



建立職場信徒 見證道在人間

HKPES

職涯內外

# 幸福人生的秘訣？

林保照 (Mark)  
HKPES 總幹事

人的本性都是傾向追求快樂和幸福的，現代的父母大多數不敢對子女有過高的期望，只希望子女長大後能快樂，生活過得幸福。除了家庭，年青人也深受社會及職場文化的影響，以為追求享受、快樂、財富、地位，生活便會過得幸福，把快樂及活得幸福變成了人生的終極目的。但是，最近幾年，香港經歷了社會大環境的急速轉變、疫情的打擊及移民潮，使香港人的身心靈都受到嚴重影響，非常不快樂，甚至感到無力、焦慮、鬱悶，特別是在職信徒，想要在這種混亂、不穩定、高壓的環境下能感到快樂，生活上感受到幸福，真是難上加難。

其實，眾多心理學或社會學上的研究指出，很多人犯了一個嚴重的錯誤，就是把追求快樂及生活得幸福當作是人生的終極目標，這是一個本末倒置的極大錯誤。這些研究發現，快樂及生活上的幸福感，並不是人生的終極目的，快樂只是追求一些有意義的使命 (Mission) 或更高人生目的 (Higher Life Purpose) 時所產生的副產品，所以追求有意義的使命 (Mission) 或更高的人生目的 (Higher Life Purpose) 才是人生的正確方向，而非追求快樂。這些研究指出，「有意義」也是非常主觀及個人化的。

根據一個由美國哈佛大學成人發展中心對同一群人連續追蹤了75年的研究發現，人生快樂幸福的關鍵，不是關乎自己利益的追求，例如追求財富、名利、地位、學歷，而是關乎是否擁有高品質的人際關係、關心別人的益處，或社會層面的福祉。這個由哈佛大學自1938年所展開的研究指出，人生有意義的使命或更高的目的，其實就是擁有高品質的人際關係，包括夫妻、子女、父母，兄弟姊妹、親人、朋友、同事等等，強調人是關係性的動物，擁有親密、舒坦、高品質的人際關係才會生活幸福。

從聖經的角度，在馬太福音6章19-21節<sup>1</sup>，耶穌早已教導我們不要過於在乎追求那些只能提供短暫快樂的物質東西，反要追求天上永恆的財寶。另外，在馬太福音6章31-33節<sup>2</sup>，耶穌教導我們人生的最優先次序、最高的人生目的，是「先求神的國和神的義」。這裏的「義」不是一般人以為的社會公義、公平，而是一個「神人關係」上的觀念。在舊約中，神與人立約建立了上帝與子民、天父與兒女的親密關係；在新約中，人透過耶穌基督的救贖，才可以與神建立這種親密的「神人關係」，神和人雙方基於這關係的信實，守約表現，包括神履行祂對人的應許，施行慈愛和救恩，及人順服神，



遵行神的旨意，跟隨耶穌，便是雙方「義」的表現。所以，人要先求神的國和神的義，是指跟隨主耶穌，進入已經降臨的天國，遵行耶穌在馬太福音5章3-10節「天國八福」<sup>3</sup>的教導，努力被聖靈塑造出天國子民的八種質素，享受在天國的八種福氣，虛心及清心地愛神，與神建立親密的關係，便開啟了幸福人生秘訣的門。

虛心及盡心愛神，在天國中與神建立親密的關係，只是幸福人生秘訣的起點，當我們在與神的親密關係中享受到了神的慈愛、恩典、福氣，神要藉著我們把祂的慈愛分享給我們身邊的人及鄰舍，特別是服侍那些有需要的人。這正是耶穌在馬可福音12章29至31節<sup>4</sup>所教導的大誡命「你要盡心、盡性、盡意、盡力愛主你的神。其次就是說：要愛人如己。」大誡命的總意就是我們要盡心盡性愛神，並把祂的慈愛分享給我們身邊的人及鄰舍，與人建立和睦的關係，服侍有需要的人，與神與人都有高品質的關係，才是人生真正幸福的秘訣！

