宣教150年歷史圖片展 二. 繪本閱覽區
10:00、14:00	宣教師馬偕、蘭大衛動畫影片 (其他時間歡迎團契小組等團體預約欣賞，請洽辦公室)

二. 聖餐禮拜

本會訂於下週主日 **7/3** 在三堂禮拜中各別舉行聖餐禮拜，敬請兄姊預備心參加，領受主的聖餐。敬請第一堂及第三堂欲領聖餐的會友，儘量坐在三樓，以免疏漏並節省時間。

三. 兒童暑期活動

班 別	活 動 時 間	活 動 地 點
七星中會教育部 暑期聯合營隊	7/6-7/7(三~四) 9:00-21:00	和平教會、大安森林公園、自來水園區
青田營	7/12-7/16(二~六) 9:00-16:30	和平教會

相關報名內容，請洽詢辦公室，歡迎家長報名。

四. 2016 下半年樂活讀經

歡迎會友可以自由取用，跟著教會的樂活讀經網，一起研讀上帝的話語。如果您希望每日收到樂活讀經材料，請向辦公室幹事登記，或以電子郵件寄至 admin@hoping.org.tw 提供個人 email 即可。

五. 禱告會地點異動

因應宣道年會靜態展出，**6/30、7/7、7/14** 調整禱告會地點，更改至 2F02。

六. 8/14 受洗、轉籍-洗禮學道班

預備 **8/14** 受洗、轉籍的弟兄姊妹，請預備心，逕向辦公室報名。

- ◇ 洗禮學道班(六)上課：**7/16、7/23、7/30**，晚上 **7:30-9:00** 於 6F03 教室
- ◇ 繳交見證稿：**7/29** (五)之前
- ◇ 小會問道理：**8/7** (日)下午 **1:30**
- ◇ 洗禮和聖餐：**8/14** (日)上午 **10:00**

1. 堅信禮(已有小兒洗禮者)、成人洗禮者上課三次，本次在禮拜六晚上 7:30-9:00，如無法出席可以錄音檔代替，並另約時間和牧師會面一次。
2. 轉會籍者須上 7/23(六)認識長老教會的課程，其他兩次歡迎自由參加。
3. 小兒洗禮者父母(至少一位)須出席 7/30(六)的上課，小孩不一定出席。
4. 報名時領取課本「洗禮前的必修課」一書，請依照進度於上課前先行閱讀。

七. AED+CPR 訓練

本會訂於 **7/22**(五)下午 13:30-17:30 舉行 AED+CPR 訓練，結業者可取得 2 年有效證照，歡迎會友踴躍參加，報名請洽江霽真幹事。

八. 平安七月福音茶會

七星中會北二區訂於 **8/20** (六) 下午 3:00~6:00，在和平教會舉辦平安七月福音茶會，邀請藝人裘海正姊妹詩歌見證分享；敬請弟兄姊妹踴躍帶領福音朋友參加。

九. 租借停車場事宜

國立教育研究院大樓機械式停車位租用(高度 158cm 以下的車輛)，租用時間：每週日 8:00-17:00。費用：900 元/車(一季)，新一季(7-9 月)如欲租借，請提供車號、姓名、電話及費用，向值班幹事辦理登記，截止日期：**本主日**。

十. 聖誕節活動、教會佈置小組

聖誕節佈道系列籌備活動即將開始，邀請願意參與總務、行政、戲劇、音樂、編劇、導演、佈置等相關工作人員，請洽辦公室報名。

裝備部消息

※精神疾病系列講座

主題：「面對憂鬱症，伴行幽谷」

時間：7/3 主日下午 1:30

地點：五樓禮拜堂

講師：林世光長老

歡迎會友踴躍參加，一起來認識，學習與成為遭遇精神疾病困擾兄姊的陪伴。

社區部消息

※桌球比賽-賽程表

請相關單位熱烈參加～向辦公室報名

集合(說明)時間：主日下午 1:30

開賽時間：2:00

時間	比賽隊伍
本主日	長輩、松年、成契、婦女
8/28	夫婦、社青
10/30	青契、少契
11/27	表演賽

團契、小組

※婦女團契

➤ 專講：營養介紹

時間：7/5(二)上午 10:00-12:00

地點：2F02

講師：蕭寧馨教授

※成人團契

➤ 成契讀書會第二季查經

～「名畫中的聖經故事」～

時間：每主日上午 9:00-9:50

地點：7F05

講師：楊伯威弟兄

日期	內容
本主日	「都是馬利亞？」下

歡迎大家來參加！

※社青團契

時間：7/8、7/15 週五晚上 7:30

地點：6F03

日期	內容/講師
7/8	★ 製作手工肥皂
	講師：蔡育芬姊妹
7/15	★ 理財與奉獻
	講師：張博銓執事

➤ 社青團契出遊

～開往鹿谷，邊走邊欣賞台灣之美～

時間：7/30-31 (六-日)

費用：\$1,500 元

報名請洽：邱恩琦姊妹

chiuenchi@hotmail.com

歡迎會友踴躍參加。

※夫婦團契-依一小家

➤ 觀賞「婚姻的藝術」

(The Art of Marriage) DVD 第一課

時間：本主日 11:45-13:30

地點：7F03

此 DVD 課程共分六課，歡迎弟兄姊妹一同來參加，讓您進入上帝對婚姻設計的祝福中！

藝文消息

➤ 貝多芬第九交響曲

孫愛光長老將於 6/28(二)晚上 7:30 假國家音樂廳，指揮貝多芬第九號交響曲“合唱”。

購票請洽兩廳院或電洽：2505-2893

2016 年為台北 YMCA 聖樂合唱團

70 週年。這首樂曲代表著貝多芬

一生際遇；他經歷了苦難、衝擊，

因著對生命的領悟創作出永垂不朽的

d 小調第九號交響曲，頌讚痛苦

磨難後自由的勝利。誠摯邀請喜愛

音樂的朋友們蒞臨欣賞指教。

教界消息

※ 台灣神學院神學系

➤ 2016 學年度第一學期秋季班招生

為培植信徒信仰根基，提供基本神學訓練，提昇參與事奉能兄姊報名參加神學系課程，全程華語授課，提供各項優惠方案，修課畢業可獲得「神學士」學位證書。歡迎有興趣的弟兄姊妹索取招生簡章。

