



Mar 2025

161期

燭光



一切由「家」開始

別用手機餵養孩子
當完美家長不如當完整的自己
原生家庭對夫婦親密關係的影響
婚姻又豈只是兩個人的權益與福利
牧養同志信徒須知

總編手記

一切由「家」開始 03

傳媒專題

別用手機餵養孩子 04

生命教育專題

這就是我所嚮往的自由嗎？ 06

當完美家長不如當完整的自己 08

婚姻家庭專題

原生家庭對夫婦親密關係的影響 10

聖經如何看婚姻及家庭 12

社關時事專題

婚姻又豈只是兩個人的權益與福利 14

性文化專題

牧養同志信徒須知 16

LGBT+ 專題

同運議程LGBT+ Agenda 18

光影園地

回味好電影之《正義迴廊》 19

活動回顧

「堅守信念·明光同行」慈善跑 20

親子歷奇，讓孩子攀得更高 22

機構快訊

明光社消息 23



轉數快 FPS

收款人「THE SOCIETY FOR TRUTH AND LIGHT」
ID：9436635



郵寄支票

抬頭「明光社」或「The Society for Truth and Light」



銀行入賬

恒生銀行戶口：283-2-338830
滙豐銀行戶口：178-8-057477



繳費靈

請致電18033 或登入ppshk.com 轉賬奉獻，
「明光社」商戶編號：9436

捐款方法



捐款後，請將銀行存款單 / 網上捐款記錄 / 繳費靈付款編號 / 成功過數頁面截圖，連同姓名、電話、電郵、地址，
透過電郵、傳真、郵寄或WhatsApp至6484 4429交回本社。每次捐款\$100或以上，可獲發免稅收據。
www.truth-light.org.hk/support/entry



PayMe

請掃描QR碼



信用卡

請於網上下載捐款表格，填妥信用卡資料後寄回本社。
www.truth-light.org.hk/mdonate1/input
(如選擇其他方式，可減省銀行手續費用)



e-Banking

可以個人存款戶口或信用卡捐款，部份銀行可於網上直接過數，部份則需親到該銀行填寫表格，詳情請向個別銀行查詢。



每月自動轉賬

請於網上下載自動轉賬表格或致電索取，填妥後寄回本社。

ISSUE NO.161 mar 2025

出版：明光社

地址：九龍荔枝角長裕街8號億京廣場11樓1105室

電話：2768 4204 傳真：2743 9780

電郵：info@truth-light.org.hk

網址：www.truth-light.org.hk

facebook.com/Soc.for.TruthLight

instagram.com/truth.light.hk

youtube.com/@truthlight1997

督印人：雷競業博士

總編輯：蔡志森

執行編輯：陳希芝

編委會：何慕怡、吳慧華、張勇傑、郭卓靈、熊嘉敏、呂英華

設計：鄧樂婷

顧問團：

蕭壽華牧師、何志滌牧師、梁林天慧博士、區玉君牧師、
吳宗文牧師、胡志偉牧師、余達心牧師、翁偉業先生、
羅秉祥博士、鄧偉棕律師、陳家樂律師、關德康律師

董事會：

雷競業博士、樓曾瑞先生、陳明泉牧師、關啟文博士、
吳浩然校長、蕭如發牧師、康貴華醫生、鍾穎欣女士、
丘志強律師、梁麗娟博士、曾敬宗牧師、竺永洪先生、
黃靜雯校長

事工顧問：

傅丹梅女士

義務法律顧問：

陳家榮律師



一切由「家」開始

蔡志森
總幹事

家是許多人最後的避風港、最重要的支柱，但家同樣可以是許多人的風暴中心、難以擺脫的「緊箍咒」。原生的家庭對於一個人在性格、心理和習慣的形成影響深遠，包括影響他們婚後與配偶的相處、以及養兒育女的方法。因此，認識自己、了解原生家庭的特點，對如何建立自己的家庭、為人配偶及父母應抱持的態度有很大幫助。作為一個永遠不會完美的配偶和家長，不要為配偶和子女定下不切實際的目標，否則只會弄巧反拙，損害彼此的關係。

當然，為人父母並不容易，面對深受互聯網和手機影響、以及在性解放與LGBTQ（男女同性戀、雙性戀、跨性別及酷兒）文化主導下成長的新一代，跟父母成長時的社會環境有很大差異，當彼此出現分歧，要謹記作為父母是一個終身學習的過程，愛之深、「學」之切；今期《燭光》希望可以為大家帶來一些啟迪、分享一些心得。而作為信徒，除了學會相處之道，更重要是明白上帝對婚姻和家庭的心意，明白一些有關婚姻和家庭的規範和設計，不是為了限制人的自由、而是為了守護我們的婚姻和家庭，不會那麼容易受外界的風暴和挑戰所侵害。

當社會上不斷有聲音要改變一男一女、一夫一妻的婚姻制度，甚至將生兒育女當成像領養寵物，可挑選優良基因，只看重成年人的喜好和慾望的時候，捍衛美善的婚姻和家庭制度來得更為重要，必須讓人明白婚姻又豈只涉及個人的權益與福利，這不只是宗教信念，而是會對兩性關係、兒童福祉甚至社會制度帶來深遠影響。當LGBTQ的文化傳播愈來愈快，教會群體亦無可避免受到衝擊，如何做到接納人而不認同錯誤的倫理觀，是教會的當務之急。❗

燭光
—
總編手記





別用手機餵養孩子



政府統計處在2024年發佈的有關互聯網普及程度的調查，指出曾使用互聯網的10歲及以上人士，由2014年79.9%增至2023年96%，最貼身方便的手機是最主要的上網工具，在10至14歲群組中擁有智能手機的比率為87.6%，而15至24歲擁有智能手機的比率則高達99.8%。¹ 而香港家庭福利會在2024年公佈的研究亦發現，受訪學童中有11.8%有網絡遊戲成癮的問題，當中有70.6%更出現抑鬱情緒，近30%情緒管理能力較差，遇到困難會容易選擇逃避，另有36.2%學童每天花三小時或以上玩網絡遊戲，導致他們忽略學業、運動或其他興趣。² 類似的調查或許還有更多，都顯示青少年的上網時間過長會引發情緒問題，上網時間與他們的成長有著密切關係。

家長不單需要細心關注兒童及青少年在實體世界的社交生活，更加要留意他們於網上虛擬世界所接觸的內容，兩方面都不能掉以輕心，因為兩個「世界」都不斷地影響及「重塑」孩子的大腦，當孩子的大腦在青少年階段被「塑造」完成後，家長想做任何事情去挽救都已經相當困難，一切都為時已晚。

有關大腦的「重塑」

《失控的焦慮世代》一書指出，孩童充滿可能性的大腦，在成長的時期會忙著建立新的連結並淘汰舊的連結，透過累積經驗和練習不同的技能，他們不常使用的神經元和突觸會逐漸退化消失，經常

1 〈主題性住戶統計調查第80號報告書——互聯網和個人電腦普及程度〉，香港特別行政區政府 政府統計處，2024年6月27日，網站：<https://www.censtatd.gov.hk/tc/wbr.html?ecode=B11302012024XX02&scode=453>（最後參閱日期：2025年3月4日）。

2 〈新聞稿〉，家福會，2024年2月6日，網站：<https://www.hkfws.org.hk/news/press-release/20240206>（最後參閱日期：2025年3月4日）。

使用的連結就會變得牢固和加速神經的傳遞速度。³而以下三個強大動機，可以令成長中的孩子學習得更好，它們分別是：一、自由自在地玩；二、調整節奏與他人同步；三、進行社會學習。

可以想像手機的出現，當中的遊戲、社交媒體易令孩子成癮，也將他們帶到虛擬世界，他們不能再在真實的世界去以這三個動機去強化學習、與社會連結、與人同步活動、輪流做動作，甚至連處理衝突和發展身心的機會都失去了。相比之下，社交媒體的活動大多屬表演性質，例如讓用戶上載自己的照片和影片，這些活動也鮮有與人同步，它們會阻礙協調和同步的練習，重度的使用者最多只會渴望建立社交連結，但這類交流也會缺少了面對面的學習，用戶不能觀察其他人的面部表情與肢體動作，因此無法學習這方面的溝通方式。

