



憑信跨步向前行

委身同作主僕人

提要：差傳呼聲——新穎型態宣教
主題：回到安息

p.6-7

得救本乎 歸回安息

■陳國權牧師
本會退休牧師

我心為祢造

西方教父聖奧古斯丁 (St. Augustine) 曾說：「我的心是為祢而造的，它若不歸回於祢，就永遠尋不著安息。」這句話出自他的《懺悔錄》，該書問世近一千七百年，但對二十一世紀尋求心靈安息的人而言，依然具有相當的感召力。今天，我們生活在一個充滿焦慮、挫敗、不安、動盪、抑鬱的年代，安息似乎離現實如此遙遠，以至我們對它感到異常陌生。然而，在我們的潛意識深處，卻如此地渴望得到它，以至我們竟然採用了許多錯誤的方式去獲取它，或者以擁有許多不必要的東西來代替它。

勿交心於不足

公元六世紀警醒教父阿爸腓利門 (Abba Philimon) 提醒我們：「不要把你的心交給任何無法滿足它的東西。」我嘗試稍微改寫一下阿爸腓利門的話：「不要用任何無法真正滿足你心的東西，來餵養它。」試想想，我們每天都在用甚麼東西來餵養心靈的滿足呢？是金錢、工

作？還是權力、財富……？即使我們清楚知道它們都是偶然的、短暫的，是「來也快，去也快」的東西，更是煩惱與不安的根源，但我們依然趨之若鶩。上文聖奧古斯丁已指出，這些東西無法滿足我們的心，更不能使我們的心得到真正的安息，因為我們的心並非為這些東西而造。因此，要得享安息，我們首先需要將阿爸腓利門的話實實在在地應用於日常生活。要找到真正的安息，我們不應向外尋覓，反而要回歸自己的內心，誠實地問問自己：「我是否把自己的心交給了任何不能滿足它的東西？」「我每天在用甚麼東西餵養自己的心？」

唯有歸回安息

主前八世紀，南國猶大正受到強大的亞述軍事帝國威脅，猶大的領袖與百姓因此陷入焦慮，計劃向當時另一強國埃及求助，希望聯手對抗亞述。然而，先知以賽亞卻強烈反對這做法，並提出另一條擺脫焦慮與不安的途徑：「你們得救在乎歸回安息，得力在乎平靜安穩。」(賽三十15) 先知的解救方法很直接，就是歸回平安、穩定與安息。但他們卻不聽從，結果許多人在戰場上受傷被殺。今天我們並非與外在的敵人戰爭搏鬥，而是與內在的敵人爭戰——焦慮、挫敗、不安、恐懼、疲憊、耗盡、動盪、抑鬱。這戰爭

導致連串反應：夜間我們無法入睡，於是只好服用安眠藥；我們不快樂，於是尋求刺激；我們感到寂寞，於是沉溺於酒精、性和享樂；我們陷入憂鬱，於是縱情暴食。在這喧囂紛繁的都市中，人們還有無數其他的嘗試，來對抗生命的無奈與空虛。但我們真正需要的，卻仍是以賽亞的勸誡：要使心靈的奴役得解脫，唯有歸回安息。

安息的含義

我們不願意歸回安息，往往是因為誤解了安息的含義。很多人錯認安息是懶惰，但聖經中的安息卻絕非是遊手好閒、甚麼都不做。而是停下來，想一想甚麼該做，甚麼不該做。若沒有這份停下來靜思的空間，我們實難以獲得一份分辨該做或不該做的智慧，也無法看清楚所作的決定是否與上帝的旨意一致。如此看來，真正的安息是回歸我們的內心深處，在這裏放下一切，在寧靜中等待祂的吩咐。詩人說：「你們要休息，要知道我是上帝！」（詩四十六10）

另外，聖經中的安息，也不是逃避或不負責任的躺平主義，更非經濟發展的絆腳石，而是讓生命回歸那位住在我們內心深處的上帝。畢竟，人不可能單靠工作或不斷向外攫取來認明自身的存在；人真實的存在，關鍵是我們與上帝的關係。靈修傳統對此的回應是：離開上帝，我們便得不到真實的存在。這也就是

保羅所說的：「我們生活、行動、存在都在於他。」（徒十七28上）因此，聖經指出的安息，不是否定工作或物質，而是反對將自己等同工作和物質的心態。

靈修中歸回安息的方法

一、我願意

靈修中歸回安息的方法有很多，但首要的是：我願意。這一方面是指開放自己，邀請安息介入日常生活當中。另一方面，是請求上帝加力扶持我歸回安息的決心。有了上帝恩典的蔭庇，就必能達到事半功倍的效果。

