



1月號 Jan 2026

建道通訊

Alliance Bible Seminary Bulletin 222

A Deeper Call 聖召深耕

建道神學院靈修系的
成立與發展



院長的話：

我們能有奇妙積極人生

我們能有 奇妙積極人生



蔡少琪院長

「與我們分得同樣寶貴信仰的人。」（彼後 1:1b; 呂）

「有了信 (faith; *pistis*)，又要加上美德；有了美德，又要加上知識；有了知識，又要加上節制；有了節制，又要加上忍耐；有了忍耐，又要加上虔敬；有了虔敬，又要加上愛弟兄的心；有了愛弟兄的心，又要加上愛 (love; *agape*)。」（彼後 1:5b-7; 直譯）

「親愛的弟兄啊，你們既盼望這些事，就當殷勤，使自己沒有玷污，無可指摘，安然見主。」（彼後 3:14）

「你們卻要在我們的主、救主耶穌基督的恩典和知識上長進。願榮耀歸給他，從現在直到永遠。阿們。」（彼後 3:18；新）

主啊，在這懷念親人的節期中，我們特別為大埔宏福苑火災的受害者與他們的家人向你祈求。求你憐憫醫治他們心靈的創傷，賜下從你而來的安慰和平安，供應他們一切所需。主啊，也求你顯明你的公義，使真相大白，為受害者伸冤，讓人看見你憐憫和掌權的恩手。

建道通訊 | 第222期 | 2026年1月出版
出版 | 建道神學院
地址 | 香港長洲 長洲山頂道22號
電話 | (852)2981-0345
傳真 | (852)2981-9777
市區校園地址 |
香港灣仔蘭杜街2號麗都大廈一樓
電話 | (852)2735-1470
傳真 | (852)2735-1476
九龍中心地址 |
香港九龍觀塘海濱道133號萬兆豐中心10樓G室
電話 | (852)3657-4830
傳真 | (852)3596-7824
學院網址 | <http://www.abs.edu>
電郵 | abspo@abs.edu
督印 | 蔡少琪
通訊編委會 | 郭鴻標（主編）、葉松茂、
董智敏、簡國基、周翠珊
執行編輯 | 鍾洪寬、鄧世豪 製作印刷 | Chris Shek
Alliance Bible Seminary Bulletin
Issue 222 · Jan 2026
Alliance Bible Seminary
22 Cheung Chau Peak Road, Cheung Chau, Hong Kong



我們有拿不走的奇妙積極

越是艱難，越要積極長進，這是使徒彼得殉道前的信息！願《彼得後書》奇妙積極的信息，激勵我們和宏福苑的居民，以及世界各地經歷艱難的人。當我們了解彼得的處境，就更被他這份「奇妙積極」所感動：他正面臨尼祿王逼迫與殉道之時，教會內受假師傅破壞，教會外被外人譏笑嘲諷。內憂外患之際，彼得沒有退縮、灰心、懼怕、埋怨，他卻留下首尾呼應的積極信息。彼得開篇就以積極的語氣，鼓勵信徒在生命中不斷進取，不斷地「加上」——從「信」到「愛」，列出八級屬靈的成長階梯。全書最後呼應這精神：「你們卻要在我們的主、救主耶穌基督的恩典和知識上長進。」面對艱難，基督徒首要秘訣：更要積極長進，這最能幫助自己，也能造就眾人。

我們都有同樣的寶貴信仰

在書卷的開頭，呂振中翻譯得好。彼得指出，我們與他都有「同樣寶貴的信仰。」希臘字 *pistis* (faith) 在這裏翻譯為「信仰」，比翻譯為「信心」更恰當。我們的信心比使徒或較弱！但我們的信仰是一樣的：我們都有同一位寶貴救主。年

輕的彼得曾以為自己比其他使徒更有信心，更勇敢，更不怕死；結果他三次不認主！彼得學到了硬道理：有「信心」是好的；但往往我們有許多灰心、膽怯、小信的時候。最能幫助我們的，不是我們「軟弱的小信」，而是我們「寶貴的信仰、寶貴的救主」。面對艱難與黑暗，我們要銘記：我們每一個人都有同樣的「寶貴的信仰、寶貴的救主」！能讓不認主的彼得回頭的，不是他的「小信」，而是那全能又超愛我們、並要保守我們到底的主。面對艱難，不是「我能」，是「神能」！「我縱不能」，但因「神能」，我就坦然無懼！祂愛我們到底、永不離棄我們。

我們有最美的人生

《彼得後書》全書鼓勵我們，一生向上、一生更深認識主、一生有愛。這樣的人生，才能讓我們「安然見主」。臨殉道的彼得所處的環境黑暗重重，但彼得的心，因信耶穌，因有永生盼望，卻充滿光明和積極！在講論《彼得後書》時，我不斷提醒弟兄姊妹：能「一生向上，一生有主，一生有愛」，就是最美的人生！基督徒的豐盛不在乎環境，只在乎生命的美善！主啊，求祢加力

給我們和宏福苑的居民，以及世界各地經歷艱難的人，在艱辛中，堅持「一生向上，一生有主，一生有愛」！人人都有一死，死亡或無妄之災或會隨時臨到我們，但我們已經有永生的人，要得著奇妙積極的人生；我們要追求的，是我們都能「安然見主」！

建道的見證：積極經歷恩主的奇妙

我從 2018 年 9 月起承擔院長職分，就有山竹大颱風破壞校園，期間經歷香港的巨變，教會的動盪，世界的變幻。在全球爆發疫情時，各種停學停聚會的壓力下，我們一眾同工在神奇妙的帶領下，靠著不同的課程，繼續持守神學教育的崗位。神加倍的賜福我們！不知不覺中，我們的服侍遍及全球不同角落的華人教會。去年在自己安息年中，在不同地方領會時，聽到不同弟兄姊妹的鼓勵：建道不同的課程，在那段動盪和留在家的日子，鼓勵了我們。「先求祂的國和祂的義」、「趁著白日，多作主工」、「越黑暗、越要發光、越要把握時機」是我們眾同工的信念！神藉著許多弟兄姊妹的額外愛心，將許多恩典、祝福和資助，加給我們。因為我們的服侍對象更多更廣，

我們的團隊從六十多人增長到一百多人。恩典實在奇妙！沒有什麼可誇！也不是我們有什麼奇妙遠見！我們只是順著聖靈的感動，不論得時不得時，務要傳道，務要成為祝福！神的恩典不絕！這就是過去幾年建道經歷的奇妙恩典。我們唯一的把握：我們有寶貴信仰，我們有寶貴的救主；神賜我們奇妙積極！別無可誇！全是恩典！

老僕人的追求：安然見主！我心足矣！

2025 年 9 月 22 日，我們在建道禮堂為我們尊敬的老師曾立華牧師舉行追思會。信息裏，我以曾牧師 1968 年畢業立志互勉：「我願靠主立志，畢生以祈禱傳道為事，不論貧富安危，窮通順逆，永遠矢志而靡他；自茲以往；任何地位由主遣派，我願意就；任何事工有主使命，我願意作；任何艱苦是主美旨，我願忍受；任何福樂非主允許，我願捨棄。無論生死，如能成全我藉著服事人而服事主的志願，我心足矣！」曾牧師如他所立志所教導一樣：終結得好（Finishing Well）！願我們也能「一生向上，一生有主，一生有愛」！願我們都能「安然見主、我心足矣」！

A Deeper Call 聖召深耕

董智敏牧師 | 靈修系系主任



心靈花園

在建道神學院事奉十四載，我有幸見證靈修系的成立，對於一個主修靈修和屬靈導引的人而言，那份震撼與動容一直深藏於心底，實非筆墨所能表述。作為一個參與者，同時也是一個旁觀者，我只是見證神的手在適時作出調配，見證神的美意本是如此。神的時候到了，神調配的人到了，甚至奉獻到了……事，就這樣成了！（神的工作實在太奇妙和豐富，亦有很多同工的努力在當中，在此不一一細數和言謝！）

近日越來越多訪客探訪了「心靈花園」，由建道大門開口踏上樓梯，左手邊便是近年落成的「心靈花園」。靈修小屋也在當中，成為神學生在忙碌學習生活中的一處祈禱聖所。接見學生作屬靈導引的房間也在心靈花園裏面。這些具有標誌性的建設都表達了建道神學院對學生的靈命塑造越來越重視。現時神學院為長洲同學提供早上八點的「晨間靈修」（Morning Devotion，小組形式）、個人屬靈導引（Spiritual Direction）、屬靈導引

小組（Spiritual Direction Group，2-3 人小組形式進行）、畢業班屬靈分辨小組（Spiritual Discernment Group for Graduating Students，特別為同學定工場而設）、半年制的個人神操——省察主愛（Spiritual Exercises — Examen of God's Love），新生退修 / 靈修工作坊（Freshmen Retreat / Spiritual Formation Workshop）等等。

隨著靈修系的成立，常常被身邊的同工關心提問靈修系成立後有甚麼遠景？同一時間，不同的人亦帶著各式各樣的期望來看待一個學系所需的發展。聽了許多人的期望，甚至一些同工的期待和邀請，再回看歷史，亦環顧世界各地的神學院近日所發生的事情，禱告沉思了一段時間……一次又一次求問神，撫心自問神的恩召，神對建道靈修系的召命……我以「聖召深耕」（A Deeper Call）來形容這一趟禱告旅程。

簡單而言，我希望建道靈修系由昔日西方學術界發展的路徑，包括學術期刊發表專

文、書籍出版、辦學術研討會、神學研究院的教學和指導論文等等，至今日著重實踐神學的整合，即是由理論的探研至實際場景的實踐、反思與整合，都包含在其中。靈修系的發展必需要跟教會信徒群體的心靈走近，才有足夠的資訊 (Raw Data) 作進一步的分析和研究，以致學術研究跟地方教會的信徒實況可以接軌，能為當代華人教會提供信徒成長的階梯，甚至是一同面對當代人的靈性困擾。我希望學術研究在教會落地生根。

