2005 年6月5日



基督教香港真道教會 HONG KONG TRUTH CHURCH
香港九龍旺角彌敦道576號和富商業大廈8樓
8/F, Wo Foo Commercial Building, 576 Nathan Road, Kowloon, Hong Kong.
電話 Tel： 2300 1010 電郵 Email： hktc@truth.org.hk
傳真 Fax： 2300 1011 網頁 Website： www.truth.org.hk

榮譽監督
陳公展牧師
9801 0037

同工會
湯金城長老（主席）◈
2385 8949 / 6010 1410
peter.tong@truth.org.hk
陳少展牧師
(32-3) 232 1573
andrew.chan@truth.org.hk
陳顏麗卿牧師
9801 0037
daisy.ngan@truth.org.hk
周財勝傳道 ◈
3586 8901 / 9727 3010
kenny.chow@truth.org.hk
曾昭群執事
9223 8828
jonathan.tsang@truth.org.hk
吳寶明執事
9682 6762
jonah.ng@truth.org.hk
顧友三執事
9711 3167
jason.koo@truth.org.hk

教牧部 ◈
陳慕貞教士 ◈
3586 8902 / 9755 1943
grace.chan@truth.org.hk
周曾潔蓮教士 ◈
3586 8901 / 9215 5335
single.tsang@truth.org.hk
蘇惠蘭教士 ◈
3586 8903 / 9255 9090
wl.so@truth.org.hk
湯袁辛娣教士 ◈
3586 8903 / 6010 1400
circle.yuen@truth.org.hk
鄧美瓊督導 ◈
3586 8902 / 9622 5335
rachel.tang@truth.org.hk

執事
陳永佳執事
9387 7397
wk.chan@truth.org.hk

秘書
梁吳綺華姊妹
2300 1010 / 9140 4234
secretary@truth.org.hk

主日週刊

標竿４０天第５週

牧聲

美國之行

周財勝傳道

感謝主，在上月中有機會與長老到美國的加州參加馬鞍峰教會主辦的目標導向教會2005 會議，其中有來自四十多個國家三千多個教牧同工參加，實是一個難得的機會，亦令我開了眼界，其中除了參加數個聯合聚會外，亦參加了不少講座，有特定的，有自選的，也參加了他們大小不同形式的崇拜。

馬鞍峰教會實是一個蒙　神祝福的教會，他們有廣闊的場地，美好的環境，設施當然優勝於香港的教會，但最重要的，他們是一間健康的教會，正如華理克牧師在《直奔標竿》書中所形容健康的教會－「目標導向教會」，是我們正在閱讀的《標竿人生》中的五個目的：敬拜、團契、門徒訓練、服事、宣教。

當中有位曾多次參加馬鞍峰教會舉辦同類會議的同工表示，多年來同樣的會議內容都是相似的，重覆的講章、重覆的信息、重覆的內容，祇是大部份的聽眾不同了。詢問我等的意見是否會有重覆的感覺，當然這是我第一次參加這種會議，未有所提出的感覺，且在不同的聚會中都有不同程度的得著，但另一方面，目標導向教會的來源，就是從聖經中大誡命和大使命中引申出來的，它是不會改變的，這是　神對眾信徒的要求及命令，又那會改變的呢？

與我們一同出席會議的香港教會中，有三間是本年度得獎的健康教會，他們都先後轉型為目標導向教會，教會都健康成長，人數亦健康的增長，實為他們感謝　神。目標導向教會是一種理念，藉　神的命令，透過不同的方式，實行於教會之中，它不是一個宗派，可適用於不同大小、不同種族、不同宗派、不同背境的教會中，目的就是要教會在神的命令與要求中平衡且健康的成長。

