

諾言

2019年第四期
警察以諾團契



踏浪者



目錄

以諾人物專訪	3
踏浪者（許淑芬編寫）	
百味人生一	15
崇拜講政治？（黃衛雄）	
百味人生二	18
誰大誰惡誰正確？（坤）	
職場智慧攻略	22
職場哲學（三）：領導能力（麥文本）	
職場交叉點	28
一石激起千重浪（吳振榮）	
警察冷知識	31
不一樣的餐廳 — 警官餐廳（陳總）	
警嫂好介紹	33
湯水篇 — 清心 明目 潤肝 解燥（King E）	
身心保健	35
當你感到身心疲乏時（徐羨容姑娘）	

風暴及黑雨消息的聚會安排



1. 若天文台宣佈將會在聚會前 5 小時內發出八號或以上熱帶氣旋警告信號或黑色暴雨警告信號，聚會將會取消，
2. 若聚會在進行中，天文台宣佈將會懸掛或懸掛八號風球，聚會立即停止，
3. 若聚會在進行中，天文台發出黑色暴雨訊號警告，聚會繼續進行，各人應留在安全地點，
4. 若天文台宣佈將會在聚會前 5 小時內取消八號或以上熱帶氣旋警告信號，聚會也同樣取消，以避免暴風後的交通繁忙情況。

註：以上安排會因應各單位及聚會之情況而有改變，敬請留意該單位之公佈。



以諾人物專訪

踏浪者

(許淑芬編寫)

引言

「踏浪者」，是警方針對反修訂《逃犯條例》所引發的示威事件而命名的行動。當筆者第一次聽到「踏浪者」，心中頓時顫抖。誰能踏浪呢？不是太危險了吧？羅德里戈（Rodrigo Koxa）是去年打破吉尼斯（Garrett McNamara）於十年前創下的世界紀錄，成為衝過 30 米高巨浪的高手，但成功者的代價，可能經歷過全身的骨折、或要一生與痛楚為伍、或常處身死亡的邊緣，其代價可想而知！警察成了踏浪者，也意味是一場非常艱辛之路。

筆者聯想聖經有一個類似例子：當耶穌行過五餅二魚的神蹟後，有太多人因為愛餅而擁著祂，祂惟有趁眾人散開後，找機會獨自上山禱告。那天，耶穌禱告至深夜後尋找門徒。那時

門徒在船上正面對巨大風浪，突然看見海面上「鬼怪」，便慌忙喊叫；耶穌隨即說：「是我。」彼得驚見耶穌能夠踏浪，便說：「主，如果是祢，請叫我從水面上走到祢那裡去。」耶穌說：「你來吧！」彼得就從船上下去在水面上走著，卻突然醒覺被風浪圍著，將要沉下時，便驚喊著：「主啊！救我！」耶穌趕緊伸手拉住他，對他說：「你這小信的人哪！為甚麼疑惑呢？」他們上了船，風就住了。（參太 14:22-33）從這個風浪中可見，彼得能踏浪，是因為「信耶穌」；獲救，是因為「耶穌的同在」。

警隊以「踏浪者」來作為今次行動的代號，似是「預知」其危險性，並給他們清楚暗示，能勝利，是因為信心。相信甚麼？就是香港所賦予警隊的職責與使命，他們是保護香港的最前也是最後的防線，他們要本著職份，保護香港度過此危機。

筆者在這數月裡，關顧前線或後方的基督徒警察同事，了解他們的工作、體會他們的心路歷程，如何倚靠主面對這嚴峻時刻，靜聽他們心聲，也以香港有這些年青警察，如此刻苦、忍辱負重為榮。

警總

當 6 月 26 日警察總部被圍那天，除了文職同事早一點離開外，其餘同事都留在總部，他們心裡有百般滋味，是感到受羞辱的、憤怒的、無奈的。

米高說：「當看見『警徽』被羞辱，保護不了時，內心感到好羞辱！這是警隊權力的象徵，那些人是故意侮辱，挑戰我們的底線，我們卻忍讓了！」米高因為當晚有事，必須想辦法離開警總，同事幫忙著找出口時，他站在警總門口約有十分鐘，

他第一次感受到前線同事的屈辱：「那些示威者不斷以粗言穢語罵我們的同事，甚麼『黑警』、『…死全家』，還有更難聽的說話！同事們非常克制，站了整天，就這樣長時間聽著這些辱罵！我自己聽了十分鐘，回家後心裡很不舒服，不能安睡！如今有些水馬，隔開了同事與示威者之間，總算好些！」當找到側門出口，米高經過此門時，他心裡非常難受：「當時聽見同事催促說：『快走！快走！別讓他們發現！』我感到很羞辱，我們是警察，為何要如此鬼祟？」

阿寶同樣是被困於警總，他說：「我覺得好無奈、好憤怒，為何出入得不到自由？為何警察要如此受辱到這地步？其實當時警總內有很多人，若要『打』，其實是可以贏！為何不打？竟被『治上面』？但因為知道 42 樓的上層全都在，上頭不用武力，我們也得要接受！相信他們的決定總有原因，也因此便默默忍耐。」



西環

「我是 7 月 28 日後才參與這次行動。」只有 30 歲出頭的阿濤回應。「最深刻的是在西環的一幕。當時同事的士氣是高昂的，氣氛就像上戰場去打仗般。但我看見當時的西環街道，滿處都是垃圾，到處被破壞得有如廢墟！」阿濤帶點失落感說：「我當時心裡問上帝，為何會這樣？正常的打仗是對外的，今面對的卻是『自己人』，心裡很難受！我們拉了 20 多人，當示威者除下口罩時，他們明顯跟之前的『暴戾』很不同。看見他們眼神所浮現的，是後悔，有些還哭著。我心裡想，他們真不是壞人！」阿濤說，從那次的現場經歷，與他之前在電視上所見，其感受全然不同；之前對那些激進的示威者，感受是「好瞓，覺得他們好暴力！同事們被欺負，好慘！」如今卻覺得他們「好可憐！他們可能是被人唆擺，或受朋輩影響，跟著大夥兒，有些可能根本不知道自己在做甚麼！」阿濤很期望這些年青人能夠醒覺！

宿舍

阿江說：「我工作地方常被激進者圍堵，而我住的宿舍也被圍；保護不了家人，令我心裡很憤怒、很無奈！」

年青的阿華說：「當時我在西九龍總部，聽見黃大仙宿舍被圍攻，我們所有人都好焦急，想衝過去，保衛他們！但因為我們不知道那些激進者會否一瞬間又過來這邊，便不能輕舉妄動！」

