

號角
探新方向 報好消息
Herald Monthly 月報
2024年1月
Vol.37 No.1 January 2024
美西北版
Is Published Monthly by
Chinese Christian Herald Crusades, Inc.
Oakland Office: 523-525 8th Street, Oakland, CA 94607
Phone: (510) 893-3210 • Fax: (510) 838-0770
www.cchc-sf.org
Head Office: 156-03 Horace Harding Expressway, Flushing, NY 11367
Tel: (718) 359-2030 Fax: (718) 359-2502 email: herald@cchc.org
Mission Center: missioncenter@cchc.org Urban Center: urbancenter@cchc.org
出版者：◎ 基督教福音佈道團
本報保持刪改刊登權，文責作者自負，不代表本報立場。
如有問題或意見，請電郵至 hm.info@cchc.org

PRESORTED STD
U.S. POSTAGE
PAID
PERMIT NO. 504
SAN FRANCISCO
CA 941

01

本月金句：「又要將你們的心志改換一新。並且穿上新人。這新人是照著神（上帝）的形像造的，有真理的仁義和聖潔。」 — 《聖經》 —



新年總是帶來新希望。但經濟衰退的陰影，卻令人惴惴不安。2024年在政治、經濟、民生方面，會發生哪些事情？看看《號角》為您提供的新資訊，您會興奮地

超級選舉年 全球大變天

若說 2024 是全球超級大選年，應該沒有人反對。根據維基百科的資料，2024 年全球有 20 多個國家，舉行最高元首選舉，其中包括美國、俄國、印度等超級強國。此外，7 大洲有 60 個國家，共有 97 場重要選舉；連歐盟議會也湊熱鬧。新人事新作風，全球局勢豈能不「變天」？

俄烏戰爭·可望止息

俄羅斯總統普京，將於 2024 年 3 月任滿，是否能連任？俄烏戰爭是關鍵。

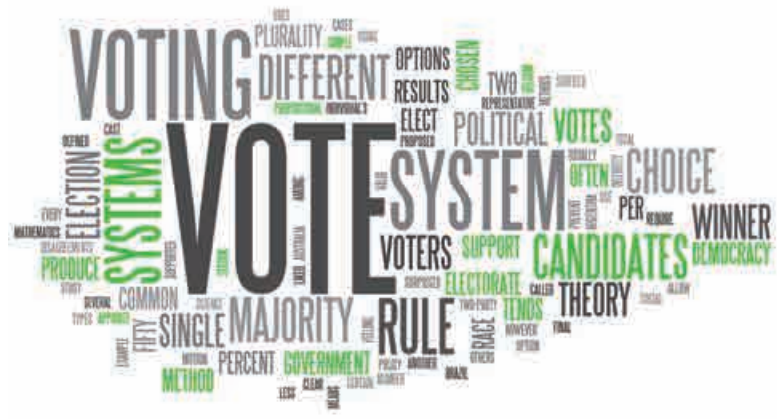
2022 年俄啟動侵烏戰爭時，仍國庫充盈、兵強馬壯；如今兩年屢攻失利，俄國已是「囊中羞澀」，普丁更是名譽掃地。除了用極權手段連任，普京恐怕要趕緊議和；如俄烏戰爭結束，對全球來說是大喜事！

以哈戰爭仍然膠著，難以預測何時方休？由於左翼媒體片面報導，全球很多國家民眾，都誤以為是以色列發動戰爭，紛紛譴責以色列「侵略」加薩地。盼望大家的眼睛雪亮，更希望《聖經》有關「萬國攻打以色列」的預言，不要那麼快實現，讓仍未聽到基督福音的人，有機會信耶穌、得永生。

美國大選·舉足輕重

對美國人最貼身，對全球局勢影響最大的，無疑是美國總統選舉。如今民主、共和兩黨，仍在黨內競爭，看誰能成為總統候選人？但拜登盼望連任，川普志在必得，讓 2024 年的總統選舉，競爭激烈。美國的民主選舉，一向廉明清正，候選人都有君子風度，以往 200 多年的選舉，除了「水門事件」，鮮有作弊行為。

然而進入 21 世紀，抹黑競爭對手已是「新常態」；2024 年選舉的「熱身運動」，是不斷翻川普的陳年舊帳，明顯是阻止他參加競選。但願兩黨停止使用卑劣手段，以免破壞民主選舉制度。作為美國選民，我們有權擇善而選；請在投票之前，看清楚候選人的政綱，不要因黨派而盲目



投票，賠上社會的道德和家庭幸福。

這幾年來，社會已被「搶劫 999 元不追究」的奇怪法律，弄得治安不靖；家庭面臨「孩子合法變性 (Transgender)」，「大麻合法化」的嚴峻挑戰。讓我們慎思明辨，以手中神聖的一票，保護社會的安寧和年輕一代。選對總統，是美國的轉機！

明哲之民·強國之本

歷史證明，以《聖經》為立國之本的國家，人民享有民主自由、豐衣足食。相比 2024 年也開始大選的印度，雖然如今人口已是世界第一，經濟增長超過英國，成為全球第五經濟體。但卻只有政府及小部分人富足，大部分人生活在貧窮線下。願您瞭解美國的傳統價值觀，成為明哲之民！

至於 2024 年的經濟預測，另文報導，在此不贅。既然 2024 年的關鍵在於「選舉」，那麼世界局勢如何？端的在選民身上。「選對領袖，政治清明、國富民強；選錯領袖，政治腐敗、民不聊生。」祝福各國人民，都選出敬畏上帝、勤政愛民的國家領袖，讓全球走上康莊大道！

巴黎奧運會 風情待客來

2024 年的體壇盛事，非《巴黎奧運會》莫屬。自從 2017 年，巴黎申辦奧運成功以來，全法國便密鑼緊鼓籌備，希望以新奇浪漫的思維，打造一個「創新、熱情、友好、環保」的奧運會。

光明之城·三度舉辦

巴黎是繼倫敦之後，第二座舉辦三屆夏季奧運會的城市。奧運會曾被羅馬大帝狄奧多西一世禁辦；1500 年後，於 1896 年在雅典「重生」。四年後的 1900 年，當時被冠以「光明之城」美譽的巴黎，接棒舉辦第二屆奧運會。此後在 1924 年，又第二次主辦。如今相隔 100 年，奧運會的火把，將於 2024 年 7 月 26 日到 2024 年 8 月 11 日，再次在巴黎閃爍生輝。

巴黎名勝·化身賽場

法國人是富有創意的民族，他們不但妙想天開，更會排除萬難，勇敢地將「幻想」化為現實，這從艾菲爾鐵塔 (La Tour Eiffel)、羅浮宮琉璃金字塔可見一斑。這次巴黎奧運場地的安排，也著實出人意外！沒有像其他國家一樣，撥地建築、大興土木，而是把市內的名勝古蹟，化為奧運會現場。

