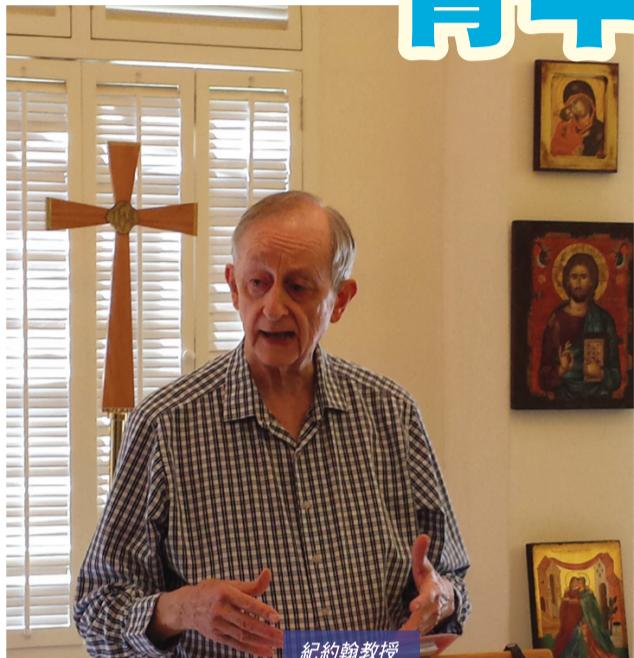




神學營開啟朝聖之路

青年尋索理解實踐信仰



紀約翰教授



省神學教育專責委員會、明華神學院及四區聯合青年事工，於6月1至12日為聖公會的大專或準大專青年，舉辦「神學營 2015：信心尋索理解 Fides Quaerens Intellectum」，在這兩星期的營會，與會的青年信徒對神學的認識、信仰的反省與實踐，以及跨越牧區的團契情誼都有所增長。

本屆神學營定名「Fides Quaerens Intellectum」，是源自中世紀經院哲學大師、坎特伯里大主教安瑟倫的名句，意即信仰本身是一個尋索旅程，本着「信」啓航探索神學，藉着探索過程增進理解；通過理解，我們的信仰便會更加堅固；在不斷探索的神學歷程裏，尋道者能在信仰與理解上與日俱增。籌委期望這次神學營能為一眾青年信徒，打開這條不斷深化信仰的朝聖之路。

為期兩星期的神學營分三部分，6月1至3日是第一部分，營會邀請了明華神學院客座教授紀約翰（John Katar）教授，藉着闡釋聖公會三重法碼——聖經、傳統與理性，幫助青年信徒在聖經這部「流動的圖書館」中，透過歷史傳統的眼鏡，協助當下信徒以有限的理性，為生活作出信仰的判斷。紀約翰指出，各人因背景而令自身的理性視野受限制，聖公會着重教友需要「彼此」（each other）豐富信仰群體，藉此糾正個人的偏見，在共融中繼續在世尋求上主的旨意。

為深化紀約翰教授每天上午的講座，營會還安排學員認識如何使用明華神學院圖書館、參觀聖約翰座堂及接受香港大學聖約翰學院院長張志明法政牧師的信仰挑戰；黃昏則由負責西九龍教區聖樂事工的吳庭頌跟學員練習聖頌詠唱，讓學員更能投入每日的頌唱晚禱及寢前禱等聖公會寶貴的聖樂及靈修資產。

6月4至6日是第二部分，一眾學員參與教省牧師員會，聽過鄒保羅大主教總結香港聖公會上半年的情況和介紹下半年的計劃後，便一同乘船往長洲靜修院，由林振偉牧師帶領學員從祝文中默想，經歷一次特殊的靈修之旅。在長洲三日兩夜

後，學員旋即出席在聖馬利亞堂舉行「靈的突破」青年更新大會，融入教會更大的團契當中。

營會在首個星期為學員提供了神學反省及靈修的空間，第二個星期則是實踐信仰、服務社群的時候。香港聖公會福利協會助理總幹事黃羨琰，在6月8日為一眾學員講解福利協會的歷史及服務概況，接着是心意行動的蕭慧明，為他們安排為期三日的實習生涯，讓他們在服務中實踐信仰。

營會的最後一天，一眾學員把握機會分享感受。三位組長亦分享了他們在營會的領悟。馮迪希對青年人在現今社會和教會的角色有很大的反思。他表示，很多時候，無論青年人發聲或不作聲，都有機會惹來批評，令青年人處於兩難的狀態。面對如此處境，青年人應該如何自處？紀約翰教授提醒大家，在處理信仰的時候，除了「聖經、傳統、理性」外，「彼此」（each other）是重要的基礎。我們與其他人相處的時候，縱使有意見不合，甚至因為意見不合而產生衝突時，就必須提醒自己「我們雖眾，仍屬一體」，要學習去擁抱彼此之間的不同，尋找中庸之道。儘管如此，他相信青年人總期望有人去細心聆聽自己的意見，並願意忍耐青年人那份激動、衝動的情緒。因為這份衝動，或許反映青年人還着緊教會，雖然這樣不代表意見不同所衍生的問題一定會得到解決，但是或可讓教會停止分裂。

許惠紅則認為要深化信仰，必須多看聖經，並嘗試讓聖經信息與自己的生活連結，不能只停留在思想層次，更要在與人接觸時，分享自身的信仰反省。另外，在社區實踐信仰時，要多留意身處的社區，觀察社區的需要。三天的實習讓她體會到，當我們嘗試向長者伸出援手時，切記要以笑容為他們帶來溫暖。

蔡傑華在營會後為自己訂定目標，短期內他渴望能愛父母多一些，關注社區內的長者和跟進長者有關的消息；中期目標是參與探訪長者義工活動，將服務長者、愛護長者的重要性傳遞與團友。作為中醫學生，他的長期目標乃努力學習中醫，致力服務有認知障礙症的長者，如果有機會的話，更希望投入院牧事工之中。

在信仰上，蔡傑華立志勤讀聖經，在傳統中實踐基督信仰，與上主同工，不住的思考信仰，努力把信仰活在生命中，並與弟兄姊妹共同建構信仰生命，珍惜與上帝相遇的機會。

「千里之行，始於足下」，期望這次神學營，只是這群青年信徒朝聖旅程的開始。



上課情景



(左起)許惠紅、蔡傑華、馮迪希三位組長都是第一屆的學員

聖腓力堂堅振禮

【本報訊】聖腓力堂於5月1日（聖腓力日）舉行19周年堂慶暨堅振禮，由陳謳明主教主禮及講道，當日有16位兄姊接受主教按手堅振。

陳謳明主教講道時指出，基督徒的信仰不能只要答案而沒有思考；信仰可貴的地方，就是在思考過程之中經歷的甜酸苦辣，若缺少了甜酸苦辣的體驗，信仰就只是流落於一種頭腦體操，一種空泛的解答。

今日有不少信徒就好像當時的腓力，美其名是「求主將父顯給我們看」，但是潛台词是「你直接告訴我吧」。陳主教表示，「給我看」的心態，不但不能將信仰建立起來，更無法在日常生活每一件事上發現上帝就是與我們同在，這種信仰是經不起考驗的。正如當日經課約翰福音十四章所描述，耶穌對腓力說，他與腓力同在這麼久，怎麼腓力還不認識他呢。「同在」是一個關鍵詞，「同在」就是親身的體驗，在生活上與耶穌一起活出信仰、理解信仰。這信仰不是主教的信仰、不是牧師的信仰、也不是神學家的信仰，而是信徒自己親身的信仰。

