

# 主日信息

Sermon

恭听主恩言  
乐行主圣道

Listen respectfully to the Word of the Lord  
Cheerfully walk in the Lord's word



# 儿童敬拜

Children Worship

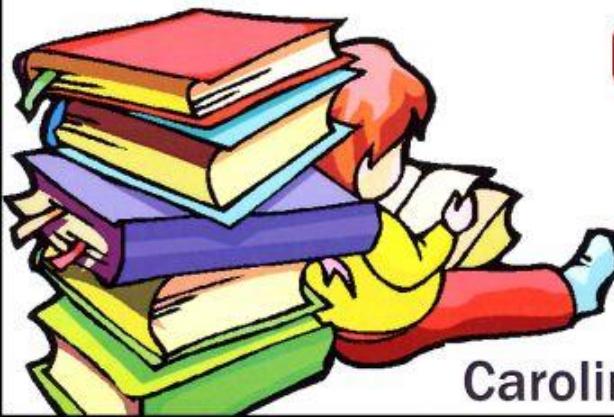
让小孩子到我这里来

不要禁止他们

Let the little children come to me  
and do not hinder them

# Westminster Shorter Catechism for Kids

Workbook One  
Who is God?



Questions  
1-10

Caroline Weerstra

威斯敏斯特

儿童小要理问答

源于圣经的改革宗神学立场

# 金句背诵

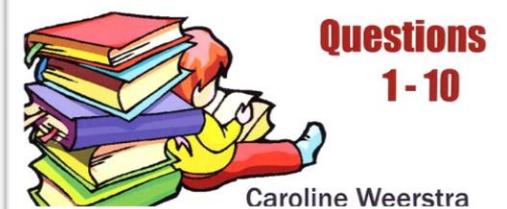
- 运用三明治背经法
- 节律诵读
- 自由吟唱
- 自由绘画、编舞等

【让我来问你】

人一生的 首要目的是什么？

【让我来回答】

人一生的 首要目的是 荣耀上帝；  
以上帝为乐，直到永远。



Caroline Weerstra

1 问：人一生的首要目的（chief end）是什么？



答：

- (一) 荣耀上帝；
- (二) 以上帝为乐，直到永远。

# 为什么要荣耀上帝？



# 为什么要荣耀上帝？

答：

➤因为上帝本身是有荣耀（glory）的！



# 为什么要荣耀上帝?

答：

- 因为上帝本身是有荣耀 (glory) 的！
- 上帝的荣耀：是指上帝本身所固有的、内在的品格与价值。



# 为什么要荣耀上帝？

答：

- 因为上帝本身是有荣耀（glory）的！
- 上帝的荣耀：是指上帝本身所固有的、内在的品格与价值。
- 比如：上帝有爱心、不好生气、主动关心人、乐意帮助人、赐福人、敢于承担责任、有勇气、守规矩.....



