



2020-2021年度 波阿斯培訓計劃 結業特刊

簡介

始於2010年的「波阿斯培訓計劃」，是一個為期一年，為新來港婦女信徒而設的領袖訓練計劃，鼓勵婦女以「過來人」身分服侍新來港群體，讓教會成為新來港家庭得蔭庇的地方。參與的婦女均已信主，願意在信仰、個人成長及事奉上有更多的成長，並得所屬教會牧者推薦。透過有系統的訓練和實習，此計劃希望培育屬靈生命、提升事奉技巧及建立服侍心志，讓學員能夠成為委身的信徒，協助教會發展新來港家庭事工，將福音分享給香港及內地的族群。

新福和教會的角色

培育波阿斯學員，需要教會與新福的緊密合作，協同發揮不同角色：



「波阿斯培訓計劃」自成立至今，已培訓了一百零八位有新來港背景的姊妹，新福的使命是培育新來港群體成為天國子民及福音的鑰匙，在社區和家鄉開啟更多福音的門。新福很需要大家的禱告及財政上的支持，讓更多有心志的基層新來港婦女能接受裝備，回應時代的需要：

1. 第十二屆「波阿斯培訓計劃」現已開始接受報名，求主預備合適的學員和伙伴教會，同心培育天國的子民，興旺主道。
2. 為使更多有心志卻在經濟上有需要的姊妹能受惠這培訓課程，本會為每位合資格的學員每月提供港幣二千元的實習津貼及車津。
3. 擬計劃製作影片「波阿斯培訓計劃成立十周年回顧」藉着回顧神過去十年的奇妙作為，述說主的恩典。

學員分享



李玉洪
香港基督教會宣道堂



中期營會小組分享及守望禱告

我剛來香港的時候語言不通，一切都很陌生沒有歸屬感，每週末都回到深圳。原來主早已為我預備使我在適當的時候遇到合適的人。首先孩子在偶然機會下，聽到陳淑娟傳道在教會獻唱，深受吸引，適逢當時教會有暑期班便為孩子報了名。教會同工講普通話更使我感覺好親切。回到教會，逐漸有了家的感覺。後來教會也推薦我報讀這個培訓計劃。

入讀初期，我聽不懂廣東話又不識寫字，學習倍感辛苦，壓力很大一度想放棄，哭着說：「我不要學了！」感謝督導陳姑娘和梁師母對我包容及體恤，容許我改用語音做作業，使我不至於放棄。疫情下改了上課方式，學員之間很少交流，但探訪活動彌補了不足，很感恩可以和熟識聖經的學員一起探訪。在探訪的過程中，彼此互相學習有美好的配合。我這個初信者在教會實習期間，教會竟讓我每星期帶領一次啟發門徒小組。面對十二位組員，初時我很緊張懼怕，但感恩師姐阿蘭姊妹和我一起禱告祈求聖靈啟發各人，結果小組進行順利，組員都很認真和投入。

波阿斯課程讓我學到了很多屬靈功課，例如要有依靠神及愛神的心、肯奉獻、不計較、肯學習。主實在很愛我，祝福我和家人和睦開心，如今遇事不慌張，教會有事奉的需要也樂於參與。感謝主讓我經歷以上這一切，從前我像是一粒隨風飄蕩的蒲公英種子，如今終於回到教會這個家，求主幫助這粒微小的種子生根發芽，長成後為主所用可幫助其他在外飄泊尚未歸家的種子。



街頭佈道

學員立志



林小紅
香港基督教會宣道堂

感恩上帝的揀選！從國內來港定居的我，在1987年認識了神，得蒙救贖、心意更新、跟從主走基督的道路！更感恩在神的帶領下，我來到宣道堂，有機會報讀「波阿斯培訓計劃」。梁牧師教導我們如何發揮管家的恩賜。梁師母教導我們對己、對人、與神建立良好的關係。在徐老師教導下，學會朋輩輔導。原生家庭一課，明白到不同家庭背景的影響。此外，導師又教導我們善用及珍惜社區資源。

