

# 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

網址：http://pctnm.tw/

因為咱是真活上帝的殿，親像上帝有講：「我欲倚起佇他們中間，行遊佇他們中間；我欲做他們的上帝；他們也欲做我的百姓。」  
(哥林多後書 6:16)



年度主題【主內一家：基督是我們這一家之主】

## 主日台語禮拜 上午 10:30

2021 年 8 月 15 日【第 33 週】

主禮：張宣信牧師

司禮：李玫欣執事

司琴：王怡婷老師

### • 靜候上帝的話 •

序 樂.....	司 琴
宣 召.....林後 5:17.....	司 禮
聖 詩.....281 首「上帝此時臨在」.....	會 眾
主禱文.....	會 眾
信仰告白.....使徒信經.....	會 眾
啟 應.....43 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.....主開恩典的門.....	聖歌隊
詞曲：鄭明堂	

主開恩典的門，互阮入內面，  
享受祂的恩，享受祂的疼；  
對古早到現在，主逐日引導，  
經過風湧與暗暝，祂攏在看顧。  
主祢為阮擺設筵席，阮得豐富生命，  
閣養飼阮軟弱身軀，靈魂得勇健。  
阮今獻上感謝，佇祢聖殿內，  
領受祢豐盛恩典，阮謳咾感謝。  
主開恩典的門，互阮入內面。

享受祂的恩，享受祂的疼；  
對古早到現在，主逐日引導，  
經過荒野大沙埔，祢攏在看顧。  
主祢為阮擺設筵席，阮得豐富生命，  
閣養飼阮軟弱身軀，靈魂得勇健。  
阮今獻上感謝，佇祢聖殿內，  
領受祢豐盛恩典，阮謳咾感謝。  
阮今立志盡心盡意服事我主上帝，  
建立聖會盡力打拼，得主賜榮耀。  
主開恩典的門，互阮入內面，  
享受祢極大福氣，阮謳咾感謝。

聖 經.....約翰福音 4：7-30.....	司 禮
講 道.....重開機的人生.....	主 禮
祈 禱.....	主 禮

### • 回應上帝的話 •

聖 詩...350 首「求主施大恩」(1-3 節)...	會 眾
奉 獻...382 首「我的疼痛求主助」.....	會 眾
報 告.....	司 禮
聖 詩...350 首「求主施大恩」(4-5 節)...	會 眾
祝 禱.....	主 禮
阿們頌.....	會 眾
默 禱.....	會 眾
殿 樂.....	司 琴

# 主日華語禮拜上午 8:30

2021 年 8 月 15 日【第 33 週】

主禮：張宣信牧師 司禮：胡匡睿弟兄 司琴：蔡忻語姊妹

序 樂.....司 琴  
 宣 召.....林後5:17.....領 唱  
 詩歌敬拜.....會 眾  
 詩 歌.....會 眾

## 1. 仰望耶和華

我站在谷底 看不見路 眼前只有黑 只有孤獨  
 我告訴自己 要仰望耶和華 做我的力量 我的幫助  
 我被人忘記 遺忘在深淵處 像迷途羔羊 等待有光柱  
 我告訴自己 要仰望耶和華 即使患難也有盼望  
 我知道患難生忍耐 忍耐生老練 老練生盼望  
 盼望不至於羞恥 因聖靈將神的愛 將神的愛賜給我們  
 我知道患難生忍耐 忍耐生老練 老練生盼望  
 盼望不至於羞恥 因聖靈將神的愛 將神的愛澆灌我們

## 2. 凡事都能做+主你是我力量

有信是未曾看見，依然仰望十架，  
 信是完全交托，深知主已掌權。  
 我靠著那加給我力量的，凡事都能做，  
 或風浪或低谷，主平安在我心，  
 我靠著那加給我力量的，凡事都能做，  
 行在主的旨意，我凡事都能做。  
 我的詩歌，我的拯救，你是我患難中隨時的幫助。  
 眾山怎樣圍繞耶路撒冷，你必圍繞我到永遠。  
 主祢是我力量 主祢是我高臺  
 堅固磐石我信靠祢必不動搖  
 主祢是我力量 主祢是避難所 我的盼望只在乎祢

