



台北和平基督長老教會

【彼此扶持，傳揚福音 2.0】

主日禮拜程序

主日禮拜週報
2026 年 7 月 19 日
NO. 2222

第一堂禮拜 講道：蔡維倫牧師
司會：楊沐恩執事
司琴：傅瑋俐姊妹

第二堂禮拜 講道：蔡維倫牧師
司會：游建烽執事
司琴：嚴裕揚姊妹
領詩：許信燦弟兄

同心歌頌

預備心敬拜上帝

序樂

安靜等候神

宣召

聖詩

第一堂
第二堂

(華) 新聖詩 第 65 首「天父憐憫世人痛苦」
(台) 新聖詩 第 65 首「天父可憐世人艱苦」
尼西亞信經

信仰告白

祈禱

獻詩

第一堂
第二堂

新聖詩 啟應文 33 詩篇 139

救主，每逢我思念祢

These Walls 城牆

創世記 3:1-13

罪和你和我

聖講

回應詩

第一堂
第二堂

(華) 新聖詩 第 347 首「主耶穌，我要信靠祢」
(台) 新聖詩 第 347 首「主耶穌，我欲倚靠祢」
新聖詩 第 382 首 第 1、5 節

奉告交誼

祝福差遣

第一堂
第二堂

(華) 新聖詩 第 402 首「懇求主祢引領我腳步」
(台) 新聖詩 第 402 首「懇求主祢引導我腳步」

祝禱

阿們

尾頌

第二堂

願主保護咱後會有期

第三堂禮拜 講道：蔡維倫牧師
司會：趙國玉長老

司琴：洪婕茵姊妹
領詩：楊沐恩執事

敬拜讚美

信仰告白

消息報告

歡迎禮

守望禱告

奉獻委身

聖道信息

證道詩歌

回應詩

祝禱

阿們

尼西亞信經

新聖詩 第 382 首 第 1、5 節

創世記 3:1-13

罪和你和我

再次將我更新

司會：蔡維倫牧師

司會：蔡維倫牧師

司會：蔡維倫牧師

司會：蔡維倫牧師

司會：蔡維倫牧師

司會：蔡維倫牧師

司會：蔡維倫牧師

司會：蔡維倫牧師

「當稱謝進入祂的門，當讚美進入祂的院；當感謝祂，稱頌祂的名。」

- 詩篇 100 篇 4 節

【講道大綱】

一、前言：我們與罪的「安全距離」？

二、罪的本質：當我們想「自己當上帝」

1. 奧古斯丁：罪的本質是「傲慢」，是一種「錯誤的自我模仿」。
2. 馬丁·路德：向內彎曲的人——人的心靈完全彎曲向內，不再以神為依歸，將萬物與神工具化以滿足自我。

三、現代處境的對話：是「罪」還是「病」？

1. 心理學與聖經的對話
2. 諷刺的現實
3. 自我醫療(Self-medicating): 因墮落世界的創傷感到空虛，人試圖用上帝以外的事物填滿空洞。

四、罪的加劇：拒絕悔改的「第二次犯罪」

馬丁·路德的震撼神學觀：反向推論——若亞當選擇破碎認罪，上帝的救贖在伊甸園就當場完成了。

五、結語與盼望：那一句穿越樹叢的呼喚

這不是全知上帝的質問，而是充滿恩典與痛苦的尋找，是給罪人悔改的機會。

【默想與行動】

1. 為了遮掩內心的空虛、受創或「我不夠好」的羞恥感，你現在最常用什麼樣的「無花果樹葉」(如：過度工作、完美網路形象、購物、隱密成癮)來包裝自己？
2. 如果此時此刻，上帝正穿透你所有的防衛、忙碌和躲藏，對你呼喚：「孩子，你在哪裡？」你覺得祂是在針對哪一個你一直不敢帶到光中的軟弱、創傷或罪，向你發出慈愛的邀請？

【金句】

「上帝啊，求你為我造清潔的心，使我裏面重新有正直的靈。不要丟棄我，使我離開你的面；不要從我收回你的聖靈。求你使我重得救恩之樂，以樂意的靈來扶持我。」(詩篇 51:10-12)

【本週樂活讀經進度】

日期	7/20(一)	7/21(二)	7/22(三)	7/23(四)	7/24(五)
進度	何西阿書 第 10 章	何西阿書 第 11-12 章	何西阿書 第 13-14 章	約珥書 第 1 章	約珥書 第 2 章

