



詩歌靈修分享

李寬心值理

我們只管坦然無懼地來到施恩的寶座前，為要得憐憫，蒙恩惠，作及時的幫助。（希伯來書 4：16）

我喜歡一首常被用來安慰人心的詩歌《恩友歌》，這首歌的歌詞與旋律曾經安慰了無數人心。為何這首歌對愁苦的人心，竟能產生如此的共鳴？或許也與作者當時的創作心境有關。

這首歌是由一位名叫史克里芬（1819 - 1886）的年輕人所寫的。當年，他與心愛的未婚妻即將結婚，但未婚妻卻不幸意外溺斃。這是一個多麼沉痛的打擊！數年後，他慢慢走出「傷痛」，也再次談戀愛，並與對方論及婚嫁，但是他的未婚妻卻又忽然在他們籌備婚禮時病故。同樣的事，在他生命中竟然上演了兩次！

我們不知道他當時是否曾受到人們的閒言閒語，但連續兩次經歷未婚妻在婚前先後喪命的意外，我們不難想像史克里芬當時的心情和壓力，這是他難以忘懷的「傷痛」！

您相信嗎？在醫學上，這種「傷痛」有時是會致人命的！在一份統計研究中指出，「喪偶」是現代人生活壓力中排名第一的「第一痛」，亦即是在生活壓力事件指數中排名第一。那種心痛的程度在統計學上，高於生病、入獄等其他嚴重生活事件，甚至在臨床上已有一種情況，稱之為「心碎症候群」，是指人在沒有血管阻塞的生理情況下，因著過度的壓力與悲傷，受到嚴重心理衝擊而引起心臟病變。由此可見，面對失去親人的「傷痛」，對身、心、靈所造成的殺傷力是多麼嚴重！

感謝神！祂並沒有將史克里芬棄之不顧。本身是基督徒的史克里芬不斷禱告，當他痛不欲生、極度「傷痛」之時，有耶穌這位恩友安慰他，使他能夠抒解自己悲傷的情緒。經過一段時間後，他靠著主耶穌基督再度走出陰霾。主耶穌基督就是我們的恩友，我們可以隨時隨地向祂傾心吐意，而且得蒙垂聽。自此，史克里芬將他自己的生命、財產、時間，全部獻給主。他於 1855 年，36 歲之時，寫下這首詩歌：

《恩友歌》

何等恩友慈仁救主，負我罪愆擔我憂；
何等權利能將萬事，來到耶穌座前求！
多少平安我們坐失，多少痛苦冤枉受，
都是因為未將萬事，來到耶穌座前求。

史克里芬寫下這首《恩友歌》，是為了安慰他病重的母親。曾受過傷的人，往往最知道怎樣安慰受傷的人。因為這首詩歌是在史克里芬極度「傷痛」的情緒中走出來之後所寫成的，雖然這首詩歌歷經一百多年，仍然安慰了無數悲傷者的心。

正如經上記載：「我們在一切患難中，祂安慰我們，使我們能用神所賜的安慰，去安慰那些遭各樣患難的人。」（哥林多後書 1：4）

音樂常常能夠觸動人心，常常能在適當時候發揮藥物與言語所不能及的果效，具有安慰、動人心弦的作用。因此，這首《恩友歌》越來越受人們的喜愛，總是讓聽者深受感動。

醫學證實，聆聽愉悅的音樂，可以增加人體內的 β 腦內啡，讓人感到平安、舒暢、愉悅，甚至達到忘憂止痛的果效。因此，詩歌是一種抗憂鬱劑，唱詩歌能夠舒緩不安的情緒、舒解抑鬱，是心靈的處方，更是一種療癒。所以，我們要天天唱詩歌歌頌神！

我們是否像作者史克里芬在歌詞中所說的：「多少痛苦白白受，皆因未將各樣事情來到主施恩的寶座前祈求」？我們是否選擇獨自面對困難與苦楚，卻沒有把一切事情交託給主？

願我們都常與主耶穌基督這位親密而有大權能的恩友同行同在，時時向祂祈禱，多與祂保持聯繫。有主耶穌基督做我們的恩友，何等美好！

「應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求和感謝，將你們所要的告訴神。」（腓立比書 4：6）



