

靈糧牧函

別讓電玩成癮……

梁榮光牧師

世衛在本年發表新版本的國際疾病分類編碼(ICD)，引入名為電玩失調症（Gaming Disorder）的項目。這新命名的疾病之三大主要症狀包括控制電玩行為的能力受損，患者愈來愈不能控制玩遊戲的次數、頻率、強度、持續時間或結束時間；電玩的優先程度日漸增加，甚至取代其他日常生活的事情，以及即使在負面後果發生時，患者仍會持續玩遊戲。到底電玩失調的問題多大？上週六美國蘋果公司兩個機構股東上週六（6/11）發表公開信，要求蘋果公司正視兒童沉迷玩手機對心理健康的影響，呼籲改善。這種投資者重視公眾健康優於經濟回報的情況甚為罕見。有份發表公開信的對沖基金 Jana Partners 素以推動其投資的公司改革財務著稱，而公開關注社會權益議題尚屬首次。

成癮是一回怎樣的事？原來這與大腦內的「報償系統」(reward system)有關，當人受到刺激，大腦的報償系統會分泌出多巴胺，讓人感到興奮及開心。只要同一種刺激重複出現，報償系統又自動分泌更多多巴胺，容易走上成癮風險。其實報償系統不是壞事，本來是神創造的部份，報償的渴求可以產生強大的做事動力。強烈期望人的稱許，可以讓人不惜一切做好自己——當然，在登山寶訓中，耶穌教導我們渴望的，不是從人而來的報償，而是純粹渴求「暗中的父看見」（太六4, 6, 18）。任何事物的沉溺，不只是心理或生理的疾病，同時是心靈的病，在於無止境的在神之外，從任何事物中取得滿足。韋斯敏德小要理問題第一條就告訴我們人生的主要目的：「榮耀神，並永遠以祂為樂」。所引經文包括：「除你以外，在天上我有誰呢？除你以外，在地上我也沒有所愛慕的。我的肉體和我的心腸衰殘；但神是我心裏的力量，又是我的福分，直到永遠。」（詩七十三 25-26）

孩子從小就被培養以神為樂，就是解決任何事物成癮的終極出路。問題是富裕的年代，小朋友要甚麼，即時就有甚麼——這是電玩報償方式，即時報償，可以是分數、升呢或更好的排名。讓孩子以學業成績為重，追求更好的成績和排名，其實本質跟電玩沉溺無異。只是鼓勵努力讀書，看來不是壞事，正因為看來不是壞事，人就更放心盡情追求，結果可以更壞。電玩成為生活一切，我們都厭惡，又覺得可怕；那麼學業成績成了一切，我們又會否覺得可怕？對一些人說，健康成了一切、身段成了一切……任何事物成了生活的一切，都不是好事。

敬拜聚會

講道資訊 (週三、週五、週六、主日清晨及早堂敬拜)

講員：張漢強牧師

題目：恩典留痕（林後十一 16 至十二 10）

主禱文

我們在天上的父：願人都尊你的名為聖。願你的國降臨；願你的旨意行在地上，如同行在天上。我們日用的飲食，今日賜給我們。免我們的債，如同我們免了人的債。不叫我們遇見試探；救我們脫離兇惡。因為國度、權柄、榮耀，全是你的，直到永遠。阿們！

使徒信經

我信上帝，全能的父，創造天地的主。

我信我主耶穌基督，上帝獨生的子；因著聖靈成孕，由童貞女馬利亞所生；在本丟彼拉多手下受難，被釘於十字架，受死，埋葬；降在陰間；第三天從死人中復活；升天，坐在全能父上帝的右邊；將來必從那裡降臨，審判活人，死人。

我信聖靈；我信聖而公之教會；我信聖徒相通；我信罪得赦免，我信身體復活；我信永生。阿們！

本週敬拜事奉人員一覽

	講員	牧禱	主席
週五	張漢強牧師	甘可欣傳道	甘可欣傳道
週六	張漢強牧師	劉詩韻傳道	劉詩韻傳道
清晨	張漢強牧師	周淑芬傳道	周淑芬傳道
主日	張漢強牧師	李世雄傳道	李綺恩執事
週三	梁永善牧師	汪慧芬傳道	汪慧芬傳道

