



沐恩堂 2018 年 2 月家訊

沙田禾輦邨協欣街·禾輦信義學校內

電話：26811800 傳真：26911824

電郵：aglchk@yahoo.com.hk

網址：http://aglc.elchk.org.hk

教牧團隊：張自重牧師（堂主任）

吳麗卿牧師（傳道同工）

同工：黃鳳霞姊妹（幹事）

沐恩堂核心價值：

按禮儀傳統進行崇拜；

堅持聖道為本；

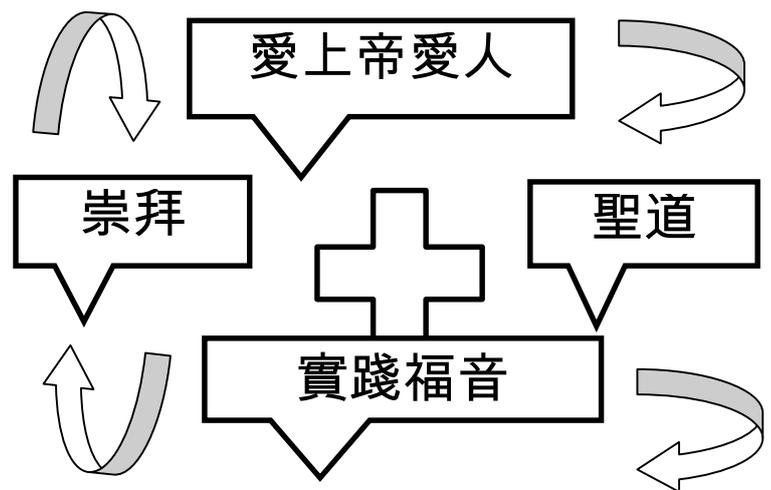
實踐福音使命；

活出愛上帝愛人的生命。

2018 年我們要一起...

豐富靈命，

經歷生命更新復興。



沐恩跑隊

趙仕傑弟兄（本堂執事）

常言道，「要有健康的身體，必須常保持適量的運動」。就是基於這麼一個簡單、易明但對很多人卻不易行的道理，加上一個便利和設施到位的禾輦運動場，我跟太太多年前就開始了不定期的跑步活動。還記得，開始時我倆常藉口天氣太熱或太冷而躲懶不跑；即或落場去跑，每跑完三兩圈路程便覺疲倦，身體亦彷彿發出強烈的信號，叫活動停止。之後，經過一段非專業的自我苦練，我們開始好不容易地能完成十圈的路程（即大概四公里）。然而，我發覺這“十圈”的距離長期地成了我倆的一個界限，總是很難跨越。加上自己眼看其他在場一起跑的人士，包括年紀比我們長的，都能跑得更久更長，我開始思考我們或許是缺乏了一些有效的跑步方法。為得到些較專業的指導和訓練，我邀請了何達恆弟兄作我們的教練。同時間，我覺得若能把這個有益身心的活動推動一下，能惠及其他弟兄姊妹的同時，又能提供教會聚會以外的團契相交平台，不是更有意義嗎？2016 年底，一支非專業及人數眾多但出席率極不穩定的沐恩跑隊就這樣組成了。

回顧過去一年多的跑隊訓練活動，實在有很多值得感恩的地方。首先，我們對跑步的一些正確概念增加了，每次練跑的進行也較為正規。從跑前的熱身，拉筋，跑步時的步姿，速率，跑完後的拉筋和體能訓練，我們都認真落力參與，隊員都對自己多了一些認知，亦得著寶貴的運動知識和經驗。另外，跑隊運作至今，期間有不少新的肢體加入，隊員間彼此認識，一同學習，互相激勵，以致一齊興高采烈地參與和完成外間賽事，每個片段都叫人回味。

事實上，若細心觀察肢體在運動場上的表現，你定會對弟兄姊妹有多一點的發現；而藉多一點的傾談，又能達深一層的彼此認識。不過，最令人鼓舞的還是看到各隊員確實有實質的進步：從起初跑了一兩圈便非要停下休息不可，到現在大都能堅持走完教練所定的訓練距離，其實一點都不簡單，除了基本體能，實有賴堅毅的意志去支撐。我特別欣賞那些受體能限制而須以慢速跑卻又能堅持到底的隊員，因他們的付出或要比其他人多。我深信，教練常在終點前的呼喊「頂住！撐埋佢！Good job！」這都是激勵隊員能堅持完成任務的動力！而更鼓動人心的是有些隊員會在力歇之際，於衝線前一段路，還嘗試互相加快超越對方，最終一起衝過終點！我個人最愛見到這一幕，因看到隊員間鬥志的互相磨練，繼而一起到達終點，彼此互相建立，同得著益處。

