www.lifemonthly.org 2014年1月◎第153期 贈閱

生活月刊

“生活月刊與你同行”

http://www.facebook.com/lifemonthly

weibo.com/lifemonthly

twitter.com/lifemonthly

Like us on Facebook

主題分享
喜迎新年

Photo©KennethLeung



本期主題：喜迎新年

編者的話

當本期月刊與各讀者見面時正是2014新年的慶祝期間，有些可能還在旅遊或探親的路途中，在此我敬祝各位新年蒙恩，馬到成功。人人對於新的一年都有新的盼望與計劃，但都不外是成功。有些人在過去一年做得非常成功，我恭喜你們；若是失敗，我也同樣恭喜你。因為沒有經過失敗的成功，不算是真成功。

聖經告訴我們說，“凡事都有定期，天下萬務都有定時。生有時，死有時，栽種有時，拔出所栽種的，也有時”。（傳道書3：1-2）換言之，成功有時，不成功也有時，這個時期是操在上帝的手中。最重要的是尋求上帝的旨意。

本期的主題是《喜迎新年》。新年不是在於吃喝玩樂，而是在檢討過去一年的成敗，成功者應力上加力，百尺竿頭更進一步。敗者應加自勉，力爭上游。

上帝不是看一個人失敗了多少次，而是看最後能否站立起來，是否能改過更新。

以色列的大衛王，犯過很大的罪；但他能及時悔改，上帝卻認為他是合神心意的人。耶穌的門徒猶大出賣了耶穌，他後悔卻不改，結果成為大失敗者。聖經說：“你們要先求祂（上帝）的國和祂的義，這些東西都要加給你們了。”（馬太福音6：33）意思是說首先多做上帝的事，上帝就會給你一切所需要的。

雷德意

目錄

主題分享

辭舊迎新年 3
祝愿月刊傳播的信息和信仰及見證能甦醒人心，使你一家和和睦睦，全家歸向耶穌。

喜迎新年 3

藝文天地

衝破種族歧視，種族隔離的牢籠—— 曼德拉 4-5
我懷有一個建立民主和自由社會的美好理想，在這樣的社會裡，所有人都和睦相處，有著平等的機會。

破碎的“華麗” 6
馬丁路德與教會音樂 7
美利奴羊巨雕感懷 8-9

信仰探索

都是亞當惹的禍 10-11
在偷吃禁果這個共同的罪行中，亞當比夏娃的罪責更大。作為一個男人，我們應當從亞當的教訓中學會更多的檢討，更多的反省。

思辨的誤區 12-13
心向耶穌 13

屋簷下

澆灌的愛情不嬌慣 14
世界再大，也要回家 15
中國好男友，感動背後是悲哀 16
孝心的價值 17

見證如雲

追思叔公陳鳴錚先生 18
媽媽的信仰與磨難 19
媽媽以堅定的信心，恪守著自己的信仰。也以她頑強的意志，戰勝了傷痛。

從柬埔寨到澳洲的見證 20

世說新語

讓影像成為你的事奉夥伴 Kenneth Leung 21

健康常識

淺談關節炎 22
關節炎是全世界最常見的慢性疾病，是一種以關節痛為主要症狀的關節病變……

果蔬巧美容 23

生活月刊 第153期 2014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、劉詩勤、孫瑋、譚桑尼 **美術設計** 劉詩勤 **發行** 劉嘉慧 **網頁** 黃善駒、吳悅、徐慧娟、劉詩勤

2014 © 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24,500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	**單親家庭**	隨著離婚率的升高，單親家庭越來越多，單親家庭的小孩不是缺少母愛就是缺父愛，面對這個被視為普遍現象的社會問題，你有何良策?
3	2月1日	**流行文化面面觀**	這世界流行玩意兒可真多、真吸引人，老老少少男男女女各有追求，您的觀點在哪裡？
4	3月1日	**親子關係**	人世間最親密的關係，莫如父母與子女的關係。良好的親子關係也是有效管教的基礎，但現代父母都是大忙人，很少有時間陪伴兒女，而兒女對著電腦的時間也比跟父母交流來很多，怎樣才能建立良好的親子關係呢？

※ 出版日期:每月第一個週三

◎ 文/惠來



“辭舊迎新”指的是告別舊的一年，迎接新的一年。轉瞬間即將辭別2013年，回顧《生活月刊》從創刊至今(12月）已出版152期，歷經12年半。月刊沒有公司贊助支持，也沒有固定經費來源，出版所需費用少部分來自廣告收入，其餘由教會及個人奉獻。贈閱刊物，全澳發行。十多年來，許多教會、基督徒常常為月刊代禱及奉獻印刷費；每期發行從原來的10,000份增到目前24,500份，發行遍布澳洲各州。

由於每次的派發量大，長期來不少弟兄姊妹及友人擔任義工，他們不顧路程遠，不計較得失，默默無聞地派發月刊。

月刊的許多讀者是非基督徒，他們很喜歡閱讀，因為月刊設置主題分享，世說新語，藝文天地，信仰探討，見證如雲，屋簷下，健康常識等欄目，每期文章20篇以上，供閱者選讀。內容豐富多采，圖文並茂，使人讀後獲益匪淺。我是一位忠實的讀者，也是撰稿者。不少原來是非基督徒，後來閱讀了其中的信仰及見證方面的文章信了耶穌，並到教會做禮拜敬拜神。

2013年是神恩待月刊的一年，也是許多教會和個人支持及編輯團隊共同努力的結果。我存著一顆心向神感恩。

展望2014年，求神使更多的人關心月刊的出版，有錢出錢，有力出力，踴躍賜稿，不斷提高月刊質量。

祝願月刊傳播的信息和信仰及見證能甦醒人心，使你一家和和睦睦，全家歸向耶穌。願月刊傳播的耶穌信息和恩言日日新，廣傳福音救靈魂，祝福平安歸給人。

作者來自中國 現居雪梨



喜迎新年

文/黃邁勵

一年一度又新年，
喜鵲高唱跳歡舞。
載歌載舞歡喜慶，
讚美我主父上帝。

大海茫茫藍天雲，
萬紫千紅才是春。
歲夜高歌聲一曲，
碩果累累迎新歲。

主恩甘甜潤我心，
人生路上伴我行。
困難艱險載我渡，
恩惠慈愛隨著我。

頌讚榮耀歸我主，
迎新接福謝主恩。
歌聲陣陣辭舊歲，
歡歡喜喜迎新年！

恭賀新禧！
新年吉祥！平安喜樂！

作者來自中國 現居布里斯本

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

生活月刊徵求
雪梨地區派送義工

Volunteers wanted

每月第一星期從印刷廠送往北岸 (North Shore)大約3小時
自備車輛,可提供少數車馬費。
有意者聯絡劉嘉慧姊妹
0433 133 725 或 ekwl@hotmail.com

若有人在基督裡，他就是新造的人；
舊事已過，都變成新的了。
(林後5:17)

周傑輝國際公証律師行
周傑輝移民律師行 (No. 0101659)
Keith Chow & Co. Notary Public and Lawyers
1303 / 370 Pitt Street, Sydney
228 / 813 Pacific Hwy, Chatswood
Tel: 9261 3031 Email: keith@keithchow.com.au

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

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
星期一至五：上午九時至一時，下午二時至六時
(中午一時至二時休息)
星期六：上午九時至十二時
電話(02) 9787 1233 / 0403 082 158
Shop 14/15-21 Ninth Avenue, Campsie 2194

衝破種族歧視，種族隔離的牢

2013年12月5日，南非前總統曼德拉(Nelson Mandela)在約翰內斯堡走完他95歲的傳奇一生。從生到死，他在世人眼中的形象幾乎完美得無可爭議，幾乎所有政治派別的弔唁者與世界人民都不吝以“偉大”這個詞來形容他。因為他的奮力抗爭，南非結束了種族隔離制度，由此證明對自由與公平的追求是沒有國界的，為全球的被壓迫者提供了信念與靈感。在種族隔離制度結束之後，他親手締造了南非的民族和解進程，為新南非奠定政治根基，這就是他的可貴之處。因種族隔離本身就是恐懼與仇恨的產物，種族隔離的實質是一種基於膚色區別的控制與壓迫。

在個人道德修為上，曼德拉也堪比甘地與馬丁・路德・金，是這個時代留下來的最為後人追念的人物之一。他一生反抗的實質就在於為所有人追求天賦的平等權，但與此同時他也沒有走向侵犯自由權，掌握平衡本身就是他一種政治藝術。

1918年7月18日。曼德拉生於特蘭斯凱的一個大酋長家庭。1938年進入黑爾堡大學學習。因抵制校方選舉學生代表活動，被中止學業。後就讀於威斯特斯蘭大學，獲法學士學位。1944年放棄繼承父親的酋長地位，參加南非非洲人國民大會，參與創建國民大會青年聯盟。1948年當選為非國大青年聯盟全國書記，1950年任非國大青年聯盟全國主席，1951年任該青年聯盟主席。

1952年，曼德拉與坦博在約翰內斯堡開業當律師，同年任國民大會副主席和德蘭士瓦支部主席，發動反對南非當局的“蔑視不公正法運動”，並任全國志願隊總指揮，為要求一切南非人享有平等的公民權而鬥爭。1957年與溫妮・曼德拉結婚。1960年3月國民大會被宣佈為非法組織，曼德拉曾一度被捕。

1961年3月曼德拉，在彼得馬里茨堡的全非會議上被選為全非民族行動委員會名譽主席。領導“呆在家裡”的三天罷工活動，反對南非宣布成立完全自由人控制的共和國。同年6月參與建立國民大會軍事組織“民族之矛”，擔任國民大會軍事總司令，轉入地下從事武裝鬥爭。在此期間，他曾秘密出國，訪問阿爾及利亞、加納等國，參加泛非自由運動大會，呼籲國際社會對南非實行經濟制裁。

1962年8月5日曼德拉被捕，以“煽動罪”和“非法出國”被判刑5年。1964年在獄中又被控以“陰謀暴力推翻政府”改判無期徒刑，後被放逐、關押在大西洋的羅本島，他在獄中堅持鬥爭。

1964年被判終身監禁時，他將審訊法庭變成了揭露種族隔離制度罪惡和喚醒廣大民眾的講壇。他那長達4個小時的聲明是這樣結束的：“我已經把我的一生奉獻給了非洲人民的鬥爭，我為反對白人種族統治進行鬥爭，我也為反對黑人專製而鬥爭。我懷有一個建立民主和自由社會的美好理想，在這樣的社會裡，所有人都和睦相處，有著平等的機會。我希望為這一理想而活著，並去實現它。但如果需要的話，我也準備為它獻出生命。”

1983年獲聯合國教科文組織西蒙・博利瓦爾國際獎。1985年與其妻同獲1985年第三世界獎。27年中，國際社會不斷呼籲南非當局釋放曼德拉。他終於在1990年2月被釋放，此時的曼德拉已經72歲。獲釋後被選為南非非洲人國民大會主席，領導反對種族隔離制度的鬥爭。

1993年，曼德拉與南非種族隔離制度時期最後一位白人總統德克勒克共同獲得諾貝爾和平獎。1994年，南非首次組織不分種族的全國大選，他領導的非國大獲勝，他本人也以62.2%的支持率當選為南非首位民選黑人總統。他寬

牢籠——曼德拉



◎ 文/陸國城

廣的心胸，推動飽經種族壓迫之苦的南非超越仇恨、走向和解，和平實現了民主過渡。

1995年，他簽署《促進民族團結與和解法》，宣布成立真相與和解委員會，為南非此後的穩定與和解奠定了基礎。1996年12月10日，他在沙佩維爾正式簽署了新憲法。新憲法的簽署標誌著南非政治過渡的完成，並永禁種族隔離，為平等和民主政治體制的確立和今後民族國家建設奠定了法律基石。

曼德拉的一生經歷過太多的苦痛與折磨，然而這一切都沒有改變他樂觀、幽默、平和、寬容、堅定的高貴品質。他沒有因為種族主義政權的迫害而走向極端、施展報復，而是極力斡旋、促進和解；他沒有因為長期非人的27年囚徒生涯而失去理智、放棄希望，而是積極鍛煉身體等待勝利的到來；他沒有在聲望高漲時貪戀權位、中飽私囊，而是在一屆總統任滿後立即退位；他沒有在退休後坐享功名，而是積極奔走為慈善事業繼續貢獻心力，他說：“當我走出囚室邁向通往自由的監獄大門時，我已經清楚，自己若不能把痛苦與怨恨留在身後，那麼其實我仍在獄中。”所以在那漫長而孤獨的歲月中，他對自己的人民獲得自由的渴望變成了一種對所有人，包括白人和黑人，都獲得自由的渴望。

