



基督教巴拿巴愛心服務團有限公司

BARNABAS CHARITABLE SERVICE ASSOCIATION LTD.

又要叫基督的平安在你們心裡作主；
你們也為此蒙召，歸為一體；且要存感謝的心。(歌羅西書 3:15)



使命宣言

以基督的愛去協助女性
濫藥者戒除毒癮、重建生
命及家庭；

推動大眾，彼此關懷，
同心抗毒，見証主恩。

2020

4-6月通訊

地址：新界馬鞍山利安邨利華樓地下A及B翼 網址：www.barnabas.org.hk
電話：2640 1683 傳真：2640 0391 電郵：mos-office@barnabas.org.hk

請以正楷填寫以下資料，並在適當空格內填上「✓」號

- 本人願意成為「巴拿巴之友」，參與基督教巴拿巴愛心服務團之義工服務；
- 本人願意成為「同行者」，願意與基督教巴拿巴愛心服務團之姊妹同行；
- 本人/團體願意資助基督教巴拿巴愛心服務團之營運費用：

捐助金額：

HK\$100 HK\$300 HK\$500 HK_____ (其他金額)

捐助方法：

- 現附上抬頭「基督教巴拿巴愛心服務團有限公司」的劃線支票，支票號碼：_____
- 直接存入本機構的恒生銀行戶口296-9-057963，並連同銀行入數紀錄及此表格寄回本辦事處。
- 網上捐款：請即登入<http://www.barnabas.org.hk> → 捐獻方法 → 網上捐款

附註：□本人/團體欲取回捐款收據（凡捐款港幣一百元以上者，可獲發免稅收據）

聯絡人資料：

姓名（中）：_____ (英) : _____

所屬團體（如適用）：_____ 性別：男／女

電話：_____ (手提電話) 傳真：_____ 電郵：_____

地址：_____

※請將此表格以傳真、電郵或郵遞方式至本機構

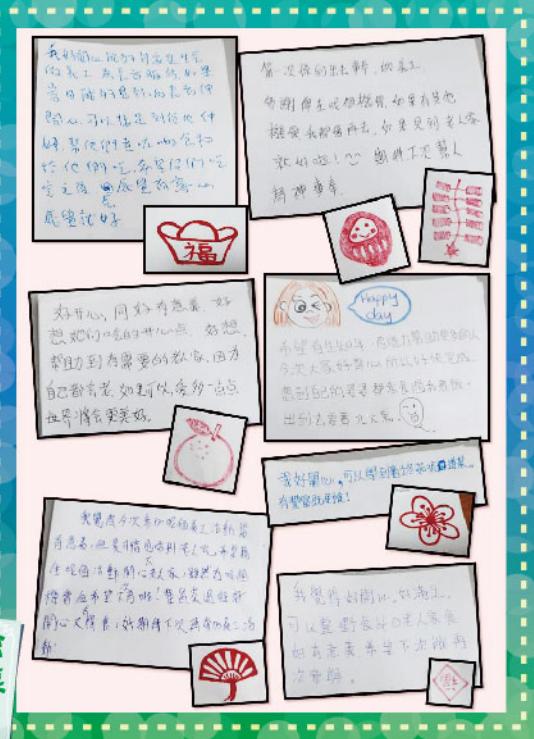
- 請將 貴機構資料以電郵代替郵寄予本人／本團體
- 請停止郵寄或電郵 貴機構資料予本人／本團體



**南丫島舍友
在安徒生會導師指導下
預備盆菜給長者享用。**



**舍友與安徒生會
參與「長者盤菜
義工服務」
後感言**



南丫島舍監 - 健欣姑娘

在這場32.195km馬拉松賽事前的訓練，因為要讓雙腳休息，有好幾次都不能夠練習，就算是練習，也未能練多過18km以上，真的有想過放棄吧！不要跑了，我的腳這樣怎可以跑呢？但最後我仍願意繼續~是因為我有同行的鼓勵和支持。到了當日真的沒有很大的信心能跑完全程，但我對自己說盡力好了！跑前換子老師問我們有甚麼期望，我說：「期望腳痛可以延遲，可以完成。」

