

文藝 通訊

2026年7月 | CCLC NEWSLETTER
JULY 2026 VOL. 47 NO. 3



立足浮世
的力量

目錄

03 編者語

04 文藝聚焦

生而為人的心靈困境／專訪關瑞文

信仰踐行的原點／專訪潘正行

12 主題分享

無力者的盼望／李雋

14 新書導讀

天堂、煉獄和地獄：從聖經、神學和牧養關懷方面的對談／蒲錦昌

16 焦點閱讀

我是刻意累壞自己的
／甄立德《懂得𢳂也要懂得𢳂：超速社會下的 30 個安息處方》

前提：上帝想見你
／黎本正《怎樣參與在愛中互建的崇拜？》

20 書訊

《打破完美人設》

《半掩心窗——一個神學人・輔導者看人生》

尋找 平安的根源

2026 年才過了一半，世界已接二連三發生不同大事，新聞充斥着各種大事動向。身處急速且資訊過剩的香港，我們不禁會思考，面對瞬息萬變的世態，該如何自處？身為信徒，我們又如何面對多變的世代？

由此，今期文藝聚焦邀請兩位作者，分享他們在輔導或牧養過程中的觀察和反思，細看活在大時代、大社會中，如何聚焦內心，得着心靈平安。



生而為人 的心靈困境

專訪關瑞文

「無力感」，似乎已成為描述信徒以至香港人心靈狀態的關鍵詞。從教會講壇到坊間出版，不少聲音都嘗試回應這股瀰漫社會的沉鬱。不過，究竟是誰感到無力？無力感是個需要「解決」的問題嗎？多年專注學術研究與心靈輔導的關瑞文教授，與我們重新審視「無力感」這個時代話題。

無力感因人而異，難以一概而論

關瑞文教授指出：「簡單來說，『無力感』源於失去『能動感』（Sense of Agency），即個體無法知覺到自己的意向性行動（intentional action），能為外在世界帶來預期的結果，因而產生的失控與被動體驗。」

他分享自己曾在某焦點小組討論期間，觀察不同年代的香港人，發現他們其實活在截然不同的敘事裏，例如六十多歲的長輩以「漁港起飛、七十年代機遇處處」的懷舊框架理解香港，中年人則掛心工作與生活的平衡。最令人意外的是二十多歲的年輕世代，「長輩總為他們的前途着急，他們



卻不覺得自己有多慘；相反，他們覺得長輩才真的辛苦，一輩子都被工作和事業綁死。相比之下，年輕人更願意做兼職來保留個人時間，存點錢去日本旅遊或參加工作假期（Working Holiday），回港後再賺點生活費，過着真正屬於自己的生活。」

這個現象令他反思，社會上所謂無力感的論述，本身就帶有壓迫性，「有些人根本沒有無力感，但如果說自己過得幾好、幾開心，好像又會被人覺得自己在說風涼話。」他認為到了2026年，無力感的大論述反而會令一些與社會事件無關的個人故事失去位置，例如某些人失去工作、父母離異，可能完全與社會事件無關，「大社會的無力感論述，會帶來齊一化效應（homogenizing effect），使一些個別的無力感故事，彷彿要放在大社會的脈絡中述說才有價值。其實我們是否應該逐漸解構（deconstruct）這種以整體消溶差異性（totalizing）

的無力感論述，回到每一個帶着『真實人生』經歷的『真實的人』身上？」

無力感是存在的本質，不是要解決的問題

這種回到「真實的人」的視角，與他在《半掩心窗》的輔導理念一脈相承——輔導員不必急於「解決」問題，重點是陪伴輔導對象誠實面對自己的處境，「從神學角度來看，為甚麼人會有無力感呢？大概是因為人作為必朽和有限的存在，經常想像自己可以更好、更完美。可是，人和人世間本來就不是完美的。」他指出，「我們總想像自己是完美的，但活在世上，發現那些曾承諾能讓我們趨向完美的人事物，最終都不完美，例如小時候仰慕的英雄、父母，或是某某社會制度。不過，人們一定會在精神層次上嚮往完美。這種現實與理想的落差愈大，就愈會觸發無力感。」

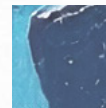


無力感無法根除，我們要做的是面對，而不是解決。關瑞文引用「寧謐禱文」的框架：「求主給我勇氣去改變可改變的事，平靜去接受不能改變的事，並給我智慧分辨兩者。那就是有勇氣，有平靜，又有智慧。我覺得那是屬靈品格的培養，而不是技巧。」這正是屬靈品格的展現，而非單純的解憂技巧。

