錦宣・信

068

2023年12月號

FAIRVIEW PARK ALLIANCE CHURCH
BI-MONTHLY JOURNAL



復常後的信仰之路

基督．降生．盼望

目錄

2023年12月號主題：基督．降生．盼望

主題文章

04-05　基督降生，迎來盼望　曾裔貴牧師

牧者之言

06　又到聖誕　謝靄薇牧師
07　基督降生，彰顯仁愛　陳麗蟬牧師
08　基督降生，賜下平安　盧思源姑娘

專欄

09-11　認識牧區：錦綉幼稚園及幼兒事工的過去、現在與未來　林琼美校長、黃頌言姑娘
12-13　錦宣故事006：跨越四十周年：「疫」境砥礪前行　曾憲明弟兄
14-15　隨走隨傳：荷蘭的聖誕福傳體驗　譚慧琪宣教士
16-17　與非裔群體共譜聖誕佳音　楊穎兒宣教士
18　見證分享：高子桉的得救見證　高子桉弟兄
19　主永不離棄：單寶珠的得救見證　單寶珠姊妹
20　心靈行旅：運動與精神健康　趙珮瑜醫生
21　相親相愛：聖經如何提醒我們在關係中實踐彼此相愛　鄧泰康傳道
22　職人心語：情緒ABC　司徒永富弟兄
23　新・時態：基督教與精英主義　蔣文忠傳道
24-25　樂活誌：好書推介：活出神喜悅的生命　何昊偉弟兄
26-27　活動快拍

全年總主題：復常後的信仰之路



基督降生 迎來盼望

曾裔貴牧師



感謝神！2023年轉眼已到尾聲。教會陪伴肢體走了這一年復常的路，又來到記念基督降生的日子。我們該以怎樣的心情度過三年疫情後首個復常的聖誕節期？

對於沒有信仰的人而言，聖誕節被普遍看為基督教徒的宗教慶典，並沒有加增未信者任何靈性的幫助；但對於相信神啟示的福音派而言，我們認信耶穌基督是神在末世對人類的最終極啟示（參來一1-2）。主耶穌的降生與升天顯明了神對人類的恩典計劃，也給我們永恆的盼望，就是與神和好，享受神的同在和榮耀。這盼望是我們信心的根基和動力，使我們能夠忍受一切苦難和試煉，並以愛服侍神和人。因此耶穌的降生與升天帶給人類的盼望成為基督教信仰的核心主題。讓我們從基督的降生，一起思想祂的到來，帶給我們甚麼盼望。

神要曉諭我們

聖經向我們宣告神的存在，祂有其救贖世人的旨意。我們所信的神是不斷透過不同方法，藉著不同的舊約先知向我們自我啟示的神。而主耶穌是神的獨生子、神的道，從天降下，為了拯救世人而道成肉身，降生在伯利恆的馬槽。祂是童貞女馬利亞所生，由約瑟撫養，是大衛王的後裔。這一切都是我們能從歷史裡認識的事實，也是世人普遍相信的事實。但聖經的真理告訴我們更大的奧秘，就是神要藉著祂兒子到地上來，完成祂的神性及救恩計劃。所以耶穌是神最後和最終極的啟示，也就是說，我們看見地上的耶穌，就能看見神，並且透過耶穌基督直接認識神。信仰就在此處發揮非常重要的影響力。

如果耶穌從神那裡降生到地上，並且由降生的一刻開始就面對地上各樣的生存限制，以及各樣地上遭遇的困境與生活的種種難題，祂就能拯救我們脫離一切我們無法解決的困難與問題了，因為祂是神的啟示，也是神給我們的答案與安慰。活在困難中的人需要的就是來自天上的答案，而耶穌基督就是這答案。

祂是誰

「……又早已立他為承受萬有的，也曾藉著他創造諸世界。他是神榮耀所發的光輝，是神本體的真像，常用他權能的命令托住萬有。他洗淨了人的罪，就坐在高天至大者的右邊。」（來一2-3，《新標點和合本》）

耶穌不僅是地上一切疑問的答案，祂更是神直接向人類的顯現。地上的人每天埋首面對生活的困難時，總是以自己的辦法和人脈關係尋求幫助，很少尋找這位創造並維繫這宇宙的主。希伯來書的寫作對象是一群認識神救恩的猶太人基督徒，他們要面對重返聖殿獻祭及來自宗教律法制度的壓力，並不曉得如何看待耶穌的真正身份。作者以這兩節經文清楚揭示主耶穌的身份，讓筆者簡單解釋：

- 祂早已被神預定要承受一切（屬靈與屬物質世界的一切）。
- 祂是創造一切有形與無形的造物主宰（藉祂的話就能創造）。
- 祂不是反映神的光輝，因祂本身就是神的光輝。
- 祂是神本體的真像（指自有永有的神一切美麗完整的屬性）。
- 祂洗淨了人的罪（藉降生和肉身受死釘十架）。

這兩節聖經描述主耶穌的身份，非常透徹而不含糊地宣告祂是神，即那位自有永有、榮耀全能的神，也是創造萬有的造物主宰（Creator and Sustainer）。然而，最令我們感到奇妙和驚嘆的是祂來到世上洗淨我們的罪（Sin-bearer），祂不是用言語洗淨我們的罪，而是親自成為肉身住在地上，解除人類道德上犯罪虧缺神榮耀的問題（moral problem）。人類最大的問題就是與神為敵，得罪了神。現在主耶穌已擔負我們的罪，以自己的生命犧牲，解除神對我們罪惡的咒詛。

至此，如文首所言，今年是全球人類解除三年疫情限制後的首個聖誕。我們在慶賀基督降生這人所共知的喜悅氛圍下，未必人人能因而得到真正的盼望與祝福，因為喜悅的氣氛未必讓人與救贖主的生命直接聯繫起來。我們若果要擺脫地上無休止的困難與焦慮，就只有來到祂面前，以信心認識祂，並真心和謙卑地仰賴祂同在帶來的幫助，包括開放自己的生命，讓祂掌管。以馬內利（Immanuel）。