艾菲爾鐵塔前的戰神廣場 (Champ de Mars)；將成為沙灘排球、柔道和摔角的賽事場地；射箭比賽，將在歷史悠久的榮軍院 (Esplanade des Invalides) 廣場舉行；香奈兒 (Chanel) 贊助修繕的巴黎大皇宮 (The Grand Palais)，會進行劍擊及跆拳道比賽；凡爾賽宮 (Palais Versailles) 的伊太雷逸廣場，則成為馬術及五項全能的場地。

位於塞納河右岸的協和廣場，將成為新項目霹靂舞 (Hit Pop)、滑板等比賽場地；各項冰賽在巴黎水上運動中心舉行。帆船及衝浪賽事，安排在馬賽的海灘及法屬大溪地。如此「節能、實際」，又讓運動員和觀賽者，融入巴黎美景的構想，創



意令人嘆為觀止！

奧運逸事·動人心弦

1900 年，巴黎第一次舉辦奧運會，開創先河讓女性參賽。法國回力球選手布羅希和奧赫尼爾，是最早下場參加奧運比賽的女性。同時，英國的夏洛蒂·庫珀 (Charlotte Cooper)，奪得網球單打冠軍；瑞士的海倫·波塔萊斯 (Helene Pourtales)，在帆船比賽中奪冠。她們都是劃時代的巾幗英雄。

此外，1924 年在巴黎舉辦的奧運會，還留下了一段雋永動人的逸事。艾力·列圖 (Eric Liddell) 是英國賽跑選手，他是位敬虔的基督徒，在參加奧運比賽時，因比賽在星期天舉行，他為了主日崇拜的事奉，而放棄了本來的

賽事，改戰 400 公尺賽跑。結果以 47.6 秒破世界紀錄，贏得 400 公尺賽跑冠軍。

艾力·列圖的故事，曾被搬上銀幕，就是 1981 年，獲得奧斯卡最佳電影獎的《烈火戰車 (Chariots of Fire)》。這故事告訴我們，「尊重上帝的，上帝必看重他」。

精彩紛呈·何處購票？

巴黎奧運會的匠心獨運，還將呈現在開幕禮上。屆時約 10,500 名參賽者，將乘坐 160 多艘船隻，在長達 6 公里的塞納河，由東至西入場。然後進入艾菲爾鐵塔對岸，在氣勢宏偉的曹格德羅花園 (Trocadéro Gardens) 上岸……壯麗場景令人嚮往！如欲訂購巴黎奧運會入場券，請瀏覽：<https://tickets.paris2024.org>。

聯儲蘊釀減息 緩和衰退風險

最新消息！2023 年 12 月 13 日，美國央行宣佈維持利率不變，並預計 2024 年將考慮降息，市場反應一片歡騰！然而，俄烏和哈以戰爭威脅下，不穩定的局勢和不可預測的天災，讓 2024 年經濟

衰退的陰影，並未完全散去。

寄望通膨持續下降

疫情接近尾聲的 2022 年，美國經歷 40 年來最高的通貨膨脹，個人消費支出物價指數 (CPI，即通脹率)，6 月達到 9.1% 最高點。為使通脹回落，保證最大限度的就業和物價穩定，美國聯邦儲備局 (Fed，簡稱聯儲局) 採取貨幣緊縮政策。自 2022 年 3 月以來，經過 11 次加息，使聯邦基金有效利率 (FFR)，從疫情開始時的 -1%，升至 22 年來的最高水準，2023 年 5 月達到 5.25%。但 2023 年 12 月，聯儲局最後一次議息會議，一致通過維持利率

不變，並預測明年將進行一系列降息。

然而，何時是適當時機？有人猜測，聯儲局可能不願意在總統大選年，採取任何重大政策行動。而且如果影響時局，通膨緩和的趨勢逆轉，當局仍然可能再次加息。聯儲局預計，通脹率會在 2024 年降到 2.4%；失業率將上升到 4.1%；經濟在 2023、2024 兩年，將分別增長 2.6% 和 1.4%。通脹若能退回到 2% 的預定目標，又不導致大量失業，這將達成美國經濟軟著陸，不會進入經濟衰退。

美聯儲的決定，將帶動世界各國央行跟隨，預計 2024 全球經濟的關鍵特徵，是通脹持續下降。國際貨幣基金 (IMF) 預測，全球

(下頁續)

策劃與撰稿：周簡艷珍、柯津雲、蘇海玲、李汪洵、甘遠、勞伯祥

科技、醫療、環保新面貌

邁入 2024 年的新門檻，科技、醫療、環保、地緣生活的新貌紛紛湧現，不僅為企業和產業開啟蓬勃商機，更為大眾民生引進更安適、更高效的方式。

智能家居發展讓人驚嘆！將有 50% 的居家用品有網路接收功能，出門在外仍能監控家中電器，而且可以用說話、手勢和眼睛使用家電。2024 年初推出的蘋果視野 (Apple Vision)，將首先展現風采！

AI 應用趨勢

2022 年底 ChatGPT 面世，讓全球興奮了一年多。預計 2024 年 AI (人工智慧) 仍是最熱點。國際機器人聯合會預測，2024 年至 2026 年間，全球機器人安裝量，預計每年增長 7%。下面是 AI 新趨勢：

- AI 可觀察人類行為，並進行分析，提供個人化服務。例如：觀察到你每天在同一時間去同一地點，就會自動為你提供該地點的交通、天氣和預計抵達時間。機器人還可觀察你怎樣做家事，然後自動來幫忙。
- AI 機器人可擔任護理人員，協助病人做簡單的事，如上廁所等。人口老化快速的日本，正研究如何以機器人，來填補 2025 年 37 萬護理員的空缺。
- AI 協助產品更新，甚至開發新產品。例如：「智慧 X 號 (Intelligent X)」，推出啤酒研究項目，透過印在啤酒罐上的二維碼，客戶可反饋個人喜好和評語，釀製部門的 AI 會根據統計數字，來更新配方。
- AI 已成熟到在醫療方面，可以實時操作，如診斷病情、閱讀體檢報告、看 X 光片，甚至開刀手術等，大大減少等候醫生的時間，更可減少人為的錯誤。

超級連結時代

5G 強大的網路基礎設施，使人類進入超級連結時代。2024 全球的行動數據流量，將突破每月 84 EB (Exabytes)，不僅讓地球村民隨時隨地和親友聯絡，5G 和物聯網的無縫整合，從醫療保健、製造到智慧城市和交通等，都將經歷革新。同時 6G 的研究階段已經開始，對虛擬實境、自動駕駛汽車和遠程醫療，具有深遠的影響。



醫療新發明

「生物電子技術 (Bio Electronic Technology)」因納米技術的發展，米粒般大的晶片植入人體，已應用在緩解憂鬱症、強迫症、成癮、帕金森等精神病，以及傳統藥物治療成效不足的癩癩、風濕或慢性痛等。馬斯克 (Elon Musk) 的腦接連公司 (Neuralink)，於 2023 年 9 月，招募頸部脊髓損傷或漸凍症的癱瘓者，進行臨床試驗。這技術對造成老人殘障的關節炎，也有醫治功能。

