

## 健康主日

## 健康靈性生活方式——有上帝同在 陳崇一

全人健康的定義「身、心、社、靈」包括靈性維度，在三十多年前經某基督教醫院在醫院文化中確立並推廣，今日在香港已被普遍認同。

隨着醫學進步和社會文明，人們對「健康」的概念，亦已由「疾病化模式」即有病才想起健康，轉向「生活化模式」即更多從日常養成良好的生活習慣以防病促健。如此，能否將「靈性健康」生活化呢？

哥林多的初期教會被異教風俗影響，殃及靈性健康；保羅在哥林多前後書處理了不少錯誤觀念和行為之後，在最後一章（林後十三章）提出正面的基督徒生活方式，就是「活出有基督在生命中的生活」：「你們總要省察自己是否在信仰中生活……你們自己豈不應該知道有耶穌基督在你們裏面嗎？」（林後十三5）有「上帝同在」就可以預防、減免靈性疾病，儼如為「靈性健康」初作界定好作依循。

其實「上帝與人同在」從舊約已是上帝的心意，也是耶穌降世的使命——「以馬內利」（太一23），應是好得無比的狀況，如門徒在耶穌登山變像時的經歷（太十七4），更就是信徒永恆的盼望。

保羅在哥林多後書十三章提出三個靈性健康（有上帝同在）的生活原則和方向，腓立比書四1-9或可為這三個原則作註腳：

1. 要行事端正，不行惡事（**求善**）：我們祈求上帝使你們不做任何惡事（林後十三7）；「凡是真實的、凡是公義的、凡是清潔的、凡是可愛的、凡是有美名的，若有甚麼德行，若有甚麼稱讚，你們都要留意。」（腓四8）心清意潔，正好預備迎接上帝藉聖靈的臨在。
2. 要堅心維護真理，不對抗（**求真**）（林後十三8）：要學習聖經明白真理，祈禱靠主站穩；「應當一無掛慮，只要凡事藉着禱告、祈求和感謝，將你們所要的告訴上帝。上帝所賜那超越人所能了解的平安，必在基督耶穌裏，保守你們的心懷意念。」（腓四6-7）
3. 要預防性地一同追求完全（**求美**）：要同心合意，和睦互勵，互相同在，慈愛和平的上帝就必與你們同在（林後十三9, 11）；好使我見你們的時候不用照主所給我的權柄嚴厲地待你們；這權柄原是為造就人，而不是為摧毀人（林後13:10）；預防性造就信徒群體是美事，勝於出事後被上帝摧毀。

對基督徒來說，健康的靈性應該包括「有上帝同在」，帶給我們屬靈的希望、安慰和力量；祈求三一上帝常與我們同在（林後十三13）正是常用的祝福語。在日常生活上追求真、善、美，或許就是將「靈性健康」生活化，「賜平安的上帝就必與你們同在。」（腓四9）。

# 主日崇拜禮序

主席：王 瑾姊妹

司琴：歐思敏姊妹

## 《聚集禮 — 覲見上主》

進堂詩 · · · · · 神聖純愛歌(普頌 363 首) · · · · · 眾 立  
敬拜讚美 · · · · · 和聲敬拜小組  
神的帳幕在人間 · 我心所慕 (這是天父世界)

## 《聖道禮 — 聆聽與回應》

經 文 · · · · · 愛與使命 · · · · · 眾 坐  
出埃及記 32 章 1 - 1 4 節 舊約 120 頁 陳 小 貞 姊 妹  
彼得前書 4 章 7 - 1 1 節 新約 373 頁 潘 昇 弟 兄  
路加福音 10 章 2 5 - 3 7 節 新約 108 頁 王 瑾 姊 妹  
獻 詩 · · · · · 如鹿切慕 · · · · · 詩 班

