



這稱為我名下的子民，若是自卑、禱告，尋求我的面，轉離他們的惡行，我必從天上垂聽，赦免他們的罪，醫治他們的地。

歷代志下 7:14

版面由(奉獻力量基金)「與愛同行」提供

歡迎查詢，奉獻及分享生命見證。鄭澤皆先生 9023 8393

與愛同行



奉獻力量

Dynamic Giving



好彩子浩死得早

鄭子誠



「你叫他「陰謀」，其實對子誠一如其名，沒有陰謀，只有真誠。」

很多人見到他，都說他有陰謀，到底他的陰謀是甚麼？「飾演李子浩這個角色，外界覺得很成功，但對我來說卻是最痛苦的經歷，因為我來自很傳統的基督徒家庭，媽媽不喜歡我做電視台了。那段时间一出街我就戴帽，別人會用奇怪眼光看你，甚至有人會指住我跟小朋友說：『衰仔，唔好學佢呀！』如果說鄭子誠有甚麼陰謀，那大概是明白到，無論何時不得時，都要在自己的崗位上做好自己的本分，正如他當年讓李子浩壞事做盡一樣。」

「真情」中的子浩壞事做盡，除了殺人綁架、拋棄妻子，最令人印象深刻的，一定是「追老婆」(馬路露露)在醫院門口食那一幕。子浩這個角色做得這麼有血有肉、活靈活現，大家都說鄭子誠演技太好，卻想不到「真情」其實是他的幕前「處男」作，更令人想不到的，就在接拍「真情」前不久，他才想到要退出電視台。

「我在無錢做《城市追擊》(新馬師曾)爭產案爆發，幾乎每天都要守在永祥大廈門口。有一晚，黃夏蕙買了飯盒給我，我就問她：『呢個咩嚟嘍？』大家都不知肚明那是飯盒，但我需要問這個問題，心不甘情不願。正是這副表情，吸引了另一邊廂的藝員科，他們那時正在尋找適合藝員來飾演子浩這個角色，見到我做採訪時的樣子，就找了我去做。後來覺得子浩再好都好不過阿海，黃夏蕙又覺得我眉宇間帶好意，就為子浩安排了「成好之路」，而我做好人，亦一做做了差不多20年。」

身為第四代基督徒，子浩的作為跟鄭子誠從小到大所受的價值灌輸，明顯是天差地別。他記得當時出街總要戴住帽子，深怕別人會認出，因為他還是新人，觀眾不熟悉他，乾脆將鄭子誠等同於李子浩，看到他戴著帽子來，有人甚至連他的名字都記不住，不是叫他鄭子浩，就是叫他李子誠，而最令他難受的，還是母親的漠然以對。身處其中你不覺得享受，本來我回港做電視台，媽媽已經不悅，後來加入電視台，又飾演了子浩這樣一個角色，她看了一定氣死。那時候媽媽在加拿大，即使身邊很多多媒體，跟她說我做得多好，她始終一集都未看過，加上我們分隔兩地難以連繫，更加不知如何是好。」

鄭子誠自小就很

「從小到大，信仰都這『公式化』，返崇拜、返團契，只知道信仰生活原該這樣。後來到加拿大讀書前參加了夏令營，跟弟兄姊妹看日出，看著由黑暗變光明，花開花落，日出日落，如此有規律地進行，突然間覺得神很動，很接近。世界不會突然消失，太陽亦不會無故變黑，如果由神來看守我，即不能一帆風順，至少都會有甚麼差池閃失。」在加拿大讀書的日子，鄭子誠坦言是跟神最親密的時候，因為才剛從另一角度體驗到信仰的真義，到畢業後出來工作，慢慢建立了對電台工作的抱負和熱誠，在加拿大工作多年之後，於90年代毅然回港，卻開始了他的「一動盪」年。

