

[返回號角主網頁](#)

01 專題

02 專題

03 專題

04 專題

05 社區迴響

06 天倫樂

07 天倫樂

08 生命線

09 智慧之窗

10 昆士蘭專頁

11 墨爾本專頁

12 佳美腳蹤

13 雲彩集

14 藍山集

15 世情心語

16 教會消息

17 健康寶庫

18 美味人生

19 思考空間

21 國際時事

22 生活資訊

23 愛心匯點

24 談文說藝



HERALD MONTHLY AUSTRALIA

號角月報澳洲版

2020年4月 (受疫情影響，本期僅發網路版，敬請垂注!) 免費取閱

出版：基督教角聲佈道團有限公司
<http://cchcau.org>

9 頁



信仰、世界觀
與人的認知



從監獄裡救人

13 頁



有一首歌，叫《因祂活著》。在副歌部分，歌詞寫道：「因祂活著，我能面對明天；因祂活著，不再懼怕；我深知道，祂掌管明天；生命充滿了希望，只因祂活著。」復活節到了。為救贖你我的罪，耶穌被釘死在十字架上，但祂第三天復活了。罪惡被寶血洗淨，死亡被生命誇勝！從此，十字架的刑罰，成為了榮耀的盼望！正如歌詞所言，「因祂活著」，我們不再懼怕（死亡），面對明天，生命充滿了希望。誠心邀請您，細心閱讀這裡的每一篇見證！願您和我們一樣，接受復活的耶穌，作您生命的主！讓祂復活的大能，成為您隨時的幫助！

—柳岸—

「我已經勝了世界」

若妍

2020年首，澳洲大地上的漫天山火餘煙未盡，又傳來新冠肺炎疫情爆發的驚人消息。澳洲雖實行了旅行禁令，也難阻病毒入侵。災難接踵而至，一個比一個凶猛可怕。每天讀著不斷爬升的確診人數、死亡人數，人們心驚肉跳，惶惶然不得安寧。

全球災難

一個肉眼看不見的小小的病毒，竟有如此巨大的威力，能在短短的時間內引起一場波及全球的災難，不但直接損害人的健康，更連貫地對各國經濟產生巨大衝擊，各地封城，停工停產，學校、機關關閉，原有的生活秩序完全被攪亂。全球幾十億人每天來關注它，提心吊膽地過日子。這到底是為什麼？

恐懼死亡

歸根結底，它威脅到人的生命安全，觸發人類對死亡的恐懼——這個人類與生俱來的本能。對病毒的恐懼是緣於對它的不知、不可見和不確定性。如同一塊懸在空中卻看不見的大石頭，你知道它的存在，但方位不明，更不知讓它安全著地的機關在哪兒，而它隨時可能掉下來，砸在你頭上。又好比一顆炸彈埋在地下，你不知道何時一腳踩下，就不小心引爆了。

人定勝天？

這，難道不是上帝要讓人警醒的信號嗎？生命是多麼脆弱，人類多麼有限啊！

在當今疫情漫佈的陰影籠罩下，有一種思想叫「人定勝天」。人們以為靠著大家的齊心努力，抗疫控疫，局面好轉，就是人勝過了「天」。

真的嗎？人類真的勝了嗎？即便疫苗已研製出來，那麼下一個未知病毒呢？下一場災難呢？人真的招架得住嗎？

惟祂得勝

古往今來，世界上沒有一個人能說他勝過了天；人即使能勝過病毒，卻勝不過死亡。但有一位，從天而來，聖潔無瑕疵的主耶穌基督，萬有都是祂的。祂親口對門徒說：「**在世上，你們有苦難；但你們可以放心，我已經勝了世界。**」（《約翰福音》十六章 33 節下）祂道成肉身，來到世上，為人的罪被釘在十字架上，流出了寶血，第三日復活，使信祂的人罪得赦免，生命得拯救。只有祂，勝過了死亡。

絕境求生

人內心對死亡的恐懼靠自身是無法消除的，只有信靠上帝，在祂那裡才有真平安。有一種現象值得我們深思，就是當一個人身處絕境，想盡了一切辦法，仍走投無路的時候；或者病到一個地步，已經無藥可救的時候，不管他信什麼，或者什麼都不信，他都會自動地祈禱。禱告的對象可能是「天」，或者其他不知名的神明，好像是對著宇宙間一股他看不見的力量祈求，希望那一股力量可以幫助他，化險

為夷，挽救他走出絕境。如此祈求，他方能得著片刻的安慰。

渴望永恆

其實這是創造宇宙萬物的上帝放在人心裡的一個明證，人是按著祂的形象被造的，人的內心深處有對永恆的渴望。基督徒相信上帝創造宇宙萬物，相信主耶穌基督是神的兒子，在十字架上為我們作代罪羔羊，用祂的寶血遮蓋塗抹了我們的罪，使我們得以與上帝和好，成為上帝的兒女。主耶穌從死裡復活，且多次顯現給門徒看。祂說：「**我實實在在地告訴你們，信的人有永生。**」（《約翰福音》六章 47 節）

內心安穩

人信了耶穌成為基督徒後，生命就不再一樣。他有聖靈內住，與永恆有生命的聯結，因而他裡面有一種篤定，無論山火燒烤，還是病毒入侵，他知道上帝與他同在，生命在上帝的手中，日子也在上帝的手中。就好像地震時，靠在一根防震的大柱子上，就算地動山搖，他自己是安全的，有依靠的，不怕；又好像風雨來臨時，房頂有避雷針，再大的電閃雷鳴，他都被屏蔽了，不受影響。無論外面的災難如何兇猛嚇人，他的肉身如何受盡困苦，他的內心是安穩的。正如使徒保羅說的：「**他在無可指望的時候，因信仍有指望。**」（《羅馬書》四章 18 節）所以基督徒會

在疫情嚴重的地方，冒著被感染的危險為有需要的人送去救濟物資；身處海外的基督徒會日夜為災區禱告並捐贈物資。

化災為福

讀者朋友，你要這份安穩嗎？你要這種指望嗎？今天無論你是在焦灼地等待被救治中，在喪失親人的悲痛中，還是在救治別人的疲憊中；是在疫區惶恐中度日的，還是在安全、潔淨的環境中安然度日的，請允許我邀請你，一起來禱告：

慈愛的天父上帝，我們呼求你，在這個災難深重的時刻，求你憐憫我們。求你赦免我們不敬畏你的罪，求你開啟我們的心眼，將悔改的心志放在我們裡面，讓我們看見自己的渺小和有限，讓我們願意來聆聽你的話語，以致能得著你的救恩，得著從天而來的平安。求你彰顯你的大能，遏制地上的病毒，醫治得病的人群；求聖靈親自安慰失去親友的人們，早日走出傷痛；求你加力量給各地的醫護人員，救治更多的病人；求你賜智慧給各級政府、醫療機構的管理人員，更有效地控制疫情。我們相信，在你凡事都能。求你藉著這次病疫災難，讓更多的人認識到生命的脆弱，願意來尋求你，願意悔改，轉而歸向你，使災難化為祝福。禱告奉靠主耶穌基督得勝的聖名！阿們！🙏



耶穌復活、人的復活與萬物更新

張牧

復活節在西方國家是一個源遠流長的傳統。雖然近幾十年來西方基督徒人口有下降趨勢，我們仍能從 Hot Cross Bun、Easter Show 和法定公眾假日等，看見復活節在西方文化的深遠影響。教會一般會在復活節期間多開幾場崇拜，或是辦一些比較特別的聚會。然而就跟領聖餐一樣，很多基督徒並不能很好地掌握耶穌復活的意義和重要性。實際上，因著受造物的限制，我們永遠無法完全掌握耶穌復活廣大和深刻的意義，但是這並不構成阻擋我們探究這個重要教義和歷史事件的理由。保羅跟哥林多人說，他所傳給他們一件至關重要的事，就是耶穌的死和復活（《哥林多前書》十五章 3-4 節）。今天的教會比較強調耶穌的死，但除了復活節之外就比較少提到耶穌的復活。若從保羅的觀點來看，這還有待調整。

耶穌復活的重要性

耶穌復活對於整個基督教和所有基督徒來說具有絕對的重要性。基督教信仰是否能立定於天下，完全懸繫在「耶穌是否已經復活」這件事情上。如果耶穌沒有復活，祂所宣稱的一切都作廢：祂不是神的兒子、世上沒有救贖、沒有盼望、沒有亮光、沒有道路、沒有真理、沒有生命、沒有永恆、也沒有愛。人的出生就是等著結束，人的本體只不過是原子分子隨機的拼湊。所有的關係、友情、愛情、親情和回憶都將成為幻影，跟灰塵的價值不相上下。如果耶穌沒有復活，祂所行一切的神蹟，即使是真的，也不具任何跨時代意義。如果耶穌沒有復活，就沒有死人復活、沒有審判，也沒有新天新地。

耶穌復活的真實性

但耶穌的確復活了。所有歷史學家用科學鑑別的方法來查驗《聖經》裡耶穌復活的記載，都一致同意耶穌復活是確實發生過的歷史事件。《聖經》記載耶穌復活的經文沒有杜撰過或者修改過的痕跡，反而著重在當時目擊證人的證詞。然而，更重要的證據不是外證，而是內證。基督復活的真實性，就像加爾文所說，是《聖經》裡神的話語給人帶來從裡到外的改變，我們的心靈得到餵養、更新和啟發，我們的

生命被改變，這些內在的證明，使我們確實知道《聖經》所說一切都是真的，包括耶穌被聖靈稱義而復活。

復活帶來盼望力量

耶穌復活既然是真的，對我們來說有何意義？耶穌既然復活，代表祂所宣稱的一切都真實可靠並將要應驗。耶穌的復活，如同古典詩歌裡的一句歌詞：帶給我們「今天的力量，明天的盼望」。更準確地說，根據《哥林多前書》十五章的論述，耶穌的復活讓我們「因來世有盼望，而今生有力量」。保羅說如果基督沒有復活，將來死人也沒有復活。如果將來死人沒有復活，我們就算比眾人都可憐；保羅也無需天天冒死，甚至在以弗所跟野獸搏鬥，還不如每天吃吃喝喝，反正將來都是一了百了。但事實卻不是這樣，保羅之所以願意過一個天天冒死、跟野獸搏鬥的生活，是因為耶穌復活了；而因為耶穌復活了，將來所有人都要復活：不是復活受審判，就是復活得榮耀。

復活帶來萬物更新

耶穌復活除了給人帶來將來的盼望，同時也帶來萬物的更新。《羅馬書》說：「一切受造物一同嘆息、勞苦，直到如今。」神創造世界的時候，看一切都甚好，但因著人犯罪墮落，不但害了自己，也牽連到其他受造物，使它們一同歎息勞苦直到如今。耶穌的復活除了為人類的救恩立下不可動搖的確據，同時也要帶來萬物的更新。不是只回到伊甸園的光景，而是要引進一個全新的天地。這個新天新地比伊甸園更加美好：沒有蛇的誘惑、沒有人的軟弱、也沒有分別善惡樹；沒有眼淚、沒有死亡，也沒有悲哀、疼痛、哭嚎。這個新天新地將會是聖父、聖子、聖靈三位一體神的智慧、榮耀和豐盛毫無攔阻的彰顯。這個新天新地將起始於一個婚宴：婚宴的新婦是教會，新郎是基督。祂曾為祂的新婦死在十字架上，用自己的寶血把她洗淨；第三天復活、升天，現在坐在無所不能父上帝的右邊，並且正在為祂的新婦預備地方。「看哪！我將一切都更新了。」

小胖重生

 文／愚公
 圖／吳牧

「小胖」是台灣某所大學的學生。他在出租屋內，姦殺了一名女同學，但企圖焚燒屍體時，被當場擒獲，送入監牢，等待嚴厲的審判。

以上情節，早被新聞媒體充分曝光過。不過，牢獄內的故事，鮮為人知。

鋸鐐入獄

「哐啷」一聲，監獄的大門將小胖與社會隔絕。他一個人坐在空洞的囚室裡，腦子也空空蕩蕩，從未想過，等死的時間越是漫長，求生的慾望就越加強烈，心裡真的慌亂透頂了。

進來時候，聽人說，抄佛經能保佑不被判處死刑。小胖這時便拼命地抄寫，可無論怎麼抄，還是心亂如麻，汗珠一滴、一滴地，從恐懼的毛孔裡滲透出來。

駐監牧師進來，坐到小胖對面，見他狼狽的樣子，就開門見山地問：「你怕死啊？」小胖楞了一下，更加瘋狂地抄寫。牧師果斷地告訴他：「你再怎麼抄，也影響不了法庭的判決。」小胖這才放下手中的筆，淚眼汪汪地望著牧師，目光滿是哀求——牧師，可以救我一命嗎？

「我告訴你，不要害怕，怕也沒用，人的生命是掌握在上帝手中的。」牧師開始轉換語氣，循循善誘地引導小胖信靠主耶穌，「無論法庭怎麼判，但神的憐憫和寬恕，都能臨到祈求祂的人。你願意依靠上帝嗎？」

小胖低下頭，沉思良久，點了點頭。

牧師伸出溫暖的手，輕輕搭在小胖肩膀上，語氣親切而堅定：「小胖啊，你家庭環境不錯，自己又有學業，完全可以過平安的日子。但是目前，你只有華山一條路，那就是到法庭上懺悔、認罪，免下地獄之苦。」

接著，牧師帶領小胖朗讀《聖經》經文：「我們若認自己的罪，上帝是信實的，是公義的，必要赦免我們的罪，洗淨我們一切的不義。」（《約翰一書》一章 9 節）

又念道：「我向你陳明我的罪，不遮瞞我的惡。我說，我要向耶和華承認我的過犯；你就赦免我的罪惡。」（《詩篇》卅二篇 5 節）

開庭重審

法庭經過充分考量，包括聽取了牧師的意見，認定小胖雖然罪行極大，可判死刑，但綜合各種情況和小胖有認罪悔改的意願，改判無期徒刑，給他一個改過重生的機會。

小胖接到判決，高興得手舞足蹈，興奮不已。牧師及時地告誡他：「你

若自己不槍斃掉那個不認識神，一切以自我為中心的舊我，那麼，無期徒刑對你來說，只是一種行屍走肉，被時間困鎖致死的懲罰罷了。」

牧師的話，警醒了小胖。從此，他認真真地參加獄中的福音學習班，閱讀《聖經》也能經常針對自己的過犯，不斷認罪和懺悔，努力更新自己的生命，使牢獄的高牆再不能阻隔與上帝的連接，靈魂可以自由飛翔，領受那屬天的恩典和喜樂。

俗話說，禍不單行，好事成雙。法庭判決後，控方不服，他們費盡心思，想令小胖獲得死刑。

重新開庭，控方指控小胖在供詞裡撒謊，不可以認定為「認罪悔改」，因而要求判處死刑。為證實小胖「不誠實」的指控成立，控方提出要小胖接受測謊。

監獄裡，小胖感到不安，牧師沒有安慰他，而是領著他大聲念出《聖經》經文：「你要把你的重擔卸給耶和華，祂必撫養你；祂永不叫義人動搖。」（《詩篇》五十五篇 22 節）

獄中受洗

神是信實的，小胖已經認罪悔改，並在獄中信靠了主耶穌，控方的指控果然就失效了，法庭最終維持原判。

經歷過再一次出死入生的試煉，小胖更加感激上帝大能所賜下的救恩。他決心成為神的兒子，請牧師為他施洗。

小胖在水裡重生了！

而今的監獄，對小胖來說，只是一個特定的生活環境，他在那裡服事神，讚美神，榮耀神，直到永永遠遠。





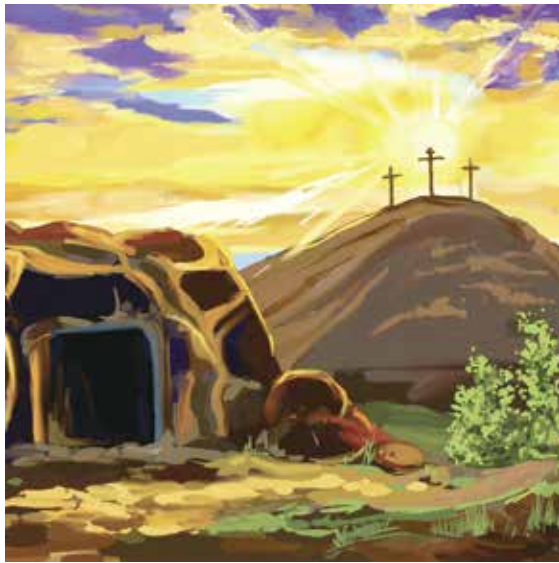
耶穌復活 關係你我

黃建輝

復活節 (Easter) 也稱為「主復活日」——紀念耶穌基督被釘死後第三天復活，以此提醒全人類，死亡並非一切的終結，還可有永生的盼望。

耶穌復活乃歷史事實

從西元四世紀起，復活節定在每年春分月圓之後的第一個星期日。這是根據舊約《聖經》的逾越節計算出來的。耶穌的一生已記在舊約的預言中，其中逾越節的羔羊其實就是預表耶穌，神羔羊的犧牲，神的百姓才能得拯救。舊約《聖經》有關耶穌基督的預言，在新約時代耶穌的生平中都一一應驗了，而且非常準確。例如舊約《以賽亞書》五十三章 9 節預言：「祂雖然未行強暴，口中也沒有詭詐，人還使祂與惡人同埋；誰知死的時候與財主同葬。」無罪的耶穌，釘死在十架，卻被安葬在財主的墳墓，預言奇妙地應驗。至於耶穌的復活，《詩篇》十六篇 10 節預言：「因為你必不將我的靈魂撇在陰間，也不叫你的聖者見朽壞。」聖者，就是指耶穌；不見朽壞，是指祂的復活。著名神曲《彌賽亞》中韓德爾引用舊約《約伯記》名句：「我知道我的救贖主活著，末了必站立在地上。」(十九章 25 節)《約伯記》書成是在西元前二千年左右，預言竟在基督身上應驗。「知道我的救贖主活著」，是今天信徒因信心仰望復活的基督，而唱出的生命凱歌！



在四部新約福音書中，都記載了耶穌復活的事蹟，有超過十次向門徒顯現。耶穌基督從死裡復活是歷史事實，除《聖經》記載外，同期的歷史家約瑟夫也有記載。最重要的是親眼見過復活的耶穌，見證耶穌復活的門徒竟超過 500 多人 (參《哥林多前書》十五章 4-8 節)，最有說服力的證據，是他們的生命起了重大的改變，從膽怯轉為勇敢，甚至以殉道來見證基督的復活。

耶穌基督從死裡復活是歷史事實，除《聖經》記載外，同期的歷史家約瑟夫也有記載。最重要的是親眼見過復活的耶穌，見證耶穌復活的門徒竟超過 500 多人 (參《哥林多前書》十五章 4-8 節)，最有說服力的證據，是他們的生命起了重大的改變，從膽怯轉為勇敢，甚至以殉道來見證基督的復活。

耶穌基督復活的意義

耶穌基督的復活是上帝的獨特作為，是神蹟。神要以祂從沒有犯過罪的獨生兒子的死，才能替代世人犯罪所帶來的刑罰。復活是證明耶穌基督戰勝死亡，並賜給信祂的

人有新生命，這生命就是像基督復活的生命一樣。

新、舊約《聖經》的主旨就是說明耶穌基督是上帝拯救世人的完整計劃。在基督未降生前已有大量經文預言基督的一生，包括祂的出生、工作、死亡和復活。耶穌在世時也清楚預言自己的死，就如一粒麥子落在地裡，後來卻長出許多子粒。祂預言自己的死，後來復活，將引領許多人因祂得生命 (參《約翰福音》十二章 24 節)。

