



臺北基督徒

永和禮拜堂

驚

蟄

2770

1973・05・03 創刊

2026・03・22 出刊

新北市永和區永利路 27 號 TEL : (02)2921-4000
南勢角福音中心：新北市中和區興南路一段 75 號 2 樓
頂溪福音中心：新北市永和區永和路二段 147 號 B1
加蚋福音中心：台北市萬華區東園街 90-1 號
東引福音中心：連江縣東引樂華村 58 號
頭份福音中心：苗栗縣頭份市中正三路 208 號
教會網頁：www.yhchurch.org

FAX : (02)2923-1974
TEL : (02)2944-0707
TEL : (02)8921-5389
TEL : (02)2301-1322
TEL : (083)676-223
TEL : (037)903-933
E-Mail : yhch4000@gmail.com

《永和講台》

今天選擇

◎徐延政

經文/約書亞記 24:14-15

現在你們要敬畏耶和華，誠心實意地事奉他，將你們列祖在大河那邊和在埃及所事奉的神除掉，去事奉耶和華。若是你們以事奉耶和華為不好，今日就可以選擇所要事奉的：是你們列祖在大河那邊所事奉的神呢？是你們所住這地的亞摩利人的神呢？至於我和我家，我們必定事奉耶和華。

這週要分享的題目是今天選擇，大家看到這個題目，可能就已經知道經文是什麼了；也許有不少人會在你家的牆上或櫃子上掛著這節經文的匾額，就是約書亞記 24 章 15

節：「至於我和我家，我們必定事奉耶和華。」除了在家裡能看到，有時候在婚禮上的婚姻誦詞，也會出現這一節經文。這節經文表達了一個人或是他的家，對神、對這個信仰的一個心

志，這作為提醒是非常好的。但是這節經文具體的意義是什麼？該如何實踐？可能單就這一節是不太夠的；所以今天我們要再往前多看一點，透過這兩節經文，更深入地來思想跟領受，神要對我們的提醒。

約書亞記 24 章 14-15 節：「現在你們要敬畏耶和華，誠心實意地事奉他，將你們列祖在大河那邊和在埃及所事奉的神除掉，去事奉耶和華。若是你們以事奉耶和華為不好，今日就可以選擇所要事奉的：是你們列祖在大河那邊所事奉的神呢？是你們所住這地的亞摩利人的神呢？至於我和我家，我們必定事奉耶和華。」當這兩節經文一起讀的時候，大家應該會更明顯的知道，匾額上那節經文的來龍去脈，也讓我們清楚看見一個重要的詞，就是在講事奉；事奉神，是我們今天所讀這兩節經文的一個關鍵。

一、什麼是事奉神？

不知道大家讀到事奉的時候，心裡會怎麼想？當我們把場景拉到教會、拉到會堂裡的時候，事奉這兩個字，很容易就被講台隔開了！大家比較會覺得在台上的，不管是彈琴、打鼓或什麼樂器，還有帶敬拜的、講道的或者招待的同工…，他們是今天聚會參與事奉的，那其他人坐著唱詩歌、聽講道，就是沒有事奉的；我們蠻容易被這個觀念影響，但是，我必須要說，當年約書亞在跟以色列百姓講這些話的時候，沒有講台、沒有樂器、沒有招待，他就是向著一群被神從埃及帶領出來，經過曠野要預備進迦南地的百姓，發出一個很深的挑戰跟呼籲：你們要做出一個決定，你們要事奉神嗎？

所以當年的「事奉」這兩個字，完全講的是他們的生活形態，他們進迦南之後，他們要為什麼而活？他們要怎麼活？那個叫做「事奉」，跟今天以教堂為框架的定義，是很不一樣的。什麼是事奉呢？剛才的經文，一開始就讓我們很清楚的看到，事奉的本質是一種態度。第一句說：「現在你們要敬畏耶和華。」敬畏可能會帶出行動，但是他所講的不是我在做什麼