在服侍有需要的人的實踐上，去年，神讓HKPES認識了一些服侍精神復元人士的社福機構，這些社福機構有很好的社工及輔導資源，卻缺乏讓想重投職場的復元年青人提供職涯規劃諮詢的資源，而HKPES在職涯規劃及職涯教練方面有豐富的經驗及專才，同時加入了基督信仰的召命觀元素，彼此都認為有很好的互補作用，尤其是對信了主的復元青年更有幫助，於是便開始探討合作。首先，這些社福機構的輔導員通過一些條件，挑選了11位精神狀態較好的復元年青人，再轉介紹給HKPES跟進。HKPES雖然資源短缺，但考慮到這班復元年青人多屬於基層家庭，經濟能力有限，乃嘗試以「象徵式」的費用，為這班復元年青人提供單對單的個人職涯規劃諮詢服務，幫助他們深入認識自己的職業興趣、個人風格、強項、技能、價值觀、召命，以至有信心為自己確定合適的職涯方向。很感恩，看見這班年青人經HKPES同工及義工團隊為他們各人完成了6次的單對單職涯規劃之後，有着很大的改變和進步。

原先，他們的自信心很低，只能被動地接受別人介紹一些餐廳、清潔、保安等的工作，但接受了

HKPES職涯規劃導師們的職涯諮詢後，由於認識了自己的職業興趣、個人風格、強項、技能、價值觀、召命，他們開始知道自己該找甚麼樣的工作，自信心大大提高了，也懂得主動去找合適自己的工作，或更積極去進修裝備自己。例如其中一位受助的復元年青人，之前他不知道甚麼工作適合自己，被動地接受朋友的介紹，在一間餐廳裡做侍應，因他有社交恐懼，所以做得很不開心。透過HKPES提供的職涯規劃諮詢後，他明確了自己的職涯方向及召命，發現自己是較喜歡對動物而非對人的工作，於是報讀了一些照顧動物的課程，積極地向做照顧動物的事業方向發展，一改過去被動和消極的態度。

展望未來，HKPES看見這班已經找到工作的復元年青人，除了職涯規劃的需要之外，他們將會在工作上面對很多衝擊、挑戰、適應，需要繼續被支援，好讓他們在工作及信仰上企得穩。因此，HKPES正籌劃一個為期12個月的「企得穩」小組給這班復元年青人，繼續支援他們。HKPES是一個微小的基督教非牟利機構，卻被神呼召和感動，讓我們去年看見這班復元年青人的需要，必有祂的美意，求主賜予我們更多資源、加力和使用HKPES，與其他社福機構及教會多些合作，一同服侍更多有需要的精神復元年青人，幫助他們重投社會和職場，並繼續在神裡面及職場上企得穩，實踐神給予他們的召命，得到天國的福氣，既榮神又益人，也請各位朋友為HKPES的事工和需要禱告，阿們！

1. 馬太福音6章19-21節「不要為自己積攢財寶在地上，地上有蟲子咬，能銹壞，也有賊挖窟窿來偷；只要積攢財寶在天上，天上沒有蟲子咬，不能銹壞，也沒有賊挖窟窿來偷。因為你的財寶在哪裏，你的心也在那裏。」
2. 馬太福音6章31-33節「所以，不要憂慮說：『吃甚麼？喝甚麼？穿甚麼？』這都是外邦人所求的。你們需用的這一切東西，你們的天父是知道的。你們要先求祂的國和祂的義，這些東西都要加給你們了。」
3. 馬太福音5章3-10節「虛心的人有福了，因為天國是他們的。哀慟的人有福了，因為他們必得安慰。溫柔的人有福了，因為他們必承受地土。飢渴慕義的人有福了，因為他們必得飽足。憐恤人的人有福了，因為他們必蒙憐恤。清心的人有福了，因為他們必得見神。使人和睦的人有福了，因為他們必稱為神的兒子。為義受逼迫的人有福了，因為天國是他們的。」
4. 馬可福音12章29至31節「耶穌回答說：『第一要緊的就是說：『以色列啊，你要聽！主，我們神是獨一的主。你要盡心、盡性、盡意、盡力愛主你的神。』其次就是說：『要愛人如己。』再沒有比這兩條誡命更大的了。』

