

— 詩篇 100 篇 4 節

【講道大綱】

一、前言--上帝故事中的我們系列

二、困境與盲點：我們在聖殿門口的自我安慰

三、經文的震撼：古老法庭上的無情裁決

四、歷史的借鏡：從伯明罕牢房到「我有一個夢想」

五、現代群體的重構：將恩典化為制度與生活

1. 集體的公義
2. 集體的憐憫
3. 集體的謙卑並與神同行

六、展望與釋放：成為照亮時代的山上之城

【金句】

「一切山窪都要填滿，大小山岡都要削平，高高低低的要改為平坦，崎嶇嶇嶇的必成為平原；耶和華的榮耀必然顯現，凡有血氣的必一同看見！」（賽 40:4-5）

【本週樂活讀經進度】

日期	8/24(一)	8/25 (二)	8/26(三)	8/27(四)	8/28 (五)
進度	彌迦書 第 6 章	彌迦書 第 7 章	那鴻書 第 1 章	那鴻書 第 2 章	那鴻書 第 3 章

【重要事工消息】

教會消息

一. 宣道部消息

1. 歡迎世光協會創辦人翁瑞亨牧師，蒞臨本會第三堂主日禮拜講道。
2. 2026 年宣道基金對外奉獻預算是 3,036,000 元，截至 7 月 31 日止，已累計基金奉獻 1,795,100 元，尚有缺口 1,240,900 元，邀請您一起為宣道基金關心中代禱奉獻。
3. 宣道講座，在今天(8/23) 13:30-16:00，教會一樓，邀請到李晶晶牧師、陳依信宣教師 (泰、英的兩位宣教師之對話)，主題：和平人的宣教路，跨文化宣教面面觀。

二. 裝備部消息

2026 主言相伴聖經速讀，第四車程完成者共 134 名，名單如下：

第 1 組：陳 曦、陳群鈺、王示真、張善甯、吳祺恩、武茂玲。

第 2 組：楊昀寰、林嘉慧、陳 歆、李玠樺、范燕婷、陳盈嘉、周增美、林沂儒、范筱捷、林子軒、黃聖婷、林瑞娥、張希帆、方盈之、潘貴月、孫綺兒、蕭如惠。

第 3 組：邱恩琦、李冠璇、林麗雀、邱淑貞、曾惠玲、邱雲豐、林佑恩、陳麗萍、龍泰穎、劉玟汝。

第 4 組：劉永文、高震宇、李君儀、何英德、許淳翔、李紹蝦、李宗男、周泰立、鄒佳樺、吳夏語、劉穎嘉。

第 5 組：張天香、趙國玉、林秀絨、毛 惜、高雅怡、簡秀玫、張天青、陳尚群、林垠庭、李詩慧。

第 6 組：卓璇慧、駱美月、張世安、黃光蕙、洪麗惠、張玉梅、楊婷如、江明芬、魏秀瑛、黃真又、黃春枝。

第 7 組：陳月樺、卓絢玲、繆芊苔、吳炯德、賴惠敏、陳惠周、汪君璧、張心涪、曹 純、洪國財、李岳儒、張博瑞、詹穎雯、游建烽。

第 8 組：王雪枝、楊玉嬌、蔡妙惠、周玉雲、張淑琴、黃育文、陳美玲、洪麗莉、林翠玲、謝芬芳、杜冠儒、朱睦麗、林秀玲、陳秀惠。

第 9 組：郭銘茹、張淑婷、柯嘉枝、梁祐誠、梁程超、黃琦娜、陳子苓、熊微芳、吳采庭、詹于慧。

第 10 組：白馥禎、呂雅倫、許素菲、符湘霓、王仲菁、羅敏睿、黃正琪、陳淑娟、林芷伊、王小鳳、朱惠美、林慧美。

第 11 組：劉配君、李敏萱、王道一、蔡雅如、林璞真、蔡維倫、林尚平。

第 12 組：楊雅慧、劉翠琴、林瑜琳、侯君穎、陳美玲、溫秋菊、陳月冠、溫家芬、林志隆、巫春杰、林靜樺、林瑞雲。

三. 2026 年秋季成人主日學課程

(一)導讀「打破個人主義的讀經迷思:15 堂聖經的集體文化通識課」一書

講師：蔡維倫牧師

課程目標：從幽默有趣的中東文化故事&聖經經文解經中，跳脫個人主義的框架，重建聖經的文化視野，讓神的話語更貼近心靈！

時間：9/9 開始，隔週三 20:00-21:30 (線上)

