

# 保羅園地

聖公會聖保羅堂資訊部編印

2008年11月 第49期

## 關懷與健康輔導

高胡羨清

每個星期日，聖保羅堂門前都有關懷組的教友輪值，歡迎所有來到崇拜的弟兄姊妹，使信眾皆感覺到主的愛常常在我們中間，教會實在是一個充滿溫情，彼此關顧的家庭。如果教友有些特別需要幫助的時候，我們會安排人手去跟進，協助他們解決困難，提供身心的健康輔導及靈性長進。在輔導過程中，若察覺個案有特殊情況，便建議或轉介他們去接受專業人士的意見或治療。

上帝對人類的愛和關懷，真是無微不至。祂給與全人類生活及生理所需的東西。創世記第一章第二十九節記載說：「上帝說，看哪，我將遍地上一切結種子的菜蔬，和一切樹上所結有核的果子，全賜給你們作食物」。

祂又為我們的始祖造一個配偶，關心到人類生理上的需要，並使他們能夠彼此扶持，彼此相愛。雖然我們的始祖違背上帝的命令，干犯主怒，被驅逐出伊甸園，他們的子孫因此而獲罪。但上帝的大愛是常存的，祂仍然愛護我們，關心我們。祂差遣耶穌基督降世為人，經歷人生旅程各種苦與樂，最後被釘十字架受死，為我們贖罪後，從死復活，顯現在門徒當中，祝福他們說「願你們平安」。上帝知道人類心靈上所需要的就是「平安」。

約翰福音第十五章，第十二節說：「你們要彼此相愛，像我愛你們一樣，這就是我的命令」。能夠彼此相愛是上帝給我們平信徒一個命令，我們要倚靠聖靈的能力，用愛神愛人的心去關愛我們的鄰舍，回應上帝對我們的呼召。我們要效法耶穌無條件地愛他人。我們要關懷主內的弟兄姊妹，參與教會各項工作，盡心盡意虔誠奉獻我們自己給上帝的教會。

上帝鼓勵我們彼此幫助，在生活上，事業上，靈性上都要跟從上帝的話語，以聖經的真理為基礎。因為輔導的事工不是靠個人的才華，學識或技能，是全靠上帝給與我們屬靈的知識，及愛心去工

作。在輔導過程中，須要彼此溝通，以聖靈給與的力量去影響對方，並一同禱告，祈求天父賜恩，使輔導的工作能夠成功。

教會基本就是一群服事別人的群體，它提倡關懷的文化，重視所有教友身心靈的需要。

關懷別人和健康輔導是甚麼一回事？受輔導的人是否會被人揭發私隱？是否一經過健康輔導後，就能立刻把問題找到答案？是否需要把自己的背景全部講出來，或者是否等待到事情發展到不能受控的時候才尋找健康輔導呢？這些假設的問題使很多人不敢主動地去尋找別人的幫助。

作為健康輔導者或關懷者，他們是需要有這學術上的知識和技巧，需要尊重對方心靈上的感受，及他的一切私隱，專心去聆聽被輔導者的說話。以真誠及溫情的心態去會見對方，又以輕鬆的表情去釋放善意的訊息。談話的時候觀察對方身體語言，感受及掌握對方的一言一行。其中最重要的技巧是同理心、或同感心（EMPATHY）。同理心的定義是要關懷者應暫時放下自己所有的成見，進入對方的世界，融入對方的觀點和信念，認同他的感受，從而引出受輔導者的憂慮、哀傷、失落、恐慌、自疚，不公平的各種負面感受。運用同理心，建立一個深化信任的關係，以利進行輔導工作。