寫到這裡，我想到我們的信仰。當我們在信仰的路上迷惘，失方向，我們就容易想放棄或離場。我們必須找師傅幫助，好讓自己對所信的有充份的認識和確立。我們亦須不斷操練，若遇艱難境況，我們的師傅，上帝的靈，必會不斷給我們打氣，鼓勵和指引。在事奉的路上，我們亦必然會遇上我們認為跨不過的路段，以至我們會萌生放棄或停步的意念。此際，若有同路人彼此鞭策，互相激勵，我們又或能一起歡欣雀躍的勇於前行，衝破障礙，一起踏過終點線，完成主所交付使命！

跳出了"十圈"的框框，今天我有信心能跑出有質素的十公里，在沐恩跑隊裏，我自覺樂在其中！最後，要藉此機會感謝充滿愛心的教練和每一位有恆心的隊員，因為有你，跑隊添了生氣和動力；也因為有妳，隊員間多了支持和鼓勵；當然，是全因為祢，讓我們能跑！

註：沐恩跑隊一般練跑時間為星期日黃昏，成員最多的是太太群，亦有大叔（小弟），有教育界人士，又有食肉界人士。若有興趣舒展筋骨和認識以上界別隊員的每一位，都歡迎加入跑隊。

你們中間有病了的呢，他就該請教會的長老來，他們可以奉主的名用油抹他，為他禱告。出於信心的祈禱要救那病人，主必叫他起來；他若犯了罪，也必蒙赦免。(雅五 14-15)

耶穌基督吩咐信徒領受召命往普天下宣告天國的福音，藉經歷病患得醫治讓人預嘗天國的福樂。(可六 7-13、路十 9、太十 7) 在宣告天國福音時，不但叫人認識上帝，更叫人從新認識自己，我們是整全的一個人，有強壯也有軟弱，有情感也有情緒，生命確實需要基督的救贖。主上帝盼望世人在生、老、病，甚至離世時都能夠遇見生命的道 - 耶穌基督。耶穌基督如同先知所預告的那位彌賽亞，祂是父上帝的兒子，世人的善牧，擔當你我的疾苦，治癒人靈魂和肉體的疾病，恢復人本相的健康，經歷福音的大能。(賽五十三 5、路十 11-19、五 17-26、可二 1-12、太八 14-17)

為此，教會要完成耶穌基督的吩咐，按照聖經的教導和教會的傳統，藉著個別的探訪或公共崇拜中的禮儀行動服侍肢體，以醫治禮禮儀服侍老弱患病者，盼望以禮儀行動給予病人或領受者益處：

1. 讓人經歷福音的大能，預嘗天國的生活；
2. 讓人獲得屬靈的醫治和安慰，獲得赦罪的平安；
3. 讓人得著重新倚靠上帝的機會，學習信心的投靠；
4. 讓人獲得肉體的醫治，從「病痛」的人生逾越到「健康」的人生；
5. 讓人藉此認識基督，獲得教會眾肢體的支持和關心。

教會於預苦期中為肢體舉行「醫治禮」崇拜，崇拜中設有「抹油」的禮儀行動，「油」象徵聖靈的膏抹和醫治，「上前用油和酒倒在他的傷處，包裹好了。」(路十 34) 罪因基督的緣故得蒙赦免，身體和心靈的撕裂、傷痛和疾病得著醫治和纏裹，人再次得著平安，歸回上帝。

耶穌迫切地關心人的生命需要獲得醫治，說：「耶路撒冷啊，耶路撒冷啊，我多少次想要聚集你們，好像母雞把小雞聚集在翅膀底下，很想保護你們，豈知你們不聽話。」(太廿三 37) 老鷹捕捉小雞時，母雞會盡一切力量保護小雞，盼望小雞能回到母親的翅膀下。耶穌醫治我們的同時，更盼望我們能藉醫治願意回到祂的翅膀下。這樣看來，我們的耶穌基督不單關心人的身體健康，更關心我們的心靈和人生態度，就是人「疾病」的根源。

預苦期從聖灰日至復活節期間的四十日（主日不計算在內：因主日是記念主基督復活的日子）。我們在此期間多會禁食禱告，悔改自省，思念基督的受苦受死，在紀念耶穌基督在十字架的救恩與犧牲的同時，信徒進入悔罪和更新的生活，並懷著盼望預備自己的心去慶祝耶穌的復活。