## 3. 得勝的宣告

信心，看見流奶與蜜之地，信心，跟隨雲柱火柱帶領，  
 甩開不信，只宣告你的話語，在巨人面前，得勝又得勝，

盼望，能力，都因耶穌的名，平安，喜樂，無人能夠奪去，  
 在敵人的面前，你為我擺設筵席，這是我得勝的宣告。  
 信心，看見流奶與蜜之地，信心，跟隨雲柱火柱帶領，  
 甩開不信，只宣告你的話語，在巨人面前，得勝又得勝，  
 盼望，能力，都因耶穌的名，平安，喜樂，無人能夠奪去，  
 在敵人的面前，你為我擺設筵席，這是我得勝的宣告。  
 我要得勝得勝宣告，應許祝福將臨到，  
 我要得勝得勝宣告，榮耀恩典將臨到。  
 我要得勝得勝呼喊，耶穌你為我爭戰，  
 我要得勝得勝呼喊，憂愁懼怕都逃跑。  
 我要高唱哈利路亞，天天讚美天天唱，  
 我要高唱哈利路亞，我要唱。

祈 禱.....(公禱，以主禱文結束).....司 禮  
 聖 經.....約翰福音 4：7-30.....司 禮  
 講 道.....**重開機的人生**.....主 禮  
 禱 告.....主 禮  
 詩 歌.....**順服**.....會 眾  
 當我不明白 事情的由來 信心不足的時候 求主幫助  
 生命在於祢 萬事皆屬祢 信心動搖的時候 我要信靠  
 我相信祢的意念 高過我的意念 萬事互相效力  
 叫愛神的人得益處 我相信祢的道路 高過我的道路  
 我甘願謙卑 順服 我相信祢的應許 倚靠祢的恩典  
 我甘願謙卑 順服  
 奉 獻.....  
 報 告.....司 禮  
 祝福詩.....**賜福與你**.....會 眾  
 祝 禱.....主 禮  
 殿 樂.....司 琴

### • 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 8/15	胡匡睿	蔡忻語	胡匡睿			朱映綺 朱奕翰 楊詠然
下週 8/22	李玫欣					

### • 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. **歡迎**：大家一起來敬拜，特別歡迎今天回到禮拜堂來參與實體禮拜的兄弟姐妹。希望台灣的疫情能漸趨好轉，早一天大家皆能自由不受限制的來禮拜。
2. **實體禮拜**：我們從今日(8/15)起依疾管署規定室內所容許的人數，開始恢復部份的實體禮拜。為了做好安全的防疫措施，有幾件事要煩請大家配合的：
  - A. 為精準的掌控每場禮拜的確切人數，我們將採預約制，也就是欲來參加週日實體禮拜的兄弟姐妹，週二起上班時間必須先向辦公室黃詩涵幹事報名登記，表明希望參加華語或台語禮拜，因每場人數有限故先報先得，若當週已額滿，則下週優先。未報名而前來的兄弟姐妹，很抱歉我們只能婉拒請回，希望大家能諒解。
  - B. 兩場禮拜之間會做場地清潔消毒的工作。禮拜座位採梅花座，請依標示就座。
  - C. 教會已購得兩部體溫自動偵測兼乾洗手液。禮拜中全體人員皆全程配戴口罩。奉獻採自行投入奉獻箱的方式。禮拜後要交誼聊天請移至禮拜堂外進行。
  - D. 不能來參與實體禮拜的兄弟姐妹，請繼續參加我們禮拜的直播。
  - E. 煩請配合並傳遞此訊息讓這南門大家庭每個人知曉，也請大家為疫情的舒緩禱告。
3. **山上寶訓與哥林多前後書靈修默想**：從明天(8/16)起我們將推動全教會一起讀經靈修的運動。這次研讀內容為「山上寶訓與哥林多前後書」，傳道組仍舊會在每天上午八點藉由 Line 的官方網站發出短短靈修默想內容，

這靈修運動預計在 9/25 完成這次的研讀。非常希望兄弟姐妹能每天撥半小時的時間來參與這次的聖經靈修研讀默想活動！

4. **下週日**：第二場禮拜將有升級典禮，主日學將有兩位幼兒升級到主日學，主日學三位同學升級到少契，兩位少契升到青契，非常恭喜這些同學，少契也將負責當天的獻詩，敬請期待。

## ◎代禱事項

1. 全球疫苗短缺、分配不均又似乎不足以對付變種病毒，讓我們為疫苗的研發、生產能加速並足以供應全球各地所需禱告。
2. 為因應疫情，請為教會的應變措施，實體禮拜的部份恢復與團契聚會的安全代禱。
3. 請為南門教會能有更多人參與「登山寶訓與哥林多前後書靈修默想」的靈修研讀活動並從中得助益禱告。

## ◎本週金句

### (台漢聖經)

所以人若惦佇基督，就是做新創造的，舊的代誌已經過去，今攏變成新的。

(林後 5:17)

### (和合本聖經)

所以，若有人在基督裏，他就是新造的人，舊事已過，都變成新的了。

(林後 5:17)

