

滙聲

總幹事心聲

高傲與卑微 蘇成溢牧師

1

屬靈雋語

1

專心專講

對雨傘運動的感想 陳永佳

2

主僕之言

生命工程師 金少雲牧師

3

神學教育主日

3

百年小故事

為甚麼首兩屆中華基督教會全國總會幹事是由外國傳教士擔任？
陳智衡義務宣教師

4

港人港事

由陳佐洱有關教育的言論說起
李信堅牧師

5

暖廬

建立習慣需好好計劃 趙國慧

6

特稿

香港人，請休息一天 葉天霖同學

7

繫連妙結

8

中華基督教會香港區會會訊

編輯小組：蘇成溢、陳智衡、何寶鈴、黃偉耀、朱耀光

執行編輯：容慧雯

督印人：蘇成溢

中華基督教會香港區會編印

地址：香港九龍太子道西191號馬禮遜紀念會所

電話：2397 1022

圖文傳真：2397 7405

電郵：editor@hkccccc.org

網址：http://www.hkccccc.org

教會是因耶穌基督的救贖而組成的，全屬於基督，以主基督為頭、為基礎。因此，教會必須按耶穌的教導來行事，以效法基督的榜樣為依歸，才配稱基督的教會。

聖經告訴我們，耶穌基督到世上親自示範了一個虛己捨身、甘願卑微的樣式，成為一個僕人，來成就救恩（腓二5-8）。教會既是基督的身體，在世彰顯主的恩典作為，應當實踐虛己卑微、甘願捨身的使命，作僕人樣式的教會（可十42-45）。

馬太福音二十三章1-12，記載了耶穌如何評論當時的文士和法利賽人的言行，以及教導門徒處世的心態。首先，耶穌認為文士和法利賽人所教訓的真理都有價值，要學習並實行（2-3節）。然而，問題在於他們“能說不能行”（3節）。此外，文士和法利賽人亦犯有兩大毛病。一是難為他人寬待自己，二是愛受吹捧自抬身分（4-7節）。

耶穌隨即教導門徒三個“不要”，分別是：不要接受拉比的稱呼、不要稱呼地上的人為父、不要接受師傅的稱呼（8-10節）。最後，耶穌要門徒遵守兩個處世原則：成為僕人才受尊敬，自高的人終必貶降（11-12節）。耶穌對門徒的教導乃親自身體力行，言行貫徹始終，絕非講一套做一套。祂吩咐門徒切勿仿效當時一些文士和法利賽人那種無止境自我膨脹的心態，不要自吹自擂，虛張聲勢。一個真正的基督跟從者，要輕看世俗人追求的名譽地位，以謙卑態度為人，用捨己精神行事，才會受人敬重。

去年十二月從報章上看到教宗方濟各批評當今教會的十五個毛病^(註)，當中有幾項正正是昔日耶穌的批評和教訓：（1）自認為不朽、免俗和不可或缺，沒有自我批判、革新和改進；（2）愛比較或吹噓，喜好華麗的服飾及榮譽的名銜；（3）追求名利和炫耀，想盡辦法擴張權力，在傳播媒介刻意標榜自己的個人之處。

作為教會的一員，我們要問自己，有沒有犯上這些毛病？教會的其他成員也要反省，是否已在不知不覺間成為了這世代的文士和法利賽人？或者，甚至把教會弄成只讓權貴和上流人士參加，漸漸地把基層的平民百姓拒於門外。

二零一五年區會事工中心「在基督裡群生同享豐盛生命」，正倡導教會在宣揚上帝大愛時，要關懷貧乏，扶助弱小，藉關愛社群，憐憫困苦，向身心貧窮的人傳福音。

建議的行動包括區會支援堂校機構，進行社區關懷佈道事工；堂會開展社區服事工作；學校教導學生關懷他人和愛護弱小；服務單位培訓信徒及學生在生活中扶助弱小，憐恤困苦，關愛社群。

基督的教會是卑微的教會，是向卑微的人開放的教會，做到使徒保羅所說的「要彼此同心，不要心高氣傲，倒要俯就卑微的人。」（羅十二16）。

註：〈教宗點評「教廷15宗病」〉《明報》（2014年12月24日），A19。



屬靈雋語



「上帝就在這個世界之中，這個世界就在上帝之中……他事實上是在有限中的無限，在內在中的超越，在相對的絕對……在世界中的絕對立刻支撐起這個世界，維持這個世界，護衛這個世界；立刻成了世界和人的所具有的深度、高度和中心。」