輔導的目的是協助被輔導者能檢討及整理自己內在的心理歷程，所以輔導者不會即下判語。輔導者須要協助對方把他深藏心中的感受浮現出來，不再將其壓制或埋葬於洞穴裏面，但又要避免觸使他以具破壞力的方法來表達負面情緒。要協助他分析自己的理性，情感，及其他各種衝突、狹窄視野、潛意識的思想及行為，從而進一步認識自己，理解本身的能力，找出問題之根源。協助他選擇合理和恰當的行動去解決疑難、釋放壓力。在這個過程中協助他尋求及感受上帝同在一起，從聖經中找尋到真理和教訓，從而可以坦然面對人生各種問題。

健康輔導最終的目的是使被輔導者脫離困擾，而達到自我分析，自我支持的境界，並能掌握自己各種反應，運用正面及恰當的方法去面對起伏不平之人生旅程。

我在聖保羅堂的事奉是健康輔導。公共衛生護理是我在職的工作，而健康教育和健康輔導是工作重要的部份。所以退休後，在一九九八年，我向梁熾靈主任牧師建議在聖保羅堂提供這項服務，給有此需要的教友或他的友人。

在這十年裏，我用多種方法和被輔導者溝通，如接見交談，電話通話，家庭或醫院探訪等等。如有需要則聯同何傳道或社工一同會見。在這十年裏統計被關懷的人數約一百五十人，每次會見的時間約一至兩小時，見面次數從一至十次不等，建議尋找專業人士意見的有九位。各位，如有教友或他的友人有此需要，請向聖保羅堂何惠儀傳道或本人聯絡。

我現在與各位分享一個健康輔導的個案。當事人並非本堂教友，她是一位三十多歲的女士，在一間教會慈善機構工作，她和丈夫都是基督徒，還未有兒女。她覺得工作上有無形的壓力，而且越來越大，好像墮入深谷裏。雖然她的同事們大多數是基督徒，但她感覺她們並不友善，這是她人生路途中最痛苦的一段經歷。她很焦慮，很沮喪，因為她沒有方法得到她的同事們的認同。她有這種感覺很久才來約見，見面的時候只見她不斷流淚。在關懷過程中，我以同理心，真誠的態度聆聽她的心聲，從她的身體語言及談話中，發現她有自疚感，並怨世不公等矛盾的思想，漸漸的浮現出來。於是我們一一探討，發現她有時也會閱讀聖經，我立即掌握時機去鼓勵她勤讀聖經及記憶其中的金句，並時常祈禱，從上帝的話語及其虔誠禱告中獲得智慧和力量。我向她推介有關心理學及情緒問題的書籍。在

工作方面，鼓勵她自動請教上司指示，靈性上尋求牧師協助。自此以後，我們繼續會面八次。以後的幾次見面，她漸漸可以說出自己要面對的困難，也嘗試以自己的方法去處理，最後得到滿意的效果。我看見她在靈性和情緒上有很大的進步，並顯出她內心的平安及喜樂。

那年的十二月，我接到她寄來的聖誕咭，內容是這樣的：

親愛的高太：

很久沒見了！我投入工作已有半年多，感謝你成為我生命中的天使。現在工作十分繁忙，但內心感輕鬆，過程中亦有不愉快的事情，我學習懂得只要凡事交託神，祂會為我分擔。我會努力呀！雖然不知未來如何，一切交給神吧！願主保守你們一家。

主內姊妹上

我再讀出約翰福音第十五章，第十二節：「你們要彼此相愛，像我愛你們一樣，這就是我的命令」。上帝時時刻刻呼召及命令我們各位平信徒要順從祂的旨意及啟示。我們要從神的恩賜下裝備自己，學習關懷自己和關懷別人。

香港聖公會明華神學院和香港聖公會福利協會合辦多種適合平信徒的課程，從而認識基督教的信仰，學習關顧輔導的知識及技巧，培育關顧輔導員及平信徒身、心、靈的成長。

我們需要學習這些新的知識，在生活中實踐關懷自己及關懷別人。我們需要願意和樂意去關懷別人，及接受他人對自己的關懷。我們要有一個新的習慣，那就是隨時隨地以一個微笑，及一句問安去關懷別人。我們要發展上帝在地若天的工作——彼此關懷。