上週  
講道

## 重新拾回自己的生命

耶利米書 36:1-8, 45:1-5

張宣信牧師

耶利米 45:5 台語聖經的翻譯是「總是你無論去叨落，我欲互你捨著自己的生命。」重新拾回自己的生命這有九死一生的意思。(幸好！得以撿回一條命)而和合本的翻譯是「但你無論往哪裏去，我必使你以自己的命為掠物。」以自己的命為掠物則也是有搶回、奪回自己生命的意思。從此段聖經的前後文來看，這是在文士巴錄極其沮喪時，上帝藉由耶利米給巴錄個人的應許：也就是當上帝審判的災禍全面來臨時，我一耶和華將會保全你的生命！

巴錄是何許人呢？在古代社會，一些重要記錄或要公開宣讀口授的文件必須有專業訓練的文士謹慎抄錄，文士有其非常重要的地位。巴錄就是一位文士，也是先知耶利米的至交，當他的書記，奉命抄錄先知的話語，很可能他也是耶利米書的編輯人。今天這段經文的背景是南國猶大遭遇極大的危機，因北方巴比倫帝國入侵，國家處於緊急狀態，百姓被要求禁食，並在聖殿聚集，祈求神的憐憫和拯救。但先知耶利米當時卻被禁止進殿，所以他選了一個最佳時機，託巴錄代勞去發佈神的呼籲！「或者猶大家聽見我想要降給他們的一切災禍，各人就回轉離開惡道，我就赦免他們的罪孽」(36:3)。但可惜民間有反應，在上位的王與大臣們卻充耳不聞。民間的領袖們特地要巴錄帶著書卷再唸一次給他們聽。他們聽見這一切話就害怕，面面相覷，對巴錄說：我們必須將這一切話稟告王。他們問巴錄說：請你告訴我們，你怎樣從他口中寫下這一切話呢？巴錄回答說：他向我口述這一切話，我就用筆墨把它寫在書卷上。」眾官長對巴錄說：你和耶利米要去躲起來，不可叫人知道你們躲在哪裏。(36:16~19) 貴族們知道這忠言逆耳，會為他們招來殺身之禍。果然如人所料，約亞敬王不但不聽，他甚至將整卷書割裂並放到火爐裡焚燒。「那時正是九月，王坐在過冬的房屋裏，王前面有燃燒的火盆。猶底念了三、四段，王就用文士的刀把書卷割破，丟在火盆裏，直到全卷在火中燒盡了。王和聽見這一切話的臣僕都不懼怕，也不撕裂衣服。以利拿單和第萊雅，並基瑪利雅懇求王不要燒這書卷，王卻不聽。」(36:22~25) 巴錄忠心為神做工，卻遭遇許多挫折、加上對國家前途的擔憂、對自己生命安危的驚慌…巴錄崩潰了！上帝藉由耶利米特地給巴錄這段話：你為自己圖謀大事嗎？不要圖謀！看哪，我必使災禍臨到凡有血肉之軀的。但你無論往哪裏去，我要保全你的性命。這是耶和華說的。(45:5) 你有類似的心路歷程嗎？胸懷大志卻事與願違，心靈逐漸被無力感侵蝕，以至於想放棄，甚至懷疑上帝的愛與能力！尤其你認為是在服事上帝的事工上未蒙祝福反屢遭挫折，所以沮喪並抱怨連連：耶和華佇我痛苦的頂面加添憂愁，我吐氣到厭倦，未得著平安…已經失去服事的動力與生命的方向，巴錄迷失了！要如何重新拾回生命呢？讓自己的靈命成長，成為「為父者的心懷」！今天是父親節，我們就以路加福音 15 章「浪子的比喻」來學習如天父般的心懷。

拾回以前必定是先有失落。為何失落？路加福音有兩個失落的生命，一個是作了一個錯誤的抉擇—離開上帝往遠方(世界)去為自己圖謀。一個是人雖在家中，卻迷失的浪子。15 章這家庭的小兒子為追求名利與世界的肯定，離家向「遠方」而去，為自己圖謀大事！

一開始很不錯！我們愛你，我們歡迎你，不過你要長得好看、聰明、富有、有好教育、

好職位…世界的愛充滿了有條件的「不過…」只要我在找不到的地方找無條件的愛，無條件的接納，我就永遠是浪子，會空空的為自己圖謀！當世界認為他已沒有利用價值，那最刻骨的孤寂感讓他醒悟起來。這失去一切的人，還牢記自己兒子的身分他就講：我要起來，到我父親那裏去…（路加 15：18）醒悟是重拾生命之始！

