

[返回號角主網頁](#)

- | | | | | | |
|----|---|----|---------------------------------|----|----------------------------------|
| 1 | 專題
主題： 你我齊來關心
長者安老服務 | 14 | 生命線
以利亞預言旱災 | 27 | 教會消息 |
| 2 | 專題
守護我們的長者 | 15 | 智慧之窗
成為他人的祝福 | 28 | 健康寶庫
預防精神健康出狀況 |
| 3 | 專題
住在安老院的老人 | 16 | 昆士蘭專頁
最美人生路 | 29 | 健康寶庫
說「笑」 |
| 4 | 專題
雁難歸 | 17 | 昆士蘭專頁
親子時光 | 30 | 美味人生
蜜汁燒雞翼 |
| 5 | 專題
挪走孤獨與恐懼 | 18 | 昆士蘭專頁
遇上詐騙電話 | 31 | 生活資訊
社區短訊 |
| 6 | 專題
何去何從 | 19 | 墨爾本專頁
滿載希望 | 32 | 愛心匯點
兒童村裡脫胎換骨 大學畢業心存感恩 |
| 7 | 專題
當我老了 | 20 | 墨爾本專頁
華人健康促進會 服務社區廿六年 | 33 | 雲彩集
一生讚美唱不停 |
| 8 | 社區迴響
美女與獸 | 21 | 雲彩集
從囚犯到牧師 | | |
| 9 | 社區迴響
並未錯愛 | 22 | 藍山集
慎防火災 | | |
| 10 | 天倫樂
家庭時間 | 23 | 藍山集
規則 | | |
| 11 | 天倫樂
孩子與異族通婚 | 24 | 談文說藝
《風格》——寫作的藝術 | | |
| 12 | 廣告專頁 | 25 | 談文說藝
留意細節 | | |
| 13 | 生命線
喜樂何處尋 | 26 | 談文說藝
生命中的輕與重 | | |

基督教角聲佈道團 Chinese Christian Herald Crusades

郵寄地址：PO Box 6484, North Ryde NSW 2113 手機：0416 626 484 電郵：hmau@cchc.org

總會地址：156-03 Horace Harding Expressway, Flushing, NY 11367, USA

電話：1-718 359 2030 傳真：1-718 359 2502 電郵：herald@cchc.org

出版：基督教角聲佈道團有限公司

本月金句：「上帝啊，我到年老髮白的時候，求你不要離棄我！」

—《聖經》—



隨著社會福利、醫療條件、安老服務的不斷改善和提昇，截至 2020 年，澳洲人的平均壽命已達到 83.5 歲。因此，長者服務 (Aged Care)，已成為從聯邦至社區，最受人們關注的焦點之一。

每個人都會變老，讓每個老人得到應有的社會支援，不僅是各級政府，也是社區、團體、教會，以及每個家庭（尤其作兒女者）當負的責任。

本期專題報導了 COVID-19 新冠病毒疫情對本地安老服務造成的衝擊與影響，旨在讓公眾一起來關心我們的長者。他們的生活如何？他們有什麼困難？我們當怎樣行，才能將上帝的慈愛、憐憫與恩惠，帶給這個亟需幫助的群體？

同時，我們在此也鼓勵每一位尊敬的長者，在上帝所賜的日子，靠主得力，安享晚年。

—柳岸—

守護我們的長者

黃健輝牧師

新冠病毒在全球爆發，70歲以上的感染者死亡率最高。澳洲的第二波疫情，維州老人院成為重災區。

改進安老運營管理

由於長者及照顧者在院舍內緊密生活，一旦有人受感染，散播機會極高。由此反映出老人院行業的內在問題，需要加以改進。例如管理不善，沒有做好預防及營運監管，護理員在多家老人院工作，造成病毒在院舍之間傳播等等。老人院管理方在照顧院友身體健康之外，也要兼顧他們的心理健康。

加強家中養老服務

政府要加強「家中養老」服務，增加訓練個人護理員，推動長者使用社交視像軟件，鼓勵長者學習使用，建立彼此溝通的平台。

關懷幫助長者會友

教會雖然沒有實體的聚會，但很多教會仍有網上崇拜，會前會後也有小組關懷，牧者要特別與長者會友保持聯繫，給予關懷及幫助。主內肢體應鼓勵及協助長者會友使用電話視像等，與親友及肢體保持溝通，幫忙解決生活上的不便。

鼓勵長者自我保護

長者方面，也要加強自我保護：

1、注意衛生：新冠病毒的感染主要是透過空氣傳播，個人衛生至為重要，出外務必戴口罩，儘量避免外出公眾場所飲食。

2、適當運動：疫情期間，雖然不能外出，但仍要保持適當的運動，例如到附近公園散步，在家居後園修整花草樹木，怡情悅性。

3、善用科技：學懂如何使用社交視像軟件，透過視像或錄影與親友溝通，彼此關懷問候，保持聯繫，以慰思念之心。

4、保持社交：維持適當社交，如婚喪喜慶，雖然有些限制，但對當事人會感到十分慰藉。

5、為人代求：為一些患病或有困難的親友代禱，並予以關懷慰問。

6、無需憂慮：接受《聖經》教導，「應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求，和感謝，將你們所要的告訴神。神所賜出人意外的平安，必在基督耶穌裡，保守你們的心懷意念。」（《腓立比書》四章4-7節）

7、無須恐懼死亡：疫情期間，無須恐慌，無論生死，都是好的。基督徒擁有永恆生命，死亡對信徒毫無威脅，耶穌說：「復活在我，生命也在我，信我的人，雖然死了，也必復活。」（《約翰福音》十一章25節）

關於生與死問題，使徒保羅說：「我正在兩難之間，情願離世與基督同在，因為這是好得無比的。」（《腓立比書》一章23節）為何保羅會在生與死兩難之間掙扎呢？因為他若繼續活著，表示他可以帶領更多人歸主，為主結更多福音的果子，但他也知道若是死了，就能享有與基督同住的喜樂。換言之，離開身體就是回天家與主相聚。

人若相信耶穌藉著死拯救我們，並相信祂的復活大能，將會與祂永遠同在。「**因我活著就是基督，我死了就有益處。**」（《腓立比書》一章21節）我們在世上經歷的痛苦和眼淚，到了天堂將轉為喜樂，所以無論我們活著或死去都是贏家。☺

住在安老院的老人

採訪／凱燕 撰文／愛莎

自從今年五月起，墨爾本頓然成為新型冠狀病毒的重災區，有兩萬人以上確診感染，超過八百名患者死亡，而大部份死者是長者，引發公眾對安老院衛生問題的關注。大家更加留意長者們的生活質素，尤其是住在安老院和退休村的長者們。

天恩安老院的總經理鄧肇濤醫生指出，在平常日子，進出安老院的探訪人士都要在入口登記及用消毒藥水洗手。在三月初新冠病毒開始蠢蠢欲動時，他們已開始密切留意相關訊息，確保院友安心，提醒各人注意個人衛生。

維持高度警覺

鄧醫生繼續說，這次病毒在墨爾本肆虐，其中一個重要原因，是有些醫療及護理人員，在一天內到不同院舍做醫療及護理服務，在不自知中成為攜帶及散播病毒者。天恩安老院維持高度警覺，防止交叉感染，醫療及護理人員不再安排一天走訪多間院舍。其次，除了進出安老院的探訪人士要在入口登記及用消毒藥水洗手外，一定要戴上口罩。4月份開始已實施暫不開放政策，除非預約安排，否則不接受隨意探訪，探訪時間亦不能超過一小時。院友如無必要，一律被勸喻不要隨便外出。若有院友出外必須戴上口罩，回來要洗手，隨即立刻返回房間洗浴更衣，防止病毒從外面傳入院舍。最後一點，亦是最重要的一點，是院舍有專業的職員幫助各院友共度疫情。



鄧醫生滿懷感恩，天父上帝眷顧他們，院友們在疫情下的日子，仍然保持一貫在院舍內活動：早午晚餐、早點、下午茶、夜宵，一無所缺，職員們也特別留意各院友的情緒及交誼狀況，確保各院友身心靈健康。

我們用電話訪問了幾位住在 Inana 退休村的長者，了解他們在疫情中的情況、感受及祈望。以下為訪問記錄。

多了空閒時間

玉韶：感恩院舍有提供膳食，每兩個星期才需要出外購物一次，每日自覺做運動。雖然親人不能見面，但用電話傾談多了，生活還算過得去。希望疫情快快過去，可以回復以前的生活節奏：星期日去教會，參加敬拜操運動，一班朋友常常一起飲茶吃飯。那時每天的生活好充實。現在疫情下多了空閒時間，發悶的時候，就讀《聖經》、禱告，靜待疫情過去。

早晚步行運動

小玲：住在 Inala 退休長者村內，本來生活也算是平靜而安定，雖然是獨居老人，不過院友之間時常有往來，互相照顧。每座樓中的院友與鄰舍也時常舉辦一些聯歡茶聚，無分種族和男女，大家都好開心。可惜一場疫症，帶走了院內老人的歡樂時光。政府實施了嚴格的禁制令，由於老人是高危一族，院方為保障我們的安全，要求每位院友都要嚴格遵守。

以前我們有幾位特別談得來的院友，晚飯後都會圍坐在大堂，閒談說笑一番才各自回房休息。現在院方出了告示，不能再聚集在一起。院方也時常發出通告，提醒我們注意衛生，一踏出自己的房門就要戴上口罩，不論只是到十步八步距離的洗衣房，還是出外棄置垃圾。起初我覺得很不方便和困擾，但後來想到其實也有感恩之處，正因為禁制令不能出外見朋友，令我有機會參加網上查經的平台，安靜心情追求《聖經》的教導，覺得人生沒有那麼枯燥無聊。

疫情已持續了大半年，我由不習慣到逐漸適應。現在感覺自己的生活更有規律。我以前不會自動自覺做運動，每日都很忙碌，約這個朋友那個朋友，今天參加這個老人會，明天去那個老人會。現在哪裡也不能去，反而習慣了每日早晚步行和運動，在沉悶和枯燥中調整自己的生活。現在只祈望疫情快些完結，我們可以重回以前那種自由行走、隨意訪友的生活，不用再戴那討厭的口罩。

儘量留在院舍

翠娥：入住退休長者村已有兩年了，同村友都已稔熟。有一大班院友在一起，很熱鬧，不覺得寂寞。疫情開始後，情況就不同了，親友不能隨便入院舍探訪，院舍向院友發出勸喻，沒有必要外出的，儘量留在院舍；出房門都要戴上口罩，做運動也要儘量在院舍範圍。這是無奈的，但卻是保護自己也愛護別人的做法。

總而言之，每個人都祈望疫情很快結束，回復正常生活。可喜的是，筆者所認識的安老院和退休長者村，都各自提早作出管制，保護院友安全。☺

雁難歸

邁克爾

「雁南飛 / 雁南飛 / 雁叫聲聲心欲碎 / 不等今日去 / 已盼春來歸」借用這首中國流行曲的歌詞，來形容王遠忠弟兄的心情，可謂是再貼切不過了。

王弟兄的父親患病已有多年時間，一直在治療。他太太雪莉，好不容易才湊到時間，今年1月2日帶同三名兒女，飛回中國的家鄉，先去看望王弟兄的父母（粵語稱家公家婆），然後再回家探望自己年邁的爹娘。原本計劃好了，在女兒開學前就回來。

被困家鄉

緊接著，武漢就爆出病毒大流行的消息；接下來的事情，大家都從每日觸目驚心的新聞知道了。雪莉和孩子們因此被困在父母家中，本來是給老人家帶去歡喜和安慰，沒想到，這下子反倒成了讓老人家擔心的負擔。

由於直飛澳洲的航班都已取消，王弟兄被迫改了四次機票；想盡一切辦法，曾試圖輾轉新加坡和泰國回來，沒有成功；後又聽說國內有一航班飛澳洲，可是人家只允許攜帶兩名兒童，雪莉帶著三個孩子，這計劃又落了空。

雪莉的家公、家婆都是基督徒，儘管為了媳婦和孫子回國的事，不停地關心和過問；不過，他們仍然首先遵照《聖經》教導，「應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求和感謝，將你們所要的告訴神。」（《腓立比書》四章6節）每天都為她們禱告，求神賜給她們平安和回國的途徑。



雪莉和三個孩子雖受困中國，仍有平安喜樂。

尋找幫助

隔著半個地球，王弟兄在這邊也是非常努力地尋找幫助，他發郵件也打電話給政府和當地議員，不斷地反映妻兒在國內的尷尬狀況，擔心女兒已經停課了將近整個學年。當然，在漫長的等待，與多方交涉無果的情況下，王弟兄也免不了有焦慮，有煩躁，也有孤獨和寂寞的時候。所幸，他相信並依靠上帝，靠著神的話語，堅強地應對面前的困難。

王弟兄最大感慨是，神在這次事件中，讓大家都圍繞在他身旁，無論是教會，他參加的聖樂團，以及所有他有分服事的福音社團，幾乎每位弟兄姊妹都來為他禱告。不少弟兄姊妹還非常關心地收集各種政府新聞，建議他可以這樣申請，可以那樣訴求，協助他及時了解動態，有的放矢地向政府尋求幫助。

王弟兄感恩每一位為他家人禱告的弟兄姊妹，更感恩上帝在這件事情上，呈現祂的美意和眷顧。如今，兩個女兒在國內學習拉小提琴，無心插柳卻多學了一門技藝。最神奇的是，王弟兄原本想打電話給屬於執政黨的議員尋求幫助，神卻讓他錯撥到反對黨議員那兒。神使用這位議員為王弟兄施行了熱情和有果效的幫助。現在，澳洲外交部和駐華大使館，已將雪莉及其子女列入救援名單，她們只需等待大使館通知，一旦安排好飛機，就可以接她們回來。

同城故事

其實，在這場疫情災害中，像王弟兄這樣親人受阻隔的現象有很多。與王弟兄住在同一城市有位80歲老弟兄，更是悲傷和無奈。他母親百歲高齡，於今年8月份安息，這位老者亦因為疫情受阻，無法回國奔喪，只得有淚往肚裡流，令人無限感慨和唏噓！

大雁南飛，本是上帝創造自然界的一項奇觀。隨著季節轉變，大雁懂得南北穿梭，自然回歸。這樣美好的現象，比喻著人類回家團聚，探望家鄉親人的親情，也象徵著人類有理想和遠大志向的智慧。

如今疫情雖有阻隔，卻無法抵擋上帝的大愛和大能力。抬頭看哪，當風再起時，大雁還會照常向目的地飛去，也會按照神的時間，平平安安地飛回來。🕊️

挪走孤獨與恐懼

紅姑

全球新冠肺炎死亡比例最高是老人院院友及高齡長者，澳洲政府為防止病毒進入老人院，保護院內長者，嚴禁親友探訪，這使住在老人院的老人更感孤獨。政府又強烈建議 70 歲以上在家養老的長者，在家中自我隔離。這些封閉措施，使得許多老人對生活感到困難。尤其是慢性病人，擔心能否及時就醫，又怕被感染。禁聚令使親友無法到訪，他們又不懂使用社交視像軟件，以致社交生活受到限制，產生孤獨不安及低落情緒。

據心理輔導專家分析，銀髮族的心理掙扎可能比生理掙扎更大，對很多老人來說，沒有與人分享的機會，是生命中最大的痛，心底的



孤寂成為最大的致命傷。一項有關社會孤立和孤獨影響健康的研究報告，發現孤獨者早死風險高出 50%。調查發現，約 15% 的老人與朋友家人或鄰居的見面頻率，一週不到一次，有 10% 整月都不與任何親友碰面，40% 以電視為主要陪伴者。

澳洲廣播公司曾向五萬人調查，孤獨比不良飲食、肥胖、酗酒，和缺乏運動增加死亡風險更大，孤獨者罹患中風或心臟病的風險高約 30%，缺乏朋友與導致中風和心臟病的凝血蛋白濃度增加有關。

筆者曾多次到老人院探訪，發覺院友可分為兩類人，一類是心境開朗，表現快樂的樣子，對別人的問候回報友善的態度，喜歡關心別人；一類是目光呆滯，對別人的問候不感興趣，心中好像很多積怨，活得不開心，自我封閉，變成孤獨老人。

那些表現快樂的老人，顯然能接受自己在肉體老化過程中所帶來的局限及身體退化，但心靈卻邁向自由得釋放，他們甚至關心別人，擴大社交圈子，活得充實，有些甚至擴闊心靈空間，找到基督信仰，生活更豐盛，因為《聖經》給他們啟示：「求你指教我們怎樣數算自己的日子，好叫我們得著智慧的心。」(《詩篇》九十篇 12 節) 如果我們能夠在餘生中的每一天，都以神的智慧為依據，知道如何為生活中的大小事情作出最好的決定，便是得勝的人生，孤獨不會進入你的生活中。

當孤獨與恐懼感揮之不去時，有一首詩歌《天父必看顧你》將開解你的心結：「任遭何事不要驚怕，天父必看顧你，必將你藏在恩翅下，天父必看顧你，時時看顧，處處看顧，祂必要看顧你，天父必看顧你。」🙏



何去何從

若妍

2016年人口統計數據顯示，澳洲華裔有121萬。截止到2018年底，中國出生的在澳人口有65萬。隨著人口老齡化的增長，2019年澳洲總人口的16%是65歲以上的老年人。以此比例粗略推算，中國出生的在澳老人約有10萬。澳洲的養老資源緊缺，更何況華人的養老服務或設施了。另一方面，在中國國內，近年來老人院如雨後春筍般湧現，僅上海市，在谷歌上就能搜到七八百家。

華人如何在澳洲過一個舒適的老年生活，特別是一些隨子女從中國移民來澳洲的長者，究竟是留在澳洲還是回國養老，這成了老年人和他們子女共同糾結的問題。

長者的難處

移民長者生活上的確有一些難處：

一是語言不通，出門不敢走遠，公交也要坐熟悉了，才敢獨自去一些地方；銀行、郵局、診所等等更是需要有人陪同才能順利溝通，否則就只能找有限的幾個有說中文的職員的地方。所以，其活動範圍因語言障礙就被局限在非常狹小的範圍內。

二是飲食習慣與澳洲人大不相同。中國人以米飯、麵食為主食，魚肉禽蛋蔬果為輔，烹飪注重調味，菜餚口味非常豐富。中國人還注重飲食養生，在澳洲住養老院的話，難以滿足這方面的需求。

三是社交和文化生活無法滿足。儘管與子女同住，但往往長者們自己的同輩親友仍在國內，老朋友、老同事、老鄰居、老同學，兄弟姐妹、表親堂親等等以往生命中所熟悉的、很親切的人和物都不在身邊，老人難免會備感孤獨寂寞。網絡和電視雖可彌補一點缺憾，但畢竟無法替代面對面的接觸交流。