醫學界已找出「基因重組 (Gene Editing)」的治療法，如針對鐮狀細胞病 (Sickle Cell Disease) 和癌症等療法。美國食物藥品局 (FDA) 於 2023 年底，通過基因療法 (Gene Therapy) 來醫治鐮狀細胞病，雖費用昂貴，但研究機構和保險公司願意補助。

面對環保議題

塑料是全球環保災難，歐盟國家已規定，銷售電子產品時，製造商必須使用 USB-C 的插頭，以減少塑料浪費。由 175 個國家組成的「超政府協議委員會 (INC)」，預期 2024 年通過合法條例，研發可循環使用、有生物分解功能的塑膠產品，並在國際間分享製造流程。

風力發電最環保，風力渦輪機 (Wind Turbine) 將在全球風行，2024 年風力渦輪機葉片將 100% 可回收。瑞典綠色鋼鐵製造公司，將推出首批不含石化原料的綠色鋼鐵，瑞典斯肯尼亞 (Scania) 卡車公司，預計在 2027 至 2028 年間，全面使用綠色鋼鐵。

感謝上帝賜給人類智慧！科技突飛猛進，讓人可以上天、下地，甚至進入人的身體和大腦。祈願創新者存敬畏上帝的心，不離開上帝美善的法則，讓科技發展成為人類的祝福！

「新」的境界深不可測

我們對新的東西、新的意念都很有好感。例如，我們歡迎新的機會，欣賞創新發明，呼吸新鮮空氣，樂於打開新的局面……「新」的境界深不可測，讓人不斷經歷「柳暗花明又一村」的情景。一個人如果勇於探索、謙卑尋求，就永遠有新事物擺在眼前，生命充滿驚喜！

這不僅是在看得見、摸得著的世界，還包括一個「眼睛未曾看見，耳朵未曾聽見，人心也未曾想到」的境界；那是要用信與愛去了解，用心思去領會的。這是天下間很多人都擁有，從信仰而來的經驗。信仰的無限空間、無限領域，需要踏在信心的階梯上邁進。

這是不難理解的事實。從剛出生的嬰兒時期開始，人就已經懂得透過不同感覺，去探索他的新世界。這是在他母腹時不曾有過的經驗，也沒任何固有的知識可作參考，只能靠天賦的感官及記憶去學習。後來，眼睛打開了，耳朵聽見了，透過口腔的味覺功能，以及其他天賦的身體功能，人感覺到的「新」事物就越來越多了。

漸漸成長，人開始懂得思考，藉着父母的教導、愛心撫養，開始進入感情境界、知識領域。藉着好奇心的驅使，去探索更多範疇；心智更成熟，許許多多的「新」事物就向他展現，他也很自然地盡情吸收。於是，身邊的人就看到他在不斷「成長」。如果這些階段在某些方面出了問題，例如學習遲緩、自閉症等，父母就會很擔心。

人的生命裡頭，還有另一種本能，那就是信仰的本能。但請注意，我們不是說加入宗教的本能，而是信靠神的本能。人在絕境時，會望天默默禱告，祈求天助；看到萬物的創造奇妙，會心生敬畏。甚至有人看到夕陽西下，也會感觸生命短暫；這是因為對永恆的渴慕，確實存在他的生命之中。

人確實可以透過信仰，去滿足這種心靈的渴慕。說起來很奇怪，在探索新事物上，有時是由於天賦的好奇心，有時是由於生命中的某些「不足感」，或可稱為「需要」，就如飢餓，人就會進食；乾渴，人就會喝水；上帝創造我們的時候，也放下一個「需要」，這個「需要」幫助我們回到創造主上帝的面前。

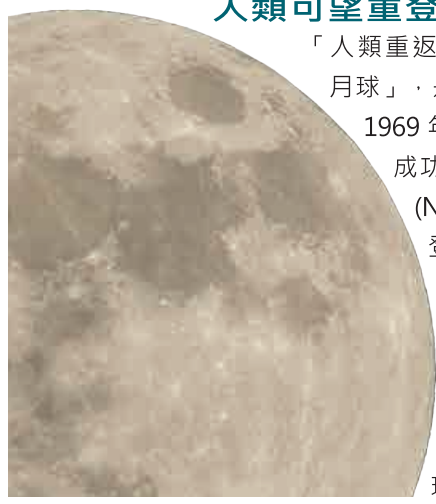
太空爭霸 重上月球

神秘浩瀚的外太空，是「兵家必爭之地」，2024 年世界各大強國，紛紛投入資源，積極實踐多項宇宙計劃，以展現國家科技及國防實力。早在 1957 年 10 月美蘇冷戰期間，前蘇聯的第一顆人造衛星——《史普尼克》一號，便發射升空，掀起了強國之間的太空競賽。

人類可望重登月球

「人類重返月球」、「半世紀後再登月球」，是 2024 年的太空計劃焦點。

1969 年，美國《阿波羅》11 號成功發射登上月球，阿姆斯壯 (Neil Armstrong)，是第一位登陸月球的太空人。在重返地球的演講中，他說：「這是我個人的一小步，人類的一大步」。目睹浩瀚無邊的太空，他領悟到上帝偉大的作為，從此走上環球佈道、領人歸主之路。



再沒有與登上月球。雖然前蘇聯、中國和印度，曾向月球發射探測器，達成「軟登陸」，但並未在月球表面行走。睽違半個多世紀，美國太空總署 (NASA)，正展開《阿提米絲 (Artemis II)》2 號計劃，最早將於 2024 年底，再次把人類送上月球。

《阿提米絲》2 號的 4 位太空人：科克 (Christina Koch)、格洛弗 (Victor Glover)、韋斯曼 (Reid Wiseman) 和漢森 (Jeremy Hansen)。其中格洛弗是基督徒，接受媒體訪問時他表示：「我知道上帝會按照祂的旨意來使用我們，耶穌教導門徒禱告時說：『願祢的旨意行在地上，如同行在天上。』因此，我願意傳遞上帝國度的信息，願祢的旨意成就。」

請大家為是次登月任務、太空人及其家人禱告。除了國家層面的登月計劃，2024 年也會有私人公司，向月球表面發射月球陸器，讓我們對月球新探索，拭目以待！

全球大國太空發展

除了美國，其他大國也投入太空競賽。中國航天局正開展《嫦娥六號》探月工程，並計劃於 2024 年發射探測器到月球，任務是在月球背面採樣返回。過去人類在月球取樣都在月球正面，而月球背面整體相對月球正面更為古老，今次若成功取樣，相信可增進人類

1972 年 12 月，《阿波羅》17 號登月後，人類就

對月球的認知。印度的月球登陸器，在 2023 年 8 月，成功登陸月球南極，是首個在月球南極著陸的國家。2024 年，印度將致力開拓載人航太的能力。印度太空研究組織 (ISRO)，將領導一系列測試任務，包括機械人試飛，期望在 2024 至 2025 年，達成首次載人類上太空的夢想。