他一生不畏強暴，當美國總統布殊(George W. Bush)肆意踐踏伊拉克主權時，他斥責說：“在這次伊拉克戰爭中，我們看見了美國和布殊的一舉一動，到底誰是世界的威脅？”他最不喜歡別人對南非指手劃腳。1998年3月克林頓訪問南非，在聯合記者招待會上，曼德拉公開表示南非將與古巴、伊朗、利比亞保持密切關係，並宣布不久將出訪伊朗。他面對面指著克林頓說“你(克林頓)如果不高興就跳進游泳池去吧”。令與其並肩站在一起的克林頓大為尷尬。

21世紀的英雄——納爾遜・羅利拉拉・曼德拉永遠離開了世界，但是他戰鬥的一生，衝破種族歧視，衝破種族隔離牢籠的精神，自由鬥士的光輝形象照耀世界黑人民族的前程。中國國家主席習近平的特別代表、國家副主席李源潮在講話中說，曼德拉是新南非的締造者，是非洲人民的驕傲，他為非洲的民族解放、團結合作、發展進步貢獻了畢生精力。他開創的事業後繼有人，南非人民不斷取得國家發展建設重要成就。

納爾遜・羅利拉拉・曼德拉的追悼會，於2013年12月10日在南非約翰內斯堡FNB體育場舉行，近百名國家元首和政府領導人以及約10萬名南非民眾出席。聯合國降半旗致哀。作為在全世界享有盛譽的人權鬥士與精神領袖，他的葬禮已成為全球矚目的“世紀葬禮”。

曼德拉衝破種族歧視，衝破種族隔離牢籠的動力何在？其精髓就是充分體現了一個“愛”，他愛世界，愛祖國，愛人民（包括黑人，白人），把自己的生死置之度外；為自由，民主奮鬥終生！聖經上說：“如今常存的有信、有望、有愛，這三樣，其中最大的是愛”（哥林多前書13:13）。曼德拉的一生，就是愛的一生。

作者來自中國 現居阿德萊德

AMUSE
Photography
Weddings . Portraits . Functions



Kenneth Leung 0416 073 972
www.amusephotography.com.au

啓明駕校
Blacktown,Castle Hill, Silverwater
Website:auto1driving.com.au
Tel: (02)8212 5500

佳美廚櫃 特價地板



專業設計各種風格廚櫃，入牆櫃Shop Fitting 德國名牌配件，澳洲板材，水電一站式服務。承接高難度樓梯，特價各種澳洲地板，進口地板，竹地板，復合板，金剛板。免費報價，七年保用。
展廳:49 Karrabah Road, Auburn 請預約。
Lic: 238789C
0469 599 575 /02 9646 4031

破碎的“華麗”

◎ 文/李良旭

在景德鎮旅遊時，最吸引人眼球的，恐怕就是那些華麗的景德鎮瓷器了。景德鎮瓷器，素有“白如玉，明如鏡，薄如紙，聲如磬”之稱。到了景德鎮，不買個瓷器回去，就好像沒有到過景德鎮。我也不能落了這個俗套。於是，眾裡尋它千百度，也想買個有特色的瓷器帶回去，也不枉景德鎮一行。

在一家瓷器店，我終於看中了一個青花瓷瓶。那色澤、那釉體、那玲瓏、那粉彩，無不巧奪天工，令人嘆為觀止。我用手一遍遍摩挲著這個瓶青花瓷瓶。頃刻間，彷彿獵獵風起，那古老瓷器工藝，就這樣，上下有了幾千年。

我買下這瓶價格不菲的青花瓷，就像買下整個景德鎮，買下幾千年的瓷器。一路上，雙手摟著這個青花瓷，就像摟抱著個寶貝，格外小心。在心裡還一遍遍描繪著將這青花瓷放在家裡什麼地方：放在書房裡，顯得古樸；放在臥室，顯得溫馨；放在客廳，顯得大氣；放在餐廳，顯得明媚。無論放在什麼地方，它都會呈現出一種幽遠、華麗的神韻。我懷抱著這青花瓷，心中綻放出別樣的溫暖和甜蜜。

到家了。遠遠地，就看到了那盞溫暖的燈光了，那裡是生命中，將心放下最安妥的地方。我一手摟抱著這瓶青花瓷，一手拿鑰匙去開門。

我將門一拉，只聽到一聲清脆的聲音：“嘩啦——。”隨後，是一片寂靜。

那一刻，彷彿心也“嘩啦”一下。我低頭一看，布袋裡包裝的青花瓷已軟了下去了，用手一抖，只聽見布袋裡“嘩啦、嘩啦” 瓷器碎片的聲音。

千辛萬苦，一路顛簸。眼看就要跨進家了，就在將門拉開的一剎那，卻在門邊撞到了懷裡的青花瓷。頃刻間，這個華麗的青花瓷就化為烏有了，就像藍天下劃過的一聲鴿哨，轉瞬即逝。隨著這個青花瓷破碎的，還有我心裡那個夢想，還有個想對人炫耀的話題。一切的一切，隨著那“嘩啦——”一聲， 一切都過去了，不著一絲痕跡。

望著這一桌青花瓷碎片，我心里布滿了沮喪和失落，讓我一下子有了從天堂到地獄般的感覺。妻子看到我一副喪魂落魄的樣子，在一旁抿嘴竊笑。

第二天，妻子下班回到家，故作神秘狀，喊我到她身邊來，說要給我看一樣寶貝。我還沒有從青花瓷打碎的陰影中走出，悶悶不樂地走了過來，一副被霜打了的樣子。只見妻子像變魔術式地從包裡拿出一瓶青花瓷，往桌上重重地一放，說道，你的青花瓷又回來了。

我眼前一亮，驚喜道，你是從哪裡買到的？妻子淡淡一笑道，很簡單，家門口小店裡就有賣的。



真的，這只青花瓷與那隻青花瓷毫無兩樣，放在家裡一樣古樸、典雅。我千辛萬苦買回家，成了一堆碎片，妻子卻易如反掌，就將這仿真青花瓷給買回家了，而且簡單、實用。

人生中，我們總是在苦苦地追尋和嚮往著某種華麗的景緻，以為別人擁有的是一片大森林，自己只有幾棵狗尾草。於是，千方百計，也想擁有那樣的景緻。殊不知，最美的景色就在自己身邊。我們錯過的常常是唾手可得的擁有，得到的卻是一種破碎的“華麗”。

作者現居中國

安全防衛專業服務
專業持牌19年，批發，設計，安裝，維修各類安防設備，全球監控，專業警報，對講等。
展廳: Unit 78, 89-97 Jones St, Ultimo
www.ausecom.com.au * 最佳服務是我們的追求! *
24小時熱線: (02) 9212 1888

曌爾本信望愛堂
誠聘中文部牧者
本教會為獨立福音派中型華人教會，有粵語、華語及多元文化事工。現誠聘中文部牧者，負責粵語及華語事工。應徵者須持福音派信仰，具神學學士或同等學歷，能操會話程度粵語、華語及英語，其中粵語或華語必須流利。有五年牧會經驗及有澳洲永久居留身份者優先考慮。應徵者請將個人資料及履歷電郵至 pastoralsearch@cccv.org.au 或郵寄 Pastoral Search Committee, Chinese Christian Church of Victoria, 67-71 Springvale Road, Nunawading, VIC 3131. 本會資料可參閱 www.cccv.org.au

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)	與粵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)	每週六晚上 7:00
守望禱告會(國、粵語)	每周三 10-11:30am

歡迎參加小組聚會，有關時間及地點等詳情，請洽詢:
堂主任: 姚正魁牧師 手機: 0438 382 008
英語堂牧者: Pastor Alan Best 手機:0414 887 198
查詢電話: 謝麥靜嫻姊妹 02 9785 2377; 0433 025 973
實習傳道: 蔡權澤傳道 手機: 0414 864 555

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
教會網站: www.padstowchinesecong.org

◎ 文/啟之

馬丁路德與教會音樂



馬丁路德(Luther Martini 1483-1546)在基督教歷史是非常重要的人物。他領導宗教改革，提出以信稱義教義，人們能直接與上帝面對面直接溝通，享受祂的恩愛與救恩。他也是马氏詩歌創始先鋒，以為在四百多年前，只有特定的人才有資格在會堂內唱詩讚美，尤其马氏教會內只有希臘文或拉丁文版的聖經與詩歌，一般民眾下能唱也聽不懂。

馬丁路德生於德國，父親是一位礦工，非常重視孩子教育，竭盡全力讓他學習拉丁文與法律，期望他將來能成為一位律師。他書讀得好，對音樂有天分，有好歌喉也會彈奏樂器，還在學生時，常和朋友到鄰近村莊唱詩歌報佳音。

二十一歲的某天，他走在路上差點被突如其來的雷暴打中，千鈞一發間，他心中祈禱，如果能平安度過危險，將進入修道院進修。上帝保守他倖免於難，於是兩週後他在家人反對和朋友震驚中，進入當時最嚴謹清貧的奧古斯丁修道會。三年後，成為修士的他，心中卻沒有真正的平安！

當時的社會對於信仰認知，看重外在行為的表現甚於內心的真誠。在如此觀念中長大的馬丁路德，即使成為修士還是常常感到恐懼，因為他並不確定自己是否真正得救，罪惡是否得著上帝的赦免。

神的憐憫使他遇見了約翰・史道華，使他認識到聖經中悔改的意義……因著神的愛而轉向神，得著平安。自那時起，他在講台上傳揚相信耶穌基督為道。1517年10月31日，他勇敢地走進天主教堂，在大門上張貼了九十五條反對贖罪票道理的標記，這宣告成為頭一支利箭，射入天主教的心臟，而為神的兒女奠定了進入天門不能再被毀壞的根基。從此他開始了偉大的宗教改革。

馬丁路得一生所帶給教會三大禮物。首先是恢復“因信稱義”的真理；其次是公開的聖經；第三是他的聖詩。他曾說過：“音樂是神所賜最美麗和最大的恩賜，我曾蒙它感動而滿有能力地傳講信息。音樂也是神賜給人的兵器，能夠趕逐魔鬼，帶給人屬天的喜樂……。這無限寶貴的恩賜，僅為人類所擁有，提醒人們被造的目的，乃在讚美神和彰顯神。”

馬丁路得一生所出版的詩共有38首。他的聖詩有一點是很特殊的，就是詩譜幾乎是他自己譜的，他的配樂還很有力，最適合表達出該詩的含意。宗教改革過程中，遇到許多困難和壓迫，在充滿險惡的環境中，他在讀詩篇四十六篇時受到感動，寫下《上主是我堅固保障》這首詩歌。

詩篇四十六篇中提到：“上帝是我們的避難所，是我們的力量，是我們在患難中隨時的幫助。所以地雖改變，山雖搖動到海心，其中的水雖匉訇翻騰，山雖因海漲而顫抖，我們也不害怕。”這首詩歌充分表現作者對上帝的信心，並激勵當時一起參與改教運動的人。被稱為“宗教改革行軍曲”，或是“宗教改革的戰歌”。

《上主是我堅固保障》詞句優美，並引用民間歌謠為旋律，聽來親切平易近人，表現出堅定的感動與充滿平安無懼的精神。四百多年來這首詩歌在世界上流傳，到處被傳唱者斷宣告：“上主是我堅固保障”。

馬丁路德引領教會音樂進入全新的階段，日後許多偉大音樂家如巴赫《第八十號清唱劇——堅固保障》與孟德爾頌《宗教改革交響曲》等，都以馬丁路德的詩歌為主題創作。《我神乃是大能堡壘》是聖詩中最雄壯的戰歌，也是反映宗教改革時代特性的詩歌。唱出神和宇宙中的邪惡勢力之間的爭戰，在這一場爭戰裡面，基督永遠是得勝者，祂一出現，仇敵就失敗。因此神的國度也永遠屹立不動搖。這首詩成為當時宗教改革的力量，許多人因路得的詩歌去信仰耶穌。

作者來自中國 現居雪梨

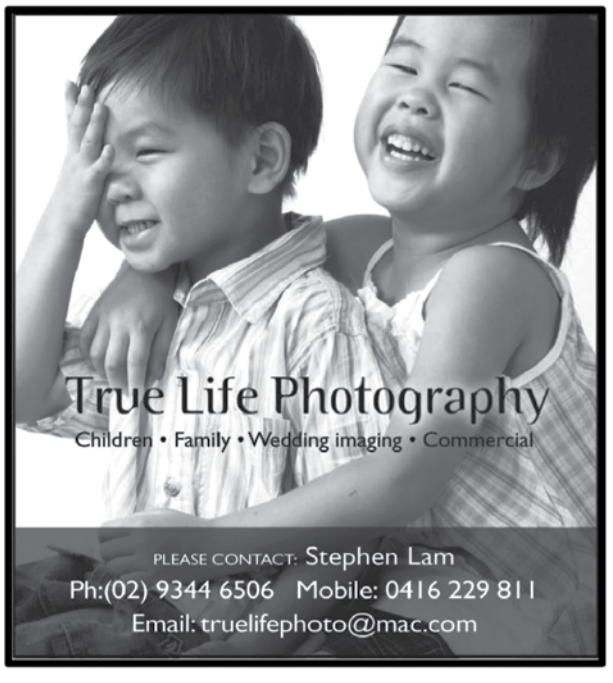
稅務服務：個人報稅, 公司、合夥人、信託報稅, 商業咨詢, 公司成立或註銷。
貸款服務：房屋貸款, 商業貸款, 投資貸款, 汽車貸款。
P: 02 8188 0292
M: 0414 223 906
accounting and tax solutions

