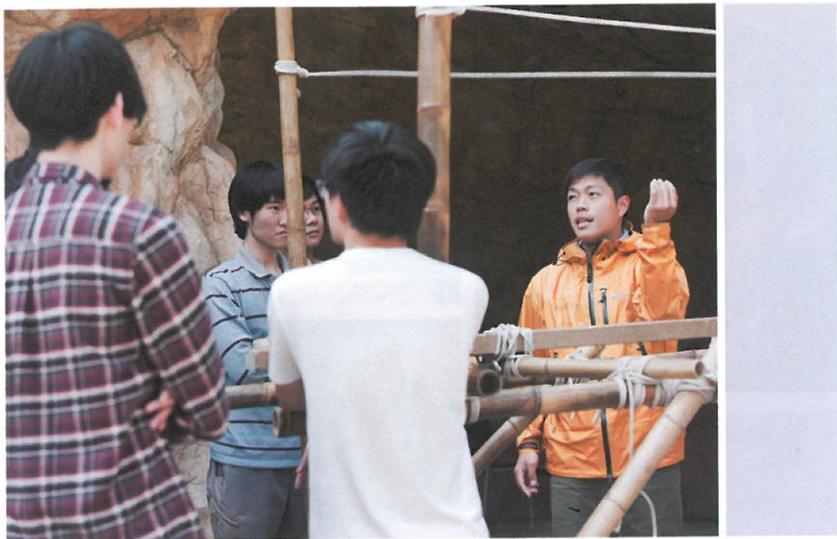




## 生命師傅方文輝

這天，香港專業教育學院電腦系二年級生，走出校園遠赴馬灣，在陽光照射下，模仿起建築工人來。各人拿著繩子，把一根根竹桿紮起，築成一道可讓人通過的竹橋。看著這群年青人認真、落力的模樣，有份指導他們的方Sir亦甚感欣慰。



**方文輝**（Fai Fai），人稱方Sir，擁有逾10年教練經驗。未加入臻訓中心前，曾在不同機構擔任教練達12年之久。「選擇做教練跟自己成長經歷有關，那時中五畢業，對前路感到迷惘，不知可循那個方向發展。」困惑間他有機會返教會，更開始在青少年中心擔任義工。「透過做義工，我有機會接觸這行業，便入行一直做到如今。」

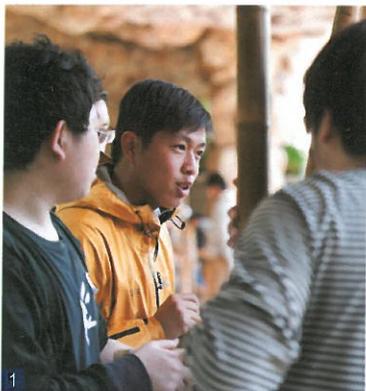
### 從年青人身上得啟發

問方Sir教導年青人最吸引的地方是甚麼？他會毫不猶豫指：「年青人有活力，可塑性甚高，我們較容易透過不同活動和主題，將訊息傳遞給他們知道。」透過訓練年青人，啟發到方Sir反思自己的生命。

「還記得幾年前，我協助一個幫吸毒者戒毒的團契，訓練他們的學員。過程中要他們自己煮食，眼見有位年青人，獨自煮著幾尾大魚……使我不禁回想自己連煎蛋也感到困難，平日返到家中，都只是『印印腳等開飯』，反而他們卻懂得做菜，使我不期然感到自己可多做一點，來改善自己的不足。」

### 融入帶來契機

縱然擔任教練多年，方Sir也要面對不同的挑戰。「隨著香港環境不斷轉變，我們都要作出調整，以不同方式面對參加者。因十年前的小朋友比較單純，較容易接受我們的教導。但現今的孩子比較自我，不易接受別人教導。所以我們會嘗試利用一些共同的話題，如問他們：現在流行甚麼、你喜歡甚麼等等，作建立關係的契機，當我能hit到他們的話題，很自然就能融入他們的世界。」



1. 方Sir相信融入年青人的世界，自然能與他們溝通。
2. 將一根根竹桿紮起，築成一道橋並不容易。
3. 針對不同參加者，他都會設計適合他們的活動。



要融入年青人世界確有一定難度，但方Sir卻視此為一種契機。不斷在當中尋求可行方法，他發現原來表達技巧同樣是重要關鍵。「我會用年青人的Tone跟他們講說話，不會沉悶地step by step向他們逐一講解。」而設計活動時，亦盡量有較大空間，讓孩子毋須被既定答案框死，可自己去尋找答案。

