

魚
河
去

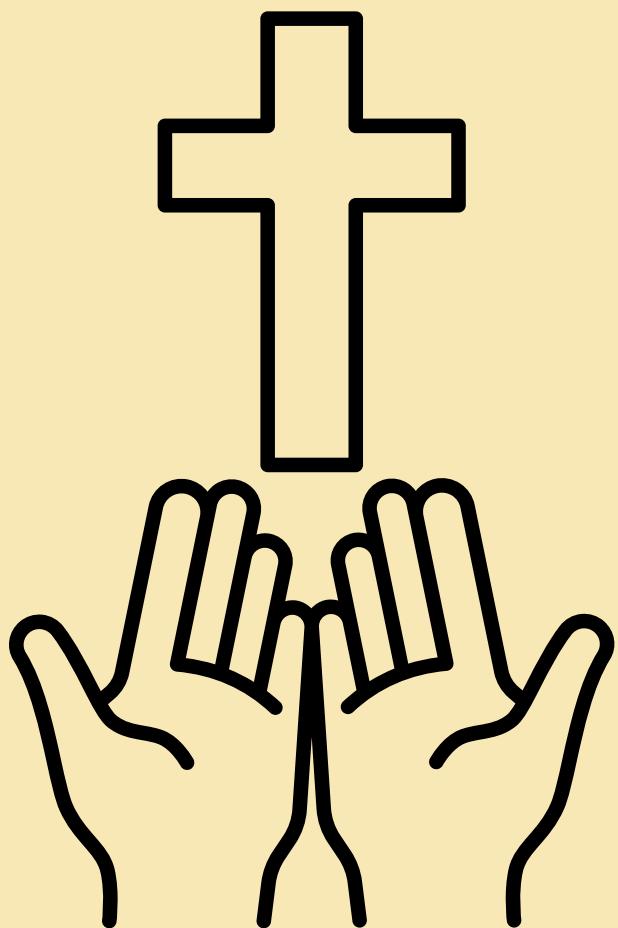
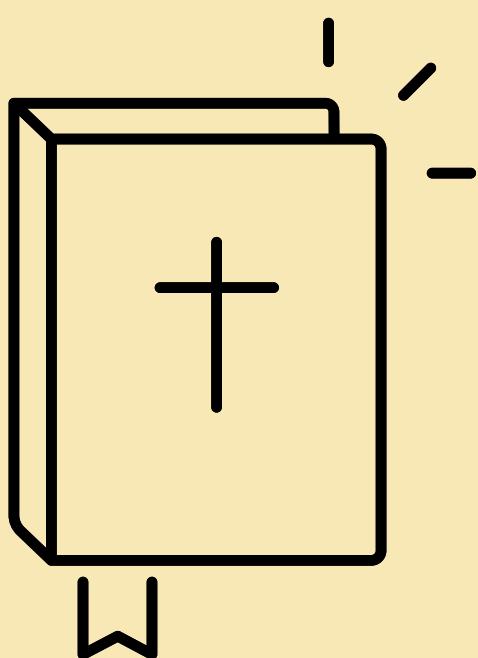
持守

聖潔



目錄

編者的話	P.3
堂主任的話	P.4-5
魚河去．回顧	P.6-10
魚河去．實踐	P.11-18



「所以，弟兄們，我以上帝的慈悲勸你們，將身體獻上當作活祭，是聖潔的，是上帝所喜悅的，你們如此事奉乃是理所當然的。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。」(羅馬書12:1-2)

說起聖潔，最耳熟能詳的經文就是以上這段。經文勸勉我們要獻上自己的全人給神使用，同時勸戒我們不要跟從屬世的價值觀。這些道理我們雖然在頭腦上知道，但相信弟兄姊妹在家庭、學校、職場，甚至教會都會有不少掙扎，因為要在狼群中生存不是一件輕易的事情，有很多的身不由己，亦要抵抗許多的誘惑。縱然是這樣，編者相信上帝是信實的，祂應許過會與我們同在，而且不會讓我們經歷我們不能承受的考驗。事實上，我們身邊就有不少能經起考驗的實例，因此建家部邀請了他們在本期家書分享。

堂主任的話

去年將崇定立了為期5年的教會主題「魚・河去」，意思是「基督徒是屬神的人(被神得著的魚)，因此我們要回歸神的水流(生命的河)」。我們相信當人願意按著神的旨意生活時才會經歷神，並且得著聖經豐盛生命的應許。

去年是5年計劃的第一年，我們的主題是「魚・何去？」我們希望透過這主題讓大家反思和學習怎樣成為主耶穌真正的門徒。其焦點集中在「如何在生活中跟隨耶穌」，關鍵就是建立恆常讀經的習慣。聖經是神的話語(神不會背棄祂說的話)，因此讀聖經是我們認識神最主要和最穩妥的方法。試問如果我們不熟識神的話語只靠自己的想法和熱心行事，即使我們有願意跟從主的心，但我們怎能確保自己在充滿罪惡和試探的生活中，能對準神的心意並有力堅持做神要我們做的事呢？

