生活月刊

www.lifemonthly.org
2012年1月◎第129期
贈閱

主題分享
狂飆的一代

生命的意義不在乎家道豐富
狂飆的一代
愛是永不改變
過年是溫暖的相聚
我要向高山舉目

“生活月刊 與你同行”

編者的話

年關逼近，我們提前編好了本期稿件，生活月刊的同工們也可輕鬆過一個聖誕節和新年假期。這期月刊的主題是“狂飆的一代”，從字面大家就可明白，這是指現在的少男少女們，英文叫teenagers。父母一代和祖父母一代如何培養教育這些teenagers青少年, 如何看待評價這些teenagers青少年，如何和這些teenagers青少年和平友好相處，是每一個爲人父母或祖父母的不能迴避的問題。本期發表的文章對此有生動感人的描寫和獨特精闢的論述。

讀著這些文章。我想起了梁啓超（號任公，1873-1929）那篇著名的《少年中國說》。該文寫於戊戌變法失敗後的1900年。梁氏在文中熱情歌頌少年的朝氣蓬勃，指出封建階級統治下的的中國是“老大帝國”，熱切期望出現少年的中國，並對中國的少年一代寄與厚望。他指出：“故今日之責任，不在他人，而全在我少年，少年智則國智，少年富則國富，少年強則國強，少年自由則國自由，少年進步則國進步，少年勝於歐洲，則國勝於歐洲，少年雄於地球，則國雄於地球。”時至今日，很少有人會否認一個國家一個民族的未來也是決定於這個國家這個民族有什麼樣的青少年一代。但是，對於如何培養出健康優秀的下一代，則是仁者見仁，智者見智。不少華人父母相信虎父無犬子，先把自己變成虎爸虎媽，然後使自己的兒女變成猛虎蛟龍，以使他們在日後殘酷的生存競爭中拔得頭籌，佔盡先機。這方面成功例子不勝枚舉。但是也有不少例子是母（或父）逼子（或女）反，甚至兒女不堪父母壓力而自殺或弒母（弒父）。

“長江後浪推前浪，前浪死在沙灘上”，實際上真正能夠決定下一輩的未來，並不在於我們父母就能主宰一切，最重要的是幫助青少年一代樹立正確的人生價值觀。有了正確的人生價值觀，無論他們以後的成就或大或小，都可以成爲一個對於國家、社會、家庭、他人有貢獻的人。而有了正確的人生價值觀，在學習讀書方面也無需父母不停囑咐，日夜監視，軟硬兼施。如果你對我的觀點有疑問，就請你不妨到一個青少年較多的教會去，對這些年輕人做一個調查，我相信你會同意，以聖經作爲人生價值觀指南的青少年，也大多是不用父母過於操心的品學兼優的人。當我在教會裡看到這些年輕人，我甚至有些嫉妒他們，因爲他們有幸在他們的人生最關鍵的時候，能找到他們人生的正確方向，而比我們少走許多人生的彎路。

陳幼學

目錄

本期主題：狂飆的一代

主題分享

關懷青少年青春期教育 3

作為老師和父母發現孩子有談戀愛傾向或行為時應耐心做工作，最好以提醒、交流、建議的方式和孩子溝通。

Betty 的乘車卡(Go Card) 4

生命的意義不在乎家道豐富 5

但是在我們家裡，我正在樹立一個不一樣的價值觀：金錢的財富絕對沒有精神的財富來得重要。

愛是永不改變 6

雖然這世代和以前的年代是大不相同了，物質的文明大大進步了，可是愛卻永不改變。

狂飆的一代 7

仰望交託，唯有把愛兒女的心和我們所愛的孩子們仰望交託在父神手中，求父神看顧管教我們的孩子.....

徘徊死亡邊緣 8

希望天下的父母曉得靠著上帝的恩典，挽回在罪惡中打滾的孩子，讓他們能夠靠著主耶穌的救恩，有新生命，重新開始，靠著耶穌不再偏離正路。

髒話 9

我不再是小孩子! 12-13

人世間

回誰家過年 10

過年是溫暖的相聚 10

生活佳片匯

勇氣（Courageous） 11

相信《勇氣》一定能夠在這歲首年終之際，激勵和鼓舞您重新思考個人在家庭中的角色定位，成為一位真正有勇氣來面對自己的職責的父親。

向你強烈推薦

——電影《Courageous勇敢/勇氣》 11

藝文天地

愛恨　維基解密 14

粗茶淡飯日子長 15

溝通是一種尊重 16

對任何人，溝通都是一種最大的尊重，哪怕是對孩子也是一樣，只要有尊重，就沒有什麼不能使人動容！

家 17

世說新語

珍惜今天 18

一個有價值的人生應該是：無怨無悔的昨天，豐碩盈實的今天，充滿希望的明天！

舊歲迎新年 19

見證如雲

我要向高山舉目 20

夢非夢 21

信仰探索

與神通電 22

健康常識

淺談慢性鼻炎 23

生活月刊 第129期2012年1月 **出版** Christian Life Mission Ltd. **地址** 3 Lyons Road，Drummoyne NSW 2047 Australia **ABN** 48003922352 Tel(02) 9181 2222/0419 816 666 **投稿** editors@lifemonthly.org **咨詢/財務/廣告** admin@lifemonthly.org **網站** webmaster@lifemonthly.org **網上捐款** paypal@lifemonthly.org

總幹事(CEO) 陳偉雄(Colman Chan) **行政助理** 任美睿 **編輯Editors** 雷德意、李宏宇、李曉蒂、張四力、倫艾薇、嚴惠來、陳幼學、鄧爾文、劉詩勤、孫瑋、譚桑尼、陳星 **美術設計** 劉詩勤 **承印** Spot Press Pty.Ltd. **發行** 劉嘉慧 **網頁** 黃善駒、吳悅、徐慧娟、劉詩勤

2012© 版權所有/本刊所有文章、照片及插圖均保留版權。/未經本月刊書面許可，不得以任何形式轉載及翻印。/本月刊文章由作者自負文責，其立論未必與本機構及本月刊一致。/贈閱刊物，全澳發行，每期24,000本。所需費用少部份來自廣告收入，其餘由教會及個人奉獻。

月份	截稿日期	主　題	備 注
2	1月1日	**網絡情緣**	拜現代科技之賜，異性相識多了網絡這一途徑，可以橫空，可以跨海，有良機也有陷阱。
3	2月1日	**銀髮一族、老而彌堅**	“家有一老，如有一寶。”有些家庭卻礙於生計壓力，照顧不來了，長者應如何自處自理生活？
4	3月1日	**試探與試煉**	到處充滿誘惑，周遭物慾橫流，對某些人是試探，對某些人是試煉，挑戰致命吸引力。

※ 出版日期:每月第一個周三

關懷青少年 青春期教育

◎ 文／俞光　圖／蔣貽琪

青春期是指個體的性機能從還沒有成熟到成熟的階段，也就是一個人由兒童到成年的過渡時期。青春期如同青青的蘋果，它將熟未熟，有幾分甜，幾分酸，幾分澀。青春期的少年兒童面臨著成長的煩惱，他們由“少年的煩惱”發展成“煩惱的少年”，這時如果老師忽略了應有的教育，父母害怕孩子的“秘密”，於是本來在孩子的成長階段中很正常的現象，往往被認為是“罪不可恕”的。青春期生理變化很大，思想情緒也常不穩定，家庭和學校應注意其身心健康。









1975年，世界衛生組織提出過關於“性健康”的概念：“性的身體層面、情感層面、智力層面和社會層面的完整結合，從而積極地豐富人格，促進溝通和增進愛。”如果當代男女的性健康達到這樣的水平，那麼兩性交往、和諧、合作，兩性建立某種長久的關係即婚姻，還會有今天這樣多的問題嗎？可以說性健康是婚姻幸福的基礎，也是人生美滿的要素。

青春期的孩子在生理、心理上會發生很大變化，從而帶來一些困惑和煩惱。對於教育者而言，特別需要改變過去的陳舊觀念，要了解處於青春期的青少年情感萌動是正常現象，要用一種理解之心和關懷之情來對待。由於身體及性的發育，對少年的心理特徵及社會生活產生了重大的影響，由此也產生了一系列的心理衛生問題。青少年在心理或生理上都有了改變。一般來說性情顯得較為憂慮、暴躁、對看不慣的事較易發脾氣，但對異性卻充滿了興趣，對“性”產生了好奇。這種心理、情緒、行為等方面的變化受文化媒體及社會因素影響較大，稱為第三性徵。對學生進行青春期教育內容一定要全面，這裡面包括性生理知識傳授；性心理認識講解；性道德培養和建立；性法制觀念的確定和性美學的指引。而在教育方式上要講究方式，一定要堅持尊重學生主體原則和傳承體驗原則。青春期教育要以學生性健康發展為主線，以學生為本，進行正面的教育，而不是跟蹤盯梢、棒打鴛鴦。教育內容偏頗、方式不對，學生自然會逆反。

青春期常見心理問題：1、厭學：厭學就是學生討厭學習，厭煩去學校上課。具體表現是學習效率低下，儘管有時候用功了，但效果不佳，並且感到學習非常枯燥，毫無興趣。2、網癮：網癮對青少年的危害特別大，網絡上存在著一些暴力信息、色情小說和圖片。對於那些缺乏鑑別能力和自控能力的中小學生，很容易整天沉溺於網絡中，接觸有害信息，損害身心健康。3、孤獨症：孤獨症是後天形成的認知方面的心理障礙，它是人在社會化過程中造成的一種心理異常反應。人在兒時，成年後都會出現。最早可發生於三歲以後的兒童身上，也可發生在青少年成長的任何階段。如從小喪失親子生活，被父母忽視或遺棄，被寄養在缺乏情感交流的家庭，以及患者自身的個性缺陷，如內向、膽小、自卑、壓抑等等，使他們逐漸形成離群索居的生活習慣，並最終發展到把自己封閉起來，不願接觸社會，也越來越難以適應社會。4、學習障礙：學習障礙有多方面的表現，如注意力不集中，做事磨蹭，有頭無尾，缺乏時間觀念和任務感；慵懶、拖沓，學習遷移能力差，易形成習慣性惰性及自慰心理。對人對事缺乏興趣；或學習興趣膚淺、範圍狹窄、興趣不能穩定持久，易於“見異思遷”，帶有情緒性影響。

作為老師和父母發現孩子有談戀愛傾向或行為時應耐心做工作，最好以提醒、交流、建議的方式和孩子溝通。先要真正了解孩子在想些什麼，要講究方法，不要以命令、懲罰等手段來解決問題。如果適時地進行青春期教育，引導他們度過這一急劇變化的階段，他們將會留下終身難忘的美好印象。

關於青春期教育中的性價值觀，應注意：每個人天生就具有性的潛能，性是一個人生命中自然而健康的組成部分。性具有肉體的、心理的、倫理的、社會的和精神的各個層面，把這些層面完整地結合起來表達的性才是健康的。鼓勵孩子與父母、老師或其他可信賴的成年人討論性問題，這對個人、家庭、學校及社會都是非常有益的。要明確地告訴青少年，尚未成熟就涉足性關係是冒險之舉；少女懷孕墮胎會損害健康；感染艾滋病會危及生命；潔身自愛，保證終生專一於一個性伴侶，這也是遠離艾滋病的最有效辦法。

作者來自中國 現居悉尼

Betty 的乘車卡(Go Card)

◎ 文／夢君

“Betty,今天為什麼回來這麼晚？”

因為我的Go Card找不著了。

“真的麼？你又去坐火車了吧？”大女兒連蒙帶咋地審問著。

“真的沒有，我走到汽車站才發現，然後我又回學校找我的Go Card 去了。”

“找到了嗎？”

“沒有。”

“那你怎麼回來的？”

“買票。”

“你中學上了不到一年，就丟了四張卡，我的Go Card還是我高中十年級的時候買的呢。”姐姐嬉笑著說。

我在廚房忙著做晚飯，隱隱約約聽到她們姐妹倆這樣的談話。

……

吃過晚飯，難得我有時間坐下看會兒電視，忽然想到了Betty的Go Card。

“Betty，你的Go Card怎麼丟的？”

“我放在書包裡，然後它就不見了。”丟東西從來就是這麼簡單容易。

“放在書包裡的什麼地方？”

“放在書包外面的那個口袋裡，那個口袋口很大。”

“口很大，當然容易丟了，為什麼不放在錢包裡？”

“我不知道。”Betty像一個洩了氣的皮球，喃喃自語著。

“以前有沒有告訴過你Go Card要放在錢包裡？”

“有。”

“那為什麼不聽？你打算再丟多少張Go Card？！”我的聲調越來越高。

“因為我就是一個不聽話的孩子。”

“誰說的？！”

“大家都這麼說！”

……

話說到此，我知道不能再這樣繼續下去了，我把頭轉向了電視，Betty也氣呼呼地回到了她的臥室。

“主耶穌，救我！”我在心中暗暗禱告呼求，過了一會兒，覺得自己平靜下來了，就又去找Betty：“你有上網查過是否有人用你的Go Card嗎？”

“沒有，我現在就查。”

我不認為Betty還記得她的卡號和密碼，可她居然回她的臥室找到了一張小紙條，上面正是卡號和密碼，然而密碼不對。撥通了Go Card 的熱線電話找回了密碼，網上的記錄顯示Go Card沒有被人盜用，這就意味著它可能還在校園裡的某一個地方。

我從錢包裡翻出了一張最近才在沙發底下找到的一張卡，交給了Betty。

“明天我去學校再找一找，我在卡上寫了我的名字和班級。”Betty的對抗情緒已經下去了，看她好無奈的樣子，我一下子心疼起她來。

“Betty，卡雖然又丟了，可是你這一次有兩個地方做得很對，一個是你把卡號和密碼記下來了，而且一下子就找到了。另外一個就是知道把自己的名字和班級寫在卡上。”

沒想到我一這樣說她，她反倒掉下了眼淚。

“我把卡號和密碼貼在我的臥室牆上了，所以我才能一下子就找到了……我的一個朋友撿到了八張Go Card，有老人用的，還有小孩用的。”Betty邊抹著眼淚邊說。

“真的，看樣子丟卡的不是你一個人。”

“我另一個朋友也是經常丟卡，她好像已經丟了五六張卡了。”

“真的，那我就更不應該那麼生氣了。看樣子我應該給公共汽車公司寫封信，讓他們在卡上打個洞，我們穿個繩子掛在脖子上，這樣就可以少丟一些卡了。”

“對不起，我剛才態度不好。”我真誠地對Betty說，並且抱了抱她就回臥室休息了。

……

第二天早晨，坐在餐桌前正吃早餐的老公忽然問：“Betty給你寫的信看了嗎？”

“沒有。”

“Betty在你枕頭上放了一封信。”

“親愛的媽媽，

我很抱歉，我總是丟我的Go Card和錢。我很抱歉我不負責任以至於丟了很多重要的東西。我希望我以後會更細心更負責任，這樣我就不會讓你再損失錢。

抱歉，我丟了很多次重要的東西，你要花很多的時間和錢才能把它們找回來。我希望我不再丟東西，因為這是一個不好的習慣。我希望我更順服一些，聽從你告訴我的，好讓我不再丟東西。

我為我所犯的錯向你道歉，希望你原諒我。

愛你的

Betty

看樣子，我也得給Betty寫一封道歉信了，因為我丟東西的次數並不比她少，丟的東西比乘車卡更重要，而她丟三落四的性格就源自於我，要不人咋說：“有其母必有其女”呢！

作者來自中國 現居布里斯本



生命的意義 不在乎家道豐富



◎ 文/蘇拾瑩

那一年，我們家出了兩件大事。一是小女兒參加世界展望會「飢餓四十」的活動，為非洲貧童募款。一是兒子考取了CFA(Chartered Financial Analyst)，拿到了國際金融分析師的證書。我藉著這兩件事，對孩子們做了一次機會教育。

