

編者的話

新年伊始，先向大家問好，祝各人 主恩常偕！

在這紛擾的世局，艱苦的歲月當中，能有主恩常偕，確是最大的福祉。政局動盪，經濟不景，社會喧嚷，民聲沸騰，生活徬徨，前景不明……輕易也可以數算不少的問題。但編者相信，這些令人憂慮的危機，亦可以是經歷依靠主的最佳良機，只要我們恆常「先求祂的國和祂的義。」生活也就會充滿盼望和力量。

今季的海谷團契正是針對當前我們面對的大小問題，讓參加者能夠互相分享激勵，共同回顧彼此的缺欠，尋找合宜的出路。編者誠意邀請您出席參與。

今期通訊，加插了“活動回響”一欄，刊登上期新年營活動參加者的記文。因篇幅有限，只能抽出兩篇刊載，未能盡錄其他參加者的文章，編者謹此致歉。兩篇記文真情流露，摯誠感人，甚可一讀。

承接上期首篇“作基督徒”的論証，林慈信牧師在今期的「福音天地」中，繼續與大家探討“重生與信主”的問題。重生與信主，是基督教信仰中兩個非常重要的基本問題，卻不容易掌握其中真義。編者謹希望藉林牧師的講解，能帶出為主喜悅的福音交流。

欄目	目錄	作者	頁數
活動介紹	活動消息		1
活動回響	記上山下海新年營	家敏	4
	記上山下海新年營	玲	5
福音天地	重生與信主	林牧師	6
分享園地	分銀子而引起的疑問	泉	11
	風帆訓練	老師學員	14
活動指南	遠足裝備篇--食物	行山專家	15

活動消息 — 99年3月至7月

日期	(星期)	活動項目	課程編號
99年3月			
13-14/03	(六、日)	工作營	[TAC418W]
20/03	(六)	海谷團契	[TAC419F]
99年4月			
2-4/04	(五、六、日)	水上鍛鍊營	[TAC420S]
10/04	(六)	海谷團契	[TAC421F]
99年5月			
8-9/05	(六、日)	一級風帆訓練班	[TAC422S]
15/05	(六)	海谷團契	[TAC423F]
29-30/05	(六、日)	一級風帆訓練班	[TAC424S]
99年6月			
18-20/06	(五、六、日)	二級風帆訓練班	[TAC425S]
26/06	(六)	海谷團契	[TAC426F]
99年7月			
17/07	(六)	海谷團契	[TAC427F]
24-25/07	(六、日)	一級風帆訓練班	[TAC428S]

一、工作營

TAC418W 13-14/03/99 星期六、日

水季前最後一個工作營的主題自然是為水季開班作準備。上兩次的工作營都用了作沙灘堤壩的緊急維修，未能翻新營舍及修整船隻，今次工作營需要做的工作還有很多，我們都希望得到你的幫助及支持。有興趣參加者，請於任何時間致電 27888755 {電話錄音}報名。報名時請說清楚參加者的姓名、聯絡電話號碼、參加者人數等，中心職員會盡快回覆，通知集合時間、地點及有關資料。

二、海谷團契

TAC419F 20/03/99 星期六 ; TAC421F 10/04/99 星期六 ;
TAC423F 15/05/99 星期六 ; TAC426F 26/06/99 星期六 ;
TAC427F 17/07/99 星期六 。

過去一年是充滿困難的一年。我們身邊的朋友可能都曾遇到過各樣的困境，有些與金錢有關，有些與健康有關，還有人事、家庭……等許許多多的問題。在困境中，我們的性情受到真真正正的考驗。在困難中，我們的處事手段與對人態度可能會有所改變，而那些改變可能會令我們為之感到驚訝。海谷團契將會在未來幾次聚會中，讓大家討論及分享一下如何在困境中處人處事。

海谷團契歡迎所有海谷朋友參加，並不局限海谷職員。聚會時間是上述星期六的下午三時至五時半。費用全免。誠意邀請您到我們的團契聚會。有興趣參加的朋友，可於聚會舉行前致電Hermia (蝦米) 91029710，另外亦可致電27888755 (電話錄音)，留下姓名及聯絡電話，蝦米或有關職員便會告知聚會的舉行詳情及地點。

三、水上鍛鍊營

TAC420S 2-4/04/99 (星期五、六、日)

