

二零一三年十二月
五百五十三期

芥種

靈修分享

從前所寫的聖經都是為教導我們寫的，要使我们藉着忍耐和
因聖經所生的安慰，得著盼望。

羅馬書第十五章第四節

忙、忘、茫、亡

謝佩霞牧師

香港是全球生活節奏最快，工作時數最長的地區之一，現代基督徒每天都很忙、很疲累；有時會忘記自己到底為何事而忙，忘記了要停一停、歇一歇。每天茫茫然重複著忙碌的生活，甚至享受忙碌的節奏！在茫茫然裡面，生命往往因為失去焦點，迷失了事奉的方向，最終導至靈性上的死亡也不自知！

因此，現代人對「忙碌」兩個字有很負面的評價，認為忙就是不好的事情，會影響生命的素質。但是否真的呢？又是否絕對的呢？我們看一看耶穌在三年傳道事奉裡面都是超級忙碌；但耶穌卻是忙而不亂，忙中有序，生命和事奉都充滿焦點。讓我們透過馬可福音一章32-38節，從兩方面；包括1) **重新得力源頭**；以及2) **我為何事而來，兩個向度去思考耶穌生命的焦點，今日帶給我們有甚麼啟迪：**

³²傍晚日落的時候，有人帶著一切害病的和被鬼附的，來到耶穌跟前。³³全城的人都聚集在門前。³⁴耶穌治好了許多害各樣病的人，又趕出許多鬼，不許鬼說話，因為鬼認識他。³⁵次日早晨，天未亮的時候，耶穌起來，到曠野地方去，在那裏禱告。³⁶西門和同伴出去找他，³⁷找到了就對他說：「眾人都找你！」³⁸耶穌對他們說：「讓我們往別處去，到鄰近的鄉村，我也好在那裏傳道，因為我是為這事出來的。」。（可1:32-38）

馬可福音一章12-13節記載耶穌在出來傳道之前，被聖靈引導到曠野40晝夜、禁食禱告，至終得勝魔鬼試探。之後耶穌展開傳道生涯第一天的事奉，我們看到耶穌在迦伯農度過了非常忙碌的第一天：早上耶穌在海邊呼召門徒（16-20節）；之後在會堂帶著權柄和能力教導人、並且趕出許多污鬼（21-28節）；當耶穌離開會堂後，經文又提到主耶穌又立刻去到西門和安得烈的家裡，醫治西門患了熱病的岳母（29-31節），直至傍晚日落，仍然不斷有人將患各樣病症和鬼附的人帶到耶穌面前……

（32-34節）。相信耶穌經過一天密集式的事奉，必定非常疲倦，亦已去到深夜，但耶穌並沒有因此而多睡。經文接著提到：「次日早晨，天未亮的時候，耶穌起來，到曠野地方去，在那裏禱告。」（35節）

一、重新得力的源頭

我們留意耶穌事奉有一個慣常的做法，就是祂每逢在事奉之前，忙碌事奉之後，又或作重要決定的時候，耶穌都會靜悄悄，暗暗地獨自一人去到曠野。相信曠野是一個無電話、無WI-FI、無人騷擾、可以安靜禱告、親近上帝的地方，在曠野耶穌可以專心聆聽天父的聲音，接駁生命的源頭，讓生命重新得力。

我們每日都會好緊張有否帶手機在身邊，手機有沒有又足電，甚至有一些人每天都會隨身帶著充電寶，24小時為手機又電。我們的屬靈生命每日又有否又足電？主耶穌又有沒有在我們身邊？每日透過安靜、默想、禱告、為屬靈生命又足電，讓上帝的話充滿在我們生命當中，成為生活的力量和指引！

很久以前，有一位年輕人去到木廠裡面做砍伐樹木的工作；他工作認真、勤奮、技巧亦十分純熟。但過了一個星期之後，主管對他說：「跟據記錄顯示，你的工作成績一直落後進度，而且持續多日，我們無法再聘用你！」年輕人就十分詫異的問主管：「我工作認真，每日最早返工，最遲走，甚至大家食下午茶的時候，我都一直在工作？」主管思索了一會，就問這個年輕人：「你的斧頭多久沒有磨刀石？」年輕人很誠實的回答：「我的斧頭已很久沒有磨刀石了，因為我的工作實在太忙，根本沒有時間磨利刀。」

我們的人生亦都是一樣，如果無掌握最重要的事情，就會本末倒置，隨著這個世界氾氾轉，結果空有忙碌卻一事無成。人生的道路亦是一樣，如果我們沒有常常將靈命的斧頭磨得鋒利，透過讀經、禱告，讓上帝的話語煉淨我們靈命的斧頭，那麼無論我們怎樣努力、辛勤，生命、工作的成果都是非常有限！

我每半年就會選擇一個人靜修1-2天，讓自己先安靜，全然休息，學習去停一停，諗一諗，調整事奉的焦點；求上帝提醒我分辨那些才是最重要的事情，不是最急趕的事情；也學習馬利亞專心，專注來到耶穌的腳前，聆聽主的聲音，以至生命得著上好的福份。此外，我每日讀經祈禱也有一個習慣；除了反覆思考經文的中心思想，亦會在禱告裡面等候聖靈的光照，上帝今天給我的啟示，直至有領受為止，最後作一個感恩以及回應的禱告。

親愛的弟兄姊妹，我們事奉必須還原基本功；耶穌事奉無論有多忙碌，群眾有多大需求，都沒有影響耶穌禱告的心志、以及與父神之間親密的關係；事奉亦沒有奪取上帝在耶穌生命中最重要的位置。相信這個也是耶穌工作滿有果效的秘訣、重新得力的源頭。

二、我是為這事而來

當耶穌在曠野禱告的時候，門徒和群眾因為不見了耶穌，便四出尋找，當找到了耶穌，他們帶有埋怨的語氣對耶穌說：『眾人都在找你！』這句話背後有兩個可能的意思：1）我們找得你好辛苦，耶穌你往那裏去？2）許多病人等著你的醫治，為何你會在這裏？

很明顯門徒、群眾與及耶穌，都有不同的焦點；群眾的焦點不是要尋找生命的主，只是希望得到肉體上的醫治，但耶穌卻很清楚自己道成肉身的使命。雖然耶穌的名聲當時已傳遍了全加利利（28節），甚至全城的人都聚集來到門前（33節），但耶穌並無因此而迷失事奉的方向，忘記自己真正的身份和到世上來的目的。耶穌在38節十分明確表示：「讓我們往別處去，到鄰近的鄉村，我也好在那裏傳道，因為我是為這事出來的。」**耶穌清楚知道祂有一個更大、更重要的使命；就是傳揚天國的福音，順服上帝的心意，被釘在十字架上承擔世人的罪，彰顯上帝的大愛，成就普世偉大的救恩。**

有一位剛剛神學畢業的傳道人，為一個沒有家人及朋友的死者主持安葬禮。傳道人因為不熟悉地方，於是預早起程，但最後還是迷了路，當他到

達墳場的時候已經遲了半小時，這個時候靈車已經不知所蹤，只見到一群工作人員正在吃午餐。這位忠心的傳道人於是急忙走到墳墓前，看見墳墓頂蓋已經安置妥當。於是他在墓前念了一篇安葬禮文、用心說了一篇道。之後這位年輕的傳道人便很安心地離開，他心裏面想：「死者總算入土為安。」當他走回去取車的時候，無意中聽到一位工人說：「我安裝化糞池已經20年，從來沒見過這麼奇怪的人和事！」

這個故事給我們一個啟迪；生命如果沒有正確瞄準目標，校正事奉焦點，我們所有付出的心思、意念、精神和時間都是白費的。因此，我們的生命必須正確瞄準目標，以上帝的眼光去思考生命的課題，較正人生焦點。

- ◆ 人們往往在學業上求分數，生命要贏在起跑綫。卻忽略了真正的目標是尋求學問、使人生豐富、有智慧、學以致用、造福社群。
- ◆ 今日社會普遍重視人的才幹和學識、以及工作能力。但上帝的焦點看重的卻是人屬靈生命的品格、是否有謙卑以及同心事奉的心志、並在真道上認真追求、一起成長。
- ◆ 世人在工作上希望得到名成利就，有好的名聲和財富。但上帝更喜悅的是生命有美好見證、在世上作鹽作光、為主發光發熱、傳揚福音。
- ◆ 普遍教會的事奉目標會著重事工的果效，但上帝的焦點卻看重個人與主、人與人之間關係上的建立、聖靈裡的合一、以及生命的感染力。事奉能否讓人感受上帝的愛、認識上帝的救恩。

生命好比攝影的時候，我們必須調校焦點，畫面才能達至最清晰並有最好的果效。親愛的弟兄姊妹，你今天是否清晰上帝要你作的事情？你現在的人生目標、生命焦點又是甚麼呢？讓我們每天都來到上帝的施恩寶座前；透過讀經、禱告、親近父神，尋求主的幫助，認清天父的心意；以至我們的生活、動作、存留都不會偏離左右，都能校正生命的焦點，常常行在父神的旨意裡面，領受從上而來的恩典和賜福——**生活有力量，行路有亮光。** 



靈修問與答

胡麗蓉牧師

問：我上洗禮班時，聽傳道人說信主後要勤讀經，多祈禱。我想知道靈修是否必需做的。

答：靈修不是洗禮的條件；然而，靈修是使信仰實現生命中重要的一環。基督教信仰最寶貴的部份，就是我們可以親自與我們所信的上帝相交、建立關係。一個人雖然信了主，有了屬靈的生命，但這個生命仍是幼嫩、軟弱的。因此這生命需要不斷的培育、鍛練、修整，好叫它不斷長大、茁壯，這如同吃飯、呼吸對身體的重要，我們屬靈的生命也需要透過讀經禱告與主親近，從主那裡吸取屬靈生命所需的靈糧，使我們幼嫩、軟弱的生命越來越像基督。

問：如必需做，是否每天都要做？有沒有假期？

答：靈修當然最理想是每天都進行，正如身體需要每天供應其基本需要的才能健康地成長；基督徒的屬靈生命也需要不住的屬靈供應，才不至軟弱、枯乾。當我們明白靈修的重要性，看重與上帝的關係和自己的屬靈生命，視靈修為像工作、吃飯、睡覺等生活中不可或缺的元素，就會建立恆常的靈修習慣，不會也不需要有什麼「放假」的意念。

有不少信徒甚至會善用假期，退到郊野地方，安排更長時間的靜修，讓自己更多親近上帝，對信徒的身、心、靈都有很大的裨益。

問：做靈修有沒有時間指引？15分鐘是否太短？

答：聖經並沒有定規我們要在那一段時間或用多少時間靈修，最重要是確保你使用足夠的時間去達成靈修的目標，也就是親近上帝，與祂建立關係。所以，每日靈修時間的長短因人而異。在靈修時間中，我們可以用數分鐘時間，透過安靜、唱詩預備心靈進入「接收」的狀態，然後透過讀經、默想經文的信息，加以反思並向上帝作出回應。因此，建議靈修時間至少要用二十到三十分鐘。然而，如果你是初學者，可以從十五分鐘開始做起，以『12345』模式進行：1分鐘靜默，2分鐘唱詩歌，3分鐘讀經，4分鐘默想經文，5分鐘禱告（參考自「靈命日糧網上靈修指引」<https://traditional-odb.org/appointments-with-god/devotion-guide/>），然後逐漸增加。

問：現實生活既繁忙又緊張，睡眠不足，似乎清早靈修無可能，睡前靈修太疲累，怎辦？

答：選擇靈修時間應是在你狀態最佳、最不受干擾的時候。如果你覺得早上或晚間都不合適進行靈修，你可以想想，在一天裡面，那一段時間是你精神最好、最不受打擾的，就選那個時間親近主吧！有些信徒會善用午餐時間、在交通工具上進行靈修。你也可以善用五官進行靈修，除了用眼讀經外，也可以用耳聆聽詩歌、用口讀出、用手抄寫經文等，都有助集中精神，更投入與上帝的相交。此外，重新檢視你生活的優先次序，當你看重與上帝的關係和個人靈命的成長，你定必找到合適的時間和方式進行靈修的。

