生活月刊

www.lifemonthly.org 瞻閱
2012年3月◎第131期

主題分享
銀髮一族
老而彌堅

觀雲

為銀髮一族而設的U3A

妳是我……我是妳……

追憶一個婉約光華的見證

奇蹟小子林書豪Jeremy Lin

“生活月刊 與你同行”

Cover Design by Jason Zhang

編者的話

漢語大詞典中對於“老而彌堅”的解釋是“人虽已老，但志向却更加坚定。”聖經中的迦勒就是這樣一位典範，他40歲時曾與約書亞一同考察迦南地，由於那地的人強壯高大，城牆堅固，以色列人都膽戰心驚，但是迦勒對神有信心，因此他鼓勵眾百姓去得那上帝所應許之地（民數記13：27-33）。而45年之後，當迦勒85歲高齡時，因為他一生專心跟從上帝，他依然可以自豪地宣稱“我還是強壯，像摩西打發我去的那天一樣，無論是爭戰、是出入，我的力量那時如何，現在還是如何。（約書亞記14：10-11）”

其實就在我們的身邊，也有很多這樣“老而彌堅”的例子，比如月刊編輯同工嚴弟兄，雖已年逾八旬，依然筆耕不輟，堅持數年如一日給月刊投稿，同時還積極參加教會組織的各種福音推廣的事工。幾乎每次編輯會議，他都準時到達，令我們這些“後生小輩”無任何借口可以推脫；而在會議當中，藉著他對神話語的透徹領悟以及豐富的人生閱歷，每一次都對文稿提出很中肯的編輯修改意見。感謝神賜給我們這樣寶貴的同工，令我們親眼看到神在他身上所行的奇事。

本期月刊收到了眾多作者從不同角度對“銀髮一族”信仰及生活方面的探討，請讀者朋友們細細品味。

同時，我們也應該知道，在神的眼裡，年齡從來就不是什麼界限。最近在美國刮起了一場強烈的“林旋風”——哈佛小子林書豪改寫NBA中黑人球星一統天下的局面，率領着屢戰屢敗的球隊步步凱歌，這令各個球隊的幕後老闆們大跌眼鏡，因為他們中的很多人都拒絕了這毫不起眼的亞裔球員的加盟。而年輕的林書豪也經歷了神給他的種種磨練，但是他卻並不灰心喪氣，反而說“愈是困难的时候，神真的是每一步都与我同行。他带领我走过想放弃的每一刻。”通過《奇蹟小子林書豪》一文，作者蔡少琪牧師透徹地分析了“林旋風”現象背後的信仰背景，使我們倍感鼓舞。

聖經告訴我們“白髮是榮耀的冠冕，在公義的道上必能得著。（箴言16：31）”“強壯乃少年人的榮耀，白髮為老年人的尊榮。（箴言20：29）”因此不論年長、年幼，我們都應該耐心操練，敬虔守候，等待被神使用。

美睿

目錄

本期主題：銀髮一族、老而彌堅

主題分享

老而彌堅 3
我們不用驚怕年老，因我們知道自己從何處來，也知道往那裡處去。來得光明，去得安然，這就是有金色的年華！

喜樂的老人 4

為銀髮一族而設的U3A 5
但願這一切都不負《聖經》的教誨：“他們年老的時候仍要結果子，要滿了汁漿而常發青。”（詩92:14）

用心經營銀髮生活 12
霜葉紅於二月花 13

世說新語

寬容之心 6
誠信與忠實 7

屋簷下

妳是我……我是妳…… 8
谁家的孩子能让你一辈子挂念？谁家的孩子常常让你紧随不舍？谁家的孩子能让你爱他要特别多？谁家的孩子是把不易打开他心门的锁？

母親的白髮 9
這麼遠的路，母親一直跟著我，我居然一點都不知道，她一路上又是以怎樣不捨的眼光看著我的呢？

見證如雲

追憶一個婉約光華的見證 10

信仰探討

與神通電之布萊得尋獲自由 14
伴你同行之生命篇 15

人世間

觀雲 16
你看那白雲紅霞，那燦陽彩虹，那是他給我們的祝福和許願；而那雷鳴閃電，那狂風暴雨卻正是他無窮威力的見證啊！

美・生活 17
心靈綻放奼紫嫣紅 18
時光的此岸彼岸 20

奇跡小子林書豪Jeremy Lin 22
「要被神用！要有光彩和丰盛的人生，我们必须有敬虔的盼望、敬虔的勇敢、敬虔的奋斗、敬虔的奉献。」因神率领我们，我们就不惧怕，就应每天勤奋、向着标杆直跑，每天敬虔，每天奋斗，每天尊神为大。神能用林书豪，神也能用你！

兩枚硬幣的分配 23

健康指南

蜂蜜的妙用 21

生活月刊 第131期2012年3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 封面攝影Stephen Lam 美術設計張亮 承印SpotPressPty.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	主題	截稿日期	備註
4月	試探與試煉	3月1日	到處充滿誘惑，周遭物欲橫流，對某些人是試探，對某些人是試煉，挑戰致命吸引力。
5月	戀愛的藝術	4月1日	一見鐘情/閃電結婚VS愛情長跑/細水長流，有人喜歡快上趕超，有人喜歡細嚼慢咽，戀愛有公式？
6月	美麗的定義	5月1日	天生我(身)材——瘦身，整容，不用節食、運動的減肥法…美麗可以改造？還是找尋自己的天生麗質？

*出版日期：每月第一個周三

老而彌堅

文/蔡志明



我們不用驚怕年老，因我們知道自己從何處來，也知道往哪裡去。來得光明，去得安然，這就是有金色的年華！

明天會更好，為的是給人信心與鼓勵，現實生活裡明天會不會更好不知道？夕陽無限好！明天會更老！是確定的！但還是有人會忌諱說『老』字，連『我走先啦』也怕說！愛美是人的天性，人到中年，「歷久失修」的臉孔，不再長Pimple(青春痘)，開始Wrinkle(皺紋)了。女士們突然驚覺需要更愛惜自己！在緊張自己的儀容下，匆忙地加入「除黑斑、趕皺紋、抽脂肪」的行列。那些美容護膚品，動輒都要好幾佰塊，還不知能否真的能一除永白。難道『除了』就不會再長出來嗎？這是我的疑慮。

「年紀大了！」人多會感到經濟能力及社會地位都相應下降，使他們擔憂未來的生活問題，或常常緬懷過去，留戀當年，終日發愁，感到「年老就是一無是處」、「對社會毫無貢獻」、「成為子女的負累」、「活著已無多大意義」的想法也會油然而生。以上的心態使年長者畏縮在家，忍讓或怕事，不願與人接觸，以免讓人笑話。越是逃避，孤獨的感覺也越是濃重。加上現在的子女大多不與長輩同住，或是不幸早年喪偶，就難怪他們會有「全世界只剩下自己孤零零一個人」的感覺了。

由於年老所附帶著的種種必然衰退及生活改變，使長者極容易萌生憂鬱感、孤獨感、焦慮感、急躁心態、懷疑心態，這些都會日以繼夜地折磨著他們，造成不可磨滅，也不容忽視的精神障礙。加上華人極少願意表達沉重悲傷的心境，取而代之的，往往是各種身體症狀，或生活習慣的改變，或思想遲鈍，記憶力差，卻同時潛藏著悲觀甚至厭世的念頭。隨著孤獨感和自卑感的滋生，長者一旦遇見些不稱心的事情，往往會很容易變得急躁，為些小事而大動肝火，總會說「換了以前我還年輕時就怎樣怎樣…」之類的話。其實，這般火爆的脾性除了破壞家人的關係之外，也是會傷害身體的。

那麼，如何才能從這些不幸中掙脫呢？

要記著「年紀大了」不是問題，像八十五歲的迦勒一樣「我的力量那時如何，現在還是如何。」（約書亞記14：10、11）「年紀大了」首先必須克服自卑感，應該培養好個人的興趣愛好，同時走進社區，多參與群體活動，認識些志趣相投的朋友，彼此扶持鼓勵。因為人在孤單的環境中最容易胡思亂想，但只要與人有交往，對環境，對自己就不免有了完全不同的看法。簡單來說，應積極保持活力！只要體力允許，想去的地方就立刻去吧！莫等走不動時後悔、遺憾！只要有機會，多與舊同事、老朋友聚聚！該享受的時候要享受，臨老要善待自己。千萬莫要人在天堂，錢存地上銀行！還是活著一天，就讓自己快樂活一天吧！要活得好，就要有以下的生活品質和心情：

要保持健康：持守「三少——少油、少糖、少鹽」的膳食、戒煙限酒、心理平衡等，都是保持身體健康的方法。

平安穩妥接受年老：自己感覺年輕，就年輕；自己感覺年老，那就真是老了。應靠主一無掛慮，常常喜樂，這是健康長壽的良方。

每天固定的禱告、讀經、寫電郵及通電話外，多抽時間散步、運動，參加郊遊或出門旅遊。年紀大了，必須活動，要活就要動，不能坐以待斃。

在家的附近找一家教會，參與敬拜、服侍，協助牧師，幫助聖徒。

顧好十老：
老身要健康，老伴要親愛；
老本要保管，老家要照顧；
老要善待己，老趣要培養；
老友要多聚，老書要多讀；
老酒要少喝，老天要感謝！

最後，「年紀大了」有兩個選擇：一是極力逃避，一是欣然迎向。其實Retire（退休）就是Re-Tire（重新裝備），好像老爺車換上新的車胎。用以往豐富的人生經驗去關心和服待別人。還要不忘記主耶穌說的話：『我不撇下你們為孤兒…信我的人有永生！』感謝主！祂的厚恩為扶持我走下去的力量，讓我知道自己不是孤單無伴的，祂是與我同行生命路的神！因著祂的應許，今天我們不用驚怕年老，因我們知道自己從何處來，也知道往哪裡去。來得光明，去得安然，這就是有金色的年華！

作者來自香港　現居雪梨

喜樂的老人

文/莊友岩



有些人，一旦進入晚年，或已退休，就開始志氣消沉，情緒低落，態度悲觀，自嘲為“四等公民”：等吃，等玩，等睡，等死。其實老年生活，並非如此的悲哀無聊，痛苦的過餘生。可以喜樂，愉快的渡過。

長壽，喜樂是人人所盼望，也是可以享得的。要長壽必須要有健康。若失去健康，臥病在床，靠藥物來維生，自己痛苦，家人也受累。要健康就要有顆喜樂的心。因為喜樂的心，乃是良藥。憂傷的靈，使骨枯乾。（箴言17:22）

要怎樣過個喜樂的晚年呢?

適當積存，有防無害。

人生最大的遺憾有二。第一，還未死時，仍存有大筆產業。孩子為了爭奪產業而告上法庭。另有一些不孝子，恨不得爹娘早死，可早分得遺產。第二，年老時，分文不存，求乞過活。

錢並非萬能，沒有卻萬萬不能。所以老年要有些老本，才能過稱心如意的生活。雖然花費不多，若是發現患上某種疾病，想要立刻治療，而不要到公家醫院排隊，就非得有一筆存款不可。即使住進那些設備好，服務佳的老人院，收費也不低。

年輕時，不惜代價，努力賺取，想過個更好的生活。以生命換取財寶。到了老年，若仍然如此，所換取的，恐怕是財命兩空。健康失去，就以賺取的金錢來支付醫費，買藥物，買保健品。藥物多有副作用，吃多了，就由一病引發一病。最後只好留下所賺取的，告別世界。這是無知人的結局，一生活在勞苦愁煩，憂慮之中（詩篇90:10），成為錢財的奴僕，過著痛苦的生活，享受不到人生的喜樂。所以，人生不是只是為了賺取，乃要懂得享受神所賞賜，豐盛的貲財，就是從勞碌中所得的成果。（傳道書5:19）

耶穌說：“不要為自己積攢財寶在地上，地上有蟲子咬，能銹壞。也有賊挖窟窿來偷……你的財寶在哪裡，你的心也在那裡。”（馬太福音6:19-21）

積蓄在天，一生喜樂與富足。投資在天，就是把財寶用在神國的福音，救濟窮人，領人歸主。我們所有的，智慧，才能，金錢，健康，甚至時間，豈不都是神所賜與？所以，取之於神，用之於人。愛神，遵行神教導而行的，必然得到祂的眷顧，這是不變的天理。大衛王說：“在他的一生中，從未見過義人被棄。也未見過他的後裔討飯。”（詩篇37:25）。愛神的人，不會老年潦倒。

享受所有，不慕所無。

清茶淡飯，吃粗糧，是老人的健康食品。愛吃山珍海味，尋找奇異野食，反而導致富貴病，如高血壓，高血脂，高血糖。喜愛濃酒，更是傷胃，毀肝。

有人天天上飯館，吃珍異菜餚，別去羨慕。你也可以，卻不見得有好處。有平房住得舒服，睡得甘甜，就不必羨慕他人住濱海高樓。有空時到公園，海邊漫步，到城裡閒逛，就不必妒忌他人到世界各地觀光。何況墨爾本還是世界上第一好