日期：9/9、9/23、10/7、10/21、11/4、11/18、12/2，共七次。

11/21(六)晚上，於青壯部感恩餐會中，學員們實體見面分享。

(二)服事與呼召

講師：林凱倫牧師

課程目標：期待參與的學員都能自我探索各項事工中的可能性，並積極地去尋找上帝命定的呼召與恩賜，並能理解教會事工、短宣或是兒少工作運作原理與未來展望，成為神國的生力軍。

時間：10/3 開始，週六 14:00-15:00

日期：10/3、10/17、10/24、11/21、11/28 (上兩堂)，共六次。

(三)一個教會領袖是如何練成的：黃武東牧師回憶錄讀書會

講師：陳美玲長老

課程目標：藉由閱讀回憶錄與作者對話，在讀書會中與學員討論交流，成為一起探索上帝作為的同伴，尋找生命的激勵和亮光。

時間：9/19 開始，週六 9:30-11:30

日期：9/19、10/3、10/24、10/31，共 4 次。

*以上各課程請向辦公室或掃描 QR code 報名。



四. 成人部消息

成人部社區學苑縫紉基礎班第六期招生，藉由縫紉的學習，彼此分享、成就與祝福，歡迎有興趣的朋友報名！

日期：9/5、9/19、10/3、10/17、10/31、11/7、11/21、12/12、12/26、1/9

時間：隔週六 10:00-12:00

資格：無經驗，能全程參與者為優先

名額：7 位

地點：約翰館

報名：請向辦公室英德幹事報名，8/30 前額滿即截止報名

五. 會友消息

李怡凡弟兄（李冠璇姊妹的父親），於 8/9 安息主懷，家屬已於 8/20 舉行告別禮拜，請兄姊繼續關心，為家屬心得安慰代禱。

代禱事項

1. 為肢體

- (1)請為需要照顧家中長輩或生病者禱告，讓照顧者也能自我照顧，並在弟兄姊妹的關心協助下，不孤單地經歷主夠用的恩典。
- (2)請為信心軟弱、信仰冷淡的兄姊禱告，聖靈親自觸摸，讓冷淡的信心、受傷的心志再次復活。
- (3)請為教會兄姊都能參加小組來禱告。

2. 為世界

為世界各地正在經歷地震、森林大火、水災、山崩以及各樣天然災害的人禱告。求主止息災害所帶來的傷痛、安慰失喪的人、醫治受傷的人、保守救援的人、供應缺乏的人，全都有來自主親自的保守。

3. 為台灣

為台灣這世代充滿政治的對立、社會的分歧，及對未來的憂慮禱告。求主保守台灣的人心，能多點寬容與諒解，共同為台灣的未來努力，為下一世代創造更好的生活環境。

4. 為教會

- (1)暑期兒童營已於 18-22 日順利完成，為此向主獻上感恩，求主祝福每位孩子與同工都有美好的學習與成長，通過營會的每個課程與活動，聖靈動工，將上帝的愛與真理種在孩子心裡，讓他們從小就懂得親近主；也為 22 日的成果發表會獻上感恩，讓未信主的家長和新朋友來到教會，看見並經歷上帝的愛。
- (2)為主日(8/23)第三堂禮拜世光協會創辦人翁瑞亨牧師證道，以及下午 13:30 在教會一樓大廳舉行「和平人的宣教路，跨文化宣教面面觀」李晶晶牧師(泰)、陳依信宣教師(英)宣教師之對話來禱告。求主使用這次信息與聚會，振發兄姊「傳揚大使命」的熱情，贏得更多歸向主的主羊。

【為教牧團隊禱告】

本週為林凱倫牧師禱告。懇求上帝以聖靈的能力堅固凱倫牧師，在講道、教導、牧養中常得著從主而來的智慧與亮光來帶領兒青部。怡均師母上週參與在教會暑期活動中，願主堅固凱倫牧師與師母在忙碌的事奉中靠主有安息。小朋友倚睦在暑假期間也有參加教會舉辦的兒童雙語營會，主必幫助倚睦得以快樂成長、學習。願美好的基督家庭成為凱倫牧師侍奉的助力。

5. 為張雅琍(Kelly)宣道師代禱 ~目前在內地會服侍 (日本長宣)