# 精神困擾在職場

蔣慧瑜  
HKPES 董事

根據2019年世界衛生組織對於「過勞」(Burn-out)的定義，「過勞」雖不被歸類為一種醫學疾病，卻是一種由工作壓力導致的症候群，症狀包括「精神耗盡、對工作的心理距離增加、對工作出現負面感覺、工作效率降低」。筆者也曾經陷入「過勞」約一年，滿以為自己有多多年輔導經驗可以解決問題，卻不知不覺陷入這種精神困擾中。

記得自己最初成為社工，一直很享受工作，亦與同事相處愉快融洽。多年後我被調到另一個單位，超額的工作量、辦公室政治及瑣碎而繁複的行政工作，令我非常疲憊及不滿。現在回想起來，也許初出道時遇上合拍的工作伙伴實在太幸福，因此後來遇到辦公室政治就有點不懂招架，假如當時可以對現實有合理的期望，可能會減少一點壓力。真正讓自己陷入「過勞」的困擾中，是價值觀的衝突，我一直熱衷雪中送炭的工作，無奈社福界經常要浪費心力在各種錦上添花的活動去建立機構的好名聲，令我很不滿。由於當時社福界實施了新的資助制度，假如我辭職離開舊機構，在新機構中薪酬福利會被壓到最低，大約會減薪50%，因此只能默默忍受，不敢辭職。當需要雪中送炭的個案堆積如山，又要花費心力去舉辦錦上添花的活動，累積下來的壓力、心灰意冷及無力感，令我經歷「過勞」，身、心、社、靈的健康也受到影響。

身體方面，我經常疲累不堪，抵抗力也非常弱，容易生病又難以康復。心理方面，情緒比較波動，上班時仍可以強裝專業去輔導別人，回家卻經常哭泣，其實我知道情緒已出現問題，但又逃避面對。漸漸地我開始不想上班，早上總是遲遲也未能出門，經常差點遲到，有時候真的太遲出門，便惟有花費百多元搭的士上班，又或是臨時申請放補假一小時，換取在快餐店呆坐數十分鐘，延遲回到中心。

「過勞」的情況令我的精神健康越來越差，有一次當我尚有一星期便出發去旅行，丈夫問我家中的寵物要託誰人照顧，我心裏第一個反應竟然是：「不知我到時是否已經死了！」我非常錯愕，因為旅行是我最享受的娛樂，我竟然感到沒有盼望，甚至擔心自己會無福消受，我意識到自己已經步向抑

鬱邊緣。最後，當我發現自己竟然開始討厭我的服務對象，我知道已經撐不下去，只好毅然辭職。

至於社交和靈性方面，「過勞」也帶來不少負面影響，我在社交聚會上心態抽離，享受不到友情帶來的快樂。此外，我對教會小組也開始抽離，我參與的小組是一個非常認真查經的小組，亦容讓組員用大量時間分享及代禱，因此經常很晚才完成聚會。當時我放工後身心疲累，只想快點回家休息，因此只是簡單交代自己的代禱事項，弟兄姊妹也不知道我的「過勞」情況。由於小組增加我的疲累感，於是我決定退出小組，感恩的是教會沒有放棄我，容讓我暫時退出小組一段短時間，然後再把我調到另一個小組。新的小組不是一個非常認真查經的小組，卻是一個輕鬆快樂的小組，而且聚會準時完結，讓我早點回家休息，結果小組的快樂及關愛，陪伴我渡過最艱辛的「過勞」日子。

辭職之後我開始靜下來面對自己的挫敗感，亦開始向神表達埋怨、不滿、不明白、不甘心及不服氣。我知道自己陷入靈性低潮，為免自己離開神，因此我寧願捉住神不放，不斷祈求祂給我滿意的答案。很感恩當時我遇上華人教會網絡(www.church.com.hk)，該網站收集各地華人牧者的講道，並把內容分類，我在「心靈關顧」的分類中發現很多有關苦難及情緒的講道，於是我不斷收聽這類講道，而神便透過一篇又一篇的講道拆解我的苦毒及負面情緒，讓我一步一步走出來。

