

8月30日(2020年)第35週

## 異象宣言

「大直教會領受聖父上帝的呼召，立基聖經永恆真理，實踐敬神愛人誠律，貫徹基督門徒使命，透過靈命更新、門徒培訓及委身事奉，經歷與主同甘的榮耀、體會與主同行的甘甜及享受與主同工的喜樂。

我們要遵守聖子上帝的命令，奉差遣帶著使徒性和先知性的恩膏，建立人人傳福音的宣教軍隊，進入群體與城市，宣告上帝悅納人的禧年，使人得生命的福音。

我們要順服聖靈上帝的帶領，因著神蹟奇事的彰顯，證實所傳真道，使人們的生命得著釋放與自由，將福音傳到地極，為主贏得靈魂，裝備成全聖徒，激勵各盡其職，建立榮耀強盛的教會。」

## 本週焦點消息

1. 9/8 職場門徒培訓課程開課
2. 9/13 舉辦長執訓練會
3. 9/19 歡迎報名 T3 基督精兵營

# 主日台語禮拜

上午 9:20

講道：林憲懋牧師    司會：許愛玲長老    司琴：莊雅瑄姊妹

## ◆ 恭候上帝的話 ◆

奏樂	.....	司琴
會前詩	.....	聖歌隊
宣召	詩篇 105：1~2	司會
△聖詩	第 38 首	會眾
△信仰告白	新的誠命	會眾
啓應	第 20	會眾
祈禱	(接唱主禱文)	司會
讚美	「哈利路亞卡農」	聖歌隊

## ◆ 恭受上帝的話 ◆

聖經	馬太福音 21：45~22：14	司會
講道	「娶親宴席，嚴肅比喻」	林憲懋牧師
祈禱		林憲懋牧師

## ◆ 恭答上帝的話 ◆

△回應聖詩	第 575 首	會眾
奉獻	第 382 首 (第 4 節)	會眾
報告		司會
平安禮	介紹、交誼	林憲懋牧師
△頌榮	第 386 首	會眾
△祝禱		林憲懋牧師
△阿們頌	第 204 首 Coda	會眾
殿樂		聖歌隊
△會眾請起立		

## ◆ 恭行上帝的話 ◆

聖工分配	講道	司會	司琴	讚美	司獻	關懷	招待	影音	插花
本週	林憲懋	許愛玲	莊雅瑄	聖歌隊	潘崑泉、高銘柱 李青峰、潘曉嫻	富美	喜樂小組	美端/銘柱	許玲玲
下週	林憲懋	楊佩玲	賴美如	聖歌隊	李青峰、高銘柱 潘崑泉、吳桂芳	愛玲	以斯帖小組	斌洲/銘柱	蔡美端

# 信息筆記



講題：娶親宴席，嚴肅比喻

在「娶親宴席」這個比喻中，主人「三次」打發僕人出去邀請賓客。耶路撒冷被毀以後，又有使者奉差遣到岔路口上去，這是指到「立約之外的民中」，不是先前所邀請，蒙揀選的有福百姓。使者是帶同樣的信息去，凡遇見的，無論善惡都召聚了來，使筵席上坐滿了人，好實現王的理想。

(一) 天國的比喻 (太 22:2~3)

耶穌教導我們應當這樣禱告：「願你的國降臨」這個禱告不是求「什麼事物從天上臨到」；相反的，是求「在地上顯出天上的光景」。這個宴席本來應該會是什麼樣的光景呢？「神的國…在乎公義，和平，並聖靈中的喜樂。」

天國的頭一次呼召，是向「那些被召的」發的。但結果如何呢？他們卻不肯來。他們在本應享有的權利和福氣中失落了機會。

(二) 人們的反應 (太 22:4~6)

馬太福音 22:4 說：「王又打發別的僕人說，你們告訴那被召的人，我的筵席已經預備好了，牛和肥畜已經宰了；各樣都齊備，請你們來赴席。」這一段話很清楚的指出「王為請人進入國度而大張筵席，付出重大代價的這個事實」。