## 主內關愛

## 治癒心靈

盧頌雅

我是一個有頗強記憶力的女孩，當我翻看小時候兩、三歲的照片，均能記得那處是甚麼地方。我也會記得所有朋友跟我第一次見面時所穿著的衣服及髮型（很多也有相證明我沒有記錯）。但記憶力好從負面角度來說，反而為我帶來深遠的不快影響。我會記得同事們說的一些傷害及有機心的試探說話，也會記得生活上種種不如意和不能解決的事

情。我的不快可能你沒有興趣知，因大部份人生活中不開心的時間可能比開心的多。一般人每天規律地上班，下班後對著嚙嚙的太太，作為妻子回家後更要處理小孩的功課和對著沒有表現關懷呵護的丈夫等等。



其實天父是沒有遺忘祂每個兒女。我的姑奶奶安排我會見高太（高胡羨清女士—聖保羅堂特選議員），希望她能看看可否把我從長期的不快中作出幫助，於是我就抱著戰戰兢兢的心情去見高太。猶記得那天會面時，當我一坐下，淚水便如缺堤般向高太簡述我生活和工作上的種種不快，但高太全都不認同，反而合上眼睛，逐一駁斥我。那時候，我心裏想作為一個心理輔導者，不是應該要有同理心去令被輔導者感覺得以釋懷嗎？兩小時的會面後，我感覺全無幫助，高太給我的建議，我覺得沒有用也不會跟著做，我知道我會永遠活於沉淪的生活下直至死亡。往後我姑奶奶說高太每次見到她也會問候我，我心想「為甚麼她還會關心一個頂撞她的小丫頭？」

原來天父並沒有放棄我，反而安排一連串更艱巨的考驗給我。這種種的考驗，令我從地獄裏嘗試抬頭望天，慢慢從梯子爬上煉獄，更從煉獄裏仰望到太陽的曙光，感謝天父賜給我一個六十歲仍會輕撫我的頭和錫我面珠的爸爸，在我生病時不辭勞苦拖著我去看病和擔心我害怕而抱著我睡覺的媽咪，拖著我手一同細味人生甜酸苦辣及支持我的丈夫，兩位遠在海外以長途電話和電郵鼓勵我的舅父，幫

我分析事情的弟弟和弟婦，視我如女兒般關心的老闆和一班真心愛錫我的朋友們。天父給與他們龐大的力量，令他們合力把我「扶」起來。這次的大考驗，令我的人生觀由負面慢慢學習轉為正面。我記得曾經在坊間看過一本關於婚姻的書籍，內裏有一句說「婚姻是要一隻眼開一隻眼閉」。現在我套用在自己身上，用開的一隻眼看身邊美好的人和事，閉上另一隻眼不再吹毛求疵看不能解決和不合理的事情。

高太在十月五日的講道環節中提及有一位基督徒姊妹在寄給她的聖誕咭裏，其中一句大約是「多謝你（高太）成為我心中的天使」。請容許我譬如自己是這位高天使手攜花籃內的一粒種子，她是天父差遣她為我灑上另一種甘露（輔導技巧），把我從黑暗的泥土裏慢慢鑽出頭來。我的姑奶奶常鼓勵我說：「不要懷疑天父，只要我們相信，祂就會賜我們力量，令我們常存喜樂感恩之心。」

我現在相信冥冥中的主宰對我們所訂下的一切安排，所有外在的環境因素和人是啟發我們的經歷和成長。在此我祝願所有有緣看到這篇文章的人，您們的家人，身邊所愛的人都身體健康，有愉快美好的人生。