經過Burn-out這場心靈暴風雨，讓我醒悟到以前自己執著一個理想的薪酬，又或是執著於誰對誰錯，結果不肯妥協也不肯讓步，最後差點拖垮無價的身心靈的健康。離開了壓力大的工作，「過勞」帶來的負面影響也漸漸消失，讓我重拾快樂及健康的身心社靈，亦換到轉型的機會，成為一個自由工作者去實踐召命。也許職場上的壓力會為我們帶來創傷，但也可能會成為我們靈命成長的契機，並增加我們在職場上的同理心，在上帝的雕琢下，讓我們變成榮神益人的傑作。「我們是上帝的傑作，是在基督耶穌裡創造的，為要叫我們做祂預先安排給我們的美善之事。」以弗所書2:10(聖經當代譯本修訂版) 

# 聯繫可解憂

蔣錦華 (Harry)  
HKPES 關顧幹事

## 坊間對抑鬱症的誤解

抑鬱症患者在香港已相當普遍。在2022年年初，Mind HK做了一個調查，隨機訪問了1000個香港成年人，根據抑鬱徵狀自我測量表（PHQ-9），發現近一半（49.4%）的受訪者出現不同程度的抑鬱徵狀，其中19.2%更出現中度至重度抑鬱徵狀，代表香港人的普遍精神健康屬於「差」的狀態。雖然抑鬱症如此普遍，坊間對抑鬱症的成因卻存有很多誤解，人們較常見的誤解是抑鬱症只是「心理問題」或「情緒低落」而已，很多人會鼓勵患者只要「看開點」或「去旅行散心」便能自行痊癒。事實上，抑鬱症的成因涉及多種因素，生物學、性格、心理困擾和社會壓力都會導致抑鬱症，而科學界認為普遍抑鬱症患者腦部的血清素（Serotonin）水平都會偏低，患者只要服用如“SSRI”等抗抑鬱藥，便可舒緩抑鬱病徵。

## 抗抑鬱藥的功效

筆者以前於一家關懷精神復元人士的基督教機構擔任心理輔導員，我最擔心的是那些患有抑鬱症的弟兄姊妹看到病情稍微穩定後就自行停止服藥，進而導致病情復發或加重，引發輕生念頭。若他們問我意見，我最安全的答案是建議他們先諮詢精神科醫生，不要輕率地自行減少抗抑鬱藥的劑量。但我慢慢發現有些抑鬱症患者，即使乖乖服藥十多年甚至更長的時間，病情亦見穩定，卻仍未能獲得完全的治癒，這讓我不禁思考抗抑鬱藥的功效，而除了藥物之外，還缺乏甚麼東西，使抑鬱病患者難以被完全治癒？

## 失聯可致憂

就抗抑鬱藥的功效，英國一名同樣受抑鬱症困擾多年的記者Johann Hari經過長時間多方面的調查和訪問後有突破性的發現，在他一本非常暢銷的書《Lost Connections: Uncovering the Real

Causes of Depression and the Unexpected Solutions》（「失落的聯繫：揭開抑鬱症的真正原因——以及意想不到的解決方案」）內，Hari指出有65-80%抑鬱症病人服食抗抑鬱藥一年後仍然會出現抑鬱症徵狀，而有科學研究更證實即使科學家「刻意地」調高了抑鬱症患者腦部的血清素，抑鬱症徵狀依然存在。所以，Hari認為抑鬱症的根本原因不僅僅是大腦中化學成分失衡的問題，因此單以藥物和心理治療來治療抑鬱症並不總是有效。相反，作者認為人們患抑鬱症的主因是9種不同失聯的結果，包括與有意義的工作失聯、與他人失聯、與意義價值失聯、與大自然失聯等。Hari表示當病人與這些失聯重新接軌，抑鬱症徵狀便會慢慢退去。

