

# 『燃亮自己，照耀別人』 退修營



本年度職員退修營目的是協助同工反思人生與工作的價值和意義，並鞏固同工間的團隊精神。

**日期:** 2010年2月27日(六)

**時間:** 上午9時—下午5時

**地點:** 香港中華基督教

青年會烏溪沙青年新村小禮堂

**\* 請各同工預備攜帶以下重要東西入營:**

- ☺ 一份簡單自在的心。
- ☺ 二份投入。
- ☺ 三份真誠及加上四份輕鬆。

如各位同工在人生路上出現疑難，希望心靈重新得力，又或分享人生信仰、生活喜與憂，歡迎進一步與佳音服務辦事處(20E)聯絡，支持您的!

電話:26190087 (內線371)。辦公室:總部5樓501(I)室



佳音事工促進小組

*The Gospel Service Coordinating*



# 健康禱文

我們的天父上帝，  
在安靜與信靠中，我們轉向祢，  
爲了生命中的喜樂與生活，我們感謝祢。  
永恆的父，我們爲康復向祢祈求，  
我們在祢裏面得安息，  
如船在海上得安息一樣，更如房屋安放在堅固基礎上，  
知道祢會給予我們身體上的健康及靈性上的勇氣，  
通過醫生的知識，護士的看顧，  
通過牧師的靜態與禱告，  
通過我們所愛的人的愛心，  
通過飲食、休息及有如新鮮空氣一般的希望，  
我們的天父，我們信靠祢，  
並感謝祢在我們裏面那給予我們健康的能力。  
在那依靠中，我們得堅強；  
在那信任中，我們得康復。  
奉主耶穌基督之名，阿們。



## 梁錦松 (註：香港前財政司) 於 2009.11 受浸典禮中的見證分享

和很多香港出生、受教育的人一樣，我唸了十年以上的教會學校，每天唱聖詩、唸主禱文，但對主沒有很大的感覺。中學畢業後，學業及事業都較順利。所謂少年得志，心裡沒有空間去接納主。我自認是多神論，入廟拜神，並相信風水、命理。

2003 年離開政府後有較多時間，舊同學教導我多認識主，並輔導我讀畢《標竿人生》一書。但我對人生一切及上主命定(Pre-destination) 不理解，便沒有繼續尋找 … 神。

2006 年接意黃仁龍提出對命定的另一解釋，並隨他到港福堂參加崇拜。當時亦回想到我 04 年初向主耶穌禱告，後來知道祂答應了我的祈求，而我卻一直追尋我會與主交換、並承諾我放棄的事。加上我向主禱告時，祂經常有回應(不一定是答應)，使我相信天父上帝是宇宙間唯一的真神。於是 07 年初我決志信主，之後並經常向朋友介紹我信主的經歷和好處。我信主後明顯的是感到肩上的擔子輕了。無論儒、釋、道都強調自我修爲，靠的是自力。加上過份自信，甚麼問題都以爲自己可應付，心理負擔很大。認識主後，知道事事都有祂帶領。通俗一點說，是有大佬可跟，靠的是祂力，心情上是輕鬆多了。況且，知道信主可得永生，現世的事相對不是這麼重要了。

另一方面，主耶穌教我們要行公義、好憐憫、存謙卑的心、與 神同行。我仍然在不斷學習，特別是學習謙卑。我希望以後能緊跟主的命令，榮神、益人、盡己。



## 伏明霞 (中國國家級女泳健將) 於 2009.11 受浸典禮中的見證分享

有一位年長一點的朋友對我信主覺得有點驚訝，因爲在他眼中我事業與家庭都頗順利，爲甚麼會信主呢？而且，我以前在國內時也拜過佛，受過密宗活佛灌頂。一切都是上帝的安排。06 年底 07 年初我與娘家因事鬧意見，對他們有些做法，我與丈夫都非常不理解，我作爲女兒特別覺得鬱悶，心裡很難受。我與女兒的一位同學的家長談起，她是虔誠基督徒，她與我一起禱告，禱告後我心裡完全平和，之前的鬱悶和對家人的不快感覺，完全一掃而光。

於此同時，身邊的基督徒朋友也忽然很積極邀請我參加查經班，參加後除了學習基督的教導外，也學了不少做人的道理。據我丈夫說，當時恰好是他爲我禱告，希望我能多學人生道理的時間。自此，二年多來，我和丈夫經常參加主日崇拜，及每周的查經班。

信主前，因我事業及家庭發展的確較順，顧慮不多。但有了孩子後，掛慮的事情多了。特別是看見大規模天災，感覺人實在渺小，亦擔心家的現在和未來。

信住後，最大的不同是心裡覺得平安。知道心裡的問題有上帝會安排，感覺是輕鬆多了。信主後，每天禱告成爲我不可或缺的習慣，每天感恩，亦把問題向主傾訴。另外，亦清楚及肯定現世後有永生，有了永恆的盼望，對現在面臨的問題不再看得太重。