

感恩互濟 扶掖展翅

自去年初開始，新型冠狀病毒成為了全球各地民眾生活的一部分，至今大家仍學習著如何與病毒共存。在上帝的保守下，疫情在香港逐漸受控，讓我們也能重新回到聖堂參與實體崇拜，親身領受由主而來的賜福。

一年多的疫情對各行各業都帶來衝擊，當中教育界更是首當其衝，學校在去年初開始因為疫情便斷斷續續的停課、網課、實體課的無限循環，考驗著前線教育工作者、學生和家長的應變能力和情緒智商。我們很高興邀請到四位從事教育工作的教友，與我們分享這段時間的心路歷程，並如何在神的帶領下，克服各項困難，正面迎接新挑戰。

此外，三名來自醫護界的教友，也通過聖經的經文，來分享疫情之下學習凡事交托予上帝，唯有天父的大能才可控制疫情。

去掉自己眼中的樑木

譚倩茹

教養孩童，從來不是一件容易的事，在疫情下的學與教更具挑戰。這年來，我正學習「去掉自己眼中的樑木」(太 7:5)，靠着天父、擁抱挑戰。

疫情發展初期，小朋友閒賦在家，能為他們打發時間的就只有與平板電腦為伴，久而久之，就跌進了電子世界。學生學習成果不似預期，父母都歸咎於小朋友終日「機不離手」，雙方關係因而變得緊張。但撫心自問，現今世代，有誰不是「機不離手」？為何我們總是看到別人的不足？

記得小兒曾對我說：「媽媽，我正跟你說話，為甚麼你總看着電話？」那刻，我才驚覺自己也沒有為兒子做好榜樣。先別埋怨孩子沉迷電子世界，而是想一想：為甚麼孩子沉迷電子世界？其實他們很簡單，只需要父母的陪伴與關懷。我們需要和小朋友共同計劃生活時間表，學習有時、閱讀有時、遊戲有時；而最重要的是分享有時。

「開咪！」、「開鏡頭！」、「還未上載功課！」.....是老師們近來的常用語。如何克服網課中所遇到的困難，不只是學生的事，對教師來說也是人生一大考驗。疫情下教學新常態也令老師的教學生活起了波瀾。我從不擅

於運用電子產品，網上教學對我來說更別具挑戰。疫情初期須製作的教學影片，已弄得我手忙腳亂，也別說要我負責網上教學，真是讓我連聲叫苦。感恩的是，天父總常在我身邊。進行網課初期，我與一班戰友互相學習、互相幫忙，在晚上的時間一起進行網上會議，學習軟件的功能，從中找出可能遇到的困難，加以改善。時至今天，我已是網課的「熟手技工」。回頭一望，我學會了要勇於掉去固有模式，勇於接受挑戰，所得的一定比所失的更多。

「老師，感謝學校讓小朋友過了一個不一樣的聖誕節！」去年聖誕，疫情又再次爆發，學校停課，學生失去了一個聖誕聯歡的機會。愛主的校長沒有因此而擱置聖誕活動，她說：「有很多小朋友因父母上班而沒有機會慶祝這個重要節日，我們一定要讓他們感受基督的愛。」於是，她動員了全體教師進行網上聖誕聯歡會，直播唱詩歌、玩遊戲、又即時與家中學生舉行大抽獎，讓大家過了一個不一樣的聖誕。面對挑戰，有人選擇後退；有人選擇跳出框框，迎難而上。

我們眼中的樑木可以令人與人之間變得疏離，也可以是自己成長的絆腳石。如果我們靠着天父給我們的愛和勇氣，去掉自己眼中的樑木，最終可以讓自己成為別人的祝福。

一生交託主 心中有平安 生活更美好

孫梁麗美

我有三個家：第一個是聖保羅堂屬靈的家，第二個是聖保羅男女中學附屬小學大牧場的家，而第三個就是自己的家。在這三個家當中，我擔當不同的崗位，但天父給我的使命只有一個：宣揚神的大愛，牧養基督的群羊，活出信、望、愛的人生。屈指一算，在聖保羅堂屬靈的家差不多二十年，正式受洗也有十二個年頭了。感謝法政牧師及眾牧者讓我有機會參與事奉，擔任牧區議會委任議員、主日學顧問及教育部副部長。多年來我謙卑作主的僕人，帶領學校師生家長參與聖保羅堂各項崇拜及傳道活動，亦合辦「夏日親子樂續 FUN」，讓學生及家長能認識主，認識聖保羅堂這個屬靈的家，從而能夠將自己交託主，有幸福喜樂的人生。