陳主教稱，親眼見、親耳聽的答案只是淺層、流於感官的層面，並不足以深刻到使生命得到蛻變，唯有與耶穌「同在」，願意與耶穌一起經歷他生命中的種種起跌——十架的苦難和復活的更新，耶穌也會與人一起經歷生命最困難的時候，無論是生離、死別，都與耶穌同在。這種經驗才能夠改變生命。

他強調，「同在」是與耶穌一起住在一個居所，每當人經歷失落困頓的時候、哀愁流淚的時候，耶穌就叫人要記得有他的同在。教會生活中的祈禱、靈修、聖餐聖事等，都是幫助信徒在心靈裏與上帝相遇。



海員傳道會 聲樂音樂會

海員傳道會於6月30日（星期二）晚上7時45分假聖約翰座堂舉行「聲樂音樂會」，由牛津大學耶穌學院詩班（指揮James Bowstead與Charlotte Orr）與香港威爾斯男聲合唱團（指揮Howard Topper），聯手演繹Byrd、Tallis、Stanford、Elgar、Rachmaninov、Duruflé、Lauridsen及Whitacre多首作品，音樂會門票認捐每張200元（100元較次位置），現於聖約翰座堂及海員之家有售，詳情請電2868 2848（聖約翰座堂）、2723 2656（海員之家），或電郵至seamenhk@biznetvigator.com查詢。

聖匠堂長者地區中心 DEATHFEST x 一屋寶貝音樂會

聖公會聖匠堂長者地區中心安寧服務部於6月26至28日，假香港理工大學舉辦的大型生死教育推廣活動「DEATHFEST 2015」，其中6月27日晚7時45分在香港理工大學賽馬會綜藝館舉行的「DEATHFEST x 一屋寶貝音樂會」，由「演戲家族」透過演員的演技和歌聲，藉着一段父女親情，以及對於親人離世傷痛的深刻描寫，與觀眾一同思考生死的意義。音樂會後將首次邀請主角朱栢謙及特別嘉賓羅敏莊、彭鎮南與觀眾即場交流對生死的親身經歷。門票售價分1,000元、500元、250元、200元及150元，收入扣除必要行政支出後，會全數撥作發展安寧服務之用。

查詢請電2356 1996，或瀏覽<http://www.deathfesthk.org>。

教會日誌

西九西青團契 — 閃避球賽

西九龍教區西青團契將於今年暑假首次舉辦西九閃避球賽「閃避十一人」，比賽於7月18日下午1時30分至5時假聖公會聖多馬小學舉行，歡迎高中至大專青年參加。比賽隊伍以牧區或傳道區為單位，活動包括：隊際閃避球比賽、超能力閃避球、茶點及分享。有關比賽章程、費用及報名表，請於西九龍教區網頁下載，6月21日截止報名。查詢請電8226 8855 / 2385 4111教區助理青年幹事陳宇豪。

聖匠堂長者地區中心 — DEATHFEST

聖匠堂長者地區中心安寧服務部將於6月26至28日（星期五至日）假香港理工大學舉辦大型生死教育推廣活動「DEATHFEST 2015」，主題為「從死看生」，活動包括22場生死教育講座、72場藝術工作坊、24間機構聯合展覽、舞台劇、音樂會等等，希望以一種輕鬆的手法，引導年輕人及社會大眾認真的關注及討論死亡，從中建立正面的價值觀。除籌款活動「DeathFEST x 一屋寶貝音樂會」外，其餘活動均屬免費，參加者請登入活動網頁<http://www.deathfesthk.org>揀選有興趣的工作坊登記，查詢電話2356 1996。

西九龍教區 — 奮青「悟」求祈

西九龍教區青少年專責小組主辦青年信徒領袖培訓計劃奮興營會，於7月9至11日假元朗保良局賽馬會大棠渡假村舉行，主題為「奮青『悟』求祈」，期望透過營會活動，幫助參加者體會上帝的愛，以及人與人之間愛的經驗，從而啟發及整合個人之信仰知識及經驗，並實踐於生活之中。歡迎立志成為信徒領袖的青年參加，名額35人，費用每位300元，參加者請向教堂幹事或青少年部長索取表格，查詢請電2783 0799 / 2385 4111教區助理青年幹事陳宇豪。

香港島教區 — 泰澤共融祈禱會

香港島教區青年事工委員會舉辦泰澤共融祈禱會，於每月第四個星期五晚上8時在聖保羅堂舉行，6月份舉行日期為6月26日。歡迎任何人士出席，在繁忙生活、學習、工作中安靜停下來，藉着禱告重新得力。詳情請電2526 5366教區青委助理周健筠。

聖公會單位聯合 — 卓越心靈講座

由宗教教育中心、教省牧養專責委員會聯合主辦的「卓越心靈」講座，將於6月26日（星期五）晚上7時30分至9時30分在澳門聖馬可堂，以及6月27日下午2時30分至5時在聖多馬堂舉行，由美國資深基督徒心理輔導員高偉雄博士主講，從心理學、輔導學及基督教信仰，分享如何積極和有果效地面對人際危機和衝突，共建愛的群體，推動社會發展。歡迎教友踴躍參加，請向教堂幹事報名，6月22日截止。有關費用等詳情，請電2776 6333宗教教育中心福音事工幹事潘倩雯，或(853) 2835 3867澳門傳道地區辦事處張小姐查詢。



神道學學士（榮譽）課程

THE BACHELOR OF DIVINITY (HONOURS) PROGRAMME (BD)

開課日期：2015年9月14日 To Commence on 14 September 2015

2015-2016 第一學期時間表（第一階段）

2015-2016 Timetable for Semester 1 (Level One)

Theology & Philosophy	Biblical Studies	Practical & Pastoral	Church History
Monday (7pm - 9:15pm) (TH120)	Tuesday (7pm - 9:15pm) (BS120)	Wednesday (7pm - 9:15pm) (PP120) / (M104)	Thursday (7pm - 9:15pm) (CH120)
The Apostles' Creed: An Introduction to Doctrine	The Synoptic Gospels: An Introduction to the New Testament	Theory & Practice of Religious Education	Liturgy I: The Forms of Christian Worship
基督教教義導論：使徒信經	新約導論：共觀福音	宗教教育的理論和實踐	禮儀學(1): 基督教崇拜禮儀
Dr. Matthew Jones 鍾柏軒博士	The Revd. Dr. Eric Lau 劉榮佳牧師	The Revd. Canon Dr. Thomas Pang 彭培剛法政牧師	The Revd. Dr. Lam Chun Wai 林振偉牧師

如有查詢可電郵fng@minghua.org.hk或致電25217708予課程部伍小姐查詢。

有關詳情及課程內容可瀏覽明華網頁<http://www.minghua.org.hk>



青年信徒更新大會聖餐崇拜 依靠上帝的靈立身處世 拒由罪支配世界

【本報訊】香港聖公會四區青年信徒更新大會聖餐崇拜於6月6日下午6時假聖馬利亞堂舉行，由鄺保羅大主教主禮，陳謳明主教講道，主題為「靈的突破」。

陳主教講道時指出，人生有許多不能夠明白、無法掌握，亦無法突破的事情，逼使人在無可奈何中生活。每一代的青年都有很多困擾，聖經的作者對有限的人生也有很深刻的體會，例如詩篇第九十篇中：「我們度盡的年歲，好像一聲歎息」，作者便希望將不愉快和無奈的經歷，透過一聲歎息來呼出去，歎息是源自人生中困苦艱難的經驗——疾病煎熬、環境窘迫、經濟困難、就業困難、上樓無期等等。除了歎息外，人還要接納人生短暫的事實。