這項活動是中心與基督教巴拿巴愛心服務團一起合辦的。內容包括多樣化的水上活動、遊戲、比賽等，藉著各種挑戰，讓參加者增強自我瞭解、自信及毅力、相處技巧、合作精神，以至對人的愛心及對神的信心。參加者由巴拿巴愛心團招募，海谷中心不接受報名。

四、一級風帆訓練班

TAC422S 8-9/05/99 (星期六、日)
TAC424S 29-30/05/99 (星期六、日)
TAC428S 24-25/07/99 (星期六、日)

一級風帆訓練班主要教授駕駛風帆的基本理論及入門技術，使參加者對駕駛風帆有初步的認識。凡完成此部份課程的都可獲頒發本會的一級風帆證書。參加者須年滿十六歲。

報名辦法： 有興趣參加者，請填妥本通訊最後一頁的報名表，寄回：
九龍中央郵政局郵箱 74539 號，海谷中心收

截止日期： 活動舉行前兩星期。

活動費用： 課程收費港幣 200 元，包括教材、用具、膳食及住宿。
請勿將費用連同報名表寄上；接受申請後會另外通知繳費。

五、二級風帆訓練班

TAC425S 18-20/06/99 (星期五、六、日)

二級風帆訓練班是在一級風帆技術基礎上作進一步的學習，如認識潮汐變化、泊船技巧及基本賽艇技巧等，參加者如通過於最後一天的理論及技術考試，便能獲頒發本會的二級風帆證書。參加者須年滿十六歲。

報名辦法： 有興趣參加者，請填妥本通訊最後一頁的報名表，寄回：
九龍中央郵政局郵箱 74539 號，海谷中心收

截止日期： 活動舉行前兩星期。

活動費用： 課程收費港幣 300 元，包括教材、用具、膳食及住宿。
請勿將費用連同報名表寄上；接受申請後會另外通知繳費。

記上山下海新年營

家敏

當我們知道要在西貢的榕樹澳，行山到海下的營地紮營時，每個姊妹的心情也很緊張，緊張中有辛苦、擔心、憂慮；或許會與沙田浸信會的弟兄姊妹相處有困難呢？但感謝神，在這一次兩日一夜露營中，苦中有樂，也有很多值得我們學習的地方，忍耐到底必然有出奇以外的平安與喜樂。

我從來未試過野外露營的，今次對我來說很有一份新鮮感，這次總算是我人生的第一次。感謝主有巴拿巴的姊妹與海谷中心的弟兄姊妹同行，令我更深體驗到聖經中的說話「二人總比一人好」，好讓我分享一下當日的樂趣。我們到了起點，才知到要用指南針辨別方向，分組找出目的地。每一組中，每人也要輪流做組長，帶著組員行山，這真是一個極大的挑戰。因我不懂看指南針，剛剛才學會便要做組長，我怕會出錯，累人家要走冤枉路呀！幸好我能請教海谷中心的導師，我們才可以順利到達目的地。除了要當組長，我對白沙澳這個地方印象最深刻，因為那兒有幾間古色古香的大屋，它們已有三百多年歷史了，我們能看見當時的人所用的工具，有很大的泥扒、鋤頭，可以想像當時村屋的生活非常有趣。到了晚上，我們靠自己弄晚餐，還要分組作比賽，當晚連開時不吃太多東西的姊妹也吃了兩碗飯，可能因為體力消耗得很利害吧！我們很快便吃飽，我也很誇張，因為我在午餐時已吃了六塊麵包，其他人也只是吃了兩三塊左右，我有非常驚人的食量呢！最後我們在烹飪比賽中獲得了冠軍，得到一大包巧克力，我們又可以一起吃了。吃完晚飯，我們又要行山，各人要到一個地方獨處時，需要寫一篇一年大計，而我在當中想了很多令人振奮的事情，又想想過去，真是百感交集，記憶猶新。

我們與沙浸的弟兄姊妹似乎相處得不錯，在營中我們互相幫助，一起玩遊戲，一起解決問題。而大家又是女孩子，溝通較為方便，年紀差不遠，使我們更加合拍。（其實我曾擔心，與她們很難相處，以我所理解，女孩子是要被照顧，又不能捱苦，我又怕她們不似我們玩得那麼豪放。但相處後，我慢慢知道，她們也是十分有活力，也非常開放自己。）而我在與人相處時也學懂了一起討論問題以及解決困難的技巧。

