

[返回號角主網頁](#)

- 1 **專題**
主題：如何為生活作選擇
- 2 **專題**
我揍了繼父一拳之後
- 3 **專題**
輕舟已過萬重山
- 4 **專題**
生命中的取與捨
- 5 **專題**
趁著白日
- 6 **天路心語**
貝爾湖畔
- 7 **天路心語**
移民後的職場重置
- 8 **天倫樂**
如何找回關係的轉機
- 9 **天倫樂**
忘了我記得
- 10 **天倫樂**
從「職場模式」切換為「父母角色」
- 11 **天倫樂**
暴食症孩子的心靈需要
- 12 **生命線**
從「看透」到「饒恕」
- 13 **智慧之窗**
學會交託
- 14 **智慧之窗**
不設限的恩典
- 15 **昆士蘭專頁**
入籍儀式上別開生面的表演
- 16 **昆士蘭專頁**
用行為和誠實愛社區
- 17 **生命的旋律**
安息禮上的福音佈道
- 18 **雲彩集**
在癌症中經歷真光
- 19 **藍山集**
開腦手術的提醒與激勵
- 20 **藍山集**
昆明紀行
- 21 **文苑**
由《線，畫出的我》
看生命中的破碎與重建
- 22 **教會消息**
教會消息
- 23 **美食健康**
最新食物金字塔
- 24 **美食健康**
耳鳴
- 25 **旅行天地**
南非克魯格國家公園
- 26 **信仰情理**
造物主的奇妙印記
- 27 **愛鄰社**
聖誕佳節報佳音
團契互動暖洋洋
- 28 **愛鄰社**
絲帶飛揚迎聖誕
佳音響遍安老院
- 29 **藝廊**
當生活欺騙了你
- 30 **生活資訊**
申請入住高齡
頤養院的五個步驟
- 31 **生活資訊**
社區消息
- 32 **愛心匯點**
父為階下囚 兒善良帥氣
- 33 **迦南美地**
舊約中的「聖戰」是否
違反耶穌愛仇敵的教導？

基督教角聲佈道團 - 紐約總會 Chinese Christian Herald Crusades - NY HQ

地址：156-03 Horace Harding Expressway, Flushing, NY 11367, USA 電話：(718) 359 2030

傳真：(718) 359 2502 電郵：herald@cchc.org

基督教角聲佈道團 - 澳洲分會 Chinese Christian Herald Centre - Australia

地址：46 Sturdee St., Wentworthville NSW 2145 Australia 電話：0403 378 350 電郵：hmau@cchc.org

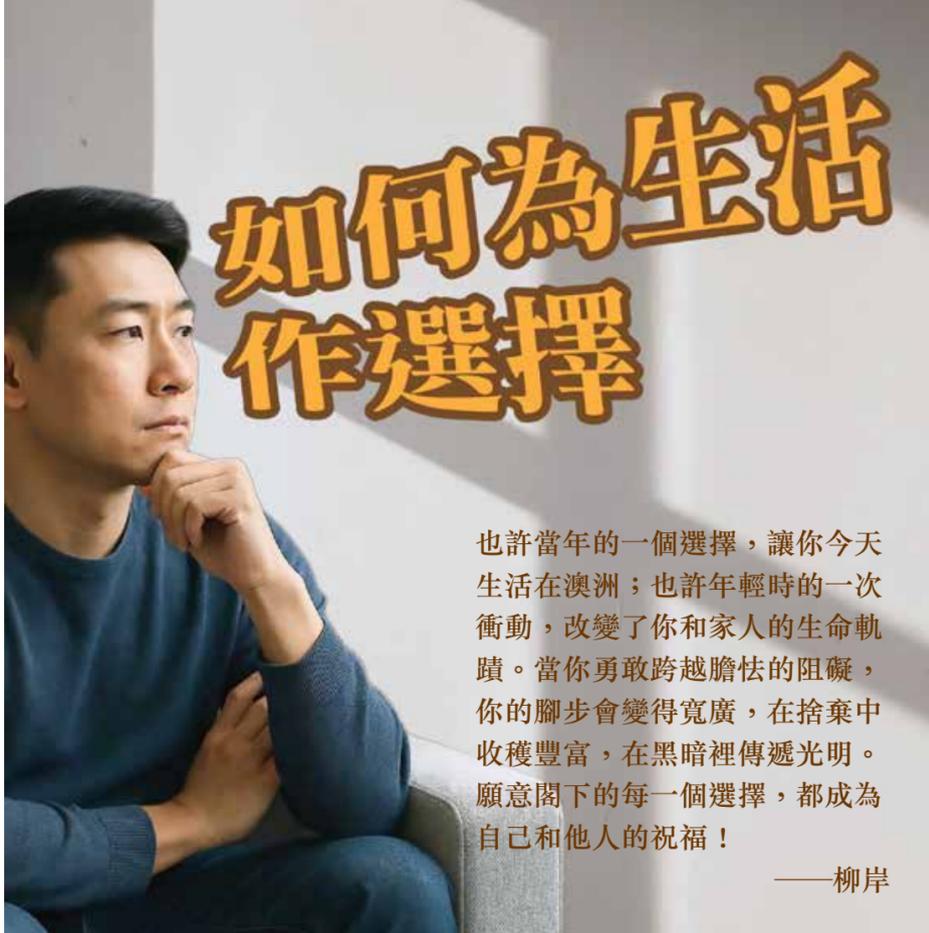
《號角》總主編：周簡艷珍 澳洲版主編：楊鴻鈞 編委：柯津雲、楊鴻鈞、吳宗琦、曾仁軍、劉詩勤

設計及排版：丘灼明、李美珍

澳洲分會董事會：勞伯祥牧師(主席)、周振成牧師(副主席)、李海就牧師、謝友德牧師、周簡艷珍、楊鴻鈞、劉詩勤、李永欣；社區關懷佈道主任：黃金耀傳道；顧問：黃彼得牧師、朱光華牧師、姚正魁牧師、莊育德牧師、梁錦洪牧師、周傑輝律師 墨爾本聯絡同工：刁偉昌 昆士蘭聯絡同工：曾仁軍

出版：基督教角聲佈道團有限公司

本月金句：「所以你要揀選生命，使你和你的後裔都得存活。」 —《聖經》—



也許當年的一个選擇，讓你今天生活在澳洲；也許年輕時的一次衝動，改變了你和家人的生命軌蹟。當你勇敢跨越膽怯的阻礙，你的腳步會變得寬廣，在捨棄中收穫豐富，在黑暗裡傳遞光明。願意閣下的每一個選擇，都成為自己和他人的祝福！

——柳岸

回眸得與失

若妍

自從出國移民到海外，每次回國探親或旅遊，常會被人追問：「你覺得出國值得嗎？」有些人是出於好奇和善意，也有些恐怕是出於攀比和嫉妒心吧。每當這時，我自己也會捫心自問：究竟，這些年我得到些什麼？又失去些什麼呢？

模糊的憧憬

從生我養我的土地上連根拔起，飄洋過海來到一個陌生的國家，離開了熟悉、親切和穩定的生活環境，一夜之間踏足在不同語言、不同文化又舉目無親的地方，真是需要十足的勇氣和魄力的呀！

如今回首來看，其實，在作出移民這個決定的時候，心裡知道前面的道路一定不會是平坦的，一定會遇到各種困難，只是不知道具體會是怎樣。正當年輕的時候，這種不確定性反而是極有吸引力的。移民，似乎就是衝着這個不確定來的。當時，完全沒有掂量過得與失，也無從衡量。如果那時候患得患失的話，就不可能作那個決定。唯一能夠確定的，是不願再待在原地，想要改變，對未來懷着一種模糊的憧憬，嚮往着更美好的生活，並且希望迎接新的挑戰，願意捨棄當下，擁抱不確定的未來。

全從零開始

移民初期，租房、學車、上學、找工，甚至包括日常的購物、乘車、上銀行、看病等等，一切都要從零開始，一件一件地辦，一樣一樣地學起來，辛苦是自然的，可那時不覺得苦，因為心裡有着對未來的盼望。捨了以前的舒適和安逸，得了適應新環境的能力，捨了舊環境中的面子和位子，得了無拘無束的自在。不過現在來看，那時的盼望都是屬世的盼望，就是有穩定的工作、滿意的住房、幸福的家庭等等。

鄰居家聚會

後來，有機會接觸到了福音。一對夫婦上門來向我們傳講福音，當時並不怎麼聽得懂，可是那位弟兄所說的話，還有他的禱告，使我產生了興趣。於是，應邀每週去他們家聚會。當時還不明白救恩，可是看見他們一家，三個幼小的孩子，還有年邁的父母，一個大家庭，上有老，下有小，看得出生活條件並不寬裕，但他們的目光特別有神，言語溫和親切，一家人和睦融洽，充滿愛心，連最小的女兒，才四歲，竟也隨媽媽給來客端茶送水，小小的人兒，做得有模有樣的，非常可愛。家裡牆面上貼得滿滿的，全是孩子們的獎狀。

我看見他們捨棄週末休息時間，開放家庭；他們的孩子們那麼懂事，有禮貌，有愛心，還那麼優秀，感覺他們與我以前接觸到的人群很不一樣，好生羨慕，希望自己也活成他們那樣。

事奉中受益

接受耶穌作我們的救主以後，我們在教會又受到眾多弟兄姐妹的幫助，師母更是如慈母般愛護照顧我們，經常送食物來，還幫忙照顧孩子，常為我們禱告。我心裡充滿了對上帝的感恩，很自然地，就開始參與教會的事奉。

那時候孩子們還小，我們夫婦倆都全時工作，非常疲累，參與事奉需要花週末時間，在別人看來幾乎是無法理解的，但我卻樂此不疲。我體會到《聖經》中說的「施比受更為有福」（《使徒行傳》二十章 35 節下）是真真切切的。

我發現，每一次盡心的事奉，上帝總是讓我自己先受益。比如參與詩歌敬拜，練習很多詩歌，那些歌詞會隨着曲調很容易印在腦子裡。有時候練着練着，自己已深受感動，熱淚盈眶；在軟弱困苦的時候，詩歌能給我力量，教我仰望耶穌，倚靠耶穌，重拾信心。另外，在事奉中也學習謙卑柔和，在愛中與弟兄姐妹和睦相處。

屬天的福分

參與《號角月報》專題寫作，讓我一次又一次向內尋索，清理內心，理清思想，追求對福音的正確理解；還有機會先睹為快，讀到弟兄姐妹的分享。他們在信仰上的心路歷程，讓我獲益良多。捨了一點點時間和精力，卻得着莫大的屬天的福分，內心得平安和喜樂，信心得激勵。感謝讚美主！

如今，或許我們已經活成了別人夢想中的樣子，但信仰給予我們的盼望，不再是屬世的盼望，而是那永恆的屬天的盼望。因為上帝捨了祂的愛子，在十字架上受死，擔當了我們的罪，三日後復活，成就了救恩。信祂的人，有永生！ ☺

Australian Visas and Migration Consultant
 Migration Agent Registration Number (MARN) # 0102414
Specialised in Family and Skilled Migration
(Health Professionals)

Frances Cheng
 Email: Wf_cheng@hotmail.com
 Mobile/WhatsApp: +61-434 093 901

我揍了繼父一拳之後

傑森

選擇，是不是沒有選擇的結果？

無法選擇出生和家庭

我親生父親離家出走時，我年僅7歲；但我媽很快就再婚，於是我就有了一個繼父。

不堪回首，我的童年過得有多糟糕。因為，我的繼父不僅不愛我，他還是一個染上毒癮的壞蛋。所幸的是，雖然我在家裡生活得不愉快，卻被天父的愛托着，不僅沒有自暴自棄，滑下墮落深淵，反靠着在教會獲得的愛顧，健康地人。



而
會裡
護和照
長大成人。

然而，我和繼父的關係依舊不好。一日，他又來騷擾我，慫恿我跟他一起吸大麻。我一下子沒能忍住情緒，便奮力揮拳朝着他的胸口，就是一記猛擊。

繼父「砰」地一聲倒在地上，我卻掩面大聲地哭起來。我知道，這些都不是我想要面對的生活，但我有選擇嗎？

說回我的親生父親吧。我父親曾是美國大兵，參加過越戰。由於經歷太多慘不忍睹的血腥場面，以及電光火石的生死時刻，回國之後，他得了戰後心理綜合症，雖經歷艱辛治療和付出極大努力，始終無法融入到平靜與安定的生活當中，就算是雞毛蒜皮的小事，都能激起他與母親大吵大鬧。

他離開時的情景，我至今仍歷歷在目。父親揹着一個軍用挎包，從我身旁經過，徑直地走出家門口；儘管腳步很沉重，但他卻由此至終都沒有回過頭來，再看我們一眼。

那時，我還年幼，什麼事都沒弄懂，只感到委屈而無能為力，淚水汪汪。

俗語有云：天無絕人之路。我家發生的那些事情，天父都看見了。祂用憐憫扶持我，用慈愛哺育我，祂讓我在教會裡學會靠主堅強，並用《聖經》真理的字句，修補我破損的幼小心靈。雖然，我無法選擇出生和家庭，也無法迴避童年所有的遭遇，不過，天父卻給了我選擇良善與正直人生的機會。

徹底改變的關鍵時刻

直到我打了繼父那一拳之後，我才痛下決心，要離家出走。我心裡非常清楚，我們的生命已到了需要徹底改變的關鍵時刻，我再不能留在這個家庭裡，必須走出去，走入自己的人生，走到神為我預設的道路上。

哭過、痛過，我扶起癱坐在地上的繼父，讓他坐在飯桌旁的木椅上，給他倒了杯涼水，向他道歉，請他原諒我的粗魯，如果他還感到氣不順，可以打回我，多少拳都行，我絕不還手。但是，那些大麻，我統統倒進廁所馬桶，很堅決地按下沖水鍵。

出門前，我按手在母親和繼父的肩頭，為他們禱告。求天父憐憫與赦免我們所有的軟弱與過犯，並求天父按照自己豐盛的慈愛，醫治我們家的傷痛，潔淨我們的心靈，好使我們得以脫離罪惡的捆綁，也叫繼父戒掉所有不良惡習和毒害，並能從失敗、挫折中得釋放；同時祈求慈愛的天父賜下喜樂的心，成為繼父和母親身體的良藥，使他們能夠和睦生活，在有愛的日子裡共譜天荒地老的生命旋律。

禱告後，我再次擁抱母親和繼父，然後像父親那樣揹起挎包，走出家門。與父親不同的是，我不是負氣離家，而是負起福音的使命，走向天父差遣我去的地方。

如今，我已在異國他鄉紮根和生活，仍與母親保持聯繫。她和繼父都很老了，依然恩愛地生活在一起。據繼父回憶稱，我打的那一拳，讓他好似從夢中驚醒一般，此後，他就開始戒毒，也斷了邪念，與母親相依為命，朝夕共處，再無惹事生非。

最後總結一句：人生絕非別無選擇，而是上帝揀選的方法很多，需要我們找到自己的回應方式。☺

華人恩典基督教會誠聘全職牧師/傳道人

華人恩典基督教會是一跨宗派獨立教會，服侍Sutherland地區社群已超過32年。本教會粵語/普通話雙語堂現誠聘全職牧師/傳道人發展福音事工、牧養教導會眾屬靈生命成長。

應徵者必須清楚具蒙召牧會的召命，持守福音派信仰，有認可正規神學院學士或以上學歷，具備牧會經驗將獲優先考慮，操流利粵語及普通話，認同接受本教會會章及教義，並持有澳洲永久居民身份。

申請人請將個人得救和蒙召經歷，兩位推薦人聯絡資料，及講道錄音電郵至admin@gracechurchsutherland.com



www.gracechurchsutherland.com

輕舟已過萬重山

利利安



屈指算來，我已經開車 20 幾年，沒出過大事，只有兩次衝紅燈、兩次超速、一次刮花車身。橫街窄巷游刃有餘，穿州過省，如入無人之境。我兩個男孩都是我教會他們駕駛。安全、敏捷、準確——這就是我的作風。別人總以為我是一學就會、一考就過的天賦型司機，其實這「一學就會」背後，我整整走了九年的路，可謂十年磨一方向盤。

第一位教車師傅是我的兄長，第一輛車是手動變速車。第一堂課是如何發動汽車。左腳踩離合器、右腳踏油門、手波檔位要三方協調，一齊「咬合」。

有人形容，好像「踩錯一隻腳，整個協奏曲就走音」，車就死火。這一關難不倒我，很快就學會。接著在夜深人靜或清晨街道冷清的時候，在周圍的居民區學習走直線和轉彎，這也不難，很快就學會了。然後學停車入庫、倒行.....，把這些基本的操作都學得差不多後，最難的就開始了——在擁擠的公路上行駛。

第一次開車上擁擠的公路，那種緊張，記憶猶新。我緊張得幾乎喘不過氣。雙眼死死盯著前方，雙手緊緊握著方向盤，掌心全是汗。全身肌肉僵硬，肩膀繃緊，心臟急促地跳動。每一輛汽車從旁邊超過，心臟都會緊一緊。兄長坐在旁邊，手握著手煞，隨時介入。我緊張，他也緊張。終於把車開回家，整個人才鬆軟下來。

這個痛苦的經歷讓我很掙扎。幾次下來，十分抗拒開車。總是找藉口不學。什麼睡眠不足，心情不好都是理由。兄長完全理解我的恐懼，他說每個初學者都要經過這個階段，只要你咬緊牙關一個小時一個小時的堅持下去，當積累到 60 至 80 個小時數這個節點，你的技術與信心就會成形，那時候你才學會開車。重點是在節點之前會很煎熬，但必須熬過去。道理雖然明白，但恐懼不容易克服。慢慢的，我就停了下來，不學了。

後來我結了婚，先生就成了我的第二任「私人教練」。這次是自動波。先生教太太駕駛，是一個大陷阱。不單是教學車，簡直是夫妻感情大考驗。先生要教導，要注意安全，根本無能力控制脾氣和語速。太太呢，一邊學得緊張心慌，一邊又想得到理解，如果先生語氣嚴厲又大聲，立刻覺得好委屈。學車過程，更是磨合彼此情緒、調整期待的十字路口——搞不好，就變成心跳加速的微型夫妻戰場。我學得斷斷續續，停停學學，考駕照遙遙無期。直到孩子出生，需要接送學、課外活動等等。沒有車，我寸步難行。一切出行都要依靠先生。先生還要工作，這讓他不勝其煩。於是，我咬牙決定：這次一定要學會！最後，請了專業教練。兩次路試後，我終於拿到駕照。有車與無車，生活是完全不同的狀態。

我感覺人生如虎添翼般的神清氣爽。往北，我曾駕車至布里斯本；往西南，至坎培拉。駕著車，乘著風，唱著歌，可以去到每一個想去的地方。

十年間，我在駕駛的學習上反覆掙扎：有時想放棄，有時重新開始，斷斷續續地練習。每一次的放棄，讓我清楚地看到自己的有限；每一次重新開始的選擇，讓我感受到上帝的帶領與鼓舞。☺

書室地址
1 Holden Street,
Ashfield (Basement)
NSW 2131
Tel.: (02) 9797 0656

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

**營業時間：週二、三、四
10時至下午4時**

城光基督教會
Blacktown Chinese Christian Church
3 George St, Blacktown NSW 2148 ☎9831 2000
blacktownchurch@gmail.com bccc.org.au

主日崇拜(國、粵)	9:45am-11:15am
成人主日學	11:45am-12:45pm
英語崇拜 English Service	9:45am-11:00am
英語主日學 English Sunday School	11:30am-12:45pm
兒童敬拜和團契	10:00am-11:40am
兒童主日學	11:40am-12:30pm
週五兒童遊戲組	10:00am-12:00pm

生命中的取與捨

水牛

生活中充滿了選擇。每天清晨睜開眼，無形中就要做各種決定。早餐吃什麼？去公司還是在家工作？與誰一起午餐？如何安排一天時間？這些選擇，看似微小，卻構成了我們生命的故事。而在每一個決定的背後，都有一個關鍵的功課，就是取與捨。

古人說：「有捨，才有得。」這句話頗具人生哲理。然而在基督教信仰的層面，它卻具有更深的意義。《羅馬書》十二章 2 節提醒我們：「不要效法這個世界，只要心意更新而變化，叫你們察驗何為神的善良、純全、可喜悅的旨意。」當我們願意放下世界的標準與潮流，讓聖靈更新我們的心意，我們才能分辨出何為神的心意。換言之，捨去世俗的想法，才能得着屬天的智慧。

我慢慢發現，在現代社會的忙碌中，「捨」不再是一件容易的事。人們被資訊、物慾與聲音包圍，渴望擁有更多、更好、更快和更美的，但卻忘記了，若不懂得放下，生命最終只會被負累壓垮。

捨去雜物・讓心靈得着空間

幾年前，我開始養成一個新的習慣，就是每三個月進行一次「斷捨離」。我會把車房、儲物室、衣櫃、書架進行清理，把不再需要的物品捐出去或搬出屋前讓市政管理丟掉。第一次這樣做時，我心裡其實有掙扎。那些衣服曾陪我走過旅途，那些書承載着不少回憶。

然而，當我看着騰出來的櫃子和潔淨了的空間，我的心也變得豁然敞開。那些被我堆積已久的東西，其實早已在不知不覺間，佔據了我看不見的內裡空間。捨去它們，不只是整理物品，更是整理自己的心靈空間。



生活上的「捨」，往往反映我們內心的狀態。越捨不得放下的人，越容易被過去所困。而願意放手的人，才能迎接新的祝福。我相信天父上帝從不吝嗇賜予，只是我們的心太滿，無法再接收祂的恩典。

捨去世俗聲音・尋回內心的安靜

在數位時代，我們最難放下的往往不是物質，而是手機或社交媒體。曾幾何時，我習慣拿起手機瀏覽各式社交媒體(例如 Facebook, Instagram, X)的消息、影片與貼文。時間一分一秒地被偷走，我的思想也被各種圖像和言語所牽動。我開始問自己，這些資訊真的讓我更有智慧、更快樂嗎？還是讓我更焦慮、被誘惑和分心呢？於是，我做了一個決定，從我的手機上刪掉這些社交媒體應用程式，只保留基本的聯絡方式(例如 WhatsApp 等)。起初的確不容易，因為現代的社交焦慮讓我害怕缺少了「Like」、被「脫節」。但沒多久，我發現一種久違的安靜進入了心裡。當外界的噪音少了，我更能專注於神的同在。在讀《聖經》、禱告、默想時，那份從上而來的平安變得更實在。

《聖經》所說的「不要效法這個世界」，不是要我們拒絕一切文化現象，而是提醒我們，不要被世界的思潮淹沒。若我們願意放下社交媒體的雜音，就更容易聽見神柔和微小的聲音。這樣的「捨」，讓我重新得着心靈的自由。少了點喧鬧，多了份亮光。

捨去自我的執着・學效耶穌的順服

談到「捨」，我不能不提及耶穌在客西馬尼園的禱告。那是祂面對十字架之前最真實的掙扎。《路加福音》二十二章 42 節記載：「父啊！你若願意，就把這杯撤去；然而不要成就我的意思，只要成就你的意思。」那是一句既痛苦又偉大的禱告。耶穌本是神的兒子，可以不走那條十字架的苦路，卻甘願順服天父的旨意。祂放下了自己的權利，選擇了犧牲，成就了救恩。

