

2025年07月06日



# TRUTH NEWS

真道  
週報

講員

**羅伯壽** 牧師

教會異象 VISION 建立一百間強盛的教會,興起十萬個聖潔、快樂的門徒  
使命宣言 Mission statement,建立追求神、分享愛、傳福音、作門徒的教會  
使人們家庭幸福、成功興盛,進而轉化社會、拓展神國

07/13 廖文華主任牧師

07/19 洪綺苓傳道、陳澤傳道 /20 寇紹恩牧師

07/27 吳章魁傳道、周盈欣傳道、侯育淇傳道

## 主日回顧 / 神啊！我為什麼快樂不起來 - 廖文華主任牧師

在我們生命中都會遇到難處，除了尋求神的幫助外，也可以求助醫生，多管齊下往往是最好的方法。當你的心情遇到低潮和沮喪的時候，你身旁有支持的團體很重要，你的身旁有小組家人、有愛你的家人和朋友很重要；還有接受諮商和輔導也很重要。我要鼓勵你接受屬靈的幫助，還有接受 SOZO、內在醫治、或釋放禱告，這些對我們都非常有幫助。

「神在乎我們的情緒」；有時候我們會有一個誤解，覺得神只在乎我們的事奉和成果，不在乎我們的感覺。不！神其實很在乎我們的情緒，神不怕我們的眼淚；那些我們在敬拜中所流的眼淚、那些我們在禱告中所流的眼淚、那些我們在無助時刻中所流的眼淚，這些眼淚神都一一收藏。詩 56:8 新譯本「我多次流離，你都數算；你把我的眼淚裝在你的皮袋裡。這不都記在你的冊子上嗎？」神也不會逃開我們的情緒；詩 34:18「耶和華靠近傷心的人，拯救靈性痛悔的人。」神會靠近那些心靈破碎的人、神會靠近那些靈被壓傷的人。神也會將我們無法承擔的情緒背負起來，因為他很在乎我們。彼前 5:7「你們要將一切的憂慮卸給神，因為他顧念你們。」今天不管你帶著什麼情緒到神面前，神不會逃躲你的傷心，儘管把你的憂慮交給祂，因為神在乎我們的情緒、祂顧念我們。

「我們可以從情緒中得自由」；愛爾蘭詩人王爾德：「我不想被情緒控制。我想運用它們、享受它們、並支配它們。」我們要讓情緒成為我們的僕人而不是主人；有些時候，我們感覺好像被情緒所控制了，這種感覺就好像被關在情緒的牢籠裡，讓你走不出來。弟兄姊妹，因耶穌基督為我們死在十字架上、和為我們所流的寶血，使我們的罪得著赦免，讓我們可以領受一切的恩典和祝福。其中一個很大的祝福，就是我們可以成為神國的國民；腓 3:20 當代譯本「我們卻是天上的國民，殷切等候從天降臨的救主，就是主耶穌基督。」神國裡面是充滿平安和喜樂的；羅 14:17 當代譯本「因為上帝的國不是關乎吃什麼喝什麼，而是關乎公義、平安和聖靈所賜的喜樂。」當你在神國裡面的時候，神國的公義、平安、喜樂，就會彰顯在你的生命中。如果我們的生命失去了平安、喜樂，這代表我們可能被擄掠到另外的環境裡，我們好像不在神的同在裡。弟兄姊妹，不管你是貧窮、傷心、被擄、被囚、哀傷或灰心的人，神都要醫治、釋放、安慰這些情緒有困擾的人，神可以使用我們每一個人來彰顯祂的榮耀。(賽 61:1-3 當代譯本)

「給情緒正確的估值」；情緒只不過是信念的產物，所以信念會產生情緒，你有什麼樣的信念，你就會產生什麼樣的情緒。很多讓人覺得很揪心、很痛苦、很心力交瘁的情緒，只不過是反應了我們裡面有不健康的信念。Wendy Backlund 說：「以前我允許情緒定義自己、他人和我的未來。比起聖經和聖靈，我賦予情緒更多份量和權柄。我做過最明智的決定是：不再專注於我的感覺，而是開始專注於我到底相信什麼。」信念就像大磁鐵，會吸引很多的情緒，如果我想要有不同的情緒，就

