



中華基督教會沙田堂

崇拜程序

二零二零年二月二十二、二十三日

週六午堂：4：30pm(幼稚園) 晚堂：6：30pm(幼稚園) / 週日早堂：9：00am(幼稚園) 午堂及兒童小組：10：30am(培英)

辦公室地址：沙田石門安耀街2號新都廣場29樓9室 電話：26462469 傳真：26373800 電郵：stc@hkccccc.org



<https://www.cccstc.org>
<https://bit.ly/stciosapps>
<https://bit.ly/stcandroid>
 @cccstc.official

承蒙劉佩婷博士允許轉載，建道神學院《疫情下的信仰反思系列》 你要保守你心(一)「憂慮的心」。 作者：劉佩婷博士

「你要保守你心，勝過保守一切，因為一生的果效，是由心發出。」
 (箴言 4:23)

最近我們的心怎麼樣？

前所未有的經驗，憤怒、仇恨、恐懼、憂慮

過去一段日子我們的內心，好像洪水一樣波濤洶湧，也好像過山車一樣高低起跌；經歷不公平的事情；看見驚嚇破壞的場面，心情持續低沉；突然之間，周圍的地方變得危險，原本已經好疲累的心現在更加筋疲力竭，原本感覺安全的地方現在變成具有威脅。熟悉的家園現在變得很陌生。

從心理輔導角度看，配合實際處境的憂慮、掛心是健康的。這種擔心是一種對實際處境的關注和適切反應。面對危險或是具威脅的處境，產生緊張不安的生理反應是正常的，可以讓我們提高警覺，為我們帶來保護。聖經沒有否定「擔心」(anxiety)作為一種對實際處境的關注形式(in the form of realistic concern)。使徒保羅在書信中提及，雖然他並不擔心可能遭受鞭打、經歷寒冷或者身陷險境，但是他確實為教會掛心。這種真摯誠懇的關心、掛心，天天壓在使徒身上；提摩太也掛心腓立比教會的情況(哥林多後書 11:27-28; 腓立比書 2:20)。

從心理輔導角度看，面對可能帶有威脅的處境，如果出現不合理或過度的緊張和害怕，就會嚴重影響日常工作和生活。這種帶著煩躁、焦急、苦惱的憂慮，能夠侵蝕我們的靈性和精神健康。

(下頁續)

代堂主任：余健誠牧師(沙星區、沙龍區、沙宣區)	執事：羅偉真執事、王保強執事、
牧師：張大華牧師(沙B區總區牧、沙望區、沙旺區、沙約區及沙泉區)	林德瑩執事、司徒麗燕執事、
王桂芳牧師(沙勉區、沙星區、沙龍區、沙宣區、沙少區)	林偉漢執事、莫苑萍執事
宣教師：呂彩嫻宣教師(沙勉區)	黃慧貞宣教師(沙苗區)
鄭詠怡宣教師(沙靖區)	鄭嘉慧宣教師(沙奮區)
謝駿麒宣教師(沙8區)	詹志誠宣教師(沙綠區)
行政同工：楊麗珍、蔡碧翠、蔡榮欣、張雪滢	陳智衡宣教師(義務)
	工友：周劍平、張嘉輝、關自力、陳達文

(續上頁封面文章)

過度擔心或焦慮，使我們胡思亂想，叫我們只看見「問題」而看不見其他東西，包括身邊關心我們的人和需要我們關注的事情；過度緊張、不安和害怕，叫我們容易失去客觀的視野，嚴重影響衡量實際處境的能力，和侵蝕我們作出適切決定的勇氣和反應。

從信仰角度看，當我們背向上帝、看不見上帝，將人生的包袱放在自己的肩頭上，或者透過行為/態度顯示我們盡責地用自己的方法應對生活中的困難，這種煩躁不安的焦慮就會出現，並且佔據著我們的心靈空間。耶穌在登山寶訓中說「不要為生命憂慮」，是為我們著想、語重心長的說話，因為憂慮的確為我們身體、心靈帶來不良影響。

當然這並不代表我們要忽視危險，也不表示開心快活地等待從天而降的奇蹟。面對叫人擔心或者可能產生危險的處境，我們會用上帝給予的腦袋，尋找合適的方法應對，這並非聖經所排斥，反而盲目地視危險而不見，就更見愚蠢和無知。

使徒彼得的說話「將一切的憂慮卸給神」，是寶貴的勸勉，也是人生的智慧。我們與生俱來是會擔心的。將人生的包袱卸給上帝和信靠上帝會滿足我們的需要，從來都不是一件容易的事情。我們從來不知道何時需要等待他人幫助，也不知道何時需要為我們所處的不安狀況負責任。人生充滿不確定。

(全文完)