在這裡的「捨」，不再是放下物件，而是放下自我掌控的慾望。我們都希望事情照自己的計劃走，然而，神若有更高的旨意，我們願不願意放下己意，順從祂的帶領？

在我的人生中，也曾遇過這樣的時刻。有些籌算看似美好，但在禱告或在實際環境中我清楚感受到神的攔阻。也有些道路我不想走，神卻溫柔地催促我踏上。當我學着說：「主啊，不要照我的意思，只要照祢的意思」，心裡雖然掙扎，卻體驗到出人意料、放手讓神掌管的平安。原來，順服不是失去自由，而是進入真正的自由。因為當生命交在神的手中，祂所成就的，總比我自己所願的更美。

「捨得」之道：心意更新的操練

對許多人而言，「捨」聽起來像是一種損失。但在基督教信仰裡，它其實是一種得着。《聖經》中的「捨」永遠不只是放下，而是指向一個更深層的轉化：從舊生命走向新生命。這樣的更新，需要時間，需要每天的操練。當我每日用一段時間安靜在神面前，不急著禱告，而是靜靜地默想祂的話語(《聖經》的經文)。祂的話像鏡子，讓我看到自己心中的罪、雜念與執着。透過不斷的反省與禱告，聖靈會溫柔地改變我，使我思想更新，行為也隨之有所改變。

心意更新，不是一朝一夕的事。它像我後花園的柑橘樹，雖然長大極其緩慢，但生命就在其中生長。每一次的放下，都像修剪枝葉；被修剪的時候或許疼痛，但若不修剪，生命就無法開花結果。因此，放下才有真正的得着，這不只是生活哲理，而是在耶穌裡屬靈成長的過程。當我們願意讓聖靈介入我們的「取捨」，祂所帶來的改變，會超過我們所求所想。

2026：取與捨的新開始

踏入 2026 年，我特別提醒自己，新的年度，不只是時間的更替，更是生命的更新。每一年，神都讓我學習新的「取捨」。

我想，今年我仍要繼續那個「斷捨離」的習慣，保持內外整潔。同時，我也要繼續在心靈上的「捨下」。無論是對過去的執着，或許是對人的偏見和不合神心意的思想。我要捨棄憂慮，因為主耶穌說：「不要為明天憂慮，因為明天自有明天的憂慮。」我要捨棄驕傲，學會以感恩的心看待一切或順或逆的境遇。我要捨棄虛假的面具，真誠面對自己的罪，讓神在我軟弱中彰顯祂的能力。

同時，我要得着的，是像小孩子更單純的信心。因為每一次捨棄世界的東西，都是在永恆的國度裡得着。對信耶穌的人，這「得」是生命的更新與平安；對尚未信主的人，這「得」是叫他得着天父的寬恕，從主耶穌而來的救贖恩典和永恆生命。

願各位號角讀者，在這新的一年，每一次的「捨」，都能換來屬靈的「得」。捨去焦慮，得着平安；捨去執着，得着自由；捨去己意，得着耶穌。🙏

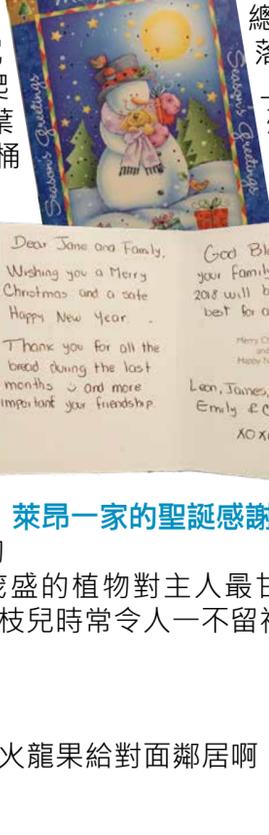
 華澳浸信會展愛堂 Chinese & Australian Baptist Church West Ryde		週間社區活動 展愛堂 (學校假期除外) 金齡之家 10:00 am 粵語 (每月第二個星期一) 兒童遊戲組 10:00 am (星期二) 英語 婦女中心 12:30 pm (星期三) 英語 樂齡中心 10:00 am (星期四) 粵語 婦女手工藝興趣班 (英語/粵語/國語) 10:00 am (星期五)	
主日崇拜地點 Marsden 中學 8 Rhodes St., Meadowbank, 2114 英語崇拜 (一) 9:15 am 粵語午堂崇拜 11:15 am 英語崇拜 (二) 9:30 am 國語崇拜 11:15 am		West Ryde Community Hall 3/5 Anthony Rd., West Ryde, 2114 粵語早堂崇拜 9:15 am	
地址: 1 Reserve Street, West Ryde, NSW 2114 電話: +61 2 9804 0052 電郵: office@cabc-wr.org www.cabc-wr.org			

跟隨基督・建立教會・帶出希望

趁着白日

陳謙

這些天，發現自己總在下班後，趁着夕陽尚未沉落，去做些戶外清理的活兒：爬上梯子，將屋頂積累多時的落葉、殘枝耙下來；拖拉綠植垃圾桶到一整排的三角梅邊，將張牙舞爪的帶刺亂枝修剪入桶；拿把小鐵鏟，蹲下去將橘子樹下瘋長的雜草一點點連根挖拔出來；掃地，前院、南院、北院，沒完沒了的落葉、殘枝.....



總在下班後，去做些戶外清理的活兒：爬上梯子，將屋頂積累多時的落葉、殘枝耙下來；拖拉綠植垃圾桶到一整排的三角梅邊，將張牙舞爪的帶刺亂枝修剪入桶；拿把小鐵鏟，蹲下去將橘子樹下瘋長的雜草一點點連根挖拔出來；掃地，前院、南院、北院，沒完沒了的落葉、殘枝.....

還有，剪摘火龍果。萊昂一家的聖誕感謝卡熱烈殷切的果實沉甸甸地充滿整個紙箱，是茂盛的植物對主人最甘甜的善意。雖繁枝錯節的帶刺枝兒時常令人一不留神就被扎傷。

幸福的鄰居

實在很想送些新鮮的火龍果給對面鄰居啊！可惜他們不吃。

我總惦記着他們。每到前院，總不禁看一眼對面緊閉的門，和門前寂靜的草地。男主人萊昂和女主人克勞迪婭帶着他們的一雙兒女詹姆斯和利亞一起去散步的情景，一次次在腦海裡浮現。那是多麼幸福完美的畫面啊！竟感覺有些不真實，彷彿地球上所有人類都該有的童年。屋子邊的大片公園草地，是小小的詹姆斯喜愛開着他的電動小汽車盡情馳騁的開闊空間。無論他怎樣奔馳，總在他父親萊昂慈愛的視線範圍內。隨着詹姆斯的小妹妹利亞出生後兄妹倆的一起成長，電動小汽車慢慢演變成遙控小汽車，遙控器在詹姆斯的手中，取代了原來的方向盤，而被遙控的小汽車，彷彿被追趕的獵物，橫衝直撞四處逃竄，時常誤入坑坑窪窪的「陷阱」之中。草叢樹下，時常有他們尋找小汽車的身影。再後來，遙控小汽車變成了遙控小飛機，時常盤旋着盤旋着就飛落某戶鄰居院子。

為草地割邊

時間飛快，他們家搬來對面，轉眼已十年。第一次來敲門的，是萊昂，有禮貌地問先生：「我可否幫你們草地割邊？」

那是我們第一次懂得：光割草不夠，還得割邊。雖過意不去，但真誠難卻，我們感謝着接受了。不久先生就去買了割邊機。

有一次他兒子生日，他們夫婦倆請我們到他們家簡單午餐，為他兒子慶生。他們的籬笆下，種了幾棵番茄幼苗，甚是可愛。

幾年後他們的女兒利亞出生時，我特地去買了些小衣服和小象軟墊作為禮物送過去。小公主寶貝睡在精緻的白紗圍繞的搖籃裡，童話般惹人疼愛。

雖是對面鄰居，平日裡常見面，但，看他們家孩子的成长，卻彷彿電影鏡頭一般，每個閃現，孩子都抽長出一小截來，欣欣向榮而茁壯。時不時地，對面草地上會響起萊昂的大聲呼喊：「詹姆斯！」也聽不出是小傢伙不規矩闖禍了，還是當父親的要小傢伙幹活了。

享受天倫樂

說到幹活，他們一家真是令人羨慕的勞模，集體勞模。每次洗車，都是全家總動員，彷彿播放一場配合默契的真人秀。家裡待洗的汽車，成了孩子們實地演練吸塵擦洗的道具，每個動作都一絲不苟。最難得的是他們兄妹倆都那麼投入享受。看得出，他們享受和父母同在的時光。一起做事，就是他們彼此真實陪伴的天倫之樂。

每見他們，我都內心感動：天底下，真有這樣的家庭。散步、洗車、遊戲，都全家一起。和諧自然。

有個傍晚他們出門一起去散步，我正要做晚餐，忍不住問，「你們不需做晚餐麼？」萊昂一臉輕鬆，「我們每兩天做一次晚餐，每次做兩天的份。」我立刻腦補了一下，暗自盤算自己是否也可以抄作業。

萊昂是個廚師呢！克勞迪婭談起他的烹飪才華，一臉陶醉，手指聚攏放到嘴上做個親吻動作，「沒得說的美味啊！」

怪不得萊昂微胖的身材總帶給人歡愉感。自帶美食韻味啊！

疫情的日子

某天，疫情來了。家家戶戶不再來往。進出時相見，彼此遙望打個招呼問好，保持「社交距離」。

那個疫情，不知除了打亂大家日常交往和自由出行的秩序，還打亂了些什麼。

對於我，被打亂的，還有關於時間的記憶。那幾年，到底是多少年，多少個月，多少個日子，彷彿都模糊成了一團。

特別記得有個清晨，我到前院，正遇見下班回來的萊昂。他一臉認真，「你知道嗎？昨天凌晨四點我要去上班時，見有人在偷你們家這棵樹上的果子！」邊說邊抬手指着我們家門前車道旁的一棵青檸檬樹。我不敢相信自己的耳朵。他看出我的困惑，清清楚楚有根有據地繼續描繪，「他是特地來偷的！有備而來的！戴口罩，戴眼鏡，拿着園藝剪刀和袋子，一個個果實剪下來往袋里裝！還專門挑好的，不滿意的就丟地上。我盯着他看真切了才喊他的。」

萊昂越說越義憤填膺，比我還生氣，「我喊他，『嘿！你怎麼偷果子！』」他回，『我沒偷！只撿掉地上的！』我喊他，『你就是在偷！別撒謊！我看到的！』後來他拎着一袋子果實就走了。」

我還是有些懵懂，慢慢才明白：怪不得這些天總覺奇怪，為何本來滿樹果子越來越顯稀疏，地上也越來越多落果。明明無風無雨啊！還以為是錯覺。原來，如此。

我的臥室窗戶就朝前院啊！他們那樣喊，我竟完全未聽見任何響動。

竊賊疫期戴口罩，被看到不算惹眼。萊昂實在氣憤：世上居然有那麼壞的人，恬不知恥！在他的氣憤面前，我為自己無法氣憤而感到過意不去。

我氣憤不來。樹上那麼多果實，我本願與人分享。有人喜愛到忍不住來偷，令我訝異驚奇，竟有幾分被恭維了的感覺。只是看滿地零落浪費，又看萊昂表情正義，我頓感遺憾：若想要，來敲門啊，我定會給的呀。這樣偷還糟蹋，多傷感情！

曾有個青春女孩來敲門，想剪些籬笆上的三角梅，說要做個頭飾給她表妹參加畢業典禮後的晚宴戴。我好開心啊！大大鼓勵她盡情剪啊！花開花謝總令人歡喜又惋惜，受垂青是榮幸呀。

那個怒喊竊賊的萊昂令我想到「兩肋插刀」這類詞語。多年後，我依然時常想起他發自肺腑的真誠義怒。他說附近有些鄰居家在院子種蔬菜，也有被偷。豈有此理！那是人家辛勤勞動的成果啊！

我再次感覺自己配不上他的義憤：我門前那棵果樹，差不多屬於自生自滅，我沒太多打理。但無論如何，偷盜可恥。我在他對竊賊的控訴中，漸漸意識到自己應該維護果實了。

那天和他告別後，我站在樹前左看看右看看，得做點什麼。就決定把一些果袋裁開連接成可以圍住果樹的「橫幅」，上寫「請勿摘果」。

可才圍了沒一會，看着實在彆扭，感覺有些愚蠢，就又撤銷了。

消失的熱情

疫情，不是某天突然結束的，而是彷彿漸弱音，不知不覺消失的。

萊昂的熱情，也彷彿疫情，不知哪天起，消失了。偶爾見到，他似乎沒有任何打招呼的意思。

我不留意得罪他了嗎？百思不得其解。

有幾次我忍不住對家人叨叨着問，又像自問，居然彷彿神情呆滯的祥林嫂。

「我曾經不小心說錯過什麼，做錯過什麼嗎？我需要向他道歉嗎？」

他瘦了。他減肥了麼？

有一次我主動和他打招呼，沒話找話地說了一句，「你瘦了。」

他似有若無的反應彷彿秋風般蕭瑟。我以為「你瘦了」，是現今這個以瘦為美的年代，人們普遍喜歡聽到的話。

但貝貝悄悄說，「媽咪，你可能不應該說他瘦了。他看起來很老，可能生病了。他的頭髮都白了。」

我怎麼會想到呢。是的，他病了，得了癌症。

這是他太太克勞迪婭在圖書館偶遇我們時說的。眼中含淚，她脆弱得彷彿風中隨時會被吹落的葉片。

我只能擁抱她，說我為他禱告。「是的，請為他禱告」，她說。

次年，他氣色好轉了，說是治療見效。

我總覺得不知如何表達關切，怕不小心再說錯話。但內心有愛而不說，是折磨人的。怎麼辦呢？除了為他禱告，我總能再做一點點什麼吧，哪怕是一點點小小的什麼。

有個週末早晨，在家為他禱告，畫了一張卡：嫣紅的花兒，彷彿剛剛沐過晨露，邊上一隻彩蝶翩然飛舞。我在卡片裡謝謝他們這些年來每一點一滴的幫助，表示我不會忘懷。我想讓他們知道我在為他們禱告。

把卡片裝入塑料保護袋後，就去悄悄投入他家信箱。

不捨得打擾他們。

幾天後，上班時，先生發來信息：萊昂和太太一起來敲門，謝謝我送卡片，說對於他們意義重大。

那天晚餐後，我去他們家小坐。他們談了好多，我也談了好多。

這些年，我不捨得打擾他們的日子裡，他們家，我們家，發生了好多，好多，艱難的事情。他說，他的好多朋友，也都在經歷許多艱難。他們說，隨時來坐坐呀，隨時來啊。

可我，還是不捨得打擾他們。

一切似乎都在朝着好的方向發展。他們家又一起散步一起洗車一起遊戲了。萊昂恢復得幾乎和原來一樣微胖並有朝氣了。

我怎麼會想到呢？我們怎麼會想到呢？過年後的一月底，突然收到克勞迪婭的短信，萊昂走了。葬禮定在兩週後。

把光遞給人

可我明明還記得，那個聖誕節前，我們兩家一起合作策劃的 Streetparty (街趴)，左鄰右舍都各帶一盤菜來參加，你就在燒烤爐旁忙乎着為大家燒烤。你們一家送來的聖誕卡，我還留着。你們在卡片裡謝謝我們曾經每週送過去的麵包，「更重要的是你們的友情」。你們送來的鮮花和酒，我一直留存在心裡。

當你的生命，在某一刻戛然而止，我會開始，繼續，用記憶的磚塊，慢慢鋪一條內心的路。

謝謝你，用陪伴家人的溫柔，照亮過鄰舍的心。

謝謝你，教會我，讓我在白日裡不遲疑，在看得見的時候去做，去回應，去愛。

若黑夜終會來臨，願我記得，我曾在光中行走，也曾把光，遞給別人。☺

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.

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

貝爾湖畔

江風

禮拜六早上，在悉尼雙百年紀念公園 (Bicentennial Park) 的貝爾維迪爾湖 (Lake Belvedere) 畔，有一群人陸陸續續地來了。其中有些是報紙的欄目作者，有些純粹是讀者。主辦方聲稱這是「作者和讀者」聖誕聯歡會，希望藉此機會增加認識，彼此勉勵。



馬先生向來不喜歡遲到，早早接載了牛先生，這時已在涼亭坐定。涼亭的前方是一片寬闊的景觀綠地，綠地邊上就是貝爾湖。當初修建貝爾湖時，州政府專門挖通了一條水道，通往 Homebush 灣，這給魚游進游出，提供了極大的便利。而對於鳥而言，從鳥園飛過來，比前廳到後院還簡單。

從前的寫作人，多數用印有格子的稿紙寫稿，因此有些寫作人謙稱自己是爬格子動物。如今寫作方法已經改變，有人用鍵盤打字，有人用手寫輸入，他們或稱為鍵盤俠，或稱為碼字的，總之是與寫作有關。牛先生礙於手腳笨拙，儘管在閱讀上沒有問題，要寫點東西則困難重重。正因如此，他對所有寫作人都心存敬意。對那些能寫出有分量作品的人就更加看重。由於他向來是《號角》的忠實讀者，故此對其作者的名字一點不陌生，隨時能叫出幾個來。甚至某位作者寫過什麼佳作他也記得。但他不認為這是什麼值得誇耀的事。因此當他面對那些面貌非凡的作者時，反而不知道說什麼好。不過能夠一下子見到這麼多優秀的寫作高手，真是一件美事！

至於私底下，他和馬先生以及魚和鳥，就可以無所不談。其實在他們四位當中，牛先生的學識最廣，無論是歷史、哲學、音樂、藝術，聊起來都是一套一套的。那次他和馬先生在觀賞一幅照片時，隨口說出「這幅構圖好」，無意中被魚聽到。魚也認為構圖是個哲學課題。他們就這樣走到一起。

按照牛先生的認知，萬物天定，各有其位：日有日的位置，月有月的位置；星有星的位置，雲有雲的位置；光有光的位置，暗有暗的位置；山有山的位置，水有水的位置；樹木有樹木的位置，花草有花草的位置.....一點不得含糊。一個錯位，輕則影響構圖的和諧，重則毀了整幅畫面。正如地球在宇宙中的位置，不遠不近，不偏不倚，不差分毫，恰到好處。天者，神也！

這時牛先生突然想起，從古至今，人類為什麼出現那麼多問題，就是因為目中無神！不僅目中無神，還把自己當神。從秦始皇到希特勒，歷史的悲劇不斷重演。《聖經》說得好：「以耶和華為神的，那國是有福的！祂所揀選為自己產業的，那民是有福的！」（《詩篇》三十三篇 12 節）這正是牛先生當年選擇移民澳洲的初衷！也是他特別讚賞《號角》的主要原因。每當他閱讀《號角》，他都能切切感受其中的信息：不停地呼喚人心歸向神。曾有人作見證說，當她擺正了上帝的位置和人的位置，她的生活就徹底理順了。她能看見自己被上帝眷顧，也能看見自己有錯，她的心裡不再有恨。這幅構圖多好！

在牛先生的記憶裡，中國人一直過得咬牙切齒。從義和團到紅衛兵，義憤填膺、殺氣騰騰，恨完外國人恨自己人。牛先生實在期待人們多看《號角》，消滅怒氣，不再有恨，與神和好，與人和好，與自己和好。

很多人都低看了牛，認為牛除了一身蠻勁之外，別無所長。中國人甚至以「對牛彈琴」，侮辱牛的智商。但牛對這一切都處之泰然，看來他的心中早已擺正了上帝的位置和自己的位置。唯有魚和鳥，以及馬先生，着實為牛抱不平。🌀

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

HOPE HOLISTIC CARE
 展望全人護理
< 招募家居護理經理 >

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

應聘者是註冊護士, 社工或老年健康相關經驗優先。
 有意者並認同我們的基督教價值觀, 請到我們網站 <https://www.hopehc.org.au/careers> 登記。
 Shop 1, 34 Herbert St, West Ryde, NSW 2114
 ☎ 02 7228 1369 🌐 www.hopehc.org.au

移民後的職場重置

飛牧

古人說：「七十二行，行行出狀元。」在移民的語境裡，這句話顯得格外有份量。來到澳洲，許多人需要放下過去的專業光環，一切從零



開始。在享受這片土地的自由之餘，也要面對獨特的職場文化，這考驗着每一位新移民的心理韌性。

白領的隱形天花板

許多擁有高學歷的移民，在澳洲從事白領工作，表面上令人羨慕，能享受「Work-Life Balance (工作與生活平衡)」。然而，背後卻有着語言與文化構成的「隱形玻璃天花板」。一句地道的玩笑話接不上，一個不熟悉的主流文化梗，都可能形成與同事和管理層的隔膜。無論工作多麼努力，升職加薪往往與自己無緣。

藍領的汗水與尊嚴

相比之下，許多憑藉手工技能和體力勞作的藍領移民，日子或許更為辛苦，卻能獲得較好的報酬。只要踏實努力，一樣可以出人頭地，受到尊重。無論從事建築裝修、水電修理，抑或清潔餐飲、物流送貨，都可以從基層做起，最終擁有一片自己的天地。

移位的身份與未變的價值

移民，本質上是一場生命座標的現實重置，尤其體現在職場上。許多人在家鄉曾是專業人士、老師或主管，但在踏入新國土的那一刻，履歷上的輝煌往往被歸零。為了生活，主管轉做咖啡師，工程師轉做Uber司機。移民的職場生活，就是一部「再適應」的艱辛歷史。那種辛酸不在於身體的勞累，而是尊嚴的放下。

幸好，澳洲是一個職業不分貴賤的地方。對基督徒來說，這更是一個被神重新定位的好時機。《創世記》告訴我們，上帝親自作工創造世界，並委派人類管理大地。工作的價值，不在於職位的高低，而在於我們是否在其中彰顯了造物主的秩序和榮美。當我們放下對「銜頭」的執着，開始在每一件平凡的小事上盡忠，那種「行行出狀元」的榮光才真正開始閃耀。當你面對陌生的職場文化而感到挫折，或者因語言障礙而遭受不平等待遇時，正是你經歷與上帝同行的好機會。《聖經》中的亞伯拉罕、約瑟、摩西，無一不是移民。他們在陌生的土地上漂流，卻在曠野中看見雲柱火柱。

從企業家到傳道人

以前在香港，我經營企業，聘用數百員工，客戶遍佈全球，在行業中略有名氣，也曾是商界雜誌的訪問對象，習慣了受人尊重，也習慣了決策與掌控。移民來澳後，沒有想過打工，原本可以繼續遙控生意或乾脆提早退休。因着神的呼召，我接受了神學訓練，受聘作傳道人。起初很不習慣，以前在公司呼風喚雨，忽然變為服事他人。又試過在一間西人教會服事，與西人同工溝通有障礙，還要用自己不熟悉的國語講道，經歷許多困難。不過回想過去，神其實一直陶造我，幫助我學習謙卑順服，建立我多種語言的能力，如今可以開拓教會，還可以用上多年營商經驗，推動城市宣教和職場事工。

