

台灣信義會內湖思恩堂



主日崇拜

中華民國一一三年十一月三日

這裡有榮耀

Glory

English Translation:
SOP

詞：鄭懋柔 Tiffany M. Cheng
曲：游智婷 Sandy Yu

哈利路亞 哈利路亞
Hallelujah, Hallelujah
這裡有榮耀
glory's in this place



哈利路亞 哈利路亞

Hallelujah, Hallelujah

這裡有醫治湧流

Healing overflows

哈利路亞 哈利路亞

Hallelujah, Hallelujah

這裡有光明自由

freedom's in this place

敬拜聲音如眾水湧流

Sound of praise like many waters

永活的主祢在這裡

living God, Your presence is here

祢是起初的 末後的

You're the Alpha, Omega

昔在今在永在的主

forever the living God

全心敬拜祢 大聲歡呼

I worship You with all my heart

羔羊被高舉

Glory to the lamb

公義的日頭 如光照耀

You're the righteous sun that shines on us

萬國讚嘆祢的榮美

all nations will come before You

聖潔公義主 明亮晨星

You're the holy one, bright morning star

昔在 今在 永在的君王

who was, who is, and who is to come

Copyright 2014 Stream of Praise Music / BMI. CCLI #7025174

讚美之泉版權所有

祢愛永不變

詞曲：葛兆昕

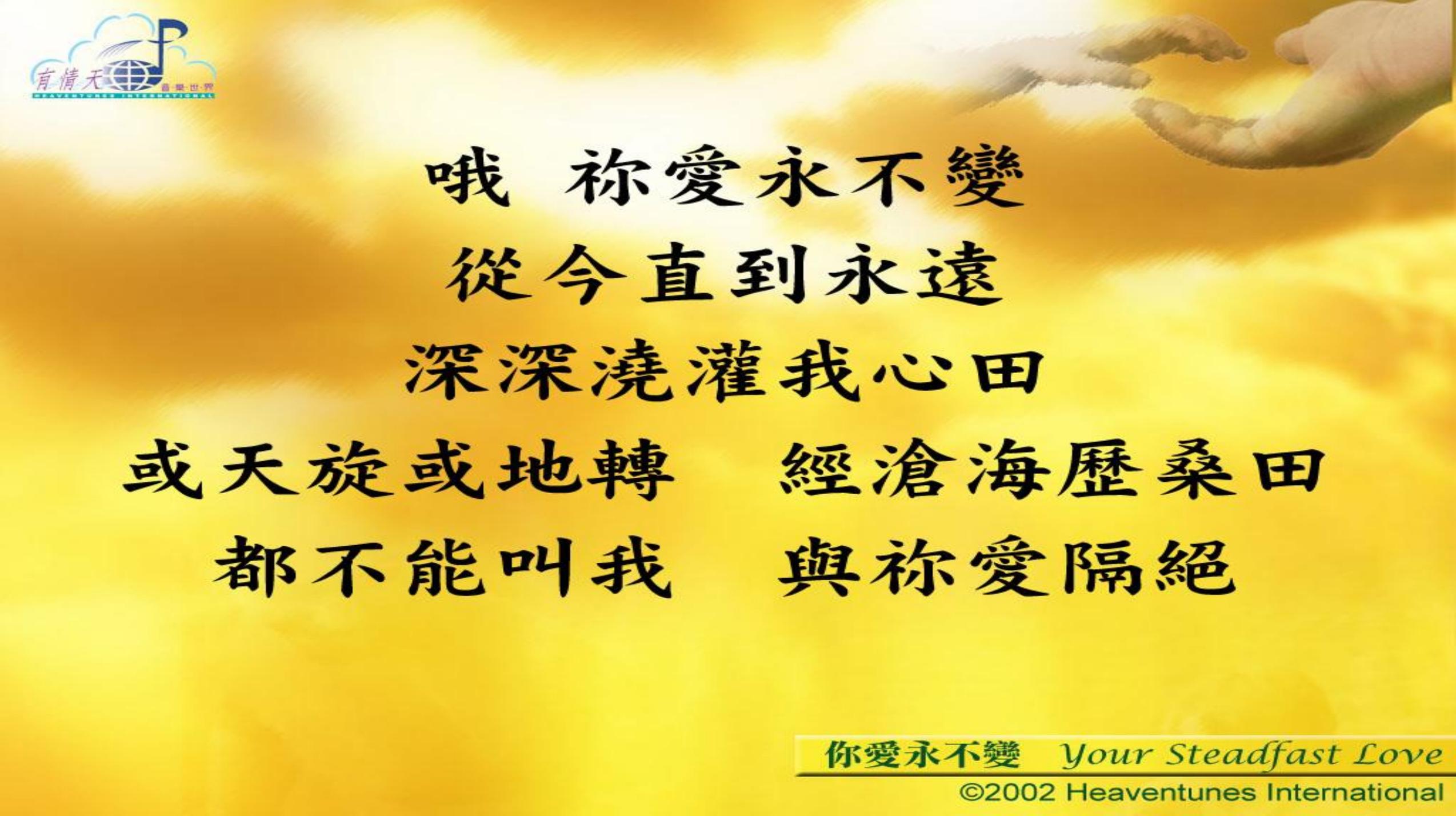
祢流出寶血 洗淨我汗穢
將我的生命贖回
為了我的罪 犧牲永不悔
顯明祢極大恩惠

你愛永不變 *Your Steadfast Love*

©2002 Heaventunes International



我深深體會 祢愛的寶貴
獻上自己永追隨
或傷心或氣餒 或生離或死別
願剛強壯膽永遠不後退



哦 祢愛永不變

從今直到永遠

深深澆灌我心田

或天旋或地轉

經滄海歷桑田

都不能叫我

與祢愛隔絕



奔跑不放棄

Won't Give Up

詞、曲：曾祥怡
Grace Tseng

每個狂風暴雨裡
When I'm in the raging storm
祢同在在那裡
You're always there for me
每個難處低谷裡
When I'm in the valleys deep
祢恩典在那裡
Your grace flows like a stream



每個傷心失望裡

Pain may cause my heart to faint

祢愛我愛到底

But Your love never fails

在祢愛的光中

In the dawn of Your love

我得著能力

I receive Your strength

我愛祢

I love You

用盡我全心全意全力

With all my heart, my soul, and my strength