問：如果家居沒有安靜的環境，該如何處理？

答：我年少的時候，家居並沒有安靜的地方靈修。我便選擇在家人未睡醒前，提早起床，在廁所內

或露台角落位置靈修。如果在家居中真的找不到合適地方或時間靈修，你可以往公園、辦公室、圖書館等地方，只要那裡能讓你安全、安靜地與上帝靈交便可。

問：個人靈修是否一定要跟足教會擬訂的經文和步伐？

答：當然不一定。教會提供給信徒的經文和步伐，都是建議性質，也是為方便一些未有靈修讀經計劃的信徒而設。信徒可以按自己的靈程或參考坊間靈修書籍，自行訂定靈修讀經的計劃。

問：如果生病、太忙、出外旅遊等等，可否暫停靈修？

答：其實在生活上我們一定會遇到許多要暫停靈修的理由，例如生病了、忙碌、外遊等。我們都知道靈修的重要性，也曾努力建立、維持靈修的習慣。但正如耶穌所說：「你們心靈固然願意，肉體卻軟弱了」（可14章38節）。讓我們看看耶穌的榜樣。耶穌出來傳道的日子，常是風塵僕僕，十分忙碌。一天過去，「次日早晨，天未亮的時候，耶穌起來，到曠野地方去，在那裡禱告。」（可1章35節）可見外遊、忙碌等不是必然影響我們的靈修生活；其實，人總有時間做他認為重要的事情。我們重視身體健康，便會在百忙中安排時間跑步、上健身室；我們在忙碌疲憊的生活夾縫中，總有時間掃掃手機，在社交網絡留言、看信息和影片。靈修、讀經、禱告，會否也是我們珍而重之的基督徒日常生活方式？

不過，偶然因生病或極度疲倦而未能靈修，也不需要自責或內疚，你可能需要先好好地睡一覺，待精神恢復時才進行靈修；你也可以彈性地以內心真誠的禱告、聆聽有聲聖經或詩歌等，享受與上帝同在。重要的是，我們不是只想著在什麼情況下可以「不靈修」，而是想著可以怎樣在難於正常靈修情況下進行靈修。因為當我們願意親近這位愛我們又滿有恩慈的上帝時，祂就能給我們更多的恩典和力量面對滿有挑戰的生活。

問：可否提供一些適合初信者的靈修輔助讀物？

答：



本書以四卷福音書作基礎，幫助信徒默想基督一生的言行舉止，使大家感受到祂是有血有肉地與我們一同渡過憂患、困苦、流離及被拒…

出版社：生命福音事工協會

作者：初信靈修系列編輯組



這本靈修材料讓初信者透過馬可福音，明白基督信仰的基要真理，建立與主同行的默想生活。

出版社：校園書房

作者：朴同成

譯者：徐國明



每篇皆有主題經文，生動淺明的解說；照著讀經進度，全年可讀完一遍聖經，幫助讀者體驗每日靈修的好處，時時刻刻以禱告與感恩的心與主建立親密的關係，並以信心跟隨主的帶領。

出版社：橄欖

作者：李慶良、安妮卡塔斯等（RBC）



本書為新約導讀良伴，可幫助您在一年之內，把整本新約聖經有系統地細細讀一遍。它提供您：讀新約聖經的有效計劃、簡明的綱要及亮光、透過文章中所設計的簡單問題，以幫助使反覆練習並能將聖經章節的精萃牢記在心。

出版社：橄欖出版社

作者：丹·裴茲

譯者：橄欖基金會出版部



以輕鬆幽默的筆觸、生活化的題材、積極勵志的信息，每天引導你尋索屬天的真理、親近神、操練個人品格和靈命，而作者對人生敏銳而透徹的觀察，更能令你認識自己多一些。

出版社：宣道出版社

作者：薩拉（Harold J. Sala）

譯者：葉瑞蓮（Ip Sui-lin）



按四福音以時序把耶穌生平記敘下來，並加插了一些舊約中預言耶穌的經文及默想問題，讓你由閱讀耶穌生平開始，開展在基督裡的新生命。適合初信弟兄姊妹，用一年時間加深對耶穌的認識。

出版社：G12小組教會工程

作者：梁廷益

譯者：馬世烜

在靜修中反思

陳翠嬋宣教師

作為基督徒，我們都有被教導每天需要養成靈修的習慣，但我們是否真正明白靈修操練的意義及目的是甚麼呢？基督教靜觀靈修學會創立人譚沛泉博士對靈修有這樣的定位：「靈修是使自己醒覺、專心、留意、以至神臨在呼喚的時候，我們能夠聽見、看見。靈性經驗越豐富的人，就越清醒，越不誇張自己有怎樣的靈性經驗。」因此，在靈修中我們不單只透過真理去認識上帝及自己，更重要的是我們在深化我們發現上帝臨在的經驗；這種經驗就是「靈性經驗」。

「靈性經驗」並不是一種超然，跟現實生活經歷無關的體驗，反之，「靈性經驗」必須同時發生在我們日常的生活中才是真正的靈修操練，正如詩篇第一篇詩人對我們的提醒：「惟喜愛耶和華的律法，晝夜思想他的律法，這人便為有福。」（詩1:2）「靈性經驗」不是為了追求在感情上有一點快感，「靈性經驗」乃是為了有生命成長，在此奇妙的靈性體驗中使我們心靈轉化，從而達至生命轉化的體現。

「靈性經驗」是用我們的觸角如生理（包括五觀）及心理（包括感受及思維）的反應去體驗神的同在。這體驗不只是在我們靈修操練中發生，也可以是在我們生活中，經歷到奇妙的主的真實臨在，如我們在大自然中體會上帝的創造大能而生發敬畏；又如當我們犯錯時上帝以一些外在發生的事情指責我們等…當主的生命真實地觸動我們的生命時，上帝真實的臨在使我們更自由，更喜樂及仁愛。上帝的光照亮我們，就能使我們生命產生轉化，以致我們的生命能更像主基督的生命。這就是我所理解只有真實的生命體驗才能改變生命的原因。

「靈性經驗」是一種主觀的，雜亂的體現，那我們判斷「靈性經驗」的真實性並不單單在於我們的內心體驗，更在於那有靈性體驗的人的整體生活方式是否有改變，正如主說：「從果子就認出樹來」的簡單道理一樣。倘若經驗者的生活取向與方式跟他的「靈性經驗」描述不一致，我們便懷疑經驗分享者是否真實，或他可能還沒有把經驗整合到他的生活層面上。這就是詩篇第一篇所說，真正領

受上帝律法的人，會像一棵栽在溪水旁，按時候結果子，葉子也不會枯乾的樹。因此每天的靈修其實是有着一重要的目的，就是追求靈命成長，那甚麼是靈命成長會有的生命表現呢？

第一方面是要作「完全人」：作「完全人」並不是指進入完美無瑕的境界，哥林多前書3:12說完全人就是一個不斷向上，不斷前進，不斷努力的人，他們不會以為自己已經得著了，已經完全了，乃是繼續努力追求，不斷地成長和流露出崇高生活品格的生命，這就是我們為甚麼要不間斷地靈修的原因。

第二方面是要作「屬靈人」：保羅以屬靈人去表達一個有靈命成長的人（加拉太書5:13-26），他以屬靈與屬血氣去突出受聖靈引導的人和抗拒聖靈引導的人兩者的分別。保羅的意思並不是贊成靈與體是分割的，以為屬靈人就只關注屬靈的事，其他身體生活的事都不重要，否則，當保羅在受盡一切痛苦中為甚麼不放棄自己的生命！所以他所說的「屬靈人」就是追求身心、意志和情感都向聖靈開放，在生命中有聖靈引導的人，才能流露屬靈的果子，即在生命中見到有：仁愛，喜樂，和平，忍耐，恩慈，良善，信實，溫柔，節制的美德。聖靈的果子就是聖善的靈在人心裡的塑造、轉化和醫治，漸漸成為一個人的修養與氣質。

第三方面是要像「嬰孩需要成長」的象徵。基督徒在靈性生活成長上所需的三個要素：明白吸收，思考判斷，和建立思想模式（林前3:1-2）。信徒是嬰孩其實是指他們對信仰的理解與吸收能力很薄弱。信徒們分門別類，結黨紛爭，就是因為他們不明白信仰的核心乃是愛，又因為他們像嬰孩一樣消化能力低，不能吃乾糧，只可以吃奶。所以信徒們必須學習放棄孩子的思維，建立一套成人的思想模式，就是把一套舊的價值觀和人生觀，藉著切實地，謙卑地認識真理，並立志實踐出來，因為真正成年的人是能夠理解和明白深入的屬靈道理、經驗，又能把經驗與生活整合，建立堅定、正向的價值觀。所以我們每天的靈修操練其實就是「靈性經驗」的操練，就是關乎靈性生活成長，以生命轉化

為目標，使我們的愛能具體地呈現於我們的生活處境中，我們若能持續地這樣做，「愛」才能永不止息。

生命轉化除了要清楚知道轉化的目標之外，我們還需要有生命轉化的體驗。有時可以透過真實地體驗上帝的臨在而產生，這對於我們靈性更新是非常重要的事情，正如牧者在祝福時常常提到「願主臨格在會眾中」的祝願體現一樣。那我們可以如何操練，讓主真實地臨格在我們中間呢？

在每天繁忙的生活中，可有想過能為自己安排一個靜思的時刻，就是學習安靜；在安靜中親近上帝。首先我們最好每天或每星期一次，在同一時間，同一地點，按著大家的可行性，分別為聖一段時刻。當安坐穩妥後，閉上雙眼，以最慢及深層次的節奏一呼一吸，在心裏提醒自己，此時此刻，求主臨在，求主引導。

當安靜下來後，你開始嘗試感受一下自己的身體狀況，有一種方法叫BEETS有意識的自我放鬆法可以幫助我們；BEETS包括以下五方面的安靜操練：

B – body awareness 留意身體情況

深呼吸……由腳底至頭頂，了解一下自己有沒有在身體上有痛或不自然的地方，若有，調校一下你的姿勢，讓自己感到舒服。聖經說：「你們豈不知道你們的身體是聖靈的殿嗎？這聖靈是從神而來，住在你們裏面的，而且你們不是屬自己的人。」（林前6:19）

E – environment awareness 留意環境情況

先用你的四感（耳、鼻、眼、皮膚）去感覺一下周圍給予你甚麼感受：有沒有那些東西吸引了你的注意，你聽到甚麼聲音，周圍的溫度帶給你皮膚有甚麼感覺等等，在心裡細心地形容一下。從心裡感謝上帝說：「我要稱謝你，因我受造奇妙可畏，你的作為奇妙，這是我心深知道的。」（詩139:14）能夠有眼可看，有耳可聽，有手可觸摸，就是連毛孔也能感受到上帝奇妙的恩典。

E – emotions awareness 留意自己的情緒

之後，請你閉上眼睛，將自己的注意力放在自己現在的感覺，有甚麼感覺出現，是緊張，疲倦，放鬆，還是其他，不用多作解釋，只需要承認，說出這感覺就可以了。

T – thoughts awareness 留意自己的思維

現在在你的腦中有甚麼事件出現了，嘗試想一想那是甚麼事，不用判斷，只需要承認這件事已發生了。聖經說：「各樣攔阻人認識神的高壘，又奪回人心來順服基督。」（林後10:5）

S – soul awareness 留心自己的心靈

再一次留心自己的呼吸，慢慢地放空自己的心靈，承認「只有神藉著聖靈才能把一切事向我們顯明；因為聖靈參透萬事，就是神深奧的事也參透了。」（林前2:10）

當我們已經放鬆安靜了自己之後，就可以開始自己所預備的經文，可以用你一貫做的靈修方法去慢讀聖經，也可以用我以下所介紹的靈修方式去做靈修；學習在上帝的說話中親近上帝：TWA（Time with Abba）；透過抄寫經文學習安靜，並在經文中認識並宣告上帝的屬性；認識及承認人的本性，立志改變；也認識並宣告上帝給我們今天的應許。步驟如下：

（Read）慢慢地抄寫經文一次

（Reflect）在經文中找出並：

- 宣告上帝的屬性
- 承認人的本性及立志改變
- 宣告上帝今天對你的應許

（Respond）當你尋找完了，也寫出來了，就著你在當中所學習的作一個宣告的祈禱

（Rest）最後請安靜，甚麼也不要做，等候上帝對你的祈禱的回應。

在整個過程中最重要的是安靜，專心及真誠，這是每一位尋求上帝顯現的人必須有的心態，但有一樣是最難卻是很容易被略過的，就是在結束祈禱後的刻意安靜，等候上帝的回應。上帝可能會用不同但你卻可以領受的方式，如：給你一種感覺，讓你在腦裡出現一個景象，或一兩個字眼，或經文，或其他…請容讓自己可以安靜等候一分鐘，有時沒有也無妨，重要的是我們有沒有給予聖靈機會向我們顯明祂的心意，當我們真實地體會上帝的同在，就好像被上帝提到祂的面前，讓我們在祂的真理中具體地見到祂的臨在。主耶穌說：「你們常在我裡面，我的話也常在你裡面，因為離了我，你們就不能作甚麼。」求上帝常與你們同在，誠心所願！✝