會議都在週日舉行，大部份參與會議的，都是來自各地教會的肢體，相對來說，馬鞍峰教會的肢體卻不多，唯是服事的人群中，相信大部份都是馬鞍峰教會的肢體，整體而言，他們都是熱情的接待，甘心樂意的事奉，無論在午餐服侍上、程序的派發、地點的指示、物資的供應，都給人一個友善的感覺，相信這些都是經過他們挑選的弟兄姊妹，在他們的服事中，予人有舒適的感覺。

另外，每次聚會中，他們都有充足的預備，詩歌、講道都互相配搭穿插，其中時間配合適中，內容純熟，以致令整個聚會氣氛良好。每個星期五的晚上，他們都會舉行音樂會，會後有小組的聚會，在我們參加的音樂會中，每一位會友都極力投入，整晚聚會時間，都陷在濃厚的敬拜中，帶領敬拜的、詩班、樂器伴奏、台下的會眾，全然同心的敬拜、跳舞、拍掌、舉手…等等，氣氛熾熱，　神在當中得著榮耀。

馬鞍峰教會聚會輕鬆，除了講道內容生活化外，在聚會地方的佈置中，亦適心安排。我曾參加一個有特色的崇拜，是在主要禮堂外的一個小禮堂中舉行，這禮堂佈置特別，椰林樹影、海天一色，接待的肢體與帶領的牧師，一身「花花碌碌」的衣衫、頭戴鮮花、頸穿花環，禮堂在會前播放柔美的詩歌，配上鳥聲浪聲風聲的背境，更在詩歌敬拜中有負責舞蹈的弟兄姊妹配上柔和美麗的土風舞蹈，使人有在大自然中敬拜聚會的感覺，而這些環節並無減少屬靈的氣氛，在分享之後，牧師帶領會眾委身事奉，並且呼召新朋友決志歸主，看見神在當中動工，不少朋友站立開聲的悔改禱告歸　神，榮耀歸給全能的　神。

據知他們給大專學生佈置的場地又不一樣，而長老亦參加過他們的少年人崇拜，又有另一番特色，正如華牧師所說，目標導向的教會不在乎形式，乃是著重由五個目標推動教會的方向，使教會健康的成長。

主日崇拜程序 主曆 2005 年 6 月 5 日

第一早堂 上午 8:45

講員：周財勝傳道 聖餐：陳永佳執事
主席：陳永佳執事 領詩：陳永佳執事

聖餐	217	奇異恩典
奉獻	154	願耶和華賜福給你
禱告、報告		
頌讚	139	高舉主耶穌
	195	舉手讚美
	200	感恩
證道	主題：被塑造是為服事 神	

第二早堂 上午 10:30

講員：周財勝傳道 聖餐：曾昭群執事
主席：曾昭群執事 領詩：湯金城長老

短詩	160	耶穌愛你
聖餐	109	我們藉主的血得蒙救贖
奉獻	15	我們來到神面前
禱告		
頌讚	246	來！就在此刻來敬拜
	234	靠著耶穌得勝
	222	揚聲讚美歡呼
	110	抬頭仰望主
	242	耶和華是我的歌
	225	進入祢的同在
證道	主題：被塑造是為服事 神	
報告		

晚堂 晚上 7:00

講員：周財勝傳道 聖餐：周財勝傳道
主席：周曾潔蓮教士 領詩：周曾潔蓮教士

聖餐	177	若有人在基督裡
奉獻	197	愛的禮物
禱告、報告		
頌讚	193	我歌唱我的主
	163	頌讚祢
	204	祢的恩典
	44	我敬拜祢
證道	主題：被塑造是為服事 神	

