



支援教會 更新職場

HKPES

為著大埔宏福苑火災，近日香港人都感到莫名地疲憊、易怒、不安、焦慮、悲傷。而這份悲傷，大概是因為我們都正身處「集體創傷」（collective trauma）之中。

每個人都是按神的形象被造，是神形象的承載者，每顆生命都是何等尊貴。因此我們都與那裡的受苦者互為有關係，都與那哀傷者的痛苦相連。因為神愛世人，所以我們才能愛人及同感別人的痛；因為我們在乎，所以我們無法逃避，無法不問不聞。

我們為大埔宏福苑嚴重火災罹難者致哀，並對罹難者家屬、受傷者、被迫遷離家園的居民、及所有受影響的人士，表達最深切的慰問、關懷、哀悼。我們同心祈禱：

主啊，

求你的平安臨到大埔宏福苑大火中受影響的家庭，安慰傷痛者；憐憫醫治所有傷者，堅固前線救援及醫護人員；求你記念失蹤者與家人，帶來突破與盼望，保守大埔宏福苑的後續安置與社區復原，亦向冒險救援的消防員致以最深敬意。願你的愛引導香港眾人同心守望、彼此扶持。

奉耶穌基督名求，阿們。

「情願照你的话成就在我身上」

吳偉文

《路加福音》第一章記載了天使加百列向馬利亞顯現，告訴她將要懷孕生子，並且這孩子是神的兒子耶穌。這是一個極具屬靈意義的事件，但馬利亞的回應也為我們的生活提供了寶貴的智慧。她的謙卑、信心與順服，提醒我們如何面對及擁抱神在我們生命中所安排的計劃。

馬利亞所面對的困境

首先，我們必須明白馬利亞所處的艱難環境。她是一位年輕女子，可能只有十幾歲，已與約瑟訂婚。在當時猶太文化中，訂婚是一種具有法律效力的承諾，解除訂婚等同於離婚。未婚懷孕在當時是極大的醜聞，甚至可能招致公眾羞辱，或依律法被石頭打死。

馬利亞被上帝揀選成為基督的母親，這是一個極大的榮耀。但一位未婚童貞女突然懷上身孕，天使的宣言，同時也帶來沉重的挑戰。親友與鄰居可能會認為她犯了淫亂，她的名譽可能毀於一旦。未婚夫約瑟會相信她的話嗎？《馬太福音》告訴我們，約瑟起初打算暗暗解除婚約。她的家人也可能難以理解或接受她的處境。她又該如何在這樣的情況下撫養孩子？

儘管如此，馬利亞仍以信心與謙卑回應，這使她的榜樣對我們今天更具力量。

選擇信靠和順服

馬利亞原本期待的是一個平穩的未來——婚姻、家庭與安定。然而，一切突然改變。天使的宣告不僅出乎意料，更打亂了她的計劃，帶來風險、不確定性，以及可能的家庭與社會壓力。

我們的生活也常面臨突如其來的改變。意外的帳單和經濟壓力、工作變動、健康問題、孩子教育或家庭需求。這些時刻可能令人不知所措，但馬利亞告訴我們，即使未來不明朗，即使生活方向需要轉變，仍可以選擇信靠順服。她沒有驚慌，而是相信神的計劃是美好的，並接受上帝為她預備的一切。當我們的計劃被打亂時，馬利亞的榜樣提醒我們：以信心而非恐懼回應，擁抱眼前的挑戰，順服神並相信祂的安排是最好的。

馬利亞的回應簡單卻深刻：「我是主的使女，情願照你的话成就在我身上。」（路加福音 1:38）

當天使告訴她將承擔一個既榮耀又艱難的角色時，她選擇了用信心、謙卑與順服來回應。她願

意放下自己，接受神的旨意，提醒我們要學習將生命交託給神。馬利亞的「情願照你的话成就在我身上」，付出了有機會被人誤解、流言與風險的代價，但她仍然信靠神，全心順服。

當然，對一個今天的基督徒，都不是經常有天使在我們面前顯然，將神的差遣傳遞給我們。但是，當我們的生活突然要改變，或需要有新的方向時，我們又能否用信心去回應，看到神自有祂美好的安排，神在背後的看顧和保守，並願意放下自己，接受及擁抱神在當下放在我們面前的挑戰？我們又能否仿效馬利亞的回應，說出「我是主的〔僕人〕，情願照你的话成就在我身上」？