耶穌復活之後，在以馬忤斯路上，向兩個門徒詳細解釋舊約預言所指出有關祂復活的意義，祂要「受害、又進入祂的榮耀裡」(參《路加福音》廿四章 36-49 節)。

使徒保羅在新約《哥林多前書》十五章更詳細論述基督復活的真理。基督復活是非常重要的和關鍵的事實，祂若沒有復活，信徒所信所作一切都枉然。

相信基督復活才有新生命

一位來自中國的無神論者馮秉誠 (筆名「里程」)，本來在美國從事基礎醫學研究工作，因為見到自己妻子到基督教教會後，生命和生活起了極大改變，因而查考《聖經》，結果信了耶穌，並成了到處傳講福音的牧師。他信耶穌的心路歷程記載在他的著作《遊子吟》中。該書在華人群體廣泛傳讀，他對耶穌基督的復活有非常客觀的論述。

艾克里 (Alfred H. Ackley, 1887-1960) 是一位長老會牧師。一次，一個誠懇的年輕猶太裔學生參加了艾克里主持的福音聚會。會上，這猶太學生向艾克里拋下一個挑戰性問題：「為什麼我要敬拜一個死了的猶太人？」艾克里回答：「祂活著！我告訴你，祂沒有死，祂活在這裡，活到現在！耶穌今天活著，比從前更真實。我可以我的經驗，以及無數人的見證來證明。」聚會曲終人散後，艾克里的心緒無法平復，他仍想著這問題。苦思後，寫下了一首聖詩《主活著》：

「我所事奉復活主，祂今在世活著；
我知道祂確活著，不管人怎麼說；
我見祂手施憐憫，聽聞祂安慰聲，
每次當我需求祂，總必答應。
基督，耶穌，今天仍然活著，
祂與我談，祂伴我走，生命窄路同過。
基督，耶穌，救恩臨到萬邦，
你問我怎知主活著，因主活在我心。」

耶穌從死亡中復活是客觀的《聖經》真理，也需要信徒以主觀的經歷，去展現證實耶穌復活的生命。☺

復活帶給你好消息

關公關

耶穌復活，是基督教最獨特的地方，按《聖經》所說：他為我們的罪死了，以無罪的代替我們這些有罪的；死後第三天復活了，死亡的權勢被瓦解，信徒對死亡的恐懼可以徹底消除，給我們帶來豐盛滿足的人生。讓我們來看看主基督復活給我們帶來什麼好消息：

有永生的盼望

一般人都懼怕死亡，忌諱死亡的話題，真到死的時候，喪禮的氣氛，總是哀傷悲痛。然而，當你參加基督徒的安息禮拜，往往讓你感受到平和安詳。家人為逝者慶祝在世走過的日子，並且為逝去的親人已經相信耶穌感到安慰，因為知道能在天堂與上帝同在，好得無比。

去年三月，澳洲游泳健將杜敬謙 (Kenneth) 在美國佛州訓練期間，不料在熱身時猝逝，年僅 26 歲。Kenneth 父母在澳洲出席兒子的安息禮拜及香港體院的追思會時，鼓勵各人：「我們不問蒼天此事何為，因已相信他在天堂自由自在生活，將來一家人在天上再聚。」使徒保羅說：「我們若信耶穌死而復活了，那已經在耶穌裡睡了的人，神也必將他與耶穌一同帶來。」(《帖撒羅尼迦前書》四章 14 節) Kenneth 父母因相信耶穌，有復活的盼望，雖然兒子離開了世界，但知道兒子已在天父懷裡，將來在天堂相見，反而成為積極影響別人，給人盼望的動力。

生活中注力量

相信耶穌復活，可從祂得著能力。《聖經》說：「我靠著那加我力量的，凡事都能作。」(《腓立比書》四章 13 節) 在生活中，許多人會感到乏力或無能為力。當夫婦關係，親子關係出現問題，或是個人有不良嗜好，不能解決時，乏力便會浮現。有些人用自己方法去化解，也有人自暴自棄，或以拳頭去解決，導致家庭悲劇。不久前，昆州布里斯本市發生了一宗家庭倫理慘劇，一名母親和她的三個年幼子女在其房車內，慘遭前夫潑灑汽油焚燒殺害，兇手隨後自殺。這便是當事人無力處理與家人的關係，情緒失控而產生的懦弱行為。事件引起社區的迴響，人們呼籲政府採取行動制止家庭暴力。

另有一些人，染上賭博惡習，起先以為小賭怡情，漸漸嗜賭成癮，導致債務纏身，妻離子散，走投無路。最後甚至作姦犯科，自殺身亡，這些案例不少。如果及早回轉，倚靠復活的耶穌加力量，幫助自己戒除賭癮，結局將大大不同。

因此，當您處於乏力之中，千萬不要不理會，以致問題惡化，更難掌握，建議您尋找那復活的耶穌，讓祂幫助您。耶穌說：「凡勞苦擔重擔的人，可以到我這裡來，我就使你們得安息。」(《馬太福音》十一章 28 節)

祂賜人真平安

華人很著重平安，常祝願別人出入平安，平安是福，但實際生活中往往不如願。有時我們祝願別人健康、幸福、成功，卻無法保證，無法給予。耶穌來到世上，就是要解決這個問題，祂說：「我留下平安給你們，我將我的平安賜給你們，我所賜的不像世人所賜的，你們心裡不要憂愁，也不要膽怯。」(《約翰福音》十四章 27 節)

耶穌復活後，向門徒顯現，第一句話就是：「願你們平安！」這不單是祝願，也是應許，因為復活的主，把罪和死都勝過了。真平安不是無風無浪，而是困難越大，越突顯主所賜的平安。真平安就是罪得赦免，不再懼怕死亡。

近幾個月，新冠病毒肆虐全球，至目前為止，數十萬人被感染，幾萬人死亡，引起大恐慌，人心惶惶，人人防疫保命，口罩、消毒液、廁紙、藥物，甚至食品都被搶購一空。然而，相信耶穌，心中有復活盼望的人，已得到主耶穌賜的真平安，在疫情中可以依然保持心境寧靜，並為那些沒有平安的人禱告，求上帝保守祝福他們平安度過疫情，向他們見證基督的真實，述說永恆生命的重要。

受尊重有價值

人是按著上帝的形象與樣式造的，都是高貴無比，信靠主耶穌的人且是主以自己生命買贖的。人的價值在乎其被造時的本質，而不是在乎其成就、條件，及所擁有的一切。《路加福音》十二章 7 節主耶穌說：「就是你們的頭髮，也都被數過了。不要懼怕，你們比許多麻雀還貴重。」從這句話可看到上帝如何愛我們，我們毋須再用學歷、地位、名譽、錢財、樣貌去衡量自己的價值，更不用看人對自己的評論，有了正確的人生觀與價值觀，不再有自卑感，處事為人都有自信。這樣才會接納自己，過一個喜樂的人生。

這個復活節，你是否願意跟隨復活的主，讓祂做你生命的主宰，使你有一個不一樣的人生？！☺



復活節與現代人

復活節又到了。因受新冠肺炎疫情的影響，今年的公眾節慶活動，基本上全都取消了。商場關閉，商業停擺，人們都活在恐懼中，害怕被病毒感染。教會則改成了網絡崇拜。其他的小組聚會，都在線上進行。大家使用視頻，互相問安鼓勵、愛心關懷；彼此之間的聯繫，反而更加強了。是什麼力量令基督徒在疫情中仍有喜樂，不懼死亡？兩千多年前，耶穌被釘死在十字架上，第三天復活，是歷史故事嗎？對現代人還有意義嗎？本報採訪了三位基督徒，了解他們對復活節、對耶穌復活與現代人關係的看法。

放下工作 全職事奉

馮慧群傳道，中學時期信耶穌，移居澳洲後蒙神呼召，2004年放下醫護工作，在神學院裝備，2006年開始全職牧會，現於西雪梨華人基督教會事奉。

馮傳道表示：耶穌釘十字架、復活、升天、再來，是基督徒信仰的根基。主耶穌復活這件事發生在兩千多年前，卻一直深深影響著她個人的生命。

馮傳道說：「還在求學時期，已立志將來在職場上，要遵從主耶穌吩咐的大使命，去見證傳揚救贖主。後來受訓作了深切治療護士，無論在香港或澳洲，天天在病房裡看著人的生命是何等的脆弱無助，更確定只有從死裡復活的耶穌能給予我們盼望；在虛空、短暫的人生中有充實、永恆的生命！故此，我把握每個機會，與病人分享心裡喜樂與平安的緣由，盼望他們能夠認識賜人復活生命的源頭——主耶穌。」

「移居悉尼以後，無論是教會事奉或是醫護工作，都蒙神保守賜福。工作上也得到同事及上司的欣賞。2002年初，教會唯一的牧者離任。上帝藉著《腓立比書》三章7節：『只是我先前以為與我有益的，我現在因基督都當作有損的』，呼召我全時間服事祂。當時我讀到一個英文譯本，看到使徒保羅把從前所倚靠、看作寶貴『資產 (Assets)』的東西，因基督的緣故都看為會變的『負債 (Liabilities)』了。保羅的見證給我許多的反思與鼓勵。我從前的上司們，在我的離任推薦信中，同樣視我為他們的『資產 (Asset)』。」

「要放下所心愛的、滿有意義的工作，實在不容易！當我想起耶穌復活為人類勝過了掌死權的魔鬼（《希伯來書》二章14節），這是最大的神蹟，帶來極大的盼望。我反思在職場上可以是機構的『資產』，我怎能拒絕成為神的『資產』服事祂呢？經過禱告、印證、與屬靈長者交通，我欣然回應上帝的呼召，放下工作，進入 Morling 神學院接受裝備，踏上全時間事奉的路——一條蒙恩的路。」

人的失敗 神的拯救

曾仁軍，筆名南丘，喜歡寫詩和攝影，現為布里斯本英文教會 Citipointe Church 會眾，本報昆士蘭專頁聯絡主任。

他回顧自己的前半生，坦言有兩大失敗，如同子彈穿透胸腔那樣令他痛苦。第一是生意失敗，導致婚姻破碎，與年幼兒子相依為命。在這同時，受盡人為和現實打擊，精神幾乎崩潰；第二是他為之奮鬥一生的文學寫作，始終得不到他認為應有的回報，特別當他看到，有些才華和作品遠不如他、名氣卻紅透半邊天的作者，虛榮心釋放出來的挫敗感，令他無所適從，甚至令他失去對生命的嚮往和追求。若不是牽掛著年幼的孩子，很可能早已走上絕路，不僅要喪失肉體生命，更要喪失靈魂生命，下地獄成為永死之物。

正當他身處死陰的幽谷，上帝伸出了恩慈的手。

首先，他從網上結識了現在的妻子。她是上帝賜給他的天使，正是她的鼓勵和



曾仁軍弟兄

幫助，使他的生命出現轉機。最奇妙的是，在旅途中遇到一位姊妹，她居然請他拍攝婚照，這個邀請直接導致他第一次走進教堂，第一次認真聽牧師講道，而聖靈藉著這個講道，開啟了他的心靈眼睛，看到了永生之路。

這一系列的「巧妙際遇」，不僅把他從當年的仇恨與苦澀的汪洋裡撈了起來，還促使他決志相信耶穌，受洗重生，徹底改變人生，成為新人。

如今，他成為神的兒子，並且自願跟隨主耶穌，走傳福音的道路，不僅在教會熱心服事，同時還參與《號角月報》文字事工，為神所用。

雖然現實生活仍有艱苦，但他已經不再是過去的他，不會為名利喪志，不會情緒失控。回顧他走過的歲月，最深刻的體會就是，不認識神的時候，覺得日子太長了，

小潔

因為太苦；認識神之後，人生充滿盼望，因為他所信靠的耶穌基督，已經復活了。

堅信基督 復活大能

蕭建民，十年前信耶穌，現在是好事圍聖公會會眾，參與音響事奉。三年前參加康恩話劇組，在微電影和話劇《未完的話》裡飾演主角。平時參加康恩義工活動，探訪關懷癌症病人，參加康恩步行組活動。

蕭建民表示：「從前，我和眾多中國大陸出來的無神論者一樣，認為人死如燈滅，死是人生的終點；復活不符合科學，是無稽之談。」

「然而生活的事實教導了我，神是信實的神，復活是超自然的神蹟，是神大能的彰顯。『在人是不能，在神卻不然，因為神凡事都能。』（《馬可福音》十章27節）我們現代人應以心來領會，也要靠信心來理解，我覺得耶穌的復活是超越我常規理性思維的，我為之驚嘆卻也欣然相信。」

「復活不是一孤立的神蹟，永生之王要為贖人的罪而甘願受難，表明罪債必須要清還。按著律法，罪的刑罰即是死。救主藉十字架上所流的寶血，為所有願意相信他的人，清除了罪債，並且有永生的盼望，這是神按著祂的旨意成就的救贖之舉，這其中顯明了福音的真理。」

「我們現代基督徒怎樣看死亡？死亡仍然是人類的頭號強敵，它是不愉快，甚至是恐懼的事，然而，它也是一個敗軍之將，不能再逞強。因為基督的復活已經戰勝死亡，付清了我們所有的罪債。死亡已經沒有力量傷害我們了，所以我們不再受它的恐嚇和轄制。」

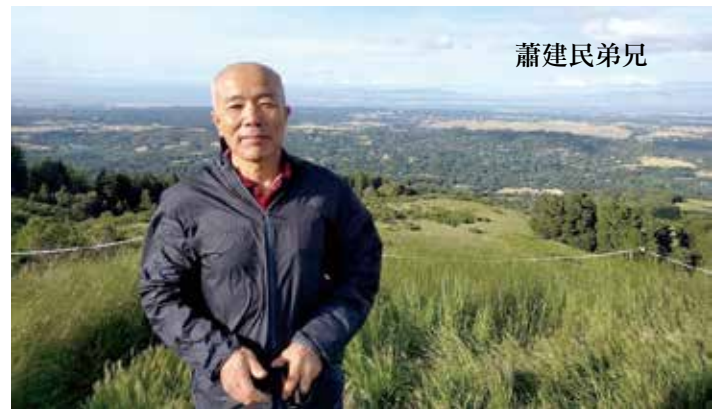
「在我參與康恩關懷中心探訪期間，有位基督徒癌症病人，視死亡為歸回天家，態度開朗，令我十分敬佩，使我更加堅信主的復活大能。我為復活節日感到歡喜，因為它宣告死亡權勢已被瓦解，無數生命得到改變，讓我靠著救贖主的救恩，過好主賜予的每一天。」

以上三位都提到耶穌復活勝過了掌死權的魔鬼，凡依靠神的人都有永生的盼望，這是千年不變的真理。在舊約《創世記》時代，亞當是生一次，死兩次（肉身之死和靈魂之死）。在新約時代，耶穌基督是死一次（被釘十字架），生兩次（一次由童女馬利亞所生，一次從死裡復活，且活到永遠，乃是永生）。你願意選擇哪一種活法呢？🙏

馮慧群傳道



蕭建民弟兄



我願意支持 《號角月報》澳洲版

我願意作福音使者，把《號角月報》傳遞給親朋好友，請聯絡我，每月給我_____份。

我願意為出版事工奉獻。

電話：_____ 電郵：_____

付款方法：

● 郵寄支票或匯票到：PO Box 6484, North Ryde NSW 2113, Australia

● 支票抬頭請寫：CCHC (AUSTRALIA) PTY LTD

● 網上轉帳：
Bank: Commonwealth Bank
BSB: 062-113
Account Number: 10164406
Account Name: CCHC (AUSTRALIA) PTY LTD

（如需收據，請寄銀行存根與信息往上述地址索取。）

● 信用卡(VISA/MasterCard)：

姓名(英文正楷) _____

信用卡號碼：_____

有效期至：_____月 / _____年 CVN(卡背最後的3個數字) _____

簽署：_____ 簽署日期：_____

本期讀後感或心聲分享：_____

世界疫戰

潘振輝

第二次世界大戰於 1945 年終結，沒想到 75 年後，全球差不多 200 個國家又陷於苦戰。截至寫作本文（3 月 27 日）時，已有 25,000 人喪命。糟糕的是，這一次的戰場，不限於某一兩個區域，而是遍地開花，撕殺地方分佈於六大洲。某些戰區在奮戰後略見曙光，開始收復失地，然而另一戰線卻仍四面受敵，戰情慘烈，損失慘重。我們這群生於嬰兒潮或其後的，從未料到戰爭會在身邊發生，就在熟悉的街道上。生活必需品突然間比黃金珍貴，恐慌令到某些市民失去禮儀，彼此打鬥，狂搶囤積日用品。致令商店限量配售，予以緩解。原來繁華鬧市頓變鬼城，杳無人跡；工作方式及生活節奏一夜變色；往日上揚經濟，猛然下滑。人心惶惶，不可終日，好友相遇也不敢走前一步，互相擁抱。最令人鬱結發愁的是未知戰事何日落幕，回復昔日的平淡安穩。

經濟民生大受影響

聰明讀者當然知道我所指的戰爭大魔頭並非別人，乃是連生物體也算不上的冠狀病毒。短短數月，翻雲覆雨，令各大國手忙腳亂。正如澳洲總理形容，它不僅帶來健康問題，還衍生經濟問題。一個月內澳洲股市指數驟跌 25%。市民辛苦儲蓄的退休金被切減大截。航空業、旅遊業、餐飲業及小商戶等首當其衝，大部分處於停擺狀態。無論僱主與員工，均壓力山大。

政府已連續提出數個挽救方案，總值千多億澳元，差不多是澳洲國民生產總值的百分之十。數字雖大，但對於整體經濟，仍是杯水車薪，未解燃眉之急。平民百姓，朝不保夕，工作無著落，生計成問題。這一次世界疫戰，令自詡萬物之靈，自恃科技先進，驕傲自大，以「我」為重，久享安逸的一族，猛然攔醒。我們以為能掌控未來，卻被這小小病毒打跨。《聖經》說得好：「**噫！你們有話說：『今天明天我們要往某城裡去，在那裡住一年，做買賣得利。』其實明天如何，你們還不知道。你們的生命是什麼呢？你們原來是一片雲霧，出現少時就不見了。**」（《雅各書》四章 13-14 節）身外錢財管不著，身體狀況，無論吃多少有機食品，無論去多少次健身房，依然不能確保生命。就算今天壯健，但總有一天要離開這個世界。就算我們有不缺的口罩，有足夠的搓手液，即使我們今天平安度過這個疫情，那也改變不了這個事實：「**按著定命，人人都有一死，死後且有審判。**」（《希伯來書》九章 27 節）

停下忙亂反省人生

無可否認，這次疫戰委實可怕，正因它有荊棘才煞停我們忙亂生活，正因它厲害才叫我們騰出空間靜思，反省人生，探尋生命真正需要。時代曲也唱「小小苦楚等於激勵」。最近看到一段文字，很有意思。大意為：葉子每一種顏色變化都是美麗的，生活每一種變化都是有意義的，兩者都需要我們有清晰透視力。因此，不要抱怨或控訴，記住痛苦是我們活著的記號，困難是我們堅強的記號，而禱告是我們並不孤單的記號！如果我們能夠承認這些真理並且協調心靈，我們的生活將變得更有意義，更不一樣和更有價值！

平時各有各忙，但現在一家人可以每個晚上圍桌晚膳，這就是祝福，是這個疫情之下許多的溫暖中的一種，是黑暗中許多閃亮星星中的一顆。🕯️



暫停的這一刻

呂家聲



海灘空無一人、機場入境大樓空無一人、大學校園空無一人、過往非常熱鬧的足球場、籃球場的觀眾席空無一人、泳池和健身室都空無一人；酒樓、食肆、酒吧，大街小巷的商店也貼出暫時停業的告示；教堂、會所等等都要關門。除了蜂擁到超市爭相購買生活物資的群眾，突然之間，整個社會都暫停下來！