【重要事工消息】

教會消息

一. 懇請會友關心代禱，共同為「0624 委內瑞拉震災」奉獻

1. 依據教會救災基金使用辦法，決議：擬透過 a. 台灣世界展望會 b. 中華基督教救助協會 等兩個教會機構捐出救災金額各 NT20 萬元，合計為 NT40 萬元，註明「為委內瑞拉震災救援」救助使用，成為以上救災機構之備援及支持的力量，共同參與救助工作，已先行撥款辦理。
2. 鼓勵會友以現金或匯款奉獻，至今日(7/19) 截止，若為記名之奉獻，將計入奉獻人年度總奉獻收據中。
3. 本次協助「0624 委內瑞拉震災」募款總金額以 40 萬元為目標，若未達目標金額，差額由救災基金補足之，若有超過目標金額，教會救災基金小組將視對象的需要，另行研議並報小會同意後，續辦救災工作。

二. 2026 年夏季成人主日學課程

夏季成人主日學課程

(1) 基督徒信仰基礎課程

講師：邱淑貞牧師

時間：8/8 開始，週六下午 15:00-16:30，7F06 教室

日期：8/8、22、9/5、12、19、26，共六週

(2) 成為眾人祝福的家庭

講師：陳歆老師

時間：7/19 開始，週日上午 9:00-9:50，6F04 教室

日期：7/19、26、8/2、16、23、30、9/6，共七週

請向辦公室或掃 QR code 報名。



三. 徵召「泰國小桂河義診短宣隊」代禱勇士

短宣隊已於 7/17(五)出發，7/23(四)回國，義診團員共 27 位，本會有 13 位兄姊參加。徵召兄姊成為代禱勇士，請掃描 QR code 連結網站，活動期間可得知每日最新情況並代禱守望。



四. 近期教會活動

1. 阿朗水蜜桃公益協銷

新竹尖石鄉原住民水蜜桃將於今天(7/19)在教會一樓開始義賣，請兄姊以行動支持 20 戶原住民果農一年的生計及 30 位原住民國高中生課業輔導暨全人發展培力計畫。

配搭單位：新事社會服務中心

恩典價，每盒重達三斤半以上(含盒)

6 粒裝 1200 元 特大	8 粒裝 900 元 大粒
10 粒裝 700 元 中粒	12 粒裝 600 元 中小

2. 新朋友歡迎會

7/26(日) 13:30 在一樓大廳將舉行本季新朋友歡迎會，歡迎近幾個月來教會的新朋友一起參加，更多地認識彼此與和平教會這個大家庭！

報名請至辦公室或掃描 QR code。



3. 遇見・同行—和平教會單身聯誼

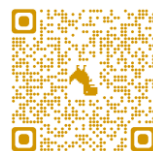
在主裡尋找生命夥伴。

第一場次：9/20(日) 15:20 到 19:20，和平教會 B1 大廳。

女生：24 歲到 35 歲 / 男生：25 歲到 38 歲

第二場次：10/11(日) 15:20 到 19:20，6F03 教室。

女生：36 歲到 45 歲 / 男生：39 歲到 49 歲



本活動以基督徒及慕道友優先，和平教會聚會兄姐採取保留名額，並廣邀各教會青年兄姊。每場次 36 人(男性及女性各 18 人)額滿為止，押金 500 元 (活動當天全數退還)，採實名制，需事先報名並經牧長推薦。

報名請掃描 QR Code。

五. 2026 年聖經詮釋講座

台灣聖經公會舉辦 2026 年聖經詮釋講座

講員：葉約翰牧師

講題：「當歡欣感謝，敬拜耶和華」—從聖經看禮拜的真義與原則

講座場次(免費參加)

台北場(台北和平長老教會)：8/8(六) 9:00-12:00

(報名截止日：7/29)

台北場有線上直播



六. 牧師動態

7/23(四)-8/4(二) 蔡維倫牧師將請年休，這期間事務請楊博文牧師代理。

七. 垠庭老師油畫創作師生聯展

垠庭老師油畫創作師生聯展

主題：盛夏靜謐時光

日期：7/12(日)-7/26(日)(週一休館)

地點：和平教會約翰館。

代禱事項

1. 為肢體

- (1) 請為在職場工作的弟兄姊妹代禱，面對職場人際關係、業績等壓力，求主賜下智慧、能力和愛心，能依靠主並經歷主的同在和豐富賞賜。
- (2) 請為單身或喪偶的兄姊禱告，能在教會、親人、朋友中建立友誼的連結。
- (3) 請為教會肢體彼此之間有美好的連結代禱。