在未來的四十天的日子讓我們踏上回到基督翅膀下的旅程，以禱告和聖言重整生活，想想如何調整自己的想法和選擇，還是繼續喜歡怎樣做就怎樣做，喜歡如何生活就如何生活？留心自己何以患有「三高」？何以失眠？是否因為藥物影響這麼簡單？抑或生命仍受困擾種種事情之中？或是自己執著或是不肯放手，令到自己煩躁呢？甚至生命的「傷痛」久未癒合，使我們沈溺於不當的行為而不自知不自拔？

請謹記耶穌的話，祂說：「凡勞苦擔重擔的人，可以到我這裏來，我心裏柔和謙卑，你們當負我的軛，學我的樣式，你們就可以得享安息。」（太十一 28）生命能得安息是因著耶穌的醫治，耶穌不單赦免我們的罪，祂也教導我們如何為人生定位。耶穌是我們的善牧，祂要引領我們走過幽谷，到達那安息之地，祂更願意治癒我們的身心靈，藉福音的大能恢復人本相的「健康」。

上帝所愛的兒女，請你來，耶穌要觸摸你生命的深處，給你完全的醫治。

家事分享

看哪，我要做一件新事，我必在曠野開道路，在沙漠開江河。（賽四十三 19）

1. 2017 年第二次教友大會，眾肢體憑著上主所賜的信心，通過 2018 年的財政預算案，願意共同承擔赤字預算，同時獲教友的支持，通過向本堂發展基金以五年時限（50 萬上限），申請借貸以支持本堂事工未來發展。為此，堂會將推行為期兩年的「愛家信心認獻」運動，設立「愛家信心認獻」之特別奉獻項目。鼓勵每一位肢體參與其中，以信心為這個屬靈的大家庭立志作奉獻。（截至 2 月 4 日，共收到 21 位肢體回應參與是次奉獻運動。）
2. 預苦期教會將出版《40 天為教會禱告集》，由 2 月 14 日聖灰日至 3 月 31 日（不計算期間的主日）為肢體提供靈修經文、禱文和禱告重點作參考，鼓勵肢體在預苦期為個人和教會禱告。
3. 崇拜部 - 2 月 18 日為預苦期第一主日，當日崇拜將舉行「醫治禮」禮儀。在崇拜設有「抹油」的禮儀行動，「油」象徵聖靈的膏抹和醫治，「上前用油和酒倒在他的傷處，包裹好了。」（路十 34）藉禮儀行動叫人的罪因基

督的緣故得蒙赦免，撕裂的傷痛和疾病得著醫治和纏裹，人再次得著平安，歸回上帝。請弟兄姊妹預備心靈參與聚會。

4. 傳道部 - 3月11及18日本堂定為「差傳雙週」，部門邀請了本會鴻恩堂主任牧師陳永安牧師於3月18日(日)下午2:30到來有宣教分享(早前陳牧師一家曾到德國作宣教體驗)，歡迎弟兄姊妹一同出席。
5. 栽培部 - 於3月25日、4月15、22日、5月27日，主日下午2:30舉辦「職場召命四堂課」，由李志雄弟兄主領分享，歡迎在職的弟兄姊妹參加。
6. 本堂2018年1月份崇拜出席人數平均為98人(成人62人、兒童6人、長者崇拜30人);領餐人數平均為88人(成人56人、兒童12人、外會會友20人)。

肢體消息

鍾麗珠姊妹、畢森弟兄、林杏仙姊妹、賴步雲弟兄、余耀棠弟兄、周新喜姊妹、陳二女姊妹、袁杏芬姊妹。請禱告記念，願主醫治看顧。

本會消息

1. 本會家庭關顧部舉辦「Running Heart」活動，讓本會男女信徒(40歲以下的單身信徒)認識及交流。日期：2018年3月10日(六)，時間：下午2至8時，地點：本會恩頤居護養院及活靈堂。內容：探訪長者、目標定向活動、分享交流、燒烤。名額：40人(費用：每位\$100)。可向教牧同工查詢及報名。
2. 本會青少年部於3月開始，於每月首個週六晚上7:30於信義樓五樓舉行「青年敬拜分享會」，盼望藉敬拜與青年肢體一起歌頌上帝，分享聖道、互相鼓勵、彼此代禱。歡迎弟兄姊妹參與。(費用全免，無需報名)

