

二零二六年八月
五百八十五期

芥種

重擔的釋放



「凡勞苦擔重擔的人可以到我這裡來，我就使你們得安息。」

馬太福音 11:28



極小的事與不可少的事

劉志良牧師

被別人批評論斷，是無可避免的。不論是因我們犯錯而遭到負面批評，或是被誤會或嫉妒而遭受惡意論斷，都是我們成長時或做工後的常有遭遇。這些經歷必使我們不快，甚至深藏傷痛的回憶。我們當如何處理？日後再發生類似的事時，我們又當怎樣面對？

看為極小的事

使徒保羅曾談論自己如何處理被人批評論斷，他說：「³我被你們評斷，或被別人評斷，我都以為是極小的事；連我自己也不評斷自己。⁴雖然我不覺得自己有錯，卻也不能因此判為無罪；審斷我的是主。⁵所以，時候未到，在主來以前甚麼都不要評斷，他要照出暗中的隱情，揭發人的動機。那時，各人要從上帝那裏得著稱讚。」(林前4:3-5)。保羅表示他處理的方法是把被人批評論斷看為「極小的事」。他認為很多人事物背後藏著隱情，而且各人的行事動機都不是人所能完全明瞭的，所以應該由主作審斷。從保羅的教導，我們學習到不要自以為聰明，自視為已洞悉各項人事物的來龍去脈，判斷誰是誰非。不然的話，我們便淪為胡亂批評和惡意論斷的小輩了。

尋求公正審斷

使徒保羅教導我們，倘或在教會內遭到別人冤枉或虧負，當尋求教會委派智慧的人作審斷，而不是彼此爭吵或向外控訴。因此，歷代教會都在十誡那信仰行為的總綱之下，設立信徒言行的指引或守則，教導我們行事為人該如何保持聖徒的體統，以尊榮上帝，親愛眾人。(參林前6:1-8) 主耶穌也教導我們如何處理教會內有信徒違反誡命或延伸的教導時，先要私下勸勉；若不得要領，便帶一個或兩個人同去勸導；若仍不聽勸，就告訴教會，交由教會仲裁。(參太18:15-17) 因此，不少堂會都制訂處理違反教會紀律的指引，讓堂會領袖與信徒都清楚明白教會對信徒言行見證的期盼，以及輔導跟進與執行紀律的合宜程序。這都是歷代先賢智慧的安排，我們應當謹慎參詳。

情願受屈吃虧

雖然聖經已有上述該如何面對被人批評論斷或冤枉虧負的教導，教會又輔以跟進輔導及處理紀律的指引，但實際上仍有人因各樣緣故而面對無法澄清事實，以及不能洗脫冤情的痛苦處境。使徒彼得教導我們要學習為主緣故忍受冤屈的苦楚，而不要強行伸冤甚至報復，因為主耶穌也為我們而被冤屈成罪人，更為我們犧牲受苦受死成就救贖。(參彼前2:19-21) 彼前提醒我們要效法主耶穌「被辱罵不還口，受害也不說威嚇的話，只將自己交託給公義的審判者。」(彼前2:23) 使徒保羅也同樣地提醒我們：「為甚麼不情願受冤屈呢？為甚麼不情願吃虧呢？」(林前

6:7b) 他所說的「情願受冤屈」與「情願吃虧」，也就是我們因愛主和愛教會而心甘情願為主而忍受苦難的節操。我們信靠主和交託給祂，最終必得祂的伸冤和獎賞。

避免落入圈套

當我們明白聖經的真理，也有愛主愛教會的心，便能學像使徒保羅那樣把面對別人惡意批評和不公論斷看為「極小的事」(林前4:3)。事實上，當我們學不到這功課，便會心靈受困，情緒低落，影響行事為人，削弱判斷能力，最終可能落入魔鬼的圈套，被恨意攻心，受不住試探時以誹謗論斷對方作報復，便失去上帝的喜悅。我們的心靈也就受惡毒的思想捆綁而失去在基督裏的自由，行事為人和思想態度亦會趨向世俗。那些深明真理的人，便會對我們敬而遠之。這樣，我們不但失去主同在的能力，也失去有志者的支持，大有可能在主的永恆大棋局中由車馬砲淪為棄卒，那是十分可惜的呢！

不可少的事

另一方面，我們若學不到把惡意批評和不公論斷看為「極小的事」(林前4:3)，很可能會錯失完成那「不可少的事」。主耶穌曾勸導那「為許多的事操心煩惱」的馬大，要像馬利亞那樣「選擇……那上好的福分」，因為那才是「不可少的」一件事。(參路10:38-42) 事實上，當我們心靈充滿怨憤，聽道也不留心，便會失去屬靈追求的動力，也會忽略心意更新的操練。主提醒我們要「選擇……那上好的福分」，那就是作正確的判斷。因此，我們也要做明智的決定，「選擇」把惡意批評和毀謗論斷「看為極小的事」，讓我們不會因小失大，忽略了要完成那「不可少的事」。

只有一件事

使徒保羅教導我們要竭力追求討主喜悅和完成主的託付時，他說：「我只有一件事，就是忘記背後，努力面前的，向著標竿直跑，要得上帝在基督耶穌裏從上面召我來得的獎賞。」(腓3:13b-14) 保羅人生最關注的事，就是要完成主的召命。那是何等重要的託付呢！我們若明白這事的重要性，便知道自己不應花時間和精力糾纏在那些批評論斷之上，應當把它們都看為極小的事。須知我們人生的光陰有限，窮盡一生拚盡全力也不一定能為主成就大事，所以我們不該花時間和精力使自己糾纏在極小的事之上。我們當效法保羅那樣「忘記背後，努力面前的，向著標竿直跑」，目標是要完成主的託付，討主喜悅，得祂的屬天獎賞。

結語

聖經說：「主的靈在那裡，那裡就得自由。」(林後3:17) 讓我們靠主的靈得以從怨憤和不安中得到釋放，心意更新，讓聖靈充滿而得心靈自由，能看那些消極批評和惡意論斷為「極小的事」，也重視主看為「不可少的一件事」，清心領受真理教導，亦追求討主的喜悅，效法使徒保羅在人生中「只有一件事」，「忘記背後，努力面前的，向著標竿直跑」，靠主完成主託付的使命，榮耀主名，領受屬天獎賞。✝



烏雲背後的彩虹：重擔中的釋放

鍾秀琴宣教師

人生路上，當烏雲暴雨驟至，你會如何面對？是咬緊牙關，告訴自己「再撐一下就過去了」？還是假裝沒事，把情緒壓下去，繼續如常生活？抑或，你也曾在心裡默默問：「主啊，我要撐到幾時呢？」

其實，聖經從不否認人生有重擔，卻清楚指出人有出路。主耶穌說：「凡勞苦擔重擔的人，可以到我這裡來，我就使你們得安息。」(太 11:28) 彼得前書也提醒我們：「你們要將一切的憂慮卸給上帝，因為祂顧念你們。」(彼前 5:7) 腓立比書更進一步指出，當我們凡事藉著禱告把需要告訴上帝時，「上帝所賜出人意外的平安，必保守你們的心懷意念。」(腓 4:6-7) 這三段經文，為我們描繪出一條清楚的屬靈路徑：**來到主前、學習交託、經歷平安**。以下我願意用自己最近幾個月的經歷，與大家分享。

一、卸下偽裝，趨近主前

重擔往往來得突然，叫人措手不及。當重擔臨到時，人最自然的反應，往往是先想辦法自己解決，或把情緒壓下去，盡量維持表面的鎮定。但真正的釋放，並不是從硬撐開始，而是從來到主前開始。主耶穌的邀請，不是給那些已經站穩的人，而是給那些勞苦擔重擔的人。祂不是要我們先整理好自己，才可以親近祂；相反，正因為我們軟弱、疲乏、無助，所以更需要到祂那裡去。

今年初，我也親身經歷了這樣的風雨。原本只是一次身體檢查，發現有婦科問題，於是安排了手術。我曾以為事情終於可以告一段落，心裡甚至以為雨停了，重擔也可以暫時放下。沒想到，病理報告卻改寫了故事：胸部腫瘤並非單純良性，而是介乎良與惡之間；緊接著，我又突然被診斷出子宮內膜癌，需要儘快進行第二次手術。

當醫生告知這個消息時，我表面還算鎮定，內心卻極不平靜。那一刻，一句詩歌歌詞浮現心頭：「Lord, I'm not ok.」這不是誇張，而是我最真實的狀態。因為那不只是身體上的病，更是整個人生節奏被打亂。剛轉到成青部事奉，需要重新適應；又已報名二月底到柬埔寨短宣考察培訓；手術後能否如期上機？即使成行，會否影響團隊行程？短短三個月內要接受兩次全身麻醉，會否影響記憶，甚至影響事奉？

人在風雨中，最深的困擾往往不只是事情本身，而是那種失去掌控的感覺。正因如此，主的邀請才顯得格外珍貴：祂不是要我們先整理好自己，而是邀請我們帶著重擔來到祂面前。

二、放下掌控，學習交託

面對重擔，我開始學習交託。彼得前書提醒我們：「你們要將一切的憂慮卸給上帝，因為祂顧念你們。」(彼前5:7) 說起來容易，做起來卻不簡單。人天生想抓緊結果、安排與安全感；但交託的功課，是承認自己有限，相信上帝卻不有限。

使徒彼得不是要我們假裝沒有憂慮，而是教我們把憂慮真正卸下來。所謂交託，不是把問題丟開不管，而是把主權交回上帝手中。當我們仍想自己決定一切時，心靈就很難安靜；但當我們願意承認：「主啊，我不能，但你可以。」我們就開始走向釋放。

在那段迷茫的日子裡，上帝讓我看見一幅彩虹圖畫。那不是浪漫的提醒，而像是一個清楚的記號：上帝看見，祂記念，祂仍然守約。彩虹對我來說，不再只是美麗的景象，而是上帝信實的證明。那一刻，我開始把焦點從「我能不能承受」轉向「祂仍然是可靠的」。

三、禱告仰望，經歷平安

於是，我每天靈修禱告，把心中的憂慮、重擔和恐懼帶到主面前。上帝藉著腓立比書的話提醒我：「應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告……上帝所賜出人意外的平安，必保守你們的心懷意念。」(腓4:6-7) 平安不一定先來自環境改變，而是先來自上帝的保守。

我向主求三件事：第一，希望可以完成柬埔寨行程後才做手術；第二，希望手術能一次過處理兩個部位；第三，更盼望手術後不需要電療或化療。這些禱告，不是因為我預知答案，而是因為我深信上帝仍然掌權。

我最深的體會，不是問題立刻消失，而是內心慢慢被安穩。焦慮沒有完全不見，但不再主導我；不安仍然存在，但不再吞噬我。禱告沒有讓我逃避現實，反而讓我在現實中不被壓倒。

回望那段日子，真是滿有恩典。最終行程得以成全，手術安排也蒙帶領，而手術後又不需要電療化療。雖然上帝不一定每次都按照我們所求的成就，但在這一段路上，祂確實憐恤了我的軟弱。這一切都提醒我，**交託不是消極的放棄，而是對上帝信實積極的信靠。**

總結：烏雲雖真，恩典更實

這段經歷，我想帶給人一個提醒和鼓勵：重擔是人生中無可避免的一部分，但重擔不必成為我們生命的終點。聖經不是叫我們忽略痛苦，而是教我們在痛苦中找到出路：**來到主前、學習交託、經歷平安。**這條路不是一次性的情緒安慰，而是一種持續的屬靈操練。

或許今天你也正在承受風雨，也有一些說不出口的壓力與痛苦。你不需要獨自承擔，因為主仍然邀請你來到祂面前。當我們願意把重擔交在祂手中，終有一天會發現：烏雲雖然真實，彩虹也同樣真實；而在烏雲之後，上帝早已為我們預備了恩典與平安。

願這座烏雲背後的彩虹，今天也照亮你的心！ ☂

留一天與祢喘息

梁月明



很喜歡去退修避靜，讓身心靈得安息，享受靈裡自由，安穩在主裡。每半年我都會安排2-3天作個人退修與屬靈導師SD (Spiritual Director) 約談，聆聽聖靈並辨識上帝的帶領。在繁忙的生活中，能遠離煩囂的確很『奢侈』——你願意留一天與祢喘息嗎？

在幻變的世代中，我們生活總充滿未知與挑戰，當人的計劃趕不上變化，我們面對的困難和挑戰越來越多，也發現主恩更浩大，正正見證著信仰的真實。特別人的心靈感到疲累，需要找到一位能夠可以安心把自己交托的對象。耶穌教導我們：「凡勞苦擔重擔的人都到我這裏來，我要使你們得安息。我心裏柔和謙卑，你們當負我的軛，向我學習；這樣，你們的心靈就必得安息。因為我的軛是容易的，我的擔子是輕省的。」馬太福音十一28-30

每一次退修，每一次獨處安靜、每一次歸心禱告等操練，也教我學習歸回到主耶穌面前，聖經也教導我們要不住的禱告，是提醒我們時刻與上帝結連，學習放下重擔，把一切交託給主，活出基督的樣式。當人的靈深刻的經歷神，會被主的話語去陶造、轉化與更新，學習與主同負一軛，自然會感到擔子是輕省的。

回首從2015年踏上全時間事奉的路，轉眼間已十年～按靈修大師盧雲 (Henri J. M. Nouwen) 的描述：「以往每一次在靈命路上的掙扎，每分進步，都不是白費的……靈程路愈走愈窄、愈難行、本來就應這樣……是因為愈走愈深……愈難行，就愈要靠主恩走下去。」

願我們向神敞開生命，敏銳聖靈的聲音和帶領，更謙卑地省察自己生命，也領受神每時每刻的同在和恩典。誠心所願 🌸

輕省同行 展翅上騰

謝俊杰/週五職青

本月第一個星期，我聽到有弟兄分享《馬太福音》十一章二十九節：「我心裏柔和謙卑，你們當負我的軛，學我的樣式；這樣，你們心裏就必得享安息。」這段經文提醒我，作為基督徒跟隨主耶穌，其實應當是輕省而不沉重的。

回想去年年中，我曾經歷情緒低谷。感恩神讓我保持每天祈禱和靈修的習慣，使我沒有跌入完全崩潰的境地。在安靜祈禱的時間，神讓我重新回顧自己的人生：從初職階段、回到大學、中學、小學，甚至幼年時期，許多難忘的經歷、不同的朋友圈子，都一一浮現眼前。我開始為過去的錯失尋找真正的原因。

