

誰能使我們與.....隔離呢？難道是.....？

靈修分享 - 出埃及記

讀書分享：瘟疫有藍天—從公共衛生史與聖經談起
護「事」話你知：愛與責任

香港基督徒護士團契
通訊編輯委員會
編輯：胡曄俊、林清
成員：陳嘉敬、吳卓穎



九龍長沙灣道137-143號長利商業大廈11字樓

Tel: (852) 2369 8512 Fax: (852) 2367 4694 E-mail: info@ncf.org.hk Website: ncf.org.hk Facebook: www.facebook.com/HongKongNCF

15期

2020

誰能使我們與.....隔離呢？ 難道是.....？

編者語：

世紀疫情為全球帶來災難性的影響。香港當然不能幸免。疫情輾轉差不多1年，對整個社會，經濟和醫療帶來很多負擔，甚至是極大破壞，引致很多的限制和措施，簡單至日常的家屬朋友到醫院探病也被禁止，住院病患面對的除了疾病本身的痛苦，還加上了孤單甚至是冰冷。接下來我們會為大家分享一些在疫情下如何堅守白衣天使這身份的故事。

事工消息及代禱事項

- 請為香港和世界各地的新冠肺炎疫情禱告，求主令疫情消退。最近香港的疫情轉趨嚴重，平均每日有幾十人確診，求主讓我們繼續做好防疫措施，不要鬆懈。
- 求主賜智慧及能力給香港政府官員能有效控制疫情，做好把關的工作。
- 請為學生們要留在家中進行網上課程祈禱，亦為要實習的護生代禱，求主保守他們的安全，讓他們可以緊守防疫措施，賜他們健壯的身體和專心繼續學習。
- 為前線的醫護人員禱告，求主保護他們，賜他們有強健的體魄，同心抗疫，竭盡所能去照顧病人。

快一年了，有誰會想到隔離是這麼一回事！生孩子的，丈夫不可以進入產房陪產；病了，被送進醫院，便不准親人探訪；臨近死亡的，在生命倒數的日子，才批准隔著玻璃窗含淚送別.....

究竟作為前線醫護人員，在忙瘋了的日常運作中，我們還可以怎樣為機械式的程序，注入一點人間溫暖和關愛呢？

電話聲響起，是一位中風長者的家人，跟進入住護老院的事宜。話說這位長者李伯，中風入院後，家人便受到隔離措施的限制，只靠每星期的視像通話，連月來眼巴巴望著卧在床上的李伯，漸漸地甦醒，卻發現李伯失去正常說話的能力，需要依賴醫護人員的照顧，家人都感到非常徬徨。得悉醫院有計劃安排李伯出院，便請求在入住當日探望一下。護老院依從隔離措施的指引，在合適的距離下，讓家人

跟李伯見面，聆聽家人的問候，雙方眼神的接觸，流動著閃爍的淚光.....這份細心的安排，也是療癒心靈的良方。

另一回，照顧員報告：來到患有認知障礙症的陳婆婆房間，準備餵食，她就抵緊嘴巴，不肯進食，用家鄉話吵著要出去。職員只好打電話給她的孫女，透過視像通話，兩個人面對面講清楚，幫助了解一下婆婆的情況。看著兩婆孫，你一言、我一語，嘍哩咕嚕一輪後，原來陳婆婆想念著家鄉的姊妹，渴望回去生活。孫女幫忙解釋現在疫情的嚴重性，不適宜出外，望著似懂非懂的陳婆婆慢慢冷靜下來，肯接受餵食。聽到孫女說她愛吃蛋糕，同事翌日特意買給她吃，陳婆婆一口一口，非常享受地說好吃。這個甜蜜蜜的蛋糕，也是愉悅心靈的禮物。

又一回，病床上體弱的中年男人正跟

女兒通電話。他不好意思地說女兒有說話要跟負責護士講。護士接過電話，聆聽女兒的訴求：原來這位爸爸說醫院的冷氣過冷，請護士幫忙拿一張被子給爸爸，免得他身體抵受不住。一個正常不過的需要，舉手之勞，於是護士迅速地拿來一張被子，為病人蓋好，更端上一杯暖水。這杯暖水，不單紓解病者的乾涸，喝進肚子，也成了一股暖流，溫暖人的心房。