但當我跑到10km後，雙腳開始不舒服，跑到20km後開始越來越痛，22、23km已經好痛，26km之後超痛，我心裡面不停向神禱告：神呀！「祢俾我可以完成啦！」之後每一km也痛得「很難跑」、「好辛苦」、「好想喊」，但忍住「不敢喊」，這樣令到我呼吸困難，跑得更加辛苦。

又試過痛到冇辦法繼續要停下來，但我沒有放棄，痛到癟住腿，都要繼續跑，但當我繼續跑，跑下跑下雖然痛，但神又讓我可以跑到最後的6km，每一km都是這樣，真的很奇妙，就這樣艱難的跑完了這場賽事。



完成賽事後，陳傳道傳了「奔跑不放棄」這首詩歌給我，前面有段旁白，我聽完這段旁白後……真的很感動！因為旁白的內容正正就是我所經歷的。

在當中我也有問：「神呀！為何要我腳痛？為何不可以不痛的跑完呢？為甚麼要我堅持不放棄呢？」

我禱告，但神並沒有讓我的腳不痛，神卻要我經歷，腳痛仍要繼續努力跑到終點，終點就在前面了，放棄就經歷不到神的恩典，放棄就不能看見神在自己生命中所定的心意，「神」就是要透過我這樣面對困難、面對痛楚、面對一關又一關的挑戰時，仍努力不放棄繼續前面要跑的路，祂就是要透過這一切事情，讓我去鼓勵別人的生命，讓人也可以得著「神」的祝福。

在跑步的過程中，想起阿清、想起所有姊妹都有她們的難處和挑戰，她們都會面對自生命中的問題，她們都很容易說放棄，怎樣才讓她們不輕易放棄，堅持、忍耐去為著自己的生命而努力、去奔跑呢！

相信神就是要使用我的經歷，去鼓勵姊妹、與她們同行，讓她們也可以經歷神的恩典和祝福，亦讓我們在當中去榮耀祂。

跑的時候，我想到很多事情，很激動，很被激勵！不過有些已飄走了。

記得想到：馬拉松就好像我們的人生……人生的路好長，可能當中有很多困難，但「神」叫我們不要放棄，因為祂要讓我們在這些過程中有所得著。

項目經理 - 林姑娘分享

曾看過一套電影《狂野行》(into the wild)，電影中女主角背著大背包，獨自完成PCT太平洋屋脊步道，內心總是很仰慕能幹的背包客，沒想到自己也有真正體驗的一天！回想露營經驗，我之前在澳洲及墨西哥都有試過，但因身型在眾多朋友中都比較細小及力氣不大，故都免我幫忙，所以是次要與南丫島舍友一起進行露營，對我來說卻是一個全新的體驗。山藝過程中同學們有比我更有冒險精神、願意捱苦的，即使在黑暗中遇見蝙蝠、野豬也不怕，甚至有蛇走過旁邊，能夠保持冷靜離開。

當晚天氣很冷，大家的睡袋不夠暖、睡得不好，亦沒有人去洗澡，但仍然隔天願意自動自覺地煮早餐分給組員，又不斷向山藝導師發問學習，回想自己當初的顧慮似乎也變得多餘的！有感慚愧自己不夠主動性！「巴拿巴」舍友的勇敢及能幹，實在令我佩服、亦提醒我需要時刻繼續學習！希望是次山藝班亦能帶給舍友特別不同的回憶。

"I didn't feel sad or happy. I didn't feel proud or ashamed. I only felt that in spite of all the things I'd done wrong, in getting myself here, I'd done right." - <>Into the wild>>



舍友 - 敏敏

2019年11月我參加了一級山藝的考試，並能順利完成得到一級山藝證書。剛開始的時候，我覺得很難，因為要學習看地圖、看等高線、計算路程、還需要計算完成時間等等。還須要學習指南針去辨別方向，這些知識對於一個「路痴」及沒有方向感的我，簡直是難上加難，導師和老師卻很認真，而且亦很有耐性地教導我們，讓我們明白掌握箇中的技巧，使我在考試的時候可以學以致用。在整個考試過程中，讓我體會到團體合作精神的重要性，特別是大家互相幫助，彼此包容，有良好的溝通方式。這樣才能讓每一個同學都能安全，順利完成整個考試，在此我要感謝神在當中的保守及看顧。