- (1)Kelly 在 8 月-11 月底有緊密的營會行程，每個月都有 2-3 次要拉行李箱住宿，求主賜夠用的體力，健康的身體。
- (2)要開始預備 10 月跟 11 月的講章，目前已知有 5 篇講章要預備，求主賜大智慧、亮光跟能力！
- (3)請為 Kelly 爸爸媽媽能渴慕神話語，身體健壯、靈魂興盛代禱。

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**8/16 主日奉獻**

禮拜奉獻	24,800
幼幼	600
幼主	990
兒主	1,490
小計	27,880

月定奉獻

080072	1,500
110064, 110527, 130118, 150015	
170002	2,000
220002	3,000
040011, 110229	4,000
070302	4,300
100087, 110145, 140031, 140084	
170060	5,000
120198, 130005	8,000
150088	10,000
200014	14,000
100011	20,000
小計	111,800

感恩獻金

150012	1,000
日本長崎靈修團	2,511
040119, 100097, 140100	4,000
110527	5,000
080212	6,000
070321	8,000
060003	10,000
小計	44,511

宣道基金

170002	500
150137	1,000
110224	2,000
小計	3,500

場地奉獻

幸福讀書會	500
RGB 攝影團契	7,200
七星中會北二區區會	10,000
小計	17,700

救災基金

130105	10,000
130150	15,000
小計	25,000

【8/15~8/21 週間奉獻明細】

日期	代號	金額
月定奉獻		
8/15	110532	20,000
8/16	070100	5,000
8/16	070019	20,000
8/17	070208	4,000
8/18	110548	1,000
8/18	080253	2,000
8/19	090001	20,000
8/20	110082	2,000
8/21	110512	1,000
8/21	110121	2,800
8/21	110537	3,000
8/21	160086	5,000
8/21	100110	5,000
8/21	160086	7,000
8/21	140062	10,000
感恩奉獻		
8/16	040075	3,000
8/17	200013	1,000
8/17	120131	5,000
行動支付不記名奉獻		5,100

以下轉帳奉獻兄姊敬請與財務組同工聯絡

日期	轉出行	金額
8/06	玉山 **48047	3,000
8/16	台新 **39922	1,200

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		43	356	
	第二堂禮拜		主日 10:00		三、四樓禮拜堂		248		
	第三堂禮拜		主日 11:30		五樓禮拜堂		65		
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	15		
早禱會		週五 8:30		BM 禱告室	陳群鈺傳道	暫停	08/28		
團 契 聚 會	松年團契		主日 8:40		1F01	健康時間/鄭維新長老	11	08/30	
	☉成人團契		主日 9:00 / 11:30		2F02	獻詩練習	30	08/30	
	婦女團契		週二 10:00		1F01	小組分享/陳秀惠長老	36	08/25	
	☉方舟團契		主日 13:00		7F03	聚會暫停一次	30	08/30	
	青年團契		週六 19:00		B1 禮拜堂	信仰活動	14	08/29	
	少年團契		週六 19:00		B2 禮拜堂	專講	24	08/29	
小 組 聚 會	腓立比小組		主 日	每月第 1、3 主日 11:30	6F02	陳詞章小組長	8	09/06	
	腓立比小組			每月第 3 主日 11:30	6F01	謝敏圓長老	12	09/20	
	☉喜樂小組			每主日 10:00	6F05	林嘉慧執事	14	08/30	
	☉活水小組			每月第 2 主日 12:00	7F06	吳雅莉牧師	6	09/13	
	大數小組			每月第 1、3 主日 11:30	7F06	呂秀芬小組長	7	09/06	
	☉依一小家			每月第 2、4 主日 11:30	B101	蔡雅如執事	10	09/13	
	☉畢契小家			每主日 14:00	6F04	洪婕寧姊妹	6	08/30	
	☉親子小組(兒童)			每主日 13:30	7F03	范筱婕姊妹	13	08/30	
	新手村小組			每月第 1、3 主日 11:30	B101	查經、專講	17	09/06	
	甘泉小組		週 一	每月第 2、4 週二 10:00	6F03	暑期休息	暑假	09/08	
	新苗小組			每週二 19:00	6F01	陳群鈺傳道	7	08/25	
	路加小組			每月第 3 週二 19:30	7F06	陳子苓執事	10	09/15	
	長輩小組		三	每週三 9:45	1F01	長輩分享、銀髮健康操	50	08/26	
	K.B 小組		週 五	每週五 10:00	1F01	陳群鈺傳道	14	08/28	
	K.Bb 小組			每週五 10:00	約翰館	黃琦娜執事	5	08/28	
	安得烈小組10A			週五(不定期)	線上分享	溫秋菊小組長	8	08/29	
	葡萄樹小組			六	每月第 4 週六 15:00	6F03	黃瑞榮長老	7	09/26
	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	09/13
		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	09/05
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	08/30	
	希幔詩班		週二 20:00		2F02	范恩惠傳道	15	08/25	
	青契敬拜團		每月一次 主日 15:30		B1 禮拜堂	王暉丞弟兄	8	08/30	
	和平敬拜團		每月一次 週六 14:00		五樓禮拜堂	黃琦娜執事	5	09/05	
	畢契敬拜團		每月一次 主日 10:00		五樓禮拜堂	楊沐恩執事	5	09/20	
社 區	和平關懷站		週二~週五 10:00-16:00		1F01-02	創意/17 桌遊/24 健身/39 樂活 183/39		08/25	
	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 08/30	
	姊妹成長讀書會		週五 9:30-11:30		6F02	沈月蓮長老	7	08/28	
	插花班		週五 19:00		1F01	李玉華老師	暑假		
	RGB 攝影團契		每月第 2 週二 19:30		1F01	攝影作品分享	21	09/08	
	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

