



循道衛理聯合教會主恩堂

2026 年 7 月 5 日 聖靈降臨後第六主日●聖餐主日 第 27 期

仰望上帝·勝過掙扎

連啟榮會吏

不知道大家有沒有隨着年歲漸長，人生閱歷越見豐富，同時也發覺在日常生活出現過各樣的掙扎？甚至在家庭、職場或服事中，曾經歷過理想與現實的巨大落差？可能，自己希望向家人表達愛與關懷，卻在張力出現時，不小心製造了傷害？或者，你立志要在職場中榮神益人，希望活出美好見證，卻在面對沉重的壓力和複雜的人際關係時，感到難以言喻的挫敗？甚或，我們試過承擔着大大小小的事奉，非常熱心、積極，但在事奉的背後，內心早已乾涸不已？

我們不得不承認：人生確實充滿不同的掙扎！

每當我們陷入內心的掙扎，可能都好像使徒保羅的呼喊一樣：「我知道，住在我裏面的，就是我肉體之中，沒有善。因為立志為善由得我，只是行出來由不得我。我所願意的善，我不去做；我所不願意的惡，我反而去做。」（羅 7:18-19）保羅經歷過那種被罪牽引的無奈，即使自己多麼努力都無法完全擺脫這種內在掙扎，甚至迫使他痛苦地呼喊：「我真苦啊！誰能救我脫離這必死的身體呢？」（羅 7:24）。

今日的經課羅馬書 7:15-25 上，使徒保羅坦率地表露自己靈魂深處的掙扎，或許與我們每個人在低潮時的寫照非常相似。

最近重看一本小書《我掙扎·我成長》，作者安德魯·梅斯正正提醒我們嘗試面對生命中的掙扎。當我們在事奉或生活中感到掙扎，正在疲憊或跌倒之時，或許這是上帝給我們的重要信號，邀請我們停下來，留意自己的此時此刻，正視自己的有限和掙扎，而不是單憑一己意志逞強硬撐。

其次，每一次面對掙扎，都可能是上帝向我們發出邀請，在痛楚與困惑面前放下主導權，向上帝敞開內心，接受上帝與自己同行。要跨越掙扎並不容易，但我們深知生命不只在順境中成長，聖靈也願意在不同的掙扎中，讓生命帶來轉化與蛻變，引領我們的生命在經歷起跌及重新依靠中，一點一點地更新和成長。

求主幫助我們，叫我們在彼此的代禱與扶持中，能更有力面對生命中的起起跌跌，使我們「靠着我們的主耶穌基督就能！」（7:25 上），一起「仰望上帝，勝過掙扎」，一同見證基督叫人成長的奇妙恩典！

全教會主題：蒙恩成聖·作主門徒

聖靈降臨後第六主日

聖餐主日崇拜禮序

時間：上午十一時正

主席：張麗仙姊妹

講員：李國強牧師

司琴：何心怡姊妹

讀經：蘇煥騰弟兄

司事：李艷蘭姊妹、梁麗娟姊妹

****主禮人進堂時，會眾請起立同唱詩歌：「三一來臨歌」****

聖父、聖子、聖靈，當受萬民頌稱，世世無盡！

但願在榮耀境，歡然瞻仰聖明，

虔誠親愛崇敬，直到永恆。

預備謹見

始禮頌．．．．．主在聖殿中(普頌 625 首)．．．眾坐，默禱後同唱

主在聖殿中，主在聖殿中，普天下的人，在主面前都應當肅靜，
肅靜，肅靜，應當肅靜。阿們。

宣召．．．．．眾坐

「上帝啊，你的寶座是永永遠遠的，你國度的權杖是正直的權杖。」

(詩篇 45:6)