那時，大兒子正在田裏。他回來，離家不遠時，聽見奏樂跳舞的聲音，就叫一個僮僕來，問是甚麼事。僮僕對他說：你弟弟回來了，你父親因為他無災無病地回來，把肥牛犢宰了。大兒子就生氣，不肯進去，他父親出來勸他。他對父親說：你看，我服侍你這麼多年，從來沒有違背過你的命令，而你從來沒有給我一隻小山羊，叫我和朋友們一同快樂。但你這個兒子和娼妓吃光了你的財產，他一回來你倒為他宰了肥牛犢。（路加 15：25～30）巴錄就如同這大兒子一般抱怨說：『哀哉！耶和華使我愁上加愁，我因呻吟而困乏，不得安歇。』（45：3）天父啊！祢這樣公平嗎？今天世界上有多少父親在哀嘆：我真是為誰辛苦為誰忙！為這個家如此犧牲奉獻，怎麼只得到這樣的回報？這個大兒子不是為愛而心甘情願的付出，他只是在盡必須盡義務，是個忠心卻自以為義的人，當他認為我的付出沒得到相對的回饋與肯定，就會對所愛的家人生氣。

我佇遮創甚麼？如同一個任性的小孩，耍脾氣、妒忌、孤單、自憐而不斷的發怨言。

多少基督徒、神的僕人也曾陷入這種危機，在父親家中卻未活出自由的生命，外表看來無可指摘，順服、盡責、殷勤工作，可是在撞見父親因小兒子平安回來而欣喜雀躍，一股黑暗勢力從心裡爆發，那是批判、譴責、發怒、憎嫌、苦毒、忌妒…大兒子也需被尋獲，重新拾回自己的生命，被領進喜樂的家中。

路加 15 章中扮演慈父的，就是那個一直是無條件接受我、包容我、赦免我，也是將來會在我人生旅途終點等我回家的「天父」，但在那之前，很少基督徒會想到：我們被呼召出來，最終的使命就是要活出屬神的慈悲，像天父一樣「所以，你們要完全，如同你們的天父是完全的。」（太 5：48）這是要求我踏出童稚成為成熟屬靈長者的呼召。屬靈父職的三要素：  
1. 憂傷：為罪—包括自己—憂傷。當看到貪婪、暴力、怨恨、妒嫉…，充斥己心與世界就生出憂傷，再將此憂傷化為眼淚、化為禱告。  
2. 饒恕：雖非常困難幾乎做不到但藉由不斷的操練，一次次攀越被傷害的高牆。  
3. 寬容：饒恕還不夠，一個被得罪的人仍毫不保留的付出自己，將整個生命傾注於他人！這是藉由不斷自我操練而得！

我們的人生與屬靈歷程似乎皆有這樣的三個階段  
1. 小兒子的階段：雄心勃勃為自己圖謀大代誌…  
2. 大兒子的階段：忠心事奉，負責認真的過活，但心裡卻充滿了怨懟、不滿、妒忌。  
3. 受召成為父親：能接納、饒恕、祝福才能完整的詮釋我一生的使命！

前因【只為自己圖謀大代誌，反被世界所奴役】前因【遇到試煉災禍圍我真艱苦，致到餒志失望四面看無路…】前因【為主作工致到失志，路途坎坷危險彼時，感覺未得主扶持產生厭倦】前因【是一個只能食奶的，無老練義的道理屬靈的嬰仔】（希伯來 5：13）但如今我們被呼召要更完全，如天父般的完全。在父親節讓我們以成為靈命成熟的為父者為目標來努力吧！



## 總看別人不可愛？！ 先懂愛自己 才有能力善待他人



我們無法給別人我們沒有的東西！當我們無法對自己好，無法欣賞、讚美、陪伴自己時，我們就沒有能力用美善的眼光好好寬待他人。

◎撰文 / 李苡玟

我們無法給別人我們沒有的東西！當我們無法對自己好，無法欣賞、讚美、陪伴自己時，我們就沒有能力用美善的眼光好好寬待他人。

身邊是否總有些人讓我們感覺不舒服，或許，不喜歡他做事的方法、穿著的品味、講話的態度，特別是那些跟我們完全不一樣的人，然而，這樣的人卻充滿在生活中，不得不面對…。學著去愛那些不可愛的人確實是一輩子要練習的功課，然而，究竟該如何調整與改變，才能讓自己心裡過得去，甚至讓那些不可愛的人看起來變得可愛呢？

小鳴出生在一個很嚴厲的家庭，爸爸媽媽對小鳴只有要求，沒有鼓勵，所以小鳴也不會鼓勵自己，漸漸長大之後，小鳴成為一個極度要求自己的人，每件事都要做到最好，苛刻、挑剔是人對他的評價，在他的生命中，他不知道放鬆是甚麼，也導致他沒辦法和睦跟身邊的人好好相處。