這些人殺害使者，王就大怒，派遣祂的軍隊出去。許多年前，神曾賦予古列王權柄，他就帶來羅馬的軍隊，將耶路撒冷城掃蕩焚毀。祂要使那班只求自己利益，而拒絕祂恩典呼召的人，如同碎瓦，被交於四方的風吹散，再無挽回的機會。

(三) 機會與要求 (太 22:8~)

單是個人生活中向世人昭示，基督能為我們作何等大的事是不夠的。這世界所期待著要看見的，不單是基督為那些到祂面前去的人個別的作了什麼，更是要看見，祂為那些到祂面前，而如今生活在祂的國度裡的人，整體的作了些什麼。除非我們按照祂的意思，向祂順服，否則我們也必被祂從事奉中趕出，失去一同在世上實現祂偉大理想的福分。

# 主日華語禮拜

上午 11:00

主理：姚復鈞牧師 司會：林書華執事 司琴：張展銘弟兄

齊來敬拜 ..... 詩篇 105：1~3 ..... 司 會

敬拜讚美 ..... ①生命的更新 ..... 張品蕙姊妹、敬拜團

②帶我進水深處

③我渴望看見

信息傳講 ..... 姚復鈞牧師

① 講題：「屬靈生命的長進與突破」

② 聖經：尼希米記 2：9~20

③ 回應詩歌：「我深深渴慕」(JESUS FASHION 2.0 敬拜專輯)

盡心奉獻 ..... <<成為祝福>> ..... 司 會

彼此相愛：報告..... 司 會

迎新..... <<在耶穌裡彼此相愛>> ..... 司 會

領受祝福 ..... 姚復鈞牧師

聖工分配	講道	司會	領唱	司獻	關懷	招待	愛筵服事
本週	姚復鈞	林書華	張品蕙	林志隆、張穎文 劉秀娟、羅億芸	貴珠	尼希米小組	
下週	林憲懋	翁子文	余文藝	劉秀娟、羅億芸 林嘉郁、林士修	麗純、雪姿	多加小組	

✝我們一起學習，建立愛的教會：

- 1.聚會中請將手機關機或震動。
- 2.早到聚會者，請往前、往內坐，方便讓其他會眾陸續入座。
- 3.詩歌敬拜中，若久站不適，歡迎隨時坐下。
- 4.牧師祝禱後，若需個別服事，請到前來，我們一起為您禱告，也請保持會堂內安靜。

# 信息筆記



講題：屬靈生命的長進與突破

- 一、面對他人批評的「健康」心態
- 二、經歷孤單中卻選擇主動的過程
- 三、進入團隊、建造教會

## 全教會性公禱專頁

### 成人牧區

1. 為今年（2020 年）本會的年度主題：「全人健康教會，成為萬民祝福」，年度目標為「持續更新，全人健康」同心禱告，願主賜福，保守，使我們的身心靈都整全、健康，喜樂為主所用，成為這世代及萬民的祝福。
2. 為所有的聚會、課程、小組、關懷事工、社區事工，都能結出美好的果子，歸榮耀給神。
3. 為世界平安禱告，求主在全人類各族群、萬民萬邦中掌王權、居首位！肺炎疫情在全世界各地還有持續蔓延的跡象，求主憐憫，醫治大地。為還在受影響的地區和國家代禱，求主耶穌寶血洗淨一切污穢罪惡，賜下平安與醫治。
4. 為全體領袖（小組長、培訓同工、團契首長們），在主面前我們有更多的禱告，願主賜智慧、能力，以及甘心樂意事奉主、服事人的心志，成為討主喜悅的團隊。
5. 為全教會所推動的各項靈修聖工（讀經列車、每日 QT、家庭祭壇、為疫情守望聯禱網絡…）代禱，求主讓每一位認真追求、委身基督的弟兄姊妹們，更深經歷神的恩典作為，信心更得堅固，並能成為他人的祝福與幫助。
6. 為第 27 屆長執改選代禱，為新選任的弟兄姊妹，參與教會神聖事工與擔任教會重要職務來感謝神，願主把夠用的恩典和能力，賞賜給樂意為主所用的人的生命裡，讓我們真實成為主耶穌所用的聖潔器皿，祝福人的管道。
7. 為教會信徒裝備系統的持續推動代禱：E2 課程開始進行，預計九月前完成，願弟兄姊妹都能在聖經課程和實際操練的過程中，更明白真理、活出真理、委身神國、為主所用。
8. 為主耶穌要我們去得著弟兄姊妹的心來禱告，我們禱告不灰心，特別為「黃冬和弟兄、謝博文弟兄」禱告，願主除去一切的攔阻，保守他們對主的信心，樂意敞開心門接受耶穌為個人生命的救主。
9. 為身體病痛、住院的肢體代禱，求主保守身體健康、心靈喜樂。林義盛弟兄、趙淑貞姊妹、楊翠芬姐妹、林培青弟兄、邱得一長老、蕭明德長老、蔡賽霞老師、張正喜長老夫婦、吳渭北弟兄，求主憐憫、醫治身體的病痛。