日本、法國、德國在 2024 年，將聯手展開火星衛星探測任務。這個探索任務 (MMX)，本來由日本宇宙航空研究開發機構 (JAXA) 推動，後與法、德兩國達成合作協議，將一同把探測器送上火星衛星福布斯的表面。任務的目標，是帶回 10 克火星衛星樣本，以探索火星衛星的起源和火星演化過程。

遨遊太空將成事實

由內華達山脈公司 (Sierra Nevada Corporation) 研發的「逐夢者 (Dream Chaser)」太空船，將於 2024 年完成測試，太空船命名為「堅韌號 (Tenacity)」，主要為給國際太空站 (ISS) 運輸物資，若任務順利執行，下一步將開發載人版的逐夢者太空船，相信未來「太空旅行」會有新發展。

從古到今，人類對太空充滿了好奇和幻想，古時觀星與現代太空科技，都為能衝上雲霄，探索星空的奧秘！早在公元前詩人就感嘆：「我觀看祢指頭所造的天，並祢所陳設的月亮星宿，便說：人算什麼，祢竟顧念他？世人算甚麼，祢竟眷顧他？」如今人類飛躍太空在望，讓我們在雀躍之餘，向創造天地萬物的上帝，致與崇高的敬禮！

(續上頁) 總體通膨，平均從 2022 年的 8.7%，降至 2023 年的 6.8% 和 2024 年的 5.2%。

全球經濟多元觀點

全球企業領袖，對 2024 年經濟看法分歧。很多企業擔心地緣政治不穩定，特別是台海、美中科技戰爭和全球貿易緊張局勢，可能對全球供應鏈和市場造成影響，進而影響企業的營運和投資決策。有觀點認為，隨着經濟改善和通脹減緩，2024 年將帶來新的增長機會。投資方面，因全球市場難以預測，令風險和機遇共存。密切

關注地緣政治動態和宏觀經濟政策，靈活資產配置和對市場趨勢敏感，將是投資成功的關鍵。

新興市場迎來挑戰

美國和中國在全球經濟中，仍然扮演決定性的角色。兩國之間的緊張關係和貿易政策，將繼續是全球市場的重要影響因素。然而，印度的經濟崛起和其他新興市場，如越南、菲律賓、印度和墨西哥等，將成為 2024 全球經濟重要觀察點。這些市場增長潛力巨大，但資金流入的波動和國內政策不確定，將是市場增長的阻力。這些經濟體的表現，將對全球經濟增長和投資策略產生重要影響。

技術創新，特別是在 AI、電動車和太空技術領域，將為全球經濟帶來新增長。此外，隨着氣候變化問題日益突出，綠色能源和可持續發展，將成為企業和政府重視的要點。這不僅是環境責任的體現，也是新的經濟機遇。

綜上所述，2024 年的全球經濟，將是一個複雜的局面。實現穩定和持續的增長，需要靈活的策略和前瞻性的決策。然而未來世界到底如何？只有掌握世界和人心的上帝知道。《聖經》告訴世人：「以耶和華為神的，那國是有福的；祂所揀選為自己產業的，那民是有福的。」(《詩篇》三十三篇 12 節) 我們相信無論經濟好壞，信靠祂的人總有屬天的平安和豐富。

讀者回應表

號角月報

我們願意幫助您了解人生真正意義，更願意幫助您明白基督教信仰。若您閱讀《號角》後有回應，請將下列表格填妥寄回：Chinese Christian Herald Crusades (North West) Herald Monthly 523-525 8th Street, Oakland, CA 94607

請在適合的方格上填上 X 號：

我願意相信耶穌基督，接受祂所賜的永恆生命，成為真正的基督徒，請教會與我聯絡。

我願意更多明白聖經真理。請寄贈有關信仰小冊子。

我有興趣參加教會聚會。請與我聯絡。

請用正楷詳細填寫下列資料：

姓名：(中文) _____ (英文) _____

性別： 女 男 年齡： _____

地址： _____

電話： _____

決志祈禱

親愛的主耶穌：

多謝祢愛我。我承認我是罪人，求祢赦免。我相信祢為我的罪死在十字架上，而且為我復活。我願意接受祢為我的救主，求祢現在進入我心中作我的主宰，賜恩幫助我離開罪惡，過討祢喜悅的生活。奉主耶穌的名求。阿們！(誠心所願)

基本信仰，原則：

1. 我們相信全部新舊約聖經，都是神所默示的，是神拯救人類之計劃的完全啟示，也是基督徒信仰與生活的最高權威。
2. 我們相信獨一、永活、三位一體之上帝。我們相信聖子耶穌基督是完全的神，也是完全的人，從聖靈感孕，由童貞女馬利亞所生。祂為救贖人類脫離罪惡，死在十字架上，埋葬了，並在第三日從死裡復活，升入高天，將來要照祂的應許再來，審判活人死人。
3. 我們相信聖靈是神，與聖父、聖子同為一體。聖靈的工作是使人悔改，重生，並住在得救者的心裏，賜祂能力過敬虔生活。
4. 我們相信人類是照神的形象所造。自人類始祖亞當犯罪以來，眾人都犯了罪，虧缺了神的榮耀，需要主耶穌基督之救贖，使罪得赦免，得稱為義，並藉祂與神和好，以神為樂，並得永生。
5. 我們相信義人的身體必要復活，並進入永生；不義的人必要接受審判，名字沒有記在生命冊上的，卻要在火湖中永遠沉淪。
6. 我們相信教會是基督的身體，是由聖靈重生之人所組成，以耶穌基督為元首。同時，教會是透過敬拜，信徒相交，一同事奉，和同心合意傳揚福音，來向世人作見證。

槍擊案與恐怖主義

余創豪

這篇文章的焦點，並非槍械管制；而是探討隨意槍擊案 (Random Shooting)。不知讀者接觸到槍擊案的報道時，是否留意到大多數的傳媒，都不會用「恐怖襲擊」來形容這些案件。其實兩者的性質並無分別，都是蓄意不分青紅皂白、濫殺無辜。

2023年12月6日，內華達大學拉斯維加斯分校，發生了槍擊案，三名死者都是教授，他們分別是台裔教授張家禎、西裔教授貝萊斯 (Patricia Navarro Velez)、日裔教授武丸尚子，另一名教授身受重傷，執筆之際，他仍在醫院接受治療。最後，兇徒被警方擊斃，警方發現他有一張目標清單，但三名死者不在清單內，所以大有可能是隨機開槍。

這名兇徒在北卡羅來納州擔任副教授，曾向多間院校求職，包括內華達大學，但沒有獲得聘請。CNN、Fox News、ABC、CBS、MSNBC 這些新聞頻道，說這是一宗「槍擊案」或者「大規模槍擊案」，完全沒有提及「恐怖主義」或「恐怖襲擊」。

