



台灣基督長老教會 桃園教會週報

激勵信仰生命 邁向家園豐盛

140 週年

NO. 28

主日崇拜程序

2025 年 7 月 13 日

台語禮拜 (第一場-上午九點)

證道：吳富仁 牧師
司會：陳維明 長老
司琴：陳聖婷 姊妹
小提琴：黃東瀛 執事

華語禮拜 (第二場-上午十一點)

證道：吳富仁 牧師
司會：黃約瑟 執事
司琴：曹孟軒 姊妹

(奏樂)

司會.....宣
會眾.....第 273 首.....聖
會眾.....(使徒信經).....信仰告白.....會眾
司會.....第 2 篇.....啟
司會.....祈

1. 耶和華是應當稱頌的

召 2. 一起仰望耶穌 拉法樂團

詩 3. 直到主耶穌再來的時候

應.....第 2 篇.....司會
禱.....司會

羅馬書

司會 7 章 7-25 節 聖
(現中譯 171 頁，現台譯 338 頁)

羅馬書

司會 7 章 7-25 節
(現中譯 171 頁)

聖歌隊...懇求聖神臨在...讚
吳富仁牧師...《我是誰?!》...證
會眾...求主將祢的話刻住在我心...回應詩...直到列國萬民看見主...拉法樂團
會眾...第 154 首...聖

美
道...《我是誰?!》...吳富仁牧師
詩...直到列國萬民看見主...拉法樂團
詩

★劉泰山...此時祢到你聖殿...奉
蘇怡玲

獻...一切全獻上...★陳士芸
陳皿柔

司會.....報
吳富仁牧師.....介紹代禱

司會
吳富仁牧師

會眾.....第 390 首.....頌
吳富仁牧師.....(阿們頌).....祝

榮.....第 390 首.....會眾
禱.....(阿們頌).....吳富仁牧師

聖歌隊...平安與你同行...祝

歌

會眾.....殿樂默禱

會眾

司會.....平安禮

司會

金句：(台)按呢，我有發見一個法則，就是，我想欲做好的時，歹給我纏的。

(華)因此，我發覺有一個法則在作祟：當我願意行善的時候，邪惡老是糾纏著我。

羅馬書 7 章 21 節

設立：主後 1885 年 11 月 1 日

電話：(03)332-4063

E-mail: typc@mail.typc.org.tw

會址：桃園區民生路 208 號

傳真：(03)334-1738

網址：www.typc.org.tw/ 教會網站

FB

LINE 官方帳號



七月份值週長執：陳建州、林富祥(台)傅祺芳(華)

服事內容	7月13日		7月20日		前週聚會統計			
場次	第一場	第二場	第一場	第二場				
時間	台語 9:00	華語 11:00	台語 9:00	華語 11:00	聚會	實體	線上	奉獻
講道人員	吳富仁牧師		蕭文傑牧師		台語	158	22	12,274
司會	陳維明	黃約瑟	陳建州	劉泰山	華語	49	6	3,762
司獻	★劉泰山 蘇怡玲	★陳士芸 陳皿柔	★穆桂瑛 劉泰山	★黃騰億 許涵巽	兒童	121	--	40
					合計	328	28	16,076
獻詩	聖歌隊	拉法樂團 主領：黃約瑟	聖歌隊	榮美敬拜團	下主日講道信息			
司琴	陳聖婷	曹孟軒	林明瑋	陳士芸				
招待	戴玉燕	陳明德	簡碧慧	許涵巽	題目：要努力才能進天國？ 經文：太十一 1-19 聖詩：195、552、395 啟應：50 宣召：提後四 18			
攝影音控	林富祥	賴和儀	宋繼唐	陳皿柔				
投影片	范明諺	林析	劉泰山	黃悅詩				
主廚/洗菜	蔡乙汝	中正/縣府	蔡乙汝	中山/藝文				
插花	鄭麗香		簡麗蘭					
兒童禮拜	每週日 10:30~11:00，主理：鄔霈慈牧師							