代禱事項

1. 為肢體代禱

- ① 為生病、住院的兄姊代禱：呂又慧姊的母親、父親、吳雅真姊的先生-詹家銘兄、蔡宗陽兄、黃慧娟執事的媽媽-徐雪娥姊、曹沛瑄姊的兒子-周鉞諺等。
- ② 為返家休養會友代禱：許林華珠姊、鄧金緞姊、黃丹力姊的母親。

2. 為世界

為穆斯林禱告

目前歐洲有 5200 萬穆斯林。懇求上主復興歐洲的教會、呼召更多願意向穆斯林傳福音的宣教士，興起牧養有穆斯林背景的信徒的教會。求主施恩賜福，讓教會成為主基督愛的見證。

3. 為台灣

新政府執政滿月，立法院也正進行多項新法案的制定，懇求上主，賞賜智慧與能力，讓以全民利益為優先的改革順利推行。

4. 為教會

- ① 為本週宣道年會的籌備與進行禱告，願上帝祝福眾人都能在此刻有所激勵，為傳福音而獻上自己。
- ② **本主日**下午一點半精神講座系列，蔡茂堂牧師分享「概談精神疾病與鬼附之分辨與陪伴」，盼望能使兄姊更明白這個時代的需要。
- ③ 為本主日第二堂禮拜青田營和金華國中服務隊的差派禱告，請大家踴躍參加。並為暑假青田營的籌備與活動進行能真實成為社區的祝福代禱。
- ④ 為教會社區松年關懷事工的課程籌畫，和志工招募事工代禱。

5. 為夥伴教會

※ 為南園教會禱告

- ① 請為園區小組已於上週四 6/23 黃璣寧醫師福音講座聚會禱告，盼望後續跟進能成為查經聚會及媽媽小組的成員。
- ② 請為教會新朋友留下及陪讀禱告，願主帶領傳福音工作。

※ 為深坑教會禱告

- ① 兒童主日學的師資，能有更多同工投入。
- ② 禱告會友的信仰可以持續在生活中扎根，有信心、盼望面對困境。

6. 為傳道人

為王道仁牧師～在高雄德生教會服侍

- ① 求主看顧德生教會青年牧區各項訓練及福音事工，復興長老教會的青年能承接耶穌的使命，跟隨耶穌的腳步勇敢傳揚福音。
- ② 求主看顧暑假各項營會事工，讓青年能在當中成長。
- ③ 求主看顧道仁牧師的事奉和家庭的平衡，讓時間有妥善的安排和運用。

禱告會

※ **6/23 主題**：亞當和夏娃的鑑戒，向該隱學習禱告

主理：蔡維倫牧師

► 摘要

1. 不只上帝會對人說話，撒但也會對人說話，必須辨別什麼是神的聲音，什麼是撒但來的聲音。撒但有時提供的，有時是看似非常美好的建議。
2. 不可懷疑神的話和聽神話語的重要，要聽得清楚明白，時常記唸在心，亞當從神領受的命令，夏娃沒有直接聽到，當撒但來試探夏娃時，就對神的命令起懷疑。
3. 神問了亞當和夏娃三個問題，罪扭曲了人原本美麗、無可畏懼和不帶內疚的事情，改變了人原本可以坦然來到上帝面前的關係。當違背神的命令後，神指出他們的錯誤，人不容易直接悔改認罪，反倒推卸責任，怪罪他人。
4. 上帝要他們離開伊甸園，為他們的錯誤付上代價，但上帝仍為他們做皮衣，預備將來的恩典在其中，看見神對亞當和夏娃的恩典和憐憫。
5. 亞當夏娃面對自己犯罪的態度，也傳承到他們的兒子該隱身上。
6. 從該隱學習求神憐憫的禱告——神給該隱的懲罰，該隱覺得這刑罰太過重，擔心被驅逐後會遭人殺害，因此對耶和華說：「我的刑罰太重，過於我所能當的。」神應允他的祈求，給他一個記號保護他，顯明神依然是滿有憐憫，也讓我們學習，無論情況多麼糟，都不要放棄禱告。

► 默想

1. 回想今天一整天，你什麼時候跟神最親近，為什麼？又什麼時候感覺跟神最疏遠，能察覺是什麼原因嗎？
2. 花一些時間默想最近的屬靈狀況，如果現在上帝對你說「你在哪裡？」你會怎樣回答上帝的問話？目前是否因為犯某些罪而不敢如同以前那樣親近神？
3. 透過本次禱告會經文，上帝對亞當、夏娃以及該隱的憐憫和恩典，你可願更靠近這位憐憫慈愛的上帝？在此時，請將這化為你的禱告。

※ **6/30 主題**：

- 主理：陳群鈺姊妹·讚美的大能 part3
- 經文：詩篇 150:2

要因他大能的作為讚美他，按著他極美的大德讚美他！

機構介紹(7)：原住民教會

台灣基督長老教會排灣中會活石教會-簡介

1987年4月活石、佳恩兩間原住民佈道所協議成立合併為活石教會。於1987年9月正式設立教會。2011年依佈恩傳道師接任活石教會，並於2013年受聘為第二任牧師至今，目前信徒約有35戶。教會領受上帝託付的使命，持續在大台北地區，尋找在都市叢林中迷失的族人。願上帝加倍賜福活石教會，成為族人在都會心靈的依靠與領人歸主及使人靈魂得救的教會。

教會代禱事項

※ 近期目標 1-3 年

1. 培養學子就讀神學院加入都市原住民宣教禾場
2. 推行教會讀經運動與家庭祭壇
3. 長執同工訓練與靈命更新
4. 尋求都市夥伴教會
5. 設立學生獎學金

※ 中期目標 4-6 年

1. 推動每戶認養購堂基金計畫
2. 成立週六陪讀班教室
3. 推展社區部落大學課程
4. 領人歸主行動方案與執行
5. 開拓原住民福音站
6. 連結夥伴教會人才培育計畫

※ 遠程目標 7-10 年

1. 提出總(中)會購堂計畫書
2. 設立福音站
3. 繼續培養學子至神學院受造就
4. 教會信徒「質」與「量」穩定成長



教會辦理族語課程



教會全體信徒

奉獻方法

戶名：財團法人北部台灣基督長老教會
七星中會和平教會

(所有銀行或郵局帳號皆使用此戶名)