二、每晚十分鐘睡前安息禱告

這是我與師母歸回安息的簡易方式：每晚睡前十分鐘安息禱告。步驟如下：

1. 安靜片刻、收斂心神，簡單回顧一天（兩分鐘）
 - a. 今天有哪些事情讓我感到焦慮、恐懼或憤怒？
 - b. 今天在哪裏我感受到上帝的同在？

2. 誦唸耶穌禱文（七分鐘）

默唸：「耶穌基督，憐憫我！」

3. 靜默（一分鐘）

4. 結束禱告

主啊，我們將自己交託在祢手中，求賜給我們平安。阿們。

結語

在喧囂紛繁中，那份內心的安息並不意味著空無一物、一無所有，而是上帝與祂的旨意之臨在，亦是人真實活著的印證。 [ELCHK](#)

忙碌生活中 與上帝連結

■ 司徒偉恆弟兄
大眾傳播部部長

在忙碌的日常生活，如何讓自己好好休息，找回與上帝的連結？我選擇跑步和閱讀。

動動身，保養好聖靈的殿

凌晨五點多，鬧鐘剛響，我靜靜地起床並換上運動裝，準備外出跑步，是甚麼驅使我早睡早起爭取運動的時間？最重要的原因就是忙碌的工作、家庭、事奉生活中，找到一個適當的機會讓自己安靜下來，並且好好保養自己的身體，也就是保養內住在我們心中的聖靈的殿。香港生活節奏忙碌，工作的要求愈來愈高；在家庭生活的需要和教會事奉的拉扯下，更需要撥出時間真正地休息。

運動看來只是普通的日常活動，卻成了我重新和上帝連結的時間。正因為生活中有不少的張力、拉扯，跑步成為我尊重聖靈的殿的具體行動。起初跑步是為了讓身體變得更健康，並非為了比賽、數據。但奇妙的是，當我持之以恆地跑步，就連自己的心理質素都有所改變。在跑步的過程中我會反思，並為自己仍有能奔跑的身軀而感恩。漸漸地，我常跑步的街道變成了我的移動祈禱室，沒有手機和緊急事務干擾，只有與上帝的對話，有時是讚美大自然的優美、上帝所賜的恩典；有時是靜默地聆聽大自然四周的聲音；有時則為教會事工或工作的煩惱禱告。

閱讀，讓上主的話成為路上的光

如果跑步是我的禱告時間，那麼閱讀就是我心靈的滋養。別人或許以為我只愛讀一些「實用」的書籍——例如：屬靈書籍、釋經書、事工指南等等。這些固然重要，因為在事奉過程以至日常生活中，我們都需要從上帝而來的亮光，作為我們行事為人的

指引。然而我也會抓緊時間閱讀不同類型的書籍，從中得到新的亮光。我有隨身攜帶書本的習慣，會在候車、坐車、等候子女下課時；或是上下班、午間休息時抽出來閱讀；睡前也會閱讀。閱讀科學類的書籍，我會驚嘆上帝創造的奇妙。藉著品格德育或親子教育的書籍，我更深體會上帝如何教導我們好好對待身邊的人。這種跨領域的閱讀，讓聖經真理以不同的角度照亮我的生命。

在生活中加插運動和閱讀，真正的挑戰不是知道運動與閱讀的重要性，而是在多重角色的生活中實踐出來。實踐過程中，我學到幾個關鍵：首先是重新定義「生產力」。我們常以完成多少工作來衡量一天的價值，以致我們不自覺地把對自己有益的事情拋諸腦後。但我發現，三十分鐘的跑步或閱讀，往往讓餘下的二十三小時更有效率和恩典。其次是學習「盡用時間」。我們的生活充滿轉眼即逝的「碎片」時間——等候子女下課的二十分鐘、片刻的午休、睡前的空檔。這些時間都可做合適的事情：做家務時適合聽有聲書或Podcast；清晨適合短跑；晚間或上下班的交通時間適合深度閱讀。

在事奉人手短缺和工作、家庭各種需要的拉扯下，我發現當我在奔跑中禱告，在閱讀中尋求，聖經的話語變得更真實有力：「你們得救在乎歸回安息，得力在乎平靜安穩。」（賽三十15）。那位曾在忙碌中退到曠野的耶穌，今日仍邀請我們：「凡勞苦擔重擔的人都到我這裏來，我要使你們得安息。」（太十一28）。或許每個人的方法有所不同，願我們都能找到事奉、家庭與工作之間的平衡，活出滿有恩典的生命。 ELCHK