阿廣說：「我剛放工，返回宿舍，聽到暴徒施襲，也顧不了別的，拿著掃帚，與兒子一起往樓下守護家園！甚至拼死也

要保護家園啊！」

阿龍說：「之前，我太太與我因為政見也有些衝突。她本來認為警察很不對；但自從那些暴徒暴力衝擊宿舍後，她親身感受到他們的可惡。太太為此曾有衝突向我道歉，我們也沒再為這方面的不同意見而爭吵。」

不同警署被衝擊

同樣年青的阿曹，剛畢業不久，在後方支援同事：「當日，我們尖沙咀警署被圍，縱然我不在前線，但那些雷射光不斷從玻璃窗透射過來，實在很滋擾，又聽見那些喧囂、辱罵聲，令人非常煩躁，很不開心！還有，當我在後方留心聽著『機』，



了解外面的情況，突然有同事急忙找冰，說有同事被汽油彈燒傷。我們都很焦急，又憤怒，又無奈！他們為何要這樣待我們呢？」

阿偉當時守深水埗警署，指揮官非常謹慎、克制，一直不讓我們出去。「記得那次奉命出去了，竟與記者們爭路，難免有些衝突；有些記者態度很好的，但有些記者的態度是非常惡劣，還以粗口謾罵，實在氣忿！」

阿明說：「昔日遊行示威，會很樂意幫助示威者開路，與他們同行，希望幫助他們順利抵達目的地；但如今很感受到其危險性，也不得不顧及自己及同事的安危，要坐在車上視察情況，不能陪伴他們前行。」

阿森說：「我們在前線，很感受生命受到威脅，每次守著，那些大大小小的磚頭如雨般落下，根本避無可避；那些雨傘頂端像長刀般『鋒利』；如今他們甚至擲汽油彈，是危及生命安全的；我們最可以做的，就是放催淚煙隔開人群，雙方都得到保護！」

阿恩：「有親友問我 721 是怎麼一回事？我就耐性地慢慢回應，又反問他們：『大部份防暴警都在西環、中環，開車往元朗，35 分鐘就到，已經很迅速了！對嗎？』他們又問：『為何警察見到市民被人圍，卻離開？』我又反問他們：『若你做阿頭，看見同事勢孤力弱，你會叫他們衝前，還是等救援？』原來當我與親友們對話，一件一件慢慢回應，又讓他們反思，他們都能理解當中處境。」

阿秀說：「我不是前線，是 Tango 的成員，但因為自己

還欠缺訓練，對武力裝備還未純熟，內心會擔心成為同事的負累。不是怕配合不到，而是擔心配合得不好。所以，我在休息時，也會舉舉啞鈴，希望 FIT 些，能幫到同事。」

阿傑：「我不是前線，是在後方。縱然是後方，同樣是非常認真去處理每宗案件。因為由 6 月 14 日開始，已有超過 2000 位同事的個人資料被起底，而我是其中一位被調派，特別負責處理解決起底問題，進行『反起底』工作。我們都認真的分析來源、去向、重點，務求無一遺漏，不怠慢、不放棄，因為我心裡只有一個目標，就是渴望同事們能放心、安心在前線工作。」

與親友

阿樂：「近日社會大事，與太太關係倒好轉了，她很支持我；但卻失去很多朋友！」

阿力：「我們有同事被起底，有些是自己親人或朋友做的，很是傷心！」

阿秀：「我有些 friend，竟然問我有沒良知？說我是黑警！無論怎麼說，他們也不會聽，也改變不了他們，很可惜！」

阿濤：「我覺得教會的情況，人與人的關係非常撕裂，我覺得他們只有口中的公義，卻沒有了上帝的公義與愛！他們有很多只在網上或取了其中的片段便去評論，當上了審判者。」阿濤從相識十多年弟兄姊妹所受的傷害，是無法用言語形容，但他以正面的態度幫助自己走出困境，他說：「他們的言論的確令我感到受傷，但當我想到上帝的愛，祂接納我們每一個人。我們都是不完全的、三尖八角的，都是做得不好的罪人，傷害

了別人也不自知。但上帝卻愛並包容我們的不完美。為此，我也學習接納他們的不明白，積極修補與一些關係撕裂了的人復和。」

輔警

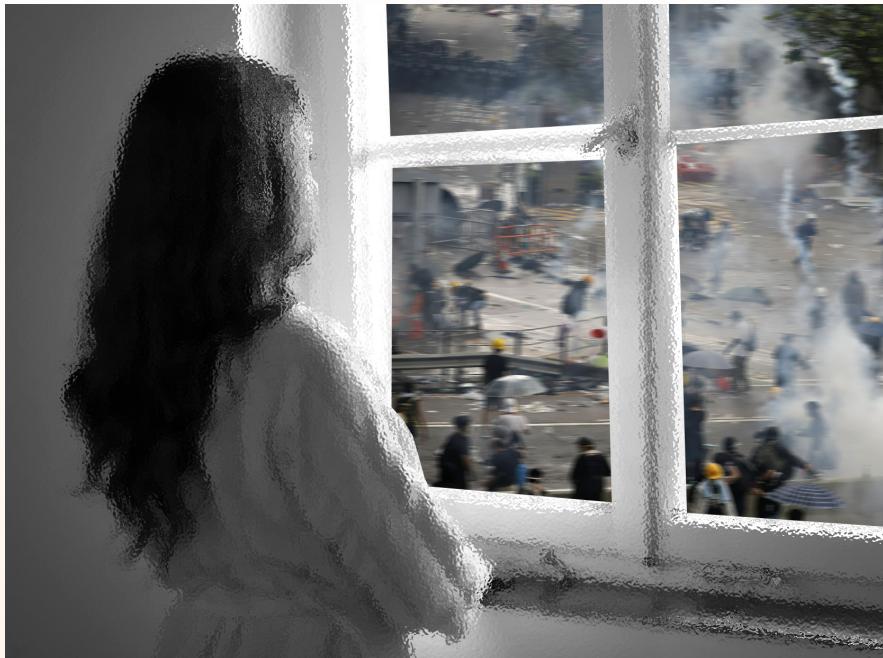
阿寶：「我在招募處工作，看見有受訓的，或已入職的同事離職，他們都有不同的原因，但我們卻見有很多不同行業的人，申請加入輔警行列。這都是因為反映近日的社會問題，有很多人都是支持的，都希望參與能幫上忙的。」

