

主日禮拜直播影片



教會奉獻帳戶：元大銀行三重分行
戶名：台灣基督長老教會重新教會
銀行代碼：806
帳號：00108265692012
若有匯款，請通知教會辦公室。

4月28日 全教會野外禮拜
主後 2024 第 17 週



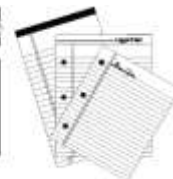
4/28	啟示錄 16 章	5/2	啟示錄 20 章
4/29	啟示錄 17 章	5/3	啟示錄 21 章
4/30	啟示錄 18 章	5/4	啟示錄 22 章
5/1	啟示錄 19 章	5/5	創世記 1 章



- 5 下主日(5/5)為北區大專事工奉獻主日
- 5 下主日(5/5)下午召開定期小會
- 5 北中訂 5/4(週六)舉辦進階長執在職訓練會
- 5 培育課程 E1 成長班
- 5 培育課程 E2 門徒班
- 5 訂 5/12(主日)舉行本會第三次聖禮典
- 5 領取 2023 年個人奉獻證明
- 5 肢體交通與代禱事項

本週信息：因連結而健康

經文：約翰福音 15:1-10、16-17



日期	星期	重要事項
◆4月28日	日	全教會野外禮拜/
◆5月5日	日	北區大專事工紀念主日/小會
◆5月12日	日	第三次聖禮典/母親節感恩禮拜/什一奉獻主日/
◆5月19日	日	聖靈降臨節/上半年度福音主日-吳英俊宣教士/牧養會議
◆5月26日	日	玉神奉獻主日/屬靈家長及小組長訓練會
◆6月2日	日	青少年牧區主日/長執會
◆6月9日	日	什一奉獻主日/
◆6月10日	一	端午節
◆6月15日	六	中會進階長職訓練(大稻埕教會)-
◆6月16日	日	總會事工奉獻主日
◆6月22日	六	財務講習會-士林教會
◆6月23日	日	泰雅爾中會南澳教會

下週信息：培養喊讚的眼光！

經文：創世記 1:31-2:3

全教會聯合野外禮拜程序

主禮：林文良牧師

司禮：林仁堅長老

宣 召.....司 禮
詩歌讚美DREAM 敬拜團

1. 耶和華行了大事

(1)耶和華已經為我們行了大事，祂鋪張雲彩當遮蓋，夜間使火光照。

耶和華已經為我們行了大事，祂在乾旱之處使水流成河。

[副歌]

我們要歡呼，述說祂的作為，我們依靠神，就能施展大能。

我們要歌頌，要歡呼，述說祂的作為，

我們依靠神，就能施展大能。

(2)耶和華已經為我們行了大事，祂命令狂風止息，那波浪就平靜。

耶和華已經為我們行了大事，祂張開雙手，我們就得飽足。

[橋段]

祂必帶領選民歡呼向前，祂將列國的地賜給我們。

祂必帶領選民歡呼向前，祂將列國的地賜給我們。

2. 歡然取水

因你救恩的泉源，我們歡然取水，在每一天當稱頌讚美。

因你救恩的泉源，我們歡然取水，在每一天當稱頌讚美。

[副歌]

讓我們舉右手喔！舉左手喔！拍拍雙手。

拍右肩呀！拍左肩呀！我是公主（王子）。

讓我們扭扭腰呀！甩甩頭呀！盡情搖擺。

張開雙臂大聲說，哈利路亞！

祈 禱.....司 禮
聖 經約翰福音 15:1-10、16-17.....司 禮

1. 「我是真葡萄樹，我父是栽培的人。2. 凡屬我不結果子的枝子，他就剪去；凡結果子的，他就修理乾淨，使枝子結果子更多。3. 現在你們因我講給你們的道，已經乾淨了。4. 你們要常在我裡面，我也常在你們裡面。枝子若不常在葡萄樹上，自己就不能結果子；你們若不常在我裡面，也是這樣。5. 我是葡萄樹，你們是枝子。常

在我裡面的，我也常在他裡面，這人就多結果子；因為離了我，你們就不能做甚麼。6. 人若不常在我裡面，就像枝子丟在外面枯乾，人拾起來，扔在火裡燒了。7. 你們若常在我裡面，我的話也常在你們裡面，凡你們所願意的，祈求，就給你們成就。8. 你們多結果子，我父就因此得榮耀，你們也就是我的門徒了。9. 我愛你們，正如父愛我一樣；你們要常在我的愛裡。10. 你們若遵守我的命令，就常在我的愛裡，正如我遵守了我父的命令，常在他的愛裡。