—— 漢斯·昆：《論上帝的存在》

對雨傘運動 的感想

一場波瀾壯闊的雨傘運動，成為了二零一四年香港其中的一件大事，表面上，事件似乎結束了，但在我們的心中，由這場運動所激起的浪花和震盪，仍然縈繞在各人的心中。

對青年人的理解

在這場運動中，最重要的主角就是年青人，但我們有沒有理解他們的理想和意念，是甚麼原因能令他們參與及推展這場運動呢？

從政府的角度，現時的解讀就是年青人缺乏了“上流”的渠道，沒有能力“上車”買樓，以及對國家民族欠缺理解及認同，更甚者，指摘他們受人唆擺，受外國勢力影響，甚至收受了外國政體的支援。

但若從年青人的角度而言又如何呢？人們常說，年青人有熱誠、熱血，會為理想打拼，那到底是甚麼原因，促使他們積極參與及投入這場運動呢？

從成長角度看

從現時這群策劃及參與運動的青年人的成長環境，可以看看他們的價值體系。這群二十歲出頭的青年人，在成年人的眼光之中，可以說是成長於安樂與安舒的環境，加上他們的教育背景，無論是中學或大學，所接受的通識教育，開啟了他們的視覺與眼光，能以更廣闊的視野和空間去看望這個世界，不會跟現時成年人或社會既得利益者持相同的眼光與角度，因此他們的思

想理念、他們對運動的理解就有了截然不同的層次。

當然青年人除了有理想與熱誠，更有一番熱血，在他們的眼中，社會應該是平等、博愛、公平、公正、公開、包容、接納、誠實、正直等等高遠的理想。

但自從香港回歸以來，他們眼所見，目所視的卻往往事與願違。這種理想與現實的落差，又有誰不能說是構成青年人“熱血”的原因呢？政府對弱勢社群的施政方式和政策，對香港社會問題的理解，對香港人核心價值的取向的敗壞，對香港人追求自由平等價值的破壞，對香港人為渴望有普選渴求的蹂躪等現象，我們又從何說起呢？而這些現象更不能單單以價值差異或文化背景落差而過份地把問題簡化。

從社會服務角度看

在提供社會服務的角度來看，長久以來，社會服務往往都是從個人問題導向出發，當個別人士面對困境，便從解決個人問題作出發點。例如一個有讀寫障礙的孩子，便會協助他如何改善讀寫的障礙，若更進一步，會為他的家長提供一些訓練以協助這名孩子，而學校除了安排上述的環節外，亦會為這名孩子作教學上及考試時的調適，但我們很少有機會去作全面的反省。下列例子可提醒我們重新作思考。

據說台灣在七零年代的交通是極為混亂的，特別是公共交通的秩

序，在乘搭公共交通時，從來沒有人去排隊。有一個時期，有一名美國的高級官員，在往台探訪後，把這個現象看在眼裡，回國後發表了一份報告，評價台灣人的道德有點兒及不上世界水平，台大的青年人對此批評感到很不是味兒，便自告奮勇組織及策劃了一場自強排隊運動，不旋踵，他們開始在公車站上排隊，更鼓勵候車人士一起排隊，但當公車到站後，原先在排隊中的人群卻一湧而上，台大學生的熱血瞬間化為烏有。

但台大學生卻未有因此而罷休，經過他們的分析，發現了群眾為何一看到公車便蜂湧而上的原因，原來當時的公車跟本沒有規範的行車時間表，一旦未能搭上這班公車，根本不知道下一班車甚麼時候會出現，若錯過了這一班車，無論上班的或上學的，都有很大的可能會遲到。就在這種無法掌握交通的情況之下，群眾惟有選擇蜂湧而上，務求一定要擠上當前的公車。

為此，台大學生從改善公車制度出發，要求政府改善公車制度。時至今日，大家有目共睹，台灣人的排隊文化及公德是人所稱道的。

我們要看的，就是不能只從表象的現象去理解和分析問題，更不能往往只靠道德的理解去演繹問題，若欠缺了對問題作深入的探討，往往便失卻了問題的軸心及重點。



生命工程師

耶穌說：「我來了，是要羊（人）得生命，並且得的更豐盛。」（約十10下）

甚麼叫「更豐盛的生命」呢？讓我以約翰福音第四章耶穌與撒瑪利亞婦人談道的經文，來表達「豐盛的生命」的含意。

耶穌與撒瑪利亞婦人的談道，始於耶穌走路困乏，坐在井旁休息。就在這個時候，他們的對話展開了。耶穌在疲乏的狀況仍然把握與撒瑪利亞婦人傾談，究竟他所為何事呢？耶穌明知向撒瑪利亞婦人要水喝時，會招來的嘲笑，他仍然如此，究竟他意欲何為呢？整段的對話，主耶穌似乎想讓撒瑪利亞婦人知道誰在與她說話；並且，讓她願意向耶穌求活水。「活水」就是能「使她得到永恆的生命」，這活水引發了婦人的好奇心，向耶穌發出請求。耶穌疲乏的面容，仍然的堅持、耐性地與婦人維持對話空間，可能就是讓婦人去認識自己生命中的需要，以致她願意向耶穌求「活水」。

