



We care News

宣教士

的

禁食禱告

禁食禱告 姚桂芬

禁食的成敗 曹姿嫻

安息在中國 重行

打倒了,卻不至死亡 恩惠

坊間

龍維耐

本月，同路坊步入第四個年頭了！一如過往，我們緊密關注普世宣教大業與香港差傳的動向，在「關顧」與「培育」兩大方面，協力與眾差會及堂會攜手邁步向前。

10/40窗內一個又一個**中途站**正興起，同路坊也成為宣教士休養生息的地方。同路人祈禱會、重聚日、宣教士借用地方帶茶聚餐、宣爸宣媽小聚等等，彼此相顧，激發宣教心。

輔導、諮商、督導方面：4月開始，香港差傳事工聯會正式委任同路坊為其會員之宣教士，提供心理測驗評估及輔導服務。差會主管及堂主任也前來諮商如何關顧他們的宣教士。為期八次之「宣教士關顧訓練小組」已進行了兩次，因額滿未能參加者，下次請早報名。

同工心被恩感：六位發起人各屬不同差會、機構，百忙中仍繼續以義工身份扶持著同路坊。因著每月同禱、每年退修、不斷切磋、互相擔代，孕育著同路坊發展，越來越適切各方需要。同工助人之餘，自己也成長、蒙福。祝福大家在主恩中勉力前行！

禁食禱告

姚桂芬

香港人工作忙碌，許多人日以計夜長時間工作、很晚才下班、食不定時，這是司空見慣的現象。基督徒還要參加教會聚會、熱心的更參與事奉，時間就更更寶貴。所以時間是非常寶貴，分秒必爭。商人深明其道，知曉香港人的需要，因此通宵營業的便利店總有一間在左近，而且有越來越多的趨勢。

宣教士帶著這香港文化抵達工場，發現太多的事情是快不了的。我常笑說宣教工作是「左等、右等、等完再等」，真是急壞習慣了高效率的香港人。傳福音是要把人從撒但的黑暗勢力中奪回來，不是一件輕省的差事，在跨文化的處境下更甚。「我差你到他們那裡去，要叫他們的眼睛得開，從黑暗中歸向光明，從撒但權下歸向神；又因信我，得蒙赦罪，和一切成聖的人同得基業。」（徒 26:18）「他救了我們脫離黑暗的權勢，把我們遷到他愛子的國裡；我們在愛子裡得蒙赦贖，罪過得以赦免。」（西1:13-14）由此可見，我們極需要從上頭而來的能力，去進行並完成這偉大的職事。上期《坊訊》與讀者分享「以禱告伴宣教」，今期再進一步談「禁食禱告」。

《證主神學聖經辭典》解釋「禁食」是人私下或公開用不吃或不喝來表達敬虔、是一種哀傷或懺悔的表現、同時也是表示哀悼，並經常與哀求的禱告有關。聖經從舊約的歷史書、詩篇、大小先知書，到新約都多處提及禁食。耶穌

教導移山能力是因信心，藉禱告禁食而來（太17:19-21）。保羅及巴拿巴在各教會選立長老，先禁食禱告，後把他們交託給主（徒14:23）。教會差遣宣教士保羅與巴拿巴時，是先禁食禱告，後按手差派的（徒13:1-3）。很明顯禁食禱告是主耶穌的教導，是宣教先輩的榜樣，是向神祈求幫助的有效方法。

禁食禱告的目的

1. 專心仰望尋求神：願意自我否定，有目的地暫時不進食，把肉身需要暫時放在一旁。為神的國、屬靈的事情、人的生命，謙卑自己、專心仰望尋求神。以專一、深入的態度，表達對神的委身及對屬靈生命的關注。
2. 體驗屬天的能力：學習從倚靠肉身轉向抓住神的能力，來面對屬靈的爭戰。