墨爾本東區華恩堂
誠聘牧師或傳道

本堂會友主要來自中國大陸，活動會友約25人。應徵者需持正統福音派信仰，具神學學士或同等學歷並能以流利國語證道。有三年以上的牧會經驗及有澳洲永居身份者優先考慮。有負擔者請將個人資料電郵至occcmem@gmail.com 或寄至聘牧小組P.O. Box 1147 Box Hill Vic 3128 Australia

雪梨宣道基督教會

崇拜時間：星期日下午3點30分
社團晚飯、電影：
每月第三週六晚：6:30分 至 9:15分
康樂活動：每月第一週六晚：7:15分 至 9:15分
太平紳士（公證簽名服務）
聚會地點：296 Hamilton Rd,
Fairfield, NSW 2165
查詢：林牧師 (02)89013392 / 0426812789



“大錦羊”巨雕感懷 (Marino Lamb)

◎ 圖文/田櫻



◎ 古爾本美利奴羊巨雕



◎ 工藝品“百羊圖”



◎ 建於1875年的火車站

引言

我在澳大利亞，逐漸領悟到了澳大利亞是“騎在羊背上的國家”的含義。綿羊是澳大利亞的國寶，尤其是美利奴(Marino)羊，幾乎無處不在，和自然渾成一體，與國家的發展密不可分。澳大利亞土地廣袤，氣候宜人，水草豐茂，美利奴羊在這裡不斷繁育、改良和生長，創造出了國家的一大支柱產業。

高本市滄桑歲月

為了了解美利奴羊，我專程從悉尼前往190公里外的新州高本市(Goulburn)，那裡有肥沃的牧場，以獨特的牧羊業傳統而聞名。尤其是盛產美利奴羊，因而也是聞名的羊毛製品之地。當地有一個著名的旅遊景點：大美利奴羊巨型雕塑。

我從悉尼的利列柑（Lidcombe）輾轉3個小時，來到了古爾本古色古香的火車站，棕色建築，我走近細觀之，這是一座建於1875年的火車站。在巴士車上，就听老司機介紹，古爾本是一座古城，往昔多姿多彩，它是一個由定居者們在叢林中建設起來的城市，它的歷史充滿了開拓者、淘金者和叢林大盜的傳奇故事。離火車站不遠的郵局建於1881年，離此不遠的馬路旁，是一座建於1884年的聖救世主教堂(St. Saviour Catherdal)，還有建於1894年的肯莫爾醫院(Kenmore Hospital)、1834年的古爾本啤酒廠(Goulburn Brewery)、1883年的古爾本水務設施（The Coolavin Hotel今為古爾本自來水博物館），以及建於1890年的消防局(The Goulburn First)等，這些都見證著古爾本的滄桑歲月。

龐然大物立路旁

古爾本地處穆瓦里河(Mulwaree River)和五龍迪里河(Wollondilly River)交匯處，這裡有肥沃的牧場，以其豐富的牧羊業傳統而聞名。尤其是盛產美利奴羊，因而也是聞名的羊毛製品之地。

我到高本市的一個主要目的，就是要參觀美利奴羊巨雕，於是，我從火車站搭乘的士，約10分鐘左右就來到休姆公路(Hume HWY)交叉口，透過車窗一眼就看到一個龐然大物，聳然而立在路一方。嘿！好大的一隻大綿羊！高高聳立在藍天白雲下，這便是古爾本著名的美利奴羊雕塑。細細觀之，標誌牌告訴我們，這隻羊的英文名字叫“Big Marino”，意即“大美利奴”。這是一隻健康強壯，灰白顏色，有兩個彎彎帶尖的

羊角，頸部有3個橫皺褶，體大結實的大美利奴羊巨雕。據資料介紹，它高15米，長18米，重96噸，是用混凝土雕塑而成的。圍繞巨雕觀賞，從側面看美利奴羊巨雕，體型近似長方形，體寬，背平直，後軀肌肉豐滿。巨雕下盛開著君子蘭(Clivia)和蘭花(Orchid)，停泊在巨雕旁的兩輛轎車，彷彿在一比高低。

我站在巨雕前面馬路的一端凝望，美利奴羊威風凜凜，又溫柔祥和，似乎在告訴人們：澳大利亞是美利奴羊最佳生存之地，也是大有作為之地。

羊毛質佳穩賺廿億

我欣賞完巨雕，走進側面的3間白色建築，這里便是工藝品店，店中有一間擺放著各種圖片和模型，介紹了巨雕的建設和搬運情況。另外兩間專門出售美利奴羊的工藝品和美利奴羊的羊皮和羊毛製品。店內擺設的美利奴羊工藝品多姿多彩，單是那兩幅“百羊圖”和“歡快的美利奴羊”，就讓人過目難忘。美利奴羊的皮製品和毛紡織品，也讓人看得眼花繚亂。什麼羊皮褥子、羊皮墊子、羊皮衣，還有羊毛圍巾、羊皮鞋等等。我拿起一塊精製的羊皮細細看來，其毛細密柔軟，潔白如雪，光澤耀眼。我正在欣賞工藝品之時，女店主人走了過來。她熱情地告訴我，可以隨意盡情拍照，她還從櫃檯上拿來一個美利奴羊工藝品，讓我抱著，她給我拍照。店主人的熱情深深打動了我的心。接著，我們聊了起來，她向我介紹了澳大利亞美利奴羊生產情況，她說，一隻成年的美利奴羊體重在140公斤左右，羊毛纖細柔軟，粗約20微米，毛長10厘米左右，是上乘的毛紡原料，每隻羊一次可產毛10至20公斤。澳大利亞的美利奴羊毛產量佔世界羊毛總產量的32%，其中95%供出口，每年收入20億美元。澳毛可滿足全世界對羊毛需求的45%。她還又向我介紹了美利奴羊羊毛質量和生產過程，使我獲益甚多。

結論

辭別店主人，走出工藝品店，回眸昂首向上的大美利奴羊巨雕，那逗人的姿態，童話般的形象，給人以祥和吉慶之感，深深留在我美好的記憶之中。

作者來自中國，現居雪梨



◎ 建於1875年的郵局



聘請

The Perth Chinese Christian Church in Western Australia is seeking a pastor from an evangelical background to shepherd our English congregations.

Applicant must:

- **hold a theological degree from a recognised theological seminary;**
- **have five years or more shepherding experiences;**
- **be under 45 years of age;**
- **be fluent in English and**
- **preferably ordained.**

Applicant is required to submit a copy of your curriculum vitae along with a covering letter including full contact details of at least two referees, one of whom must be your latest / current employer and email to pccc@iinet.net.au.
Alternately, please send to:

Elder Mabel Hui
Chairperson, Pastoral Search Committee,
Perth Chinese Christian Church,
146 Flmborough Street, Doubleview,
WA 6018 Australia

For more information on our church and an application package, please visit: http://www.pccc.org.au

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

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**

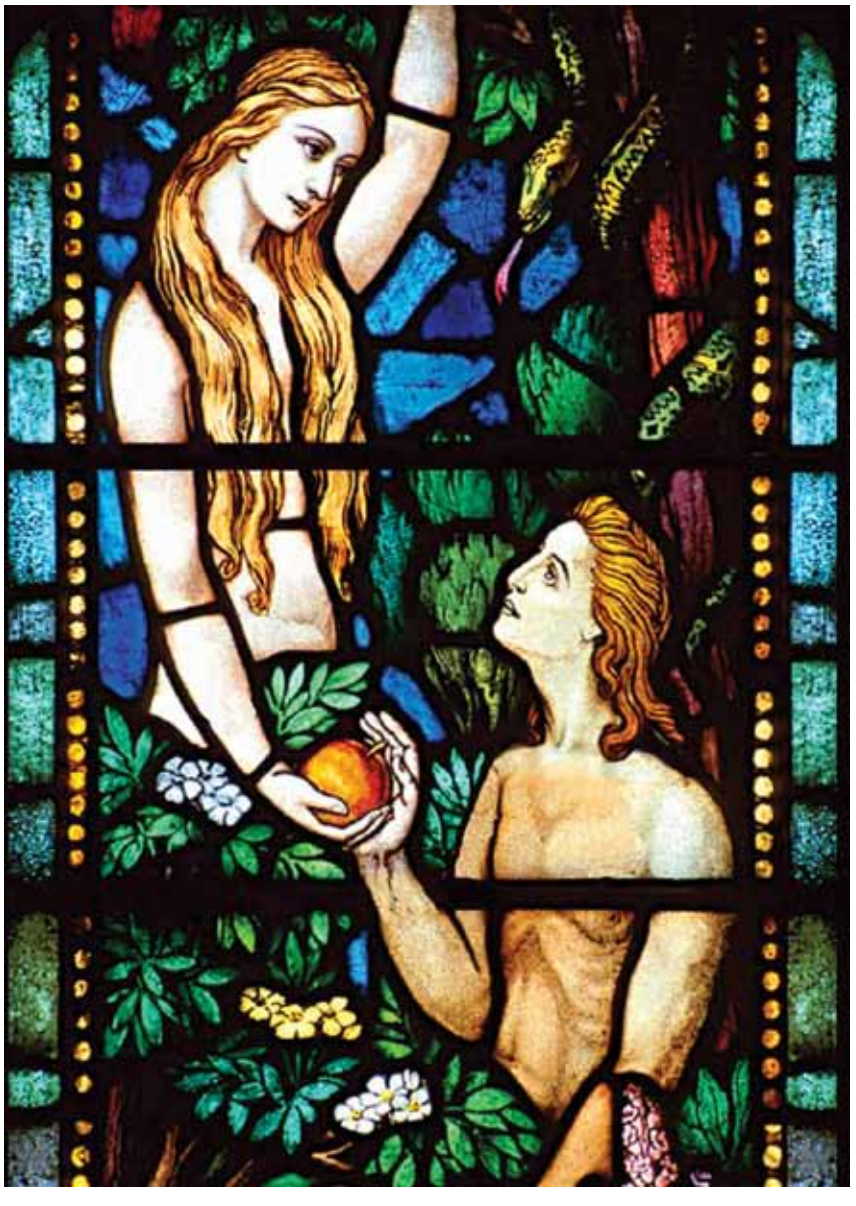
EDDIE PANG 彭以德
BDS (SYD) Dental Surgeon
雪梨大學牙科醫學士
(02) 9807 1087
35/99 Anzac Ave, West Ryde 2114
(Cnr of Victoria Rd & Anzac Ave)

◎ 文/陳幼學

都是亞當惹的禍

——悉尼讀書記

如果說我有什麼業餘愛好的話，那就是讀書。我早已過了為稻粱謀而讀書的階段，也不必為了提高文化修養而讀書。我喜歡讀書，全是為了消磨時光，解脫煩惱。雖然放下了書，煩惱還在，寂寞依舊。就像服用了止痛片，藥效過去，病根還在，痛苦依然。但是，生命是一個過程，能夠暫時忘記煩惱，減輕痛苦，不是也很好嗎？



當然，天下沒有免費的午餐，要能夠隨心所欲地讀閒書，我認為必須至少具備以下的一項條件：

1. 衣食無憂，不欠外債。具備這種條件的人最幸福，對於他們，人生最美好的仗他們已經打過了。他們是勝利者。他們可以問心無愧，無憂無慮地安享他們的晚年，壯年甚至青年。他們有的是時間來讀閒書。

2. 滿足現狀，不思進取。具備第二種條件的人也很不錯，在外人看來，他們也許並不成功，並不富有，但他們安於現狀，沒有奢望。他們不怕浪費時間來讀閒書。

3. 心有不甘，力有未逮。第三種人最不幸，人生不成功的仗他們已經打過了，但他們不甘失敗（或者他們甘於失敗，但是他們的家人不許他/她失敗），還想捲土重來。可是，有志者事不成，他們只有自怨自艾，在寂寞和痛苦中他們只好在讀書中暫時麻痺自己的心靈，求得一時的解脫。掩卷嘆息，他們往往責備自己在讀書中又浪費了人生的一段寶貴光陰。

鄙人不幸就屬於具有第三個條件的人。不過，我又是這些不幸的人中的一個幸運的人。因為，在我人生最痛苦，最絕望，最寂寞的時候，病急亂求書，有一本書卻真的極大地減輕了我的痛苦絕望，這本書就是“聖經”。而且，我相信這本書對我心靈的療效必將伴隨我今後的一生。

