



香港華人基督會

青少年敬拜程序表

全年主題 **【愛慕聖經真理、追求健康成長】**

智能手機廿三篇

繆劉泳兒姑娘

無限的 23 篇 — 手機篇 (參考詩篇廿三篇的二次創作)

作者：瑩采蝶 (本會成年牧區組員)

1. 智能手機是我的牧者，我必不至孤獨。
2. 你使我茶飯不思屏幕上，領我進晝夜不睡的邊境。
3. 你使我的靈魂亢奮，為你們的名引導我走盲路。
4. 我雖行過視殘黃泉路，也不怕致盲，因為你我簽下生死盟，你的劇、你的歌都陶醉緊我！
5. 在我的靈命裏面，你為我放了糖衣毒藥，你用 game 沖昏了我的情緒，使我不思想去愛人的事。
6. 我一生一世必矢志不移的拖實你，我且要活在虛幻般網絡的世界中，致盲方休。

一直以來對成癮行為的理解主要是沉迷食煙、飲酒、賭錢、炒股票、性沉溺、吸毒、上網、打機等等，而家絕對可以加上使用智能手機成癮這一項，試從以下一個簡單的 check list 睇吓自己有無呢方面的習慣，如果有及多，已是邁向成癮。

壞習慣

- 手機是我生命中最重要東西。
- 家人/伴侶因為我使用手機的時長而與我發生了爭執。
- 我的手機經常會妨礙到我應該完成的其他重要事項 (工作、上課等等)
- 我在手機上花費的時間相比用於其他活動的時間要多得多。
- 我將使用手機作為一種調節情緒的方式。
- 隨著時間推移，我在一天中花在手機上的時間變得越來越多。
- 如果不能使用手機，我會變得喜怒無常。
- 我經常有一種強烈地想要使用手機的緊迫感。
- 如果我減少了用於手機的時間，之後再開始使用手機就會盡可能地把時間都花在手機上。
- 我不敢告訴別人我到底花了多少時間在使用手機上。

有些使用智能手機的壞習慣在我們參與教會聚會的時候也常常發生：聚會中途睇 message、睇 IG、睇幾點、打機、睇吓有無動態 message、睇吓夠唔夠電、睇吓邊度有位置可以叉電、影人瞓覺、post 嘢、send 嘢 etc etc... 我還聽聞過有人將「聽道感想」(負面的)立即 whatsapp 比沒有番的人。

「基督釋放了我們，為使我們得自由。所以要站穩了，不要再被奴隸的軛挾制。」

加拉太書 5:1

希望我們不要被使用智能手機的壞習慣挾制。

敬拜須知

1. 請準時出席敬拜，並建議各位提早十分鐘到達。為免影響敬拜秩序。
2. 請保持安靜，預備自己的心朝見主。
3. 進入禮堂後，請關掉手提電話，或轉至不發聲功能。
4. 教會有口罩提供，患呼吸道感染者或有需要人士，可自行取用。
5. 敬拜期間，請勿飲食、拍攝、或作出滋擾行為(例如交談、通電話等)。
6. 情侶於敬拜時請合宜地安坐，不宜有過份親暱舉止。
7. 請愛護禮堂物件及保持清潔，請勿將程序表、雜物等留在禮堂內。

青少年敬拜事奉人員

日期	4/8	11/8	18/8	25/8
講員	夏阮雲姑娘	丘宏盛先生	劉兆民先生	梁細珠姑娘
領會	丘宏盛先生	丘宏盛先生	丘宏盛先生	丘宏盛先生
司琴	黃惠盈姊妹	許家柵姊妹	馮林洪恩姊妹	梁曉琦姊妹
和唱	夏卓雯姊妹	/	/	/
司事組長	蔡宗霖弟兄	鍾穎彤姊妹	余君朗弟兄	舒炯雄弟兄
司事	羅頌賢弟兄	李欣穎姊妹	黃健霖弟兄	梁子唯弟兄
總務	蕭允祈弟兄	李淑怡姊妹	蔡耀忠弟兄	張迪華弟兄

上周敬拜出席人數

周六敬拜		
出席 46 人	遲到 14 人	新朋友 0 人

28/7/2018(六)

領 會：	馮林洪恩姊妹	講 員：	繆嘉暉先生
司 琴：	李麗心姊妹	司事組長：	葉總棋姊妹
司 他：	/	司 事：	曾穎心姊妹
和 唱：	/	總 務：	舒炯雄弟兄

青少年敬拜禮序

1

讚美上帝的名

宣 召 馮林洪恩姊妹

耶穌對信祂的猶太人說：「你們若繼續遵守我的道，就真是我的門徒了。你們將認識真理，真理會使你們自由。」他們回答祂：「我們是亞伯拉罕的後裔，從來沒有作過誰的奴隸，祢怎麼說『會使你們自由』呢？」耶穌回答他們：「我實實在在地告訴你們，所有犯罪的人就是罪的奴隸。奴隸不能永遠住在家裏；兒子才永遠住在家裏。所以，上帝的兒子若使你們自由，你們就真正自由了。」

約翰福音八31-36

頌 讚 馮林洪恩姊妹

《讚歌不停》詩集：只有感謝 版權屬MMO媒體綠洲所有

《舉手讚美》詩集：和平之君 版權屬香港基督徒音樂事工協會所有

《只因愛》詩集：同在的神-以馬內利 版權屬香港基督徒音樂事工協會所有

關心上帝的家

禱告代求 繆嘉暉先生

聆聽上帝的話

讀 經 使徒行傳九 8-9 馮林洪恩姊妹

講 道 【是誰給我一個福音營？】 繆嘉暉先生

回應詩歌 《原來是耶穌》 馮林洪恩姊妹

奉 獻 司 事

接受上帝的差遣

三一頌 會 眾

認 信 本會信仰 會 眾 同 誦

祝禱與差遣 繆嘉暉先生

+++++

禱告欄

1. 感恩營會已平安完成，求主保守讓各人有好的休息，有健康的身心靈。
2. 求神看顧下星期的重聚日活動，求神賜予智慧能力，讓籌委，導師及參與者一同相聚，一同投入，一同成長。



牧區家事報告

- (一) **歡迎新朋友**：請留步交談。
- (二) **2018 福音營**：感恩營會已平安完成，下禮拜六（4/8）為福音營重聚日，盼望可以彼此重聚，一起延續彼此關係。
- (三) **教會大旅行**：請大家十分積極火熱參與，詳細參閱宣傳單張。
- (四) **7月金句**：「我們曉得萬事都互相效力，叫愛神的人得益處，就是按祂旨意被召的人。」羅馬書八 28