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

誠邀參加主日崇拜

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) (附設各種興趣班)

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
蔡小麗姊妹 0414 672 188 DorothyChoi@cpc.org.au

EDDIE PANG 彭以德
BDS (SYD) Dental Surgeon
(02) 9807 1087
35/99 Anzac Ave, West Ryde 2114
(Cnr of Victoria Rd & Anzac Ave)

刊登廣告事項每月10日截稿
生活
請與陳偉雄（ColmanChan）聯絡
電話：(02)91812222
手機：0419816666
電郵：Colman@lifemonthly.org

單位尺寸	每期費用
1個單位8×3cm	$60.50
2個單位8×6cm	$121.00
3個單位8×9cm	$181.50

本月刊由澳洲稅局特許免除GST

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

為銀髮一族而設的 U3A

文/彭勝強

但願這一切都不負《聖經》的教誨：“他們年老的時候仍要結果子，要滿了汁漿而常發青。”(詩92:14)

澳洲女人的估計壽命在2009年已上升到85歲，男人則是80歲，到現在應會更高。如果在65歲退休的話，那麼退休後的時間會有15至20年之久。這些退休了的銀髮一族，如何去好好的利用這十多、二十年長的時間呢？不是很值得細心去想一想嗎？如果退休後只是搓搓麻將，或按按老虎機，一旦沉迷下去，就只會有害而無益。不若前去U3A報名修讀一些你一直想學、但是至今還未有機會學習的科目吧。

U3A是University of the Third Age的縮寫，直譯是第三齡大學。所謂大學(University)其實只是取其原本的意義，就是聚集在一起去尋求知識的一群教師和學生。第三齡(The Third Age)是指後於幼年求學的第一齡和成年工作的第二齡，而先於須要別人服侍的第四齡的退休後仍然活躍的年齡。

世界上第一間U3A開設於1972年，地點在法國圖盧茲大學(Université de Toulouse)，當時吸引了很多長者前往聽課。這個行動瞬即風行全歐州以至全世界，不少大學紛紛為長者開設新課程。英國於1982年在劍橋開設第一間U3A，但脫離了大學，改為完全自立的校外課程，由會員自行分享其專業知識，與大學無關。澳州也採取此制度，墨爾本於1984年成立第一間U3A。目前維州有大約98間U3A，會員約有25,500人；新州則有60間。如要參加他們用英文講授的課程，可以上網到http://u3anetvic.org.au/或http://www.nsw.u3anet.org.au/查看。

2000年創立的墨爾本華人基督教常青大學卻是用中文講授的一間U3A，英文全名為Melbourne Chinese University of the Third Age(MCU3A)，現已成為墨爾本第三齡大學群的一員。2000年，張吉成牧師有見於維州華人社會日益老化，就招聚了幾位基督徒合力創立了這間常青大學，作為教會的長者事工，以「老有所學，老有所為，老有所樂」為宗旨，是維州唯一一間專為華人而設的U3A。今年設有電子琴、國畫、書法、素描、二胡、園藝、聲樂、普通話、創意歌唱、文化、福音粵曲和開心粵曲等十二班，同學約有150人。這都是上帝的恩典，感謝主！有興趣的可以到http://www.mcu3a.org.au/網址查看，或致電0418 300 488彭老師查詢。。

常青大學成立至今已進入第十三年了，在這十三年中，我們社區的長者得到了機遇，進入「常大」，在十多個不同的學科中，選擇他們所喜愛的科目學習。他們在課堂上不但增長知識，而且廣交新朋友，性情獲得陶冶，生活顯得充實，精神勃發，健康改善，「常大」成了長者的樂園。難怪有同學聲稱：她從來沒有這樣開心過！

同學們不單是呆在課室中聽聽課而已，他們還舉行各種活動，例如今年將會有三項不同的大型活動：第一項，書法班、國畫班、素描班和園藝班的同學將在5月8日在Box Hill Town Hall聯合舉辦“第五屆常大書畫素描園藝展”。其次，開心粵曲班同學今年會再接受墨爾本華人浸信會長青團契的邀請，在8月間在該教會舉行福音粵曲佈道會。九月間，聲樂班的董冰心老師將舉行她的榮休演唱會。預料每項活動都會吸引大量觀眾，哄動一時，請留意他們的正式公演日期和時間。



張吉成牧師及書法班同學書法


創意歌唱班

但願這一切都不負《聖經》的教誨：“他們年老的時候仍要結果子，要滿了汁漿而常發青。”(詩篇92:14)

作者來自香港　現居墨爾本

的城市，許多人都渴想到此地來游玩呢！千萬不要借貸渡日。一旦債台高築，無法償還，暫時的享樂，反而留下無限的痛苦。

老人應以清淡，平靜為享受，滿足於所有的，不必去比較，羨慕，嫉妒他人。若常去羨慕他人，看自己總比別人差，就會產生自卑、自憐、自怨、自艾，最後會導致心理失衡，情緒變化，失去健康。

享受已有的，不羨慕所沒有的，能讓你身心愉快，喜樂常在，這是聖經寶貴的教導。“只要有衣有食，就當知足。”(提摩太前書6:8)有了知足的心，才能隨遇而安。知道怎樣處卑賤，怎樣處豐富，或飽足，或飢餓，或有餘，或缺乏。我認識一位已經103歲的老人，他的長壽秘密就是凡事知足，不憂得失。心平氣和，瀟灑渡日。他的兒子說，“他的爸爸從來不發脾氣。虔誠禱告，常常喜樂。有時還會開玩笑地問，為什麼他會活得這麼長壽？”

總結

長壽是神的賞賜。“神使人足享長壽，是要將祂的救恩顯明。”(詩篇91:16)盼望老年人能仰望上帝，遵行聖經的教導，凡事知足，凡事喜樂，凡事盼望，清心度日，享受喜樂、愉快的晚年。

作者來自新加坡　現居墨爾本

WORSHIPCENTRE Christian Church
敬拜中心
基督教會華語堂
華語主日崇拜：每週日上午 10:30
這是一間充滿基督的愛的教會。在這裡，您可以得到真理的造就及經歷 神的恩典，並可以遇到像家人一樣的弟兄姊妹！
如果您趕活出從 神而來的自由、平安與喜樂，並迅速融入澳洲社群，我們衷心地歡迎您！
我們並有免費的生活英語課程，詳情請與我們聯絡！
教會地址 — Cnr. Ellen & Kate Streets, Carina, QLD 4152
聯絡方式 — info@worshipcentre.com.au (07) 3843 9700
華語堂聯絡人：Pastor Flora Kuo 0410 442 688 &
Frank Yin 0413 059 588

澳洲雪梨華澳浸信會展愛堂誠聘粵語牧者
本教會有粵、英、國語四堂崇拜，會眾約五百餘人。現誠聘全職粵語牧者加入團隊，負責牧養有二百餘會眾的粵語堂。應徵者須有認可神學院學位，最好具三至五年牧會經驗，能操流利粵語及英語，略懂國語更佳。有意者請寄履歷至：
Acting Senior Pastor
Chinese & Australian Baptist Church – West Ryde
1 Reserve Street, West Ryde, NSW 2114, Australia
Email: Cantonesepastorate@cabc-wr.org

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。

好運裝修（雪梨地區）
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

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



寬·容·之·心

文／陳碧藍

“世界上最寬闊的東西是海洋，比海洋更寬闊的是天空，比天空更寬闊的是人的胸懷。”雨果曾這樣說道。人如果有了比海洋，比天空更寬闊的胸懷，那還有什麼辦不成的事呢？

寬容是一種崇高的境界；寬容是一種大度的的胸懷；寬容是一種設身處地為他人著想的好精神。

林則徐曾說：“海納百川，有容乃大；壁立千仞，無慾則剛。”這句話說得多麼好啊，他的雙眼完全看穿了自然界的表象，看到了事物的本質。他說的道理用在為人處世的方面，又何嘗不是這樣呢？如果一個人有了寬容之心，他的肚量必定很大；如果一個人有了寬容之心；眾人必然對他心悅誠服；如果一個人有了寬容之心，他便是一個有高尚的品質的人。三國時期的雄才曹操就有著寬容之心。官渡之戰是那時的有名戰役。在那次戰役中，曹操打敗了袁紹。當然，在這之後，繳獲了大量的戰利品。其中有不少是曹操自己的部下寫給袁紹的表示忠誠的信件。信中，那些內容多是貶低曹操，說他的不是，表示會投靠袁紹。有些人就給曹操提議，把這些對主人不忠心的人全都關起來，然後殺死，以儆效尤。那些寫過信給袁紹的人都害怕得睡不著覺。結果，出乎眾人意料之外的是，曹操卻下了命令，將那些信件統統燒掉，這些事就不再追究了。

曹操是這樣說的：“大戰在即，敵強我弱，連我自己都自身難保，何況部將呢？為自己的以後著想，這是人之常情。”通過這件史料，可以看出曹操有著寬大的胸懷。對與自己曾有背叛之心的人都這麼寬大，可見曹操的心胸寬廣。當然，經過這件事之後，那些部將當然是誓死效忠曹操了，因為他們都對曹操心存感恩。可見寬容於已於人都是大有好處的事情。

明朝末年，曾出過這樣一位大官，他的權勢炙手可熱。有一次，他與他的鄰居因為一點地基而發生了糾紛。於是，他寫信給家裡，信是這樣說的：“祖宗遺業，寸土不可讓。”如果這場官司沒有打贏的話，就會有辱自家門庭。於是，他仗著自己是大官，串通了當地的官府，欺辱他的鄰居，他還指使自己門下的人，對鄰居大打出手，還將對方家的婦女進行了侮辱。他這樣做，引起了公憤，大家群起而攻之，把他的家抄了。這個故事說明，對他人沒有寬容之心的人是沒有好下場的。

有這樣一句話：“大地承受不住的東西，胸懷可以容納。”我們要學會寬容，有了一顆寬容之心，那才是個像樣的人。

作者現居中國



忠實誠信

誠信與忠實

文/谷沉

誠信與忠實，簡言之，就是人們謂之“誠實”，即忠誠老實，凡事忠於本來面貌，從不隱瞞自己的真實思想，不說謊、不作假、不掩飾自己的真感實情，不為損人利己的目的而欺騙別人。所以，誠信就是誠實講信用、講信譽、講道德、堅守承諾、堅守原則、忠於職守。應允了的事情，義無反顧的忠誠履行自己承擔的義務。孔子曰：“人而無信，不知其可也！”。高爾基讚揚“誠實是人生永遠最美好的品格”。

你聽過因失信而喪生的故事嗎？古時濟陽有個富翁過河時船沉了，他在河中掙扎時大聲呼救：“救命呀！我是濟陽最大的富翁，誰救我就給他100兩金子！”，近處打魚的漁夫聞聲趕來救起了富翁，富翁上岸後，給了漁夫10兩金子，漁夫責怪他出爾反爾，不守承諾。富翁譏諷地說“你一個打漁的，一輩子也掙不了幾個錢，10兩金子還不滿足嗎？”。不料，時隔不久，富翁又在原處過河時翻船落水，當他大聲呼救時，那個曾被騙過的漁夫說：“他就是那個說話不算數的人！”。結果無人相信富翁的話，富翁被自己的“誠信”淹死了。富翁兩次翻船遇同一個漁夫是有其偶然性，但富翁的報應也有其必然性，其真理是：人若不守信，失去人們對他的信任，失信於人者，其結果只有坐以待斃。所以，誠實是一種力量的象徵，它充分顯示人的高度自重和內心的尊嚴，如果要別人誠信，首先要自己誠信，一個人失去了誠信，就等同於毀滅了自己。

18世紀有一位紳士，深夜回家路上，被一個蓬頭垢面衣衫襤褸的小男孩攔住：“先生請買一包火柴吧！”，“我不要！”。當紳士要躲開小男孩之際，小男孩央求道“先生，我今天什麼東西也沒有吃，請你買一包吧！”，紳士說：“我沒有零錢呀！”，小男孩急忙說：“先生你先拿上火柴，我去附近給你換零錢”，小男孩接過紳士手中的一英磅飛快地走了。紳士左等右盼也未見小男孩踪影，他也怏怏然地回家了。

第二天清晨，紳士在走向辦公室的路上，有一位穿得更破爛的小男孩攔住了他的去路：“先生，對不起，我哥哥讓我把您的零錢送來了”，紳士想起昨晚的事，問：“你哥哥呢？”，小男孩面露愁容地說：“昨晚，我哥哥換完零錢後，回來找你的路上，不慎被馬車撞成重傷，在家躺著，他讓我把零錢及早還給你！”。紳士深深被賣火柴男孩的誠信所感動，紳士特意到男孩家去探望受傷的小男孩。接待他的是二個男孩的繼母，她見到紳士就愧疚地說：“對不起，孩子受傷了，他不能把零錢按時給你送去，失信了，請你原諒！”。紳士的心靈震撼了，當他進一步了解兩個男孩的親生父母均已亡故時，就決定今後承擔他們的一切生活所需。一包小小的火柴，卻道出了“誠信”的精髓。

