

# 諾言

2020年第一期  
警察以諾團契



## 目 錄

以諾人物專訪 .....	3
動盪中的平安 (譚惠儀)	
百味人生一 .....	14
忠心的牧人 (馬耀文)	
百味人生二 .....	19
我愛當警察 ( <i>Daniel</i> )	
百味人生三 .....	25
不再走迷路 (小綿羊)	
職場智慧攻略 .....	29
職場哲學 (四) : 5W + 1H 領導方式 (麥文本)	
職場交叉點 .....	33
止步製暖 (吳振榮)	
警察冷知識 .....	37
Commissioner's Lounge (陳總)	
警嫂好介紹 .....	40
朱古力合桃曲奇 ( <i>King E</i> )	
身心保健 .....	42
縫補撕裂、由家開始 (徐羨容姑娘)	
禱文 .....	44
為「新型冠狀病毒」祈禱 (許淑芬)	
以諾家分團分區聚會一覽 .....	45



## 以諾人物專訪

**動盪中  
的平安**

譚惠儀  
警務處財務、政務及策劃處處長

A photograph of Joyce Tam, wearing a light-colored blazer over a patterned top, sitting at a desk and smiling. She is holding a pen over some papers. A blue flag is visible behind her.

### 工作簡歷

譚惠儀 Joyce 於 1989 年加入香港政府，擔任政務主任 (AO)，曾先後調派到不同的政策局及行政部門工作，於 2015 年接任警務處財務、政務及策劃處處長 (DFAP) 一職，管理警隊內的資源及文職職系。

Joyce 任職公務員的日子轉眼便過了 30 年，接近一半的年月是與貿易工作有關的，例如她曾在工業貿易署工作接近 7 年；曾當上香港政府駐上海經貿辦事處主任達 3 至 4 年；

年青時也曾被派往香港駐華盛頓經濟貿易辦事處（當時回歸前屬於英國大使館架構內）擔任一等秘書，處理中美關係對香港經貿的影響。因此，她深深體會到香港長久以來都處於中美的政治、經濟和外交的博弈漩渦之中。

## 警隊的獨特性

Joyce 先後在政府多個部門工作，她不諱言無論工作性質與環境，警隊都與其他部門有很大差別，警隊的職系和工作範疇更為複雜而廣泛，服務與市民生活息息相關，但礙於很多涉及保安考慮不便公開，因此不為外界所理解。Joyce 以她曾服務的房屋署為例，約一萬員工，有不同職系，但因為工作目標一致，就是興建公營房屋，及負責隨後的維修、管理，業務相對清晰，也較為公眾所理解；警隊的工作範疇卻是五花八門，單說為了達到「維持治安」的警隊其中一個工作目標，便需要不同工種同事的努力，包括前線軍裝巡邏小隊、刑偵探員，甚至特別部隊如拆彈專家、機場特警、保護要人組……等。若算文職職系都有 57 個，工種繁多，涉及 4,000 多人，比很多文職部門的人數還多。

Joyce 留意到警隊作為一個紀律部隊，其思維模式和處事手法與其他文職部門相比，有其獨特的方式。譬如警隊同事在處理問題上，目標比較明確，因此會採取直接的解決方案；文職同事比較著重規則，所以也看重流程。如購買裝備，購買單位自然著重行動果效，要「快、靚、正」；文職同事基於採購規例，會看程序公義、成本效益；挑戰就是在當中取得可接

受的平衡和妥協。在警隊裡處理資源，很多時她要擔起協調的角色，她打趣地說「就好似是火星人與地球人溝通，有時需要扮演『家嫂』去翻譯彼此的語言，令彼此明白」。此外，她覺得警隊好像一個政府的縮影，裡面有不同的部門和專業，要融入當中工作環境，要明白他們不同的運作，並要理解他們的語言。「語言」(language) 不單指溝通用詞，更指他們的獨特文化；不同階級有不同語言文化，警察與文職同事又有不同語言文化，如軍裝同事習慣回應她「Yes, Madam！」她說與警隊同事溝通的模式，和過往她在內地與大陸官員有點相似 — 有禮貌、客客氣氣、尊尊敬敬。其實，可能礙於他們有所顧慮，



無論是階級觀念，或是警隊內的「can do spirit」，未敢坦誠把真實現況及需要說明，作為管理階層便需要耐心解讀他們心底的說話。以灌輸警察同僚有關「資源管理觀念」為例，她說最好讓對方多了解自己在這方面的實質工作，因為大部分同事都是行動實幹型，對資源管理觀念比較薄弱。因此，



她會盡力了解各部門的運作，也要讓同事們明白她的工作範疇，這樣更容易幫助他們，以取得他們的支持和信任。

這就是 Joyce 所認識的警察 – 專業、忠心、盡責、有禮。

## 以警隊為榮

Joyce 在警隊四年多，從起初對警察的印象，局限於在街上「行咇」的警員，到進入警隊後才體會到其運作是那麼龐大和複雜。她本身不曾在紀律部隊工作過，也沒有親人曾當警察，當初進入這個陌生的部門，有點膽戰心驚，「個個都係阿 Sir、Madam」；也曾經懷疑自己作為一位女性，能否在一個男性主導的部隊裡面做好她的工作。但身為一個基督徒，她深信神安排她在每一個工作崗位，都必然有祂的旨意。在工作崗位上忠心、誠懇、能夠榮神益人就成為她最大的心願，其他所有困難就交託給神了。

她到任後，每月兩次走訪不同部門，認識和明白他們的工作及遇到的困難。她有時會專門挑選一些特別的行動單位，或位置偏遠的、不常有長官到訪的單位去探訪，藉此了解不同運作，與不同崗位的同事見面。她喜歡探訪同事，但握手時感受到對方緊張，或手心冒汗，或感覺不好意思時，她會先以比較輕鬆及親和的方式跟他們交談，希望儘快破冰。漸漸地，透過探訪，她感到香港警隊在各個範疇中，都有高度的專業性，令她對同事的無私付出更加尊敬，往往離開時都會默默禱告神，祝福這些走訪的部門及同事。

基督徒的大使命是要傳福音，將神的愛和耶穌基督的救贖信息傳開去。Joyce 不諱言警察的「can do spirit」及不能承認軟弱的特點，可能阻礙了他們接受福音。曾經聽過有同事說，接受耶穌基督就好像跟一個「大佬」（她解讀為「江湖大佬」）；她聽了會心微笑，心想要警察跟「大佬」豈不很困難？對 Joyce 而言，警察既有獨特的文化，在這個異文化的群體內傳福音，就好像宣教士往異國傳福音般，最好的方法就是讓人看到她的言行而認識她的信仰。一年多前，Joyce 所屬的 AO 團契舉辦福音講座，在警隊內的 Senior Officers' Mess 舉行，造就了「AO 團契」與「警察以諾團契」有合作的機會；自此不時有 AO 同事出席以諾團契的福音分享會及禱告會，實在感恩。

Joyce 覺得神讓她進入警隊，無論在工作上及信仰上都給她很深的體會。在工作上，她留意到每天新聞報導裡大部分的新聞都涉及警察的工作（例如交通意外、罪案的發生、失蹤人口、家庭糾紛、虐待動物、颱風來襲等等），警察對香港實在付出了不少努力。社會也許沒想過若警察不再這樣會是怎樣？之前部門內部推出「小角色、大意義」的活動，再次喚醒同事們當警察的使命感；對 Joyce 而言，是讓自己更珍惜已經擁有的。她曾經在不同地方生活和工作過，只有在香港才感受到一種自由出入的安全感，事實上香港警察在很多國際評級中排名前列。以前工作要到不同的地方「Sell」（推銷）香港時，其中一個賣點是「香港是全世界最安全的城市之一」云云。但進入警隊工作後，才真正明白這句話「What does it mean」（是甚麼意思）？這絕不單是因為「香港人勤