由於篇幅所限，在9種不同的失聯中，我只列出三種與在職信徒較為相關的失聯，即「與有意義的工作失聯」、「與他人失聯」和「與有意義的價值觀失聯」，及分析其如何導致抑鬱症，這可能會帶給我們一些對生活和工作的反思。

## 與有意義的工作失聯

作者認為當人們不知道為甚麼要工作，認為自己的工作沒有意義或不充實，工作對世界沒有影響，或覺得自己的工作不受重視或讚賞時，便會導致無聊、沮喪和無望的負面情緒，甚至引致抑鬱。作者也發現當人們對工作的控制程度越低，他們的抑鬱程度便越高，即兩個人雖有同樣的工資水平，承擔的工作量相約，有同樣的地位和工作環境，那個對自己的工作範圍和技術要求控制程度較低的人，會較容易抑鬱。若是這樣，作為「低級」職員可怎麼辦呢？作者建議人們應該多探索自己的興趣、能力和價值觀，並嘗試尋找與之相符的工作，也應該減少對金錢、物質和成功的追求，而更多地去尋找充實和自己認為有意義的工作。作為僱主，在培養有意義的工作方面也

可以發揮作用，創造優先考慮員工福祉的工作環境和提供發展的機會，讓員工在工作中有自主感和使命感。回到信仰，上帝也透過經文指出有意義工作的重要性，而不應單看金錢和回報，工作應成為服侍上帝的一種方式，也要為社會做出貢獻，並找到生活的目的和成就。如歌羅西書3:23-24教導我們「無論做甚麼，都要從心裡做，像是給主做的，不是給人做的」。

## 與他人失聯

作者認為與他人斷絕聯繫是導致抑鬱症的另一個主要因素，他指出孤獨不是抑鬱的結果，而是抑鬱的原因。他提出人類是社會性動物，對社會聯繫、支援和社區有天然的需求，當我們與其他人缺乏有意義的關係時，便會導致孤獨、被孤立的感覺。舉例，美國芝加哥大學的神經學家曾對100人做過實驗，發現當人們感到孤獨時便會導致皮質醇水準飆升，即代表他們的壓力指數也提高，容易導致負面情緒。作者又指出，社交媒體的發達和溝通軟件的應用，許多人看似在互相聯繫，卻其實生活在孤立之中。要解決這種失聯的方法之一是要多參加與我們的興趣和價值觀一致的團體活動，面對面與別人互動和與親人多相處來建立聯繫和培養有意義的關係。上帝也透過經文教導我們與人聯繫的重要性，聖經內有許多經文都談到了社區、人際關係的價值。如傳道書4:9-12「兩個人總比一個人好，他們勞碌同得美好的報償。若是跌倒，這人可以扶起他的同伴；倘若孤身跌倒，沒有別人扶起他來，這人就有禍了。」

## 與有意義的價值觀失聯

作者指出當人們越看重物質和金錢就越容易患上抑鬱。當人們感到生活與價值觀脫節，缺乏生活的目的和方向感，便容易導致焦慮和無望的感

覺。作者引用美國心理學家Tim Kasser的研究，指Tim曾對超過700人進行研究，最後所有研究都顯示人們越是看重物質和為了物質目標而奮鬥，便越容易焦慮和抑鬱。舉個例子，如果你在繪畫時感到開心便想繪畫，這稱為「內在目標」，如果人想要成為有名的畫家賺更多金錢，便是「外在目標」。當人追求內在目標就很容易進入「心流」狀態，會更容易感到真正的快樂。相反，當人越追求外在目標，只關注能擁有多少物質，就會特別在意別人怎麼評價自己，得到多少回報，這便會讓自己產生焦慮。作者認為價值觀能賦予生活意義和目的，包括同情心、誠實、創造力或正義，但當人們覺得他們沒有按照自己的價值觀生活時，便會導致一種失聯感和缺乏目標，認為自己無法對外界做出貢獻。為了解決這種失聯的問題，作者建議人們應多探索他們心中的價值觀，並尋找按照這些價值觀生活的方式，他還建議人們不要隨波逐流，墮入社會提倡的消費主義和物質主義的價值觀。翻開聖經，你也會發現聖經有多處提到我們的行事為人應與上帝的價值觀（如：愛、正義、憐憫和寬恕）一致。如彌迦書6:8「世人哪…只要你行公義，好憐憫，存謙卑的心，與你的神同行」，又例如在羅馬書12:2上帝提醒我們「不要效法這個世界，只要心意更新而變化」。

