

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【日日與上帝同行 天天獻身做活祭】

主日台語禮拜 上午 10:30

2022 年 6 月 5 日【第 23 週】

主禮：鍾主亮牧師

司禮：楊明璋長老

司琴：程筱雯執事

• 靜候上帝的話 •

序 樂.....	司 琴
宣 召.....詩篇 63:3-5.....	司 禮
聖 詩...163 首「疼痛聖神，阮歡迎祢」...	會 眾
主禱文.....	會 眾
信仰告白.....使徒信經.....	會 眾
啟 應.....49 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。

就佇此時刻，佇此所在。恩典神蹟及咱同在。
何等神奇！何等美妙！我永遠向主唱歌；
何等神奇，何等美妙我之救主真愛我！
這是主寶體，主之寶血。
是上帝之羊羔為著咱犧牲受罪。
就佇此時刻，佇此所在。恩典神蹟及咱同在。
恩典神蹟及咱同在。

聖 經.....約翰 14:15-18.....	司 禮
講 道..... 聖靈保惠師	主 禮
祈 禱.....	主 禮

• 回應上帝的話 •

聖 詩...194 首「開我目矚互我看見」...	會 眾
聖 餐...366 首「主，祢的身軀替我受拍破」...	會 眾
奉 獻.....戴任寬/陳寶獅執事	

382 首「我的疼痛求主助」

報 告.....	司 禮
祝福詩.....399 首「願上主大仁愛」.....	會 眾
祝 禱.....	主 禮
阿們頌.....	會 眾
默 禱.....	會 眾
殿 樂.....646 首「耶穌召我來行天路」...	司 琴

• 恭聽上帝的話 •

讚 美.....恩典之神蹟.....聖歌隊

Words/Music by Joshua Metzger

咱今來赴主之筵席。心肝破碎謙卑佇遮。
咱行佇黑暗失迷閣孤單。咱之腳步亦愈歪斜。
今有盼望為咱備辦，佇遮有主愛疼無限。
愛疼無限。咱今擘餅知主愛疼充滿。
咱今捧杯得新活命。上帝恩惠。
基督寶血洗咱清氣。這是主寶體，主之寶血。
是上帝之羊羔為著咱犧牲受罪。

主日華語禮拜上午 8:30

2022 年 6 月 5 日【第 23 週】

主禮：鍾主亮牧師 司禮：戴任寬執事 司琴：侯雪純老師

序 樂.....司 琴
 宣 召.....詩篇63:3-5.....領 唱
 詩歌敬拜.....會 眾
 詩 歌.....會 眾

1. 將天敞開

將天敞開你的榮耀降下來。將天敞開你的同在降下來。
 將天敞開你的榮耀降下來。萬國讚嘆你你是榮耀君王。
 天上地下合一敬拜。歡呼耶穌基督，聖潔羔羊，榮耀歸於你。
 天上地下，在永恆裡敬拜。哈利路亞，哈利路亞。
 神就在這裡，我們歡迎你，讓一切焦點轉向你；
 神就在這裡，我們歡迎你，寶座前敬拜不停息。

2. 主祢是我力量

我的詩歌 我的拯救 祢是我患難中隨時的幫助
 眾山怎樣圍繞耶路撒冷 祢必圍繞我到永遠
 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. 阿爸父聖潔的慈愛

我的阿爸父 他的聖潔的慈愛 差獨生子 犧牲為我而死
 經由主寶血 來到你的座前 主耶和華 求你拯救我
 用你聖靈 澆灌充滿我們
 我們定義彼此相愛 主你就在這裡
 我的主引領我所走的道路 我要為主努力去傳揚福音
 到那日耶穌 必降臨在這地
 帶著天國的尊貴榮耀 彰顯在這裡

主寶座的榮光 已照亮全地
 我們一生為主而流的淚 到那日 主必喜悅
 祈 禱.....(公禱，以主禱文結束).....司 禮
 聖 經.....約翰 14:15-18.....司 禮

¹⁵「你們若愛我，就會遵守我的命令。¹⁶我要求父，父就賜給你們另外一位保惠師，使他永遠與你們同在。¹⁷他就是真理的靈，是世人不能接受的。因為他們既看不見他，也不認識他；你們卻認識他，因他常與你們同在，也要在你們裏面。¹⁸我不會撇下你們為孤兒，我必到你們這裏來。