事？第二句說：「誠心實意地事奉他。」所以不管是敬畏或是誠心實意，這段經文一開始就挑明，事奉是一個態度，我們有沒有事奉的態度？

二、敬畏不是恐懼

敬畏這個詞，很容易引發我們一種因為我敬畏的對象太偉大、太厲害了，因而延伸出恐懼；在我們那個年代，我們老師手上始終拿著一支圓圓的東西，不是粉筆就是籐條，籐條放下就拿粉筆，粉筆放下就拿籐條，所以我們從小就知道什麼叫敬畏！我們成長的年代，看到老師是要鞠躬敬禮的，所以當我們用敬畏這個詞的時候，後面很容易接的是恐懼！但是經文說，你們敬畏神，是要誠心實意；簡單說就是誠實、真誠，意思包含著你不可以欺騙神，也包含著我這個人在神面前是很敞開跟透明的，我不是帶著面具來事奉神的。如果敬畏引發恐懼，恐懼帶來的是躲避、是遮掩、是隱藏，那麼恐懼怎麼會帶來真誠與敞開呢？

所以在這裡講到，事奉是一種態度，它是敬畏的態度，但是這個敬畏帶出來的是真誠、是敞開的。神難道不知道我們有幾斤幾兩嗎？神難道不知道我們是軟弱的人嗎？我們有需要在神面前，遮掩我們的軟弱，戴上我們虛假的面具嗎？導致我們好像看起來懂很多關於神的事，其實卻非常的疏離，但是敬畏不一樣，敬畏代表的是看重神，在我看重神的過程中，我也可以承認自己的軟弱跟限制，我可以很真實的來到神面前與祂相交、與祂互動。

神並不是太忙，好像要我們不斷地來幫忙祂，分擔這個、分擔那個；神把以色列人從埃及帶出來，是要這一群被祂揀選的百姓，開始一段與神同行的路程。甚至在出埃及記裡面講得很清楚，神把他們帶出來，是要與他們同住。神要跟祂的百姓住在一起，這是很親密的一件事情，若不在真誠的關係裡面，怎麼同住呢？所以，這是事奉的基礎。

敬畏的本身不是恐懼，敬畏講的是看重。我把這件事、把神放在心上，是看重，但是，

不是恐懼跟害怕！如果我們對神會隱藏，我們對人一定也會隱藏，因為裡面的核心是，我不敢面對我自己的真相，我沒有辦法真誠，如此，就很難進入真實事奉的狀態，我的事奉很容易變成「在做一些事情」；當我們的態度慢慢調對了，我們就進入到這個敬畏裡面所說的，它是看重。

然而，恐懼帶來面具，神要的是你的真實。我可能也不止一次跟大家說過，在我腦海中，有一個我永遠不會忘記，常常在敬拜中、把我拉回到敬拜核心的一個畫面。是三十年前，我有一個機會在新竹，參加一場敬拜禱告的聚會，我在那個敬拜中，看到一位小提琴手，他敬拜到一個地步，突然不演奏了，他把右手的弓、左手的琴，舉了起來，他在那裡很迫切大聲地在禱告、在敬拜神；不是他拉那個絃樂的聲音不重要，是他表達了他心中一種很深的對神的渴望，已經超越這個樂器，已經超越那種聲音…，那個印象在我裡面好深刻，敬拜的核心，是表達我們裡面對神的看重。

雖然有時我們對看重這個想法是混雜的，有的時候，我們會將看重神跟看重自己的表現，會混在一起，我們需要一個慢慢抽絲剝繭、被分辨的過程，我們不會一開始就分得很清楚，沒有人可以完全不看重自己的表現，完全不在意人的眼光，但我有漸漸走上一個越來越看重神的路嗎？神渴望看見你的真實，遠超過你的優秀，因為祂預備好陪你越來越優秀，但如果我們在神面前，沒有要走一條誠實的路，那個優秀不會發生，我們永遠只會戴上一個宗教的面具，自以為是這樣，其實不會進步；神要祂的百姓，在敬畏、看重神的態度中，走一條誠實的路。