同心禱告、守望

1. 為台灣花蓮地震禱告 - 求主拯救於花蓮地震受災的災民，在危險和恐懼中，求主愛大能救拔他們，幫助他們渡過艱難的時刻，安慰眾人的心靈，家園盡快得到重建。求主垂憐。
2. 為信徒的生命祈禱 - 預苦期將至，求主引導我們藉禱告、靈修多親近祢，

以克己的靈性操練與基督同行苦路，轉化我們的生命，賜我們追求真理的決心和勇氣。求主垂憐。

3. 為基層朋友祈禱 - 在寒冷的天氣下，求主保守生活在我們當中的無家者、長者、板間戶及長期病患人士，使他們能有適切的關懷和支援，平安地渡過艱難的日子。求主垂憐。
4. 為香港政府祈禱 - 求主督責執政者，管治以民為本；賜誠實、公平和智慧給施政者，凡事公義公正；引導不同政見人士，與港人憂戚與共，共建香港。求主垂憐。

差傳資訊

信義會泰國東北工場代禱信

我們的宣教士歐陽雪玲姑娘

1月13日是泰國的兒童節，教會安排兒童前往 Ubon 的空軍基地，讓他們體會不一樣的兒童節活動，他們玩得很盡興。梁月韻姊妹從香港平安到達東北部 Buriram 府，她將在這裡有兩個多月的時間短宣體驗，每星期有兩天會在學校教高小學生語文，願主加能賜力及生活的適應。現在東北部對學習中文的需求不斷增加，滿恩堂有計劃在堂會開設中文班，目的接觸學生和家長們，透過這福音預工讓他們認識教會，繼而對福音產生正面的回應。2月9-12日滿恩堂聯同福音廣播機構，籌備在堂會及另外兩條鄉村進行福音活動，求主帶領，賜福我們手所作的工。

請為滿恩堂的小組發展能夠穩定成長禱告。

請為雪玲未信的家人能早日信主禱告。

~~ 你的同工：雪玲 ~~

2018 年本會海外事工活動：

3月10日第八屆大專生差傳夜（湄公河）

4月至5月差傳與門徒訓練六課（信義樓舉行）

5月22-28日柬埔寨短宣七天體驗團

6月12-18日東島短宣體驗團（高中大專生）

7月20-26日泰國短宣七天體驗團

8月2-8日泰國親子訪宣七天體驗團

11月5-11日柬埔寨醫療短宣體驗團（日期待定）

二〇一八年一月份聚會出席統計表

聚會 \ 週次	第一週	第二週	第三週	第四週	第五週	平均人數
主日崇拜	66	79	67	60	---	68
兒童果園	14	14	18	19	---	16
長者崇拜	30	31	29	31	---	30
祈禱會	37	---	---	---	---	37
長者主日學	4	5	3	6	---	5
安得烈團契	10	11	13	14	---	12
彼得團契	11	2	2	9	---	6
約翰團契	1	---	4	---	---	3
提摩太團契	4	7	3	4	---	5
以諾團契	5	3	7	4	---	5
以利亞團契	---	12	---	---	---	12
以斯帖團契	54	60	59	50	57	56
家長樂聚	---	---	---	68	---	68
詩班	8	10	9	6	---	8

二〇一八年二月至三月份聚會一覽表

聚會	時間	17/2	24/2	3/3	10/3	17/3	24/3	31/3
安得烈 小四至六	逢星期六 下午 2:00-3:30	休 會	JC 教室	學做人	你我 新發現	JC 教室	BBQ	為門徒 洗腳
彼 得 中一至三	逢星期六 下午 2:00-3:30	團 拜 (19/2 一)	專題 講座	查 經	Board game	實驗室	生日週	受難日 崇拜 (30/3 五)
約 翰 中四至六	逢星期六 下午 6:00-7:30	團 拜 (19/2 一)	Outing	查 經	自我 認識	Outing	休 會	休 會
提摩太 大專至 25	逢星期日 下午 2:00-4:00	團 拜 (18/2 日)	差 傳 (25/2 日)	待 定 (4/3 日)	查 經 (11/3 日)	待 定 (18/3 日)	職場召命 (25/3 日)	休 會 (1/4 日)
以 諾 在職青年	每月聚會 三次	休 會	團 拜 (25/2 日)	待 定 (4/3 日)	休 會 (11/3 日)	待 定 (18/3 日)	職場召命 (25/3 日)	休 會 (1/4 日)
以利亞 已婚/其他	每月聚會 一次	行 山 (19/2 一)	---	---	查 經 (9/3 五)	---	---	---

