



年少·無知

葉綺暉助理宣教師

電影《年少日記》中，自殺的小朋友在日記寫下：「我長大後，一定無法成為我想成為的大人。」在成績未如理想而不斷被父母指責及否定之下，他自我懷疑，並結束了自己的生命。2001年，岩井俊二的電影《青春電幻物語》，探討了日本青少年有關欺凌的問題，一名女生看著空中的風箏，輕喚一聲「想飛」……然後爬上高塔，一飛沖天，一躍而下，著地之際，逃離了現實，離開了痛苦。

甚麼是痛苦？死亡可怕嗎？

近年，學生自殺的情況持續發生。衛生署在今年四月發表了《學生健康服務 2023/24 學年周年健康報告》，共有43萬名學生接受健康檢查，有約9460名學生曾在過去一年計劃自殺，約4300名學生曾試圖自殺。可見，不少學生在思考着死亡的事。那些誓去了的，在決定了結生命的前一刻，在想甚麼？

可能，是想為自己的生命，作一次選擇。

2011年，歌曲《年少無知》，引發了社會上不同年齡人士的共鳴，一句「如果命運能選擇」，喚醒了無數的嘆息與追悔。其時，我仍在大學階段，雖未踏出社會，卻總感覺在被安排的道路上浮沉漂泊著。父母常說：「擁有學歷，未來才有更多選擇，而不會淪於被選擇。」

事實上，作父母的，也逃不過社會的「教導」。在充滿競爭、汰弱留強，追求成績、效率、名利、成就的文化下，塑造了這一代的父母與孩子。近十多年來，常有「周街都係大學生」、「贏在起跑線」的說法，家長們爭相催谷孩子，為了孩子的將來，不斷提升孩子的競爭力，但願他們能早日突圍而出，因而出現了「怪獸家長」、「直升機家長」。家長及孩子，似乎都沒有選擇的餘地，活在了社會的「遊戲規則」之中，而在此無法「生存」的人，則被貼上了難以磨滅的標籤，成為「失敗者」，甚至因而遭受欺凌，形成惡性循環……

活在「遊戲規則」之下，我亦感受過所謂的成功與失敗，但感謝父母給予了我適當的空間，引導我自行作出選擇。然而，今天很多父母及孩子均受困於競爭文化之中，孩子面對不可失敗的要求時，若無法完成任務，便自感一無是處；面對不甘之時，無從發聲，便選擇叛逆；面對被壓之時，無從釋放，便選擇放棄……成長中的少年在現實生活中若找不到機會、接納與盼望，是有多絕望？

《馬太福音》十九章十四節，耶穌說：「讓小孩子到我這裏來，不要禁止他們，因為天國是屬於這樣的人的。」耶穌之所以如此說，是因為前一節提到「那時，有人帶著小孩子來見耶穌，要他給他們按手禱告，門徒就責備那些人」。門徒不讓孩子親近耶穌，反映了不論從過去到現在，人的心底總是不自覺地分別了尊卑、貴賤、大小的思想，有「貴重這個，輕看那個」（林前 4：6）的情況。然而，耶穌說，天國就是需要孩子般純潔的人，不看人的高低貴賤，只看人本身的價值。

當選擇命運只能藉著「如果」去叩問，那選擇死亡，是經歷了怎樣的內心交纏？而選擇在校園了結生命的孩子，又是帶著怎樣的控訴？

年少，並不無知。

編
者
的
話

以伊戰爭和俄烏戰爭愈演愈烈，久久未能平息，世界局勢之緊張，正如經上所記「民要攻打民、國要攻打國」，末世之聲，越來越近！我們作主門徒的，除了為戰亂求平安，更重要是把握傳福音的機會，讓未知未信的人同得救恩和有從神而來的喜樂和平安！讓我們以致力街頭佈道的已故柳鎮平牧師為榜樣，「天天努力傳福音」。

