



道聲 通訊

Taosheng Newsletter

3月 | March 2022



應變措施

■梁美英

大家想也沒想過，踏入2022年，新一年開始不足十天，全港市民又要進入最高抗疫戒備狀態。疫情急促發展到第五波，這次的衝擊引伸而來的應變措施，可算是比過往容易駕馭，但變化卻比過往更快。我們需要時間適應，仍是要邊摸著石頭邊過河一般地規劃應對。

其實，活在這個世代，變是無可避免，只是疫情為我們生活行程添加了一項「不確定」。不確定能否實體進行、不確定參與人數可以有多少、不確定誰人能出席、不確定要否取消……當人長久站在十字路口而不作決定時，隨之而來就是要承受無形的壓力；可是當你已下定決心要轉左或轉右之後，原來下一個十字路口就在轉彎位等待著你。這樣，我們是否無奈地承受這些轉變？還是用積極的態度去嘗試駕馭？兩者若

走向極端都會叫人身心疲累，還是該先做好心靈應變措施。

疫情的變化確實打斷了不少議程，但同時也教曉我們，迎向更新改變才是上策，否則原地踏步只會留下一大堆無奈和挫敗。我們可以怎樣繼續在時代中為主作見證？讓我們啟動心靈的應變措施，就在這個不確定的時代，為自己留下確定的空間，重新檢視自己的心靈，讓上帝的話語透過安靜和閱讀，為我們打好更強健的屬靈基礎。那樣在啟動應變措施時，我們都不會速手無策，而是積極迎向未來，期望更新帶來的改變。當有地方用得著我們時，我們可以立即回應：我在這裏，請差遣我。而不是：太突然，我還未準備好應變措施！誠然，機會是為有準備的人而設的。

TAOSHENG



■ 標竿人生 (紀念版)

- 華理克著
- 楊高例理譯
- 道聲出版社
- HK\$170



實踐 五個人生目的

■ 李志剛

人 在變、世界在變，多數的變我們都不能駕馭，只能承受變化的結果。在變化中有人無奈、有人憤怒、有人哀傷、有人得益……很多人在社會變遷當中已變得毫無方向，好像一首無動力的船在海中漂流一樣。隨著水流和風向不知漂到哪裏，也不知道漂流何時停止。不知道你有沒有身同感受呢？

《標竿人生》不單單是一本暢銷書，而是一顆能在亂世當中尋找方向的北斗星。縱使風雨飄搖，我們仍然能夠抓緊上帝給我們的五個人生目的：

第一是通過「敬拜」讓我們更明白和愛我們的上帝。

第二是「團契生活」，讓主內肢體彼此關懷和守望，建立上帝的家。

第三是實踐「更像基督、成為門徒」，能在磨練當中茁壯成長。

第四是「專心服事」，讓恩賜充分發揮、建立教會。

第五是「傳揚福音」，向人分享生命信息。

不經不覺這本書已經面世二十年，而我自己也讀了它不只十遍，作為馬鞍峰香港教會的主任牧師，我不單自己閱讀，也推動各人閱讀和實踐在整個教會的運作當中，使眾人的生命不論在任何境況依然能夠駕馭改變。

希望這個靈修日誌版，更能幫助大家每天反思，每天都得著動力逆流而上和繼續前進。互勉！ **TAOSHENG**

形塑未來的能力

■鄭堅徒

假如你是在商業職場的人士，這是一本非常出色，值得閱讀的書，作者長期從事經營策略諮詢，擔任企業領袖顧問，創辦了「百日卓越」(First 100) 及「卓越領導學院」，並且以提升領袖素質為她的使命。在書中，她提出了領導力的關鍵原則、實用指南、建議、例子，反思實踐、祕訣和技巧來幫助提升領導力。但閱讀這書時，我的腦海中一直有兩個問題：第一，作者究竟在向誰說話？第二，這書適合給教會中人閱讀嗎？