其實，這是基督教多年所行走的路徑。讓我們一同鑑古知今，以先賢的生命見證為思索前路的指引。

回看歷史，在基督教的靈修發展史中，我們會看見在起初階段，神學、靈修與教會之間的關係密不可分。以奧古斯丁 (Augustine of Hippo, 354-430) 為例，他是神學家，著作甚豐，包括《上帝之城》 (The City of God)、《論三位一體》 (The Trinity)、《論基督教教義》 (On Christian Doctrine)、《論自由意志》 (On Free Choice of the Will) 與《獨語錄》 (Soliloquies

of Augustine)，同時有靈修作品《懺悔錄》 (Confessions) 與《論靈魂之偉大》 (The Measure of the Soul)。

《論靈魂之偉大》探討了靈魂邁向神的七個階段，道出了「向內走，向上騰」的靈修路徑。「向內走」 (Go Inward) 意謂人要走向內心的深處，在靈魂的核心中認識自己，包括肉體的生命、感官的生命和理智的生活，從中反省悔過，達至平靜安穩 (Tranquility)。「向上騰」 (Ascend) 是接續向內走的方向，當人認識自己和真理後，在心靈的深處專注於神的真光，透過對神的愛慕和思念，沈思 (Contemplation) 於神的愛、喜樂和真理之中，讓心靈一步一步向上趨於永恆的上帝。這是人在靈修的旅程上可以達至的境界，西方靈修路向重要的基石便由始而起。

同時間，奧古斯丁是地方教會的牧者，他是希波的主教，牧養當地教會。還有，他創立了奧古斯丁修道院，跟一眾有心尋求神的修士，一同以祈禱和事奉為生活的重心，並為修院制訂了修道院基本的規則。「向內



奧古斯丁

走」，其實只是心態上，在祈禱生活中深入自己的內心世界，與神深交，「向內走」並不是指對外的服侍也只向內走。在事奉上，奧古斯丁仍然是活躍於教區、修道院和社會。甚至面對當時社會上的困境，他撰寫了《上帝之城》來回應。作為主教，他經常介入紛爭，亦在講道和書信中多次談及貧窮、施捨與財富的責任。他一直督促信徒和教會參與救濟的工作。

由此可見，奧古斯丁有三方面身分同時並行——神學家、牧者和修士。這三方面的角色，讓奧古斯丁的神學在回應時代和觸摸人心靈的力度和溫度，皆顯得十分充足而觸動人心。

因著字數有限，我只能跳進跟基督教密不可分的改教年代，以馬丁路德為一個活生生的例證。路德締造了一個改教時間的轉折點，他的前半生是活在大學、修道院和教區，他的下半生仍然活在大學、教區和修道院。

路德在進入修道院前是大學博士生，主修法律。成為奧古斯丁修道院的修士後，他除了過一般修士的祈禱修道生活，漸漸進入神學的學習，得到神學博士學位，並教授聖經和神學之外，同時間，他是奧古斯丁修會德國會區副會長，協助管理該地區約十一座修道院，並過著修士的生活，他亦經常在教區裏進行牧養工作。正因為這三方面的事奉結合，讓路德在改革教會的路途搭上便車，快速展開。路德的神學思考到位，了解教會實際情況，對修士和信眾的靈性光景有深刻的體會。

改教以後，路德仍然擔起神學教育的工作，負責培訓新一代的牧者，在威登堡大學教學；而教會牧養的工作更為吃重，每週的講道、教會禮儀的建立，甚至崇拜詩歌的頌唱也是他在牧養時需要顧及的範圍。雖然他廢除了修院的制度，但他保留著修院的紀律，轉化為聖經教學與教會更新的動力。他強調對《聖經》的研讀，與信徒靈性的牧養。

甚至在家庭教育上，他指出每一個家庭都是一間修道院，父母是家庭修道院的院長，需要照顧孩子的靈性成長。實際上，路德和太卡塔琳娜（她本來是修女）仍然住在修道院，更把多出來的房間分租給學生，所以在這所修道院中，經常有二十多人共同進餐。在餐桌上，路德常有分享，成為日後的《餐桌談話》（Table Talk）。他亦為信徒撰寫《個

人祈禱書》（Personal Prayer Book），當中充滿了坦率的禱詞，幫助當時信徒直接跟神禱告，勇於向神坦白，甚至向神表達真實的情感，例如抱怨和疑惑、恐懼與掙扎。最後，路德當然會在禱文裏帶領著信徒向神以誠、以愛、以信心來懇求。這正是當時代信徒在靈性更新上的需要。

從奧古斯丁和馬丁路德的見證裏，我們看見牧者、學者、修士的結合。他們有血有淚有溫度的神學作品，是從聖經、神學研究、先賢留下的智慧、個人深度的反省禱告和當代實際場景的深度互動而生出，對後世影響廣大！

前人的路徑甚美！甚願我們也一步一足印地走上這一條優美的窄路！

未來，靈修系亦會成立學會，跟一些畢業生和同道有彼此交流的時間。這是廖炳堂牧師希望在退休之年，仍然發揮其研究和結連的精神，讓靈修路上的同道可以彼此豐富，互相激勵。

總結而言，建道靈修系希望植根於聖經和福音派神學，跟華人教會攜手合作，為當代華人教會提供適切的靈命成長階梯；建

道靈修系一眾同工希望能夠跟華人教會一同建立起一個互動、互信、互相支援的關係，既能夠支援教牧，亦讓信徒在靈命成長上進深，亦能更新。我暫時稱這個運動為「聖召深耕」（A Deeper Call），讓神的呼喚聲，在我們牧者心裏、在眾教會的會議裏、在眾信徒的心裏縈繞一生。

若能開創，吾心吾生足矣！

最後，我以經院哲學大師阿奎那（Thomas Aquinas）在學習的禱告作結束：

萬有之創造者，真理與光明的泉源，一切存在的至高本源，
求你仁慈發出一縷光輝，照入我昏暗的心靈，
驅散自我誕生以來與生俱來的雙重黑暗——罪惡與無知的陰霾。

求你賜我銳利的悟性，堅牢的記憶，
並使我能正確而徹底地把握一切事物。

求你賦予我解說精確的才能，並賜我在表達時具有周詳與優雅的氣度。

指示我一切的開始，引導其中的進程，
扶助我圓滿完成，皆藉著我們的主基督。

阿們。■



路德與妻子及家人

召命尋索與意識省察

梁荔馨博士

兼任靈修系助理教授



當談及召命，不少信徒會視之為「為上帝而做的行動」。誠然，具體行動是召命不可或缺的重要元素；不過，正如經上所說：「你要保守你心，勝過保守一切，因為生命的泉源由心發出。」（箴四 23），若要能持久、富有生命力及忠心地實踐召命，我們就必須時刻留意及保持敏銳，看我們的外在行為與內在生命如何連繫，以及我們的生命又如何紮根於我們與神這個充滿愛的關係當中。

聖經、依納爵及路德的全人呼召

聖經裏神對人發出的呼召，都是全人的呼召。在舊約中，神呼召摩西成為神所揀選的人，差派他帶領以色列民出埃及，使他們從奴役中得以解放（出三 10）；神亦呼召撒母耳作先知，向以利の家宣布禍患，隨後並膏立大衛為王（撒上三 1-21）。在新約中，耶穌呼召西門彼得及彼得的兄弟安德烈去跟從祂，並使他們成為得人的漁夫 (fishers of men)（太四 18-19）。神的呼召並不停留於個人層面，也延伸至群體。最明顯的例子就是神對以色列民的呼召，使他們成為神的子民，揀選他們作為一個成就神旨意並彰

顯聖潔、順服、公義和憐憫等神聖美德的民族。在以上例子中，神呼召人，在履行特定任務的同時，也伴隨著新的身份，例如「神所揀選的人」、「神的子民」或「得人的漁夫」等，這些神所賜的新身份，與蒙召者履行的特定任務相對應。由此看來，神的呼召不單是任務分配，當我們接受並回應神的呼召時，我們也回應祂的邀請，委身地以一種體現與呼召相稱的身份及生活方式去過活。¹ 召命，不單包括行動，也關乎我們的身份、價值觀、生活方式以及對神的回應。

耶穌會對呼召的理解，與聖經裏所流露的全人呼召不謀而合。依納爵從人神關係的向度來理解呼召，強調呼召是我們與神之間真實且親密的屬靈關係。呼召意味著成為神渴望我們成為的人²，同時將我們的渴望調整至與神的心意一致。回應呼召亦意味著投入一段持續成長的屬靈旅程，在過程中更深刻、更親身地體會神對我們的愛。這種愛的體驗引發生命轉化，邀請我們持續地對神對己開放。我們更願意接受神的愛，更願意向神坦承自己的黑暗與軟弱，亦更願意容讓神引導我們的生命。在神恩典的轉化之下，我們重新認定神是我們生命的主宰，

我們重新調整心態、想法、觀點，並生活各方面的選擇及行動，為要按神的心意過活，活出基督的樣式。隨著我們與神的關係越來越親密，我們持續蒙召並被激勵去過一個肖似基督的人生，我們的生命流露出從神而來的愛去服侍他人。對於依納爵而言，這種持續、充滿愛的人神關係，為呼召人生奠定堅實的基礎，使我們能有動力及韌力在世間活現愛與憐憫的使命。