根據聯合國的定義，恐怖主義是指出於政治目的，蓄意在公眾、群體或特定個人中，引起恐慌狀態的犯罪行為。關鍵詞是「出於政治目的」。在上述例子中，那位教授任意殺人是為個人仇怨，所以不算是恐怖主義。但有人挑戰這傳統的定義，奧古斯塔 (Augusta) 大學政治學副教授蘭斯亨特 (Lance Hunter) 博士表示，一些大規模槍擊事件，其實符合本地恐怖主義的所有標準。

2021年密芝根州牛津高中校園槍擊案，在2023年12月8日審結，造成四死七傷的15歲少年疑犯克魯姆利 (Ethan Crumbley)，被奧克蘭郡巡迴法庭判處終身監禁，不得假釋。2021年11月30日，當數百名學生在學校裡的一個班房，轉到另一個班房時，克魯姆利在走廊上開槍。當學生們逃跑時，他沿着走廊，向那些無法逃脫的學生開槍。

雖然克魯姆利並沒有明顯的政治動機，但《維基百科全書》編寫

的條目中，稱克魯姆利為「恐怖分子」。事實上，美國有不少大規模槍擊案，都含有政治元素。例如2015年，一名白人至上主義者，在南卡羅來納州一間黑人教會，亂槍掃射造成九死一傷。2022年一名華裔男子，在加州一間台灣教會濫殺，導致一死五傷。

無論是槍擊案、本地恐怖主義、國際恐怖主義，發動攻擊者的心理特徵非常相似。先說槍擊案兇手和本地恐怖分子，一個常見的行兇動機是報復，他們認為自己是被壓迫的，無論你對他們怎樣好言相勸、怎樣容忍、怎樣提供幫助，他們仍然認為，自己是有冤無路訴的受害者。

為什麼他們會任意殺死跟自己無冤無仇的人呢？將這種行為合理化的藉口是：全世界都欠了他們，任何人都死有餘辜。他們可能具有浮誇 (Grandiosity) 的性格，浮誇性格是一種不切實際的優越感，他們認為自己能力出眾，應該得到更好的待遇。在內華達大學濫射的副教授，可能認為自己學術水平高超，自己不獲錄用是不公平的。

國際恐怖分子的心理特徵，和上述驚人地相似。他們簡單地以二分法將人歸類：壓迫者和被壓迫者，受壓迫的一方，有權採用任何手段去伸張「正義」。對他們來說，沒有所謂濫殺無辜，因為他們認為被殺害的人，「沒有人是無辜的」。他們又以浮誇和不切實際



的態度，推崇自己的意識形態為絕對真理，對任何人寸步不讓，最終目標是全勝和徹底消滅對方，即使有時候會和談，但只是為了尋求喘息的機會 (Buy Time)。

不過，兩者有一個極不相同的結局：在美國朝野當中，你不會見到任何同情、美化、支持隨機槍擊案兇手的言論。但在國際政治中，恐怖分子卻得到諒解、聲援、優待。這是何等荒謬的意識形態！「公義使邦國高舉，罪惡是人民的羞辱。」讓我們明辨是非、心存公義，了解任意槍擊的恐怖行為特徵，不要讓本地恐怖主義橫行！

別為我哭泣，阿根廷

淑萍



百姓悲憤沮喪人心思變

自從《別為我哭泣，阿根廷》這首感人肺腑、催人淚下的歌曲誕生以來，這個拉丁美洲第三經濟體的國家，就一直經歷着重重艱難困苦。嚴峻的經濟危機、三位數的通脹率、多次的債務違約、不斷貶值的貨幣、乏善可陳的金融管理、一成不變的「貝隆主義」執政理念，加上不斷擴大的貧困人口，這些都令阿根廷的百姓欲哭無淚，悲憤沮喪，人心思變。向左，還是向右？就在阿根廷再次走到生死存亡的岔路口之際，四年一度的總統選舉，為該國人民帶來了期望和選擇。

儘管最終進入決選的兩位候選人旗鼓相當，競爭激烈，不過，時常在電視上手提電鋸，聲稱要大刀闊斧改革政府和舊有經濟政策的政壇新星哈維爾·米萊 (Javier Milei)，還是以超過十個百分點的優勢，輕鬆取勝。當地時間11月19日投票過後不久，在點票還未結束情況下，米萊已獲得超過56%的選票，使得只有44%選票的現任經濟部長馬薩，不得不提前宣佈落敗。12月10日米萊走馬上任，他將帶領這個疲憊不堪的南美巨人，走向難以預知的未來。

兩種意識形態針鋒相對

阿根廷的這一屆總統選舉，之所以引起世界多國的高度關注，不僅關係到在目前世界經濟局勢同樣萎靡不振的情況下，保守與激進策略孰是孰非的判斷和結果；同時也體現出當前國際形勢，兩種意識形態針鋒相對，激烈對撞格局裡，綏靖或爭端決策是優勝劣敗，還是優劣

所得的實體測試。

首先要提及的是「貝隆主義」。這個政策的核心就是，既不實行共產主義專制體制，也不走資本主義民主道路，而是設置出「第三位置」的政治理念。貝隆在1946年成為阿根廷總統後，就立刻提出了這個理念。他認為：「無論是資本主義還是共產主義，都是已經過時的制度。資本主義通過資本剝削人，而共產主義是通過國家剝削人，兩者通過不同的制度同樣損害人。」



實現人類社會中人幸福

貝隆主義要達到的目標是「實現人類社會中人的幸福」，它的方法則是協調物質主義、理想主義、個人主義和集體主義這幾種力量，並以基督教的精神珍視每一種力量。

這種思想在阿根廷還蠻有市場，長期以來一直佔據政壇的主流位置，並且已經連續執政長達40年之久；然而，現實讓阿根廷人民頗為失望。自2018年，阿根廷再次陷入經濟危機以後，一路債台高築，通脹狂猛，保守的執政黨雖然使出了渾身解數，仍無法解決貪腐、衰退、貧困等重大國計民生問題。

頹廢模式到終沒回頭路

作為自由主義經濟學家的政壇新人，米萊則完全不同，他不僅直言不諱，詞鋒犀利，咄咄逼人地批評執政黨一系列政治和經濟政策都是失敗的，同時，他還用揮舞電鋸來彰顯，要做頭徹尾、翻天覆地、全面改革的激進理念。他承諾當選後，要消滅公共開支，縮減政府部門；扶助貧困階層，拉低貧富差距；「炸毀」央行，使貨幣美元化；國際關係方面，也要擺脫「第三位置」束縛，更加靠向美國與西方等自由民主世界。當選之後，米萊發表了勝利宣言，其中的關鍵點就落在這句話上：「頹廢的模式走到了終點，我們沒有回頭的路。」平心而論，米萊的理想儘管非常亮麗，但能否變成美好的現實，卻是無人可以知曉。這種把籌碼全部押下去的做法，在正常情況下，是很難讓大部分民眾放心得下的，但是，阿根廷已經無路可走了。求全能的上帝保佑這個多災多難的國家，讓他們的未來不用再哭泣！