不瞞你說，我到現在還沒有把聖經從頭到尾通讀一遍。十二個門徒的名字我到今天還是記不全。每逢我們教會舉行聖經知識競賽時，我就腳底抹油—溜了。我讀聖經時也是豬八戒腳踩西瓜皮，溜到哪裡算哪裡。常常是拿起聖經隨手一翻，翻到哪頁讀哪頁。不過，我讀得最多的還是聖經舊約的第一章：創世記。這一章最有故事性，趣味性，啟發性。

人物事件簡單好記。初讀創世記，我更加明白，冤有頭，債有主，我們人類今天的種種苦難，都怪亞當和夏娃這對恩愛夫妻，不聽上帝的話，偷吃了伊甸園中的分別善惡樹上的果實惹的禍。但是，我更怨恨的是夏娃，初讀時我覺得聖經證明了一個真理，女人是男人幸福的原因，也是男人不幸的源頭。不是嗎？上帝不想亞當一個人太寂寞，用亞當的一根肋骨造出夏娃，作為亞當的妻子。本來他們可以在美麗的伊甸園中，生兒育女，從此過上幸福的生活。

可惜夏娃聽信了蛇(魔鬼)的話，想要變得像上帝一樣有智慧，偷吃了禁果。犯下不可饒恕的罪行。更加不可饒恕的是，她還要求丈夫亞當也吃了禁果，使我們人類的祖先全犯了罪，也使我們這些後代，無一倖免上帝的懲罰，受苦至今。這個想法和我讀聖經前的想法差不多。

其實未讀聖經以前，我也知道上帝造男造女的故事。在我人生得意的時候，我慶幸上帝把我造成了一個男兒身。不是嗎？一個男人結了婚，他可以享受生兒育女過程中的快樂而不必忍受婦女生產時的劇痛。

身為男人，我們也可衣來伸手，飯來張口而問心無愧。因為我們已經成功或者準備成功。在我人生低潮的時候，我又埋怨上帝為何不把我造成一個女兒身。女人如果事業未成也可以做一個賢妻良母。而如果上帝給她一副好皮囊的時候，她就有可能嫁得一個富一代或者富二代或者富N代，而盡情享受人生。不是有一句話這樣說嗎？“做得好不如嫁得好”。我常常感嘆，做人難，做男人更難，做一個無名（不成功）的男人更更難，做一個成功了又失敗了的男人更更更難。

可是，反復多次讀了創世記，我的想法又有很大的改變。我對夏娃的怨恨減輕了，而對亞當的犯罪行為的嚴重性的認識加深了。換句話說，在偷吃禁果這個共同的罪行中，亞當比夏娃的罪責更大。作為一個男人，我們應當從亞當的教訓中學會更多的檢討，更多的反省。

在夏娃被造之前，上帝就親自吩咐亞當說：“園中各樣樹上的果子你可以隨意吃，只是分別善惡樹上的果子，你不可以吃，因為你吃的日子必定死”。

而聖經並沒有說上帝親自吩咐夏娃不能吃分別善惡樹上的果子。我相信如果上帝真的像對亞當那樣親自吩咐，夏娃也不會冒著生命危險偷吃禁果。最大的可能性是夏娃聽到上帝的命令已是二級傳達。是通過亞當之口而來的。眾所周知，男人的話的可信度從古到今都是要打折扣的。

夏娃對亞當傳達的上帝之命也就將信將疑。而蛇對她說，吃了智慧果“你們不一定會死”，她也就相信了。而且夏娃想，有智慧分別善惡總比沒智慧好，於是她就吃了。她深愛她的丈夫，不想自己比丈夫更加有智慧，更加聰明，她就勸亞當也吃了。從以上的分析看來，夏娃雖然是始作俑者，但是她的犯罪動機還情有可原。

相比之下，亞當的犯罪情形嚴重得多。在遵守上帝的命令還是聽從愛妻的勸告之中，亞當選擇了後者。他的犯罪動機只有兩種可能性：

第一，他不相信上帝的話，也像他的太太夏娃一樣，也認為吃了善惡果不一定會死，為了得到智慧，值得冒險一試。

第二，他相信上帝的話，吃了禁果會死，但是，既然夏娃已吃了禁果而必死無疑。他愛妻子勝於愛上帝，他寧肯陪妻子去死而吃禁果。也可能他嚐到了婚姻的快樂，他無法承受重回單身漢的寂寞，而當時世界上沒有第二個婦女可以跟他結婚。所以他寧肯陪妻子去死。如果是第一種情形，亞當比夏娃的罪過更深。因為他親耳聆聽上帝的命令而不信上帝。而如果是第二種情形，他的罪過比第一種更重，因為他愛妻子而不愛上帝。

從上帝對亞當和夏娃的懲罰結果，我們也可知道誰的罪輕，誰的罪重。夏娃本來應當先問亞當，但她自行定規，徑自去作了，這是她失敗的原因；人企圖凌駕於神的思想之上，乃是犯罪的先聲。因此，上帝判處偷吃了禁果的夏娃所受的處罰是：

(1)懷孕和分娩的痛苦；

(2)戀慕丈夫，被丈夫管轄。

第一個懲罰，隨著人類醫學技術的日新月異，婦女懷孕和生產時的痛苦和危險已大大減少。何況現在不少婦女一生只生一到兩個孩子，也就是說，她們一生只需受苦一到兩次。至於戀慕丈夫和受丈夫管轄，我認為這並不是處罰。反而是上帝傳授給夏娃如何做一個好妻子，維護一段好婚姻的秘訣。君不見夏娃後來真的如上帝所教導的去戀慕亞當和服從丈夫的管轄，他們也因此而白頭到老，恩愛終生。後來夏娃的許多同性後裔的婚姻不幸，一個很主要的原因就是因為她們看不起她們的丈夫，不管大小事情都要管轄丈夫。結果她們的丈夫如果不是淪為家中的小四（孩子第一，老婆第二，小狗小貓第三，老公第四），就是移情別戀，在外面尋找尊嚴。

亞當的失敗，是在於他未站在神所安排的地位上，又沒有遵守神的命令。相比夏娃，上帝對亞當偷吃禁果的處罰要嚴厲得多。上帝對亞當說，“你既聽從妻子的話，吃了我所吩咐你不可吃的那樹上的果子，地必為你的緣故受咒詛。你必終身勞苦，才能從地裡得吃的。地必給你長出荊棘和蒺藜來，你也要吃田間的菜蔬。你必汗流滿面才得糊口，直到你歸了土。（創世記3：17-19）”

而在今天，雖然許多亞當已經不需從地裡討生活，但是，你能說他們為了養家糊口的重擔比他們的前輩亞當輕嗎？前輩亞當地裏活雖苦，還可以日出而作，日入而息。他們的祖先亞當，可以免費娶得夏娃而不用滿足丈母娘想買房子汽車和付出大筆彩金的要求，現代的亞當們有這個福氣嗎？

我們現在當然可以“旁觀者清”，責怪老祖宗亞當和夏娃聽信了魔鬼的讒言，因此也連累了全人類。可是，如果是你自己面臨同樣的情況，你會如何選擇呢？儘管現在已經沒有了伊甸園，也沒有分別善惡樹，但是魔鬼撒旦的誘惑無處不在，用各種聲音來歪曲神的心意，令人懷疑神、遠離神，試圖高過神。在撒旦一步步漸進的誘惑中，有多少人其實已經選擇了做亞當或者做夏娃呢？至於如何積極地去面對罪，解決罪，當然是回到聖經裏去找答案啦！

作者來自中國 現居雪梨

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

雪梨靈糧堂：一間充滿愛和真理的教會
Bread of Life Christian Church in Sydney
雪梨靈糧堂本堂：
國語/英語聯合崇拜 星期日上午10:00–12:30
本堂地址： 2A Holden St, Ashfield（近火車站）
我們爲有需要的人提供車輛接送服務
北區福音中心：
國語崇拜 星期六上午10:00–12:00
北區聚會地址：16 Shortland St, Telopea（近火車站）
我們爲住在Marsfield、Epping、Eastwood、Carlinford、Dundas及附近社區的人提供車輛接送服務
歡迎參加教會聚會 電話: 02-9716-8055
主任牧師：李宗瑞博士 教會網站: www.blccsyd.org.au
Email: blcc_office@yahoo.com.au

◎ 文\白培英

思辨的誤區

在一個現代多元化的社會中，每天都可能發生大大小小的事件。對這些事件的是是非非，往往見仁見智，莫衷一是。加上媒體渲染，名嘴撥弄，究竟誰對誰錯，更使人難做判斷。但是如能把握一個簡單的原則，應該有助於撥雲見日，讓人看得清楚。這個原則就是：論點相干還是不相干。有幾種思辨的誤區都可用這個原則檢視。

訴諸公平的謬誤

一種誤區我稱為“訴諸公平的謬誤”。例如一個慣竊被警察人贓俱獲，移送法院偵訊。因證據確鑿，案情單純，法官問了口供，做了筆錄。在退庭前，問小偷還有何陳述。小偷大呼不服，說作小偷的也不止他一人，警察為何不抓他們問罪，只辦他一人？既然他們逍遙法外，法官也不應治他的罪，否則就不公平。

這一類的情形也可能發生在其他的事例上。例如某商店漏開統一發票，被稅務人員查獲，課以罰鍰。某商店不服，說別的商店也有漏開統一發票的，為甚麼不查別人，單查我罰我，不公平。

類似這些爭執的理由（論點），是一種“訴諸公平的謬誤”。誰犯了錯誰就該受處罰，與他人犯錯有沒查獲受到處罰不相干。公平與否是另外一事，警察與稅務人員固然應該努力查明，有無其他小偷或漏開統一發票的商家，但不能因為別人未被查獲未受處罰，他就可以免責。



photo©KennethLeung

訴諸多數的謬誤

一種誤區是“訴諸多數的謬誤”。比方說，民主國家允許人民有集會遊行的自由。媒體常會報導遊行的人數。遊行人數多，報導的篇幅就大；遊行人數少，報導就不醒目或根本不予報導。這種差別的處理給讀者一個印象，以為遊行人數多的，所訴求的自然有理。所以發動遊行的人總希望號召人數愈多，聲勢愈大愈好。但訴求內容的合理與否，果然與遊行人數多少相干嗎？英國小說家毛姆曾說，就算五千萬人主張某件蠢事是對的，這件蠢事也不會因此就變成對的。事情的對錯與遊行的人數多少是不相干的。

使徒保羅在以弗所的時候，銀匠底米丟說保羅所傳的引誘迷惑人，藐視女神亞底米，於是滿城轟動起來，抓住與保羅同行的同工，若非門徒攔阻，保羅也必被捉。以弗所滿城的人數自然遠多於保羅和他的同工，但他們敬拜女神偶像是對的嗎？能因以弗所的人多，便判保羅所傳的不對嗎？（參使徒行傳十九章）

訴諸傳統的謬誤

另一種誤區是“訴諸傳統的謬誤”。傳統並非不好，許多優良的傳統維繫人類的生活至今。但文明既是進步的，則必有一些新的觀念或發現與傳統牴觸，這些新的觀念與發現是否正確可取，不能以它是否合於傳統為判別標準。換句話說，傳統與新觀念新發現的對錯毫不相干。

在十六世紀哥白尼之前，哲學家們一直相信“地心說”，即地球是宇宙的中心，並且被當時的天主教採為教會的宇宙觀，支配了天文學界達一千年之久。哥白尼經過長期對天體的觀察和研究，完成了“天體運行論”，指出地球與其他行星是環繞太陽運行，即所謂的“日心說”。這與過去的說法全然不同，引起極大騷動，指為異端邪說，被當時的天主教列為禁書。今日看來，傳統的“地心說”顯然是錯了。

講一個習俗上的例子。中秋節賞月、吃月餅、吃團圓飯，都有歷史考據；中秋節烤肉就不知始於何時由何人倡行，但在台灣儼然已經成為傳統。可是中秋節與烤肉有甚麼相干呢？如果有人以烤肉不利健康且污染空氣，拒絕在中秋節烤肉，能因中秋節有烤肉的傳統便說他不對嗎？

焦點轉移的謬誤

再一種誤區是“焦點轉移的謬誤”。本來引起爭議的是甲事，以後有心人成功轉移話題，竟變成爭論乙事，甲事無人再談了。因此在甲事裡究竟誰是誰非，便沒有下文。

再以集會遊行為例。主管機關對遊行路線和集會空間會有所規範。治安人員在距建築物一定的地方，拉起封鎖線或立起拒馬，讓遊行或集會者不要逾越。假定有人衝撞封鎖線或跨越拒馬，與治安人員發生推擠拉扯，拉扯之下可能撕裂衣裳或擦傷手腳。他情急之下大喊警察打人，記者湧至拍了鏡頭，次日媒體極可能大幅報導此一畫面，批評治安人員執法過當，對於他衝撞或跨越之行為是否違警則不置一詞。如果讀者受到影響，也只關心警察執勤是否過當使此人受到傷害，不去注意他衝撞跨越是否違警，他的大叫“警察打人”便成功地轉移了焦點。衝撞跨越該負甚麼責任，衣裳撕裂手腳擦傷誰該負責，是不同的兩件事，應分別處理。不能因為他的衣裳撕裂手腳擦傷，便不追究他的違警責任。