疫情期間，每一個醫護人員都謹守崗位，嚴格遵守防疫隔離措施。病患者、家屬都被教導如何遵從，大家都格外小心的。隔離是一個措施，可怕的是那一份孤單無助的感覺。但願人與人之間的一個細心安排、一份微小付出、一張被子、一杯暖水.....就像耶穌基督的言行。我們如此行，眾人就認出我們是主的門徒了。

傅慧貞

靈修分享



出埃及記 三章1-12節

摩西說：我要過去看這大異象，這荊棘為何沒有燒壞呢？耶和華神見他過去要看，就從荊棘裡呼叫說：摩西！摩西！他說：我在這裡。神說：不要近前來。當把你腳上的鞋脫。起來，因為你所站之地是聖地；又說：我是你父親的神，是亞伯拉罕的神，以撒的神，雅各的神。摩西蒙上臉，因為怕看神。(出埃及記三章3-6節)

最近在一場講道中被提醒，沙漠曠野中「荊棘被火燒著」本應該是常態的自然現象。但摩西就留意到荊棘「卻沒有燒毀」並抱著小心探究的心視這事為「大異象」而非過目即忘。

反照自己，我們在這沒完沒了卻又難以觸摸的疫情、社會時事以及繁重工作當中，開始變麻木了嗎？開始習慣「不尋常」了嗎？都運用上同一套慣常的視角、態度去對待「病者第一次經歷的不尋常」嗎？而更重要的是：

我們還記得敏銳神的聲音嗎？敏銳身邊發生的事情嗎？

摩西對神說：我是什麼人，竟能去見法老，將以色列人從埃及領出來呢？神說：我必與你同在。你將百姓從埃及領出來之後，你們必在這山上事奉我；這就是我打發你去的證據。(出埃及記三章11-12節)

「我是什麼人」很多時候，我們突然

被委以重任的第一個反應也會如此。有的是出於謙遜；有的是出於退縮；有的是由衷的「不知道」；也有的，是忘記了。

每天按時回到工作崗位，我們不曾遲疑過作為「護士」的身份。可是，「下班」以後呢？制服卸下、工作證放下之後，護士的專業知識繼續伴隨著我們。當我們在日常生活中看見意外發生、遇上傷患，我們有「隨時上前給予幫助」的預備嗎？

再者，基督徒這個身份，神必與我們同在這個應許，更是無時無刻存在於我們生命當中。

耶和華說：我的百姓在埃及所受的困苦，我實在看見了；他們因受督工的轄制所發的哀聲，我也聽見了。我原知道他們的痛苦，我下來是要救他們脫離埃及人的手，領他們出了那地，到美好、寬闊、流奶與蜜之地，就是到迦南人、赫人、亞摩利人、比利洗人、希未人、耶布斯人之地。現在以色列人的哀聲達到我耳中，我也看見埃及人怎樣欺壓他們。故此，我要打發你去見法老，使你可以將我的百姓以色列人從埃及領出來。(出埃及記三章7-10節)

病人的痛苦，神聽見了，交在我們手裡要轉達醫生。同樣，我們難言的苦情和軟弱，天父肯定都看見了、聽見了。祂不但與我們同在，更會為我們興起帶領的人、安慰的人。而我們當作的，是時刻銘記「基督徒護士」這兩重全天候的身份、職責，不自高也不妄自菲薄，為主所用、作主無愧的工人。

願主為我們添力。



攝影：吳肖群
當生命遇上病魔，只要信念還存，跨越痛苦，憑意志、以勇氣，仍能活出光輝的一生。



書名：瘟疫有藍天——從公共衛生史與聖經談起
 作者：張文亮
 出版社：校園書房

2020年，瘟疫全球大流行的日子，我們都被「看不見的敵人」衝擊我們的生活，改變許多人一直以為有價值的事。

張文亮教授一書《瘟疫有藍天——從公共衛生史與聖經談起》正正在瘟疫蔓延時、各國各方仍尋找方法面對危機時，先用公共衛生醫學史及聖經揭示的傳染病防治。

我是在新型冠狀病毒感染疫情高峰期、停工停課期間在網絡上遇見這本書名，一見便毫不猶豫買下。書中收錄了36篇文章，每一篇的題目都貼近生活，只看題目已經引領讀者的思考及好奇心，如：「為什麼會發生瘟疫？」、「戴口罩上教會，是比較沒有信心的行為嗎？」。