其間，我閱讀了不同的基督教書籍，也聆聽了很多心理學家弟兄的講座，學習將自己經歷過的一切，無論是喜樂、失落，甚至痛苦全部寫下來，並逐一透過禱告交託給主耶穌基督。我向主傾訴所有勞苦重擔，承認自己過去的錯失與罪，在主面前承認自己的軟弱，尋求祂的幫助，求主向我施恩憐憫。

慢慢地，我經歷神的帶領：祂讓我回到教會，重新參與團契；透過與弟兄姊妹彼此代求、認真查考聖經，神帶我走出情緒低谷。不但使我能接受自己的過去，更讓我為過去的錯失與經歷添上一份新的意義，因為神讓我在過往的歷程中數算祂的恩典，看見祂的工作。

更重要的是，神讓我看見自己在家庭中的召命，就是陪同父母回到教會，認識主耶穌基督，讓他們看見兒子重新得力的真正來源。我盼望透過分享這些經歷，能造就其他弟兄姊妹，成為別人的祝福。

請紀念小弟的父母，願我們一家在主裏得著平靜安穩。🌸

弟兄姊妹，你有沒有試過——明明正值假期，星期六日或休假期間，腦海中卻不斷浮現工作上的死線壓力、尚未完成的項目、人際間的張力。想休息，但腦袋不肯關機；想放鬆，但心仍舊縛在公司。這種「重」，不單來自工作量，更來自一種無形的壓力——害怕做得不夠好、害怕自己承擔不起。

有趣的是，這種「重」，原來不單出現在職場，連在教會服事中也會遇到。例如在傳福音的活動籌備上，雖然知道傳福音是一種使命，但當我們籌備活動、栽培隊員、關心慕道朋友時，有時會不自覺地想「做到最好」，然後忘記了，一切成事都來自於神。

記得有位團友跟我說，當年我向她傳福音時她聽得「一頭霧水」，卻牢牢記住一句話：「信了主不一定沒有苦難。」她說，就是這句話，讓她在日後的困難中沒有離棄信仰。她還說：「就是因為知道有神，我才捱得過。」她的分享提醒了我：無論職場或服事，重擔是真實的，但神同行的恩典更加真實。

過去一年，在職場上，與老闆的磨合充滿挑戰；但他退休臨走時，給了我肯定的評語。那一刻我百感交集——原來那些好艱難的日子，神一直看在眼里，一直與我同行。重擔還在，但這份確信，像一陣涼風吹過心頭。

聖經說：「你們要將一切的憂慮卸給神，因為祂顧念你們。」(彼得前書五章7節)重擔不是靠「想通」來釋放，而是靠交託給主來釋放。祈禱不是最後一招，而是第一招。我學習逐項祈禱交託，事情不一定立刻改變，但心裡的石頭輕了。更深的領受是——要在困難中更加學會交託，更重要的是，我們侍奉的對象是神，而不是人。既然成事在神，我們就可以更加放心，將所有的困難、重擔都交託給祂，讓神親自去帶領。

記得有屬靈導師說過，我們要「凡事謝恩」，無論遇到什麼困難及挑戰，都有我們可以學習的地方——神讓我們遇見這些事情，一定有功課要給我們學習。而重擔有時也是上帝給我們鍛煉的機會，讓我們在交託中學習放下靠自己，一步一步更像耶穌基督。想想耶穌，祂受盡逼迫誤解，卻依然順服到底。祂的重擔比我們任何人都重，但祂沒有逃走，而是完全倚靠天父。神要我們記住的，從來不是苦難有多大，而是祂的恩典夠用。

所以今天，當壓力再次浮現時，不妨對主說：「這個重擔，求祢教我如何背負，也教我何時放下。」

原來釋放，不只是問題被挪開，而是在重擔中讓我們依靠神，漸漸變成更像耶穌基督的人。✚

重擔的釋放

週五職青——林峻





成就不可能的事

Daisy Cheung (但以理)

要常常喜樂，不住的禱告，凡事謝恩。因為這是神在基督耶穌裏給我們所定的旨意。

一. 神是我所依

人生不如意事十常八九，但信主就是最好的福氣。身為基督徒，凡事都可以禱告。無論什麼事情，都可以交托恩主手中，深信主的恩典，永遠夠用。神是我所依，禱告加守望，互相包容，彼此代求，彼此相愛，彼此關懷，神就是愛，依靠主的大能，主的慈愛比生命更好。耶穌說：我就是生命的糧。到我這裏來的，定必不饑；信我的，永不乾枯。

二. 上帝聽禱告

轉眼間，親愛的媽媽離世，不覺已經九年了。傳道書說：天下萬物一切有定時。幸好媽媽離世前的三星期，一日決志，一星期洗禮，三星期返天家。雖然依依不捨，天國再見。卻為她能成為神的女兒而感謝主，因為她生前常說耶穌是好友，但又未肯相信。痛苦和壓力原來就是人生的催化劑，不斷向上帝禱告，上帝應許永不落空，最後爸媽也能安放在一起。成為神的兒女。

三. 交託主恩手

媽媽離世後，內心的悲痛非筆墨所能形容，以致情緒低落，心想：人活著為什麼，連親人也不能照顧。樹欲靜而風不息，子欲養而親。期間家人決裂，將一切責任歸咎自己。當收拾媽媽物件時，更覺得自己做得不足夠，又因為見到樓下長者就會觸景傷情，所以申請遷離自己的區分，就近親友，方便照應。其實這是很難的事，因為自己是跨區特別調遷，一切只有交託主；情緒和心靈就有出路。在神沒有難成的事。

四. 我向你禱告

神在不同的時間給我不同的經文，淚水構成不同的圖畫，神透過不同的天使幫助和鼓勵，奇異恩典。與神同行，好得無比。之前是自己的旨意。但神從詩歌中告訴我：行在神的旨意，神蹟必可看見，等候和忍耐，期間神透過不同的經文告訴我……首先：若不是耶和華建造的房屋一切也枉然，只好信靠順服。最後神給我的經文：雖然無花果樹不發旺，葡萄樹不結果，橄欖樹也不效力。因地不出糧食，圈中絕了羊，棚內也沒有牛。然而我要因耶和華歡欣因救我的神喜樂主耶和華是我的力量。

五. 主恩典足夠

主是牧者，一無所缺。透過不同的同行者和天使，縱然沒有工作，也能生活，還能去短宣和感恩奉獻。天父給的超乎想像：終於在三年後成功搬遷。亦在三星期內搬了家，媽媽離世的病床是3樓33號，我兒時的學號3號，我亦有親友33歲離開世界，而親愛的主耶穌同樣是行了33年神蹟。所以3字對我來特別有意義。一切有定時。重擔變輕鬆。祈禱必得勝。

最後祝福大家：

感恩每一天，靠主萬事都能，要常常禱告，不可灰心，遍傳福音，主同在不用怕，與神同行人生路，神必將一切咒詛變為祝福。

將一切重擔；壓力；痛苦和情緒心靈禱告交托；仰望恩主。以馬內利。

Hallelujah ㊦



2026 千歲宴隨筆



張英銳

今年由長青部舉辦的千歲宴主題是「福臨千歲宴，恩澤滿禮賢」。日期是2026年7月18日（星期六）上午11:30，地點是尖東帝國中心會所一號維港皇宴，大會司儀是蘇吳玉英執事及杜景浩執事，是日筵開30席，參加人數共354人，其中80歲或以上會友費用全免，共有90人，每位出席的兄姊均獲贈一個有溫度顯示的保暖杯作為紀念品。因為有許多主內的贊助者，大會安排了每枱有二份枱獎，還有43份獎品供抽獎，包括人蔘茶禮盒、不銹鋼雪平鍋、臘腸腸禮盒、各式滋保湯包、頂級天白花菇、百佳禮券、即食鮑魚零食禮盒、鮑魚禮盒、普樂士多功能雙層迷你電蒸籠、黃花膠筒禮包、小米手提蒸氣熨斗和氣炸鍋等，抽獎另設兩份專為80歲及以上會友的特別大獎。

聚會開始由陳進華牧師帶領祈禱及短詩《天上來的愛和兄弟相愛》。跟著是由本堂主任劉志良牧師證道，主題是「同行天路樂悠悠」，劉牧師以他在疫情期間自己在沐浴時不慎跌倒傷及前額的經歷，天父卻能保守他在短時間內完全康復，並以絲毫無損的容貌出席大女兒的婚禮。



在本堂80歲或以上長者連同長執進行大合照後，接著有今年別具特色的表演項目，有基督小精兵共15人獻唱《每天要感謝和亮晶燈》，他們包括11位N-K3幼童（2-5歲），3位初小（6-8歲），1位高小（11歲）。繼而是福音粵曲合唱《問我主恩有幾多》（杜葉愛珍等1男7女聲合唱）。

然後是致謝及舉杯儀式，長執和眾籌委及司儀同聲說「祝大家身體健康，主恩滿溢」。抽獎前是午宴時段，由會正鄧少軒長老謝飯祈禱。

酒過三巡後是包括有中西樂器合奏《鳳陽花鼓和歡樂頌》，獻奏者有小提琴（馮家恆），電子琴（馮家信）、長笛（杜景浩）、古箏（陳國輝）、高胡（張英銳）和二胡（陳曉琦）。

當天大抽獎時段，獲獎的弟兄姊妹皆喜形於色，不亦樂乎！最後由謝佩霞牧師給與會者祝福，午宴在歡樂的交談聲中結束。✚



Awana——兒童迎新接待

簡麗恩



聖經教導我們客人要殷勤款待 (羅12:13)。隨著堂會優化迎新接待事工，兒童部也著力關心每個新到訪的孩子。雖然教會地庫沒有cookies and coffee，但我們

有熱情洋溢的uncles and aunties！每個主日，一班導師總會細心地為孩子按年級和色隊整齊地擺設名牌，像款待貴賓一樣。新朋友總感到驚訝：為什麼你知道我的名字？為什麼這裡有一個屬於我的名牌？是的！能夠正確稱呼孩子的名字，就是迎新接待的第一步，也是增加孩子的安全感和歸屬感的關鍵。讓小孩子到主耶穌跟前來，或許就是這種被看見、被珍惜、被記念，獲得一視同仁的看待。接待，其實由踏入群體的第一刻開始。

在Awana，我們為每位孩子建構了專屬的個人資料庫、進度表和成就記錄。每個主日，當孩子喜樂地散去，導師們就擔當秘書，為孩子逐一輸入出席情況及當日進度，為的就是用心了解他們在信仰學習上的需要。固然很多孩子鍾情於活潑的集體遊戲，但從我們收集回來的意見調查發現，不少孩子表示最愛的是小組時間，因為他們很享受與導師談天說地。說到底，真正讓孩子感到被珍重的是愛的關係。另一個窩心時刻是學期結束的Awana嘉許禮。隨著暑假的開始，各導師為孩子總結過去一年的學習成果，由司儀、接待、攝影、獻唱等都由隊員分工合作，雖然過程中難免出現小瑕疵，但我們深信主悅納孩子盡心呈獻的「五餅二魚」。而在導師和一眾家長眼中，孩子的用心努力和真誠喜樂比所謂「完美」的表現更難能和貴。

踏入第四個年頭，Awana兒童聚會好像一個初生嬰兒一樣，經歷了trouble two、terrible three的混沌期，從挫折中慢慢調節出合適的時間表，配設合適的分班和活動空間，並重新整理課程的系統和導師的配搭分工。建立一個新事工，從來不是一蹴而就的神蹟，而是從無數次碰壁和困難中，不斷修正和回轉，在主裡坦然面對種種挑戰，深耕細作的過程。感謝主在Awana事工起步和成長的過程中，賜下許多忠心又滿有愛心的兒童導師，在不同轉變中，尤其人手不足的情況下，仍然堅守崗位，一同奮鬥，努力事奉主。因著看見需要，本年三月我們開展了一個新營隊：Puggles小賣營，以適切的方式接待初入學的兩歲孩子。由祈禱、物色導師、預備教材到正式試業，全是主的恩典和工作！經過五個月的實戰經驗後，我們幾位Puggles導師都深深愛上服侍這



群兩歲的孩子。事實亦證明，倘若我們有足夠資源，能把兩歲孩子從K1-K2孩子分別出來，兩歲的孩子較能平定情緒，減少焦慮感，學習的主動性和吸收力亦大大提升。

感謝主持續不斷的操練Awana的團隊，學習以謙卑的心殷勤款待每個踏入（或是跳入、爬入、被抱入……）堂會的孩子。求主為堂會興起更多有心志服侍孩童的兒童導師，並把握時機，從小將基督教的價值觀和語言系統植根在孩童的心版上，使我們的家庭、學校和教會都能言說上帝的作為，隨時隨地分享主的福音，並以讚美和感謝為我們的標記，使人認出我們就是跟隨主的門徒了。



P3-P6 T&T導師 柳美姿 (美姿姨姨) & 陳嘉傑 (KK叔叔)

作為夫婦一同在Awana服侍，是上帝給我們極大的祝福，起初我們也曾擔心做得不好，但透過Awana系統的訓練，我們學習以主的愛去對待每一個孩子，在備課、玩遊戲和陪伴孩子的過程中，我們彼此配搭，互相補足，也在與孩子一起學習聖經的過程中同得造就。

所以我倆夫婦心裏一直有一個簡單心願，我們不是來做小朋友的導師，而是想來跟這群小朋友做 Friend，與他們同心同行，用心作他們的真朋友，孩子們也會向我們敞開心扉，讓神的話語更容易種進他們心田，其實跟他們一起查考經文，背誦金句，才驚覺自己也在被教導。

我們更學習時常蹲下來，用他們的視角看世界。當孩子願意把學校的煩惱，心中的秘密分享給我們。甚至在玩遊戲時跟我們擊掌歡呼，打成一片，我們就知道愛與信任的橋樑已經建立起來了。

願我倆夫婦在Awana服侍的路上，能保持一顆受教的心，與這群小朋友一起，由真理帶領，行神喜悅的道路上。



K1-K2 Cubbies導師 黎月華 (Joyce姨姨)

當初是抱著至在參與的心態下加入了Awana團隊，卻不知不覺至今差不多有兩年了。期間看着小朋友透過聽故事和玩遊戲等環節中漸漸成長，特別留意到小朋友會大聲唱營歌同唸營訓，而玩遊戲時那種充滿了歡笑聲和歡愉的氣氛。

雖然在預備講故事需花多些時間，但看到小朋友好積極地舉手回答問題時，內心不期然有一點點喜悅的感覺。當我面對困難時感恩有團隊中導師的相助，因此亦看到自己有許多不足之處，所以仍需多加努力學習。





How It All Started...

