

操練與比賽

徐天 傳道

講到操練，對當過兵的人來說，一定會想到那枯燥無味的隊列操練；對運動員來說，一定會想到那折磨人的體能訓練；對基督徒來說，一定會想到那令人生畏的屬靈操練 - 讀經禱告默想等。如果沒有戰爭，當兵的可能會將正步走的姿勢當成操練目的；如果沒有比賽，運動員可能將能做多少伏臥撐作為訓練的目的；如果沒有屬靈的爭戰，基督徒可能會將屬靈操練的表現當作衡量靈命的標準。然而，所有的操練目的，都是在操練之外，而不是操練本身。

當我們基督徒一聽到要屬靈操練，很多人就會覺得重擔壓心頭。我們知道，我們的靈命好壞是指我們愛神愛人的能力是否有所成長。如果我們不需要任何屬靈的操練就能更愛神，更愛人，那麼我們就可以完全跳過這樣的操練。我們不需要用這樣的操練來感動神，感動人。屬靈操練至於生活，就像運動員的訓練至於比賽。籃球運動員在訓練時的得分多少，對比賽的勝利和失敗毫無關係；他們訓練的目的是為了在比賽中得分並贏得勝利。

同樣，我們基督徒的屬靈訓練的目的，不是屬靈訓練期間的表現好壞，而是在我們生活中，是否因著這樣的訓練，讓我們更愛神，更愛人，更能戰勝世界的引誘與魔鬼的試探。神喜悅我們屬靈操練，但我們應該知道屬靈操練的本意，它並非是用自己好的表現得到神的寬恕和喜悅；也不是為了讓神給我們嘉獎，或是向神表示我們何等委身於祂。屬靈操練的重點是我們，不是神，是要幫助我們自己改變。

屬靈操練一定要在自覺需要的時候進行。不然，就會讓人感到有點律法主義的味道，因為似乎是被迫這樣做，那樣做。好像我們剛剛擺脫律法主義，因著耶穌得了自由，怎麼又陷入了另一種限制。事實上，屬靈操練和律法主義完全不是一回事。屬靈操練是為了改變我們自己。而律法主義則是為讓別人看自己。

所以，屬靈操練的人首先要知道自己的弱點。十多年前開始和人打網球，發現自己擊球無力，除了動作因素外，手臂力量太弱是個主要原因。於是，就有意識地加強手臂肌肉鍛煉。結果有明顯的改變，後來有人講我打球太暴力。我們的屬靈生命也有很多軟弱之處，我們都看到了嗎？若我們看到了，那麼屬靈操練就可以幫助我們在那方面強壯起來，在實際生活我們就可以看到因著操練帶來能戰勝恐懼的力量，因著操練而帶出的行善的能力。弟兄姐妹，這才是我們屬靈操練的目的。

喜瑞都國語堂晨間主日崇拜

主曆二零二一年四月十一日

時間：上午九時四十五分

證道：徐天傳道

領詩：紀聖吳弟兄暨敬拜小組

司琴：羅慧恩姊妹

序	樂	誰能使我與神的愛隔絕	
頌	讚	你們要讚美耶和華 榮耀神羔羊 一粒麥子	會眾
牧	禱		譚鳴鳳傳道
奉	獻		譚鳴鳳傳道
證	道	生死哲學 (約翰福音 12:20-26)	徐天傳道
歡	迎/報	告	譚鳴鳳傳道
三	一	頌	
祝	禱		徐天傳道

