



循道會君王十字堂

二零二六年七月二十六日

Growth 成長

Inclusiveness 包容

Evangelism 宣教

Justice 公義

本周灵修文章分享

朱弟兄

六月中的时候，我有机会以亚伯拉罕献以撒的故事来证道（创 22）。故事带给我们一句经典名句：「耶和华以勒」，在耶和华的山上必有预备。作为基督徒，我常常提醒我自己要数算恩典，学习在人生的每一个阶段看见上帝的预备。但是当我在预备分享的时候，身边发生了一个小趣事，让我对「耶和华以勒」有一个更深的反思。

五六月的时候，我身边的朋友和家人都不约而同的问我说，我为什么想要留在英国居住呢？

其实我有很圆满的答案：工作待遇不错，生活安逸，有太太和猫猫陪伴，心里没有太多想要去哪里闯闯的感觉。

突然间，我在香港的妈妈打电话给我，跟我说，在香港教会的一个姊妹的妹妹在英国租务问题需要帮忙，想要我的电话。我心里想，我又不是地产经纪，帮得了什么呢？

即便如此，既然妈妈出了声，又不好意思拒绝，就听一听姊妹的需要吧。

原来姊妹因为家人的工作，需要在两个月后搬到来伦敦居住，但是久久都找不到合适的地方，当中又遇到不少挫折，心中不禁感到非常焦虑不安。当时我也只能答应在自己的朋友圈子问一问，看看谁可能可以帮忙。临别时我跟她说，会为她祷告，相信上帝有预备。

我问了身边的朋友，都没有太多能帮的到的。妈妈跟我说，原来姊妹的一家以前都有参加教会，但近年因为各种原因没有继续。我们为姊妹祷告，希望上帝不只是预备地方，还会预备心灵得到更新。

过了一个礼拜，我问候姊妹。姊妹回答我，感谢上帝，她们找到心仪的地方，还收到新工作的录取通知。她说，这次经历到一位听祷告的上帝，非常感恩。我妈妈后来告诉我，姊妹的妈妈因为这一件事上感受上帝的爱和教会的关心，决志要受洗。

在预备「耶和華以勒」这篇讲章的时候，我不断反思这个故事。感谢上帝，在生命的难关当中让姊妹和她的一家经历上帝的预备。但是我发现，上帝为姊妹一家预备的，不只是一个居所，一份工作，而是预备了愿意聆听和关心她们的人，也包括我和我的一家。上帝为什么要我在伦敦呢？不只是因为上帝预备了舒适的生活给我，而是要预备我成为别人的祝福。不是因为我有多好，人脉有多广，而是要透过我的口，我的生命，让人看到上帝的荣美。

「耶和華以勒」并不是要我们看上帝有什么好处给我们，而是让我们定睛掌握历史和万物的上帝。

我选择这一刻留在伦敦，我想到很多对自己有利的理由。但当我在做人生的抉择的时候，我是否有求「上帝的国和义」（太 6:33）呢？我是否以「天上的事为念」（西 3:2）呢？

「耶和華以勒」提醒我们：「万事都互相效力，叫爱上帝的人得益处，就是按他旨意被召的人」（罗 8:28）。今天，你和我都是上帝所召的人，都是让恩典流通的管子。今天，你我是否愿意被上帝使用，成为别人的「耶和華以勒」呢？