阿成：「這段日子，幸得有輔警同事幫助，若沒有他們，警署更是困難，實在感激！」

阿妮是輔警，這段日子有兩件事令她十分感激且感動的。第一件事是某天晚上十點幾，往大街處理一宗案件，當下警車時，有一名中年男子望著他們，阿妮心想會否又罵我們是「黑警」？但那人竟然向著我們說：「加油！」阿妮當時心裡很感謝她這兩個字。另一次，我們在黃竹坑道南風道路口燈位時，左邊停了一部白色私家車，司機是一名中年男子：「他望著我，給了我一個大姆指手勢，此刻我真的很感動，轉燈時，大家都揮手告別，這場面多發生在小朋友身上才做。」這兩件是令阿妮想起當輔警的初心：「維護香港、保衛家園、打擊暴徒、警察使命」。

警嫂心聲

阿丁：「老公有壓力，又未必下下講出口，我會寫紙仔比佢，放係佢平常出門口前會接觸到的地方。有時咁多年夫婦未必會下下好肉麻咁講出來，但寫出來比較容易表達。」



阿珊：「當見他『無神氣』，就問佢係咪好累好忙；當見他心情『瞓瞓地』，關心吓佢今日係咪有人激親他。平常 send 一些小朋友的開心相片俾他，或叫小朋友錄音俾爸爸返工加油，或貼紙仔係門柄替老公打氣（讓他出門時看見）等，或煮些好食的給他吃，還有不少得的與他一同祈禱。這些都是給老公減壓的方法。」

阿瑩：「知道他工作很大壓力，平時在家，少出聲或麻煩他。自己也盡力處理好家裡所有的事務，令他不用為家庭煩惱！放假時陪他去些較靜的餐廳飲咖啡，吃些好東西。」

阿鳳：「適當時機我們會傾訴吓心事，一起唱詩、祈禱、返教會，覺得他疲累了幫他按摩，或抽空去深圳水療消遣或

吃些特色食品。久不久也要發放電子情書給他，讚賞他，也不可或缺用一些經文提醒和鼓勵他。」

感激與勉勵

阿濤：「我要多謝太太在這段日子的支持。我每天返工要花 16-17 小時，回家後根本沒有精神，也沒有時間照顧兒女。她也不容易，因為她自己的同事、老師，都可能是參與社運，或是衝上街頭的一群，而她卻完全支持我，兼顧埋我的職責，她笑說我們是『假單親』。我感激她，若沒有她的支持，實在無法有力量面對！」

阿成：「我相信這刻的堅持，達成我們工作當有的使命，以聖經回應我們所要執行的，縱然很多人都不明白，但上帝知道，將來的歷史也自有定論。所以，很盼望我們每一位都繼續繫守崗位，持守上帝給我們的領受，去盡力的、正向的去做，深信上帝必加力給我們！」

阿寶：「神必按公義審判世界，按公正審判萬民。求主祝福警隊，保守每一位同事工作上的安全，並繼續為維持香港的治安一同努力！」

阿傑：「我相信靠著神賜給我們的力量，持守住真理，一定會走向光明。各位同事加油！」

阿揚：「我現在最大的心願是，願神的光光照教會，讓支持暴力的弟兄姊妹醒覺回轉！」

阿和：「在這段日子，我自己也有點迷失，所作的都被人批評，不被認同。但聖經的話給我們力量：『在你一切所

行的事上都要認定祂，祂必指引祢的路。』(箴 3:6) 我深信惟有靠著神、信靠祂，來走前面的路！」

阿文：「這段日子，最感激警隊同事們的團結，『向心力』凝聚得很強，每個同事都很合作！最渴望的，是同事們能平安收工，齊齊整整！」

阿妮：「香港警察是有很多香港市民支持的，只是大部份支持者都是沉默的一群。We are NOT alone！」



結語

筆者與警察同事們同行差不多 20 年，我們同度過香港許多沉重的日子，零三年的「沙士」，零五年的「韓農」，

一四年的「光明頂」，今日的「踏浪者」。與基督徒的警察同度過許多形形式式的困境，信仰生活的建立、性格盲點的輔談、人際關係的解難、試探誘惑的得勝、婚姻危機的重建……我們一起歡笑、一起流淚、一起禱告、一起傳道；我們彼此激勵、彼此提醒、彼此代求；遇有紛爭，學習接納、不改變別人；遇有信仰危機，盡力挽回、不輕易放棄；遇有難題，積極聆聽、不輕率批評。我們近距離接觸，我們遠距離支持，竭力向著團契的目標：有甜蜜的團契生活，有健康的生命見證，有廣傳福音的異象。筆者過去多年，也與未信主的同事交往，都是我所尊重、所欣賞、所禱告的對象。我所認識的他們，可能基於在警隊的訓練與紀律，大部分都非常有禮，包容得體；他們大都是正直、率直的，溝通時的目光，從不閃爍，與他們開懷分享，坦誠相對；他們都是愛香港，全心守護香港的，他們在專業、認真，在大是大非的時候，團結一致，令人感動。

有些人不斷將對政治的不滿發洩在警察身上，警察們因而異常難過。警察是執法者，他們只是緊守使命地執行工作，去阻擋違法的人破壞香港！但願上帝憐憫香港，祝福香港警察，願有一天香港人明白，默默守護香港的，就是他們曾嚴重誤解，曾如此歇斯底里要對抗、要傷害，卻是愛護香港，守護香港人的『香港警察』！但願香港警察們無畏無懼堅守使命，您們繼續保護香港，願上帝以大能保護您們，並保護香港儘快回復平靜，香港人共享和平！



百味人生



Worship

(一) 崇拜講政治？（黃衛雄傳道）

香港教會近幾年隨著政治激化的社會發展，教牧和信徒也對政治發燒起來。無論如何，我們要互相尊重在教會裡每一個人都可以有自己的政見，有自己支持的政黨。看看歐美國家的政黨政治 (party politics) 模式，例如：美、英、法、德等，他們的人民對不同政見的人都會尊重，而高舉愛神愛人為信仰核心的基督教會更對不同政見的弟兄姊妹予以尊重，少談政治呢！

