

FRASER LANDS CHURCH

菲沙崙教會 粵語堂肢體生活部 2026小組及團契



建立健康的肢體生活
彼此造就
促進靈裏長進
投入教會事奉
擴展神家

肢體生活部

菲沙崙教會粵語堂在 2007 年便開始成立了肢體生活部, 主要負責團契, 小組和肢體交誼事工。

透過彼此關懷, 建立一個相愛互助的羣體, 藉著查經、禱告、敬拜、分享達到靈命長進, 並以福音、見證、外展活動及有系統的擴展使人數倍增。

肢體生活部主要發展團契和小組事工, 幫助粵語堂會眾建立健康的肢體生活, 彼此造就, 促進靈裏長進, 投入教會事奉, 從而吸引未信的親人和朋友參與教會聚會, 一同擴展神的家。

願我們繼續鞏固團契和小組的功能, 實踐聖經的教導。

「親愛的弟兄阿、神既是這樣愛我們、我們也當彼此相愛」
(約壹4:11)

聖經的基礎 — 肢體相交

肢體相交就是一種伙伴關係, 彼此間處於相交的狀態, 具有: 同有同享、同心合意、同負一轡、同感一靈的一種親密關係, 我們說這樣的親密關係叫做 **Koinonia (Greek)**。以下是有關的經文:

- 彼此相交 (約壹1:3-4,7)
- 彼此認罪 (雅5:16)
- 彼此勸勉 (希10:25)
- 分享和分擔
 - 感受 (徒20:31,36-38)
 - 物質 (林後8:4)
 - 苦難 (腓3:10)
- 建立愛的關係 (徒2:42-47; 彼前3:8)
- 促使教會增長 (徒2:47)
- 和睦同居是何等的善和何等的美 (詩133:1-3)

- 十字架的關係，垂直的支柱代表神人的關係，水平的支柱代表肢體之間的關係，兩者都不能缺少
- 三個層面
 - 向上一敬拜 (靈命長進):
認識神，接受基督，助己助人與主建立關係
 - 向內一相交 (關係進深):
提升與肢體的關係，享受團契與交通
 - 向外一佈道 (人數增加):
提升門徒的數量與質量，領人歸主，栽培他們成為有質素的門徒

粵語小組

請看以下 2026 年的小組：

1. 豁達小組
2. 磊芒薈
3. 慧妍會
4. 仁愛喜樂
5. 為孩子禱告小組
6. 同行者 (週六家長谷)
7. 同路人 (週六成青組)
8. 關愛鄰舍
9. 讀經小組
10. 靈命塑造小組

請查看以下各小組的簡介。

歡迎會眾選擇適合的小組參與，

新舊組員必須報名。請到網上報名。

<https://can.fraserlands.ca/news/small-group-2026>

小組網頁



報名表



豁達小組

目標：

透過互動分享形式去加深對神的認識，從而能適切地對祂的愛作出回應，愛神愛人。將神的教導應用在生活的層面，認真地實踐去愛身邊的人，使彼此關係能更密切，以致能達到彼此相交和守望。



內容：

新思維，新概念的多元活動，專題分享。

對象：任何年齡男士

聚會：每月第一及第三個星期二

晚上7:30-9:30 @ 菲沙崙教會

組長：Eugene Li, Ignatius Cheng



磊芒薈

目標：

透過查考聖經更深明白神的旨意，並在生活中實踐神的教導。

內容：

詩歌敬拜，讀經禱告，分享見証，彼此代禱，一起操練敬虔，共同經歷生命的成長與喜悅！

對象：信徒姊妹，願意在這個小組中一同學習與成長

聚會：每月第三個星期二

晚上7:30-9:00 @ 菲沙崙教會

組長：Ada Wong, Flender Lee



慧妍會

目標：

透過查經, 互相的交流及活動, 追求屬靈成長, 達致身心靈健康。

內容：

採用輔助書籍研讀聖經, 生命見證, 生活經驗交流, 信仰疑難探討及一些主題活動。



對象：新朋友、初信主及有心尋求真理的女仕

聚會：每月第一個星期六

下午3:00-5:00 @ 菲沙崙教會

組長：Elizabeth Guo, Margaret Fung

仁愛喜樂

目標：

在主裡建立友誼, 維繫和幫助
弟兄姊妹屬靈生命成長。

內容：

唱詩, 禱告, 生活經歷和
專題分享, 查考聖經, 研讀
屬靈書籍等等。



形式：

專題分享的時候, 會一起聚會。
查考聖經或研讀屬靈書籍會分開男士和女士。

對象： 50歲以上的弟兄, 姊妹, 或慕道朋友

人數： 28 人

聚會： 每月第一個星期三

上午 10:00 至 中午 12:00 @ 菲沙崙教會

組長： Max Cheung, John & Ruby Lam

為孩子禱告小組

目標：

希望透過肢體生活一同學習如何按照神的心意教養孩子；從神的教導汲取智慧，勇於面對養育子女的挑戰。



內容：

我們通過分享，禱告及主題討論，讓神帶領各家庭不論逆境或順境都能在基督裡成熟，父母孩子一同在靈裡成長。

(註：由於這小組參加人數有限，希望各小組成員能出席不少於半數的小組聚會及活動)