如同鹿切切渴慕溪水；我靈亦渴慕追求祢；  
唯有祢是我心所愛，我渴望慕來敬拜祢。\*  
我要祢勝過世上金銀，只有祢能滿足我心。  
唯有祢賜我真實喜樂，祢是我眼中瞳人。\*  
\*祢是我的盾牌力量，我身心靈唯降服祢。  
唯有祢是我心所愛，我渴望來敬拜祢。(X2)  
我渴望敬拜祢。我敬拜祢。

講 道 · · · · · 愛與使命 · · · · · 黃潔如宣教師  
回 應 · · · · · 呼求耶穌 · · · · · 和聲敬拜小組  
紅袋：主日奉獻 綠袋：長青牧區

獻禱時刻 · · · · · 週刊第 7 頁 · · · · · 杜敏玲牧師  
會務報告 · · · · · 杜敏玲牧師

## 《祝福差遣禮》

祝福差遣 · · · · · 同唱「阿們頌」 · · · · · 杜敏玲牧師  
退堂詩 · · · · · 實踐所信歌(普 376 首) · · · · · 眾 立  
(詩班及主禮人退席時眾立，退席後會眾就坐，默禱片刻散會)

# 週六長青崇拜禮序

主席：蔡麗貞姊妹

司琴：雷綺霏姊妹

經訓 . . . . . 主席宣讀  
唱詩 . . . . . 耶穌普治歌(普頌 281 首) . . . . . 眾立  
啟應禱文 . . . . . 眾坐  
主禱文 . . . . . 眾坐  
讀經 . . . . . 眾坐  
    約翰福音 1:19-28 節(朱掌珠姊妹)    約翰福音 1:29-34 節(陳忠弟兄)  
講道 . . . . . 上帝的羔羊 . . . . . 梁玉萍宣教師  
唱詩 . . . . . 仰望羔羊歌(普頌 343 首) . . . . . 眾立  
奉獻 . . . . . 同唱「獻禮文」 . . . . . 眾立  
獻禱時刻 . . . . . 梁玉萍宣教師  
會務報告 . . . . . 梁玉萍宣教師  
祝禱 . . . . . 同唱「阿們頌」 . . . . . 梁玉萍宣教師

---

# 楊震護養院週六崇拜禮序

主席：梁開健弟兄

司琴：楊慧玲姊妹

宣召 . . . . . (詩篇 66 篇 1-2 節) . . . . . 主席  
唱詩 . . . . . 讚美天上君王歌(普頌 23 首) . . . . . 坐/立  
祈禱 . . . . . 主席  
讀經 . . . . . (腓立比書 4 章 1-9 節) . . . . . 黃岱欣姊妹  
講道 . . . . . 保羅的勸導 . . . . . 許咏華宣教師  
奉獻 . . . . . 眾坐  
代禱 . . . . . 眾坐  
唱詩 . . . . . 繫連妙語歌(普頌 411 首) . . . . . 坐/立  
報告 . . . . . 許咏華宣教師  
祝福 . . . . . 許咏華宣教師

# 週六晚堂崇拜禮序

主席：容曉瑩姊妹

## 《聚集禮 — 覲見上主》

敬拜讚美 . . . . . 主席

祢最喜悅的敬拜 · 能不能

## 《聖道禮 — 聆聽與回應》

經文 . . . . . 眾坐

出埃及記 32 章 1 - 14 節 舊約 120 頁 藍卓敏姊妹

彼得前書 4 章 7 - 11 節 新約 373 頁 鄭栢曦弟兄

路加福音 10 章 25 - 37 節 新約 108 頁 容曉瑩姊妹

講道 . . . . . 愛與使命 . . . . . 黃潔如宣教師

回應 . . . . . 呼求耶穌 . . . . . 和聲敬拜小組

紅袋：主日奉獻

綠袋：長青牧區

獻禱時刻 . . . . . 週刊第 7 頁 . . . . . 杜敏玲牧師

會務報告 . . . . . 杜敏玲牧師

## 《祝福差遣禮》

祝福差遣 . . . . . 杜敏玲牧師

(主禮人退席時眾立，待主禮人離席後就坐 · 默禱片刻散會)

