



朋友請聽

【約伯記二十一 1-6】

23 你若這樣行、神也這樣吩咐你、你就能受得住、這百姓也都平平安安歸回他們的住處。

(二) 要操練

▲申五 1
摩西將以色列眾人召了來、對他們說、以色列人哪、我今日曉諭你們的律例、典章、你們要聽、可以學習、謹守遵行。操練聽主的聲音，可以幫助自己。

▲哈二 1-2

1 我要站在守望所，立在望樓上觀看，看耶和華對我說什麼話，我可用什麼話向他訴冤（向他訴冤：或譯回答所疑問的）。
2 他對我說：將這默示明明地寫在版上，使讀的人容易讀。

傾聽神的聲音四個關鍵：1 讓自己下來。2. 將眼目定睛在 身上。3. 注意即時的。4. 把與神親密相交的和 記下來。

二、聽話要有，才能使說話的人

(一) 同理心是

▲腓二 3-4
3 凡事不可結黨、不可貪圖虛浮的榮耀。只要存心謙卑、各人看別人比自己強。
4 各人不要單顧自己的事、也要顧別人的事。

同理心就是想像自己是，試著懂他們的感覺和想法。

同理心是你能感受到，就像是把自己放在跟他們一樣的位置上思考。

有同理心可以幫助我們，和別人相處，減少爭吵，建立的關係。

(二) 操練同心要先操練

▲弗四 2-3

2 凡事謙虛、溫柔、忍耐、用愛心互相寬容、
3 用和平彼此聯絡、竭力保守聖靈所賜合而為一的心。

* 同理心的操練：1. 多；
2. 問問題；3. 給；4. 陪伴他；
5. 有。

▲創四十二 21-22

21 他們彼此說、我們在兄弟身上實在有罪、他哀求我們的時候、我們見他心裏的愁苦、卻不肯聽、所以這場苦難臨到我們身上。

22 流便說、我豈不是對你們說過、不可傷害那孩子麼、只是你們不肯聽、所以流他血的罪向我們追討。

一、聽話要聽，不要

人若只想到，卻忽略的需要，他自然聽不見對方的心聲。

(一) 要聽出

▲太十五 10-11

10 耶穌就叫了眾人來、對他們說、你們要聽、也要明白。
11 入口的不能污穢人、出口的乃能污穢人。

* 聽話的藝術：

1. 就是要會聽話，甚至所聽到的話，都能往好處想。

2. 所謂「偏聽則暗，兼聽則明」；聽話要能兩面皆聽，才不會失去客觀、公允。

3. 就是要用心聽、注意聽，聽後還要用心思惟、記憶。

4. 聽話不能只聽一部分，更不能只聽正面，不聽反面；只聽好話，不聽壞話，要能全聽才能周全，才不會誤事。

▲創三十七 6-11

6 約瑟對他們說、請聽我所作的夢。
7 我們在田裏捆禾稼、我的捆起來站着、你們的捆來圍着我的捆下拜。
8 他的哥哥們回答說、難道你真要作我們的王麼、難道你真要管轄我們麼。他們就因為他的夢、和他的話、越發恨他。

9 後來他又作了一夢、也告訴他的哥哥們說、看哪、我又作了一夢、夢見太陽、月亮、與十一個星、向我下拜。

10 約瑟將這夢告訴他父親、和他哥哥們、他父親就責備他說、你作的這是甚麼夢、難道我和你母親、你弟兄、果然要來俯伏在地、向你下拜麼。

11 他哥哥們都嫉妒他。他父親卻把這話存在心裏。

▲出十八 13-24

17 摩西的岳父說、你這作的不好。
18 你和這些百姓必都疲憊、因為這事太重、你獨自一人辦理不了。

19 現在你要聽我的話、我為你出個主意、願神與你同在。你要替百姓到神面前、將案件奏告神。

20 又要將律例和法度教訓他們、指示他們當行的道、當作的事。

21 並要從百姓中揀選有纜能的人、就是敬畏神、誠實無妄、恨不義之財的人、派他們作千夫長、百夫長、五十夫長、十夫長、管理百姓。

22 叫他們隨時審判百姓、大事都要呈到你這裏、小事他們自己可以審判。這樣、你就輕省些、他們也可以同當此任。

24 於是摩西聽從他岳父的話、按着他所說的去行。

主日程序

第一堂

08:00-09:30

第二堂

10:00-12:00

- 靜默等候
- 詩歌讚美
- 誠心奉獻
- 虛心領受
- 彼此祝福
- 同享愛宴

回應詩歌

生命在於你

你出你入，
耶和華要保護你，
從今時直到永遠。
(詩篇 121 : 8)