16. 不是你們揀選了我，是我揀選了你們，並且分派你們去結果子，叫你們的果子常存，使你們奉我的名，無論向父求甚麼，他就賜給你們。17. 我這樣吩咐你們，是要叫你們彼此相愛。」

講	道	「因連結而健康」.....	主	禮
祈	禱		主	禮
▲ 奉	獻	獻上自己.....	司	獻
事工報告			司	禮
▲ 詩	歌	一切歌頌讚美.....	會	眾
一切歌頌讚美，都歸我主我的神，祢是配得歌頌與讚美。				
我們高聲呼喊，高舉耶穌之名，哈利路亞。				
讚美主！哈利路亞！讚美主！哈利路亞！哈利路亞！				
讚美主！哈利路亞！讚美主！哈利路亞！哈利路亞！				
▲ 祝	禱	（祝禱後全體大合照）.....	主	禮
默	禱		會	眾

聖工服事	本 週		下 週	
	全教會野外禮拜 上午 11:00 聯合禮拜		第一場台語禮拜 (上午 9:30)	第二場華語禮拜 (上午 11:00)
主 禮	林文良牧師		徐儀芬傳道師	
司 禮	林仁堅		林淑彩	
司 琴	—	—	潘翊丰	潘嫻如
司 獻	雷慧敏、李月女	—	彭瑞旺、陳美鳳	陳翠娥、陳俞甄
敬拜讚美	DREAM 敬拜團	—	—	撒拉弗 敬拜詩班
音 控	吳青峯	—	吳青峯	吳青峯
一樓招待	詹烜炎、許崑淵 張美麗、黃麗卿	—	楊明樹、許明珠	—
二樓招待	—	—	洪哲偉、陳美鳳	陳俞甄、黃于馨
司值長老/執事	胡瑞娟/周美桃、陳翠娥		林信欣/陳建民、蔡淑閔	

本週小組聚會(4/28~5/4)

一、凝聚：舒適環境、破冰活動(15分鐘)

二、榮耀：為榮耀上帝而唱，生活見證(20分鐘)

三、成長：分享實踐上帝的話使生命得到成長；分享單獨會主 QT 領受(45 分鐘)

(1)信息傳遞：聖經：約翰福音 15:1-10、16-17 (15 分鐘)

講道大綱及筆記欄(主日禮拜講題：因連結而健康)

1. 全教會野外禮拜乃信仰大家庭肢體彼此連結，以及遊賞造物主上帝創造美景的美好時光。
2. 葡萄樹結果子是植物健康生命的自然現象。
3. 耶穌的教導告訴我們：我和祢、我和他、我和大自然之間和諧的關係。
4. 教會眾肢體健康連結，彼此相愛，和諧合一，必定結實累累。

(2)問題討論：上帝的話向我們說些甚麼？(30 分鐘)

- 1.
- 2.
- 3.

四、出發：(10 分鐘)

※為《生命冊》設定對象代禱。為本週關懷行動、關懷活動代禱。

※若你尚未受洗，歡迎向牧師、小組長報名洗禮，以利安排受洗課程。

五、加速：(10 分鐘)

※傳遞教會消息。小組參與教會服事代禱。為教會事工代禱。



本會消息



1. 本主日舉辦全教會野外禮拜

今日全體信徒兄姐搭 5 部遊覽車前來苗栗花露農場舉行野外禮拜，在主裡彼此連結，出入腳步蒙主保守。

08:00 三重體育館出發

11:00 抵達花露農場

11:00-12:00 做禮拜

12:10-13:00 午餐

13:00-14:30 自由活動遊賞園區

14:40-15:10 草坪廣場團康、集合搭車

15:40-16:10 拌手禮購物

16:10 返程（車上享用便當晚餐）

預計 19:00 抵達三重，回到溫馨的家

2. 下主日(5/5)為北區大專事工奉獻主日

台北大專學生中心委派全職輔導同工楊閔皓弟兄蒞會報告。

3. 下主日(5/5)召開定期小會

下午 1:00 在佳音館會議室舉行，請小會員致意出席。請報名接受成人洗禮者：黃明方弟兄列席參加。

4. 培育課程 E1 成長班

本週四(5/2)晚上 7:30 在禧年館上課，第七課：聖靈充滿的基督徒，會前禱告：李月女姐妹，破冰：黃麗卿姐妹，敬拜讚美：儀芬傳道師，教課：林牧師。請所有學員致意上課。