講 道.....**聖靈保惠師**.....主 禮
 禱 告.....主 禮
 聖 餐.....寶貴十架.....會 眾

主耶穌，我感謝你，你的身體，為我而捨。
 帶我出黑暗，進入光明國度，使我再次能看見。
 主耶穌，我感謝你，你的寶血，為我而流。
 寶貴十架上，醫治恩典湧流，使我完全得自由。
 寶貴十架的大能賜我生命，主耶穌我俯伏敬拜你。
 寶貴十架的救恩，是你所立的約，
 你的愛永遠不會改變。

奉 獻.....陳加澤弟兄/黃仰慧姐妹
 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 音 影 控
本週 6/5	戴任寬	侯雪純	胡匡睿	陳黃加仰 澤慧	陳黃加仰 澤慧	李石冠 栢良岡
下週 6/12	賴碩倫	程筱雯	賴碩倫	陳陳享奕 恩恩	陳陳享奕 恩恩	潘李逸承 軒瀚

• 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**：大家來參加禮拜，禮拜後請留下來與大家交誼、請安。
2. **聖靈降臨節**：今日為聖靈降臨節，禮拜中恭守聖餐，請兄姊準備心。
3. **下週日**：6/12 為明志教會建堂募款，紀評方牧師將前來講道請安。
4. **第三季事工預定表**：為編印第三季(7-9 月)事工預定表，請各團契於 6/22(三)前將活動安排提交辦公室。
5. **為南加州關懷受難者子女教育基金奉獻**：感謝各界、各教會對發生在美國爾灣台灣基督長老教會槍擊事件的關懷，我們確信疼必能勝過暴力，愛必得看見盼望，因為「在愛裡沒有恐懼」。犧牲生命，擋下子彈的鄭達志醫師、因為愛兄姐而付出行動。總會特設立「南加州關懷受難者子女教育基金」代收專戶，款項將全數代轉予受難者家屬。總會為代收代付，將以感謝書函(非可扣抵稅)致奉獻者，以茲證明。呼籲兄姐繼續為爾灣教會祈禱，以祈禱陪伴他們走前面的路。
5. 長青樂活班、智慧手機班及烘培班，因疫情仍嚴峻，為了安全起見，原本 6 月份的課程仍暫停，待 9 月份再視情況開課。

◎肢體關懷

1. **請代禱**：蔡俐俐姐妹告別禮拜於本週三(6/8)上午 10:00 在二殯至善一廳舉行，請為遺族代禱，求主的靈親自安慰。
2. **請代禱**：周條和弟兄於 6/2 安息主懷，享年 90 歲，請為遺族代禱，求主的靈親自安慰扶持。

◎教界消息

1. 王光賜牧師於 6/18(六)下午 2:00 在三重埔教會舉行追思告別禮拜，願主的靈親自安慰牧師娘及家人。

◎代禱事項

1. 請持續為美國爾灣台灣基督長老教會遭受槍擊事件中，受傷的兄姊、鄭達志醫師的家屬、全教會兄姐代禱及奉獻。透過聖靈的安慰，求主親自醫治看顧。
2. 為近日台灣疫情升上高峰及確診居隔中的兄姐代禱，求主憐憫醫治。

上週
講道

與自己和好

約翰壹書 1:9; 羅馬書 8:33-34

鍾主亮牧師

我們過去的過犯和罪疚會不斷影響我們，我們要從神的眼光和方法「與自己和好」，讓神的醫治和釋放進到我們的生命，讓我們得以自由，進入神賜給我們美好的路程。

一、脫去重擔和過往的罪

1. 放下過去，選擇不讓過去影響決定你的現在和未來。

希伯來書 12:1「就當放下各樣的重擔，脫去容易纏累我們的罪，奔那擺在我們前頭的路程，」我們是否讓過去的過犯和軟弱不斷盤據在我們的腦海，我們活在自責、懲罰自己，以致於我們失去安全感。特別當我們現在的光景遭遇困難、挫折、批評、傷害的逆境時，很容易陷入更深的不能饒恕自己，怨恨自己的負面情緒中，長時間的背負這些問題，它可能會耗損我們的心力，最終可能會瀕臨崩潰讓自己報銷。