	領唱	司琴／樂手／和唱
週五	甘可欣傳道	李世雄傳道
週六	甘可欣傳道	詹翱洋弟兄〔實習〕
清晨	劉少基執事	金永樂弟兄
主日	劉少基執事	金永樂弟兄
週三	李世雄傳道	李世雄傳道

	總務	司事
週五	莊恩霖弟兄	老煥儀姊妹
週六	黃浩賢弟兄	曾碧君執事
清晨	黎啟釗弟兄 梁樂蓉姊妹 馮華釗弟兄 張子耀弟兄	鄭細珠姊妹、連玉捐姊妹 許秋蓉姊妹、馬淑琴姊妹
主日		李綺恩姊妹、莊巧蘭姊妹 吳月圓姊妹、周偉勤姊妹 胡嘉敏姊妹、甘美芝姊妹
		迎新組
		李淑儀姊妹、楊偉賢弟兄
週三	同工	梁碧玉姊妹

一月份敬拜聚會講員表

	週三	週五	週六	清晨	主日
1	梁榮光牧師	梁榮光牧師	梁榮光牧師	梁榮光牧師	梁榮光牧師
2	張漢強牧師	張漢強牧師	張漢強牧師	張漢強牧師	張漢強牧師
3	梁永善牧師	梁永善牧師	梁永善牧師	梁永善牧師	梁永善牧師
4	周力榮牧師	周力榮牧師	周力榮牧師	葉萬壽先生	葉萬壽先生
5	-	-	-	-	-

註：陰影加黑體部份，為下週講員安排

記念家事

第一陣營事工（敬拜禱告）

建堂月禱會——將於明年 1 月 14 日早堂敬拜後隨即舉行，是次為教會牧養事工之需要禱告。

第二陣營事工（教育培訓）

1. **水禮班**——首課將於 2018 年 1 月 14 日(日)下午 1:30 至 3:00 在 G03 室舉行。全期共三個課程，包括兩課「慕道班」14 及 21/1、四課「信經精研班」28/1、11/2、25/2 及 11/3 及兩課「會友班」18/3 及 25/3（星期日，包午膳，與執事同工飯聚）合共八堂，請已報名之弟兄姊妹預留時間出席。
2. **轉會禮**——將於 2018 年 4 月 8 日（日）早堂敬拜中舉行，有意今屆轉會之弟兄姊妹，須於本堂聚會滿一年（出席率達七成或以上）及必須出席會友班（兩課），分別是 3 月 18 日上午 12:00 至下午 1:30，及 3 月 25 日上午 12:00 至下午 2:30〔包午飯，與眾執事同工團契分享〕；截止報名日期為 2018 年 1 月 14 日。如有查詢，歡迎與同工聯絡。

第三陣營事工（牧養關懷）

1. **家聚**——將於 1 月 28 日（日）早堂敬拜後中午 12:00 至 2:00，在一樓梅軒堂舉行。是次內容為《阿森一族大電影》電影解讀欣賞，設有托兒服務（包膳食），歡迎所有弟兄姊妹參與。為方便預備午餐飯盒，請於司事桌報名。截止報名日期為 1 月 21 日。
2. **入組要求**——本年三月份教會分別有「牧養小組」及「守望小組」給弟兄姊妹按需要報名參加，有關「牧養小組」及「守望小組」之入組要求，請參閱「其他資訊」。如欲報名參與教會小組之弟兄姊妹，必須出席 1-3 月份舉行之家聚其中兩次，以及報讀四課之指定課程，屆時將會分享有關小組之理念及運作，如有任何查詢可與同工聯絡。
3. **宣教士關懷**——聖誕及新年將至，弟兄姊妹可於 1 月 21 日或以前，於司事桌索取特別奉獻封（請指明奉獻對象）奉獻給本堂關心之宣教士以表達關懷。本堂關心之宣教士分別有甘正禧伉儷家庭（日本宣教士）；吳振忠牧師伉儷（德國宣教士）；丁噹家庭及彭國良牧師（黃金閣），教會將於明年農曆新年前將有關心意寄出。