### 看自己可愛 才有能力欣賞他人

我們無法給別人我們沒有的東西，當我們無法對自己好，無法看見自己的優點，也無法讚美自己、陪伴自己的時候，同樣的，我們也沒辦法給別人相同的東西，更不用說要去接納不喜歡的人。唯有學會欣賞自己的長處，才能看到別人的美善。

### 學習原諒對方 放過自己

不曉得你有沒有過這樣的經驗，早上騎車出門差點跟人擦撞，被對方辱罵之後，心裡又生氣又難過，然後一整天的時間，腦中就不斷迴盪挨罵的畫面，內心的 OS 不斷出現，是我的錯嗎？不！是他的錯…是他亂騎車，還這樣罵我，真過份……。就這樣無線循環播放，一天就這麼低壓的過了。

同樣的，當我們被親近的家人朋友傷害、冒犯的時候，內心糾結的狀態是有過之而無不及的，然而，我們能否在面對別人傷害我們、冒犯我們的時候，學習跟自己說：「對！我真的很生氣，但是我願意原諒他，願意放下追討公平的權利，學習饒恕對方，只為了放過自己。」

有句話說，不要拿別人的錯誤來懲罰自己，當我們因著他人的冒犯而充滿怨恨與苦毒時，是不可能感受到被愛的，更無法有多餘的心力去愛別人，苦毒的心是分裂的心，苦水跟甜水無法從同一個泉源湧出，更何況是人心呢！當我們因著他人的冒犯而充滿怨對時，

受傷最深的就是自己。

### 學習換位思考 同理才能和睦相處

什麼地方最容易學到功課呢？答案就是與你期待全然相反的地方。

當我們想學習接納不一樣的人，就得待在跟我們完全不同的人的當中，可以怎麼做呢？在對方表現出跟我們不同的行為時，學習理解對方的思想，試著設身處地站在對方的角度思考，用良善的美意去看待他的行為，如此不斷的練習，就能在不喜歡的人中找到和平共處的方式。



我們大部份的人都喜歡被愛更甚於去愛人。然而，思想決定感覺，感覺決定行動。如果我的行為無法愛人，是因為我沒有要去愛的感覺！我們無法強迫自己去愛，但當我們試著從對方的觀點看事情，會使我們同理他的感受、同情他的需要，感覺自然會跟著改變。

### 展開愛的行動 成為關係中的主導者

在感覺中行動，比在行動中去感覺容易，雖然不覺得喜歡，但仍在愛中採取行動，然後感覺跟著而來。改變思想，會帶來感覺的改變；而改變行動，也會帶來感覺的改變。

在每一個事件中，我們若不是一位主導者，就是一位回應者，當別人傷害你、你傷害回去；當人說你壞話，你也說回去，那麼你就是一位回應者；成為一位主導者的意思是「你可以選擇你的回應」，選擇更好的方式來回應情況；當你決定：「我要跟這個人建立一個更好的關係，我要選擇對的回應方式，不論他如何說我、對待我。」那麼，你就是一位主導者。

作一位搭建良善關係的主導者，可以選擇愛那些不可愛的人，在個人的立場上忽視、寬恕他們的缺點，這就是一個愛的行動。

### 跟誰過不去 就幫助誰 建立善循環

然後，要善待那些向你作惡的人，想辦法給他們、幫助他們、正面的善意的給予，我們可以給予卻沒有愛，卻無法愛人卻不給予；愛就是給予，給他們真實的幫助。與誰很難相處，就給他們幫助，給他們恩惠，如果與妻子鬧情緒，就回家去為她洗碗…，良善的給予能夠建立一個正向的善循環。

### 祝福那些不可愛的人 就是祝福自己

最後，我們可以祝福那些不可愛的人，也就是對他們說出正面的話，去建立那些拆毀你的人，若有人批評你，就講他們好話，不要落入批評的漩渦，起來主導此事，成為主導者，不要作回應者，選擇用對的態度與話語來回應，祝福那些詛咒你的人，有創意地鼓勵他們！

愛不可愛的人確實是每個人很難越過的關卡，有時在生活周遭，我們的親戚、同事、鄰居等等，總是有一些讓我們很無言的人，與其被動的被人影響自己的情緒，不如起來學習一些方法，不斷練習來擺脫他們對我們的影響，讓不可愛的人變得可愛，也讓自己的世界變得更美善。

(本文摘自網路：果子傳媒 2021-07-04 網路版)