

[返回號角主網頁](#)

- | | | |
|--------------------------|-----------------------|----------------------------|
| 1 專題 主題： 居家與工作 | 14 生命線 休息：強制執行的智慧 | 27 談文說藝 談歌說愛 |
| 2 專題 信靠上主 安居無虞 | 15 生命線 耶戶被膏立為以色列王 | 28 健康寶庫 土豆的營養價值與功用 |
| 3 專題 悉尼房市解讀 | 16 智慧之窗 和好的信息 | 29 健康寶庫 如何有好的睡眠？ |
| 4 專題 投資的首選之地 | 17 昆士蘭專頁 商泉全新聖樂專輯 | 30 美味人生 鳳梨蛋糕 |
| 5 專題 疫情改變置業心態 | 18 昆士蘭專頁 新堂落成頌主恩 | 31 生活資訊 社區短訊 |
| 6 專題 隨遇而安——入住退休村 | 19 昆士蘭專頁 清明節遇上復活節 | 32 愛心匯點 媽媽不辭而別 夢瑤自強不息 |
| 7 專題 秋風秋雨話當年 | 20 墨爾本專頁 教會與社會 | 33 雲彩集 子承父志 傳揚福音 |
| 8 專題 房情與世情 | 21 墨爾本專頁 神的意念 人的道路 | 34 教會消息 澳洲傷健家庭福音團契紀事 |
| 9 社區迴響 誰想做百萬富翁！ | 22 雲彩集 天國博士席伯斯 | 35 教會消息 「如何有效關顧長者」培訓課程 |
| 10 社區迴響 人生在袖手裡 | 23 藍山集 逮了個正著 | 36 教會消息 提升數碼技術課程 |
| 11 天倫樂 沒事打電話 | 24 藍山集 女兒的抉擇 | 37 教會消息 用「心」教養之子女的情緒與溝通 |
| 12 天倫樂 買一桶白油漆 | 25 談文說藝 心中的聖殿 | |
| 13 天倫樂 突破家庭創傷的母親 | 26 談文說藝 從不爽約的知更鳥 | |

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：「主啊，你世世代代作我們的居所。」

—《聖經》—

居家與工作



居家工作，在若干年前，可能只是自僱人士的專利，如今卻成了許多人的工作常態。一場新冠疫情，模糊了居家與工作的界線。

在居家完成工作，固然減低了通勤的時間成本和資源消費，卻使居家的性質，發生了根本性的變化。

沒有離開，也沒有回來；沒有開始，也沒有結束。有一位任職航空公司的弟兄告訴我：感覺好像隨時都在上班，雖然人在家裡，卻沒有了下班的心情。

此外，居家與工作，家人與同事，原屬不同的範疇。居家是家庭休息的場所。家庭成員之間，嬉笑怒罵，無所不可。要在家居營造嚴謹的工作氛圍，殊為不易。但在公司的辦公室，你完全有理由要求一個比較安靜、不受他人干擾的工作環境。

可是為了防疫的需要，在一個可見的未來，甚至更加久遠的時期，居家工作都可能成為不可替代的工作模式。因此，人們必須為這種工作模式的固定化，有所預備和規劃。換句話說，就是人們未來的家居環境，必須將居家工作，作為重要的考量因素。

無論如何，如果你有一份居家工作，這已經值得感恩！因為事實上，很多人自從疫情發生，就失去工作了。你比許多沒有工作的人更加蒙恩。我們在此祝福每一位讀者都有自己的居所，有自己的工作，或有一份居家工作！願上帝賜福給你！

—柳岸—

信靠上主 安居無虞

黃建輝牧師

新冠病毒自去年初肆虐全球，人們的居住模式發生了較大的變化。

家居本是休憩享受的地方，現在，成人要在家中工作，孩子要在家裡上網學習，使得家居的性質，發生了很大的改變；除了居住以外，也是全家人工作或學習的場所。

經濟不景，許多人失業，一些已經離巢的子女，又搬回與父母同住；以往居住在公寓樓房 (Apartment) 的年輕人，為居家工作的需要，計劃換到面積較大的房屋；有的選購遠郊價格較便宜，地方又寬敞的獨立洋房。這些住房模式的變動，已形成一種新趨勢。

置業是人一生中最重要的投資之一，尤其是中國人，深信安居才可樂業，一些人甚至傾一生之力，只為改善居住環境；也有人投資物業，期望升值，增加個人財富。疫情之下，有的投資者趁低價入市，也有投資者因物業空租而被迫放盤，導致澳洲地產市場在疫情期間依然活躍，反映出一種不安的心理躁動。

然而，世事難料，誰能把握市場的走勢？無論你如何花心思去改變疫後的住屋環境，甚至擁有了百分百滿意的住房，是否就可高枕無憂？更何況在疫情下，許多人的健康、職業，甚至生命都在瞬間發生變化。正如《聖經·約伯記》八章 15 節所言：「他要倚靠房屋，房屋卻站立不住；他要抓住房屋，房屋卻不能存留。」

可見世間的一切，沒有什麼是穩固的。旦夕之間，什麼事都可能發生。就如這場疫情，不但居住情況要改變，本來有物業收租的業主，沒了租客，難以支付按揭利息，被逼減價放盤；大企業的老闆，瞬間生意停擺；許多令人羨慕的高薪厚職人士，也成失業一族，難以支付房貸。世人一生追求的金錢、房產、事業，隨時會化為烏有。

《聖經》告訴我們，唯有緊靠上帝的人，可以得到真正的平安，「你要認識神，就得平安；福氣也必臨到你。」（《約伯記》廿二章 21 節），又說：「耶和華是我的牧者，我必不至缺乏。」（《詩篇》廿三篇 1 節）。主就像牧羊人，供應羊群生活和生命一切所需，雖然環境不停變化，牧人必定體貼，妥當安排。羊群從不感到憂慮，反而感到滿足。

在收入減少，工作無定，孩子不能回學校上課的情況下，信徒若信靠上主，必像羊群不致缺乏，且有滿足的平安。因為主就是我們的牧者，上帝對我們的愛永不改變，正如《聖經》所說：「耶穌基督，昨日、今日、一直到永遠，是一樣的。」（《希伯來書》十三章 8 節）

筆者 30 多年前，由香港移居澳洲，最初住在西澳柏斯，那時三臥室平房只需六萬多澳元。到東岸悉尼探訪親友時，得知同樣條件的住房，要價竟高達三、四倍，以為自己是無力遷來東岸了。然而，《聖經》說，我們在世如客旅。若是上主安排帶領，往哪裡居住也不是問題。抱著這個信念，結果遷來雪梨 20 多年，信實的上帝讓我安居無虞。我的經歷，見證了上帝的信實和恩典。

今世的住所是有必要，但永恆的居所，主耶穌早已應許我們說：「你們心裡不要憂愁；你們信神，也當信我。在我父的家裡有許多住處；若是沒有，我就早已告訴你們了。我去原是為你們預備地方去。」（《約翰福音》十四章 1-2 節）

在疫境中，盼望每個人能更加堅定地跟從神，各有安穩的住處，得享平安。🕊

悉尼房市解讀

若妍

最近，隨著疫情的緩解和疫苗注射的推進，各種限制令的解封，華人比較關注的房產市場出現了從回暖升溫到熱火朝天的景象，據 Core Logic 截止三月底的統計數據，澳洲全國房價指數三月份增長 2.8%，是自 1988 年以來增長最快的。可以說各州首府城市全面開花，悉尼最高，房價月增長 3.7%，2021 年一季度增長 6.7%；其次是霍巴特，增長 3.3%；最低的南澳也有 1.5% 增長。這無疑給經過 2020 一年疫情後疲軟的經濟注入了一帖強心劑。

究竟如何解讀令人興奮的房市上揚？2021 年房價的走勢如何？欲購房者，無論自住或投資，有什麼應注意卻容易忽略的方面？悉尼近期的房市熱點在哪裡？帶著這些問題，筆者採訪了從事房產業已有 33 年的專家，澳龍地產集團 (Dragon Realty) 董事長林米高先生。



林先生自 1988 年入行以來，曾在著名的地產公司 Raine and Horne 任中介工作了十年，於 2013 年創辦了澳龍地產集團。林先生認為，2020 新冠疫情對房市的影響顯而易見，有企業關門，有人失業，有人收入減少，整體經濟放緩，造成房價下降。



筆者問道：2021 年房價走勢如何？最近悉尼房價有所攀升，您對此如何看法？

房價攀升

林先生說：2021 年由於中央銀行為推動經濟，去年 11 月再次降息至 0.10%，各大銀行跟進，加上政府免印花稅給首次置業者，造成房價回升及上漲。

Core Logic 的一季度報告也指出，歷史性的低利率，近期的經濟狀況不斷打破預測，使民眾對房市樂觀，抱有信心。數據顯示購房者需求的增長與待售房屋的增長呈同步趨勢。

租金下降

最近，不少報紙載文談及疫情使更多的人選擇在家工作，因而市區房屋需求減弱，人們可能轉而青睞離市區較遠的郊區房屋。那麼，新冠疫情是否改變了人們的居住模式，這是否會成為今後購房的一種趨勢？關於這個問題，林先生認為，新冠不會從根本上改變居住模式，因為隨著疫苗的推廣，疫情會逐步得到控制，而且改變居住模式的成本太貴。現在出租房的租金下降，主要是政府關閉國際邊境和停止移民造成的。

審慎投資

筆者問道：對投資者或自住房買家，要在悉尼購房，您認為有哪些值得注意卻容易忽略的地方呢？

林先生坦言：無論自住或投資，都應該有危機意識，不要眼高手低。說白了，就是買一個自己在經濟上能供養得起的物業，並長期持有，才可獲利。我見過很多年輕的投資人，買入幾年後就放盤，獲利極少。

當被問及目前悉尼房產投資有哪些較有潛力的熱點地區時，林先生表示：很多人都想知道這個答案。他說：我認為投資房地產首先應該根據每個人的經濟條件為前提；其次應該多學習去發現一些有潛力或者政府大力支持發展的區域。當前有些熱點地區如 Rouse Hill, Oran Park 和 Marsden Park 等。投資者最重要的考慮是物業以後的升值，切忌用個人的喜好來衡量。林先生繼而給出了一些待售房屋的資料，有興趣的讀者可以上網查詢。在此衷心感謝林先生寶貴的經驗之談。

其實林先生提到的以經濟條件為前提，就是基督徒管理金錢的原則之一：量入而出。在房價上漲的時期，何時入市，或觀望等待，尤其須審慎，要根據自己的經濟承受能力。千萬不能一味地借貸，免得在熱鬧哄搶的市場上一時衝動，買下物非所值的物業，讓自己背上沉重的負債。

永恆基業

《聖經》教導我們，人生在世，無非是客旅，是寄居的。「你們既稱那不偏待人、按各人行為審判人的主為父，就當存敬畏的心，度你們在世寄居的日子。」(《彼得前書》一章 17 節)「親愛的弟兄啊，你們是客旅，是寄居的。我勸你們要禁戒肉體的私慾；這私慾是與靈魂爭戰的。」(《彼得前書》二章 11 節)

筆者因工作關係，有機會接觸物業交易的歷史資料，發現有一種常見現象，當一個屋主辭世以後，其物業通常沒過多久就被子女們出售。原因很簡單，瓜分遺產。所以，再好的房子，人能擁有的不過是非常短暫的日子。

基督徒的產業是在那永恆的國度，是「不能朽壞，不能玷污，不能衰殘，為你們存留在天上的基業。」(《彼得前書》一章 4 節)這是何等美好的應許啊！🙏

投資的首選之地

仁軍

疫情肆虐一年多時間以來，澳洲人的生活和工作方式發生許多變化，住房是其一。

昆州房價大漲

由於疫情居家時間劇增，加上銀行一直保持低利率的借貸方向，使得房地產買賣變得熱火朝天起來。一向房地產價格低於悉尼和墨爾本的澳洲第三大城市布里斯本，連帶昆州另外兩個主要城市陽光海岸和黃金海岸，在踏入 2021 年之際，房價漲幅均突破 25%，飆升到歷史最高水平。

與此同時，房屋的成交率也高得令人驚喜不已。布里斯本一家地產公司的業務經理告訴本報記者，他們在近期的一週之內，共簽了 51 份房屋買賣合同，打破公司有史以來最高紀錄。他還非常興奮地宣稱：「如今，輪到我們這裡，首次成為澳洲有史以來，最佳的投資之地啦！」

儘管疫情給整個社會帶來極大的衝擊，對已有的、正常運作的社會模式，造成難以彌補的損害，不過也讓人們嘗試出在家辦公和遙距服務等新型的社會運作模式來。這樣的改變，自然影響到人們對生活環境的不同需求。



布里斯本市中心地標景色

投資基建奏效

昆士蘭東南部沿海地區無論在經濟活動、生活環境和防疫措施的有效性等多方面都能在澳洲人心中加分，這也自然加速了買賣房產趨勢的增長。

房地產業務經理分析稱，最近幾年昆士蘭政府在基礎設施升級規劃中，投入了 1,342 億澳元的基建經費，成為目前澳洲城市改造最大一筆投資；這必將提供更多就業崗位，帶動周邊各類商業活動的興旺發展。昆士蘭首府城市布里斯本自然成為人們嚮往的居住地，穩居澳洲首位的 2.3% 人口增長率，就證實了疫情後人們的心理趨勢與社會的流動走向。

「大量跨州買家湧入，是推動房地產市場繁榮的主要因素。」業務經理繼續分享他的見聞。

房產買賣火熱

有時候，買賣的火熱程度高到難以置信的程度。買家不會因為疫情限制，無法前往實地看房，就有所退縮；相反地，他們只在網上看房後，就肯把大價錢花出去。

其中一個比較顯著的事例出現在陽光海岸，在海邊一個熱門區域內，有套獨立房屋成交價，竟然賣到澳幣 180 萬，與去年同期相比，漲幅高達 46.5%，幾乎是該物業五年前售價的兩倍。

因為環境、價格、商機及防疫等多項指標，均獲得較高的滿意度，使昆士蘭州主要大城市成為本年度最佳投資首選之地，可謂是情理之中，當之無愧。

保持頭腦清醒

不過，在投資利好情況下，我們還需要保持清醒頭腦。畢竟，人生無常，變化難以預料，就像突如其來的疫情，一下子吞噬世界上幾十萬人的生命那樣；一時間的春風得意，無法保證不會出現瞬間的滅頂之災。

我們在世上行事為人，應時刻牢記，不是依靠勢力，也不是依靠能力，更不是依靠運氣，而是要依靠上帝的恩典方能成事。

最聰明投資人

在眾人都追求從房產買賣中獲利的時候，有一位宣教士卻反其道而行之，他投資的首選之地不在澳洲，也不在自己居住了大半輩子的布里斯本，而是將自己的房產收益和一生的積蓄，全部投入到東南亞比較窮困，仍未聽聞耶穌福音的偏遠地區，甚至自己也搬到那裡去住，幫助當地居民解決生活困難，言傳身教宣揚耶穌基督的大愛。

也許，從俗世角度看，他的投資可能完全是打水漂，不但一無所獲，而且有越陷越深，虧空老本的憂慮。然而，他總是笑呵呵地告訴他人，他才是最聰明的投資人，他的投資能保證獲得最佳回報，永不落空。

「因為我將財寶攢積在天上。」宣教士感到自豪，並用上帝的話語勉勵他人，「『敬虔加上知足的心便是大利了；因為我們沒有帶什麼到世上來，也不能帶什麼去。』（《提摩太前書》六章 6 至 7 節）地上萬事都可以當作有損的，唯有認識耶穌基督是生命至寶，何樂而不為呢？」🙏

疫情改變置業心態

陳冠翹

一場疫情，改變了大家的生活模式，在家工作也成為主流。縱使現在澳洲的疫情得以控制，政府及企業也逐漸重開工作間，人們也越來越習慣在家工作 (Work from Home) 模式。這個改變，也讓打工一族對居住的要求產生變化，究竟疫情會怎樣改變置業的心態？筆者在墨爾本從事房產投資的工作，協助不少客人一步步置業及建立投資物業。和大家分享兩個個案，一起探討疫情如何改變置業的心態。