第四陣營事工（佈道拓展）

呼籲物資捐贈——1 月 27 日（六）下午 1:00 至 5:00，靈糧小學舉辦之精英展藝博覽，教會需要大量物資作義賣用途，本次義賣攤位所籌得之善款，扣除成

本後將悉數捐予靈糧小學，支持小學廿五周年校慶用途，弟兄姊妹如有全新的物資捐贈，請於司事桌放置。

記念家人

天氣轉涼，特別是早晚的溫差較大，求主保守本堂長者的身體，能夠抵禦轉冷的天氣。

其他資訊

牧養小組之小組約章（每月一次小組聚會）

一、敬拜生活

- 如非海外公幹或長期病患等情況，每季出席本堂敬拜聚會四成或以上（即每季五次），組牧將定期於三月底、六月底、九月底及十二月底，分別統計組員每季之敬拜出席是否達標。
- 定期出席禱告陣營或家聚，每年最少一次。

二、真理學習

- 維持穩定的靈修

三、團契相交

- 組員每季至少一次在小組中作「真理回應」。
- 每半年計，出席小組聚會達四次（假設每月一次小組）

四、使命佈道

- 每年一次佈道行動，或以口傳方式，或領人赴福音聚會。

守望小組之小組約章（每月兩次或以上小組聚會）

一、敬拜生活

- 如非海外公幹或長期病患等情況，每季出席本堂敬拜聚會六成或以上。
- 定期出席禱告陣營或家聚，每半年最少一次。

二、真理學習

- 每半年至少完成一期約六小時課堂之真理裝備課程（參與神學院或機構之延伸課程亦可，當量的閱讀或聆聽錄音課程亦可以。唯有關安排宜當事先取得同工確認）。
- 維持穩定的靈修

三、團契相交

- 組員每季至少一次在小組中作「真理回應」。
- 每半年計，出席小組聚會達六成以上。
- 除「有小朋友之伉儷組」或相類特殊需要外，各小組應保持每月不少於兩次之小組標準聚會，即使是真理裝備檔期，亦須保持這起碼的理想。

四、使命佈道

- 每半年至少一次佈道行動：或以口傳方式，或領人赴福音聚會。

宗教改革五百年後——死傳統？活傳承？

中國神學研究院信仰及公共價值研究中心於 1 月 17 至 18 日（週三至四）上午 10 時至下午 4 時在該院禮堂（九龍塘德雲道 5 號）舉行萬崇仁教牧學講座「宗教改革五百年後——死傳統？活傳承？」。講員：洪亮博士（神學科助理教授）、辛惠蘭博士（聖經科助理教授）、黃浩儀博士（聖經科教授）及朱光華博士（中神實踐科助理教授）。毋須報名，歡迎赴會。查詢電話：27946770 或電郵 grad@cgst.edu

「愛孩子，學放手，但不放人——由理財責任開始」講座

宣道出版社於 1 月 12 日（週五）晚上 7 時 30 分至 9 時在宣道書廊創意坊（九龍油麻地彌敦道 490 號盤谷銀行大廈 4 樓）舉行「愛孩子，學放手，但不放人——由理財責任開始」講座。講員：關顯彬校長，內容：父母如何讓孩子從小學會自我管理和規劃？講座費用全免。查詢致電 27820055 與市場部聯絡。

祭祖是否拜偶像？

天主教香港教區基督徒合一委員會及香港基督教協進會·合一與教會關係委員會於 1 月 17 日（週三）下午 3 時至 5 時在天主教會教區中心 9 樓禮堂（堅道 16 號）舉行「合一講座（一）：祭祖是否拜偶像？」，講員：許開明牧師（中華基督教會合一堂主任牧師、香港中文大學崇基學院榮譽副研究員）及黃錦文神父（天主教聖神修院神哲學院教授）。公開講座，不收費用，毋須報名。查詢電話：23687123 或電郵：hkcc@hkcc.org.hk。