週間聚會					
團契	時 間	內 容 及 地 點		主 理 者	前週聚會人數
社青團契	六 07/19 19:00	韓國短宣隊交流		蔡 乃 平	17
學青團契	六 07/19 19:00	契窩整理		張 允 愛	--
少年團契				林 析	
聖 歌 隊	日 08:10-08:40 日 11:00-12:30	詩歌練唱		黃 東 瀛	30
松年團契	日 08/03 10:30	分享/701 室		陳 建 州	35
婦女團契	不定期聚會			蘇 怡 玲	--
夫婦團契	不定期聚會			黃 約 瑟	--
桌 球 社	六 14:00	六樓副堂		彭 聖 峯	10

主日學聚會/教育部課程					人數
班別	時間	課程內容	授課老師	地點	
國 小 班	日 07/13 10:30	信實	各班老師	9樓主日學	25
	日 07/20 10:30	溫柔			
幼兒 A 班 幼兒 B 班	日 07/13 10:30	真正的勇氣	郝 珮	9樓主日學	5
	日 07/20 10:30	上帝的保護			
國 中 班	日 07/13 10:30	互動研經教材 5-天生夫子/總複習	穆 桂 瑛	702 教室	--
	日 07/20 10:30	參與主日學敬拜讚美服事		9樓主日學	
成人查經班	日 07/13 09:00	約翰福音	陳 祖 德	701 教室	--
	日 07/20 09:00				
進深課程 信仰造就班	日 07/13 12:30	基督論	陳 祖 德	702 教室	--
	日 07/20 12:30				

小組聚會表

組名	小組長	時間	地點	人數
恩慈小組	尹立芳、盧敏珍	每週二 晚上 8:00	線上聚會	4
真理小組	王浩傑、邱慧玲	每週三 晚上 8:00	線上聚會	4
溫馨小組	莊淑麗、吳傳興	每週三 晚上 8:00	線上聚會	5
慢內 RPG 禱告小組	張春燕	每週三 晚上 8:30	線上禱告會	5
真愛小組	陳維明、吳秋虹	每週五 晚上 8:00	線上聚會	9
愛加倍小組	陳怡亨、任珍妮	每週五 晚上 8:00	線上聚會	
明恩小組	王明仁、梁鈴雄	每週六 晚上 7:00	明恩公司	
心眼光小組	黃文正、黃傳郡	每週日 上午 10:30	2 樓新眼光	14
盼望小組	李慶彰、陳瑞香、邱美玉	每週日 上午 10:30	教會 201 室	
迦勒小組	吳傳興、林武雄、楊灼華	每週日 上午 10:30	教會 701 室	
保羅小組	劉闊輝	每週日 上午 10:30	教會 703 室	13
白話字小組	許忠勇	每週日 上午 10:30	六樓辦公室	
橄欖葉小組	黃學謙、黎卓玲	每兩週週日 上午 10:00	教會 800 室	13
山鶯小組	李振益、簡秀祝	週六不定期探訪、電話關懷		
蒙恩小組	簡秀祝、王淑芳、朱美玲	不定期聚會分享		

07/06 主日奉獻明細

歡迎使用

信用卡奉獻→



一、月定奉獻

計 31 人次

二、感恩奉獻

計 21 人次

三、其他

計 1 人次

※公告：上週週報中陳○麗姐妹奉獻得勝者協會誤載為感恩奉獻，今特此公告更正。

【如需查詢奉獻明細，請洽教會辦公室】

消息報告

❖本主日(07/13)

1. ●【七月份定期長執會】於下午 1:00 在 701 室召開，請長執出席參會。
長執會後續開【小會】，請小會員出席參會。

❖下主日(07/20)

1. ●為總會所訂『文字傳道奉獻主日』，歡迎龜山教會蕭文傑牧師代表台灣教會公報社前來請安報告和講道。
2. ●【行政部會】於中午 12:30 在六樓辦公室召開，請部員出席參會。
3. ●【財務部會】於中午 12:30 在 701 室召開，請部員出席參會。
4. ●【教育部會】於下午 1:30 在 701 室召開，請部員出席參會。