CFA的考試很難考，要連續好幾年通過三階段的考試。但考過了，就可以拿到「金光閃閃」的證書。這是一張國際金融業很有名的證書，幾乎等於「高薪」的保證。

許多人向兒子道賀，我的朋友們也紛紛豎起大姆指稱讚他，似乎已看到他的「飛黃騰達」。還有朋友羨慕地對我說：「妳有了個會賺錢的兒子，下半輩子吃香喝辣不用愁啦！」

老實說，我並沒有特別高興，反而一再勸勉兒子要儆醒。因為即將來臨的財富、名利，會帶來極大的誘惑，形成人生極大的陷阱。一不小心掉進去，就會被無情地吞噬。這世界上能勝過金錢誘惑的人並不多，我這個做母親的提早擔憂，不斷地禱告求上帝不要讓兒子「遇見試探」。

但是對小女兒參加「飢餓四十」活動，我卻是喜形於色。大家都看得出我很以小女兒為傲。

小女兒煞有介事地準備挨餓，按參加的規定，必須連續餓上四十小時才有資格向人募款。

不了解的人一定會問：「勸募不就是幫忙拉捐款嗎？是把錢捐給人家又不是放進自己口袋，幹嘛那麼麻煩？做好事還這麼難嗎？」

是的，現代公益活動的觀念和以往大不相同了。捐獻是一項權利，也是一份殊榮。並不是任何人的捐獻都會被接受，唯有形象良好、被肯定的人，才有權利勸捐。因為只有挨過餓的人，才能有真正的同理心去幫助饑民。

小女兒選了一個週末，從週五晚上八點開始不吃東西，到週日中午十二時剛好是四十小時。

週五晚上到週六上午，大部分是睡眠時間，沒聽到她叫餓，但到了周六中午，就開始聽到她唉唉叫了，不准我在她面前吃東西刺激她，還要我聽她肚子咕咕叫的聲音。

但每次她覺得餓，就告訴自己一遍：「我才餓一天就受不了，那非洲貧童天天都這樣挨餓，多可憐啊！」

我十分高興，不但告訴小女兒我以她的挨餓為榮，還讓身邊的朋友都知道我以她為榮。

朋友問我：「妳兒子考到CFA，很不簡單耶！但妳好像還沒有女兒餓肚子來得高興？」

沒錯，在世俗的眼光中，CFA的價值要比飢餓四十高許多倍，但是在我們家裡，我正在樹立一個不一樣的價值觀：金錢的財富絕對沒有精神的財富來得重要。正如聖經上的一句話：人的生命不在乎家道豐富（路加福音12:15）！因為我深信：懂得給予，是蒙福的開端；樂於奉獻，將帶來無窮的福氣。

作者自台灣　現居悉尼

基督教"彩虹人生"福音節目
由郭錦恩傳道主持，每週分享神的話語，及從聖經角度看時事。
廣播時間: 2AC 華人電臺
(國) 週四 2:00-3:00pm 週日 7:00-8:00pm
(粵) 週四 3:00-3:30pm 週六 7:30-8:00pm
彩虹職員事工是非謀利機構，我們的廣播是藉傳媒分享主的福音。
請以禱告和奉獻支持
付款方式:1.支票請寫RGM,寄往PO Box 6099, N. Ryde NSW 2113
2. 存入WESTPAC Bank BSB 032 289 A/C No. 391 554
網址: www.rgm.org.au 電郵: rlife26@yahoo.com.au
電話: 0427-260264

典雅油漆
追求卓越色彩設計質量保證
免費報價合理收費
歡迎預約：王內老朱0412956409

髮城美容中心
特修眉型設計男女髮型
CatherineYat
易卿
Shop1/181 Burwood Rd
Burwood NSW 2134
電話:(02)97155588/0411128628
歡迎光臨，敬請預約
上帝關愛你的身體和靈魂，
就是你的頭髮也被祂數過了

EDDIE PANG
彭以德
BDS (SYD) Dental Surgeon
雪梨大學牙科醫學士
(02) 9807 1087
35/99 Anzac Ave, West Ryde 2114
(Cnr of Victoria Rd & Anzac Ave)

胡錦堂 眼科學學士
Oliver Woo B.OPTOM.
驗眼配鏡　隱形眼鏡
Suite 1, 196-198 Rowe Street
Eastwood 2122
Tel:(02) 9858 3314

主題：回家

時間：2012年2月10-12

地點：待定

詳情聯系：榮耀書局 0425 323 282

內容：

分享華人教會同行十年之蒙福旅程
分享家人同行的核心價值及影響
分享華人教會在列國中的恩寵與使命

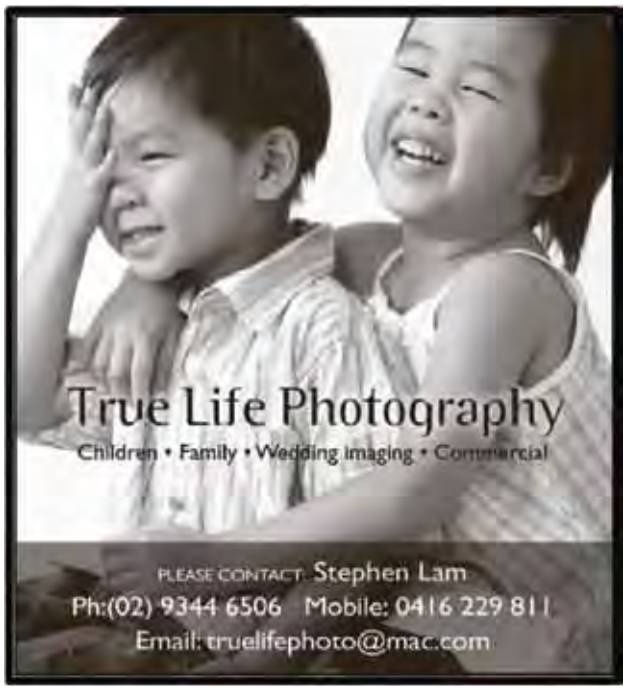
分享嘉賓：家人同行核心團隊
趙仲權牧師、何寶生傳道

對象：凡響往教會一家，同心同行，去滿足父神旨意者

參考網站：www.asiagathering.hk

好運裝修（臺梨地區）
註冊公司承接加建，商鋪，浴室翻新，瓷磚，泥水，油漆，間隔，安裝廁所及廁所管道，水電大小工程，免費估價。16年澳洲經驗，保證品質。
憑此廣告優惠
ABN:66120909177Tel:0430604818

M & H Paints
明華油漆店
2-4 Georges River Rd,
Croydon Park 2133
(Corner of Watson Ave)
Open 7 days
电话: (02) 9799 8186
华人专业技术指导
We stock:
• Dulux
• Wattyl
• Taubmans
• Tile Glue
• Accessories
And more!
Trading hours:
Mon-Fri: 7am -5:30pm
Sat: 8am - 2pm
Sun: 9am - 12pm



愛是永不改變



◎ 文/楊鴻鈞

現今這世代和我們成長的年代是大不相同了。現今的孩子所享受的東西，在我們小時的年代，幾乎一樣都沒有。在我的記憶裏，直到我讀完中學的時候，我們家裏除了電燈與電有關之外，再也想不出還有甚麼是需要用電的了。那個夏天我生病，家裏沒有電風扇，在酷熱的午間，父親就拿著一把大蒲扇，站在床前給我扇涼。

現在誰還用扇子呢。連電風扇都落後了，都要有空調。前一段時間兒子身體不好，渾身乏力，差不多有兩個月不能上學，然後我們決定給他接送。上學由媽媽送，放學由爸爸接。（從我們家到學校將近十七公里路，平時他往返學校要乘兩趟巴士搭一趟火車）最近天熱了，一上車就得開空調。坐在空調車裏當然要比用蒲扇扇涼更舒適多了，可是將來當兒子回想往事的時候，他會想到甚麼呢？難道是空調麼？但我想到的是蒲扇，是從蒲扇裏扇出的愛。雖然這世代和以前的年代是大不相同了，物質的文明大大進步了，可是愛卻永不改變。

現今這世代和我們成長的年代是大不相同了。我們成長那年代，有衣有食就算不錯了，至於其他方面連想都不敢想。比如音樂，我們怎麼敢想呢？要是家裏有一台鋼琴，那是甚麼人家呵！我想我要是現今的孩子，我一定會醉倒在音樂裏。當我回想過往的年月，我若曾有一百次的感動，那麼至少有九十次是音樂帶給我的。

我母親一生生養了十個兒女，我父親在家庭的生計上又一點不給力，所以光是張羅這一家子吃飯，已經夠傷腦筋了。如果母親有想過要給兒子學音樂，那她絕不敢生這麼多孩子，那我就完全沒機會到這世界來了，因為我是最小的。不過母親雖然沒給我學音樂，但她給我買吃的，卻是決不手軟。只要是我喜歡的，再貴的都買回來。現在我每看見女兒或兒子坐在鋼琴前，修長的手指在鍵盤上靈巧地彈跳，我常想到現今這世代和我們小時那年代是大不相同了，現今的孩子有衣食也有音樂，可是愛卻永不改變。

現今這世代和我們成長的年代是大不相同了。我們成長那年代，電腦尚未誕生。資訊閉塞。外面的事情，我們甚么都不知道。現在卻是資訊時代。有一台電腦，可以連接整個世界。你要看甚麼都有，只需按個鍵而已。前幾天兒子在一網站看特技表演。有一幫人玩扔飛碟，扔得神乎其神。飛碟從他們手中拋出，在空中劃出一道弧線，準準的落入垃圾筒。他們隨便扔，往前扔往後扔往上扔往下扔，準能扔進目標。又有一幫人玩籃球，也是叫人嘆為觀止。

他們也是隨便投，不管離多遠，看著投，不看著投，從低處投，從高樓往下投，球都進了網。兒子看得津津有味，甚至叫我也過來看。女孩跟男孩不一樣。女孩喜歡追星。有一次我看見女兒在網絡上看明星，我說不要花太多時間看這些沒用的東西。我想我們作父母的，跟孩子說話也要有智慧。甚麼叫有用甚麼叫沒用。在我們這代人眼中看為沒用的，在年輕人眼中卻充滿魅力。你跟孩子說這些遊戲沒有用那些明星與她無關，這樣說只會讓孩子覺得你落伍，反而加增了你與孩子的隔閡。

聖經說：你們作父親的，不要惹兒女的氣，只要照著主的教訓和警誡，養育他們。（以弗所書６章４節）只要他們並不過份沉迷，他們想看的，你還得讓他們看。等到有一天，連他們自己都覺得那些沒甚麼好玩的，就說明他們已經長大了。

上個禮拜天女兒洗禮了。這是她自己作的決定。我感覺女兒已經啟動她自己的人生。這使我感到安慰。她在地上有一個父親，這個父親是沒甚麼作為的。但她在天上的父親，就是我們常在禱告中所求告的上主，必看顧她一生，使她走當行的路。我家裏有一本族譜，記載了我們家近四百年的家族繁衍。現今這世代和我們小時的年代已大不相同，若將時間再回溯四百年，那將是甚麼樣的差異呵！然而無論時代怎樣改變，愛總不改變。因為這愛是從神而來，從亙古直到永遠！

作者來自中國　現居悉尼



◎ 文／黃邁勵

我記得小時候的我是個乖乖女，老師說什麼就是什麼，父母說什麼也就是什麼，只有照辦的份，那敢說個不字，那敢做錯事。那年我十三，四歲了，老師說十三，四歲是在人生路上最容易做錯事的年齡，因有些懂事了，但又不太懂事，還沒有人生觀。

我是處處小心聽老師的話，不敢多行半步。記得小學時學校推廣講普通話，人人要講普通話，課餘時和女同學講話就說了上海話，有同學去告訴了老師，我被老師叫到了辦公室，問我：“是不是講了上海話？”，我也不知道賴掉，就被罰站辦公室壁角，事後我也不知道恨老師，只知道非常努力的學講普通話，才有我今天的一口漂亮普通話。

現代的年輕人不是過去我們年代的青少年了，我們不可能用過去的傳統觀念去管教他們，去約束他們，你要是讓他們站壁角，他們可是要把你告到Help Line（幫助熱線）去。他們和我們年輕時相比要獨立能幹，富於創造性。幾十年過去，如今我們都為人父母了，對自己的兒女們傾注了萬般愛心，殷切期望孩子們好好學習，有美好的前途，幸福的人生。可是在現代，面對青春期的少男少女衝動叛逆，在現代世界裡追風趕潮，父母如何面對呢?

據10月17日新聞報導：浙江甬台溫高速公路寧海段，一群豪華跑車把高速公路當成了Ｆ１賽道，車流中，他們猛加速、變道、超車，不少車嚇得紛紛減速避讓。民警對他們進行警告時，對方就像沒聽到一樣，油門依舊轟轟響。經過測速，警方發現其中最快的達每小時164公里。

據了解，這些超級跑車主要來自溫州、台州、福建廈門等地。笛卡爾的那句“我思故我在”，在現在不少年輕人眼中，那不是哲學命題的思考，而是炫耀個性的託辭，進而在具體行為上演變成了“我狂故我在”。他們在公路上極速狂飆，以這種出格、張狂的舉動向他人宣示自己的存在、顯示自己的青春叛逆。這很可怕，而且太危險了，如果發生車禍，不單害了自己也害了別人，他們有沒有想到父母的擔憂和可能失去他們的痛心？想到他人的害怕？

在現今出國熱的時代浪潮中，許多父母愛子心切望子成龍，兒女還未成年，世界觀還未成立，自己都不知道怎樣照顧自己管束自己，怎樣選擇自己的人生道路，父母已經把他們送出國留學鍍金了。這些家庭面臨二個問題，一個是錢的問題，一個是孩子的前程問題，父母要知道並不是把孩子送出國留學就有好的前程，主要是孩子要選擇正確的人生道路。

有許多家庭的經濟是非常富裕的，他們是有足夠的能力送自己的孩子出國留學；但有些家庭並不十分富裕，他們的收入在中國的日子是中等富裕水平，如果要送他們的孩子出國留洋，錢還少了一點，可是他們的獨生兒子提出要去澳洲留學，那年兒子17歲，他的父母已把他送到澳洲讀語言了。有一次他的父親急急打電話來說找不到他的兒子了，因父親只有他兒子的手機號碼，手機關機了，兒子又有很長時間沒打電話回去了，父母急得像是熱鍋上的螞蟻，他於是打電話給我，讓我去找他的兒子。我在電話本上找到他兒子家的電話號碼，把這電話號碼告訴他父親。

這父親告訴我說，他兒子沒有告訴他家的電話號碼，他的父親找到兒子後謝謝我又再謝謝我。可是過了兩週，他父親又打電話讓我再找他兒子了，因他的兒子又搬了新家了，我按他兒子的新地址在電話本上找電話號碼，沒有這街道？我打電話告訴這父親，這次你的兒子是很好的躲起來了，這街名是編出來的，這次是真正找不到他了。其實，他兒子所以搬家把假地址告訴父母，也只是不要聽父母說教管教，一種青春期少男少女的衝動叛逆，所以我們父母對這些孩子的教育要特別的婉言耐心，讓他們可以接受。我告訴這父親找他兒子最好辦法是少給他一些錢，兒子沒有錢了就會主動打電話給父親。