聖經禁食禱告的例子

1. 整體禁食：面對猶太滅族的危機，以斯帖請末底改去招聚書珊城所有的猶大人，為她和她的宮女禁食三晝三夜，然後她違例去見王（斯4:16）。約沙法王面對摩押人、亞捫人和米烏尼人的一同攻擊甚懼怕，他定意尋求神，並在猶大全地宣告禁食（代下20:1-4）。因著國民的禁食，結果國家都傳奇地轉危為安，得享太平、有權柄能力（代下20:30、斯10:1-2）。尼尼微百姓的惡使神要宣告並執行審判，因著尼尼微人的禁食，全城從最大到至小，甚至牲畜都不吃不喝。神看見他們的悔意及悔改行為，就赦免他們（拿3:5-10）。從國家危難到百姓沉淪，我們看見禁食是得拯救的出路。
2. 個人禁食：疾病要得醫治（詩35:13，撒下12:21-23）、自己犯罪或別人犯罪求神赦免（尼1:4-11），都需要禁食禱告的。
3. 領袖禁食：領袖事奉一同等候神時（徒13:1）、差派宣教士時（徒13:3）、選立領袖時（徒14:23），領袖們都是禁食禱告的。

禁食禱告與宣教及宣教士

宣教士無論是初到工場，或已是老兵，跨文化的生活及工作，需要神莫大的恩典。如何具策略性及滿有果效的開拓事工？能突破性地發展工作？關鍵的問題或人物在那裏？是極需要神所賜的智慧及策略。從上文看，禁食禱告應是一個重要的指標。在福音未得之地服侍，大多數的當地人都在救恩門外，就好像昔日的尼尼微城，活在得罪神的光景中。如何能力挽狂瀾？不單是宣教士自己要禱告及禁食，還要帶動更多的人禱告及禁食，說不定可以看見全城或全國歸主呢！要把人從黑暗的勢力奪回，帶進神愛子的國度；要培育活出豐盛生命的天國子民，能面對日常生活各樣的需要，並處理因信仰立場與現實生活差距而產生的種種困難，滿有信心及能力的事奉，大既與禁食禱告是息息相關吧！

實踐禁食

99年8月18日我在主講「差傳與禱告」的專題中，發現要先禁食後差遣的真理，我便開始為差會的新宣教士禁食，也鼓勵他們及差遣教會參與。現在我會為每一位出發到工場的學生禁食40個午餐，雖然我不能伴著他們出發，但我的愛與禱告定必伴隨。



禁食的成敗

曹姿嫻

有朋友曾因要趕鬼而禁食三日三夜；
我的室友剛完成廿一天只進食流質食物的禁食；
另一位朋友也曾四十天禁食午餐；
有一位牧師曾進行四十天只喝清水的禁食；
聖經也記載到耶穌四十晝夜的禁食...

我身旁不時有人在禁食，我知道禁食的好處及其需要性，所以我也來嘗試操練禁食。一餐後...我的手便顫抖、我的腳麻痺、我的頭疼痛、我垂涎欲滴、肚皮在鼓鼓作響，我總不能集中精神去達成禁食的目的－禱告！請注意，我是指禁食，而不是節食或絕食。對我而言，少食一、兩餐並不困難，因我常因工作太忙，而忘記進餐；我也曾因要做身體檢查，而在十二小時內不能進食。總括我的個人經驗，因屬靈的追求而禁食，是需要攻克己身，叫身服我的。

04

伴你行

傳統上，禁食是指刻意不進食，為要專心禱告，與神交通。今時今日，任何事物都可能分散我們的注意力，如網上瀏覽，或簡單如與人談話等，都能阻礙我們親近神。我曾參加一個退修營，負責人要求我們保持緘默，甚至進餐時也默不作聲。這樣的規限使大家非常不習慣，但這卻是很好的操練；不與人談話，為的是要更專心地聆聽神的聲音。無論是禁食、禁喝、禁看、禁睡、禁話也好，我們惟一的目的莫過於要學習捨己（控制肉身上的需求），去對準及全然依靠神。

