

2024

03

AUG

LIGHT

We are the light of the world.





異象分享時一起 **LOOK** 一次

101 事工報告

1. 少青教會歡迎每位新朋友參加我們的小組、崇拜。我們預備了一份小禮物予每位新朋友，請 101 站長安排陪談員及關顧員陪同新朋友到禮堂門口接待處索取，以及填寫《來賓登記表》，並即日向新朋友分享福音，並請將填妥的決志表交到教會辦事處或奉獻箱收集。一同加油！為主多得一人。
2. 粉嶺堂 23 週年堂慶系列【粉嶺堂最美麗的風景是人】
 - ✚ 堂慶《牧區「大大大」比拼》於下週 8 月 4 日(星期日)上午 11:30-下午 1:30 舉行，比拼內容會鬥智、鬥力、鬥用心，邀請你緊記預留時間，與整個粉嶺堂一同挑戰，每一位肢體的參與都非常重要，一起完成最美麗的創舉！令到「因着每位肢體的存在，聚合成為一個完整的粉嶺堂」！
 - ✚ 《粉嶺堂 23 週年堂慶合堂崇拜》將於 8 月 25 日(日)，上午 10:00 於禮堂舉行，讓粉嶺堂所有肢體聚首一堂，一起創造「粉嶺堂最美麗的風景」，一同數算上帝的恩典。
 - ✚ 《堂慶市集 2024》將於 8 月 25 日(日)上午 11:30 至下午 1:30 舉行，今年堂慶市集比往年更具規模，合共四十多個攤位，設有小食攤位、兒童園區、新興運動、文創活動及表演節目等等各種活動。歡迎大家邀請朋友一同參與，近距離認識粉嶺堂。誠邀各位弟兄姊妹 Like and Share，落力邀請朋友，並於 8 月 22 日前填妥小組 google form (<https://shorturl.at/eFoCQ>)報名。
3. 踏入八月，每逢星期三、五下午 2:00-5:00 在應許樓仍然會有 Boardgame Corner，讓大家藉此機會邀請朋友仔一同參與，happy together! 大家可以透過 google form < <https://forms.gle/uwmYSUu2vyoNZZXcA> > 報名及瀏覽詳情。記得把握機會邀請朋友，讓你身邊的同學在暑假中認識少青教會這個群體！



4. 經常話青少年階段最重要就是認識自己，其實怎樣認識？身邊個個都講 MBTI，其實知唔知講緊咩？< F I R M 自我認識 Day Camp > 將會於 8 月 12-14 日，上午 10 時至下午 5 時在教會舉行，這三天會透過精彩的體驗活動及團隊遊戲，讓你以 MBTI 等工具認識及發現自己特質與長處，學習與不同性格特質的人共處，從中啟發生命成長！大家可以把握邀請同學一同參與，認識自己更多之餘，也可以認識你的朋友呢！大家可以透過 google form < <https://forms.gle/uwmYSUu2vyoNZZXcA> > 報名，費用為 \$ 30，並請自備午餐費用！期待見到你和你的朋友仔！



201 事工報告

5. 《守望栽培系列》自助借書服務將於 8 月 10 日重新開始！逢星期六下午 1 時至星期日下午 4 時於感恩樓設有圖書攤，每週展示一個靈程層階的書籍，其餘兩個層階書籍也會置於書箱內供借閱。只要持有粉嶺堂的出席咭，再填妥 QR code 內的表格／填妥紙本表格，即可借／還書籍。有關詳細守則及手續，請於借書前細心閱讀書攤內的告示。

辦事處消息

6. 學校於暑假期間將進行不同的翻新工程，陰雨操場預計於 8 月中旬開始進行冷氣安裝工程，場地屆時可能受到影響，不便之處，敬請見諒。

下週事奉人員

	大衛崇拜	安得烈崇拜
崇拜 IC	余學正	朱正樹
接待隊	盧心弦、吳卓敏	李倩怡、林宇齊
接待隊隊長	李嫻嬉	黎昕行
電腦投影	葉子灝、蘇朗然	麥皓銘、梁懿謙
電腦投影總負責	楊紫瑩 (張琬琳)	袁榛圻
場地佈置	Re-markable+Respawn + Deliver	