思辨的誤區當不止此。對於有爭議的事，如能以“論點相干與否”作為思索的指引，應可不致迷失在眾說紛紜的霧障裡。

作者現居台灣

本文獲蒙允許 轉載自《光譜》

心 向 耶 穌

楊緒周 雨林詞
雨 林 曲

1=C $\frac{4}{4}$

1 0 3 0 1 3· | 5 3 1 3 – | 1 3 5 6 5 3 2 | 2 – – 0 |
輕 輕 推 開 心 靈 之 窗， 讓 恩 光 照 耀 明 亮。
求 主 開 啓 信 心 之 門， 讓 我 心 依 靠 耶 穌。

1 3 3 1· 1 | 5 3· 5 6 i 6 | 5 – 5 6 3 2 | 1 – – 0 |
驅 散 心 頭 的 雲 霧， 清 潔 我 心， 主 賜 我 生 命。
邁 開 信 心 的 腳 步， 面 對 風 雨， 主 與 我 同 行。

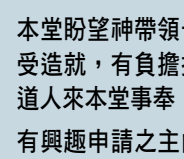
（副 歌）
6 6· 6 4 6· | 5 5 6 3 – | i i· i 2 i· | 2 i 7 6 5 – |
有 道 路 就 會 有 泥 濘， 有 十 架 就 會 有 付 出。

5 5· 5 6 5· | 3 2 3 1 – | 2 2 1 2 3 5 3 2 | 1 – – – ‖
有 耶 穌 就 會 有 盼 望， 因 祂 是 道 路、真 理、生 命。



美容服務

$40 每次-包括深層清潔，面部按摩等。可上門服務（限悉尼西區）另誠聘美容生意合作者。
聯繫人JENNY 電話 *0470 118 549*



美琴飛樂

小提琴，鋼琴，聲樂，樂理
30年教育家，音樂指揮家，耐心，
開發孩子音樂興趣
Tel: 0469 797 675, 0469 561 441 Chris or Ang
Email:debussybee@gmail.com Area:Sydney Inner west, south west

西澳珀斯(Perth)圣公会聘请
助理牧师/青年传道人



The Anglican Parish in West Perth is a thriving bi-lingual English-Chinese Anglican Church reaching out to Australians and migrants from East Asia.

We are seeking to appoint an assistant pastor cum youth worker who is Bible based and Christ-centred. Australian citizens or PR visa holders who read and speak Chinese may apply.
To express your interest, please send a brief summary of your bio-data, your faith journey, training and ministry experience to Rev Jacob Ng by email at wperth@gmail.com or by post to PO Box 1289, WA 6872.

福音會活石堂誠聘牧者

本堂乃一福音派信仰之教會，建立已有二十年，位於悉尼市西北區。粵語堂聚會人數約150人，另有英語及國語崇拜。現因牧者接近榮休，故誠聘粵語堂傳道。

本堂盼望神帶領一位清楚蒙神呼召，在純正信仰神學院受造就，有負擔拯救靈魂，造就信徒，有隊工精神之傳道人來本堂事奉，牧養群羊。

有興趣申請之主內傳道牧者請將個人資料寄往司徒世光牧師電郵 joseph.seto@efca.org.au。

澆灌的愛情不嬌慣



◎ 文/董麗娜

剛剛結婚一年的同事經常向我感嘆，婚姻在家庭瑣事中漸漸乏味，戀愛時纏綿浪漫全被家長里短、柴米油鹽所代替，並且性格不同，經常為一些瑣事各持己見、爭吵不已，同事滿臉困惑和迷茫。

這不僅是同事的困惑，很多身在“圍城”裡的人經常懷念“圍城”外的美好時光，不管以前如何相親相愛，走進婚姻後，愛情就像一匹桀驁不馴的馬，甚至為一點雞毛蒜皮的小事，雙方爭吵不休，彼此各不相讓。男人有男人的邏輯，女人有女人的思維，家庭不是講理而是講情的地方，而他們卻固守著自己的陣地，據理力爭，吵得心力憔悴，愛情受了傷，婚姻如寡淡無味的水。

其實，婚姻並不是愛情的句號，而是愛情的延續和昇華。很多人走進婚姻後，大多精力投入到家庭瑣事，奔波於工作事業，淡漠了婚姻中的愛情。另外，組建家庭之後，從原來的相思相念到如今的朝夕相處、耳鬢廝磨，沒有了距離感，對方的優點已經一覽無餘，逐漸淡化，而缺點卻放在了顯微鏡下，如果無法容納，爭執與口角就成為影響婚姻幸福的絆腳石。

這就需要雙方用耐心、真心和誠心，共同澆灌愛情。而不是嬌慣愛情。

澆灌愛情，就是要有一顆寬容的心，要懂得欣賞和讚美對方，包容對方的缺點，適度地謙讓與妥協，會贏得愛人的尊重。

澆灌愛情，就是要有一顆體貼的心，工作累了，給他（她）倒一杯熱茶，天氣冷了，給他（她）添一件外套。

澆灌愛情，就是要有一顆浪漫的心，並非紅酒玫瑰、花前月下就是浪漫，一個擁抱，一句“我愛你”，對方生日、結婚紀念日，準備個小禮物，都會成為幸福婚姻的催化劑。

澆灌的愛情不嬌慣，用樂觀的心態感染對方，因為快樂是愛情茁壯成長的土壤，快樂是營建幸福家庭的靈丹妙藥。

作者現居中國

◎ 文/李良旭

世界再大，也要回家

這是一個溫暖得讓人眼睛濕潤的字眼，這又是一個美麗得讓人陶醉的字眼，這還是一個深刻得讓人感懷不已的字眼。那就是：回家。

我第一次聽到這首曲子，心，彷彿立刻被濡濕了。那是我還在遠離家門，在外讀大學時。一天傍晚，校廣播裡播放出這首曲子，我彷彿被一種什麼東西重重地擊打了一下，一下子僵在那兒，不知不覺竟淚流滿面。不知為什麼？一個平時對音樂不感興趣的人，竟也像被一種神奇的力量所感染。我一個人站在空曠的操場上，沉浸在美妙的音樂中，忘記了周遭的一切，感受著這天籟之音在耳邊縈繞，沐浴在水銀瀉般地美妙的意境中。

後來，我才知道，這就是世界著名的薩克斯演奏家肯尼-G演奏的《回家》。整首曲子，蕩氣迴腸，如夢如幻，顯得格外深邃、飄渺，使人彷彿置身於一種真空的世界中。無論靈魂飄蕩在何處，只要聽到這首曲子，就會穿越時空隧道，讓你的靈魂尋找到一個幸福的歸宿，那就是——回家。



其實，一個人無論在外如何風光，或者如何沮喪、受傷，心裡面永遠有一個最美的嚮往和歸宿，那就是：回家。那裡叫“家”的地方，有自己熟悉的氣息、有自己放鬆的空間、有一種最甜蜜的溫暖、有自己的親人、有自己的血脈相連。那是割不斷、阻不斷的一種親情。每年春運期間，那車站、碼頭、機場總是湧動著浩浩蕩盪、蔚為壯觀的人流，人們只有一個方向，那就是：回家。

我的鄰居是一位人到中年的女人。在外，她有著一份體面的工作，並早已是一個部門的領導。每每談論到她的丈夫，她總是一臉的幸福，像個小女人似的，有種羞澀和靦腆。她說，她的丈夫雖然只是一個普通的工人，但是，她總是被他的一種精緻和細心所打動。每當她拖著一身疲憊和困乏回到家，丈夫總是不聲不響地為她揉揉酸疼的頸部、搥搥她的腿。多年了，無論生活中發生多大變化，丈夫這一習慣卻一直不曾改變。

這一細節，深深地打動了她，打動了她一顆滄桑的心靈，讓她找到了一種心靈歸屬的地方，那就是：回家。那裡有愛、有情、有心手相連。她找到了做一個女人、做一個妻子、做一個小女人的幸福。在這裡，可以丟掉矜持，可以撒點驕氣和耍點小性子。這是一種最真實的生活狀態，散發出一種濃濃的溫馨和甜蜜，令人陶醉和流連。

家，永遠是世界上一道最美的港灣。無論是王子的宮殿，還是布衣的茅屋，在這裡都能找到同一樣的感覺，那就是：溫暖。世界再大，也要回家。回到家，可以療傷、可以撫慰、可以呼吸到太陽底下一種最清爽的空氣。

天底下還有什麼能讓人如此魂牽夢縈，百轉千迴呢？一句“回家”，就已詮釋了一切真諦。真的，回家的感覺真好。

作者現居中國

誠聘全職牧者

The Chinese congregation, Wesley Mission, Australia, is currently seeking a full time senior minister to serve primarily the Chinese population in the Sydney area.
The Senior Minister is to provide spiritual and pastoral leadership the Chinese congregation, and to lead the congregation in broad based evangelism to the surrounding community. This includes

- *Providing spiritual leadership through examples, preaching/teaching*
- *Working with the elder council in establishing and implementing the vision of the congregation*
- *Equipping the congregation for the various works of ministry,*
- *Lead the Elders in caring for the needs of the congregation, and*
- *Through the shepherding of the people in partnership with the Ministry Directors of Mission and Wesley Mission council leaders.*

If you feel this position may be your calling and want to find out more in details of job description, qualifications and responsibilities, please email ChineseElderCouncil@wesleymission.org.au or contact Hannah on email hannah.zheng@wesleymission.org.au

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

Private Elocution Lessons
Make your voice of importance.Essential for improving business and personal relations.For 1-1 private tuition or groups of up to three. In your home – or the office at Strathfield
Cost: $50 1-1, $70 for 2 persons, $90 for 3 persons
Dr Matthew Del Nevo **Booking: 0405 528 869**

澳洲歸主教會
Australia for Christ Fellowship
主日崇拜 ： 星期日下午 1:30
兒童主日學：星期日下午 1:30
主日崇拜，同步翻譯客家語和英語
歡迎參加小組聚會，有關時間及地點等詳情
請洽詢：賴秀金牧師 手機：0430 459 896
查詢電話 ：03 9212 8352， 9212 8302 傳真：9764 8011
地址: 1070 Stud Road, Rowville, Melbourne Vic 3178 (Mel 72 J12)
網址：www.acfchurch.com/chinese 電郵：admin@acfchurch.com

中國好男友，感動背後是悲哀

◎ 文/喬志峰

女孩患癌症遭家人遺棄，前男友舉債助其痊癒。今年29歲的貴州女孩大梅，兩年前被診斷患有晚期淋巴癌。狠心的家人扔下4萬元就再沒管過她。萬念俱灰的時候，大梅的前男友小濤四處籌錢，一直陪著她。經過造血幹細胞移植手術後，她神奇般地痊癒了。對於前男友，她說我不能再繼續拖累他，也許放手對他才是最好的。（11月25日《現代快報》）

雖然我們無名無分，但當你最艱難的時候，至少還有我。這位前男友真給中國男人爭臉。如果評選“中國好男友”、“中國好男人”，我一定把票投給他。他沒做什麼驚天動地的大事，可越是平凡人的真情流露，越能打動人心。他的擔當、他的重情重義，比那些在選秀節目中通過編造“感人故事”來獲取廉價掌聲的“花樣男人”們強了何止千倍萬倍。

可是，感動背後卻是悲哀，其折射的民生維艱痛徹人心。一個保障體系健全的社會，怎麼會讓公民在面臨疾病生死考驗的時候，如此的孤單無助？從感情上我無法接受女孩家人的冷漠，但我還是深深理解他們所經受的無奈和痛苦。癌症治癒的難度很大，更何況還有天價醫療費是一個難以逾越的坎兒。否則，誰會忍痛放棄家人，任其“自生自滅”？如果不是女孩的前男友有情有義站了出來，女孩的結局又將如何？

為了給女孩治病，前男友不僅取光了自己的錢還四處借債，並在網上呼籲捐款，一位北京的匿名好心人非常同情女孩的境遇，一次捐了10萬元。前男友四處奔走、好心人解囊相助，這是典型的公民“自救模式”。現在，為數不少的大病患者都是靠著這樣的模式才得到了救助。無疑，在類似的事件中，社會福利機構或者缺席，或者沒有盡到應盡的義務、沒有發揮應有的作用。

但願類似事件的頻頻出現，能夠倒逼出製度的改變和完善，不讓一個病人在疾病面前放棄，不讓一個家庭因病返貧。在國民生產總值連續高比例增長的同時，掌權者理應讓每個公民、每個普通的家庭都能共享經濟和社會發展的成果。

作者現居中國



誠聘牧者(半職)

