



重回昔日荔園歡樂時光 - - - - - 葉漢輝宣教師

我還記得 1979 年的一個暑假，媽媽帶我和姐姐到荔園遊樂場遊玩，這是我第一次到荔園。因為自幼家貧，到樂園遊玩對我們來說，是花費不輕的娛樂，所以這次也是唯一一次到這裏遊玩。難得一次到荔園遊玩，這裏的童年回憶是特別深刻的，碰碰車、電船仔、角子擲街磚、餵大笨象的情景，至今仍偶意在腦海中浮現。想不到 30 多年後的今日，我竟然有幸可以在荔園原址服事呢！



人們喜歡流連樂園，因為樂園能為大小朋友帶來許多歡樂。所謂人生不如意之事，十常八九，能夠偷得浮生半日閒，將日常煩惱暫拋腦後，在樂園玩過大半天痛快，確是難得的時刻。



今年的 12 月 24 日下午，基真堂都有一個別開生面的活動，我們會將基真小學四樓變身成為荔園遊樂場，有各式各樣的嘉年華會攤位遊戲。除了讓大家一起來懷舊一番之外，更希望能夠同大家一齊過一個開心愉快的聖誕節，歡迎所有基真同學、家長、街坊朋友、以及朋友的朋友，都一起來同渡佳節。

聖誕節是普天同慶的節日，相信大家都預備了各種節目，和家人朋友一起歡度佳節。不過，說來也有點奇怪，相信大家都知道聖誕節是紀念耶穌基督的降生，而耶穌在世上的日子其實並不好過，祂生於骯髒的馬槽，一生四出奔波傳道，教導人許多道理，幫助許多人，常與窮人罪人在一起，自己卻沒有固定居所，最後還被當時一些社會上的領袖，殺死在十字架上。耶穌的一生可以說是相當艱苦慘淡，何來談得上要普天慶賀呢？

原來，因著耶穌基督的捨命，我們的罪得著赦免，可以得著新的生命。而且，生命的價值並不在乎家道豐富，而是在乎活得有沒有意義。倘若我們能尋著人生的意義，並活在其中，縱使要付上極大代價，也是相當快樂之事。

所以，今年的聖誕節，基真堂除了為大家預備一個開心好玩的嘉年華會之外，我們更想與大家一起分享我們的信仰，與大家一同尋找人生真諦意義。到時見！！

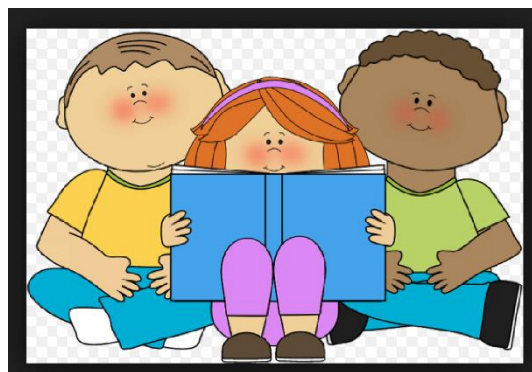




最重要的事-從小培養孩子閱讀聖經的好習慣

二智班黃一心/四智班黃恩信 家庭

我家睡房中有一格書櫃是專門擺放兒童聖經和有關的書籍，由於自己是雙職媽媽，有時工作還要加班，所以下班回家晚飯後，會秒速地校對功課，有時還需要與孩子們溫習默書或評估，時間顯而是非常緊迫。但有一件不可缺的事就是閱讀上帝的話語。因為聖經說「敬畏耶和華是智慧的開端，認識至聖者便是聰明。」（聖經·箴言 9:10）。



在閱讀聖經的環節，我們一起讀聖經、詩歌敬拜、分享禱告。有些晚上時間寬裕些，內容可以豐富些，但有些時候時間真的很趕。碰到有些時候他們太累了，只有快速禱告便趕快去入睡。如吃早餐一樣，有時簡單些、有時豐富些，但怎樣也要吃早餐。



究竟上帝的話語在我們家起了什麼樣的作用呢？我發現對彼此品格的塑造起了莫大的幫助，小朋友最喜歡聽故事，不知不覺間，他們就把所聽的道慢慢地牢記在內心，然後按時候就會發芽成長、收成結果子。

有一次我們在讀聖經人物雅各的生平，由他最愛用自己方法抓住任何東西、去欺騙人以致到後期被人欺騙，最後選擇順服上帝。讀完這個聖經故事數日後，子女竟然主動告訴我有關他們弄破我的物品的一事，還誠懇地認錯，這實在是上帝話語的奇妙能力。

又有一次當我們讀到聖經提到「神阻擋驕傲的人，賜恩給謙卑的人。」（聖經·雅各書 4:6），子女竟在我一次說話比較驕傲的時候，給我一根當頭棒。他們說媽媽驕傲了，自己就當然馬上收起驕傲，並謙卑下來。

這樣的例子比比皆是，並且不是單方面的教導，而是透過聖經的話語去建立和陶造我們的生命。因為「聖經都是神所默示的，於教訓、督責、使人歸正、教導人學義都是有益的，叫屬神的人得以完全，豫備行各樣的善事。」（聖經·提摩太後書 3:16-17）