這一次野外露營令我很難忘。最重要的是，我們的信心也增加一倍，我們知道自己是能有能力的，雖然在行山時很辛苦，很困難，但最後我們也克服了。如果日後有機會的話，我也希望能夠再去一次。

記上山下海新年營

玲

終於有機會，一嘗野外露營的滋味。我和一班沙浸和海谷中心的弟兄姊妹，於一月二日浩浩蕩蕩出發。雖然只有短短的兩日一夜，但我覺得那兩天，好像發生了好多事情，去了很多地方，和發現很多事物。

當我們一起行山時，都沒有和這麼多人一齊行小時，到南山洞的一條溪裏吃午餐。那裏風景很涼浸浸的溪水，燦爛的陽光令人感到愉快和舒服。一在石上走來走去；另一處水旁，談天說地和享受白的腦海中，經常浮現那些外，原來這個世界還有很



我覺得好開心，因為從來山走路。我們行了兩個多水，我們便歇一歇，在那好，不斷有溪水流下來，光，加上和暖的微風，真有些弟兄，將鞋襪都脫去，有一些弟兄姊妹，坐在溪製的食物。到現在，在我景象。在平日的生活之美的地方令人回味……。

此外，有個活動是，夜行（星光伴我心----獨處），我一知道有這個活動，我真的很怕很怕，為甚麼？因為我怕黑，那件事真令我沒齒難忘。事情就是如此的一

晚上九點了，開始我們的夜行活動。我抬頭望上天空，月亮好圓好亮，我們一路行，月亮就一路照著我們，所以那個晚上，我覺得星光燦爛。不經不覺，我們行了四十五分鐘，終於到達南峰山。於是另一個活動便開始了，就是星光伴我心之獨處。我覺得最有挑戰性，我的心不停不停地跳動，害怕得連心都要飛了出來似的。我哭了幾次，到最後都要參加那個活動。當我坐在山上，一人都沒有，聽不到人的聲音。我很怕只感到、很孤單，我身邊的樹和草，不停被風吹動，又聽到海水不斷地撞擊石頭，我很怕，我拿著電筒和一個信封，坐在山上。打開信封後，照著指示，寫了一封信。我忽然望上天，我又見到個又大又亮又圓的月亮，原來它不斷的陪伴我，感謝主，我才沒有那麼怕。一小時後，有人走出來，問有沒有事，叫我將信交給他，這樣就完成了。所有人都出來，其他人和我一樣都在同一時間內獨處。之後，我們一齊回營，那晚真是刺激極了。

重生與信主 林慈信牧師主筆(編輯組整理)

有人問：「基督教信仰是不是一種唯心的東西？」又有人問：「基督徒的品行是不是道德修養的成果？」還有人提出：「基督教對人文素質和社會進步的確是有積極的作用，只是『上帝』這個概念有點過時，不夠科學。如果我不接受『有上帝』的信仰，只接受聖經其他的教導，能算是一個『基督徒』嗎？」(這種思想尤其見於目前的中國大陸文化界。)問這些問題的人，一定是對基督教或者基督徒有過一定的接觸，他們從現象界觀察到基督教有某些特殊、可取的地方，但是他們沒有親身體驗過基督教信仰的實質。

其實，許多基督徒在沒有作基督徒之前都不是基督徒。人家向他們傳福音，他們也曾各自對基督教有過類似上述的那些主觀結論，也都曾拒絕接受基督徒所傳的。但，一旦他們成為基督徒以後，他們整個人改觀了。他們發現了一些從前看不見的事。於是，他們也試圖把這種新發現、新經歷告訴別人。結果呢？他們遇上了從前的自己！看不見的、沒有嚐過的，無論你怎麼講，就是無法了解。