行行出狀元 處處見榮光

很多人在職場上辛勤工作，成績斐然。不僅做到「行行出狀元」，同時還能「處處見榮光」。除了物質上的豐盛之外，更在工作中成為上帝的使者，榮神益人。我們發現，上帝不只在教堂裡，祂穿梭在繁忙的都市中，也行走在我們的工作間。當我們不再把工作視為「賺取生活費的苦差事」，而是完成上帝交託的「使命」時，眼界就徹底改變了。願每一位在異鄉打拼的你，都能在平凡的崗位上，看見那不平凡的榮光。☺

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、葯房、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

如何找回關係的轉機

吳曉霞

愛麗絲日記：寫給那些在愛裡用力太久的人，願這些文字陪你停下來，看見自己仍被溫柔托住。

看似美滿的家庭

我認識一對夫婦。90年代左右，他們都單身，懷抱出國創富的夢想，漂洋過海來到澳洲生活。剛來的時候幾乎是白手起家，不但沒帶什麼錢，甚至還是負債出國。來到這裡後，兩個人都非常努力，不管多苦、多累，只要能賺錢的工作，他們都願意去做。



那時語言不好，找不到體面的工作，只能做體力活，有些甚至超過身體所能承受的範圍，也因此落下不少健康問題。後來經朋友介紹，兩人結婚了。婚後，他們仍舊每天忙於工作，週末偶爾一起出去喝茶，短暫放鬆。

再後來，他們開始了自己的生意。先生負責生產技術，太太則幾乎包攬了生意裡的大多數事務，從產品製作到客戶服務，很多環節她都親力親為。她幾乎把所有能用的時間都投入到事業中，幾年下來，生意漸漸做得有聲有色，產業也越來越多。隨後，他們有了兩個孩子。

從表面看，這是一個非常美滿的家庭。他們送孩子去最好的學校受教育，也盡力為孩子提供良好的生活環境。轉眼間，他們的婚姻已經走過了25年。回首當初的出國創富夢，可以說已經過上圓夢的生活了。

傷得很深的太太

然而，我每次和這位太太通電話，聽到的卻常常是她在講自己與丈夫的關係。她在這段關係裡感到非常受傷。她覺得丈夫不懂得如何尊重女性，也看不見她在家庭生活和事業中所付出的支持與努力。每一次電話，我都能感受到她情緒裡的悲傷，而這樣的情緒在不斷重複。

我感覺她已經把自己耗盡了。她很少溫柔地對待自己，卻又是一個責任心極強的人，總想著把家庭和事業都做好。可是在關係裡不斷受傷，讓她心力交瘁，慢慢失去耐心，也會發脾氣。結果是，關係沒有被好好維繫，很多事情也難以得到妥善的安排和解決。

而她的先生，仍然我行我素。他似乎並沒有意識到，自己的一些做法和長期的忽視，已經持續地傷害著太太。在這樣一段關係裡，這對夫妻表面上物質豐富、孩子健康成長，但實際上，兩個人可能都已經非常疲憊。

談到她在工作中的付出，她學會了許多原本只有男人才會做的事情。我真心給予她高度的讚美。但她常常對我說：「你跟他說，你跟他說。」她非常希望她的先生能夠理解她、支持她，也能多給她一些肯定和讚美。

從旁觀察，我發現她在這段關係中的一個定位：她非常看重丈夫對她的評價。這本身是可以理解的，也是人之常情。但當她一次又一次提起這些期待時，我能感覺到，她已經待在這個錯位的狀態裡太久，傷得很深了。

如果她繼續把自己的價值，建立在「是否被丈夫理解和認可」之上，這條路是非常艱難的。因為在她丈夫的認知裡，太太的所有付出，似乎都是理所當然的，他並不覺得需要經常讚美她。於是，兩個人的相處自然很難愉快。

多溫柔對待自己

關係的轉機，出現在我和她分享我自己婚姻經歷的時候。我告訴她，我和先生的相處中，也曾出現過類似的問題。後來，我選擇了一個不同的相處方式，先觀察他需要怎樣的幫助，而不是我以為他需要什麼。也許是一句關心的話，也許是一次體貼的安排，或主動幫他解決一個麻煩的任務，這樣我們的關係氛圍開始改變。

在與先生的關係中，我更多去思考：他需要我做什麼，我再去做什麼。同時，我也不再把自我價值建立在先生對我說了什麼話上，而是把我的價值放在神的眼中。我更關注「神眼中的我」，而不是「他眼中的我」。

當我把自己的位置和視角調整過來後，我才發現，真正的關係轉機從來不是去改變對方，而是先讓自己站對位置。只要我不再耗盡自己，也不再追求他必須感恩的認可，愛和支持就開始在日常的小事之中自然流動。

正因為如此，我反而活得更有自信。我知道神是愛我的，我們每個人都有不同的恩賜，在生活中是彼此配搭的。而在配搭的過程中，我們也需要智慧，去發現真正的相處之道。

她聽完後，用一句話來形容我們之間的差別。她說：「你的老公是把你保護得太好了，而我是被我老公利用、用盡了。」

她說自己非常累，如果不是為了孩子，可能早就離婚了，甚至不想再繼續這樣的生活。

聽到這些話，我心裡常常會有一個很深的感嘆。也許，我們若能在關係裡稍微停下來，先調整好自己，溫柔一點對待自己，不要讓自己忙得太多、操勞得太狠，家庭或許會更接近我們真正渴望的樣子。

那不正是我們每個人心中所期望的家庭狀態嗎？

只是，我們常常在不知不覺中，給自己加了太多事情去忙，卻忘了休息，忘了享受當下，也忘了回到婚姻最初的那個起點——那個因為欣賞對方，才選擇與他共度一生的起點。🕊️

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 - St Paul's Anglican Church Chatswood,
2:30pm 1-5 View Street Chatswood NSW

English Worship - 11:00am Pymble Uniting Church, 1 Livingstone Ave., Pymble

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: 518 Pacific Highway, Lane Cove North, 2066
Tel: 02 9415 6044 E-mail: office@efca.org.au

www.efca.org.au



忘了我記得

晨光

剛去教會時，女兒才1歲大，我們是用嬰兒車推着她去的。然而時光飛逝，一轉眼她已經長大了，完成了學業，開始了工作。和她一起在教會長大的小夥伴們也都開始了各自的職業生涯，我們這些做家長的大朋友也都成了



「老」朋友，頭上早生華髮，臉上也有了歲月的刻痕，但是幾個家庭之間的友誼卻更加深厚了。孩子們非常懷念往日經常聚在一起的快樂時光，於是趁着年底假期，安排了一個特別的度假之旅。

這是一個「真正」意義上的度假，就是什麼事都不做，租一個大房子，大家聚在一起安靜休息、聊天敘舊。每天的大餐也都是孩子們煮的，我們這些老人家就是打打下手、吃好喝好、點頭稱是就行了。孩子們的手藝真是不錯，食物豐盛又美味，他們也設計了有趣好笑的遊戲，讓我們這些老人家都年輕了不少。

租的房子有一個很大的家庭影院，大家一起看了一部台灣電視劇《忘了我記得》。沒想到這部劇為我們本來充滿歡聲笑語的度假之旅，增添了一點苦澀的味道，有些沉重，但也溫馨。

沉重的脫口秀

程樂樂是一名脫口秀演員，白天在便利店兼職。她的生活平凡卻充滿波折，與丈夫的關係也出現了問題，兩人已經開始分居。年邁的父親偏偏又患上了老年癡呆症，記憶力日漸衰退，她不得不在工作與照顧父親之間疲於奔命，既無力解決婚姻問題，也照顧不好老人，陷入了深深的沮喪中。

對我們這些大人來說，這部劇讓人想起已經過世的父母，心中不免虧欠與難過；但沒想到孩子們也被劇情吸引，許多人流下了眼淚，特別是小女兒，看完已經哭成淚人。看來孩子們真的長大了，看懂了生活的不易，也更加珍惜與父母同在的寶貴時光。

劇中的父親努力記住自己的名字，他們想記，卻記不住。他們不想給子女添麻煩，努力讓子女開心，但殘酷的現實卻讓他們無可避免地成為孩子的負擔，令他們感到悲傷。程樂樂既要賺錢養活自己與父親，又要照顧他，自己的生活就像一艘破漏的小船，還得為年邁的父親撐起一把傘。而這不是一天兩天的事，而是幾年，甚至更久。

也許因劇情過於沉重，導演選擇用脫口秀這樣的喜劇形式呈現，於是我們也看到了劇中父女二人在雨中跳舞的歡樂場景.....

心中的安慰

儘管我無法真正安慰女兒的難過，但我仍為孩子們的眼淚感到欣慰。他們真的長大了，明白父母不會永遠不老。而做父母的，從來不會因孩子無力照顧自己而責備他們，只要他們有這份心，就足以令父母感到安慰！

《傳道書》說，如果沒有神（上帝），人的一生是虛空的虛空；但若我們信靠神，舉目望天，我們的人生仍充滿希望與盼望。傳道者告誡我們：要趁着年輕敬畏神，也要在勞碌中喜樂，盡我們人生的責任。

回來的第二天，我們全家一起去了健身房。孩子們總是建議我們多運動，我們也鼓勵孩子們養成健身的習慣。明天的事並不在我們手裡，但今天我們能做的、能珍惜的，只要盡力去做就好；而明天的事，就交託在神的手中。☺

cccct 宣道會基督恩典堂誠聘粵語半職牧者

宣道會基督恩典堂成立於2017年7月，是一間以粵語為主的華人教會，它隸屬澳洲宣道總會，位於雪梨Beecroft地區。現有會眾約30人。現誠聘有牧會經驗的半職牧者，其職責包括講道、教導、關顧牧養及教會事工拓展。

應聘者須清楚蒙召作教會牧養工作，持福音派信仰，具宣道會認可神學學士或以上學歷。申請者須操流利粵語，並具備英語書寫及溝通能力；持有澳洲或紐西蘭永久居留身份。

申請人請將履歷、個人得救見證和蒙召經歷，電郵至 recruitment@g2c2.org.au 聘牧委員會收。

從「職場模式」切換為「父母角色」



小雨點媽媽

題註：在忙碌城市裡，很多父母都有一種熟悉的狀態：「身在家，心在職」。下班打開家門那一刻，你的靈魂，真的也跟著回來了嗎？

靈魂歸家了嗎？

許多家長發現，雖然身體坐在客廳，大腦還在跑公司的數據、回覆工作群組。這種「不斷線」的狀態，正在無形中侵蝕我們的家庭關係。

長此以往，就像一條一直拉緊、卻沒機會放鬆的橡皮筋，不知不覺中，拉遠了我們和伴侶、孩子之間的距離。這篇文章想陪你一起練習：不只是回到「房子」，而是回到「家人心裡」。

當心「職場後遺症」：你是否把主管模式帶回家？

許多在高壓環境工作的家長，容易陷入以下幾種心理陷阱，也許你會很有共鳴：

● **目標導向的質詢**：在公司習慣了目標、數字和進度，下班回家後，大腦自動切到檢查模式：「功課寫完了沒？」、「學費有沒有繳？」，這些問題本身沒有錯，但如果一進門，開口就只有「檢查」和「追進度」，家很快就會變成另一個辦公室，孩子也會感覺自己被當成「專案」來管理，而不是被當成一個需要被看見、被陪伴的人。

● **跳過感受，直接給解決方案**：當孩子帶着委屈回家，分享學校的不愉快時，我們的職場大腦常會立刻啟動「解決方案模式」：「這沒什麼，下次你就這樣回他」、「你要堅強一點，不要這麼玻璃心」。在公司，快速處理問題是能力；在家裡，孩子很多時候不是來找「工程師」，而是來找一顆願意聽他說話的心。他真正需要的，往往是有人先說一句：「聽起來你今天真的不好受。」那就像在他身旁撐一把傘，陪他在雨裡站一下，而不是急着期待雨快點停了。

● **「未完成」的事**，一直在腦中盤旋：心理學提到一個現象：人對「沒做完的事」特別放不下。所以即使你人在餐桌前，腦袋裡仍在想：「那封 email 還沒回」、「那份報告還沒交」。久而久之，孩子感受到的，就是一位「身體在這裡、心卻不在」的爸爸或媽媽。就像你在跟一個人說話，他眼神卻一直飄向手機，很難不覺得自己被忽略。

歸家三部曲：建立你的「轉場儀式」

從「經理 / 員工 / 老闆」切換回「爸爸 / 媽媽」，就像戲劇換場，中間需要一點轉場時間。如果沒有這段切換，我們很容易把辦公室的情緒、說話方式，原封不動搬進家門。以下三個小步驟，是簡單又實用的「歸家儀式」，讓你練習慢慢收回自己的心。

● **設置視覺與空間的連結**：可以在門口放一樣對你有意義的小東西：一張全家福或一個溫暖的小裝飾。告訴自己：「每次看見這個，就是提醒自己：我現在是爸爸 / 媽媽。」脫鞋的時候，可以在心裡對自己說：「我也把今天的壓力暫時留在門外。」進屋後，有意識地把手機靜音、放進抽屜，讓家跟辦公室長得不一樣。

● **善用「躲進廁所」的緩衝時間**：許多心理學理論會提醒家長，進門後的前 10 分鐘至關重要，往往決定今晚相處的氣氛。如果你覺得自己像一台「過熱的機器」，先不要直接走向孩子或伴侶。你可以先做幾件小事：洗個臉、換一套舒服的衣服、到洗手間做幾次深呼吸。這 5-10 分鐘像幫自己踩一下「暫停鍵」，讓白天累積的壓力有地方停下來，不會直接倒在家人身上。

● **啟動「黃金開場白」**：回家的第一句話，非常關鍵。如果一進門就問：「功課怎麼還沒寫？」、「為什麼又這麼亂？」家人會覺得，好像迎接他們的不是親人，而是「稽查員」。試着換一種方式：在說任何要求之前，先給一點溫度：「我回來了，好想你們。」「看到你，我今天好像沒那麼累了。」再加上一個擁抱、拍拍肩膀。對孩子來說，這些每天的細節，比詢問成績更能建立長久的安全感。

夫妻互當「神隊友」：一起守護這個避風港

家不是一個計較「誰做得多、誰做得少」的地方，而是一個讓每個人可以卸下盔甲的地方。在養育孩子的路上，如果夫妻能互相扶持，而不是互相控訴，家就比較有機會成為真正的避風港。

● **誠實說出自己的狀態**：如果今天的你真的很累，不必硬撐，也不需要發脾氣來提醒別人「我已經不行了」。你可以試着清楚而溫和地說：「我今天工作有點累，需要先安靜 15 分鐘，等一下就來陪你們。」這不僅是保護自己，也是在示範如何處理情緒。

● **戒掉「整天」**，多用具體表達：當我們說：「你整天都在打（遊戲）機」、「你整天都沒做家務」，背後其實是累積的委屈和不滿；但聽的人只會覺得自己被貼標籤，自然啟動防衛，爭吵也容易升級。試着把抱怨換成具體觀察與請求：「剛剛煮飯、洗碗、哄孩子，我有點累，你可以幫我把衣服曬一下嗎？」從「指責」變成「請求」，氣氛就會不一樣。

● **彼此「助攻」**：當你發現伴侶眉頭深鎖、聲音開始變硬，那往往是他快「超載」的訊號。如果這時你能說：「要不要先去洗個澡休息一下？這段時間我來看孩子。」就像球賽裡隊友看見你快沒力了，主動上前接球。這些小小的「助攻」，不只是多做一點家事，更在對彼此說：「你不是一個人面對，我在這裡陪你。」

結語：別讓「榜樣」變成了「壓力」

我們努力工作、想給孩子更好的生活，很自然也希望能成為孩子心中的「好榜樣」。但真正的榜樣，不只是讓孩子看到我們如何努力成功，更包括：我們怎樣在忙碌中守住家庭，怎樣照顧自己的情緒，又怎樣在疲憊時，仍願意儘量溫柔地對待身邊的人。

功課會一份接一份，工作也總有做不完的清單；然而，孩子的童年只會走過一次。在這段有限的時間裡，你那個「靈魂在場」的陪伴，比任何禮物、任何成就，都更珍貴，也更無可取代。👉

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「科學隨想」而成；目的是透過自然科學的奇妙現象，說明「自從天地以來，上帝的水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。」（羅馬·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、昆蟲和動物王國等等。周醫生不但蒐集了足夠的資料，還闡文並茂，深入淺出地將深奧的自然科學，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
 霍特康博士 (Dr. John Whitcomb) 世界知名學者，著有《創世紀的洪水》等許多名著。
 這本書是周道輝醫生所著，集其歷年來為《號角月報》撰寫的「科學隨想」而成；目的是透過自然科學的奇妙現象，說明「自從天地以來，上帝的水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。」（羅馬·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、昆蟲和動物王國等等。周醫生不但蒐集了足夠的資料，還闡文並茂，深入淺出地將深奧的自然科學，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！

周道輝醫生著

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，我們誠懇地邀請您，長期支持《號角月報》出版經費，奉獻100澳元以上，請逕寄：CCHC (AUSTRALIA) PTY LTD，地址：PO Box 2383 Berala NSW 2141 Australia 免網上轉帳，Bank: Commonwealth Bank, BSB: 062-113, Account Number: 10164405-澳洲。

回函表
 姓名：(中) _____ (英) _____ 性別：_____
 地址：_____
 電話：_____
 所屬教會：_____
 請在以下表格的 內加上 號
 我願奉為《號角月報》代辦，請把《號角》的代辦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
 付款方法：
 ● 奉獻支票抬頭請寫：CCHC (AUSTRALIA) PTY LTD
 逕寄：PO Box 2383 Berala NSW 2141 Australia
 ● 網上轉帳：Bank: Commonwealth Bank, BSB: 062-113
 Account Number: 10164405
 ● 信用卡 (VISA/MasterCard)
 ● 信用卡 (英文正確)
 姓名(英文正確) _____
 信用卡號碼 _____
 有效日期至：____月 / ____年 CMC (我願奉獻) (請印字)
 簽署：_____
 寄回日期：_____
 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「科學隨想」專欄編輯而成)

暴食症孩子的心靈需要

李飛君（執照心理諮商師）

一位高中女生患進食障礙 (Eating Disorder) 的暴食症 (Bulimia Nervosa)，不自控地過量進食，然後自我催吐（通常是隱瞞的）。她一次暴食後用手扣喉嚨把食物嘔吐出來，學校發現後告訴家長要帶女兒去接受精神健康治療。



暴食症治療可透過三方面——1. 強化認知行為治療 (CBT-E)：透過一對一談話輔導，幫助患者調整對自身體型的錯誤認知，建立健康自我形象及改善體型的正確方法。2. 家庭治療 (FBT)：讓患者父母或家人了解孩子的問題，加強家庭的健康關係，成為孩子重新掌控進食、跨越障礙的支持力量。3. 辯證行為療法 (DBT)：提高孩子抗壓能力，掌握適當紓緩情緒技巧，使情緒平穩，更易與家人及朋友相處。

暴食症是一種精神疾病，大多數患者對自己體型或體重非常不滿，可能是肥胖，又或者根本是適中而自己卻不接受。當中成因複雜，有可能與先天遺傳或後天家庭關係有關。

那女孩對自己、家人及學校都有很多不滿，有抑鬱及焦慮情緒。在輔導室裡，女孩傾吐自己對家庭諸般的負面感受。她很小就隨父母移民來美國，父母在中國有生意業務，父親寡言，母親則長袖善舞，所以大多數時候母親都在中國，父親則與女兒們在美生活，她姐姐也有情緒問題，兩姊妹經常吵架，有時還會打起來。孩子成長歲月裡，媽媽常常不在身邊。爸爸與孩子們是租房住，多次搬家，孩子不停轉校，每次環境轉變都需要適應，帶來壓力；轉校亦使孩子缺乏穩定的同儕關係，失去成長中重要的情感支持。家人關係疏離，學校比家人更先發現孩子進食障礙問題。

有些孩子的童年在身邊的不是父母，而是祖父母、某些親人、傭人保姆、甚至是寄宿學校的老師，這些經歷都會影響孩子的自我價值和安全感。不少父母努力為家庭的未來籌算、孩子成長所需費用、大學學費等勞心勞力，把焦點放在將來；然而孩子的焦點卻是現在——當下切身的感受。有人回顧童年，感覺像失落了「一些東西」，家庭不完整，看自己也不完整。

孩子的成長需要顧及身、心、靈各方面健康發展，愛是最重要元素。上帝創造人的設計是透過父母兩性關係的愛，衍生下一代，健康的生命是在愛的關係裡孕育成長。愛使關係連結，使人心靈充實；缺乏愛及關係疏離，令生命意義迷惘。許多時可能父母本身成長都缺乏家庭的愛，問題一代傳一代。上帝是愛的源頭，筆者看到不少有問題的家庭，因着認識了上帝，不但生命找到了真正的意義和價值，同時也把愛灌入了家庭，使家庭重獲生機。☺

「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。

「神愛世人，甚至將祂的獨生子賜給他們
叫一切信祂的不致滅亡，反得永生。」

約翰福音 3:16

神極愛人 老中幼 不忍罪民 下地獄
竟賜愛子 成救恩 赦罪復和 得永生

周傑輝國際公証律師 0408 261 808
keithchow370@gmail.com

從「看透」到「饒恕」 ——成熟生命的自由之路

燕鵬

在破碎的人際關係中，許多人終其一生都卡在兩個極端之間：不是憤怒不平，就是勉強壓抑；不是反擊報復，就是假裝沒事。然而，真正成熟的生命，既不是情緒的爆發，也不是感受的麻木，而是一條更寬廣的道路——從「看透」走向「饒恕」。



一、看透，是對人性的清醒認識

所謂「看透一個人便無恨」，並不是因為對方值得原諒，也不是因為傷害變得無足輕重，而是因為我們開始看見——人的傷害，往往來自自身的殘缺。

許多冷漠出於恐懼，許多刻薄源自自卑，許多攻擊其實是一種自我防衛。當一個人內在匱乏、破碎、扭曲，他所能給出的，也只能是帶着裂痕的回應。於是，曾經讓我們憤怒的言語與行為，漸漸顯露出另一個面貌：那不是強者的惡意，而是困者的掙扎；不是從豐盛中溢出的傷害，而是從貧瘠裡擠出的刺。

這樣的「看透」，使人從情緒中後退一步，從對錯的糾纏中抽離出來。憤怒開始鬆動，計較慢慢失去力道。我們不再急於證明誰對誰錯，而是明白——對方之所以如此，因為他只能如此。然而，看透本身，仍未抵達自由。

二、看透若沒有饒恕，仍然是另一種捆綁

看透可以讓人不再激動，卻不一定讓人真正釋懷。有些人看透了人性的複雜，卻變得冷淡；看透了世界的現實，卻變得疏離；看透了他人的有限，卻也築起自己內心的高牆。

「清醒」若缺少饒恕，最終容易走向另一種形式的囚禁，情感的退縮與心靈的封閉。我們不再恨，但也不再愛；不再受傷，卻也失去柔軟。外表平靜，內裡卻仍握着未放下的重量。因此，真正使人得自由的，不只是看透，而是在看透之後仍然選擇饒恕。