在多元經驗中尋找信仰方向： 理解 Z 世代的靈性拼貼



張穎思博士
真理堂

一、香港研究中的 Z 世代：關係與心理安全的樣貌

近年香港一項具代表性的研究，為理解 Z 世代的人際模式提供了重要背景。Koo 等人（2025）於二零二三至二零二四年進行四代縱向心理健康研究¹，訪問了 10,136 名十七至七十四歲的香港居民。

研究顯示，Z 世代（十八至二十七歲）在情緒調節與正向人生觀上，分數低於 Gen X 與 Gen Y（Gen 為 Generation 的簡稱），同時關係安全感也較低，更傾向建立多點、低承諾、功能性的人際連結，如按學業、興趣或人生階段需要而結盟，而非少數高度親密的長期關係。從心理學角度看，這是一種在高度不確定、壓力密集的城市環境中，用以降低情感風險的發展性適應方式。年輕人往往傾向先確保心理安全，再測試深度連結的可能。

二、從人際拼貼到「靈性拼貼」

這種取向亦反映在 Z 世代的信仰實踐上。許多年輕人自認「屬靈」，卻與制度化宗教保持距離，傾向把不同的屬靈經驗「拆件使用」，如禱告、安靜、音樂、大自然默想與社區服務，而不急於整合成完整的神學。

Springtide Research Institute（2022）調查一萬多名十三至二十五歲的美國青年，提出「Faith Unbundled」（去整套化信仰）的現象：²約七成以上受訪者自稱屬靈，但少於四成會定期參與制度化宗教聚會；不少人同時實踐不同來源的靈性活動，卻不視之為衝突。在此脈絡下，信仰被理解為一段可進可退、逐步形成的歷程，重點在於配合當下的心理承載能力，而非即時完成整合。

三、世代比較：信仰與靈性的歷史轉變

世代（年齡）	關係取向	靈性 / 信仰特徵
嬰兒潮世代（60-74歲）	穩定、長期委身	信仰與制度、教義及身分高度結合
Gen X（44-59歲）	小圈深度、重承擔	對制度反思，但維持長期歸屬
Gen Y（千禧）（28-43歲）	情感導向、重體驗	重敬拜感受與個人意義
Gen Z（18-27歲）	拼貼式、低承諾	經驗導向、對制度保留，對靈性開放

這些差異並非信仰冷淡，而是不同世代在各自的時代處境下，對安全感、關係與意義的不同回應。

四、對教會理解與陪伴 Z 世代的反思

從理解 Z 世代的心理與靈性結構出發，有助教會避免把「未整合」誤讀為「沒有信仰」。

首先，歷程往往比完整更重要。Z 世代的信仰形成多為非線性、反覆且慢熱；過早要求整合與承諾，反而可能增加壓力。其次，教會可成為安全的靈性容器。當疑問、情緒與未整理好的經驗被容納，本身已是一種重要的見證。最後，關係陪伴往往勝過答案供應。對許多年輕人而言，有人願意與他們同行，往往比立即給予正確說法更具屬靈意義。

結語：上帝也在拼貼中成形

也許，我們需要問的不是：「為何他們的信仰如此零散？」而是：「上帝是否正透過這些碎片，慢慢拼湊一段更真實的同行關係？」

在一個破碎的世代中，或許拼貼本身，正是通往整全的必經之路。 ELCHK

參考文獻

1. Koo, D. K., Koo, T. H., Chow, J. T. S., 及研究團隊。（2025）。《香港四代市民心理健康與復原力的縱向研究：對逆境與創傷的回應（第一階段研究報告，2023-2024）》。香港：香港樹仁大學 Dorothy Koo and Ti Hua Koo 跨學科循證實踐與研究中心；香港中文大學、香港浸會大學、嶺南大學及香港高等教育的科技學院合作研究。
2. Springtide Research Institute. (2022). *An inside look at Gen Z's spiritual practices*. Chicago, IL: Springtide Research Institute. 存取自 <https://springtideresearch.org/>



筆者簡介：
張穎思博士
哲學博士（精神醫學）
香港註冊心理學家
專業培訓師



在親子聚會中帶領
廣東話兒歌早操

連結與自我探索

■劉寶儀姊妹（沐恩堂）
2025-26「CONNECT 交流計劃」香港學員

嚴寒過後，初春來臨，挪威的一切彷彿一夜間回復生機，久違的陽光的確讓人充滿活力，但即將來臨的離別，使我不禁開始回想過去大半年的經歷：那些上帝的恩典；那些上帝的教導；那些自我探索的旅程。

回想起二零二五年八月出發前往挪威之時，心中充滿不安和焦慮。自覺對於挪威文化的認知不多，除了知道冬天很冷，就是極光，還有三文魚！因此，從未跟外國人相處過的我，心生自我懷疑，惟有在禱告中尋求平安，求主指引。這份不安，正正是上帝給我的學習，教我在憂愁中看見上帝的光。

