



空間與時間

撰文：莫冠文牧師（青少年部部長）

中文的「宇宙」兩個字非常有意思：「宇」指「空間」(space)，「宙」指「時間」(time)；如果我們以此來理解青年事工的話，會否提醒我們：只有給予足夠的「空間」和「時間」，青年人才能夠爆發他們的「小宇宙」？其實又何止青年人，每一個人不都是需要我們各自的「空間」和「時間」來體驗、感受、反思我們的人生嗎？

上帝慷慨地給了我們充足的空間和時間，但往往是我們自己不願意提供給自己。我們總是很快就要有成績、有產出、有效果，忘記了「空間」和「時間」才是我們能爆發「宇宙」的條件。

「空間」和「時間」是很奇怪也令人很不安的，因為這兩者令我們不能預期有什麼會發生在其中；我們往往很希望用我們習慣的行動、慣例、預期的效果來塞滿「空間」與「時間」，以致我們失去了耐性去等待，也失去了期盼去發現新的事物產生。以兩個例子說明：

今年我們嘗試舉辦主要面向基恩小學的聖樂營，第一次的練習我們就發現了參加的同學擁有極度優美的聲線，感動人心；但其中有一位同學是我們所熟悉的，但他在遵守規則上有困難，似乎他常常不專心、打斷指揮、不跟從指令，使到練習的「進度」受到「干擾」；但指揮卻非常有耐性地包容，並且樂意在種種超出「進度」和「預期」的「干擾」中調整自己的教學，最終，這位同學的「干擾」卻成為大家不沉悶的重要原因。我們期待這班參加聖樂營的同學能爆發出怎樣的「小宇宙」。

第二個近期的活動是提摩太中學生團契去了沙田打保齡球和參觀聖公會靈風堂；作為一個牧師和青少年部長，我下意識地總是會想象、計劃團契的具體目標和期望，例如希望大家的互動是怎樣、有什麼內容要帶出、有什麼目標要達到……但我當天卻病了，掙扎著同大家一齊出發，但卻沒有力氣講太多；然而，正是我作為一個旁觀者，少了說話，我發現來參加的青年人，他們有一些比較認識，有一些比較陌生，但隨著自由地參與運動、分享食物、參觀教堂，牧者無需多言，只是提供「空間」和「時間」，他們就建立了一個彼此相愛的「小宇宙」。

我們願意為青年人，也為我們自己，提供更加多的「時間」和「空間」嗎？上帝願意，我們願意嗎？



▲青少年部成員拜訪靈風堂。



▲基恩小學聖樂營上課中。



▲青少年部成員投入保齡球活動中。



▶莫牧師在靈風堂分享。

特別企劃： 假如我是青少年部部長

本刊編輯部

為了更了解當今青年人對「返教會」這個議題的看法，我們在六月初邀請了本堂主日學部中學組的同學們，請他們以「假如我是青少年部部長……」為題，去想想自己在這個崗位上會做些什麼來吸引年輕人「返教會」。以下便是同學們回應的綜合分析，之後我們將他們的構想一一臚列出來，讓大家更了解新一代的想法。

1. 多元活動成為焦點

現今青少年對於事工活動的期望，已不再局限於傳統聚會。他們渴望參與形式多元、富新鮮感和趣味性的活動，包括：

- 休閒娛樂：如 brunch 聚會、欣賞電影、合唱、桌上遊戲、VR 體驗、手工藝等。
- 運動及戶外活動：如沙灘日、遠足、球類競賽、日營、三日兩夜營會等。
- 創意與挑戰並行：如才藝表演、解謎遊戲、尋寶、密室逃脫、真心話大冒險等。
- 社群及團隊建立：如生日會、Scavenger Hunt、好友邀請日，強調彼此之間的連繫。

2. 信仰生活融合

同學們一致認同，信仰活動既要有深度，也要貼近生活：

- 實用的查經與討論：建議查經環節可加入生活分享、實際應用和問題解答。
- 以音樂、藝術連結信仰：利用詩歌、舞蹈、手工等方式，使信仰成為生活一部分。
- 邀請外來講者：如社工、經歷者、教會前輩作經驗分享，幫助年青人建立世界觀和人生方向。

3. 重視關懷與同行

在受訪回應中，「歸屬感」和「被聆聽」是同學們反覆強調的需求：

- 營造有愛的群體氛圍：讓每位成員都能自在分享壓力和煩惱，彼此支持。
- 同行與關心：設計彼此守望、禱告和同行的機會，強化團體凝聚力。

4. 跨界協作與開放

同學們頗具前瞻地建議打破框架，擴大事工的可能性：

- 善用外部資源：邀請社福機構、動物協會等專業單位合作，讓信仰團契連結現實生活。
- 活動對象更開放：鼓勵帶朋友參與教會活動，降低進入門檻、締造包容和多元氣氛。

結論

青少年事工，就是要多元化、生活化、信仰同行及彼此關愛。簡而言之，新世代的青少年期望在教會群體中同時獲得信仰滋養、真誠友誼、興趣發展與心理支持。在豐富活動、溫暖社群和深刻信仰同行的結合下，才能真正吸引年輕人投入教會生活與成長。未來青少年事工唯有持續革新，貼近他們的語言和需要，方能成為新一代門徒和領袖的孕育苗圃。



假如我是青少年部部長……

劉玥昕

假如我是青少年部部長，每次團契分成幾部分，查經、唱詩歌、玩遊戲，其他特別活動等輪流進行，參加者可更有效學到聖經知識又可樂在其中，享受每一次、亦藉此吸引及拉攏親朋好友參與。

除定期舉行的團契活動之外，亦可在周末或假期而等空閒日子，集齊一定人數的參加者舉辦好玩的活動，例如約出去做運動，唱 K，密室逃脫、到主題公園、沙灘玩，等等，更可策劃 day camp 或三日兩夜營，增進大家之間的友誼、期間請大家表演特別技藝，一起煮食、行山，舉辦迷你音樂會。