傷害無辜幼童 = 犯了戰爭罪行

江大惠



血腥衝突即時傳送

10月7日加沙地帶的哈馬斯組織向以色列發動攻擊，令以色列傷亡超過1,000人，包括婦女和嬰孩，還有被俘虜者幾百人。歷年來，巴勒斯坦組織向以色列發動的攻擊，最多造成以色列幾十人傷亡；這次傷亡過千，是以色列政府從未受過的打擊。總理內塔尼亞胡聲言要加倍報復，打擊的強度要令幾十年後的巴勒斯坦人仍有餘悸，經過三星期的準備，以色列大軍進駐加沙。然而，加沙掘有數百公里的地道，要殲滅哈馬斯估計還要數以月計，殺戮戰場還會持續好一段日子。

由於上世紀彩色電視已經在美國家庭流行，當年越戰的慘烈戰況已可登堂入室，結果令美國社會出現厭戰和反戰的潮流。今時今日人手一機，以巴的血腥衝突更可即時傳到我們眼前，挑動我們的情

緒。最無法令人接受的，就是雙方都有嬰孩和幼童的生命被摧殘。在世界各地出現支持和反對的聲音和遊行，各有立場，恐怕難以調和。

戰士平民分別看待

人類的衝突、戰爭有沒有規範和道德可言？經過了幾千年的血腥衝突，人們可有汲取教訓？有否總結出一些經驗和指引，樹立一些標準讓大家去遵從？由蠻荒進入文明，難道就沒有達成一些共識？共識就是要保護無辜者。固然在現實中一定會出現殃及池魚的情況，無辜者被牽入時局而犧牲 (Collateral damage)。二戰後日內瓦四公約及附加議定書，就是訂定一些文明戰爭的原則，將參戰的戰士和無辜的平民分別看待——可以殺害對方的戰士，但不得傷及平民；可以攻擊轟炸對方的軍事目標如軍營、兵工廠，但必須避免攻擊轟炸平民的設施如醫院、學校和宗教場所，否則就是犯了戰爭罪行。

進行無差別攻擊，傷及無辜就是恐怖分子。這次發動傷及無辜襲擊的是哈馬斯組織，他們被定性為恐怖分子。以色列進駐加沙公開聲明是針對哈馬斯恐怖分子，而不是居住在加沙的巴勒斯坦民眾。現實中要將巴勒斯坦民眾和哈馬斯恐怖分子分辨出來並不容易，所以在剿滅過程中，肯定有無辜者被波及。

恐怖分子獲和平獎

況且，恐怖分子在自己人的心目中是義士、是抗敵的英雄；同樣，歷史上對於恐怖分子的頭銜是浮動的，昨日的恐怖分子可以是今日的建國元勳。1946年7月22日，猶太復國主義者由貝金 (Menachem Begin) 領導，針對託管的英國勢力，放置炸彈在耶路撒冷的大衛王酒店，炸死了91名英國人、阿拉伯人、猶太人，英國軍情五處 (MI5) 將該次行動定性為「恐怖主義」。以色列立國後，貝金創立利庫德集團 (Likud)，1977年成為以色列總理，並在1979年獲得諾貝爾和平獎。與「黑色九月」襲擊1972年慕尼黑奧運會有千絲萬縷關係的巴勒斯坦解放組織領袖阿拉法 (Yasser Arafat)，兩年後在聯合國大會發言，1994年獲得諾貝爾和平獎。曾被美國定性為恐怖分子的曼德拉，也在1993年獲得諾貝爾和平獎。恐怖分子竟然獲得諾貝爾和平獎殊榮？

未能分辨左右手者

上有政策，下有對策。例如游擊隊就是軍民不分，更甚者甚至利用受保護的婦女和兒童成為攻擊武器，讓他們攜帶炸彈引爆，無辜者的尺度已下降到幼童和嬰孩了。《聖經·約拿書》提出了一個標準：未能夠分辨左右手的，就是要受到保護的無辜者。先知約拿受上帝呼召，往尼尼微城宣告滅亡的信息 (參《約拿書》三章4節)，想不到尼尼微城上下竟然願意悔改，於是上帝改變初衷，不降災禍。約拿為此大發脾氣，認為上帝心太軟，所以他不肯去執行任務，上帝利用一棵蓖麻樹喚醒約拿。假如約拿愛惜一棵蓖麻樹，為何不考慮城中有12萬未能分辨左右手的？這確是一個對於無辜者很具體的標準——以未能分辨左右手的年齡定義誰是無辜者。戰爭中誰傷害了無辜的幼童，誰就犯了戰爭罪行！

突破 65 歲退休的傳統概念

林大駒

假如有人告訴你，「65 歲是退休黃金年齡」的概念不再是唯一的標準時，你會有何想法？隨着社會規範和預期壽命的演變，我們對於何時和如何退休的看法，也隨之改變。退休已經不再是不可動搖的人生目標，人們正在根據自己的需求，以及現代生活的實際情況，重新為退休定義。事實上，在美國過去的十年，打算在傳統退休年齡後繼續工作的人數，一直在穩步增長。

退休（特別是在 65 歲這個年齡）的概念，源於 19 世紀德國的俾斯麥 (Bismarck) 社會政策，之後逐漸在北美植根；不過在引入這個概念的時候，很少人可以活過 65 歲。直到 40 年代後期，加拿大人的預期壽命才超越這個年齡；換句話說，65 歲退休是一個不足 100 年歷史的「新概念」。

隨着人類壽命延長，現在是時候重新思考如何為退休定位了。壽命的延長，確實提供了機會和挑戰，所以我們更需要深思熟慮。若我們有機會去做自己一直渴望要做的事情，從而取得新的經驗，無疑會為我們的未來帶來刺激；但同樣也會帶來新挑戰，我們當如何保持身體健康、思維敏銳，並藉着參與有意義的活動，繼續有目標地生活呢？

退休，不僅僅關乎你儲蓄賬戶的存款是否足夠維持你的餘生，也不是說，你決定從火線退下享受休閒的生活；而是策劃能激勵你的生命繼續成長的另一個人生階段，並讓你的全人健康得到照顧，更是一個影響你的生活方式、日常活動，以及你如何與社會互動的重要決定。因此退休後，除了考量如何管理金錢外，更重要的是，確定你想要怎樣分配你一夜之間多出來大量的時間，好讓自己在這個新生活階段過得充實有意義——包括提升你當兼職的技能，加入義工行列，獻出你的時間和才能，或是騰出更多時間陪伴親人。

退休是一個重要的里程碑，我們應該及早為它重新定義。這不僅關乎經濟上的預備，而是希望在那些年日裡，仍能保持生命的熱情和動力，過一個充滿活力且有意義的退休生活。

(文章內容只屬於議題的一般性討論，僅作為一般資訊參考，而不應作為稅務或法律建議。請根據您的具體情況尋求獨立的專業建議。)