值日小組：葡萄樹、Shama
請於聚會期間關掉所有響鬧裝置
請勿在場內進食，多謝合作









證道大綱

講題：被塑造是爲服事 神

- 我第四個人生目的是：
  透過服事人來事奉 神（弗二 10）

- 學習像主耶穌服事的態度：
  一．學習像主耶穌隨時待命：
  太廿 30 – 32
  箴三 28

  攔阻的原因：
  A．自我中心（腓二 4）
  B．完美主義（傳十一 4）
  C．物質主義（路十六 13）

  二．心存感恩的事奉：
  約十一 41 – 42
  詩一百 2
  提後一 9

  失去感恩的原因：
  A．愛批評、愛比較（羅十四 4）
  B．動機錯誤（太六 1）

  三．像主耶穌忠心到底：
  林前四 2
  林前十五 58
  來六 10
  太廿五 21



下週主日崇拜事奉人員

2005年6月12日

標竿４０天（第5週）

第一早堂

證道　湯金城長老
主席　周財勝傳道
聖餐主禮　周財勝傳道
領詩　周財勝傳道
司琴　羅浩然弟兄

第二早堂

證道　湯金城長老
主席　周財勝傳道
聖餐主禮　周財勝傳道
聖餐助理　陳永基幹事
　　黃健英幹事
　　羅國富弟兄
　　莫啟民弟兄
領詩　羅蓓琳姊妹
和唱　袁漢波弟兄
　　伍永嫦姊妹
　　周加恩姊妹
樂隊　A組
音響　袁漢強弟兄
　　黃安華弟兄
放映　邱國騰弟兄
值日事務　吳寶明執事
總務　吳偉明弟兄
接待　陳笑珍姊妹
　　鄭嬋珍姊妹
值日小組　橄欖
　　Halak

晚堂

證道　湯金城長老
主席　鄧美瓊督導
聖餐主禮　湯金城長老
領詩　周加力弟兄

家事分享



打氣週過後，
全會再上路，
直奔標竿餘下的１２天！！



代禱事項

１．求　神祝福「標竿４０天」靈命更新運動，保守全會眾堅持每天以靈修的心靈閱讀，並賜力量給禁食中的肢體。

２．病患及康復中的肢體及親人蒙　神的慈愛保守身體，並靈魂早日得救。

３．為肢體的工作求順利。



歡迎你





最近三個月內參加崇拜的新人及慕道者

２２位先生：

馬家榮、鍾耀民、馬維廷、郭子峰、林卓倫、潘偉雄、倪家榮、李偉文、李新、黃鏡棠、梁尚禮、鄧嘉寧、葉曦維、李健生、余俊豪、胡玉林、何偉樑、陳英豪、陳梓峰、胡志勝、張柏基、鄧兆強。

３１位小姐：

陳文卿、林翠婷、馮婉玲、姚慧珠、李麗好、黃詠詩、馬珮珊、羅凱聯、方結芳、唐瑞芳、盧瑞芬、何秀娟、藍碧雲、謝海靈、孫蘭英、王素貞、李偉紅、方寶英、何小燕、黃軒妮、劉雅詩、何小清、胡淑貞、胡淑玲、陳慧珠、陳智勤、馮小玲、何有好、曾鳳金、曾潤娣、孫海紅。

小組宣傳義

但以理小組是由「巴拿巴小組」分拆出來的，我們有十一位兄弟，包括：袁漢強、楊揚榕、何寶文、梁錦昌、吳偉明、潘漢光、蔡健成、王政國、阮志強、袁漢波及來自「無花果小組」的楊揚根弟兄。