平時的團契可多與外來機構合作，例如請社工邀請受助人分享故事，和寵物玩或參觀博物館、社福機構及動物協會，目的是令團契不只是沉悶的聖經活動，更包含多元化的活動，像一家人般，參加者更能享受每次精彩不同的團契生活。

梁俊樂

假如我是個青少年部部長，我會使用以下活動計畫！

外出活動：

這處指的外出活動是指一些戶外遠足和探險等的活動。

透過讓青少年親身感受艱難的旅程，美麗的景色，更能令他們體驗到上主體貼入微的照顧，還有世界的美麗。

除此之外，多人參與的外出活動有助建立團隊精神和凝聚力，建立友誼，為青少年培養對聖保羅堂的歸屬感，將來成為教會不可或缺分子。

分享與講座：

青少年是一群迷途的羊群，正處於人生探索的階段，尋找人生方向。我們可邀請一些具人生經歷的前輩，與青少年分享指導，解他們的人生疑團。

陳穎悠

假如我是個青少年部的部長，我應該會以遊戲去招攬新的青年人。首先使他們學習與別人溝通；在與有不同信仰經驗的人談天時，青少年能夠增長自己對信仰的認識。同時，在不同遊戲當中，有少年會學習相信別人，慢慢地也學懂得去愛別人。這些遊戲除了能使青少年學懂作為主門徒最重要的品德：愛，更能透過有趣的遊戲去吸引他們。

在以遊戲吸引他們後，可以慢慢加入一些與聖經有關的知識，我認為應從談天入手，在一位已是教友的人，帶領一眾青年去談談日常生活的不同煩惱，並且互相紓解，滲入聖經的話語去安撫青少年，亦為他們禱告。

青少年生活壓力大，如有機會使青少年能訴說自己內心的壓力，同時得到主的愛，必定能使他們願意繼續回來。

當青少年慢慢地接受了主的道，便可以嘗試一起查經。當然應從較容易領會的經文入手，並要有人給予相當的指導，例如如何將聖經的話語聯繫到日常生活，這樣能深化他們對主的道的認識。

當然，我認為愛在團契中也很重要。所以，作為部長，我會每月舉行生日會，為當月生日的青少年慶生。

楊樂恩

假如我是個青少年部部長：

可以開放查經系列，讓青少年認識更多聖經故事

青少年也可以參加聖樂部，可以一起用歌聲讚美主

除了這些活動，我們可以舉行青少年團契，由牧師親自講解耶穌的生平。這些活動希望可以增加青少年對上主的認識和讓未相信主的人作主門徒。

我建議可以舉辦一個青少年女團，用舞蹈來讚美主。

假如我是青少年部部長……

Hannah

假如我是個青少年部部長——

brunch
movie night (superbook)
carnival (games, inflatables)
beach day
listening party (hymn)
talent show

Bernice

假如我是個青少年部部長，

I will host the following activities:

gaming like VR
crafts like origami, design bags, drawing
Puzzles
Movie: Horror, action, comedy
Scavenger hunt
Escape room
Two truths and one lie
Truth or Dare

Emily Chan

假如我是個青少年部部長，我會策劃以下活動：

Hands and crafts e.g. 馬賽克杯墊、cushions, keychain

Board games e.g. UNO, Monopoly, cards

Movies

Sports e.g. basketball, football

Reasons

可以有機會放鬆

培養團結精神

有趣

洗子喬

九月：可以舉行一場為大家減壓的工作坊，暑假完結了，大家也剛剛開學，青少年部可從學校介入，於同學午休時間，讓大家放鬆以及認識新同學。

十月及十一月：秋高氣爽，秋天最適宜郊遊，可舉行靈修營、少年能在當中認識自己的信仰，當中包括觀看基督教的電影、遊戲和活動。

十二月：聖誕慶祝會及高中和初中同學溫習班。可以互相扶持、互相幫助溫習，預備即將來臨的考試。（五月和六月也能舉行溫習班）

一月及二月：新春慶祝會及情緒舒壓工作坊。可做手工或做一些年青人有興趣的活動，不止單單聽牧師講道，並且融入音樂、拍照、藝術、玩電動和閃避球。

三月及四月：香港一日遊，可到西貢、赤柱和長洲等地，遊山玩水同時跟著牧者一起郊遊，多輕鬆愉快，也可考慮到主題公園。

六月至八月：暑期課程，包括靈修、玩電動、繪畫、閱讀、唱卡拉 OK 等等群體娛樂活動，讓大家盡情享受暑假。

Jana

假如我是個青少年部部長

Bring puppies/animals to play with

Escape room

Beach hangout - see sunset

Disneyland rides

Picnic

Movies

蔣仁

假如我是個青少年部部長

羽毛球

UNO, cards/board games

Lego

千禧世代的信仰告白： 夢想、孤單與歸向上主的心路歷程

撰文：潘正行牧師

今年有幸得基督教文藝出版社邀請出版一本針對當下千禧世代處境的信仰書：《千禧世代的信仰心法：在失序中抱緊上帝》。

所謂千禧世代大家不要誤會，並非指 00 後出生的年青人，而是那些在成長時經歷千禧年的人，即是大約是 1981 年至 1996 年出生的那一代人。本來我寫書之前認為每一個人都有他們的自我成長特色，並不能用 80 後，90 後，00 後，這種世代歸類法來劃一定位他們的成長特徵。但當我在一邊寫一邊研究時，發現自己所經歷的人和事，的確和身邊許多與我成長年紀的人相似，人原來不是獨個兒經歷自己的生命，當我們願意敞開自己的心，與他人的生命接觸時，必定能夠在彼此之中找到共鳴，而我剛好也是一位千禧世代。

