

## 亲爱的朋友们,

The LORD is my strength and my shield; my heart trusts in Him and I am helped.  
My hearts leaps for joy and I will give thanks to Him in song.

(Psalms 28:7)

耶和是我的力量、我的盾牌；我心里依靠他、就得帮助；  
所以我心中欢乐；我必用诗歌颂赞他。

(诗篇 28:7)

### 1 欢迎与问安

大家平安！我们非常高兴在 2016 年 3 月 26 日中华团契特别聚会中见到大家，甚是感恩！我们的团契中不仅有丰盛的食物，更有家庭的温暖、心灵的沟通和真理的教导。仅代表 CF ( 中华团契 )，Jimmy 和 Michelle 要欢迎你们每一位，特别是所有的新朋友，并且拥抱你们进入这个大家庭。请到我们中华团契网站，欣赏我们的活动照片：[www.chinesefellowship.net](http://www.chinesefellowship.net)。在我们的网站上，你可以查阅 2016 课程信息、团契中弟兄姐妹的个人见证分享，灵修资料，等等。同时，请加入我们团契的微信公共账号：ChineseFellowship，以收到团契每日发出的信息和灵粮。

### 2 上次聚会 ( 2016 年 3 月 26 日 )

#### ❖ 仁爱组

仁爱组学习了“认识你的情绪”。我们了解到在紧急情况下，人的行为由直觉，感性，理性三位大脑导师来决定。通常他们能和谐共处。但有时也会发出互相冲突的忠告，甚至两者的声音一起淹没第三者的声音。在某些情况下，这可能会导致危险的冲动行为。所以我们应该在冲动时立即祷告，冷静下来聆听三位导师不同的声音，然后做出正确的判断。我们也可以通过写情绪日记的方式来不断总结和提高。此外，为了操练我们的情绪管理能力，我们小组还布置了年度家庭作业：任何时候即将发生冲动反应和过激行为或话语时，立即祷告，冷静下来，然后利用所学的知识，用 STAR 的方法来改变结果。

#### ❖ 平安组

本周平安小组继续观看《彼岸》系列福音见证。通过了解生长环境、生活环境相差极大的一些海外华人信主的经历，我们一起讨论也更加感受到上帝恩典的奇妙和上帝广大的怜悯。无论是什么样背景的人，是偷渡客、学生、工程师、或者监狱的罪犯，都需要上帝的恩典，而上帝也有极大的怜悯和能力帮助所有人 - 无论你是谁 - 得到自由，哪怕是在监狱中也可以得到在监狱外所没有的自由。我们被拣选，也不是靠我

们自己的能力或者学识，而是靠神的怜悯和拣选，所以我们基督徒要更加的谦卑，因为不是我们是义人而得以拣选，乃是神处于爱而称我们为义。我们也特别感谢神的恩典，可以把新朋友带到我们中间。下一次，我们将继续观看和讨论《彼岸》系列福音见证。

### 3 下一次聚会

日期：2016年4月9日 星期六

时间：下午六点钟开始（请注意）

地点：Jimmy 和 Michelle 家（93 West Coast Grove, Sungrove, S127885）

交通：在金文泰巴士站搭乘 285 在东林中学站下，朝日本人学校方向走 6 分钟。Sungrove 就在学校操场的对面角落。

### 4 团契公告

#### • 第一、二季度团契时间表

小组	LOVE	JOY	PEACE	PATIENCE	KINDNESS
Mentor	Michelle	邦宇	肖扬	Jimmy	小博
组长	宏建	浩斌	金卫	怡如	小博
导师	城城	轮流带领	映晨	Jimmy	小博、志强
地点	Sungrove	Eunos	Pandan Garden	Sungrove	Sungrove
时间	下午6点钟	下午6点钟	下午6点钟	下午6点钟	下午6点钟
<b>Q1' 2016</b>					
课程	高EQ惊人的影响力	当代信仰实践	彼岸、耶稣传	福音、科学与创造	优质亲子教育
9-Jan-16	L1	L1	L1	L1	L1
23-Jan-16	L2	L2	L2	L2	L2
13-Feb-16	新春庆祝（小组）				
27-Feb-16	L3	L3	L3	L3	L3
12-Mar-16	苦路14站（联合）				
26-Mar-16	L4	L4	L4	L4	L4
<b>Q2' 2016</b>					
课程	高EQ惊人的影响力	当代信仰实践	彼岸、耶稣传	福音、科学与创造	优质亲子教育
9-Apr-16	L5	L5	L5	L5	L5
23-Apr-16	L6	L6	L6	L6	L6
7-May-16	L7	L7	L7	L7	L7
28-May-16	自由活动（小组）				
11-Jun-16	L8	L8	L8	L8	L8
25-Jun-16	户外活动（联合）				

#### • 中华团契微信群

请所有中华团契的兄弟姐妹和朋友们都添加我们的微信公共帐号“ChineseFellowship”。我们团契的定期信息（“CF Newsletter”）、新课程介绍推动、每日祷告等都会透过微信

每日发给大家！也请随意邀请你国内或本地的朋友添加我们的微信公共帐号、以获得团契信息。我们从 2013 年 7 月中开始微信事工，至 2016 年 3 月 26 日为止已经有 12,146 名登记用户关注了。感恩！

- **基督里的新生命**

鼓励所有的基督徒和团契朋友都索取一本《基督里的新生命》的作业以在真理扎根。你可以联系梁小萱姐妹（喜乐组）、赵金卫弟兄（平安组）或者李明霞姐妹（在 Sun Grove 的各组）索取作业；如果作业完成也请交给他们批改。完成作业后将得到结业证书。我们鼓励大家在一年半时间内完成 5 项课程。

期待下次与你们相见！不见不散哦！

愿平安与喜乐与你同在！

阿杜弟兄

[hongjiandu@gmail.com](mailto:hongjiandu@gmail.com)

中华团契

[www.chinesefellowship.net](http://www.chinesefellowship.net)

微信公共账号：ChineseFellowship