❖小會公告

1. ●【2025 臨時和會長執選舉】

7/6 公告會友名錄。

7/27 公告符合受選資格的長執名單，發選票及投票，8/24 12:30 截止投票並開票。

8/31 公告長執候選人名單。

10/5 臨時和會及長執選舉投票。

2. ●【2025 團契首長改選】

請各團契首長擇改選日後，告知小會書記黃傳郡長老，於 9/28 前完成改選。

團契	監選長老	團契	監選長老	團契	監選長老	團契	監選長老
松年	張柏君	夫婦	李振益	社青	陳維明	聖歌隊	陳建州
婦女	黃傳郡	得勝者	陳維明	學少	賴建丞	敬拜團	王浩傑
主日學 8/3 改選，監選長老：張柏君							

❖教會消息

1. ●【女子神學院聖經課程招生】

上課時間：9 月 11 日~12 月 4 日 每週四 9:00~12:00

上課地點：701 教室

費用：3,000 元/期

講師：連媽媽、李世煌牧師

課程：約翰福音、從亞伯拉罕的揀選史看神拯救人類的計畫

歡迎弟兄姊妹來參加，請向辦公室報名繳費。

2. 【得勝者團契成長課程】

主題：成人情緒

講師：得勝者教育協會專案部-陳馥綺主任(情緒管理及成人情緒系列課程講師)

時間：7 月 27 日(日)13:00~14:30

對象：教會弟兄姊妹，為統計人數預備場地，欲參加者請至四樓公佈欄登記(7/20 截止)，歡迎參加！

3. 【2025 年桃園教會暑期音樂營】

活動時間：8/4(一)~8/7(四) 08:30~16:30，8/9(六)10:00 成果發表會

活動地點：桃園長老教會

課程種類：兒童合唱(30 位)、小提琴(15 位)、大提琴(12 位)、成人合唱

招生對象：兒童合唱：國小一年級以上，器樂：暑假小二升小三以上

費用：每人 3,000 元（租借樂器需自費）

成人合唱團：每人 1,000 元，7 月 15 日或額滿為止。

請掃右方 QRCode 填寫表單，再至辦公室繳費或匯款繳費（依報名繳費順序為主）。



暑期音樂營報名

❖肢體消息

1. ●本會陳華山執事已於 7 月 12 日完成告別禮拜，請繼續為遺族代禱。

❖教界消息

1. ●【新竹中會松年事工部-秋季阿里山三日深度文化旅】

時間：9 月 15~17 日（一~三）

報名：至 7 月 20 日或額滿為止（限額 80 人）

費用：雙人房 7,200 元/四人房 6,900 元（以飯店提供數量為準）

※請向會計曾月鳳報名繳費，目前已報 70 位，剩下 10 位，額滿為止。

2. ●【竹中婦女靈修旅遊】

日期：9 月 9~10 日（二~三）

地點：雲林虎尾布袋戲館、三秀園、嘉義皇品飯店、嘉義舊監獄、檜意森活村
羅莎玫瑰莊園、古坑小丸子咖啡館

攜帶物品：聖經、身份證、健保卡、遮陽物品、個人藥品、個人盥洗用品、防蚊藥品

費用：3,900 元/人（含車資、保險、餐費、門票、住宿雙人房）

報名：請向蘇怡玲會長報名，7 月 20 日（日）截止。

❖代禱事項

1. 為教會各部推動事工、各團契小組活動，齊心傳揚福音代禱。
2. 為教會韓國短宣、音樂營籌備代禱。
3. 為世界混亂紛爭、戰爭和平代禱。
4. 為台灣的平安、國內政治、經濟安定祈求代禱。
5. 為肢體健康、醫治恢復代禱：吳惠婉、黃美芬、黃張罵、卓徐幼、陳林月嬪、許明嬌、李金鑾、羅能松、孟貴櫻、屈寶貴、黃俊德、趙淑英、蔡俊煌、陳郭金英、許阿美、陳六助、林宏歡、蘇鴻美、李政育、李茂成、簡武財、莊淑麗、陳玉鳳、陳素言、蘇怡玲、蔡美娟、賈珍、張玉燕、趙美珠、潘瑞瓊、陳淑貞、任珍妮、廖先智、蘇麗美、彭裕錦、邱玉英。



