

台灣基督長老教會 台北南門教會

創立：主後 1953 年 4 月 5 日

地 址：10076 台北市重慶南路三段 27 巷 4 號
 電 話：(02)2341-1016 傳 真：(02)2392-7782
 E-mail：pctnm1953@gmail.com

「你們該效法我，像我效法基督一樣。」(林前11:1)
 「人人要照自己所得的恩賜彼此服事，
 作上帝各種恩賜的好管家。」(彼前4:10)



年度主題：同心合一學基督·謙卑服事做忠僕

主日禮拜

主禮：薛伯讚牧師

2017 年 4 月 30 日【第 18 週】

(第二場)台語禮拜 10:30 司禮：李玫欣執事

• 靜候上帝的話 •

序 樂.....	林秋欣老師
宣 召.....	以賽亞40:28-30.....司 禮
聖 詩.....	278 首「聖徒聚集主聖殿」.....會 眾
主禱文.....	會 眾
信仰告白.....	會 眾
啟 應.....	50 篇.....司 禮
祈 禱.....	司 禮
回 應.....	會 眾

主，聽阮祈禱，主，聽阮祈禱，懇求祢聽阮求。
 主，聽阮祈禱，主，聽阮祈禱，聽阮懇求的聲。

• 恭聽上帝的話 •

讚 美.....	祂本信實組曲.....少年團契
	曲/詞: Thomas O. Chisholm

信實，何等信實，萬王之王萬主之主何等信實，
 信實，何等信實，萬王之王，萬主之主，我敬拜你。
 1. 你信實何廣大我神我天父，你永遠不離棄愛你的人，
 你永世不改變滿有憐憫恩，甘在今在永在我主我神。
 2. 春夏秋冬四季有栽種收成，日月星辰時刻運轉不止，
 宇宙萬物都為造物主見證，述說天父莫大信實仁慈。

你信實何廣大，你信實何廣大，
 清晨復清晨主愛日更新，
 我一切所需用你都已預備，
 你信實何廣大顯在我身。
 信實，何等信實，萬王之王萬主之主何等信實，
 信實，何等信實，萬王之王，萬主之主，我敬拜你。

聖 經.....	約翰 21:15-25.....司 禮
講 道....	耶穌與彼得、約翰的談話②⑦.....主 禮
祈 禱.....	主 禮
聖 詩.....	385 首「人生風波擾動無停」.....會 眾

• 應答上帝的話 •

奉 獻.....	劉兆宏/倪振亞執事
	降服主祢面前，阮重新奉獻， 主祢權能永遠。阿們。阿們。

報 告.....	司 禮
平安禮.....	527 首「咱攏成做一家人」.....會 眾
聖 詩.....	390 首「謳唵天父，萬福本源」....會 眾
祝 禱.....	薛伯讚牧師
哈利路亞頌.....	會 眾
默 禱.....	會 眾
殿 樂.....	林秋欣老師

主日禮拜

主禮：鍾主亮牧師

2017 年 4 月 30 日【第 18 週】

(第一場)華語禮拜 8:20 司禮：陳永慶弟兄

序樂.....賴碩倫執事/吳宛蘋姊妹
 宣召.....以賽亞 40:28-30.....領唱
 詩歌敬拜.....會眾
 詩歌.....會眾

1. 新的異象，新的方向

有敬拜的聲音發出，從最高的山到海洋深處。
 神的兒女要唱一首新歌，我們神要做新事。
 舊的事都已經過去，在基督裡一切都要更新，
 新的眼界，新的異象，新的故事，新的方向。
 全地都要渴望呼喊，榮耀的主我願祢來，
 天要敞開恩膏傾倒下來，神國度的榮耀彰顯；
 全地都要渴望呼喊，榮耀的主我願祢來，
 聖靈引領看見新的異象，
 祢要做新的事在我們中間。

2. 我要向高山舉目

我要向高山舉目，我的幫助從何來？
 我的幫助從造天地的耶和華而來。
 我要向高山舉目，我的幫助從何來？
 我的幫助從造天地的耶和華而來。
 哈利路亞，哈利路亞，哈利路亞，哈利路。
 哈利路亞，哈利路亞，哈利路亞，哈利路。
 我的幫助從造天地的耶和華而來。