聚會	時間	14/2	21/2	28/2	7/3	14/3	21/3	28/3
以斯帖 55 以上	逢星期三 早上 10:00-11:00	唱歌 學道理	拼圖 大製作	信 息	手作仔	祈禱 服事	福壽 康寧	信 息

二〇一八年二月至三月兒童果園負責人一覽表

主日	11/2	18/2	25/2	4/3	11/3	18/3	25/3
主題信息	逾越節	西乃山	潔淨聖殿	親子旅行	最後晚餐	耶穌被捕	十架七言
主禮	李慈英	彭采瑜	梁詩雅	---	羅美娟	連珮瑩	梁詩雅
信息宣講	張牧師	連珮瑩	吳牧師	---	彭采瑜	李慈英	張牧師
司琴	---	---	---	---	張師母	何芷筠	張師母
延伸導師	彭采瑜 李慈英 羅美娟	彭采瑜 連珮瑩 何芷筠	吳牧師 梁詩雅 何芷筠	---	彭采瑜 張師母 羅美娟	吳牧師 連珮瑩 彭采瑜	張牧師 張師母 陳孜孜

二〇一八年二月至三月主日崇拜聖工人員一覽表

主日	11/2	18/2	25/2	4/3	11/3	18/3	25/3	
教會年	顯現後 最後主日 (白)	預苦期 第一主日 (紫)	預苦期 第二主日 (紫)	預苦期 第三主日 (紫)	預苦期 第四主日 (紫) 差傳主日	預苦期 第五主日 (紫) 差傳主日	棕枝主日 (紅) (32周年堂慶)	
主禮	趙仕傑	張自重牧師	溫家浩	廖淑卿	趙仕傑	張自重牧師	李志雄	
講員	吳麗卿牧師	張自重牧師	方克信牧師	張自重牧師	張自重牧師	羅永光博士	吳麗卿牧師	
長崇	吳麗卿牧師	張自重牧師	吳麗卿牧師	張自重牧師	張自重牧師	吳麗卿牧師	吳麗卿牧師	
讀經	蔡志明	---	楊芷茵	李思哲	鄭翠瓊	李敏儀	陳敏嫻	
經文	王下 2:1-12 林後 4:3-6 可 9:2-9	太 12:15-21	創 17:1-7, 15-16 羅 4:13-25 可 8:31-38	書 4:1-11 林前 1:18-25 約 2:13-22	民 21:4-9 弗 2:1-20 約 3:14-21	耶 31:31-34 來 5:5-10 約 12:20-33	賽 50:4-9 上 腓 2:5-11 可 11:1-11	
司 琴	成人	王中真	譚柳華	趙沛晴	趙沛陽	王中真	趙沛晴	譚柳華
	輔助	趙沛晴	---	趙沛陽	---	趙沛陽	---	趙沛晴
司獻	鄭翠瓊 楊寶蓮	譚志雄 張少芳	梁健華 黃鳳玲	鄭賦行 李敏儀	朱曉揚 梁詩雅	林惠誠 李志遠	譚志雄 張少芳	
地下招待	楊芷茵	胡礎雯	陳敏嫻	張少芳	梁笑琮	周貝蔚	魏書如	
六樓接待	冼慧珊	李志遠	林志雄	譚志雄	冼慧珊	林志雄	楊寶蓮	
詩歌	頌新 4, 355, 128, 頌新 69, 265, 頌新 104	44, 是祢應許, 頌新 (97, 81, 20)	134, 頌新 (80, 69), 264, 頌新 111	139, 342, 135, 414	219, 頌新 (38, 119, 69), 268, 頌新 120	頌新 (10, 38, 81, 86, 118)	142, 頌新 4, 279, 291, 頌新 65, 267, 143	
插花	梁 笑 琮			李 慈 英				
祈禱會	---	---	---	黃鳳玲	---	---	---	
呈獻	廖淑卿 黃鳳玲	---	廖淑卿 朱曉揚	---	鄭翠瓊 楊寶蓮	---	鄭翠瓊 李思哲	
崇拜代禱 負責人	譚志雄	朱曉揚	梁笑琮	黃佩珍	周貝蔚	鄭翠瓊	朱曉揚	
司事執事	廖 淑 卿			鄭 翠 瓊				
音響小組	李 銘 生			梁 健 華				