2. 不饒恕自己讓我們失去平安

基督徒所說「平安」兩個字就是跟周圍的人、事、環境保持完滿、和諧的狀態。人際關係中最基本重要的是與自己的關係，因為我們永遠沒有辦法逃避自己。如果沒有與自己的關係不好，整天對自己都看不順眼，也會影響我們對人，甚至對神的關係，所以不饒恕自己將使我們失去平安。

馬太福音 22:36-39 耶穌說「你要盡心、盡性、盡意愛主 - 你的上帝。這是誠命中的第一，且是最大的。其次也相做，就是要愛人如己。」耶穌說要愛人如己，因為你會愛己才會愛人，懂得愛自己，才會懂得愛別人。會珍惜自己，才會珍惜別人。會饒恕原諒自己的人，才會饒恕原諒別人。對自己苛刻自貶的人，對人也是嚴厲跟貶抑。一切都從我開始，你沒有辦法給別人你沒有的東西，你從沒有接受神的寬恕，你也不會寬恕別人。

二、與自己和好

我們一生都會犯錯犯罪，那麼聖經教我們怎麼處理我們所犯的錯？

1. 認罪是與自己和好的開始

約翰壹書 1:9「我們若認自己的罪，神是信實的，是公義的，必要赦免我們的罪，洗淨我們一切的不義。」這節經文很簡單，但是主耶穌為了這節聖經卻付上一切最大的代價，祂為我們死在十字架上。面對我們所犯的罪，第一我們做什麼？認罪。當我們認罪了，然後呢？神赦免，就這樣，沒有別的，再添加別的就是出於魔鬼的謊言跟欺騙。當我們願意為了自己的過錯來的神面前認罪的時候，我們才有可能進一步的悔改，悔改就是徹底改變自己的核心信念、動機和內心所追求的目標，唯有當這些都改變了，才有可能帶出真實而持久的行為轉變。

2. 耶穌完全赦免，不定我們的罪

保羅在羅馬書 8:33-34 說：「誰能控告上帝所揀選的人呢？有上帝稱他們為義了，誰能定他們的罪呢？有基督耶穌已經死了，而且從死裏復活，現今在上帝的右邊，也替我們祈求。」如果神不定罪，我們再定罪，那我們豈不就是神，比神更高，比神更公義？如果有人覺得我犯了罪必須懲罰自己，不能放過自己。說真的我們這些反應，在認罪、赦罪在稱義上面是毫無功用的。上帝不是靠我們的內疚多寡來決定是否赦罪，神是按照

真理來行事，上帝真理是什麼？真理是我們若認自己的罪，神就要赦免我們的罪，真理是神稱我們為義了，就沒有人能夠控告我們，真理是有基督為我們死了，我們就不再定罪。

在馬太福音 27 章 3-5 節記載猶大出賣耶穌，當猶大看見主定了罪，就後悔，把那三十塊錢還回去。祭司長和長老說：你自己承當吧！猶大果真自己承當，他把錢丟在殿裡，出去吊死了。有人問，猶大後悔了，為什麼神不原諒？猶大向那些劊子手後悔。他寧願回去找祭司長，用自己的方法脫罪，卻不願回到主耶穌面前求饒恕得赦免。所以，悔改的唯一出路就是到神面前，其它任何方式都沒有用。再來，猶大說「我出賣了無辜人的血有罪了，」猶大心中定了自己的罪，且罪該萬死，他不相信耶穌可以赦免他的死罪。弟兄姊妹！世界上沒有任何的罪是大到耶穌釘死在十字架的寶血無法洗淨的。

我們來看大衛，大衛他犯罪之後，他來到神面前認罪，他說求你用牛膝草潔淨我，我就乾淨求你洗滌我，我就比雪更白(詩篇 51：7)。他接受神的赦免，更重要他也寬恕自己。比雪更白靠的是什麼，不是因為我們定自己的罪，懲罰自己、內疚，比雪更白乃是因為耶穌赦免了我的罪，寶血洗淨了我，我就比雪更白。

三、在愛的關係中成長

弟兄姊妹！我們得著救恩不致消滅，從來不是有好行為，因為沒有一個人你夠聖潔到可以上天堂。如果神按我們所做來對我們，我們已經死了 1000 次，我們不被消滅，乃是因神的愛。