同樣地，路德視呼召為一個由內而外的生命改變：以神赦罪的恩惠為中心而組織我們的生活，就是我們的召命³。對路德而言，人只能透過相信主耶穌基督和透過接受洗禮，才能經歷赦罪的恩典，人若要得著救恩，就必須接受洗禮。洗禮並不是單純一個儀式，在洗禮中，人被呼召過一個「透過神的恩典以消滅罪及成為聖潔」的人生⁴。因此，洗禮是一個呼召，亦是一個邀請，它呼召我們每天活出一個「對罪死、向神活」（羅六 1-11）的新生命。從罪而生的舊人與基督同釘十字架，使罪身滅絕；從恩典而生的新人，在基督耶穌裏向神活過來。洗禮是一個呼喚我們悔改、相信基督及實踐信仰的呼召，這個呼召使我們生命更新，成為一個真正的基

督徒。此外，路德提及三種實踐召命的身份或職份：教會、婚姻以及公民管治。不同人可以擁有不同身份或職份以實踐召命，但這些身份或職份有共同意義：榮耀上帝和服侍他人。雖然路德提及身份和職份以活出召命，但他強調，基督徒的愛超越所有身份和職份⁵。真正的召命活現的是裏外一致的生命，就是我們抱持一份對上帝以及對人真誠的愛去服侍他人，及作出相應的行動。

意識省察：回應呼召的屬靈操練

如果召命是從內至外整個生命都按神的心意而活的人生，我們如何敏銳地察覺自己是否活在這種屬靈光景中？按照依納爵於《神操》的記載，「意識省察」是一個幫助我們在日常生活中敏銳察覺神的同在、心意及帶領的屬靈操練。它包含五個元素：感恩、認罪、日常省察、求寬恕、決心改過⁶。感恩，代表我們作為受造物及有限的人，我們只能謙卑依靠神；在回顧及認罪的過程，我們在恩典中更深明白自己的軟弱、破碎及惡念，同時經歷神對我們真實光景的接納與憐憫，讓我們更願意對神對己開放；

在日常省察當中，我們與主一起回顧自己過去一天的思想、言語、行為、動機，學習敏銳地察覺神的臨在、恩典、自己的情緒、內心渴望，也敏銳地留意自己如何被聖靈帶領親近神，又或被魔鬼引誘遠離神；當我們更深明瞭自己的軟弱和罪性，我們願意真誠地向神求寬恕，亦經驗到神的赦罪和愛，我們就能對神更有信心，即使我們軟弱，祂必會寬恕我們，不離不棄地愛我們，同時盼望我們悔改。這種被神寬恕及赦罪的經驗，衍生出深深的感恩，以及愛神、榮耀神、服侍神的動力，轉化我們成為更懂得愛與被愛的人，而我們也更加願意去原諒和服侍別人，我們會更有安全感去作出生命的改變，深信我們能從罪中得著釋放及自由，活出一個更新的生命，並更願意親近神。

意識省察操練我們對自己、對人、對神有更多認識和發現，包括神在我們生命中的帶領及心意，我們有多願意或抗拒去聆聽、跟從，以及以行動回應神的聲音及呼召。對於神的聲音、邀請或呼召，或許我們從來沒有留意，或許我們聽到了卻假裝聽不到，或許我們聽到了卻不願回應，又或許我們心裏願意回應卻沒有決心或動力

以行動實踐出來。當我們對自己的屬靈光景保持敏銳，我們慢慢就懂得在哪些部份坦誠地向神承認軟弱、祈求恩典、願意開放、渴望得到轉化。在我們與神的這個愛與信的關係當中，我們經歷在神的愛中被赦罪、被接納、被轉化，我們逐漸更有愛主的心和對神的信心，有勇氣跟隨基督，活出神賜給我們的召命。我們亦慢慢對神有更大的盼望，盼望神的同在，盼望神的國在我們這充滿困難、掙扎、痛苦與絕望的現世中完全彰顯。

身處幻變的世代，無論是教牧或信徒，忠心回應呼召的確是困難卻又刻不容緩的挑戰。聖經、依納爵和路德都看重呼召的整全性，表明我們整個人的生命都需要回應神的愛與呼召。割裂的生命會使事奉失去動力及無法持久，容易落入耗盡或力不從心的生命光景，而意識省察幫助我們透過感恩、悔改、每日回顧，敏銳並開放於神的引導，操練我們的屬靈生命，幫助我們裏外一致地活出召命。惟有浸淫在與神這份愛與信的屬靈關係中，我們生命才能經歷真實的更新轉化，並持續有力地忠心服侍，直至生命終結或主再來的日子。■

- 1 William W. Klein and Daniel J. Steiner, *What Is My Calling? A Biblical and Theological Exploration of Christian Identity* (Grand Rapids, MI: Baker Academic, 2022), 57.
- 2 Sheldrake, *Befriending Our Desires*, 3rd ed. (Collegeville, Minnesota: Liturgical Press, 2016), 15–16.
- 3 比領著，曾約農譯，《天職論》（香港：道聲，2014），頁8。
- 4 Martin Luther, “A Sermon on the Holy and Noblest Sacrament of Baptism, 1519,” in *Early Protestant Spirituality*, ed. H. Scott Hendrix (New York: Paulist Press, 2009), 239.
- 5 Martin Luther, Word and Sacrament III, vol. 37 in *Luther's Works*, ed. Helmut Lehmann (Philadelphia/Minneapolis: Muhlenberg/Fortress, 1957–86), 364–65.
- 6 Ignatius of Loyola and George E. Ganss, *Ignatius of Loyola: The Spiritual Exercises and Selected Works*, Classics of Western Spirituality (New York: Paulist Press, 1991), 134–35, para. 43.

重塑心靈的焦點： 魏樂德的 屬靈操練觀



劉韻詩牧師

校本部屬靈導引導師

從前讀神學的時候，有一段時間我迷上了 Candy Crush，一玩就是幾小時。當我終於回過神，急忙拿起參考書想補回進度時，一時之間什麼字義都看不入眼，眼裏卻只見到「，，，，」而且覺得很礙眼，下意識地想把連續的逗號移動及消除。原來短短幾小時的遊戲，已足以馴化我的大腦，強制改變我的視覺焦點。

若幾小時的遊戲就能塑造我的視覺焦點，那麼，當我們長年累月浸泡在消費主義、自我中心、效率至上、成就導向等等的文化裏，這

些互動與回饋又正在怎樣形塑我們內心的焦點，使我們逐漸失去了覺察上帝的能力？

這亦是為何達拉斯·魏樂德（Dallas Willard）十分重視屬靈操練（Spiritual Discipline）。他在《心靈的重塑》（Renovation of the Heart）論到：「我們的心所裝載的東西，比起一切其他事物更能影響我們成為怎樣的人。」我們如何經歷世界，取決於心裝載了什麼；而心裝載了什麼，則取決於我們經常「看見」什麼。事實上，世界已用各式價值觀訓練了

我們的慣性反應：一聽到通知聲便伸手拿手機；看到限時優惠便生出購物慾；發了動態便焦慮地確認「讚」數；甚至只要安靜片刻，罪惡感便催促我們展現生產力。這些反應往往快過思考，成為了心靈的預設模式。

魏樂德的屬靈操練觀

魏樂德的恩典觀並不反對努力，他認為恩典與方法（Means）相輔相成。屬靈操練不能賺取恩典，卻是為神的工作創造空間，將自己安置在能領受恩典的位置。他在《靈性操練真諦》（The Spirit of the Disciplines）中以棒球作比喻：優秀的球員並非僅在比賽時才嘗試打出好球，而是在平日反覆操練，身體才會在關鍵時刻自動作出準確反應。

同樣地，我們需要透過操練校正被世界扭曲的慣性。他提出「禁戒的操練」（如獨處、靜默、禁食、簡樸）來打破對世界的錯誤依戀；再透過「參與的操練」（如學習、敬拜、服事、慶祝）建立合乎天國的新習慣。這些操練如同運動員的日常訓練，幫助我們在生活的賽場上，自然流露神兒女的生命樣式，重拾覺察上帝的能力。

魏樂德這種目的導向且個人化的觀點拓寬了我們在屬靈操練的視野。既然操練是為神創造空間，方法就僅是「工具」。若某種工具（例如長時間的靜默）在現階段反而令你暴躁易怒，便應當果斷更換（例如改為在自然中散步禱告），而非死守規條；假以時日，當生命狀態改變，我們就能更自然地操練靜默。這意味著，操練需要持續的自我覺察與檢討。

然而，這也引申出對當下「靈修潮流」的反思。如今坊間充斥著咖啡、繪畫、書法、攝影、伸展等各式各樣的「靈修」，彷彿只要在興趣後

面加上「靈修」二字，就成了一種新穎且有趣的捷徑。這些方法固然美好，因其貼近了我們日常生活的某些層面，但若我們僅是為了追求新鮮感或娛樂性而盲目嘗試，這些活動便會流於表面，無法達到操練的目的。

關鍵在於那份「刻意」（intention）。若你發現「咖啡靈修」真能助你進入安靜，那麼，請將其規律化，就每天刻意劃分出這杯咖啡的時間，在香氣與溫度中專注回顧上帝的恩典、與主對話，它才能從「有趣的方法」昇華為塑造心靈的「屬靈操練」。

VIM 模式：異象先於方法

然而，僅有方法與意向是不夠的。論及屬靈操練，我認為魏樂德最大的貢獻在於對「異象」（Vision）的討論。我們常急於尋找方法，但魏樂德提出的 VIM 模式（Vision, Intention, Means），將「異象」置於意向與方法之前。

對他而言，「異象」並非指我們為神做什麼宏大的計劃，而是我們到底「看見」了什麼：我們眼中的上帝是誰？世界又是什麼模樣？因此，我們所想像的未來又是怎樣的？簡言之，異象是基於我們心中的上帝形象與世界觀所帶出的「未來願景」。人能否經歷「不致缺乏」的生命，關鍵在於是否真實經歷上帝的同在，而我們往往被「扭曲的異象」所網綁。