三、事奉的第一步是減法，不是加法

約書亞的第三句是：「將你們列祖在大河那邊和在埃及所事奉的神除掉。」態度講完之後，約書亞對百姓的勸勉裡面，有兩個很關鍵的字，叫做除掉。列祖也好，偶像也好，他講的不只是一個雕像的問題，他講的是一些根深

蒂固，我們自己都不見得能察覺的習慣、價值跟信念；當你要事奉神的時候，第一件事情不是你要做什麼，第一件事情是，知不知道我們要除掉什麼？當這些東西出來，而跟神所要的不一樣的時候，我們就會面對一個問題，我要不要把這些東西除掉。

弟兄姐妹，當我們在面對事奉這兩個字的時候，會不會我們比較容易想到的是，我要增加一些什麼？會不會從來沒有想過，事奉的本質是要我減少什麼？當我在讀這段經文的時候，神好像一直把除掉這兩個字放在我心裡：「你有沒有想過，除掉一些東西，是我期待、我所喜悅的事奉，你過去這一年，在我面前除掉了什麼？」我們有沒有在神面前，更會除掉我自己的焦慮？除掉更多自我中心的反應？除掉一些過度的情緒起伏？除掉我裡面的懷疑小信？有沒有除掉我的堅持己見？或者除掉我的自我防衛？

除掉，也是事奉。除掉的本身，是神看見祂的孩子更像祂的過程，祂覺得這是非常寶貴的事奉；但是我必須要說，我們有的時候不想除掉，甚至我們想，用更多的工作，來遮掩我們要除掉、卻不肯除掉的東西！然後，告訴我自己、告訴我周圍的人，我在事奉神！當我進入這個狀態的時候，我想神會很歎息：「孩子啊，你做的這些很好，但是如果，我希望你除掉的東西，你不願意除掉，你旁邊這些做的，也是白做。」

不知道大家是不是可以有機會，安靜下來面對神，說：「神啊，祢希望在我身上減少什麼？除去什麼？」這個心態，跟這樣的禱告，我相信，在神看來，是很寶貴的事情。神可以用我們的嘴巴，用我們的言語，來服事祂，但你有沒有想過，少說兩句也是服事神？神沒有要你什麼都不能說，但是有些不該說的，或者沒有必要說的，有的時候是自己好想說，但神說：「安靜！」你知道把到嘴邊的話收回，也是服事嗎？事奉神不一定只有做，盼望神在你跟祂的對話裡，讓你有更多的體會。

然而，事奉是一種自由意志的選擇。在 15

節，約書亞說：「今日就可以選擇所要事奉的。」有兩個很重要的字，一個是今日，一個是選擇；事奉是一種自由意志的選擇，選擇的意思就是，神尊重你的自由意志，神期待你選擇事奉祂，選擇也意味著，你的意願，神很看重。不是被壓迫，不是被利誘，也不是被恐嚇。

我必須說，有的時候事奉會有勉強、有壓力，會有一點被強迫的感覺，是！我們會有壓力跟挑戰要面對，但是我們是在神面前自己勉強自己，我們是在神面前自己逼迫自己；所謂的自由意志不等於我都很開心、很愉快，但是就算勉強，也是我自己勉強我自己。弟兄姐妹，你的事奉是被別人勉強的嗎？是回應別人的勉強嗎？你的事奉是被情勒的嗎？

四、每一天，都是「今天」

今天選擇，今天是哪一天？今天選擇的意思就是，你在今天活著，一定有你今天要面對的決定，而這一個決定，其實背後常常是你要不要事奉神的決定；今天的每一件事，你願意用事奉神就是看重神的這一個態度，來做出決定嗎？今天選擇，意思包含著不要拖延，因為到明天、就不是這個今天了！這個選擇也不是一次性的選擇，不是我受洗那天、信主那天，我選擇事奉神，我就一次做好一輩子的選擇了，不，這個選擇是持續、持續、持續的選擇。