人生天天都有很多困擾，這些困擾背後有其深層意義。例如現今世界的科技發達，但科技是為人服務，還是人為科技而生？為甚麼智能手機還操作良好，卻要換新機？我們比父母一輩理應對情緒問題及精神健康有更多認識，但又是否能處理自身的問題？今日世界的整體財富肯定比從前多，但為何還有數之不盡的貧困、飢餓、文盲問題？今日大家都嚮往民主自由，但當群眾只有近乎一種聲音時，又能否接納有不同意見？歷來的戰爭和暴行都是可以避免，但為何總會發生，使生靈塗炭？

陳主教又指出，今日的社交媒體發展非常蓬勃，但是現代人比上一代更感孤單。現代人的物質生活真是很豐富，但是精神生活卻很落後，原因是我們很多時處身於廣大的群體之內，反而失去了個人靜思默觀的時間。當信徒思想是教會帶領社會走，還是教會被社會帶着走的時候，最悲哀的就是發現教會自己都失去方向，所以才被社會牽着走。

為何今日教會會遇上這困境，為何今日好像在困境之中找不到出路，為何我們



都做了後現代的奴隸？當每樣事都沒有對錯之分，社會不再認同單一說法，信徒就不敢將信仰指標、永恆的真理說出來。這樣教會在面對新一代信徒時，又如何教導他們在世界為鹽為光。

陳主教謂，看回創世記第二章，上帝用塵土造人，將生氣吹在人的鼻裏，使他成了有靈的活人。人之所以為人，就是有了上帝的靈氣。沒有上帝的靈，就不是人了。所以在尊貴的生命裏，人是有理想、有憐憫的心、犧牲的精神和靈性的追求，這一切都是具有永恆價值的盼望，而這種永恆的價值，是一直隱藏在心裏。

人生最難學的是與人相處、諒解、互相聆聽、互相包容，同時又要保持自己的看法和理想，這些可要花一生時間也仍然在學習。相反，貪婪、驕傲、憎恨、妒忌、懶惰等被聖經稱為罪的東西，人不用學就懂得，還很易支配人生，最終礙阻人的心，使上帝的靈不能再次出來，不能「靈的突破」。他謂，人生就是這樣充滿掙扎，善和惡兩股力量在心內不斷鬥爭，所以保羅在羅馬書第七章說：「立志為善由得我，只是行出來由不得我。」大概這就是人生最大的苦況。

靈的突破就是要將上帝創造人時的靈再次活出來。陳主教邀請會眾思想，到底要跟隨上帝創造人時所賜予的靈力來立身處世，作靈的突破，還是任由罪來支配人、支配世界。

陳主教又謂，真正的敬拜是對最高價值的完全降伏，而且是一生一世地敬拜，這樣才能有靈的突破。今日基督徒是應該創造屬乎上帝的文化，而不是被世界的潮流所帶領。

今年的青年信徒更新大會以講座作開始，聖餐崇拜作結束。很多參與的教友認為缺少了與會眾對話或問答的時間是最感可惜。



施洗聖約翰與唱名法

■ 楊欣諾

關於施洗聖約翰的節日，除了在8月29日紀念他在希律王手下殉道外，還有本周6月24日的施洗聖約翰誕辰日。在聖經裏，並沒有施洗聖約翰歌唱的記錄，為何施洗聖約翰會與唱名法（solfege system）扯上關係呢？

以下是施洗聖約翰誕辰日的晚課聖詩的首節：



這首聖詩每節七個短句，如大家細心留意，便可以發現首六句的頭一個音，都是逐級遞升的。若我們將唱頌該音的音節分別出來，便可得到這個排列：UT RE MI FA SOL LA。相信不少讀者已想起音樂劇《仙樂飄飄處處聞》中，家傳戶曉的名曲《Do Re Mi》。這種排列方法，是十一世紀修士亞雷佐的桂多（Guido of Arezzo, 約991-1033後）所設計。

筆者本年初介紹素歌記譜法時，曾提及桂多對西方音樂一個十分重要的貢獻：線譜記譜法。桂多建議以一條紅線（Fa音）及一條黃線（Do音）作譜線，紐姆符號就能準確地標示音高。

除了記譜法之外，桂多亦為音階的首六個音編上唱名：UT RE MI FA SOL LA。這組唱名有許多特色：一、除了Mi音和Fa音之間是半音外，其他都是全音；二、這個六音音組已包括素歌的調式系統中全部四個結束音（Final；即Re、Mi、Fa及Sol），故能充分作為關於調式的教材。不少歌曲的音域不止一個六度，故桂多的學生發展出「六音音階」（Hexachord）系統。當歌曲超出六音音階時，歌者只需在Fa音轉唱Ut音，便能包括一個九度音程內的所有音高。為了教學，他們更發展出「桂多之手」（Guidonian hand），以手掌各部分協助學員牢記唱音名字（見圖）。



到十七世紀，意大利音樂學家約翰·當尼（Giovanni Battista Doni）以自己姓氏的首音節「Do」代替了原來的Ut音。後來，第七音取了以上聖詩末句每字的首字母（Sancte Ioannes）得出Si音。十八世紀英國音樂教育家安妮·格洛弗（Ann Glover）將Si音改成Ti音，使每唱名都以不同字母開始，最後成為今天我們使用的唱名。

* 作者為香港聖公會教省音樂總監

西九婦女團講座 攜手共創新里程



【本報訊】西九龍教區婦女團於5月16日在諸聖座堂舉行專題講座，葉子良牧師分享攜手共創新里程當中的困難，以及如何突破現況，充滿信心地走向不可知的將來。

葉牧師先引用政府婦女事務委員會有關《香港的女性及男性對婦女在家庭、職場及社會的地位的看法調查》的摘要，簡略剖析本港婦女的現況，並指出大眾期望女性在家庭經濟上與男性有同等貢獻，卻又不希望女性在職場站最高位，同時又希望女性可以妥善照顧家庭。這反映出雖然時代改變，女性的社會地位有所提升，但男女傳統家庭崗位的思想卻依舊根深柢固，而且今日的女性，大部分仍然願意為滿足不同人的期望，承擔起這令她們透不過氣、感到極大壓力的擔子。

葉牧師坦言，要改變這狀況是不能單靠男性，也要女性自己願意改變這些傳統想法。他又以人際關係模式的三個部分：自己、他人和處境，指出與家人、朋友、同事的接觸合作時，如果只側重一方或是缺少某部分，都會使關係變得不健康，甚至在待人處事上會出現盲點，看不到事情的完整畫面，失去客觀的分析判斷。他表示

示：「即使再熟識不過的環境，其實許多時候我們都看不清事情的真像，在這情況下要攜手同行並不容易，情形就好像關燈跳舞，一不留神便踩到舞伴的腳。」

要彼此同行，首先就需要有願意與人同行的心，願意進入和明白對方的處境，願意互相遷就對方的步伐，當大家站在同一位置、同一個高度，才能攜手同行。葉牧師表示，再說得簡單一點，就是愛。這愛是源自上帝的救贖，是突破界限、跨越一切的愛，叫人知道在上帝面前，大家都是一樣。當大家能真正攜手同行的時候，就不用擔心有甚麼困難挑戰，因為大家已經踏上新里程。

團長許溢芬在報告時提醒，10月24日為教省婦女總團「有您同行」婦女佈道大會舉行的日子，她呼籲教友預留時間出席，更可邀請未信主或對基督教信仰有興趣的親友，特別是已為家長的婦女參加。此外，7月1日舉行教省婦女總團闔家同樂日，此為「有您同行」佈道會的前奏系列，已報名的教友請依時去到馬鞍山烏溪沙青年新村，西九龍教區將安排兩部旅遊巴，分別從諸聖座堂及聖馬提亞堂出發前往，有意乘坐旅遊巴的教友請向教堂婦女部長登記。