我在挪威交流的心路歷程充滿跌宕起伏，無論是在 Hald 國際學校，或是實習的城市 Egersund，我都在不停地認識新朋友，與不同的

文化交流。起初我總會對自己的「表現」產生許多自我懷疑，例如：「這樣打招呼可以嗎？」「我要更加主動積極與人對話嗎？」「或許我應該像我的同伴一樣熱情和外向，才能與人建立關係。」……這些想法不停在我腦海中盤旋。隨著時日過去，我慢慢適應在 Egersund 的實習，漸漸融入當地人的生活；也在實習

中運用自己的恩賜，投入在兒童及音樂事工，並逐步找到自己的獨特之處。我意識到，上帝揀選我到挪威交流，不是叫我做甚麼大事，更不是叫我與人比較和經歷內耗。即使我們的工作很微小——預備親子聚會的零食；或是在青少年合唱團帶領靈修活動；或是純粹參與團契，這些看似微不足道的小事，也是事奉的一環。

除了事奉，我也在實習中體驗了許多挪威文化，使這次交流之旅更有深度。我經歷了最難忘的聖誕節，吃了挪威傳統料理，看了挪威的極光，又學習了少許挪威文等等。我非常感謝上帝讓我有這樣的體驗，使我能看見祂的創造是何等奇妙可畏；在與人的交流中，我也感受到許多被愛的時刻。雖然常聽人說挪威人比較冷淡，難以建立關係，但我所認識的當地人都很友善，也十分樂意與我分享挪威文化。若沒有他們，這次的交流也許便沒有那麼精彩。

在挪威的時光逝水如斯，在這裏我感受到人與人、人與上帝之間的連結；感受到自我探索過程中的掙扎；也感受到從上帝而來的喜樂。ELCHK



與青少年團契的相交聚會



與青少年合唱團在教會的服事

新鮮 型態宣教

引言

宣教是甚麼？新鮮型態宣教又是甚麼呢？宣教不是一定要
到外地嗎？相信參與了今次海宣部舉辦的退修——「新鮮型態宣
教」之後，大家對這些問題已有新的體會與答案。

大合照

■海外宣教部

■許家蓁姊妹（中心堂） 本部部員

感恩今次有機會參觀並認識信義會社會服務部
位於元朗的「新田部屋」項目，讓我對社關服侍與
宣教有了更深的反思。這個地方承載著一個重要的
使命：讓居住者能在更理想的「新環境」展開「新生
活」，更盼望他們能認識上帝，得著「新生命」。從
這個使命中，我深深看見上帝在這片土地上所賜下的
恩典與祝福。

從零開始
到每一個項目
的推展，團隊
經歷了不少挑
戰，無論是技
術層面的困
難，還是服事
對象複雜的背

景。然而，上帝使用部屋的同工，並連結不同教會的
傳道同工及弟兄姊妹同心服事，使居民得到適切的幫
助與關懷。

負責項目的同工分享，自社會服務部承擔這項
上帝的工程以來，經歷了無數考驗。其中令人印象最
深刻的，是房屋驗收期間的重重阻滯：一方面要安撫
情緒焦躁的居民，另一方面亦需坦誠面對工程本身的
限制；入伙後，更要處理各種突發情況。然而就在

成功取得入伙紙當天，部屋的上空出現了雙彩虹。那
一刻，團隊深受鼓舞，彷彿上帝在提醒他們：即使在
困境中，祂仍然同在，默默引領著每一步。這讓我反
思，我們在服事的路上，不也常會遇到被拒絕、被攔
阻的時候嗎？但從同工身上，我學習到不輕言放棄，
在主裏彼此代禱，並深信上帝的計劃終必成就。

另外，協作福音工作的堂會牧師分享，使我更
深體會到宣教不能只停留在堂會之內，而是要走進社
區，走近有需要的人群。透過社區服事，教會能帶領
人認識並歸向上帝。當天帶領我們參觀的居民義工，
正正是因著教會的關懷而認識基督，生命因此改變。
如今他們有恆常參與聚會，靈命得著餵養。看到他們
對傳福音的熱誠，深深激勵了我對宣教服事的心志。
期盼在未來的日子裏，當上帝帶領我到不同的地方
時，我也能擁有這份熱心。

感恩能親身到訪這個地方，讓我看見並聽見堂會
與社會服務單位攜手合作的福音事工。願我們每一位
弟兄姊妹都能在生活、工作與事奉中真實經歷上帝的
同在與帶領，讓自己成為別人的祝福，以生命影響生
命，將這份福氣傳遞出去。