時間換取空間

Jenny 和 Patrick (化名) 是在市中心工作的上班族，為了就近工作地點，以及生活便利，在市中心租住一個公寓，上下班非常方便，由家中步行到公司，不用 15 分鐘，途中經過旗杆花園，景色非常怡人，而且住家樓下，就是各式餐廳及超市，購物消遣十分方便。唯一的問題就是家中的空間有限，不過 Jenny 和 Patrick 的工作都十分忙碌，日間在家的時候也不多，晚上有時候也不在家煮飯，索性到附近餐廳用餐。

可是疫情來襲，轉為在家工作，改變了他們的生活方式和模式。附近的餐廳，也只可以外賣，週末也不能外出活動，整天留在家中。而家中的空間也越來越不夠用。當初選擇住在市中心，Jenny 和 Patrick 主要的考慮的是以空間換取時間，不過疫情之後，開始考慮改變一下，以時間換取空間，家中需要大一點，每人都需要一個工作的空間。不過同時，也要平衡將來仍要到市區上班。

然而最為實際的，是資金的考量，Jenny 和 Patrick 都有穩定的收入，向銀行申請按揭貸款不會有太大的問題；問題是首期，他們一下子拿不出 10 多萬的現金作首期，所以考慮期房 (Off-the-plan) 的物業，有約一年的成交期，可在財務上作預備，並且善用各項政策上的優惠，例如首次置業補助。經研究後，Jenny 和 Patrick 選了在離市中心約 30 分鐘車程的地方，買入一套 3 房的別墅，平衡了生活的空間和工作往來時間。

逆境置業

Florence (化名) 是一位 80 後，與家人同住墨爾本的東區，看到房價在過去數年一直上升，在家人鼓勵下，開始有置業投資的打算。剛開始的時候，目標在家附近的區，但都遠超她的預算。就在疫情最嚴重的時候，當時的社會氣氛非常低沉，金融機構也作出非常負面的預測，她原本也打消了置業這個念頭。



後來，我們認識了，了解了她的情況，並和她一起客觀分析。以她的個人情況，她的工作沒有受疫情影響，反而工作量增加了。而澳洲過去的記錄，每一次物業市場的調整過後，都會有一個大幅反彈。況且，澳洲是全球控制疫情最成功的國家之一。果然，往後的數據，也反映了澳洲的經濟復甦步伐及樓價的穩定性，遠比預期好。

不過對 Florence 而言，有兩點需要考慮：第一，物業投資是長期持有。所以首要考慮的是可負擔性。這個物業，如果將來作為投資出租，一定要做到正收入，才能夠長期持有。即是租金收入扣減供樓等開支後，還有盈餘。第二，選擇空置率低，容易出租的地區。所以，選擇物業的條件，首要是在她的負擔能力以內，能夠長期持有，能夠有足夠時間讓物業升值。更重要是租金與樓價比例高的區，這些地區未必是傳統的華人區，但有穩定的租務需求。

Florence 把握了疫情帶來的機遇，在墨爾本東南區買入了一套全新的物業，是大型發展商開發的大型屋苑，在今年年初交收，而且在交收的第二天就租出了。

小結：

疫情確實改變置業心態，置業的人的考慮重點，由著重地區，轉為更著重生活空間。更重要的，在這過程中，會有很多不同的聲音，有時候需要專業人士和你一起策劃，才能夠把握疫情帶來的機遇。最重要的，是凡事求問掌握萬有的上帝，祂知道過去現在和未來，而且對尋求祂帶領的人，祂說「凡祈求的，就得著；尋找的，就尋見；叩門的，就給他開門。」(《馬太福音》七章 8 節)

筆著帶著一家大小由香港移民到澳洲墨爾本，在臉書有一個小天地分享移民生活的點滴，有興趣可以搜尋「Ricky 爸爸墨爾本移民記」一起分享交流。📍

隨遇而安——入住退休村

關公關

黃氏夫婦廿多年前帶著一對年幼子女從香港移民澳洲，在悉尼定居，最初一年，租住在一個住宅單位 (Unit)。計劃在工作及學業安頓後，賣掉香港的房子，在這裡購買一間中型的獨立房屋。那時花費十多萬，便可購買一間香港人羨慕的花園洋房。果然，黃生在半年內已成交一幢有四間臥室的兩層獨立洋房，實現安居樂業的夢想，一家人都十分滿意。



三年前黃伯退休，兒子學成後回香港工作，女兒隨夫婿移居墨爾本，黃伯夫婦頓成空巢一族。寬大的洋房只有兩人居住，但家居清理工作繁多，加上黃太太膝蓋關節疼痛，上落樓梯不方便，早已作大屋搬小屋的打算。身邊同屬空巢一族的朋友有些已改住小屋，有些住高樓大廈。正在猶疑不決之時，黃伯有位老朋友居住在退休村，給了他提醒。新冠疫情給長者帶來很多的不便，入住退休村，既安全又自由。黃伯夫婦經過禱告，並與子女商量，結果選擇了入住退休村住宅。

半年前，黃伯夫婦購置了一所一條龍服務的退休村房子，到了需要高度護理的年齡，可獲轉往高度護理中心；至身體更衰弱時，可獲安排入住養老院，這是一種沒有後顧之憂的方法。

退休村住宅價錢也不比普通住宅便宜，尤其是環境優美，臨近商店，交通方便，更有共用活動空間和各種設施。黃伯很滿意，住宅內有安全報警系統，醫療緊急求救按鈕，又有保安人員，有護士駐守。住在這裡，既能獨立生活，又獲得日常生活協助，偶爾也可邀兒女來留宿，希望和老伴度過清靜、自由又安全的晚年。

據黃伯透露，入住的退休村住宅有 Unit (單元房) 及 Villa (聯排房屋) 兩類，價格由 40 萬至 100 萬不等，購買時，要一次性支付該物業的價格，入住後，每月支付退休村提供的各項服務雜費，搬走時，要支付退出費。黃伯住的房子將來可以出售，當然，每間退休村的出售條件規例不同，購買時要小心留意。

很欣賞黃伯這種居安思危的明智選擇，免得將來要家人安排自己的住所。人生每一階段都有不同的需要，有自己想過的生活。人到老年，精力和體力都會下降，健康有一天會失去，再無力打理大的房子和庭院。這時候，不需要再牽掛房子，或捨不得居住了多年的家園，要適應晚年生活模式的轉變，以積極的心態去迎接，心平氣和地享受晚年生活。

基督徒相信，主耶穌為每個信靠祂的人所鋪排的際遇，都必然最美好。面對居住模式的變化，心中也必有平安，在上帝所預備的安樂窩中頤養天年。正如《聖經·箴言》一章 33 節所說：「**唯有聽從我的，必安然居住，得享安靜，不怕災禍。**」無論際遇如何，住在哪裡，也不管房子大小，信上帝的人總能釋去疑慮，安然度日。面對生活轉變，將信心堅立在耶穌基督裡，讓祂來為我們預備一個最適合自己的安居家園。



秋風秋雨話當年

中慧

初秋，澳洲各地先後下了滂沱大雨，多處發生水災，有些民居頓成澤國。我們的房子是百年舊屋，從前加建的部分，飯廳天花板也流水滴滴。

憶起小時候，住在天台木屋，每逢颱風襲港，定會屋漏連連。後來遷到港島，一次，爸爸帶我和弟妹去探望祖父母，把我們留下玩幾天，卻遇上颱風「溫黛」，晚上風勢加劇，竟捲去房頂，黑夜中，慌忙走避，幸得鄰居收留。待翌日風雨稍緩，部分公共交通恢復，三個小孩乘巴士，渡海輪，冒風雨，爬山級，跨過倒下的樹，回到家中，父母也吃了一驚。



在這暴雨時刻，聽著嘩啦雨聲，像決堤河水，傾盆倒下，想起母親教我頌讀的詩聖杜甫《茅屋為秋風所破歌》。杜甫一生顛沛流離，獲親人照料，在四川成都的浣花溪畔，搭起茅屋，名為草堂，得以棲身，誰知翌年秋天，即遇大風雨，茅屋被破。時值安史之亂，詩人憂國憂民，寫下這詩：「……俄頃風定雲墨色，秋天漠漠向昏黑，布衾多年冷似鐵，嬌兒惡臥踏里裂；床頭屋漏無乾處，雨腳如麻未斷絕。自經喪亂少睡眠，長夜沾濕何由徹？……」

讀著、想著，也能感到其淒戚境況。如今，很多地方，仍有不少露宿街頭，或住在破屋的窮苦大眾，在秋冬寒冷時節，風雨交加之夜，特別難耐。

上世紀 60 年代，香港政府興建了安置區，使住在木屋區的居民，能遷到穩固樓宇，有安居之所，不再受水、火災之害。母親亦感恩地說：「如今杜甫應稍得安慰了。」且看，他在詩中的願望：

「安得廣廈千萬間，大庇天下寒士俱歡顏，風雨不動安如山！嗚呼！何時眼前突兀見此屋，吾廬獨破受凍死亦足！」

詩人寧願自己受寒苦，也祈求別人能得安居，其愛人之心，實為可貴。

我們的救主耶穌，捨去神子的尊榮，降生在世上，居無定所。《聖經》記載：「耶穌說：『狐狸有洞，天空的飛鳥有窩，只是人子沒有枕頭的地方。』」（《路加福音》九章 58 節）。祂為除去世人的罪，甘願被釘在十字架上，作我們罪的贖價，使我們藉著信靠基督耶穌，罪得赦免，得以與上帝和好，蒙受上帝的恩典。

我們身居澳洲，實在蒙恩，國民生活都有保障，每個正常人都有安居之所，免受風雨的侵襲，更不受槍林彈雨的威脅。我們身在安逸中，也要記念這個世界受疫情、貧窮、災難蹂躪的平民；為他們禱告，祈願他們也得蒙救贖，生活得改善，脫離困境。🙏

房情與世情

小潔

朋友購置了一幢三層樓高的物業，裡面有 20 個單位分租給住客，一直都是住滿的。



空置的房

疫情以來，因為封城的限制，沒有留學生，也沒有遊客，公司停業，人們失業，很多出租房空置了。為了吸引住客，房東開始減租金來維持生意，朋友原來的住客也有因為別家的出租房降價搬走了。畢竟很多人沒有工作，靠政府補貼，每週能省則省。朋友沒有減租金，只是把房子翻新了，以此招攬新房客，最近幾個月，房子一直空著，沒能租出去。

遠郊天堂

最近我去了一趟中海岸，距離悉尼開車一個半小時的車程，那裡新開發的地建起了很多新房子，而且入住率很高，除了在建的房子之外，很多新建的房子都住進了人，使我大開眼界。那裡空氣好，面臨大海，白沙灘，還有很多的岩石區，你可以去垂釣，早晚觀看日出月落，是度假聖地。自疫情以來，人們的居住模式發生了變化，許多上班族在家上網工作，悉尼市區的房價越來越貴，他們覺得沒必要在市區住又貴又小的房子，搬離市區到城外轉換較大面積的居所，價錢也比較便宜，我想這就是遠郊入住率高的原因吧。

人間悲劇

封城防疫，導致人們長時間滯留在家，一位 42 歲物理治療師，疫情期間在家照顧三個「非常活躍」的孩子，不幸得了憂鬱症。三個孩子分別為七歲、五歲和三歲。平時孩子們在街上玩耍，騎自行車，大女兒還學跳舞，最小的孩子也快上學了。疫情期間孩子都留在家中，本來就有憂鬱症的媽媽不能忍受孩子們的吵鬧聲，竟把孩子們殺了，然後自殺，造成了不可挽回的人間悲劇。我想，他們都是疫情的受害者。如果他們搬到遠郊生活，多點空間給孩子們玩耍，或許就不致於在家裡吵翻天，讓母親情緒失控，造成倫常慘劇。

改善家居

疫情期間，很多人停止了工作，有時間對自住房子進行裝修、改建或重建，重構個人的生活空間。有的人將花園改成了菜園，平時種點菜，有點事情做，也多一點生活樂趣。有的人在後院加建了祖母房，增加了走動的地方，這也是紓緩疫情壓力的一種方法。改善家居，讓生活環境舒適一些，人的心情也安祥一些。

仰望上帝

我們都要感恩，澳洲是新冠疫情管控做得最好的國家之一。最近印度疫情爆發，成了世界第一災區，每天死亡三千多人。親人的遺體都要當街燒掉，場面如同人間煉獄。這些災難提醒我們，人的房產、工作、錢財，甚至權勢、聲望，都是不可靠的，在疫症肆虐之下，這一切可能在瞬間消逝。我們不知道明天將如何，但我們可以仰望上帝！「**耶和華說：我知道我向你們所懷的意念是賜平安的意念，不是降災禍的意念，要叫你們末後有指望。**」(《耶利米書》廿九章 11 節) 唯有信靠上帝，我們才能在世上安然居住，我們的心才會有真正的平安。🕊

誰想做百萬富翁！

潘振輝

電視節目《百萬富翁》自 1998 年首播以來，瘋魔千萬觀眾。2001 年推出香港區版本，亦掀起一陣高潮。印度電影也有《貧民窟的百萬富翁》，贏得奧斯卡八項大獎，盛極一時。它的吸引力當然與節目名稱有關。英文版本其實多了幾個字：誰想當百萬富翁？好一句「誰想」，正正吊起平民百姓的胃口。因為財富是普羅大眾內心的慾望，故此，未看節目心先動！



今年四月是強力球 (Powerball) 另一次創記錄彩金的抽獎。其中一位住在悉尼西面金寶鎮的年長嫻嫻，居然在三億分之一的低機率中，成為兩名中獎者之一，與另一名新州居民瓜分八千萬獎金，各得四千萬。中獎是每一個買彩票人的夢想，這種飛來橫財，令人豔羨。

人心總想發達，要不然，怎會有這麼多致富的書本、講座等等，充斥書店及網絡？連政府也看準市民「刀仔鋸大樹」的心態，昔日新州籌款興建悉尼歌劇院，州政府就是「鼓勵」居民購買獎券，填補了龐大的建築費用。香港政府則以賽馬會彩池利潤，支援不少社會福利事務。政府明白單靠游說大眾捐助公益，未必能奏效，但利用「以小搏大」、高賠率的心理策略，則事半功倍。

不少人認為錢很重要，雖說錢不是萬能，不過沒有錢就萬萬不能。錢財的兩極性及詭異，可見一斑。我們往往被不勞而獲的心牽引，無論是突發橫財或一夜致富，總是教人「意亂情迷」。中國傳統中的福祿壽三星，福星就是象徵財富。福星的星君是中國神話中幸運之神。根據「百度百科」定義，「幸運是指很難發生的好事竟然發生，側重運氣好，多用於形容人的機遇好」。相等於粵語中的「彩數」、「行好運」，不應有的好處居然臨到。

我們也許看過報導，不少巨額中獎者在獲得獎金一、兩年後就回復原來光景，輕易得來的榮華富貴，也輕易失去，成了過眼雲煙，正如《聖經》描述，「你豈要定睛在虛無的錢財上麼？因錢財必長翅膀，如鷹向天飛去。」（《箴言》廿三章 5 節）

有位香港學者，曾呼籲傳媒不要過度報導富豪窮奢極慾的生活，以免大多數的平民百姓被迷惑，不懂得享受及滿足已擁有的幸福，倒去尋求得不到的東西。生活本可輕鬆自由，何必被虛浮之事引誘纏繞？

《聖經》有非常好的提醒：「你們看那天上的飛鳥，也不種，也不收，也不積蓄在倉裡，你們的天父尚且養活它。你們不比飛鳥貴重得多麼？……野地裡的草，今天還在，明天就丟在爐裡，上帝還給它這樣的妝飾，何況你們呢！」（《馬太福音》六章 26、30 節）我們是天父的瑰寶，比一切都珍貴，祂更每天看顧，每天供應。祝願大家做一個知足常樂的人，並有選擇的智慧 and 信心，如耶穌所教導的：「你們要先求祂的國和祂的義，這些東西都要加給你們了。」（《馬太福音》六章 33 節）