他直言，要做到這樣的品格培養，當今的新教教會往往力有不逮。若教會過於關心自身的生存和發展，就未必有空間探索教會屬靈傳統。「Spirituality（靈性）就變成要你天天讀經，偶爾退修，但那些只是方法而已。」屬靈生命的生長，需要適當的文化土壤，而不能單靠操練方法。所以，「重尋教會屬靈傳統，是有必要的。」若操練方法變成商品一樣，缺乏文化土壤的滋養與承托，其靈性「功效」當然難免消失。

創傷框架的貢獻與限制

近年，教會圈子流行以創傷框架回應信徒的心靈困境。關瑞文指出，創傷現象固然自古皆有，不過，以創傷為心理現象來進行系統研究，要到十九世紀末才有，而「創傷後壓力症」一詞，則遲至 1980 年代才被正式命名。至於創傷神學，更是



本世紀初的產物，傳到華語社會不過十多年。「創傷這個概念，多少能表達我們的無力感，就是本來以為世界很仁慈，但經歷某些大事之後，覺得世界不再一樣。」

然而，他對當前創傷神學的整合程度持保留態度，認為目前的嘗試，往往只是將腦神經科學與社會科學的研究成果，套用神學概念來重新表述。他又提醒教會：「有人哭的時候，就試着陪伴，不要自作主張，不要勉強。」教會能扮演的角色是陪伴受創者面對生命的不幸，而不是充當專家；也必須留意，「學藝不精」而勉強行事，會為人帶來二次傷害。教會可以

好好陪伴當事人恢復安全感（尤其是身體上的安全感），再將破碎的受創事件重新拼合，按其節奏與天人物我重新聯繫。

結語

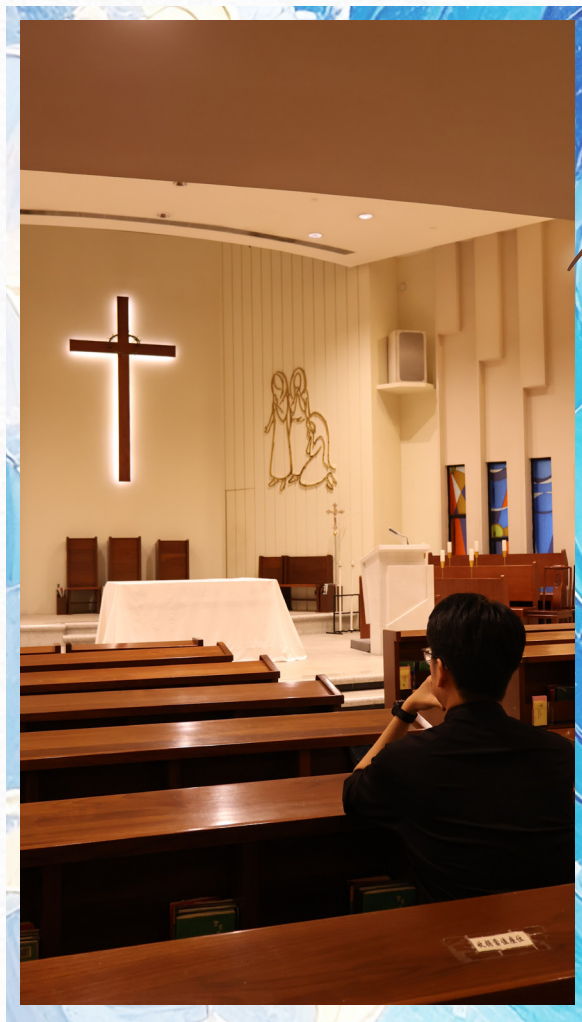
無力感是生而為人的實況，說明我們嚮往完美。面對時代的無力，我們最需要的不是工具和技巧，而是靈性品格——擁抱有限，仰望無限。當我們願意與無力感好好相處時，那帶來醫治和盼望的真光，或許會穿透生命的裂縫與心靈的窗戶，讓尋找的人得着光照。



關瑞文

香港中文大學文化及宗教研究系教授暨崇基學院神學院副院長（學術），2026 年 8 月退休，並獲中大頒「榮休教授」銜。他具備逾三十年輔導經驗，從事神學教育二十八載，專精基督教輔導、處境神學及實踐神學。

著作有《道在處境》（編著）、*Negotiating a Presence-Centred Christian Counselling* 及 *Postcolonial Resistance and Asian Theology* 等，學術論文則散見各大期刊。