本月證道主題

01/26 何有義

除祂以外

02/02 何有義

建造根深蒂固的屬靈生命

02/09 何有義

有一天

02/16 何有義

朋友請聽

本週壽星

02/16 鍾明儒

02/19 訾安麗

02/21 宋婷婷、連慧珍

祝你們生日快樂

日日喜樂、靈裡歡樂

敬拜與造就時間

週日	時間	性質	聚會人數
	上午 08:00-09:30	第一堂崇拜	73
	上午 10:00-12:00	第二堂崇拜	93
	上午 09:00-10:00	禱告會	4
	上午 10:00-12:00	兒童主日學	16
	中午 12:00-13:30	錫安詩班	17
週五	晚上 19:30-20:30	禱告會	24
週六	下午 14:00-16:30	童樂會	3/15 開課
	下午 16:30-18:00	小蜜滴	2/15 開課

上週奉獻徵信

十一奉獻 (012)20,000(015)117,000
(025)11,000(053)2,900(061)2,500(072)3,500
(080)15,000(080-1)7,000(081)1,000(084)3,000
(098)3,000(101)6,000(112)3,000(121)20,000

感恩奉獻
(001)500(080-1)5,000(081)500(090)500
(H04251)1,000(H04252)1,000(J01051)5,000

建堂奉獻 (121)5,000(C12052)1,000
(061)500(072)1,500(080-1)5,000(103)1,000

宣教奉獻(080)5,000(主知名)4,500

專款奉獻(080)10,000(主知名)3,000

愛心奉獻(081)300

主日 597(兒主 97) 建堂累積：8,636,000

本月經常奉獻累計：454,397

主日事工服事表

	本週	下週
證道	何有義	何有義
領會	游心怡	蔡東銘
敬拜團	頌恩團隊	光鹽團隊
投影片	張謹信 游貴生	張年華 彭馨霏
音控	吳世維	蔡聖邦 沈明貴
招待	李奇絨 賴怡廷	鄭雪雲 游貴生
	張雲霞 張勝雄	柯羽韓 陳蘭英
值星	劉明道 黃禾岳	鄭雅薇 林大順
禱告會	02/21 蔡嘉宜	02/28 暫停
兒童主日學		
	本週	下週
負責團隊	嘉宜團隊	嘉宜團隊
幼稚級	賴怡廷 詹佩琪 彭馨霏 張雙郁 賴怡廷	
初小級	劉展君 李玉夢 李玉夢 劉展君 劉展君	
中小級	劉榮軒 何宜芳 鄧雅云 沈幸怡 游心怡	
高小級	何雪芬 鄭因絢 何雪芬 鄭因絢 鄭因絢	



錫安詩班服事團隊 活動剪影
(攝於 2025.02.02)

郵政劃撥：劃撥帳號：19435507
戶名：貴格會板城教會
統一編號：04852591 財團法人台北市基督教台灣貴格會
地址：22060 新北市板橋區南雅南路二段 142 巷 2 號 B1
交通：捷運板南線-亞東醫院站 2 號出口
電話：(02)8966-0446、(02)8967-0447 傳真：(02)8966-7649

本週金句

凡事謙虛、溫柔、忍耐、用愛心互相寬容、用和平彼此聯絡、竭力保守聖靈所賜合而為一的心。

【弗四 2-3】

板城 365 進度

每日讀經

- 02/16 伯 24:1-25
- 02/17 伯 25:1-26:14
- 02/18 伯 27:1-23
- 02/19 伯 28:1-19
- 02/20 伯 28:20-28
- 02/21 伯 29:1-10
- 02/22 伯 29:11-25

一年聖經速讀

- 02/16 出 6:14-7:25 詩 37 徒 2:22-47
- 02/17 出 8 詩 38-39 徒 3
- 02/18 出 9 詩 40-41 徒 4:1-31
- 02/19 出 10 詩 42-43 徒 4:32-5:11
- 02/20 出 11:1-12:20 詩 44 徒 5:12-42
- 02/21 出 12:21-51 詩 45-46 徒 6
- 02/22 出 13:1-14:4 詩 47-48 徒 7:1-29

● 2025 宣教認獻目標一百一十九萬元
認獻累計 \$336,000 奉獻累計 \$9,500
本堂福音中心 \$0 希望之家 \$0 開拓植堂 \$0
海外宣教 \$0 暑期福音隊 \$0 福音機構 \$0
不指定 \$5,000 恩友中心 \$4,500