這父親告訴我他兒子讀書的學校，有二千塊的報名費是可以要回來的，當我打電話去學校問時，學校告訴我說這學生學費是付了，但讀了二個月高二就沒有再去上課，只有上完全課才可以要回這報名費。可憐這孩子的媽媽在中國省吃儉用，給兒子付了昂貴的學費，兒子沒好好讀書，卻逃課，這麼年輕就有了同居的女朋友，把墨爾本，香港，日本都旅游過了。

有這樣的年輕孩子閱歷淺，在社會上遇到挫折，就會跳樓，放煤氣尋死……他們是沒有想到父母家人養育之恩，也沒想到父母家人失去他們的痛心。因這些年輕人的自尊心特強，受了挫折會怕被人看不起，個性內向又不夠堅強。有時候苦口婆心的跟孩子們說，他們也不要聽，有時候是聽了，但還是我行我素，我們做父母的哪能老跟著年輕的兒女們？只有把孩子們交託於神，願神看顧，帶領，管教，願我們慈愛的父神與他們同在，這才是最好的良藥。社會和家長也都要特別細緻耐心關愛引導這些年輕人。我聽到有些老人感慨地對我說：“現在的孩子只要他們過得好，沒有麻煩事就是孝敬大人了，我們老了操不了心了。”唉！可憐天下父母心！

仰望交託，唯有把愛兒女的心和我們所愛的孩子們仰望交託在父神手中，求父神看顧管教我們的孩子，唯有創造天地萬物的父神上帝，他能知道我們人生的難處，他會使我們拋開一切的煩惱和憂傷，擔當我們人生路上的重擔。全地都跪拜在上帝面前，因他是創造我們的天父，他的慈愛，他的憐憫，他的恩典一定與我們同在。

作者來自中國　現居布里斯本

徘徊死亡邊緣

◎ 文/ 徐慧娟

所謂“愛美是女人的天性”，它帶給我的卻是一個無盡的痛苦深淵。

十五歲那年，我深受電視劇、電影、娛樂雜誌的影響，追隨潮流，認為高挑是唯一的審美標準。其實身為運動員的我一直保持健康體重，卻因錯誤的價值觀使我不理會身高、骨骼等因素，盲目地追求越輕越好，沒有盡頭。每天關心的是體重的增減，心情也隨著體重起起落落。

跟很多人一樣，我選擇了世上最差、最無效的減肥方法——盡量不吃東西。其實人體若長期得不到足夠的營養，反而更容易積蓄脂肪，引起發胖。而且嚴重影響身體各方面的健康，帶來更多的麻煩。這包括容易衰老、記憶力衰退、暴食症、厭食症、胃病、影響生育、抑鬱症等等。我也完全拋棄了小學老師教導我們的基本健康原則：“早睡又早起、早飯吃得好、午飯吃得飽、晚飯吃得少、營養要均衡、六到八杯水、運動不能少、心情要顧好”。

年幼無知的我，一步步越陷越深，時常挨餓，情緒低落。那一年正是要應付繁重的功課，準備初中會考的時候，成績直接影響是否能上理科班。我漸漸地發現自己無法專心讀書，總是犯困，卻不知是減肥不當造成的。在壓力和長期挨餓的折磨中，我患了暴食症，心情一差就能吃下很多東西。越減越肥，使我充滿挫敗感和失落感。

我感覺父母不在乎我，常常不在家陪我，留我一人獨守空居。我覺得好孤單，不被看重。我從三年級開始就戴眼鏡，又因為頭髮是自來卷，亂糟糟的，被小學同學取笑長得醜，因此很自卑。減肥對身心的影響，讀書的壓力，再加上自小積累的自卑感，使我有了輕生的念頭。有一天和父母爭執後，我從藥箱拿了一瓶藥丸，不記得吃了幾顆，就去睡覺。半夜全身極其難受，只好向父母求助。我感到忽冷忽熱，全身顫抖，後來進入昏迷，家人趕緊把我送入醫院搶救。昏迷中隱隱約約聽到家人對我的呼喚，用盡辦法讓我能醒過來。醒來以後直到出院後的幾天，我還是無法正常走路，一站起來就暈。

康復之後兩個月，我又繼續減肥，又想不開。我買藥自殺，100顆止痛藥溶入一瓶奶，我喝了半瓶，以為一睡就過去了。醒來後感到胃部非常不適，就向父母坦誠自己做了什麼。他們把我送到急症室洗胃，過程很痛苦，需要把一條細管從鼻孔中插入直到胃部，護士用了好一段時間才順利完成插管的工作，非常疼，還出血。在醫院住了好多天，醫生護士每當經過我的病床都發出嘆息，想不到這麼年輕的女孩居然尋死。我還需要看心理醫生，但其實沒有多大的幫助。



● 作者與父母

很快地我又陷入減肥的惡性循環：挨餓、情緒低落、暴食、體重增加、絕望、輕生。我曾經試過殺蟲水加可樂，還曾一晚吃下幾十顆家庭醫生開的治普通小病的藥，還喝過消毒藥水，但幸好沒事。成天想辦法想要離開這個世界，覺得每天活得很無趣、很痛苦，沒有希望。後來，家人無意中發現我又有自殺傾向，就決定一家三口搬到外公家住，由五個大人日夜看守我。

減肥的毒癮一直殘害著我，有一次連續五天，我都沒有吃固體食物，只喝瘦身飲料。然後又暴食，又精神崩潰，決定離家出走到很遠的地方結束生命，不讓人有機會救我。我從學校逃出來，八個小時車程到了另一個城市，在酒店住下，買了刀片，割脈自殺，所幸血很快乾了。隔天到醫院縫了幾針，聯絡家人帶我回家。失蹤的那段時間，不知家人有多著急，還報了警，這件事在學校轟動一時。沒有人知道這個一貫表現很好的學生怎麼突然成績一落千丈，經常缺課，不參加考試。

我的家人除了以饒恕的愛來挽回我，就是不住地為我能回轉流淚禱告，還邀請牧師來開導我。從那次以後，我就再也沒有自殺的念頭了。但是減肥的毒癮還是不時發作，體重已經逼近六十公斤，不到一年胖了將近10公斤。那年最後一次嘗試減肥，為了試驗多吃減肥藥會不會瘦得更快，結果搞得上吐下瀉，發高燒，痛苦了好幾天。這次的教訓使我再也不敢減肥。大病一場後瘦了很多，再加上恢復正常飲食，體重也下降到正常水平。荒廢了一年的學習，從名列前茅退到全班第45名。為了減肥瘦身，這一年所付出的代價實在太大了，每天活在黑暗中，不可自拔。

感謝神賜給我愛我的家人，他們信心的禱告蒙垂聽，我暫時得救了。但我心裡沒有神的話紮根，更不知道耶穌是救主，沒有讓耶穌來管理我的生命，後來幾年又經歷了兩次叛逆期。直到我在出國留學期間真正信了耶穌，知道自己是罪人，承認過去所犯的罪，悔改歸向真神，才完全得釋放，有正確的價值觀。我們都是天父的寶貝，神在我們一生中有美好的計劃，要回歸神才能找到生命的意義和價值。神帶領我完成了學業，之后又結婚生子，教導我依靠祂來渡過每一個難關，凡事學習禱告交託。信主七年，親身體驗祂是又真又活、公義、慈愛的神，只有祂的管教才能把我帶回正路。

希望天下的父母曉得靠著上帝的恩典，挽回在罪惡中打滾的孩子，讓他們能夠靠著主耶穌的救恩，有新生命，重新開始，靠著耶穌不再偏離正路。

以下詩歌是我生命的寫照和將來的盼望：

當我在黑暗痛苦絕望中，有一曙光明照在我心，
祂是那稱為奇妙的救主，捨棄天上榮華為我降生，
祂又為我被釘在十字架，情願受苦洗淨我的罪，
我要唱奇妙主哈利路亞，從今後永不會再絕望。
祂仁慈善良的愛，領我衝破狂風巨浪，
主如一顆明亮的晨星，帶給我無限的希望。

救主耶穌基督被接升天，祂去原為我預備地方，
就必再來接我到祂父家，永遠與主同在到千萬年，
到那時再沒有痛苦悲傷，只有甜美快樂的笑容，
眾聖徒同集在明亮聖城，滿心歡頌讚美主大恩。
祂仁慈善良的愛，領我衝破狂風巨浪，
主如一顆明亮的晨星，帶給我無限的希望。

作者來自馬來西亞　現居新加坡

髒話

◎ 文／嫻子

今年六月底的學校假期，我們約了幾家朋友一起再次上北島去玩，滑沙、釣魚、撿貝殼，大家玩得好不開心。

有一天晚上都八點鐘了，在碼頭釣魚的老公忽然打電話說海豚來了，讓大家去碼頭餵海豚去。七八個孩子正擠在電腦前玩遊戲，誰都不願意起身，“不去不行，每個人都要去！”孩子們一個個無精打采，嘟嘟囔囔的抱怨著站起身，Vicky也嘟囔了一句 #X&!，我聽著像一句髒話，卻有點兒不相信她會說髒話，就沒吭聲，旁邊的叔叔卻發話了，“Vicky，你怎麼說髒話，這可不太好。”

因為是冬天，晚風瑟瑟，可是孩子們並不怕冷，一旦出了家門，遠離了電腦，就又來了精神，大家嘰嘰喳喳地邊說邊走向碼頭。冬天的碼頭和夏天完全是兩幅景象，很淒清，碼頭上只有幾個人在釣魚，海豚也不像夏天那麼多，只有一隻，還很晚才來，夏天的時候最多有六隻，從下午到晚上都在碼頭附近遊玩，很多的孩子用自己釣的小魚餵他們。

海豚很快就走了，可能是嫌這裡不夠熱鬧吧，孩子們就在碼頭旁邊的兒童遊樂場玩，我叫住了跑著玩的Vicky，我們一起坐在旁邊的木樁上，很長一段時間，我沒有說話。

“你很生氣，對嗎？”Vicky終於忍不住了，開口問我。

“媽媽不相信你居然會說髒話。”

……

“我也不知道為什麼，我有時候會控制不住自己的脾氣。”過了一會兒Vicky又說。

“生氣可以理解，當你生氣的時候，你可以說，‘我很生氣！’你也可以摔枕頭，但是不能說髒話。”

我說：“媽媽以前也很愛生氣，可是，有一次，金華阿姨就送給媽媽一句聖經裡的話：‘人有見識，就不輕易發怒；寬恕人的過失，便是自己的榮耀。’（箴言19章11節）從那以後，媽媽就知道輕易發怒的人是一個沒有見識的人，媽媽就沒有以前那麼愛發怒了。”

“以後你在生氣的時候，要學會禱告說：‘主耶穌救我！’我們一起努力，都越來越少生氣，好嗎？”

……

我知道Vicky以後還是會比較容易發怒，因為這是我們一生需要學習的功課，但今晚媽媽的一席話，她也確實聽進去了。

作者來自中國 現居布里斯本



築閣建築工作室 corner-s architectural workshop
'we create architecture in harmony with your desires.'
- 房屋設計, 加建, 翻新及商業設計
- 平面及商標設計
- 持牌建築師代辦 Council DA 申請
Mobile: 0431 083 906 Email: corner-s@mail.com
Website: www.corner-s.com.au

Family Medicine
Dr John Wong (English speaking only)
FIRSTCARE MEDICAL CENTRE
14A/100 THEPARKWAY BRADBURY 2560
TEL:(02)46265007

Flower theme 花儷軒 Debbie So 主理
網上訂購 www.flowertheme.com.au
訂購專線 1300 886 992

Selina Leung 梁呂施嫻 Funeral Planner 專業喪禮策劃顧問
容許我給您多一個選擇，少一分擔憂！
一個完美殯葬策劃的告別儀式
將會為家屬們帶來無限的慰藉
Galaxy Funeral Consulting Services
24小時熱線：(02) 9888 6222, 0414 686 228
資深專業典禮統籌 一站式殯儀服務

GRACE CAR
Your Humble Automotive Workshop
William 0425 273 698
Parry 0405 672 376
e-Safety Check • LPG conversion • all mechanical services • all makes and models • tyre, battery •
www.gracecar.com.au
Booking at: grace-mechanic@gracecar.com.au
The Hills 31/2 Hoyle Ave Castle Hill 2154 T/F:8677 4459
West Ryde 5/27 Hope St Ermington 2115 T/F:9804 6455

回誰家過年



◎ 文／葉炳昌

放寒假回家的前一天晚上，一個老鄉打來電話，叫我幫他捎些錢回去給他父母。於是我便去他家裡拿錢。

一進門，咋啦？沉悶悶的，他跟她結婚還不到三個月，難道現在就鬧矛盾了？見此氣氛，我不便久留，便起身告辭。老鄉拿了兩百元給我，他妻子又加了三百：“巧兒，你順便告訴他爹媽，過年我們不回去了。”“誰說不回去，回！我爸就我一個兒子，結婚第一年，哪有不帶媳婦回家的道理。這是我們鄉的風俗，知道嗎？”“哦，你又不是不知道我是獨生女……”

原來就為這事。過年回家原本是值得開心的事，然而也是件令人煩惱的事。回家過年嘛，本不復雜，對於單身人士不存在什麼困難，而對於生活在都市的婚後人士而言，那可麻煩了。過年該回哪個家好？夫妻雙方都要回自己父母家，鬧得平時和睦的家庭一夜之間天翻地覆。

九十年代的子女幾乎都是獨生子女，而獨生子女結合的夫妻過年回家確實是一個家庭難題。

春節只有一個，而家卻有三個：自己的家、娘家、婆家。該在哪個家過年呢？有人提出“平均輪流制”，今年婆家，明年娘家，可並不是誰都每年能回家過年的。天啊，就算大家都願意吃苦受累，中國目前的交通能力也難以承受。春節都希望和父母團圓，如果夫妻雙方互不相讓，那就只有分道揚鑣，各回各家了，家庭就有可能會因此而解體。

過年是中國人的傳統，給父母拜年是一種美德。都市人大都來自他鄉，平時可能會因為工作、事業而把家鄉的父母忽略，所以過年時都想回家孝敬一下父母。這是人之常情。

其實，我以為回誰家過年並不重要，重要的是，作為兒女的我們，不管何時何地，都該想到父母，常給老人寫信、打電話，問問老人的寒暖溫飽。這樣，回不回家過年，回哪個家過年父母都會感到幸福、欣慰。

作者現居中國

過年是溫暖的相聚

◎ 文／李劍紅

小時候我是在鄉下姥姥家長大，每年過年，姥姥都會給我穿上她一針一線縫製的新衣服。我穿著新衣在鏡子前照來照去的臭美，心裡別提多高興！所以，總是盼過年，因為過年就有新衣服穿，還有肉丸子吃。過年的時候，姥姥、姥爺給我們每人分一份炒得香噴噴的花生、瓜子還有甜甜的糖塊，吃在嘴裡，香甜香甜的。過年那幾天，是我們小孩子們最幸福的幾天。

上小學的時侯，我就回到市裡爸爸媽媽身邊上學。每年過年，我們背著大包小包好吃的東西去姥姥家過年，姥姥手打涼棚在門口望著我們全家來，看到我們來了，她高興的忙裡忙外張羅著做好吃的飯菜。

姥姥家是一大家子人，她有很多兒女都是在過年的時候，全家聚在一起熱熱鬧鬧地過年。每一年中，我最盼的就是這幾天，一大家子人聚在一起，要多開心有多開心。現在，回憶起這些，我依然感覺很溫馨，全家人相聚的感覺真好。如今，姥姥和姥爺都不在了，我們不再像每年一樣圍著姥姥、姥爺聚在一起過年，但是他們把那些美好的回憶留給了我，讓我更加熱愛生活。