此外，在中國一些大城市，老百姓衣食住行的便利程度也已超過澳洲。

兩難的選擇

如果回國養老，以上所列的難處都不存在，然而不得不與兒女、孫輩分離，親情實在難以割捨。於是有人想出一個權宜的解決方案，就是在自己尚能走動，有體力坐飛機的年齡，一半時間住在澳洲，一半時間回國內，試圖兩面兼顧，也算是煞費苦心了。真可謂「此事古難全」啊。

基督徒面對取捨兩難之境，該如何選擇呢？說到取捨，歸根結底與你的價值觀有關，到底什麼才是你內心深處最看重、最在乎、最放不下的東西？《聖經》教導信徒「**應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求，和感謝，將你們所要的告訴神。**」(《腓立比書》四章6節)當你不把目光專注於自我的得與失上，而是轉眼仰望你所信的主耶穌基督，定意按祂的旨意而行，在聖靈裡向祂祈求，尋求祂的心意，何去何從，相信你一定會有清晰的答案。

《聖經》教導說：「**愛是恆久忍耐，又有恩慈。**」(《哥林多前書》十三章4節上)在愛裡面，以上的難處未必不是轉變和提高的契機，學習新的語言，嘗試澳洲當地及世界各地的菜式，了解澳洲社會風土人情，結交新朋友，你的老年生活會更加豐富多彩。無論你選擇留在澳洲還是回國養老，相信主所賜的意念是平安的意念，主的安排是最好的安排。

何去何從，只要跟隨主的心意，「**凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。**」(《哥林多前書》十三章7節)日子就能過得踏實。☺



當我老了

小潔

人人都會變老，我遇見許多長者，雖然在疫情中，卻熠熠生輝，多姿多彩。

小鎮攝影師

外出旅遊路過一個小鎮，我碰到了一位攝影師，他看見我背著相機，就主動走過來和我聊天。他看起來七、八十歲的樣子，頭髮白了，很健談，和我們提起他年輕時候在悉尼的攝影工作，他說如果我上谷歌查尋，就知道他是誰。他說：人的一生活，不管你年輕時做了多少轟轟烈烈的事情，年紀老了，就自然回歸平凡，和家人一起，珍惜家人才是人生最重要的。從喧鬧的悉尼市區搬到安靜的小鎮終老，和妻子一起老去。妻子可能擔心他出門久了不知發生什麼事，談話間打電話問他現在在哪裡？感覺他是幸福的，在晚年有妻子作伴。

孤獨的鄰居

我以前的鄰居鄭老先生，80歲時妻子離開了他。他們無兒無女，鄭老先生一個人生活，自己做飯，照顧自己，某個夜晚安靜地離開了。離世時86歲。他的一生活得很有尊嚴，沒有給任何人添麻煩，他的牙齒很好，吃飯完全沒有問題。他似乎並不害怕孤獨。

住安老院

我好友的公公，90多歲了，80多歲時還常常開車去購物，有一次撞上了人行道，於是被禁止開車了。他的妻子患了失智症，完全忘記他了。他也沒能力照顧妻子，於是他們雙雙住進了老人院，住雙人房，這樣可以朝夕相對。有人做飯，照顧起居，身體不舒服時，有專人照顧，還有醫生上門看病。平時身體健康時，可以出來參加院方安排的活動，這樣可以減輕兒女們的擔心。

在家安老

澳洲老年人多，安老院少，所以想住老人院的話，要排隊等候。澳洲政府鼓勵老年人能走動時最好住在家裡。我的一位醫生朋友，妻子也是醫生，他的父親年紀大了，腎有病。先是朋友常常陪父親去醫院洗腎，他們夫妻倆在家也可以幫父親治療。這個父親的晚年是幸福的，雖然患病，但有家人無微不至的照顧，也是一種福氣。

住老人院的好與弊

朋友在老人院工作，她說她的培訓老師曾經對她說：她晚年不想入住老人院。

住進老人院的老人都有這樣那樣的病，一般是家人照顧不了才住進來，有的老人沒住多久就去世了，有的老人住了很多年。

以前華人的老人院不多，經醫院介紹，有的華人住進了西人老人院。由於華人吃不慣西餐，語言不通，有些老人覺得很不習慣。現在在悉尼多了一些華人老人院，住進來的老人飲食和語言都沒有問題。

政府對老人院的重視

自從爆發新冠肺炎之後，政府對老人院的管理越來越嚴格了，政府專門機構經常來檢查，由於政府的重視，今年的老人院流行感冒減少了，以往每年都有很多老人死於流感。

老人院以前吃飯都是在餐廳一起吃，自從疫情之後開始送餐進房單獨吃，這增加了很多工作量。

對工作人員的管理也加強了。以往工作人員可以同時在幾間老人院工作，這樣很容易造成疫情擴散。這也是初期，悉尼老人院集中爆發疫情的原因。如果工作人員僅在一家老人院工作，交叉傳染的機會就減少了。政府支付了很大一筆資金來推廣這項工作。隨著悉尼的疫情好轉，老人院也漸漸開放，健康的老人，可以會見他們的家人。老人院各樣的活動也漸漸恢復中。

福音的使者

有些老人能夠常想著別人、關心別人，不懼怕疫情，不把自己關在家裡，而是走出家門去關心弟兄姊妹，鼓勵、支持大家和疫情共存，走出困境好好生活。陳偉賢醫生已經87歲高齡了，還為福音的緣故四處奔走，為主而活。當澳洲的疫情得到控制，各方面都在漸漸恢復，他和妻子陳林爾微走出家門到教會會眾的家中探訪。他們說：只要有人邀請他們，他們就會去；即使面對在有確診個案醫院工作的醫護工作者，陳醫生夫婦為了讓他們感受到被關懷，也會特意上門慰問。他們覺得社會就是應該這樣彼此信任、關心、愛護的。

疫情使得一些人情緒低落，最近在南澳的一間教會發生了一件不幸的事，執事們都在商量如何安慰帶領會眾。他們知道了，就搭飛機前往南澳教會，去關心那裡的會眾。他們把上帝的話記在心裡：「神啊，我到年老髮白的時候，求你不要離棄我！等我將你的能力指示下代，將你的大能指示後世的人。」(《詩篇》七十一篇 18 節)

美女與獸

潘振輝

「美女與獸」，這個名詞為人熟悉，是那套將兒童故事改編，加上趣緻主角造型，又配上悅耳樂曲，搬上寬銀幕，成為豐收的卡通電影。這個強烈對比的名詞，不僅是電影名稱，更成為流行術語，描述極不對稱、不匹配的竟然走在一起。

新州州長格拉迪斯 (Gladys Berejiklian) 美貌或否，各有主見，然而在廉政公署調查會上，揭發她原來已有一位裙下之臣達里爾 (Daryl Maguire)。他倆識於微時，格拉迪斯當時仍未坐上新州王位，僅是部長一名，不過已身居內閣，論資排輩，才幹能力，顯有差距。達里爾肯定是野獸，善於游走政商夾縫，從中取利。雖然深獲選民所信所託，擔任新州議員，但其專業操守，令人咋舌，終致身敗名裂。2018 年因牽涉受賄事件而被迫辭任議員一職。縱然掉官，卻不能逃之夭夭，廉署鏗而不捨，查個水落石出，為新州公民討回公道。以格拉迪斯精明果敢，竟被這位混在政界討飯吃的奸狡惡棍，迷得腦袋糊塗，不能當機立斷，毅然抉擇。愛是盲目嗎？他一定有其可愛之處，否則何以能吸引州長面對如此劣行，仍然維持兩者關係多年，甚至預備負托終身，聽者嘖奇。

事件一經揭發報導，全國嘩然。雖然有時事評論員認為格拉迪斯的答辯不足成為藉口，因為普羅大眾對公職官員的職業及道德操守有更高要求，但似乎她的誠懇回覆有其公信力，為民接納，醜聞亦沒有引起黨內議員迫宮，趁機奪位。除了新州反對黨領袖乘人之危外，她得到不少政客護航，甚至聯邦工黨黨魁艾巴尼斯也未要求其下台。

自述私隱之事，本來難於啟齒，何況在眾目睽睽及鎂光燈下道出一切，實在佩服其勇氣。她自辯是一名單身女仕，自有單身人的需要，更不用說她身居要位，實在太多敏感秘密不能向人言，箇中壓力，亦非一般人所能明白。一首主題曲就有以下歌詞「無敵是最寂寞，最是痛苦」要承受孤單無伴，必定有對親密和聯繫的渴望。

人際交流分析治療 (Transactional analysis) 創始人波恩認為，我們的人格結構存有三種自我狀態：兒童狀態、成人狀態、父母狀態，每一個成年人內心裡都有一個小孩子的狀態，帶著兒時的思想、感覺和行為。孩童在無助、驚恐、困難、急迫時，都會期待一個比他強的人出現，為他排難、呵護、擁抱及支持；我們都需要一位強者、同行者、安慰者。

《聖經》一早已記載，「讓小孩子到我這裡來，不要禁止他們，因為在神國的正是這樣的人。」(《路加福音》十八章 16 節) 耶穌在等待我們，叫我們回到小孩子的狀態，不靠己力己智，自有上帝保守帶領。「萬軍之耶和華說：不是倚靠勢力，不是倚靠才能，乃是倚靠我的靈方能成事。」(《撒迦利亞書》四章 6 節)

如果州長有認識上帝的智慧，她就不用靠這位男伴為錨為定心丸，弄出難堪局面。深願格拉迪斯能得到耶穌基督所給的應許：「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) ☺

周杰伦 20th Anniversary Concert in Sydney
周杰伦 20th Anniversary Concert in Sydney
30 OCTOBER 2021
GIANTS STADIUM SYDNEY OLYMPIC PARK

周杰伦嘉年华巡回演唱会澳洲站战略合作伙伴
Homart
SpringLeaf
Feeling Good Naturally

Homart Group
周杰伦嘉年华巡回演唱会澳洲站战略合作伙伴

並未錯愛

杜偉雄

公眾人物私生活被公開報導，必定有它的新聞價值。最近澳洲新南威爾斯州州長格拉迪斯 (Gladys Berejiklian) 的戀情被曝光了，引起熾熱輿論。她指在新州疫程中謹慎、果斷、控檢到位出色，但卻在她的愛情上猶豫不決，處理有欠妥當。

霧水情緣

格拉迪斯與達里爾 (Daryl Maguire) 的一段地下情，因著她這位政客男友的貪污醜聞而被披露。廉政公署 (ICAC) 雖然沒有在調查中找到他倆有任何利益勾當，但外界對這位女州長卻仍然窮追猛打，指責她行政失誤，未有主動向政府申報與這「前任」的關係。

達里爾在接受調查時，承認他與格拉迪斯的數年感情最近已劃上句號。使人深究的是什麼樣的男女關係需要分割了斷呢？是兩者之間存在矛盾嗎？或是無奈割席劃清界線呢？格拉迪斯在另一場合中的回應更是有趣：她說她愛這男人，但他不是她的男友 (Boyfriend)。她還補充說，「不少人的愛情是沒有任何正式名分」。然而，她卻明說他們的親蜜程度還比「好朋友」(Good Friend) 來得深厚真摯，也許二人的說法為輿論提供了更大的空間。男的公然了結，女的卻話中有話，好像想去表明，但又不完全承認這段感情。這是事實還是政治腔調呢？但無論怎樣，這就好像一宗「霧水情緣」，使人覺得有點看不清，也猜不透，瞬間就人間蒸發了。

真是遺憾

如此看來，政客應如何看待私人生活呢？現任及上任澳洲總理力挺這位女同僚，認為她對達里爾的愛是「錯愛」。他們為格拉迪斯抱不平：以她的人品才幹，因這戀情被捲入政治風波，確實不幸，畢竟她也是人 (She's human)。這是政治同情分，但未必能說服公眾的理性，政客要以公眾利益為首。在抗疫上報捷立功的州長，在私生活上也不能有任何差池。可是，任何公僕的行政或操守失誤，必須有明確證據才可定罪。若格拉迪斯知情不報，早就過不了廉署的調查了。難道這真是遺憾，英明一世，錯愛一時，為著一個不值得愛的人付上了代價。

永恆真愛

問世間情為何物？愛情也許不是理性可斗量的，是一種主觀的內心傾倒，願意去愛哪怕不值一愛的人。也許這就是旁觀者所指的錯愛。可惜人這樣的愛就是經不起考驗，壓力下只有曲終人散。然而，天地間卻有永恆真愛。《聖經》是這樣說的，「唯有基督在我們還作罪人的時候為我們而死，上帝的愛就此向我們顯明了。」（《羅馬書》五章 8 節）不過，耶穌為罪人死並不是錯愛！上帝愛人，不是因為人可愛，而是因為上帝本身就是愛，耶穌在十架的犧牲說明了這一切。祂的寶血赦免了人的罪，也同時滿足了上帝對罪的刑罰，使信祂的人不被定罪，反得永生。

今天，上帝那份真愛可能沒什麼新聞價值，但它卻改變了數以億計的生命，那普世教會的存在就是鐵證了。☺

“求你指教我們怎樣數算自己的日子，好叫我們得著智慧的心。” 詩篇 90:12

Access Legal Solicitors
Chatswood, Hurstville

司徒紹威國際公証律師 0404-463-696 jeremy@accesslegal.net.au
周傑輝國際公証律師 0408-261-808 keith@accesslegal.net.au

回到目錄

家庭時間

綿綿

一天過去，到了傍晚通常是很勞累了。然而，我們的家庭時間才剛剛開始。

這是我家非常寶貴的時間。

這個時間我們通常是圍坐在一起聊聊天，討論時事，或者分享身邊的事、自己的事，吃一點茶點，然後讀經、禱告、擁抱、晚安。

昨晚女兒提議我們一起玩 Board Game (桌遊)，她找了一個沒有玩過的新遊戲 Taboo，是一種猜字遊戲。遊戲以《聖經》為主題，所有詞都與《聖經》中的人物、故事有關。女兒與爸爸的這組先。女兒需要抽出一張紙牌，並用語言描述出紙牌上的詞，讓爸爸猜。紙牌下面有幾個詞是描述時不可使用的，加強了猜詞的難度。不過他們配合默契，爸爸很快猜出來了。接著是我說兒子猜，我中文夾雜著英文，搞得兒子一頭霧水。眼看著沙漏裡的沙子就要流完了，只聽「BB」一聲，時間到！兒子沒猜出來。對方初戰告捷。

不過，很快我們又扳回一局。我發現，孩子們會用《聖經》故事來講一個詞，而一個詞又使他們聯想到其他經文，給大家帶來一些思考。幾輪下來，最終我們雙方打了平手，大家都很开心。

我和先生有一個默契，就是工作再忙，和孩子們的家庭時間不能省，而且不能應付差事。有時事情實在多，就等孩子們睡了，再加班工作。

孩子們終有一天要離開這個家，終有一天要建造自己的家，成為父親母親。他們要成為一個怎樣的人，成為一個怎樣的父母呢？透過家



庭時間，我們將建立更加親密的親子關係。透過聊天和遊戲，自然而然地把正確的價值觀帶給他們。

「教養孩童，使他走當行的道，就是到老他也不偏離。」(《箴言》廿二章 6 節) 我們無法透過單純的說教，讓孩子成為善良有責任感的人。生命的建造，必須從關係開始。在人的一生中，家庭關係是一切關係的起始。家庭關係的根基，則必須建立在與神關係的基礎上，才能夠穩固。

很高興能夠透過遊戲，不僅使家庭時間更加有趣，也能從中學習上帝的話語，明白上帝的心意，使我們的家庭關係更加緊密。🕊️






凡事都有定期
天下萬務都有定時
生有時，死有時
栽種有時
拔出所栽種的也有時
傳道書 3:1-2

向珍愛的生命致敬。給有需要家屬的殯儀服務指南
讓我們在有限的時日當中一起《餘暉中的覓尋》

歡迎致電 電話: 1300 688 228 手機: 0414 688 228
Selina Leung 梁太 | 專業喪禮策劃顧問

e: info@galaxyfunerals.com.au
悉尼北區: Unit 6/35-39 Higginbotham Road, Gladesville, NSW 2111
悉尼南區: Shop 5, 313 Forest Rd, Hurstville, NSW 2220 (corner of Bridge St)

孩子與異族通婚

李道宏

孩子結交異性朋友，難免有擔憂，是接納？是阻止？最重要的是.....

一堂「如何與青少年溝通」講座，我剛講完，一位男士便提出問題：「如何阻止兒子與白人女孩交往？」

我耐心地等待台下的七嘴八舌安靜之後才問：「你兒子多大？」

他大聲回應：「大學二年級。」我看得出他是受過高等教育的人，他身旁的女士也一本正經地等待我的回答。

我想起講座前半段的講員提到兩個兒媳婦都是白人，便隨機應變將麥克風遞給她，調皮地問：「您當初沒有反對吧？」

她帶著一絲靦腆站起來回應：「我兒子在這裡長大。我們沒有強調他們一定要交黑頭髮的女友，也沒有強求孩子要學中文，雖然他們很喜愛中國食物，對西方食物也一樣喜愛。當老大帶位金髮女孩回來過感恩節時，我們也沒有反對。」

她特別強調：「兒子是黃皮膚的洋人，他們的思維中不一定要娶華人。他們都住得很遠，每年感恩節才聚一次.....」

共同價值觀為首要

一位女士問我：「你對孩子結交異性朋友的標準是什麼？聽說你的媳婦不是華人？」

我回答：「我和妻子再三強調首要是有共同信仰，都願意將《聖經》的教導作生活的準則。這樣，兩個人至少有類似的價值觀。」

「我們也提醒，若對方的家庭都健康完整，那會是很美的事。能以中文自然溝通當然是最好的，如果也是吃米飯的，就沒有太多隔閡。」

我笑著加上一句：「當然，如果吃湯麵或壽司的話，也是可以接受的。」

我正式地說：「我們告訴孩子這不是種族歧視，也不是輕看其他文化，而是如果大家的生活型態都差不多，會減少很多不必要的猜忌或適應。」

台下有人追問：「請問結果如何呢？你家有異族媳婦、女婿嗎？」

我笑著回覆台下的追問：「到現在為止，我們至少可以和親家們很暢快地一起吃頓飯。更重要也最寶貴的是，每次用餐前我們都可以一起謝飯禱告，雙方家長都是很認真的基督徒。去年感恩節，我們一起聚餐，除了火雞之外，還有壽司！另一個親家是用叉子的。」

接納和尊重孩子的選擇

我對那位一開始提出問題的男士說：「父母有責任在孩子結交異性朋友的年紀前，就應該溝通清楚如何選擇配偶，到了雙方都付出感情時就太晚了。若是孩子已經陷入戀愛，再阻止他們或反對他們的選擇，很可能導致親子關係惡化，我認為這不是明智的處理方法。或許你可以心平氣和地將自己的意見告訴孩子，接著就是禱告孩子們能聽進去我們的建議。」

台下有人問：「我的姐姐非常反對她兒子結交一位菲律賓女孩，現在他已經準備要結婚了，怎麼辦？」

我回答：「若孩子選擇『違背』，即是沒商量餘地，那麼再繼續堅持反對，就會造成心中的疙瘩，影響將來的關係。因此，家長應該在孩子小時就告訴他們交友的原則，不要等到孩子已經談戀愛、要結婚時才提出反對意見，這通常是晚了。除非你不想與婚後的晚輩繼續往來。我們作家長的實在要有智慧，知道不能改變孩子做的決定，就要接納、尊重他們的選擇。保持關係！千萬不能說『你要是跟某某人結婚，我就跟你斷絕關係！』」

這樣把孩子推出門，是最不明智的做法。家長應該幫助孩子知道終生伴侶是人生最重要的抉擇。孩子一定需要知道為什麼父母會對他們交友、戀愛及婚姻有諸多期望和標準，免得他們誤以為父母的要求不合理、沒意義。」

最後我祝福各位家長：「感恩節常常是子女帶正式男女朋友回家見家長的日子，盼望各位可以與孩子和孩子的朋友，一同度過一個充滿感恩的感恩節。」



回到目錄



永生殯儀

M. Y. FUNERALS



0427 260 264

* 以國、粵、英語為各區華人提供喪葬服務

感謝信

今天的告別禮很完美, 非常感謝你的
細心和專業的職業素養。
再一次深深的感謝你。

李豐成 28.9.2019

郭銘恩傳道
Frank Kwok

喪葬服務

Funeral Service with Personal Touch
Email: rlife290152@gmail.com
website: www.mingyanfunerals.com.au
Address: 118 Durham Street Hurstville NSW 2220
10 Jane Street Blacktown NSW 2148

C5



平安樂園

華人基督徒記念公園

現代化禮堂



美麗公園區



- 1, 位於Varroville 的世界級墓園2022年落成；
- 2, 以本區居民的理念去設計, 保留自然崗陵美景。
- 3, 平安樂園華人基督徒記念公園, 位於一個有水塘的山崗上, 風景秀麗。
- 4, 園內有35公頃公園用地, 設有步行小徑, 雕刻人行道, 水景設施和小餐廳。
- 5, 寧靜的花園環境給你提供平安吉祥感覺。

如欲安排前往參觀, 請電
02-4648 4976 莫連拿先生 (英語),
或郭銘恩牧師 0427-260264
(粵語, 國語).