耶利米哀歌 3:22-23「我們不致消滅，是出於耶和華諸般的慈愛；是因他的憐憫不致斷絕。每早晨，這都是新的；你的誠實及其廣大！」不管我們昨天犯了不可原諒的錯，我們能做的不是內疚，不是活在錯誤，因為內疚只有讓你更軟弱，不會讓我們活得更好。過去的，我們無力改變，但是記得我們的神能夠彌補，能夠安慰。每天早上起來，告訴自己我昨天犯罪，我又發脾氣，我又做錯事。我們要相信我們的罪認罪以後，神就塗抹所有的過犯，我們的罪已經洗乾淨了，每個早晨都是新的。

弟兄姊妹！我們不要讓過去的失敗、罪惡困住我們，我們要在與神愛的關係中成長。詩篇 139：13-14「我的肺腑是你所造的，我在母腹中，你已編織(或議「覆庇」)我。我要稱謝你，因我受造奇妙可畏，你的作為奇妙，這是我心深知道的。」神在我們仍在母胎時就知道我們不完全會犯錯，但因為愛他創造我們，詩人說我受造奇妙可畏，可見神不怕我們犯錯，他要我們在與他的愛中成長。我們當父母的都知道我們的孩子會犯錯，會軟弱，但我們仍然愛他。我們希望他能站立起來，能夠得勝繼續往前，你愛他，你會幫助在愛中成長，不是嗎？而這也是神的心意。

我們每個人都有過去，甚至不堪回首的過去，但是弟兄姊妹！今天我們都必須有一個認知，主是陶匠，我們是泥土，並且是在陶匠轉盤上的泥土，我們都還在主的雕塑中。絕對不要讓過去絆倒，不要讓昨天的遺憾破壞了明天的盼望跟美夢，與自己和好吧！即使是我們的錯誤不順服犯罪造成錯過了上帝的計畫，上帝總會給我們新的一個更好的開始，上帝會修正你的錯誤，上帝會扭轉你的失望，他要叫你的失敗羞恥轉為得勝來榮耀祂的名。

【聖靈降臨節】

你在抵擋聖靈而不自知？出現這四徵兆該注意了

身為子女多半有悖逆父母的時候，而基督徒與上帝的關係，也會發生類似的景況。然而，在信仰中的抵擋與悖逆，有時候會以不同的方式顯露出來，可能連我們自己都不一定察覺。



【特約編譯陳榮怡／報導】基督徒專欄作家查菈·多那修 (Chara Donahue) 在 iBelieve 網站上分享，基督徒有時候會忽略聖靈的提醒，同樣的聖靈使耶穌從死裡復活，這聖靈也住在我們裡面。

以賽亞書十一章 2 節說：「耶和華的靈必住在他(耶西)身上，就是使他有智慧和聰明的靈，謀略和能力的靈，知識和敬畏耶和華的靈。」當我們信主受洗過後，降在耶穌身上的聖靈已經賜給我們了。

每日檢視自己的屬靈生命

然而，當我們擁有這般的智慧與啟示、能力和力量，為何仍然抵擋聖靈的引導呢？許多時候，我們的肉體哼唱罪惡的搖籃曲，企圖誘惑我們遠離聖靈的提醒；慾望對我們述說謊言，告訴我們錯失良機、順服神很愚笨……，而我們也容許這些思想帶著自己朝向世俗、轉離聖潔的神。

我們習慣尋求立即的滿足，把我們的生命也一起帶向黑暗。不過好消息是，我們可以選擇與聖靈同行；即便敗壞的老我是欺哄和頑固的，聖靈卻更有能力！肉體生命終究會有終結的一天，但聖靈卻是永恆的。

每一天，我們都要留意自己是否有抵擋聖靈的意念。抵擋聖靈的人很可能會出現下列的四種現象，也可能有其他的情況例如生理上、睡眠的、環境的或迷失等問題。不過以下四種徵兆是顯而易見的，這提醒我們必須迅速檢視生活、察看內心。



一、身心耗竭 (Burnout)