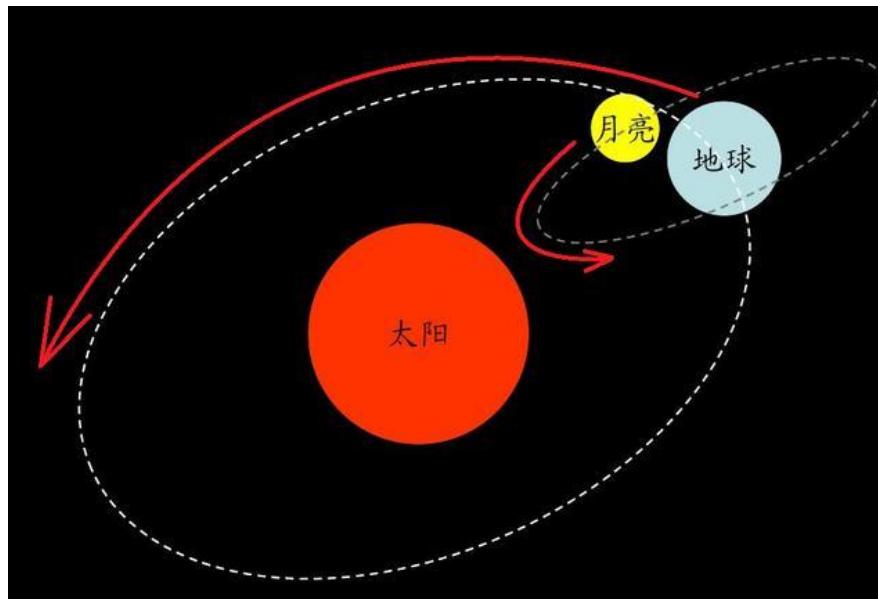
# 如何荣耀上帝？



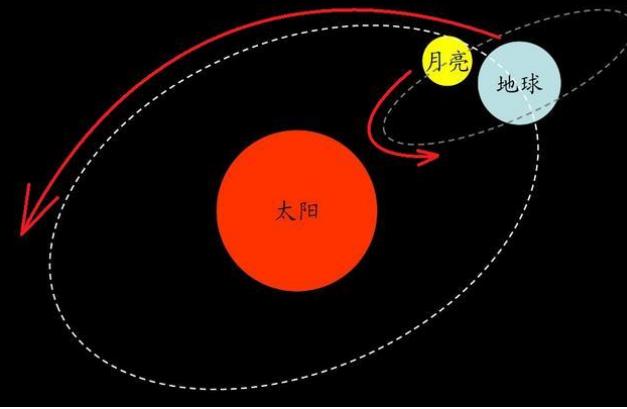
# 如何荣耀上帝？

答：

- 我们可以通过内在的属灵品格，来反射上帝的荣耀。



# 如何荣耀上帝？



答：

- 我们可以通过内在的属灵品格，来反射上帝的荣耀。
- 比如：像上帝一样有爱心、不好生气、主动关心人、乐意帮助人、赐福人、敢于承担责任、有勇气、守规矩.....

# 如何荣耀上帝？

答：

- 我们可以通过内在的属灵品格，来反射上帝的荣耀。
- 我们也可以通过内心的想法、说话、行为来尊重上帝。



在家里→我可以荣耀上帝



# 在家里→我可以荣耀上帝

➤我要孝敬爸妈，在主里听爸妈的话



# 在家里→我可以荣耀上帝

- 我要孝敬爸妈，在主里听爸妈的话
- 我要整理好自己的房间，把用过的东西放回原来的位置



在教会→我可以荣耀上帝



# 在教会→我可以荣耀上帝

► 我要积极参加敬拜，认真听课



讚美的勇士 在這裡



# 在教会→我可以荣耀上帝

- 我要积极参加敬拜，认真听课
- 我要爱护教会财产
- 讲台、音控台、厨房、办公室都不是我玩耍的地方，我不乱动教会的音控设备！



讚美的勇士 在這裡



在学校→我可以荣耀上帝



# 在学校→我可以荣耀上帝

➤ 我要尊重老师，认真学习、用心完成作业



# 在学校→我可以荣耀上帝

- 我要尊重老师，认真学习、用心完成作业
- 我要尊重自己的性别：
  - 上帝造我是男孩，我就欢喜做个男孩子，从小做个有礼貌的小绅士



# 在学校→我可以荣耀上帝

- 我要尊重老师，认真学习、完成作业
- 我要尊重自己的性别：
  - 上帝造我是男孩，我就欢喜做个男孩子，从小做一个有礼貌的小绅士
  - 上帝造我是女孩，我就欢喜做个女孩子，从小做一个自尊自爱的小淑女



# 在公共场所→我可以荣耀上帝



# 在公共场所→我可以荣耀上帝

► 我要爱护公共设施，不拿不属于自己的东西



# 在公共场所→我可以荣耀上帝

- 我要爱护公共设施，不拿不属于自己的东西
- 我不要大声喧哗，影响到别人



在家里  
在教会  
在学校  
在公共场所



我都可以荣耀上帝



# 金句背诵

【哥林多前书|十五章31节】

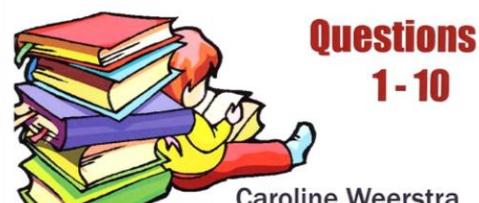
所以，  
你们或吃或~喝，  
无论做什么~，  
都要为荣耀神而行。

【哥林多前书|十五章31节】

- 运用三明治背经法
- 节律诵读
- 自由吟唱
- 自由绘画、编舞等



Workbook One  
Who is God?