由於新冠肺炎疫情的關係，2020年2月開始，學校的大部分時間都要以網上進行授課及活動。如何令自己及一眾師生家長以樂觀正面的心態面對學習新常態著實是一個很大的挑戰。感謝天父讓我校2014至2018年間相繼推出學生、老師及家長的聖保羅九大素質（思考、學習、溝通、創新、自律、樂觀、關愛、服務、健康），亦藉這次疫情叫我們好好實踐。老師們不斷運用「思考」和「創新」的素質，令網上課堂更生動及更有成效，亦時刻透過陽光電話、zoom 實時分享天地及面授課堂的時間，關心學生的身心靈健康發展；因為子女在家進行網課，家長們可以實踐「耐心聆聽，坦誠溝通」的素質；而在進行網課時學生們最需要做到的，當然是「自律」素質啦！要實踐素質並不容易，學校透過一系列的方案支援師生及家長，希望大家都能在經歷磨鍊後更剛強，而最重要的，就是信靠主！

長期進行網課並沒有減少我們在靈性方面的培育。除了網上早禱、週會、早會崇拜及宗教課外，合唱團更成功打破地域界限，以虛擬合唱的創新形式於本堂感恩節崇拜及聖誕前夕的平安夜歌述崇拜中獻唱。感謝我們屬靈的家聖保羅堂給予學校無限量的支持，除了繼續合辦網上「夏日親子樂續 FUN」外，更到校主持直播聖誕節及復活節崇拜。此外，學校舉辦多年的網上親子教育及啟發課程在風風雨雨中仍能繼續舉行，而且參加的家長為歷年之冠，實在感恩！

上帝是信實的，祂不會讓你們遭受無法承受的考驗，在受考驗的時候，總會給你們開一條出路，讓你們能忍受得了。(林前 10:13)

「堅心倚賴你的，你必保守他十分平安，因為他倚靠你。你們當倚靠耶和華直到永遠，因為耶和華是永久的磐石。」(賽 26:3-4)

神的話語真是我們的明燈！我把這兩段經文製成金句卡，不但時刻提醒自己，也會送給同工、家長、孩子們，希望他們在「疫」境中仍不忘與主同行，心中有平安。

無論過去一年有多少艱難的情況，回頭一看，天父不也是帶領我們一一渡過？我們必須有堅定的信心，依靠我們的天父，必會有更美好的明天。



▲ 2020年3月彭培剛法政牧師及梁智偉牧師為聖保羅男女中小學錄影復活節崇拜後與中小學校長合照



▲ 2020 網上夏日親子樂續 FUN 家長講座及分享

一位老師面對新冠疫情的感想

張彩珍

我加入聖保羅堂已經 20 多年，近年在教會不算活躍，只是偶爾參加聚會和活動、參與聖壇侍從和聖壇擺設等事奉。很感恩天父還是不斷讓我身邊的天使們來牽帶我，提醒我教會生活的重要，就例如這次的分享。

我是一位中學教師。多年來歷盡不少教育改革，從教學策略、課程結構到教育制度的變革都一一「捱」過了，沒想到，一場新冠疫情顛覆了我多年的教學經驗。

仍記得 2019 年 12 月聖誕假期的前一天，下午跟中五的同學加時補課期間，收到教育局宣布停課的消息，頓時百感交集：人算不如天算？這班同學能自律學習嗎？我的完美溫習計劃怎麼走下去？當下把課題都擱下，跟同學說了一大堆什麼珍惜眼前、活在當下、自強不息等等大道理，好讓同學在停課期間也不會荒廢學業。這天說再見時，大家互相送上聖誕祝福，但心裏酸溜溜的。