榮耀高舉祢的名

Lord, I glorify Your name

我跟隨不懷疑

With faith that never sways

我愛祢

I love You

用盡我全心全意全力

With all my heart, my soul, and my strength

在這愛的路程裡

In this journey filled with grace

我奔跑不放棄

I won't give up the race

四面受敵 卻不被困住

Affliction may come, we won't grow weary

心裡作難 卻不至失望

Wasting away, we will not lose heart

至暫至輕的苦楚要成就

All these troubles one day soon will pass

極重無比永遠的榮耀

Eternal glory will be our reward

Copyright 2015 Stream of Praise Music / BMI. CCLI #2351995
讚美之泉版權所有





我的生命獻給祢

I Will Offer You My Life

詞、曲：曾祥怡

Grace Tseng

獻上生命 給最愛的耶穌

I surrender all my life to Jesus

完全順服 完全降服

Give my everything for Your glory



因祢恩典

By Your grace alone

使我得以事奉祢

I can serve You with my all

祢的選召沒有懷疑

It's my calling, no holding back



我的生命獻給祢

I will offer You my life

背起十架跟隨祢

and with everything I have

願祢的榮耀

Let Your glory come

彰顯在我生命

Your name be lifted high



我的心不要忘記

Oh, my heart will not forget

祢如何為我捨命

what You did upon the cross

耶穌我愛祢

Jesus, I love You

喜樂地跟隨祢

With joy, I follow You



賜給我屬於祢的夢想

Let me see, see Your dreams and visions

帶下祢國度如在天上

Bringing down Your kingdom as in heaven

賜給我奔跑不倦的力量

Let me run, run and not be weary

如鷹展翅上騰翱翔

like an eagle, soaring with You

Copyright 2021 Stream of Praise Music / BMI. CCLI #7176789

讚美之泉版權所有

[我的生命獻給祢 5/5]

我信上帝 全能的父 創造天地的主
我信耶穌基督 上帝的獨生子 我們的主
因著聖靈成孕 從童女馬利亞所生
在本丟彼拉多手下遇難 被釘在十字架上
死了葬了 下到陰間 第三天從死裡復活
後升天 坐在無所不能的父上帝的右邊
將來要從那裡降臨 審判活人死人
我信聖靈 一聖基督教會 聖徒相通
罪得赦免 肉身復活 並且永生 阿們