2. 為世界

西歐遭遇今年第三波強烈熱浪，法國巴黎近郊楓丹白露及西班牙南部森林大火造成多人死亡，歐洲多國持續面臨高溫、乾旱及野火威脅。求神止息火勢，保守民眾與救援人員的安全，也再度省思人類對自然環境的破壞所帶來的後果。

3. 為台灣

AI 的熱潮帶動台灣股市興起，讓許多民眾不惜用高槓桿、融資或借貸來投入股市。求主保守台灣的金融體系穩健，降低市場劇烈波動所帶來的連鎖衝擊，使社會整體經濟得以安定。

4. 為教會

- (1) 為暑假期間有外出計畫的兄姊們禱告，上主保守出入平安並有充分休息。也求主保守暑假期間青壯家庭的親子關係，每一個孩子都有健康的暑假生活。
- (2) 為 7/17-23 前往泰國小桂河的短宣隊代禱。求主保守隊員們出入平安、身體健壯。上帝賜給隊員敏銳的屬靈感知力與傳福音的智慧，無論是義診、探訪、聚會、帶領活動...，都能說合宜的話，體貼並觸及當地人的實際。
- (3) 7/17-18 第一梯長執訓練會代禱於基立溪營地舉行。求主賜下合一心志，每位長老與執事也都能在裝備中重新得力，深化屬靈生命。

【為教牧團隊禱告】

本週為邱淑貞牧師禱告。感謝上主，青壯部同工越來越見心志合一、連結於神。願主開啟牧師心靈眼光欣賞彼此不同的恩賜，並在上主恩慈帶領中，真實體嘗到彼此幫扶以補足缺欠之美。也為家人的病痛禱告，深知上帝必以大能聖手醫治，賜下真實平安與痊癒，恢復身心靈健壯。

5. 為廣福、薇依牧師夫婦代禱~目前在台灣基督精兵協會服侍(緬甸長宣)

- (1) 為緬甸人民的生活，在內戰、限油、困難的處境中，人心能柔軟接受福音，並真實的悔改、認識上帝，願主的愛與公義能在這土地上成長、茁壯禱告。
- (2) 為薇依牧師在 6 月底-8 月初回國述職講道與分享代禱，述職期間教育中心的運作求神保守與帶領。
- (3) 為廣福牧師所修的華神宣博實體課程的學習禱告，求主賜智慧。
- (4) 為明珠傳道的大弟因意外墜樓腦部受傷術後復原代禱。
- (5) 為阿光、阿生有進步的一年感恩，即將迎向新的一學年，求主繼續引導他們前面道路。

奉獻方法

戶名：財團法人臺北市和平基督長老教會

統一編號：88264673

一般奉獻使用帳號如下：

銀行帳號



LINE Pay

台新國際商業銀行(812)和平分行(0458)
2045-01-0000936-2

主日奉獻	
禮拜奉獻	23,940
幼幼	372
兒主	2,320
小計	26,632

月定奉獻	
070093, 070240, 110415, 110525	
110527, 110550, 113029, 140077	
170002	2,000
080299, 110043, 110166, 220002	3,000
040011	4,000
100087	5,000
130105	7,200
120198, 130005	8,000
080125	10,000
小計	72,200

感恩獻金	
090150	500
060039	1,000
090121	3,000
040119, 140100	4,000
060004, 110527	5,000
080212	6,000
070321, 160089	8,000
小計	44,500

宣道基金	
170002	500
120111	1,000
110043	2,000
小計	3,500

愛心基金	
113029	1,000

場地奉獻	
幸福讀書會	500

南園教會建堂募款	
060045, 070321, 080125, 080325	
090012, 100072, 110546, 113029	
120178, 120181	1,000
有志5名	1,951

090106, 100013, 110395, 130079	
160055	2,000
120111, 130005	3,000
070208	4,000
110019, 110039	5,000
小計	46,551

為委內瑞拉震災	
110141	1,500
080299	2,000
070009	5,000
130015	20,000
小計	28,500

【7/10~7/17 週間奉獻明細】		
日期	代號	金額
月定奉獻		
07/10	110135	500
07/10	210003	10,000
07/10	140004	60,000
07/12	070297	2,000
07/12	080253	2,000
07/13	150061	13,000
07/13	070019	15,000
07/14	090001	20,000
07/15	080226	3,000
07/17	110384	4,000
南園教會建堂募款		
07/12	070220	5,000
07/14	090001	20,000
為委內瑞拉震災		
07/10	140004	2,000
07/15	130102	30,000
感恩奉獻		
07/12	070220	3,000
07/13	200013	2,000
07/13	090068	12,000
宣道基金		
07/15	080226	500
行動支付不記名奉獻		2,200