三、饒恕，是在看清之後仍然選擇放下

饒恕，從來不是否認傷害的存在，也不是替對方的行為開脫。真正的饒恕，是在充分理解痛苦與不公之後，仍然決定不讓那份傷害繼續主宰自己的心。

這是一個極其主動、極其有力量的決定。它不是情緒自然消散的結果，而是意志的轉向；不是因為對方改變了，而是因為自己不願再被過去捆綁。

當我們饒恕，我們承認：是的，這件事曾傷害我；是的，對方可能永遠不會明白；但我不再讓這段經歷定義我的生命，也不再讓傷害佔據我內心的中心位置。

饒恕於是成了一種「鬆手」。不是把是非交給遺忘，而是把審判交給更高的公義；不是說傷害不重要，而是承認自己的心比傷害更重要。

四、饒恕不是釋放對方，而是釋放自己

常有人以為，饒恕是為了給對方機會，其實饒恕的更深層意義，是為了拯救自己。

若對方的惡意是他內心的牢籠，那麼長久的怨恨，就會成為我們自己的牢籠。當我們一再回想、反芻、重演那些傷害，我們其實讓對方繼續在我們生命裡掌權。表面上我們譴責對方，實際上卻把心的自由交在他人手中。

饒恕，正是在這樣的循環中踩下煞車。我不再讓你的過去決定我的現在，不再讓你的有有限限制我的人生。你或許仍活在黑暗裡，但我選擇走向光。這不是軟弱，而是力量；不是退讓，而是超越。

五、成熟的生命，不在於反擊，而在於放下

幼稚的心靈總想贏回面子，成熟的生命卻更看重內心的平安。真正的成熟，不是學會更精準地反擊，而是學會在可以報復時仍然選擇止步；不是記住別人的錯，而是記得自己也曾有限、曾被寬容。

當一個人能看透人性的破碎，又能在看透之後選擇饒恕，他的心就不再被他人左右。他不再因別人的黑暗而失去光明，不再因別人的扭曲而變得剛硬。於是，生命裡出現一種難得的狀態：清醒而不冷酷，柔軟而不脆弱，悲憫而不縱容。

他知道世界並不完美，人也不完全，卻仍願意以寬廣的心行走其間。因為他明白，真正的自由，不是沒有受過傷，而是傷口不再決定方向；不是世界變得溫柔，而是自己的心學會了饒恕。在那裡，天空終於放晴..... ☺

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

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)
國語聚會：每主日下午二時半至四時許

另有兒童主日學及不同團契活動

堂主任：呂家聲牧師 0414 911 083；
電郵：revlui@yahoo.com

學會交託

蘇拾瑩

一個畢業生在找工作。寄出很多履歷，也去過許多面試，每次都興致勃勃前往，卻都敗興而歸，總是沒有被錄用。他越來越沮喪，成天唉聲嘆氣。

又試了幾家公司，仍然沒有結果，他很氣餒，不再抱希望了，變得頹廢喪志，天天窩在家裡打電動，再不肯出去找工作。

媽媽看在眼裡，很是心疼，一方面不敢責怪他，怕給他壓力；另一方面卻又擔心他從此一蹶不振。媽媽總是默默地替他禱告，也請教會牧師私下為兒子禱告。

有一天，神光照媽媽：「妳總是私下為兒子禱告，也找別人為兒子禱告，怎麼不讓兒子自己來禱告呢？要知道義人的禱告大有功效哦！」

媽媽心想：「對啊！牧師才說過，只要信，就被算為義人，我來試試邀兒子一起禱告吧！」

於是媽媽對兒子說：「來，我們來禱告！求主賜給你智慧，很快找到適合你的工作。」

畢業生其實小時候常跟媽媽參加教會聚會，但長大後忙着功課，就沒有再去教會了，但他對禱告並不陌生，於是接受了媽媽的建議，開始每天和媽媽一起禱告，尤其為找工作這件事禱告。

他又開始發履歷、進行面試了。每天也把他和不同公司人力資源部門接洽的狀況鉅細靡遺地在禱告中向上帝訴說。

媽媽心想：以前問他工作找得如何，他總是不耐煩地應付兩句，但最近在禱告中他卻向神說得如此詳細。所以不管禱告有沒有效果，我和兒子的溝通卻已經是大大進步了呢！

她私下也向神感恩，並且說：「主啊，祢看我兒子的禱告如此詳盡，可見他是信靠祢的，不然哪裡會說這麼多？祢應許：義人的禱告大有功效，也求祢早日實現祢的應許！阿門！」

兒子還是沒有找到工作，但和之前不一樣的是，他沒有沮喪或頹廢不振，仍然積極地和各公司人資部接洽。以前是悶不吭聲躲在房裡打電動，家裡氣壓低得好像結了一層冰霜；現在他還是會在房間裡打電動，只是明顯不再陰霾，還常聽到他哼歌、吹口哨的聲音，可見心情不錯。

媽媽試探地問：「你一直找不到工作沒關係嗎？看你好像都不緊張似的？」

兒子回答說：「我還是緊張啊！但妳不是說禱告完就要把一切交託給神嗎？我現在就是在學習交託啊！那天我有感受到神回應我，只要我學會交託，神就會把重要的工作託付給我，祂已經準備好了，就看我能承受多大的擔子呢！」

媽媽聽了真是非常感恩，稱讚說：「兒子的信心居然比我還大！」

終於有一家素負盛名的科技公司回應了兒子的求職，兒子欣然前去面試。也因為他的篤定與穩重，很順利便被主管接受了。一畢業就能進這麼優異的公司，真的比兒子原來所求所想還要好。

兒子受洗了，再度回到教會。他和媽媽也從此建立了一起禱告的習慣，成了家庭重要的傳統。

葛理翰牧師說：「不要猶豫，把你心中的一切告訴神。祂其實早已知曉，但祂不希望妳獨自承受痛苦或獨自享受喜樂。」

學習禱告和交託，就看到神的同在，伴隨着祂應許的實現，恩典超過我們所求所想！

更新

星期日聚會時間表

粵語崇拜(上午 9 時及 11 時)

英語崇拜(上午 9 時)

成人及兒童主日學(上午 11 時)

聚會地點：59 Carlingford Road, Epping, NSW 2121

國語崇拜(上午 11 時)

聚會地點：Roselea Public School

549 North Rocks Road,

Carlingford NSW 2118.

(週間有各年齡的粵、國及英語團契/小組及祈禱會等聚會)

北雪梨華人宣道會 電話：9868 7003 網址：www.nscac.org.au

North Side Chinese Alliance Church 地址：59 Carlingford Road, Epping NSW 2121

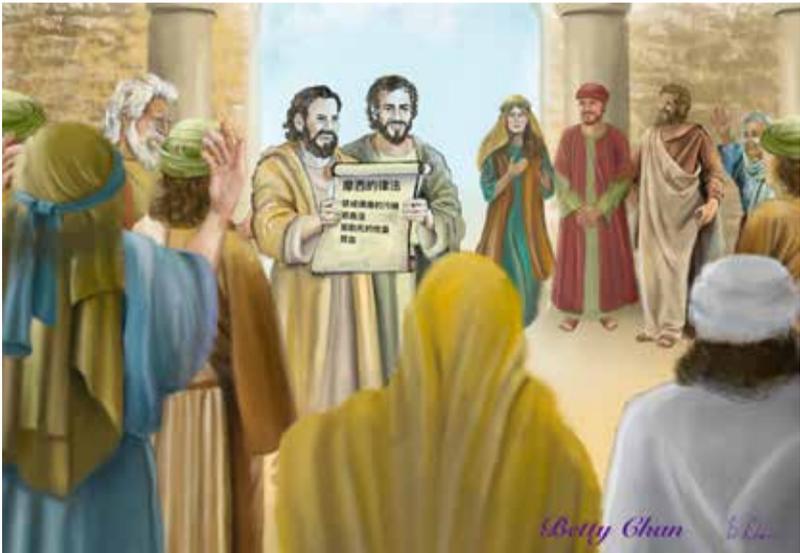
不設限的恩典

文／選自《使徒行傳》十五章
圖／Betty Chan 陳錦玲

圖畫聖經故事

有幾個人從猶太下來，教訓弟兄說：「你們若不按摩西的規條受割禮，不能得救。」保羅、巴拿巴與他們大大地紛爭辯論。

眾門徒就定規，叫保羅、巴拿巴和本會中幾個人，為所辯論的，上耶路撒冷去見使徒和長老。
(1-2 節)



使徒和長老聚會商議這事；辯論已經多了，彼得就起來，說：「諸位弟兄，你們知道神早已在你們中間揀選了我，叫外邦人從我口中得聽福音之道，而且相信。知道人心的神也為他們作了見證，賜聖靈給他們，正如給我們一樣；又藉着信潔淨了他們的心，並不分他們我們。」(6-9 節)

「我們得救乃是因主耶穌的恩，和他們一樣，這是我們所信的。」(11 節)

眾人都默默無聲，聽巴拿巴和保羅述說神藉他們在外邦人所行的神蹟奇事。(12 節)

他們住了聲，雅各就說：「諸位弟兄，請聽我的話。(13 節)

所以據我的意見，不可難為那歸服神的外邦人；只要寫信，吩咐他們禁戒偶像的污穢和姦淫，並勒死的牲畜和血。」(19-20 節)

那時，使徒和長老並全教會定意從他們中間揀選人，差他們和保羅、巴拿巴同往安提阿去；所揀選的就是稱呼巴撒巴的猶大和西拉。這兩個人在弟兄中是作首領的。」(22 節)

「因為聖靈和我們定意不將別的重擔放在你們身上，唯有幾件事是不可少的，就是禁戒祭偶像的物和血，並勒死的牲畜和姦淫。這幾件你們若能自己禁戒不犯就好了。願你們平安！」(28-29 節)

他們既奉了差遣，就下安提阿去，聚集眾人，交付書信。眾人念了，因為信上安慰的話就歡喜了。(30-31 節)



基督教百思道華人公理會

Padstow Chinese Congregational Church
9 Gatwood Close, Padstow NSW 2211



粵語崇拜	星期日 上午 9:00	<p style="color: red; font-weight: bold;">歡迎參加小組聚會，有關時間及地點等詳情，請洽詢：</p> <p>堂主任：姚正魁牧師 手機：0438 382 008</p> <p>英語堂牧師：Rev. Alan Best 手機：0414 887 198</p> <p>英語堂牧者：Pastor Anton Zhang 手機：0450 911 164</p> <p>國語堂牧者：薛從愛牧師 手機：0402 481 915</p> <p>國語堂牧者：林守旺牧師 手機：0433 273 589</p> <p>粵語堂牧者：易炳泉牧師 手機：0414 522 089</p> <p>查詢電話：謝麥靜嫻姊妹 (02) 9785 2377, 0433 025 973</p> <p style="color: red; font-weight: bold;">教會網站：www.padstowchinesecong.org</p>
國語早堂崇拜	星期日 上午 9:00	
英語崇拜	星期日 上午 11:00	
國語午堂崇拜	星期日 上午 11:00	
守望禱告會(國語)	逢星期三早上 10:00-12:00	
粵語禱告會	星期三晚上 8:00	

萊卡新堂主日崇拜時間：10:00-12:00
(崇拜結束後備有午餐愛宴)
教會地址：68 Allen St., Leichhardt

入籍儀式上別開生面的表演

文／南泓 圖／家麟

2026年1月26日下午，凱恩斯表演藝術中心 (Cairns Performing Arts Centre, CPAC)，正舉行一場隆重而喜慶的入籍儀式；共有190名移民，在此時此刻，宣誓成為澳大利亞公民。



陳家麟父子在入籍儀式上的二重奏

華人表演

隨着陣陣掌聲響起，入籍儀式的一個特別節目，也被三位滿面春風的華人帶上了舞台。背景巨大的螢幕上寫着節目內容和演員名單：《Waltzing Matilda (叢林流浪)》，演奏者為陳家麟和陳安博父子 (Alan Chan and Albert Chan)，鋼琴伴奏馬泓。



陳氏一家在入籍儀式上

無容置疑，《Waltzing Matilda》幾乎總是入籍典禮上不可或缺的主角之一，被譽為澳洲「非官方國歌」的最具代表性的傳統民謠。因其曲調悠揚，且帶有敘事感；旋律熱情，並伴隨明快節奏，表達了澳洲人追求自由與嚮往快樂的精神，被視為是融入澳洲社會與文化的象徵。它常由吉他、班卓琴、口琴等西洋樂器演奏，然而，陳家父子呈現的卻是，極具東西方文化交融意涵的樂器，中國竹笛與小提琴二重奏。

這樣的樂器配搭，不僅從一個新的角度，詮釋了澳洲多元文化為新移民帶來的歸屬感與認同感，同時也深情地表達了陳氏一家，在本次入籍儀式上成為澳大利亞公民所獲得的喜悅感和責任感。

移民經歷

陳家麟弟兄，回顧一家人，自2018年從香港移民過來，落腳在凱恩斯的初期階段，他們也和許多移民家庭一樣，經歷過從熟悉的出生與成長之地，遷移到一個語言、文化、制度皆截然不同的國度，所要經歷的那些適應、掙扎與重建的過程。但他們一家憑着信靠《聖經》所說的，「又承認自己在世上是客旅，是寄居的。說這樣話的人是表明自己要找一個家鄉。」（《希伯來書》十一章13後-14節），竟頑強地在這片全新的土地上紮下根來。

他們一方面學習生活、紮根社區、養育家庭，也在過程中經歷了信心的操練與更新；另一方面，他們也在熟悉與融入新的生活過程中，依靠上帝話語提供的能力和鼓舞，學會了對舊環境和人情世故的割捨。儘管所有這些都來之不易，都有一個漫長而煎熬的過程，然而，歸根結底，「當將你的事交託耶和華，並倚靠祂，祂就必成全。」（《詩篇》三十七篇5節）

美好見證

陳家麟弟兄，這次獲邀在入籍儀式上表演，其實並非偶然發生的事情。是緣陳弟兄曾在澳洲政府內政部 (Department of Home Affairs) 舉辦的一場多元文化社區領袖聯誼活動中，用中國竹笛獨奏過澳大利亞國歌《Advance Australia Fair》。

當天的演奏，清澈悠揚的竹笛聲，頓使整個會場瞬間安靜下來。在場的政府官員、社區領袖，以及所有嘉賓，都沒有預料到，來自東方的傳統樂器，竟能將澳洲國歌，演繹得如此清新婉轉、行雲流水、渾然天成。一位賓客在活動後感慨地告訴陳弟兄：「你的演奏太棒了，太神奇了！你知道嗎，那一刻，我全身都起了雞皮疙瘩！實在是太美了！」

這次在入籍儀式上，陳弟兄的竹笛與兒子的小提琴合奏，加上馬弟兄的鋼琴伴奏，整個演奏層次更加豐富多彩，不僅博得台下陣陣熱烈掌聲，樂曲末段更引發全場擊掌合拍，台上台下共同將喜樂的氣氛推向高潮，此刻的人們，都清晰地感受到，這已不只是一首樂曲在心靈裡的激盪，它更是一種情感與文化的躍動，美善與盼望的共鳴。

這次入籍儀式上，陳弟兄用竹笛與兒子用小提琴合演的二重奏《Waltzing Matilda》，其實也是一個生動而美好的見證，它不僅見證了文化的交匯，也見證了一家人在信心中行走、在感恩中回應、在多元中彼此成全的生命故事。🙏

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 2138

電話：0490 508 198
電郵：rhodes@rac.org.au
網站：https://www.rac.org.au/

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: 9:30AM
成人主日學：11:00AM

聯絡：陳鈞智牧師 0415 342 087
www.scgc.org.au

用行為和誠實愛社區

友綺

「凡有世上財物的，看見弟兄窮乏，卻塞住憐恤的心，愛神的心怎能存在他裡面呢？小子們哪，我們相愛，不要只在言語和舌頭上，總要在行為和誠實上。」（《約翰一書》三章 17-18 節）

遵從耶穌基督教誨，順服神心意，愛鄰舍不在嘴上，而是落在實在的行動上。「愛加倍社區糧倉」回顧過去一年所作出的業績，很感恩，他們真誠付出的辛勤汗水，果然獲得神大大的獎賞，甚至超出他們的所想所求。



注冊成功 履行使命

首先，糧倉成功申請到「獨立非營利機構」的政府註冊。這並非一帆風順的事情，但糧倉成立多年以來，始終堅持履行耶穌基督賦予的使命：「餵飽飢餓的人，為病人祈禱，並向有需要的人傳福音。」不論外在條件如何不盡人意，總能一如既往地將愛鄰舍的思想，貫徹到切實的行動當中。這使得糧倉在一次又一次為有需要的人禱告，以及救助窮乏的人方面，不斷積累經驗，引導越來越多的人認識主耶穌，接受福音，並願意成為他們其中的一份子，為主在社區中做鹽做光。

「愛加倍社區糧倉」的愛心券和接受奉獻的帳號

送出食物 見證慈愛

其次，也讓我們分享一些，糧倉在眾多的日常服事中，蠻有代表性的例子。

時間在 25 年聖誕節前夕，有一位單親媽媽來到糧倉徘徊，她買不起食物，卻羞於開口，然而，糧倉的同工很快就看出她的心事。經過糧倉姊妹的一番安慰與關懷，這位媽媽終於說出了自己的窘境。她有兩個孩子，小的才 1 歲，為了給孩子們弄到食物，她到處尋求幫助，最後透過政府的社會福利部門 (Centre Link) 介紹，她才找到這裡來，可她身上已經沒有錢了，就連糧倉這麼廉價的食品，她都買不起。

糧倉目前的開放時間和地址，有需要的華人朋友歡迎光臨



糧倉的姊妹聽完她的陳述，立刻給了她價值 \$100 的「愛心券」，讓她在糧倉隨意挑選所需用品，還送給她 5 袋食品，包括肉碎、蔬果和麵條。這位媽媽接過糧倉姊妹放在手上的這些愛心贈予，感動得熱淚盈眶，她立刻就表示希望能來糧倉做義工。她也表示，一定要將糧倉的好事告訴那些同樣有困難的朋友，讓更多人來這裡領受來自上帝的愛！

還有一對非常年青的白人夫婦，也常來光顧糧倉。開始的時候，他們只挑選基本的裹腹食物，這個細節被細心的杜牧師和師母觀察到之後，就對他倆予以特別的關心和接觸。透過了解，得知這對夫妻經濟拮据，因為妻子抱病在身，加之夫妻倆都沒有工作，他們不僅對生活感到無奈和憂心，更對前景充滿悲觀與失望。

在接觸當中，杜師母了解到他倆喜歡甜品，便每次做些甜品請他們品嚐，與杜牧師一道，向他倆傳講耶穌基督的救恩和天國的福音。這對夫妻在牧師夫婦親切與真摯的關懷下，很快就接受耶穌基督為個人救主，牧師送他們英文版的《聖經》，鼓勵他們禮拜日來教會與大夥兒一塊兒敬拜上帝，還為他們準備了中英即時傳譯耳機。這對夫妻也在 11 月底受了洗，見證了上帝奇妙無比的恩典與大能。

新年異像 闢展事工

2026 年，杜牧師宣告新的一年裡，主賜下的新異像是「擴張」：擴大場地，闢展事工；堅守聖經真理，延展神的恩典。

神的話語是這樣說的：「要擴張你帳幕之地，張大你居所的幔子，不要限止；要放長你的繩子，堅固你的橛子。因為你要向左向右開展；你的後裔必得多國為業，又使荒涼的城邑有人居住。」（《以賽亞書》五十四章 2-3 節）

「愛加倍社區糧倉」的同工們，也為此做足準備，精神抖擻，愛心滿滿地迎接更多新顧客，幫助更多有需要的人，透過更多、更貼心的關懷與扶助，將耶穌基督的愛擴充至每一位顧客的心裡。🙏



Riverwood Baptist Church 樂事團浸信會

1A Amy Road, Riverwood, NSW 2210

www.riverwoodbaptist.org.au

主日

粵語崇拜: 8:45 & 11:30

國語崇拜: 11:30

英語崇拜及兒童主日學: 11:30

Angus 董牧師 (粵) 0404 112 191

Carmen 梁傳道 (粵) 0433 060 024

Rebecca 李傳道 (國) 0402 552 945

Simon Nagel 牧師 0404 380 455

教會位於悉尼南部Riverwood區，無論你是基督徒，或是對基督教信仰有興趣，又或是想為兒女找合適教會。我們都歡迎你。每逢星期日上午11:30，粵語、國語及英語崇拜同時進行，更設有兒童主日學。

「神愛世人，甚至將他的獨生子賜給他們，叫一切信他的，不至滅亡，反得永生。」聖經

安息禮上的福音佈道

文、圖／楊莉（師母）
編輯／南丘

2025年6月15日是一個主日，我丈夫李明順牧師在當天的講道前，唸到宣召經文：「**我現在被澆奠，我離世的時候到了。**」（《提摩太後書》四章6節），他立刻意識到，應該是聖靈在提醒，意指我媽媽過不了這一天了。



楊師母與母親在澳洲合影

崇拜過後，牧師用語音留言跟我說起這事，我也深有同感。這些日子，我一直在廣州陪伴母親，眼見她的狀況一天不如一天，似乎的確是她「脫離自己的勞苦進入安息」的時候了。我趕緊透過微信視頻，將兩個孩子召喚到眼前，與外婆說再見。



楊師母和李牧師回國為母親慶生

我還在媽媽耳邊一直播放讚美詩，安慰她不要害怕，安心到主耶穌那裡去，不再有痛苦。

到了傍晚，監測儀顯示出媽媽的心跳、呼吸、血氧等幾條線都已平直，我忍不住握住她的手不斷地禱告，直到醫生過來，將我勸開。

一、我堅持要為媽媽舉行安息禮拜

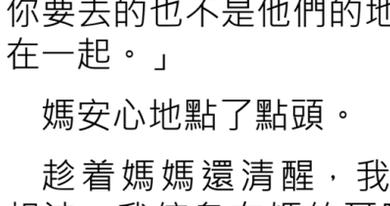
其實，早在5月份，發現母親病情已經深度惡化，身體多個器官開始衰竭，我就知道我媽的日子不多了，要抓緊時間做成三件事，為此，我鄭重地在禱告中向主祈求：第一，求主看護、憐憫我媽，讓她的痛苦時間短些，使她因着信靠，內心有平安和盼望；其二，賜我機會趕回國內，能在她最後時刻陪伴身旁；最後，賜我智慧和勇氣，說服所有親戚，請傳道人來為媽媽舉辦安息禮拜。