過去幾十年，我們已經習慣了多姿多采的都會文化，從老到少都在忙碌地生活。然而在此刻，澳洲各大城市瞬間變得死寂一片，大部分市民都被困在家裡，無所事事，甚至悶到發瘋！這樣的「暫停」，大概是從來沒有人可以想像得到的。

但我更確信，上帝容讓這特殊時刻的來臨，必定有祂對世人的警示與提醒，尤其對過慣了好日子的澳洲人。

生活在衣食無憂、福利超好的社會，我們太容易認為一切是應然的。上帝讓我們在暫停的這一刻，回望過去的日子，才猛然意識到：人們已經不自覺地忘記，我們所享受的一切豐富，背後誠然有上主對我們國家的厚恩！

對於那些每天都希望擁更多的人來說，他們在暫停的這一刻，大概已經發現，金錢是有「翼（翅膀）」的，全球股市大跌，一瀉千點。我們真的不能倚靠自己的聰明才智，我們的幸福更不能寄望在這些無定的錢財上。讓我們重新學習主耶穌教導門徒的禱求：我們日用的飲食，今日賜給我們。

有健全的醫療保障也不一定保命！疫症對任何人都沒有歧視，病毒不理會我們的性別、年紀、種族，我們曾經做了多少好事或壞事。我們不知道會不會被感染、在哪裡有危險、每天應該洗多少次手才夠等等，誰也沒有安全的把握！全球受疫情困擾的國家無數，君不見皇族名門、重要政客、知名球星等等，都照樣受感染了嗎？

親愛的朋友，在暫停的這一刻，讓我們來重新思考，人生的真正意義；在惶恐的陰霾下，更多思念上帝對世人不變的愛。

很快又到受難節和復活節，昔日主耶穌紆尊降貴成肉身，祂本是無罪，卻因世人的罪孽，甘願走上十字架的道路，承擔一切的痛苦，並且死在十字架上，第三天從死裡復活，證明祂是世人的救主。你是否已經接受主耶穌成為你的救主呢？祂曾說過：「**我留下平安給你們，我將我的平安賜給你們；我所賜的，不像世人所賜的。**」（《約翰福音》十四章 27 節）願你得著從上帝而來的平安。🕯️



成為配偶的彩虹

李飛君 (執照心理諮商師)

人渴求在人生道路上找到相知相愛的伴侶，生命裡彼此支持，共度餘生，這是理想的婚姻。不過，現實生活裡的婚姻大多數並不如此，婚姻路不是童話式的康莊大道，反而是高低不平的曲折小徑。

坐在我輔導室內的夫婦，絕大多數都是曾經山盟海誓、願意執子之手與子偕老，如今卻是傷痕纍纍，不少已徘徊在離婚門檻，在往律師樓之前，姑且試一試婚姻輔導可否挽回。雖然他們的婚姻往往已病入膏肓，問題積壓很深，但我欣賞他們仍然願意盡最後一分努力，嘗試挽救。

夫妻成長於不同的家庭環境，模造了他們的性格、生活形態、習慣等，雙方都把原生家庭的影響力帶進婚姻內室也

不自知。因為關係親密，配偶最清楚對方的缺點，也是最難忍受的地方，因為對配偶總是有一定的期望。

鼓勵勝於批評

事實上，誰都知道自己並不完美，性格都有不少瑕疵和缺點，不是不想改，只是需要很大勇氣和堅持才能慢慢調整過來，當中極需要的是鼓勵而非批評。這些缺點觸及自尊心便是「死穴」，是最容易受傷的地方。但很多時候，作配偶的往往針對對方的缺點施予壓力，逼其改變，效果往往適得其反。當我們感到受威脅、被否定時，就會保護自己而反抗，所以很多時候壓力愈大反抗力愈大，夫妻關係呈現張力。在婚姻中要做到一個真正有影響力的人，是努力活出自己的原則，但亦同時願意包容未達原則的伴侶。只有對方感到被尊重和接納的時候，他/她才會放下自我保護的「外殼」，被你的原則感染和影響。誰不想身邊的伴侶是自己生命中

的彩虹呢？鼓勵燃點勇氣，批評激起怒火。

輸爭執贏關係

良好的溝通在人際關係中非常重要。特別在婚姻生活裡，需要作許多大大小小的決定，意見分歧是難免的。如何在分歧上願意作出妥協，是重要的功課。妥協包涵作出某程度的犧牲。「妥協」這個字在商業用語上是負面的，因為你要放棄一些應得的利益；然而，用在關係上它卻是正面的、積極的，因為你重視關係而選擇妥協。不少時候，夫妻意見分歧，最後演變為意氣之爭，為了自尊心而戰，因為吞不下一口氣，你輸我贏，最後儘管爭贏了，卻輸了關係，其實兩個人都是大輸家。

寬恕取代公平

每一個人都曾犯錯，需要有勇氣打倒昨日的我，不再重蹈覆轍。婚姻所受到的傷害，需要彼此原諒，亦只有寬恕才能真正

治癒心靈的傷口，因為有了寬恕，恨沒有了生存的空間。家是孕育愛的地方，家庭不是法庭，當我們願意選擇寬恕勝過執著公平的時候，過失的一方會感到那不配得的愛，使他更有勇氣重新珍惜這個關係。上帝給我們有第二次機會，我們願意同樣給予自己的婚姻和配偶一個機會嗎？

我對研究婚姻問題有負擔，因為婚姻牽涉到的個人及家庭關係太重要，直接影響正在成長的孩子的生命，孩子亦會把父母的問題不自覺地延伸至下一代，關係的苦難就像咒詛一樣延續下去。不過，我深信真愛能融化人生命的鬱結，使心靈得到釋放，重獲上帝賜予人的尊貴與自由。「上帝說：那人獨居不好，我要為他造一個配偶幫助他。」（《創世記》二章 18 節）祝願每一對夫妻，成為對方真正的幫助者，是配偶生命裡的彩虹！☺

「橄欖樹全人關懷」積極推動社區、家庭、教會對精神疾病和心理問題有更多的認識，提供實際有效的關懷方法，請留意網站 olivetree.cchc.org 心理輔導服務及心理健康教育講座與資訊。



長命兩百歲

俞文蔚

一位老伯伯過 98 歲生日，壽宴上大家紛紛向他表示祝賀，老伯伯也眉開顏笑。有一位賓客上前說：「祝老伯伯長命百歲！」老伯伯聽到此話大發雷霆：「難道我只有兩年壽命了嗎？」整個宴席的氣氛一下子很尷尬……幸虧另一位賓客反應快，他上前對大家大聲說：「諸位，今天我們為老伯 98 歲生日慶賀，我們恭祝老伯長命兩百歲！」他特意將「兩百歲」三個字拖得很長，還朝著老伯伸出兩根手指，又請大家一起再次說，「恭祝老伯長命兩百歲！」然後大家鼓掌歡呼，老伯這才高興了。

對死亡的恐懼是所有人或多或少都存在的，人都想長壽。中國古代帝皇讓人煉仙丹求長生不老，秦始皇派人

赴海外尋求長生之法。電視劇中我們看到要觀見或退朝都要對皇帝三呼「吾皇萬歲，萬歲，萬萬歲！」可是即使擁有天才地寶，即使朝夕太醫調養，歷史上長壽的皇帝並不多，文獻記載最長壽的清朝乾隆皇帝生於 1711 年 9 月，卒於 1799 年 2 月，只不過活了 89 歲。

1967 年，美國首富詹姆斯·貝德福德患了胃癌，為了自己能活更久，他與醫生約定：如果手術失敗，他願參加人體冷凍的實驗，等醫學發展至能治癒胃癌時再解凍，並將名下所有的財富作為醫療費用。結果手術失敗，醫學家們按他的意思，用科學方法讓他冷凍了起來，希望 50 年後能夠復活。從時間上看，他應該在 2017 年解凍，三年過去了，他依然被冷凍著，因為迄今為止癌症尚未被攻克；而且雖然他冷凍的身體保存得較好，卻仍

有萎縮現象出現；目前他是處於腦死亡的狀態，所以即使他能被成功解凍，還是要面臨死亡的境地。

世界上沒有人能戰勝死亡，也沒有宗教能解決人對死亡的恐懼，唯有上帝的兒子耶穌基督為我們被釘十字架，死後第三天復活，祂勝過死亡，廢除了死亡的權勢。

《聖經》說：「上帝愛世人，甚至將祂的獨生子賜給他們，叫一切信祂的不至滅亡，反得永生。」（《約翰福音》三章 16 節）

掌管生命的主耶穌允諾我們：信祂的得永生！《哥林多後書》一章 10 節：「祂曾救我們脫離那極大的死亡，現在仍要救我們，並且我們指望祂將來還要救我們。」因著有永生的盼望，基督徒能坦然面對死亡，心中充滿平安喜樂，靠著主耶穌在十字架上所成就的救贖大功，剛強得勝，活出美好！☺

這個夏天 姐姐長大了

綿綿

我和先生一直愧疚的是，家裡三個孩子，對老大態度最兇。倒不是說我們偏心，而是在她小時候，我和先生也還年輕。年輕氣盛，沒有耐心，所以對她的態度就比較急躁，比較嚴厲。

耐心改善溝通

老二出生後，耐心不知道從哪兒跑出來了，我們一下子懂了很多，小孩子就是這個樣子，他哭他鬧，都有其原因。到了老三，我和先生也一把年紀了，有點兒老來得子的感覺，都不知如何將她捧在手心裡，含在嘴巴裡。

我們多少明白了，大人的耐心可以讓孩子更好地表達自己，父母和孩子溝通順暢了，一切問題都好解決。

感謝取代責備

然而，對待老大，仍舊有不少責備。或許因為她是姐姐，希望她為弟弟妹妹做好榜樣，希望她在品格、性情、處事等各方面做出一個標準。當她做不好時，我們就會責備她，就會批評她。而正處於青春期的她，對這些的反應就非常激烈，有爭吵，有哭泣。

我和先生開始反思，時常提醒彼此，不要訓斥孩子，溫和地與她對話。當看到她的房間很亂的時候，不再責備她，而是點到為止地提醒她。讓她做一件事時，不再不停地嘮叨，而是耐



心等待，只要她做了就好。觀察她的變化，不時地肯定她的改進。在親子時間，全家人坐一起聊天，或者是開家庭會議時，為最近姐姐的付出而當眾感謝她。

看到了改變

我和先生預料不到的是，老大在這個夏天的假期裡，突然長大了。

以前，我讓她和我一起做抗阻力訓練，她做一會兒就累了。我不放棄，鼓勵她和爸爸一起去健身房運動，她和爸爸成為運動夥伴後非常開心。不僅如此，回到家還帶著弟弟做運動。她的飲食也開始變得健康，並監控弟弟的飲食（控制糖的攝取量）。

開始幫爸爸整理文件，主動承擔洗車和照看妹妹的工作。爸爸跟她談了一次極簡生活的好處，她便上網學習極簡生活方式，主動收拾房間，把多餘的衣物捐掉或者在網上出售。這讓不久前還對她雜亂的房間頭疼的爸爸大感安慰。她陪弟弟練琴更加有耐心，而且鼓勵弟弟努力練習，跟弟弟講「爸爸媽媽掙錢不易，要好好珍惜」。

為家人做健康輕食，為弟弟妹妹生日做蛋糕、拍藝術照。

對於爺爺奶奶的嘮叨也更加有忍耐力，照顧老人家的情緒，帶弟弟一起為爺爺奶奶表演尤克里里。在媽媽的陪伴下，

尋找更適合自己並能委身的教會，終於找到固定的教會，聽道時認真做筆記，結束後主動與媽媽分享領悟，積極參與年輕人團契。

為孩子禱告

雖然姐姐還有很多缺點，但我們夫婦二人現在多看她的優點並時常鼓勵她。我們彼此提醒，不指責姐姐，而只是提醒她當做的事。不拿她與別人比較，她就是她，有她的特點，且在不斷地追求進步。

作為基督徒媽媽，日日為孩子們禱告是我的責任。感謝神，孩子的變化離不開神的帶領。

就在這個夏天，姐姐長大了。🙏

吾家的小寶飯

尋短見的孩子

文／李道宏

圖／Ines Lee

朋友的孩子發生悲劇。妻子說：「你一定要打電話給他們！你跟他們熟。」

我真的不知該如何啟口，總不能直問「你女兒是不是自殺？」我拿起手機先發個簡訊問他們近況如何。

朋友的女兒罹患憂鬱症有一段時間，不久前將所有累積的藥物一次吞下，要不是及時發現送醫，後果不堪設想。

重視孩子心靈健康

朋友問為了避免不小心落入相互比較，一般都儘量不提孩子的事。孩子無法適應學習，成績不佳已經讓家長極為耗神，更何況罹患憂鬱症，更是絕口不提，甚至有的家長會視之為家醜。

朋友夫婦在孩子讀中學時，就發現有消沉和從社交圈退縮的現象，也能接受憂鬱症診斷，並且配合醫師治療。一份研究報告顯示，有自殺念頭的亞裔尋求幫助和自己認為需要治療的比率較小，這意味有很多華人家長不知道孩子的受壓能力，或沒有重視孩子的心靈健康。

「上次換藥之後有沒有改善？」每次見到朋友，我都會關心詢問。憂鬱症會採用藥物控制，可是藥物常有副作用，使患者不願持續服用，且大部分憂鬱症患者想了結自己的生命。

人在自殺之前通常會有一些徵兆，例如說「我實在活不下去了」這類話，情緒低落或是性格變得孤僻，做出不合情理的行為。當發現孩子言行舉止顯著變化、濫用毒品或酗酒、身體無端受傷等等情況時，家人都要認真以待。身為家長要重視孩子心靈健康，與孩子保持良好溝通，以寬恕和接納陪伴，同樣是不可忌諱求醫，一定要尋求專業的輔導和幫助，幫助孩子走出死蔭幽谷，千萬不要推延。

另一個孩子的悲劇

得悉另一朋友的孩子發生悲劇，可是不知詳情。我按下朋友的電話號碼。

朋友直接了當說：「謝謝關心，幾天前在他的大學附近舉行了惜別禮拜，很多同學和朋友參加，後事都已經處理好了。」

我回答：「對不起，我們今天才聽到……」

朋友嘆一聲後說：「他申請讀碩士不太順利，覺得失望，但沒想到竟然對生命絕望。我們以為他能接受事實並且準備改專業，也談到其他的選擇……現在才知道這事給他這麼大的打擊，付出的努力沒有收到預期的結果……我們以為提醒他努力只是平常的

囑咐而已，卻給了他過分的壓力！」

朋友感嘆說：「兒子的朋友說事情發生前，看到兒子在社交媒體發佈無奈的幾句話，還以為是情緒抒發，並沒想太多。他們很難過，沒有及時……而我們卻完全不知道！」

我靜靜聽完他的傾訴，結結巴巴地說：「謝謝你告訴我這些，我們會為你們禱告！」

預防潛在的悲劇

現代年輕人面臨壓力不單來自現實環境，更多是來自社交媒體，他們非常關注自己在社交媒體中是否被接納，甚至自我評價也是以社交媒體的肯定程度做標準。家長絕不能小看別人在社交媒體上對孩子的評語，尤其批評或諷刺，包括網絡欺凌對孩子的影響。很可惜，年輕人會在社交媒體上分享感受，對爸媽卻常是三緘其口：「我沒問題！少管我的事」，這使得父母的

關心與引導更難介入。

父母或許可以藉著新聞引入話題，問問孩子的看法，讓孩子知道你關心他，也讓孩子能抒發自己的感受，分享想法，千萬不要一味論斷和定罪。

不要忘記經常鼓勵孩子，幫助孩子啟發對自己的期望；有期望，就會有努力的動力。但千萬小心，不要期望他們對我們的建議照單全收，孩子需要明白自己的重要性，我們也要幫他們確實知道他們在父母心中的重要性。

我們要把機會向孩子表明對他們的愛是無條件的，而不是一味要求他們要達到或完成什麼目標才能報答我們的犧牲和擺上。以主耶穌的話鼓勵與安慰他們：「不要為明天憂慮，因為明天自有明天的憂慮；一天的難處一天當就夠了。」常常提醒孩子，將一切交託給上帝。

上帝比我們更愛我們的孩子，甚願我們都求上帝給智慧能警覺孩子的心靈需要，幫助他們憂傷的靈再次得著喜樂。🙏



郵輪上的日子

教會中有幾位長者，常常結伴旅遊。她們都愛乘坐郵輪。一有特價，她們就訂下來，還常常游說我參加。

多年期待

她們講出很多坐郵輪的好處，例如：一旦上了船，就不用再搬地方和行李，直至下船。在船上，不用再趕時間，喜歡睡就睡，喜歡吃就吃，不用接電話，沒有人打擾，可以全然休息。醒了，便起床；餓了，隨時有東西吃；喜歡動的可以去游泳按摩打球看表演；愛靜的可以看書睡覺曬太陽。價錢又不貴，真的物超所值。我心動了，跟丈夫商量，誰知他一口拒絕了，因為他怕暈船又怕悶，他不去我只好望船輕嘆。

多年等待，終於等到退休了，真的想去坐一次，唯有去求天父，改變丈夫的執著，遷就一下年老的太太。去年四月，他果然神蹟般走進一間郵船公司，問一下我，同意之後便繳了訂金，上船日期是今年三月。我心想，只要他肯去，什麼日期去哪裡哪隻船都不是問題，最重要的是有突破。好不容易等到 2020 年，一踏進這年頭，災難就排山倒海般來臨。一月份，有菲律賓火山大爆發，克什米爾嚴重雪崩，非洲蝗災為患，湖北武漢爆發冠狀病毒，加拿大和西班牙遇強風暴，美國致命流感，上萬人死亡，新疆喀什 6.4 級地震，土耳其 6.8 級地震，古巴 7.7 級地震，印度尼西亞爆發洪水，澳洲數月森林大火逼近堪培拉；到二月份，日本、成都的地震都 5 級以上，俄羅斯聖彼得堡體育館全面坍塌，全球冠狀病毒大流行，鑽石公主號到 2 月 17 日有 454 名乘客確診感染病毒，巴西也發現神秘病毒。

我們 3 月 2 日要上郵船了，去？有風險；不去？捨不得；「賞賜的是耶和華，收取的也是耶和華；耶和華的名是應當稱頌的。」（《約伯記》一章 21 節下）上帝的話語使人安慰，我就學習交托，祈禱求上主引領！

全船平安

一隻龐然巨物，停泊在環形碼頭，這伊利沙伯皇后號有 12 層高，1,000 尺長，船上有酒店、餐廳、戲院、賭場、圖書館、音樂廳、運動場、游泳



小惠

按摩池等等，儼如一座移動的海上城市，我們竟然身在其中，感謝上帝所賜的福，並懇求上主保護這艘船上 3,000 人的平安，不受病毒感染。七天的活動多姿多彩，如期平安地進行。到塔斯馬尼亞的首府城市和墨爾本觀光後，大部分時間都在船上。最後船上沒有一個發燒的人，感恩！

在船上可動可靜，跑上船頭感受乘風破浪、碧海藍天、浩瀚海洋、一望無際，真的心曠神怡。人是何等渺小，就算這條大輪，在海洋中都只是一點一滴，禁不住喊出：「上帝啊，你真偉大！」真的同意詩人的感受：「我觀看你指頭所造的天，並你所陳設的月亮星宿，便說：『人算什麼，你竟顧念他？世人算什麼，你竟眷顧他？』」（《詩篇》八篇 3-4 節）

在船上很難找到中國人，三天後在吃飯時才碰見一家，打了招呼，就坐在他們對面，希望有機會把福音傳給他們，誰知很快被拒，因為他們一家都是拜佛的，完全沒興趣聽下去。接下來幾天都找不到機會跟他們講了。有一天的晚餐，我們坐在一張六人的餐桌上，對面是一對溫雅的牧師夫婦，旁邊坐了個滿面迷惘的女士，她講述自己遇到邪靈的攪擾，對面的牧師就跟他講述耶穌基督的拯救和大能，最後邀請她決志信主，大家一起祈禱感謝上帝！