誠信是道路，它隨著開拓者的腳步延伸；誠信是智慧，“得智慧，得聰明的，這人便為有福。”（箴言3:13）。誠信是成功，它是隨著拼搏而臨近；誠信是財富的根本，它是生命中打開財富的金鑰匙。所以，誠信是人生之本，是友誼的必備條件，是一個人立足於社會的基礎”。“言無常信，行無常貞，惟利所在，無所不傾，若是則可謂小人矣！”（荀子）。誠信是無形的，看不見，摸不著，但它卻牢牢地佔據著人心的靈魂要地。“原來我們不是顧念所見的，乃是顧念所不見的，因為所見的是暫時的，所不見的是永遠的。”（哥林多後書4:18）。

我們生活在社會中，能看見、聽見、遇見多少有關因誠信而引起人們的讚許與斥責？很多！小悅悅之悲劇，也是因誠信而導致18行人袖手旁觀，他（她）們唯恐因誠而招致“人”不信，“惹禍上身”，採取多一事不如少一事的明哲保身的態度，也因政府、法律、社會、世人在誠信上欠缺令人信服的公正判斷，也是造成不斷出現“誠信”危機的根源。

誠信從哪裡來？從“愛”而來，“這愛是從清潔的心，和無虧的良心，無偽的信心生出來的。有人偏離這些，反去講虛浮的話，”（提摩太前書1:5）所以，“我們所誇的，是自己的良心，見證我們憑著神的聖潔和誠實，在世為人，不靠人的聰明，乃靠神的恩惠，向你們更是這樣”（哥林多後書1：12）。

誠實是做人的根本，一個人、一個家庭、一個組織、一個群體、一個企業、一個國家，在任何時侯、任何環境，都應該誠信忠實。例如：美國第一任總統喬治華盛頓，小時候因斧頭砍倒他父親的一棵櫻桃樹，誠實地在他父親面前坦承自己的錯誤：37任總統理查德尼克松因“水門事件”被迫引咎辭職；42任總統比爾克林頓因性醜聞撒謊險遭彈劾；43任總統喬治布殊因造謠伊拉克製造“殺傷性”武器，發動伊拉克戰爭。美國總統的誠信，在世界歷史長河中，留下無法彌補的污點。

誠信是一種美德，是人類最高尚的道德品質，是世界上最美麗的花朵，讓我們的心靈是一片淨土，給誠信一片天地，生命的道路永遠與誠信同行。

誠信就是愛的表現，“你們要彼此相愛，像我愛你們一樣，這就是我的命令，為朋友捨命，人的愛心沒有比這個大的。”（約翰福音15:12-13）

作者來自中國　現居阿得雷德

妳是我……我是妳……

一個自閉症孩童家長的道白

文/劉普

誰家的孩子能讓你一輩子掛念?誰家的孩子常常讓你緊隨不舍?誰家的孩子能讓你愛他要特別多?誰家的孩子是把不易打開他心門的鎖?

當狄棻霓四歲被確診為自閉症的孩子時，我們像任何有這麼一個孩子的父母一樣，難以置信，不能接受，要如何去面對呢？然而事實擺在面前，我們都得承認我們的孩子跟一般的孩子真的很不一樣了。

這樣一路走來，現在她剛滿八歲了。我們曾四處奔波，尋找各種能幫助她的資源；我們要經常帶她參與不同機構辦理的各種活動，協助她開拓她那容易封閉的小天地；我們要用更多的時間陪伴她，當她朋友不多時，我們做家長的就是她最靠近的朋友；她學習上因為溝通上的天生障礙，我們惟有付出更多的耐性去教導她的功課。

我這個做父親的，早晚開車接送她上學放學，更多了親子時間；每個週末帶她去中文學校，那又是一個歡樂學習的時間；每週一次陪她去游泳和打籃球，親眼看到她的肢體發展和協調功能的進步，怎不令人欣喜？禮拜天帶她參加教會的主日學時間，她又多了一個接觸不同學習夥伴的機會，聖經真理培育她的心靈，滋潤她的生命。

過去的日子裏，每天的枕邊時間，她首先讀英文書給爸爸媽媽聽，然後是她跟著我讀國語中文書，要爸媽親過她的小臉臉才安然入睡。以前家裏大人個頭高的小籃框，投幾次都進不去球的小女孩，現在球場上的標準籃框，居然有時可以三投中一了。碰到說普通話的親戚朋友，她會秀幾句國語，主動打招呼，然後唸些童詩或唱個兒歌，表示自己會多說一種語言，好不得意。游泳教練最喜歡她，可以在小池子裏自由式或仰式游個來回，至於潛水尋寶更是再拿手不過的了。去年學校的頒獎禮上，我這個父親可以遠遠望著她上臺領校長獎，也看著她台下站在班級導師旁邊又唱又跳，欣慰之情不言可喻。

她的進展是明顯的，就拿個頭來說，已經高過媽媽的鼻尖了。但是我們心裏明白，她還是跟一般的小朋友有所不同；她自言自語沉浸在跟自己說故事的世界裏，我仍有解不開的疑問；跟人溝通，仍然像不懂事的孩子；出外上街，我還是會不放心，不敢讓她離開我的眼目，怕她走失；她憋扭起來，仍然會令我皺起眉頭；我希望她能更獨立、不怯生，但她始終對陌生人有不安全感，常常纏著我，也不敢嘗試新的事物。然而，她就是我自閉症的孩子，活生生的真實，只希望能幫助她在成長中過得更好，將來能接受自己是這樣的一個孩子，跟自己比有突破，而不必跟其他人比較。

最近聽到一首歌，是幾年前中國流行的溫馨電視劇集“我愛我家”的片尾曲，我聽了很感動。我只想改動其中的一些人稱，來表達我和我自閉症孩子狄棻霓間的一些真實，一些真情，一些感受，一些愛。

我是妳記憶中忘不了的溫存
妳是我一生都解不開的疑問
妳是我懷裏永遠不懂事的孩子
我是妳身邊永遠不變心的愛人

我是妳迷路時遠處的那盞燈
我是妳孤單時枕邊的一個吻
妳是我愛妳時改變不了的天真
妳是我怨妳時刻在心頭上的皺紋

妳是我情願為妳付出的人
我是妳不願讓妳纏住的根
我是妳遠離我時永遠的回程票
我是妳靠近我時開著的一扇門

作者來自台灣　現居雪梨

磐石教會提供免費社區服務

新移民英語
週四: 10:30am-11:15am
主講員: Nick Kimpton
3月8日 ：報名與說明會
3月15日: 課程正式開始

新移民－適應澳洲生活
週四: 11:30am-12:00pm
幫助新移民如何適應和開始在悉尼的新生活
講題含括:
- 介紹澳洲的文化和生活方式
- 如何申請醫療保健卡和其他政府福利
- 為孩子找合適的學校

報名請聯繫:
辦公室
(02)8065 7626
Esther
0415051097
Helen
0418484348

電話: (02) 8065 7626
悉尼地址: Unit6C 5 Talavera Road North Ryde NSW 2113
更多詳細信息請參閱:WWW.THEROCKINTL.ORG

母親的白髮

文／王濤



這麼遠的路，母親一直跟著我，我居然一點都不知道，她一路上又是以怎樣不捨的眼光看著我的呢？

有一個願望一直在我心湧動，想寫關於母親的文字。

“母親，會有一千種愛；一千種愛，卻都是一種情懷”，有位詩人這樣寫道，在人類的情感世界中，母親的愛是最崇高、最聖潔的，也是坦蕩無私的。母親快六十歲了，這麼多年來，對我們——她的子女們作出了太多的奉獻和犧牲，傾注了太多的慈愛關切和期望之情，這種感情太濃太濃，濃得近乎凝固，無法在筆端順暢地流淌。

隨著自己年齡的增長，這種念頭越來越強烈，想念母親的情緒也越來越濃。每當此時，無限感慨就會在我的心頭匯集奔湧，思緒萬千，最終只化作了母親的白髮，那滿頭在寒風中凜然飄動的銀灰色的髮絲！

母親的頭髮，我一直沒有太多關注，只是隱約記得母親的頭髮是淡淡的黑色。小時候，我們過著和當時很多家庭一樣貧窮的生活，父親每月有幾十元的工資，既要供養一家五口的生活，還要贍養爺爺奶奶，還得供我們兄妹三個讀書。母親則不停地勞作，操持全家的生活起居和家務。在那時的記憶中，母親是我們的食堂和銀行，餓了找她，沒衣服穿找她，沒錢交學費、購買學習用品也找她，在那樣艱難的歲月裡，母親是如何靠她一雙手永不停歇地為我們提供一切生活所需？而我，對母親的一切都沒有認真關心過，至於母親的頭髮，更是從來沒有進入我的視線，印像中一直以為母親的頭髮是淡淡的黑色。

首次注意到母親的頭髮，是在我讀中專時的一個寒假，記得離家的那天，我背著離鄉的淡淡愁緒，帶著對這個並不富裕也不舒適的家的難捨情緒，麻木地向縣城車站走去。

車開了，就在我胡思亂想間，不經意地一回頭，只見車窗外有一個老年婦女的身影在寒風里遠遠地站著，任一頭灰白的髮絲在凜冽的風中瑟瑟飄動，她的神態是那樣的熟悉——啊！是母親！母親怎麼會這麼蒼老？母親的頭髮是什時候變白的？我匆匆地跳下車，疾步向母親走去。“不是叫你別來嗎？”我輕聲地責怪母親。母親粗糙的手指捏著一疊零錢，全是一塊、兩塊的，整齊地疊在一起，零錢上的皺褶都被壓得平平的。“我怕你沒有零錢不方便。”“你快回去吧！”接過母親遞過的零錢，我轉身向車門走去。母親的嘴角動了動，想說什麼，好像又沒來得及說出口。

在車上，兩股熱流順著我的臉頰洶湧而下。這麼遠的路，母親一直跟著我，我居然一點都不知道，她一路上又是以怎樣不捨的眼光看著我的呢？我不敢再往車窗外瞅，怕母親看到我流淚。車很久才開，我知道。母親那滿頭白髮一定還在寒風中飄動著，一直注視著那輛將她兒子送到遠方的車子，直到那輛車子開出很遠很遠……

多年來，母親一直無微不至地關懷著我們，即便是現在，打電話的時候，還像小時候一樣噓寒問暖，在她心中我們永遠是需要照顧、需要呵護的小孩子。然而我們呢？平時又有多少時間惦記著自己年邁的母親呢？即使偶爾想到，也只是腦海中瞬間的念頭一閃而過，迅即被紛亂繁雜的事務所淹沒。母親為我們操勞了一生，千辛萬苦把我們培養成人，一個一個都遠離她而去，而她自己卻衰老了，永遠不會再年輕，我們又能為母親做些什麼呢？難道就是每年給她一些錢嗎？

我曾經想過給母親買一些質量好的染髮劑，她卻說年紀大了，用不著染了。現在，母親的頭髮更白了，如一根根銀絲，稀疏地覆蓋在頭上，宣告著她已不再年輕。

看到母親白髮的那一幕，距離現在已有好多年了，然而那一刻的情景，卻在我心中定格成了永恆，每每想念母親時，首先躍入腦海的便是母親的那一頭白髮，那在寒風中瑟瑟飄動的滿頭白髮，每當自己為繁瑣的工作和世俗的湍流所累，想偷懶、想逃避的時候，每當自己產生一些不地道的念頭，想輕鬆瀟灑的時候，我總會看到母親的白髮在風中飄動，那白髮讓我懂得了珍惜和尊重，令我對人生不敢有絲毫的馬虎和懈怠！

作者現居中國

The Mission to Seafarers
海員工會：關注世界各地的海員
地址：320 Sussex St.（在Bathurst St. 和 Livepool St.之間） Sydney, NSW， 2000
請聯繫鄭牧師： (02) 9264 9900
sydney@mts.org.au www.mts.org.au
Caring for seafarers around the world





每年的元旦除夕子夜，當雪梨海港大橋施放盛大的跨年煙花匯演，多少人興奮狂歡慶祝的時候，我總想起一個遙遠呼喚著的身影，那就是我的乾媽，也是我六七歲時起，做我主日學老師的施婉華女士。今年的年頭特別令我傷感，因為她去年已經過世，息勞歸主了。