家事分享

1. 抗疫見証分享區 <https://bit.ly/2UAHJgw>，鼓勵弟兄姊妹分享。
2. 抗疫代禱分享區 <https://bit.ly/38bmBSf>，鼓勵弟兄姊妹分享。
3. 網上奉獻方法 <https://bit.ly/39fLUTd>
4. 鼓勵弟兄姊妹這段時間在網上開小組彼此守望，可使用 Zoom 等軟件。

敬拜詩歌

主我敬拜祢

曲：洪啟元 詞：張證恩 版權屬讚美之泉所有

主我敬拜你 敞開在你的面前 主我敬拜你 俯伏你寶座前敬拜你
天軍向你屈膝 眾天使圍繞你座前 主我雙手舉起 屈膝你寶座前敬拜你

神的帳幕在人間

曲詞：方文聰 版權屬玻璃海樂團所有

王呀 你的國裂天降臨 大地眾子民高聲歡呼
神呀 我相信你將快來 將要掌管萬國
看哪 神的帳幕在人間 從此與我同住 擦掉淚痕 泯滅恩怨 作你一生愛子
看哪 神的帳幕在人間 從此與我同在 你是開始 你是終結 與你進到樂園
神的帳幕在人間 神的帳幕在人間

此生順服

曲詞：清泉 版權屬清泉所有

還在母腹那時 你已把我看顧 能往哪裡方可逃避你靈 仍無法躲避你的愛
尋遍世間珍寶 剩下苦澀倦容 唯有你永不改 慈愛引導勝過所有
順服於你腳前 才能勢力 甘願拋棄 唯獨是你 我一生所愛 我至寶
願我此生此世 剩下呼吸心跳屬於你 年月共你 歷經生死 無可媲美
四面受敵也可歡喜 心裡作難仍可頌讚 至暫至輕的苦楚 與將來榮耀怎可相比
我如浮塵瞬間消散 短暫歲月誰可掌控 晝夜裡數算我的分秒 全在你手裡

祂醫治破碎心靈

曲詞：和撒那新歌 166 版權屬以琳書房所有

你醫治破碎心靈 你醫治受傷者 統管宇宙父神 我獻上我自己
求你在我生命掌權 來使我靈自由 父神賜下復興 從我生命中開始
用你聖靈充滿我 我要見你榮面 每天在你面前 認識你榮耀恩典
用你聖靈充滿我 我要見你榮面 每天在你面前 認識你榮耀恩典
主我渴慕你 尋求你公義 父神求你再來充滿我
主我渴慕你 尋求你公義 用新酒和油充滿我

永約的神

曲：吉中鳴 詞：鄭楚萍 版權屬香港基督徒音樂事工協會所有

信 是我這生尋著你的應允 是永生的源頭方向 令我生命更新
心 願意一生順服你的指引 伴我一生同行衝破危難困憂
神已立約 傾出祂恩惠並祝福我一世 神已立約 顯彰祂的愛並寬恕我一切
和你立約 願跟主方向 願遵守你管教
齊頌讚主永活全能 信實無窮 千載百世不變更



講壇信息

日期：二零二零年二月二十二、二十三日

講員：謝駿麒宣教師

講題：耶穌看安慰醫治

經文：路加福音 7:1-10

1 耶穌對百姓講完了這一切的話，就進了迦百農。2 有一個百夫長所寶貴的僕人，害病快要死了。3 百夫長風聞耶穌的事，就託猶太人的幾個長老去求耶穌來救他的僕人。4 他們到了耶穌那裏，就切切地求他說：「你給他行這事是他所配得的，5 因為他愛我們的百姓，給我們建造會堂。」6 耶穌就和他們同去。離那家不遠，百夫長託幾個朋友去見耶穌，對他說：「主啊，不要勞動，因你到我舍下，我不敢當！7 我也自以為不配去見你，只要你說一句話，我的僕人就必好了。8 因為我在人的權下，也有兵在我以下，對這個說：『去！』他就去；對那個說：『來！』他就來；對我的僕人說：『你做這事！』他就去做。」9 耶穌聽見這話，就希奇他，轉身對跟隨的眾人說：「我告訴你們，這麼大的信心，就是在以色列中，我也沒有遇見過。」10 那託來的人回到百夫長家裏，看見僕人已經好了。

講道大綱：

1. 從憐憫看謙卑（3-5 節）
2. 從信心看權柄（6-8 節）
3. 耶穌看恩惠（9-10 節）
4. 總結

反思問題：

1. 我們那份信心是有憐憫有謙卑或高傲目空一切？
2. 我們在這個疫情中是否仍然有信心回應耶穌的教導？這份信心對你自己有什麼挑戰？

我的回應

日期：二零二零年二月二十二、二十三日

講題：耶穌看安慰醫治

講員：謝駿麒宣教師

我對講壇信息的回應：

我對於崇拜中其他程序的回應：

如需要講員或教會負責同工直接回覆，請填下以下聯絡資料：

姓名：

聯絡電話：

電郵：



謝謝您的回應！您的回應將由評道小組跟進，請將回應表放入崇拜招待處的講道回應箱中，願主賜福予您！

恆切禱告 儆醒感恩



你求告我，我就應允你，並將你所不知道、又大又難的事指示你。(耶 33：3)
我要做一件新事，就是在曠野開道路，在沙漠開江河！(賽 43：19)