當我們過度使用上帝給人的氣力時，卻忽略在神面前安息，能力便會很快用盡。一旦發覺平常喜愛的事物變得毫無吸引力、以前輕鬆完成的事變成麻木的例行公事……，此時疲勞過度已經離我們不遠了。

人人都有夢想和盼望，但我們不該認為自己會比上帝更清楚，知道要如何成就這些夢想。我們必須尋求神的帶領、傾聽祂的聲音，否則夢想和事工可能很快成為我們的偶像，結果犧牲了神呼召我們、要賜予我們的豐盛，最後變得疲憊不堪。

若我們所追求的肯定、能力與愛，是神沒有要我們去追求的，恐怕只會耗損自己的靈命，最後不過是一場空。當我們忽略聖靈的引導，走過的盡是倦怠的旅程，然後才警覺這要獻給神的生命，如今已因為過勞而燃燒殆盡了。

二、心情焦慮 (Anxiety)

一旦偏離了聖靈的引導，人心的焦慮就會隨之增加。基督徒最深的渴望就是親近主，一

且沒有走在神的心意裡，就算沒有留意，仍會感受到自己與平安的距離越來越遠。

馬太福音廿六章記載彼得在否認認識耶穌時，他的憂慮就多了起來。在一次否認耶穌後，彼得頓時感到神經緊繃，恐慌幾乎抓住了他；直到最後彼得想起耶穌的話，他接受真理，內心的緊張化為淚水。當我們在否認耶穌的靈，就是否認耶穌；因此人會感到更多的恐懼，而恐懼就成了巨大焦慮的來源。

三、感到惶恐 (A Sense of Dread)



惶恐和恐懼是一個徵兆，表示我們越發焦慮、預期有壞事發生。如果拒絕聆聽聖靈的聲音，恐懼便會不由自主出現了。我們會感到恐懼，是因為知道自己走在神的心意之外，這種恐懼亦可能是來自聖靈的警告，提示我們要調轉方向，以免經歷因不順服而帶來的後果。

以色列民過去對待先知的態度，值得作為我們的鑒戒。就像耶利米書廿五章提到的，神不斷重複提醒、先知也不斷重複警告，以色列民卻還是沒有聽從。的確，缺少盼望會導致對未來的恐懼；但必須留意的是，在災禍臨到之前，千萬不要硬著心不聽勸告。

四、陷入憂鬱 (Depression)

有時並非恐懼侵蝕我們的心，而是極深的憂傷、愁苦、低落情緒……，慢慢蠶食我們內在跟隨神的心志，這就是憂鬱造成的折磨。或許有能力辨認什麼是錯的，人卻甚至相信謊言，認為自己無能為力。不過好消息是，人靠自己不能，但有聖靈在我們裡面，聖靈有能力帶來改變！

只要降服於聖靈，祂必引導你的道路，使你明白該走哪一條盼望且豐盛的路。從大衛的詩中，我們可以看到這位詩人持續在提醒、鼓勵自己的靈魂：「我晝夜以眼淚當飲食；人不住地對我說：你的神在哪裡呢？……我的心哪，你為何憂悶？為何在我裡面煩躁？應當仰望神，因祂笑臉幫助我；我還要稱讚祂。」（詩篇四十二篇 3、5 節）

接受聖靈引導進入真理

雖然以眼淚當作食物，大衛仍提醒自己要仰望神，亦即稍微轉換心思意念、調整思維模式。當我們來思想上帝對我們說的話，便能重燃盼望，悔改與轉向神的心意，我們就經歷到因著順服聖靈而有的超自然大能。

聖靈是從主而來的禮物，就如耶穌說：「我將真情告訴你們，我去是與你們有益的；我若不去，保惠師就不到你們這裡來；我若去，就差他來。」（約翰福音十六章 7 節）。抵擋聖靈是很危險的，不只帶來毀壞，還會成為悖逆的俘虜、攔阻成長。

然而，每次當我們選擇降服聖靈，便是為自由而戰；聖靈將引導我們進入基督裡，生命得以榮上加榮，如同哥林多後書三章 18 節的記載：「我們眾人既然敞著臉得以看見主的榮光，好像從鏡子裡返照，就變成主的形狀，榮上加榮，如同從主的靈變成的。」（資料來源：iBelieve）

（摘自：基督教論壇報 2022-04-06 網路版）