廣州東山堂牧者為楊母主領聖餐禮

感謝主，聽了我的殷切禱告！我終於在母親過世前10天趕回她的身旁。

當媽見到我出現在她牀前那一刻，她激動地用顫抖的聲音跟我說：「我以為再也見不到你了！最近我老發夢，夢見死去的老家人召我走。」



師母在母親最後時刻播放詩歌

我便安慰媽媽道：「媽，你放心！你是在主耶穌的保守下，若沒有主的許可，誰都不能把你帶走。再說了，你要去的也不是他們的地方，你是去天堂，與主耶穌在一起。」

媽安心地點了點頭。

趁着媽媽還清醒，我趕緊提出為她安排後事的想法。我俯身在媽的耳畔，用緩慢又清晰的語氣問道：「媽，你希望走後請傳道人來主持你的安息禮拜嗎？」

媽媽點頭說：「好啊！」

有了媽媽的同意，我趕緊聯絡廣州東山堂的執事，請他們幫我媽達成這個心願。儘管，我媽不是他們的會友，也沒參加過他們的主日崇拜，但教會還是很有愛心，決定為我媽特事特辦，主持她的安息禮拜。

媽媽終於走了！

不出所料，家族中老一輩的親戚，還有我弟弟和弟媳，都嚷着反對我的安排。他們叫我用民間傳統殯葬儀式來處理媽的後事，要披麻、戴孝，還要燒香、磕頭。他們還振振有辭地說：「這裡是中國，不是你的澳洲。搞基督教安息禮拜，叫那麼多不信的親朋好友，還有母親單位的領導和同事，情何以堪，成何體統呢？」

對此，我心裡早有準備。我一方面在禱告中，求主挪去一切攪擾和抵擋，使我辦好安息禮拜；另一方面，我耐心地向親戚解釋，媽媽已經受過洗，是基督徒，所以，按照基督教禮儀是合情合理的；再說了，這是媽媽在生前，神智清醒時，答應過的事情。「逝者為大」，尊重母親的意願，同樣是我們中華民族的傳統美德，有何不可？

我是母親的長女，最有話語權的直系親屬。一番對話過後，弟弟點了頭，其他叔伯、長輩們也不再堅持。

二、安息禮拜實質是一場福音佈道會

國內的告別儀式非常緊湊，一般每場只有25分鐘時間，讓家屬與親人告別，然後就要交出場地，給下一場告別儀式。

我不無擔心地問教會同工：「這麼短的時間，哪裡夠用呀？」

東山堂牧執和同工都非常有經驗，他們告訴我，除了那25分鐘以外，之前還會有大約10分鐘時間，讓親友佈置會場。我們要利用好這些時間差，提前到門外等着，只等上一場結束，大門一開，就招呼眾親友進去，迅速協助殯儀館工作人員佈置會場，同時讓我宣佈安息禮拜開始，這樣會爭取到足夠的時間完成禮拜。

真的很感恩，有東山堂教會的鼎力支持。我們在安息禮拜上，足足唱了三首詩歌，其中《主必看顧》是我爸媽受洗時唱過的詩歌，此時迴響在母親的靈柩前，是何等的安慰！

緊接着，我在眾親友和母親生前工作單位的領導幹部面前，闡述了母親一生的善行和美德，特別分享了她的蒙恩成為基督徒的信仰經歷與生命見證，強調耶穌基督是救世主，我們只有信靠祂，才能擺脫世間一切困擾，並在上帝殿中得到永遠的福分。

東山堂牧者也在宣講中，肯定我母親信靠耶穌基督，是她生命中最美的祝福。因為，《聖經》清楚地告訴我們：「**凡投靠祂的，都是有福的。**」（《詩篇》二篇12節下）

牧者順着母親的話題，將福音信息與在座的每一位都關聯起來，指出凡是信靠上帝，遵行主的旨意，並行在主的道上的人，都能得着上帝所賜的各種福份。因而，鼓勵和呼召在座還未聽聞福音的親友，領導和同事，大家都來認識這位獨一真神，一起走這條蒙福的光明之路。

真如《聖經》所言：「**凡仰望祂的，便有光榮；他們的臉，必不蒙羞。**」（《詩篇》三十四篇5節）

殯儀館原本只給我們25分鐘時間，但神竟讓我們將安息禮拜延長至35分鐘。在這寶貴的時間裡面，我們不僅唱了詩歌，分享了見證，還有機會傳講了耶穌降世，為世人的罪釘死在十字架上的前因後果與救恩目的。母親也很有福份，她將自己的最後一次奉獻給了主耶穌，因為，正是告別她的原因，把生前親友和同事們都聚攏到了一塊兒，聽完整個福音信息，使安息禮拜成為一場完美無瑕的福音佈道會。

「父啊，天地的主，我感謝祢！」祢對我們應允過：「凡勞苦擔重擔的人，可以到我這裡來，我就使你們得安息。」（參《馬太福音》十一章25節上，28節）

如今，我母親早已安息在主的懷抱裡，我也完成了為母親所盡的最後一份孝敬。從此，我心得安寧，無比的平安，無比的舒坦，我持續為我弟弟、弟媳，以及所有在安息禮拜上聽聞福音的親友和領導們禱告，求上帝的靈親自引領他們，如同當年引領我的媽媽那樣。☺

號角月報 澳洲版 Herald Monthly(Australia)

ABN: 84 572 612 309
PO Box 2383 Berala NSW 2141 Australia
Mobile: 0403 378 350
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×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
	一單元 1-unit (1/12Page) 12.5cm×5cm	\$220
任何內頁 ROP	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，詳情請洽本報

在癌症中經歷真光

楊吳婉玲



2022年11月，我被確診罹患胰臟癌。胰臟癌被認為是「癌王」，醫治率很低。一般早期沒有什麼症狀，發現時往往已是末期。我能在早期被發現，我感謝主。

一個多月之後，醫院就安排好，我接受了一個相當複雜的手術，切除了三分二胰臟、三分一胃、全部十二指腸、全個膽及部分膽管。醫生把一部分小腸拉起來，逐一接駁於以上剩餘的器官。這簡直是我體內的一場「大重建工程」。

手術室的神秘按摩

手術後三天，我感到很虛弱，主診醫生和麻醉師來看我，剛巧有一位護士在旁，她說我腹腔傷口流出來的血水是鮮紅色的。這句話非同小可。醫生隨即給我做CT Scan。結果發現手術位置有一個8公分 x 5公分的血腫，並向下延展長達15公分，正在出血。醫生決定馬上為我做手術，找到出血點並及時止血。

但他同時解釋手術很可能會有一些後遺症，就是當找到出血點時，將會注入一些類似膠狀的物質堵住它。然而這要視乎該血管是供應血液到什麼器官，當該器官(例如：腎臟、腸)沒有血液供應，便會壞死，日後要再做手術把壞死部分切除。好複雜！但也沒有其他選擇。簽了手術同意書，我的心情是平靜的。

我躺在手術牀上，看着護士們都在忙於預備手術工作。此時有一人來到我頭頂上方，一言不發，只是伸手給我按摩雙眼、眼兩旁及額頭。那平靜與舒服的感覺令我難忘。這人戴着口罩，看上去很像是一位女性，我只看到她溫和的雙眼，沒有說一句言語，只是輕柔地給我按摩。約五分鐘後，便離開了。

次日早晨醫生來看我，告知手術找不到出血點，但出血自動停止了。十分好的消息，我不會有器官壞死，也不需做切除手術。我深知是神的手，按在我的出血點上。我聯想到主耶穌平靜風浪的神蹟，祂對風和浪說：「住了吧，靜了吧！」讚美主！祂掌管自然界的風浪，也掌管我身體內破損的血管，祂是行奇事的神。

三年來我對有人給我按摩這件事一直大惑不解。最近忍不住與教會一位在手術室工作多年的姊妹分享這經歷。她告訴我這樣給病人按摩的事是不可能發生的。更何況是急症手術，一切都要爭取時間，沒有人會閒着做這樣的事。再者，她說手術室內各人的工作位置是很清楚的，病人頭頂上方的位置，只是麻醉師站的。但我十分清楚，當日我的麻醉師是一位高大的男士。到底這位個子驕小給我按摩的女子是誰呢？難道是天使？姊妹想了想說，這可能是神讓我經歷祂與我同在，奇妙的祝福。

漫長的硬仗：痛楚與發燒

手術後我面臨兩大挑戰：不定時劇痛與不明原因發燒。

一、無法逆轉的痛：手術後兩個星期，腹部突然出現嚴重痙攣，疼痛不已，全身冒汗及雙手麻痺。醫生以為是心絞痛，但經重複檢驗，心臟正常。於是當作胃液倒流處理。經過多種檢查和藥物治療，情況全無改善，也找不到原因。最後腸胃科醫生跟我說他幫不了我，不需再來見他了。我只有向神呼求。直至當年10月，找到一位痛症科醫生。診斷是神經受損，需要終生用止痛藥，壓制大腦對痛的感覺。值得感恩的是，雖然痛楚依然存在，但已減輕許多了。

二、醫學上的謎團：我在手術後經常出現發燒。有一晚燒至40.6度，全身震顫了幾小時。在醫院住了17天，見了五位不同專科醫生，做了徹底的檢查，仍找不到原因。但我深信答案早已掌握在神的手中。感謝神，如今雖然發燒仍會出現，但已比前幾年減少很多了。

這些病痛成了我時時的提醒：每天能正常生活是主莫大的恩典。能吃、能睡、能走動、能思想，絕非理所當然。為此向主獻上感謝與讚美。

信心磨練：從第一期到第三期

手術後第一次覆診時醫生告訴我，腫瘤切片檢驗是癌症第一期，癌細胞屬於發展緩慢的第一級，而且在切除附近的淋巴結切片中，見不到癌細胞。原以為控制良好，沒想到在一年半之後，發現淋巴結有癌腫瘤，而且是第三期了！接下來兩次定期的PET Scan，每次都有新發現。說真的，每次接到這些消息，都會感到沉重。然而過了一兩天，總有一份在風浪中的平安，正如一首詩歌所言，「主把我靈藏在磐石的縫隙內，又用祂慈愛的手把我覆蓋。」是的，就是那份安穩。

當然，我也希望能得醫治。但當處境並非如我所期望之時，神帶領我學習信心的寶貴功課：應把焦點從病痛轉向主，單單舉目仰望主。學習信靠和順服，認定這位救主同時是主導我生命的主。如果用一幅圖畫去形容，我感到正如在黑洞中坐過山車，是無法看到前面的高低或急彎，有太多不確定的未知數。然而我要做的，就是扣緊安全帶、緊握扶手——神的話語，並相信神是那位設計軌道並控制車速的主。

數算主恩：病中的色彩

回首這三年，癌症教我學習數算主恩：

第一、疾病過程豐富了我的生命。我一向是快線行車、粗心大意的人，看事情很表面。如今我有機會學習放慢腳步，開始欣賞路旁的小花，細看其結構和顏色，是極美麗的。人生路上，其實有很多美好。

第二、有一位全心愛我、全力支持我的丈夫。每次劇痛來到時，我只能苦苦呻吟。此時Anson就會攬着我，為我禱告。劇痛之後我全身冒汗，他就給我擦乾汗水和更換衣服。由於痛症沒有預告，很多時痛得站不起來。有時正在街上行走，或者正要過馬路。所以Anson不放心我獨自外出，有一段很長時間，我們就像綁在一起的一對。

第三、開啟新領域。多年來Anson和我都喜歡旅遊，如今體力大不如前了。Anson知道我喜歡看海，便特意多次為我安排乘坐郵輪。很多人覺得連續多天在海上的日子很沉悶，但我最喜愛那些時候。我可以獨自找個安靜的角落觀海望天，從廣闊的海洋、高遠的天空，去思想感受主的愛，沐浴在主的同在中，多美好！

此外，在郵輪上，有很多時間認識新朋友。在餐廳，在升降機，在樓梯，在洗手間，或在排隊時，都有機會認識福音對象或主內信徒。感謝主！讓我們有機會帶領一對夫婦決志接受耶穌為救主。還有一些繼續通訊，彼此鼓勵。感謝Anson的細心，給我安排這些旅遊行程。我們欣然發現郵輪竟是一個傳福音和分享生命事工的工場。

第四、雲上的平安。很多人說我看來不似是癌症第三期患者。是的，我也很少記着自己是癌症病者。這三年多來，我經歷到主耶穌所說的是多麼真實：祂所賜的平安，非世界能給的平安。縱然會有痛楚和沉重的時候，但內心很快有一份平安，便再欣然上路。如果用一幅圖畫去形容，我覺得自己好像躺臥在一片雲上，在天空中隨風吹送。

第五、代禱的支持。這是一份來自主內肢體的深厚祝福，是在背後支持着我的力量。天父垂聽禱告，他們所呈獻的禱告，被主悅納，並加上祝福的回應。

第六、最近好消息。上星期見癌症專科醫生，得知今次PET Scan結果跟上一次無大變化。無新消息便是好消息。神的手按住癌細胞，它便乖乖站住。

結語：在光中見光

下一步將會如何？我不知道。但我想到主耶穌來到世上，為我們成就了救恩，祂行走在人類歷史中，不是叫我們一帆風順，而是應許在黑暗中祂必照亮前路。

記得當初被確診時，我向神發出一個微小的禱告：「願神在我這個疾病中得榮耀。」我不是主角，祂才是！

願榮耀歸給在黑暗中照亮我的主耶穌基督！

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 2383 Berala NSW 2141 Australia
CCHC (Australia) 收。或email至：hmau@cchc.org

開腦手術的提醒與激勵

盧林惠群



筆者（左五）參加《號角》作者與讀者聖誕節聯歡活動時與眾人合影

過去十年間，我為很多事忙碌，生活還算充實。回流悉尼前，除了部署退休生活，大部分精力都放在主日學帶領查考《聖經》，漸漸聚焦於《聖經》的末世啟示信息。後來領受神的召命，於是利用新冠肺炎社交隔離期間，專心寫成《以經解經之末世啟示》一書。這本書在 2024 年 1 月中出版，僅僅趕得上離港前送贈親友。

回流悉尼後則忙於適應新生活，用了近一年尋覓新居所、辦理各項證件及保險。兩地生活最大的區別是，這邊沒有菲傭，家務都要親力親為，感覺挺勞累的，但推書始終放在優先。拙作長達 400 頁，字數超過 18 萬，不討人讀更不討人買可以理解，但既已完成，若不作為，任其躺在倉底，對不起書也對不起自己，肯定不是神的心意，所以一直計劃開個平台、寫些短篇去活化它。

推書過程遇到不少挫折，不時感到失望沮喪，尤其無奈的，是當有機會跟別人談及自己對《聖經》話語的領受時，得到的往往是以人言取代聖言的反應，這更激發我推書的鬥志！所謂好事多磨，去年 9 月又無端罹患腦積水而要接受開腦引流手術。手術順利成功，術後三天便可出院；不足一個月，狀態已完全恢復，很多人都認為是奇蹟！

其實患病與手術不曾為我帶來半點擔憂，反而讓我瞥見值得感恩和興奮的前景。在發病前後，我分別領受了兩個短篇系列的寫作任務，彷彿被告知，我身上還有未完成的召命，也提醒我世事無常、人生多變，該抓緊時間更專注去做有永恆價值的事。

曙光愈見清晰，10 月末，獲《號角》主編告知，有關《末世啟示》寫作歷程的見證，將在 12 月《號角》上刊登。12 月初，主編又邀請我參加機構為作者與讀者舉辦的聖誕聯歡會。在聯歡會上，我有非常豐富的收穫，包括認識了為每期《號角》繪畫《圖畫聖經故事》的義務畫師 Betty Chan 陳錦玲姊妹；意外與一位闊別 55 年的拿打素護士學校同班同學相認，她以「哈拿」為筆名在《號角》上撰寫「護士手記」欄目，更認識到身兼角聲佈道團澳洲分會及《金燈臺》雙月刊董事周牧師。他鼓勵我為這兩份刊物投稿。今年 1 月中，有一位在聯歡會中接受我贈書的弟兄在他自己教會的細胞小組中提及拙作，引起了迴響，其中有位有出書經驗的半退休醫生自動請纓，表示樂意免費將拙作製成濃縮版英譯本，計劃放在全球化自助出版平台 Amazon's Kindle 上，使拙作能有更多讀者。

寫作出書不是苦差，而是與主同行同工的甜蜜經歷；開腦手術也不是苦難，而是我文字宣教的里程碑！由厚重的書到系列性的短篇，由實體書到電子書，由香港、悉尼走到世界，神的帶領和供應是何等奇妙！正如《羅馬書》八章 28 節所說：「我們曉得萬事都互相效力，叫愛神的人得益處。」相信不少主內弟兄姊妹都會認同這話的真實！我更深深體會到，親近神與事奉神就是平安喜樂的泉源！☺

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

粵語崇拜	星期六 3:00pm
	星期日 9:30am
國語崇拜	星期日 11:00am
	星期三 4:00pm
英語崇拜	星期三 1:30pm
	星期日 9:30am
	星期日 4:00pm

主任牧師: Rev. Brian Tung (董宏瀚牧師) 0411 380 233
中文: Pastor Bain Lam (林奇旭傳道) 0421 383 050
英文: Rev. Ben Pantlin 0431 978 673
電郵查詢: enquiry@stgeorghurstville.org.au

道旺浸信會
Toowong Baptist Church

國際堂崇拜	9:00am
粵語堂崇拜	10:45am
華語堂崇拜	9:00am

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

哈拿

從成都坐半天高鐵抵達昆明，走訪市內翠湖公園，湖畔楊柳依依，湖上浮光掠影，間有小船遊盪；路過草地旁的小徑，忽見數隻小松鼠從樹上走下來，在草地上屏息，翹起大尾巴，忽地匆匆走去，不禁倚欄觀看，突然一隻「小霸王」追逐另一隻，致其撞入我懷，驚呼一聲，遺憾未能抱着牠。園內有田田荷花池、亭台樓閣、燕子橋及盛開的紫藤。



翌日訪雲南民族村，內有傣族寨、阿昌族、藏族村等，各族有其特色的建築物。湖上有三艘龍船停泊着，沿路觀看，又有池塘，內有肥美的錦鯉魚群，擁擠前來和我們

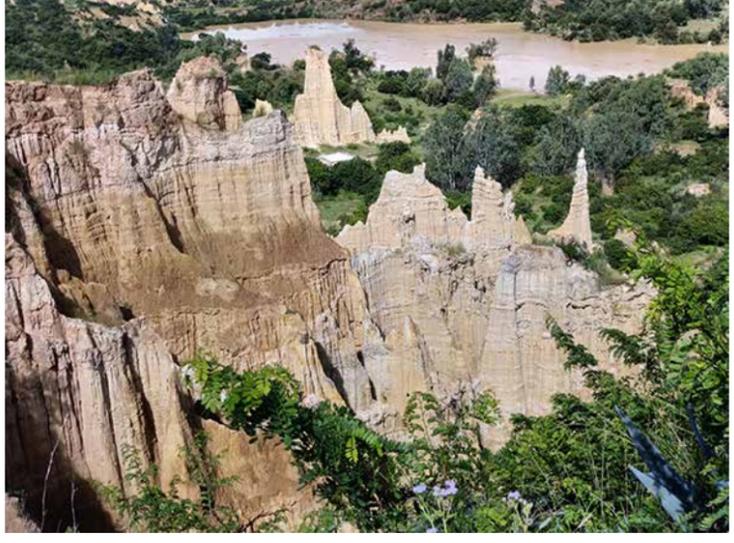
問好，可惜手無魚糧可餵飼。

也閒遊了昆明古城，和其他地方的古城相似，都充斥着地方特色的小食店、民族服裝店、紀念品商店等。

晚餐後，回飯店休息，在走廊遇見一團友對我說：「原來你是護士，可否給與意見？我感到呼吸不太暢順。」

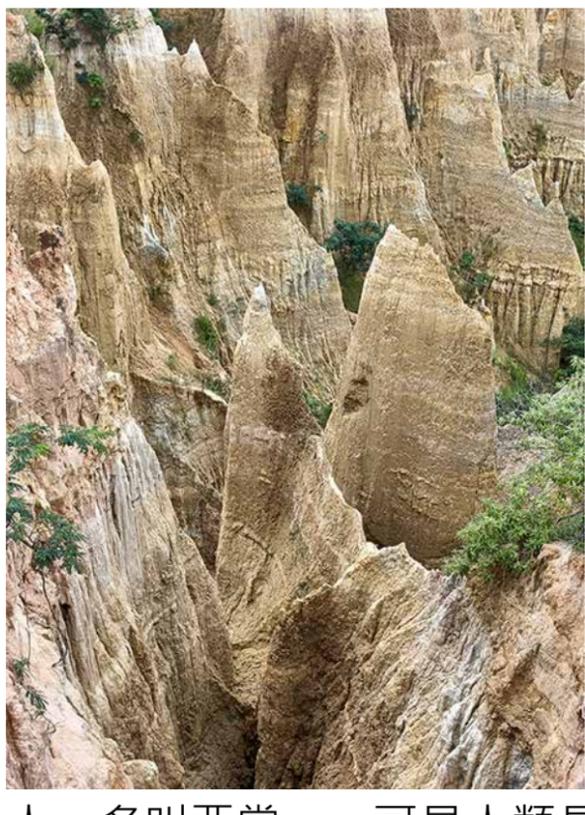


「這樣啊！還有其他不適嗎？例如暈眩，心跳加速，胸痛等。有哮喘、血壓高等病歷嗎？」我問道。「沒有，只有少許不適。」她的面色和脈搏也正常。我想起帶有哮喘噴霧器，雖是已用過的，但或可舒緩其不適。談話間另一團友經過，聽到情況，連忙取來一副全新的，確認她沒有對藥物過敏，我便教她噴霧器的使用方法。先呼出一口氣，立刻含着噴霧劑，按壓時用力吸入，閉口數秒，使能吸入更多，令呼吸暢順，又囑她若仍有不適，告訴導遊，或許需就診。翌晨，她已康復，可和我們同出遊了。



這天下午，抵達距昆明市 150 公里的紅土高原地，落霞溝，溝壑縱橫，農民按時令種植小麥、玉米、油菜等，在紅土上交織成畫，與藍天白雲相映；不久晚霞浮現，別有嬌美風姿。

又是雀躍的一天，造訪浪巴鋪土林景區，是在楚雄彝族自治州的元謀城西。這裡在上古時是湖泊，湖水沖積黏土、細沙，構成不同形態的堆土，後因地殼上升，湖底乾涸，便顯現出來，隨後風雨侵蝕，被雕塑成圓椎形、叢林狀、雪峰狀、城垣狀的山峰，堆積成林，土林中夾雜着青蔥樹木，構成美景。



當夜住在大理，次日遊喜州古鎮及洱海最大的島嶼——金梭島，島內有鐘乳石洞。翌晨，在雨中登上蒼山欣賞清碧溪峽谷，遠山在雲霧中若隱若現，如臨仙境。

因遇團友的不適，提醒自己要為每天能暢順地呼吸感恩。《創世記》二章 7 節說：「耶和華神用地上的塵土造人，將生氣吹在他鼻孔裡，他就成了有靈的活人，名叫亞當。」可見人類是萬物之靈，有靈魂，異於其他動物。且看！當主耶穌被釘在十字架上時，在祂旁邊同被釘的一個囚犯，求主記念他。耶穌對他說：

「我實在告訴你，今日你要同我在樂園裡了。」（《路加福音》二十三章 43 節）

諸君可曾想過，他日閣下的靈魂能不能去到主的樂園？

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

Suite 107, Level 1, 379 Pitt Street
 Sydney NSW 2000
 Tel: (612) 85300164
 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。