家事分享

1. 欢迎大家莅临参加主日崇拜，彼此交流，数算恩典，以及展望未来。崇拜后，邀请新朋友通过来宾表，留下通讯资料，并把表格交给招待员，愿本教会可成为你属灵的家。也欢迎会众在崇拜后与教牧同工或执事交流及祷告。
2. 《教会夏日嘉年华筹款》感恩分享今年教会夏日嘉年华在扣除所有开支后，共筹得 4,744.87 英镑。衷心感谢每一位弟兄姊妹及朋友的奉献、捐助、协助、宣传、参与和支持。无论是筹备、义工服侍、捐赠物资，还是当日的参与，每一份付出都成就了这次活动，愿主亲自记念和赐福。这次筹得的款项将用于教会重建及发展事工。然而，比金钱更宝贵的是，借着这次活动，我们不但凝聚了教会肢体，彼此建立，在基督里一同成长，更有机会接触社区、广传福音，将基督的爱和恩典带给更多人。
3. 刚收到中国神学研究院通知，原定于 9 月在英国举行的培灵会，因讲员宋军博士突发急性视网膜脱落，将延期至 11 月举行。感谢主，宋博士已顺利接受手术，现正休养康复中。恳请大家在祷告中纪念宋博士的康复过程，愿主赐下医治、平安与力量，保守他早日完全康复。
4. 同工消息：Rev Linberg 黄尊源牧师将于 7 月 27 日至 28 日休假及于 7 月 29 日至 30 日参加在 Cliff College 举行的 MOCC 循道会退修营。会吏 Tessa Bennett 将于 7 月 31 日完成她在本会的服侍。
5. 福音戒赌中心将于 7 月 22 日至 9 月 16 日（三）下午 2 时半至 4 时假本会地库举行「情绪重启站」，费用全免，报名及查询请参阅末页「聚会及活动」栏。
6. **2026 循道会 3Generate 营会及义工招募邀请：**3Generate 是全英循道会一年一度最重要的儿童与青少年盛会。这不仅是一个让孩子们在敬拜和创意中成长的营地，也是一个让成年信徒透过服事来栽培下一代的宝贵机会。日期：2026 年 10 月 2 日（五）至 4 日（日）；地点：伯明罕 NEC (NEC Birmingham)；对象：4 至 18 岁的儿童与青少年；特色：透过室内露营、艺术、体育和各种宣教工作坊，帮助孩子探索信仰之旅。我们诚挚邀请大家参与这项盛事，无论是作为参与者，或是作为义工团队的一员。报名及查询请参阅末页「聚会及活动」栏。营会详情与报名连结：
<https://www.methodist.org.uk/forchurches/ministries/children-youth-family-ministry/3generate/>（注意：团体报名须在 9 月 12 日前提提交验证资料。）义工招募：加入执行团队 (The Delivery Team) 连结：
<https://www.methodist.org.uk/for-churches/ministries/children-youth-familyministry/3generate/join-the-delivery-team>
截止报名日期为 7 月 31 日。

CCGR The Christian Centre for Gambling Rehabilitation
福音戒赌中心
Registered Charity No: 1147459

情緒重啟站

学习正向面对情绪，
情绪可以重新重启！

语言：以粤语为主，如有需要附以普通话

对象

- 有兴趣人士
- 情绪困扰者
- 情绪困扰者之家人

一齐学习、互相支持、
重新掌控生活！

6节小组内容

- 1 情绪导航：**
认识情绪与情绪困扰
了解情绪种类、情绪对行为的影响、自我觉察练习
- 2 压力停一停：**
压力管理与放松技巧
识别压力来源、学会放松与情绪调节方法
- 3 情绪急救包：**
处理强烈情绪的方法
处理焦虑、愤怒、低落等情绪、实用应对技巧
- 4 关系加油站：**
沟通、表达与建立支持
有效表达感受、改善人际关系、建立支持网络
- 5 跌低唔紧要，复原力与自我关怀**
学习自我接纳、提升复原力、从挫折中成长
- 6 重新出发：**
订立目标与未来计划
设立个人目标、建立健康生活方式、计划未来方向

* 内容会根据小组需要作出调整

活动日期 (共六节)
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)

时间
下午 2:30 ~ 4:00

费用
全免

报名方式
请扫描以下二维码方便报名：
电话：admin@ccgr.org.uk
联系电话：020 7833 8626
网上报名：(请填写报名表)

导师
甄伟君 女士 (中心辅导员)
· 具备丰富小组及辅导经验
· 陪伴你学习面对情绪，
· 提供力量与方向

活动地点
58A Birkenhead Street,
London WC1N 1BB,
United Kingdom

咨询及报名
020 7833 8626
admin@ccgr.org.uk

网址
www.ccgr.org.uk
admin@ccgr.org.uk

办公时间 (周一至周五)
10:00am ~ 5:00pm

你已将我哀哭变为跳舞，将我麻衣脱去，给我披上喜乐。 诗篇三十章十一节。

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.

David Hathaway

STEVE AND VELVETA THOMPSON
LEADING WORSHIP

10.30AM
TICKETS £10
LONDON

19. SEPTEMBER. 26

EUROVISION.ORG.UK/RELEASE

VOLUNTEER AT 3GENERATE 2026

roles to suit EVERYONE

What will you bring?

Find out more and sign up to volunteer at

3Generate.org.uk

A spectacular celebration of the ever-unfolding journey of faith

JOIN US ON THE WAY

FIND OUT MORE AND BOOK TICKETS!
Friday 2 - Sunday 4 October
NEC Birmingham 3Generate.org.uk

3GENERATE 2026
MultiMedia Creators & Youth Ministry