聖士提反堂150周年堂慶感言（下）

甘銳濤

堂慶感恩聚餐 又逢漫天風雨

好事招風雨，賀客喜臨門，「聖堂」門前現，殷勤接待忙，
芳名雋勉筆，信步會場前；百年舊照展，溫故始知今。
茶點小吃備，生日蛋糕嚐；鎂燈閃不絕，好景為君留。
筵開近百席，冠蓋滿華堂。高唱堂慶曲，頌揚上主名；
舉杯互祝賀，助慶款曲多。耆青幼俱全，凝聚新生力，
奮力闡世程。曲終人散夜，風雨頻相送，寓意多波折，
見證非易事，惟賴主幫扶。虛己齊奮鬥，共奏凱旋歌。

（註：堂慶感恩聚餐席設於香港赤鱲角亞洲國際博覽館二號大禮堂）

堂慶紀念大合照 烈日難敵教友情

本堂在5月31日午堂崇拜後於毗鄰聖保羅書院球場拍攝全堂教友大合照，是一項十分重要的紀念活動，這是150周年堂慶紀念的見證。主日崇拜時更舉行孩童聖洗禮，成為最新的新葡，趕及和我們一同拍照，主任牧師葉錦輝在講道時曾說50年後的200周年堂慶盛典有賴他們了！年幼的新葡嫩枝和我們成長的一代，經牧師的寄語，提醒我們任重道遠，繼往開來的任務，不容苟且輕忽啊！

崇拜後，教友信步前往毗連球場就座，只見男女老少擠滿整座看台，烈日晴空，雖舉起雨傘相迎，但熱氣依然逼人。當要拍攝時，傘子落下，那時的陽光甚是均勻，也不太熱，彷彿薄雲驟至，接着鎂光不斷閃爍，三兩分鐘後便已大功告成。以近日的天氣來說，拍照時沒有風雨的阻撓，已屬萬幸，真是上主的眷顧，我們要感謝！相信身披禮服拍照的聖品、聖禮侍從和詩班員，更有一番體會。筆者是特別怕熱的，此情此境，感同身受，心照不宣！

堂慶盛會新景象 傳承湧現新生力 心意更新迎挑戰 十架高擎入社群

感謝主！感謝主！藉着籌備慶祝150堂慶的各項事工，不但喚醒、激發教友們愛主和愛教會的心，而且還給與我們認識自己的潛能，各按其職，勉力完成各樣分工。從已完成的各項事工看來，主的恩賜和恩典足夠我們使用，我既欣且懼，因為上主多給誰，便會向誰多取，我們要時刻警醒，不要只緬懷輝煌的歷史往績，沉醉於現在的盛事。誠然我們的事工團隊，各展所長，群策群力，互相包容和體諒，確實做了很好的見證。在上主的賜福和帶領下，教友的愛心奉獻，在不足一年的光景籌集幾近千萬元港幣，足夠應付各項堂慶事工的使用，豈能不謝主？堂慶的事工由探訪「150個教友家庭」展開序幕，繼而是修編150年堂史、印製紀念相集、大規模修葺聖堂、製作堂慶「聖壇十字架紀念盾」、設計和派發盒裝禮品、編撰堂慶主題曲，舉辦堂慶感恩崇拜和盛大的感恩晚宴、堂慶感恩音樂晚會、堂慶杯籃球比賽、堂慶培靈會等。他們身體力行，勇於付出的表現，是有

目共睹的，相信這些一切已成為馨香的祭品，蒙主喜悅。我們要感謝！

教會在不同的時代，都會面對不同的挑戰；但宗主信徒的信念和使命卻是始終如一，正如使徒保羅在羅馬書十二章2節所說：「不要效法這個世界，只要心意更新而變化，叫你們察驗何為上帝的善良，純全可喜悅的旨意。」

現在讓我介紹一首少年時所喜唱的英文歌，互相勉勵。



堂慶感恩崇拜

We shall overcome

We shall overcome, we shall overcome,
We shall overcome someday;
Oh, deep in my heart, I do believe,
We shall overcome someday.

The Lord will see us through, The Lord will see us through,
The Lord will see us through someday;
Oh, deep in my heart, I do believe,
We shall overcome someday.

（全文完）

（草筆之三十六：2015.05.31）

（如蒙雅正，請致電郵：pkamwis@hotmail.com）



全堂大合照

主日
經文
淺釋

聖靈降臨日後第四主日 馬可福音4：35-41

■ 梁麗娥

今天的福音經課是關於「耶穌平靜風浪」，這事蹟很多時都會被編排在兒童主日學的課程和基督教小學的宗教課程之中，因此，除了基督徒會熟悉耶穌這事蹟外，不少非基督徒亦知道這事蹟。事實上，「耶穌平靜風浪」不但在馬可福音4：35-41有所記載，在馬太福音8：23-27及路加福音8：22-25都分別有記述，而且三段經文在內容上的分別也不大。

根據聖經學者M. Eugene Boring的分析，馬可福音4：35-41這段「耶穌平靜風浪」的記載可以與舊約先知約拿的一段經歷（約拿書第1章）作平衡比較，當中兩段經文使用了不少相近的用詞，包括有：船、海、風、睡覺、滅亡或沒命等。

在約拿的故事中，被上主差派的先知約拿上了一艘往他施（外邦人地方）的船；耶穌則上了船往對岸格拉森（可5：1）或稱加大拉的地方，那地是在低加坡里（意思是「十邑」），即當時非猶太人聚居的十個位於加利利湖東南地區的希臘化城市。在航行過程中，約拿所乘的船和耶穌乘坐的船都遇上了大風浪，並且船上的人都認為船快要沉沒，大家的安全受到威脅（拿1：4-5；可4：37-38），可是，先知約拿和耶穌都是睡着了（拿1：5-6；可4：38）。最後，在約拿的經歷中，上主因約拿的緣故而平息了風浪，船上的水手因此而認識上主（拿1：11-16）；至於在耶穌的經歷中，是由耶穌本人平靜風浪，如此突顯了耶穌特殊的身份——他就是掌管萬物的主；這就如在猶太人傳統中，能夠管轄海的，只有全能的上主（參考：詩篇89：9；65：7及107：29），並且在

猶太人傳統中，海代表了邪惡，因此，福音書作者以門徒問：「這到底是誰？連風和海都聽從他。」（可4：41）作為事件的結束，這問題的答案對於猶太人來說，實在是不言而喻的。

早期教父有以船來代表教會，故有認為事件中船上的門徒遇到大風浪，可能是暗示第一世紀時教會群體面對迫害，並生命受到威脅的時期；「耶穌睡着了」可能是比喻主再來的日子延遲了，因為對於第一世紀的基督徒來說，「主再來」就是得救贖脫離被逼迫的時間。此外，有認為經文中的船正往外邦人的地方去時，途中門徒因環境改變的緣故而懼怕，可能是代表一些信仰群體面對要離開自己熟悉的地方，去將福音傳到外邦時，他們心裏失去了安全感而害怕。

若留心看今天經課的開始部分，也許值得留意的是起初提議坐船往對岸的是耶穌，但當遇到風浪時，他卻在睡覺。根據經文的表達，船上的門徒投訴耶穌睡覺不理他們，不過，也許他們心裏還會埋怨耶穌當初要大家上船往對岸。對於基督徒來說，這段經課提醒了我們「誰是這世界的主」，特別是當面對艱難、危險和威脅的時候，究竟我們專注的地方，是在自己的看法和經驗上，認為已經沒有了希望？還是我們能發現和感受到原來主耶穌一直是與自己同在船上，問題只因自己膽怯和對耶穌沒有信心？求主加添我們對上主的信心。阿們。



