

# 崇拜聚会

2018年06月02日 上午11时00分

The Church in Worship

欢迎 Welcome

主在圣殿中 P501

开会祷告 Opening Prayer

爱使我们相聚一起

Song Leader 领唱组

林婷婷 姊妹

诗歌赞美 Song Service

这是天父世界 P59

我心仰望我主 P275

有一位神

Congregation 会众

Song Leader 领唱组

Song Leader 领唱组

祷告 Pastoral Prayer

奉献 Offering

呼召敬拜 Call to Worship

证道 Sermon

熊秀芬 姊妹

完全奉献

我心切切渴慕祢

Philip 柯腓利 牧师

## 以斯帖 (扭转时局的民族女英雄)

*Esther*

若

祝福 Benediction

散会颂 P504

Song Leader 领唱组

Philip 柯腓利 牧师

Congregation 会众

亲爱的弟兄姊妹**欢迎您**，安息日平安！

希望我们在一起度过愉快的一天。

愿我们在基督耶稣里成为**幸福的一家人**。

# 心灵沉淀

## 情绪的“适”放

**箴言 14:29** 不轻易发怒的大有聪明，性情暴躁的大显愚妄。

有一天，一位妇人带着她新买的宠物狗，准备坐火车去看她的亲戚。在火车上，她座位对面的一个年轻人正陶醉地听着随身听，不时摇头晃脑，甚至开始唱了起来。

她觉得有些吵，流露出不耐的表情，但坐对面的那位年轻人不但没有收敛，反而愈唱愈大声，愈唱愈大声，而这位妇人的火气也愈来愈大，愈来愈大。

忽然间，这位已经忍无可忍的妇人大吼一声：“别吵啦！”接着便歇斯底里地把自己新买的在旁边吠叫的宠物狗给丢出窗外。

可能我们都会觉得故事中这位妇人的行为实在夸张，引起她怒气的是对面的乘客，但到最后却是那只无辜的宠物狗受害。

当我们为故事中这位妇人的行为觉得哭笑不得时，想一想，您我自己是否也曾在生活中扮演这位「故事中的妇人」的角色呢？

比方说：明明是老板惹我们生气，但我们却回家把怒气发泄在自己家人身上；明明是同事得罪我们，但我们却把怒气发泄在配偶的身上；明明是自己失误而把情况搞砸，却总是气急败坏地怪罪不相干的旁人；明明是某人做错事，但我们却迁怒到他身边的朋友、亲人。

想一想，您我的怒气，是否常以「不適切」的方式，发泄在「不适合」的对象身上呢？

我们的情绪需要「释放」，但更要懂得「适放」，懂得适量地抒发，懂得适可而止，并针对适合的表达对象。

生气并不一定等于犯罪，端看我们是否懂得情绪的「适」放。如果放过了头，或释放到不适当的对象身上，往往会让自己后悔莫及。

# 报告事项

1. 欢迎收看每周六下午 6:00-6:30 及每周日下午 4:30-5:00 (重播) 在中华电视网第 28 台播出的“脚前的灯，路上的光”节目。
2. 欢迎收看每周一至周五上午 10:55 及下午 3:55 (重播) 在中华电视网第 28 台播出的“灵命日粮”节目。
3. 欢迎参与每周二的圣经学习。时间：上午 10:00-12:00。地点：Fencible House, 18 Fencible Drive, Howick.
4. 鼓励弟兄姊妹在网络点阅本会相关节目，可藉由 2 个方式(1)打入本会网址([www.acsdac.org](http://www.acsdac.org))，点击在线节目系列。(2) 在 YouTube 中打入奥克兰华人教会。
5. 这个安息日的上午 10:00-10:50，有**圣工消息分享**和**安息日学**，欢迎弟兄姊妹们来参加。
6. 在每个安息日的上午 10:00，有为不同年龄段的小朋友开展的**蒙童班**。
7. 在每个安息日的下午 1:30，有**查经学习**。
8. 这个安息日崇拜结束后，小闵姊妹将向大家做今年 1-3 月期间的**财务报告**，欢迎大家参加。
9. 这个安息日崇拜结束后的爱心午餐时间，我们将为在**6**月份生日的弟兄姊妹**庆祝生日**。
10. 6月3日晚上 7:00 有**堂董会**，请相关人员准时出席。
11. 下个安息日乐意捐用途：复临学校捐
12. 日落时间：06月02日 安息日 下午 5:13  
06月08日 星期五 下午 5:11