### 適時傳遞信仰

在設計活動模式上，方Sir都會按現時孩子的體質作釐定標準。因現今孩子體能確比從前差，所以會減少一些戶外、體能活動。他不諱言設計活動時，會針對不同類型參加者的需要，例如給思考型參加者的活動，會較多讓他們去解難；而給運動型參加者的活動，就會要他們多走走躍躍，好像是野外定向的活動。

提到如何從多元化的活動中，滲入信仰元素，方Sir坦言會在活動過程中，將信仰訊息一點一點傳遞給他們，「如參加者爬繩網至最高點時，通常都會感到恐懼，很自然要抓著身邊的東西，那管安全與否。這時我們便讓他們知道，人生總會遇到不同的困難，當困難出現時，你會選擇抓著甚麼東西？可會選擇抓著最可靠的上帝嗎？」

### 兩件刻骨銘心的事

當了多年教練，讓他印象深刻的，是早前訓練年青戒毒者時所遇到的女孩子。「那天有夜行活動，走在我旁邊的是個9歲的女孩。我們邊走邊聊，當問她怎樣接觸到毒品，她淡然回應指：『我一打開雪櫃，就會有白粉。』」



1. 眼見年青人轉變，他同樣受到激勵。
2. 透過紮橋，讓同學學會合作和溝通的技巧。



此話教我深感震撼，其後得悉這孩子的父母，原來是拆家，所以她這麼容易接觸到毒品，這使我非常痛心！」

另一個難忘的經歷，發生在三日兩夜的活動中。當時一名初中女生，由於髮型古怪，加上行為怪異，令她從小學起已受到同學排擠和欺凌。但在這次的活動內，她有機會分享自己的感受，同時他們亦製造了許多機會，讓她的同學有機會去認識她多一些。結果活動結束後，校內的社工聯絡方Sir，告知他這女同學自活動後轉了髮型，而當日和她同組的同學，見到她被欺負時，亦會主動代她開聲。

## 生命影響生命

這些經歷，讓方Sir更肯定自己的使命，就是要：以生命影響生命。「我們的同工，盡量利用一切資源幫助年青人。裝備他們，讓他們日後可運用學到的技巧，應付不同的情況。我相信這些技巧，就好像是今日的iPhone apps或 iPad apps一樣，越建立得多就越好。當有需要時，他們就可以取出來用。」

「很感恩天父讓我們從營會中得振奮，使我們看到參加者態度上的轉變，從一開始不曉得講：『唔該』、『多謝』，到出營會時，曉得適當地向人道謝。短短數天，他們學會尊重別人，這教我們深感欣慰。」回想自己有幸成為教練，方Sir滿心感恩，因這工作意義重大，就如一根火柴，燃燒自己，照亮別人一樣。

### 鑾訓中心 (Anchor House) 簡介：

鑾訓中心 (Anchor House) 是香港基督少年軍轄下服務單位，透過多元化專業訓練，培育青少年領導才能、團隊合作、紀律精神。同時亦促進個人成長，讓他們建立服務社群的良好品格。

#### 地址：

新界馬灣珀欣路33號  
亞方舟二樓



1. Allen明白只要大家目標一致，共同進發是可令大家的關係更愉快的。

2. 通過活動，讓Dennis明白不同崗位的重要性。



## 祢的恩典夠我用

「加入鑾訓中心首三、四個月，我已感受到信仰結合工作的不同，同事們在活動前祈禱，求天父賜力量。這使他明白帶活動，並非單靠個人力量，而是靠上帝的恩賜。當遇到困難，我就將難處帶到上帝面前，因上帝的安排是最美好的。」

即使機構正面對壓力，他仍深信上帝供應是足夠的，只要做好上帝交付的工作，就毋須為此擔心。「在這裡我跟神的關係更親近，從前我著眼自己的表現，如今卻明白同工互補的重要。大家同心祈禱、互相支持，令團隊發揮得更好，使更多人能得益處。」

### —參與者心聲—

Allen：這次我學會團隊合作和解難的方法，日常做project雖然會分工，但卻沒這般仔細。另外，我亦學會只要大家目標一致，共同朝目標進發，都可促進彼此關係的道理。

Dennis：這次我學會如何與人同工，縱然期間會發生意料之外的事，但我們卻能彼此協調，互補不足。藉著參與不同崗位的工作，讓我明白不同崗位，都有它的重要性。☎