那是一個遙遠的記憶，遙遠到抗日戰爭勝利後迎來的第一年，事件發生在廣州的珠江河畔。當人們仍沉醉在勝利的氛圍中，欣賞著滿天慶祝煙花的時候，有一位新寡的少婦，懷抱著襁褓中的女嬰，踽踽獨行江畔，神情憔悴，萬念俱灰，她已做好投江自盡的準備；因為她的夫婿，一位空軍飛行員，剛剛過世身亡；她唯一掛念的，是她懷中的孩子，也要這樣隨她而逝嗎？猶疑中，她走回頭，行經一座教堂門口，裡面正舉行著佈道會，她驀然停下腳步，往裡面投以最後的凝視。忽然，講員向會眾高聲講道：“生命不是掌握在你手中，生命在創造天地萬物的主手中。”講員的手高高舉起，指向座席後面的門口。話聲方落，如雷貫耳，彷彿晴天霹靂，驚醒了失魂落魄的她；她遠遠望見講員那高舉起來久久未放下的手，好像一直指著她，而那話聲簡直就像是說給她聽的。就在那一夜，她走了進去，決志信主了。她，就是我的乾媽施婉華女士；而那懷抱中的女孩，就是我的乾姐黃光亞（取光復亞洲之意）女士。

當時，中國正處於戰後復原的艱難時期，百廢待舉，生活極其不易，乾媽她就憑著耶穌賜給她生命的力量，獨力負起養育乾姐的責任，一對寡母孤女，雖嚐盡人情冷暖，歷盡世道炎涼，也不氣餒。她年輕的時候，相貌非常標致出眾，氣質非凡，再嫁並非難事；然而她抱定守寡的決心，一則不願帶著乾姐成為他人的拖累，二則不願乾姐承受後父歧視的對待。隨著中國江山易幟，乾媽攜乾姐逃難到香港定居，在聖士提反堂中小學教書擔任教職，同時擔任聖士提反堂主日學的老師，我就在那時成為了她的學生，我們都按著廣東話的習慣尊稱她為“施先生”。當時主日學有四、五百個學生，很多來自貧窮家庭，雖然老師們都很辛苦，但他們非常愛護孩童，我的乾媽亦是如此，她用耶穌的慈愛教導我們，常讓上帝的愛心駐在心坎，施捨貧苦的孩童，樂意助人，生命結出聖靈的果子，便拯救靈魂無數。乾媽信主後，出黑暗入光明，其光華燦爛的一面，不僅奮力養育起乾姐，也照耀無數幼小心靈，做引領我們的明燈。



那時，由於家中子女眾多，生計艱難，父母分身乏術，照顧不到年幼的我；她顧念我，主日學完後，常帶我回她的住處，或是去飲茶逛街，視同己出。她慈愛之外，也有嚴厲的一面，督責訓勉，不假辭色。乾姐和我，小孩子吵架在所難免，她從不偏心，按正義真理教導我們，要我們從小遵行主道。因此我少年洗禮的時候，她做我的教母，是再理所當然不過的了，按廣東話講叫做“契媽”，就是國語的乾媽，從此不僅執師生的弟子禮，也執起母子般的兒子禮，一直到她安息主懷，竟是六十餘年的事了；我能不緬懷再三，慨嘆何時可再得嗎？恐怕惟有在見主面的時候了！

另外一件在我生命中極其重大，令我對乾媽再三緬懷的事，就是在我十五歲移民來

追憶一個婉約光華的見證

——我的乾媽和主日學老師施婉華女士

口述/陳偉雄
筆錄/譚桑尼

因著耶穌的緣故，她始終是我生命中忘不了的婉約光華，讓我感受到她的體貼溫存，她的風采範式，即使天涯之隔，也猶如咫尺之近。



澳洲的事上，她在耶穌基督裡所促成的命定。當時我大哥在澳洲，我可以依親，也可減輕對爸媽撫養眾多子女家境上的沉重負擔；然而初次遠渡重洋，爸媽始終擔心我年幼，放心不下，幸好乾媽介紹我認識了雪梨華人長老會初次履任的蔡欽光牧師，在數週的輪船旅途中（上世紀50年代一般旅客來澳洲還處在乘輪船的時期）照料我，我也可以一無掛慮地出洋，這是何等大的恩典啊！她是何等考慮周密而細心的人啊！我初來澳洲的日子，大哥忙於工作，對我的照應也有限；幸虧有乾媽託蔡牧師照顧我在神的教會裡，有青年團契的朋友們幫助我英文能進步，參與社交活動，得到靈性的助益，使我站立得穩；相信許多青少年海外留學生，如果缺乏家長看管，以致由好變壞無意間走上歧途的，必大有人在；而乾媽在我身上所做的一切，竟彷彿像神差遣一群天使圍繞保護我，成為我隨時的幫助。每憶及此，乾媽婉約細緻的一面，竟是我生命的轉捩點，便令我感恩無限。

隨後的日子，我長期在澳洲，乾媽後來也跟著乾姐移民加拿大，再移民美國，人生各自有道路；我每次有美加之行，必登門拜謁乾媽，她次次都慈愛垂詢我家庭近況，對我的兒女也細心關懷有加，並勸勉我們一家永遠追隨事奉上帝，待人處事要有耶穌的心腸，時時學習順服上帝的功課。雖然相聚的時候少，但在長久五十餘年的聯繫中，因著耶穌的緣故，她始終是我生命中忘不了的婉約光華，讓我感受到她的體貼溫存，她的諄諄教導，即使天涯之隔，也猶如咫尺之近。

我的乾媽，當年那個在珠江畔抱著女嬰，驀然回首的新寡少婦，歸向耶穌基督；後來因著上帝，也引領了無數孩子歸向耶穌基督。今天我在這裡追憶那個遙遠的身影，再眺望兩千多年前有一個十字架上的身影，誠如一首宋代詩詞所描寫的，“眾裡尋他千百度，驀然回首，那人卻在燈火闌珊處。”即使乾媽已離世而去，她的婉約光華，仍是在我心目中燈火闌珊處的那個身影。同樣，耶穌十字架的溫柔，祂的燦爛光華，對我的乾媽所起的作用，對你我“眾裡尋他千百度”的人們而言，也一樣起著作用，耶穌永遠是我們心目中燈火闌珊處終極追尋的對象。因為，祂是生命的主。

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

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

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,夠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人参加”
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/

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

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ccmasadeaconboard@hotmail.com

用心經營銀髮生活

文/雷德意



孝順是中華文化的精華，過去中國以孝治天下。二十四孝的故事成為膾炙人口的話題。皇帝斷案時，若國母娘娘駕到，皇帝還要讓位給母親。當我少年時，長輩經常提到：“生兒養老，積穀防饑”這件事是無可質疑的。隨著生活上的改進，科技的發達，兒女們也越來越忙碌，身為銀髮的一族，只好老而彌堅，或說自力更生，或說老當益壯。“白髮是榮耀的冠冕，在公義的道上必能得著”（箴言16：31）。略志書言與各位分享。

同情下輩的辛苦

我已達古稀之年，敢稱是銀髮的一族。老而彌堅也是我的本意。現代年輕一輩，由於社會的競爭力越來越強，非飽讀詩書，或一藝傍身，要爭一碗飯食也不容易。他們也需要五“子”登科，方帽子，車子，房子，妻子和孩子。很多時候需要兩夫妻苦幹一輩子，加上澳洲的房子與養育孩子都是貴到離譜。工作是那麼忙碌，能夠一星期去看父母一次已經是很好，順便買些瓜果點心就更好。從另一方面來說，銀髮一族也要懂得如何經營自己的退休生活，減少下一輩的後顧之憂，以下幾點供各位參考：

1、健康的身體

健康的身體與活潑的生命是唇齒相關的。健康是鍛煉而來的，不是由進補而來的。吃太多補品不如不吃，太多肥料會把植物淹死，太多補品也會糟蹋身體。老年不宜胖，肥胖會引起許多疾病如糖尿病，高血壓等，也會令兩腿撐不起超重的身體。減肥的方法易如反掌，只要在三餐進食前吃兩個大蘋果，或等量的其它水果，吃少少肉，或暫時不吃肉，必定立竿見影，體重下降。晚餐後不吃宵夜或任何點心，以保腸胃健康，豐富的早餐與午餐是必要，晚餐就簡簡單單，使腸胃能在晚間多休息。吃飽上床睡覺，胃部受損。要保持胃口常開，吃什麼都是好味道。

2、勞動或體力運動

每天一小時的勞動或運動，確保身體結實，每天大步走路一小時，汗流浹背，你的健康已得到。我喜歡勞動，平均每週15-20小時，揮汗如雨，把積存在體內的廢物完全排出去，好過天天吃高麗參。腳步輕快，就是跌倒也不至於全身撲倒。這樣運動的話即使活到80歲還能安步當車，絲毫不遲鈍。

3、常常用腦日日新

常常用腦可以免去癡呆症。打電腦是鍛煉腦部最好的方法。電腦是百科全書，無奇不有，增加知識，興趣嫣然。與親友通電郵，快樂無比。偶爾打一兩篇文稿給《生活月刊》，人人得益處，何樂而不為？天天鍛煉腦部，就是90歲也是聰明的。千萬不要以為人老了，怎麼能打電腦。這個東西易學難精，但我們只需學點皮毛就夠用了。我一輩子還沒有看到一個想學電腦而學不到的，只有那些虎頭蛇尾的人另當別論。

4、談天也可以醫病

談天可以醫病，沉默寡言就悶出病來。“一天三大笑，醫生不需要”。很多疾病起因於寂寞，人太寂寞心中就無喜樂。“喜樂的心乃是良藥，憂傷的靈使骨枯乾”（箴言：17：22）常有親人在一起，每一天都有一點時間與家人團聚，或吃一頓飯，這種的溫馨不是金錢可以買得到的。就如孔夫子所說，“發憤忘食，樂以忘憂，不知老之將至云爾”，最糟糕的是天天顧影自憐，把60的自己看為90，成為一個三“等”人，白天“等”吃飯，晚上“等”睡覺，睡醒“等”死亡。那就太可憐了。相反的，要以80為50。要知道“夕陽無限好，餘暉更燦爛”。

5、泥土是最好朋友

勤做家務。把家裡收拾得乾乾淨淨，身體得運動，客人一看笑眯眯，有時煮一兩樣特別好菜，請親友來嚐嚐，不亦樂乎？種花種菜對身體最有益，一兩盆好花或花園裡的新鮮青菜，還可以當作禮物送給親友，何樂而不為？

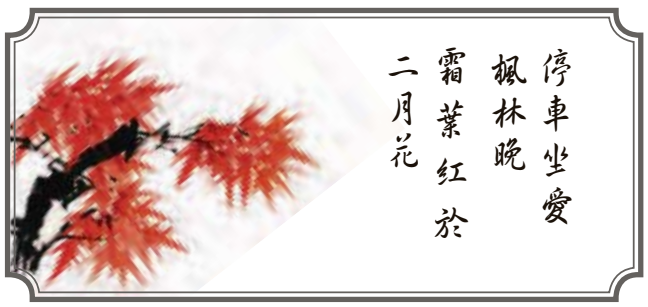
6、參加教會好處多

參加教會各種活動。每禮拜到教堂敬拜上帝，心中充滿喜樂，會後與朋友用茶點，聊聊天，或練唱詩歌，或上成年主日學，或一起吃午餐，探訪親友，一起禱告，一起讀聖經，或看一場基督教的電影。今天得福氣，來世上天堂。過著悠哉閑哉的生活。

結論

家有一老，如獲一寶。寄望年輕一輩盡孝心，多多關照父母、公公婆婆。多向長輩學習，因為他們都是滿有經驗的。銀髮的一族，不要倚老賣老，理當老而彌堅，老當益壯。活到老學到老，不恥下問，我們的兒女可以做你們的電腦老師。還有，聖經是我們最寶貴的一本書。有耶穌同在，哪怕天崩地裂？

作者來自馬來西亞　現居布里斯本



霜葉红於二月花

文／白培英

當跨年的煙火熄滅、跨年的歌舞散場、春節的鞭炮也歇時，無論陽曆農曆，2012年已然來到人間。每個人都長了一歲，許多少年步入青年，許多青年步入中年，許多中年步入老年（註）。如果少年到青年、青年到中年，是懷著憧憬和盼望，中年到老年可能就帶著愁喜交織的心情：喜的是退休後不再朝九晚五，可以睡到自然醒，可以悠游於山水之間；愁的是不知不覺竟然成為老人，照兩性平均壽命七十九歲來算，人生還剩下十幾年的歲月，如果無所事事，這餘生不知該如何打發！

老而不老

人老從體能上可以感覺出來：以前可以「追趕跑跳碰」，打球半天都不會累，現在爬幾層樓梯就氣喘吁吁，跑幾步不是膝痛就是腿痛，自然是老了，是退化了。當然並非人皆如此，有人老當益壯，游泳跑步爬山一如往昔，體力不亞於青年。例如《聖經》（約書亞記）上就有一位迦勒，他說：「看哪，現今我八十五歲了，我還是強壯，像摩西打發我去的那天一樣；無論是爭戰，是出入，我的力量那時如何，現在還是如何。」但畢竟多數人並非如此。如果保健的常識更普遍，或許有一天每個老人都像迦勒一樣。

但人老更主要是從心境上表現出來。當一個人不再關心周遭的人與事，不再學習新的事物，不再有好奇心，對旁人也不再有貢獻的時候，那可能真是老了。舉例來說，辛棄疾在「西江月」裡，便透露出類似的心情：