現在以推廣價促售

喜樂何處尋

李焯信

人人都期望有一個喜樂的人生，可惜現今世界變得越來越失控：疫情持續、經濟衰頹、政局洶湧、天災人禍，有如狂風暴雨般侵襲，使這期望化為泡影！

然而，我們讀舊約時會發現，大衛一生中雖然經歷了無數次被敵人追殺的危難，但祂的心靈依然充滿了喜樂。他說：「我將耶和華常擺在我面前，因祂在我的右邊，我便不致搖動。因此，我的心歡喜，我的靈快樂；我的肉身也要安然居住。」（《詩篇》十六篇8-9節）

我們看到保羅也是滿有喜樂的。他曾對他熱愛的教會說：「你們要靠主常常喜樂。我再說，你們要喜樂。」（《腓立比書》四章4節）在10節他又說：「我靠主大大地喜樂。」當時腓立比教會正面對羅馬帝國的逼迫和異端的入侵，而保羅自己則被囚禁在羅馬的監獄，聽候審訊。



神沒有應許信他的人一生無憂無慮，但信靠祂的人，在任何困境中，依然擁有喜樂，因為信耶穌有永生！神的靈與他們同在，保守、帶領，給他們隨時的幫助！

有從神而來的喜樂，信徒們就有源源不絕的動力，為主作美好的見證，傳揚福音，作鹽作光，並能在這失控的世代站立得穩，甚至得勝有餘。

回顧30多年來的教會生活，我發現喜樂有如一道清泉，湧流不息。弟兄姊妹在上主的愛中坦誠相交、和睦共處、彼此扶持、彼此守望的情景，記憶猶新。令我感到歡喜快樂的，還有外展的事工，就是在好事圍 (Hurstville)，為香港來的新移民，教授日用英語（每星期一次），藉此傳揚福音。過了四年，我才將這職責交到一位姊妹的手中。近年來，我在卓士活 (Chatswood) 帶領小組研讀《聖經》；弟兄姊妹踴躍的參與，帶來不能言喻的喜悅和滿足。

從吃喝玩樂而來的喜樂是短暫的，就如過眼雲煙，很快便消失。唯有傳揚福音、使人得生命的喜樂，才能存到永遠。親愛的朋友，信耶穌，喜樂的人生就在你的眼前。☺

誠聘

萬家發華人基督徒陵園 (Macarthur Chinese Christian Memorial Park) 位於 Campbelltown 區風景美麗的 Varroville.

本園為讓悉尼市基督耶穌信徒得到此項服務，現誠聘業務推廣員。該職位是部份時間的，沒有固定薪酬，只有佣金回報。應聘人必需有汽車，是本地居民，和基本英語能力。

請把簡歷(英語)寄往: moises@mmpark.com.au

圖畫聖經故事

以利亞預言旱災

文／《列王紀上》十七章 圖／陳錦玲



基列寄居的提斯比人以利亞對亞哈說：「我指著所事奉永生耶和華——以色列的神起誓，這幾年我若不禱告，必不降露，不下雨。」耶和華的話臨到以利亞說：「你離開這裡往東去，藏在約旦河東邊的基立溪旁。你要喝那溪裡的水，我已吩咐烏鴉在那裡供養你。」於是以利亞照著耶和華的話，去住在約旦河東的基立溪旁。烏鴉早晚給他叼餅和肉來，他也喝那溪裡的水。

過了些日子，溪水就乾了，因為雨沒有下在地上。耶和華的話臨到他說：「你起身往西頓的撒勒法去，住在那裡；我已吩咐那裡的一個寡婦供養你。」以利亞就起身往撒勒法去。到了城門，見有一個寡婦在那裡撿柴，以利亞呼叫她說：「求你用器皿取點水來給我喝。」她去取水的時候，以利亞又呼叫她說：「也求你拿點餅來給我！」她說：「我指著永生耶和華——你的神起誓，我沒有餅，罐內只有一把麵，瓶裡只有一點油；我現在找兩根柴，回家要為我和我兒子做餅；我們吃了，死就死吧！」

以利亞對她說：「不要懼怕！可以照你所說的去做吧！只要先為我做一個小餅拿來給我，然後為你和你兒子做餅。因為耶和華——以色列的神如此說：罐內的麵必不減少，瓶裡的油必不缺短，直到耶和華使雨降在地上的日子。」婦人就照以利亞的話去行。她和她家中的人，並以利亞，吃了許多日子。罐內的麵果不減少，瓶裡的油也不缺短，正如耶和華藉以利亞所說的話。

這事以後，作那家主母的婦人，她兒子病了；病得甚重，以致身無氣息。婦人對以利亞說：「神人哪，我與你何干？你竟到我這裡來，使神想念我的罪，以致我的兒子死呢？」以利亞對她說：「把你兒子交給我。」以利亞就從婦人懷中將孩子接過來，抱到他所住的樓中，放在自己的床上，就求告耶和華說：「耶和華——我的神啊，我寄居在這寡婦的家裡，你就降禍與她，使她的兒子死了嗎？」以利亞三次伏在孩子的身上，求告耶和華說：「耶和華——我的神啊，求你使這孩子的靈魂仍入他的身體！」耶和華應允以利亞的話，孩子的靈魂仍入他的身體，他就活了。以利亞將孩子從樓上抱下來，進屋子交給他母親，說：「看哪，你的兒子活了！」婦人對以利亞說：「現在我知道你是神人，耶和華藉你口所說的話是真的。」

您願意相信基督嗎？

若願意，請做以下禱告：

天父上帝，我感謝你！因為你愛我，甚至將你的獨生子耶穌基督賜給我，為我的罪流血捨身，使我罪得赦免。現在我願意悔改，願意信靠復活和永活的耶穌基督，作我個人的救主和生命的主宰，願意一生跟從你，求你賜福給我和我的家人。奉主耶穌基督的名禱告，阿們！

親愛的讀者：如果你作了以上禱告，希望你填寫「**決志表**」，並與我們聯絡。

決志表：

先生 女士

姓名：(Chinese) _____

(English) _____ (IN BLOCK LETTERS)

年齡：25歲以下 25-34歲 35-55歲 55歲以上

地址：_____ 郵編：_____

電話：_____ 手提電話：_____

電郵：_____

我尚未相信，盼望能進一步認識耶穌。

我願意相信耶穌。(第一次決志)

請為我介紹教會(語言 _____)

請為我代禱

我們還有什麼可以幫助您：_____

本表請寄：PO Box 6484, North Ryde NSW 2113, Australia。
CCHC (Australia) 收。或email至：h mau@cchc.org

回到目錄

成為他人的祝福

江河

多年前，香港法庭審理一宗爭產糾紛。事主本是親愛的兄弟，一起同心合力，把父親創立的酒樓生意，打理得旺盛興隆。引來城中無數的高官顯貴、鉅商名流、影視紅星，時常在此交際酬酢、把盞言歡，或者擺設婚嫁喜宴、生辰慶典等等。數十年下來，家族累積的財富，連同手頭物業，少說也有數以億計。這樣的富庶之家，於平民百姓眼中，自是十分可羨慕的。只是後來兄弟意見不一，又有利益的爭執，竟至於鬧上法庭，就打起官司來。

這等爭產官司，姑勿論誰輸誰贏，一家人親情既沒，錢財得失，已無關緊要。日光之下，類似的糾葛，重重複複，一宗過去，一宗又來。顯見人生在世，總有些事，始終不能看透。

想起古時的亞伯拉罕，《聖經》記載他牲畜極多，與他同行的侄兒羅得，也有牛群、羊群。當亞伯拉罕的牧人和羅得的牧人相爭，亞伯拉罕就對羅得說：「**你我不可相爭，你的牧人和我的牧人也不可相爭，因為我們是骨肉。**」（《創世記》十三章 8 節）

「骨肉不可相爭」這句話，體現了亞伯拉罕的廣闊胸襟和高遠識見。可惜人類從古至今，能有如此胸襟和識見者，猶如鳳毛麟角。

為免骨肉相爭，亞伯拉罕叫羅得離開他。「**遍地不都在你眼前嗎？**」亞伯拉罕先讓羅得挑選：「**你向左，我就向右；你向右，我就向左。**」（十三章 9 節）羅得舉目看見約旦河的全平原，是肥沃之地，就要了這平原。從此「他們就彼此分離了」。但他們的分離，只是分地而居，並非棄了親情。後來羅得在居住地遭遇劫掠，亞伯拉罕前往營救，不僅救回羅得，且將被擄掠的人口、財物一併奪回。



亞伯拉罕因信上帝，被後人稱為「信心之父」，連我們這些外邦人，也因著信，成為了亞伯拉罕屬靈的後裔。上帝並且應許：地上的萬國都必因他得福。就是說，我們今日所得一切屬靈與屬世的祝福，也是上帝藉著亞伯拉罕，尤其是他肉身的後裔耶穌基督，賜給我們的。

但願你我都來效倣亞伯拉罕的榜樣，靠著上帝的恩典，使自己的生命，成為他人的祝福！ ☺

Flower theme

花儷軒

Debbie So 主理



最美人生路

孟凌

2020年9月17日，是我們一家人的大喜日子。我們在這一天入籍，成為澳大利亞公民！

這意味著十多年浮萍一樣的生活結束了。同時，我們也因此更明白多一點，上帝是垂聽我們禱告的，祂的意念高過我們的意念；祂慈愛和美善的安排，讓我們度過一段難以忘懷的時光，品味不盡的人生。

一切要從我和我先生婚後說起。剛結婚的時候，我倆甜甜蜜蜜，無憂無慮。我先生在台灣工作順暢，收入又優渥，我們吃喝玩樂，盡興得很。

先生失業了

沒想到，我才懷上我們的第一個孩子，我先生的公司卻忽然不再與他續約。也就是說，我先生失業了！他從20歲到40歲，從未停止過工作。「失業」這兩個字對他而言，真的太陌生了。



孟凌一家四口在布里斯本參加入籍儀式。

開始，我們並不太在意。我也只是在平日的禱告裡，順帶向上帝求一句，求上帝保守我先生能儘快找到工作，之後就沒再把這事放在心裡。對未來，我們抱持著非常樂觀的態度，以為失業的日子不會太久。殊不知，這一等就是14個月，連孩子都出生了，工作仍未有著落。

200封求職信

沒有收入，還有孩子支出，我們不得不從大房搬進小房，再從小房子換到廉價的老房居住。先生從信心滿滿到焦慮抓狂，直到有一天他告訴我，他在一個早晨投出了200多封求職履歷，仍然石沉大海時，我也慌了！

好不容易在一位老朋友的協助下，得到一份英語教師的職缺，卻在台灣移民署辦理文件時，發現簽證早已過期，被罰限定28日內離境，且一年內不得再入境。

此時，我身邊好多聲音告訴我，應該讓他自己出境，我在台灣等候。不過，嫁夫隨夫，是我的原則。我不願意一家人分隔兩地，於是，收拾細軟，跟他一塊兒去了馬來西亞，尋找新生活。

在馬來西亞又等了三個多月，原本說好的工程，因不願臨時增加員工，我先生的希望又泡了湯。好不容易，我先生才收到一份香港的面試通知。巧合的是，當初他買了我們一家從香港轉機，入境台灣的機票。這迫使我們不得不分開行程，他去香港見工，我則帶孩子飛回台灣，等候好消息。

第一次道別

新加坡機場，是我們第一次道別的地方。他向左，我們往右，那種內心不安的感受，直到今天，我都依然記得清清楚楚。

禱告，我只有誠心禱告，求上帝憐憫。

何處是我家

不多久，先生找到了工作，我們便到香港團聚。可好景不長，他又兩次陷入失業挫折當中，生活始終無法穩定。後來，我們去了德國，再後來，我們又以臨時身分來到澳洲。夫妻倆對著世界地圖，求問上帝，主啊，何處是我們家呀？

我們一家人遊歷世界，四處流浪，到澳洲時，身上只剩下700澳幣。但，上帝的安排是美妙又奇妙的，當我們完成了人生周折旅途之後，祂讓我們安定下來。移民澳洲的手續辦理得非常順利；入籍考試過後僅一週，就接到了入籍通知。

感謝上帝，阿門！

昆士蘭布里斯班道旺浸信會
Toowong Baptist Church, Brisbane, Queensland
 本會為多元文化教會，有粵語、英語和華語堂
 現誠聘 全職 粵語堂牧者

- ◎ 對傳福音，牧養，栽培，關懷有負擔
- ◎ 聖經學院神學學位
- ◎ 多年牧會經驗
- ◎ 能操流利粵語、英語
- ◎ 有澳洲永久居留身份者優先考慮

聯絡人: TBC Pastoral Search Committee
 電郵: ccpsc@toowongbc.org.au

回到目錄

親子時光

亞萍

二女兒 Vicky 說她這個週六有空，「要不要一起去吃個早午餐？」她問道。

「我們還是一起去看花吧！」我則希望趕緊抓住花開的時機。

於是，我們娘倆一起來到了布里斯本市區的 New Farm Park。正值藍花楸盛開的季節，玫瑰園的玫瑰也在盛開。

週六的早晨，公園人很多。很多人來賞花，更多的人是來鍛煉，還有一些人是來逛公園旁邊的週六跳蚤市場。



藍花楸盛放的 New Farm Park 公園一隅

跟女兒在玫瑰園走了一圈，感覺現在的玫瑰園比以前豐富了很多，有的很美，有的很香。玫瑰，在我心中永遠都是韻味十足的花之精靈。

New Farm Park 也是一年一度賞藍花楸的經典之地。公園裡有一條環繞公園的汽車道，道路兩旁原本有不少參天大樹，很多都是藍花楸，現在已經有不少都老死了，補種的還沒有長起來，相比之下昆士蘭大學校園裡的藍花楸似乎更耐看一些。但是依然有很多人慕名前來，或稀疏或茂密的樹蔭下，常常見一些人帶著孩子和狗狗，坐在那裡，悠閒自在地吃著茶點或野餐。眼目所及之處，都是一幅一幅幸福溫馨的畫面。

跟女兒坐在涼亭裡的長椅上，有一搭沒一搭地聊著天，聊我們的朋友、最近在讀的書、教會的活動、還有煩心的事兒，以及討厭的人，等等。

感謝上帝，讓我跟這個女兒有這麼親密的關係。二女兒從小性格倔強，不服管教，如果不認識上帝，我們的母女關係可能早就分崩離析了。因著上帝的恩典，讓我知道了該怎樣在主裡按照上帝的心意養育孩子，不再憑自己的血氣，才讓我跟已經工作的女兒有了親密如朋友的關係。

願將一切榮耀歸給上帝。☺

號角月報 澳洲版

Herald Monthly(Australia)

ABN: 84 572 612 309
PO Box 6484, North Ryde NSW 2113
Mobile: 0416 626 484
Email: hmau@cchc.org Web: www.cchc.org

敬啟者：《號角月報》澳洲版2013年三月創刊以來，深受華人教會的重視；成為廣大華人社團、家庭及基督徒必讀的恩物。為迎合需要，特增闢教會及機構指南專頁，詳列各華人教會、機構的聯絡資訊、聚會時間及服務範圍。

誠邀 貴教會、機構支持刊登，使名錄齊全，讓本刊成為一份更完善的基督教刊物。《號角月報》澳洲版每月初出版，彩色印刷，發行12,000份，免費贈閱。即花少少的廣告費，就可以接觸到成千上萬的澳洲華僑。

如蒙刊登，請參閱以下尺寸及價格：

1-unit (6.25cm×5cm) 每月價格為 \$60+GST。
2-unit (12.5cm×5cm) 每月價格為 \$120+GST。規格樣本如下：



教會及機構指南

惠登12個月，可獲得**20%**的折扣。
如蒙支持刊登，請電0416 626 484。

謹祝：主恩常備
基督教角聲佈道團－澳洲《號角月報》上

回到目錄

遇上詐騙電話

五哥

相信大部分居住在澳洲的華人，都有接到過詐騙電話的經驗。特別今年疫情期間，這類個案似乎有增無減，而且詐騙內容花樣翻新，層出不窮。不過，這種電話大多數都是播放事先錄製好的錄音帶，令我們難以跟「人」進行直接對話。