扭曲主要體現在兩方面：一是「上帝形象的扭曲」，二是「缺乏上帝的世界觀」。在我們的潛意識裏，若上帝是一位隨時準備懲罰過失的嚴厲監工，或者，世界是一個沒有上帝供應而充滿匱乏與競爭的戰場，我們便覺得必須靠自己的力量去爭奪安全感。在這種異象下操練，驅動力只剩下恐懼與焦慮：讀經是為免受罰，禱告是為

保平安，服侍則成了賺取祝福的籌碼。

這情況也常見於「意識省察」（Examen）的操練中。若我們的異象中缺乏「有上帝同在的世界觀」，潛意識裏認定上帝在日常瑣事中是缺席的，那麼這項操練便會異化為單純的「自我檢討」或「心理分析」。我們只專注於反省自己的言語行為、剖析自己的情緒起伏、性格、愛惡，卻忘了這操練的核心始終是「在萬事萬物中發現上帝」。結果，因為異象的偏差，我們在省察中看見了滿滿的自己，卻依然看不見聖經中所描述的上帝。

重塑異象：耶和華是我的牧者

要矯正這種偏差，我們可以回到魏樂德所討論的「異象」。魏樂德在其遺作《豐盛的神》（Life Without Lack）中，清晰地展示了他的核心「異象」——詩篇 23 篇，其起點便是「耶和華是我的牧者」。正如周學信博士在推薦序中所言，「耶和華是我的牧者」，意思就是「我蒙受他人的照顧，我不是獨當一面的」。這意味著，這位主上帝「是我的牧者，祂關切我這個人，因此我的需要將會獲得滿足」。我們正是透過「耶和華是我的牧者」這幅心中的上帝圖像去認識自己，並定義上帝與我的關係。

然而，光有這個上帝圖像還不夠，我們還需以「有上帝的世界」去想像未來。詩篇 23 篇中「祂使我躺臥在青草地上，領我在可安歇的水邊」，描繪的正是這樣一個「有牧者同在的世界」。在這世界中，我們可以想像「不致缺乏」的將來，並讓這份想像影響今天的選擇。

當我們將扭曲的上帝圖像校正回聖經神學所描述的模式，心靈的重塑才得以發生。若異象錯誤，即便上帝施恩看顧，我們也無法覺察，

親近神的意向便會轉弱，操練亦難以為繼。反之，當正確的異象與意向結合，配合按部就班的操練，VIM 模式便會形成「螺旋式擴張」（expanding spiral）的動態成長。那些原本難以想像有上帝同在的生命領域，將逐漸被祂滲透，使我們能自然地活在祂的臨在之中。

結語：神學教育作為屬靈操練

若借用魏樂德的觀點，神學教育本身就是一場深度的屬靈操練。它絕不僅是為了累積知識、提升反思能力，也不只是為了追求優異的成績或畢業後的職分，而是要讓我們在這個「訓練我們看不見上帝」的文化中，重拾覺察上帝的能力。

閱讀與寫作不再是為了滿足學術要求或爭取分數，而是調整焦距的過程。我們在字裏行間，練習擦亮心靈的眼睛，去辨識那位真實臨在的上帝。願我們在神學院的日子裏，不只帶走筆記與文憑，更帶走一副被基督更新的眼光，看見一個「有上帝這位牧者同在的世界」，活出不致缺乏的豐盛生命。■

參考書目：

- 1 魏樂德。《心靈的重塑》。譚晴譯。香港：天道書樓，2006。
- 2 _____。《大使命與大抗命：再思耶穌的門徒訓練》。應仁祥、東紋尼譯。台北：校園書房，2016。
- 3 _____。《靈性操練真諦》。文子梁、應仁祥譯。台北：校園書房，2019。
- 4 _____。《豐盛的神：讓生命富足的八堂課》。柯美玲譯。台北：校園書房，2023。

屬靈導引 以教會為基礎、 以牧者為首要導向

廖炳堂博士

神學系教授 (部分時間)



建道神學院多年前已經開始培訓信徒領袖從事「屬靈導引」方面的服事，但其實我們心底更重視訓練牧者進行這種事工，2025 年 1 月起已開始包含實習督導之道碩後專業文憑課程。

我曾在《建道通訊》（217 期）中強調，教會需要發展以聖經權威為前提的「屬靈導引」的事工。在本文中，我進一步闡述一種福音派的「屬靈導引」，必須以教會為基礎，並以結合牧職事奉為首要導向。

文章中我也提及北美教會的經驗是，隨著古典靈修和退修過去多年的熱潮，操練者對於「屬靈導引」的需求也隨之迅速增長；操練者常常期望獲得有質素之導師的陪伴和指導，幫助他們覺察、辨別並回應與神之間的屬靈經驗。鑑於當今充滿挑戰的環境，越來越多的基督徒渴望在日常生活和事奉中，與神建立可經驗的親密關係，但由於現今神學教育偏重於牧者的宣講角色，牧者往往不擅長處理信徒個人化的祈禱

經驗，引致近年不少基督徒轉向在天主教修院、或私人執業的導師尋求「屬靈導引」。我們關注的是：福音信仰的神學院能否改革其培訓課程，使牧者能夠勝任符合聖經、且稱職的靈修指導工作？

許多重要的基督教領袖都在提醒我們，個別靈修指導是牧者的核心事工：清教徒牧者認為，靈性指導的重要性僅次於講道或教導，巴克斯特（R. Baxter）的著作《更新教會的牧者》（Reformed Pastor），被稱為是改革宗靈修指導的權威指南；侯士庭（J. Houston）是福音派神學院首位靈修神學教授，他不僅畢生推動更正教恢復靈修指導事工，也身體力行，成為學生所愛戴的靈修指導導師。他的繼任者畢德生（E. Peterson）也繼續撰寫並推廣「屬靈導引」；他成功說服自己牧養的教會免除了他大部份的行政事務，使他能夠在周末專注於講道和教導，並在週日專注於「屬靈導引」的服事。

現行牧職課程中一般都設有「教牧關顧及輔導」的課程，但弱點是單方面偏重了心理輔導的培訓，反而忽略了信徒在遇到（或沒有）人際情緒問題時如何禱告及經歷神的同行。一些嚴厲的評論者甚至將這種現象稱為「教牧關顧」科目「被擄巴比倫」，因為它偏離了過去 19 世紀以來，教會以人神關係為核心的牧養和屬靈傳統。事實上，牧者只接受了一兩科的輔導訓練，便要承受著會眾對他們的某種「輔導員」的角色期望，其實是很不合理的，並且對雙方都沒有好處。「屬靈導引」在福音派中間重新崛起，最大的貢獻乃在於它重新強調了牧者牧養的真正核心——人與神的關係體驗，這不但更加切合牧者的神學訓練，而且更是專業心理輔導員一般沒有足夠訓練去做好的一個層面。

「屬靈導引」作為一個靈性運動也提醒我們基督徒直接經歷神的重要性。宗教改革的兩大核心教義，即「因信稱義」和「信徒皆祭司」，

都強調唯獨基督是神與人之間唯一的中保，重生的基督徒無需任何輔助中保（瑪利亞？聖人？聖職人員？），就能親自藉信心和禱告與神互動。但福音派牧者的牧養模式並未能反映這些核心教義，他們往往是非常指導性的 (Directive)，主要表現於講道和教導，連很多教牧輔導也都是很教導性的。相反，「屬靈導引」強調牧者非指導性 (non-directive) 的促進者 (facilitator) 角色，近年另一個翻譯「靈修陪伴者」可能更貼切描述這個角色和功能：強調聖靈才是真正的引導者 (Director)，重生的信徒只要用信心禱告和察驗，在受過相關訓練的導師陪伴下，可以有能力察覺並適當地回應神的引導。「屬靈導引」的核心，在於幫助受指導者應用相關聖經和教義，培養出越來越成熟的屬靈分辨能力，能夠辨別出他們所感知的可能來自神對禱告的回應，究竟是屬靈的、非屬靈的，或甚至是反屬靈的 (spiritual, non-spiritual or anti-spiritual)。





近年來，我注意到北美教會對當地「屬靈導引」事工迅速發展的態度頗為矛盾，一方面感覺它對信徒的幫助，另一方面卻擔心這事工運作的理念是否合乎聖經。在許多因素之中，我個人認為主要有兩個課題需要探討：一是屬靈導引事工的實踐模式，在北美商業市場導向的文化中，主要趨向私人執業方式，類似私人輔導員的專業發展，縱使其收費一般比心理輔導便宜很多，但缺乏可靠的監管和督導；二是大多數「屬靈導引」導師都是信徒而非教牧，缺乏整全的神學訓練基礎。這兩個因素結合起來，便引出了一個關鍵性的、有關服務質素的問責問題：由於「屬靈導引」旨在幫助人們理解、詮釋和辨別自己與神的經歷，因此導師本身的信仰立場和神學素養至為重要。許多牧師和教會擔心，這些導師會否將受導者帶入主觀主義、神秘主義或五旬宗路線之中。由於這些導師多以私人執業者的身份開展工作，沒有接受任何地方教會的監督，加上不少導師只接受過有限的培訓（例如只有幾個月），這些擔憂便更加強烈。

因此，我們更強調培訓牧者成為「屬靈導引」導師，因為他們都接受過正規神學訓練，並且在地方教會監督下工作。我們不否認信徒領袖在這事工中輔助性的重要性，但正如教導事工一樣，信徒領袖可以幫助教聖經班或主日學，但牧者才是主要的教導者，並且大家都要在地方教會的督導下服事。長遠來看，北美「屬靈導引」服務向私人執業模式的發展，對其獲得地方教會的信任與認受性可能有反效果。我們認為，更健康的模式是先將「屬靈導引」納入正規的教牧課程，牧者在這方面的參與，是這項事工能否在教會職事中落地生根的關鍵因素。

