

- | | | | | | |
|----|------------------------------|----|-----------------------------------|----|-----------------------------------|
| 1 | 专题
主题：友谊天长 | 14 | 智慧路
孩子心目中的英雄 | 27 | 生命的旋律
打妻子赌徒施暴 蒙救恩破镜重圆 |
| 2 | 专题
不对等的「友谊」 | 15 | 生命线
尝试为上帝作大事——改变印度的威廉克里 | 28 | 生命的旋律
我要开口赞美主 |
| 3 | 专题
付出真情实意 收获珍贵友谊 | 16 | 生命线
谨防另类身分盗窃 | 29 | 生命的旋律
特殊孩子 Wilson 与恩宠乐团 |
| 4 | 专题
职场有朋友？！ | 17 | 生命线
人的软弱与神的大能 | 30 | 教会生活
宣教使命的家庭 |
| 5 | 专题
从《脑筋急转弯》谈成长中的友谊 | 18 | 天伦乐
凭爱心而作 | 31 | 珍馐百味
精品咖啡豆 |
| 6 | 专题
让孩子有好朋友！ | 19 | 天伦乐
婚姻里复和之路 | 32 | 珍馐百味
金银蛋菠菜 |
| 7 | 专题
有闺蜜 不怕老去 | 20 | 天伦乐
父亲的皮带 | 33 | 健康宝鉴
保护心脏 |
| 8 | 智慧路
假戏真做 | 21 | 天伦乐
生活是个训练场 | 34 | 健康宝鉴
腹泻 |
| 9 | 智慧路
以拥抱突破重围 | 22 | 天伦乐
天父赐的世界大奖 | 35 | 世界风情画
普罗夫迪夫：穿梭文明之旅 |
| 10 | 智慧路
明天的苹果树 | 23 | 缤纷世界
耶稣配得深情敬拜 | 36 | 生命的旋律
卫兰：上帝要我做一件新事！ |
| 11 | 智慧路
别让怨气蒙蔽 | 24 | 缤纷世界
浮光掠影印象派 | | |
| 12 | 智慧路
造物真神 | 25 | 缤纷世界
困在时间里的父亲 | | |
| 13 | 智慧路
上帝装备祂呼召的人 | 26 | 生命的旋律
伴我儿出忧郁 | | |

New York Office:
156-03 Horace Harding Expressway, Flushing, NY 11367
Tel: 1-718-359-2030 Fax: 1-718-359-2502 email:herald@cchc.org
临时办事处: 26 Rue Chapon, 75003, Paris, France
电话: 00-33-06-2382-1151 email: herald@cchc.org

出版: 基督教角声布道团有限公司

本月金句: 「朋友乃时常亲爱, 弟兄为患难而生。」 — 《圣经》 —



8月2日是「全国友谊日 (National Friendship Day)」。贺曼卡公司 (Hallmark) 1919年创立这个节日, 是为了鼓励人们通过互相寄卡片来庆祝友谊。如今很少收到贺卡了, 而且面对诺大的社交媒体朋友圈, 越来越多的人感觉孤单。这期《号角》庆贺友谊的美好, 也探讨交友的不易。邀请大家一起行动起来, 浇灌你的友谊, 让它地久天长。



《号角月报》网页
www.cchc-herald.org

角声网页
www.cchc.org

《号角月报》分享平台



《号角月报》 Herald Monthly

Is Published Monthly by Chinese Christian Herald Crusades, Inc.
156-03 Horace Harding Expressway, Flushing, NY 11367

Tel: 1-718-359-2030 Fax: 1-718-359-2502 email: herald@cchc.org

广告专线 许薰方传道 Tel: 00-33-(0)6-2045-3350(手提) email: fangfang_la@yahoo.com.hk



不对等的「友谊」

真正友谊有一种「交融」的特质，像水乳一样，一经遇上，就自然地融合在一起；没有「交融」特质的友谊，就谈不上是友谊。这种「交融」特质是不能与其他的杂质混合的，例如真正的友谊不应有利益交换的成分，没有害怕，没有猜疑，不会患得患失，也没有什么需要避忌的。

不仅如此，真正的友谊还应含有一些能够感受得到的美好特质，例如彼此间的默契，能够相通、相知及相顾，就好像华人所说的「知己」。大家有共同爱好、共同理想，会很自然地产生一种可以彼此欣赏的情怀；当相聚在一起时，大家都满有喜悦，惺惺相惜，这叫「友谊」。

此外，真正友谊还有一种特质，叫「思念」。真正友谊不会惊天动地，却能默默地常在彼此的思念中，特别是年老的朋友们，因为种种原因，平时无法密切交往，也不一定需要交往。当在某个人的葬礼中，看到他的老朋友坐着轮椅出现，即使无言，但确表明他们的友谊。友谊是藏在两个人的心中的，日久不衰，至死方休。

友谊可以是完全地不对等的：可能是某一方完全的付出，没有任何的要求，不期待得到回馈；相应地，接受的一方心中也完全不会有「负担」，没有什么亏欠的感觉。这是因为有一方是完全地愿意付出，另一方也能够完全地感受到，故能够完全地领受。友谊，在这样的付出时，同时释出一种安慰、善意，与保证，有点像父母之爱；也在这样的领受时，领受者能够深深感激，而不感亏欠。

从《圣经》中，我们就深刻地看到这种不对等，却让领受者深得益处的友谊。在耶稣基督即将为救赎人类而被钉十字架之前，祂特别对门徒说：**「人为朋友舍命，人的爱心没有比这个大的。」**但随后却说，**「你们若遵行我所吩咐的，就是我的朋友了。」**（《约翰福音》十五章 13、14 节）。

请注意，创造天地的神（上帝），与渺小的世人是完全不对等的，不单是能力不对等，在本质上就有天渊之别：天地的主完全圣洁，但世上的人却心中充满黑暗，但只要世人仍然存有一点点对神的信任、接纳，他们就可以领受这种完全不对等的「友谊」。其实，这种不对等不应是用「友谊」来描述的，但耶稣基督的表达，确实完全颠覆了人们对友谊的想法，因为耶稣多次强调，祂是以视我们为「朋友」的关系，来救赎我们，为我们舍命，将我们从罪恶与黑暗中救拔出来的。何等感恩，如此恩友！邀请读者都来认识、亲近这位世人最好的朋友。

付出真情实意 收获珍贵友谊

很多人慨叹：「相识满天下，知心有几人？」纵使是多年好友，也会因一点利益、一个机会，甚至是一句不中听的话，而反目成仇。让人不禁唏嘘：「人情如纸薄！何处觅知音？」

其实并不尽然，最近从油管 (YouTube)



里得知，原来在竞争剧烈的娱乐圈，也出了一位重情重义的赵丽颖。因她是农村姑娘，又非科班出身，在影视圈一路走来，荆棘满途，受尽冷言嘲讽、孤立排挤。但她挣扎成名，被誉为「收视女皇」后，并没有报复让她难堪的人，而是用实际行动，报答那些曾在她落魄时，施与「一饭之恩」，或给与安慰鼓励的朋友。这事实说明，除了赵丽颖知恩报德外，还有一群在她成长路上，付出友谊和爱心的人。可见「天涯何处无芳草」。

到底何谓友谊？人有人情，会为别人付出感情，也需要感情的慰藉。友谊是与生俱来的亲情、灵欲合一的爱情之外，最为珍贵的感情。「同门曰朋、同志曰友」，朋友是志同道合的组合；古时「谊」与「义」字相通，以仁义相交的友情，谓之友谊。

巧遇书呆子 背书踟躅行

「友谊」二字极为抽象，只有用有血有肉的真实故事，才能具体加以阐释。听惯了中国古代的「伯牙绝弦」、「季扎挂剑」……也熟知《圣经》的大卫与约拿单的故事；现代小人物的友谊佳话，也是不胜枚举。励志故事花园 (Inspirational Stories Garden) 里有一位「无名氏」，记载了一段纯真的友谊：

「在我还是高中一年级时，有天在回家的路上，看到一位学生，身上背着沉重的书本，满怀心事、踟躅而行。我心想：『今天是星期五，为何把所有的书本带回家？他一定是个书呆子。我计划这个周末去参加派对，并看一场足球比赛，才不会看书呢！』

「突然，我看到一群孩子冲向他来，把他绊倒在地上，他的眼镜飞了起来，落在十英尺的草坪上。他抬起头来，像是无语问苍天，眼睛里滴下了泪水。我急忙捡起他的眼镜给他送去，安慰他说：『别理他们，那些家伙都是混蛋。』他看着我挤出感激的笑容：『嘿！谢谢啊！』我帮助他拾起书本，并决定送他回家。原来他家就在我家附近。我邀请他明天出去玩，他答应了，我们度过了一个愉快的星期六。

若没遇见他 就会去自杀

「他名叫凯尔 (Kyle)，当我越和他接近，对他了解越深，就越喜欢他；在高中的四年，我们都是最好的朋友。高中毕业了，凯尔决定去乔治城大学 (George Town University) 读医科，我则去杜克大学 (Duke University) 读商科；虽然要分开了，但我们心里都明白，纵使天各一方，友谊却永固。由于凯尔成绩优秀，在毕业礼代表学生致词。他说：

『毕业时刻，我们要感谢帮助您度过艰难岁月的人，您的父母、老师、兄弟姐妹、教练……但主要是您的朋友。我要告诉您们一个故事，在我认识我最好的朋友那天，本来是计划在周末自杀的，我带走了储物柜内所有的书籍，为的是避免死后，妈妈要到学校清理东西。但感谢上帝！我的朋友救了我，让我没有做无可挽回的傻事。』

「这位英俊开朗，受到老师、同学欢迎的男孩，向我们讲述他人生最脆弱的阶段，大家都屏息凝听。最后，他向我送上一个灿烂的笑容，然后继续说：『这些年因为他的友谊，使我成为一个快乐、向上的人。』他说完后掌声四起，他的父母用感激的眼神看着我，直到这一刻，我才意识到不可低估友谊的力量。」

从以上的故事，我们可以看见，珍贵的友谊，是用沾满爱的墨汁来谱写的。友谊能带给人心灵的慰藉，前进的力量。所以，不要因为世态炎凉，而害怕与人建立友谊，「若要人怎样待你们，你们也要怎样待人。」付出真情实意的人，一定会收获良朋挚友！🌀

职场有朋友？！

民调专家乔治巴拿 (George Barna) 进行了一项有趣的研究，结果显示 95% 的美国人自认为是独立思考者。对许多人来说，独立是一种美德，也是目标。他们希望财务独立、专业独立、也希望人际关系独立——我不需要任何人，不要需要

向任何人负责。新冠疫情延伸出的远程工作模式，使同事间的距离更加遥远。据悉，近半 Dell 员工宁愿不升官，也不想回公司上班；美国各科技巨头的员工宁愿减薪也不愿回办公室，职员们希望透过远程办公提高生活质量，同样也反映出回办公室与同事相处毫无吸引人之处。



新冠疫情延伸出的远程工作模式，使同事间的距离更加遥远。据悉，近半 Dell 员工宁愿不升官，也不想回公司上班；美国各科技巨头的员工宁愿减薪也不愿回办公室，职员们希望透过远程办公提高生活质量，同样也反映出回办公室与同事相处毫无吸引人之处。

因不想搞关系 教授选择卖煎饼

前阵子看到一个短访，受访者是一对在学校门口卖煎饼的夫妻，夫妻二人都是大学博士毕业，曾从事大学教授工作。记者问：「为什么你们学历和工作那么高，现在却选择做煎饼呢？」妻子如此回答：「卖煎饼没有复杂的人际关系，不需要搞同事之间的关系。」他们认为现在的工作相比过去与其他同事的共事，感受到更多的自在。

人们不喜欢职场的人际关系，通常有以下几个方面的原因：办公室政治、沟通不畅、个人冲突、竞争压力、办公室八卦、缺乏支持、管理问题、文化差异。这些因素都可能导致人们对办公室的人际关系感到不满和厌烦。难怪人们常说，职场无朋友。难道办公室真的产生不了友情？

最佳工作友谊 因带入彼此相爱

我们必须面对一个事实：我们一天中的大部分时间，除了睡觉外，都是在与同事相处，这甚至比与家人、亲友相处的时间更长。提升职场友谊，不仅仅是个人的责任，甚至应该上升到公司高层的责任。公司成功的因素不仅限于提升员工的工作效率，职场友谊度（职场文化）在后疫情时代显得尤为重要。

以下是优秀的职场友谊带来的好处：

1. 提高工作满意度；
2. 增加协作和团队合作；
3. 提升创造力和问题解决能力；
4. 减少压力和提升心理健康；
5. 促进职业发展和成长；
6. 增强组织忠诚度和凝聚力。

生命教会 (Life.Church) 是全球最有影响力的教会之一，拥有 850 多名员工，团队因创新和影响力而获得高度评价，他们开发的免费 YouVersion《圣经》应用程式有超过 4 亿次安装，是最受欢迎的学习《圣经》平台。生命教会在 2017 年获得「最佳工作场所奖」，主任牧师克雷格·格罗斯切尔 (Craig Groeschel) 在他的畅销书《非它不可》中，强调要将「彼此相爱」带入团队，这或许是生命教会成功的关键因素。

愿意为你舍命 最值得拥有朋友

有一本更伟大的书，记载一位伟大的神降世为人，祂曾论到友谊：「你们要彼此相爱，像我爱你们一样；这就是我的命令。人为朋友舍命，人的爱心没有比这个大的。你们若遵行我所吩咐的，就是我的朋友了。以后我不再称你们为仆人，因仆人不知道主人所做的事。我乃称你们为朋友。」（参《约翰福音》十五章 12-15 节）

一般人一生的工作时间约 100,000 个小时，如果你不想在尴尬、痛苦和不安中度过这漫长的时间，希望工作生涯充满笑声、喜悦和活力，邀请你来认识这位朋友——耶稣。你或许没有遇过愿意为你舍命的朋友，但上帝的儿子耶稣已经为你舍命。我们不是说各位读者都要为你的同事舍命，而是将舍命的精神带入你的职场关系中，哪怕只是一点点，你都可能带来意想不到的收获！🕊️

从《脑筋急转弯》 谈成长中的友谊

荣获2016年奥斯卡最佳动画片奖的迪士尼电影《脑筋急转弯 (Inside Out)》，在这个夏天迎来了续集，除了熟悉的阿乐 (Joy)、阿愁 (Sadness)、阿怒 (Anger)、阿厌 (Disgust) 和阿惊 (Fear) 五种原始情绪外，加入了新的情绪角色。女主角茉莉 (Riley) 长成了一个13岁的少女，经历成长和友谊上的跌跌撞撞。

茉莉的友谊岛

看过第一集《脑筋急转弯》的朋友应该记得，儿童时期的茉莉大脑里有五座由「核心记忆」产生的个性岛，分别是亲情岛、诚实岛、友谊岛、曲棍球岛和搞笑岛。那时茉莉的友谊跟她的情绪一样单纯而直接，从幼年时她的「幻想朋友」小彬彬 (Bing Bong)，到童年时期与茉莉在明尼苏达一起长大、冰上曲棍球的好队友梅格 (Meg)，在朋友的陪伴下，茉莉愉快地成长。

直到茉莉因父亲工作的缘故，举家搬到旧金山，她被迫与明尼苏达熟悉的一切，包括朋友，说再见。在一次视频通话中，梅格讲起自己在球队认识的新朋友并夸赞彼此的默契，还未适应新生活的茉莉皱了皱眉，大脑中的情绪「阿怒」发作，导致茉莉向梅格发了火，友谊岛因而坠落。这是茉莉第一次面对友谊的崩塌——当我们还不善于处理人际关系中的「不适感」（甚至是冲突、矛盾），很可能被愤怒主导情绪，把脾气发在亲近的人身上。你也有过类似的经历吗？

青春期的友谊

在第一集结尾，茉莉在家人支持下，慢慢适应了旧金山的生活，也开始建立新的友谊。第二集介绍她在学校认识的两位好友——布丽 (Bree) 和葛蕾斯 (Grace)，三人常常一同玩耍，更是曲棍球场上的好队友。步入青春期的茉莉情绪变得更复杂，增加了阿焦 (Anxiety)、阿慕 (Envy)、阿废 (Ennui)、阿尴 (Embarrassment) 四种情绪，而这些情绪也呈现在她的友情关系上。

茉莉、布丽和葛蕾斯在一起前往训练营的路上，茉莉意外得知两位好友将同去另外一所高中升学，不能跟她继续在同一所学校。茉莉一开初假装若无其事，但她内心的焦虑、羡慕、颓废、尴尬悄悄滋长，最后被「阿焦」完全主导了情绪。

焦虑使茉莉脑海中产生了一系列有可能发生的「最坏情况」，她担心升上高中后无法认识新朋友、被孤立、被讨厌，又再落入初至旧金山一个人瑟缩角落吃午餐的孤独景况。因此，她的情绪诱发出不同反应：在分配队伍时，她选择了新队伍而抛弃了两位好友；为了讨好明星队员学姐，故意讽刺自己好友的音乐品味；在比赛中忽视队友，满脑只想着入球得分，导致把好友葛蕾斯撞跌在地上……过度的焦虑使茉莉与朋友间的关系变得紧张。我们也是一样，对待人际关系的态度总是与我们的情绪息息相关的。因此，认识自己的情绪，学会与情绪相处，是建立健康人际关系的第一步。

重新建立友谊

当茉莉撞倒了葛蕾斯，正陷入无尽焦虑躁动之际，葛蕾斯和布丽却主动前来关心。茉莉终于坦诚说出，当她听见两位好友要到别处升学，她感到不知所措，也很抱歉对她们做出不友善的行为。葛蕾斯和布丽一如既往地伸出手，重新接纳了茉莉。操场透出一丝温暖阳光，「阿乐」重新上场，友谊从破损到修补，情绪从焦虑到愉悦，茉莉又上了成长的一课。

影片中还有一个小细节颇有心思，童年时期，茉莉的亲情岛是五个个性岛中最大的一个，但到了青春期，新建的友谊岛要比亲情岛大很多，反映这个成长时期，朋友的重要性和影响力。观看电影时可留意看看，更要留意关心身边的青少年朋友喔！🌀

让孩子有好朋友！

黄红英

耶和華上帝說：「那人獨居不好，我要為他造一個配偶幫助他。」（《創世紀》二章 18 節）因此，人們群居，是上帝旨意，亦是人性需要。人與人之間互愛互助，是和諧社會的基石。而引導孩子自小結交志同道合的良師益友，懂得如何與他人和睦相處、處理矛盾和應對欺凌，父母起着關鍵作用。

培养社交技能

作為兩位孩子的母親，我會盡力為孩子創造各種社交機會，希望他們擁有一個快樂童年，亦希望他們長大後能與朋友互相扶持與幫助，不致於孤單或孤立無助。自幼稚園起，我就積極參加孩子的學校活動，了解他們身邊的同學和家長。這樣既可幫助孩子建立友誼，又能激勵他們嚮往校園生活，提高學習積極性。

此外，我們定期組織家庭聚會。如在節假日或孩子生日時，邀請他們的同學或鄰居小朋友到家里玩，創造更多與同齡人互動的機會。輕鬆家庭聚會有助於孩子放下戒備，主動與他人交流。另外，亦讓孩子參加課外活動和興趣班，如戶外探險隊、繪畫班等，這有益於孩子找到興趣相投之友。

俗話說「近朱者赤，近墨者黑」，孩子從小選擇朋友圈對於個人的成長和發展具有重要影響。因此，父母需適當地觀察和介入，觀察孩子與其他孩子的互動方式，及時發現問題，幫助改正。從小培養孩子表達情感、溝通的技巧，學習與他人合作和互相尊重，幫助他們選擇有共同信仰、良好品行的朋友。

应对矛盾冲突

人生並不總是一帆風順的，不是每個人都會用你喜歡的方式進行交流或相處。父母需引導孩子面對挫折與欺凌。平時應留心做得好的方面，適當地鼓勵和讚美孩子的優點，增強和建立他們的自信心，以在面對被欺負時能堅定自己的立場。同時，培養孩子的一技之長，這樣他們在群體中更容易找到自我價值、增添勇氣。當然，也要告訴孩子如被欺負，不要逃避，要及時讓老師、家長或其他信任的成年人知道。

記得兒子六年級時，有天從學校回來，哭訴有位要好的同學在洗手間用冷水潑他。他當時反覆要求同學不要做，但同學還是將他的衣服弄濕，導致他在上課時一直覺得冷。兒子也與那位同學發生了衝突，並鬧到了校辦公室。我分析說：也許因為你們平時經常一起玩，那位同學可能一時興奮，玩得停不下來，並非故意欺負你的。但兒子當晚很激烈地反對我的分析，因為那位同學事後沒有向他道歉。於是我說：如果他明天道歉，你原諒他？第二天同學道歉了，然後他們和好如初。