## 信 心 靠 記 的 得 着

家玲

親愛的弟兄姊妹，在信仰路上我是個初生的嬰孩，因為神的榮耀和帶領，使我能 在《保羅園地》和大家分享我屬靈的經歷。

由慕道到重生，神藉著愛向我啟示和呼召，當我初嘗從神而來的愛後，內心便起了貪念，不斷盼望和渴求。

神的愛是無邊無際，超越時空更是聖潔可貴的。若非親歷體會，實在無法想像神的恩典是如此真、善、美。

由去年十月到今年十一月，媽媽的病已經有一年了。肺癌晚期不是一個容易醫治的疾病，在醫學上只有一大堆負面數據來判斷生命的長短。今年二月媽媽病情惡化，手術和藥物亦無法控制，反而令媽媽疲弱的身體雪上加霜。我看在眼內祇感陣陣刺痛，一下子嘗盡了人生無奈、無助的痛苦，令我在憂傷惶恐的日子，心靈上欠缺平安，再加上媽媽的病，我開始求神拜佛，經常感到眼花撩亂，最終總是失望與落空。好奇妙，當我迷惘棄絕的時候，上

帝的愛漸漸在我心裏湧現，原來在我尋找時神已在天上引領我了。

我開始讀經和禱告，把一切重擔憂慮交託神，當我用信心交託神的時候，我的惶恐和憂慮漸漸消失，接著我

開始參與主日崇拜。日子一天一天過去，在四月中的一次崇拜裏突然驚覺，我和媽媽的處境改變了，媽媽病情受控及身體漸漸康復。我感受到天父無窮的力量，令我任何事我學會倚靠神，等待神的引領。在教會裏，神安排一對關愛我的教父、母，在我靈命上更是用心培育，常與我同心禱告談論真理。還有和一班熱心的弟兄姊妹，在我靈命低潮時不斷鼓勵和支持，天父把世間不同層次，不同種類的愛恩賜我，讓我享受愛的滋味，使我深深體會到神就是愛。



# 國內交流後感想

潘燦基

回國內工作對我來說已是生活的一部份，因為工廠在一九九一年已遷往內地。經常在一個月裡，必須來回生活在三個不同的地方，香港、中國、澳大利亞。原來這是神之恩典給我的實際體會，見識不同地域的教會和弟兄姊妹在傳道、敬拜和事奉上的不同恩賜，見證到神在不同環境下之帶領。

三年前在本堂洗禮後，在國內時經常參加主日崇拜，所以對當地教會也不陌生。他們在資源缺乏下仍有愛神的恆心，實在給我很大的啟發。四月二十六及二十七日隨交流團到江門及中山，這兩天給我很特別的感覺，就是與本堂的弟兄姊妹分享主裏的愛。由起行前之飲茶聚會，在船上、車上都覺得時間過得很快和有父神同在的感覺。在車上一起唱歌敬拜神，還有弟兄姊妹搶住分享見證，這些都是我們同在主內一家的快樂點滴。

今次探訪的是江門堂和中山隆都堂。這兩所教會在當地比較大，都是由香港教會捐助建堂的。可見得我們香港之弟兄姊妹對國內的傳道事工都是不



獻上感恩的頌讚

遺餘力。神真是愛中國，願我們同心呼求父神復興國內的教會。這次我們除了在各堂獻唱四首詩歌外，少珍姊妹還在江門堂講道，強而有力的講道實在精彩。最值得一提的是保羅堂弟兄姊妹的生命見證，直接影響到我在國內公司的員工，有兩位同事在崇拜後決志信主。還有在深圳沙井工作的顏大偉弟兄也帶同多位國內同事參加，他是聖約翰座堂教友，十分熱心國內傳道事工。當不同教會弟兄姊妹一齊唱「我們呼求」時，那種感受是一種難以用筆墨形容之喜悅。當我見到弟兄姊妹在獻唱時，感覺這正是被聖靈充滿的時候，更加深了我愛主之心。家佐牧師還用口琴吹奏了一首樂曲「主是葡萄樹」，見到每位弟兄姊妹都在神裏面的情景，心裏真是高興，Carol 姊妹更在這次行程中成立了一個音樂團契。音樂現在成了我生命中很重要的一部份，這些都是從保羅堂的啟發課程開始，聖靈在那時給我的指引。感謝我們在天上之父。