這幾年，我守著我的老爸老媽過年，和他們一起吃著年夜飯，體會著過年的一種溫馨，和自己的爸媽聚在一起，接受著他們的疼愛，同樣是幸福的。

有一種相聚是過年。很多外出打工的人，只有過年的時候才能趕回家里和父母親人團聚。過年，讓他們品嚐、享受著生活的溫馨和幸福。

每年的過年，在我們的心裡都留下些溫暖的記憶。那些溫暖會伴隨著我們一生，哪怕是我們生命之船遇到低谷，那些溫暖的、帶著爆竹聲的記憶仍然會提醒著我們，人間不是只有寒冷，那些暖意會幫助我們抵禦人生的寒流，幫助我們衝過人生的冰河。直到我們很老很老的時候，我們依然會想起，那些疼愛過我們的父母和長輩，過年時，大家聚在一起熱鬧並快樂著。我們會回憶起，兒時的鞭炮聲聲，回憶起青春年華的美麗焰火，我們就這樣一年一年的走過，慢慢的長大，慢慢的成熟，慢慢的變老……

作者現居中國





勇氣（Courageous）

——如何成爲真正勇敢與受人尊敬的英雄

◎ 文／徐太

四位警察，同一個呼召：保護他們所關愛的人！

相信很多人都會同意這樣的說法：“警察是勇敢與安全的化身”，因為，當人們處於危險的境地時，首先想到的就應該是警察了，他們經過專業的訓練，無所畏懼，英勇向前，救人於危難邊緣，保護弱勢群體，懲治犯罪行為，這些都是他們義不容辭的責任與義務。

Adam Mitchell, Nathan Hayes, David Thomson和Shane Fuller就是四位在工作中恪盡職責，毫無畏懼，屢創佳績的執法先鋒。但是，他們在自己的家庭生活中，當家庭危機出現時，他們才發現自己一直在希望、恐懼、信仰的交織中苦苦掙扎，這四位充滿著勇氣與信心的警察們都不約而同地遭遇到了看上去平淡無奇的挑戰：如何成為一名稱職的“好父親”。

工作方面的出色表現並不意味著可以輕鬆地承擔起父親的職責。經過一系列的反思，他們終於明白：保護公眾是身為警察的第二本性，而成為一名合格的父親，以上帝所喜悅的方式來帶領孩子成長卻需要極大的勇氣。

《勇氣（Courageous）》是Sherwood Pictures繼電影《消防員（Fireproof）》之後的最新力作，這是一部典型的警察動作片與感人至深的家庭情感劇的完美結合。如果您靜下心來，仔細品味電影所要傳遞給人的重要信息，同故事的主人公一起歡笑、哭泣和喜悅，相信《勇氣》一定能夠在這歲首年終之際，激勵和鼓舞您重新思考個人在家庭中的角色定位，成為一位真正有勇氣來面對自己的職責的父親。履行《聖經》對人們的教導：“……使父親的心轉向兒女，兒女的心轉向父親……（瑪拉基書4章6節）”也盼望這部影片能夠讓下一代的孩子們在父愛中成長，由此去發現天父上帝對他們的愛與祝福。

演員: Alex Kendrick [FLYWHEEL, FACING THE GIANTS], Ken Bevel [消防員], Ben Davies, Robert Amaya and Kevin Downes [THE MOMENT AFTER 1 & 2, MERCY STREETS, SIX: THE MARK UNLEASHED]。

Dove Review: Family Approved 12+

List Price: $24.99

DVD 發行日期：2012年1月17日

作者來自中國 現居悉尼

向你強烈推薦

——電影《Courageous勇敢/勇氣》

◎ 文/亞平

我以前說過我是個潮流之外的人，流行歌曲，最新電影，時裝，我好像都是最後一個知道的人。可是這一次，當大女兒星期天從教會回來，說他們的牧師提到一部電影很好看，我一聽說是拍電影《消防員》的那間機構的新作，就立刻決定要同她一起去看。

女兒查了查電影院的網站，週二的票價最便宜，可是她週二晚上要開會，於是我們就約好看周二晚上九點鐘的。

到了周二晚上吃晚飯的時候，告訴老公晚上要同大女兒看電影，女兒說：“爸爸最好也去看看，因為是講關於男人和父親的。”老公嫌太晚，“那我們倆一起去看六點多的，讓女兒和她的朋友們一起去吧。”我這麼提議，沒想到老公居然答應了。而這時已是五點五十分，電影是六點二十分。叫醒放學回來沒吃晚飯就睡著了的Vicky，把她和Bianca匆匆忙忙送到朋友家，六點三十五分，我和老公走進了已經在演廣告的電影院。說實在的，已經記不清上次同老公一起看電影是多久以前的事了，整天呆在家裡做家庭主婦，英文也聽不太懂了，電影的前半截看得稀里糊塗，後面一半還是聽不太清楚，可是我卻領會了電影真正要傳講的信息。也就是從我看懂的那一刻起，眼淚便開始往下流，一直流到電影結束還沒流完。

影片講述的是四個警察的故事，透過他們的日常生活，我們看到了現今這個世代的一個普遍現象，那就是“父親的缺席”，不管這個父親是有形的缺席還是無形的缺席。有形的缺席指的是病逝或離婚，無形的缺席指的是父親雖然在家，卻忽略孩子，特別是在青少年的生活裡，父親或多或少都是無形的缺席，即使他們的父親是警察。

警察Adam有一個九歲的天真可愛的女兒，她去參加一個生日聚會，在回來的路上被一個醉酒駕駛者撞死，痛定思痛，他看到了自己做為一個父親很多不稱職的地方，尤其是對他的已是青少年的大兒子的虧欠，於是他挑戰他自己和他的同僚：努力做一個稱職的父親！

電影中接下來所演的鏡頭，其實都是聖經裡所教導的，還有許多親子關係的書籍中所描述的，也正是我期待老公能做在三個女兒身上的。父親同兒子一起跑步，父親請女兒一起吃晚飯，把女兒像年輕女士一樣對待，送女兒貞潔戒指……活生生的例子，呈現在我們眼前。

聽說電影《阿凡達》上演的時候，在中國曾是一票難求，而在我看來，不管是《2012》還是《阿凡達》，都或多或少能在聖經裡找到他們的影子，《2012》和諾亞方舟似曾相似，阿凡達是由一個人變成了一個像人的動物，到了那種動物的世界裡，去拯救那個動物世界，像不像主耶穌降生為人，來到我們中間，告訴我們真理，又為我們的罪被釘死在十字架上。這兩部電影除了音響效果，色彩效果、佈景、場面，實在看不到有多少教育意義，最常聽到的就是一些年輕女孩說：“現在不減肥了，等到2012年以後再說吧。”除了讓一些人覺得2012年可能真的是世界末日，它還告訴了我們什麼？而這部電影，看了之後，卻能幫助你看到一個真正的父親，一個真正的男子漢，應該為家庭所做的，能幫你找回你已經或即將失去的世界上最寶貴的東西——親情。如果你是一個父親或將來會是一個父親，你不愛去教會也不愛讀親子關係方面的書籍，就去看看這部電影吧，相信你會有不少的收穫。

作者來自中國 現居布里斯本

悉尼機場巴士
機場接送至悉尼各區
手機：0403 183 648
Email:airportshuttle@live.com.au



AUTO1 啟明驾校
国粤英语，持牌教练，友善耐心。
QQ:1043344283。 Tel:(02)82125500
Website:autoldriving.com.au Mobile:0416112328

聖經播讀器
學習聖經的好幫手
聯繫人：徐姊妹
電話:0404796488
電郵 ：breadoflife333@yahoo.com.hk





雪梨華人長老會
Chinese Presbyterian Church
Corner of Crown & Albion Streets, Surry Hills, NSW 2010
Phone: (61-2) 9331 4459
Fax: (61-2) 9360 6020
Email: info@cpc.org.au
Website: www.cpc.org.au
誠意參加主日崇拜
上午九時 家庭英語崇拜(+青少年小組)
上午九時 國語崇拜
上午十時三十分 粵語崇拜
中午十二時 英、粵語崇拜
下午五時 英語崇拜
教會長期設有以下活動
上午九時/十時三十分 兒童主日學
下午一時三十分至四時 語文學校(國、粵語)
會正： 蔡心平牧師 0408 516 606 DavidTsai@cpc.org.au
教牧團： 陳靈光牧師 0433 370 271 ChrisChan@cpc.org.au
蔡小屬姊妹 0414 672 188 DorothyChoi@cpc.org.au

墨尔本华人浸信会
本会诚聘半职普通话传道（每週工作 23 小時），应徵者主要负责牧养，关怀和发展普通话事工的群体。
条件:具教會牧养经验，曾受神学训练，性格成熟，認同浸信會信仰傳統，能夠適應團隊工作，并且能说流利普通话和英语
有意请联絡: Pastor Ricky Law, Melbourne Chinese Baptist Church, PO Box 3015, Cotham L.P.O., Kew, Victoria 3101, Australia
查询请致电 0433-004-787 或
Email: rickylaw@mcbc.org.au

我不再是

我在香港地鐵站所見到的廣告：

我已經14歲，唔係10歲。	(我已經14歲，不是10歲)。
我唔係細路喇！	(我不是小孩啦！)
我識分啱同錯，	(我會分辯對與錯)
咩可以做，咩唔可以做。	(甚麼可以做，甚麼不可以做)
我識照顧自己，我識揀朋友！	(我會照顧自己，我會選擇朋友！)
唔好當我係細路！長大啦！	(不可當我是小孩子，我長大啦！)
…… 阿Dee 14歲	(阿弟14歲)

若這是你兒子對你說的心裡底話，你會有甚麼反應？若我告訴你，不用氣憤，那並不是問題！因那是青少年人成長過程中非常合理的反應！你會同意嗎？

青少年期會是有什麼事情發生？我和家有青少年孩子的朋友們談話時，常聽到他們說「我真怕孩子變成青少年的那一刻來臨！」「我真巴不得我的孩子快快長大，脫離可怕的青少年期！」。

這些話語背後藏有多麼深重的恐懼與痛苦啊！原因是那時候他們的舉動變得神神秘秘，容易發怒，說話誇張，有時顯得憂愁，甚至有時候他們會事事與父母作對，父母說甚麼，他們都反對，但對他們的朋友又會變得非常的友善和親切。我們不禁心中苦嘆，事事為他們勞心勞力，竟換來那麼傷痛的沖突，天啊！這到底是甚麼回事？我們做錯了什麼？

或許你需要知道，那是青少年成長的生理在賀爾蒙的作用之下，身體會有極大的變化，內心和情緒上都會遭遇猛烈的衝擊。心理學家Erikson在《人生八階Eight Stages of Life》中他指出：人在生命歷程中免不了經歷許多危機：其一是青少年的“身份辨識危機”（Identity Crisis），描述了年青人為了尋找自我的不同經歷中，也飽受很多的掙扎。他認為青少年的“身份辨識危機”是一個必須經歷的尋索和衝突。在那過程中，青少年期會問自己“我是誰？”。如何能幫助他們平安渡過這風暴？Erikson建議青少年的父母需要接納、細心又耐心地幫助他們面對“身份辨識危機”而來的沖突。

今天社會以人的外表、美貌、聰明及成功來界定人的價值，所以，青少年也因著潮流文化與別人作比較就容易產生自卑、失落、孤單的情緒。父母一定要知道，在這復雜的成長期中，青少年未必能有效或能適當地處理事情和表達情緒。

若是得不著適當的協助和教導，他們在迷惑和反叛的時候便容易爆發激烈行動，例如不愛留在家中、搗亂（作反）、打人、破壞、哭鬧、自卑、甚至自殺。也許你會問，那些不當的情緒發洩或處理方法是從那裡來的呢？大多是從父母身上學習得來。例如父母在高壓管教方式下，容易在不自覺中發出頻繁的命令、大叫、負面的責怪、發脾氣或批評，來企圖控制子女。在這樣的情況下，子女也學會了大叫、責怪、發脾氣或批評，這就是他們學習了父母的模式，也是他們想挑戰，控制和報復父母的回應。

面對以上的挑戰，父母有什麼幫助呢？

聖經教導我們有關子女成長的時候，提醒我們要「教養孩童，使他走當行的道，就是到老他也不偏離。」（箴言廿二章6節）各位青少年的父母，請你一定要細心留意（箴言廿二章6節）提醒我們不要忽略子女在心理和生理上的成長需要！有什麼值得我們留意的地方呢？

一、不是絕對的擁有權…愛打就打、愛罵就罵

小孩子！

◎ 文/蔡志明



在香港常見到的新聞，因為兒子不聽話，將他鎖進皮篋作懲罰，結果兒子窒息死亡。又有一些父母，因為婚姻出現了問題，在盛怒中將子女扔下街、喂毒藥。世間為何為人父母的，有時又可以如此殘忍？我想這與中國人的傳統觀念有關，覺得孩子是自己的財產，父母可決定他們的生死。在這樣的心態不，有人因為一時情緒失控，狠狠摑孩子一巴掌，或者衝口而出，說一些踐踏子女人格的說話。那絕對不是與青少年子女相處之道！因此，父母不該愛打就打、愛罵就罵；應以百般的溫柔，愛心和容忍來面對青少年子女在成長中探索自我身分、生活目標、與生命意義的時候。

二、不是絕對的擁有…你需要因才施教

有些時候，我們無意地將自己的想法，一廂情願的加在子女身上，藉著各種管制、操控、規定來達到我們的期望，但聖經（箴言廿二章6節）提醒做父母的要放棄要求子女毫無疑問地達到我們的要求。而這經文的重點，不是要求我們留意「管教甚麼」，而是提醒我們留心「依照子女的特性」因才施教，帶領他們一生走在敬畏神的心志上。「教養」一詞在原文譯作「奉獻」或「獻」。因此，我們知道子女並非屬於我們的產業，而是呈獻在神手中的祭物。因此，適當地以真理，愛心和信心放手，將子女呈獻及交託在信實和厚賜恩典的上帝手中是最佳的方法和抉擇！

三、子女不是用來滿足父母的夢想

有些父母不單把子女看作是「屬於我的」，還加上「望子成龍」的成功心態，憧憬著子女將來會成功。那時候是自己內心的安慰，在別人面前可跨口，得到榮耀和成功感。但聖經教導我們有關子女成長的時候，提醒我們要「教養孩童，使他走當行的道，就是到老他也不偏離。」才是我們子女真正的生命成長，保障和福氣！

四、父母也要升值

很多時候我們都希望子女出人頭地，學業成積都是A＋。你知道嗎？成功的父母也需要有A級的能力！什麼是A級父母呢？怎樣升值？請留意以下五點：

1. Acceptance接納：以無條件的愛和接納能使子女心裡對家庭和自己的內心充滿著安全感。

建議：父母在子女成長的路上，應經常正面地看待子女，欣賞子女的獨特素質，時常表現出樂意接納他們的意見，及千萬不要拿他們與別人比較。

2. Appreciation讚賞：父母真誠的讚賞和肯定能使子女心裡感到滿足和滿有成就感！

建議：經常性地正面地讚賞子女，要即時、要具體、要真誠。

3. Affection親切：多用愛的言語和行為，讓子女對父母有親切感。

建議：雖然我們的子女長大了，不要忽視言語的能力。就是「我為你感到驕傲，我愛你，我為你禱告…」，還有那不可缺的行動，親切的眼神、拍肩、甚至擁抱…

4. Availability親近：願意多花心思和時間陪伴子女，使子女感到和知道自己在父母心中佔著很重要的地位。

建議：在工作或家人的事情上有優先次序的安排，不忘享受親近子女的時間，例如多回家吃飯，與子女的單獨約會，外出吃飯！

5. Authority權威：以無條件的愛和寬恕為出發點的權威，是絕佳培養子女安全感和處事的決定能力。

建議：對子女亦師亦友的恩威並施，凡事樂意承擔的責任感，是設立界限的安全方法！

五、在青少年的“身份辨識危機”期，不要忽略了他們需要信仰

近來，醫療界、輔導界、宗教界和教育界都不約而同地強調要關注人的健康，他們所指的就是身心靈的整合。什麼是身心靈的整合？身心靈整合涵括了人的靈性、理性、情緒、生理各方面，視為不可分割的整體。若任何一部份出了心理困惑或問題，就會使人失去平衡。在青少年子女“身份辨識危機”的時候能幫助他們邁向身心靈的健康、情緒的和諧、良好的人際關係，我們若能幫助他們認識真理，恢復與上帝和好的關係，得到生命的價值和意義，肯定會有好的發展與成長。