通過此事我也意識到，在孩子情緒未平伏時，要先聽他們傾訴。待平靜後，告訴孩子在面對衝突時，不要輕易被激怒，避免矛盾的激化。父母要有耐性與孩子交流，傾聽他們的想法和感受，讓他們感受到支持與理解。在孩子遇到困難時，不要批評打壓，而是給予建設性的建議，指導並幫助他們找到解決問題的方法。

當然，最重要的是將孩子領到耶穌基督面前，帶到教會的生活中。幫助孩子早早歸入基督，相信和倚靠上帝。得從神而來的智慧，孩子在處事與交友時才不致於走偏。願每位孩子都蒙上帝保守與看顧，一生到老，都有好朋友同路，一起行在光明正直的路上。🕊

有闺蜜 不怕老去

2021年5月美国生活调查中心(The Survey Center on American Life)进行了一次「美国友谊状况」调查，访问了两千名成年人，发现四成的受访者表示他们没有最好的朋友，约12%的受访者表示他们没有亲近的朋友。

朋友圈里孤独 年长者更甚

当今社会，结交朋友越来越困难。首先因为生活节奏越来越快，工作和学业压力大，人们很少有时时间和精力去维护社交关系。忙碌的日程表和长时间的工作让人们疲惫不堪，很难抽出时间与朋友相聚。而社会的流动性使人际关系变得更不稳定，人们频繁地搬家或改变居住地，不容易维持长久的友谊。



AI 创作

虽然社交媒体和通讯工具可以让人随时随地保持联系，但这种虚拟的交流往往缺乏深度和真实感，面对面的互动越来越少，导致表面上的「朋友」很多，但真正亲密的知心朋友却很少，因而不少人嗟叹「朋友圈里的孤独」。

随着年龄增长，结交新朋友就变得更加困难，更容易感觉孤独。国家老年健康调查(NPHA)发现，2023年50至80岁的成年人中，34%感觉孤立、37%缺乏同伴感，33%与居家外的人联系不频繁。曾有专家将孤独对健康的深远影响，比作每天吸15支香烟，而孤独感和社交孤立会使痴呆症的风险增加50%。

长青闺蜜极美 变老不孤单

在以关系为中心的上帝的创造设计中，没有人可以是一个孤岛而自全，每个人都本能地渴望同伴和友谊；在人生各样挑战各种低谷中，更格外地需要朋友。在年纪渐长力衰心忧之时，如果有朋友陪伴，一起慢慢变老，那是上帝极大的恩典。友谊就像陈年的美酒，时间愈长，味道愈醇，品得越入心。张妈妈就拥有这样一段醇美得让人羡慕的友谊。

张妈妈今年90岁，人很乐观，儿女都很孝顺，但是当老伴过世时，她还是陷入了漫长的孤独里，幸亏她有个小她十岁的闺蜜杨师母，紧紧地陪伴她，走过这段日子。

张妈妈和杨师母认识了20多年，从上海到美国，两家人一直保持着交往，是两对夫妻共同的友谊。他们彼此常常互相照顾着，疫情中分别感染过新冠，都会记挂对方，送去的食物挂在门上，没有见面也放心。

杨牧师两年前被主接回天家，师母也度过了一段不容易的日子。所以当张弟兄离开的时候，她非常理解张妈妈的心情。丈夫回天家之后，儿女常来看望，可是他们每次傍晚离开后，她一个人在家，倍感孤单，这时师母就会打来电话，一谈就是半个多小时，耐心地听张妈妈说儿女，回忆往事。

师母常常鼓励张妈妈要靠近主耶稣，与主更亲近，鼓励她每天抄经文，还带张妈妈参加角声的怡康中心的如鹰展翅寻道者崇拜，认识了好几位新朋友，很巧有一位姊妹清姐和张妈妈住在同一栋楼，也是独居的清姐是个热心人，很会关心人，常常送食物到楼上给张妈妈。张妈妈在这新的爱的大家庭里，越来越感受到主耶稣的信实。师母还鼓励张妈妈把以前的麻将友带到教会来，鼓励她用行动来传福音，张妈妈的生活越来越充实。

师母过80岁生日，就和张妈妈一起安静地庆祝，她给年轻姊妹介绍张妈妈时，说这是她的「闺蜜」，让年轻人好不惊叹！年老发白时，有长青的闺蜜，如此一起慢慢变老，太美了！🍷

假戏真做

黄小石

1970年有一位从台湾来若歌进修数学的研究生，也是位基督徒。这位同学是个聪明能干的人，熟读《圣经》，凡事都相当有见地，唯独与我相处得不很好，不大「买我的帐」，我也常以此为忤，心中不能释然。

有次一起查经时不知为了哪节经文的解释，两人竟起了一些争议。我们年纪虽然差不多，但总觉得他理应尊重我这个做教授的，但他却一味地据理力争，一步不让，使得我很下不了台，于是两人不欢而散。

回家后心中不能释然，知道自己做得不美，也做得不对，实在不像一个基督徒。但我又觉得委屈，被一个学生当众指责我不对，其实不是我不对，而是他没听懂，我的论点其实是很高明的。可是心中却起了一个压抑不下的意念：「**要爱你们的仇敌，为那逼迫你们的祷告。**」（《马太福音》五章44节）。我愈想愈不是滋味，他即使不是我的「仇敌」，起码也是一个逼迫我的对头，要我去爱我的对头？谈何容易！可是这段经文挥之不去，于是我便与主理论说：「主啊！我知道祢要我去爱仇敌，但他既是仇敌，就是不可爱的人，这本来就是『仇敌』的定义；主啊！我又知道祢最不喜悦人『假冒伪善』，我心中不能爱我的仇敌，若假装爱他，又假惺惺地为他祷告，有口无心，一定更得罪祢了。所以两件罪中我只好选那件比较小的罪，就由我不去爱我的仇敌吧！没有去做那该做的，总比做那不该做的好些吧！」

主不放过我

可是无论我怎么理论，主都不放过我，一直催逼我去向这位得罪我的学生道歉。到了次日星期六，想起明天要做礼拜，主的吩咐是清楚的，即使是我没有向弟兄怀怨，而是我的弟兄向我怀怨，责任还是我的。心中带着一千个不情愿，觉得还是去和他和解罢！唯一能和解的办法就是我先向他道歉了。

从通讯录中找到了他的地址，于是开车往纽布朗斯威克的城里去找他。那时纽布朗斯威克的治安很不好，当我找到他的住处，他住在最上层房间，我顺势推门进去，公寓中散出一股淡淡的垃圾味道，这是个依稀熟悉的味道。我当年在伊色佳念书时为了省钱，也曾住在一个很旧的公寓顶层，上面又热又不通风，有时就会飘出这种味道。想当年我也像他一样，没车子，常常一个人待在自己小房间中读书，什么时候有过什么人来探望我？一面走着，对他同情之心油然而生，他已不再是我的对头了，他是我的学生。

主改变我心

我敲敲他的房门，他开门看见是我，一眼就看出我为什么来找他。于是两人拥抱，互相道歉，重新和好。这时我发现一件事：我原来是抱着一种不情愿的责任感来道歉的。我担心的是只有外表行动，而没有内里的诚实。爱，是假装不来的，人怎么能去爱他的仇敌呢？后来我知上帝既然定规要人这么去做，祂也必为顺服祂旨意的人开一条新路，当这人去做时，他的心就先被上帝的灵改变。

人对上帝旨意的明了，是出于人对祂话语的顺服，耶稣说：「**有了我的命令又遵守的，这人就是爱我的；爱我的必蒙我父爱他，我也要爱他，并且要向他显现。**」（《约翰福音》十四章21节）我们若把上帝的话当作是真的，照着去行，就会发现祂的话实在是真的。我们若相信上帝的话是不可能做到的，我们也必就画地自限，停留在「老我」的经验中。奥古斯丁说得好：「我相信，为了要知道」。一切实存的真象，至终都是在人信心的眼中看见的。🕉️

以拥抱突破重围

一穗

在奥运赛场上拥抱——以今天的眼光来看，实在是平常不过的事了。

满场的拥抱

获胜者会互相拥抱，以表祝贺；失败者会互相拥抱，以示安抚；队友们会互相拥抱，以志团结；对手们会互相拥抱，以致敬意。观众会互相拥抱，工作人员会互相拥抱，互不相识的人会互相拥抱，不同肤色的人也会互相拥抱，在充满激情与亢奋的时刻，拥抱是表达内心热烈情绪的一种自然行为。然而您知道吗，这样和谐的场景，距离我们还不到一百年的时间？



聚焦柏林奥运

1936年的柏林奥运会上空，压抑着浓厚的法西斯主义阴霾。希特勒的纳粹独裁政权，希望藉此奥运会，打开一扇宣扬极端种族意志的窗口。他们将纳粹德国同古代希腊相结合，象征着优秀的德国公民才是古代「雅利安」文化的正统继承人。在跳远项目上，德国有一位非常有实力问鼎冠军的运动员，名叫鲁兹·朗 (Luz Long)，但美国的黑人田径好手杰西·欧文斯 (Jesse Owens)，他的过往成绩则对德国人的冠军梦构成严重威胁。这本是体育竞技最具吸引力的精妙之处，但裁判组却屈服于当时强大的政治压力，故意给黑人选手制造麻烦，使欧文斯还未开始比赛就已经失去一次试跳机会。

德国人的道德标竿

尽管当时德国政治是一面倒地倾向于种族主义的优越感状态，但德国人心里有自己量度是非的秤竿。鲁兹·朗不愿就此失去欧文斯，让自己落入「胜之不武」的道德谴责，于是走到踏板旁，放下一条手帕，告诉欧文斯，起跳时看着手帕，将起跳点略为调前一点，以确保再无把柄落入裁判手上。

这招果然有效，欧文斯终能进入决赛。在与鲁兹·朗的冠军争夺战中，两人斗得此起彼伏，精彩纷呈。结果，大家都知道了，欧文斯以打破世界纪录的成绩夺冠。

不过我要说的重点是，欧文斯和鲁兹·朗居然在赛后互相亲切地拥抱起来！这一举动，将看台上的独裁者希特勒气得青筋外露，甩手离开了主席台。

这一个拥抱，就像一道闪电，撕裂了种族主义的诡异企图；又像一道彩虹，呈现出人类本应拥有的平等和友谊。

以善胜恶之法

我们都是上帝按着祂形象所造的血肉之躯，祂让我们共同生活在这个星球上，还赐给我们一条新命令：「乃是叫你们彼此相爱；我怎样爱你们，你们也要怎样相爱。」（《约翰福音》十三章 34 节）

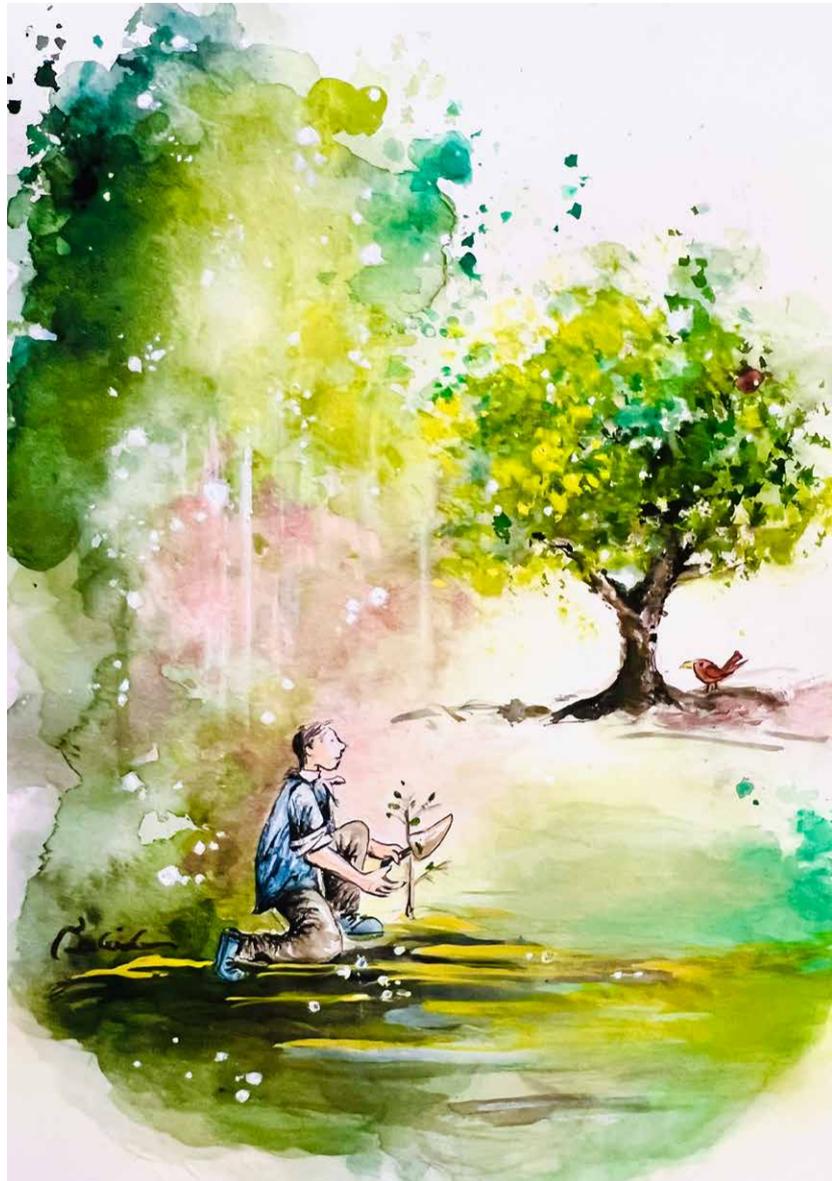
但人类历史的发展，却无法避免地迂回曲折，荆棘满布，浸透鲜血。这是因为受制于人类罪性之故，在面对生活的种种挑战时，人们总想凭藉自己的意志和力量，企图控制世界，彻底解决问题。可惜事与愿违，越打击问题，引出的麻烦越多，越想征服世界，也就越难被征服。因为这些都是上帝给我们解决问题的方法，上帝的方法是：你不可为恶所胜，反要以善胜恶。

欧文斯和鲁兹·朗的拥抱，可谓是划时代的跨越；他们以彼此尊重，以真诚互重的步伐起跳，飞过种族主义的沙坑，越过自作主张的「扬善惩恶」围困；将和平、和睦、和谐的「世界纪录」，镶嵌在遵行上帝旨意的范畴里面，值得后人恒久追随。🕊️

明天的苹果树

文/图：贝琳达

很多人引用宗教改革家马丁·路德语录：「即使明天就是世界末日，今天我仍会种下一棵苹果树。」有学者曾考究过这是否真的出自他的手笔，但无论是杜撰或事实，不少人都会借用这句话表达「活在当下」情怀。然而，如果你知道明天将是世界末日，你能想像在今天种一棵树吗？



这视乎你认为什么最重要。有人习惯每天固有的常规，渐渐对生命的一切感到理所当然。或许认为将来还有很多机会，可以去学习梦寐以求的新知识、和某人建立或修补关系、整理生理作息和饮食，或踏出第一步去编织梦想生活。每天安于熟悉的生活规划，让我们产生一种感觉，总以为会有无限个明天，「到那天才开始也不迟。」可是这种「拖延」思维令我们没有了必需的逼切感，让梦想、目标悄悄地在原本可以发力起劲的日子里溜走。而活在当下的态度，就是今天将重要的事付诸实行，彷彿明天便没有机会一样。

传道书另类智慧

《圣经》中的《传道书》是一部另类智慧书，从不同角度探索人生阶段，特别是处于年轻阶段的人：少年人哪，你在幼年时当快乐。在幼年的日子，使你的心欢畅，行你心所愿行的，看你眼所爱看的；却要知道，为这一切的事，上帝必审问你……你趁着年幼、衰败的日子尚未来到，就是你所说，我毫无喜乐的那些年日未曾临近之先，当记念造你的主。

原来造物主愿意我们快乐地享受在世日子，但要为自己的人生承担结果。根据《圣经》，每人的肉身都会经历死亡，然后会为在世所做的事面对审判，所以要及早认识和记念造物主。

有人可能会想，这是一个只有神学家才感兴趣的话题。然而《传道书》所说的，对每个人都很重要，因对明天的信念决定了今天的生活态度。而对未来的看法，其实正在导向现在的生活方式。

认识真神不惧明天

但上帝不是要我们怀着害怕审判和不安的心，胆怯地过活。如果认为上帝用放大镜去检视监控我们的言行，用诫命去严惩我们每个错误决定和举动，我们只会对祂感到害怕，不敢犯罪、不要犯错，什么都不做，就不会有惩罚。每天犹如惊弓之鸟般谨慎地过活，自己不犯错，亦不容许他人出错，却活不出基督里罪得赦免的自由、刚强与积极。

相反，上帝透过《圣经》亲自告诉我们祂是一位怎样的上帝：「耶和华有怜悯，有恩典，不轻易发怒，且有丰盛的慈爱。祂不长久责备，也不永远怀怒……天离地何等的高，祂的慈爱向敬畏祂的人也是何等的大！东离西有多远，祂叫我们的过犯离我们也有多远！」（《诗篇》一零三篇 8-9、11-12 节）

上帝明白我们的软弱，愿意我们依靠祂饶恕的恩典而离开罪，更乐意使用我们，让祂重新建立、塑造，活出积极成长的人生。我们不完美，但靠着完备的主，仍能在跌撞的路上与祂一步步画出美丽独特的人生蓝图。

所以，如果我们每天依靠上帝，积极跟随祂的带领，摆上恩赐，献上最好的自己，纵然世界明天就终结，也能以敬畏、期待的心等候祂，在今天如常地栽种苹果树，盼望明天结果子。☺

福音之家

Maison Evangélique

谈天说地 聊上帝 讲古论今 看圣经

开放时间：周一到周五 10h30 - 17h00

电话：0142714052 / 0623821151 地址：26 Rue Chapon 75003 Paris

欢迎来图书馆 看书 借书 做功课
进来歇一歇 喝杯咖啡 饮杯茶



「号角」欧陆版免费赠阅

别让怨气蒙蔽

林颖宜

一天 24 小时，你希望怎么过？是开心快乐，还是充满怨言地过？我想大家应该不会选择后者吧！你有没有想过，抱怨可能是人的天性？当你在抱怨一件事，或者一个人的时候，有否想过抱怨之后的结果？其实抱怨完，问题并没有解决，有时甚至令自己更加不高兴，更糟的是与人结仇了。无论是哪种结果，对我们来说都没有益处。

某学校做过一个实验，把两株相同种类的植物放在校园里，每天都给这两株植物相同的养分、水分和阳光。唯一不同的是一株植物旁边播放的是各种恶毒的话，另外一株则播放着各种赞美和正面积积极的话语。30 天后，被言语霸凌的那株植物枯萎了，而另一株却长得绿油油。由此可见，即使是植物也会因为负面话语而死亡，更何况是人？人长期生活在负面情绪下，即使身体健康，灵魂和心灵也会枯萎。



《圣经》这样说：「喜乐的心乃是良药，忧伤的灵使骨枯干。」（《箴言》十七章 22 节）

我曾在网上听别人分享过一个小故事，虽然只是生活上的琐碎事，但我听完之后，却被温暖了很久。话说曹小姐订了一箱水，可是过了预定时间还没有收到送货员的电话。当曹小姐打开门，打算看看水是否已经送到，却发现电梯坏了，刚好这时她的水也送来了。她见送货员满头大汗，直喘粗气，觉得很不好意思，可是送货员却说没关系。

曹小姐给过小费，送货员准备离开的时候，电梯也刚刚修好了。曹小姐正想抱怨为什么电梯不早点修好时，外卖员却突然欢呼：「太好了，我可以坐电梯下去了！」这令曹小姐觉得很惭愧，这么辛苦送货上门的人没抱怨，自己反而想抱怨。

假如你是那位送货员，电梯修好时，你会觉得开心，还是抱怨电梯没早点修好呢？

在上帝吩咐摩西带领以色列人离开埃及时，以色列人不止一次向摩西、向上帝发怨言，甚至还铸金牛犊拜偶像。这样一次又一次得罪上帝的以色列人，上帝仍然一次又一次地原谅他们。（参《出埃及记》32-34 章）

我们何尝不是一样，事情不如自己所愿的时候就会抱怨，像发怨言的以色列人一样，没有想过上帝的心意如何，更不明白上帝所赐的福。其实，上帝有时会让我们在困难中成长，也有可能上帝所赐的福一直都在身边，只不过我们双眼被怨气蒙蔽了。