以下轉帳奉獻兄弟敬請與財務組同工聯絡		
日期	轉出行	金額
07/11	合庫 **52875	2,000

若您是第一次匯款到台新銀行帳戶，請至以下連結<https://pse.is/4d2yh7> 或掃描QR Code 填寫您的匯款資料，以便財務同工建檔。

聚會一覽表

禮 拜	類 別		時 間		場 地		上週人數	
	第一堂禮拜		主日 8:30		五樓禮拜堂		40	291
	第二堂禮拜		主日 10:00		三、四樓禮拜堂		209	
	第三堂禮拜		主日 11:30		五樓禮拜堂		42	
禱 告 會	類別		時間		本週		上週/次 人數	下次聚 會日期
					場地	內容 / 主理		
	第一堂會前禱告		主日 8:20		五樓禮拜堂	教牧團隊	10	
	第二堂會前禱告		主日 9:50		三樓禮拜堂	教牧團隊	35	
	第三堂會前禱告		主日 11:00		五樓禮拜堂	敬拜團	10	
	禱告會		週四 19:30		1F01	邱淑貞牧師	18	
團 契 聚 會	早禱會		週五 8:30		BM 禱告室	陳群鈺傳道	5	07/24
	松年團契		主日 8:40		1F01	聖經考古/鄭維新長老	11	07/26
	☉成人團契		主日 9:00 / 11:30		2F02	獻詩練習	30	07/26
	婦女團契		週二 10:00		1F01	電影欣賞/黃柏威老師	27	07/21
	☉方舟團契		主日 13:00		7F03	聖詩與基督論系列/淑貞牧師	19	07/26
	青年團契		週六 19:00		B1 禮拜堂	信仰活動	20	07/25
小 組 聚 會	少年團契		週六 19:00		B2 禮拜堂	專講	24	07/25
	主 日	☉腓立比小組	每月第 1、3 主日 11:30		6F02	陳詞章小組長	8	08/02
			每月第 3 主日 11:30		6F01	謝敏圓長老	12	08/16
			每主日 10:00		6F05	林嘉慧執事	14	07/26
			每月第 2 主日 12:00		7F06	吳雅莉牧師	6	08/09
			每月第 1、3 主日 11:30		7F06	呂秀芬小組長	5	08/02
			每月第 2、4 主日 11:30		B101	蔡雅如執事	10	08/09
			每主日 14:00		6F04	洪婕寧姊妹	6	07/26
			每主日 13:30		7F03	范筱婕姊妹	18	07/26
	週 一	☉親子小組(兒童)	每月第 1、3 主日 11:30		B101	查經、專講	17	08/02
			每月第 2、4 週二 10:00		6F03	暑期休息	暑假	09/08
			每週二 19:00		6F01	陳群鈺傳道	7	07/21
			每月第 3 週二 19:30		7F06	陳子苓執事	10	07/21
			每週三 9:45		1F01	長輩分享、銀髮健康操	60	07/22
			每週五 10:00		1F01	陳群鈺傳道	21	07/22
			每週五 10:00		約翰館	黃琦娜執事	5	07/22
			週五		線上分享	溫秋菊小組長	6	07/22
	週 五	安得烈小組10A	每月第 4 週六 15:00		6F03	黃瑞榮長老	7	07/25
查 經 班	以斯拉查經班		每月第二主日 8:45-9:50		6F03	高正吉長老	48	08/09
	生命建造查經班		每月一次 週六 10:00		線上聚會	莊信德牧師	39	08/01
	聖經共讀門訓							
詩 班 樂 團	☉撒母耳樂團		主日 12:00		B2 禮拜堂	張中興團長	25	07/26
	希幔詩班		週二 20:00		2F02	范恩惠傳道	15	07/21
	青契敬拜團		每月一次 主日 15:30		B1 禮拜堂	王暉丞弟兄	8	07/26
	和平敬拜團		每月一次 週六 14:00		五樓禮拜堂	黃琦娜執事	5	08/01
	畢契敬拜團		每月一次 主日 10:00		五樓禮拜堂	楊沐恩執事	5	08/23
社 區	和平關懷站		週二~週五 10:00-16:00		1F01-02	創意/29 桌遊/22 健身/43 樂活 183/39		07/21
	繪畫小組		週三 9:40		6F04-05	張素椿老師	暑假	
	編織班		週三 10:00-12:00		6F01	張雅琇長老	暑假	
	兒童福音廚房		主日 13:30-15:00		約翰館	陳信傑弟兄(併親子計算)	34	07/26
	姊妹成長讀書會		週五 9:30-11:30		6F02	沈月蓮長老	7	07/24
	插花班		週五 19:00		1F01	李玉華老師	12	07/24
	RGB 攝影團契		每月第 2 週二 19:30		1F01	攝影作品分享	21	08/11
	縫紉班		週六 A:10:00 ; B:14:30		約翰館	縫紉作品學習	暑假	