信仰踐行的 原點

專訪潘正行

以往，人們提到基督徒時，很容易聯想到不同的關鍵詞——返教會、祈禱、讀經……大抵這些行為至今仍是信徒生活的主軸，只是在急速變化的世代中，其意義與本質容易被人忽略。《打破完美人設》作者潘正行牧師表示，今天的社會無疑較以往的時代複雜，現在基督徒面對的掙扎，比過往的世代更大，因此，在信仰的踐行上，應有更深入的探討。

理想與現實的拉鋸

潘牧師的新書名為《打破完美人設》，希望深入探討信徒生活的刻板印象與現實的距離，例如是在生活中行善作見證時遇上的難處，或是團契的既有安排如何反成為團友交通的負擔等。在寫作的過程中，他發現坊間也曾出版相

關內容的書籍，令他反思如何在內容上更進一步，「那些出版都是探討信徒、教會生活的問題，例如聚會、見證、事奉等，但很大部分都停留在『破』的層面，未有在建立上多作討論。」

為此，潘牧師在書中肯定想像與現實的落差，並以耶穌為例，「最理想的信徒形象就是耶穌基督，但是祂的生命不是每天都很平安、很滿足、很快樂，或者經常跟上帝甜蜜連結，反而有一種悲天憫人的憂愁。這也是信徒真實的處境，我們在地上追求天國的價值時，自然會感受到一份掙扎。」潘牧師指出，信徒在團契、事奉或個人靈修時，正是以生活努力實踐這份天國的價值，但在這些行動的背後，不一定只有全然平安與喜樂的感受，「我認為要回歸信仰的根基，第一是承認我們活在掙扎當中，第

二是我們要看透在教會很火熱的感受，未必一定是信仰的全部。」

以真誠立足浮世

「人設」（人物設定）一詞是從電子遊戲延伸出來的用語，意謂一個人展現於世界的形象。潘牧師觀察到，不論教內還是教外，人們都容易被「人設」局限，並因此感到壓力。所以，他主張以真誠衝破不同的框架，「真誠是我一直很想寫的題目，特別我在牧養過程中遇到很多人，無論信徒或非信徒，他們都沒有辦法把真我呈現出來。你在家、學校或公司，可能都有很多人設，但我希望，至少我們在教會中，能夠活出真誠。」

潘牧師以團契為例，弟兄姊妹在團契的分享往往都以感恩的事為主，但現實又未必有很多事





情值得感恩。當分享感恩事項成為一種模式，並將這模式套在信徒身上，他們真實的自己便難以呈現，「上帝是否要求我們做一個完美的基督徒呢？我們看見門徒都充滿不完美。我們是人，上帝沒有為我們列出清單，要我們做到不同的事，完成了我們就完美。反而當我們願意將自己真實的心境放在上帝面前，上帝會透過跟我們真實接觸，轉化我們的生命，這才是真正基督徒要活出的生命。」

讓聆聽成為安慰

身為牧者，潘牧師亦提到，當信徒願意在教會裏流

露自我，傳道人未必需要即時回應或評論，真誠的聆聽與陪伴已能為信徒帶來鼓勵，「可能我接觸年青人較多，在牧養上，我覺得年青人很需要真誠的陪伴。我曾在教會認識一個女孩子，她當時可能就讀高中，有時她來教會時會穿着背心。一次，有個比較保守的傳道人為此跟她談了很久，說裙子太短，還叫她不要讓男人有機會凝視她，好像這樣穿着就是她的錯。不過在年青人的角度來看，他們覺得衣着穿搭是在呈現自己喜歡的形象，並沒有對錯。」

不獨是年青人，在潘牧師的牧養生涯中，他理解到

每個信徒都需要有空間釋放真實的自己，而有人願意聆聽已是很大的安慰，「如果有人願意真誠聆聽他們的分享，對於他們的情緒、壓力會有很重要的幫助。」接受真誠的陪伴，成為真誠的陪伴者，相信才是基督徒信仰踐行的原點。



潘正行

於香港城市大學主修公共行政及管理，獲頒授學士和碩士學位。2008年蒙召，並進入香港中文大學崇基學院神學院進修，2011年獲頒授神道學碩士，同年進入香港聖公會明華神學院受訓，2015年10月受香港聖公會按立為牧師，現為荊冕堂主任牧師。