基督教信仰不是個人的心理作用可以產生出來的，因為這個信仰的內容有許多是違背人的意願的；基督徒的人格也不是可以「改造」出來的，而是另一個新生命的「再造」，因為修身養性只能對原有的生命作「量」的改進，但一個外來的新生命則是「質」的改變；最後，基督教信仰有別於其他絕大多數宗教的地方，就是在於它的信徒不是信奉一套理念，一堆教條，或一個理想，而是信一位**有位格的神**(A God who is a Person)。因此，基督教信仰不單是一套信念(A set of Beliefs)，而更是一種**位格際的對交關係**(An Interpersonal Relationship)；換句話說，基督徒所信的是一位活的、會與人交往的、有主動性的神。把這位「神」去掉，只要剩下的好處，就完全失去了基督教的實質。這樣的「信徒」不知道該怎麼稱呼他才好，但他一定不是「基督徒」！

基督徒與重生

基督徒之所以是基督徒乃是因為在他生命中有了基督性情的本質。粟米是粟米，你把它磨得再細，它還是粗糧；大米是大米，再糙的大米也還是細糧；無論你把粟米怎樣「改良」，也不會種出大米來。這是本質上的差異。基督徒的生命也是如此：人就是人，再怎麼改造、修練，也不會生出神的性情和本質來。因此，人們常常會聽到基督徒用一個很特別的詞來形容自己——**重生**(Born Again)。

「重生」，顧名思義就是「再有一次的生命誕生」。常常聽到基督徒講這個詞，不過，講得最多的人不一定是對重生這一觀念盡都了解。重生包含了以下幾方面的意思：

一、**重生是神的工作，不是人自己努力的成果**。英文的 "To be born again" 是個被動語態。母親生孩子，孩子是被生下來的。若公公婆婆急於抱孫子，兒子媳婦卻想晚一點生孩子，老人家總不能怪責孫子為什麼不努力出世吧！同樣，重生是神作主動的。祂甚麼時候，要重生什麼人，不是你我可以決定的。耶穌說：風從哪裡來，要往哪裡吹，我們無法知道，但是我們可以感覺得到它所帶來的後果。神的靈就如風一樣，看不見，摸不著，但當祂在人心裏作工的時候，被重生的人當時也許察覺不到，但事後會發現自己與以往大大不同了，而在旁的人則也能從這人生命的有形改變而得知聖靈無形之工作的實在。

二、**重生是內在生命的徹底改變**。這也是基督教與其他宗教不同的地方。「宗教」是用一些外在的教條、規範來約束人的言行。這種約束對某些人來說也能起到一定的作用。因此，常聽到有人說：「宗教總是導人向善的，有宗教總比沒有宗教的好……！」但是，外在的約束是消極的，如果沒有內在的性情配合，對信奉的人來說很可能變成一件苦差——心中卻為之，宗教曰不可為之，苦也！這也就是為什麼好些人看見某某基督徒的好品行，雖然會欣賞他，肯定他，但就是不要像他。他們覺得信了基督教，這也不許，那也不准，一天到晚跟自己過不去，何苦呢？因此，把基督教信仰看成是人的心理作用

自然而然產生出來的結果，是既不乎合實際情況，也不合乎科學精神的結論。

如果一個人沒有向善的本質，任何「導人向善」的教條只能叫他活得更辛苦。基督徒都有自虐狂嗎？非也！他們內心喜愛神所喜愛的，厭惡神所厭惡的。是神的性情在他裡面自然的流露，而不是因受制於教規，「不得不」照著做。人從外表觀察到的是兩者間一些相似的宗教表現，但在兩者內心中則有主動與被動、積極與消極的巨大差別。真正的基督徒會對神的事情有份發自內心的渴慕。這不是說基督徒一定不會犯錯，但他信主前後的內心世界是大不相同的，因為神

- 把剛硬的心(石心)除去了；
- 賜給人一顆柔軟的、願意順服神的心(肉心)；
- 把神自己的靈放進人的心裡。(以西結書三十六章26-27節)

對罪和善的心態是有天淵之別的：信主前，他有自己的私慾，鑒於宗教規條，免為其難循規蹈矩；信主後，他有神的性情，偶爾犯罪後，會失去平安，心中責難。因此，使徒保羅說，若有人在基督裡，他就是新造的人，一切的事都變成新的了(哥林多後書五章17節)。

三、**人重生是要藉著水和聖靈重生的。**當耶穌在約翰福音三章講這話的時候，祂沒有提到洗禮。「水」，對猶太人的意義，就是潔淨。耶穌的意思是，當我們被重生後，我們的心會被潔淨，因而會對自己從前的罪過感到難過，自責；同時，神又賜下聖靈，叫人悔改信主，從此棄罪從善(參看提多書三章3-8節)。因此，若有人稱自己是基督徒，卻沒有聖潔生活的表現，或者視聖潔為負累，覺得過信仰生活過得很受束縛，這人的信仰一定有問題。