教會：

1. 「我們又藉着他，因信得進入現在所站的這恩典中，並且歡歡喜喜盼望神的榮耀。不但如此，就是在患難中也是歡歡喜喜的；因為知道患難生忍耐，忍耐生老練，老練生盼望；盼望不至於羞恥，因為所賜給我們的聖靈將神的愛澆灌在我們心裏。」(羅 5:2-5)。求主賜我們信心、盼望和愛心，經歷祂豐盛的恩典，操練生命的品格，滿有主的喜樂！
2. 「成就的是耶和華，造作為要建立的也是耶和華，耶和華是他的名。他如此說：『你求告我，我就應允你，並將你所不知道、又大又難的事指示你。』(耶 33:2-3) 求主讓我們確信祂是成就和建立的神，祂應允我們的禱告，並指引我作成祂的工！
3. 求主幫助我們於逆境中彼此同心同行，疫症中需要彼此支援，確信沒有逆境/疫症使我們與主的愛隔絕，讓我們更深經歷彼此相顧，經歷主的同在！
4. 求主賜智慧和指引執事同工商議何時恢復實體崇拜，並能妥善考慮會眾的安全。
5. 請為籌備「與主同行齊抗逆」的行動代禱，求主賜智慧去安排，激勵弟兄姊妹一起參與，激發愛心分享主愛予社區人士！

執事：

請為司徒麗燕執事代禱，感恩這段日子她和一些姊妹和舊生的關心和分享口罩。她的媽媽的印傭放假回鄉，她接了媽媽來她家暫住一段時間，願主保守她們身心安康！

肢體：

1. 會友陳袁翠蘭姊妹於 14/2 安息主懷，求主安慰家人，撫平他們的傷痛，並藉著 3-4/3 的喪禮得著主所賜的安慰和盼望！
2. 請為馮太(惠嫻/Karyn、阿小、Toby 的媽媽)代禱，她近日因肺積水再次入院(第四次做手術了)，求主醫治保護她，能得到好的療效，清除肺積水。禱告記念馮爸爸照顧馮媽媽的辛勞，求主加力！求主賜她和家人有主十足的平安，更多倚靠主，經歷主豐盛的恩典！

香港：

1. 求主賜智慧予政府做審慎和果斷的防疫和抗疫的措施，各部門能緊密地分工合作，不掉以輕心，求主賜恩加力給他們，能嚴謹地做好檢疫和隔離的措施，堵截源頭！
2. 疫症帶給香港的經濟有好大的衝擊，不少行業要減薪裁員，停業結業等，求主賜智慧予政府和企業商家能有適當的方法，惠及商戶和員工，共渡時艱，渡過經濟的寒冬。
3. 求主賜智慧予財政司所定的財政預算，能確實地舒解民困，幫助香港各階層，特別是失業人士，能一起渡過難關！
4. 鑽石公主號的港人回港於駿洋邨隔離十四日，求主保守他們身心靈安康，並賜火炭居民有平安的心。現有二千多港人仍留於湖北省，求主保守他們安康！主賜智慧予政府有時間表幫助港人回港，並有妥善的隔離措施！
5. 求上帝感動人心，使各人在當下不穩定處境中，身心靈從神得著主所賜的平安。

中國和世界：

求主賜智慧予各國的研究團隊，他們都正在全力研發疫苗與治療藥物，中國用中西藥來治療病人能有好的果效，讓病人得到醫治和康復！

禁食祈禱分享及禱文（二）

預苦期

預苦期是從大齋期首日 / 聖灰日至復活節的四十日（但不計算其中六個主日）。預苦期所著重的，是記念基督為我們所成就的救恩，體會他的愛、勇敢與孤寂。預苦期間，一般信徒多以素食、禁食禱告、悔改自省、簡樸自居，以心靈誠實去親近上帝，預備自己迎接復活節。

聖灰日

預苦期起始為聖灰日（即本年的 2 月 26 日－禮拜三），信徒會在這日以灰塗在額上以示痛悔自己的罪行，也就提醒我們的本質是卑微和無助，從今天開始要誠心懺悔，速速回轉。

禁食

我們藉禁食的操練，一方面操練自己的靈性，體會與基督一同克己受苦，經歷試煉和得勝試探；另一方面，也藉著飢餓與貧乏的親身經歷，體會飢餓與貧乏者的痛苦。預苦期中可以將所省下來吃喝玩樂的錢，用來幫助飢餓貧困的人，或支持福音事工。