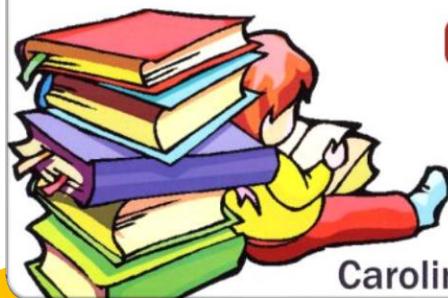


- 亲爱的天父上帝，你是荣耀的！无论我在家里、在教会、在学校、在公共场所，都求你帮助我尊重你，求你管理我的想法、我的说话和做事，让我能够活出像你一样的美好品格，荣耀你。
- 奉主耶稣基督的圣名求，阿们。



# Westminster Shorter Catechism for kids

Workbook One  
Who is God?



Questions  
1-10

Caroline Weerstra

## 小朋友去

- 认读背诵经文里面的字，并且背诵经文
- 把可以在家里、在教会、在学校、在公共场所荣耀上帝的事情画下来，吃饭时讲给爸妈听
- 在唱回应诗歌时回来，请音控台同工去叫回

# 主日信息

Sermon

恭听主恩言  
乐行主圣道

请回答以下  
九个  
问题

►1. 时常会有一段时间，因为经历某些重大事件，而感到情绪低落或难以开心。

(对重大事件的评定，因人而异。同样的事，对某些人而言根本不算事儿，但对某些人而言却是天大的事儿。对自己而言，也许今天不是事儿，但明天却是绝对迈不过去的坎儿。所以不可以自己为标准去评判他人，要有同理心)

是     经常是     偶尔是     从来没有

➤2. 当情绪低落时，时常会感到对任何事情都提不起兴趣，或者内心中毫无动力去做事。整个人失去了往日的朝气和意气风发。

是     经常是     偶尔是     从来没有

➤ 3. 当情绪低落时，食欲会受到影响：

- 有时可能会没有胃口吃饭，体重因此下降
- 有时又可能会一直想吃，吃到停不下来，体重因此增加
- 结果，内心～～有时会充满罪疚感；有时又会充满担忧和不安——怕体重降不下来、怕肥胖会引发其他疾病.....

是     经常是     偶尔是     从来没有

➤ 4. 当情绪低落时，会时常失眠，或者睡眠质量变差。在睡不着的时候：

- 脑海里总是塞满了让自己担忧的人或事儿
- 尤其会担心自己的身体健康问题，总是害怕自己得了什么大病，或者患有某种不治之症
- 随着这些想法，也会感到自己浑身上下，哪儿哪儿都痛.....，但经查却无实质性病变！

是     经常是     偶尔是     从来没有

➤5. 当情绪低落时，有时说话或者行动都会变得比平常缓慢，懒得说话、懒得动.....，甚至听见别人说话，看见别人在自己眼前晃都觉得无比心烦.....，但有时又会变得坐立不安。

是     经常是     偶尔是     从来没有

➤6. 当情绪低落时，身体也会容易感到疲累，没  
有力气做事，只想躺着，可是又躺不住.....

是     经常是     偶尔是     从来没有

➤7. 当情绪低落时，有时会难以集中注意力，总是容易分神，或者大脑放空，一片空白，好像什么都没有了，甚至整个世界都静止了.....；有时又会犹豫不决、患得患失.....

是     经常是     偶尔是     从来没有

➤8. 当情绪低落时，往日的自信心大大下降，失去了迎难而上的斗志，反而容易责备自己、贬低自己，甚至否定自己，认为自己一无是处，一无所长、一无所成.....

是     经常是     偶尔是     从来没有

➤9. 当情绪低落到一个地步时，会有许多负面想法，觉得自己没有什么活着的价值和意义，甚至会有轻生的念头：

- 我真是没脸活了！我不配活着！
- 我真是活不下去了！干脆死了算了！
- 我什么都不管了，我也管不起了！干脆死干净！.....

是     经常是     偶尔是     从来没有

以上九个问题，你的答案.....