過去二三十年，商業管理的營商氛圍，或多或少將教會領袖擠壓得透不過氣，花費大量時間面對各式各樣的需求，使命感和挫敗感緊緊連結，效法再上一代教會領袖的典範素質，未必事事帶來實際的好處，這種窘境常令領袖們無所適從。可是在當下，我們即使願意檢討，亦於事無補，因為世界已經改變，這一代已經改變，並且在迅速變化，教會唯一可以做的，就是面對和學習如何領導和應對充滿「不確定性」的未來。

過去曾經形塑世界的領導者，與當今影響並形塑世界的領導者，都盡不相同；至於形塑未來的領導力又該如何？這正是這書作者單刀直入寫作這書的目的。

作者在結束時說：「……但就我個人的看法，凡能改變世界的，就是真正的領導者。我認為大多數人都低估了自己的能力……領導的趨勢已越來越大眾化……它源自人們心中勇敢追夢的呼喚，渴望創造美好的未來……你可以成為一個創造、改變周遭或世界的人……要作一個不怕帶頭，充滿各種想像和可能性，用熱切感染他人並贏得支持的人；要成為有清晰目標，能鼓舞別人，遇到障礙堅持不退讓的領導者；並隨時不忘……」

這完全顯示出，書中雖然從未出現「教會」二字，但她的心腸、方法和指導，正是今天教會的需要！

我鼓勵年輕的教會領袖同工們，一起閱讀此書，創建讀書會，分享心得、互相鼓勵，面對未來。我更鼓勵教會中人閱讀此書，明白未來形塑者的領導特質和人格特質，並且「相信你擁有的能力遠甚於你想像的」。**TAOSHENG**



■未來形塑力

■尼亞姆·歐基夫著
■姜群、林毓雯譯
■道聲出版社
■HK\$119





- 真理不怕挑戰：受洗前，BEST最常問的18個問題
- 楊錫儒著
- 格子外面文化事業有限公司
- 道聲出版社總代理
- HK\$72



真係一本工具書— 《真理不怕挑戰》

■余勝意

作為一個曾經以工程為業，今天即使擔任了牧師職務仍常常要帶領或參與野外露營等活動的人，良好和專業的工具對工作的重要性可謂不言而喻！一件好的工具，不單能令工作事半功倍，有些更能令在工作的過程中免於犯錯或受傷，如果手上拿著一件多功能工具的話，既能節省工具，亦能方便應付不同場境的需要，《真理不怕挑戰》這本書，正正就是這樣的一件工具。

雖然這本書開宗明義是一本教導人如何回應：「受洗前，BEST最常問的18個問題」，以及用來回答有關幸福小組聚會中新朋友常會問到有關信仰的問題，但其實書中的問題並不單單是這些在幸福小組的新朋友會問的，就是平常聚會或在傾談中，那些未信主的、甚或有時我們自己和我們的弟兄姊妹都

曾經問過，甚至仍然在發問這些問題：

「我現在覺得很幸福，所以我不需要耶穌？」
「我信了耶穌，還能見到已過世的未信主親人嗎？」
「基督徒的表現也沒有多好，我為甚麼一定要信耶穌呢？」

這一類問題豈不是我們常常都聽到的嗎？雖然，可能你和我都會有一套自己的答案去回應，但你能在三分鐘內有條理地將你的答案告訴這個尋問的人嗎？這正正就是一本工具書，能幫助那些想要解答卻未能在有限時間內給予提問者回應的人，盼望我們都能從中學習，以簡而精的方式回應尋道者的疑惑。**TAOSHENG**



飛躍教室

家長篇

與孩子 一起學習，一起成長

■一位家長的分享

收到《童心飛躍》課本時，除了製作精美外，內容也相當豐富，不過剛開始時，不知道究竟可以怎樣入手。課本中的習作哪些要完成？哪些可以不用完成？於是第一時間向導師查詢，經過他們的詳盡解釋，讓我們明白自己作為家長，要著重的是與孩子的互動過程，而不是只看重是否完成課業。

的確，堂會推行《童心飛躍》教材早期，導師們手上都有教師本，所以較容易理解全套教材的使用和運作；但對於家長來說，我們需要「解讀」。感謝堂會的導師悉心指導，更重要是讓我明白原來全書是分有「核心環節」和