疫情初期，像大部份香港市民一樣，抱着「先停下來看看疫情發展吧！」的心態，但一停再停，老師們開始著急了。農曆年後計劃採用網上教學來復課，老師們馬上一窩蜂地去學習網課的相關技巧，戰戰兢兢地開鏡。復課初期，是我教學 20 多年來最沒有信心、最「倒瀉籬蟹」的課堂。我經常要找天父，因為嘴裏常漏出一句「Oh My God!」。那時候對網上授課的技巧和器材都未掌握，教學軟件學完一套又升級至另一套，同時亦要面對來勢洶洶的疫情，可謂身心俱疲！如是者反反覆覆，交替的復課與停課令老師和同學的身心飽受煎熬。

「我的上帝，我的上帝，為甚麼離棄我？為甚麼遠離不救我，不聽我的呻吟？」（詩 22）

疫情爆發至今已近一年半，雖然還未見盡頭，疫情還要時好時壞，但回望這段艱難的日子，天父一直都在我身邊，一直保守着我，不論在工作上和生活上，遇到一個個的難題，都給我準備好出路，甚至讓我體會到苦難的甘甜。正當我坐在電腦前不知要按哪一個鍵去錄影時，A 同事就耐心地逐步逐步給我說明；當我抱怨網上授課效果不理想時，BCD 同事就來分享他們的經驗和小貼士；當我疲累時，EFG 小天使就來一個笑話或一粒糖果打打氣。

這些看似瑣碎事，讓我體會到「你們所受的考驗，無非是人所承受得了的。上帝是信實的，祂不會讓你們遭受無法承受的考驗，在受考驗的時候，總會給你們開一條出路，讓你們能忍受得了。」（林前 10:13）。在我抱怨採用網上授課時，卻慶幸熟悉了這個平台，可以隨時參加崇拜，隔空與弟兄姊妹相通，也通過網絡有更密切的分享。在學校，除了課堂，唯一能繼續進行的就是周會，就算停課，仍然能夠通過熒光幕跟同學分享聖經的話語，同唱詩歌，祈禱。我一直埋怨的，成為了祝福！

有天父的同行，我消除了對停課的抱怨和恐懼，反而復課後在學校再次見到同學，都會莫名地興奮，感恩大家有健康的身體再相聚，珍惜天父賜予的每一天。阿們。

愛得及時 安慰及時

莊可琳

聖保羅堂主內弟兄姊妹，大家好，我是聯誼部的 Noel，也是約書亞團契的團友，如果你們曾參加本堂所舉辦的大旅行、除夕倒數等活動，便會發現我的蹤影。

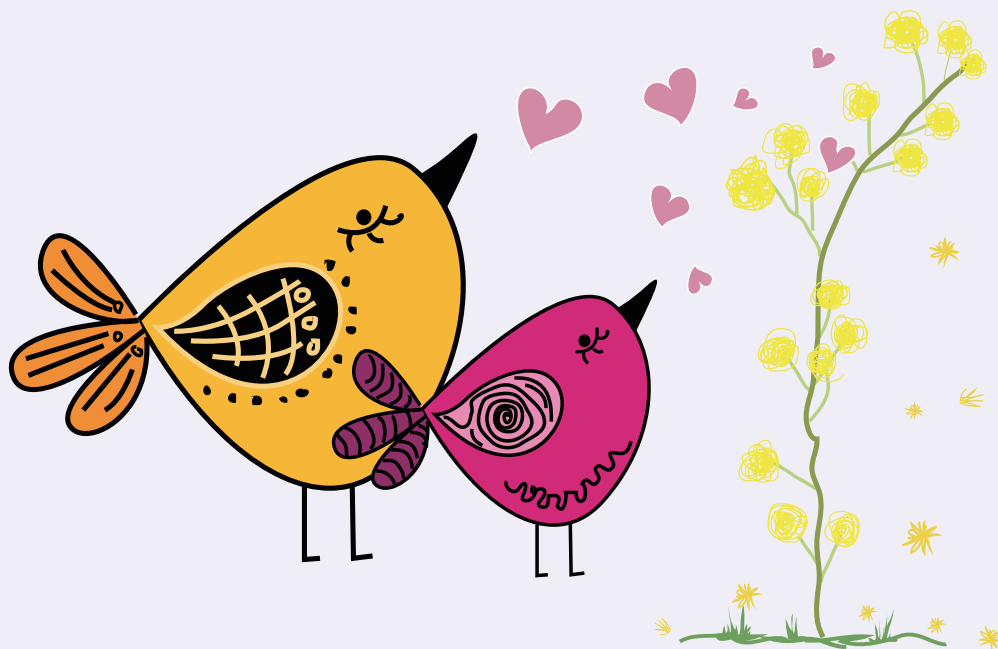
但因為這兩年疫情擴散，令本堂的活動也受到影響，就連每個人的生活節奏也改變了。團契要用 Zoom，崇拜改為 YouTube 直播。作為老師的我，連教書也要拍短片及改用網上教學，這樣翻天覆地的轉變，是我從未遇過的。