力」或「香港是福地」，便自自然然或「天生」就是如此！她認為香港警察背後默默地付出及每一代同事不斷地努力，才能成就今天的香港。她以能夠在警隊服務為榮，更希望香港人不要認為這是「理所當然」(take it for granted) 而「身在福中不知福」。

警隊的文化、思想、觀念，與一般政府部門全然不同。警隊同事的關係緊密，具團隊精神，跟他們所受的訓練及所面對的工作環境，有直接關係；而不同時代的「座右銘」，也是激勵與維繫同事們的歸屬感與士氣的一種重要方式。新的座右銘是：「忠誠勇毅、心繫社會」「Serving Hong Kong with Honour, Duty and Loyalty」。Joyce 冀望外界的人，包括其他部門的公務員，能多理解警隊同僚的工作，多明白他們的工作的難處。

## 信仰化解紛亂

過去大半年的社會衝突，給 Joyce 的信仰帶來很大的考驗。包括教會群體參與的衝突，詩歌成為「革命歌曲」，聖經真理被曲解，教會的立場導致教會分裂令信徒離開等，都令 Joyce 對信仰世界的認知有很大的衝擊。她記得之前在神學課程中，就基督徒參與政治及公民抗命，做過一點點研究，她的認知與眼前所看到的有很大差別，令她非常扎心。眼見教會內的家庭關係及信徒關係受著社會事件的影響，警察同事及其家人更加承受著不合理的對待和壓力，她倒反思什麼是公義？

這段日子，Joyce 刻意與神有更多獨處時間，讓自己的情緒安靜下來，也趁機反思自己如何以屬天的角度去自處、看待事情；面對受壓力的同事，她也會多與他們分享不同觀點角度、感受，尋找合適經文或詩歌安慰他們；Joyce 坦承在這段日子，減少了一些社交飯局和聚會，為要避免在社交圈分「顏色」；但當有知道她在警隊工作的朋友而表示支持，還有朋友直言為她的工作感到自豪時，她會感到很安慰！Joyce 認為此時此刻，基督徒首先要冷靜下來，不急於與上帝質詢；反之，只須默默地禱告仰望神，千萬不要因為某些事件而推倒所信的或違背所信，或與所愛的人關係破裂；正如政府有則宣傳片所言，「贏咗場交，輸咗個家」，不值得啊！

Joyce 承認自己不在前線，的確無法完全理解警隊行動的細節及前因後果，但對警隊維持治安、保護市民的決心，從不會置疑；她亦相信以警隊的專業，每個行動背後必有其原因或出發點。環顧世界各地都有反政府行為，政見兩極化並不罕見。政府向人民負責，自然需要檢討施政，但香港警察相對於其他國家的警察，使用武力制暴程度已經非常克制。若然要求警隊去對付被定義為「恐怖份子」的行為，但又不能用對付恐怖份子的方式應對，這期望是否有點不切實際呢？在信仰的層面，Joyce 相信神在掌權，神的公義必然會彰顯；神的公義既不在人手裡，基督徒當堅守聖經原則，常存謙卑和尋求復和的心，仰望倚靠上帝。

## 信主經歷

Joyce 分享她於 2000 年信主，至今剛好 20 年。她的信

主是因為經歷在人生低谷時，在妹妹鼓勵下返教會，有了新的開始。Joyce 分享她幼年時因讀天主教學校，曾在困難之時，懇切祈禱並蒙應允過；但 Joyce 那時信仰，只是信神，相信祂存在，相信祂有大能，心靈尚未敞開，未有與神建立關係。她猶記得中學時，有一件事令她對人生產生非常消極的看法；她當時就讀中五，有一位與她稔熟的老師突患癌症，更不足一星期便離世！這事來得太突然，令 Joyce 的情緒跌到谷底，這份悲傷纏繞著她進入大專及至初出社會工作的日子，她常認為做人沒太大意思，死又何妨！但因讀書、工作和考專業試等填滿她的每一天，令她擱置了進一步追尋信仰及人生意義等問題的答案。但即或她對生命不太熱愛，對人生抱灰暗心態，卻有個奇怪的信念，就是無論如何也需要剩下「愛」；就是這個信念，幫助她度過許多風風雨雨。直到 2000 年，她的妹妹邀請她返教會，當教會的音樂響起，她的眼淚不知為何失控地流下，隨後決志歸向神。之後，她參加 BSF 的聖經課程 (Bible Study Fellowship，是全球有名的聖經查經課程)，提升了她的信仰境界，讓她堅定地相信，不管發生任何事，或面對多大的困難，神都可以藉著那些事來陶造她；困難越大，神陶造的力度更大。

Joyce 信主後，持著「忠心、公平、關愛」等信念為她做事的準則，這個與警隊的信念有點類似。她因為是從外面調進警隊工作的文職同事，進入警隊後願意成為警隊內軍裝同事和文職同事的橋樑，及警隊與其他部門的橋樑。同時，

她完全不介意擔當「造就別人」的角色；只要某件事是為了整個機構，她願意放下自己以爭取機構的最大利益。她分享一個例子，她在上海代表香港出席官方活動時，卻被安排坐在後排位置，於是叫同事與主辦單位交涉，爭取更高的排名和前排位置；若只是為個人的榮譽，她本身比較安於低調，絕不介意坐在任何位置。

## 信心之旅

Joyce 分享她信主後的一段奇妙之旅，是她被調派往上海工作之前，除了家人外，身旁其他人都反對或建議她拒絕這任務。Joyce 性格本較內向，那次調職意味她將要代表香港在內地出席不同官式場合、與內地官員及不同群體打交道，到處演講發言；她也想推掉這崗位，但想不到丈夫及女兒竟然大力支持。女兒本身更是一個較不願意改變的人，卻對她說：「媽咪，你為何那麼容易放棄？」加上記起 BSF 查經時神給她一節經文：「Be still, and know that I am God.」（「你們要休息，要知道我是神」詩篇 46 章 10 節）給她很大提醒。就這樣，她願意學習順服，接受神的引領。

Joyce 形容在上海 3 年多的旅程是一段信心之旅；神陶造了她的生命，幫助她日後的工作有更成熟的表現；還有更大的祝福，是她整個家庭因為在異地生活，彼此倚靠，增進了彼此的關係。她的女兒當時適逢進入大學，上帝奇妙安排她進入合適的學校，使女兒的信仰也奠下美好的根基。上

帝也藉他們在上海的工作及教會生活，帶領了不少同事、朋友信主；她的丈夫也因為這經歷，開展了內地服侍的機會。Joyce 的個人信仰也有更深的體會，她相信順服神的帶領與安排，即或跟自己的意願不相同，但相信神，跟隨祂，就能經歷上帝的陶造，祂的安排是最合適、最美好的！

## 勉勵

最後，Joyce 以聖經金句「在指望中要喜樂，在患難中要忍耐，禱告要恆切。」( 羅馬書 12 章 12 節 ) 去勉勵同事們，人生中的確有很多大大小小的困難，我們即或在跌跌碰碰中去經歷，但堅定相信神，祂總會帶領，找到出路。