無論是中大獎，還是有快遞，抑或大使館，甚至警察局，我一聽是放錄音，基本上就第一時間掛斷電話，不浪費時間。

沒想到，最近我接到一個詐騙電話，對方居然直接對話！這一次，我沒掛電話，耐心地聽他說什麼。

還是老套路了，以前他們都用過。他能說出我的名字，然後問我是否逃避過一樁交通事故，還聲稱「受害人」已經記下我的車牌號碼，如果我不回應，就要告上法庭，浪費更多錢財。

我知道他有詐，故意問：「請問我的交通事故在哪裡發生？」

他對此問題顯然有所準備，立刻答道：「在悉尼。」但，馬上又兜回一句，道：「也可以在澳洲任何地方。」

我猜他是盜取了我的電話資料。因為，自從十多年前搬來布里斯本之後，我就再也沒有在悉尼開過車。不過，我的手機號確是在悉尼辦理，所以，他才會以為我是悉尼居民。

我想我不要浪費時間，抓緊機會，向對方傳福音，勸他悔改。我開門見山地對他說：「先生，你知道你在欺騙，我也知道你在欺騙，難道你不知道自己正在犯罪嗎？」

對方頓了一秒鐘，馬上鎮靜下來，繼續按既定程序往下走：「受害人有人證、物證，要是上法庭，你會損失慘重；你最好接受我們的幫助。」

我不理他，繼續我的話題：「悔改吧，先生，別讓罪惡把你自己給騙了。我真心告訴你，神愛世人，你求耶穌赦免你的罪，免得將來下地獄。」

我儘量用最簡單的詞句，勸他悔改；還揭露詐騙集團本身就是騙局，若不悔改，到頭來他一定會落得「竹籃打水一場空」的下場，成為騙局中最可憐的受害者。

「哦」他像泄了氣的皮球，軟弱無力地回了我一聲，就掛了電話。

我相信，他被刺中痛處了。放下電話，我就為他禱告，求主耶穌透過這一通電話來拯救他，將壞事變成好事。

徵求「號角之友」· 攜手傳揚福音



敬啟者：《號角月報》澳洲版，是一份生活化的基督教報刊，每月初出版，彩色印刷，發行12,000份，免費贈閱。

出版一份報刊，需要大量的人力、物力及龐大的出版經費，極需弟兄姊妹支持！誠邀閣下成為「號角之友」，分擔出版經費，並加入義工行列。您的支持，將可每月讓三萬位以上的讀者，接觸到完備的福音。成為「號角之友」，將獲得友好機構、商戶及「角聲」主辦之任何活動的優惠。詳情請致電0416 626 484查詢，並請填寫以下的回應表，逕寄：PO Box 6484, North Ryde NSW 2113，或email至：hmau@cchc.org。謝謝！

謹祝：主恩常偕！
基督教角聲佈道團—澳洲《號角月報》敬上

「號角之友」回應表

姓名：(中) _____ (英) _____
 地址： _____
 電話： _____ 手機： _____ Email： _____
 所屬教會： _____ 事奉崗位： _____

我願意在禱告中記念《號角月報》文字事工。
 我願意分擔《號角》之出版經費，每月不少於 \$30元正，由今年 _____ 月至 _____ 年 _____ 月。每月分擔金額：\$ _____

奉獻方法：
 信用卡(VISA/MasterCard)：姓名(英文正楷) _____ 有效日期至： _____ 年 / _____ 月 / _____ 年；CVN(卡背最後的3個數字) _____
 簽署： _____ ；簽署日期： _____
 支票 抬頭請寫CCHC(AUSTRALIA) PTY LTD，逕寄：PO Box 6484, North Ryde NSW 2113
 現金存款/轉賬 BSB: 062 113 Account number: 10164406
 亦願意成為《角聲》義工，我對以下事工有興趣(請在適當的○內加上✓)
 編輯 撰稿 採訪 資料搜集 校對 發行(派發《號角》) 跟進讀者 美術設計 網頁設計

滿載希望

吳慶勝

2020年10月17日星期六，有161個學生來到聖多馬堂 (St Thomas' Burwood) 領取食物。每個禮拜六上午10點到下午2點，我們都會開放教會，為海外學生準備豐富的食物、多種多樣的生活用品和方便實用的購物券。我們稱這項事工為「滿載希望」。顧名思義，「滿載希望」就是為有需要的人帶來希望和溫暖，今年目標是在大流行中苦苦掙扎的國際留學生。是啊！「我們堅固的人應該擔代不堅固人的軟弱，不求自己的喜悅。」(《羅馬書》十五章1節)

幫助留學生

「滿載希望」是聖多馬堂一項重要的事工，往年我們動員全教會的弟兄姐妹走出教會，到附近的社區派發「希望之袋」，收集捐贈品，然後把希望帶給一些有需要的家庭。疫情使我們不得不取消了多項事工，很多人都以為「滿載希望」也會劫數難逃。上帝卻感動我們看到了國際留學生的需要，我們決定繼續舉辦「滿載希望」。和往年不一樣，我們把教會籃球場改裝成一個小超市，然後開放給國際留學生，讓他們在這小超市中領取他們所需要的生活用品，包括食物、飲料、牛奶、蔬菜水果、油、米、醬油、衛生紙、洗衣粉、牙膏、洗髮液、口罩、消毒液等等。我們還考慮到學生們需要金錢購買一些新鮮的肉類，所以還溫馨地為每一位學生準備了一張\$20購物券。



不知不覺「滿載希望」已經舉辦了5個多月，這真不是一件容易的事情。我們每一個禮拜都要接待大約150個國際留學生，這所涉及的人力、物力、財力，都是我們無法想象的。第四階段社區管制時，我們真有山窮水盡疑無路的感覺，但神眷顧我們的軟弱和需要，祂賜弟兄姐妹屬天的智慧，很多人聰明地以超市網購、現金轉賬、郵寄購物券、義工上門取貨等形式，繼續將物資源源不斷地送到教會。就這樣，神讓我們看到了柳暗花明又一村，是啊！「在人這是不可能的，在神凡事都能！」(《馬太福音》十九章26節)



「滿載希望」行動 適用於第四階段社區管制情況

5個參與方法



- 1. 物資捐贈**
· 逢周六 10am-1pm · 只限居住在教會5公里內人士
- 2. 網上訂購物資**
· 請安排周六 10am-1pm時間內送貨
- 3. 郵寄禮券 (建議金額 \$20)**
- 4. 義工前往收取捐獻物資**
· 義工將獲發工作許可証 · 收取過程不會有身體接觸
- 5. 金錢奉獻**
· Donorbox 或 直接轉帳

多方面合作

「滿載希望」絕對不是我們聖多馬堂一間教會的事工，它是一項眾志成城的事工，很多教會，很多街坊鄰居，很多機構，都和我們有一樣的愛心、一樣的心思、一樣的意念。他們都為善不甘後人地大力支持「滿載希望」。Box Hill 的聖彼得堂就是一個很好的例子，他們每個禮拜都會把他們教會的愛心帶到我們中間，帶來麵包、生活用品、食物，及 Aldi 購物券。

我不知道有多少留學生會因為「滿載希望」而信神(上帝)，但我相信神會親自動工，把福音的種子深深地埋在他們的心中，什麼時候開花結果，這完全是神的工作。「我栽種了，亞波羅澆灌了，惟有神叫他生長！」(《哥林多前書》三章6節)

「滿載希望」不但為國際留學生帶來了希望，它也為我們基督徒帶來了希望。原來事工是可以跨教會的，原來事工是可以跨宗派的，原來事工是可以跨文化的，原來事工是可以跨種族的，原來事工是可以跨宗教的。對華人基督徒來講，「滿載希望」絕對是一個非常好的示範。鼓勵華人基督徒除了要堅持真理，還要勇敢地走進社區去關心和幫助那些有需要的弱勢群體。這就是我們聖多馬堂所堅持的異象：「在基督裡生活、成長、服事、宣揚」。願大家在神的事工上以基督的心為心，彼此鼓勵、彼此同工、彼此代禱！

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： _____

有效日期至： _____ 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： _____

回到目錄

華人健康促進會 服務社區廿六年

余劉美甜

2020年10月1日是個不一樣的中秋節，因為今年的中秋節慶祝會是在網上舉行，也是本會首次在同一時間得到澳洲及香港的友人參加。這是個突破，是因新冠肺炎疫情帶來的正面效果！

慶祝會非常成功，共有95人登記，75人在網上出席。當天晚會的成功，除多謝各界不分宗教和文化的參與者外，還有多謝我們的團隊：我們的會長余雄光、刁傳道、刁師母和我們的項目工作員李詩韻小姐齊心合力的貢獻。總之，2020年是抗疫的一年，是「上網」的一年，也是我用「上網」方式為澳洲華人健康促進會服務的一年！

能在澳洲華人健康促進會工作，我感到是一種祝福，今年已是第18年了，喜樂地秉承「服務他人和社區」的宗旨。

從1994年到現在，促進會為社區提供了優質的健康和社區項目：包括了政府補貼項目和自助小組。我們的成員既是社區服務的參與者又是貢獻者。這強大的聯絡網正意味著我們可以更有效地回應社區民眾的需要，推出更適合的健康和社區項目。

在這26年中，我們不斷推行由不同政府部門資助的項目：包括貢獻給長者的「華人好生活俱樂部」，推廣身心健康及其他以社區為基礎的健康服務。這些支援和服務能靈活地因應社區的需求而推行。包括預防早期疾病、管理慢性和複雜疾病的關鍵，例如我們的心理健康項目——2018年的「同心同行」。還有休閒或娛樂項目、交流和文化活動、志願服務、教育培訓、健康和社區聯繫等。



相信所有人都想過著有意義的生活，我們亦很高興能為社區提供這些機會。即使因為疫情遇到一些障礙，我們不會擔心是否有足夠的參與人數或政府的撥款，願能先為身邊最需要幫忙的人士做起。

我們有幸得到一群願為社區付出寶貴精神時間、專業知識、無私貢獻的同事、志願者和好友，在此衷心感謝他們的投入和奉獻，這一切對我們來說都是很重要的。

現將2020年度的各政府資助項目和自助小組活動列出如下，歡迎各位查詢參與：

- 1、沒有老弱欺凌的萬年興市項目——由萬年興市政府贊助為華人長者免受欺凌的項目；
- 2、義工項目——由政府社會工作部贊助；
- 3、愛心獻與照顧者——由政府老齡部撥款，為華人照顧者推行舒緩壓力及提供社區聯繫的項目；
- 4、華人好生活俱樂部——維州多元文化專署撥款的項目；
- 5、彩虹與社區項目——由萬年興市政府贊助，為華人社區與同志社群的聯繫的項目；
- 6、大腸癌知識推廣項目。

定期活動包括：華人好生活俱樂部、華人健康促進會合唱團、電子琴班、電腦及電子通訊學習班、軟體操活動（太極、健樂伸展敬拜操等）、婦女會、中國舞蹈組等等，多姿多彩地融入生活。

祈求上帝，早日減緩疫症，讓科學家能研發出有效藥物，使生活重回正軌，讓我們在社區再見大家！願神保守、照顧我們！

愛護《號角月報》，支持出版經費，奉獻一百澳元，獲贈《創造奇觀》

《創造奇觀》 為周道輝醫生所著，集其歷年來為《號角月報》撰寫的「科學啟蒙」而成；目的是透過自然科學的奇妙現象，說明了「自從天地以來，上帝的水能和精神是明明可知的，雖是眼不能見，但藉著所造之物就可以驗得，叫人無可推諱。」（聖經·羅馬書一章20節）本書的內容極其豐富，包括宇宙、星宿、太陽、月亮、地球、植物、海洋生物、昆蟲、飛鳥和動物王國等等。周醫生不但蒐集了足夠的資料，還圖文並茂、深入淺出地把握深奧的自然科學，妙趣橫生地表達出來，從而見到了上帝創造的奇妙，分析「進化論」的謬誤。全書200多頁，彩色印刷，是一本值得每個個人閱讀的經典之作！

本書推介
 韋特康博士 (Dr. John Whitcomb, 世界知名學者，著有《創世紀的洪水》等十多本書)：這本書是我朋友周道輝醫生的心血結晶。他在「進化論」裏，扮演著像哥白尼似的重要角色，不只在中文的世界，甚至在其他語言的世界，也將因此書受益。周醫生認定神所賜的聖經無誤，以神不能說謊的事實為基礎，很有系統地講解各種起源的各個層面，包括從複雜的分子到細胞下的化學和生物學。這都證明了上帝創造智慧動物。周醫生以科學為論證的「創造論」，足以令人信服！

限量珍藏版 您值得擁有
 《創造奇觀》限量珍藏版，特別為《號角月報》的支持者而印刷。若您為《號角月報》奉獻100澳元以上，即可獲贈印有周道輝醫生簽名的《創造奇觀》珍藏版一本。我們誠懇地成為「號角之友」，長期支持《號角》的出版經費。奉獻支票抬頭請寫：CCHC (AUSTRALIA) PTY LTD，寫寄：PO Box 6484, North Ryde NSW 2113，或網上轉帳，Bank Commonwealth Bank, BSB: 062-113, Account Number: 10164406。謝謝！

您熱誠的回應，將給我們莫大的鼓勵！

回禮表

姓名：(中) _____ (英) _____ 性別： _____

地址： _____

電話： _____ 電郵： _____

所屬教會： _____

請在以下適合的 內加上 ：

我願意為《號角月報》代播，請把《號角》的代播事項和最新資訊寄給我。

我現在為《號角月報》的出版經費奉獻上 \$ _____。

付款方法：
 奉獻支票抬頭請寫：CCHC (AUSTRALIA) PTY LTD
 寫寄：PO Box 6484, North Ryde NSW 2113
 網上轉帳，Bank: Commonwealth Bank, BSB: 062-113
 Account Number: 10164406
 信用卡 (VISA/MasterCard)
 姓名(英文正楷)： _____
 信用卡號碼： _____
 信用卡號碼： _____
 有效日期至： _____ 年 CVM (卡號最後3個數字) _____
 簽署： _____ 簽署日期： _____

若您為《號角》奉獻100澳元以上，將獲贈周道輝醫生著作的《創造奇觀》珍藏版一本（由《號角》的「科學啟蒙」專欄彙編而成）

從囚犯到牧師

——李偉恆的生命傳奇——

採訪／關公關 圖片／李偉恆

曾經因運毒而被判坐牢的李偉恆，上月正式被按立為牧師，見證上帝有改變生命的大能。



《恆心可變》封面（由恩雨之聲攝製）

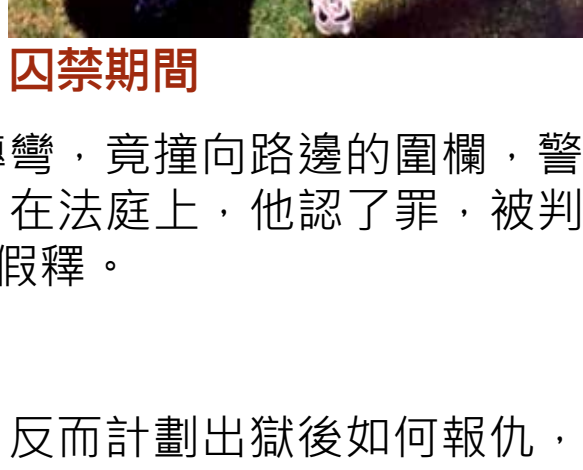
李偉恆 (Robert Li) 於 1988 年以留學生身份從廣州前來澳洲留學，為著生計，一面讀書，一面工作，做過乾洗店、熱狗售賣員、調酒員、賭場派牌員，工作之餘，吃喝玩樂，唱卡拉OK，賭錢，混黑社會。



在講台上

欠下賭債

不久，又做起海鮮生意，只要撥一個電話，說：「老闆，幫我訂貨吧，我知道你住在哪裡。」就這樣，生意愈做愈大，手上常有數萬元現金貨款，但他的賭癮愈來愈大，輸清貨款，還欠下大筆賭債，他曾經為自己定下底線，無論如何，不能沾毒品，但後來走投無路，心想只要做一手，就能清還賭債。



囚禁期間

運毒被捕

當時有人慫恿他，只要去指定的地方，從一輛車子上拿走那些貨，然後送到某個地方，便有酬勞，於是鋌而走險。誰料剛取了貨，警車突然出現，為著擺脫這些警察，李偉恆看見前方有個路口，瞬間來個急轉彎，竟撞向路邊的圍欄，警車一擁而上，將其拘捕。在法庭上，他認了罪，被判監 10 年，坐滿 6 年才可假釋。

賭性不改

在獄中，他沒有悔改，反而計劃出獄後如何報仇，以抽煙發洩心中怨恨；賭性不改，與獄友賭煙，但無論贏輸，內心依然空虛。有一天，一位獄友突然不參與賭局，李偉恆問那人為何不賭了，那人答道：「我信了耶穌。」原來信耶穌便可戒賭，於是向獄方申請星期日到監獄的小教堂崇拜。

踏進教堂

這是李偉恆第一次踏進教堂，聽見聖詩，內心得到從未有過的平安。大約 2001 年，有位華人牧師及一位弟兄來探望華人囚犯，帶來食物，領他們唱詩，講一些《聖經》故事便走了。此後，每次他都去參加。同一段時間，李偉恆認識了一位終生監禁的殺人犯約翰，看他表現快活，禁不住隔著窗子問約翰為什麼這樣開心，約翰說因為在監獄裡信了耶穌，所以開心。從此，彼此一起查經，從《聖經》中，感覺上帝話語的寶貴。

接受救恩

「有一天，當我讀到《羅馬書》七章 18 節：『我也知道，在我裡頭，就是我肉體之中，沒有良善，因為立志為善由得我，只是行出來由不得我。』我想到自己過去的沉淪，想到上帝的慈愛，想到上帝拯救我脫離死亡的大恩，我禁不住痛哭不已！就在那一刻，我的生命發生了徹底的改變，我接受了耶穌為我的救主，我知道他會在我的身邊陪我一直走向未來。我戒了煙，也不再賭博。」



獲澳神頒授碩士學位

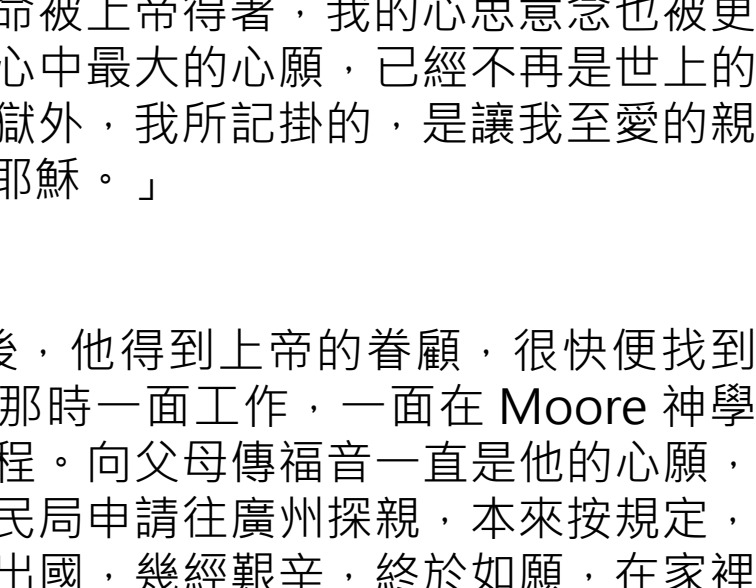
「2004 年 6 月 10 日是我生命中一個非常重要的日子，因為這天我在監獄裡的教堂受洗了，為我施洗的牧師，就是在監獄遇見的第一位華人牧師——梁錦洪牧師，還有 Luciano 牧師。」