●板城 2 月份行事曆

項目	日期	內容
1	02/07	學牧一日遊
2	02/15	小蜜滴開學
3	02/22	吳述恩弟兄、蔡欣恩姐妹婚禮
4	02/28	二二八和平紀念日辦公室休假一天
5	02/28-03/01	執事同工退修會



台灣貴格會板城教會

<板城教會全職傳道人>

何有義牧師 | 仲信忠傳道

電子郵件：bcjh142@gmail.com

官網：http://twfcbc.org

兆豐銀行板南分行戶名：財團法人台北市基督教台灣貴格會板城教會
轉帳：027-09-01011-5
匯款後請記得來電告知日期及帳號後五碼/可臨櫃或轉帳。

◇ 肢體關懷

1. 歡迎上主日嘉賓：陳秀圓女士，願主賜你們生命豐盛喜樂。
2. 請為升學考試青年代禱 - 統測 4/26-27：蘇栢正；會考升高中 5/17-18：林睿禹、鄭迦煊、林妍濤、孫達力。求主賜他們聰明有智慧。
3. 本週六下午兩點吳述恩弟兄、蔡欣恩姐妹將舉行婚禮，在主前完成誓約，願主賜福你們所建立的家，歡迎弟兄姊妹前來觀禮祝福。
4. 為肢體及親人代禱：黎寶賢（章毅軒弟兄的母親）；郭寶卿女士（游貴生弟兄的母親）；吳恭盛弟兄（李蓮英姐妹的先生）；鍾泉富弟兄（鍾明儒弟兄的父親）；邱福順先生（邱慧瑀姐妹的父親）小腦中風能有良好的救治和復原，經濟及找尋機構能夠順利代禱。

◇ 子會關懷

- ✦ 泰山福音中心：
1. 求主帶領新的小組，可以繼續有人加入讀經班的姊妹小組。求主持續帶領禮拜五傳道書的課程。
 2. 求主帶領繪畫畫畫班的人在課程中認識神。
 3. 為簡傳道的視力能夠盡可能保持視神經，不要全部壞死。
- ✦ 宜蘭天恩教會：
- 禱告會共24 主日&禱告會26 小組共24
1. 為本週六開始的兒童英語班順利禱告，共計16週（最終繳交報名費共18位兒童）。
 2. 為籌備愛家溝通學校的內容並成功邀請兒童家長參加守望禱告，上半年共四堂課。
 3. 為教會新一輪探訪計畫有許多同工一同響應守望禱告。
- ✦ 希望之家：
1. 求主讓小組肢體彼此相愛有見證，能更多邀約新朋友加入，舊朋友可以回來。代禱。
 2. 感謝主，持續週二至週六上午 8 點半，有線上靈修禱告，感謝主大大同在，作工在我們當中。
 3. 小組慕道友翠英姐蜂窩性組織炎開刀，求主醫治到完全。
 4. 袁榮泓弟兄公司代禱：a. 為民生資源專案，求主保守施工人員平安，農曆年後盡快完工。b. 求主恩助 2 月能取得遠東印染廠的專案工作。c. 林口電廠工作，求主預備合適的工班。

【歡迎新朋友同來聚會】

1. 今年宣教認獻預算 119 萬元，邀請弟兄姊妹填寫回應單，認獻請於今天完成，踴躍參與天國投資行列！
2. 「從懷疑到相信」2025.4 月線上培訓課程【基礎課】(週六)4/12, 19, 26, 5/3, 10 上午 09:00-12:30，【裝備課】(週六)5/17 上午 09:00-13:00 (週日)5/18 下午 14:00-18:00，相關規定可掃描 QR Code，早鳥優惠至 3/3(一)截止，可憑報名付款截圖向辦公室申請課程補助。今日下午 13:00 歡迎肢體一起參與卸除新春布置，於中庭集合。
3. 報名櫃台
- (1) 2024 年會友奉獻統計已公布在副堂佈告欄，若需奉獻證明，請至櫃台登記，至下主日截止。
- (2) 新一季板城兒童週末營來囉！童樂會才藝課程 3/15(六) 本期開課：創意黏土、輪板運動，詳細課程資訊請掃描 QR Code。
- (3) 《每日研經釋義》2025 年份二三四季開始訂購，標準版\$300、大字版\$450，訂購至 3/2(日)截止。
- (4) 兒主春遊囉！對象：兒主家庭、時間：3/8(六)09:30-15:30、地點：一級棒農場、費用每人\$400、活動內容：披薩、地瓜球 DIY 製作+現採現煮青菜+園區導覽+認識動物+藏寶遊戲，報名至 3/2 截止。