培訓計劃不單有課堂學習，還有探訪及教會實習服侍，有機會活學活用不同的方法引領人歸主。記得有一次，陳姑娘帶領我們姊妹三人到海麗邨關懷探訪一位獨居伯伯，結果伯伯決志信主。我見證了當人順服聖靈，生命便得到改變，實在使人感動、喜樂及鼓舞！我渴望更深地經歷神，無論得時不得時，都傳揚福音。

教會實習方面，在堂主任陳傳道的帶領指導下，參與每個星期五的婦女查經班，並且透過網絡視像，舉行課程和祈禱小組。此外，我參與教會在疫情期間的社會關懷工作，向長者送飯，向有需要的家庭供應物資。期間見證了神的供應源源不絕。教會彰顯基督愛心，才可得人如得魚。

「波阿斯培訓計劃」造就了我的靈命，我學會在清晨五點鐘起床，在家中安靜靈修，那時不受任何干擾，與神建立親密的關係，實在十分享受。波阿斯即將畢業了，求主帶領我能運用波阿斯所學到的，見證主的大愛，成為信仰扎實，滿有生命力的基督徒。



林小貴 香港基督教會宣道堂

透過波阿斯課程，我學會了祈禱，養成了讀聖經的習慣，並且從新福梁牧師、梁師母及各導師身上看到活出神話語的榜樣。滿心感恩宣道堂給我報讀「波阿斯培訓計劃」的機會，實在十分珍惜這一年和姊妹們一起學習的生活。

每次上課前，我們有十五分鐘敬拜時間，詩歌的每個字和詞，往往深深感動了我。每次下課前，均有背金句和唱《每一日》，內容都很鼓勵我。課堂上印象最深刻的是《原生家庭》、《與神的關係》和《探訪》。《原生家庭》啟發了我認識自己正面和負面情緒，了解到需要多加管理。《與神的關係》讓我認識了神藉着耶穌基督將人從罪中拯救出來。誠然，「罪的工價乃是死，唯有神的恩賜在我們的主基督耶穌裏乃是永生（羅馬書6章23節）」。《探訪》讓我認識了探訪的實用要訣，例如首先觀察家中有沒有偶像，說話時要注視着受訪者，對方述說自己的故事時，要專注用心聆聽，關懷受訪者的需求，然後作出適切的回應。

最令我感動的是在教會帶領婦女小組期間，七位組員中有三人決志信了主，實在超過了我所想所求，感謝主賜給我一個這麼大的驚喜！在教會看見每位信主的長者都很健康靈活地走路，隨時都可以背出自己的編號實在很蒙福。鼓勵了我要信靠主到老也不偏離！



麗閣邨實踐福音佈道



向長者傳福音



實踐探訪前佈道講解及出隊



李君 香港基督教會宣道堂

來到香港這個陌生的城市後，純真的我，十七歲便開始為父母打工賺錢了。父母最看重的是錢，從來沒有關心我的身心健康狀況，我感到委屈，經常抱怨，內心越來越不平衡妨礙了我健康成長。幸好媽媽沒有反對我去教會，我來到宣道堂參加查經班，信仰的種子在我心裏發芽，我學會藉着信心祈禱，逐漸融入教會生活，並且在教會參與服侍，和弟兄弟姊妹一起去探訪。約一年前，教會更推薦我參與新福事工協會為新來港婦女設計的「波阿斯培訓計劃」，結果造就我與神的關係更親密了。

課程中印象最深刻的，是小組結伴外出去探訪孤獨長者。在新福同工帶領下，我學會了傳福音技巧，懂得與組員互相配搭；分工合作，建立團隊精神！探訪中遇到了一位長者，她雖然無信仰，但為人樂觀、開朗及健談。她常主動幫助弱小的長者鄰居，她說：「開心不開心日子也是這樣過，為什麼不選擇開心過每一天！」她開導了我，讓我深刻體會到長者有堅強的一面，並非我想像中那麼的軟弱。

在教會實習時，我在「睦愛飯堂」派發物資、給長者又和義工們、長者一起寫毛筆字，並會一起祈禱！讓我學習謙卑，學習與人相處和合作，更學會了以正確的態度去解決問題。我是蒙恩的人有着上帝寶貴女兒的身份，我學會配合教會一起傳福音、關懷和服侍他人。