總結

不管青少年“身份辨識危機”有多風高浪急，在子女的眼中父母親仍是最重要的親密關係者，若夫婦倆彼此的恩愛和尊重，加上倆人不管生活有多忙總是願意停下來聆聽，經常欣賞和告訴他子女說：“我們寶貴你們，我們最愛你們！不用害怕，我們會為你禱告！”我肯定相信那是建立子女的安全感和成長模式的最佳身教！

作者現住悉尼

愛恨維基解密

◎ 文/白培英

「維基解密」（亦稱維基揭密）是這個世紀初的一種特殊媒體。愛它的可能看它是一朵奇葩，恨它的恐怕會視它為一株毒草。

絕對保密愈來愈難

「維基解密」是一個國際性非營利的媒體組織，網站成立於2006年12月，專門公開匿名來源和網路洩露的文檔，各國政府、政要人士、企業家等，都在它揭密的範圍。維基解密曾獲得數個獎項，例如2008年的《經濟學人》雜誌的「新媒體獎」。又如維基解密在2008年發表了《肯亞：鮮血的哭泣——司法審判之外的殺戮和失蹤》檔案，這篇關於肯亞警察濫殺的報導，在2009年6月獲得了國際特赦組織所頒發的英國媒體獎。可見它受到媒體界和人權組織的支持與歡迎。但它也因此遭到排斥和封鎖，例如2010年4月，維基解密公布了「連帶謀殺」的影片，那是2007年巴格達空襲時，伊拉克平民遭美國軍方殺害的影片。

同年七月，維基解密再發表阿富汗戰爭日記，內容包含超過76,900份關於阿富汗戰爭的文檔。美國當然對其恨之入骨，關閉其網站，終止其募款帳戶。俄國也表示，如果「維基解密」膽敢洩露任何俄羅斯機密，將會讓它永遠消失。前一陣子，此間部分公眾人物對美國駐台人員的談話，也被它披露出來，其中某人對某人私下的臧否竟曝了光，涉及的人想必對「維基解密」都無好感。

政府、企業及個人都可能有些事物不欲外人知曉。但科技愈發達，通訊愈方便，便愈難保持祕密。網路有駭客、電話能截聽、私室談話也怕竊聽器，真讓人有點無所逃於天地間的感覺。保護「隱私權」與大眾「知的權利」，常常糾葛不清：一方面我們希望保護隱私權，所以不認同狗仔隊；另一方面又希望凡事公開，不要偷天瞞日。當然，我們可以說有關公眾的事務應該透明化，有關個人的私事則要尊重隱私權。但公眾人物動見觀瞻，即使他個人私下的言談舉止也可能對公眾事務有所影響。所以「維基解密」對政要



人士非公開的談話也不放過，是有它的道理的。

在「維基解密」的帶頭下，是否還有第二個第三個「維基解密」出現，實難預料。時至今日，政府的機密、個人的隱私，要絕對保密似乎愈來愈難了。真合了那句常話，「若要人不知，除非己莫為。」話說回來，如果國與國間能和平相處，人與人間能和睦相待，沒有勾心鬥角，沒有猜忌提防，「維基解密」也就無用武之地了。

掩蓋的事無不顯露

主耶穌在警告門徒防備法利賽人的假冒為善時說：「掩蓋的事，沒有不露出來的；隱藏的事，沒有不被人知道的。因此你們在暗中所說的，將要在明處被人聽見；在內室附耳所說的，將要在房上被人宣揚。」（路加福音12章2~3節）這是說外表仁義內心鄙陋的言行舉止，儘管一時瞞得住人，終會被揭露真相，公開於世，讓人難以自處。

走筆至此，看到一則報導。在故宮博物館最近舉辦的「精采100：國寶總動員」的特展中，有一件太平天國李秀成被俘後的親筆供詞。其中稱洪秀全係久病不治而死，而曾國藩的奏摺則偽稱其係在官軍猛攻時服毒而死，將洪秀全之死歸功於曾軍之攻擊。又李秀成供詞中說自己是在兵敗後躲於民家時，「被兩個奸民獲拿，解送前來。」這句話被硃筆改為「遂被曾帥官兵拿獲。」如此竄改供詞，自然亦在彰顯曾軍之戰功。李秀成的供詞是用抄本上奏，原稿就深藏曾國藩家中，並交代不得公開。豈料一百多年後仍然公諸於世，讓人對這位清代的名臣多了一層瞭解，時間成了對他的「維基解密」。正如前文所引路加福音中的話：「掩蓋的事沒有不露出來的，隱藏的事沒有不被人知道的。」

不僅如此，主耶穌並說過：「我又告訴你們，凡人所說的閒話，當審判的日子，必要句句供出來；因為要憑你的話定你為義，也要憑你的話，定你有罪。」（馬太福音12章36~37節）即使「維基解密」奈何不了你，你也躲不過末日的審判：在白色大寶座前有案卷展開，「死了的人，都憑著這些案卷所記載的，照他們所行的受審判。」（啟示錄20章12節）那時甚麼都掩蓋不住了。

人在獨處時或在暗處每每鬆懈心防，以為無人知曉，此時最易跌倒犯錯。所以聖經說：「行事為人當像光明的子女。」（以弗所書5章8節）人在光中便不會行暗昧的事。四知先生楊震是東漢著名學者，在漢昭帝時為丞相。他在做東萊太守時，昌邑縣令王密，為了感謝他栽培之恩，趁夜送上十斤黃金。楊震推辭不受，王密便說：「現在更深人靜，無人知曉。」楊震嚴辭說道：「天知、地知、我知、你知，怎能說無人知曉？」像楊震這樣的君子是不必擔心「維基解密」的。

作者現居台灣

本文獲蒙允許 轉載自宇宙光關懷網

粗茶淡飯 日子長



◎ 文／花之蘭

我的母親雖然七十有餘，但耳不聾、眼不花、腰不彎，走起路來像小伙子，說起話來如撞鐘。這讓我們後輩真是羨煞眼睛了。

閒時向母親討教養生的訣竅，母親嘿嘿一笑說：我倒不知道什麼是養生，但要想身體好，你們就不要天天大魚大肉的，畢竟粗茶淡飯日子長啊。

粗茶淡飯日子長？是啊，民以食為天，現在日漸豐盛油膩的大餐卻讓國民身體素質下降。“三高”問題逐漸低齡化；“富貴病”困擾了很多人。所謂民間養生大師張悟本，養生教母馬悅凌門庭若市。“豆你玩”、“蒜你沒商量”，囤積居奇庸醫奸商發了財。國人怎麼了？在尋找突圍。其實老祖宗早告誡我們“病從口入”，且清心寡欲，一日三餐粗茶淡飯，身心如盈，百病不侵。

由此，我不禁想到了以前的生活，那時家裡的細糧總是不夠吃，玉米麵充當著很重要的角色。母親稱得上做飯高手，能用玉米麵搭配出不同的吃食。最常見的有玉米麵餅、窩頭，摻上菜葉、蔥葉或野菜的“苦累”，還有早餐和晚餐必不可少的玉米糝粥。在那段物資貧乏的日子裡，母親憑著自己的奇思妙想把飯桌打理的簡單而美味。她最拿手的絕活兒，就是可以把玉米麵餅烙得如紙一般薄，在上面撒一層白芝麻，吃起來既有玉米的清香，還有芝麻的香味，如果就著小魚鹹菜吃，就更美味了。

想起小時候那絕妙的美味，不禁勾起了我的食慾。我趁這個星期天沒什麼事，早早地趕到菜市場買來小魚和鹹菜，回家一邊用小火燉著，一邊煞有介事地用新買來的玉米麵做起了麵餅。不曾想，做玉米麵餅要用滾燙的開水燙麵，等我把開水澆在上面用筷子攪拌，微涼之後用手和麵時，才發現面雖和好了，卻是摳了一次又一次，總是摳不成形，偶爾成形了，力求薄一些時，就不是這邊漏了就是那邊斷了，心中好生懊惱：怎麼就沒學會這項手藝？無奈何，只好打電話給母親。母親在電話那頭告訴我：初學者可以往裡面加少許的小麥麵，以增加韌性，慢慢來即可。我照著做後果然有效，雖說達不到薄如紙，卻可以勉強成形。我小心翼翼地托著它放進電餅鐺裡，幾分鐘後，一張熱氣騰騰的玉米麵薄餅出鍋了。雖不及母親烙得那般又薄又脆，卻也散發出陣陣的玉米清香。

親手做出了兒時的美味，暫時餵飽了胃裡的饞蟲，這讓我喜不自勝，也讓我野心大發。又是一個星期天，我買來新鮮的白蘿蔔洗淨切片，鍋內放入清水及蔥薑蒜，再把蘿蔔片放進去燒開小煮，待蘿蔔片呈現晶瑩剔透的樣子時，放入愛吃的芥茉、麻辣鮮等調味品，滴入幾滴香油，一碗清淡可口的蘿蔔湯就大功告成了。如果能再放一些調拌好的羊肉餡，就更有說不出的美味了。據說，此湯曾被營養學家形容為貧民的“人參湯”，可見其營養價值之高。

你還別說，經過我的一番努力，粗茶淡飯一次次地登臨我的飯桌，我竟愛上了粗茶淡飯，欲罷不能。其實，粗茶淡飯不意味著沒營養，也不意味著生活的不精緻，只要有一顆淡然從容又善於發現幸福，感受幸福的心，粗茶淡飯照樣可以讓生活變得多姿多彩。

粗茶淡飯日子長！粗茶淡飯，是平淡的心境，是奉之於家家都會做的延綿於眾口的心態，口味是心態的表現。粗茶淡飯，是每天人們的選擇。能受之於粗茶淡飯，是逃避喧囂，迴避燈紅酒綠的回家之路。粗茶淡飯，是溫馨的家，是每天敬老愛家的撫慰。粗茶淡飯，是幸福，是身健，是家和的萬年方。

作者現居中國

什麼可以吃掉你的產業呢?“可怕的白蟻”
不用怕·Alan Yau可以幫你解決問題。
All Safe Pest Management P/L
永安殺蟲公司(PC REf 1603) Pennant Hills
Professional,Safe & Effective Pest Control:
Service for termites, cockroaches, ants,
spiders, rodents, fleas, possum, bees & wasps.
2A Hampden Road Pennant Hills NSW 2120
Mobile: 0412 591 414 Tel:(02)9980 6629

南澳華人基督教宣道會
聘請全時間牧者，負責牧養中文部會眾約150人，群體包括操粵語及普通話人仕。應徵者需持純正福音派信仰，認同宣道會Christian & Missionary Alliance Church的牧養模式。持有神學文憑者，需具至少四年牧會經驗；持有神學學士學位者，需具至少三年牧會經驗；操流利普通話及粵語，能以英語溝通更佳。
有意者請將履歷連同近照寄致：Pastoral Recruitment Committee, Chinese Christian & Missionary Alliance Church of South Australia,Brooker Terrence, Cowandilla, South Australia 5033 查詢：李浩然執事(Chris Li)或電郵comasadeaconboard@hotmail.com

西雪梨華人基督教會
聘請国語堂牧師/传道
有一定牧會經驗,信仰純正，神學畢業，兼通英語能,獨立處事並善溝通配搭,願推動及發展福音,培訓和牧養等事工本會會友超800名,國語堂兩堂聚會約有220人參加”
有意者請連同履歷寄：牧師/傳道聘任委員會主席·MandarinMinisterSearchCommittee·90HomebushRoad·StrathfieldNSW2135Australia或者wsccc@optusnet.com.au，資料只作招聘用。
有關本會及職位資訊，可參訪本會網頁http://www.wsccc.org.au/

台福基督教會
Evangelical Formosan Church
墨爾本台福
5 Havelock St.
Burwood, VIC
周日10:30am 台語聚會
(每月第三週英語聚會)
洪牧師 (03) 9889 8236
雪梨台福
26 Horsley Ave.
Willoughby, NSW
周日11:00am 華語聚會
9:30am 英語聚會
陳牧師 (02) 9904 7968
愛平台福
2 George St.
Epping, NSW
周日10:00am 華語聚會
11:30am 華/英聚會
柯牧師 (02) 9617 1077
東雪梨台福
829 Anzac Pde.
Maroubra, NSW
周六 2:00pm 華語聚會
邵傳道 0416 221 668
睦鄰台福
17 Deane St.
Burwood, NSW
週日 10:30am 華語聚會
許牧師 0414 521 514
羅以台福
124 Nemies Rd
Runcorn, QLD
周日 2:00pm 華語聚會
邱牧師 (07)3160-9453
welcome

澳洲雪梨華澳浸信會展愛堂誠聘粵語牧者

Chinese & Australian Baptist Church – West Ryde

本教會有粵、英、國語四堂崇拜，五位牧者，會眾約五百人；現誠聘一位全職粵語牧者加入團隊。應徵者須有認可的神學院畢業資格，最好有二、三年牧會經驗，能操流利粵語及英語，略懂國語更佳。應徵者請寄履歷至：

Acting Senior Pastor
Chinese & Australian Baptist Church – West Ryde
1 Reserve Street, West Ryde N.S.W. 2114, Australia
Email: wanying@cabc-wr.org

金時物理治療針灸康復中心
黃維綱 Tai Huynh 物理治療師
Bach Appl. Sci. Physio. (S.A.), M.A.P.A
星期一、三、五 上午十時至下午二時
星期二、四 下午二時至六時
電話(02) 9787 1233 / 0403 082 158
Shop 14/15-21 Ninth Avenue, Campsie 2194

吳綺瓊註冊心理學家
Sally Ng Counselling Services
查詢預約電話 0405 606 578
PO Box 810 Ryde NSW 1680
sally_counsellingservices@yahoo.com
諮詢輔導 社區教育 訓練課程 雪梨地區
神是力量的源頭

佳風禮品世界
經營回國禮品：綿羊油、健康食品、紀念品等
專賣澳洲、法國名牌純天然護膚品：
"Jurlique茱莉" "PerfectPotion優方"
"L'OCCITANE歐舒丹"
地址: 203 Forest Road Hurstville NSW 2220
Tel: (02) 9580 1818/0425 253 368 www.bestwind.com.au

Syndal Baptist Church 羨道浸信會
Melbourne, Australia is seeking an **Associate Pastor for Chinese Congregation**
(part time commencing March 2012)
Primary responsibilities include developing the Mandarin ministries of Chinese congregation to fulfil mission, equipping and mobilising leaders, preaching and pastoral care.
Position Description is available on website www.sb.org.au or email admin@sb.org.au
Any queries please call Church Office 03 98039144
誠聘中文堂普通話傳道人
(部分時間 2012年一月上任)
職責範圍:發展中文堂普通話事工, 實踐使命, 裝備領袖,動員服侍, 講壇教導, 牧養關懷
職務範圍可在網頁 www.sb.org.au
或電郵 admin@sb.org.au 索取
歡迎致電教會辦公室查詢 03 98039144