千禧世代成長於八、九十年代，大多是嬰兒潮一代的子女，他們享有得天獨厚的資源，亦是帶著父母的期望來到這個世界。父母時常對我們這一代說：「你哋而家好幸福㗎啦。」的確小時候就已經有父母帶我們到外地旅遊，坐十多小時飛機去美國，加拿大，歐洲，全都是由我們這一代開始才享受到。父母一般也會投放更多時間精力培養我們，無論是補習抑或是學習一技之長，樂器，運動各種興趣，然而許多時這些學習都帶著一種目的，就是希望子女能夠在一個邁向成功的軌道中成長。千禧世代成長時，父母一方面強調要發展個人喜好和夢想，但另一方面卻更嚴謹地確保每一步都踏在正確的軌跡上。

八、九十年代亦是一個充滿著夢想和理想主義的時代。太空計劃在 1981 年正式開始，香港

的兒童節目也跟著唱出「一飛衝天去！一飛衝天去！小小穿梭機。」當然也少不了歷久不衰的譚玉瑛姐姐。加上大量日本卡通動畫，都告訴著正在成長的我們，我們必須要好好裝備自己，有一天當世界出現外星怪物時，我們就會被選上，成為駕駛員，坐上立於地上的高達，拯救世界。

可是，千禧年前後，世界發生了巨變，2001 年的 911 事件和 2003 年哥倫比亞號航天災難，再加上接二連三的金融風暴，再加上 SARS 和 COVID-19，使千禧世代面對的世界逐步變得悲觀。甚至天氣也不似預期，巴黎協定在 2016 年簽署，然而到了今天你會實在地感受到溫度一年比一年和暖，按美國太空總署計算，今日地球氣溫已經比工業革命時高出攝氏 1.47 度。千禧世代成長時被灌輸只要努力就可以成功，只要努力就可以改變世界，但卻在成長後發現工作上受到千百樣的阻礙，實現夢想遙遙無期，那麼我們還可以有夢嗎？還是我們只能淪為「社畜」，一生為生計奔波，卻失去生命的熱情？

千禧世代的四大困境

這本書我就著千禧世代的四個困境著墨。第一個是「夢想」，探討千禧世代對夢想的追尋與幻滅，當中用了摩西作例子，他年青時都是心懷夢想，渴望以色列人得到救贖，可是到四十歲時就被迫離開埃及到了米甸，而正是這個看似一切都落空了的時間，上主就藉著摩西的經歷塑造他成為帶領以色列人出埃及的領袖。因此，縱然夢想好像很遙遠，但當下亦需要有夢，不是因為看見



▲潘正行牧師與青年人聚會。

世界灰暗而拋棄夢想，而是因著夢想而看到不一樣的可能。

第二個困境是千禧世代的「信仰危機」。千禧世代許多人在教會長大，但卻因不適應教會而最後離開教會，甚至不再承認自己是基督徒。對此，我引用了多馬的故事，強調信仰的「疑惑」不應是信仰的敵人，而是邁向真實信仰的必經之路。我們都是由一個「二手信仰」開始，透過自己的經歷，最後找到一個真正屬於自己與上主的真實關係。

第三個困境是「過勞」。香港今日已經成為了全球工時最長的地區。在過份工作的環境下，我們甚至會認為「休息」是一種奢侈品，覺得我必須努力工作才能換取配得的休息。可是，若然我們回看安息日的設立，上帝並非因為人努力了，才給予人一個休息的機會，安息日是創造的終點，代表著上主對人完美的愛。人類不需要以努力工作來換取上主的肯定，只需安躺於上主的慈愛之中。

第四個困境是「孤單」。今日縱然有著千萬的社交媒體朋友和跟從者，然而不代表我們不再孤單。社交媒體只能反映出美好一面，這美好一面亦不一定是真實，反而使人在比較之中更加迷失自我。在孤單之中，我們必須要面對「我是誰？」只要能夠擁抱孤獨，我們才能尋得真正的自己，因而找到真實的關係。

在基督裏找到生命見證

在書中我沒有提供太多解決方法，而是更多的分享一些個人經歷和領會。最終，我認為千禧世代不再需要複製上一代的成功模式，而要在基督裏找到屬於我們的生命見證。無論是夢想、信仰、休息或孤單，最終要走上的，都是一條「歸心之路」，將我們的心獻上給上主。



書寫時，我亦引用了大量與時代貼軌的文化，如流行曲，何謂「躺平」、「下流社會」，探討「邊一個發明了返工」等等，希望這本書能夠為大家帶來一點信仰上的亮光。正如我在序言中寫到：

「或者，這書最終無法為所有命題提供確切而肯定的答案，但每一個思考必定是我——作為一位千禧世代，發自內心的真實想法。最後，將這本書獻給所有努力活着的人。」

作者簡介：

潘正行牧師現為聖約翰座堂的聖品。在座堂服侍之前，他擔任香港聖公會聖保羅堂之助理聖品，有六年時間。

潘牧師於香港中文大學崇基學院神學院接受三年全時間神學訓練，並獲得神道學碩士學位，其後，再於明華神學院，接受聖品候選人之聖職訓練。他於2014年按立為會吏，並於2015年10月17日（聖路加日）按立為牧師。

入讀神學院前，潘牧師有三年時間任職於本地社福機構，分別有香港基督教服務處和世界自然基金會，專注於社會關係以及籌款工作。他於基督教家庭長大，父親，祖父和曾祖父都是聖公會教友。

另外，潘牧師亦對長跑運動和摺紙藝術很有研究。或許，你會於寶雲道或中環海傍，碰見穿著跑鞋和運動服的潘牧師。

新受洗教友專題

6月7日下午，聖保羅堂舉行聖洗禮，共有88位弟兄姊妹受洗，正式加入教會大家庭。今次是林振偉法政牧師出任本堂主任牧師後首度主持聖洗禮，為新加入的教友帶來了屬靈的祝福與盼望。

今次聖洗禮特別採用了新的安排：洗禮盆被置放在聖堂正門，象徵著信仰旅程的開始。受洗者從聖堂正門步向洗禮盆，接受林法政的施洗，在會眾面前決志，透過洗禮正式進入教會，成為基督的肢體，承擔屬靈使命。