船邊默想

在船上最享受的是面對浩瀚海洋，安坐船邊，讀經靈修默想，上帝的話語甘甜如蜜。有一次想到瘟疫的問題，在《聖經》中有提過瘟疫，《出埃及記》的十災中，第五災是瘟疫；在《民數記》十六章也提到瘟疫，以色列人在曠野發怨言，要攻擊摩西和亞倫，上帝顯現，要滅絕作惡的。摩西急了，說：「有忿怒從耶和華那裡出來，瘟疫已經發作了。」他叫亞倫拿自己的香爐，盛上壇火，加上香去為百姓贖罪。當亞倫站在死人活人中間時，瘟疫就止住了。在另外一處，當罪惡被止住，瘟疫就止息了。（參《民數記》二十五章）

人作惡犯罪，使上帝忿怒，瘟疫發作；人止住罪惡，向上帝認罪禱告（舊約時的燒香），瘟疫就止息。因此在這次疫情中，讓我們都來求上帝憐憫施恩，讓人人認罪悔改，讓瘟疫止住，更讓人得永生！🙏

度過磨難

李焯信

近日澳洲深受新冠肺炎的打擊：確診個案不斷上升，數千人被感染。政府推出更嚴厲的措施，阻止疫症擴散。不少民眾從搶購口罩、洗手液、廁紙，到白米、乾麵、罐頭等食糧。

新冠肺炎最可怕的是它那驚人的傳播速度，轉瞬間已從中國的武漢散播到世界 200 個國家，與此同時給世界的經濟帶來前所未有的衝擊，從最近股市海嘯可見一斑，難怪澳洲發生搶購的行動。顯然，澳洲大眾開始恐慌了！

教會的運作大受影響，許多社區服務也停頓下來，因此，我希望能從《聖經》中關乎應付恐慌的教導與讀者互勉。

耶穌差派祂的十二個門徒去傳福音時，預言他們日後將會受到公會（猶太人的宗教團體）、統治以色列的羅馬政府官員，以及自己親屬的逼迫，就如羊進入狼群一樣。然而祂強調說：「那殺身體、不能殺靈魂的，不要怕他們；唯有能把身體和靈魂都滅在地獄裡的，正要怕祂。」（《馬太福音》十章 28 節）耶穌進一步鼓勵他們說：「兩個麻雀不是賣一分銀子嗎？若是你們的父不許，一個也不能掉在地上；就是你們的頭髮也都被數過了。」（29-30 節）

耶穌這番說話好像給祂的門徒打了強心針，讓他們能夠走天國的窄路，有勇氣面對各種苦難，為主傳揚福音。在使徒們而言，逼迫並不可怕，因為看顧麻雀的神（上帝）必看顧他們。死也並不可怕，因為他們信靠神，死後有永生；對不信的人而言，可怕的是死後的永遠沉淪！

應付恐慌的言論，除了耶穌給十二門徒的訓導之外，還有使徒保羅令人鼓舞的體驗。他在寫給提摩太的信中說：「神賜給我們的，不是膽怯的心，乃是剛強、仁愛、謹守的心。」（《提摩太后書》一章 7 節）擁有這樣心志的人，我深信必然可以處變不驚，勝過一切災難。

雖然從人而來的逼迫與新冠肺炎性質不一樣，但是兩者同樣會置人於死地，因而引起恐慌。希望經文中的含義，能幫助你和我，安然度過眼前磨難的日子。🙏



大衛和拔示巴

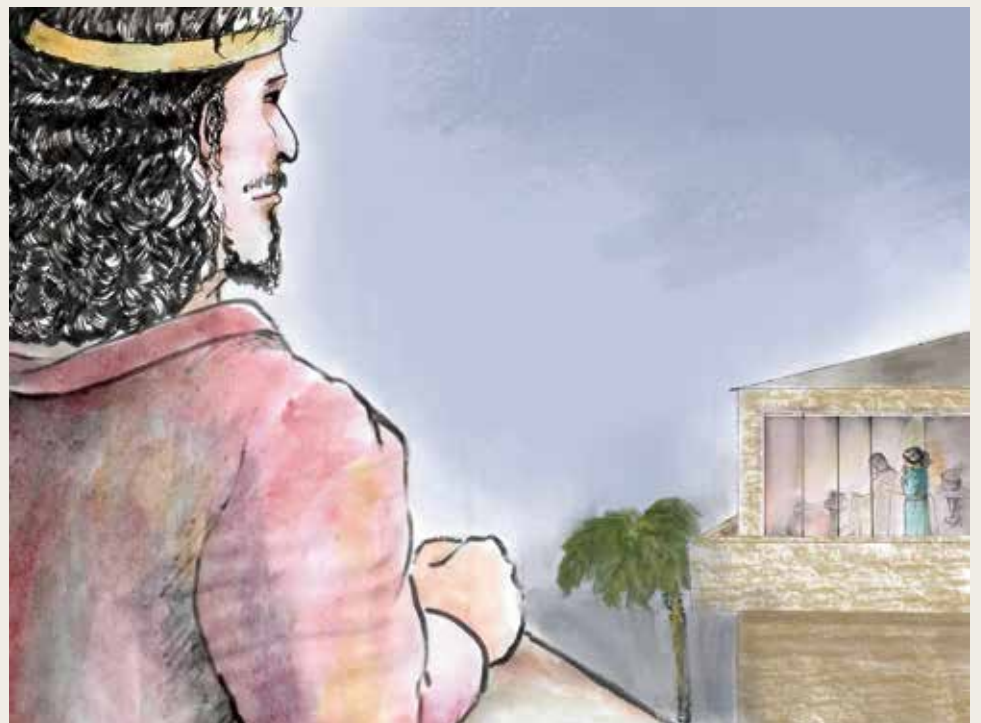
文／參《撒母耳記下》十一至十二章

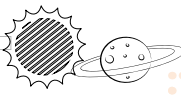
圖／陳錦玲

一天黃昏時候，大衛王從床上起來，到王宮的平頂上遊行，看見一個美麗的婦人正在沐浴。大衛打聽到她是赫人烏利亞的妻子拔示巴，將她接到宮中，與她同房。拔示巴懷了孕，大衛為了掩蓋自己的罪行，將正在前方作戰的烏利亞召回，試圖讓烏利亞回家與拔示巴過夜，使他的姦情不致敗露。但烏利亞不願意違反軍規，沒有回家住宿，而是留在王宮軍隊中。

在讓烏利亞與拔示巴同房的努力失敗之後，大衛王寫信給他的將軍約押，信中命令約押派遣烏利亞往最危險的地方作戰，使他死在敵人手裡。烏利亞陣亡後，大衛把拔示巴娶為妻室，給大衛生了一個兒子，但大衛所行的這事，耶和華甚不喜悅。上帝差遣先知拿單來責備大衛王。

先知拿單向大衛講了一個富人取走貧窮鄰居所珍愛的唯一的羊羔的比喻，激起大衛對那人邪惡行徑的惱怒。這時先知拿單指出，「你就是那人！」大衛立刻為自己的罪懺悔，表達了真摯的悔改。拿單說，「耶和華已經除掉你的罪，你必不至於死。只是你行這事，叫耶和華的仇敵大得褻瀆的機會，故此你所得的孩子，必定要死。」後來神再賜給大衛和拔示巴一個孩子，起名叫所羅門，耶和華也喜愛他。🙏





信仰、世界觀與人的認知

張仲騏

一個人的行為取決於他的信仰。一位基督徒的生活、動作會遵循《聖經》的教導，因為這是他的信仰；一位無神論者的生活、動作會跟隨唯物論的教導，因為那是他的信仰。信仰會直接影響行為，兩者的關係就像樹跟果子的關係：一顆果子的品種、好壞取決於它所連結的那棵樹。芒果長在芒果樹上，蘋果長在蘋果樹上；果子好是因為樹好，果子壞是因為樹壞，正如耶穌所說：「看果子就可以知道樹。」（《馬太福音》十二章 33 節）同樣，決定一個人的行為、動作的最大因素，是他內心深處的信仰。

回答三個問題

「信仰」觸及到的範圍包括整個人的世界觀。用哲學方法來說，信仰決定一個人如何回答：「我是什麼」（知識論）、「世界是什麼」（形上學）和「我在世界上該做什麼」（倫理學）這三個問題。所有世界觀和思想體系當中，只有「基督教世界觀」（Christian Worldview），能為以上三個問題給出正確答案。《約翰福音》一章提到耶穌「是真光，照亮一切生在地上的人」。人唯有透過耶穌的真光，才能看清自己、看清世界和看清自己與世界的關係。

追根究底，世上只有兩種世界觀：「基督教世界觀」與「非基督教世界觀」。基督教世界觀是透過《聖經》，對神的啟示的一個總歸納，是在 3,500 年的教會歷史（包括新舊約時期）當中被精煉、雕塑所形成對於世界的解讀和認知。非基督教世界觀橫跨古今中外、包羅萬象、無奇不有，包括各種思潮、教導和信仰，但缺乏《聖經》光照，無論看起來如何創新和突破，其實都是在黑暗裡摸索，找不到出路。

找到出路的人

基督徒卻是找到出路的一群人。他們有神話語的啟蒙，有聖靈的內助，也有耶穌基督的救贖和模範。然而基督徒首先需要意識到，神的光照並不賦予他們膨脹、高傲，甚至看輕非基督徒的許可證，好像諾斯底主義那樣認為有了特殊知識便高人一等。保羅說，神所揀選的人「按著肉體有智慧的不多，有能力的也不多，有尊貴的也不多。」（《哥林多前書》一章 26 節），顯示出神之所以向某些人啟示祂的真光，不是因為他們有智慧、有能力、有尊貴。不是的。正是因為他們沒有智慧、沒有能力、沒有尊貴，所以神才揀選他們，好叫那些有智慧、有能力的人羞愧。如果是這樣，基督徒就沒有

理由自我膨脹或是看輕別人。我們反而應當謙卑、誠懇地接觸那些比我們更有智慧、更有能力、更尊貴，卻因暫時還沒得到神的恩惠而仍在黑暗裡行走的人，並在適當的時間向他們指出神的真光。

人與畜的區別

缺乏《聖經》啟示的世界觀，在知識論、形上學和倫理學上會與真理產生極大鴻溝。以「知識論」來說，知識論要回答的問題是「人是什麼」，而哲學家們集中思考的課題是人的「認知功能」。人類跟其他受造物最大不同的地方，是人具有認知功能。人之所以是人，不是牲畜，是因為他可以接收資訊，可以學習，可以思考，可以交流，可以做邏輯性思考等。人類的這個認知功能是從哪來的？本質是什麼？範圍在哪裡？

經驗理性之爭

在哲學歷史當中，知識論大致分為兩個學派：經驗主義（Empiricism）和理性主義（Rationalism）。「經驗主義」只信任從感官、知覺（Perception）所獲得的經驗。「理性主義」卻認為感官與知覺無法給予真知識，真知識必須在人的思想中獲得。荷蘭神學家巴文克認為，非基督教系統無法給出一個整合經驗與理性的知識論；也無法在經驗和理性、認知和本體中間找到一致性的協調。這就好像兩個孩子玩蹺蹺板，板子不是落在左邊，就是落在右邊；非基督教的知識論不是落向經驗主義，就是落向理性主義。

聖經啟示真理

然而透過《聖經》的啟示，人們就可以將經驗和理性融會貫通。《聖經》清楚告訴我們，在我們主觀經驗之外，有一個客觀的「真理」的存在。「知識論」永遠是在主觀與客觀的共同關係之下所產生的；不偏左、也不偏右，而是左右並存。《使徒信經》第一句話就聲明這一點：「我信上帝，全能的父，創造天地的主」。「我信」是主觀經驗，「上帝，全能的父，創造天地的主」是在我們主觀經驗之外的一個客觀、實際的存有。《聖經》可以幫助我們為經驗和理性、科學和信仰、主觀和客觀、思想和本體這些看似矛盾的現實存有找到正確的定位，使我們能認識自己，也認識世界。🕊



以色列的收穫

禱望

二月的最後一個週五，布里斯本道旺浸信會舉辦了一個「以色列聖地之旅回顧與分享」團契。眾弟兄姊妹，在張順牧師和師母帶領下，經歷了一個意義非凡的旅程。

最有意義的一件事，是有位參團的弟兄，在旅途中決志，並在約旦河耶穌受洗的地方受洗，成為基督徒。

其他弟兄姊妹們都有不同收穫，他們表示，走過這一趟之後，對《聖經》經文有更直觀和真切的理解，如今讀《聖經》，已有身臨其境的感受。

張順牧師和師母登上西奈山



大家也表示今後要多鼓勵未認識主耶穌的朋友參加，通過實地考察，可以感受到《聖經》所講的歷史都是真實的，絕非無中生有的神話。

以色列聖地之旅，滿是喜樂的記憶，弟兄姊妹們紛紛建議牧師再安排新的旅程。

在旅途中決志受洗動人場面



傳福音 拒家暴

布村

2月19日早晨，布里斯本市郊一個很平靜的居民區，發生了一起惡性殺人與自殺事件。一位年輕母親和她三個年幼的孩子，被孩子們的親生父親活活燒死；殺人者也當場自殺身亡。

此事立刻引發全社會的激烈反響。堪培拉國會的政客們也擱置分歧，於事發一週後，在國會大廈舉行守夜活動，莫理森總理也在會上強調：打擊家庭暴力是他政府每天的首要任務。

政府撥款3.4億澳元，用來加強「打擊家庭暴力和保護婦女、兒童」政策的落實和實施。

不過，光靠高額的金錢，能夠消滅家庭暴力，確保婦女兒童不被虐待和殺害嗎？

據統計，目前世界上有三分之一家庭存在家暴現象，從這些家庭出來的男孩，百分之五十長大後會成為施暴者；女性則有超過半數會成為受虐者。數字觸目驚心，

令人警醒。

3月9日，遇害母親和孩子，在布里斯本教堂隆重出殯，總理莫理森與一眾昆士蘭州政要均有出席。當人們上台發表演講，譴責暴力，強調公平與公義同時，教會牧師鼓勵大家，依靠耶穌的慈愛和大能，才是徹底改變這種現實的根本方法。

因為，信耶穌的人，有四大特徵。第一，基督徒講求過聖潔的生活，常要敬拜讚美、查經和團契，人少了無聊，自然會多敬虔；第二，基督徒甘心認罪和悔改，這是平息爭執與暴力的基本因素；第三，基督徒有寬恕之心，既有認罪和悔改，寬恕也就水到渠成；第四，基督徒願意愛別人，《聖經》說「神愛世人」，基督徒蒙恩的唯一表現方式就是愛他人。

集會現場，許多人獻花紀念受害母子



五名傳道人按牧

關牧

3月1日上午，布里斯本華人基督教會懷恩堂內，座無虛席，應邀而來的各地教牧同工，以及本堂眾弟兄姊妹，共同出席了陳佳德傳道的按牧典禮。至此，陳佳德傳道是昆士蘭南部地區，自從去年八月以來，這半年期間，第五位被按立的牧師。

第一位被按立的是，阿爾伯特街聯合教會的余文靈牧師，時間在2019年8月24日。該教會座落於布里斯本市中心，是一座以優雅和完美著稱的古典建築教堂，每年吸引不少遊客觀光，各種典禮、儀式也都喜歡選擇在此舉辦。按立華人牧師，對跨文化福音事工有積極推動作用。

第二位是恩慈教會的Ruth廖牧師，於2019年10月13日被按立。廖牧師是一位非常刻苦的傳道人，她對神全身心奉獻的精神，贏得尊重。

第三位是一直在黃金海岸華人基督教會服事的傳道人李明順牧師，於2019年11月24日被按立。李牧師擁有博士學位，曾在政府部門有穩定工作。他被神呼召，甘心放棄所有，為福音將自己完全奉獻。

第四位是2019年12月8日，被信義會按立的樂晶牧師。他是繼余文靈牧師後，第二位被洋人教會按立的華人傳道，同時還負責四個內陸地區洋人教會的牧養工作，為神國事工任勞任怨。

他們被按立，也見證了神在昆士蘭州內建立的工作，興起了新一批的忠心僕人，在各自崗位上，與其他教會彼此合作，同心興旺福音。

值得一提的是，這五位牧師，都先後參加過「把握時機」的課程培訓或導師工作。他們努力遵從耶穌吩咐的大使命：「這天國的福音要傳遍天下，對萬民做見證」（《馬太福音》廿四章14節）委身事奉，為福音事工盡心竭力，活出了作鹽作光的生命樣式。

按立陳佳德牧師的現場全景照



人只有藉著耶穌的真理，才能擺脫「以自我為中心，並試圖控制一切」的魔咒，使自己變得大度和平和。

藉著這個悲劇在許多家庭中產生廣泛影響，傳揚耶穌救世福音的任務就更加刻不容緩。「願平安、仁愛、信心從父神和主耶穌基督歸於弟兄們！並願所有誠心愛我們主耶穌基督的人都蒙恩惠！」（《以弗所書》六章23-24節）

誰是你的鄰舍？

愛莎

「你們安心在家，我們開心送菜。」這是近日墨爾本一個自發社群的口號。

送菜小分隊

新冠肺炎疫情來勢洶洶，侵襲全世界，澳洲也不例外。十多年前的非典 (SARS) 給予我們的衝擊與提醒是那麼的刻骨銘心，也未及是次的疫情來得令人憂慮與恐懼！澳洲政府本已高度關注本地山火的災情及救援工作，在消防員疲於奔命撲滅山火時，新冠病毒疫情由一月後期開始一直在擴散，有些從外國（不單是中國）回到墨爾本的居民，為著社區和親朋的健康，自願自我隔離在家中 14 至 21 日。這時墨爾本出現了「墨村愛心送菜小分隊」，他們是來自民間自發的一群有愛心的人，專為自行在家居隔離人士而成立的群組，為願意留在家中隔離的人，免費幫助他們購買日用品和餵菜送到門前。

服務千戶人

愛心小分隊設有群組規則：不見面、不接觸，購買費用用微信或銀行轉賬，過程簡單又容易操作，不賺取分毫。亦鼓勵送菜的隊員們，注意個人衛生，勤洗手，送菜不送細菌。他們使用二維碼建立群組，讓有需要的隔離者與願意送菜的義工全部加進群組，自行配搭。得到幫助的人，除了可以足不出戶得到所需要的餵菜，亦收到愛心。志願者付出愛心時也感受到喜樂與幸福。在彼此分享時使愛心送菜小分隊不斷地壯大，所服務的戶數超過 1,300 戶，志願者也逐漸增加至 260 多人，服務地區遍佈墨爾本。這項自願行動的特點是，義工和受助者不一定是具有宗教背景或同族群的人。在墨爾本疫情急劇發展時，墨村愛心送菜小分隊將服務由中國華語人士增加至多個國家回澳的人，包括韓國、日本、印尼、伊朗等等。

助人亦助己

助人助己。墨村愛心送菜小分隊彰顯了鄰舍們的愛心，不分地區種族互相幫助，在互動中祝福社區！反過來細想，倘若回澳洲的人沒有得到送菜送日用品的幫助，必會自行外出購買生活必需品，這樣社區爆發病毒的機會必然增加。正如《聖經》的教導，「若一個肢體受苦，所有的肢體就一同受苦；若一個肢體得榮耀，所有的肢體就一同快樂。」（《哥林多前書》十二章 26 節）

