



基督教香港信義會沐恩堂

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。

同工團隊

胡闖明教師、鄧展鵬幹事

聖禮牧師

吳麗卿牧師、方克信牧師



2681 1800



aglc.elchk.org.hk



aglchk@yahoo.com.hk

近年多了看一齣電視劇目“Master Chef”（中譯：我要做廚神），吃晚飯時總愛開電視看看這節目有否播映中。節目是一個廚藝比賽，參賽者全部是非專業的家廚，平日慣常為家人煮食，來自五湖四海，個個都是熱愛廚藝的人。每一批參賽者需要面對長達三個月的廚藝比拼賽程，期間由大會安排不同的比賽形式，可以是隊際賽、個人賽、淘汰賽，有時是自由發揮、有時則需複製名廚傑作，有時卻是別開生面的玩法，非常惹笑！

喜愛這節目不是因為我想做廚神，事實上，比賽的過程經過剪接，根本不可能從中偷師。我愛看見參賽者聚精會神地煮食的「心流」狀態（flow），他們的廚藝小宇宙令我心悅誠服，我尤愛看參賽者面對比賽壓力時不同的反應，以及面對困難時的毅力。

「永不放棄」這句話說易行難，當我們面對困難和挑戰時，解決問題的知識和技巧固然重要，然而更關鍵的是我們的心理狀態。就好像是奧運選手參加比賽，不要理會對手的強弱，抱平常心積極發揮自己的能力，才能展現出最理想的一面；相反，若見對手實力強勁，心理上已經打定輸數，一定會影響表現。

正值預苦期，讓我們默想主耶穌如何面對挑戰和壓力。耶穌知道即將被捕受死前，祂帶門徒到客西馬尼園，向主大聲疾呼：「求祢將這杯撤去」，這段經文何等震撼！明知道大苦難快要來到，但逃不了等死的壓力是何等巨大！主耶穌的解決方案是回歸初心——祂降生為要救贖罪人的初心，然後昂然接受祭司長等人逮捕。

即使不是參加比賽，日常生活中總要面對大大小小的挑戰，挑戰產生的壓力不一定負面，有時候，適量的壓力可以成為助力，推動我們突破自己，更上一層。盼望我們都能夠藉主的話語，幫助我們抱持積極的心理狀態，昂然面對各種挑戰！

有些習慣上的改變，需要經過慢長的時間累積，甚至是幾代的旅程。

記得小時候，爺爺常帶我到大坑西新邨的西餐廳吃東西。他在鄉村長大，五十年代來到香港定居，即使去到六、七十歲，依然改不了隨地吐痰的農鄉文化。

然而到了父親的一代，在香港土生土長。屋邨的標語、學校的課本，都叫人學習保持衛生。他們看慣上一代人隨地吐痰，但我成長以來也未見過他會學爺爺一樣。

到了我們一代，隨地吐痰已成為一種野蠻的表現。特別在後來兩次肺炎病毒的肆虐下，新一代的衛生意識更為加強。新建的屋邨已不會再有叫人不要隨地吐痰的標語，小學常識科也不會像過去一樣把這類公共衛生的教導大書特書。一個新的文化在經歷三代人後建構完成。

教育從來不是一種即時的改變，卻是一種經歷數代經驗累積的過程。同樣，當我們希望教會能夠更新變化，也需要耐心的等候。



家事分享

1. 本堂已就聘牧事宜組成聘牧小組，成員包括胡闖明教師（召集人）、何俊威執事（執事會當然代表）、鄭翠瓊執事（執事會代表）、蔡志明姊妹（信徒代表）及曾曉芬姊妹（信徒代表）。
2. 何慧華姊妹之骨灰安放禮已於 3 月 9 日假華人基督教聯會九龍墳場完成安放，願肢體為其在世家人禱告。
3. 2 月 25 日至 3 月 24 日，本堂於每逢主日上午 11:30-下午 1:30 假一樓活動室舉行藝術治療親子小組，對象為三至六年級學生及家長。請禱告記念。
4. 3 月 24 日將為本堂 38 周年堂慶，是次崇拜邀得本會楊有志監督蒞臨誡道，敬希垂注。
5. 沙馬區堂會將於 3 月 28 日及 29 日分別舉行立聖餐日及受難日崇拜。其中立聖餐日崇拜之時間為晚上八時正，舉行地點為本會救恩堂；受難日崇拜之時間為早上九時半，地點待定，敬希垂注。
6. 3 月 31 日為復活主日，屆時將會舉行聖洗禮及轉堂禮，請為當天受洗及轉堂者禱告。
7. 本年度信義會代表大會暨會員大會將於 5 月 1 日下午一時假信義中學禮堂進行。本堂之代表包括：胡闖明教師、何俊威執事、李志雄執事及譚志雄執事。
8. 本堂將於 8 月 13 至 15 日舉辦中學生營，地點為保良局賽馬會北潭涌。如有興趣，可向胡教師聯絡。
9. 本堂 2024 年 2 月份崇拜出席人數平均 93 人（成人 64 人、兒童 6 人、長者崇拜 14 人，兒童果園 9 人）；領餐人數平均為 62 人（成人 51 人、兒童 5 人、外會會友 6 人）。