總而言之，我們認為屬靈導引作為科目，在素質上應該越來越專業化，但我們不太贊成將其發展成私人執業模式，尤其是不贊成由信徒在缺乏足夠監督下從事這種角色。進一步來說，我們同意已故改革宗牧師兼學者賴斯（Howard Rice）的觀點：如果牧養事工的最終目標是帶領會眾（作為個體或群體），認識聖經真理背後所指涉的永活基督，那麼將「屬靈導引」重新納入



神學課程，它的重要性就並非只提升牧者的個人關顧能力，而是應滲透在他所有的牧養活動之中：講道、聖禮、教導、行政、探訪、團契活動、推動宣教……「屬靈導引」應該可以使這些活動（和神學院各個科目）對焦更清晰，並活化起來！

在香港現今充滿挑戰的環境下，我們應當反思如何可以更好裝備牧者，使他們不僅能夠宣講真理，還能引導會眾直接親自經歷那位應許每日與人同行的上主。願復活的基督幫助我們！

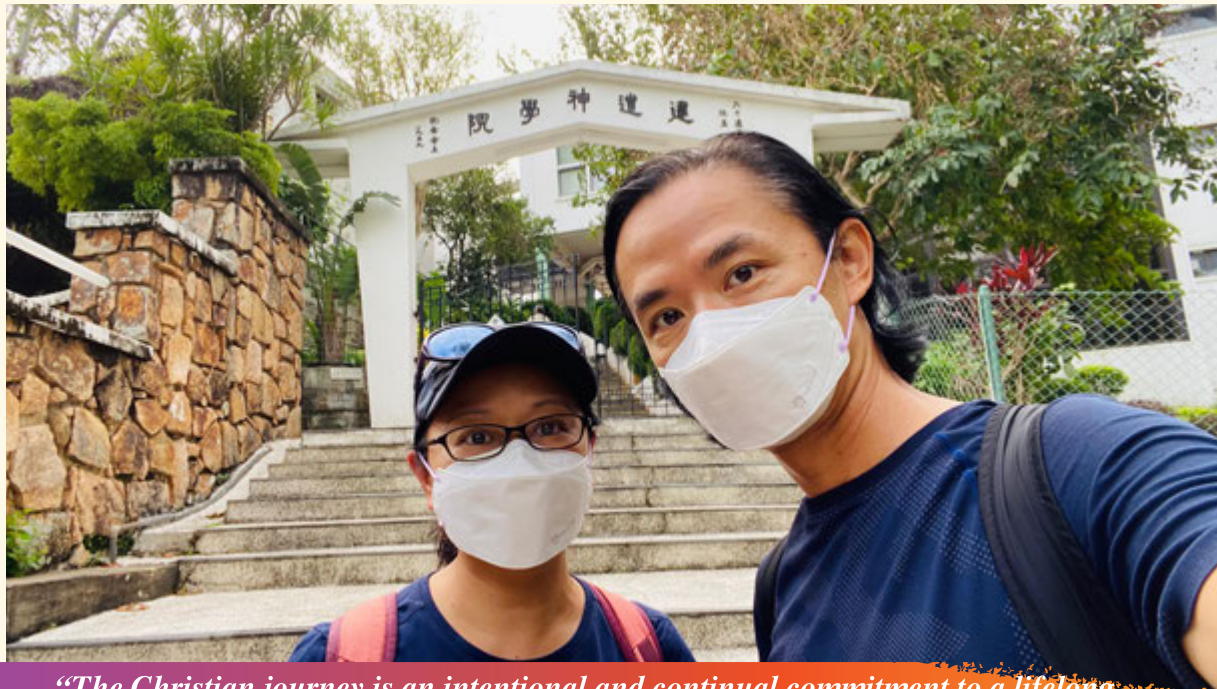
- 1 Baxtrer, Richard. *Reformed Pastor*. Crossway (2021).
- 2 James M. Houston & Dallas Willard, *The Mentored Life: From Individualism to Personhood*. Regent College Publishing (2012).
- 3 Eugene Peterson, *Under the Unpredictable Plant*. Eerdmans (1992).
- 4 廖炳堂。【靈修神學：理論與實踐】(第二版)。香港：建道。2015。頁426-27。
- 5 廖炳堂。「福音派靈修作為屬靈傳統和學術科目的現況和發展評析」。《建道學刊》59期（2023年1月），頁138。
- 6 同上，頁136-137.
- 7 Rice, Howard. *The Pastor As Spiritual Guide*. Upper Room (1998).



畢業生分享 (信徒)

重新導航——導引一生的神

王雅君 (車車) |
基督信仰碩士 [主修基督教靈修學及屬靈導引] (2025)
現任靈修事工行政助理



“The Christian journey is an intentional and continual commitment to a lifelong process of growth toward wholeness in Christ.”¹

2021 年開學前參與進修日誌

神塑造每個人的靈命，不論處於甚麼年紀仍然會繼續，在神的恩典中，靈命受陶造修剪，可以不斷地更新變化。回想過去四年，放棄「薪高糧準」的工作，選擇從「靈」開始；有「館長」不幹，年紀大大歸回當個「同學」，最後改變航道，轉行成為了「同工」，從「博物館」走進了「小教堂」。回望不同的階段及每個修整，神一直都在悉心策劃我的航道，領我回應 2017 年於 IDMC 銳意門訓大會中的一個感動、一個近乎有點妄想的呼求。

一切從「靈」開始

重回校園，透過不同的課程，神一步一步帶領我重新整理自己每日靈修祈禱的操練，重新學習與神「傾偈」。歷世歷代不同偉人的祈禱、屬靈操練模式中，他們的用心、堅持和毅力，實在深深感動了我；從「性格工具」重尋真我，更深認識自己陰暗面，承認神所塑造的這個獨特的我；「屬靈分辨」更是非常到位及適切地指引我踏上未知前路的根基，及學習分辨神的帶領。而回顧自己的屬靈旅程及生命成長中重要的人與事，接

納自己的成長，令我可以從不安的童年陰霾中走出來。修讀的不同科目、修讀的先後次序，都在祂的導航中。

MCF 的最後一科，「屬靈導引實習」，神好細心看顧我的屬靈光景，讓我替自我來個「整型塑心」後才進入實習，讓我能盛載別人的生命故事，「與受導者一同聆聽，了解上帝的靈的臨在和祂的作為。」，並學習「放鬆自己，向上帝敞開——預備妥當，靜候上帝。」不著意自己的表現，知道「真正的導師乃保惠師聖靈本身。」這是一份全然交托及信靠的歷程，需要不斷操練省察內心，學習時刻意識自己與神的關係。

實習過程中，透過多次的分享及小組督導，實習的同學都成為對方靈裏的同行者，建立了「心靈的友誼」，可以分享最深秘密、最黑暗的恐懼、最大的困擾或焦慮、甚至一同在主面前發現自己隱而未見的盲點，一同謙卑向主求恩。過程中這種「心靈的對話」也非一般普通談話，乃是共同探索，為了增進彼此的認識和了解，坦誠開放分享、觸碰對方的生命。這種在靈裏的聖徒相通，實在是神所喜悅的「合一」。這趟屬靈旅程，不是單單學到知識技巧，乃是內心那份與神連結及渴求親密的心，全是主恩！

小教堂中與神共舞

開始躊躇畢業後的路向，正在茫然之際，結果竟然是長洲？！入島至今三個月，成為同工，沒有想過可以繼續發揮策展技巧，由展覽廳走進小教堂，透過經文及安靜默想得到靈感，藉著不同節期的佈置，立體地展述主耶穌的生平，在陳設及展示的過程中，彷彿在創作一個與耶穌相遇的空間，也是對耶穌的一份呈獻與記念。晨間靈修的參與和預備，除了實踐帶領屬靈閱讀 (Lectio Divina) 的框架及技巧，更重要的是每次自己與神的結連，與一眾門徒生命交流的得著。

學院的老師曾形容「靈修」，是靈性修持的工程，是讓神介入你的生命，持續操練、更新、頓悟、自省與神的關係，是一門個人與神共舞的藝術。這個修持工程是一生之久，方法每個人都不同，在每個獨特的屬靈旅程中，神是那位昔在、今在、永在的導航者，無微不至地導引你更像恩主。未來的屬靈旅程，祈盼可以與主耶穌更親密，帶著主愛與使命，繼續與人向前「行步見步」：

榮耀祢才重要 為這呼召活一次
受苦別放棄 接上堅穩葡萄樹
而我的生命 踏上呼召才叫得活命
走下去讓我靠著祢心跳

詩歌《逃召》■



小教堂與將臨期佈置

1 選句引自 M. Robert Mulholland Jr., *Invitation to a Journey: A Road Map for Spiritual Formation*, (IL: Inter Varsity Press, 2016), p. 29.