南丫島舍友-林林 - 山藝的經歷

一直在我心裡都覺得行山是一件很簡單的事，但原來考山藝牌卻是另一回事，很是困難。起初當我上完理論課後，以為已經過了最困難的階段，心想到戶外考山藝牌該不會難倒我，但原來並不是這樣。其實我走在山上並不是最困難的事，最大的問題是要運用心算即時計算步數，嚇得我想「嘔泡」。還不止，那天還遇上一個很嚴格的老師，真的不想再考山藝牌了，後來我發現原來這些也可以跨過了。

那天出發時特別興奮，但因長途跋涉讓我暈眩到很想吐，但向來活潑好奇的我走到目的地，所有不快的感覺已煙消雲散，當老師問誰人負責領首時我已自薦：我、我、我！雖然背囊較重，但因為新鮮感和另一位很有禮貌的老師在旁，一邊走一邊分享她的經驗，加上天上美麗的星星和姊妹的說笑聲，讓我感到很舒服和溫暖。

當路程走了一大段時，突然有很大的聲音在草叢中發出，整個過程十分驚險！終於到了很漂亮的營地了，我還第一次見到蒙古包呢！我們一群姊妹還很開心地整理和洗刷營幕，準備去睡。後來不只一位姊妹想跟我睡，起初我也很快樂，但當我走進營幕，才發現我進了「賊窩」，因為她們根本只想玩不想睡覺，但我真的很想睡，我當時心裡簡直難受到極點！

整晚也沒有好好的睡，也因睡袋不夠暖，那時我就想是神再一次訓練我的忍耐，幸得老師給了她溫暖的保暖衣給我，加上姊妹幫我包緊在睡袋裡，那天感覺就像被包在停屍間的感覺，直到天亮。

到了第二天，我們又開始整理行裝再次出發，回想起那滿有耐性和溫柔的老師，沿途遇見很特別的動物，感覺很美好。回想起整個考山藝牌的過程，雖然過程很是艱難，但這些只使我感到很有成功感和喜樂，我們終於完成了今次的旅程了！



《愛種植》

南丫島舍監 (秋霞)

每次在田間看見自己所種植的植物時，都會忍不住蹲下來替它們除除草、鬆鬆土、澆澆水，為的是要讓它們生長得更快、更茂密和更茁壯。

每次看見植物，便讓我想起姊妹們在村內的學習；就如栽種植物般，同樣要鬆土（清理內心的雜念）、播種（福音種子）、拔草（清除舊我）、施肥（自勉或增強個人技巧）及收割（重返社會）。

光線、溫度、濕度、空氣和土壤皆會影響植物的生長，這就好像姊妹們在村中生活，亦需要經歷：斷癮、適應、成熟、考驗和畢業，缺一不可；目的就是讓她們能儘快重投社會，自立更新，作一個成功的過來人。



《種植樂》

南丫島舍友 - 琪琪

從翻泥、養土、播種子，按時澆水，直到它成長。施肥又要按時除害蟲，這些都是種植的基本程序。

雖然過程有些人覺得很麻煩，相反我喜愛，我不是喜愛麻煩，而是從種植裏我領受到愛心、忍耐、憐憫、感恩的感覺，讓我體會到生命力是可以很強。當遇到失收時，會感到不開心和失落，但相反當你看到另一個生命又開始出現的時候，又會重現新的曙光，所以凡事不好氣餒！

我發現從種植中能培養自己的耐性，每一件事要按部就班，好像澆水時要小心倒下，不可傾倒式將水倒下去，要溫柔對待它，它會感受到。看見它一天一天長大，自己情緒也好得多。



《我的種植樂趣》

中途舍友 (旻旻)

記得第一次接觸種植的時候是在「巴拿巴」，當時老師給了我一份功課，就是要我種「洛神花」，那次的收穫非常豐富。當我收割的時候已開始喜歡了種植。因為這種的喜悅和滿足感是得來不易，看見舍內姊妹喝了我種植的「洛神花」我也感到很開心！