## 百味人生

### (一) 忠心的牧人 (馬耀文傳道)

#### 我的童年

因為父母皆是基督徒，我還年幼時已經把我帶到主的身邊。在我兩至三歲時，我們由西貢搬到沙田區的公屋，但「上樓」的只是我們一家人，不包括爸爸媽媽的母會，教會仍在西貢。由沙田回西貢崇拜，動輒要個多小時的車程，很累人；又不知何故，爸媽總要我跟他們參加成人主日，悶得要死；所以我很害怕返教會崇拜，常常借故留在家裡。

大約十歲的時候，神便為我們預備了另一家在沙田的教會，由於教會距離我家只有十多分鐘的腳程，我沒有了路途遙遠的借口，只好乖乖的跟爸媽到教會去。感恩這裡有兒童崇拜，讓我認識到年紀相若的朋友，一起唱詩，一起遊戲，我終於嚐到返教會的甜味。沒錯，是嚐到返教會的甜味，而不是嚐到主恩的滋味。神賜給我成長路上有很多同路人，但我跟神的關係仍流於表面；我只知道神是真實的，祂降生為我死，祂行過很



多神蹟等等。直到我在暑期營會中決志的一刻也是如此，這種根基不深的生命，很容易便會被世俗拉走，我亦不例外！

## 我的信主與成長

升上中學後，生活上有很大轉變，變得多采多姿，而且大開眼界；除了零用錢多了和出街不用向父母交代外，在學校的功課上，一是提早回校抄襲同學；若抄也不想，便索性告病假不回校上課。當時覺得所有事情很如意，生活亦很自由，自我感覺非常良好。慢慢地生活變得糜爛，生命的素質更每況愈下。當時我為要應付爸媽，我仍有教會的生活，但實際上和神的關係近乎隔絕，更莫說我的靈修和祈禱。

直到中四學期末，我人生第一道難關出現了！因成績不理想，需要重讀中四，一直自以為有點小聰明的我從沒想過要重讀，心情一下子跌落谷底，還要面對同學們的嘲笑。腦裏不停的問自己：「這一年做過什麼？白白浪費了一年，又要花多一年時間讀中四！」負面情緒一下子爆發，甚至埋怨神不保守自己！我把這事情帶回團契跟團友們分享，弟



兄姊妹的安慰與代禱讓我感到很溫暖，他們的其中一句話更令我刻骨銘心：「別以為神今天要你跌倒，實際是神比你有多一次機會做得更好！」這句說話不單令我重新振作站起來，更令我重新認識神。當我越認識神便越發現祂的愛是何等的美；並發現原來最大的愛和安慰一直在我身邊，只是自己不曾抓緊。但今天我抓緊了，我便不會再放手！

回想自己的成長及行為，就可像一個青年人打造自己的房間，以為很有序列，其實是凌亂不堪。而主耶穌就好像一位母親，常常提醒要整理一下自己的房間，我總是聽而不聞。靈命不長進，學業不理想，生命不成熟，這三句話便總結了自己的年輕！

## 我的蒙召與立志

感謝神的保守及垂聽父母的屈膝禱告，祂沒有讓我行差踏錯，離祂而去；故此，我縱是一個頑劣的孩子，骨子裡仍知道除祂以外，並無別的神。而且祂更清楚我的脾性，總是慢慢的去管教，更派了一位滿有愛心的天使諄諄教導我，學習緊隨主。

踏入婚姻，有想過如自己再不成功投考穩定的政府工作，便安安份份地在銀行上班，星期一至五工作，星期六日擔任團契導師，不行差、不踏錯，安份守己，他日見主面時都「有交代」。但當這念頭的浮現時，內心總有「心有不甘」。

婚後約九個月，以為自己在事業上可以有一些新的轉變，便毅然辭去銀行的工作，休息一個月，並跟隨教會牧師於「從新得力號」船上服侍。服侍過程中，看見一班努力為主跑在前線的人，同心的在海上高歌敬拜、為事工禱告；亦看見一位童

年過得不太如意的姊妹分享，主怎樣把她捉緊和教導，以致今天她能夠在人面前為主作見證。這些美麗的圖畫，活生生的見證，震撼了我的心。我祈禱求主賜福他們的同時，亦心裡求主讓我懂得生命「為主而活」，而不是「為生存而活」。

服侍期間得到教會牧師的鼓勵，他提醒我既然希望於戰場中再站前一點，何不考慮去讀神學，裝備好自己，作全人服侍？當時心想我何德何能？教會中比我學識高、靈命強的大有人在，獻醜不如藏拙。而且我結婚不足一年，不單沒有自己的房子，更要一下子把經濟的重擔全放到內子身上，實在不忍心！但感謝主，妻子是一位很愛主的姊妹，猶記得在中秋節晚上，我跟太太飯後散步時，分享我不敢踏上神學裝備之路的掙扎，太太很支持地對我說：「若這真是神的心意，我們便不要把屬世的事看得太重，深信神必開路，而且我們現在沒有房子，沒有孩子，經濟的壓力不是你想像中般大，開放心靈，順服神的旨意吧！」

於是，我們便開始為此事禱告，求神印證這事是否合乎祂的心意。但我仍舊是一個小信的人，為安全計仍持續寄出求職信，給自己留有後著。但某天靈修時，腦海突然浮現一句話：「I died for YOU, Do you live for ME？」(我為你死，你願為我而活嗎？)這是一個很真實，是神跟我說的一句話，我立刻屈膝跪下來，內心很感謝主，因我終於知道這事是合乎祂心意的，讓我蒙恩成為祂使用的器皿。那刻我心靈感到滿足，淚流滿臉，完全感受到神的愛！



這經歷後，仍是軟弱和小信的我便大膽的在禱告中說：「我仍會寄出求職信，若祢真的要我讀神學，求祢安排開學比開工快！」神深知我的脾性，祂容讓我的任性，同時祂亦有自己的計劃；當我投考救護員失敗後，翌日早上，我的神學院面試合格。開課之後，並非「順風順水」，要跟其他新同學彼此認識，學習寫專題論文，閱讀大量的參考書等，真的需要適應和努力，但我未有想過放棄；而引誘在開學不久，我收到三封政府部門的面試通知，但我知道這不合主的心意，我決意踏上征途誓不回頭！因在我心裡，只想做一個「忠心的牧人」！

## (二) 我愛當警察 (Daniel)

### 從小的夢想

我從小的夢想，是成為一位好警察。年幼時，我在家中時常把傻豹公仔當成壞人對待，把它「撻」在地上，並使用玩具手銬扣著它雙手！受到以警察為題材的電視劇《新紮師兄》影響，畢業後便毫不猶疑地要投考警察。

### 奇妙地進入學堂

我在家中排行第九，年輕時身體比較瘦弱，兼且營養不足和有哮喘病。還記得自己第一次到尖沙咀警察招募中心，第一件事就是量度身高和磅重。當時男警身高和體重最低的要求，分別是 165 厘米和 110 磅，而我雖然身高有 168 厘米但體重卻只有 108 磅！結果非常無奈地離開了招募中心。輾轉過了半年的冬天，我內心仍然很想成為警察，仍然視警察為終身職業，但體重仍未達標。那時我已是一位基督徒，每天在神面前禱告說：「我很希望能夠做警察，藉這份工作能夠榮耀神，並經歷祢的同在。」有一天，我在尖沙咀逛街時感到非常肚餓，於是在快餐店吃了兩份雞脾餐。之後，我經過尖沙咀警察招募中心，不知何故驅使我再進入投考。當時的程序仍然是先度高後磅重，我在磅重時非常緊張和缺乏信心，但結果剛好是 110 磅，我順利過關。神實在很奇妙！