靈修再思： 是愛還是責任呢？

葉啟章

各位弟兄姐妹，不知道你是抱著什麼心態去靈修的呢？是很愉快地享受靈修，還是不知不覺間，靈修只不過是你日常生活的一項習慣呢？在我個人的信仰歷程中，對於靈修都曾有些疑問和掙扎。試看以下我的分享，你會否有同感。

小時候，父母、導師和牧者常教導我們，基督徒就是要每天靈修。理性上，我很清楚明白靈修的好處，從中可以明白神的旨意，得到神的教導和提醒等。所以，我一向都認定靈修是基督徒必須履行的責任，這是我自小已建立的思維。

在信主初期，有一段時間我很享受靈修，很享受與主親近的時間。那時，我順著聖經的書卷編排去每天讀經靈修，當讀到詩篇時，我開始感到十分苦悶。由於當時我信仰和人生經驗尚淺，所以讀每篇詩篇都只感覺到很類似，以致每次讀完後的得著也不多。

如是者，加上我一向認為每天靈修是基督徒必須達到的標準，所以有時候靈修只抱著不情願、交差的心態去完成，每天只為完成責任而已。更嚴重的是，當自己閒懶一兩天沒有靈修時，心裡就會感到歉疚，認為自己虧欠了神。漸漸地，靈修成為了我的重擔，恍惚靈修只是為了應付神的要求。

感恩上帝知道我的情況，其後以一句經文點醒了我，當中提到「我喜愛憐憫，不喜愛祭祀」（太九13）。神藉此經文光照了我，讓我看到自己靈修的問題。我就像一個以「靈修」來獻祭給神的人，彷彿要用這法式去討好神。我當時的靈修無非是出於「律法」，即是出於責任，以致我往往不能享受靈修。但事實上，神不是以律法去管轄我，命令我要靈修，反之，祂是以愛吸引我去靈修。我很喜歡一位牧者的話——「He is a God of giving, not a God of taking」。神是喜愛施予的神，亦喜歡透過不同的方式向祂的子民施恩。因此，不是我透過靈修讀經給予神什麼東西，而是神希望透過我的靈修讀經，向我施恩。當我這樣更新了我的心態，我的靈修生活有了徹底的改變。

神這樣愛我和願意施恩給我，正是我願意靈修的最大動力。這真理使我心靈感到輕省、自由釋放，真正有動力去靈修。縱然有時候我仍會因其他事務的拉扯，以致在靈修時間上有掙扎，但每當想到能享受神的愛和親近神，我就更願意花時間去靈修讀經。我再不單是因為責任而靈修，而是想享受神的愛，祂吸引我去親近祂。還有透過其他的屬靈操練，我越來越明白天父慈愛的心腸，感受到更自由和釋放去做神想要我做的事情。

最後以一個例子作結：作為一個兒子，如果每次去探望父親，帶很多的食物和日用品，而毫不享受探望父親的過程，不享受與父親傾談的時間，那作父親的會有何感受呢？相反，倘若兒子享受與父親相聚的時光，即使兒子沒有帶什麼禮物，作為父親的豈不都心中充滿欣慰和喜樂嗎？

或許有些時候，我們的靈修仍不免流於表面，但樂意施恩的父神，仍在等候我們親近祂。願我們都能更多享受靈修的時間，享受在主的愛中！✝





每日靈修·與主同行

方朱淑意

靈修就是一種親近天父的途徑，每天都要專為禱告與讀經而分別出一段時間和一處地點與神單獨相交，這是一種靈性的操練，為的是陶造我們的生命，使我們更像耶穌基督。我們需要的是固定與恆常的單單親近主，而不是時有時無的一種感覺和個人的需要，在每天個人靈修的時刻，我們將一切稱謝、頌讚和禱告呈獻到上帝面前，這也是我們與上帝建立親密關係的美好時段。

專心讀經與安靜禱告就是個人靈修的關鍵時刻，個人認為讀經和禱告是分不開的。閱讀上帝的話語會帶給我們禱告的動力，並帶領我們藉著禱告回應上帝，讓經文激勵我們從內心向神發出讚美、感恩、認罪、傾心吐意及為有需要的肢體代求的聲音。

我習慣每天寫下一篇禱文，向神發出讚美、向神祈求、將一切事情全然交託給神，我們每天面對生活中不同的壓力和困難，每天的靈修和禱告成為我們生活的動力，並且靈修能夠洗滌我們的心靈，被聖靈潔淨。

鼓勵每位信徒在靈修中將有感動的經文記下和背誦，甚至藏在心中，當遇到不如意的事情，如患病、失業、人際關係的衝突和面對生活的種種壓力，這些經文便成為我們的力量，使我們能夠跳出這些困擾著我們的框框，驅走負面情緒，啟發我們正面思維，幫助我們走出困境。寫下靈修時的領受和經文，在長年累月下的努力，日後可以讓我們看見自己的生命在不同方面的改變，這也能幫助我們緊記所學習到的聖經話語，成為生活中的鼓勵和提醒。

我們都是善忘的人，在靈修時所記下的感想、經歷和教導，對我們都是非常珍貴的，將來可供自己重溫或與他人分享，認真地寫下感受和學習心得，讓經文深刻地印在我們的腦海中。無論多忙，將一日裡最好的時間給神是最寶貴的。所以我們評估一下，在一天裡面，那一段時間是你身心最適合與神親近的，就在那段時間靈修吧！

讓每天的靈修實踐到生活裡，我們從靈修中得著的感動、領受、啟示和力量，在日常生活中活出來。我們屬靈生命的成長，就是這樣日復日，年復年的慢慢茁壯成長起來了。✚

靈修與我

高飛

靈修對於我是一個認識，尋求，親近上帝的機會。曾經有嘗試在一天在不同時間靈修，最終決定在早上靈修，在一天的開始，用上帝的話鼓勵和提醒自己。在靈修當中不時會有領受。譬如，在某段時間失去信心時透過靈修看見上帝的愛和信實；在感到孤單難行之際體驗上帝的恩典和應許。雖然忙碌常被當作推脫靈修的藉口，但支持我持續靈修的動力，正源於其中獲得的豐盛收穫。每一天早上靈修，禱告，就如與家人說聲早安一樣，提醒我與上帝的關係是緊密，讓上帝成為我生活中的一部份。每一天以上帝的話語開始，讓我更深刻地認識這一位又真又活的上帝。✚



神隱

右靈修

「祢在哪裡？」「……」他聽見的便只有吵雜，哭號聲音不絕，卻沒有得到回應。「祢在哪裡？」他的聲音也是急切了幾分，耳畔之間卻只剩痛苦的叫喊，祂彷彿已經隱藏了起來。「祢在哪裡？」他喊叫，世界也在叫喊。祂沉默，他也沉默了。唯獨嚎哭不絕，仿如一浪接一浪，把他淹沒。有人說，靈修是人與上帝對話的過程。得不到回應的對話，又可以算是對話嗎？得不到回應，又能繼續對話嗎？他想，或許祂回應了，只是聲音隱藏在叫喊之間。✚

靈修體會

Timmy (巴拿巴)

自從信主之後，知道「每天靈修，保持與神會面」是很重要的。有人說：如果將培靈會比喻成自助餐的話，靈修就是我們每日的正餐了。

在起初的幾年，我會早些出門口上班，先在公園裡看聖經和祈禱，覺得很有幫助。後來，因身體軟弱的緣故，比較難起床，變了在搭地鐵返工時，用十至十五分鐘靈修（說起來有點慚愧），雖然短促並且不容易安靜，但聊勝於無。現在我已半退休，做下午班半天的工作，早上有足夠時間安靜地與神親近，看看祂每天有什麼要教導我，感謝主！

起初靈修是讀一大段，甚至十至二十節聖經，有很多時都是水過鴨背，甚至看完了一大段，也忘記了這一大段。不久，有人教我應該看一至兩節，最多三至四節便可；務求讓神和我之間有深入的相交。之後再看到蓋恩夫人的「簡易祈禱法」一書，便明白到「要先禱告（原來靈修，讀經，聽道，唱詩等也要先禱告，仰望聖靈的教導），重點是不著重多、務求心靈與主有甜蜜的相交，享受主每句帶著愛的話語」。現今社會都在乎在短時間內得着最多東西，但與神相交，在乎心靈和誠實、簡要而深入（另外，若要更全面地認識神，除了靈修，還可以考慮：速讀聖經、小組查經、研經和聽道，當然最重要而不可少的是「遵行主一切所吩咐的」）。

因為坐骨神經痛的緣故，只能做半天工作；早上靈修時間變得充裕了，若遇一些不明白的地方，在祈求主教導之後，若仍不明白，我會上「谷歌」搜尋中外古今信徒對於這段聖經的分享，再仰望主教導（因為當中也有靈派或有些有問題的分享，所以更要慎思明辨）。在這過程中，我發現到：就是最不起眼的或最難明白的一句聖經，也充滿着神的亮光和慈愛，從別人的體會和分享之中、再加上自己生活中的經歷，越來越發覺聖經很有吸引力、是神給我們的珍寶。

雖然自己還有很多需要受神管教和學習的地方，但神仍然沒有放棄我，感謝天父！從前以為「厚厚並很難明白的聖經」那感覺，漸漸被主所賜的信心和亮光取替了，求主保守自己和團契的弟兄姊妹越來越明白聖經的教導並與神親密！

「從前經上所寫的，都是為教訓我們而寫的，好使我們藉著忍耐和聖經中的安慰得著盼望。」

羅15:4 ✚

靈修分享

Jess (約翰團)

很感謝天父，在一個營會裡，有幾位年青人願意立志每天讀聖經靈修，他們年紀輕輕，就懂得讀聖經的重要，我相信上帝很喜歡我們時常讀祂的說話。

記得初信主時，有一位姐姐送了一本A6 size的小書給我，說因為我已決志信主，所以每天都要靈修。雖然當時不太清楚「靈修」是甚麼一回事，但我也開始看那本小書了。當時感到靈修很悶，每天只讀一些短文，跟我有何關係呢？

後來我參加了團契，導師常常鼓勵我們要勤力讀聖經，我和團友開始相約在上班前找個安靜的地方一起讀聖經和祈禱。

有一次靈修的時候我感到身心都很疲累，當我開始祈禱時，就聽到有聲音對我說：「你何時軟

弱，就何時剛強。」這句話觸動了我的心，原來上帝很明白我的光境，我內心充滿喜樂，想不到我和上帝可以那麼近！

原來靈修為要建立我們和上帝有親密的關係，很簡單，讀聖經和祈禱就可以了。

結婚後，除了個人靈修外，晚上我也會和丈夫一起讀聖經，分享，祈禱，做家庭靈修。孩子出生後，我們的家庭靈修聚會便多了一位成員了。

孩子漸漸長大，讀聖經靈修也成了他的習慣，像每天需要吃飯一樣。孩子大約七歲左右，也開始自己讀聖經靈修了。

透過每天早晚讀聖經祈禱，盼望我們和我們的孩子都浸在上帝的說話裡，學習過聖潔的生活，活出主耶穌的樣式。✝

靈修助我靈命長

李馮自然 (婦女部團契)

一每自時會讀不我主求求求事為求為禱謝感每
無當填將將到受讀賜教使主奉同未病告主謝天
掛唱自經金聖雜經力會各使得工信兄感賜父定
慮出唱文句經念時量事地疫力們者姊恩我神時
樂神忘填記的來求處工止症優求早求學家的學
悠的卻曲心金引安事順戰消上康得醫代平眷靈
悠愛憂上頭句誘靜周利鬥滅優健救治求安佑修



聖誕節對家庭的意義

姚靜儀

踏進十二月，各商場已經準備不同的裝飾吸引顧客購物，四處洋溢着歡樂的氣氛，當許多人正忙於購物和籌備與家人慶祝聖誕的同時，可會想起聖誕節為甚麼是一個普世歡騰的節日呢？