發問而不失信心

馬利亞問道：「我沒有出嫁，怎麼有這事呢？」（路加福音 1:34）

她的問題不是出於懷疑，而是渴望明白。天使加百列向她保證，神的大能必成就看似不可能的事。這提醒我們，提出問題是可以的。無論是財務、家庭決策或工作挑戰，認真的提問能幫助我們尋求智慧，但問題應該引導我們更信靠，而非焦慮。只要有信，扎根於神的信實，問問題也是信心的一部分。在神眼裏沒有難成的事。

在環境中獻上感恩與讚美

探望伊利沙伯後，馬利亞以敬拜回應（路加福音 1:46-55）。她讚美神的偉大與信實，將焦點從挑戰轉向神的榮耀。

感恩能改變我們的視角。在家務繁忙、工作壓力、預算緊縮或健康危機中，我們容易專注於困難。但選擇為小小的祝福感謝神，這能帶來平安與喜樂。感恩是一種習慣，能堅固信心，幫助我們在平凡中看見神的手。

活出馬利亞的榜樣

馬利亞的榜樣對我們的日常生活有深刻啟示。當計劃改變、方向轉折時，我們可以選擇信靠而非恐懼，接受眼前的挑戰，知道神掌權。當問題出現，我們可以尋求明白而不失信心。在一切事上，我們可以操練感恩，將焦點從問題轉向可能性。職

由輔導邁向森林益康的路 (下)

訪問 / 整理：謝麗婷

受訪者：林一真老師

承上期，一真老師從她的角度談談召命和她的職涯轉向。

問 _____
召命不只關乎找到一份合適的工作，或只是關乎生涯規劃，而是全人回應上帝的呼召，這方面您有什麼想法？

回應
生涯於我，是在生活中善用自己、環境和信仰的力量，朝向大目標，展現生命的意義！

關於開展生涯，我有十個領悟：

1. 從零開始：每個人都可以有生涯，即使我們沒有領薪水、沒有工作、生命破碎、什麼都不能作、甚至死亡的時刻，都可以彰顯存在的意義。
2. 從有形到無限：生涯是存在 (being) 與行動 (doing) 的結晶。
3. 三生一業：生涯是集「生計」、「職業」、「生活」和「活出生命意義」的發展歷程。
4. 規劃一二：正向面對不確定，在「不如意十常八九」的人生，懷抱 positive uncertainty (Glatt, 1998)。
5. 觀照99與1：尊重主流和獨特。
6. 由時間的起初到無限：從當下，回溯根源，開創未來。
7. 讓高牆倒下：兼容純種與跨界。
8. 生涯長河涓滴若流：不會浪費所經歷的，全是最生命的養份。
9. 天人合約、天人合作、天人合一：生涯是開展來的。生涯是我們用心用力回應生命的邀約。生涯是我們的抉擇和與環境交互作用的結果。

開展生涯需要採取行動和做選擇，即使只選擇態度。生涯如同一份禮物，我們需要決定伸手接受與否。

10. 每個人都可以是生涯的智慧者，長出更堅定的力量去追尋最愛、活出意義，走出一條回家的路。

問 _____
作為參與職涯規劃多年的老師和信徒，您怎樣鼓勵信徒在這方面的尋索？

回應
生涯需要採取行動和做選擇，即使只選擇態度。生涯如同一份禮物，我們需要決定伸手接受與否。

1. 相信神對我們有最好的心意和裝備，我們謙卑請求主透過各樣的方法來光照，並且把握各種時機，以安靜、禱告、尋求驗證來順服接受主的呼召及造就。
2. 我們是神的器皿，在各個位置流露主的智慧、公義和愛的香膏。
3. 主量給我們的地界美好，即使在挑戰的環境，一定有可讚美感謝的恩典。
4. 關於生涯規劃：
 - 把「主的意念高過我們的意念」、「無常是常」的前題放在心上。
 - 學習應變。規劃可以分短、中、長期，加上風雨計劃，甚至有一切不如意的心理準備。
 - 牢記我們永遠可以選擇自己的態度。人生最重要的不是我們站在何處，而是我們朝向哪一個方向。
 - 可以熟慮，不必憂慮。
 - 在《生活彩虹—全人生涯開展》書中第十四章，我以基督徒的眼光，提出「信仰人生的十大樂章」：