「真正的考驗，是回港之後的考驗。一開始在香港電台做節目，但節目時間被安排在半夜三更，完全顛倒了生活作息時間，加上娛樂圈有不少「精彩」東西，有了更多新體驗，高潮、低谷亦隨之而來。」在港工作了一年多，鄭子誠就轉到亞洲電視擔任對外事務部總監，對當年只有三十多歲的他來說，難免有點意氣風發。在亞視工作了一年，鄭子誠知道自己其實勝任不來，加上無法返回港台，鄭子誠一下回到台工作，誰知原本一星期五晚的節目，被縮短至一星期一晚。再一週又陷入低潮的他，原本打算回加拿大發展，就在這時加入《城市追擊》，高潮與低潮從未停止過，但一次又一次，從意氣風發的時候疏遠神，到失意的時候依靠神，鄭子誠真切地經歷了神的同在與

「我坐在車中，而這種車由一位很熟悉路面情況的司機駕駛，所以我很安然。無論前面是山崖還是墮頭路，我都會將車駛交給給他，因為沒有人比他更熟路。」

沒有拆毀就沒有建立，鄭子誠深信神給我們的功課，是要我們在各自的位份上做到最好，亦希望往後能藉著自己的聲音做得更多。當你深信自己的聲音是神賜予的時候，是否應該為他做點甚麼呢？近十年八年載我的知名度漸漸提高，或者我可以播種的人，看看有甚麼方法可以傳遞更多正面信息，是誰收割都不重要，最重要是做好自己的份內事。」非信徒相信世事一咁咁咁咁，但對鄭子誠來說，這個世界沒有一咁咁咁咁，既然知道每件事都有神的心意，他亦願意將自己擺上，刻盡己職。

自小在基督徒家庭長大，信仰早已植根鄭子誠心中，對於每天應該要做的課，應有的態度，自然就流露出一股恩惠，如果期望自己的生命會有戲劇化轉變的話，也許你會失望。但如果抱持感恩心態過每一天，每一你都可以經歷神。」

胡裕勇 榮火青年網絡(U-Fire Networks)創辦人兼總幹事

(註：「跨代·愛同行」，筆者找來同行的青年人，以兩代不同的角度合寫相同主題，期待跨代可在愛裏同心同行。)

跨代 愛同行

不同年代的承傳

「十年」二字，你會想到甚麼？是最近上映的電影？未來十年光景的預測？還是回望過去十年的人生變遷？

人生有幾個十年？@勇總

前陣子，和教育學院的舊同學歡度聖誕節，轉眼間我們已經認識了20年，回想那些年，我們同心在校園裏打拼，從三個師兄弟手上接過校園團契，到靠著主彼此配搭下倍增至30人。第二年，再殺入大埔永久校址，我們成了核心成員，組成第一屆新校園團契，更接觸了300個信徒，成功建立了穩固基礎，更試過籌劃600人的聖誕福音聚會。這些為主大發熱心的歲月，同心同行的片段一生難忘。在校園中的那些年，初嘗轉化校園的滋味，也同時翻轉了信仰生命，成為日後服事的基石，也認識了一生同行的夥伴。

十年後，我們大家都成家立業，奇妙的是大部分人的配偶，都是跟當年在校園時期一起打拼過的同學。而且，大家仍然不忘初衷，在各自的校園或服事的崗位中，為主培育下一代，將這份愛承傳下去。20年後的今天，當我們再次聚首一堂，我們更多了兒女在左右，互相交流生活點滴、工作中的高低起伏，感覺依然親切。

在校園的日子，就是這麼特別的環境和時空，將不同背景的人放在一起，打破了宗派的框架，擴闊了彼此信仰的視野，結識了同心為主打拼的戰友，齊心活現了主的使命。這種關係可延續一生之久，這段經歷何等難能可貴，但願可以承傳下去。

十年人事幾番新@麗鈺

「十年」確實是一個很關鍵的時期，很多人都以十年為單位來計算國家、城市、社區或個人生命的變化。我也不例外，我將以「十」這單位帶領大家回到十年前的我，見證我由大專生到職場這關鍵十年的成長。

「十」這字的結構是由一條橫線與一條直線所產生，如果我以橫線代表為與身邊朋輩的連結，直線向下為與上一代的連結，直線向上是與上一代的連結，而那向上的終點是與我們上帝的連結。過去十年，在這兩條線上，感恩天父給我延長及豐富了它們。