如果我們看不見自己的需要，或者意識到甚麼是自己所缺乏的，斷不能向別人提出自己的要求、或者向別人尋找幫助。惟有當我們看到自己生命的需要，我們才願意向主求「活水」來滋潤我們的內心，讓我們的生命變得更豐盛。別以為「活水」只是給予那些未認識主的人，「活水」對我們一群信主的人來說，具同樣意義。當我們事奉走到無力時，主耶穌說：「凡勞苦擔重擔的人都到我這裡來，我要使你們得安息。」（太十一28）在這個時刻，耶穌同樣向我們宣告：「我來了，是要叫人得生命，並且得的更豐盛。」我們有否留意主的出現，有否留意主以疲乏的面貌來提醒我們，這一刻生命的需要？是要休息？是要前行？惟有我們看到自己的需要，才會向上主祈求，以致我們的生命才能在上主裡面變得更豐盛。

主耶穌應許「祂來了，是要叫人得生命，並且得的更豐盛。」他的應許從沒落空，只是我們有否把握、有否

接受！「豐盛的生命」不是一個能講解得清楚、或能圓滿地形容其意思。它只是一個指標，標記著人在主裡面生命的成長、生命的轉變。它未必是指向同一個地步、或者是一個完美無瑕的地步，因為它可能只是指向我們基督徒生命成長的軌跡。

「豐盛的生命」與我們有何關連呢？今天，我們自覺自己的生命是豐盛嗎？當我們經驗到豐盛的生命的時候，不用別人提醒，我們都會去宣講，甚至是無法制止地講說，讓其他人也得到這個益處。問題是我們有否這個經驗？就好像那位經歷到主耶穌賜活水的撒瑪利亞婦人，她往城裡去，對眾人說：「有一個人將我素來所做的一切事都說了出來……」（約四29）。

今天，我們有否忘記了主給我們那份「豐盛的生命」呢？主對生命的宣告仍然沒有改變，我們聽見主對我們生命的提醒嗎？昔日撒瑪利亞婦人原本是看不見自己生命的需要，但主的出現，與她的交談，讓她看到自己生命的需要，並願意向主求「活水」來滋潤自己的心，讓自己的生命變得更豐盛。處身在香港，人很容易追逐時間，在時間競賽裡，人變到生活就是為解決問題；學生努力讀書就是為入大學；工人胼手胝足地工作就是為解決居住及消費所需；長者省吃儉用就是為了應付百年歸老前的醫療開支；不單人是如此，社會與國家也是如此，新政策的制定為的是要解決現有制度的漏洞，整體的發展與需要卻成為次要。

人處身在這種意識形態下，變得被動，事事只為解決問題，講永生命的需要，變得在唱高調。但主耶穌對生命的宣告：「我是生命的主」，祂是一位生命工程師，祂渴望建立生命，不是事工。祂渴望我們看到自己的需要，懂得向祂提出要求，目的就是讓我們在祂裡面，生命變得更豐盛。主耶穌也挑戰跟隨祂的人：學效主的榜樣，將那豐盛的生命帶給別人。



中華基督教會香港區會 神學教育主日

（二零一五年三月八日）

本會一向十分看重神學教育，自六十年代起本合一精神聯同其他教會（包括聖公會、崇真會、循道衛理聯合教會、潮語浸信會）共同辦理崇基學院神學院，作為本會培訓教牧同工之基地，給予凡入讀者公費神學學額，並全力支持該神學院經費。

為培訓教牧人才，本會之神學教育學額共分為四類，即：

- （甲）**基本神學學額**：支持教友進入本會指定之神學院攻讀第一個學位。
- （乙）**在職進修學額**：支持在職牧者進修某一指定之神學或牧養課題。
- （丙）**高級學位學額**：支持牧者或教友專研某一神學或牧養課題。
- （丁）**神學培才學額**：支持本會堂會在香港或澳門各神學院全時間就讀的神學生。

本年本會有一位領取基本神學學額之神學生在崇基學院神學院就讀，另有十四位領取神學培才學額之神學生在其他神學院就讀。本年各項學額及崇基學院神學院教牧事工部經費，預算支出逾七十三萬元，另支持崇基學院神學院經費，為港幣一百三十萬元，總預算支出合共約港幣二百零三萬餘元。預計在未來的新學年，將有二人申領基本神學學額，十八人申領神學培才學額。

「十年樹木，百年樹人」，為上帝國度培訓工人更是我們所看重之事，請本會各堂同道，同心支持區會之神學教育。

如欲奉獻支持本會之神學學額及崇基學院神學院，請以劃線支票抬頭寫「中華基督教會香港區會」，寄九龍太子道西191號馬禮遜紀念會所二樓中華基督教會香港區會收，奉獻請註明「支持神學教育」；或將奉獻於本年四月三十日或以前交所屬堂會彙集繳交區會。（奉獻港幣100元或以上者，將獲發收據用作扣減稅項）



