



基督復活帶來的盼望與平安 - - - - 岑樹基牧師

每年到復活節，我們就有十多天學校假期，大家很高興放假之餘，也好讓我在這裡和大家一同思想復活節的意義。

記得小時候有一款鉛筆刨底部有一片鏡子，我們都喜歡在上課時用它來反射窗外的陽光，照到課室黑暗的角落裡。想起當時手中把玩著的鏡子，就想起聖經上說：「上帝就是光，在祂毫無黑暗。」（約壹一 5）這句話。我們有如一面鏡子，不單自己不會發光，甚至心中蒙上灰塵黑暗；而耶穌基督是真光，若接受祂作我們的救主，我們心中也就明亮，且能夠把光明映照在黑暗的世代裡。耶穌基督從死裡復活，祂劃破黑暗，把真理的光帶進世界裡。



他被掛在木頭上，親身擔當了我們的罪，使我們既然在罪上死，就得以在義上活。因他受的鞭傷，你們便得了醫治。
and He Himself bore our sins in His body on the cross, so that we might die to sin and live to righteousness;
for by His wounds you were healed. (彼得前書 1 Peter 2:24)

在人類的歷史中，我們可以看到許多黑暗時期，譬如第二次世界大戰，納粹德國及日本發動侵略，生靈塗炭，以至最近俄羅斯派兵進入克里米亞的事件，還有各種疫症如愛滋病、沙士、禽流感等。戰爭的爆發、恐怖襲擊、病毒的感染，以至各種不能逆料的意外，成為人類日常生活的威脅和恐懼。如果沒有耶穌基督的復活，人處在黑暗中，沒有真光照耀，世界就陷落在死亡的權勢裡，毫無盼望。基督復活的大能，為我們生命帶來永恆的盼望。以下有幾方面讓我和大家一起來思考：

（一）別被〈問題〉嚇怕了

面臨疑惑憂慮時，不要害怕，因為許多時候都是「庸人自擾」。2012 年底曾有末世的預言，謠傳在 12 月 21 日前後數天之內將會發生全球性的災難性變化。許多人聽信謠言，心中害怕，世界各地更有人變賣家產，移民別處。最後這些人平白受驚，被人趁機詐騙斂財。無可否認的，我們的生活上存在許多問題，健康、經濟、環境破壞……人無法完全解決控制，但聖經一再的告訴我們不要怕，「不要怕」一共出現了五十多次，也就是說每時每刻皆有神的同在，我們不要害怕。

（二）在〈困難〉中會成長

俗語說「經一事，長一智」，每當我們經歷困難後，如果沒有在其中學到功課，未免太可惜。本身信仰基督的明報前總編劉進圖在遇襲後，曾說「未想過放下聰明才智勞力，人還能做什麼」，他說要謙卑重新思考人生的意義。是的，人在苦難中實在可以學到很多寶貴的功課。整天埋首於工作，當然無心也無暇安靜下來欣賞上帝所創造的美好世界，也不曾思考活著的目的和意義何在，以及將來要怎樣活得更有智慧等重要問題。可能一場大病的經歷，能使人感受到人與人之間愛心的關懷，而且領悟到生命的可貴。