統一編號：18032193

一般奉獻使用帳號如下：

銀行帳號：台北富邦銀行和平分行
480-221-04070-0

郵局劃撥帳號：50037053

國外奉獻使用

Chang Hwa Bank. Ta-An Branch
No.177, Sec. 1, Ho-Ping East Road, Taipei,
Taiwan, R.O.C

SWIFT code : CCBCTWTP513

Beneficiary's name :

Taipei HoPing Presbyterian Church

Account No : 5130-01-00234-0-00

各位敬愛的兄姊：平安！

自即日起直接以匯款、轉帳、存現等方式奉獻，登帳及刊登週報截止時間為每週五17:00(以各家銀行網路查詢所得入帳時間為準，郵政劃撥截止時間為每週四24:00)，超過上述截止時間入帳之奉獻，登帳及刊登週報將順延一週，謹此告知。

【上週奉獻資料】

主日奉獻	
禮拜奉獻	43,814
幼幼	870
幼主	1,082
兒主	190
小計	45,956
月定奉獻	
110135, 110463	500
070224, 140023	1,000
150090	1,500
090102, 110452, 110464, 150081	2,000
070254, 110044	3,000
070208	4,000
080023, 110458, 113069, 140062	5,000
060029, 980036	6,000
130005, 160081	7,000
110477	7,600
040051, 040092, 130103	8,000
060010	9,000
110129	10,000
小計	119,100

感恩獻金	
050023	500
040071, 060009, 070220, 100074 130083	1,000
070097	1,010
100068, 120097	3,000
小計	12,510

為宣教(宣道)事工	
070167, 110135, 160082	1,000
160086	2,000
040071, 120125	3,000
070033	5,000
090001	20,000
小計	36,000

愛心基金	
150090	2,000

場地奉獻	
070085	500
七星中會教社部	3,000
小計	3,500

崙上教會	
070167	500

影印奉獻	
有志	1,184

北區大專事工奉獻主日	
有志	200

少年團契	
週間聚會獻金	164

青年團契	
週間聚會獻金	1,051

社青團契	
週間聚會獻金	1,185

創欣神學院	
070167	1,000

創世記查經班	
110028	500

路加傳道會	
060010	2,000

總會事工奉獻主日	
060010	2,000

【6/18~6/24 週間奉獻明細】			
日期	方式	代號	金額
月定奉獻			
6/24	轉帳	110102	6,000

以下轉帳奉獻兄姊敬請與財務組同工聯絡			
日期	轉出行	轉入帳戶	金額
3/9	*09324	台北富邦	10,000
5/12	*66889	台北富邦	3,000

聚會一覽表

禮拜	類別		時間	場地		上週人數	
	第一堂		主日 8:30	三樓禮拜堂		81	454
	第二堂		主日 10:00	三四樓禮拜堂		298	
	第三堂		主日 11:30	三樓禮拜堂		75	
禱告會	類別		時間	本週		上週/次	下次聚會時間
				場地	內容 / 主理	人數	
	第一堂會前禱告		主日 8:20	三樓禮拜堂		10	7/3
	第二堂會前禱告		主日 9:50	三樓禮拜堂	謝敏圓長老	35	
	第三堂會前禱告		主日 11:00	B102	敬拜團	10	
	禱告會		週四 19:30	2F02	陳群鈺姊妹	24	
團契聚會	◎松年團契		主日 8:40	6F03	樂活讀經	21	7/10
	◎成人團契		主日 9:00	7F05	讀書會	15	7/10
	◎成人團契		主日 11:30	2F02	練詩	32	7/10
	婦女團契		週二 10:00	2F02	專題	19	6/28
	婦女團契		週二 11:00	2F02	練詩		
	夫婦團契		獻詩前二週六 19:30	2F02	練詩		
	◎夫婦團契-依一家		每月第4主日 11:45-13:30	7F03			7/24
	社青團契		週五 19:30	6F03	查經	20	7/1
	青契敬拜團		週六 15:30	B1 禮拜堂	蘇浩承弟兄		暑假暫停
	青年團契		週六 19:00	B1 禮拜堂	認識自己(桂惠姐)	38	7/2
	少年團契		週六 19:00	B2 禮拜堂		20	7/2
	小組聚會	腓立比小組		每月第1、3主日 11:30-12:30	6F01	陳詞章執事	
◎腓立比小組		每月一次主日 11:30-14:00	6F02	謝敏圓長老		6/26	
◎喜樂小組		每月第1、3主日 10:00-11:30	6F05	林瑜琳執事		6/26	
喜樂讀經小組		每月第2、4主日 10:00-11:30	6F05	繆芊荳弟兄 劉永文弟兄	16	7/3	
◎心靈小組		每月第2、4主日 13:45	約翰館	林英洲長老		6/26	
蘆葦小組		每月第2主日 11:30-13:30	7F03	黃千田姊妹	8	7/10	
親子成長小組		每月第3主日 12:30	BM	陳光勝傳道	15	7/17	
甘泉小組		每週二 10:00	6F03	參觀宣道年會靜態展	13	6/28	
新苗小組		每週二 19:30	B202	陳群鈺姊妹	10	6/28	
安得烈7-A 小組		每月第2、4週二 19:30-21:00	B101	溫秋菊執事		6/28	
但以理讀書會		每隔週週二 19:30-21:30	7F06	聯絡人: 江霽真姊妹	6	7/5	
長輩小組		每隔週週三 09:30	2F02	趙國光長老		7/13	
醫師小組		每月第3週三 19:00	6F01	周德盈弟兄		7/20	
安得烈7-B 小組		每月第1、3週三 19:30-21:00	1F02	周幸華執事		7/6	
哈娜小組		每月2、4週四 11:00-12:00	BM04	周元元牧師·陳光勝傳道 林英聖牧師·卓清惠師母	2小 10大	7/14	
K.B.小組		週五 10:00	2F02	王雪枝長老	13	7/1	
永惠小組		每月第二週五 19:00	盧永濱兄家	高桂惠執事		7/8	
Bike 小組		每月一次週五 19:30-21:00	戶外	林根業弟兄			