## ◆ 本堂上星期出席崇拜人數 ◆

	主日崇拜	網上	院舍	長青	晚堂	合共
上星期崇拜人數	81 人 (颱風)	53 人	69 人	55 人	35 人	240 (293) 人
聖餐人數				38 人		38 人

## ◆ 上主日崇拜奉獻 ◆

名稱	金額	名稱	金額
主日獻金	2,371.30	感恩奉獻	16,500.00
月奉獻	52,915.00	本堂基金	3,984.00
重修聖堂基金	1,000.00	長青牧區	1,220.00
護養院舍宣教基金	1,493.00	神學基金	500.00
慈善款	1,100.00	宣教基金	1,000.00
獻刊	100.00	北角衛理堂	1,000.00
海外宣教事工	3,820.00	撒母耳團契	500.00
以西結團契	500.00	MEM 佈道團	1,000.00

共收：\$89,003.30

## ◆會務報告◆

1. 本堂將於十月二十二日（下主日）上午十時正舉行聖樂主日聯合崇拜，請弟兄姊妹預留時間，撥冗出席。十月二十一日之週六長青崇拜及晚堂崇拜暫停，請弟兄姊妹改為參與翌日聯合崇拜，敬請留意。
2. 本堂長青牧區將於十月二十四日至二十六日（星期二至四）舉行港外遊，前往「中山順德」，美食遊覽。旅行簡介會將於十月二十二日（下主日）聖樂主日崇拜後在小禮堂舉行，詳細講解旅行細節，請已報名的參加者必需出席。另：請參加者十月二十四日上午八時正在安素堂副堂集合，八時三十分一起乘坐旅遊巴士前往關口，敬請弟兄姊妹為這旅程代禱。如有任何查詢請與梁玉萍宣教師或區連鳳宣教幹事聯絡。十月二十四日及二十六日之喜羊羊小組和喜樂組將會暫停，敬請組員留意。
3. 本堂長青牧區將於十月二十九日（主日）崇拜後，下午一時至二時十五分在一樓 101-102 室舉行醫療講座，主題：「與「阿痛」有個約會」，誠邀循道衛理楊震社會服務處悠逸軒一張詠敏姑娘主講，費用全免。[註：崇拜後會預備簡單食物供參加者享用。] 有興趣參加者請到地下副堂外櫃位處報名，名額：60 位，先到先得。如有任何查詢，請與梁玉萍宣教師或區連鳳宣教幹事聯絡。詳情請參閱週刊第 6 頁。
4. 本堂第四季青成年主日學「讀書會」課程，將於十一月五日至二十六日（一連四個主日）中午十二時至一時在四樓 401 室舉行，由本堂黃醒彪義務教士主領，有意參加者請掃描二維碼或與杜頤宣教師報名。詳情請參閱週刊第 9 頁。
5. 本堂方便使用輪椅之弟兄姊妹由停車場通道進出本堂參加崇拜，請弟兄姊妹顧及他人需要，將車輛停泊在地下停車場通道靠左邊，多謝合作。

## ◆ 同工消息 ◆

- ◇ 本堂同工將於 10 月 18 日至 19 日（星期三至四）假衛理園舉行週年計劃營，請弟兄姊妹禱告記念。
- ◇ 本堂同工梁玉萍宣教師與區連鳳宣教幹事，將於 10 月 24 日至 26 日（星期二至四）期間，帶領 27 位本堂弟兄姊妹，參加長青牧區舉辦之「中山順德」美食遊活動，有關堂務請與各同工聯絡。