社會學習重要時期

9至15歲是社會學習的重要時期，它是孩子學習文化的一個關鍵敏感時期，孩子在這段時期獲得的經驗會影響他們的身份認同，並會留下深刻的印記。而這個時期也剛好是父母讓孩子擁有智能手機的時期，容許他們上網瀏覽，甚至管理自己的社交平台，他們的社交生活也會由實體世界慢慢轉移到虛擬世界。

有好些家長對孩子在實體世界的管束甚為嚴格，很多事情都不容讓他們去體驗，深怕他們會「受傷」，一點風險也不想他們承受。然而過度保護會令孩子失去探索世界的機會，當他們面對人與人之間的關係時，由於欠缺解難經驗和修復人際關係的經驗，孩子會顯得欠缺安全感和脆弱。《失控的焦慮世代》的作者Haidt指出，家長不讓孩子有適當的冒險機會，這種安全至上主義是孩子第一種「體驗阻斷器」，妨礙了他們學習和成長。

第二種「體驗阻斷器」是智能手機。手機和一些數碼裝置為孩子提供了很多娛樂和體驗，不少家長會覺得他們乖乖地留在房內看著螢幕、玩著遊戲也不錯，但漸漸孩子對螢幕以外的東西興趣大減，這不單阻礙他們探索真實的世界，也會令他們陷入其他風險。家長放手讓孩子在網絡瀏覽，和陌生人交流，會令他們有更多機會接觸網上色情內容，或跌入情騙的陷阱。

睡眠時間與注意力均被剝奪

除了真實的社交活動因為過度使用手機而受限，未能與人建立深厚情誼之外，青少年成長應有的睡眠時間亦會縮短，他們的注意力會變得碎片化，而網絡成癮等情況都會影響著青少年腦部及心理的成長。當注意力長期被手機訊息打斷，會干擾他們執行功能的發展，因著學習常常分心，未能專注做出選擇，青少年可能會陷入「困惑、茫然、思緒散亂的狀態」，⁴在學習中未能獲得成就感，而因滑手機所產生的多巴胺，就可能仍舊佔據他們的心神，令他們繼續依戀著手機螢幕。

為預防孩子繼續被智能手機、網絡多重剝奪，請各家長們先撤走第一種「體驗阻斷器」，讓孩子在實體世界有多點自由空間去體驗和探索，不要親手把孩子推向網絡世界而不管，任由他們於網海孤身作戰，把他們餵養成孤單、脆弱、失去方向的一代。❗



3 海德特 (J. Haidt)：《失控的焦慮世代：手機餵養的世代，如何面對心理疾病的瘟疫》(The Anxious Generation: How the Great Rewiring of Childhood Is Causing an Epidemic of Mental Illness)，鍾玉珏譯(台北：網路與書，2024)。

4 同上。



(圖片來源：AI生成圖片)

這就是我所嚮往的自由嗎？

1月中，動漫界一套經典大作《進擊的巨人》劇場版在本港戲院上映，電影將整套動漫的最後一個部份剪輯出來，讓觀眾在大銀幕前一氣呵成收看。由於它廣受歡迎，令觀眾不介意付費入場收看。相信當中最值得討論的是主角艾倫對於「自由」的想像，因為他總是不斷重複「自由」，到底艾倫口中的自由，是怎樣的一回事？

嚮往自由之翼

在《進擊的巨人》故事中，起初艾倫想要的自由，是衝出身處的四圍圍牆，到外面的世界看看。當時人們以為世界只剩下圍牆之內的人類，當中包括小時候的艾倫。因為牆外有巨人，而巨人會對人類進行殺戮，所以牆外的世界充滿危險。至於為何巨人會出現，最初仍是一個謎。艾倫和他的好友阿爾敏，都非常嚮往牆外的世界，而巨人是阻擋他們獲得自由的唯一阻礙。故事中有一個軍人小隊名為「調查兵團」，負責調查牆外的巨人之謎，軍人披著繡上「自

由之翼」圖案的斗篷，寓意只要透過走出城牆，解開巨人之謎，牆內的人就能獲得探索世界的自由。艾倫嚮往著這樣的自由，所以想要加入調查兵團，並深信只要能消滅巨人，就能獲得自由。

生而為人總會對世界充滿好奇，就如有人問艾倫「為何要走出去呢？」他會說：「因為我出生在這個世界上啊！」彷彿在告訴觀眾，想獲得自由是一件理所當然的事，這是艾倫尋找自由之旅的第一階段。

能把敵人殺光，就能獲得自由？

隨著劇情推進，幾位主角已經解開了大部份謎團，而艾倫也知道了巨人力量的來源，原來城牆之外，除了有巨人，還有奴役他們民族的敵人，這些人就在大海的另一端。一開始艾倫想走出城牆外，當他走出城牆來到了海邊，他才發現原來海的另一端還有數不清的敵人，他甚至發現那些只會殺戮的



巨人，原來都是由自己的同胞轉化而成，那時他才知道，世界遠比自己所想的複雜。

艾倫在尋找自由的第二階段，在發現有數不清的敵人後，他由想殺光巨人，變成想要殺光對面海的敵人。他仍在追尋著自由，想得到真正的解放，走進沒有戰爭的樂園。

「我是自由的」

劇情一路發展，觀眾發現艾倫在故事初期，已繼承了進擊的巨人和始祖巨人的力量，受到巨人力量的影響，許多記憶一下子充滿他的腦袋。然後他暗中策劃滅世計劃，預備要殺光所有敵人，一步步邁向自己想要的自由。艾倫身邊的好友阿爾敏和米卡莎試圖勸阻他，但艾倫對他們說：「我是自由的。不管我做甚麼，選擇甚麼，都是依照我的自由意志做出選擇。而我最討厭的就是不自由的人。」又對著深愛他的米卡莎說：「我最討厭的就是你了」，因為他認為米卡莎是受了她繼承的阿卡曼血統影響，才會保護和追隨自己，認定她是一個不能自由做出選擇的人，是一個不自由的人。

有觀眾試著解讀此一劇情發展，指艾倫是因著要保護朋友，才決斷地做出傷害朋友的行為，令他們疏遠自己。筆者也同意這樣的講法，但從心理層面去理解那時艾倫的狀況，他多番強調「我是自由的」，其實一個人一再確認自己是自由，反而突顯出他心底裡認為自己是不自由的，又或者說，對著他人多次確認自己的特質，其實也是一種沒有自信的表現。

進入尋找自由之旅的第三階段，艾倫決定用犧牲更多人的方式，來得到自己所嚮往的自由，他要發動「地鳴」，讓一眾巨人踏平這個世界，消滅地上大部份的人，使世界文明水平一致，這樣短期內便不會發生戰爭了。

「我是自由的奴隸啊」

基於艾倫擁有進擊的巨人的力量，他可以「看

見」未來發生的事情。他後來向朋友坦白自己試過努力去改變未來，但結局依然是一樣的。也就是說，對艾倫來說，命運是早已註定了，滅世似乎是無可奈何的選擇。來到追尋自由之旅的最後階段，艾倫對阿爾敏哭訴：「我是自由的奴隸啊。」他覺悟到，自己對自由的追追逐逐，讓自己陷入無比的痛苦，因此他向朋友坦白了一切。不論艾倫想不想滅世，觀眾其實難以從他的說話和處境有更深的體會，因為當阿爾敏詢問艾倫為何要滅世時，他的回答是：「我不知道」，此話一出迅即引起了粉絲的熱烈討論，如果故事的作者想用「我不知道」來結束故事，似乎只是來了一個草草收場，沒有解釋艾倫連串行動的目的。