洗禮完成後，一眾牧師向受洗者及觀禮會眾灑聖水，象徵大家都曾領受水和聖靈的洗禮，彼此同為一

體，都是全心歸向基督的信徒。這一環節讓整個會眾都感受到再次重申信仰的莊嚴與感恩，提醒眾人以更新的心靈與主同行。

聖洗禮當日，聖堂充滿了喜樂與感恩的氣氛，並以禱告與祝福迎接新教友與主同行的新旅程。

今期我們特別邀請了三位新受洗的教友，撰文分享他們信主的經歷，讓大家同心感謝主的榮耀。

願主的恩典伴隨著這88位新教友，讓他們在信仰中成長，活出基督的愛與生命。

見證

撰文：陳曉欣

主內平安，我是陳曉欣 Emily，感謝各位會眾蒞臨見證和支持我們今天一起洗禮的弟兄姊妹和孩童。首先，感謝教導洗禮班的林法政牧師、彭法政牧師、吳牧師、莫牧師，以及梁牧師——相信沒幾屆的洗禮班有幸能從兩位法政牧師身上認識耶穌，我也要感謝為洗禮班悉心安排的何姑娘、五位組長、我的教父教母杜醫生和曾醫生、各位教會弟兄姊妹今天的安排，以及我的家人同朋友親臨見證。

今天我榮幸能向大家分享我對主耶穌基督的見證。

我在小學三年級初次認識主耶穌。當時暑假來到，我的表姐邀請我到她的教會參加了為期一周的暑期班。即使已經相隔三十年，到今時今日我仍然能清楚記得，當時我們班要表演的歌曲叫「我是主的羊」。我相信自那時起，基督的種子已經落入在我的心中。想不到，之後多年我也沒緣份進一步接觸基督教——直至我的女兒出世，入讀了一間基督教學校，讓我有機會慢慢地、細心地認識主耶穌。

我的女兒曾就讀一間基督教幼稚園，當中有一年我很慶幸可以參加一個家長基督教團契的課程。在每次上課前，我們的組長都會播出一些詩歌，而我每次聽到那些詩歌都會不期然流下眼淚。有一次，當我聽着詩歌、想起了那時我剛好正在經歷人生的一些困難時，有一位家長走過來，溫柔地問我願不願意接受

主耶穌做我的救主。當下，我毫無猶豫就說出：「我願意」了。正式決志之後，我哭得比之前更誇張，但是，那是感動的眼淚——我開始感到心中擁有一份前所未有的平安、安慰、和依靠。

我覺得我相信主耶穌是一件必然會發生的事。因為當我人生需要一個方向時，耶穌主動來找我；而我亦好順理成章的跟隨祂。從此，耶穌就是我生命中的光。

認識耶穌後我每天都會祈禱。有一次，我和一位有腦退化症狀的長輩在溝通上遇到很大的困難，到最後大家不歡而散，而我亦覺得毫無辦法、非常無力。在我離開他的家、回到車上的時候，我向上帝祈求：「上帝啊，你可以幫我嗎？」。車內的空氣好像突然轉變了，而我的心也得到一份平安的感覺。十五分鐘後，我打電話給那位長輩——非常神奇地，我們竟然可以在一個平靜、平和的氣氛和心情下，有效地溝通。我覺得這是上帝對我的幫助。自此以後，在我的生命中，無論大大小小的事我都會倚靠上帝。我會感謝祂對我的保守、也會向祂禱告。因為，在我軟弱的时候，上帝一直都在，上帝的恩典夠我用。

自從我受聖靈感動而接受耶穌後，我從來都沒有後悔過這個選擇。之後，因為疫情等原因，加上我已經決志、又有每日祈禱，所以一直也沒有特別去思考接受洗禮的事。

我女兒入讀小學後，她的學校在聖保羅堂舉辦了一個家教聚會，我亦因此認識了聖保羅堂。當時除了覺得聖保羅堂非常莊嚴宏偉外，也感到心中的平靜。之後，我參加了女兒學校舉辦的家長查經班。非常感謝 Ms Lau 一直以來的悉心安排，讓我可以一步一步學習聖經的《約翰福音》，讓我第一次真真正正的了解和明白主耶穌基督是一個怎樣的神和怎樣的人。我開始祈禱想追隨、想更清楚、想更認識主耶穌基督，亦令我更想成為一個完整的基督徒。

就在這時，Christina 姊妹和 Josephine 姊妹向我推介了聖保羅堂。回想之前家教聚會時曾經到過的聖保羅堂，當時那莊嚴而溫暖的感覺仍然記憶猶新，亦令我決定在聖保羅堂事奉主。之後，我一直到聖保羅堂參加崇拜和上洗禮班，透過牧師的講道更鞏固我對聖經的認識，亦讓我知道自己應當如何做一個基督徒。

記得兩年前我的女兒曾問過我：「媽媽，我們看不見耶穌，又如何知道耶穌真正存在呢？」。當刻我真的答不出什麼來 — 因為我自己也沒有親眼見過耶穌。但在兩年後的今天，我可以很自信的告訴各位，耶穌是真的。雖然我從未用肉眼見過祂，但我可以感覺到祂的存在，我可以感受到耶穌的愛和保守。我相信耶穌的存在。就正如希伯來書 11:1 這樣提醒我們：

「信就是對所盼望之事有把握，對未見之事有確據。」

我亦想藉着今次機會向大家分享一個小小的見證。就在幾個月前，有一位親友在我不知情的情況下，為我和我的家人到一間寺廟祈福。她們祈福問卦的方法是要將對象的名字寫在杯上，然後把杯敲碎。本來她們一直順利，但當她為我和我的家人祈福時，寫上我們一家名字的那一隻杯怎敲也敲不碎。那位親友當時立刻致電我的媽媽，問道：「你的女兒一家是不是信了耶穌？」。後來，當我的媽媽向我轉述這件事時，我的內心非常激動，充滿了感動 — 雖然我當時只是決了志、還沒洗禮，但原來已經能得到聖靈的保護。這件事亦令我回想起，聖經的啟示錄有記載，信徒的額上都會有「上帝的印記」，上面寫了上帝的名字，代表信徒都是屬於耶穌的，亦為信徒帶來救贖。我相信這件事是側面的告訴我，我和我的家人已經有「上帝的印記」，我們都是屬於耶穌的。