Puggles導師 李樂熙 (Lorraine姨姨)

When our family first encountered Awana in 2023, I watched my two children blossom. Through scripture memory, community, and teamwork, they weren't just learning stories - they were practicing discipleship. For years, I experienced a persistent prompting in my own heart: I wanted to serve the Littlest ones.

So, when Preacher Kan approached me over a year ago and asked, "If we start a ministry for two year olds, would you be interested in helping?" my heart leaped. I gave an immediate, joyful "Yes!"

God's Perfect Timing

In March this year, God beautifully opened the door. Our church leadership recognized the need to support parents attending our Sunday Service. The solution was clear: ride on the incredible foundation of the Awana curriculum and launch the Puggles - a program specifically designed for two and three year olds.

Jesus was very clear about His heart for children. Matthew 19:14: "Let the little children come to me, and do not hinder them, for the kingdom of heaven belongs to such as these."

We aren't just babysitting; we are laying a foundation of God's love and truth that will support and sustain them for the rest of their lives.

Small Steps, Big Faith

Serving in the Puggles has brought me more joy than I could ever imagined. Every other week, I get a front-row seat to God's handiwork in these toddlers' lives: Watching children transition from tears and separation anxiety at the door to bright, confident smiles inside the classroom; Seeing proof that even at two and three years old, these children do comprehend God's love; Providing a safe, faith-centered space where parents can worship in peace, knowing their little ones are thriving.

A Heart Transformed

Looking back, the last few months have been a season of beautiful, personal alignment. God didn't just use me to partake in His ministry; He used this ministry to reshaping me. He has aligned my serving path with my professional career, nurturing a tiny seed of passion He planted in my heart years ago.

I am incredibly grateful to be a small part of His big plan, watching Him build His Kingdom - one toddler smile at a time!

My deepest prayer as a mom and a leader is that God continues to richly bless our Awana Puggles ministry. May these precious little ones grow up with His Word written on their hearts from their very first steps, learning to walk closely in the footsteps of Jesus for the rest of their lives. Amen!



K3-P2 Sparks導師 劉雅兒 (貓姨姨Cat)

每一次參與Awana，我都好開心。活動特色係有一段開心嘅遊戲時間，但並唔係單純去玩，而係喺玩裏面有好好嘅學習——守規矩、一致跟從。特別嘅係，遊戲唔會因為做錯嘢而扣分，而係用加分去鼓勵小朋友，佢哋為咗爭取更高分數會好積極追求。呢種唔係「被擺走」，而係「努力爭取」嘅正面思維，正正同聖經鼓勵我哋嘅價值一樣——上帝都係不斷用恩典同鼓勵引導我哋前行。

「我立志向神盡忠，努力實踐其目標，把基督耶穌嘅愛心傳給孩童，並訓練他們事奉神」——呢段Awana營訓我哋每星期都唸，亦係核心目標。我深深感受到，呢個系統唔單止教導孩子，亦教導我哋作為導師：我哋係帶住一個咩心態去跟從神？我哋係咪立志行喺上帝嘅正道之中？

小朋友返到嚟好能夠投入，呢種吸引力令佢哋願意返嚟，亦持久停留。開心嘅回憶，就算佢哋大個咗、面對青春嘅拉扯，都仍然會記得喺教會充滿喜樂嘅時光——信仰嘅種子早已撒喺佢哋心裏。

更令我感動嘅，係整個團隊，包括好多青年人都用心參與服侍，目的就係將基督嘅愛繼續傳承。我自己作為家長，深知孩子喺教會成長需要有人願意付出；而當家長見到孩子返到教會係開心嘅，佢哋自然會帶孩子繼續返嚟——呢個就係Awana嘅珍貴之處。呢種吸引力，小朋友返到嚟就係最好嘅證明。

願神繼續祝福Awana團隊，可以吸引更多孩童，從小認識上帝，好好扎根成長。





我在 Awana 最快樂的時光



11月【Pride & Prejudice】- 美味廚房



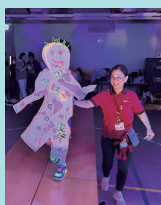
1月TLIC團契柬埔寨短宣後分享



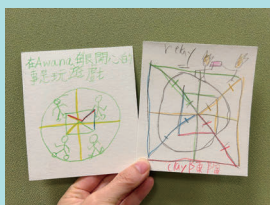
3月Cubbies預告期聚會 / 7-8月Cubbies暑期活動



8月親子遊戲日及Circle Painting



1月第三堂敬拜 / 4月【枯骨復活】Catwalk



7-8月暑期活動【聖經中的植物】STEM實驗



7月Awana Award Day嘉許禮



家庭更新 幸福蒙恩 孩童成長 世代傳承

蔡徐華

導師心聲：看見孩童成長的滿足

每主日完了崇拜，我都會趕快腳步穿過小學禮堂走進小學課室，準備迎接孩童回來。我坐著望向門口，看見孩童一個個充滿朝氣走進來，隨即將背包放進書包櫃，然後找一個位置坐下；有些孩童還未坐下便急不及待分享心中要說的話，彷如舊朋友相聚一樣；令我想起在學期初他們還拉著媽媽的衣服不肯進入課室的情景，這些轉變令我感到萬分滿足！



導師與家長：攜手同行牧養孩童

然而，一班孩童每個性格不同，有聽教溫純，也有挑皮愛頂咀，不斷測試導師的底線，偶一不慎會被他們牽動情緒；作為導師要好好的在上帝的愛中學會忍耐和溫柔，並不斷求上帝賜智慧教導孩童。

其實每週主日一小時的服事孩童，只是帶領孩童走在信仰的起點，家庭才是孩童的信仰大道。期望未來能與家長有更多的溝通，彼此成為並肩作戰牧養孩童的夥伴，讓孩童在兒童崇拜學會的真理可以延伸到家中，讓父母在家也能與孩童一起禱告、一起唱詩頌讚上帝。



課程整合：真理接軌與灌溉

早前就堂會使命及發展策略研究召開了「兒童牧養小組」，組內曾對兒童培育課程作詳細檢視，發現不同年齡層的教學課題出現重複，採用的課本也有部分相同；為此幾位導師正準備來一場極具挑戰的課程統整，特別期望能為初小到高小的孩童，製訂一套有系統的課程，讓孩子們將從小班聽到的聖經故事，到了大班能融會貫通，並分享自己對真理的實踐；而導師們不再只是「講故事的人」，而是陪伴孩子們生命成長的「好農夫」。

擴展事奉領域：增設9個月至2歲「嬰幼親子崇拜」

過去不時有不足2歲的孩童跟哥哥姊姊參加兒童崇拜，導師見這些小寶寶含著奶嘴跟哥哥姊姊一起唱詩、聽聖經故事；又用拳頭執著顏色筆填色，不知不覺也將這些小寶寶成為一份子。

感謝天父！兒童部回應教會異象，在本年9月增設9個月至2歲的「嬰幼親子崇拜」，期望能透過簡單重複的詩歌律動，大畫冊聖經繪本，讓需要感觀學習的小寶寶從小種下愛主的種子；更重要的是親子同行，父母們能抱著小寶寶一同敬拜上帝，是何等的善，何等的美。

結語

在兒童崇拜事奉超過二十年，常有人問我：「平日上班已經要接觸小孩，在主日還要面對十幾個活力充沛的孩子，到底是甚麼力量讓你堅持下去？」我的答案總是很簡單：因為在這裡，我能見證著一個個小小生命，在上帝的愛中發芽、開花。





Cherry

在兒童崇拜事奉是一段充滿驚喜、挑戰和恩典的旅程。幼兒的單純與熱情常常給我們直接的回報，有時會突然衝過來緊緊抱住你，又或是忽然甜甜地說「我好鍾意你」，但有時他們的搞怪和直率又會讓你哭笑不得、又愛又恨。

雖然他們年紀還小，未必能完全明白深奧的聖經真理，但透過簡單的故事、詩歌和遊戲，神的愛已經像種子一樣默默埋在他們心裏。每次聽到他們用稚嫩的聲音認真禱告，或是用奶音複述聖經金句，都讓人看見聖靈在小生命裏的動工，無比感動。

幼兒那份無憂無慮的喜樂和毫無保留的真誠，很多時候反過來滋養了我們疲憊的心，溫柔地提醒我們：來到神面前原來也可以這樣簡單和毫無顧慮。感謝神讓我們有機會陪著小羊成長，也在他們身上學會「像小孩子一樣」去單純地愛神。

多謝天父……

Margaret

不經不覺在星期日早上的兒童崇拜已事奉了三年，想起開始時完全沒有相關經驗，感謝神賜服侍的機會給我。我很喜歡我們的團隊，除了姨姨，我們也有年輕的導師，互相配合。

在這三年中我陪伴著孩子由幼兒班到現在將升小一的新階段，與他們一起成長。看著他們現在能獨立完成圖工、一張張的笑臉、窩心的叫聲姨姨心中已感喜樂。求主繼續賜我力量把兒童帶到主面前來作祂的小羊。感謝主！

多謝天父……

我很開心
我很喜歡你

我覺得很開心因為有假期

梁芷露

我很開心……

謙



我感謝天父因為我可以有一個愛我的家庭有一間好的學校和教會。



感恩主能多給我成功考完分班考試。

入到嘉樂的中學，成績理想

感謝天父讓我幸福長大，做個健康快樂成長，天父給我溫暖的家，教我如何生活，感謝神賜給我平安和快樂。

感謝耶穌給我一個幸福的家



馮佑安

我很感恩上帝讓我遇到了一群既懂事又體貼的小朋友，因為他們經常以積極的態度和真切的笑容回應，讓我很享受在兒童崇拜中參與服侍的樂趣。

最近，我發現不少小朋友都已經對於不少聖經故事感到十分熟悉，甚至可以完整地把整個故事的來龍去脈講出來。關於這點，我認為上帝希望我們可以多花時間和精力在解釋聖經故事所帶出的道理，讓小朋友理解自己所聽之事背後的意義。這激發我就算有時候準備耳熟能詳的故事時，也會自行搜尋相關的背景資料，希望從而能夠把最詳盡的故事相關資訊以及道理，給小朋友講明。

看見小朋友乖巧聽話的樣子、積極參與的態度，以及對聖經故事旺盛的好奇心，都讓我倍感安慰，同時亦非常感恩上帝一切的作為。

25-26基督小精兵活動回顧

羅康怡

已有接近二十年歷史的「基督小精兵」，目前服事四個家庭團契，逢二、四週六進行聚會。除了詩歌敬拜、信息、茶點、圖工等例行活動，今年我們作了多個新嘗試，讓參與多年的兒童及導師也有新的體驗。

每年我們會在兩個學期完結時跟團契一起進行小精兵嘉許禮，今年上學期我們嘗試在兒童週會內進行聯合嘉許，除了頒發獎狀，更有自由挑小禮物活動，最特別的是我們邀請了高小組的成員協助籌備及招待年輕小的成員，小助手們表示，活潑的小精兵弟妹熱情得讓他們招架不住呢！

六月份我們接連舉行了兩個活動，先是探訪深福中心服事的群體。每年我們高小組都會有一次探訪鄰舍活動，多數是探訪住在又一村的兄姐，但今次我們動員了初小組的弟兄姊妹一同踏出又一村，到深水埗麗芙樓探望比較年長的家庭，送上教會的關心，也正好在端午節送上粽子應節。在探訪過程中，小精兵們與不同背景的長輩交談，相信他們各有學習和體會。見到初小生跟不同年紀的陌生長輩談吐得體，雖然天氣很熱，仍見到各人樂在其中，實在十分感恩。

過了一個星期，方舟團契進行了三日兩夜的營會，我們多位導師報名作義工進行康體活動，更為他們排練話劇，對導師來說也是一個新挑戰。但小精兵們都十分努力練習，最後成功上演，為大家留下美好的回憶。

七月份又有另一個破天荒的活動，兒童部首次與長青部合作，在千歲宴上獻唱詩歌，為主內的公公婆婆送上祝福。眾長者見到一眾小天使固然十分高興，笑聲滿載整個場地，但沒想到長青部也為小精兵們預備了十分豐富的禮品包，見到愛心跨代互傳，實在充滿感恩。獻唱完結後導師們還跟參與的小精兵家庭一起午膳交流，飯後還有美味的雪糕，眾人度過了一個充滿愛和喜樂的下午。

在25-26年度一整年豐富活動完結之際，我們也不捨地送別了由小精兵成立服事至今榮休的Shirley姨姨。導師中有從起初跟她事奉至今的戰友，也有只相識搭檔一兩年的新夥伴，但 Shirley 多年來無私的奉獻及教養孩童的堅持，絕對是給我們每一個人最具代表性的印象。除了導師之間的真情分享與祝福，高小組的眾小精兵當日也全體出席，為她舉行了一個小型的榮休派對。願她多年來忠心且盡力奔跑的見證，成為各導師和小精兵終生的激勵。

3月嘉許禮



高小組小精兵精心為年幼的小精兵預備好禮物特區



小精兵們滿載而歸

6月方舟營會兒童活動



遊戲後自製什果賓治，飲杯！



為親主日崇拜努力綵排



大家專心聆聽簡傳道講解



群策群力完成了聖經故事話劇



合力製作父親節禮物



填寫家長成績表

6月探訪日



7月千歲宴獻唱及參觀香港藝術館



日常活動



Shirley 姨姨榮休



K1-K3 A組導師 詹詠儀 (尖尖姐姐)

在部份團契開始之先，兒童部教牧同工會帶領小朋友、家長和整個團契小精兵闔家敬拜，一齊分享一、兩首兒童詩歌。

雖然只是兩首詩歌時間，從起初較內斂、生硬的表情和動作，到後來跟上節拍，並掛上從容的笑臉，一齊做動作；由小朋友，到團契中不同年齡層的弟兄姐妹，一齊參與。

感恩！這是有溫度、有行動力的愛與接納。弟兄姐妹，帶著活潑有動力的愛，去愛前來教會中的小孩撒下基督的種子，在小孩的心中，用愛澆灌成長～



P4-P6 C組導師 曾芷嫻 (Joyce 姐姐)

很感恩能成為小精兵生命中的同行者，陪伴他們走過信仰的啟蒙之路，這是一趟充滿恩典的奇妙旅程。

看著他們從最初的調皮搗蛋、坐立難安，到後來能安靜聆聽，甚至在禱告中用稚嫩的話語向神傾心吐意，這般的轉變總是不斷提醒著我，神所喜悅的正是我們能擁有這般單純的信心。在他們身上，我重新學會了什麼是「像小孩子一樣信靠天父」。

在這個變幻莫測的世代裡，願神繼續保守這群主內的小種子，讓真理的根基深深扎根在他們幼小的心靈裡。無論未來他們走向何方，願主的話語永遠成為他們腳前的燈、路上的光。



兒童暑期 聖經班VBS

為甚麼我參加暑期聖經班???