全部 --- 从来没有？

偶尔是？

经常是？

全是？

# 我的情緒 感冒了



# 擊退情緒病

從心身症狀診斷的情緒病真實個案



每个人时而都会患有情绪病！

# 情绪病并不可怕！



# 情绪病并不可怕！



情绪病只是冰山的外显部分

# 情绪病并不可怕！



情绪病只是冰山的外显部分  
导致情绪病的内在信念与价值观才是罪魁祸首！

上帝的爱  
有医治的大能！

上帝的道  
有更新的力量！

情绪病并不可怕！

情绪



# 走出情绪病的阴霾

列王纪上十九章1~19节

胡亚军传道

MTLC

2022年05月15日

## 列王纪上十九章1~19节

<sup>1</sup>亚哈将以利亚一切所行的和他用刀杀众先知的事都告诉耶洗别。

<sup>2</sup>耶洗别就差遣人去见以利亚，告诉他说：明日约在这时候，我若不使你的性命像那些人的性命一样，愿神明重重地降罚与我。

## 列王纪上十九章1~19节

<sup>3</sup>以利亚见这光景就起来逃命，到了犹大的别是巴，将仆人留在那里，

<sup>4</sup>自己在旷野走了一日的路程，来到一棵罗腾树下，就坐在那里求死，说：耶和华啊，罢了！求祢取我的性命，因为我不胜于我的列祖。

## 列王纪上十九章1~19节

5他就躺在罗腾树下，睡着了。有一个天使拍他，说：起来吃吧！

6他观看，见头旁有一瓶水与炭火烧的饼，他就吃了喝了，仍然躺下。

## 列王纪上十九章1~19节

<sup>7</sup>耶和华的使者第二次来拍他，说：起来吃吧！因为你当走的路甚远。

<sup>8</sup>他就起来吃了喝了，仗着这饮食的力，走了四十昼夜，到了神的山，就是何烈山。

## 列王纪上十九章1~19节

<sup>9</sup>他在那里进了一个洞，就住在洞中。耶和华的话临到他说：以利亚啊，你在这里做什么？

<sup>10</sup>他说：我为耶和华万军之神大发热心；因为以色列人背弃了祢的约，毁坏了祢的坛，用刀杀了祢的先知，只剩下我一个人，他们还要寻索我的命。

## 列王纪上十九章1~19节

**11**耶和华说：你出来站在山上，在我面前。那时耶和华从那里经过，在他面前有烈风大作，崩山碎石，耶和华却不在风中；风后地震，耶和华却不在其中；

**12**地震后有火，耶和华也不在火中；火后有微小的声音。

## 列王纪上十九章1~19节

13以利亚听见，就用外衣蒙上脸，出来站在洞口。有声音向他说：以利亚啊，你在这里做什么？

14他说：我为耶和华万军之神大发热心；因为以色列人背弃了祢的约，毁坏了祢的坛，用刀杀了祢的先知，只剩下我一个人，他们还要寻索我的命。

## 列王纪上十九章1~19节

**15**耶和华对他说：你回去，从旷野往大马色去。

到了那里，就要膏哈薛作亚兰王，

**16**又膏宁示的孙子耶户作以色列王，并膏亚伯米何拉人沙法的儿子以利沙作先知接续你。

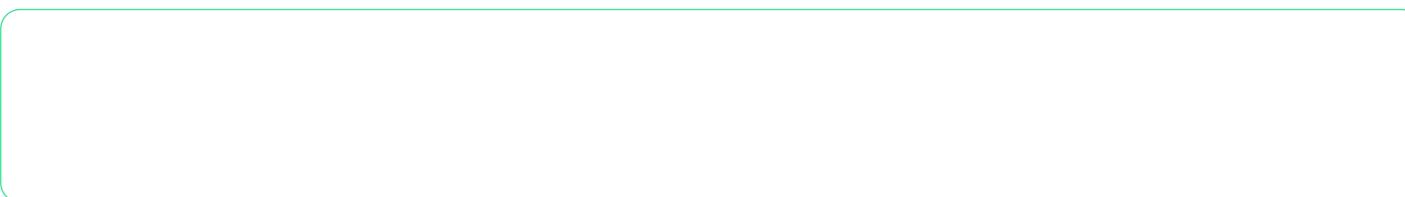
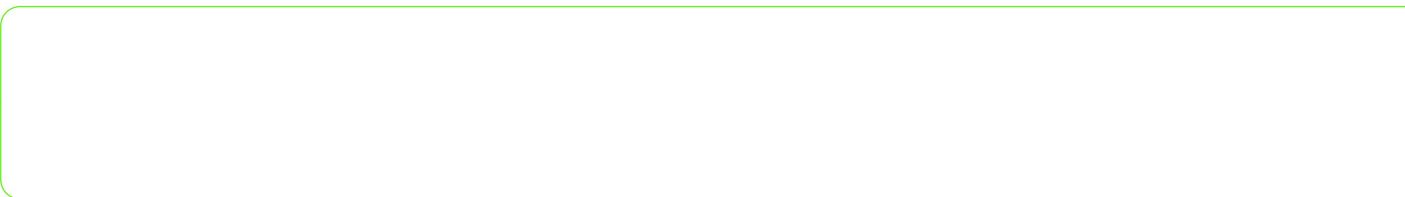
**17**将来躲避哈薛之刀的，必被耶户所杀；躲避耶户之刀的，必被以利沙所杀。

