

## 【与神建立亲密的关系——祷告】18.01.2026

敬畏神是智慧的开端。敬畏神的前提是把神放在心里，也就是与神建立亲密的关系。如果你渴望与神建立亲密关系，可以透过祷告来进行操练。祷告帮助我们聚焦在我们与神的关系上，祂是我们的父，我们需要祂：

### 1. 谢饭祷告

如果你有谢饭祷告的习惯，不妨在每次谢饭祷告时多加一个感恩事项，这会促使你去察觉祂如何在生活中带领你。感恩的心也会让当天的饭菜变得更香，因为与神的亲密关系正是使生活变得更美味的佐料。

### 2. 早晨祷告

除了谢饭祷告，你也可以在早上醒来后及晚上睡觉前进行祷告。早上的祷告是把当天所要进行的一切都交托给神。如果你习惯在没有祷告的情况下一头栽进生活当中，那你肯定会忘记神与你同在的这件事。

### 3. 睡前祷告

晚上的祷告则是为着当天发生的事情来感恩及祈求。这也让我们花时间去沉淀下来，好好地回顾神当天的带领。许多时候我们不认为神在带领我们，不是因为神没有带领，而是我们的心已经忙到看不见祂的带领。是时候让你那马大的心在睡前转变成马利亚的心。

### 4. 随时祷告

除此之外，你也可以操练随时祷告。当你做任何事情时，祷告求主赐你能力去做。哪怕是你眼中最简单的事情，都应当寻求神的帮助。撒旦希望我们看不见自己的软弱，好让我们的心远离神，结果就是撞得头破血流，进而埋怨神。

弟兄姐妹，如果你不曾祷告，那就从今天开始把祷告放在你的生活当中。不需要担心自己懂的祷告词汇，因为神看重的是你那颗愿意寻求祂的心。要记得彼得只是简单的一句：“主啊，救我”，耶稣就马上回应。可见即使是最简单的祷告，只要是内心诚实的祷告，祂就一定回应你的呼求。

——文/苏子恒

# 卫理公会怀安堂

## Hwai Ang Methodist Church

# 更新的教会



Public Bank 大众银行：Hwai Ang Methodist Church 3-1787493-11



崇拜奉献



会友捐



感恩奉献



宣教奉献

No. 8, Lorong 8, Taman Seduan,  
96000 Sibul, Sarawak.

Tel : 084-333 488

H/P : 010-669 0532

Email : hwaiangmc@hotmail.com

Wechat : hwaiang

WhatsApp : 010-669 0532

▶ 强化教会使命

▶ 丰化家庭生活

▶ 提升教育素质

▶ 参与国家建设

主理：杨智仁牧师 016-882 4949

副理：池德成牧师 016-888 5819

助理：包诗诗牧师 016-888 3793

助理：苏子恒传道 013-836 0772

	7:00am	9:45am	7:00pm
領會	吴友良	许惠程	黄柯铭
証道	池德成牧师		
司琴	林孝芳	魏有宁	莫茹雁
助唱	魏茂南	吴小羽	林汉宇
執事招待	卓凤燕,刘桂源	李伟豪,林忠强	黄诗亭,张爱容
	C组	E组	H组
電腦/直播	杨华惠/黄敬状	包菁菁	黄馨仪
音響操控	陈葛郎	黄美怡	刘新忠
交通指挥	陈春智,许敦瑀 杨荣和	林善贵,吴永财 章招文	田忠仁,李辉晓 张兼发,吴田忆
台上献花	陈成福合家		



安静默祷	...	会众
序乐	... 普 284 《使万民作门徒歌》	管弦/司琴
唱肃静歌	... 普 625 《主在圣殿中》	会众
宣召敬拜	... 诗篇 99:9	领会
进殿诗歌	... 普 226 《主是基础歌》	会众
赞美歌颂	...	赞美团
祈祷仰望	...	领会
唱荣耀颂	... 《荣耀颂》(第三调)	会众
宣告信仰	... 《使徒信经》	会众
诗班献诗	... 《宣信》	基甸诗班
	... 《上主被尊崇》	加百列诗班
	... 《惟有基督》	雅比斯诗班
教会消息	... 杨智仁牧师/包诗诗牧师/苏子恒传道	
奉献	... 普 398/TCH 582 《我已应许歌》	会众
回应	... 普 645/TCH 667 《奉献诗》	会众
圣经信息	... “旷野中的更新” (申命记 8:1-5)	
回应诗歌	... 《旷野中唯一的力量》	会众
领受祝福	...	池德成牧师
回应	... 世纪 568 《三叠阿们》	会众
退殿诗歌	... 普 436/TCH 463 《在光中行歌》(第 3,4 节)	会众
默祷/平安散会		