多謝新田部屋的同工及
義工的接待





吳鳳霞姊妹（右）

■吳鳳霞姊妹（主恩堂）

起初只是抱著有機會與越南短宣隊員相聚的心情參加退修，沒料到竟能認識和參觀「新田部屋」這項奇妙的事工，更有負責的同工為我們介紹新田部屋的由來。我本來已知道信義會在教育及社會服務方面有不少貢獻，但聽完這個計劃後，仍然深受感動。讓我想起：「你們看一看那天上的飛鳥，也不種也不收，也不在倉裏存糧，你們的天父尚且養活牠們。你們不比飛鳥貴重得多嗎？」（太六26）天父實在看顧我們每一個人的需要。

新田部屋的理念，是為有需要的人提供過渡性房屋，讓居民能暫時居住於一個安全而穩定的地方。我們參觀了示範單位，當中的設施相當貼心，處處為住戶設想，例如設有健身室及居民聯誼空間，幫助提升身心靈健康。早前部屋亦接收了一批來自宏福苑的居民，並特別安排往返大埔的專車接送他們，這份細心，相信居民都能真切感受到。

在入伙當天，部屋上空出現了雙彩虹，彷彿是天父的印記與祝福！求天父繼續賜福每位居民，願他們有一天被感動，全心歸向祂。

村民作義工帶領參觀



■陳潔霞姊妹（道風山堂）

四月十八日，我與信義會的弟兄姊妹來到新田部屋，既是退修，也參觀了這個新落成的過渡性房屋。最特別的是，有幾位牧師與信義會社會服務部，為基層群體承擔起這個使命，將上帝的愛與話語實踐出來，透過合作去牧養、關顧及支持居民。

新田部屋設有四棟住宅及一幢服務辦事處，並設有共享空間、活動室、健身房、社區商店、淘寶收貨站及大廚房等設施，照顧居民不同的需要。部屋還定期舉辦各類活動，促進居民之間的聯繫。有居民因著牧者的關愛而找到工作，成為義工，甚至決志信主。當天，正是居民義工熱心地帶領我們參觀，介紹環境與設施。

最後，我們來到後花園的「明陣」——一個安靜默想的地方，在這裏可以一邊漫步，一邊尋求上帝的心意。我也在反思：當我們認識並跟隨上帝之後，是否願意關愛身邊的人？不論是甚麼性別、年齡或背景，我們是否願意向他們傳福音，聆聽他們的需要與傷痛？我們又是否願意將時間和心思獻給主？

這次退修令我獲益良多，衷心感謝籌委及接待我們的每位同工與居民義工。

結語

願我們都能在生活中回應上主的呼召，進入人群，成為別人的祝福，以生命影響生命。

「所以，你們要去，使萬民作我的門徒……」（太二十八19） ELCHK

漫步明陣，與主相遇





書名：《與摩西一起靈修100天》
 作者：吳獻章
 出版：道聲出版社

與摩西一起 靈修100天

■胡淑嫻牧師
恩澤堂

很多人知道舊約聖經中的摩西五經很重要，同樣地，很多人經歷到一開始很投入地讀《創世記》，在《出埃及記》看見拯救、在西乃山領了十誡，彷彿已抓到信仰的「重點」；但一踏進《利未記》的條例、《民數記》的數點，就像走進曠野，方向感漸失。最後乾脆放下，放棄了這個珍貴的屬靈寶庫，實在可惜。

吳獻章博士撰寫的《與摩西一起靈修100天》，內裏的百篇短文，帶你在百天之內遊遍五經各處景點，領你發現清澈甘泉與滿徑嗎哪。作者形容此書的內容讓人讀來「入口即化」，我奇怪於為甚麼如此形容，讀後即化為烏有，豈不是很糟糕嗎？原來我大錯特錯。為了寫這篇推介，我將百天時間縮減十倍有多，囫圇吞棗的結果，果然「化」了。本書淺白而親切的字句、常引用古今中外的名言或生活例子、古為今用的述說，將創造與秩序、救贖與律法、聖潔與盟約一一陳明，讓五經的靈意在我心內化開，令我的生命被滋養了，很是飽足。

撰寫此文之時，電視節目正在播映有關探尋金燈臺之謎，說每當哪個國家獲得金燈臺，就會被上

帝懲治而滅亡。我想起本書第五十九日有關「照亮黑暗世界」（出三十七17）的內容，作者指金燈臺的被造，為的是照亮祭司在聖所中的事奉，並提醒我們，耶穌在登山寶訓中呼籲我們成為黑暗世代的金燈臺。的確，金燈臺的存在不是為了懲罰，而是讓光照遍世界，讓世人得見上帝榮耀的恩典。願以當日禱詞在心中默禱：「感謝主，將祢的光和生命賜給我們，使我們喜樂、良善，有能力愛人，有力量服事。」