互勉！
曾裔貴牧師

又到聖誕

謝靄薇牧師

聖誕節是普天同慶的日子。香港被譽為亞洲國際都會，節日自然較耀目繽紛，無論九龍尖沙嘴或是香港置地廣場，高樓大廈也有不同設計圖案，加上耀眼的燈飾，景色非常吸引。隨著季節到來，商場的佈置和悅耳的音樂令人心情興奮莫名。雖然三年疫情導致經濟不景，但隨著疫後復常，外在條件已放寬，大眾也不必戴口罩，假期出外旅遊人數大增。然而人心是否也隨著外在環境變好呢？

回想二千多年前，耶穌生在很偏僻的鄉村，獲父母溫馨的照顧，幾位牧羊人和東方博士來訪，還有一頭牛和幾隻羊相伴，這是我們一般想到的聖誕畫面。多年前曾親臨耶穌出生地，每年有上千遊客進入當地教堂，甚至膜拜。然而朝聖者的心態如何，就不得而知。

「平安夜裡真平安！」這是某聖誕詩歌的歌詞，內容提到真光已照亮人心，祂的故事在萬人中流傳，並傳到二十一世紀。想當年主耶穌將大使命交託十一位門徒，他們接受差遣，承擔使命。

根據2023年統計，全球有23.8億人信奉某種形式的基督教，意味著世界總人口約三份之一是基督徒，當中包括天主教、新教和東正教，並以天主教人數居多，天主教徒共有12億。以基督徒人數統計，美國佔首位，約2.3億；香港信徒約80萬；人數最少的基督徒國家在撒哈拉沙漠西部，只有200人。

伊斯蘭教僅次基督教，成為世界第二大宗教。根據2011年發佈的研究，伊斯蘭教擁有16億信徒，佔世界人口23%。研究也發現，英國穆斯林人口比黎巴嫩的多；中國的同樣比敘利亞的多。2011年的普查結果顯示，伊斯蘭教是大不列顛及北愛爾蘭聯合國的第二大宗教，共2,516,000信徒，佔總人口4.4%。

主回來的日子近了，仍有很多人在福音門外。當日主耶穌為我們降生為人，道成肉身。上帝差祂愛子耶穌來到世上，為要拯救我們脫離罪惡，使我們免沉淪而得永生，成為上帝的兒女。主耶穌來到世上，就是要報告上帝悅納人的禧年，這正應驗以賽亞先知的預言：使貧窮的人得聞福音，被擄得釋放，受壓制得到自由……我們如此蒙恩，應在此佳節向耶穌基督獻上感恩和讚美。

福音本是上帝的大能，要救一切相信的。人類生存在同一地球村，同樣受到各種衝擊，新冠疫情已可證實。此外還面臨各種不可預知的危機，使人類陷於貧窮、被擄和受壓制的境地。唯有耶穌基督的福音是人類的盼望，我們要竭盡所能傳福音，只有福音才能解決人心真正的需要。

你想獻甚麼給主？「王回答他們說：『我實在告訴你們，這些事你們做在我弟兄中一個最小的身上，就是做在我身上了。』」（太二十五40）聖誕節是最適合互贈禮物的時刻，請勿錯失良機，將生命中最寶貴的禮物贈予未認識主的人。

基督降生，彰顯仁愛

陳麗蟬牧師

聖誕節前的四個主日稱為將臨期。將臨期第一主日會點燃一支蠟燭，第二主日加燃一支，象徵光的強度漸增，直到主耶穌基督降臨的那一天。十二月二十四日聖誕夜和十二月二十五日聖誕節不單點燃象徵永恆生命的將臨花環上的四根蠟燭，還在中心點燃一根白色大蠟燭，象徵主耶穌這「世界之光」已來到人間，意即「以馬內利」－上帝與我們同在。聖誕節期的高峰就在點燃「世界之光」這白色蠟燭，宣告藉主耶穌基督的降生，上帝要賜予全人類新生命的恩典。

教會於將臨期的佈置顏色以紫色為主，表示反省悔改，提醒我們要為自己的罪憂傷痛悔，才可迎接主耶穌降臨。紫色也表徵「君王」，提醒我們主耶穌將以君王身份再來，統管萬有。這也提醒我們，生命要由主掌權作王。

將臨期第一主日點燃的第一根紫色蠟燭象徵期待和希望，我們要儆醒等候基督再來，並反省日常生活，所言所行要合乎上帝心意。第二主日點燃的第二根蠟燭象徵預備和信心，當預備主的路，以美善的行為彰顯基督，使未信福音的人從我們的生命得見耶穌。第三主日點燃的粉紅色蠟燭代表宣告與喜樂，在基督裡我們罪得釋放，故我們要以仁愛和感恩，宣告與慶祝這日子帶來自由的生命。第四主日點燃的紫色蠟燭象徵服侍與仁愛，這星期最接近主耶穌誕生的日子，要以信心和盼望等候，又以基督對世人無盡的仁愛彼此服侍，關心鄰舍，活出主耶穌對世人的慈憐，並整頓生命，迎接救主基督降臨。

主的門徒雅各和約翰求主在將來得榮耀時，賜他們左右座位，耶穌就為門徒上了謙卑的一課：「因為人子來，並不是要受人的服事，乃是要服事人，並且要捨命作多人的贖價。」（可十45）主耶穌來到世上的目的不是受他人服侍，乃是要服侍世人，以仁愛的行動把人類從黑暗死蔭裏引到和平的路上。世界的價值觀認為領袖要「權」重「位」高，但在跟隨主腳蹤的路上，「位高」「權重」的要作上帝的用人和僕人，也作眾人的用人和僕人，服侍弟兄中最小的，如同服侍耶穌，這服侍才蒙上帝悅納。這才是真正的為首、為大的領袖！
在服侍的路上要為主付上代價，心態要專一，單單回應主的愛和呼召，不計較回報和讚賞，否則所作的一切就成了鳴的鑼、響的鈸一般！「殷勤，不可懶惰；要靈裏火熱；常常服侍主。」（羅十二11）這是主的命令。

願意《恩頌聖歌》中〈讓你心破碎〉這首詩歌的第五節歌詞成為我們一生的目標：

「願你異象明晰，你的心仁慈，常存主的愛心，到各處服侍；
讓弟兄的哀痛使你心破碎，奉獻財力、物資，施與不收回。」

基督降生，賜下平安

盧思源姑娘

踏入2023年年底，我們回顧這一年走過的復常之路，並再次迎來記念耶穌基督降生的日子。過去三年，我們或許會想起挑戰、失望和困境。當疫情仍在全球肆虐，社會和經濟不穩定，個人生活或許也面臨種種壓力。在這些不確定和困難的時刻，平安似乎遠去。然而，正是這樣的時刻，作為基督徒，我們需要重新思考和領受基督降生帶來的平安。