畢業生分享 (信徒)

屬靈導引的生命體會—— 與上主同工的旅程

黃芳傳道 | 道學碩士學生 (教牧進修)

期待與不安：屬靈導引的起點

作為牧者，在過去屬靈導引的學習中，既有期待，也帶著一份不安。一方面，我渴望學習如何更深入地幫助信徒在靈命上成長；另一方面，卻擔心自己是否有足夠的成熟度與屬靈敏銳度，承載別人的生命故事。隨著學習與操練的展開，我逐漸體會到，屬靈導引不單是一種方法或技巧，更是一段與上主同工的神聖時間。

聆聽與陪伴：放下「提供答案」的心態

每一次會面都是安靜、讓上主臨在的時刻。回顧過去的反思報告，我看見上主引導我學習放下「牧者必須提供答案或解決方案」的心態，轉而以聆聽陪伴的姿態，讓受導者在祈禱與默想中向上主敞開，並經歷主親自的引導。記得有一位受導姊妹曾分享她與主的關係充滿張力，甚至不想禱告。當時，我心中充滿焦急，渴望找到方法推動她的生命突破。然而，在安靜禱告中，主微小的聲音提醒我耐心等待祂與姊妹對話。當我學習不急於回應，安心聆聽她的掙扎，就為她提供了空間去經歷主的陪伴。後來，她逐漸走過屬靈的黑夜，重新燃起對主的渴望。那一刻，我深深體會到，屬靈導引不是我在「幫助」人，而是上主親自觸摸人的心，而我只是陪伴的見證人。

焦急與失誤：學習面對自己的不自由

生命中未被處理的負面狀況，往往會直接反映在言談之間。我發現自己容易因信徒的掙扎而焦急，這份焦急不僅出現在個別導引中，也在小組屬靈督導裏顯露。有一次，我在未充分了解情

況下急於作結，邀請同學與主一同「埋葬」負面感受，事後才意識到，這樣的邀請不但未能幫助對方經歷主的醫治，反而窒息了她停留在主面前的空間。這失誤令我自責許久。透過導師的回饋，我察覺到自己在忙亂時，也傾向「埋葬」未處理的情緒。這提醒我，若不先在主的同在中清理心靈的垃圾，就難以承載別人的生命。屬靈導引因此成為我操練自由與安靜的重要契機。

雙向的旅程：牧者與信徒同被塑造

在這些學習與操練中，我逐漸體會到，屬靈導引是一段雙向的旅程。當我陪伴信徒時，我自己也同時被上主塑造。透過聆聽別人的故事，我看見人心的脆弱與渴望，也看見上主的恩典如何在我的軟弱中顯得完全。這讓我反思：我是否願意在主面前誠實？是否願意承認自己的不足，並在祈禱中尋求祂的引導？屬靈導引提醒我，牧者不是「答案的提供者」，而是「同行者」，與信徒一同走在信仰的道路上。

神聖的邀請：未來事奉的盼望

現在，屬靈導引對我而言，不僅是一種牧養的工具，更是一個神聖的邀請。它邀請我與上主同工，陪伴祂所托付我的小羊，走過生命的高山低谷。這操練教導我放下自我，耐心聆聽，並在靜默中分辨聖靈的聲音。展望未來的事奉中，我能繼續在屬靈導引的操練中成長，不僅陪伴弟兄姊妹走向上主，也讓自己在祂的同在中不斷更新與成長。 ■■

校本部學生分享 (神操)

重拾與主同行的節奏—— 依納爵神操旅程反思

鄭家恩Yanty | 道學碩士學生 (教牧進修)



感謝主及我的屬靈導師 Tracy 牧師

感恩在 2025 年第一學季（1-3 月）中，我能參與依納爵神操的個人省察操練。這段期間，我主要默想《神操》的「原則與基礎」及「第一週」的內容，並每週約見屬靈導師，整理並分享自己的禱告生活。這是一段讓我珍而重之的靈程之旅，不僅拉近了我與主的距離，更讓我得以檢視、重整並更新靈命狀況。以下是我兩個深刻的發現與反思：

第一，反覆思想人的受造目的，能幫助我們學習「平心」，並在生活處境中作屬靈分辨。《神操》的「原則與基礎」提到：「人之受造是為讚美、尊敬、事奉我們的主天主……我們只應切望和選擇那些更有助於我們達到受造目的之事物。」然而，生活中的意念、決定與行為，往往因著個人的慾望、執著及恐懼，使我們偏離了受造的目

的，也遠離了愛我們的造物主。過去，我常在忙碌的洪流中應對各樣人事物，卻忽略了主動在生活中讚美、尊敬及事奉主。神操的操練深刻地邀請我去認清並分辨哪些事物能讓我更親近主，並學習妥善分配時間，才能做出每一個「更尊主榮」的決定。

第二，檢視罪與軟弱如何影響自己與神、與人及與己的關係，並在其中經歷主的接納與寬恕。在《神操》第一週的省察中，透過默想與罪相關的經文，我反思了自身的罪性及覺察罪帶來的破壞力；同時，我也在禱告中與懸在十字架上的基督對話，思想聖潔無瑕的主為何願為人的罪而死，並深刻感受祂的寬恕與釋放。記得有一次默想「浪子的比喻」（路 15:11-32）時，我發現自己竟有著大兒子那般「僱工的心態」，覺察到事奉過程中的苦澀。但在主的愛中，我不再被定罪，而是轉化了那份苦澀，渴望未來能與主喜樂地同工。這段被主接納的經驗促使我更坦然地向主認罪，尋求祂的寬恕憐憫，並配合悔改的行動。

回顧這十週的神操靈程，感恩我能夠重拾與主同行的節奏。這段經歷讓我更深體會到，在神學裝備的生涯中，最重要的莫過於維繫與神持續親密的關係，並學習以「愈顯主榮」（For the greater glory of God）的心態，在生活的每一個處境中，做出合主心意的決定。

最後，我也想鼓勵在校的同學們：在這幾年的神學裝備中，請好好善用「屬靈導引」的服務，願我們都能更深覺察主的愛和引導！ ■■

校本部學生分享 (屬靈導引)

Aha! 時刻

石欣平Yanice | 基督教研究學士與道學碩士三年級

我主動尋求屬靈導引的那個時候，內心充滿困惑與焦慮，無論是學業上的壓力，還是人際關係中的掙扎，都讓我感到無力和迷失。過去，我很習慣用別人的評價和自己的表現來定義自我的價值，彷彿活在一個無形的束縛裏，不斷追求外在的認同卻難以獲得真正的平安。正是在這樣的狀態下，我期待透過屬靈導引找到一條出路。在與屬靈導師建立關係的過程中，我體會到一份難得的陪伴和理解。Tracy 牧師是一位同行者，她總是以耐心和接納的態度聆聽我的掙扎，並適時給予提點和鼓勵。有一次，她問我：「你更重視的是友情的質還是量？」這個問題讓我陷入思考，久久都未能回答。最後我回應：「重質。」這一刻成為了我的「Aha! 時刻」，我開始意識到，真正有意義的關係應建立在真誠與理解之上，而不是表面的應酬或迎合。

透過屬靈導引，我對自己和上帝有了更多新的認識。原本以為只有成績優秀、表現突出才值得被愛和肯定，但在導師的引導下，我慢慢明白，

天父早已無條件地接納和愛我。我的價值不再由別人的眼光或外在成就決定，而是根植於神兒女的身份。這個發現使我在面對學業和生活壓力時，能更從容自在，也讓我學會以平靜的心倚靠神。

過程中我也不時遇到內在的抵抗和困難。自我懷疑、過去的失敗經歷不時浮現，讓我感到徬徨和無助。不過，在屬靈導師的陪伴下，我學會坦然面對這些陰影，並在禱告與默想中尋求突破的力量。我漸漸明白，這些掙扎並非絆腳石，反而是上帝讓我成長的契機。

這一連串的學習和改變，逐漸改變我的日常生活和人際關係。我開始懂得設立健康的界限，不再害怕表達自己的感受，也願意以更真誠的態度去面對身邊的人。屬靈導引不僅讓我認識自己和主，更幫助我在面對人生重要決定時，能更敏銳地察覺上帝的心意，勇敢地作出符合信仰的選擇。如今，我仍會主動尋求屬靈成長的機會，期望在與神與人的同行中，繼續經歷祂的恩典與引導。

校本部學生分享 (屬靈導引小組)

讓我們安靜片刻

劉細妹 | 基督教研究學士與道學碩士二年級

屬靈導引為忙碌的生活開闢了珍貴的安靜空間，引領我們來到上帝面前。過程中，藉由導師運用圖像卡等工具輔助，我們得以回顧並覺察上帝在日常中的微聲提醒。

我與禱伴一同參與 SD 小組（屬靈導引小組，Spiritual Direction Group）。雖然我們善於聆聽，卻往往不擅於表達真實感受；代禱的對話常僅止於「挺好的」、「很累」這類表面話語，話題也多聚焦在實習與學業等事務性的需求上。

最深刻的一次經歷是，當我真真正靜下心來回顧，眼淚竟不自覺地滑落。外表看似平靜，內心卻如一座孤寂的湖泊，暗藏著恐懼與未知。那一刻，我才

意識到自己對上帝有著深切的需要。過去，我習慣忽略個人感受，總以為必須先處理眼前一個又一個永無止境的「急件」。

有一次，上帝提醒我：「每一個負面感受，是否都是一份讓你靜靜倚靠我的禮物？」另一個提醒則是關於「慶祝」的操練。我們常忙著自我檢討，卻忘了為達標後的喜樂感恩。透過 SD，我學習數算神的恩典，並盡情享受這份歡慶。

SD 的過程不僅深化了我們對自己的認識，也讓我們更能敞開分享感受與經歷。透過這些生命片段的整合，我們得以發掘上帝同行的軌跡，並學習從祂的視角來看待一切。



校本部學生分享 (晨間靈修)

在清晨的靜默中 與主相遇

黃麗芳May | 道學碩士二年級

感謝主，讓我有機會分享參與學院晨間靈修的體會。

坦白說，我原本是個習慣獨自靈修的人，從不喜歡與人一起親近神。直到一年級時，得知學院有晨間靈修的活動，才抱著嘗試新事物的心態參加。沒想到這一試就是兩年，從最初的勉強參與，到如今成為我每週不可或缺及充滿期待的屬靈操練。

在持續參與的過程中，最讓我受益的是體驗到多元的靈修方式。從默觀祈禱、咖啡靈修到繪本靈修，這些都是我過去從未接觸過的。這些豐富的形式，擴闊了我與神相遇的途徑，讓我學會透過不同的媒介安靜在神面前。特別是在群體中，聽著同學們真誠的分享，常常讓我聽見神透過他們向我說話，這是獨自靈修時難以獲得的恩典。