聖經路加福音二章10至14節已經給了我們答案：「那天使對他們說：『不要懼怕！看哪！因為我報給你們大喜的信息，是關乎萬民的：因今天在大衛的城裏，為你們生了救主，就是主基督。你們要看見一個嬰孩，包着布，臥在馬槽裏，那就是給你們的記號。』忽然，有一大隊天兵同那天使讚美神說：『在至高之處榮耀歸與神！在地上平安歸與他所喜悅的人！』」

主耶穌基督為我們降生，給全人類帶來救恩，這是上帝給我們最寶貴的禮物。二千多年前，這禮物首先降臨到耶穌的母親馬利亞和父親約瑟這家庭中；當耶穌降生在馬槽時，馬利亞和約瑟帶著無比的期盼，迎接小小的主耶穌成為家庭成員。原來，這普世歡騰的節日最初就是從家庭開始的，可見家庭在上帝眼中是何等重要啊！

家庭是每一個人從上帝得到的第一份禮物。我們一出生，就在家庭中。家庭是我們學習成長的第一個地方。家庭成員的性格、價值觀和心理素質等，都是在原生家庭中建立起來的，父母的培育和影響尤其重要。

筆者曾任老師時，曾讓小朋友畫自畫像，主題是「我最『叻』的是甚麼？」。有學生畫了一個很大的嘴巴，甚至大得與眼睛和面孔不成比例。當被問到為何會把自己的嘴巴畫得這麼大時，他很開心地說：「我好想用我的嘴巴去講多一些關心別人的說話！」我聽後心裏很感動，因為在疫情下，小朋友除了上網課之外，已經很少與其他同學或親戚接觸，但即使如此，他仍很想關心別人。仔細一想，若是帶著負面情緒的父母看到這幅畫得不成比例的圖畫，可能會批評孩子：「你為何把嘴巴畫得這麼大？你要重新再畫一幅才交給老師！」相反，若是正面的父母看到這幅圖畫，就會探索一下孩子的內心世界，發現其背後蘊含著這樣大的愛心，大嘴巴原來是要去關心和祝福別人。

親愛的家長，你想孩子健康正面地成長嗎？你希望孩子能以耶穌的榜樣學習，祝福別人嗎？我們的孩子能夠開心正面地成長，有賴於家長的教導。家長是孩子人生中第一位老師，因此我們要學習如何建立正面和健康的家庭，讓子女能在充滿愛、尊重、關懷和彼此接納的環境下成長，並且一代傳承一代。

每年慶祝聖誕節，正好提醒我們，耶穌基督就是我們家庭的盼望、喜樂、豐盛生命的源頭。正如聖經約翰福音十章10節告訴我們：「我來了，是要人得生命，並且得的更豐盛。」



對抗人口販賣

方大偉（早堂成人詩班B）

「人道救援」一詞，最近常常在網絡新聞出現，什麼是人道救援？與宣教工作有什麼關係？

人道救援的由來

「人道救援」（英語：Humanitarian aid），從字面上解釋是基於人道主義（例如出現人道危機時）而對受助者作出物資上或物流上的支援，主要目的是拯救生命，舒緩不幸狀況，以及維護人類尊嚴。「人道救援」一詞最初出現在西元前五世紀，在古希臘時代，由於當時戰爭而產生出人道的觀念，目的為戰敗一方，不可以對俘虜為所欲為，必須遵守限制，尊重戰俘。

到了西元十七到十九世紀時，歐洲出現不同革命性聲音，當中結合了基督教的慈愛，漸漸地產生了「人人階平等，應給予同樣尊重而非歧視。」的想法。

人道救援的發展

現今的人道救援已不再是集中同一文化，同一地區，在第二次世界大戰後而發展成一個國際性中立救援組織。這些國際人道救援組織屬於國際非政府組織，例如：國際紅十字會、無國界醫生、世界宣明會、樂施會等。不同組織制定了不同人道救援的國際標準基本章程及指引，擔當了不同救援工作的角色，例如：在自然和人為災難前線提供緊急救援物資、醫療救助、災後重建等作出的人道援助，加強救援減災和備災行動。





聯合國將每年的 7月30日定為「世界反人口販賣日」

人口販賣問題

人口販運已經成為近年來全球共同面對的嚴重人權問題，僅次於毒品和武器走私的全球第三大非法貿易，是跨國犯罪組織發展最快的犯罪活動。根據聯合國的定義，人口販運，是一種以欺詐、誘騙或強迫的方式，是剝奪人身自由，以獲取利益來謀取私利的罪行。在2022年聯合國統計資料更顯示，全球約有2700萬人遭到販運，每年持續增加60至80萬的受害者，其中80%是女性與50%是兒童，目前全球有100萬兒童被迫進入性產業。

2022年我在柬埔寨短宣體驗中，有機會接觸了不同機構的宣教士，分別有柬埔寨豐榮事工和WIPE International。跟據宣教士引述，柬埔寨正是目前最嚴重國家之一，至於柬埔寨女性成為人口販賣受害人的原因，主要是因為生活貧窮家庭的孩子，性別不公的社會文化，和教育程度低。在柬埔寨，仍然有些根深蒂固地歧視女性，當地有句俗諺：「男人是金，女人是布。」，常見女孩四、五年級時，留在家，或出外打工幫補家用，甚至「被賣」。特別在疫情間，居住金邊的學生，都因為疫情從金邊回到外省，幫父母落田工作幫助家務，從始便要輟學。

為什麼人口販賣與宣教事工有關係呢？

很多時人口販子會裝出如何幫助貧窮家庭解決生活上困苦，欺騙村民只要有外出打工賺取金錢的機會便可解決生活上困苦，受害者以為是去工作，毫不知情地先被帶到特定的地方然後誘騙到海外。

宣教士分享十年前，她曾經在鄉村牧養了一名女孩，有一天女孩突然走來服侍的機構找她，解釋從明天開始不會再來。當細心查問，才知道女孩父親被車撞倒，需要在醫院留醫，但因缺乏金錢，有一位好心人仗義介紹她工作，可以賺取金錢，還幫她父親附醫院費用。當宣教士將整件事了解及調查後，完全是人口販子自編自導的故事。實情是人口販子找人用車撞傷女孩父親，然後誘騙女孩帶她出國做新娘或勞工。

這些都只是其中一個小故事，但宣教士無因此而放棄，不斷禱告，在聖靈帶領下，她們決定研究柬埔寨的人口販賣情況，研究中她們找到了問題在於無法核實身份證明，導致人口販子有機可乘將受害者帶出國外。宣教士倚靠上帝的大愛繼續去拯救被賣的婦女及女孩，並成立人道救援機構，與柬埔寨政府聯手打擊人口販運，藉著教會和福音重建生命、撫平創傷，提供康復和工作的機會。

十字架的醫治

福音工作在柬埔寨開展了許多不同類型事工，宣教工作除了建立教會和興辦學校外，人道救援也是迫在睫。這一班心靈曾因受過人口販運創傷後的兒童，當福音進到她們身上，就好似一把開啓大門之鑰，讓已經被關閉的鎖再次敞開，與人重新建立關係和信任的第一步。透過福音及生命教育，她們明白只有十字架是唯一能幫助她們承擔她們的痛苦，這是耶穌來到世上的原因。✝

這是天父世界

賴莫筱英（呂底亞團契）

半畝方塘一鑑開，天光雲影共徘徊
問渠哪得清如許？為有源頭活水來

朱熹

呂底亞團契秋季旅行

二零二三年十月二十七日，由陳進華牧師、謝佩霞牧師、鍾秀琴宣教師、並安信旅遊領隊鄺小姐帶領一行五十四人出發旅行。

天光雲影南生圍

南生圍，位於香港元朗橫洲東面，山貝村北面，被錦田河和山貝河圍住，魚塘上偶有候鳥和留鳥飛翔。南生圍曾因鱷魚女「貝貝」而聲名大噪，當日吸引不少遊客前來一看貝貝的居所；而此地亦是元朗唯一的水鄉，河邊是紅樹林、蘆葦田和桉樹林、棄置基圍及婚紗橋等。旅行當日風和日麗，沿河岸行到婚紗橋，魚塘波平如鏡，藍天白雲都在鏡子裡流動，十分優美恬靜。我們在此拍了大合照留念。



有機耕作朗屏葡萄園

下午我們前往朗屏葡萄園，它位於元朗大棠村，佔地二十萬呎，是種植日本士多啤梨及葡萄為主的果園。園內葡萄的品種有：香印、夏黑、春光等，都是有機耕作的；沒有用農藥，沒有用殺蟲劑，貫徹與大自然共生的原則。務農者要親手除草、除蟲等，所需工人比較多，農作物的收成比較低，所以出售價格較昂貴。我們進入蔬果園內，可自由採摘並購買。菜園亦有大白菜、茄子等可供採摘，另外還有甘蔗田。姊妹們買了果實纍纍的葡萄、時令茄子、元朗絲苗和蜜糖等，滿載而歸。除了體驗親手採摘的樂趣，亦是對有機耕作的一種肯定和支持。

學海無涯，感謝主！



1. 橫水渡：上午十時，到達山貝村村公所。沿南生圍路步行不久，便到橫水渡頭，有兩艘古雅の木船隨時候命，這是全港獨有的海上交通工具。人手操作，每位收費七元，每船坐七人。上船時，木船搖晃得很厲害；我們小心翼翼，在領隊和傳道同工的協助下，各人平安登船坐下。一邊欣賞大自然景色，一邊聽到掌舵人撐船時船槳與木頭的摩擦聲。一把年紀的船長，皮膚黝黑，身型健碩；一邊擺渡，一邊說：「船槳是上等木材，已用了三、四十年了。工作忙碌時，曾有七部旅遊巴士的遊客，排隊等候登船，工作應接不暇……」可惜船程太短，坐一、兩分鐘便到對岸，不能再聽他的生活經驗。

2. 紅樹林與魚塘的生態：離開木船，踏上南生圍的大自然小徑；左手邊是山貝河，右手邊是一大片蘆葦叢與魚塘，遠處有紅樹林。領隊講解紅樹林，說：「這裡的紅樹主要是秋茄和老鼠簕，紅樹的落葉，經分解成為基圍內魚蝦的主要食糧^{（註一）}。南生圍的「圍」字是指基圍，以前主要飼養基圍蝦，現在基圍已荒廢，不

過仍有魚塘和農場。魚塘在城市人眼中微不足道，但對拉姆薩爾濕地一帶的生態系統而言，卻很重要，因為是鳥類的棲息孕育地^{（註二）}。」沿途我們亦見白鷺飛翔；不久，它們在林裡休息、覓食，遊人與鳥互不干擾。

3. 尤加利樹隧道：前行不久，眼前出現了一條尤加利樹組成的隧道。尤加利樹即是桉樹，原產於澳洲。桉樹的葉會散發出檸檬一般的清香味道，有驅除蚊蟲的效用。記得在澳洲悉尼藍山Jamison Valley 賈米森峽谷觀景台下望峽谷；九百公尺的深淵，全部是綠油油的桉樹，煞是好看。桉樹油的氣體，聚集在山谷，化為藍色薄霧，是藍山名字的由來。桉樹葉是樹熊的唯一食物，牠每天約吃半公斤。當日我站在筆直的桉樹下，舉目向上，不見可愛的樹熊，但樹下卻有歡喜快樂，一同拍照的姊妹們。
4. 從葉子如何區分菠蘿和鳳梨？村口的石獅子那一隻是雄獅？那一隻是母獅？如何區分獅子和麒麟？甚麼是牌樓？牌坊？領隊又發問了——並等待我們回答！