我们明明有很多选择，就连抱怨与否也是可以选择的。当你想抱怨时，换个乐观的角度去想，事情便会变得完全不一样。为什么基督徒大多数都很喜乐，是因为我们有上帝赐下的盼望。虽然生活上的困难不会因为你是基督徒而减少，但是在面对困难和悲伤时，信靠耶稣能让我们有一个平安喜乐的心，相信祂的爱一直在覆庇着我们，就能平安喜乐地过生活。

如果读了这篇文章，令你心里有所触动，想寻求改变的话，来认识耶稣吧！让我们一起在主耶稣的爱里成长，当再想抱怨时，想想祂在你身上的恩典吧！🙏

德国杜塞道夫华人基督教会欢迎您

Chinesische Christliche Gemeinde Düsseldorf

主日崇拜：每星期日下午 14:00

地址：Bei der ev. Thomaskirche, Eugen-Richter-Str. 10, 40470 Düsseldorf

电话：0162-1750034 网址：http://www.china-church.de

交通：Bus 834 到 Ostendorfstrasse 站下车

耶和华是我的牧者，我必不至缺乏。诗篇 23:1

造物真神

赵善基

每个宗教都说自己所信的神是真的，究竟哪一个才是真神？真神有什么特点呢？现在跟大家简单说明一下。

有一次我前去一个艺术馆，见到名画家 Monet 用不同的色彩绘画了美丽的荷花池，是一幅印象派的画作，一看便感到很舒服。我就知道那是一位大师，运用艺术的手笔绘画而成，并不是马马虎虎地用颜色堆砌在一起就能完成这幅画。看到四季的美景也是一样。

有人需要驾两小时车才能看到枫叶，很感恩，我只需打开家的大门，便可以看到外面有黄色橙色的枫叶，十分美丽。为什么会这样美丽？因为四季的出现。你知道原因吗？有一次我探望孙儿，看到一本有关科学的书籍，很简单的解说就道出了答案。原来是因为地球倾斜 23 度半，一直围绕太阳运转，所以便有四季的出现。到底是谁设计？地球为什么会这样倾斜呢？我相信是有一位具有创意，亦很有美感的创造主。科学书还提到，如果地球接近太阳多 10%，人类便因为太热而没法生存；若然离开太阳多 10%，则会太冷而根本没有生物。那么，每样恰到好处的设计，只能说明是有一位创造者。



或许你会说，万物都是从上帝而来，那么是谁造上帝的呢？事实上，这个世界是因为有上帝，所以才有这个世界的出现，因为上帝是自有永有的。《圣经》提到祂是「第一因」，所有都是由祂而出。什么叫做「自有永有」？就是不需要造祂，祂也不受时间和空间的限制，是永远存在的，所以我们看到宇宙万物，并不是不经意便出现，而是一个精心的设计，是一位上帝用祂的大能造出来的。《圣经·罗马书》一章 20 节记载：「**自从造天地以来，上帝的永能和神性是明明可知的……**」上帝的「永能」，就是祂创造宇宙的能力；「神性」就是祂的本性，因此人可看到美好的万物。在此之前的 19 节已提到：「**上帝的事情，人所能知道的，原显明在人心里，因为上帝已经给他们显明。**」原来上帝除了创造万物外，造人的时候，也给了人两个特点：

一、人是有良心的，希望有美善的生活，有公义，有公平，互爱互助。这些高尚的道德，就反映出有一位上帝，因为祂就是一位有道德，又圣洁的上帝。

二、上帝将拜上帝的心放在人当中，因为上帝想要人认识祂、寻求祂。我们从宇宙万物中，看到有一位创造者大有能力，而且从人的心中，又知道原来上帝想要人来认识这位满有良善、公义又慈爱的神。无论在全世界哪一个地方，我们都可以看到有人「拜神」，有人到寺庙，有人到教堂，有人到清真寺，有人到榕树头，为的是敬拜神。但可惜人像瞎子摸象般，摸到象鼻以为是水喉，摸到尾巴以为是绳子，结果我们不知道哪一位才是真神。

认识真神唯一的途径，是让上帝告诉你；就像孩子为何知道哪人是他的爸爸呢？最重要是由爸爸告诉他：「我是你的父亲。」这样，孩子知道「他」就是自己的爸爸。请记住这句话：「真神是造人的，假神是人造的。」🕉



法国华人基督教救恩堂

Église Protestante Évangélique Chinoise de France

2021年的主题：在指望中要喜乐，在患难中要忍耐

主日活动：国语崇拜： 第一堂:12:30—14:00
第二堂:15:00—17:00

法语崇拜： 10:30—12:00

儿童崇拜(国语)： 15:00—16:00

儿童主日学(国语)： 16:00—17:00

成人主日学(国语)： 10:30—12:00

午餐： 12:00—12:30

约瑟团契(国语)： 12:30—14:00

福音团契(国语)： 12:30—14:00

姐妹团契(国语)： 12:30—14:00

法语 groupe Timothée: 13:00—14:00

法语 groupe Emmanuel: 13:00—14:00

周间活动：敞开小组：每天都有在不同家庭不同时间有小组聚会，
咨询电话：06-23-28-25-34

主日教会祷告会： 9:30—10:20

每周一晚上祷告会： 20:00—22:00

每周六小组同工祷告会： 9:00—10:00

长执牧区长特组长同工祷告会：每月一周周六 7:30—8:30

社区事工：圣约翰学校教务处咨询电话:0652368199 或 0615627025
一：每主日下午 14:00—15:00，免费为广大同胞看信、回信、咨询等服务。

二：中文班:每周周六有不同程度的班级

教会地点：102 Avenue Jean Jaurès 93500 (PANTIN)

Métro：Quatre-Chemin (地铁7号线)

教会电话：09-80-46-14-47

刘长老手机：06-23-28-25-34 余牧师手机：06-03-03-63-55

上帝装备祂呼召的人

苏拾莹

有一名科技公司的老板想要开拓新业务，人事部因此贴出招聘广告。许多博士、硕士来应征，都具有专业能力，看似都颇具资格担任这个职务。只是一一试用之后，却没有一个合适。

老板于是决定亲自去面试挑选，结果在众多应征者中挑中了一名没有显赫学历也没有专业能力的新人。老板于是让他一边工作一边去进修，补充专业知识。

果然没过多久，这名新人成功地建立了老板想要开拓的业务，成绩斐然。

许多人称赞这名成功的员工非常优秀，真是个杰出的人才。但他却指着老板，谦虚地说：「不是我优秀，是老板优秀。是他选中我，把我栽培出来的。我以前可什么都不会呢！」

这位老板闻言，回答说：「没错，是我选中你、栽培你，但也要看你是不是接受我的挑选，有没有配合我的栽培啊！」

有一句谚语：「God does not call the qualified, He qualifies the called.」上帝就像是这位老板，他不呼召那些有资格的人，祂是装备那些祂呼召的人使他们有资格。

当然其中的关键还在于被呼召的人是不是愿意信靠祂的呼召、顺服祂的栽培。

上帝当初呼召摩西带领以色列人出埃及，摩西也以他拙口笨舌、口才不好来作推辞，但上帝要他看看清楚：「谁造人的口呢？谁使人口哑、耳聋、目明、眼瞎呢？岂不是我耶和華嗎？」

一旦摩西信靠、顺服上帝，上帝就赐他口才，教导他所当说的话。（参《出埃及记》四章 11-12 节）

所以，当上帝呼召你去做一项事工，祂就一定会装备你，供应你所需要的一切，让你有能力胜任那项事工。

传教士戴德生说：「所有上帝的巨人都是软弱的人，他们能为上帝做出伟大的事，是因为他们信赖上帝与他们同在。」

挪亚喝醉酒，亚伯拉罕太老了，以撒总是做白日梦，雅各是骗子，利亚很丑，约瑟被虐待，摩西有口吃，基甸很害怕，参孙好女色，喇合是个妓女，大卫搞外遇还谋杀，以利亚有自杀倾向，以赛亚赤身传道，约拿逃避上帝，拿俄米是寡妇，约伯破产了，彼得三次不认耶稣，门徒在祷告时睡着了，马大老是担忧发愁，撒玛利亚妇人离婚了，保罗是狂热分子，提摩太有胃溃疡，拉撒路死了。

这些人都不完美，都各有缺点，但上帝却使用他们，令他们做出伟大的事。

上帝呼召你去做一项事工，祂并不是在问你是否有能力胜任，祂是在问你愿不愿意接受祂的呼召与装备！

你还认为自己什么都不是、什么都不会吗？其实，只要你愿意听从祂，祂就一定能装备你、栽培你，使用你！

别忘了，祂是无所不能、全知全能的上帝！🙏



基督教巴黎华人复兴教会

EGLISE CHINOISE DU RENOUVEAU CHRETIEN DE PARIS

教会中心地址：46 rue de belleville 75020 paris

教会主日崇拜：以不同语言分堂聚会

1. 温州语 2. 国语 3. 法语

聚会时间：10:00H - 17:00H

地址：56 Av du president Wilson

93210 La plaine Saint Denis

联系方式：06 52 68 05 55（林进光传道）

Email：ecrcp@hotmail.fr

微信用户扫描右侧二维码



基督教梅斯华人复兴教会

主日崇拜地址：5 rue des huilliers 57000 Metz

聚会时间：周日 14:00 - 16:00

联系电话：06 95 28 31 49（郑威武弟兄）

孩子心目中的英雄

文 / 戴思 图 / AI 创作

偶尔看到《音乐大师课》的其中一幕，一个年仅七岁的小男孩挂着两行眼泪，道出他的的心事：在他的记忆中，爸爸只牵过他的小手两次，他好想爸爸牵着他的手，陪伴他。可是，爸爸总在忙，他很难过，于是凭歌寄意，当中有几句歌词最触动我：

「多想和从前一样，牵你温暖手掌，可是你不在我身旁，托清风捎去安康。

时光时光慢些吧，不要再让你变老了，我愿用我一切换你岁月长留。

一生要强的爸爸，我能为你做些什么？微不足道的关心收下吧！」
(筷子兄弟《父亲》)



童声感人，道出孩子对爸爸的爱。我想起蔡元云医生

所写的《从未遇上的父亲》，似乎书中所说：「没有父亲，可能是现代人、文明人的苦恼。」这句话到今天仍然适用。

曾经读过一个发人深省的小故事：一位爸爸下班回到家已经很晚，累极的他发现五岁的儿子靠在门旁等他。「爸，我可以问你一个问题吗？」「当然可以，什么问题？」「爸，你一小时可以赚多少钱？」「这与你无关，你为什么问这个问题？」爸爸有点不耐烦。「我只是想要知道。请告诉我，你一小时赚多少钱？」小孩哀求着。「假如你一定要知道的话，我一小时赚 20 块。」小孩再问：「爸，你可以借我 10 块吗？」爸爸发怒了，骂起他来：「如果你问这个问题，只是要借钱去买些毫无意义的玩具或东西的话，给我回到你的房间，好好想想为什么你会那么自私，我每天辛苦工作，没时间和你玩小孩子的游戏！」孩子安静地回到房间。过了一会，爸爸静下来想想，觉得自己可能太凶了，平时孩子也满懂性的，可能他真的有需要买的东西吧，于是他拿起 10 块钱去找孩子。

「这是你要的 10 块钱。」小孩笑着叫出来：「爸爸，谢谢你！」接着，小孩从枕头下拿出一些弄皱了的钞票，慢慢地数算，然后对爸爸说：「爸，我现在有 20 块钱了，我可以向你买一个小时的时间吗？请你明天早一点回家，我想跟你一起吃晚餐！」

你知道吗？爸爸是孩子心目中的英雄，他很需要爸爸的陪伴和肯定！不要等孩子长大，不再需要我们才后悔，花点时间跟孩子在一起吧，孩子正等着你呢！📞



基督教巴黎温州教会

Eglise Protestante Chinoise de Paris

主日聚会：大堂崇拜 (温州话) 主日 09H30-11H00
大堂崇拜 (法语) 主日 13H15-14H45
大堂崇拜 (国语、温州话) 主日 15H15-17H00

主日学：幼稚班、小班、中班 (国语、法语) 主日 15H30-17H00
大班、高班 (国语、法语) 主日 15H30-17H00
少年班 (国语、法语) 主日 10H00-11H30

团契：但以理团契(15岁-17岁) (国语、法语) 周六 15H30-17H30
青年团契 (国语) 主日 11H20-12H50
雅各团契 (法语) 主日 10H00-11H30
国语团契 (国语) 主日 09H30-11H00

查经班：成人查经班 (温州话) 周二 15H30-17H00
成人查经班 (温州话) 周三 20H30-22H00
法语查经班 (法语) 周四 19H00-20H30
青年查经班 (国语) 周五 20H30-22H00
成人主日学 (国语) 主日 13H00-14H30

祷告会：成人祷告会 主日 08H00-09H00
成人祷告会 周一 15H30-17H00
成人祷告会 周四 20H30-22H00
成人祷告会 周五 15H30-17H00
各团契祷告会

聚会地址：28 Rue du Moulin-Joly 75011 PARIS

地铁：Belleville站 (2号线/11号线)

电话：(0033)01 43 57 30 40

网址：www.myepcp.com

邮箱：epcp75@gmail.com

传真：(0033)01 43 57 30 50

尝试为上帝作大事

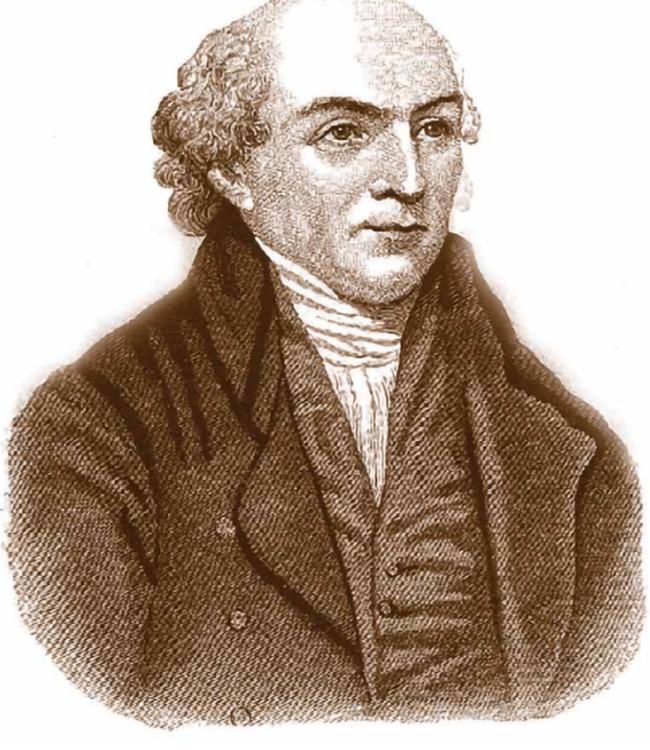
——改变印度的威廉克里

曾福

印度是全球最大的民主国家，人口于 2023 年超越中国成为世界第一，国土面积排行第七，经济潜力优厚，在国际舞台上扮演举足轻重的角色。印度的发展，与来自欧洲的宣教士有密切的关系，其中一位是被称为「现代宣教之父」的威廉克里 (William Carey)。

自幼好学 有使命感

1761 年，威廉克里生于英国，家境清贫。父亲本为织布匠，勤奋自学，后成为教区小学校长。威廉自幼好学，承传了父亲自学的精神，除了对数学有兴趣外，更自学拉丁文，语文天赋甚高。14 岁时，他被父亲送往附近鞋店当学徒。工余，威廉仔细阅读师傅的藏书，又从另一位织布匠学希腊文，后来更涉足德文、法文、意大利文等欧洲现代语文。他参加教会聚会，渐渐明白《圣经》真理，认罪悔改。



鞋店师傅不幸染病猝然逝世，遗孀表弟接管生意。1781 年，威廉与新店主的妻妹多莉 (Dolly Plackett) 结婚，生活简朴而快乐。威廉受浸加入浸信会，更成为甚受欢迎的讲员。威廉一度病重，险些死去。病后，威廉晚上在鞋店教导学生；鞋店架上陈列书籍，壁上挂着世界地图，朋友们戏称鞋店为「克里学院」。

威廉越读《圣经》，越感「大使命」的重要，把福音真光带到黑暗的想法不断增强。1787 年，威廉被按立成为牧师。他与志同道合的朋友，合资出版小册子，推动关注全世界的福音事工，不久亦正式成立「浸信会宣教协会 (Baptist Missionary Society)」。1792 年 5 月 30 日，威廉发表一篇划时代的信息，其中一句「期望上帝会作大事、尝试为上帝作大事」，广被传诵。

翻译圣经 44 种译本

1793 年 6 月 13 日，威廉克里一家乘船赴印度加尔各答，同船有曾居住印度五年的多马医生。多莉起先拒绝到印度，但经多马医生的劝告，加上妹妹凯蒂答应同行，协助照顾四名儿女，最后作出改变。航行遇上风暴，绕过好望角，抵达加尔各答时已是六个月后了。

初抵印度的生活，充满挑战。在多马医生的引荐下，威廉在东印度公司工作，生活渐趋稳定。威廉有充足时间学习孟加拉文，并着手翻译《圣经》。因家中园子很大，威廉搜集不同的植物进行研究及记录。这也是 20 多年后成立「印度农业园艺社」的基础，对印度的农业发展有一定影响。

可是，悲剧突然临到。年仅五岁的儿子彼得染上霍乱，不治离世。原本已经有适应困难的多莉，承受不起打击，渐渐出现精神问题，最后甚至需要有人日夜看守。在这样的环境下，威廉仍然进行翻译《圣经》工作，并开始学习梵文，作为了解其他印度语文的基础。终其一生，他翻译了超过 30 种语文的《圣经》版本，加上合译的，使印度共有 44 种《圣经》译本。威廉也把一些优秀的印度文学作品译成英文，介绍给西方读者。

关心社会 提出改革

1800 年 12 月，第一位印度信徒接受浸礼。1802 年，威廉为第一位婆罗门阶级的印度人施浸，是福音进入不同阶层的里程碑。威廉传扬福音的策略是整全性的，他不单鼓励印度信徒向自己同胞分享信仰，更关心社会文化，勇于提出改革。威廉建立了印度第一所现代印刷厂、造纸厂，对福音的推广及知识的传播，有莫大的影响。他首创的医疗宣教（针对被人遗弃的淋疯病人）、储蓄银行（针对当地盛行的高利贷）、女童学校、孟加拉文报纸，都为印度社会带来莫大的贡献。

印度传统中，有把寡妇烧死殉葬的习俗，称为「苏替 (Suttee)」。威廉亲眼见过后，深恶痛绝，毅然采取行动。他搜集数据，得悉单在加尔各答及附近 30 哩范围内一年被活活烧死的寡妇竟有 438 名之多。威廉四出奔走，宣传联络，发出改革的呼声。1829 年，因为威廉的推动，印度政府正式立法禁止「苏替」。

1834 年 6 月 9 日，威廉克里于印度的塞兰坡逝世；他服事了印度 41 年，从未再返英国。威廉克里没有显赫家世，甚至没有完善的正规教育，但凭信心，努力不懈，在人生不同阶段，忠诚回应上帝的呼召。威廉克里的事迹，激发不少年轻信徒，投身宣教行列。但他的影响不限于《圣经》翻译、建立教会等宣教范围，对印度的教育、医疗、印刷、农业等不同领域，都带来划时代的改变。

《圣经》中的福音，关心人的整全生命，主耶稣在世上时不单传讲福音，也医治疾病，教导群众。上帝就是爱，而爱不是单挂在嘴边的空话，是展现在行为和诚实上。威廉克里的一生，把这爱的福音活现出来。亲爱的朋友，你也愿意接受这福音，活出这福音吗？请用本版决志表，与我们联系。

读者决志表

若您愿意接受耶稣基督为救主，或想进一步了解基督教的信仰。请按心中的感动填写以下表格，您将会收到有关资料及小礼物！

请按您心中的感动，将下列表格填写寄回。（在适合方格上填上✓号）

- 我愿意相信宇宙间有一位全能公义、慈爱信实的神（上帝）。
- 在圣洁的神面前，我承认我是罪人，求神赦免我的罪，洗净我一切的不义。
- 我相信耶稣基督被钉死在十字架上，流血受死，为我的罪付出了代价。
- 我愿接受耶稣为我的救主。
- 我愿意更多明白《圣经》真理，请寄赠《圣经》与有关信仰的小册子。
- 我愿意参加教会聚会，请与我联络。

姓名：_____ 中 _____ 英 _____

性别：男 女 年龄：_____ 电话：_____

地址：_____

电邮：_____

请用正楷详细填写后寄回：

Herald Europe, 26 Rue Chapon, 75003 Paris, France

谨防另类身分盗窃

陈新哲

人工智能的开发，为人们的生活提供了极大的便利，却也为歹徒行骗及盗窃他人身分，大开方便之门；尤其是变脸和变声技术，让歹徒能轻易冒充受害者信任的亲人、同事甚至老板，骗取身分、情报，尤其是大额款项。让人意想不到的，是在信仰上的另类「身分盗窃」，假冒耶稣基督之名，扭曲《圣经》真理。