## 列王纪上十九章1~19节

18但我在以色列人中为自己留下七千人，是未曾向巴力屈膝的，未曾与巴力亲嘴的。

19于是，以利亚离开那里走了，遇见沙法的儿子以利沙耕地；在他前头有十二对牛，自己赶着第十二对。以利亚到他那里去，将自己的外衣搭在他身上。

# 以利亚是谁？



# 以利亚是谁？

以色列民族最黑暗时期最勇敢的伟大先知  
旧约先众知的代表



# 以利亚是谁？

以色列民族最黑暗时期最勇敢的伟大先知  
旧约先众知的代表

他不祷告，天闭塞三年半



烈火先知以利亚

# 以利亚是谁？

以色列民族最黑暗时期最勇敢的伟大先知  
旧约先众知的代表

他不祷告，天闭塞三年半

他一祷告，天降火又降雨



# 以利亚是谁？

以色列民族最黑暗时期最勇敢的伟大先知  
旧约先众知的代表

他不祷告，天闭塞三年半

他一祷告，天降火又降雨

以一己之力，胜850个假先知

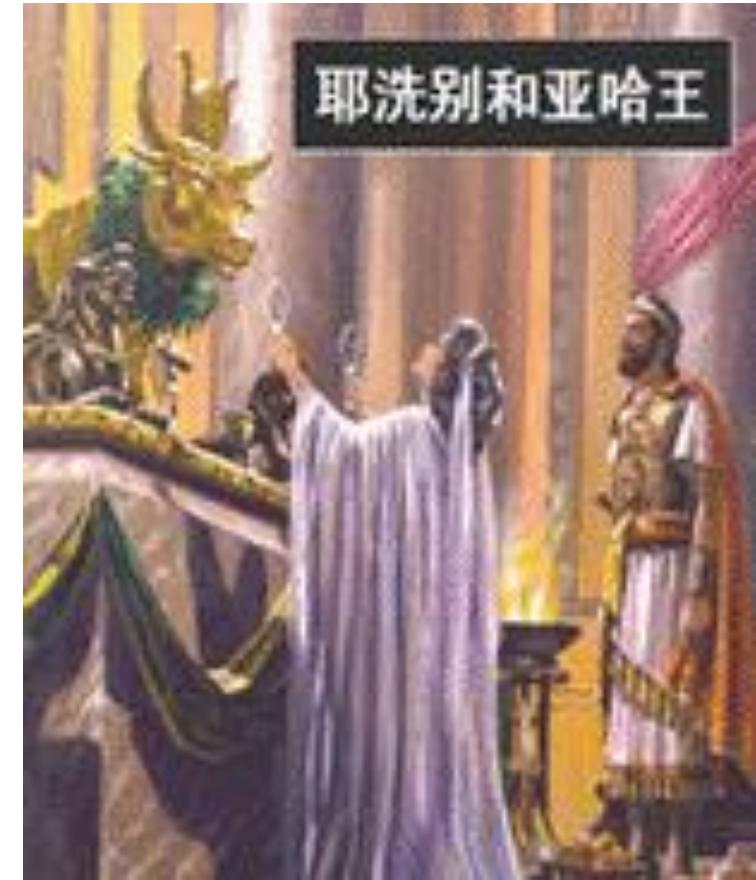


发生了什么事，  
让以利亚的情绪生病了？



发生了什么事，  
让以利亚的情绪生病了？

恶后耶洗别的恐吓



发生了什么事，  
让以利亚的情绪生病了？

恶后耶洗别的恐吓

<sup>1</sup>亚哈将以利亚一切所行的和他用刀杀众先知的事都告诉耶洗别。<sup>2</sup>耶洗别就差遣人去见以利亚，告诉他说：

明日约在这时候，我若不使你的性命像那些人的性命一样，愿神明重重地降罚与我。



耶洗别和亚哈王

恶后耶洗别的恐吓

发生了什么事，  
让以利亚的情绪生病了？

<sup>3</sup>以利亚见这光景就起来逃命，到了犹大的別是巴，将仆人留在那里，<sup>4</sup>自己在旷野走了一日的路程，来到一棵罗腾树下，就坐在那里求死，说：耶和华啊，罢了！求祢取我的性命，因为我不胜于我的列祖。



