



第 745 期

二零零六年八月一日出版  
中華基督教會公理堂編印  
主 任 譚日昇 牧 師  
堂 址 香港禮頓道一零九號  
電 話 二二五七六六一二七  
傳 真 二二五七六六一二七

## 卸下重擔，輕裝上路

袁穎純牧師

在繁忙的生活節奏中，一場突如其來的疾病，迫使我停下匆忙的腳步。身體的軟弱成為深刻的提醒，催逼我反思這階段人生的意義，並重新檢視事奉的焦點及上帝給我的召命。患病期間，弟兄姊妹真摯的禱告與關懷，成了我莫大的力量。這些來自家人、摯親與主內肢體的愛，讓我深切體會到，病患不只是我個人的事，更是個人生命與屬靈群體的緊密連結。在康復過程中，這場病痛既是安慰，也是警號，提醒我必須重設事奉的方向，重整生命的核心。

聖經《希伯來書》十二章一至三節提醒我們：「既然我們有這許多見證人如同雲彩圍繞著我們，就該卸下各樣的重擔和緊緊纏累的罪，以堅忍的心奔那擺在我們前頭的路程，仰望我們信心的創始成終者耶穌……」這段經文，是我病中最深的安慰與亮光。對我而言，「重擔」包括外在的環境壓力和內在的心理包袱。過去的我，常習慣用盡自己的力量強撐，甚至迷失了方向，忘記了在這場屬靈爭戰中，我們唯有靠主才能得力，也唯有祂才是我們奮戰的目標。

關於事奉的專注與節制，聖經在《哥林多前書》九章廿五至廿七節也說：「凡參加競賽的，在各方面都要有節制，他們不過是要得會朽壞的冠冕；我們卻是要得不會朽壞的冠冕。所以，我奔跑，不像無目標的；我鬥拳，不像打空氣的。我克制己身，使它完全順服，免得我傳福音給別人，自己反而被淘汰了。」

回顧過往的事奉，我坦然承認自己常倚靠個人的意志與能力努力奔跑，有時甚至忽略了真正的焦點——耶穌基督。這場病患讓我看見自己的有限，學習全然放手、專心仰望主。同時，我也深刻體會到必須好好保養顧惜身體，因為身體是聖靈的殿。這是一個生命更新的契機：不再以自我為中心，而是以基督為焦點，因為祂才是我事奉的源頭與終極目標。

願與弟兄姊妹互相勉勵：在生命與事奉的旅程中，無論你正處於哪個人生階段，是否也需要刻意安排停下腳步，重新整理行囊，卸下那些虛耗精力的重擔，重新校正眼光仰望耶穌？願我們都能在祂的恩典中得著更新的力量，輕裝上路，奔向前頭的應許之路。

## 致弟兄姊妹的家書（二六年八月份）

各位主內弟兄姊妹：

在聖經的文學體裁中，最常見的莫過於「敘事體」，例如四福音書，或是舊約中有關以色列歷史的書卷。這類文體是我們平時最常接觸、也最為熟悉的。然而，聖經中也有許多以「詩歌體裁」寫成的篇章，最明顯的莫過於《詩篇》；此外，在不少先知書乃至歷史書中，也常出現詩歌體裁的段落。只是這類經文在教會的講台上較少宣講，大家可能會感到相對陌生。因此，在這個月的家書中，我想與大家一同細讀一首美麗的詩歌——《詩篇》第二十九篇。

詩篇二十九篇有三個非常清晰的段落：一至二節、三至九節及十至十一節。

### 天上的敬拜：將榮耀歸給耶和華

在第一個段落中，詩人一再向上帝的子民發出呼籲：「要將：歸給耶和華」。在原文中，第一節的呼籲其實分為兩個層次：詩人先是喊道：「上帝的子民啊，歸給耶和華！」亦即先向神的子民提出「歸給耶和華」這個呼籲，接著才具體說明要歸給神的是什麼——「你們要將榮耀、能力歸給耶和華」。

然而詩人並未就此停住，他緊接著說：「要將耶和華的名的榮耀歸給他」。詩人一再強調要將榮耀歸給耶和華。最後詩人呼籲上帝的子民們要「敬拜耶和華」，而且是要「以聖潔的妝飾」，

這不單是說用怎樣的妝飾，同時也是在神聖的榮美中向耶和華敬拜的意思。

在詩篇廿九篇開首這兩節中，我們看到一個天上的場景：上帝的子民聚集在一起敬拜耶和華，將榮耀歸給耶和華的名，這是一個神聖的場合，一切都是上帝神聖的榮美中進行。不錯，耶和華是創造天地的上帝，萬有本來就屬於祂，祂是一切能力的源頭，一切榮耀、一切能力都是屬於耶和華的。耶和華是榮耀的神，配受一切被造的所敬拜。