艾倫到底是自由還是不自由？這個問題不容易回答，但至少觀眾會明白艾倫背負了歷史的重擔，他只能作出別人無法理解的決定，他是孤獨的，也承認自己只是一個無能的人被賦予了強大的力量，為著目標而盲目地行動。不過，艾倫的滅世行動並非全無意義，他的行動讓兩個本來對立的民族得以面對共同的「敵人」，最後更化解對彼此的仇恨，某程度上艾倫的行動讓別人得到自由。在故事臨近落幕時，為了阻止艾倫滅世，米卡莎選擇了殺掉艾倫，她做了一個自由的決定，因為愛而反抗自己所愛的人。

真正的自由並不是世界只剩下自己與朋友，而是在平凡的日子裡即使要面對痛苦，但仍能與朋友度過生命中的歡樂時刻。故事中曾經提到，阿爾敏有時會覺得自己是為了與艾倫和米卡莎在草原上奔跑玩耍而誕生的。又或許如艾倫的哥哥吉克所說，如果只是為了與他喜歡的那位老師玩傳球遊戲，他願意再次出生在這個世界上。能夠有同伴在身邊，做一些令彼此快樂的事情，的確能令人欣慰。🌱





當完美家長 不如當完整的自己



現代家長肩負多重角色，無論全職料理家庭或雙職奔波，總陷入永無止境的忙碌。家長們每日啟動自動運作的模式，忙於照顧孩子、投身家務或工作中，將自我感受擱在一旁，甚至忽略身體的疲憊警號。在心理治療領域中，完形諮商學派提出了「覺察」這個概念，它或許能為被困在不同角色中的父母，提供安慰和出路。

過度倚賴理性分析引發問題

完形諮商學派的核心精神，強調「覺察」、「選擇」、「責任」這個黃金鐵三角，並且將心理治療的目標放在覺察中，令接受治療的人明白自己的需求或情緒，幫助他們做出選擇，以及對有關選

擇承擔後果。¹ 完形諮商學派專家曹中璋在其著作道出了現代父母的困境——過度依賴「中界覺察」，即側重判斷、分析、計劃、比較來獲得知覺。本來依賴中界覺察來判斷事情狀況並沒有錯，但如果過度依賴它，就會容易未有足夠了解事情便做出決定，也會令人漸漸忘記當刻身體真實的需要和感覺。² 當生活被切割成零碎任務，父母如同執行指令的機器，例如媽媽一邊吃飯，一邊替孩子批改作業，食不知其味，爸爸陪伴孩子玩耍時分神回覆工作郵件，親子陪伴便會變成無可奈何的任務，父母的身心都未能專注當下的生活。

要遠離過份依賴中界覺察的慣性，家長們需啟動全面覺察的平衡練習，喚醒長期被壓抑的內界和

1 曹中璋：《遇見完形的我：用覺察、選擇、責任與自己和好，解鎖人生難題》（台北：究竟出版社，2020），頁29。

2 同上書，頁36-38。

外界覺察能力，³ 讓自己從講求效率、不斷向前衝的模式中得到釋放，意識到自己的存在和察覺到自己的感覺。「內界覺察」著重身體的感覺，能讓人察覺肩頸緊繃的疲憊訊號，以及可能因焦慮情緒累積而引發的胃部不適；而「外界覺察」則能讓人使用五官，真實地感受四周事物。透過微小的練習，能幫助人們在混亂的日常中重新定位，例如每日花五分鐘用眼睛來觀察植物，感受當刻自我真實地存在，而不是一台永不停止的機械。當媽媽凝視著窗台上的小盆栽，她停止挑剔葉片上的蟲洞，轉移欣賞翠綠的葉子，她可能會突然理解，對待自己與孩子，何嘗不需要這份溫柔 and 接納的態度？

正視內在的各樣需要

有不少家長努力為家庭和孩子提供最好的照顧，這是一件美好的事；但如果家長們過度追求盡善盡美，甚至不容許自己稍作休息，不放心把事務交給別人來處理，這種過度辛勤的狀態會為家長們帶來長期壓力和焦慮情緒。當社會推崇的「嚴謹認真」被無限放大時，與之並存的「放鬆自在」便會遭到輕視，甚至被驅逐。例如媽媽堅持每晚盯著孩子溫習，即便頭痛發作仍強撐著，更抱怨自己為甚麼會生病，甚至認為自己浪費了孩子寶貴的溫習時間，這種不容許自己放鬆下來的態度，令家長們陷入內疚和疲累的漩渦。

完形諮商創始人波爾斯認為，每個人的特質如同光譜的兩端，嚴謹與輕鬆、勤奮與慵懶本是一體兩面，一個人其實是同時具備兩面的特質，只是它們會在不同時間呈現，兩者都是完整人性不可或缺的部份。⁴ 曹中璋透過「我王國」這個比喻來解釋這個概念，它亦可以啟發家長，如明君治國重用不同的大臣，學習接受並悅納自己的所有特質——欣賞「勤勉大臣」制定學習計劃，也為「慵懶大臣」預留玩樂的專屬時光。當家長能正視內在的各種需求，慢慢欣賞自己不同的面向，就能以更溫柔和寬容的態度來愛惜自己。

斷捨離不合時宜的童年教條

在成長過程裡，家長們心裡內化了許多「應該遵從」的框架，它們會成為教育孩子時的理想目標，例如「好媽媽就是要入得廚房，出得廳堂」、「孩子必須要考得好成績」或是「要當能賺大錢的爸爸」等想法和執念。這些都是標準極高的社會期望，它們或是源自童年時接收的規範，有時與家長的能力和志向都不相符，甚至會變為自我懷疑與苛責，令家長陷入困境。

辨識哪些信念真正屬於現在，哪些該歸還給過去，可以幫助家長鬆開代代相傳的枷鎖，⁵ 再建立適合現在的生活理念，這種改變可以帶來療癒。家長可在心理師的陪同下進行「未寄出的書信」儀式：一位媽媽在信中向「完美煮婦」的想法告別，允許自己偶爾點外賣，而非堅持必須親自預備三餐；一位幼時被教導「必須成功」的母親，在信中向自己昔日的照顧者表達：「謝謝您讓我學會努力，現在我把它還給您，我的價值不需由孩子分數來決定」；一位常常為業績憂慮的爸爸，將成為「超人爸爸」的想法還給原生家庭，並且開始學習與孩子分享自己的感受，在加班時更打電話告訴孩子：「爸爸今天很忙很累，但也很想念你。」這種情感的流露，不僅讓孩子感受到父母的真實與溫暖，也讓家長從壓力中得到釋放。

親愛的家長，願我們能善待自己，承認「夠好」的當下即是完美，欣賞自己為家庭和孩子獨特的付出。商店裡總在販賣「更優秀的育兒方案」，彷彿孩子必須上更多的補習班、到更多的興趣班、遊學更多的國家，家長才沒有虧待孩子。其實，真正的教養智慧在於慢慢認識、接受並喜歡原來的自己，這樣，孩子才有機會學習用寬厚的眼光看待自己和世界。🌱



3 同上書，頁40-41。

4 同上書，頁78。

5 同上書，頁124。





原生家庭對夫婦 親密關係的影響



志明在三兄弟中排行最大，父親經營零食的批發生意，需要經常到海外，由於父親不在家，以致和三個孩子的關係較為疏離。媽媽由於要照顧三個孩子，精神壓力很大，情緒不穩，經常以打罵的方式管教他們。家人間欠缺親密互動，令他們習慣了不會表達情感的需要。

轉眼間，志明亦長大及成家立室，只是婚後幾年，太太總是覺得他不夠愛她，志明覺得很冤枉，他明明很愛太太，將每月的薪金交給太太，志明不明白為何她仍不滿意。志明的太太來自一個很溫馨的基督教家庭，她是長女，有一個妹妹，家人間事無大小都會分享，家庭氣氛總是熱熱鬧鬧，有說有笑，當初志明也是被太太的家庭氣氛所吸引，希望婚後自己的家庭也是這樣。可惜，事與願違，他期望的溫馨家庭沒有出現，反而是經常遭到太太投