假冒基督之名迷惑众人

《马太福音》记载，门徒向耶稣问及末世，耶稣回答说：「你们要谨慎，免得有人迷惑你们。因为将来有好些人冒我的名来，说：『我是基督』，并且要迷惑许多人。」

（二十四章 4-5 节）确实，20 世纪后期至今，在美国、韩国及中国，有多位假冒基督之名的人。

其中，琼斯 (Jim Jones) 自称基督再世，创立邪教「人民圣殿教 (Peoples Temple)」；于 1978 年以投毒的方式直接导致 909 人死亡。大卫·考雷什 (David Koresh) 原名弗农·韦恩·豪威尔 (Vernon Wayne Howell)，自称「救主」、「弥赛亚」，利用其邪教大卫教派，控制跟随他的信徒。1993 年，大卫教派在和联邦员警对峙时，自己放火，导致 86 人葬身火海。



2020 年 2 月，新冠疫情在韩国大邱地区爆发，使人们留意到了韩国的「新天地教会」。当年，正是由于新冠患者在该组织中聚会，导致新冠在当地爆发并失控。该组织的教主李万熙，自称「耶稣转世再临之主」。事实上，新天地教会成为李万熙用来满足自己情色、钱财和权力欲望的场所。

在华人社会也有异端教派，宣传女基督降临，质疑并贬低《圣经》的权威性，甚至去传统教会拉人，设局陷害传统教会的传道人，以此分裂众教会。值得注意的是在 YouTube 上，有许多专业而精美的唱诗视频和电影，但其传达的资讯和信仰观念，存在原则性错误，属于异端信仰。

从旧约时代至今，假先知和假教师也是层出不穷，他们常常假藉上帝之名，或断章取义地引用《圣经》，或扭曲《圣经》真理，创立出一套异端邪说，迷惑众人跟随，从而形成异端教派。

正如耶稣所预言的，「因为假基督、假先知将要起来，显大神迹、大奇事，倘若能行，连选民也就迷惑了。」（《马太福音》二十四章 24 节）在末世，假基督、假先知将会兴起，传讲一些似是而非的道理，从而迷惑人。

坚信《圣经》真理

基督徒所信的真理：耶稣基督是三位一体的独一真神；祂为担当世人的罪，降世为人，被钉死在十字架上成就救恩；祂死后第三天复活，战胜死亡；40 天后升天，坐在天父的右边。一切信祂的人，都能够进入天国，得着永恒的生命。耶稣预言祂会再来，行审判的工作，但那日子没有人知道。

感谢主，把上帝的默示，就是《圣经》留给我们；并在耶稣基督升天后，赐下保惠师，就是真理的圣灵，不仅成为我们得救的凭据，而且随时将《圣经》的真理启示我们，引导我们分辨异端，认识真理。愿弟兄姊妹和朋友们，无论是听道还是阅读信仰方面的书籍，都本着《圣经》的真理，随时带着祷告的心，慎思明辨，拒绝异端的搅扰，跟随基督的脚踪，得着永远的生命。🕊️

巴黎基督教新焦点教会

EGLISE PROTESTANTE NEWFOCUS DE PARIS

教堂地址：

1- 3 Place Joinville (1 Rue de Joinville), 75019 Paris
Métro: Crimée (ligne 7) / Ourcq (ligne 5)

中心地址：

2 Rue Suchet, 94700 Maisons-Alfort
地铁 8 号线 Maisons-alfort Les Juilliottes

主日崇拜：15h30 - 17h30 (中文、法文)

儿童主日学：15h30 - 17h00

青年聚会：20h00 - 22h00 (周五，中心)

联络人：孙柯楠牧师

电话：06 22 56 41 29

Email: kenanfr@yahoo.com

NEW FOCUS CHURCH
FOCUS ON JESUS

将一切焦点转向耶稣

人的軟弱與神的大能

戴邵聰

近年經常與年輕人查考《聖經》，無論查考哪段經文，總會帶出該段經文與我們的關係，又或者思考其中的信息該怎樣应用到生活之中。身處在美國這個多元自由，卻又充斥著矛盾與分裂的社會里，是極大的挑戰。無論是政治議題、社會時事，甚至是民生問題等，都難以引用《聖經》經文一概而論，解決所有問題，只能按照《聖經》的原則去理解、去判斷。

世上沒有完美的人

尤其是當我們去評論一些公眾人物時，往往會被外界資訊所影響，一方面有可能會「神性化」一個公眾人物，另一方面亦會「妖魔化」他的對頭人。可是當我們靜下來想想，便知道世上並沒有完美的人，《聖經》提到：「因為世人都犯了罪，虧缺了神（上帝）的榮耀。」（《羅馬書》三章 23 節）



《聖經》記載的參孫，便是一個充滿爭議性的人物。參孫的誕生本身就是一個神迹，他的母親原本不育，但天使向她顯現，預告她將生下一個兒子，這兒子會拯救以色列脫離敵人之手。參孫被揀選作為以色列的士師，在 20 年間，曾經以超人的力量，單槍匹馬擊殺了過千敵人，但他卻有著人性的軟弱，尤其是在情感和道德上。他屢次陷入女人的誘惑，最終被背叛，失去了力量及被殺害。（參《士師記》13 至 16 章）

這揭示了即使是神所選召的強者，也會因軟弱而跌倒，也因著人的不完美，反映出其實我們都是好壞參半、優點與缺點並列的個體。參孫的故事帶給我們多重啟示和提醒，我們無論多強大，畢竟都有人的軟弱。若能悔改歸回創造主那里，上主會以祂的慈愛與憐憫去幫助我們，神的大能就在我們的軟弱中顯明。

軟弱中顯明神的大能

我服侍的其中一個青年人，經過多年的思考與尋找，今年終於願意決志跟隨耶穌。信主之後，他經歷救恩的喜樂、主內肢體的關愛，更在神的話語中嘗到甘甜；但同時，他仍要面對感情的創傷、工作上的挑戰、與家人朋友關係的磨合。他喜歡閱讀、思考，觀點有其過人之處，但與人相處方面，還有很多需要學習及改善的地方。

正正因為他的個性和行為的矛盾與複雜，使我想到了在神眼中，其實我們都是一樣，既是敗壞軟弱，却又是寶貴可愛。只因我們都是祂所造的，有祂的形象，所以祂愛惜我們，甚至甘願在我們還作罪人的時候為我們死，這也顯明了神對我們的愛。（參《羅馬書》五章 8 節）

正是我們的軟弱與不完美，看參孫的故事會責備與惋惜之外，更多了一份提醒與警醒，即使是在我們看似失敗的時刻，神仍然在掌管，並能通過我們的軟弱成就祂的旨意。因此，無論你現在正面臨什麼挑戰和誘惑，總要相信神的大能，並切切尋求祂的引導和幫助，因為「祂是愛我，為我舍己。」（《加拉太書》二章 20 節下）

歐陸版「號角雙月報」贊助廣告

歐陸聯絡人：林福春牧師

電話：00-33-(0)6-2382-1151（手提） 00-33-(0)1-4271-4052（辦公室） 電郵：chiufuchun@yahoo.fr

助理：許薰方傳道

電話：00-33-(0)6-2045-3350（手提） 電郵：fangfang_la@yahoo.com.hk

凭爱心而作

文 / 田距 图 / Ines Lee

上两个月提到庆祝母亲节、父亲节，都少不了丰盛大餐！小强自言自语：「接下来又是什么节日大餐？」Tony说，我上网查过了，7月第四个星期日是美国的父母节 (Parents' Day)，不同国家有不同的日期庆祝，不过联合国在2012年宣布的「全球父母日」却是6月1日。

父母难相处吗？

洪仔说，除了母亲节、父亲节，再多个父母节似乎重复？

轩仔说，我发现《圣经》很重视父母——上帝藉着摩西颁布「十诫」中的前四诫讲人与上帝的关系，后六诫说到人与人的关系，首先就是「当孝敬父母」。（参《出埃及记》二十章12节）《圣经》很多地方清楚讲到不孝敬父母的人有非常严厉的惩处。



琪琪说，我记得敏姐曾经讲过主耶稣为我们作了顺从父母的榜样。（参5月《号角》）

Amy说，从小就是吃父母的、穿父母的，怎么可以不顺从！不过现时社会似乎反过来是父母对孩子百依百顺、有求必应，孩子像小霸王，蛮不讲理！

小强说，我知道自己调皮捣蛋，时常惹麻烦，因而被爸妈训话是常事，但是有时自己没做错、被误会，难免会顶撞几句。有次住我家对面的同学被父亲打屁股，我爸说：「如果你闯祸，就跟他一样！」我觉得不被尊重，委屈、受伤、害怕，甚至觉得和父母相处好痛苦，似乎以孝顺为名就可以强词夺理；所以我有时当作没听见……

小仪说，身为父母，总是想竭尽所能地把最好的给孩子，也包括催逼你做功课、报名补习班、报名舞蹈班，甚至说「爸妈辛苦打工又加班，都是为了你。你要争气啊！」以前我贪玩好动，父母「威逼」我周末上中文学校，我一脸不情愿；不过现在很感激，学会了讲国语，暑期跟爸爸一起去中国旅行不用担心语言不通了。

阿Joe说，被爸妈训话首先要自我反省。我也曾经在学校闯祸，爸爸告诉我：「有错要认、要负起责任甚至弥补过失，并且明白错在哪里，以后就不要再发生。」当然，爸妈有时也有错，甚至操控限制我的自由，但我可以操练原谅父母。

使父母欢喜快乐

敏姐说，《圣经》说「疼爱儿子的，随时管教。」「教养孩童」是父母的职责。「养不教，父之过；教不严，师之惰。」不过现今社会强调自由、强调个性发挥，学校老师怕惹事而不敢管，家长不敢打骂（担心被投诉虐待儿童），孩子又嫌父母罗嗦、很麻烦，总想脱离父母的约束……所以设立母亲节、父亲节、父母节，不管定哪一天，都是提醒作儿女的，要体谅父母的心思、感谢父母含辛茹苦养育之恩，也表达欣赏、佩服。

骏哥说，人生道理、很多的教训，在《圣经·哥林多前书》十六章14节有个归纳：「凡你们所作的都要凭爱心而作。」儿女爱父母，就要安分守纪，不惹麻烦，不叫父母担忧——学生时期好好读书、锻炼身体；出来社会就业，工作勤奋尽责、积极乐观；待人接物有爱心、有礼貌、有分寸……如此，就必如《箴言》廿三章25节：「使父母欢喜，使生你的快乐。」带给父母安慰，也得上帝的喜悦，甚至可以叫上帝的名得荣耀。

华人习惯说「孝顺」，《圣经》讲「孝敬」，不单是顺从，还有尊敬，尤其是当父母逐渐衰老迟钝、行动不便（甚至中风、失智）时，更要顾及他们的自尊，将心比心，不但供奉衣食无缺，还要关心他们是否感觉无奈、寂寞，而且制造机会多陪伴，也要帮助他们适应环境的变化，抽时间教他们学习新科技、上网、用智能手机、收听《号角月报》朗读版，鼓励他们参加教会的老人团契等，带领他们信主爱主，每天都开心！🙏

馬提尼克華人宣道會

L' EGLISE CHRETIENNE MISSIONNAIRE CHINOISE DE LA MARTINIQUE

教會主題：與神同行，廣傳福音



崇拜地址：Impasse Tilapia
Z.I. Lézarde 97232 Le Lamentin

崇拜時間：主日下午四點至五點半



聯絡人與電話：曹沛文弟兄 +596 (0) 696 335168

傳真：0596 52 72 43

Email: ecmcm@hotmail.fr

Facebook: Ecmcm

婚姻里复和之路

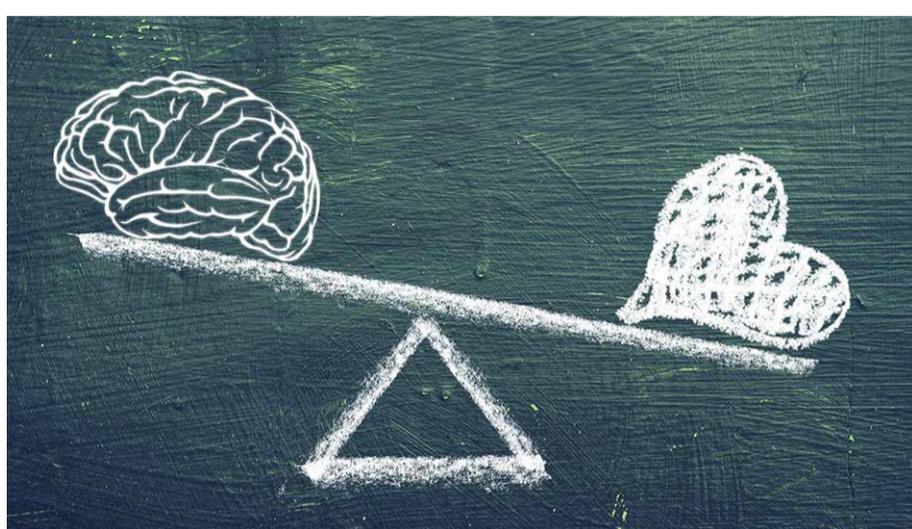
李飞君（执照心理谘商师）

在上月的文章中提到有一对夫妻，曾经出轨的丈夫想从头来过，然而太太却心里恨他，不能原谅他。透过辅导，妻子明白到自己抓住恨不放的时候，不单是在惩罚丈夫，也在惩罚着自己和影响儿女，大家都被困在负面痛苦的家庭关系里。当妻子决定了接纳和宽恕丈夫，却发现关系复和之路并不是想像中容易。

饶恕是不计过往，愿意开启新的一页，不过，过往引致婚姻出现问题的个中原因仍然需要正视和了解，否则只会变成「换汤不换药」而已。

原生家庭对他们的婚姻影响不少，他们各自父母的婚姻关系都不理想，丈夫的童年不快乐，对强势的母亲有怨恨，带着情感的伤疤进入自己的婚姻，寄望在婚姻关系里得到弥补。而妻子在她的原生家庭不被重视，自我价值没有

没有被肯定，她渴求在婚姻里丈夫会爱护、欣赏她；然而她丈夫不



善于给予鼓励和肯定，而是把全副精神放在建立自己的事业上，她感到失望，所以转而把她的时间和精力放在养育儿女的身上，以儿女的学业成绩为自己的成就和价值。丈夫感觉被妻子忽略，此时遇到一个很懂得关心和体贴自己的第三者，正像沙漠遇上了绿洲，所以闹出了婚外情。

再者，父母的不良婚姻没有留下好榜样，下一代婚姻里的互动也很容易重现父母的负面沟通和处理关系的模式——批评争闹、以眼还眼、积压怨恨等。这些都是因经历而学习来的行为 (Learned Behavior)，往往会一代传一代。

夫妻二人在和解后，需要明白爱的真谛是以对方的需要为优先。妻子了解丈夫对温暖母爱的渴求，丈夫亦学习多肯定妻子的善良本质和能力，彼此重视对方的感受，大家的性格与脾气，需要肯为对方作出调整，刻意打破以往的负面互动模式，重新学习健康正面的沟通方法。

每次他们把争执带到辅导室时，我都会对他们感到受伤的情感给予同情及肯定，不过我也鼓励他们，当对方的缺点触动自己情绪的时候，首先冷静一下，停下来想一想：我应该怎样回应才不重蹈覆辙？我的反应是否会帮助及保护我们的婚姻？我是否坚持在重修婚姻路上的方向？

真爱，必须包括情感与理智。关系复和，首先要耕耘的是自己心灵的土壤，明白到成熟之爱是从自我中心逐渐转移至以对方的好处为中心，实践爱人如己。🕊️

※ 欢迎参加在纽约上州角声生命庄园举行的「夫妻营」，主题「宽恕与和解」，国语 7 月 12 至 14 日，粤语 10 月 11 至 13 日。笔者也会在营中带领婚姻工作坊。（请参本报第 19 版广告）

「橄榄树全人关怀」推动社区、家庭、教会对精神疾病和心理问题有更多的认识和提供实际有效的关怀方法，请留意网站 olivetree.cchc.org 心理辅导服务及心理健康教育讲座与资讯。



基督教巴黎中华宣道会
Eglise Alliance Chinoise de Paris

聚会时间如下：

主日崇拜：下午 3h30 国/粤语

法语崇拜：上午 11h00

法语查经：主日下午 2h00

儿童主日学：主日下午 3h30

法语/国语学生团契：每周五晚上 7h00 至 10h00

长者团契：每月第一周六上午 11h00

联络人：谭武传道 电话：07 69 07 98 55

教会地址：12 Villa d' Este, 75013 Paris, France
(巴黎 13 区 10 座背面，五洲商场隔邻)

公共交通：
Porte d'Ivry (Metro 7, Tramway T3A);
Olympiades (Metro 14, 在 600 米)

做盐做光

(马太福音 5:13-16)

电话：01 45 85 75 38

网址：www.eacpfr.com

电邮：eacpfr@gmail.com

父亲的皮带

文 / 李道宏 图 / AI 创作

在整理父亲遗物时，大妹好奇为什么爸爸会有这么多皮带？我解释：「其实每条颜色略有不同。我想让爸爸天天都换不一样的皮带。」妹妹们似乎并不十分满意这答案。



这种大号无孔皮带方便调节松紧，十分方便，又轻又宽。陪伴爸爸散步时，我通常从后抓住他裤头上的皮带，免得他失足。在他行动不便的最后几星期，我也是用这皮带来帮助他移动。

小妹恍然大悟：「原来照顾老人家还有这么多学问！」

被爸爸用皮带修理

我们在整理和折叠准备送出的老爸的衣物。小妹突然问：「你有没有被爸爸用皮带修理过？」

大妹抢着回答：「有！我记得你经常被爸爸狠打。」父亲不算传统严父，深知不该将怒气发泄在子女身上。然而我是调皮捣蛋儿子，屡屡考验他的耐性。

我尴尬地笑着警告大妹：「别提那些陈年旧事。至少我被修理从来不是因为自己的功课或成绩！如果没记错，我挨打往往与你们有关……」

爸爸是小教会的传道人，爸妈俩几乎每晚都会出去探访信徒，或是带领聚会。我自然要包揽家中事务，也包括照顾两个妹妹的学习。

若不提起，我还是第一次回忆这段日子：「你们两个总是争吵不休，我要充当调解人，而你们不认真读书。但等爸妈回家，你们就告状，接着就是我被修理。」

我仍记得皮带落在身上的疼痛，以及父亲脸上失望和愤怒交织的表情：「你是老大，你有责任照顾妹妹！」

我自夸：「你们两个有今天的成就，是我为你们奠定了良好的读书习惯，是我受责打换来的，你们要心存感激！」

新的育儿法

然而我清楚记得，在我 16 岁生日那天，爸爸说送我生日礼物。他说：「从今天开始，我不再用皮带来管教你了！你给我跪下，我也跟你一起跪，我们一起祷告，直到你承认错误，祈求上帝的宽恕，我也原谅你，你才能起来！」这生日礼物实在匪夷所思。

记得第一次接受这个惩罚，下午跪到深夜，没有晚餐，妈妈也劝不动父亲。父子跪在床的两边，他不停祷告，直到将近半夜，我才崩溃投降。

对于一个叛逆青少年、牧师的儿子来说，这样的惩罚实在比皮带更加严厉。

随着时间的流逝，我逐渐理解父亲的良苦用心，更是能感受到父爱始终如一。

当我自己为人父时，发誓绝不会像父亲那样用皮带或棍棒来管教孩子。我深刻地意识到，身体惩罚可能会在孩子心中留下挥之不去的伤痕。我选择用爱和耐心来教导孩子，与他们交流，聆听他们的想法，并身体力行做出表率。当孩子犯错时，我会耐心解释错误原因，引导他们寻找解决问题的方法。

我的四个孩子中，两个在青春期确实让我几番动怒；但至少我没用体罚。我深知不该对儿女发火，只有一次搥了女儿一巴掌，事后我深感懊悔并立即道歉。那次事件让原本紧张的父女关系倒退了几年。

今天，皮带有了全新的意义，曾经的刑具变成父子之间表达爱的工具。

《以弗所书》六章 4 节：「你们作父亲的，不要惹儿女的气，只要照着主的教训和警戒养育他们。」虽然《圣经》也提到体罚，但更重要的是用爱心为基础，以恩典的方式来实施，最终目标是帮助儿女一生敬畏上帝。🙏

