



基督教中華宣道會恩友堂

全年主題：行在聖靈中

2025 年 11 月 2 日〈聖餐〉主日崇拜週刊

聚會時間	早 堂（上午 9：15）	午 堂（上午 11：00）
聚會地點	一 樓 禮 堂	
序 樂	會 眾 靜 默	
宣召、祈禱	香浩明弟兄	鄭金妹執事
	詩篇 29：10-11	
詩歌讚美	普天頌讚、永遠尊貴（普通話）、如鹿切慕溪水	
牧 禱	林子沛傳道	李世輝傳道
讀 經	馬可福音 13：5-13、24-31（新譯本）	
證 道	講員：林麗儀傳道 講題：警醒謹慎、捉緊主話	
回應詩	祢的話	
金 句	萬物的結局近了。所以，你們要謹慎自守，警醒禱告。 〈彼得前書 4：7〉	
聖 餐	路加福音 22：14-20（新漢語譯本）	
唱 詩	十架為我榮耀	
奉獻及祈禱	感恩歌	
	地上所有的，…十分之一是耶和華的，是歸給耶和華為聖的。 〈利未記 27：30〉	
祝 福	溫寶儀牧師	
阿們頌	會 眾	
家事報告	溫寶儀牧師	
彼此問安	主賜福你	
殿 樂	默 禱	
彼此分享及代禱		

根據教育局資料，2020 年至 2024 年共有 130 多名學童輕生。過去三年（2022 至 2024 年），全港中、小學向教育局匯報的學生懷疑輕生身亡個案數字分別為 25、32 及 28 宗。在這些個案當中，中學生佔總數約 93%，而小學生個案則佔約 7%。此外，2024 至 2025 學年患有抑鬱症及焦慮症等精神疾病的中、小學生人數較五年前大幅增加。

學童輕生的成因複雜，當中涉及學業壓力、家庭、人際關係、心理及情緒健康等多重因素。在網絡上一位臨床心理學家認為，這些都只是表面上看到的原因，學童輕生更深層次的原因是與其生命價值有關。

香港整體社會對於人的生命價值的看法比較單一迷茫，有沒有樓、有沒有車、事業發展、退休計劃，這些物質上的、可量化的指標成為一般人對生命價值的看法。對學童而言，他們未有能力賺錢去獲取以上種種，學業成績、個人獎項就成為他們衡量生命價值的唯一指標。因此，當他們的學業成績未如理想，課外的興趣、活動未能達致獲取獎項的水平，他們就會覺得自己的生命沒有價值。

為避免學童走上輕生之路，最根本的方法一定是從信仰角度建立他們對生命的看法，幫助學童尋找天父對他們生命的旨意及計劃，讓他們確立其生命的價值及意義。但另一方面，筆者認為給予學童足夠的「容錯空間」絕對是釋放壓力的一個出口。容錯空間是指容讓犯錯、失手的機會，在這個安全邊際裡作出檢討、修正，達致個人成長。

在精英主義下，一次半次的考試失手就有機會斷送學童的「前途」。這樣的壓力讓他們覺得不能犯錯，哪怕只是一條功課題目。因此，好些家長要求子女不斷溫書、做補充練習（或是學童自我要求），提高他們考試答題的準確性，將錯誤的機率盡量減低，導致這些學童長期生存在壓力的陰霾下。假若錯誤不幸出現，他們便會崩潰。

沒有人可以完美無缺的將事情做的恰恰好，人生、工作、生活，都需要一定的容錯空間作為緩和的修正機會。即使我們經常犯錯，沒有卓越的成就，天父都愛我們。祂不看這些條件，無論我們做了甚麼，都無法使我們與祂的愛隔絕。祂接納我們的錯誤（有時甚至會使用我們的錯誤），並加力給我們在祂的恩典下作出檢討、修正、成長。