2006年，是我人生中一個很重要的轉捩點——我中七畢業

何苦自殺？

葉大為博士 香港基督教輔導學院院長

如何察覺自殺跡象？

如何察覺學生有自殺跡象？家長和家人可留意他們應對壓力的技巧是否足夠，例如當不開心中時有沒有他人可以傾訴？生活上人際關係如何？是否懂得表達自己？朋友是否眾多？與朋友的關係如何？學業成績是否給自己太大壓力？是否完美主義者？對未來的期望如何？人生有甚麼理想？父母可多與子女交談這些話題，並建立密切的親子關係。再者，更要對一些「情緒信號」提高警覺，如近日有否明顯的情緒低落？生活上情緒有否不安或過度緊張？平日喜愛提起的話題有否不想提及？平日喜愛的東西有否不加工理會，甚至將之贈送他人？「言語信號」上，有沒有提及死亡？有否在社交媒體留下遺言？或有意無意間說起自殺，或是欣賞自殺的新聞？因為「有樣學樣」也是自殺率標升的原因之一，如「這學生自殺死了多好，甚麼煩惱都沒有了……」我曾經遇上位兒子自殺了的父親，他在傷心之餘憶述兒子曾多番提及自殺及想死等意念，但父親因為不懂應對，完全否定了兒子的感受，父親的反應是：「不准講這些傻話！不准再講個『死』字！」最後他在父母不留意下，便從20樓家中窗戶一躍而下，自殺身亡。

學校方面，如有學生不幸自殺，或是要對全體學生提及自殺的話題，都必須小心謹慎，切勿好心做壞事，使事情適得其反。例如如有品學兼優學生自殺死去，切忌在學生早會加以讚揚或是全校哀悼，使死去的學生得到讚許，這樣會引發「有樣學樣」效應，令人誤以為自殺會得到學校特殊或是過度關注，取得平日無法得到的「光環」。應當在課室內由有經驗的老師或是輔導員與學生討論，讓學生明白自殺多是因為抑鬱症和一時衝動而鑄成大錯，使家人、老師、同學和朋友傷心，自己白白斷送了前途和生命。同時，校方可給予學生減壓和應對壓力的訓練，加強同學的AQ(逆境商數)，使同學明白困難是人生經常面對的平常事，學業成績固然重要，則不必給予自己太大壓力。如有「完美主義」思想者，則可以學習緩解完美，重視學習過程中的快樂。

總括來說，每一個生命在神面前都被看為寶貴，我們在保護下一代的時候，必須要停下來對年輕人和學生付出真摯的關心和愛護，關心他們心中的困擾，了解他們心裏的憂慮；也反省我們成年人是否也在我們經過的步伐背後，忽略了今天的學生比我們所走的路更難行？

多重因素導致自殺

自殺的成因相當複雜，不是由單一因素導致，多是因為遇到困境、外在壓力、長期缺乏解決方法、看不見未來出路，或是處理壓力缺乏技巧，再加上個人思想固執等而形成。多半自殺者是因為一時衝動，當有機會細加思想，大多會打消自殺的念頭。自殺死亡個案中，不論是年輕人或是長者，超過一半都與抑鬱症(Major Depression)有關。我們稱之為「重抑鬱」或是「嚴重情緒病」，患者除了面對情緒低落、無故哭泣、避開人群等問題之外，更會在有意無意之間透露或提及死亡和自殺。

抑鬱症患者對自殺的看法是「放棄」，即感覺到做人很辛苦，不想再活下去，如「人生那麼痛苦，不如死了更加好……」、「如果生存和死亡都是一樣，我寧願選擇死亡……」有些人，特別是年輕人會很直接的說：「我想死！」、「我想自殺！」也有一些人會很喜愛與死亡相關的東西，如書本、電影和圖畫，當他們有堅決的死亡念頭，便會真正預備和進行自殺計劃。所以，當發現親友有抑鬱徵狀，或是已經確診抑鬱症，絕不能掉以輕心，必須留意對方有否自殺的暗示或跡象，並需轉介精神科醫生、臨床心理學家或專業心理輔導員。