

### 培養均衡的禱告

張潔儀宣教師

培養均衡禱告需要一個典範來避免失衡。若果沒有一個典範，我們的禱告很容易流於偏頗，只是一味懇求：「神啊！求祢……」、「神啊！求祢給我……」、「神啊！求祢為我們處理這件事……」、「神啊！我們需要……求祢預備……」等等。

若果上述是閣下的禱告現況，請不妨嘗試「ACTS」的典範。它能幫助我們培養均衡的禱告生活。它包含以下四個元素：A 代表讚美（Adoration），C 代表認罪（Confession），T 代表感恩（Thanksgiving），S 代表懇求（Supplication）。

禱告時，我們首先讚美神的屬性。<sup>1</sup>讚美神能夠幫助我們把注意力集中在神的身上，意識自己正與獨一神禱告，意識自己是神所愛惜的人。我們的心便會軟化下來，心靈被預備，聆聽上帝的聲音。接著，我們要明確地認罪，把所犯的罪具體地告訴神，懇求祂的赦免。向神認罪使我們的罪疚不再纏擾我們的生命，我們心靈才能得著輕省和平安。我們便不再逃避神，自然地靠著聖靈的力量，為主而活，生命逐步被聖靈轉化。接著，我們向神表達感恩之情。當我們為到每一個人和事情感恩的時候，我們不知不覺間又再次敬拜神，讚美神，讚美神為我們所做的一切。讚美，認罪和感恩之後，就是懇求神的幫助。我們可以為到自己的個性、婚姻、孩子、工作、朋友、教會的肢體、領袖、事工、以及社會、國家及世界事情懇求。

經過讚美神、向神認罪、表達感恩之情和懇求神的幫助後，我們的禱告會更均衡，內容更豐富，我們會體會神的真實，繼續被祂吸引，繼續以禱告走到祂跟前，禱告便會成為我們的習慣。

<sup>1</sup> 神的屬性，例如，神的信實、公義、正直、憐憫、恩慈、溫柔、愛、赦罪等等。

# 中華基督教會屯門堂

二零一八年一月十三、十四日

## 第二期週刊



地址：新界屯門井財街廿九號二樓

電話：2457 0020 / 2457 0048

傳真：2458 9619

電郵：info@ccctmc.org

網址：www.ccctmc.org

面書：www.facebook.com/ccctmc/

堂主任：黎智生 牧師(電話：9105 7447)

教牧同工：劉肖卿 宣教師(電話：9768 1132)

關匡強 宣教師(電話：9217 2507)、鄭家文 宣教師(電話：9189 5222)

周敏貞 宣教師(電話：9548 1299)、張潔儀 宣教師(電話：9650 7414)

執事：馮壽松先生、黃錦傳先生、陳小玉女士、陳柏賢先生

二零一八年一月十三日  
 週六晚堂崇拜程序

❖ 聚會時請關掉手提電話 ❖

晚上七時卅分

	程 序	事奉人員
<b>同心</b> 高舉主名	同心敬拜	敬拜隊領唱
<b>虛心</b> 聆聽主道	讀 經：提前 1：6~11 (新 230 頁) 證 道：『總歸就是愛』 立 志	主 席 黎智生牧師 敬拜隊領唱
<b>甘心</b> 分享主恩	奉 獻 感恩祈禱 歡迎及問安 家事報告 差遣祝福 唱 詩	會 眾 主 席 主 席 黎智生牧師 黎智生牧師 敬拜隊領唱

使命宣言：  
 同心建立一間有活潑生命力的教會，  
 在屯門區發揮傳道服務的使命。

✪ 週六晚堂崇拜司職人員 ✪								
	主席	證道	司琴	和唱	司他	鼓手	音響	司事
本週	吳業勤	黎智生 牧 師	何丹紅	彭 燕	----	余志璇	梁家威	張淼林 梁碧玉
下週	伍劍鋒	關匡強 宣教師	黃煦珊	張藹玲	余志璇	----	劉景熙	羅叔文 黃月容

二零一八年一月十四日  
 青少年崇拜程序

❖ 聚會時請關掉手提電話 ❖

主日上午十時正

何福堂書院音樂室

	程 序	事奉人員
<b>同心</b> 高舉主名	同心敬拜	敬拜隊領唱
<b>虛心</b> 聆聽主道	讀 經：出 20：1~3 (舊 74 頁) 分 享：『獨一、唯一』 立 志	江澤希弟兄 關匡強宣教師 敬拜隊領唱
<b>甘心</b> 分享主恩	奉 獻 感恩祈禱 互相歡迎及問安 家事報告 差遣祝福文 唱 詩  (歡迎會眾參加星期 Teen 小組活動)	會 眾 敬拜隊 主 席 陳珞欣姊妹 關匡強宣教師 敬拜隊領唱