---

### 我們齊心為教會、牧者、有需要者禱告 安素堂長青牧區醫療講座 主題：「與「阿痛」有個約會」

日期：2023 年 10 月 29 日（主日）

時間：下午 1:00 至 2:15（講座前備有簡單茶點招待）

地點：安素堂一樓 101-2 室

講員：張詠敏姑娘（循道衛理楊震社會服務處悠逸軒）

內容：如何面對痛症

對象：有興趣的弟兄姊妹

名額：60 人（先報先得）

費用：全免，歡迎自由奉獻

報名方法：崇拜後櫃位處報名

任何查詢請與梁姑娘

或區姑娘聯絡



---

### ✧ 主日獻花/獻刊 ✧

黃佩琮（紀念父母親）

# 2023 年 10 月份獻禱時刻

## 默想經文：

「上帝差他獨一的兒子到世上來，使我們藉著他得生命；由此，上帝對我們的愛就顯明了。」  
(約一 4：9)



## 代禱事項：

### 為世界祈禱

以色列與巴勒斯坦發生戰爭，做成多人死傷，市民更處於恐懼當中。求主保護當地人民，無論是以色列人或阿拉伯人，使傷亡減到最低。願主安慰傷亡人士的家屬親友，更賜下和平，使以色列境內遭受痛苦和損失的人們恢復平安。

### 為教會祈禱

在籌備重修聖堂工作的同時，需要安排新年度的工作計劃，求主賜眾同工、領袖和弟兄姊妹具屬靈智慧和眼光，能彼此配搭共建合主心意的信仰群體，使教會能活出美好見證。

### 為有需要的人祈禱

求主保守眾人事事安寧，身體健康；更賜下堅固信心，特別在困難的日子中，能信靠仰望上主的帶領。



**我們齊心為教會、牧者、有需要者禱告**

## 法團校董會／校董會會議日期

本會屬下中、小學法團校董會及幼稚園幼兒園校董會二〇二三年下半年之會議日期經已編定如下，至於時間、地點及議程將於會前一星期由有關學校另函寄奉，敬希列位校董預留時間，屆時撥冗出席，共策聖工進行。

循道中學	十月二十日	(禮拜五)
炮台山循道衛理中學	十月廿四日	(禮拜二)
循道學校	十月廿七日	(禮拜五)
馬鞍山循道衛理小學	十一月二日	(禮拜四)
丹拿山循道學校	十一月四日	(禮拜六)
鯉魚門循道衛理幼稚園	十一月四日	(禮拜六)
北角衛理堂幼稚園幼兒園	十一月六日	(禮拜一)
北角衛理小學	十一月七日	(禮拜二)
亞斯理幼稚園幼兒園	十一月七日	(禮拜二)
華英中學	十一月八日	(禮拜三)
觀塘循道幼稚園	十一月八日	(禮拜三)
循道衛理田灣幼稚園幼兒園	十一月八日	(禮拜三)
大埔循道衛理幼稚園	十一月九日	(禮拜四)
天水圍循道衛理中學	十一月十一日	(禮拜六)
天水圍循道衛理小學	十一月十一日	(禮拜六)
藍田循道衛理小學	十一月十一日	(禮拜六)
大埔循道衛理小學	十一月十三日	(禮拜一)
衛理中學	十一月十四日	(禮拜二)
筲箕灣循道衛理幼稚園	十一月十四日	(禮拜二)
何文田循道衛理楊震幼兒學校	十一月十五日	(禮拜三)
葵涌循道中學	十一月十七日	(禮拜五)
沙田循道衛理中學	十一月廿一日	(禮拜二)
李惠利中學	十一月廿二日	(禮拜三)
將軍澳循道衛理小學	十一月廿二日	(禮拜三)
主恩堂幼稚園幼兒園	十一月廿二日	(禮拜三)
北角循道學校	十一月廿三日	(禮拜四)
將軍澳循道衛理幼稚園	十一月廿三日	(禮拜四)
愛華村堂幼稚園幼兒園	十一月廿九日	(禮拜三)
油麻地循道衛理楊震幼兒學校	十二月一日	(禮拜五)
沙田循道衛理小學	十二月六日	(禮拜三)
亞斯理衛理小學	十二月八日	(禮拜五)