這本書最打動我的地方，是它不會把人丟在「讀不下去」的段落裏：每日篇幅短小，採用固定架構（經文／信息／禱告，並配合反思提示），讓人即使在忙碌中也能建立穩定的靈修習慣。而且作者把律法與恩典、曠野與同在的脈絡串連起來，讓人明白五經不是遙遠的歷史，而是今天仍能校正生命方向的話語，很自然就把人帶進一趟又一趟的靈修操練。

誠然，日常生活迫人，但閱讀本書的負擔並不重。作者把五經視為「上帝與人相遇的起點」，我相信，這本書能夠實實在在地帶領你在五經中與上帝相遇。 ELCHK

療癒身心的中醫治療

我們常常以為「治好身體的病」就等同於恢復健康，但若身體長期不適，伴隨著恐懼和焦慮的情緒，人根本無法好好休息。對葯天中醫服務（「葯天」）而言，醫療不僅僅是望聞問切，更是一份全人的關懷：結合家庭醫生的持續照顧、中西醫互補的治療策略，以及信仰元素帶來的心靈支持，讓患者的身體和心靈均得到療癒，真正安息。

中西醫互補 使身心重拾安穩



劉浩泉醫師以中醫療法穩定蘇伯的病情，讓他不再焦慮。

年屆九旬的蘇伯在二零一五年年輕微中風，及後在二零二一年患上「重症肌無力症」，一度全身無力、眼皮下垂。面對重病反覆打擊，使

他活在「我最怕的是再中風，再折騰一次就不行了」這種恐懼和焦慮中。

幸而，「葯天」落戶在蘇伯居住的天水圍社區。劉浩泉醫師及「葯天」的中醫師團隊透過針灸和中藥，結合西醫初期的治療成效，成功幫他穩定病情，並調理長者常見的便秘與痛症，同時也聆聽他的焦慮。四年來，這種中西醫互補的社區醫療，不僅為蘇伯減少復發的風險，使其身體狀況保持平穩，也助他重拾生活質素。蘇伯感慨：「每次來『葯天』，我都覺得安心。」現在的他仍能慢慢散步，閒時含飴弄孫，享受天倫之樂，這份安心讓他的身心回到安息。

從乳癌到抑鬱 重新得力

「我曾經是一名乳癌患者，經過西醫治療後康復。可是，身體好了，心卻沒有好。我陷入了抑鬱。」方小姐回憶起兩、三年前的那段日子，彷彿整個人被黑暗籠罩，突然陷入焦慮、恐慌之中，然後不

停大哭，這是她從未想過會遇到的狀況。

她來到「葯天」接受劉浩泉醫師的調理後，中藥先調和了她的身心，使她在生活上重新得力。更重要的是，身為基督徒的劉醫師在看診時與她分享聖經故事，並為她祈禱。方小姐感激地說：「有時候來看診，不只是為了拿藥，而是因為有人聽我說話，有人為我祈禱。」這份陪伴取代了孤單感，屬靈的支持更增添了她的信念去克服病困。



方小姐不僅得到身體的治療，更獲得信仰的支持，增添面對病困的信心和力量。

全人關懷：真正的基層醫療服務

劉醫師強調，「葯天」不僅是一間診所，而是一個社區的健康平台，透過中西醫互補、專注情志治療及家庭照顧模式服務基層。「我們希望病人來到這裏，不只是看病，而是能夠獲得健康資訊、生活指導，甚至心靈的支持。這樣的全人關懷，才是真正基層需要的醫療服務。」

蘇伯和方小姐的治療經歷，印證了「葯天」以人為本的宗旨——治療不僅是藥物處方，更關乎心靈的關懷、信念的支持，將自己交託於此，找回安穩，療癒身體。ELCHK

有關「葯天」

「葯天」寓意藥從天賜，臨到有需要的人；英文名稱Heavenly Figs則取自聖經先知以賽亞以無花果餅醫治猶大王希西家的典故（以賽亞書三十八21）

預約查詢：6937-3346

信義脈搏

本會消息

2026年代表大會暨會員大會選舉結果

本年5月1日的代表大會暨會員大會中已選出未來三年的監督、副監督、董事、常務委員、章程修改委員和內部審計員。名單公佈如下：

監督：梁美英牧師

副監督：趙國龍牧師

董事

卜海崙姊妹（救恩堂）、曾浩賢牧師（信義宗神學院）、郭耿明弟兄（香港仔堂）、趙慧德牧師（信義宗神學院）、姚兆鋒弟兄（馬氏紀念禮拜堂）、劉偉海弟兄（蒙恩堂）、黃根良弟兄（活靈堂）