8/23 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	洪國財 范玉惠	邱寶瑩 張靖霖 趙盈智 黃潔熙	邱寶瑩 陳信興
	新朋友招待	陳月樺	林月桃	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	孫家驫	
	愛 餐	喜樂小組		
禱 告 侍 奉	陳秀惠			
8/30 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	陳子苡	吳炯德	吳夏語
	司 琴	陳美瑜	黃于倩	林郁婷
	領 詩		高震宇	王暉丞
	獻 詩	詩篇之弦 吉他二重奏	男聲詩班	青契敬拜團
	禮 拜 招 待	蕭博文 邱寶瑩	陳詞章 林月桃 楊嘉林 蔡宜真	邱寶瑩 陳信興
	新朋友招待	陳秀惠	王凡雅	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	陳思祈	謝長峻
	愛 餐	長執小組		
	禱 告 侍 奉	陳美玲		



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 12 小 9	08/30
	幼兒班	主日 10:00	B202-3	挑戰摩西	12	08/30
	兒童班	主日 9:50	B2 禮拜堂	摩西終了	23	
	國高中少年主日學	主日 10:00	7F03	奉耶和華的名/茂玲長老	36	08/30

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
8/23	林沐恩	陳群鈺	陳錦慧	楊琴朱	楊雅淳	黃丹力	李穗玲	劉配君
8/30	陳 昕		陳志文	張善甯	林垠庭	詹于慧	師生及畢業生家長	

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 chiuse90@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 8 月 23 日
NO. 2227

告訴我，歡欣的理由！

邱淑貞牧師

講道日期：2026/8/16

經文：帖撒羅尼迦前書 5：16-24

【講道大綱】

前言：青壯主日

後現代時代的青壯年處境

今日經文背景

「基督信仰幫助我們歡欣」的現身說法——淳翔醫師的見證

結語：有耶穌的疼

【金句】

「要常常喜樂，不住地禱告，凡事謝恩，因為這是上帝在基督耶穌裏向你們所定的旨意。」（帖撒羅尼迦前書 5：16-18）

【反思與實踐】

1. 請思想自己的家庭或職場上目前最大的張力是什麼？（代溝、價值觀衝突、時間分配、經濟壓力、霸凌、過度競爭、身體健康……）這些張力背後，有哪些「文化敘事」在影響我？（例如：「原生家庭決定一切」、「家人應該完全理解我」、「職場就是這麼不公平」……）
2. 家庭每週一次「無手機家庭時間」：選一個晚上，全家關掉手機、電視，一起吃飯、聊天、散步或玩簡單的遊戲，重建真實的連結。
3. 職場人建立「職場祭壇」：在辦公室或工作環境中，找一個安靜角落（或心裡預備一個「屬靈空間」），每天午休時花 3-5 分鐘禱告、讀經、默想，讓工作也成為敬拜的場所。

前言：青壯主日

今天是教會所定的「青壯主日」，所以今天會將信息重點放在這個所謂「三明治」世代。但我相信這對其他年齡層的兄弟仍具有相當的提醒與激勵。

後現代時代的青壯年處境

我們正處於後現代主義所影響的世代之中，後現代主義社會有幾個特色——對「單一真理」、「宏大敘事」與「權威中心」保持懷疑，不信任那種能解釋一切歷史、社會或人性的「大故事」（如啟蒙理性、進步史觀、單一宗教或意識形態的終極真理），轉而重視局部、邊緣與多元的聲音。

