

教會聚會/活動一覽

	時間	地點	聯絡	本週題目
主日崇拜(粵/華/英)	每主日 10:00am	小學禮堂	牧者	
成年主日學(粵/華/英)	每主日 11:45am	小學禮堂	牧者	A. 帖撒羅尼迦前書(華)、B. 為未來建造(粵: 以斯拉, 尼希米等書)
祈禱會(粵/華)	每主日 1:00pm	小學禮堂	牧者	
Zoom 祈禱會	每月第一周二 8:00-8:45pm	Zoom		4/4/2023 日
常青團(長者、粵/華)	第四周五 10:00am	會址車庫	梁牧師	
迦南團(成年、粵)	第二周五 7:30pm	Zoom	Shirley Wong/ 羅牧師	31/3 戶外飯聚、 14/4 上帝供應的應許(賽 41:10)
但以理團(成年、粵)	每周五 8:00pm	小學禮堂	Gwendolin Lai/ 梁牧師	
恩典團(成年、華語)	每周五 1:00pm	Zoom	李瑋/羅牧師	靈修及生活分享
婦女查經小組(粵)	每週一 10:30am	Amy 家	梁牧師	暫停
家長團(粵/小學至初中孩子的父母)	第一主日 2:00pm	小學教員室	羅牧師	
職青團 (粵/華)	每周五 8:00pm	小學教員室	Jolly Tang/ 羅牧師	
男士小組 (粵)	第一周六 5:00pm	會址車庫	Danny/羅牧師	暫停
姊妹團契	第四周六 2:00pm	會址車庫	BoBo Leung	22/4 情緒管理
親子團契(BB、華)	第四周六 10am	弟兄姊妹家	Jessie/羅牧師	暫停

聽道筆記



聚會地點：Cornwall Park School [Wheturangi Road/193 Greenlane West Rd]

辦公室地址（通訊地址）：25 Rockfield Road, Ellerslie, Auckland 1061.

電郵：ccma@ccma.org.nz 網址：www.ccma.org.nz

主任牧師：羅劍輝牧師 022 0478663 義務牧師：梁樹基牧師 021 2981489

www.facebook.com/ccmanz

主曆 2023 年 3 月 19 日 全年主題：培育門徒，傳承使命。

本月經文

天上的飛鳥在水旁住宿，在樹枝上啼叫。(詩 104:12)

牧者的話：

「你要保守你心，勝過保守一切，因為一生的果效是由心發出。」箴言 4:23

最近上 Certified Professional Coaching (專業教練證書)的課程，其中一環要學習察覺人的思維模式，和聖經中「要保守你心，勝過保守一切」有莫大關連，因為所有的情緒和行為都源於我們的思維模式。

當有負面情緒，如憤怒、沮喪、鬱悶等的時候，你有否意識到背後慣用的思維模式？

在” Change your questions, Change your life” 書中作者 Marilee Addams 提出，人基本上有兩大思維模式；批判(Judger)模式和學習(Learner)模式。批判(Judger)思維模式常問，是誰的錯？為什麼對方那麼無能/離譜？為什麼我那麼沒用？批判思維模式帶出的都是負面情緒，引致雙輸的局面。

學習(Learner)思維模式常問，發生了什麼事？我想得到的結果是什麼？（例如：和諧的關係，平靜的情緒）可以用什麼其他方法看這件事？我對這個人/這件事有什麼既定的假設(assumptions) 呢？我有什麼選擇 (choices)？

最大的關鍵，就是能否客觀意識到自己負面的情緒和批判思維模式，然後轉換跑道 (switching lane)，採用學習模式問自己，脫離批評論斷和負面情緒的深淵。

這不正是聖經教導我們要「保守你心」嗎？這裏「心」正是我們的思想，因為一生的果效都是從我們的「思想」發出。求主幫助我們意識到自己的思維模式和情緒，倚靠神的智慧和力量，借用這些工具，幫助我們用合神心意的方法去面對處理生活中各樣大小的事情，榮神益人。

羅楊慧敏師母

大堂主日崇拜程序 (崇拜前當關掉手機, 安靜預備心靈, 以心靈和誠實敬拜主。)

讚美感恩	肅靜歌	[上主在祂的聖殿中]	眾立
	宣召	要將耶和華的名所當得的榮耀歸給祂， 以聖潔的妝飾敬拜耶和華。 (詩 29:2)	主席
	祈禱		主席
	歌頌	生命聖詩 42 [讚美我主君王] 生命聖詩 460 [都歸耶穌]	領詩
領受主言	讀經	約翰福音 8:28-32	主席
	證道	「不再一樣」	牧者
同遵使命	回應詩	生命聖詩 433 [耶穌恩友]	眾立
領受差遣	報告 歡迎新來賓		主席
	[三一頌], 祝福, [阿門頌], 彼此問安 平安散會	[願主賜福看顧你]	眾立

本周崇拜侍奉人員名單

	中文崇拜	English Service	兒童主日學
主席	黃文熙執事	Edward Tan	Ashlee, Hilda, Pauline
證道	羅楊慧敏師母	Team	
傳譯	馬 露弟兄		
司琴	梁浩恩弟兄	Elizabeth Tan	
司事	黃梅芬姊妹、李艷芬姊妹	Vanessa	
音響	吳海桑弟兄		
場務	林靈鋒弟兄		
插花	周鑲瑀姊妹		

家事分享 (一同留意教會家裡的大小事) 、

1	4月2日是小學的家庭同樂日, 屆時將不能使用小學各場地。故此, 當日崇拜改在會址舉行。
2	請事奉人員到司事枱領取下一季的輪值表。
3	二十周年堂慶特刊徵稿: 請還未交稿的弟兄姊妹, 部門負責人盡快交稿。發送到以下電子郵箱地址: ccma@ccma.org.nz 期待著您的參與, 讓我們共同慶祝這個特別的時刻, 感謝神在這二十年的帶領和祝福。
4	今天崇拜後邀請到 Chip Packet Project 紐西蘭負責人 Mrs Terrena Griffins 來到我們教會做介紹。