溝通是一種尊重

◎ 文／陳亦權

他是我的老同學，也是我的好同事。他曾經有一個幸福的家庭，但是一場車禍奪去了他妻子的生命，留下了7歲的女兒丫丫跟著他一起生活。

兩年過去，他覺得家裡確實需要一個女人，也就在這時，他和公司的女同事小王相戀了，小王是個品貌都不錯的姑娘，而且還不嫌棄做丫丫的後母，她同意跟他一起去見丫丫。

我提醒他說，丫丫的親媽媽在世時，她和媽媽感情一直很好，如果丫丫不接受小王，你還會堅持和小王結婚嗎？丫丫已經9歲了，說懂事又不懂事，說不懂事又懂事，是最難應付的時候，更何況自從她的親媽媽離開後，她就在對媽媽的思念中，享受著他全部的愛，現在無故要一個人來代替媽媽，而且還要分走爸爸一半的愛，丫丫是肯定是不會接受的。

他對我說：“人與人之間，哪怕是父女之間，都講究‘尊重’兩個字，只要我足夠尊重她，她肯定也會尊重和理解我的想法！”

他打算與丫丫好好溝通，動之以情，曉之以理，當天下班後，他叫我陪著他和小王一起去他家，萬一丫丫不理解，我也好在旁邊幫幫腔說說好話。來到他家，丫丫已經放學回來了，我們讓小王先站在門外等，我和他先進屋，他在丫丫面前蹲下身子，然後摘下了手指上的結婚戒指，對丫丫說：“丫丫，這是什麼你知道嗎？”

丫丫看了看後說：“當然知道啦，你和媽媽的結婚戒指！”

他又問丫丫說：“那你知道爸爸為什麼不戴了嗎？”

“當然知道，因為媽媽已經不在了！”

他接著問丫丫：“爸爸問你，你最喜歡和誰一起玩什麼遊戲？”

丫丫想都沒有想就回答說，她最喜歡和她的同桌玩‘兩人三腳跳’的遊戲，他接著又問：“如果你的同桌突然到外地去讀書了，你怎麼辦？”

丫丫深思了片刻說：“如果她去外地了，那我就找別的同學玩！”

他緊接著丫丫的話說：“既然這樣，媽媽走了很久了，爸爸是不是也要換一枚戒指呢？當然，爸爸和媽媽從來都沒有想過有一天會把這枚戒指摘掉重新換一枚，和你一樣，你也從來沒有想過有一天你的同桌會離開，對嗎？”

丫丫點了點頭，她想了想後對他說，“爸爸，如果你為我找到了新媽媽，那就換吧！”

這時，他朝我點頭示意，我打開門，把小王讓進了屋，丫丫頓時明白了一切，她羞羞地看了小王一眼，叫了一聲“阿姨好”，小王微笑著牽起丫丫的手，說：“丫丫，我們下樓去玩‘兩人三腳跳’，好嗎？”丫丫面帶驚喜地站了起來，興奮地喊了一聲“好啊”，蹦蹦跳跳地跟著小王下樓去了。

不久後的一個週末，我帶孩子去兒童公園玩，在公園我看到，他和小王並排坐在海盜船上，丫丫則坐在他們的中間，三個人的臉上，都漾滿了爽朗而甜美的笑容，下了海盜船後，丫丫很快拉著小王去玩別的東西，他則留下來給我指派了一項“艱鉅而偉大”的工作，他和小王將在下個月結婚，讓我做他們的證婚人……



我終於相信他的話，對任何人，溝通都是一種最大的尊重，哪怕是對孩子也是一樣，只要有尊重，就沒有什麼不能使人動容！

作者現居中國

家



◎ 文／若何

“家”是充滿溫暖和愛意的字眼，讓人無時無刻不對她魂牽夢縈，因為每個人對“家”都有一種特別的情結，人們從中得到生命初始階段最單純最快樂的懷戀，那是一個人今後無論走向哪裡都無法忘懷的經歷，也是一個人人生道路上最堅實的奠基石。

在童年時光裡，我覺得“家”就是我的全部世界和人間天堂，那裡有爸爸媽媽姐姐們對我無微不至的照顧，他們的愛讓我的童年時光處處充滿快樂和精彩。

當我餓了時，媽媽清脆的聲音總會及時響遍全村喊我回家吃飯。那時我總是對媽媽的呼喚充耳不聞，主要想考驗一下我在媽媽心目中的重要程度。可幾乎每次都是媽媽嗓子喊啞了我才樂顛樂顛地回家吃香噴噴的飯菜。

那時我感覺爸爸就像神奇的魔術師一樣，每次回家，爸爸總是會給我們姐弟幾個變一些糖果、小玩意之類好吃好玩的東西來，讓我們生活中夾雜著一絲驚喜。因此，我們姐弟幾個一回家要做的第一件事情就是纏著爸爸給我們變魔術。

姐姐們就是我生命中的守護神，每當爸媽不在家時，她們則充當父母的角色精心地照顧我。當我在黑暗中迷失了回家的路時，是她們用溫暖的手帶著我回家；每次我在外受到欺負時，她們總是第一個站出來為我擋著——不管對方有多高大和蠻橫；姐姐們出去幹活時，也總是把我帶上，生怕我在家磕著碰著了，或是讓別人給欺負了。那時鄉村田野裡的小路上，總有姐姐和我的身影，有時姐姐牽著我走，有時背著我走，鄉野的那份寧靜總是被我們的歡聲笑語所打破。

隨著年齡的增長，當我進入懵懂的青春期時，叛逆和衝動的性格表現得尤為強烈，感覺“家”就是禁錮自己人身自由的牢籠一樣，時刻想衝出這巴掌大的圍城到更廣闊的世界裡去遨遊。

那時爸爸下崗，變魔術的遊戲很少發生了。相反，爸媽經常會為了一些雞毛蒜皮的小事吵架，弄得家裡雞犬不寧。家裡那種溫暖和睦的氛圍沒有了，取而代之的是一種壓抑冰冷的陌生感，讓我懷疑這就是曾被我視為人間天堂的“家”嗎？姐姐們也都長大了，她們有她們的心事和世界，我們姐弟之間的隔閡也變得越來越大，共同的話題也越來越少了，童年時那種彼此間的依賴感也變得淡薄起來。

因此，我有一種要逃離的想法和衝動。

當自己真正實現這種想法，到離家很遠的地方求學時，那份獲得“自由”的情感隨著在外漂泊的時間越長，漸漸褪去了“新鮮感”。在一個個孤獨的黑夜裡，自己對家的思念和渴望化為夢中與家中親人相聚的幻影。

當我在外為自己的理想奮力拼搏時，特別是遇到困難挫折和打擊時，“家”就像我的避風港。我就像是茫茫大海裡的一葉小舟，在行駛的過程中經歷過一些風風雨雨感到疲勞時，就需要“家”這個避風港來停泊和加油，只有這樣，我這葉小舟才能行駛得更穩更遠。

所以，我現在只要有空餘時間，就拿著大包小包往家裡趕，過年過節更是如此。“常回家看看”是遊子給家裡親人的承諾，是常年在外漂泊的我們對家人日夜輾轉的牽掛。我在人生道路上又走了好遠，所見所聞越多，對“家”的感悟和眷戀也越深。我已褪去“青春的叛逆”，我將好好珍惜親人們陪在我身邊的日子。

作者現居中國

珍惜今天

◎ 文／惠來

俗話說，“一寸光陰一寸金；寸金難買寸光陰。”一寸光陰和一寸長的黃金一樣昂貴。比喻時間十分寶貴。要珍惜時間，必須珍惜今天。只有珍惜今天，抓住了今天，就是抓住了今天要做的事，對學生來說，今天的功課今天當完成；對教師來說，今天要努力上好課；對科學家來說，珍惜今天才有發明創造的可能。聰明、勤奮、有志的人，深深懂得時間就是生命，甚至比生命還珍貴。他們決不把今天寶貴的時光虛擲給明天。

偉大的發明家愛迪生向來就珍惜時間，利用在車上賣報的閒暇做實驗，渴了，喝口涼水；餓了，啃塊麵包；困了，趴在桌上打個盹。牛頓、居里夫人、愛因斯坦……一切有志氣、有成就的人都是如此，他們決不沉湎在昨天，更不空空地觀望明天，他們永遠從今天開始。他們知道，昨天屬於歷史，明天屬於將來，屬於我們自己的只有今天，我們能把握的也只有今天！只有今天，才是真正實在的時段，在今天的人生軌道上，昨天的成功與失敗都顯得蒼白暗淡，今天可以抹去昨天的傷楚與淚痕，讓昨天的理想得以實現。抓住了今天，就是真正抓住了時間的要穴，在今天的沃土中種下了真誠與善良的種子，將來才會有一個幸福美滿的結果。珍惜今天，就不會虛度光陰；珍惜今天，就不會錯失機緣；珍惜今天，才是真正珍惜自己的生命；珍惜今天，才能有一個充實、無悔的人生！魯迅說過：偉大的事業同辛勤的勞動成正比，有一份勞動就有一分收穫，日積月累，從少到多，奇蹟就會出現”。勤奮源於執著，永不放棄，永不鬆懈。假如你渴望成功，那就抓住今天，立即行動！

有人說：人的一生有三天：昨天，今天，明天。這三天組成了人生的三部曲，但我說，人的一生是由無數的今天構成的，因為不會珍惜今天的人，既不會感懷昨天，也不會憧憬明天。

樂觀的人，喜歡描述明天的美好憧憬，悲觀的人，總擔心明天會發生什麼不測。但生命的內涵只在於今天。生命是寶貴的，它是由一分一秒的時間堆積而成的，珍惜今天就是珍惜生命，荒廢了今天就是荒廢了生命。

昨天已是過眼雲煙，再也無法挽留，如果在昨天，你取得了一點成績而沾沾自喜，或是因為做錯了一件事情而愁眉不展，那麼，你就永遠陷進了昨天的泥潭。同時，你今天的時間也會從你的沾沾自喜或愁眉不展中悄悄流逝。每個人都會乘坐“今天”這班車駛向明天，一天一個驛站，一天一處風景。趁著明天還未到來，我們就應抓住今天，這樣等待著你的才會是果實累累的明天。

我們不應該在昨天尋覓什麼，也不應該向明天祈求什麼，最重要的是怎樣對待今天！在這有限的時間裡努力學習，抓緊今天的分分秒秒，用今天的努力去彌補昨天的空隙，去實現明天崇高的理想。在這一天快要結束的時候，大家應當認真反思你在這一天的所作所為，自己是否真正做到了珍惜時間。老師上課時，你是否因為知識枯燥難懂而放棄聽課；在上自習課時，你是否因為自己意志薄弱而心不在焉；在家中做作業時，你是否禁不住電視和電腦遊戲的誘惑而虛度時光；在周末，你是否因為貪玩兒而無暇顧及書本？畢業班的同學們，你們現在更應該惜時如金，認真利用現在的每一份每一秒，努力學習，以飽滿的激情來迎接高考，實現自己的理想。非畢業班的同學們，你們應當利用今天的時間認真學習科學文化知識，為自己以後的學習打下堅實的基礎。聰明的人，檢查昨天，抓緊今天，規劃明天；愚蠢的人，哀嘆昨天，揮霍今天，夢幻明天。

一個有價值的人生應該是：無怨無悔的昨天，豐碩盈實的今天，充滿希望的明天！同學們！讓我們共同珍惜今天，珍惜現在的分分秒秒吧！

為什麼晉朝詩人陶淵明要寫“盛氣不重來，一日難再晨，及時當勉勵，歲月不待人？”；為什麼宋代名將岳飛要詞“莫等閒，白了少年頭，空悲切”；古雲“此日足可惜，吾輩更應惜妙陰。”一句話就是因為“今天”具有更實在的意義。

聰明的人，檢查昨天，抓緊今天，規劃明天；愚蠢的人，哀嘆昨天，揮霍今天，夢幻明天。一個有價值的人生應該是：無怨無悔的昨天，豐碩盈實的今天，充滿希望的明天！讓我們共同珍惜今天，珍惜現在的分分秒秒吧！

聖經教導我們，“要趁著還有今日”過彼此相勸的生活。乃是經常的，天天的。因為我們天天都有可能跌倒，天天都可能受罪的迷惑。所以應當趁著還有今日過相勸的生活。聖經也教導說：“要愛惜光陰，因為現今的世代邪惡。”（以弗所書5：16）“愛惜”意即要付出代價去把虛耗的時間買回來，並好好地運用每一分每一寸的光陰。“光陰”意即每一刻光陰都是神所賜給我們的機會，我們應當抓住每一個機會，過有意義的人生。

(1)今天地上有進取心的人，無不愛惜光陰，以謀取他們地上的成就。我們是神的兒女，更該愛惜光陰，來明白神的旨意；若是不然，我們就是一個“糊塗人”（以弗所書5：17）。

(2)在神所給我們的一切恩典中，樣樣都是愈來愈多的，惟有“光陰”是愈來愈減少。

(3)一個真有智慧的人，是個懂得抓住神所賜給的每一時機，應用在最有價值的事上的人。

作者來自中國 現居悉尼



舊歲迎新年

◎ 文／培真

光陰似箭，日月如梭，2011年又將擦身而過，迎來新的一年。許多人從很小的時候開始，便期待各種節日的來臨。或許是因為節日的熱鬧氣氛；或許是因為節日對人們的好心情；或許是因為節日一家人可以團聚在一起熱鬧一下，隨著年齡的增長，尤其是中青年人，對節日格外期盼，可能是因為節日時候可以放下工作壓力，放鬆一下。

2011年對某些人來說是有成就感的一年，如事業有成，升職加薪，購買新屋，美滿婚姻，新添寶寶……。這個夜晚，往往是個不眠夜。華燈初上，大街上行人三五成群，疾步走著，不時談上幾句，雖聽不清談論的內容是什麼，不過，從他們臉上的笑容往往可以看出是高興之事。但對另些人來說是失落感的一年，如失業在家，家庭不和諧、夫妻吵鬧，離婚，兒子出走……。從他們臉上的愁容可以看出是悲傷之事。

街上大小的餐館早已就坐滿了人，在這個值得慶祝的日子，有些人和家人、朋友一起興高彩烈，把酒言歡，辭別過去，展望未來，是件多麼快樂的事情。在明亮燈光的照耀下，人人面泛紅光，歡笑聲不絕於耳。孩子們在一起高興的跳著、鬧著，沒有父母的責罵聲；老人們愉快地低聲交談，為兒女的成功高興，也為一家的團聚欣喜。恍惚間幾個小時的時間過去了，人們完全沒有散去的意思。大街上、客廳內仍是談笑聲不斷，在這個辭舊迎新的日子，人們都捨不得過早地休息，想和家人、朋友一起迎接美好的明天——新的一年。新年是一個新的開始，明天又將朝著新的目標前進。

平平安安辭舊歲，歡歡喜喜迎新年。為迎接新年到來，中國民間每年農曆臘月二十四起，家家戶戶習慣灑掃門庭，清洗家具，拆洗被褥，把里里外外打掃得乾乾淨淨，整理得漂漂亮亮，這便是自古以來的衛生大掃除。據《呂氏春秋》中記載：中國早在堯舜時期，就有春節掃塵的習俗。