3. 展開屬天的翅膀

喔主！我要來敬拜祢 站立在祢的寶座前
 喔主！我要來親近祢 在祢的面前我獻上我的心
 展開屬天的翅膀 我要飛到祢身旁
 衝破一切的惆悵 我要向祢來歌唱
 展開屬天的翅膀 進入榮耀的天堂
 祢的寶座在天上 祢是我王

祈禱.....(公禱，以主禱文結束).....司禮
 聖經.....約翰 21:15-25.....司禮
 講道.....耶穌與彼得、約翰的談話⑳...主禮
 禱告.....主禮
 詩歌.....你為何揀選我.....會眾

1. 主，祢為何從萬人中揀選我做祢兒女？
 祢知我過犯那麼多，喔主！祢赦免了我，
 掩面不看我罪過，賜下愛子耶穌拯救我。
2. 何等奇妙至大真神之愛竟然臨到我，
 我願歌頌讚美主名， 救主恩典多稀奇，
 救主憐憫大又多， 使我細思量，難明瞭。
 喔主！幫助我成為祢的樣式，
 順服主的旨意永不渝；
 如今獻生命，為主而生活，
 與主一同行到永遠。

奉獻.....林穎姊妹
 白日明弟兄

報告.....司禮
 平安禮.....527 首「我們成為一家人」.....會眾
 祝福詩.....賜福與你.....會眾

願主的恩惠慈愛與你同在，
 願主的靈時時圍繞；
 恩典降下，賜福與你，
 平安喜樂天天充滿你。(x2)
 賜福與你，賜福與你，
 平安喜樂天天充滿你。(x2)

祝禱.....鍾主亮牧師
 殿樂.....賴碩倫執事/吳宛蘋姊妹

• 華語禮拜聖工分配 •

事工	司會	司琴	領唱	招待	司獻	投影	音控
本週 4/30	陳永慶	賴碩倫 吳宛蘋	杜崇信	張政皓 白日明	林白穎 白日明	林柏樺	林柏樺
下週 5/7	李玫欣	林恩慈	李玫欣	廖恆安 廖宇豐	廖恆安 廖宇豐	甘佑仁	白日明

• 華語禮拜消息 •

1. 華語禮拜影片製作及音控，請青少契踴躍參與各項服事。
2. 青少年園地(第七版)請踴躍投稿。
3. 小詩班練習時間：
每週六下午 4:30-6:00。
4. 小詩班招募新人。



■ 教會消息

1. 本週六(5/6)在 6 樓召開小會，請小會員留意參加。
2. 「一年速讀聖經運動」目前約百餘位兄姐報名參加，仍歡迎隨時加入，繳交作業可採紙本或教會網站電子表單，由各讀經小組長核定記點。
3. 北中婦女事工部主辦，松年部協辦 5/3(三)上午 9:30-12:30 在馬偕醫院舉行母親節感恩禮拜暨慶祝大會，契友 50 元，非契友 100 元，婦女團契向張淑慧姊妹報名，松年團契向余錦惠姊妹/梅陳淑茹姊妹報名。(參加者請自行佩帶康乃馨)
4. 去年度(2016 年)奉獻證明已放置會友信箱，請兄姊自行領取，無信箱者請向黃幹事索取。
5. 預告：5/14(日)是母親節，請記得向母親致意、請安、感謝。當日舉行母親節讚美禮拜(一、二場禮拜合併)，也請記得邀請自己的母親及親人來參加禮拜。教會將致贈每位母親禮物一份。
6. 週報夾頁歡迎大家投稿，舉凡靈修見證、信仰歷程、讀書心得、遊記、勵志等作品皆歡迎。請 e-mail: pctnm1953@gmail.com 或交辦公室。