我很少聽到宣教士談及在工場上禁食，我不是說他們不禁食，只是大家都知道，每當禁食時，所有事情都得慢下來，並要放在第二位，這包括手上的工作！這樣，禁食就好像成了奢侈品，而非必需品。畢竟，宣教士需要食物去維持體力，作探訪或安排福音事工！宣教士常覺得時間不夠用，怎能花得起時間去禁食？停下來不工作而去經歷肉體的軟弱呢？禁食可能是已失落了的屬靈操練，被視為只有屬靈偉人才會實行的。請千萬別如此想，因為一般人在軟弱的時候，都會尋求神大能的幫助，宣教士豈不更需要神大能的幫助嗎？問題是：作為主僕人的宣教士，當怎樣才作算是又良善又忠心呢？

初期教會差派的第一隊宣教士，是在一群領袖「事奉主，禁食的時候」接收到聖靈的吩咐，要分派巴拿巴和保羅去做主的工。這裡所指的「事奉主」是敬拜的意思，而不是我們一般認為的為主工作。小心！魔鬼常想盡辦法攔阻我們親近神，不論在禁食前或禁食時。還記得耶穌在曠野禁食的經歷嗎？宣教士更需要學效主耶穌的儆醒。定期的禁食，不為什麼事工或人的需要，只讓自己有空間，為求見神的面。

有一段很長的時期，我也曾經成功地一星期禁食一餐，只因我有同路人，彼此鼓勵及守望，來到神的施恩寶座前親近祂、敬拜祂、聆聽祂，一起經歷神的同在。宣教士若能如此行，無論是個別或結伴，主必喜悅，因我們正跟隨祂的腳踪而行。雖然我最近禁食失敗了，但我並不放棄這個屬靈的操練；反思後，似乎我仍需努力去攻克己身，或結伴同禁才成。你是否願與我一起嘗試呢？





一家人想要回中國尋找安息
一個女子倦了要離開中國
兩段發生在中國的經歷
同樣與神、與人、與自己相遇了...

安息在中國

重行

事緣

事奉了十四年的教會給我們放一整年的安息年假。我們並沒有選擇到海外進修，反而決定到內地生活，希望此舉對教會步向宣教起到一點帶頭作用。過去身為主任牧師夫婦，雖然相信宣教是神給教會的異象，但始終由於會務纏身，以致一直未能有所昂然參與。所以，此次安息年是休息與實踐宣教的好機會。

祝福多於付出

做這決定前，曾經有過一般人的掙扎，主要因想到生活上可能碰到種種不便，而其中最大的顧慮乃是女兒的學業。十歲的女兒在香港時，原讀一所千人爭讀的基督教小學，加上過去四年間，她與校長、老師及同學間都已建立了頗深厚的關係，瞬間要她放下這一切絕不容易。坦白地說，我們對內地的教育水準亦有所保留。

但不久我們便發現，神的祝福仍然優勝一籌。女兒上的是一所十分不錯的私立學校，課程雖然跟一般本地學校沒大差異，但卻格外注重英文教育；更叫我們感到意外的，是老師們非常盡責，對每個學生都有密切的關注。起初，她對新的學習環境、聽說普通話、寫簡體字、拼音都有所恐懼，但不消一兩個月，這些恐懼就不翼而飛。

在起居生活上，其實今天的內地，一般的必須品和食物都可以說應有盡有，當然為著衛生、安全也需要份外小心，偶爾間我們也會返回香港「辦貨」，購買一些較昂貴的進口罐頭。除此之外，在家庭生活上，我們卻經歷到以前得不到的祝福。內地生活節奏沒有香港那麼緊急，加上空間大，神也為我們預備了一處十分恬靜舒適的居所，大大幫助我們把過去急迫的心態放緩下來，以致享受到神的安息。間中接待由香港來探望我們的弟兄姊妹，心情也十分輕鬆及輕省，少了時間及「工作感」的催逼，關懷反而來得更自然。

