

2025年3月9日

## 你要休息



耶穌回答說：「馬大！馬大！妳為許多的事思慮煩擾。」——路加福音 10 章 41 節

幾年前，一份研究分析指出，青少年得憂鬱症與他們每晚睡眠的多寡有關。一名年輕女子讀了那份研究報告之後，提出她的看法：「我似乎從來不知什麼時候該停下來，我將自己逼得太緊了，以致因睡眠不足與壓力過大而生病。」接著，她說自己想知道，要如何管理好時間以榮耀上帝。忙碌與成果有什麼關聯？

雖然忙碌並不一定代表有效益、有忠心或有成果，但是我們常常認為必須忙個不停。路加福音 10 章 41 節記載，耶穌溫柔地提醒馬大，她「為許多的事思慮煩擾」，但她妹妹馬利亞卻做了更好的選擇，就是像門徒一樣「在耶穌腳前坐著聽祂的道」（39 節）。

雖然我們渴望服事基督，但我們是否做得太多，以為我們做得越多，祂就會越注意我們？歌羅西書 3 章 17 節說：「無論做什麼，或說話、或行事，都要奉主耶穌的名。」然而，這並不表示我們要奉祂的名，讓自己忙得筋疲力盡。詩篇 46 篇 10 節也提醒我們：「你們要休息，要知道我是上帝！」

讓我們花點時間放慢腳步，花時間與基督親近，而不是只專注在自己的待辦事項。唯有如此，我們才能真正得到「心靈的安息」（馬太福音 11 章 29 節，新譯本）。

**你何時曾因過於忙碌而無法忠心並多結果子？**

**你如何倚靠耶穌心得安息，完成祂要你去做的事？**

親愛的耶穌，請幫助我以休息取代忙碌，

好讓我能知道祢是上帝，活出多結果子的生命。

# 粵語堂主日崇拜程序

靜默(立)	《522 主在聖殿中》	主席
敬拜讚美		領詩
奉獻	《49 千古保障》	主席
奉獻禱告(立)		主席
讀經	《路加福音 4:1-13》	主席
講道	《預苦期 1-與試探爭戰》	講員
回應詩歌		講員
報告		主席
家事禱告		主席
同頌讚美(立)	《535 讚美詩》	會眾

讚美天父愛世慈仁，讚美耶穌代贖洪恩，  
讚美聖靈開我茅塞，讚美三位合一真神，阿們！

祝福/主禱文(立)		教牧
阿們頌(立)	《532 三疊阿們》	會眾
默禱散會		會眾

上週粵語堂奉獻統計： (財務年度 1/7/24-30/6/25; \*差傳信心 1/11/24-31/10/25)

奉獻項目	上週奉獻 (26/2/4/3/2025)	2024/25 每週預算	本年度至上週距離預算目標(1/7/2024 - 4/3/2025)
什一 ONE TENTH	\$5,272.10	\$5,076.57	~
感恩 THANKS GIVING	~	~	~
現金 CASH	\$540.00	~	~
<b>總計 TOTAL (經常費)</b>	<b>\$5,812.10</b>	<b>\$5,076.57</b>	<b>\$44,965.92</b>
<b>*差傳信心 *GREAT COMMISSION</b>	<b>\$40.00</b>	<b>\$157.88</b>	<b>\$3,573.08</b>
柏宣差傳 365 PAC MISSION	\$50.00	\$213.56	(\$4,079.52)
本地福工 HOME MISSION	~	\$85.42	(\$948.81)
海外福工 OVERSEAS MISSION	~	\$128.13	(\$2,505.21)
教會器材 CHURCH EQUIPMENT	~	\$0.00	\$0.00
聘牧 PASTOR STIPEND	~	\$0.00	\$0.00
教牧培訓 PASTOR TRAINING	~	\$0.00	\$0.00
兒童事工 CHILDREN MINISTRY	~	\$0.00	\$0.00
兒童外展事工 SINGING SPROUTS	~	~	~
建堂 BUILDING	~	\$330.77	(\$6,576.92)
<b>總計 TOTAL (基金)</b>	<b>\$50.00</b>	<b>\$757.88</b>	<b>(\$14,110.46)</b>
教會聚會 CHURCH FUNCTION	~	\$0.00	\$0.00
愛心代轉 LOVE OFFERING REDIRECT	~	~	\$15,776.00
CHURCH PLANTING	~	~	~
影印費 PHOTOCOPYING	~	~	~
場地奉獻 RENTAL OFFERING	~	~	~