以利亞求死  
(王上19:1-21)

恶后耶洗别的恐吓  
为何让勇敢的以利亚丧胆，甚至求死？



以利亞求死  
(王上19：1-21)

# 恶后耶洗别的恐吓

## 为何让勇敢的以利亚丧胆，甚至求死？

<sup>9</sup>他在那里进了一个洞，就住在洞中。耶和华的话临到他说：以利亚啊，你在这里做什么？

<sup>10</sup>他说：我为耶和华万军之神大发热心；因为以色列人背弃了祢的约，毁坏了祢的坛，用刀杀了祢的先知，只剩下我一个人，他们还要寻索我的命。



以利亞求死  
(王上19:1-21)

# 恶后耶洗别的恐吓

为何让勇敢的以利亚丧胆，甚至求死？

13 以利亚听见，就用外衣蒙上脸，出来站在洞口。有声音向他说：以利亚啊，你在这里做什么？

14 他说：我为耶和华万军之神大发热心；因为以色列人背弃了祢的约，毁坏了祢的坛，用刀杀了祢的先知，只剩下我一个人，他们还要寻索我的命。



以利亞求死  
(王上19:1-21)

# 恶后耶洗别的恐吓 为何让勇敢的以利亚丧胆，甚至求死？

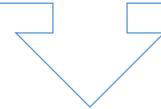
问题的症结不在耶洗别！



以利亞求死  
(王上19:1-21)