◎ 代表本主日有聚會

7/19 主 日	主 日 各 項 聖 工 輪 值			
	聖 工 項 目	第一堂	第二堂	第三堂
	禮 拜 招 待	卓絢玲 郭詩雯	林博惠 蔡淑慧 王武聰 趙盈智	李婕妤 陳信興
	新朋友招待	鄭睦瑛	柳金堂 黃碧珍	盧玲娟
	影 音 組 長	周聰傑	周聰傑	吳炯德/周聰傑
	音控影像燈光	墜添成	墜添成	墜添成
	投 影	王示恩	陳麗澤	
	愛 餐	愛餐小組		
禱 告 侍 奉	邱寶瑩			
7/26 主 日	下 次 各 項 聖 工 輪 值			
	聖 工 項 目	第一堂	第二堂	第三堂
	講 道	楊博文		
	司 會	江明親	李婕妤	劉配君
	司 琴	有志	顏良家	林郁婷
	領 詩		陳子苡	陳麗澤
	獻 詩	吳雅真	和平手鐘團	青契敬拜團
	禮 拜 招 待	洪國財 范玉惠	楊嘉林 蔡宜真 張靖霖 黃潔熙	李婕妤 陳信興
	新朋友招待	陳月樺	曹木針	卓璇慧
	影 音 組 長	周聰傑	周聰傑	吳炯德/周聰傑
	音控影像燈光	墜添成	墜添成	墜添成
	投 影	陳思祈	孫家囍	
	愛 餐	方舟團契		
禱 告 侍 奉	陳秀英			



新朋友請麻煩掃描
填寫資料，謝謝！

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		
	幼幼班	主日 10 : 00	BM04	駱美月老師 毛惜老師 李敏萱老師 黃翠芹老師	大 13 小 6	7/26
	幼兒班	主日 10 : 00	B202-3	以色列人的征戰與管理	14	7/26
	兒童班	主日 9 : 50	B2 禮拜堂	窺探迦南地	26	
學	國高中少年主日學	主日 10 : 00	7F03	福音信息/凱倫牧師	16	7/26

兒主老師輪值表

服侍 項目	司琴	教唱	合班	B204 初小 B208	B205	圖書區高小 B201	幼主 B202-3	
				低年級	中小班	小五班	故事	助教
7/19	林沐恩	楊雅淳	張宏哲	楊琴朱	林垠庭	張宏哲	陳錦慧	宋惠玲
7/26	林沐恩	陳群鈺	陳錦慧	楊琴朱	張博誌	徐仁美	宋惠玲	陳怡宜

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：蔡維倫牧師 0921-246-055 weilun992014@gmail.com

成人牧養：楊博文牧師 0938-011-589 iuphokbun@gmail.com

青壯牧養：邱淑貞牧師 0909-293-787 chusc90@gmail.com

兒青牧養：林凱倫牧師 0936-393-877 rave304@gmail.com

教會電話：2351-0087 傳真：2351-0118 直播網址右上 <https://pse.is/x83n9>

地址：106011 台北市大安區和平東路一段 183 巷 9 號

網址：www.taipeihoping.org

Email：admin@hoping.org.tw





台北和平基督長老教會

【彼此扶持，傳揚福音 2.0】

福音週報
2026 年 7 月 19 日
NO. 2222

進入得豐盛生命的門

蔡維倫牧師

講道日期：2026/5/31

經文：約翰福音 10:1-10

【講道大綱】

一、前言：我們都在尋找一扇能讓人人生更好的門

1. 一則關於澳洲農場的新聞。
2. 究竟哪一扇門，真正能帶人進入生命？

二、當罪與恐懼追趕人時，基督成為避難的門

1. 聖經裡最能詮釋這扇門的，就是創世記裡的方舟。
2. 此刻，你的心正被什麼東西瘋狂地追趕？
3. 難道基督徒走進這扇門，就可以不負責任地躺平嗎？

三、進入門裡的人，得著真正的安全

1. 進入方舟最美的一幕是什麼？(創 7:16)
2. 放回我們每天的生活實境：
 - a. 面對工作上的失敗與批評時。
 - b. 每天在家庭默默付出、照顧孩子和家務的媽媽們。
 - c. 當面對不確定與不景氣的環境時。
 - d. 甚至，當我們面對年老、疾病與身體衰退時。