到了體能測試和面試的日子，我和一位弟兄一起出席。在體能測試環節，弟兄在各項目順利過關；而我在輕鬆完成跑步後進入引體上升環節時，用盡全力還以為自己可以過關之

際，怎料考官指我姿勢不正確，要求重新再做，但我的體力已耗盡，結果連一下動作也做不了。那位考官便說我體能那麼差，怎可能考得上警察！

在面試前，我再次向神祈禱：「祢若願意我可以在警隊為祢發光，求祢讓我成為警察！」之後，我懷著平靜的心情出席面試。在面試過程中，我至今仍清楚記得其中一條問題，考官問我是否很喜歡做警察？

如果要扣減人工，是否做？我真誠的回答：「就算沒有人工我也要做，因為我好喜歡做警察！」那三位考官都笑了！再問：「沒錢都做？」我斷然答道：「是的！」最後，他們問我引體上升為何不合格？我答是因為之前做了七次動作後，要求重做時已毫無力氣了！我記得坐在中間的那位考官跟我說：「你回家好好操下自己身體！」我正擔心他暗示我失敗之際，怎料他接續說：「你入學堂受訓前，要操得大隻些啊！」我開心得不得了！心中無限感謝神！後來知道與我一起投考體能合格的弟兄，卻沒有被揀選成為警察，我更深信神的智慧非人所能測度。

## 學堂的日子

就是這樣，我便進了警察學堂受訓，而 CI ( 班主任 ) 是曾像賢，是一名基督徒警察，他退休至今，仍在警察以諾團契擔



任義務同工。當時，他分享自己職場見證和國內傳福音的經歷，這對我的人生觀影響甚深；還有在訓練期間，我遇上極大的困難，他帶我到他的寫字樓一起禱告後，經歷的神蹟也改變了我的生命！

學堂的訓練非常艱辛，尤其是學習燒槍。記得接受燒槍訓練的首三週，我拿著手槍時，緊張得幾乎將它掉在地上。每次



燒槍後檢查射擊靶紙，我的人形靶都是非常「乾淨」，一粒彈孔也沒有！有四星期我的燒槍分數都是零分。當時，負責槍械訓練的 ACI（副班主任）表明要我離開學堂，並安排我會見班主任。會見時，班主任像賢老師沒有責罵我，只關切地問我為何燒槍如此不濟？我惶恐地回答是因為害怕持著真槍，未能克服心理障礙。班主任聽後竟然像父親般溫柔地與我一起跪下禱告。禱告後，我的內心竟然有說不出的平安。本來 ACI 聲稱要

將我革走，但班主任力挺挽留，再給我多一次機會；就這樣，藉那此祈禱，解開了我對燒槍恐懼的心結，成績進步神速，由原本的零分，開始有三分、五分，最後還是全班的「神槍手」，更代表班制比賽。我的進步令 ACI 和同學們都大為驚訝，而我卻深知這是上帝奇妙的恩典。

但對我來說，最大驚訝和感恩的事，是神藉「畢業日」來堅定我的信心，因這天同是我的生日；是神垂聽了我的禱告，我相信祂安置我在警隊，是有祂的美意。這是上帝給我的印證，是要在警隊見證神。

## 警察生涯的高低起伏

學堂畢業後，我在軍裝部工作期間被巡邏小隊指揮官邀請我出任特別職務隊。只有四年工作經驗的我私下問他：「我甚麼也不懂，為何叫我加入特別職務隊？」他的回答竟是：「我就快要接任為主管，就是因為你夠『新』，又是基督徒，我信得過你，不想在證物上有任何問題。」因為我熟識這位督察，在出任特別職務隊後，共事的拍擋對我有所顧忌，他們甚至多次在完成案件後才對我透露，我感到被排斥而失落；但只能一邊忍耐，一邊向神禱告，求神給自己發揮機會！

神聽了我的禱告，讓我有機會拘捕一名賣鹹碟的阿叔。當時我見他錢又不是賺得多，如此冒險，很不值得，便順帶勸告他別再做壞事了；那位阿叔回應說自己也很想收手，並對我的關心感到詫異，又問我點解同其他警察不同？我笑說自己是基督徒警察後，他說若時機合適，會提供幕後「老闆」給我；但我只是聽，沒有看他為認真。怎料某天他致電給我提供情報，

結果成功搗破「鹹片倉庫」，檢獲二千多隻「鹹碟」；但因被捕者不認罪，我便要把二千多部影片逐一觀看來評估類別，然後送往「淫褻物品審裁處」作裁審。破獲這宗當年這大宗的案件，受到同事和上級讚賞，我不自覺地驕傲起來，而且變得自大和污穢，以為自己「好掂」，便開始為仕途「拼博」；在職場上得意卻引誘我逐漸遠離教會，也離開了警察以諾團契。

輾轉數年後的一個星期四，我接到上司通知於翌日早上與 ICAC 會面；我腦海出現許多畫面，卻不知道為了甚麼事情。我內心充滿恐懼和擔心，就在當晚重返警察以諾團契，並分享自己的憂慮；當時的弟兄姊妹立時為我流淚祈禱，我再次認罪祈禱，感到神的不離不棄，並深深體會到在我最困難最困苦時，竟有人與我同行，感到很是溫暖。第二天早上，我帶著平靜的心情往 ICAC 會面；結果，原來我不是 ICAC 的調查對象，我即時如釋重負，頓覺輕鬆，感到神豐富的恩典，祂的同在並垂聽我的禱告，讓我生命再次經歷更新成長。

## 萬物都有定時

我甚愛警察工作並全情投入，所以大部份時間都出任特別職務隊、特遣隊等繁重工作崗位；結果在不太顧及自己健康下，因過勞誘發哮喘發作；又因搜捕過程常在較髒亂的環境下徘徊，得了肺癆菌入腸。兩次面對死亡時，讓我重新回想人生的價值和在警隊工作的意義；在 2002 年，我決定重返以諾團契，並竭力事奉；從 2003 年起便不間斷地參與短宣，17 年來數十次的短宣探訪，讓我認識不同地區的信徒；還記得 2010 年，代表警察以諾團契出席在澳門舉行的紅黑皇佈道會中分享見證，看見當晚有多人信主，實在無限感恩，讓我更深經歷傳福音的重要和喜樂。

回顧過去，從上帝給我許多的磨練中，經歷祂所賜的恩典與祝福，也幫助我學懂調整人生的優先次序。記得 2008 年在我生日的那一天，太太告訴我懷了孕；至孩子出世時那一刻，同事致電告訴我「行為簿返來了！」（意味升職無望）；我竟然冷靜得令同事們好奇，還打趣地跟他們說：「噃！返了就返啦！」同事們立刻更正說其實行為簿沒有返來，我升職有望！但我當時不見得特別開心，因為當同事致電給我時，我正抱著剛出生的大女兒，是太太辛苦了三日三夜才生出的女兒；我感到女兒平安出生才是最重要，其他的事都是次要了！上帝對我的祝福沒有停止過，升級後六年期間，祂給了我四個可愛活潑的小孩子，兩仔兩女，一家六口活在「好好好」，好開心、熱熱鬧鬧的環境。這全是上帝的恩典！

## 總結

感謝神帶領我過去三十年在警隊的工作，我無悔我是警察！我愛當警察！還有數年我便要退休了。回顧過往與迎接未來，就正如我為四個孩子的命名一樣，全部都有一個「恩」字；因我深信無論日子如何，神的恩典必會緊緊伴隨我們一家！



## (三) 不再走迷路

(小綿羊)