自從接受耶穌進入我的生命之後，我的內心比之前平穩了許多。相信認識我的朋友可能都知道，我為人比較緊張和容易擔心。但是，在信耶穌之後，雖然我仍然會有焦慮的時候，但同時我的心中多了一份平

安、一份信念，在現今紛亂的世界裏得到一份盼望，知道無論發生了甚麼事，耶穌和上帝都會與我們同在。同時，上帝亦為我們準備了一個非常漂亮的地方，當我們永生的時候可以與上帝和耶穌在一起，這亦給了我一份盼望 — 或者在將來我可以在天堂再次見到我最愛的家人。

而且，上帝並不是因為我們擁有或做過甚麼而愛我們，祂的愛是一份無條件的愛。只要我們真心相信祂，祂就會愛我們。就正如聖保羅堂前面寫住，信、望、愛，而當中愛是最大的。

受洗是一個重要的儀式，是一個起點，讓我今日開始成為一個新造的人，正式加入基督教的大家庭。正如之前牧師向我們分享一樣，在信耶穌之後，我做每件事之前，都會思考一下我所做的事是否上帝所喜悅的？有否效法耶穌的做法？在接下來的日子裏，我都會努力活出主耶穌的教誨，去事奉主，去服務他人。

今天，亦是我女兒受洗的日子。她今早興奮地對我說，她終於可以吃聖餐那塊餅了。而非常奇妙地，她，今年正正就讀三年級、快要放暑假，跟三十年前、在三年級第一次接觸耶穌基督的我差不多一樣大。相比巧合，我更相信這是上帝的計劃，讓一顆種子在三十年後發芽、開花、結果；我更相信，一切都在上帝的掌握裏，冥冥之中，上帝已經為我預備好一切。最後，我想向大家分享一段我特別喜歡的聖經經文：

《腓立比書》4:6-7:

「應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求，和感謝，將你們所要的告訴上帝。上帝所賜出人意外的平安，必在基督耶穌裡保守你們的心懷意念。」

願主與我們同在。阿們。



▲陳曉欣（右一）與女兒一同接受聖洗禮。

上帝早已預備

撰文：陳樹立

大家好！我跟隨太太參加聖保羅堂的活動已經有 16 年的時間，我是一位資深教友卻又是一位新進教徒！很矛盾吧！

因為整整 16 年間，我參加了大大小小的教會活動，例如想當年還屬於青少年部的約書亞團契的每周聚會和主日崇拜等等，當中認識了很多教友，也聽了很多道和查了不少經，但我仍未有感動去受洗加入教會，因為在我刻板的印象中，基督徒必須要有良好的行為，如果不能做到，就最好不要受洗了，以免影響別人對基督徒的印象。當我以為日子就這樣的過去的時候，上帝就在祂預備好的時刻，用一個非常刺激的方式，一步帶領我受洗加入教會的大家庭！

去年年中，人到中年、飲食習慣不佳又缺乏運動的我，覺自己的身體日漸發福到一個自己都不能接受的程度，而且我時常感到疲倦，坐在沙發上休息也可以一秒睡著，因此便跟同事組織了「周二運動日」，放工後大夥兒去做各式各樣的運動，強身健體。

就在 11 月初的一個周二運動日，當日正正是我最喜愛的排球活動日，令中學開始一直沒間斷每星期打排球的我興奮不已！因為我幾年前膝蓋嚴重受傷不能再打排球，那天正好是一展身手的時候！可惜

（幸）我在場邊做熱身運動時已經扭傷小腿，只能在場邊休息，不能上場打波。就在休息之際，我突然覺得心口郁悶，呼吸困難，非常不適，我馬上請同事送我到醫院去，同事建議要去大醫院較好，所以就馬上飛車到伊利沙伯醫院，抵達醫院時，我的呼吸已回復正常，因此我不以為然，但當檢查過後，護士面色一沉，跟我說我需要馬上接受心血管手術，否則會有生命危險！我馬上通知太太這個消息，在她還未抵達醫院我便已被推入手術室內做手術了。太太到了醫院不久，我的手術已經完成，由於手術全程我是意識清醒的，在推出手術室那一刻我見到太太還能輕鬆地跟她說：「不用擔心，我沒事的！」之後我被推進心臟科深切治療病房觀察，可是不到 15 分鐘，我便感到非常不舒服，呼吸困難，甚至比入院前的緊急情況更差，我馬上通知醫護，他們迅速為我檢查後，發覺我各類的指數異常，情況急轉直下、非常危急，馬上得再進手術室去，與此同時我漸漸感到失去意識，我本能地想叫喊太太將我的父母帶來醫院見我的最後一面，可是我看見太太卻發不出聲音來，後來太太覆述當刻看見我全身發紫，碰到我的手是冰冷的。我在失去意識前知道或許我再也不能從手術室出來了、或許

生命馬上要結束了！我唯一可以做的就是祈禱將自己交給上帝，求主帶領我！祈禱後，我將我的生命交托給上帝，就在那一刻我全然相信了！上帝是真實的！祂會承托著我的生命！我心靈迅速獲得平安，面對未知的事情，我也不再恐懼了！

感謝上帝！我還能在這分享見證，上帝帶領我走過死蔭的幽谷了！回想一切，我知道我的生命並不是由許多的巧合湊拼拯救回來的，而是在經歷上帝的重重恩典而活過來的！要不是做熱身運動時已受傷在場邊休息、要不是同事堅持送我到醫院治療 - 伊利沙伯醫院是九龍區唯一一間提供 24 小時「通波仔」手術的醫院，加上眾弟兄姊妹的禱告等等，恩典多不勝數！我得立即回應上帝的恩典，受洗正式加入教會，回應上帝對我的愛！沒有人知道上帝的時間和祂在我們身上的計劃，但上帝確切地愛我們每一位，救恩是白白的賜給我們的，我們都要快快回應上帝的愛，不要遲疑不決！最後和各位分享一段經文記載在以弗所書 2:8-10：「你們得救是本乎恩，也因著信；這並不是出於自己，而是上帝所賜的；也不是出於行為，免得有人自誇。我們是他所造之物，在基督耶穌裏創造的，為要使我們行善，就是上帝早已預備好要我們做的。」