5. 培育課程 E2 門徒班

本週三(5/1)晚上 7:30 在禧年館上課，第八課：贏得屬天的產業，會前禱告：盧文烈弟兄，破冰：陳雪玲姐妹，敬拜讚美：張淑鏗姐妹，教課：師母。請所有學員致意上課。

6. 台北中會訂 5/4(週六)上午 9:00 在大稻埕教會舉辦 2024 年初階長執在職訓練會，講師：廖繼成牧師，請長執儘快向范順彰執事報名，本主日報名截止，詳閱布告欄。

7. 第三次聖禮典

訂 5/12(主日)舉行，欲接受洗禮或堅信禮者，請向冠儀幹事報名。



肢體交通&代禱事項



1. 肢體代禱

在家靜養：

陳玉山(朱敏莉姐先生)、宋錦文(高秀蘭姐先生)、黃素蘭、林煦恩、林陳笑、楊秀圓(熊慶春長老娘)、許香、陳信結(王金美姐先生)、林芙美(范順彰兄母親)、葉美德(湯牧師母親)、蔡哲雄(鄭秀燕姐先生)。

長照安養：

楊洪凌(土城健生護理之家)。

出國工作者：

林育甫(澳洲)、林延安(馬尼拉)、官翰傑(荷蘭)、鄭春山(杭州)。



教界消息



1. 北中松年部 2024 春季國外靈修

日期：5/13~17(週一~五)，地點：日本關西五日~京、阪、神、奈良四都五日遊，額滿為止。詳閱布告欄。

2. 2024 年客家宣教策略研討會

由長老教會客家宣教基金會主辦，時間：5/27~29(週一~二)，地點：斗六市三好國際飯店，5/2 報名截止，詳閱布告欄。



奉獻徵信



☞月定獻金 上週小計：41,800

☞聯合禮拜主日獻金 上週小計：11,631

☞節期-母親節奉獻 上週小計：1,000

☞感恩奉獻 上週小計：10,900

☞建堂基金奉獻 上週小計：152,500

◎2024 年建堂基金累計 1,122,300 元
(1/1-4/21)

☞對外-大眾傳播中心奉獻主日
上週小計：14,000

☞開拓基金 上週小計：3,600



本會其他活動



敬拜詩班

- 1) 本主日全教會野外禮拜，詩班暫停獻詩。
- 2) 下主日(5/5)獻詩曲目：同心讚美天父。

第二場禮拜事工

下主日(5/5)由撒拉弗敬拜詩班主領敬拜，敬拜詩歌的曲目：1. 讚嘆敬畏、2. 我心屬於祢；回應詩：全能的創造主。

◆社區部消息

松年中心第 33 期開學，6/20 結業式，共 16 堂，本期報名 36 人。

日期	課程內容	講員
5/2	陶笛音樂分享會	陶笛班
5/9	環島之路	謝惠聰長老
5/16	律動課：肌力探索	蘇庭儀姐妹

第六牧區近期聚會

日期	盼望	橘色思
4/28	全教會野外禮拜- 小組暫停	
5/5	靈命日糧- 輔導群	

兒童牧區近期聚會**◆聖經故事分享：**

4/28聖經故事主題：全教會野外禮拜
暫停乙次

5/5聖經故事主題：士師的時代-基甸

與三百勇士**◆主日聚會時間：**

上午9：00-10：30於禧年館

日期	詩歌、司琴	故事信息	招待
4/28	野外禮拜 暫停乙次	—	—
5/5	依文老師	佩蓉老師	希恩 以晨

◆本週故事主題為「基甸信心的建立」，本課故事講述基甸因為拆毀巴力的祭壇，導致以色列人想要將他處死，但基甸的父親約阿施為此站出來對以色列人說：「由巴力為自己辯護吧！」以巴力無法為自己辯護，對照上帝透過羊毛和露水回應基甸的求證。而基甸也因親眼看見上帝超乎人所能理解的回應，重新建立自己與上帝之間的關係。

◆本週的故事要告訴小朋友，透過基甸拆毀巴力祭壇以及向上帝求證據的故事，教導小朋友唯有上帝是我們的倚靠，任何會阻礙我們親近上帝的偶像都要移除。唯有信靠上帝、不懷疑，他必與我們同在。本週金句：「要把你自己交託上主；信靠他，他會幫助你」(詩篇 37：5)。

◆本主日(4/28)為全教會野外禮拜，主日學故事信息將連同下週故事信息，於下個主日(5/3)在主日學聚會時與小朋友分享，歡迎家長與小朋友一同到主日學聆聽神的話語。