人生在祂手裡

杜偉雄

悉尼西部金寶鎮的一位老奶奶，成為本週「強力球」(Powerball)的中獎者，為她帶來數千萬澳元的財富。這真是她晚年的大喜事。

這件事連賣彩票的店東也高興起來，因為他的顧客中獎，使他這間店也聲名遠播，無端沾了光。

老奶奶的運氣

老奶奶興奮地表示：這是孫兒對她的提議。

「奶奶，去把今期強力球的獎金贏回來吧！」孫兒說。

「我就去買了一張彩票」，她說。

就像大部分買彩票的人一樣，沒有人想到自己會中獎。因此可以說，老奶奶是在毫無心理預備下中獎了。這筆巨額獎金，好像從天而降，使她一日之間，成了千萬富翁。

如果這就叫「命運」的話，誰能否認呢？

命裡有時終須有，命裡無時莫強求。這是中國人的觀念。

英美名作家根法爾 (Max Gunther) 在他的著作《命運元素》(The Luck Factor) 裡這樣定義：運氣影響一個人的生命，但它似乎也反過來受人影響。

看來根法爾是在倡議命運的兩面，它既掌控人生，又不完全將人力拒於門外。他好像留下伏筆，為命運的定義隱藏了智慧，到底誰主生命浮沉？

就像老奶奶的孫兒，他不過隨便說說而已，可是老奶奶竟中獎了。

老奶奶所作的，只是一個小小的行動，就是走去彩票店，買一張彩票。至於她能不能中獎，就不是她的事了。

那麼在這件事的背後，誰是掌管者？

真正的掌管者

《聖經·傳道書》在這兩端角力的思維上，指向了真智慧。教會傳統上認為《傳道書》是所羅門王所作。貴為以色列一代君主，集財富、權力與智慧於一身，卻慨嘆人生的虛空荒謬。

他指出，人生的虛空，在於付出與收成，並不一定對稱。

眾人都作了一件同樣的事，但結果卻完全不同。而且在千萬人中，一人得，萬人失。當中的虛空，你懂！

可是論到人的終局，卻是一樣的：「都歸一處，都是出於塵土，也都歸於塵土。」(三章 20 節)

但《傳道書》也提到：人在亨通的日子，應當喜樂；遭患難的日子，應當思想。「上帝使這兩樣並存，為的是叫人查不出身後有什麼事。」(七章 14 節)

歸根結底，命運不能掌管明天，也沒有支配人類的力量。人不應該依靠運氣，應當敬畏仰望上帝，因為人生的一切，都在祂手裡。☺



使徒行傳 16:31

“當信主耶穌，
你和你一家都必得救。”

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

沒事打電話

江水

「爹咗，我們醫院旁邊那條路，特別多紅葉！」

女兒知道我喜歡看紅葉。

為了看紅葉，每年總去藍山。單是這個秋天，已跑好幾趟了。

其實，在悉尼，紅葉也很多。

昨天，開著車，沿著女兒說的那條路，果然，如《楓葉情》所唱：「又見到楓葉一片片」。



「爹咗，快看，日落！」

女兒知道我喜歡看日落。

日落時分，晚霞滿天；雲彩鍍上了金色，壯麗輝煌。

那時刻，如果準備好了，就能把看見的拍下來；如果還在路上，等你停好車，恐怕來不及了。那美麗的晚霞，轉瞬即逝。

手機裡，日落的照片已經不少，可是，一有機會，仍不會錯過。

去到新地方，總得尋找一番：「哪裡可以看日落？」

可是，紅葉、日落，算得上「事」嗎？

若算不上「事」，女兒打電話來，就說這些「事」，那真叫「沒事打電話」。

女兒結婚後，就不在家裡住了。夫妻倆買了房子，過起自己的小日子。現在，女兒幾乎每天和我們「沒事打電話」，問我們在哪裡，正在做什麼？今天去過哪裡？今晚吃什麼？弟弟在不在家，晚上回不回家吃飯？告訴我們醫院的新樓什麼時候蓋好；她和朋友去了哪裡聚餐，吃了什麼好吃的；有一個同事懷孕了；今天打了 COVID-19 疫苗了；查經班組長家的羊駝生孩子了……都是不算事的「事」，無非就是閒聊，但我卻樂在其中。

我想我是有點習慣這種「沒事打電話」的日子了。如果有一天，女兒下了班，沒給我們打電話，反而覺得：今天女兒是不是有什麼事？

我期待女兒一直都會和我們「沒事打電話」，不要等有事才打。

而且，以後兒子結了婚，也會「沒事打電話」。

我們作父母的，只要每天聽到兒女的聲音，心裡就得安慰。

親愛的朋友，你是否也和我一樣，希望孩子和你「沒事打電話」？

我相信，我們的天父，也希望我們每天沒事和祂打電話。讓我們用禱告，和祂聊天，將心中的愁煩，向祂傾訴！將心中的喜樂，與祂分享！為著我們所得的恩典和祝福，向祂獻上感謝和讚美！

Flower theme 花儷軒 Debbie So 主理

買一桶白油漆

文／李道宏 圖／Ines Lee

吾家的小寶飯

一位小學生對膚色的提議，是買一桶白油漆，小朋友這種想法是從哪兒來？

手機另一端，一位我不太熟悉的女士有點忐忑地對我說：「你能不能來為反歧視仇恨大遊行活動致辭？或許做個開始禱告……」

或許她感受到我有一絲保留和猶豫，又補上一句：「我知道有點倉促……這是個和平的遊行，當中也會有其他亞裔的代表。」



我給了對方一個真實卻不真誠的拒絕理由：「實在對不起！我不太方便，因為家中有老人，臨時沒有人能幫我看顧。」

當晚我與孩子們談到這個臨時的邀請，半開玩笑地說：「一定是他們預約的牧師臨時打退堂鼓，所以才來找我。沒有誠意，我拒絕了！」

女兒向來樂於打趣。她說：「這不像你喔，怎麼會放棄這個一定會上電視新聞的機會……爸爸，你可以成為華人的馬丁路德牧師。不過你一定要預備一個中國式的『我有一個夢』演講，必定會轟動全市。」

兩個兒子出怪招，一同起哄：「一定要被人暗殺才會出名！」

我打哈哈：「種族共融和少數民族的權益，我的確關心，可是不想拋頭露面。」

歧視是人性的醜陋

妻子和我都是十來歲時隨父母移民到美國，在清一色白人的城市落腳，但從未感受過受到歧視，有關黑人遭受歧視的事都是從新聞報導中知道。

記得第一次遇到針對我膚色的歧視，竟然是一位小學生。這孩子沒有任何表情地仰臉對我說：「你應該買一桶白油漆，這樣的話你就可以像我們一樣。」他的家人對我們非常友善，但小朋友這種想法是從哪兒來的？

初中體育課後，男生都會一起淋浴。幾個白人青少年總找機會諷刺和譏笑亞裔孩子。教練提醒我們：「別理他們，別回嘴，更不要用髒話回罵。」

這些片段，我們並沒告訴父母，只默默忍氣接受現實，萬般無奈地學習調節自己的情緒。

學校的輔導和英文老師提醒：「好好努力學好英文，減少口音，以後有個受人尊敬的職業，就不會受到這樣的歧視！」

這些忠告是實用的，也讓我接受不能改變的事實。我開始明白人性的醜陋。我不能改變別人先入為主的偏見或歧視。我也開始知道，不論教育程度如何或擁有哪個宗教信仰，有些人還是會有潛藏的歧視或優越感，可能連當事人都不察覺，但卻真實存在。

面對偏見

另一方面，我也體會移民為何總會努力工作、提昇自己、要有大眾稱羨的職業……只是我們的成就，也必定引起別人的嫉妒眼紅。可是作為「移民大熔爐」中的黃皮膚民族，就必須沉默接受這樣的對待嗎？

當我開始行醫，刻意選擇一個墨西哥人很多的城市，他們有傳統的「今朝有酒今朝醉」價值觀，也喜歡中餐食物，可是華人卻說他們不重視教育，甚至不勤勞。

捫心自問，我們不是亦有民族優越感嗎？我們被歧視的同時，也歧視別的種族，甚至以自己的行事標準，批判別人好吃懶做，不會好好管理錢財。

有次護士領我到另一個房間，悄悄地婉轉解釋：「醫生！不要生氣。那位要開刀的病人說不要你做他的麻醉師，他說自己在越南打仗，天天殺的就是黃皮膚、黃面孔的人。」

我知道不容易解釋，暗暗下決心要用冷靜且專業的態度與這位病人對談：「先生你好，你的考量，護士已經告訴我了，我可以接納，我會安排另外一位麻醉師來幫助你。」

病人回應表示對我個人沒有敵意：「謝謝你的諒解。」

我苦笑著回應：「只差一歲，我自己就要抽籤被徵兵去越南。當時我也非常懼怕，差點就要逃避兵役。」

人沒有可誇的

我問孩子「你們有沒有被歧視過？」我似乎從來沒有問過孩子這個問題。我總認為我們的社區和孩子的學校，應該都不會有歧視的問題，因為附近亞裔家庭多，而且都是所謂的「模範移民」。

其中一個孩子嚴肅地說：「我們接受永遠不能改變外表皮膚的事實，可是不能繼續沉默，必須要表達：歧視是不能接受的。」

我們知道人的長相、才幹都從上帝而來，全是恩典，沒可誇的。《哥林多前書》四章 7 節教導：「使你與人不同的是誰呢？你有什麼不是領受的呢？若是領受的，為何自誇，彷彿不是領受的呢？」《腓立比書》二章 3 節也說：「要存心謙卑，各人看別人比自己強。」假若我們有意無意貶低別人、抬高自己，心，已經沉淪了！

Galaxy funerals

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)

突破家庭創傷的母親

李飛君（執照心理諮詢師）

一個保持心境平和、活得快樂的媽媽，才能給予家人最好的照顧。



女性外表柔弱，但內在生命卻帶著無比的韌力。我們往往發現，縱使在極艱難困苦環境下，絕大多數的母親都會堅強地帶着孩子，不離不棄。

孩子生命裡第一個人物毫無疑問是母親，不單是身體的需要，賴以生存，更是情感的連繫，心理得到健康的發展。家庭是孩子的第一個社會環境，父母親彼此的關係以及與孩子的互動模式，都會影響孩子性格和行為的發展。



在家庭輔導個案裡，發現不少不快樂的母親經歷原生家庭的傷痛，有些是父母婚姻不和，爭吵打罵不斷，引致孩子對兩性關係失去安全感，亦沒法從父母身上學習到正面處理關係的能力；有些父母感情決裂分手，家庭破碎，孩子的自我身分及價值受到極大的衝擊；也有父母脾氣暴躁，經常虐待子女，使孩子身心都受到傷害，孩子會壓抑情緒，缺乏自信；也有一位母親說因為自己是女孩，父母礙於以前國內的一孩政策，把她送給無兒女的親戚撫養，以便再生一個孩子，她帶著被遺棄的烙印。

她們現在已經成為人母，希望自己的孩子擁有一個幸福快樂的童年，不要重蹈自己的覆轍。但是，在自己情感不足的情況下，要給予另一個生命情感的需要，是艱鉅的挑戰。情感受傷的人，很容易會因自我保護而對別人作出攻擊，所謂「受傷的人往往使人受傷 (Hurt People Hurt People)」。帶著原生家庭的創傷，在關係裡常常感到有心無力，心靈裡的缺陷和苦澀使自己情緒不穩定，容易敏感別人的眼光，對人際關係缺乏信心及安全感。有些母親不禁懷疑自己的父母也許亦有一個不快樂的童年，上一代負面的情緒與行為模式像擺脫不掉的魔咒般傳給下一代，蠶食著珍貴的家庭關係。

我欣賞有勇氣面對自己內心的創傷，尋求治愈的母親。在輔導裡，她們了解原生家庭對她們的影響，逐步處理殘留在情感裡的創傷碎片，接納自己破碎的過去，不再被它牽引，把上一代的問題劃上句號。同時亦學習刻意保留一些時間給自己，梳理情緒，糾正負面思維，保持心境平和，才能給予家人最好的照顧。孩子需要媽媽，需要一個尋回自己、活得快樂的媽媽。

上帝創造生命，賦予價值和意義，並帶著上帝的祝福。縱使生命經歷人性中殘缺和扭曲的一面，但母性裡面那一份不屈不撓堅毅的愛，併發動力，為下一代尋求最好的福祉。母愛像突破黑暗的燭光，燃點著生命，伴隨孩子成長。☺

「橄欖樹全人關懷」推動社區、家庭、教會對精神疾病和心理問題有更多的認識和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。



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

喪葬服務

郭銘恩傳道
Frank Kwok

Email: rlife290152@gmail.com

website: www.mingyanfunerals.com.au

Address: 118 Durham Street Hurstville NSW 2220

10 Jane Street Blacktown NSW 2148

代理預售 華人基督徒墓地

休息：強制執行的智慧

張牧

中國人有句話說得好：「休息，是為了走更長遠的路」。休息，不是偷懶，而是為了要走更長遠的路。然而，休息太多，成了懶惰；休息太少，又會過勞。工作跟休息該如何平衡？工作跟休息有沒有一個完美比例？我們應當休息多少，才不會太多，也不會太少？《聖經》告訴我們有一個完美比例，就是一星期要工作六天，休息一天。這個比例，有神的智慧在當中。



對很多現代人來說，最大的問題經常不是休息太多，而是休息太少。現在的人因各種原因，如經濟需要、僱主壓力，或者逃避現實，就讓自己不停地工作。這個結果可能會很嚴重。兩年前有一個臉書的員工，從公司跳樓自殺。臉書是很多人夢寐以求的公司，年薪 15 萬美金起跳，幾年後可以升到 40 至 50 萬；在公司裡免費吃喝。但這類公司也是出名的嚴苛，每位員工都要賣命工作。據說那位員工就是受到過大壓力，無法負荷才尋短。其實不只臉書，其他科技公司也不時有類似的事件發生。

我們想起耶穌說的話：「人若賺得全世界，賠上自己的生命，有什麼益處呢？」同樣，人為了工作，不能把命都賠上；人一定要有適當的時間和空間來休息。

在舊約《聖經》裡，守「安息日」是一件嚴肅的事。除了是十誡當中的其中一誡之外，《出埃及記》卅一章甚至說：「凡干犯這日的，必要把他治死，凡在這日做工的，必從民中剪除。」這是很嚴重的話，相信會讓很多人感到奇怪。安息日不就是休息嗎，為什麼要這樣嚴格執行？原因很簡單，因為人不會乖乖去休息，所以一定要強制執行。那些不休息的人，至少有三種情況，第一是貪婪：「休息浪費時間。我多做一點，就多賺一點」；第二是驕傲：「別人需要休息，但我不需要，因為我比他能力強」。第三是恐懼：「如果我不多做一點，我的生計就會出問題，我擔心未來，所以我不休」。為了要避免人因著貪婪、驕傲和恐懼不去休息，神在舊約裡強迫人守安息日，叫他們身心靈得以復甦，以免過勞：「安息日是為人設立的」。

經驗也告訴我們，如果不主動休息的話，我們很容易進入一個惡性循環：一兩週不休息好像沒什麼，但其實這已經是在磨損煞車；到最後煞車壞了，事情就會很嚴重。很多時候如果我們不主動休息，就會在醫院被動休息。現在每四個人或五個人就有一个人經歷過勞 (Burn Out)，之後可能要休息半年到一年才有可能恢復，代價很大。剛才提到在科技公司容易過勞，但其實很多行業都有這種風險。沒有人可以不休息。

我們當如何休息？首先，每週一定要有一天守安息日。無論做什麼工作，那天就讓自己完全停擺，不要接觸任何跟工作有關的東西。如果我們是廚師，在安息日就盡量不要煮菜；如果我們的工作是面對電腦，在安息日就盡量不要看電腦；如果我們的工作要消耗體力，在安息日就不要勞動。在《聖經》裡，安息日是從晚上到隔天晚上；對大多數人來說，守安息日是從週六晚上開始，一直到週日晚上結束。這是六比一的黃金比例，也是最完整的休息。

安息日不只讓身體休息，更要讓靈魂休息。心靈的休息必須透過敬拜，透過跟神的交流，效法神的形象樣式，思想神的恩典。這就是為什麼基督徒在安息日要參加主日崇拜，因為他們不只讓身體休息，更重要的是要讓心靈得到復甦。我們也發現固定週日參加主日崇拜的人，他的生活，情緒，一般來說一定比較穩定。很多非信徒來到教會第一個感覺是教會的弟兄姊妹很喜樂，很平安，很有愛心，相信其中一個很重要的原因，是因為他們固定守安息日，讓身體靈魂定期得到充分的休息。