- i. 生涯覺知—自問：在我的信仰中，我和天地萬物的關係是甚麼？
- ii. 自我探索—探索我的生涯使命。
- iii. 新境探索—可以的話，如探子先訪「迦南地」，求神賜給我們祂的眼光。
- iv. 生涯抉擇—回到密室和曠野，傾聽主的呼召 (calling)。
- v. 生涯規劃—在「盡人事」之前和之後，存有「聽天命」的柔軟與謙虛。以受神之託的心來規劃，以終為始準備向神交待；以基督為首位，排出優先次序。
- vi. 生涯準備—以敬畏耶和華為智慧的開端，從「所是」(being) 神的子女到「成為」(becoming) 神的子女的歷程。就如一個嬰孩出生就有子女的身份，但要隨著年歲長出像父母的形貌。
- vii. 生涯安置—整個尋求生涯之門的歷程都以禱告承托。若神關門，不強求；已開的門，安然走進。
- viii. 生涯適應—神委託人管理全地，信徒抱持「執行長」的角色，而非犯罪後被懲罰的苦力，但以「謙卑」為人洗腳的高度服事，面對困難時相信神仍掌權，和屬靈同伴禱告相互扶持，盡本份。
- ix. 生涯精進—盡人事求進步，栽培後輩以接力，也聽天命接受祂安排。
- x. 生涯轉拆—基督徒珍惜當下擁有，同時看「結束」、「死亡」和「轉折」是新生的開始。

問 _____
過去多年您投入推動森林益康，為何有這個轉變？內心有甚麼感動和使命？

回應
其實主一直在呼喚和裝備我，也將我過去的學習與經歷有更好的整合。貼近土地，是主對我的呼

召，也是我的療癒。小時候，父母親在傳道、辦學校和經營書店之餘，會在家裡天井下，樓頂和後院栽種花木。媽媽還在台南縣買地種芭樂、花生和甘蔗，還養羊。父親甚至要我們擺攤賣芭樂，這給我很好的訓練，應用大自然裡的農產品產生經濟價值，也磨練我更勇敢。

1973年，我在擔任輔導教師期間，有位學生，在月考時突然半身行動不便，醫生檢查不出她的生理問題，我開始陪伴她在校園的操場慢步，坐在樹下吹風。慢慢地，她的情況好轉。初體會到輔導與大自然的融合帶來一種美妙的療癒果效。

初到陽明醫學院時，院長把院長公館一樓的部分空間給我們作輔導中心。我邀師生聯同家人開墾公館後院斜坡荒地，處理工程廢料、碎玻璃和垃圾，一吋吋地種植非洲鳳仙。這「鳳仙坡」還未開滿的時候，院子裡的蓮霧結果了，松鼠也回來了。

原來我們腳下踩踏的是寶地。陽明醫學院是建造在唶哩岸山上，是台北市最早發源地。我們一眾師生、職員和鄰舍啟動並推展「唶哩岸尋根」。最終能在這片土地上與銀髮長輩和年輕學子相會歡慶，亦締造歷史和創新的結合。

很奇妙的是：走在唶哩岸山上，耳邊常常傳來「園藝治療」這四個字的聲音。於是2002年起，邀請專長於園藝和景觀的教師一同實驗性地開授「園藝治療」。

2004年，參訪日本高山森林步道，在冷冽山頂，眾人長夜飄歌，宣告：有一天，也要讓台灣森林有更令人安心棲息的山屋。隨後，2007年完成「療癒花園」學程，並獲授證為「園藝治療師」。2016年，《森林益康》一書問世，我也參與台灣森林療癒師和森林療癒督導師的培訓至今。