2024/4/20 設教 67 週年
培靈會-講師張志偉牧師



2024.4.21 主日講章

操練敬虔的運動場

講師：張志偉牧師

經文：提摩太前書4:6-10

(一)前言：

現在各個縣市的健身房俱樂部非常盛行，很多年輕人為了有美麗的外觀、保持良好身材而努力的健身，甚至參加會員，每週例行性地鍛煉。當然，通過鍛煉和營養食品來照顧自己的身體是好事，因為身體是上帝賜予我們的珍貴禮物；我們需要好好照顧它。然而，保羅在今天的經文中竟然告訴年輕的教會領袖提摩太，說：「操練身體，益處還少；惟獨敬虔，凡事都有益處…。」（8節）經文似乎告訴我們，即使人再怎麼努力訓練自己的身體，益處非常很少，也短暫。但是，操練敬虔、操練信仰屬靈的肌肉，卻有「今生和來生的應許！」保羅用一個當時盛行的羅馬帝國運動場訓練的隱喻，來表達基督徒的信仰如同運動場的操練；同樣地，也指出一位教會領袖必須是身體力行地，活出有的信仰生命特質的展現，這樣才能夠承受永恆的應許！

他對提摩太說：「操練身體，益處還少。」這樣隱喻很恰當，因為體育訓練是希臘、羅馬文化教育與文化的重要組成部分。一位成熟和有地位的年輕人需要接受體育的訓練。當時除了接受哲學、邏輯學和數學方面的教育外，年輕人還要接受體育方面的教育，例如：短跑和長跑的密集課程，上標槍、鐵餅和摔跤的課程，因為對希臘羅馬人來說，有強健的體魄會直接影響人的知性思考能力和意志力，兩者是息息相關，任何一位希望在社會階梯上更上一層樓的人，都會確保自己擁有強健的體魄！

提摩太是一位希臘人的後裔（徒 16:1），所以在他早年的時候，很可能在接受希臘教育時，也花時間在運動場上進行訓練。但保羅卻告訴他，所有這些外在的鍛煉都是有限的，只是暫時的益處！「惟獨敬虔，凡事都有益處。」（4:8）

(二)本論：

一、世俗的挑戰

為什麼保羅要這樣對提摩太說？主要是因為提摩太很年輕就要在以弗所牧養教會，成為教會領袖。他成為教會領袖最棘手的問題是，教會中假教師的錯誤教導和謊言正散播在群眾中。又有甚者，反對提摩太所做的工作。面對這樣的情況，他似乎開始懷疑自己是否真的能勝任領袖的工作。

這些錯誤的教導和謊言是什麼？提摩太前書四章 1-3 節提到：「...在後來的時候，必有人離棄真道，聽從那引誘人的邪靈和鬼魔的道理。這是因為說謊之人的假冒；這等人的良心，如同被熱鐵烙慣了一般。他們禁止嫁娶，又禁戒食物，就是上帝所造叫那信而明白真道的人，感謝著領受的。」所以，錯誤的教導跟「嫁娶（婚姻）」和「食物」有關！

弟兄姊妹！我們現今的教會跟提摩太的教會也像，不是嗎？我們也受到許多錯誤的教導和世俗的價值觀所襲擊，特別也是和「嫁娶（婚姻）」和「食物」有關！從聖經的教導，婚姻在上帝面前是非常神聖，因為二人成為一體是在上帝和眾人面前的一個「委身的誓約」。「委身」的意思是我的全部生命是屬於另外一半的一部份，是一種為了伴侶，我需要犧牲、我需要改變、我需要給予，因我們是一體。正如，你／妳的喜樂就是我的喜樂，我的悲傷就是你／妳的悲傷；你我一同經歷喜怒哀樂。這樣的生命是需要接受訓練和挑戰的。如果你／妳有跑過兩

人三腳，就知道要同跑而不跌倒是需要訓練的。經過訓練後，兩個人才可跑得如同一人一樣。

但是，我們的社會告訴我們，婚姻不重要，只要兩個人在一起，為什麼需要結婚的誓約呢？許多人會說：「婚姻太麻煩，我們只要相愛在一起就好。」但是，如果愛她／他為什麼不敢在眾人面前承諾呢？難到不敢承諾是期待分開後也比較方便嗎？如果在一起有小孩呢？這個小孩就沒有婚姻的保障了，不是嗎？