1. 欢迎大家一起在这片旷野中敬拜上帝，让心灵经历更新，感受生命的重新苏醒。

2. 牧者行踪:

杨智仁牧师	18/1 主持牧区议会 (凯胜布道处, 锡安堂) 20-22/1 在民都鲁参加牧职部研讨会
-------	--

3. 本周各项服事/事工:

晚祷会	22/1 (四) 7:15pm, 副堂 A
操控员训练召集	22/1 (四) 8:15pm, 音乐室。请音响操控员、电脑操控员和直播操控员必须准时出席

4. 各项消息:

a.	天使诗班(二)消息	今天 (18/1) 没有练唱, 25/1 开始练唱, 时间: 11:15am-12:15pm。 地点: Block A 课室。年龄: 5-7 岁。
b.	启发导师培训课程	日期&时间: 02/3 (一) 7:15pm-9pm; 04/3 (三) 9:30am-11:30am, 地点: MY Centre。有意者扫描 二维码了解详情及报名。 
c.	青春无悔导师培训课程	日期: 20-22/3, 地点: 民都鲁恩光堂。有意者 可扫描二维码了解详情及报名。 
d.	诗巫区医院关怀事工交流训练会	日期: 07/2 (六) 3pm, 地点: 副堂 A 有意参加者请向陈光环牧师 (0198262727) 报名。
e.	北教区哥林多前书研经班	上课日期: 17/3-30/6 (每周二) 7:15pm 地点: 怀安堂。讲员: 苏慈安牧师 有意参加者请扫描二维码报名。 截止日期: 08/3/26 
f.	圣餐襄礼说明会	日期: 29/1 (四) 8:15pm, 副堂 A 请执事招待、招待员以及圣餐襄礼员必须 准时出席。

g.	家庭与辅导 事工延伸课程	日期: 02-27/3 (一/三/五) 时间: 7pm-10pm, 线上上课。 有意者扫描二维码了解详情和 报名。截止日期: 23/2/26	
h.	2026年婚前 辅导课程	日期: 07-08/3/26 (六-日) 鼓励计划准备结婚的兄弟姐妹到办公室 报名参加。报名费: RM100/对。 <b>截止日期: 15/2/26</b>	

### 5. 洗礼 (儿洗) 课程:

课程	上课日期	地点	时间	备注
小洗	29/3/2026	会议室	11:15am	上课1次

有意者可向办公室或招待员索取表格, 填妥后连同所需文件(身份证和洗礼证书复印本)交来办公室。圣礼将于复活节 **05/4/2026** 进行。

### 6. 各团契来临聚会:

团契	日期	时间	节目	讲员	人数
少年团契	18/1	日 1:30pm	查经会	苏子恒传道	-
乐龄团契	21/1	三 7:00pm	查经会	包诗诗牧师	82
青年团契	23/1	五 7:30pm	单身与独身的呼召	苏子恒传道	53
初成团契	23/1	五 7:30pm	孩子被拉走时你在哪	杨智仁牧师	93
成年团契	23/1	五 7:15pm	小组聚会	-	-
女少年军	24/1	六 1:45pm	例常聚会	-	-
男少年军	24/1	六 1:45pm	初级组: Band Class/ART	-	-
	24/1	六 1:45pm	高级组: 介绍奖章	-	-
妇女会	28/2	六 7:15pm	新春欢乐	卓凤燕本处传道	-

### 7. 晚祷会人数&崇拜奉献:

晚祷会(15/1)	208人	主日奉献(11/1)	RM 11,821.55
-----------	------	------------	--------------

### 8. 上主日 (11/1) 主日崇拜人数:

场别	第一场	第二场	晚场	线上	共计
人数	499人	370人	220人	38人	1,127人

### 9. 主日学 (11/1) 人数&奉献:

第一场	第二场	晚场	总人数	总奉献
105人	138人	54人	297人	RM 456.00

### 10. 下主日 (25/01) 主日崇拜事奉人员:

	7:00am	9:45am	7:00pm
領會	黄敬彪	黄世强	林慧
講員	陈葛郎本处传道		
司琴	黄方菱	刘晓真	魏有旭
助唱	刘素莺	刘恭信	黄鹏华
詩班	约基别诗班	雅比斯诗班	加百列诗班
執事招待	刘锦燕, 林忠恕	魏茂南, 黄莉琍	张世莉, 黄拔仁
	A组	F组	初成
電腦/直播	许守栋/刘久图	黄柯顺	吴大亨
音響操控	余积明	涂宗战	林国代
交通指挥	林德铭, 曾传拔 林志鸿, 陈绍伟	卢文永, 林谷鎧 许惠程	魏永善, 李伟豪 郑信富, 林弼凯
台上献花	黄德况合家		