「我兒，還有一點，你當受勸戒：著書多，沒有窮盡；讀書多，身體疲倦。這些事都已聽見了，結論就是：敬畏上帝，謹守他的誡命，這是人當盡的本分。」（傳12:12-13）

感恩有主的教導。



主是活水，感謝主耶穌

南生圍孕育不少動植物，並擁有風光如畫的美景，全賴周邊的活水泉源。

「誰喝我所賜的水，就永遠不渴。我所賜的水要在他裏面成為泉源，直湧到永生。」（約4:14）

感謝主耶穌基督賜永生江河的應許，我們信靠祂就永遠不渴。

當日在南生圍，看到天空之鏡、風吹蘆葦田、白鷺飛過等，想起一首詩歌，歌詞如下：

這是天父世界，小鳥長翅飛鳴
清晨明亮，好花美麗，証明天理精深
這是天父世界，祂愛普及萬千
風吹之草，將祂表現，天父充滿世間

願榮耀頌讚歸給三一上帝 🙌



註一：綠色香港，花千樹出版

註二：香港生態情報，獅子會自然教育基金等出版



教會園地

95周年堂慶剪影

95周年堂慶籌委

感謝上帝在九龍堂95年來的恩典，讓我們同證祂的奇妙，同建祂的聖工。✝️



「這是耶和華所定的日子，我們在其中要高興歡喜！」（詩篇118:24）



會眾以歌聲和舞步同賀主恩



長青部與你踏上「恩典之旅」，
在這裡，我們看見上帝



成青部透過拼湊puzzle介紹團契



「那些年的果子羚羊」透過畫石頭羊和屬靈果子，使大家認識誰是主的羊和怎樣成為好的羊



以聖經的十誡為內容，圖文並茂，讓參加者守誡命勿出『誡』



人人化身八福神槍手，以精準的槍法『拼』出八種福氣



成青部攤位同時設有DIY環保袋部分，讓參加者運用創意製作獨一無二的「福袋」



宣教關我也野事？
宣教是人人都可參與的，也是上帝對教會的使命



Alpha Space提供一個舒服自在的空間，
透過影片及討論，探索生命意義和認識信仰



聖樂部歷史回顧



敬拜隊與你合拍



深福中心的中學生團契一同到來參與堂慶



少青部的年輕人落力服侍，為來賓會友預備好歌好食，同慶主恩！



「主日學滿Fun」除了有關聖經知識和金句的攤位遊戲外，亦設有「歷史博物館」介紹本堂主日學歷史



主日學學生和會友打扮成聖經人物登場！



兒童部藉「兒童探知館」傳揚福音，在「兒童樂園」中彼此認識建立

伉儷團17周年團慶

伉儷團職員會

伉儷團成立於2006年，至今踏入第17年。感謝主！今年疫情得以減退，我們可以重返教會舉行團慶活動，感覺倍添親切與溫馨。

伉儷團聚會在每個月的第二及第四個週末，時間由下午4:30至6:15，地點在313室。每個週會的活動有詩歌及個人分享外，還有不同的內容及環節，（包括：講座、祈禱、查經、活動等等）；其中活動週可分為戶內及戶外，戶內的有動態活動，如：競技及問答遊戲，也有靜態的內容“品嚐咖啡，細味人生”。而戶外週參觀香港不同文物及展館，更有每年傳統年初三的團拜等活動。歡迎有婚姻經驗的弟兄姊妹參加。✝️



現任職員會成員



伉儷團大合照



新一屆職員會成員



伉儷團17周年團慶聚會特備伉儷衣著選舉得獎感受

Victor (夫婦最佳衣著獎)

團契就是透過相互交往、分享和建立關係，也是共融上帝與人之間的和基督徒之間的兩種親密關係。其旨在增進基督徒和慕道友共同追求信仰的信心和相互分享、幫助的集體情誼。彼此共融一種甜美和諧的生活，建立合一的連接，無論是短暫的、經年累月的，還是每日都有的團契正是生命真實的連結。蒙主施恩，引領我倆有幸加入禮賢會「九龍堂伉儷團」，並開展團契的生活。在每次團契聚會彼此濟濟一堂，相愛相親，充滿喜悅。

本年11月11日欣逢伉儷團舉行17周年團慶聚會，在聚會中設有多姿多彩的項目，其中我倆在「伉儷衣著選舉比賽」環節中獲得「夫婦最佳衣著獎」獎項，我倆既要感到非常高興，也要感謝團慶籌備工作人員的辛勞和各位弟兄姊妹同心的支持。如果沒有你們懷抱的支持，我們想不會獲得這獎項，讓我倆在主愛中同心度過美好又難忘的一天。✝



Bibi (夫婦最合襯衣著獎)

今年團慶舉行夫妻服裝比賽，神令我想起多年前丈夫公幹時買了一套紀念品：一條呔以及一條頸巾，一直被我收在櫃裏，今次派上用場，襯以白色上衣，結果喜出望外，竟蒙評審們青睞而得最佳合襯服裝獎。這套呔和頸巾的圖案是金屬，經顯微鏡顯示出大大小小不同形狀的晶體，再染上顏色而形成的特殊圖案。我覺得夫妻兩人就像擁有大大小小不同形狀的晶體（有優點、有缺點、有能力、有軟弱），在神的護庇帶領下（染上顏色），就能呈現美麗的圖案，榮耀主名。✝



Shirley (夫婦最具創意衣著獎)

感恩伉儷團契在天父的恩典路上走過17年。回望十七年的歲月裏，人事、環境、社會、政情，世界都有很多很大的變化，這些各種各樣的變化都帶着不同程度的衝激。雖然如此，我仍感受到團友們都一直一同竭力地保守在主裏，我們除了恆常團契聚會外，還有不同的小組查經，弟兄姊妹分別在教會內和外也有不同事奉。三年疫情和社運後的今年2023在教會裏再次聚首一堂一同慶祝團慶，有新的朋友出席也有多年沒相聚的舊團友，欣喜之中那種對變幻無常的感慨絲絲的縈繞心頭。在日光之下，萬物有時，我們真的要緊隨天父來應對無窮的變幻，從祂那裡支取生命的泉源和力量。祈願弟兄姊妹安穩在主裏，靠聖經的話和聖靈引導繼續踏上變幻的未來。✝



約書亞記 (全卷二十四章)

鄧少軒長老

一、經文背景

《約書亞記》沒有註明作者是誰，傳統認為本書源自約書亞的記述（參24:26），由後期的編者，將這些材料編輯成書（參24:29-30）。

基督教把約書亞記列為歷史書，在舊約聖經中，緊接摩西五經之後的，就是歷史書，共有十二卷。約書亞記就是歷史書的第一卷。歷史書所講的是從以色列人在迦南地建國起，直到被擄為止。其中包括五個時期：

1. 建國時期（約書亞記）；
2. 士師時期（士師記、路得記、撒上一至十章）；
3. 列王時期（撒下十一至三十一章、撒下、王上下、代上下）；
4. 被擄時期（王下二十五章、代下三十六章、以斯帖記）；
5. 少數遺民歸回耶路撒冷（以斯拉記、尼希米記）。

在希伯來《聖經》中，《約書亞記》是前先知書的第一卷（其他包括士師記、撒母耳記上、下和列王紀上、下）。其特性如下：

1. 以申典神學為基礎：順者蒙福、逆者受罰（參申28；利26）。
2. 以「先知史觀」的角度看舊約歷史，解釋以色列人進入和被逐出迦南的始末。其中上帝是透過歷史說話，傳達祂的心意及計劃，並從上帝的角度去分析戰爭。
3. 始於約書亞（書1:1-9），終於約雅斤（王下25:27-30）。

約書亞的原名為「何西亞（יְהוֹשֻׁעַ ho-sea）（參申32:44），意即「他拯救」，其後摩西為他改名為「約書亞（יְהוֹשֻׁעַ yeho-sua）（參民13:16），即「耶和華拯救」，希臘文為「耶穌（Ἰησοῦ Iesou）」。

約書亞是以法蓮支派的領袖（民13:8）。聖經中第一次提到約書亞是在出埃及後以色列人與亞瑪力人打仗，當時約書亞已顯示出其軍事天才（出17:8-13）。約書亞被上帝選為摩西的繼承人（參民27:12-23），是摩西的助手（參出24:13和33:11），被上帝形容是一個有聖靈的人，並專心地跟隨耶和華（參民27:18和32:12）。約書亞和迦勒在回報窺探迦南地結果時堅持上去得地，既勇敢，又堅定（參民14:6-9）。

約書亞接替摩西帶領以色列人入迦南地時的年齡約有八十歲，死時是一百一十歲（參書14:7；24:29）。

摩西逝世前，遵照上帝的吩咐，將領導權交給約書亞（參申31:1-8）。摩西辭世後，以色列人為他哀哭了三十天（參申34:7-8）。《約書亞記》開始時，以色列人處於應許之地的邊緣，在約旦河東安營，約書亞下令全民準備過約旦河，進入上帝賜以色列人為業之迦南地（書1:10-11）。

《約書亞記》可分為兩個部份：攻取迦南地（1-12章）；憑信分地（13-24章）。這兩部份亦可各再分為兩個部份：進入迦南地（1:1-5:12）和進佔迦南地（5:13-12:24）；分配土地（13-21章）和結語（22-24章）。

二、重點解讀

1. 「摩西死了」（1:1）標誌著一個時代的結束，約書亞不再是摩西的助手，而是要靠著上帝帶領以色列人過約旦河，得地為業。
2. 「腳掌所踏之地」（1:3）暗示以色列人需要有所行動，才可擁有土地。他們的腳走到多遠，就獲得多少土地。這是一個慷慨的應許，但他們必須親自行動。這是一條神聖的法則，指出上帝的應許與人的回應之間的互動關係。
3. 耶和華對約書亞個人的吩咐（1:5-9）

W	上帝與約書亞「同在」	（1:5）
X	吩咐約書亞要「剛強壯膽」	（1:6）
Y	「謹守律法」凡事順利	（1:7）
Z	要約書亞如何「謹守律法」	（1:8上）
Y'	「謹守律法」凡事順利	（1:8下）
X'	吩咐約書亞要「剛強壯膽」	（1:9上）
W'	上帝與約書亞「同在」	（1:9下）
4. 1:12-15約書亞重提河東兩個半支派大能的勇士都要帶着兵器，幫助其餘九個半支派過河得地為業，才可以回到約旦河東。
5. 探子與喇合事件（2:1-24）

X	約書亞差派探子	（2:1）
Y	喇合助探子	（2:2-7）
Z	喇合的認信和要求	（2:8-14）
Y'	探子允保護喇合	（2:15-22）
X'	探子回報約書亞	（2:23-24）
6. 第三至四章記述了約書亞和以色列眾人起行，離開什亭，來到約旦河。過了三天，他們起行離開帳棚過約旦河，期間河水被中斷，以色列人可以從河中到渡過約旦河。正月初十，百姓從約旦河上來，就在耶利哥東邊的吉甲安營。他們從約旦河取來的那十二塊石頭立在吉甲，讓他們

的子孫知道，以色列人曾走乾地過這約旦河。

7. 第五章記述以色列人過河後，在吉甲行割禮，因為以色列人在曠野走了四十年，在路上他們沒有受割禮，約書亞就為他們行割禮（5:2-9）。以色列人在正月十四日晚上，於耶利哥的平原守逾越節。逾越節的第二日，他們吃了當地的出產，以色列人吃過迦南地出產後的第二日，嗎哪就停止了，表示結束了四十年的曠野生活，從此要吃上帝所賜應許之地的出產，進一步經歷上帝的應許。約書亞靠近耶利哥的時候，遇見了耶和華軍隊的元帥，當他明白了誰作「元帥」後，便臉伏於地下拜，聽從吩咐。
8. 耶利哥城是世上最古老的城市之一。城牆有些地方有8.6公尺高，6公尺厚，甚是堅固。兵士站在其上守衛，能極目遠眺。這城表明強大的軍事力量，迦南人認為它固若金湯，牢不可破。但約書亞按著耶和華的吩咐攻城，結果是順利地奪取了耶利哥城（第六章）。
9. 第七至八章記載以色列人因亞干在當滅之物上犯了罪，以致在艾城戰敗。當除掉當滅之物後，便能反敗為勝，攻取了艾城。
10. 9:1-11:15以色列人取下耶利哥城和艾城後，得勝的消息傳遍遠近，出現了兩種反應：首先是迦南諸王聚集，同心合意要與約書亞和以色列人作戰；但基遍的居民卻意識到抵抗以色列人是徒然的，就精心策劃了一個計謀來誘騙以色列人，與他們立約。基遍因與以色列人立約，受到五王的聯軍攻擊，約書亞守約出兵幫助基遍，藉上帝的幫助，擊敗五王聯軍，其後更成功奪取南面和北面的眾城邑。
11. 11:16-21:45約書亞至此已大致征服了迦南全境，從南端的加低斯巴尼亞，到北方加利利海東北約65公里的黑門山一帶。雖有少數迦南人存留，當時已起不了什麼作用。主要的敵對勢力雖然被攻破，但以色列人還要繼續將迦南人克服，因為上帝親自對約書亞說：「還有許多未得之地」（13:1）。這段經文記載如何劃分應許之地，包括約旦河以東地區、以西地區，也提到設立逃城和利未人的城鎮。雖然利未人沒有獲分產業，他們卻給利未人城鎮居住，以及城鎮的郊外供他們牧養牲畜，安置財物。
12. 到了第二十二章，約書亞勉勵河東二支派半要繼續愛上帝，祝福他們後，便打發他們回河東。但當二支派半來到約旦河邊，還未過河時，竟然在河西那邊築了一座壇（22:10-11）。這件事幾乎引發以色列河東的二支派半和河西的九支派半內戰。最後，經過雙方坦誠的溝通對話，這個衝突得到美好的結束。
13. 第二十三至二十四章記錄了約書亞的最後講話。他在離世之前，召集以色列的眾支派、長老、領袖、審判官和官長來到示劍，宣講了兩篇遺言，藉此鼓勵和提醒以色列人要選擇事奉耶和華，並立志守約。