如果你觀察當代文化，特別是生活在高度競爭都市中的青壯年世代，你會發現一個很奇特的矛盾點——我們擁有歷史上最先進的物質條件、最多的自由選擇，卻承受著歷史上最高比例的焦慮與心理耗竭。

有個節目叫「健康 2.0」，它曾在「2024 職場健康大調查」針對全台 20~65 歲青壯年發問，結果如下：

- 56.9%上班族屬於工作責任制。
- 需要固定加班的人占 36.3%。
- 其中下班後或休假時常需要回覆工作訊息或電話的人占 35.2%。
- 因責任制工時過長，下班後仍需工作的比例為 22.2%。
- 因無法彈性上下班而與家庭

事務衝突的占比為 20.3%。

- 而因工時過長導致私人生活時間不足的人占 17.5%。

而在衛福部近年針對 15 - 45 歲族群的調查也發現：

- 青壯年重度情緒困擾比例達 20% - 25%。

值得注意的是 30~39 歲正處於「三明治世代」，上有父母、下有父母或夥伴期待的人生高峰期：工作責任、家庭責任與私人生活彼此拉扯，我們把這些景況簡單歸納一句話就是：

「36.3%的加班、35.2%的下班訊息、20.3%的家庭衝突。青壯年不是不想愛神，而是每天都在『撐住人生』。」

今日經文背景

今天所讀的經文不是給「很絕望的人」的特別要求，而是給一群在壓力、迫迫、慌亂中的人們的生活實際指引。

保羅約在主後 50 - 51 年寫這封書信（保羅第二次宣教旅程期間，身在哥林多時所寫），是新約聖經中最早成書的書信之一。當時帖撒羅尼迦教會建立僅數個月，信徒多為剛從偶像崇拜轉向基督的外邦人。

背景問題：保羅在此處開拓教會時就曾引發暴動，甚至因為性命受到威脅之故，被迫在夜間逃往庇哩亞（參考徒 17:1-10）。他離開後，當地的初信者持續承受來自羅馬政權與猶太同胞的社會排擠、經濟打壓及人身安全

威脅。

難怪，保羅要在帖撒羅尼迦前書的信末特別勉勵信徒：「要常常喜樂，不住禱告，凡事謝恩。/ 著不時歡喜；著繼續祈禱；無論什麼境遇攏著感謝。」（帖前 5:16-18）

猶太文化與信仰中，確實有非常深刻的「在喜樂中看見哀傷/不忘苦難」（以及哀傷與喜樂共存）的哲學信念。例如—《箴言》14:13，「人在笑中，心也發痛；快樂的結局，就是愁苦。」(Even in laughter the heart may ache, and rejoicing may end in grief.)

這句所羅門王的箴言，直接指出了人類情緒的複雜性——即使處於歡樂與歡笑之中，內心

仍可能隱藏著痛苦；極致的喜悅也隨時可能轉為悲傷。

「基督信仰幫助我們歡欣」的現身說法—許淳翔醫師的見證

(<https://www.youtube.com/live/JQLkcEk-8xc?si=mIZr0eLjhLeoKaZk> (約在 40 分 45 秒處開始))

後現代社會中最讓人窒息的叫做「有毒的正能量」(Toxic Positivity)——彷彿悲傷是不對的、焦慮是不成熟的。保羅身為受過希伯來傳統訓練的猶太人，他的《聖經》裡有超過三分之一是《詩篇》的哀歌。詩人在神面前崩潰、質疑、流淚，但上帝從來沒有斥責他們「不夠屬靈」。保羅在哥林多後書更是形容自己

的真實狀態是：「似乎憂愁，卻是常常喜樂的。」(參林後 6：3-10)

因此，我們邀請淳翔醫師現身說法，在這紛亂又多元價值觀的世界裡，他是如何因著耶穌基督信仰而可以在主裡歡欣，並在每一天合神心意的生活中，行出美好見證來榮耀主。

結語：有耶穌的疼

最後，我們要用新聖詩 599 首「無論佇甚麼時陣」的作者——小女孩高橋順子 (Takahashi Junko, 1959-1967) 於七歲時書寫的詩作，成為我們在世之日的勉勵。

高橋順子(1959 年—1967 年)