愛鄰舍。誰是您的鄰舍？為了擴展對社區的服務，墨村愛心送菜小分隊正籌劃註冊為非牟利機構，除幫助送菜購物外，將會有更深入、更到位的服務。正如以墨爾本為基地的怡康全人發展中心 (CHH)，服務對象是海外學生。CHH 亦會幫助運送與分配物資給在墨爾本的留學生。不論是有政府註冊的機構或自願作義工的社群，「愛鄰舍」是不需要任何註冊專利或特定對哪些宗教、國家和種族的人，「人」便是「鄰舍」。在愛鄰舍的行動上，彰顯對人憐憫之心，彼此相助，彼此相愛，利己利人，自己將會是最終的得益者！📍



注意道路安全

刁世松律師

一般人都以為刑事法與他們無關，因為他們相信自己不會輕易陷入刑事案件，諸如襲擊、毀壞、家暴、殺人、縱火、跟蹤、勒索、軍火、走私煙或毒品交易等。也許很多人不理解：一個奉公守法的良好市民，怎麼可能陷入刑事法律程序呢？

答案在於，現今的社會，大眾普遍使用汽車，作為代步工具。維多利亞州政府非常重視道路安全，可惜在維州，每年都有很多人因車禍受傷或喪命。因此，維多利亞州有許多嚴格的刑法條例，管轄違反道路安全條例的駕駛者，目的是保護道路上其他使用者、車上的乘客和司機本人的人身安全。相關法律條例包括（但不限於）：

- 1、超速；
- 2、醉駕；
- 3、停牌駕駛；
- 4、粗心駕駛；
- 5、危險駕駛導致他人嚴重傷害；
- 6、危險駕駛導致他人死亡；
- 7、魯莽或忽視駕駛導致他人死亡。

以上某些罪行不但會登記在個人刑事犯罪紀錄裡，當事人會被停牌和註銷牌照，更有機會被判坐牢。

在以上比較嚴重的案例中，法庭對求情的考慮要點，包括有良好品格、初犯、有悔意等等，但這些並不是法庭最重視的。這是因為譴責和威懾力，是量刑程序的重中之重，以免將來犯人重犯，或者其他入犯相同的錯誤。換句話說，用「重典」去完善刑事政策的阻嚇作用，令駕駛者理性地計算犯罪的成本及後果。當你知道：

一時貪求速度快感、趕時間、與他人競賽而超速、粗心駕駛、酒後駕駛、疲勞駕駛等等，後果將是刑事指控、終身有罪案記錄，甚至要受牢獄之苦，你還會以身試法嗎？

「通達人都憑知識行事，愚昧人張揚自己的愚昧。」（《箴言》十三章 16 節）這就是明哲人和愚昧人的分別。「重典」是為愚昧人而設，犯法的後果，是陷入刑法訴訟和牢獄之災。《聖經》說：「你的話是我腳前的燈，是我路上的光。」（《詩篇》一百一十九篇 105 節）。常常思想《聖經》的教導，作為警醒，走在有光的道路上，便使你充滿平安和喜樂！

希望透過以上簡介，使讀者更加了解道路安全的重要性，小心駕駛。求主耶穌幫助我們！📍





終於知道恩典

引言：黃暘姊妹患三陰性晚期乳腺癌，在做了多次放療後，還需要再一次住院接受化療。這個病非常凶險，已經沒法手術，腫瘤的壓迫甚至會造成癱瘓。以下是黃暘姊妹的分享。

為什麼受苦

有位教會外的朋友問我，既然神愛你，為什麼要讓你受這份苦痛。

神其實真的很懂我們。像我這樣的人，如果是比較輕的問題，我根本就不會看醫生。常常驕傲於自己的自愈能力，驕傲於自己比同齡人年輕。哪怕今天灰頭土臉住在醫院，貧血加臉腫，都有醫生說看不出我年紀那麼大了。

只有把我放在這苦難裡，我才會認真地來看醫生，認真地告訴教會我遇到了什麼，我才能體會到教會的深切關愛。我以前總覺得自己半個身子在教會裡，半個身子則在外面，現在我真正感受到了全然的融入。

這樣，我才能真正明白了恩典的意義。

曾經和一位弟兄說，自己不曾為教會，為那些朋友，為這個社會做過什麼特別的貢獻，卻在生病後感受到了教會的全然關愛，感受到朋友的各種關心，還有各種來自醫生、護士，甚至專車司機的關愛。內心很愧疚於神的這些恩典。

這位弟兄和我講，如果你做了特別貢獻，神給了你，那叫工價。就是沒做什麼，那才叫恩典。

這就是主對我們的愛。神的任何安排都有祂的美意在其中。

一切可交託

自從大家知道我生病之後，很多人都覺得我很淡定喜樂，感謝主讓我有了一份內心平安。

今天和小組的兄弟姊妹一起讀書的時

候，突然發現神為了這一天，其實很早就開始幫我預備了。

多年前，神讓我告別了高薪的職位，轉而從事一份非常講究內心平靜的工作。在工作中，很多個案看似生活無憂，然而卻有著各種備受折磨的遭遇。

繼而又給到我機會做志願者，之所以這麼說是因為很少有人以個人身分而非團隊身分去從事志願者活動。期間，我接受了各種培訓，進入病房甚至 ICU，聽過見過很多陷入困境的案例。

這些經歷，都讓我覺得無論自己遇到什麼不順心或者困難的事情，都很正常，世上的人都有著各自的煩惱，這就是世界的苦難；很幸運，我是基督徒，可以把一切交託給主耶穌。不焦慮，讓我有更多時間去發現生活中的各種恩典，從而內心可以常常喜樂。

接著，神又讓我在一家非常專業的健身俱樂部健身。健身不僅僅是對肉體的鍛

鍊，當身體達到極限的時候，非常需要意志力和毅力來更進一步。當我們遇到困難時，這份內心的堅定會幫到我們。

得知生病以後，發現最受打擊的不是我自己，而是身邊的朋友們，很多人都為我哭了好幾場。當朋友問，神為什麼要讓我生病，受這種苦難，我說，神自有祂的美意，我們會慢慢看到的。果然，神讓我看到了祂是如何地為我開路；祂是如何地讓我感受到了來自弟兄姐妹、朋友、醫生，甚至是陌生人的溫暖和愛；祂是如何地讓我面對困境時的態度，無意中影響到了他人。這大概就是神交給我的任務吧，健康時影響他人的生活態度，困境時的態度也能鼓勵到他人。☺

（後記：這位姊妹用從容的姿態面對疾病和死亡，對於依然健康活著的，或同樣受病魔威脅折磨的人來說，不僅僅是激勵，更是思考：苦難對我們意味著什麼？在有限的生命面前，什麼是我們最要緊的？）

學生歸主運動的推動者

彙編：啟之

趙君影牧師（1906—1996）是神在 20 世紀大大使用的中國學生歸主運動的推動者，中國基督徒基要信仰的代表人物之一。

佈道會決志

趙君影出生於南京，六歲喪母，父親吸毒，他自小過著寄人籬下的生活，非常困苦貧窮。父親送他到教會學校讀書，十年來只見他三、四次。他在教會學校奠定了良好基礎，賈雅各布牧師師母（台灣基督書院創辦人賈嘉美牧師的師母）是他的屬靈父母。

1928 年大學畢業前夕他肺病復發，養病的兩年間得到一位女傳教士悉心的照顧，讓他嘗到久違的母愛的感受。1931 年，他參加淮陰教會的佈道會，大佈道家計志文牧師及上海伯特利佈道團主領聚會。當計牧師說：「人人都是罪人，即使受了大學教育，仍是罪人，應該悔改。」他一面禱告，一面哭泣地走到台前，決志信主。

奉獻服事主

趙君影在江蘇江陰教會學校教了一段時間英文，帶領 95% 學生信了耶穌。在患病期間，他大量閱讀中英文屬靈書籍，加上從小積累的豐富的聖經知識，漸漸醞釀出



日後他做大學生工作中幾篇重要的講章，這些信息後來帶領不少的學生信主。但是他自覺無講道恩賜，認真地思考別人為何講道有能力。這期間他懷疑自己到底是講道服事教會，還是只做教師，從事寫作就好。

1933 年，他參加一個七天的培靈會，講道的張性初女士（第二年成為了趙師母）講聖潔生活，勸勉信徒棄絕卑賤的事，彼此認罪悔改，他心靈被觸動，寫信給多人認罪，還為一件牽涉 20 元的事，三次走到郵筒才將認罪的信寄出。這個被破碎的經歷成為他後來服事得力的重要根基。

1935 年，趙君影決定奉獻做傳道人，他父親聽聞，氣得不理他，甚至要拿菜刀砍他。他們夫妻到揚州一個只有十幾位老人家的小教會，過信心的生活。他曾經為了籌集旅費去別處領會，和師母同感一靈，把結婚戒指當掉，在旅途中，寫下了著名的詩歌《主啊，我心愛你》。

大學生復興

1938 年，趙牧師向全湖南的縣長証道，湖南教育廳廳長當時歸主，算是當時的大事。抗戰時，大學校園敞開福音的門。1944 年冬，趙君影與內地會的艾得理合作，在重慶向中央大學、重慶大學的聯合學校佈道三天，每晚約兩千人參加，約兩百人決志。極短時間內，學生福音工作發展到全國各地。

1945 年趙君影牧師負責的「佈道十字軍」（後改組為

中華傳道會）資助舉辦第一屆全國基督徒學生夏令會，講員有趙君影和地方教會的江守道等，41 間大學的代表踴躍參加，有人步行了 43 天的路程趕來。當時有 16 人蒙召奉獻作全職傳道者，其中包括後來著名的傳道人陳終道、滕近輝等。當時成立了「全國基督徒大學生聯合會」（簡稱「學聯」），福音在學生中的復興之火燃燒起來。

抗日勝利之後幾年，大學生的福音工作得著很大的發展，據估計至 1951 年止，共帶領了近兩萬多的學生信主。1947 年的第二屆夏令會，是最後一次的全國性聚會，但影響深遠。上千位中國各地的學生蜂擁而至，一個前所未有的聚會，有 300 位青年熱切表示願意奉獻一生為主做見證，後來成為推動學生福音工作的領袖。

在苦難與戰爭的時代，大學生們遠離家鄉，福音帶給他們心靈的慰藉與信仰的支持。神興起了學生的歸主與復興運動，趙君影牧師在其中應時而起，帶領運動的發展，對後來港、台、東南亞以至大陸的大學生福音事工和教會都產生了很大的影響。

推中華歸主

1948 年趙君影牧師到了香港，先後建立香港培靈學院和新加坡神學院，培育了許多忠於《聖經》的教會領袖。他的著作被不少神學院採為教科書。1956 年遷居美國後，推行中華歸主運動，成立「基督教中華歸主協會」（洛杉磯、柏克萊、聖荷西、海沃德、芝加哥、紐約均有教會）。1985 年，趙牧師在晚年創辦「中華歸主神學院」（洛杉磯），最後以 90 高齡離世。☺



吳國驊牧師在獄中講道

蒙神呼召的人是有福的，因為天國的門已為他打開。從此，人生踏上聖潔之旅，即便罪的高牆也能自由穿越，將歧途上迷失的靈魂，一個一個地從地獄邊緣，拯救出來。

台灣更生團契高雄區會駐監牧師，吳國驊就是這樣一位蒙召的人。

地上撿到一本浸水的手冊

上世紀 90 年代，50 歲過後的吳國驊，越發聽到神的呼召，感受到要服事神的緊迫性，他於是放棄所有工作，進入神學院去裝備自己。畢業後，吳國驊服事心切，四處奔走，希望能在教會或宣教機構應聘成為傳道人。不過，他卻接到這樣的電話：「更生團契高雄區會缺一位駐監傳道人，你想不想應聘？」

吳國驊這輩子都奉公守法，從未去過那種地方，也沒想過要去那種地方。到那裡去做傳道人，能有這樣的負擔嗎？帶著疑問，吳國驊向更生團契老前輩諮詢。

「蒙召的人，去了就有負擔，做了就有負擔。」老傳道人的話，鏗鏘有力，擲地有聲，吳國驊聽完，心裡就有了底氣。

那時候，剛好是颱風季節，但颱風一過，吳國驊就去監獄報到。在走向辦公室途中，看見過道有灘積水，水裡躺著本書。吳國驊好奇地撿起來，只見封面印有一行黑字《戒治所志工須知手冊》。

「咦，這不正是自己在這裡工作需要知道的規章嗎，怎麼會丟在地上，讓我撿到的呢？」吳國驊想不出所以然來，不過還是甩乾手冊上的水漬，將書放入口袋裡。

幾天後，吳國驊去醫院檢查身體，在等候時，拿出那本小冊子，認真地讀了起來。忽然，身邊傳來一個很嚴肅的聲音，向他發問：「你為什麼看這本書，你是從哪裡拿到它的？」吳國驊扭過頭去，上下打量著發話的中年男子，反問道：「請問你是哪位？」

「哈哈，連我都不認識，你一定是新來我們戒治所的吧？」原來，這位中年男子不是別人，正是戒治所的教化科長，監獄裡的頂頭上司。吳國驊與他巧遇，可謂是有點「不打不相識」的意味。兩人在醫院裡聊得很開心，也很貼心。科長了解到吳國驊事奉的決心和奉獻的精神，十分讚賞，也非常支持。回到戒治所，就為吳國驊在福音班裡開設「新生命」課程，提供最有效的實質支持。

在台灣的監獄裡，大部分囚徒（下稱「同學」）都受佛教影響，信耶穌的並不多。

監獄裡設有獎勵制度，凡是參加監獄開設的繪畫班、手工藝班，或其它任何學習班的同學，每年可參加一次評選，表現最優異的前三名學員，可以獲得一張獎狀。這獎狀可不是一紙空文，而是日後評定提前假釋的重要指標，因此，監獄裡的同學無不嚮往這獎狀。但上千人的監獄，每次比賽就只有三個名額得獎，可見難度之大，非同一般。

吳國驊的「新生命」課程，才剛開始，報名人數就爆了表。這是怎麼回事，難道吳國驊來了，信耶穌的同學就多了？

原來是因為戒治所科長給了「新生命」福音班三個額外的獎狀名額！

果然是蒙召的人，做了就有負擔。

課堂上，吳國驊用十字架的救恩傳講耶穌的大愛和拯救；用「心牢鎖著什麼」這個問題，來啟發人生的盼望；用永生的意義，來引導同學悔改重生。不僅如此，吳國驊牧師還注意到，若要同學真正悔改，家庭的接納和關心也是一個關鍵因素。

吳國驊牧師除了在監獄裡上課，還常去探訪同學的家庭，與他們保持密切聯繫，並且多次安排懇親會，讓同學親手為父母、長輩或配偶洗腳；讓探視的親人與同學促膝

從監獄裡救人

文／南丘
圖／吳國驊



吳國驊牧師因長期在監獄做神的工作，屢獲國家各種大獎

阿昌與母親最後的擁抱
吳國驊牧師探訪囚犯家人，並為他們禱告

吳國驊牧師為認罪悔改的同學施洗

交談；讓同學用行為做出懺悔；讓親人用親情感化同學，使他們從心靈深處開始，依靠耶穌的救恩，扭轉人生的態度。

年復一年，吳國驊牧師來了之後，監獄裡信耶穌的同學真的是越來越多了。

叫冥頑不化的痛改前非

吳國驊牧師駐監傳福音 20 多年期間，福音班一期接一期地辦，悔改信主，受洗成為基督徒的人數也成倍增長。若問他哪一件事最難忘，最能榮耀主的聖名，吳國驊牧師毫不猶豫地提到了「阿昌」這個名字。

吳國驊牧師遇到阿昌的時候，阿昌可不是一個好惹的犯人。他從 20 來歲開始犯罪入獄，成為監獄常客；如今 50 開外了，又成為「三振法案」刑罰下的囚犯（註：台灣從 2006 年始，引入美國三振法，對多次入獄的慣犯或重犯，不予假釋，關至刑期屆滿為止）。

阿昌進來後，一副破罐子破摔的態度，特別難管。監獄因此禁止他參加任何集體性活動，懇親會也不行，唯獨宗教班的課可以上。於是乎，阿昌就來到了吳國驊牧師的福音班。

經過吳牧師耐心輔導，細心關懷，阿昌可以說對福音還聽得進去。一年後，吳牧師又說服監獄方面，將春節的懇親會開放給阿昌，讓他可以見見失散 20 多年的母親。

為了參加這次懇親會，阿昌的媽媽要起個大早，搭車輾轉，長途跋涉，到中午才趕到監獄。相見的那一刻，阿昌雖然動容，可外表上還裝作冷漠。吳牧師在一旁鼓勵他說：「阿昌，這麼久沒見過媽媽了，快說一句，媽媽，我愛妳！」阿昌紅著眼，小小聲照著說了。阿昌媽媽聽後，卻高興得淚水直流，一把抱住阿昌，緊緊地不願鬆開。

阿昌沒有哭，卻答應媽媽要悔改，還對媽媽說：「媽，下次懇親會請您再來，我為您洗腳。」

但是，阿昌根本想不到：原本以為沒有未來，參加福音班之後，他卻看到了希望；懇親會上第一次見到媽媽，

他以為還會有下次，可媽媽卻沒等到那天，她病故了。

噩耗傳來，阿昌受不了了。他在監房裡哭了四天，吳牧師把懇親會上與媽媽的合影送給他，希望能安撫他的心，他抱著照片又哭了好幾天。

徹底的悲痛，終於徹底地喚醒他的良知。失去了媽媽，他不能再失去 80 高齡的老爸，因而，發誓要重新做人。他對著吳牧師痛哭道：「我已經坐了大半輩子監獄，如今再不能痛改前非的話，就真是禽獸都不如啦！」

阿昌來上吳牧師的課，每次都坐第一排，讀經、禱告、讚美主，他都一絲不苟，盡心盡意。吳牧師講道時，他也是專心致志，還把筆記抄得密密麻麻的，比考大學的同學還要認真。

以前橫行霸道的阿昌，信主後變得心氣沉穩，即使遇到不識趣同學的欺凌和挑釁，他也靠著主耶穌的話語，用禱告承受試煉。

睡他上鋪的同學，以為他好欺負，一而再，再而三地用侮辱方式挑釁他，阿昌卻在床上，反覆背誦《詩篇》第四篇 4 節的經文：「你們應當畏懼，不可犯罪；在床上的時候要心裡思想，並要肅靜。」他不斷地告誡自己，已是屬上帝的人了，要憑信心依靠，不要憑血氣犯罪。

就這樣，阿昌經受住了考驗，表現令人刮目相看。

教化科長來到吳牧師的辦公室，開門見山就問：「吳牧師，我們監獄裡最難管教的「歹牌」同學，怎麼都到你的班上了？」吳國驊牧師用開玩笑口吻答道：「還好啦，都讓耶穌來教導，要不然您的麻煩就多嘍。」科長聽畢，哈哈大笑，連聲說，「是、是、是。」

吳國驊牧師在監獄服事超過 10 年，遇到的麻煩事肯定不少，但正如牧師說的，靠著耶穌基督的大能與大愛，再難管教的同學，也會變成順服的羔羊。☺



太平輪故事 (9)

長跑老超人

太平輪事件造成了近千人的海難，生還者卻只有寥寥 38 位，葉倫明先生是其中之一。他一直活到 2014 年，被譽為長跑老超人，93 歲生日那天才離世。

出生在 1921 年的葉倫明，祖母是日本人，5 歲時隨父親回到福州老家，也漸漸忘了日語。7 歲時到上海念小學，因為長得矮小，怕人欺負，強迫自己做各樣體育鍛鍊，是班上跑得最快的人。

跑步往返上海蘇州

勤奮加天賦，讓葉倫明遇到了人生中第一位老師——來自上海的十項全能冠軍楊金花。老師的訓練計劃是每週跑步，往返上海蘇州三次。如今從上海到蘇州，不過是半小時的高鐵。有誰會想到，這條路曾經是太平輪一位生還者的訓練場呢？