晨間靈修最特別之處，在於它為一天立下穩

固的根基。在清晨的靜默中與主相遇，提醒自己一整天都要活在主的同在中，這種預備讓我在面對每天的挑戰時，內心總能保持一份難得的平靜與專注。還記得有一次在靈修中，神讓我看見祂對我的意念比天上的星、海邊的沙更多。那一刻，我深深體會被神珍惜的感動。如今回想，這份確信依然是我生活中重要的力量源泉。

在群體靈修中，我學會平衡個人與群體的需要。個人的靈修建構是我每日與神獨處的必需，而群體的共同安靜祈禱，則讓我經歷到在合一中主額外特別的同在。那種眾人同心尋求神的時刻，總讓我感受到屬靈群體真實的扶持與力量。

這兩年的晨間靈修，不僅改變了我對群體靈修的偏見，更讓我體驗到在群體中與神親近的美好。感謝神使用這個空間，塑造我更寬廣的屬靈生命，也感謝一路同行的弟兄姊妹，願我們繼續在清晨的時光中，一同尋求神的面。



校本部畢業生分享 (畢業班屬靈分辨小組)

不是搵工， 是上帝的差派

陳皆橋 | 2024-25校本部畢業生

面對香港教會教牧人手短缺，外界看來神學生畢業後「唔憂做、一定搵到工場服侍」。從現實看來，此話並非毫無道理，因真的很多教會未能聘請到適合的同工。然而，對於帶著呼召準備下山服事的神學生而言，探索畢業去向並不是「搵份好工咁簡單」，而是帶著3-4年神學裝備中的反省以及上帝給每個人獨有的看見而探索畢業去向。感恩學院在畢業年讓同學有屬靈導引小組，能夠於小組中有靜默、聆聽、分享的時間，在小組中靜候上主的聲音，期待上帝的差派。讓同學在外界不同聲音、壓力當中再次靜下來叩問自己的呼召並與小組內的同學一同探索畢業去向。

在小組當中，組員們都能分享在探索畢業去向當中的掙扎和感受。不論是外界的壓力、自己有沒有能力擔任某位置、有什麼現實的考量等，我們透過屬靈導引以及小組組員的回應，都能在

探索工場的事上與同學一同掙扎，一同看見自己的盲點，一同尋求上帝心意。

在尋索的過程當中，我發現自己在探索工場時，內心也會不經意跟同學比較。當我在小組分享自己的掙扎時，導師和同學們都很耐心聆聽，並在回應中讓我發現，原來我所憂慮的事情，根本不是最重要的，反而當我轉望上帝的恩典與工作時，我發現上帝在我探索畢業去向的事上都一直施恩看顧，也讓我親歷上帝如何一步一步引導我。現時，我所進入的工場其實很合適自己，也讓我在服侍當中有更多的發揮空間，並與有不同需要的大專生同行。回顧這段探索的旅程，我看見上帝恩典的真實，也憶起與同學一同尋求上帝心意的可貴！期望大家都能在此屬靈導引過程當中，認識自己，認識上帝更多。



SPCL退修營參加者分享

「山頂寶訓」退修之旅

陸建安 | 舊約原文文憑先導課程學生



今年的暑假，我心中響起了一個渴望，那就是希望能有一段安靜的退修時間。在一次偶然的機會下，我看到了一個名為「我們與山頂寶訓的距離」的退修營，這個題目對我來說格外吸引。聖經中有著名的登山寶訓，而這次的「山頂」究竟是什麼樣的體驗呢？在長洲的建道神學院又會有怎樣與眾不同的地方呢？帶著一顆渴望的心，我決定報名參加。

儘管我對這次營會充滿期待，但實際上，臨近營會的那一個星期，我遇到了不少困難。在工作上，我遭遇了一些棘手的問題，身體也突然出現了一些狀況，令我十分擔心，甚至以為自己要取消參加了。這是一個真正的考驗，但最後我還是決定出發了。在船上前

往長洲的途中，突然收到了醫務署的消息，告訴我需要去看醫生。雖然我心中忐忑不安，經過禱告後，我決定放下這些，先去參加營會，醫生的約診可以晚些再去。

在整個營會中，我經歷了許多反思的時刻，特別是對於自己內心的清淨與完全的追求。其中，我最喜歡的環節是兩段工作坊時間，分別探討了關於驚恐和憤怒的主題。這兩個主題讓我深刻反思自己，意識到我對失敗的恐懼以及心中的怒火。透過這些討論，我學會了如何退一步去看待自己的情緒，並且學會了更好地處理憤怒。

在工作坊中，我發現，自己的怒氣往往源於撒旦的謊言和自我批判。過去，我一直無法釋放自己，心中充滿了不安與懷疑。而這次的營會，讓我得以釐清這些情緒，並重新找回內心的平靜。

除了工作坊，營會的其它部分也都非常精彩。其精彩之處在於安靜的反思時間，讓我們檢視自身與「清心」和「完全」的距離。董智敏牧師重新訴說潘霍華的一生，激勵我們勇敢面對挑戰。姜牧師提出的三個擁抱：擁抱真道、擁抱警醒和擁抱根基，幫助我們進一步理解生命的道路、分辨真假以及建立根基，讓每個環節都彼此相連，形成深刻的靈性體驗。每一次的分享與禱告，都讓我感受到與主的相遇。在營會結束的時候，我寫下了一段文字，這也是我此次退修最深刻的體會：

「希望你（我自己）在下山後，所有的問題都能得到解決。在這段時間裏，無論晴天還是狂風暴雨，

記得神在掌管。要好好利用你的時間，不要為明天憂慮，神必保守你，正如你在祂的聖所中，必不被撒旦的謊言欺騙。」

這次的「山頂寶訓」不僅讓我能在靈命上得到更新，還使我對生活有了新的理解。面對工作的挑戰和身體的困擾，我需要將焦點重新放回到神的掌管之中。自己不能掌控明天，惟有每天靠主而活。無論生活中有多少困難，我都能在祂裏面找到支持和力量。更加堅定了自己的信念，學會了如何在生活的風浪中尋找平靜。

每當我回想起這段經歷，心中都會感到一股暖流，提醒著我神的實在和恩典。

總結來說，這次的山頂寶訓不僅是一次靈性的退修，更是一段心靈的旅程。它讓我學會了反思自我，釋放情緒，並在神的愛中找到力量。■



有種休息叫敬拜

黎宛穎 Shirley Lai | 教牧及信徒領袖學院敬拜事工副主任

竭力進入神的安息

不知從何時開始，別人總覺得我是個十分忙碌的人，或許因我是部份時間的同工，同時是個斜槓族 slasher，每星期除了三天在神學院負責敬拜事工的課程統籌和教學之外，其他日子還有別的事奉和工作，過去兩年我也在中文大學音樂系修讀了文學碩士。然而，我並非時間管理大師，我只是一個看著死線做人的 deadline fighter。我想這應該不是拖延心態，而是我希望用最短時間，高效率和高質量地完成要做的事。

因此，我認為「忙碌」兩字其實與我無關；相反，我是竭力地去維持自己能有獨處、休息和發呆的時間和空間。從事音樂敬拜事奉多年，我當然明白教會事奉的擔子可以有多重、有多麼令人疲憊，也嚐過耗盡 burn-out 的滋味。正因如此，我深深明白敬拜事奉人員很需要被提醒，同時也很需要一個能在敬拜中被服侍、安靜和休息的機會，這正是「有種休息叫敬拜」聚會的設立原意。

應該先休息、後工作

「見叻就抖」（感覺累就休息）這四字當然是個溫馨提示，但也是個當頭棒喝，當感到口渴

時才喝水，可能已到缺水的狀態了。在一次「有種休息叫敬拜」聚會中，我這樣跟參加者分享：「其實先休息、後工作，才是神的創造秩序！」神用了六日造齊了天地萬物，包括在第六日造了人，然後到第七日，神歇了祂一切創造的工就安息了，並賜福給第七日，將它分別為聖。換言之，亞當與夏娃在被造之後的那日，首要做的事情，其實是安息。

求主幫助我們重新調整生命節奏，回復神給我們的原廠設定，不要把休息當成是工作後的報酬，明白「先休息、後工作」是應該被重視的信仰教導。安息不等於不用努力，反而我們要竭力地進入神安息的應許。「因為那進入神安息的人，就歇了自己的工作，好像神歇了自己的工作一樣。所以，我們要竭力進入那安息，免得有人隨著那不順從的樣子就跌倒了。」（希伯來書 4：10 - 11）

敬拜事奉者的屬靈操練

自 2023 年 2 月至今，我們舉



辦過七次不同主題的「有種休息叫敬拜」聚會及一次暑期營會，當中包括預苦期退修，也有專為教牧同工和敬拜事奉人員而設的退修。聚會由「建道神學院新祢呈敬拜隊」的師生團隊負責帶領，每次我們都會選用配合主題的經文和詩歌，藉詩歌敬拜、祈禱默想與信息分享，讓人進入深度的敬拜屬靈之旅。

其中兩次聚會，我們在牛潮浸信會的 The Corner 舉行，那裡環境舒適，參加者可以一邊嘆著咖啡，一邊望著海景敬拜。我看見有參加者的面容，由起初繃緊疲倦，到後來變得自在放鬆，手裡拿著咖啡杯，口中唱著詩歌〈Fill my cup, Lord〉，感受耶穌也與我們一起「Chill 住嘆啡」（輕鬆享受咖啡）。

不時都有參加者表示，對於我們在歷時約兩小時的聚會中，只唱四至五首詩歌，感到十分驚嘆，甚至不太相信（可能因為一般教會崇拜用 15 分鐘就唱了三首詩歌）。的確，要掌握和演繹這種沉浸式的敬拜音樂，對領會的敬拜隊歌樂手來說，技術上有一定要求和挑戰。如何將簡單的現代敬拜詩歌，甚至傳統詩歌，可以不斷重複而又有層次地唱頌和彈奏，同時做到以心敬拜、以樂載道，這絕對是一項音樂能力提升的訓練，也是對敬拜事奉者的靈性操練。