在按牧典禮上

心意更新

在臨近假釋的前一年，按照規例獄犯可申請出外做工，李偉恆遞交了申請，但獄方不允許他工作，卻批准他每星期日外出兩個小時到教堂崇拜，這是他靈命成長的一個台階。「我的生命被上帝得著，我的心思意念也被更新轉變，現在我心中最大的心願，已經不再是世上的事，無論在獄裡獄外，我所記掛的，是讓我至愛的親人，也一同相信耶穌。」



按牧禮之後

父母受洗

2006 年出獄後，他得到上帝的眷顧，很快便找到一份燒焊工作，那時一面工作，一面在 Moore 神學院讀神學函授課程。向父母傳福音一直是他的心願，一年後，他向移民局申請往廣州探親，本來按規定，這段時間不允許出國，幾經艱辛，終於如願，在家裡的 10 幾天，他像在澳洲一樣，每天早晨五點起床禱告，父母看見他與以前不再一樣，完全是另一個人，在他離開廣州的前一天，父母把家中供奉的牌位和偶像都拆了，表示支持他的信仰，但仍未有意信耶穌。李偉恆只有耐心等待，直到有一天，父母來電對他說，「我們現在才知道真是耶穌拯救了你，讓我們拾回這個失而復得的兒子。我們決定受洗。」李偉恆再次回國，親身見證這個莊嚴的時刻。

傳道之路

八年前，李偉恆在教會認識了 Maggie 姊妹，現在已成為他的太太。李偉恆將自己的經歷坦誠相告，得到 Maggie 完全接納，兩人開始交往；經過牧師的輔導及弟兄姊妹的禱告，結為夫妻。當夫婦倆高興期待第一個女兒出生的日子，卻獲告知嬰兒的心臟出了問題，隨時可能夭折。「正當我為我那將要逝去的嬰孩傷心難過的時刻，祈求上帝醫治，上帝的話語臨到我：『你為將要死去的嬰孩心痛，我有許多兒女流離失喪，他們自己都不知道將來會如何，難道我的心不更痛嗎？』



由梁錦洪牧師主持婚禮



父女情

我清楚明白這是上帝對我的呼召，雖然女兒在世三個月便離開我們，我毫無猶疑地回應了上帝的呼召，進入 Morling 神學院全時間讀神學學位課程。經過三年的苦學，靠著神恩典的帶領，完成學業，成為傳道人，後在澳洲教牧神學院修讀聖工文學，獲碩士學位，今年 9 月正式按立為牧師。」他對這裡的年青人有很大的負擔，計劃在不同地區植堂，帶領年輕人信主。



愛女 Grace

全靠恩典

回望過去，李偉恆牧師感恩不盡。上帝在他身上，把不可能變成可能。在獄中信主受洗；服刑期間獲准到監外的教會崇拜；假釋期間可以回廣州向父母傳福音；賜給他一位賢慧的太太，接納他的過去；太太家人也全力支持他；以其英文程度，能夠完成神學課程都是奇蹟；今天，可以英語講道，發表英文講章等等，印證了經上說的：「我靠著那加給我力量的，凡事都能作。」（《腓立比書》四章 13 節）

領人歸正

李偉恆牧師除了牧會外，還繼續監獄事工，提起監獄事工，他非常雀躍地說：「我以前的老闆，即毒品的領導，被判監 23 年，尚有兩年可假釋，早前接受探訪時信了主。求主堅定他的信心，出獄後真的能改邪歸正。事實上許多刑滿出獄的人，出獄後並沒有受到教訓或悔改，只有上帝有能力讓他們改變。」

最後李牧師忠告未信者，既然基督信仰帶給我們不一樣的人生，我們真要把機會快快信主！很多時候是我們不想給自己機會，如果想要一個新的人生，就要先改變這種心態，給自己一個機會。☺

愛護《號角月報》，支持出版經費，奉獻伍拾澳元

護送陳慧忠醫生的著作及他在病床上用粉彩筆畫的書籤一疊八張

陳慧忠醫生於 2010 年初，在幾乎毫無明顯徵狀下，突然發覺了癌有致命的心臟病，但在神的保守下，心境的平安喜樂竟有增無減，原來是神在他身上計劃的一個奇妙的安排，是祂的恩上加恩，叫屬靈的生命再添翼。

陳醫生回顧患病之初至今的數年間，從重新適應轉到生命的重擊，至領受神奇妙的醫治，到調整人生的目標，是體驗與神同行的一個甜蜜經歷。陳醫生不單止是領受神奇妙的醫治，更將愛感受的天愛不只來有屬靈，更不斷引領及關下新的恩賜。陳醫生願將這些見證的文字與你分享。

姓名：(中) _____ (英) _____ 性別：_____
 地址：_____ 電話：_____
 所屬教會：_____
 請以下書目的內附上「_____」
 護送陳慧忠《號角月報》一疊 8 張
 護送陳慧忠《號角月報》一疊 8 張 + 代禱書和福音派靈修書籍
 護送陳慧忠《號角月報》一疊 8 張 + 代禱書和福音派靈修書籍 + 福音派靈修書籍
 回郵地址：香港新界沙田區沙田圍內科部，89 號怡和私人執業，熱帶工作。
 捐款方法：香港匯豐銀行匯款：CCHC JUSTICIAL PPT LTD
 戶名：陳慧忠
 戶號：PO Box 6484 - North Point NSW 2113
 網上轉帳：Bank of Commonwealth Bank BSB 062-113
 Account Number: 10156406
 信用卡 (VISA/MasterCard)：_____
 姓名 (英文)：_____
 日期：____年____月____日
 每日捐款：____元
 每月捐款：____元
 每季捐款：____元
 每半年捐款：____元
 每年捐款：____元
 支票抬頭：陳慧忠醫生
 支票號碼：_____
 支票日期：____年____月____日
 支票金額：____元



慎防火災

哈拿

在高溫燥熱的山火季節快來臨時，我回憶起一段難忘的往事。90年初，我暫時代任部門主管。一個週一的下午，正協助診視截肢病人，安裝義肢後的康復跟進，忘了為何離開診症室，走到主任辦公室，無意中向窗外張望，看到一輛小型運輸車正從左方向醫院出口駛去，車頂擦過低垂的電線，司機竟不發覺，揚長而去；再看看，見電線的接駁處開始冒出一點濃煙，連忙去電總機樓，召喚消防車，隨之到各診室報告醫生，著眾人安靜，迅速到大門前草地集合，很快消防車抵達，輕易地撲滅了煙火，建築物只有少許毀損。不久部門回復正常運作，大家都猶有餘悸，慶幸未釀成火災。

「星星之火，可以燎原」，去年九月提早發生的山林大火，延續數月，演變成世紀嚴重山火，記憶猶新。每年夏季，政府都呼籲國民小心山火，在乾燥指標略高時，嚴禁在任何地方燒烤。防止火災，人人有責，在家居及職場更要注意。在醫院工作時，每週都測試防火警號，有時也做防火及滅火演習，使眾人提高警覺。

天災是難以避免，但若人人愛護地球，實行環保，定可減少天災的發生；愛護社群，奉公守法，亦可免人禍。

上帝創造美好的世界，有森林原野，高山流水，鳥禽滋長；河海泛波，海產豐盛；全供人類管理、享用。

詩人讚詠說：「一切美麗光明物，一切活潑生靈，一切聰明可愛物，都是父手造成。」

每朵開放的小花，每個唱歌小鳥，鮮明顏色是父加，羽毛是父所造。

遠望最美是青山，流水一般好看；太陽下午變斜陽，一天光輝燦爛。

寒冬雪花滿地飛，春夏晴光美麗，秋天花園多果子，天父造成四季。」

在聖誕新年將至之時，願不再受山火的禍害，我們都能安心地預備過節，開心地歡度夏天！🙏

號角月報 澳洲版 Herald Monthly(Australia)

ABN: 84 572 612 309
PO Box 6484, North Ryde NSW 2113
Mobile: 0416 626 484
Email: hmau@cchc.org Web: www.cchc.org

ADVERTISING RATES 廣告價目表

Tabloid · A3 size 29cm×40cm · Full colour

位置Position	規格Size (寬W×高H)	價格Price Rate (GST Incl.)
封底 Back Cover	全版 Full Page 25cm×36cm	\$1,848
中間版 Middle Page	蝴蝶版 A Spread Pages 50cm×36cm	\$3,168
任何內頁 ROP	一單元 1-unit (1/12Page) 12.5cm×5cm	\$220
	兩單元 2-unit (1/6Page) 12.5cm×10.6cm or 25cm×5cm	\$400
	三單元 3-unit (1/4Page) 12.5cm×16.2cm	\$520
	四單元 4-unit (1/3Page) 25cm×10.6cm	\$620
	半頁 (Half Page) 25cm×16.2cm	\$800
	全頁 (Full Page) 25cm×36cm	\$1,320

* 本報保留刊登廣告權利

一單元樣板
(1-Unit Sample 12.5cm×5cm)

兩單元樣板
(2-Unit Sample 12.5cm×10.6cm)

使用號角廣告，推廣閣下業務，
廣傳基督福音，一舉兩得甚好！

教會、機構及小商戶優惠廣告，詳情請參5版

回到目錄



規則

吟之

前兩天去看一部華語電影。我們夫妻倆按照票上的號碼找座位。快到我們那排的時候，聽見一位華人大媽大聲說：「你們都隨便坐吧，不會坐滿的，我們已經坐在這兒了。」

大媽和她朋友正坐在我們的座位上。我反應遲，孩子爹已經回答「遵命」。我只好跟著他坐到另外一邊。

人們陸陸續續進來，他們也沒有辦法坐他們該坐的座位，影院左側中間幾排已經被大媽和她的朋友們霸佔了。

我們坐了別人的座位，如果他們來了，我們難道也讓他們隨便坐其他座位嗎？再看看票，因為疫情，座位都是按著規定出票的，人與人保持距離，有些座位必須空著。

過了一會兒，我斜眼瞄那位大媽，她已經橫躺著，兩隻腳高高地搭在旁邊的座位上，彷彿在自己家的沙發上，悠哉悠哉。

她有沒有想過什麼叫「規則」？

同樣是這部華語電影，在幾個微信群裡，有人發免費看這影片的鏈結。這部電影正在上映，怎麼會免費？

顯然是盜版，這是對智慧財產權的踐踏！

製作盜版影片的人有沒有想過什麼叫「規則」？

規則的設立是為了保護大眾的權益。試想如果沒有規則，任憑個人按著自己的意願行事，這個世界就會亂作一團。而有些人為了自己的益處，不斷地破壞規則、篡改規則，不惜擾亂秩序，危害他人利益，最後使自己也受損。無論是坐在別人座位上的人，還是觀賞盜版電影的人，似乎自己坐了好的位置，似乎免費看了電影，享受到某種「自由」，實際上卻踐踏了他人的自由，打亂了真正的自由。

更有甚者，為了所謂自由平等，推動同婚合法，大麻合法，墮胎合法等等，而無視維護人類健康發展的神聖初始規則，讓這社會更加混亂。人類始祖亞當墮落，就是破壞了第一個規則。上帝滿有憐憫與恩典，祂所設定的規則，是使人類得平安的規則，可是人不斷地破壞。從挪亞之約到亞伯拉罕之約，從西奈之約到大衛之約，上帝的應許始終不變，可是，人卻守不住這些約。《聖經》告訴我們，無視上帝的規則，或者與上帝的規則相抵觸，人只會自取滅亡。

耶和華(上帝)說：「那些日子以後，我與以色列家所立的約乃是這樣：我要將我的律法放在他們裡面，寫在他們心上。我要作他們的神，他們要作我的子民。」(《耶利米書》卅一章 33 節)神將律法放在我們的心中，為要將真正的自由賜給我們。親愛的朋友，在這個末後的世代，縱然千萬人無視規則，請不要同流合污，請傾聽聖靈在我們裡面的輕聲提醒，你就會明白上帝與我們立約，召我們成為祂神聖子民的恩典。🕊

《風格》——寫作的藝術

張仲騏



最近瀏覽一篇雜誌書評的時候，發現一本少見的好書，是英國作家盧卡斯 (F. L. Lucas) 寫的《風格 (Style)》。這是一本關於寫作的書。提到「寫作的書」，或許給人的印象是像課本，枯燥、公式化，但盧卡斯的《風格》，卻是字字珠璣、令人驚艷，歸類於阿德勒所描述的那千中選一、萬中選一的好書，我認為是當之無愧。

重視品格與字義

先說作者的背景。探討關於文學風格這個課題，盧卡斯的資格無懈可擊。首先，他是劍橋大學的學者，學富五車，才高八斗。更重要的，是他的一個經歷，在二戰時身為「布萊切利園」的一位重要領導。布萊切利園 (Bletchley Park) 是英國一個秘密組織，專門解讀從敵軍攔截下來的情報，電影《模仿遊戲 Imitation Game》講的就是這個組織的故事。布萊切利園每天都接收、解讀、篩選、傳遞大量的敵軍情報，每份情報都可能繫著許多人命，所以傳達的過程一定要精準迅速，不然後果不堪設想。布萊切利園為聯軍做出極大貢獻，學者估計，布萊切利園的工作至少把二戰縮短了 3-5 年，而其中大部分得歸功於盧卡斯對文字風格精準的高要求。《風格》1953 年出版的時候，布萊切利園還屬於國家機密 (70 年代才公諸於世的)，但《風格》對品格的重視、對字義的執著，卻明顯透露出一種淬煉後的脫俗，和軍人特有的豪邁和直率。

盧卡斯認為寫作風格需要從十個方面考量，這裡先討論三點：

品格加天賦

首先，至關重要的，是寫作之人的「品格 (Character)」，所謂文學的風格，其實就是感化人的一種方法。對於盧卡斯而說，討論「風格」問題的時候，實際上是在討論「品格」問題，或「人格」問題。寫作的人是什麼樣的人，就寫出什麼樣風格的作品。

當然，一個人有好品格並不等於就會寫出好作品，他還需要有寫作的天賦；然而一個人若有寫作天賦，再加上好的品格，他的作品就會是好之又好。什麼樣的品格是好品格？盧卡斯承認，「好品格」並沒有一個放諸四海而皆準的標準，但有一些特質是人們普遍認為的好品格，包括四方面：「禮貌和尊重」、「幽默和愉悅」、「健全和生機」和「合乎情理和誠懇」。

禮貌和尊重

其次，對盧卡斯來說，作者的「禮貌和尊重」，是決定作者品格和作品風格的一個關鍵。「禮貌和尊重」又包括三方面：第一方面，是文字的「清晰 (Clarity)」。盧卡斯認為，一篇文章如果無謂的加增讀者閱讀時的麻煩，是沒有禮貌的一件事。詩歌、詩詞可以有一些朦朧美，但散文、敘事文一定要像春天的空氣那樣清晰透徹。一篇文章如果晦澀難懂，可能是基於以下的原因：

- a. **缺乏連貫 (Incoherence)**：作者的思緒紊亂，或者用字紊亂；通常兩者皆有。
- b. **不顧他人 (Inconsiderate)**：認為讀者必定了解自己先入為主的想法。
- c. **過度擁擠 (Overcrowding)**：一次想說太多東西。盧卡斯說，為增加文章的清晰度，作者應當在必要的時候把自己最好的靈感無情的刪掉。
- d. **過度誇大 (Pomp)**：用詞華麗不實，讓人感到疲憊，甚至感到可笑。
- e. **故弄玄虛 (Charlatanism)**：像是賣弄術語、外語，讓一般大眾讀者看不懂。

正確的心態

作者的文章風格如果要清晰，除了要避免以上幾個缺乏「禮貌和尊重」的問題，還需具備一個正確的寫作心態。盧卡斯說，寫作應當是為「服事人」而寫，而不是為「取悅人」而寫。多數文章缺乏清晰，不是因為作者的「能力不足」，而是因為作者的「野心太高」；希望人欽佩自己的文筆，而不是從自己的文章受益。用這種「取悅人」心態寫作，就容易使作品晦澀難懂、缺乏清晰。

Auburn Healthcare Centre 奧本醫療中心

Dr. Frederick Leung 梁福榮 家庭醫生

服務範圍：
醫療服務包括牙醫、物理治療師、整脊治療師、驗光師、營養師、心理治療師、血液化驗、藥房、X光及超聲波檢查、足部治療師

電話：9643 3800 地址：4A Auburn Rd. Auburn NSW 2144
電話：7804 3700 地址：25-27 South St, Granville NSW 2142

你要專心仰賴耶和華，不可倚靠自己的聰明。箴言 第3章5節

Theway Accounting Services Pty Ltd 特惠會計師事務所

特許會計師

Suite 702, Level 7, 105 Pitt Street Sydney NSW 2000
Tel: (02) 89649870
E-mail: office@thewayaccounting.com.au
Web: thewayaccounting.com.au

耶穌說：「我就是道路、真理、生命。若不藉著我，沒有人能到父那裡去。」《約翰福音》14:6

我們的信念 按著我們所相信耶穌基督的標準，竭誠為您服務。

我們的使命 (企業責任) 專業會計師團隊為您提供公司及基金註冊、審計、鑒證、管理、財務及風險諮詢、稅務等相關服務。為客戶提供一站式、高質量服務。憑藉我們多年在審計、稅務及會計法規上的專業知識及經驗，針對不同客戶的需要給予個性化的服務。

聖地遊蹤® 新幹線旅遊有限公司 (香港旅行社牌照號碼: 351468)

因為耶和華你神領你進入美地

- 聖地遊蹤 (約旦、以色列)
- 保羅行蹤 啟示錄教會 (土耳其、希臘、塞浦路斯)
- 馬丁路德宗教改革&歐洲藝術文化之旅 (德國、瑞士)
- 波斯千年文明-舊約·猶太人被擄史 (伊朗)

歡迎獨立包團，各團行程請登入：www.nhorizon.com.hk

電話：(香港) 852-2527 5982 / Whatsapp: 852-5578 4805
電郵：nht@nhorizon.com.hk Facebook: 新幹線旅遊 - 聖地遊蹤