蘇吳玉英

感謝天父賜155位孩子參加本年度「信心航道」暑期聖經班，讓孩子認識天父，跟隨基督。

在開課的第一天 (7月14日)，看見孩子們帶著笑容，在大堂安靜等候聖經班開始的時候，心裏突然有一個感動，想聽聽孩子們參加暑期聖經班的原因，於是立即行動，邀請了以下幾位同學接受Mrs So沒有預約的訪問。



K3葉允晞

我好開心可以參加暑期聖經班。因為我喜歡聽天父的話語和玩遊戲，感謝主！

P.1 朱芷寧

這是我第一次參加暑期聖經班，因為我喜歡學習聖經，又很開心可以和同學一起玩集體遊戲。

P.2 麥恩瑜

我第二年參加暑期聖經班，因為我喜歡唱詩歌及聽聖經故事，希望明年可以繼續參加。

P.3 林熙信

今年是我第三年參加暑期聖經班。因為暑期聖經班好好玩及可以聽聖經，我最喜歡上聖經課及分級集體遊戲時段。

P.4 許和弦

今年是我第五年參加暑期聖經班。我希望在暑期聖經班有多些體驗，認識天父。暑期聖經班內的每一個環節，包括詩歌敬拜，分班上課，集體遊戲及茶點時間，我都喜歡。

P.5 伍健豪

我今年仍然參加暑期聖經班是因為暑期聖經班可以令我和天父的關係加深。



2026年兒童暑期聖經班VBS

簡麗恩

今年兒童暑期聖經班以【信心航道】為主題，比喻人生好像一趟奇妙之旅。若我們能以上帝的道路為我們的航道，如同有主在船中，平安穩妥，目標在望；就如主題曲所言：「主領我啟航，不怕風與浪，靠賴上帝恩光，心充滿希望！」



每年的VBS總是伴隨著驟晴驟雨的天氣，今年也不例外。第三天的活動在早上7:41的紅雨警告中被暫停。然而，不少導師和孩子已出門，甚至已抵達教會！於是我們本著願作的心隨即開設了合班崇拜的youtube直播，以實體和網上兩軌道形式，同時接待了冒雨抵達及在家留守的孩子。因著這場不請自來的紅雨，我們看見很多漂亮的畫面：導師們在台上、班內不分彼此，互相合作；孩子們有機會在合班活動中認識新朋友；茶點組的姨姨們靈活變通，為出席的30位孩子特製小食盒，更預留更豐盛的茶點盒到第四天，為所有孩子製造最大的驚喜；還有蘇校長為家長和孩子即時錄製短片，以關愛安慰感到失望的孩子。在此，再一次感謝每一位不辭勞苦和盡心竭力的工作人員，大家正正展示出與主同行，不怕風與浪的信心和忠心。

我們常說：VBS是本堂一年一度兒童福音盛會，因為在155位參加者中，逾半也是未有穩定教會生活的孩子。四天的聚會充滿著溫情和喜樂，孩子在崇拜中熱切雀躍的敬拜主，彷彿天籟的讚美，感動人心。每位導師亦全情投入，將精要又核心的福音信息全力傾注在課堂之中，編織成一個緊湊的漁網，領孩子歸主。不得不提的是本堂VBS的重點特色：精美圖工與精彩的集體活動。今年多款圖工令孩子愛不惜手，包括：會發光的領航燈塔、變速跑車和信心號帆船。此外，我們的創意總監——進華牧師更化身為可愛的船長，帶領我們一眾義工親手製作大型圖工，四座位「非自動」高速快艇，讓孩子和導師有機會置身船中，八足齊飛，大放笑彈，爭取團體錦標。

我們感謝天父，讓VBS吸引孩子，也招聚樂於服事的少青助導。今年共有20位由小四至中六的少年人參與事奉，透過觀察、實踐和反思，逐步建立事奉的信心、愛心和責任感。的確，事奉無分年紀大小，恩賜多寡，最重要的一顆願作的心！深願恩慈的上帝繼續賜福我們的少年人，挑旺他們的事奉心志，靠著主的恩典乘風破浪，與主同步同行。願上帝堅立我們手所作的，叫那些福音種子在孩子的心間按時候發芽成長，結出果子；又賜福VBS後續活動【Come & See KRC】所接待的10個新家庭，使福音的大能在他們身上生發果效，被主愛親自吸引，更深地認識主。

不知道我們來年有沒有機會開設幼兒級VBS呢？願上帝興起更多工人，起來！一同收祂的莊稼。





仁愛班



盼望班



恩慈班



知足班



長進班



喜樂班



忍耐班



和平班



良善班



節制班



溫柔班



信實班



合班崇拜





茶點組



親子結業禮



圖工



課室活動



集體活動





盼望班導師 岑向華 (Carmen)

今年是我第一次參加VBS做高小班的導師，簡直眼界大開！規模可以如此盛大，參加的小朋友過百，服侍的義工團隊又起碼幾十人，仲有數不完的材料物資小禮物遊戲設備。室內空曠的集體遊戲場地，全部整整有條，有系統，紅雨影響下應變的速度和周全，面對導師病假的人手調動互相補位，相信是VBS運作多年經驗累積下的成果，是教會加學校福音事工的協同效應，是上帝

恩典供應和祝福具體呈現出來的震撼！另外又我從經驗豐富的導師偷了師，這種種都使我在個人面對小朋友的工作上獲益良多。此外，我看見小朋友受教的態度，主動、合作、醒目！當我問學員信耶穌嗎？他們全部舉手，我心情是激動的，期望孩子們保持信心一路成長。榮耀歸神！

長進班導師 胡黃綺詠 (Josephine)

事奉耐了，不知不覺容易習以為常，在別人眼中也像理所當然。今年因工作安排，只能出席三天VBS，下午趕回公司。雖然是忙碌，但知道有姊妹因病未能出席，有長輩突然離開，都提醒我若神賜我機會，賜生命氣息能夠事奉確是美事，要好好珍惜每一次事奉體驗，每一個相遇的同學，幫助他們認識耶穌，分享主的話，希望他們得著蒙福確據。

聖經班中，同學們最期待又興奮的是集體遊戲。今年有信心啟航（船）、全速前進（私家車）和愛心拯救隊。其實導師同樣也很喜歡這環節，因為透過羣體互動，更能認識同學們的興趣、性格和長處，鼓勵他們合作和輸得起精神。如果弟兄姊妹心動下年想報名參加做導師，一定要記得參與完整的四天VBS課程，因為缺席一天，感覺就像未能與他們共同進退，差一點點。

最後，我很感恩能與去年同組導師一起事奉，彼此配搭，更高興能認識兩位乖巧的年輕導師，其中一位更是我以前的兒童崇拜的同學，Hallelujah!



仁愛班助導 張以芯 (Danielle, P6)

This year was the first time I have ever joined the VBS teaching program as a volunteer. My name is Danielle and I am turning 13 next year. The VBS days were not only fun, but it also helped me learning and bonding more with different people. During this period, it was not always smooth. Although there was a terrible rainstorm on one of the

days, it actually made the whole event even more meaningful. Some kids were disappointed because they were not able to come. This made me realise how important these fun class events were to them. Therefore, I decided to treat this event more seriously. I started bonding with the kids in my class. I realised that most of their parents avoid going to church because of different family reasons. After hearing the children's challenging stories, I truly understood how amazing and blessed it is to be born in a Christian family that would encourage joining church events. I hope more kids would choose to join the VBS program next year and further on to learn more about the miraculous acts of God.

忍耐班導師 張柳紅 (Anna姨姨)



感恩我能參與暑期聖經班的事奉，最令我驚喜又感動的是每天早上的崇拜環節，今年主題是「信心航道」。教牧同工化身水手及船長，用生動有趣，充滿活力的互動方式帶領崇拜，將聖經真理融入在輕快的詩歌律動，角色扮演和具體的故事演繹中，令在場的無論小朋友或導師等都非常投入，熱情回應，讓小朋友在輕鬆愉快的氛圍中學習到祈禱力量，信心建立，愛心協作，將神的話牢記在心裡。教牧同工的用心及毫無保留的付出與投入也深深激勵了我。

來自不同年齡層的導師們，他們的默契配合也讓我佩服，真正實踐了聖經中「各人要互相效力」的教導。大家無分彼此，互相補足，用無比的愛心與耐性教導小朋友。無論是講故事、玩遊戲、做手工，或孩子哭鬧時給予溫柔的安慰，都體現了在主裡合一的事奉精神。讓我從中學習到與小朋友相處的技巧及知道了自己的不足。

事奉不是付出，而是令自己得着力量，我今次體會到事奉得力的果效，感謝主！

喜樂班導師 張笑金 (張老師)

能去侍奉總有得着！

今年度VBS主題「信心航道」，使用聖經中人物但以理、彼得、保羅及初期教會信徒。

總結告訴我知……

神在不同年代、環境、人物、事情上，實在係完美安排者。

神在信心功課上，總有例子實況作教導；

只要信靠祂賜的信心，縱是人覺難解決困難問題，在神裡只要對神有信心，禱告交託，一切事俱能。

感謝神！不斷的提醒我在「信心航道」上緊緊跟從祂。阿們。



喜樂班導師 梁俊華 (俊華叔叔)



感謝主，今年總算有空參加VBS嘅事奉，平日我主要是在星期六服侍小精兵，在VBS裏竟然可以認識星期日負責Awana及兒童崇拜嘅弟兄姊妹，這樣的機會真難得！

今年我負責我班第二天的聖經故事，講述耶穌平靜風浪和叫彼得在海上行走的神蹟，教導兒童對神的信心。不單如此，上帝也親自教導我們信心的功課，第三天天文台掛起了紅雨，教育局宣佈了停課。於是大家一邊要忙於通知家長，一邊要忙於照顧已經回到教會的小朋友。更考驗信心的是，因為天氣不穩，有很多小朋友完成了圖工也留在教會。我們懇切禱告，如果最後一天也不能上課，要把圖工和證書交回小朋友是非常困難。感謝主，我們的信心得到回應。雖然沒有藍天白雲，總算在微雨裡順利完成最後一天的課程。

最後的畢業典禮中，Mrs So播放了VBS的花絮片段，看到小朋友快樂的笑容，忽然有一點感觸，眼角有一點淚光。我班有一個小鬼頭看見就說：「俊華叔叔喊呀！醜死鬼！」哈哈！原來我們所做的，就是最微小的，小朋友是看得見，我也相信天父看得見！





恩慈班導師 鍾綽盈(Tiffany)

作為首次參與 VBS 的導師，起初我對如何秩序及吸引小朋友的投入度感到緊張。不過，恩慈班小朋友很快消除了我的顧慮。他們不僅活潑好動，熱衷展示「車仔」技巧，更懂得互相幫助及支持，正如聖經約壹 4:19：「我們愛，因為上帝先愛我們。」

第三天的紅雨雖然讓我無法親身返校，但看見他們憑信心返到教會，這份堅毅觸動了我。最後一天，我看見他們領取證書時開心的模樣，我知道他們在航道上非常享受。這次服侍讓我學會放下掌控，交託給時刻賜平安的天父，滿心感恩！God is good all the time, and all the time, God is good.

忍耐班導師 梁鳳緻 (Flora老師)

感謝天父今年再賜我機會作VBS導師。和團友拍檔一同服侍叫我體會天父給予各人不同的恩賜，互補互助，喜樂滿滿。整個教牧及義工團隊互相配搭，透過不同崗位的事奉祝福暑期聖經班的小朋友！

孩子們體驗了精彩的【信心航道】旅程。早上他們以詩歌敬拜開始一天的學習：用聲音和動作喜樂地讚美主。忍耐班的孩子有不同性格，卻都活潑開朗，心思細膩和觀察力敏銳。這群可愛的小一生在課堂上留心聽聖經故事，並且雀躍回答提問。他們投入遊戲環節，發揮團隊精神，而且認真做圖工，盡顯創意無限。在集體遊戲班賽中，師生合作互動，笑聲叫聲絡繹不絕。正如蘇校長的勉勵，大家都輸得起，盡能投入，並享受過程中的樂趣。

願孩子在生活中能實踐【信心航道】所學習的，健康愉快地成長。盼望家長和孩子同來這個充滿愛的教會，一起學習生命之道，活出精彩人生！



忍耐班導師 黃楚英 (Cassie姨姨)

今年是我的第一次參與VBS事奉，報名時最掛心的是要早上8:15前回到教會。當越近開課的日子，開始掛心如何和小朋友們相處。

但在開課當天，看到小朋友們充滿朝氣，緩緩地步入教會禮堂，我心想這是多麼美好的畫面啊！我們班有13位小朋友，雖然他們互不相識，亦有不同性格，但在牧師和教牧同工們安排的豐富節目下，很快便熟絡起

來。看著他們一起唱詩歌、玩遊戲、做手工，越見投入：踴躍主動地舉起小手上台和牧師一起唱詩歌；靜下來時合上小手向天父禱告；在遊戲中手拖手學習團體精神，互相扶持互相幫助。每一幅美麗的畫面仍然在我腦海。

感謝天父賜我這麼好的事奉機會，主耶穌基督說：「讓小孩子到我這裏來」。小孩子們純真可愛，他們是社會的未來棟樑，期望神的聖靈種子在他們的心裡茁壯成長，也將這福音帶給他們的家人和朋友。



奇葩VBS

1. 數字——逆向增長

當香港學界大勢是減班、殺校的風聲中，今年的VBS蒙主的賜福，有著150多名小朋友參與。有小朋友已表示，來年繼續參加！

2. 反AI

工商、學界泛濫討論著AI之時……VBS仍保留無電子屏幕、電腦、手機下的大集體遊戲環節！小朋友無一不積極、主動、運用全身的氣力去玩！他們的歡呼叫喊，坦言表達出他們的熱情；不知道從何已來的精力^o^，「拆爛咗幾艘船」，反映出小朋友的投入。