# 每 週 會 務 報 告

1. **\*歡迎首次赴會的新朋友!** 請填寫「新來賓表」, 填妥後交給招待員, 並於聚會後留步, 和我們一同聊聊天。
2. **\*第二堂崇拜**將於早上 11.30 開始, 敬請注意。
3. **\*教會將會** 4月6號星期日 2-4pm 喺 Belmont Oasis Leisure Centre 有場**排球活動**, 費用每位\$12。如有興趣參與, 請3月30號前填妥以下嘅 Google form 同繳款以便 book 場。排球活動聯絡人: Yuki (0430357173)。 <https://forms.gle/fGJ5kd9GtjjGDu2D7> 
4. **\*崇拜部**最近更新了《**對事奉人員的要求**》, 當中包括有關衣著上的提醒及加入事奉的流程, 詳情留意 What's app 發出的文件, 如有任何問題, 可與所屬小組組長或教牧聯絡。
5. **\*羽祿同行——**羽毛球雙打友誼賽。由三個教會協辦的羽毛球友誼賽(豐收教會, 柏斯宣道會, FCC)。日期: 2025年5月3日 & 10日(週六)上午9:00 - 12:00。報名費: 30 澳元/人。\*請自行閱讀報名表格內的資訊和分組的原則   
<https://forms.gle/19w3upVw38dB6jVz7>。如有查詢, 請聯絡 Alison 0431510349。
6. **\*敬請弟兄姊妹注意**, 本堂不贊成情侶未婚同居、同住一屋、留宿或單獨外遊, 並建議弟兄姊妹盡力避免與未婚異性同住一屋, 以減少引誘試探, 作好見證。如有任何問題, 請與教牧或組長聯絡。

- 
1. 請弟兄姊妹按**網上奉獻格式**捐獻, 以便紀錄。

網上奉獻格式: C - (請輸入)會友徵信號 - 奉獻代碼

例如十一奉獻的格式為: C - (請輸入)會友徵信號-00

2. 教會同工已增設**工作電話**, 請於星期一至五辦公時間以WhatsApp形式聯絡。電話號碼:0493 073 937。

**※若各部門或團契有報告刊登, 請在週四前致電通知辦公室, 逾時恕不接收※**

事奉人員表		3月9日	3月16日
統籌	每天愛你	BMW	
禱告	每天愛你	BMW	
主席	Sanuel	Brian	
講員 (傳譯)	張賢才牧師	梁兆基牧師	
敬拜隊	領詩	Jess	Hannah
	司琴	Sally	Yanni
	司他、鼓	Jerry	Sam
	和唱	Keeley Andrew T	Anders Jean
司事	每天愛你	BMW	
影音組	電腦投影 直播	Ken	Terence
	音響	Jean	Jeremy Y
後勤組	總務長 總務員	每天愛你	BMW
	泊車 指揮	Jeremy L	Ernest
兒童主日學	Year 5-6、助教	Catherine TBA	Philip Samantha
	Year 3-4、助教	Sophine Ball	Sophine Shirley
	Year 1-2、助教	Kim TBA	Louisa Louis
	Kindy、助教	Benty Helen	Joseph Benty
	Preschool、 助教	Elaine N Samatha	Kit Helen
司數	Cass Grace	Fiona Y Chi	
Welcome Team	Monica (Karen)	Hess	
備註	-	-	

## 主日崇拜 Sunday Services

南堂粵語崇拜：主日 **9:00am; 11:30am**  
(PAC-South: Cantonese)  
324 Belmont Ave, Kewdale 6105

南堂英語崇拜：主日 **9:00am**  
(PAC-South: English)  
Unit 6, 41 Belmont Ave, Belmont 6104

南堂華語崇拜：主日 **11:30am**  
(PAC-South: Mandarin)  
324 Belmont Ave, Kewdale 6105

## 教牧團隊 Pastoral Team

粵語牧者：梁兆基牧師 **0449 921 419**  
**Rev. Kevin Leung (Cantonese Pastor)**  
助理牧者：陳思雅傳道  
**(Pastor Iris Chan) 0468 453 392**

華語牧者：陳俊業牧師 **0433 003 201**  
Rev. Victor Tan (Mandarin Pastor)

主理牧師，行政牧師兼英語牧者：  
羅夫牧師 **0431 934 956**  
Rev. Rolf Van Wollingen (Executive, lead & English  
Pastor)

## 本會通訊 Contact Us

總辦公室 (PAC General Office)  
324 Belmont Ave, Kewdale, WA 6105  
(PO Box 956, Kewdale, WA 6985)

辦公時間 Office Hour: Monday to Friday  
電話 Tel: (08) 9478 3272  
Whatsapp (04) 9307 3937  
電郵 Email: info@perthac.org.au  
網站 www.perthac.org.au