教牧常委

吳玉芬牧師（永生堂）、林一君牧師（鑽石堂）、林春暖牧師（海外宣教部）、胡闖明牧師（沐恩堂）、香建明牧師（合一堂）、張振華牧師（馬氏紀念禮拜堂）、陳惠賢牧師（錦上生命堂）、陳慧冰牧師（天恩堂）、陳潔玲牧師（尊聖堂）、陸振耀牧師（靈合堂）、黃永智牧師（真理堂）、黃志東牧師（元光堂）、楊詠琪牧師（總辦事處）、劉其盛牧師（道恩堂）、劉樹棠牧師（香港仔堂）

信徒常委

方識春（信望堂）、王思偉（元朗生命堂）、司徒偉恆（信愛堂）、老樂華（活靈堂）、何源健（錦上生命堂）、張穎思（真理堂）、梁偉成（深信堂）、黃愛霞（平安堂）、黃碧林（鴻恩堂）、楊振雄（真愛堂）、潘翰璿（天耀生命堂）、蔡志明（沐恩堂）、鄧嘉南（宏信堂）、賴永耀（中心堂）、賴炳輝（恩澤堂）、蘇明波（靈安堂）

章程修改委員

陳惠賢牧師（錦上生命堂）、陳澆勳牧師（真理堂）、馬佩欣姊妹（頌恩堂）、張振華牧師（馬氏紀念禮拜堂）、胡闖明牧師（沐恩堂）、鄭義森牧師（灣仔堂）、廖潔珊姊妹（信樂堂）

內部審計員

徐樹仁弟兄（錦上生命堂）、李耀豐弟兄（蒙恩堂）

信徒培育部

佈道系列之二——影音佈道課程

日期：2026年7月28日、8月4及11日（週二，三堂）

時間：晚上7:30-9:00

地點：信義樓五樓禮堂（油麻地窩打老道50A）

講員：關廣智先生（Matthew Kwan）

畢業於英國曼徹斯特大學「資訊工程」系及美國福樂（Fuller）神學院「全球領袖學」碩士課程；資深電子媒體及電商顧問、企業培訓導師；曾經設立及營運網上宣傳廣告公司逾13年；多年服務於國際大型企業，包括Intel, JP Morgan, Jardines）

內容：1. 堂會如何更好利用YouTube接觸人群；

2. 用手機和AI簡單製作影片示範

3. CapCut + AI簡單剪接影片示範

費用：港幣\$150

名額：40人（本會信徒；必須自備電腦上課）

截止：2026年7月21日（週二）

查詢：2388-5847（總辦事處王小姐）



網上報名

大眾傳播部

道聲出版社

1. 【招聘副社長】管理營運工作，並推廣本社出版物。有行政管理經驗、具神學學位、認識基督教出版社營運優先。

相關招聘要求請見：<https://bit.ly/tphapply>。查詢請致電2388-7061與梁美英牧師聯絡，合則約見。資料只供招聘用。

2. 【月曆訂購】《道聲月曆2027》及《信徒箴言2027》已接受訂購，截止日期7月10日。訂購請參閱訂購表格或向本社查詢（WhatsApp 6391-7923）。

3. 【活動推介】為支持香港書展(15-21/7)，本社新書及總代理書籍將安排於文藝出版社（會展Hall 1A-E38）發售。

本社於香港書展基督教坊（Hall 1A-E31）內將舉行「讓SEN孩子經歷信仰」講座，日期及時間為7月16日下午3時，講員姜樂雯牧師。歡迎到場支持。

4. 請掃描二維碼瀏覽本社最新消息。



社會服務部

賣旗活動招募義工

信義會社會服務踏入五十周年，一系列的慶祝活動已陸續展開。本部獲社會福利署批准，將於2026年8月26日（週三）舉行新界區賣旗日，是次活動所得的善款，將用於推動兒童福祉及關顧服務。誠邀各界踴躍支持賣旗活動，無論是成為義工或認捐榮譽旗，均能向社區傳遞「關顧兒童」的訊息，共同為孩子的成長與幸福出一分力。查詢：3692-5468