無力者的盼望

有能與無力

香港人一直都能量滿滿。友人移居後某天，客人問她：「你是否從香港來的？你好有效率，好『香港』。」朋友鼻尖一酸，莫名感動。

我們甚麼都快：動作快、做事快、說話快。我們也不怕辛苦，再大再難的事，多數都能想辦法解決。不過，這種能力與速度，已是明日黃花。

無論是流散或留下，香港人面對的環境都已完全改變。熟悉的一切變得陌生，無從抗拒，無處安放。社會氣候、人際疏離、身分迷惘，種種壓力交織，令人感到自己不過是時代洪流中一葉孤舟。以往輕易做到的，現在舉步維艱。行動再快，也拉不動緩慢的社會巨輪；再努力，也敵不過新世界的固有機制。無力與無望，逐漸侵蝕鬥志與信念。

昔日的寄居者

我想起彼得前書的第一批讀者，他們散居在小亞細亞各地作基督徒，面對的處境同樣令人喘不過氣。政治上，羅馬帝國

雖對各種宗教相對包容，卻對基督徒的排他信仰深感懷疑；基督徒拒絕崇拜皇帝，使他們被視為異類，隨時面對敵視與迫害。社會上，他們因信仰與昔日家人朋友漸生隔閡，孤立於主流社羣之外。經濟上，他們因拒絕參與涉及異教崇拜的行業工會，往往失去謀生機會，甚至遭受抵制。身分認同上，彼得提醒他們以「寄居者」和「客旅」自居（彼前二 11），道出他們夾在信仰要求與社會期望之間，進退兩難的真實掙扎。這一切壓力，政治、文化、社會與經濟各方面長期累積的困局，並非一朝一夕的劇變。今日香港人所經歷的，是否也有幾分相似？

既然信徒承受着如此沉重的壓力，彼得為何不呼籲大家起來反抗，推翻壓迫他們的制度？為何面對奴隸制度、婦女地位等顯而易見的不公，書信非但沒有激進的呼號，反而勸人順服？

這個答案需要放回當時的歷史處境來理解。在尼祿等皇帝統治下，基督徒本已處於被污名化、隨時遭受迫害的險境。此時若鼓吹推翻政權，不但於事無補，更可能招致更猛烈的鎮壓。所以彼得在二章 13

至 17 節，教導信徒順服政府權威，是在險惡環境中保存羣體、延續見證的生存策略。

對於婦女，彼得在三章 1 至 6 節勸導妻子順服丈夫，表面上似乎鞏固父權秩序，實則是引導婦女藉品格與行為感化尚未信主的丈夫，以柔克剛。再者，他在三章 3 至 4 節將婦女的價值建立於內在靈性，而非外在社會地位，是在不正面衝撞父權結構的前提下，悄然從內部提升婦女的尊嚴。

對於奴隸制度，彼得在二章 18 至 25 節勸勉為奴的信徒，即使面對苛刻的主人，也要忍耐順服，以此榮耀上帝。現代讀者或許難以接受，但奴隸制度是羅馬社會難以撼動的根本結構。彼得卻在此重新定義奴隸的價值：世俗的身分枷鎖，無法定義一個人在基督裏的自由與尊嚴。真正的自由，是靈性的解放。

彼得前書是一封在夾縫中求存的牧養書信。這卷書信沒有要求信徒改變世界的結構，而是引導他們在無法改變的結構中，活出不被結構所定義的生命。當外在處境難以撼動，內在的堅守與見證，仍然可以是神聖的空間。

以生命為見證

彼得了解信徒當時的困境，所以為他們提供應對之道。他在二章 12 節呼籲信徒在

外邦人中間品行端正，使毀謗他們的人，因為看見他們的好行為，便在主來臨的日子歸榮耀給上帝。以無可指摘的生命，成為信仰最有力的辯護。在三章 9 節，他更進一步教導信徒不要以惡報惡，以辱罵還辱罵，倒要給人祝福。這種逆文化而行的態度，是基督謙卑與愛的反映，也是信徒在壓迫中保持尊嚴的方式。

彼得也強調羣體的重要，提醒信徒並非孤身作戰。二章 17 節呼籲信徒彼此相愛，在羣體中共同抵禦外界的孤立與敵意。五章 9 節更指出，普天下的信徒都在經歷同樣的苦難。當一個人知道自己的掙扎連於眾人，是整個信仰羣體共同承擔的現實，就不會再有「只我一人」的窒息感。