【韓國短宣隊來訪活動】

本會將接待來自韓國的兩組短宣隊，進行為期九天的交流與福音事工，邀請弟兄姊妹及社區朋友踴躍參與！

◆韓國釜山水營路長老教會 53 郊區短宣隊

時間：7 月 17(四)~7 月 21 日(一)

來訪目的：舉辦文化交流活動，協助進行社區福音的事工

主要活動：

— 7/19(六)韓國之夜活動 —

17:30 接待弟兄姊妹及社區朋友，一起做韓式海苔包飯、享用韓國料理

19:00~21:00 開始韓國之夜（音樂、遊戲、祝福見證、分享禮物）

— 7/20(日)主日禮拜 —

09:00/11:00 台/華語禮拜獻詩、舞蹈

12:00 教會午餐

14:00 會友之間交流(敬拜讚美、遊戲、分享見證、祝福)

18:00 晚餐（與弟兄姊妹一起看風景）



為準備材料及餐點，
請填寫表單報名↑

◆韓國首爾漢城長老教會青少年短宣隊

時間：7 月 21(一)~7 月 25 日(五)

來訪目的：舉辦文化交流活動，與教會青少年合作進行教會附近青少年福音的事工

主要活動：

— 7/22~23(二~三)學少聚會 —

10:00~11:00 學少聚會 1 (讚美、遊戲、見證分享、韓國文化遊戲)

12:00 午餐

13:00~14:00 學少聚會 2 (讚美、遊戲、見證分享、韓國文化遊戲)

18:00 晚餐

19:00 學少特別聚會(讚美、遊戲、見證、發韓國禮物)

2025/7/6 主日講道分享《照聖靈的新樣》羅馬書 7 章 1~6 節 吳富仁牧師

大家平安！有一則笑話：「監獄裡找不到壞人，因為裡面的人都說：我無罪！因此，要找壞人要來教會，因為裡面的人都承認：我有罪！」前桃園更生團契的陳伯雄牧師曾與我分享，他進到監獄作教誨師，對談十人中，有八人都說他沒罪，但實際冤枉的，不會超過一人。因此，我們要知道，在監獄裡自稱無罪的人，他說的是：我沒犯法；然而，在教會稱自己有罪的人，是承認我們再如何努力，都無法符合上主的標準！

近代學者認為羅馬書第七章，是保羅根據自己經驗有感而發所寫下的。保羅是接受拉比教育、血統純正的希伯來人，屬法利賽派，據他自述：「就熱心說，我曾經迫害過教會。所以，如果遵守摩西法律就算是義的話，我並沒有什麼可指責的地方。」(腓 3:6) 因此，保羅過去認為，只有遵守摩西法律才符合上主的標準，因為基督徒(信奉這道之人：徒 22:4) 偏離上主的義，他才大發熱心迫害基督徒，直到大馬士革事件(徒 22:6~16)發生，才讓他澈底醒悟！

摩西律法的效力

保羅在羅馬書提到，有三種控制人類的力量：罪、死與律法(羅 5:12~14)。他已討論過「罪」與「死」(羅 6:23)，有罪之人惟獨依靠上主恩典，才能免於一死；因此，接著很自然會論及「律法」。現代學者認為，保羅可能是預想信徒會提出這樣的問題：「為何基督

徒可以不在摩西律法之下？」因此，保羅回答：「弟兄姊妹們，你們都是懂法律的人，所以你們一定會明白我所要說明的：法律對人的約束是人活著的時候才有效力。」（羅 7:1）原文應作：「你們豈不知道，弟兄們（因我對明白律法的人說）；律法作人的主，僅在他活的時候嗎？」歷來就有許多學者會討論這裡的「律法」是指什麼？著名 20 世紀福音派重要領袖斯托得牧師（John Stott, A.D. 1921~2011）說：「在羅馬書第七章，保羅提出三種可能看待律法的態度：律法主義、反律法主義，以及滿足律法的自由。保羅拒絕接受前二者，表揚後者。」但近代學者多半認為，保羅應只是單純指「摩西律法」，或用摩西律法作為人世間法律的縮影；法律，不論出自上主、還是人，就像保羅所說：「法律的效用不過使人知道自己有罪罷了。」（羅 3:20B）法律的合宜、合時性可以討論，一旦制訂法律，就表示在這法律下的人都受此約束；台灣基督長老教會法規制訂出來，牧師與會友需要遵守；台灣法律制訂出來，生活這塊土地上的人要遵行；因此，問題不在法律，而是罪，法律是底線，但法律本身不是罪。