### 地上的震撼：耶和華大有能力的聲音

在第二個段落中，我們同樣會發現一句不斷重複的話，在短短七節經文中竟出現了七次——那就是「耶和華的聲音」。這無疑是本段經文的核心主題。相對於上一段經文的場景在「天上」，這一段的鏡頭轉回到了「世界」。我們看到樹木、動物、曠野，究竟耶和華的聲音的這個大自然的場景之中展現了怎樣的景象呢？

第三節的經文提到了耶和華的聲音在水上，而且榮耀的上帝在水上打雷，耶和華的聲音如雷貫耳。這場景使人聯想到在創世記中上帝將水分開，在創造中上帝就是用祂的說話，也就是祂的聲音來完成一切的創造。正如接續的詩句描繪，耶和華的聲音「大有能力」、「滿有威嚴」。上帝的榮耀與能力再次被高舉，但這一次不再只是天上的景象，而是祂的聲音從天上貫穿至世界，顯出創造的大能。詩人繼續描

繪這聲音臨到世界的震撼。在第四節中，耶和華的聲音震破香柏樹，也震碎黎巴嫩的香柏樹。香柏樹是在以色列地最堅硬的木材，所以聖殿的選材也用香柏木，而其中又以黎巴嫩出產的最為馳名。因此黎巴嫩的香柏樹可說是最上乘，最堅硬的木材。可是如此優質的木材，在耶和華的聲音面前，可謂不堪一擊。只是耶和華的聲音，便把黎巴嫩的香柏樹震碎。上帝的大能就在大自然中淋漓盡致地彰顯。隨後一連串的景象繼續描繪這聲音帶來的強烈震撼。耶和華的聲音使地震動，「黎巴嫩跳躍如牛犢、西連跳躍如野牛犢」，耶和華的聲音也「震動曠野」，就是「加低斯的曠野」。耶和華的聲音也「使火焰分岔」，「驚動母鹿落胎，樹林也脫落淨光」。耶和華的聲音臨到，驚震整個大自然。然而，在描述了這一連串驚天動地的撼動之後，詩人卻出乎意料地以一幅截然不同的圖畫作為本段的結尾：「凡在他殿中的，都述說他的榮耀。」鏡頭猛然轉向上帝的殿中。上帝的殿是敬拜的場所，詩人再一次帶我們回到敬拜的場景，從上一段中天上敬拜，帶到世間的敬拜場景。在這裡所有的敬拜者同聲齊說：「榮耀！」這與在這一段大自然遭遇震撼的景象形成了強烈的對比。耶和華的聲音在世間彰顯了祂的能力，使世間震動，在上帝的敬拜者眼中，他們看到是上帝的榮耀的彰顯，以至他們會同聲齊說「榮耀！」

### 永恆的掌權與賜福

到了最後一段，詩人再次運用重覆這修辭技巧，這次重覆的是「耶和華」。耶和華的名字在這兩節被提及了四次，每節兩次；而且不只是祂的名字重覆被提及，在四次的被提及中，每一次耶和華都是行動的主角。上一段我們聽見的是「耶和華的聲音」，而這一段則直接刻畫了「耶和華的作為」。

在第十節，經文提到「洪水泛濫之時」，這是指挪亞時的洪水而說的，這可以說是人類歷史中一次最大的災難，可是在這看來失去控制的情況中，經文卻說：「耶和華坐著為王」。耶和華安然地坐著。祂是造物之主，萬有都在祂的掌管之中。不只是在洪水氾濫之時，經文更接著強調：「耶和華坐著為王，直到永遠。」從古時洪水之際直到永永遠遠，耶和華永不改變，祂始終坐著為王，掌管一切。這是詩人深信的。

這位掌管萬有的上帝是滿有能力，榮耀的，更重要的是祂是一位慈愛、眷顧百姓的上帝。這正是詩人在最後一節以堅定語氣所宣告的：「耶和華必賜力量給他的百姓，耶和華必賜平安的福給他的百姓」。榮耀是專屬於上帝的，人不應掠奪；但上帝卻樂意將「能力」與「平安」賜給屬祂的百姓。上帝深深體恤人的需要，祂賜下力量與平安，使我們在日常生活中，甚至如洪水般的危難與考驗中，都能靠著祂平安度過。當我們看見上帝的能力在世間彰顯，並靠著祂所賜的力量與平安過每一天時，自然會將榮耀歸給祂——這正是敬拜的真諦。