萬事雲煙忽過，百年蒲柳先衰。
而今何事最相宜？宜醉宜遊宜睡。
早趁催科了納，更量出入收支。
乃翁依舊管些兒，管竹管山管水。

辛棄疾是南宋的抗金名將，文武全才，惜為當權者忌，未蒙重用，長期賦閒；晚年雖一度起用，但不久病卒。這首詞看來灑脫，但實際道出了他壯志未酬不再過問世事的鬱卒心情。辛棄疾活了六十七歲，他幾歲寫此詞雖不確知，但就心境說可算得上是老了！

因此，要維持老而不老，除了在飲食運動睡眠等各方面注重身體的保健外，心情維持年輕可能更為重要。要「人老心不老」，下面兩點可以參考。

要繼續地學習。常話說：「活到老，學到老」實是至理名言。這是個知識爆炸的時代，許多過去認為理所當然的事，都被新的發現所推翻。比方說我們以前都學過太陽系有九大行星，水星、金星、地球、火星、木星、土星、天王星、海王星及冥王星，但在2006年第26屆國際天文學聯會通過決議，將冥王星降級成矮行星，所以目前太陽系變得只有八大行星。又比方說，大家都知道喝牛奶能補充鈣質。但近來多有資訊提出牛奶的缺點，例如牛奶對腸胃有不良影響，以及過多動物蛋白質反而使人容易骨折等，使人對牛奶的優劣點有新的認識。要老而不糊塗，在常識上可別太落伍。

仍要邁步向前

要繼續地有所貢獻。羅斯福總統夫人曾講過一句話：「當你不再有所貢獻的時候，你就邁向死亡。」老人未必要負擔太重的責任，但他一生的經驗，他對人生的感悟，總有些可以傳承下一代：他的成功可以成為榜樣，他的失敗也可讓後起者免蹈覆轍，這便是有益的貢獻了。有些年長的朋友長年在公益機構擔任義工，對機構對社會的幫助都很大，顯出了老年的可敬可愛。除非臥病在床，否則人活著總要有價值。像孫越弟兄年逾八旬，仍在許多公益機構奔波服侍，博得大家的敬重。誰能說老人「老而無用」呢？有老者自嘲：「我們是廢物利用啦！」要向他致敬，能用就不是廢物！夕陽無限好，因為它仍然有光有熱；更好的是：它的光照明而不刺眼，它的熱溫暖而不炙人！

中文的「老邁」二字很有意思，邁字有邁步向前的意思，「老邁」是說雖然老了仍要邁步向前；有人更說退休二字的英文是retire，字頭re有「再、重新」之意，tire是輪胎。因此「退休」的意思是換了輪胎繼續再跑，並非退下來休息，甚麼事都不做之意。這兩種說法雖非字典正解，但卻使人會心一笑。總之，除非真的受體力精力所限，否則仍應趁有餘年，珍惜光陰，做些榮神益人的事。「物以稀為貴」，人生遲暮的日子既已不多，每一天何等寶貴，豈能讓它虛度！

我很喜歡杜牧的一首七言絕句：「山行」，這詩的後兩句是：「停車坐愛楓林晚，霜葉紅於二月花。」春花誠然艷麗，秋葉尤為嫣紅；楓葉怎可不紅呢？詩篇九十二篇12至14節說：「義人……栽於耶和華的殿中，發旺在我們神的院裡。他們年老的時候仍要結果子，要滿了汁漿而常發青。」對老年的期許與肯定是極明顯的。

註：老人福利法以年滿六十五歲為老人。

作者現居台灣



與神通電 之 布萊得尋獲自由

文/比爾·瓦特森&薇爾瑪·瓦特森

布萊得在他女友取消他們的訂婚之後開始嘗試吸毒。過不了多久，他扯上了犯罪組織，經常生活在恐懼當中。

布萊得本來擁有一切男人所追求的：錢財、女人、權力和權威。但他還是覺得不滿足。

當布萊得接受了耶穌的饒恕，他的罪惡感和羞愧就遠離了他。布萊得能力得勝，也從吸毒、犯罪和濫交轉變成自律，充滿喜樂和極大的滿足。他把自己新的自由和接納形容成“實在好極了”。

你已得到神的本性和能力

兩千年前，神差他的獨生子耶穌來到世上。耶穌有著和他天父一樣的神性，所以當他在世上的時候，他已向我們彰顯天父上帝的本性(參见約翰福音14:7-11)。

當耶穌從死裡復活的時候，他多次向他的門徒顯現。他告訴他們他將回到他天父那裡，也將賜給他們聖靈，好讓他們擁有神的本性與能力(參见約翰福音14:16)。

神賜給你他所應許的聖靈，以作為他擁有你的標記。(參见以弗所書1:13)

圖說:神賜給我們他自己的聖靈為禮，好讓我們在本性上與他相似。

聖靈也被稱為神的靈

神的靈若住在你裡面，你將不隨著人的本性而活，而是隨著聖靈的指示而活。人若沒有基督的靈，就不是屬於他的。(參见羅馬書8:9)

以上的經文告訴我們聖靈也稱為基督的靈。在聖經裡，基督是耶穌的稱號，意思是神所差遣的被膏抹者。當你求耶穌基督進入你的生命時，你其實是求耶穌的靈，也就是聖靈，進入你個人的靈。

聖經上說聖靈是你的幫助(參见約翰福音16:7)。

以下是聖靈幫助你的一些方法：

聖靈賜你尊敬耶穌以及行他所認為善的權能。

“被　神的靈感動的，沒有說耶穌是可咒詛的；若不是被聖靈感動的，也沒有能說耶穌是主的。”(參见哥林多前書12:3)

當你容許聖靈，他將在你裡面製造神的本性。

當聖靈進入我們的生命時，他將製造這些果效：

仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制。(參见加拉太書5:22)

聖靈是你的良師、忠告和引導。

當真理的聖靈來了，他將引領你進入一切的真理。(參见約翰福音16:13)

聖靈賜給你力量。

神按著他的榮耀、無限的資源賜給你他剛強的聖靈。(參见以弗所書3:16)

聖靈賜給你盼望。

保羅在他的書信上向羅馬的基督徒說：

願盼望之源的神以一切喜樂與和平藉著你在他裡面的信心充滿你，好讓你的盼望藉著聖靈的大能繼續增加。(參见羅馬書15:13)

聖靈幫助你禱告。

藉著我們的信心，聖靈幫助我們解決日常的困難，也幫助我們禱告。(參见羅馬書8:26)

你不必擔心自己不能用對的句子禱告。神倒是要看你的心意。這一句子說聖靈將幫助你禱告。那你就向祂祈求吧!

聖靈啊，求你幫助我禱告

聖靈讓你能夠與其他人分享耶穌的愛。

當聖靈臨到你的時候，你將得到能力。你將作我的見證。(參见使徒行傳1:8)

本文獲蒙允許，轉載自《與神通電》一書





伴你同行

之生命篇

文/陳大為

我從何而來？我從母而來，母從母而來。

在富饒的大地上，她能長出美麗的花草樹木，可讓人賞心悅目，又供應營養豐富的五穀、蔬菜和各類水果，她養育著天上的飛鳥、海裡的魚及地上的各樣走獸，她埋藏著寶貴的各種金屬、煤礦、石油和天然氣，她勾畫出一幅又一幅奇偉和絢麗的景色。她讓這一切都服務於一種極為獨特的生命：人類。

人類在不知不覺中就已享受著預先為他們安排好的一切（如：水、空氣、陽光……）。

請觀看在浩瀚的太空中，我們所生活的地方——地球，是多麼的奇妙、神奇及美輪美奐，她是浩瀚中一個“天然的”精確產物，她在飄渺中具有天上高貴的氣質，她分明是一朵被“精心養育”的奇葩。

人類活在其中，但對她的了解有多少呢？

陽光雨水、空氣壓力、海水鹹淡、月亮作用……是什麼力量使宇宙如此輝煌，令世界變得如此奇妙，令天地萬物如此精妙？是怎樣的慈愛對人類如此的體貼入微？我們都將這些“不明”的一切稱作“自然”。

人從猿而來，猿從何而來？先有雞還是先有雞蛋？

人類的智慧從來不滿足於自然，還要找出其自然的規律。科學家、哲學家及宗教人士對此都有不同的看法。

且看世界上對我們影響最大的幾個說法：

偉大的科學家牛頓講過：如此奇妙的太陽系只有在奇妙絕倫的智能下才能產生；

世界著名科學家愛因斯坦講過：任何人看到宇宙如此深奧且和諧，他/她不可能不聯想到有一個“造物主”；

當代著名科學家霍金也講到：也許當人類洞悉到宇宙的全部奧秘，才能體察到這“創造主”的心意。

以上三位對人類影響巨大的科學家，為什麼他們都確信“創造主”的存在，而不認為我們現有的一切是從天與地撞擊及進化而來的？你是否也相信和尊重科學和世界最傑出的科學家，是否相信我們的一切不是無緣無故地從“自然”產生，而是特別的恩典與眷顧？

進化論告訴人們，人是從一種低等的人進化來的；這種低等的人是從一種動物——如：猿人——進化來的；猿人又是從猿猴進化來的；猿猴又是從比它低等的動物——如：青蛙——進化來的；青蛙又是從比它更低等的生物進化來的；而這種低等生物或有機物又是從某種結晶體出來的……總之，他們認為有生命的，是從沒有生命的自然產生的。

自從達爾文公佈這種學說以後，很多人接受了這個理論，可是不到五十年，這個學說不但已被另外的科學家打到了；而且達爾文自己也慚愧地承認他的理論——進化論——的幼稚錯誤！並說：“我承認原始的生命是‘造物主’造的，如果沒有一個終極的原因，宇宙就不能存在。”（見達爾文自傳）

本文獲蒙授權，轉載自《伴你同行》一書。

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：主內老朱0412956409

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

有意请联络: 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

基督教“彩虹人生”福音節目
由郭銘恩傳道主持, 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 7:30-8:30pm
(粵) 週四 3:00-3:30pm 週六 7:30-8:00pm
彩虹福音事工是非謀利福音機構, 我們的異象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

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

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

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

觀雲

文/四力



住在美麗的昆士蘭多年，深深地喜歡這兒湛藍的天空，燦爛的驕陽,茂密的植物，藍綠的海水，還有那綿綿的白沙灘。我喜歡游山玩水，也喜歡賞花觀月，可是我更喜歡欣賞天空中變換無窮的雲彩，它們時時激發起我的聯想，把我帶入那遙遠的時空之中。

我愛雲彩那千奇百怪的形態，它們有時好像一群散放在遼闊無際草場上的羊群，悠然自得地覓食，閒散安逸地漫步，似乎全然忘卻了世上的一切……有時它們卻像那些迷人的海島和海灣，一灣連著一灣的海水，環繞著起伏變幻的海島群，海灣中那藍藍的海水，卻沒有一絲的波紋，這柔和的藍白組成的畫面悄然地給你帶來那樣一種深沉和寧靜。還有的時候，它們好似一組隆起的冰川，峭立的冰峰奇形怪狀，一峰連著一峰，前峰疊著後峰，連綿起伏，一直延伸開去，永無盡頭。還有的時候，開闊的藍天上僅僅漂浮著幾縷黑色的雲絲，讓人疑惑這是從天上還是地上哪個巧婦廚房煙囪裡冒出的裊裊炊煙，隨著風緩緩地飄了過來?其中是否還夾帶著佳餚的香味?！更有趣的是，有些時候那雲彩毫無規則的形狀，一會兒好像亂飛起來的棉花團，一會兒又好像那些被一個頑童隨意塗抹在畫布上的白色油彩堆，任你運用你的想像力去盡情地猜想。

雲彩不僅以形態引人遐想不已，其隨著天空而變換的顏色更是引人注目。初升的太陽常常給白雲塗上了一抹金色，而朝霞和晚霞浸染著白雲，使其透露出其它明亮的顏色，從粉色，深粉紅色，到橘紅色，甚至於變成了艷麗的玫瑰紅色……那彩雲點綴著天空，兩者渾然形成了一體，構成一幅幅美麗的“天幕畫”，給人們帶來萬般的欣喜和美感!我偏愛晚霞,在忙碌了一天后的歸家路上，面對著那天邊鮮豔奪目的晚霞，還有那朵朵嫵媚多姿的雲彩，所有的勞累和煩惱全都拋之腦後去了，只有一種油然而生的欣慰感，我似乎已經急不可待明天的到來，好去重逢那藍天和白雲……

俗話說得好：“天空就像嬰兒的臉，說變就變”，天不總是晴朗的，雲彩也不總是輕盈可愛的。當暴風雨來臨之前，成群的烏云不知從哪裡匆匆飛來，那團團濃厚的雲層，就像那無數天兵天將戰車後飛揚起的濃濃煙塵，滾滾而來，勢不可擋。烏雲越集越多，一轉眼就擠滿了天空，形成了一張鋪開的奇大無比的絨毯。雲層會繼續不斷地加厚，能量也隨之不斷地積聚，雲層的顏色越來越深，最終變成了鐵黑灰色。這時的雲毯看上去沉重無比，隨時都會破裂開來……這種“烏雲壓城城欲摧”的感覺的確令人生畏，因其一瞬間就會驚雷轟鳴，閃電大作，成噸的雨水一下子就傾倒下來，以千軍萬馬奔騰的勢力沖向地面，毫不留情地掃蕩一切……這種威力之大是難以用語言來描述的。