羅馬之旅靈程日誌—生命現況之反思之四 (I) :

預備迎見上帝

■ 王健華

在未看下文前，我先要問一問各位讀者：「你準備好未？」

記得以前看過一個故事，是用文言文寫的，開首的一句好像是：「葉公好龍……」內容大約的意思我還依稀記得。話說葉公喜歡龍，就在家中貼滿龍的畫像。天上的龍見葉公如此喜歡自己，就決意現身給他看。你猜結果怎樣？

原來葉公一看見龍的真像，就嚇得魂飛魄散，落荒而逃！他是看見龍的畫像而喜歡而已，並不是喜歡龍的真身。短短一個故事很值得我們思想。

我們基督徒都希望看見上帝，正如約伯說：「我從前風聞有你、現在親眼看見你。」（約伯記 42:5），但我們有否想到看見上帝後有甚麼後果？約伯就有如此的反應：「因此我厭惡自己、（自己或作我的言語）



在塵土和爐灰中懊悔」（約伯記 42:6）。

摩西曾祈禱求見上帝，有以下的對話：

「摩西說：求你顯出你的榮耀給我看。耶和華說：我要顯我一切的恩慈，在你面前經過，宣告我的名。我要恩待誰，就恩待誰；要憐憫誰、就憐憫誰。又說：你不能看見我的面，因為人見我的面不能存活。耶和華說：看哪，在我這裏有地方、你要站在磐石上。我的榮耀經過的時候，我必將你放在磐石穴中用我的手遮掩你，等我過去，然後我要將我的手收回，你就得見我的背，卻不得見我的面。」（出埃及記 33:18-23）

為何上帝要摩西躲在石穴中，只可見他的背？

（待續）

陳美麗

■ 高偉雄

她的外貌跟「美麗」這個名詞實在相差十萬八千里，但她卻稱自己叫陳美麗。

二十多年前的她，正處在女人的花樣年華時期，那時她才 20 歲出頭，卻因為一場大火，把她本來美好的樣貌完全燒毀了，當她被送到醫院接受治療的時候，她第一次體驗到生不如死的感覺。如果你吃過烤肉，烤焦時人會把表層刷掉，她當時的情況就是這樣，治療期間的兩個禮拜，醫護人員每天用一桶碘酒，把美麗身上的焦黑的地方用力的搓掉，不停地搓到見血見肉為止。

她也不知道當時那裏來的勇氣讓她繼續活下去，也可能是為了年幼的女兒吧，那時她才一歲多，環境迫着這小女生個性早熟，她每天看到醫護人員不停搓洗母親的傷口，她會對護士說，「你的手可不可以輕一點，她很會痛的！」她也經常親吻母親那血紅、潰爛的傷口，並問「媽媽，親它之後是不是就會好一些？」就是因為有這樣一個愛她的女兒，讓她有力量繼續活下去。

陳美麗出身在一個破碎家庭，小一的時候，爸爸有外遇，媽媽離家，家中等於沒了大人，哥哥跑去當流氓，陳美麗那時就過着有一餐沒一餐的生活，為了生存，她小三時在家附近的雨傘工廠打零工，小六跑去當黑手。高中畢業後，就在爸爸開的特種營業店和賭場打雜、看場，她感到這樣的生活沒有前途，決心上台北生活。第一次北上，人生地不熟，從路邊擺攤到在一家服飾店當櫃台人員開始，一個月 6 千元，半工半讀，後來升為樓管，一個月十幾萬。中間也曾因幫助一位女生，被人出賣，學費被偷，有半年時間過着餓肚子的生活，靠同學捐贈泡麵過活。如此大起大落的人生，反而讓她對人生沒有太多畏懼。

正因為年輕時走過一段很不尋常的人生道路，讓她日後臉被火燒傷的時候，她能夠

很快走出哀傷的陰影，再接再厲走她下半生。出院之後，她最需要的是一份工作，當時台灣經濟尚可，許多地方都需要人手，打電話給僱主時，對方都說缺人，並要求立即上班。待她誠實地先告知對方，她是屬於中度顏面殘障者，對方聽到之後，馬上改變語氣並說額滿不要人，或說「等我和老闆談論一下」，接下去就沒下文。

一般人遇到這種情況，早已經打退堂鼓，乾脆坐在家裏等政府的救濟金，難得的是，陳美麗懷着不肯放棄、不肯投降的精神，終於她又找到某電影字幕公司的擦片員工作，職務內容是用難聞刺鼻的化學藥劑擦拭電影片子，她向老闆娘說，「不請我也沒關係，我可以不要錢，可不可以給我一份工作？」她最終如願以償得到工作，一個月 8 千元，半年後，老闆娘佩服她積極且認真的工作態度，將她的月薪調至一個月 2 萬多元。

陳美麗的故事讓她得到台灣 2011 年國家總統教育獎，這時她認為應為社會做些事，於是毅然放棄月薪 4 萬多元的工作，到點燈、陽光、夢田、秀旺等基金會當講師，與精神障礙、心智障礙、顏殘等身心障礙者講述自己的人生，也為行為犯罪及毒品觀護少年開導。

陳美麗表示，她經常會到學校機關演講，據她所說，常常一場演講下來遇到想死的學生有十幾位，有的因為課業壓力大、有的說媽媽不愛他，這令她非常驚訝。陳美麗認為自己像一顆太陽，生命故事及活潑個性有極強的感染力，讓聽過她演講的人，都更珍惜自己所擁有。

曾經有人問她，「是甚麼讓妳一直堅持下去？」她回答說，她的出身不好，一般人看她是來自不健全的家庭，大口不出象牙，她想證明自己是「歹竹出好筍」。當她決定自己要活下來的那一刻，她不再懷疑自己，雖然

她是中度燒燙傷患者，但她同樣可以唸大學、當經理、獲國家教育獎，年屆 48 歲的她說「我覺得我現在才 20 幾歲」，別人只有一種人生，而她擁有多種人生，20 歲的大火，對她來說才是人生的開始。

編者按：高偉雄博士將於 6、7 月在港主持「卓越心靈：如何穿過人際危機和衝突而展翅上騰」

講座，詳情可瀏覽宗教教育中心網頁 www.rerc.org.hk 或致電 27766333 查詢。

卓越心靈

如何穿過人際危機和衝突而展翅上騰？

主辦：宗教教育中心
合辦：香港聖公會教牧養專責委員會
香港聖公會福協道專業培訓中心
聖公會澳門社會服務處
聖公會香港中學委員會有限公司
聖公宗(香港)小學監理委員會有限公司
贊助：社聯伙伴基金 YCPF

從心理學、輔導學及基督教信仰，讓參加者認識
如何轉換和有異地面對人際危機和衝突，共建
愛的群體，推動社會發展。

講員：高偉雄博士（美國賓州基督教徒心理輔導系
高偉雄博士生於香港，在華盛頓大學獲得神學學士，作為工程師
十年後，進入邁拉斯基學院（Marsik Institute）
自任教職歐洲達芬奇教育學院，並在多國培訓授課。高博士有十
多本書作，包括《有價值》、《安德爾》
《作個丈夫：男子漢成長秘笈》
《兩性：可以很幸福》（2009）
《作個丈夫：男子漢成長秘笈》
（2014）等。