訴，覺得他對她的需要漠不關心，有衝突時又不肯面對，甚至一走了之。太太期望志明能像她的原生家庭般，凡事都有商有量，夫婦二人一起尋找解決問題的辦法。

原生家庭與情感親密關係的建立

志明無法滿足太太的情感需要及逃避衝突的做法，很可能是受到他的原生家庭影響，在缺乏親密連結的家庭成長，令他根本不懂得如何去表達愛；心理學研究顯示，在四種家庭成長的孩子，長大後會缺乏表達及建立親密感的能力。

第一種：缺乏穩定的生活及經常轉換主要照顧者
0至6歲是建立個人安全感的重要時期，如果這段時期，父母總是不在孩子身邊，並將他交給爺爺嫲嫲、親戚或傭人照顧，由於經常轉換主

要照顧者，孩子剛與照顧者建立關係後，很快又要面對分離，然後再適應新的照顧者，這種不穩定的關係，令他的情感及依賴需要無法得到滿足，這樣的孩子會感到自己是不被愛、不被重視及沒有價值的，亦對未來充滿焦慮，欠缺安全感，無法和人建立穩定的親密關係，以致他長大後也不懂得如何與人建立親密感。

第二種：需要及感受長期被忽略

孩子在成長的過程中，會有很多問題及需要，例如向父母說晚上不敢睡，擔心有賊人，有些父母會覺得孩子的擔心毫無理由，所以不予理會。又例如孩子在學校被欺凌感到很難受，孩子告訴父母，父母只覺得這是小孩子間的小矛盾並不予理會，有的父母甚至反過來指責孩子，覺得是他做錯事才會被欺凌。孩子如在這樣的環境下成長，他的需要及感受會長期得不到回應，漸漸地，他便不再將需要和感受說出來，避免失望，和父母的關係也不會親密，長大後也不懂得如何培養親密關係。

第三種：父母的情緒不穩定

父母情緒穩定才能給孩子安全感，孩子知道做甚麼事會有甚麼後果，例如，讀書成績好，父母便會開心，他搗蛋，父母便會生氣，一切都是可預計的。但是，對於情緒不穩定的父母，他們的情緒及行為是無法預計的，這一分鐘情緒穩定，下一分鐘卻無故勃然大怒，覺得家裡的問題都是因孩子而起，說他是「掃帚星」、「陀衰家」，將孩子貶得一文不值，這使孩子無所適從，每日都戰戰兢兢地惶恐度日，他會盡量逃避衝突，即使與父母有衝突，也會盡量息事寧人，由於要避開父母的情緒而長期避開父母，他與父母的關係變得疏離，更不可能與父母建立親密關係。

第四種：父母有暴力傾向

有些父母受某些觀念影響，認為用打罵的方式管教孩子，是為他好，於是，孩子稍有出錯，便會或打或罵，在這樣管教下成長的孩子，因

為擔心被責打，所以很害怕犯錯，他會盡量滿足父母的期望及要求，對自己的需要則有所忽略。有些被父母長期虐待的孩子，為了生存，會對痛楚的感覺及感受變得麻木，只要一接觸到情感及感受，他便覺得很痛苦，因為原本應該愛他及保護他的父母，卻是傷害他最深的人。這些孩子長大後，會變得缺乏同理心，在婚姻關係中亦很難滿足配偶的情感需要，他缺乏情感的接收及給予能力。

擺脫原生家庭影響，重塑幸福婚姻

透過認識我們的原生家庭，可以對我們的性格及做事方式，如面對衝突時的回應，有更深了解，從而作出改變，不再容讓原生家庭的過去，影響我們的未來。志明與太太的原生家庭氣氛很不同，夫妻性格不同以致互相吸引結為夫妻。一對夫妻在很多事情上的差異，可以是幸福，亦可以是不幸，要看你是聚焦在分歧帶來的衝突抑或分歧帶來的成長。志明面對衝突時，一直逃避，這很可能是害怕觸碰他的情緒按鈕，他擔心無法處理狀況會令自己顯得無能，他討厭無能的自己，因此無法面對，並選擇一走了之，以為經過一段時間後就可以忘記跟太太的衝突。經過輔導後，志明明白到衝突事件是不會被忘記的，這些長年累月積壓下來的問題不去處理，會嚴重破壞夫妻關係，若加上外來的試探引誘，這段婚姻恐怕要走到盡頭了。因此，志明在輔導員的幫助下，學習面對衝突及表達自己的感受。作為基督徒的他們，可以從聖經以弗所書四章26至27節「生氣卻不要犯罪；不可含怒到日落，也不可給魔鬼留地步」的教導中學習，明白到衝突令夫妻間產生憤怒的情緒並非是犯罪的表現，但若不不斷累積怒氣及不饒恕，便會令魔鬼有機可乘，破壞他們的婚姻關係，因此，他們遇到衝突時，會先了解衝突的原因並盡快處理，尋求修復關係的和解之法，重建親密的婚姻關係。🕯





聖經如何看婚姻及家庭



在美國，總統特朗普再次上台後，他的一些處事手法確實叫人不敢恭維，但無疑他上台後，一些價值觀得以撥亂反正，他先令聯邦政府機構只提供男或女的性別選項，又停止簽發性別中立「X」選項的護照，及限制19歲以下的兒童及青少年接受性別轉換的治療。然而，在當地竟然有教會對以上的政策表達批評與攻擊。在香港，立法會早前討論並通過一項名為「守護本港一夫一妻、一男一女的婚姻制度」議案。有人會疑問「一夫一妻、一男一女」的婚制不是在香港一直存在嗎？為何還要討論及通過這樣的議案？此文不會敘述爭議的內容及背景，讀者可以自行翻查資料。然而這些爭議的背後，其實正反映當代價值觀已在不知不覺中被動搖及變質。對基督徒而言，我們應回到聖經去尋找婚姻及家庭的本質。

從創世看婚姻的起源

創世記二章18節記載，上帝在創造亞當後感到：「那人獨居不好」，遂以亞當的肋骨造夏娃

作為「幫助者」。上帝這樣做，並非只為解決孤獨問題，而是要見證**婚姻是上帝主動賦予人類的恩典設計**。當亞當第一次見到夏娃，便稱她為：「骨中的骨，肉中的肉」（創二23），這顯示夫妻關係的本質是「二人成為一體」（創二24），而一男一女是上帝自創世以來建構夫妻關係的獨一設計，這樣的組合才能成為完美及真正的「一體」。

從聖經看婚姻家庭的特質

閱讀聖經可以讓人了解婚姻與家庭的特質：家庭是由血脈相連的成員組成，救恩與信仰可以透過家庭傳承下去，神所設立的婚姻是以一夫一妻作為基礎，一位家庭成員對上帝的信心，可以令其他家庭成員獲拯救，以及夫妻之間應彼此相愛，二人可互補對方不足。

家庭成員間血脈相連

上帝賜福人類「生養眾多，遍滿地面，治理這

地」(創一28)，此使命是要透過一夫一妻、一男一女的婚姻家庭才可以實現。生育不僅是繁衍後代，更有「教養」的責任，以培育兒女活出上帝的形象，才可以代代相傳去治理大地(申六6-7)。當我們閱讀聖經家譜時，雖然會覺得有點冗長和沉悶，但它卻包含了重要的訊息：家庭是傳遞救恩、信仰的載體，上帝透過**家庭血脈**實現救贖，從救恩的歷史可見，上帝先呼召亞伯拉罕，然後以撒，以撒又生雅各，雅各生的12個兒子成為了以色列民族的12支派，最後由以色列開始繼續傳揚救恩，全部都是**一代接著一代，血脈相連地發生**。