聖經記載，耶穌降生馬槽時，天使向牧羊人宣告：「在至高之處榮耀歸於神！在地上平安歸與他所喜悅的人！」（路二14）耶穌基督的降生不僅實現神的大愛和拯救計劃，也賜給我們真平安，而這份平安並非指外在的平靜或沒有困難的生活，而是內在的安穩和信心，也是超越環境和困境的心靈狀態，因為我們可與神復和，並信靠祂帶來的安慰和保護。這份平安讓我們縱然在困難中，仍能保持堅定的信念和喜樂的能力。當我們度過復常後的首個聖誕，我們除了一同以喜悅的心情迎接外，也讓我們重新定位自己的心態，將焦點放在基督降生的意義上，學習依靠神的話語和捉緊祂的應許，並在困境中尋求祂的恩典和引導，以感恩的心領受祂賜下這份出人意外的平安。

此外，基督降生的目的除了賜下平安給我們，也是為了讓人與神和好，所以我們也應以和平的方式建立和諧的關係。正如耶穌在登山寶訓中教導我們：「締造和平的人有福了！因為他們必稱為神的兒子。」（太五9）這不僅適用於我們與家人和朋友的關係，也適用於我們與社區的關係。透過展示耶穌基督的愛，我們可以成為和平之子，彼此接納和寬恕，透過我們的生活和行為，以各種方式將基督的平安傳遞給他人。讓我們成為愛的見證，使人看到基督在我們生命中的改變和祂帶來的平安。

踏進新的一年，我們已擁有神賜的平安和盼望，這是我們可彼此分享的寶貴資源。盼望我們在錦宣家可成為彼此的支持者和鼓勵者，在團契中藉著分享神的話語、彼此分享經歷、祈禱和關懷，一起建立和成長，同心面對新一年的挑戰。

基督降生，賜下平安，這是來自上帝的恩典，也是我們作為基督徒的身份和使命。願我們在新一年裡，以感恩和喜悅的心情迎接基督的降臨，讓基督的平安在我們的生命中繼續散發光芒，相信祂必與我們同在，並賜下豐足的恩典與愛。願這份平安帶領我們走過新一年，充滿信心、盼望和愛，深信神必在新一年為我們開道路，帶領我們走向更美好的未來。

錦綉幼稚園及幼兒事工的過去、現在與未來

林琼美校長、黃頌言姑娘

林琼美校長分享（錦綉幼稚園）

「……你無論往哪裡去，耶和華你的上帝必與你同在。」（書一9下）感謝天父讓我能在錦幼（編按：錦綉幼稚園簡稱）這大家庭與幼兒一同學習及成長，與家長建立互信關係，與同事並肩同行。感恩幼兒終於回復恆常的校園生活，與老師及同學一起學習和玩樂。回望過去，我們更懂得珍惜與感恩。期望錦幼的孩子能時常懷著學會珍惜、樂於感恩的心擁抱未來。我們靠著耶穌的愛，祂必看顧我們。

近年本港出生率下跌，加上受移民潮影響，全港幼稚園收生比例明顯下降，甚至面對財政危機，學前教育正陷入水深火熱的困境。但我們真正的倚靠是相信天父永遠與我們一起，即使遇到難題，仍相信祂不會忘記我們。唯有如此堅定的倚靠，我們定能走過風雨，風雨過後必見彩虹。主從來沒有保證我們的未來能平靜無事。面對未知的逆境：出生率下降、收生率不足、師生比例不足、人才流失等挑戰，我深信如腓立比書四章13節所說，只要「我靠著那加給我力量的，凡事都能做」。祂最後必為我們預備最好的，應許我們安然跨過每個難關。

學齡前的幼兒有著獨特的學習需要，亦是發展身體協調能力的最重要時期，腦動和身動相互配合，才能建構完美的學習條件。未來錦幼將會以「國際化視野下自由遊戲的創新」為發展中心，期望能鼓勵孩子與周圍的世界互動和探索，增強他們的學習準備、創造力和解決問題的能力。此外，我們的教學團隊亦會持續優化「繪本教學及國際化課程」的教學方針，進一步完善我們的課程架構。與此同時，我們亦會繼續與宣道會錦繡堂保持緊密聯繫，繼續傳揚福音，例如相互提供場所協辦福音敬拜活動、一同鼓勵幼兒參與基督少年軍（小綿羊）、邀請錦宣家牧師與師生和家長分享及靈修等。相信與錦宣家攜手合作，定能讓主的恩典環繞四周。













黃頌言姑娘分享（錦宣家幼兒事工）

由天父安排我於錦宣家服侍的第一天起，轉眼間便三年，當中經歷疫情的挑戰及慢慢復常的日子。無論兒童的牧養、導師團隊、家長工作、家庭崇拜發展等，我們全方位經歷了神很大的恩典！

一．感恩一同服侍

感謝三年來一直在我身邊一同服侍的導師及家長。今年八月最後一個主日我們舉行結業禮，數算三年間兒童牧區要感謝的人，大概多於50人，願主親自報答大家的勞苦！在結業禮後的感恩會中，大家提到需要平衡服侍、家庭及個人因素的拉扯，然而每次看見孩子的笑容和他們的進步，每個生命被神改變，成為大家繼續參與兒童牧區服侍的原因及動力！

二．導師團隊

我發現過去導師都獨立「工作」，無論幼稚級還是小學級，好處是減省開會的時間。但我認為各級導師之間若能彼此認識，便可互相分享心得，彼此代禱，集思廣益，對大家都有益處。因此過去一半年，我安排每月最後一個星期日下午為恆常導師開會及分享日子，不但可更透明地溝通未來一個月發生的特別聚會，更可跟進當月的特別事情。希望這樣的安排能增進團隊彼此的溝通。