過去二十多年，我已經離不開森林與土地，並連結過去的專長，不斷推動森林療癒研究及規劃。並持續到訪日本、德國及韓國學習，希望能在綠自然中，讓人領受生命和創造的力量而恢復健康。願主聖靈親自教導栽培我，尤其能更深體悟在大自然中的靈修。我也希望能持續在參與培訓森林療癒師和督導師中，傳遞主的智慧和愛。

問

您怎樣看靈修與大自然之間的關係？

回應

靈修是以各樣方法增進靈性的成長，一切始於和主的親愛聯結。在聖經的描述中，處處看到神不斷透過大自然向我們傳遞信息：

- 神給予亞當管理園子的工作，讓他有發揮的空間。
- 主耶穌在登山寶訓中，呼喚人看野地的花、空中的鳥、天邊的雲和田中的稗草及麥、在無花果樹葉中找果子……
- 啓示錄的新天新地中，神的寶座下有生命河，河畔有生命樹，按月結果子醫治萬民人……

神邀約我們回到大自然來認識祂、領受祂的智慧，親嚮祂的愛。

問

對於活在繁忙工作的城市人和在職信徒，在建立屬靈生命上，您有甚麼鼓勵？

回應

求主賜給我們勇氣、決心和恩典，每天分別一段時間親近神。可以的話，仰望天空、賞花木水石、聽風觀雨和鳥鳴、和眾受造一起感謝讚美神。即或不能，也能在默想中對神歡唱。

在工作的場域引進大自然的光、音和景。可以的話，有些工作的會議可以安排在大自然中，享受水浴、品嚐在地田野滋味、聆聽天籟、默禱，引領人重新得力、創發靈感、解決問題，建立團隊共識和肢體情誼。

問

最後，您怎樣為召命下一個定義或總結？

回應

和所愛的人回歸大自然，與眾受造讚美主，歡慶生命！

「願天歡喜，願地快樂！願海和其中所充滿的澎湃！願田和其中所有的都歡樂！那時，林中的樹木都要在耶和華面前歡呼。」詩篇 96:11-12

感想：

由輔導到研究生涯規劃，至森林療癒的路是有跡可尋的。我們的路也是如此，只要細心留意，你會發現自己是怎樣走過來。

無疑，我們所遇見的人、身處的環境和各樣的誘因，都造就一個人的成長和發展。而一真老師的生命排序更是她勇於回應及實踐召命的基礎。

去年當我約她討論有關森林療癒的細節安排，她溫柔的向我表示能否等早上靈修禱告後才回應。那時我便知道甚麼對她而言是最重要，而這成為她活出精彩人生的主軸。



林一真老師

林一真老師（台灣師範大學教育心理學士、哲學博士及教育博士）曾任台北市立大學、陽明大學及馬偕醫學院教授及諮詢中心主任。現為諮詢心理師，台灣林務局森林療癒督導、美國園藝治療學會註冊園藝治療師（HTR）、台灣森林保健學會監事。近年致力推動森林療癒，並將之整合在靈性成長內。



《誰能明白照顧者的困難和壓力？》講座
(10月10日)



輕鬆Lunch Talk
(11月26日)

財政報告	
2025年9月~11月收支報告	
收入	HK\$
奉獻	136,147.00
職場培訓	213,330.00
其他	30,685.22
	380,162.22
支出	HK\$
同工薪酬及福利	338,082.25
行政費用	82,067.40
事工拓展	11,903.80
職場培訓	88,469.00
復職同行計劃	94,940.00
	615,462.45
不敷	(HK\$235,300.23)
2025-2026年度累積不敷*	(HK\$338,149.72)

*此數目未經核數師核對



已然未然

《照顧路上不孤單》講座

- 日期：2026年1月9日（星期五）
- 時間：晚上7:30 - 9:30

《尋卓卡》引導師認證課程
(第1及2級)

第1級：

- 日期：2026年1月10日（上午9:00 - 下午1:00）
或1月19日（下午2:00 - 6:00）

第2級：

- 時間：2026年1月10日或1月26日
(下午2:00 - 7:00)