張文亮教授除了用歷史、知識及聖經解答外，亦用自身的經歷令文章加添情意。用愛與智慧回應一場人類與看不見的病毒作戰原則。第一、要以人的生命安全高於國家利益、海外經濟利益；第二、公佈事實，不誇大疫情、不接受壓力、不為特效藥宣傳、不屈從政治，美化數據。以及用真理與知識分析作戰策略的由來，如居家健康、隔離十四天、噴消毒液的起源等。閱後，更了解世界的公共衛生史，同時發現原來聖經裡頭滿滿有防疫的智慧，重新令讀者深思誰是公共衛生史上的先驅。

書中更重要的是讓讀者反思生命教育的內涵，從疫情中，發現原來我們一直看得見的，都

只是嚇人；真正令人最感到可怕的，都是看不見。一場至今還未完結的作戰，因此我們不要說：「我若沒有看見，就不信」。小小的病毒在告訴人，有上帝。

作為基督徒的醫護群體，實踐愛人如己是我們畢生學習這門專業的目的。疫情前，我曾經聽過有牧者分享「每週進出醫院大門的人比進出教會的人多」；疫情發生後，為大眾健康緣故，教會實體的聚會也被迫停止，唯獨進出醫院的人次沒有停下來。人類不是第一次面對傳染病，也不會是最後一次面對傳染病。我們的專業身份是否有更深一層的屬靈使命？對於基督徒的醫護群體，這是一本值得一看的書，幫助我們解答很多瘟疫帶來的生命課題，又或幫助我們反思疫情對生命價值觀帶來的啟示。

疫情不能隔絕上帝的愛，正如張文亮教授用他妻子的生活為例，妻子外出時也會帶上口罩，但同時也是會給丈夫眉目傳情，超越口罩的限制。

疫情亦提醒生命的主權在上帝手中，人需要謙卑；從聖經裡頭看見在醫治裡的科學知識是有上帝的旨意；醫治裡的功效是有上帝的能力；醫治後的復原是有上帝的恩典。所以，醫學、公共衛生學其實是順著上帝旨意來幫助人的學問。「每個得醫治的人，都帶著神跡。」

熊丹

每月金句

他對我說：「我的恩典夠你用的，因為我的能力是在人的軟弱上顯得完全。」所以，我更喜歡誇自己的軟弱，好叫基督的能力覆庇我。

(哥林多後書12章9節)

日期: 4/1/2021 (每月第一個星期一) 時間: 21:00 - 22:00
 報名: ncf.org.hk 查詢: 23698512 Mandy 或 Whatsapp 90174513
 透過視像聯繫，與弟兄姊妹一起禱告，為新冠狀病毒病的疫情和醫護人員的健康守望。