日期	時間	地點	對象
25/6 (四)	10:00-17:30	好・廚房	社會服務機構專業同工
26/6 (五)	14:00-17:30	聖公會澳門聖馬可堂	澳門社會服務機構同工
	19:30-21:30	聖公會澳門聖馬可堂	澳門教友
27/6 (六)	14:30-17:00	聖公會聖多馬堂	香港教友
29/6 (一)	10:00-11:30	聖公會鄧肇堅中學	香港島教區高中學生
30/6 (二)	10:00-11:30	聖公會聖馬利亞堂莫慶堯中學	西九龍教區高中學生
	14:30-17:00	香港聖公會聖三一座堂	中學校長、老師
2/7 (四)	09:30-11:00	香港聖公會聖約翰座堂	聖公會牧者
	14:30-17:00	香港聖公會諸聖座堂	小學校長、老師
3/7 (五)	10:00-11:30	何明華會督銀禧中學	東九龍教區高中學生
	14:30-17:00	香港聖公會聖雅各堂	社會服務機構同工

詳情可瀏覽中心網頁 www.rerc.org.hk 截止報名日期：2015年6月22日 查詢：27766333 潘倩雯小姐



長大自然會懂， 為何要孩子特別學習自理能力？

聖公會聖基道兒童院 健苗軒
服務督導主任 陳香君

文文的媽媽對我們說：「文文已經三年級了，但處事一團糟，甚麼都要即時得到，從來沒有耐性等待。每天放學回來，脫下的校服總是扔到地上。功課要幫他一樣一樣拿出來放好才肯做。」與此同時，我們亦留意到；媽媽對文文照顧有加，文文只需做一個飲水的手勢，媽媽便即時遞上打開了樽蓋的水壺；文文想穿外套時，媽媽便拿起外套並拉好衣袖，方便文文穿上。

雖然文文媽媽的煩惱有可能基於其他成因，但文文缺乏自理機會，絕對是其中一項重要因素。

日常生活的自理訓練，可以幫助兒童提升不同的個人能力，例如耐性、表達及組織能力等等，不同歲數的兒童，又有不同的發展和訓練需要，藉以刺激整體能力的成長。雖然兒童長大後也有機會掌握相關的自理能力，但卻錯失了黃金期的訓練及刺激作用。例如兒童在6歲學會綁鞋帶後，每天都可藉此刺激小手肌的靈活性，假如他只穿使用魔術貼的鞋子，又如何在每一天緊密的生活流程中，再擠出時間去鍛練小手肌呢？

為甚麼上一代的「大家姐」，思考及組織力都遠勝備受照顧的弟妹，成為家中能力最強的孩子？其中一個原因，就是因為她們在8歲之前的黃金期，每天都透過自理及做家務的訓練，讓她們的腦部及整體協調能力能充分發揮潛能，展現出超乎水平的能力。所以，愛護孩子的方法，不是讓他們「十指不沾陽春水」，而是讓他們有機會按照自己的年齡，學習應

有的生活經驗和自理能力！

家長不妨參考下表，按孩子的年齡，指導他們相應的自理活動：

歲數	自理活動
9-24個月	自己丟棄尿片。
2-3歲	掉垃圾、收拾玩具、如廁後自行整理褲子、解開及扣上大的鈕扣。
3-4歲	淋花、擦牙、扭毛面及洗面、穿衣服、抹桌子。
4-5歲	摺被、擺放餐具、用小水壺倒水喝。
5-6歲	收拾房間、綁鞋帶、大便後自行清理、自行洗澡。
6-7歲	洗碗碟、獨立打掃房間。
7-12歲	使用洗衣機、清理洗手間、煮簡單的食物。
13歲以上	煮飯、清理廚房。

培養容人之量了解下屬想法 關神父分享僕人領導四大基石

香港聖公會福利協會道程專業培訓中心於6月2日假好·廚房舉行第六場「僕人領導」晚餐講座，講員關俊棠神父當晚與逾百參加者分享「僕人領導」的四大基石。

關神父分享時說，每個領導者都希望自己能夠帶領下屬做好工作的職務，然而，領導者倘若不自覺，便很容易對下屬流於職務上的監管監察；然而，「僕人領導」則着重以價值觀感染下屬，讓他們心甘情願地跟隨領導者的服務決心而行事。例如，領導者以身作則展示對工作的態度，讓同事體會到工作不單是一份工(job)，而是自己的志業(vocation)。關神父謂，「志業」就是每個人內心深處最深的喜悅，並跟世界最大的需要接軌。

關神父又謂，「僕人領導」的四大基石，意指「僕人領導」重視的四項領袖素質，包括自知之明(self-awareness)、才智(ingenuity)、關愛(loving care)與英雄豪氣(heroism)。關神父以「英雄豪氣」勉勵領導者要胸襟廣闊，培養容人之量，才能真正了解下屬的想法。領導者站得高望得遠，卻未必接觸到在前線工作的下屬，對實際情況未必能充分理解。「僕人領導」懂得創造良好的溝通環境，讓下屬敢於表達意見。如果下屬當面表達不滿或者指出領導者的不是，領導者更要懂得求同存異和好好珍惜願意直諫的下屬。有「英雄豪氣」的領導者，通常都敢於創新並且目標遠大。一些工作儘管有價值，但可能較辛苦、難度較高、風險較大，別人都不願意做，但「英雄豪氣」就是有膽識、有魄力去承擔，能着眼於大局利益，而非計算自身的好處。

關神父說：「我們來世界走一回，每個人都是一份獨特的禮物。窮我們的一生，就是要發現自己的天賦，然後與其他人分享。讓這世界因為有你，而變得更美麗，更完整，如果沒有你應該有一點點可惜。」任職社福界的參加者



潘女士稱，平日對自己或工作抱很多要求，推動自己前進之餘亦感到壓力重重。聽到關神父的分享，讓她豁然釋懷：「來世界走一回，做到幾多就幾多！」

在答問時段，參加者都積極發問，踴躍與關神父交流。當中從商的陳先生謂對「僕人的心態」感受最深，同意「有料」的領導者，不一定端出高高在上的樣子，反而以謙虛和服侍的心去服務，更能得到下屬的確認。

關神父總結時說，領導發自於內，始於自我領導，而我們個人最少要領導和管理自己，所以大家都是領導者。領導不止是一種行為或技巧，而是一種生活態度。學習領導，其實亦是學習做人，就如上述的四大基石，都是由自身出發管理好自己，自然便影響着所領導的團隊。關神父勉勵參加者，領導不止是天賦，而是可以學習栽培的，是一項持續進行及發展的過程和使命。藉着多接觸、多自省、多修練，大家都能成為有影響力的領導者。

「僕人領導」晚餐講座第七場 做個幸福領路人

關俊棠神父將於7月7日假「好·廚房」舉行本系列壓軸講座，分享「『僕人領導』：做個幸福領路人」，關神父將在講座與參加者分享如何做個幸福領路人，內容包括轉念、痛而不苦，以及減退美學，讓參加者學習如何邁向「僕人領導」。

有意參加及了解其他「僕人領導」晚餐講座內容，請瀏覽中心網頁 <http://lead.ptc.skhwc.org.hk>，或致電 2533 1261 與譚先生聯絡。

油塘基顯小學 十周年校慶感恩崇拜



聖公會油塘基顯小學於4月29日舉行十周年校慶感恩崇拜，由香港聖公會東九龍教區郭志丕主教主禮、聖公宗(香港)小學監理委員會主席陳謳明主教講道。

郭主教在講道時指出，懂得感恩的人才是最快樂的人，要成為最快樂的人，秘訣就是必須懂得恩、感恩和報恩。他表示，現今的人常與他人比較，總覺得自己不及別人，常常只看到別人的優點和自己的缺點，卻沒有看到自己所擁有的。郭主教勉勵老師要教導學生欣賞自己擁有的，讓他們發現自己的長處和獨特性，發揮自己獨特的潛能。