得救見證

陳國賢弟兄

兒時母親於九龍城浸信會接受浸禮，常與母親參加教會禮拜。

12 歲時母親因病離世，因工作關係，再沒有參加禮拜。

退休之後，於 2023 年中身體檢查證實患上前列腺癌第二期，需接受電療。因大兒子志濠和太太碧珊是基督徒，我提出再到教會禮拜，聽福音和理解聖經內神的話語，也每天禱告。

於 2024 年 5 月完成 20 次電療，非常感恩，基本上已康復。

2023 年中，小兒子文濠身體不適，經多次檢查，不幸證實患上膽管癌第四期。初期接受化療，可以控制病情。但半年後，於 2024 年的第二次化療出現嚴重副作用，只好停止化療。

之後多次進出屯門醫院，認識了陳院牧，經院牧指導和引領文濠接納及信主。2024 年 5 月 22 日，在屯門醫院獨立病房內，由青山浸信會譚司提反牧師、傳道和執事、陳院牧、

父母親及兄嫂見證下，由譚牧師完成洗禮。

儀式完成後，文濠向大家表示身體的痛苦減少，而且感覺有一股力量將其身體托起，再輕輕放下。他不再害怕死亡，且和我相約他日全家人可在天國重聚。

2024 年 6 月 21 日，文濠在父母親、兄嫂、親友的陪伴下，安詳蒙主接召回到天家。

我是在文濠接受洗禮之後認識了陳院牧，向他表示相信主和接納主，能成為祂的兒女。陳院牧就和我一起祈禱，我決志信主，並向主認罪悔改。

之前，雖然我和文濠並非基督徒，但神仍然愛我們。在我們感到害怕、無助、痛苦的時候，主仍然安排幫助我們，使我們相信耶穌是救主，可以救我們脫離兇惡。

在青山浸信會聚會中，我見證其他兄弟姐妹接受浸禮，了解浸禮的意思和意義。及後知道有新浸禮班，就向丘艷冰牧師提出參加，她表示歡迎。

在浸禮班和《豐盛的生命》栽培班中，得到各執事的帶領和指導，使我更明白主耶穌基督是救世主，祂死在十字架上，用祂的寶血赦免了我的罪，使我因信而得救，蒙赦罪和得永生。

使徒行傳十章四十三節：「凡信祂的人，必因祂的名，得蒙赦罪。」

約翰福音六章四十七節：「我實實在在地告訴你們，信的人有永生。」

信主之後，我在處理事情時，會先想想：在思想、行為、言論上要留意是否符合聖經的內容。

彌迦書六章八節：「要行公義，好憐憫，存謙卑的心，與你的神同行。」



得救見證

羅月媚姊妹

我小學是在教會學校讀書的，有讀過聖經，但沒有認真去了解，只知道教人行善、守十誡，做好人便可以了。我性格比較內斂，不會主動理會他人的事。

直到大半年前，小兒文濠因患重病常住醫院，認識了陳院牧。他天天為他祈禱、讀聖經、傳福音、安慰和鼓勵他。後來文濠決志信主，由譚司提反牧師為他施洗。洗禮完成後，他告訴我們，有一股力量抱起他，令他感覺到輕鬆和平靜，不再害怕痛苦和死亡，將來可在天國重聚。

在醫院照顧文濠那段時間，教會的牧師、傳道和教友常來探訪、關心、慰問、祈禱，給我們精神上的支持，十分感謝。直到文濠回到主的懷抱，總是感受到主一直在看顧着我們。我便想回到教會重新學習聖經和參加主日崇拜。