對象：家有未成年子女的人士

人數：20人

聚會：每月第二及第四個星期六
晚上7:00-9:00

@ 菲沙崙教會

組長：Wayne Leung &
Kitty Young



同行者 (週六家長谷)

目標：

幫助各位家長, 在教養孩童及婚姻關係當中, 得著從神而來的幫助, 以及同輩的支持。



內容：

查考聖經、生命交流、教養心得、彼此代禱。

對象： 在學孩童的家長

聚會： 每月第二及第四個星期六

晚上 7:00-8:45 @ 菲沙崙教會

組長： Keeley Law



同路人 (週六成青組)

目標：

與每一位組員同行，一起經歷起和跌。在愛中我們互相扶持，在真道上一起學習。

內容：

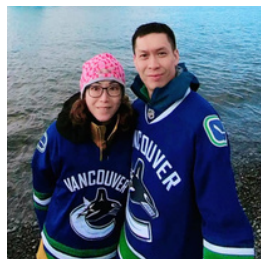
查考聖經，生命交流，天路同行，彼此代禱，一起食飯，活動多元化。

對象： 目前沒有參加其他團契或小組的成青

聚會： 每月第二及第四個星期六

晚上 7:00-9:00 @ 菲沙崙教會

組長： Simon Lee & Eva Wong



關愛鄰舍

目標：

透過不同形式更深認識並反思耶穌基督給信徒的「愛神愛人」大誡命，並以實際行動回應，彼此鼓勵，一同實踐關愛鄰舍。



內容：

唱詩、靈修分享、查考聖經、專題討論；認識社區的需要，並以行動關懷及服事社區中有需要的人士，亦參與教會的關愛行動。組員分享服事經驗，彼此代禱，並為鄰舍、社區及世界的需要祈禱。(註：部份內容可能以英文進行)

對象：希望學習及尋找機會關懷和服事社區/鄰舍的弟兄姊妹

聚會：每月第二個星期五晚上7:00-9:00

(社區服事活動時間則另行安排)

地點：菲沙崙教會 / 家聚 / 社區

組長： Samantha Tsui



服侍 Surrey市 無家可歸者
(NightShift Street Ministries)



預備100份晚餐給無家可歸者



捐贈衣物活動給無家可歸者



聖誕禮物籃 給 Lytton 和 VUM 家庭



參與教會 Spring Cleaning



製作“湯包”禮物給南溫哥華區 (South →
Van Community Food Hub) 低收入家庭



讀經小組

目標：

齊齊每日閱讀聖經

內容：

唱詩歌讚美神

觀看聖經視頻

祈禱, 彼此代禱

聚餐, 郊遊



對象：任何人士 (沒有參加團契或小組優先)

人數：12人

聚會：每月第一及第三個星期三

晚上 7:30-9:00 @ 菲沙崙教會

組長：Sandra Poon

靈命塑造小組

目標：

讓一班渴望生命被神塑造的弟兄姊妹, 透過一起實踐不同屬靈操練, 體驗與神同行並與神建立親密的關係。在日常生活中與神同工同行, 學習那從容不迫、充滿恩典的生命節奏, 享受福音所應許的豐盛生命。組員在彼此的陪伴中, 互相扶持、彼此守望, 建立深厚的屬靈夥伴關係, 在愛中一同成長。



內容：

將使用 **Practicing the Way** (www.practicingtheway.org) 的教材, 帶領我們學習各種屬靈操練 (守安息日、讀經、祈禱、獨處、群體、禁食、慷慨施與... 等)。活動內容：生活中實踐; 屬靈體驗分享; 發掘個人獨特的實踐模式; 生命交流、彼此代禱的團契生活。

對象：渴望生命被神塑造的弟兄姊妹 (不限年齡和信主年日)

聚會：每月第一、三、五個星期二

晚上 7:00-9:15 @ 菲沙崙教會

組長：Anna So

粵語團契

以諾團契

對象：26歲+

聚會：逢星期五晚上 7:30

地點：菲沙崙教會

沙崙團契

對象：26歲+

聚會：逢星期六晚上 7:00

地點：菲沙崙教會

福杯滿溢團契

對象：55歲以上人仕

聚會：每月第二個星期六下午 2:00-4:00

地點：菲沙崙教會

詳情請到教會網頁

<https://can.fraserlands.ca/connect/fellowship-small-groups>



或致電教會辦公室 604-451-5449 查詢



FRASER LANDS CHURCH

3330 S.E. Marine Drive | Vancouver, B.C. V5S 4R8
電話: (604) 451-5449 | 網址: can.fraserlands.ca