恶后耶洗别的恐吓  
为何让勇敢的以利亚丧胆，甚至求死？

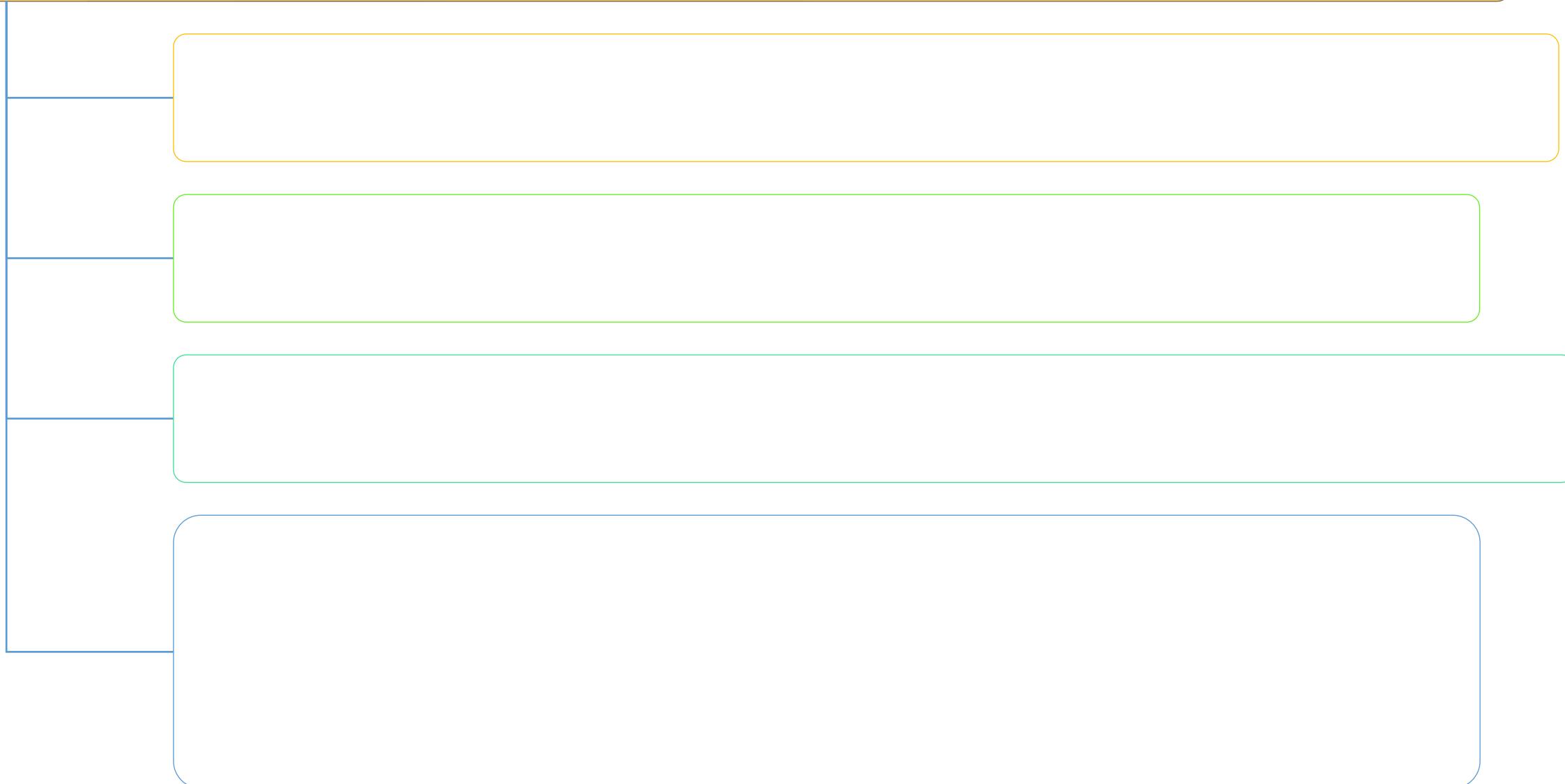
是以利亚内心的信念与价值观出了问题！



导致了情绪病



# 以利亚内心的信念与价值观出了什么问题？



以利亚内心的信念与价值观出了什么问题？

大胜之后的骄傲，窃取了上帝的荣耀

以利亚内心的信念与价值观出了什么问题？

大胜之后的骄傲，窃取了上帝的荣耀

“只剩我一人”的自负、自卑

# 以利亚内心的信念与价值观出了什么问题？

大胜之后的骄傲，窃取了上帝的荣耀

“只剩我一人”的自负、自卑

“他们还要寻索我命”的自怜、绝望

# 以利亚内心的信念与价值观出了什么问题？

大胜之后的骄傲，窃取了上帝的荣耀

“只剩我一人”的自负、自卑

“他们还要寻索我命”的自怜、绝望

我为耶和华大发热心值得吗?  
祂竟留我一人独自承受压力!  
当我受苦时，祂在哪儿?

# 以利亚的出路在哪里呢？



以利亞求死  
(王上19:1-21)