保羅說，即使尊貴如摩西律法，也有它的侷限，要活著才算。「舉例說，一個已婚的女人，只要丈夫活著，就在法律的約束之下；丈夫死了，她就不再受這種法律的限制。」（羅 7:2）原文應作「因已婚的妻子按律法被活著的丈夫綁住。」早期的詮釋者，嘗試尋找保羅用夫妻比喻的象徵意義。但近代學者（曾思瀚）認為，保羅用婚姻作比喻，的確可能受「耶穌訓言」（參太 5:31~32、19:3~9；可 10:1~12；路 16:18）傳統的影響。但他只想表達一個意思，「因此，丈夫活著的時候，她要是跟別的男人同居就要被當作淫婦；如果丈夫死了，她在法律上是一個自由的人，要是再跟別的男人結婚，並不算犯姦淫。」（羅 7:3）保羅的舉例，不是要顯示不道德的事，若想到其他，便是歪樓了！他是對這群「猶太基督徒」說，你們若再遵守猶太律法，是極其荒謬，因為你們遵行應該視為死的條文。保羅真正的重點是，死亡能解除人對原本法律的責任。

當我們屬肉體的時候

因此，他接下去說：「弟兄姊妹們，你們的情形也是這樣。在法律上說，你們已經死了，因為你們是基督身體的一部分；現在你們是屬於那位從死裡復活的主，使我們能夠好好地為上帝工作。」（羅 7:4）按希臘文的字序可作「你們對律法也被治死了，藉的是基督的身體。」保羅使用文法上的「被動語態」，暗示讓信徒死亡的是上主。在洗禮中，我們有分於十架上基督肉身的死亡，那就表示過去活在舊的律中的我們，已被上主算為死；現在，我們已經屬那死裡復活的主的人了，所結出的果子，當然也屬祂的！

「當我們還照著人的本性生活時，摩西的法律激起了我們罪的慾念，在我們的肢體中發作，結果是死亡。」（羅 7:5）這是本書信首次提到，在我們的「肉體」中，「律法」會帶來「罪」，在我們的「肢體」中發動，導致於「死」。保羅僅用一句話，便勾勒出羅馬書 7:7~25 節所探討的內容。當我們還照著人的本性生活時，希臘文應作「因當我們曾一直是在肉體中時。」從原文格式來看，與羅馬書 6:20「因當你們曾一直是罪的奴僕時」一樣，因此，保羅正表達「在肉體中」是「罪的奴隸」另一種說法。現代中文譯本翻成「照人的本性生活」，就是指被罪奴隸之人，在罪惡權勢之下，被邪情私慾左右的血肉之體。當我們還屬肉體，不屬基督之時，摩西律法反倒會負面的激發我們本性的私慾，以致於死。

照聖靈的新樣

「但是，現在法律已經不能拘束我們；因為從管束我們的法律來說，我們已經死了。我們不再依照法律條文的舊方式，而是依照聖靈的新指示來事奉上帝。」(羅 7:6)但如今，耶穌基督已經來了，無論是外邦人或猶太人，我們在猶太律法上，都算作死了！因為律法，只能管律法之下的人，基督來了，取代律法對信徒的掌管權。斯托得詮釋：「保羅將舊約和新約做了鮮明的比較。舊約寫在石版上，是外在的儀文；新約則來自聖靈。聖靈帶來新的時代，上主透過聖靈將祂的律法寫在我們心上。」