但願我們同心，求父神復興我們。

## 探訪感受

李燦娟

三十五位聖保羅堂的弟兄姊妹於四月二十六日至二十七日，一同前往內地訪問江門堂及中山隆都堂兩間教會。行程中，我們不但親身接觸到內地教會的教友，更體會到阿Fred怎樣把福音帶到他的工廠。在二十七日，他的一位同事更決志信主，各位參與的兄姊都很滿意是次行程。

## 資訊科技的使命

編輯組

互聯網經歷十多年高速發展，今天「上網」已是我日常生活的一部分。由於它包羅各方面的資訊、登門入室、無遠弗介，環保及不受時段限制等眾多優點，早已成為各界發佈訊息的主要渠道。

香港聖公會教省成立十周年的慶祝活動中，香港島教區新網站啟動正正認同互聯網在教會傳播資訊的工作使命。教區期望透過這個網上共通的資訊平台，讓各牧區堂校、社福機構能共享資源，統一設計，減輕人力及財政在網頁的支出，加強主內肢體的伙伴合作關係，開拓傳播福音的新里程。

聖保羅堂為香港島教區的牧區之一，正好趁此

機會更新沿用十多年的網頁，加入教區網站的大家庭，與各牧區及傳道區合一為主事奉。



「教區新網站同步啟動禮」在本堂的情況

# 七年之癢

蔣潔玲

「我洗禮七年，我的七年之癢…」這是我月初在關懷組午餐聚會時分享實踐領人歸主的見證。會後突然有感動投稿，希望在聖保羅堂全堂佈道會期間可與多些人分享（一個加料版），多謝資訊部網開一面截稿後仍接納我的投稿。

我洗禮七年，我的七年之癢不是到第七年才癢，而是痛癢了七年。自洗禮後，我得到神賜很多的「好嘢」，有好嘢唱；當然心癢癢想同人分享，想大家都擺「好嘢」啦。神賜的禮物，不拿取到手真不知原來是寶藏，擁有的喜樂平安不只在順境中，在逆境中喜出望外地更多，是不能奪去的上好福分。如此免費「好嘢」令我遇見到任何人都心癢癢，希望他們快些擺「好嘢」，我也恨自己擺得遲。

現在我開始了七年之痛，眼見我至愛的親戚朋友，我認識或不認識的人背負著沉重的壓力，被憂慮、怨氣、新傷舊痛捆綁不放，仍不願意接受主的救贖，得不到釋放，我很心痛。正如高太（胡羨清女士）說關懷別人需要有同感心，我的同感心可算是爆棚，所以經常眼睛紅紅、水汪汪。

其實在我受洗初期，我的熱心、熱誠、熱愛更加爆棚，我先生Andy（黃頌勳）說新洗禮的都是這樣熱，重要的是能否維持得久。感謝主我仍熱，且更熱，不過現在的熱跟以前不同，我學會了將熱度調較，由中火轉大火，大火轉中火至柔火，耐心慢慢地煲好靚湯，而不是以前的熱火、烈火，快快的滾熱，容易熱到燙傷人、傷己。

不過雖然心仍未冷，但口和腳有時懶，有時軟弱退縮，心想：「我只有小小的能力，那有作用呢？我那懂得傳福音領人歸主！小小的能力不如省回吧！」。但我聽到神的聲音：「我就是要你的小小才能，你是否達小小也省回？」。我領悟到在一片播滿種子的禾場，神對我說：「你正巧經過，灑灑水灌溉吧」。我不需要理會小小水有沒有作用，有什麼作用，可能是種子成長過程中的幾滴水，可能救活快要枯死的種子，或是令種子發芽，那小小的水我都省嗎？你們省嗎？