在日常生活敬拜

透過詩篇二十九篇，我們深刻體會到敬拜不只在於在崇拜中進行，更是融入每天的生活之中。讓我們學習在平常時刻體察上帝的大能與恩典。不論是平淡安穩的日子，或是面臨挑戰困難的時刻，願我們都能在生活中親身體驗上帝的隨時幫助，心存感激，將一切榮耀歸給祂。因為祂必親自將能力與平安賜給我們，使我們能有力地為祂作見證；縱在逆境中，仍有神的平安與能力與我們同在。

你的牧者 日昇

二零二六年八月一日

堂務部 (2026 年 4-6 月)

|               | 禮頓道堂        | 必街堂       |
|---------------|-------------|-----------|
| 奉獻收入          | 2,171,069   | 347,621   |
| 其他收入          | 65,340      | 560       |
| 減：堂務用款        | (2,165,713) | (515,539) |
| 盈餘／(不敷)       | 70,695      | (167,358) |
| 1-6 月份盈餘／(不敷) | 449,464     | (304,497) |
| 兩堂合共盈餘        | 144,968     |           |
| 2025 年同期盈餘    | 375,090     |           |
| 2024 年同期不敷    | (686,235)   |           |

\*鼓勵大家奉獻「教會事工月捐」以支持堂務部用款

\*\*\*\*\*

上帝能將各樣的恩惠多多加給你們，使你們凡事常常充足，能多做各樣善事。

(哥林多後書 9:8)

牧者的話 (必列者士街堂)

余震東宣教師

教會過去因同工人手不足未能開辦福音班，但在這段時間，我們一直記掛著那些尋求信仰、渴望認識主的朋友的需要。這段空白不單是限制，也成為我們重新反思宗教教育的契機。今年六至七月，同工懷著感恩與戰兢的心重啟福音班，這不只是恢復一個課程，更是重新定位信仰培育方向的開始。我們刻意放下以往較單向的講授模式，轉而透過查考聖經，邀請參加者用第一手經驗，在經文中與主耶穌相遇，讓神的話親自向人說話。第一階段課程有六課，從尼哥德慕的重生、撒種的比喻、井旁婦人的相遇、生來瞎眼者得醫治，延伸到禱告的本質，以及在引導與試探中的屬靈學習，循序漸進地幫助人認識耶穌、理解信心、經歷生命的轉變，並培養一種屬靈習慣，就是在經文中尋找、在提問中思考、在群體中印證，使信仰不只停留於「聽見」，更成為「經歷」。我們盼望初信者不是單靠他人的教導，而是學習自己在聖經中發掘和領受，建立與神真實而持續的關係。八月中我們將進入第二階段，從整全的救恩歷史中重新定位自己的生命，明白我們從何而來、身處何境，並將往何處去。福音班是教會整體宗教教育的一個縮影；當我們重新思考福音班，也是在問：我們是否只重視知識的傳遞，還是更看重生命的塑造？是否只提供答案，還是裝備信徒在神的話語中持續探索與成長？求主使用教會的福音班，不單帶領人歸向祂，也更新整個群體對教導與門徒生命，叫我們不只在頭腦上認識主，更在生活中真實跟隨主，使教會成為一個以神話語培育生命、以生命見證福音的群體。



中華基督教會公理堂  
二零二六年

# 同心實踐使命 佈道成爲日常

八月份主日崇拜每週分題

- 獻己僅有    讓神工作
- 疑惑中建立信心
- 顯出公義    恩臨萬邦
- 一個教會    多種恩賜
- 在所難免    拯救同行

## 八月份主日崇拜每週分題

總題：同心實踐使命 佈道成為日常

- Doing God's Will with One Heart, Exemplifying Christ Daily -

八月二日 三一後第九主日

分題：獻己僅有 讓神工作

經文：馬太福音第十四章十三至廿一節

本週背誦金句：「耶穌對他們說：『不用他們去，你們給他們吃吧！』」  
——馬太福音第十四章十六節

本週默想中心：

將僅有的帶到主面前，不要看你手裡只有多少，要看你把東西交給了誰。求主使我們成為管道，神蹟不是為了囤積，而是為了我們能成為流通管道，將祝福向人傳開。當門徒分出去時，餅就增多；當我們分享恩典時，祝福就倍增。