由此可見，重生，是神作主動所成就的善工，非人憑自己努力所能達到的結果，(人得救是本乎恩，以弗所書二章8-9節)。神重生人的目的是要把一個嶄新的生命賜給人，叫人不止知道何為善，並且有能力行善。

基督徒的信主

中文的「信」字，在英文裡可以翻成兩個詞：一是"Believe"，一是"Believe in"。這兩個詞所包涵的意義是有分別的。"Believe"是理性範疇的活動。信的人是主體，所信的對象是客體。這個客體可以是一個事件，一套理念，一個事實，或者任何不一定具有位格的事物。"Believe in"則不同，它除了理性活動之外，更重要的還是一種意志行動和感情，而所信的對象往往是有位格的。故此，"Believe in"通常用在位格與位格之間的相交事宜上。基督徒「信」耶穌(Believe in Jesus)，這是一件非常嚴肅的事情，它包括了整個人理智、意志、情感的投入。

當今的世代，人們對信仰很多不是採取這種態度的。在理性方面，人們不會去問所信的對象真實不真實；在意志方面，常有人建議：「信什麼都不要緊，只要別信得太迷就行了！」在情感方面，人們的態度是，我信因為這信仰很合我的胃口，甚至有的人加入教會，原因只是那裡的人讓他感覺很好！

「信」與「知」

基督教的信仰不是盲目的！聖經所講的「信」是**有內容的**。真知識和真信仰是分不開的。常有非基督徒的朋友問：「根據基督教的信仰，你們怎麼看安樂死呀？同性戀呀？民主自由呀？甚至外星人呀……？」人們以為信仰的內容就是對具體事物的一套套系統化了的想法。但這不是基督教信仰的核心。基督教所講的信仰是「對上帝本身的認識」(Knowledge of God Himself)。當基督徒知道自己所信的上帝是怎樣的一位神，有怎樣的屬性，怎樣的權能，要求信徒與祂建立怎樣的關係，將來要怎樣對待這個世界……時，他自然會建立起一套完整的世界觀和價值觀，來處理一切具體的事件。

信心的內容乃是根據神救贖工作的事實、神的存在、神話語的啓示、祂對人的愛……。基督徒相信耶穌基督是神，祂不但死而復活，而且有一天要再來。這種「信念」會產生「信靠」的行動！耶穌的一個門徒多馬，在耶穌復活以後還是對主復活的事心存懷疑。但當耶穌向他親自顯現的時候，多馬不是說：「噢！我現在相信了！」而是立即俯伏在主前說：「我的主！我的神！」(約翰福音二十章28節)。這是信心的宣告，由「真知」到「真信」的表現。

「信」與「認」

中文的「認」有兩種意思，一是理性過關了，所以承認這是真的 (Giving mental assent)；二是行動的表現，即在眾人面前作出宣告 (Giving public announcement or proclamation)。基督徒在傳福音的時候，常聽到對方這樣回答：「其實這信仰是不是真的不要緊，只要……就行了！」「其實，我也很想信，但是我的家人反對，(或者我的單位、組織反對)，我能不能就自己心裡信，人家問起來，我不承認呢？」

要知道，「信」是與神（一位有位格的神）的對交關係。你信不信民主能帶來進步，是一回事；但你試試告訴你的父親：「我的心真的相信你是我的父親，但如果我家人問起來，或者有別人問到，我不能認你。」行嗎？耶穌說，我們若在人面前不認祂，祂在父面前也是不會認我們的。 Faith is acknowledgement of the Truth and building up of a relationship!