正如同以色列人要進迦南，他們不只是一要進去之前：你們有沒有要事奉神，想清楚哦！他們進去之後，都仍然要面對這件事情；所以今天我想透過很多人家裡有的這節經文，我們把前後稍微看得廣一點，來思想：「至於我和我家，我們必定事奉耶和華。」到底是什麼意思？你的態度——看重；事奉不一定是做事，很多時候，神期望在我們生命中，做一件很寶貴的事，就是——除去，並且最後——選擇。

主啊，謝謝祢！但願神幫助我們，當我們在說：「至於我和我家，我們必定事奉耶和

華。」的時候，我們知道我們在說什麼？我們也知道這節經文，或是這個在牆上或是櫃子上擺的匾額，它的意義是什麼？求聖靈幫助我們，更深的去察覺我們裡面的態度、所有我們隱藏自己不容易發現的態度，主啊，因為祢喜悅我們看重祢，求主教我們知道什麼是真的看重祢，以至於當祢在我們生命中，要除去一些東西的時候，我們不是用抗拒、逃避、遮掩的方法來面對這一切。主，願祢恩待祢的教會，讓這個教會不會用事奉的工作、來取代跟遮掩那些我們需要除去的東西，好讓我們這個人被祢擦得更乾淨，以至於我們可以在各樣的事奉上來為祢閃亮，好讓我們是一個沒有帶著鏽的器皿，我們是被祢擦亮的器皿，以至於祢的光照進來的時候，可以徹底的、完全的來反映祢的榮光！父啊，謝謝祢！我知道這個選擇並不容易，但我相信祢很樂意幫助我們，在每一天，在祢面前做選擇。主啊！今天我們就再一次選擇，我們要事奉耶和華，沒有比祢更重要、更寶貴的，唯有祢。謝謝主。阿們！

（3月15日張安安摘要）

問題討論

1. 在日常生活中，你最常遇到的「選擇困難」是什麼？（例：吃什麼、要不要早起、要不要運動等。）
2. 事奉神的第一步常常是「除掉」一些東西。如果神今天要在你的生命中除掉一樣東西，你覺得可能是什麼？例：焦慮、驕傲、自卑、愛抱怨、過度自我中心、懷疑…。
3. 「今天選擇」意味著事奉是一個持續不斷的決定。你接下來的生活中，在職場、家庭或個人生命狀態，有沒有哪個方面是神正在邀請你做出新的選擇？你打算如何用什麼具體的行動來回應這個選擇？

我的好處不在祢以外

◎ 徐延政

應該有兩年或三年了，我們開始在每年的復活節前，邀請弟兄姊妹來操練禁食。這是一個邀請。去年我剛好有機會參加一個聚會，聽到一位牧者分享禁食，他很直白地說，禁食的本質不是一種境界，不是在逼自己受苦，而是上帝的邀請，邀請我們在生活中更多地專注於祂。這句話給了我很大的鼓勵。

今天我想跟大家分享一節弟兄姊妹非常熟悉的經文——詩篇 16 篇第 1-2 節。我們再一次一起來讀：「神啊，求你保佑我，因為我投靠你。我的心哪，你曾對耶和華說：你是我的主；我的好處不在你以外。」在預備今年這段禁食禱告的時間裡，神一直把這節經文放在我心裡。每天早上我會花一點時間用這節經文來禱告，安靜地跟神說：「神啊，我的好處不在你以外。」

「我的好處不在你以外」是什麼意思？簡單來說，就是在神以外沒有好處。有時候，當我們看見別人擁有我們所沒有的東西時，我們就會忘了這句話。我們會想：「奇怪，怎麼他有我沒有？」前兩天有一位我敬重的長輩看到我說：「欸，你禁食完怎麼肚子沒變小？」我心裡想，別人的禁食都瘦了一圈，我怎麼都沒有？那感覺就像聽到誰家的小孩學測考了幾級分，明明平常看起來傻呼呼的，怎麼竟考得這麼好？我們很容易把焦點擺在「別人有，而我沒有」的事上，甚至覺得別人有的我也應該要有。

