

每日十分鐘認真讀經，十分鐘認真感恩祈禱及為人代禱，生活必定十分充實和十分喜樂，你願意嘗試嗎？盼望你說：「我十分願意。」

**本週金句：**

「在至高之處榮耀歸與 神！在地上平安歸與他所喜悅的人！」(路 2:14)

**每日靈修讀經**

禮拜日	路 1:1-13
默想	《福音的基礎》a)福音的確據(1-4)；b)施洗約翰誕生的預告(5-13) 天父！我願敬虔等候，願祢賜我喜樂，蒙福確據。
禮拜一	路 1:14-25
默想	《靈力先鋒》a)人因約翰感歡欣(14)；b)主尊約翰為大(15)；c)約翰預備人心歸向神(16-17)。 聖靈啊！充滿我，使我有能力來為祢榮耀的名作見證。
禮拜二	路 1:26-38
默想	《救主誕生預告》a)馬利亞的反應 (26-30)；b)耶穌誕生的預告(31-37)。 我為神的兒子道成肉身，感謝祢，敬拜祢。
禮拜三	路 1:39-56
默想	《蒙恩女子的歌頌》a)伊利沙伯的祝福頌(42-45)；b)馬利亞的尊主頌(45-56)。 主啊！祢值得普世頌揚。
禮拜四	路 1:57-66
默想	《施洗約翰的誕生》a)路加詳細的報導資料，顯示神的作為；b)撒迦利亞與伊利沙伯因單純敬虔與謙卑而蒙神恩待；c)約翰充滿主的能力(66)。 我願常作準備，作神所派的工。
禮拜五	路 1:67-80
默想	《神的眷顧》a)過去的眷顧(68-75)；b)現在的眷顧(76-77)；c)未來的眷顧(78-79)。 求主助我以祢的眷顧，去眷顧有需要的人。
禮拜六	路 2:1-14
默想	《道成肉身之夜》a)及至時候滿足(加 4:4)，當日正是人類最需要光明之時；b)降生於馬槽中的受苦僕人；c)大喜的信息卻是關乎萬民。 感謝主！祢的貧窮卻成為我得富足的途徑。

**烏干達之旅**

吳碧姬

今年七月曾到非洲烏干達公幹個多星期，目的是視察該國人民實際需要，以便計劃日後撥款支助當地一個慈善機構。這次旅途不但擴闊了我的視野，更帶來生命一些反思。

烏干達主要是農業國家，雖然土地尚算肥沃，但普遍農民均缺乏教育及資源去改善生產，所以大部份人都很窮，加上國家政局不穩定，又曾受愛滋病影響，很多成年男仕都早逝或離家他往，婦女便成了大部份家庭的經濟支柱。

我曾到過城市裏觀察一班婦女如何藉外來貸款開設小生意謀生，她們雖然生活窮困，是文盲，做的生意也很簡單，如開茶水檔或買賣普通雜貨等，但生命相當有活力，很認真，也很有尊嚴，令我很佩服。

我又曾到過一個市外社區中心參觀，這中心主要是提供一些活動，圖書及訓練給一班已輟學的少女，她們的年齡大約 12 至 18 歲，這社區中心只是簡陋的空屋，亦沒有電源供應，但這些少女已很滿足每天有兩小時自己的時間。她們的前途雖然並不光明，但各人仍有夢想，她們希望能夠作一些自己有興趣的工作，如操作電腦，作髮型師等等，而最令我感動的就是臨別時為我們合唱一曲“**We Have Hopes**”！

負責接送我們的司機曾受過教育，能用英語替我們翻譯。以前他曾在一公司任職文員，繼而升任至經理一職，但後來公司被外國收購，他便失去工作，而烏干達因工業發展甚少，根本很難再找到另一份公司文員的工作，而只好轉任司機。在相處的四天中，感受到他對這份工作的尊重，我相信他的觀察力和聆聽力都很強，短短的數次傾談，已感到他對任職機構的運作有很深的認識，我很佩服他的做人處事態度，並沒有因逆境而苦澀。

在鄉下生活的婦女比城市的更窮，每日收入祇有大約\$1 美元，但她們仍努力自力更新，透過外國慈善機構的訓練，學習以一些好像中國人「供會」的方法儲蓄及建立社會安全網絡，彼此互助互愛，謀求改善生活，是一群很勇敢的婦女。

這次旅途接觸的全是黑人，我發覺除了膚色不同外，他們內在需要和感受都和我們一樣，我們並沒有可誇之處，大家都是神創造的人，祇可惜很多時我們都以為自己很了不起，以致不懂得尊重，甚至會歧視別人！

以前我以為很少人會關心窮人，原來並非如此，早在多年前已有多個基督教或非基督教慈善機構在這裏工作，直到今日仍在努力尋找最有效的方法去幫助他們脫貧，真可說是人間有情。

回來後常反省北美的生活方式，很多烏干達人每日平均祇有 \$1 美元收入，而我們喝一杯 **Starbuck latte** (咖啡) 就已花上 \$3 多！若我們能將生活簡樸化，定會有足夠金錢與窮人分享；還有我們所擁有的資源財富，是否祇局限於讓親人或認識的人享受？有沒有想過可以「老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼」？

我常為烏干達的下一代擔憂。他們的前景如何？我相信唯一的方法就是好好教育他們，讓他們能自力更新。真希望有一天我們可以集資組織一些教育基金，讓世界各地年青一代都有美好的前途。願主幫助我們。

(作者為城北粵語堂會友)