### 青年牧區

#### 【國高小組】

1. 新一季聚會，輔導同工們有默契的配搭，在預備聚會內容時也能自己被神感動被神牧養。
2. 暑期時間，學生能有智慧的管理生活與時間，也求神能預備學生們的心，透過暑期活動與聚會內容親自對學生們說話，也更多與神認識。

#### 【大學小組】

1. 求神帶領同工在新的聚會內容發想時、籌辦小組活動時，都能敏銳神的心意，使每一次的聚會活動都讓我們與神、與人更加親密。
2. 求神的靈運行在我們中間，即使暑假各自有不同的計畫安排。但我們仍能學習彼此記念、彼此關心。

#### 【職青小組】

1. 求主賜智慧，讓我們可以面對職場中的任何情況，成為當中的祝福。
2. 近幾個月小組有較多的活動，求主能保守大家出入平安，且透過這些聚會能讓彼此更與神親近，有更多的靈命成長。

### 兒童牧區

1. 感謝主賜給兒主一群忠心的同工，求主賜福每位老師，帶著耶穌所賞賜的能力服事在最小的身上，並且敏銳孩子的個性，賜智慧知道如何經營班級。
2. 為服事團隊策畫品格學校的轉型代禱。

前週聚會			
名稱	出席	獻金	
聯合禮拜	160	10312	
主日學	30	1247	
禱告會	出席	前週聚會	出席
週日 08/23	6	單車小組	11
週一 08/24	5	多加小組	7
週二 08/25	4	溫馨小組	6
週三 08/26	4	恩寵小組	8
週三晚禱會		恩惠小組	暫停
週四 08/27	5	以斯帖小組	9
週五 08/28	6	豐盛小組	6
合計	30	豐沛小組	6
		豐收小組	8
敬拜團	暫停	天天小組	8
松契/豐盛人生	暫停	喜樂小組	8
聖歌隊	12	尼希米小組	12
親子小組		合計	89

### 本週金句

「論殷勤，毋通貧憚。論心志著熱熱，論主著服事。」

「殷勤不可懶惰，要心裡火熱，常常服事主。」

(羅馬書 12：11)

「Never be lacking in zeal, but keep your spiritual fervor, serving the Lord..」

(Romans 12：11)

### 週間聚會

主日(30日)禱告會【清早 8 時 30 分】

主理：許愛玲長老

週一~五清晨禱告會【清早 6 時半】

週二(01日)松年團契【早上 10 時】

主題：人生哲學

主理：林憲懋牧師

✦週三(02日)晚禱會【晚上 8 時】

內容：牧者關懷時光

週五(04日)國高聚會【晚上 6 時】

週六(05日)聖歌隊【早上 9 時】

主理：杜美惠姊妹

週六(05日)敬拜團【下午 1 點半】

主日(06日)禱告會【清早 8 時 30 分】

主理：楊佩玲執事

### 小組聚會

週日單車小組【下午 2 時】

集合地點：宣教中心

週日(30日)大學小組【下午 1 時】

地點：副堂提摩太室

週日(30日)職青小組【下午 1 時】

地點：教育三館(外)