抗戰勝利後，葉倫明與父親一同經商，從事羊毛批發生意。他的人生路線，也從上海往返蘇州，變成上海往返台灣。

1949 年 1 月 27 日，他又一次從上海進貨，踏上了駛向台灣的太平輪。海難發生得很突然，眾人瞬間落入冰冷的海水中！慌亂中他只有一個信念，「千萬不能死啊！」於是咬牙努力往上游，終於把頭伸出了水面。

抓住木桶死裡逃生

海面上一片慘狀，充斥著哭聲、喊聲、救命聲。他摸黑抓住一個木桶，跟其他人一起在海中載浮載沉，足足一夜，直到第二天太陽升起，才有一艘澳洲軍艦將他們救起。

海難後，葉倫明回到上海，對行船甚感恐懼，不敢親身前往台北與妻子相會，只以書信傳達死裡逃生的心情和思念。不知何故，所有的信件無法寄達，均被退回。接下來兩岸封鎖，就徹底失去了所有聯繫。

移居香港縫紉維生

陰差陽錯之下，妻子誤以為葉倫明已經喪命海難，於是改嫁他人。然而改嫁後生下的第一個孩子，她堅持在出生紙的父親一欄裡，寫

安平

下了「葉倫明」的名字，深情地要給「亡夫」留個後人。而這一切，直到了 80 年代改革開放後，葉倫明到了香港，與台灣有了通訊往來才得以知曉。

定居香港後，他靠縫製簡單的布品維生，如蚊帳、窗簾、床單、被罩等，也漸漸恢復了年輕時的長跑習慣。

跑啊跑，在石澳漁村的山路間，慢慢地跑……上坡、下坡，在漫山遍野的紫荊花中，他帶著對妻子的思念，帶著對海難亡者的紀念，跑走了孤單，也跑來了生存的勇氣。

活著就是歷史見證

30 年間，慢跑為他打開了新的世界，從香港跑向國外，參加了各類比賽。近至日本、大陸，遠至美國、英國甚至南非，都留下了足跡，並屢次斬獲老年組冠軍。2002 年，81 歲高齡的葉倫明先生還得到董建華特首的接見，並獲頒發社區服務獎。

88 歲時，有人問他，你還要跑下去嗎？他說，「當然！跑到倒下為止！只要還活著，我就是 60 年前那段歷史的見證人。」

人生猶如一場馬拉松，拼動力，拼勇氣，更拼耐力；人生也非常無常，人人談虎色變的新冠肺炎，也可以如海難一般，忽然臨到，奪取人的性命。朋友、家人、婚姻、愛情，生命裡的一切，都不是理所當然的。我們無法預知人生的方向，是前行還是轉彎；也看不透上帝為每個人安排的道路是什麼。只要以信心、勇氣和耐力，跑完那屬於我們的道路，活著，我們就是歷史的見證人。🙏



務要聖潔

哈拿

瑪莉來與我們道別，她後天啟程往美國新澤西州的醫院工作，她是澳籍菲律賓護士，有時來門診部替班；最近取得美國註冊資格，以後會在傳染病房工作，照顧愛滋病患者。我們不禁有些為她擔憂。

那是 80 年代初，愛滋病毒才剛流行。愛滋病即後天免疫力缺陷綜合症 (Acquired Immune Deficiency Syndrome)，簡稱 AIDS。病因是 HIV 病毒侵襲白血球，使免疫力迅速下降，可能在數年後，帶菌者病發，感染其他病毒，引起併發症致命。到現在仍沒有藥物可醫治。

愛滋病的主要傳染途徑是性接觸和血液傳播，例如輸入帶菌者之血液、毒品注射、傷口接觸帶菌者的體液 (Body Fluid)，孕婦傳與所懷的胎兒等。

但一般的社交接觸，例如握手、擁抱、擁抱病患嬰兒、孩童等，則不易被傳染。

當時，院方特別叮囑、指導醫護及各部門員工小心防範，免被感染，如有不慎被用過的針扎到，或為病人的體液沾到眼睛、傷口等，均要雙方作血液檢查，如陰性反應，三個月後再復查員工。同時改良污染針筒的存置方法。

可是，亦有缺德人士，故意把針筒棄在沙灘上，導致遊人受害。現今已在許多公共衛生間設置針筒收集器，公立醫院亦設有戒毒門診部，幫助癮君子逐漸減少毒品的劑量，甚至戒去毒癮。最近社區藥房亦與市政廳合作，回收針筒，免被棄置在垃圾桶中。

沾染愛滋病毒者，多是因濫交，放縱情慾，圖享一時之樂，致貽誤終生，甚至禍害家人及無辜。

使徒保羅說得好：「凡屬基督耶穌的人，是已經把肉體連肉體的邪情私慾，同釘在十字架上了。」(《加拉太書》五章 24 節) 若我們相信基督，依靠聖靈的提醒，就必能在這彎曲悖謬的世代，保持自潔，同時也教導後輩：要遠離誘惑惡行，「不要自欺，上帝是輕慢不得的，人種的是什麼，收的也是什麼。順著情慾撒種的，必從情慾收敗壞；順著聖靈撒種的，必從聖靈收永生。」(《加拉太書》六章 7-8 節) 謹記「務要聖潔」，才能榮神益人！🙏

求你不要丟棄我們

文 / Hopera (羅馬的一位牧師)
譯 / 司提反

一個月前，「悲嘆」這詞會讓人覺得誇張。例如，亞薩抱怨上帝讓他的子民「一碗一碗地喝眼淚」，這聽起來可能有些誇張；大衛呼求神說：「你掩面不顧我要到幾時呢？」這是一種遙遠的感覺。

悲嘆的祈禱

在人類努力遏制一場引發恐懼和焦慮的流行病之際，悲嘆對我們所有人來說都有了新的意義。在 2020 年 3 月，《詩篇》第四十四篇聽起來很應景（注：譯者的翻譯）：

醒了，主啊！你為什麼睡覺？

喚醒你自己！求你不要永遠丟棄我們。

你為什麼掩面

忘記我們的苦難和壓迫？

我們落到塵土中。

我們的身體緊貼著地面。

起來幫助我們；

求你因你的慈愛拯救我們。

很少西方基督徒經歷過貧窮、不公或迫害。因此，我們的崇拜通常反映了在繁榮與平時期足智多謀的個人的情緒：沉穩和主流。我們確實各自受苦；然而，我們的集體崇拜很少是由在神面前的抗議和哀痛來推動的。

悲嘆是將苦難化為祈禱。這是那些感覺不平衡和不自在的人的敬拜。從歷史上看，它一直是少數民族、窮人和受迫害者的祈禱，是被關在監獄裡的中國牧師的祈禱，是黑人奴隸歌頌正義和基督降臨的祈禱。

如果說一個月前，大多數意大利人對悲嘆感到陌生，現在牧師們卻發現，《聖經》裡令人毛骨悚然的故事正在意大利發生。意大利基督教聖經教會聯合會 (Union of Christian Churches) Gaetano di Francia 告訴我：「看到妻子們不能為即將死去的丈夫舉行儀式或送別，讓我想起耶穌是如何被匆忙下葬的，婦女們回到墳墓裡為他的遺體上油。」

悲嘆的語言可能是基督徒從這場危機中得到的苦樂參半的教訓之一。它可以幫助信徒忘記中心人群的靈性，學習邊緣人群的靈性。

為別人代禱

我從來沒有花這麼多時間為別人代禱。我羞愧地承認，在過去，我經常告訴人們，「我將為你祈禱」，但後來卻忘了這麼做。

但是現在病毒肆虐意大利，我被過度工作的醫生和躺在臨時醫院裡的人們的畫面所震動。我們教會的一名成員得了重病，但急診室拒絕了他，因為那裡有很多新型冠狀病毒的病例。

由於目前的全國封鎖，我不能見他，也不能碰他，但我一直為他的康復祈禱。作為一個教會，我們為醫生祈禱，建立了一個共同基金來幫助那些有經濟需要的人，為我們的國家禁食。

冠狀病毒危機使意大利福音派信徒團結起來，他們在上星期日（3 月 22 日）舉行了全國祈禱日活動。「五旬節派、歸正派、衛斯理派、浸信會、公理會和其他教派的人都聚集在上帝的腳下，被聖靈團結在一起。」意大利福音派聯盟主席賈科莫·西康告訴我。

「這就好像是上帝讓全國各地的領袖和教派聚在一起，為國家和教會祈禱，」該聯盟的副主席 Leonardo de Chirico 告訴我。「這是最容易組織的活動。沒有人需要被人說服，所有人都已經為它著了火。」

Mila Palozzi 是我在羅馬 Hopera 教堂的一名牧師，她同意福音派希望團結起來。

她告訴我：「在應許之地，以色列把自己看為不同的部落，但在流亡時他們是一個民族。」「意大利也是如此：這場危機讓教會和部落團結起來，為我們的國家祈禱。」

這是團結和代禱的精神在世界各地傳播的前奏。例如，這個即將到來的星期天（3 月 29 日），世界福音

聯盟將舉行全球禁食和祈禱日活動。

沉默的祈禱

這些日子的消息是如此的黯淡，苦難是如此的全球性，以至於我們在祈禱時感到不知所措。我的祈禱怎麼可能遇到這個時刻？我們誠實的回答可能是：「主啊，我目瞪口呆。我不知道該說什麼。」

當我看到軍用卡車載著屍體火化，因為意大利部分地區的墓地已經沒有空間了，我說不出話來。

這時候惟有等候主。用無聲的禱告表達我們對他的信靠，在這時是合法的。

當保羅寫到我們目前的軟弱和苦難時，他補充道：我們不知道應當禱告什麼，唯有聖靈親自用無言的嘆息，

替我們禱告。鑒察人心的神曉得聖靈的意思。因為聖靈照著神的旨意，替神的百姓祈求。（參《羅馬書》八章 26-27 節）當我們說不出話來的時候，我們可以安靜下來，知道神就是神。

「作為一個家庭，我們選擇用上帝可靠的承諾來填補我們充滿疑慮的沉默，」米蘭 Stadera 教會的傳教士 Stefano Picciani 告訴我。「亞薩在《詩篇》七十三篇中對神的信心，說：『我卻常與你同在』，為我們的禱告作了見證。」

我們有理由渴望回歸常態和集體崇拜。想像一下勝利的聚會，手拉著手！

當這場大流行病被擊敗時，許多人將與《詩篇》第一百廿六篇的「流淚撒種的，必歡呼收割」和《詩篇》第一百五十篇的「凡有氣息的，都要讚美耶和華」的寬慰感產生共鳴。

但在慶祝的同時，我們將明智地記住我們在這個疾病的時刻所作的祈禱。願這一流行病使我們的心謙卑，並教導我們學習弱者、關心他人者和無聲的祈禱。🙏



馬丁·路德為世人所熟知的，是一位基督教宗教改革的先鋒；不大為人所知的，他也是「聖詩之父」，因為他的提倡和推動，教會聚會時會眾才開始參與唱詩敬拜，而不再只是神父和唱詩班的特權。他曾說，



馬丁·路德

「除了神學以外，我把音樂放在最尊榮的地位……音樂如一艘船，是思想傳載的工具。對基督教來說，聖樂更是神學思想之舟。」

路德一生寫了近 40 首詩歌，最著名的是《上主是我堅固保障》。在德國威登堡城為他設立的紀念坊上，就刻著詩歌的歌名，也是歌中的第一句話：Ein feste Burg ist unser Gott。當時的德國幾乎每位新教徒都會唱這首歌，被認為是「宗教革命的馬賽曲」、「德國的國歌」。曾有人稱之為「德國歷史上最偉大時期中，由最偉大的人物所寫的最偉大的聖詩」。

這首聖詩寫於 1527-1529 年間，那時是宗教改革開始 10 年後，路德不但要面對羅馬天主教的追殺迫害，還有來自新教的不同派別的反對，有虔誠的新教徒被火燒死殉道。他自己的身體也多年受病痛的折磨，常常陷入極深的憂鬱。100 多年前曾肆虐歐洲、奪去三分之一人口的黑死病，那些年間捲土重來，那時他所居住的威登堡爆發了瘟疫。他的妻子和好幾個孩子都被感染了，小女兒在這期間出生後 5 個月就去世了。他每天出去照



瘟疫中的堅固保障

聽泉

顧染病的居民，加上對親人的擔心，使他心力交瘁。就在這種內憂外患、四面受敵的情形下，他寫下了這首詩歌，旋律和歌詞都是他創作。

詩歌的靈感來自《詩篇》四十六篇，一首頌揚神（上帝）同在和保護的錫安詩歌，多次重複神作他們的「避難所」，路德在那黑雲密佈的年代，他仰望神，知道神是他的力量，是他的山寨，沒有可懼怕的。所以他歌唱說：

「上主是我堅固保障，莊嚴雄峻永堅強；上主使我安穩前航，助我乘風破浪。」

路德的詩歌分為四段，清晰有力地宣告：世界充滿惡魔，人完全沒有力量對抗，但「幸有一人挺身先登，率領著我往前方。如問此人為誰？乃是基督我王，統管宇宙萬方，自古萬民共仰，定能將群魔掃蕩！」「我不懼

怕，因神有旨，真理必使我得勝。」

路德為這首聖詩加了一個標題，「一首安慰的聖詩 (A hymn of comfort)」。確實，在瘟疫和各樣苦難充斥的世代，神不但是祂子民的堅固保障，還是人的武器。耶穌為人征戰，已經得勝，給予患難中的人最大的安慰。最後一句歌詞則是「上主國度永久長」（更貼近路德的原文的翻譯是「這國度一定留給我們」），他以非常肯定的語氣結束這詩歌，強調神的國必屬於祂的子民。

當我們認定有神做我們的堅固保障，不被恐懼轄制時，我們可以得著自由，不用千方百計地去自我保護，而是行走在耶穌所賜的、我們已經擁有的自由裡，可以去幫助身邊有需要的人，把耶穌裡的自由和盼望帶給世人，如同當年的路德和他的戰友。🙏

教會消息

鑑於新冠疫情，大多數教會的主日崇拜和活動暫改為網上直播或轉播，請各位讀者直接與教會聯絡收看崇拜。



四月份《號角》因疫情而無法付印及派發，盼各位讀者在網上閱讀 (au.cchc-herald.org)，也可掃描下面的 QR Code 二維碼直接進入網站，也請各位讀者幫忙轉告其他弟兄姊妹及親友。

教會消息版徵稿

本報每期設有教會消息版，為澳洲各地華人教會免費刊登佈道、福音聚會、活動、外展事工等消息，歡迎投稿。字數不超過 200 字，每月 10 日前截稿。請電郵至：hmau@cchc.org

康恩再送口罩表愛心

康恩關懷中心決定擴大愛心行動，為悉尼華人癌症病人送上溫暖和支持。

在疫情期間，「康恩」在較早前已經送出了一些口罩給病友，關心他們最迫切的需要，也代表著「康恩」的小小心意。

病友收到口罩後，十分感動，當中更有一位說收到口罩，比收到金子更為開心。

我們亦收到一些不是「康恩」病友的反饋，他們說，在抗疫

期間，非常需要一些口罩來保護自己，盼望也可以得到「康恩」的關顧。

我們聽到這些信息後，決定再一次送出口罩，詳情如下：

1. 只適用於澳洲悉尼華人癌症病人。每人只限領一份，每份兩個。數量有限，送完即止。
2. 登記請按 <https://forms.gle/NqKH6KiUsSeSPocY7> 或掃右上的二維碼，亦可填寫以下的登記表，把資料拍照發

送到 0412 38 48 38。

3. 提交登記後，表示您同意「康恩」的義工稍後與您聯絡。為保護您的私隱，您提供給「康恩」的一切資料，我們只會在「康恩」的免費服務範圍內使用。

登記表

姓名：

聯絡電話：

郵政編號 (Post Code)：

別人著想、付出代價時，別人也會跟隨榜樣，為他人著想付出代價。

首先，我們可以關懷，打電話給親友、弟兄姊妹、鄰舍。這段時間我們分開，不能見面、擁抱、不能在一起歡笑、吃飯、分享、查考《聖經》；但可以彼此關心，為他們代禱。有一位姊妹的孩子在學校被同學嘲笑，問「你們家是吃蝙蝠的嗎？」有位高中生的同學對他說：「Go back to your own country (回去你的國家)！」其實他在美國出生，這裡就是他的國家，要他回去哪裡？在此環境，我們需要彼此鼓勵，孩子也需要鼓勵，讓他們有盼望，知道如何面對霸凌。

危機中的回應

郝萬以嘉

我們面臨一個前所未有的危機——新冠肺炎的流行。每天有新消息，每時刻都在變化。當初是大學改網上教學，繼而公立中小學校也停課；也擔心不知何時會「封城」。此刻，基督徒該怎樣回應？

第一、在歷史中，上帝總是在危機中使用祂的僕人來帶領百姓走出危機、得到拯救。正如洪水時，上帝使用挪亞；在大飢荒時，上帝使用約瑟；在 185,000 亞述大軍攻打猶大國時，上帝使用先知以賽亞；當船遇到大暴風時，上帝使用保羅安穩全船人的心。耶穌對門徒說：「你們是世

上的鹽、世上的光。」意思說我們是有影響力的。在危機時刻，基督徒不要盲目跟隨潮流，天天活在恐慌、害怕、孤獨、自私中。我們應當發揮光和鹽的作用，引導人們去看到光明與盼望，帶領人們認罪、自卑、回轉歸向上帝，得著救恩、保護與平安。

第二、當前許多人大量囤積食物、物資，都是為自己。初代教會的信徒沒有人這樣做。在危機時刻，基督徒應該給出你的時間、禱告、關懷、金錢.....應當更多付出，不單單想到自己和家人的需要，也想到其他弟兄姊妹、社區百姓。當基督徒願意為

逆境自強 代禱守望

(編者按：新冠疫情持續蔓延，康恩關懷中心總幹事陳偉雄牧師，特別致函病友和關顧者，表達關懷，以下為慰問函內容。)

親愛的病友和關顧者：

你們好！
在過往的 12 年，康恩關懷中心一直盡心盡力為您提供身心社靈的服務。

因為新冠病毒病的影響，「康恩」更要將您的健康放在首位，所以，我們決定取消所有近期活動。

雖然我們要暫時隔離，但是「康恩」絕對沒有忘記您的需要。我們已經送出一些口罩給您們，

作為小小的心意。

此外，我們也發出了很多帶有祝福語的圖片，透過網上的渠道和不同的電子平台與您們連結。希望病友和關顧者可以在心靈上得到慰藉，「康恩」的愛並沒有因為疫情的影響，與您們分隔。正如以下的祝福語：

逆境自強 代禱守望

與您同行 必見曙光

謝謝您們在這段期間給予「康恩」的信任、鼓勵和支持。讓我們一起心連心，共度時艱。我們總相信和盼望著，明天會更好！

康恩關懷中心總幹事
陳偉雄牧師

另外，有弟兄姊妹面臨經濟困境，要伸出手來互相幫助。基督徒在危機時是付出、犧牲，而不是自私自保。

我們要更多禱告，也為醫護人員、為參與研究對抗疫情的人員禱告。《聖經》也要求我們為在上掌權者禱告，他們當中不少是敬虔基督徒。我們更要求上帝的憐憫，求祂拯救我們、保護我們，讓這疫情很快過去。《詩篇》一三九篇 16 節：「你所定的日子，我尚未度一日，你都寫在你的冊上了。」意思就是，我們今

天還沒有過完，上帝早已經寫在祂本子上。我們的生命在上帝的手中，還有什麼懼怕呢？我們的上帝是一位美善的神、最好的神，我們把生命交在祂手中，是最穩妥的。《馬太福音》十章 29-31 節：「兩個麻雀不是賣一分銀子嗎？若是你們的父不許，一個也不能掉在地上，就是你們的頭髮也都被數過了。所以不要懼怕，你們比許多麻雀還貴重。」感謝主，祂知道我們的一生，讓我們把一切的害怕 (Fear) 都換為對祂的信靠 (Faith)！