### 離開了神

我在小學時，在聖經課堂中認識到耶穌為世人贖罪而被釘十架，祂的愛感動了我，使我決定悔改和相信祂。我在初中時接受水禮的一刻，與主同死同復活，像初生的嬰孩，獲得了新生命。在主裡成長一切安穩順利，直到進入大學後便起了變化，更覺得返教會和團契是沒有意思，就開始缺席聚會。雖沒有否認神，但已漸漸疏遠祂。

## 追逐愛情

大學時期開始談戀愛，一心追求建立自己的家庭，對於事業又沒有遠大理想，與男友拍拖四年多後認為他欠成熟及沒有前途，剛巧此際有另一男同事向我展開熱烈追求，他成熟又高學歷，工作又有前途，我便貪新棄舊，相信新男友是適合的結婚對象。愛情是盲目的，縱然他脾氣暴躁、篤信風水命理等，我也不覺有問題；甚至由術數家拼八字擇婚期我都願意。

## 失敗婚姻

婚後我們住在一間裝修得美輪美奐兼有花園的村屋，但新婚生活並不愉快，我認為只是未能磨合而已。不到半年，樓價大升，我們賣掉村屋，改租海景單位兼買新車，表面上生活不錯，我亦兼顧家務、做飯，營造美好的家庭生活。2008年的金融海嘯，丈夫收入頓減、患上情緒病，身體又出現毛病，他說新居風水不好，我們又搬家。這段日子，他對我的工作和烹飪等諸多挑剔，我都默默接受和努力改進，希望討他歡喜。



有一次他接聽來電時的隱晦對答，令我懷疑他有外遇，後來看到一些曖昧的短訊，心裡忐忑不安。我問自己問題在哪裡，以至他有婚外情，若他中斷與外遇來往，我們可從新開始。他卻否認事情並說很愛我，叫我不要亂想。可惜情況依舊，我發現更多蛛絲馬跡和謊言，被心愛的人欺騙和傷害，最終我決定離婚。

離婚半年，我仍未走出傷痛卻再次投入戀愛，希望有個伴侶愛錫自己。這段關係感到很甜蜜、被愛護，男友讓我投射了很美好的將來。可是，這段關係只維持了一年多，他一句「無心再經營這段關係」便告終。這次分手的痛是在舊傷口上再灑鹽，對我的打擊很大很痛。

## 回轉信仰

我心裡渴望回到上帝身邊，於是開始跟家姐返教會。有一個週末，工作後非常疲倦，但想到明天便是主日可敬拜神，我便祈禱求神加力，早上竟然有一把溫柔的聲音叫醒我，真奇妙！崇拜中唱詠詩歌時我很多時會哭泣，我知道是神的安慰，讓我明白自己雖然失去了婚姻和愛情，但祂的愛始終不變，而且還有家人和朋友的愛護。

離開了神的十多年間，拜佛的媽媽間中會跟我說，「你從小信耶穌應該重返教會」，但我卻敷衍了事；其實我相信神的存在，卻刻意排除祂，去過自己認為美好的生活。我原本抗拒風水命理，卻因前夫而接受它。為求婚姻美滿，便依習俗燃點龍蠟燭。這些行為都得罪了神。然而，主確實很慈愛，祂接納願意回轉的人。

## 得勝生活

我決定不再離開神，珍惜和享受敬拜神的機會。「你們不可停止聚會，好像那些停止慣了的人。」（希伯來書 10 章 25 節）現在我不再視返教會是行禮如儀，而是將返教會培養成為我的生活習慣，因為我要敬拜我的主。神藉著牧師講道，不斷教導我去寬恕。離婚後，我非常憎恨前夫，因他毀了我的一生。神慢慢將我改變，我不再憎恨他，只是無法原諒這個人；我為此事祈禱，但仍未能辦到。在一次聽道中，神又對我作出教導。就是「主禱文」裡的「免我們的債，如同我們免了人的債。」（馬太福音 6 章 12 節）我問自己有沒有免了人的債嗎？「你們饒恕別人的過犯，你們的天父也必饒恕你們的過犯。」（馬太福音 6 章 14 節）講道後，牧者叫我們向神禱告，我就誠心禱告並願意原諒前夫，並求神賜福他。這次，我的心得著釋放了！作為基督徒，學效耶穌是一生的學習，單是「寬恕」這命題，已花上四五年的時間。感謝神！因為靠著祂的恩典，我們可以勝過罪惡！

## 不再迷路

感謝神帶領，現任丈夫是基督徒，我們努力建立基督化家庭，能夠彼此分享信仰、守望和鼓勵。從前，我在戀愛中是盲目的，不斷改變自己去迎合對方，放下自己的價值觀，失去了個性。現在我不但享受愛情，而且會記念神國度裡的事情，領人歸主，很快樂！我祈求一生跟隨祂，永不再迷路。



## 職場智慧攻略 麥文本弟兄



### 職場哲學（四）：

5 W + 1 H

### 領導方式

## 前言

基督徒的「生存目的」是要「榮神益人」，在生活及職場上待人接物需要「同理心」，那麼我們究竟要主動找尋目的和對象工作，抑或靜候神的安排呢？如果主動出擊的話，有什麼方法可以達致成功呢？而如果靜候神的安排，又要怎樣回應呢？

## 基督徒的人生

神賜下恩典，讓我們成為祂的兒女，那麼無論我們是否在意，祂亦會在我們的身上有一個計劃，可以簡列如下：不認識神→行為（個人計劃和方法）→認識神→跟從神→行為（神的計劃和方法）→榮神益人。

當基督徒接受主耶穌成為個人的救主之後，就有責任去計劃作見證和傳揚福音，如果缺乏主動的話，神亦會有美好的安排；讓我們在神的救贖計劃中，擔當我們的職份：

- 與耶穌同釘十字架的兩個囚犯，其中一個臨終前接受耶穌為他的救主，他的基督徒人生十分簡短，然而他的見證亦幫助了不少的人 – 不認識神→行為（犯了重罪）→認識神→跟從神→行為（在聖經中留下了美好的紀錄）→榮神益人；和
- 保羅從不認識神，甚至逼害信徒，到接受神，忠心為神傳揚福音，成為基督徒的典範 – 不認識神→行為（逼害信徒）→認識神→跟從神→行為（神的方法去傳揚福音）→榮神益人。

## 方法

實在世上任何計劃的推行都需要一個領袖或執行人，而神就是總設計師。

一個計劃成功與否，包括警務處的「行動指令」(operational order)，都需要考慮以下 5 W + 1 H 的因素：  
1.「做什麼」(what)；2.「為什麼要做」(why)；3.「什麼時候做」(when)；4.「在什麼地方做」(where)；5.「誰人做」(who)；和 6.「怎樣做」(how)。

其他的細節不過是技巧或 5 W + 1 H 的同義詞而已。

## 神的救贖計劃

以神的救贖計劃為例，始祖亞當和夏娃吃了禁果之後，人便因罪與神隔離，然而神為世人的救贖設計了一個計劃，按部就班完成：

- 「做什麼」(what) – 拯救世人；
- 「為什麼要做」(why) – 因為世人都犯了罪；
- 「什麼時候做」(when) – 不斷警告→預言→二千年前主耶穌降生、受死及復活；
- 「在什麼地方做」(where) – 從耶路撒冷開始→直到地極；
- 「誰人做」(who) – 耶穌→門徒→基督徒；和
- 「怎樣做」(how) – 洪水預表審判→以色列民族預表信徒的生涯→埃及預表世界→十誡定下底線→耶穌救贖的落實→福音傳遍世界→主耶穌再來→信徒永遠在天國與神同在。