▲陳樹立（左一）與太太及兩位可愛女兒在洗禮後留影。

我渴望與耶穌建立親密關係

撰文：陳偉諾

首先，感謝主耶穌基督，並感謝林法政、彭法政、莫牧師、吳牧師、梁牧師、教父教母，以及洗禮班的組長和同學們，讓我有機會在聖堂與大家分享。

我為何信耶穌？

我想從「為何此刻才信」說起。

過去，耶穌對我而言，是一位「最熟悉的陌生人」。自幼在教會學校接受教育，學校一直設有「聖經 / Religious Studies」科目。這門課不僅有測驗，還需面對考試，為了順利升班，我不得不熟悉其內容。然而，「熟悉」並不意味著「相信」，也不代表我懂得如何去信，如何實踐「愛人如己」。

雖然，在面對困境時，或偶有感觸、一時衝動之際，我也會祈禱或默唸主禱文。但一直以來，我並未感覺與耶穌的關係有所拉近。

時光來到 2017 年，父親在我毫無心理準備的情況下，離開了我們，結束了與病魔的纏鬥。他在離世前一年選擇了信靠耶穌，我相信他如今已在天國安息。接著在 2020 年，我也成為了一名父親，我的兒子 Ryan 誕生了。

那段日子，彷彿是我人生的中場轉捩點：上半場，我是一個蒙受父愛的兒子；進入下半場，我渴望成為一位懂得付出愛的父親。

正值漫長的疫情三年，居家工作時間增多，獨處與思考的空間也隨之增加。我回想父親對我的愛，總是默默付出、從不言說，他極其疼惜我，所做的一切皆為了我，卻又不願讓我知道。他所給予的愛與教導，直到他離世後，我才有了更深切的體會。當時我思忖：如今輪到我擔起「父親」的角色，實在深感挑戰。我問自己：該如何付出愛？將來如何教養兒子？如何教導他謙卑？如何引導他勇敢誠實地承認過錯？看似方向明確，卻苦無「說明書」。

希望孩子從小養成閱讀習慣，自然需要添置書架。疫情正好給了我時間增設書架、整理書籍。就在此時，我在書架上發現了那本長久存在、卻鮮少翻閱的聖經。

當時我想：這本我「熟悉」的書——聖經，字字句句皆在導人向善，從未聽聞有人指責此書教人為惡。或許，這正是那本關於「如何愛」與「如何教養」的說明書；或許，這就是指引我方向的最佳導航。我為何不從此書中尋求答案呢？

於是，在家中再次捧起聖經閱讀，重新沉浸於經文的字裏行

間。在人生下半場閱讀聖經，果然獲得嶄新的體悟：不僅增添了耶穌所帶來的感動，更重要的是，心中萌生了「希望」。彷彿一切困境都因聖靈的啟示而豁然開朗，只要懷抱信心，啟示與希望總會隨之而來。

數年過去，有些事情彷彿是耶穌早已為我和家人所作的安排。Ryan 進入了教會學校，有機會認識聖經，學習凡事禱告。我和 Ryan 也增加了親子共讀聖經的時光，雖然多以繪本為主，但我深知，若我不更深入認識耶穌（研讀聖經），又如何能解答他那層出不窮的「為什麼」呢？就這樣，在教母的引領下，我投身於教會生活，學習耶穌如何去愛，細細品味聖經金句。

或許我信得緩慢，或許信得遲了。然而，我恰恰珍視這份「緩慢」與「遲延」，因為我的信心並非源於一時激情，而是真切感受到自己接受了耶穌的邀請——相信耶穌，正是對這份愛的邀請所作出的回應。

我渴望建立關係：與耶穌建立親密的關係，為了我的罪得著赦免，與神和好。因為唯有先憑著「信」，才能開啟屬靈的溝通，進而建立真實的關係。

信耶穌後的感受

信耶穌後，我逐漸感受到心中增添了一份平安與喜樂。因著學會交託，對於未來之事，能以更輕鬆的心態面對。特別是對「死亡」的看法，恐懼減輕了許多。因為「信、望、愛」——我因著「信」，所以懷抱「希望」，盼望將來能往另一個地方：天國。有時，我和太太會給 Ryan 看他祖父的照片，讓他從生活照中認識爺爺。現在 Ryan 也會拿著他的兒童相機，說要多為我拍照，以便在我離世後，他能隨時翻看我的生活照。我告訴他：「沒問題，儘管拍吧。」心中感覺坦然從容，皆因有了永恆的盼望。

信耶穌後，對於生活中的點滴，我常懷感恩之心。例如，看到孩子流露憐憫、主動學習、分擔簡單家務，或是見證他的任何成長進步，我都會首先感謝耶穌。當然，我也感謝太太 Vivian 的付出，以及教會學校的教導，但我將這一切的感謝，首先歸於主耶穌。

再次衷心感謝主耶穌基督！感謝聖保羅堂的各位牧師、常與我分享交流的弟兄姊妹、洗禮班的何姑娘、各位組長與組員，以及亦師亦友的吳淑貞校長。

願主賜予各位平安與喜樂！



▲陳偉諾（右一）與太太及兒子合影。

成年部靜思會與主相遇

在今年成年部靜思會的營刊上封面，刊登了以下一段有關「靜」的解說：

「靜」字源於「青」與「爭」的結合，字形隱含「止爭歸寧」之意，本義為平息紛擾，後引申為安寧、無聲與沉穩。其形承甲骨文至小篆，「青」表純淨，「爭」或為聲符，亦含止息之態。先秦典籍如《詩經》以「靜言思之」表心境平和，《說文》釋其「審也」，突顯內在安定。如今，「靜」既描摹環境之寂（如靜謐），亦凝練心性之修（如冷靜），貫穿中國文化對內外諧和的終極追求。