過年了!鞭炮聲聲辭舊歲，狗聲汪汪迎新春!地球又繞著太陽公轉了一圈，時間真是不等人呵。鐘聲已經敲響了，真的進入了2012年了！

在鞭炮聲中，有些孩子既感覺高興可又有一些害怕。為什麼呢？因為：新的一年又來了，又長大了一歲，可是在長大的同時，自己的童年也漸漸消失了，走遠了，真是有些捨不得哦！童年時是天真的、有趣的，不過現在也很好呀，長大了、懂事了，懂得了更多……

回想已過去的一年裡，真是歡樂不斷，因為我有教會中那麼多兄弟姐妹、好朋友，幫助我在屬靈生命上成長。從中國來到澳洲使我能在教會中認識許多弟兄姐妹，實在是一件很快樂的事情耶！

我們知道上帝是一切恩典的源頭，聖經中說“你以恩典為年歲的冠冕”，這個“你”指的是上帝，上帝是一切恩典的主人。上帝的僕人大衛說到：我的拯救，我的榮耀，都在乎神。我力量的磐石，我的避難所，都在乎神。(詩篇62:7)從這裡使我們看到，上帝是我們一切恩典的源頭，他是我們的拯救，是我們的榮耀，是我們的力量，是我們的避難所，他是我們在患難中隨時的幫助！我們當怎樣在上帝所賜給我們蒙福的路上將感恩和讚美歸給他，我們當怎樣持守蒙福的路，在新的一年，我們藉著主的話語一同有一些勉勵。在2012年來臨之際：願上帝的恩典伴您走過新年中的每一天，願溫馨隨您走過一天中的每一時，願平安伴您走過每一時中的每一分，願快樂同您走過每一分鐘中的每一秒。

聖經中新年祝語：

1. 羅15:13，但願使人有盼望的神，因信將諸般的喜樂平安，充滿你們的心，使你們藉著聖靈的能力，大有盼望。

2. 賽32:2，必有一人像避風所，和避暴雨的隱密處，又像河流在乾旱之地，像大磐石的影子在疲乏之地。

3. 約14:27，我留下平安給你們，我將我的平安賜給你們。我所賜的，不像世人所賜的。你們心裡不要憂愁，也不要膽怯。

4. 詩84:11，因為耶和華神是日頭，是盾牌，要賜下恩惠和榮耀。他未嘗留下一樣好處，不給那些行動正直的人。

5. 番3:17，耶和華你的神，是施行拯救，大有能力的主，他在你中間必因你歡欣喜樂，默然愛你，且因你喜樂而歡呼。

6. 詩16:11，你必將生命的道路指示我。在你面前有滿足的喜樂。在你右手中有永遠的福樂。

橫聯　恩光普照　共沐神恩　福自天降　平安喜樂　愛神愛人　頌揚神恩

作者來自中國 現居悉尼

基督教百思道華人公理會
Padstow Chinese Congregational Church
14 Enterprise Ave., Padstow, NSW 2211

粵語崇拜	星期日上午 9:00
國語成青主日學	星期日上午 10:00
英語崇拜	星期日上午 11:30
國語崇拜	星期日上午 11:00
兒童主日學(英語)	與國英崇拜時間同時進行
午餐團契	星期日下午 1.00
詩歌練唱	星期日下午 1.30
教會祈禱會	逢星期五晚上 8:00
青年團契(國、英語)	週六晚上 7:00 (一、三週)

歡迎參加小組聚會，有關時間及地點等詳情，請洽詢：
堂主任：姚正魁傳道　手機：0438382008
英語堂牧者：Pastor Alan Best　手機：0414887198
查詢電話：謝麥靜嫻姊妹 02－97852377；0433025973

基督教百思道華人公理會Auburn堂
將於2012年1月29日
在Church of Christ 開始第一堂崇拜，
時間: 6:00-8:00PM
地址：90A Auburn Rd, Auburn

鋼琴調音
42年經驗臺灣調音師，美國鋼琴技師協會會員，調音，修理，代客選琴
Jesse 周Mobile: 0419386868Tel: 94888618

迅達駕駛
Sydney多個地區，多位持牌教練；
自動、手動；爲初學、海外駕照、重新考牌等、提供專業教導。
電話: (02)8005 2803
手機: 0404 476 559

KAWAI 北岸琴舫 鋼琴學院
鋼琴演奏家和音樂教育家指導，愛心教學，雙鋼琴設備
課程內容請至
Web: yvonnepianostudio.moonfruit.com
(悉尼北區 - Gordon)　Tel: 0421-848-698

潘瑞廣牙科醫生 (澳洲雪梨大學牙科醫學士)
Dr. Daniel S.K. Poon B.D.S. (Sydney)
Shop 1, 204 Rowe Street, Eastwood NSW 2122
Tel:(02)9858 5709



我要向高山舉目

◎ 文／趙紅菊

走近耶穌，既偶然，也必然。

在此之前，因為身體一直很差，有人向我介紹過法輪功（那時還沒發生天安門事件，還不知道正教邪教），人家講了半天，我壓根信不起來，因為太玄了，與我平時所受的教育完全背道而馳，所以，我跟法輪功向來無緣。

遊三峽時，同船艙的老奶奶大約觀察了我三天，回返途中等船閘時，她和善地對我說：“我看你面善心好，就是身體不好，你為什麼不修修？你要修一下肯定都好了！”見我不解，她從包裹裡拿出一手抄本《佛光照耀》送給我。還說她只對有緣人宣揚佛法。

我坦率的對她說，我可能信佛很難，因為我從小接受的是無神教育，身邊人包括親人都不信佛。老奶奶一直和藹地笑，堅持要我收下《佛光照耀》。只記得那天等船閘開啟，在江心的船上，時間像靜止了一樣，百無聊賴中，我真的認真把那本小小的手抄本看了一遍，還是那種感覺：玄。

去年冬天的一天，我買好牛肉，去包子店為孩子加工一批包子做早點，包子店的兩夫妻平時很熟。老闆娘見我病的很怕冷的樣子，問：“你為什麼不信耶穌呢？你可以把你的病交托給耶穌。”然後，她講她當初信耶穌也是因為治不好的病。看到她忙前忙後的能幹樣子，我半信半疑，臨走時，我半開玩笑地說，我這病，醫院都讓我接受現實，控制住就不錯了，要是能把病治好，你不勸，我都信。老闆娘說，那你去教堂，就這樣求告上帝。

那段時間，醫院的醫生勸我說，該給你用的藥都用了，效果實在看不到，不如到民間碰碰運氣能否找到秘方。那時，我的心裡很沮喪，周身疼痛，不知道能吃什麼藥？

有一天，早上起來陽光燦爛，是冬日少見的好天氣。我想起恰好是主日，我決定去教堂。

走到教堂附近，聽見琴聲悠揚，歌聲陣陣，走到教堂門口，一個脖子上掛著工作證的老大媽向我舉舉手，笑眯眯地說：“姊妹好！”我不知道該怎麼作答，只好傻乎乎地朝她笑笑。大概看到我窘迫的樣子，離她不遠的地方脖子上也掛著工作證的男子說：“姊妹好！你是新來的吧？”我點頭，他遞給我一本厚厚的《聖經》，說：“等一會兒專門有人跟新來的姊妹兄弟交流。”

第一次進教堂，我就發現這裡真是個神奇的地方，教堂裡男女老少好多人。台上，一大群人（有男有女、有老有少）面對台下正有板有眼地朗誦、合唱聖詩，跟表演似的（後來我知道這是唱詩班獻唱）。

台上的角落，一架鋼琴後，坐著一位白髮蒼蒼的老太太，頭髮零亂，目光混濁，佈滿皺紋的臉上有明顯的凍傷，還似乎上了火，爛嘴角非常刺目，是菜市場最常見的那種居家老太太，只是現在，她不在菜市場，而是坐在教堂的鋼琴前，正有板有眼的為唱詩班伴奏。看見她的第一眼，我真是被深深震撼了——這種掉人堆裡你根本沒法找出來的老太太，居然懂音樂！那雙一看就知道常與鍋碗瓢盆打交道的手，居然能嫻熟地彈奏鋼琴！

記得，新人專門交流時，牧師帶領我禱告，我真的虔誠地仰視教堂裡的十字架，在牧師的引導下，我誠心誠意地說，如果能讓我的後半生脫離藥，像正常人一樣生活，我保證信耶穌，歸榮耀於神。

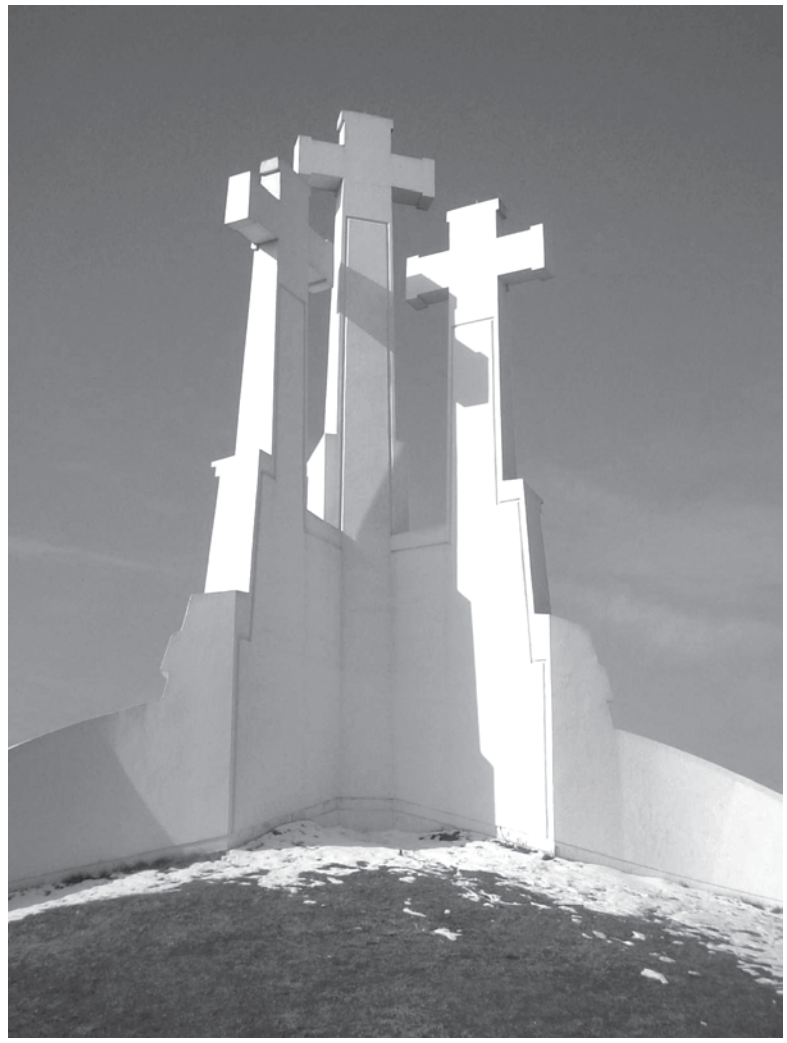
第一次看到有關研究《聖經》的書是《認識真理》，記得作者是張郁嵐博士，他從科學的角度論證了神的全能與真實存在，彰顯聖經的可信。告訴我們為什麼英、美等科學發達的國家，國王總統就職的時候，都要手按聖經向神宣誓。告訴我們公元紀年，以及聖誕節、復活節都跟耶穌有關，看完這本書，我覺得耶穌不是那麼玄也不是那麼遠，卻離我們很近。我發現在世界上所有的宗教信仰中，大概聖經的思想離我們所接受的教育最接近。這是我願意走近它的原因之一。

感謝神的救恩！感謝牧師的帶領，在眾弟兄姊妹同心合意的禱告下，我的身體居然奇蹟般地好起來了，最終脫離了久服不癒的藥物。最讓我糾結的是，在世俗的生活中我常常軟弱甚至跌倒，主啊！饒恕我的過犯和軟弱，求你的聖靈在我的心中動工，給我力量，使我剛強，讓我成為你的鹽，作你的光，以榮耀你的名。

神說，放下你擁有的，背起你的十字架跟隨我……我要向高山舉目……

作者現居中國

夢非夢



◎ 林增金口述　邱懷恩整理

人是罪人，不能自救，只能靠耶穌才能得救，獲重生。這是真理，無可辯駁。

我的見證

中國人有句老話：飲水思源。我有今天的健康身體，是主耶穌恩賜的。祂治癒了我長年難治之症和驅走糾纏著我的魔鬼，讓我得永生。

信主耶穌之前，我身患奇難之症，病況不是臥床不起，而是終日精神萎靡，不思飲食，渾身乏力，四肢酸懶，身體日瘦，連說話也感費力。患病期間，甚麼三甲醫院，遠近名醫，祖傳秘方，所有醫生都無法給我確診，對症下藥，真叫婆婆心痛。我婆婆是基督徒，多次給我傳福音，叫我信主耶穌，我婉言推卻。我推卻不是不聽長輩教誨，而是因為我出生在中國福州一個崇佛的家庭，從小就受到爸媽有事必求神拜佛，保平安的影響，所以只曉得世上只有神佛而不曉得甚麼是主耶穌。

日子一天天過去，病情一天天嚴重，我的人生夠慘了，而更可怕的是魔鬼的糾纏，自發病一天起，魔鬼也跟著來。不論是白天午息，夜晚睡覺，只要你眼睛一閉，魔鬼就即現，青面獠牙，妖魔鬼怪，弄得我驚魂失魄，生無寧日。時間易過，年復一年，多少個春秋過去，受盡惡疾的折磨，魔鬼的糾纏，我心變成一個人不如人，鬼不像鬼的人了。我的消極人生，生不如死。

有一天傍晚，突然天昏地暗，仿佛魔鬼站在高處，指令我向河邊走去，我舉步艱難，慢慢地走上河堤，此刻，我站立在河堤上，望天哀嘆：“蒼天呀！你為甚麼這樣不公平，叫我來世上受苦呢！”正當我想往河裡跳下時，卻被人挽住，轉頭一看，是我的丈夫，此時我面對丈夫大哭，求他讓我死吧！

我的丈夫悲傷淚下，勸我說：“增呀，你命不該絕，跟我回家吧！”我看到丈夫那樣傷心落淚，不忍心地隨他回家。回到家裡，生病的婆婆抱著我痛哭起來，她哭著對我說：“增呀，我再告訴你，你的病，誰也無辦法給你治癒，糾纏著你的魔鬼，誰也無法力把它驅走，只有依靠耶穌，才能救你。如果我死了，你就跟著吳姨一起到教堂求主看顧你，好嗎？”面對婆婆的再三叮嚀，我點點頭，婆婆看到我點點頭時，她笑了。

就在婆婆回天家不久的一個夜裡，我做了一個驚喜交集的夢，夜已是午夜四時許，我精疲力盡，不知不覺地入睡了。

夢，昏天黑地，魔鬼來了！它來勢兇猛，殺氣騰騰，在我面前，張牙舞爪，伸開魔爪直撲我而來，在這生死存亡的關鍵時刻，我鼓起勇氣與惡魔展開殊死搏鬥，邊打邊喊救命，幾個回合之後，我再沒有力量與魔鬼招架了，這時我的脖子已被魔爪卡住，叫喚無聲，在生命垂危瞬間，我聽到樓梯有動靜，傳來了命令魔鬼撒手的聲音，魔鬼一聽到聲音就撒手逃遁了，我模糊的眼睛向樓梯望去，隱約看到一個穿白長衣的人從樓梯走下來，一開始我以為是婆婆顯靈來救我，當我搓搓眼睛，定神一看，眼前已站著一個中年男人，祂笑容可掬，慈愛可親，身著白長袍，高身材稍瘦，長頭髮白胡須，看相貌不似中國人，當我想開口與祂談話時，祂對我笑著，無語，開門而去！醒來時方覺是夢。