基督教法国华人教会

Eglise Evangélique Chinoise en France

2020-2022 教會主題

作主门徒. 扎根真理

26 rue chapon 75003 Paris France

TEL: 00 33 (0)1 42 71 40 52 (林福春牧师) 手机: 0623821151

手机: 0642348763 (邱新华传道)

(崇拜地点) 1 rue Omer talon 75011 Paris Metro: pere Lachaise / Saint maur

主日会堂崇拜: 15H30 - 17H00

约书亚法语团契主日早上: 10H30 - 17H00 儿童主日学主日下午: 15H30 - 17H00

周一 15h30 餐福小组1 餐饮业信徒	周四 15h30 路得小组 已婚未婚姐妹
周二 14h00 长青团契 年长退休者	周四 19h30 蒙爱小组 已婚未婚姐妹
周三 19h30 青年小组 学生与社青	周六 15h30 餐福小组2 餐饮业信徒



生活是个训练场

江琬瑜

安亚 13 岁的那年春天我们去台湾探亲，并安排参访两个基督教机构——位于马祖的家庭扶助基金会和花莲市的毕士大教养院。我曾经梦到马祖北竿的芹壁风景和石造屋，心想或许天父要我去看看那里的孩子，家扶基金会主任欢迎我们。



雾中的午餐

同时一对牧师夫妇推荐我们造访的毕士大教养院，由宣教士创立，收养了一两百位身心障碍的孩童和成人，许多家庭还没机会认识耶稣，我听了心里火热，想带着安亚去传福音。毕士大院长筹备了一场分享会，预计 300 人参加。

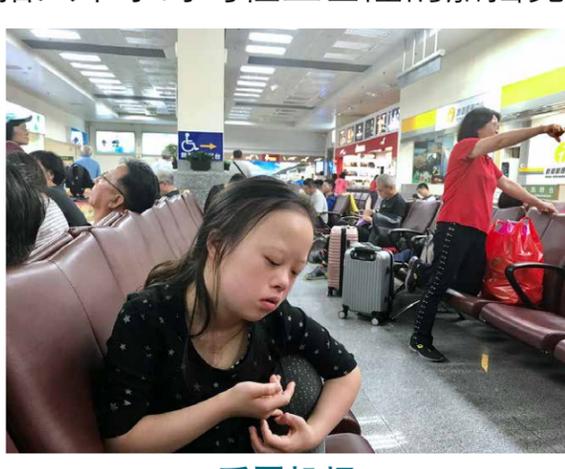
被困马祖岛

我们按照计划先探访马祖家扶中心，完成了捐款和助养儿童，之后却被困马祖岛。大雾的缘故飞机停飞，马祖机场照明设备不足只能靠机长目测判断起飞降落，没飞机从台北飞来，就没飞机返台北。母女俩每天一大早去马祖机场等飞机，两天傍晚都败兴而归。我们不想再困马祖岛，到第三天只好改搭八个小时马祖至基隆的船摇晃回到台湾本岛。这一折腾，去花莲传福音的行程完全被打断，我在受困马祖的第二天下午泪洒马祖南竿机场，电话那头向毕士大的院长道歉，那天教养院坐满人，身为主讲人的我却无法到场，我为失信于人感到难过，为失去传福音的机会感到伤痛，像是泄了气的气球般感到无力与疲软。



没飞机改坐船

我对上帝说我不明白，我们做的难道不蒙上帝喜悦吗？上帝要我在被困在马祖机场这件事学习什么功课？许多弟兄姊妹为我们祷告，大雾始终没有散去，反而越来越浓，我们仍被困在机场傻傻等待。安亚乖巧顺服地待在机场等了两天飞机，即使偶有不耐烦，也只是向我微笑撒娇说：「No airport（不要待在机场）」。



受困机场

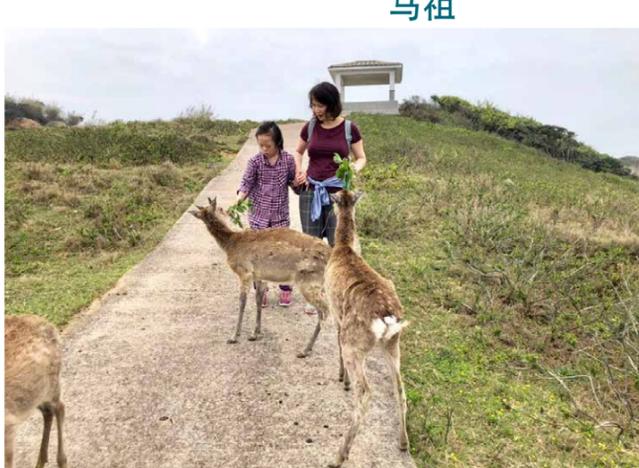
我对上帝说我不明白，我们做的难道不蒙上帝喜悦吗？上帝要我在被困在马祖机场这件事学习什么功课？许多弟兄姊妹为我们祷告，大雾始终没有散去，反而越来越浓，我们仍被困在机场傻傻等待。安亚乖巧顺服地待在机场等了两天飞机，即使偶有不耐烦，也只是向我微笑撒娇说：「No airport（不要待在机场）」。



马祖

上帝的训练

安亚的沉稳令我十分感动。机场无限期候机是磨人心智的一件事，周围充满了旅人们不耐烦抱怨的负面情绪，而我能做的就是不住祷告、保持相信、接受结果。而安亚承袭了我的泰然自若。



即使心里受伤，我可以保持冷静，接受计划泡汤。感谢主，安亚一直安静地陪着我，不吵不闹，我们趁着没班机的空档去吃午餐，边用餐边看雾看书看海，恍若与世隔绝。用餐后再返回机场继续候机，直到傍晚确定没班机就去旅馆休息吃米线，隔天再等。

台湾的 12 天旅程，三分之一时间待在马祖，是我始料未及。我们有更多机会了解马祖，为这片土地还有这里孩子的救恩祷告。我心里忧伤返纽约，圣灵给我一句安慰的话语：「生活是个训练场，上帝所爱的所用的，祂必管教训练。」

这个领受使我明白没有一件事是理所当然的，我不应该以自身处境的顺遂和意思去质问上帝。反之我和安亚都应该感到高兴，因我们共同经历了一次训练，那就是即使头脑无法理解明白为什么，即使身陷困难痛苦，只要相信天父在我们的生命中有祂美好的计划和安排。生活是个训练场，我们都需要大小的不顺遂去强健锻炼属灵的肌肉，使我们刚强壮胆。🙏

（作者女儿安亚生来有唐氏症，安亚爱上帝爱人。在安亚 18 年的短暂生命里动过五次心脏手术，她总是以喜乐的笑脸面对医疗介入和学习成长的挑战。安亚时时歌唱跳舞敬拜赞美上帝，喜欢美食旅行和朋友，生前的愿望是乌冬面生意，她的父母将带着安亚的爱持续投入特殊家庭事工。更多与作者互动可至 YouTube 频道「黛安的农场生活」。关于特殊家庭事工 Good Job Angels 请见网站 www.goodjobangels.org）

法属瓜德罗普华人宣道会

Église Évangélique Missionnaire des Chinois de Guadeloupe

地址：49 Rue des Roses, 97139 Le Raizet Guadeloupe

聚会时间：

主日崇拜：每周日下午3点钟至5点钟

主日学：每周日下午3点钟至5点钟

祷告会：周六晚上8点钟

联系人：王峰弟兄

联络电话：0590858745

教会异象：以基督的心为心，扩张神家的国界

天父赐的世界大奖

安莹

2024年4月28日，从「讯号 (Signal)」收到长子约瑟传来的好消息：

「今年树溪高中 (Timber Creek High School) 度过了一个精彩的机器人赛事年！在达拉斯机器人世界锦标赛中 (VEX Robotics World Championship 2024) 打破了历年来的纪录：

1) 今年树溪高中获得 16 个奖项，我的长孙女妮迪雅 (Lydia) 的团队当年刷新纪录 15 个；

2) 三个树溪高中团队取得参加世界锦标赛的资格；

3) 三个树溪高中团队首次透过预选赛，全部进入淘汰赛；

4) 我的长孙弥敦 (Nathan) 的团队，是树溪高中第一次进入决赛的队伍；

5) 我们第一次在世界锦标赛上，获得设计奖。」

这消息实在令人振奋！当时我和几位姊妹一起聚会，轮流分享《圣经》的亮光。我忍不住大声呼喊：「感谢天父！祂听了我们的祷告，弥敦的团队赢得世界大奖啦！」

大家看到一向冷静的我反常地大声疾呼，都吓了一跳！回过神来，大家喜出望外：「恭喜啊！妳的儿孙实在太优秀了！愿荣耀归与上帝！」

屡挫屡败 越战越勇

是的，愿荣耀归与上帝！我有两位孙男、两个孙女，在过去 4 年，头三个孙孩的学校比赛团队，都在佛罗里达州机器人赛事中，获得州际冠军。但连续 4 年参加 VEX 世界锦标赛，都铩羽而归，在最后决赛之前，就已经被淘汰了。

感恩的是，父母们没有责备，只有安慰和鼓励，让孩子们们的挫败感一瞬即逝，回到家里就和团友共同钻研，积极改善机器人的性能，期望「他」能成为「常胜将军」。在整个赛事的过程中，父母们都不断为孩子加油、打气。

然而，要在世界锦标赛中脱颖而出，谈何容易？2024 年，有来自全球的数百个团队参赛。少年菁英云集，都花尽心思、费尽精力预备，谁又能预知「鹿死谁手」？

这次孙儿弥敦二进赛场，我真怕他又受挫折，因此决定恳切祷告，祈求阿爸父（上帝）让弥敦的团队得奖，就算是个小小的安慰奖，对他和团友来说，也是个莫大的勉励呀！

喜讯传来 雀跃欢欣

凭着信心祷告后，我等待着上帝赐给弥敦团队的安慰奖。然而上帝的恩典，超过我们所想所求。当喜讯传来，全家人都欣喜若狂！我的次子大卫直呼：「这是『零』的突破，我们家向『世界冠军』迈进啦！」

仍然沉醉在胜利喜乐中的我，理智地想：「这奖项是天父赐的，祂才是真正的世界冠军！」

外子和我是第一代移民，教育子女的思维，与美国文化有很大的差异。回顾孩子们小时候，我常常告诉他们不要做这、不要做那；很少告诉他们应该做什么，怎样去做；并常常告诫他们，凡事「不可张扬、学习谦卑」。令他们虽才智过人、出类拔萃，却落得中规中矩、平平无奇！

每次看到身手敏捷，在运动场上得奖无数的次子，我就悔恨当年只知说他「俏皮捣蛋」，而没有发掘他「好动」的恩赐，把他培养成奥运金牌得主。我的儿子、媳妇就好得多了，他们尊重每个孩子的天赋，鼓励他们发挥潜力、追求卓越、荣耀上帝！

眼看不少新移民家长，都像我从前一样，用中国的教育思想，限制了孩子的发展。所以撰此小文，盼望大家从中得着启迪，把儿女培养成时代菁英！🙏



左起：Nathan、Ailey、Henry、Ethan



基督教会巴黎华人恩典堂

Grace Church Christian Chinese de Paris

2021年主题：十架之道 恩典之年

恩典堂聚会时间：

- 每月第二周10点30至12点中文宣教培训
- 每主日上午10点30至12点法语崇拜
- 每主日13点至14点30仁爱团契聚会
- 每主日13点至14点30喜乐团契聚会
- 每主日13点至14点30和平团契聚会
- 每主日15点至17点中文崇拜聚会
- 每月第一个周一和第三个周一查经聚会
- 每月第二个周一和第四个周一祷告聚会

新堂地址：45 rue de delizy 93500 Pantin

每个礼拜一晚上 20h-22h 有祷告会与查经会 每月第一周和第三周的礼拜二

联系电话：06 46 30 55 14 周晓敏牧师 Email：zhouthomas@hotmail.com

耶稣配得深情敬拜

清山渡

过去法语教会多半使用英语教会的诗歌，加以翻译成法文，但近几年来，喜见许多原创的法语基督教诗歌，在教会吟唱，在油管传播，令人欣喜。

毕竟法语世界的人，有法语文化专属的气质和性情，正如我们华人的中文诗歌，展现出华人的温柔敦厚个性，表现形式内敛抒情，不喜过快的节拍、歌词有文学韵味更好。同样的，英语系的现代诗歌，习惯有摇滚般的轻快节奏，或是宣告式的得胜之语，而法语诗歌偏向抒情，编曲法也比较柔和有古典味，可能因法语的柔声细语吧。

现代基督教诗歌制作人丹尼·卢腾 (Dan Luiten)，深明此一差异，所以他在所出版的专辑介绍里说：「上帝呼召我们唱出心里赤裸的感受，而不是只有单单附和回应而已；同样的，将好听的英文诗歌翻译成法文是一件美事，但自行创作，感动讲法语者的诗歌，是一件更美的事。」

他的这一番话，讲出了法语世界里基督徒的心声。他不仅创作、编曲和教导人敬拜，还将现代乐器的电子钢琴、电子吉他和鼓等，加上古典吉他、大小提琴等的编曲，卓越的表现和动人的音乐，得到英语世界的赞赏。

不定有朝一日，法语诗歌能被翻译成英语呢。讲法语的基督徒，比起天主教徒，并不占多数。然而，在上帝几十年的培养和帮助下，目前开始出现亮丽的成绩，让人惊奇，佩服上帝真是不偏待人，每一个民族在祂眼中都一样宝贵。这是上帝才能做成的，不是靠人力能够成就的。

网路上对丹尼·卢腾个人的介绍并不多，诗歌作品却不少。笔者只在他专辑的网站上听到见到他接受加拿大法语区的地方电台采访，讲述他们夫妇同心事奉、看重沟通的故事。1996年丹尼在二战联军登陆法国的城市丹客 (Dunkirk) 信主，此后将自己的音乐天份贡献给上帝使用，经常以音乐来传福音。2001年他和新婚妻子爱丽丝双双进入加拿大魁北克的法语圣经学院就读，接受神学装备。在魁北克新生命教会事奉期间，出版了几张法语敬拜专辑，其中一首单曲《Toi seul est digne (主祢配得)》被广为传扬到世界各地。

丹尼·卢腾在个人网站上说：基督徒的音乐人，在追求卓越的同时，应当配合主任牧师，顺服、尊重他有从神而来的权柄和异象，要协助他成就那异象，切勿因自己的音乐天分而自高自大。现今他加入魁北克法语神学院，担任音乐敬拜部主任，进一步补足法语敬拜人员的缺乏，装备法语人才有纯熟的神学根基、与主亲密同行。毕竟上帝所造，最美丽的天使长路西弗，是因为骄傲，自己想僭越神的宝座而堕落；因此音乐人应当谦卑，将上帝所赐的恩赐，让上帝来使用。也藉着发挥这恩赐，让上帝得到最大的荣耀，使人的心思意念都降伏于主耶稣。



在此摘录一首由七人编曲、十人以乐器演奏、两人领唱、十人录音和剪接、四人摄影和录影所制作的专辑《Sur la Terre (在地上)》，其中的一首诗歌《我向祢歌唱 (Je viens chanter)》：

第一段

Tu m'as formé de la poussière, Tu remplis de ta vie mon esprit, Tu m'as guidé vers ta lumière, Tu remplis de ta vie mon esprit (祢从尘土造我，将祢灵充满我，引领我进光明，将祢灵充满我)

副歌 (一次)

Je viens chanter, pour glorifier, Ta majesté, je viens t'adorer (我向祢歌唱，荣耀祢名，祢为至高，我敬拜祢)

第二段

Tu as souffert pour me guérir, Je vivrai dans ta paix chaque jour, Tu t'es offert pour m'affranchir, Je vivrai dans ta paix pour toujours (祢受苦、医治我，赐我每日的平安，祢献上生命，释放我脱离捆绑，赐我永远的平安)

副歌 (两次)

桥段 (三次)

Je suis à tes pieds, le cœur émerveillé, Devant ta beauté Seigneur, Je suis prosterné devant ta royauté, Je viens t'adorer, Seigneur (我跪拜祢脚前，心中惊奇，主啊，祢如此美丽，我俯伏在祢宝座前，主啊，我敬拜祢！)

副歌 (两次)

正如《圣经》应许，上帝要显大能帮助向祂心存诚实的人。愿我们都将自己献给耶稣，无论恩赐多少，让祂得荣耀，我们得满足。🕊️

(YouTube 可观赏到此作品，其中钢琴手即为丹尼·卢腾)

閣下可以透過下列途徑，支持這份為歐陸僑胞出版的報紙：

- 除了自己阅读《号角欧陆版》，增加智识、开阔视野外，欢迎你多拿几份，送赠亲友。
- 为亲友订阅《号角欧陆版》。
- 在《号角欧陆版》刊登广告，以助本报经费。
- 奉献支持《号角欧陆版》，支票抬头请写：Association Chinoise Herald Europe 译寄：Herald Europe, Mrs. Chiu Hon Si (Fu Chun) 26 Rue Chapon, 75003 Paris, France
- 或直接存入下列户口：

戶口名稱(Account name): ASSOCIATION CHINOISE HERALD EUROPE
 歐元戶口號碼(Account No.): 00020194201
 銀行名稱(Bank Name): CIC PARIS TURBIGO
 銀行號碼(Bank No.): 30066 10641
 Code BIC: CMCIFRPP
 IBAN No.: FR7630066106410002019420123



浮光掠影印象派

郝青松

印象派艺术发生在 100 多年前的法国，以光色关系的表达著称。在艺术中，光色属于形式审美的范畴，但现实并非只有纯粹的艺术世界，印象派不可能自外于当时风起云涌的社会运动。

印象派的浮光掠影

如同今天的纽约，19 世纪的世界艺术中心法国，是天堂也是地狱。现实主义艺术家杜米埃、米勒的作品呈现了底层阶级的苦难和盼望，福楼拜的小说《包法利夫人》与巴尔扎克的《高老头》则揭露了贵族社会瓦解和中产阶级形成期间拜金主义的流行。

不同于现实主义艺术的社会关怀，印象派艺术家，艺术观念激进，社会观念却很保守。他们把自己视为中产阶级和上流社会的一员，热衷于表达色彩缤纷的富裕生活，只是偶尔流露出对社会底层生活的浮光掠影。

但正是这浮光掠影，却透露出真实的社会现象。城市与乡村的时间断裂、都市中的人际疏离、环境污染、阶级对立等等现代化的危机，都出现在印象派作品中。

时间空间碎片散落

当现实主义艺术的理想主义精神退去，标榜自己更加科学、更加写实的印象派，在作品中尽情歌颂中产阶级的登场。但他们激进的绘画观念和技法，却难以让新兴的中产阶级完全认同。当时的艺术评论家路易·勒法 (Louis Leroy)，在一本嘲讽性的杂志中，撰文质疑莫内的都市风景作品：「我在卡布欣大道上漫步时就是这副德性吗？」

马奈、莫内、雷诺瓦、毕沙罗等印象派艺术家，与现实主义艺术家相反，几乎没有近距离人道主义的情感特写。他们所在的城市生活倏忽飘移，身心疏离，人的存在感稍纵即逝。与艺术史中古典艺术的神圣与尊严相比，印象派艺术充斥了时间与空间碎片的散落。



莫内的油画《卡布欣大道》

这样看来，印象派的写实更是对现代化社会中真实人性的前瞻性揭示。人的主体逐渐被解构，人与人之间因异化而疏离，直到今天，我们依然生活在这样的历史趋势中。

当印象派画家在绘画中表现自上而下俯视的现代化都市时，却反映出人与神、人与人两种关系的异化。回看米勒的作品《晚祷》(图 2)，当时他一贫如洗，却有喜乐和平安的内心，因此能够画出如此静默而庄严的作品。天地之间，上帝与这一对敬虔祈祷中的夫妇同在，他们也彼此相爱，在内心中凝视对方。耶稣说：「你要尽心、尽性、尽意爱主——你的神（上帝）。这是诫命中的第一，且是最大的。其次也相仿，就是要爱人如己。这两条诫命是律法和先知一切道理的总纲。」（《马太福音》二十二章 37-40 节）《圣经》在这里建构了一个十字架的关系，包含了人与神的垂直关系和人与人的平面关系。正是依靠这份双重之爱的关系，我们可以在基督里恢复成为因真理而自由的主体，成为神初造的完整的人，而不是现代性危机中人性的割裂与异化。



米勒的油画《晚祷》

印象派注定会在浮光掠影中随风而去，圣灵则将带领艺术家们继续前行，从时间和空间的光色碎片中脱身而出。在紧随其后的艺术史中，新印象派画家修拉和后印象派画家塞尚分别在时间和空间的视角画出了永恒的维度，后文再述。☺