八月九日 三一後第十主日

分題：疑惑中建立信心

經文：馬太福音第十四章廿二至卅一節

本週背誦金句：「耶穌趕緊伸手拉住他，說：『你這小信的人哪，為甚麼疑惑呢？』」  
——馬太福音第十四章卅一節

本週默想中心：

信心的建立，不單在乎言語、經驗，更在於在上主的陪伴下，直面自己內心中影響我們信心的根源，並接受上主親自將我們更新改變。這不是一蹴而就，而是一生之久的旅程。

八月十六日 三一後第十一主日

分題：顯出公義 恩臨萬邦

經文：馬太福音第十五章廿一至廿八節

本週背誦金句：「願上帝憐憫我們，賜福給我們，使他的臉向我們發光，好讓全地得知你的道路，萬國得知你的

救恩。」

——詩篇第六十七篇一至二節

本週默想中心：

真正的信心能突破文化與身份的阻隔，在困境中持守信心，即使看似被拒絕，仍謙卑倚靠上帝的恩典。當我們信心的對象是拯救萬民的上帝，以謙卑與堅持的信心來到主前，便能夠成為祂愛的見證，吸引未得之民認識救贖萬邦的主。

八月廿三日 三一後第十二主日

分題：一個教會 多種恩賜

經文：羅馬書第十二章一至八節

本週背誦金句：「這樣，我們許多人在基督裏是一個身體，互相聯絡作肢體。」  
——羅馬書第十二章五節

本週默想中心：

同一個身體卻有不同的肢體，恩賜的目的不是彰顯自己，而是彼此服事。在運用恩賜之前，要先將身體獻上當作活祭，心意更新而變化。沒有奉獻，恩賜帶來驕傲；沒有謙卑，配搭淪為競爭。你的恩賜是教會需要的，別人的恩賜也是你需要的。活出合一，各盡其職，叫神得榮耀。

八月三十日 三一後第十三主日

分題：在所難免 拯救同行

經文：耶利米書第十五章十五至廿一節

本週背誦金句：「因為凡要救自己生命的，要喪失生命；凡為我喪失生命的，要得著生命。」  
——馬太福音第十六章廿五節

本週默想中心：

在信仰的旅程中，我們需要面對內心的掙扎與外在的挑戰，但神的應許與保護將伴隨著我們。艱難的環境是在所難免的，我們要持守信仰，願意為真理與信仰付出代價，活出基督的愛。

## 「愛的冒險號」

李寶茵宣教師

我們每一個人的生命，都像是在茫茫大海中航行的艘船。面對前方未知的島嶼、突如其來的風浪和隱藏的危險，我們或許會收穫豐富的寶藏，但也無可避免地會面對無比的壓力。生命中的每一場航行，本質上都是一場冒險。近日社會上讓人痛心的悲劇與學生情緒危機，赤裸裸地向我們揭示一個關鍵：如果生命缺乏了韌性，在面對巨浪襲來時，船隻就很容易會抵受不住而翻沉。

許多人以為兒童牧區是唱詩歌、講聖經故事、做手工的地方。但於筆者而言，兒童牧區是一所「生命船廠」。正因我們無法為孩子預測未來的氣候，更無法挪去他們人生中必修的課題、同儕或成長壓力；我們能盡最大努力做的，是在他們的生命中培養屬靈韌性，好讓這艘船在風暴中依然站得穩、走得遠。今年暑假，兒童牧區以「愛的冒險號」暑期聖經班為主題，這不僅是一場給孩子的聖經學習營，更是上主賜予我們的好時機。我們希望透過這個主題貫穿整個牧區的建造，深信建立孩子穩固的屬靈生命與屬靈韌性，才是讓他們一生受用的真正寶藏。

現代孩子的焦慮，源於我的表現決定我的價值的錯誤價值觀。透過耶穌與尼哥德慕論重生及真葡萄樹的真理，確認無條件的愛，幫助孩子明白上帝的愛是無條件的，我們不需要靠完美的成績來贏得

愛。而當生命與真葡萄樹，主耶穌保持連結，就擁有源源不絕的動力，結出豐盛的果子。一個深信自己無論如何都被上主、被父母深愛的孩子，內心會產生極大的抗壓韌性。

我們亦藉著十誡與所羅門求智慧的教導，引導孩子建立信仰指南針，明白上主的誠命不是束縛，而是愛的指南針，指引他們向上主求屬靈的辨別力。當內在的信仰指南針建立起來，我們也能安心放手，因為知道孩子心中已有上主的智慧引領。我們借鏡「約瑟拒絕誘惑」的故事，幫助孩子建立正確認知：得罪上主比得罪人更嚴重，建立說不的底气，特別同儕壓力和外在誘惑如巨浪般捲來時，屬靈韌性的關鍵是他知道在信仰路上並不孤單，因上主與我們同在，祂細察我們的一生。在面對世界的扭曲價值觀時，願孩童能有由主而來的智慧和勇氣逆流而上。