肢體需要

廖淑卿姊妹、畢少瑤姊妹、黃碧瑤姊妹、李美蓮姊妹、鄭劍虹弟兄、鍾麗珠姊妹、魏書如弟兄、余潔桃姊妹、周新喜姊妹、袁杏芬姊妹、廖芝強弟兄。求主醫治身體軟弱的肢體和他們的家人，並保守各人的健康。

同心祈禱

參考經文—耶 31:31-34；希 5:5-10；約 12:20-33

上帝啊，求你為我造清潔的心，使我裏面重新有正直的靈。（詩 51:10）

主上帝，你願與你的選民另立新約，把你的律法寫在他們的心中，使他們必認識你。今天社會不斷的變化，讓我們對外在環境無所適從，以致很多時候只能夠以冷淡的心應對其中。求主讓我們省察內心，以致我們發現縱然社會上的一切法例隨著環境而不斷修訂，你的愛與公義依然不變；作為你愛子的追隨者，我們亦能以愛回應你的心意。上主，求你垂憐。

主上帝，你為世人罪得赦免的緣故，高舉你的愛子，使萬人因他的犧牲而被吸引在你的愛中。今天經濟不斷的萎縮，政府投放在社會的資源逐漸削減，人與人之間的付出也難免變得謹慎。求主讓我們回歸在基督的愛裡，以致我們發現人心雖然隨著環境而不斷變化，你的愛與憐憫依然不變；作為你愛子的追隨者，我們亦能以愛回應他人的需要。上主，求你垂憐。

主上帝，你體諒人的迷失和無知，願意藉你愛子在你面對的順服，讓他成為人永遠得救的根源。今天人口不斷的減少，本港學校面臨縮班以致殺校的壓力，老師和學生成為了學校之間無形競爭的犧牲品。求主讓我們順服於你愛子的面對，使我們在困難中仰望你的應許；也同樣成為受壓者的祭司，為面對無形競爭的師生代求，好讓他們在困境之中亦能得著從你而來的力量。上主，求你垂憐。

差傳天地

洪盛霞牧師荷蘭工場

1. 復活節將有姊妹接受聖洗禮，求主堅定她的心志，一生跟隨主。
2. 感恩即將有香港宣教同工到Tilburg提城教會承擔牧職，求主為他預備居所，並一切適應。
3. 繼續求主差派工人到Eindhoven安城及南部Send the Light教會牧養群羊。

二零二四年二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		80	62	67	71	---	70
兒童果園		11	6	6	11	---	9
長者崇拜		15	14	13	15	15	14
長者主日學		3	---	2	3	---	3
阿加皮團契		---	---	---	15	---	15
信義團契	中二	0	---	2	4	---	2
	中一	4	---	1	1	---	2
	小六	5	---	7	6	---	6
	小五	5	---	3	3	---	4
彼得團契		---	---	---	7	---	7
約書亞團契		---	---	10	---	---	10
以利亞團契		---	---	17	---	---	17
以斯帖團契		40	25	32	35	---	33

二零二四年三月至四月份聚會一覽表

聚會	時間	23/3	30/3	6/4	13/4	20/4	27/4
信義團契 小五至 中一	逢星期六 下午2:30- 4:30	信心與回應	戶外週	待定	待定	待定	待定
彼得 中四至 大專	隔星期日 上午11:30- 下午 1:30	Switch	---	---	神秘週	---	我嘅 上帝係...
約書亞 在職青年	不定時聚會	待 定					
以利亞 已婚/其他	每月聚會 一次	---	---	查經 (7/4)	---	---	---