今期家書的主題「魚河去，持守聖潔」並以羅馬書12章1-2節為鑰節，帶出我們基督徒應該在生活中與世界的價值觀分別出來，做神喜悅的事作為對神的奉獻。在我讀神學的時候聖經科老師曾告訴我們：猶太人對抗罪惡的方法就是經常讀聖經。正如詩篇第1篇1-2節提到「惟喜愛耶和華的律法，晝夜思想他的律法；這人便為有福！」多讀聖經既能減少我們接觸不良的嗜好的機會(減少犯罪)，又能讓神的話語充滿我們的思想，潛移默化地改變我們的價值觀，使我們能夠更正確明白並且得著力量去遵行神的旨意，使我們行在神預備給我們的蒙福路上。

堂主任的話

建家部去年重新開設聖經科的主日學和推行讀經計劃，鼓勵弟兄姊妹學習真理並建立讀聖經的習慣，為我們能明白神的心意及在生活上回應神建立基礎。未知大家是否成功建立每天讀聖經的習慣呢？我鼓勵已做到的人繼續持守，未做到的人可以繼續嘗試，盼望大家能享受這段與神相交的寶貴時光，建立這個一生蒙福的好習慣。

「他要像一棵樹栽在溪水旁，按時候結果子，葉子也不枯乾。凡他所做的盡都順利。」(詩篇1:3)

魚河去・回顧

10 AUG 主日學 - 保羅書信導讀

配合本堂的讀經計劃，利用主日學幫助弟兄姊妹對保羅書信有更多認識。



31 AUG 差傳祈禱會

邀請到「保羅文化中心」的杜其彪牧師分享怎樣提供關懷宣教士方式。



魚河去 · 回顧

1 OCT 敬拜禱告日

與弟兄姊妹一同到明陣默想、與主相近。



2 NOV 高怡聯合活動

與高怡堂的弟兄姊妹一邊燒烤，一邊相交。



魚河去·回顧

2 NOV Fireman 畢業典禮 與黃佩霞姊妹一同慶祝畢業。



9 NOV 夫妻節崇拜

邀請了郭秀紋姑娘分享愛的信息，擴展部更特意佈置了副堂，讓弟兄姊妹崇拜後一同打卡留念。



魚河去・回顧

27-29 NOV 澳門短宣

以小隊形式訪宣，除了認識澳門生活，亦體驗了不同方式的服事。



30 NOV 差傳祈禱會

個人分享短宣感受，並一起為宣教士禱告。



魚河去・回顧

24 DEC 醫院探防

一同到病房探防，關懷問候病人，並為他們祈禱。



25 DEC 旺角堂聖誕崇拜+聚餐

到油麻地 Y M C A 參與崇拜後，再到倫敦大酒店暢談歡聚。



當在工場說起聖潔的話題，多數都會舉一些避免「為了合群而一起打麻雀賭博，或是為了融入圈子而跟着滿口粗言穢語。」的例子。這些文化在我工場裏都會出現，但對我來說成為聖潔的器皿不單只是這樣，而是從微小的事件都要思索與聖潔的關聯。

從小到大我都是一個不輕易發怒的人，即使對我來說最容易令人發怒的場所是在工作環境上，我都未曾輕易發怒過。在上一個工作場所，因為面對的病人都是比較危殆，所以即使病人本人或是家屬出現了一些無理的狀況，我的心態都是平穩，明白他們的處境。但近來轉換了工作場所，當中的病人會因為好微小的事情而無理取鬧，這時是第一次我的情緒被大幅地牽動，身為護士幸好經過多年已被訓練面對病人在甚麼狀況下都要表現出良好態度，但內心其實已經出現着好多滿有怒火及難聽的說話，連我自己都被自己的這些說話驚嚇到。「聖潔」在我們年輕的這一代不單只是說要遠離暴力、色情、欺騙等這些惡行，一個簡單的情緒，一句在腦海浮現的短句，當已經不合乎天父心意的時候，都已經窒礙了成為天父合用的器皿。

當天父無條件去愛我們每一個不同類型的人時，我能否又能像祂一樣不帶任何原則（例如病徵的嚴重程度，病人自身的合理性等等）去由心而發地愛他們及善待他們，而非只是表面上的友好態度。因為我深知即使表面上友愛善待病人能夠「對得住人」，但不能「對得住神」。

在你的日常生活中又能否有信心得到天父對你作為聖潔的器皿的肯定呢？

魚 河 去

• 實 踐



李卓欣姊妹

今年教會的年題「魚河去」提醒我，我是屬神的魚群之一，蒙召要游向生命的源頭，與主同在。在這條信仰的河流中，我深深體會到「持守聖潔」不只是道德上的堅持，更是每天在生活例如職場中活出分別為聖的生命。