北區雪梨華人基督教會，現誠聘半職牧者一名專責牧養粵語會眾。應徵者需具有神學學位，持福音派信仰，能操流利粵語及英語。有意者請附履歷及講道錄音帶乙盒寄往：

Pastor Searching Committee
Northern District Chinese Christian Church Sydney
41 Boundary Road North Epping
NSW 2121 Australia
查詢：朱光華牧師
電話：(02) 9869 1772
電郵：admin@ndcccs.org.au

刊登廣告事項每月10日截稿

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

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

◎ 文/張宏宇

孝心的價值

我曾在一家保健藥品廠做銷售工作，做這一行，有時靠的是良心，尤其我們保健藥品主要針對是的中老年人群，公司之所以還能夠生存下來，靠的就是產品的療效，由於我們單位剛起步，沒有太多的經濟能力，實在做不起高昂的廣告，很多時候，完全只能依賴上門推銷。

當地有一家大型的醫藥銷售中心，很多的保健藥品都想打進這家公司做代理銷售，但我們實力不行，我只能一次次上門宣傳，雖然每次都以失敗告終，但我沒有放棄，我通過各種手段來介紹藥品的效果，並保證一切的售後服務，由於我的真誠和執著，醫藥公司的經理，答應可以先試著進少量的貨，而且是售後再結帳。雖然條件很苛刻，但對於我來說，無疑是個天大的好消息。

按照約定，三天后簽合同。但沒有想到，第二天，我便接到妹妹的電話，說母親身體病重，住進了醫院，要求我馬上回去，越快越好。由於家裡只有我這一個男孩子，很多事情得由我簽字做決定，面對突然發生的事情，我急得滿頭大汗，但我還是決定了立刻就動身。臨走時，我給醫藥公司經理打了個電話：告訴他，家裡有急事，需馬上回老家一趟，供貨單能不能晚幾天簽。對方在電話裡沉默了一會，告訴我定下來的時間不能再改的，他的時間都排得很滿，做生意，講的是誠信。我無言以對，好在回到家後，在我精心安排照料下，母親的病情很快好了起來，雖然失掉了合同，但對我來說卻是莫大的安慰。

回到單位第一件事，我便是登門到藥品銷售中心道歉。經理不解地問：“你這麼努力得到了合同，為何輕易要放棄？我很難向上面要求再給你們機會，也請你理解。” 我知道解釋太多沒有必要，便向他舉了個躬，表示道謝的同時並深深地道歉。

當我轉身準備要離開時，我接到了母親的電話，說出院了，我很興奮，便在電話里和母親聊到了住院的事情。當我掛掉電話時，醫藥公司經理問我：“原來你母親住院了。” 我點了點頭，經理關切地問：“現在怎樣了。” 我告訴他說：“母親現在好了起來，為了母親，而失去了這個合同，我認為很值得，我還會再努力爭取其它的機會。”

一周後，我接到了醫藥公司經理的電話，告訴我，最近他們要搞一個醫藥保健週活動，向廣大市民推荐一些可信賴的保健藥品，問我們願不願意參加，我欣然前往，活動很成功。當我和醫藥公司簽訂合同時，我向經理表達了衷心的謝意，經理笑了笑：“我相信你可以做得更好，因為你擁有了一顆可貴的孝心，我為你的孝心感動。 ”

經過了一年的努力，我們藥廠成為該醫藥公司最大的供貨商，我也被破格提拔為總經理助理，讓我一舉成功。真正讓一個人成為贏家的，往往是那顆愛的孝心，孝心同樣是有價值的，它的價值可以讓你受用一生。

作者現居中國

西墨爾本新社區浸信會恩典堂
Western New Community Baptist Church
英語English
Sunday Morning Service:10:15am
越南語Vietnamese
Sunday Morning Service: 10:00am
粵語主講(華語傳譯)
主日崇拜聚會時間:1:30-3pm
聯絡：中文部會牧：楊南飛牧師(Philip)
電話:(03)8390 1925 手提: 0401 010 366
電郵: duongphi68@gmail.com
地址:Cnr. Larkspur Drive & Protea Cres, St. Albans, Vic 3021
Po Box 123 St. Albans (Melway 26 C4)



誠邀參加主日崇拜
上午九時 家庭英語崇拜
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
下午四時 英語崇拜

教會設有以下活動
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)

合而為一 像父與子一樣

Corner of Crown & Albion Street, Surry Hills, NSW 2010
Phone: (612) 9331 4459 Fax: (612) 9360 6020
Email: info@cpc.org.au Website: www.cpc.org.au

主任牧師:	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
	David Cook	0450 518 846	DavidCook@cpc.org.au
	鄭鷗牧師	0439 139 801	DavidZheng@cpc.org.au

追思叔公陳鳴錚先生

◎ 文/復陶



◎ 擔任太倉艦輪機長自美國返回

2008年在先母的追思禮拜結束之後，步出教堂時，我見到叔公蹣跚的步伐，帶著佝僂的背影。我的腦海中突然閃出一個念頭：為叔公寫篇生平記敘。藉此回報當年叔公對我們的恩情，亦可淡化對先母思念而引發憂傷之情。我的請求得到叔公的同意，那年他已達九十五歲的高齡了。

在訪談中，叔公很親切地向我述說他的故事，他慢慢說，讓我有足夠的時間去記錄。他還找出珍藏多年的記事本、通訊錄、雜誌、簡報等等。由於資料的齊全，我不僅很容易明瞭發生在上世紀三、四十年代的事；甚至我恍惚也走進了民國初年那個時代。

叔公曾對我說：“廣州起義時，很多福建人為正義犧牲了性命。”從他處事的風格，我知道眼前這位慈祥的叔公是正義凜然，有先聖先賢的風範，也具有拋頭顱、灑熱血的烈士精神。當年他能得蒙經國先生的器重，完成台灣史上偉大的建港工程，這絕不是偶然的。他具有高瞻遠矚、未雨綢繆，守正不阿的特質。他自律嚴謹、不貪不求、不卑不亢、不屈於威嚇，也不陷於誘惑。

叔公真是一位蒙上帝疼愛的好人，當年他剛從馬尾海軍學校畢業，前往武漢的海軍總部報到的路途中。經過“武險嶺”時車子直接衝下懸崖。約在二丈深處，崖邊正好有一棵樹幹，擋住車子繼續往下墮落，因此全車的人能倖免於難。對日抗戰時，他正在中山艦服役，金口戰役中，這艘軍艦被日軍擊沉後，他曾在冰凍的長江水，遊了一個小時。幸好一艘民船經過，將他救起。1944年他曾經到美國接收軍艦，在邁阿密接受一年多的訓練，還在受訓時，日軍就投降了，結束了長達八年的戰爭。種種事蹟看來，似乎有一雙看不見的手一直在護祐著他。談及當年建設台中港，為了完成建港重任，他到處奔波，夙夜匪懈地準備資料，規劃建港計劃，台中港就像他喜愛的孩子，他以愛來養育栽培它，直到它能自立。甚至交代孩子們，一旦他離開人世時，要將他的骨灰撒在台中港入海之處。可見他對這片土地和這港灣情之深、愛之切啊！

今年八月中旬，得知叔公得了胰臟癌，心中錯愕不已，當下只能為叔公祈禱，求主醫治他。有一天我正在上研讀聖經班的查經課程時，突然眼前出現一個畫面，我看到叔公蒙神的揀選成為祂的孩子，頓時熱淚盈眶。這時我感到有一個使命感：就是回台灣向他傳福音。在離開澳洲之前，我懇請主內的弟兄姊妹，為我這次回台的任務代禱。臨行之前，教會的趙松岩傳道為我流淚禱告，令我感動，相信主是垂聽敬虔人的祈求。

九月二十二日抵達台北，得知他已住進加護病房。傍晚，隨同嬸婆和舅舅來到叔公床前，見他一臉痛苦憂愁的樣子，真令人心疼。我不知如何安慰他，唯一能做的事就是為他祈禱。凡遇著長輩有病痛的時候，唱詩、讀經、禱告，就成了我們陪伴病人的法寶。不僅讓病人得到安慰，也能使病人身旁照顧他的人得著力量、及心靈的平安。

年輕時叔公是一位在戰場上，保家衛國的戰士。建設台中港時，他是一位與大海對抗的鬥士。如今他是一位與死神爭戰的勇士，這時他必須要倚靠神賜的力量。

在這重要的時刻，來自夏威夷的外孫女、來自中國的親戚，都陸陸續續回到台灣，探望他老人家，為他祈福、加油。高齡八十八歲的嬸婆在叔公床前，輕聲細語安慰他，他們歷經六十四年同甘共苦的婚姻，鶼鰈情深，令人感動。

小舅尤彬一天三次來到父親的跟前，噓寒問暖，一片真誠的孝心，令人感佩。陳家大家族的成員，雖然來自世界不同的角落，但大家的心都是一樣的，希望叔公能好轉、能免除病的折騰。

徵求了嬸婆的同意，希望能得到教會牧者的關懷與支持。於是，我和住在雪梨的妹妹同心為這事禱告。感謝主！上帝差派了祂的“天使”－王師平牧師來探訪叔公，為他祈禱。同一時間，無論在澳洲、在台北、或在新竹、甚至在金瓜石，都有主內的弟兄姊妹同心為叔公禱告。眾弟兄姊妹同心的祈禱是有力量的。

有一回我來到叔公床邊，握著他的手唱“奇異恩典”時，聽到微弱細小的聲音，再仔細一聽正是“奇異恩典”的音調。Amazing！這聲音居然是從叔公口裡發出的，原來他也和我們一同讚美主。

馬太福音第十章28節提到：“那殺身體不能殺靈魂的，不要怕他們……。”耶穌來到世上，為世人的罪被釘在十字架上。修補了人和上帝的關係，耶穌的復活也見證了：這必朽壞的身體，有一天將成為不會朽壞的靈體，進入上帝榮耀的國度裡。在世上我們會和所愛的親人分離，但有一天息了世上的勞苦，換上了以耶穌寶血洗淨的靈體，進入上帝為我們預備永恆的家鄉(天堂)，我們就不再經歷生離死別的痛苦。

有一天我問了叔公：“若是您感覺到上帝的愛，若是您願意接受這份愛，請您緊握著我的手吧！”從此，每次去看望叔公時，他就緊握著我的手。我知道叔公的靈非常清醒，相信聖靈已觸摸到他了。之後，牧師認為他可以接受洗禮。十月十八日傍晚，徐狀華牧師為他施洗，他蒙上帝的揀選，成為祂的孩子。二十二日他度過了百歲生日，就在二十六日中午，全能的上帝讓他息了世上的勞苦，他安詳地回到上帝榮耀的樂園裡。

“那美好的仗我已經打過了，當跑的路我已經跑盡了，所信的道我已經守住了，從此以後，有公義的冠冕為我存留……。”（提摩太後書四章6－8節）聖徒保羅在離世之前說的話，正是叔公這一生的寫照。

作者來自台灣 現居雪梨

生活月刊

媽媽的信仰與磨難

◎ 文/趙榮明

媽媽從年輕時就相信好人能得好報。她一輩子，無論是家裡家外，也不分是親人，還是街市上的陌生者，都以真誠的良善相待，嚴格的戒守著與人為善的做人底線。

媽媽的一生，幫襯過多少貧困，扶持過多少弱者，救助過多少危難，沒人能數得清。可媽媽在她自己有困難的時候，總是自己想辦法克服，盡量不去求助別人。

隨著歲月的滄桑，年齡帶來的衰老，最明顯的一件事，就是她眼睛的老年性白內障。用了好多藥，都沒有效果，她想去動手術。她當時的視力是，五米遠外，可以看到人，只是分不清是誰。三米之內，可以分辨人的面目。按醫生說的手術視力前提，媽媽還差得很遠，這樣做手術的風險就很大。一旦手術失敗，就有失明的危險。

我們弟兄姐妹，都認為媽媽八十多歲了，沒有必要冒那麼大的風險，不主張動手術。她想動手術，想把視力恢復到能做針線活。見我們都不同意去動手術，她很沮喪。

她八十二歲時，接受了我和另一位弟兄給她傳講的基督福音，認罪悔改，認識了耶穌基督。媽媽信主後，對“好人能得好報”的理解有了全新的認識。基督徒的好報不在這腐朽的世界，而在那美好的天國。觀念的轉變，使媽媽又充滿了信心。她不再沮喪，也不再抱怨，生活又開始樂觀向上。

她信主半年後，去到住在市裡的大姐家。一次她站在凳子上，取高處吊櫃裡的東西，不小心摔倒。大姐打車送她去了醫院，檢查結果是股骨骨折，醫生建議動手術，用鋼板固定。同時提示大姐，患者年紀太大了，動手術會有很大的風險。如果不動手術，也會因為患者年紀太大，骨質再生的能力差，很容易造成患處形成假關節。使患者晚年的生活不便，也會很痛苦。

接到大姐的電話，我們弟兄幾個，和小妹妹，趕到市裡，商量媽媽的治療方案。我和大姐都認為她高齡不宜動手術。我們統一了認識，不做手術。找中醫接骨，用最好的藥，嚴格監護，防止形成假關節。

