

CARIE 31

香港基督徒護士團契 | 雙月刊

編者語

轉換環境和身份轉變，本來已需要重新適應。加上疫情下的限制和生活/工作常態變化，更加深了適應的難。這次有幸邀請兩位肢體分享疫情下升職和新畢業進入職場的體會，如何經歷恩典。

升職回顧

所以，不要為明天憂慮，因為明天自有明天的憂慮。

一天的難處一天當就夠了。(太6:34)

疫情肆虐這數年，相信不論學業生活或工作，實在出現了太多限制和改變。每次也滿懷希望疫情過去，病毒卻無情的毅然再返。

回想升職之際，香港正經歷第五波疫情：經歷過最辛酸的dirty-team，全天候全套保護衣物和N95口罩換來的頭部不同部份痛楚、那份催促和汗濕、連溝通說話也要比日常大聲的辛酸，真的不為人道；同時間，同事相繼中招，值勤的同事工作量倍增，加上不斷的人事變動（不少同事於此段時期先後離職，及新同事加入等等），作為病房管理層的一員、shift-IC（當值主管）要好好安排合適人手、工作量調整和調配，實在是很大的學問和功課。

做 shift-in-charge 出 assignment 真的諗爆頭，還有海量的大小雜務要兼顧，還要同時顧及新同事的適應和表現，就似流行曲〈難道我還未夠難〉中的「難道我們未夠難，每天生還已是極難...」那個時候真的深受同感！

對於從小到大甚麼也無所謂，不介意自己默默地做著，卻因著「冇得揀」

而作過不同艱難的決定：拆人收房、同事需要一個照顧兩個病重的病人等等，肯定讓不少同事不好受，亦同時受過不少氣。

戰場過後能夠在 pantry 稍息，分享日常鎖事原來是多麼美好的事，其實我多麼的享受在tea房與大家一起嘻嘻哈哈的時光！

每一天上班前，也堅持禱告祈求夠用的智慧和忠心。每天上班前也會先靈修和讀經，學習先求神的國和義。恩典確實夠用：一直堅持做對的事，以公平、人性化和合理的原則分配工作和人手安排。這一年半的確讓我成長了不少：在前線工作與病房管理中找平衡是很不容易的學習，從成功與失敗中努力吸收，在討好與得失中灑脫一點；而我也很享受現在的這個職位，除了是責任，更是一份祝福和榮幸，天父讓我可以盡情投入人的工作。的確對的人事管理是每天讓我也能投入工作的一大原因：做IC與否也在好好的在做自己，做那個合神心意的自己。「所以，不要為明天憂慮，因為明天自有明天的憂慮。一天的難

處一天當就夠了。」(太6:34) 這句金句實在是很大的提醒、很實在的安慰：現在回望，不知多少次在工作間經歷天父的恩典，讓自己艱難卻平安的渡過每一次。

每逢打開儲物櫃門看到太太和女兒的相片也是很大的鼓勵和推動力，不少人及「你唔累咩，成日可以唔訓去湊女？」其實相比其他身為父母的同事，我認為自己也不值一提：沒有她

們，不會有今天的我。

帶阿女放電、與老婆拍拖，我甚至更開心。至少我盡力過輪班爸爸和丈夫的角色沒有錯過太多。

難道我還未夠難，但感恩是天父賜予我一班好好的同事和同伴：再忙大家也齊上齊落！

不知道將來會面對甚麼挑戰，但我總相信：恩典夠用！

筆者現職深切治療部資深護師
攝影師@Yaroslav Danychenko

生活蜜語

攝影 吳肖群



慢活，令負面壓力成為正能量，
讓人生變得多彩多姿。

每月金句

在遍地上也被尊崇。
我必在外邦中被尊崇。
要知道我是神！
你們要休息，

詩四十六篇十節



疫情下的 學護心聲



學護生涯是護理之路的開端，更是不少師兄師姐的初心所在。五年匆匆過去後，回首當初，百般滋味在心頭。

疫情迅速蔓延時，很多計劃和安排都被打亂了。猶記得網課初期，除了在家學習理論，本來要到實驗室學習的護理技巧也只能透過電腦屏幕學習，更別提到醫院實習。縱使後來疫情緩和後，面授課堂逐漸恢復，但我們最關心的實習一再延後。遲遲沒有實習經驗令不少同學十分擔憂，到底我們能準時畢業嗎？恢復實習後需要無止境地追趕實習時數嗎？

除了學業上的改變，每星期的PolyU NCF（理大基督徒護士團契）聚會也受

阻。為了配合防疫措施，聚會改為網上進行，團友的互動受限於螢幕之間。我不禁想，面對模式上的改變、這個比以往實體聚會更難投入的環境，我們真的可以繼續保持聚會的質素嗎？

然而即使有許多阻滯，在困難中總能看見神的恩典和帶領。仍記得當時面對各樣學習上的障礙，不少老師和師兄師姐很願意伸出援手，給我們分享心得，學校亦盡力安排許多在校練習的機會，對於沒有實習經驗卻開始在醫院以TUNS（臨時護士學生）身份工作的同學有很大幫助。後來逐步恢復實習後，亦有幸能遇上很體諒我們的護士和學校導師，令我們知道，我們並非孤單地面對這個疫情。最後雖然追趕實習時數有點吃力，但很感恩，我們總算能按時畢業。