金句~約翰壹書4:18

愛裡沒有懼怕，愛既完全，就把懼怕除去。因為懼怕裡含著刑罰，懼怕的人在愛裡未得完全。



最佳國際紀錄片
紐澤西國際紀錄片影展

台灣競賽
台灣國際紀錄片影展

閉幕片
紐約台灣真實影展

亞美全景競賽片
聖地牙哥亞洲電影節

台灣觀摩影片
聖地牙哥亞洲電影節

觀摩影片
桃園電影節

牆，把你隔絕；愛，讓你超越！
Walls may keep you in, but love will set you free.

愛子歸來

Come Home,
My Child

金獎導演 李靖惠 十年磨一劍

11月1日起 全台感動上映
跨越高牆，活出真愛！

愛子歸來

11/20(三)14:00

喜樂時代影城
(南港店)

220元/位

牆，把你隔絕
愛，讓你超越

請至招待桌登記



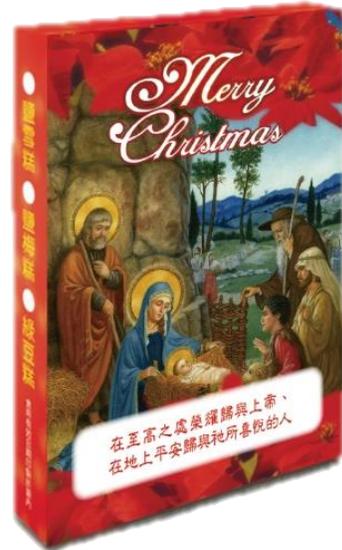
114年3月至115年2月復興每一天開放續購，
600元/年。非訂閱全年12期者，將按期數增減
金額，每本會友自付50元。

114年2月至115年1月活潑生命開放續購，
1000元/年。

請至招待桌登記



聖誕糕開放訂購，**即日起至11/14(四)截止**，
聖誕糕傳統口味有三種：
(1)鹽梅、(2)綠豆、(3)鹽雪，**20元/個**
欲訂購者請至招待桌登記、繳費。





2024國家祭壇

奇哉！妙哉！祂永作王！

啟示錄 15:3 主神——全能者啊！祢的作為大哉！奇哉！
萬世之王啊！祢的道途義哉！誠哉！

11/9

10:00-15:30

中央大學大禮堂|松之果

SAT. 桃園市中壢區中大路300號

主辦單位-全國禱告網絡 | 協辦單位-財團法人基督教台灣新恩堂、台灣-以色列前瞻治理研究發展促進會 |



奇哉!妙哉!祂永作王!

國家祭壇奉獻方式

方式一

向各城市窗口索取
或現場領取專用奉獻袋
在國家祭壇聚會中奉獻
請於信封袋填寫收據資料

國家祭壇
專用奉獻袋

需要奉獻收據者,請用正楷書寫以下資料

姓名: _____
(奉獻收據抬頭)