唱詩．．．．．千古保障歌(普頌 30 首)．．．．．眾立同唱

啟應禱文．．．．．主席讀啟，會眾讀應

啟：上帝啊，我們讚美你，你是信實的主。

應：願主以慈愛誠實待我們。

啟：上帝啊，我們內心常有掙扎，疲乏困倦。

應：求主賜我們安靜的時刻，默想主的話語。

啟：聖經告訴我們：凡勞苦擔重擔的人，可以到我這裏來，我就使你們得安息。

應：求主使我們在你裏面得享安息。

啟：求主差遣我們，將基督福音帶給身邊未認識你的人。

應：求主賜我們勇氣去宣揚福音。

祈禱．．．．．主席領禱後同唱：主禱文（普頌 649 首）．．．．．眾坐

虔聆聖道

唱詩 信心基礎歌(普頌 440 首) 眾立同唱

讀經 主題：信靠上帝·勝過掙扎 眾坐

舊約：創世記 24 章 34-38, 42-49, 58-67 節 舊約 31 頁

書信：羅馬書 7 章 15-25 節 新約 235 頁

福音：馬太福音 11 章 16-19, 25-30 節 新約 18 頁

詩班歌頌 靠主剛強 眾坐

講道 講題：在現今的世代 與主同負一轡 眾坐

榮耀頌 (普頌封底第二調) 眾立同唱

感恩回應

唱詩 求主帶領歌(普頌 612 首) 眾立同唱

奉獻 紅色袋收集崇拜獻金 眾坐

紫色袋收集慈善奉獻-委內瑞拉賑災奉獻

收集奉獻後會眾請站立，同唱：獻禮文(普頌 644 首)

會務報告 眾坐

渴慕領餐

聖餐 眾虔領受

差遣祝福 祝福後同唱「阿們頌」(普頌 675 首) 眾坐

默禱後主禮人退席，散會

代禱事項：

1. 感謝天父上星期完成主恩之道-查考雅各書，祈求主將真理刻在我們的心內，明白真理、活出真理，願我們成為一群渴慕真理的信仰群體。
2. 求主幫助我們在暑期聖經班，親子以及家長小組各項活動，讓我們按聖靈的恩賜，同心合意參與服事，廣傳福音。
3. 求主為我們預備一位委身、成熟、具備宣教恩賜，愛主愛人的宣教同工到主恩堂一起建立教會。



會務報告

1. **歡迎：**本堂歡迎首次蒞臨參加崇拜的朋友，請留下姓名、電話號碼，以保持聯絡；會後亦請留步互相交誼。
2. **聖餐：**今主日為聖餐主日，敬請各同道用虔敬之心前來領受聖體寶血，思念主愛，共沐主恩。
3. **祈禱會：**每逢主日崇拜祝福後，為主恩堂發展機遇禱告，盼望弟兄姊妹同心合意，一同尋求上主的心意，建立基督的身體作主忠心門徒。
4. **堂區議會：**本堂堂區會議定於 7 月 19 日(主日)下午 2:30 在本堂音樂室舉行。請有關堂區領袖預留時間出席，共商聖工。如未將書面報告交予辦公室，請於 7 月 8 日(禮拜三)前將書面報告傳真或直接交予辦公室，以便編印，多謝合作。
5. **約翰福音查經小組：**每逢聖餐主日於本堂早上 9:30 至 10:30，從第 1 章開始，目前已進行到第 15 章。想更深認識主耶穌的你們，非常歡迎隨時加入一起認識真理！導師：徐旭明弟兄。

6. **奉獻：**因銀行四月份起實行新措施，在櫃檯入支票需要收取手續費，大家請盡量使用電子轉賬形式奉獻。

本堂戶口：滙豐銀行 091-7-016248

戶口名稱：循道衛理聯合教會主恩堂／Grace Methodist Church

註：銀行入數紙可以電郵 lc. gra@methodist.org 或

傳真 2322-6139 致本堂或使用轉數快，並請填上姓名及奉獻項目
感謝弟兄姊妹紀念上帝家的需要。

7. **主恩伸展運動班：**

日期：10/7、17/7 及 24/7（星期五）

時間：上午 10:30-11:30

地點：本堂音樂室

名額：13 人

導師：徐惕民(伸展運動教練)