四、耶穌來，不只是救命，而是帶來豐盛生命

1. 「我來了，是要叫羊得生命，並且得的更豐盛。」
2. 我們這時代，其實有很多「活著的枯乾」。
3. 這種「豐盛的生命」，不是物質的堆積，而是與上帝連結後生命的完整。

五、結論：進入這扇門，就是回家的開始

1. 為什麼耶穌能成為這扇保護我們的門？
2. 深信上帝已經親手把門關上，我們已經絕對地安全，沒有任何事情能把我們從方舟裡拋出去！這是耶穌說：「我是門」，所要帶給我們的豐盛盼望。

【金句】

「看哪，我站在門外叩門，若有聽見我聲音就開門的，我要進到他那裏去，我與他，他與我一同坐席。」(啟 3:20)

一、前言：我們都在尋找一扇能讓人更好的門

各位弟兄姊妹，這次預備信息時，我讀到一則澳洲的新聞。有一隻綿羊走失了六年，當人們終於找到牠時，發現牠身上的毛因為六年沒剪，重達二十公斤。牠看起來幾乎不像一隻羊，反而像一隻背著巨大重擔、動彈不得的怪物。直到牧羊人把牠找回來，親手剪掉那些重擔，牠才終於輕省了。

其實，這隻羊就是我們現代人的寫照。我們每個人一生都在尋找一扇門，以為進了那扇門，身上的重擔就會消失。小時候我們以為是好學校，出社會以為是百大企業、年薪百萬。我們甚至以為，只要遇見一個對的人，結了婚買了房，人生就再也不用流浪。但為什麼你真的進去了，當夜深人靜時，心裡那個破洞還在？為什麼我們有些人睡前還是要一邊滑著手機、一邊吃著安眠藥？對於我們在找尋那扇門的路上，我們好像在一場靠著自己，依著世界的遊戲規則匍匐前進的遊戲。我們付出了許多努

力的代價，最後結果卻非當初所想。

因為這個世界的邏輯是：『你的表現，決定了你的價值。』在這種殘酷的市場規則下，我們永遠無法停下狂奔的腳步。你只能拼命證明自己，直到有一天你再也撐不住。那種內心的耗竭與空虛，正是我們試圖靠自己掌控人生時，註定會面臨的靈魂破產。

因此，耶穌在約翰福音第10章對我們說：「我就是門；凡從我進來的，必然得救」。這是耶穌七個「我是」宣告中的一個，這句話，正在回答我們內心深處最核心的呼喊：究竟哪一扇門，真正能帶人進入生命？在耶穌的時代，羊圈只有一個入口。到了晚上，牧羊人甚至睡在門口，保護羊群。因此，「門」不只是出入口，更代表安全、保護、歸屬與生命，這是耶穌所說福音的應許。

二、當罪與恐懼追趕人時， 基督成為避難的門

在舊約聖經裡最能詮釋這扇門的，就是創世記裡的方舟。想像挪亞進方舟的那一天，洪水不是慢慢漲起來的，聖經說，那是大淵的泉源在一天之內突然裂開。那是一種鋪天蓋地、你完全無法掌控的失控感。背後的死亡、毀滅瘋狂地在後面追趕，人只能拼了命地往方舟的門跑。

牧師今天要大家認真地思考：此時此刻，你的心，正被什麼東西瘋狂地追趕？有些人，正被你多年前犯下的錯、那個說不出口的秘密、那份深重的罪惡感在背後死死扣著。只要你一安靜下來，那個聲音就在控訴你：「你不配！你做錯了！你這輩子完了！」還是有些人，在禮拜一到禮拜五的職場中，正被無止境的焦慮和比較在背後拿著鞭子追趕。你總覺得自己不夠好、不夠成功、快要被淘汰了，你只能拼了命地加班、拼了命地在世界的市場裡狂奔。我們以為自己在追求更好的生活，其實我們都在

靈魂裡驚惶地逃命。

就在你快要跑不動、就在你的靈魂幾乎要絕望窒息的這一步……你抬頭看，耶穌基督親自成為如同那扇方舟的門。祂沒有站在那裡看好戲，祂沒有用律法指責你怎麼跑得這麼慢。耶穌張開雙手，祂用自己的身體擋在狂風暴雨的破口上，對你溫柔地宣告：『我就是門！你進來！進到我裡面！』