為甚麼首兩屆中華基督教會 全國總會總幹事是由 外國傳教士擔任？

第三、四屆全國總會幹職員攝於一九三七年，前排左二是高伯蘭牧師，右三是誠靜怡牧師。



早在一九一八年開始，多個宗派教會領袖在南京討論成立合一教會——中華基督教會。此會議之後，各地逐漸成立中華基督教會不同的大會及區會，最後全國總會亦於一九二七年成立。中華基督教會創會的其中一個目的，就是希望體現出完全屬於中國人的教會。可是，一九二七年及一九三零年首兩屆的全國總會總幹事，卻是由美國長老會傳教士高伯蘭牧師 (Rev. A.R. Kepler) 擔任，而當時誠靜怡牧師卻出任會長角色，即是類似今天區會執行委員會的主席。直到一九三三年，誠靜怡牧師才離開協進會崗位，正式挑起第三屆全國總會總幹事的重任，而高伯蘭則轉任執行幹事。問題是，為甚麼中華基督教會全國總會首兩屆的總幹事是由外國傳教士擔任，而不是由中國人擔任？

原來，在籌組中華基督教會全國總會期間，誠靜怡牧師已經是中華全國基督教協進會總幹事，那是他的正職。因此，當全國總會成立後，除非他辭去協進會總幹事，否則難以兼任兩個龐大組織的總幹事之位。適時，協進會亦是在一九二二年剛完成改組，全國有一半信徒都是在協進會的成員教會之內，故此誠靜怡牧師不能輕易離開協進會的工作。除此之外，中華基

督教會的統一式合一，比協進會聯盟式合一複雜得多。雖然同樣是有不同差會宗派參與，可是合一教會涉及教制、教產、權力運作等問題。在籌組成立合一教會的相同夢想下，統一之路雖然困難，但仍可達致。但當合一教會成形後，整個有機體如何運作，如何與各差會保持既是合作關係，但又要逐漸把以差會為中心的模式，轉變到以教會為中心的模式，這可說是一個又大又難的任務。故此，當全國總會成立後，若由傳教士擔任總幹事之職，那他就可以在各差會和傳教士間周旋遊說，這既方便又合適。因此，高伯蘭牧師就在這背景下自然而然地，被推舉為首兩屆全國總會總幹事。

其後，當高伯蘭牧師花了六年時間，把教會和差會合作的關係穩定下來，而誠靜怡牧師終於可以放下協進會的職務，他就於一九三三年接任第三屆全國總會總幹事職務，直到一九三九年安息主懷為止。而高伯蘭牧師亦甘願讓出總幹事位置，退居執行幹事之職，繼續協助中華基督教會與各差會溝通合作。這可見誠靜怡牧師和高伯蘭牧師這對拍檔，對初生的中華基督教會而言，扮演著十分重要的角色。

更正資料：上一期專欄文章〈中華基督教會首位華人女牧師是誰？〉，文中提到中華聖公會於1944年按立之女牧師，應為李添媛牧師。



香港中文大學 崇基學院 神學院

2015-2016 年度招生

大公教會傳統 保守與自由互相尊重
道成肉身模式 靈性與學術彼此結合

本院乃唯一設於華人公立大學中的神學院，特點為應着重學術訓練，亦重視屬靈氣質之培育，並以訓練教牧人才及提高信徒的神學素養為己任。神學生只需按課程修、教會傳統、靈恩經歷和理性原則去建立各自之神學立場。

甲、香港中文大學研究院學位課程 (詳情請參閱「香港中文大學研究院概覽」) (2015年3月31日截止報名, 4月25日(星期六)面見)

- (1) 文學碩士(基督教研究) (M.A. in Christian Studies) (可兼讀)
除研究院規定一般入學資格外，申請者須有認可學士學位，尤歡迎非主修宗教學或神學者申請；另須具備大學教牧或教會人士推薦書各一份。全日制學生用一年時間完成；兼讀制學生則可於兩年時間修畢課程。
- (2) 文學碩士(神學研究) (M.A. in Theological Studies) (可兼讀)
除研究院規定一般入學資格外，申請者須有認可學士學位及基督教研究或相關碩士學位，另須具備大學教牧或教會人士推薦書各一份。全日制學生可用一年時間完成；兼讀制學生則可於兩年至四年內修畢課程。
- (3) 神道學碩士(M.Div.)
除研究院規定一般入學資格外，申請者須有認可學士學位，並須具備大學本科教牧及教會負責人推薦書各一份。完成此項全日制學位通常為三年，如在大學以宗教學或神學為主修，或基督教研究/神學研究/宗教研究文學碩士持有者，可免修該課程部分。

