



循道會君王十字堂

二零二六年八月二日

Growth 成長

Inclusiveness 包容

Evangelism 宣教

Justice 公義

本週靈修文章分享

黃尊源牧師

今年四月的受難節早晨，我們一家人參加了聯合教會的十字架見證行（Ecumenical Walk of Witness）。開始前，負責人說，如果過程中有人願意，可以輪流抬起那十字架。

大兒子聽了之後，說他也想試試看。我幾乎沒有多想，就脫口而出一句：「It is too heavy for you.」太重了，你拿不了。

不輕易的一句話，但之後卻讓我深思了許久。我的十字架是否也是那麼沉重？我正在背的十字架是甚麼？是一段讓人疲憊的關係，是一個遲遲沒有答案的禱告，是一個看不見出路的處境，是一份責任，壓得喘不過氣，還是內心深處反覆掙扎的軟弱與罪？

有時候，十字架特別重，因為已經盡力，卻還是被誤解；選擇堅持，卻換來更大的代價；想繼續愛，卻發現對方沒有回應；禱告了很久，神卻似乎沉默。我們會開始懷疑：「為甚麼跟隨耶穌，反而更辛苦？」

十字架提醒我們的，不只是「苦難的真實」，而是苦難之中，神已經做成的事。耶穌走上十字架的時候，祂也真實經歷「重」。祂被出賣、被誤解、被羞辱，在客西馬尼園，祂甚至禱告到一個地步說：「若可行，求祢叫這杯離開我。」祂不是輕鬆地走上去的。但祂仍然走上了。

因為對耶穌而言，十字架不是結局。十字架之後，是復活；死亡之後，是生命；看似失敗的地方，是神成就救恩的地方。我們現在所背的十字架，也許仍然沒有立刻改變；關係還在掙扎，問題還沒解決，禱告還在等待。但十字架的信息告訴我們：盼望不在於「十字架會不會變輕」，而在於這十字架，不是白白承受的。

在我們覺得撐不下去的時候，基督已經在我們之前，走過這條路。的確，It is too heavy for you. 重，不代表你不該背；重，也不代表你是一個人背。那位曾為我們背起十字架的主，如今仍與我們同行。

家事分享

1. 歡迎大家蒞臨參加聖餐主日崇拜，一同默想主耶穌賜給我們復活的盼望，祂是以馬內利，也必再來迎接我們永遠與祂同在。崇拜後，邀請新朋友透過來賓表，留下通訊資料，並把表格交給招待員，願本教會可成為你屬靈的家。也歡迎會眾在崇拜後與教牧同工或執事交流及禱告。
2. 聯區將於 9 月 13 日早上 11 時正假本會主禮堂舉行歡迎會吏 **Melissa Wheeler** 的就任主日崇拜，當天教區長將以英語證道，如需收聽翻譯，請提前到達招待處領取翻譯器。我們誠邀大家預留時間出席，一同以感恩的心見證並歡迎會吏 **Melissa Wheeler** 蒞臨本會。
3. 剛收到中國神學研究院通知，原定於 9 月在英國舉行的培靈會，因講員宋軍博士突發急性視網膜脫落，將延期至 11 月舉行。感謝主，宋博士已順利接受手術，現正休養康復中。懇請大家在禱告中記念宋博士的康復過程，願主賜下醫治、平安與力量，保守他早日完全康復。
4. 《教會夏日嘉年華籌款感恩分享》今年教會夏日嘉年華在扣除所有開支後，共籌得 **4,744.87** 英鎊。衷心感謝每一位弟兄姊妹及朋友的奉獻、捐助、協助、宣傳、參與和支持。無論是籌備、義工服侍、捐贈物資，還是當日的參與，每一份付出都成就了這次活動，願主親自記念和賜福。這次籌得的款項將用於教會重建及發展事工。然而，比金錢更寶貴的是，藉著這次活動，我們不但凝聚了教會肢體，彼此建立，在基督裡一同成長，更有機會接觸社區、廣傳福音，將基督的愛和恩典帶給更多人。
5. 同工消息：關顧同工將於 8 月 5 日休假；行政幹事將於 8 月 10 至 12 日、21 日及 24 日休假；**Rev Linberg 黃尊源** 牧師將於 8 月 18 日至 31 日休假。
6. 福音戒賭中心將於 7 月 22 日至 9 月 16 日（三）下午 2 時半至 4 時假本會地庫舉行「情緒重啟站」小組，費用全免，報名及查詢請參閱末頁「聚會及活動」欄。
7. 歐洲宣教機構 **Euromission Ministry** 將於 9 月 19 日（六）在倫敦 **Ilford** 舉行敬拜奮興會，時間是上午 10 時半至下午 5 時正，門票費用為 10 英鎊，歡迎大家參與並拓展歐洲宣教事工的視野。他們現正招募當天的敬拜隊成員，並鼓勵不同國籍和種族的信徒參與服侍。查詢請參閱末頁「聚會及活動」欄或聯絡行政幹事。報名請點擊：
<https://www.eurovision.org.uk/release>