對於婚姻價值的洗腦也可以在電視媒體廣告上看到，當我們看電視，似乎人一個幻覺就是，指出婚姻就是要帶金鑽、掛金鍊。這個圖畫讓人覺得，好像沒有金鍊就不是婚姻。人往往都會嚮往黃金和鑽石的光澤，但是常常忘記黃金和鑽石需要經過淬鍊的過程；或是，我們認為婚姻就是美麗的婚紗、帥氣的西裝，而忘記了，其實婚姻最重要的不是外表，而是生命中的自我犧牲和委身。這個委身表達的是，兩人成為一體的運動員，是需要不斷地在不同之處彼此訓練對話、包容、體諒、饒恕。

同樣地，電視廣告有關於「食物」的推銷更是比比皆是，告訴人：「喝了蠻牛就會像牛一樣，充滿體力！」好像不用睡覺，只要喝蠻牛就可以維持體力一樣。或是，喝了在上，就會變成「捍（汗）衛（味）戰士」，成為「福氣」的人；但是，卻不告訴人，過量飲食和狂飲會造成疾病。廣告只是一味著倡導：只要買來喝了、吃了就對了。

然而，保羅提醒提摩太不要被世俗欺騙性的話語所迷惑。第6節，保羅提到「你若將這些事提醒弟兄們，便是基督耶穌的好執事，在真道的話語，和你向來所服從的善道上，得了教育。」這裡的「好執事」指的是「好僕人」、「好管家」的意思。成為好僕人就是在「所服從的善道上。」「善道」就是上帝的話語上受教育。保羅指出該如何分辨錯誤教導，並分辨一些對會眾樹立那種有害榜樣？保羅的回答很簡單。他說，提摩太能做的第一件也是最重要的一件事，就是在個人在群體的敬虔上成長，並且在讀上帝的話語嘗試活出更像基督的生命。

教會的領袖甚至是基督徒必須虔誠地領受上帝的話語，並且積極參與在服事的事工上，成為身體力行的榜樣，還要最專注於上帝的榮耀，但「要棄絕世俗的語言和老婦荒渺的話語，在敬虔上操練自己。操練身體，益處還少；惟獨敬虔，凡事都有益處，因有今生和來生的應許。」（4:7-8）

二、運動員的隱喻

保羅提醒提摩太，體育在身體的鍛煉上是有益的，但是「它收益很少。」希臘文可以理解是，身體的訓練有益處，但是很少、也很短暫；這裡指出有空間和時間的限制。經文很清楚讓我們確實地知道一個現實，人在怎麼年輕，終會衰退變老，再怎麼強壯的人也會隨著年紀而漸漸地虛弱、退化。就如同先知在以賽亞書四十章30節說：「就是少年人也要疲乏困倦、強壯的也必全然跌倒。」

確實是如此，我們看運動員的球齡就知道，過去在我年輕時，最崇拜的NBA的飛人麥克喬丹，因為他獲得許多的總冠軍。但是現在，我跟國小生和國中生說：「喬丹是最強的球員。」年輕人卻跟我說：「誰是喬丹，我不認識。我只認識Curry、詹姆士。」這才意識到，我的時代和他們的時代已經不同了。雖然是如此，我們也可以再問：「在幾年後，誰會認識Curry呢？」

或許現在你可以無所不用其極的成為人類舞台的強者，成為球場上、舞台上聲名顯赫的人物，但是名聲和掌聲到底會多久呢？現在妳可能在形象和外表上花費大量的時間，被世人讚美是身材修長的九頭身美女，讓人羨慕不已；但是，好景將不長在，衰退終將到來。每個人都會在某個時候老化、疲倦，甚至跌倒。怪不得保羅說的對：操練身體益處很少、時間很短。

但是，對比於「敬虔」在「凡是都有益處。」首先，我們應該明白，敬虔是一種獻給上帝的生活。操練敬虔跟運動員的自我訓練是一樣的，必須要有規律的訓練和健康的飲食。所以，基本上一位敬虔的基督徒是願意在信仰的真理被滋養的人，也必須是經常以聖經（上帝的話語）為食的人。

操練專注上帝話語，是通過聚會、團契的日常訓練保持靈性的體魄。這不僅適用於教會領導者，也適用於每一個基督徒。只有與聖經的話語和教會同工彼此的服事中，才能使教會群體擁有敬虔的肌肉和屬靈的耐力。正如人想健身、減肥、鍛煉肌肉，就必須花時間去做；每周僅僅遛一次狗，並不足以讓你／妳變得更健美。要想取得好的效果，你需要一個計畫，一個每天訓練的時間表。