週一(31日)溫馨小組【晚上 7 時 30 分】

地點：教育一館

週二(01日)豐盛小組【下午 2 時】

地點：宣教中心

週二(01日)豐沛小組【下午 2 時】

地點：宣教中心

週二(01日)豐收小組【下午 2 時】

地點：宣教中心

週二(01日)以斯帖小組【下午 1 時 30 分】

地點：教育三館

週三(02日)喜樂小組【上午 9 時 30 分】

地點：秀惠家(電話：2799-2007)

週三(02日)恩惠小組【下午 2 時】

地點：教育三館

週四(03日)恩寵小組【晚上 7 時 45 分】

地點：宣教中心

週五(04日)多加小組【上午 9 時 45 分】

地點：宣教中心

週五(04日)天天小組【晚上 7 時 50 分】

地點：教育一館

週五(04日)尼希米小組【晚上 7 時 30 分】

地點：宣教中心

## 消息報告

### 1. 9/8 職場門徒培訓課程開課

日期：9月8日～11月24日

(每週二) 共 12 堂

上午 10:00～11:30

晚上 8:00～9:30

課程：合神心意的領袖

地點：宣教中心

資格：原班學員及完成 E3 課程者

講師：陳銑清牧師

費用：每人 500 元(不含教材)

※欲參加者請向慧菁幹事報名繳費，  
9/8-9/15 是線上課，其餘 8 堂是實體課。

### 2. 9/13 舉辦長執訓練會

9月13日(週日)下午 1:30～4:30

在副堂舉辦長執訓練會，邀請台神林鴻信老師前來分享，請新舊任長執、牧者出席參加。

### 3. 9/19 歡迎報名 T3 基督精兵營

教會裝備課程 T3 基督精兵營將於 9 月 19 日在教會舉行，歡迎已完成 E2 課程的弟兄姊妹參加，報名費每人 300 元，請掃描 QR Code 報名，並於 9 月 12 日前完成報名繳費。



### 4. 公告第 27 屆長執當選名單

8 月 23 日臨時會員和會選出第 27 屆長老與執事，當選名單如下：長老一名—孫明宗；執事四名—胡愷媛、吳承叡、蔡美端、謝書瑤，任期四年(自 2020 年 12 月至 2024 年 12 月底。)訂於 11 月 1 日台語主日禮拜中舉行就任式。

### 5. 9/6 召開九月份長執會及小會

9 月 6 日(下主日)下午 1:30 召開長執會及小會，請全體長執(含新任長執)、機構首長撥空出席開會。若有提案或書面報告請於 9 月 3 日前交給林牧師或慧菁幹事。

### 6. 9/11 松年大學開學

本會松年大學將於 9 月 11 日(週五)上午 9:00 開學，課程豐富多元，請兄姐協助招生及代禱，詳情及報名請洽詩婷幹事。

### 7. 9/13 各團契機構提出下一季聚會表

為配合下一季(10～12 月)行事曆的印製，請各小組、團契、機構將聚會表於 9 月 13 日前交慧菁幹事。

### 8. 歡迎領取父親節禮品

教會祝福所有父親健康喜樂，請在籍的父親尚未領取禮物(Alpecin 運動咖啡因洗髮露)者，禮拜後至宣教中心簽名領取，至今日截止。

### 9. 開始領取「活潑的生命」靈修月刊

九月份「活潑的生命」靈修月刊已寄至教會，請有訂購的兄姊禮拜後至宣教中心找慧菁幹事領取；另外九月份 QT 讀經卡放置招待桌，歡迎兄姊踴躍索取。

## 教界消息

### 1. 9/6 和平島教會舉行陳欣瑋傳道師封立牧師暨就任第三任牧師授職感恩禮拜

和平島教會於9月6日(週日)下午3:00舉行陳欣瑋傳道師封立牧師暨就任第三任牧師授職感恩禮拜。

### 2. 9/6 二重埔教會舉行王齡偉牧師就任第四任牧師授職感恩禮拜

新竹二重埔教會於9月6日(週日)下午3:00舉行王齡偉牧師就任第四任牧師授職感恩禮拜。

### 3. 9/14 台南神學院舉行開學禮拜及第11任院長胡忠銘暨羅光喜、楊順從、劉信宏教授就任感恩禮拜

台南神學院於9月14日(週一)下午3:00舉行開學禮拜及第11任院長胡忠銘暨羅光喜、楊順從、劉信宏教授就任感恩禮拜。



### 1. 9/5 星中教社部研習講座

日期：9月5日(週六)