一家人相聚的時間，質與量都增長了。女兒的課餘時間不再被一連串的學習活動填塞，反而多了機會接觸大自然，我們的親子時間大部份圍繞著種花、養魚、煮早餐和騎單車等，每天也多了飯桌上的聊天，而星期六早上更成為一家人享受自由家庭祭壇的時候。

學習回歸

回到內地生活，最適合為中國祈禱不過，然而祈禱也不能離開對這片地土不斷的認知與關懷。我們承認過去並不經常往返內地，因此對國內的認識一鱗半爪，常常隱藏著「隔岸」與「五十年不變」等自我隔離心態。然而這數月來，朝夕觸及的皆是地道的報章和電視訊息，加上初步結識一些本地人，故對國內人士關心的事情也逐漸加深了認識，而這些認識也潛移默化地轉變為對這地土的感情。

我們深深為這數月在內地的生活感謝神，祂使我們享受到優質的安息，又拉近了我們與中國的關係，給我們為中國祈禱加增了具體的內容，我們為這一切感到欣喜而又充實。原來在這短短幾個月內，祂讓我們切實地去學習回歸！

打倒了， 卻不至死亡

恩惠

在中國差不多三年，我們以敬拜讚美為當地人代禱，這稱為「琴與金香爐」的宣教模式。在啓示錄五章八節記載「四活物和二十四位長老就俯伏在羔羊面前，各拿著琴和盛滿了香的金爐；這香就是眾聖徒的祈禱」。「琴」代表對神的敬拜和獻給神的音樂，「金香爐」代表眾聖徒的禱告，「琴與金香爐」就是敬拜和禱告的結合，是天上的敬拜禱告模式。美國堪薩斯市國際禱告之家（International House of Prayer of Kansas City）負責人畢邁可牧師（Mike Bickle），稱把那些將生命分別出來，以禱告改變城市屬靈氣氛的人為「代禱宣教士」。

神為我預備了一個極美好的事奉崗位，然而事奉的路卻是荊棘滿途。回想這三年歲月裡，有時候在跌跌碰碰中渡過，真的沒有甚麼可以誇口。初時，我滿以為團隊的生活會在地如天，原來一不小心也可以變成人間地獄。每當同工關係不好時，同心的敬拜禱告絕不容易。年僅三十，初出茅廬，帶著理想和抱負，

自以為要為神作大事；誰知經過多番沖擊，發現內心充滿失望恐懼、驕傲自私、懦弱退縮，原來「我」是多麼軟弱無能。屬靈爭戰中，同工間的衝突和私慾的作祟，不斷削弱團隊的力量；但戰場上的軍人，面對槍林彈雨，早已將生死置於度外。我跌倒了，爬起來；犯罪了，又悔改；彼此相愛的誠命不斷在意志中角力，雖然我們每天仍照樣一起共事、敬拜和為當地人禱告，但我有時也懷疑，神會否聽我們禱告？一年又一年過去，感到自己與香港的弟兄姊妹疏離，漸漸變得無力繼續；加上面對著不能勝任的工作，我覺得孤單和無力，壓力越來越大，而且我錯誤地抓住人多於尋找神，我終於撐不下去，需要離開工場。

曾聽過宣教士在耗盡後離開工場，甚至離開教會的消息，所以我不敢遠離天父。一位姊妹曾勉勵我：就算死也要死在天父那裏。我便開始檢驗傷勢，面對自己的軟弱，感覺一下自己這血肉之軀的痛楚。雖然我覺得自己這次好像闖了禍，但天父由始至終沒有責備我，總是耐心地聽我傾訴，慈愛地引導我一步步找出問題所在。十多年忙碌地事奉，難免忽略自己的需要，這次可算是我人生的最低點，而神讓我來到這地步，實在是有特別的心意。透過輔導，我發現神要處理多年前未處理妥當的傷和未看到的罪。此時此刻，觸及從前抑壓的感受，一下子很容易便抒發出來了；一些麻木了的感覺，竟被恢復過來；以前從不覺得是罪的行為，突然間恍然大悟。神真是奇妙！