羅馬書十章9節告訴我們，一個人要得救就必須**口裡認耶穌為主，心裡相信神**叫祂從死裡復活。心信、口認是信仰的要素，也是救恩的基石。不知道所信的真實不真實而願意宣稱自己是信徒的人，這人的信仰是空的；說自己心裡相信而不願意公開承認的，這人的信仰是值得懷疑的。故此，信仰的內容，和在人前的認信是同樣重要的。

認還包括對主忠心的承諾，即表明願意一生跟隨主的心志。歷世歷代的教會所持守和所認信的就是「耶穌基督是誰」這個信息，（參看腓立比書二章5-10節，和提摩太前書三章16節）基督徒知道有一天主要再來，今天在地上認祂為主，他朝要與天上，地下，和地底的一切，一同因主的名屈膝敬拜，稱基督為主！（腓立比書二章11節）。正因為對耶穌基督有這樣的信心，他們才會立志跟隨祂到底。

但願我們用一個很嚴肅的態度來對待這個信仰。願主耶穌的靈重生我們，叫我們「知」而「信」，「信」而「認」，「認」而「堅守」。在這個信仰紛亂的世代裡，為自己找到方向，降服真理，維護真理，高舉真理！

分銀子而引起的疑問

泉

呼呼北風吹滅不了因聖誕節將到而點燃起的雀躍興奮，累累俗務結合不成信主的人不出席主日崇拜的推搪借口。準時返抵教會，在聽眾席坐下不久，從友堂請來的傳道人便開始向眾人問好和論道。回應聖誕佳音成為講道的主題。講員選取了馬太福音廿五章十四至三十節“三個僕人的比喻”，來講解有關“恩賜”的信息。自己從前也曾翻閱過這幾節經文，但讀過好幾遍還是看不明白，便輕率地跳過不理。今次以客座身份聽講，有一翻新的領略。但這新的領會卻與講員所說的有些不同，於是還是滿腹疑問，不知如何是好，在此希望與大家分享一下，更希望得到各位賜教指正。

首先，簡單覆述我個人從講員論道中所聽到的信息。有關經文的演譯：講員指出比喻中的主人就是耶穌，祂按著各人（僕人）的才幹分發恩賜（銀子），多才幹的多得，少才幹的少得，然後離開，直至回來時與各人算帳。善用恩賜而有所獲（賺了銀子）的，受到讚賞，並獲賞賜分享主的快樂。沒有善用恩賜（交回原數銀子）的，受到責備，而懲罰則是被丟在黑暗裡哀哭。至於經文的詮釋方面：講員認為，第一，要注意這恩賜數目不菲，雖說五千銀子，其實已是當時工人五十年的收入總數，最少的也有一千銀子，這等的恩賜何等矜貴，何等豐富（聖誕節所紀念的不就是道成肉身來救贖罪人的寶貴恩典嗎？）。第二，少得恩賜的不要妒忌那多得的，這是按你的才幹而給的，超過了你所能承擔的恩賜，對你是有害無益的，按著當得的順服接受是最合適的。第三，那沒有善用恩賜的，在交還原數銀子時，還砌詞狡辯，「屈」神無理要求，在沒有種的地方要收割，沒有散的地方要聚斂，難怪神指他為又惡又懶。第四，神不會作無理的要求，只要你得到恩賜後去賺銀子（做好事、成就別人），最終是不會賺不到的，因為神有祂的保守，你只管盡心去幹，到最後定會有成果和得到神的賞賜。最後：講員以親身經歷來印證神話語的真實。他說儘管自己的才幹有限，但按

著神的恩賜(神學訓練)，在講台上盡力証道，便會看見台下的收成，這些榮耀只能歸神，自己沒有甚麼可誇，然而在其間卻已獲益良多。

要是按照這樣的理解，我以前的老問題仍是未能解決。第一，基督教所高舉的救恩不是白白的、無條件的賜給所有人的嗎？這樣為什麼分了銀子又要收回，且要本利雙收，神是否斤斤計較得有點那過？這與所謂無條件的救恩是否自相矛盾？第二，神是否唯利是圖得有點過份？所謂的“恩賜”，其實是要人去為祂收割聚斂(斂財?)，就是原數歸還也要受罰，這倒還不如不要。而且既然神是萬有全能的，為什麼還要聚斂？第三，如果神是慈愛的，祂為什麼不“勸強扶弱”，多給“恩賜”(銀子)那些才幹少的人，他們不正是更需要幫助嗎？

因為聽道的時候勾起了這些老問題，只覺沒有出路，於是激發起嘗試從另一角度，綜合前文後理來看這幾節經文，想不到竟有一些新領會。但因自己對聖經的認識有限，未知是否有所曲解，現在大膽提出來讓大家指正。