*凡修讀中文大學學位課程者，如符合資格，可申請由香港政府提供之助學金及貸款。

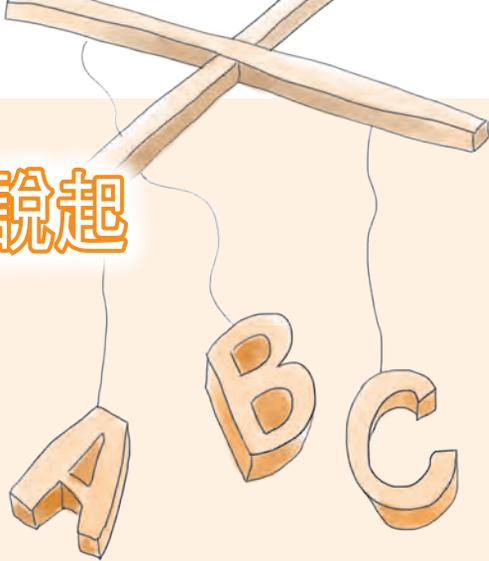
乙、東南亞神學研究院學位課程 (2015年3月31日截止報名, 4月24日(星期五)考試和面見)

- (1) 神道學學士 (B.D.) - (與神道學碩士(M.Div.) 同等，專職同工可兼讀)
凡神學院神學學士(B.D.)畢業，大學或四年制大專畢業者可於三年內畢業。凡中六以上曾受不少於兩年專科訓練者可於四年內畢業。凡完成中六預科或同等學歷而具有工作經驗者可於五年內畢業；該學位與神道學碩士(M.Div.)同等。
- (2) 教牧學碩士 (M.Min.) (可兼讀)
凡獲神學方面學士學位，或具備神學文憑的學位持有者，並有最少兩年(義務)教會事奉經驗。全日制可於兩至三年內畢業，兼讀制則一般為四至六年畢業。專修範圍包括崇拜與聖樂、教牧學、宣教學、基督教教育、基督教輔導、靈修研究。
- (3) 神學碩士 (M.Theol.) (可兼讀)
凡獲神學學士(B.D.)或神道學碩士(M.Div.)學位者可於兩年內畢業，非全時間修讀者則按情況而定；學生須從事深層研究及寫作範圍：如聖經、系統神學、教會歷史、教牧學、宣教學、倫理學、現代神學、牧靈輔導等，撰寫畢業論文一篇。
- (4) 神學博士 (D.Theol.) (可兼讀)
凡獲神學碩士學位(D.Theol.)或同等學歷而具備秀研究能力者，可申請攻讀。有機會往東南亞神教教育協會屬下之神學院進修及研究。

欲查詢詳情或索取簡章，可聯絡香港新界沙田香港中文大學崇基學院神院 電話 3943-1091 / 傳真 2603-5224 / 網址 <http://www.cuhk.edu.hk/theology/> 或到香港中文大學研究院課程網頁 <http://www2.cuhk.edu.hk/gso> 瀏覽。



由陳佐洱有關教育的言論說起



根據《明報》一月九日的報道：「港澳辦前副主任、全國澳研會會長陳佐洱直指香港的學生是佔中的『排頭兵』，認為香港教育出了問題，點名要求教育局長做好工作，更稱根據《基本法》，教育局長隨時接受中央政府及香港社會監督。」

陳佐洱的這一番言論頓時引起不少討論，特別在教育界中也有不少迴響，例如代表教育界的立法會議員葉建源即指出，根據《基本法》第136及137條，列明教育屬香港自治範疇，港府可自行制定政策，而教育局長是向特首問責，故不必直接向中央負責，所以陳佐洱先生的言論，會令教育界十分憂慮。同時，他更指出年輕人對內地印象變差，非因教育課程或學校教育出問題，而是受社會動態事件影響，如內地的李旺陽等維權人士受打壓事件所引致。

其實有關中國政府與教育權問題的討論或爭議，並非今日始出現。早在上世紀二十年代，即一九二二至二七年間，當時中國知識界發生了針對基督教的「非基督教運動」，及至一九二七年國民黨完成北伐，在南京建立政府後，便開展了「收回教育權運動」，主要針對教會開辦的學校，對教會辦學打擊甚大。

一般而言，教育是百年大計，也是關乎國家盛衰的命脈，所以政府關心教育的情況是必然的事，特別對於有「威權主義」的政府而言，對教育權的管控，更是不能放鬆和忽視的，所以陳佐洱的說法，縱然他也許沒有正式的官方地位，卻也能體現中央政府對「管控教育權」的心意。

關於教育的問題，中華基督教會香港區會已故總幹事汪彼得牧師於上世紀八十年代曾指出，如政府有要求，本會願意隨時放棄辦學的工作，把學校交回政府辦理。然而，與此同時，本會也制訂了辦學理念等事，並於每年『教育主日』的《教育主日宣言》中公開發明我們的思想，讓我在這裡再次引用有關宣言，以表達本會對教育的看法。