對於今日感到無力的人，彼得前書的信息是：在現實中紮根，在羣體中取暖，以生命見證代替無聲吶喊。古今處境雖有不同，但那份在夾縫中尋找立足點的渴望，從未改變。

李雋
澳洲神學大學附屬學院澳洲華人
教牧神學院講師



天堂、煉獄和地獄

從聖經、神學和牧養關懷方面的對談

本書是「牆裡牆外——神學對談系列」的第四冊，也是基督教內對談的又一個成果。……這一冊神學對談系列的主題是「天堂、煉獄、地獄」，許多人對這題目都有興趣，希望了解更多。我們請來了天主教及基督新教方面的神學家、聖經學者和宗教研究學者，從聖經、神學和牧養關懷的角度，討論及交流這個主題及其相關課題。究竟人死後會去哪裡？相信基督的人是否馬上與主同在，或經過一個中間階段？不相信基督的人是否都要滅亡或下地獄？是永遠消失或永遠受刑？未有機會聽聞福音的又如何？出生便夭折的嬰兒呢？如果上主是仁慈的和公平的，祂會如何處理這些不同的情況？祂會如何公平地對待不同的人和他們所選擇的人生？人的惡行是否終究要得到懲罰？……

對於上述問題，不同的宗派和傳統都有他們的答案。一般而言，天主教和基督新教在天堂及地獄的神學觀念上接近，但在煉獄的看法上卻完全相反。大家讀完這本書，會發現不少作者雖然抱有不同的立

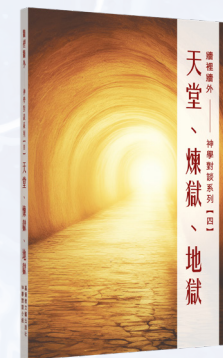
場和見解，卻表達出試圖了解他人看法的開放態度。天堂、煉獄和地獄，究竟是寓意的意思，抑或是字面的意思？聖經對天堂、煉獄和地獄的敘述，究竟是一清二楚、前後一致，抑或有其歷史發展及時空差異的呢？相信不論作者或讀者，在閱讀、思考和探索的過程中，都會有所得益。

在探討天堂、煉獄和地獄的主題時，天主教方面的作者建基的是聖經、教會傳統和教會信仰權威（教宗及大公會議的神學說明），他們會引用教會權威性的文獻和著作，以解釋其立場，而歷代重要的教父及神學家亦佔一席位。至於基督新教方面，雖然其信仰以聖經作唯一依據，但仍然不乏著名神學家詮釋經文的角色，用以釐清和解釋經文本身不少含糊不清的地方，且不同經卷本身又有時代的差異和發展。而且，基督新教的經卷比天主教的要少七卷，而有關煉獄最重要的聖經支持偏偏落在這七卷中的其中一卷。再者，不同神學家其實是在不同的歷史時空及背景下，在不同的時代思潮中闡釋信仰的內涵、

用詞及思考模式等，難免都帶有時代的色彩和味道。換而言之，沒有永恆不變的神學，只有永遠在改變中的人及其思想。

究竟關於天堂、煉獄和地獄這些聖經的敘述和神學的概念，對實際人生有甚麼影響呢？牧養關懷部分的文章便回答了這個問題。原來聖經及神學對天堂、煉獄和地獄的描述，在人面對生死抉擇和死亡威脅時，是會影響當事人的情緒、態度和反應的。相信親人在上主恩典和慈愛的看顧下，抑或恐懼親人需要面對上主永遠的刑罰，兩者在態度上肯定會有巨大的差異。不論是照顧者或被照顧者，持不同神學立場的信徒，其情緒和心靈起伏不免深受他們的信仰觀念影響，並自然模塑其生活和行為，甚至是對自己在世生命和使命的理解及實踐。……

（摘自《天堂、煉獄、地獄》，序，頁4-6。）



牆裡牆外——神學對談系列【四】 《天堂、煉獄、地獄》

《牆裡牆外——神學對談系列（四）》編輯小組 編
神學對談小組、基督教文藝出版社聯合出版

Cat. No. 7132.04 / ISBN 978-962-7204-03-9

蒲錦昌

中華基督教會合一堂北角堂主任

神學對談小組《牆裡牆外——神學對談系列（四）》編輯小組成員

我是刻意 累壞自己的

歐美地區近年新興一個名詞——self-sabotage，中文直譯作「自我破壞」，大約是一種類似「自殘」又不止於自殘的行為。心理學界如今會這樣界定自我破壞：造成日常生活的問題、並且會妨害長期目標的行為。常見的自我破壞行為包括拖延、酗酒、濫藥、化悲憤為食慾（comfort-eating）及不同形式的自殘如割手等等。