回想我洗禮不久，攜同五位親友第一次參加聖保羅堂的全堂佈道會，因為遲到，下層滿座，所以坐樓上座位，我心想這或許阻礙他們決志，或許嫌麻煩由上層走下去再到聖壇前。到分享見證時，與我們同來的孩童突然頑皮嘈吵不受控，加上我聽不懂寶叔帶鄉音的分享，我的心往下沉，為到不能帶領同來親友信主而感可惜。到呼召時，我完全不看

親友一眼，免得他們受我影響，而不是受聖靈感動。我專心真誠地祈禱，驅走雜念，再聽不到雜音，我將一切完完全全交託主，最後聽到侄兒的聲音「大姑媽在哭呀」，我繼續祈禱，後來很靜，張開眼時五個親友不見了，盧太說：「蔣潔玲，你帶來的朋友全部出了去決志，你快跟隨去吧！」，我驚喜感動得淚又再來，親友告訴我寶叔的分享很感動他們。偉大的神啊！你不在乎我的小能力和大軟弱，不在乎佈道會是否完美，因為會眾聽到的是基督的聲音，看到的是你。我就是負責在種子上灑水就行了，何況我灑了的是真水！

近來的灑水經歷是今年四月，陪同董太（李鳳玲）在另一教會見證她兒子的洗禮，拜佛、拜觀音、拜諸偶像幾十年的董太，沒有跟隨唱詩和祈禱，站立唱詩和讀經時，她被前面高大的弟兄遮擋了大投射幕，她卻不願移一步，連頭也不側一側，看不到便算，我留意到她對所有講道見證分享都沒有反應。到呼召時，我一合上眼祈禱，神就指引我，對董太說：「你想不想將救恩帶回家？」，她竟回答：「我想」，我再問：「你願不願意決志信主耶穌基督？」她說：「我願意」。完全是意料之外的對話，意料不到我會問，更意料不到她決志，我和她的家人十分感動歡欣，實在太興奮，神是如此如此的真實，實實在在的在指引我們行祂的計劃。

感謝主董太的決志是認真，堅定和真誠的，她立即參加聖保羅堂的啟發課程，認識耶穌基督，學習真理，她是最勤力用功的學員，課程畢業後她接受洗禮，真正成為神的兒女，將救恩帶回家。

"I am only one; but still I am one.  
I cannot do everything but still I can do something;  
I will not refuse to do the something I can do."

Helen Keller

當神差遣我們，我們還會猶疑及遲延嗎？不要看輕自己的little "something"，神就是要使用我們小小的小作為，來成就祂大大的計劃。昨晚妹妹Sarine（蔣玉英）跟我分享了很好的信息：當我們猶疑退縮時，就是抹殺了別人認識主的機會。

感謝主使我堅強，也讓我軟弱，軟弱時才最謙卑，更靠近主，更能聽到主的聲音，領悟真理。感謝我先生 Andy，Anita，Sarine，伍志和，吳秀霞，黃永昌，Carol & Denny，嘉豪，在我信仰成長的路上，曾為我灑水，幫助我蛻變成可供人遮陰乘涼，有用的小樹木。

# 起 落！喜 樂？

何婉儀

我非常高興可以藉此機會與各位弟兄姊妹分享一下我成為基督徒的歷程。

雖然與很多聖保羅堂的資深教友相比，我只屬於新面孔，其實我的信仰早在很多年前在我讀聖保羅男女中學時已經開始了。回到聖保羅堂總有一種很親切的感覺，因為這裏有很多我熟識的校長、老師、校友。

由中學到近幾年之間的一段漫長的日子裏，很羞愧，我的宗教生活可以說是十分貧乏。為什麼這樣說呢？因為我好像其他香港人一樣，在投身社會後，一直忙碌、努力地工作。我現職是一位律師，但在我成為律師之前，我從事了投資銀行及股票融資差不多二十年。我相信大家最近因為金融海嘯，都對投資銀行這個行業絕不陌生。從事這個行業的其中一個特色就是要緊貼市場變化，正所謂「分分鐘都是錢」。所以如果願意投身這個行業，就要預備二十四小時工作。