【家事報告】

1 「平安夜報佳音」招募

報佳音日期：2025 年 12 月 24 日（三） 時間：晚上 7 時至 9 時

集合地點：馬可賓中學 解散地點：屯門站

練歌日期：主日 11 月 9 日、23 日及 12 月 14 日

※必須至少出席其中 2 次練詩！

時間：午堂崇拜完結後開始練習，大約練 1 小時

地點：音樂室

誠邀弟兄姊妹參與，一同傳揚主名。

報名請到接待處，如有疑問請聯絡蕭浩群執事。

2 弄璋之喜 袁禮人、趙家珮伉儷於 10 月 22 日蒙主恩典添一兒子，感謝神！

3 聖樂主日工作坊 已順利完成，感謝當天出席的弟兄姊妹！為了讓聖樂部更了解大家的想法，以便規劃未來發展方向，推動聖樂事工，現誠邀弟兄姊妹提供意見。

不論當天有否出席工作坊，也可掃描 QR code 填寫問卷。謝謝！



恩友堂「聖樂工作坊」及聖樂培訓意見問卷
docs.google.com

4 結心 Kate 本地跨文化宣教士分享祈禱會

內容：感謝神！恩友家能以支持教會身分，以禱告和奉獻守望結心，作本地跨文化服侍 M 民，願我們來認識她，也察看神在本地奇妙的工作，並禱告守望。

日期和時間：2025 年 11 月 9 日（日）下午 2:00-2:45

地點：402 室

報名：接待處（24684007 林子沛傳道查詢）

5 2025 年董事(執事)名單 董事(執事)會已於 10 月 18 日會議中通過 2025 年董事(第十六屆執事)選舉候選人名單為：鄧恩賜、黎浹泓；是次原先需選出三位候任董事(執事)以接替將卸任的三位，現因只有兩位候選人，故他們會自動當選成位新一屆董事(執事)。

6 環球宣愛協會 AGS 20 周年感恩籌款晚宴

日期：2026 年 3 月 15 日(日) 時間：晚上六時恭候，七時入席

地點：煌府婚宴專門店(紅磡都會道 6 號都會商場 774-782 號舖)

收費：每位\$800.-

報名：請到接待處 查詢：林子沛傳道

7

名額：12 位

時間：上午 10：45 至 12：45 地點：407 室

※費用全免，報名請用 QR Code 或到接待處取報名表

截止日期：11月2日（日）

完成 4 堂者可獲禮包一份，感謝您的參與與支持！

(部分參加者將獲邀進行訪談作研究用途。)

同時招募活動助手（同樣時間，可選擇協助 1-4 次）

查詢：吳慧善姊妹（香港教育大學創意藝術與文化榮譽學士四年級）或
林子沛傳道 24684007



8

負責培育牧養中學生、推動福音事工。成熟盡責，重團隊精神，具神學訓練。履歷、諮詢人資料及蒙召見證電郵至 pywan@yanyauchurch.org 只供招聘用。

地址：屯門石排頭路 17 號馬錦明慈善基金馬可賓紀念中學內
宗教資源中心~開放時間：星期一至六，上午 9:30 - 下午 5:30

電郵：info@yanyauchurch.org

網址：www.yanyauchurch.org

電話：2468 4007

傳真：2454 9902

恩友堂辦公室（恩友中心）

地址：屯門新安街2號富益商業大廈8樓801室

電話：6811 1385

恩友學院 網址：<http://www.yanyauchurch.org/course>

奉獻方法

1. 現金〈如郵寄，不適用於現金〉
2. 可用劃線支票，抬頭請寫『中華宣道會恩友堂』或『TCCMA Yan Yau Church』
3. 轉賬或直接存入「香港上海滙豐銀行」帳戶：149-613200-001
(銀行入數收據顯示英文名稱：TCC & MAYYCL；
入數收據請上載到以下 Google Form 內 <https://shorturl.at/OqtWH>
或 Whatsapp 到 4473 8345(請寫上姓名及奉獻細項)，以供本堂作記錄)