聖保羅堂成年部在今年五月初舉行了一次靜思會，希望讓一眾參加者可以放下

日常生活的繁囂，來到嘉諾撒靜修院，在牧者和其他教友的帶領下與主相遇。

我們生活在步伐急速的香港，平常想要靜下來是十分奢侈的，大家都被生活的擔子，例如工作、孩子、父母等事情，壓得透不過氣來。這個時候，便需要靜下來聆聽天父的話。

在經過兩日一夜的靜修營後，參加者都有所得着，不論在靈命上或是與對其他教友的認識方面，都開闊了自己的眼光，也讓大家明白到，我們需要適時的靜下來，聆聽上主給我們的話語，領悟上主的道，將道活在日常生活中，這樣我們才能在地上繼續事奉上主。



▲一眾參加者在嘉諾撒靜修院留影。



▲牧者們與一眾參加者合照。



▲林法政在靜思會分享「窄門」的道理。



▲伍志和弟兄（中）在會上分享。



▲參加者看大海向上主祈禱。



▲成年部部長潘忠遠弟兄（右）在靜思會上分享。



▲參加者在進行放鬆的練習，安靜自己。



靜思會「悟」後感

羅煥莊

亂世難求獨善身
跳樑小丑是非頻
回想浮現腦濟間
風高浪急疑無路
靜思覓悟明道理
聖言經書透世情

「我在太陽下還看見，正義之處有不義，公平之處有不平。（摘自傳道書）」

"I saw something else under the Sun: In the place of judgment - wickedness was there, in the place of justice - wickedness was there. (Ecclesiastes 3:16)

「悟」霎時隨想……團契

嚴美美

我參加聖保羅堂成年部團契 2025 靜思會，在「靜」與「悟」之中，反思良多。林振偉法政牧師講授主題：「悟」，其中引用 Winston Churchill 名言：「We shape our buildings; thereafter they shape us.」

於此，讓我聯想……「We shape our church fellowships (教會團契); thereafter they shape us.」

我每次回到聖保羅堂主日崇拜，看到週刊刊登各組團契、各以馬忤斯查經組和培育組聚會，我心裏快樂。事實上，在經歷 2019 年社會事件 / 分裂、2020 年疫情、近年移民潮和教會信徒流失等衝擊，有些教會因着種種緣故沒有開設 / 取消團契聚會。有一次，我與某教會一位年青教友交談時，問及她在教會裏參加那一組團契（我估計她該是青年團契團友），她一臉茫然地反問甚麼是「團契」，原來這教會已取消各組團契多年，我的心禁不住難過！

我相信教會團契經歷近年風風雨雨的衝擊和面對現今急速改變的 AI 新時代，團契事工並不容易經營。然而，在我心深處，我不願教會沒有團契。或許，這是由於團契總在我們起起跌跌的人生中，與我們同喜同悲；畢竟，團契在我們信心軟弱、前路迷惘的時刻，有分享、有聆聽、有安慰、有代禱的同行者 / 同跑者彼此鼓勵支持。

願上主看顧引領……「May God's love shape our church fellowships; thereafter they shape us.」

「靜」「悟」上主同在

陸秀珍

「靜」是成年部 2025 年靜思會的主題。

連續兩年都有舉辦的「靜思會」，今年更要「守靜」，主要原因是舉行地點 - 摩星嶺的靜修院，她要求營友安靜，藉着環境去享受、操練「靜」。

「悟」是三段學習時間，分別由吳汝林牧師、林振偉法政牧師、和參與兄姊主持；其他活動亦輔以特別安排配合。在各主領人帶領下，「漸悟」、「頓悟」、「醒悟」到：

- 1) 聽、閱他人的信仰見證和知識，雖是我們的「二手信仰」，但有其價值，藉着聖靈，它們輔助我們經歷和「悟」出屬於自己與天父上帝相遇獨有的「一手信仰」。
- 2) 身體是上帝的殿，健康要好好保養，心靈要多多滋潤，要感謝和愛惜身體各部位的獨特。

- 3) 回歸天家時，在天國，耶穌基督將會問您一個什麼問題？值得深思。

- 4) 「We shape the buildings, then, they shape us」。我們要如何設置善用聖保羅堂？

- 5) 昔日在團契中建立的情誼，盡是深厚，延續至今，大家都珍重；前青少年部部友帶領的詩歌，勾起不少美的回憶。頓悟主內一家人，彼此相愛、互相接納是何等美善，真的要傳開去 pass it on !

林法政在分享中，示範進「窄門」，令大家有深刻的「悟」，知道要趕快工作，領人信主。而吳牧師亦以愛篇（林前 13 章）鼓勵大家切實以愛的行動展示基督。

在短短兩日一夜，豐豐富富的在「靜」中，「悟」到上主給自己「一手信仰」這禮物！感恩！

無私的奉獻 引領啟發學員認識上主

撰文：關學賢 Cynthia（傳道部部長）

聖保羅堂第 28 期啟發課程於今年 3 月 26 日至 5 月 21 日逢星期三晚上在雪卿樓舉行，每次聚會都包含共進晚餐、觀看信息影片以及分組討論三個環節，目的是引導參加者展開對話，讓大家探索人生和信仰的重大課題，解扣基督信仰的基礎，以及探討如「耶穌是誰？」、「甚麼是祈禱？如何祈禱？」、「上帝如何指引我們？」等問題。

我們在 5 月 4 日星期六前往道風山信義宗神學院進行啟發日營，其中活動有保羅音樂佈道團的詩歌敬拜，影片分享，小組討論及由莫牧師帶領的道風山導賞團。非常感恩當天下午有學員回應莫牧師的呼召，決志信主。課程完結後，我們又鼓勵學員參加 5 月 26 日及 6 月 1 日主日早上的重聚活動，繼續學習和相聚，並且加深對教會崇拜和團契活動的認識。