每逢暴雨的前夕，我的心跳常常會不由自主地加速起來，我的思路將我引回到青少年時經歷過的一場雷雨。那是發生在南京，正值酷暑季節。一個炎熱的下午，我和小三，還有一個朋友去爬紫金山。我們知道下午有雷陣雨，但還是決定去爬山。在山腳下已經見到烏雲飄向山頂，我們全然不顧只管往上爬去。爬到快近山頂的時候，一陣涼風突然襲來，帶來一團霧氣，一下子將我們籠罩在其中，周圍的一切頃刻全變得模糊不清了。我們當時是既興奮又好奇，小三張開雙臂大聲喊著：“我們就像活神仙！”可小三的話音未落，四周劈裡啪

美・生活

文・亞亞



生活是一部書，我們用一生的精力去閱讀；生活是一幅畫，我們用畢生的心血去描繪。

我們一方面在解讀自己的生活，發現生活中的美。另一方面，也在不斷創造自己的生活。生活中的美無所不在。萬物靜觀皆自得，即便悲觀消沉之時也可回歸到內心深處，以一個靜觀者的姿態去體悟生活。生活在你眼前向你展示它的無限豐富與多彩，你不用刻意地選擇，只需隨心自在地揮灑。

美講求距離。這個距離是抽象的距離，是心與生活的距離。能夠發現生活之美的人，必定對生活保持著某種距離。為了更好地把握生活，需要暫時超越生活。陷於生活的瑣碎細節是無法發現生活的真諦與美的，也就談不上生活的價值了。

生活本身說它是美的源泉未嘗不可。朱光潛先生說過，美感是主觀對客觀的反照。我們需要一雙能夠發現美的眼睛，更需一顆能體悟美的心靈。美在生活，但美的發掘又不能囿於生活的細節，這或許是某種中庸之道在美感發掘方面的表現吧！吸取生活的精髓，結合內心的美感，而後外化，生活會變得更加可愛。

追求美的人一定是熱愛生活的人，我相信沒有哪一個逃避生活的人能在美學上有很高深造詣。接近生活、體悟生活，不斷地昇華自己的境界，生活的碎片在自我內心得以重組，這應該是一個熱愛生活的人發現美的過程吧！

社會學的視角很容易讓人看到現實生活中的陰暗面，所以更需要一種對美的體驗來加以調劑，對生活抱著一種樂觀的態度。用對生活的美好體驗來化解社會學視角帶來的諸多不安和緊張，相信也是一種不錯的調節途徑。

作者現居中國

拉的電花突然閃動起來，還有那震撼著我們全身心的隆隆雷聲，只見那明亮的電火花不斷地射入我們周圍的山石，樹木之中，我們都驚呆了。突然小三大叫一聲，一屁股坐在地上，還叫著左手被電打著了，嚇得我們都蹲了下來……可是雷聲閃電只是肆意地發洩著，毫無休止之意，密集的雨點也緊接著降落下來。心驚膽顫的我們決定下山了，我只記得那一次逃命似的狂奔，在瓢潑大雨中，連蹦帶跳地越過山石樹根，深一腳淺一腳，跌跌爬爬地直跑到山腳下……那時才發覺雨已變得很小，而那雷聲似乎已經銷聲匿跡了，可我們三個濕漉漉的“落湯雞”還在顫顫悠悠的，驚魂未定，難以置信我們的經歷。這短暫的經歷使我們親身體驗到了那雷雨雲層中蘊藏著的驚人的能量和威力。

有這樣一段經歷銘記在心，每當我仰望萬里蒼穹的時候，我衷心地感謝造世主給我們的無限恩惠。他不僅給了我們生命，還給了我們如此美麗的大自然，讓我們生活在其中，享樂在其中。可是我也常常提醒自己：在這個世界上，我們都是來往的過客，只有造世主才是真正的主人！只有他才具有這樣的權柄和威力，你看那白雲紅霞，那燦陽彩虹，那是他給我們的祝福和許願；而那雷鳴閃電，那狂風暴雨卻正是他無窮威力的見證啊！我們怎能不以一顆敬畏的心來讚美他呢？！

作者來自中国　現居布里斯本

CHAN LI & CO.
Solicitors & Notary 陳秀娟國際律師行

Our **principal solicitor, Ms Elsie CHAN** has been practising since 1988 in the City, who speaks fluent English, Cantonese and Mandarin.

1、買賣樓宇
2、買賣生意
3、租約
4、婚姻法例
5、遺囑及遺產管理
6、訴訟
7、國際文件公證
8、移民及永居申請

Suite 401, 160 Rowe Street, Eastwood NSW 2122
Telephone: (02)9858 3022 Fax: (02)9858 3077

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 at 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 年三月上任)
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

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：姚正聖傳道 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
主日國語崇拜
星期日晚上 6:00-8:00PM 歡迎與會
Church of Christ
地址：90A Auburn Rd, Auburn

雪梨華人宣道會希伯崙堂
誠聘粵語堂牧者

希伯崙堂位於雪梨西區Westmead地區，共有國，粵，英五堂崇拜。為配合粵語堂的需要，現聘一名牧者，牧養粵語堂，並與長議會一同推行整體教會事工。應聘者須有福音派神學學位，有三年以上教會事工領袖經驗為佳，可操流利粵語，並能用英語溝通。有意者請來函連同個人履歷並有關資料，致：

Pastoral Search Committee/ Cantonese
Hebron Chinese Alliance Church
51 Hawkesbury Rd, Westmead, NSW 2145
Tel: (02) 9687 1795 Fax: (02) 9687 5878
Email: Pastoralsearch@hcac.org.au
Website: www.hcac.org.au

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

welcome
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

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歐蘇丹"
地址: 203 Forest Road Hurstville NSW 2220
Tel: (02) 9580 1618/0425 253 368 www.bestwind.com.au



我從小就被像男孩子一樣養，大大咧咧，中性地過了廿年。大學畢業，我被分配到一所中學當老師，一起分配的還有3名女老師。我們剛報到時，很多人都在悄悄議論"誰長得最漂亮，誰最醜"。這對長相平庸、自尊心很強的我是個很大的打擊。我不知道自己該怎麼面對自己，只好選擇黑色或灰色的"大媽"款式的服裝，希望掩藏自己，不被注意。

兩年後，政府招考公務員，我一舉考中。想到可以離開那個"庸俗得只會拿外貌說事"的群體而進入被人仰視的公務員隊伍，我心裡非常自豪。

然而，到了政府部門，我變得更加自卑。公務員辦事嚴謹，說話有條理有深度。在他們面前，我常常不敢張口。身邊的女同事雖然穿的都是深色的職業套裝，可非常上檔次的。她們經常聚在一起討論："哪兒的鞋子打折，很便宜，只要300快！"乖乖，300塊是我一個月的工資！我的鞋子一般都是30塊的。

自慚形穢像一塊巨石，壓在我心頭。我將自己30塊錢買來的皮鞋擦得鋥亮，希望別人把它看成300塊的；偶爾買了新衣，我也會故意將它弄舊，怕引起別人的關注；我的服飾永遠是一成不變的黑灰色。

在一位同事的介紹下，我認識了一個比我大5歲的男孩。他對我非常用心。我想，難得有人不是那麼介意女人的外貌，懷著感激的心理和他談起了戀愛。我們感情日漸升溫，很快談婚論嫁。我問他："你看上我什麼？"他笑言："實話說，第一次看到你，我只給你打60分，勉強及格；第二次、第三次見面，分數就不斷往上漲……"我聽了，又喜又悲。悲的是，他其實也非常在乎女人的外貌，我只能算是勉強及格；喜的是，我能用超出外貌的人格魅力俘虜他。

結婚那天，我穿上了大紅的婚紗。老公看見我的一剎那眼睛都直了。趁人不注意，他輕輕在我耳邊說："你真漂亮！"我有些暈，那是我聽到的最動人的情話。

老公像寶貝一樣寵愛我，他的愛給了我很大的信心。我的服裝和心情一起明亮起來。一位開色彩工作室的朋友給我做了測試，確定我是秋季色彩，適合穿豐收的顏色，像楓葉紅、桔子黃、谷黃、苔綠等。她還根據我的五官和體格特徵，給我的服飾風格定位於灑脫、自然。在她手把手的指導下，我衣服的顏色和款式變得大膽起來。經常穿一件橙黃的寬鬆上衣，配一條同色系的闊腿褲，走到哪兒，都會讓人眼前一亮。而不管我怎麼穿，老公都說好看，這讓我每天走出家門時都昂首挺胸、精神抖擻。

工作上，我也越來越得心應手。領導同事都開始發現我平庸外表下不平庸的能力。我被任命為辦公室主任，每天忙碌著處理各種各樣的公務，



心靈錠放妃紫嫣红

文/茯苓

那一刻，我決定：爲悅己者容，爲愛變得優雅。

協調各方面的關係。我鮮亮的外表和精幹的作風，贏得一片讚譽。我也越來越相信自己是一個時尚、漂亮、能幹的女強人。

婚後第三年，孩子出生了。工作的繁瑣、家務的勞累、婚姻的審美疲勞，讓我對所有的事情都充滿怨氣。我常常無緣無故地對孩子發脾氣。為了了解原因，我決定去學心理學。為了學心理學，我付出了大量的時間、精力以及高額的學費，但我收穫最大的是學會了和自己的心靈對話。

我常常反思自己的成長。我發現，我受過很多傷害：小時候父母失望的眼神、爺爺奶奶沒有抱上孫子的嘆息、同學對我胖胖身材的嘲笑、同事對我外貌的評價等等，這讓我變得自卑、敏感、脆弱，為了掩飾這種自卑，才故意裝得很灑脫、大大咧咧。

我也開始反省自己：當我對兒子發脾氣時，也許並不是兒子做錯了什麼，而是我自己心情不好或者是對他爸爸有意見；當旁人的一句玩笑讓我憤怒或傷心時，只是因為那句話無意間觸到了我的痛處；當我在某種場合非常緊張時，並不是別人給了我壓力，而是我突然回到了兒時面對父母的記憶中。學了心理學的我，因此活得更明白、更清醒。

不知從什麼時候開始，我意識到我的服飾變成了藍色和綠色，這是代表平衡感覺的色彩。朋友開始驚訝於我的變化，說我是一個平心靜氣、能很好地調整自身與周圍關係的智慧女人。

這時，我已年近不惑。我驚喜於自己的成長，同時我又獲得了提拔。我分析，這可能是一個偶然，也可能是必然。並不缺乏工作能力的我越來越安寧的氣質，可能給人一種踏實感。我不像當年任辦公室主任那樣風風火火、潑辣強硬，我的處世原則是：認認真真做好每一件事，做到無愧于心，那就是最好了。

兒子慢慢長大，我對他的童年充滿了留戀。“好好愛孩子”，這是我教子的惟一原則，我盡量對他和顏悅色、盡量給他寬鬆的環境、盡量給他自主權。兒子在成長中充滿了滿足與快樂，這讓我非常欣慰。

有一天，我穿一件粉色的花裙子，那是我趁商家打折時買下的便宜貨。沒想到，老公不停地稱讚我：“這裙子真好看，在哪兒買的？”看著他驚喜的眼神，我心裡突然充滿了歉疚。其實，老公是一個很傳統、甚至有些大男子主義的男人，他喜歡漂亮、溫柔、清純、嬌羞的女人，而因為愛我，他縱容了我的壞脾氣、我的粗心、我的中性化裝束、我的男人化性格；而我一直霸道地以為他就應該喜歡我的樣子，愛我是理所當然。我還經常將他當做壞情緒的垃圾桶，心情不好時，對他大吼大叫，將他的懷抱當做最安全、最溫暖的港灣，而他也不負重望地承載了我一次次的心靈地震。

那一刻，我決定：為悅己者容，為愛變得優雅。我喜歡上了那粉粉的、嫩嫩的春天色彩，喜歡讓花朵開在衣裙上，開在髮絲上，開上頸間，開在手腕上，甚至腳踝處。我也發現，這樣的柔媚，不僅是老公需要，也是我的需要。每天將自己打扮得像花兒一樣，我心裡也充滿了花一般的柔情，對人對事都是那麼溫順。每個見到我的人都讚我漂亮。一個剛上班的女大學生非常羨慕地對我說：“我如果有您一半漂亮就好了。”我笑出了眼淚。

