



非常「自我」的耶穌

梁家文宣教師

好書推介：《活像耶穌—從 50 個角度認識耶穌，改變人生》。

一般情況在教會圈子，形容一個人「自我」相信意思也是跟自我中心、不理旁人感受畫上了等號，意思比較負面。慢慢咀嚼這本《活像耶穌》之後，確實感受到耶穌的那份自我，以及鼓勵跟隨者追求的那一份自我。然而，作者古倫神父這位靈修大師，為何在字裏行間建構出這個矛盾呢？下文為大家一一縷述。

作者在第 47 篇靈修小品中所定義的「自我」就是來自經文「是我，不是別人」（路 24:39，現中 2019）其中的一個希臘文「auto」，原文翻譯為「自身」。「自身」描述的是人類內在的神聖性，真正的自我，那是一個內在心靈平靜的空間，沒有任何外界的噪音可以滲入，也沒有任何人可以進去，是一個神住在人裡面的空間。在那裡，人可以和神原本所塑造的那個最原始無偽的「人本核心」接觸。上帝所喜悅所祝福的那份真正自我，就是這一片寧靜空間，心靈天國。¹

因此作者在他 50 篇靈修文章當中，大量地提及自我、自己、做回自己、原型及內心的自由等等非常自我的形容及詞匯。若果沒有上述的解說定義，還以為是一些年輕人的閱物，相當有趣。

其中一篇文章令人印象深刻，是「34. 耶穌是君王」的這一篇。約翰福音中記載了，耶穌是如何把自己視為君王的。在審判的過程中，耶穌回答說：「我的國度不屬這世界……（約 18:36）」。在這回答中，耶穌用一種新的方式指出他的國度。他王者的尊嚴是從上帝而來的，因此沒有人可以對他的王國提出質疑。

耶穌在這裡所說的，是對所有基督徒的承諾。我也可以對自己說：「我的王國不在這裡。」在我裡面有一個國度，世界對這個國度沒有任何權力；我在裡面有王者的尊嚴，那是沒有人可以奪走的：這是我「內心的王國」。在這裡，我是完完全全的自己；在這裡，我不會受到傷害，因為在這裡，基督帶著他的權柄同我在一起。

（頁 6 續）

¹ 古倫神父著，鄭玉英譯，《活像耶穌—從 50 個角度認識耶穌，改變人生》（南與北文化出版社）2009，p. 216

主曆二零二五年十一月十六日

【聖三一後第二十二主日】

每週經訓：你們當挺身昂首，因為你們得救贖的日子近了。

路加福音 21:28

蔡 涌 全 完 堂 ▲ 主 日 崇 拜 程 序 ▲

進堂儀節

※ 序	樂		「主在聖殿中」(普頌 625 首)		(同唱)
※ 宣	召		「聖哉、聖哉、聖哉，		(眾立)
			全能的上帝，昔在，今在，以後永在。」		
召 請 認	罪				(眾坐)
心 中 認	罪				(眾坐)
認 罪 禱	文				(同誦)
求 主 憐 憫	詞		「求主憐憫詞」(普頌 657)		(同唱)
赦 罪	文				(眾坐)
安 慰 經	文				(眾坐)

聖道儀節

※ 讚 美 詩	歌		「最美好…盡力愛祢」、「等候主」		(同唱)
啟 應 經	文		詩篇 98 篇 1-9 節(舊約 P.755-756)		(眾坐)
讀	經		瑪拉基書 4 章 1-2 節上(舊約 P.1200)		(眾坐)
			帖撒羅尼迦後書 3 章 6-13 節(新約 P.321)		
			路加福音 21 章 5-19 節(新約 P.134-135)		
※ 榮 耀	頌				(同唱)
宣 道			「那日子快到，你準備好未？」		(眾坐)
默 想 主	話				(眾坐)
※ 宣 信			「使徒信經」		(眾立)

奉獻儀節

教 會 關	懷				(眾坐)
代 禱					(眾坐)
各 人 心 中 代 禱					(眾坐)
獻 金					(眾坐)
奉 獻 詩			「獻給我天上的主」		(同唱)
※ 呈 獻			「獻禮文」(普頌 644)		(同唱)

差遣儀節

※ 祝 福 / 差 遣					(眾立)
※ 傳 遞 平 安					(眾立)
※ 聖 歌			「趕快工作歌」(普頌 323)		(同唱)

侍奉團隊：

(講/祝) 馮詩愉牧師；(司/祈) 王 磊堂委；(敬) 伍嘉儀姊妹、林洛怡姊妹、孫雋朗弟兄；(讀) 孫建華堂委；(司事) 楊綺薇堂委、謝佩儀姊妹、黃惠玲姊妹、鄭子毅堂委；(視) 曾驊謙弟兄、李健文弟兄；(兒) 鄭甜甜姊妹、梁寶雯姊妹；(迎) 譚卓良堂委