不一樣的羽毛球比賽

陳國輝宣教師

在2025年4月27日的基新堂主日崇拜證道後，我相約了十二位中學生（鳳溪廖萬石堂中學及鳳溪第一中學）及三位上水堂教友們，下午一起參與基新堂主辦的「羽毛球對抗賽」，是次活動對於平日放學後到上水堂參與鳳南里Café的同學來說，確是一次新的經驗，一方面為可以參與羽毛球比賽而感到開心，期望可以爭取好成績；另一方面，也可以接觸不同的對手，彼此切磋球技，對於喜愛羽毛球運動的同學們而言，相信是一次彼此期待的經歷。

今次的活動雖然是羽毛球比賽，但賽制卻有一些不同，每一位參加者（基新堂或上水堂的參加者），無論是參與單打、雙打、混雙，各項對賽成績，也計算在每間堂會的總分成績裏；換言之，參加者是代表一個群體（上水堂或基新堂）作賽。最後，待完成全部賽事，大會作整體統計及公佈成績。對於過去是以爭取個人或組隊成績的參賽同學們來說，賽制的轉變，沒有減退他們參與的投入，相反，在比賽過程中，大家也努力為所屬代表的堂會作賽，當每場對賽完畢，大家也一起關心大會公佈的總成績。



賽果雖然有勝有負，但同學們也有不同的慶祝表達方式，部分參加者還會在賽後彼此握手，彼此欣賞和肯定。感恩，賽後我聽到部分同學們的分享：

「我好開心可以參與這次比賽。」

「期待下次自己可以更進步！」

「抱歉，我在比賽中講了一些輕挑的話，傷害了別人的心。」

「謝謝今次舉辦比賽的人！」

聖經《以弗所書》四章十六節指出：「全身都靠他聯絡得合式，百節各按各職，照著各體的功用彼此相助，便叫身體漸漸增長，在愛中建立自己。」今次的羽毛球對抗賽，勝負確實是分出了，但我相信，作為籌備的各位導師及弟兄姊妹，心裏期盼的事，就是參加者及同學們的情誼，不是因比賽而分開，而是期待下次再相聚，一起享受參與羽毛球運動，彼此認識，彼此學習，享受在教會相聚，享受每一次的失落與鼓勵，享受不一樣的羽毛球比賽，誠心所願！

堂會退修記

盧晉傑宣教師 (Loba)

在五月的第一個主日，堂會成員與主蔭堂及基新堂堂委們一起退修。

當日活動分為三個部分：首先是個人安靜時刻，慧君牧師預備了經文和思考問題，讓大家各自尋找空間與主對話，聆聽主的聲音。

第二部分是教牧同工分享。今年是上水堂「三年發展計劃」的第三年，我們藉此機會與堂會成員分享過去兩年多的事工進度及反思，計劃中遇到的困難及上帝在教會中的作為。

作為初出茅廬的我，主要負責「提升崇拜素質，建立靈命培育系統」和「落實堂校合作，傳道服務」這兩個重點。面對這兩項重任，我心情忐忑，擔心自己能力不足，反而弄巧成拙。然而，滿有恩典的上帝已為教會預備妥當。在靈命培育方面，有鄧永照牧師的敬拜講座和晚間課程、Henry弟兄的靈修工作坊、節期祈禱會，以及內子Luey的藝術靈修工作坊等，讓弟兄姊妹從不同角度認識上帝。

堂校合作方面，感謝石校長「邊做邊教」，鍾校長和趙副校長又準備好「堂校合作事工藍圖」，提供清晰的堂校合作的基本資料。此外，石校長、麗虹值理和事奉團隊積極參與家長工作，如家長小組、工作坊和福音聚會等，將福音種子撒在家長心中。