■ 肢體消息

1. 請為蘇洪淑子姊妹、蘇孫濱弟兄、洪純子姊妹、許明得弟兄、黃松村弟兄等人的病痛及長久行動不便者代禱。

■ 教界消息

1. 北中第 66 屆第二次議會本週二(5/2)上午 9:00 在淡水教會舉行。本會薛牧師、鍾牧師、蔡正河長老、胡忠仰長老將參加。
2. 北中性別公義部本週六(5/6)上午 8:30-12:00 在士林教會舉行講座「女人要比男人懂法律」，講師蘇家宏律師，費用 100 元，歡迎參加。
3. 北中教育部 5/20(六)上午 9:00-下午 4:00 在三光教會舉行「兒童佈道與牧養」，歡迎主日學老師或有興趣者報名參加，5/12 截止。
4. 總會青年事工委員會主辦「教會翻譯人才培訓工作坊」，5/20(六)上午 10:00-下午 6:00，地點：台北大專學生中心，詳洽 2362-5282 轉 511 許台立。

上週
講道

疼痛的傷痕，信心的超越

約翰 20:19-31

李信仁傳道

今天是復活節過第二個主日，耶穌復活後在七日的頭一日向門徒顯現，對恐懼害怕的門徒說：「願你們平安！」(約 20:19)，給門徒看他的釘痕說「父怎樣差遣了我，我也照樣差遣你們。」耶穌向門徒吹氣，他說「領受聖靈吧！」並給門徒赦罪的權柄(約 20:20-23)。耶穌與門徒以愛為基礎的信仰團體，這就是教會宣教，尤其是大專學生工作的典範。

◆疼痛的傷痕

教會的宣教，如同復活的耶穌親自走進門徒，用釘痕之手接納擁抱傷痕累累的教會與社會，使教會領受聖靈，差遣有著傷痕的教會進入人群，為驚惶的世界帶來平安。

耶穌的傷痕，是疼痛的印記，台語「疼痛」(thiàⁿ-thàng)就是「愛疼」，就是愛。耶穌疼痛的傷痕，就是愛的記號，復活的主差遣門徒和教會，就是去實踐、傳揚和分享「疼痛」(愛)。

愛、疼痛(thiàⁿ-thàng)是《約翰福音》重要的信息，耶穌給我們「新的誡命」說：「我賜給你們一條新命令，乃是叫你們彼此相愛；我怎樣愛你們，你們也要怎樣相愛。你們若有彼此相愛的心，眾人因此就認出你們是我的門徒了。」(約 13:34-35)，基督徒與教會是軟弱，帶著傷痕，卻是在愛中接受耶穌差遣，效法他為人洗腳，與社會底層、弱勢、罪人、邊緣人同桌坐席吃飯與分享。

◆信心的超越

當耶穌向門徒顯現時，多馬沒有在其中。當門徒告訴他「我們已經看見主了」，多馬表示除非親眼看到，親手摸到耶穌手上、肋旁的釘痕，他絕不信(約 20:25-26)。過了八天後，多馬在場時，耶穌又出現了，對門徒說：「願你們平安」，耶穌邀請多馬用手指探入他肋旁的傷痕，要他「不要疑惑，總要信」(約 20:27)，不曉得多馬有沒有真的把手指探入耶穌受傷的身體，但他毫不猶豫的告白「我的主啊！我的上帝啊！」(約 20:28)，從懷疑到信心，多馬是福音書中「信心的超越」最鮮活的人物之一。

教會歷史稱「懷疑的多馬」，似乎(下接第四版)

(上接第三版)略有負面意義，常忽略在約翰福音中，多馬是重要的角色。多馬有幾個鮮明的特質：

1.多馬性格直率，約 11:16，多馬說：「我們也去和他(拉撒路)同死吧！」。

2.善於提問。當耶穌在受難前，逾越節晚餐說：「我往哪裡去，你們知道那條路」，多馬對他說「主啊，我不知道你去哪裡，怎能知道那條路呢？」，耶穌回答說：「我就是道路、真理、生命；若不藉著我，沒有人能到父那裡去。」(約 14:4-6)，多馬提問引出重要信仰道理。

3.信心超越後的多馬，原本特立獨行，想法另類、懷疑迷惘的他，可以融入信仰團體，與西門·彼得等人一起打魚。

可見，遇到耶穌所產生的轉化與改變，依照初代教會的傳說，多馬是第一位傳福音到印度的使徒，有些基督徒將一些耶穌的事蹟記錄在他名下，稱為「多馬福音」，可見多馬的地位。

◆多馬信心超越的宣教啟發～大專宣教

從台灣基督長老教會整體宣教來看，大專事工就像是 12 門徒中的多馬：性格直率、善於思辨、勇敢發問、特立獨行，卻又常懷疑和逃避，因為耶穌走近多馬，且讓多馬觀看和觸摸傷痕，改變生命。大專宣教工作跟隨耶穌，陪伴像是多馬般的大專學生，造就年輕人有信心超越，發揮潛能，進而像多馬成為眾人的祝福，盼望的記號。