團契方面，上帝更是從沒離開過，一直帶領著我們走下去。PolyU-NCF聚集了比以往更多弟兄姊妹，從只能在電腦屏幕截圖拍照留念，到線上看見彼此的笑臉，大家在疫情裏同行，似乎更深刻體會到在神的愛裏互相扶持、彼此關懷的重要。

畢業在即，面對未知的工作環境少不免徬徨。病房會很繁忙嗎？我能儘快適應工作嗎？香港護界在短期內還會迎來轉折嗎？縱使此刻無從得知答案，但我深信，上帝會為我們安排好未來的路，我們只需不住相信、不住依靠、不住盼望。

願各位護理界的弟兄姊妹都能得著從神而來的平安。



文@KK

坦誠以對



耶穌說：「婦人，你當信我。時候將到，你們拜父也不在這山上，也不在耶路撒冷。你們所拜的你們不知道，我們所拜的我們知道，因為救恩是從猶太人出來的。時候將到，如今就是了，那真正拜父的，要用心靈和誠實拜他，因為父要這樣的人拜他。神是個靈，所以拜他的必須用心靈和誠實拜他。」婦人說：「我知道彌賽亞，就是那稱為基督的要來，他來了，必將一切的事都告訴我們。」耶穌說：「這和你說話的就是他。」（約翰福音4:21-26）

你試過別人坦誠以對的說話和分享嗎？作為護士，我們對病患的身體狀況、各類指數，都需要切實和準確的掌握，這樣才能對症下藥，讓人得到真正的舒緩、解困。然而，面對自己，我們又會否坦誠以對，真真實實的認識自己，坦然接納一個完整的自己？這一個自己或許已是帶著負面情緒、不公或委屈等等狀態至一個宣洩點，那我們又能否坦白向人傾吐、誠實地肯定自身的不足或無助呢？

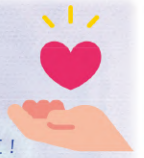
隨著年紀、身份和際遇的轉變，我們會認識多了不同的人事物，對於來自家人、朋友、同學或同事的說話與忠告，我們仍能欣然接受嗎？「朋友加的傷痕，出於忠誠。」真正的朋友，往往像是主耶穌跟撒瑪利亞婦人對話一樣，以愛心說誠實話，並藉此希望受困者能得幫助、得救贖。當主的話，藉著聖經、朋友，甚或是一些讓我們難堪的人，如當頭棒喝一般指出自己的弱點，甚至是指正自己的錯時，我們可有一顆柔和敏感的心，坦然面對呢？

病人往往需要一個過程，才能接納自己突如其來的頑疾和一些惡耗，真正的療程必要由接納、認清自己狀況開始；同樣地，上主往往都給予我們重新開始的機會和選擇，只是我們需要坦然無懼地承認過錯，放下一切纏累自己的擔子，像小孩一般單純地重頭做起，謙卑學習。讓我們敞開心懷來到施恩座前，坦誠地向主耶穌陳說自己內心最真實的光景和現況，求主賜下恩典與隨時的幫助，超越自身的短視和限制，把握每個屬於自己的獨特時刻，接受任何能令自身更茁壯成長的機會。

事工消息及代禱事項

1. 請為新入職的護士禱告：求主保守他們工作上的適應，有力面對不同的人 and 事。
2. 請為護士學生禱告：求主看顧他們有足夠精力應付暑期課堂、實習和考試。
3. 請為退休的護士禱告：求主保守他們的生活，賜他們身心靈健壯。
4. 請為在職的護士禱告：求主看顧他們忙碌的工作中，能夠平衡工作、生活及作息。
5. 8月7日、9月4日、10月9日晚上舉行Zoom視像祈禱會，透過視像聯繫，與弟兄姊妹一起禱告，互相守望。

奉獻支持



誠邀您奉獻支持團契聖工！

可透過以下途徑：

1. 轉數快 FPS ID：100504588
2. 用劃線支票，抬頭請寫「香港基督徒護士團契」
3. 將捐款直接存入匯豐銀行戶口：
127-3-009173

HK Nurses Christian Fellowship，並將銀行收據連同姓名、地址及電話寄回本團契或WhatsApp至90174513。

香港基督徒護士團契
Upcoming events

8月12日(六)	退修日-走進夏達華聖經文物世界
8月18日(五)	香港醫療界培靈奮興會
8月28日(一)	敬拜祈禱會
9月1日(五)	屬靈操練-第三回
9月25日(一)	生死教育
10月6日(五)	屬靈操練-第四回
10月30日(一)	周年大會

8月7日(一)、9月4日(一)及10月9日(一)月禱會(zoom)

SCAN ME

Hk Ncf
hongkongncf

查詢及報名：
90174513

WORSHIP NIGHT

傷透...相信

誰不會受過傷...?
誰不想望被醫治...?
盼望每一傷在禱拜中都能經歷神的觸摸，
達到屬地的恩賜所蒙中，
再次相信，再次尋求盼望...
「祂醫好傷心的人，包紮他們的傷處。」
——詩篇147:3

19:30-21:30
28/8 (Mon)
FES 團契室

SCAN ME

敬拜夜

SPiritual PRACTICE
聖像默想

以默觀方式操練靈性
安靜、放下。
學習親近神，
漸漸懂得愛自己、
關愛別人、尊榮神。

1/9
早上11時至12時15分
ZOOM 見啦!

Register Now!
1:90174513

歡迎護士/護士學生/醫療支援人員
香港基督徒護士團契