「刻意」疲勞也可以是其中一種自我破壞行為，即是說，有些人會有意無意藉着令自己精疲力竭來「破壞」自己。要治理它，先要知道那是怎樣激起的。

心理學家瓦倫蒂娜·斯托伊切娃（Valentina Stoycheva）曾舉出一個案例：網頁設計師 Alex 很高興，因為新冠疫情之後，公司容許他居家工作，他便可以做到他爸爸媽媽做不到的事——整天在家照顧他的孩子，他更決定不聘用保姆，要親力親為。結果他筋疲力盡，壓力超大而且挫敗連連，跟孩子的交往也說不上稱心如意。

那為甚麼 Alex 會惹了自己一身麻煩，弄得自己力倦神疲，卻又達不到自己本來很想達成的目的呢？斯托伊切娃研究人類行為，發現被稱為自我破壞的那些行為，既有有意識的部分，亦有無意識的部分。Alex 有意識地親近孩子，最終變成疏遠則是無意識造成的。當事人無意識地「刻意」做的事，往往跟他過去的經驗相關，或者是曾經幫到他解決問題，或者是曾經保護過他免受傷害。

有意識的部分有時會跟無意識的部分發生矛盾，引發衝突，導致自我破壞。對應自我破壞：

第一，了解無意識自我破壞想要達到甚麼功用。

儘管自我破壞往往使人不舒服，但它常常起着連當事人都意識不到的功用。Alex 令自己疲憊不堪，在有意識的層次他是不想讓孩子像他從前那樣感到被遺棄，但在無意識的層次中，他也許是「刻意」利用照顧孩子的機會，來撫慰他害怕

被遺棄的恐懼（害怕孩子疏遠他），解決他孤單的感覺。

第二，洞明潛藏在心底意識不到的需要，帶進意識裏。

那些自我破壞的行為，看起來是破壞多於幫忙，但卻是當事人過去「成功」達成目的、解決需要的手段。理解這一點，我們可以少一點批判，多一點諒解（包括對自己），從而更有效的處理問題。例如 Alex 選擇親自照料孩子，拒絕聘請保姆幫助，潛伏在他心底的畏怯是害怕孩子會依戀另外一個人而不是他自己，不能滿足他渴望與人親近結合的慾望。

第三，辨識導致自我破壞的思想。

有些思想不但無益而且有害，那些思想往往採用全稱量詞的表達式，如「所有」、「全部」、「完全沒有」、「一個都沒有」，常常把狀況「最大化」，例如：針對自己的「我完全不配得到」，着眼世界的「他們總會奪去我的所有」，或是關於他人的「沒有人會在乎我」等等。

Alex 的深層思想相信「愛護孩子的父母永不會把孩子交外人照顧」，因此他

以為把孩子交給保姆照料的話，他便會變得像他的父母那般，使孩子感到被遺棄。

知道了心底真正的渴望（對 Alex 而言，是想得到孩子的愛），明明白白地限定那些相關思想的適用範圍（適當的託付外人幫忙也是好的），就不會自我破壞了（不會累死了）。

（摘自《懂得乜也要懂得咁：超速社會下的 30 個安息處方》，頁 101-105。）



《懂得乜也要懂得咁：
超速社會下的 30 個安息處方》
甄立德 著

Cat. No. 1335/ ISBN 978-962-294-400-8

前提： 上帝想見你

首先，你參加主日崇拜是為了甚麼？答案是**上帝愛你，想見你，想與你談話**。這個「你」不單指個別的你，更是很多個你，每個你都是在基督裏新造的人。哥林多後書五章 17 節這樣個別地描述新造的人：「若有人在基督裏，他就是新造的人，舊事已過，都變成新的了。」然後，以弗所書二章 15-16 節這樣描述新造的羣體：「〔基督〕以自己的身體廢掉冤仇，就是那記在律法上的規條，為要將兩下藉着自己造成一個新人，如此便成就了和睦。既在十字架上滅了冤仇，便藉這十字架使兩下歸為一體，與上帝和好了。」經文指外邦人與猶太人在基督裏合成為一個新人類，彼此既已和睦，也與上帝和好了。可見，新人類指個人，也指羣體。二者的相同之處，是藉着基督的救贖而成了**新人類**。在集體崇拜中，上帝不但想見你這個新人，更想見這個集體的新人類——教會。祂要聽教會想要跟

祂說的話，也想告訴教會祂想教會聽的話。倘若你着重與上帝單獨見面，好把你的事告訴祂，並聽祂單單向你說的話，你可以在任何時地的個人敬拜中這麼做。但你的個人敬拜不僅如此，還要引導和預備你參與教會的主日集體敬拜，因為在「與上帝相交好叫靈命增長」這課題上，你會發覺你需要自己所屬的教會——這個新人類羣體，弟兄姊妹的扶持和激勵。