法國華僑基督教宣道會

Église Chrétienne Missionnaire Chinoise de France

主日崇拜時間：9:30 (法語) / 11:00 (粵語/普通話)

地址：16, Passage National, 75013 Paris, France

地鐵站：Porte d'Ivry (#7) 電車：Porte d'Ivry (T3)

電話：33 (0) 951 70 83 20 傳真：33(0)1 45 86 83 20

聯絡人：林庭光牧師 E-mail: acecmcf@gmail.com

歡迎僑胞參加！

困在时间里的父亲

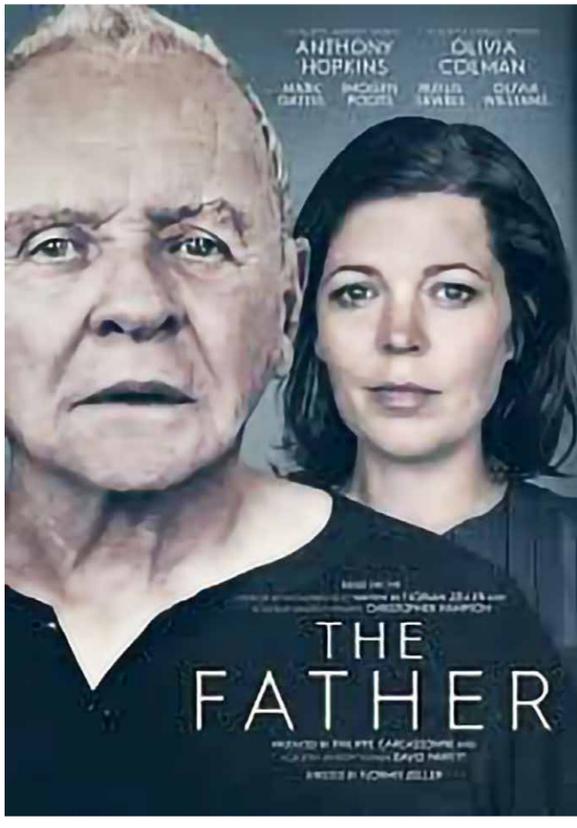
李放

《困在时间里的父亲 (The Father)》(香港译《爸爸可否不要老》)，于2020年上映，立刻获得了普遍好评，获奖无数。在第93届奥斯卡金像奖中获得了六项提名，男主角安东尼的扮演者安东尼·霍普金斯因为精湛的演技，以83岁的年纪成为奥斯卡史上最年长的男主角得主。

女儿两难之间

安东尼的女儿安妮，要离开伦敦，和新男友保罗在巴黎，开始离婚五年后的新生活，可是心中却无比挂念留在伦敦的老父亲，他不仅年迈，还患有阿尔茨海默病(老年痴呆症)，生活不能完全自理。

安妮是他唯一亲人，她深爱自己的父亲，一旦去了巴黎，就不可能每天都来照顾父亲了，最多只能在周末回来看看他，那平时怎么办？安妮陷入深深的苦恼之中。安妮决定为父亲找一个保姆来照顾他，这样她才能放心离开。事情似乎得到了圆满的解决。但是保姆的一通辞职电话，又打破了安妮的宁静。



安妮急匆匆地赶到父亲的公寓，希望可以挽回一切。但是老父亲却坚称保姆偷了他的手表，他不能让小偷照顾自己。尽管安妮轻易地戳穿了他的小把戏。但是面对无理取闹的父亲，她也不得不告诉他，自己要去巴黎的事情。父亲惊讶之余，无法掩饰心中的不安和恐惧。

接下来的场景，都是以一个患有老年痴呆症的病人的视角来呈现的。很多场景的时间、地点和人物，由于老人记忆的缺失而出现混乱。

抗争终是无奈

影片中，反覆出现老人要找手表的场景。他还两次怀疑他人偷了他的手表，一个是保姆，一个是保罗。手表代表着时间与生命。保姆和保罗的出现，都「偷走」了原本属于他的东西，



一个他的私人空间，另一个是他的女儿，所以，他感到恐惧，感到愤怒，也感到难过，他要拿回属于自己的东西，他要不停地抗争。

但是随着病情的加剧，一切努力都归于徒劳，他不得不向残酷的现实低头，他的尊严就像是他的衣服，一件一件地褪去。从开始的西装革履，到渐渐的连毛衣都难以穿上，后来干脆就穿着睡衣在屋里走来走去，最后在养老院的时候，他穿的仅仅是一件内衣。他就像一个无助的孩子，喃喃自语道，「我是谁？」「妈妈，你在哪里？我好想你。」「妈妈接我回家。」

当他无助地将头靠在护工凯瑟琳的肩上时，也向现实和命运低下了头。他不再抗争了，也没有力量再抗争了。

窗外明媚阳光

老人绝望地哀叹：「我感觉自己就像是一棵树，所有的树叶都离开了我。」

凯瑟琳轻声地安抚他，「先穿上衣服……然后我们一起去公园，那里有很多的树，很多的树叶。」

「外面阳光明媚，我们得趁天气晴朗的时候去。我们得抓住机会，因为天气这么好的时候，它不会持续太久。」

在老人表示同意的「好」、「好」的声音之中，镜头从屋内，缓慢顺着照进来的阳光，转向了窗外，窗外是一大片树林，茂密的树叶在微风中摇动……

揪心感慨盼望

影片的内容相当的沉重，在使人感受到压抑的同时，也深深地掀起人们的心。安东尼和安妮的经历，也是很多人在生活中的真实经历，有人正在经历，有人曾经经历，有人将要经历。老人的恐惧，也是我们每个人的恐惧；安妮的困境，也是我们每个人的困境。

影片充分地展现了人性的善与恶。护工比利和安妮的前夫詹姆斯代表着人性的恶，他们的恶言恶语，更加重了老人对未来的恐惧和不安。而代表善的护工凯瑟琳，和忍辱负重的安妮，则如同天使一般，给老人带来了爱和依靠。

影片会使我们想起摩西对人生的感慨：「我们一生的年日是七十岁，若是强壮可到八十岁，但其中所矜夸的，不过是劳苦愁烦，转眼成空，我们便如飞而去。」(《诗篇》九十篇10节)也会使我们想起《传道书》智者的劝诫：「你趁着年幼，衰败的日子尚未来到之先……当纪念造你的主。」

一部好的作品，离不开真实的生活，也会使人想起上帝话语的宝贵，《困在时间里的父亲》就是这样的一部作品。盼望因着神的怜悯，我们年老白发的时候，也许身体被困，但我们的的心灵一天新似一天，走向越来越光明的永生。☺

巴黎华人浸信会

Eglise Evangélique Baptiste Chinoise de Paris

崇拜地址：8, Rue de Palestine, 75019 Paris (Metro #11: Jourdain)

崇拜时间：主日下午三时正

周五团契：周五晚上七时半 迦拿团契：主日中午十二时

教会中心：2 bis, Rue Arthur Rozier, 75019 Paris (Metro #11: Jourdain)

联络人：梁仁惇牧师 电话：06 63 80 31 10 Email：eebcp@yahoo.com

伴我儿出忧郁

莎娜

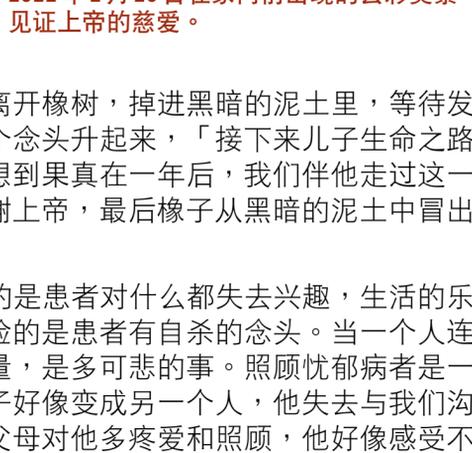
2021年7月4日，我与丈夫紧急地开车6个小时到密苏里州的学校，与当时在读研究院的儿子见面，因为之前在电话中已经察觉他的情况不妙。

橡子掉进黑暗泥土中

见到儿子，谈话中，我们更确定他的精神出了状况：他不能集中精神，头脑常常不舒服，上学期的作业一直不能完成，做事没动力，每天躲在他宿舍的房间里。我们了解他的情况后，知道必须带他回家，帮助他康复，但他却没勇气离开他感到安全的房间。我的心既焦急又难过，最后爸爸对他说：「儿子，爸爸养育你这么多年，爸爸所做的都是为了你的好处，你可以放心相信爸爸。」我含泪地点头。

最后他终于答应与我们回家休息一下。没想到，从此他就离开他的研究院学习，开始了接下来艰辛的忧郁症治疗过程。

接下来我以「橡子 (Acorn)」这个名字称呼我的爱儿。在他进研究院前，我们一家人在园里的橡树下为他祷告道别，当时我看到一个橡子在地上，我联想到《橡果中的橡树 (The oak inside the acorn)》书中的描述，橡子离开橡树，掉进黑暗的泥土里，等待发芽生长。当时有个念头升起来，「接下来儿子生命之路或许崎岖」，没想到果真在一年后，我们伴他走过这一段崎岖之路。感谢上帝，最后橡子从黑暗的泥土中冒出来，重见光明。



2022年2月20日在家门前出现的云彩美景，见证上帝的慈爱。

忧郁症最可怕的是患者对什么都失去兴趣，生活的乐趣都没了；最危险的是患者有自杀的念头。当一个人连活下去都没有力量，是多可悲的事。照顾忧郁病者是一种煎熬，当时橡子好像变成另一个人，他失去与我们沟通的能力，无论父母对他多疼爱 and 照顾，他好像感受不到，每天他孤单地活在他的洞穴里。母亲的心何等伤痛，但我知道我不能责怪他，不是他想如此，是他的头脑生病了。

忧郁症的症状没法量度，橡子在治疗的第四个月，他开始搞得懂自己的情况，他说：「如果这个病像发烧，可以用温度计量度，就好了！」我明白他心中的困扰，每次看医生要表达自己的情况；面对那摸不着的情绪、压力、焦虑等等，要把它讲得清楚，让医生听得明白并且了解，以致给适当的药物和分量，真的不容易。

复原过程的多方帮助

但在上帝的怜悯和恩典下，橡子最终康复了，以下是他复原过程里的一点点，希望能帮助有需要的人。

1. 精神科医生 (Psychiatrist)

最初，橡子看的是家庭医生，服药一个月，没有进步，所以我们带他去看学校推荐的一位非常好的精神科医生。在治疗过程中，医生聆听了解橡子的情况，向我们解释他的病况、药物的作用，并用清楚的图表说明。医生介绍小册子和适合的书本让他阅读，但橡子在治疗了一段时间后，才有精神阅读书本。医生偶尔也用《圣经》经文鼓励橡子。

精神病的药物很多种类，病人需要试药，才知道有没有果效，这是一个艰辛的过程。治疗了差不多两个月，橡子病情仍然进步缓慢，直到第四个月，终于有了转机，当时他说：「我好像从梦中醒来了，又好像从一堆云雾中走出来。」

2. 家人的陪伴和鼓励

在陪伴橡子的头一两个月，我们真的不知所措。橡子每天呆呆地坐着，或者漫无目的打游戏（其实他之前甚少打游戏的）。我们开始回想他之前喜欢什么，如：一种扑克牌游戏，一种桌游，足球，好像喜欢过拼图……想到什么他可能喜欢的，我们就制造机会和他一起活动，有时候一次不成功，就再努力，再努力，帮助他动起来，活起来。其实在药物还没有生效时，这些活动的果效都不大，但上帝在大大陶造父母的爱心和忍耐。

在治疗中期，橡子知道自己需要做什么，却没有能力和动力，上帝感动爸爸，每天早上到橡子的房间问他：「请告诉爸爸，我今天可以为你做什么吗？」橡子会告诉爸爸，请他打电话，回覆电邮等等。

另一个更难的陪伴是了解他的内心世界，虽然我们养育橡子20多年，还以为很了解他；其实了解一个人是一生的功课，他了解自己也是一生的功课。我们学习倾听，不加判断，不急给意见，并尝试站在他的角度看，为着他一点的进步而欢呼，赞美天父。

3. 辅导员：

她是一位有执照的专业辅导员，免费辅导橡子。她用心地聆听、了解并分析情况，帮助橡子自我探索、自我突破、积极和客观地看事情；辅导员也给他实际抗压的练习。

最重要辅导员给橡子一个安全的空间，让他可以说出内心的话，不被批评或定罪。橡子说他的辅导员最了解他，后来得知，这位辅导员曾经是忧郁症病人，如今，上帝使用她成为别人的祝福。

4. 记录病况

病者和家人都需要记录病况，病者的胃口、睡眠、情绪、精神、压力、身体状况、做事情的动力、与别人的互动、自杀念头等等，医生根据记录可以更好地了解病人每天的情况，来判断他的病情。

5. 艺术治疗

在治疗的第四个月，有机会联络上一位基督徒的艺术治疗师，她帮助橡子用画画把心中的想法表达出来。橡子开始明白自己过去隐藏的负面情绪，了解自己的需要，甚至潜意识的想法，自己对前路的期望，在画里都表达出来了。治疗师给了他很好的正面的引导。

6. 饮食

精神健康与肠胃有直接关系：忧郁和焦虑的情绪影响肠胃健康；同样的，肠胃的健康也影响情绪，两者息息相关。改善精神健康，肠胃的不适也会改善；同时，注重饮食健康，吃一些合适的食物，可以帮助抗忧郁和减低焦虑。

7. 运动

忧郁症者很难动起来，需要周围的人的帮助和鼓励。爸爸每天陪伴橡子去运动，安排朋友一起踢球；当他病情好转时，他自己安排每天运动的时间。

8. 规律的生活

每天有固定的时间表。橡子本来就是有纪律的人，病后他尽他的能力规划自己的生活，早餐，灵修祷告，照灯进行光线疗法，散步，听音乐，午餐，休息，做家务，运动等等，后来比较好就开始出去做义工。其实，没有工作、不能学习，一天的时间怎样过？帮助忧郁症者规划时间生活很重要，因为没事情做、闲着，是忧郁症的杀手。

9. 小组关怀

我们把橡子带回家接受治疗时，他在我们住的小镇没有朋友，他感觉更孤单。教会会有几位很有爱心的阿姨，知道橡子的情况，很想帮助他，于是邀请我们带橡子参加她们的家庭小组，每次她们预备很丰富的午餐，亲手做橡子喜欢吃的蛋糕。大家一起读经祷告分享，以经文来宣告在基督里得赦免、得自由、得医治、得丰盛生命。每星期我们一起守圣餐，感谢主耶稣舍命之爱，阿姨们常常流泪为橡子病得医治祷告。当橡子有点进步时，阿姨们非常高兴，常常给橡子很多称赞和鼓励。

10. 弹钢琴 唱诗歌

橡子从小学钢琴，但发病后没有精神和信心弹琴，在家庭聚会中有一部钢琴，在大家的鼓励下，橡子终于鼓起勇气弹了一首诗歌，虽然他弹后很累，但我们非常感恩；接下来上帝使用诗歌医治他。有人奉献一台键盘钢琴给橡子，他就开始每天自弹自唱赞美上帝。

11. 同路人的分享

治疗后期，橡子的情况有好转，我们与他讨论他的前路，他知道他不能继续研究院的学习，我们决定载他回学校，把东西从宿舍搬回家。他与老师同学们道别，有一位老师很关心他，与他谈话，告诉橡子他自己也患忧郁症，一直服药中，但仍然当一位很好的研究院老师。我们非常感谢这位老师诚恳的分享，同路人的分享鼓励橡子勇往向前。

12. 团体关怀

在教会的大家庭，我们没有隐瞒橡子的病情，虽然我们不知道有些人不明白什么是忧郁症，有些人也可能怀疑我们教育孩子的方法。无论如何，我们知道我们需要请大家同心为橡子的复原祷告。

不单祷告，教会弟兄姊妹给橡子很多鼓励和帮助，有阿姨送花给他，送好吃的食物给他，有弟兄送衣服给他，有约他吃饭的，有约他谈话的，教会就是一个能共患难的团体。

13. 做义工

在上帝的恩典中，橡子治疗后期，开始积极生活，在有需要的地方做义工服事人：线上讲英语故事给孩子听，在二手店帮忙，在儿童聚会照顾孩子，星期天在小组聚会弹琴等等。

14. 大自然

2022年2月20日星期天，橡子早上起来预备去教会，突然扭到腰，甚至不能走路，他唯有躺在床上休息。阿姨们知道橡子的情况，特别难过，特地煎了美味的鱼来鼓励他。来我们家时，天空出现非常美丽的云彩，橡子拄着拐杖迎接阿姨们，一同欣赏上帝赐的美景，相信上帝以云彩告诉我们，祂是慈爱信实的主，是医治者。

15. 康复最重要的元素：个人的意志力

以上所有的元素能够发生，都是上帝的恩典，然而，最后、最重要的元素，是个人要复原的意志力和行动，这活着的力量，更完全是出于上帝的怜悯。其实，我们每天可以有动力做事情，有动力工作和活着，能够享受生活的乐趣，享受上帝同在的美好，都不是理所当然的，要感谢上帝的恩典。

宣告康复并因祸得福

3月21日，橡子终于宣告他康复了，当时他还在服药，还在接受辅导，但他知道并相信上帝已经医治他了，他可以积极地面对前面生活的挑战。橡子的辅导员说：「康复不单是症状改善，更是知道怎样面对负面情绪和压力。」

我们作为父母陪伴橡子260多天，尝试了多少办法帮助他，付上了多少的祷告，妈妈流了多少眼泪。回想，上帝满有恩典，在橡子治疗过程的初期，似乎没有什么进展的时候，上帝给橡子爸爸做了一个梦，梦见橡子活泼开朗、高高兴兴地走到爸爸面前，说谢谢爸爸。这个梦成为我们陪伴橡子度过许多难关的动力和盼望。

橡子的康复是上帝的大能和恩典，并众多弟兄姊妹的祷告和帮助，每一句对他鼓励的话，每一个祷告，每一个爱心行动，每一份礼物和卡片，都促进他的康复。还有守圣餐对他有明显的帮助。愿一切荣耀赞美，都归给圣父圣子圣灵。

这场病使橡子因祸得福，不但增加了橡子对上帝的信心，也使他更认识自己；复原后他有更大的抗压能力，我们一家人与橡子的关系更密切。橡子对人怜悯之心和同理心都增加了，他成为别人的小天使。

橡子最终没有完成他研究院的学习，但上帝为他预备工作，去年他结婚了。他所经历的，帮助他成为别人的祝福。我们期待继续见证上帝在橡子生命中的工作，正如《橡果中的橡树》一书说的：橡子已经从黑暗的泥土中冒出来了，他将会长成一棵橡树，为有需要的人遮风挡雨。☺

法國華僑基督教宣道會(聖牧堂)
主日崇拜時間：11:00 (粵語/國語) / 14:00 (法語)
地址：65, Quai de la Pie, 94100 St. Maur, France
RER (A) : St. Maur Cr è teil (後轉乘巴士111在La Pie站下車)
電話：33(0)1 48 85 76 10 **歡迎僑胞參加!**
聯絡人：黃振才牧師 2018年教會年綱: 建立一間健康的教會

打妻子赌徒施暴 蒙救恩破镜重圆

七月人

我是一名社工，见过许多家暴个案，有些被神（上帝）惊奇地反转和突破，使问题迎刃而解，出现生机。下面这个家庭的结局很叫人欣慰。我由衷地发出赞叹：「神啊，谢谢你的帮助！」

丈夫烂赌兼家暴 妻子忍辱不敢报

丈夫从国外娶回一名女子，建立家庭，并且有了孩子。但这位丈夫好赌成性，输钱后还要借「大耳窿」（高利贷）来继续赌，把好好一个家弄得入不敷出。夫妻俩常因此争吵不休，感情也出现裂痕。这位丈夫甚至常常当着年幼儿子的面，对妻子拳打脚踢，逼她弄钱来替自己还赌债，稍有不从，丈夫便在家里耍脾气，掷物件、砸家具，搞到家嘈屋闭（粤语，家无宁日的意思），妻儿俩常以眼泪洗面。



妻子不愿告发丈夫，怕这样会令他留下案底，影响他的工作和家庭收入。此外，妻子也害怕，若让家丑传了出去，不但自己没脸见人，再令在海外父母担心的话，自己就会尴尬得无地自容了。

妻子不愿告发丈夫，怕这样会令他留下案底，影响他的工作和家庭收入。此外，妻子也害怕，若让家丑传了出去，不但自己没脸见人，再令在海外父母担心的话，自己就会尴尬得无地自容了。