「輔助環節」，而家長可以透過細閱學生本的「給家長的話」，配合參與成人崇拜時的領受，就能大概知道該

輔助環節

結出屬靈果子、愛的鼓勵、事事關心、我想問、跟主腳蹤行、飛躍小記者、聖經節日巡禮、聖經中的動物、聖經中的食物

課的學習重點。在「核心環節」中，孩子在課堂上學到的道理，在家中家長也可以用「重溫」的形式去完成，而更重要的是分享，聽聽孩子明白多少。

然後，透過「情緒符號 / 變奏 / 階梯」或「家長情緒溫度計」，與孩子互相分享，讓大家可以傾訴心聲。

記得有一次，孩子突然出現情緒，開始發脾氣，於是打開學生

核心環節

福音經文、
主題探索、金句解讀、
天地連線、情緒變奏、
給家長的話、
家長情緒溫度計



本中的情緒符號，請他指出哪個情緒符號合適形容他的感受。他就很快指出「不開心」，我就再問他原因，請他試試講出來，就在傾訴之間，我已不自覺得地給他抱抱，讓他安定下來了，我發現表達、聆聽原來就是這麼簡單，卻是很重要。

至於「給孩子愛的鼓勵」，家長原來可以用文字表達心意，也可用圖畫或貼貼紙去回應，甚至以行動給孩子具體愛的鼓勵，這一切都在乎於家長與孩子互動之後，自然流露的表達，那怕只是一個擁抱或做出心型手勢，還是送上心意卡或禮物，當孩子收到時，不會只視為多一件物質的東西，而是感受到一份愛，一份與父母建立的愛。

但願每一位孩子和父母，彼此學習，在愛中一起成長。**TAOSHENG**

童心飛躍

启智互动教材

 <http://bit.ly/child-ws-CB>



桌遊樂。樂桌遊。

■羅群英

桌遊的英文為Board Game，意思是指「在桌子上或平面進行且不插電的遊戲」，基本上桌遊會使用圖板、卡牌、棋子、骰子等配件，創造遊戲的豐富及耐玩性，如大富翁、撲克牌、層層疊、UNO等。

玩桌遊不僅是親朋好友的交流，也是消磨時間的好方法，桌遊不只是玩樂，也是鍛鍊大腦思考、手眼協調能力之外，亦有助於增加社交溝通的橋樑和促進心理健康。有不少文獻指出，玩桌遊是有助減緩長者認知退化和憂鬱的現象，亦可促成長者主動參與活動的興趣，為認知和身體方面帶來正面影響。

作者一開始以成功老化 (Successful Aging) 理論為基礎概念，讓讀者對長者的身心轉變略有認識，並輔以桌遊的特質與實務經驗分享，以健老、緩老構思健康的脈絡，落實整全失智的預防。作者藉以二十六款多元、多面向的益智桌遊，帶領讀者體驗不同的情境、創造無限的童趣和歡樂，能有助長者活化大腦的思維，帶動他們手足的伸展，達到全身運動的功能，更能促進長者身心靈全人的健康。同時桌遊也為家庭營造親

子或三代同堂的親密關係，增進闔家歡聚的時光。

現時筆者正停下事奉來照顧母親，桌遊的確能增進親子的親密關係，從遊戲中可知母親的思考力及手眼協調的情況，在陪伴中的鼓勵、欣賞、肯定，能增進她的投入的樂趣，亦幫助她動腦筋來減緩退化。

另外，適合長者小組進行的桌遊活動能舒展長者的心，喚醒他們凍齡的青春活力，增長他們的智力，也可邀請青少年一起參與，促進長青的關係，共享桌遊所帶來的喜樂。

TAOSHENG



■玩桌遊：
樂活樂齡創意桌遊手冊

- 王美媛、朱蕙玲、張其東著
- 道聲出版社
- HK\$68





■樂鳴禮讚

- 姜樂雯作曲/編曲、甄燕鳴作詞
- 香港路德會文字部
- 道聲出版社總代理
- HK\$88



獻奉今生每秒

■甄燕鳴

獻奉今生每秒 [復活後第三主日]