第十屆環球華人釋經培靈大會

2026年3月2-6日(香港時間週一至週五·實體+線上同步舉行·普通話聚會。

大會主題:福音裡的生命 生命中的福音

講員:

早堂(09:30-11:00) 蔡麗貞博士:《尼希米記》查經

中堂(11:25-12:40) 周曉暉牧師:誠正者的吶喊——可拉後裔的歌單(《詩篇》42-43, 48, 49, 85, 87)

晚堂(19:30-21:00) 潘怡蓉博士:體驗連於基督裡的生命與生活(《腓立比書》)

實體地點:香港聖經教會西環堂(香港西營盤皇后大道西419K號博仕臺地下(港大地鐵站B1出口)

更多詳情請瀏覽大會官方網站: <https://www.chbc-global.org>

如有任何查詢,請與行政同工 Viviana 姊妹聯絡,電話/Whatsapp:(852) 6158 6044。

悉尼短宣中心「城鎮佈道訓練」課程

悉尼短宣中心為已經完成「珍貴福音」佈道訓練的弟兄姐妹開辦進階課程「城鎮佈道訓練」。上課時間:2026年3月7、14、21、28日早上10時至12時。粵語授課,網上Zoom舉行。

該課程分為兩個單元,共四堂,每堂時間2小時。

單元一:佈道天職

第一堂:佈道是屬天召喚;第二堂:佈道動機與心志

單元二:佈道實踐

第三堂:城鎮佈道的須知;第四堂:城鎮佈道的跟進

學員修讀條件:已接受過「珍貴福音」、「三福」、「四律」和「福音橋」等佈道訓練。

修畢課程的學員須參與 Maitland Mission,達成學以致用之目的,讓學員更有信心向福音對象分享基督信仰,傳揚天國福音。

建議奉獻:\$80

查詢:sydneyaustm@gmail.com

生命影響生命「異象」見證、音樂分享會(粵語)

「沒有異象,民就放肆」(《箴言》二十九章18節上)

這節經文不僅指出「異象」對民的重要性,更進一步闡述「異象」的實質是,敬畏和信仰上帝的人,必會在其所思所行中,以謙卑之心,尋求上帝的指引和同行的生活過程。因此,我們的回應是:「沒有異象,哪有使命?」

這次「異象」見證、音樂分享會的目的,是藉此成為眾人的鼓舞與激勵,同心完成上帝的使命,將福音傳給萬民。

三位分享嘉賓:陳愛明牧師、陳文燕傳道(香港元朗浸信會);丁有義弟兄(佳韻音樂事工)

佳韻音樂事工獻唱。

時間:3月14日(星期六)下午3-5點;

地點:雪梨華語基督徒會堂(89 Woniara Road, Hurstville)

查詢:林峰岩牧師,手機:0410 888 338; Dickie 手機:0415 216 835

王美鍾院長 2026 澳紐宣教培靈行程

馬來西亞浸信會神學院院長王美鍾牧師將於2026年3月到訪澳洲、新西蘭,系列聚會詳情如下:

(一) 澳洲

Adelaide: 宣教培靈會:劇變的時代 不變的使命(華語&粵語);

3月13-14日(星期五及六)7:00pm; 澳亞基督教教會(Austral-Asian Christian Church), Adelaide

Melbourne:

1) 多元文化牧者退修會(英文)

3月17日(星期二)8:00pm; 墨爾本維多利亞州浸信會聯盟(Baptist Union of Victoria)主辦

2) 晚餐團契與異像分享;對象:墨爾本華語牧者及配偶

3月18日(星期三); D House Café, Melbourne

Sydney: 異象分享會; 挪亞研經團契主辦

3月21日(星期六)中午;

3月22日(星期日) 希伯崙堂主日證道(8:45am 粵語; 11:15am 普通話; 3:45pm 粵語)

(二) 新西蘭

3月27日(星期五)10am-12pm; 奧克蘭華人浸信會同工會+新西蘭華人浸信會神學裝備中心證道

3月28日(星期六)7:30pm; 東區浸信會證道

3月29日(星期日)10am 北岸華人浸信會證道; 2pm 中區華人浸信會證道

王美鍾牧師現任馬來西亞浸信會神學院院長(1997年至今)、全球華人浸信會宣教促進會總幹事(1998年至今)。影響華人教會參與東亞及中東跨文化宣教工作超過20年,並創辦絲路福音國際聯絡中心。事奉重點除了講道,更促成了許多宣教網絡與神學教育中心的設立。王院長推動各宗派教會的合一及聯合性宣教使命的實踐,並創立馬來西亞聯合差傳事工促進會並擔任會長。王院長常年受邀擔任區域性及國際性宣教、培靈會講員,足蹟踏遍六大洲,超過70個國家,動員團隊服事一百多個族群。透過神學教育及與其他宣教機構通力的合作,致力推動全球宣教事工。

長者同樂日

誠摯邀請各位,扶老攜幼,齊來參加長者同樂日,好好享受神賜的福分。

節目內容非常豐富,有慶祝生日、鬥智遊戲競玩等娛樂節目,還有訪談節目「論盡人生」的現場訪問。受訪嘉賓包括鄭智斌牧師(退而不休的牧師)、Sam Tsang(電台節目主持人)。最後還有陳文燕傳道(元朗浸信會牧者)的福音信息分享。

聚會提供美味午餐,費用:每位\$15,名額限120位,請提早報名。

時間:3月18日(星期三)10am-2pm

地點:天恩華人長老會(36-40 James Street, Lidcombe)

查詢:Rosemary 姊妹 0414 900 802 / Dickie 0415 216 835

澳洲永恆音樂事工 3、4月音樂聚會

聚會一:福音音樂聚會,還有遊戲和獎品,歡迎大家同來讚美上帝,歡度美好週末。

地點:布里斯本南區人氣熱點 Calamvale District Park(近兒童遊樂場)

時間:3月21日(星期六)下午4時至6時

聚會二:復活音樂聚會

通過音樂,重溫復活節的意義,分享耶穌基督愛我們的生動見證與美好經歷。歡迎邀請朋友一起來聽歌、玩遊戲、傳福音。

時間:4月4日(星期六)下午12:30至1:30

地點:布里斯本 Sunnybank Plaza Food Court (HOYTS 劇院外)

商福與你飛越職場 關心你的身心社靈

行行出狀元,處處見榮光,72行你知多少?飛越移民後的職場天空,探討各行各業的喜與悲。

2CR 澳洲中文電台廣播 <https://www.2cr.com.au>,逢星期四晚上8:00首播,下一個星期一晚上7:00重播。主持人飛牧。

三月份節目內容

5/3 音樂與你;嘉賓: Eternityx 藝人之家

12/3 最後祝福;嘉賓:殯儀從業員 Selina & Vanessa

19/3 兩你相遇;嘉賓:恩雨之聲香港團隊(Elda & Kathy)

26/3 飛越海洋;嘉賓:盧婉雯牧師

商福 職場 鹽光使團贊助播出 (<https://www.besaltlight.org.au>)

恩雨之聲 TVBJ 3月及4月份節目預告

恩雨之聲澳洲 TVBJ 全新播放頻道逢星期六5:15pm 首播,翌日星期日中午12:00重播〔國、粵語雙聲道,中文字幕〕;三月份節目內容包括:曾敏音「生命的頌曲」3月7日首播,3月8日重播;朱源和「我冇搭錯車」3月14日首播,3月15日重播;曾嘉俊「從缺失到豐盛」3月21日首播,3月22日重播;陳以誠「誠心所願」3月28日首播,3月29日重播。

四月份:蘇如紅「第三條路」4月4日首播,4月5日重播;嚴勵行「勵音伴我行」4月11日首播,4月12日重播;陳秀玲「不作受害者」4月18日首播,4月19日重播;「西班牙聖地之旅」4月25日首播,4月26日重播。

恩雨之聲透過真實生命故事,滋潤萬千華人心靈,歡迎大家進入澳洲 TVBJ 頻道觀賞。

看電影·讀聖經

「播種國際事工(香港)」以《聖經》中的歷史書製作成多媒體研經影片(普通話、粵語和客家話),精闢講解、現場拍攝歷史古蹟和文物、生動的3D動畫和插畫等,是教會主日學、團契查經及宣教的理想教材,有趣有深度。3月《尼希米記》,澳洲時間星期日晚上10:30,Zoom 號碼 858 004 9768,密碼 hecsd。網頁: <https://sowim-hk.org>, 油管: <https://www.youtube.com/@SOWIMHK>。

康恩關懷中心近期活動

(1) Castle Hill 支持小組(普通話)

地點:2/4 Gladstone Rd, Castle Hill NSW 2151

時間:3月14日(星期六)10:00am-12:30pm

主題:生死教育工作坊——祝慶生命

講員:Chelsea Yang 康恩培訓導師

(2) Chatswood 支持小組(粵語)

地點:Shop 25, Level 2, Lemon Grove Shopping Centre, 427-441 Victoria Ave, Chatswood NSW 2067

時間:3月14日(星期六)10:00am-12:30pm

主題:如何治療癌症

講員:Dr Matthew Wong 黃浩暉腫瘤內科醫生

(3) Hurstville 支持小組(粵語、普通話)

地點:2 The Avenue, Hurstville NSW 2220

時間:3月14日(星期六)2:00pm-4:30pm

主題:「肌」不可少:肌肉減少症與癌症的關係

講員:廖子盈註冊營養師

(4) Lidcombe 支持小組(粵語、普通話)

地點:38 James Street, Lidcombe 2141

時間:3月21日(星期六)10:00am-12:30pm

主題:無常·有序

講員:Dr Winnie Tse 謝麗婷博士、康恩生死教育部主任

(5) Surry Hills 支持小組(粵語)

地點:Cnr of Crown & Albion Streets, Surry Hills, NSW 2010

時間:3月7日(星期六)10:00am-12:30pm

主題:足部健康法

講員:Janet Li 利笑媚

(6) Westmead 支持小組(粵語、普通話)

地點:51 Hawkesbury Road, Westmead NSW 2145

時間:3月7日(星期六)2:00pm-4:30pm

主題:生死教育專題工作坊——祝慶生命

講員:Dr Winnie Tse 謝麗婷博士、康恩生死教育部主任

(7) 康恩輕鬆步行組(粵語、普通話)

地點:按步行目的地而異(須報名)

時間:3月3日(星期二)9:30am-12:00pm

(8) 康恩開心步行組(粵語、普通話)

地點:Hurstville 區集合(須報名)

時間:3月6日&20日(星期五)9:00am-12:00pm

(9) Strathfield 工作坊(粵語)

地點:Unit 31, 167-173 Parramatta Road, North Strathfield NSW 2137

時間:3月25日(星期三)10:30am-12:30pm

主題:Carers Gateway

講員:Shirley Yuen

費用全免,歡迎癌症病人及其關顧者前來參加!

電話:0412 38 48 38

電郵: info@cancarecentre.org.au

網址: www.cancarecentre.org.au

最新食物金字塔

張靜芬營養師



最新食物金字塔面在美國執業的註冊營養師證了美國飲食變，也深刻體會到着研究累積而不斷

食物金世。作為超過30年師，我親眼見指南多年來的演營養科學如何隨被修正與更新。

1992年，美國農業部 (USDA) 首次推出食物金字塔，將穀類置於最底層，建議每日攝取6至11份；中層為蔬菜與水果；再往上是蛋白質與乳製品；最頂層為脂肪與糖，只建議少量攝取，目的是以簡單直觀的方式向大眾傳達「均衡飲食」的概念。2005年改版加入運動元素，試圖強調生活型態的重要性，但因設計較複雜，一般民眾理解與實際應用度有限。

早期的主流營養觀點認為：高碳水、低脂飲食有助預防心血管疾病，因此將脂肪視為不健康營養素。然而後續研究發現，這種飲食模式並未有效降低肥胖與第二型糖尿病的盛行率，反而可能與胰島素阻抗及代謝異常有關，也忽略了脂肪酸在荷爾蒙調節與細胞健康中的重要角色。

2011年推出的「我的餐盤 (My Plate)」，以餐盤圖像取代金字塔，將一半餐盤留給蔬菜與水果，四分之一為穀類、四分之一為蛋白質，旁邊搭配乳製品。此設計簡單易懂，適合快速教育民眾，但仍存在限制，包括未清楚標示實際份量、未限制加工食品與添加糖、未區分碳水化合物與蛋白質的品質來源，也未明確說明健康脂肪的角色。

2026年的最新食物金字塔，明顯是為回應當前美國肥胖、代謝症候群與第二型糖尿病高盛行率而設計。研究顯示：慢性疾病的主要風險來源並非天然脂肪，而是精製碳水化合物與超加工食品。限制精製碳水化合物有助改善血糖與三酸甘油；攝取適量健康脂肪可降低心血管疾病風險；部分族群在減少穀類後，甚至可達到減重及改善或逆轉第二型糖尿病的效果。因此，新金字塔將穀類由底層上移，建議每日約二至四份，強調「減量而非完全避免」，與 My Plate 的精神並非完全衝突。

新食物金字塔的優點在於鼓勵原型食物、限制精製澱粉與加工食品，方向符合現代營養研究。然而其不足之處包括：圖像過度強調動物性蛋白，植物性蛋白呈現不足；飽和脂肪以「不超過總熱量10%」呈現，對一般民眾並不直觀，且紅肉、芝士與全脂乳製品的呈現，容易造成飽和脂肪可無限制攝取的誤解。此外，此飲食模式不適合發育中的兒童、高能量消耗者、體重過低或營養不良者，也不適合腎功能不全患者。

總結而言，新的食物金字塔有助改善美國普遍的飲食文化與代謝健康問題，但並非適用於所有族群。每個人的年齡、健康狀況、生活型態與疾病背景皆不同，任何飲食指南都無法一體適用。對於有慢性疾病或特殊營養需求者，仍應尋求註冊營養師或醫療專業人員的個別化指導，而非僅依賴圖像化的飲食建議。

 <p>使命基督福音堂 CECA Mosaic Missional Church 崇拜地址：655 Pacific Highway, Chatswood 辦公室地址：Shop 25, 427 Victoria Ave., Chatswood</p>	
<p>粵語崇拜：星期日早上 11:00 國語崇拜：星期日早上 9:30 英語崇拜：星期日 9:30 & 11:00 兒童部：星期日 9:30 & 11:00 主任牧師：盧婉雯牧師 Dr Rev Faye Lo 聯絡：0426 868 088</p>	<p>活動：(辦公室) 姊妹加油站(國語)：星期二早上11:00 長福中心：星期四早上10:00 成人初級英語：星期五早上10:30 康恩癌症關懷中心：星期六早上10:00 花姿招展(粵語)：星期六早上11:00</p>

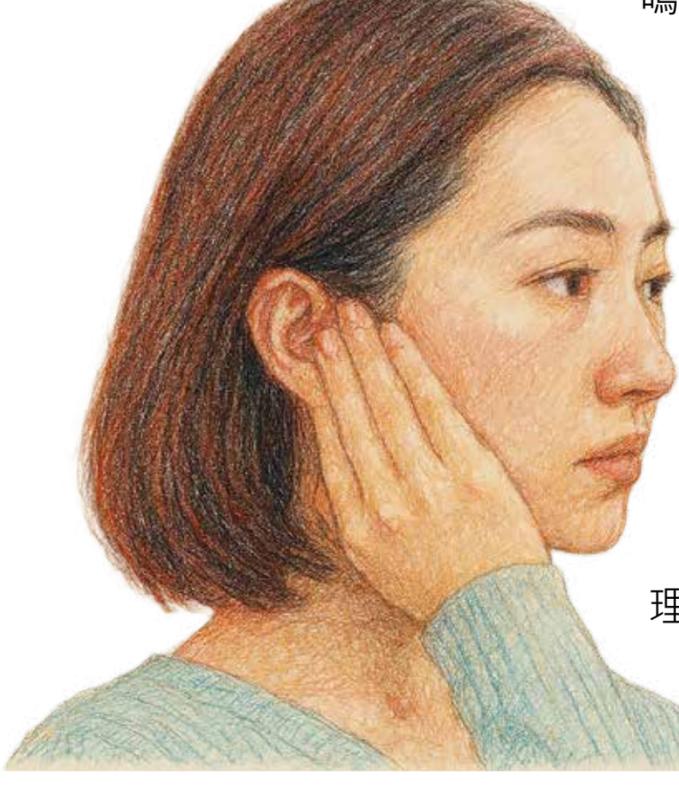
回到目錄

耳鳴

馮新偉 (中醫博士)

節奏宛如心跳的耳鳴

李先生在感冒康復後的一天晚上，起床小便時忽然聽到右耳傳來「撲、撲、撲」的聲響，節奏宛如心跳。回到床上後，他感到心口不適，不禁懷疑自己心臟出現問題，或心血管已有病變，結果整夜輾轉反側，難以入眠。其後幾天，白天時並不察覺異樣，但每當



休息或睡前躺下，耳鳴聲便特別清楚；由於 50 多年來從未經歷過這種情況，他遂前往家庭醫生求診。

醫生首先檢查他的右耳，發現外耳道及耳膜有輕微發炎，便詢問他需否處理。醫生解釋，這類情況即使不作治療，亦有機會自行痊癒，但也可處方抗生素滴耳藥，每日三次，並囑咐若一星期後仍未改善便需覆診。李先生依從醫囑，持續滴耳一星期，耳鳴果然明顯改善，聲響減弱，出現的頻率與次數亦大幅下降。此後，他偶爾在工作繁忙或壓力較大時，仍會短暫出現耳鳴，但已不再影響睡眠與日常工作。自此他亦提高警覺，不敢再令自己過度勞累而重蹈覆轍。

耳朵接收聲波成聽覺

那麼，究竟為什麼會出現這種搏動性的耳鳴呢？其實，人體每一個器官都有其專屬的功能與任務。眼睛是透過接收光波來產生視覺，而耳朵則透過接收聲波來形成聽覺；因此，對眼睛而言，任何刺激最終都會被詮釋為光線。若有人一拳擊向眼球，儘管眼周的皮膚和軟組織會受傷，但在眼球被擊中的瞬間，受害者往往只會感覺到一陣閃光，因為眼睛在接收撞擊後，會迅速把這種刺激轉化為光訊號傳送至大腦；在痛覺經其他感覺神經元傳達之前，大腦已先將這一刺激視為光線。同樣道理，耳朵亦會把所有對它的刺激解讀為聲音，當耳內環境出現異常，而又缺乏其他器官提供足夠的訊息時，大腦便會傾向把這些刺激演繹為聲音。

搏動性耳鳴 (Pulsatile Tinnitus) 又稱脈動性耳鳴，其成因多與耳朵附近的血管有關，例如血管異常（包括血管畸形、狹窄或血管瘤）、血流量增加（如懷孕或甲狀腺功能亢進），或血管壓力改變（如高血壓）等，亦可能與耳部發炎有關。一般家庭醫生多會先從外耳道或中耳發炎的角度處理；然而，若屢醫無效，部分醫生亦會懷疑與腦血管病變有關，包括動脈瘤或腫瘤等，因而需要安排病人進行聽力測試、中耳分析、X 光、超音波、腦電圖、電腦斷層掃描或磁力共振，甚至血管造影等檢查，以作進一步確認。

改善搏動性耳鳴方法

由感冒引起的搏動性耳鳴，通常是因為連接耳朵與咽喉的耳咽管受到細菌感染，導致功能障礙。感冒時，鼻腔與喉嚨發炎，會影響中耳負責通氣與平衡壓力的耳咽管，使其腫脹或功能失調而出現不通暢的情況，聲波傳導至內耳時，便可能產生搏動性耳鳴。偶爾聽到自己的呼吸聲或心跳聲，往往與中耳積液有關，因而改變了聲音的傳導方式；此外，中耳發炎時，單側擴張的血管在心臟搏動下，亦會產生相應聲響，造成搏動性耳鳴。若處理不當，甚至可能引發大腦靜脈竇裂隙症候群，令人難以安然入睡。李先生的中耳發炎，亦很可能源於耳咽管受到細菌感染，因為他在感冒康復後，自覺鼻腔上部常有黃綠色濃液積聚，清潔時需用力擤出，每日一至兩次，持續約一星期才逐漸減退。

改善搏動性耳鳴的方法有很多，一般會先透過檢查找出成因，再配合藥物作適當治療；若屬動脈瘤等結構性問題，則可能需要手術處理。此外，調整生活方式亦十分重要，包括確保充足睡眠、避免刺激、熬夜或過度勞累等。在預防方面，控制血壓、增強中樞神經過濾「良性聲波」的能力，以減低聽覺敏感，以及定期接受身體檢查，都是不可忽視的關鍵。@

（編者注：每年 3 月 3 日是世界衛生組織所定的「世界聽力日 (World Hearing Day)」，鼓勵讀者不只要保護耳朵、遠離噪音、定期檢查，也要學習傾聽彼此的聲音。在這個資訊喧鬧的時代，能夠清楚地「聽見彼此」，是一種珍貴的連結——不只是耳朵聽得見，更是心能感受、靈能回應。願我們不但能聽見彼此，更能聽見造物主每天的慈愛之言，引導每天的道路。）

永生安息
M. Y. FUNERALS

郭銘恩傳道

0427 260 264

喪葬服務 提供上門服務

* 以國、粵、英語為各區華人提供喪葬服務
以最佳的服務，最合理的價錢，
為你已故的家人安排一個難忘的告別式。
並以牧者的關愛，陪你走過人生最困難的一段路。
以國、粵、英語竭誠為雪梨市各區服務

Email: myfunerals.51@gmail.com
website: www.mingyanfunerals.com.au
Address: 51-53 Canterbury Road Canterbury NSW 2193

南非克魯格國家公園

陳璋

2025年12月，陽光帶着非洲盛夏特有的熱烈，從約翰內斯堡出發一路向南非的邊界行駛500多公里，城市的邊緣逐漸後退，取而代之的是開闊的草原、低矮的灌木和無邊的天空。空氣變得乾燥而透明，人也在不知不覺中安靜下來。南非的高速公路非常標準，道路寬闊而且指示清楚明白。但沒有一個司機把120公里的限速當一回事，當地司機開車的風格和非洲的野生動物一樣生猛，令人驚嘆。



與警察討價還價

南非警察的人情味令人印象深刻。到達南非的第一天，我開了租來的汽車，一出酒店門就開進了單行道，當時就被全副武裝的黑人弟兄攔住了路邊，三個

警察周圍警戒，一個來到汽車窗前談判，嚴重警告我們犯了法，罰款2000以外還要帶去警察局登記什麼的，把我們四個嚇了個

半死，幸好記得當地朋友說過，在南非是可以和警察討價還價的，因為他們工作非常危險但收入極低。輕鬆愉快的談好價格，500現金成交放行。突然風雲突變——我正在點錢時，

周圍的警察神情大變，情緒激動起來，原來他們看見我們的一個年輕同伴，在汽車的後座拍照，認定我們是要留下證據秋後算賬，這是讓他們丟飯碗的行為，幸虧同行的還有個法律和國際關係的高材生，苦口婆心解釋清楚才放了我們一馬。