留意細節

江水

爸媽 · 我們回家

綿綿

六點起床，匆匆忙忙洗澡、早餐，我要趕七點半的火車，在8點15分之前到達公司。

冷淡對父母

與父母道別，和兒女吻別，我健步如飛地出了門。沒幾秒鐘，就聽到爸爸喊我：「綿綿，等等，我們和你一起去。」什麼？我是進城啊，我心想，他們要幹什麼？我著急上班呢！我還是停下了腳步，媽媽說：「送孩子上學還早著，我們陪你走到火車站，也算鍛鍊鍛鍊身體。」我走路通常比較快，爸爸的腿不好，我就不能走太快，可是放慢腳步，心裡非常著急，怕趕不上火車，嘴上不說什麼，心裡卻很不快，一路上也不與他們交流，他們默默地跟在後面，快到火車站，我告訴他們我要過馬路了，不用再陪了。爸爸說：「注意安全！」心想，我都這麼大了，能不懂得注意安全嗎？頭也不回，我飛奔而去。我能感覺到爸爸在我身後久久注視我的背影。坐到車廂裡，安靜下來，責備自己對父母太過冷淡。

兩代的差異

我的父親母親，如同大多數來澳洲幫子女照顧孫兒的老一輩，他們放棄了在國內舒適安穩的生活，飄洋過海來當孫母，做農工（在後園種菜）。上一代與我們有很多不同，在一起相處難免會有矛盾衝突，他們看不慣我

們的生活方式、育兒方式。而我們，嫌他們太嘮叨，嫌他們管太多，在家庭瑣事上，我們往往看到的是差異，是不同，忽略了感同身受和同理心。這樣，就多了抱怨和指責，少了理解與安慰。

父母這一代很多是在革命家庭中成長，他們受到的是嚴厲的教育，缺乏的是愛的陪伴。他們付出愛，也需要愛。「付出愛」本身是很好，卻因為傳統家庭的影響而不懂得如何正確表達愛，在愛的行為和語言上，給孩子們的感受是，這愛太沉重、有壓力，而他們也需要愛，卻不願意讓孩子們知道，不希望孩子們再花時間精力在他們身上，真誠地付出愛，理應坦然地接受愛。

無條件的愛

作為兒女，我們真的需要花點時間，了解原生家庭帶給老人的影響，理解他們行為背後的心思，真正明白老人的一片愛心，進而去關心他們、愛護他們。老人選擇來這裡幫忙帶孫子，在後院種菜，去超市採購，進廚房做飯，因為什麼？育兒顧家，其實不再是他們的責任；我們已經是成年人，這些是我們的責任，父母辛勞一輩

子，應當享受自由美好的願放棄這一切，為了我們無條件的愛。

擔心

結束了一天工作，我靠牆，已經沒有精力去想太多，除了工作的壓力，還有太

事，其他沒有說

體貼

滿足

老



對於一個寫作者而言，如果有一段時間覺得沒什麼可寫，我想很可能是因為我們忽略了生活中的細節。當我們稍微留意從生活中隨時湧出的細節時，就會發現，其實有很多東西是可以寫的。

在2019年11月的《號角月報》澳洲版上，有一篇綿綿的文章，題目叫「爸媽，我們回家」。文章描述作者早上趕火車上班，巴不得快點走到火車站，這時爸媽卻說要陪她走這段路。老人腿腳不俐落，不能走得快。可是隨著爸媽慢慢走，又怕誤了火車，因此作者「心裡非常著急」，「嘴上不說什麼，心裡卻很不快。一路上也不與他們交流，他們默默地跟在後面」。快到火車站時，她一邊說不用陪了，一邊「頭也不回」，「飛奔而去」。但她上車之後，就深深地自責，覺得剛才這樣對待爸媽很不好。想到作為兒女，需要了解老人，「理解他們行為背後的心思，真正明白老人的一片愛心，進而去關心他們、愛護他們。老人選擇來這裡幫忙帶孫子，在後院種菜，去超市採購，進廚房做飯，因為什麼？育兒顧家，其實不再是他們的責任；我們已經是成年人，這些是我們的責任。父母辛勞一輩子，應當享受自由美好的晚年生活才是」。當天收工回家，走出火車站，看到馬路對面爸媽熟悉的身影，她微笑著朝他們走去。媽媽說：「天黑了，我和你爸陪你走回家。」她攙住老人：「好的！爸媽，我們回家。」

從作者（女兒）趕火車上班、父母希望陪女兒走一段路，所引發女兒著急的情緒與內心的自省，充分反映出兩代人之間心理的反差。該文篇幅不長，卻透過一個微小的細節，把作者的情感，父母對女兒的愛，表現得淋漓盡致，令人難忘！

細節可以是一個動作。今年我生日那天，兒子從外面回來，我正躺在床上休息。兒子走進我的臥室，跟我說「生日快樂」，並且還擁抱了一下老爸。今年兒子讀大四，再有一年多，他就大學畢業了。以前兒子小的時候，我幾乎每天都要抱抱他。他12歲起開始猛長，一下子就竄到和老爸差不多高了；再一眨眼，中學還沒讀完，已長到一米九。這麼高的個頭，叫我怎麼再抱他？在我想來，像今天這樣的生日擁抱，算是兒子送給我的最好禮物。當然實際的禮物，兒子還是預備了：一個是手機的支架，一個是藍牙耳機。現在每禮拜幾次網路會議，都用得上。

細節也可以是一個場景。就在前幾天，也是為我的生日，女兒邀請我們上她家吃晚餐。當晚女兒煮了一大鍋意大利麵招待我們。太太也去韓國蛋糕店買了一盒十分講究的生日蛋糕。女兒和女婿、太太和兒子，一起為我唱生日歌。他們真的帶給我很多快樂！這時還有一個細節，就是他們唱歌的時候，雖然沒有彈琴，太太和女兒卻用拍肚皮伴奏，簡直把我笑翻了。女兒去年八月結婚，現在回頭看，那真是上帝安排的最好時間。若是換成今年，碰上新冠疫情，婚禮就不好辦了。結婚之前，女兒是不做飯的。現在她不僅能做飯，居家也弄得整整齊齊的。

細節也可以是一句對白。《聖經》記載耶穌被釘上十字架，卻對釘他的人毫無怨恨，反而為他們禱告：「父啊！赦免他們；因為他們所做的，他們不曉得。」（《路加福音》廿三章34節）



如果說，筆者在前面所列舉有關動作和場景的兩個細節，意在講述家庭中兒女成長和親子關係的故事，那麼，《聖經》所記載耶穌在十字架上仍為釘他的人禱告這一細節，則彰顯出上帝至高至上、至美至善的大愛！

由此可知，細節不僅是構成故事的重要部件，其中更有可能潛藏著深刻的寓意。因此，我們不但不能忽略生活中的細節，反而要隨時留意細節，並且思考藏在其中的意義。如此而行，日久必能得益。

晨光關懷協會
first light care
ASSOCIATION INC.

A Harm Prevention Charitable Organisation*
防止傷害慈善機構 ABN 21 133 068 517

為澳洲華人提供專業心理，婚姻，家庭輔導及教育服務

（跨文化心理健康、人際關係、親子和家庭問題、婚前輔導及婚姻關係、性格測驗等服務）
持有家庭醫生發給的 Medicare 精神健康治療計劃介紹書可用 Medicare 咭繳付診費。

West Ryde Centre
Shop 1, 34-36 Herbert St, West Ryde NSW 2114

Sydney City Centre
2nd Floor, 627 George St (near Goulburn St)
Sydney NSW 2000

For appointments 約見

Tel: (02) 9211-9988 Fax: (02) 9808 1777
Email: admin@firstlightcare.org.au
www.firstlightcare.org.au

* 捐款 A\$2 或以上可憑收據申請扣減稅項。

戒除賭癮、重獲新生！

戒賭 12步

以聖經為基礎的身心靈治療小組

- * 小組成員由問題賭徒、家人與親友組成
- * 透過互相分享經驗，激發力量和希望
- * 解決那擾亂人生命的賭博枷鎖，改變迷思，達致身心靈的康復
- * 積極鼓勵別人戒賭，認識和經歷耶穌 High Power 的改變大能

時間：逢星期一晚上 8時
地址：74 Cahors Road, Padstow, NSW
查詢：0420 201 232
預約：蔡志明牧師
輔導學碩士、註冊戒賭心理諮詢師

費用全免
誠意邀請你參加！

恩典基督教會 粵語主日崇拜 9:30am

兒童 國語及粵語班

招生 每學期\$105 九堂

幼兒3-4歲班 互動形式啟蒙學習 (週六 一小時課程)
小學生 提高聽、說、讀、寫能力 (週一至週五 (課後二小時課程))

中英雙語教學
經驗教師
規範課程
小班教學

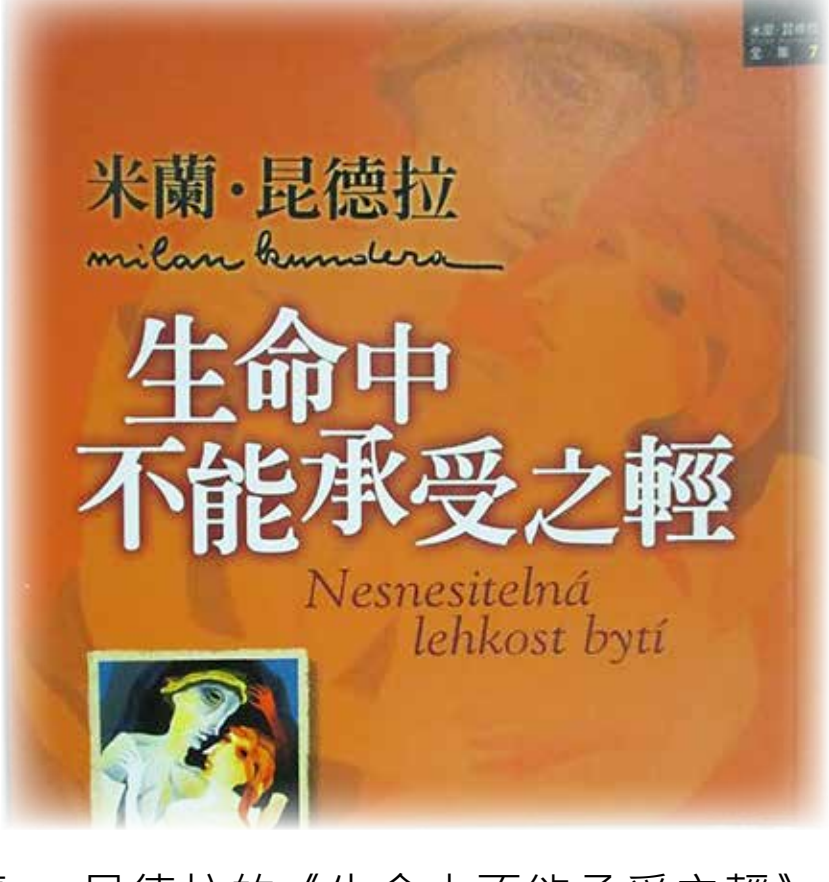
寄寄政府
Creative Kids 課程

恩典基督教會 74 Cahors Rd Padstow
0412 461 390 Vivian
0420 206 464 楊傳道
info@innerjourney.org.au
www.innerjourney.org.au

本校設有「課後功課輔導」

生命中的輕與重

宗琦



米蘭·昆德拉的《生命中不能承受之輕》，是他最具影響力的一部小說。題目就令人費解，按常理，不能承受的，應該是特別沉重的東西，何來不能承受之「輕」？這個「輕」到底指的是什麼呢？

米蘭·昆德拉 1929 年出生於捷克，1975 年流亡法國，後歸化為法國公民。這部小說於 1984 年以法語版出版。其獨特之處在於作者以小說的形式提出了一些哲學問題。小說描寫了醫生托馬斯與餐廳女招待特麗莎和畫家薩賓娜之間的情愛故事，但它其實是一部哲理小說。

人生的偶然性

小說中提到這樣的理念，過去的已經不復存在，將來的尚未到來，人只能也只要活在當下的每個瞬間。一個瞬間過去了，就消失了，不存在了，因此人生毫無意義，充滿了偶然。

主人公托馬斯對自己的人生便採取一種超然的態度，隨性而活，試圖過一種「輕」盈的生活。基於這樣的人生觀，他可以坦然地在與特麗莎結婚後，仍然保持與薩賓娜的所謂「性」友誼。特麗莎無疑受到了極大的傷害，但因深愛托馬斯，竟然天真地要去實踐，去驗證托馬斯的「靈與肉」可以分離的理論。托馬斯一面愛著特麗莎，一面卻無法面對特麗莎專注的愛情，仍然放縱自己，精神上不斷地被自己的兩面撕扯著。

輕與重的悖論

畫家薩賓娜是更具戲劇性的一個人物，她不斷地選擇背叛、逃離。與托馬斯相似的是，她無法面對弗蘭茨的溫情和忠誠，在短暫的戀情之後選擇突然離去。托馬斯和薩賓娜這兩個人物所崇尚的「輕」盈的人生，卻令他們深深陷入虛無的痛苦之中，反而成為他們無法承受的重擔。這便是小說展示給讀者的輕與重的悖論。

有趣的是，作者提出了關於人生的問題，卻沒有給出答案，亦或許他還沒有找到答案。文藝作品中往往因揭示出人性的多面和複雜性，引起讀者的思考而產生廣泛的影響。然而，令筆者好奇的是，人們可以抱著崇拜的心情反覆閱讀、深入研究、互相探討某一部作品，甚至嘔心瀝血，著書立說，以期找到一個理想的答案，卻不願讀一讀承載著屬天智慧的從上帝而來的人生說明書——《聖經》！

人被罪性捆綁

「因為世人都犯了罪，虧缺了神的榮耀。」（《羅馬書》三章 23 節）從《聖經》的教導來看這部小說中的人物，就不難看出托馬斯和薩賓娜都是被自己的罪性所捆綁，深陷其中，找不到出路。良知使他們對善有著天然的嚮往，但罪性卻又使他們難以面對真正美善的事物，不得不屈服於罪性而陷入罪中之樂，其結局必然是永遠的痛苦和毀滅。他們自以為「輕」盈的人生，實則是無比沉重的罪之人生。

信耶穌重變輕

怎樣才能有一個真正輕盈的人生呢？《聖經》給出了答案，耶穌說：「我心裡柔和謙卑，你們當負我的軛，學我的樣式；這樣，你們心裡就必得享安息。因為我的軛是容易的，我的擔子是輕省的。」（《馬太福音》十一章 29-30 節）。神藉著耶穌上十字架，救贖我們脫離罪的捆綁和轄制，使我們不再陷在罪惡的痛苦中。需要說明的是，神沒有應許信了耶穌你的人生就一帆風順，沒有患難和痛苦。相反地，我們可能需要經歷很多的試煉和試探，很多的艱難困苦，但是神有應許，若我們常在祂裡面，與祂有生命的聯結，再大的重擔我們可以交托給祂，相信祂的掌管和看顧，我們心裡就得享安息，世人以為的「重」，就變成真正的「輕」，這是另一種輕與重的悖論。

親愛的朋友，你是否願意過這樣一種看似沉重，實則輕省，有屬天喜樂的人生呢？🙏

雪梨機場巴士

機場接送至雪梨各區

手機：0403 183 648

email: airportshuttle@live.com.au

澳洲政府 NDIS 註冊 傷健人士交通接送及家居服務

Family Dental Centre

Dr. Jagar T. Hon
BDS Hons(Syd)
Dental Surgeon

英語、粵語、國語

1A CLARENCE ST., MERRYLANDS 2160
(next to Triple 333 Medical Centre)

tel: (02)9637 8833 Veterans' Affairs Local
fax: (02)9637 0833 Dental Officers

耶和華啊，我喜愛你所住的殿和你顯榮耀的居所。 —詩篇 26:8

來澳地產

Loyal Property Chatswood

Address: Shop 10A, "The Gallery",
445 Victoria Avenue, Chatswood NSW 2067
Tel: (02)94152890 Mobile: 0414 930 188

韓東明牙科醫生

雪梨大學榮譽牙科醫學士

Dr. Jagar Hon
DBS Hons (Syd)
Dental Surgeon

英語、粵語、國語

Shop 3, 71-73 Archer St., Chatswood 2067
Ph (02) 9884 8999 Fax (02) 9884 8059

Mon, Wed, Fri (am) & Alternate Sat.

胡錦堂 眼科視光師
Optometrist
Dr. Oliver Woo (B.Optom)(F.I.A.O)

角膜矯形近視治療專家
Orthokeratologist

原來我們不是顧念所見的，乃是顧念所不見的。因為所見的是暫時的，所不見的是永遠的。 —哥林多後書 4:18

1/201-203 Rowe Street, Eastwood 2122
W:9858 3314 M:0412 388 166
sydneyorthok@gmail.com

Maxwell Dental
馮子良假牙專門店

耶和華的名是堅固臺，義人奔入便得安穩。

●專營各類活動假牙
●即時修補 ●無須轉介

查詢：(02)9633 2322 手提：0416 277 882
網址：www.maxwelldental.com.au
地址：13/2 O'Connell St, Paramatta NSW 2150

DENTURE CLINIC

「角聲」38週年慶典

今年11月「角聲」慶祝38週年的慶典，因疫情不能舉行實體聚會，但預備了豐富的「視頻盛宴」，誠邀全球的「角聲」同工、協工、主內弟兄姊妹同享。從11月1日開始至11月28日（除26日外），分5個專輯，介紹角聲大家庭的過去、現在和將來：11月1-13日的13集「驀然回首角聲情」，穿越時光隧道，尋索角聲創立與成長的歷史痕跡；11月15-21日的7集紐約總部的事工，報導真人真事，活現關懷佈道事工；11月22-25日的4集全球事工巡禮，宏觀角聲關懷佈道，細看《號角》內部「機密」；11月27日的1集最新成立的角聲宣教士學院的今天與明天，加上11月14日的感恩年會和11月28日的閉幕禮，總共27集。所有視頻在Youtube每晚美東時間晚上七時半準時播出（可點擊網址 live.cchc.org 直接進入）。歡迎支持角聲事工，奉獻請點擊 ny.cchc.org/support。願上帝祝福過去38年所有幫助、支持、參與角聲事工，與角聲一同成長的教會和弟兄姊妹，我們期望帶著理想和創意，一同邁進角聲39週年！

澳洲生命樹宣教網絡

澳洲生命樹宣教網絡，遵照主耶穌的吩咐，往普天下傳福音，並與香港生命樹及不同國家的宣教機構緊密搭配，打開普世宣教之門。服事教會是我們的願景，我們會為澳洲教會舉辦宣教、聖經講座及靈修訓練等等，並為個別教會設計、提供合適的海外工場探訪，或組織短宣隊（宣教工場包括柬埔寨、印度、越南、緬甸及中國）。歡迎大家一起事奉，同心宣教。12月可以安排網上講座。查詢聯絡：Amy Ho 0414 322688。

聖誕鞋盒禮物送孩子

國際兒童聖誕鞋盒禮物行動 (Operation Christmas Child) 1993年開始舉辦，把愛心禮物（文具、生活用品、玩具等）和福音單張裝進鞋盒，作為聖誕禮物送給貧困地區的孩子，讓他們也能認識耶穌。今年在疫情嚴峻情況下不方便由教會收集，改在網上認購，每個聖誕鞋盒 \$25，可以選擇不同禮品，加上祝福的話語或《聖經》經文。弟兄姊妹可以在 www.samaritanspurse.org/occ 網上認購。