過了一段時間，在青山浸信會一次主日崇拜後，馮原香妹師母帶領我一起祈禱決志信主。我向主認罪、悔改，請求耶穌赦免我的罪，作我生命的主。

使徒行傳十章四十三節：「凡信祂的人，必因祂的名，得蒙赦罪。」

約翰福音一章十二節：「凡接納祂的，就是信祂名的人，祂就賜他們權柄，作神的兒女。」

在浸禮班和《豐盛的生命》栽培班中，得到多位執事帶領學習聖經，並明白主耶穌基督是救世主，死在十字架上，用祂的寶血赦免我的罪，我很感謝主。

信主之後，我感覺平安，性格也變得比較開朗，會主動去關心別人。

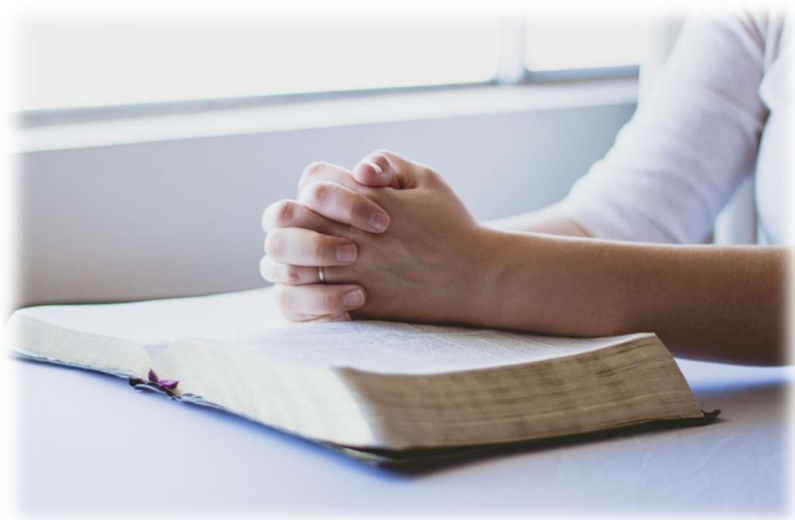


得救見證

譚志強弟兄

當我認識主耶穌的時候，是因為我的兒子和他現在的妻子返教會，他們還邀請我們一家人返教會，我便認識了主耶穌。當我返了教會一段時間後，不知什麼原因沒有再去，而那時我媽媽和姊姊便成了基督徒。有一天，我媽媽生病進了醫院，不久便離世。幸好有教會的牧師和弟兄姊妹們幫助我辦理我媽媽的身後事，我覺得教會的人很有愛心。

又有一次，我和姊姊及教會的人到以色列旅遊，看到主耶穌的事跡，便再次返教會聽道，所以，我決定跟隨主耶穌。



得救見證

盧幼枏姊妹

大家好，我是盧幼枏，我有個妹妹叫盧約枏，所以為了容易分辨及方便稱呼，大家都叫我枏枏、家姐或者大枏。爸爸媽媽都返青浸，所以我一出世就返這間教會，可以說這裡是我另一個屋企，我在這裡創造了大大小小好多的回憶。

由於我是一個「信二代」，我由細到大都認識天父，相信祂帶我行的每一步。有開心、不開心，有困難的時候都找天父幫手。所以，雖然我經常聽到一些人的見證分享，講到天父怎樣令他的生命有重大改變，但我似乎一直都沒有經歷過一些重大的轉變。

亦因此，雖然四年前我曾有過受浸的想法，但因為當時未有一個見證或者大經歷去分享，再加上正在計劃去澳洲讀書的事比較忙，所以上完成長八課就忘記了這件事。直至上年我在澳洲教會崇拜上的 **open space**，令我有一個機會回憶起最近幾年的信仰生活，去重新考慮浸禮這件事。

我記得在香港上了中學之後，可能是長大了？想的事情多了？或者多了煩惱……我感覺到自己在一段時間與神的關係疏遠了，沒有像細個時候什麼都同神分享、同祂講。到後期去崇拜時不能專心，開始崇拜時玩手機，或者就是瞓覺。有時事情不太順利的時候都會質疑祂，久而久之就成為了一個習慣。

直到我在兩年前去了澳洲讀書，我重新感受到天父的同行，祂幫助我去適應新的環境及生活。在我努力適應的過程中，天父一直回應我的祈禱，亦用不同的方式同我講祂一直都在，有什麼事都可以找祂，帶領我行返近祂。天父還派了好多好多的同行者去陪我度過不同的關卡。