我們不知道孩子將來的路會怎樣，但深信他們的一生也在上帝的手中，所以是非常穩妥的。反而不會單單注重是否贏在起跑點或終點線。重點是要學習並遵守上帝的話，聖經在申命記 28:13-14 節記載 - 「你若聽從耶和華你神的誡命，就是我今日所吩咐你的，謹守遵行，不偏左右，也不隨從事奉別神，耶和華就必使你作首不作尾，但居上不居下。」

鼓勵大家也可以每日抽 5-10 分鐘與小朋友一起閱讀聖經，深信雙方也能夠獲益良多。

編者按：讀罷恩信、一心家庭的分享，也許你也很想開始親子讀經或靈修，逛基督教書室遇見幾本好書，推介給大家，祝福大家有美好親子靈修時間。
《我的天糧》浸信會出版
《奇異恩典》蒲公英出版



參加學校水運會。是得。是失？ - - - - - 一愛 羅皓晉爸爸

某天晚上放工回家，皓晉仔仔雀躍地走到我面前，說要參加比賽，原來皓晉學校舉辦水運會，他想參加，更想參加挑戰賽！這是皓晉首次參加游泳比賽，小時候讓他學習游泳，只希望他有強健體魄和有基本求生技能，後來他愛上游泳，便繼續學習！但媽媽和我總覺得他未能完成比賽及小看他的能力，但皓晉二話不說地跟我和爸爸說，他會盡全力應付！當刻我發覺皓晉變得成熟，而我亦學懂了欣賞孩子長處，要給予鼓勵及讚賞！



比賽日子越來越接近，有天早上家長們正討論放假旅行事宜（編者按：有長週末，可以去四日旅行了！），我才發現原來沒有參加水運會比賽的低年班同學不用回校上課！我心裡正擔心皓晉詢問此事怎樣回答，學校班主任陳老師剛致電給我，給予我非常好及完美的答案！

從陳老師的回覆中，我們得到以下啟發：參加每一樣事情，都能夠令孩子學習到不同經驗，去旅行可以，參加比賽也可以，只要是我們一家人共同體驗，從過程中學習到不同事物，已經值回票價，再加上我們亦明白，參加比賽可以令孩子明白成功同失敗的道理，成功了不可驕傲、自滿，失敗了要學習面對，繼續勇往直前，這些人生經驗更加難能可貴。

晚上放工回家，我們和皓晉有好好的親子對話，藉此建立良好 EQ 品格，謝謝陳老師的教導和啟發！





入秋以來，孩子們常常有兩聲咳，或打噴涕，一個不小心還要找家庭醫生，確實讓我們作媽媽的提心吊膽。害怕他們吃錯甚麼，喝錯甚麼導致身體不適。

早幾天和小女兒行街市，她見到哈密瓜就說想吃，結果拗不過她便買了一個回家，誰知回家聽到哥哥咳嗽，才覺得真不該買回來，只好先放入雪櫃等候時機，誰知哥哥連續幾日咳嗽未清，今晚想了一個大家都可以接受的方法，就是將哈密瓜炒肉片吃，就不致於叫哥哥有得睇而無得食。蒸水蛋時加入一只咸蛋下下火，魚湯中加入紅蘿卜絲和白蘿卜絲都是很好的選擇呢！



盡量做一些可口的飯菜給孩子吃，吸收各樣時令食物，照顧全家人各有不同的口味，都是每個媽媽既熱愛又複雜的過程，我們大家一起努力啊！

在這介紹兩款適合一家大小飲用的湯水，大家不防試試。

羅漢果西洋菜生魚湯

材料： 羅漢果 1 個 豬腱半斤 生魚 1 條 西洋菜 1 斤 生姜 2 片 陳皮 1 片 南北杏 3 錢	
做法：(4 人份量) 1. 西洋菜用鹽水浸約 15 分鐘，洗淨備用， 2. 豬腱出水，生魚略煎後放入魚袋內， 3. 將所有材料放進煲內大火煲滾半小時， 4. 再改用慢火煲 2 小時，加適量鹽調味即成。	營養價值： 西洋菜含豐富維他命 A，C，D 及纖維素，可預防便秘 豬腱脂肪含量低，適合年紀大人士 生魚易消化，幫助傷口癒合 羅漢果含天然果糖及人體必須要的元素

花膠淮黨排骨湯

材料：(4 人份量) 花膠 3 兩 排骨半斤 黨參 4 錢 淮山 4 錢 杞子 3 錢 薑片 2 片	
做法：(4 人份量) 1. 花膠浸透洗淨，排骨出水，淮山用水浸泡； 2. 將所有材料放入煲內，加水 15 碗； 3. 大火煲半小時後改用慢火煲 3 小時； 4. 加適量鹽調味即成。	營養價值： 花膠含豐富蛋白質、磷質及鈣質，為身體提供充足營養 淮山含有大量粘蛋白，可以保持血管彈性，對人體有保持健作用 黨參含有鉀、鈉、鎂、鈣、鐵元素，可改善胃口

網上來源：湯水暖人心 - 秋天篇 (適合一家大小飲用的湯水)
<http://www.hkhselderly.com/tc/food/recipes/319>