總括來說，波阿斯課程充實了我的人生，使我學習如何用神的話語改變自我。課程完成後，我會繼續留在教會裏參與服侍，幫助新來港人士及關心他們的需要，讓他們認識神。



袁海娟
香港基督教會宣道堂

開學後，我才知道每日要看聖經還要寫學習心得和週記，我馬上覺得自己不可能做到。我從來沒讀聖經的習慣，因為我討厭看一大堆文字更別說寫了。上課期間，我經常忘記看聖經，至於寫學習心得，更是拖延到要見督導的前一日才開始動筆。直至上了講解聖經導引和靈修操練那一課，深受聖靈感動，便立志認真讀聖經。聖靈又感動我為教會事奉人員不足而掛心。我對主說：「我要堅持讀聖經，好裝備自己，待將來可以實體崇拜時，有機會便帶領敬拜。」

此計劃也舉辦了一個中期營會，入營之前幾天，竟然內心總是覺得旁邊的人都批評我的不是，壓力大導致失眠和脫髮。感謝主透過一位師姐在營會的分享激勵了我，讓我醒悟到「要改變別人對我的看法，是超過我能力範圍的，我所能做的只有改變自己。」於是，我對別人不再抱着不切實際的期望，只管不斷改變自己活出基督的愛。

在教會實習，初時抗拒接觸有情緒病成員的家庭，因為自己女兒都需要情緒輔導，自問怎麼有資格助人？及至上屬靈恩賜那一課時，明白到把女兒的情緒病交託給神，且倚靠神安慰那些有情緒病成員的家庭。果然，有情緒病成員的家庭看到我的改變，對情緒病不再恐慌又認識到不過是情緒生病了。感謝主！

感謝陳淑娟傳道的推薦，使我可以參加「波阿斯培訓計劃」。感恩波阿斯課程令我學會謙卑作主的僕人，感謝新福事工協會各位導師和督導對我悉心教導和接納。



陳竺霞
香港基督教會宣道堂



活動統籌導師帶領及指導



生涯規劃師姐激勵分享

2020年7月的一個星期四早上，陳淑娟傳道告訴我新福機構在十月份有一個「波阿斯培訓計劃」，是培養新來港婦女去服事社群的課程，她覺得適合我，推薦我參加。雖然我想學習，但當知道每個星期一要上課，便感到為難了，因為公司在疫情下的發展已大不如前，我此時還要提出每個星期一需要調假，不是自找麻煩嗎？但當我回到公司，向總經理提出調假的要求時，他竟然同意了！這使我能夠參加波阿斯培訓課程，主的恩典實在奇妙！

學習期間，一有假期我便抽空回教會實習。上了「關懷探訪」的課後，教會安排我去探訪受助家庭。坦白的說，從前我是不喜歡關心別人的，我認為每個人各有自己的難處，管好自己已經很不容易了。然而，探訪期間見到很多家庭生活拮据，居住環境惡劣空間狹窄，一家幾口住在一百平方呎以下的地方。有些家庭更住在寮屋或鐵皮房常與老鼠、蚊蟲為伴，委實好嚇人！聽着受助者訴苦時，我逐漸培養了同情心和同理心，常默默的流下同情的眼淚！相比之下，我比起那些受訪家庭幸福得多了！我越來越拋棄過去自我中心的觀點，心存感恩效法主耶穌「愛人如己」的樣式，願意去活出神的愛去祝福更多的人。

經過這一年的學習，我已回應主的呼召回到教會事奉，服事新來港婦女家庭，與她們同行。



鍾雅麗
路德會聖三一堂

那一天，當教會督導建議我去報讀「波阿斯培訓計劃」時，我心裏十分猶豫，因為我自小就不太喜歡讀書，一再尋思自問：「我真的可以嗎？」然而，當我願意順服學習一年後，回頭細看才深切體會：原來一旦行在神的旨意中，主的擔子是輕省的。每一次上課前，我們都同心合意的敬拜，親近神的感覺真好！課程這樣設計，使我獲益良多。在原生家庭學習中，我認識到如何從真理中得自由，不再被捆綁在原生家庭的痛苦中。

在佈道技巧傳福音的學習中，我學會了用三福佈道法，它既簡單又易明。出隊後，在聖靈的帶領下有一位伯伯決志信主，這鼓舞我努力閱讀關於佈道的書得益不少。很高興後來有機會在課堂上，把讀書心得與同學們分享。