大學生，經常是社會改革和教會更新的動力，「太陽花學運」就是明顯的例子。聖詩 482「疼痛上帝，和平人君」的作者韓國作曲家羅運榮，1972 年，駱維道牧師為亞洲教協(CCA)URM(城鄉宣教)委員會蒐集亞洲都市新歌，收錄羅運榮的曲子，搭配南神教會音樂教授梅佳蓮改寫英國聖詩作者貝克(Henry Baker, 1821-1877)1861 年的詩詞，懇求上主為破碎的世界賜下和平。羅運榮經歷韓國民主化過程，基督徒大學生參與社會運動，包括，1980 年的光州事件等，大學生，尤其基督徒是關鍵。

最近，韓國總統朴槿惠下台，「梨花女子大學」的學生是推倒朴槿惠的第一張骨牌。去年夏天，她們在校內發起抗爭，抗議校長並追查校長不法行為時，發現有名耍特權的馬術特長學生的母親崔順實竟是總統閹密，引爆韓國連串效應。

目前，全國 159 間大學，130 萬大專生，長老

教會設 13 個大專中心，23 位工作者，超過 105 團契。台北大專學生中心輔導 18 個長青團契，另與真理大學、馬偕護校事工合作。

大學生、青年是長老教會的希望，有時像多馬般衝動直率、叛逆不羈的性格，難免令人傷透腦筋。4 月 18-21 日，第 62 屆總會通常年會上有牧長直指「參加大專聖經神學研究班的學生，都不回去教會，讓牧師很難教！」然而，從另一個角度來看，就是因為大學生渴望追求聖經真理，使得「神研班」每年報名秒殺，許多年輕人學習如何讀聖經，像是用手指觸摸耶穌傷痕的多馬，勇敢又大膽的提出最具挑戰性的問題，跨越聖經文本與當代處境間的鴻溝，從中與愛、傷痕、疼痛的主耶穌相遇。如同說出「我的主啊！我的上帝啊！」的多馬，大學生做出最真誠的信仰告白，改變生命，期盼像多馬一樣為主所用，使社會與教會更好。

◆再思與分享基督的愛、傷痕和恩典

復活的耶穌，不是用美好完整的樣貌出現，反而帶著傷痕，逆轉並顛覆被扭曲的眼光，帶著傷痕的主，用自己的身體宣告，衰弱、受傷、蒼老、疾病、殘缺...不是詛咒，透過破碎的形體顯示耶穌就是基督(救主)，他是有血有肉，與殘破不堪、失敗腐壞的人們和好。帶著傷痕的耶穌容許多馬觀看與觸摸傷痕。主耶穌接納懷疑和不成熟的我們，因他的愛與恩典，帶領和容許我們觸摸他疼痛的傷痕，使我們經歷信心的超越。

「所有的恩典中，最大的恩典，就是把自己當作基督受苦的肢體中，一個極為微不足道的部分，如此卑微地愛著。」耶穌基督復活，使原本沒有絕對的真理標準的歷史有了新意義，讓不信和懷疑的人們，例如：多馬，活出新的生命。

神學家尼布爾(Karl Paul Reinhold Niebuhr)說：「基督的生、死和復活代表一個歷史事件，在這一事件之中並通過它，對整個歷史意義的揭示就發生了。」也就是在上帝恩典之中，「道成肉身」的基督復活，超越時空和死亡的限制，使人看見上主是「歷史與世界的主」，貫串歷史、掌管歷史。

教會跟隨耶穌，即使傷痕累累，依然讓人們經歷信心的超越，成為盼望的記號。願主耶穌復活的平安與我們同在！特別在戰爭與受壓迫、流離失所的人們同在，願您平安！(約 20:26)。