回港一年了，偶爾聽到工場的情況和發展，深深知道神在作工，也垂聽了我們的禱告。神的工作不單只在當地，也在我生命中作了拆毀和建立的工作。這段日子，漸漸明白到神計劃的奇妙，而神的愛也不斷激勵著我，使我不至放棄自己、不至放棄向前、也不至放棄異象，祂應許「疲乏的，祂賜能力；軟弱的，祂加力量。就是少年人也要疲乏困倦；強壯的也必全然跌倒。但那等候耶和華的必從新得力。他們必如鷹展翅上騰；他們奔跑卻不困倦，行走卻不疲乏。」（賽40：29-31）

雖然我在出發前沒有也不懂得作詳細的計劃，但我深深經歷到，自從我敬拜神，渴慕與神親密相交後，我遭遇的一切，已完全在天父的掌握之中。至今我仍感到神計劃的奧妙，一個生命破損、自我形像低落、不善與人交往、學歷不高、不起眼、沒有受過神學訓練、而且早已認定自己不適合走宣教路的人，竟然被神選上，站到前線，而且走在一條較少人走過的路上。我相信，將來一定會有更多蒙召敬拜代禱的人，在工場上與其他宣教士同工，一起預備極大的豐收。❤️

輕鬆ZONE

宣教學考題：

「試述未來十年國際差傳伙伴及互動的趨勢。」

龍E

學生答不出來，在考卷寫道：

「明日如何，我們不知道，只有上帝知道。」

試卷發回來，教授批注：

「上帝一百分，你零分！」

宣媽：

「小心！鄰居說我們家門口有一條大蛇！」

*** 半小時後 ***

宣兒：

「媽，不用擔心，鄰居已把蛇打死了。」

*** 又半小時後 ***

宣媽：

「謝謝你把蛇打死，我可否看看那蛇到底有多大？」

鄰居：

「噢！我已把牠切成一段段在燜裡煮了。」

小寶箱

《隨時隨地的相遇》

作者：韋恩·賀夫 (Wayne Huff)

譯者：陳惠詩、林愛儀

總代理：宣道出版社



身處缺乏牧養和信徒支持的異鄉，宣教士已學懂一有機會，就享用主的筵席。他們敞開心靈，翻開聖經，藉禱告等候神前來相會。神天天隨時隨地賜下靈糧，無論是在早上睜開眼睛的一剎，在所服侍群體與人交談的時候，在平常生活的觀察，還是在與神獨處的時光……

本書四十篇靈修小品，有的是作者在工作及遊歷期間的觀察，有的是他從其他威克理夫會員身上聽聞的故事，也有的是他對經文的分析理解。無論身在何處，韋恩總是以他在神裡面的洞見，滋養身邊人的屬靈生命。

「華人福音普傳會」的網址中，有很多宣教士撰寫的文章及分享，當然還有龍維耐醫生的文章《不要輕易言棄》。

<http://gointl.org/?q=gointl/magazine/56/node/264>

主編的話

「同路坊」與《坊訊》今年六月進入第四個年頭，除了同路坊理念「凝聚同路人·培育關顧者」更見清晰之外；《坊訊》的風格也漸成形。今期同工們分享在禁食上的體會與經驗，給我們再細思禁食的操練，希望大家著實在屬靈生命上更進一步；多謝兩位同路人與我們真情對話，拉近了我們對宣教士的認識。

