

疫情下的十架苦路： 2020年受难节的默想

今年的复活节期比往年更具意义。我们在惊慌失控中，这个节庆再次提醒我们世界并不平安稳，苦难只是一转身就能爆发，让我们始料不及；但是主耶稣的复活又再次提醒我们世界是由神来掌控的，我们能在疫情趋向更加严峻时，提起双眼，在基督的复活中找到世界的盼望、我们的期望。

我们又如何在这样恐慌的时刻渡过基督教最重要的节期呢？往年教会可能会举办受难节的默想崇拜，但是今年可能无法进行了。我心想是否能帮助各弟兄姊妹与教会，不要错过这个默想信仰和生命的关头，因此将早前出版的受难节灵修默想资料《十架苦路》，在今天的严峻处境的疫情下，让大家一起进入耶稣受难的氛围中。

陈廷忠博士

耶稣被埋葬 (马太福音 27:57-60)

你的生，你的死
都在借来的地方发生
借来的马槽、借来的坟墓
马槽展示出你的光
坟墓遮不住你的爱
在阴沉的幽谷中，
另一个生命已开始
为我们
为世界
你带来了不朽的复活
让我们无畏地睨视死亡
从此肉体的朽坏
是新生命的凸显
我们能跨过死亡的门槛
进入你光辉的生命中
放下世间的惊恐和失控
进入你的平安
让我们也沉住气
等候你的杖、你的竿
来引导我们
进入你预备的爱筵中！

摘自《疫情下的
十架苦路》



史宾威宣道堂

谁能使我们与基督的爱隔绝呢？难道是患难吗？是困苦吗？是逼迫吗？是饥饿吗？是赤身露体吗？是危险吗？是刀剑吗？

然而，靠著爱我们的主，在这一切的事上已经得胜有余了。

罗马书 8:35,37

主日网络崇拜程序

1. 安卓手机和电脑：请点击进入（[主日网络崇拜](#)）。
2. 苹果手机：请进入教会网站 <http://www.eccs.org.au> 在主页点击“2020年4月12日主日崇拜”进入。
3. 如果手机不能直接点击进入教会崇拜，请手动复制教会主页到浏览器，然后从主页面的“2020年4月12日主日崇拜”进入观看。

2020年4月12日 上午 9:30

序乐		吴思亭姐妹
宣召	主在圣殿中	唐珊/程玮姐妹
赞美诗歌	神羔羊配得 耶稣基督	
读经	罗马书 8:35, 37	
证道	得胜的教会	何广明牧师
回应诗歌	相聚在爱里	
结束圣诗	三一颂	
祝福		吴庆胜传道
三叠阿门		

报告事项

1. 本周日我们继续**网上主日崇拜聚会**。请会众以家庭为单位在上午 9:30 准时开始，将主日崇拜时间分别为圣，一起以恭敬的心赞美神、敬拜主，收看证道视频，领受来自主的祝福。
2. 儿童教会将于本主日下午 2 点进行**主日学网络直播**，Allan 传道将通过网络带领儿童教会和青少年团契的孩子们一起敬拜赞美主！请各位家长帮助孩子们使用视频软件 Zoom 进入会议。请在 2 点时使用以下链接进入：[会议链接](#)
会议 ID: 506 378 773
如有问题请联系 Allan 传道，手机号码:0402675219
3. 为便于会众**奉献**，教会现已开放银行转账作为除主日崇拜聚会奉献外的奉献方式，银行转账信息如下：
Account Name: ECCS INC
BSB: 063-182
Account Number: 1073-3077
请在转账备注中注明奉献人所在教会（ECCSC 或者 ECCF）和名字以及奉献用途比如：一般奉献(General Offering)、建堂奉献 (Building Funds) 或者某个专项奉献 (Other) 等。

祷告事项

1. 求主保守看顾我们的心怀意念，也特别**把澳洲交托在神的手中**，使澳洲执政掌权的有智慧，敬畏神，带领澳洲躲避瘟疫，更唤醒沉睡的民众来跟随主！
2. 求主使我们兄弟姐妹都有悔改的心来到神的面前，为教会祷告。虽然不能来到教会聚会，但是求主让我们更加渴望神的话语，同样**恭敬地参与网上聚会**，求主特别保守教会的老年人和孩子健康平安！
3. 请为在全澳洲和全球蔓延的“**新型冠状病毒肺炎**”祷告。愿神保守全世界。求神看顾全世界的兄弟姐妹，保守他们健康、平安、喜乐。

上周崇拜网上奉献 (5/4)

		常费	购堂基金	奉献总数	奉献总额	讲员费
ECCS	中文堂	\$990		\$990	\$1310.0	
	英文堂	\$220		\$220		
ECCF		\$100		\$100		

奉献统计 截至本财政年度第 38 周 (5/4)

年奉献预算	年实际奉献	目前盈余/短缺
\$126288	\$89727	-\$36561

主日侍奉轮值表

	本主日	下主日
证道	何广明牧师	李碧惠传道
主领	程玮	唐珊
司琴	吴思亭	吴思亭
影音	钱林存	钱林存
周报	李滨	李滨

个人防护措施

如何保护自己远离新型冠状病毒的肺炎传染？

- (1) **勤洗手**。使用肥皂或洗手液并用流动水洗手，用一次性纸巾或干净毛巾擦手。双手接触呼吸道分泌物后（如打喷嚏后）应立即洗手。
- (2) **保持良好的呼吸道卫生习惯**。咳嗽或打喷嚏时，用纸巾、毛巾等遮住口鼻，咳嗽或打喷嚏后洗手，避免用手触摸眼睛、鼻或口。
- (3) **增强体质和免疫力**。均衡饮食、适量运动、作息规律，避免产生过度疲劳。
- (4) **保持环境清洁和通风**。每天开窗通风数次不少于3次，每次20-30分钟。户外空气质量较差时，通风换气频次和时间应适当减少。
- (5) **尽量减少到人群密集场所活动**，避免接触呼吸道感染患者。
- (6) **如出现呼吸道感染症状**如咳嗽、流涕、发热等，应居家隔离休息，持续发热不退或症状加重时及早就医。

尽量避免到人多拥挤和空间密闭的场所，如必须去佩戴口罩；

选择一：一次性医用口罩，连续佩戴4小时更换，污染或潮湿后立即更换；

选择二：N95医用防护口罩，连续佩戴4小时更换，污染或潮湿后立即更换。

如何判断自己是否感染了新冠肺炎？

基于目前的流病学调查，潜伏期为1-14天，多为3-7天。以发热、乏力、干咳为主要症状，少数患者伴有鼻塞、流涕、咽痛、肌痛和腹泻。重症患者多在发病后1周出现呼吸困难或低氧血症，严重患者快速进展为急性呼吸衰竭（急性呼吸窘迫综合征）、脓毒血症及多脏器功能衰竭等。值得注意的是部分患者起病症状轻微，无发热、无肺炎表现。多数患者为中轻症。

如果出现早期临床表现，如出现发热、乏力、干咳表现，并不意味着已经被感染了。但如果出现发热（腋下体温 $\geq 37.3\text{C}$ ）、咳嗽、气促等急性呼吸道感染症状，且有疫区旅行或居住史，或发病前14天内曾接触过来自疫区的发热伴呼吸道症状的患者，或出现小范围聚集性发病，应到当地指定医疗机构进行排查、诊治。