上午8:50~中午12:10

(8:30報到)

地點：東門長老教會

(仁愛路二段76號)

主題：用愛親近自然-與環境共舞

費用：每人100元(含午餐、點心和講義費，現場繳交)

對象：牧者、傳道師、長執、同工、社區志工或對此議題有興趣者

※欲參加報名者請洽慧菁幹事

### 2. 9/12 星中校園部青少年牧養講座

時間：9月12日(週六)

上午10:00~12:00

地點：中山長老教會

(林森北路62號)

主辦：七星中會校園部

對象：負責青少年事工的牧師、輔導

報名：anlankio@gmail.com

※欲參加者請上網報名

### 3. 9/23~25 星中婦女事工部靈修會

時間：9月23~25日(週三~五)

地點：梅監霧紀念教會、溪湖教會

蘭大衛紀念教會、鹿港教會

竹塘教會、喜樂保育樂

費用：每人5,500元(二人房)

※欲參加者請洽慧菁幹事

### 4. 10/18 星中教社部淨灘活動

日期：10月18日(週日)

下午3:00~5:00

地點：壯圍鄉壯圍沙丘

(宜蘭縣壯圍鄉壯濱路二段196巷18號)

內容：海灘淨灘活動

費用：每人200元(現場繳交)

※欲參加者請向慧菁幹事報名



## 主禱文

### 台語

阮佇天裡的父：願祢的名聖。祢的國臨到；祢的旨意得成，佇地裡親像佇天裡。阮的日食，今仔日互阮。赦免阮的辜負，親像阮亦有赦免辜負阮的人。莫得導阮入佇試；著救阮脫離彼個歹的。因為國、權能、榮光攏是祢所有，代代無盡。阿們！

### 華語

我們在天上的父：願人都尊祢的名為聖。願祢的國降臨；願祢的旨意行在地上，如同行在天上。我們日用的飲食，今日賜給我們。免我們的債，如同我們免了人的債。不叫我們遇見試探；救我們脫離兇惡。因為國度、權柄、榮耀，全是祢的，直到永遠。阿們！

### 八、九月份壽星名單

祝福八、九月份生日的弟兄姊妹，願每個人「凡事興盛，身體健壯，正如你的靈魂興盛一樣。」（約翰三書：2）

八月份壽星名單如下：

陳宝穎 (28)、韓曉君 (29)、林貴珠 (30)  
方照國 (31)

九月份壽星名單如下：

薛秀華 (01)、陳明寬 (01)、邱馨玉 (01)  
陳敬勳 (01)、蔡水發 (01)、張喬珮 (01)  
何國輝 (02)、陳麗英 (02)、林麗麗 (04)  
高英哲 (05)、林幸佳 (06)、蕭明恩 (07)  
李清溢 (09)、林成滿 (10)、楊美香 (10)  
葉美麗 (10)、高銘柱 (10)、張品葳 (10)  
藍湘芸 (11)、蔡賽霞 (13)、廖汶釗 (13)  
王麗華 (15)、許淑蘭 (17)、柯美伊 (19)  
馮畢玉雪(19)、吳慶惠 (21)、林志隆 (21)  
潘崑泉 (21)、覃懷恩 (22)、林曉君 (22)  
盧映秀 (22)、蔡雪如 (23)、陳宏銘 (23)  
胡愷媛 (23)、賴翠雯 (23)、林宣哲 (24)  
許淳熙 (25)、郭珠碧 (26)、曾韻秋 (26)  
程莉喆 (27)