【上週講道第一場】

與主相遇的生命旅程

◎李信仁傳道

每個人的生命旅程，總有幾個重要的時刻，或許因此改變一生，或者是遇見貴人，也許找到真正的自己。新約聖經和初代教會的重要人物-使徒保羅，如果由保羅自己敘述生命中最重要時刻，他會怎麼說呢？加拉太書 1:1-2:2 就是保羅的自述他的生平。

關於保羅的生命故事，加 1:1-2:2 以及眾所熟悉的使徒行傳 9:1-19，路加所寫關於保羅在大馬士革路上遇見耶穌的經歷。兩相比較，保羅自己反而沒有提大馬士革路上的事情，保羅強調：「我要你們知道，我所傳的福音不是按照人的意思；因為我不是從人領受的，也不是人教導我的，而是藉著耶穌基督的啟示而來。」(加 1:11-12)，保羅強調他是「基督的僕人」(加 1:10)。

保羅寫信給加拉太信徒，因為這群人受到一些人的攪擾，質疑保羅所傳基督福音，告訴加拉太信徒「別的福音」(加 1:6)，重申守猶太律法才能得就，並且質疑保羅地位(加 1:11-2:14)，保羅自述中，有提到這些情況，讓保羅憤怒與憂心。保羅具有猶太血統，受過最好的希臘化教育，以及羅馬公民等身份，保羅對加拉太信徒揭露他的生命故事，原來在猶太教中最激進，對祖宗傳統最熱心，曾經竭力迫害教會的保羅，如今成為「在外幫人中傳揚基督」的使徒(加 1:13-17)，以自己生命改變的例子，作為基督福音的見證，並且導正「死守律法」的信仰偏差。

從加 1:11-2:2 保羅談自己的生命歷程，整體來看，就是「與主相遇的生命旅程」，並不是在某個特殊時刻與主相遇。而是從「母腹裡就被分別出來」(加 1:15)，而施恩呼召保羅的上帝，為保羅預備一條特別的道路，上主充分使用保羅的血統、教育、身分、文筆和口才等特質，使福音傳到外邦，才有現在的教會。

保羅「與主相遇生命的旅程」不是停在某個點，在許多時刻，尤其那些沒有特殊記錄的漫長日子，保羅或許獨自面對上帝，找到自己，重新定位生命座標。他有 3 年獨自在阿拉伯，當他首度以基督徒身份回到耶路撒冷，短暫停留，又過了 14 年才又回到那裡(加 2:1)。阿拉伯 3 年和那 14 年，總共 17 年，雖然不曉得他到底做了什麼，可是，在那個空白的歲月中，上主讓保羅更加成熟謙卑，為日後宣教工作，打下基礎。

1999 年 4 月，英國教會界的受難週海報，以古巴革命領袖切·格瓦拉的面孔與耶穌合而為一，使人反省真正的耶穌形象。海報的設計者，歐文瓊斯牧師(Owen Jones)說：「耶穌的形象是柔和謙卑，幾近老實無用；但他被釘十字架的原因跟以上形象恰好相反！並不說耶穌就像切·格瓦拉(圖)或共產黨，而是說，耶穌是革命份子，改變世界。」1951 年 12 月，23 歲還是醫學院學生的切·格瓦拉，與學長騎機車環繞南美洲，這場「革命前夕的摩托車之旅」，徹底改變了格瓦拉的一生，由醫師變成改造社會的革命家。

「北區大專奉獻主日」以保羅和切·格瓦拉的生命旅途為例子，邀請教會支持和關心大專與青年的宣教，在塑造人格與信仰最關鍵的人生階段，引導與陪伴年輕人與主相遇，讓主親自帶領年輕生命，活出榮耀基督的生命。再次將生命交主吧，願主帶領你我，如同保羅、切·格瓦拉，找到生命旅程的方向和座標。



【見證分享】

彈力帶與我

◎蔡三雄牧師

我出生於嘉義縣的布袋嘴，自幼體弱多病，國小五年級時又感染肺結核，常常氣喘。半夜氣喘發作時，沒有辦法好好睡覺，也沒有多餘的錢去看醫生，小學畢業時體重只有 27.5 公斤。俗話說：生病才知健康的可貴。我們家境貧困無法靠就醫改善，我只好自求多福，想盡辦法鍛鍊身體。看到健身房「猛男」的身材，實在很羨慕，但是要買啞鈴和槓鈴等運動器材，根本是奢求。於是紅磚頭、鵝卵石、木棒、毛巾、摩托車內胎等，都成為我無師自通的運動器材，我的體重更是大幅超越那令我在意的 27.5 公斤。