*請兄姊於主日崇拜後安靜默禱

◀葵涌全完堂報告▶

下主日崇拜 (2025年11月22日) 【基督君王主日】

崇拜時間：早上11:00-下午12:30

司 禮：王 磊堂委
講 員：趙君華執事
祈 禱：鄭國亮堂委
讀 經：曾驊謙弟兄
敬 拜 隊：盧美珠執事
黃寶珊堂委
楊綺薇堂委

司 琴：梁國璋弟兄
司 事 長：黃嘉芸姊妹
司 事 員：陳惠芬姊妹 沈秀紅姊妹
林心心姊妹
視 聽：李樂詩姊妹 崔婉君姊妹
兒童崇拜：馮詩愉牧師 吳燕欣同工
大堂及新朋友接待：陳美儀堂委

1. 【主懷安息】：會友黃明珠姊妹(鄭子毅堂委媽媽)於11月8日主懷安息，安息禮待定，求主安慰家人。
2. 【同工消息】：吳燕欣事工幹事將於本主日下午補假，徐淑筠事務幹事將於週一(明天)補假，兄姊如有要事請先聯絡其他同工。
3. 【19/11 網上祈禱會】：教會 Zoom 網上祈禱會將本週三 19/11 晚上 8:30-9:30 舉行，會為教會肢體需要代禱。鼓勵兄姊預留時間出席，Zoom 會議 ID: 811 1463 8504，密碼: 813973。
4. 【堂務委員會會議】：堂務委員會第三次會議將於下主日下午 2:15 將於一樓禮堂舉行，請各委員預留時間出席。
5. 【歌羅西書主日學】：教會將於 30/11(主日)開始舉辦歌羅西書主日學(共 4 課)，導師為李柏豪弟兄(Terry)，報名詳情見頁 6。
6. 【聖誕崇拜暨祝誕愛筵】：教會將於 25/12(四)舉行聖誕崇拜暨祝誕愛筵，詳情見頁 3。如欲參與愛筵，下主日起開始報名，截止報名日期為 7/12(主日)。
7. 【區會 2026 年記事簿】：教會已收到區會 2026 年記事簿，兄姊可到司事枱取，每人限取一份，派完即止。
8. 【10 月奉獻芳名表】：10 月奉獻芳名表已張貼於禮堂門外，兄姊如有查詢請聯絡徐淑筠同工。
9. 【崇拜安排】：崇拜後請兄姊幫忙收拾桌椅，還原場地。

上主日奉獻收入	十月份收入	十月份支出	十月份虧損
18,802.00	82,675.90	87,803.76	(5,127.86)

上主日崇拜出席人數：66 人(準時：59 人) 參加兒童崇拜人數：3 人

☸上主日獻花捐☸：趙君華紀念父親趙春耕、母親孔根

各單位聚會消息：

單位	對象	日期	時間	週目	地點
約瑟小組+喜樂小組	成年兄姊+長者	11月16日(日)	下午2:00-4:00	合團+遊戲	禮堂
週六團契	小四至中一生	11月22日(六)	下午2:00-4:00	探訪	禮堂及外出
希西家小組	高中至大專生		下午4:30-6:30	學習人類基本生活方式	二樓英語室

葵涌堂聖誕崇拜暨祝誕愛筵

1. 聖誕崇拜 (聖餐主日)

日期：12月25日(四)

時間：早上11:00-下午12:30

地點：全二一樓禮堂

2. 祝誕愛筵

日期：12月25日(四)

時間：崇拜後-下午3:30

地點：全二一樓禮堂

內容：聚餐、遊戲、抽獎

****收費詳情如下**

各位葵涌全完堂兄姊，12月25日(主日)是舉行祝誕的日子，崇拜後會設有愛筵，當中會有抽獎環節，歡迎大家贊助禮物金。

為讓籌備兄姊們更能作出適當的配合，如欲參與之兄姊下主日請填寫表格報名。為愛護上主的大地出一分力，當天請自備餐具。亦呼籲兄姊參與膳前、膳後執拾，彼此服侍。

報名費用：成人：\$80/位

12歲以下小童：\$40/位

開始報名日期：11月23日(下主日)

截止報名日期：12月7日(主日)

本週靈修經文(11月16-22日)

主日	週一	週二	週三	週四	週五	週六
珥 2: 1-17	珥 2: 18-32	珥 3: 1-21	士 1: 1-21	士 1: 22-36	士 2: 1-10	士 2:11 -3:6