* 社會福利署署長已批准三間機構於2026年8月26日分別在港島區、九龍區及新界區賣旗，而本機構已獲授權於當日在新界區賣旗。

堂會召聘

	堂會	職位
1.	信望堂	傳道同工及社區福音幹事（兼職/全職）
2.	宏信堂	牧師/傳道同工及幹事
3.	元光堂	傳道同工
4.	救恩堂	牧師/傳道同工
5.	主恩堂	傳道同工及福音幹事
6.	元朗生命堂	傳道同工及福音幹事
7.	葵恩堂	傳道同工
8.	聖保羅堂	傳道同工
9.	永恩堂	牧師/傳道同工及福音幹事
10.	青衣靈匠堂	牧師/傳道同工
11.	信愛堂	傳道同工及福音幹事（全職或兼職）
12.	真愛堂	傳道同工
13.	深信堂	傳道同工
14.	信樂堂	福音幹事（兼職）
15.	灣仔堂	行政幹事（全職或兼職）
16.	頌恩堂	福音幹事（全職/兼職）

總辦事處招聘

職位：1. 助理行政幹事（學校教育部）

社會服務部召聘

1. 全職/半職院牧（職位編號：CHAPLAIN-SKCA）
2. 全職/半職院牧（職位編號：CHAPLAIN-SEC）

詳情請瀏覽本會網頁，或掃描二維碼觀看。所收集的資料只供招聘用。



香港書展 35th 2026

讓 SEN 孩子 經歷信仰

道聲出版社 TAOSHENG Publishing House

新書發佈會
16/7 (四)
15:00-15:30
基督教坊 Hall 1A-E31

相關書籍:

NEW

《52週家庭崇拜3》

《52週家庭崇拜2》

《52週家庭崇拜》

寄售攤位：1A-E38 (基督教文藝出版社)

講員
姜樂雯牧師
建道神學院實用神學部助理教授

內容
SEN 孩子在成長路上往往面對不同的挑戰與限制，而家長亦承受著不少壓力與掙扎。如何從上帝的眼光重新看待孩子，幫助他們建立愛慕上帝的心，並發揮與發揮恩賜，使他們同樣能在信仰中成長與被建立。

聯絡：WhatsApp 6391 7923 張小姐

道聲網上書店 taosheng.boutir.com

taoshenghk 道聲出版社-香港

編者話

最近大家為著甚麼事而忙亂不安呢？不妨稍停下來，與心對話，聽聽內心的呼聲。今期有牧者、信徒和學者為我們分享，先從聖經和教會歷史體會歸回安息的重要，再從靈修和安息禱告中作實踐，關鍵在於與上帝的關係。當信徒找到與上主連結的實踐行動，就正如各人興趣愛好皆有不同，只要找到最適切的方法持之以恆去實踐，總會得享靈修中的安息。最後，學者嘗試從學術研究方向理解不同年代信仰與靈性的發展，就能知己知彼，以同理心進入新世代的屬靈意義。



你們要休息

■ 梁美英副監督

「安息」二字，總叫人聯想到安息主懷；同時也提醒我們：停下來，回到起初上帝創造的本意。

感謝上主！我曾有一段為期半年的進修假。期間先代表教會參加一個八年一度的國際會議，擴闊視野，也重新看見群體在信仰與使命上的同心與盼望。之後前往探望已移居各地的親人與會友，進入彼此的日常裏：同聚同住，一起生活。上超市有時、接放學有時、敬拜有時、禱告有時，就是這樣學習與人同行，讓關係在生活中逐漸茁壯。

在這段假期中也曾被邀請主領講座或講道，但我都盡量拒絕。這段時間對我而言是一種回轉：彷彿在補回多年來因事奉忙碌而較少與親友相聚的缺口。休息不等於停止，反而讓我用不同節奏去陪伴、同行；在團契與禱告裏，在相聚與傾談中，我再次於安靜下經歷上帝的恩典。除了出席必要會議和聚會外，我選擇多與親友相聚、休息和閱讀。我刻意從「必須趕快完成」的模式抽離，讓心靈多一點空間，重新調整生活節奏，把自己重新交托給主。

在其中一次探訪中，一對宣教士夫婦的相處令我印象深刻。當我們傾談得正熱烈時，他們忽然說想外出散步。原來他們夫婦二人每天都堅持外出散步，刻意放下工作、手機，把時間留給對方。那一刻我更深刻地明白：真正的關係是願意在實踐中取捨。對婚姻與

關係而言，愛有時需要放慢，讓對方被真正看見、被好好聆聽。

安息的最大收穫，是把失序的生活重新導回正軌。當我們願意停下來，才看見真正的次序：最先仍是主的同在、主的眼光、主的帶領。用上帝的眼光去看所面對的一切，人便不再只抓住「做了多少」或「結果如何」，而是在平常的日子裏學會看見恩典。其實，許多事情終歸能被安置得更美好——不是因為外在改變，而是因為人心願意回到主面前來重新理解世界，也重新理解自己。

安息，不是消失於服事，而是讓服事從主而來；不是逃避責任，而是在安靜中重新學會信靠。當回到日常，就不再失序；看見人，更為從容。 **ELCHK**