1970 年代就讀台南神學院時，全盲的同學邱瑞淵(南中德光教會牧師)沒什麼運動，我用摩托車內胎指導他運動，他興致高昂認真學習，成果很好。因緣際會下，我們一起去阿蓮恩明公司，帶領小兒麻痺的青年運動，邱瑞淵成為我帶領運動的絕佳招牌，大家玩得不亦樂乎。

1992 年我在星中公館教會牧會，透過蘇森源牧師推薦，在馬偕醫師團契聚會時，指導醫師們用摩托車內胎做體操。醫師整天看病需要運動維持健康，而醫師又告訴我，馬偕醫院物理治療科使用美國彈力帶(Thera Band)幫助病患做復健運動。這種彈力帶與摩托車內胎有異曲同工之處，但是品質、美觀與科學性，都令我愛不釋手。從此，我使用彈力帶 20 多年，自助助人無數。

1994 年公館教會松年大學的課程，我開始教長者使用彈力帶，使他們在團體趣味的運動中達到強身的目的。2005 年我來到淡江高中，學校為身障的同學，特別撥出一間 200 坪的健身房，由我規劃協助肌肉萎縮、小兒麻痺、腦性麻痺等學生運動復健。除了運動器材，攜帶方便的彈力帶發揮很大的功效，幫助這些身障的同學時時運動。

感謝上帝，2014 年我來到三芝教會牧會，很多原住民姊妹在雙連安養中心擔任照服員，他們需要幫長者翻身或扶長者起來，在體力透支疲勞時，往往姿勢不正確，造成身體各部位酸痛，卻苦於沒時間做復健治療。我特地使用彈力帶，指

(下接第七版)

(上接第六版)

導這些姊妹做肌力訓練與運動體操，改善他們的酸痛，減輕身體的不適，成效相當好。

如今我成為雙連安養中心「長者肌力訓練」指導教練，也常去松年大學、松年團契推展彈力帶的運動。不論伸展運動、肌力訓練或雙人協力運動，彈力帶運動非常有趣，且可以明顯看到成果。看到坐在輪椅上的長者手腳逐漸有力氣，且能回復簡易的日常活動，既保有尊嚴，也改善生活品質，那種認真運動的喜悅之情，讓我深受感動。

2016 年 9 月全國松年幹部大會在谷關舉行，我親自帶領 200 多位長者進行彈力帶運動，場面很壯觀，長者都很認真學習，欲罷不能。2016 年我特地到博愛手語教會，用彈力帶教大家運動。10 月時在臺北二二八公園，有公義行動教會、百加教會、景美教會、松年部和婦女部等約 130 位，透過彈力帶運動展開聯誼，成為另類信仰交流的運動活動。

彈力帶由於攜帶方便，安全又變化多樣，輕重長度皆可配合個別需要使用。除了使筋骨伸展更柔軟，更可加強肌耐力，尤其坐輪椅或臥床者，可慢慢訓練局部復健，讓手腳更有力量。只要

有耐心和恆心，人人都可以改善身體部位的痠痛，增加肌力和靈活度。

彈力帶運動，長度一般為 90 公分以上，復健或雙人運動為 120 公分以上，若是改善腰痛或脊椎，需用 240 公分長，才能束緊腕關節。使用時需雙手握住，或綁活結以固定之，運動空間要注意安全及正確姿勢，配合節奏呼吸。彈力帶的材質怕熱、日曬、水和尖銳物，妥善保存可以使用更長的時間。

我致力健康運動 30 多年，以分享運動為樂。今天介紹彈力帶，歡迎大家多運動，讓大家的身體更健康，身心都愉快。(摘自<松年之光>2017 年 3 月 138 期)

協助中風者肌肉伸展彈力帶雙人互動操

蔡三雄牧師指導



先從較有力的手訓練起



讓患者輕鬆復健增強手的力道



雙人互動訓練患者的手漸漸伸展



兩條彈力帶和患者玩互動伸展操