護「事」話你知

愛與責任

日前，探訪一位叔叔。60歲。他患有嚴重糖尿引致腎衰竭，所以要開展家居洗肚，每日三次。

因為糖尿上眼，叔叔要靠太太幫助他洗肚。

他的太太非常機靈，每一個步驟都做得很好，爽快利落。提問她有關的課本知識，她皆答得快而準。

原來她的太太每天也要兼職兩份工作，放工

後就要立刻趕回家幫叔叔洗肚。

家訪期間，叔叔一於「濶佬懶理」，對太太粗聲粗氣，顯得非常不耐煩。

離別前，我向叔叔表示，娶到這樣的太太真是三生有幸，要感謝太太既付出。

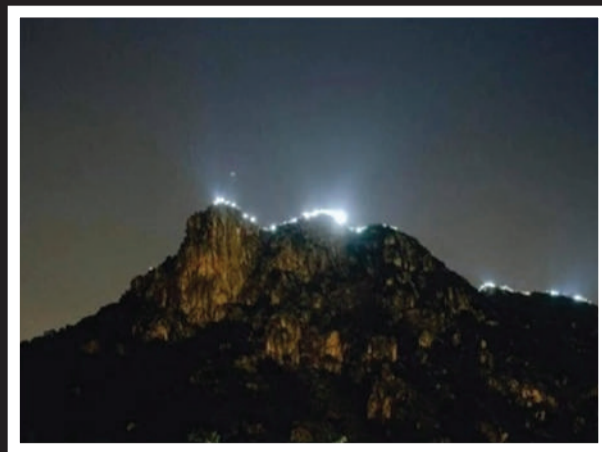
叔叔低頭不語。

太太的付出不是為了搏取讚賞，而是出於對丈夫的愛與責任。

Kat

夜遊獅子山

你是猶大的獅子，必爭戰得勝。



涉身於這個矛盾交錯的社會中，每日都有新的困難，新的衝擊挑戰你價值。你會如何面對？依靠什麼呢？抓緊的又是什麼呢？讓我們在這天結伴同行，一起勇於挑戰逆境。

香港基督徒護士團契 2021年1月份聚會
 25/1/2021 下午1830 樂富港鐵站A出口集合
 費用全免·歡迎護士及護生赴會
 查詢: 23698512 Mandy 報名: www.ncf.org.hk

快速自我改變的竅門 1.0

此課程為護士及護士學生而設，讓他們可以在高壓的工作及學習環境中，突破個人的限制性信念，消除負面情緒，增強個人的正面思想及正能量。由於潛意識控制著我們90%以上的思想，認識潛意識的運作，並有系統地改造潛意識的模式，能快速改變過去固有的壞習慣，成為情緒管理的高手，從而創造新的生活，啟發個人的潛能。此課程亦會透過基督教的信仰整合，讓我們重新認識上帝給我們的召命，切實地活出信仰。

課程內容

- 1 認識潛意識、輕鬆減壓法及提升睡眠質素、基督教的信仰整合
- 2 認識次感元、建立親和感、了解自己和別人的思考模式
- 3 如何快速去除壞習慣、負面情緒及增加正能量
- 4 如何克服恐懼症、面對批評及心緒的設定
- 5 教授: 快速眼動療法 Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR)
 EMDR被認為是治療創傷後壓力症 (PTSD) 的一種非常有效的心理治療方法
6. 處理憤怒和寬恕法



日期: 7/1, 21/1, 4/2, 18/2, 4/3/2021 (隔周二舉行, 共五堂)
 時間: 19:30 - 21:30
 地點: 香港基督徒護士團契會址 (長沙灣道137-143號長利商業大廈11字樓)
 費用: 會員\$100, 非會員\$500 (會員可以帶一位非護士的朋友報讀, 但須以非會員價報讀)
 護士/護生可申請成為會員, 詳情及申請 <https://ncf.org.hk/> 或為會員/
 導師: 國際認可 Neuro-Linguistic Programming (NLP) 高級執行師、傳道人
 報名: www.ncf.org.hk
 查詢: 2369 8512 Mandy
 主辦: 香港基督徒護士團契

做自己的情緒管理師
 20個負面情緒管理法
 你是否受焦慮、強迫、困惑、空虛等情緒困擾？

讀書組 做自己的情緒管理師——20個負面情緒管理法
 你是否受焦慮、強迫、困惑、空虛等情緒困擾？

透過閱讀、討論和分享，引導讀者明白「情緒」是身心健康的指南針，做好預防和自我療癒工作，改善自己和身邊人的心理質素，享受身心健康的生活。

日期: 12/3、26/3、9/4、23/4/2021(五) 報名: ncf.org.hk
 時間: 19:30 - 21:30 查詢: 23698512 Mandy 或
 地點: 香港基督徒護士團契會址 Whatsapp 90174513

費用全免(只接受香港基督徒護士團契會員報讀, 會員申請詳見ncf.org.hk)

** 以上聚會將因應疫情而有機會改用Zoom視像會議形式進行 **