✪ 青少年崇拜司職人員 ✪											
	主席	證道	司琴	和唱	司他	鼓手	讀經	音響	司事	報告	
本週	夏昕瑤	關匡強 宣教師	劉詩敏	張玲玲 尹若安	梁志誠		江澤希	林言瀚	冼嘉怡	陳珞欣	
下週	劉詩敏	梁俊傑	陳文莉	陳天蕙 盧子澄	李杰庭	李朗勤	陳青揚	許偉榛	陳嘉蕙	陳珞欣	

二零一八年一月十四日

# 主日崇拜程序

主席：葉鳳蓮執委

證道：黎智生牧師

司琴：羅卓信弟兄

上午十時正

每月第一主日舉行聖餐

謙卑認罪 —— 靜候上主的道	著	往：.....	眾立
	宣	召：..... 詩篇 16：1~2 .....	眾立
	唱	詩：.....	眾立
	祈	禱：... (主席領祈禱後會眾同誦主禱文) ...	眾立
虛心聆聽 —— 領受上主的道	唱	詩：.....	眾坐
	獻	詩：..... (何福堂幼稚園) .....	眾坐
	讀	經：..... 提前 1：6~11 (新230頁) .....	眾坐
	獻	詩：..... (本堂詩班) .....	眾坐
	證	道：..... 『總歸就是愛』 .....	眾坐
	榮	耀 頌：.....	眾立
虔誠奉獻 —— 回應上主的道	奉	獻： 主日獻金(紅袋) 感恩獻金(綠袋) (奉獻乃基督徒本分, 未信者可隨意)	眾坐
	唱	詩：.....	眾坐
	獻	禮 文：.....	眾立
	歡	迎：.....	眾坐
	報	告：..... 黎智生牧師 .....	眾坐
	公	禱：..... 劉尚卿宣教師 .....	眾坐
	差	遣 祝 福：..... 黎智生牧師 .....	眾立
	阿	們 頌：.....	眾立
	飭	歸：.....	眾立
	(默禱後, 待琴音再起, 崇拜程序結束, 自由交通)		

司事長：劉沛和弟兄

迎新：黃桂嫦姊妹

司事：馮煜康弟兄、梁轉葵姊妹、陳婉珊姊妹、翁美菊姊妹

奉獻點算員：陳幸枝姊妹、麥宇琦弟兄

音響：陳安輝弟兄、羅卓恩姊妹

插花：張寶瑩姊妹

## 報告事項

- 一、歡迎主內同道及新朋友參加本堂崇拜，盼望您繼續參加聚會，讓屯門堂成為您屬靈的家。
- 二、謹此歡迎何福堂幼稚園同學出席一月十四日主日崇拜及獻唱詩歌，願天父悅納他們的事奉。
- 三、堂慶「聖地靈命更新之旅」
  - A. 「認識聖地」公開講座定於一月十四日及廿一日(主日)下午 2:00~4:00 在本堂舉行，歡迎有志認識聖地之人士參加。
  - B. 出發前茶會定於一月廿八日(主日)下午 2:00 在本堂舉行，團友務必參加。
- 四、本堂家庭服務中心主辦「情歸基督 2018」餐會，定於二月九日(五)晚上 7:30-9:30 在元朗漆柏悠閒閣餐廳/悠閒藝舍舉行，對象為 30 對家長夫婦及其 K2-3 班之幼兒，費用每個家庭\$600(包括二人燭光晚餐、幼兒晚餐、情人節禮物、幼兒手工藝班及車費)；每對夫婦(不攜同幼兒)\$400。當晚 7:00 在本堂二樓禮堂集合出發。有意參加者請向周敏貞宣教師報名，一月十九日截止。
- 五、崇拜部消息：崇拜人員溝通會定於一月廿一日主日崇拜後在禮堂舉行，歡迎各崇拜事奉人員出席。
- 六、堂慶特備課程「做個中基人--認識自己的教會」將於二月廿三日起至四月廿七日隔週五晚上 8:00-10:00 舉行(共 6 課)，由黎智生牧師擔任導師，有意者請向本堂幹事報名。詳情請參閱海報。
- 七、本堂現代售香港華人基督教聯會印製之新春紅封，每包(25 個)\$12，大封及細封同價，數量有限，售完即止。另聯會印備福音單張可供免費取用。
- 八、教友消息：張志漢執委的母親張劉煥顏姊妹於十二月三十一日主懷安息。安息禮拜定於一月廿六日(五)晚上 8:00 在大圍寶福紀念館地下寶福堂舉行。主家備有專車在晚上 7:00 由屯門堂出發到寶福紀念館，禮成後亦備有專車送返屯門區。翌日上午 10:00 大殮後出殯，靈柩奉移大圍富山火葬場進行火化禮。懇請代禱。
- 九、同工消息：鄭家文宣教師一月六日至廿四日取用年假及侍產假。謹祝假期愉快！
- 十、聖壇獻花：何旭希弟兄、陳沛恩姊妹【本堂謹致謝意】