學過心理學的我當然明白，我對粉色、對花朵的鍾愛是在彌補我花季時代的遺憾。那個時候，我以男孩子的形象和性格成全父母的期望，沒有享受到少女的嬌羞和甜美，也沒有享受到異性關愛的滋潤，我一直生活在“他性別”或者無性別的狀態中，然而，我終究是女性，回歸到真實的性別中，我才能踏實。

當然，粉色也只是我暫時的狀態。隨著年齡的增長，隨著心靈的成長，我對色彩的嗜好也會不斷地變化。心理學上講，你喜歡什麼是因為你的心裡缺少什麼。我變換著色彩，也就在不斷地滿足著我乾涸的心靈。

作者現居中國

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

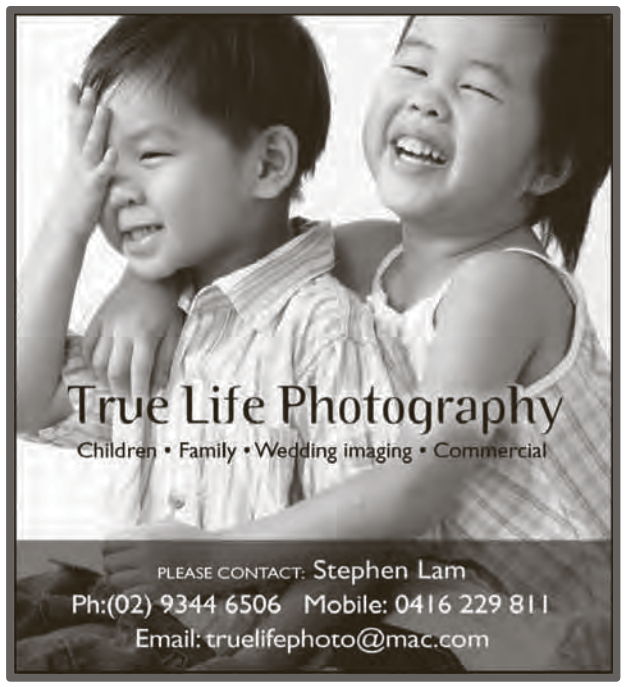
迅達駕駛
Sydney多個地區，多位持牌教練；
自動、手動；爲初學、海外駕照、
重新考牌等、提供專業教導。
電話：(02)8005 2803
手機：0404 476 559



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

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







時光的此岸彼岸

文/費城

靜坐窗前，思念在我猝不及防的剎那，如同潮水般湧來，拍打著心岸，人生苦短的感慨在心中油然而生。

回首漫漫人生路，心中有一道暗影，人生便多了一道光芒。在不容易的人生裡，那些逝去的歲月如流水般淌遠，而即將到來的，正在冥冥之中等待著我們勇敢面對。

人生之路道阻且長，不如意者，十之八九。有人說，人在二十多歲往往為情所困，在三十多歲往往為權、利所困。等到一切化做雲煙散盡，你會突然覺得以前錯了，很多事情不值得太執著、太用力，活在當下，反而好。

很多東西需要機緣，很多東西也需要水到渠成，用力過度不若泰然自若，順其自然。萬物萬事都有因果，也都有規律。如水流淌過的人生和歲月，不過短短的一瞬間。所謂人生，無非是輕輕地走過，努力留下痕跡，證明自己活過、愛過、認真過、奮鬥過、成功過，也失敗過。大江東去，淘盡的不只是英雄。是非成敗不需要我們轉頭，因為回頭太難，甚至你沒有時間和機會。

在回憶裡轉身，我們的內心日趨寧靜，能夠讓自己情不自禁、掩口而笑的事情越來越少。對於時間的焦慮，更多時候讓我們陷入沉思。對於心靈的考問與自責，愧疚於自己辜負了人生的大好年華，沒能給記憶留下更多值得細緻回味的只言片語。

人生幾何?去日苦多。為什麼我們的記憶就像舊照片一樣暗淡，為什麼回憶過去時不只是心動更是心痛。在這草木靜靜枯榮的季節，陣陣細雨勾起了我無盡的思念，我想哭，卻流不出眼淚，我想喊，卻發不出聲音。思念隨風瀰漫，突然非常想念年邁的雙親，懷念兒時遺落在山野間的每一個腳印，思念母親站在大門外呼喚在外撒野的我回家吃飯的聲音。

如今，母親嚴厲卻柔和的聲音，依然在我的耳畔縈繞，每當憶及母親的聲聲叮嚀，我都禁不住潸然淚下……

歲月如此久遠，如同風中喑啞的風鈴，搖曳成一個季節的相思。我們終於回不去了，再也回不去了，人生有太多的悲歡離合，時常讓我們沉湎其中不可自拔，直到光陰漸老，時光之手將我們推向時間的彼岸，覆蓋住那些放蕩不羈的青春年華。

人間四季的輪迴往復，不僅意味著情感的延續，相伴而生的還有別離、凋零，這多麼像我們正在經歷的人生。我突然想起愛情，那些分手之後就不再見面的人，需要多大的定力來忘記? 那就讓時間來成全吧。成全的，還有內心的想念，還有永不相見的勇氣。是的，我們終將老去，有故事的人生終究是美麗的，結伴倚窗的青春悄然融化在流水的那一邊。歲月之河無聲流淌，硬生生將你我分成開，我在此岸，你在彼岸。如果可以，我願意拋棄所有的一切，讓時光倒流。可是，我們又如何能照原路走回從前?

人，許多時候是懷舊的。一棵樹，一束花，一株草，便是一段美好的回憶，便有無數心事在心中擱淺，繁華過後，沉落在心，永不消逝。在無盡的思念中，請讓時光之手，悄然撫去我們生命中的隱痛，從而鋪開一片嶄新的天地。風過的日子，我把記憶裝點成風鈴，懸掛在窗前，看落日餘輝下、遠山的靜美。

作者現居中國

蜂蜜的妙用

文/啟之



蜂蜜主要含葡萄糖、果糖和蔗糖，還有多種人體必需的氨基酸、蛋白質、澱粉、酶、脂肪、蘋果酸、維生素、鐵、鈣、鎂等多種營養成分。小兒食用能促進生長發育；老人食用可補中益氣，潤腸通便，久服強志健身，不飢不老，延年益壽。現代醫學臨床應用證明，蜂蜜有補養、解毒、止痛、殺菌、潤腸、緩瀉等作用；用於治療許多疾病，均可收到良好的效果。今簡述蜂蜜的妙用如下:

(1)**保護心臟：**蜂蜜可以營養心肌並改善心肌的代謝功能，使血紅蛋白增加、心血管舒張，防止血液凝集，保證冠狀血管的血液循環正常。用法：每天早晚各飲一杯蜂蜜水。患嚴重的心臟病人，每天用蜂蜜50-100克，分二次服，連服兩個月，常可收到良好效果。

(2)**潤肺：**蜂蜜有消炎、祛痰、潤肺、止咳的功效。對肺結核病人來說，可使機體抵抗能力增強，如體重增加，咳嗽減少，血紅蛋白增加，血沉減慢等。用法：梨一個，切薄片拌蜂蜜吃，每日數次。

(3)**治高血壓：**早晨空腹飲蜂蜜30－50克，3個月後即能使血壓降至正常。

(4)**治肝腎病：**常服用蜂蜜療效良好。特別是肝病患者，蜂蜜對肝臟有保護作用，能促使肝細胞再生，對脂肪肝形成有一定的抑製作用。每天早、晚空腹服蜂蜜40克，溫開水攪勻服下，連服21天，為1個療程。

(5)**治神經衰弱：**睡眠前開水沖服1匙蜂蜜，具有鎮靜作用。

(6)**安眠：**蜂蜜中的葡萄糖、維生素、鎂、磷、鈣可以調節神經系統功能，緩解神經緊張，促進睡眠。用法：每晚睡前一匙蜂蜜。

(7)**小面積燙傷、燒：**蜂蜜對於一般小面積燙傷、燒傷有特效。方法：用純淨的蜂蜜塗在傷口上，能迅速止痛、防感染、促使癒合，每日1～3次，經過3～5天即可痊癒。我曾用蜂蜜治療一名足部潰爛(直徑約2厘米，深約1厘米)已有4個月時間，經外科專科醫生診治，每天清潔傷口，約需4個月才可癒合。我采取蜂蜜治療，每天清潔傷口後即用蜂蜜塗傷口，每天2-3次，經1個多月時間傷口癒合。

(8)**嬰兒尿濕皮膚紅腫或潰爛：**未滿周歲的嬰兒，屁股上如因尿濕而發生紅腫或潰爛時，可以先用溫開水洗淨患處(不能用肥皂，以免刺激患處皮膚)，然後塗上少許蜂蜜，每天2～3次即可逐漸痊癒。

(9)**消除疲勞：**蜂蜜中的果糖、葡萄糖可以很快被身體吸收利用，改善血液的營養狀況，特別是在熬夜後。用法：中午一杯蜂蜜水。

(10)**消除積食：**蜂蜜可以促使胃酸正常分泌，還有增強腸蠕動的作用，能顯著縮短排便時間。用法：每天早晚空腹服蜂蜜25克。

(11)**解酒：**蜂蜜成分中含有一種大多數水果沒有的果糖，它可以促進酒精的分解吸收，因此有利於快速醒酒，並解除飲酒後的頭痛感。用法：飲酒前吃50克蜂蜜或幾塊塗蜂蜜的餅乾麵包，酒後飲蜂蜜水。

(12)**治外傷、傷口：**將紗布浸入蜂蜜，然後放在傷口上，24小時後傷口變得乾淨，傷勢嚴重的需每天換1次紗布。在蜂蜜的作用下，傷口的腫脹、疼痛程度都會大大減輕，還
能消除死去的肌肉，加快傷口癒合。用法：用10%-15%的蜜汁洗滌傷口，用純蜜塗抹包紮。

(13)**安撫皮膚：**蜂蜜是最理想的護膚品。它能殺滅或抑製附著在皮膚表面的細菌，還能消除皮膚的色素沉著，促進上皮組織再生。用法：在1匙葡萄汁中加入1匙蜂蜜，加入麵粉調勻後就成為葡萄汁蜂蜜面膜。

(14)**治慢性腸炎：**取大蒜50克，煎濃汁，加蜂蜜100克拌勻，每日早晚各服50－100克，連服10天。

(15)**治口腔潰瘍：**晚飯後漱淨口腔，用1勺蜂蜜敷在潰瘍處，含1－2分鐘再嚥下，重複2－3次，第2天疼痛即減輕，連續幾天可癒合。

(16)**治咳嗽：**取生薑50克搗爛擠汁，再取蜂蜜150克調勻，隔水燉熱8－10分鐘，早晚2次分服，連服2－3天。

(17)**治支氣管哮喘：**用蜂蜜500克浸泡適量中藥五味子，10天后便可服用，每日3次，每次1湯匙，開水沖服。

(18)**除老年斑：**取適量鮮薑片放入200－300毫升開水浸泡5－10分鐘，加入少許蜂蜜攪勻當水飲，長期飲用，可使老年斑消失。

編者按：因有人對蜂蜜有過敏反應，請諮詢醫生是否可以服用。

作者來自中國 現居雪梨



奇跡小子林書豪 Jeremy Lin

——反思基督教家庭教育和神奇妙的帶領

文/蔡少琪

「要被神用！要有光彩和豐盛的人生，我們必須有敬虔的盼望、敬虔的勇敢、敬虔的奮鬥、敬虔的奉獻。」因神率領我們，我們就不懼怕，就應每天勤奮、向著標杆直跑，每天敬虔，每天奮鬥，每天尊神為大。神能用林書豪，神也能用你！



美國體育報章、雜誌和網站紛紛以林書豪為頭版，連《時代週刊》的亞洲版也以他為頭版。

在神手裏的奇跡小子

在半個月中，林書豪（Jeremy Lin）從無名的後備，在神的恩典，成為舉世矚目的NBA新星，連美國總統奧巴馬也是他的球迷。林書豪自己說：「若你回顧我的故事，無論你如何看，都會發現神的手指模遍滿各處，有很多事不是我能控制的。我想這是從神而來的神跡（a miracle from God）。我只能這樣形容它。因為顯然我不相信有任何人會期望事情這樣發生。」

基督信仰有兩方面的真理：神的主權和人的責任。神奇妙的帶領、恩助和主權常常讓我們驚訝，讓世人不能不承認他是又真又活的全能神。聖經也常常督責我們要謹慎自己和自己的生命，並要用神的話語培育孩子和年輕人。在林書豪的故事裏，我們發現神奇妙的足印，並一個注重基督教家庭教育的美好榜樣。

奇妙的環境、奇妙的契機

當人回頭看，常發現神在奇妙的環境下興起無名小輩，好像神興起大衛，在以色列人膽戰心驚時，打倒哥利亞，一炮成名。林書豪的故事也是如此。難怪在打敗猶他爵士隊後，林書豪驚歎說：「神是以神秘和奇跡性的方式行事。」“God works in mysterious and miraculous ways.”