三．主日的家長工作

家長工作不容忽視，但仍是未來的挑戰。因過往的安排較著重星期日的兒童事工發展，加上人手有限，家長工作只能於平日進行，如逢周四的家長天地、周二的和諧粉彩工作坊及11月進行的幸福小組。感恩過往一年已經有三位家長信主，並於10月受浸。現時每月第三個主日安排了「家長講座」，以及一年四次的「家庭崇拜」，藉此接觸幼稚園家長及小朋友。未來希望可吸納一些家長義工，不但讓他們在兒童事工擔任助導及音樂服侍，也能將家長聯誼小組逐步變為家長團契。若你有感動參與其中，請與我聯絡。

錦宣・信 068

四．兒童牧養

過去主日學的兒童於唱詩、敬拜讚美及禱告方面較弱，因此去年年底我們正式成立由小學級組成的「小詩班」，為兒童建立敬拜讚美的心。

未來計劃推展幾項事工，請大家代禱記念。主若許可，盼望大家都能參與其中！

1. 未來希望逐步建立「兒童敬拜隊」，除了音樂上的服侍，更是生命的建立。我們需要有音樂及敬拜讚美心的導師加入其中！
2. 兒童生活營：由於每周只見一次，同學之間的關係比較生疏。因此我們每月最後一個星期安排團契遊戲時間，希望大家有更多機會透過遊戲互相接觸。
3. 來年復活節我們盼望舉辦「兒童生活營」，讓導師及同學於三日兩夜裡更深入認識，同時接觸大自然，更能有日常安靜禱告的經驗。請為我們代禱，期望能租用合適營地！

我眼見神於這三年在兒童牧區的恩典，只能讚嘆神的大能，讓大家能經歷合一服侍的美好！求主繼續帶領我們！「……萬軍之耶和華說：不是倚靠勢力，不是倚靠才能，乃是倚靠我的靈方能成事。」（亞四6）







錦宣家走過疫情，重啟「朝聖茶室」。





錦宣故事006

跨越四十周年：「疫」境砥礪前行

曾憲明弟兄

2020年年初，新冠疫情肆虐，前後數波疫情大爆發令香港社會各方面大受影響。長達三年的疫情同樣令香港教會在聚會人數和模式上產生巨大轉變，錦宣家也不例外。

疫下困境

疫情下的限聚令阻隔了人與人的來往，也嚴重影響教會聚會的進行。崇拜、團契等實體聚會需要長期暫停，不少早已擬定的事工（如外展探訪事工和校園事工）也因而無法推展。

在社會事件和疫情影響下，香港過去數年出現移民潮。錦宣家也有約數十個家庭移民海外，他們主要前往英國和加拿大，為年幼的兒女安排更適合的教育。受移民潮影響，錦宣家的恆常聚會人數亦減少一至兩成。

聚會新模式

在疫情帶來的障礙和困難面前，錦宣家和香港各教會一樣迅速應變，改善教會既有的設備和技術，安排直播崇拜，讓弟兄姊妹即使安坐家中也可敬拜神。同時，教會同工充分利用Zoom視訊會議功能，在線上進行團契，讓肢體繼續保持「見面」、分享和相交。除此之外，教會亦特別安排周間晚上的線上講座，為弟兄姊妹提供各方面資訊，包括防疫保健、靈命成長等，在疫情中裝備弟兄姊妹的身心靈。

2022年6月起，隨著疫情漸趨緩和，錦宣家部份崇拜聚會不再安排直播，以鼓勵弟兄姊妹回到教會參與聚會。另一方面，教會亦在教會廣場重啟「朝聖茶室」，於崇拜前後為弟兄姊妹提供各式飲品和茶點。現時不少弟兄姊妹於崇拜結束後都習慣在廣場留步，喝杯咖啡，和其他弟兄姊妹閒談和分享近況。

在疫情陰霾籠罩下，神讓教會看到福音新機遇。一些新近遷入錦綉花園的家庭來到錦宣家參與聚會。教會亦把握機會，為他們安排團契——近年成立的大團小組，讓他們漸漸融入教會生活，也能結識其他弟兄姊妹。更感恩的是疫情下繼續有新朋友願意慕道，堅持在線上參與浸禮班，最終受洗加入教會。

發展前瞻

錦宣家在2010年代先後植出洪恩堂和拓展加恩樓。此後教會一直維持「一堂三點」的事工發展計劃，並透過三個聚會點的社區中心接觸各社區坊眾。經歷了十多年的發展，洪恩堂和加恩樓早已扎根社區，累積了穩定的聚會人數。近日教會更落實於今年年底續租加恩樓，繼續維持一堂三點的方針。

展望未來，香港政府將著力發展「洪水橋 / 厦村新發展區」及「北部都會區」，相信這兩區的人口將明顯增加。洪恩堂和加恩樓正可乘此機遇，為這兩個地區的預期新增人口打開福音之門，成為他們的祝福。

後記

筆者非常感恩，可在一年共六期的《錦宣．信》中跟大家回顧錦宣家不同年代的發展，細數教會過去四十餘年經歷的大小事，見證了神的恩手從未離開我們。

還看教會歷史，我們憶起不辭勞苦建立錦宣家的西教士、忠心侍主的各代牧者同工、世紀之交充滿信心的建堂工程，以及拓展神國的植堂與擴堂計劃。願我們承接教會先賢的心志和信念，善用我們今天擁有的資源，為神繼續打美好的仗。



疫情期間只設網上崇拜，禮堂席上空無一人。



加恩樓於今年年底續租，繼續服務坊眾。



德國亞琛Aachen聖誕市集

荷蘭的聖誕福傳體驗

譚慧琪宣教士

筆者在荷蘭事奉已三年多，但非在荷蘭的大城市，而是在最南端的林堡省遊走事奉。林堡省非常靠近另外兩個國家，左邊是比利時，右邊是德國，地理位置不但是比、德、荷交界，亦正好是全荷蘭的最高點（只有海拔321公尺）。此地有一根柱子，當你擁抱這柱子時，猶如同時踏足這三個國家，彼此仍守著濃厚基督宗教意味的節期，在年曆上可見他們有耶穌受難節、復活節、耶穌升天節、五旬節、聖靈降臨節和聖誕節。除了這些節日，比利時和荷蘭於12月5日還有聖尼古拉斯節，就是荷蘭聖誕老人（Sinterklaas）出動派禮物的節期。