費用：自由奉獻。

8. **全堂讀經運動：**本周閱讀◀使徒行傳 25:1-27▶。

9. **上主日崇拜出席人數及奉獻金額：**

崇拜	主恩天地	觀看直播	各項奉獻
73 人	9 人	8 單位	\$52,228.00

10. **下主日崇拜司職：**

主席	司琴	讀經	司事	司數	音控	插花
王德彪	馮金蓉	黃穎謙 陳佑晞 梁樂軒	李雙如 鄭卓朗	徐惕民 蘇煥騰	陳文瀚 張德文	林倩雯

✠請您為主恩堂的發展祈禱✠

1. 求主幫助主恩堂製訂具體可行計劃，讓整個信仰群體具備清晰的發展方向。
2. 主恩堂幼稚園未能成功申請搬遷，祈求主帶領我們憑信心，作好管家的責任，為幼兒教育發展尋求上帝的心意。
3. 祈求主幫助我們就發展進程，善用資源，了解社區需要，就事工以及牧養作出美好的安排，好讓教會持守主所托付的使命，祝福社區。



總議會消息

呼籲

為「委內瑞拉」大地震 祈禱及賑災籌款

二〇二六年六月廿四日，委內瑞拉鄰近首都加拉加斯的拉瓜伊拉州發生 7.2 級及 7.5 級大地震，最少 2,295 人死亡，逾 11,200 人受傷，數萬戶流離失所。

讓我們本着基督之大愛及教導我們關顧困苦鄰舍，盡力向身處水深火熱中之委內瑞拉災民表達關愛之心，我們懇切呼籲——

◆ 捐款支持賑災、救援及災後重建工作

◆ 以禱告紀念委內瑞拉之救援工作，使死傷者家人得着安慰，讓災民能重建家園。

本會各堂所收捐款將彙轉香港基督教協進會「五餅二魚，教會行動」，向受災社群提供緊急支援，彰顯基督大愛。

請即行動，積極捐款支持！

本會宣教牧養部屬下
盟約門徒常規事工組主辦

守約者聯合聚會

盟約門徒第廿四屆守約者聯合聚會謹訂於二〇二六年七月十二日（主日）下午三時正在本會安素堂（九龍油麻地窩打老道五十四號）舉行，誠邀同工同道出席，同頌主恩！

「基督裏的良伴」

是一個靈命塑造訓練課程，材料由美國之衛理公會編著“Companions in Christ”，着重上帝之親身體驗，透過學習多種屬靈操練（包括靈閱、默想禱告、靈裏分辨等），建立靈裏的良伴關係，進入屬靈導引的生活。課程為期卅二週，以小組及個人形式進行，包括每週一次小組進深學習，另每日三十分鐘個人練習（包括一篇導讀文章及五天作業），最後以結業營會完結。