「新時代中國·信仰新時代」

香港基督徒學生福音團契福音閱覽室於 1 月 20 日（週六）下午 2 時 30 分至 5 時 30 分在基督教牛頭角潮人生命堂定安正堂（九龍牛頭角定安街 73 號定興大廈 1 樓）舉行「新時代中國·信仰新時代」講座，講者：姜原來老師（劇作家，曾任上海「馬槽文化沙龍」主持人）主講「從在地生活角度拼湊出的中國基督徒信仰面貌」及邢福增博士（歷史學家，香港中文大學崇基學院神學院院長）主講「從歷史經驗看基督徒如何回應中國新時代的挑戰」，查詢電話：23698513。

通識與信仰講座

基督化通識教育資源中心、興學証基協會及宏恩國際集團於 1 月 20 日(週六)上午 9 時 30 分至中午 12 時，在興學証基協會(尖沙咀彌敦道 138 號聖安德烈堂四樓)舉行「通識與信仰」講座，分別由曾廣海(資深中學通識教育科顧問)主講「如何以『哲學探究方式』發展思考能力」(“Philosophy for Children” as a pedagogy for learning abstract concepts in Liberal Studies)及林振雄博士(香港理工大學客席講師)主講「史葛派克心理學在教育的運用」。報名查詢電話：91022921 吳女士或 65897049 賀博士。

教會聚會概覽

有[註]者，表示當週聚會之時間或地點有改動，改動內容參考相關註解。

第一陣營 (敬拜禱告)

聚會名稱	時間	地點	人數	備註、主要負責人或內容
敬拜總人數(註)	各週間及主日敬拜	多處地方進行	355	註：人數包含當週各敬拜及少年敬拜
週五敬拜	週五晚上 8:00	生命糧坊	17	週五敬拜遲到人數：1
	12 月份總敬拜奉獻：\$15,214.40 (含建堂)；另第一週建堂基金奉獻：\$260.00			
週六敬拜	週六下午 4:30	曾壁山中學	21	轉播區人數：0
	12 月份總敬拜奉獻：\$4,000.10 (含建堂)；另第一週建堂基金奉獻：\$82.00			
清晨敬拜	主日上午 9:00	地下大禮堂	78	轉播區人數：8
	12 月份總敬拜奉獻：\$93,077.00 (含建堂)；另第一週建堂基金奉獻：\$4,930.00			
早堂敬拜	主日上午 10:30	地下大禮堂	192	轉播區人數：14
	12 月份總敬拜奉獻：\$201,780.30 (含建堂)；另第一週建堂基金奉獻：\$11,830.00			
週三敬拜	週三上午 9:30	生命糧坊	21	週三敬拜遲到人數：0
	12 月份總敬拜奉獻：\$18,412.00 (含建堂)；另第一週建堂基金奉獻：\$350.00			
Teen Team 少年敬拜營	主日上午 10:00	二樓會議室	26	梁榮光牧師、甘可欣傳道、李世雄傳道
週六搖籃班	週六下午 4:30	曾壁山中學	0	汪慧芬傳道
週六兒童主日學	週六下午 4:30	曾壁山中學	0	汪慧芬傳道
主日搖籃班	主日上午 10:30	G07 室	0	同工
主日兒童天地	主日上午 10:30	一樓梅軒堂	55	汪慧芬傳道
家居敬拜	15/11 下午 2:30	姊妹家中	4	劉詩韻傳道(對象：吳帶姊妹)

第二陣營 (教育培訓)

聚會名稱	時間	地點	人數	備註、主要負責人或內容
水禮班(慕道班)	14/1 下午 1:30	G03 室	-	梁榮光牧師
水禮班(信經精研班)	28/1 下午 1:30	G03 室	-	梁榮光牧師
水禮班(會友班)	18/3 下午 1:30	G03 室	-	梁榮光牧師
差傳定向	9/4 及 30/4	G07 室	6	梁榮光牧師
敬拜定向	11/6	G03 室	9	甘可欣傳道

