



恩福北區堂崇拜程序表

2026 年 09 月 20 日(日) 11:00am–12:20pm

宣召、讚美	『神坐著為王』 『神的帳幕在人間』 『我心屬於祢』 『再次將我更新』
講道	情感健康的門徒，塑造健康的教會 《以弗所書》4 章 17 節–5 章 2 節 黃志昂牧師
回應詩	『再次將我更新』
奉獻及牧禱 迎新及家事分享	『全為祢獻呈』 陳黎素芳牧師
榮耀頌	『榮耀頌』
差遣、祝福	黃志昂牧師

經訓：耶穌又對眾人說：「我就是世界的光。跟從我的，必不在黑暗裏走，卻要得著生命的光。」

《約翰福音》8:12

恩福北區堂 堂址：新界粉嶺一鳴路 23 號牽晴間購物廣場地下 G1B 號舖

總機：3552-6601 傳真：3552-6615

網址：https://www.yanfook.org.hk/yanfook_north

前往北區堂



教學短片

恩福堂 九龍長沙灣道 789 號 恩福中心(荔枝角港鐵站A出口) 電話：3552-7700 https://www.yanfook.org.hk	恩福馬鞍山堂 馬鞍山頌安商場 R 層 506 室 「石門+」：沙田石門安麗街 11 號 企業中心 19 樓 7-11 室 電話：2643-7878 https://www.yanfook.org.hk/yanfook_maonshan	恩福東九堂 觀塘巧明街 111-113 號 富利廣場 6 樓 電話：2173-7700 https://www.yanfook.org.hk/yanfook_kowloon_east	恩福元朗堂 新界元朗喜業街 16 號 駿佳廣場地下 3 號舖 電話：3842-1400 https://www.yanfook.org.hk/yanfook_yuenlong
---	--	---	---

神坐著為王

神啊 我要一心稱謝祢
神啊 我要高舉祢聖名
我要因祢歡喜快樂 至高的主啊
祢榮耀使我心歌頌祢

驅黑暗 留住美 藉著神重拾愛
齊心禱告以真誠 藉主誇勝
要頌揚神是愛 要頌揚神是美
燃點真愛發光芒 宣告我主坐著為王
就算翻起千般駭浪 主必會為我掌舵
每日隨時乘風破浪 樂誦主的凱歌
要頌揚神是愛 要頌揚神是美
燃點真愛發光芒 宣告我主坐著為王

神的帳幕在人間

王呀 祢的國 裂天降臨
大地眾子民 高聲歡呼
神呀 我相信 祢將快來
將要掌管萬國

看哪 神的帳幕在人間
從此與我同住
擦掉淚痕 泯滅恩怨
作祢一生愛子

看哪 神的帳幕在人間
從此與我同在
祢是開始 祢是終結
與祢進到樂園

神的帳幕在人間

我心屬於祢

我來到你面前 全心向祢稱謝耶穌
祢是如此愛我 我單單屬於祢

主我在這裡 獻上我的心
生命的一切 完全獻給祢
因為我並沒有 財寶和金銀 能夠獻給祢
唯有我的心 我唯一禱告
唯一的呼求 是祢能悅納我
獻上的全所有
願我這一生 成為祢器皿
來完成祢旨意

再次將我更新

讓我屈膝 盡我一生
將我心單單歸向主
俗世所想全屬虛幻
唯獨祢愛方永久

樂意甘心 為祢傾出
夢與今生的理想
求你洗清我的過犯 求祢潔淨我心
崇敬與稱讚都歸祢
祢是道路 真理 生命
容我再一次將心歸於祢
令我再次更新蛻變

萬有的主 為了蒼生 祢竟甘心犧牲
寧願捨身來換我救贖
無盡愛意為祢傾

崇敬與稱讚都歸祢
祢是道路 真理 生命
容我再一次將心歸於祢
令我再次更新蛻變

愛我願意(回應詩)

請參看上方歌詞

全為祢獻呈(奉獻詩)