野生動物保護區

克魯格國家公園，是在1898年由南非的布爾共和國總統 Paul Kruger 推動建立的保護區。當時的目的很簡單，就是為了保護瀕臨消失的野生動物。因為歐洲人的打獵文化，是深深地刻進了骨子裡的傳統，殖民者帶來的獵槍不斷的屠殺，象牙和動物毛皮的貿易盛行，使得許多大型的動物已經瀕臨滅絕了。Kruger 這個名字，雖然在南非歷史中帶着複雜的政治記憶，但這個國家公園卻成了他最具建設性的一筆遺產。1926年正式定名為 Kruger National Park，從此成為南非第一個國家公園，也是如今世界上最著名的野生動物保護區之一。

這是我第二次來克魯格，上一次是1999年的12月。當年我只知道這是「世界級」的 Safari 聖地，如今再來，知道這裡已經不僅是旅遊勝地，更是非洲跨境動物保護區的核心，與莫桑比克、津巴布韋連成了一個巨大的生態走廊，讓動物可以自由遷徙。



在這個和台灣差不多大小的動物園裡，生活着成千上萬的非洲動物。在澳洲我們常見死袋鼠躺在高速公路或樹林的路邊，但在非洲，你不可能看到這樣的畫面，因為太多的肉食類動物會將一切清理乾淨，連骨頭都不會留下。你眼目所見都是潔淨的原野和最健康美麗的動物，因為那些老弱病殘和笨呆的，很快就成了其它動物的美食，生態就是這樣平衡了。



動物世界的「麥當勞」

克魯格最常見的動物是一種美麗的羚羊，牠們的特性是，剛出生落地就能飛奔逃命，高速奔跑中還有急停轉彎這等救命絕活。它們有個好認的標識就是在屁股上的M。非洲導遊說，它們是這裡的「麥當勞」，無論是天上飛的禿鷲還是地上如電影《獅子王》裡的壞傢伙野狗，也包括來自世界各地到此一遊的「二腳獸」們，都把它們當作美味。

見到最多的是由一頭長着長角的雄羚，領着它幾十個老婆和孩子的大家庭，還見過幾十隻都是剛落地不久的小羚羊，由幾個媽媽在周圍看顧的幼兒園。還有全是長相俊美的單身漢組成，導遊稱之為「失敗者」的群體。就是這種美麗可愛的動物，在這樣殘酷的環境裡，非但沒有滅絕，還成了克魯格數量最多的物種。上帝是用何等奇妙的道，設計這個世界的。

帳篷裡的不眠之夜

夜裡我們坐在敞篷的 Safari 車上，緩緩駛入灌木的深處，導遊用探燈在黑暗中尋找動物，鬣狗的眼睛在光中閃出幽綠色的反光，水牛群靜靜地站在路邊，彷彿我們根本不存在。在那樣的黑暗中，我忽然有一種奇特的感受，不是我們在看動物，而是我們正在被它們觀看。我們過夜的帳篷搭建在公園的保護區裡，雖然有圍牆和電網保護，夜幕降臨後遠處傳來低沉的吼聲，還有不知什麼動物劃破寂靜的聲音，在這充滿生命的動物世界裡，我們睡在設施齊全的帳篷裡還是徹夜難眠，導遊告訴我們：在克魯格公園裡，記錄在冊的哺乳動物超過140種，鳥類超過500種，生活在這裡的動物數量有幾千萬隻。

第二天清晨五點出發。天空尚未完全亮起，草原被薄霧覆蓋，像一幅未完成的畫。

看守、托付和責任

當太陽從地平線升起，金色的陽光灑在非洲的土地上，一切彷彿重新被喚醒，一隻雄獅出現在汽車前，牠靜靜站立着，看了我們一眼，然後緩緩走進草叢。在非洲複雜而充滿了血腥的歷史中，這個國家公園顯得格外特殊。它並非為征服而生，而是為節制與保守而設立。百餘年來，它不僅保存了廣袤的草原與森林，也保存了一種對生命秩序的尊重。

站在克魯格國家公園遼闊的土地上，很難不去思考信仰問題。上帝創造世界時，人類尚未登場，這意味着受造界的本身就有價值和意義，而不僅僅是因為對人有用。

生活在現代社會，我們常常在不自覺中，把「治理世界」理解為「無限使用」。然而《聖經》中的「治理」，更接近看守、托付和責任。離開公園前，我再次站在入口牌子旁，看着陽光熾烈下的無邊草原，聽着看不見的動物在遠處鳴叫，忽然明白，信仰是讓人站在世界之巔找到自己的位置。☺

徵求協工協助派發號角月報

由於疫情放緩，政府逐步解封，號角月報實體版於2023年2月開始在各教會及機構派發（電子版同時發行），在各教會收到號角月報後，期望各教會有協工一名，親自派發給弟兄姊妹轉送給親友。如弟兄姊妹中是專業人士如律師，醫生，會計師等，帶回辦公室讓顧客取閱，讓號角月報深入社區，家庭，讓福音廣傳。

有意擔任協工者請致電：0403 378 350 或電郵 hmau@cchc.org



造物主的奇妙印記

鄭雪鵬博士

漫步在沙灘上，望著蔚藍的天空和清澈的海水，飛鳥在空中自由翱翔，海浪輕輕拍打著岸邊。這樣動人的景色，總讓人不禁思索：這個世界究竟是誰創造的？為何大自然的一切都如此和諧而美麗？無論是天空中有序運行的日月星辰，還是海洋裡豐富多樣的生物形態，甚至是一朵小花的綻放、一隻小鳥的鳴唱，彷彿處處都留下了印記，靜靜地訴說著一個信息：這個世界並非偶然存在，而是出於創造者的精心設計與巧妙安排！

作者在過去兩期分別討論了科學與基督教信仰的互補作用，及進化論不能算是真科學。現在讓我們靜下來細心去思想大自然不同的層面，無論是以顯微鏡觀察微觀的世界，或以望遠鏡遙望浩瀚的宇宙，我們不禁為這世界的和諧與精準而驚嘆。從最微小的細胞到最宏大的星系，整個宇宙所展現出的秩序與複雜程度，遠超人類想像。每一個結構、每一個系統、每一條自然法則，都展現出令人敬畏的精妙與深度。

微觀世界的秩序：從細胞看奇蹟

在最細微的層面上，細胞本身就是一件精密的傑作。單單一個人體細胞，小到數百萬個可排列在針尖上，卻內含著數以千計的分子機器，彼此分工、精確合作。細胞核中蘊藏著去氧核糖核酸 (DNA)，這是人類所知最複雜的資訊系統。它以四個化學符號構成代碼 (A 與 T 配對；C 與 G 配對)，記載著維繫生命所需的所有指令，資訊量相當於數百卷百科全書，卻濃縮在肉眼看不見的微小分子中，並能在生命複製的過程中準確無誤地傳遞。細胞膜如守門者般，嚴密控制物質的出入；粒線體 (Mitochondria) 則是微型發電廠，將營養成分轉化為能量；核糖體 (Ribosomes) 負責製造蛋白質，精準度勝過任何人造工廠。這些過程都在嚴謹的數學規律下進行，受制於一定的物理與化學定律，正好適合生命存在。

更奇妙的是，細胞具備一套幾乎完全自動化的複製機制。當細胞進入分裂階段時，DNA 會先精準地複製自身，每一段遺傳資訊都如同經過嚴密校對般被完整備份。隨後，細胞內部的「檢查點系統」逐一確認所有流程是否正確，確保不會發生錯誤。整個過程彷彿一座無需人為操作的智慧工廠，從訊號啟動、原料準備、結構重組，到最後分裂成兩個功能完整的新細胞，環環相扣，幾乎沒有絲毫錯亂的空間。這種高度精準、可自行啟動、可自我修正的複製系統，遠超現今人類所能設計的任何自動化機械。

最令人驚嘆的是，這套系統並非一次性運作，而是在人體一生之中日以繼夜地重複進行。每一天，我們體內都有數以億計的細胞在無聲無息中完成自我更新，使身體得以修復、成長，生命得以延續。這種看不見、卻從未停歇的奇蹟，正是隱藏在我們體內最深層的「造物主印記」之一。

宇宙中最複雜的系統

被科學界公認為宇宙中最複雜的人類大腦，它的結構與功能實在展現出令人震撼的複雜性與精妙秩序。它由約 860 億個神經元所組成，每一個神經元又與成千上萬個突觸 (Synapse) 連結，形成一個高度整合、動態運作的網絡，使人能夠思考、記憶、創造、情感交流，甚至進行道德判斷與自我反省。如此龐大而精準的系統，不僅在物質層面上高度有序，更在功能上呈現出超越單純物理機制的整體智慧，令人難以相信它僅是偶然或漫無目的過程之下的產物。這種深層而協調的複雜性，反而更合理地指向一位具備智慧與目的之創造者，在人類心智之中留下祂奇妙而清晰的印記。

生命的精妙秩序與自然界的平衡關聯

放眼自然界，生命的奇妙令人讚嘆。以螞蟻為例，大腦雖如沙粒般微小，卻能組成高度組織化的群體，建造具通風系統、育幼、儲糧與廢棄處理功能的地下城市。牠們以費洛蒙 (Pheromones) 溝通，覓食路線高效精準，其集體運作甚至與電腦演算法相似，顯出非偶然的秩序。正如《箴言》六章 6 節所言：「懶惰人哪，你去察看螞蟻的動作，就可得智慧。」

再看候鳥遷徙，數以百萬計的鳥類年復一年橫越大陸與海洋，準確返回故鄉。北極燕鷗往返南北極逾四萬公里，能藉太陽、星辰與地磁導航，即使幼鳥亦不迷失。如此精密的本能，顯示生命中蘊含被設計的智慧與秩序。

生態系統的平衡更顯示出造物主的精妙。森林調節氧氣與二氧化碳；蜜蜂為花授粉，使果實與種子繁衍；珊瑚礁支撐整個海洋生態。任何一環被破壞，都會牽動整體。這種互相依存的關係如同一幅極為精緻的織錦，每一線都緊密相連。自然界的平衡與統一，正是這位至高創造者的簽名。

宇宙的尺度：從地球到星河

當我們再放眼浩瀚的太陽系，同樣能見到驚人的精確。地球繞太陽公轉的距離恰到好處——若更近，萬物將被灼燒；若更遠，則將冰封。地球的傾斜角度、大氣層的厚度與磁場的強度，皆為生命的存在提供了完美條件。科學家稱之為「適居帶 (Goldilocks Zone)」——剛剛好，不多不少。甚至連物理常數，如重力、電磁力與光速，都被精確地「微調」。

若將視野擴展到整個宇宙，便更能感受到造物的宏大與精妙。宇宙中有數以千億計的銀河系，每個銀河又包含數千億顆恆星，恆星周圍可能環繞著無數行星。星系之間的距離浩瀚蒼茫，光從遙遠星系傳到地球，需要數百萬甚至數十億年的時間。這些無數星辰的運行、引力的牽引、能量的流動，無不遵循著精密的規律，構成一幅宏大而和諧的宇宙圖景。整個宇宙的規律如樂章般精準呼應，若任何一項稍有偏差，星體與化學結構都無法形成。《以賽亞書》宣告：「你們向上舉目，看誰創造這萬象，按數目領出，祂一一稱其名。」(四十章 26 節上)

屬靈世界的奧秘與真實

在讚嘆造物主奇妙的物質世界同時，我們也不能忽略祂所創造的屬靈世界。與可見的物質宇宙不同，屬靈界層面超越時間與空間的限制，無法用顯微鏡或望遠鏡測量，卻真實地存在於人類經驗與歷史之中。這是肉眼不能看見、手不能觸摸，卻能被心靈感知的領域，充滿奧秘，也充滿秩序和法規。

《聖經》多處提到靈界的實在，如天使的服事、聖靈的旨意和引導，以及良心對真理的感動，提醒人分辨善惡，都是看不見卻真實存在的現象，彰顯神在超越物質世界的掌管與愛護。屬靈世界雖然隱而不見，卻與我們的日常生活息息相關。人的思想、道德選擇、內心深處對真理與永恆的渴望，都顯示出我們不只是由血肉構成的存在。正如肉眼看不見空氣，卻能感受到風的吹動；看不見重力，卻時時刻刻受其影響，屬靈的真實亦是如此——無形，卻實在；隱秘，卻深刻。

造物的整全與一致

無論是細胞的結構、人腦的複雜、螞蟻的群體秩序、飛鳥的導航、生態系統的平衡，或是星系的運行，我們都看見一個共同的信息——秩序出自智慧，而非混亂。同樣地，屬靈的世界也有律例典章，彰顯在新舊約的《聖經》中，充滿神的信實與美善。這一切的和諧與整全，正反映出造物主的屬性。掌管物理定律的那一位，也數過我們每一根頭髮。物質宇宙與靈界領域彼此呼應，共同印證那位全能造物主的性情：祂不僅掌管萬有，也細心關顧每一個生命，無所遺漏。

一個有意義的宇宙

當我們愈深入研究這宇宙，就愈清楚看見造物主的手蹟。若將這一切美麗與精確歸於盲目的偶然，便是忽略了宇宙中處處顯現的目的和智慧。一切的創造正在邀請人類不斷探索，也不斷謙卑，讓我們更清楚自身的有限，並叫我們存著敬畏與感恩的心，因為那位創造群星的神，也照著祂的形像造了我們人類。

最終，這宇宙的精妙不僅是一個科學的奧秘，更是一個屬靈的啟示：從最微小的細胞到最浩瀚的星系，從看不見的屬靈世界到有形的自然界，萬物都在見證——生命並非偶然，乃是出於一位充滿智慧與慈愛的造物主。《約翰福音》一章 1-3 節說：「太初有道，道與神同在，道就是神。這道太初與神同在。萬物是藉著祂造的；凡被造的，沒有一樣不是藉著祂造的。」這道就是耶穌基督。祂藉著所造的萬物，正呼喚我們向祂讚美：「耶和華啊，祢所造的何其多，都是祢用智慧造成的；遍地滿了祢的豐富。」(《詩篇》一百零四篇 24 節) ☺

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 2383 Berala NSW 2141 Australia
- 支票抬頭請寫：CCHC (AUSTRALIA) PTY LTD
- 網上轉帳：

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

 (如需收據，請寄銀行存根與信息往上述地址索取。)
- 信用卡(VISA/MasterCard)：

姓名(英文正楷) _____
 信用卡號碼： _____
 有效期至： _____月 / _____年 CVN(卡背最後的3個數字)
 簽署： _____ 簽署日期： _____

本期讀後感或心聲分享： _____

聖誕佳節報佳音

團契互動暖洋洋

劉詩勤



百思道讚美操小組表演雲上太陽

2025年11月22日(週六)下午二時至三時，我們前往 Bonnyrigg 印支高齡服務中心探訪。

愛心探訪 溫馨滿溢

黃傳道帶領百思道華人公理會的姊妹們，以及天使樂團的弟兄們，一同前往中心，呈獻讚美操與詩歌表演。整個活動順利愉快，長者們都笑逐顏開，享受了一個充滿愛與關懷的午後。

百思道華人公理會的讚美操小組帶來舞蹈〈雲上太陽〉，以及壓軸表演〈聖誕快樂〉；天使樂團的弟兄們則獻上合唱《月亮代表我的心》、《回家》、《甜蜜蜜》，並與大家一起大合唱《平安夜》和《普世歡騰》。現場的長者們也有不少跟着一起唱，氣氛溫馨又熱鬧。



天使樂團年輕人帶來月亮代表我的心

謙卑君王 聖誕意義

活動中，黃傳道以「聖誕節的意義」為主題與長者分享。他說，聖誕節是為了紀念耶穌基督的降生。但為什麼耶穌要降生？為什麼祂要成為人？原來祂來到世界，是為了成就一件十分重要的事。

黃傳道提到，在香港有一座「宋王臺」，是紀念一位因逃難而到香港的皇帝；也提到中國歷史上最後一位皇帝——清朝的溥儀。他三次登基又三次退位，甚至因戰爭而被囚禁，人生充滿跌宕。而《聖經》中記載，耶穌的降生也是一位「君王」的到來。

天使向馬利亞和約瑟宣告：耶穌是至高者的兒子，祂要作雅各家的王，直到永遠，祂的國無窮無盡。祂的來到，不是普通孩子的出生，而是萬王之王進入世界的開始。

黃傳道接着提到大家熟悉的英國君王——查理三世。他去年曾到澳洲訪問，若他來到，一定會受到隆重接待，不可能沒有地方住。但是耶穌呢？祂降生時卻連一個安身之處都沒有。因當時節期人多，旅店全都客滿，馬利亞和約瑟只能把剛出生的耶穌放在馬槽裡——一個極為簡陋的地方。

如此卑微的地方，竟成為王者降生的記號。天使對牧羊人說：「你們會看見一個用布包着、臥在馬槽裡的嬰孩，那就是記號。」就像我們與素未謀面的朋友相約，需要衣着或物品作標記，好彼此認出。耶穌的馬槽，就是讓世人認出祂的「記號」。

在座的婆婆們都知道，剛出生的嬰兒需要最好的環境，但耶穌卻選擇在馬槽中降生，只為讓我們認得祂就是救主。耶穌長大後，在33歲時為世人的罪被釘在十字架上——祂的出生就像天父送給我們的一份愛的禮物，用布包着、盛載深意。當祂長大，這份「記號」從馬槽裡的嬰孩，變成十字架上的救主。祂擔當我們的罪，好讓我們能回到神面前，恢復與神美好的關係。

王的兒女 新的身分

因為耶穌是王，我們因信祂也成為王的兒女。這份救恩，是神給我們最寶貴的一份禮物。既然聖誕節是交換禮物的節日，神把耶穌這份「愛的禮物」給了我們，我們又能回應什麼呢？就是把我們的心交給神，讓自己也成為一份回應祂的禮物。

黃傳道祝願每一位長者，都能在今年聖誕節接受這份從神而來、最寶貴也最有意義的禮物——祂的愛，成為生命中最美、最深刻的祝福。

最後，我們向長者們分發聖誕禮物，公公婆婆收到後都笑逐顏開、喜形於色。臨離開前，大家還一起拍了大合照作為美好的留念。

願新的一年，每顆心接受耶穌基督這份最寶貴的愛！



探訪結束後門口合影

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，特增聘教會及機構指南專員，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：0403 378 350。

謹祝：主恩常備

基督教角聲佈道團－澳洲《號角月報》上

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

絲帶飛揚迎聖誕 佳音響遍安老院

黃金耀

基督教角聲佈道團 2025 年的聖誕節報佳音活動，一共探訪了 7 間安老院。12 月 17 日一天就安排探訪了 2 間。

周藻泮療養院

上午探訪的是位於 Earlwood 的周藻泮療養院。探訪團隊抵達療養院時，院長已在大門口熱烈歡迎團隊再次來訪。



Earlwood 探訪團隊合影

長者們陸續到場，安頓妥當後，節目以絲帶讚美操揭開序幕。Day 姊妹特別用心為每一位長者預備絲帶棒，讓他們隨着動聽的詩歌揮動絲帶，一同作出讚美神的動作。

長者們既專注又投入，全心全意讚美神。

隨後，姊妹們為長者獻唱 3 首悅耳的福音粵曲，包括《神伴我行》、《降生曲》及《共證神恩》。

黃傳道分享聖誕節福音信息，輕鬆自然地帶出聖誕節真正的意義，並帶領大家同唱《普世歡騰》，讓長者們感受主耶穌降生所帶來的普世歡樂。黃傳道的兒子亦特別以小提琴為長者獻奏 2 首詩歌：《以馬內利來臨》與《如鹿切慕溪水》。



黃傳道的兒子特別以小提琴為長者們獻奏

最後，在輕鬆愉快的詩歌《我們祝福祢聖誕快樂》的歌聲中，探訪團隊為每位長者送上一份聖誕禮物，誠願他們都能度過一個與神同在的聖誕節。

Canterbury Place 安老院

完成周藻泮療養院的探訪後，團隊趁着短暫的空檔時間匆匆用過簡單午餐，隨即馬不停蹄趕往下一間安老院——Canterbury Place Care Community。

該院安排活動的場地為半開放式通風走廊。出席活動的華人長者人數雖然不多，但每一位都願意投入，認真參與每一個環節。



姊妹們為老人們帶來聖誕佳音

當日所有節目內容與上午在周藻泮療養院的安排相同，團隊依然以同樣的熱情為長者表演與分享。看到長者臉上洋溢的笑容，參與探訪的弟兄姊妹都深感這一天格外有意義，彷彿提前享受了聖誕的喜樂與平安。正如天使所傳唱的：「在至高之處榮耀歸與神！在地上平安歸與祂所喜悅的人！」（《路加福音》二章 14 節）

期待你的參與和支持

回應表

請在適當的 內加上

我願意參與：

- 「愛鄰社」關懷佈道事工
 - 探訪關懷長者 成為「愛鄰社」義工
- 《號角月報》文字事工
 - 編輯 撰稿 採訪 校對 發行(派發月報)
 - 美術設計 網頁設計

我願意奉獻支持： 《號角》之出版經費
 愛鄰社關懷佈道事工

奉獻方法：

1. 轉帳 BSB:062 113 A/C: 10164406
A/C name: CCHC Australia
2. 請注明 HM. (號角月報) LN. (愛鄰社)

姓名：_____ 電話：_____

Email address: _____

所屬教會：_____ 事奉崗位：_____

聯繫我們：

Email: admin.au@cchc.org (愛鄰社事工) 手機: +61 402 878 722

Email: hmau@cchc.org (編輯和廣告) 手機: +61 403 378 350



角聲網站 QR Code



CCHC 號角月報 QR Code



CCHC FaceBook QR Code



CCHC Instagram QR Code



CCHC Response Form

當生活欺騙了你

郝青松



艾爾溫·史佩克特《雅各與拉結相遇 (Jacob Meeting Rachel)》，布面油畫，26.4 x 35.5 公分，1827 年，藏於德國漢堡美術館

《聖經》中有一場最動人也最憂傷的愛情故事，就是雅各對夢中情人拉結終其一生的摯愛。艾爾溫·史佩克特 (Erwin Speckter) 筆下的雅各與拉結，置身於遼闊而人煙稠密的環境之中。右側牧羊人休憩之際，七隻羊群齊心飲水；左側羊群覓食嬉戲，另一群男子則載歌載舞、彈奏樂器。此舉暗示了兩人相遇及隨後訂婚的關鍵意義：這段姻緣的影響將遠播四方。

雅各來到舅舅拉班的土地邊界，遇見三群羊的牧人。史佩克特或許以此為靈感，在畫作右側樹林邊緣描繪一群男子，其中三人手持牧羊杖。根據《創世記》記載，他們正等待第四群羊的到來，以便移開井口的石蓋讓所有羊群飲水。這第四群至關重要的羊群由拉結照料。但最期盼拉結到來的是雅各，他被囑咐要「在你母舅拉班的女兒中娶一女為妻」才離家而來。他懷着何等激動的心情等待夢中情人的出現，雅各若沒有她便無法繼續生活。