聚會	時間	20/3	27/3	3/4	10/4	17/4	24/4
以斯帖 55以上	逢星期三 早上10:00- 11:00	沐恩堂 生日快樂	受難日及 復活節	專 題 講 座	保 羅 4	開 心 園 圃	見 證 分 享

二零二四年三月至四月兒童果園負責人一覽表

主日	24/3	31/3	7/4	14/4	21/4	28/4
主題信息	耶穌受苦 犧牲的受	耶穌 復活了	不要疑惑， 總要信	求主開我們 的心竅	耶穌是 好牧人	多結果子的 基督徒
主禮	冼慧珊	李慈英	李慈英	曾曉芬	冼慧珊	陳孜孜
信息宣講	黃鳳霞	蔡志明	鄭翠瓊	蔡志明	黃鳳霞	邱苑瑋教師
樂手	袁可兒	---	---	袁可兒	小小司琴	---
延伸導師	大家聊一聊	沐恩堂 38週年堂慶	李慈英 周嘉嫻	大家聊一聊	冼慧珊	大家聊一聊

二零二四年三月至四月主日崇拜聖工人員一覽表

主日	24/3	31/3	7/4	14/4	21/4	28/4	
教會年	棕枝主日 38週年堂慶 (紫)	復活主日 (白)	復活期 第二主日 (白)	復活期 第三主日 (白)	復活期 第四主日 (白)	復活期 第五主日 (白)	
主禮	胡闖明教師	胡闖明教師	何俊威	胡闖明教師	李志雄	楊寶蓮	
聖禮牧師	吳麗卿牧師	方克信牧師	---	方克信牧師	---	吳麗卿牧師	
講員	信義會監督 楊有志監督	胡闖明教師	胡闖明教師	信義會天恩堂 陳沁漢教師	香港宣道會 恩基堂 楊祖賜牧師	胡闖明教師	
長崇	胡 闖 明 教 師						
讀經	趙仕傑	謝玉瑜	冼慧珊	符丹美	李志遠	鍾倩盈	
經文	賽 50 : 4 - 9 上 腓 2 : 5 - 11 可 11 : 1 - 11	徒 10 : 34 - 43 林前 15 : 1-11 可 16 : 1 - 8	徒 4 : 32 - 35 約壹 1 : 1 - 2 : 2 約 20 : 19 - 31	徒 3 : 12 - 19 約壹 3 : 1 - 7 路 24 : 36 下- 48	徒 4 : 5 - 12 約壹 3 : 16-24 約 10 : 11 - 18	徒 8 : 26 - 40 約壹 4 : 7 - 21 約 15 : 1 - 8	
司 琴	成人	趙沛晴	李恩諾	趙沛晴	王中真	譚柳華	曾曉芬
	輔助	曾曉芬	王中真	---	黃佩珍	---	王中真
司獻	羅美娟 方承安	關炎枝 林月珍	袁可兒 袁永章	鄭翠瓊 林志雄	楊寶蓮 梁笑琮	黃鳳玲 張少芳	
地下招待	羅昌發	譚志雄	魏書如	羅昌發	周貝蔚	袁永章	
六樓接待	---	---	---	---	---	---	
詩歌	158, 頌新 22, 是為了我罪, 頌新(63, 65) 君尊義僕	161, 頌新 127, 159, 立志擺上, 再次將我更新, 頌新 63, 259, 頌新 27	5, 頌新 127, 170, 平安, 365	59, 頌新 127, 51, 415, 頌新 93, 259, 411	52, 頌新 127, 362, 詩歌, 226	487, 頌新 127, 祢是葡萄樹我 是枝子, 509, 頌新 93, 259, 225	
插花	黃 鳳 霞		鄭 翠 瓊				
祈禱會	---	---	全教會祈禱會	---	全教會祈禱會	---	
呈獻	何俊威 鄭翠瓊	冼慧珊 李志雄	---	譚志雄 袁永章	---	譚志雄 李志雄	
崇拜代禱 負責人	梁笑琮	張敏慈	曾曉芬	周嘉嫻	李慈英	王俊凱	
司事執事	何俊威	冼慧珊	譚 志 雄				
音響小組	袁永章	梁健華	梁 健 華				