謙卑到我主的跟前
單單仰望主 聽祢話
我願隨著感動 來讓聖靈帶領充滿
輕輕放開手 不堅持
交給祢做主 我仰望
我願令祢喜悅 尋覓永不止息的愛

主 我願獻出每分給祢
像那香膏傾注
無悔獻呈 願祢能滿心喜悅
主 我願獻出每分給祢
像那香膏傾注
全為祢獻呈 是最深最真的愛

榮耀頌

讚美聖父慈愛至深
基督捨己來救罪人
每刻施恩聖靈導引
三一神極配大頌揚
阿們

講題：情感健康的門徒，塑造健康的教會

講員：黃志昂牧師



證道經文：《以弗所書》4章17節-5章2節（和修版）

《以弗所書》4章17-32節

17. 所以我這樣說，且在主裏鄭重地說，你們行事為人，不要再像外邦人存虛妄的心而活。
 18. 他們心地昏昧，因自己無知，心裏剛硬而與神所賜的生命隔絕了。
 19. 既然他們已經麻木，就放縱情慾，貪婪地行種種污穢的事。
 20. 但你們從基督學的不是這樣。
 21. 如果你們聽過他的道，領了他的教，因為真理就在耶穌裏，
 22. 你們要脫去從前的行為，脫去舊我；這舊我是因私慾的迷惑而漸漸敗壞的。
 23. 你們要把自己的心志更新，
 24. 並且穿上新我；這新我是照著神的形像造的，有從真理來的公義和聖潔。
-
25. 所以，你們要棄絕謊言，每個人要與鄰舍說誠實話，因為我們是互為肢體。
 26. 即使生氣也不要犯罪；不可含怒到日落，
 27. 不可給魔鬼留地步。
 28. 偷竊的，不要再偷；總要勤勞，親手做正當的事，這樣才可以把自己有的，分給有缺乏的人。
 29. 一句壞話也不可出口，只要隨著需要說造就人的好話，讓聽見的人得益處。
 30. 不要使神的聖靈擔憂，你們原是受了他的印記，等候得救贖的日子來到。
 31. 一切苦毒、憤怒、惱恨、嚷鬧、毀謗，和一切的惡毒都要從你們中間除掉。
 32. 要仁慈相待，存憐憫的心，彼此饒恕，正如神在基督裏饒恕了你們一樣。

《以弗所書》5章1-2節

1. 所以，作為蒙慈愛的兒女，你們該效法神。
2. 要憑愛心行事，正如基督愛我們，為我們捨了自己，當作馨香的供物和祭物獻給神。

引言

教會是由一個一個門徒組成的。有人的地方，就有情緒，也有人際關係。因此，一個很值得我們思想的問題是：「當我們帶著自己的情緒、傷痛、怒氣、恐懼進入教會，我們正在塑造一個怎樣的群體？」

內容：

1. 內心被更新——成為情感健康的門徒 (4:17-24)
 - 神正在更新我的裡面嗎？
2. 關係被更新——活出彼此相愛的群體 (4:25-32)
 - 我正在怎樣對待身邊的人？
3. 群體被更新——共同塑造健康的教會 (4:25b、30、5:1-2)
 - 我們正在共同塑造一個怎樣的教會？

總結：

神更新我們的內心，不只是為了我們自己更健康，也是為了讓我們一起成為更健康的基督身體。

【北區堂家書#24】

信徒的靈命成長

香港大學防止自殺研究中心昨日於「世界防止自殺日」發布 2025 年自殺數據，去年本港錄得 976 宗自殺個案，自殺率為 13，即每 10 萬人口有 13 人自殺身亡，較前年的 13.8 下跌，但 15 歲或以下青少年自殺率不跌反升，同期由 0.9 上升至 2.9，升幅兩倍多。中心並分析近 4 年共 52 宗 15 歲或以下自殺個案，當中逾三成來自學生成績較佳，即坊間稱為「Band 1」的 Band 1A 組別的學校。¹

這個數據令人感到擔憂，它帶出了一個嚴重和需要正視的社會問題，這些年幼和成績優異的青少年為何會選擇結束自己的生命？是強大競爭下的壓力？是自己或其他人的期望帶來的壓力？這些都屬推測，我們永遠不知道這些年青人決絕地放棄生命的真正原因，或許更可能不是單一的原因。

社會對青少年自殺問題和成因一向有關注和研究，政府也嘗試透過政策針對問題，將防止自殺的機構納入並推行「三層應急機制」，希望能夠及早介入防止事件發生，但觀乎以上報告的數字似乎功效不彰，反映這些措施並不到位，這問題牽涉眾多複雜因素，機構、社工、老師與當事人的心理和實際距離太遠，可以介入的空間其實不多，按常理最能夠近距離明白和支援的角色就是父母、親人和朋友。

自己少年的青蔥歲月轉眼已過，但當中的迷失、徬徨、焦躁、不安、無奈、絕望的痕跡卻烙印在生命之中，當時不懂得表達、也沒有合適的人分享，當然更沒有人會在旁聆聽、扶持和引導，我想若不是上帝極大的憐憫和恩典，說實話今日不知道會在什麼地方，是否仍然活著都不可知，