（三）在〈困難〉中找出路

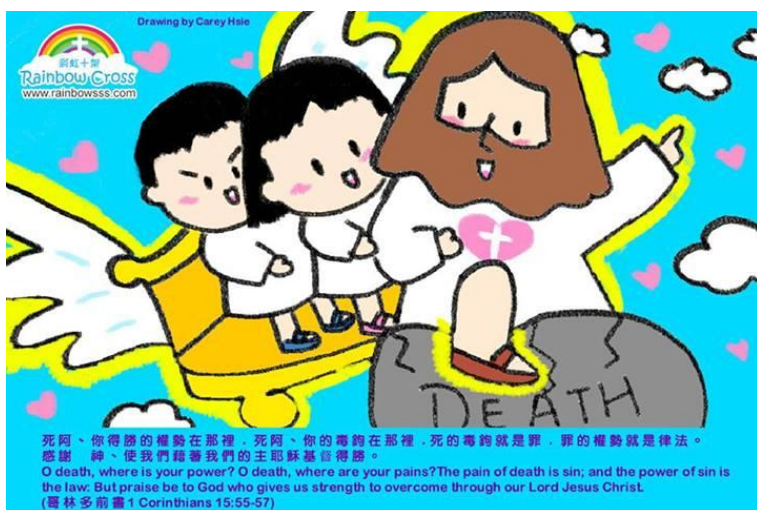
一張白紙的右下角有幾個細小黑點。一般人一眼看過去通常只看見黑點，而不會注

意白色的部分。這正好說明人們對事、對人都只會注意突出顯眼之處，就像我們生活上的困難及問題、人的軟弱及不完美的地方，常常蒙蔽我們的眼睛，以致無法看見其他的機會及出路，也無法欣賞別人身上的優點。有時看事物改變一下思維及焦點，稱為範式轉移(paradigm shift)，便有新的亮光。願在我們人生路上碰到種種問題時，上帝打開我們的眼睛，讓我們找到機會及方法，改變現狀，在祂的豐富裡，享受祂的恩典。

(四) 在〈困難〉中得勝

只要我們還活著，就難免會碰到困難。聖經上說：「在世上你們有苦難，但你們可以放心，我已經勝了世界。」(約十六 33) 是的，耶穌基督已經從死裡復活；接受耶穌基督，祂活在我們心裡，祂能讓我們經歷勝利的喜樂。上帝既然創造了我們，又讓我們活在黑暗的世界裡，祂允諾與我們同行。信主的人困難不一定會減少，可能還會加多，但復活的主留下平安給我們，祂將祂的平安賜給我們，我們就不再懼怕。耶穌基督已經從死裡復活，祂現在活著，將來活著，永遠活著。祂要活在我們的心中，直到永遠。

今天大家能讀到基督從死裡復活的信息，相信不是偶然的，而是上帝揀選了我們。雖然這世界千變萬化，問題重重，但是不要怕，當我們接受耶穌基督作我們的救主時，我們就會知道如何衝破黑暗，靠著祂去面對新的路途。願我們每個人都能從心底說：「感謝主耶穌基督從死裡復活，求祢幫助我不要害怕，不要讓任何困難難倒我。當我因著主耶穌而有信心時，必能勝過黑暗。過去雖有許多問題困擾我，但今天我學到一個寶貴的功課，就是在問題中學習尋求上帝的同在，學習謙卑。求主賜給我足夠的聰明、智慧和能力，使我能夠在困難中找到出路，因盼望而生出喜樂與平安。」願主耶穌基督的愛常與你們同在。



愛生活、更愛環保 - - - - - 畢業生 王君兒

大家知道4月22日是甚麼日子嗎？它是世界地球日，是一項世界性的環境保護活動。早在1970年代，美國校園興起一場環保運動，至1990年代，這項活動便從美國走向世界，成為環保主義者的節日和環境保護宣傳日。今天，你準備好迎接綠色生活沒有，讓我們共同實踐環境保護吧！

實踐環保生活當然從身邊的事物著手，這離不開衣食住行的範疇了。香港每日送往堆填區的廢物共有9000多噸，要解決垃圾量多的問題，近月起環保署邀得七個公私營屋苑推行垃圾徵費試點計畫，撇除計畫的三種收費方法，大家認為可行嗎？

現我們回顧全港首項環保徵費計劃—膠袋徵費，經過一年時間讓大眾適應後，市民外出購物時已習慣自備購物袋，而膠袋用量確是降低了，故環保工作是需要時間好好去教育大眾。綜觀垃圾徵費計畫，鄰近地區台灣已實行了一段時間，已獲得不錯的成效。這或許能鼓勵大家做好源頭分類，減少丟棄可回收的廢物。

大家回家後可試將家居的垃圾進行分類，滿滿的一袋的垃圾裡，除了衛生、醫療及少量的用品是未能回收外，原來大部分垃圾都是可避免直接送往堆填區，只是大眾未認識那些是可回收的、或是處理後不知到那裡放入收集箱。大家不妨到環保處網頁瀏覽，可了解多一點回收詳情，為環保出一分力。

http://www.epd.gov.hk/epd/tc_chi/environmentinhk/waste/prob_solutions/recycl_helpine02.html