中華基督教會香港區會教育主日宣言

中華基督教會香港區會數十年來積極參與教育工作，是因為相信培育下一代是上帝交託我們的使命；是因為相信回應社會的實際需要，教會當責無旁貸。本會辦學的宗旨是「透過學校、傳道服務」，深信以事奉神服侍人的心態去履行教育的神聖任務，同時也能為福音見證。

本會奉行的教育哲學是「全人教育」，肯定教育的真正意義在生命的造就，「人格」的建立。除培養兒童及青少年有優良品德、高雅情操與智、仁、勇三達德外，更期望青少年有健康的人生態度、正確的價值觀及強烈的社會意識；嚮往公義，追求真理，他日積極參與改善社會，貢獻國家，促進人類和平。

本會基於有教無類的教育原則，一向支持「普及教育」，使下一代無分貧富智愚都有接受良好教育的機會。辦學乃秉承基督教訓，藉此引導青少年行走正確的道路；追求永恆的真理；得著豐盛的生命。

面對將來，本會會繼續肩負教育使命，更盡力適切社會情況，在教育領域裡尋求革新，致力民主教育，為這時代培養出勇於承擔、樂於服務、甘於委身的人。在此呼籲本會堂校同心合意，對所受託的使命作更大的努力，實踐「並肩培育豐盛生命，攜手見證基督大愛」的辦學願景，造福青少年，歸榮上帝。

由以上的「教育主日宣言」，可見本會的教育目標並不在為某一個政府或某些政治理念服務，乃是要使在本會學校中受教育的學生，都能夠接受「全人教育」，除「智、仁、勇」三達德外，更努力實踐民主教育，鼓勵追求「公義、真理、和平」，從而能關心和愛護社會，促進人類和平。當然，最重要的是能以基督的大愛來與人相處，建立生命。

故此，倘若我們的學生在面對社會事件，能有深入的思想，作出適當的回應，甚至對國家社會大事表達積極的意見，正是他們成熟的表現，也達到了我們教育的理想。

所以我們不在乎是否繼續辦學，乃在乎如何辦好教育，把我們的理想持續下去，讓下一代得著全人教育，以實踐「並肩培育豐盛生命，攜手見證基督大愛」的辦學願景，造福青少年，歸榮上帝。

編註：本文原載於《合一堂馬鞍山堂週刊》（2015年1月11日），內容略經修訂，蒙允轉載。



暖廬

建立習慣需好好計劃

趙國慧 | 本會家庭支援服務中心輔導員

近日在家長小組裡，有一位家長向我訴苦，她六歲大女兒每次放學經過一所新開的零食商店，總纏著要入內閒逛。初時女兒只要求買一份小糖果作為獎勵，接著每天也嚷著要入內，並要求買一樣東西才肯離開。家長即使事先講好只看不買，或路過不入也全不奏效，女兒也總在街上或店內哭鬧，家長為此感到很煩惱。

以上的情景，可能很多家長或多或少也經歷過。其實，想幫助子女建立良好習慣或戒掉壞習慣，也宜先好好計劃，有些步驟可供家長參考。

1. 宜先預告

以這家長為例，如發現子女每天經過零食店就吵鬧要入內買東西，便適宜找一個晚上很認真地向子女解說家長的期望。其實，要幫子女建立任何一個習慣，例如：想子女善用暑假、在家開始承擔家務或善用利是錢等，也適宜有一段時間的預告。最好能有一至兩個月的預告才執行，這一來可令子女有心理準備，在子女心態未有自己的計劃或慾望時，會較容易受落父母的指引。

2. 給子女一個參照觀念 (perspective)

家長想子女建立某一種習慣，背後必有其教子女做人的理念，家長宜把這個理念用簡單的用語向子女解說，成為子女的參照觀念。例如，想灌輸正確的用錢觀念，可說：「我們購物應預先有計劃，考慮是否生活所需。我們每個月只可花\$20購買零食，故不會每天也買。」又例如，如想子女開始承擔家務，可說：「我們的家要互相幫助，互相照顧。做家務是學習照顧自己及照顧家人，你可以做一些你能力做得到的家務。」父母在要求孩子時，給他一個做人的參照標準。讓孩子內化成管理自己人生的參考。

3. 在子女情緒平穩時進行

要解說事理，令孩子依從，請別在孩子已產生強烈的慾望或情緒激烈時執行。因慾望一旦產生，父母要執行的阻力便很大。如上文提及的家長，不要在商店門口才說理，或已入到商店內才說。即使孩子事先已答應只看不買，但因引誘太大，慾望很強，自制力便會很低，自然會容易「反口」。其實，如按這例子，家長甚至可

在家已跟孩子說：「媽媽想幫你學節制，有計劃才買東西，我們這個月內暫時不會去這商店……」，但這個月內可以有其他替代活動，如去公園、去圖書館、去逛金魚街或行寵物店探寵物。讓孩子經驗更多獲得滿足的途徑，轉化追求物慾滿足的習慣。