地址: _____

聯絡電話: _____

奉獻金額: _____

日期: _____年 / _____月 / _____日

簽收人: _____

劃撥/轉帳用 收據索取表單



方式二

郵局劃撥或銀行轉帳
帳戶:中華民國基督教全國禱告網絡協會

- 郵局劃撥帳號:22102784
- 銀行轉帳代號:008(華南銀行和平分行)
帳號:121-10-0096022

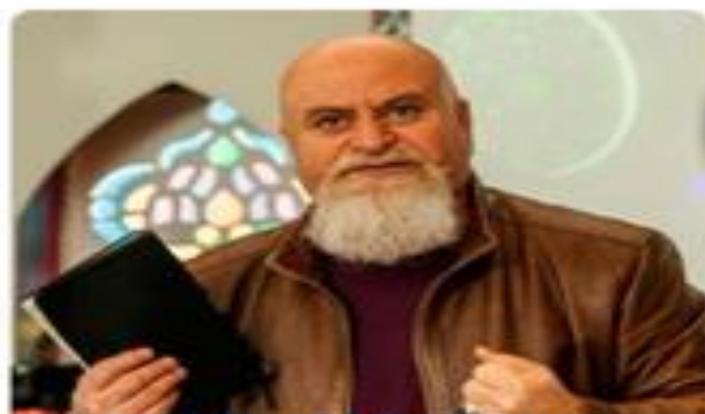
*請註明國家祭壇奉獻

Ⓥ 劃撥/轉帳需收據者請填寫表單



Gathering of Watchmen 守望者召集

一位住在約旦的摩押裔的牧師，AFTA事工（阿拉伯基督徒門訓阿拉伯人的事工）的創始人和負責人，致力成為阿拉伯人和信耶穌的猶太人之間和好的橋梁，是一名福音勇士也是一名使徒，把天國的福音帶到世界上最艱難的中東地區。他是ANCJ耶路撒冷萬國召聚理事會的國際核心長老和JHOPFAN耶路撒冷萬國禱告殿董事會的董事。



阿菲夫·哈拉撒 牧師
Pastor Afeef Halasah

神永恒的計畫~三國一律
經文:賽十九章23-25節

113/11/05(二)

19:00 -21:00

11萬國萬民禱告殿

請由星雲街106號旁梯廳進入

開放參加 自由奉獻

社團法人臺北市基督教大內之光協會
台北市內湖區康寧路 1段128號
TEL:02-27955311

19大道猶穆同行 宣教特會

11/06(三) 19:30-21:00

地點：內湖思恩堂

台北市內湖區星雲街90號2F

如何向猶太人傳福音

及QA

11/18(一)20:00-21:15

特邀 林中平宣教士

定居以色列超過10年、常與猶太人對談分享

現職：耶路撒冷基督堂 神職人員

耶路撒冷聖地大學 神學研究碩士

以色列聖經大學 彌賽亞猶太教研究

希伯來大學 希伯來語最高級文憑

Zoom會議 ID：968 633 0622

密碼：520520

生命河基督教會 &
台北思恩堂
會友限定，請勿外傳

思恩堂「攜手愛無限」今年關懷122個家庭，經費預算61000元。將於12/7(六)下午2~5點，在一樓副堂舉行。發放禮券、物資，關懷並向他們傳遞福音。

1 場地組：

A班5人：下午1:00-2:00。協助前置作業、佈置場地。

B班5人：下午4:30-5:30。收拾恢復場地。

2 禮券組4人：(確認身份、發放禮券)

3 關懷組10人：(分享福音關懷代禱)

4 恩典市集3人：(協會物資銷售)

5 禮物組4人：(包裝、管理禮物)

請向**明忠**執事
、**麗雲**、**香吟**
小組長報名。

緬甸政局(軍政府、民族團結NUG、少數民族)。



臘戍仍有斷電不安狀態。中文補習走讀約有**120**學生。貴興住處也求主保守眷顧，**22**學生讀緬文。



歡迎新朋友

耶和華沙龍

親愛的兄弟姐妹阿，我願你凡事興盛，
身體健壯，正如你的靈魂興盛一樣。

7/12/05

"BAPTISM OF FIRE"

HEBIBYOUNG MARKS



聖經裡有一段很有智慧的話

愛裡沒有懼怕，愛既完全，就把懼怕除去。

**因為懼怕裡含著刑罰，懼怕的人在愛裡未
得完全。（約壹四18）**

基督徒都認知
愛是從上帝來！

因此，沒有一位神兒女領受的愛是夾帶著
恐懼與不安、
自責或其他各
樣雜質



人在未認識上帝的愛之前，最先接觸到的愛，往往從母親來，多數母親的愛是OK的，然而，人終究有罪性，加上現實生活裡諸多變數，確實連母愛都會出現問題：會有不單純、不成熟或扭曲的愛交錯出現！



「母愛創傷」一書裡
說道：「所有母親
錯誤的愛的共通性是：
不承認親子界線的存在！

你需知道：你無法
改變母親的行為，只
有她能改變自己。但
是，透過改變你的個
人行為，確實有辦法
改變親子關係。」



此書載有讓許多人
驚醒的一句話



我本來不相信自己有說「不」的權利...這話
之後更有一串的質疑：

- 你仍覺得必須為母親的感受及需求負責嗎？
- 你是否仍將母親的感受與需求看得比自己重要？
- 你仍會因為母親難受，而跟著難受嗎？

對兒女而言，一旦習慣針對父母需求做出反應，往往會覺得擔任「被動」角色容易許多，也因而忘記自己擁有獨立身分的感受與需要，且把多數時間花在揣測父母的需求、反應和可能使她心情不好的原因，很少說出「我想要的、我比較喜歡、我其實這麼想」的話語。