妻子有时受不了，很想求助，却又对说英文产生恐惧感，唯有将希望放到儿子身上，等他长大成人后，自己才有望脱离这段暴力婚姻。

随着日子的流逝，妻子的心情也每况愈下。她避免与人接触，又没人可以倾诉，越发变成孤立无助。就这样，在长期抑压的处境下，她精神健康也出了问题，产生忧郁症状，时常失眠和偏头痛。

面对日渐虚弱的妻子，这名丈夫不但没有丝毫怜悯、同情之心，反而乘虚而入，用更难听的话来恶语相向，用更残暴的拳脚相加。一边打还一边恐吓妻子，要是敢提「离婚」二字，就要她不单失掉全部财产，还要她丧失申请永居资格，更要命的是失去儿子的抚养权。

但这丈夫并非次次都暴力，有时还会演苦情戏来蒙骗妻子。又是装作抱歉内疚，哀求原谅，又是许愿赢钱后一定收手，还会买礼物讨好妻儿等。起初，妻子心软，听信他，原谅他，可是，好不了几天，又故态复萌，而且越来越暴力，越来越危及生命。

一天夜里，丈夫竟然动了刀子！

不得已，她打电话召了救护车。到了医院，妻子谎称刀伤是自己意外弄成的，想藉此维护丈夫以免被落案。但医院护士却在她身上发现许多不寻常的瘀伤，此时，终于纸包不住火了。通过医院安排翻译服务，她才将四年里，受丈夫暴力虐待情况，和盘托出。

妻子得助脱枷锁 丈夫得救颂主恩

案卷送来我们社工面前，我们先协助妻子向警局立案，报告丈夫的暴力行为，让警察替她向法庭申请人身保护令，禁止丈夫靠近她。同时，警察也向她解释了人身保护令，是不会给当事人留案底的，除非他蓄意违反禁制令。

接着，专门处理家庭暴力的社工，开始向她讲解家庭暴力是一件不能容忍的罪行。透过一基督教服务机构协助，为她寻找到临时庇护居所栖身。社工还特别依照政府章程，作保护儿童报告和危机评估，对儿童成长进行改善和提供支援。她明白到按法律，分居的父亲是要按收入比例支付养儿费（Child Support）给妻子的。

妻子获得社工帮助，领取到了政府的紧急援助，维持基本生活开支；同时，还获得进一步的一些物资和经济援助，帮助解决电费、水费、租金及按金等多项费用。

社工还为这名妻子提供心理辅导，让她心情平静后，通过仲裁服务，商讨儿子的抚养权；又安排她定期见心理专家和家庭治疗师；送孩子返校后，她去上英文课，并学习剪发手艺，为将来生活做准备。

丈夫这边其实也没闲着。他被安排到一间专为男人服务的机构，进行改变暴力行为的培训，又在基督徒社工照着福音的信息劝勉和辅导下，他开始觉悟到自己的罪，而罪人要想得救，就必须悔改，如经文所述：「你们若不悔改，都要如此灭亡！」（《路加福音》十三章3节下）同时，也要相信主耶稣基督所赐的救恩，在恩典下痛改前非，远离过去的自我，竭力顺服，重新做人。

经过一年多时间努力，丈夫戒了赌，还将赌债还清；妻儿也接受变成新人的他，重回家庭。大团圆的结局，何等喜乐，主的救恩是值得称颂的！🙏

巴黎东区华人浸信会
Eglise Evangélique Baptiste Chinoise de Paris Est
 地址：1-3 rue des Marguerites, 77420 Champs sur Marne
 RER A：Noisy Champs
 崇拜时间：主日 10h30（法语）15h00（粤语/国语）
 联络：06 46 49 69 57（黄微华姊妹）
 Email: eebcpe@ymail.com

我要开口赞美主

口述：练丽莹 整理：苏海玲

「我一生要赞美耶和华！我还活的时候要歌颂我的神！」（诗篇一四六篇二节）

年轻时已认识祢

丽莹 (Peggy Lin) 是一个爱唱歌的女孩，自年少开始，她与其他志同道合的弟兄姊妹组成敬拜小组 MUSADERS，到不同教会、学校带领福音聚会。当时《齐唱新歌》（HKACM 出版）很流行，他们把这些诗歌带到不同地方，除了音乐，还配有舞蹈和道具，可算相当「前卫」。那时候丽莹的属灵生命尚浅，却开始思考神给了她什么恩赐，以至事奉的方向，心中一股感动逐渐萌芽——她盼望在艺术、创意、演艺方面服事主，藉歌唱高举祢的名。



Peggy 17岁受洗归主

那时华人在美国寻求发展，十分不容易。丽莹遂决定回到她的出生地香港，发掘更多服事的可能性。她忆起刚回到香港的那段日子，「一个人时特别倚靠神」，房子起初连床铺也没有，幸得一位主内姊妹送给她一张床褥，她才不至于睡在地板上。她开始到导演会学演戏、偶然还去了一处叫「音乐农庄」的机构学钩织。在那里遇上她的歌唱老师——曾路得小姐，丽莹抓住机会跟名师学唱歌，一学就学了十年。

成年更深经历祢

在学习音乐、舞蹈、演戏的同时，丽莹进入一家公司工作。正当生活迈向平稳，一天晚上，她突然觉得周遭的声音小了很多。初时以为是电视机故障，到第二天上班，发现电话传来的声音也很小，找来同事检查，才惊觉是自己听觉出了问题。她找到耳科医生但检查无果；因工作压力和其他各种原因，她的听觉进一步衰退，到一个程度完全失聪。



Peggy 与曾路得老师合照

爱唱歌的丽莹此时才感到害怕，她问神：为什么会是我？当她想要辞掉当时的工作，但得到老板挽留，提出可以把工作指示写给她。但那段时日并不好过，丽莹形容：「感觉好像潜水，与外面的世界隔绝，外面世界的人在讲话，但我完全听不见。」后来因收到在美国的妈妈患肠癌的消息，她回到纽约照顾母亲，每天在多样忙碌中穿梭，才因而没有时间「自怜」。「但在那段时间经历到被歧视的无助。例如坐公车时不确定目的地，我告诉司机我听不见，希望他简单回答是或不是，但司机会露出很不耐烦或大声吆喝的表情，让我觉得残疾人士真的很不容易。」



赞美您制作团队

而回到美国的好处是医疗比较先进，她在曼哈顿一家耳鼻喉专科安排到人工耳蜗植入手术。左耳手术完成后，正等待右边手术期间，她的主诊医生竟然心脏病发过身。讲到这里丽莹不禁发出苦笑，她的心情就像坐在过山车上，起伏跌宕。医院给她安排另一位医生接手，但手术结果未如预期，院方建议她再做第三次手术。「我再次问神，我以为做完第二次手术就可以重新生活，为什么还要经历第三次？」在一次主日聚会领餐祷告时，她心中浮现一个声音：「我觉得神在『骂』我，祂说：『你还怕什么呢？我已为你预备研发耳机的专家从波士顿飞来纽约，和医生一起进行手术，而且这款耳机也赶上时间刚出了最新型号；连你最担心的停车问题，我都为你安排好了。』」

第三次手术非常成功，丽莹形容她的听觉好像圣诞节的彩灯，本来七色全被关掉，到现在各种颜色一点点亮了起来。她很想回到事奉岗位用歌唱服事主，但因左右耳声音接收程度不一，唱歌时容易走音，导致她无法回归敬拜队。她的医生甚至让她不要再想与音乐有关的一切。当她以为心愿终被敲碎之际，「神的计划比我想的更深、更远」，她的音乐恩赐竟在创作中呈现出来。

再以声音赞美祢

「有一晚我在灵修小组分享，很有感动在圣诞节送一份礼物给耶稣。」她准备的第一份礼物，是在网上搜集了许多不同语言耶稣名字的称呼，制成简报朗读出来献给主。到第二年圣诞，她突然觉得可以为耶稣写首歌。「某天早晨，我脑海中蹦出『我要赞美祢』几个字，旋律就有了，全首歌在两天内创作完成。」写成一首广东敬拜歌并不容易，但想以音乐荣耀神的心，神不看轻。「我不懂乐器，也没有正式学过音乐，我从来没有想过我可以写歌。感恩这首歌很轻快，让人想跟着跳舞，因为信耶稣本来就是一件很快乐的事！」歌曲制成后，一些弟兄姊妹提出想在退修会唱这首歌，让丽莹深感，神赐给她这首歌能成为弟兄姊妹的祝福，是她心里最渴望的。

「我准备的第一份礼物，是在网上搜集了许多不同语言耶稣名字的称呼，制成简报朗读出来献给主。到第二年圣诞，她突然觉得可以为耶稣写首歌。」

穷尽一生回应祢

为了在歌曲创作上加深，丽莹在刚过去的冬天参加了「角声」主办的「鼓动青春音乐班」，跟资深福音歌手及创作者陈芳荣弟兄学作曲。「很感恩我能参与这一班，老师很有耐性和爱心，愿意接受我的不足；告诉我作曲不是说要懂乐器，更重要的是培养音乐感。老师也会针对每个学生的情况，指出问题所在和练习方法，使我有信心继续学下去。」最近丽莹完成了自己创作的第二首作品：《My Jesus》，讲到疫情下人连呼吸一口气都困难，但神的保守看顾总不离开。就像她经历的那些过去——在绝处见出路，在幽谷得盼望。

回顾点点滴滴，丽莹笑着说：「神很幽默，透过这些经历对我说：『我想你倚靠我』。不是靠自己，而是跟祂一起走。」现在她更看重回应神的呼召：「我们很容易误解，哪方面最擅长就在哪里服事，但未必是这样；在不确定的事上我们更会抓紧神。在确认呼召的时候我会想：我所做的会不会使人得益处？当我没有刻意为之，神是否已提前为我铺路？」感谢生命每一个片段，感谢主一声声的呼召；无论高山低谷，愿我们都能开口赞美祂，回应祂的厚爱。🙏

巴黎满恩谷基督教华人浸信会

EGLISE EVANGELIQUE BAPTISTE CHINOISE DE MARNE LA VALLEE

教会地址：14 Rue des Coutures 77090 Collegien

崇拜时间：主日上午10h30（国语/法语 mandarin/francais）

联系人：谭宽权牧师 电话：01 6017 5113 pt 06 8683 2018 Email：fkthum@hotmail.fr

周间聚会：周五早上八点 祷告会 周五晚上九点 查经班

周六早上九点、十点 查经班 礼拜日早上九点 诗班练习

礼拜日下午一点 成人主日学 礼拜日下午三点半 查经班

特殊孩子 Wilson 与恩宠乐团

口述：林萍 整理：明輝

六月一日儿童节，多个教会、机构和角声一起为纽约的孩子们举办一个名为光明之子的活动，让小朋友们快乐地享受这属于他们的节日。活动中有个特别的音乐节目，有恩宠乐团表演。这是伯特利教会的几个特殊孩子组成的敬拜乐团，我的儿子 Wilson 是其中的键盘手。

学音乐很不容易

Wilson 自小对声音很敏感，遇到陌生或嘈杂的环境会感到焦躁不安，语言和智商的发展也较正常孩子迟缓很多。他小时候有些手指黏在一起，动作不灵活。看到他手指的问题，我就想到用弹琴的方法令手指松开，所谓「心灵手巧」，头脑灵活了，手指也应该会灵活起来。我们在他七岁时，找到一位来自台湾的钢琴老师。她未有教过特殊孩子，但感谢她愿意尝试，说只要 Wilson 可以安静坐下来就可以。Wilson 做到了，便跟这位老师学了两年，认识一些弹琴的基本技巧，手指真的慢慢地打开了，反应也灵活了不少。



我和先生都非常开心，这是初期学琴的成效。不过，进入下一阶段后，他对乐理的理解很吃力，愈来愈听不进老师的教导，上课有时会闹情绪、发脾气等，老师也不知如何安抚，最后唯有停止上课。我到处找其他老师，但很少音乐老师有教特殊儿的经验，所以都不愿意教他。

有突破充满感恩

直至三年后，神再为 Wilson 预备老师。通过教会弟兄的介绍，我们认识了一位钢琴老师，她是个有爱心有经验责任感的好老师。她看到 Wilson 的需要，说愿意教他弹琴。Wilson 跟着这位新老师学看琴谱，老师又教他通过弹琴认识音乐，表达情感。虽然他经常有不专注的情况，但老师很有耐性地帮助他慢慢去克服。有时他会吵闹说很难，不学了，但我们鼓励他学习坚持和挑战自己。每一次 Wilson 突破后，尝到努力的成果，就多了份自信与自豪感，我的心则一次又一次地向神献上感恩。

早期我们参加的聚会，教会的牧师、师母和弟兄姊妹对 Wilson 很包容，常常为我们祈祷，关心我们的需要，使我们感受到被爱和尊重。有次教会安排 Wilson 和其他特殊儿上台表演，名为「琴星乐韵舞飞扬」。看到 Wilson 在教会有成长，在音乐方面得到发挥，我们充满喜悦与感恩。

恩宠乐团敬拜神

后来我们一家开始到法拉盛的伯特利教会聚会。2022年6月一个主日，敬拜团的弟兄用小提琴拉奏诗歌《十字架》。他刚拉出前奏，我就被感动到热泪盈眶！多么美好的乐声啊！那刻我有个念头，就是想到 Wilson 也可以和其他特殊孩子一起用音乐敬拜神，表达对神的爱与赞美。我希望找一些敬拜的英文乐谱给 Wilson 学习，但不知为何找了很久都找不到，心想以后再说吧，便把这件事放下。

直至12月17日，「角声」联同 Good Job Angels 机构和伯特利教会举办了「特别的爱给特别的你」聚会，是为特殊孩子家庭而设的圣诞聚会。感谢神成就了愿望，心中充满了感恩。那天，Wilson 和其他三位特殊孩子组合成敬拜小组，在台上一齐唱歌弹奏，用单纯的心来敬拜神，大家都很受感动。

之后想给这新组合起名字，有位妈妈提议名字「恩宠乐团」，喻意孩子们在神的恩典与宠爱里。我们都很喜欢这个名字，一致通过决定采用。2023年1月14日角声学习中心的「生命之光音乐会」，Wilson 原来已被邀请作独奏表演，负责人 Joanna 说可以把乐队的表演也加上去，鼓励孩子们好好预备。大人和孩子都怀着兴奋的心情，努力彩排。感谢神，恩宠乐团顺利在生命之光中演出，劳牧师和在场的牧者更为特殊孩子来祝福祷告，领受从神而来的美好祝福。

特殊儿成为化妆祝福

这之后，恩宠乐团受邀在不同场合和聚会表演，带给许多人心中感动，赞美神在软弱的人身上彰显神的荣耀。

我感谢神赐给我 Wilson 这个宝贝。我最初寻求神的帮助，是希望神翻转 Wilson 的生命，但后来发现，原来父神是藉着他，引领我最近先回到祂的家。当神翻转我的生命，同时也在翻转 Wilson 的生命。Wilson 是我的祝福，是我生命的天使。我相信 Wilson 会越来越好，因为他一生的道路在神的手中，神必引领他保守看顾他。感谢慈爱的父神是赐恩典与生命的神，愿荣耀颂赞归于至高的神。🙏

号角双月报订阅单

本报为免费赠阅，如读者想以邮寄方式收取，包装及邮费每年为14欧元。

本人希望定期收到《号角》 _____ 份，请寄往：

姓名：(中) _____
(英) _____

地址： _____

电话： _____

本人将迁往上述地址，以下是本人的旧址：

读者签名： _____

若为教会团体订报，请列明份数及教会名称：

本人愿意支持贵报之经费，随信附上 _____ 元。

支票抬头请写 **Association Chinoise Herald Europe**，
译寄：**Herald Europe**，
26 Rue Chapon, 75003 Paris, France

宣教使命的家庭

郑立新

基督徒将家经营好，有一个更高的目的，那就是要活出一个有宣教使命的家庭。

家庭与事工不应冲突

我们常有这样的误解：家庭与事工冲突。其实，我们不应该为了服事主而忽视家庭的责任。恰恰相反，在宣教的祭坛上牺牲我们的孩子，其实可以说是现代形式的摩洛崇拜，上帝憎恶这种崇拜。然而在教会和宣教历史上，服事上帝的人常有忽略自己家人的例子，给我们很大的提醒。

对家庭和宣教的义务不仅是相容的，而且在目的上是相互支持的；宣教或事工不应只是服事者个人的事，而应是全家团结在一起，一同进退。

家庭是第一个服事禾场

家庭是我们第一个服事的禾场，这是上帝的要求。我们需要好好反思，是否有好好行出上帝的心意。聘请教会同工时，是否有请他家人一起来？考量一个同工的服事，有没有先看看这个同工是否有好好地照管他的家庭？教会要成长，我们要好好帮助弟兄姊妹管理好自己的家，而不是一味地将教会服事加在弟兄姊妹身上。

上帝的祝福往往是透过家庭而实现的。在《圣经》的记载中，上帝赐福亚伯拉罕的方式，「要叫他吩咐他的众子和他的眷属遵守我的道，秉公行义」（《创世记》十八章 19 节），上帝的祝福和应许才能成就。



在自己家中进行宣教

宣教不一定要跑很远，家庭就是第一个宣教工场。

初代教会在受压迫的状态，教会经常就是在人的家中。款待客人是犹太家庭的基本功能，这种做法也是教会希伯来传统的核心。现在我们经常把所有的福音活动都放在教会里面，忽略了家庭的功能。但是当弟兄姊妹受了装备，在个人家中就可以传福音、传讲耶稣。

建议大家，全家一起接待客人，并邀请一起参加家庭崇拜。让孩子帮忙布置客房或空出房间，接待客人。鼓励孩子邀请未信主的同学来家里作客。我刚到美国时，受邀到一个华人家庭做客，九点一到，这家人就一起坐在客厅地上，敬拜上帝。这样的家庭祭坛的生活方式，让客人不只是来家里作客，更是从我们的家亲身体会福音的好处。

全家一起参与宣教事

一家人在家中一起服事主、传扬福音，已经很美；一家人一起出去宣教，更是美善。原本在旧金山牧会的陈维恩 (Wayne Chen) 牧师，受上帝呼召，带着全家人离开舒适的城市，一起到荒芜的新几内亚的小岛宣教十年，全家在一起经历寂寞、压力与挑战，很让人感动。（陈牧师的书《走到比钱更远的地方》值得分享。）

「吹号者事工」也让我们和一家，一同经历服事主的喜悦和丰盛，感恩上帝给我们家的特别恩典。家人是我最亲密的同工，我非常感谢妻子和女儿们所做的一切。

关于全家参与宣教的行动，有如下建议，鼓励弟兄姊妹循序渐进地实践：

- 全家一起学习宣教士的故事
- 全家接待宣教士
- 全家一起为国家祷告
- 全家一起参与宣教事工

我们祷告，求主兴起许多有宣教使命的家庭，让耶稣基督的福音，在我们的家、从我们的家，在这个世代，发出荣耀的光！🙏

（本文根据作者的「吹号者事工」的最新课程《活出家味》第十课「宣教使命的家庭」摘写而成，录影可看视频：youtu.be/y0sqpVEuWe8?si=80K8KkJgUPtcGFfQ）

精品咖啡豆

老饕

有一种咖啡原豆，一磅可售一千美元，而且市场价格每年随产量多少和市场需求，可能继续攀升！

我对咖啡向来没有太高要求，对于茶比较情有独钟。今年春末，参观了巴拿马一家咖啡园后，对咖啡有不少新知。

巴拿马西部的奇里基火山，又称巴鲁火山 (Volc n Bar)，海拔三千多公尺，从山顶可同时看到太平洋和大西洋。在山脚下的奇里基高地 (Chiriqui Highlands) 因雨水丰盛，加上云层遮盖，而来自火山的泥土排水良好，最适合种植咖啡了。



奇里基的咖啡精品 Geisha 品种，由原住民 Ng be 族和 Bugl 族以手工栽种、维护和采摘。他们有观测天气变化的直觉，应用基本的科学知识后，



几代承传下种植咖啡豆的技术，精心照顾出昂贵的咖啡豆。近年因日、韩、中的咖啡「发烧友」的追捧，精品咖啡豆的价格令人瞠目结舌。

咖啡最早传入巴拿马，是由一位英籍船长和巴拿马女人结婚后，在 1800 年引入几株咖啡树，最早在海岸边种植。后来，更懂得农业栽种技术的原住民，发现在巴鲁火山下的奇里基更适合种植，因其「微气候」（整个地区中一个局部的地区）和咖啡树生长，是最完美的组合。于是许多人蜂拥到奇里基经营咖啡园，也因缘际会地造就出波奎特 (Boquete) 的观光小镇。许多来自北美的人，因天气温和、生活费低廉，喜欢来此居住。