在荷蘭和德國，傳統的聖誕節仍是一年中的重點大節日，不同城市都有大大小小的聖誕市集，屬各國遊客最期待的節目。在不同的聖誕市集中，各種攤檔擺賣各式聖誕特色手工精品、民間手工藝品、木工製品、鐵器、陶器等，亦有遊客愛好從不同市集收集盛載熱葡萄酒的陶瓷杯。我的居所附近甚至有歐洲最大和最古老的35米深洞穴聖誕市集，每年會有許多人特地光臨參觀和購物。

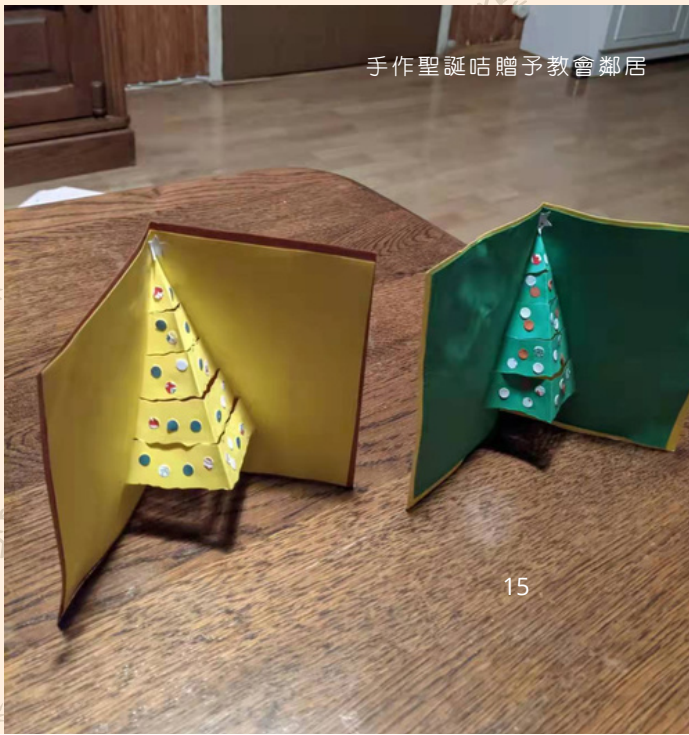
說到這裡，歐洲人過聖誕真的很有節日氣氛，唯獨對聖誕的主角沒甚興趣，鮮有香港盛行的報佳音活動，甚至連聖景都不多，僅德國一些攤檔有賣木刻的聖景，但這些都只是裝飾品。其中在荷蘭南部，雖然大部份居民從前信奉天主教，但每逢與他們談論信仰問題，很多人對教會都嗤之以鼻，拒絕談論宗教信仰，有些人甚至以信奉耶穌基督為恥。近年我有機會在不少場合與荷蘭人聊及信仰，因為他們對於我的宣教士身份頗有興趣，言談間他們都分享自己曾上過教會，甚至父母輩從前都恆常上教會，但現在他們看到教會的許多問題，因而對教會失去信心，不願意繼續信下去，甚至有人雖偶然上教會，但不相信神是創造天地的那位。面對著這樣的信仰狀況，心中無奈，很想一一重新向他們再次宣講和分享聖經，並解釋上主的心意和福音真義。

荷蘭是很自由開放的國家，除非對方願意，不然很難如香港街頭佈道般叩門分享信仰。兩年前我們曾鼓動教會的孩子製作一批手工聖誕咭，連同小禮物挨家送給教會附近的鄰居，表達關心友好。當中大部份都願意收取，但仍有一些人抗拒教會而拒絕接收。所以原是基督教國家的荷蘭和德國，現給人的感覺竟是福音的荒場。

願弟兄姊妹禱告記念，求神使人心回轉，認識真正的福音。更懇求差派工人的主感動更多肢體願意委身來到這些非英語國家，重新與歐洲人分享純正的信仰，重新復興這些百多年前曾經來中國幫助我們的國家，使他們認識聖誕的真義。


德國科隆聖誕市集的以色列木雕禮品


荷蘭Valkenburg洞穴聖誕市集


手作聖誕咭贈予教會鄰居



小朋友都一起參與清潔

與非裔群體共譜聖誕佳音

楊穎兒宣教士

對於居住在香港的非洲信徒來說，聖誕節比任何節日更值得慶祝。他們歡度聖誕的活動可以說是從感恩節過後的將臨期開始，相信這源於百多年前西方宣教士在非洲大陸建立教會時帶來的傳統。

將臨期是為了預備慶祝耶穌基督誕生而設的節期。今年的將臨期由12月3日開始至24日結束，期間非洲信徒會默想主的降臨，表達他們對耶穌降世的期待，從而反思自己的生命，並把盼望耶穌的心情與別人分享。有趣的是，他們準備將臨期前，會好像我們農曆新年前一樣作徹底清潔的大掃除。

大掃除有迎新送舊的意思，但在將臨期前大掃除，更是有形和象徵性的行為，例如本地某間英文禮儀教會，每年都會舉辦一連串聖誕活動，並特別把將臨期前幾天定為教會的大掃除日，彷彿是為整個教會群體盼望歡度聖誕揭開序幕。同時該教會每年都會邀請其服侍的非洲人前來參加，當中有信徒，也有穆斯林朋友。

普遍非洲穆斯林都尊崇耶穌。根據伊斯蘭教信仰，耶穌被視為偉大的先知和使者，也是真主的僕人和福音的傳遞者。他們相信耶穌的教導和神蹟，並將祂視為眾多偉大先知之一。縱然古蘭經肯定了耶穌作為彌賽亞的角色，然而穆斯林相信耶穌是被選中的使者，引導以色列人回轉歸神。簡而言之，耶穌是真主派來拯救以色列人的救世主，而非穆斯林的救世主。同時，由於他們認為真主不會與人有家庭倫理的關係，因此真主不會有父親的角色，也沒有生下兒子的可能。換言之，他們不視耶穌為神的兒子。

有一年，我們邀請了一些非洲基督徒和穆斯林朋友到教會參與大掃除，以增進友誼。大掃除當天，教會採取了一些措施，促進對穆斯林信徒的包容和融合，例如在午餐時間，我們提供了清真食物，主要是以雞肉為主，穆斯林朋友便可享用符合他們飲食規範的食物，並感受到被尊重和接納的溫暖。其次，當他們願意來教會參與活動，不僅代表他們對教會群體的感謝，同時也表示他們對耶穌的尊重。故開始清潔工作之前，我們會先感謝每位參與者的加入，鼓勵大家互相尊重和理解，營造友善和開放的跨宗教環境。