「蒙愛」大家庭消息

二零二一年四月十一日

- 2021年教會主題為：作主門徒，效法耶穌 (Discipleship: Be Like Jesus)，「門徒不能高過老師，但經過充分培訓後，人人都會像他的老師一樣。」 (路加 6:40 蒙愛版本)
- 感謝神！美國疫情逐漸降溫。最高法院裁定允許教會實體敬拜，因此蒙愛羅省基督教會已經於三月份恢復實體崇拜，歡迎弟兄姊妹參加。相關規定如下：
 - 嚴格遵守 CDC 衛生機構指南：戴口罩、洗手、保持安全距離、提供洗手液、按指示牌出入。
 - 主日崇拜將繼續在教會 YOUTUBE 直播，以幫助無法或尚未預備好參加實體敬拜的弟兄姊妹。
 - 不傳遞奉獻袋、不發紙本程序單、目前不提供午餐。奉獻請使用 Venmo、tithe.ly 或銀行付款。
 - 主日學、禱告會、團契、門徒訓練和其他活動，仍繼續於線上進行。
- 蒙愛羅省基督教會就近日反亞裔襲擊及仇恨事件之聲明：請至教會網站 fecc.us 瀏覽。
- 「全國禱告日」定 5 月 6 日(週四) 舉行，FECC 所有堂會所有堂會(喜瑞都、福樂敦、義橡園、東蘭莘) 一同為美國禱告。當週各堂會禱告會均改於週四(5/6)。方式：Zoom meeting 請弟兄姊妹預留時間參加。
- 教會財務**：感謝弟兄姊妹顧念神家的需要獻上金錢

	年初至 2/28/2020				
	實際收入	預算	方差	實際支出	入不敷出
經常費	\$194,289	\$339,892	-\$145,603	\$290,311	-\$96,022

*教會設施使用回饋未包括在經常費內

喜瑞都堂會消息

- 喜瑞都兒童部 Zoom 線上主日學課程，每月舉行二次，下次為 4/18 (主日) 上午 11:00-11:40am！盼望看到我們的孩子們通過在神的話語中相互團契而一起成長，成為一個信仰社區！我們期待與大家見面！
- 喜瑞都兒童事工：防疫期間，請家長們協助孩子們至教會網站學習兒童主日學 fecc.us/Cerritos/children

國語堂晨間崇拜

- 國語堂晨間敬拜部招募新團員：領唱、音控、錄影，投影片播放、影音製作、樂器、文宣。歡迎對敬拜讚美服事有感動的弟兄姊妹請上網報名 <https://feccworship.com/報名/>
- 查經班：每週一早上 10-11 點，以 ZOOM 形式，歡迎弟兄姊妹參加的。現在正在查創世紀。此班由徐天和 Grace Chen 帶領。Zoom ID:896 2504 2213, Password:444777.
- 在第二季度的主日學，我們將採用《福音證主協會》製作的 3D 研經系列，分別開《摩西五經》與《實踐智慧人生》兩門課程。採用了聖經神學的進路，以同類聖經書卷中的重要主題研讀重心，綜合相關經文一併討論，強調聖經信息的整全性，與經卷式研讀方法互為補充。上課形式會以：短片、查經、討論並應用分享，力求在真理中扎根，並在生活中應用。
 - 《摩西五經》：摩西五經是整本聖經的基礎，神救恩計劃的藍圖。從創世到以色列國建立，摩西五經以一個民族的經歷，作為全人類生命旅程的見證，闡述了神與人之間的生命連接，並透過聖約、節期、安息等，顯明神對人的心意。老師：譚鳴鳳傳道、譚興國弟兄、尹洪湛弟兄、劉智文弟兄
 - 《實踐智慧人生》：人作為受造物，要明白人生的意義，先要從認識創造主開始。人生的滿足，是不能離開創造的主宰而存在的。詩歌智慧書收集了以色列人歷代尋求神、處己及處人的經驗，激勵人追求合神心意的生活態度和行為，實踐智慧人生。老師：徐天傳道、鄭敏吉弟兄、熊燕琳姊妹、周幼梅姊妹

國語堂午間崇拜

- 午間 2021 第二季主日學：
 - 讀經班—鼓勵弟兄姊妹繼續按每日二章的進度進行。
 - 「聖靈的大能」將於 4/11 開始—熊天牧牧師課程目的：
 - 根據聖經探討基督徒的得救和生活與聖靈的關係。
 - 瞭解近代靈恩運動背景，明白聖靈充滿的教訓及各種恩賜的應用的原則。
 - 親身更深地體驗聖靈的恩典所帶來的生命改變，並切實地事奉主上課方式：Zoom Meeting (ID: 883 5459 5770) 時間：每主日 9:30-10:30am
LINK:<https://us02web.zoom.us/j/88354595770>。
- 肢體代禱：1) 求神醫治張立明弟兄的疼痛與擺脫藥癮的掙扎。2) 天氣多變，請為長者們的身心靈代禱。