小組聚會因「標竿４０天」分享深入了很多，各人的回應是「標竿４０天」使自己省察生活，並要多多改進，望各人都能依計劃完成　神的旨意。

◉但以理小組 - 袁漢強弟兄

暑期亞洲短宣

Thailand

報名：6月5日止

請與鄧美瓊督導聯絡

小組聚會時間

小組名	類別	日期/時間	地點
無花果	姊妹	5/6(日)12:45pm	王慧貞家
青年小組	青年	5/6(日)2:00pm	活動Ａ室
Halak	高中生	5/6(日)2:30pm	小禮堂
Shama	大專生	5/6(日)2:30pm	活動Ｂ室
迦拿	成人	8/6(三)7:00pm	陳永基家
職青	就業青年	8/6(三)7:00pm	活動Ａ室
葡萄樹	成人	9/6(四)7:00pm	小禮堂
約書亞	弟兄	9/6(四)7:30pm	活動Ａ＋Ｂ室
巴拿巴	弟兄	10/6(五)7:00pm	西貢宿營
但以理	弟兄	10/6(五)7:00pm	西貢宿營
百合花	姊妹	10/6(五)7:30pm	小禮堂
橄欖	姊妹	11/6(六)10:00am	道風山
伯利恆	成人	12/6(六)7:30pm	活動Ａ＋Ｂ室
無花果	姊妹	12/6(日)1:45pm	教牧室
青年小組	青年	12/6(日)2:00pm	活動Ａ室
Shama	大專生	12/6(日)2:30pm	小禮堂
Halak	高中生	12/6(日)2:30pm	活動Ｂ室
香柏	姊妹	12/6(日)3:00pm	鄭秀瓊家

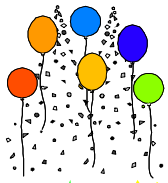
中信 第５１８期**中信月刊**已出版，崇拜散會後於接待處供免費索取。



生日快樂

本週生日會友：

陳永佳　(9/6)



上週主日崇拜出席總人數：１９５

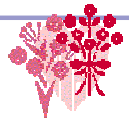
	第一早堂	第二早堂	晚堂
教牧同工	5	8	2
會友	１８	１３３	5
慕道／來賓	0	２３	1
各堂人數	２３	１６４	8

上週主日學出席人數：１９

上週二禱告會出席人數：１７

上週日禱會出席人數：６０





上週主日奉獻

主日奉獻	$2,569.00
十分之一奉獻	$19,824.00
感恩奉獻	$7,340.00
共計	**$29,733.00**



※ 聚會時間 ※

聚會	時間		地點	對象
第一早堂崇拜	星期日	上午8:45	小禮堂	弟兄姊妹
第二早堂崇拜	星期日	上午10:30	志潔學校	弟兄姊妹
晚堂崇拜	星期日	晚上7:00	小禮堂	弟兄姊妹
兒童主日學	星期日	上午10:30	教會	幼兒、小學生
主日早禱會	星期日	上午9:30	志潔學校	崇拜事奉人員
週二禱告會	星期二	晚上7:00	小禮堂	弟兄姊妹
月禱會	星期六	晚上7:00	教會	弟兄姊妹（逢第四週聚會）
恩典團契	星期六	下午2:00	小禮堂	長者
少年團契	星期六	下午3:30	小禮堂	中學生

長者牧區

享受金色年華



中國古代「耆」指進入老年，免服兵役－ 60 歲。目前，國際上把 60 歲、65 歲都列為老年人口統計標準。金色年華；金色是指黃金，是用來形容老人寶貴的年歲，亦是長者 60 歲後的晚年階段。

長者往往因環境、經濟、性格的情況下，會沉溺在自怨自艾、固執、被動、體弱多病、失落、苦悶、孤獨和懼怕需要依賴他人等，所以內心感到徬徨沒有出路，但當回想神是一位創造萬物的主，偉大的神，祂就是我們的出路，因為　神是賜百物給我們享受的，當然是包括我們的生命和年歲！所以長者在晚年的歲月裡，可藉著禱告、讚美和人生的經歷來認識祂，享受祂。

禱告是與　神交談的時刻，只管把內心的事交託祂，存一個謙卑的心來敬聽祂的話，祂的話就是靈就是生命，如同蜂房滴下的蜜那麼甘甜，讓我們每時每刻在禱告中享受祂。

讚美是敬拜　神的一種行動，常以讚美為祭獻給　神，乃是對　神之承認、欣賞和表達　神的偉大，當讚美越多，祂就越得滿足，我們滿足祂，祂更將滿足的喜樂賜予我們享受，因從神而來的喜樂乃是良藥，能醫百病的。