這樣的微小舉措不僅有助建立對穆斯林群體具包容性和友善的社區，更讓教會所有參與者共同努力實踐真正共融的節慶。畢竟聖誕節是普世歡騰的大日子，耶穌拯救的恩典本為每個人而設。誠意鼓勵大家，藉著聖誕節快將來臨，把握機會向身邊未信的朋友分享耶穌降世的故事！





到了晚上，他們還是滿有喜樂地協助清潔。

高子桉的得救見證

我出生於大家族，小時候必有私家車接送出入，每周會跟家人到俱樂部遊玩，過的都是中產以上的生活。我們所有兄弟姊妹自小都被灌輸要成為醫生、律師等專業。可是我比較特別，我喜歡演藝圈。

家人一直不支持我的理想，加上原生家庭在我中學時破碎了，當時我選擇離家出走，一個人搬到洪水橋的石屋獨自生活，強大的孤獨感籠罩著我。當時我正就讀演藝學院，後來看見教會團契的海報，出於好奇下，我參加了他們的聚會。

由接觸團契，到遇上我的前妻，至今差不多25年。我斷斷續續上教會。前妻帶我到沙田潮語浸信會，當時她領洗了，但我的感覺不太強烈。

演藝學院畢業後，我的工作一直順利，亦藉著其他工作獲得更多接受訪問的機會。我一直認為自己的生命非常戲劇性，包括我的家庭背景，以至離家出走半工讀的生活等。

直至十多年前，我的婚姻出現問題，我們選擇和平分手。分手後我遇上我的前度，她是娛樂圈藝人，我們生活和工作都形影不離，可惜最後她因某種選擇而離開了我。當時正值疫情開始，沒有了工作、感情和家庭，導致情緒十分不穩定，也記不起怎樣渡過每天的生活了。

此時我遇上住在加州花園的好朋友，我們每晚相聚，漸漸知道他們也上教會。對我來說，上教會當然沒有問題，這能讓我有穩定的教會生活。我一直相信，某天我定會遇上十分戲劇性的神蹟，這神蹟會令我完全相信上帝，從而一生跟隨祂。



回想自己從第一天接觸上帝至今，我並沒有遇到那些令我覺得「哇！」一聲的神蹟。正因我很平淡和平安地上教會，繼而上課，直至今日也沒有發生過任何重大的神蹟，而我竟然完全相信主及受浸了。上帝真的很偉大！唯有主才能令你相信祂。主不給我戲劇性的神蹟，反給我平凡簡單的神蹟，令我可以誠懇地相信他和跟隨他。

主永不離棄：單寶珠的得救見證

到了這個年紀，我才立志信主，在眾人面前接受主耶穌基督為我的救主。

其實早在我讀小學時已有機會認識主耶穌。我在離島某基督教小學讀書，學校規模很小，學生、老師和傳道的關係非常密切。當時我年紀雖小，已經常參加學校和教會的活動，初步認識主耶穌。

可惜後來我離開了教會，升讀中學和大學，之後出來工作，我沒有緊緊跟隨主耶穌，只是偶然跟朋友參與主日崇拜，間中亦參加福音佈道會。每次被聖靈感動，都沒有勇氣站出來決志信主。

自從我搬來加州花園居住後，參加了加恩樓社區中心的團契活動，如排排舞、讚美操等，多了機會認識主內朋友，覺得眾姊妹都很友善，很關心我，希望多認識我，帶領我信主，但我總是逃避，拒絕她們的好意。

雖然我常常迴避接受主耶穌，但神並沒有放棄我，仍時刻在我身邊照顧我。一年多前，我在地鐵站月台被一位趕車的乘客撞跌，我向前仆倒，鼻子先著地，立時流鼻血，血絲湧往雙眼周圍，變成「熊貓眼」。後來到醫院檢查，奇蹟地沒有大礙，腦沒有傷，鼻骨也沒有移位，只有一小裂痕。我相信是因神沒有離棄我，祂仍時常保護我，使我不至受傷。這也是神的恩典。



我漸漸開始渴望認識主耶穌，希望多接近祂。2020年年中，我被聖靈感動，約見林佩心姑娘，她帶領我作決志禱告，接受主耶穌作我的救主。決志那刻我忍不住哭了，這是喜樂的眼淚。很感恩終於有勇氣接受主耶穌。

今天我帶著喜樂、平安和盼望的心情，在大家面前見證自己願意跟從主耶穌，不僅接受祂為我的救主，也是我生命的主。

運動與精神健康

趙珮瑜醫生

於中國杭州舉行的第十九屆亞運會剛剛閉幕。這個疫情後首辦的亞運會像在確認世界已經大致復常。各運動選手施展渾身解數，每每驚喜乍現！不知大家有否和三五知己一起欣賞賽事呢？

觀看運動賽事固然樂趣多，做運動的好處更多不勝數。恆常運動（每周三小時或以上）不但能強身健體，對心理健康確有莫大裨益。

運動後雖身體勞累，但心情暢快。透過運動，大腦傳遞物質（neurotransmitters）如安多酚（endorphin）和多巴胺（dopamine）水平因而提高，使人感到輕鬆愉悅，從而減少壓力感，甚至減低患上抑鬱症及焦慮症的機會。

試過感到悶悶不樂，覺得一切都很無聊嗎？不妨穿上運動鞋，哪怕只是簡單的散步，或緩步跑一會兒。研究顯示，運動能促進血液循環，提升動力，讓人更有朝氣和創造力，不再死氣沉沉。

運動也能改善腦功能，提升記憶力和專注力，所以運動不單讓人四肢發達，頭腦也變得不「簡單」啊！

運動更能改善睡眠，關鍵是把運動時間安排在白天或黃昏。若臨近睡眠時間才做劇烈運動，反而引致情緒興奮而延遲入睡。

運動可提高自信。學習一項運動需要一段時間的努力和堅持。每當掌握到新的技巧，在技術上有所突破，甚至於比賽中得勝或獲獎，心理上的成就感便能透過正面強化（positive reinforcement）而使人更堅持不懈，勇往直前，因此能取得更大突破。這種心態不限於運動層面，還能廣泛用於生活其他方面，從而建立正向生活態度。這過程往往非一帆風順，當中的苦與樂、得與失，旁人又能知多少呢？腓立比書四章13節說：「我靠著那加給我力量的，凡事都能做。」運動如此，生命更是如此。