是福島市福島新町教會主日學的學生，她最為人熟知的信仰見證，是她於病榻上所寫下的詩作。

順子在即將從幼稚園畢業前夕被診斷出罹患骨肉瘤(小兒惡性骨癌)。為了阻止病情惡化，她經歷了左大腿截肢手術。年幼的她曾天真而堅強地安慰母親說：「不要傷心，腳還會再長出來的。」

後來癌細胞轉移至肺部，面臨第二次重大手術。在呼吸困難、生命垂危的手術前夕，僅有 7 歲多的順子在病床上寫下了對上帝衷心信靠的純真詩篇。歌詞如下：

第一節歌詞

無論佇甚麼境遇，

無論佇甚麼境遇，
毋通互苦難贏去，
也毋通悲傷矢志，
有耶穌的疼，
有耶穌的疼，
著信有耶穌的疼。

第二節歌詞

無論佇甚麼境遇，
無論佇甚麼境遇，
著向望將來福氣，
主會賜信仰勇氣，
有耶穌的疼，
有耶穌的疼，
因為有耶穌的疼。

從這位病痛纏身小女孩的

詩作，充分地看見她對基督信仰的單純與堅毅之情。願主幫助我們，在「耶穌的疼」中，我們可以靠主得著真正的喜樂，歡欣地在耶穌裡勝過生命中每一個不容易的景況。

【金句】

「要常常喜樂，不住地禱告，凡事謝恩，因為這是上帝在基督耶穌裏向你們所定的旨意。」(帖撒羅尼迦前書 5：16-18)

【反思與實踐】

1. 請思想自己的家庭或職場上目前最大的張力是什麼？(代溝、價值觀衝突、時間分配、經濟壓力、霸凌、過度競爭、身體健康……) 這些張力背後，有哪些「文化敘事」在影響我？

(例如：「原生家庭決定一切」、「家人應該完全理解我」、「職場就是這麼不公平」……)

2. 家庭每週一次「無手機家庭時間」：選一個晚上，全家關掉手機、電視，一起吃飯、聊天、散步或玩簡單的遊戲，重建真實的連結。

3. 職場人建立「職場祭壇」：在辦公室或工作環境中，找一個安靜角落（或心裡預備一個「屬靈空間」），每天午休時花 3-5 分鐘禱告、讀經、默想，讓工作也成為敬拜的場所。

全新樂活讀經計劃

2026 年 8 月 24 日至 2026 年 8 月 28 日

日期	經文	默想題目
8/24 (一)	彌迦書 第 6 章	1. 多久沒回想被上帝救贖、帶領的歷史了？花點時間數算上帝的恩典。 2. 自省每日的生活裡，是否活出榮耀神的生命嗎？
8/25 (二)	彌迦書 第 7 章	1. 是否正面臨讓你失望的環境？請跟信仰夥伴彼此激勵，仰望、等候上帝慈愛的帶領。 2. 「上主啊！沒有其他的神能跟你相比」(v. 18) 接著，先知更仔細的敘述他對上帝的認識。透過這些敘述，是否更多認識我們所信仰的上帝是誰？是怎樣的上帝？
8/26 (三)	那鴻書 第 1 章	1. 那鴻書的描述，是否讓我們再一次認識上帝的本質？哪些是我們熟悉的、哪些又是我們所陌生的？ 2. 在「看似不可能解決的難題面前，仍相信上帝掌權」。我們是否願意接受這樣的信心的挑戰？求主開我們心靈眼光，看見上主仍在帶領我們走過人生幽谷。
8/27 (四)	那鴻書 第 2 章	1. 「上主就要恢復以色列的光榮，恢復它遭受敵人搶劫以前的景況…」(v. 2)。在混亂、荒涼的圖像中，先知同時看見了上帝的心意。祈求天父也賞賜我們——知道「無論如何，上主始終掌權」的眼光。 2. 「上帝會施行正義」，對我們而言有甚麼的意義？是否肯定先知那鴻的信息——「攻擊上帝子民的仇敵，他有一天會發烈怒報復他們，為他的子民伸冤」？(參 v. 7) 3. 是否目前身處的環境或經歷的患難令我們覺得彷彿沒有希望，但是否仍深信上主必定放在心上，他的命定絕對會實現？
8/28 (五)	那鴻書 第 3 章	1. 「尼尼微呀，你比埃及的首都底比斯強嗎？」這句話今日如何對個人和群體說話？ 2. 上帝必然伸張正義，藉此安慰祂的子民。拿鴻書的訊息也帶給我們盼望嗎？