4. 習慣的執行方法需具體，容易熟習

想孩子長遠能落實父母想建立的習慣，執行的方法要容易實踐。例如：想孩子善用暑假，每天都自動自覺要做的事，可說成「暑假每天五件事」。父母可細心策劃五件事的內容及時間，如每天必要做暑期作業、預習一些課本、做運動、練習一樣興趣及揀選一件自己很喜歡做的事等；這五件事每天都要全部完成，尤其在習慣開始的階段，父母宜較密集督促及輔助，以修正可行性，漸漸熟習後便可教子女自行向父母匯報進展，令子女慢慢自己要求自己。

總結

幼兒及兒童階段，是孩子建立人生基本自理及生活習慣的關鍵階段，很值得父母多花心思，思考幫助子女成功建立良好習慣的良方。

中華基督教會香港區會家庭支援服務中心 主辦 「一生一世」婚前輔導小組（第二十二期）

- 目標：讓準備進入婚姻生活的情侶，對婚姻生活有更合理的期望和預備。
- 內容：(1) 檢視適婚程度；(2) 婚後溝通及衝突處理；(3) 了解原生家庭對夫婦相處之影響；(4) 婚後適應及婚禮籌備；(5) 憧憬未來，共建理想
- 日期：2015年7月8日至8月19日（逢週三，共7次）
- 時間：晚上7:30-9:30
- 地點：本中心講室
- 導師：薛玉女姑娘
- 對象：計劃於兩年內結婚/再婚之情侶
- 名額：十對準新人
- 費用：每對\$1,200（其中一人為本會會友）或\$1,500（非本會會友）
- 報名方法：填妥報名表連同支票（抬頭：中華基督教會香港區會），寄回本中心。報名表可於本中心網頁下載，或致電本中心索取
- 證書：出席率達八成或以上可獲發出席證明
- 中心地址：九龍太子道西一九一號馬禮遜紀念會所一樓
- 電話：23971495 中心網頁：http://fssctr.hkcccc.org



香港人， 請休息一天



說到休息，有些「懶骨頭」可能會說：「休息就是天堂的時間！如果沒有『地獄式』的工作更好！」有些像我一樣是「工作狂」的人也許會搖頭說：「休息？不可以！還有上千件事情要做，怎麼可能停下來？」有些中肯的人應該會說：「工作是必要的，但要有休息，才能平衡自己的日常生活。」

三種人，對休息有三種看法。那麼，「休息」的定義是甚麼？「休息」是一段讓人體放鬆的時間。「休」，休止也；「息」，止息也；兩個字的意思都是「停止」，所以「休息」是代表「停止」工作的意思。

聖誕假期前，學生們往往在「休息兩星期」的幻想中「遊魂」。可是，現實往往是殘酷的。當他們一翻開家課冊，便馬上昏死過去。二十、三十、甚至四十份功課，要用十四天做完，假期後又要考試，像我這樣的「瘋子」就只好在旅行中做功課，奪得一兩個「非工作天」。有些已為父母的員工就沒這麼好了，還要帶小孩去玩去跑去買禮物，假期還比工作辛苦百倍。我個人認為服務性行業的員工則是最慘的人——他們放假時還要工作，放假的時光等於沒放過假！港人的節奏很快，這是國際間所共識的，而我們也深明此道。可是，有人會問：「節奏快不就代表效率高嗎？我們要放慢節奏，便等於耽誤時間呢！」

當然，這個說法也有道理。

但是，人的身體，尤其是大腦，好比一台機器。大部份人都應該明白「機器過度使用會壞」的道理。同樣地，當人工作或操勞過度，就會有些肌肉酸痛、早生白髮或暈倒等後果的可能性。但是，請各位人士別誤會工作不好，因為不工作的話，人會變得懶惰和消極，那麼就別望有出頭天了。

我自己對工作和休息有關的事有深刻的印象：二年級時，我因太努力完成學業問題和吸收中學知識（我看的書籍是中學的程度）而用腦過度，長出了幾根白髮。這把我媽媽嚇著了，連老師也來輔導我，告訴我用功讀書是好事，但也要讓自己休息休息，給自己的腦袋放鬆一下。我也開始覺得累了，所以我停止了「自我強逼工作的生理按鈕」，但結果還是造就了現在「學富五車」、又有想像力的我（說得我是個自戀狂）！

你有聽過「永動機」嗎？很久以前，永動機已經被證實是不可能的。人不是想像的「永動機」，所以請不要以身試「機」，不然恐怕弱小的人類會操勞過度而亡。現在懇請各位聽聽我的忠告：第一，工作時工作，休息時休息；第二，請盡量不要在深夜工作；第三，請盡量讓自己有休息時間。