福樂敦堂會消息

二零二一年四月十一日

2121 East Wilshire Ave., Fullerton, CA 92831 TEL: 714.451.6226

1. **本週經句:** 弟兄們，若有人偶然被過犯所勝，你們屬靈的人，就當用溫柔的心把他挽回過來；又當自己小心，恐怕也被引誘。
(加拉太書 6:1)
2. 我們自三月起恢復實體的主日崇拜。群體敬拜匯集了神的話語，敬拜，祈禱，團契，門徒造就，服侍和外展，並成爲神給予基督徒生活長久不斷的恩典的最大媒介。願在群體的崇拜中，我們能領受更大的祝福，經歷神的同在，歸榮耀給祂。主日崇拜也將繼續在教會 YouTube 頻道上提供直播，幫助那些無法或尚未準備好參加群體崇拜的弟兄姊妹。

國語堂

1. **第二季主日學課程「哥林多前書」**於 4/4 9:30 開始，老師是王莉莉姐妹。哥林多前書討論教會中屬靈的與道德的許多難處，顯示教會在一個墮落的社會中所面對的挑戰，使徒保羅對此提出了「神的標準」與神審判的真實性，指示基督徒行爲準則的最高層面是“凡事爲榮耀神而作”(10:31)。本書討論的問題相當多，包括教會紛爭，信徒間的訴訟，婚姻問題，方言，以及身體復活的教義等。歡迎大家一起來學習。Zoom ID: 859 068 3178。Passcode: 2121。
2. **禱告會:** 歡迎每週三晚 7:30 的教會禱告會，讓我們舉起聖潔的手，一起來爲國家，教會，宣教士以及彼此的需要代禱。
3. **肢體代禱:** 求神保守林麗珠姊妹的母親、陳以琳姊妹的母親、黃珊珊姊妹的父母，以及黃黎斐姊妹的弟弟，醫治他們的軟弱，賜平安給他們。

義橡園堂會消息

3193 Rochester Rd, Troy, MI 48083 Tel: (248) 828-3045

1. **本週背經進度:** 因爲神賜給我們，不是膽怯的心，乃是剛強、仁愛、謹守的心。(提摩太後書 1:17)
本週禱讀進度: 4/12 詩篇 69; 4/13 詩篇 70; 4/14 詩篇 71; 4/15 詩篇 72; 4/16 詩篇 73
2. 「**國家禱告會**」每週一到週六，早上十一點開始十二點結束。週日九點四十五分開始; 教會禱告會: 每週二晚上 8:00 邀請弟兄姊妹一起來參與。甚願禱告的聲音化爲馨香之祭，直達神的居所。
3. **教會清潔日**將在 4/25 和 5/2 進行, 各團契可按照需要來選擇日期和時段來清潔該分配好的區域。

東蘭莘堂會消息

2300 Lake Lansing Rd, Lansing, MI 48912。

1. **歡迎:**感謝神的保守，讓我們可以回到教會參與實體聚會！週六崇拜聚會時間更改爲早上十點，線上仍有崇拜直播，YouTube 頻道網址:
<https://www.youtube.com/channel/UCtDRjEpQA1iipnohBb3mm7g>。歡迎每一位與我們一起同心敬拜！
2. **晨禱會:** 每週二早上 9:30，歡迎所有禱告勇士來參加，一同爲我們的教會與弟兄姊妹的需要來守望。欲參加者，請向 Jessie 傳道聯繫
3. **門徒造就 101:** 爲幫助初信者能更加了解我們的信仰，建立真理的根基，我們在每週四晚上 8-9:30 將有線上課程，歡迎有興趣的弟兄姊妹與朋友們參加。欲參加者，請向 Jessie 傳道聯繫
4. **週五團契查經:** 「祢的話是我腳前的燈，是我路上的光。」(詩 119:105) 每週五晚上 7:30-9:30 有團契查經聚會，歡迎一同來查考約翰福音，領受生命之道。因疫情緣故，我們將有線上查經，團契活動詳情請洽邢燕燕姊妹。
5. **肢體代禱:** 1)爲斯琴姊的身體得著全然的醫治禱告。2)爲高姊妹的左腿手術後的恢復禱告。3)爲弟兄姊妹們的健康，不受到病毒感染禱告。