「雅各與拉結親嘴，就放聲而哭」，很顯然，雅各見到拉結時激動萬分，不能自己。史佩克特將畫面聚焦在這一激動人心的時刻，雅各用雙手將拉結攬入懷中，親吻她的嘴唇。「雅各愛拉結」，如此浪漫而真實，他的忠誠持續一生，以至臨終前依然駐足哀悼拉結的離世。他的愛如此深切，以致在《聖經》中留下最動人的浪漫宣言之一：「雅各就為拉結服事了七年，他因為深愛拉結，就看這七年如同幾天。」（《創世記》二十九章 20 節）

然而這只是故事的一半，另一半充滿背叛和憂傷。

訂婚七年之後，滿心喜悅的雅各終於迎來期盼已久的婚禮，但翌日清晨，雅各突然發現新娘並非拉結，而是拉結的姊姊利亞，但「利亞的眼睛沒有神氣」，並非雅各意中之人。拉結的父親用詭計欺騙雅各，若要娶拉結就再服事七年。理想主義的婚禮瞬間成為處心積慮的陰謀。由此可見，畫面中渲染的歡愉場景只是短暫的幻影，如張愛玲所言：「生命是一襲華美的袍，長滿了蝨子。」我們真實的生活就是如此，充滿失望與諸多失敗，正如雅各婚禮以至之後的婚姻生活所展現的。婚姻常常充滿苦澀，而並非最初設想那麼甜美。也或許，我們終其一生也未曾尋見真正的愛人。那麼，上帝為何如此？上帝在我們對愛的渴望和失望中有何用意？

顯然，上帝更關心祂子民的聖潔而非人自以為是的幸福。上帝讓雅各在他失敗的婚姻中直面自己根深蒂固的罪性，他從受騙中看到自己欺騙父親和兄長的過往。上帝拯救人心的恩典也在這時顯明出來，「教訓我們除去不敬虔的心和世俗的情慾，在今世自守、公義、敬虔度日」（《提多書》二章 12 節）。後來的歷史表明，上帝通過雅各生命中各種失敗，最終成就祂預定的恩典。《聖經》中最偉大的愛情並非雅各和拉結的故事，而是神愛罪人愛到為人類甘願受難死亡的救贖故事。

任何完美主義的藝術幻覺，背後都有必須直面的人生困境。任何不完美的人間之愛，都指向我們對唯一救主更深的渴慕。☺

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0403 378 350查詢，並請填寫以下的回應表，逕寄：PO Box 2383 Berala NSW 2141 Australia，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：

(1) 信用卡(VISA/MasterCard)：姓名(英文正楷) _____ 有效日期至：_____ 月 / _____ 年；CWN(卡背後約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 2383 Berala NSW 2141 Australia

(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

申請入住高齡頤養院的五個步驟

華社

儘管不少長者都喜歡在舒適的家裡養老，但是，當長者身體狀況不佳、無法獨立在家養老的時候，考慮入住高齡頤養院則是一項最佳的選擇，可以獲得 24 小時的專業護理服務。

那麼，如何入住政府資助的高齡頤養院呢？

第一步：註冊 My Aged Care 服務

My Aged Care (我的老年護理) 是澳洲政府的長者護理服務統一入口。尚未註冊的長者，需先提交申請接受評估。

如長者有照顧需要，並符合以下條件之一，便可能合資格申請：

- 年滿 65 歲及以上。
- 年滿 50 歲及以上，且屬於原住民及托雷斯海峽島民，或正面臨無家可歸，或有成為無家可歸風險的人士。

申請方式：

- 線上申請：MyAgedCare.gov.au/Apply-Online
- 電話申請：1800 200 422 (週一至週五上午 8:00-晚上 8:00，週六上午 10:00-下午 2:00)
- 面對面申請：前往 Services Australia 服務網點，預約面對面服務。

溫馨提示：華人服務社透過 Care Finder (養老服務連線)，免費協助長者申請 My Aged Care 服務，如需協助，歡迎致電 (02) 9789 4587 聯繫我們。

第二步：接受護理狀況評估

要入住政府資助的高齡頤養院，長者必須先通過 My Aged Care 的護理評估，確認有入住需要。

完成註冊後，評估機構會在 2-6 週內聯絡您，並於預約時間上門進行免費評估。

評估採用新的單一評估制度，過程更簡單靈活，評估人員會了解長者的日常生活情況、需要的協助及個人意願。

若評估結果符合資格，長者將收到批准信及支持計劃。當中包含一個轉介代碼，入住頤養院時需提供給服務機構。

如未獲批准，信件會說明原因，並提供其他可選擇的護理服務 (如家居支援服務)。

若日後健康狀況改變，可致電 My Aged Care 1800 200 422 申請重新評估。

第三步：遞交經濟狀況評估

要獲得政府資助，長者必須先通過經濟狀況評估 (Means Assessment)，實際需要支付的費用會根據評估結果而定。

在入住高齡頤養院前，需向 Services Australia 遞交申請表，包括：

- A457 (護理費用計算表)
- 如有房產，另需填寫 SA485

評估完成後，Services Australia 會寄信通知您是否符合資助資格，以及需繳付的費用，包括：

- 基本每日費用
- 住宿補貼 (如適用)
- 非臨床護理補貼 (如適用)
- 經濟狀況評估護理費 (如適用)

第四步：向意向的服務機構遞交入住申請

經濟狀況評估的有效期為 120 天，逾期末入住需重新評估，因此建議盡快向心儀的頤養院提交申請。

申請前可先比較不同機構，透過 My Aged Care「查找高齡頤養院」工具，網址是 MyAgedCare.gov.au/Find-A-Provider，查看各院舍的星級評分、房型及聯絡資料，協助選擇合適的服務。

第五步：接受入住邀請和繳費

當頤養院有空位時，服務機構會聯絡您或指定聯絡人。若您接受入住，將與頤養院簽署正式協議，內容包括：

- 提供的護理與服務
- 需繳付的費用及住宿安排
- 繳費方式
- 您的權利與責任

自 2025 年 11 月 1 日或之後入住的長者，服務費用分為六類：

- 臨床護理費
- 非臨床護理費
- 每日基本生活費
- 住宿費
- 額外住宿相關費用
- 更高日常生活費

華人服務社在悉尼 Campsie 及 Asquith 分別設有高齡頤養院，提供安全舒適的環境，重視華裔長者的文化與生活需要，由 24 小時會說您語言的護理人員細心照顧，讓長者安心，家人放心。📞

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，發現原來患上骨髓癌並誘發了極罕有致命的心臟病，但在神的保守下，心境的平安喜樂竟自然有增無減，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，從重新邂逅神到生命的重整，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放棄，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。
 肄業於香港大學，1977 年學系畢業。
 經商濟世，早年服務於香港伊沙少伯醫院內科部，89 年開始私人執業，熱愛工作，也熱愛生命，且積極享受人生，一直以來領受神豐厚的恩典才華，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：_____
 請在以下複合的方格內加上✓：
 我願意為《號角月報》代禱，請把《號角》的代禱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 \$ _____
 付款方式：• 奉獻支票抬頭請寫：CCHC (AUSTRALIA) PTY LTD
 地址：PO Box 2383 Berala NSW 2141 Australia
 • 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》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。

社區消息

澳洲儲備銀行將再次升息

2月6日下午，澳洲儲備銀行行長米歇爾·布洛克 (Michele Bullock)，在參議院預算委員會聽證會上接受質詢時表示，由於央行預測通膨率需到2028年才能回歸2%至3%的目標區間，為抑制通膨增長，本年度首次升息幅度為25個基息幅度，現金利率從3.6%，升至3.85%。

根據儲備銀行最新預測數據顯示，政府的電費補貼到期後，通膨將在年中季度跳升至4.2%；澳洲人未來兩年名義工資增速約3.1%，直到2027年中期，工資增長速度仍遠追不上生活成本的飆升，這使得普通家庭的生活壓力愈發沉重，更叫總理安東尼·阿爾巴尼斯「確保薪資增長跑贏通膨」的承諾陷入尷尬。

儲備銀行指出，政府支出過高、生產力疲軟是加劇通膨風險的主要原因；同時警告稱，若通膨繼續頑固，不排除進一步升息的可能性。

兩黨聯盟相爭一國黨得利

在邦迪海灘槍殺案發生後，澳洲政壇與社會輿論出現關於宗教和移民的針鋒相對爭議。一貫以反移民立場建立起來的「一國黨」，在此對立中「漁翁得利」，支持率首次超過自由與國家黨的兩黨聯盟，達到26%，成為當前澳大利亞第二大政治力量，僅次於執政的工黨，工黨支持率為34%，兩黨聯盟只有19%。

曾因涉嫌發表種族歧視言論，而遭到全國大規模抗議的該黨領導人寶琳·韓森 (Pauline Hanson)，她的支持率也攀升至38%，領先於總理阿爾巴尼斯，成為最受歡迎的黨魁。

蒙納什大學高級講師本傑明·莫菲特博士認為，韓森實際上並沒有改變她的宣傳信息或任何策略，這些變化更多是由選民偏好的轉變所推動的。

自由黨與國家黨這一聯盟，由於對政府推出「反仇恨言論法」的支持與否爭執不下，雙方不惜撕破臉，分道揚鑣，這導致該黨聯盟的初選得票率下滑了7個百分點，讓一國黨後來居上。

頂級律師事務所為邦迪恐襲兇嫌辯護

悉尼一家頂尖的律師事務所 (Archbold Gittani) 證實，他們已接獲新州法律援助服務機構 (Legal Aid) 指派，將為邦迪海灘恐襲案主嫌，24歲的納維德·阿克拉姆 (Naveed Akram) 出任辯護律師，而這筆不菲的辯護費用，將由納稅人被迫承擔。

2025年12月14日，納維德與其父親薩吉德·阿克拉姆 (Sajid Akram) 在猶太「光明節 (Chanukah)」活動中向猶太社區開槍，造成15人死亡。

由於其父薩吉德已遭警方當場擊斃，被生擒的納維德將面臨15項謀殺罪指控，包括實施恐怖行為，以及意圖謀殺數十人而造成他人嚴重人身傷害等罪名。

接手該案的律師事務所阿奇博爾德律師強調，「人人依法享有獲得法律代表的權利，這是正當程序的基石。這是一宗極為嚴重的案件，需要具備經驗的法律團隊處理，我們有能力以適當的敏感度妥善處理。」

案件將由法律援助機構出資，但具體撥款金額尚未確定。

盲曹魚預期迎來大豐收

由於昆州北部充沛的降雨，為備受澳洲民眾追捧的海鮮盲曹魚 (Barramundi)，創造了理想生長和洄游條件，使這個年產值約1,000萬澳元的漁業，帶來令人鼓舞的好消息。

來自湯斯維爾 (Townsville) 的商業漁民內森·林恩表示，洪水使得盲曹魚能夠在濕地和鹹水之間遷徙，更容易被捕獲。

盲曹魚的商業捕撈，其中超過一半來自北昆士蘭州的偏遠地區卡奔塔利亞灣 (Gulf of Carpentaria)。昆州政府為保護澳洲盲曹魚繁殖，卡奔塔利亞灣與東岸漁場分別於每年10月與11月關閉，直到2月1日才重新開放。漁民預期今年的盲曹魚銷售市場，將保持更親民價格。

首個專為智障人士的大學文憑課程

南澳的弗林德斯大學 (Flinders University)，開創性地設立一項大學文憑課程，將打破把智力障礙人士排除在高等教育大門之外的現狀。

弗林德斯大學，今年啟動澳洲首個專為智障人士設計的大學文憑課程。這不僅使智障學生有更好的機會，體驗與其他學生一樣的大學生活，獲得相應的學歷證書；同時也為這些學生提供可靠的就業途徑，不僅幫助學生找到工作，更支持他們建立職業生涯。

雖然，這項措施在澳洲尚屬首例，但這個課程其實是建立在該大學「向上攀登計劃 (Up the Hill Project)」的基礎之上，這個計劃實際上已經操作了26年，幫助過許多智力障礙人士參與大學生活。

目前，該課程會首先針對20名學生進行嘗試，目的是透過這個文憑項目，展示智力障礙人士也可以在大學取得成功，並在職場中貢獻技能和見解的能力。

2026年推展

下一代雙文化 事工計劃

專業屬靈導引

密集 / 線上學習

英語授課的專業課程 + 額外的培訓與交流機會完成
將可取得澳洲神學大學的學士後道學證書

- 亞洲處境事工 EM031
2026年第二學期：8月3、6-8日
- 教會系統與會眾健康 PC069
2026/27 夏季密集課程
- 牧者工作坊與早餐會
2026年8月6日
- 線上線下同步講座：第一、二代之間的教會衝突
2026年3月16日



查詢：glung@mst.edu.au



父為階下囚 兒善良帥氣

志豪 (Daniel) 尚在襁褓之年，父親就被判長期服刑，母親改嫁，爺爺也已經過世了，小小年紀的他，只能由奶奶一人撫養。奶奶年邁體弱，照顧孩子變得越來越艱難無力。2018年8月，6歲的志豪來到咸陽市兒童之家，這裡成了他新的大家庭。



去年9月開學時，志豪升讀初中二年級了。他在角聲兒童之家度過了7年多，那個曾經說話稚嫩、輕聲細語，需要人處處操心的小孩子，如今已長成高大帥氣，略帶少年微胖的模樣。

志豪的性情，從他單純的臉上，就能看出溫暖陽光般明朗，仍然帶着孩子的童真，給兒童之家這個大家庭，帶來很多的歡樂。無論是燒飯的媽媽、愛心家長還是院長，對他都有這一點共同的認知。



當然，有時候少年人的情緒，也會如天氣般變化，但不歡情緒很快就會過去，像個小孩子一樣愛玩，平日裡也玩得很開心。他品性誠實，待人真誠善良，在院和老師及同伴，都能融洽相處相伴。

在興趣愛好方面，他很喜歡樂高拼裝，一個全新的樂高拼件，他可以專注玩很長時間。他還喜歡漫畫和零食，有時他摘下樹葉、選獨特的石頭，把自己的小魚缸，佈置得乾淨又美觀。他很懂事，暑假主動到他媽媽工作的地方，力所能及地幫媽媽一起幹活。

上學期開始，他挑戰了一項新事物——學習騎自行車。儘管現在技術還不算熟練，但每次騎車時，臉上總是洋溢着笑容，看得出那份努力帶來的喜悅。學習方面，隨着年級升高作業量增多，對他來說挑戰很大。他的字書寫較差，原因在於他的態度，老師們在院裡常常糾正，假期媽媽也努力糾正，還是沒有改善。

他的學習成績一直處於偏低水平，寫作業馬虎，在學校上課時不能集中精神聽講。但老師們願意耐心陪伴、鼓勵他一點一點的進步。盼望在以後的日子，志豪在老師們悉心的教導、約束、督促下，能幫助他改變學習心態，在成績上有所突破。



我們祝願志豪在成長的道路上，勇敢前行，最終綻放出屬於他自己的獨特光彩！親愛的讀者：您的愛心支持，是志豪成長的動力。如您願意支持像志豪一樣的特困兒童，善款支票抬頭請寫：CCHC，逕寄：CCHC- 中國兒童之家事工，PO Box 2383 Berala NSW 2141 Australia。或若用信用卡奉獻，請填妥以下表格，經掃描後電郵至 office.cchc.au@gmail.com 或逕寄以上地址。謝謝！願上帝賜福與您！



咸陽市角聲兒童之家事工回應表

姓名：_____ 地址：_____

電話：_____ 電郵：_____

請在適合的口內加上：

我願意成為「守護天使」，每月奉獻 AU\$45.00，長期幫助 1 位小孩。

奉獻從 _____ 年 _____ 月至 _____ 年 _____ 月（包括這月）。

我願意一次過支持「咸陽市角聲兒童之家」，現奉獻 AU\$_____。

若用信用卡奉獻，請填寫資料：

姓名：_____；信用卡號：_____

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

簽署：_____ 簽署日期：_____

我對「咸陽市角聲兒童之家」事工有興趣，願意進一步瞭解，請與我聯絡。

舊約中的「聖戰」是否違反耶穌愛仇敵的教導？

田宏恩牧師

《申命記》多處提到聖戰（公義戰爭），例如第二章與第三章。一些人認為，這樣種族滅絕的行動，絕非上帝所發出的命令，也與新約耶穌教導愛仇敵的教導相反。然而，真的是這樣嗎？

一、聖戰是上帝的主權

《申命記》多處提到聖戰（公義戰爭），例如第二章與第三章。聖戰基本上是一種審判，是上帝對於一群人結局所做的決定。聖戰的確是上帝的主權，但與耶穌要人愛仇敵的教導並不衝突。正是因為判斷是非的絕對主權在上帝，所以人才不能恨惡，甚至自己消滅仇敵，因為人不能確定自己所做的判斷是對的。因此，舊約的聖戰與耶穌愛仇敵的教導並不衝突。

二、上帝阻止罪惡蔓延

上帝對迦南人發動聖戰的原因，主要是因為他們崇拜偶像罪惡甚大，而且對於以色列純淨的信仰有很大的威脅。歷史也證明，以色列人的確糾纏在耶和華與迦南宗教之間達數個世紀之久。耶和華上帝為了不讓迦南邪惡的宗教儀式，諸如將兒女經火、在祭壇上公開行淫，繼續在人間蔓延下去，因而對迦南人發出聖戰。¹ 反對這樣的聖戰，「實際就是反對上帝至終所顯示出的恩典」²。上帝的出發點是基於對全體人類的好處而下格殺令，目的是愛人類，並不是因以色列人仇恨迦南人而追殺他們，因而與愛不愛仇敵沒有關係。

三、聖戰是最後審判

M. G. Kline 認為在上帝對於人類的救恩歷史中，穿插著末日倫理的日子，亦即人徹底敗壞，而上帝不再憐憫人；這樣的事件有挪亞時代的洪水，所多瑪、蛾摩拉被毀滅等。迦南人被毀滅，也是因為上帝不再憐憫，末日倫理發生作用所致。³ 既然聖戰是最後審判，是上帝對於惡人最後的判斷，自然不能以愛仇敵的教導來相提並論，因為新約也一再提到上帝對於罪惡極其憎惡。反對此說者可以辯駁說，這並不是唯一能解釋聖戰的理由，因此較欠缺說服力。

四、上帝的屬性不可分割

M. J. Erickson 則為此命題辯護，認為上帝愛與公正的屬性，是不能分割的。⁴ 若上帝不分青紅皂白地赦免人的罪，就喪失公正，如何能稱為上帝？上帝的屬性既不是外添於本體，而是本體的特質，就不能由人的觀點而隨意切割。

五、上帝已經忍耐多年

另一項值得注意的事實是，上帝已經忍耐迦南人多年，最後做出毀滅的決定。從《創世記》十五章 16 節「……因為亞摩利人的罪孽還沒有滿盈」，我們可知：在亞伯拉罕的時候，上帝已經注意到迦南人荒淫偶像崇拜的惡習。到以色列人在迦南地進行聖戰時，與亞伯拉罕時代相隔逾四百三十年，也就是說，上帝忍耐、等候迦南人悔改已經超過四百三十年！在這段期間，迦南人有機會聽聞耶和華上帝在以色列人中的行動，卻沒有悔改，犯罪的程度反而「逐漸增強」！⁵ 對迦南人的聖戰，不但沒有顯出耶和華是一位嗜血的上帝，反倒呈現出上帝的慈愛與寬容，與新約中上帝的恆久忍耐是一樣的。

六、讀者需注意《聖經》的文學性與敘事性

從以上討論，衍生出兩個重要的問題，這都與語言、邏輯有關。第一個問題是：《聖經》是法典，還是文學？若我們將《聖經》視為文學，自然不會將前面與後面的部分相提並論；因為前面的故事仍在發展當中，不知道後面的情節，而後面的故事，知道前面的情節。在不同場景的情況下，要求故事中主角有相同的反應，是一件很不合理的事情。我們忽視《聖經》文學的發展性，與啟示的漸進性。

第二個問題是：「舊約中的聖戰是否違反耶穌愛仇敵教導？」問題的重點、主體在於上帝還是人？上帝決定要以色列人對迦南人發動聖戰，是上帝的決定，討論的主體是上帝。耶穌要基督徒愛仇敵，是人的責任。若將上帝的決定與人的責任硬要放在一起討論，本身就有邏輯上的問題。

結論

經由以上討論可知：本命題討論需確立主體，不能將上帝的屬性與人的責任相提並論。若專注於上帝屬性的討論，「上帝的主權」、「上帝阻止罪惡蔓延」、「上帝的屬性不可分割」，以及「上帝已經忍耐多年」，都顯示出舊約與新約的上帝是同一位，都具有正義與慈愛的屬性。亦即舊約中下令聖戰滅絕迦南人的上帝，在新約吩咐基督徒要愛仇敵。



1. 萊特，《認識舊約倫理學》，王仁芬譯（台北：校園書房，1995），164-165。
2. W. B. Greene Jr., "The Ethics of the Old Testament: The Objection to Old Testament Ethics," in Classical Evangelical Essays in Old Testament Interpretation, ed. Walter C. Kaiser, Jr. (Grand Rapids: Baker, 1972), 221.
3. 周功和，《信望愛——聖經倫理學導論》，第三版（台北：中華福音神學院出版社，2000），131-132。
4. 艾利克森，《基督教神學》，三冊，郭俊豪、李清義譯（台北：中華福音神學院出版社，2000-2002），1:452-454。
5. 凱瑟，《舊約倫理學探討》，譚健明譯（台北：中華福音神學院出版社，1987），346。



申命記（二）

—深度查經与应用

講員



田宏恩 牧師 Rev. Dr. Hung-En Tien

每周二 · 早上10点至12点 Zoom 線上听课

2026年2月3日至6月9日 链接会发在群组里

申命記是耶穌本人在新約中引用最多的舊約書卷。這卷書記載了摩西帶領以色列人，在出埃及後第四十年末、結束民數記中曠野漂流的日子、預備進入迦南地時，對新一代以色列人所發表的重要講論。由於上一代人不信並悖逆上帝，他們在曠野漂流四十年，除迦勒與約書亞外，其餘成年的會眾皆死於曠野。摩西的話語是對著這四十年後的新生一代，他們大多未曾親身經歷出埃及的拯救，也未參與上帝與以色列所立的約，因此摩西必須重新申明上帝的約與律法。

申命記雖然重述了許多四十年前的歷史，卻同時指出上帝子民未來當行的道路。新約聖經直接引用申命記四十餘次，可見對今日的教會而言，這卷書依然至關重要，值得我們細讀、深思並實踐。歡迎大家參與「與田牧師一起讀聖經」，透過即時的討論與互動，深化對申命記的理解，一同學習活出討上帝喜悅的生命！

本課程適合願意深度瞭解聖經、參與事奉，且願意委身參與課程及討論的基督徒報名。報名請掃右邊的二維碼。



RE GEN Convention 2026 讲道将以英语和印尼语讲授

为主所用

引领青少年认识上帝，去探索真理，认识世界

2026年4月9日至12日

\$430 原价

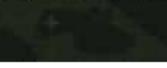
\$385 早鸟价

3月15日截止

营会举办于：

CCC Blue Mountains

为6年级至12年级学生举办的四天青少年营



把握机会！立即报名！