在教會的實習中，教會督導給予我很寶貴的指導，又讓我在一個新開的婦女團契中擔任導師，期間我學會了設計團契週會、策劃活動及關顧團友等。在負責教導初信栽培班時，學員均表示聽得清楚明白，讓我覺察到我有教導恩賜，激勵了我立志在教導方面進修。因此，我報讀了五月開課的《6A品格教育導師課程》。

感謝主，是祂帶領我來到新福接受裝備開闊了我的視野。此外，祂透過課堂及教會實習幫助我發掘自己未知的恩賜又助我生命日漸成長，越來越接近「盡心、盡性、盡意、盡力愛神，並且愛人如己。」（馬可福音12章30至31節）。



學員們同心同行



中期營會波阿斯師姐及
新福督導合照



譚瑞群
香港浸信教會好鄰舍福音堂

我發現在教會有幾位姐妹，她們讀完「波阿斯培訓計劃」後，在事奉、祈禱及關懷方面都有很明顯的進步，也影響我渴慕靈命成長，於是報讀了「波阿斯培訓計劃」。很開心透過這課程，認識了一班同心學習神的話語的姐妹，大家每周都盼着星期一的來臨，因為都殷切期待上課。

學習了佈道技巧後，在2021年4月28日我和一位姊妹到旺角探訪一位女士，安靜細心聆聽她述說在老家海南島的成長過程，她逢過節都會拜祖先和拜偶像。當我和她分享了得救見證後，她眼睛發亮說：「主耶穌真好！醫治了妳。」結果同行的姊妹帶了這位女士決志信主。

以前我是不曉得怎樣靈修的，透過學習靈修操練，我懂得找一個安靜的地方讀經，默想領受神藉着經文提醒自己該做什麼；不該做什麼。從前我最怕與人一起祈禱往往腦海一片空白說不出話來。上課後明白安靜禱告，是與神溝通。感謝主！不斷操練與神談心後，如今不怕祈禱了。帶領敬拜禱告方面，我現在知道應該用怎樣的態度帶領、預備敬拜的內容及表達的方式。我也學會了前往那些網站去選詩歌敬拜讚美神！

畢業後，我不知道自己明天的前路怎樣，但我知道主掌管我的明天。祂會引領我們前路和方向。求主保守我持續努力學習，使自己的靈命成長，努力傳福音，帶領多人信主。



蔡雅婷
新界神召會屯門堂

參加了「波阿斯培訓計劃」，讓我有幸認識到一班新移民好姐妹，互相扶持，一起努力學習神的話語。

神的話語好像一面鏡子，常使我反省自己的不足和弱點。我一直以為自己是很溫柔的人。誰知在一次探訪長者期間，因小事向同行的學員生氣了，反省後發覺，原來我在家要求家人凡事都配合着我，這習慣影響我稍有一點不稱心就情緒化，與同學相處時也自然流露出這慣性反應，令她們很難受！感恩受氣的姊妹們一再接納包容我，仍視我為同心同行的一家人，又為我禱告，讓我深切體會到基督的大愛！從眾姐妹對我關懷的態度中，我領悟到「凡事謙虛、溫柔、忍耐、用愛心互相寬容，用和平彼此聯絡，竭力保守聖靈所賜合而為一的心。」（以弗所書4章2至3節）

透過「自我認識」課程，我發覺父母的個性及家庭經濟，使我很在意別人的眼光和評價，導致我很自卑，常為了迎合別人而忽略自己及家人。導師提醒我治本之道，關鍵在於主的愛。我要學會用天父的眼光去看自己，我是上帝的寶貴女兒，是蒙恩的人，因此，我要倚賴祂接納自己，不再受別人負面評價所轄制。

從前我性格被動，是一個典型的旁觀者，現在的我，會喜歡與人交往，積極向別人學習。以前我只會固執從自己的角度判斷事物，如今我學會要從內心改變自己，不斷挑戰被動及固執的性格。我今天能夠成長，更加親近神，實在要感謝主。感謝新福事工協會舉辦了「波阿斯培訓計劃」，得到導師的教導及寶貴的教會實習體驗，最後感謝姊妹們同心同行與支援。