他成名的時機實在奇妙！剛好紐約巨人隊拿了全美美式足球冠軍。媒體開始有空將注意力放在NBA球賽。若果紐約尼克斯（New York Knicks）隊今年的成績不是這麼糟糕，淪落為預備組和控球最末的後備的林書豪根本不可能擔綱上陣。無論他多麼優秀，籍籍無名的他不可能有機會發揮，縱然出賽，可能只能負責帶球上半場，就要交球給球星們。又適逢尼克斯隊大將受傷和有家事，球隊連場落敗，十三場比賽中十一場失敗。窮途末路的教練才有空間啟用新人。然後，他在二月四日一炮成名，成為經典。

他身處的地點也是奇妙。若果，他不是在紐約，不是在一個球迷期望很高，隊伍多年失敗，又是美國媒體中心的地方，也是華裔和亞裔的集中地，他的故事不會這麼受人注意。達拉斯小牛隊的老闆Cuban說：「若這事發生在其他較小的城市，可能無人知道。但紐約是籃球媒體的首都！」眾多華裔和亞裔球迷，特別是基督徒的愛戴，加深了媒體的關注。剛好，姚明退役了。這台裔的華人球星很快就引起全球轟動。美國體育報章、雜誌和網站紛紛以他為頭版，連《時代週刊》的亞洲版也以他為頭版。神要興起人時，我們無話可說！林書豪面對擔憂時，喜歡一句聖經金句：「我們曉得萬事都互相效力，叫愛神的人得益處。」（羅馬書8:28） 所以，打勝多倫多暴龍隊後，林書豪只能感恩地說：「我要為那球感謝我的主和救主耶穌基督。能入球，我很感恩。真是祝福！我非常感恩，並只能非常謙恭感謝。」

基督教家庭教育和生命的磨煉

談起神的工人，我非常羨慕宋尚節。曾寫到他時，我強調：「神揀選的器皿是經過長期的磨練。詳細研究宋尚節生平，發現他不少生命氣質和恩賜是遠在進入瘋人院前，被神修剪前，自兒時已被建立了。」「神沒有讓他立刻成名，而要他籍籍無名埋在鄉下，鍛煉他甘心服事的心志，讓他心死，直到看似偶然的機會，才大大使用他。每一個被神使用的器皿，要有被神長期磨練的心靈預備，不要輕忽神不同階段所提供事奉機會和磨練。」

林書豪的成長也是如此。母親說：「他小時候打球是很霸道的，不喜歡傳球給別人，怕人家進不了球，乾脆都自己投，是個很『獨』的球員，一直到高中才有突破，懂得團體合作。」他在教會和敬虔的家庭中長大，但到高中才認真面對信仰。他說：「高中時，我才認真將基督信仰與打球的興趣連在一起。」他漸漸體會到：「我不是每天努力奮鬥去討其他人的喜悅。我的觀眾是上帝！（My audience is God.）」他有幫手教主日學，這幫助他懂得與人接觸，懂得如何親近年輕人。

父母最關心他的不是成功，而是他會否驕傲，會否遠離神。母親曾說：「我們也提醒書豪，是人一定會犯錯，除了替他禱告，我們讓他瞭解驕傲是最大的絆腳石，一個人驕傲時，就會覺得自己什麼都行，希望他有謙卑的態度，將來的路才會好走。我是個普通人，只是期望書豪能成為一個愛主的基督徒，被神所用。我們從小教導三個孩子要知道自己的身分是神所造的人，而神在每個人身上都有特別的計畫，我們注意的是過程，而不是結果。」

神要用他，也大大磨煉他。去年他曾分享：「過去這一年對我來說是很艱難的一年，但是也是我在神面前最多的一年。我可以見證說愈是困難的時候，神真的是每一步都與我同行。他帶領我走過想放棄的每一刻。」「聖經裏面有很多我喜歡的章節，例

兩枚硬幣的分配



1945年10月，男孩出生於巴西伯南布哥州的一個農民家庭。因家裡窮，從4歲起，他就得到街上販賣花生，但仍衣不蔽體，食不果腹。上小學後，他常和兩個小伙伴在課餘時間到街上擦鞋，如果沒有顧客就得挨餓。

12歲那年的一個傍晚，一家洗染鋪的老闆來擦鞋，三個小男孩都圍了過去。老闆看著三個孩子渴求的目光，很是為難。最後，他拿出兩枚硬幣說：“誰最缺錢，我的鞋子就讓他擦，並且支付他兩元錢。”那時擦一雙皮鞋頂多20分錢，這十倍的錢簡直是天上掉餡餅。三雙眼睛發出異樣的光芒。“我從早上到現在都沒吃東西，如果再沒錢買吃的，我可能會餓死。”一個小伙伴說。“我家裡已經斷糧三天，媽媽又生病了，我得給家人買吃的回去，不然晚上又得挨打……”另一個小伙伴說。男孩看了看老闆手裡的兩元錢，頓了一會兒，說：“如果這兩元錢真的讓我掙，我會分給他們一人一元錢！”男孩的回答讓洗染鋪老闆和兩個小伙伴大感意外。

男孩說：“他們是我最好的朋友，已經餓了一天了，而我至少中午還吃了點花生，有力氣擦鞋。　您讓我擦吧，我一定讓您滿意。”老闆被男孩感動了，待男孩擦好鞋後，他真的將兩元錢付給了男孩。而男孩並不食言，直接將錢分給了兩個小伙伴。

幾天后，老闆找到男孩，讓男孩每天放學後到他的洗染鋪當學徒工，還管晚飯。雖然學徒工工資很低，但比擦鞋強多了。男孩知道，是因為自己向比自己窘困的人伸出援手，才有了改變命運的機會。從此，只要有能力，他都會去幫助那些生活比自己困難的人。

後來他輟學進入工廠當工人，為爭取工人的權益，他21歲加入工會，45歲創立勞工黨。2002年，他提出“讓這個國家所有的人一日三餐有飯吃”的競選綱領，　贏得了選民的支持，當選總統。2006年，他競選連任，又再次當選總統，任期4年。

8年來，他踐行“達則兼濟天下”的承諾，使這個國家93%的兒童和83%的成年人一日三餐都得到了食物。而他帶領的巴西也從“草食恐龍”變成了“美洲雄獅”，一躍成為全球第十大經濟體。沒錯，他就是2010年底任期屆滿而卸任的巴西前總統盧拉(Luiz Inacio Lula da Silva)。

如羅馬書五章3-5節，講到很多苦難如何磨練品格，產生忍耐，對我來說，每次當我被擊倒時，我會嘗試再站起來重新開始，我不喜歡放棄，我很固執。」「每次比賽後當我做下來時，我就禱告求問神，他的目的是什麼？我為什麼會在這裏？所以我一直和神在一起，他一直教導我要謙虛。」

無論順逆，堅持敬虔，堅持奮鬥、等待神用

聖經說得好：「人在幼年負軛，這原是好的。」（耶利米哀歌3：27）忍耐生老煉，磨煉生品格！（羅五4）「凡管教的事，當時不覺得快樂，反覺得愁苦；後來卻為那經練過的人結出平安的果子，就是義。」（希伯來書12：11）不要等到成功後，才磨煉性格和與神親近的屬靈操練！無論順逆，要堅持敬虔、堅持奮鬥、等待神用。

在哈佛大學時，他與好友成立查經班。溫柔地邀請同學參與。他與同學常常謹慎自己的生命，免得墮入大學放縱情欲的大環境：「大學生活總是充斥著酒和各式各樣不同的女孩，我們常常討論怎麼克制自己，怎麼保持對上帝的虔誠，避免落入惡者圈套。」執筆時，剛剛有香港特首參選人唐英年的滑跌，有曾在教會長大的雲妮休斯頓（Whitney Houston）的暴斃。我們真要重視敬虔呢！

林書豪不單學習敬虔，也在逆境下堅持勤勞和奮鬥。他很多籃球的技巧需要進步。在對暴龍隊臨完場入關鍵的三分球時，他看似充滿信心，但他也曾疑惑過。一個曾陪伴他的教練曾在先前鼓勵他：你整個球季前不斷勤勞練習，夏天投入了幾千球的磨煉，你要相信自己。在成名前，他努力鍛煉身體，從五月到九月，每禮拜四次幾個小時鍛煉身體。他進大學前的奮鬥有些不足，但進哈佛大學後的暑假，他回到高中的教練那裏，懇求幫助。我們往往欣賞人的成就，卻不欣賞和效法人的奮鬥、毅力和血汗。我經常鼓勵弟兄姊妹，特別是年輕人：「要被神用！要有光彩和豐盛的人生，我們必須有敬虔的盼望、敬虔的勇敢、敬虔的奮鬥、敬虔的奉獻。」因神率領我們，我們就不懼怕，就應每天勤奮、向著標杆直跑，每天敬虔，每天奮鬥，每天尊神為大。神能用林書豪，神也能用你！

為主奮鬥、為主發光

烈火戰車的主角李愛銳曾說：「神讓我快！當我賽跑時，我感到他的喜悅！」“But God also made me fast. And when I run, I feel his pleasure.”有南韓裔的美國基督徒帶著感恩的心看林書豪：「當他打籃球時，他感到很大的喜悅，並感受到神的喜悅。這並不是為了其他目的。」林書豪曾分享說：「初時我不明白父母說要為上帝而打的意思，後來天父卻告訴我要相信他，我知道要多祈禱，一切是為上帝，不是因為資料或冠軍。」經過神多番的磨煉後，他漸漸懂得人生真正的目標，在接《時代雜誌》專訪時，他說：「我不是為了別人或自己打球，是為了天上的父親。」讓我們不要崇拜林書豪，而是要崇拜和尊崇他生命的主，率領他的神！讓我們彼此激勵，要立志成為世上的光！要常常親近神，堅持敬虔的奮鬥！深願在中國崛起的時代，神興起更多敬虔的華人信徒和領袖！

作者現居香港

澳大利亞
十字架國際教會
ACIC

請來參加我們的聚會:
星期日崇拜: 2:30pm-4:30pm

地點: Campsie Public school.
Cn. Harold st. & Evaline St.
Campsie nsw 2194 (金時小學,
在肯德基KFC店斜對面)

ACIC Head office地址: level 6-7 , 12
railway Pde, Burwood NSW 2134

電話: 02-80047977
網站: www.ilovegod.org.au
電郵地址: acic7777777@hotmail.com

先有鷄還是先有蛋?



一个关于生命的重要信息!
一个关乎你我的问题!
一个会影响你及家人的答案!
一个让你活着更加精彩的人生真理!
一个让你知道世界未来的命定!

請不要錯過在2012年3月11日在CAMPSIE小學舉辦的福音聚會!

你想你的人生更加丰盛
你的家庭更加美满
你的身体更加健康
你的事业更加亨通
你的子女更有前途

由前澳大利亞國際商學院院長大爲分享他生命得改變的奇妙歷程.

時間: 下午2: 30-4:30
地點: Campsie Public school . Cn. Harold St. & Evaline St. Campsie NSW 2194 (金時小學禮堂, 請從Harold St進入, 在Uniting Church韓國教會斜對面, 肯德基KFC附近)
咨詢: 澳大利亞十字架國際教會(ACIC)
電話: 0430440160 0433383778

GLORY BOOKSTORE 榮耀書局

三月特價推薦

C.S路易斯經典著作系列推薦: 八折



【返璞歸真】 【四种爱】 【從歲首到年終】
【魔鬼家書】 【痛苦的奧秘】 【裸顏】

簡體暢銷書特價推薦: 八折



【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】 卡羅琳蜜修著作
【幸福的秘密】 葛培理牧師蜜修著作
【神的形象】 楊腓力經典著作
【牽手一世情】 劉志遠長老著作
【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】 經典蜜蜂著作

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

主耶穌已經復活了
主來尋找失喪的人

基督教喜乐宣道堂 / 澳大利亞生命路訓學院
聯合主辦

郭美江牧師特會課程

(Conference Free Entry 04/04/2012 – 08/04/2012)
特會與課程全部免費入場(自由奉獻)

進入全新的季節

郭美江牧師簡介: 郭美江牧師為神國度事工負責人,
耶路撒冷全球華人合一總告網絡事工部主任,
美國愛你國國際書治事工部主任

特會內容: 進入豐盛的命定, 與主同受苦的禮式,
復活第三日的聚會, 耶穌來尋找失喪的人.

時間:
4月5日(週四) 晚上07:15pm - -09:30pm
4月6日(週五) 晚上07:15pm - -09:30pm
4月7日(週六) 晚上07:15pm - -09:30pm
4月8日(週日) 上午10:00am - -12:30pm

課程內容: 守望看見更高層的啟成, 恢復永遠的盼約,
末日新婦職士, 建立人與神團約。

時間:
4月4日(週三) 晚上07:15pm - -09:45pm
4月7日(週六) 下午02:00pm - -04:30pm
4月8日(週日) 下午02:00pm - -04:30pm

聯絡: 02 9718 6055、0430 251 561
電郵: bkgc.office@yahoo.com.au 網站: www.bkgcsyd.org.au
地點: 2a Holden Street, Ashfield 火車站附近