可惜，最近聽到香港不少基督教會信衆投訴崇拜的講台可憐地不講真道，而是成為牧者和執事們宣傳政見的地方，呼召信眾為政事上街、抗爭、支持一方，即建制或反對派政客等。教會不務正事，因此不少人轉到不政治化的教會，也有不少人也因此抗拒和不上教會呢！小僕深感痛心和奇怪，一些教會的崇拜為何已成為了政治宣傳的工具呢？

在崇拜學上，崇拜是 " 上主與子民在新約中的相會 "(Worship is a meeting between God and his people under the new covenant) 。即是崇拜是信徒每週到上主面前的會面，也是更新 (renew) 與主耶穌立約的場地。所以崇拜有五個部份 (five-fold - 5Cs) :

- 1. 聚集 (Collect) ;**
- 2. 翹餅相交 (Commune) ;**
- 3. 聽道 (Conform) ;**
- 4. 奉獻 (Contribute) ; 及**
- 5. 委身 (Commit)**

是導人向主的，在聖經上、神學上、歷史上、傳統上，崇拜從沒有政治宣傳環節呢！

小僕不知道這些台上崇拜服事者為何政治發燒到在崇拜中宣傳政見，但從崇拜學角度看，這是完全錯誤的，講台怎能不是說上主的話，而是講人的道理，人的政見呢？講台上事奉者宣揚自己政見的謬誤是不單不符合聖經、不符合崇拜的目的，並且會傷害了任何一方信衆的感情，若有人藉講台作為「宣示

個人政治立場的平台」，騎劫了崇拜，把政治取代了上主，信政治不信耶穌的話，難道這不是一種偶像崇拜嗎？那也是主耶穌當年提到末世現象的假先知迷惑人作崇拜偶像“行毀壞可憎之事（註1）”的大災難開始，主說：

「你們看見先知但以理所說的『那行毀壞可憎的』（註2）站在聖地。那時，在猶太的，應當逃到山上；在房上的，不要下來拿家裏的東西；……因為那時必有大災難，從世界的起頭直到如今，沒有這樣的災難，後來也必沒有。」（馬太福音24:15-17,21）

這些政治發燒，胡作非為假先知的所為，就是不說真道，而與世上的思潮和觀念，或許甚至與人結盟搞政治，毀壞崇拜的功能，照上主所言祂的忿怒必傾倒在這些人身上呢！（但以理書9:27）

求主憐憫教會和上主的子民。主佑

註：作者是崇拜學博士生，音樂宣教士，聖樂顧問。

（註1）：「行毀壞可憎之事」這詞在舊約最先在申命記29:17指敬拜偶像，之後的列王記和先知耶利米、以西結和但以理等都有提到指偶像敬拜、淫亂和不聖潔的事。

（註2）：主耶穌所引的經文是但以理書9:27「一七之內，他必與許多人堅定盟約；一七之半，他必使祭祀與供獻止息。那行毀壞可憎的如飛而來，並且“有忿怒傾在那行毀壞的身上”，直到所定的結局。」



(二) 誰大誰惡誰正確？（坤）

這世代是誰大誰惡誰正確嗎？縱使不滿警察也不應默許或縱容示威者破壞香港，我身邊有些支持警隊的朋友怕被批鬥或不想引起紛爭而選擇沉默；教會一些會友本來麻木地支持示威者，看到今天的野蠻行為但又害怕指責他們會被割蓆，結果騎虎難下。最可怕是因一開始不問是非便表達立場，結果現在看到不對的行為亦不敢指正年青人。更可悲的是部份基督徒整天在散佈仇恨的訊息。

縱然政見不同但我相信正反陣營也有部份意見是正確的、值得大家思考的。由佔中至今我就有這想法，如果一些未信的人看到我們所謂基督徒的樣式，又怎能叫人感受到基督的愛？追求自由、公義不等於要盲目地攻擊、奚落不同意見的人。

可嘆大家在追求自由的同時，言論自由已被這群人扼殺了。我從不認同以攻擊別人、起底及辱罵等表達方式是言論自由的一種。我亦感到可悲的是今天年輕一代的雞精速食文化，什麼資訊也看所謂的懶人包，不去尋求真偽，被別有用心之士所利用。

或許，追求自由的人才是最不願意聆聽的人。佔中時，我收到過會友難聽的訊息（內含粗口），以一個人的職業去判斷一個人的品格我固然失望，但最失望的卻是我牧者所作的評論。記得七警案，牧者指責警察濫用武力時，我沒有說過半句，因為的確是同事做錯；但當我們的休班同事於海富中心遇襲時，她卻笑稱同事「好識做戲！」那一刻我有對信仰失望過！如果一個非信徒聽到一位牧師如此毒舌又有何感受？結果她的言論受到好多會友指責亦令她不好過。我個人認為她都是仇恨的受害者，所以我選擇體諒而非責怪她。

到今日，我認為如果指責警察使用不當武力，但同時亦指責示威者使用武力的人，才有資格指責暴力。而且凡事有因有果，示威者在鐵馬外圍、警察則在鐵馬內，無人衝擊就沒事發生。6月12日早上示威者衝出夏愨道是違法，「唔好當自己擺正牌」！但教會中有許多人黑白不分，我們警察維持社會秩序，不等於阻止大家追求公義或代表警隊支持政府修例。維持社會秩序及公共安全是警察的天職，這個「安全體」包括示威者、警察及其他沒有參與示威的其他市民，我們的工作就是協助示威能夠順利進行之餘，亦使其他市民可享有正常生活。

事實上，我為基督教在香港的發展而擔憂，因為信徒非理性的行為，會令人對這信仰有疑惑，亦令中國政府認為這宗教是個隱憂而加力打壓。

當社會發展到一個地步不講道理只是靠人多及大聲時，就如現今的立法會議員，不時有因立場問題在議會內「嗌交」，某程度上是向年青人灌輸一個錯誤訊息，「誰大誰惡誰正確」？我們作為成年人，其實有責任身教一班年青人。

只有祈禱交託上帝，希望教會以及社會都儘快恢復正常，當一班人一齊唱著聖詩然後用鐵馬去圍警總、當一班年青人以野蠻手段佔領稅務大樓的時候，有牧師帶領他們一齊唱聖詩，並狡辯是宗教活動，不需要向警方申請，受影響的市民，便會對他們的信仰更加反感。