想起疫情初期，被困家中的一段日子，我開始檢視自己的人生，反省自己對生命的看法，開始產生一些疑問，剛巧身邊播著一首歌，名字是《奇妙事不斷有》，歌詞的內容是這樣的：「條命係衰到冇人有，上帝也不理這星球。」引起我的共鳴，我是否被遺棄呢？對身處這個世代，感到有點迷惘，幸好有一班對主有信心的朋友，在這段期間互相支持和討論，令我要積極面對人生，例如找回自己昔日

的興趣，多些欣賞身邊的事物，應「常常禱告，不可灰心。」（路 18:1）

疫情時好時壞，由在家工作，變成可以在校以網上教學形式上課，對我和每位老師來說，是一項新挑戰。我要重新編排教學計劃，要自編自導自演短片，由拍攝到剪片，要從新學習，只是希望小朋友可以在家中學習，靠着主對學校的帶領及對小朋友的愛，終於可以渡過難關，可以復課了。就如約翰一書 3:18 中所說「孩子們哪，我們相愛，不要只在言語或舌頭上，總要以行為和真誠表現出來。」上帝愛我們，我們也用行動來關愛孩子，令小朋友感受到老師的愛之餘，也感受到上帝的恩慈。

疫情對每一個人也有著不同的壓力，我們作為社會的一份子，也應互相守望，關懷身邊的人，應以行為和真誠對待別人，就算聽別人吐苦水也很好，要愛得及時，安慰及時。



依靠上帝走出困局

勞偉祥

時間飛逝，轉眼間我在聖保羅堂渡過了 20 載。回想當年因工作關係而遷居港島，所以順道由九龍區教會轉至聖保羅堂，為的只是方便一點。其後參加了啟發課程的「Alpha 請食飯」，不但使我個人在靈性上有所增長，同時亦認定有責任去傳福音。開始邀請我的同事來參加聚會，將上帝的訊息傳遞給身邊的朋友。

很感恩，雖然我在上帝的家裡只是一個小小的僕人，但祂依然很愛我，讓我有機會在工作上事奉。身為一位內科醫生，我要殷勤地在自己的工作崗位上盡能力去照顧及醫治病人。

過去一年多以來，新冠病毒稱霸全球，無人不受困擾，更甚者，受感染而病倒下來。這惡魔病毒引發起的主要是內科疾患，所以內科部門變成了重災區。病床的使用量往往超過 100%，導致同事們疲於奔命。此時，我們看盡病人的痛苦、徬徨及擔憂，很多人都跟我一樣，不明白為何在這世代會有這超級疫症，究竟這是一個詛咒、懲罰或是試練？當下我相信只有上帝才知道。

但是我更相信我們不是要一個答案，我們要的是謙卑的心，順服在上帝的權能之下，「你們要先求祂的國和祂的義，這些東西都要加給你們」(太 6:33)，「願祢的國降臨，祢的旨意行在地上，如同行在天上」(太 6:10)，時候到了，上帝必賜人平安和智慧，能製造一些藥物作治療這疾病，或是製造一些安全疫苗來作預防這場疫症的傳播。最後我們必須仍然倚靠着上帝，不斷的向祂禱告，主必應允，帶我們走出這個困局。