實習帶領小組遊戲



自我認識課程原生家庭



黃五梅
旺角浸信會

感謝神的恩典，八年來我和女兒在教會得到熱心關顧。後來，不但可參與教會事奉，還擔任感知遊戲小組導師。去年更蒙牧者推薦及鼓勵，讓我這個記性及文字能力不足的人可以參加「波阿斯培訓計劃」，使我獲益良多。

在課堂，「原生家庭」使我覺察到自己勤勞顧家、有責任心的性格，原來深受我父母的影響使我滿心感恩。至於性格上不足的地方，我祈求神幫助不斷改善。「本地短宣」實習時，探訪了一對相依為命的年老夫妻，二人一起決志信主，我見證了神在他倆心中作工，內心大受感動。「社區資源」一課，讓我瞭解到如何幫助有需要的基層群體。

在新福同工的督導下，我學習了改善親子關係，例如在與女兒溝通時，要有正面思想，說合宜的說話，少批評，多站在對方立場着想及讚賞。在實習期間，教會安排了不同的崗位讓我學習，時刻提醒我靈修、親近神、謙卑的重要性。

畢業在即，我要數算自己參加波阿斯課程前後的改變：當初膽怯及自信心不足，現在信心大大提升。以前不懂表達，對人羞於啟齒，如今學習順服，靠着神的愛關懷別人。當我面對困難，懂得知道凡事都有神為我們作倚靠，彼得前書5章7節說：「你們要將一切的憂慮卸給神，因為他顧念你們。」



周生麗 國際基督徒生命堂（屯門堂）

報讀波阿斯課程前，內心有過一番掙扎，事緣課程時間長擔心自己不能堅持。最後推動我參加的動力是內心對真理的渴慕，我深感生命需要更新和成長，便抓住這難得的學習機會。從前我認為做基督徒，不犯罪就夠了。聽完梁牧師講解異象和使命，便認識到需要將天國的福音傳給身邊的親友。為了傳福音有果效，我常用聖經馬可福音12章30至31節提醒自己，要盡心、盡性、盡意、盡力愛主然後愛人如己，生活上要活出神的愛。

在短宣的實踐中，感謝同組姊妹的鼓勵我克服了害羞的性格，主動和陌生人搭訕帶了一位長者決志信主。回到家後，我刻意把五色扇放在最顯眼位置，丈夫問我是什麼東西？我便詳述五個顏色各代表什麼意思。他向來是個沒有耐心聆聽的人，這一次居然能夠聽我講解完畢，由於他和家人都拜偶像的，我便每天為家人禱告，相信神會聽禱告，總有一天全家得救。

在教會實習期間，我和師母及教會傳道探訪了屋邨內許多街坊，聆聽他們的需要，為個別人士撫平情緒。當看到一些初信的姐妹對神的話語有渴慕的心，我便感到鼓舞。

波阿斯課程非常全面和有系統，對我有很大的幫助和啟發，從被服侍到服侍別人，我內心感到充實和喜樂。感恩新福給我們這班新來港婦女提供增值自己的機會，感謝新福督導和教會督導及各位老師耐心引導。我立志在今後的信仰生活中，效法保羅，將福音傳到各地各方。



波阿斯學員們結業



波阿斯異象和使命



跟隨基督的召命



國彥娜 國際基督徒生命堂（屯門堂）

首先，感謝我所屬教會國際基督徒生命堂，推薦我讀「波阿斯培訓計劃」。在此之前，我沒有仔細了解這是個什麼計劃。開課後首兩個月，仍感到很難適應，因為聽書、做筆記、寫課後感想及背金句等，很多方面都不習慣。眼見其他同學都做得到，初期自卑了一段日子。

如今完成了課程，回顧這一年的學習，卻又覺得十分值得，因每堂的課題都令我有深刻的領受。尤其是論到原生家庭如何影響自己的那一課，我發現自己的性格及對人對事的看法，原來一直深受父母的影響。因此，我立志把上一代的影響去蕪存菁，改用正面思想，以積極生命態度來影響下一代。