2026-2027 年度

本會以下堂會將於 2026 年 9 月至 2027 年 5 月開辦並聯合招募，包括：

- 禧恩堂
- 北角衛理堂
- 觀塘堂
- 麗瑤堂
- 沙田堂
- 將軍澳堂



聯合登記，請掃描二維碼

弟兄姊妹如有穩定靈修生活及自學習慣，期望在屬靈上成長，並渴望在屬靈旅途中與弟兄姊妹同行，歡迎報名參加。

【註：上課時間由開辦之堂會與參加者協調。如欲了解更多或有任何查詢，請致電與該堂負責同工聯絡。】

本會宣教牧養部•以馬忤斯之旅常規事工組主辦

第一〇五及一〇六次中文「以馬忤斯之旅」

一個為期 72 小時，讓你的屬靈生命有嶄新經歷的奇妙旅程！

現正接受報名

旅程日期：第一〇五次（弟兄）——2026 年 10 月 16-19 日

（禮拜五至一，19/10 為公眾假期）

第一〇六次（姊妹）——2026 年 10 月 22-25 日（禮拜四至主日）

旅程地點：嘉諾撒靜修院（摩星嶺道 57 號）

費用：每位港幣\$1,700

優惠：本會宣教同工費用全免；本會宣教幹事或全時間學生，可獲半價優惠。

報名：線上報名請掃描二維碼；
紙本報名表請向各堂索取報名表格，
或於本會網頁下載。



截止日期：九月七日

查詢：請致電 3725 4530 聯絡總議會辦事處梁翠湄女士或施泳欣女士

本會海外宣教委員會 與 環球宣愛協會合辦

塞內加爾短期服侍隊

塞內加爾 (Senegal) 位於非洲大陸最西面的國家，首都是達喀爾。塞內加爾是極少數享有信仰自由和可以自由傳福音的穆斯林國家，在1803萬人口 (2023年) 中有約95%信仰伊斯蘭教，1%信仰拜物教，約4%信仰羅馬天主教。雖然1863年巴黎差會已差出第一位更正教宣教士到塞國，但至今福音派信徒仍是寥寥可數，超過1,800多萬失喪的靈魂仍在等待救恩。

是次學習團將帶領參加者踏足一個曾為法國的殖民地，親身體驗穆斯林國家之環境、文化及歷史轉變，探訪及服侍本會外派差遣員所服侍之群體及了解當地福音工作所面對之挑戰。

日期：2027年3月7日晚上出發至3月19日 (共十二天)

地點：西非洲塞內加爾

內容：認識及關心穆斯林；醫療及體檢服侍；兒童服侍。

語言：能操英語、普通話 (懂法語更佳)

對象：十八歲或以上、已受洗之本會會友，須獲所屬堂主任推薦，出席團隊會議及指定短期服侍課程。

【註：海外宣教推廣教育小組作最後甄選，參加者須出席2026年10月14日之面見。】

訓練：必須出席

1. 短期服侍基礎訓練課程 (由環球宣愛協會主辦)

日期：2027年1月31日

費用：參加者自行報名或可經總議會集合代辦。

2. 四次籌備會 (2027年1月至3月初進行，日期待定)

人數：10人

要求：身體健康狀況良好，能應付鄉間簡樸生活及長途車程，願意遵從團隊紀律。

費用：每人\$23,000 (費用包括來回機票、燃油附加費 {註}、食宿及當地交通；不包括防疫針費用、旅遊保險費及短期服侍基礎班課程費用。) {註：如燃油附加費上升，參加者或需補回差額。}

備註：如有經濟需要，參加者可申請津助最多\$3,000，全日制學生可申請津助最多\$5,000。

報名：於本會網頁 (www.methodist.org.hk) 「近期活動」下載報名表

查詢：請致電3725 4529聯絡總議會辦事處梁翠湄女士

截止日期：2026年9月30日

經常聚會一覽表

(2026 年 7 月 5 日至 7 月 11 日)

聚會時間	活動內容	對象
祈 禱 會：逢第二周主日禮拜二晚上 8:30 網上進行	同心為教會祈禱	各信徒
信 仰 班：逢第一主日上午 9:45	探討基督教信仰	各信徒
主恩天地：主日上午 11 時 (恩慈組) (和平組) (良善組)	兒童崇拜 聯合崇拜 同上 同上	初生至 4 歲 5 至 8 歲 9 至 12 歲
詩 班：主日崇拜後	內部練習	詩班員
敬 拜 隊：每月三次練習	敬拜練習	敬拜隊
福 樂 團 契：7 月 12 日(日)上午 9:30	主恩之道 1-福樂版	55 歲以上人士
雅爾法團契：7 月 10 日(五)晚上 8:30 網上進行查經	馬太福音 9:18-10:15 醫治與差遣十二門徒	成年人士
迦 密 團 契：7 月 10 日(五)晚上 8:30 網上進行查經	馬太福音 9:18-10:15 醫治與差遣十二門徒	成年人士
何 珥 團 契：7 月 12 日(日)崇拜後	溝通分享	成年人士
伊 甸 團 契：7 月 10 日(五)晚上 8:30 網上進行	馬太福音查經	成年人士
雅 各 團 契：每月第 1 至 3 主日 11:00-12:30	認識信仰，關係建立	中學生
下主日崇拜：主日上午 11 時 (網上直播 https://bit.ly/gmcls)	講員：李國強牧師	