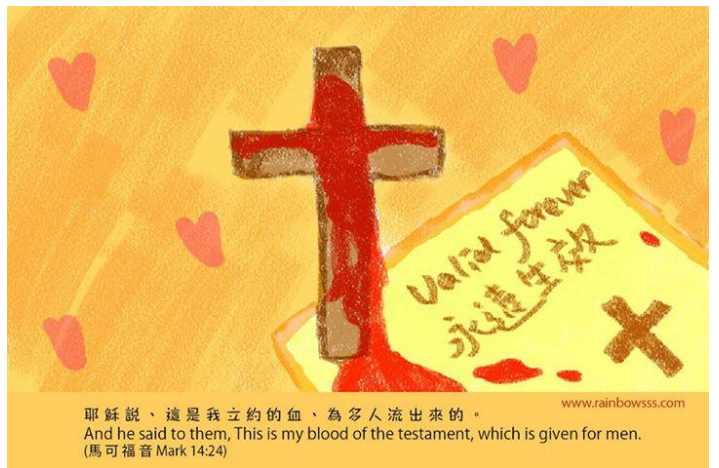
思想復活的救恩 - - - - - Winny

復活節是普天同慶的日子，亦是紀念耶穌基督復活的日子。神差派祂的獨生愛子耶穌基督來到這世界，用祂的寶血為世人只作一次的贖罪祭，為拯救世人的罪而犧牲。耶穌道成肉身乃為愛我們，好讓世人明白祂的救贖，活學祂的樣式來跟從祂。

上帝的兒子降生於馬槽，與其他的孩子一樣成長。當他三十歲的時候挑選了十二門徒，開始傳道工作，醫病、趕鬼，幫助各式各樣有需要的人，傳揚天國的道。

時候到了，耶穌被自己的門徒出賣，被無理審判，被釘於十字架上死亡。耶穌雖然像犯人一樣被釘於十架上，祂的死並不是因為祂有罪，而是按照上帝的計劃為世人贖罪。現在祂已從死裏復活，基督復活代表勝過死亡，使我們得著永生的盼望，並有愛別人的能力。主耶穌的寶血為我們贖罪而流，這就是愛。現在你只要真實悔改，口裏承認耶穌為主，心裏相信祂從死裡復活，便可以得到「救恩」這份寶貴的禮物，生命將得到奇妙的改變。

在這普天同慶的日子，你有否想過耶穌為何要降生和復活呢？我已經接受主耶穌基督為我生命中唯一的救主，你呢？



世上最珍貴名畫之一：卡拉瓦喬名作《以馬忤斯的晚餐》 岑樹基牧師

「他們走近所要去的村子，耶穌好像還要往前走，他們卻強留他說：「時候晚了，天快黑了，請你同我們住下吧。」耶穌就進去，要同他們住下。坐下來和他們用餐的時候，耶穌拿起餅來，祝福了，擘開，遞給他們。他們的眼睛開了，這才認出他來。耶穌卻從他們眼前消失了。」（路廿四 28~31）

米開朗基羅·梅里西·達·卡拉瓦喬 (Michelangelo Merisi da Caravaggio) (1571-1610) 的《以馬忤斯的晚餐》(Supper at Emmaus) 是世上最珍貴和最重要的名畫之一，此傳世名作剛於香港以至於亞洲首次展出（由意大利米蘭布雷拉畫廊借出）。《以馬忤斯的晚餐》是矚目的巴洛克風格鉅作，繪於 1605 至 1606 年。卡拉瓦喬畫作的特色在數百年後仍在現代藝術品中流傳。



卡拉瓦喬是革命性的藝術家，其作品重塑現實，標誌著矯飾主義的衰落。十七世紀初期，年輕的卡拉瓦喬享受到早年的榮譽，但運氣沒有持續，急躁的性格使他成為許多暴力事件的主角，直至 1606 年更成為殺人犯，開始逃亡生活，以逃避死刑，餘生過著痛苦和顛沛流離的生活，終年只有 39 歲。

卡拉瓦喬於 1601 年曾繪出第一幅《以馬忤斯的晚餐》（現收藏於英國倫敦國家美術館），作品描繪了路加福音中描述的事件，耶穌基督在復活後於小鎮以馬忤斯向其門徒現身的情景，耶穌面容精神飽滿，枱上食物豐富，門徒動作比較生動。但由於卡拉瓦喬其後犯下殺人罪，生命正經歷著人生中的黑暗時期。就在流亡期間，他第二次以相同主題繪畫《以馬忤斯的晚餐》(1605-1606)。面對不能逆轉的命運，兩幅作品的表達手法折然不同，由明亮變黑暗，由豐盛變簡約，沉重的氛圍籠罩著第二幅《以馬忤斯的晚餐》，畫面上只剩下簡單的麵包和水，人物臉容憔悴。畫家巧妙運用了光線和大量陰影，營造出一種沉鬱、嚴肅的氣氛，與第一幅有著明顯的差別，亦正正標示著卡拉瓦喬藝術風格以至人生的轉折點。