六天工作、一天休息的黃金比例，有神的智慧在其中。讓我們重視安息日，在六天工作之後，讓自己的身體和靈魂休息一天，享受神的供應，接下來能走更長遠的路。🕊️

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：_____

耶戶被膏立為以色列王

文 / 《列王紀下》九章 1-13 節
圖 / 陳錦玲

圖畫聖經故事

先知以利沙叫了一個先知門徒來，吩咐他說：「你束上腰，手拿這瓶膏油往基列的拉末去。到了那裡，要尋找寧示的孫子、約沙法的兒子耶戶，使他從同僚中起來，帶他進嚴密的屋子，將瓶裡的膏油倒在他頭上，說：『耶和華如此說：我膏你作以色列王。』說完了，就開門逃跑，不要遲延。」於是那少年先知往基列的拉末去了。

到了那裡，看見眾軍長都坐著，就說：「將軍哪，我有話對你說。」耶戶說：「我們眾人裡，你要對哪一個說呢？」回答說：「將軍哪，我要對你說。」耶戶就起來，進了屋子，少年人將膏油倒在他頭上，對他說：「耶和華——以色列的神如此說：『我膏你作耶和華民以色列的王。你要擊殺你主人亞哈的全家，我好在耶洗別身上伸我僕人眾先知和耶和華一切僕人流血的冤。亞哈全家必都滅亡，凡屬亞哈的男丁，無論是困住的、自由的，我必從以色列中剪除，使亞哈的家像尼八兒子耶羅波安的家，又像亞希雅兒子巴沙的家。耶洗別必在耶斯列田裡被狗所吃，無人葬埋。』」說完了，少年人就開門逃跑了。

耶戶出來，回到他主人的臣僕那裡，有一人問他說：「平安嗎？這狂妄的人來見你有什麼事呢？」回答說：「你們認得那人，也知道他說什麼。」他們說：「這是假話，你據實地告訴我們。」回答說：「他如此如此對我說。他說：『耶和華如此說：我膏你作以色列王。』」他們就急忙各將自己的衣服鋪在上層台階，使耶戶坐在其上；他們吹角，說：「耶戶作王了！」



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：hmau@cchc.org

FOLLOW ME



和好的信息

江河

劇院正在放映《我的姐姐》（簡稱《姐姐》），我們用州政府發給居民的「Discover」消費券入場觀看，等於政府請我們看電影。

我的姐姐

《姐姐》的故事由一場車禍講起。一對夫妻在車禍中喪生，留下兩姐弟。在一胎政策的限制下，這對夫妻為了要一個男孩，弄到一份證明，把姐姐說成癱腿的。在家庭裡，姐姐似乎是個多餘的存在，因為父母想要兒子，而不是女兒。在工作上，她的護士職業也備受歧視，她的志願是去北京考研當醫生。



可是突然之間，父母沒有了，年幼的弟弟又需要她照顧。在她心目中，弟弟就是刺痛她心靈的一把劍。這份姐弟情，摻雜著愛恨交織的複雜成分。其中既有政策（一對夫妻只能生一個孩子）的因素，也有觀念（父母重男輕女）的因素。故事把這個姐姐放在如此艱難的環境裡。現在，她要面對非常困難的抉擇：或者放棄理想，扛起照顧弟弟的責任；或者將弟弟送出去，讓別人家去撫養。影片十分細緻地描寫了姐姐在兩難處境中的心理糾結。

最後一幕的情節叫人特別難忘：有一對看起來背景非常好的夫婦願意領養她弟弟，但是有一個條件，就是她從此不能和這個弟弟有任何聯繫。這份協議書就擺在她面前，等她簽名。她手握著筆，內心起了劇烈的爭戰，她的眼裡湧出熱淚，這是決定她個人前程、弟弟一生的重要一刻。突然間，她把筆一摔，衝到門外，拉起弟弟的手走了。當她徹底釋放對父母的怨恨、對弟弟的心結，她完成了人生的重大跨越。親情得勝。愛得勝了。從這點來說，這部影片是成功的。

以家人名義

好像一種巧合，最近太太在油管 (YouTube) 上，觀看《以家人名義》電視連續劇，也是一部家庭倫理劇。我斷斷續續旁觀了幾集。拼湊起來的劇情，就是一個開麵館的老好人（李海潮），中年喪妻，自己帶著一個年幼的女兒。他們家樓上的鄰居夫妻不和，吵鬧不休，孩子成了無辜的受害者，經常得老好人照顧。及至樓上夫婦離異，老好人將鄰居孩子接到家裡，一起生活。老好人一個女朋友，婚姻失敗，留下孩子在鄉下，自己跑去深圳謀生。老好人又收養了這孩子。

這樣，老好人除了自己的親生女尖尖，又收養了兩個別人家的孩子凌霄和子秋，都當他們是自己的孩子看待。三個孩子漸漸長大，如同親密無間的親兄妹。可是劇情的發展，就如真實生活一樣，變幻莫測。凌霄的生母離異後嫁到了新加坡，成了有錢的富太太。她執意要接凌霄到新加坡上大學。子秋的生父再婚之後也成了富有的商人，千方百計要把子秋送到海外留學。但凌霄和子秋的情感歸屬，已經不在血緣關係上。

他們把老好人海潮當作自己的親爸爸。他們學成歸來，都愛上了尖尖。想想這「三小無猜」（劇中語）的精彩絕配！想想尖尖該如何面對這兩個不是親哥、勝似親哥的愛情告白！這部連續劇的精彩看點還不止於此。圍繞凌霄和子秋與其各自生母之間的愛恨糾結，使劇情高潮疊起。限於篇幅，不能在此展開分享。

但可以一提的是，凌霄生母最後放棄對兒子選擇尖尖的干預，與兒子達成和解；子秋原諒了他的母親，她實在是出於無奈才撇下兒子不管；子秋的母亲一方面出於感激，一方面舊情復燃，結果與老好人喜結連理；劇中大部分角色的關係，都能在關鍵的時刻，向對方說一聲「對不起」，以和好終結。

《聖經》說：「一切都是出於上帝；祂藉著基督使我們與祂和好，又將勸人與祂和好的職分賜給我們。」（《哥林多後書》五章 18 節）上帝叫人藉著基督與祂和好，也靠著基督的愛與人和好。和好是《聖經》賜給我們的重要信息。上述的電影和電視劇，可能在無意中，傳遞了人與人之間和好的信息，這是值得肯定讚賞的。☺

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

商泉全新聖樂專輯

圖 / 文：南丘

知名小提琴演奏家、基督教音樂製作人、居住在布里斯本的商泉弟兄，近期又推出多張以愛為主題的聖樂小提琴專輯——《愛，我願意》、《愛的源泉》和《愛的盼望》等。

商泉弟兄是忠誠又勤奮的小提琴演奏家。疫情前，他非常忙碌，要為福音的傳播，東奔西跑，受邀到世界各地去參與聖樂的服事演出。自從疫情爆發以來，他無法出國演出，甚至跨州的聚會都要被取消；可他心裡牽掛著疫區的災民，身體也沒顧得乘機閒暇下來。



商泉弟兄送給本報昆士蘭版的最新唱碟

去年一月25日，當武漢人民被困鎖在突如其來的病毒陰霾之中，他就率先錄製視頻福音聖樂《真平安》，透過網絡傳回國內，鼓勵武漢人民信靠上帝，以獲恩典大能所賜的真平安。當被譽



商泉弟兄在佈道會上的演奏

為「疫情吹哨人」的李文亮醫師被病毒奪去生命的消息傳來，商泉弟兄立刻在第一時間創作出《你照亮我的生命》專題樂曲，讚美上帝超越死亡的大愛和彰顯人性真善的美德，為在當時充滿迷茫與困惑的人群，送去平安和積極的精神鼓勵。

在疫情最嚴重的時候，商泉弟兄一面以「愛永不隔絕」為題，錄製了十多條聖樂視頻，鼓勵人們堅定倚靠上帝的信念，同時，他也一面參與了愛心捐獻的實際行動，為疫情重災區人民募集大量口罩和醫藥用品，將上帝永不隔絕的愛，送進人們的心坎裡。

到了今年三月20日，布里斯本聚會解封後，商泉弟兄便不失時機地，在當地教會舉辦了一場疫情中的音樂佈道會；緊接著，又到敬老院慰問長者，為久未踏足戶外的老人家，帶去使人輕鬆快樂的關愛和問候。

接下來的幾個月，商泉弟兄的日程表也寫滿了各種網上音樂會的安排，包括在四月份的全球禱告大會上演奏和分享見證；七月份出席線上佈道會，全球禱告與敬拜專場演奏等。

悠揚的琴聲在空中飄蕩，商泉弟兄的小提琴曲，在網上不斷被轉載和播放。上帝恩典真的就是如此奇妙，疫情雖然將人們隔離，但祂的愛卻隨琴聲飄進人們的心靈裡，將心連結！

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「科學證道」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，上帝的永能和神性是明明可知的，雖是眼不能見，但藉著所造之物就可以曉得，叫人無可推諉。」(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、深入淺出地把艱深的自然科學，妙趣橫生地表達出來，從而見證了上帝創造的奇妙，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《創世記的洪水》等州多本書；這本書是我的摯友周道輝醫生的心血結晶，他在「進化論」裏，扮演著哥白尼似的重要角色，不只是在中文的世界，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，很有系統地講解物種起源的各個層面，包括從複雜的宇宙大體，到地底下的化石和恐龍等，這些確證了上帝創造智慧的軌跡。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》的支持者而印製，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親筆簽名的《創造奇觀》珍藏版一本，我們誠邀您成為「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，逕寄：PO Box 6484，North Ryde NSW 2113，或網上轉帳：Bank: Commonwealth Bank, BSB: 062-113, Account Number: 10164406。謝謝！

您熱烈的回應，將給我們莫大的鼓勵！

回應表

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》代購，請把《號角》的代購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

逕寄：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)：_____

• 信用卡 (英文正楷)：_____

姓名(英文正楷)：_____

信用卡號碼：_____

有效日期至：_____月/_____年 (CVN 卡背號碼的9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「科學證道」專欄彙編而成)

新堂落成頌主恩

天涯

座落在布里斯本華人聚居區、新利班主幹道上的「南區國際宣道會」華語堂，三月27日舉辦了隆重的新教堂落成儀式。布里斯本及陽光海岸眾多華人教會的牧師、宣教機構的傳道人，以及本報昆州聯絡主任均到場祝賀。該教會是《號角月報》在昆士蘭州最主要的分派點。



新落成使用的南區國際宣道會外景

新教堂的落成，見證了《聖經》裡上帝的話語所具有的無比大能，《馬太福音》十九章26節經文這樣說道：「在人這是不可能的，在上帝凡事都能。」的確，教堂並不是一座普通的建築物，每座教堂都有其感恩的故事。這座新教堂在建立的整個過程中，彰顯出倚靠上帝的靈能成大事的神蹟，同時也記載了教會全體成員，為響應上帝的呼召而捨己的奉獻精神。



昆州眾多教牧同工出席獻堂禮

該教會原先的教堂已有上百年歷史，無論空間和設施都早已不能滿足日益增長的崇拜人數和服事的基本需求，可是教會的基金也遠遠達不到建堂所需的數目。這個情況下，教會一直在醞釀、籌劃和準備中度過15個年頭。直到2017年，上帝要拓展教會的呼召臨到時，教會也僅有區區不足百萬元的資金儲備。

上帝要建立這個新的教堂，這確是一個神蹟，但上帝要眾人都成為這個神蹟的一部分，也要教會的眾弟兄姊妹都成為教會忠誠的管家。特別是到了2019年，從二月到九月，短短七個月時間，上帝的靈感動了教會弟兄姊妹，大家充滿信心，甘願犧牲，齊心合力為建堂籌措到了足夠的基建資金。

上帝的意志高過人的意志。誰都沒有想到，上帝要教會在2019年完成集資計劃，是有祂完美意旨。到了2020年，疫情爆發；為防止病毒擴散，教會不得不停止實體崇拜長達一年多時間。直到2021年2月17日竣工的時候，布里斯本剛好也解除了限聚令，教會可以在新落成的教堂裡恢復聚會了。

當弟兄姊妹們走進嶄新的教堂，許多人想起建堂時所經歷的各種挫折與試煉，各種人為的阻攔，政府條款的限制，以及集資的艱辛等等，不禁淚流滿面，激動地發出內心的呼喊：「上帝啊，你真偉大，何等偉大！」

愛護《號角月報》，支持出版經費，奉獻伍拾澳元

獲贈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，發現原來患上骨體癌並誘發了極罕有致命的心臟病，但在神的保守下，心境的平安喜樂竟然有增無減，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，叫豐盛的生命再添豐盛。

陳醫生回顧患病之初至今的數年間，從重新邁進神到生命的重整，至領受神奇妙的恩典祝福，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蹟的醫治，更得蒙慈愛的天父不只未有撇棄，更不斷引領及賜下新的恩賜。陳醫生願意透過這些見證的文字與你分享。



作者介紹
陳慧忠，呼吸系統專科醫生。畢業於香港大學1977年學系畢業。輕微濟世，早年服務於香港伊利沙伯醫院內科部，89年開始私人執業，熱愛工作，也熱愛生命，且極享受人生，一直以來領受神豐厚的恩典與厚福，好像享受了別人三輩子的福樂。

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》代籌，請把《號角》的代籌事項和最新資訊寄給我。
 我現在為《號角月報》的出版經費奉上\$ _____
 付款方式：奉獻支票抬頭請寫：CCHC (AUSTRALIA) PTY LTD
 逕寄：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：_____
 有效日期至：_____月 / _____年
 CVN(卡背最後的3個數字)：_____
 簽署：_____
 簽署日期：_____

若您為《號角》奉獻50澳元以上，將獲贈陳慧忠醫生其中一本著作《病榻上的祝福》、《病榻上再次邂逅神》或《病榻上的盛筵》及他在病床上用粉彩筆畫的書籤一疊八張。

回應表

清明節遇上復活節

雷兄

從 2020 年一整年到 2021 年剛過去的三個月，這一年多的時間是自上世紀初瘟疫大流行後，百年來的歷史中，最不尋常的一段時間，無論是東方還是西方，全世界似乎都被新冠病毒轄制住了。



不論災難如何深重，時間的車輪仍然一刻不停地往前。

每到四月，有兩個節期會如期而至：一個是「清明節」，一個是「復活節」；今年更是特別，清明節和復活節相遇在同一天。

清明引向無言結局

有人說，清明節好似中國人的感恩節，這一天人們去踏青掃墓，以感恩行孝的心態，紀念逝去的先祖和親人。廈門大學易中天教授說：「在整個大中華文化圈裡面，大家都通過清明節這種儀式，來實現自己的身分認同，找到自己的歸屬感。」我真不知道，這是一種什麼樣的歸屬感？

「清明時節雨紛紛，路上行人欲斷魂」，唐代詩人杜牧，行在泥濘路上，所體會到那種生命的悲涼，心境的淒迷紛亂，不知是否對生命本身有切膚的思考？不難看出，清明節深層的意義，只是把活人引向墓園，讓人感受到人生必有一死的無言結局。

復活引向平安盼望

與此同時，全世界大約有 25 億人共同紀念和慶祝「復活節」。從星期五的「耶穌受難日」開始，到禮拜天的「復活節主日」，這是奉耶穌基督為主的人們，紀念和慶祝耶穌基督的受難、受死、復活的節日。

我們深信，耶穌從死裡復活，是人類歷史上真實發生過的一件事。無論瘟疫如何泛濫，主耶穌基督復活的生命，帶給信靠祂的人，無論是死去的，還是活著的，都將與耶穌基督一同復活在樂園裡，這是一種篤定的平安和盼望。這才是人類真正的出路，出死入生的活路！

復活節當天，我們教會弟兄姊妹，自發聚集在教會門前的十字架下，讀經、唱詩，紀念主耶穌基督為赦免人的罪，甘心受罰，成為我們的替罪羔羊，並從死裡復活，勝過死亡的陰霾，帶來永生的盼望。