加爾文說：「保羅從事物的反面果效來建立論述，倘若律法的制裁對肉體的約束如此之小，反成為罪的激發者，那麼為了使人不再犯罪，就必須脫離律法。」律法制裁，為何無法真正約束人呢？巴特(Karl Barth, 1886~1968)是這樣描述，「因人越想要與上主相似，就越遠離上主，接近死亡」；他認為：「人一切激情的慾望，最終都是蛇試探人那句話：『你們會像上帝一樣』(創 3:5B)的某種形式。」想要成為上帝掌控與知道，正是人罪惡的根源。巴特認為，已脫離律法、在上主恩典之下的我們，只能「照聖靈的新樣」(羅 7:6 和合本 2010 年版)來活。要如何活出聖靈的新樣呢？巴特回答：「它的基本內容是走『愛』這條『最妙的道』而來(林前 12:31)」他描述：「愛不是道；它不是可以看見、權衡與踏上之『道』。它只能走；就這點而言，它又是道！」最後他鼓勵我們「成為聖潔吧！做服侍上主的奴僕吧！恩典如此命令著(羅 6:22)。他認為「照聖靈的新樣」就表示我們的生命有一種可能，不再服從罪與私慾舊的樣式，而是從上主那裏出發的可能性！

拌拌咧拌拌咧

出身於台南的女孩李竺心創作了《Sui水》這張專輯，得到 2025 年台灣金曲獎三座大獎。裡面有一首歌叫做「拌拌咧拌拌咧」，歌詞第二段，她唱：「時間 給我咧逐走從 機會 給我咧覷相揣 若是按呢生 猶閣無法度放棄的話 目屎拭拭咧 頭殼撫撫咧 重來 拌拌咧 拌拌咧 無啥代 Hai~ 拌拌咧 拌拌咧 免起毛糰 拌拌咧 拌拌咧 毋免怨嘆 Ah ah Ai~ 拌拌咧 拌拌咧 閣倚起來 閣倚起來 Ah~ Ah~~」(台語)「時間 跟我追趕跑 機會 跟我捉迷藏 如果這樣子 還是沒辦法放棄的話 眼淚擦一擦 頭摸一摸 重來 拍一拍 拍一拍 沒事的 Hai~ 拍一拍 拍一拍 別生氣 拍一拍 拍一拍 不必抱怨 Ah ah Ai~ 拍一拍 拍一拍 再站起來 再站起來 Ah Ah~~」(華語)

她的歌曲，很生動運用了閩南語中形容身體動作的親密用詞：「拭拭咧！撫撫咧！拌拌咧！」在我們的生命中，或許因為時局變遷，錯失機會，或許因著自己的慾望，被罪管轄，好像被打倒在地上，無力起身，無法挽回；但如果有一天，我們能醒過來，明白這或許是上主的心意，要我們看清楚自己的有限與罪性，這更會是上主要擦去我們眼淚、摸我們的頭，要我們重來之時，就像小孩跌倒，被扶起來，拌拌咧拌拌咧(拍一拍)，免起毛糰、毋免怨嘆、閣倚起來！（不用生氣，不必抱怨，再站起來）那時，或許就是我們能活出「聖靈新樣」的時候。

本主日講道大綱《我是誰?!》 經文：羅馬書 7 章 7-25 節

1. 我是誰 (Who an I)

