

# 中宣會澤恩堂主日崇拜程序

二零二五年三月十六日上午 11:00

會前禱告

靜默

序樂與安靜詩 (522 首)

宣召

你們和我當稱耶和華為大，一同高舉祂的名。

主席

詩 34: 3

詩歌頌揚

1. 榮耀歸於真神
2. 忠心的僕人
3. 飛舞出神的榮耀

眾立  
會眾  
眾立

禱告

主席(眾立)

讀經

提摩太前書 6:1-5

主席

獻詩

只願有耶穌

獻詩小組

信息

為誰的榮耀？

黃柱森牧師

回應詩與奉獻

只願得著祢

會眾

歡迎及報告

黃柱森牧師

祝福

黃柱森牧師

阿們頌(532 首)、榮耀頌

眾立

默禱

會眾

# 中宣會澤恩堂會務報告

1. 歡迎每一位來到澤恩堂與我們一起敬拜。若您首次參加本會的主日聚會，請起立自我介紹或請帶您來的朋友為您介紹，並將姓名、地址、電話留下，以便日後聯絡，歡迎繼續與我們一起在星期天敬拜神，參加教會的團契，希望澤恩堂能成為你屬靈的家。
2. 中文成人主日學課程已經開課，中文部開設兩班課程，每主日上午 9:30-10:30。請弟兄姊妹把握認識和明白神話語的機會。
  1. 以斯帖記 (粵語) 教師：何穎儀姊妹  
上課地點：青少年室
  2. 雅各書 (國語) 教師：俞信恩弟兄  
上課地點：一號教室
3. 崇拜主席及領詩培訓定於 3 月 23 日在大禮堂舉行，時間為下午 1 時 30 分至 3 時正，題目為「有我、無我、與敬拜」，由黃牧師主講，探討崇拜帶領者在敬拜中的角色。主席、領唱、和讚美隊成員務必出席。同時歡迎有興趣了解這方面事工的弟兄姊妹一起學習。
4. 加拿大證主協會主辦的主日學及聖經教導事工研討會 2025，將於 3/22 (星期六) 10:00 - 4:30，以實體和線上聚會進行。本年主題為《見微知著 聖經敘述文研讀策略》。主題講員是高呂綠茵博士 (粵語主講、國語翻譯)。大會並設有分組專題講座，但只有兩個講座是以 ZOOM 進行及以粵語主講，不設翻譯。報名費：加幣 30。截止報名日期為 3 月 17 日，請到以下網址報名：  
<https://www.tickettailor.com/events/cccanada/1494974>。  
詳情請參閱海報或與基督教教育部執行同工聯絡。
5. 福音團契今日下午 1:30 分在 MPR1 聚會，主題為「數算恩典 - 跟隨主的腳蹤」，由蕭淑媛姐妹分享短宣之旅的個人見證。
6. 中宣聯會英語事工培訓定於 3 月 29 日上午 10 時正至下午 1 時正，在新恩堂 (Ridgefield Park, NJ) 舉行，主題為 “An introduction to Concert of Prayer”，藉此鼓勵我們的會眾齊心協力，如何為基督地上王國的復興和擴張而禱告。本堂參與的弟兄姊妹可與麥牧師直接聯係或與林牧師報名。
7. 教會中英聯合洗禮主日將於 4 月 6 日舉行，崇拜時間將會在早上 10:30。請弟兄姊妹特別留意，並為將要接受洗禮的兩姊妹禱告，求神堅固她們的信心和在神的恩典中健康成長。
8. 奚牧師和師母在 3 月 10 日至 20 日休假前往台灣，請記念奚牧師一家的旅程，求神保守他們路途順利、平安和有健康的體，與親戚朋友共聚的歡樂，祝福他們有愉快的時光。

「澤恩齊心同禱告」-

<https://sites.google.com/jirehchurch.org/pray>  
(星期三晚上七至九時取一個時段為教會禱告)  
有關教會各禱告事項，請掃描以下 QR Code 或前往教會網站首頁：