曲：姜樂雯 詞：甄燕鳴

我主掌管天高海闊與萬有 全地聽你說話 交替春與秋
貧窮的身心 皆因主愛從未保留 驟變得富有 更徹底足夠
每日供應萬眾的基本需要 托付差遣 為了彰顯你榮耀
我願履行大使命再不畏懼地震山搖，竭力獻奉今生每秒

「獻奉今生每秒」的歌詞，基本上總結了創作《樂鳴禮讚》的心路歷程，求上帝使用這一系列根據三代經文寫成的詩歌！

除了聖經，試問哪處再找到如此豐盛的源頭，能夠衝破一切界限，讓所有人聚焦於基督的身分與屬性，深入了解屬天旨意？上帝的話語有如利劍，無堅不摧，一針見血，一矢中的地治療靈魂深處的憂傷！

表面看來，粵語歌詞往往無法把經文一字一句地配入曲調，但感謝聖靈的啟發，嘗試把經文精萃忠誠地呈現，把屬靈啟示轉化成充滿立體感的歌詞，配合抑揚頓挫的曲調，敲響每一根靜候

的心弦，引起共鳴，讓這位自甘卑微走進歷史的救贖主活靈活現，觸動每一顆義無反顧的信靠心，得到更新與醫治！

願《樂鳴禮讚》蒙主悅納，讓教牧團隊更容易找到適用的回應詩歌，幫助信徒認清敬拜仰賴的中心點，在這無助慌亂末世中，竭力作鹽作光，跨越障礙，預備主來；在基督的家各盡其職，互相效力，傳遞正面信息和能量，作馨香的祭。

盼望更多人從中得到啟發，更深入經歷這位滿有恩典慈愛，獨一無二的真神——上帝！TAOSHENG

童書·圖書



■ 奧莉薇心情變變變

■ 荷西·法蘭哥休著
■ 楊淑瓊譯
■ 道聲出版社
■ HK\$99



■ 楊陳玉華

本書的作繪者荷西·法蘭哥休 (José Fragoso) 以西班牙文 *Olivia Diluvio* 命名本書，原意是奧莉薇的大洪水，暗示主角要經歷一次具毀滅性的風浪。我更喜愛中譯書名在封面雷暴的圖像襯托下，進一步預告了故事是有關心情的變化。

兒童對別人的表情有一定程度的認知，但對於識別引致情緒變化的原因和表達自己感受的能力卻是有不足的。作繪者在文字和視覺上加上氣象這個元素，不但提高了兒童的閱讀樂趣，也讓兒童對情緒狀態有更具體的識別力和更好的表達力。故事中加插了主角對父親的觀察，及有關妹妹、動物和路人的描述，最後還建議以投入活動紓解緊張情緒的方法，讓兒童留意周遭人物都與自己同樣具有變化萬千的情緒，因而能接納自己的情緒，也學懂處理方法，比單一描繪兒童個人的情緒更勝一籌。書末還有貼心的有關氣象的釋詞，有助家長伴讀

時回應兒童的發問。

筆者建議不要單單把這書看為情緒教育的工具書，也要視之為培養對文學和藝術修養的作品。兒童閱讀這書可以潛移默化地欣賞到兩種修辭技巧：第一是對比的修辭格：好天氣與壞天氣及好心情與壞心情；第二是現實處境與氣象變化平行展開的結構（中譯本的編輯為要幫助讀者留意故事中有關氣象的變化，以不同的字體編印有關句子）。藝術方面，在作繪者簡單而具色彩的筆觸下，插圖彷如出自兒童之手，令兒童閱讀時更感親切。

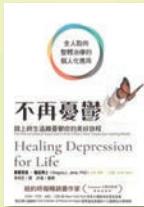
這是一本能夠帶給讀者樂觀生活態度的親子共讀好書。讓我想起這繪本與《童心飛躍》兒童崇拜互動教材（家崇教材）有異曲同工之妙。教材的學生本讓家長和兒童以表情符號和階梯表達過去一周的心情。兩者同樣是把情緒狀態具象化，幫助親子間打開溝通和互相了解之門。 **TAOSHENG**