第三陣營 (關懷牧養)

聚會名稱	時間	地點	人數	備註、主要負責人或內容
長青團契	週五上午 9:30	二樓會議室	32	周淑芬傳道
職青區家聚	14/2 下午 1:30	二樓會議室	7	主題：詩歌見證分享

週三姊妹家聚	27/12 上午 11:00	生命糧坊	20	汪慧芬傳道	
週六青少區家聚	6/1 下午 6:00	曾壁山中學	18	甘可欣傳道 (詩歌見證分享)	
牧養小組	蜜組 (主日)	10/12 下午 12:00	活動家 A	11	李炳德弟兄、梁倩君姊妹
	糖心夫婦組 (主日)	22/10 下午 12:00	G07 室	10	蔣定邦傳道
	耶子油 (主日職青)	3/12 下午 11:30	303	7	陳曉琳執事
	恩慈組 (主日姊妹)	30/7 下午 1:00	G07 室	7	李綺恩執事
	溫柔組 (週間姊妹)	12/1 早上 11:15	生命糧坊	6	周淑芬傳道
	清心組 (週三姊妹)	10/1 早上 11:00	生命糧坊	8	周淑芬傳道、實習：陳麗嫦姊妹
	同行組 (週三姊妹)	20/9 早上 11:00	生命糧坊	5	甘美芝姊妹
守望小組	一大青組 (大專初職)	16/12 晚上 6:00	曾壁山中學	10	組牧：甘可欣傳道、李世雄傳道、陳曉琳執事、駱安琪姊妹
	合一組 (伉儷)	17/12 中午 12:00	102 室	8	古擎山弟兄、葉漢翔弟兄、黎彩燕姊妹

第四陣營 (佈道拓展)

聚會名稱	時間	地點	人數	備註、主要負責人或內容
信仰研討班 (週三)	週三早上 09:45	生命糧坊	0	甘可欣傳道
信仰研討班 (週五)	週五晚上 08:15	生命糧坊	0	甘可欣傳道
信仰研討班 (週六)	週六下午 4:45	曾壁山中學	0	周淑芬傳道
信仰研討班 (主日)	主日早上 10:50	教會辦公室	0	蔣定邦傳道、蘇瑋梅姊妹、蔡中榮弟兄、曹德輝弟兄、黃民慧姊妹
邂逅耶穌	17/4 早上 10:50	202 室	0	劉祖興弟兄、張麗娟姊妹 (助導)
宣教士關懷月禱會	13/1 下午 3:00	曾壁山中學	0	駱安琪姊妹
丁噹家庭關懷月禱會	10/2 下午 3:00	曾壁山中學	-	陳曉琳執事

其他

聚會名稱	時間	地點	人數	備註、主要負責人或內容
甘正禱家庭宣教分享會	8/10 中午 12:00	二樓會議室	24	甘可欣傳道
信徒與辦公室政治	5/11 中午 12:00	二樓會議室	28	黃讚雄先生 (香港專業人才服務機構同工)
建堂月禱會	1/10 中午 12:00	地下大禮堂	30	梁榮光牧師 (敬拜事工需要)

崇拜須知

1. 請準時出席崇拜，建議提早十分鐘到達，準備心靈敬拜神。
2. 進入會場前，請關掉手提電話及其他響鬧裝置。
3. 遲到者請前往 102 室轉播區，敬請合作。(週間敬拜不適用)

=====

顧問 賴品超牧師 **同工** 梁榮光牧師 (堂主任)、張漢強牧師、甘可欣傳道、李世雄傳道、劉詩韻傳道、汪慧芬傳道 (部份時間)、周淑芬傳道 (部份時間)

輔導員 蔣定邦先生

教會通訊

馬鞍山利安邨靈糧小學二樓 電話：2643 6551 傳真：2643 6561
糧坊：5286 0092 教會辦公室或幼稚園：5286 0093
電郵：mosllc2000@yahoo.com.hk 網址：http://www.mosllc.org

=====