異象分享 一齊

PRAY PRAY PRAY

1. 踏入暑假，求主讓少青們可以在暑假中放鬆身心、善用時間，並在佈道月中可以把握每一個佈道機會，帶領身邊同學仔認識福音，與未信者建立關係，為神多得一人！
2. 神感謝主的帶領，Mandy 已在學校開設中一生團契。求聖靈充滿 Mandy，在預備每星期的團契內容時滿有智慧，能夠選擇合適學生的內容，讓他們認識主及生命成長。求主給 Mandy 有良好的記性以學習新的東文語彙，並能夠用本地語教導學生。又求主保守參與團契的學生，願主的話語成為學生的引導。

與情緒共舞

路加福音 2:40、52

40 孩子漸漸長大，強健起來，充滿智慧，又有 神的恩在他身上。

52 耶穌的智慧和身量，並 神和人喜愛他的心，都一齊增長。

◆ 成長：身體、心理（情緒）、靈性的增長。

1. 甚麼是情緒？

◆ 人的內心感受；是感情、感受的表達。

2. 認識及了解自己的情緒有助我們：

◆ 了解自己更多

◆ 別人可以更了解你

◆ 你可以更了解別人

3. 阻礙我們了解自己情緒的原因：

◆ 對「情緒」有誤解→逃避負面情緒

◆ 不接觸情緒→隱藏自己的感受

◆ 習慣掩飾自己的情緒→介意別人的看法

◆ 家庭的影響→不鼓勵表達感受

4. 如何了解自己的情緒？

◆ 認識不同的情緒詞彙：

愉快的—高興、快樂、舒服、欣喜、祥和、寧靜、自信的、充滿希望的、幸福的、滿足的、得意的、興趣的、窩心的。

不愉快的一生氣、討厭、憤怒、憂慮、傷心、難過、痛苦、不安、寂寞、無奈、失望、沈悶、恐怕、擔心、妒忌、悔恨、徬徨、沮喪、困惑、害怕、絕望、焦慮、矛盾、羞愧。

- ◆ 敏銳自己的感受：「情緒一日遊」
→ 寫下每日的情緒變化
- ◆ 承認及接納自己的情緒

5. 表達情緒的重要

- ◆ 當表達情緒、感受時，可以拆去人與人之間的牆，從而加深人與人之間的關係。
- ◆ 別人能夠進入我們的生命與我們同行。
- ◆ 一個小組能夠同笑並不難，一個小組能夠同哭，卻是非常珍貴。

小組分享：

1. 就最近一星期內所發生的一件深刻事情，並分享當中所產生的情緒。
2. 甚麼原因阻礙你去了解及表達自己的情緒？
3. 你會如何幫助自己及組員在小組中表達情緒？

崇拜程序

- ▶ 報告
- ▶ 讀經
- ▶ 詩歌敬拜
- ▶ 奉獻 (未明白奉獻意義和未信者不用參與)
- ▶ 證道
- ▶ 回應

		大衛崇拜	安得烈崇拜
8月3日	領詩	黃映樺助理傳道	
	講員	梁瑞玲牧師 《與情緒共舞》	馮文傑傳道 《從幻變中尋求你恩手》
		大衛崇拜	安得烈崇拜
8月10日	領詩	李國倫弟兄	
	講員	黃映樺助理傳道	

聚會指引：

- ✧ 為使聚會順利進行，請關掉閣下之傳呼機、鬧錶及手提電話。
- ✧ 聚會其間凡有站立的项目，身體不適或年長的嘉賓／教友，可安坐座位上。
- ✧ 如有信仰或人生問題，歡迎在會前或會後向牧師、傳道人或接待員查詢。
- ✧ 奉獻乃信徒本份，如未明白奉獻的意義或未信的來賓不用參與。
- ✧ 教會乃是神的家，未經本會許可，與會者不能在教會或透過教會的人際網絡作任何商業宣傳、推銷及買賣活動。

地點：新界粉嶺璧峰路4號

電話：2673 3363

網址：www.pchurch.org.hk

電郵：info@pchurch.org.hk

📱 kpcfc_yc