最好的療癒夥伴

一個從小建立健康情緒的案例



每個人從小就要學會 為自己的情緒負責

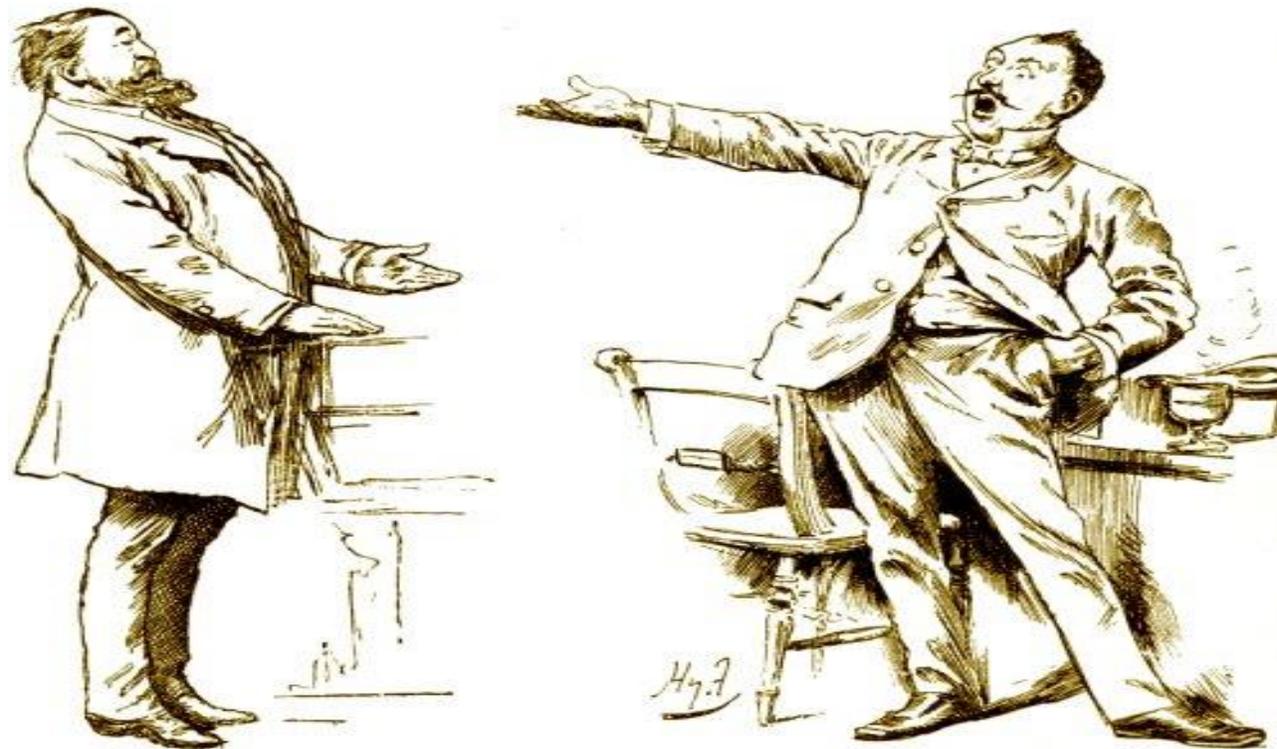


一個巴掌拍不響的「情緒勒索」！

凡事皆有兩面，關係雖能給人愛、溫暖與祝福，也常因錯誤的對待方式，帶來損傷、不信任、痛苦和窒息！



情緒勒索 (*Emotional blackmail* 或 *FOG*) 是由心理治療學家
蘇珊·福沃德 (*Susan Forward*) 發明，意指「一種無法
為自己的負面情緒負責，並企圖以威脅、
利誘或以退為進…，
迫使他人順從的行為模式。」