我遇上一個不愉快的經歷——話說小兒某天在學校受傷，我帶兒子往政府診所洗傷口時，負責的醫護人員真可笑，竟然跟小兒說了一大堆政治、遊行等。我心忖：「喂，我個仔得 9 歲！你哋越講越 high。」最後，他們還問小兒：「小朋友星期日爸爸有無帶埋你去遊行？」

小兒答：「無，我爸爸係警察。」

其中的一個即刻說：「弊、死火！」

之前我沒有與小兒談論過有關逃犯條例的事，但見這位護士談及這個話題，於是回家途中，我決定與兒子傾幾句。

我問他學校老師有沒有向他們講近日發生的事？及向他們解釋什麼叫逃犯條例？小兒說：「中文老師有講。老師話

逃犯條例一定唔可以通過，如果通過咁嘅話，你喺香港講吓六四都會畀人拉去北京受審同埋坐監。」

我問小兒：「知唔知逃犯條例到底講啲乜？老師冇冇成個條文講畀你們知？」他答：「冇。」

接住我向兒子解釋：「逃犯條例有三種罪犯係不會移交，一種係內地犯咁事會判死刑、一種係刑期七年以下而最後一種係政治犯，亦即係你老師口中話講吓六四會畀人拉嗰款。」

我個人不介意老師有自己的立場，假若能把整個逃犯條例清清楚楚解釋讓我小朋友知道，之後再引用一些內地例子，例如內地維權人士被打壓監禁等，帶出源於內地的法制沒有保障，而不希望條例通過云云，這樣說法是我個人可以接受的。

小兒只得九歲，返學校是希望學懂分析事物。老師完全沒有用客觀的理據，沒有教我兒子做分析，單純用自己的個人觀感去灌輸價值觀與立場給我兒子，這不是洗腦嗎？逃犯條例修訂內容是什麼，我懷疑老師自己是否清楚？

老師還跟學生說「警察就快會落台！」我問小兒：「一個社會可唔可以冇咁警察？」小兒答：「唔可以！」我再問：「學校冇冇人因為爸爸係警察而蝦你？」他說沒有。我再說：「如果冇人蝦你，你一定要出聲同我講！」結果，小兒說：「放心爸爸！我唔需要理會佢地。」聽到這句，我真的是「老懷安慰」！



職場哲學（三）：領導能力



人生有一理通百理明的智慧

誰是領袖？

我們既然知道基督徒的「生存目的」乃是要「榮神益人」，而在生活及職場上待人接物，我們需要「同理心」！那麼我們怎樣在不同的位份上負起責任，甚至擔當領導的地位呢？

古語說：「人望高處，水向低流」，事業有成、步步高陞是常人對仕途的期望，然而，怎樣做才可以升級呢？升職是甚麼一回事呢？升職是否一定順暢呢？不能升職又怎樣呢？

成功的領袖

升職就是成為一個領袖，而領袖是一個清楚知道把跟隨他的人帶往甚麼地方的人——任務前知道目的是做甚麼，任務時知道做著甚麼，完成任務後又知道做過甚麼！

簡單來說，領袖是一個領導團隊向著目標前進的人，他成功與否視乎目的是否達到；然而在過程當中，如果領袖是不擇手段，只求達到目的，那麼，縱然成功，也可能會遺臭萬年；秦始皇便是一個很好的例子，在歷史上，他對統一國家和民族有功，但焚書坑儒的手法卻不被認同。

因此，一個成功的領袖，除了要有才幹之外，還需要有高尚的人格和品德，否則，無論有甚麼豐功偉績，也不會受到人民的尊重，美國的特朗普總統就是一個例子。

一個領袖不能單單依靠個人的智慧與力量工作，他需要集思廣益，充分運用群眾的知識、智慧和能力，便可事半功倍，更容易和迅速地達致成功。

一個充滿能力，然而凡事只能盡了自己個人力量去作工的人，並不是一個好的領袖，參孫便是一個例子；一個能夠團結一群人力量的人，是一個稱職的領袖，掃羅便是一個例子；而一個能夠運用一群人智慧的人，才是一個偉大的領袖，而大衛便是一個例子。

有學者根據世界歷史上皇帝和名人的表現，分析他們的管治能力如下：

- 明君：有心有力；
- 暴君：無心有力；
- 庸君：有心無力；和
- 昏君：無心無力。

亦有人說：

- 「一個不知道自己沒有能力的人：是一個傻瓜，避開他。」
- 「一個知道自己沒有能力的人：可以造就他，教導他。」
- 「一個知道自己有能力的人：他睡著了，叫醒他。」和
- 「一個知道自己有能力的人：是一個領袖，跟從他。」

領導要旨

領袖不能單憑職位和聲色俱厲令下屬或組員跟從，真正的領袖要：

- 樹立良好榜樣，以德服人；
- 目標、指令及步驟清晰；
- 提供足夠人力、物力、資源、時間與支援完成任務；和
- 不時關懷下屬的身、心、靈需要。

進一步來說，根據《聖經》的原則，領導不是：

- 居首位——領導不是坐在耶穌或高層旁邊的高位（可 10:35-45）；
- 轄制人——「務要牧養在你們中間神的群羊，按著神旨意照管他們，不是出於勉強，乃是出於甘心，也不是因為貪財，乃是出於樂意。也不是轄制所託付你們的，乃是作群羊的榜樣。到了牧長顯現的時候，你們必得那永不衰殘的榮耀冠冕」（彼前 5:2-4）；和
- 為個人榮譽圖謀大事——「你為自己圖謀大事麼？不要圖謀！」（耶 45:5）

所以「榮神益人」的領導是要遵行神的旨意，絕不是圖謀居首位，轄制和策劃提高個人榮譽、好大喜功的事，反而要學習耶穌作謙恭的「僕人領袖」，這樣的領袖會更得到尊重。

正確的思維

如果我們能夠在工作崗位上升職，當然要感恩，因為神有祂的恩典；然而原地踏步的話，我們也要感恩，因為神為祂的每一個兒女，都設計了個別量身打造的計劃，將最好的賜給我們，所以無論我們升級與否，神都有美好的旨意。

事實上，升級未必一定是一件好事，可能新崗位的工作壓力、心理影響、時間安排及家庭生活也要作出相應的調整，結果可能不過是如牛負重。所以我們盡力工作勤奮，爭取表現，然而提升與否，要交託給神，像迦勒屈服於約書亞之下和巴拿