三、反思及生活應用

1. 第一章提到屬靈領袖應有的素質如下：
 - A. 持守上帝的使命和應許，致能「剛強壯膽」。

- B. 幫助跟隨者有同樣的看見，一同「踏上」信心的腳步。
- C. 須在生命中體會和經歷「上帝的同在」。
- D. 要熟讀（「晝夜思想」）並「謹守遵行」上帝的話語。
- E. 堅定相信「我（上帝）必不撇下你，也不丟棄你」。
2. 上帝要以色列人用十二塊石頭為記號，紀念祂如何幫助以色列人過河。在你的生命裡，曾否經歷過上帝的帶領和幫助？你會如何記念這些經歷？
3. 很多時候，我們會看重別人是幫助或是不幫助「自己」，甚至祈求上帝幫助「自己」。但「耶和華為元帥」提醒我們，須先檢視自己是否站在上帝那一方，接著是俯伏在祂跟前，學習聆聽和跟從祂的吩咐。
4. 亞干的犯罪過程是看見，貪愛，拿去，埋在，卻把上帝的吩咐拋之於腦後。我們不能避免「看見」，卻必須不讓自己「貪愛」，「拿去」，「埋在」，要認定所有事物皆由上帝所賜，不要把不屬自己的事物據為己有。
5. 雖然以色列人經歷過上帝的恩典，但不代表他們會誠心誠意事奉祂。因此，約書亞臨終時不厭其煩地要求以色列人立志事奉上帝。今天，你是否可以在上帝面前立志，誠心誠意事奉祂？✚

中華基督教禮賢會九龍堂

活水甘霖

利未記

截止報名：

12月17日

(可以二維碼報名)



日期：

2024年1月4日-3月7日

(逢星期四晚，2月8日休課)

上課形式：

網上課程（小組分享）

導師：

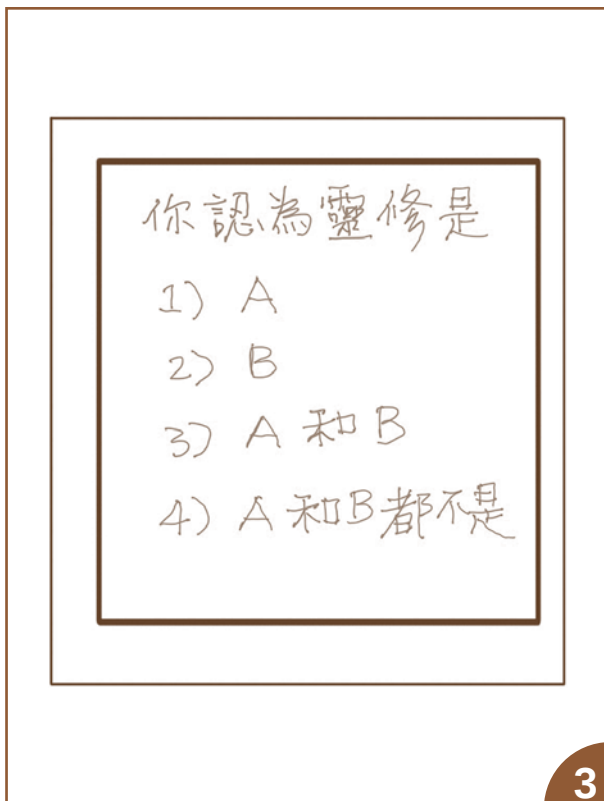
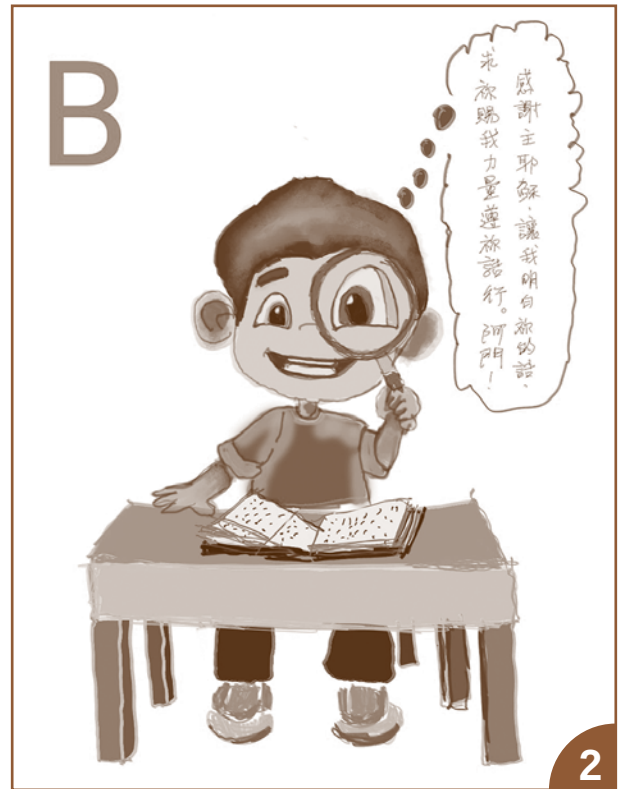
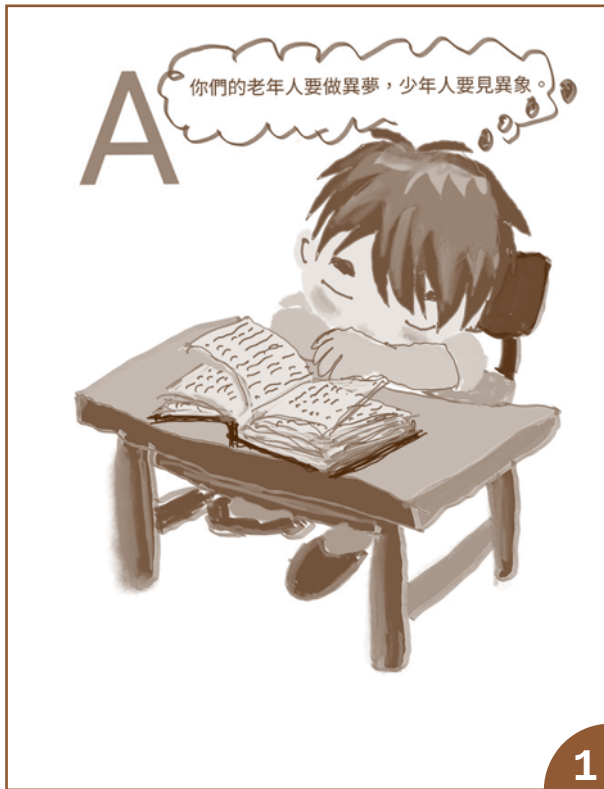
鄧少軒長老

盧鎮國宣教師



你認為靈修是

Ken叔叔





使命多面睇

信心之旅 (2+3) 之 堂會牧者同行 尋覓神心意

許少端 (安得烈團)

「你怎樣差我到世上、我也照樣差他們到世上。」 (約翰福音17:18)

神差耶穌到世上來，耶穌照樣差門徒到世上去，甚願主也差遣我們一家出去！我們是蒙福的一家，因在尋求神心意的路上，有堂會的牧者和會友同行。

我們一家與禮賢會九龍堂有着深厚的感情：大偉的父母是九龍堂會友，老爺曾在梨木樹禮賢學校任教。大偉自少在主日學長大，現在每主日在教會中仍會碰見不少主日學導師和同學仔。我在初中開始返九龍堂，副堂、婦女部房、公園仔、禮小課室和禮堂，都留下不少腳印。我成長的安得烈團雖然已經沒有聚會了，但年輕時與團友建立的那份感情我想一輩子都在。一轉眼，30年過去了，現在輪到三個女兒在教會成長。曾經，我是以賽亞團的導師，大偉是GLOW團契的導師；然後，以賽亞團友是我們女兒的主日學老師，GLOW團友是我們女兒團契的團牧，好一幅薪火相傳的圖畫！

我們與堂會有着密切的關係，堂會的牧者認識我們一家，會友又與我們一起成長，因此當堂會的牧者與會友關心我們的宣教心志時，令我們感到主內一家那份難得的連繫和支持，我想這份連繫和支持是差會無法取締的。唯有同行，牧者和會友才會明白我們一家的實際需要，才能更具體地了解我們一家將會面對的挑戰，然後更恆久地為我們祈禱守望和給予實質的幫助。

還記得在2022年，當大偉展開他的50天短宣之旅時，何歡玲牧師、李玉珠傳道、錦榮執事、雅璧姊妹，Ronald弟兄、還有大偉的主日學同學、約翰團友和詩班員，成立了祈禱支援組，與我們一起經歷神的帶領。還有一班安得烈導師、團友、昔日戰友、教會牧者和不少會友，也在背後默默為我們一家祈禱。

在尋求神心意的過程中，感謝葉牧師抽空與我們見面，聽我們分享領受。感謝雅璧姊妹在上年大偉個人短宣和今年一家五口體驗之旅後，與我們做Debriefing。感謝進華牧師做大偉的Mentor，幫助他

成長。感謝何歡玲牧師和李玉珠傳道這兩年來對我們一家的關心，主動約見我們，給我們分享的機會，同時又向我們提出疑問和表示顧慮，幫助我們梳理思緒，好去摸清神的心意。神同樣在大女以心身邊賜下鼓勵者：Gogo、Billy、Ada導師。

可以說，如果沒有堂會牧者的同行，我們一家在探索的過程中，定會感到孤單。如果沒有前輩的經驗分享，我們可能會走很多冤枉路。因此，十分感恩有何牧師和李傳道與我們同行，給予意見、鼓勵、關心和印證，還安排我們在教會祈禱會分享。感恩教會各牧者、長輩和會友對我們的鼓勵和支持，還有Mission Chain組員的同行和代禱。讓我們繼續一起去經歷神的信實和能力，然後繼續不斷地驚訝讚嘆：神的作為真奇妙！在祂果然沒有難成的事！

主耶穌升天前曾應許：「但聖靈降臨在你們身上、你們就必得著能力，並要在耶路撒冷、猶太全地、和撒瑪利亞、直到地極、作我的見證。」 (使徒行傳1:8) 盼望在堂會牧者的同行下，能激勵和推動更多領受了聖靈的洗的會眾實踐宣教使命，加入宣教行列，或被差出去，或差人出去，同心合意把福音傳遍全地。「在列邦中述說他的榮耀，在萬民中述說他的奇事。」 (歷代志上16:24)

主阿！盼望在堂會牧者的同行下，有更多九龍堂會友被差出去為你作見證！盼望正在宣教路上尋覓神心意的人，都有堂會牧者和會友的同行，誠心所願！✝

2023年11月20日

代禱：

1. 我們確實看到神在引領我們前往泰北清萊宣教，請繼續為我們祈禱，耐心等候神開路、差派。
2. 在等候中，不要憂慮，要學習用信心抓緊主的應許：「你們要先求他的國和他的義，這些東西都要加給你們了。」 (馬太福音6:33)



被聖靈充滿的攔阻

李達德長老

引言：

我會按教會的委托，接續「認識聖靈」系列的講道。

- 如果你要畫一幅描述聖靈的圖畫，你會畫什麼呢？鴿子？火焰？大風？

大部份人對聖靈的工作印象是外顯、神蹟性和奇特的，但今日聖靈的工作是否仍是這麼震撼？

- 回想在2000年前的巴勒斯坦地一班跟隨主耶穌的人藉着聖靈的工作燃點起一個小小的火花，但很快小火花就變成熊熊的烈火，把週邊地區燃燒起來，福音就從猶大地區傳到歐洲。2000年後的今日，聖靈是否會同樣在我們身上成就上帝大能的工作？