	本主日司事	下主日司事
講員:	黃柱森牧師	鄒國豪弟兄
主席:	伍仕華	梁國民
傳譯:	林玉筠	甄 怡
司琴:	羅麗瑤	羅麗瑤
領詩小組:	梁國民、黃淑薇、楊慧晶	駱 凡、岑瑞芳、徐恩光
獻詩小組:	黃廣珍師母、黃淑薇、岑瑞芳、徐恩光	阮馨儀、黃淑薇、楊慧晶、陳志兵
司獻:	李根寶、伍文偉	陳 濤、李永康
保安:	伍文偉	陳 濤
招待:	梁麗素、李大璋、李潔真、鄭慧筠	陳芳英、周 春、何玉瓊、張慧芬
總務	佳音團契	美音團契、悅音團契
音響/投影:	張月梅、伍仕和/李根寶、黃錫安	陳志兵、李根寶/朱家龍
新人招待:	梁麗素、李潔真	陳芳英、何玉瓊
節目單/投影	潘文莉、李清華	潘文莉、李清華

## 上週統計

聚會人數					
上主日實體/網路		特別或週間聚會		團契	
中文崇拜	83/11	粵語姊妹查經班	14	美音團契	10
英文崇拜	43/4	澤恩齊心同禱告	20	頌音團契	
兒童崇拜	9			福音團契	
國語主日學	8			悅音團契	
粵語主日學	13			佳音團契	
				英語弟兄組	
英文主日學	16			恩光團契	
青少年主日學	初中 4	9		兒童團契	15
	高中 5			真光團契	11
兒童主日學	12			聖光團契	4

## 本週各項聚會一覽表

日期時間	名稱	地點	主領
03/16 主日上午 9:30-10:45	英文崇拜	教會	林頌哲牧師
03/16 主日上午 9:30-10:45	兒童崇拜	教會	吳宇靜
03/16 主日上午 9:30-10:30	中文主日學	教會	各班教師
03/16 主日上午 9:45-10:15	領詩小組練習	教會	梁國民
03/16 主日上午 10:15-10:45	獻詩小組練習	教會	羅麗瑤
03/16 主日上午 11:00-12:30	中文崇拜	教會	黃柱森牧師
03/16 主日上午 11:15-12:30	英文主日學	教會	各班教師
03/16 主日下午 1:30-3:00	獻詩小組練習	教會	羅麗瑤
03/16 主日下午 1:30-3:00	詩班練習	教會	羅麗瑤
03/16 主日下午 1:30	福音團契	教會	吳真英
03/19 週三上午 9:30-11:00	粵語姊妹查經班	教會	姊妹們
03/22 週六下午 6:00-9:30	頌音團契	教會	王順遷

### 講道主題：為誰的榮耀？

經文：提摩太前書 6:1-5

#### 大綱 (Outline):

一、 竭盡己任，專主為聖

二、 防備異教，謹守真道

三、 保守心懷，真誠敬虔

## 適度休息

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。

### 反思和禱告

你會在什麼時候，用什麼方式休息？

當你選擇信靠上帝而休息時，祂如何供應你的需求？

天父，感謝祢給我機會，

藉由休息來表明對祢的信靠。



中華海外宣道會  
澤恩堂  
OCM JIREH CHURCH  
二零二五年三月十六日週刊

本年度主題：**福音、喜樂、使命**

地址：55 Vanderburg Road, Marlboro NJ 07746

網址：<http://www.jirehchurch.org/>

電話：(732)431-2800

傳真：(732)431-6992

教牧同工：林頌哲主任牧師 (732) 431-2828  
黃柱森牧師 (中文) (732) 431-2800  
奚錦傑牧師 (青年及大學) (917) 379-1775

執行同工：崇拜部 吳偉權弟兄 (732) 334-8460

教育部 鄒國豪弟兄 (732) 501-5240

團契部 鈕佳明弟兄 (917) 373-1537

宣道部

文書部 翁一凡弟兄 (917) 439-1870

財政部 趙暉姊妹 (732) 312-5278

總務部 朱家龍弟兄 (848) 248-1762

榮譽牧師：姜武城牧師

梅景禧牧師

三月份聖經金句

然而，神堅固的根基立住了，上面有這印記說：「主認識誰是祂的人」，又說：「凡稱呼主名的人總要離開不義。」

提摩太後書 2:19