第一，過去我將比喻中的“分銀子”誤以為是“派錢”或“分家產”，即無條件的餽贈或不用歸還的贈送。現在覺得這樣的理解完全錯誤，並且導致其後很多理解上的困難。今次看和合本聖經給這段經文的標題——“按才幹接受託付的比喻”，才發現這裡所講的“分銀子”，背後其實是包含了“託付”工作的意思，而非簡單的送贈財帛。如果說“銀子”是神給人的“恩賜”，這些恩賜就是為著完成所託付工作而提供的本錢或能力。主人分銀子並非寓意神賜下救贖的恩典，而是說在人領受了無條件的恩典，成為基督徒之後，神如何讓他們參與分享這救恩的事工。第二，如果說分銀子是主人託付僕人去工作，那就根本不存在要與不要的選擇。僕人替主人作工原是順理成章的，所作的工也自然是要按主人的心意而行。神要人把福音傳遍萬族，令未種未散的地方也能割聚救贖的果子。分銀子關乎恩典的成就及人得以參與其中的福份。有負主人所託的僕人，當然是既可惡又懶惰，受到懲罰也是合理

的。

第三，僕人按主人的託付作工，其後自然要向主人交帳，交回的多寡自是敏感問題，主人處理不當便會有不公之疑。神是慈愛與公義的，所以才按人的才幹分派，少才幹的少承擔，多才幹的多承擔，祂不會要人背付不能承受的軛，亦只會按所分派的要回，少給的少取，多給的多取，賞罰也是按這個原則施行，嚴正公義。如是者，對僕人來說，多給與少給根本就沒有甚麼可爭議或值得妒忌之處。第四，五千銀子對人來說可能是很多，但在神看來其實為數甚少，就如經文所言，託付的只是“不多的事”。本來就是按你的才幹而分，並沒有什麼大不了，又甚能說是“多”呢？第五，正因為是不多不少、恰如其份的託付，所以就沒有逃避或失責的理由。只要按所擁有的才幹，以所分得的“銀子”去幹，自能完成託付，沒有什麼“不可能”，也沒有什麼可誇的。第六，其實除了“算帳”以外，神更看重人是否在“不多的事上有忠心”。這關乎在履行託付過程中的態度問題，而不單是最終結果的問題。回顧馬太福音廿四、廿五兩章，其主旨正是訓誨我們在等候主再來之時，所應做的和所應採取的心態，“警醒”、“盡忠”似乎就是最重要的兩點。

聖誕節將至，本來提到救恩的信息是非常合宜的，但救恩是恩典，而這段經文所指的，似乎不是白白得來的「恩典」，而是要交帳的「恩賜」。恩賜與恩典雖然都出於神，但背後的含意有很大的分別，分清兩者，可能是正確理解這段經文的關鍵。



風帆訓練

老師學員

從書櫃中的不知處，尋回了差點成爲了廢紙的 Log book，隨眼一看，上一次填寫 Log book 已經是 10 年前的事了。帶著且喜且驚的心情，再一次作了一個學員，在船藝上學習一些新技術。

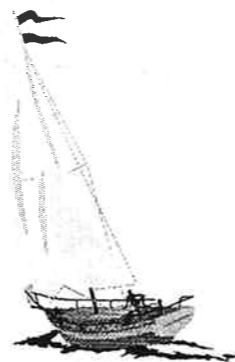
「星期六早上天氣寒冷，氣溫驟降，相信會徘徊在攝氏 6-8 度」簡直叫人腳步！在冬天玩風帆已是少有，在冬天最寒冷的一天出海更是沒有試過。

到了黃石碼頭，隨著專人指引，取了膠衣，換上衣服，便開始我作風帆學員的第一天。風雖然只有二級，身上也穿了膠衣及風衣，但寒風卻仍可深入肌膚，直入我心，冷得我頭也有少許痛。

更要我命的是玩「雷射」，這是要用腰力的，在岸上做預習已叫我死去活來了，後來下了水不滿一小時我便已經痛快於冰涼的海水浴中。海水凍得入骨，叫人精神何只一振！及後在練習中仍一而再，再而三練習覆舟，叫我的體力也用去十分之七、八。

晚上回家，不但腰酸背痛，頭心發熱，整個人更有說不出之不安。本想放棄第二天的課程，但在大男人心理及自尊心的督促下，第二天早上自然按時起床，身體的軟弱更被心理的意志戰勝，督促我繼續第二天的練習。