我想請大家思考三個問題

- ★ 你有沒有聖靈？
- ★ 你曾否經歷被聖靈充滿？
- ★ 如果我有聖靈，為什麼我經歷不到他奇特的工作？

請翻開以弗所書第五章 v1-v20

聖靈的工作

第一個要思考的問題：今日你生命中有沒有聖靈？

要知道答案，首先我們要明白聖靈的工作。

在聖經中我們可以找到聖靈超過30種不同的工作，我們較熟悉的可能是祂引導我們、感動我們、賜下各樣恩賜、使信徒合一等等。我卻會把聖靈的工作簡化分為三個：

1. 感動人認罪悔改

他來的時候，要為罪、為義，為審判，指證世人。約16:8

所以，我要你們知道，被上帝的靈感動的，沒有人會說「耶穌該受詛咒」；若不是被聖靈感動的，也沒有人能說「耶穌是主」。林前12:3

聖靈會光照我們，使我們看見自己的污穢，是一個罪人，得罪聖潔的上帝。

聖靈幫助我們認識耶穌是真神，是上帝的兒子，是為我們的罪釘死在十字架的救贖主。

聖靈會感動我們認罪悔改，接受耶穌基督為救主和生命的主。

2. 是得救的人的印記

在基督裏你們聽見真理的道，就是那使你們得救的福音，你們也信了他，就受了所應許的聖靈為印記。弗1:13

大家有沒有簽過合約？當一份重要的合約完成後，就會蓋上**印記**。表示了文件的條約的真實性和權威性，不能再更改。所以當你相信，真誠接受主耶穌為你的救主和生命之主以後，聖靈就會成為你的印記，進入你的生命中，表示上帝已經赦免你的罪，稱你為義，並接納你成為祂的兒女，就算將來環境改變，甚至我們軟弱跌倒，這個和上帝訂定的合約是不會更改的。

- 聖靈又被稱為**保惠師**（advocate）辯護人、見證人，當我們被控訴我們沒有永生，不可能進天國時，聖靈就會站出來證明我們是得救的人，是上帝的兒女。

- 所以弟兄姊妹，昔日你認罪悔改，就已經經歷聖靈感動的工作了。

當你真誠舉手，決志接受耶穌基督為你的救主和生命的主的那一刻，聖靈就永久住在你的心中。

3. 幫助信徒成聖

主所愛的弟兄們哪，我們本該常為你們感謝上帝，因為他揀選你們為初熟的果子，使你們因信真道，又蒙聖靈感化成聖，得到拯救。

帖後2:13

所以，作為蒙慈愛的兒女，你們該效法上帝。

弗5:1

- 成聖（Sanctification）是指一個重生的基督徒，被陶造逐漸變成一個像基督的人。

原來我們得救，並不是信仰生活的終結，而是一個旅程的開始。我們要透過屬靈操練、門徒訓練，脫去舊人，穿上新人，目的是要更像基督。聖靈很重要的工作，就是在這個成聖的過程中，幫助我們透過生命轉化，更像基督。

- 在這過程中，聖靈會幫助我們活出基督的樣式，結出聖靈的果子，流露出仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制。加5:22-23
- 聖靈又會幫助我們擁抱基督救贖的使命和負擔，放膽傳揚福音，祂會賜下生命力來使我們成就神的旨意，在生活上不斷榮耀上帝。

聖靈的充滿

什麼是聖靈充滿？談到聖靈充滿我們可能會聯想到五旬節聖靈的工作，聽到大聲響，見到火焰舌頭、信徒講方言等現象，認為有一些外顯、突然、震撼、戲劇性、神蹟性的表現才是聖靈充滿。

「不要醉酒，酒能使人放蕩；要被聖靈充滿。」5:18

- 保羅用酒比對聖靈的工作，酒能使人上癮，酒精亦能完全控制人的思想和行動，醉酒和酗酒的後果是放蕩（是指荒廢和破壞生命）。

我最近遇上一個40多歲的男病人，他瘦弱，雙腳無力，屢次跌倒，他的膝蓋也因跌倒積血。他又失去記憶，連時間和自己身處在哪一個地方也不知道。原來他是一個酒徒，十多年來每天飲10至20次酒，他完全被酒控制，不能停止，失去了社交和工作的能力。幸好姐姐不斷支持，經過個多月的治療，他已經可以拿拐杖慢慢走路。

- 一個酗酒的人被酒控制，同樣被聖靈充滿的人，是全人被聖靈控制和掌管，只是他會像基督充滿

愛，結出聖靈的果子。

被聖靈充滿是否一定是突然、一次震撼戲劇性的經歷呢？

「被充滿」一詞令我們想起把水倒入一個杯，由空至灌滿，是一次過的。

John MacArthur 牧師有一個更好的比喻，就是一隻帆船的帆被風吹着，使它持續不斷的向前航行的情況。聖靈就是那風，是不斷的！有時只是微微的風，帆船順著風慢慢向前航行，但有時會有強風吹着帆，使船乘風破浪高速前行。我們需要聖靈每一天供應我們的需要，引導我們遵行上帝的旨意，對付罪惡，過一個敬虔的信仰生活。但有時我們亦需要大風，就是聖靈的大能，幫助我們有能力面對特別的需要，有勇氣去見證傳揚福音。我自己也曾多次經歷聖靈溫柔的安慰，面對試探的提醒和把握機會向身邊的人傳福音的感動。記得在我讀中學時，曾在夏令會中，經歷聖靈像強風般的大能。祂使我強烈的感受基督犧牲的大愛，最後流著淚站立決志，將我生命獻給主，直到今日仍沒有改變。

聖靈如何掌管我們的生命？

- 「但真理的靈來的時候，他要引導你們進入一切真理。因為他不是憑著自己說的，而是把他所聽見的都說出來，並且要把將要來的事向你們傳達。」約16:13

聖靈被稱為**真理的聖靈**，真理就是上帝的話。聖靈的工作與上帝的話語是不能分割的

- 要被聖靈充滿。¹⁹要用詩篇、讚美詩、靈歌彼此對說，口唱心和地讚美主。²⁰凡事要奉我們主耶穌基督的名常常感謝父上帝。弗5:18-19

當用各樣的智慧，把基督的道豐豐富富的存在心裏，用詩篇、讚美詩、靈歌，彼此教導，互相勸戒，以感恩的心歌頌上帝。西3:16

請留意這兩段經文的並行。兩件事帶來相同效果。被聖靈充滿與被上帝的道充滿帶來相同的結果。**聖靈充滿就是被上帝的話充滿。**

► 保羅說「要被聖靈充滿」，是一個命令，表明是每一個信徒都需要主動爭取的，我們需要把上帝的話語豐富富存在心裏，聖靈會藉着上帝的話語，一生不斷陶造我們，使我們像基督。

► **聖靈工作最大的攔阻是什麼呢？**最大的攔阻就是我們肉體的情慾。

「我說，你們要順著聖靈而行，絕不可滿足肉體的情慾。因為肉體的情慾和聖靈相爭，聖靈和肉體相爭，這兩個彼此敵對，使你們不能做所願意做的」加5:16-17

以弗所書第五章描寫了這個邪惡的世代，淫亂、污穢、貪婪、淫詞、妄語和粗俗的俏皮話成為今世的風俗價值觀，那空中的掌權者魔鬼就是用這些習以為常的風俗，使我們放縱情慾，破壞聖靈的工作。

1. 虛浮話語的欺騙

不要被人虛浮的話欺騙了，因這些事，上帝的憤怒必臨到那些悖逆的人 v6

► 虛浮的話是指似是而非的空談（Empty talks）。今日傳媒、網絡、電視、電影都充滿着這些空談，為我們洗腦、大家有沒有聽過以下這些言論：

- Just do it 想做就去
- You only live once, enjoy...你只活一次，盡情享受吧
- The number one rule in business is no rule, just don't be caught 我們首要的規則是沒有規則，只要不要被捉到便可以了
- 若不先同居，怎可知道對方是否適合成為我的終身伴侶

多年前在倫敦的音樂家發現一些做散工的小夥子，上班時常常吹一些不合音調的口哨。後來發覺原來是大笨鐘有部份的鐘聲走了音。小夥子們沒有留意到這些音調的改變，不知不覺下便吹出這些音調。同樣我們會被現今的文化洗腦，慢慢便跟隨它們離開上帝，悄悄地被這世界錯誤的價值觀牽引着走人生路。

► 大家記得魔鬼怎樣在曠野試探耶穌嗎？牠也是用這些似是而非的話語試探耶穌。主耶穌得勝魔鬼的秘訣就是用上帝的話去回應牠。故此我們要勤讀聖經、查經和背誦金句。面對這些扭曲的價值觀，只有上帝的話能夠有能力面對。我今年也學習抄寫金句，放在銀包內，常常背誦，我也鼓勵大家這樣做。

2. 同流合污的陷阱

所以，不要與他們同夥。V7

你們不要和不信的人同負一軛 林後6:14

► 以前農夫耕地的時候，會用兩隻牛背起同一個軛，朝着同一方向來耕地，如果兩隻牛行不同的方向，又或行不同步伐，便不能完成工作。

我的經驗是你親密的朋友或伴侶，會大大影響你的信仰生命。我親眼見過不少弟兄姊妹，因為與不信主、有不同價值觀的人埋堆，受到他們的影響，最後離開教會。

► 有一弟兄疫情後到國內無錫交流公幹。晚飯後，工作夥伴和老闆安排一眾到KTV唱K，原來到了那裏，除了唱歌外也有一些女伴陪飲，每人選一位女伴陪玩陪唱，弟兄希望離開，但因為返酒店路途太遙遠，唯有留下。他們一邊飲酒，一邊開始玩一些不正當身體接觸的遊戲。聖靈提醒弟兄不可參與。於是他便表明自己是基督徒，拒絕這種玩意，自己另坐一個角落，等候聚會結束。感謝主保守他沒有受引誘犯罪！他回港後，向公司表明以後除非絕對必要，他才會返國內公幹，而且他會選擇即日來回，並不會參與他們的飯局。

► 故此弟兄姊妹，你們要小心選擇身邊的朋友和生意拍擋，防備被誘惑陷入罪中。

3. 暗昧無益的危險

第三個攔阻是暗昧的生活

「從前你們是暗昧的，但如今在主裏面是光明的，行事為人要像光明的子女——光明所結的果子就是一切的良善、公義、誠實。總

要察驗甚麼是主所喜悅的事。¹¹那暗昧無益的事，不可參與，倒要把這種事揭發出來。」V8-11

- 暗昧的事是指當你關上門，沒有人知道又或是沒有人看見的時候，你會做得罪上帝的事。

魔鬼會在這時候告訴你，既然沒有其它人知道，你要好好享受一下。

你可以瀏覽色情網站、放縱肉體犯姦淫、盜取或使用不屬於你的東西。

- 聖靈的工作是幫助我們離開黑暗，成為光明的子女。

一個被聖靈充滿的人，就是一個**表裏一致**（Integrity）的人。你在黑暗中所做的事，可以光明正大的擺出來給別人看見。

以下是一位姊妹的見証：

有一天，我駕車去又一城想買些東西。當我駛入P1停車場，正倒車泊入車位時，一個不留神，我的車尾竟撞到泊在我旁邊的汽車車門，當時我立刻下車，發覺那車的司機位車門已被我車撞凹。我第一個反應就是把車駛走，泊到P2停車場去。當我上到又一城商場時，心裏又驚又悔改。我怕面對車主的苛責，又擔心不知要付多少賠償金，更自責自己不小心泊車，所以只想一走了之。但聖靈不斷責備和催促我去悔改。我在商場徘徊多時，心裏極其不安。我禱告求主幫助我去處理我的過失。在多次的掙扎後，我終於鼓起勇氣下到P1停車場，找到剛才被我車撞凹的車，寫了一張字條，告訴車主我很抱歉在泊車時撞凹他的車門，並留下我的電話，承諾我會作出賠償。寫完後我便回商場等消息。不久車主致電給我，我便跟他商討，決定他日後修理好車門後我便賠償給他。過了一個星期，車主修理好車門後便約我見面。當天我告訴車主，若我不是一位基督徒，相信我早已逃跑了。