《行山樂》

南丫島舍友：蕙蕙

今天老師將我們分成兩隊，一隊叫探險組，一隊叫冬瓜組，我就是冬瓜組其中一個是負責背糧食上山煮。我們由北角村沿途行過榕樹灣，這段路姊妹都很熟識亦沒有很多風景。再行到了洪聖爺灣，這沙灘很美麗，可能是南丫島最美麗的沙灘。再行一段路我們便到了索罟灣，沿路有兩個洞叫神風洞，很像戰爭時人民躲避炮彈藏起來的洞。我們在那裏的公眾廁所裝了四桶水，是用來上到山頂時「煲水」、「滾杯麵」和「熗雞蛋」的。搬水上山這段路是最辛苦的，因為要拾級而上，我們已經辛苦上到山頂，大家的衫褲都濕透了，但看著四周的景色，頓時所有艱苦都忘記了，老師看見還有時間又帶我們下

山去東澳，但去到卻有景色看，便折返山頂預備食物等候探險隊回來一同吃。大家吃飽後便一同行路回院舍吃晚飯，回程時已經是太陽落山的時候，我整個人經已筋疲力盡，雙腳無力，但心裏很想快些回院舍休息。這天我們足足行了七個鐘，這是我有生以來最極限的一次了。回來看見姊妹們行起路來，像企鵝般，樣子十分滑稽呢！在過程中發現「簡單」都可以很快樂。





兼職舍監 - 靜

在「巴拿巴」畢業14年之後，非常感恩被主使用，讓我有機會返回到「巴拿巴」做同工。在工作中，我最喜歡的其中一項就是與舍內姊妹們一起出去戶外運動 - 「行山」。還能做姊妹們的同學，一起上課、一起學習，一同並肩挑戰考核山藝訓練證書，寫到這裏想起也很開心！

細想和姊妹們行山過程中，有些姊妹由最初抱怨、煩躁、畏懼，到經過一段時間訓練之後，已經變得堅持、不放棄，開始對自己信心加強……

看到這些轉變真心為自己和她們感恩！因為當初我也是在「巴拿巴」接觸到行山之後從中受益非淺，所以也希望姊妹們在行山運動的過程中能有所得著，能感受到世界上原來除了「毒品」之外，亦可以有另一種的生活方式，去享受人生！並且能在行山的過程中，體會苦盡甘來的滋味！



短期舍友 - 嘉嘉分享

這次入「巴拿巴」再次給我有學琴的機會，首先要感謝「黃廷方慈善基金」的贊助。

因為很久以前我有學過鋼琴的，但因為自己已經忘記得一乾二淨，所以老師要我由最基礎學起，學到一段時間，我跟老師說想去考琴試，希望可以藉著考琴去突破自己，學琴的過程對我來說很困難，甚至開始時已經有想放棄的念頭，無論是學看琴譜、指法等都很有困難。

但我很幸運，遇到一位非常溫柔、有耐性，常常讚賞我們的陳老師，多謝她的鼓勵，讓我在考試中獲得很好的成績，也感謝天父的恩典臨到我的生命，使我變得不再一樣。

短期舍友 - 瑰珊分享

在「巴拿巴」接受福音戒毒對我來說，它除了是更新生命的開始，更是一個漫長等待的過程。信仰讓我在這裡經歷了成長的歷練，唯有鋼琴讓我在這裡的訓練和生活中找到了平靜和安穩。真的要感謝「黃廷方慈善基金」的贊助。

當第一次用心彈奏美妙的詩歌去歌頌和讚美神的時候，我感受到神的祝福。祂賜予我對音樂的熱忱和追求，更賜予我信心和勇氣去考琴，去突破自己。祂燃點了我心中熄滅的火焰，讓我找到埋藏已久的存在價值。我會繼續努力練習鋼琴，用屬神的智慧和恩賜，讓我們將來可以服事神，榮耀神。



代禱事項:

- 新型冠狀病毒漫延各地，求天父憐憫我們，叫我們存謙卑的心，實踐護己護人的措施，並倚靠賜人平安與盼望的神；
- 「巴拿巴」這個禾場急需工人，求主呼召合適的同工加入。我們仍然招聘社工、老師、舍監、活動幹事等職位，懇切求主差派使者到這禾場；
- 我們正開拓「生命樹」服務計劃，以社企形式開展，希望拓展不同網絡和資源，支援過來人接受培訓及增強就業機會。
- 求主帶領「巴拿巴」忠於上帝的託付、持守正道，榮耀主名。