我在自己的教會實習時，着重探訪住屋邨的婦女，並且以電話聯繫，關心她們的需要。感謝主給我機會學以致用！結果成功領了幾位婦女返小組和參加愛燃亮生命成長計劃。很開心的一次，是探訪了一位83歲的長者，彼此閒話家常後，最後她信了主耶穌。此外，在課程中學會了控制情緒，對別人多了包容，堅持真理，用神的愛去愛家人和身邊的人。

總結這一年的學習，得着很多，我靠着主，比以前更有自信和膽量，例如最近有一課要求我們出外，到街上尋找及關懷不認識的人，並且傳福音。這是第一次嘗試，正猶豫不決怎樣做的時候，主感動我透過送出手上的口罩，便和陌生人打開了話題。

最後，很感恩有這個裝備自己的難得機會，想不到我這樣一個普通人，原來也可以幫助到別人。很感謝新福提供「波阿斯培訓計劃」！



謝雨萍 國際基督徒生命堂（屯門堂）

波阿斯課程開課時，我內心已有不少掙扎，尤其是找不到人生方向，不明自己該做什麼，對未來感到迷惘恐懼。感恩督導一再陪伴守望，幫我分析問題，為我禱告，給我鼓勵和信心。

如今，心態已大大改變了，我深切體會到：只要肯放下自己，釋放情緒，多聆聽神的話語，在主內平靜安穩地面對各種問題，神一定施恩。神對我說：「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（哥林多前書12章9節）」，這一節經文常常鼓勵我！

課程中，原生家庭一課讓我獲益良多，我覺察到原生家庭對自己性格的正面及負面影響，對於父母正面的影響，我心存感恩，至於他倆對我負面的影響，我一方面理解及體諒父母也是其原生家庭負面影響的受害者，另一方面自己要多親近神，靠着神彰顯主愛祝福下一代，慎防把上一代的負面影響傳給下一代。

在學習過程中，我認識了自己的缺點，謙卑向主認罪悔改，靠着主逐漸改善心急，暴躁的弱點。親子關係方面，我學會訂下目標，每週主動去關心兒子，彼此坦誠分享，結果不久之後，親子關係明顯改善了。

在教會的服事中，我學習帶小組及敬拜禱告，並且每星期四晚定期出隊探訪屯門摩羅山居民，分享福音。事奉中得到組員肯定，增加了自信心。

波阿斯課程快結束了，與建立了深厚感情的姐妹們話別，實在依依不捨。感謝神揀選了我，透過新福波阿斯課程讓我成長，更親近神，成為天父所喜悅的女兒。

教會督導分享



施楊潔珍師母 國際基督徒生命堂（屯門堂）

2020年本堂會推薦了三名新移民姊妹參加本屆的波阿斯課程，這課程不單對學員的事奉生命有很大的裨益，同時也幫助教會學懂如何栽培新來港人士。我們的教會幾十年來一直以服事香港人為主，近兩年才開始接觸新移民，而新福及波阿斯課程正好像一條橋樑，把教會與新移民事工融合在一起。

我和另外一位教會的姊妹負責督導這三位學員，透過定時的相聚傾談，發現與她們的關係增進了不少，同時也見到她們有明顯的進步。我特別欣賞她們的堅持和認真的態度。我深深體諒到她們各有自己的家庭要照顧，但仍願意擺上時間每週在教會服事，如探訪和在小組服侍等。最近教會與新福合作舉辦愛燃亮活動，這三位姊妹都參與成為義工，協助照顧其他新移民學員。

感謝新福事工協會提供了多樣服事新移民的渠道，盼望能繼續建立合作伙伴的關係，讓更多人認識主耶穌。

鳴謝

1. 阿門基金

2. 2020-21年度伙伴教會及其教會督導

- 旺角浸信會 - 吳真真牧師
- 香港基督教會宣道堂 - 陳淑娟傳道
- 香港浸信教會好鄰舍福音堂 - 林燕雲傳道
- 國際基督徒生命堂(屯門堂) - 施楊潔珍師母
- 路德會聖三一堂 - 盧冬梅傳道
- 新界神召會屯門堂 - 常莉傳道

3. 波阿斯畢業同學會全體成員

出版：新福事工協會有限公司 地址：九龍旺角塘尾道18號嘉禮大廈21樓

電話：2729 6400 傳真：2729 6409

電郵：info@newarrivals.org.hk 網址：www.newarrivals.org.hk