靈性的訓練也是如此嗎？我們需要深思熟慮，需要自律和規律的生活習慣。不能只是偶爾來聚會，而不參加禱告會，或是不參與服事。靈性的操練的需要，除了個人規律的讀經生活，也需要在教會被牧者、團契中靈性上的餵養，更需要教會群體的幫補和扶持。在這樣的互動中，我們透過個人彼此的恩賜來彼此服事、成全，讓教會成為基督健全合一的身體。

我們都應該承認，讀經很容易被擱置一邊。總是有其他事情要做，有更緊急的事情，或者更令人愉快的事情。或者，當我們開始為靈修而讀經時，我們可能會採取一種過於隨意的態度，快速掃視一下，然後就走人。我擔心，這種方法就像每天做十個仰臥起坐一樣，在身體的體質上是不會有什麼真正的改變。這不是在敬虔上成長的方法。

真正瞭解真理、學習查驗真理是需要付出努力和規律的時間安排。成為一位運動員會有很多的誘惑，有人會說我們一起去狂歡、狂飲，反正宿醉玩了再去練球。但是，這可能在短時間看不到衰退跡象，但是三年後，很快就會看到明顯的差距。

那麼，我們的訓練包括哪些內容呢？首先，敬虔的訓練要求我們去教會聆聽上帝的話語。個人靈修和家庭靈修是該計畫的另一個關鍵部分。這些靈修是我們每天的核心，我們的敬虔可以圍繞這些核心的肌群來，透過讀經、思考、談論經文、代禱、鼓勵、分享，因為以這些規律的基本動作成為我們屬靈健康的基礎。

最後，也是基督徒常常忽略的，就是參與服事。基督徒被呼召的目的是成為一位投入事奉者。這早在舊約上帝呼召摩西讓以色列民初埃及時，上帝的目的很清楚，說：「我必與你同在。你將百姓從埃及領出來之後，你們必在這山上事奉我；這就是我打發你去的證據。」今天的經文提醒要操練敬虔，12 節：「...總要在言語、行為、愛心、信心和清潔上都做信徒的榜樣，要以宣讀、勸勉、教導為念，直到我再來。」這就是屬靈操練的基礎，這樣就會有今生和來生的應許！！

三、開往天堂的巴士

英國有一位有名的基督徒文學家 C·S·路易斯，他寫一本書《開往天堂巴士》。這本書描述一位主角開往天堂的情況。這位主角被描述是要從世界要往一個奇幻的天堂世界。當他開啟天堂的旅程，終於到了那個奇幻世界。但是他發現，到那裡的世界的任何事物（花草樹木）都非常的真實。相反地，自己的身體卻是如此的空虛，當他要摘花來欣賞，卻發現摘不斷；要搬運那裡的石頭幾乎也搬不動，因為他的身體太虛弱、太虛空，於是他也發現，當他的腳踩在草上時，甚至地上的草的可以穿過他的腳。他說：「我在那天堂裡非常虛空。」

書籍原文如此提到：「那個地方…比我們國家的東西要堅固得多，相比之下，人就像幽靈一樣。我突發奇想，彎下腰試圖摘下一朵長在腳邊的雛菊。莖不會折斷。我試著擰它，可它就是不擰。我拽得額頭冒汗，手上的皮也掉了一大半。小花很硬，不像木頭，甚至不像鐵，而是像鑽石。…我注意到，我不僅能看

到腳間的草，還能透過它們看到草。我也成了一個幽靈。誰能讓我用語言來表達這一發現的驚恐呢？天哪！我想：「這次我死定了。我不喜歡這樣！我不喜歡！我不喜歡！」（第三章）

這一段話對我們基督徒有很大的省思。他說，若我們在世上的生活是習慣於世俗的虛假，並且接受虛假的教導，我們的生命得非常空虛，沒有實質的重量和價值。這樣的生命如果到上帝國的天堂時，這些花草樹木都比我們的生命更真實，甚至草都比我們正真實，因為所有天上的受造物都是真實地，而你／妳是如此的虛假！

弟兄姐妹，我們要如何，在耶穌再來的時候，進入上帝國的同時，也可以適應天國的生命呢？我們如何可以有真實的屬靈生命和健康的身體體質，活在上帝國裡呢？文學家 C·S·路易斯提醒基督徒，可以適應天上永恆的生活唯一的方法就是先在地上操練自己的生命，操練自己的屬靈的身體，這樣我們才可以真實地活在上帝永恆的國度裡。那麼，這個屬靈的身體要怎麼訓練，才可以有今生和來世的應許呢？