第三部分是分組討論。三堂堂委分組交流對事奉的感受和展望。最後，我們各自將寫給教會的心願寫在紙上，摺成飛機飛出去，象徵將心願交託給上帝。

從一班領袖身上，我看到他們對教會的愛與委身，即使面對不擅長的任務或個人能力的限制，仍願意盡心竭力服侍。同時，不少上水堂以外的弟兄姊妹也願意參與事奉。

我只能說：「上帝真的很愛上水堂」。盼望我們都能夠成為一個「接受愛，同樣願意付出愛的教會」，這是在紙飛機上寫上的心願。



家日回想

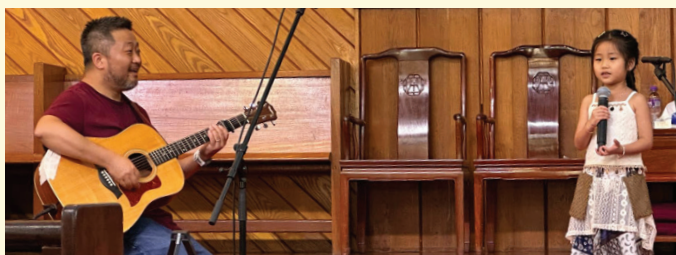
陳文浩值理

大家好，我是文浩。在過去的復活節，我們一如既往舉辦了「家日」聚會。今年由Lo宣、明恩和我去負責籌辦。感謝小迅幫忙訂購食物及各樣大大小小的行政支援，感謝動員部各位兄姐佈置場地及協助分派食物，也感謝各演出單位的參與。

在午餐安排方面，我看到動員部已有一套明確分工，包括場地佈置、食物分派、事後收拾等等，感謝各位獻上心力，我相信人手是不嫌多的，十張枱，兩個人搬要分十次，四個人搬就分五次……

表演方面，那些小朋友，明明只要站在台上，就足以讓人感到歡喜，偏偏他們還懂得表演，讓人快樂。迦勒團契的長者，明明在台下笑著看，就能夠讓人感到滿足，偏偏他們為主獻上歌聲，讓人感到主恩滿滿。作為中流砥柱的馬利亞團契和約書亞團契，成為整個表演的核心，還有劉執事的健康「好介紹」，以為沒有但原來又有柯生的棟篤笑……以上種種，各方拼湊，讓今年「家日」變得圓滿。

感謝主，我們是因著上帝祢的呼召而聚在一起，祢讓我們彼此服侍，去彰顯祢的愛，願我們獻上的都蒙主祢悅納，誠心所願。



上水堂與我

張巧玉值理

自1999年起，我開始在上水堂聚會，並加入馬利亞團契，至今已有二十多年。作為一名家庭主婦，我曾長時間照顧三位女兒及處理日常家務。雖然忙碌，卻非常珍惜能在教會不同崗位上事奉的機會。

我曾擔任馬利亞團契的文書職務，並於2012年暑假參與國內施恩園的短宣服侍。自2015年起，我亦積極參與堂校合作之家長工作坊等事奉。

感恩的是，女兒們如今已長大成人，各自建立了家庭，育有兒女。隨著家庭責任逐漸卸下，我擁有更多時間投身教會事奉。感謝主在我人生的每個階段都有美好的安排與引領。

2024年，我蒙主呼召，當選為聖樂部值理，深感榮幸，並享受在教會的事奉。即使在事奉中遇上困難，我亦樂意尋求牧者及弟兄姊妹的幫助與同行。2025年，我轉任青少年部值理，雖是新的崗位，但我沒有擔心能否應付，願意全然擺上，求主悅納。

正如經文所說：「你要盡心、盡性、盡意、盡力，愛主你的上帝。其次就是說，要愛人如己。再沒有比這兩條誡命更大的了。」（馬可福音12章30-31節）

我深愛這個屬靈的家——上水堂。在這裏，弟兄姊妹彼此相愛、互相關顧、同心事奉，是上帝所賜極大的福分。我亦盼望將來有更多青少年加入上水堂，一同經歷信仰的成長與服侍的喜樂。願主成就，誠心所願！



《燈下屋》的敬拜

盧慧怡姊妹

完成了十場的《燈下屋》劇場佈道，心裏充滿感恩。

由《一千零一夜》劇場佈道開始，能夠以這方式去服侍，接觸上水堂附近的街坊，上帝一步一步擴張我們的境界，去接觸年輕人、基新堂的兄姊、主蔭堂的兄姊、屯門堂的朋友，這一切都是出於上帝。感謝上帝讓卑微的我們有份參與祂的事工。

《燈下屋》中每個角色的對白並不多，每句簡而精地表達出生活中某一些人的心底話，期望透過舞台上的表現，能與人產生共鳴，觸動心弦。每位《燈下屋》的演員努力地背台詞，也努力地揣摩角色，我常常覺得每一句對白都有重量，是好珍貴的藝術作品。