一夫一妻是上帝恩典設計

聖經明確以「造男造女」(創一27)、一夫一妻作為婚姻基礎。舊約中如亞伯拉罕、雅各，他們雖然都是一夫多妻的案例，但上帝只會按「**原初設計**」，即一夫一妻作為家譜的延續，家譜中只會承認一個妻子的後代。上帝創造亞當、夏娃作為一夫一妻的典範，後來上帝降下洪水滅世，希望世界從新再開始，當時的新世界也是僅存「一夫一妻」的家庭(創七7)，就是挪亞與其妻子，三個兒子與他們妻子的家庭。

救恩以家庭作單位

聖經的記載，救恩是以家庭作為單位的，聖經不乏「一人信主，全家得救」的例子，如上帝因為挪亞的義，他的全家都可以因信進入方舟(創七1)，聖經中並沒有提到他的妻子、兒子及媳婦是否義人，就是因為挪亞的義，他的一家八口都可以進入方舟，可見上帝著重家庭，而上帝只會承認挪亞的唯一妻子、兒子及媳婦作為家庭單位裡的成員。

活出基督的家庭

以弗所書五章22節及25節分別說：「你們作妻子的，當順服自己的丈夫」、「你們作丈夫的，要愛你們的妻子」，經文道出夫妻關係的更深一層意義，就是彼此要相親相愛，互補成

全，以至可以活出基督的樣式。丈夫是妻子的頭，上帝一早已定了男、女在家庭的位置與規律，不容許顛倒混亂。當人們見到丈夫與妻子相親相愛的樣式，就可以將榮耀歸於上帝。家庭是上帝喜悅的，耶穌的第一個神蹟就是在婚禮中發生，當天耶穌出席一男一女的婚宴，並把水變酒，以象徵上帝對這個家庭的祝福。

總結

男人和女人都有上帝的形象，因為上帝造男亦造女。一個家庭若只有男性的角色，子女會缺乏女性角色作模範；相反若家庭只有女性的角色，子女亦會失去學習男性角色的機會。Katy Faust的父母在她10歲時離婚，母親後來愛上女人，她在書中道出在兩個女人組成的家庭中成長的感受，及與父母一起生活的重要性，父、母的角色缺一不可。Faust稱：「在母親身上，我學習到能夠看到問題的各個方面，並同情他人，故此在解決衝突時，我會受母親影響而看到每個人的觀點並理解每個人的掙扎。在父親身上，我學習到信心，當我走進一個眾多男人的房間，我能堅定地與他們握手，並直視他們的眼睛。」雖然父母積極參與，令Faust在父母身上都繼承了美好特質，但她不諱言，父母離異對孩子來說是可怕的事情，她和媽媽關係密切，但亦只能視媽媽的同性伴侶為朋友。故此，男、女的形象都是上帝所賜，家庭中必須具有這兩個形象才算是合一、完整的家庭。面對多元婚姻定義的衝擊，我們應著重聖經的根基與教導：婚姻是上帝所設立，不可因社會制度變遷、個人喜好而更改。我們要堅守上帝從創世所設的家庭規律：一夫一妻、一男一女、一生一世。🕯





婚姻又豈只是 兩個人的權益與福利



終審法院於2023年10月頒令，要求政府須於兩年內確立同性伴侶關係的替代框架，讓他們的關係獲法律承認。雖然終審法院裁定香港政府並沒有憲制責任承認同性婚姻、以及在海外註冊同性伴侶的婚姻關係，不過，過去十多年，許多本來只屬於婚姻關係內享有的配偶權益，包括受養人身份、合併報稅、公務員配偶福利、以配偶身份申請公屋和居屋、以及無遺囑遺產繼承等等，在海外註冊的同性伴侶都已經一一透過司法覆核爭取到相關權益。法院的裁決將原本只屬異性配偶的權益給予同性伴侶，不少市民雖然不認同，亦不願意將由納稅人承擔的社會資源給予同性伴侶，間接承認他們的法律地位，但卻無從反對。

對於終審法院要求政府訂立的替代框架，不

少支持同性戀運動的團體皆希望是以類似民事結合（civil union或domestic partnership）形式來制定相關的法例；不過，大家不能不知的事實就是，過往所有通過民事結合的國家和地區，最後皆會順理成章通過同性婚姻，而且中間過渡的時間愈來愈短，因為民事結合就是等如認同性伴侶應該與異性配偶一樣享有猶如婚姻的福利，只因社會未完全接受而以此制度作權宜之計。因此，若果社會人士不贊成同性婚姻、或不認同港府有憲制責任承認同性婚姻及海外註冊的同性婚姻的話，根本就不應該支持以民事結合作替代框架。

同性伴侶若果可以享有猶如異性夫婦的法律權益，無可避免必然會引發倫理爭議，在外國出現得最多的爭議，就是涉及領養子女，以及透過生殖科

技生兒育女，這亦正正是本社及不少重視兒童權益的團體最為反對的事。我們相信兒童能盡量在親生父親及母親撫育下成長，是最符合他們權益的，而兩個母親無論多疼愛子女，都不能取代父親在兒童成長階段的重要角色，同樣，兩個父親無論多疼愛子女都不能取代母親的角色，任何人為地剝奪兒童在親生父親及母親撫育下成長的舉動，都是嚴重的虐兒行為。

至於同性伴侶以生殖科技繁衍下一代，必然會出現透過第三者捐精或捐卵的情況，外國已出現不少捐精者或捐卵者的後代表示，他們在成長期間，對自己的身份感到困惑，以及希望了解生父或生母是誰，這問題往往令他們深受困擾，這與一些兒童因為父母離世、被遺棄或無力撫養而需要被人領養的情況不同。子女並不是父母的財物，而生兒育女要考慮的不單是父母單方面的喜好或權利，而是應該同時考慮將要出生兒童的權益，而由於嬰兒無法捍衛自身的權益，必須由政府代為出頭，阻止任何可能對將出生嬰兒不利的情況出現。任何法例或政策的修訂，若可能會造成同性領養或以生殖科技繁衍下一代的情況，在政策推出前，必須考慮兒童而非成人的權益，並且應該廣泛徵詢市民的意見。

不少人支持同性伴侶可以享有猶如異性夫妻一樣的權利，他們多喜歡以平權為理由，並且因著一些同性伴侶在逝世之後，未能有法定身份處理與其伴侶相關的身後事及遺產等事宜，而感到不公平及同情當事人的遭遇，所以支持給予同性伴侶相關的權利。但要解決相關問題其實可以有不同的方法，多年以來，本社一直建議用「緊密關係授權」的方法，去處理有關同性伴侶在私人領域（如醫療

指示、身後事的安排及骨灰的處理等等），至於財產方面最好又最能減少爭拗的方法就是盡早訂立遺囑，既然當事人真的全心信賴自己的伴侶，亦不想自己過身之後伴侶與家人因財失義，訂立遺囑才是負責任的做法。

本社過往已有許多文章及小冊子介紹有關「緊密關係授權」的內容，詳情可以參閱本社的網頁。¹ 至截稿前，雖然立法會已通過了守護一夫一妻制無約束力議員動議，² 但政府仍未公佈有關替代框架的內容，而本社嘗試約見政制及內地事務局局長了解有關詳情亦未能成功，令人憂慮政府若在未來半年倉卒推出並通過有關框架，市民大眾萬一有不同意見，恐怕亦沒有足夠的時間及渠道去表達，令政府重蹈終審法院的覆轍，作出與主流民意背道而馳，以及不能令人信服的決定。我們重申，婚姻不是單單屬於兩個人的事，牽涉的是整個社會的制度，以及非常重要的兒童福祉，絕對不能簡單地當作兩個人的權益與福利來看待。👤



1 電子書《同性婚制與緊密關係政策》除了有文章介紹「緊密關係授權」安排，亦有文章講解何謂民事結合，以及更改現行婚姻制度對社會帶來的影響，詳見〈同性婚制與緊密關係政策〉，明光社網站，2019年6月28日，網站：<https://www.truth-light.org.hk/nt/entry/同性婚制與緊密關係政策>（最後參閱日期：2025年3月11日）；〈公開聲明：維護男女婚制獨特性 肯定緊密關係授權〉，明光社網站，2018年7月5日，網站：<https://www.truth-light.org.hk/nt/statement/公開聲明維護男女婚制獨特性-肯定緊密關係授權>（最後參閱日期：2025年3月11日）。