郭主教又向同學說明了快樂的三個根源：第一，要知恩，明白恩賜是上帝給予的，要學會欣賞自己擁有的，而不只是追求自己沒有的；第二，要感恩，每天應感謝上帝，培養自己的正向能力；第三，要報恩，要孝順父母，感謝他們的劬勞，感謝現在擁有的工作，讓自己有發揮的機會，這樣生活才會更美好。

崇拜後，校方隨即頒發「校慶舊曲新詞親子創作比賽」及「校慶徽號設計比賽」獎項。期間大會播放了一段《恩典之路》短片，全場洋溢着溫馨歡欣的氣氛。之後，陳謳明主教、郭志丕主教、謝振強總幹事、前校長李少鶴、眾校董及校長關秀芸主持校史室揭幕禮。

校長關秀芸致辭表示，「油塘基顯」在校董會帶領下，全體教職員為學校努力付出；家長的信任、愛護、支持和配合，使學校各項工作得以順利完成。關校長又感謝天父賜予數算不盡的恩典，並求主帶領，讓學校得到持續、美好的發展。

緊接而來就是萬眾期待的十周年校慶話劇《全「恩」為你》，故事以主角一次信心與恩典之旅，帶出本年度該校的主題——「惜福感恩，事主愛人」。參與演出的師生和家長多達百人，演員施展渾身解數，贏得了全場的熱烈掌聲，為典禮畫下完美句號。



心意行動專區

宣揚正向信息，將心意化成行動

舞動身心正能量

賴彩媛

運動可以減壓，也能鍛鍊體魄；可是，當回到工作崗位後，壓力卻又重新湧現，心靈的「毒素」始終未能隨着汗水排出，依然軟弱疲憊。不過，若然能在運動中加入心靈關懷元素，情況又會如何呢？

集中思緒進入靈修

「靈修舞蹈」近年在香港興起，香港聖公會婦女總團早前亦邀請到靈修舞蹈導師劉正文為團友開辦課程，一方面透過舞蹈操練身體，紓緩壓力；一方面透過舞蹈動作，引導參加者靈修、親近上主、提升心靈質素，釋去憂慮、壓力等負面情緒，提升身體健康和正向思維。

靈修舞蹈每次課堂包括三部分，包括熱身、活動、舞蹈，並配合傳統聖詩、流行詩歌或泰澤短頌等等不同音樂元素，一步一步引領參與者敞開心懷，在靈裏與主連結。

陳劉麗嬪師母在兩年前接觸靈修舞蹈，起初只是純粹好奇，但後來卻得着甚多。由熱身開始，詩歌已在空氣中迴盪，讓參加者享受靜默時刻。有一次，課堂選取的詩歌是《Give Thanks》，導師邀請參加者用椅子圍圈，沿圈踱步，象徵着由出生到死亡的生命週期，從中思索當中的點滴。那一刻，陳師母喚起串串回憶，頓覺生命中要感恩的事實在太多太多，不禁由衷讚頌上主的恩典。帶着這份心靈觸動，隨着歌曲進入舞蹈，她就更加投入，更感受到身心靈合一的全人氣息。陳師母謂：「舞蹈帶來『動覺』（肌肉運動知覺），令靈修不被限制於五官感覺的體驗。當舞動身體時，可以有時間集中於自己的身體，用整個身體去感受自己的存在，這是在日常忙碌生活中往往被忽略的。」

融入生命的得着

香港聖公會青山聖彼得堂的陳安琪（Angel），「舞齡」比陳



陳劉麗嬪師母（左）與陳安琪姊妹在靈修舞蹈中反思生命，與主結連。

師母更長，是基督教舞蹈協會資深靈修舞蹈學員，偶爾更會擔任導師，將靈修舞蹈推廣到不同教堂。靈修舞蹈對Angel而言不止是一種興趣，更已融入生活當中，叫她認識自己，認識上帝。



靈修舞蹈讓參與者隨着身體擺動察覺身心需要。

Angel 決心學習靈修舞蹈後，她才發現自己是多麼熱衷舞蹈，在舞蹈中她得着無比快樂，深知舞蹈是上主送給她的恩賜。然而，有一段時間，Angel 却被腳痛纏擾，無法投入當中，她求問上主：「難道我要這樣停下來？你給予我的恩賜我還未善用，就這樣停下來嗎？」在疑問、不安、不甘心之中掙扎後，Angel 選擇了順服，沒有怨言，安靜於上主的懷中。想不到，她的痛楚竟然一日比一日減少，那份失而復得的喜悅叫 Angel 知道，原來自己在生命中最大的享受，就是自由地舞動身體。這段與上主的靈裏相交，讓 Angel 懂得在忙碌中偶爾停下來，尋獲簡單自在的滿足；亦進一步堅定 Angel 在靈修舞蹈中的信心，善用恩賜，祝福他人。

靈修舞蹈讓參與者從個人層面觀察自己身心所需，藉身體與上主在靈裏結連，但同時亦是一種群體活動，在每一節課堂的主題活動，往往給予機會讓參與者分享在過程中的感受和得着，見證上主恩典，儼如團契般造就彼此生命，互相扶持。猶記得去年春天，陳師母因母親離世而未能參與課程，教友不但關心她的情況，更出席其母安息禮拜予以慰問，讓陳師母暖在心頭，感受「主內一家」的溫馨，頓覺安慰。

日復日的工作，無間斷的勞碌，女性要面對挑戰真的相當吃力。因此，婦女總團不但延續靈修舞蹈課程，更希望在日後開辦更多元化的活動，切合不同年齡、身處不同境況、擁有不同才能者的需要，為她們清空積累多時的身心疲憊，重新灌注正能量。

LECTURE ON LITURGY 禮儀講座

PART ONE:
INTRODUCTORY TOUR OF THE ARCHITECTURE AND DESIGN OF ST. MARY'S CHURCH
聖馬利亞堂聖堂設計及建築
梁麗娘牧師
聖馬利亞堂助理牧師
粵語導賞



PART TWO:
LITURGY & ARCHITECTURE
禮儀與教堂建築
The Revd Charles Fulton
Revd Fulton was President of the Episcopal Church Building Corporation and Director of Congregational Development for the Episcopal Church in the United States of America

英語講授

Date: Monday, 22 June 2015
Time: (Part 1) 7:30-8:00 pm
(Part 2) 8:00-9:00 pm
Venue: St. Mary's Church
2A Tai Hang Road, Causeway Bay

Free admission Donation is encouraged
不設收費 歡迎自由奉獻

Enquiry: Please call 25217708 or 22744883 to contact Ms. Nancy Ngan
Website: www.minghua.org.hk or www.learnatminghua.org

查詢：請電25217708或22744883與顏小姐聯絡
網址：www.minghua.org.hk或www.learnatminghua.org

靜山日修學生 出戰機械人世界錦標賽

聖公會靜山小學及聖公會日修小學師生，早前參加 VEX IQ Highrise 2015 機械人比賽，憑自行設計的機械人擊敗多隊中學聯隊，贏得全場總冠軍及技巧賽冠軍，並獲主辦單位邀請，代表香港出戰美國，參加 2015 VEX 機械人世界錦標賽。