過年時我看到一個新聞，有一對夫妻去廟裡拜拜後，心血來潮買了張彩券，結果中了上千萬。夫妻倆相擁而泣，說房子的頭期款有了。我當時想：「奇怪，基督徒怎麼都沒中獎？怎麼拜拜的人中獎了？」當我們這樣想時，焦點就偏離了。而禁食的核心概念，就是給我們一個機會，把焦點從那些「好處」轉移到這位「好神」身上。

禁食的本質是焦點的轉換。我們不是「禁」偷竊或壞事，那些本來就不該做。禁食是把原本無害，甚至美善舒暢的事暫時放下，例如美食、咖啡、電視或追劇。古代人沒什麼享受，可能只能「禁食」；但現代人有很多可以「禁」的，比如放下賺錢發財的焦慮，把焦點重新擺在神身上。

人性很軟弱，當我們習慣了美食、好玩、好賺的事情時，不自覺地會產生一種錯誤的連結，以為我的滿足是來自於咖啡、風景、影片或自己的努力。禁食的目的是要切斷這些不好的連結，讓我們想起所有美好的源頭都是神。

這並不是說不能喝咖啡或賺錢，而是要看清這一切美善的源頭在哪裡。大衛說「我的好處不在你以外」，就是不再讓這些合理的好處成為我快樂的泉源。當我們把焦點從自己轉移到神，我們就從需要、努力、才幹與思慮中得到了自由。我們依然努力工作、規劃生活，但我們知道這些不是我的神。

弟兄姊妹，讓我們跟神說：「神啊，我的好處不在你以外。」也許你這次沒有參加到禁食，但盼望這句話能深深放在你心裡。

神啊，
求你保佑我，
因為我投靠你。
我的心哪，
你曾對耶和華說：
「你是我的主；
我的好處不在你以外。」
詩篇 16:1-2

2026 生命會談工作坊

輔導中心 每系列三堂課 週六10-12點

系列二 活出美好

4/18 愛人如己

5/16 修復關係

7/18 走出傷害



你愛自己嗎？生活中的衝突，混亂
很多源自於對自己的忽視與不接納。
你是否渴望學習真正照顧自己的
身心靈，找回內在的平安與喜樂？

🏠 本系列工作坊將讓你學習：
認識自己；修復關係走出傷害；
獲得真自由。

課程相關問題請洽 賴瓊薇姊妹

報名
請掃我



Taipei
Christian
Yonghe
Church



God is Good



FREE 課程免費

2026春 聖經學習圈

線上課程：

二十一世紀基督教倫理議題
尋找聖經中的連結
利未記入門

實體課程：

禱告初階/監獄書信
RPG2.0



報名連結

🕒 開課前一周截止報名
📅 3/21(六)起陸續開課

《 教 會 消 息 》

◆ 新朋友・歡迎您！

歡迎今天第一次來本堂聚會的新朋友，請留下姓名地址，讓我們能認識您；並請留步至二樓新人接待室。

◆ 車梯更新工程

工程期 3/1~4/30 母堂 B2 車梯關閉，不開放停車。不便之處，敬請見諒！

《 教 會 代 禱 》

◆ 為教會正在面臨疾病的肢體禱告，求主不斷有醫治的工作，帶來身心的恢復。

◆ 為教會今年「短宣 100」目標來禱告，求主讓我們用行動參與在福音隊中，來跟上祂的心意，去到各地傳揚主的名。

《 肢 體 代 禱 》

◆ 蕭興政弟兄（中牧區）淋巴癌作化療及標靶治療，白血球過低（剩 700）沒有食慾，求神憐憫看顧，讓白血球上升，請代禱。

◆ 許寶珠姊妹（建中牧區）高志宏弟兄母親，因跌倒右腿髌關節骨折，3/17（二）已換人工髌關節，為手術後恢復代禱。

中華基督徒地方教會 聯合差傳代禱事項

【關注家門口】

恩慈宣教士

1. 為恩惠堂的中原大學留學生事工：寒假期間求主賜福同學打工、出入平安，過年返鄉與家人有好的相處，學業與人生方向求主帶領。
2. 為獄中工作守望：為同學們有健康的身心靈代禱，學生渴慕神的話語，在生活中經常經歷主恩，也為恩慈教學有主的智慧與屬靈保護。
3. 為收容所工作守望：疫情過後，目前團隊進入服事較為困難，求主賜恩，讓我們仍然有機會和願意的工人進入探訪，向外籍收容人傳福音。
4. 為桃園區各項外展事工代禱：