### 11. 上主日各项奉献:

感恩奉献(05-11/1): 共计 RM 4,020.00

Ting King Soon	400	Hii KL	500	571393	20	江政春	20
Kong Soon Huat	4	Tong Siew Ping	10	无名氏	400	林威佑	316

RM 50~ N0.227, J.Y, Lu Siao Ching, Law yii hong, Tiong Sie Kong, Tang Hing Dak,

Lee Khung Kion, Wong Yew Kuok, 魏永善, 刘佳怡, 池翠萍 (共 RM 550)

RM 100~ Ting sie Chiung, LGH, 林张亚莲/林志声合家, 刘文恩夫妇, 黄仲生夫妇,

余美珠, 郭思坊, 蓝智慧, 黄珠娇, 谢欣怡 (共 RM 1,000)

RM 200~ Law Sie Ing, Winnie, 吴从丰夫妇, 黄忠健 (共 RM 800)

会友捐奉献(05-11/1): 共计 RM 14,451.00

LEC	80	林国代夫妇	1,000	陈	180	余美珠	200
Hii KL	1,000	刘文恩夫妇	800	吴先生	150	吴厚霖	700
S1011F	700	徐传荣夫妇	220	张琇莉	496	黄方容	400
Lau Eng	20	黄仲生夫妇	1,000	吴田富	880	许文颖	50
Allen Teng Wei Jieng	50	黄拔龙夫妇	215	黄小玲	20	刘素莺	150

RM 10~ Winnie Wong Yong Xin, Jenny Ting Mee Sing, 刘一帆, 朱林姐(共 RM 40)

RM 100~ Lee Yuk Mieng @ Lee Yuk Ming, 黄珠娇, 池翠萍, 陈朝荣, 陈世清, 陈世芳, 黄拔仁, 江旭雅(共 RM 800)

RM 300~ AS111907, 陈庆金夫妇, 林忠阳夫妇, 黄拔福, 郭思坊, 魏赛莲 (共 RM 1,800)

RM 500~ J, TS125, Emily 施惠琴, 朱芝明夫妇, 林谷鎧夫妇, 王子僖夫妇, 余美芬(共 RM 3,500)

宣教奉献(05-11/1): 共计 RM 1,980.00

Sophia Wong	350	Hii Hui Jiao	5	N0.6688	650	张家	150
Tang Mee Ling	10	Loh Wei Hau	25	Amy Ting	10	Lau xin yi	50
Yu Ching Hung	30	刘文恩夫妇	200				

RM 100~ Toh Jack Kuong, Wong siew ching, 黄珠娇, 魏赛莲, 许小玲(共 RM 500)

其他奉献:

**卫理报:** 刘群英 120  
**布道奉献:** RM 700~ 黄泽颂夫妇 500; 刘文恩夫妇 100; 张家 100  
**社会关怀奉献:** RM 311~ 刘文恩夫妇 100; 朱芝明夫妇 200; 刘 11  
**卫神扩建奉献:** RM 550~ 刘文恩夫妇 500; Jackson & Jordan Tiong 50

2026 怀安家会友事工



- 参与每星期四晚祷告会 (7.15pm)
- 参与 24/7 以萨迦“守望者”祷告网
- 参与星期六北教区晨祷告会 (日期: 28/2、25/4、27/6、22/8、03/10、19/12; 6:00-6:45am)

- 参加“粮好7分钟”，一年读完圣经一遍
- 订购及使用“每日活水”灵修材料
- 配合教区参加圣经之旅查考圣经



- 参加“哥林多前书”研经班 (日期: 17/3、24/3、31/3、21/4、28/4、05/5、26/5、09/6、16/6、30/6; 7:15pm, 怀安堂)
- 参加圣经书卷抄写 (哥林多前书、哥林多后书、哈巴谷书、西番雅书、哈该书、玛拉基书)
- 参加怀安家圣经擂台赛及各肢体团契圣经考试

这律法书不可离开你的口，总要昼夜思想，好使你谨守遵行这书上所写的一切话。如此，你的道路就可以亨通，凡事顺利 (约书亚记 1: 8)