◎ 表示本主日有聚會

小組聚會	客家小組	週六	每月第四週六 10:00-12:00	6F02	何堅仁長老	/	7/23
	葡萄樹小組		每月第四週六 下午 15:00-17:00	B202	周德盈弟兄/黃瑞榮長老	/	7/26
	Quest 小組		每月最後週六 上午 9:00-11:00	B202	蔡維倫牧師	/	7/30
	十字路小組		每週六 晚上 19:00	6F01	林尚平弟兄	/	7/2
主日學	班級別		時間	本週		上週人數	下次聚會時間
				場地	內容/主理		
	☉福祿貝爾恩物班		主日 9:20	B201	陳錦慧執事	10	7/3
	☉幼幼班		主日 10:00	BM04	駱美月主任·毛惜老師	10 小 20 大	7/3
	☉幼兒班		主日 10:00	B201	出十八 葉忒羅獻計	25	7/3
	☉兒童班		主日 9:50	B2 禮拜堂	第 37 課：新世代 約書亞記 2-6 章	24	7/3
查經班	☉國高中少年主日學		主日 10:00	6F01	教會史(穿插生活專題)	19	7/3
	創世記查經班		週六 09:00	5 樓禮拜堂	蔡茂堂牧師	117	7/23
	以斯拉查經班		每月第二週主日 8:45-09:45	6F03	高正吉長老	/	7/10
	婦女查經班		週四 10:00	張雅琇長老家	羅馬書	/	6/30
詩班·樂團	類別		時間	本週		上週/次 人數	下次聚會時間
				場地	內容/主理		
	☉撒母耳樂團		主日 12:00	B101	張中興團長	30	7/3
	希幔詩班		週二 20:00	約翰館	范恩惠傳道	/	7/5
	提摩太敬拜團		週六 15:00	三、四樓禮拜堂	羅達中弟兄	/	7/2
	提摩太敬拜團小組		每月第三主日 (視情況調整聚會日期) 13:30-15:00	B204	羅達中弟兄	/	7/17
社區	國小生命教育		週四 9:30	約翰館	/	14	9/1
	日文學習小組		週三 18:00	2F02	乾美穗子姊妹	8	6/29
	繪畫小組		週三 9:30	6F03	張素椿姊妹	12	6/29
	F.M.媽媽小組		週五 9:30	6F01	沈月蓮長老	/	暑假暫停
	桌球班		週五 14:00-16:00	B2	田光復教授	8	7/1
	桌球班		週日 14:00-16:00	B2	吳仁復老師	9	7/3
	插花班		週五 19:00	B1	李玉華老師	14	7/1
	☉讚美操禱告小組		每月最後一週主日 11:30	7M01	林英洲長老	/	7/31
	繪本館		週三、週五、週六、週日 下午 13:00-15:00 繪本館 FB 粉絲團： https://www.facebook.com/Hopingpicturebooklibrary/				

☉ 表示本主日有聚會

兒主老師輪值表

服侍項目	司琴	教唱	合班	幼主		初小		中小		高小	
				故事	陪伴	主教	助理	三年級	四年級	五年級	六年級
6/26	蘇紋萱	劉錫恩	武茂玲	陳怡宜	詹曉婷	楊琴朱	林雪錦	陳毓文	姜柏銓	李詩慧	陳光勝
7/3	/	/	潘馥儀	李穗玲	陳錦慧	郭銘茹	陳非比	陳韻玲	溫玉華	李詩慧	/

主日各項聖工輪值			
聖工項目	第一堂	第二堂	第三堂
6/26 主日	禮拜招待 張貞惠、曾豐鈞、馬茹翎	謝敏圓、張貞惠、曹木針 李婉瑜、黃昭勳	張貞惠、張志仁、王士維
新朋友關懷	王雪枝、張淑琴	溫陳秀英、溫重光	胡周書羽、陳韻玲
影音組長	周聰傑		
音控影像燈光	墜添成、林根業	墜添成、王琬姿	墜添成、王琬姿
投 影	邱誠理	李騰蛟	趙恬
愛 餐	BIKE 小組	預備組長：卓璇慧	恢復組長：王薇芬
禱告侍奉	何堅仁	見 證	潘姝君
下次各項聖工輪值			
聖工項目	第一堂	第二堂	第三堂
7/3 主日	講 道	蔡維倫牧師	
司 會	許信燦	林瑜琳	黃瑞榮
司 琴	陳美晴	林純純	張希如
領 詩		蕭家緯	提摩太敬拜團
獻 詩	楊承恩、楊沐恩	成人團契	莊智皓
禮 拜 招 待	梁滌方、陳月樺、卓絢玲	張貞惠、王銘益、江豐盛 周寶秀、阮姮娘	邱恩琦、葉柏均、余嘉盈
新朋友關懷	王雪枝、張淑琴	鄭維新、陳昭明	盧叡、康主霖
影音組長	墜添成		
音控影像燈光	張中興、張翊倫	周聰傑、王琬姿	周聰傑、王琬姿
投 影	王恩旭	盧叡	陳秋萍
愛 餐	婦女團契	預備組長：王雪枝	恢復組長：陳翁春美
禱告侍奉	趙國光	見 證	王易君

禮拜地點：台北和平基督長老教會

第一堂華語禮拜上午 8:30 第二堂台語禮拜上午 10:00 第三堂華語禮拜上午 11:30

主任牧師： 蔡維倫 0921-246-055 weilun992014@gmail.com
 關懷牧師： 楊博文 0938-011-589 bwyang0402@gmail.com
 外展牧師： 周元元 0932-577-054 yuan.moir@gmail.com
 青年傳道： 陳光勝 0937-929-001 kongseng1102@gmail.com
 宣道傳道： 潘叡儀 0919-337-481 card701211@hotmail.com
 教會電話： 2351-0087 教會手機：0986-023-560 傳真：2351-0118

地 址：10649 台北市大安區和平東路一段 183 巷 9 號

網 址：www.hoping.org.tw

E-mail：admin@hoping.org.tw

教會場地 3D 圖 <http://ppt.cc/ksroe>

(請從 教會網站進入 /關於和平/教會 3D 導覽/...再選擇需要瀏覽的樓層)