生活裡常聽到的情緒勒索的 話

媽媽對孩子說：「沒關係，你可以不要回來啊！讓我看你有多孝順…」；

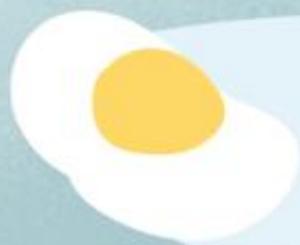
配偶對另一半說：「我為你付出這麼多、這麼愛你，你這麼不知好歹就算了！」

婆婆說：「你最棒了，你只要顧到自己，不用顧別人啊，對啦，自私的是我啊。」

老闆說：「我因為看好你才把這份工作交給你的，你不想做沒關係呀，後面還排一堆人等著要做。」

「他怎麼可以不載我，明明是順路？」
「這
你不出來聚餐？搞什麼孤僻？」

「我曾那樣幫過你，難道你不能回報我一次嗎？」



關於情緒勒索，我覺得…

有時候會無法分辨究竟
哪些是勒索，那些不是？

希望能辨識出情
緒勒索，有時會
被利用

希望可以獲得勇氣
突破情緒勒索

希望更能分辨什麼
是情緒勒索/什麼是
愛的關懷。

該如何跟這樣
的人相處

找到自我價值，
不再被勒索

自己也不要成為
情緒勒索的媽媽

能有應變情緒勒索
的溝通技巧

一個人若常生氣,造成別人
恐懼算是情緒勒索嗎?

練習教養勿情緒勒索

情勒6個 重要的特徵

- 1、勒索者提出**要求**。
- 2、被勒索者想要**抵抗**。
- 3、勒索者讓被勒索者感到**壓力**。
- 4、如果被勒索者沒有接受或反駁，勒索者持續**威脅**。
- 5、被勒索者**順從**。
- 6、勒索者食髓知味，下次又**舊事重演**。



勒索者擅長用3種方式達到其目的：



1、貶低你的自我價值感：「我以為你是很聰明的人…」

2、增加你的罪惡感：「反正你從來沒有重視過…」

3、挑戰你的安全感：「沒關係我也可以去別的女人…」

無法對自己的情緒負起責任，
便會開始試圖控制他人！

年幼時期
的人際
很重要！





「我真的沒辦法安心
放寒假，想到這科
被當掉，心情就很糟，
吃不好也睡不好，可
以考慮給我一個
會過的成績嗎？」

無法面對不舒服感受的孩子越來越多！ 竟希望
講師因「他心情很差，就幫他改成績」。

華人家庭教育，挺忽略情緒表達及管理，
長輩自己都不會，怎麼教孩子？

連

息事寧人或以和為貴，
就是不必把事情弄清楚，
只要表面和氣，久了，
成為內心傷害，外顯成
「憤世嫉俗」。

越親的人越多壓抑，但
差異不曾消失，尊重是
勉強的，兩人要真實親
密，更不容易！



情緒勒索容易發生在哪種人身上？



1、我想要當好人

「這個我不會，你可不可以幫我…」

「這些工作真的好多，我做不完，你幫我好不好？…」

「我上次團購東西沒有間去面交，你可否幫我去面交？」

「你打字好像很快，我很慢，可不可以拜託你幫我打啊？」



為什麼希望自己當好人？

很多人都希望自己是好人；

女性比男性多很多。

不希望別人覺得我難相處、造成別人困擾、別人討厭我。

拒絕別人時，會覺得自己「不好」！

有時有些人必須當好人，因覺得「沒有選擇」！

自己拒絕別人後，受不了別人失望的表情！





2、習慣自我懷疑

每次聽到對方對我的責備與要求時，我雖知他說的不對，可我總懷疑自己：是否我真的做錯什麼？他才會對我這麼說？否則，他怎會指責我？
我若沒好好反省，把錯都怪在對方，不就表示我不負責任？說不定我真的做錯什麼…

習慣自我懷疑的人，
對於罪惡感很敏感，

責任感也很重。

可能過去在高標準的環境中長大，
常擔心自己
做不好，
會造成別人的困擾、愧
對別人。



3、過度在乎別人感受

我的確總把別人的感受放在前面。別人有需求時，如果他提出，而我沒答應，我就會很有罪惡感；尤其他因此覺得失望、生氣或難過，甚至對我有指責的言語，我就會更覺得我好像做錯事了。