2 〈立法會通過一夫一妻制無約束力議案 葉劉絕不姑息婚外情黨員〉，《am730》，2025年2月12日，網站：<https://www.am730.com.hk/本地/立法會通過一夫一妻制無約束力議案-葉劉絕不姑息婚外情黨員/532343>（最後參閱日期：2025年3月11日）。



牧養同志信徒須知

教會要拒絕罪，但要接納罪人，因為我們每一個都是罪人。但當論到同性戀時，教會往往高舉真理，忘卻上帝的恩典，令教會和同志朋友的關係會落入對立的局面。其實教會中不乏尋求信仰的同志朋友，因此，牧養同志是今天教會不能迴避的課題。

羅文麒牧師是香港心性教育協會的團牧，有豐富與同志朋友同行的經驗。他回想自己在1980年代神學畢業後便開始牧會，當時社會對同志群體缺乏包容，亦不友善。他那時不認識同志的課題，在參與訂立教會章則的工作時，會將同性戀視為姦淫罪來處理，有關信徒要接受紀律處分，需要回到異性戀中，否則會被逐出教會。及後他轉職到一間機構事奉，在輔導有性沉溺問題的男士時，他才第一次遇到同志信徒，他向那位同志信徒坦白表示，自己不認識同志課題，但願意與他同行，為他的成長掙扎禱告。之後，羅牧師在不同機構服侍性小眾，幫助在性傾向面對掙扎的男性求助者。

的經驗：「我只是作祭司的身份，將人帶到上帝面前。」他表示同志信徒在成長過程中經歷了很多憤怒、傷痛和羞愧，他分享到曾有一位信徒向教牧分享自己在性傾向方面的掙扎，教牧卻翻開聖經論到同性戀是罪的經文，令那位信徒深深地感到自己被拒絕。此外，同志信徒也會埋怨上帝，覺得上帝為難自己。所以羅牧師會先梳理他們的憤怒情緒，對上帝的憤怒，和因著被教會傷害而產生的憤怒，他亦會持續關心他們的生命，聆聽他們的心聲，擦去他們的眼淚，甚至會擁抱他們，用從上帝而來的愛心和耐心，越過他們的罪愛他們，令他們感受到上帝的愛與接納。這樣他們才有力量走出生命的低谷。

羅牧師指出，牧養同志信徒，與他們同行，其實不是要處理他們性傾向的問題，而是要處理他們人生的問題，持續關心他們整個生命。除了信仰和教會生活外，他認為也要關心他們在家庭、工作、學業、人際關係上的問題，他甚至會關心他們與同性伴侶之間的相處情況。



羅文麒牧師指，牧養同志信徒是需要持續關心他們整個生命的。

作為牧師，他很清楚聖經對同性戀的教導，但他不會作審判官，定同志信徒的罪。當同志信徒面對信仰掙扎，主動尋求幫助，即代表他們知罪，所以他不會拒絕他們，不會拿起石頭擲向他們，指責、審判他們。羅牧師關心同志信徒，與他們同行的目的只有一個，他要作祭司，將同志信徒帶到上帝的跟前，讓上帝的赦免和祝福臨到他們身上。

而有關牧養同志信徒，羅牧師提出了三個重點。

1. 不要拒絕同性戀者

教會的門應該是向所有人開放的，正如耶穌在馬太福音九章12至13節所說：「康健的人用不著醫生，有病的人才用得著……我來本不是召義人，乃是召罪人。」他指出，教會不要作審判官，同志信徒與其他信徒一樣，在成聖路上會有起有跌，但按著上帝的恩典，信徒能因信稱義。如有信徒向教牧同工透露自己在性傾向上的掙扎，正正反映出他們對同工的信任，教會應珍惜這些同志信徒，因為他們需要很大的勇氣才能走到這一步，羅牧師鼓勵教會欣賞他們對信仰的熱誠，也要保護他們，替他們保守秘密。

2. 讓教會成為同志信徒追求信仰的地方

教會弟兄姊妹如在日常言談間取笑同性戀者，講出貶低他們的話，當中一個眼神或一個動作，都會對隱藏在教會中的同志信徒，或家中有同性戀者的信徒造成極大傷害。羅牧師想起過去牧會時的一個片段，一位易服男士身穿女裝參加教會的聚會，坐在他身旁的姊妹看一看他，禮貌地笑一

笑，然後走到另一個位置坐，之後那位男士就沒有在教會出現了。那位姊妹的反應其實是人之常情，而平信徒需要進一步了解同志信徒的狀況才有能力服侍他們。所以教會整體要接受裝備，先由教牧同工和信徒領袖開始，認識同志課題，為教會訂立清晰的牧養方向，接著教導平信徒，讓教會成為一所能接納同性戀者的教會，並讓他們與其他信徒一同在教會中敬拜、認識上帝。

3. 破除對同性戀的迷思

信徒和大多數市民一樣對同志議題感到陌生，也對同性戀有不少迷思，如認為同性戀傾向純粹是他們的個人選擇，同志朋友的行為大都不檢點，又或者將同性戀與愛滋病劃上等號等。在信仰層面，信徒或會誤以為同性戀比其他罪更嚴重，同志信徒要進入異性戀才算是悔罪的表現等；這些誤解和偏見阻礙了一般信徒理解同志信徒的處境，也會窒礙了同志信徒的成長。

最後，羅牧師表示同志信徒的性傾向掙扎是他們一生都要面對的課題，而牧養同志信徒的工作同樣是一生都需要學習的功課。上帝不會放棄每一個生命，只要他們願意，總能在信仰上經歷到更多，並且有所成長。📌



資料庫

認識同性戀與跨性別

由本社出版的《認·同 關心同性戀》（第四版）當中講解到何謂性傾向、生理性別與社會性別的分別、與同性戀者同行的信仰及牧養原則，並節錄了一些同性戀者的心聲，如想進一步了解同性戀者、跨性別者的需要，歡迎掃描QR Code，閱讀本書。

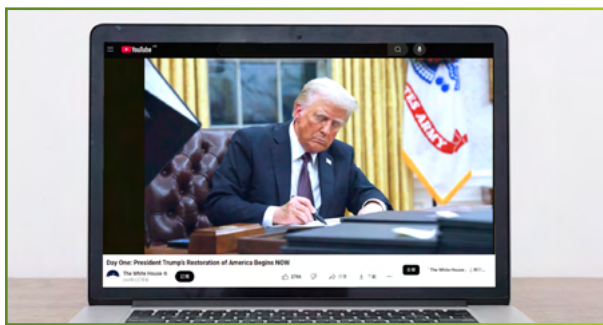


同運議程 *LGBT+ Agenda*

全球

泰國的同性婚姻平權法在2025年1月23日生效，令她成為東南亞第一個將同性婚姻合法化的國家。

特朗普在2025年1月20日正式再次就任美國總統，他一上任就簽署了一系列行政命令，當中有針對「性別意識形態的極端主義」。他在就職禮舉行當日就簽署行政命令，指美國只承認兩種生理性別——男性與女性，並結束聯邦政府內部的多元化、公平和包容（DEI）計劃，並稱之為「激進和浪費」。不過，他簽署的行政命令中，並沒有削減支持和促進LGBT權益城市的聯邦資助。



特朗普上任的首天，就簽署了與性別議題相關的行政命令（圖片來源：The White House的YouTube影片）。

2025年1月27日，特朗普簽署了幾項有關軍隊的行政命令，禁止已入伍的跨性別軍人獲得與性別轉換相關的醫療福利。美國國防部長Pete Hegseth則在2月7日發佈備忘錄，有關文件於2月10日公開，文件指軍隊將不再接納跨性別者的入伍申請。