恩雨之聲節目

恩雨之聲節目旨在傳遞基督福音，其拍攝團隊走訪了世界各地，訪問紀錄了來自不同界別的華人，憑著信仰克服種種困難，活出不同人生的故事。不少觀眾和聽眾受節目內容感動，而改變了人生。恩雨之聲網站：<https://sobem.us/>，請點擊「下載恩雨之聲節目」，有國、粵、英三種語言多種分類的見證。

解憂專線

新冠肺炎疫情嚴重影響人們身心靈的健康。台灣基督教芥菜種會推出 Line 官方帳號「7885 芥助網解憂專線」，海外華人可打通這解憂專線，得到牧者一對一傾聽、代禱與陪伴。開啟 LINE APP，至官方帳號搜尋 ID: @187yfeyj，加入「7885 芥助網解憂專線」，免費通話或電郵獲得服務。另有英文 Facebook 詢問 <https://bit.ly/mustardTW>。



雪梨華人宣道會希伯崙堂
HEBRON CHINESE ALLIANCE CHURCH
SYDNEY OF C&MA AUSTRALIA

8.45am - 粵語崇拜 ◆ 11.15am - 普通話崇拜
9.15am - 英語崇拜 ◆ 4.00pm - 英語晚間崇拜

地址：51 Hawkesbury Rd, Westmead NSW 2145
電話：9687 1795
電郵：hebron@hcac.org.au 網址：www.hcac.org.au



雪梨華人宣道會希伯崙堂

現增聘一名半職牧者/傳道

希伯崙堂 (www.hcac.org.au) 位於雪梨西區 Westmead 地區，共有國、粵、英四堂崇拜。為配合普通話堂牧者牧養，尤其是中青年事工的發展，現增聘一名半職牧者/傳道。應聘者須有福音派神學學位，可操流利普通話，並能用英語溝通。

有意者請將履歷電郵至 hebron@hcac.org.au



哥頓浸信會粵語堂

誠聘一位全職(或接近全職)牧者牧養粵語堂會眾，負責講道、培訓、帶領小組和探訪。申請人必須是澳洲居民，具神學訓練，為成熟基督徒，有服侍教會經驗和團隊精神，注重教會合一，通曉中、英文並能說流利粵語和英語。

詳程請參閱本教會網站 www.gordonbaptist.org.au/pastor_c 和聯絡 John Merchant 主任牧師 (電話：0425 350 615)

預防精神健康出狀況

角聲家庭中心

疫情之下，孤獨、焦慮、壓力及經濟下行，要預防心理健康傷害

疫情造成的社交隔離、孤獨、焦慮、壓力以及經濟下行，傷害了人們的心理健康和幸福感。



現實與警示

8月，美國國家疾病防治中心 (CDC) 發表的調查顯示，6月底在以 5,400 多人為對象的訪問中，有 40.9% 的被訪者報告精神有困擾或有使用藥物，其中 30.9% 的人有焦慮或抑鬱症狀，是去年同期的三倍以上！10.7% 的人曾認真考慮過自殺，其中 18-24 歲的年輕人比例更高達 25.5%。一些特定的族群受影響更大，包括年輕人、少數族裔、必要工作者、不受薪成人照顧者。

澳洲生命熱線 (Lifeline Australia) 8月底報告，平均每 30 秒就有一人致電這個自殺輔導熱線，求助個案比疫情前增加了 25%。悉尼大學最近的研究也預警，如果疫情影響持續，未來五年的自殺數目至少會增加 13.7%。同樣，美國的自殺求救熱線 (National Suicide Prevention Lifeline)，從 3 月到 5 月，電話量增加了 18%。

在疫情籠罩下，尋求心理治療及家庭輔導個案攀升，離婚率在增加。3月，中國大陸疫情剛穩定下來，預約離婚者爆滿；美國小型研究報告顯示，離婚率增加 34%。家暴、兒童和長者受虐個案也大大增加。這些讓人觸目驚心的數據的背後，都顯明大眾的個人心理健康和人際關係出現了嚴重問題。

及時覺察

在精神健康出現狀況之前，如果能及時覺察，提早預防，可以避免惡化，及時治療。大家可以對照下列簡單清單作自我檢查，如果有 2-3 種或以上症狀，就需加以注意，調整生活：

情緒——情緒不穩；焦慮；抑鬱；容易激怒；麻木

身體 / 生理——難以集中精神，頭痛；睡眠質素下降；呼吸困難、心悸；肌肉緊繃、震顫；腸胃問題，胃痛，腹瀉，便秘

思想——過度擔憂，如一天內重複數十次擔憂疫症的思想；災難性思想；心神恍惚，心不在「現在」；負面思想

行為——重複行為；出現小意外；逃避行為；失去興趣，沒有動力做事情

預防小問題積累成病

精神健康出現問題的人，多數是身在其中不自知。如果覺察身邊有家人或朋友出現異常狀態，特別是社交、學業或人際關係出現問題，就應該給予關心，建議並鼓勵他們去看醫生或輔導員。許多臨床病人，其病情都是從小問題積累成大病。

疫情中如果有家人或朋友去世，無法親自告別，處理哀傷是個艱難的過程，特別是如果有未處理的內疚、虧欠，就應該儘快尋找輔導，及時得到幫助，平安地走過哀傷路。☺



沐恩國語聚會

Abundant Grace Mandarin Assembly

虹思彼堂 Hornsby Congregation **必樂福堂 Beecroft Congregation**

每主日上午九點開始崇拜 設有兒童主日學
25 Edgeworth David Avenue Hornsby 2077

每主日十二點始崇拜 設有兒童主日學
111 Beecroft Road BEECROFT NSW 2119

孫牧師 Reverend Caleb Sun

電郵: caleb_sun@hotmail.com

手機: 0402-478-226



雪梨中央浸信會

Central Baptist Church Sydney

培育薪火相傳的門徒

粵語崇拜 上午 9 時、下午 4 時 30 分

國語崇拜 上午 9 時

英語崇拜 上午 11 時

服侍唐人街及鄰近居民

619 George Street, Haymarket, NSW 2000 聯絡電話: 02 9211 1833 網頁: www.centralbaptist.org.au



基督教百思道華人公理會

Padstow Chinese Congregational Church
9 Gatwood Close, Padstow NSW 2211

歡迎參加小組聚會，有關時間及地點等詳情，請洽詢：

堂主任：姚正魁牧師 手機：0438 382 008

英語堂牧師：Rev. Alan Best 手機：0414 887 198

中文堂牧師：薛從愛牧師 手機：0402 481 915

國語牧師：林守旺傳道 手機：0433273589

查詢電話：謝麥靜嫻姊妹 02 9785 2377, 0433 025 973

教會網站: www.padstowchinesecong.org

粵語崇拜	星期日上午	9:00
英語崇拜	星期日上午	11:30
國語崇拜	星期日上午	11:00
教會祈禱會	逢星期五晚上	8:00
守望禱告會 (國、粵語)	逢星期三早上	10-11:30

說「笑」

關雄才

根據字典解釋，笑是一種心理狀態的表達。在一般情況下，笑多是用來表達高興和快樂，但笑有正面意義，也有負面意義，有真的一面，也有假的一面。另外，笑還有治病之效！

會心一笑

一個天色陰暗的星期天早上，陳牧師看見會眾中有人打瞌睡。他想幫助會眾提高聽道的興致，便問大家：「有誰希望在息勞離世後上天堂的，請站起來！」會眾們一個接一個地站起來，有人還順勢伸展一下筋骨。為了確定大家的答案是出於內心，而不是跟風，他又問會眾：「有誰不想上天堂的，請站起來！」各人左顧右看，沒有人站起來。牧師便說：「非常好！」

正當他打開《聖經》準備講道，坐在最後一排的彼得站了起來。牧師問他：「你不想去天堂嗎？」彼得回答：「不是！」牧師問：「那你為什麼站起來呢？」彼得回答：「只有你一個人站著，我不想你孤身獨行，所以我也站了起來！」眾人會心一笑。

買笑代價

古時有一位周幽王，他娶了一位貌美如仙的貴妃，但她終日都面無笑容。為了博美人一笑，周幽王烽火戲諸侯。明明天下太平，他卻燃點救國訊號的火把，號召四面八方的友邦和諸侯們，帶著千軍萬馬趕來營救。見到各地諸侯受騙，貴妃真的笑了。這一笑的代價卻不小。若干年後，有外敵來侵，周幽王再次燃點火把求救。然而，諸侯們不再信以為真，沒有派兵來救他，國家也因此滅亡了！這是「美人笑一笑，江山都不要」的真實故事。

在現今的世代裡，亦有很多人會利用各種形式的笑，去博取上位（想出人頭地），求得榮華富貴，但請大家要深思切記，凡是不用正當途徑去獲得的東西，都是沒法久享的。

以笑治病

通常去探望病人時，如果對方病情不嚴重，病人會對我們報以微笑；如果病情十分嚴重，病人會面有愁容。其實病情越深，對應的笑容亦要加深，這個時候大笑甚至乎狂笑，才是正確的對應辦法。筆者明白這種說法聽起來有點荒謬。

舉一個例子，在寒冷的天氣中著涼，若是打幾個噴嚏，身體會感覺變暖了，之後噴嚏和鼻水也會停止。這是什麼道理呢？沒有吃藥，單憑一個動作，就可以醫治疾病嗎？原來在身體內，有一個機制是用來抗病的，打噴嚏只是其中一個機制。再如傷心悲痛時的哭泣，會把痛苦程度減低，這也是很多人都有過的經驗。

其實笑與打噴嚏屬同一機制，笑得適當，可以改善某些病狀，只不過大部分人都忽略了它的奇妙功效，真是有點兒可惜。簡單來說，笑有助於體內交感神經與副交感神經的平衡，能夠維持體內各樣的生理和心理上的正常運作，本來就是身體用來防治疾病的本能。以笑治病，雖然是一項未被深入研發的科學，但它確實存在著。正如《聖經·箴言》十七章 22 節：「喜樂的心乃是良藥」。

良好有功效的笑，亦是需要經過學習和鍛煉之後，才會有顯著效果的，因此要常常喜樂。耶穌基督叫我們要將重擔交給祂，祂又賜給我們生活上的喜樂，我們要欣然笑納，並要深入明白它的含義。



澳洲基督教播道會靈福堂
Evangelical Free Church of Australia

本堂主日崇拜聚會時間及地點：

9:00am (粵語)	Zenith Theatre, Cnr. McIntosh St & Railway St, Chatswood
11:15am (粵語)	Chatswood
9:00am (國語)	Chatswood Public School, Cnr. Pacific Hwy & Victoria Ave, Chatswood
11:00am (English)	28-30 Wellington Rd East Lindfield

另設兒童主日學、成人裝備課程、福音探索及分齡團契活動
Address: 28-30 Wellington Road, East Lindfield 2070
Tel: 02 9415 6044 E-mail: lindfieldoffice@efca.org.au

愛神愛人，榮神益人；立己立人，專主救人

連結基督 活出 使命 人生

北雪梨華人宣道會
NSCAC North Side Chinese Alliance Church

星期日聚會一覽

- 9am: 粵語堂、英語堂崇拜 兒童主日學
- 11am: 粵語堂、國語堂崇拜 兒童主日學、歲半至三歲幼兒活動
- 1:30pm: 青成主日學

(週間有各年齡團契/小組、祈禱會等聚會)

59 Carlingford Road, Epping NSW 2121
9868 7003 www.nscac.org.au

澳洲基督福音堂
CECA PETRA CHURCH

Sunday Service 誠意邀請 你 WELCOME 參加我們的聚會 CECA

主日崇拜：(粵語、英語) 週日早上10時
兒童聖經樂園：AWANA Clubs (適合5-11歲)
青少年崇拜：為6-8年級學生而設

聚會地點：Mt St Benedict College, 449C Pennant Hills Road, Pennant Hills, NSW 2120
聯絡牧者：李盛強牧師，丘以琳牧師，李趙妙芬傳道，賴頌恆傳道
辦公室地點：Unit 8, 172-176 Rowe Street, Eastwood, NSW 2122
電話：0433 570 333
電郵：ceca@christ.org.au 網址：www.christ.org.au

蜜汁燒雞翼

曾太

我這道蜜汁燒雞翼（翅膀）的故事，要從我家附近那家曾經紅極一時的咖啡廳說起。

那是一家店面不小的咖啡館，疫情以前，顧客盈門，週末還有駐場樂隊演唱助興，可謂是熱鬧非凡。

可是，不知什麼原因，這家咖啡館在疫情到來之前，就突然關門了。大概關閉前一個月吧，咖啡館忽然掛出一塊很大的招牌，說他們新創的美味醬汁燒雞翼，只賣 50 仙（5 毛錢）一隻。

這真是不可思議的低價錢。我每次經過，看見顧客進去都 10 隻，20 隻，甚至幾十隻雞翼地點來吃。看見很多食客都吃到舔手指，我們一家也忍不住誘惑，進去光顧了一回。兒子也照樣吃到舔手指，一個勁地誇味道特別好。

咖啡館關門不久，疫情就襲來了。我們不敢外出餐飲，眨眼之間就過了半年之久。吃家裡的飯久了，兒子又想念起曾經在外面品嚐過的美食來。

一日，一家人吃過晚餐，在飯桌旁聊天，兒子聊起了那家咖啡館的雞翼，又嘴饞想吃了。聰明的他不直說，而是這樣問我：「媽，我覺得你也能夠做出這麼美味的雞翼來，真的，我對你有絕對信心。」

兒子這句話說得很好聽，但為娘的我怎能不知道，他這是想吃燒雞翼，哄我給他做來吃的激將法罷了。

不過，話說回來，就這麼一道燒雞翼，怎麼可能難得倒我呢？記得小時候在娘家，我們在後院燒雞翼，其中兩項主要醬料是必不可少



雞翼切兩半、蜜糖、醬油、麻油、薑蓉、胡椒粉和鹽

的，那就是蜜糖和醬油，其它則可以根據個人喜好添加進去。

按照這個思路，我設計自己的配方是這樣的：

蜜糖，半杯；
醬油，四分之一杯；麻油，一茶匙；薑蓉，一湯匙；胡椒粉和鹽，少許。

雞翅膀的份量：買八隻雞翅膀，切掉尖頭部分，再從中間關節下刀，將其一分為二，總共有十六塊雞翼。

這道蜜汁燒雞翼的做法非常簡單。步驟如下：

第一步：切好雞翼，洗淨待用。另準備一個碗，倒入蜜糖、醬油、麻油、胡椒粉和鹽，將所有材料攪拌均勻。



先做腌料。將蜜糖倒入碗中，然後依次醬油、麻油和其它

第二步：將攪拌好的醬汁一分為二，一半用另碗盛好，放入冰箱待用。另一半則倒入雞翼內，攪勻，放入冰箱，腌製一夜。



像這樣將所有用料倒入碗中，用匙羹攪拌均勻

第三步：第二天，需要吃之前，要將雞翼從冰箱拿出來，在室溫中放置 30 分鐘解凍。烤爐溫度設定為 200 攝氏度。腌製過一夜的雞翼，放在烤盤上，送入爐中烤 20 分鐘，拿出來，翻面後再烤 15 分鐘。如果希望雞翼的顏色更深一點，多烤 2 分鐘也無妨。



醬料拌好後，一半放冰箱，另一半淋在雞翼上

第四步：另一碗調好但未用的醬汁，用小鍋放置爐上，用中火煮成濃稠的醬汁。待雞翼燒好拿出來時，淋在雞翼上，即可。



雞翼腌製一夜後，才放入烤爐燒烤

這道美味小食，成本低，用料在市場都容易買得到，加上不難做，非常適合大家庭或多人聚會時烹製，快捷方便，口齒留香。

毫無懸念地，兒子又吃到舔手指了。



烤雞翼同時，將另一半醬料煮成濃汁



雞翼燒好了，配上一點涼菜，來品嚐吧！

華澳浸信會展愛堂
Chinese and Australian Baptist Church – West Ryde

主日崇拜地點		週間社區活動	
1 Reserve Street, West Ryde 9:15am 粵語早堂崇拜 11:00am 國語崇拜	Marsden 中學 Winbourne Street, West Ryde 9:15am 英語崇拜 11:00am 粵語午堂崇拜	星期一 金齡之家 (10:15-12:30) 星期三 兒童遊戲組 (10:00-12:00) 星期四 樂齡中心 (10:00-12:00) 星期五 興趣班 (10:00-12:00)	

歡迎參加

1 Reserve Street, West Ryde, NSW 2114 聯絡電話：(612)9804 0052 電郵聯絡：office@cabcc-wr.org

「盜賊來，無非要偷竊，殺害，毀壞；我來了，是要叫羊(人)得生命，並且得的更豐盛。」(約翰福音10:10)

十一月份主日崇拜將會實體及網上同步進行：週日早上9:00(英語)、10:15 (粵語)、11:00 (國語)

華澳浸信會展信堂
Chinese & Australian Baptist Church - Thornleigh

主日				週間活動	
粵語	Eng	國語	English		
9am 查經班	Worship	崇拜	兒童主日學	星期三	國、粵/兒童樂園 10:00am
11am 崇拜	Bible St	查經班	兒童主日學	星期三	英語大專/職青 7:30pm
3pm 崇拜	Bible St		兒童主日學	星期四	樂齡中心/粵職青 10:00am/8:00pm
5pm 查經班	Worship		兒童主日學	星期五	粵國英 / 青年團契 7:30pm - 10:00pm

社區短訊

資料蒐集／關公關 文字整理／莊捷

新冠引發精神健康問題

一項對超過一萬名澳洲工人的調查發現，2020年報告遭遇精神健康狀況的工人數量上升9%，超過1/4精神健康狀況不佳的人是在病毒大流行期間第一次出現這種情況。來自運輸郵政和倉儲行業的工人表示，承受的壓力最大，其次是公共管理和安全及零售業的工人。

國會通過預算減稅草案

聯邦預算減稅草案獲國會通過，數以百億計規模的商業和個人所得稅獲得減免，約1,010萬澳人將從中受益。按照預算中提出的減稅計劃，將提前實施原定2022年開始實施的收入稅減免計劃，以及暫時維持針對中低收入者的過渡性一次性措施，旨在讓中低收入者盡早感受到減稅的好處。

政府投資恢復悉尼活力

新冠大流行迫使悉尼市中心進入了冬眠期，為恢復城市活力，讓人們有工作，讓商家有生意，新州政府承諾提供1,500萬元，市議會提供500萬元，用於一系列的激勵措施，以鼓勵更多的人來市中心吃飯、購物、享受生活。新州政府和市議會正通過一系列的資金選擇來支持此活力動議。將在市中心主要地點設立戶外表演舞台，為現場音樂表演，場館、酒吧和餐館的演出提供資金。期望在今夏，使悉尼成為一個24小時開放的戶外城市。

悉尼政府提供免費口罩

悉尼市政府向社會福利住房居民、寄宿公寓住客和露宿者免費發放了2萬3千個口罩。這些布製的可重複使用的口罩，是由三層材料製成，符合世界衛生組織的要求。這一舉措為新冠疫情下，最需要扶助的社區，最脆弱的群體的健康安全提供了支持，希望有助於減少新冠病毒的進一步傳播。

澳洲公民入籍考試改革

澳洲公民入籍考試將更重視澳洲價值觀認同。相關澳洲價值觀的題目，會圍繞學習英語、婚姻選擇自由、宗教觀點和家庭暴力而設計。同時，入籍考試也將更加重視英語。學好英語符合移民的利益，符合澳洲的利益，這將有助於幫助人們找到工作養活自己，而不必依賴福利。

新手術療法治療睡眠呼吸障礙

阻塞性睡眠呼吸暫停症，是一種潛在的嚴重睡眠障礙，在男性中更為常見。患者的呼吸會反覆暫停和開始，使他們在睡眠中出現大聲打鼾，和即使睡了一整晚也感到疲憊的症狀。目前唯一的解決辦法是在晚上使用呼吸輔助設備。一種新的外科技術，將為該病患者帶來新希望。手術通過切除扁桃腺，重新定位上顎和處理舌頭，以打開氣道，減少阻塞，改善呼吸道，從而大大減少夜間呼吸暫停的次數，改善白天嗜睡症狀和生活質量。

霹靂鎮華人基督教會
Blacktown Chinese Christian Church
3 George Street Blacktown 2148 Ph. 98312000 & 96213911 (Ph & Fax)

星期日國、粵、英語。兒童(K-Yr.6)敬拜上午9:45-11:15
兒童樂園(2.5-5歲)上午9:45-12:30
主日學(成人、青年、兒童)11:45-12:45
周間:兒童樂園、姊妹組每周四上午10:00-12:00
長者園地:每月第一、第三周之星期五上午10:00-12:00

Email: blacktownchurch@gmail.com

雪梨華人福音教會
Sydney Chinese Gospel Church Inc.