只有當我們自己先在教會群體中操練，才我有實體的屬靈身體，讓我們真實地到那時候，很自然地活出符合天堂生命的具體生命展現。如果我們在地上對於屬天的話語無動於衷，對於在教會群體的服事、聚會、敬拜都不在乎，也覺得很痛苦，無法專注；那麼，即使今天耶穌基督來，上帝國進到你／妳的生命，你／妳無法適應，也無法承受，因為在那裏你／妳比草都不如，因為草都比你更真實！

啟示錄透露了一點屬天耶路撒冷的景象，那是充滿敬拜、頌讚和充滿愛的地方，但是你在地上從不操練敬虔、敬拜，也不服事，更不懂的關懷和愛人。即使天堂來臨，你也會像書籍的作者所說的一樣：我死定，我不喜歡！

打過籃球比賽一定都會知道，如果你 10 年前是一位在學校的籃球校隊，經過 10 年你都沒有運動，也沒有比過賽；突然，今天有一場比賽要比。於是，你／妳突然上場比賽。各位弟兄姊妹！您們知道這個人會發生什麼事嗎？

必定會昏倒，嘔吐，送醫院，最後被淘汰！同樣地，如果今天耶穌突然來，上帝國突然臨到，你／妳想要進入屬天的生命，你／妳也會暈倒、嘔吐，因為你／妳的生命在世上沒有足夠的屬靈操練。到時候就會被棄絕、淘汰，失去永恆來世的應許！

(三)結論：

各位弟兄姊妹！在地上敬虔的訓練和未來永生的屬靈生命是連結在一起的，我們現在的時刻就是鍛煉屬天生命的最佳時機，不僅是在主日崇拜的寧靜中，也不是參與查經班、禱告會和服事的屬靈氣氛中，更事是在每天的服事和見證裡。敬虔操練為將來的生命帶來應許，當我們在今生真正認識上帝時，我們也會在永恆中真實地與他連結。當我們在今生完全獻身於他時，我們在永恆中也會獻身於祂。操練敬虔，是一項與永恆連結的事情。如同哥林多前書九章 25 節，保羅也用體育的隱喻，說：「凡爭競得勝的，凡事都有節制。」

所以，運動員必須自律。就像今天一樣，當時的運動員會傾盡全力為在體育場上的大型表演、大型比賽做好準備。切記！你／妳可能年輕氣盛，也可能年老體衰，但要甩掉一切阻礙，甩掉容易纏繞的罪，堅持不懈地跑完為你／妳定下的路程。在我們的屬靈訓練中，在我們的敬虔操練中，在我們通過上帝話語奔跑的過程中，讓我們定睛仰望為我們信心創始成終的耶穌。因為當我們訓練有素，當我們跑出好成績，全心全意投入其中時，我們就會看到救主站在終點線上，隨時準備為我們加冕！

默想聖經人物

七燈臺與所羅巴伯

●經文：「那與我說話的天使又來叫醒我，……他問我說，你看見了什麼；我說，我看見了一個純金的燈臺，頂上有燈盞；燈，臺上有七盞燈，每盞有七個管子。旁邊有兩棵橄欖樹，一棵在燈盞的右邊，一棵在燈盞的左邊。我問……天使說主啊，這是什麼意思。……天使回答我說，你不知道。……嗎；……他對我說，這是耶和華指示所羅巴伯的；萬軍之耶和華說，不是倚靠勢力，不是倚靠才能，乃是倚靠我的靈，方能成事。」（撒迦利亞書四：1-6）「有一主日我被聖靈感動，聽見在我後面有大聲音如吹號……我轉過身來要看看是誰的聲音在跟我說話。我一轉過來，看見了七個金燈臺。」（啟示錄一：10、12）

若有人在神的工作被毀之後，決心要將一批沮喪的餘民從混亂中解脫出來，他都會瞭解到當時所羅巴伯是多麼需要神話語的鼓勵。他不是什麼大英雄，也不是有本事的政治家，更非雄辯的演說家，卻只是一個面臨重大挑戰的小人物。神為他以及一切同樣遭遇的人，賜下滿有盼望的信息，藉著燈臺和湧流的金油之異象表達出來。成功不是憑人的才幹和努力所能取得的，乃是靠聖靈的膏油。不必耗費時間去悲歎自己沒有才略，因為縱使你有才幹，也不會使你在屬靈上更傑出，最要緊的是去經歷不止息地湧流的聖靈。