KOL

Key Opinion Leader

巴被保羅超越，都順服於神的旨意之下。

實際上，無論我們的職位與階級是甚麼，每一個人每天在家中、群體中或者職責上，尤其是警務人員，需要擔負帶領和指導的角色；同樣，群組中的意見領袖（Key Opinion Leader）或團契查經小組的組長，都不是由階級、學歷與年資決定，而是由承擔榜樣、對聖經的認識與被尊重程度任命。因此我們不要輕看自己，無論自覺或不自覺，大事或小事，我們都有做領導的潛質和機會。

結語

美國職業籃球聯盟 NBA 的著名球隊有句名言：Do your best, Let God do the rest，即是把我們該做的，做到盡善盡美，然後仰望交托，讓神幫助我們完成那些剩餘的事情。

神揀選領袖，不因看重他的學識、才幹或背景，免得人自誇，《聖經》說：「弟兄們哪，可見你們蒙召的，按著肉體有智慧的不多，有能力的不多，有尊貴的也不多。神卻揀選了世上愚拙的，叫有智慧的羞愧。又揀選了世上軟弱的，叫那強壯的羞愧。神也揀選了世上卑賤的、被人厭惡的，以及那無有的，為要廢掉那有的；使一切有血氣的，在神面前一個也不能自誇。」(林前 1:26-29)倘若神願意，而我們又肯謙卑順服，神便會選擇我們成為一個領袖。

因此，無論我們在家庭、工作崗位、團契、教會及任何職份上，都要：

- 全心全意去做，不是為升級，為的是要「榮神益人」；
- 在職份上升級要感謝神，不能升級更要感謝神，因為升級可能不適合我們；和
- 無論如何，內心沒有比較、不滿與怨忿，只有信心、愛心及耐心！

「無論做甚麼，都要從心裏做，像是給主做的，不是給人做的，因你們知道從主那裏必得著基業為賞賜；你們所事奉的乃是主基督。」(西 3:23-24)



職場交叉點 吳振榮

一石激起千重浪



在 2019 年初，香港政府推出修改《逃犯條例》法案後，社會一直議論紛紛，爭議不斷。到了六月，大批市民遊行反對修例，政府則安排在六月中提交立法會進行修例二讀，因此激發嚴重衝突，社會動盪更是觸目驚心，真是「一石激起千重浪」。至十月初，暴亂仍在全港各區上演，擲汽油彈、扔磚頭、聚眾毆鬥等到處可見。究竟暴亂如何結束？何時結束？結果如

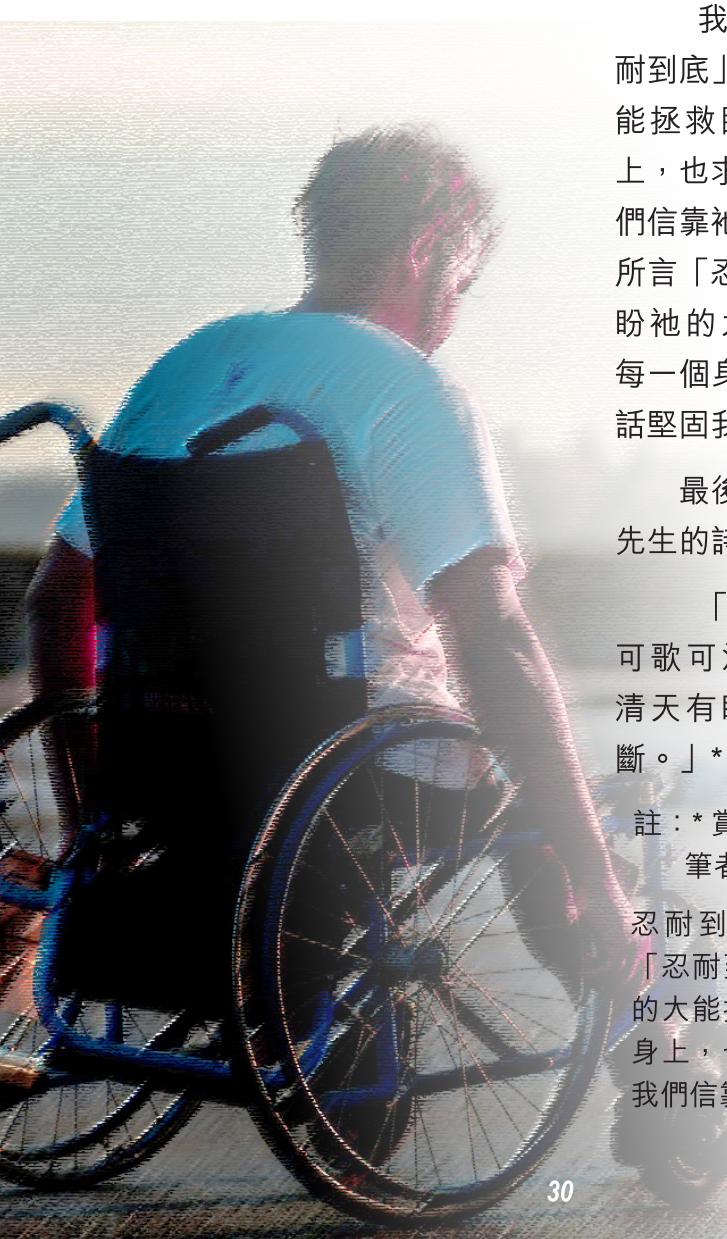


何？一連串的問題皆是今天香港人都希望知道的。正服務於香港警察隊的人員，尤其是警察更是感慨萬千，勢估不到依法辦事的警察卻因這社會議題嚴重影響到警民關係、家庭和諧、家人安全等問題，實感氣憤和氣餒。

筆者退休三年後，在今年六月重投警隊擔任文職工作，剛巧遇到修改《逃犯條例》法案引發的動盪時世，市民和示威者對警察及家屬不斷的咒罵、網上起底和宿舍被襲等，令到同事身心疲憊。我們適逢其會在這亂世時代在警隊工作，同事有憤怒情緒的產生是自然不過的，但因此而影響健康和生活便不值得；相反的是要明白警察只是政府的代理人，市民和示威者會將政府的行政錯誤而遷怒於警察，所以我們面對無理謾罵時，要抽離當時當刻的景況，切勿以為他們正在罵你我，他們的真正目標是香港政府及相關官員，若不懂抽離便中了他們的詭計了。我借用電影《淪落人》的一句對白作進一步講解：女主角 Evelyn 告訴昌榮（黃秋生飾演）的一句對白：「雖然你無法選擇不坐輪椅，但是你可以選擇如何坐在輪椅上。」我們是自願加入警隊的，偶遇這場數十年未曾見的衝擊，調節心態是必要的，凡事以正面、積極和主動去盡力做，結果雖未必盡如人意，那麼我們便要懂得交託和放手。

