

【本週信息】

聖經：創世記 29:31-35

信息：被人輕視，被神重視

大綱：

聚會中請勿使用手機，避免影響他人。

【聚會時間】

星期日	主日早崇拜	早上 10:30
	兒童主日學	早上 10:30
	查經時間	下午 01:00
星期三	樂活團契	上午 10:00
星期五	禱告會	晚上 07:30
星期五	弟兄團契	晚上 08:00
星期六	兒童品格營	下午 01:00
星期六	愛彼鄰團契	下午 03:00

【開放時間】

星期一~星期五 上午 8:00-下午 19:00

星期六 下午 1:00-晚上 5 點 星期日 早上 10:00-下午 04:00

教會奉獻帳號：彰化銀行南高雄分行(009)

戶名：財團法人中華民國台灣基督教信義會 81570101622400



基督教信義會【明穗教會】週報

設立：2004.03.28

地址：板橋區民生路2段16-1號B1

電話：2964-0021

信箱：[min.swean1@gmail.com](mailto:min.swean1@gmail.com)

電話：2964-0051

負責人：何建榮牧師

\*\*\*\*\*

2024.03.16 (11)

(早崇拜十點半)

禱	告	—	許宏志弟兄	司	琴	—	蘇珺心姊妹
講	員	—	何建榮牧師	司	鼓	—	
司	會	—	許宏志弟兄	司	獻招待	—	朱惠蓉姊妹

◇主日禮拜程序◇+

以詩歌讚美來敬拜 主

1·唱詩	1. 愛可以再多一點點	司	會
	2. 願意愛你		
	3. 祢恩典不離開		

以同聲禱告敬拜 主

2·認罪	認罪禱告	會眾站立
聖潔的上帝，慈悲的天父，求祢按著祢的恩惠，眷顧我這軟弱可憐的罪人，我在心思、言語、行為，多回違背了祢的旨意，也覺得心中有許多隱惡，哀求天父，發大慈悲，因耶穌基督的功勞，憐憫我，饒恕我，主阿！垂憐俯聽我的禱告，阿們。		

3·宣赦	約翰一書 1:9	會眾站立
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，洗淨我一切的不義。		

4·宣赦	使徒信經	會眾站立
------	------	------

以虛心領受來敬拜主

5·聖經	創世記 29:31-35	講	員
6·信息	被人輕視，被神重視		

以感恩奉獻來敬拜 主

7·奉獻	以何獻主	會	眾
------	------	---	---

以領受祝福來敬拜 主

8·問安	彼此相愛	會	眾
9·祝福	阿們頌		

# 會務報告

## 一、前週聚會概況

時間	週日						週三	週五	週六
聚會	主日	兒主	青少年	青年	社青	弟兄	樂活團契	禱告會	品格營
人數	37	15	6	9	5	6	13	11	24

## 二、奉獻徵信

主日奉獻	(05)	(06)	(26)	(28)	(36)	( )	( )
2200	500	1300	2000	4000	3000		

## 三、聖工消息

1. 歡迎第一次來到明穗教會的新朋友，期待您加入明穗的大家庭。聚會結束有愛宴，邀請所有人留下享用午餐。
2. 有訂閱靈修素材「復興每一天」的弟兄姊妹，四月份的已經送達，請洽建榮牧師。
3. 下周 3/23 主日下午小組結束後，將召開聖工委員會，請同工預留時間參加。
4. 建榮、瑩真牧師 3/20 上午將參加芥菜種基金會會議。

## 四、聖工服事

	講員	司會	司琴	簡報	音響	司獻	兒主	收餐	清碗 洗盤	週五 禱告會	
03 月 16 日	何 建 榮	許 宏 志	蘇 珺 心	陳 夢 縈	陳 岳 豪	張 元 睿	朱 慧 蓉	同 工	同 工	03 月 21 日	何 建 榮
03 月 23 日	陳 瑩 真	劉 迦 勒	陳 迦 勒	黃 彩 容	陳 夢 縈	許 宏 志	呂 卓 靈	同 工	同 工	03 月 28 日	陳 瑩 真

## 【小故事分享】適度休息（取材自靈命日糧）

耶和華在六日之內造天、地、海……，第七日就歇息了。——出埃及記 20 章 11 節，新譯本 美國的跑步教練傑夫·蓋洛威 (Jeff Galloway) 是前奧運長跑選手，他所教導的馬拉松訓練法顛覆了一般人的認知。他所提倡的「跑走跑訓練法」，常令新手或經驗豐富的馬拉松跑者感到訝異。這種訓練法是在規定的時間內，跑步穿插短時間的步行，兩者交替進行。這個方法的前提是：短暫的間歇性步行能讓身體得到短暫的休息，使跑步者能比那些全程 42 公里只用跑步的人，更快抵達終點。

適度休息的重要性並不僅限於跑步，還有助於維持生活中長時間勞動所需的能量。從出埃及記開始，整本聖經都有類似的教導。在舊約中，休息是上帝完成創造之工後所確立的作息規律：在工作六天後，「第七日是向耶和華你上帝當守的安息日」（出埃及記 20 章 10 節），因為上帝「造天、地、海和其中的萬物，第七日便安息」（11 節）。

身為基督徒，聖經對於我們每隔多久應該休息並沒有明確的規定（羅馬書 14 章 5-6 節；歌羅西書 2 章 16-17 節）。無論我們在何時或採用何種方式休息，主要的目的是為了消除疲勞、恢復精力。選擇休息也是信靠上帝的一種方式，即相信祂會信實地供應我們的需要，畢竟我們不需要（也不可能）一路奔跑不停歇。

## 【感恩與代禱】

1. 請為以巴衝突、烏俄戰爭和世界上的衝突代禱，求主賜下和平，保守戰爭儘快落幕。
2. 請為總會向內政部申請財產清冊造冊、明穗教會新舊禮拜堂買賣順利代禱，也請為買賣差額代禱。
3. 請為弟兄姊妹每日渴望與主親近，與主建立美好的關係代禱。
4. 為新教會附近的百姓禱告，求主讓我們能向附近的百姓傳揚耶穌基督的福音。也為弟兄姊妹全家歸主禱告，求主賜下憐憫及恩典，讓他們能夠一同領受救恩。