2. 罪藉律法使人死

3. 意願與行動。

4. 我真苦啊！

5. 我是受苦的人

◆問題分享：

(1) 你曾有左右為難的經驗過嗎？

(2) 你是否曾觸犯法律過？當下你有何感受？。

(3) 保羅認為我們受罪的轄制，使我們的意願與行動相違背？你有過同樣經驗嗎？

(4) 上回你說：「我真苦啊！」是什麼時候，發生什麼事呢？

(5) 對你而言，受苦代表什麼意思呢？你生命哪個階段，你覺得自己是受苦的呢？

【現代台語漢字 2021 版】

^{7,7} 按呢，咱欲講什麼？律法是罪是無？絕對毋是！不過若無律法，我就毋知什麼是罪。律法若無講「毋通貪心」，我就毋知什麼是貪心。⁸ 罪利用誡命尋機會佇我心內引起逐款的貪心。無律法，罪就無作用。⁹ 以前無律法，我嘛啲活；誡命一下來，罪活起來，¹⁰ 我就死去。對我來講，本來欲互人活的誡命，顛倒互人死。¹¹ 因為罪利用誡命尋機會欺騙我，嘛利用誡命害死我。¹² 所以，律法是神聖；誡命嘛是神聖、公正，閣良善。¹³ 若按呢講，彼個良善的害死我是無？絕對毋是！是罪利用彼個良善的害死我，互罪惡的本質顯露；按呢，罪利用誡命互伊極其惡毒的本質閣較顯露出來。¹⁴ 咱知，律法是屬靈的，毋拘我是屬肉體的，已經出賣互罪作奴隸。¹⁵ 我無明白家己的所做，因為我愛做的，無去做；我無愛做的，顛倒去做。¹⁶ 我若做我無愛做的，就是承認律法是好。¹⁷ 按呢，啲做我無愛做的毋是我，是佔佇我內面的罪。¹⁸ 我知，佇我本性內面無良善；我有做好的意願，毋拘無做好的氣力。¹⁹ 所意愛的好，我無去做，無意愛的歹，我顛倒去做。²⁰ 我若做我無意愛的，就毋是我本身啲做，是佔佇我內面的罪啲做。²¹ 按呢，我有發見一個法則，就是，我想欲做好的時，歹給我纏啲。²² 我內面的彼個人意愛上帝的律法，²³ 毋拘我看出，佇我的身軀有另外一個法則及我心思的法則啲交戰，掠我做囚犯來降服我身軀內面的罪的法則。²⁴ 我此個人有夠悽慘！什麼人會當救我脫離此個致到死的身軀？²⁵ 感謝上帝，通過咱的主耶穌基督伊有救我！按呢，我的處境，一方面是用心思順服上帝的律法，另外一方面是用肉體順服罪的法則。

【現代中文譯本 2019 版】

^{7,7} 那麼，我們可以說法律本身是罪嗎？當然不可！然而，藉著法律，我才知道罪是什麼。要不是法律說「不可貪心」，我就不知道貪心是什麼。⁸ 罪藉著法律的命令，尋找機會，在我心裡激發各種貪慾。沒有法律，罪就無機可乘。⁹ 我從前生活在法律之外；後來有了法律的命令，罪就活躍起來，¹⁰ 結果我在罪中死了。原來法律的命令是要使人得生命的；可是，對我來講，它反而帶來死亡。¹¹ 因為罪藉著法律的命令找機會誘騙我，也藉著法律的命令置我於死地。¹² 摩西的法律本身是神聖的；法律的命令是神聖、公平，和良善的。¹³ 這樣說來，是那良善的使我死亡嗎？當然不是！是罪！只是罪藉著那良善的，帶來死亡，為要使罪的真面目更加明顯。藉著法律的命令，罪的惡性就變本加厲了。¹⁴ 人的自我分裂我們知道，摩西的法律是屬靈的；但是我是屬肉體的人，已經賣給罪作奴隸。¹⁵ 我竟不明白我所做的；因為我所願意的，我偏不去做；我所恨惡的，我反而去做。¹⁶ 我若做了我不願意做的事，我就不得不承認法律是對的。¹⁷ 既然這樣，我所做的並不真的是我在做，而是在我裡面的罪做的。¹⁸ 我也知道，在我裡面，就是在我本性裡面，沒有良善。因為，我有行善的意願，卻沒有行善的能力。¹⁹ 我所願意的善，我偏不去做；我所不願意的惡，我反而去做。²⁰ 如果我做了我不願意做的，就表示這不是我做的，而是那在我裡面的罪做的。²¹ 因此，我發覺有一個法則在作祟：當我願意行善的時候，邪惡老是糾纏著我。²² 我的內心原喜愛上帝的法則，²³ 我的身體卻受另一個法則的驅使——這法則跟我內心所喜愛的法則交戰，使我不能脫離那束縛我的罪的法則；這法則在我身體裡作祟。²⁴ 我真苦啊！誰能救我脫離這使我死亡的身體呢？²⁵ 感謝上帝，藉著我們的主耶穌基督，他能夠救我。我的情況就是這樣：我自己只能在心靈上順服上帝的法則，而我的肉體卻服從罪的法則。