## 福音傳播計劃

而耶穌升天之前，在《馬太福音》28 章 18-20 節交託給使徒的「大使命」，令初期教會成功將福音傳播，亦是有效地應用上述的 5 W + 1 H 方法：

- 「做什麼」 – 使萬民作「耶穌的門徒」；
- 「為什麼要做」 – 將福音廣傳，使世人得救，成為主耶穌的門徒；
- 「什麼時候做」 – 耶穌升天之後；

- 「在什麼地方做」 – 從耶路撒冷→猶太全地→撒瑪利亞→直到地極；
- 「誰人做」 – 所有基督徒；和
- 「怎樣做」 (how) – 聖靈降臨在使徒的身上，加添他們的力量，令所有信徒以使徒及保羅為學習對象，而教會與機構以使徒行傳的初期教會為典範 (role model)。

## 結語

任何計劃，無論個人的進修過程、工作上的大小行動部署、工作業務的發展或者教會的未來擴展，都需要周詳的 5 W + 1 H 計劃，然而最重要的是合乎神心意的「榮神益人」出發點。

「你們哪一個要蓋一座樓，不先坐下算計花費，能蓋成不能呢？」(路加福音 14 章 28 節)

「人心多有計謀；惟有耶和華的籌算才能立定。」(箴言 19 章 21 節)



## 職場交叉點 吳振榮

止 步 製 暖



在 2019 年，香港人面對一場本地史上持續時間最長的社會事件。從去年六月至今，政治氛圍每況愈下。大家看到街頭衝突不斷升溫，看到越來越多的暴力，越來越多的互相指責。不少市民都陷入了互相煽動、互相仇恨、互相傷害的循環之中而不能自拔，頭腦充斥著一連串似是而非的消息和令人心碎的畫面。許多人會問：「香港怎麼會變成這樣？」我們從以下數據便可反思政府「止暴制亂」的成效如何！

香港在 2019 年 6 月 9 日至 12 月 10 日期間，抗爭運動數據和比較。（資料來源：明報 2019.12.10 頁 A6）

警方數據		示威者抗爭口號
拘捕人數	6022 (4474 男 /1548 女 )	香港人，加油！
年齡	11 至 84 歲 (18 歲以下 946 人)	
檢控人數	956 人 (767 男 /189 女 )	
被捕學生人數	2393 人	
受傷警員	493 人	香港人，反抗！
投訴警察個案	逾 1300 宗	
使用彈藥枚數		
催淚彈	16000 枚	香港人，報仇！
橡膠子彈	10000 枚	
布袋彈	2000 枚	
海綿彈	1900 枚	

政府的「止暴制亂」能奏效嗎？筆者則認為效果不彰，唯有藉著神的愛才能「止步製暖」，將怨仇化解。上帝絕不姑息罪惡，必為受害者伸冤。正如經上所記：「主說：『伸冤在我，我必報應』」（羅馬書 12 章 19 節）。

今日，我們謙卑在上帝面前檢視自己的內心。願公義的上帝賜我們信心和勇氣，幫助我們不但勝過復仇的誘惑，更能遵行主耶穌的命令：「愛你們的仇敵，為那逼迫你們的禱告。」（馬太福音 5 章 44 節）。

## 止步

在公義實現之前，我們很容易被仇恨淹沒，甚至成為下一個加害者而不自知。與此同時，一種看不見的危險正在威脅我們的靈命健康：「怒氣引發仇恨；仇恨滋生惡行。」起初，我們懇切禱告，等待上帝的回應；接著恨意悄悄萌芽；後來，眼看上帝似乎遲遲還不伸張正義，我們便想靠自己的力量報仇…最後，我們可能已分不清自己到底是受害人還是加害者。中國人創造文字實在精妙，「怒」，部首是心；若人的心被怒氣駕馭的話，將會成為怒火的奴隸了。

大衛說：「當止住怒氣，離棄忿怒；不要心懷不平，以致作惡。」(詩篇 37 篇 8 節)

我們必需仿效主耶穌，縱使三年的傳道日子繁忙，耶穌都會把握時間安靜下來，向天父禱告，並安靜等候天父的回應。而我們的日程卻填得滿滿，甚少機會靜下來，幾乎連想靜下也會感到有罪疚感，像浪費光陰。但原來我們每日都須要有靜處的時間，梳理思緒。當我們止步後，便能學習主耶穌的吩咐「愛你們的仇敵，為那逼迫你們的禱告。」(馬太福音 5 章 44 節)，這是改變香港今日亂局的起點。

## 製暖

耶穌說：「人子來，為要尋找、拯救失喪的人。」(路加福音 19 章 10 節)

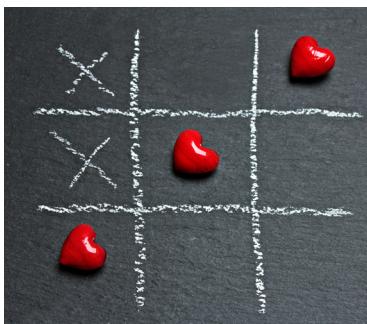
香港現在的社會運動，正正讓我們看到了因愛生恨…我們都因為愛香港，最終卻走向了仇恨和互相攻擊。「愛」可以化解仇恨嗎？

但當大家覺得仇恨是你此刻唯一的真實情緒時，我想告訴大家，愛其實很真實，愛不只是此時刻的事，而且是一生一世的事，現在大家互生仇恨，肯定是不知中了撒旦的圈套。愛可以化解仇恨，也希望大家都相信，我們必須建基於愛與良知，若失去愛與良知，社會必然崩壞。無論今天的香港有多撕裂和仇恨，我依然相信只要大家本著有愛和良知，我們可以為這城尋求出路。願我們都能更深地體會主耶穌的寬恕、憐憫與慈愛，在充滿罪惡世界中緊緊跟隨耶穌。藉著神的愛，世界便不一樣；藉著神的愛，將仇恨化解。

## 止步製暖

我們必須先止息怒氣，因為「怒氣引發仇恨；仇恨滋生惡行。」我們可參考曼德拉先生於 1990 年 2 月 11 日在離開監獄時發表的演講，他沒有帶著怨忿，相反地說：「我若帶著仇恨

離開監獄，即與坐牢沒有分別。」他表達了對和平的嚮往及與白人少數群體的和解之意。曼德拉窮一生爭取各種族和諧共處，不惜身陷囹圄 27 年，終帶領南非結束種族隔離制度，不但當上南非首位黑人總統，更於 1993 年獲授予諾貝爾和平獎，以表揚他在為和平取得的成就。筆者相信「當止住怒氣，離棄忿怒；不要心懷不平，以致作惡。」才能製造和諧氣氛，平息紛爭。而主耶穌的教導：「愛你們的仇敵，為那逼迫你們的禱告。」你願意跟隨主耶穌的教導嗎？願意踏出復和之路嗎？只要大家願意便可扭轉此時香港困局，達致社會和平。