必須有不同的信念，也就是對齊神的話語，對齊神真理的信念。我要對舊的信念保持警覺，也要去建立新的信念。

情緒不等於我；意思是，我的感覺不等於我，我要把我的情緒和我的身分兩者分開來。有兩個很重要的公式：①承認我的感覺②宣告我的身分。例如：「我覺得我好笨」，這個就是承認我的感覺，而「宣告我的身分」就是：但是我一點也不笨，因為基督在我裡面，所以我是聰明有智慧的。但是大部份的人都是在第一個裡面；我承認我的感覺，而同時我的感覺就等於我的身份。所以，我們的信念必須是對齊神話語的，我們不是莫名其妙產生莫名的自信，而是從神的話語裡得著自信。林前 1:30「但你們得在基督耶穌裡，是本乎神，神又使他成為我們的智慧、公義、聖潔、救贖。」又例如：我覺得自己好失敗，但是我不是失敗者。靠著神給我的能力，我可以做成一切的事，我是得勝者。腓 4:13「我靠著那加給我力量的，凡事都能做。」香儂·艾爾德：「情緒是你擁有的東西，而不是你是誰。」

我們要覺察是誰在帶領我？林後 2:14 當代譯本「感謝上帝！祂常常在基督裡率領我們走在凱旋的行列中，又藉著我們到處散發那因認識基督而有的香氣。」現在我裡面的意念帶給我凱旋的感受嗎？這個情緒會帶我走進得勝嗎？如果不是，那應該就不是神在引導我的意念。」羅 15:13：「但願使人有盼望的神，因信將諸般的喜樂、平安充滿你們的心，使你們藉著聖靈的能力大有盼望。」`信` 決定了我們的喜樂平安，我們信什麼很重要，我們有一個正確的信念很重要。哲學家伏爾泰：「你所做的最重要決定，就是決定自己要不要保持好心情。」

「開出一條新路」；`路` 是需要一直有人走的，只要一直有人走，`路` 就會形成，而越多人去走，`路` 就會越來越寬。當某件事發生時，你裡面就會產生一種情緒，如果我們在心中反覆回想這個事件和不斷想像的想法，就會強化這種情緒。只要是我們花時間和精力去想的，就賦予了他的重要性和權柄。我們越是專注在這個事情或這個想法，並且重複感受那個情緒，大腦為了因應這個情緒所立的神經迴路就越強大。華特迪士尼：幸福是一種心境，取決於你看事情的方式。Marcus Aurelius：你生活的幸福取決於你思想的品質。

我們要從天父得到身分；一個孩子最開始不是透過經歷來認識自己，而是透過父母。我們要花時間與天父在一起，讓天父告訴你，你是誰。思想我的勝利為自己歡慶；所以當我們取得一些成就的時候，就好好的慶祝吧！因此，那條得勝、喜樂和盼望之路，就會越來越寬大。阿們！（羅 14:17 當代譯本、羅 15:13、林後 2:14 當代譯本）



# 教會消息 EVENT NEWS



## 特別聚會

寇紹恩牧師

時間：7/20(日) 上午 9:30、下午 1:30

地點：真道教會 5 樓會堂



## 領袖月會

日期：7/12(六) 上午 10:00

地點：真道教會 5 樓會堂

敬邀細胞小組領袖，幸福小組福長、及事工領袖參加

鼓勵各位領袖提早 10 分鐘到會場



## 啟事部消息

自 7 月開始，教會的 401 教室將分別出來作為禱告殿，裡面將陳列各家族 / 牧區、事工單位、分會，以及為台灣和列國的代禱事項～

歡迎真道家人常常來「401 禱告殿」，為我們最愛的真道教會來守望禱告！

( 註：真道會友於行政櫃台簽到後，即可進入禱告殿禱告。 )