台北和平基督長老教會

成為萬民的祝福

福音週報
2016年6月26日
NO. 1691

評估屬靈生命的成長

楊博文牧師

【講道大綱】

一、前言

1. 上帝所賞賜基督徒的生命是豐盛、平安、富足、喜樂、有盼望！
2. 你是否滿意你目前基督徒的生命呢？
3. 你是否期待你屬靈的生命是一直在增長的呢？

二、本文

1. 嬰孩出生後我們都期待他是可以漸漸長大的。
2. 我們屬靈的生命也應該要和嬰孩一樣，持續在成長。
3. 懇求聖靈光照內心，朝著「越來越像耶穌基督」目標前進。
4. 哥林多前書第三章1-2節，保羅期待他們基督徒的生命可以增長。
5. 彼得前書二章2節，彼得勸勉初代教會信徒，叫你們因此漸長，以致得救。
6. 彼得後書第三章18節，彼得對願意跟隨主耶穌基督徒的祝福！
7. 我們應當要時常『注意』、『檢討』目前屬靈生命的光景是如何？
8. 基督徒最不好的見證，就是屬靈的生命已經停止成長了！
9. 德雷莎修女也曾經歷【靈命枯乾的時刻】。

三、思考

(一)我們要定期評估、檢討目前屬靈生命的光景是如何？

1. 『成長』、『進步』在希臘文原文中是「現在式主動語態祈使語氣」
不只是成長、而且是持續不斷在成長；不只是進步、而且是持續不斷在進步！
2. 『成聖』這條路=彎曲不容易走的山路！
生活中若沒有抓住主、放縱私慾、讓諸多事物攪擾！屬靈生命就會開始『停止成長』！
3. 大衛通過詩篇139篇23-24提醒我們屬靈的生命持續成長的『秘訣』
上帝啊，求你鑒察我，知道我的心思，試煉我，知道我的意念。
4. 不斷地尋找上帝祂在我身上動工的證據，不斷地經歷上帝祂在我身上奇妙的作為！
5. 外在形體雖漸漸軟弱無力！但內在屬靈生命卻可以時時都是在更新的！日日都在進步的！

(二)願意讓聖靈光照我們內心、屬靈的生命才會增長！

1. 因個人限制、欠缺、主觀、偏好及軟弱，以致對信仰的認識仍不足及偏差！
2. 過去生命經歷壓抑在內心深處，沒有得到上帝完全的醫治，會成為屬靈生命成長的阻礙！
3. 讓聖靈為我們做一次非常徹底屬靈生命的檢查！
4. 光照在黑暗的地方，光帶有醫治、恢復關係、省察的功能。
5. 懇求上帝賞賜足夠勇氣，接受聖靈在內心深處、提醒、管教的聲音！

四、結論

當我們願意【定期評估、檢討、目前屬靈生命的光景是如何？】

當我們願意【讓聖靈光照內心】屬靈的生命才會持續成長！

「屬靈的生命」不單單是成長、而且是持續不斷在成長！

「屬靈的生命」不單單是進步、而且是持續不斷在進步！

講道內容

講題： 評估屬靈生命的成長

經文： 哥林多前書 3:1-2,

彼得前書 2:2,彼得後書 3:18

主講： 楊博文牧師

時間： 二〇一六年五月二十二日

一、前言

過去在學生中心服事的時候，有學生和我分享他當時生命的處境，他說：「博文哥！我是好幾代的基督徒，我每個禮拜都有來教會做禮拜，但是，我目前屬靈的生命卻陷入枯乾無氣力的階段，我不知道為什麼會變這樣？上帝所賞賜給我們基督徒的生命是豐盛的！是平安的！是富足的！是喜樂的！是有盼望的！但是，為什麼我目前都感受不到呢？我屬靈的生命到底是怎麼了？」

這位學生所面對屬靈生命的困境是否和你目前生命的處境一樣呢？或者是你也曾經歷過如此生命的困境呢？你是否滿意你目前基督徒的生命呢？你是否期待你屬靈的生命是一直在增長的呢？

二、本文

當一個嬰孩出生之後，我們作父母的都期待這個嬰孩是可以漸漸長大的。我們在場有許多的父母都曾養育過嬰孩，當我們在哄他們睡覺的時候、我們都曾經唱過什麼歌呢？當我們的嬰孩他們無法如同古時諺語所說「三翻六坐八爬爬」這樣在成長的時候，在我們的心中是否會很擔心！我們是否會想說：「我們的孩子的身體是否有什麼樣的異狀？是否要帶他到醫院讓醫生檢查看看？」因為若是照正常的狀況來

看，我們若是很認真在照顧這個嬰孩，我們是一天五、六次在按時餵奶、他每天也都是睡的很飽，他應該要：「三個月會『翻』、六個月會『坐』、八個月應該要『爬』」才對！

我們每一個人屬靈的生命也應該要和小小的嬰孩一樣，當我們決志要成為一個基督徒開始，當我們決志要跟隨主耶穌基督他的腳蹤來行的時候，我們對上帝的心意和對祂的認識也應該要越來越清楚才對，我們和上帝之間的關係也應該要越來越親密才對。我們也應該會願意花時間，用服事來感謝上帝祂無限的恩典，我們屬靈的生命也應該會一直持續不斷在成長才對！我們目前屬靈生命的光景是如何呢？我們需要時時回來到上帝的面前，懇求聖靈可以光照我們的內心，讓我們願意省察我們的內心，朝著越來越像主耶穌基督這個目標邁進！

我們今天所看的哥林多前書，是使徒保羅寫給哥林多教會的書信。哥林多教會是保羅第二次對外傳福音的時候所設立的教會；保羅非常看重及關心他曾經引導、帶領過的這些初代教會信徒，如同懷孕十個月的母親一樣，一直非常用心在照顧、非常仔細在養育他們！使徒保羅、在勸勉哥林多教會的書信哥林多前書第三章 1-2 節中所提到的：「弟兄們，我從前對你們說話，不能把你們當作屬靈的，只得把你們當作屬肉體，在基督裡為嬰孩的。我是用奶餵你們，沒有用飯餵你們。那時你們不能吃，就是如今還是不能。」