a. 大湳中文班：感謝主有南京堂姊妹短期協助中文教學服事，求主賜下教學恩賜、同工合一，學生心軟柔呼求主名。

b. 草漯中文班：為有合適的當地同工代禱，第二學期求主預備新同學加入。

c. 大園佈道行動：求主賜我們智慧能這裡領人歸主。

d. 為網路福音工作代禱，求主賜下智慧和合適的作法，發展網路福音工作。

5. 為桃園同工團隊代禱，目前桃園地區有四組同工服事在台越南人，每月有一次聚集；求主賜福團隊成員身靈魂健壯、家庭有主看顧賜福、同工合一興旺福音。

6. 為桃園火車站越南語教會聚會代禱，求主賜下合適的聚會時間，穩定的聚會會友。

7. 為恩慈與夫婿身心靈健壯、出入平安、聖靈充滿。為雙邊母親身體健康、靈魂得救代禱。



凡事謙虛、溫柔、忍耐，用愛心互相寬容，
用和平彼此聯絡，竭力保守聖靈所賜合而為一的心。



2026 年 3 月主日歡慶

◆ 03/29(日) 楊明明 愛神 愛人 愛自己

2026 宣道支持奉獻

此奉獻為代收轉出奉獻，由支持對象開立收據
國外單位、國內未立案單位之奉獻收據，無法抵稅（有★號）

支持對象	需求金額	上週奉獻	累計奉獻
★高雄嘉誠教會莊牧師	120,000	0	24,000
南非高科宣教士	100,000	0	41,000
南非吳元國宣教士	240,000	0	70,000
小鋼巧飛宣教士(主僕)	60,000	0	11,000
米樂谷公益關懷協會	120,000	0	40,600
英國阿獅宣教士(COCM)	300,000	0	80,000
地方教會聯合差傳事工	600,000	4,100	225,100
隱基底全人關懷協會	400,000	0	109,000
海外蒙愛宣教士(OMF)	240,000	0	30,000
肯亞柔伊實習宣教士(MOVE)	100,000	0	12,000
愛穆事工(UMOT)	60,000	0	10,000

《主日講台》

永和堂：一

《講員》李明珊 傳道

《經文》以弗所書 4:1-16

南勢角：歡歡喜喜的變賣

《講員》宋祖駿 弟兄

《經文》馬太福音 13:44-46

頂溪：主日直播母堂聚會

萬華：主日直播母堂聚會

五餅二魚行動

三月份支持對象

恆春基督教醫院

上週奉獻 \$ 4,786

三月份累計 \$ 28,644

《本週聚會表》

《 本 週 聚 會 表 》										
月	日	星期	時間	聚會名稱				地點		
3	22	日	晨 9:00	第一堂成人主日歡慶				3F/4F		
								南勢角		
								頂溪		
			晨 10:00	第一堂成人主日歡慶				頭份		
								萬華		
								3F/4F		
			晨 10:45	第二堂成人主日歡慶				南勢角		
								頂溪		
								3F/4F		
			晨 10:45	國小一～六年級				8F		
	兒幼歡慶／2～6 歲				603					
午 3:00	成人主日歡慶				東引					
25	三	晚 7:30	實體禱告會				暫停			
28	六	晨 10:00	兒童歡慶／國小一～六年級				8F			
		午 2:30	學生歡慶				3F/4F			
上週歡慶人數										
永和堂						萬華	線上 人數	聚會 總人數		
第一堂	第二堂	學生	兒童							
165	180	53	71		27	273	1,009			
南勢角			頂溪			東引		頭份		
第一堂	第二堂	兒童	第一堂	第二堂	兒童	成人	兒童	成人	兒童	
47	62	13	18	32	5	2	0	61	0	

耶和華所賜的福

使人富足，

並不加上憂慮

箴言10:22