3. 推「愛筵」

明明講好是茶點，但竟然茶點盒裡有：姨姨們早上泡製的新鮮壽司；暖烘烘的「司康」；得著港人對甜品最高品評——「唔太甜」的糕點！！真係好得太過份！！有小朋友唔捨得食、食唔晒，要帶回家享用～

在規劃下個（或下年）旅行前，4日，只是4個朝早，能預留下嗎？！（若有需要可彈性參與，教牧可調編）

願今年來到事奉的弟兄姐妹，來年再見；更願今年未參與的弟兄姐妹，有感動的話來年一同參與。願更多的弟兄姐妹參與，成就未來新事工幼兒級VBS！讓更多小孩到主的殿中，學習祂的話語。誠心所願。



長進班 潘樂晴 (樂晴姐姐，F6)

今年是第一次參與vbs的服侍，很高興看見很多小朋友非常投入，亦很感恩能夠與一班升小六的學生有更深入的认识，玩遊戲、聽聖經故事的時很投入，此外與他們談話後發現對自己學業還是信仰那一方面都認真。很感恩見到他們能夠打成一片，而不只是小圈子地玩。當初還擔心不是讀禮小的同學會不

會感到孤單，但是最後還是看見他們一起彼此談天和互相照應。特別記得有同學主動幫忙派圖工物資，即使這個行動很簡單，但看得出他們有服侍其他小朋友的心。由一開始的準備，直到課堂開始的時候，亦有聽到上帝提醒我要認真地預備課堂，作小朋友的榜樣。

仁愛班助導 盧崇忻 (Danielle, P6)

我在VBS的仁愛班做小導師。仁愛班有15個升K3的小朋友、三個導師和三個小導師。我們(小導師)會派作業、分茶點和幫手做手工等等。

我本來就喜歡畫畫和做手工。我在國際學校上學，很難用中文講解聖經，但是VBS是一個很好的機會我可以用（上帝賜給我）做手工的能力來幫助小朋友（我的妹妹也有幫手預備一點做手工的材料呢）。

另外，我也在導師身上看見主耶穌的耐心，在小朋友的身上看見他們的天真——正正是上帝喜歡我們活出的樣子。

我覺得VBS很好玩，下年一定會再參加！





在「信心航道」上同心同行—— 兒童假期聖經班 (VBS) 服事感恩點滴

攝影 張瑞輝 (Stanley)

今年是我第二年參與兒童假期聖經班 (VBS) 的攝影服事。感謝主，因著去年累積的經驗，作為其中一個攝影師，自己亦不敢怠慢，我切切實實求主幫助，感恩祂賜下智慧，帶領我順利完成這項託付。

這次VBS共有超過155位學生，分為12個班別。我太太是其中一班的導師，她早早就辛勤地預備課程，我也從旁協助。在協助教牧同工預備的過程中，我們才驚覺籌辦VBS的細節極其繁複：從課程編排、課本教材、詩歌敬拜、遊戲道具，甚至到小息茶點，無一不需精心規劃。我看見每一位教牧同工、導師以及全體義工弟兄姊妹，全都盡心盡意地付出，只為引導孩子們學習聖經真理，認識這位慈愛信實的上帝。

在短短四天的VBS中，我深深體會到團隊同心合意服事的美好。記得其中一天，天文台在開課前一個半小時發出了紅色暴雨警告信號。統籌團隊當機立斷，決定取消當天的實體課程，改為網上直播合班崇拜。當時我和太太已經在返回教會的路上，我們決定繼續前往。感謝主！當天仍有接近30位小朋友風雨無阻地回到教會，而現場更有足夠的教牧同工與義工留守，讓當天的實體與網上聚會都能順利進行。

在拍攝過程中，我透過鏡頭見到不同崗位的弟兄姊妹——無論是負責接待、製作茶點、帶領遊戲的義工，還是教牧同工，每個人都事奉得極其熱誠專注。各班導師更是用愛心和耐力帶領孩子。有時候，連正在拍攝的我也被那活潑生動的聖經講解所吸引，很想留在課室裡旁聽。導師們除了教授神的話語，也非常看重學習態度，適時糾正孩子們東張西望或翹腳的坐姿，教導他們如何尊重師長。感恩靠著主所賜的力量，今年的VBS最終在滿滿的喜樂中圓滿落幕！

今年VBS的主題是「信心航道」，教導我們「無論天陰、天晴或下雨，都要繼續敬拜親近主」。這幾天的經歷，正是這個主題的真實寫照。看見孩子們聽從教導、彼此相愛、互相幫助，我們心中便充滿了莫大的滿足。我們深信，這已經在孩子們心中栽下了福音的小種子。盼望孩子們不僅自己建立信仰，未來更能引領家中未信主的家人來到神面前，將愛帶回每一個家庭。

個人覺得以下的經文勉勵我們隨時隨地將神的話傳承給下一代，而且非常切合VBS的教牧同工、導師和義工盡心盡力的事奉態度：

「我今日所吩咐你的話都要記在心上，也要殷勤教訓你的兒女。無論你坐在家裡，行在路上，躺下，起來，都要談論。」申命記6:6-7



屬靈氣質的我思



會友廣場

人言隨筆

臭味相投，可以係：

大家都有同一類喜好，這些喜好可以是吃東西的口味？一些特別的氣味？也可以是同類型的性格？或是“啱嘴型”的說話方式？相同導向的思考模式？

也可以聯想為同類型的性格、或是一種相似的氣質……

突然想起：屬靈，也可以是一種由親近上帝而來的特別氣質。

繼續思考：自己有沒有這種可以吸引別人走向上帝的屬靈氣質？

如果自稱是基督徒 (的我)，卻沒有這種可以吸引別人奔向上帝的屬靈氣質……求上帝施恩憐憫，讓我更多親近祂 🙏🙏

如果自稱基督徒 (的我)，自認為已經有這種由上帝而來的屬靈氣質；但原來只是自以為是，卻不是上帝認同的……求上帝光照憐憫，讓我更多認識祂 🙏🙏

如果自稱基督徒 (的我)，以追求世上的“美”和“好”，作為自己的優點或是吸引別人目光的氣質；卻超越漠視了上帝為我們預備的恩典和美善……求上帝寬恕憐憫，讓我更多渴求祂的美善 🙏🙏

上帝創造我們，每個人也是獨一的，願每位自稱基督徒 (的我們)：時常親近上帝，與上帝有美好的連結，讓我們隨時也可散發出那來自上帝，在基督裏獨有的屬靈氣質，吸引更多人走向上帝 😊😊

「願頌讚歸給我們主耶穌基督的父上帝。他在基督裏曾把天上各樣屬靈的福氣賜給我們。」以弗所書 1:3 RCUV

「你們的光也要這樣照在人前，叫他們看見你們的好行為，把榮耀歸給你們在天上的父。」馬太福音 5:16

RCUV 祢





洪水般的年月裏，一次、兩次、三次……慢慢數不過來了。幾乎每年都在城市間遷徙，人生在世，我要面對的便是新認識一群人，一同經歷、種下情感。但時間一到，便要離開那個地方，即使沒有一方刻意疏遠，剩下的就只得一個舊居、一次次的目送和逐漸成了回憶中的臉孔。在外國8年，輾轉寄居了4個城市，終於回到香港開始工作，不久卻又調任到內地，每週兩地往返。如今，我的年日不過二十六七，卻對目送手到拿來，站在閘口外，站在家門口，站在地庫裏。漸漸，我習慣了那種“巴士到站”的滋味，我學會了目送時微笑，學會在對方注意不到的時候多看幾眼，把輪廓記住，學會在轉身之後再用文字記錄下來。我以為，習慣是一件好事，在別人還對事情感慨的時候，我可以淡淡地回句“習慣了”。習慣人來人往，習慣WhatsApp裏的群組換了又換，習慣在社交媒體裏看著曾經每週見面的人變成懶得向對方發信息的followers。我以為這種習慣叫作“成熟”，叫作“看得開”，只是當巴士再一次到站時，我發現這種功課並不會因為次數增多而變得熟練，因為當初種下的，在那個地方生長的我們，現在要被時間、空間剝離掉，只剩下他、她、你、我。有一夜，有一瞬間，我心裏湧上一種很深的疲憊，我很想問祂：我能不能就留在一個地方，不用再像一隻銜著鳥巢碎片的候鳥輾轉寄居？我能不能與同一批人，一直走到終點呢？

宣認信仰的我是知道答案的：上帝將永恆安放在世人心裏，祂的作為我們不能測透，既然不能測透，就應存敬畏的心相信那時刻是最美好的。一輛巴士，人上車、下車都有定時，我可以做的，是每次有人上車的時候，給對方騰出位置，在對方說話的時候認真聽著，在對方需要的時候伸出手去。或許對方亦能在我說話時認真聽著，在我需要時給我，即或不然，我也要如此愛車上的鄰舍，因為這是祂的命令。我認識的人都是半路上車的，只有祂，從一開始就在；我送走的每一個人都是中途到站的，只有祂，必然會陪我坐到最後。很累，但仍能繼續，因為即便所有人都下車了，祂還會陪我坐著。

FOLIC現在長大了，不是因為年齡到了，而是時候到了——就是現在，就是下一個階段了。環顧四周，發現那曾經擋在我們前面的人，不知何時已經站到了我們身旁，又不知何時，已經退到了我們身後。長大不是上班賺錢、自力更生的那一天，而是各自能用學懂的真理在往後分辨、操練；是在沒有人來拍板的時候，自己跪下求問，然後站起來做決定；是回想那些聽過無數遍的語氣和口頭禪來自己督促自己。漸漸地，開始遊刃有餘，像是沒有辜負那交給我們的接力棒，像是這班人為神作著最有力的見證。

愛不是因為結局的不可控，就拒絕從一開始付出，而是我知道，這段並肩而坐的年月是真的，一起聊過的話是真的，一起嘻嘻哈哈也是真的。祂使我懂得，在這條循環線上，我要一直成為別人的祝福——不是因為我能夠給得多，而是因為祂先給了我，我才有一點點可以流出去。（多麼艱難啊！）每一次都要在剛紮根的時候拔起，每一次都要重新收錄一群人的名字與悲歡。但這是祂樂意看見我做的，而祂所樂意的，終會成為我的恩典。

你永不獨行。這句話不只是祢對我說的，也是對我身邊每一個同伴說的。同伴有多少變化，都不能改變一件事：祂與我同在一輛巴士上。燦爛過就不算辜負那段年月，哪怕燦爛之後是一陣寂靜和不知所措，能彼此合一依靠神去面對便是成長。完美，那種極致的無暇在人從不現實，也不可能去苦苦追求。完整，接納彼此所有的遺憾，在其中的過程倚靠祂去愛，倚靠祂去留，倚靠祂去走下一程，這大概就是餘生的功課了。洪水退了，我們要繼續同心前行，天天背起自己的十字架來跟從祂。✝

願我不論年歲多少，到那時真正傳播的，仍然是蒙主所悅納的。

生而為人，免不了要面對那些老生常談的難題：工作壓力、家庭關係、身體狀況。忙忙碌碌地去證明自己是誰，暗暗被自由、權力與財富拉扯著。此刻的一點成就、一點資歷、一點讚賞都在悄悄地餵養那個“想變大”的自己。然而年歲漸長，克服了這些難題但也卻容易演變成更隱蔽、也更難勝過的，內心的那種悄無聲息的膨脹，總要別人聽從自己的話，總要事情按自己的心意運轉。那些跨過一道道坎之後累積的經驗、資歷與肯定，終成為我新的底氣。翻開舊約，多少人物在微末時謙卑謹慎，一旦站高了、安逸了，就慢慢陷在從前那些致人絆跌的網羅裡。我將來要面對的挑戰或許也是如此，自己為自己加冕卻忘了誰才是坐在寶座上的那位，忘記要勝過世界的，不是我。

在外如何，回到教會裏，我都要脫下這身用時間和自尊編織的袍子，單純地在這殿中事奉。無論年歲如何，殿裏的都是人，都是同等，我擁有的就只有基督徒的權利，並沒有甚麼權力。權力只在教會之首——耶穌基督的身上。這是祂的身體，我斷不能使其有一絲損傷。可是“他文筆好”、“他屬靈生命很成熟”、“他付出了不少”，諸此聲音，容易悄悄說服人：我的聲音該比別人更有分量，我懂得各樣的事。悄悄地，那屬血氣的頭腦容易被帶進屬靈的家，於是影響力奪了禱告，緊握奪了交託，用地上的智慧，處理屬天的事。年月久了，我怕把長凳坐成了寶座，把事奉做成了麻木，把弟兄姊妹劃分成了圈子內和外。我怕我會粉飾自己的樑木，我怕我會忘記，忘記起初自己只不過是一個蒙恩的罪人，被主耶穌用寶血贖回來，留在這家中，是要作僕人。



這場與我年月並存的挑戰，使我知道無論累積了多少，回到這殿中，一切就都歸零。放下一切，放下那個被尊重的自己，也放下那些想被聽見的衝動。

歸零是聽。不管說話的是誰，年輕的、未信的、說話不中聽的，先勒住心裏那匹想要反駁的馬，先聽，先讓別人指手畫腳。有些話，主用它來修剪我；有些話，主讓我輕輕放下。聽完，再帶到主面前，分辨、省察。歸零是放。放下面子，放下衝動，放下自己種種的癮。放，不是退縮，是讓基督在我裏面變大，我在基督裏變小，變得一無可誇。歸零是學。拉比只有一位，我要學的就是在靈命上向著標竿直跑，那標竿就是基督自己。在祂面前，無論年數多少，我仍然是個學生，只有最終才會畢業。

所有都歸為零。每一天，回到祂面前，雇主和雇工，富人和窮人都會同跪同哭，年長的、年輕的、有學問的、沒學問的，都只有一個身份：蒙恩的罪人。

如果有一天，我發現自己成了我不想成為的人，自墮了網羅，願我有足夠的恩典，回轉，謙卑自己，不作絆倒人的事，按著祂的心意成全合一。合一，是我們即使不同，仍然拒絕閱牆的事，仍然選擇在基督的身體裏彼此相愛，仍然相信聖靈有能力帶領全人重歸於好。人要高舉的只有祂。