從書信的內容我們可以體會到、使徒保羅對哥林多教會的信徒，有非常深的期待以及盼望，期待他們基督徒的生

命可以通過教會的生活，而得到增長；盼望他們不只是「在基督裡為嬰孩的」，仍然只是在喝奶，而無法吃乾糧。若是初信的信徒對信仰認識不夠，只能喝奶無法吃乾糧這是我們可以理解的。但是、若是成為基督徒已經許多年！到如今仍無法吃乾糧。「就是如今還是不能」這句話在原文是帶有責備的用語！保羅期待他們信主已經這麼多年了，早就應該要脫離嬰孩喝奶的階段，但是事實上、他們只是徒有屬靈的年齡，而屬靈的生命卻是都沒有成長。

跟隨主耶穌基督許多年的使徒彼得在彼得前書二章二節，勸勉當時初代教會的信徒也是這麼說：「就要愛慕那純淨的靈奶，像才生的嬰孩愛慕奶一樣，叫你們因此漸長，以致得救。」

使徒彼得也在彼得後書第三章18節中說：「你們卻要在我們主—救主耶穌基督的恩典和知識上有長進。」做為他對每一位願意跟隨主耶穌基督基督徒的祝福！我們今天所看這幾處的聖經節，都是和「基督徒屬靈生命的成長」有非常密切關係的聖經節！

我們應當要時常「注意」、「檢討」我們目前「屬靈生命」的光景是如何？在我們日常生活之中，是否有什麼地方是我們需要調整、改進之處！讓我們在世上的日子可以真正享受主耶穌基督所應許要賞賜給我們豐盛又富足、平安又喜樂、有盼望基督徒的生命！

當一個人他決志要成為基督徒開始，他屬靈的生命就應當要開始成長。當他嚐到福音的甜美，當他體驗到主耶穌基督救贖的大功，他就應當會渴慕讀上帝的话——聖經，用屬天的靈糧來餵養自己屬靈的生命！他也時時都會用

禱告—和上帝親近，努力經營他和上帝之間親密的關係。他也能深刻體驗到無論他所遇到、是歡喜、是快樂、或者是難過的事，他都會用祈禱帶到父上帝的面前。他也會歡喜參與聚會，認真聽講道用筆記記錄、感動、流淚、扎心的感動。我們若是一直都是如此，我們屬靈的生命就會一直都在成長，上帝也會在各方面都使用我們，上帝也會在許多的事上賜福給我們讓我們事事都亨通。

你目前屬靈的生命、是否一直都是保持「持續在成長」呢？你是否滿意你目前屬靈生命的光景呢？有幾項的指標（也就是警訊）值得我們注意！

1. 當我們在看聖經的時候，上帝的話語不再對我們說話！
2. 當我們在唱詩歌的時候，許多感動人的詩歌無法再一次打動我們的內心！
3. 當我們在禱告的時候，我們都無法專心在禱告，將禱告當作是一件「例行的公事」！
4. 當我們在聽別人見證的時候，許多人和上帝親自相遇的經歷無法再一次感動我們的內心，讓我們流下、感動的眼淚！

當我們屬靈的生命、已經「停止成長」了！當我們對「跟隨主耶穌基督祂的腳蹤行」這件事、不再感到歡欣愉悅的時候，就是有可能我們目前屬靈生命的光景，是已經進入所謂「靈命枯乾」的階段！

天主教有一位非常有名的修女德雷莎修女，她長年以來將自己奉獻給印度加爾各答地區許多貧窮的人，照顧他們身體的病痛，以及讓許多即將要過世的貧窮人，可以非常有尊嚴地離開人世，

並且她也引領許多在街頭流浪的孩童脫離罪惡。做非常美好的事工！

德雷莎修女她也曾經歷過「靈命枯乾」的時期！當德雷莎修女別世之後，有人將德雷莎修女和她「屬靈導師」之間書信的往返，收集成冊出版一本書，書名為「來作我的光」。在書中我們可以看到在她做許多美好事工的背後，她的內心也曾經痛苦地經歷過感覺不到上帝在她身旁灰暗的經驗，她內心的世界是充滿了許多的孤單和黑暗的時刻。所以可以這麼說靈命枯乾的時刻是我們每一個人都有可能會經歷到的！

各位弟兄姐妹！無論我們是第幾代的基督徒？無論我們在教會曾經擔任什麼重要的職份，我們若是沒有時時用「上帝的話語」來餵養我們屬靈的生命，我們若是沒有時時用禱告和上帝親近，這樣的情形就如同我們沒有按時用「奶」來餵養我們的嬰孩一樣，我們屬靈的生命就不會持續成長！懇求愛我們的天父上帝差派聖靈光照我們的內心，讓我們可以看到，為什麼我們「屬靈的生命」會停止成長？讓我們可以清楚明白、我們此時「內在的生命」的光景是如何呢？

今天要分二部分和我們弟兄姐妹一同來思考，也期待可以通過我們一起共同努力以及可以相互幫助，讓我們屬靈的生命可以持續成長。

三、思考

(一) 我們要定期評估檢討我們目前「屬靈生命」的光景是如何？

我們今天所看幾處的聖經節中所提到「長大」以及「進步」這二個動詞，在希臘文的原文中都是，「現在式主動

語態祈使語氣」它的意思是——不只是成長而且是持續不斷在成長，不只是進步——而且是持續不斷在進步！

當我們開始要往「成聖」這條路向前邁進的時候，如同我們是在走一條彎曲不容易走的山路：有時是向前行，有時也會是停止不動，有時也有可能是向後倒退。有些基督徒，他們起初屬靈的生命是熱切的！是充滿熱情的！一開始他們感受到可以跟著主耶穌基督的腳蹤來走，是多麼歡喜快樂的事！但是，若他們在日常生活之中，沒有緊緊抓著主耶穌，放縱自己的私慾而讓許多的事物攪擾的時候！他屬靈生命的成長到了一個階段之後、就有可能會開始停止成長！

「成聖」這條路，如同我們是在跑一場馬拉松的比賽一樣，有時我們也有可能會累了、不想再堅持下去！有時我們也有可能不想要再前進了！這些都是我們許多基督徒「屬靈生命的實況」！