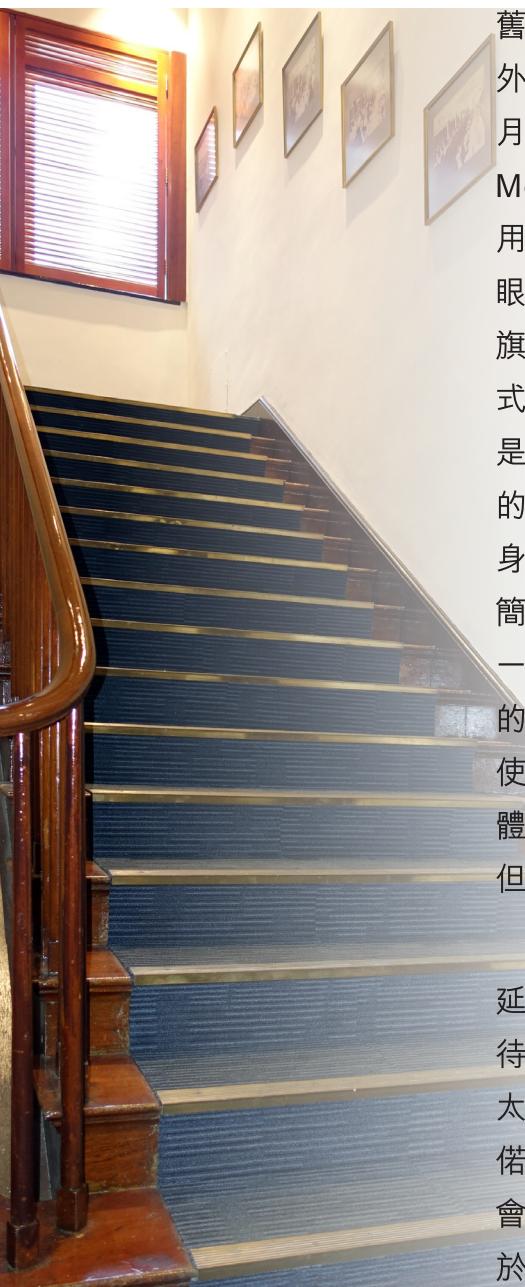
## 警察冷知識 陳總



### Commissioner's Lounge 處長廳

上期的「警察冷知識」介紹了位於堅偉樓六樓的高級警官餐廳 (Senior Officers' Mess)，原來在這餐廳之上，還有一間鮮為人知的餐廳，平日杳無人跡，重門深鎖。嚴格而言，這地方是非一般的餐廳，它就是 Commissioner's Lounge，中文稱之為「處長廳」。

在高級警官餐廳 (SOs' Mess) 正門側，有一條古老典雅的木樓梯直達七樓的處長廳。在拾級而上時，昔日 SOs' Mess 聚會的相片映入眼簾。走到拐彎處，經過被陽光穿透的百葉窗，尤如進入了時光隧道。到達七樓後，彷彿置身懷



舊風格的閣樓，而迎接訪客的是門外的牌匾，上面刻著「2015年9月25日成立」。處長廳可謂 SOs' Mess 的迷你版，主要分為客廳、用餐區和酒吧。甫一進入處長廳，眼睛隨即被放置了香港區旗、警隊旗幟和警徽的角落吸引，是用作官式拍照留影之處。視線往旁邊一轉是以柔和燈光映襯的小客廳，當中的火爐、壁燈和大笨鐘叫人仿如置身於英式古宅中，與另一邊廂佈置簡潔的酒吧成強烈對比。用餐區有一長檯，可供三十多人用餐。長檯的兩側整齊排列著刻有警隊徽號、使用超過六十年的高背餐椅。從整體佈置看，處長廳顯出簡潔典雅，但不失莊嚴古樸。

處長廳可算是 SOs' Mess 的延伸，主要是警隊管理層用來接待官式訪客，尤其當訪客人數不太多，用作小型酒會及宴請，會較偌大的 SOs' Mess 更合適，當然會員也可作私人訂房宴請賓客。至於平日運作，例如訂房或訂餐都經



由 SOs' Mess 的經理安排。雖然這地方成立只有四年多，昔日的處長級官員也歡迎使用，因 SOs' Mess 的會員退休後均成為榮譽會員，後者在使用上基本與從前一樣，只是出席官式宴會 (Mess Night) 時，無須再穿上禮服，改穿晚宴服裝 (Dinner Jacket) 配上黑色領帶便可以。處長廳不獨是一間餐廳，它擔負警察公關的角色，無論是官式或私人活動，默默推廣香港警隊的信息予社會和世界各地。





## 警嫂好介紹 King E

# 朱古力合桃曲奇



轉眼間 2019 年已成為歷史，現在正是 2020 年的開始了，回顧過去這一年真是變幻莫測，非我這一個小女子能理解和參透，唯有堅心倚靠天父，單單以信、望、愛，來與人相處、溝通，安靜地聽、冷靜地看，不作無謂的猜測和判斷，縱然會有傷痛，也要學習忍耐等待，雖然看似消極但也堅持不住的禱告，且看神的話語：

「你們所遇見的試探，無非是人所能受的，神是信實的。必不叫你們受試探過於所能受的。在受試探的時候，總要給你們開一條出路，叫你們能忍受得住。」(哥林多前書 10 章 13 節)  
凡事感恩，常存喜樂的心，這樣縱然風高浪急，也會安然渡過。

有一天教會的姊妹給我看了她們為警隊同事打氣做的曲奇，看到後覺得感動和有趣。她們做的是糖霜曲奇，既可以做

出不同形狀，也可寫上打氣說話和祝福（現在已有可以吃的糖霜筆了）。

我想收到的朋友定會感受到那份關愛和甜蜜，其實是互動的，當人在製作那些餅食的時候，也會感恩神的厚賜百物，可以有能力為大家打打氣、充充電。說真心話這個糖霜曲奇其實製作都很花時間和耐性的，大家有幸收到的請好好欣賞品嚐啊！

糖霜曲奇比較難做所以教大家做一個既簡單，過程又療癒的朱古力合桃曲奇，給大家樂一樂喇。

### **材料：**

無鹽牛油 100 克（室溫放軟）

黑糖 50 克（因黑糖水份高餅內會較軟）

黃糖或白糖 50 克

蛋 1 隻、鹽 1/2 茶匙、泡打粉 1/2 茶匙

麵粉 140 克（過篩）

入爐用朱古力粒 80 克、合桃肉碎 100 克

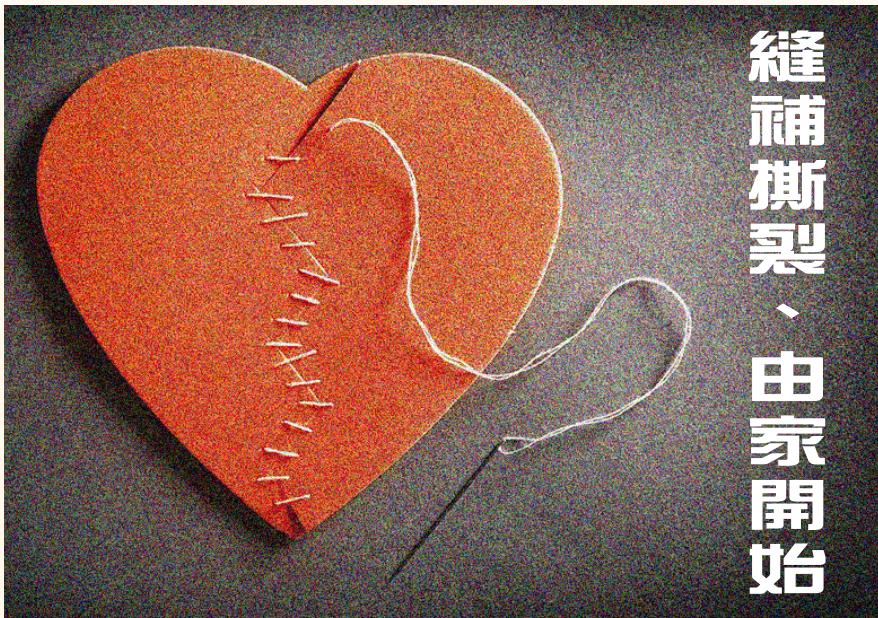
### **做法：**

牛油和糖拌勻打至滑身 然後加入蛋打勻（落蛋後不要打太久，以免水油分離），跟著加入麵粉及其它材料拌勻，用湯匙平均分成小餅放在焗盆，放入已預熱焗爐內用 170 度火焗 10 至 12 分鐘，或見到餅邊稍稍金黃色即可取出，放涼後配一杯熱咖啡就充滿力量了，或可趁熱辣辣時配雪糕、凍鮮奶就滋味無窮喇！