讓我們在聖靈提醒和帶領下活出一個表裏一致的人生。

4. 浪費光陰的愚昧

第四個攔阻是浪費光陰。

你們要謹慎行事，不要像無知的人，要像智慧的人。要把握時機，因為現今的世代邪惡。v15-16

把握時機，是指好好管理自己的時間。

- 香港人的特色是忙。無論讀書、返工、湊小朋友，甚至事奉，各有各忙。我們剩下的時間不多，魔鬼的計劃就是要令你忙上加忙，搶奪你餘下的休息時間，使你沒有時間與上帝親近！

你如何使用你的時間？我發覺很多香港人都喜歡上網漫遊、看電視、打機和煲劇集來打發時間，這樣忙碌的過活如何能與上帝親近呢？

- 聖靈往往是在我們安靜獨處的時間向我們說話

當耶洗別追殺以利亞先知的時候，他躲在洞中，上帝叫他站在山上。有烈風，有地震，有火出現，上帝卻不在其中。上帝用的是微小的聲音提醒、帶領、安慰和引導。

要被聖靈充滿，我們需要每天有安靜反思的時間。

總結：

1. 聖靈的工作是幫助我們成聖、生命轉化成為一個像基督的人。
2. 被聖靈充滿，不一定是奇特震撼性的經歷，而是聖靈會透過上帝的話語來控制和陶造我們的生命。
3. 要謹慎對付攔阻聖靈的事情：

虛浮話語的欺騙 - 要勤讀、查考及活出上帝的話語

同流合污的陷阱 - 小心選擇與你親密的伙伴和群體

暗昧無益的危險 - 活出一個表裏一致的生命，常行在光明中

浪費光陰的愚昧 - 要珍惜時間，每天讀經禱告，安靜反思，留意聖靈的引導 



簡麗恩傳道

2019年的夏天，我有幸跟隨信義宗神學院的神學教授羅永光博士到德國，參與名為「改革運動及其歷史遺產」之旅。十八天的旅程中，必不可少的是到訪威登堡的諸聖堂（All Saints' Church, Wittenberg），一睹馬丁路德和墨蘭頓的墓碑，還有那道被喻為釘上《九十五條論綱》的教堂大門。那時，正當我在古今歷史的痕跡中緬懷、沉醉、思緒如潮湧之際，一位同學（當時也是我的男朋友）邀請我在稍後的自由時間陪他去一個地方。於是，我跟著他，拿著地圖，走了近半小時的路程，來到綠草如茵卻杳無人煙的公園，稱為「路德花園」。原來，為了紀念教會改革運動五百周年，來自世界各地的信義宗教會在威登堡的一片園地種了合共五百棵樹，象徵教會改革以來福音遍傳的成果。而我倆走了那麼遠，就是為了眾裡尋「樹」——尋找屬於禮賢會香港區會的楓樹。¹

或許由那一刻開始，我與禮賢會九龍堂就結下了不解之緣。由神學院聖樂崇拜、院慶、畢業禮，以及我和丈夫許紹恒傳道（即上述找樹的「他」）的婚禮也離不開九龍堂這個大家庭。

自蒙召以來，上帝一直透過我自身的經歷、過往的輔導經驗、教會與社會的處境等感動我去回應下一代的危機和挑戰。祂多次多方向我指明要培育身心靈健壯的新一代，必先預防青少年的精神健康問題；要建立青少年，最好由童年開始；要牧養孩童，必定與家庭工作密不可分；而要更有效服侍家庭，事必以自身基督教的家庭為福音的搖籃。²因此，神學畢業後，我與丈夫按上帝的心意，雖各自回到母會服侍，但亦將夫婦同堂同工的心願放在禱告中。想不到，上帝的計劃比想像中來得更快；更想不到，讓我倆夢想成真的地方就是丈夫屬靈的家，就是種下那棵楓樹的教會！

四年多前，我在編號169的楓樹下，隨意拾起一個小青蘋和一根蒲公英拍了一張照片，現在回首一看，彷彿再次印證上帝的奇妙可畏。在此，僅盼憑相寄意，願上帝繼續使用僕人，栽種、澆灌、扶植孩童的生命，與弟兄姊妹同行、同成長，一同經歷福音的大能，結出纍纍果實，見證基督。✝️



¹ 翻查網上資料，屬於禮賢會香港區會的楓樹是由本堂胡麗蓉牧師代表種植。編號為169號。
<https://www.luthergarten.de/en/trees/the-chinese-rhenish-church-hong-kong-synod.html>

² 在輔導學裡，輔導員的自身經歷、情感、個性等也被視為治療過程中的資源，稱為“therapeutic use of self”。同理，若我們看事奉為生命的一部份，我們的家庭、婚姻、才幹、經驗等，也可以視為服侍主和傳福音的屬靈寶庫。

一、祝誕日程

日期和時間請參考附圖，敬請預留時間出席。
「在至高之處榮耀歸與上帝！在地上平安歸與他所喜悅的人！」（路加福音2:14）

二、女堂董選舉

二零二四至二零二五年女堂董選舉結果如下：

當選堂董：方黛明、何林佩珊、吳林惠莊、姚靜儀、高麗霞、馮陳璟怡、黃胡綺詠、鄔劉文鳳、詹李美儀、蔡徐華、韓陳嘉碧、謝黎惠芬、羅康怡、蘇吳玉英。

（以上排名不分先後，以筆劃排序）

候補堂董：李文筱慧、鄺德華、黃碧珍、陳麗群。

三、2024春季 - 成長九式課程

成長九式課程承接「Alpha Space」後之課程，十分適合各慕道者、初信者以及剛接受聖洗禮的會友參加，讓其認識信仰基礎的操練。新一屆將於明年一月七日至三月十日（二月十一日年初二除外）逢星期日上午十時三十分至中午十二時於教會411室舉行。現正招募學員及各事奉人員，願主親自使用和賜福，讓學員的信仰得以扎根，屬靈生命茁壯成長。

四、培育事工組

- （1）【活水甘霖】研經系列三《利未記》將於一月四日至三月七日（逢週四晚，共九課，二月八日年廿九除外）以小組分享形式，網上進行。
- （2）【家庭牧養系列】《婚姻預備班》將於一月二日至二月二十七日（逢週二晚，共八課，二月十一日年初二除外）八時至九時三十分於教會214室舉行。

五、進階門訓

作主門徒組「進階門訓」第一階段第1期現接受報名，截止報名日期為十二月三十一日。小組將於明年為二月至九月展開，啟動及簡介會將於明年二月二十五日（主日）下午舉行。

- 目標（1）針對幫助信主年日較長的信徒，突破樽頸，屬靈生命有新的成長與發展
（2）在屬靈群體裡，建立「自我餵養、牧養他人」的概念，加強彼此牧養。

二零二三年度祝誕日程	
主日學部祝誕	12月24日（禮拜日） 上午八時四十五分
兒童部祝誕	12月24日（禮拜日） 上午十時三十分
聖誕夜聖樂崇拜	12月24日（禮拜日） 晚上七時三十分
聖誕日大崇拜	12月25日（禮拜一） 上午八時四十五分
聖誕期聖洗禮	12月25日（禮拜一） 上午十一時正
年更新請見證會	12月31日（禮拜日） 晚上七時三十分
女堂董接職禮	2024年1月7日（禮拜日） 第二堂：上午十時三十分

禮賢會九龍堂 2023年10月份收支情況

	10月份(\$)	1-10月份累積(\$)
堂會 - 總收入	2,481,168.29	21,989,838.80
堂會 - 總支出（包括資產項目）	2,398,381.88	21,716,855.74
堂會 - 盈餘 / (不敷)	82,786.41	272,983.06

其他收支詳情，請會眾留意九龍堂報告板通告，並請繼續為堂會奉獻收入祈禱。

凡使用劃線支票作本堂奉獻，抬頭請寫
「中華基督教禮賢會九龍堂」或
「The Chinese Rhenish Church, Kowloon」。
會友可直接存入下列銀行戶口：



458-0-008474



中國銀行(香港)
BANK OF CHINA (HONG KONG)

012-816-1-026508-3



(FPS Mobile No.) 63615161

捐款額為HK\$100或以上的正式收據，可向香港稅務局申請扣除薪俸稅/利得稅。
捐款後可將奉獻者資料傳真 (FAX) 2397 5515或電郵給我們
offering@rhenish.org.hk，以便發出奉獻收據。

編者話

大約在兩個多月前開始構思今期主題，心裏惦記着自己的靈修生活，私心地想取取經、聽聽弟兄姊妹的心得和分享，決心取題為《靈修分享》。感謝主的恩典！今期不乏不同年齡層弟兄姊妹的金石良言，更有牧者的教導，定能使我們主內各位領受一二。更有幾件開心事值得再三說說，當中包括：95 周年堂慶、伉儷團團慶、新同工介紹和弟兄姊妹的宣教分享，都一一值得一看再看。

時間有如白駒過隙，轉眼間已經是今年最後的一個月，在寫這篇編者話的同時，正值將臨期第一主日，「日月星辰要顯出預兆，地上的邦國也有困苦，因海中波浪的響聲而惶惶不安。人想到那要臨到世界的事，就都嚇得魂不附體，因為天上的萬象都要震動。那時，他們要看見人子帶着能力和大榮耀駕雲來臨。一有這些事，你們就當挺身昂首，因為你們得救贖的日子近了。」路 21:25-28，將臨期是基督徒虔備心靈，迎接耶穌基督降臨的日子，願我們各人不忘召命，並滿有恩典！✠

預告 一月份主題

回歸上帝 重尋召命

責任編輯 | 馮麗娟 (irisho58@hotmail.com)

截稿日期 | 2023年12月24日

出版日期 | 2024年1月14日

本期責任編輯：陳惠群 (carmenchan3838@gmail.com)

編輯委員：袁添松 廖志勇 張允遜 袁銳標 李芷欣 張偉然
楊秀琮 潘鳳琮 王袁成 馮麗娟 何敏玲 張英銳

出版：禮賢會九龍堂出版部

崇拜地址：九龍又一村達之路十二號

電話：2397 5511

網址：<http://www.rhenish.org.hk>

傳真：2397 5515

電郵：kl.mustard@rhenish.org.hk

設計製作：圖騰設計印刷有限公司

電話：2722 5322

傳真：2369 8499

本期印數：800本

目錄

牧者的話

2 忙、忘、茫、亡

謝佩霞牧師

主題文章：靈修分享

4 靈修問題回應

胡麗容牧師

7 在靜修中反思

陳翠嬋宣教師

9 靈修再思

葉啟章

10 每日靈修·與主同行

方朱淑意

10 靈修與我

高飛

11 神隱

冇靈修

11 靈修體會

Timmy

12 靈修分享

Jess

12 靈修助我靈命長

李馮自然

會友廣場

13 聖誕節對家庭的意義

姚靜儀

14 對抗人口販賣

方大偉

16 這是天父世界

賴莫筱英

教會園地

18 95周年堂慶剪影

95周年堂慶籌委

22 伉儷團17周年團慶

伉儷團職員會

活水甘霖

24 經卷概覽系列：約書亞記（全卷二十四章） 鄧少軒長老

27 12月活水甘霖宣傳

趣味漫畫

28 你認為靈修是

Ken叔叔

使命多面睇

29 信心之旅(2+3)-之堂會牧者同行尋覓神心意

許少端

每月靈食

30 被聖靈充滿的攔阻

李達德長老

新同工介紹

34 簡麗恩傳道

簡麗恩

35 消息與代禱及教會活動綜覽

36 編者話

歡迎你投稿

《芥種》作為本堂出版的月刊，乃為弟兄姊妹以文會友，文以載道，互勵互勉，成為彼此造就的橋樑。投稿中英文不限，若需安排口述筆錄，可與本刊編輯聯絡。稿例如下：

- 文章可以筆名刊登，惟所有投稿務請附真實姓名、所屬單位及聯絡方法。
- 本刊歡迎各類與信仰相關題材，惟與本會神學立場相違，或行文內容偏頗的文章，編輯有權刪改該文，或退稿不作刊登。
- 作者文責自負，文章意見並不代表本刊立場。

如欲閱讀網上版，請即登入：

<https://rhenish.org.hk/home/download-area/monthly-news/>



本刊部份經文引自《和合本修訂版》，版權屬香港聖經公會所有，蒙允准使用。