願我不論年歲多少，到那時真正傳播的，是蒙主所愛的；

願我天天背起自己的十字架依舊如初，作一個在主裏等候基督再來的孩子；

願我做一個簡單的人，單純地敬拜，單純地服事，單純地愛那些與自己不同的弟兄姊妹；

願我一生記得，每一步都需要恩典，作一個記得歸零的人。✝

信主多年的感受

巴B團友：寶嬋



由踏入禮賢會九龍堂那時開始說起——2012年夏天

我之前在工作上認識了一位兒科醫生——高偉強醫生，他除了是醫生外也是禮賢會的長老。

透過高醫生，我第一次接觸到福音與耶穌基督的愛；之後也持續返教會及加入巴拿巴B團契，並且確信主耶穌基督是我的救主！

信主後，生活並非一帆風順，身體有過大病、家庭亦有過經濟危機，人生接近60歲發生這樣的事情，真是一個極大的災難，之前的積蓄、物業在一夜之間化為烏有。試問一個已屆退休之年及難搵工的人如何面對日後生活呢？

現在讓我細說我如何經歷主及渡過難關。

我的避難所就是禮賢會，當中有弟兄姊妹的關心，也是支取力量的好地方，天父上帝亦在教會中派了很多天使在我人生低谷時安慰我，使我心靈上有支持、有富足。

作為一個基督徒，禱告就是我的權利，我將遇到的困難、憂慮帶到上帝面前，正如經文說：「應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求和感謝，將你們所要的告訴神」。我將我心所想的一一告訴神，我的心就平復安靜下來，接著就是放下腳步，重新思考未來的計劃，當沉澱過後神亦回應我的禱告，使我重新得著力量，正如詩篇二十三篇所講「我雖行過死蔭的幽谷，也不怕，因為你與我同在」。我亦在低谷中獲得屬靈的力量。

天父在我重新規劃我的未來生活時，賜我一個很好的機會，就是讓我在醫護界中再做回護士，其實我30多年前已是持有護士執照的，在這艱難時期我就當私人護士，這樣我的生活亦可穩定安舒下來。

兒子已修畢法律碩士課程，現在是一位律師，2024年兒子結婚了，兒媳也是一位律師，他們的生活不需要我操心。

在以往信主的人生經歷中，我得了很多寶貴聖經智慧：

在患病中，能深深體會到「喜樂的心；乃是良藥」，很多病也許是因為心情抑鬱引致。

在經濟危機中領略到

「地上財寶是短暫」；「天上財寶才是永恆」。

在徬徨無助時，才真正了解「我雖然行過死蔭的幽谷，也不怕遭害，因為你與我同在；你的杖你的竿都安慰我」。

現在我同神的關係好像葡萄長在葡萄樹上，得到葡萄樹的養份，葡萄便能結出善良的果子……。

慈愛、忍耐、善良、謙卑、柔和、信實、仁慈、寬恕。✝

今年七月七日華富邨一則小巴致命打鬥案，兩名女子在香港仔中心候車時不慎踩到對方腳部，乘搭專線小巴返回華富邨期間發生推撞，下車時後在行人路上打鬥。疑犯涉嫌將事主壓在地上，用雙膝跪在事主腹部，並雙手掐其頸部數分鐘。事發過程持續數分鐘，儘管有多名途人及乘客經過，但沒有人出手阻止。(Google 搜尋新聞)

我問自己，若我是其中一個經過的途人，我會勸阻解嗎？我想我可以做的是大叫：「不要打架，不要打架。」等疑犯離開現場後打999報案。

我常做勸解的是小朋友，如他快跑離開長輩的拖帶，其後被外婆或祖母捉到責罵時，我細聲的告訴小朋友，長輩雖然行得很慢，拖著她行較安全，離開她距離遠，給壞人捉了很危險。

最近我也有一個勸解長者的事情發生。六月某個炎熱的下午二時，一個坐輪椅的婆婆在我樓下大堂外罵印傭，不聽她說話。原來她和印傭去街市買了魚，她可能想節省時間，叫印傭推她在有陽光的平台曬太陽，然後印傭上樓把魚放在冰箱，再下來照顧婆婆。印傭說陽光猛烈，入有冷氣的大堂等她放好魚在冰箱，才下來推她去曬太陽較好，婆婆罵印傭不聽話。

神賜我智慧，我告訴婆婆入大堂涼冷氣，等印傭下來才去平台曬太陽較安全，妳給壞人推走便麻煩，因平日下午平台人不多，感恩婆婆也聽我的意見。

最近一件神大大保守的事情是「真証傳播機構」全權接手網站「武林英雄帖」的一切運作。

「武林英雄帖」是一個基督教神學網站，20多年前一個基督徒舊同事教我用，我主要用來找查經資料，現在用於家聚領查經，在長者班主日學教學生為主。

五月中得知「武林英雄帖」要找機構接手，請讀者備份，我一面為機構找到接手祈禱，一面請李錦榮執事教我備份，他的電腦知識較我豐富得多，他嘗試給我一些程式，我都做不到，最後他回應我「現今網站很多互動的部份，都未能存檔，再加上網站內容涉及知識產權，或會應用不容存檔的技術。」我回應他，到時找其他解釋經文的網上資料。

我另一方面是祈禱希望「武林英雄帖」找到接手的機構，我想到「真証傳播機構」，他的總幹事是我們教會的陳弟兄。我很久沒有聯絡他，好像沒有他的手提電話號碼。五月三十一日（主日）我竟在教會門口遇見他！把「武林英雄帖」要找機構接手的事告訴他，並問他「真証傳播機構」可否接手？他說他會研究一下，我其後把網上看到的消息Whatsapp給了他。

數週後主日在教會見他，他說已進行商討中，「武林英雄帖」代表也上「真証傳播機構」辦事處看實地情況。七月十七日，見網上「真証傳播機構」全權接手網站「武林英雄帖」的一切運作的消息。感謝神的保守，盼「武林英雄帖」繼續幫助信徒在屬靈方面的不斷成增長。「你們祈求，就給你們；尋找，就尋見；叩門，就給你們開門。因為凡祈求的，就得著；尋找的，就尋見；叩門的，就給他開門」。馬太福音七章七至八節。✚

千歲宴主題分享

李馮自然

賢德蒙主施恩慈	禮賢兄弟蒙神愛	滿城福音無愁思	澤國之民不愁旱	恩福同在感恩時	宴筵滿堂多歡樂	歲歲常把救恩施	千年主恩永不變	臨到信主的人士	福是恩典神所賜
---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------

我是半職院牧

鄭少梅 (本堂退休宣教師)

崇拜前恰巧遇見芥種今期主編，閒談中她表示或許弟兄姊妹會有興趣了解一下我的工作。感恩得此機會，我也樂意分享。

基督院牧部

「伊利沙伯醫院院牧事工有限公司」成立於1989年，由幾位醫護及油尖旺區的教牧組成事工委員會，靠募捐奉獻，聘請院牧向醫院提供服務；主要職責是向病人提供心靈及情緒支援，給予禱告、施行聖禮。對於醫管局來說，院牧是義務的名譽職員honorary staff，醫院提供辦公地方，讓病人及家屬可以免費得到院牧服務。

2022年我在禮賢會退休，孖仔先後在這兩年結婚。應主席邀請，2023年12月我重返QE、主責是重啟因疫情而停頓了四年的義工探訪。感恩2024年有20多位義工再次投入服務，2025年舉辦義工訓練班、有33人加入；2026年有40人加入。現時新舊義工有90多人。義工來自不同教會，院牧部提供事奉的平台，讓義工可以回應上帝在他們心中的感召，探望病人。院牧負責訓練、督導，支援義工定時定點服務，義工所學到的探關技巧也能惠及教會及身邊的人。

QEH院牧服務

若想院牧探望病人：非緊急時可致電35067011留下資料，需獲直系親屬或病人同意接受探訪。在緊急情況一下，家屬可直接向病房護士要求院牧服務，護士便會直接聯絡院牧跟進。

床關五步曲 (院牧義工探病指引)

第一步：重置Grounding

先和自己連結I-connect，讓自己心靈能有空間去盛載他人的情緒。再與上帝連結，把

一切交托，求上帝帶領探訪。連結病房，此刻是否方便義工進行探訪及要注意事情。

第二步：觀察Observation

留心病房設備、病人身體語言。自我介紹：「我是院牧部義工，請問你現在方便和我們傾下計嗎？」點稱呼？發生什麼事？……我們同理聆聽，不教導、不安慰、不評斷，理解而無須認同。

第三步：感受Feeling

聆聽病人的想法、聽出他的感受。不是頭腦上資訊的接收，而是用心靈去感受病人生命裡的心聲。這是心靈關懷。

第四步：需要Need

聽出病人所擔心的、重視的、期待的……成為你為他祈禱的事項。

第五步：請求Request

「請求」是對方可以拒絕的。「要求」是不容許對方拒絕。

三個請求：

1. 我是信耶穌的，想為你祈禱、可以嗎？
2. 你有無聽過耶穌？你想聽嗎？
3. 你想院牧再探望你嗎？

醫院搬遷

「伊利沙伯醫院」將於2026年開始遷往「啟德醫院」。「伊利沙伯醫院院牧事工有限公司」幾年前也註冊了「啟德院牧事工有限公司」並提供「香港兒童醫院」的院牧服務。這兩間公司的董事也是同一班人。過渡期間，我們要兼顧三間醫院的事工。我們需要聘請更多院牧及訓練更多義工。作工的人少，求主差派工人，使病苦的有人關心。✚

十二先知書（下）

（鴻、哈、番、該、亞、瑪）

鄧少軒長老

一、《那鴻書》

1. 背景資料

公元前七世紀，近東強權亞述帝國如日中天，盛極一時，鄰近國家相繼覆亡，或是俯首稱臣，或是再被殖民。身處動盪世代的猶大小國，屢被亞述犯境、威嚇、脅逼，上帝的子民仍能在逆境中掙扎求存、在困頓中忍耐信靠、在苦澀中與主同行。

先知那鴻約於主前七世紀擔任先知的工作。在3：8－10提到有關古埃及首都的底比斯城傾覆的事件，這城約在主前663年左右被亞述摧毀的。因此，當作者提起這城的毀滅時，就可以得知這卷書是寫於此年之後。在本書中也一再提起有關亞述帝國首都尼尼微被毀滅的事，而該城是在主前612年被巴比倫和瑪代聯軍摧毀。在此，學者們有不同的意見：有人說這本書寫成的日期應該比這個時間要晚一些年代；亦有人認為先知通常都有預言性的特質，認為此書是在尼尼微城被毀滅之前數年的時間完成的。

2. 主要信息

全書只有三章，與《約拿書》的對象都是尼尼微城，但主題卻是有關尼尼微城被毀滅的事，可見先知那鴻對亞述帝國興衰的重視。他說上帝必定會懲罰亞述，因為它是一個「設惡計攻擊耶和華」的國家（1：9、11），也是一個「欺詐連連，搶奪充斥，擄掠的事總不止息」（3：1）的城市，面對這樣的國家、民族，上帝當然不會袖手不管。

這卷書和其它先知文獻最大的不同，就是沒有呼籲以色列人民悔改、歸向上帝等之類的勸告內容。再者，這卷書是一篇長詩，全部三章都是用詩歌文體寫成。與《約拿書》作對比，在這百多年之前，《約拿書》是記載尼尼微城的悔改，致使上帝回心轉意，憐愛尼尼微人，不降原先所說要降與他們的災難，這與《那鴻書》相互呼應，顯示出上帝的兩面屬性：慈愛和公義。

3. 全書大綱¹

- A. 書名（1：1）
- B. 耶和華顯現（1：2－10）
- C. 公義的宣判（1：11－15）
- D. 尼尼微傾覆（2：1－3：19）

¹ 唐佑之著：《十二先知書註釋（三）》（香港：天道，1987），76-77。

二、《哈巴谷書》

1. 背景資料

哈巴谷的希伯來文字根 (habak) 意為「擁抱」。有學者認為這是要說出作者心靈的經歷：擁抱著上帝，與上帝摔跤，在信心的困惑中掙扎。主前七世紀末，正當巴比倫統治興起時，哈巴谷先知出來傳講上帝的信息。他因為迦勒底人的暴行感到震驚，他質問耶和華：「惡人吞滅比自己公義的人，為何你保持沉默呢？」(1：13) 耶和華的回答是，他將在自己認為適當的時候採取行動。

2. 主要信息

先知的第一個問題：為何容許猶大長期處於不義之中 (約雅敬王行惡的事情記載於《列王紀下》23：36－37)？上帝的回答是，祂會興起及派遣巴比倫人 (迦勒底人) 來懲罰猶大 (1：5－11)。

哈巴谷的第二個問題：上帝為何讓惡人懲罰比他公義的人 (1：12－17)？先知不明白上帝為何甚麼靜默，不消除猶大人中的惡事，更不接受上帝用邪惡的人去懲戒較公義的人。上帝向他展示：「惟義人必因他的信得生」(2：4)。

第二章描述了先知所領受的異象。當中有先知五次「禍哉！」的宣告，表明上帝會審判和消滅惡人 (迦勒底人)，「全地」都必認識耶和華的榮耀，並都當在他面前肅靜。第三章調用流離歌，是一種激昂奔放的調子，是要反映情感劇變的抒情詩。這章描述了上帝在威嚴中的降臨，對列邦施行的審判，並施恩拯救祂的子民。

3. 全書大綱²

- A. 書名 (1：1)
- B. 信心中迷惘困惑 (1：2－17)
- C. 義人必因信得生 (2：1－20)
- D. 歌頌上帝信心凱旋 (3：1－19)

三、《西番雅書》

1. 背景資料

傳統認為本書的作者是西番雅，西番雅名字意思是「耶和華保護」。西番雅是惟一提及上四代祖先的先知，是古示的兒子和希西家王的玄孫 (1：1)，來自頗有財勢的家族。他在猶大王約西亞時代作先知，相信是支持約西亞改革運動的先知之一。學者認為當猶大國王約西亞於主前621年進行宗教改革前大約十年，西番雅先知已出來傳道。

西番雅先知於約西亞 (主前640－609) 在位時宣講信息。當時北國以色列已亡，其後南國猶大亦亡於巴比倫 (主前586－587)。與他同期的先知有哈巴谷、那鴻、耶利米。

在約西亞之前有希西家的宗教改革、復興。希西家後的瑪拿西，是猶大國歷史上最壞的

² 唐佑之著：《十二先知書註釋(三)》(香港：天道，1987)，124-125。

王，他瘋狂地進行外邦偶像的崇拜，毀掉國家立國的信仰根基。瑪拿西死後，約西亞（最後一個好王）得到先知和祭司的幫助，推行信仰復興和改革，召喚國民悔改歸向上帝，重新立約（參《列王紀下》22－23章）。