西雅圖

主的恩典年年都要數

小金子

「妳好像每年開始都數主恩。」「對，因為每年都有數不盡、又不盡相同的新恩典，在歲首年終時當然要數！」

不盡相同的新恩典

我的兒媳婦是中國籍，在美國沒有醫療保險，去年不幸發現長了子宮腫瘤，回國及時做了手術，感恩手術成功，並且是良性。

我的小兒子去年 10 月由多倫多趕來西雅圖，為我慶祝生日，回到多倫多報平安的電話中，說他中招了！走前我們一起吃過飯，老太太我一測，果然也中了招！感恩我們兩個都不嚴重，康復得很快，並且都沒有後遺症。

我 97 歲的二哥，去年 11 月在睡夢中，被神（上帝）接回家！

修好可愛的玻璃房

因兒媳婦回國治病，大兒子來接班，接送女兒回學校。他發現我家玻璃房傾斜，找人估價需要一萬多、近兩萬元。有人說：「乾脆拆了吧！」但我很喜歡那個可愛的玻璃房，夏天在樹蔭下躺在屋裡的搖椅上，自由自在的搖着、聊着；冬天在小屋裡跟外面的雪融為一片。拆？怎麼捨得？沒想到我的大兒子在網上找到法子，聯合我的小兒子，再加上我妹妹能幹的大兒子，他們三個「臭皮匠」一天就修好了，只花了一些有限的材料錢。

三個豐富的感恩節

不能不提的是去年教會的感恩節聚會，長老要弟兄姊妹儘量帶家人以及沒信主的朋友們參加，一切費用全免，當晚出席者超過 180 人。

感恩節的節目，由四位姊妹朗誦美國總統林肯的感恩宣言開始，接着有詩歌、古典舞、兒童健康舞；還有精妙的二胡演奏，穿着古裝的姊妹，一邊拉着優美的二胡，一邊踏着舞蹈似的步伐，穿行在大堂中。

這次聚會，有四位姊妹和一位弟兄接受水禮。《聖經》說，只要有一個人信主，天上的天使就會歌唱，如今有五位受洗歸主，天使肯定會歡歡喜喜地唱個不停！當天還有三名小朋友過生日，除了蛋糕，當然免不了有豐富的火雞大餐。

更有意思的是，去年我過了三次感恩節。除了我經常聚會的兩間教會外，還有一對特別愛我的夫婦，被邀請參加朋友的家庭感恩聚會，他們把我帶去，算是他們的家人。豐富豐富、滿滿足足，能不數主恩嗎？



BLESSED Life Church
 恩福浸信會
經歷主愛 深化關係
 上午十時正
 粵語崇拜 英語青少年聚會
 兒童主日學 托兒服務
 聚會地點: Christ-King Lutheran Church
 3730 148th Ave SE, Bellevue, WA
 BlessedLifeChurch.org (425)829-9055
 Link.BlessedLifeChurch.org/youtube



西雅圖證道堂
 Evangelical
 Chinese Church
 of Seattle

SEATTLE CAMPUS 西雅圖堂

651 NW 81st Street
 Seattle, WA 98117
 (206) 789-6380

Sunday Worship 主日崇拜
 國語堂 11:00 AM
 英語堂 9:15 AM
 粵語堂 9:30 AM

REDMOND CAMPUS 東區分堂

17360 67th Court
 Redmond, WA 98052
 (425) 748-9660

Sunday Worship 主日崇拜
 國語堂 9:30 AM
 英語堂 9:30 AM
 粵語堂 9:30 AM

NORTH DISTRICT CAMPUS 北區分堂

借用場地 Maple Park Church
 17620 60th Avenue W
 Lynnwood, WA 98037
 (425) 778-1647

Sunday Worship 主日崇拜
 國語堂 2:00 PM
 英語堂 2:00 PM

EMAIL: info@eccseattle.org
 WEBSITE: www.eccseattle.org

大西雅圖角聲癌友關懷事工
 提供身心靈關懷給大西雅圖地區
 華人癌症病友

您是否正在經歷病痛呢？
 是否處於徬徨不安、
 焦慮憤怒、沮喪憂鬱、
 孤單絕望當中呢？

角聲癌友關懷的義工們，
 願意與您同行，
 耐心聆聽您的需要，
 成為您的安慰使者

我們提供資訊協助，
 並且確保您的隱私

請聯絡 877-877-0677
 電郵 cancerc_sea@cchc.org
<http://heraldcancercare.org/>

讀經隨想

蔡亦

《聖經》中的每段經文，每次讀起皆有不同的感受。常思考神（上帝）的話，讓我們在其中受益。筆者近期讀到「哀慟」與「有福」，「有福」在《聖經》原文是代表快樂之意，與「哀慟」看似有點矛盾，略有感受，與眾分享。

在情感上，每個人都有哀慟的時候，如喪失親人、事業失敗、失戀。這是人天然的哀慟，有人因此一蹶不振，跌倒了就爬不起來，消沉到底。

其次，哀慟是因為自己的罪。《聖經》記載：「那城裡有一個女人，是個罪人，知道耶穌在法利賽人家裡坐席，就拿着盛香膏的玉瓶，站在耶穌背後，挨着他的腳哭，眼淚濕了耶穌的腳，就用自己的頭髮擦乾，又用嘴連連親他的腳，把香膏抹上。」（《路加福音》七章 37-38 節）這女人因自己的罪而哭，但知道耶穌愛她、能赦免她的罪。

還有，由聖靈觸動引發的屬靈的哀慟。《聖經》記載：先知耶利米看見自己所愛的國家，因罪被敵人攻破，同胞被殺、被擄而哭泣。「神所要的祭就是憂傷的靈；神啊，憂傷痛悔的心，你必不輕看。」（《詩篇》

五十一章 17 節）

「哀慟的人有福了，因為他們必得安慰。」（《馬太福音》五章四節）這是指依着神的意思憂愁、悔改，就是為罪憂傷，就生出沒有後悔的懊悔來，以致得救。另外，哀慟的人更懂得去安慰別人。眾聖徒懂得一起喜樂，與哀哭的人一起哀哭，是教會美好的見證。

不但為自己的罪哀慟，也如同神為眾人的罪哀慟。主耶穌為耶路撒冷的人哀哭，先知為同胞哀哭，如果你愛他們，就會有如此的心腸。「但願賜忍耐安慰的神叫你們彼此同心，效法基督耶穌。」（《羅馬書》十五章 5 節）



華人恩典聖經教會
China Chinese Grace Bible Church

主日早上崇拜 主日學 週三晚禱告會 電話聯絡

粵語	8:30	10:00	7:00	(916) 422-4474
英語	10:00	8:30/11:30	7:00	(916) 422-4474
國語	11:30	10:00	7:00	(916) 422-4474

地址：6656 Park Riviera Way, Sacramento, CA 95831
電傳：(916) 422-6547
網站：www.cgbconline.net