我知道，當牧師在這裡講到「進到門裡、完全依靠神的恩典與保守」時，你坐在台下，心裡可能正在想：「牧師，你說的恩典很好。但我明天禮拜一早上打卡上班，老闆看的就是我的績效，客戶看的就是我的數字。如果我不拼了命去向世界證明我自己，我下個月拿什麼付房租？難道基督徒走進這扇門，就可以不負責任地躺平嗎？難道在職場上追求卓越是錯的嗎？」弟兄姊妹，這是一個非常真實且正當的困惑。但福音從來不是叫我們逃避責任，更不是叫我們在職場上當一個懶惰、躺平的人。耶

耶穌基督的福音，與這個世界的市場邏輯，最大的分別從來不是「你要不要努力工作」，而是——「你努力工作的驅動力，到底是什麼？」

在門外的世界，你努力工作是因為活在恐懼裡。你深怕只要自己不夠好，你的價值就會被否定。工作變成了你賺取身份認同的偶像，你被迫要向它獻祭你的時間、健康和靈魂。但當你進了基督這扇門，你發現上帝已經在十字架上徹底接納了你，你在祂裡面已經絕對安全、絕對被愛。這時候，你明天去上班，你的心境會發生根本性的翻轉：你依然會努力工作，但你工作，不再是為了「賺取」自己的價值，而是因為你已經「擁有」了價值，所以你用卓越的表現，去「回應」神的恩典。以前你是為了「證明自己」而工作，所以失敗了就崩潰，成功了可能就驕傲起來；現在你是為了「服事上帝、祝福他人」而工作，你得著了真正的自由。

三、進入門裡的人，得著真正的安全

你知道嗎？當挪亞進入方舟時最美的一幕是什麼？真正讓挪亞安心的，不是方舟有多巨大，不是木頭有多厚，而是聖經特別寫著：「耶和華就把他關在方舟裡」。外面洪水翻騰，但裡面的人是被恩典保守。那一刻，挪亞知道：「我被保守了。」這不是我們人靠著自己的意志力、靠著多麼敬虔去緊緊抓住上帝；而是上帝親自把門關上，主動保守了屬祂的人。這不是暫時的安全，是在基督裡真正穩固的安全。

這種安全感，絕對不是一個只在禮拜天才用到的神學名詞。它會實實在在地改變你禮拜一到禮拜六生活的骨氣。讓我們進一步把這扇「方舟的門」，放在我們每天的生活實境中來看：

第一、當你面對工作上的失敗與批評時

在門外的人會瞬間崩潰，因為對你而言，你的表現就是

你的價值，批評你就是否定你的存在。但一個在門內的人，當失敗來臨，你雖然一樣會沮喪，但你心裡知道：上帝親手關上的門，沒有人能打開。主管的批評雖然否定了你的表現，但絕對無法定義你的身分，你活在一種不被挫折擊垮的骨氣裡。

第二、那些每天在家庭裡默默付出、照顧孩子和家務的媽媽們

在門外的世界裡，其實有一種看不見的考試，叫做「你不是一個完美的媽媽」。如果我們活在門外，你會把孩子的成績、聽不聽話、甚至家裡有沒有收拾乾淨，當成自己成功的標籤。只要孩子一鬧脾氣、或者旁人說了一句挑剔的話，你心裡就會立刻崩潰，陷入深深的自責。

但一個進了方舟、進到基督這扇門裡的媽媽，完全不一樣。你會發現，上帝對你的愛，從來不是看你是不是「100分的母親」。即使今天孩子一

樣在哭鬧、家裡一樣一團亂，你在好牧人的眼裡，依然是祂最寶貝、最安全的那個女兒。你努力照顧家庭，不再是為了「證明自己的價值」，而是因為你已經在主耶穌裡面被愛、被滿足了。你得著了一種自由，就算今天不完美，你依然知道自己被神深深愛著。

第三、當你面對不確定與不景氣的環境時

面對公司的政策在變、外在環境正在大洗牌。在門外的人，會被恐懼和焦慮吞噬，只能瘋狂地想抓住更多可能的機會。但在門內的人，你能夠在風雨交加的黑夜裡安然入睡。因為你清楚知道，即使明天公司倒閉了，那扇上帝親手為你關上的方舟之門，也絕對不會倒塌。你的供應者不是這家公司，而是那位好牧人。

第四、甚至，當我們面對年老、疾病與身體衰退時

在門外的人會感到深深的

絕望，因為世界告訴你，當你不再年輕、不再有生產力，你就不再具有價值。但在門內的人，你知道你的生命有最終極的確據，即使這個肉體的方舟正漸漸毀壞，但在門裡面的那個靈魂，正一天新似一天。因為你知道，在主的保護中最終會帶你進入那永遠與主同在的家。