三個寒暑已過去，「同路坊」與《坊訊》都成長了！可喜可賀！



同路坊財政報告 1-3/07

奉獻	\$44,252.50
輔導	\$18,950.00
講員費	\$10,500.00
其他	\$6,027.00
合計收入	\$79,729.50
租金	\$24,000.00
薪金、強積金	\$25,200.00
水電電話	\$1,714.58
舟車費、膳食費	\$4,012.00
文具印刷	\$7,643.40
郵費	\$4,359.70
其他	\$7,375.02
合計支出	\$74,304.70
本季盈餘	\$5,424.80
上季結存	-\$1,940.00
現金結存	\$319.00
銀行結存	\$3,481.58
應收未收	\$8,213.32
應付未付	-\$8,529.10
本季結存	\$3,484.80

坊蹤遊

MCC 宣教士關顧訓練小組

從4月13日開始，逢每月第二個星期五晚上舉行。一位牧者分享當中的得著：「在課程中，使我明白宣教士的需要，讓我從差遣教會的角度明白如何關心及幫助宣教士。」

宣教士心連心

7-8月期間，許多宣教士回港，同路坊相約同路人及家庭於7月20日相聚，詳情可留意底頁及來電查詢。

同路人綜合晚會

一年一度的「同路人綜合晚會」將於11月11日舉行，請留意下期坊訊及同路坊網頁。

感謝神使用同路坊成為宣教士分享、交流和彼此關顧的園地。若你願意以奉獻支持我們的服侍，請將奉獻存入「南洋商業銀行」戶口043-478-1-134423-4或將劃線支票（抬頭請寫「同路坊」或「Wecare Center」），連同已填妥之奉獻回條，寄回「同路坊」收，我們會將收據寄上。

----- (奉獻回條) -----

姓名/教會或機構名稱：(中) _____ (英) _____

地址：_____

電話：_____ / _____ 電郵：_____

願意支持同路坊經費： 一次過奉獻 HK\$ _____ 每月奉獻 HK\$ _____

現寄上： 銀行入數收據 支票（銀行名稱：_____ 支票號碼：_____）

輕輕的想起您...

遠遠的飄到那方

偶爾... 我們在這裡相遇

同路人祈禱會

逢星期二晚上六時半至七時半，在同路坊總有一班宣教同路人風雨不改為宣教士代禱。祈禱會後，是同路人互相分享的時間，嚴如一個「宣教士團契」般，歡迎宣教士及學習支持宣教士的同路人參加。

宣教士代禱信可電郵往：
pray@wecarecenter.net

Wecare Cafe

歡迎宣教士及支持者來到 *Wecare Cafe*，自調喜愛飲品、看書、上網、分享閒談或代禱守望。

開放時間：星期一至五
10:00am-1:00pm
2:00pm-5:00pm

一個讓宣教士心對心、暢所欲言的約會

You are invited



宣教士心連心

2007.7.20(Fri)
同路坊

2:00-3:00pm 茶聚

3:00-4:30pm 聚會

4:30-6:00pm 茶聚

聚會內容：

♥ 敬拜、聖餐、小組互動、
分享及祈禱。
♥ 設有兒童節目

♥ 費用全免

♥ 請致電或電郵報名，
以便安排食物及活動。

♥ 只招待宣教士及家庭，不對外開放。

...Welcome Home



九龍油麻地彌敦道469號新光商業大廈2001室
2001 Sunbeam Commercial Building
469 Nathan Road, Yau Ma Tei, Kowloon
852 3586-2670
www.wecarecenter.net
admin@wecarecenter.net

凝聚同路人·培育關顧者

總監：龍維耐
培育·關顧：龍蕭念全
巡迴牧養·訓練：翁競華
關顧·輔導：翁林惠華
培育·行政：姚桂芬
團隊建立·輔導：曹姿嫻
行政：陳昭廷

坊訊
主編：龍蕭念全
委員：姚桂芬、曹姿嫻
執行編輯·設計：陳昭廷
本期發行：2,000本