從老人的年歲看，年紀越長相繼經歷便越多，何況我們多了一份屬靈的經歷呢！當長者有軟弱、憂傷、有解不開的事情、甚至遇見試探時，主耶穌都成為他們的力量和安慰，從經歷中也享受了信心的功課，經歷是人生中最寶貴的成果。長者們，可否將你的經歷與人分享呢？



感謝主！在聖經上，　神對長者的應許是；「*直到你們年老，我仍這樣，直到你們髮白，我仍懷擾，我已造作，也必保抱，我必懷抱，也必拯救。*」（賽四十六：4）神那裏還有許多的祝福，是給那些求告祂的人。

◉周曾潔蓮教士

靈食密語

論搬弄是非



以下是我在赴美期間所發與同工會、教牧部、幹事、正副小組長的一個電郵，很想在這裡與全教會分享。

各位親愛的同工（我們每一位都是與　神同工的）：

經過了四天非常密集的講座及課程後，我和財勝今早（五月廿一日，星期六）能夠留在旅館的房間內休息，思想及閱讀，真是難得。在靈修中，我讀到《標竿人生》第廿一天的時候，想到「真道家庭」這個群體所走過的路的時候，感受特別的多，尤其是讀到有關「拒絕聽取閒言閒語」一段時，更覺得不能不用文字來跟大家分享一下。

在昨天的一個講座中，聽到一位牧師提到他們教會只有兩個情況之下會開除會友的，一個就是「不道德的事」，另一個就是「搬弄是非」（Gossip），我想他們真的是把這個問題看得非常的嚴重。我覺得華利克牧師這一段中寫得很精要，也可說是一針見血，我不想，也不需要在劃蛇添足，也許我所能貢獻的，就是在翻譯上略作修改，只希望能夠更加傳神。

拒絕「聽」是非

甚麼叫做「搬弄是非」呢？就是「當你既不是問題人物，又不是「和事佬」，卻仍然把消息傳遞出去」。搬弄是非是不對的，甚至連聽都是不應該的，兩樣都不做的時候，就是在維護你的教會。「聽是非」就好像「收賊贓」同樣有罪。

當有人開始向你搬弄是非的時候，你要勇敢對他說：「等陣，我唔想知，亦唔想聽，你有否直接向當事人講呢？」那向你講是非的人也會「講你的是非」，是不可靠的，當你聽是非，你就是一個「麻煩友」（troublemaker）。「麻煩友聽麻煩友的話。」「*他們就是那些使教會分裂，只顧自己的人。*」（箴１７：４；英 CEV 版）



可悲的是，　神的群羊最大的傷害很多時都不是來自狼，而是其他的羊。保羅提醒我們那些屬肉體的基督徒相吞相咬，破壞團契。聖經告訴我們要避開這些「麻煩友」。是非把機密洩漏出去，因此不要與「亂 UP」的人交往。解決教會及小組衝突的最有效方法，就是用愛心來正視這些「是非釘」，同時堅持他們要立刻「收口」。所羅門說：「火缺了柴就必熄滅；無人講是非，衝突就消失。」

弟兄姊妹，這是一個嚴肅的問題，也是一個會阻礙教會健康的陋習，讓我們同心地認真面對，處理和除去它。我們很容易就會想「我不是，他（或她）才是」，其實我們每一個人都曾經是這樣的人，當我們在尋找他人眼中的刺之前，先除去自己眼中的樑木吧，求　神幫助我們成為一個「使人和睦」的人，而不是一個「搬弄是非」的人。

◉湯金城長老



本週小組背誦經文：

「各人要照所得的恩賜，彼此服事…。」

（彼得前書四１０）

禁食與禱告的個人指引（下）

白立德博士 著

維持均衡營養：

禁食有許多種。選擇哪種就視乎你的健康情況、禁食時間及個人喜好：

- **飲水禁食**——意指不進食任何食物及不飲用任何果汁。
- **部分禁食**——意指不吃某類食物或根據特定餐單進食。
- **「果汁」禁食**——意指在進餐時間，只飲用蔬果汁。