「因祂活著，我能面對明天，因祂活著，我不再懼怕.....」弟兄姊妹們唱著這首讚美詩，心裡同時也充滿在主裡復活的信心。

在這個世界裡，我們雖躲避不了死亡，難以擺脫帶著自己的驕傲、貪婪和自私等諸多罪性走進墳墓，然而，我們只把人生當作客旅，因著耶穌的復活，我們能坦然地面對明天，不再懼怕死亡，並要在永生神那裡，得到公義的冠冕和永恆的生命！

正如范學德弟兄在分享發言中所說，在苦難之中，基督賜下了平安；憂愁之際，上帝成為我的喜樂，這喜樂沒有人能奪去；無論發生了什麼，都不能使我們與上帝的愛隔絕。

感謝上帝，在疫情製造幾十萬人死亡的恐怖日子裡，讓今年的清明節與復活節「恰巧」同日相遇。這更加證實了上帝才是這個世界的真主宰，祂要世人明白的道理其實非常簡單——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》十四章 6 節）

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：主恩常備！
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：_____

我願意在通告中紀念《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：

(1) 信用卡(VISA/MasterCard)：姓名(英文正楷) _____ 有效日期至：_____月 / _____年；CVN(卡背最後的3個數字) _____

簽署：_____ 簽署日期：_____

(2) 支票 抬頭請寫CCHC(AUSTRALIA) PTY LTD，逕寄：PO Box 6484, North Ryde NSW 2113

(3) 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

教會與社會

吳慶勝

已故聖公會著名牧師斯托得說：「跟隨耶穌基督的門徒，實在不必懷疑自己應否參與社會、傳福音與社會責任之間的關係，也沒有引發爭論的必要。」

教會關懷社區的行動

維州伯伍德聖公會聖多馬堂教會 (St. Thomas' Burwood)，無論在什麼時候都堅持積極回應神 (上帝) 的感動，熱心關心社會的需要、努力服務社區。

在疫情最猖獗的時候，我們也照樣憑信心為國際留學生提供食物。隨著疫情的好轉，我們進一步參與社會服務，如 50+ 長者活動 (逢週一)、學前兒童活動 (MOPS 逢週二和週四)、英文班 (逢週末)、冬天露宿者之家 (Winter Shelter 6-8 月逢週六晚) 等等。神打開了我們的心，讓我們聽到了祂的呼聲。我們所舉辦的活動，的確為我們的社區帶來溫暖。我很喜歡《把冷漠變成愛》這首歌，我們是應該像這首歌的歌詞：「以基督的心為心，以祂的眼看世界，你身邊的人需要你我，把冷漠變成愛！」

- 50 + 長者活動，讓年長的人退休生活變得更加多姿多彩。
- MOPS，讓年輕媽媽們有機會認識新朋友和分享育兒經驗，同時也讓學前兒童們通過遊戲學習社交技巧。
- 英文班，讓來自五湖四海的新移民濟濟一堂，一起上課，一起交流，這對提升他們的英語水平和社交能力都有幫助。
- 冬天露宿者之家，由維州白馬市七家教會共同參與，為本地區露宿者提供溫暖和愛心。希望這些無家可歸的露宿者能在寒冬中感受到教會的溫暖，教會提供晚餐、早餐和晚上睡眠的地方。

教會實踐社服的討論

教會是否應該參與社會服務？有人認為，教會應以傳福音和改變人的心靈為目的，教會過多介入社會是不務正業；但亦有人認為教會應該通過不同的社區服務去補足政府的缺乏，並為社會帶來穩定的局面，教會不參與社會，是不食人間煙火。公說公有理，婆說婆有理。

一直以來，對教會實踐社會服務，有三種不同的看法：

- 1、**後果論**。教會只要專心傳道，人信了主就會成為好人，好人自然做好事，所以教會根本不需要做什麼服務；
- 2、**橋樑論**。社會服務只是手段罷了，教會最終的使命是傳揚福音，使萬民歸主；
- 3、**夥伴論**。社會責任與傳福音同為整全使命之內容。口傳與身傳，兩者都是見證信仰，同樣重要。

我認為，教會無論如何應該認真和嚴肅地參與社會服務，在實踐中，教會要注意：

- 要高舉耶穌的名，不要功利主義；
- 要有禱告，不要憑血氣；
- 要有傳福音的異象，不要單為事工而做；
- 要有感動，不要衝動；
- 要有計劃，不要人有我有；
- 要量力而為，不要影響教會的福音工作；
- 要針對社會的需要，不要浪費教會的資源；
- 要眾志成城，不要孤軍奮戰。

水能載舟，亦能覆舟！教會也要以此為鑒。不然，教會就會在社會服務的事工上迷失方向。

對教會而言，服務社會是一件「三贏」的事工：教會因服務社會而成為世界的光，教會因服務社會而彰顯神的榮耀，教會因服務社會而變得更加成熟。

《聖經》說，「信心若沒有行為就是死的」(《雅各書》二章 17 節) 希望我們都能做一個信心和行為並重的基督徒，成為世界的光和鹽，成為神國的精兵！

號角月報 澳洲版

Herald Monthly(Australia)

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

1-unit sample size
(6.25cm x 5cm)

2-unit sample size
(12.5cm x 5cm)

* 本報保留刊登廣告權利

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

神的意念 人的道路



鄭文昌

2020，與從前那麼不一樣的一年！

2020年8月，墨爾本疫情最嚴峻的時候，我在《號角月報》與大家分享第一次「啟發課程」：疫情中傳福音的轉型。當時還邀請大家為 Crossway 教會廣東堂第一次「啟發課程」網上聚會禱告，感謝主，感謝大家的禱告，今年三月我們已經開始了第三次「啟發課程」。

課程一連八課，剛剛過去第四課，主題是「什麼是祈禱？」聚會剛開始時，大家分享一個熱身問題：你最想做的是哪一個超級英雄？新朋友孫伯伯分享說：他心中的英雄是主耶穌和他的主診醫生陳醫生。陳醫生是 Crossway 教會其中一位姊妹會友在香港的親弟弟。

姊妹在去年六月份第一次「啟發課程」時候，與我們一起同工。之後，她回香港探望家人，在香港的時候她與家人一起參加第二次的「啟發課程」，網上聯結在墨爾本的我們。姊妹的爸爸也在第二次課程時決志信主，隨後在教會安排下，與其他在課程中信主的人，一起參加浸禮。

這次課程上到第三課時，姊妹和弟弟陳醫生邀請了好幾位朋友和家人參加。就在上第四課的晚上，陳醫生一直關心的孫伯伯，講了以上這一段對話。因為陳醫生曾經對孫伯伯講：「我不單要救你的身體，我還要救你的生命（靈魂）」。看來是一個簡單的熱身問題，神就使用這個問題，感動孫伯伯分享心底裡的話。我們就順藤摸瓜地問孫伯伯，既然你心中的英雄是耶穌，你是否現在就願意接受耶穌，成為你生命的救主？孫伯伯欣然答應！

筆者從牧者得知，原來在第一次「啟發課程」差不多要開課的時候，才邀請到這位姊妹參與同工的。香港的弟弟陳醫生看到探親的姐姐帶領家人信主和教會弟兄姊妹對他們的關心，他也熱心地邀請朋友參加第三次「啟發課程」。神就與我們同工感動了孫伯伯，當天晚上陳醫生還親自帶領孫伯伯做決志禱告，接受耶穌基督，作為生命救主。孫伯伯遠在瑞士的女兒也和我們一起網上聚會，她的感人分享是：「天使圍繞在我們身邊。」這一切都不是偶然！

疫情中，從墨爾本網上傳福音，繼而到香港傳福音給家人，再由香港的家人傳福音給身邊的親友，再到世界各地。疫情的危機帶來轉機，我們能夠這樣來看2020年嗎？——「耶和華說：我的意念非同你們的意念，我的道路非同你們的道路。天怎樣高過地，照樣，我的道路高過你們的道路，我的意念高過你們的意念。」（《聖經·以賽亞書》五十五章 8-9 節）

願我們繼續敏銳聆聽神溫柔微小的聲音，時刻思想神的意念，聽而順服，遵行神喜悅我們走、蒙祂悅納的道路，讓更多人知道並接受好消息（福音）！



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

天國博士席伯斯

張仲騏

理查·席伯斯 (Richard Sibbes, 1577-1635) 在古英國的清教徒大本營薩福克郡出生。他在瑟斯頓教區的教會受洗，也在那裡接受教育。

喜歡看書

席伯斯自幼喜歡看書。他的父親是一名車輪修造工，也是一位「善良、好心的基督徒」，但對兒子太愛看書感到不以為然。他為了治好他兒子愛看書的毛病，送給他造車輪的工具，但席伯斯卻不為所動。透過別人經濟支援，席伯斯在18歲那年入劍橋大學就讀，於1599年獲文科學士學位，並於1603年獲文科碩士學位。席伯斯在1603年透過貝恩斯 (Paul Baynes) 的講道接受耶穌為主。他稱貝恩斯為他的「福音父親」。貝恩斯以他的《以弗所書》註釋聞名，並在劍橋的聖安德烈大教堂任牧職。



劍橋講道

席伯斯於1608年在諾里奇的聖公會被按立，隔年被選為學院的傳道之一。1610年他獲道學學士，隨即在劍橋的聖三一教堂服事。他的講道把劍橋從柏金斯 (Perkins) 過世之後就一直不冷不熱的屬靈狀態中喚醒。他的教會甚至多建了一個長廊，以容納來聽講道的信徒。在聖三一堂的這段時間，席伯斯把古德溫 (Goodwin, 著名清教徒) 從亞米念神學當中拉出來，並使普雷斯頓離開「自作聰明」的講道，而採納簡單、屬靈式的講道。

出任院長

席伯斯於1617年來到倫敦，在格雷律師學院做講師。格雷律師學院在當時四大律師學院當中最有規模，在今天仍是英國最重要的法律學院之一。1626年，他成為劍橋聖凱瑟琳學院的院長。在他的領導之下，聖凱瑟琳重獲了先前的風光。此學院後來出了好幾位重要牧者。席伯斯接下此任不久，就獲得劍橋的道學博士學位。因著席伯斯出色的講道和他敬虔的生活，人們尊稱他為：「天國博士 (the Heavenly Doctor)」。華爾頓如此形容席伯斯：「這蒙福的人，我們理當如此形容他：在他進天堂之前，天堂就已經在他裡面。」

1633年，英王查爾斯一世任命席伯斯為聖三一教會的主任牧師。席伯斯同時也繼續擔任格雷律師學院的講師、聖凱瑟琳學院的院長，直到他1635年過世。

牧者的牧者

席伯斯沒有結婚，卻有非常廣大的人脈關係，他的朋友包括敬虔牧者、知名律師，以及國會官員。「敬虔的朋友就像是會走路的證道」，他曾經這麼說。

席伯斯是一個溫和的人，他盡可能避開當時的爭議話題。「紛爭繁殖出紛爭」，他強調。然而他卻與勞德大主教、天主教，和亞米念的信徒捲入鬥爭。比起當時他在聖公會的同儕，他與較為激進的改教家和領導反而走得更近。

席伯斯鼓舞了許多人的心。他的影響力觸及當時英國教會的三大派系：聖公會、長老會和獨立教會。他是牧者的牧者，過的是一種相當節制的生活。「聖潔在哪裡，哪裡就有節制，有對神無私的敬虔，和對他人真實的良善」，他如此寫道。

使人受益

席伯斯被形容是一位「受歡迎的傳道人，有學問的牧者，有愛心、謙卑，卻經常低估自己的恩賜」。各地的清教徒都承認席伯斯是一位以基督為中心、能打動人心的傳道人。無論是知識分子還是文盲，高階層還是低階層，都能從席伯斯的講道大大受益。

席伯斯寫道：「講道就是在吸引——講道最主要的視野，是要吸引我們去接受基督那平和、安穩、智慧和勝利的政權」。有人形容席伯斯：「他的神學當然絕對正統，但那只是一個巨大引擎裡的柴火，不斷地轉化為火焰和能量，以此事奉神，並在靈魂當中享受神、品味神。」也有人說：「17世紀的應用神學著作當中，沒有比席伯斯的作品更受當時中產階級的喜愛。」

魂歸救主

席伯斯的最後一次講道，是在他過世的前一週，經文是《約翰福音》十四章2節：「在我父的家裡有許多住處……我去原是為了你們預備地方。」他過世前幾天，人問他靈魂狀況如何，他回答：「我如果不說『非常好』，我就是對不起神」。臨終前一天，席伯斯口述了他的遺囑和見證，開頭是這樣的：「我將我的靈魂交托在我恩慈的救主手裡，祂以祂最珍貴的寶血救贖了我的靈魂，如今祂在天上顯現，要接納她。」

(譯自《Meet the Puritans (遇見清教徒)》，Beeke and Pederson, Reformation Heritage Books, 2012, MI)

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

逮了個正著

潔泥

朋友移民澳洲後，憑著以前在國內工作的關係，加上自己的努力和誠信，批發生意越做越大，自己也越來越忙。一單貨發出去後，又忙著下一單。這樣一年到頭就忙著出貨、收賬。可是不知不覺的，外面該收的賬越積越大。後來變成忙著要賬，才發現好多賬都要不回來了。

上週二，他從其他城市來悉尼，告訴我們是來要賬的，順便來看看我們。細聊才知道，這些年他做生意，不同的人都欠了他好多錢，有的幾十萬，有的上百萬，加起來，差不多都快 1000 萬了。以前只是知道他很忙，做很大生意。這次他來，才告訴我們，悉尼一個客戶欠他 30 幾萬澳幣，三年了，連人都找不到了。他這次是專門來要賬的，卻覺得希望渺茫。



那天我們才有機會問他知不知道有一位獨一的真神（上帝），有沒有去過教會，他說沒有，只是忙生意。

他跟我們講到他的煩惱的時候，我們將我們認識的這一位神介紹給他，帶著他做了禱告，告訴他神是全知全能的，是公義正直的。

那天神藉著《聖經》對我說話：

「祂在那裡折斷弓上的火箭，並盾牌、刀劍和爭戰的兵器。」「惟獨你是可畏的。你怒氣一發，誰能在你面前站得住呢？」（《詩篇》七十六篇 3、7 節）

我和先生將這句話分享給他，他以前從來不知道有這樣一位神，好像父親一樣可以保護他，引導他，替他主持公道。

雖然談不上什麼信心，他也願意跟著我們禱告，之後請我先生帶他去那人的地址找。

結果非常奇妙！

以前每次都找不到人，或者有人開門，也說要找的人不住這裡，或者用種種藉口，讓朋友無功而返。三年去了十多次，都找不到人。

可是這一次，非常奇妙的，那人正在房子外面。

逮了個正著！

朋友經歷了神，淺嘗神的信實和大能。

想起一首兒歌——《我們有偉大奇妙神》，歌詞唱道：

我們有偉大奇妙神
祂創造天地和萬物
我們有偉大奇妙神
祂使瞎眼看見瘸腿能行走

在祂沒有難成的事
在祂沒有難成的事
哦全能的神

在你沒有難成的事
在你沒有難成的事
在你沒有難成的事

那天和朋友分享的《詩篇》七十六篇，正是我們按照「每日讀經」的進度讀到的。神真的會藉著《聖經》對我們說話。

《詩篇》七十六篇 9 到 12 節說：

「你從天上使人聽判斷。神起來施行審判，要救地上一切謙卑的人，那時地就懼怕而靜默。」

「人的忿怒要成全你的榮美，人的餘怒，你要禁止。」

「你們許願，當向耶和華你們的神還願。在祂四面的人，都當拿貢物獻給那可畏的主。」

「祂要挫折王子的驕氣，祂向地上的君王，顯威可畏。」

願大家能夠每天讀《聖經》，因為神的話是我們腳前的燈，路上的光。🕯️



女兒的抉擇

哈拿

時光荏苒，大女兒就讀 12 年級了，在醫院隔鄰的醫療科學院開放日那天，和她同往參觀。各學系的攤位，都有導師及學生，在介紹該系的特色、課程和就業狀況等。那時，有職業治療、物理治療、言語治療、護理系等。莘莘學子，快將進入新的學習里程，都小心翼翼地查詢，為選擇適合學系作好準備。在學院流連了很久，女兒表示選讀護理系，要步母親後塵。