舞台上每句對白雖然都沒有「福音」的元素，但我們的都帶著一顆敬拜的心，「藝術的目的並非建立於其實用性，是在於比藝術更大『恩典』上。而且就像敬拜一樣，藝術把我們拉往遠大於我們自身的某事，將我們的喜與悲都牽引盡上帝在基督裏的美好生命。」（《美麗的神》P.19, David O. Taylor）

我們都期盼那搖動人心的種子種在末信者的心裏，有一天發芽生長，願上帝祝福每個生命，榮耀主名。

「我栽種了，亞波羅澆灌了，惟有上帝叫他生長。可見栽種的，算不得什麼，澆灌的，也算不得什麼；只在那叫他生長的上帝。」（哥林多前書三章6—7節）



回家感言

朱耀光弟兄

2025年4月12日，恆常回到上水堂參加主日崇拜聚會，一進門已見到樹信弟兄及他的太太天愛姊妹，之後又見到芝明姊妹和麗雅姊妹，他們個別帶同兒子或女兒回來。雖然他們移居外國多年，但一見面，彼此都十分興奮，有親切慰問。崇拜後，更與不同兄姊彼此分享交流，聯同前一些回來的嘉莉姊妹和佩儀姊妹互相問好。靈家內充滿喜樂，最後當然要合照留念，在上水堂靈家見證了彼此相愛的一幕。



茶·經

黃慧君牧師

讀經計劃推行了兩年多，喜見三十多位弟兄姊妹一同參與，平日大家只是在辦公室玻璃前寫讀經進度，但未知大家在讀經過程中，有甚麼激勵、感動，或是疑問。所以，教牧同工在四月份開始舉辦了這個「茶·經」聚會，讓弟兄姊妹在鳳南里Café輕鬆相聚，透過「一杯茶，一段聖經，讓我們一起思想主的話語」，互相鼓勵。

感恩在五月份的「茶·經」聚會有十位弟兄姊妹一同參與，在一杯茶和輕鬆自在的環境下，大家身心舒暢，也十分樂意分享自己在讀聖經裏的領受或讀聖經的方法。感恩兄姊保持恆常讀經習慣，有人會用聆聽方式，也有人會用一些輔助材料幫助自己明白聖經內容，也有人會寫筆記幫助自己更深刻記憶經文意思。不論是分享《約伯記》看約伯受苦的經歷，或是《申命記》眾多的律例典章，大家都在經文中有不同的體會和領受。

「我今日吩咐你的這些話都要記在心上，也要殷勤教導你的兒女。無論你坐在家裏，走在路上，躺下，起來，都要吟誦。」
(申命記六章6-7節)。

願我們常謹記又遵守上主的聖言，被主的話語更新和轉化生命。

期待下次相聚！



1. 為弟兄姊妹讀經生活禱告：求主幫助弟兄姊妹每天願意持續讀聖經，被上帝話語更新轉化生命，有信心和力量在生活中實踐，作主門徒。
2. 為教會發展計劃禱告：已踏入第三年，教牧同工和堂會成員已進行檢討，求主仍使用教會發展計劃四個重點：關心教友、屬命培育、堂校事工和青少年事工，讓教會更成為蒙主喜悅的教會。
3. 為上水堂地台工程禱告：於七月和八月進行，求主保守工程順利進行，願工人身體健康平安、裝修期間教會聚會得以順利安排和進行。
4. 為基新堂禱告：葉綺暉助理宣教師於7月1日起離職，願主帶領她的前路，也保守譚宣教師的事奉，賜下智慧能力牧養基新堂和帶領堂校事工。
5. 為主蔭堂禱告：求主加能賜力，願弟兄姊妹樂意擺上，為主蔭堂的事工彼此同心服侍，興旺福音。
6. 肢體消息和代禱：
 - 為移居海外的肢體代禱，願主保守他們身心健康、有穩定的教會生活、在不同地方生活仍滿有主的喜樂平安。
 - 為住院舍的長者禱告，求主保守他們身心健康：戴雪芳、麥啟榮、鄧來娣、馮瑞平、彭壯盧、程桂蘭。