隊際運動除了強調個人技巧，亦講求團隊精神、紀律、溝通技巧、同理心、對別人尊重、壓力處理等，對兒童及青少年的身心發展十分重要。參加運動團隊能增加歸屬感，有助舒緩社交焦慮和促進社交發展。

運動的好處真多。無論你是受到亞運健兒的啟發，還是純粹找尋新玩意，希望大家都能從運動中發掘無比樂趣，發揮潛能。

聖經如何提醒我們在關係中實踐彼此相愛

鄧泰康傳道

以聖經角度學習人與人之間彼此相愛是重要且深遠的主題，當中有許多關於人際關係的教導，涵蓋了親子、夫婦、兄弟姊妹和朋友之間的關係。這些原則和價值觀教導我們在這些關係中以愛心和尊重對待他人。

聖經教導的親子關係應建立在愛和尊重的基礎上。以弗所書六章4節提醒父母不要惹兒女發怒，反而要教導他們順服主的教導。這意味著父母應以愛和耐心引導子女，並教導他們正確的價值觀和行為模範。

在夫婦關係中，聖經教導我們要彼此相愛，並尊重和體貼對方。以弗所書五章25節教導丈夫應該愛妻子，就像基督愛教會一樣，而妻子也應該尊重丈夫。夫婦應該彼此忍耐、包容和支持，並在困難時彼此扶持。

兄弟姊妹之間的關係也是聖經強調的重要主題。羅馬書十二章10節鼓勵我們彼此相愛，彼此尊重。這意味著兄弟姊妹應該互相關心，彼此扶持，並願意犧牲自己的利益幫助他人。

聖經亦強調朋友之間的關係應該建立在愛和忠誠之上。約翰福音十五章13節告訴我們，沒有比為朋友捨命更大的愛了。這提醒我們要願意為朋友付出，並在需要時支持他們。

聖經提供了許多關於人與人之間相愛的教導，無論是在哪種關係上，我們應該以愛心、尊重、包容和慷慨對待他人。這些原則不僅可以幫助我們建立健康和融洽的關係，也能反映出神的愛和恩典體現在我們生活中。我們應該努力學習這些教導，並將它們應用到與他人的互動中，以實踐真正的愛和關懷。

情緒ABC

司徒永富弟兄

曾經讀過一個故事：有一個人非常幸運地獲得一顆碩大而美麗的珍珠，美中不足的是，那顆珍珠上有一個小小的斑點。他想，若是能夠將這個小小的斑點剔除，那麼它肯定會成為世界上最珍貴的寶物。於是，他下狠心削去珍珠的表層，可是斑點還在；他繼續削去一層又一層，直到最後，那個斑點沒有了，珍珠也不復存在。

不少人處事就是斤斤計較於事情的對錯、道理的正誤、感情的厚薄、得失的多寡。

終日就如帶著搓手液生活，恃志殲滅一切看不順眼的「不潔」、「瑕疵」。可是這種近乎潔癖的執著就像故事中那個人削除珍珠的斑點一樣，計較得越多，失去得越多。

又有一些人終日執著於公不公平、完不完美，把自己化身成為「屠龍英雄」，到處奔馳，醉心於享受人們的簇擁歡呼。即使不出「任務」，也老是坐在屠龍車上隨時待命。久而久之，繃緊的心情拿走了內心的平和，活在盔甲裏面的我連自己也覺得陌生，得到的縱然不少，失去的卻是真正的自己，情緒被不完美的世界牽動和不似預期的結果所困擾，本我的輕鬆、自在也一併被自己的屠龍刀殲滅了。

尤記得一位商場好友給我一翻贈言，對我這種天天想著要改變世界的人頗有幫助：「人到中年，我漸漸懂得了不計較的智慧。不和小人計較，因為傷不起；不和朋友計較，因為傷感情；不和自己計較，因為傷身體；不和親人計較，因為傷和氣；不和現實計較，因為生活還要繼續。」

是的，仔細想想，其實真正讓自己困擾的，不是事情的本身，是自己對待人和事情的想法。你可以讓自己變得安然，也可以讓自己痛苦，這都是你的選擇。自在或煩惱，全在於你的想法。

多年前，因情緒出了狀況，接受了一段時間的治療，其中接觸了一個名叫「情緒ABC」的方法，幫助自己脫離負面想法的旋渦，對我很有幫助。情緒ABC：A–逆境（Adversity）：難免會碰上的事；B–信念（Believe）：對於已發生的事所衍生的觀點與想法；C–後果（Consequence）：感受與行動。這公式告訴我們：「思想導致感受與行動：正面的思想導致正面的感受與行動，負面的思想導致負面的感受和行動。極端負面的思想導致極端負面的感受，以至極端負面的行動，因為A+B=C。」

那時導師請我在紙張寫下我當時隨意想到的情緒ABC。我在紙張上寫：我的A：工作給人中傷；我的B：太不公道了，事情不該變成這樣；我的C：憤怒，極度挫折，無助和恐懼。然後我被引導進入轉換思考的過程（按：是直線思考Straight Thinking，在此不詳述了），然後我產生了我的新B：我不喜歡別人的所作所為，但這不見得很糟糕或很可怕。只是不太好，而且我可以受得了。我的新C：比較平靜，心不再沈重和傷心挫折。

限於篇幅，不能詳細介紹上述轉變想法的過程和內容，這也不是本文分享的目的。只是我想指出同一件事，落在不同人身上，的確會有不同的想法，感受和結果自然不同。結論是，改變的不是事情，而是自己：自己的想法和態度。所以有人說，快樂是可以選擇的，確有其道理。

為了失去的月亮而哭泣，你也許還會因此錯過滿天燦爛的星星。面對不可能盡如人意的現實，讓我們也試試學會選擇快樂吧！

編者註：
大衛這樣祈禱：「上帝啊，求你鑒察我，知道我的心思，試煉我，知道我的意念，看在我裏面有甚麼惡行沒有，引導我走永生的道路。」（詩篇139:23-24）保羅也勸誡信徒「總要察驗何為主所喜悅的事。」（以弗所書5:10）確實，我們需要聖靈幫助我們察驗和辨明內在的心思、意念、動機，尤其是在職場或其他生活層面，遇有負面情緒時，更需留意是否受制於負面的思維而作出負面行為，並求祂憐憫並轉化。