希伯來書十章 24-25 節這樣說：「又要彼此相顧，激發愛心，勉勵行善。你們不可停止聚會……倒要彼此勸勉。」在集體敬拜中，你要聯合在基督裏同是新人的肢體一起敬拜上帝，回應上帝對來見祂的子民或祂所收納的兒女的想望。以下的經文會告訴你，上帝對這羣體——教會有甚麼想望。

教會是上帝用祂兒子耶穌的寶血所買贖，歸基督作「被揀選的族類，是有君尊的祭司，是聖

潔的國度，是屬上帝的子民」；他們同被召來，要「宣揚那召他們出黑暗入奇妙光明者的美德。」（彼前二 9）他們要「靠着耶穌，常常以頌讚為祭獻給上帝，這就是那承認主名之人嘴唇的果子。」（來十三 15）他們作為上帝的子民，要在世人面前宣揚祂的美德；向祂稱謝、唱詩、歌頌、談論祂一切奇妙的作為，求告祂的名（詩一零五 1-2）。他們同被上帝的道建立，成為不斷在愛中增長的基督身體，好在世上為復活的主耶穌基督作見證（徒十 36-43）。個人的恩賜要被匯聚成獻給上帝的集體祭物，貢獻於建立基督的身體（弗四 11-16）。

反省：我怎樣才可以放下自己，與上帝的子民一起敬拜上帝？

不是憑你的意願就做得得到，而是放手讓在你裏面的上帝去做。在我裏面的上帝？正是。耶穌說：「〔父啊〕你所賜給我的榮耀，我已賜給他們，使他們合而為一，像我們合而為一。我在他們裏面，你在我裏面，使他們完完全全地合而為一，叫世人知道你差了我來。」（約十七 22-23）然後又說：「我已將你的名指示他們……使你所愛我的愛在他們裏面，我也在他們裏面。」（26 節）是上帝賜給我們的榮耀使我們在主裏合而為一；是上帝的愛在我們裏面，使我們合而為一。上帝

召喚我們參加主日崇拜，這崇拜不是你個人的崇拜，而是由很多個被上帝的榮耀和愛所融合的「你」所組成的教會崇拜，為了尋求上帝的旨意和能力（詩一零五 3-4），在世上宣揚祂的美德和救恩（彼前二 9）。

我們這羣基督裏新造的人（類）已放棄了以前那「只顧尋求和實現自己理想」的主日崇拜態度，轉而「尋求基督對屬祂的敬拜羣體的想望」；我們這羣集體的敬拜者被上帝的愛所結連，要在愛中敬拜祂，這是本書的中心內容。讓我由上帝的創世講起。

（摘自《怎樣參與在愛中互建的崇拜？》，頁 3-5。）



黎本正崇拜叢書 8

《怎樣參與在愛中互建的崇拜？》

黎本正 著

Cat. No. 2322.08 / ISBN 978-962-294-694-1



衝破基督徒形象的理想框架 直視生活掙扎 活出真誠見證

《打破完美人設》作者以社會觀察及牧養經驗，剖析現今基督徒在實踐信仰所面對的困難，仔細探討生活見證、信徒相交、教會事奉與讀經靈修的本質，以聖經教導及歷代信徒的生活見證，加上神學名著帶來的省思，引導讀者以真誠的心，反思信仰生活，連結永恆的上帝。

作者自如地穿梭於流行文化、社會現象、心理學、社會學以至神經科學之間，又始終回到聖經詮釋與神學思考，讓不同的素材在同一個牧養關懷之下自然匯聚，顯出潘牧師的實踐神學功力。

葉菁華教授

香港中文大學崇基學院神學院院長

感謝 Amos 在其書中點出了他的觀察和體驗，細述信徒生活的現象和「標準」，更不忘自我檢視，真誠地分享自己的失落和缺欠，再透過信仰反省，分享從聖經中找到的亮光。

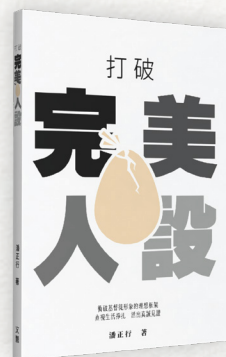
吳家聰牧師

香港基督教協進會副總幹事

《打破完美人設》

潘正行 著

Cat No. 2802 / ISBN 978-962-294-404-6



願意翻開這本書的你，都是在生命長河中，
孜孜不倦的尋夢者、尋道者、尋神者。
願這扇半掩的心窗，能再次為你透進一線天賜亮光。

《半掩心窗》由七十多個故事組成，大部分源自真實的輔導與牧養個案，融入對街角百態的細膩觀察。作者結合豐富的輔導經驗與深厚的神學反思，陪伴讀者走進苦難、罪惡與陰暗中；在已知與未知之間，遇見陌生的自己，看見生命的張力，瞥見那若隱若現的永恆光輝。