藉禱告和信心面對磨練

張浩然

大家好！我是張浩然弟兄。我在保羅堂主要參與主日學、資訊部、聖馬可師友計劃和良善團契。

新冠肺炎肆虐，作為一位骨科醫生，雖然沒有內科同事般首當其衝，但面對新冠肺炎一個比較新的傳染病爆發，世界各地處理的經驗仍不是很多，所以從醫院或傳媒得到不同有關疫情的消息，有時候也會感到徬徨。平日比較不拘小節的我，也時刻提醒自己要盡力保持個人衛生，保護自己和家人。

「凡事都有定期，天下每一事務都有定時。」(傳 3:1)

「我見上帝叫世人勞苦，使他們在其中受經練。上帝造萬物，各按其時成為美好，又將永恆安放在世人心裏；然而上帝從始至終的作為，人不能測透。」(傳 3:10-11)

上帝叫人勞苦，是給人的差使，是祂的心意，為要人受磨練，然後「上帝造萬物，各按其時成為美好，又將永生安置在世人心裏」。作為世人，就算是醫生，其實也有很多不足。只有做好診治，手術盡能力做到最好。傷口埋口，內裏重建，病人康復快慢，其實全賴上帝的大能。藉着禱告，靠着上帝得到的信心，在適當時候相信疫情終會受控制。

願天父保守世人，讓疫情盡快控制，也求天父醫治和保守所有患病者。阿門。

在上帝的帶領下學習如何活出愛

倪司玲

我是約書亞團契成員，現為私人執業骨科專科醫生。

由 2020 年初的「2019 新型冠狀病毒 (COVID-19)」疫症爆發，這一年多時間，我們面對各樣不同的艱難挑戰。雖然新冠病毒沒有沙士病毒 (SARS) 的致命性，但它的傳染性比 SARS 高，亦有若干病人是「無症狀感染者」（即隱形傳播者），抵抗力弱的如長者及兒童，感染後有機會引致併發症而死亡，對醫療系統構成沉重的負擔。面對全新的病毒，我們一開始對它的掌握並不多，加上資訊的流通性不足，增添了市民大眾對事態的不確定性的反應，令人產生極大的焦慮反應，因而出現搶購和囤積物資的行為，口罩、廁紙、漂白水、酒精搓手液無一倖免。幸好經歷了沙士一役，我們醫護都有了經驗，時常儲備一定防疫物資，小心處理每一位求診者及家人，決不可輕忽行事，以免把病毒傳染他人。

大家亦因為疫症而不敢上街，早出晚歸忙碌的工作變成在家工作，Work From Home 成為新常態，娛樂和社交生活也隨之減少。也許這是一個機會讓我們停一停，想一想，在獨處中去思想上帝的作為和反思信仰核心。人的能力實在有限，感恩上帝在我們艱難的時刻，讓我們在上帝裡面反思，學會順服倚靠和交託等候。

「你們要休息，要知道我是上帝！我必在外邦中被尊崇，在遍地上也被尊崇。萬軍之耶和華與我們同在；雅各的上帝是我們的避難所！」（詩 46:10-11）

「當將你的事交託耶和華，並倚靠祂，祂就必成全。」（詩 37:5）

現在所經歷的狂風巨浪，也許是我們從未經歷過的，大家正面對着艱難的新挑戰，感到悲觀焦慮也是很平常。但我們應當有信心信靠上帝，知道上帝會給我們足夠使用。在上帝大愛的帶領下共渡時艱。也學習怎樣能活出愛，多一點包容、多一點相信、多一點盼望、多一點忍耐。

「王對但以理說：『你所常事奉的上帝，祂必救你。』」（但 6:16）

「我若能說萬人的方言，並天使的話語，卻沒有愛，我就成了鳴的鑼，響的鈸一般。我若有先知講道之能，也明白各樣的奧秘，各樣的知識，而且有全備的信，叫我能夠移山，卻沒有愛，我就算不得什麼。我若將所有的賙濟窮人，又捨己身叫人焚燒，卻沒有愛，仍然於我無益。愛是恆久忍耐；又有恩慈；愛是不嫉妒；愛是不自誇，不張狂，不做害羞的事，不求自己的益處，不輕易發怒，不計算人的惡，不喜歡不義，只喜歡真理；凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。」（林前 13:1-7）