作為一名職業治療師，我的工作是與認知障礙長者同行，協助他們在生活中重拾尊嚴與價值。在社區裏面充滿對認知障礙長者標籤和負面印象，我深深感受到好有需要為認知障礙症相關的公眾教育出一分力，希望能夠將認知障礙在公眾中「去污名化」與「去病態化」——不把患有認知障礙的長者視為病人，而是以尊重與愛心看待他們，幫助社會重新認識他們的需要與價值。



在一次社區講座中，我分享了與認知障礙長者溝通的技巧，強調「不要糾正對方說錯或忘記」、「保持耐性與理解心」，並鼓勵大家用同理心說出：「你人真好」、「辛苦你了」。這些看似簡單的話語，卻能為認知障礙長者帶來極大的安慰與尊嚴。我知道，這不只是專業的要求，更是我作為基督徒的使命，以上帝的愛去包容每一位認知障礙長者——活出羅馬書12章1-2節。

魚河去

• 實踐

在這個世界追求效率、成就與外貌的同時，我選擇以聖潔的眼光看待每一位長者。在上帝眼中，每一位認知障礙長者都是寶貴而且獨特的。服侍認知障礙長者不僅是專業的工作，更是敬拜與事奉，是活出聖潔生命的具體表現。我願意把自己獻上當作活祭，在職場中用愛去侍奉他們，認真思考每一位認知障礙長者的心理需要，讓他們能夠感受到上帝對他們的愛。

馬太福音5章13至14節也提醒我：「你們是世上的鹽。鹽若失了味，怎能叫它再鹹呢？以後無用，不過丟在外面，被人踐踏了。你們是世上的光。城造在山上是不能隱藏的。」在職場中，我願意成為那一點鹽、一盞燈，讓人看見上帝的愛與憐憫，讓長者感受到被尊重與被接納的溫度。



願我們都能在各自的生活領域中，持守聖潔，游向河流，與主同在。

魚 河 去

實 踐



高靖姊妹

聖潔的英文是“Holy”，聖經每一次描寫「聖潔」全都是種對神的形容，更重要的是種從而發的敬畏。除了聖潔，就是不聖潔，其實當中是沒有灰色地帶的可言的。2025年間，神正在揭開我生命中一些隱而未見之事，我發現原來連一些很微小的部分，也需要為主分別出來。

在面對職場上的一些決策和做法，發現了一些「不對勁」和「不合乎真理教導的做法」，我也曾想過「選擇妥協」抑或「勇敢表達看法」。當中經歷到很大的拉扯和掙扎。「分別為聖」代表選擇與人不一樣，就如同排隊分在兩個隊伍，會很顯眼，會成為與「眾」不同的人。因顧念別人的看法和有機會因「分別」而帶來的後果，其實是頗艱難的。我感恩在禱告中被鼓勵我要遵從心中的平安，勇敢為主分別出來。因為重點不在乎人會怎樣看我，而是主是怎樣看待。這，也是一個獻祭。

面對人際關係的部分，主帶我重新審視社交圈子和每段關係上如何持守聖潔，例如反思每段關係的互動是為著甚麼，有沒有得罪神的地方；調整關係的距離，尊榮神在每個階段的帶領。

很多時間我們都會因著顧慮不同的因素而選擇妥協，可是一次、兩次、三次，久而久之，我們會習慣因為懼怕人大於敬畏神。願未來一年，我們都能夠進入分別為聖的生活，讓神光照我們生命裏頭每個部份，並進入煉淨的過程，成為活祭，成為一個合乎神心意的人。

假期我在哪？我的心也在哪裏！

在我中學時代，我已經開始參加港九培靈研經會，當中得到很多靈性造就和奮興。試過幾次連續十天都參加全日的聚會，覺得能夠全心全意與主會遇，深受感動和得着。所以每年我會盡可能請假去參加，當然不是每次都那麼順利。好像去年因為當時工作上剛開展一個新項目，上司只容許我每日請假半天，所以參加完上午的聚會，下午便去上班，下班後再參加晚上的聚會。但是這樣便非常的奔波勞碌，聚會是參加了，卻沒有精神細心聆聽，所以聽了也好像沒有得着。

今年我便提早作出部署，六月便申請假期，剛好有其他項目要在暑假結束，人手較充裕，所以上司便允許我放暑假，所以今年我便可以十天全程全心全意的參加港九研經培靈會。我這個一年一度與神的約會，除了上司已不再阻撓外，同事也習以為常。有時我去旅行或短宣，地點是舊約記述的列國或保羅所到佈道的地方，同事都會問為什麼去這些危險的地方。當我向他們解釋是要實地了解聖經所記述的事件時，他們便明白我旅遊的目的不是為消閑，感覺我是去朝聖般。