行動建議

1. 簡化每天的飲食
2. 減少消費(如購物、玩樂)
3. 省下來的金錢，與有需要的人分享。
4. 可以於聖灰日（2 月 26 日）開始，分享抗疫物資於有需要的群體或弟兄姊妹。
5. 下來的時間，用作禱告、研讀聖經、服侍別人。

禱文

為著這段時間出現肺炎疫情肆虐香港，我們同心向上主呼求，憐憫我們的香港，能靠著上主的力量和引導，渡過這嚴峻的考驗。

親愛的天父！香港正處於一個前所未有的狀態：搶購口罩、食米、廁紙、消毒用品、搶劫廁紙…，正顯示著人心的惶恐與不安；願上主幫助我們不困於恐懼和不安之中，並讓我們心中有從祢所賜的穩妥及平安。

親愛的天父！現時香港的經濟也有衰退的跡象，民生正受到影響，特別影響市民的生計，我們的生活模式也許需要改變，面對這些變化我們會有憂心掛慮；願厚賜百物的上主，讓我們知道祢就是「耶和華以勒」，祢所賜的福使人豐盛滿足，並不加上憂慮。

親愛的天父！願為醫護人員禱告，求祢加添他們身心靈的健康，賜他們平靜安穩，以面對日益繁重的工作和急增的疫症病患者；讓他們帶著熱誠，扶助那些被疫症困擾的患者。

親愛的天父！願為那些疫症的病患者禱告，求祢憐憫眷佑他們的心靈，並使用各樣的藥物治療他們，減輕他們因病患所帶來的痛苦；願上主憐憫他們，安慰他們受傷的心靈。

親愛的天父！願為香港的執政者禱告，盼望他們能夠以真誠的心態與行為，來履行所肩負的職責，以真理作為他們行事的準則；但願一切彎曲的思念及意識，都與她們無分；願主耶穌的柔和謙卑，能夠使他們洞悉民情，安穩人心；願主耶穌那虛己精神，能使我們的執政者虛懷若谷，關心港人。

奉我主耶穌的名祈求。誠心所願。

2月19日

註：區會神學牧職部社會關注小組於三月底前，每星期刊出禱文一篇，以鼓勵信徒為疫情代禱。

中華基督教會沙田堂
本堂對新型冠狀病毒（武漢肺炎）的防疫安排如下：

中華基督教會沙田堂防疫措施（2020年2月10日更新）

主內的弟兄姊妹：

鑑於武漢肺炎疫情愈來愈嚴峻，而社區開始爆發，受感染人數不斷增加，疫情未有緩減的跡象，為了確保會眾的安全，避免人多聚集而交叉感染，故經同工會和執事會多次討論，決定未來三星期的周六及周日的四堂崇拜（15-16/2/2020，22-23/2/2020，29/2-1/3/2020）仍然會由實體崇拜改為網上崇拜，其安排如下：

 播放時間：

週六下午四時三十分

週日早上十一時正

*除以上兩個時間外，直播錄影將接續放至翌日(週一)早上 10:00 後刪除 *

● 播放方式：

中華基督教會沙田堂 facebook 專頁內播放

<https://www.facebook.com/cccstc.official/>

（鼓勵弟兄姊妹，讚好沙田堂 Facebook 網頁）

✦ 崇拜安排：

日期：15-16/2/2020（六、日）

敬拜：鄭嘉慧宣教師

講道：余健誠牧師

講題：合一而多元的教會

經文：弗 4:1-16

日期：22-23/2/2020（六、日）

敬拜：梁亦璇姊妹

講道：謝駿麒宣教師

講題：耶穌看安慰醫治

經文：路 7:1-10

日期：29/2-1/3/2020（六、日）

敬拜：鄭韻莉姊妹

講道：約書亞弟兄

講題：警醒爭戰

經文：弗 6:10-20

★教會所有小組（除網上小組外）、裝備課程、會議和活動等將至1/3/2020為止，仍然暫停舉行。

★博康幼稚園和沙田培英中學所有地方不外借使用。

在這段期間，教會必定會密切留意並評估疫情的發展，如有任何變更，會盡快通知弟兄姊妹。

故邀請弟兄姊妹們積極參與每週的網上崇拜，並在私禱中記念香港疫情的情況，也為前線醫護人員禱告，求主親自保護和看顧。

也請大家保重身體健康，多休息和飲水，若弟兄姊妹有任何需要教會的關心和幫助，請聯絡本堂任何一位傳道同工，我們必定給予合宜的關心和幫助，願上主與你們同在，也願大家在這疫情中更依賴上主，祂是我們隨時的幫助。

沙田堂代堂主任：

余健誠牧師

10/2/2020