職場內外共修-心靈的黑夜2026

日營：

- 日期：2026年1月3日（星期六）
- 時間：晚上7:30-9:30

網上聚會：

- 日期：2026年2月7日、3月7日、4月4日、5月2日、7月4日及8月1日（星期六）
- 時間：下午1:00 - 2:15

「內在關係生命自覺」一日工作坊

- 日期：2026年1月24日（星期六）
- 時間：上午10:00 - 下午5:00

CBD職涯規劃師專業證書課程2026

- 日期：2026年2月7、14日，3月7、14、21日及28日（星期六，共6堂）
- 時間：上午9:30 - 下午6:00

HKPES提供給教會的服務

詳情和報名請掃描「二維碼」



CBD職繫點
C B D

九龍觀塘成業街10號
電訊一代廣場19樓D1室

報名及詳情：請瀏覽 www.hkpes.com

電郵：admin@hkpes.com

電話：9432 4600

Facebook/HKPES



Hong Kong Professional &
Educational Services Ltd

香港專業人才服務機構

HKPES 支援教會 更新職場

2025

12

第三期

- 1 獻文
- 2-3 職涯內外
「情願照你的話成就在我身上」
- 4-6 道在井旁
由輔導邁向森林益康的路（下）
- 7 活動精華・已然未然・財政報告
- 8 大隱於市

1991・職場牧養・非牟利機構

職報乃季刊，免費贈閱，歡迎致電本機構或上網登記訂閱。



地址：九龍觀塘成業街10號電訊一代廣場19樓D1室
電話：2314 3331 WhatsApp：9432 4600
網址：www.hkpes.com 電郵：admin@hkpes.com
設計：GOD-Platform 主要平台

董事會成員：司徒永富博士、鄧有信先生、鄧諾文先生、
蔣慧瑜女士、陳玉麟醫生
機構隊工：林保照先生、梁淑儀小姐、陳謝麗婷女士、潘文偉先生、
潘慧珊小姐、賴俊傑先生、符春花小姐

大隱於市

- † 在大埔的大火災難時期，教會的弟兄姊妹都經歷到壓力、不安、焦慮和哀傷。在這段艱難時期，教會牧者、同工和領袖們充當著守護者的角色，關懷弟兄姊妹的情緒健康，但教會這方面的資源或未必足夠。為了支援教會，HKPES 與義務的專業輔導員及資深的輔導督導，聯合啟動了《心力補給線》，一個免費的短期教會情緒輔導支援計劃，從 2025 年 12 月中至 2026 年 3 月 31 日止。計劃將為每位求助者提供三次，每次一小時，一對一的線上輔導服務，希望能成為教會弟兄姊妹情感疏導的資源及祝福。請為此服事祈禱，求神供應義工及財務資源。
- † HKPES 將於 1 月 9 日舉辦《HKPES 誰能明白照顧者系列》之《照顧路上不孤單》講座，繼續喚醒公眾、企業界、教會界對照顧者特殊需要的關注，推動更多實質的援助措施，並揭示社會及教會對照顧者認知上的盲點與偏見，求主使用。
- † HKPES 將於 1 月 27 日舉辦《HKPES 35 週年慶祝晚宴》，回顧及感謝神過去 35 的帶領及恩典，也感謝大家多年的支持，求主繼續保守及加力予 HKPES，讓我們的創造及召命事工、靈性及精神健康服務、職涯規劃服務，能支援及牧養更多職場信徒，榮耀神的名。
- † HKPES 本財政年度截至 11 月底的不敷逾港幣 33 萬，在香港經濟低迷的大環境下，請大家為我們的財政需要代禱及奉獻支持我們。



同行有你

HKPES 的行政費用全賴信徒及教會的奉獻，若你認同我們的事工，並有感動支持我們，請化作禱告及奉獻。奉獻可用劃線支票，抬頭請寫 Hong Kong Professional & Educational Services Ltd. 或「香港專業人才服務機構有限公司」；或以轉數快 (FPS ID: 161971866)；或直接存入恒生銀行存款戶口 295-7-054311 / 汇豐銀行戶口 484-300223-838，並將資料 / 存款收據寄回，以便發出正式收據；或以銀行自動轉賬，表格可於網頁下載。奉獻滿港幣 100 元或以上，可作為香港特別行政區政府認可慈善免稅捐款。



請登入
www.hkpes.com/support/
支持我們