「在這些看似尋常，甚至沾滿泥濘的處境中，我戴上神學的透鏡，與受苦者並肩，與他們走進生命的深海，探尋隱藏在凡夫俗子身上的靈性深度……透過神學的目光，你會發現，即使是最微小的日常碎片，也閃爍着生命的莊嚴。每一滴眼淚，每一次掙扎，每一抹無奈的苦笑，都是一篇有血有肉的實踐神學。」

—— 關瑞文，重排版自序

《半掩心窗——一個神學人・輔導者看人生》

關瑞文 著

Cat No. 3045 / ISBN 978-962-294-403-9





基督教文藝出版社
CHINESE CHRISTIAN LITERATURE COUNCIL

攤位：1A-E38

2026/07/15-20 10:00a.m. - 10:00p.m.

2026/07/21 9:00a.m. - 5:00p.m.

2026
香港書展

書頁為舟。
揚帆心海

讓好書，成為您人生旅途的羅盤

書展優惠

購買書

2 本或以上 88 折

4 本或以上 78 折

折扣滿\$350或以上，
即可獲贈250g 澳洲天然蜂蜜

折扣滿\$550或以上，
即可獲贈500g 澳洲天然蜂蜜

*數量有限，送完即止

基督教文藝出版社 | 基督教坊活動

「有SAY廣場」

重返新約現場

07/17 (五) | 7:00-7:30p.m.

講員：何善斌教授

走出完美人設

07/18 (六) | 2:00-2:30p.m.

講員：潘正行牧師

半掩心窗

07/18 (六) | 6:00-6:30p.m.

講員：關瑞文教授

神學對談：天堂、煉獄、地獄

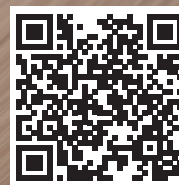
07/19 (日) | 3:00-3:30p.m.

講員：蒲錦昌牧師、陳永超副主教

文藝通訊電子版訂閱

為保護環境，減少資源耗費，請登記以電子渠道收取《文藝通訊》。

登入網址 <https://www.cclc.org.hk/e-news-subscription/> 或
掃描以下 QR Code 登記訂閱。



捐款支持基督教文字事工

奉獻方法如下：

1. 網上轉賬 / ATM 轉賬

直接存入恒生銀行戶口：(024-)295-003636-001

然後將入賬證明或通知書連同姓名、地址、聯絡電話

電郵至 info@cclc.org.hk，或傳真至 2739 6030，或郵寄至基督教文藝出版社有限公司

新界葵涌大連排道21-33號宏達工業中心9樓13室 會計部收

2. 支票捐款

抬頭「基督教文藝出版社有限公司」或"Chinese Christian Literature Council Limited"，連同姓名、地址、

聯絡電話郵寄至本社（郵寄地址同上）

3. 信用卡網上捐款

登入以下網址 <https://www.cclc.org.hk/post/?p=6101>



文藝
通訊

2026年7月號

基督教文藝出版社有限公司 CHINESE CHRISTIAN LITERATURE COUNCIL LTD.

社長 江程輝 編輯委員會 江程輝 施為 陳潔心 潘樂敏 林嘉洋 陳頌珩 馮智威 設計 黃希琳 執行編輯 林嘉洋 潘樂敏

辦事處 葵涌大連排道21-33號宏達工業中心9樓13室 電話 2367 8031 傳真 2739 6030 電郵 info@cclc.org.hk

發行 葵涌大連排道21-33號宏達工業中心9樓13室 電話 2697 0286 傳真 2694 7760 電郵 distribution@cclc.org.hk

網址 cclc.org.hk 基督教文藝出版社 [hk_cclc](https://www.cclc.org.hk) 基督教文藝出版社 | [@hk_cclc](https://www.cclc.org.hk)



文藝書室

地址 九龍油麻地東方街10號地下 電話 2385 5880

週一至五 11:00am - 8:00pm / 週六 11:00am - 6:00pm / 主日 1:30pm - 5:30pm / 公眾假期休息

文藝書室