翌日，回到部門工作，小息時與古里醫生談及女兒的決定；他看著她成長，因在她幼年時，部門主任允許我在學校假期時，可以帶同



她上班。古里醫生的女兒也是護士，他說：「當一名護士，是要有多方面的應對能力，除了有愛心，還要有機智、判斷力、刻苦耐勞，責任不下於醫生，畢竟，病人的安危就在你手中！我想，她會成為一名好護士。」聽後使我釋然，從前希望她能選擇別的行業，不用輪班、熬夜；既是她的抉擇，便尊重她的決定。

果然，她如願進讀該學院的護理系。一天，午餐時，由學院通過醫院的側門，帶同兩名同學來休息室探望我，並練習彼此量度血壓，又與長輩們相談甚歡。

值得感恩的是，她遇到的這兩位同學，鼓勵她參加基督徒團契，使她重返教會，歸主愛裡。

又是一年一度的國際護士節，是記念護士之母南丁格爾；她捨棄貴族生活，獻身看護，照料傷兵、病患，並且改良、提升醫療護理水平，培訓護士，終生以基督的愛去愛人。所撰寫的《醫院札記》和《護理札記》及百餘篇論文，其中的教育思想及經驗，均為世界護士的典範。

1893 年，美國護士利斯特拉·格瑞特 (Lystra Gretter)，和她服務的訓練班委員會，根據她的護理精神、原則，寫下了以她的名字命名的南丁格爾誓言：

余謹以至誠，於上帝及會眾面前宣誓：終身純潔，忠貞職守，盡力提高護理之標準；為有損之事，勿取服或故用有害之藥；慎守病人家務及秘密。竭誠協助醫生之診治，務謀病者之福利。謹誓！

同事們在閒談時，都談及受訓時的趣事，彼此以南丁格爾精神鼓勵。也笑說我後繼有人了，更祝願小女能成為一名好護士，榮神益人！

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

壓傷的蘆葦祂不折斷 將殘的燈火祂不吹滅
以賽亞書 第 42 章 3 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

心中的聖殿

宗琦

去年年初，正值疫情爆發前夕，我和家人在台灣旅行，特意在台中停留一天，為了觀賞慕名已久的路思義教堂。

路思義教堂位於台中市西屯區東海大學，是該大學的標志性建築。據維基百科資料，名字的由來是亨利·路思義（美國《時代雜誌》、《生活》雜誌的創辦人）為宣揚福音並紀念父親，宣教士亨利·溫斯特·路思義而捐款建造的。



由著名美國華裔建築師貝聿銘和台灣建築師陳其寬設計，建於1962至1963年。這座獨特的雙曲面薄殼建築，為體現信仰的特色，整體外觀結合了東西方的建築理念，採用了東方人士常用的雙手合十，掌部略微張開的棱錐形；同時考慮到台灣地震多，上小下大的形體更能抵抗風力和地震。屋脊留有縫隙，光線可以透進來，產生「一線天」的神秘效果。整個建築由四片鋼筋混凝土曲面外牆構成，內肋由格子樑結構支撐19米的高牆，格子樑從底部由粗漸細沿著曲面直至頂部，給人「向天」的意念。外牆面貼釉面菱形磚，並選用了符合中國建築傳統的黃土色，與藍天綠樹形成色彩對比和映襯。據說，在東海大學的任何位置，都可以遠遠望見這座教堂，設計者的用心即在於此，讓每一位師生都牢記基督信仰是生活的中心。

我們去的那天不是主日，教堂門關著，無法入內參觀。我好奇地透過窗玻璃瞧瞧，見裡面一排排椅子和講台，據說最多可以容納約400人。門上貼有最近的告示，說明這個建築仍在使用中，心裡得著一絲寬慰。因為，我知道在澳洲有許多地區性的小教堂如今都已經不再被使用，有的荒廢著，有的被賤賣用作他途。甚至有一次瀏覽到一份地區性報紙的頭條新聞，是說一家公司以非常划算的價格買下了一間教堂，準備略作翻新後經營生意，儼然是得勝者的姿態，並對今後的營業充滿信心和期待。作為基督徒，讀到這樣的新聞，該作何感想呢？

我想起《馬太福音》十一章15-17節記載耶穌和門徒來到耶路撒冷：「耶穌進入聖殿，趕出殿裡做買賣的人，推倒兌換銀錢之人的桌子和賣鴿子之人的凳子；也不許人拿著器具從殿裡經過；便教訓他們說：『經上不是記著說：我的殿必稱為萬國禱告的殿嗎？你們倒使它成為賊窩了。』」

看看今日，人心不古。地區性小教堂的逐漸消失，福音的荒涼，正說明人們信仰生活的缺失！也有一種解釋，說現代人更趨向去人口集中的較大的教堂聚會，所以造成小教堂的冷落。

《聖經》中記載，有一位撒瑪利亞婦人問耶穌，禮拜是在祖宗的山上，還是在耶路撒冷，耶穌說：「婦人，你當信我。時候將到，你們拜父，也不在這山上，也不在耶路撒冷。」「時候將到，如今就是了，那真正拜父的，要用心靈和誠實拜他，因為父要這樣的人拜他。」（《約翰福音》四章21節和23節）保羅在《哥林多前書》六章19節說：「豈不知你們的身子就是聖靈的殿嗎？這聖靈是從神而來，住在你們裡頭的；並且你們不是自己的人。」可見，上帝最看重的是我們的心裡是否尊祂為大，敬拜祂，不在乎外在的形式，建築物的大小。

慈愛的天父上帝，求你憐憫澳洲這片土地，興起更多福音的工人播撒種子，好叫那未聽見的聽見，不願聽的，得著提醒；求聖靈在人們心裡動工，使人早日悔改歸向你，得著寶貴的救恩，築起心中的聖殿，活出合你心意的人生，榮耀你的聖名。阿門！



晨光關懷協會
first light care

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
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，達成身心靈的康復
- * 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2-4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)

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」



從不爽約的知更鳥

之

突然喜歡上了這種小鳥，美麗又可愛。

牠的顏色鮮亮，模樣小巧，肚子圓圓的，眼睛黑又亮。澳洲知更鳥 (Australian Robin) 有 49 個品種，都是太平洋地區特有的。根據肚皮的顏色，牠們叫不同的名字：緋紅知更鳥、黃知更鳥、粉紅知更鳥、火焰知更鳥.....

冰心在《山中雜記》中說：「我們幕天席地的生涯之中，和小鳥最相親愛。」。她在北京城裡看到各樣玲瓏嬌小的小鳥，對知更鳥有這樣一個簡短又鮮活的描寫：知更雀的紅胸，在雪地上，草地上站著，都極其鮮明。文中一開始引用了她的女伴的話：「和人談話真拘束，不如同小鳥小貓去談。牠們不擾亂你，而且溫柔的靜默的聽你說。」冰心喜歡這句話，我也喜歡。



當我觀看美麗又可愛的知更鳥，我的心靈便十分寧靜，久久地注視著。在美國南方有這樣一句俗語：殺死知更鳥是一種罪惡。知更鳥不僅歌聲動人，也不破壞花草，不毀壞穀倉。所以，打死這樣一種無害又可愛的生靈，就是一種罪惡。有趣的是，現在常常用知更鳥來指那些能按時兌現承諾，不爽約的人。這樣的人會給人踏實的感覺，用知更鳥形容這樣的人著實形象。

有的人美麗卻不見得可愛，有的人可愛卻不一定美麗，有的人既不美麗也不可愛。可愛就已經很難得了，守諾言、不爽約，這一點算是可愛的。那些不按時兌現承諾的人怎能讓人覺得他可愛呢？可是仔細想想，我自己也沒有做到按時兌現每一個承諾，也給朋友帶去過煩惱，在人家的眼裡看不到我的可愛與真誠。我們當然會給自己找理由，有時候也確實有困難，人的能力總是有限。然而這個世界上，卻有一位永遠不會背約的，祂曾經說：「我必不背棄我的約，也不改變我口中所出的。」(《詩篇》八十九篇 34 節)

神(上帝)在歷史上，從沒有爽約過。祂把無所不能的自己限定在這個與我們所立的約裡，只因著祂的愛，對我們的愛。可是我們卻時常爽約，對神的話語置之不理，以為我們自己才可以給我們最好的答案，直到吃盡苦頭，直到走到盡頭，直到自己的驕傲把自己打敗，才回轉向神。慈愛的天父卻仍然願意接納悔改歸向祂的浪子們。主耶穌說：「你們雖然不好，尚且知道拿好東西給兒女，何況你們在天上的父，豈不更把好東西給求祂的人嗎？」

當我回轉向祂時，我安靜下來，祂靜靜地聽我訴說，祂使我心靈得安寧。我雖然對未來充滿問號，對世界充滿困惑，但我確定，我深知，我的神必不背棄祂的約。

我觀看這美麗又可愛的知更鳥，牠是神賜下的萬千個美麗又可愛的受造物的一種。注視著牠，我心靈便得寧靜。不僅如此，牠也提醒我，努力去做一個信守承諾的人，對他人真誠、認真、負責、友善。

突然喜歡上了這種小鳥，美麗又可愛。🕊️

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

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

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

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

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.

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

談歌說愛

江風

和朋友聊天，偶爾提起鄧麗君，大家都為她早逝而惋惜。我們這一代人，對鄧麗君唱的歌，可謂耳熟能詳。平時隨口哼幾句，恐怕十有八九，也離不開她唱過的那幾首。縱觀鄧麗君一生所唱，大部分都是愛情歌曲。如果說，鄧麗君代表了華語流行樂壇的一個頂峰，那麼愛情就是矗立在頂峰上的一座豐碑。

具體而言，鄧麗君的歌，基本上表述了人世間愛情的不同內涵，包括愛情所帶來的各種情緒。



追尋愛情

在沒有愛情的時候追尋愛情。

請聽《詩意》：

「一個女孩名叫詩意，心中有無數秘密；因為世上難逢知己，她必須尋尋覓覓；她以為她臉上沒有露出痕跡，在她的臉上，早已經寫著孤寂。」

在尋覓愛情的路上，這個名叫「詩意」的女孩，儘管心裡盡量掩藏著私人的「秘密」，但一個細心人，已從她憂愁的臉上，看出孤寂的痕跡。

享受愛情

在相愛的時候享受愛情。

一首《儂情萬縷》，令人盪氣迴腸：

「儂情千萬縷，絲絲為了你。盼君多珍惜，願你長相憶。今生永不渝，今世永不移。長籐倚老樹，形影永相繫。」

「儂情千萬縷，絲絲為了你。問君可知曉，願你長相憶。愛的日子裡，叫人難忘記。長籐倚老樹，形影永相繫。」

情絲千萬縷，絲絲都為你。這種深情表白，直叫人感動不已。全首歌詞具古詩韻味。「盼君多珍惜」、「問君可知曉」，既是對戀人的叮嚀和叩問，也期待得到對方的真情回應。「長相憶」化用古人詩句，極其恰當地表達出「儂情」的期盼。「永不渝」、「永不移」是愛的誓言。「長籐」「老樹」，都是經年累月的象徵，表示愛的恆久綿長。這裡的「倚」，既有「倚靠」，也有「纏繞」之意，兩人相倚相靠，「形影相繫」，永不分離。

懷念愛情

在失去愛情的時候懷念愛情。

「分不出是淚是雨 / 淚和雨憶起了你 / 憶起你雨中分離 / 淚珠兒灑滿地 / 哭泣 你哭泣為了分離 / 分離 分離後再相見不易 / 我重把你的愛情藏在我心底 / 藏在我心底 / 就好像藏起回憶

「我喜歡綿綿細雨 / 細雨裡憶起了你 / 憶起你在我懷裡 / 淚珠兒灑滿地 / 哭泣 你哭泣為了分離 / 分離 分離後再相見不易 / 我重把你的影子藏在睡夢裡 / 啊 藏在睡夢裡 / 就好像藏起回憶

「分不出是淚是雨 / 淚和雨憶起了你 / 憶起你雨中分離 / 淚珠兒灑滿地 / 哭泣 你哭泣為了分離 / 分離 分離後再相見不易 / 我重把你的眼淚藏在寂寞裡 / 啊 藏在寂寞裡 / 就好像藏起回憶」

沒錯！這是《淚的小雨》。這首歌非常能體現鄧麗君的演唱魅力——如泣如訴、淒怨、哀傷、催人淚下。歌詞將淚，和雨，和回憶，互相交疊，勾畫出分離時刻的難分難捨。最喜歡末句：「我重把你的眼淚藏在寂寞裡，就好像藏起回憶。」昔日的眼淚早已飄落雨中。寂寞不是盃，怎可藏起眼淚？但將一段刻骨銘心的愛情藏在寂寞裡，好像藏起回憶，就成了詩。

可嘆鄧麗君演唱了數以百計的經典愛情歌曲，自己卻一生沒有找到真愛。我想，如果她知道真愛的源頭不在人間，她就不需要在地上「尋尋覓覓」。當她向山舉目，她就會望見各各他山上的十字架，在那裡有永不改變的愛。在那日，她要如此演繹這首歌：

我衷心的謝謝你
為我流血贖我罪
如果沒有你給我愛的拯救
我的生命將會失去意義 ☹️

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

SYNDAL BAPTIST CHURCH
Syndal Baptist Church
墨爾本浸道信會粵語堂

誠聘傳道（四天工作日），牧養粵語堂的弟兄姐妹及向當地華人社區傳揚基督福音。

了解職務及申請，請登以下網頁
<https://sb.org.au/newsletter/vacant-position--associate-pastor-for-cantonese-ministries>
應徵請將履歷透過電郵發給 Maranda Ng 胡文清牧師 mng@sb.org.au
申請截止日期：2021年4月30日5:00pm

要求：
1. 粵語流利，並能用英語溝通；
2. 經過正規神學訓練；
3. 至少三年牧會經驗。

土豆的營養價值與功用

嚴惠來

土豆，學名馬鈴薯，被稱為「十全十美的食物」，是全球第四大重要的糧食作物，僅次於小麥、稻穀和玉米。

營養價值

土豆具有很高的營養價值和藥用價值，其營養素豐富，營養結構也較合理，有「地下蘋果」



之稱。例如，它所含的蛋白質和維生素 C、維生素 B1、維生素 B2 比蘋果高得多；又如，維生素 C 是蘋果的 10 倍。B 族維生素是蘋果的 4 倍。鈣、磷、鎂、鉀含量是蘋果的幾倍至幾十倍不等，尤其是鉀的含量，可以說在蔬菜類裡排第一位。它富含大量碳水化合物，能供給人體大量的熱能。土豆的皮富含綠原酸和硫辛酸。綠原酸有抗氧化和抗癌的功效，硫辛酸可淡斑、防止皮膚老化。它含有能夠幫助預防老年疾病的膳食抗氧化劑，以及有大量的優質纖維素，有預防便秘和防治癌症等作用。

多種功用

1、天然的美容佳品。如將新鮮土豆汁液直接塗敷於面部，增白作用十分顯著。土豆汁對清除色斑效果明顯，並且沒有副作用。年輕人皮膚油脂分泌旺盛，常受青春痘、痤瘡困擾，用棉花沾新鮮土豆汁塗抹患處可以解決這個問題。

2、改善精神狀態。生活在現代社會的上班族，最容易受到抑鬱、灰心喪氣、不安等負面情緒的困擾，土豆之類食物可以影響人的情緒，是因為它裡面含有的礦物質和營養元素能作用於人體，改善精神狀態。

3、調整虛弱的體質。土豆不僅不會使人發胖，還有愈傷、利尿、解痙的功效。它能防治淤斑、神經痛、關節炎、冠心病，還能治眼痛。同時還具有提高記憶力和讓思維清晰等作用，堅持吃一段時間土豆，能收到令人滿意的效果。

4、保護心腦血管。土豆中含有豐富的鉀元素，可以有效地預防高血壓。土豆中的維生素 C 除對大腦細胞具有保健作用外，還能降低血液中的膽固醇，使血管有彈性，從而防止動脈硬化。

5、降糖降脂。土豆能供給人體大量有特殊保護作用的黏液蛋白。能促進消化道、呼吸道以及關節腔、漿膜腔的潤滑，預防心血管和系統的脂肪沉積，保持血管的彈性，有利於預防動脈粥樣硬化的發生。