¹ 資料來源：《明報》2026 年 9 月 11 日刊登的相關報導。

我為今天的青少年能夠在教會成長，有牧者和導師在身邊牧養、引導、聆聽和扶持，有弟兄姊妹和朋友陪伴同行感恩，這是上帝極大的恩典和福氣，但另一方面，眼見青少年同時是教會流失最大的一個群體卻是又真實又令人感慨的事。

一句老掉牙的諺語：「年青人是一個社會的未來。」似乎大家都知道，但問題是我們建構的社會究竟是一個怎樣的社會？今日的青少年面對的是什麼？信仰、教會對青少年而言又是怎樣的一回事？上帝會否將年青人帶到北區堂？青少年來到我們教會又會有怎樣的想像和感覺？自己都會有年老退下來的一天，盼望北區堂的未來會有年青的一代接棒，我們可以做的是，成為一間令青少年樂於留下來的教會，一間令青少年感到被接納、包容和合理的教會，又或者更重要的是我們要成為一個青少年不抗拒接觸的人。

恩福北區堂牧者

建亮牧師

2026 年 9 月 20 日

普世關懷

- 美國和伊朗近日在霍爾木茲海峽互相攻擊運油輪和軍事基地導致傷亡和油價再度上升，與石油相關的行業的成本因而上升間接影響民生，而雙方均無意作出談判，求主幫助有國家願意從中斡旋，緩和當中的緊張局勢和帶來的影響。
- 近日 AI 的一些美國龍頭公司的負責人先後提出警告，呼籲 AI 產業調整提升模型能力的速度，爭取時間令模型行為與價值一致，並加強第三方和國與國之間的協調、監督和合作，以避免 AI 發展帶來人類的破壞，求主幫助讓 AI 能朝正確和造福人類的方向發展。

守望香港

- 為年青人的精神和心理健康禱告，過去一個月接連有年青學生輕生的事件發生，令人感到擔憂，求主幫助家長、學校、機構能夠共同協作，及早給予受精神困擾的學生得到合適的治療和支援，減低這些悲劇的發生。
- 特首於週三(16/9)發表 2026 施政報告，求主賜智慧給政府各部門能夠有效落實政策，能夠回應社會上不同階層市民的需要和改善民生。

教會需要

- 為北區堂新年度的計劃禱告，求主帶領教會前面的方向，能夠更深認識和了解北區的群體和需要，求主賜智慧給牧者和堂委能夠合一同心，靠主的恩典繼續建立北區堂。
- 為北區堂新一屆堂委會於恩福會友大會後正式成立禱告，求主保守當中的主席、新舊成員與及母堂執事，大家能夠在主裡同心事奉，彼此相愛，成為弟兄姊妹的榜樣，並繼續帶領北區堂前面的方向，服侍社區的街坊，傳揚福音和建立門徒。

肢體代求

- Yonnie 媽媽(陳燕玲姊妹)於 3/9 安息主懷，安息禮訂於 27/9(主日)下午 2:30-3:45 假沙田浸信會舉行，求主藉安息禮讓家人懷緬母親，同時見證神在伯母身上的恩典和憐憫。
- 馬可組江玉玫姊妹腋下腫瘤引致疼痛，另外，頸骨傷未癒合導致手痛，星期二(15/9)入住北區醫院骨科，求主保守和預備合適的治療。

感恩獻呈

- 為過去星期六(19/9)順利完成「情牽街坊樂滿圓」中秋嘉年華感恩，求主藉活動讓街坊更願意開放接受教會在他們中間，藉弟兄姊妹的服侍讓他們感到教會的愛和善意，更多街坊願意認識福音和教會。
- 感恩北區堂中的新朋友信主後陸續完成新栽培課程，求主幫助這些小羊的屬靈生命繼續成長，渴慕認識真理，建立穩定的教會生活習慣。

上週 13/09/2026 崇拜及團契聚會人數

成人崇拜	崇拜暨會友大會	兒童主日學	育嬰室嬰孩	綜合團契-新人組
123	66	8	0	13/9 舉行會友大會 團契暫停一次

團契週會

團契名稱	星期	日期	本週內容	聚會時間
綜合團契	日	20/9	查經 7：罪人的福音	2:00pm-4:00pm

兒童主日學

時段	級別	備註
11:00am-12:30pm	K2 – P6	家長/監護人同步參與主日崇拜

恩福北區堂轉會禮 2026 年 9 月 27 日(主日)

感謝神！下列姊妹將加入本堂成為會友。會眾如對其申請有保留，可聯絡本堂教牧同工。願主賜福諸位準會友，能投入教會，活出見證。

地點：恩福北區堂禮堂 (粉嶺牽晴間購物廣場地下 G1B)				
時間：11:00 (主日崇拜)				
	中文名稱	稱謂	英文名	團契
1	張美婷	姊妹	Maggie	綜合團契