直至 6 月 21 日，我們舉辦了啟發慶祝會，以及聯同聖保羅男女中學家長教師會合辦的福音分享會。慶祝會上各學員、組長都帶備了不同種類食物與眾

同樂，共享愛筵，並且由吳牧師及莫牧師向順利完成課程的同學頒發證書。當天下午的福音分享會由啟發香港總幹事劉恩琪分享題為《人生下半場》的信息，有幾位學員真誠分享啟發課程對他們生命的改變。

事奉團隊方面，課程由策劃至落實完成整個過程完全體現了羅馬書第八章 28 至 29 節上所記載：「我們知道，萬事都互相效力，叫愛上帝的人得益處，就是按他旨意被召的人。因為他所預知的人，他也預定他們效法他兒子的榜樣，使他兒子在許多弟兄中作長子。」

今次課程能順利完成，有賴各位組長、助手、職員無私奉獻及同心協力，悉心帶領組員在包容和輕鬆的氣氛之中探索信仰，並讓他們享受到主內團契。此外，感恩有膳食天使們準備美味的晚飯，餐單每週都是別出心裁，享用過後每每令人更期待下一次聚會。

組長和組員又怎樣看今年的啟發課程呢？以下是他們的心聲。





◀▲啟發學員獲頒發結業證書。



▲啟發重聚日。



◀▲啟發學員在道風山參與啟發日營。





►▲啟發學員參加啟發日營。



於未知處尋求亮光

撰文：Richard 伉儷

感謝上主，冥冥之中指引我來到聖保羅堂，開啟這段深刻、充滿愛與陪伴的啟發之旅。

教堂在鬧市之中，亦在心之曠野。每個周三的傍晚，聖保羅堂前的階梯，每踏上一步我都感到身心在逐漸抽離和放空。步入門內，走進心內，我在禱告中內觀自省、回顧人生。課程營造的開放討論氛圍，讓我卸下了慣常的思維框架，得以誠懇直面生命核心的叩問：關於意義、價值與終極關懷。聆聽多元視角的真誠分享，進行不預設答案的深度對話，是難得的思想共振。課程並非提供簡易的解答，而是啟迪一種持續探詢的態度——在懷疑中確立真誠，於未知處尋求亮光。這是心靈版圖一次珍貴的拓展，如融冰之水，將持續滋養我未來的思辨與前行。

這段短暫的啟發旅程裏，許多弟兄姐妹真誠地分享了自己人生的信仰之路、坦誠地交流了自己生活的點點滴滴，不論煩惱抑或快樂，都令我感同身受。感謝林法政、吳牧師和莫牧師的指引與解惑，感謝紅組組長們的引導與組員們的陪伴，感謝負責組織安排、作為嘉賓分享和後勤支持烹飪佳餚的教友的幫助，感謝各位同學尤其我太太的攜手同行。

星月與燈點綴了中環的夜晚，你們與上帝點亮了我的生活。感謝上主的安排。



上帝常與我同在

撰文：Josephine

參加聖保羅堂的啟發課程已有三年，每年都會有一些難忘的學員，令你更加確信這位三位一體的主不是過去、不是未來式，而是常與我們同在的現在進行式。

啟發課程可以理解成有框架，都可以理解為無章法；框架來自有系統循序漸進去理解基督教，無章法因為不同的學員會有不同的疑問、會有不同的分享。於我來說，他們的回應和分享也是再一次讓我反思的地方，再一次增進我同上帝的關係。

來參與啟發課程的學員未必一定會繼續這項生命課程，未必一定會馬上延續去洗禮，可能上帝的時間表未排到，可能步伐有快慢；但我確信來參與這三個月啟發課程的學員，當中他們一定有被感動過。我等你！



未完的旅程

撰文：Mike

自 2018 年起，我有更多機會去接觸基督教。我時而積極、時而遲疑地探索基督信仰。這段時間裡，我不斷帶著問題前行，也渴望找到一個安全的空間去思考與提問。今年，我有幸參加了啟發課程，這次經歷成了我旅程中的一個重要轉捩點。

啟發課程為我敞開了一扇門。在這裡，我不僅可以坦誠地表達自己的疑問，更能聆聽來自不同背景朋友的故事與體悟。課堂中的對話真摯且不帶批評，讓我在信仰的探索中感受到自由與接納。

每一次聚會，我都能帶著思索離開，並帶著盼望回來。最讓我感動的是：這不是一個終點，而是一段未完的旅程。啟發課程結束了，但我的信仰之路才正要展開。

我很感恩自己當初選擇踏進這段旅程，也感謝每一位同行者，特別是我們的導師和每晚分享的弟兄姊妹，謝謝你們以愛與耐心陪伴著我們。



在 Alpha 遇見信仰的星光

撰文：Brittany

參加啟發課程，像走進一間溫暖的咖啡廳。每週三夜晚的相聚，都給我帶來啟迪與感動。那些曾令人卻步的神學命題，在嘉賓的分享與短片的啟迪中被拆解；小組討論時，總有弟兄姊妹分享真實的人生故事，讓信仰不再是高不可攀的教條。

啟發課程像一場靜水深流的旅程，那些關於生命意義的困惑，在集體探索與坦誠對話中逐漸澄明。感謝 Alpha 團隊用創意短片與開放氛圍，為慕道者搭起通向信仰的階梯。這裡沒有標準答案，卻處處閃爍着令人安心的星光——原來追尋信仰的路上，我們從不孤單。

以信望愛教育孩子

撰文：李京

參加啟發班的這段時間，學習了關於耶穌基督的啟發知識，了解聖公會。非常幸運加入聖公會的大家庭，並經過一段時間的學習，讓我從一個教外人士逐漸成長成為一名基督徒。我開始學會禱告，學會用信、望、愛教育自己的孩子，給予孩子幫助，教會的團結與分享的理念。