適用人群

土豆一般人均可食用。特別適合動脈硬化、膽結石症患者、肥胖患者、孕婦、產婦、嬰兒及有消化道潰瘍的人食用。

選購技巧

1、看形狀：圓形的馬鈴薯屬於粉質馬鈴薯，適合用來做沙拉或土豆泥；而細長的品種則屬黏質，不容易煮爛，適合用來做咖哩。表面過於凹凸不平的避免購買。

2、看表面：挑土豆要挑表皮光潔的，芽眼較淺的。這樣的土豆好削皮，土豆利用得完全。要儘量挑選肥大而勻稱的土豆，表皮無乾疤和糙皮，無病斑、蟲咬和機械外傷，不萎焉、變軟，無發酵酒精氣味的最好。

3、看顏色：要買黃皮的土豆，黃皮土豆外皮暗黃，內色呈淡黃色，澱粉含量高，含有胡蘿蔔素，口味較好。另外，還要注意皮層變綠的土豆不要購買和食用。因為其中含有的龍葵素有劇毒性，加熱也不會被破壞，吃了會中毒。

注意事項

1、吃土豆要去皮吃，有芽眼的地方一定要挖去。以免中毒。

2、切好的土豆絲或片不能長時間的浸泡，泡太久會造成水溶性維生素等營養流失。

3、買土豆時不要買皮的顏色發青和發芽的土豆，以免龍葵素中毒。

4、快餐中的土豆泥、炸薯條，由於加工過程中被氧化，破壞了大量維生素 C，使營養成分大大降低。吃炸薯條，易增加脂肪的攝入量，而且炸薯條的油反覆高溫加熱，產生聚合物，容易致癌。

對於食物，耶穌曾教導門徒，說：「你們也是這樣不明白嗎？豈不曉得凡從外面進入的，不能污穢人，因為不是入他的心，乃是入他的肚腹，又落到茅廁裡（這是說，各樣的食物都是潔淨的）」；又說：「從人裡面出來的，那才能污穢人；因為從裡面，就是從人心裡，發出惡念、苟合、偷盜、凶殺、姦淫、貪婪、邪惡、詭詐、淫蕩、嫉妒、謗讟、驕傲、狂妄。這一切的惡都是從裡面出來，且能污穢人。」（《馬可福音》七章 18-23 節）我們了解食品的營養價值和功用固然好，但我們自己裡面的惡，需要靠著耶穌，才能除去。☺



沐恩國語聚會

Abundant Grace Mandarin Assembly

虹恩彼堂 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 每主日十二點開始崇拜 設有兒童主日學
 25 Edgeworth David Avenue Hornsby 2077 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：

| | | | |
|-----------------|-----------------|----------------------|----------------------------|
| 粵國語崇拜 | 星期日上午 9:00 | 堂主任：姚正魁牧師 | 手機：0438 382 008 |
| 英語崇拜 | 星期日上午 11:30 | 英語堂牧師：Rev. Alan Best | 手機：0414 887 198 |
| 國語崇拜 | 星期日上午 11:00 | 中文堂牧師：薛從愛牧師 | 手機：0402 481 915 |
| 教會祈禱會 | 逢星期五晚上 8:00 | 國語牧者：林守旺傳道 | 手機：0433273589 |
| 守望禱告會 (國、粵語) | 逢星期三早上 10-11:30 | 查詢電話：謝麥靜嫻姊妹 | 02 9785 2377, 0433 025 973 |

教會網站：www.padstowchinesecong.org

如何有好的睡眠？

口述／趙之嶽醫生 整理／黃雅蓓

睡眠的重要性和週期

睡眠的重要性無庸置疑：中國人在農業社會時代強調「日出而作日落而息」；而富蘭克林有言：「Early to bed and early to rise, makes a man healthy, wealthy and wise (早睡早起讓人健康、富有和聰明)」人的一生將近三分之一的時間是睡覺。剛出生嬰兒睡 20 小時，成人要睡七至八小時，可見睡眠何等重要。



何謂失眠？

失眠是一種睡眠障礙，大致上分為難以入睡，不能持續沉睡，睡醒後自覺不能恢復疲勞及早醒。根據美國國家睡眠協會報導，四成美國人睡眠不足 7-9 小時，而有 75% 深受睡眠障礙的困擾，也有 37% 白天工作或學習受到嚴重影響。尤有甚者，睡眠債不能一次償還，還要付出相當的「利息」，如短期記憶不能轉成長期記憶、免疫功能降低、內分泌失調、腸胃疾病、注意力和記憶力下降、反應變慢、增加焦慮和憂鬱症機率、惡化各種精神和情緒的疾病、容易情緒不穩及易怒、增加心臟血管問題、容貌變老，也易胖。美國每年因失眠的藥物花費加上生產力的降低，約損失 1000 億美元。

現代人的飲食和作息改變，花很多時間在手機和電腦上，導致睡眠習性失調。失眠這個文明病的因素錯縱複雜，包括遺傳、睡眠習慣和環境，生活型態和壓力，藥物影響，心理因素（如憂鬱 / 躁鬱 / 焦慮 / 精神疾病），女性的機率比男性為高，年齡愈長愈容易患。

失眠的治療

睡眠衛生 — 養成有規律的睡眠習慣，定時上床和起床，然後曬太陽，切不可賴床；營造舒適睡眠環境，保持睡房光線暗淡，安靜和室溫適中；睡前不可過餓或過飽，避免喝太多水，晚餐後不喝咖啡或茶；睡前避免做激烈運動；若躺在床上無法入眠，就起床離開睡房，可做些放鬆精神的活動；如有未能解決的問題，寫下來，告訴自己明天再處理。

認知行為治療 — 不要強迫自己入睡，透過認知（不恐懼失眠） / 行為（刺激控制） / 情緒（信望愛）矯正錯誤習慣和想法。這種治療方式經科學反覆驗證最具療效。

放鬆技巧訓練 — 藉由默想法讓肌肉放鬆。

藥物治療 — 抗組胺劑、褪黑激素、抗憂鬱劑等。

其他治療 — 針灸、藥膳、足浴、芳香療法、助眠食物等。

失眠和憂鬱

根據最近研究報導，失眠和憂鬱相互影響，互為因果。現在社會普遍壓力大，憂鬱症越來越普遍；而相對來說，失眠對身心帶來負面影響也頗為嚴重。因此，憂鬱時常伴隨的就是失眠，而失眠的結果又會讓人產生抑鬱的情緒。

對於憂鬱型失眠的人，短期治療使用藥物是適當的；而長期患者則建議採用認知行為治療，加強人際交往，不要封閉自己，學習與人交流。他們通常需要做長期的調理，安撫情緒減少壓力。

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：
粵語三堂崇拜 - Zenith Theatre, Cnr. McIntosh St & Railway St, Chatswood
8:45, 10:30am & 12:15pm

國語崇拜 - Salvation Army Northside Chatswood
2:30pm Cnr. of Archer & Johnson Sts, Chatswood

English Worship - 11:00am 28-30 Wellington Rd East Lindfield

另設兒童主日學、成人宗教教育課程、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；立記立人，事主救人

efcchurch.org.au

星期日聚會一覽

9am : 粵語堂、英語堂崇拜

11am : 粵語堂、國語堂崇拜

兒童主日學

(週間有各年齡團契/小組、祈禱會等聚會)

☎ 9868 7003 🌐 www.nscac.org.au

59 Carlingford Road, Epping NSW 2121

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

年度主題：

存基督心·化危為機

*Having the Mind of Christ,
Transform through Crises*

澳洲基督福音堂
CECA PETRA CHURCH

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

Sunday Service

誠意邀請 你

WELCOME

參加我們的聚會

CECA

CECA 澳洲基督福音堂

鳳梨蛋糕

曾太

有幾位台灣的牧師，與我先生比較有交情。每次他們來我家做客，總少不免會帶台灣的特產「鳳梨酥」來做手信，惹我先生喜歡得不得了。

不過，最近兩三年裡，他們都沒來了；現在這種情形，估計往後一兩年內，他們也來不了。每當我先生聊起他們，就會念叨起那美味的鳳梨酥。

其實，鳳梨酥的做法並沒有多大秘密，關鍵在於做鳳梨肉餡時要有耐心，慢慢地使用中小火，在融糖和炒干乾鳳梨絲過程中，要不停地翻炒。這個活兒蠻累人的，我打算偷點懶，給他鳳梨蛋糕好了。

做這個鳳梨蛋糕，不僅好吃，還非常適合在家庭團契時食用。因為做好後，要像變魔術那樣，將蛋糕翻轉過來，才可以看見成果。這樣，我可以等大家都坐在餐桌旁，放出讚美的音樂，再隆重推出托盤，到了大家面前，再將蛋糕翻轉過來，使大家看到原本平淡無奇的餅底，一下子變成晶瑩玉質的鳳梨蛋糕，會平添不少喜樂氣氛。

除了好玩，鳳梨蛋糕的口感和營養都非常豐富，香得來不膩味，甜當中略帶點酸；軟的感覺很像奶油蛋糕，可切下去卻不易鬆散。用來配茶、配咖啡、配雪糕吃，都有很好的適應性。

哎呀，這麼說，不知會不會惹大家流口水呢？好了，我趕快為你們做一個出來吧。

首先，少不了準備好所需的食材。

第一層材料：

無鹽牛油需要2茶匙，黃糖 1/3 杯就可以了，還有1湯匙的清水和1碗新鮮鳳梨片（將鳳梨肉切成約1厘米厚，4厘米寬的方片）

第二層材料：

中筋麵粉1又1/3杯，發酵粉2茶匙，鹽1/8茶匙，砂糖2/3杯，酸奶油2/3杯，一隻雞蛋，最後還要加上1/4杯的無鹽牛油，放置在室內，軟化至室溫為宜。

備好用料後，先將烤爐的溫度調至350攝氏度。取出長方形（或四方形）的蛋糕烤盤，並在盤面上噴洒薄薄一層食用油，以免蛋糕烤好後粘住烤盤。之後將第一層材料中的2茶匙無鹽牛油抹在盤內，送入烤爐將其完全烤溶。添入黃糖和清水與溶化的牛油攪拌至勻和後，就可以將鳳梨片整齊地排放在糖膠上面。

再用一個圓形的大碗來混合第二層用料。第一步驟是混合砂糖和牛油，要不停地攪拌直至兩者混為一體；第二步則放入酸奶油和雞蛋，如果你喜歡加入一些香味料，如香草劑等，也在這個步驟中放入，再不停地攪拌，混合；最後加入麵粉、發酵粉和鹽一起攪拌，直至全部用料混合成淡黃色的麵糊。將混合好的麵糊倒入鳳梨片上面，用一塊扁平的抹子將麵糊抹平。將烤盤送入已經預熱的烤爐，烘烤35分鐘。

35分鐘後，將烤好的蛋糕取出來，讓它冷卻5分鐘。上桌的時候，先找一隻比烤盤更大的盤子覆蓋在烤盤上，用手抓好，迅速將烤盤翻轉，使大盤子成為底部。嘴裡哼著甜美的讚美詩，小心地提起烤盤，原本放在烤盤下層的鳳梨，就金晃晃地呈現眼前。

由於鳳梨上面抹了糖漿，不僅能使鳳梨保持完整形狀，同時也中和了鳳梨的酸性，製造非常甘香的口感。不過，鳳梨蛋糕儘管誘人，還必須忍耐多30分鐘，要讓蛋糕充分冷卻後才好切開與弟兄姊妹們分享。



賣相誘人，美味可口的鳳梨蛋糕



做鳳梨蛋糕所需材料



將切好的鳳梨平整鋪在糖膠上



製作餅底



將餅底塗抹在鳳梨上面，鋪勻



蛋糕出爐時外觀是這樣



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

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 11:15am 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@cabac-wr.org

「你要專心仰賴耶和華，不可倚靠自己的聰明，在你一切所行的事上都要認定他，他必指引你的路。」(箴言3:5-6) 五月份West Ryde Hall主日崇拜繼續以實體及網上直播同步進行。



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

華澳浸信會展信堂

Chinese & Australian Baptist Church - Thornleigh

| 主日 | 粵語 | Eng | 國語 | English | 週間活動 | |
|------|-----|----------|-----|---------|------|-----------------------------|
| 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 |

CRN Loch Maree Av. & Pennant Hills Rd. Thornleigh www.cabac-t.org.au (02)94843920

社區短訊

資料蒐集／關公關 文字整理／莊捷

澳政府啟動「防微杜漸」運動第三階段

澳洲政府啟動了一項耗資 1,880 萬元的全國宣傳運動的第三階段，以減少針對婦女兒童的暴力行為。這項被稱為「防微杜漸」的運動始於 2016 年，是《2010 到 2022 年減少針對婦女兒童的暴力行為國家計劃》中的一項新措施。這項運動的第一階段是鼓勵成年人認識自己的無意識行為，並知道這種行為會對他人（包括下一代）產生不良影響。第二階段要求人們對這個問題負責，而不是通過爭辯，讓不尊重他人的言行合理化。近期啟動的第三階段宣傳運動，鼓勵成年人大膽發聲，並讓他們能夠採取行動，對年輕人的態度和行為產生積極的影響。這項運動對於防止家庭和性暴力的工作至關重要。

網站 respect.gov.au 收集了各種語言的宣傳工具和資源，可幫助家長和其他成年人樹立正面的行為榜樣，並和他們身邊的年輕人開始就「尊重他人」這個話題進行交談。

澳洲房價上漲又創新高

在經濟確定性增強，消費者信心上升和房源緊缺的環境下，低抵押貸款利率導致澳洲房價以 32 年來最快速度攀升，全國房價上漲 2.8%。今年第一季度，首府城市房價上漲 5.6%，悉尼、墨爾本、布里斯本、阿德雷德、堪培拉和霍巴特等六個首府城市創下歷史新高。隨著市場走向傳統的冬季放緩，各首府城市的房價並沒有呈現放緩跡象。目前全國房屋中價位，比 2017 年市場高峰時已高出 5.6%。

澳人完成疫苗接種時間表難定

澳洲政府最初計劃在十月底之前，為所有澳洲人提供完全疫苗接種。然而，目前政府表示，確定何時能為所有澳人接種為時過早。由於擔心阿斯利康疫苗副作用，聯邦政府全面改革新冠疫苗接種計劃，額外採購 2000 萬劑瑞輝疫苗。阿斯利康疫苗澳洲製造商 CSL 表示，仍然致力於履行與澳洲政府和阿斯利康簽訂的協定。按照最初計劃，阿斯利康疫苗將負責澳洲疫苗接種計劃的大部分人群，澳洲已經訂購了將近 5400 萬劑阿斯利康疫苗，其中 5000 萬劑由 CSL 在墨爾本生產。如果疫苗有剩餘，將由澳聯邦政府和阿斯利康來決定如何處理。

澳 50 歲以下將首選瑞輝疫苗

歐盟醫療監管機構表示，在接種阿斯利康疫苗後的幾週內可能會出現「非常罕見的血凝塊」副作用。據統計，每 100 萬人中就有 4 到 6 人發生這種反應，該病症死亡率為 25%。澳洲聯邦政府專家醫療工作組因此調整對阿斯利康疫苗的使用，宣佈對於尚未接種第一劑阿斯利康疫苗的 50 歲以下成年人，首選瑞輝疫苗。數據顯示，血塊只在接種第一劑疫苗後出現，已經接種過第一劑阿斯利康疫苗並沒有出現任何不良副作用的人，可以接種第二劑阿斯利康疫苗，而在首次接種阿斯利康疫苗後出現血塊問題的，不應再接種第二劑。

1887 年澳洲硬幣美國拍賣獲高價

一枚 1887 年在悉尼鑄幣廠鑄造的，價值 5 英鎊的澳洲金幣，在美國德克薩斯州達拉斯市拍賣，一位住在加州不願透露姓名的澳洲收藏家以 66 萬美元（相當於 867,600 澳元）的價格競得。這枚「證據」硬幣，是為了展示而特別鑄造的，從未進入流通。該紀念幣直徑 36.02 毫米，一面為聖喬治和龍，馬蹄下有一個小「S」，意為悉尼鑄幣公司，反面是戴著皇冠的維多利亞女王。悉尼諾布爾錢幣公司指出，這枚硬幣的價格僅次於 2012 年在倫敦拍賣的一枚 1921 年的 Sydney Sovereign，當時的價格為 78 萬英鎊。