咖啡收成季节从 9 月到 12 月，那是咖啡园最忙碌的日子。在非收成的季节，咖啡园就经营观光赏园和介绍咖啡来增加营收。我们来到位于海拔一千公尺高、山麓边的咖啡园，负责导览的 Amy 是巴拿马人，精通英文和咖啡的品质鉴定，提供了又专业又生动有趣的介绍。参观完咖啡园后，还坐下来品尝浅度烘焙、中度烘焙和深度烘焙的咖啡豆，并加以比较。最惊讶的是品尝到以咖啡豆表皮 (Cascara) 烘焙成的「咖啡茶」，它只有两成的咖啡因，味道像红茶，有坚果味，很特别。

这家咖啡园也兴建宿舍，给原住民的员工居住，也为原住民小孩提供夏令营、资助学校。听导游 Amy 说，月光可影响咖啡豆的成长，月圆时豆子（英文称 Cherry，形状像小樱桃）长得饱满，月缺时豆子长得慢，这是对大自然观察入微、和大自然和谐共处的原住民祖先所发掘的知识。Amy 又说，咖啡要好喝，最好在烹煮之前才打碎，太早打会让咖啡豆氧化而走味。

感谢上帝赐下万物给人类享受，更赐人智慧聪明来发掘最佳的种植和烹煮法。只可惜人性贪婪之故，咖啡贸易的环节里出现剥削产农利润，使一些咖啡农，特别是原住民，只能拿回成本。又有一些欧洲的殖民者在 18-19 世纪在非洲、中南美洲掠夺原住民。当时唯有基督徒的传教士，和原住民为友，提供教育机会，改善他们的生活，将基督「利他舍己」的爱活出来。愿人们在赚取生活所需之际，能纪念爱我们的主，也爱邻舍，顾念弱勢的族群。☺

金银蛋菠菜

金、银蛋是指咸蛋和皮蛋。这道菜颜色鲜艳，美味可口，是一道可招待亲朋好友的家常小菜



材料

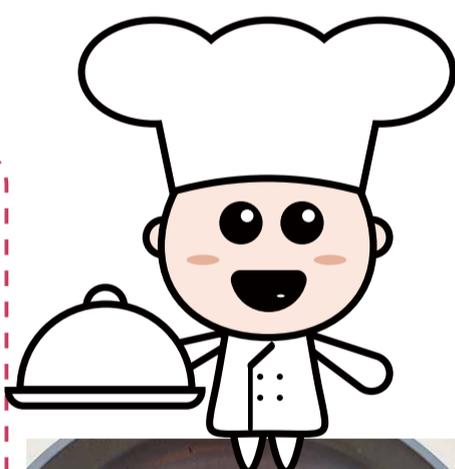
- 菠菜..... 400 克
- 熟咸蛋..... 1 个
- 皮蛋..... 1 个
- 蒜头..... 4 小粒
- 枸杞子..... 适量

调味料

- 盐 1/4 茶匙
- 糖 1/4 茶匙
- 上汤/开水. 2 汤匙
- 粟粉..... 半茶匙

做法

1. 咸蛋、皮蛋和蒜头切小粒
2. 菠菜和枸杞子洗净，沥干水分备用
3. 锅内放 1 汤匙生油将蒜粒、咸蛋粒和皮蛋粒炒香，加入菠菜和调味料炒至熟透，放入枸杞子略炒，便可上碟享用



小贴士

1. 咸蛋已有咸度，调味料内盐分可自行增加或减少
2. 如果买整棵的有根菠菜，可预先将菠菜用油、盐焯水，隔去水分，直接放入所有材料略炒
3. 炒菠菜时需加入糖和粟粉水，可除去菠菜的涩青味
4. 这个菜式加入上汤味道会更好，菠菜吸收上汤的精华会更加香甜





保护心脏

严惠来

常见的心脏病有：因长期高血压所致；因冠状动脉发生病变所引起；因心脏先天畸型引起；因溶血性链球菌引起（风湿性）。

原因与症状

心脏病生成的原因：过胖（超过理想体重的20%以上）易影响血液的运输而加重心脏的负担；经常生活紧张，情绪激动；吸烟；喝酒过量；油脂类食物吃得过多；由其他疾病引起，如高血压、糖尿病、血管硬化、梅毒、风湿热、慢性呼吸器官疾病等；遗传或怀孕期疾病而导致胎儿心脏畸型。

心脏病的症状：呼吸困难、气喘；心跳加速、心悸；身体虚弱、容易头晕；食欲不振，肠胃不适；水肿；心律不整；胸部疼痛（有此症状，必须迅速就医）。

应注意事项

(1) **控制体重**：研究表明，体重增加10%，胆固醇平均增加18.5，冠心病危险增加38%；体重增加20%，冠心病危险增加86%；糖尿病的高血压病人比没有糖尿病的高血压病人冠心病患病危险增加1倍。

(2) **戒烟**：烟草中的尼古丁等可使心跳加快、血压升高（过量吸烟又可使血压下降）、心脏耗氧量增加、血管痉挛、血液流动异常以及血小板的黏附性增加。这些不良影响使30-49岁的吸烟男性的冠心病发病率高出不吸烟者3倍，而且吸烟还是造成心绞痛发作和突然死亡的重要原因。

(3) **戒酒**：一项实验证实，过量乙醇摄入能降低心肌的收缩能力。对于患有心脏病的人来说，酗酒不仅会加重心脏的负担，甚至会导致心律失常，并影响脂肪代谢，促进动脉硬化的形成。

(4) **改善生活环境**：污染严重及噪音强度较大的地方，可能诱发心脏病。因此要改善居住环境，扩大绿化面积，降低噪音，防止各种污染。

(5) **避免拥挤**：病毒性心肌炎、扩张型心肌病、冠心病、风心病，都与病毒感染有关，心力衰竭也常常由于上呼吸道感染而引起急性加重。因此要注意避免受到感染。

(6) **合理饮食**：高脂血症、不平衡膳食、糖尿病和肥胖都与膳食营养有关，所以从心脏病的防治角度看，合理营养十分重要。原则上应做到三低——低热量、低脂肪、低胆固醇。

(7) **适量运动**：维持经常性适当的运动，有利于增强心脏功能，促进身体正常的代谢，尤其对促进脂肪代谢，防止动脉粥样硬化的发生有重要作用。对心脏病患者来说，应根据心脏功能及体力情况，从事适量的体力活动，有助于增进血液循环，增强抵抗力，提高全身各脏器机能，防止血栓形成。但也需避免过于剧烈的活动，活动量应逐步增加，以不引起症状为原则。

(8) **规律生活**：养成健康的生活习惯，生活有规律，心情愉快，避免情绪激动和过度劳累。🕒

腹泻

冯新伟（中医博士）

腹泻又称泄泻，古人称大便溏薄为「泄」，大便如水注者为「泻」。腹泻意指排便次数增多，或一天排便多次，排出的粪便稀烂不成形，或含未经消化的食物，甚至呈水样，严重时更会出现喷射式如水注。

通常食物经过胃的消化与小肠的吸收和同化，渣滓最后则被运送到大肠，变成粪便，再经肛门排出体外。当



食物渣滓进入大肠时，一般呈半固体与半液体状态，当中的水分被大肠吸收，而逐渐变得硬实；所以便秘还是腹泻，完全取决于食物渣滓留在大肠的时间，时间太长会变成便秘，太短则变成腹泻。

为何有人一天排便多次、大便稀溏甚至完谷不化（含大量未消化食物）？这跟中医说的「脾胃虚弱」有关，可能由于食物中毒，也可能肠胃对某些食物产生敏感，又可能是因馋嘴贪吃或过食生冷，或过量食物令肠胃不胜负荷，又或由于思虑过度影响脾胃（泛指消化系统）运化功能。此外，情绪过度激动会令肝脏过于亢奋，而影响脾胃运作，导致泄泻。

肠胃功能在于消化和吸收，当上述任何原因导致脾胃受损时，往往有两种反应：一、将吃进去的食物全部吐出来；二、罢工，即对所有食物不作任何处理，给它们全部「放行」，意指「吃什么拉什么」，就导致完谷不化的泄泻。

有些人虽不至每日排便多次，但每次排便都是烂便（或称便溏），这是由于先天脾胃虚弱，又或与多食「生冷」有关。所谓生冷不单指从冰箱里取出来的沙律、水果、雪糕或冰冻果汁等，也包括性质偏凉的食物，如芥菜、萝卜、海带、绿豆、西瓜、豆腐及香蕉等。

脾胃虚弱除有大便不成形和胃口欠佳，还有手足不温、畏寒恶冷、食不知味等。解决方法是改善膳食习惯，如戒生冷，饮室温开水，争取休息，早睡早起，减少熬夜及嗜吃辛辣食物习惯；汤水方面可考虑云苓、白术和扁豆衣，酌量加些芡实，有助使粪便结实。

原来泄泻也是一种身体的自卫机能。身体任何部分或器官受到外界病原体侵袭，或因内部毒素骚扰而产生病变时，即会自行分泌大量水分来保护自己；例如眼睛发炎会流大量泪水，鼻子受创伤会流鼻水，喉头受风后会产生痰涎等。同样，肠胃亦会用泄泻来排毒，以保障机体的稳定。怪不得老一辈常说：「有钱难买六月泻」，看来偶尔的腹泻，比灌肠或服食什么排毒美颜宝对身体更有益，颇能达至「去火」和养生作用。在腹泻治疗期间，不能吃生冷或油腻食物，尽量让肚子休息，可进食以半片老陈皮煲成的稀粥，因中医有一服专治脾虚性泄泻的《痛泻要方》的方剂，当中就有陈皮、防风、白芍和白术。🌀

普罗夫迪夫：穿梭文明之旅

樂縱橫

马日恒

保加利亚的第二大城普罗夫迪夫 (Plovdiv) 是一个以古老遗迹与现代活力来讲历史故事的城市。拥有超过6,000年的历史，街道上每一块石块与角落都有故事可讲。让我们一起探索它丰富的历史、艺术和文化。



普罗夫迪夫的各个时代

我们的旅程从色雷斯 (Thrace) 时代开始，那时古城被称为欧模庇斯 (Eumolpias)。那是色雷斯族为古城奠定基础的时期。当我们穿梭市中，可以感受到历史的回响。罗马时期带来了重大变化，城市被重新命名为 Trimontium，意为三山之城。罗马人留下了一众建筑奇迹，包括保存完好的腓利市罗马剧院，至今仍举办表演，让游客沉浸在古代娱乐的氛围；



；而城另一端布满大理石柱的古代广场与远在意大利罗马的一个互相辉映。中世纪见证了普市的帝国更迭，每个帝国都在城市的文化和建筑风貌中留下了自己的印记。

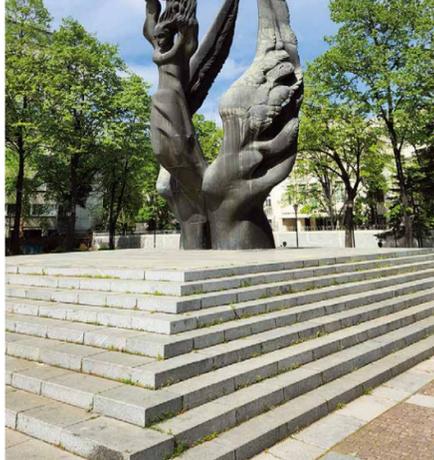
鄂图曼时代进一步丰富了普罗夫迪夫的多样性，旧城区仍然屹立着令人惊叹的鄂图曼复兴风建筑。当中的表表者是有自己的土耳其浴室由富商赠予女儿的韩迪利恩楼与及不远处的民生博物馆。旧区内有不少壁画，加上众多色彩缤纷的鄂图曼大楼，便如一个露天画廊。在这里，本地和国际艺术家的作品与城市景观无缝融合，创造出反映城市活力的织锦。



马赛克与壁画：

视觉盛宴

普罗夫迪夫的马赛克见证了其艺术遗产。城中具1,700年历史的主教大教堂的遗址拥有令人着迷的马赛克地板，其复杂的设计捕捉了古典时代的艺术精髓。这些马赛克不仅仅是装饰；它们是描绘城市过去富裕的历史文物。最令人惊讶的是其规模之广及完整，让游客能从不同马赛克层中了解当代的生活情味。回市中心的途中可参观有数百年历史的鄂图曼清真寺，别忘了在寺旁的咖啡厅赏一口特浓的土耳其咖啡再细赏这座城市的古韵。



陵墓与玫瑰：

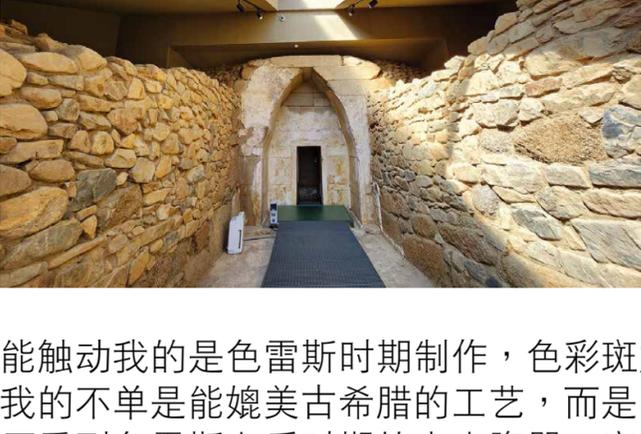
历史的香气

普罗夫迪夫市外的色雷斯帝王谷中的陵墓，为游客提供了探索古代埋葬习俗和信仰的机会。这些巨大的结构隐藏在土丘下，是对古文明感兴趣之人士的必访之地。别被平平无奇的土丘骗了你，土丘内是具3,000年历史的古墓，其结构与埃及金字塔内的墓穴有很多相近之处。附近的玫瑰谷是另一个亮点，那里盛开着著名的大马士革玫瑰，其精致花瓣是世界闻名的保加利亚玫瑰油的来源。这种产品因其香气和治疗特性而被珍视了几个世纪。



文明的倒退

最后一提的是市内的考古博物馆。馆外以共产时代风格建造，以纪念保加利亚统一的雕塑已经异常夺目，但馆内展出不同时代的珍藏才真正的引人入胜。作为一座6,000多年前已衍生文明的古城，馆内的珍藏绝不令人失望。最具代表性的是一套2,000多年前的金器，其手工之细致不输现今以精准机械而制成的器皿。可是，最能触动我的是色雷斯时期制作，色彩斑斓的陶器。触动我的不单是能媲美古希腊的工艺，而是当我进入另一展厅看到色雷斯之后时期的出土陶器，它们的手工居然比数百年前倒退。我的保加利亚导游 Patrick 更说了一句语重心长的话：「这证明了文明的进程不一定是向前迈进的，偶一不慎我们现在的文明也可能弹指即破。」我便想到现今不同地区之战事以及各地非常分化的民情，但也只能祈求上帝赐我们一个不致倒退的文明了！🌀



触动我的不单是能媲美古希腊的工艺，而是当我进入另一展厅看到色雷斯之后时期的出土陶器，它们的手工居然比数百年前倒退。我的保加利亚导游 Patrick 更说了一句语重心长的话：「这证明了文明的进程不一定是向前迈进的，偶一不慎我们现在的文明也可能弹指即破。」我便想到现今不同地区之战事以及各地非常分化的民情，但也只能祈求上帝赐我们一个不致倒退的文明了！🌀

卫兰：上帝要我做一件新事！

夏莲娜

卫兰 (Janice) 去年 7 月离开华纳唱片公司，结束了八年的合作伙伴关系后，很多人想找她做访问，希望听听她的心底话。我有幸成为她坦诚深入分享的首个聆听者……

选择离开 倚靠上帝勇敢出去

Janice 忆述：「去年 5 月公司跟我谈续约的事，希望我再签三年合约。其实一直以来我都没想过要离开，但过去几年，总觉得我们在制作上彼此的观点有点分歧，加上当时公司招揽了好些新人，于是我就禁食祈祷，求上帝指引带领，看看应该怎样决定。结果上帝透过《圣经·以赛亚书》四十三章 19 节的经文：『看哪，我要做一件新事；如今要发现，你们岂不知道吗？我必在旷野开道路，在沙漠开江河。』让我明白到，是时候离开公司了！」

华纳是香港三大顶尖的唱片公司之一，Janice 作出这决定前虽然经过求问和祷告，但心中仍不免有挣扎。她坦言：「我只懂得唱歌，对唱片制作一窍不通，我曾问自己，何必这样辛苦？倒不如回到唱片公司去吧！不过最终我还是选择离开这个『安舒区』，倚靠上帝勇敢地走出去……我的感觉就像昔日的亚伯拉罕蒙上帝呼召，离开他的本地、本族和父家，往上帝所指示他的地方去，可是他并不确知所去之地在哪里；同样地，我也不知道前路会如何，但必须相信上帝的带领。」



亲近耶稣 得到的比失去更多

Janice 那段期间像是走进了旷野，上帝让她放缓脚步，在安静灵修中感受前所未有的平安喜乐。去年 8 月，上帝为她展开一段奇妙之旅，与一班姊妹随吉中鸣牧师前去美加短宣布道。她感恩说：「能够和一班好友一同参与传福音的工作，实在兴奋。我们去了多间教会，并举办了一些工作坊，介绍『自由敬拜 (Freedom Worship)』——如何透过音乐把生命的歌词渗出；如何越唱，与上帝的经历越深等。结果参与敬拜的人都深受感动，有些人甚至流泪，牧师更为有需要的会众祈祷，我们拥抱他们，让他们感受到天父的爱。其中一名有膝盖痛患的女士来到我们面前，王君馨为她按手祈祷，之后她感到疼痛奇妙地消失了。上帝让我们亲身见证祂医治的大能。」

表面看来，Janice 似乎是丢了工作，但她认为自己得到的比失去的更多，因为「我有更多安静的时间亲近耶稣，聆听祂的话语；又有更多机会服侍我所属的团契（创世记团契）。每逢周三我和几位组长，包括妹妹卫诗 (Jill)、王君馨 (Grace)、钟舒漫 (Sherman) 和钟舒祺 (Sukie) 轮流带领查经，让我们能专注在上帝的话语上彼此学习，获益匪浅。」此外，Janice 也在尝试写歌，开始时并不容易，但她愿意边做边学，希望做出成绩来。

福音歌曲 传递信仰正面信息

Janice 是商业歌手，但华纳唱片公司却替她制作了福音歌曲专辑，原来这是她跟公司签约时在合约中列明的条件之一。2019 年，Janice 推出了《In His Name》，不少歌曲都传递着基督信仰的正面信息，也透出她藉歌声服侍上帝的初心。在 2022 年举行的三场「Janice Be Still Live」演唱会上，更看到 Janice 对传福音的负担。忆起当年事，她说：「筹备这场演唱会时，疫情已经接近尾声，社会也逐步恢复过来。为此，每天我都在上帝面前安静等候，寻求祂的心意，好让我知道透过这个演唱会该向香港人传达什么信息。上帝给了我一段来自《圣经·诗篇》四十六篇 10 节的经文：『你们要休息，要知道我是上帝……』于是演唱会就以此定名。」当整个世界被疫情以及各种不稳定情况困扰时，她希望人们都可以保持心灵平静，处变不惊，同时还要聆听内心的声音，好好照护自己的需要。演唱会中，Janice 献唱了很多福音歌曲，其中一晚 Sherman 更分享了她的生命见证，歌迷反映说「十足一场福音布道会」。

满有平安 藏于上帝不倒支柱

Janice 很喜欢《Face The Lord (面对)》这首歌，她直言其中一句歌词「我就算输也能藏于上帝不倒的支柱」，正是她此刻的心境——虽然不知将来如何，但因着上帝是不倒的支柱，所以内心也满有平安。另一首打动人心的《It's OK To Be Sad》确实抚平了很多抑压哀伤者的心，释放了他们的负面情绪。她说：「很多朋友患抑郁症，不懂得如何释放情绪。这首歌的灵感乃来自一个朋友的伤痛经历——年轻的儿子自杀死了，但这母亲仍在人前装作坚强，她内心的苦可想而知，所以很希望透过这首歌鼓励她，不要隐藏自己的软弱。」

去年 9 月至 10 月，Jill 去非洲和以色列宣教，期间遇上以巴冲突，惊险万分。Janice 说：「虽然非洲生活环境不是每个人都可以应付得来，但经过祈祷后，她便跟随上帝的旨意而行。我为 Jill 感恩，也以她为荣。当日传来以色列军事突袭消息，但不知何故，内心很是平安，因知上帝会保守她。」

Janice 计划在 6 月联同 Jill 及 Sherman 参加为期两周的英国巡回音乐布道会「生命再现光彩」，希望透过歌曲和见证，将基督救恩带给更多人。她深信遵从《圣经》教导「先求上帝的国和祂的义」的人是有福的，祂也承诺「这些东西都要加给你！」也就是为你量身订做的美好事物。祝愿 Janice 要做的新事可以早日展开！🙏