在新冠病毒蔓延時

在新冠病毒蔓延時，我當做什麼？

天父啊，我不要只是自己來回答這個問題；如果是，那是最簡單不過的：

我會響應呼籲，安心把自己留在家中。這樣做，保護了自己，也保護了家人！

我會遵照忠告，勤洗手，戴口罩，外出購物與人保持六呎距離，購物完就立刻回家。

即使留在家中，我也要讓自己處於最好狀態，提升身體免疫功能，免受病毒侵害。

但天父啊，我願意讓你來教我回答：在新冠病毒蔓延時，我當做什麼？

「孩子啊，在這個時候，你能做到的真是很少；你當安靜，思想活著是為了什麼？

不過，如果你願意，你還是有些可做的事：

致電給獨居老人；你可能不知道，簡單的一通問候電話，對他們而言十分重要。

若有經濟餘力，當記念那些失去工作的人；他們憂慮的不單是今日能否安然經過，而是明日如何面對！

還有，在這非常時期，確實需要勇敢一點，樂觀一點，給身邊的人一點微笑；

這微笑多少會帶給人們安慰與盼望。

也可以儘量向有需要的人伸出援手，提供幫助。

你可能因而身處險境，但卻要記住一句話：『愛惜自己生命的，就失喪生命！』

但如果我們願意捨去生命，卻得著生命。

孩子啊，生命只是一片雲霧，出現少時就不見了，但你將因著我的救恩，得享永恆生命之樂！

那時，你自己卻要回答我：當你活在世上的時候，你做了些什麼事？」



免疫力與健康

嚴惠來



免疫力是人體自身的防禦機制，是人體識別和消滅外來侵入的任何異物（病毒、細菌等），處理衰老、損傷、死亡的自身細胞以及識別和處理體內突變細胞和病毒感染細胞的能力。現代免疫學認為，免疫力是人體識別和排除「異己」的生理反應。人體內執行這一功能的是免疫系統。「免疫」一詞也有身體抵抗病毒、惡劣外在環境的能力意思，也可指心靈上的抵抗力。

人類生活在一個複雜的環境中，時時刻刻都在遭受著各種病原體（細菌、病毒、真菌和寄生蟲等）的攻擊。如果人體內沒有一套完整有效的防禦各種攻擊的系統，如免疫系統，人類就很難生存。

影響免疫力的因素

1、年齡因素：人生有兩個免疫能力低下的階段，即兒童階段和老年階段。兒童的免疫系統尚未成熟，功能不健全；而老年機體器官功能衰退、獲得營養能力下降，再加之免疫器官逐漸萎縮衰退，導致免疫力下降。相應地，兒童和老人也是疾病高發的兩個階段。

2、不良的生活方式和習慣：精神緊張、營養不良、缺乏運動或睡眠不足，濫用酒精和吸菸等，都可抑制免疫系統，降低機體免疫力。



3、其他因素：環境中的有毒物質、某些藥物、放射治療以及過量的抗生素也都會抑制免疫力。

增強免疫力的方法

增強免疫力的方法很多，飲食均衡、曬太陽等保健方式是增強免疫力最有效、最安全的方法。今介紹以下幾種：

1、樂觀情緒：樂觀的態度可以使人體維持在一個最佳的狀態，尤其是在現今社會，人們面臨的壓力很大，巨大的心理壓力會導致對人體免疫系統有抑制作用的荷爾蒙成分增多，所以容易受到感冒或其它疾病的侵襲。樂觀的心態，充分的休息和睡眠，恰當的運動，正確的

營養都有助於人體獲得健康的免疫力。

2、寬容：寬容是一種良好的心理品質。它不僅包含著理解和原諒，更顯示著氣度和胸襟、堅強和力量。一個不會寬容，只知苛求別人的人，其心理往往處於緊張狀態，導致神經興奮、血管收縮、血壓升高，使心理、生理進入惡性循環。學會寬容就會嚴於律己，寬以待人，就等於給自己的心理安上了調節閥。

3、參加運動：專家進行的三項研究指出，每天運動 30 ~ 45 分鐘，每週 5 天，持續 12 週後，免疫細胞數目會增加，抵抗力也相對增加。運動只要心跳加速即可，晚餐後散步就很適合。



4、增強免疫力的食物很多。經研究認為，最佳的營養食品。例如，（1）大蒜：大蒜含有一些抗氧化物，可以抵抗侵入免疫系統的病菌。其中包括與胃潰瘍和胃癌有關的幽門桿菌。烹飪技巧：剝皮後，放置 15-20 分鐘，然後再烹飪，這樣可以激活提升免疫力的酶類。（2）西瓜：有助於加強免疫系統的功能，所以可以抗感染。（3）魚和貝類：補硒防病毒。英國專家研究指出，補充足夠的硒可以增加免疫蛋白的數量，進而幫助清理體內的流感病毒。硒主要來源於牡蠣、龍蝦、螃蟹和蛤蜊等海鮮類食品。魚類如大西洋鮭魚中的歐米



伽 -3(Omega - 3)，能夠幫助血液產生大量的抗流感細胞，也有助於提高人體免疫力。（4）西蘭花：西蘭花富含營養，可以保護機體免受病原體等攻擊。西蘭花含有維生素 A、維生素 C 和谷胱甘肽。可以再加上一些低脂奶酪作配菜圍成一圈，其中的維生素 B 和維生素 D 可以提高免疫力。（5）低脂酸奶：酸奶中含有活性益生菌，可以刺激免疫系統，從而抗感冒。還有維生素 D，研究發現維生素 D 水平過低容易增加罹患感冒和流感的機率。此外，杏仁、牛肉、蘑菇、燕麥和大麥等都可以增強免疫力。🍷

增強免疫力的食譜建議

黃嘉慧營養師

早餐：

牛奶麥片配 2 個蛋白，半個木瓜，低脂牛奶

午餐：

芫茜菠菜魚片豆腐湯
芒果青椒牛柳，配糙米飯，油菜

小吃/甜品：

焗番薯，低脂酸乳酪配水果粒，低脂牛奶

晚餐：

粟米紅蘿蔔蘋果瘦肉湯
焗三文魚配全麥麵條，西蘭花



曾太

這就是傳說中人見人愛的鮮蝦吐司。

招牌小食

昆士蘭南部城市，有家店面不大的唐人餐館。他們有一道堪稱「招牌」的餐前小食，遠近馳名。但凡嘗試過的食客，大都會「食過返尋味」，一而再，再而三地回頭光顧。

我聽說後，自然想抽時間去品嚐一番。誰知一打聽，這家餐館的東主兼大廚，是我們一位會友的親戚，而且也是基督徒。這下可好，我幹脆就讓會友作安排，我們一起去「團契」。

說起來，他們這道名食，不過是一款非常普通的小點心——「鮮蝦吐司」，其食譜和做法都不複雜。不過，往往越是簡單的食品，越能考驗廚師的技藝。

又脆又香

我們一人才坐定不久，老闆娘就端上一碟金燦燦的鮮蝦吐司來。謝飯禱告，感激天父賜下食物、平安和喜樂。然後，我拿起一塊，前後仔細端詳，發現麵包炸得非常透，蝦肉與麵包也黏合得天衣無縫。再送進嘴裡咬一口，嘩，好脆，好香啊！

我忍不住催促會友，快將他親戚從廚房裡請出來。我們的話題自然圍繞著如何做到既有蝦的鮮味，又不失烤麵包的香脆，聊了起來。老闆似乎毫無保留，將他製作的秘密公開給我們。

製作秘訣

他首先分析了如今市面上流行的做法，許多餐館為求降低成本，基本上都不會全部使用鮮蝦仁，而是混合魚肉或其它帶黏合性的食用材料，為了補充鮮味的缺失，就添加味素來提升味道。這樣做出來的鮮蝦吐司，味道會顯得華而不實，只香不鮮，而且容易造成口乾，食客當然能夠分辨優劣。

而他做的鮮蝦吐司，全部使用新鮮蝦仁，除了放少許鹽和胡椒粉，其它任何調味料一概不放。他還說，只要將蝦仁剝到起膠，就很容易與麵包黏合，最後在蝦面上撒一層芝麻，放進油鍋去炸，便大功告成了。

試做不成

按照他說的方法，回到會友家裡，我立刻開鍋試做。做了三遍，我發現，沒有一次能做出他餐館那樣香脆的口感。

主要困難在於，鋪了一層蝦仁的麵包，不知怎樣才能夠炸透，也就是麵包的脆和蝦肉的鮮，融合得恰到好處。

探究原因

我猜想，是不是要將麵包切得很薄？會友立刻反對，解釋說，那樣做等於畫蛇添足，



鮮蝦吐司用料很簡單，就是鮮蝦、芝麻和凍得硬邦邦的吐司麵包。

蝦肉去殼，剝碎，直至蝦肉產生膠狀。



餐館哪有時間做多此一舉的事情呢？我先生想了想，提出了他的見解：若要麵包炸得透，麵包在炸之前是不是應該特別乾和脆，而且氣孔要大呢？

噢，這聽起來蠻有道理的，我們日常買到新鮮的吐司麵包，都太軟了。但，如何能讓新鮮麵包變硬，變脆呢？

找到竅門

事有湊巧，第二天一大早，會友的太太起來做早餐。只見她拉開冰櫃，從裡面拿出一包凍得硬邦邦的吐司麵包，我見狀就驚喜地叫了起來：「哇哈，又乾又脆吐司麵包！」

其實，澳洲人平時都習慣這樣保存麵包，只是我一時間沒能聯想起來。

於是，我再做實驗。經過比較，發現越是便宜的吐司麵包，冰凍後就越多氣孔。解決了吐司麵包的問題，就可以按照大廚的方法，往麵包上塗抹剝好的鮮蝦肉。特別強調一句，蝦肉剝好後，混合少許鹽和胡椒粉，其它什麼都不用添加，味道剛剛好。

哈哈，我終於炸出又香又脆的鮮蝦吐司啦！

這個故事給我的啟發是，要學習做好一件事情，僅有「高人指點」是不足夠的，關鍵地方還需要自己用心思去琢磨，用行動把結果實踐出來。如同我們基督徒，僅僅去教會讚美和聽道，是不夠的，我們還要在日常生活的每一件事上面，都能「思想耶和華的慈愛」（《詩篇》第一百零七篇 43 節），並行出祂的榮耀。☺



一片麵包，需用蝦肉泥 2 湯匙。抹好蝦膠後，再撒上芝麻。



炸的時候，要分別將蝦肉向下和麵包向下，各炸一分鐘，如此白裡透金，就是炸好了。



講一點死活的話

江河

跨入四月，清明節、復活節接踵而至，這時候，似乎難免要講一點死活的話。

掃墓的涵義

對中國人來說，四月是紀念祖先的月份。許多僑居海外的華人，每年趕在這個時候回到家鄉，為的是一年一度的清明掃墓。我想，紀念先輩，緬懷前人，這樣的傳統是好的。我們的肉身，是由父母所生。若不是父母把我們帶到這世界，這世界就沒我們的分了。而我們父母的父母，也由上一輩的父母所生。當我們往上追溯，他們都是把我們帶到世上來的人。因此，我們用掃墓的儀式，表達對先輩們的尊敬和感謝，是理所當然的。可是當下新冠肺炎蔓延全球，人類面臨空前威脅，多國政府宣佈封國，若你今年有掃墓的願望，恐怕是難以達成了。

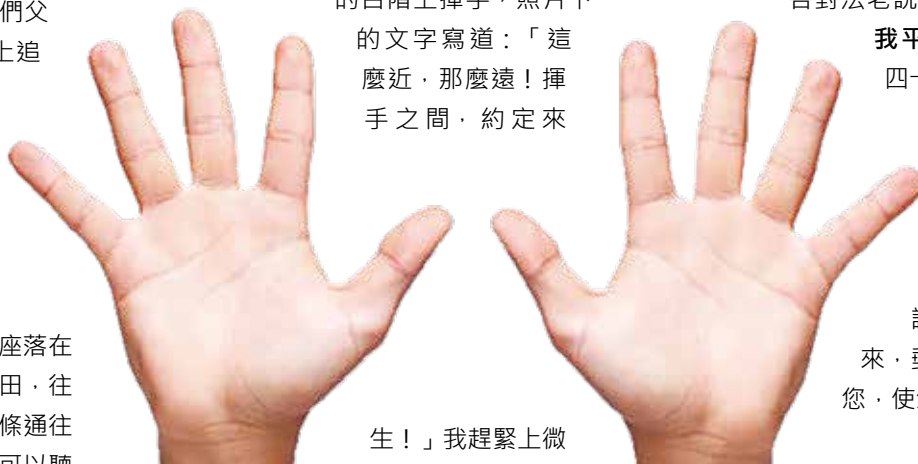
四代合葬墓

提起掃墓，我就一定會想起我父母的墓地。它座落在鄉郊的山腳，面朝著一片開闊的平原。近處是稻田，往遠處看，可以望見一些新建的公寓樓房，還有一條通往華東的高鐵線。在墓園的右手邊，有一條小溪，可以聽見潺潺的水響。可能是有山有水的緣故，周圍的植物特別蔥鬱。停車之後，往前走一段田埂，再攀三、四十層石級就到了。那是一個四代（長房）合葬墓，葬在正中間的，是我的曾祖父和曾祖母，左右兩旁依次是祖父祖母、我的父親母親，最後是預備給我大哥大嫂的。我查考了一下族譜，若按我曾祖卒年計，那麼建這墓地時，我父親才 5 歲大，離我大哥出生還差十多年。換句話說，就是那時候的人，造一個墓，居然為尚未出生的曾孫，預留了安葬的地方了。在人們的印象中，中國人的思維，總是比較滯後的。為什麼在墓葬的設計上，竟有百年之見呢？我在想，這其中有兩種可能：一種可能是純屬當地的習俗，以此顯示死者有福，兒孫延綿；另一種可能則是，前人對於生死，反而比我們，能夠更坦然地面對？

十指弟兄情

我父母一生，一共生養了十個兒女，我是最小的（也是最任性的）。我常用十隻手指，比喻十兄弟姐妹。六年前，就是 2014 年，三月下旬，我收到住在新加坡的小侄女發來的信息，得知我的二哥離世了，我隨即在朋友圈發了一句話：「今天，我失去了一隻手指。」你可知失去手指有多痛！上週六，從臉書上看見居住香港的外甥貼了一幅照片，顯示大哥站在老家門口的台階上揮手，照片下

的文字寫道：「這麼近，那麼遠！揮手之間，約定來



生！」我趕緊上徵信求證，果然看到四

哥留言：「大哥 13 日（農曆二月二十）23:50 離世。」這就證實：我又失去了一隻手指。叫我再次經受失指之痛！不過值得感恩的是，就在 12、13 日連續兩天，我都和大哥用視頻說上話。而且沒想到，我和大哥說的最後一句話，竟然是「耶穌愛你！」我記得我在視頻上一連說了三遍，這成了我和大哥的臨別贈言，也是我為大哥送上的最美祝福。人皆有一死，能夠帶著耶穌的愛死去的人有福了。

活潑的盼望

如果說，清明節是使人哀傷的日子，詩人也用「雨紛紛」、「欲斷魂」的句子來形容，那麼，復活節則給予人們活潑的盼望！那是因為，為救贖人類的罪、被釘在十字架的神子耶穌，第三天從死裡復活了。正如天使所說：「他不在這（墳墓）裡，已經復活了。」（《路加

福音》廿四章 6 節）耶穌勝過了死亡，使一切信祂的，不再受罪的網綁，也不再受死亡的轄制，在各樣的患難困苦中，靠著祂復活的大能，都能得勝有餘了。在這一點上，有成千上萬的基督徒，可以向你作見證。刊登在上期（3 月）《號角》上的《孩子，你可以的！》（24 頁），就是一篇有力的見證，請您認真一讀！

人生苦短，縱使活到百歲，也不過短暫一瞬。當年雅各對法老說：「我寄居在世的年日是一百三十歲，

我平生的年日又少又苦。」（《創世記》四十七章 9 節）「年日又少又苦」這句話，

相信能引起許多人的共鳴。因此，當我們活著的時候，應當活好每一天，而且活得有盼望。這盼望，唯有從死裡復活、並且活到永遠的聖子耶穌，能夠賜給你！

讀到這裡，如果您有任何感想，歡迎寫下來，郵寄到 hmau@cchc.org。願上帝賜恩給您，使您得福！🙏



時局
熱點

韓國超級病毒傳播案

宗淑

新冠病毒蔓延韓國，首爾市政府要求檢方，就過失殺人罪、傷害罪和違反防疫相關法規等罪名，對「新天地教派（以下簡稱「新天地」）」總會長李萬熙進行調查；3月2日，89歲的李萬熙召開記者會，為眾多患者與教派有關向國民下跪。

緣何成為散毒罪魁？

2月18日，韓國只有31例確診，唯第31號病患確診前，曾拒絕轉院接受檢測，並四次前往「新天地」聚會，密切接觸166人，引爆大邱市超級群聚感染事件；25日，韓國中央防疫對策本部表示，當地感染病例主要與「新天地」有關。

疫情以大邱為原點，撲向慶南、忠北、光州、首爾、釜山、京畿、世宗、蔚山、江原道；與「新天地」有關的病例，迅速覆蓋全韓一半以上的行政區。在如此危急時刻，該教派仍不願交出20餘萬成員名冊，並被質疑提供不完整不確切信息，阻礙遏制疫情。

「新天地」成員不配合病毒檢測，迫使防疫官員以手機定位或信用卡數據追蹤，甚至請求市民舉報。時至3月9日，被列為大邱市第一階段管理對象的成員中，仍有50人未依行政命令接受採檢；完成採檢者中有4,137人確診，確診率42.9%。被列為第2、第3階段管理對象的人中，亦有201人尚未採檢。

隱匿病情、拒絕檢測、保密身分等行為，無疑加劇了病毒的蔓延。

「新天地」是什麼教？

「新天地」號稱其名得自《聖經·啟示錄》，全稱為「新天地帳幕聖殿耶穌教」，是韓國發展最快的宗教派別之一，1984年3月14日創立，總部設在京畿道果川市，在本土和海外擁有近25萬信徒。教主李萬熙不打自招地誇耀：「為什麼能做到這點呢？因為我們不是傳統的教會。」

不錯，「新天地」非正統基督教會，而是偽基督教組織。2014年11月，韓國《國民日報》報導，韓國三大教團之一的基督教監理會，於第31次大會上決定，將「新天地」等九個團體劃定為異端

邪教。2016年4月19日，韓國基督教聯合會協會也發佈公告：「新天地」自1990年開始就被認定為異端邪教。

「新天地」等級森嚴。總會長李萬熙以下，分設四署長、七教育長、24部長；12個牧區稱為12支派，每支派需

熙則是與古先知、摩西、耶穌一樣，被上帝揀選並應許來拯救人類的保惠師……「新天地」



達12,000人，宣稱滿了144,000人天國就會來到。成員的使命是成為「收割者（Harvester）」：打入純正教會，籠絡人心，發展信徒，然後帶到「新天地」；最如意算盤是騎劫教會，先臥底離間、造成分裂，再趕走反對者，最後由「新天地」接管。

對於社會大眾，則將目標轉向更具能量的年輕人，藉免費解讀占卜、提供個性測試和各種課程潛移默化。一旦入會便被封閉式洗腦教育，控制身心。人們往往放棄學業工作，甚至離家出走。進入聚會場所須錄入指紋，成員隱藏身分，連父母也不告知。韓國基督教電視台（CBS）以紀錄片揭露「新天地」破壞家庭等違背倫理問題。

「新天地」不止於禍亂韓國。據百度百科文獻，英國聖公會於2016年向倫敦各教區發出正式警告，要求對「新天地」的傳教活動保持警惕；韓國天主教會同樣向各教區發佈警告；新西蘭、印度等地基督教界也發出提醒；中國一些地區公告取締「新天地」。