括弧內數字表示生日日期

※①請記得為生日作感恩奉獻

②如果有漏登的弟兄姊妹，請告知幹事補登



## 社區消息

### 1. 社區成人課程招生中

歡迎報名社區松年大學及成人各項課程，各班開班詳情，請洽宣教中心詩婷幹事。

## 青年牧區週報

### 【國高 HIGH 聯盟 8 月聚會表】

- ◆聚會時間：每週五晚上 19:30-21:00
- ◆聚會地點：大直教會 2F 副堂
- ◆團契對象：國高中生

8/7	Mark time 非常行動	8/14	~我是水男孩~
8/21	傳說之團隊建造	8/28	~烤一波~

### ◆7/25-7/27 嗨客退修會心得

- 學生：董曜璋

這次退修會令我印象最深刻的是「溯溪」。

退修會前，常常看到新聞報導寫說，很多人因為去溯溪而發生意外，所以我內心感到有點害怕。真正到了要溯溪這天，我的心情還是有些緊張，下水之後，水很清涼，讓我放鬆不少，在教練的引導下，我感覺溯溪似乎沒有想像中的那麼危險，每走過一段溪流，教練就會讓我們坐在石頭上稍微休息一會兒，隨著一次次的休息，我的警戒也慢慢的卸下，最後，終於來到可以戲水的一片溪水中，在那裡有一個可以跳水的機會，看到大家紛紛排隊跳躍，終於，我鼓起了勇氣嘗試，在跳下去的一剎那，我的心跳似乎停止般，不過我相信神會保守我，也很慶幸自己沒有錯過這次難得的機會。這就好比生活中，雖然遇到困難險境，但神仍然賜給我面對的勇氣，並陪伴我安然度過，感謝神！

### 【青年大衛讀經計畫】

◆以下為本閱讀經進度：

也邀請想要讀經的你加入我們唷！

8/2-8/8	使徒行傳 1-14
8/9-8/15	使徒行傳 15-28
8/16-8/22	羅馬書 1-8
8/23-8/29	羅馬書 9-16



# 兒童牧區週報

## 牧區宣言

以聖經教導為真理，以基督的愛恩威並重來牧養，訓練孩童成為耶穌的學生，並在經歷神的當中，生命被改變，成為眾人的榜樣。

## \*[牧區大聲報]

- 1、今日兒主進行升班禮，下週正式進入新班級，認識新同學與老師。
- 2、明天就是開學日囉！願上帝賜每位孩子新的心、新的靈，喜樂並勇敢地迎接新的學期。
- 3、謝謝家長協助孩子背誦【詩篇 121 篇】，相信上帝是你們全家隨時的幫助。下個月的任務大家要一起來【認識會幕】，大家加油囉！
- 4、歡迎加入兒牧週五【家庭祭壇】時間，父母帶領孩子一同禱告、讀經、分享，相信上帝必大大祝福在你們的家中！

## \*[今日聖經課程]

總主題	--幼幼級-- 我正在成長	--國小級-- 耶穌生平
每週主題	不按外貌待人	那潔淨者(壇、洗滌盆)
金句	不可按著外貌待人。 (雅各書 2:1)	神是信實的，是公義的 必要赦免我們的罪。 (約壹 1:9)

## \*[聖工服事]

週次	信息	選歌同工	影音控	司 獻
本週	幼：貞臻 國：吳牧	宝穎/承允/盈秀、尚哲、晨毓、ocean 配唱：珍寧、依禾、奕嬋、語蓁	比撒列	中小
下週	幼：本青 國：吳牧	玉婷/承叡/盈秀、尚哲、晨毓、ocean 配唱：以諾、承允、奕嬋、語蓁	比撒列	高小

## \*開學禱告文：

奉主的名宣告，明天是主為我預備的日子，我要喜樂且勇敢地去上學。  
 奉主的名祝福我的老師，願他有智慧教導我們、有耐心及愛心帶領我們全班。  
 奉主的祝福我的同學，希望我們都愉快相處，快樂學習。  
 奉主的名祝福我自己，倚靠聖靈的幫助，在課業上盡本分；在言語、行為、品格上有好榜樣；能與同學和睦相處，彼此相愛。  
 奉主的名祝福我的身體，在疫情還未解除時，耶穌的寶血遮蓋我，讓我身體健壯，遠離病毒的威脅，身心靈都有主保守。