全年主題：「信靠基督：扎根主道，靈命更新」

全年主題經文：

「你們既然接受了主基督耶穌，就當遵他而行。在他裡面生根建造、信心堅固，正如你們所領的教訓，感謝的心也更增長了。」

歌羅西書 2章6-7節



代禱事項：



世界

1. 請繼續為烏俄戰爭及中東局勢祈禱。俄軍繼續空襲烏克蘭多處造成死傷，烏克蘭總統澤連斯基呼籲西方國家以俄羅斯的能源作為制裁目標。伊朗最高領袖哈梅內伊說，只要美國繼續支持以色列並干涉中東事務，伊朗與美國不可能合作。求主讓各國領袖有智慧，帶領各國走向和平，免人民受戰火帶來的傷害。
2. 請為印度首都新德里上週一晚發生汽車爆炸釀8死逾20傷一事祈禱。當地政府將案件定性為「恐襲事件」。求主讓肇事者繩之以法，阻止一切恐怖襲擊。

中國及香港

1. 請為颱風鳳凰登陸後為台灣帶來連場暴雨造成破壞一事祈禱。造成至少70人受傷，其中花蓮和宜蘭災情較嚴重，多個地方停工停課。求主讓當地政府能盡快幫助市民重建家園。
2. 請為立法會選舉將於12月7日舉行一事祈禱。求主透過選舉選出能代表市民的議員，為市民定立可改善民生的政策。

本堂奉獻方式

1. 支票方式一抬頭：

中文：中華基督教會葵涌全完堂

英文：CCC Kwai Chung Chuen Yuen Church

2. 電子奉獻方式（轉數快）

弟兄姊妹可透過網上銀行服務或手機銀行 App 使用「轉數快」方式奉獻。步驟簡單方便，只須輸入以下項目：

葵涌全完堂識別代號：117100941

（輸入後會顯示「CCC KWAI CHUNG CHUEN YUEN CHURCH」。）

及欲奉獻之金額

請於「受款人提示訊息」欄中輸入捐款人姓名、聯絡電話號碼及奉獻代號。如果捐款人與聯絡人不是同一人，也請註明。

奉獻代號：

葵涌堂 - KA（月捐），KB（感恩捐），KC（獻花捐）

◀三堂報告▶

1. 省墓消息

本堂謹訂於本年11月29日(星期六)在川龍墓園舉行「重陽省墓思親崇拜」，10月26日開始接受訂購車票。

費用：港幣七十元

集合時間：上午10:15

集合地點：全完第一小學(荃灣永順街36號)

報名及付款方法請點擊以下連結：

<https://drive.google.com/file/d/1R3C6udlrYfv-GB-z3VQ5G1XraoT7gSEH/view?usp=sharing>

注意事項： 1. 以繳款作實訂位
2. 11月23日或額滿即止(恕不會臨時加載)
查詢可致電辦公室電話 24922866

2025 主日學 (歌羅西書)

目的：教會全年主題為「扎根主道，靈命更新」，現舉辦歌羅西書主日學課程，讓兄姊回歸信仰基礎，認識聖經，聚焦主道，反思生命

對象：所有兄姊

講員：李柏豪 Terry 弟兄 (全完堂教友、曾於中國神學研究院進修)

主日學日期 (主日，共四課)：

第一課 30/11：基督的完備 (西 1:1-23)

第二課 7/12：信徒的驕傲 (西 1:24-2:23)

第三課 21/12：生命的更新 (西 3:1-17)

第四課 4/1：關係的重整 (西 3:18-4:18)

時間：崇拜後，課長約 1 小時

上課地點：全二小學內，詳細地點待定



網上報名

<歌羅西書主日學報名表>

姓名：_____ 聯絡電話：_____

未能出席之課堂(如有)：第_____課

填妥後請放奉獻袋，謝謝

(續封面)

然而，最精彩並且是最「自我」一篇，相信就是「47. 我就是我」的耶穌。內容提及到，當我們觀看耶穌的生活時，就接觸到那原本已存在我們靈魂中的原型。這些原型一直在我們的靈魂中發揮作用、驅動著我們，讓我們找到自我。因此，觀看耶穌的生活能驅策我們成為真正的人，並找到自我。耶穌使我們與我們的自我接觸。若我們想要走好這條成為人的路，那麼學習耶穌的生命道路不只有幫助，而且還是必要的。從他的出生，死於十字架上，直到他的復活，這位「我就是我」的耶穌鼓勵我們，活出自己，勇於尋找自己那個「我就是我」的奧秘。耶穌不想讓我們依賴他，而是要將我們引領至我們的自我，使每一個人都能活出那個獨一無二、獨特不凡的自我原型，那是上帝按照自己的樣式所創造的。

整本靈修的恩物，作者好像我們的老 best 好閨蜜，用平易近人的聲線在我們耳邊說故事，呈現了 50 個耶穌基督有趣的面向。雖然不少故事也是耳熟能詳的，但作者卻可以給我們有嶄新的理解。引導我們進行心靈對話反思生命。幫助我們找尋一個最深層的自我。一個自己及上帝都會喜悅的真正「自己」。