（文章原載於香港專業人才服務機構網站CBD Bloggers）

基督教與精英主義

蔣文忠傳道

社會中的精英是一小撮比一般人擁有更豐富資源、更多元機會的人士。傳統的精英主義會從政治或管理角度定義某些特定階層的成員，運用其權力及影響力推動政策或服務社會。由於在心智、社會地位或財政資源上佔優，這些精英的觀點及行為對社會可能有更大的建設性作用，他們的能力或智慧令他們尤其適合於治理及決策。

社會精英怎樣煉出來？除了家庭背景、社經地位及人際網絡外，自身的知識和能力也是必需條件，而教育體系就成為現代社會建立精英階層的理想機制。可以說，教育政策為統治者培訓專門人才制訂了重要的措施和認證。有時教育機關甚至會提供格外豐厚的待遇和賞賜，務求吸引人才選擇接受某種專業訓練。

基督教的思想是否容納精英主義呢？宗教改革神學家加爾文強調人是從上帝的恩典中接受管理萬物的責任，但在墮落的世界裡需要領受上帝適當的護佑，才能為社會建構適切的操作和秩序，最終為要顯明上帝的主權和榮耀。所以被社會視為精英的基督徒在世的任命是雙重性的，最終的目的不是滿足人的需求，而是選擇順從上帝的絕對權柄。

讓我們從但以理書第一章，細察但以理被巴比倫國提拔為精英份子的過程中，如何既不掩藏自己的優秀表現，卻又見證出以色列上帝的權能。

在被擄子民中，只有少數能像但以理被給予三年免學費包住宿的王室教育，學成後便合資格侍立王前成為智囊（參但一5）。但以理在被提拔的過程中帶著甚麼心態？認為自己較其他同胞遠勝一籌？會否為了自己在巴比倫精英階級中努力攀升而忘記自己原有的身份？今天若你畢業於一流學府，躍進上流社會，仕途一片光明，會否被身處的社會文化徹底塑造，變得所有抉擇都身不由己？

但以理身為外族人，在沒有選擇餘地下放下母語，必須學習巴比倫的文學、歷史等。他和三位朋友卻「在各種文字和學問上，上帝都賜他們知識和聰明」（但一17），看來是上帝保守他們在王室教育上成績顯赫、名列前茅。那麼他們的召命就是成為巴比倫的精英，服侍外邦帝國嗎？大家知道，但以理不盲目跟風，「決心不讓御用的佳餚美酒玷污自己」（但一8）。他活在制度和權力之下，沒有選擇退場或反叛，卻遊說在位者給他例外的安排，讓他對信仰保持執著，結果「他們的容貌比所有享用王的佳餚的年輕人，更加俊美健壯」（但一13）。

但以理與朋友的辦事能力遠超所有本地人，「比全國所有的術士和用法術的更勝十倍」（但一20），成為精英中的精英。雖則如此，但以理沒有迷失於權力和享受之中，卻深深體會上帝對他的護佑，賜他擁有的一切，以致在高位中顯明上帝的榮耀。今天，我們的思想又有沒有被精英主義掠奪呢？還是保持清醒和智慧的心，無論活在甚麼處境，都全心順服上帝絕對的主權？

好書推介

活出神喜悅的生命

何昊偉弟兄





鄧賢程《活出美滿人生》（宣道出版社）

人生在世，都期望事事順境；美滿人生，是多少人夢寐以求的目標！人生要如何才是算美滿？或許每個人都有不同的答案。然而，對基督徒來說，認識神是否等於美滿？如何在人生中切實完成主託付給我們的使命？這是我們的挑戰。

本書封面上「編寫你人生的劇本，尋找你生命的結局」這句話，相信是本書的副題。這是生命成長的實用書籍，作者鼓勵信徒以聖經作為人生的藍本，活出神喜悅的生命。

全書首先給我們五個挑戰：

- 你是否渴望與主耶穌建立更美好的關係？
- 你希望成為怎樣的基督徒？
- 你是否真心相信神的話？
- 你是否真心相信神會改變你、使用你，並在你生命中成就大事？
- 你是否願意過討主喜悅的生活？

這五道挑戰題目讓我反思，吸引我看下去。我們成為基督徒，都渴望與神建立更緊密的關係，全書像一本手冊，先提出八個重塑自我的方法，循序漸進地道出基督徒生命成長的要訣。隨後每章的「反思問題」、「回歸聖經」（查經重點）和「誠心所願」（禱告）以聖經為基礎，並列舉眾多例子，教導我們具體實行。

作者在書末指出，我們在事業、感情、財富、健康、人際、品格及信仰這七個人生重要舞台上都要彰顯上帝的美善：「要有美滿的人生，不是在其中一個舞台成功便足夠，而是在七個舞台中都有平衡的發展，才算是成功。」對！我們要好好反思，默想經文，讓神的話語成為源源不絕的溪水，滋潤我們的生命，使我們成為一棵又一棵結果纍纍、樹葉常綠的果樹，在這彎曲悖謬的世代中，作上帝無瑕疵的兒女，一生為主而活。

「其實明天如何，你們還不知道。你們的生命是甚麼呢？你們原來是一片雲霧，出現片刻就不見了。」（雅四14）每天都是恩典，願你在本書中找到亮光。讓我們不消滅聖靈的感動，能在所信的道上恆心，保守自己常在神的愛裡，仰望我們主耶穌基督的憐憫，編寫自己的美滿人生。







活動快拍

1 加恩樓中秋追月晚會
2 2023年10月浸禮
3 抹油祈禱會
4 社區中心流感疫苗接種活動
5 堂慶聯合崇拜
6 聖樂部頌唱會
7 原創詩歌分享會
8 WATOTO音樂佈道會






5


6


7


8

宣道會錦繡堂
地址：香港元朗錦綉花園金竹北路32號(湖畔)
電話：24714294　傳真：24714636
電郵：info@churchfairview.com
churchfairview

教會網站

接收教會資訊

讀者回應