懷相



童樂會



不要跑在神之前！

基督教今日報

帶著追星目的，錄取唱片公司

16 歲那年，劉綠芬加入了一個社團，每天放學都會邀她「要不要來聚會？」有次還被浸在泳池裡面，多年後她才知道，原來這是基督教社團，自己不知不覺被拉去「受洗」了；雖然懵懂無知，但神的恩典就從那時開始，頭腦彷彿被一把鑰匙給打開。

從五專到世新大學，因課程需要，必須去說服沒有應徵工讀的公司僱用自己，從沒找過工作、寫過履歷的她，帶著追星的目的，竟被唱片公司錄取了，回首來看，這一切是神都安排好了！

我們原是他的工作，在基督耶穌裡造成的，為要叫我們行善，就是神所預備叫我們行的。（以弗所書 2:10）

生存之道是「拼命討好別人」，自以為義卻引誤解

當時的她很自卑，自覺什麼都不會，因此對所有要求「來者不拒」，甚至沒吃完年夜飯就被 CALL 去公司。她的生存之道就是「拼命討好別人」，成為投入工作的「濫好人」，連不屬於自己的工作範圍仍一手包攬，但她感謝上帝賜下很多好戰友。

唱片企劃同事突跳槽，她開始學習新的唱片企劃，試圖假裝很有經驗，撐著生存的表面，內裡實則時刻擔心工作重擔，欺騙別人也欺騙自己，內心驕傲種子發芽，萌發不平衡與自以為義，眼目中滿了「自以為的事實」，就跑去跟上級呈報，更多時候只是要滿足自我中心的表現，而非出於愛心的誠實話。

有次，她感到被同事排擠，在尾牙上細問同事，才知道原來之前老闆有這樣指示其直屬上司，要資遣其他人讓她加薪，導致同事們誤以為是她在「搞鬥爭」，但其實劉綠芬完全不知情。

更努力，卻發覺過去所做的一切皆是虛空！

此後，她更加努力投入工作，對人不再放過量的感情，汲汲營營進階很好的職位一企宣總監，看似光鮮的頭銜，卻需要隨時與各大重要的經紀人溝通，每天不斷道歉、被挑戰... 心裡常不快樂、沒有健康的休息與社交，更沒有「走路有風」。

而後，更因財主的一句話，公司就被賣掉，被老闆買去給女兒「玩」，找了很多非行業的人才，最後公司有很多人紛紛離開了。

劉綠芬自己也在被迫離開後，發覺過去燃燒生命做唱片，在演藝圈追逐的一切，其實皆是虛空！

我見日光之下所做的一切事，都是虛空，都是捕風。—傳道書 1:14

在上海家教會，靈命重新被更新

2021 年底，她離開公司，隨著藍又時、張芸京進入教會生活，帶著世界的價值觀，用屬世的生存之道與謊言互動、包裝自己，長期網綁令其無法真實敞開、無法順服牧者，在血氣之爭下，她與牧者決裂了，遂離開當時小組。

至此，她對人性徹底絕望，卻又不願告訴任何人，只為保持爛好人形象，實則內心早已破碎不堪。

後續，她隨老闆到大陸打拼工作，學習大陸娛樂的操作，工作拓展了很多眼界，但彼此關係卻累積許多摩擦，原在疫初期決定離職，但上帝奇妙安排，讓疫情成為了彼此情緒的緩衝劑。

恰好，當時張芸京也來到上海，與其共同生活，在那過程中彼此和好，並一同來到上海家教會。劉綠芬重新看到內心靈裡的枯乾：「我的心早就爛掉了，我不在意別人，我只在乎自己……」

那段時間，她專注去教會，徹底悔改過去的謊言和無感，生命也一點一滴被神醫治。而大陸工作卻遭遇「朋友」詐騙，導致與其老闆產生更大裂縫，身體也越來越痛，幸而此際，上帝透過張芸京邀約弟兄姊妹，一同為其工作和身體代禱，神也修復他們的關係。

確診卵巢癌，卻無任何懼怕 手術經歷神滿滿恩典，獲全額理賠

有天，劉綠芬突然腹部劇烈疼痛站不起來，查出子宮肌腺瘤，除了吃止痛藥外，建議手術拿掉子宮，隨著服用止痛藥的劑量增加，進而到馬偕醫院檢查，要轉婦癌科，卻因忙碌而作罷。