結論：不能否認抗抑鬱藥對抑鬱症患者是相當重要的，可以發揮保護和治療的作用，但《Lost Connections》這本書也提出了另一個重點：除了藥物外，與人、與有意義的工作、與有意義的價值觀等的聯繫可幫助舒緩抑鬱症，甚至治療它。湊巧地，這些論點也與上帝的教導非常接近，對普遍基督徒工作和生活的焦點也是好好的提醒。🙏

## 「HKPES西環看日落」 步行籌款 (3月4日)

衷心感謝每一位參與的步行者和慷慨奉獻的贊助者。

感謝上帝，當天我們共有超過 30 位參加者與我們同行，從堅尼地城漫步前往數碼港，全程歷時大約 2.5 小時，途中經過鐘聲泳棚、芝加哥大學香港分校附近的大戰時代炮台遺址、海邊石灘後順利到達數碼港。

我們非常感動，今年的步行籌款除了很多 HKPES 的長期支持者參與外，亦得到很多剛接受過 HKPES 職涯規劃服務的精神復元新朋友來支援我們，其中更有一位好朋友獨力向超過 100 人籌款來支持我們，實在對你們每一位的落力支持致以萬分的感激。

你們金錢上的奉獻支援都是上帝賜予 HKPES 的寶貴禮物，我們同工承諾，會善用每分毫的奉獻於上帝的職場事工，包括支援教會、在職信徒、提供優質但費用特惠的服務予收入較低的青年人和在職復元弟兄姊妹，幫助他們尋見及實踐神的召命。

願神親自傾福和報答你們每一位的奉獻支持。



## 《體驗祈禱與工作韻律》 退修營 2022 (12月)



## 「精神健康素養運動」啟動禮 (2023年1月15日)





「支援教會牧養精神復元人士課程」  
(3月1日及8日)

財政報告

2022年12月 - 2023年2月收支報告

收入		HK\$
奉獻	:	259,221.00
職場培訓	:	148,750.00
其他	:	36,243.76
		444,214.76
支出		HK\$
同工薪酬及福利	:	395,465.48
行政費用	:	67,244.95
事工拓展	:	11,511.02
職場培訓	:	71,699.90
		545,921.35
不敷	:	(HK\$101,706.59)
2022~2023年度累積不敷*		(HK\$438,431.22)

\* 此數目未經核數師核對

真人圖書館

這是一種「借人」的活動——將人借給讀者，討論主題則是此人的想法、專長和背景，目的是在利用其面對面的溝通優點，使讀者對其有更深層的了解。

聚會內容：

- 新生精神康復會社工（姊妹）分享復元故事
- 介紹浸信會愛群社會服務處支援一般人士而建立的「線上精神健康自助平台」和支援教會的「精神健康 C 計劃」
- 參加者分成小組，由復元人士和照顧者分別與各小組分享他們的復元和照顧經歷。共兩次分組，每次約 30 分鐘，共 60 分鐘

