

1. **嗎哪靈修**：新一季從七月開始一同閱讀使徒行傳及羅馬書，進度表已經電郵傳送給大家，也放在教會網站上。
2. **特別浸禮**：楊開宇姊妹來美探親期間決志信主，完成基要真理課程，亦通過長老面談，因即將回國，經長老們商議於今天在眾人見證下公開為她施洗。
3. **主日學**：國慶長週末暫停一次，下主日恢復。
4. **暑期 VBS**：今天開始，連續九週，9:30 - 11 AM，“Joseph's Journey: From Prison to Palace”，分 Preschool - 3rd、4th - 6th 兩班。歡迎所有小朋友參加
5. **禱告會**：週三晚八點網上視頻聯禱，第二週特別紀念福音宣教事工。
6. **教會未能開放**：雖然目前逐步解禁，但政府仍有許多病毒感染防禦措施的規則，教會一時無法完全符合所有要求，尤其是考量兒童互動及人數方面的限制，因此短期內仍不能開放聚會。
7. **聘牧消息**：教會青少年部需要尋找另一位傳道人或實習生，請大家迫切記念代禱。

崇拜	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28
成人	129 觀看	147 觀看	135 觀看	138 觀看	150 觀看
青少年	26 觀看	41 觀看	48 觀看	54 觀看	34 觀看
兒童	與成人聯合	34 觀看	29 觀看	33 觀看	32 觀看
老師	1	—	—	—	—
總人數	156 (聯網)	222 (聯網)	212 (聯網)	225 (聯網)	216 (聯網)
主日學					
成人	77	109	96	92	95
青少年	暫停	暫停	27	23	24
兒童	27	六月暫停	六月暫停	六月暫停	六月暫停
老師	4	—	—	1	1
總人數	104 (聯網)	109 (聯網)	123 (聯網)	116 (聯網)	120 (聯網)
週三禱告會	75 (聯網)	75 (聯網)	82 (聯網)	90 (聯網)	暫停
週五	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26
成人	家		178	177	182
青少年	庭	AWANA	45	38	42
兒童	電	結業禮	暫停	暫停	暫停
老師	影		6	6	8
總人數	—	—	229 (聯網)	221 (聯網)	232 (聯網)

三谷基督徒會堂

5064 Franklin Dr, Pleasanton, CA 94588

(925) 467-1580



www.ccictv.org



「所以我們務必進入那安息」
~ 希伯來書 4:11

本會同工

長老：

吳建智 (510) 490-8783
蕭德謙 (510) 579-6137

執事：

麥美玲 (510) 793-6879
傅玉雲 (408) 934-1921
李南海 (925) 846-8608
黃霞 (510) 226-1915
陳岩 (510) 583-9639

傳道：

薛忠勇 (408) 437-1263

其他會堂

SAN JOSE
MT. VIEW
CENTRAL

NORTH VALLEY
SOUTH VALLEY
www.ccic.org

CUPERTINO
SUNNYVALE

主日崇拜

9:30 AM

二零二零年七月五日

司會：李南海 弟兄

領詩：吳明華 弟兄

序樂

林 佳 姊妹

宣召

司會

唱詩

#50 有福的確據

會眾

心中得安息

#327 耶穌恩友

#353 親近，更親近

讀經

希伯來書 4:1-16

會眾

信息

『真正的安息』

(希伯來書 4:1-16)

陳振鴻 牧師

特別洗禮

長老們

報告

司會

祝福

陳振鴻 牧師

殿樂

林 佳 姊妹



* 花卉奉獻：黎曉星



插花：王希雁

✧ 下主日服事 (7/12) ✧

禱告會 (7/8)：陳岩

司會：薛忠勇	講員：蕭德謙	領詩：薛忠勇
司琴：林 佳	影音：劉佳、吳建智	PPT: 薛忠勇

青少年事工 Youth Ministry	兒童事工 Children Ministry
Friday Fellowship <u>IMPACT</u> 8:00 ~ 9:45pm (7至12年級)	Friday AWANA—暫停 8:00 ~ 9:45pm (K至6年級)
7/10 (週五 Home Group 聚會) - 「饒恕 - 天賜大愛」	
<u>Sunday Worship</u> 9:30~11:00 am Message: "Freedom and Choice" Scripture: Galatians 5:1, 13 Speaker: Pastor Balex <u>Sunday School</u> 11:15~12:15 pm	<u>Sunday Worship</u> 9:30~11:00 am VBS - Egypt: Joseph's Journey From Prison to Palace K-3rd: ~ PeiFeng 4- 6th: ~ Jeff <u>NO Sunday School</u>

夏季成人主日學 (6至8月) 11:15 AM~12:15 PM

- A. 雅各/約翰壹貳叁 - 楊宇、易明仁、陳旭東 C. 基要真理 - 官行健、林霞
B. 認識聖靈與其工作 - 黃霞 D. 福音慕道 - 吳捷、仇曉洪

TV 1 (楊尊德)、TV 2 (吳亞文)、TV 3 (謝世斌)、TV 4 (任海晨)、TV 5 (湯浩峰)、
TV 6 (劉啟軍)、TV 7 (陳旭東)、TV 8 (楊宇)、TV 9 (官行健)、TV 10 (黃亦青)



【重新得力】



精神科醫師 Robert Coles 在那些為服務他人而導致過勞的人身上，看見一個行為模式。第一個徵兆是疲累。接著就是對正在改善的事物嗤之以鼻，再來會出現苦毒、絕望、鬱悶，最後就是進入過勞狀態。一次，我在寫完一本如何走出夢想破滅的書後，忙著四處演講助人重拾盼望，的確很有成就感，但也付出了代價。一天，我在要上台之前幾乎要昏倒了。我很久沒有好好睡一覺，連度假都無法消除疲勞，想到等一下還要聽他人的困境，就讓我感到恐懼和厭惡。我已經進入柯爾斯所說的行為模式了。

聖經提出兩個方法對抗過勞。以賽亞書 40 章提到，疲乏的人等候耶和華，必重新得力 (29-31 節)。我需要仰賴上帝，全心相信祂會動工，而非拼命靠自己逐漸衰微的力氣。詩篇 103 篇也提到，上帝會更新我們，以福樂使我們的心願滿足 (5 節)。上帝不僅赦免和救贖我們 (3-4 節)，祂還賜給我們喜樂和休閒。當我重新安排行程，讓自己有更多時間禱告、休息及從事攝影之類的休閒活動時，我身心靈便恢復健康了。

過勞起初的徵兆就是疲累倦怠，但我們千萬不可讓這樣的倦怠繼續惡化！當我們的生活同時兼具敬拜和歇息，我們才能真正地服事他人。

✧ 六月份奉獻記錄 ✧

	第一週	第二週	第三週	第四週	第五週	本月累積
經常	\$1,1420.00	\$4,500.00	\$12,610.73	\$11,350.00		\$39,880.73
建堂	\$820.00	\$1,000.00	\$1,900.00	\$1,000.00	樂	\$4,720.00
宣道	\$440.00	\$50.00	\$500.00	\$800.00	捐	\$1,790.00
愛心	\$10.00	—	—	—	神	\$10.00
總額	\$12,690.00	\$5,550.00	\$15,010.73	\$13,150.00	悅	\$46,400.73