雖然寒風一樣叫我多次覆舟，叫我與冰冷的海水再遇，但心理上卻泛起一絲的成就感，叫我知道我仍然尚未老矣，不可推卻學習的挑戰及面對新事物的積極性。



遠足裝備篇—食物

行山專家

選擇食物

往郊外遠足，很多人都會爲攜帶甚麼食物而躊躇。其實選擇食物不太難，祇要根據下列要點即可：

- 高能量及高營養
- 重量輕及便於攜帶
- 不易變形及變壞
- 易於烹調
- 合個人口味
- 價錢合理



食物中熱量的吸收及使用

熱量的消耗根據不同人的體重、年紀、性別、活動的難度而有所分別。一個 70 千克的男性遠足七小時的熱量消耗可達 5000 卡路里，是平時熱量消耗的一倍。

食物中最易提供熱能給身體的是碳水化合物，而遠足時會不斷的消耗熱能，故此一天的飲食中要包括不少於 70% 的碳水化合物，例如乾果、麵包或餅食等，食物中脂肪的主要功能是讓身體吸收後儲存，於需要時分解而提供熱能，飲食中蛋白質包含 10%-15% 的脂肪已足夠，含脂肪的食物包括牛油、芝士及雞蛋等。食物中蛋白質的作用是提供肌肉及其他組織的生長所需，一般情況下，不能儲存作爲熱量的來源，遠足時的食物須包括 10%-15% 的蛋白質，例如豆類及肉類等。

每次小休時都吃一點含碳水化合物的食物比大休時大吃一頓好，因爲當感到疲倦時，身體內血糖的水平已降至低水平，大吃一頓使血糖水平突然上升，未必能即時恢復體力，反而有不良後果，所以應放一些小吃在背囊外袋方便隨時取吃。

餐單設計

進行露營活動時，早餐可選擇進食麥片、麵包及奶粉。爲了節省時間，午餐吃乾糧爲佳。晚餐可帶新鮮食物例如已調味的冷凍肉類及不易碎的蔬菜，如椰菜、青瓜或蕃仔等。更方便的選擇是帶錫紙包裝的食物，或行山用品店有售的脫水食物包，這類食物的好處不單是準備時間較短及節省燃料，餐後的清潔工作亦較簡單。對於一天往返的行程，食物的選擇較簡單，祇要適合個人口味，帶什麼食物都可以，例如麵包、餅乾、生果、罐頭、朱古力等。

緊急食糧

緊急食糧應能迅速補充身體熱能及易於食用，例如朱古力、提子乾或錫紙包裝的糖水等。緊急食糧應保存至旅程完畢爲止，非緊急情況下不可食用。

水

在遠足時，足夠的水份對身體十分重要。身體是否有足夠水份可觀察尿液的顏色及小便次數。尿液顏色應呈透明而每日小便次數應不少於五次。其他要注意的事項如下：

- 每人每日需要飲用 2 至 3 公升清水。
- 避免咖啡因及酒精類飲品，因爲這些飲品有利尿作用。
- 市面上的健康飲品能補充隨汗水失去的電解質，有助平衡身體的營養。

海谷中心活動報名表格

編號	活動	日期
<input type="checkbox"/> TAC422S	一級風帆訓練班	8-9/05/99
<input type="checkbox"/> TAC424S	一級風帆訓練班	29-30/05/99
<input type="checkbox"/> TAC425S	二級風帆訓練班	18-20/06/99
<input type="checkbox"/> TAC428S	一級風帆訓練班	24-25/07/99

姓名: (中文) _____ (英文) _____
 性別: _____ 年齡: _____ 教育程度: _____
 宗教: _____ 電話: (辦) _____ (宅) _____
 地址: _____
 職業/就讀學校: _____
 曾否參加海谷中心課程? 有 無
 若有, 請列明年份及課程性質: _____
 若無, 你從何得知海谷中心的消息: _____
 如有意外, 請代通知: (姓名) _____
 (電話) _____

[參加者須自負意外責任]

申請表請寄回: 九龍中央郵政局郵箱 74539 號, 海谷中心收
 請在下面方格內清楚寫上申請人的姓名和地址:

姓名		姓名	
地址		地址	