獻花、獻刊：余淑文

主 任：李國強牧師 幹 事：李淑嫻姊妹

神 學 生：陳諾軒弟兄

通訊地址：九龍馬仔坑第三期天宏苑停車場大廈二樓

電話：2324-3118 / 2322-2883

圖文傳真：2322-6139

電 郵：lc_gra@methodist.org.hk

網址：<http://gra.methodist.org.hk>

本會全年主題：蒙恩成聖・作主門徒

MEM「讓愛滾動」事工

「所以，你們要去，使萬民作我的門徒，
奉父、子、聖靈的名給他們施洗」馬太福音28:19

弟兄姊妹，您願意參與「讓愛滾動」將上帝的愛帶進社區中嗎？

誠邀您加入「MEM 福音大使團隊」，也歡迎堂會以團契小組形式一同參與，與我們福音大使一起走進社區中關懷鄰舍、分享福音、分享上帝的愛，祈願更多生命能認識上帝。

「讓愛滾動 - 祝福觀塘」安排：

時間：上午 10:00-12:30

✧ 日期：2026 年 7 月 11 日（星期六）

✧ 日期：2026 年 8 月 8 日（星期六）

✧ 日期：2026 年 9 月 12 日（星期六）

加入 MEM
福音大使



此外，MEM 歡迎各堂邀請合辦「讓愛滾動」，透過五次社區佈道實踐，激勵教會弟兄姊妹傳福音的心志，由 MEM 同工帶領來自本會不同堂會之弟兄姊妹組成「MEM 福音大使團隊」，透過派發防疫福包，關懷社區中清潔工人、基層人士、長者及街坊，並分享福音。鼓勵教會於五次讓愛滾動行動後，邀請街坊接續參與教會聚會或活動，並繼續定期進行社區關懷服侍，讓主愛滾動香港，行出基督樣式。

查詢：請致電 3725 4566 或電郵 admin@mem.hk 聯絡本團同工

國際禮拜堂普通話崇拜

普通話團契是說普通話的朋友屬靈的家，若你身邊有說普通話的親友，請向他們推介普通話團契的活動：

普通話主日崇拜：

日期	2026 年 7 月 5 日	2026 年 7 月 12 日
講員	盧龍光牧師	趙秀娟牧師
講題	這是一個什麼世代？	隨走隨傳
經文	詩 45:6 創 24:34-38, 42-49, 58-67 太 11:16-19, 25-30 羅 7:15-25 上	詩 119:108 創 25:19-34 太 13:1-9, 18-23 羅 8:1-11
地點	本會國際禮拜堂 5 樓禮堂	本會國際禮拜堂 5 樓禮堂
時間	上午 10:30	上午 10:30

查詢：請電郵 putonghua@michk.com 聯絡鄭海峰宣教師 (Stephen)

「聽見青少年的心聲」座談會

內容：

1. 探討青少年的情緒需要與求救訊號
2. 常見壓力與成長挑戰
3. 建立理解與溝通的橋樑

講員：馮逸健博士（臨床心理學家／關係治療師）

對象：家長及青少年事奉者

日期：7月5日（主日）

時間：下午 1:00-2:30

地點：香港北角長康街 11 號
北角衛理堂 402 室

報名：請致電李玉鳳宣教師（25701098）或進入以下連結：
<https://forms.gle/U3vHm9vUytanbUrK6>

循道衛理聯合教會 誠聘 二級小學校長

二〇二六年九月一日到任，須認同及實踐本會辦學理念，持有認可學士或以上學位兼教育文憑，具相關教學及學校行政經驗；富教育熱誠、具卓越領導能力、良好人際溝通能力及承擔精神，並符合教育局認可資助小學校長之資格及聘任要求（持有有效專業發展需要分析及擬任校長課程證書者亦可申請）。應徵者請具申請函，履歷（包括服務職級及相關年資），並中、英短文簡述擔任本會校長的教育願景，連同三位諮詢人姓名及聯絡電郵，於二〇二六年七月七日下午五時前電郵至 recruit.se@methodist.org.hk，同時郵寄至香港灣仔皇后大道東 271 號衛斯理大樓 14 樓學校教育部部長，信封面註明「應徵小學校長」，合則約見。

（申請人所提供之資料將予保密及只作招聘有關職位用途）