VEX 機械人世界錦標賽由 Robotics Education & Competition Foundation 主辦，已連續十年在美國不同地方舉行。主辦單位表示，這是全球最大、發展最迅速的國際性比賽。在 4 月 15 日至 4 月 18 日這四天的比賽裏，共邀請了 850 隊來自全球 27 個國家和地區，超過一萬五千名參加者參賽。領隊兼指導老師林錦鴻主任表示，兩校同學在賽事中充分發揮團隊精神，並堅持不怕失敗，無畏挑戰的信念。雖然最終未能更上一層樓，但卻得以拓寬視野，獲得非一般的學習經歷。



另一方面，同學們在參與比賽期間，亦在當地進行了一連串學習活動，包括參觀當地動物園、科學館、歷史博物館等，藉此機會提升語言能力、自我管理能力和溝通能力。

第三屆泛太平洋老年照顧創意大獎

福利協會獲獎計劃系列（4）



自90年代開始，不少外國機構運用「Photovoice」的手法，讓社會上不同社群，通過攝影分享生活境況和表達訴求，引發社會的關注。香港聖公會西環長者綜合服務中心於2014年首次運用「Photovoice」理念，舉辦「拍·長·聲」健康計劃，鼓勵患有高血壓及糖尿病的長者，藉攝影反思自我管理健康的習慣，同時亦向社會展現長者的生活，了解長者的需要。計劃結合了攝影元素，有別於一般推動健康生活的活動，將「Photovoice」應用於長者服務更為全港首創，計劃亦因此於「亞洲老年創新論壇」暨「第三屆亞太區創新老人照顧服務大獎」中獲選入圍「最佳活躍老年活動大獎」。

西環長者綜合服務中心關注本港長者普遍患有高血壓及糖尿病，運動有助控制血壓及血糖，但當中不少患者礙於身體狀況或環境因素，因而減低了運動的動機。因此中心由2014年7月起推行「拍·長·聲」健康計劃，對象為患有這兩種慢性疾病的長者，旨在加強長者自我管理健康的知識，推動他們反思及建立積極運動的習慣，並鼓勵他們實踐健康生活模式。計劃由中心聯同香港大學護理學院、香港大學運動及潛能發展研究所合作開展，並獲得香港特區政府食物及衛生局健康護理及促進基金贊助推行。

「拍·長·聲」健康計劃

計劃內容主要包括以下項目：

（一）健康研習會

藉健康研習會向參加者講解運動對保持健康體魄的重要性及對長期病患者的益處，協助病患者掌握健康知識和訂立自我管理計劃，培養他們與病共存的正面生活態度，建立健康生活模式。

（二）自我管理小組

自我管理小組為期6周，以跨專業合作模式推行。護士會先分享計劃的概念，加強參加者認識運動與健康的關係，並透過閱讀圖冊及討論，讓組員了解促進或阻礙其參與運動之環境誘因或內在因素；中心同工則教授長者操作相機，鼓勵他們於社區內進行拍攝，表達推動或阻礙他們運動的因素，並於小組中分享。長者的作品除了反映一般長者身體狀況欠佳的情況，如腳痛等外，亦有長者透過拍下股市新聞，表達因沉迷於股票

活動而不
想運動。
長者於尋
找攝影題材的同時，也可進行健步運動，大大提升了運動的趣味性；另一方面，計劃的合作伙伴香港大學亦會派出運動專家，教授參加者簡單有效的健體運動，建立健康的生活習慣。

（三）嘉許禮暨相片展覽

活動總結會以嘉許禮及相片展覽的形式進行，嘉許參與自我管理小組的組員，並展示他們精選的相片，分享計劃成效及向社區人士推廣健康生活模式。

「拍·長·聲」計劃定期會舉行健康研習會，歡迎長者報名參加：

日期：6月25日（四）

時間：下午3時至4時

地點：堅尼地城石山街12號堅尼地城綜合大樓11樓活動室5-7

活動完成後，有興趣及合資格人士可即時參與小組前體能健康評估，約需1小時。有意報名或對計劃內容有任何查詢，可致電28183717與馮若嵐或黃若恒聯絡。

否認英聖公會教友人數劇跌 聖品指各堂後宗派群體增加

【本報訊】英國6月初有調查報告指出，英格蘭聖公會教友人數嚴重下跌，不過有英格蘭聖公會聖品反擊稱，報告未能反映實況；他們又謂，教會現已進入了「後宗派」時期，信徒之間已逐漸淡化宗派間的分野，甚少分宗分派，只會稱自己是「基督徒」。

專研英國社會態度（British Social Attitudes）的研究機構「國家社會研究中心」（National Center for Social Research, NatCen），於去年隨機抽樣訪問了大約二萬九千名英國的成年人進行分析，發現自稱是「聖公會教友」的英國人，比率由1983年的四成，銳減至去年的一成七。另外在過去十年，即由2004年至2014年，「聖公會教友」人數由大約1,300萬人，銳跌至850萬人，足足少了五分之二。

英國《教會時報》（Church Times）報道，報告一出，湛士福教區（Diocese of Chelmsford）座堂主任韓歇爾（Nicholas Henshall）牧師旋即反駁稱，各堂聖品發現，現在愈來愈多「後宗派」（post-denominational）群體，意即到教會參加崇拜的人，已不再單純是「聖公會教友」，也有來自其他宗派的信徒。

他又以領堅振的信徒人數下滑為例稱：「領堅振象徵着你是隸屬於某個特定宗派，而大部分信徒都未必會走到這一步。就算在我的年代，甚或是我孩子的年代，大多數人都逐漸認為，毋須太注重宗派標籤。」

擔任青年及兒童事工顧問的平信徒金寶（Campbell）認同韓歇爾的說法，指現時英格蘭聖公會內的青年人，很多都不是在聖公宗教會內成長。他以自己過去18年服務青年人的經驗為例，表示青年人在決志信主後，會認定自己是基督徒，然後參加他們所屬地區的教會。他們在選擇教會的時候，並非以宗派分治來選擇，而是視乎他們能否在教會中被接納、被愛或得到信仰上的指引等等。他強調，教會標榜的，並不是自己的宗派，而是要耶穌基督為中心。

定格廣告

聘青年幹事

本堂聘請青年幹事一職，須具大專程度及神學訓練更佳。主要職責為協助教堂向中小學生傳福音及關顧青少年，需周六日上班。有意申請者請繕履歷（只供招聘用）寄香港北角炮台山道23號北角聖彼得堂主任牧師收。

St John's Cathedral
Hong Kong
presents

A Celebration Concert in honour of Choirmaster

Raymond Fu

Saturday 27th June 2015
7:30pm in the Cathedral

Join us as we give thanks for
Raymond's distinguished contribution
to the musical and liturgical life of St John's and
the Hong Kong Sheng Kung Hui for over 36 years!

Performances by the Cathedral Choir,
Diocesan Choir and Children's Choir,
The Pelicans, Giuseppe Fu and
St Paul's College Alumni Choir

Canapés and drinks after the concert

FREE ADMISSION



教堂關懷幹事

聯絡探訪關懷教友、小學及幼稚園家長。需周六、日工作。6月28日前繕履歷（招聘用）及期望薪酬，寄長沙灣廣利道17號聖公會基愛堂人事委員會。合則約見。

誠聘牧養幹事

負責牧養及推展青少年、兒童福音事工。須神學畢業，具侍奉心志，重視團隊，有相關經驗者優先。履歷寄上環荷李活道232號聖公會聖馬太堂主任牧師收。招聘用。

宣教幹事

神學畢業或證書，有相關工作經驗，負責牧養家長、成人，獨立成熟，重視團隊合作。履歷寄九龍深水埗巴域街43號聖多馬堂。只招聘用。

惠賜廣告

請電
2526 5907



組員藉相片分享、討論想法，互助互勉