2. 主要信息

本書論到耶和華的日子與祂對列國的審判，這都是先知們常提起的一些論題：災禍和毀滅的日子將臨到。

第一章開宗明義記載審判要臨到全地，特別是猶大。猶大拜偶像，效法外邦的習俗，欺詐剝削弱者，並且自滿，以為上帝漠不關心，必不降福，也不降禍（1：12），所以上帝要懲罰他們，也要懲罰其他國家。先知指出耶和華的日子臨近而且甚快（1：14），而在那個日子，將有極可怕的懲罰。

在第二章，先知預言猶大的鄰邦會受到上帝的審判。耶和華的日子要臨到非利士（西方）、摩押及亞捫（東方）、古實（即埃及，指南方）和亞述（北方），因為列國驕傲、狂妄，和惡待以色列百姓。

第三章總結了前兩章上帝對列國和猶大的審判。耶和華的日子最終的目的不是懲罰，而是管教、救贖和應許，好讓上帝的百姓可以經歷祂的慈愛和信實。雖然耶路撒冷蒙受災難，但將來必定復興，萬民都要求告耶和華的名，必有歌唱、歡呼和歡喜快樂。

3. 全書大綱³

- A. 書名（1：1）
- B. 審判臨到耶路撒冷（1：2－18）
- C. 審判臨到列國萬邦（2：1－15）
- D. 公義的警戒與應許（3：1－20）

四、《哈該書》

1. 背景資料

「大流士王第二年六月初一，耶和華的話藉哈該先知向撒拉鐵的兒子猶大省長所羅巴伯和約撒答的兒子約書亞大祭司傳講（1：1）」提供的背景資料包括：信息的日期、信息的來源、傳遞信息者的身分，以及首批受眾的身分。「大利烏王第二年」所指的，是大利烏登基後的第二個整年。「六月」是按巴比倫曆法計算的以祿月，所以「大利烏王第二年六月初一日」，即是現代西方曆法的公元前520年8月29日。

哈該的名字意思是「我的眾節期」，除本書外，哈該的名字也見於《以斯拉記》5：1和6：14，兩處皆描述先知哈該的話成為百姓重建聖殿的推動力。

以色列人從被擄之地歸回後，很快就在歡樂聲中立下重建聖殿的根基。但因敵人的阻撓，

³ 唐佑之著：《十二先知書註釋（三）》（香港：天道，1987），12-13。

而當時動盪的局勢和農作物失收，令經濟情況甚差。猶太人認為應付生計相關的工作已經佔用了不少時間，哪裡有空去重建聖殿呢？在信仰層面，猶大人可能期望「大衛苗裔」的出現，帶領他們建殿。他們甚至可能認為上主會供應新的聖殿，不需以人手興建。以上種種原因致使聖殿工程荒廢十多年之久。於是，上帝在大流士王第二年（主前520年）興起哈該先知，發出一些簡短有力的信息，勉勵百姓重建聖殿。

2. 主要信息

- A. 1：1－11是哈該的信息，先知呼籲百姓起來重建聖殿，並指出當時所面對的旱災及農作物失收，皆因他們疏忽了建殿的事。1：12－15則記載所羅巴伯、約書亞和眾百姓，受到哈該的信息所激動，一同起來為上主的殿宇作工。
- B. 2：1－9上帝向猶大省領袖和百姓所發出一連串問題，是要鼓勵他們剛強壯膽，並且要繼續建造聖殿，又承諾他們聖殿將有更大的榮耀。
- C. 2：10－23記載先知在同一天內（九月二十四日）宣講兩篇信息。第10至19節提及有關聖潔和污穢的傳遞，目的是指出猶大人和他們所獻上的都是污穢的，但從今日（九月二十四日）起就開始經驗上帝的賜福，這是來自上帝透過農作物的景況的保證。至於最後一篇信息是由第20至23節，表明上帝要傾覆列國，並且要提拔所羅巴伯，復興大衛家。

3. 全書大綱⁴

- A. 重建聖殿的命令（1：1－11）
- B. 官長百姓的響應（1：12－15）
- C. 聖殿榮美的應許（2：1－9）
- D. 禮儀聖潔必蒙福（2：10－19）
- E. 耶和華揀選的印（2：20－23）

五、《撒迦利亞書》

1. 背景資料

《撒迦利亞書》與《哈該書》同期，都是呼籲聖殿的重建。「撒迦利亞」希伯來文意義是「耶和華記念」，這是舊約中很普遍的名字。在舊約中有多於27個人名為撒迦利亞。撒迦利亞是被擄歸回後的先知，是祭司家族易多的孫子、比利家的兒子，他關懷聖殿的重建與大祭司的職責，從而顯示他是祭司中的一位。

2. 主要信息

第一至六章始於大流士王第二年八月（主前520年），當中提及八個異象，這八個異象都是關於選民以色列的預言，初步應驗在撒迦利亞的時代，完全的應驗還待將來。

第七和八兩章發生於大流士王第四年九月（主前518年），當時有巴比倫的猶太裔官員差遣他的發言人來問祭司與先知是否要持續進行五月間的哭泣齋戒。上帝的回應是要求按真正的公平來審

⁴ 唐佑之著：《十二先知書註釋（四）》（香港：天道，1988），21。

判，彼此以慈愛憐憫相待 (7：9)。第八章是上帝鼓勵以色列人繼續建造聖殿，並且要求他們照公平誠實行善，上帝定將施恩。

第九至十四章是先知傳預言的部分，可以分作兩小段：論哈得拉地和大馬士革的默示 (九至十一章)，預言的中心是一位受膏的王被棄；論以色列的默示 (十二至十四章)，預言的中心是一位被棄的王登寶座。

3. 全書大綱⁵

- A. 序言：神的約仍然堅立 (1：1—6)
- B. 八個異象與神諭 (1：7—6：15)
- C. 回應禁食問題的信息 (7：1—8：19)
- D. 結論：全地渴慕神 (8：20—23)
- E. 耶和華的干預和得勝：祂的牧人被拒絕 (九至十一章)
- F. 耶和華最後的干預與當時的苦難 (十二至十四章)

六、《瑪拉基書》

1. 背景資料

瑪拉基名字的意思是「我的使者」或「耶和華的使者」。由於這詞在3：1出現時，並不是人名，因此有些學者認為「瑪拉基」不一定是人名，那可能是一個銜頭，對此學者們持不同的意見。

主前458年，波斯王亞達薛西鼓勵以斯拉帶領被擄的猶太人返回耶路撒冷，進行宗教改革。約13年之後，主前445年，一位政府高官尼希米也獲准回耶路撒冷重建城牆。他在52天之內就完成了這工程 (尼6：15)。尼希米既為省長，就帶領人民進行經濟改革，讓窮人有足夠的供應，又鼓勵人民作十一奉獻，以供應祭司和利未人的生活費 (尼5：2—13，10：35—39)。尼希米到任耶路撒冷12年期滿後，主前433年，尼希米便返回波斯，期間猶大的屬靈境況一落千丈；可能由於缺乏具有政治權力的執行人，所以十一奉獻變得稀疏，安息日無人遵守，與異族通婚更是很平常的事，連祭司也變得難以信任。尼希米稍後再回到耶路撒冷時，不得不採取強硬的手段，去整頓猶太人 (尼13：6—31)。由於瑪拉基所面對的問題正好是尼希米記十三章所提及的罪行 (瑪1：6—14；2：14—16；3：8—11)，而《瑪拉基書》1：8所提到的省長不像是指尼希米，所以《瑪拉基書》的寫作年代應該是在尼希米返回波斯之後，即主前433年之後。

2. 主要信息

瑪拉基書的寫作目的是要使靈裏昏睡的猶太人甦醒過來，並警告他們若不悔改，審判就要來臨。本書預言上帝要差遣他的使者在他前面預備道路，並有立約的使者快要來到 (3：1)。此外，又強調奉獻的重要：「你們要將當納的十分之一全然送入倉庫，使我家有糧，以此試試我，是否為你們敞開天上的窗戶，傾福與你們，甚至無處可容。」 (3：10)

⁵ 包德雯著，劉良淑譯：《哈該書、撒迦利亞書、瑪拉基書》(台北：校園書房，1998)，89-90。

本書以問答的方式來申述先知的觀點。1：2「曾愛」在希伯來文的時態是完成式，表達上帝的愛是過去運行，現今仍然運行著。「你在何事上愛我們呢？」：這是一系列問題中的第一個，暴露了當時的百姓自以為義的態度。「在何事上」說明百姓對屬靈的事情一點兒也不關心，構成了本卷的基調。

瑪拉基書最後三節經文 (4：4－6)，不但是全書的總結，也是十二先知書的總結。這裡提到摩西的律法和以利亞的先知身分。二者均出現在耶穌山上變像的情景 (太17：4)，一方面是要記念摩西的律法，另一方面是要向前展望，在末期之前，必有先知以使者的身分出現，帶來應許的實現。

3. 全書大綱⁶

- A. 標題 (1：1)
- B. 耶和華專愛以色列 (1：2－5)
- C. 神要求聖潔的奉獻 (1：6－14)
- D. 祭司的職分受考驗 (2：1－9)
- E. 神關懷純潔的婚姻 (2：10－16)
- F. 審判的日子快來臨 (2：17－3：5)
- G. 人怎可任意剝奪神 (3：6－12)
- H. 善人與惡人的結局 (3：13－4：3)
- I. 結語：摩西與以利亞的見證 (4：4－6)

七、反思及生活應用

1. 上帝在《那鴻書》兩次宣告「看哪，我與你為敵」(鴻2：13；3：5)，是對尼尼微的宣判！在你的生命中，有沒有堅持做一些「與上帝為敵」的事情？又如何幫助一些「與上帝為敵」的人「歸回」上帝？
2. 當你禱告之後，若然覺得上帝聽而不聞，甚或認為不能接受祂的回應，你會否因此大發雷霆或灰心喪志？《哈巴谷書》可幫助我們採用以下的原則：
 - A. 不住的祈求和等候
 - B. 認識到人不能明白一切
 - C. 深信上帝在背後掌管，並按著祂自己的屬性行事
 - D. 堅定持守信仰、上帝的吩咐、聖經的真理
 - E. 回想上帝的作為，接受上帝的靜默 (在人的角度來看) 和祂那出人意表的回應
3. 煉淨和潔淨的工作是從利未人開始 (瑪3：3)，他們都是事奉上帝的人。這對我們事奉上帝的人有甚麼提醒？

⁷ 唐佑之著：《十二先知書註釋 (四)》(香港：天道，1988)，323。



生命何價？！

謝佩霞牧師

1這是亞當後代的家譜。當上帝造人的日子，他照著自己的樣式造人。2他造男造女。在他們被造的日子，上帝賜福給他們，稱他們為人。3亞當活到一百三十歲，生了一個兒子，形像樣式和自己相似，就給他起名叫塞特。4亞當生塞特之後，又活了八百年，並且生兒育女。5亞當共活了九百三十年，就死了……

22以諾生瑪土撒拉之後，與上帝同行三百年，並且生兒育女。23以諾共活了三百六十五年。24以諾與上帝同行，上帝把他接去，他就不在了。(創5:1-5，22-24)

引言

創世記第5章被稱為亞當後代的家譜，一個看似沉悶的族譜名單裡面，卻讓我們看到上帝當中有上帝特別的心意和啟示。經文透過三位人物，分別是亞當、塞特和以諾的生命，怎樣「按著上帝的樣式被造」的過程到「敬虔信仰生命的傳承」，以至「超越死亡與神同行」三個重點，去重塑並且探討生命真正價值的所在。

存在價值

經文1-2節強調上帝在創造的日子，「造男造女」，並「賜福給他們」。這裡表明無論男女，都同樣承載有上帝的形象，按上帝的樣式被做，一同領受主的賜福，共同被稱為「人」。因此無論你是男或女，我們都擁有同等的尊嚴和價值，男女並無高低之分，兩者共同反映上帝的形像，缺一不可。此外，我們受造的時候，與其他受造物不同的地方，上帝將生命靈氣吹進他的鼻孔，這人就成為了有靈的活人，亦共同擁有上帝的性情和屬性，都是上帝精心的傑作。

力克·胡哲(Nick Vujicic)，他天生罹患海豹肢症，出生的時候已經沒有四肢，童年飽受霸凌與歧視，他曾將自己的身體視為一種咒詛，亦曾試圖在浴缸中結束自己的生命。然而，當她明白每個人都是獨特的，是按著上帝形象所造的，成為他生命的轉捩點。Nick重新定意生命的價值；一個從「殘缺的意外」轉向「我是按上帝形象所造的傑作」，這種心理與屬靈上的移位，讓Nick的生命徹底被改變過來。他的故事不單單是一個「克服殘疾」的勵志故事，更是一個關於價值重塑的生命見證。Nick如今是全世界其中一位最激勵人心的演說家之一，並創立了「人生不設限」Life Without Limits」組織向全球傳遞正能量、反霸凌、建立自信與克服逆境的信念，激勵全球數百萬人戰勝恐懼，也祝福了數以億計的人。

因此，人的價值並非來自出身，成就，外貌又或別人的看法，每一個人的生命歷程都有上帝為我們度身定做，是一個奇妙的旅程！正如啟示錄4:11所說：我們的主，我們的上帝，你配得榮耀、尊貴、權柄，因為你創造了萬物，萬物因你的旨意被創造而存在。

承傳價值

亞當活到一百三十歲，生了一個兒子，形像樣式和自己相似，就給他起名叫塞特。4亞當生塞特之後，又活了八百年，並且生兒育女(創5:3-4)

那麼塞特又是一個怎樣的人呢？我們看前少創4：25-26：亞當又與妻子同房，她就生了一個兒子，給他起名叫塞特，說：「上帝給我立了另一個子嗣代替亞伯，因為該隱殺了他。」塞特也生了一個兒子，起名叫以挪士。

那時候，人開始求告耶和華的名。

創世記的作者認為塞特和以挪士開始的家譜被視為「蒙恩」與「敬虔」的脈絡。即使人類始祖在墮落的背景下，但「生養眾多」的祝福依然運作，生命仍可延續敬虔的屬靈傳承。因為從那時候，人便開始禱告、獻祭、敬拜親近上帝。這裡給我們看到人類生命如何在「罪的影響」與「神的恩典」雙重交織下不斷延續落去。人類除了在血脈上的承傳，上帝也賦予我們傳承祂的屬性，真實以及敬虔的信仰。