這艘船要駛向更遠處，需要家庭與教會的雙向配合。當孩子在牧區學習連結耶穌、尋求智慧時，回到家裡，願我們也能刻意留出一片「白」，安靜下來，單純地聆聽孩子的想法，承接他們的軟弱與焦慮。讓我們把孩子生命的主權，交還給那掌管風浪的真正船長——主耶穌。當教會與家庭一同用真理與愛為孩子導航，我們深信，這群登上「愛的冒險號」的下一代，必能活出充滿果實、不畏風浪的豐盛生命！



# 公理堂主日崇拜總表

| 二零二六年八月份崇拜總表 | 日期/節期/經文/講題                                           | 堂次      | 證道     | 主禮     |
|--------------|-------------------------------------------------------|---------|--------|--------|
|              | 八月一、二日<br>三一後第九主日(綠)<br>馬太福音 14:13-21<br>獻己僅有 讓神工作    | 週六      | 戴文綺宣教師 | 鄭敏麗執委  |
|              |                                                       | 早堂      | 戴文綺宣教師 | 李靜儀女士  |
|              |                                                       | 日堂 *聖餐* | 戴文綺宣教師 | 張英相執事  |
|              |                                                       | 必街      | 吳少娟宣教師 | 曾麗玲女士  |
|              |                                                       | 晚堂      | 吳少娟宣教師 | 萬玉鳴執委  |
|              | 八月八、九日<br>三一後第十主日(綠)<br>馬太福音 14:22-33<br>疑惑中建立信心      | 週六      | 譚日昇牧師  | 蘇柱宏先生  |
|              |                                                       | 早堂      | 譚日昇牧師  | 劉麥婉玲執委 |
|              |                                                       | 日堂      | 譚日昇牧師  | 黃建民先生  |
|              |                                                       | 必街      | 余震東宣教師 | 張弘遠先生  |
|              |                                                       | 晚堂      | 余震東宣教師 | 朱婉玲女士  |
|              | 八月十五、十六日<br>三一後第十一主日(綠)<br>馬太福音 15:21-28<br>顯出公義 恩臨萬邦 | 週六      | 袁穎純牧師  | 胡緯麟執事  |
|              |                                                       | 早堂 *聖餐* | 葉希賢博士  | 周永新執事  |
|              |                                                       | 日堂      | 袁穎純牧師  | 顧漢盈執委  |
|              |                                                       | 必街 *聖餐* | 葉希賢博士  | 梁靈智執事  |
|              |                                                       | 晚堂      | 袁穎純牧師  | 鍾浩明先生  |
|              | 八月廿二、廿三日<br>三一後第十二主日(綠)<br>羅馬書 12:1-8<br>一個教會 多種恩賜    | 週六 *聖餐* | 余震東宣教師 | 李寶茵宣教師 |
|              |                                                       | 早堂      | 譚日昇牧師  | 薛樹德先生  |
|              |                                                       | 日堂      | 譚日昇牧師  | 吳憲民執委  |
|              |                                                       | 必街      | 余震東宣教師 | 施亮亮女士  |
|              |                                                       | 晚堂 *聖餐* | 余震東宣教師 | 歐梁綺屏執事 |
|              | 八月廿九、三十日<br>三一後第十三主日(綠)<br>耶利米書 15:15-21<br>在所難免 拯救同行 | 週六      | 陳紹銘宣教師 | 葉樹蓁執事  |
|              |                                                       | 早堂      | 戴文綺宣教師 | 關奕凜先生  |
|              |                                                       | 日堂      | 陳紹銘宣教師 | 劉素莊女士  |
|              |                                                       | 必街      | 戴文綺宣教師 | 陳詠嫦女士  |
|              |                                                       | 晚堂      | 戴文綺宣教師 | 康怡執委   |

## 崇拜時間及地點

早堂：上午八時半 (禮頓道堂二樓聖殿)

必街堂：上午十一時 (必街堂聖殿)

日堂：上午十一時 (禮頓道堂二樓聖殿)

週六崇拜：下午五時 (禮頓道堂二樓聖殿)

晚堂：下午七時 (禮頓道堂五樓小禮拜堂)