2025年1月28日，特朗普簽署一項行政命令，旨在限制19歲以下人士接受與變性相關的醫療服務。隨著與跨性別者權益相關的行政命令相繼推出，美國疾病控制及預防中心已開始刪除網站中有關性別認同和性傾向的內容。

2025年2月5日，特朗普簽署行政命令，禁止跨性別女性參與女子運動項目，並指示聯邦政府開始執法，對不遵守規定的學校切斷資助。

上述行政命令的頒佈，惹來不同持份者的反對。

英格蘭曲棍球協會在2025年1月8日宣佈一項新政策，從下個賽季開始，將禁止跨性別女性運動員參加女子組比賽，新政策將於9月1日生效。

2025年2月10日，世界田徑總會宣佈，將會更新女性運動項目的參賽規則，並已為此進行諮詢。該會的工作小組公佈了有關性別議題的研究，指出僅以運動員「是否經歷過男性青春期」作為制定規範的依據是錯誤的；現時該會是禁止經歷過男性青春期的跨性別運動員參加女子組賽事，研究發現令總會重新審視現時規則。另外，田徑運動未來採用的新規則，或會要求出生時為女性但睾酮水平較高的運動員，與出生時為男性其後轉變為女性的跨性別運動員，遵循相同準則。

本地

立法會議員何君堯在2025年2月12日的會議上提出「守護本港一夫一妻、一男一女的婚姻制度」無約束力議員議案，他質疑終審法院在岑子杰訴律政司司長一案中，要求政府為同性伴侶關係設替代框架會帶來憲制問題。議案最終獲得通過，投下支持票的議員周浩鼎認為，同性伴侶的感情相處是兩個人之間的事，外人不應該干涉，但若動搖一男一女婚姻制度或推動同性婚姻合法化，則有機會動搖家庭價值和倫理。政制及內地事務局局長曾國衛重申《基本法》保障現時一男一女婚姻制度，但他亦尊重終院的裁決，並表示正積極進行相關工作。

明光社相信為了保障香港一男一女的婚姻制度，並顧及不同性傾向人士的需要，可透過「緊密關係授權」的方法，保障同性伴侶在私人領域上的權益。此方法讓每個人都可以授權他最信任的人，在他喪失行為能力或昏迷時，代他作出有關醫療或日常生活的財務決定。👤

（資料截至2025年2月19日）



詳盡版



郭卓靈 / 項目主任 (傳媒及生命教育)



各個陪審員對案件都有自己的想法。



電影的舞台效果，令律師和陪審員旁觀事發經過。



分享嘉賓王初福先生。

回味好電影之《正義迴廊》

法庭是否呈現真相的舞台？

好電影應該細細回味。早前本社邀請了王初福先生於網上講座中分析《正義迴廊》，該片曾於第41屆香港電影金像獎獲16項提名，並勇奪新晉導演及最佳剪接兩個獎項。電影改編2013年轟動一時的「大角咀肢解父母案」。電影的拍攝手法特別，疑犯行凶、受傷、傾談等鏡頭，時有律師和陪審員在旁觀察和討論，令觀眾恍如在旁觀看事件。這電影實在想要引起觀眾反思法庭的審訊過程，律師們如何運用技巧去呈現證供於法庭這個「舞台」上，引導陪審團理解案情，並嘗試掌握各陪審員的態度和想法。

初福分析到，陪審團制度是為了減少司法偏見，增強司法的獨立性，並讓公民能參與其中，提升他們對法律的了解和尊重。由於陪審團由普通市民組成，令他們容易對被告展現同情和公平的態度，這可保障被告的權利，以至令陪審團的決定達到「排除合理懷疑」的標準。但初福亦提到大多數陪審員都不熟悉司法程序，會對它感到陌生、焦慮，還可能因接觸暴力的案件而承受心理壓力；而且他們可能會被律師的說辭或情緒化的證據所影響，在專業性極高的案件中，他們便可能會作出不當的判斷。

電影中的多位陪審員代表著不同的參與案件態度：未聽證供就已有對錯判斷；因自己經歷與疑犯相似而寄予同情；不想參與審訊，想它快快結束；單憑感覺而非證供去判斷；因對奇案感興趣而認真發掘真相；認為自己甚麼都不懂而會細心思考；被傳媒報道影響，亦覺得自己一票的影響力不大；還有不相信司法制度的人……但陪審員實在只有九位，每一票都影響著疑犯的未來，是無罪釋放或有罪入獄，都需要陪審員作出認真、公平、公正的判斷。

結局是其中一位智力較低的疑犯唐文奇被判無罪，但電影卻引導觀眾去質疑，他只是靠「裝蠢」來脫罪。根據新聞資訊，真實的案件中，犯案者應有三個人，而經電影的剪裁，令疑犯變成只有兩個人。作為觀眾也要小心，留意自己有否被電影的虛構情節影響，以至對獲法庭判處無罪的人產生疑心，對他們或其家人產生負面的觀感。❗

燭光
—
光影園地



收看講座

「堅守信念·明光同行」 慈善跑

近年隨著經濟環境轉變，明光社已出現結構性赤字，恆常奉獻及每年的賣旗籌款額（還要視乎是否抽到賣旗活動的名額）已不足以應付每年經常費開支，當我們盤算著如何開拓收入來源時，便得悉中國香港田徑總會與渣打銀行（香港）有限公司合作推出一項計劃，可提供慈善跑的名額，我們便迅速決定申請，亦希望透過這次新嘗試，接觸更多群體，讓更多人認識明光社事工。

2024年7月，我們喜獲「渣打香港馬拉松2025」馬拉松慈善計劃批出35個10公里賽事名額，於是我們便以「堅守信念·明光同行」慈善跑作為是次活動主題，希望透過是次活動為明光社籌募經費，以推行有價值的情性教育工作。

招募跑手工作展開

起初我們在機構內部招募同工的友好參加活動，但反應卻未如理想，原來對於沒有跑步習慣的人來說，「渣馬」是一個很大的挑戰，而對於長跑

愛好者來說，10公里距離又可能略嫌太短，這都令初期報名情況未算踴躍。但在我們第一位跑手本社總幹事「蔡志森」先生登記後，情況就有所改變，陸續開始有跑手報名，這是我們始料不及的。經董事、同工以及友好的努力，將消息傳開，加上總幹事、四位董事和三位同工身體力行參與，其餘的名額亦相繼有人登記，感恩在10月中，35個名額已告滿額。

這些跑手來自不同的年齡層及背景，當中有明光社的董事和我們熟識的友好牧者，也有不少是素未謀面的朋友；有經驗豐富的長跑健兒，也有經驗略淺的長跑初哥；有20出頭的小伙子，也有年逾70的資深牧者。

練跑活動助跑手備戰

為了令一些以前從未參與長跑活動的跑手了解如何能健康地練習跑步，我們與有興趣的跑手，一起跟黃志誠牧師（Dino）學習第一階段養生跑，



賽事前逢週四晚舉行的練跑活動，讓跑手們聚首一堂。



練跑活動後，跑手們會一同吃晚餐，交流心得。

並從11月開始邀約跑手，在逢星期四的放工時間後，一同到深水埗運動場練跑，直至到渣馬舉行前為止。在練跑活動後，跑手會一同到附近的餐廳吃晚餐，交流心得，各人的體能都在練跑以後有所提升，而各跑手之間的情誼亦大有增長。

氣溫降但熱情不減

在渣馬舉行前幾天，天文台曾發出寒冷預報，估計2025年2月9日的最低氣溫會急跌至攝氏10度，跑手們收到消息後都在WhatsApp群組議論紛紛，一起商量當日有何保溫妙策，當中有經驗豐富的跑手教大家如何做好各項準備，縱然驚聞氣溫驟降，但在群組裡卻洋溢著火熱及溫情。當日，各跑手冒著寒冷的天氣，天未光已來到興發街停車場集合地點，彼此打氣互相激勵，在一同禱告之後便浩浩蕩蕩出發到東區走廊的起跑地點。