在以色列歷史之中被稱為最合乎上帝心意的大衛，他深深體會到要定期評估檢討我們目前屬靈生命的光景這個道理。他深切知道這個可以讓我們屬靈的生命持續成長「秘訣」！大衛他在詩篇 139 篇通過他所寫的詩篇清楚表達，我們要時時留心反省、關心我們自己目前「屬靈生命」的光景是如何？詩人大衛他用他個人生命的經歷寫下詩篇 139 篇成為我們非常大的幫助！

大衛在詩篇 139 篇最後兩節 23、24 節，他這樣向上帝懇求說：「上帝啊，求你鑒察我，知道我的心思，試煉我，知道我的意念」。大衛王所深信的上帝是一位最瞭解他的上帝！大衛向上帝

懇求說：看在我裡面有甚麼惡行沒有，引導我走永生的道路。大衛的意思是說：「上帝啊！懇求你！用聖靈、光照我的內心！鑑察我的內心找到會傷害我靈命的事物！會成為我屬靈生命成長的阻礙的事物！懇求聖靈，引導我走永生的道路！」大衛王他異常的忙碌每天有處理不完國家的大事，但是他仍然時常「停下他的腳步，懇求聖靈光照他的內心！看在他的裏面、有甚麼惡行沒有，因為他非常的害怕若是沒有「定期評估檢討目前屬靈生命的光景是如何？」他就沒有辦法、走在永生的道路之上！」

各位弟兄姐妹！當我們期待我們屬靈的生命、是可以成長，而且是持續在成長；有所進步、而且是持續在進步我們就需要「定期評估檢討我們目前屬靈生命的光景是如何？」我們要問我們自己說：「我與耶穌基督之間的關係、到如今是如何呢？我是否有時時與祂同行呢？成為一個基督徒，我與我四周圍的親友、鄰舍、同事、是否仍保持很好的關係、或者是仍時常在衝突呢？我的生命是否有一直都保持持續成長呢？或者是仍然在原地踏步呢？我今年跟去年，是否仍有無法突破的困境呢？再進一步說，我是否有時時與他人分享上帝祂在我身上動工的見證呢？」

我們個人生命的見證也應該是要一直都是在更新的！我們不該只滿足我們第一次和主耶穌基督相遇的經驗而已！我們要不斷地尋找上帝祂在我們身上動工的證據，我們也要不斷地經歷上帝祂在我們身上奇妙的作為！上帝祂是一位喜愛和我們同在的上帝，祂期待我們屬靈的生命是一直在進步的，我

們對上帝的認識也都是日日在更新的，並且是持續不斷在更新！

雖然我們每一位基督徒信仰的體驗、經歷都不相同，所以我們屬靈的生命成長的速度也都不一樣。但是，上帝祂期待我們屬靈的生命是一直都是在進步的。雖然我們外在的形體、身體是漸漸在衰弱無力，但是，我們內在屬靈的生命，卻是可以時時都是在更新的！日日都在進步的！關鍵在哪呢？關鍵在我們是不是有定期評估檢討我們目前屬靈生命的光景是如何？

(二) 我們是否願意讓聖靈光照我們的內心、我們屬靈的生命才會增長！

各位弟兄姐妹！當你屬靈的生命不再持續成長的時候，牧師認為很有可能仍有一些原因，或者是在我們目前生命的處境之中，仍有一些的阻礙，讓我們屬靈的生命沒有辦法一直都持續成長。上帝所應許所要賞賜給我們、每一位基督徒的生命是充滿喜樂、平安、有盼望的人生！若我們每天仍然是愁眉苦臉、內心是充滿著恐懼、驚慌、不平安、對自己的未來仍然是非常沒有把握，我們是否會問自己說：「我所相信這份基督教的信仰、是那裡出了問題呢？哪一部份的信仰是我仍認識不夠清楚的呢？」

各位弟兄姐妹！我們對於我們所相信這份基督教的信仰，仍如同一群瞎眼的人在摸大象一樣，我們都沒有辦法可以完全、正確對這麼長闊高深基督教的信仰，有全面的認識以及瞭解！可以這麼說：「到目前為止、我們仍然有個人的限制以及欠缺：我們仍有自己的主觀、偏好以及軟弱、以致於我們對於這份基督教信仰的認識仍然有許多不明

瞭之處！」也因為這樣，以致於我們對於我們所相信的仍有不正確的認識、或者是有所偏離！所以需要聖靈光照我們的內心，讓我們可以對信仰有更多的認識以及了解。持續且認真的追求信仰，我們信仰的體驗才會隨著年歲增長越來越深。

有時我們個人屬靈生命、沒有辦法持續成長的原因、是因為——我們的個性或者是我們過去成長的生命經歷，有許多失敗、失落、不受重視、挫折、驚慌、憂愁、懷疑、無助、嫉妒、孤單、苦毒、氣憤等等的經驗。過去我們都沒好好的面對它以及處理它，我們都用壓抑、否認、生氣、自責等等不適當的方式讓當時的我們比較好過而已。我們都沒有將我們最真實的情緒，用禱告帶到上帝的面前讓上帝陪伴我們進入我們當時非常痛苦的處境之中，並且得到上帝完全的醫治。以致於我們以前許多的情緒都壓抑在我們內心的深處，沒有得到真正的釋放以及醫治！雖然表面看起來如同非常平靜的湖面，一點波瀾都沒有。但是，當外在再有一點點的刺激，刺到我們原本仍未處理的傷痛，我們就很容易按耐不住，我們的脾氣就很容易如同火山一樣爆發起來。因為他們的內心仍然有許多尚未處理好的情緒，深藏在他們的內心深處，這些都會成為我們屬靈生命成長的阻礙！

我們應當要懇求聖靈光照我們的內心，如同用 x-ray、用斷層掃描，非常細仔一層又一層，慢慢進入我們內心最深的地方；讓聖靈為我們做一次非常徹底屬靈生命的檢查。可能在我們內心的深處仍藏有許多未曾向別人說出口的傷痛、重擔、或者是難過的事情。這些

事可能深藏在我們的內心，已經有許多年我們一直都不敢面對，我們也都一直不願意面對！這些事也有可能是我們已經向上帝禱告許久，但仍尚未得到上帝的回應。各位弟兄姐妹，當聖靈光照我們的內心，有時這是一件非常痛苦的事情。我們會向上帝哭述說：「上帝啊！不要再照了！上帝啊！不要再往下挖掘下去了！連我自己都不敢看我自己的內心，藏著那麼多不可告人之事，這樣就好了！」