我想把我的時間分別為聖，以親近神和以主的事為念。雖然我沒有把我是基督徒常掛在嘴邊，但同事都會知道我是基督徒。例如他們很喜歡相約在週日一起北上消費或者郊遊，我都會婉拒，但他們也不會覺得我不合群，因為他們知道我會以返教會優先，而且放假的時候，不是去短宣便是去朝聖。這種表態，反而讓我更容易的抵擋世俗的誘惑。

魚 河 去

黃佩霞姊妹

感恩自2000年起，認識主耶穌，成為主家的門徒。即使家裡暫時只有自己歸信，我仍會堅持在家吃飯前獨自作謝飯禱告。與家人掃墓時，也會刻意避開不點香，不進食拜祭過的食品。求主讓我在持守聖潔的信徒生活上繼續站立得穩！

今年的4-9月期間，我以救火學員的身份參與了「Fireman 課程」。在課程中，我不但獲益良多，我也體會要經歷心意要更新，生命才有變化。作為小組組長，以往我曾抱怨組員的出席情況未如理想，期望大家在崇拜後，預留時間參與教會活動與小組活動。神藉著祂的話語提醒我，作為組長要更積極地關顧組員的生命，學習接納他人。



「所以弟兄們，我以神的慈悲勸你們，將身體獻上，當做活祭，是聖潔的，是神所喜悅的，你們如此侍奉乃是理所當然的。不要效法這個世界，只要心意更新而變化，叫你們察驗何為神的善良、純全、可喜悅的旨意。」（羅馬書12:1-2）

這段經文是我幾年前看過而且好喜歡的。在七年前由創世記到啟示錄，在腦海中有這些經文去光照我，希望可以得著聖潔平安的生活。願望總算實踐了，因得著主平安，遇到困難的時候，不憂慮也不膽怯，知道主有救贖，是掌管萬有的，使我安心前行。

哈哈！大家這兩年是否經常見到我呢，因為神已經馴服了我，每個禮拜和弟兄姊妹一起敬拜當作活祭去親近上帝是理所當然的，是神喜悅的，因為神創造了六日的工，第七日就要安息，所以我們親近祂都屬於是安息，多親近神，就幫助活出聖潔，多結果子！



不要效法這世界，心意更新而變化，我已經變化了，靠著主話，祂說：祂的恩典夠我用，所以我應當勇敢無懼，盡量去服侍，在教會敬拜服侍神，回鄉服侍爸媽，服侍外面的羊。



魚河去

• 實踐



回顧一年前，當我報讀為期三年的課程時，早已預料將會面對繁重的課業與艱鉅的挑戰。然而，當真正踏入這段旅程，身心卻仍難以承受，時而感到無力與孤單，甚至不禁懷疑自己是否作了錯誤的決定，腦海中也時常浮現退縮與逃避的念頭。

感謝主的恩典，使我至今仍能堅持前行。這一路有學院老師耐心的教導，也有同學們真摯的鼓勵與陪伴。課程中，我不僅需要閱讀大量屬靈書籍，還得研讀神學家的著作與文章，更要在小組中與人分享心得、彼此造就。隨著時間漸漸過去，我愈發珍惜與老師、同窗相聚的時光，在主的愛與保護中，深深體會祂的恩典永遠夠用，也學會享受這個過程。

除了研讀聖經、渴慕神的話語之外，我也在學習重要的人生功課：如何與人和睦共處，建立與神美好的關係，並且渴望看見萬有在基督裡復和的見證。

在這段屬靈旅程中，我體悟到信仰從來不是孤單的追求，而是與神同行、與人互相扶持的歷程。簡樸的生活教導我放下過度的追尋，在感恩中接納自己的有限，並在安靜中尋求神的心意。這段日子也擴展了我的眼光，讓我明白「同行者」的真義—不是扮演拯救者的角色，而是以不完美的生命分享恩典，彼此扶持、互相鼓勵，讓所有關係扎根於神的愛中。

我期盼自己能持續培養閱讀的習慣，讓書中的智慧不斷影響我的生命，使我在成長路上更敏銳於與神的相遇，更深體會祂的引導，得著祂所賜那份真實的「美好」，讓自己的身、心、靈不斷更新變化，更像祂的樣式。

鳴謝

基督教香港崇真會將軍澳堂 建家部

統籌 | 周漢釗 司徒曉晴

排版設計 | 周漢釗

編輯 | 周漢釗

校對 | 建家部

內文分享 | 李卓欣 高晴 黃靜儀 黃佩霞

羅振芳 高靖 俞穎珊

印刷 | 周漢釗

出版日期 | 2026 年 1 月

電子家書 | www.tkottm.com