李萬熙是什麼人？

在「新天地」官網，該教派被描述為獨一無二的「上帝的國度與聖殿」；李萬

熙則是與古先知、摩西、耶穌一樣，被上帝揀選並應許來拯救人類的保惠師……「新天地」教理書裡寫著：上帝又差了一個人到世上，把軟弱的百姓從滅亡的漩渦中釋放出來，建立新生命的國家，這個人就是

李萬熙先生。

李萬熙也自我宣揚，他是肉身不死的永生者，是世上唯一能解讀《啟示錄》奧秘者，因為「上帝奧妙的真理是被隱藏的，所以至今都沒有人知道」。他還創設了「新天地」紀年，1984年為元年；3月14日則是必守節期，與《聖經》記載的1月14日逾越節、7月15日住棚節、9月24日收割節同等，均為預言成就的實底——新約。

1995年，他在《教會和信仰》月刊上自稱是「唯一擁有上帝話語的人」、「只有我們才能得救恩」，當即被韓國基督教耶穌長老會第80屆總會定為異端。所有持純正信仰的基督徒都清清楚楚地知道：唯有耶穌基督才是道路、真理、生命；除祂以外，別無拯救！

李萬熙的自傳也天花亂墜，稱自己是幾個世紀前統治朝鮮半島的古代國王的後裔；他在某一天親遇從天而降的耶穌；他所到之處都有彩虹同

行……2014年「新天地」舉辦世界宗教萬國和平統一大會，邀請國際賓客，但與會者尷尬地發現，會期與李萬熙生日相同，大會與慶生在同一時間、同一地點舉辦，如同八方來朝。

可查證的是，他1931年9月15日出生於貧農家庭，參加過20世紀50年代的朝鮮戰爭。17歲由外國宣教士施洗；先後加入異端教派「帳幕聖殿」、「再創造教會」；自創「新天地」後備受爭議，多次被控及抗議。兩年前脫離「新天地」的金南熙，曾被李萬熙納為「靈裡的妻子」，因財物糾紛反目成仇；她直斥李萬熙就是個凡夫俗子，卻假冒救世主。

瓦解信仰的病毒，甚於攻擊身體的病毒，故《馬太福音》一針見血地指出：「你們要防備假先知。他們到你們這裡來，外面披著羊皮，裡面卻是殘暴的狼。」（七章15節）普天之下的各路騙子，無論智商高下，最拿手的就是披羊皮、幹狼事，李萬熙不過是又一個被帝王夢激動得發狂，不惜啟基督的鋌而走險者罷了。

其實，鑑別這類人的最簡單方法，就是以耶穌基督為標準，看他們是為人獻上生命還是使人為自己獻上生命！「荊棘上豈能摘葡萄呢？蒺藜裏豈能摘無花果呢？這樣，凡好樹都結好果子，唯獨壞樹結壞果子。好樹不能結壞果子；壞樹不能結好果子。凡不結好果子的樹就砍下來，丟在火裡。」（七章16-19節）





新州大火基本被撲滅

持續燃燒了 74 天的新州森林火災基本已被撲滅，火災面積達 499,621 公頃，蔓延至整個南海岸地區，並波及鄰近地方。共有 312 座房屋被毀，173 座房屋受損。新州鄉村消防局 (RFS) 說，消防員和居民們做了艱巨的努力，拯救了 1889 所房屋。RFS 在推特上發布信息稱，新州部分地區的降雨量良好，希望在最需要降雨的地方繼續降雨。

新州政府澄清謠傳

新州衛生廳提醒公眾，一定要小心社交媒體上關於新型冠狀病毒的錯誤或誤導性消息以及相關不正確報道。常見的流言有：

1. 應該避免前往唐人街，一些購物中心和華裔澳洲人較多的區域——錯誤。
2. 您可能通過進口食物包裝感染新型冠狀病毒——錯誤。
3. 大蒜和芝麻油能夠預防感染新型冠狀病毒——錯誤。
4. 新型冠狀病毒已經突變成更致命毒株——錯誤。

5. 會通過接觸動物感染新型冠狀病毒——錯誤。

新州公立醫院醫務人員和社區全科醫生都已經獲得相關建議，幫助他們確診病例，並仔細採取傳染病防控措施，避免新型冠狀病毒傳播。同時呼籲廣大群眾，保持良好衛生習慣，減少與人密切接觸來防止冠狀病毒傳播。更多信息請登錄新州衛生廳新型冠狀病毒頁面 health.nsw.gov.au/coronavirus。



資料蒐集：關公關

文字整理：莊捷

新版百元澳幣設計圖

澳洲
聯邦儲

備銀行公佈新版百元澳幣設計圖。這是下一代錢幣計劃中，最後一張需要重新設計的紙幣，將於 2020 年下半年進入流通。與現有紙幣一樣，新版百元澳幣上印有蒙納殊爵士和內莉·梅爾巴女爵的頭像。發行新版百元面值鈔票是為紀念兩位傑出人士所做的貢獻。



澳發佈二級封鎖禁令

截止新聞發佈日期 3 月 29 日早 6 點半前，全澳共確診 3,809 例新冠病毒患者，較前日增長 431 例。其中新州確診 1,791 例，將近全澳的一半。隨著確診人數不斷增長，澳洲封鎖令進入二級階段，禁止澳洲公民及永久居民離境，禁止戶外集市和室內聚會，連婚禮和葬禮都加入禁令，婚禮只能 5 人參加，葬禮出席人數限制在 10 人。所有可能會造成大規模人群聚集的場所和活動，都被禁止，所有人必須遵守 1.5 米社交距離。希望群眾自覺待在家中，減少外出活動，切斷傳染源，為醫護人員贏得時間，為醫療系統減輕壓力。

澳洲官方疫情信息 App

澳洲政府的官方疫情信息 App 已經上架，民眾也可以通過 WhatsApp 的官方頻道了解有關澳洲疫情的更多消息。這些平台為澳洲民眾提供了可靠的疫情信息來源，他們可以獲得保護自己及他人的建議，了解最新出台的一系列政策以及疫情數據。還可以幫助那些需要自我隔離的澳洲民眾，及時向政府提供重要信息，保障自身及公共衛生安全。

三思而轉發

文 / 倫永成 圖 / Kim

踏入 2020 年，冠狀病毒疫情爆發，網絡充斥許多資訊，人們渴求了解真相，許多網民習慣看了資訊後，便「立即轉發」給親友。

但是，網絡上的資訊良莠不齊，有些是網民個人意見，有些更是無良商人的欺騙手法。短時間內被網民快速轉發，容易引起潛在問題。

例如：在疫情初期，有市民聽信網絡上的一些謠言，紛紛去搶購廁紙等日常用品，導致市場的貨架被搶購一空。這種「非理性」的搶購行動，引發社會的恐慌情緒。另外，網上騙局聲稱能夠用平價購入口罩，不少網民被騙了大量金錢。

面對「立即轉發」的現象，我們理應先停一停，三思後才

決定是否轉發。

第一：停一停

那些註明「立即轉發」的資料，其目的大多是為了宣傳的作用。既然如此，我們更要停下來想想，為什麼要「立即」呢？有什麼重要消息是要經社交媒體來發放的？究竟發送的意圖是什麼？停一停，幫助我們有時間去分析及了解資料，減少胡亂發送引起的混亂。

第二：核實資料

轉發訊息之前，請先核實資料的真確性。資料是否來自可信的報紙媒體？抑或只是網民的個人意見？核實資料能夠幫助我們了解事實，如果核實後發現是假消息或假新聞，則要提防，不要轉發，並要提醒身邊的朋友。

最後，《聖經·雅各書》一章 19 節提醒：「我親愛的弟兄們，這是你們所知道的。但你們各人要快快的聽，慢慢的說」。在「轉發」網絡信息之前，我們應當不要著急，而是儘快多方聆聽，了解事情。如果聽了之後，發現是假消息、假新聞、謠言、未核實消息、個人意見、網上騙局等，請一律停止轉發，保護家人及朋友。🙏





兒童村孩子 ● 停課不停學

中國的 COVID-19 疫情，據說已受到控制，這與封城封省，減少人口流動很有關係。角聲華恩兒童村的孩子，在國家仍未宣佈中、小學復課的情形下，不少回家過春節後，就沒法回到兒童村。在這段期間，兒童村採取了多項措施，讓孩子們停課不停學。

日日聯絡 · 天天關懷

兒童村的院長們說，至今學校仍在延課，孩子們要待民政局通知，才能回到兒童村。前一陣子，大部分員工仍在家工作，在這段「宅居」期間，每個家舍的愛心家長，都設立群組，與她們的「孩子」保持聯絡、互相溝通。愛心家長天天打電話，關懷每一個孩子的健康、生活情形，並督促孩子們完成網上學習，幫助他們做好老師們指定的功課。期望疫情早日過去，全民得享平安！

院長們盼望大家在禱告中記念：

在這疫情期間，希望兒童村每一個人，都有健康的身體。

希望孩子們生活愉快，不忘學習，懂得在逆境之下，不忘感恩。

希望孩子們開課後，能趕得上進度；更期望初三的孩子努力學習，預備考上高中。

如今，復課日期可能延至 4 月以後，但員工們並沒有一刻鬆弛，除了幫助孩子們每日繼續學業，還預備好一切，等待著與孩子們重聚天倫。

隔離日誌 · 防疫為先

聽說 3 月 16 日會復課，陝西省咸陽兒童之家的員工，在 3 月 1 日就回到兒童之家，集體隔離 14 日，預備孩子回來。以下是他們其中一天的《隔離防疫日誌》：

3 月 1 日，在院員工齊集，召開消毒防疫工作會議：

1) 員工回院，要在院內家舍自動隔離 14 天，隔離期間不得出院，不得互相探視。

2) 三餐到廚房自取後，請回宿舍食用，減少群聚感染。

3) 必須要談話時，請保持距離，交談時請佩戴口罩。

4) 勤用肥皂洗手，隔離人員每日測量體溫並上傳記錄。

5) 全院區消毒項目進程：

a) 個人：家舍及個人辦公桌。

b) 員工 A 主責：餐廳（桌椅、地板等）；廚房及洗碗區。

c) 員工 B 主責：守望樓一樓（大廳、大堂、會議室、會客室、公廁及東西樓梯）。

d) 員工 C 主責：守望樓二樓（圖書館、課室、公廁、東西樓梯）。

e) 員工 D 主責：守望樓三樓（活動室、課室、公廁及東西樓梯）。

f) 員工 E 主責：嘉賓樓一樓、二樓（課室、康樂室、公廁、醫藥室）。

g) 員工 F 主責：全院消毒，包括：庭院、車輛……

h) 員工 G 主責：消毒大禮堂、守望樓、信心樓、愛心樓……

行政職員則要負起督導消毒打掃；備妥消毒防疫器具；口罩、護目鏡、消毒液、75 度消毒酒精……負責與政府密切聯繫，以便知道何時才能真正復課？孩子們何時可以回來？有什麼防疫條例需要遵行……

任何時期 · 認真服事

以上的真實寫照，是向支持者報導兒童村現今的狀況，了

解兒童村的員工，是如何在 COVID-19 的疫情中，盡忠職守、兢兢業業，為特困兒童，守住這幾個屬於他們的家。兒童村的孩子，也都希望疫情過去，可以真正回家。因為很多孩子「回家」過春節，事實上，是去願意短期接待他們的親戚家過年；兒童村，才是他們最舒適、最溫暖的家呀！

親愛的讀者：願您們在瘟疫流行時期，蒙天父（上帝）保守，平安、健康地度日。此時此刻，請您記念中國兒童村的需要。善款支票抬頭請寫：CCHC，註明「愛心匯點」，並填妥以下表格，逕寄：CCHC-中國兒童村事工，PO Box 6484, North Ryde, NSW 2113。或若用信用卡奉獻，請填妥以下表格，經掃描後電郵至 cchc@gmail.com 或逕寄以上郵箱。謝謝！願上帝賜福與您！🙏



咸陽市角聲兒童之家事工回應表

姓名：_____ 地址：_____

電話：_____ 電郵：_____

請在適合的口內加上：

我願意成為「守護天使」，每月奉獻 AU\$45.00，長期幫助 1 位小孩。奉獻從 _____ 年 _____ 月至 _____ 年 _____ 月（包括這月）。

我願意一次過支持「咸陽市角聲兒童之家」，現奉獻 AU\$_____。

若用信用卡奉獻，請填寫資料：

姓名：_____；信用卡號：_____

有效期至：_____ 月 _____ 年；CVN（卡背最後的 3 個數字）_____

簽署：_____ 簽署日期：_____

我對「咸陽市角聲兒童之家」事工有興趣，願意進一步瞭解，請與我聯絡。

國際基督徒藝術家聯袂抗疫

理泰

新冠疫情以前所未有力度肆虐全球，毒辣辣的病毒，奪走了地球村居民的平安。但有一群基督徒藝術家，主動出擊，拿出畫筆，擲地有聲地將上帝掌權，人類無奈，以美以真以愛將苦難詮釋出來。這些作品就像馨香的獻祭，已經達到憐憫眾生的天父上帝面前，相信抗疫的疫苗，必要早日上市，解除這場世紀大災難。

這群藝術家來自世界各地，由香港角聲和香港一些基督教機構共組團隊，聯袂舉辦「基督徒藝術家防疫線上展」，策展人周志文弟兄本身也是藝術家。此展於3月1日正式啟動，截至4月1日，已展出24組合，共172件作品。

這些基督徒藝術家坦承，自己對防疫或抗疫能做的作品不多，卻願意透過藝術作品，安撫人們的情緒，為城市帶來正面的氣息，帶來對永生的盼望。

左上：《舉目》 王鵬（中國大陸） 油畫

我們向天舉目，我們的幫助從何而來，我們的幫助是從造天地海和其中萬物的耶和華而來！疫情波及全地，我們只有仰望神！求神大發憐恤，醫治這地！祂愛我們，將自己的獨生子耶穌賜給我們，叫信祂的不至滅亡反得永生！感謝主！讓我們歸向你！為我們信心創始成終的耶穌基督！

左下：《醫治我們的地》 周文志（香港） 油畫

「我若使天閉塞不下雨，或使蝗蟲吃這地的出產，或使瘟疫流行在我民中，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》七章13-14節）

畫的頂部不是太陽，乃是三重天外



的上帝！這是以色列人概念中的天與地的觀念。上帝是在三重天以外的，第一重天是我們親眼可看到的大氣層，即是有雲有雨的境界。第二重天就是宇宙星宿的太空，第三重天就是太空以外神寶座的所在地。上帝在天上垂聽，來赦免我們的罪和醫治我們的地，祂有一個條件，那就是我們要謙卑、認罪禱告，遠離惡行。

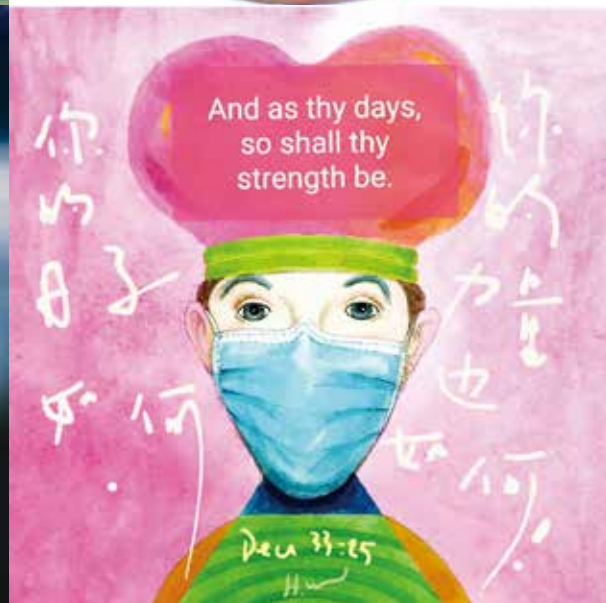
右上：《情繫》 梁友東牧師（香港） 混合媒體

十字架表徵著在基督裡的信、望、愛，在疫情的恐慌籠罩下，什麼是可靠可信？唯有掌管萬有和信實的主是最可靠的。疫症下人們生命受著威脅，怎叫我們無懼死亡；唯有為我們死而復活的主，能帶來永恆的盼望。疫症將人隔離，唯有基督捨身的愛，不離不棄。

右下：《口罩伴我行》 黃喜蓮（香港） 水彩紙本

為了抗疫，每人都戴口罩，但有了口罩也不一定就能免於病毒侵害；掌管生命的是耶和華獨一的神，祂以權柄和恩典賜下了獨特的平安，並且應許：「你的日子如何，你的力量也必如何。」（《申命記》三十三章25節）

歡迎任何視覺藝術媒體作品，有興趣參展的基督徒藝術家請與 mannchow@netvigator.com 聯絡，作品將在香港角



聲網站 cchchk.org 中不斷更新。加拿大《號角》為展覽製作精彩影片專輯，值得廣泛推介（有粵語和國語配音）：<https://cchchk.org/cchc/anti-covid19-art-show/>。

歌舞宣導 喜樂抗疫

聽泉

地跟著節奏動起來。

伊朗喜劇默片放鬆

伊朗演員 Danial Kheirikhah 把自創的「花式洗手法」的示範動作，配上音樂家布拉姆斯的「第一號匈牙利舞曲」，用逗趣、誇張的喜劇默片的形式，讓人開懷一樂，輕鬆片刻。

義大利奶奶的建議

義大利的網紅奶奶 Nonna Rosetta 展現長者的睿智魅力，教導大家防疫措施八大點，她說在非常時期，不得不放棄親吻臉頰和擁抱的美好傳統，建議大家就暫時改成拋媚眼吧。影片最後說「Let's help each other even from a distance. (即使我們要保持距離，讓我們還是彼此幫助啊！)」



隨著全球疫情不斷升溫，人們焦慮和不安也在增加。世界各地的政府和藝術家們發揮特色創意，用幽默有趣的方式來宣導正確防疫觀念和正面積極態度，希望可以注入一點歡笑到瀰漫的緊張和恐慌中。以下的幾個精選可在 Youtube 上搜索觀看。

越南明星「洗手歌」

越南衛生部製作音樂短片，教人保持衛生和正確洗手的步驟。歌詞中提到要「一起細心洗手、別用手碰觸眼鼻口、避免前往人潮眾多的地方、鍛鍊身體、居家清潔，共同打擊冠狀病毒」等。流行舞者 Quang Dang 為此創作了一段「洗手舞」，在網上激起了「洗手舞挑戰 (GhenCovychallenge)」，風靡全球，連聯合國兒童基金會 (UNICEF) 也在臉書上分享，宣導洗手的重要性。



法國歌舞浪漫宣導

法國社會健保局 (Assurance Maladie) 去年12月為呼籲民眾做好預防冬季流感高峰，由電影導演 Neels Castillon 拍攝了短片「Gestes Barrières (防護的動作)」，其歌舞風情為現在的防疫緊張氣氛增添一點浪漫氣息。片中有趣而吸引人的舞蹈，加入阻擋病毒傳播的動作手勢，配上亮麗的紅色造型和輕快溫暖的畫面，讓人情不自禁

抵抗新冠病毒的最好治療方法是上帝所賜予的身體自身的免疫力，免疫力強才可勝過病毒。怎樣才能提高免疫力？其中不可缺少的就是「喜樂的心」，因為生命的創造主告訴我們：「喜樂的心，乃是良藥；憂傷的靈，使骨枯乾。」（《箴言》十七章22節）在這個人心戰兢的時期，盼望您能認識復活的耶穌基督，接受祂到心裡成為您的救主，就必能得著一顆不因環境改變的喜樂的心，即使碰上病毒，也不懼怕，因為耶穌基督勝過了死亡。