一石激起千重浪，修例猶如石塊，將原本平靜的社會激起排山倒海的動盪。今天的香港正被捲入動盪漩渦之內，我們會被它旋轉扭曲及吞噬，還是如漣漪般借一圈圈水波最終將石引發的力量消弭於無形，重歸平靜，答案總是會來到，只是要依照上主定下的時間。處身在這香港前所未有的撕裂的日子，猶如

昌榮在輪椅上，可以做到復和的非常有限，然而我們可以選擇持著正面、積極的態度過活，耐心等候，並祈求上主讓香港盡早回復平靜！回復昔日的和諧！

A photograph of a man with dark hair and a beard, wearing a light blue t-shirt, sitting in a black wheelchair. He is looking down at his hands or the floor. The background is a plain, light-colored wall.

我們要聽主所言「忍耐到底」等待和期盼祂的大能拯救臨到我們每一個身上，也求主以祂的話堅固我們信靠祂的心，我們要聽主所言「忍耐到底」等待和期盼祂的大能拯救臨到我們每一個身上，也求主以祂的話堅固我們信靠祂的心，

最後，借用夫子劉銳紹先生的詩與大家互勉。

「千錘百煉不言棄，
可歌可泣感事多！善惡分清天有眼，賞罰自有神定斷。」*

註：* 賞罰自有神定斷*，為筆者後來加上的。

忍耐到底我們要聽主所言「忍耐到底」等待和期盼祂的大能拯救臨到我們每一個身上，也求主以祂的話堅固我們信靠祂的心



警察冷知識 陳總

不一樣的餐廳 — 警官餐廳



堅偉樓

香港警隊回歸前可算是一支半軍事化部隊，其職級源於英國陸軍軍官及士兵軍銜，所以階級編制，各項操典或制服式樣等都有英國陸軍傳統的影子。回歸後階級章不同了，各警署的女皇肖像和高級警務人員專用廁所(註一)消失了，制服也改換新裝，隨著歲月流逝，很多外籍警官也退休了，昔日警隊的殖民地色彩漸漸地消失中。

環顧今天各警署內，仍有警佐餐廳 (*NCO Mess*，註二) 或警官餐廳 (*Officers' Mess*) 的設立，但隨著警隊的發展，這兩類餐廳很多不再有餐飲服務，只是供會員休息或社交聚會的地方。查「*Mess*」的意思是指在軍隊中，供特定職級的士官進餐或社交聚會的會所，具有階級象徵的意義 (*rank conscious*)。

現時在警察總部堅偉樓 (註三) 六樓及七樓的高級警官餐廳 (*Senior Officers' Mess*)，前稱為憲委級警官餐廳，於 1955 年啟用，其裝修和歷年收藏下來的紀念品，充滿殖民地色彩，但隨著九七回歸餐廳改名為高級警官餐廳。它算是一間有規模的警官會所，這餐廳只接待憲委級警官 (*Gazetted Officer*，註四) 和同等職級的警隊文職人員，平日只供應午餐，而逢星期三的喫喱餐更是馳名；餐廳也會用作宴會及其它晉升、榮休典禮等特別儀式的地方。於高級警官餐廳出席正式晚宴 (*Mess Night*) 時，參加者需穿上特定的服飾 (*Mess Kit*) 及配帶小型勳章，而嘉賓會在警察樂隊風笛手的帶領下入場，場面隆重。餐廳會員需要繳付會費以支持營運，遇有特別節目及晚宴，便要向外安排餐飲服務，其經營手法與一般餐廳截然不同。

(註一)：高級警務人員廁所，只供督察級或以上人員專用的廁所，

(註二)：*Non-commissioned officer*，指員佐級中的警長及警署警長，

(註三)：堅偉大樓 (*Caine House*)，其命名是紀念香港警隊創辦人威廉堅 (*William Caine*)，是總部內四個建築群中最舊的一座，建成於 1952 年，

(註四)：泛指警司及以上的警官。



警嫂好介紹 King E

湯水篇 清心明目潤肝解燥

今年暑假，香港人都經歷了炎熱、火爆、沉鬱的日子，不知不覺間秋天已經來到，對於這段時間的世情、國情、民情、心情都尚待調理中，就讓我為大家介紹幾款合時湯水，滋潤一下大家喇。

首先來個甜茶

材料：蘋果 3-4 個，金羅漢果一個，薏米適量。

功效：滋潤、去濕、平心火，冷飲熱飲皆可。

做法：蘋果 3-4 個，切件去核，金羅漢果洗淨拍碎，較易出味，薏米只須稍浸片刻。然後用 5 公升水及將所有材料放入煲內，大火煲滾後轉為中細火，煲一個半小時便可飲用。

跟著是杭菊枸杞子泡茶

材料：杭菊和枸杞子適量，視乎容器大小。

功效：清肝、明目、怡神。

做法：杭菊和枸杞子稍稍沖洗乾淨後，放入暖杯或暖壺內並加入大滾水，稍焗一會即可飲用，飲用時陣陣菊花清香令人心清神怡。

最後介紹一個咸甜皆宜的豬肉湯

材料：蓮子、百合、雪耳、排骨頭、紅蘿蔔。

功效：清心火，解躁鬱。

做法：雪耳、百合、蓮子、紅蘿蔔先煲，排骨頭汆水後加入煲內，大火煲滾 15 分鐘，然後慢火煲約個半小時，再加鹽作調味，即成為美味有益的咸湯。若想喝甜湯，方法很簡單，只要將材料煲稔後加冰糖調味即可。

這段時間，這些湯水不妨多飲啊，對身、心偕有幫助，因為烹飪時可放下自在，然後在品嚐時感受滿足輕省，真是什麼艱難、辛勞都可暫時放下，讓甜的甜在心頭，咸的健康舒暢。舌尖上的美味，也是心靈上的安慰。用我小小的心意，祝願大家平安。