大姐去省中醫院，請來一位七十多歲的骨科老中醫。這位老中醫在給媽媽檢查時，發現媽媽胸前帶著一枚十字架，知道她是信耶穌。這老大夫稱，她傷勢很重，離股骨頭太近，再加上她的年紀大，骨質再生能力差，很難治愈。中醫師也信耶穌，我們靠著主耶穌，就沒有難成的事。就把她的傷，交託給主，求主醫治。老大夫帶領媽媽和我，做了向主交託的禱告，然後他奉主耶穌的名，給媽媽正骨，用夾板做了固定。

媽媽頭三天，服用的是老中醫自己研製的接骨藥。以後用的中成藥，都是當時最好的接骨藥。她在哈市大姐家，養了一個多月，就回到了鄉下。正趕上康金教會給新信徒洗禮，媽媽堅持要去受洗。那天，我們幾個弟兄姊妹把媽媽扶到講台上時，媽媽的傷腿還帶著夾板，跪不下去，要我們幫忙，施洗的牧師說，她不要跪了，他奉耶穌基督的名為她施洗。

有一個不信主的人，問媽媽：“你這老太太信主，咋還受傷了？”媽媽反問說：“不信主的，都不受傷嗎？”這人繼續說：“我是說，你們信主的人，不是有主保佑你們嗎？”媽媽說：“是的。主保佑我將來能上天堂，這就夠了。因為我們知道，在這個世界上，主在做工，魔鬼也是無時不在做工。”

媽媽對她的信仰，篤信不疑。有一天晚上，小妹看到媽媽傷口疼痛，就對媽媽說：“媽你實在忍不住，就哼幾聲，這裡都是你的兒女，沒人會說你什麼。”

媽媽說：“哼能咋樣？能止疼嗎？吵的你們睡不好覺，讓我心裡更不舒服。

媽媽以堅定的信心，恪守著自己的信仰。也以她頑強的意志，戰勝了傷痛。媽媽三個月後，去掉了夾板，五個月就扔掉了拐杖。一百多天的病程，特別是她臥床的那段，她嚴格的遵守醫囑，不是我們幫她翻身的情況下，自己從不亂動。傷口疼痛時，她自己閉起眼睛，默默地向主禱告。直到去除夾板，媽媽的傷口癒合很好，不但沒有形成假關節，就連走路，也沒太大影響，基本看不出傷殘。

媽媽的信心和行為，為主做了美好的見證。

作者現居中國

Sydney East Electrical Services
Keep Your Business Running
- Electrical Motor Rewinds & Repairs To. AC/DC
- Coils & Transformer
Email:Sydneyelectrical@hotmail.com

髮城美容中心

特修眉型設計男女髮型
Catherine Yat
易卿
Shop 1/181 Burwood Road
Burwood NSW 2134
請預約：0411 128 628
(02) 9715 5588
上帝關愛你的身體和靈魂，
就是你的頭髮也被祂數過了。

澳洲區台福基督教會
Evangelical Formosan Church
welcome
墨爾本台福
5 Havelock St.
Burwood, VIC
週日10:30am 台/英語聚會
2:30pm 華語聚會
洪牧師(03)9889 8236
網址:www.efcmel.org
雪梨台福
26 Horsley Ave.
Willoughby, NSW
週日9:15am英語聚會
周日11:am華語崇拜
陳牧師 0450 688 190
網址:www.efcsydney.org
睦鄰台福
17 Deane St.
Burwood, NSW
週日 10:00am 華語聚會
許牧師 0414 521 514
網址:www.efcburwood.org
歡迎參加
愛平台福
2 George St.
Epping, NSW
週日10:00am華語聚會
柯牧師 0414 011 194
網址:www.efcepping.org
東雪梨台福
829 Anzac Pde.
Maroubra, NSW
週六10:00am 華語聚會
邵傳道 0416 221 668
網址:www.efcm.org.au
羅以台福
124 Nemies Rd.
Runcorn, QLD
週日 2:00pm 華語聚會
邱牧師 (07)3272-4105
網址: www.efchurchrohi.org
聖山台福
42a Hill Road,
West Pennant Hills, NSW
周日2:00pm 華語聚會
林傳道0431696644
Facebook: EFC Hills

從柬埔寨到澳洲的見證

◎ 文/李鳳珍

我是出生在一個拜偶像的家庭，讀書時代受無神論的影響，不曾思考到神。

從無神到有神

1975年我從柬埔寨逃難到越南的生活非常困苦，盼望能逃到泰國的難民營，才有希望到第三國家。當時學習別人拜拜偶像，每天向觀音菩薩求。初一與十五還吃齋，也不知原來觀音是男士？到了中國，人們把他女性化了，美其名為觀音娘娘，當然我心中沒有真平安。1981年我終於逃到泰國難民營，有機會在難民營認識上帝，信主耶穌基督而受洗。1982年很幸運能來到澳洲，像大衛王所說的:我雖然行過死蔭的幽谷也不怕遭害，因為你（上帝）與我同在，你的杖，你的竿都安慰我（詩23：4）。

信主前後的改變

信主前活在罪中不知罪，心中沒有良善和聖潔，在生活中隨從己意:柬埔寨解放後逃到越南，生活困苦，難免在工作場所起貪心。在醫院里工作，風氣很不好，你偷我的，我偷你的。對男女關係不重視，隨便交男朋友。信主後，聖靈不斷地光照我，使我脫離黑暗進入光明。成聖的道路不是一天走到的，是要天天背起自己的十字架跟從主。

人生兩階段

前30年不認識主，生活沒有目標與盼望，天天活在黑暗中。以後30年認識主耶穌，被主的寶血洗乾淨，知道自己是個罪人，願意認罪悔改。在這30年中，除非特別事情，我從未停止聚會。喜歡參加教會的活動，讀經禱告，也關懷別人。以後的日子求主繼續保守，期望能像使徒保羅所說的：“忘記背後，努力面前的，向著標竿直跑……”（腓3：13-14）。

經歷上帝無數的恩典

自從1990年開始，我已失去了全時間工作的機會，有10年的時間是作兼職的工作，上帝用這小小的不如意，讓我知道，我什麼都不是；惟有依靠上帝，也經歷到像聖經所說：“你不要害怕，也不要驚惶，因為你的上帝必與你同在，必不撇下你，也不丟棄你。”（參以賽亞41章）在這10年當中，我們從未缺乏過。感謝上帝時常感動姐妹們送吃的，穿的和日用品給我，牙齒壞了，有愛主的牙醫看顧我； 胃病犯了，也有愛主的醫生免費醫治我。我的餘生就是要在教會裡多服事主與服事人來報答上帝對我的愛。

我還要見證上帝的大慈愛

我有一位姐姐，如今在越南。因她年齡大又沒有技能，所以不能出國。她因受過刺激，精神有點問題。我和住在美國的姐姐，每年都要寄些錢給一位朋友照顧她，幾年前她的眼睛可能因為白內障而瞎了，又不肯接受醫療，我除了求上帝憐憫她，什麼都不能作。感謝上帝，前不久聽說有一間天主教辦的老人院願意收留我姐姐，還醫好她的眼睛，也為她裝了假牙，讓她能看能吃。感謝主，上帝是憐憫人的上帝。正如聖經所說：“上帝在他的聖所做孤兒的父，作寡婦的伸冤者”（詩篇68:5）。“上帝保護寄居的，扶持孤兒與寡婦。”（詩篇146:9）。願一切頌讚榮耀都歸給我們在天上的真神。

生活中的點點滴滴

我經歷到上帝的同在。一天早上，我拿點東西給一位姐妹，當我回家時車子因電池缺電而開不動，那位姐妹又不在，她的丈夫急著要去接送孩子，我只能等他回來幫我充電，後來才能回家。如果當時熄火是在晚上，或者是偏僻的地方，我真的不知如何應付，感謝上帝的憐憫。有一次我到超市買東西，門口站著一個盲人在賣月曆，一本6塊錢。我便拿了一本且給他6元。後來進去超市買了一包青口和其它東西，付錢後發現青口原價是9元，特價是4元；但收銀員不照特價收錢，我向他解釋後，他退回給我9元，同時那包青口也送給我，等於送給我13元。減去給盲人6元,上帝還多給我7元。感謝主，聖經說：“你們要先求上帝的國和他的義，這些東西都要加給你們”（馬太福音6：32-33）。所以我願意奉獻和行善，上帝會加倍賜福給我們。

一位牧者寫的一本書

在《老爸的叮嚀》一書中，裡面有一段是他鼓勵孩子要時常想念天堂的好處。他說：

1）想念天堂可以提醒我們，有些我們所愛的人已經先到那裡了。我們自然不會一味圖謀地上的事。

2）想念天堂使我終生喜樂。

3）想念天堂，持守信心，委身到底。

4）想念天堂，提醒我們應該把時間、才能、金錢投資在那裡。

5）想念天堂，會帶給我們平安，不管環境如何。

6）想念天堂，想到將來的獎賞會改變我們優先順序，凡事把主擺在第一位。

7）想念天堂的美麗和喜樂，讓我們對未來有盼望。

8）想念天堂，就不會把錢財當偶像來拜。

9）想念天堂使我們能夠忍受大苦難和死亡的威脅。

作者來自柬埔寨 現居布里斯本

讓影像成為你的事奉夥伴

◎ 文/Kenneth Leung



◎ 照片署名 Mike Wells

隨著數碼相機及多功能電話的普及，要拍攝大師級的作品已不是遙不可及的事。但除了捕捉美麗風景或生活照外，有否想過讓影像成為有力的宣傳工具? 英文諺語“An image is worth a thousand words”，意思就是一幅圖片所表達的勝過用一千個文字去表達。大家有否記得一些重大新聞如911，日本海嘯或最近的菲律賓風災? 那些震撼人心的照片是否仍然記憶猶新，印象深刻?

新聞攝影師的工作就是利用圖片說故事，將文字不能表達的景象帶給讀者。其實要拍出好的照片並不困難，以下是幾個小貼士，由用“傻瓜機”到專業單鏡反光相機的人仕。

(一)明確主題

拍攝前先決定照片所要表達的是甚麼，不要將太多原素納入照片內，建議簡潔鮮明。

像上面這張照片:一名宣教士牽著烏干達饑荒兒童的手，小孩瘦骨嶙峋的手讓人感受到當地饑荒的嚴重，與一名來自西方國家的健康宣教士成強烈對比，有否令你感恩現在的幸福生活，或令你感到其實神給你的許多祝福，是為了讓你能祝福其他有需要的人?



(二)基本構圖

不論是風景照或人物照，視角上都有一個黃金分割定律(Rule of Thirds)。意思就是不論橫度或直度，把主體放在畫面三份之一的分界線上，因為這是視角上最能令人感到自然的鋪排。



◎ 攝影大師W. Eugene Smith的日本水銀毒事件受害人的作品

(三)光線

光線是影響一幅照片氣氛的主要原素，陽光能帶給人歡樂的感覺，陰天或室內的柔和自然光能帶出傷感凝重的氣氛，攝影者可按不同主題自行取捨。如光線充足，可盡量用自然光，避免閃光燈的人造感。

相信大家看過很多機構的宣傳廣告，大部份圖片都是“排排企”的大合照，卻未能表達工場的實際情況，其實我們要讓更多人了解被事奉者的真實需要，從而有可能激發更多弟兄姊妹的熱心，提供更多事奉或資源給所需要的事奉對象。以下是幾個利用影像傳達訊息的志願機構及攝影師的例子可供參考。

http://www.zoechildren.org/

ZOE 是一個拯救被販賣兒童的基構，他們用錄像紀錄拯救兒童的經過及他們得救後的生活

http://www.ted.com/talks/lisa_kristine_glimpses_of_modern_day_slavery.html

專業攝影師Lisa Kristine在TED論壇講述她用照片的力量改變黑奴的問題。

http://www.hope-global.org/current-projects

http://instagram.com/hope_global?ref=badge

Hope Global是基督教志願基構，他們網頁上的照片及影片簡潔而清析。

電郵contact@amusephotography.com.au

作者來自香港 現居雪梨

◎ 文/呂敢

淺談關節炎



關節炎是全世界最常見的慢性疾病，是一種以關節痛為主要症狀的關節病變，可分為數十種。只要是關節的軟骨退化或者結締組織發炎，導致關節疼痛從而乾擾關節的正常運動就叫關節炎，多見的是骨性關節炎、類風濕性、風濕性、化膿性關節炎、外傷性骨性關節炎、自身免疫性關節炎，僵直性關節炎也是關節炎。可以發生在背、頸、膝蓋、肩關節、手、髖關節、足踝及其周圍組織的炎性疾病。

全世界約有3.55億關節炎患者，其中在中國就佔了約一億。在美國，每五個人中就有一人出現關節炎的疼痛與不適；而在亞洲，每六個人中就有一個人在人生某個時刻罹患此病。很多的關節炎和人體老化有關聯，六十歲以上人群會有某種類型的關節炎，但年輕人一樣會患關節炎。