新書推介

New Arrivals

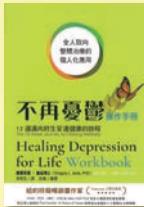


■新書推介 | bit.ly/tph-boutir-new



- 不再憂鬱：踏上終生遠離憂鬱症的美好旅程
- 葛雷哥里·詹茲、濟斯·沃爾合著
- 舉手網絡
- 道聲出版社總代理
- HK\$150

憂鬱症的標準治療幾十年來一直沒有改變，通常是透過處方藥物或談話治療，僅此而已；但有多達三分之一的憂鬱症患者無法受用於標準治療。葛雷哥里·詹茲博士提出新的方法：全人取向。他帶給讀者可以恆久緩解憂鬱症的治療、操練和生活型態改變；實際做法是致力於解決憂鬱症的情緒、身體、知性、關係和靈性的原因。



- 不再憂鬱操作手冊
- 陳玉英、格林伯格著
- 舉手網絡
- 道聲出版社總代理
- HK\$72

這本根據葛雷哥里·詹茲博士新創的《不再憂鬱》所寫的互動式操作手冊，將為讀者提供尋找整全治療取向所需的工具。以一週接一週的形式進行，為期十二週；分別檢視憂鬱症的情緒、身體、智性、關係和靈性的原因，並且依據個人境況和病史，制訂專屬於自己的個人計劃；並發現新的前進道路——最終在感到失去希望時找到寬慰。



- 禱告時光：精選 (1)
- 耶穌愛你·我也愛你
- 劉恩宏著
- 愛的影響力
- 道聲出版社總代理
- HK\$79

精選83篇簡明、能夠引起共鳴的禱告詞，幫助你與慈愛的上帝之間，搭起蒙福的橋梁。因為耶穌希望你過得更好。不管是在開心還是難過的時候，記得翻閱這本書，能陪伴你一起來尋找耶穌。相信愛我們的上帝，會藉著禱告來幫助我們，以祂豐盛的智慧保守和祝福，在苦難中有力量繼續等候必來的盼望。

預苦期 Lent

節期知多少

■節期知多少 | cww.hk/church-calendar/



預苦期 (Lent: 春天之意。德文亦有此字，意指「延長的日子」。) 從聖灰日 (Ash Wednesday) 至復活節 (Easter) 期間的四十日 (主日不計算在內：因每主日都是記念主基督復活的日子)。自古以來，信徒在此期間多會禁食禱告，悔改自省，思念基督的受苦受死。一般來說，預苦期的屬靈操練是四十天 (參考耶穌基督在曠野四十天受試探 / 以色列民在曠野四十年)。

節期顏色包括：

紫色：代表悔罪

時段：聖灰日至復活節前

道聲TOP 5



2 信徒箴言2022

3 標竿人生 (進昇版)

4 成長九式 (學昌本)
成長九式 (樂·愛靈修)

5 每日經歷神

(只包括道聲出版及總代理書籍；截至二零二二年一月三十一日)

為時不晚

凱瑞·紐霍夫 著

七個阻礙我們成長的警號

• 憤世嫉俗
• 道德妥協
• 人際疏離
• 脫節
• 驕傲
• 僥怠
• 空虛

Didn't See It Coming
Casey Nieuwhof

內花園
你我都可以的
為時
不晚

ISBN 978-962-8504-50-5

QR code: bit.ly/3HYCjSE

活動花絮

《耶穌是道路、真理、生命》新書發佈會

感謝主！12月7日（二）晚已完成「抗衡世界的門徒生命」信仰交流講座暨《耶穌是道路、真理、生命》新書發佈會，有關活動花絮請參閱 www.facebook.com/hktaosheng。



bit.ly/3HYCjSE



道聲出版社：九龍油麻地窩打老道 50A 信義樓三樓

道聲書局：九龍油麻地窩打老道 50 號（城景國際對面）

電郵：taosheng@elchk.org.hk

Facebook: 道聲出版社 - 香港 | Weibo: taoshenghk

電話：(852) 2388 7061

電話：(852) 2388 7681

好書共賞：GoodBook.hk

網上書店：taosheng.boutir.com

傳真：(852) 2781 0413

網址：www.taosheng.org.hk

童書·圖書：Childbook.hk

信徒箴言：CWW.hk