從畫作中果然能透視人生，你的人生又在哪一個階段裡呢？



每逢假日，不少人都喜歡一家人到戶外走動，既可呼吸新鮮空氣，親近大自然，亦可藉著親子間的玩樂、預備野餐等，促進親子關係。今個復活節，如果你未有計劃出外旅行，又未知跟孩子到那裡玩好，不如參考一下編委們的建議，到郊外舒展筋骨。

香港公園、九龍公園、濕地公園都是位於市區，不但是交通便利，鄰近亦有不少商場和食肆，絕對方便一家老少前往，即使攜帶嬰幼兒，推著嬰兒車慢行也不成問題。假若你想到山上短行野餐，又或是欣賞風景和進行教育活動的，可以到下列的郊遊徑，行程更可因應你的目標而變得靈活彈性。

城門郊野公園

城門郊野公園位置十分便行，可乘坐專線小巴至菠蘿壩小巴總站，或乘搭途經和宜合道可風中學站的巴士，在可風中學站下車，沿城門道上行 20 分鐘可達。城門郊野公園可謂四通八達，連接九龍及新界，家長可選擇不同程度的郊遊徑。

一) 菠蘿壩自然教育徑

教育徑全長約八百米，步行約需一小時。教育徑共有十四個導賞點，介紹城門水塘、引水道及沿途的有趣植物。沿城門水塘西岸而行，會看見掛滿氣根的細葉榕，以及由初夏開始便盛開香花的假鷹爪。觀賞過於四月綻放紫紅色小花的酸棗後，便會看見將大帽山溪水匯入城門水塘的引水道。沿途更可欣賞樹葉會在秋季轉為紅色的楓香，細看地衣、苔蘚及九節等有趣植物。行完後亦可順道參觀城門遊客中心。



二) 龍門郊遊徑

郊遊徑全長約五公里，步行約需兩個半小時。沿路徑除可俯瞰荃灣、青衣一帶景色，更可遠眺雄偉的汀九及青馬大橋，葵涌及荃灣市鎮亦收眼底。繼續前行，越接近城門，林木越蔥鬱，是雀鳥、蝴蝶等生物的天堂。而此路段終點為川龍村，不少人喜歡到該處的中式茶樓果腹，其中以山水名茶、地道西洋菜與豆腐花較出名。

金山郊野公園

城門郊野公園需乘坐搭途經石梨貝水塘巴士，在石梨貝水塘車站下車，沿金山路步行約 20 分鐘便可到達金山家樂徑的起點。而金山以猴子最為著名，牠們的蹤跡遍及整個郊野公園。

三) 金山家樂徑

家樂徑全長約一公里，步行約需半小時。大部分範圍都屬九龍水塘集水區，因此遍佈茂密的次生林，沿途既有蒼翠樹木，亦可飽覽九龍水塘、孖指徑、獅子山和部分海港景色。公園的植物資源十分豐富，本地原生品種繁多，最常見的有各種牡丹科、桃金娘（山稔）、降真香（山油柑）、大頭茶、山蒼樹（木薑子）等，還有較特別的簕竹等。



馬鞍山郊野公園

公園設有多個燒烤場地，分別位於水浪窩、企嶺下、泥涌及馬鞍山村，亦有簡單的兒童玩樂設施。大家可乘車至馬鞍山恆安邨或耀安邨，沿馬鞍山路迴旋處旁之馬鞍山村路上山，步行約 30 分鐘便到達馬鞍山燒烤場旁的郊遊徑入口。

四) 馬鞍山郊遊徑

郊遊徑全長約四點五公里，步行約需兩小時。馬鞍山郊遊徑由燒烤場起步，途經馬鞍山村——此乃當年礦場工人聚居的村落，續往山上走不久便抵美麗的昂坪高原，該處的右後方是鹿巢山，山頂位置遍布奇形怪狀的大石，蔚為奇觀。沿路可俯瞰蚬蛇尖、萬宜水庫、滘西洲、白沙灣及橋咀洲等。馬鞍山郊野公園內設有一個優化植林區，大家可以認識植物對土壤的重要性，和植物的品種。



(節錄自：漁農自然護理署網頁-郊野樂行 <http://hkwalkers.net/chi/index.htm>)