CCGR The Christian Centre for Gambling Rehabilitation 福音戒賭中心
Registered Charity No: 1147450

情緒重啟站

學習正向面對情緒，
情緒可以重新重啟！

對象

- 有興趣人士
- 情緒困擾者
- 情緒困擾者之家人

一齊學習、互相支持、
重新掌控生活！

活動日期 (共六節)
22/7 (星期三)、29/7 (星期三)
5/8 (星期三)、12/8 (星期三)
9/9 (星期三)、16/9 (星期三)

時間
下午 2:30 ~ 4:00

費用
全免

6 節小組內容

- 情緒導軌：**認識情緒與情緒困擾
- 壓力管理：**壓力管理與放鬆技巧
- 情緒急救包：**處理強烈情緒的方法
- 情緒加油站：**溝通、表達與建立支持
- 跳低障礙：**克服自我與自我障礙
- 重新出發：**訂立目標與未來計劃

報名方法

請透過以下其中一種方式報名：

- 電郵報名：admin@ccgr.org.uk
- 電話報名：[020 7333 8626](tel:02073338626)
- 網上報名：www.ccgr.org.uk

導師
甄偉君 女士 (中心輔導員)

地點
56A Brixton Road, London SW9 6DT, United Kingdom

辦公時間
星期一至五 10:00am - 5:00pm

你已將我的哀哭變為跳舞，將我的麻衣脫去，給我披上喜樂。 詩篇 135:6

活動名稱：

會吏 Melissa Wheeler 就任感恩聯區崇拜

日期：9月13日(日)

時間：上午 11 時正

地點：循道會君王十字堂主禮堂



RELEASE IMON

RELEASE THE FULL POWER OF THE HOLY SPIRIT
A Powerful Day of Impartation, Worship and Revival

Come expecting a fresh touch from Heaven,
to be filled with the Holy Spirit,
and renewed in His Presence.

STEVE AND VELVET THOMPSON
LEADING WORSHIP

10.30AM
TICKETS £10
LONDON

19. SEPTEMBER. 26

EUROVISION.ORG.UK/RELEASE

LIFEgame™

探索上帝 對你生命的 目的

《生命遊戲》是一款創意模擬人生的遊戲，
為參加者提供了一個環境，
讓他們在這個世界中發現上帝對他們生命的目的。

2026年12月21至23日

KING'S PARK CONFERENCE CENTRE, KING'S PARK ROAD,
NORTHAMPTON, NN3 6LL

請在網站 lifegame.co.uk 登記或向你的教會/團契領袖查詢詳情

在一個真相常常被掩蓋，個人越來越被金錢、
成功、關係和權力驅動的世界裏，
《生命遊戲》中的基督教信息既是反文化的，
也是預言性的。

生命遊戲目前於**16個國家**舉辦，超過**250間教會**參與，
參與人數逾**50,000人**。

這不僅是前往不同地點旅行或與朋友共度的時光，
更是引人入勝且切合實際的體驗，助人活出有目標、真實的人生。

它令人耳目一新，更能改變生命。



及早報名以獲取費用補助

£160 - 超級早鳥價 (推廣截止日：2026年10月31日)

£180 - 早鳥價 (推廣截止日：2026年11月30日)

£200 - 標準價 (報名截止日：2026年12月11日)

請在網站 lifegame.co.uk 登記或向你的教會／團契領袖查詢詳情