在這煩擾的時空中放鬆一下感覺真好！祝福大家喜樂平安！



## 身心保健 徐羨容姑娘（警察以諾團契輔導員）



反修例事件引發的社會衝突，掀起了不同的觀點和立場，可能已影響你和家人、朋友、或教會弟兄姊妹之間的關係，有些會刻意迴避這敏感話題，有些築起了高牆，有些爭拗至割席、退出群組，甚至反目成仇；彼此不同的看法已帶來人際關係的疏離或撕裂，令我們在情感上都受了傷！

身體傷口的復原需要時間，同樣情感的受傷也需要時間癒合。要縫補人際的撕裂關係是一個過程；若是可行，建議「由家開始」縫補的第一步，讓我們在風高浪急的工作後，有「可安歇」的家可歸。

如果你有不同立場的子女或家人參與示威或其他活動，可能過去一段日子已為你帶來很多難以言喻的情緒：擔憂、激氣、無奈、甚至羞愧…最好先誠實面對自己的複雜情緒，安穩下來，記住你氣沖沖時的批評和責罵多會將家人推得更遠，叫他們走向同聲同氣的友伴為伍，那就失卻了可以對談的機會。

如果打算對話，要作好心理預期彼此有不認同的觀點，嘗試換位思考，明白對方背後的想法和需要，例如年長的或會較看重安穩和諧，年青的或會較看重自由；又嘗試尋找共同目標和期望，例如可能大家都不贊成暴力、違法等行為，也可提出你作為父母期望子女行事要以安全、守法為重等。

家是實踐愛的地方，就是不同觀點和立場，嘗試不帶批判地聆聽，以尊重、信任、善意編織出慈繩愛索，先將彼此連繫起來 (connect)，不要急於即時去改變 (correct) 對方的觀點和行為。

傳道書 3 章 7 節提醒我們：「撕裂有時，縫補有時；靜默有時，言語有時」，願主幫助我們在面對關係撕裂時，懂得何時靜默，何時表達，靠主一步一步踏上復和之路。

如果社會事件使你和家人爭論不休或陷於冷戰，令你束手無策、感到困擾，甚至影響日常生活或工作，建議你尋求協助，團契的輔導同工樂意與你傾談，請與我們聯絡 (2799 2288)。



**禱文** 許淑芬牧師（警察以諾團契團牧）



## 為「新型冠狀病毒」祈禱

為從中國武漢發現的新型冠狀病毒祈禱，病毒已蔓延遍及全球！求主垂憐世人，不要按我們的罪過待我們，也不照我們的罪孽報應我們，因祂知道我們的本體，思念我們不過是塵土！

求主幫助我們要敬畏神，遠離惡事！「末日時鐘」已因這病毒而再調整距離子夜只有 100 秒，是危險的呼聲，

也是呼喚人醒覺！求主幫助我們為最重要的事奮勇，遠離怨懟、仇恨、惱怒，心存謙卑、感恩、敬畏！

求主赦免我們一切的罪孽，醫治我們一切的疾病！賜醫護界敬虔者智慧，以敬畏的心尋求「解藥」，使疫症受遏止，找到病源，並尋得有效醫治良方！

求主保護正奮勇抗疫的勇士！很多醫護人員不顧性命，逆行前往武漢；有很多穩站崗位，勤勞服侍；有默默承受沉重壓力，不願回家、忠心力戰！他們願意付上一分力量，求主賜他們萬分勇氣，無比信心，成功抗疫，平平安安與家人團聚！

求主保護前線的執法者及一切有可能會接觸受感染者的服務人員！他們會恐懼、焦慮、擔心，但他們仍然繫守崗位！求主安穩他們的心，幫助他們保護好自己，並有能力保護他人！

求主賜香港人面對逆境自強，持續的衝突有如疫症般纏繞著人的心！求主賜「喜樂的心」為眾人的良藥，抱正面積極態度，愛心寬、胸襟廣，敬畏神尊重人，家人相愛和睦，鄰里守望相助，齊心再現繁榮且共融的城市！

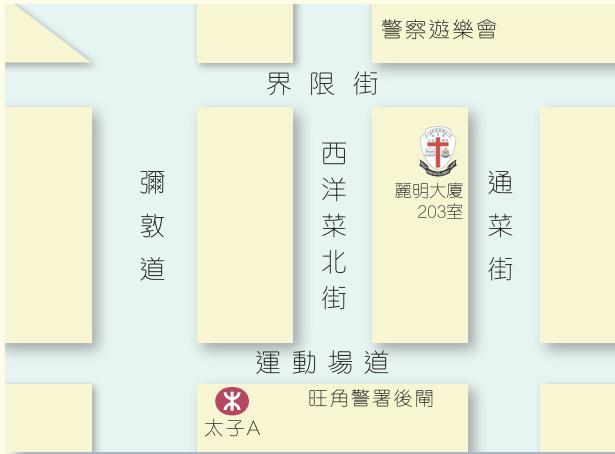
## 以諾家分團聚會一覽

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	基址集合	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	逢星期三	1300-1400	總部39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
弟兄小組	逢星期四	1430-1600	基址	弟兄
姊妹小組	逢星期五	1000-1130	基址	姊妹
PSRC小組	每月第2個星期一	1900-2100	警會	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	1600-1730	基址	紀律部隊

## 分區小組聚會

東九區	秀茂坪、東九龍交通、將軍澳、黃大仙、觀塘
西九區	西九總、九龍城及法院、尖沙咀、旺角、油麻地、長沙灣、紅磡、深水埗、西九龍交通
港島區	北角、西區、中區、高等法院、跑馬地、警察學院、灣仔、筲箕灣 暫停：柴灣、香港仔
水警區	北水、西水、東水、南水、港口／水總、昂船洲、長洲
西鐵區	元朗、屯門、東涌／機場、荃灣、新界南總、葵涌、青山 暫停：八鄉、大嶼南、青衣、天水圍
東鐵區	小瀝源、馬鞍山、上水、大埔、粉嶺法院、PD&TTD、PTU、PDU、沙田 暫停：落馬洲、田心

另有各區宿舍聚會 査詢請致電本團 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

<b>電 話</b>	2799-2288	<b>傳 真</b>	2789-2355
<b>網 站</b>	<a href="http://www.enochhkp.org.hk">www.enochhkp.org.hk</a>		
<b>電 郵</b>	office@enochhkp.org.hk		
<b>地 址</b>	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

香港警察隊基督教以諾團契

簡稱警察以諾團契

取名「以諾」

寓意效法以諾「與神同行」

團契於1979年開始小組聚會

於1981年獲警務處處長批准成立

是警隊內的基督徒群體

並獲稅務局認可為慈善機構

團契於不同警察單位

警署及宿舍定期舉行聚會

提供輔導服務、出版書刊、短宣探訪

又舉辦各類訓練、靈命成長課程

讓更多警隊同事和家屬蒙神賜福