地址: 33 Henry Street, Five Dock Public School, Five Dock, NSW 2046

粵語崇拜 Cantonese Service: 9:00AM
英語崇拜 English Service: 11:00AM
兒童主日學: 9:00AM
成人主日學: 11:00AM

聯絡: 陳鈞智牧師 0415 342 087
或 詹偉龍傳道 0409 047 861
www.scgc.org.au

好士圍聖公會 (南區)
St George's Hurstville Anglican Church
2 The Avenue, Hurstville, 2220
www.stgeorghurstville.org.au

榮耀神 愛鄰舍 造就門徒

英語崇拜(ENG): 8:00am 粵語崇拜: 星期日 9:30am
星期日(SUN) 9:30am 國語崇拜: 星期日 11:00am
11:00am

主任牧師: 董宏瀚牧師 Rev. Brian Tung 0411 380 233
粵語: 梁祥祐牧師 Rev. Albert Leung 0410 625 648
國語: 陳立兵牧師 Rev. Victor Chen 0422 188 102
英語青年: 林志麟牧師 Rev. Alan Lam 0403 191 552

聖公會格蘭維馬可堂
St Mark's Anglican Church
39 Jamieson St. Granville 2142
Tel: 9637 1073
Email: stmarks.granville@gmail.com
中文堂主任: 譚提多牧師
M: 0497 052 993

英語崇拜 禮拜天 早上 9:00
現代英語堂崇拜 禮拜天 早上 11:00
粵語崇拜 禮拜天 早上 11:00
華語早堂 禮拜天 早上 11:00
華語晚堂 禮拜天 下午 5:30

坎培拉華人基督教會
CANBERRA CHINESE CHRISTIAN CHURCH
敬拜真神 Worship 造就信徒 Discipleship 廣傳福音 Outreach

主日崇拜早上十時正
粵語、普通話、英語三堂崇拜

地址: 56 Dryandra Street O'Connor ACT 2602
電話: (02) 8123 2161
網址: www.canberra-ccc.org
電郵: pastorcm@canberra-ccc.org

勤洗手 — 保護自己和他人

- 常使用肥皂和水洗手，時間不短於20秒，特別是當您出入公共場所後，或者擤鼻涕、咳嗽或打噴嚏之後。
- 如果無法立即找到肥皂和水，可使用酒精含量至少為60%的免洗手消毒液。將其塗滿您的雙手，然後雙手相互揉搓揉乾。
- 避免用未洗過的手接觸眼口鼻。

兒童村裡脫胎換骨 大學畢業心存感恩

劉美章今年 23 歲，是 2005 年第一批進入三明市角聲華恩兒童村的孩子。他於 2016 年，考上福州大學至誠學院，主修機械設計製造自動化。2020 年 6 月，順利拿到工科學士學位；目前是福州市閩侯縣一家生產石材礦山切割機器廠的國際銷售工程師。他寫信感謝兒童村說：



「今年在疫情之下，我順利大學畢業了！我們沒有畢業合照，也沒有校長的畢業演講與祝福；這讓我認識到大學畢業，不是一個榮耀的象徵，卻意味著我們要更加謙卑，用我們的專業去服務社會。在大學的四年裡，我有很多收穫，也有很多遺憾，但一路走來，處處充滿了感恩！」

「過去兒童村的生活，改變了我的人生。我得到更好的學校教育環境，讓我更認真去學習。小時候在農村裡，我不得人喜歡，與別人玩遊戲耍賴、喜歡將別人的汽車輪胎放氣、又常常逃學.....兒童村在我個人的品德、性格塑造上，給予很大的幫助。正是在這樣環境的基礎上，我才能夠有機會考上大學。我是村裡同齡人中僅有的幾個大學生之一，其他的人由於學習環境不佳，很早就輟學去打工了。」

「兒童村是我生命中一個很大的轉捩點，在集體生活的環境下，我學會分享，學會服事，能夠笑著去面對困難的處境。但離開兒童村，我發現自己存在很多的不足，沒有理財的意識，以至不會智慧去管理錢財。我發現自己從前的自律生活，來自於制定好的規則，以至出來生活的節奏，有些亂了套.....因此，更懷念兒童村對我無微不至的關懷。」

「在大學生活，由於離開了三明市，漸漸與兒童村減少了聯繫，但兒童村為我打下的良好基礎，令我終生受益！大學裡我最大的遺憾，是為經濟需要，而花費了很多時間。最大的收穫，是能夠找到自己的信仰。在高中的時候，我得到香港一對夫婦的資助，他們一直用愛心關顧我，在人生困惑時，也得到他們智慧的指導。」

「高考過後，他們向我傳福音，並給了我一本《聖經》，讓我對信仰有了更多的追求。由於相隔遙遠，在他們的鼓勵下，我找到了學校的團契。我們一群年紀相仿的弟兄姊妹，在信仰上有很多交流，讓我更認識耶穌，對自己的生命，也有了新的認知。每週的週二、週五，我都會參與團契的查經禱告，雖然現在依舊會有軟弱，但在弟兄姊妹互相勸勉下，屬靈生命得到成長。」



「現在，我開始出來工作，要面臨很多挑戰，也常常遇到各種試探，需要做出智慧的調整。但無論處境如何，我仍能保持感恩與喜樂的生活態度，立志幫助有需要的人，將這份從天而來的愛延續！」

看到美章的信，感觸良深！深感大家為特困兒童付出的愛心，沒有白費，而且生出美滿果效！角聲、華恩中國兒童事工，是值得大家支持的！親愛的讀者，如您願意加入助養行列，善款支票抬頭請寫：CCHC，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 alice.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：_____ 電話：_____

地址：_____

電郵：_____

請在適合的口內加上：

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。

Ashfield Address
19 Holden Street, Ashfield,
NSW 2131 (Cnr Holden &
Norton Streets)
Tel (02) 97990340

Ambassadors Gospel Bookshop
國際使者福音書室

Specialising in English and Chinese
Bibles, Christian Books, Gifts, Audio,
Videos, Multimedia Products and more

專營：中、英文聖經、基督教書籍、
精美禮品及多媒體影音光碟等

週一至六 Mon-Sat 10:00am-5:00pm

澳洲基督教播道會頌主堂
Praise Evangelical Free Church of Australia
1 Hunter Ave., Matraville, NSW 2036
(02) 9345 8988 <http://www.efca.org.au/praise>

主日崇拜：上午十一時正（粵）

另有兒童主日學及不同團契活動

堂主任：丁振華牧師 0416-775520；
電郵 richardding_2@hotmail.com

South-West Evangelical Church
西南區基督教會

主日崇拜 (國語) 兒童主日學 (國語/英語)
9:00-10:30

主日崇拜 (英文) 兒童主日學 (英文)
11:00-12:30

青少年團契 - 周五晚上 7:00

地址：4 Morgan Street, Kingsgrove, NSW 2208

道旺浸信會
Toowong Baptist Church

華語主日崇拜 9:00am
英語主日崇拜 9:00am
粵語主日崇拜 10:45am

備有兒童主日學與主日崇拜同步進行。
教會亦備設聖經輔導服務，歡迎致電查詢。

地址：5 Jephson St (Cnr Sylvan Rd & Jephson St)
Toowong Q4066
電話：(07) 38711022
網址：www.toowongbc.org.au
電郵：info@toowongbc.org.au

宣道會樂思堂
Rhodes Alliance Church

普通話/粵語崇拜
每週六下午 5:00-6:30

地址：Rhodes Community Centre,
63 Blaxland Road, Rhodes

電話：0490 508 198
電郵：rhodes@rac.org.au

基督教當威長老會中文堂

成人主日崇拜(華語)：(附有兒童主日學)
逢星期日早上 9 時至 10 時 30 分

聚會地點：684 Elgar Road, Box Hill North 3129

義務牧師：鍾富力牧師(0426 732 069)
部分時間傳道：張少珊傳道(0438 989 960)
電郵：donvale.chinese.pc@gmail.com

一生讚美唱不停

文／南丘
圖／潘增雄、南丘

「是自己的手，是自己的手，放下了世上的享受；
是自己的腳，是自己的腳，甘心到苦難的道路上來
奔走。」



台上，大合唱氣勢磅礴；台下指揮情緒跌宕。當這篇《無名的傳道者》組歌，唱到最後一首主題歌時，指揮轉過身來，邀請在場所有會眾一同起立，以高聲頌唱來作回應。

此刻，只見他將手臂，在空中有節奏地揮舞著，彷彿帶出一股強風，將整個會堂翻江倒海，掀起層層歌聲的巨浪。

曲終人散的時候，無名的傳道者那顆火熱的心，甘願為福音奉獻自己生命的血脈意志，已經感染了許多愛耶穌的弟兄姊妹。同樣地，我們的指揮潘增雄弟兄，也是因著這樣的感動，用自己的生命，為福音歌唱。

童年不幸卻早得福音

潘弟兄有段困苦童年。他出生在香港，父親在他出生後不久，在正值火紅年代之時回鄉探親時被抓去坐牢，以莫須有罪名，一關就是 20 多年。母親含辛茹苦，獨力撫養他和兄弟姊妹們，逐一長大成人。

由於母親每天要外出打工養家，潘弟兄的童年歲月，大都是被鎖在家裡度過。約七、八歲的時候，母親終於熬壞了身子，被確診患上了鼻咽癌，除了要住醫院治療之外，也需在家中休養一年多的時間，潘弟兄因此而有機會隨鄰居阿婆到教會參加主日學，這是他第一次接觸基督教，在缺了地上父親時，認識到有一位在天上的父親。後來母親康復了，恢復工作，潘弟兄又再被鎖在家裡，不能再上主日學了。

數年之後，一群從瑞典來的宣教士在區內開設了一所宣教為本的青少年中心，潘弟兄自此就成了這個新成立的教會內，眾多活潑少年人之中，一位愛唱讚美詩的小男生。潘弟兄 12 歲時決志接受耶穌為個人救主，14 歲受浸歸入主的名下，困苦的童年反而造就了認識耶穌的機會，這都有天父的美意。因為愛唱讚美詩，他自少參加教會詩班，還加入了中學生基督徒合唱團，在歌聲中成長。



約 18 歲那一年，香港建道神學院教務主任胡問憲牧師，剛剛為仍關押在獄中的中國宣教士邊雲波弟兄，在 40 年代創作的長篇敘事詩《獻給無名的傳道者》，編寫完配樂和唱曲，歌本還是用油墨刷印在粗糙的牛皮紙上。長詩中宣教士不畏艱難、赤膽忠心的精神，讓潘弟兄內心感到熱血在奔湧。那一年，他第一次接觸這套組歌，在詩班裡獻唱。自此，被「無名傳道者」燃燒起的熱火，就再沒有熄滅過，並伴隨他在事奉上帝的人生路上，越過千山萬水。

青春美妙還贏得愛情

青春時期的潘增雄，更是把自己的熱情與精力投入到詩班和合唱團當中，也在合唱團中認識了現在的太太，小倆口在詩班裡同聲讚美上帝。

潘弟兄首次接觸合唱指揮，是由於教會詩班的指揮離職，需要找人暫代。潘弟兄就被推選上了指揮台，開始在詩班裡初試牛刀。隨後，上帝又為他開路，讓他摸爬滾打，不斷淬鍊。

當時，香港華人基督教聯會，在崇基學院舉辦首屆音樂營會，全部由資深的音樂導師來教學。包括撰寫與出版過多部研究聖樂書籍的著名音樂導師羅炳良博士；著有《管風琴的演繹》，並灌錄過《讚美上主》管風琴聖詠曲的管風琴大師劉善言博士；還有享譽國際的指揮家黃永熙博士等。對於年輕有抱負的潘弟兄來說，這是一次多麼難得的學習機會。感恩獲友人的推薦，他以音樂營工作人員身分，不僅免費參加了營會，學到聖樂方面許多知識，還認識了一群志同道合的音樂學院學生，為日後更高要求和更有水準的聖樂事奉打下了基礎。



聖樂營會一共舉辦了兩期，每期他都作為工作人員參加。營會後更與營中所認識的弟兄姊妹們成立了 Hong Kong Christian Chorale 合唱團，以唱古典聖歌為主，其後也參加了由羅炳良博士親自擔任指揮的「學士合唱團」，體驗「多調性」和「無調性」等多種現代音樂表現形式，在更廣闊的音樂領域裡面讚美上帝。透過參與專業水平的聖樂事奉，加上虛心的學習，潘弟兄在音樂的事奉上，一路蒙上帝的帶領，經歷主的恩典。

技術水平提高之後，潘弟兄回頭才發現，自己過去較多關注技巧方面的演繹，欠缺了用心靈去表達讚美之情。發現問題後，他更多參與教會的查經團契，禱告與靈修，潛心研讀《聖經》，一步步地貼近上帝，與上帝的關係更親密。



經歷過從技巧到心靈表達的改變，潘弟兄不再感覺唱聖詩是表演，而是將心奉獻給天父。每次演唱，他都儘力去傳達福音的好消息，將天國的信息注入每位聽眾的心裡。

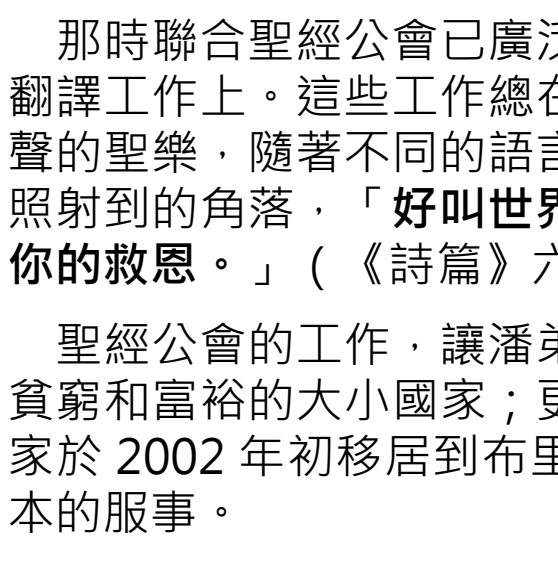
潘增雄為讚美上帝奉獻青春，上帝也讓他的青春充滿豐盛喜樂和平安。

聖經工作仍不忘唱詩

儘管潘增雄在聖樂上奉獻了大量時間和精力，但那畢竟不是一項職業。

七、八十年代的香港，正值經濟騰飛黃金時期，生活節奏非常緊湊，人們的眼光也非常「現實」，年輕人不懂得一技傍身，幾乎無法在社會上立足。潘弟兄愛上帝，自然有上帝保守。他找到的第一份工作，是當時並不起眼的電腦房操作員。

如今電腦早已個人化和小型化，甚至手機的功能都已經非常強大，但回想上世紀 80 年代初期，電腦的硬盤驅動器，是安裝在一個房間裡，需要專人服侍的巨大精密儀器。因為入行早，潘增雄從僱主方面獲得特別的培訓，取得專業資格，又繼續深造，完成大學專業課程。



在上帝奇妙的帶領之下，潘增雄加入了全球最大的，以翻譯、出版和推廣《聖經》為主的機構「聯合聖經公會」，用電腦的知識，繼續謙卑地服侍上帝。

那時聯合聖經公會已廣泛地使用電腦在《聖經》的翻譯工作上。這些工作總在安靜狀態下進行，卻像無聲的聖樂，隨著不同的語言符號，飄向各個未被陽光照射到的角落，「好叫世界得知你的道路，萬國得知你的救恩。」（《詩篇》六十七篇 2 節）。

聖經公會的工作，讓潘弟兄眼界大開，也讓他跑遍貧窮和富裕的大小國家；更因工作的關係，潘弟兄舉家於 2002 年初移居到布里斯本，在新家園裡繼續原本的服事。

2010 年，被譽為「香港文化使者」的葉氏合唱團，來澳洲訪問，並希望與當地基督教會的合唱團合作演出，這是潘弟兄首次參與布市教會以外的基督徒合唱。接下來，又在上帝奇妙帶領下，潘弟兄輾轉承擔了「布里斯本基督徒聖樂佈道團」指揮一職。

2018 年初，傳來《獻給無名的傳道者》的作者邊雲波弟兄安息主懷的消息。「基督徒聖樂佈道團」除了為邊老的一生感恩之外，也盼望能把《無名的傳道者》的精神承傳下去。終於在 2019 年成功地舉行了四次《無名的傳道者》的獻唱，把詩歌重新演繹，介紹給新一代的民眾。

演出猶如一石激起千層浪，感動了不少牧者和基督徒，墨爾本方面也發出邀請，希望一同獻唱這首組歌。儘管受到疫情限制，合唱團無法正常訓練和如期赴墨爾本獻唱。不過，作為樂團指揮的潘弟兄卻沒有閒著，他正殷切禱告，努力構思，準備在疫情過去之後，能有更精彩、更震撼的演唱。

願上帝與他同在！🙏