其中申請注意事項：

- 需以教會或團契名義申請
- 需至少 2 星期前申請
- 因需分組，每次聚會人數約 20-50 人



HKPES精神健康急救證書課程

基督徒時常主動關心身邊人，但當他們出現情緒失控、焦慮等情況，應如何幫助他們，而不致惡化呢？課程正是為此而設，3 天課程將教授你如何識別、支援和向他們伸出援手。

課程內容：基本內容（12 小時）

認識常見的精神病、危機出現時的表徵、急救守則 / 方法和社區資源

額外內容（2 小時）

- 情緒病患者的靈性關顧
- 精神復元青年「真人圖書館」

■ 日期及時間（共三堂）：

6月14日（三），晚上 7:30-10:00

6月21日（三），晚上 7:30-10:00

6月24日（六），早上 9:00-下午 1:00，下午 2:00-7:00

■ 地點：CBD 職繫點

■ 費用：\$900（HKPES 之友：\$850）



職場內外靈性修持（網上共修）

透過網上平台，建立共修群體，不斷沉浸於祈禱的功夫，在靈裡彼此砥礪同行……

■ 對象：盼望在日常中體認上主同在，與及與群體有更密切相交的信徒

■ 日期：2023年6月24日、7月22日、8月26日、9月23日、10月28日、11月25日及12月23日（星期六，共7節）

■ 時間：早上 10:00-11:15

■ 形式：Zoom（網上進行）

■ 費用：HK\$450

■ 導師：謝麗婷



CBD職繫點

九龍觀塘成業街 10 號

電訊一代廣場 19 樓 D1 室

報名及詳情：請瀏覽 [www.hkpes.com](http://www.hkpes.com)

☎ 2314 3331

✉ [admin@hkpes.com](mailto:admin@hkpes.com)

☎ 9432 4600

📘 Facebook/HKPES



Hong Kong Professional & Educational Services Ltd  
香港專業人才服務機構

HKPES 建立職場信徒 見證道在人間

2023  
3

第一期

- 1-2 職涯內外  
幸福人生的秘訣？
- 3 坐井觀天  
精神困擾在職場
- 4-5 道在井旁  
聯繫可解憂
- 6-7 活動精華・已然未然・財政報告
- 8 大隱於市

1991・職場牧養・非牟利機構

職報乃季刊，免費贈閱，歡迎致電本機構或上網登記訂閱。



地址：九龍觀塘成業街10號電訊一代廣場19樓D1室  
電話：2314 3331 傳真：2314 8896  
網址：www.hkpes.com 電郵：admin@hkpes.com  
設計：GOD-Platform 主要平台

董事會成員：司徒永富博士、鄧有信先生、吳倬文先生、  
鄧諾文先生、蔣慧瑜女士  
機構隊工：林保照先生、梁淑儀小姐、陳謝麗婷女士、  
潘文偉先生、蔣錦華先生

## 大隱於市

- ✦ HKPES 為了回應更多上帝的 Calling，擴大了對弱勢社群的服事，新事工包括提供職涯規劃諮詢及職涯教練服務給精神復元的年青人。此外，HKPES 正籌劃一個「企得穩」小組繼續支援一班已經找到工作的復元青年人，讓他們或許在工作上將會面對衝擊、挑戰、適應，仍可在工作及信仰上企得穩。求主賜予我們更多資源、加力和使用 HKPES，與其他社福機構及教會多些合作，一同服侍有需要的精神復元年青人。請各位朋友為 HKPES 的事工和資源需要禱告。
- ✦ HKPES 剛成立「HKPES 之友」，希望聚集一班認同 HKPES 召命的朋友成為我們的大使，推廣 HKPES 的職場牧養事工，支援教會、在職信徒，請各位朋友踴躍參加。在 6 月底前報名，將可獲豁免本年度年費。
- ✦ HKPES 最近開始接觸東九龍區的教會，希望可以更多支援教會在牧養職場信徒方面提供幫助，求主引領我們與東九龍區的教會有更多的合作。



## 同行有你

HKPES 的行政費用全賴信徒及教會的奉獻，若你認同我們的事工，並有感動支持我們，請化作禱告及奉獻，奉獻可用劃線支票，抬頭請寫 Hong Kong Professional & Educational Services Ltd. 或「香港專業人才服務機構有限公司」；或以轉數快 (FPS ID: 161971866)；直接存入恆生銀行存款戶口 295-7-054311 或匯豐銀行戶口 484-300223-838，並將資料 / 存款收據寄回，以便發出正式收據；或以銀行自動轉賬，表格可於網頁下載。奉獻滿港幣 100 元或以上，可作為香港特別行政區政府認可慈善免稅捐款。



請登入  
[www.hkpes.com/support/](http://www.hkpes.com/support/)  
支持我們