印度疫情失控

印度政府 5 月 1 日最新公佈數據顯示，在過去 24 小時，印度新增新冠肺炎確診病例超過 40 萬例，續刷疫情以來的單日新增最高水平。醫療系統崩潰，疫情全面失控。澳大利亞政府宣佈，從 5 月 3 日起，過去 14 天內到訪過印度的旅客禁止入境，澳洲公民也不例外。違反禁令者將面臨最高 5 年監禁或 66,000 澳元罰款。這是澳大利亞歷史上首次本國公民可能因回國而被定罪。

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

| | |
|-------|-----------------|
| 粵語敬拜 | 9:45am-11:00am |
| 國語主日學 | 9:45am-11:00am |
| 國語敬拜 | 11:30am-12:45pm |
| 粵語主日學 | 11:30am-12:45pm |
| 兒童敬拜 | 9:45am-12:45pm |
| 英語敬拜 | 9:45am-11:00am |
| 英語主日學 | 11:40am-12:30pm |

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搓。
- 避免用未洗過的手接觸眼口鼻。

媽媽不辭而別

夢瑤自強不息

羅夢瑤剛滿 6 歲，2020 年 8 月進入三明市兒童之家，她是個非常可愛又懂事的小女孩，大家都很喜欢她！

小夢瑤來自一個特困家庭，爺爺患直腸癌，奶奶年老體弱，爸爸是精神殘疾二級人士，曾與一位越南女士結婚，生了兩個女兒，夢瑤是次女。當夢瑤 4 歲時，媽媽不辭而別，從此音訊全無，再也沒有回來。夢瑤好像不太知道媽媽的事，有一次跟院長說，她想打電話給媽媽。院長心裡一酸，只好跟她說：「我們沒有妳媽媽的手機號呢！」她沒有哭鬧，只是有些黯然。

根據心理學分析，孩子自幼失去母愛，心靈會受到傷害；像夢瑤一樣，潛意識地想見媽媽、渴望與媽媽溝通，然而卻求之不得！幸而，她性格樂觀開朗，雖然小小年紀就曾經憂患，但她願意珍惜眼前的幸福，也懂得抓住美好的機會，和兒童之家的小夥伴們，歡樂地生活在一起。

她在學習上勤奮好學，數學半期考拿了滿分！她也認真做衛生，擦櫃子、擦餐桌.....從來沒有偷懶，還常常邀請院長看著她擦桌子呢！從來沒有孩子是這樣的啊！她很有禮貌，別人幫助了她，她都會說：「謝謝您！」當她看到別人有需要，也會主動去幫忙。她的優點非常多，所以大家都超喜愛她！

最讓院長驚訝和感動的事，是有一天晚上，夢瑤的愛心家長休息了，院長進入她的家舍，看看她和其他孩子睡覺的情形。她帶著肯定的語氣主動跟院長說：「我長大後要回兒童之家，做愛心家長；還要照顧妳，妳到時候老了，我來照顧妳！」院長很高興她有這份心志，在寒冬裡給人貼心的溫暖。很難得一個 6 歲多的孩子，好像大人一樣有擔當！相信這是她從愛心姐姐學到的好榜樣。

小夢瑤啊小夢瑤，雖然妳說自己的樣子醜，不敢照鏡子，但妳的內心是美麗的！妳的人生也會很美麗！因為有很多人關愛妳、支持妳、陪伴妳、祝福妳！

親愛的讀者：「角聲、華恩」的四個兒童之家，先後撫養了 600 多位特困兒童；如今在「家」孩子 300 多位，他們需要您的關懷和資助。支持特困兒童事工善款，支票抬頭請寫：CCHC- 中國兒童之家事工，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 兒童主日學
(國語) (國語/英語)
9:00-10:30

主日崇拜 兒童主日學
(英文) (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

子承父志 傳揚福音

啟之編寫

張寶華出生於山東基督教家庭。他父親張學恭教授曾任華北神學院及福音自傳會在南京設立的泰東神學院院長，一生忠心從事神學教育事工。他因堅持基督信仰受逼迫，為主殉道。



張寶華牧師及夫人

繼承父親遺志

張寶華繼承父親的遺志，成為第二代傳揚基督福音的人。1949年，17歲的張寶華隻身離開中國到香港，在伯特利神學院獲得神學學士。後輾轉到美國西雅圖太平洋大學 (Seattle Pacific College) 深造，畢業後繼續在金門浸信會神學院 (Golden Gate Baptist Theological Seminary) 接受裝備，獲基督教教育和聖樂碩士。1992年，獲加州拜歐拉大學 (Biola University) 榮譽文學博士。

開創宣教事工

1974-2005年，張寶華牧師擔任福音自傳會 (Christian National's Evangelism Commission, 國際福音協傳會) 區主任，著重於傳福音和栽培訓練基督工人，在東南亞國家植堂，藉被建立起來的教會，將福音帶到未得之民中。同時，推動整全宣教 (Holistic Missions)，即佈道、栽培和觸摸生命的事工的結合。在漫長的歲月裡，他承傳了父母親的信仰與使命，身體力行，把耶穌基督福音的真理與愛心帶進香港、新加坡、馬來西亞、印尼、泰國、緬甸、中國、柬埔寨、越南、寮國，處處見證神 (上帝) 的信實與能力。

教導聲樂詩班

張寶華牧師為一位知名的男高音歌唱家。他獲神恩賜美好歌喉，並勤奮自學，矢志以詩歌讚美事奉神，並經常在各教會教導聲樂及訓練詩班。

1977年，他與許安美和林志超聯合編中英文讚美詩，成為許多教會使用的崇拜詩歌本，目前已出版了第11版。1983年，張牧師成為新加坡神學院聖樂系第一任系主任。

《山嶺腳蹤》

《山嶺腳蹤》這本書記載了張寶華牧師的家庭和事奉，特別是神在這40年保守他在福音自傳會的事奉。張寶華牧師要藉這本書的出版，好好感謝他的妻子劉年璋。她多年來與他一起配搭事奉，是神賜給的賢內助。

年璋有溫柔善良的性情，總是願意為別人著想，以愛心照顧人。只要別人托她做的事，她一定會儘量完成。她也是個愛讀經和禱告的人，擁有一顆謙卑與順服的心，捨己愛人。女兒嫻光曾經說：「媽媽是我生命中的模範，她花在與神溝通的時間讓我學習許多。媽媽手中常常拿著一本筆記簿，記下讀經與聽道的心得，甚至到今天她還在寫爸爸講道的筆記，我從她那裡知道神是又真又活的。」

的確，年璋柔順的性情和對神堅韌的信心，成為寶華牧師和孩子們最堅固的支柱。多年來，張寶華牧師四處奔波專心事奉神，多虧年璋悉心照顧與栽培兩個孩子。她對教養孩子有個人的見解，不像一般傳統的父母，非要兒女有好的成就與職業，她只要求他們盡力去做就行了。最重要就是要愛神，忠心追隨祂。🙏



號角雲團契：基督徒的連結平台

那報佳音傳平安、報好信傳救恩的，對錫安說：「你的上帝做王了！」這人的腳登山何等佳美！——《聖經 以賽亞書》52:7

- 牧者招應聘**
號角為眾多教會招聘牧者提供平台 (登報紙, 「雲團契」免費一年), 也免費為即將畢業的神學生提供待聘履歷公開網頁。
- 號角論壇**
歡迎弟兄姊妹分享信仰文章、見證分享、信仰交流。
- 教會消息** **社區消息**
免費為教會開放教會活動消息的線上廣告牆。
- 招工找工** **房屋租售**
「號角雲團契」鼓勵基督徒，在生活和工作層面互相幫助和關懷。免費發帖 (尋找平台義工管理員)。



掃描二維碼，參與「雲團契」事工

歡迎對網絡傳福音事工有負擔的弟兄姊妹，加入我們「雲團契」的審核與維護

報名網址: BIT.LY/3QG6NJY

澳洲傷健家庭福音團契紀事

陳發鈞

時間過得真快，家福團契於 1991 年 1 月成立至今，已經 30 年了。現在讓我在這裡和大家重溫家福團契的異象和成立的經過及宗旨，希望關心家福的弟兄姊妹和朋友對家福團契有更清楚的認識。



本文作者陳發鈞

我是一位社會工作者 (Social Worker)，自 1989 年起任職於悉尼少數民族兒童和家庭及社區發展處。因為工作關係，接觸到很多華裔傷健人士及其家庭，幫助他們重組家長會 (今之「澳洲弱能兒童協康會」)，並擴大其會務。數年後，基於家長會已能獨立運作，我的工作重點轉向其他的少數民族，漸漸淡出家長會的參與。

作為基督徒，我希望能成立一個團契向他們傳揚福音，使他們能夠認識及相信主耶穌，得到屬天的平安及永生的盼望。由於工作忙碌，個人力量有限，就漸漸淡忘了這意念，然而，人會忘記，神卻不會忘記——祂藉著兩件個案鞭策我、提醒我，祂要成就的事，在人不能，在神一定能。



團契活動

個案一：

A 女士身患癌症，面色蒼白，身體孱弱。她有四個女兒，最小的女兒是弱智人士，而 A 女士的丈夫已離家出走。在絕望無助中，她主動要求我介紹一位牧師給她，在她死後為她主持葬禮。

她的這個請求，使我再次想到要成立一個傷健團契，向他們傳揚福音，但因為忙碌，遲遲未進行，接著神用第二件個案再次提醒催促我。

個案二：

B 女士有一個自閉症的兒子，一個聰明的女兒，並有一個很愛家庭的丈夫，家境很好。但 B 女士有一天對我說，她因為照顧活力過盛，不停製造麻煩的兒子，精神體力已不勝負荷，她想勸丈夫，一家四口，駕車到高山上，然後衝下大海，了卻此生，她感到活下去已無生趣。

B 女士的這番話，大大震撼了我，我深深感覺到神在向我說話，成立傷健人士福音團契已是一件刻不容緩的事。我繼續禱告，求神給我印證，好讓我更清楚祂的心意，祂一連給了我四個印證。

印證一：

當我與太太分享我的異象後，得到她大大的支持，並答應負責團契的文字工作，包括家福通訊。

印證二：

當我與當時國際使者的負責人賴顯光弟兄分享我的異象時，他立即表示支持，並參與家福的事工。

印證三：

當我與家長會陳紹光弟兄分享時，他立即同意做團契委員。直到今天他仍然默默耕耘，一直擔任團契各種不同的職務，也是現任主席。

印證四：

當我在華宣會 (今之「華聯會」) 與各教會牧者長執分享我的異象時，得到他們的認同及支持，並得蒙西雪梨華人基督教會的幫助，借用他們教會的副堂作為團契每單月聚會一次的地方。

經過了幾個月的籌備，團契定名為「澳洲傷健家庭福音團契」，簡稱「家福團契」，並於 1991 年 1 月舉行了第一次聚會。

採用「傷健」兩字，意義有二：其一是指傷而不殘，殘而不廢，身體或智力雖有缺憾，但仍能對社會有貢獻，做個有用的人，仍能發揮生命的意義。其二是指家福團契的成員不只是傷殘人士，也包括健全人士，所謂傷健一家親，在主裡面都是弟兄姊妹，互為肢體，互相照顧，互相支持，以愛相交。

家福團契的名稱，並沒有加上「華人」兩字，因為我們希望團契的工作，不只是服務華人，也可服務其他民族，從而發揮澳洲多元文化的精神。

回顧過去年日，實在經歷神的同在和帶領，也充分感受到祂的信實與慈愛。得到神的保守及賜福，一個小小的獨特團契，成為祂恩典的出口，叫多人得蒙救恩。在人力與經濟方面，我們經歷神豐足的供應，數算神的恩典，實在叫我們驚訝而感恩！也謝謝主內牧者及弟兄姊妹的代禱和支持。

在家福團契滿 30 歲之際，懇求上主繼續保守及帶領團契前面的道路，在未來的日子，使團契更能榮神益人，叫更多人在當中得著救恩，蒙神賜福，並願他們也成為別人的祝福！🙏

(陳發鈞弟兄為家福團契創辦人，1991 至 1996 年任家福團契主席，繼後擔任顧問至今)



「如何有效關顧長者」 培訓課程

「展望全人護理」是一個非牟利機構，旨在支持 65 歲以上的長者，讓他們保持自理能力，與社區保持聯繫。我們也希望支持那些關愛年老家人的護理者，使老人家能夠住在自己家裡，不需要住在養老院。我們採用的是全人護理的方法，兼顧長者身、心、社、靈的需要。我們希望長者接受服務時能夠經歷活生生的福音，在每一日的生活中找到永恆的意義。



機構將於五月至七月份，每兩星期於悉尼舉行粵語培訓課程，邀請黃建文先生 (Raymond Wong) 主講。粵語教導，費用全免，須預先報名。歡迎自願照顧者，包括家庭成員及義務人員，與護理服務相關人員參加。

機構將於五月至七月份，每兩星期於悉尼舉行粵語培訓課程，邀請黃建文先生 (Raymond Wong) 主講。粵語教導，費用全免，須預先報名。歡迎自願照顧者，包括家庭成員及義務人員，與護理服務相關人員參加。

課程內容及日期如下：

- (一) 關懷者的愛心、理念與果效，5月15日星期六；
- (二) 認識長者不同的需要，5月29日星期六；
- (三) 如何建立彼此的關係與信任，6月12日星期六；
- (四) 如何與不同的人合作，6月26日星期六
- (五) 如何與長者有效溝通，7月10日星期六；
- (六) 如何支援照顧者及其家人，7月24日星期六。

時間：上午 9:00-12:00

地址：Shop1, 34 Herbert St., West Ryde, NSW2114

線上報名：<https://bit.ly/hhcregoform>

查詢：(02)72281369 或電郵 info.hopehc@gmail.com

提升數碼技術課程

基督教華人圖書館舉辦的提升數碼技術課程 (Building Digital Skill Program)，是依據澳洲政府機構 Be Connected 提供的課程教授，內容包括影音 (Video) 及筆記 (Notes)，有英文、繁體和簡體中文三種文字，目的是幫助提升 50 歲以上的華人（廣東話或普通話），有信心地運用其使用的數碼工具 (digital device)，增進其電腦知識，最重要是藉著數碼工具，懂得與更多人聯繫。教會亦可趁此機會，邀請未信的長者參加，建立溝通橋樑。

參加的學員不需有任何電腦知識，我們的數碼導師 (Digital Mentor) 會盡力幫助學員明白課程內容及解決學員遇到數碼工具的問題。課程會透過小組進行，定期學習不同的題目。

請各教會以電郵

pastors@mychristianlibrary.org.au 或 whatsapp +61 492 868 166 聯絡李兆匡傳道 (Zion)，以便編排課程、上課時間和地點。編排好課程後，會另行通知大家。📧



用「心」教養之子女的情緒與溝通

澳洲家庭更新協會於網上舉辦「用『心』教養之子女的情緒」親子國粵語公開講座，邀請梁于衡先生 (Mr. Ben Leung) 主講，邀請弟兄姊妹參加！

講座一：

了解及回應子女的情緒

(粵) 4月29日星期四

(普) 5月6日星期四

講座二：

幼童的情緒與教導

(粵) 5月20日星期四

(普) 5月27日星期四

講座三：

青少年的情緒與教導

(粵) 6月17日星期四

(普) 6月24日星期四

講座四：

年輕成年人的情緒與教導

(粵) 8月12日星期四

(普) 8月19日星期四

梁于衡先生出生於香港，結婚30多年。2000年一家移居悉尼，在新州浸信會神學院 (Morling College) 完成輔導學碩士課程，過去五年在神學院擔任輔導技巧課程助教及客席講師。現私人執業於神學院內之輔導及治療中心 (Ezra Clinic)，同時任職 Headspace / Parramatta Mission 之家庭治療師。澳洲基督徒輔導員專業協會 (CCAA) 會員及「澳洲家庭更新協會」的專業特約輔導員。

講座首播時間：悉尼、墨爾本、布里斯本 晚上 8:30 至 9:30；柏斯 晚上 6:30 至 7:30；亞德雷德 晚上 8:00 至 9:00

* 請點擊進入講座：<http://bit.ly/mffcyoutube>

查詢：澳洲家庭更新協會 info@mffc.org.au | (02) 9633 1925