粵語堂

二零二一年四月十一日

1. 今日和 4/18 的主日將採用單一網上崇拜，不設實體聚會，直至 4/25 及以後會全然恢復，崇拜時間不論實體崇拜或網上轉播均恢復為每主日早上十一時十五分開始，敬希會眾垂注。
2. 請有負擔為穆斯林得享救恩代禱的會眾，可以上網
址: www.30dayschinese.org 或 facebook.com/30days.now 參閱 30 日的禱告事項。
3. 主日祈禱會已開始每週三晚八時至九時舉行，希望大家更多參加祈禱會，以強健活潑的靈命。

英語堂

1. 週三晚 8:00-9:30 在本教會禱告室舉行成人禱告會。
2. 青少年團契(CREW)每週五晚八時在喜瑞都教會舉行，請家長鼓勵孩子邀請朋友參加。
3. 英語堂大專及職青團契聚會詳情如下:
 - 大專團契 College (週五晚 7:45)，
請聯絡 Adam Wong (ahwong17@gmail.com)
 - 職青團契 Drawful (每週四晚 7:00)，
請聯絡 Pastor Leonard Tan (ltan@fccc.us)
 - 職青團契 Ohana (每週五晚 7:45)，
請聯絡 Jessica Lee (jessicaturtle@gmail.com)



羅省基督教會聯會 羅省基督教會聯會

結合靈修、宣教和社關之聯合事工

2021 年「聯會」主題：建立使命教會：職場宣教使命

二零二一年四月十一日

1. 在伊斯蘭教齋戒月為穆斯林禱告 (4/13-5/21, 2021)
伊斯蘭教齋戒月是穆斯林操練禁食、禱告和提高屬靈省察的時刻。本年度的《為穆斯林世界禱告 30 天》代禱手冊已送交「聯會」會員教會教牧同工及宣教領袖。請上網 www.30dayschinese.org 或 facebook.com/30days.now 參閱每日禱告事項更新。請在此期間參與基督徒每日為穆斯林世界的禱告，求主引領穆斯林得享救恩。
2. 羅省基督教會聯會就近日反亞裔襲擊及仇恨事件之聲明
「聯會」因應近日亞裔及美籍亞裔屢屢遇襲作出回應聲明。請瀏覽「聯會」網頁：www.feca.org。感謝「聯會」社會關懷委員會協助起草聲明。
3. 歡迎參加 2021 年世界宣明會「環球六公里 為水齊邁步」活動
活動簡介：請瀏覽「聯會」網頁 www.feca.org
活動日期：5/22 (週六) 參與形式：各會員教會安排小組戶外活動
網上報名及捐款：(留意區分英文大小寫)
格蘭岱爾羅省基督教會：tiny.cc/2021FECG6K
聖迦谷羅省基督教會：tiny.cc/2021FECSGV6K
蒙愛羅省基督教會：tiny.cc/2021FECC6K
鑽石崗羅省督基督教會：tiny.cc/2021FECDB6K
亞凱迪亞羅省基督教會：tiny.cc/2021FECArcadia6K
報名費：成人 \$50.00 / 少年 (18 歲以下) \$25
參加者將在活動前收到大會寄出的運動員 T 恤、跑手編號襟布及完成行程紀念章。早鳥報名優惠 (3/17 至 4/12)：填寫優惠碼「CLEANWATER」可獲 \$15 報名費減免。
4. 「聯會」差派工場同工回美述職
我們歡迎林怡明夫婦 (Adam & Susan) 即將返美。他們剛結束在工場上十年的服事，現正計劃下一步去向。由於檢疫要求，Adam 需尋找住處完成隔離程序 (6/15 至 6/30)。如弟兄姊妹能提供暫居方便，請電郵 waichu.luk@feca.org 或 edwin.leung@feca.org。謝謝。

二月結存

	格蘭岱爾	聖迦谷	蒙愛 FECC	鑽石崗	亞凱迪亞
02/21 結存	10,672	58,109	(49,301)	(5,667)	(11,012)
01-02/21 結存	(40,943)	23,552	(96,022)	(23,997)	(28,466)