直到張芸京及姊妹們「押」著她掛急診，才確診了卵巢癌第三期，陪伴的姊妹當場大哭，反而是劉綠芬安慰對方。

詩篇 103:3：「他赦免你的一切罪孽，醫治你的一切疾病。」劉綠芬深感下一刻可能就失去生命，反而終能真實面對自己，才實際領受神真正的赦罪救恩。

她很感恩，雖確診癌症，卻沒有任何懼怕，手術隔天馬上下床散步，也不感覺疼痛，順利拔掉尿管，甚至順利申請至 VIP 病房，每

天都有許多人來探望，病房天天熱鬧，充滿歡聲笑語。

原先，她自覺過去犯罪，生病總是理所當然，心中充滿自我定罪，但上帝透過一張卡片告訴她：無須活在過去的自責和羞愧，真實的悔改就能得著神的饒恕，搭上平安號，讓神引導前行。

果真，她就像搭上特快車，從開刀到打化療，一個月完成療程，原本擔心上百萬的花費，保險完全理賠，對此充滿了感恩。

從跑在神面前，到等候耶和華

在全程化療中有詩歌陪伴，讓神大能運行，有次在打化療期間，詩歌聲中，她開始問自己：「準備好與癌細胞抗戰、能應對化療後的反應了嗎？」她忍不住流下眼淚，發現自己並未準備好。

此時，父親突然敲門問要不要吃飯，劉綠芬知道這是神的安排，要打斷她陷入負面漩渦，要靠主剛強。她清楚發現，心思意念是個戰場，雖一路有喜樂平安，但因常自覺「沒有明天」，試圖跑在神前面，總想把事情做完，甚至熬夜不睡。

直到張芸京讓她看自己的癥結點，劉綠芬才開始慢下來，以聖經以賽亞書 40:31：「但那等候耶和華的必從新得力。他們必如鷹展翅上騰；他們奔跑卻不困倦，行走卻不疲乏。」學習等候聆聽神的聲音，讓生命回到正確的次序。

理賠專員也見證神蹟，兩次化療後指數恢復正常

醫生建議，完成化療後再做 16 次標靶治療，每次治療加上住院，總要花上十幾萬，但很恩典的是理賠總是夠用，其未信主的保險專員也因此見證到，神的美好與眷顧。

打了兩次化療治療後，指數就已恢復正常直到如今，療程中除血壓較高外，沒有任何不舒服或情緒低落，她看起來一點都不像生病的人！劉綠芬感恩並勇敢拿下假髮表示：「自己連頭髮也長出來了！」

這場疾病只是要我經歷神，不要跑在神的面前，就得著醫治的大能，神的愛就是如此溫暖、神奇！」雖後續身體保養仍有不便之處，她卻皆能單純面對，感覺自己回轉像小孩一樣。

以賽亞書 53:5「哪知他為我們的過犯受害，為我們的罪孽壓傷。因他受的刑罰，我們得平安；因他受的鞭傷，我們得醫治。」

劉綠芬相信是因為神才能活著，且沒有神的允許，一根頭髮都不會掉落，相信在耶穌基督裡面，我們早已領受醫治！

聚會表

本週聚會時地	小組長	上週人數
週日午 12:00 副堂二	以琳/ 宋婷婷	22
週日午 12:00 成人圖書室	喜樂河/ 葉珍	8
週日午 2:00 林長佑府上	寶貝夫妻/ 年華.雙郁	今日聚會
週二晚 7:30 副堂一	小羊小組/ 李翠蘭	19
週三早 10:00 副堂一	榮耀/ 仲信忠	2/19 聚會
週三晚 7:00 副堂一	以斯拉/ 劉啟國	14
週四早 10:00 成人圖書室	姐妹團契/ 張純招	8
週四晚 7:00 副堂一	麥子小組/ 劉明道	8
週四晚 8:00 探訪	探訪/ 劉明道	17
週五早 09:30 成人圖書室	幸福讀書會/ 張純招	8
週六晚 6:30 副堂	何牧引 國中/ 何雨晴 高中/ 何雪芬 愛加倍/ 鄭雅薇	聯合出遊 20
週六晚 6:30 正堂	光鹽/ 劉榮軒	補班
週六晚 7:30 副堂二	主恩/ 蔡文珊	暫停
上週聚會人數合計		124

小組分享

1. 當有一些心中痛苦的事，你通常找誰分擔?為什麼?
2. 分享你曾經在話語上得到幫助的經驗。