此時，我驚魂未定，心仍慌張，扭開電燈，靠光壯膽，靜坐思夢，等候天光。天剛亮，我迫不及待地找吳姨去，把夜裡的夢，詳詳細細告訴她，她聽後高興地對我說：“增呀，你說夢，非夢！是主耶穌愛你，救你來的。主愛你，你應該接受主了”。

主耶穌是誰呢？回到家裡，我總是想起吳姨說的話：“是主耶穌愛你，救你來的。主愛你，你應該接受主了。”一夢過後，我平安喜悅，魔鬼再沒來了。我的起居飲食正常了，精神煥發，勞動有勁，喜了自己，也喜了家人和親朋。不久，吳姨第一次帶我走進基督教堂，一進教堂就看見迎面牆上掛的像，我立刻跪下，吳姨拉著我說：“你怎麼啦？”我指著牆上掛的像說：“就是祂，就是我夢裡所見的祂。”吳姨說：“祂就是我們的主耶穌！”祂就是我們的主耶穌！我一聽，歡喜若狂，立即肅立在向主耶穌，低頭禱告：主啊！你是我的救主，你給我重生，我深深地感謝你，我決志信仰你，跟隨你，侍奉你終身。主啊！我要把福音和你為我驅魔赶鬼的見證，誠傳給廣大民眾，讓更多更多的人信仰你，跟隨你而得永生。

作者來自中國　現居悉尼

◎ 文/比爾・瓦特森　薇爾瑪・瓦特森著

與神通電



如何使用聖經

盡快擁有自己的一本聖經，那你就能自己嘗試翻閱聖經章節。你可以用熒光筆為翻到的經節做記號，或在字行底下劃橫線，方便下一回尋找。一件重要的事，那就是時常與其他和神有個人關係的人聚集在一起，向他們學習。

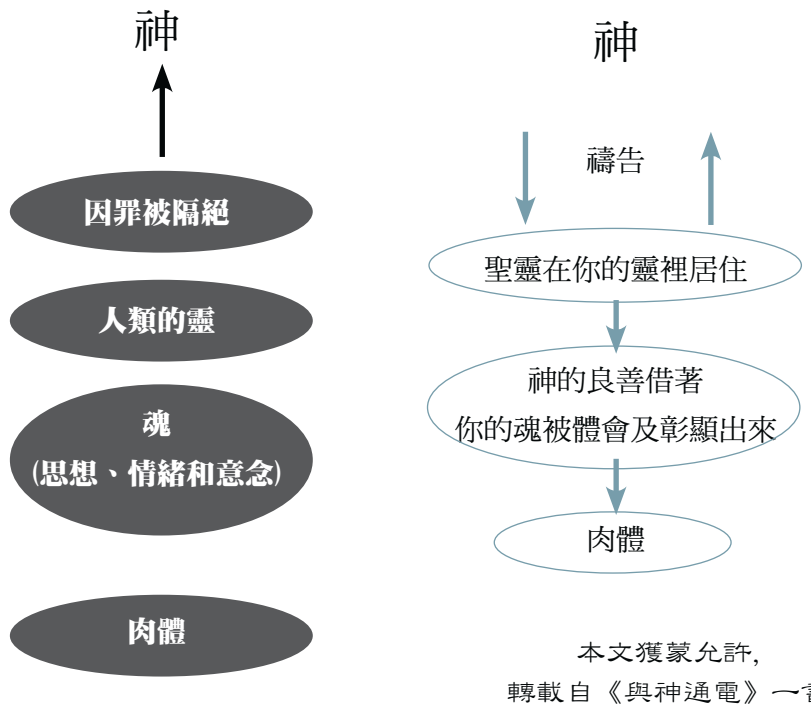
我好高興啊！耶穌把我的罪給帶走了！

與其他和神有個人關係的人同在，你將感到歡欣。

神十分的愛你，也要賜給你最好的。當你繼續讀下去，你將會發現那份愛到底有多偉大。

你選擇接受神的良善

神把我們的罪都放在無罪的基督身上。替而換之的卻是神自己的良善。（哥林多後書5:21 ）



本文獲蒙允許，
轉載自《與神通電》一書

甚麼是神的操作手冊?

每一個發明者都有一本操作手冊。神，我們的造物主有一本叫做聖經的操作手冊。這本聖經將教導你如何學義。

“聖經都是神所賜下的，對教導、督責、使人歸正、教導人學義，都是有用的。”（提摩太後書3:16）

你需要常常閱讀以及遵行聖經裡的話語，能與神更加親近，領受他的祝福。

“你們要行道，不要單單聽道。誰若時常如此，他在所行的事上就必得福。”（雅各書1:22,25）

這本書裡富有許多實際的步驟讓你學習如何在你生命中實踐神的原則。

身為一個神的孩子並不意味著遵守宗教條規，而是與神享有一個關係。只有與神有一個愛的關係，我們便能遵行神的話語。

我們愛，因為神先愛我們。（約翰一書 4:19）

愛神就是遵守神的誡命。（約翰一書5:3）

你能夠通過禱告與神建立一個愛的關係。

把禱告看成兩個好朋友之間的對話。

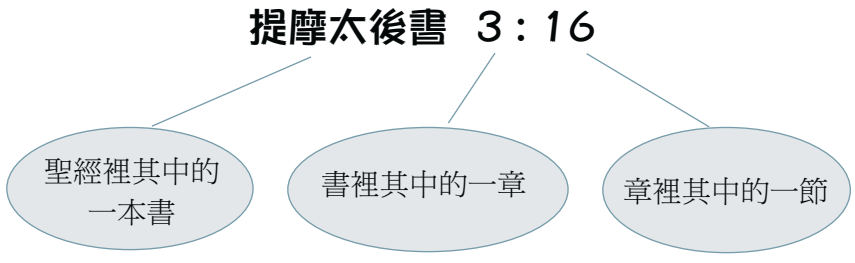
為了幫助你開始學習禱告，這裡附上了許多好像以下這篇以聖經為根據的禱告。

> 親愛的神啊！你的經上說，若我求告你指示我那些奇妙的事，你就應允我。求你幫助我學習你的道以及明白你所要我知道的一切。謝謝你挪開一切使我分心和困惑的事。我愛你，也切慕跟隨你的道。奉靠耶穌的名禱告，阿們。（耶利米書33:3, 詩篇119:18）

當你說“阿們”的時候，意思就是說“就讓它成就吧。”

千萬別小看你的禱告所發出的力量！當你相信，神便會成就你所求的，給你意想不到的效果。

你將發現這本書裡有許多聖經的部份這樣寫著：



淺談慢性鼻炎



◎ 文／呂敢

慢性鼻炎是指鼻腔粘膜和粘膜下層的慢性炎癥。如鼻粘膜出現慢性充血腫脹，稱為慢性單純性鼻炎。鼻粘膜和鼻甲骨增生肥厚，稱為慢性肥厚性鼻炎。

發病原因

鼻炎是由於急性或慢性的鼻粘膜受到病毒、病菌感染，或刺激物(煙草、煤塵等)的作用下受損而導致的。長期慢性疾病，如內分泌失調、長期便秘、腎臟病和心血管疾病等，而致鼻粘膜長期或屢發性充血或瘀血。還可因維生素(維生素A或C)缺乏。過度煙酒也可影響鼻粘膜血管舒縮而發生障礙。也可因鄰近的慢性炎癥如鼻竇炎、扁桃體炎等長期刺激或畸形、鼻腔用藥不當引起藥物性鼻炎。

慢性鼻炎癥狀

鼻粘膜及鼻甲腫脹，色淡或淡紅，交替性鼻塞，時輕時重，流鼻水，遇寒加重。慢性鼻炎一旦發作，鼻涕噴嚏不停，鼻涕呈清水狀；鼻塞，半塞或全塞；鼻癢；如果是過敏性的話，對灰塵或刺激性氣味敏感，轉季時期，特別是秋天和冬天發作率高。嗅覺可有不同程度的減退，說話呈閉塞性鼻音。鼻涕向後可流入咽腔，出現咳嗽、多痰等癥狀。多涕：常為粘液性或粘膿性，偶呈膿性。膿性者多於繼發性感染後出現。鼻炎不單只是影響鼻子，同時還會影響咽喉和眼睛。它還會影響人的睡眠質量、聽力以及學習能力。

治療原則

主要是消除病因，恢復鼻腔通氣功能，排除分泌物。可用以下方法： 鼻塞較嚴重者則可採用冷凍、激光、封閉、硬化劑等方法。治療過程中宜配合體育健身療法。

慢性鼻炎有哪些併發癥?

慢性鼻炎常見併發癥是鼻息肉、支氣管哮喘、中耳炎、鼻竇炎、過敏性咽喉炎。兒童患鼻炎可引起記憶力減退，智力下降。成年人患鼻炎影響工作和生活。鼻腔炎癥久治不愈，有患鼻腫瘤的危險。

怎樣預防慢性鼻炎？

預防慢性鼻炎的發生，重點是做好對急性鼻炎的治療。急性鼻炎如治療不及時或不徹底往往轉變為慢性鼻炎。得了慢性鼻炎應及早到醫院進行治療，同時在生活中應注意以下幾點：

(1)時刻注意氣候變化，注意保暖，千萬不要“要風度不要溫度”。

(2)少飲冰涼飲料：炎熱的夏季，一看見“透心涼”的飲料，就想抓起一飲而盡。殊不知卻會給鼻炎可乘之機。因此要注意食用方法且不宜過量食用。

(3)飲食方面要以清淡、易消化的食物為主，多吃蔬菜水果，還能預防便秘。少食刺激食物：如辣椒、醃漬物、咖哩等。

(4)遊泳防止鼻感染：凡頭部入水前應先深吸氣，入水後用鼻呼氣。凡頭部不浸水遊泳，均應用口吸氣，用鼻呼氣。出水以後，如果鼻內有水，不宜用力擤出，可在地上作跳躍運動，同時用鼻作短促呼氣以便將水噴出。

(5)鼻塞不可強擤鼻：強行擤鼻很容易引起鼻腔毛細血管破裂而發生鼻出血，還可防止帶菌黏液逆入鼻咽部併發中耳炎。

作者來自中國 現居悉尼

讀者回應

□我願意支持生活月刊:$_____
□請寄來生活月刊:(12期成本連郵費$40; 海外$60) $_____
□我考慮贊助或登廣告, 請與我聯絡。
□我希望更明白聖經真理, 請寄贈有關信仰小冊子。
□我願意參與《生活月刊》作義工, 請與我聯絡。
本人聯絡資料
姓名_____電話_____傳真_____
地址_____電子郵箱_____
付款方式
□1.信用卡PAYPAL付款(詳情請與月刊聯絡)
□2.支票付款: 支票開頭請寫Christian Life Mission Ltd.
□3.銀行付款: 請存入ANZ BANK BSB: 012 071 A/C No.:347133494 月刊地址: 3 Lyons Road, Drummoyne, NSW 2047 AUSTRALIA 電郵: admin@lifemonthly.org 電話: (02) 9181 2222

因銀行兌換外幣支票及信用卡手續費高, 海外訂閱友人請以PAYPAL付款或購買澳幣匯票

Chancellor & Rados
雷鐸志大律師樓

RMA No. 9473750 Rados

您辦理移民的可靠選擇

滿足來自成功！
成功案例

- TRA技術評估二天通過
- 457簽証申請二天獲批准
- 新成立小規模公司457公司擔保獲得批准
- 新南威爾士州政府擔保商業永居三天獲得批准
- 商業移民163簽証申請四個月獲得批准
- 同一公司五人申請商業移民全部獲得批准
- 長年非法居民變合法並換簽証
- 僱主提名（無需IELTS）
- 推翻移民局拒簽決定

經驗出於實踐！十幾年移民
專業辦理

- 各州州政府擔保商業移民（新南威爾士州州長擔保和州政府擔保）
- 商業移民（一步和兩步永居）
- 商業永居（永居居民，一步到位）
- 457轉永居，技術移民，僱主提名，工作簽証，學生簽証，結婚定居
- 家庭團聚，父母移民，取消簽証，MRT、RRT、AAT上訴、聯邦法庭上訴

驚喜 持163簽證住兩澳、塔省和北領地的移民，我們可辦理您及家人到紐省和維省。

由信譽卓著、誠實可靠、辦案經驗極為豐富的澳洲移民律師
Ivan Rados和他帶領下的精幹團隊為您服務，我們對客戶的承諾是：

我們知道我們能做甚麼，我們只承諾我們能做的！

Tel: (02) 9281 7988 Fax: (02) 9281 3788 Email: info@crlaw.com.au

2012年雪梨華人長老會主辦

粵語新春福音主日



講員：溫偉耀教授
(英國牛津大學哲學博士，香港中文大學哲學博士
香港中文大學文化及宗教研究系客席教授，
當代基督教研究資源中心計劃主任)

日期：22/01/2012 (星期日)
時間：早上十時半
地址：雪梨華人長老會
(Corner Albion & Crown Streets, Surry Hills)
附設兒童天地
查詢詳情請聯絡 Amy Tang (0410 612 308)
Cathy Wong (9331 4459)

GLORY BOOKSTORE
榮耀書局

新春特價酬賓

新春絕佳禮品：2012中英精美福音書法月曆



買一送一 $5.00/本

1. 神的話語，精美書法
2. 中英對照，圖文並茂
3. 農曆節氣，傳統節日
4. 澳洲校曆及公眾假期
5. 配有榮耀書局資訊

尺寸：58cm（高）X29cm（寬）

簡體暢銷書特價推薦：

$10.00



【愛的雕琢】竹君家庭經典著作
【平衡的智慧】英特爾首席技術官帕特.基辛格著作
【態度決定你的高度】台灣著名作家施以諾生活小品著作
【做個真女人】卡羅琳靈修著作
【幸福的秘密】葛培理牧師靈修著作

$12.00



【神的形象】楊腓力經典著作
【牽手一世情】劉志雄長老著作
【耶穌的領導智慧】查爾斯.曼茲著作
【快樂人際關係法】帕洛特博士著作
【心靈麵包】經典靈修著作

西北区：(Carlingford Village) Unit5, Level 3
372 Pennant Hills Rd., Carlingford NSW 2118
Tel: (02) 9872 5909 / Mob:0425 323 282
sales@glorybookstore.com.au

南区：Shop1 / 38 The Avenue
Hurstville NSW 2220
Tel: (02) 9585 2474 / (02) 8014 6365
www.glorybookstore.com.au

元氣水是生命之水！

以琳生飲水機獨家擁有日本負離子能量礦石
帶給你健康的身體

- 集合多國專利高科技濾材，七重過濾
- 排除水中氯氣及有害化學物質
- 負離子能中和有害人體的正離子
- 保留及加水中礦物質
- 將自來水變成天然弱鹼性
- 含氧量高，活化水質，味道甘甜可口
- 安裝簡便，無需插電，無故障維修顧慮

針灸按摩治療，疼痛剋星

- 日本遠絡療法，消除肢體各種疼痛
- 不插針、不吃藥、不觸摸患處，刺激兩點，疼痛不見
- 台灣反射區疼痛療法，瞬間消痛
- 放鬆肌肉，改善循環，促進免疫
- 激發自癒能力，找回健康身體





仁美國際水研發機構 研究製造
生命元能健康產品醫務所
Vital Energetic Pty Ltd
218 Belmore Road South，Riverwood，NSW 2210
查詢請電：(02)9153 5008 0404085688