因此，信仰傳承不單單是知識的傳遞，也不是「二手的信仰的承傳」，而是敬虔生命的傳承。在「信三代」的家庭中，最常見的挑戰是第三代容易將信仰當作「公公的信仰，又或祖輩的習慣」而忘記最重要是「個人和上帝關係真實的信仰」。

林伯是家中的信二代，如今兒孫滿堂。但他沒有硬性規定兒孫們讀經，而是堅持每週一次的「家族聚餐」。林伯認為餐桌上不是用來教訓人，而是用來「講故事」。飯前不是形式化的謝飯祈禱，而是輪流分享：例如這個星期我怎樣與上帝相遇？上帝怎樣幫助了我？爺爺會分享年輕時逃難如何蒙上帝保守；爸爸分享年輕時的過錯，到信主後生命的改變以及職場上的誠實見證；孩子就分享讀書、考試時壓力與從主而來的平安與能力，之後大家便一起彼此代禱。結果第三代的孩子不單單從課本中認識上帝，而是從「阿公的眼淚」和「爸爸的誠實和感謝」中看到信仰的真實。信仰成了家族共同經驗與回憶，而非教條。讓家庭更新，幸福蒙恩！

信仰必須成為「個人生命經歷的信仰」，讓他們親自遇見這一位「亞伯拉罕的神、以撒的神、雅各的神」，也是「我的神」。允許孩子有一段探索甚至懷疑的過程，並為他們守望禱告，讓孩子們經歷信仰的真實，孩子們未必需要完全、完美的屬靈偉人，而是需要一位會

軟弱、會犯錯、但會悔改並持續跟隨上帝的「真實父母、祖父母、以至屬靈父母親」。

親愛的弟兄姊妹，我們正在傳承一個怎樣的「信仰樣式」給予下一代？相信除了在血脈上的DNA，信仰的DNA同樣重要。經文提醒我們要注重屬靈的傳承，亞當雖然墮落，但上帝仍然興起塞特這條敬虔的線，到第七代的以諾、以至亞伯拉罕的後代耶穌基督。讓我們積極在家庭、教會裡面建立信仰傳承；讓生命影響生命，並相信上帝的賜福至今仍然在延續！

永恒價值

「亞當共活了九百三十年，就死了」(創5:5)

這一節經文是亞當人生的終點，亦是整個人類歷史中「死亡現實」的第一次正式宣告。創世記第五章雖然不斷重複「共活了……就死了」，但在「生」與「死」的循環之間，以諾提供了第三條路線，帶給我們一個極大的盼望。

經文創5:22-24記載：以諾生瑪土撒拉之後，與上帝同行三百年，並且生兒育女。以諾共活了三百六十五年。以諾與上帝同行，上帝把他接去，他就不在了。

以諾因著與神同行，蒙主稱讚並賜福：因此希伯來書11:5節也提到：因著信，以諾被接去，得以不見死，人也找不著他，因為上帝已經把他接去了；只是他被接去以前，已討得上帝的喜悅而蒙讚許。以諾是聖經中第一個沒有見到死的人。這句話很有意思！以諾在地上的生命雖然在當代的人裡面是最短的，但因著他卻與神同行，被上帝悅納、被主直接到了永恆裡。可見生命並不在乎長短，以諾與上帝同行三百年裡面，與常人一樣生兒育女，同樣有工作和生活，只是他的人生價值觀因有上帝同在，與神同行而改變。以諾所做的一切都是為了主而作，時時刻刻想到上帝的榮耀與及人的益處。因此，如果所作的一切都是為了榮耀上

帝，為到人生益處而做的；那麼無論做甚麼事情，又或一些微小的事情都可以做，都能與神同行，都會蒙上帝喜悅和賜福。

今年二月份我參加了區傳道部的台灣聯合佈道會，屈指一算，今次已經是第12次參與不同地方的短宣隊；對我來說每次去短宣隊都是一個很大的爭戰和考驗，相信去過短宣的弟兄姊妹都有經歷過。今次的考驗也如我所料，都是未發生過的；第一個是出發前的幾天全身都出了紅疹；第二個考驗就是第一次用普通話講福音晚會；第三個是有一位90歲的長老同行，而出發當日台灣氣溫又突然急降去到6度並且有雨……；但我深信有主同在，我們是與主同行，我將一切交託並求主親自帶領我們，為我們趕走一切的攔阻。神蹟奇事又發生了！出發前兩日，我身上的紅疹全部退了，除了到步第一天下雨，其餘多天的日子都天晴及顯著回暖。此外，我第一次戰戰兢兢用普通話講道，又有意想不到的好反應，也超出了我的能力，感謝聖靈奇妙的工作！今次台灣佈道團深刻體會到與主同行的得勝同甘甜。

此外，每年的承傳門訓，我們都會有一次外展服侍！今屆我們有20位組員。當思考服侍對象的時候，上帝給予我們一個嶄新的體驗，讓我們看到小組裏面有不同恩賜的音樂人；有唱家班、有演奏級、也有影音製作人、廚藝高手、設計師等，正所謂萬事俱備，只欠一個合適服侍的主題、地點和時間。於是我們靈機一觸，想到每年花市的時候都有不少人流，絡繹不絕的經過教會門口。事就這樣成了，我們在年廿八教會門口的空地舉行一次社區服侍；透過busking、街頭演唱、配合coffee corner、曲奇小點、小禮物、賀年揮春等等，營造一個親切友善的社區教會形象；讓人認識教會，接觸福音。感謝主的使用，讓小組能同心事奉並與上帝同行，當日氣氛熱鬧，路過的人除了對教會留下深刻的印象，我們當日也接觸了不少

福音對象。原來與神同行可以是心裡面一份回應和感動，亦可以是跨越教會牆壁的事奉；成為人與人相遇、人與神相遇的地方。願主祝福並悅納我們微少的服侍。

親愛的弟兄姊妹，今天你追求的是甚麼呢？與尖端科技同行？與世界享樂潮流同行？抑或是追逐成功人生同行？你又是否願意在日常生活裡面，以言行回應主的教導，追求並實踐與上帝同行呢？

最後，我以張瑪莉的生命見證作為總結：

張瑪莉9歲的時候因父母離異而入住保良局孤兒院。她曾坦言在那段日子，內心痛苦、孤單、自卑，找不到自己的身分、價值和生命意義。直至1975年當選了香港小姐冠軍，之後更被評為十大傑出青年，擁有令人羨慕的事業與家庭！然而，外在的成就卻無法填補童年被遺棄的創傷。及至1986年信主後，她的生命真正開始改變；從聖經中認識到每個人都有上帝的形象和賜福，都是受造奇妙、有獨特的價值和使命。在她50歲的時候，上帝垂聽了她的禱告，信主的母親主動相認。這份饒恕與和好，讓她心靈的傷痛徹底得到醫治。

自此，她的人生並沒有停留在童年的不幸，也沒有滿足於世界的掌聲！張瑪莉進一步找緊與上帝同行的恩典與機會，將童年的「咒詛」變成了自己和別人的祝福；她積極到世界各地傳揚福音，用自己的生命故事見證上帝的恩典和奇事；許多人因她的見證決志信主，找到生命的價值。

張瑪莉的生命見證讓我們看到：即使人生的起點如何坎坷、充滿艱難，如同人類墮落後的處境。但在耶穌基督裡，舊事已過，都變成新的了。我們都能恢復上帝創造我們的榮美形像，一同領受主的賜福，並活出一個「與神同行」、祝福自己、也祝福他人的寶貴生命。而這份永恆的盼望，正是我們生命的終極價值的所在。✚



鍾秀琴宣教師



引言：

在香港這個節奏急速的城市，「忙」幾乎成為我們共同的生活日常。每天被工作、家庭與責任追趕，行程緊湊得幾乎沒有空隙。所謂「時間貧窮」，不只是事情多，而是我們可自由支配的時間愈來愈少，連心靈的空間也被壓縮。不知不覺間，我們把匆忙當作常態，將疲憊當作代價，甚至將內心的枯竭看成理所當然。我們很少停下來問：我還聽得到上帝的聲音嗎？這，是否正是你此刻的光景？然而，《箴言》把我們帶回一個截然不同的起點：真正的智慧生活，不是從更努力開始，而是重新學習「聽」開始。

「你要側耳聽智慧人的言語，留心領會我的知識。你若心中存記，嘴唇也準備就緒，這是美的。我今日特地指教你，為要使你倚靠耶和華。」(箴 22:17-19)

一、停下，才能聽見

這裡連續出現三個表達「接受」的動詞：「側耳」、「聽」、「留心領會」。首先，「側耳」是主動把耳朵靠近，願意專注接收；其次，「聽」不只是聲音進入耳朵，而是真正聽進去；最後，「留心領會」有「擺好」、「設定」的意思，就是把心安放在神的話語上，讓祂的真理成為內在的定位。

這整個過程，就像調校一部舊式收音機：在滿是雜訊的環境中，我們需要不斷調整頻道，直到聲音清晰穩定。今天我們的問題，不是沒有聲音，而是聲音太多，來自四方八面的資訊和消息，每一樣都在爭奪我們的注意力。如果我們不刻意停下來，我們很難分辨什麼才是值得聽的聲音。因此，屬靈生命的更新，往往不是從「多做一點」開始，而是從「停下，才能聽見」開始。

二、存記，為倚靠神

「接收到」很重要，但接收並不代表完成。第18節提醒我們：「你若心中存記，嘴

唇也準備就緒，這是美的。」這裡「存記於心中」，原文是「留在你的肚腹裡」，代表生命最深之處。換句話說，上帝的話不應只停留在頭腦，而是要進入我們的內裡，被消化、吸收，成為生命的一部分。就像食物一樣，只有吃進去並消化，才能轉化為養分。同樣地，若我們只是聽道、讀經，卻沒有停下來默想與內化，上帝的話就難以改變我們的生命。當壓力來到時，我們自然流露的，往往仍是焦慮、抱怨或控制，而不是真理與平安。

耶穌說：「心裡所充滿的，口裡就說出來。」我們口中所說的，正反映我們裡面真正盛載的是什麼。若我們裡面充滿上帝的話，在困難與不確定中，我們所說的，就會帶著穩定與盼望，而不是恐慌。而這一切的目的，是第19節所說：「為要使你倚靠耶和華。」原來，一切的「聽」與「存記」，不是為了增加知識，而是引導我們學習倚靠主。

總結：

弟兄姊妹，忙碌中我們仍有煩惱、掙扎與壓力。但你真正需要的，往往不是更多方法，而是願意停下來，側耳聽，將上帝的話存記在心，把生命重新安放在祂裡面。當我們這樣回轉，上帝的光必定照亮我們前行的路。

箴言提醒我們，真正的生活智慧，不是為了成功或表現，而是引導我們成為一個真實倚靠上帝的人，從「自我掌控」轉向「全然倚靠」。盼望我們重新學習聽，並真實倚靠上帝，使生命在忙碌中仍然安穩，在混亂中仍然有光。✝



一. 教會佈道會

本堂將於9月6日主日下午三時舉辦佈道會,主題為「從灰燼到華冠」音樂佈道會,求主使用聚會,招聚對信仰有興趣的朋友,使福音能感動人心,更新生命。又求主挑旺弟兄姊妹的事奉心志,把握機會,勇於傳揚福音,積極邀請親友赴會。

二. 為聘請教牧同工祈禱

教會需要牧者牧養、教導真理和作屬靈的領導者,求主差遣僕人使女來到九龍堂,牧養主的羊。願主帶領和幫助整個聘牧過程,合一尋求主心意,讓主的忠心僕人使女能夠在九龍堂裡發揮恩賜,委身服侍,建立眾信徒的生命,能榮耀主名。

三. 守望嬰幼親子崇拜

喜愛小孩子的主,感謝祢帶領本堂看見嬰幼兒事工的異象,並嘗試於本年九月起,在主日開設嬰幼親子崇拜。求主招聚九個月至兩歲的孩子和他們的家長,把握嬰幼兒成長的黃金期,教導兒女感知上帝的愛和保護;又叫我們藉延展兒童崇拜的服事,牧養新手父母,也帶來福音契機,使更多家庭蒙恩得福。

禮賢會九龍堂 2026年6月份收支情況

	6月份(HK\$)	1-6月份累積(HK\$)
堂會 - 總收入	2,276,658.82	16,067,144.72
堂會 - 總支出 (包括資產項目)	1,918,666.59	12,966,547.00
堂會 - 盈餘 / (不敷)	357,992.23	3,100,597.72

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:



HSBC
滙豐

458-0-008474



(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

感恩多年來芥種月刊成為會友與教會資訊聯繫的管道。透過文字感恩，生活分享，見證，恩典，鼓勵，安慰，拉近彼此之間橋樑，滋潤人心田，一切都是神的帶領。彼此造就、同心同行！互勉之 🙌 🙏

預告 九月份主題 信仰從「家」開始

責任編輯 | 杜景浩 (khto66@gmail.com)

截稿日期 | 2026年8月10日

出版日期 | 2026年9月6日

本期責任編輯：潘鳳琮

編輯委員：王袁成 廖志勇 畢春成 陳惠群
何敏玲 李錦榮 黃鋒 張允遜
張偉然 李芷欣 杜景浩 馮麗娟
楊秀琮

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：高科技印刷集團有限公司

電話：3759 0888 傳真：2790 2865

本期印數：800本

目錄

牧者的話

2 極小的事與不可少的事

劉志良牧師

主題文章

4 烏雲背後的彩虹：重擔中的釋放

鍾秀琴宣教師

6 留一天與祢喘息

梁月明

6 輕省同行 展翅上騰

謝俊杰

7 重擔的釋放

林峻

8 成就不可能的事

Daisy Cheung

教會園地

9 2026千歲宴隨筆

張英銳

10 AWANA兒童聚會

簡麗恩

14 兒童崇拜

蔡徐華

16 基督小精兵

羅康怡

19 兒童暑期聖經班VBS

蘇吳玉英

會友廣場

27 屬靈氣質的我思

人言隨筆

28 紅日

天寶

29 歸零

天寶

30 信主多年的感受

寶嫻

31 一則新聞的啟發

黃碧珍

31 千歲宴主題分享

李馮自然

32 我是半職院牧

鄭少梅 (本堂退休宣教師)

活水甘霖

33 十二先知書 (下)

鄧少軒長老

每月靈食

39 生命何價？！

謝佩霞牧師

每月金句

42 「給時間貧窮的你！」

鍾秀琴宣教師

43 消息與代禱及教會活動綜覽

44 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。