4、希望獲得別人的肯定



為確認對方對你的評價與看法，你會努力做些事，只為得到對方的肯定。危險的是，如果這「上」，是有情勒特質的人，你陷入此狀態的可能性，就變得非常高！

上帝把我們創造在關係中，要我們得生命、喜樂與平安，無論家庭、學校或職場，上帝都要我們在當中蒙福。但關係常因「情勒」帶來傷痛、不信任和窒息。我們要學習當個在關係中健康的人，脫離情勒的循環！



基督徒的
愛、捨己
和犧牲，
不是用來
被情勒的！

不論情勒或
被情勒，都需先
釐清自己！



有位牧師表示，若感受到自己遭到情勒，或不斷為此所苦，不妨靜下心來思考原因。是害怕他人會生氣？又或自己不再被愛？甚至擔心對方會離開自己？

其實，這些感受都是「活在恐懼」中的表現，他說。



以韓劇《雖然是神經病
但沒關係》為例

媽媽在世時，不斷要求弟弟要照顧哥哥，甚至對他說：「我把你生下來就是為了你哥哥。」

這使得弟弟從小就沒有感受到母愛，長大後也感到十分痛苦。

有時在關係中感到痛苦時，可以請身邊親近的朋友，陪伴自己一起釐清。

要拒絕情勒，先要拒絕控告和定罪。學習把
重擔交托神，釐清責任、劃界線，不要
有「救世主心態」。我們的犧牲不
能為誰帶來完全的救贖，但我們交託時，神會
介入！





面對情緒勒索的言語或行為時，我們可以選擇不要立刻回應，先向對方說：「讓我再想一下！」
若必要時，也可以離開現場。待一切釐清、準備好後，才去做回應。

耶穌是最好的典範，
他被愛，也愛自己，
明白自己的感受，知
道自己要什麼，所以，
不會被牽著走。耶穌
在眾人前有歡喜快樂，
也有悲傷、憤怒的情
緒，也會主動表達，
自在地處於人際關係
的各種狀態中。

負面情緒每天都該倒掉
儘管卸給耶穌吧！

情緒垃圾交給耶穌



以4步驟，練習與 人的互動！

一、確定你要什麼？

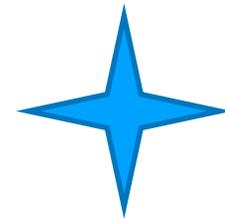
二、聲明立場，向母
親表達意願

三、準備好回應方式，
實際運用

四、確認合理的退場
方式



不輕易發怒的，勝過勇士；治服己心的，強如
取城。
(箴十六32)



完全的愛與神所賜的福

，本質是一致的，如下兩句經文：

耶和華所賜的福使人富足，並不加上憂慮。（箴十22）

這富足指內在生命的豐富，

盜賊來，無非要偷竊，殺害，毀壞；我來了，是要叫羊
（人）得生命，並且得的更豐盛。（約十10）



網友熱議四大情勒方式 網路聲量排行



1 用輩分施壓 23,810則

- 我是你媽，你怎麼可以這種態度對我。
- 我是長輩，你要讓我/尊敬我。
- 妹妹你要讓位，我那麼老了要敬老尊賢，快起來。

2 威脅/剝奪安全感 14,500則

- 不然這樣我們就分手吧。
- 如果你不這樣做，我就會自殺。
- 我去死一死，反正我死了你們最開心。

3 引發罪惡感 10,252則

- 這段感情終究只有我一個人付出。
- 我是為你好，你卻不領情。
- 都是為了你們，我現在才這麼累，不然早就可以不用做那麼辛苦。

4 貶低能力與價值 4,355則

- 我以為你是很聰明的人……。
- 你怎麼這麼沒用，我交代你的事情為什麼都做不好？
- 生了孩子就要辭職，重心放在家庭才是個好媽媽，你這樣能當好媽媽嗎？

主禱文

我們在天上的父
願人都尊你的名為聖 願你的國降臨
願你的旨意行在地上如同行在天上
我們日用的飲食 今日賜給我們
免我們的債 如同我們免了人的債
不叫我們遇見試探
救我們脫離凶惡
因為國度、權柄、榮耀全是祢的
直到永遠 阿們