身心保健 徐羨容姑娘（警察以諾團契輔導員）



當你感到身心疲乏時

過去幾個月，我們的情緒或多或少都被社會衝突事件所牽動。警務人員長時間的工作，令身心俱疲，可能還要擔心家人、配偶或子女的安全問題，壓力實在不輕；如果有年青家人參與示威行動，警務人員內心的無奈、擔憂，更是難以言喻！

就是觀看新聞和網上報導的衝突場面，我們也可能感到恐懼不安；面對不同的報導、家人不同立場的看法，我們或會感到憤怒和迷惘；遇到不諒解自己的家人、朋友、教友，堅持他們的意見和立場，我們都會感到失望和孤單；見到社會升級的矛盾和撕裂，也會感到無助和憂慮。

以上種種受傷的情緒，都會為自己的身心帶來壓力，要留意有否不時在腦海中浮現事件的片段，晚上做惡夢，日間精神難以集中？又或者情緒行為變得兩極化，心情煩躁激動，精神緊張，過度警覺保護自己或家人；或者走向另一極端變得麻木、抽離、呆滯，孤立否定自己？

這些都是創傷後的壓力徵狀，是在不正常環境下的正常反應，一般在數星期後便漸漸減退。期間注意別壓抑情緒，或裝作若無其事，與明白你的家人或朋友分享你內心的感受和想法，會有助梳理情緒；如作為傾訴對象，首要專心聆聽，別下判語，也不要反駁，靜心陪伴聆聽，便是心靈創傷者很好的支持。

每人能夠承受的壓力都不同，無需與人比較，你需要做的是為自己設定健康的界線，平日保持均衡的生活節奏習慣，多休息運動，減少接觸令你情緒高漲的新聞或其他社交平台，別長時間「沉溺」在相關訊息中而不能自拔，特別是睡前，最好給自己心靈一點空間，安靜禱告或靜聽詩歌，讓音樂及歌詞洗滌內心的煩憂…

當你走到無力繼續下去，當你感到寂寞困惱空虛，只要相信神隨時扶助你，願助你解開困惑拋開痛悲。…別害怕！祂知你難受，擔當軟弱與困憂，不需再懼怕，耶穌必拯救。…（歌詞節錄自：當你走到無力）

如果你發覺自己的負面情緒和行為持續四星期或以上，影響日常的生活或工作，建議你盡快尋求協助，團契的輔導同工樂意與你傾談，請與我們聯絡（2799 2288）。



以諾家分團聚會一覽

分團或小組	聚會星期及次數	時間	聚會地點	合適對象
探訪小組	逢星期一	下午出隊	基址	事奉人員
學警聚會	逢星期一	1900 - 2000	新教學大樓三樓	學警
水警總區聚會	每月第 3 個星期一	1845 - 2015	基址	水警同事
總部團	逢星期二	1300 - 1400	總部 19 樓	總部同事
但以理小組	每月第 3 個星期二	1915 - 2045	基址	督察同事
精兵團	每月第 2 及 4 個星期二	1830 - 2000	基址	退休同事
青鋒團	逢星期三	1900 - 2030	基址	年青警隊同事
警醒團	逢星期四	1900 - 2030	基址	警隊同事
伉儷學習團	每月第 3 個星期六	1800 - 1930	警察會習藝坊	警隊同事及配偶
姊妹小組	逢星期五	1000 - 1130	基址	姊妹
弟兄小組	逢星期四	1430 - 1600	基址	弟兄
PSRC 小組	每月第 2 個星期一	1900 - 2100	警察會	警司同事
輔警小組	每月第 1 個星期二	1900 - 2030	基址	輔警同事
以諾足球隊	留意公佈	1900 - 2100	留意公佈	警隊同事
行山樂	每月第 1 個星期六	早上或下午	留意公佈	警隊同事及親友
其他	聚會日期	時間	聚會地點	對象
黃昏崇拜	逢星期日	1730 - 1900	基址	紀律部隊

分區小組聚會

星期一	灣仔 · 屯門
星期二	紅磡 · 西區 · 昂船洲 · 元朗 · 大埔 · 牛頭角 · 深水埗 · 機場 · 秀茂坪 · 觀塘 · 馬鞍山 · 北角
星期三	將軍澳 · 西九總 / 九龍城 · 粉嶺法院 · 長沙灣 · 駕校 · 油麻地 · 青山
星期四	跑馬地 · PTU · 中區 · 黃大仙 · 上水 · 瑲涌 · 荃灣 · 小瀝源
星期五	學院 · 高等法院 · 新界南總部 · 沙田 · 水總
浮動	西水 · 南水 · 東水 · 北水 · 尖沙咀 · 旺角 · 筲箕灣 · 西九龍交通 · 長洲
暫停	西貢 · 香港仔 · 落馬洲 · 八鄉 · 邊境 · 東涌 · 天水圍 · 柴灣

查詢請致電 2799 2288



出版機構 香港警察隊基督教以諾團契

本團顧問 陳黔開牧師、鍾嘉樂牧師
蕭壽華牧師、李思敬牧師

編輯團隊 許淑芬牧師、吳振榮弟兄、陳繼榮弟兄、梁景文弟兄
葉秀儀姊妹、李耀裕弟兄、黃盛強弟兄

電 話	2799-2288	傳 真	2879-2355
網 站	www.enochhkp.org.hk		
電 郵	office@enochhkp.org.hk		
地 址	旺角通菜街223號麗明大廈203室(太子港鐵站A出口)		

奉獻途徑

1. 支票抬頭請寫「香港警察隊基督教以諾團契有限公司」或
(ENOCH CHRISTIAN FELLOWSHIP HKPF LTD)
2. 直接存入本團契帳戶：匯豐銀行 017-130931-001
3. 銀行自動轉帳表格，可於本團網站下載或向幹事索取。
(填上個人資料後，請交回本團幹事，請勿自行交注銀行)

註：奉獻 100 元以上可憑收據申減稅款。



警察以諾團契

於 1981 年獲警務處長批准成立，

是警隊內一基督教群體。

我們於不同警察單位，

警署及宿舍內定期舉行福音聚會，

又提供輔導服務、出版書刊、短宣探訪，

舉辦各類訓練和靈命課程；

舉行黃昏崇拜、分團聚會、

佈道會和感恩會等，

讓更多警察和親屬同得福音，

共建美好人生。

團訓：又要彼此相顧，激發愛心，勉勵行善。

《聖經 希伯來書 10 章 24 節》