現實社會的快，不是真的很快。只是你看見了數據的上升速度，就覺得很快。但是香港也有工作時間或上學時間過得很慢。日以繼夜的工作和學習，源源不絕的工

作量和功課量，以及多不勝數的主修科和輔導課，已經慢得佔領了原本的休息時間，佔領了原本的假期，還佔領了原本的生活！可是老闆和許多的主考官卻還在罵著：「這麼沒用心，這麼不中用，快加緊工作／學習！」許多人被逼瘋了，「連休息的時間也沒有，我還是人嗎？乾脆死掉好了！」於是，許多年青人就因為有太多事情要做而失去休息時間的問題而去尋死。他們為了休息而輕生，真是可笑，也是可悲。可笑，是因為他們荒唐；可悲，是因為他們沒有休息的時間。

上帝用六天造物，第七天休息，定為安息日（創世記第2章）。可憐的是，現代人連敬拜和休息的安息日，也得像頭六天一樣不情願地工作（情願的工作名叫興趣，不計算在內），那麼上帝設立的安息日，不就淪為平日了嗎？安息日的意義，不就失去了嗎？

為了自己的健康，為了需要你們陪伴的孩子，為了上帝的創造，香港人，請放慢腳步，享受、休息一天吧！

香港閩南堂誠聘幹事

中華基督教會香港閩南堂誠聘幹事，中學畢業，有辦公室工作經驗，懂文書電腦各種輸入法。請繕履歷及諮詢人，以密函寄香港跑馬地山村道九號 或 電郵至 mlccrecruitment@gmail.com 交中華基督教會香港閩南堂長執會主席收。（申請人資料只作招聘用）

擊連妙結

區 會

本會二零一五年基督設立聖餐日聯合聖餐崇拜

本年度本會基督設立聖餐日聯合聖餐崇拜定於受苦前前夕，即四月二日（星期四）晚上七時三十分，在本會望覺堂（旺角彌街56號基督教大樓二樓）舉行，主題「一條新命令（約翰福音十三31-35）」，由胡丙杰牧師證道。請本會牧師、宣教師、各堂執委、長老及堂委、執行委員會委員、各中小學及幼稚園校長、老師及各堂同道兄弟踴躍出席，藉同守基督所設聖筵，紀念救主宏恩。

本會翁傳鏗牧師丁父憂

本會執行委員會副主席、基督教文藝出版社社長翁傳鏗牧師之父親翁益存先生，已於二零一五年一月一日息勞歸主，在世寄居九十九載，已於一月三十一日假世界殯儀館信誠堂舉行安息禮拜，隨後移柩和合石火葬場火化。請主內同工同道代禱紀念，願主安慰翁牧師及其家人。

堂 會

各堂人事動態

新聘同工：屯門堂已於本年一月一日起，聘得黎智生牧師為該堂堂主任；海南堂已聘得葉美容女士，為該堂分堂澳門海南堂宣教師。同工離任：基道旺角堂李偉雄宣教師，已於本年一月底離任。人事調動：基道旺角堂梁兆芬宣教師，自本年一月一日起出任該堂新設之副堂主任職；基禾堂梁木蘭宣教師，自本年一月起轉任該堂義務宣教師。

學 校

英華女學校重建工程奠基禮

英華女學校謹定於二零一五年三月七日（星期六）下午舉行新校舍奠基禮，邀請得李清詞牧師（倫敦傳道會駐香港資深傳教士）主持基石揭幕，以紀念早年倫敦傳道會傳教士飄洋過海，筚路藍縷，致力華人女子教育之功德。

英華女學校115周年校慶活動

英華女學校謹定於二零一五年三月二十八日（星期

六）下午三時正於深水埗暫遷校舍舉行115周年校慶感恩崇拜，由吳振智牧師分享信息。是晚假香港會議展覽中心舉行校祖日暨校慶聚餐。七月三十至三十一日晚上假香港演藝學院上演〈夜鶯〉英語音樂劇，並於十一月份出版校慶紀念刊。

本會小學及幼稚園 / 幼兒園聯校教師發展日

本會直屬小學聯校教師發展日，定於二月二十七日假協和小學（長沙灣）舉行；本會直屬及堂會幼稚園及幼兒園之聯校教師發展日，定於三月十三日假協和小學（長沙灣）舉行。



中華基督教會香港區會 主辦

2015 年度 牧師長執交流會

日期：2015年5月16日（星期六）
時間：下午二時三十分至七時三十分
地點：香港閩南堂北角堂
(北角渣華道128號渣華商業中心4字樓)

主題：對第二代教友子弟的牧養與挑戰
主講員：麥漢勳牧師
費用：每位八十元
截止報名日期：2015年4月30日（星期四）
查詢：2397 1022 鄭小姐



中華基督教會香港區會

全港賣旗日

二零一五年六月六日，請踴躍支持！