記得在很多年前我第一次轉工，是轉到一間日本資金的投資銀行及證券公司。這間日資的投資銀行是（以當時市值計算）當時全球的第二大投資銀行。我入職時，是一位高級經理，由於我工作表現好，在短短的十八個月內，我升了三次職，由高級經理升為副總經理，再升為總經理，最後更成為這間日資銀行有史以來最年青、非日本人、女性的執行董事。

這一切聽起來好風光，但大家可以想像到要在一個競爭激烈，節奏急速的行業裏，要做到一點成績，當中所付出的努力、努力，所承受的精神壓力是多麼大。在沉重的工作下，很自然沒有私人生活，心靈生命等於不止是零，我認為是負數。

真的要感謝天父，正如在路加福音第十五章第一至十節耶穌講的故事裏，就算牧羊人有九十九隻羊，也絕不會放棄去找回迷失的第一百隻小羊。天父沒有遺忘我，在我最迷失最孤單的時候，祂將我一位多年來的好友帶到我身邊，他後來成為我現在的丈夫。說來真是有點難以置信，這段真是「天賜良緣」。我們拍拖的日子十分短，我們還來不及通知親友關於我們開始拍拖的消息，我們就已經要派帖了！雖然表面上看來這段「良緣」沒有什麼基礎，但要感謝主為我安排這段美滿的婚姻，再過兩個月我們就要慶祝結婚十周年了！

說到這裏一切聽來尚算順風順水，家庭事業兩者兼得。我和丈夫都非常喜歡小朋友，所以很希望有我們的兒女。但是在婚後的首四年裏，雖然我們不斷努力，但因為早年工作過份勞碌，令到身體很弱，未能順利懷孕，更甚至試過在一年之內兩次小產，每次由懷孕的喜悅，到小產的傷心和失望，那份沮喪和無奈的心情，是非過來人可以理解。但我仍然不斷祈禱，希望天父可以垂聽我的禱告。

當我們已經到了放棄這個希望的時候，感謝天父對我的大愛，祂真的聽到我的禱告，我們終於成功孕育了現在的女兒。正如詩篇第一百二十七章第三節所述：「兒女是耶和華所賜的產業；所懷的胎是祂所給的賞賜。」我永遠不會忘記第一次通過超聲波檢查聽到女兒第一下的心跳聲。那一刻我感到神的偉大及對我的大愛，我十分感恩。神創造萬物，創造生命，是多麼的奇妙和不可思議。

感謝神的帶領，自我女兒出生後，我終於懂得怎樣去平衡家庭和工作。近年我更逐漸減少了我的工作，並投放大量時間全心全意去培育我的女兒，最重要的是我有充實的靈修生活。

自我女兒小的時候，我帶她一起回聖保羅堂參加崇拜。她入讀幼稚園之後，就參加了主日學及詩班。每天晚上我和她一起讀聖經故事，和她一起祈禱，好等她從小可以認識主、親近主。我的女兒今年已經五歲了，感謝主，她是一個健康和快樂的小朋友。

現在回想起來，在這個奇妙的過程中，是我帶我的女兒回教會去認識主、侍奉主？還是主藉著我的女兒帶我回到主的身邊呢？無論是那一樣，我現在都很高興我可以藉著參與禮拜堂的各項活動去侍奉主，包括做主日學的導師。

其實由我年少時主已經一直看顧我，只不過我被世上繁囂的瑣事所蒙蔽，感受不到主對我的大愛，聽不到祂的話語。作為一個基督徒，我們有責任去傳福音，好等像我這類曾經在曠野迷失的小羔羊可以回到天父的身邊。十一月十五日舉行的聖保羅堂全堂佈道會，我特別喜歡這個佈道會的主題，「起、落」「喜、樂」好似我一樣和最近的股票市場，每個人的人生總有很多起落，但只要我們信靠主、認識主、親近主，我們無論是「起」還是「落」，都一定可以找到「喜、樂」，並得到救贖。