安提帕

●經文：「你要寫信給別迦摩教會的使者，說，那有兩刃利劍的說，我知道你的居所，……當我忠心的見證人安提帕在你們中間，撒但所住的地方被殺之時，你還堅守我的名，沒有棄絕我的道。然而……我要責備你，……有人服從了巴蘭的教訓；……也有人照樣服從了尼哥拉一黨人的教訓。……若不悔改，我就快臨到你那裏，用我口中的劍，攻擊他們。聖靈向眾教會所說的話，凡有耳的，就應當聽。得勝的，我必將那隱藏的嗎哪賜給他；並賜他一塊白石，石上寫著新名……。」（啟示錄二：12-17）

當教父亞他那修堅持基督的神性時，有人告訴他全世界都反對他了，他莊嚴地回答：“那麼，我就反對全世界。”安提帕的名字意思是“反對一切”，這人似乎擁有同樣勇敢的信心。神尊榮他和別迦摩的信徒，把他們安放在“撒但的大本營中”，有時我們也好像遭遇同樣的事。為什麼神這樣對待祂的僕人？安提帕這樣做，乃因他曉得：耶穌基督這位“忠心見證人”，能賜給每位“安提帕”足夠的恩典去作忠心的見證。這恩典稱為“隱藏的嗎哪”，足以扶持並且穩固每一位受試煉的神僕。

日期	本週聚會	本週聚會內容	上週聚會報告	
4/28 主日	第一場禮拜 禮拜 09:30	講題：因連結而健康 聖經：約翰福音 15:1-10、16-17 講道：林文良牧師	出席 獻金	聯合禮拜 170 人 11,631 元
	第二場禮拜 禮拜 11:00		出席 獻金	—人 —元
	第一牧區	迦勒小組~11:00 於忍耐教室	出席	聯合禮拜小組暫停
		多加小組~11:00 於和平教室	出席	聯合禮拜小組暫停
	第二牧區	路得小組~11:00 於信實教室	出席	聯合禮拜小組暫停
		路加小組~11:00 於忍耐教室	出席	聯合禮拜小組暫停
		路義思小組~11:00 於喜樂教室	出席	聯合禮拜小組暫停
	第三牧區	蒙恩小組~13:30 於禧年館	出席	聯合禮拜小組暫停
		蒙福小組~12:30 於忍耐教室	出席	聯合禮拜小組暫停
		恩惠小組~13:30 於和平教室	出席	聯合禮拜小組暫停
	主日學/兒童牧區	8:45-11:00 於禧年館	出席 獻金	老師 6 人.學生 12 人 230 元
	第五牧區	想想小組~13:30 於喜樂教室	出席	隔週聚會
	第六牧區 (青少年牧區)	橘色思小組~9:00 於佳音館溫柔教室	出席	聯合禮拜小組暫停 —元
		盼望小組~9:00 於佳音館溫柔教室	出席	
	第七牧區 (社青、小家牧區)	約書亞小組~13:30 於佳音館溫柔教室	出席	本週暫停
		感動小組~13:30 於副堂	出席	隔週聚會
	第五牧區	以馬內利小組~13:00 於禧年館	出席	隔週聚會
	敬拜詩班 8:30	主理：潘茂涼老師，11:00 於禧年館	出席	15 人
	陶笛班	13:00~14:30 信實教室	出席	本週暫停
4/30 拜二	培育課程	19:30~21:15 禧年館	出席	—
	健走班		出席	大溪月眉濕地 14 人
5/1 拜三	E2 門徒班	19:30~21:30 禧年館	出席	6 人
5/2 拜四	松年中心	9:30~11:40 一樓副堂	出席	35 人
	陶笛班	13:00~14:30 一樓副堂	出席	9 人
	讀經班	13:30~15:00 禧年館	出席	9 人
	E1 成長班	19:30~21:30 禧年館	出席	6 人
5/3 拜五	基要真理班	19:30~21:30 禧年館	出席	—
	第四牧區	恩典小組~20:00 於良善教室	出席	聯合關懷探訪 19 人
		恩慈小組~20:00 於副堂	出席	
	第八牧區	活水小組~20:00 於依文長老家	出席	隔週聚會
		泉源小組~20:00 於禧年館	出席	隔週聚會
5/4 拜六	早禱會	09:00~10:15 於副堂	出席	9 人
	律動班	11:00~12:00 禧年館	出席	7 人
	以勒敬拜團 16:00	本堂二樓禮拜堂	出席	本週暫停
	DREAM 敬拜團 16:00	本堂二樓禮拜堂	出席	3 人
	撒拉弗敬拜詩班 19:30	本堂二樓禮拜堂	出席	12 人