我知道有些人會擔心長時間不進食會帶來不良影響。其實，有既安全又健康的方法，讓你在禁食過程裡確保身體得到所需營養。

如果你以「果汁」禁食開始，就要留意哪些蔬果對你有益，哪些應該避免了。以下的飲用時間表，可作為你禁食的參考。

早上 5:00-8:00 最好是鮮搾或新鮮調製的果汁。如果水果屬於酸性，則用相同分量蒸溜水開調。橙、蘋果、梨、西柚、木瓜、葡萄、水蜜桃或其他水果都可以。

上午 10:30 至中午 同等分量西生菜、芹菜及甘筍調製的蔬菜汁。

下午 2:30-4:00 香草茶加少量蜜糖。切勿飲用紅茶或帶具興奮作用的茶類。

下午 6:00-8:30 薯仔、芹菜及甘筍煲製的清湯（不放鹽）。

我建議避免飲用奶類，因為奶類屬於食物，失卻禁食的意義。一切含蛋白質或脂肪的飲品，如奶及荳品，都應避免。這些飲品會重新啟動消化系統，令人再次感到強烈飢餓。而且，為健康著想，應避免飲用含咖啡因飲品，如咖啡、紅茶或可樂等。因為咖啡因屬刺激物，會影響神經系統，比完全不進食反而更差。

另一個維持理想健康狀況的重要因素，就是限制運動量。只可適度運動、在許可的情況下盡量休息（特別適用於持續禁食人士）、小睡片刻很有助益。對於身體健康的果汁禁食人士，每天可以適當速度行走一至兩哩。不過，如果在沒有諮詢禁食專家情況下，則不建議任何飲水禁食人士進行運動。

怎樣健康完成禁食：

多數專家都贊成禁食後，最好先吃清淡或未經烹調的蔬菜。你的胃部此時比較細小，所以要吃的也要少一點。在未感覺吃飽之前，就要停止進食。不要吃高澱粉質食物如意粉、薯仔、米飯或麵包（「梅爾巴吐司」一類薄面包片除外）。也避免吃肉、奶品及各類脂肪和油。要逐步恢復進食這類食物，並以少量開始。

並不是只有結束持續禁食的人才要小心，即使完成了為期三天禁食的人，也需要非常小心。開始恢復飲食，明智的做法是先飲用少量清湯。最好是用洋葱、芹菜、薯仔和甘筍泡製、富營養價值的蔬菜湯，清湯，或者如西瓜及甜瓜等的新鮮水果。要恢復做運動，建議也一樣。要慢慢開始，讓你的身體有時間重新調節成平日的規律。

邁向五旬
標竿四十
由我做起
基督之家

「標竿禁食」認領

6月5－11日：Shama Halak

6月 12-16 日：巴拿巴 但以理

第五週禱告重點：服事

a 禱告求 神讓每一個參與在「標竿４０天」的人都能得著更新、重新得力，承接神呼召他們去做的事工。

a 禱告讓「每一項事工都很重要」這個真理得以落實，不管是在台前或是幕後。

a 禱告讓人能發現他們的屬靈恩賜與才能，並用在 神永恆的目的上。

a 禱告求 神讓每個人都有一個僕人的心志，不管哪裡有需要，都去服事。

a 為事工領袖禱告，讓他們能在牧養各人的同時也能激勵並裝備他們。

你是否曾想過：「人信主成為基督徒時， 神為什麼不乾脆就帶他上天堂呢？」答案是：「 神要人在地上完成一個使命。」你被造是為了這個使命，什麼使命呢？不用猜，就是主耶穌要離世昇天時，對世上每個人清楚囑咐的使命啊！下週來聚會，一起來探索五個 神的目的中，唯一不能在天堂達成的目的吧！再想想看看挑戰一下，要求自己找出自己的使命或福音事工。