關節炎的病因複雜，主要與遺傳、性激素、內分泌、肥胖、關節異常、病毒、炎症、自身免疫反應、感染、代謝紊亂、創傷、退行性病變等因素有關。如細菌感染引起的化膿性關節炎，自身免疫或變態反應引起的風濕性關節炎及類風濕性關節炎，代謝障礙所致的痛風性關節炎及外傷所致的外傷性關節炎等。關節炎根據症狀和病程可分為急性和慢性兩類。引起關節損傷也各有不同。

關節炎表現

1. 疼痛：是關節炎最主要的表現。

2. 腫脹：腫脹是關節炎症的常見表現，與關節疼痛的程度不一定相關。

3. 功能障礙及關節畸形：關節疼痛及炎症引起的關節周圍組織水腫，導致關節活動受限。慢性關節炎患者由於長期關節活動受限。嚴重者可導致關節殘疾、影響患者生活質量。

此外，急性感染關節炎還可以出現關節紅腫。

1987年美國風濕病學會所修訂的診斷標準，對本病診斷的敏感性及特異性均在90%以上，為目前廣泛採用的診斷標準。早晨關節僵硬至少保持一個小時；具有三個以上關節腫脹；手關節掌關節或近端指間關節腫脹；關節腫脹呈對稱性；包括手部關節X線照片上的變化（表現為關節及其鄰近骨質疏鬆或明顯的脫鈣現象）；皮下結節(為醫生所看到)；類風濕因子陽性；其中一、二、三項應持續6週以上。

關節炎的治療

根據病情發展程度不同，關節炎的治療包括藥物治療、輔助治療和手術治療。

1．推拿治療：正確的推拿可以緩解局部肌肉痙攣、改善局部血液淋巴循環。

2．物理治療：主要是針灸、電療、紅外線、熱療等法，可以起到暫時緩解疼痛的作用。

3．手術治療：盡量不提倡手術治療，如果患者病情發展到嚴重階段，關節軟骨丟失嚴重，關節間隙過小，關節功能喪失，嚴重影響日常生活，經保守治療無效，應考慮人工關節置換，主要是人工膝關節和人工髖關節置換手術。通過關節置換能比較好的恢復關節的活動能力，提高患者的生活質量，但人工關節置換手術創傷較大，置換的人工關節的使用壽命也有一定限度，並且手術費用較高。

關節炎的預防

1. 注意營養平衡：多吃富含膠原蛋白和鈣的食品，如牛奶、蛋類、豆製品，以及蔬菜和水果。必要時要補充鈣劑，以確保骨關節代謝的正常需要。

2. 保護關節：注意保護關節，防止受潮受涼。軟骨素、雞軟骨能起到修復和再生的作用。

3. 減輕關節負擔：肥胖會誘發膝關節骨性關節炎的發生，故肥胖者應積極減輕體重。平時生活中應注意減輕關節負重，提東西最好不要超過3公斤，並儘量避免爬高或搬重物等。

4. 適宜的鍛煉：經常運動及減少關節承重壓力，多運動能保持關節彈性防止軟骨退化。運動量適宜和關節負重小，並適合自己的鍛煉方式。特別是已患有骨性關節炎者，更要注意避免負重的鍛煉，如長跑、登山和頻繁上下樓梯，以及需頻繁扭動膝關節的鍛煉和反復下蹲的鍛煉。

作者來自中國 現居雪梨

果蔬巧美容

◎ 文/林莉



苦瓜水防治青春痘

苦瓜水能去火氣，且有清熱解毒，止渴生涼的作用。若能以苦瓜的葉、莖搗爛絞汁搽塗，進行輔助治療，內外同治效果更好。做法是：取苦瓜半斤切丁，加水熬至稀爛，使水色發黃，切記不能放鹽、糖或油等。將所熬之汁服用，亦可大量熬製裝瓶置於冰箱中備用待服。

冬瓜膏祛除雀斑

雀斑呈黃褐色或咖啡色，很像麻雀羽毛上的斑點。以臉或膝上、肩膀上、手背上最為常見，特別是面部雀斑影響儀容和美觀。用冬瓜除斑，是取冬瓜去皮切成薄片，用半酒半水將冬瓜煮爛，濾去渣，再用砂鍋將冬瓜汁煎成膏狀(忌用鐵器)，放入杯中，蓋好，每晚睡覺前塗於患部，第二天清早洗去。一個月後膚色瑩潔可愛，有特別的美顏功效。





黃瓜汁去皺除斑

黃瓜汁中含有果膠，以及使皮膚細嫩的維生素E等多種有效成份，可以收斂和消除皮膚皺紋、營養肌膚、抗衰老，使皮膚光潔潤澤。具體做法是將切菜剩下的黃瓜兩端切成薄片，貼在眼角魚尾紋處，過數分鐘後取下，久之可消除皮膚皺紋。另外，油性皮膚的人，經常用黃瓜貼面可防治粉刺。若將黃瓜洗淨，搗爛取汁塗於事先用溫水洗淨的面部，效果會更好。如果在黃瓜汁中加入少許檸檬汁和麵粉，攪勻後用來敷面，可治療日光性皮炎和面部色素沉著。

蕃茄液使皮膚增白變細

蕃茄與蜂蜜是蛋白質、維生素和礦物質的寶庫，含有大量的鈣、鉀、鈉、鎂等元素，能使皮膚強健、潤滑、細嫩、白淨、防止衰老，永葆青春。將蕃茄洗淨，切碎搗爛，用紗布過濾取汁，汁內加入少許蜂蜜攪勻，塗於面頸部，過一刻鐘後洗掉。然後，再塗些潤膚膏之類的化妝品，久之即可增白皮膚，特別是對黃褐斑有很好的脫色作用。





雞蛋麵膜防皺去皺

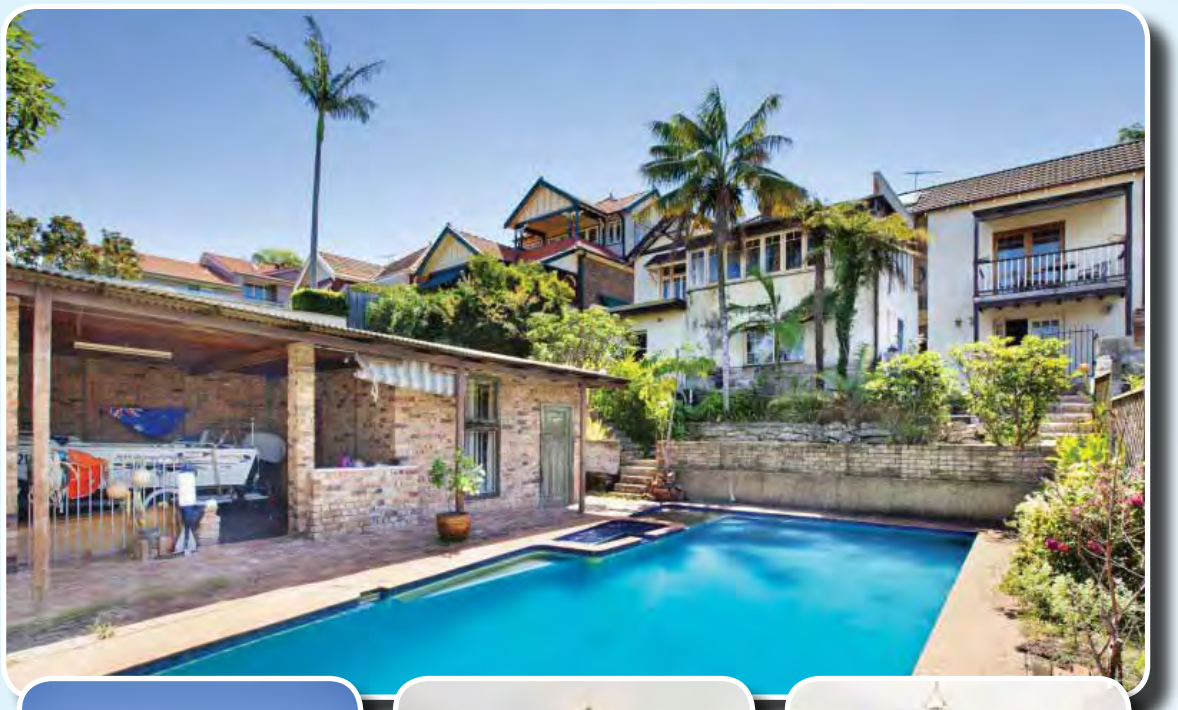
雞蛋麵膜美容方法簡便易行，有防皺去皺的功效。具體做法是：當您做菜使用雞蛋時，不要急於將蛋殼仍掉，可將蛋清殘液塗在面部，然後您可照樣炒菜做飯。大約一刻鐘後，再用清水洗掉。此法適用於中性、油性皮膚、有皺紋者及皮膚粗糙者。如果您的皮膚是乾性的，面部乾澀無光澤的話，則用蛋黃均勻塗在臉上，一刻鐘後用水洗淨，然後可用冷霜或按摩膏按摩面部五分鐘，再用紗布拭掉。

作者現居中國

讀者回應

□我願意支持生活月刊：$_____
□請寄來生活月刊：（12期成本連郵費$ 50；東南亞、中國$70，其他地區$95） $_____
□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









3 Lyons Road, Drummoyne

雪梨高尚住宅區，高爽地勢，向北，多用途，適合大家庭，辦公，附近名校，購物中心，交通方便，渡輪巴士，離市區6公里。4–5睡房，3浴室4車位。

Offered for the first time in 40 years and situated in an excellent elevated location on Drummoyne's sought after east side. This substantial multilevel family home on approx 770sqm of land, enjoys dramatic city and Harbour Bridge views and has the bonus of two street frontages. Ideal for development or renovation (STCA).

- ※ 4 - 5 bedrooms - main with verandah
- ※ Separate study, sun room, offices.
- ※ Large formal dining room, family room and living room
- ※ Extra bathroom area and storage/workshop
- ※ Main family bathroom and extra WC in laundry
- ※ Excellent off street parking-Double and single garage, parking for 5 cars.
- ※ Period features - fireplaces, high patterned ceilings, plasterwork
- ※ Vast areas of storage space and terraced gardens
- ※ Stunning, sparkling in ground pool and spa
- ※ Walk to City ferry, CBD & suburban buses
- ※ Birkenhead Shopping Centre & cafes
- ※ Government & private Schools nearby
- ※ Secured with back to based alarm
- ※ Air conditioned, gas cooking,heating.

Ideal for home based business, large families, in laws accommodation, etc.

Frank,
Laing & Simmons,
Tel. (02) 9719 8211

Laing+Simmons Drummoyne

http://www.lsdrummoyne.com.au/residential-for-sale/0000158279.html

Tim,
Cobden & Hayson
Tel. (02) 9818 3844

cobden & hayson

http://www.ch.com.au/buying/NSW/Inner-West/Drummoyne/House/1P8758,

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





傳統中醫師
女物理治療師
按摩、推拿、針灸等
醫療保險回扣

請先電話預約
(02) 9153 5008
0404 085 688



生命元能健康產品醫務所
Vital Energetic Pty Ltd
218 Belmore Road South,
Riverwood NSW 2210

您有肘部疼痛嗎？

針灸治療肘外側疼痛（網球肘）的國際性多中心臨床研究
（道德倫理委員會批准號UTS HREC REF NO. 2013000614）

悉尼科技大學（UTS）中醫學院正在與中國、香港和意大利進行國際多中心協作臨床試驗研究項目。這項研究的目的是要確定我們在針灸科常用的治療肘外側疼痛（網球肘疼痛）的方法是否能通過科研程序的驗證。

有肘外側疼痛的參與者將在悉尼科技大學中醫學院附屬中醫診所（Harris st與Thomas st的交叉路口處，離中國城很近）接受每週三次持續三個星期（每次治療大約45-60分鐘）的治療。我們會選取疼痛側的兩個穴位施行治療。

在治療開始前，中間及所有治療結束後，我們將使用握力測量儀和拉斐特手動肌肉測試儀(測量手腕擴展力的裝置) 分四次進行相關的機能測試。參與者也將被要求記錄自己的一些生活情況(用藥詳情、恢復性鍛煉的頻率和因肘疼痛不能工作的天數)，並在指定的時間完成三種不同問卷(肩臂手的功能障礙問卷（DASH），疼痛調查表和感覺測試）。

參與者在任何時間都有權改變主意退出，並且不需要做任何解釋。我們感謝參與者對我們項目曾經的支持。

如果您苦於肘外側疼痛，並有意了解一些詳情，請聯繫此項目的中醫師李衛紅姊妹，電話是：0416137288。

電子郵件是weihong.li-1@uts.edu.au。

也歡迎就此項目聯繫道德倫理委員會的負責人，電話是95149645, 此項目在悉尼科技大學（UTS）道德倫理委員會的註冊號是HREC REF NO.2013000614