# 安素堂青成年主日學 十至十一月預告篇 《生命受託 努力成長》



日期	時間	堂數	題目	授課形式	負責人
11月 5、12、 19、26日 (星期日)	中午 12:00(或崇 拜後)-1:00	四堂	讀書會	實體	黃醒彪 義務教士

報名方法：有興趣參加者請於網上報名

<https://forms.gle/vCHFwNDdUgW1dvZH6>



**努力扎根真道，信仰成熟成長  
面對充滿挑戰的世代、  
作個有生命見證**



亞斯理堂「禱告祭壇」與「靈命栽培」小組舉辦

「要共對亦難，分也不可.....」

從以巴多年的恩怨情仇看寬恕與復和」講座

以巴多年以來難解難分的恩怨情仇，一直以來不單祇未能得到真正的調和與解決，更在無人預料之中，於十月七日爆發激烈戰爭的慘劇！

從慘痛的血淚歷史汲取教訓，以巴的死結和未來究竟何去何從？兩個民族能否彼此寬恕與復和？這是值得我們關心和代禱的史詩！

日期：2023年10月28日（禮拜六）

時間：上午10時正至中午12時30分

地點：本會將軍澳循道衛理小學演藝廳（將軍澳唐俊街15號）

講員：夏志誠主教（天主教香港教區輔理主教）

形式：分享、反思、討論、代禱

報名：<https://forms.gle/2uL5mqqc3ePpw888>

查詢：請致電24290111聯絡李秀雲幹事

（歡迎本會各堂弟兄姊妹參加）



## 崇 拜 守 則：

- ◇ 立志每主日都殷勤出席，不可停止聚會。
- ◇ 請準時出席崇拜，用心靈誠實敬拜主，並於結束時始行離去。
- ◇ 崇拜前請關掉手提電話或轉靜音，專一的崇拜主。

10月14日	本週六晚堂崇拜司事兄姊
領會：	容曉瑩姊妹
崇拜前祈禱：	杜敏玲牧師
司琴：	和聲敬拜小組
讀經：	藍卓敏姊妹 鄭栢曦弟兄
招待：	何嘉穎姊妹
收獻：	鄭栢曦弟兄 鍾承澤弟兄
鳴鐘：	鍾承澤弟兄
組長：	林以欣姊妹
司數：	麥穎欣姊妹 林以欣姊妹
10月15日	本主日崇拜司事兄姊
領會：	王 瑾姊妹
崇拜前祈禱：	黃潔如宣教師
司琴：	和聲敬拜小組/歐思敏姊妹
讀經：	陳小貞姊妹 潘昇弟兄
招待：	蕭燕輝姊妹 古畢雲姊妹
收獻：	朱露英姊妹 曾卓恩弟兄 趙愛然姊妹 陳欽明弟兄 張靜儀姊妹 區連鳳姊妹(左) 蕭燕輝姊妹 古畢雲姊妹(右)
組長：	陳祐中弟兄
迎新：	連國英弟兄 陳祐中弟兄
鳴鐘：	彭健行弟兄
崇拜領唱員：	梁桓明弟兄
司數：	周麗鳳姊妹 連國英弟兄 梁國安弟兄
兒童主日學導師：	葉惠麗姊妹 徐巧珊姊妹 譚詠儀姊妹
插花：	麥三妹姊妹

## 崇 拜 守 則：

- ◇ 立志每主日都殷勤出席，不可停止聚會。
- ◇ 請準時出席崇拜，用心靈誠實敬拜主，並於結束時始行離去。
- ◇ 崇拜前請關掉手提電話或轉靜音，專一的崇拜主。