## 【新書出版消息】

教會即將出版新書《神啊！我為什麼快樂不起來？》

作者溫蒂·貝克藍 (Wendy Backlund) 用她的生命經歷，帶來一份充滿恩典與盼望的真理——你可以擁有穩定、自由、不再被情緒綁架的生活。

6/27 正式上架各大實體書房和線上通路

7/12-13 情緒系列信息 + 書籍擺攤

## 筆記欄

---

## 生命故事 / 伯特利家族 - 盈欣牧區 \_ 陳玉棠姊妹

我從沒想過，自己有一天會成為基督徒。過去的我不但喜歡用聖經的教條去挑戰基督徒，甚至期待看到他們被我問倒、無言以對的罔樣子。人生苦短，不就該盡情享樂嗎？這是我一直以來的信念。直到 26 歲那年，我遇上了前所未有的困境。那時，我在澳洲留學和男友懷抱著美麗的「澳洲夢」。透過朋友介紹，我們找到一位私人仲介，聲稱能幫助我們申請移民。不過這個夢想的代價極高，不僅要投入數百萬元，還得兼差多份工作來支付龐大的費用。當時的我們就像困在滾輪裡的倉鼠，日復一日地奔跑，看不到盡頭，卻又停不下來。仲介不斷以各種名義要求我們追加金錢，還試圖用傳統信仰捆綁我們的心靈。說：只要來世積德，不論吃齋唸佛、靜坐修行，都能有好報。我們照做了，但事情並沒有好轉，反而一步步走向更深的痛苦與絕望。就在這樣低谷中，與我分別六年的馬來西亞朋友突然聯絡上我。我向她坦承了眼前的困境，沒想到她語氣平穩而溫柔地回應我：「我知道有一個人能幫助妳，祂就是耶穌！」這句簡單有力的話，像是一道光照進我心裡。我沒有多想，就回應她：如果祂可以幫助我，我願意相信！她便帶領我做了決志禱告。

沒想到，這個簡單的禱告之後，一切開始有了變化。仲介漸漸露出馬腳，言行變得焦躁不安，話術也越來越荒謬。終於我們意識到，這是一場精心設計的詐騙。從解脫到憤怒、從痛哭到咒罵，我們經歷情緒的翻攪，心裡充滿無力與失望。在那樣心境下，我決定走進教會。第一次參加敬拜時，我的眼淚竟然無法克制，彷彿心中積壓已久的壓力一瞬間找到出口完全宣洩出來。朋友持續帶領我，最終我找到了現在這間合適的教會。某次，有位阿姨邀請我受洗，這與我叛逆的個性完全衝突。雖然表面答應，但我心裡早已打好如意算盤，準備找藉口臨時推辭。可是沒想到，受洗當天公司竟然沒有排我上班！我感到非常驚訝，心裡想：難道這是神的安排？於是，我真的去受洗了。雖然受洗後，失去的金錢並沒有回來，但我的生命開始徹底轉變；我投入教會生活，參加裝備課程、參與服事，並勇敢跨出舒適圈，結交來自世界各地的朋友。不只生活型態改變，內心也有了極大的轉化。就連過去對宗教完全不感興趣的男友，也注意到我身上的變化。他開始陪我參加教會與小組，最後也決定受洗成為基督徒。感謝神的恩典與帶領，讓我們夫妻一起走進真道教會。如今，我們育有兩位可愛的女兒，我也在今年領受呼召，勇敢承接小組長的職分，開始服事主。我深盼望能有更多人認識這位真神，受洗歸入基督的名下，願一切讚美榮耀歸給神！阿們。

### 本週背誦經文

詩篇 89:14

公義和公平是你寶座的根基；慈愛和誠實行在你前面。

### C3讀經進度

7月 6-9 日 箴言 第 28-31 章

7月 10-12 日 傳道書 第 1-3 章

6/23-29 奉獻總金額 443,430 元整

## 教會立場

**政 治：**我們要常常為國家及政治領袖禱告，也尊重每個人的政治立場，但請不要在教會及小組中，從事政治活動或發表個人立場之言論，避免引發不必要的衝突或對立。

**借貸投資：**我們不鼓勵弟兄姊妹之間有任何借貸、投資的行為，若私下有借貸、投資的關係，請自行負責。

**互 助 會：**若有會友起會或跟會，純屬個人行為，請勿在教會及小組中主動邀人加入互助會。

復興禱告會

週四 19:30

真道教會5樓會堂

主日上午兒童主日學

週日 09:30-11:30

真道教會11樓會堂

原住民團契

每月第三週 週六

週六上午樂齡敬拜

週六 09:30-11:00

真道教會5樓會堂

主日上午堂敬拜

週日 09:30-11:30

真道教會5樓會堂

週六晚上堂敬拜

週六 19:00-21:00

真道教會5樓會堂

主日下午堂敬拜

週日 13:30-15:30

真道教會5樓會堂

客語團契

每月第四週 週日

小組聚會

請洽各牧區同工

基督教真道教會 Truth Church

地址：台北市萬華區中華路一段144號5樓 |

電話：02-2311-6767

傳真：02-2311-3060 | Email: [ttc@truth.org.tw](mailto:ttc@truth.org.tw)

真道分會 | 三峽、中壢、新竹、台中、宜蘭。

海外：紐西蘭(奧克蘭、北岸)

YouTube頻道



官方Instagram



Facebook粉專



官方網站



LINE@



奉獻專區