感謝神！在過去這段日子，讓我和團隊藉著「有種休息叫敬拜」這個神所賜下的敬拜平台和空間，每次都能在事奉中與參加者一起經歷與神相遇、與神對話的時刻。即使有時是兩日連續四場的服侍，體力支出頗大，但心靈上的滿足是遠超過所付出的。

感謝神也賜下靈感，讓我能適時創作新歌，於聚會中與敬拜者一同頌唱。〈微小〉的曲詞取材自詩篇 8 篇，盼望與敬拜者一同思考微小的人，在上主的眼中如何被看為尊貴。〈Resurrection Power〉是為預苦期退修聚會而寫的新歌，提醒我們何謂認識基督為至寶，確信主耶穌基督的復活大能，並在祂所受的苦上有份。求主繼續使用「有種休息叫敬拜」這聚會，讓更多教牧及信徒，特別是身心靈感到疲累的事奉者，能夠好好休息、好好敬拜。■



SPCL 「有種休息叫敬拜」網頁
https://spcl.abs.edu/1/rest_in_worship/

與主相連・回應挑戰： 建道靈修課程一覽

梁荔馨博士

身處轉變急速的世代，要成為忠心跟從基督的信徒，實在需要深深紮根於神的關係，在屬靈生命中不斷成長以應對未可知的將來。學院深願與教牧及信徒同行，以回應時代挑戰，故此開辦程度不同及各有特色的基督教靈修課程，以適切地滿足教牧及信徒的需要。

【靈命成長文憑先導課程】屬修讀四科的短期課程，適合渴望與神相遇以及初嚐靈修科目的信徒修讀；【基督信仰碩士 (主修：基督教靈修學與靈命塑造)】是一個視像修讀模式的課程，無論身處香港或海外，只要信徒渴望透過理論及實踐以整合屬靈經驗及塑造靈命，均可透過視像的上課形式完成整趟學習之旅；至於【基督信仰碩士 (主修：基督教靈修學與屬靈導引)】課程，則兼備個人成長及實習元素，連繫及整合信徒的內在生命及事奉行動，裝備他們在屬靈屬引及操練上服侍信徒群體；【基督教研究碩士 (主修：靈修神學與靈命塑造)】是一個裝備全面的課程，涉獵聖經、神學及教會歷史等基礎神學科目，更整全及扎實地塑造及牧養信徒的屬靈生命。

學院除了為信徒提供靈修課程，亦同時為教牧同工開辦基督教靈修學及屬靈導引課程，以植根教會和福音信仰為定位，協助他們整合及轉化他們自身的事奉生命，以及更聚焦地引領信徒群體到神面前。【屬靈導引教牧專業進修文憑】所修讀的四個科目，協助教牧有序地學習基督教屬靈傳統、屬靈分辨及屬靈導引的服侍技巧，裝備他們牧養信徒的屬靈生命；【教牧學博士 (主修基督教靈修學與屬靈導引)】則是一個進深的學習課程，以同期群 (Cohort) 形式進行，透過多元學習方式如課堂、研討會、實習及論文研究等，協助教牧整合神學及事奉經驗，深化牧養及屬靈領導，引領教會群體及個別信徒經歷從神而來的生命更新。

深願神透過各個課程所提供的神學理論、屬靈操練、實習裝備、師生互動、經驗重整及安靜空間，親自塑造教牧及信徒的生命，讓神學學習成為一趟經歷神恩典與祝福的蒙召之旅。

建道神學院 靈修課程簡介



| 程度 | 修科要求 | 課程名稱 | 課程對象 | 課程特色 |
|------|---------|----------------------------|--------------------------------------|---|
| 碩士 | 四科 | 靈命成長文憑先導課程 | 渴望屬靈生命成長、更新或突破的信徒。 | <ul style="list-style-type: none">• 聚焦個人靈命成長• 重視屬靈操練及經驗反省 |
| | 十二科 | 基督信仰碩士 (主修：基督教靈修學與靈命塑造) | 有興趣進深學習基督教靈修學，渴望生命被塑造，或希望在靈修範疇服侍的信徒。 | <ul style="list-style-type: none">• 能透過全視像模式修讀，適合香港及海外信徒• 結合基督教靈修史、神學與實踐，協助信徒整合屬靈生命 |
| | | 基督信仰碩士 (主修：基督教靈修學與屬靈導引) | | <ul style="list-style-type: none">• 兼備個人成長及實習元素• 協助信徒整合內在生命及外顯事奉行動 |
| | 廿四科 | 基督教研究碩士 (主修：靈修神學與靈命塑造) | | <ul style="list-style-type: none">• 涉獵聖經、神學和歷史基礎科目，整全及扎實地學習靈修神學及操練靈命 |
| 神學碩士 | 四科 | 屬靈導引教牧專業進修文憑 | 有志於進深修讀基督教靈修學，重整生命，及整合神學與事奉經驗的教牧同工。 | <ul style="list-style-type: none">• 對應教牧事奉場景，有序地學習基督教靈修學的背景、個人靈命操練、靈修理論分析及屬靈導引服侍技巧 |
| 博士 | 七科 + 論文 | 教牧學博士 (主修基督教靈修學與屬靈導引) | | <ul style="list-style-type: none">• 以同期群 (Cohort) 形式進行，組成緊密的學習群體• 理論與實踐兼備，多元學習方式以協助教牧整合神學、生命及事奉經驗，深化牧養及屬靈領導。 |



校友／同學消息

按牧

- 1. 許子龍校友 (2004 碩士班) 於 2025 年 11 月 16 日舉行按牧禮，受馬頭圍基督教會土瓜灣堂按立為牧師。
- 2. 劉銳鋒校友 (2011 碩士班) 於 2025 年 12 月 25 日舉行按牧禮，受九龍城浸信會按立為牧師。

安息主懷

- 1. 蘇棣初校友 (1970 學士班) 已於 2025 年 10 月 1 日 (美國時間) 安息主懷。
- 2. 何歡玲校友 (2005、2008 碩士班) 已於 2025 年 10 月 11 日安息主懷。
- 3. 簡國慶校友 (1951 班) 已於 2025 年 10 月 25 日 (加拿大時間) 安息主懷。

婚禮

- 1. 黃文軒校友 (2021 碩士班) 與陳曉茵姊妹於 2025 年 10 月 12 日下午 3 時 15 分假觀塘浸信會舉行結婚典禮。
- 2. 黃文麗校友 (2011 碩士班) 與梁海光弟兄於 2025 年 11 月 2 日下午 3 時正假基督教宣道會錦繡堂舉行結婚典禮。
- 3. 陳穎儀校友 (2024 碩士班) 與余澤銳校友 (2025 碩士班) 於 2025 年 11 月 29 日下午 3 時 30 分假建道神學院舉行結婚典禮。
- 4. 前同工盧慧儀校友 (2023 碩士班) 與梁家幫弟兄於 2026 年 1 月 4 日下午 3 時正假基督教宣道會北角堂舉行結婚典禮。
- 5. 同學楊潔瑩 (基督教研究學士及道學碩士結合課程四年班) 與許浩霖弟兄於 2025 年 12 月 13 日下午下午 1 點正假建道神學院舉行結婚典禮。
- 6. 同學黃朗明 (道學碩士三年班) 與吳喻殷姊妹於 2025 年 12 月 21 日下午 3 時正假宣道會錦繡堂舉行結婚典禮。
- 7. 同學謝朝東 (道學碩士二年班) 與鄧可期姊妹於 2025 年 12 月 28 日下午下午 2 時 15 分假觀塘浸信會舉行結婚典禮。

記念建道的需要

今期建道通訊介紹新成立的靈修系，這代表建道整個屬靈操練是同時著重內在生命的深化和大使命的實踐。

今個學年建道各個老師都是忙得不可開交的，無論是全時間或兼讀學生，碩士或博士課程，都人數眾多；剛剛啟動的青年神學裝備計劃反應遠超預期；面試、教學、改功課、督導博士生，大家都在忙，但能為教會訓練工人，大家都忙得愉快。

請大家繼續記念建道財務上的需要。今個 25/26 學年，為了支援各課程的拓展，建道的全年總支出首次達到港幣 7,000 萬。其中只有三成可以由學費收回，其餘接近 5,000 萬港幣是需要你們的奉獻支持。

這學年第一季的奉獻收入，的確比我們預期略低一些，希望大家繼續用祈禱和金錢支持我們。

「我每逢想念你們，就感謝我的神；每逢為你們眾人祈求的時候，
常是歡歡喜喜地祈求。因為從頭一天直到如今，
你們是同心合意地興旺福音。」

奉獻方法

1. 以支票奉獻：抬頭請寫「建道神學院」，並寄回長洲山頂道 22 號建道神學院拓展部收。請在支票背面註明奉獻人姓名及地址，以便發回正式收據。
2. 直接存入銀行：戶口號碼 063-156582-001（香港上海匯豐銀行），過戶後請將收條正本寄回本院，並註明奉獻人姓名及地址，以便發回正式收據。
3. 香港以外的弟兄姊妹，鼓勵你在網上使用信用咭（VISA/Master）奉獻。在以下網頁按入「信用咭」（[www.abs.edu/departments/ 拓展部 / 奉獻方法 /](http://www.abs.edu/departments/拓展部/奉獻方法/)），直接連結信用咭公司的伺服器，安全地輸入資料。



重要公告

除了電郵及 Whatsapp Community 社群外，建道神學院的消息發放渠道亦包括：

1

短訊 SMS (#ABibleSem)

2

WhatsApp number

+852 9523 7861 (建議馬上儲存為手機聯絡人)