10月22日	下主日崇拜司事兄姊
領會：	劉正康弟兄
崇拜前祈禱：	杜頤宣教師
司琴：	和聲敬拜小組/鄺碧嫻義務教士
讀經：	待定 朱佩生弟兄
招待：	李婉心姊妹 盧建邦弟兄
收獻：	麥三妹姊妹 陳錦榮弟兄 潘艷玲姊妹 陳祐中弟兄 區連鳳姊妹 梁錦明弟兄（左） 李婉心姊妹 盧建邦弟兄（右）
組長：	梁國安弟兄
迎新：	蔡麗貞姊妹 梁桓明弟兄
鳴鐘：	連國英弟兄
崇拜領唱員：	潘 昇弟兄
司數：	陳玉英姊妹 黃慧心姊妹 廖漢陸弟兄
兒童主日學導師：	潘貴才弟兄 張靜儀姊妹 張蕙明姊妹
插花：	朱露英姊妹/陳成芳姊妹

## 本堂經常聚會一覽 (10月15至10月22日)

小學功課輔導/活動	逢週二至五 下午四時正	小禮堂	聚會
《芥菜種》計劃(小學)	週六 下午一時正	101-2室	生命教育
小伙籽團契(中學組)	週六 下午二時	401室	FUN
小伙籽團契(大專組)	逢第二、四週六晚上八時	G01-3室	休息
撒母耳團契	週六 下午八時半	401室	家訪
以西結團契	週六 下午八時	101-2室	職員會選舉
少年主日學(Faith Teen)	主日上午十一時	會議室	遊戲
但以理團契	-----	-----	家庭小組聚會
提摩太團契	第一及三主日下午一時半	401室	15/10 合團以西結
查理士團契	週六 下午六時半	301室	查經
以琳團契	逢每月第一週六下午七時正	G01-3室	4/11
婦女服務會	第三週六下午二時	101-2室	21/10
馬利亞團契	第三週六下午一時	G04室	21/10
長青主日學(頤康班)	第二至四主日上午十一時半	小禮堂	22/10 暫停
長青主日學(豐盛班)	第二至四週六上午十時正	401室	暫停
喜羊羊之家(長者)	週二上午十時正	愛民長者中心	諸天述說
喜樂組 (長者)	週四上午十一時	G01-3室	諸天述說
盟約-信實組	週一上午十時正	小禮堂	聚會
盟約-感恩組	週六中午一時半	G04室	聚會
盟約-仁愛組	週六上午九時四十五分	會議室	聚會
盟約-芥菜種組	週六上午九時	G04室	聚會
盟約-早吾組	週六或主日晚上	家中	聚會
兒童主日學	主日上午九時三十分	401-3室	分班上課
週六/主日和聲小組練詩	週六下午四時半	副堂	練詩
和聲小組練詩	主日上午九時	副堂	練詩
詩班練詩	主日上午九時正	102室	分部練詩
下週六院舍崇拜	上午九時十五分/十時/十一時	院舍	許咏華宣教師
下週六長青崇拜	上午十一時	副堂	參與 22/10 聖樂崇拜
下週六晚堂崇拜	下午五時半	副堂	參與 22/10 聖樂崇拜
下週主日崇拜	上午十時	副堂	高銘謙牧師
菲律賓宣教部崇拜	下午二時	副堂	Rev. Paul Yam

主任牧師：杜敏玲牧師                      退休牧師：范建邦牧師                      陳建基牧師  
 宣教同工：梁玉萍宣教師                      許咏華宣教師                      杜頤宣教師                      黃潔如宣教師  
 義務教士：黃醒彪先生                      邢福增博士  
 退休義務教士：鄺碧嫻女士                      江大惠先生  
 宣教幹事：區連鳳姊妹                      蘇詠茵姊妹  
                     吳惠瑩姊妹

行政助理：梁淑貞姊妹                      幹事：張詠甜姊妹  
 工友(半職)：方妙珠姊妹(休假)                      會計(半職)：黎金蓮姊妹

地址：九龍窩打老道五十四號                      電話：2780-7355                      傳真：2332-2008

電子郵箱：ward@ward.methodist.org.hk                      網頁：<http://ward.methodist.org.hk>