四、耶穌來，不只是救命， 而是帶來豐盛生命

最後，耶穌說出了整段經文最核心的一句話：「我來了，是要叫羊得生命，並且得的更豐盛。」請注意，耶穌不是說：「我來，是要讓你們變成最成功的人。」祂說的是「得生命」。弟兄姊妹，我們這個時代，其實有很多「活著的枯乾」。有些人外表活著，裡面卻早已疲憊；有些人每天忙碌，卻感受不到生存的意義。

耶穌所說這種「豐盛的生命」，不是物質的堆積，而是與上帝連結後生命的完整。是一

種即使流淚，仍有盼望；即使困難，仍有平安；即使軟弱，仍知道自己被愛。因為生命的源頭不是世界，而是基督。羊若離開牧人，走到再大的草原也可能迷失。同樣，人若離開上帝，即使擁有很多，內心仍然乾渴。所以，領受福音不是宗教責任或習慣，福音乃是生命的恢復。耶穌不是要增加我們人生的一部分，祂乃是要重新成為生命的中心。

五、結論：進入這扇門，就 是回家的開始

有時候，我們像迷路很久的人，習慣靠自己，習慣撐住，習慣假裝沒事。但每當我們獨自面對自己時，仍會有一種說不出的疲憊。為什麼耶穌能成為這扇保護我們的門？因為在十字架上，神對罪惡與審判的狂風暴雨，是毫無保留地砸在耶穌的身上。祂忍受了外面的暴風雨，經歷了靈魂幾乎要滅頂的苦難，為的是用祂破碎的身體，為我們擋住審判，親

手把我們拉進門內。

今天，耶穌站在門口，不是責備地說：「你怎麼現在才回來？」祂只是溫柔地問你：「你累了嗎？你願意回到我裡面嗎？」這叫做恩典，這並不是因為我們人配得，而是上帝先敞開門，邀請我們進來。信仰不是加入一個宗教而已，而是回到與神的關係之中。

親愛的弟兄姊妹，這福音好消息是：進入這扇門就是回家的開始，即使世界震動，在

基督裡的人，仍然有不能被奪去的生命確據。所以當我們在週間回到職場、回到家庭，面對不景氣、面對哭鬧的孩子或各種壓力震盪時，我們可以帶著笑臉、帶有自由地去承受痛苦，因為知道上帝已經親手把門關上，我們已經絕對的安全，沒有任何事情能把我們從方舟裡拋出去。這是耶穌說「我是門」所要帶給我們的豐盛盼望。親愛的兄姊，你願意來接受和經歷，或者是重新經歷嗎？我們同心來禱告。

全新樂活讀經計劃

2026 年 7 月 20 日至 2026 年 7 月 24 日

日期	經文	默想題目
7/20 (一)	何西阿書 第 10 章	1. 在本章的象徵比喻和對比中，哪一個對你來說最有啟發？你要如何回應這樣的信息？ 2. 第 5 節描述百姓拜偶像的虔誠並為此驚恐悲哀，我們是否曾看見台灣百姓們在錯誤的敬拜中所展現的敬虔？請為我們周圍尚未認識耶和華上帝的同胞們代禱。
7/21 (二)	何西阿書 第 11-12 章	1. 你最近曾在哪裡體會過上帝慈繩愛索的牽引？又你是如何回應上帝的引領呢？是欣然接受或是依然遲疑而偏行己路？ 2. 請細讀 11:8-10 經文，並從中找出一句你認為最能代表上帝憐憫心意的話語。
7/22 (三)	何西阿書 第 13-14 章	1. 請再次讀 14:4-7 節，找出其中共有幾樣植物，是先知用來表達上帝慈愛的象徵。 2. 在今天再翻閱整卷何西阿書，整理一下對何西阿書的認識，並將所領受的化為禱告。
7/23 (四)	約珥書 第 1 章	1. 你曾遭遇過怎樣的天災或是苦難，在那樣的情境中你如何禱告呢？ 2. 第 2-3 節提到先知要大家側耳而聽，並要將這事代代傳下去，這事指的是什麼呢？在你的家族中，又有什麼事是要代代傳下去的呢？
7/24 (五)	約珥書 第 2 章	1. 在本章中，你對那一節經文最有感觸，為什麼？ 2. 對你來說，耶和華的日子是一個怎樣的日子呢？經由約珥書的讀經，讓你有怎樣新的認識？