雖然如此，但我崇拜的情況一直都沒有改變，仍然是不能專心，崇拜時玩手機。那時候我不覺得這是什麼大不了的事，阿媽提我收手機，下個禮拜手機還是會出現在崇拜時。

直到今年年中，我去了表姐在澳洲的教會崇拜。崇拜後的分組，導師在其中一個環節中叫我們寫下一樣想神幫助我們去改變的事。我記得那時我寫了「心態」，我想改變我應對不同事情發生時的思考方式，以及崇拜時的心態，希望天父可以幫我。當時我只是說說，沒想過神真的會幫我去做這個改變。但經過一段時間的努力之後，我逐漸少了很多很多，甚至可以說是沒有再在崇拜時玩手機了。現在我會開「請勿打擾模式」，崇拜完才用手機。我知道這是天父幫我改變的。

另一方面，以前遇到不好的事情時，我會責怪和質疑天父的帶領，但現在我反而會想，也許天父是在保護我，引導我去行一條更適合我的路。這些應該是我這麼久以來感受最深刻的經歷。

我真實經歷到天父與我同行，祂聽我的祈禱，改變我對崇拜、對祂的態度，讓我能夠專注地敬拜祂，也讓我感受到天父在我生命中的恩典與帶領。我知道主耶穌已經拯救我的生命，所以我想以浸禮去表達我決心跟隨耶穌，以主耶穌作為我生命的主。

在考慮受浸的時候，其實有掙扎過，是否要在澳洲或是香港受浸。但因為青浸是一直陪我長大、幫助我成長的地方，加上我想與青浸陪伴我成長的親朋好友分享我決心跟隨神這件事和神在我生命中的恩典，所以最後選擇了在青浸受浸。

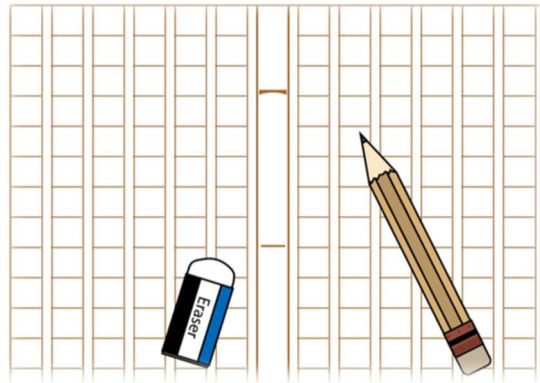
最後，好多謝一直在我身邊支持和陪伴我的 Daddy、Mummy、Auntie、Uncle，還有一班不可缺少的朋友，創造了這個另一個屋企給我。我亦感謝天父帶領我在這個家中認識祂，讓我在很多人的愛以及天父的愛中成長。



編者的話

感謝每位弟兄姊妹的投稿！感恩主每天對我們的看顧保守！縱使我們生活會不斷面對不同挑戰，但我們知道這些是交給我們的功課，讓我們更懂得信靠主祢。

——馮思穎姊妹



季刊顧問：譚司提反牧師

季刊小組：李寬心值理、蕭逸東弟兄、馮思穎姊妹、羅德儀姊妹、陳樂怡姊妹

教會地址：屯門達仁坊 13 號地下至二樓

教會電話：（852）24508293

教會傳真：（852）24400753

教會電郵：info@cpbc.org.hk

季刊電郵：cpbclib@gmail.com

- 1) 本季刊是一份分享屬靈領受的園地，歡迎各弟兄姊妹投稿。
- 2) 投稿內容以 800 字為限，稿件須以電腦檔案 Word 形式儲存並電郵至 cpbclib@gmail.com
- 3) 投稿內容必須合乎基督教正統信仰，以能造就弟兄姊妹屬靈生命為原則。
- 4) 本會圖書部會聯同教牧同工審核所有稿件，並決定是否刊登，並不會對未被刊登之稿件作個別回應。
- 5) 為使刊物如期出版，凡逾期投稿的稿件會順延到下一期。
- 6) 以上稿例本會圖書部可按需要作出修改。