當光照在黑暗的地方，光帶有醫治、恢復關係、省察等等的功能！我們是否願意、讓光、讓聖靈進入我們的內心呢？懇求愛我們的天父上帝，賞賜我們有足夠的勇氣接受聖靈在我們內心深處，提醒、管教的聲音！

四、結論

主耶穌基督祂所要賞賜給我們每一位祂所愛的兒女，是豐盛又富足基督徒的生命！

當我們願意「定期評估檢討我們目前屬靈生命的光景是如何？」

當我們願意「讓聖靈光照我們的內心」我們屬靈的生命才會持續成長！

期待我們大家可以、手牽手、相互提攜、相互幫助、在和平教會這個屬靈的大家庭之中，我們大家「屬靈的生命」可以、日日都更新「屬靈的生命」不單單是成長、而且是持續不斷在成長！「屬靈的生命」不單單是進步、而且是持續不斷在進步！

見 證

葉姊妹

2016. 6. 12

小學五六年級時，我在學校被同學霸凌，他們會跑過來撞我、捏我甚至是拉扯我的內衣肩帶，他們最惡劣的行為就是會到處要求其他人不要跟我好、討厭我。那時候，班上只有一位同學跟我是最好的，後來那位女生也被霸凌，她被其他女生摸胸部還嘲笑她的胸部是假的，那女生很生氣回對方：妳這豬腳，結果老師卻打電話叫她媽媽來。而我們被霸凌時，我跑去跟老師說這件事情，可是老師卻也沒有做任何的處理，這件事情就這樣一直到畢業，我以為畢業是霸凌的結束，卻也沒想到，是另一場霸凌的開始。

到了國中，我認為這一切都會好轉，可是事情卻不然。我剛好跟班上的大姊頭同班，她一開始跟我很好，一直說要跟我當朋友，但是她被以前欺負我的女生所慫恿，後來就很討厭我。接著，因為我跟班上的其中一位男生非常好，他常常來問我課業上的問題，而我班上有很多女生喜歡他，然後他們就在無名小站上面寫著：葉某某，妳長得那麼醜，妳憑甚麼喜歡人家？那時候我心想，原來醜女不能喜歡人家？而且說真的是對方一直來找我，我也沒有喜歡對方，可是為什麼妳們要這樣對待我？過沒多久，這件事情就被傳出去，他們就號召其他同學也討厭我，接著是整年級，後來搞得很多外校的也知道。當時的我，剛好也是老師的幫手，我擔任過很多幹部，這讓他們更不爽我，因為老師總是對我最好，把重要的幹部權力都給我。他們只要看到我去哪間廁所，那間他們就不去，看到我走在樓梯上就要把我從樓梯上面撞下來。某天，我蹲在操場上面，有一位男生說我是乞丐，我就覺得非常生氣，難道所有蹲著的人都是乞丐嗎？我一氣之下就拿著書包要離開學校，但是我卻剛好遇到班導，然後他把我拖到輔導室，把剩下霸凌我的人帶到學務處，其中有一位老師問我：妳要告他們嗎？我心想：我要告他們嗎？我告他們了，他們的確會得到懲罰，但是，這真的是我要的嗎？他們一旦被我告了，他們的人生就留下汙點了！所以我選擇不要。

那時候的我覺得好像都沒有人愛我，在家裡我和家長處不來，在學校和同學也處不來，我是不是真的那麼討人厭？

我會接觸到信仰，是因為我那時候的班導是基督徒，每次有同學犯錯或者考試考不好，他都會要求他們讀一篇關於基督教的雜誌。而我都沒有朋友，所以只能每天看書來當作娛樂，老師會把雜誌放在後面的櫃子上面，我每天就會去看去翻，每次看完我都會覺得我不是最苦的那一個人、我不是沒有人愛我，至少我有上帝來愛我。我會把聖經裡面，我最喜歡的話寫下來，其中有段話影響我最深：就是在患難中也是要歡歡喜喜的，因為知道患難生忍耐，忍耐生老練，老練生盼望，盼望而不至於羞恥，因為聖靈將神的愛澆灌在我們心裡。沒錯，我告訴我自己無論在怎麼患難我都要歡歡喜喜的，因為開心、不開心都要過日子，那麼我要每天開開心心的過日子，即使班上同學都討厭我，可是我有神的愛，我可以每天去圖書館來增長我的知識，我可以每天禱告，祈禱上天要寬恕他們，他們並不是故意要這樣對待我的。

全新樂活讀經計劃

2016年6月27日 2016年7月1日

日期	經文	默想題目
6/27 (一)	撒母耳記上 第3章	1. 神何以選擇向撒母耳說話？撒母耳初得啟示時，是一個怎樣的人？ 2. 耶和華的言語稀少”何故？我能聽到神的聲音並立即回應嗎？
6/28 (二)	撒母耳記上 第4章	1. 以色列人處理約櫃的方法和態度甚有偏差。今日教會如何得免重蹈他們的覆轍呢？ 2. 約書亞攻取耶利哥曾抬約櫃（書6:6）得勝。但與非利士人交戰，抬約櫃卻何以會戰敗呢？
6/29 (三)	撒母耳記上 第5-6章	1. 面對人家的不是，怎樣做好？責備怕人家不好受，完全包容好像害了人，你說怎辦好？ 2. 要怎樣待軟弱的信徒才像父母般的愛心？從保羅身上可以學習到甚麼功課？
6/30 (四)	撒母耳記上 第7章	1. 非利士人得了約櫃，何以會成為他們的咒詛？ 2. 神在非利士人當中顯出自己的什麼特性呢？你有否留意神的作為，並求神加深你對祂的認識和信靠呢？
7/1 (五)	撒母耳記上 第8章	1. 撒母耳如同他的老師以利一樣，都在培育自己小孩的事上失敗，實在是他們生命中極大的損失，我們可否從中得到提醒？ 2. 本章11-18節撒母耳陳述立王的各樣缺點，但百姓寧願要有王，卻不願讓耶和華上帝成為他們的帶領者。你想上帝的心會如何想？