由天未光跑到日出，有跑手在一小時內已跑畢全程10公里，也有跑手用了約兩個小時才完成賽事，但不管成績如何其實都不要緊，最重要是大家按自己的身體狀態，達成了目標，在過程中既可挑戰自己，又可與其他跑手互動，建立友誼。主辦單位安排參與慈善跑的機構在銅鑼灣運動場設置攤位，讓跑手們在賽事後可以在那裡交流及拍照，大部份跑手都專程過來「打卡」，以及分享賽後感受，當中有跑手不忘為明光社打氣，這些溫馨的場面都讓我們見證到一眾跑手除了出腳力，還為明光社出心力，令我們深受感動。

在2月13日，我們邀請了各跑手到明光社辦公室參與感恩聚餐，出席的跑手都分享到對整個活動的感受，當中不少為到成功挑戰自己和完成了賽事流露出喜悅和雀躍。其實這次活動不只是為了籌款，也讓人關注到多做運動的重要，它還讓大家有一些相聚時刻，能在當中互相造就。

最後謹在此感謝各位慈善跑跑手，用努力與汗水為本社籌募了30萬元的經費，願上帝賜福你們，親自報答你們的勞苦。🙏



渣馬活動當天還未亮，跑手們在起跑前一起禱告。



本社總幹事蔡志森先生完成賽事後，開心地展示獎牌。



賽事後跑手們都來到明光社的攤位「打卡」。



在感恩聚餐期間，跑手們齊齊展示自己的成績證書。



親子歷奇，讓孩子攀得更高

2024年12月至2025年1月，在基金項目的贊助下，明光社在馬灣活動中心舉辦了四場親子戶外探索活動，並邀請了香港基督少年軍臻訓中心的教練，帶領基層家庭成員參與親子歷奇及繩網活動，有近40組家庭參與活動，每組由親子二人組成，讓他們一起接受挑戰。

活動分為兩部份，第一部份是熱身小挑戰。教練安排了一系列任務，讓各組家長和孩子們體會親子間的互動。過程中，父母或同行的親人跟孩子互相合作，彼此觀察，並學習尊重和欣賞對方。

活動第二部份是高空繩網大挑戰，親子二人需同心合力才能攀上繩網的高處。在教練指示下，各參加者嘗試突破自己，也學習支持和鼓勵身邊的家人。完成挑戰後，各人都由衷地欣賞家人的堅毅和勇敢，也為共同創造這次難忘經歷而感到非常滿足。

在場有位媽媽起初遙望繩網時已十分害怕，但當開始攀爬繩網時，兒子的膽怯反而激發了她的決心，她願意為兒子克服恐懼，成為他的示範和保護，引領他完成這「艱巨的任務」。又有位10歲的男生，在家人的扶持下，勇敢地爬到繩網的最高點。完成後他感到手很痛，但能看到更遠、更美的風景，令他感到非常驚喜和值得。另外，有位個子不高的女孩，最初給自己訂下了一個不高的目標，但當她到達了目標位置，發現只要爸爸在身邊，她就有勇氣在繩網上爬得更高，結果她跟爸爸再往上進發。

家人的欣賞和支持對孩子成長十分重要，在面對困難時它們能給予孩子力量，叫他們敢於克服恐懼、勇往直前。是次活動是個難得的同行經歷，提升了親子關係和孩子的抗逆力，也鼓勵家長們繼續努力，以愛去建立孩子。👤



在繩網上，同行的親人成為了彼此的好伙伴。



參加者跟同工在高空繩網前來一張大合照。



女孩小心翼翼地沿著木柱往上爬。



明光社消息

感恩與代禱：

1. 「守護孩子·同行有您」明光社九龍區賣旗日

感恩在2025年2月1日，明光社的賣旗活動順利完成，雖然是農曆年初四的日子，仍有過百位義工抽空協助，最後我們收回111個旗袋，當日籌得62,533元。縱然在可見的將來或會面對愈來愈大的財政壓力，我們仍會堅守使命，服務人群！（賣旗活動籌得的總金額，稍後將於本社網頁公佈。）



2. 一人一信「反對籃球賭博合法化」

明光社堅決反對政府以打擊非法賭博活動為名，新增籃球賭博項目，罔顧此舉對市民、青少年價值觀的深遠影響，帶頭鼓勵市民參與籃球賭博。本社呼籲所有關心青少年和香港家庭的朋友，以一人一信方式向政府表達意見，要求政府擱置將籃球賭博合法化的計劃，以遏止賭風蔓延。



信件樣本

3. 明光社開放日2025

我們於3月29日（星期六）舉辦開放日，希望讓大家深入了解明光社的關注議題和董事同工，開放日設五個時段，董事同工會在不同時段與參加者交流。



詳情

4. 同工消息

兼職辦公室助理黃玉華姊妹已於3月中到職，求主加力，讓她與同工有美好配搭。

應邀主領聚會

（2025年1-2月；聚會形式：現場、直播）

學校

大埔浸信會公立學校
大埔循道衛理小學
中華基督教會方潤華中學
中華基督教會基朗中學
中華基督教會基灣小學
（愛蝶灣）
五旬節林漢光中學
元朗公立中學校友會小學
元朗朗屏邨東莞學校
天主教柏德學校
天主教郭得勝中學
孔教學院大成何郭佩珍中學
合一堂學校
何文田官立中學

沙田公立學校
沙田培英中學
拔萃男書院
拔萃男書院附屬小學
東莞工商總會劉百樂中學
東華三院伍若瑜夫人紀念中學
東華三院辛亥年總理中學
東華三院羅裕積小學
東灣莫羅瑞華學校
金巴崙長老會耀道小學
金巴崙長老會耀道中學
青山天主教小學
皇仁舊生會中學

迦密柏兩中學
迦密愛禮信中學
風采中學
香海正覺蓮社佛教正慧小學
香港扶幼會盛德中心學校
旅港開平商會中學
基督書院
救恩書院
港大同學會小學
港澳信義會慕德中學
舊色園主辦可立小學
聖士提反女子中學
聖公會青衣邨何澤芸小學

聖公會基孝中學
聖公會基樂小學
聖公會莫壽增會督中學
聖公會聖彼得小學
聖公會蔡功譜中學
聖伯多祿中學
路德會協同中學
嘉諾撒書院
嘉諾撒聖方濟各書院
鳳溪第一中學
德貞女子中學
鄧鏡波學校

教會／機構

大圍平安福音堂
中國基督教播道會太古城堂
中國基督教播道會恩泉堂
中華基督教福音堂
宣道會青恩堂
香港華僑長老會
國際神召會中文部
基督教香港信義會福樂堂
基督教香港迦南堂
基督教新蒲崗潮人生命堂
綠楊浸信會
播道神學院

燭光
——
機構快訊



財政收支報告

（2025年1-2月）

收入	HK \$
資助辦公室按揭	4,858
研究中心奉獻及活動收入	16,741
奉獻	1,367,043
學校講座	28,000
其他收入	57,973
總收入	1,474,615

支出	HK \$
辦公室供款及利息	120,678
研究中心開支	86,991
薪金及強積金	837,159
經常性開支	164,197
非經常性開支	79,956
總支出	1,288,981

** 上述數字不包括渣打香港馬拉松慈善跑、賣旗收支及未經核數師審核，祇供參考 **

本期盈餘 185,634
本年度累積結餘 185,634



主領崇拜講道 或社關主日

面對世界和香港變幻莫測、令人不安的前景，如何在紛擾的世情之中持守信仰的立場，令我們的信仰能夠不離地，成為活在人群中的教會？明光社總幹事蔡志森先生和多位畢業於不同神學院的同工，很樂意到全港各教會主領社關主日、以及在成人或青少年崇拜講道，分享我們多年來在社關議題上的領受和體會，當中的主題包括性別議題、婚姻家庭、社會公義與基督教倫理等，歡迎教會或團體與我們聯絡。



詳情

查詢：2768 4204 (鄧小姐)