# 以利亚的出路在哪里呢？

没有人能帮助以利亚！  
他自己也劝不了自己！



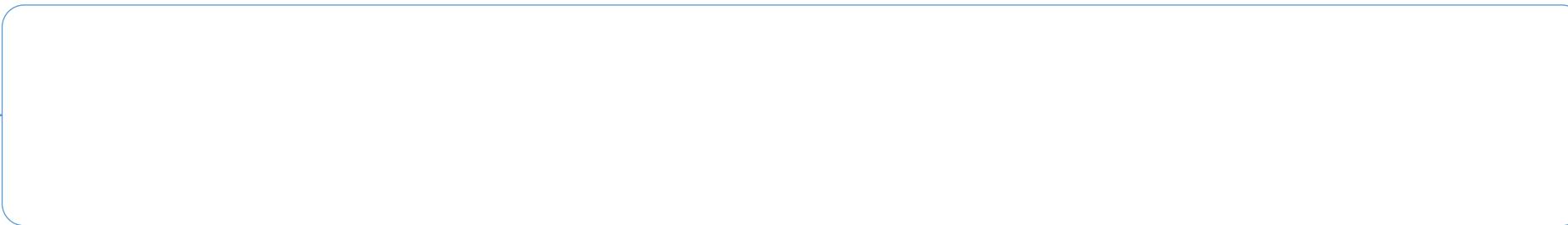
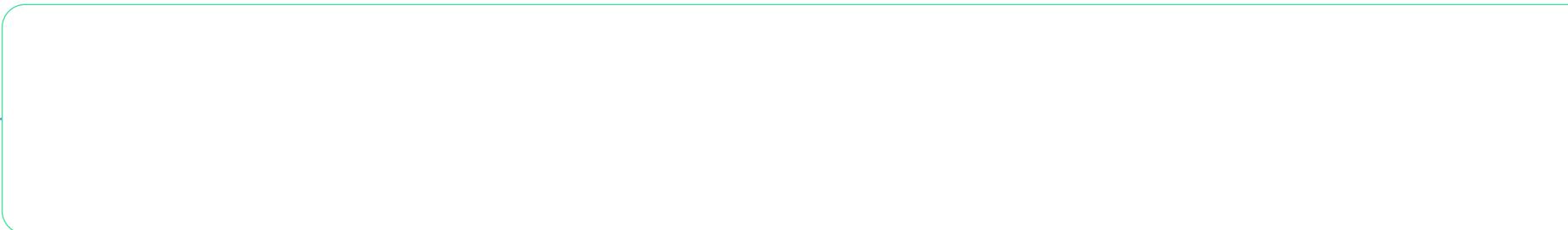
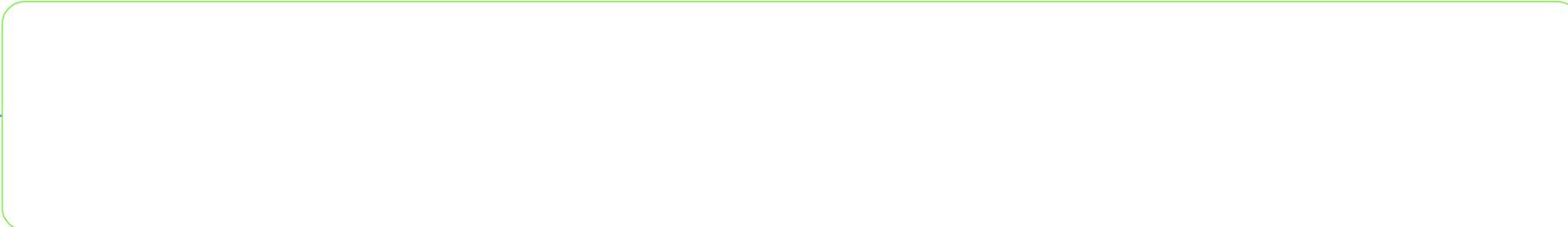
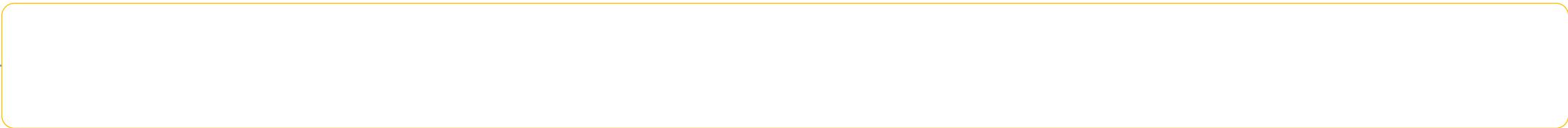
# 以利亚的出路在哪里呢？

没有人能帮助以利亚！  
他自己也劝不了自己！  
上帝却不放弃以利亚！



以利亞求死  
(王上19:1-21)

# 上帝如何帮助以利亚？



# 上帝如何帮助以利亚？

在罗腾树下，第一次天使来：起来吃吧！

在罗腾树下，第二次天使来：  
起来吃吧，因为你当走的路甚远。

# 上帝如何帮助以利亚？

在罗腾树下，第一次天使来：起来吃吧！

在罗腾树下，第二次天使来：  
起来吃吧，因为你当走的路甚远。

在何烈山洞，第一次耶和华说话：  
以利亚啊，你在这里做什么？--听见微声

在何烈山洞口，第二次耶和华说话：  
以利亚啊，你在这里做什么？--减轻重担

以利亚的出路在上帝！

上帝没有责备以利亚！

上帝担待以利亚的软弱！



以利亞求死  
(王上19:1-21)

# 以利亚的出路在上帝！

## 上帝给以利亚完全的医治



以利亞求死  
(王上19:1-21)

# 以利亚的出路在上帝！

上帝给以利亚完全的医治  
预备饮食，让他睡觉休息，使他身体复原



# 以利亚的出路在上帝！

上帝给以利亚完全的医治

预备饮食，让他睡觉休息，使他身体复原  
预备接班人，刑罚耶洗别，使他灵性复原



以利亞求死  
(王上19:1-21)

# 我的情緒 感冒了



# 擊退情緒病

從心身症狀診斷的情緒病真實個案



今天，你也患有情緒病嗎？





当上帝医治的爱临到你……



# 身心靈 完全的醫治與復原！



當上帝醫治的愛臨到你……

# 回应诗歌

## Response Song

### 《医治的爱》