新的學期，有主同在，必定祝福滿滿！

奉耶穌的名禱告，阿們。

## 男人最重要的十種親密需求(下)

文/ H. Norman Wright 譯/劉春芳

如果你正努力變得善於安慰、具同理心，那麼你要記住：男人和女人往往是用不同的方式，來對待他們遇到的問題和內心苦惱。可能會有有些許例外，但是一般來說，通常會有下面這些不同之處。

### 男人——延後問題並思考解決方案

男人通常需要把問題往後延，考慮再三後再找出解決方案。男人對於妻子或自己的問題，都沒有現成答案，他們做不到有問即答。當男人不高興或心理緊張時，交談可能不會有什麼幫助。男人往往不想說出將來可能會後悔的話，也許有時沈默是必須的。

如果有人問一個男人：「你出了什麼事？」那個男人的回答是「我很好」、「沒什麼」、「不會有問題的」，或者「沒什麼大不了的」，那麼他就是發出一種信息：他想要擁有個人的空間，或者希望提問人接受他的回答，而不要再問什麼問題了。

### 女人——說出困難有助解決問題

然而，女人通常想把她們的難題說出來，因為談話有助於她們解決問題。女人很少希望別人附和她們的觀點；她們只想要有人聽她們說話。提問可以幫助她們解決問題。女人往往會把令她們不愉快的感受說出來，以此找到令人愉悅的情感。

一個男人向妻子表示同理心的最佳方法，就是鼓勵她說話。除了要主動，還要允許她感到不高興，允許她長時間講話，就算你認為她不需要那麼長的時間，也不要打斷她。你不需要因為她不高興，而同樣感到不高興，那對她沒什麼幫助。如果你覺得想要糾正她或澄清事實，最好打消這種念頭。如果你不知道該說什麼，就坦白告訴她你不知道該說什麼。千萬不要對她的感受提出質疑，或者糾正她的感受。若你可以選擇冷靜，那麼就保持冷靜好了。不要忘了，一句批評的話能夠抹殺二十句肯定的評價。

當丈夫表現出同理心時，妻子最好能回答：「謝謝你聽我說這些話」；「天啊，現在我把什麼都說出來了，感覺好多了，這對我絕對是很有幫助的」；「謝謝你花時間幫我把這些問題都弄明白了」；「能夠把這些煩心的事說出來，而且還有你耐心地聽著，這讓我心情好多了。現在我對問題有了新的認識。」(待續)

## 大直教會網站介紹

QR CODE	介紹
	<p data-bbox="806 343 934 374"><b>教會網站</b></p> <ul data-bbox="518 388 1218 513" style="list-style-type: none"><li>▲ 網址：<a href="http://www.tachihpc.org.tw/">http://www.tachihpc.org.tw/</a></li><li>▲ 內容：教會介紹、週報下載、見證、牧區介紹、社區事工、每日靈修</li></ul>
	<p data-bbox="742 595 998 625"><b>教會官方 line 群組</b></p> <p data-bbox="746 633 1012 664">Line ID：@xke5453o</p> <ul data-bbox="518 678 828 755" style="list-style-type: none"><li>▲ 每週發佈聚會通知</li><li>▲ 教會發佈緊急通知</li></ul>
	<p data-bbox="742 871 998 902"><b>教會 Youtube 頻道</b></p> <ul data-bbox="518 948 856 979" style="list-style-type: none"><li>▲ 講道錄影、活動影片</li></ul>
	<p data-bbox="773 1093 965 1124"><b>教會奉獻專頁</b></p> <ul data-bbox="518 1170 1226 1201" style="list-style-type: none"><li>▲ 線上信用卡奉獻、台灣 PAY 奉獻、ATM 轉帳等</li></ul>
	<p data-bbox="787 1335 952 1365"><b>每日 Q 一下</b></p> <ul data-bbox="518 1412 861 1489" style="list-style-type: none"><li>▲ 當日靈修經文與講解</li><li>▲ 每日 0：00 發送</li></ul>