二埠 Sacramento
基督教慕主教會
Maranatha Christian Church

神啊！我心切慕你，如鹿切慕溪水！

牧師：秦約翰牧師
主日崇拜：10:00am (國/英 Bilingual)
同時有兒童、青少年主日學

會址：3424 Fruitridge Road, Sacramento, CA 95820
電話：916-421-8207

何為投資，何為賭博？



沙加緬度角聲佈道團

—— 投資和賭博有何區別，你知道或認識多少？

講員：許浚淇先生 Derrick Hui

Derrick 弟兄畢業於加州大學戴維斯分校農業經濟和統計學學士，沙加緬度州立大學教育碩士。在香港從事對沖基金交易3年多，在中學教授統計數學20年。在房地產及股票投資有豐富的經驗及收穫。人生如賭博，你認識投資有多少？

時間：3月2日 10AM-12:30PM (星期六) 地點：5775(B) Lemon Hill Ave, Sacramento, CA 95824
ZOOM ID: 682-366-6625
CODE: 5775



角聲 沙加緬度中心

Smart phone class 與現場同步進行
(參加者需自備智能手機)

時間：每周一 11:00AM ~12:00NOON (1/22/2024 開班)
學費：8堂共 \$20
Teacher: Alice Gee Kam Hung
ZOOM 號碼：6823666625 Passcode: 5775
Zoom 的參加者必須預先聯絡我們：
E-MAIL: sac@cchc.org 電話：916-517-5591
地址：5775 (B) Lemon Hill Ave, Sacramento, CA 95824

沙加緬度基督教角聲佈道團

2024年迎春百家餐(Potluck)餐會

時間：2月17日 11AM - 3PM (星期六, 年初八)
地點：5775(B) Lemon Hill Ave, Sacramento, CA 95824

**** 節目 ****
福音粵曲隊獻唱
卡拉OK、(話劇)
太極表演、遊戲



免費 2023年 沙加緬度報稅服務

服務期：2024年2月1日至4月12日

服務對象：美國公民、綠卡居民、持有效的工作文件(EAP)之加州合法居民

1. 收入限制：

a. (家庭) \$72,000以下 b. (個人) \$60,000以下

2. 符合簡易報稅收入包括：

a. 工資 b. 利息 c. 退休金 d. 社會安全金 e. 失業金

3. 不符合簡易報稅包括：

a. 營業收入、投資買賣、現金收入、賭博及租金收入
b. 外州稅、逐項扣稅
c. 需要申報支出抵扣的1099自僱收入(Uber 收入除外)

* 需要帶同以下文件及資料：

1. 夫妻聯合報稅，配偶雙方必須在場
2. 家中各人之社會安全卡及ID (須出示社安卡及ID Card正本)
3. 如有申報撫養子女，需要提供子女出生證明 (Birth Certificate)
4. 去年 (2022) 報稅表
5. 收入證明W2及1099 (包括：自僱收入1099NEC/1099R; 失業金1099G; 利息收入1099DIV/1099INT; 退休金1099SSA) ---- 家庭限6份，個人/夫婦限4份
6. 大學發出之1098T表格及全年支付學費證明
7. 政府醫療補助證明：1095-A/B/C, CA3895
8. 如有託兒服務費用，需帶有稅號帳單證明
9. * 請帶同一張銀行支票樣本，作退稅或繳稅之用 *



服務地點和預約詳情

Email: saccchc@gmail.com 電話：(916) 517-5591 ; (916) 532-3004
地址：5775 (B) Lemon Hill AVE, Sacramento, CA 95824

2024年2月開始接受預約

*** 歡迎查詢 ***

世局動盪，和平何求？

黃紅英



2024年序頁已翻開，但對於全球局勢的發展，大多數人仍不樂觀。自2020年疫情開始至2023年終，疾病、地震、極端天氣變化等自然界的影響頻繁地在各區域發生，而戰爭、政變、文化衝突、經濟波動等這些人類自造的麻煩亦沒有消停。和平與安全，似已成為一種稀缺品。

和平曙光微弱

2023年12月，法新社盤點了過去一年影響全球的十大重要事件：包括以哈衝突、俄烏戰爭、土耳其與摩洛哥毀滅性強震、非洲政局動盪加劇、人工智慧撼動好萊塢、地球正在過熱、人類重返月球計劃、西班牙女足強吻事件、亞塞拜然襲擊納戈爾諾·卡拉巴赫、超自由主義極右人物米萊當選阿根廷總統等。在筆者看來，最令人不安、導致全球局勢不穩，甚至將人類置於第三次世界大戰邊緣的事件則有：

1. 以色列和哈馬斯衝突

10月7日，巴勒斯坦伊斯蘭運動組織哈馬斯，數百名突擊隊員從加沙地帶潛入以色列南部，在邊境城鎮及音樂節上大肆屠殺。襲擊事件震驚世界，其規模和暴力程度，是以色列自1948年建國以來前所未有的。以色列軍隊誓言「消滅」犯下惡行的、之前已被美國和歐盟列為恐怖組織的哈馬斯。以軍對加沙進行了大規模空襲，並自10月27日起在加沙北部發起地面行動，逐步控制了加沙。隨著以軍攻擊和破壞程度日趨嚴重，以色列也面臨越來越大的國際壓力，並被要求暫停攻勢。

11月24日，雙方曾達成為期四天的停火協定。此後延長兩次，但在第七天後停火破裂，戰火再起。雙方釋放人質和囚犯工作，以及加沙地帶所急需的人道主義援助也一併停止。以色列指責哈馬斯破壞停火協議，以軍於11月30日恢復空襲加沙，並擴展到加沙地帶南部地區。這場仍在繼續的軍事衝突不僅給中東與世界和平帶來危機，亦進一步加劇了宗教和文化的衝突。

2. 俄烏戰爭

自2022年2月24日，因俄羅斯侵入烏克蘭領土而引發的俄烏戰爭至今仍在持續。這場牽動世界政治和經濟的戰爭，在2023年仍在膠着狀態，雙方皆傷亡慘重。

經過漫長、血腥的戰鬥，基輔於今年6月發起了西方盟國翹首以盼的反攻，試圖奪回被佔領土，但遭遇了俄軍的堅固防禦。儘管西方提供了許多軍事援助，但經過數月成果微弱的反攻，基輔11月中旬僅將俄軍擊退至赫爾松地區最北河左岸數公里處，並未將俄軍完全逐出烏克蘭的領土範圍外。

哈以衝突發生後，國際社會的注意力曾一度集中到中東地區，烏克蘭因而擔心其盟國會減少對烏反攻承諾的支持。11月21日，歐洲各國領導人前往基輔，重申對烏克蘭的支持。至今，這場消耗全球資源、歷經近兩年的戰爭，仍未看到結束的盡頭。

3. 非洲政變

有兩個非洲國家的政治變故，可能沒有引起普通人的注意，但這對全球局勢有重大影響。第一個是2023年7月26日，尼日(Niger)總統穆罕默德·貝佐姆，遭總統府衛隊扣押、軟禁。同日，尼日士兵闖入國家電視台宣佈發動政變、廢除憲法、停止所有機關運作並封鎖國家邊境。這是自2020年以來中西非地區的第7次政變。

第二是加蓬(République Gabonaise)軍隊，於2023年8月30日，以拒絕承認總統選舉結果為由，發動軍事政變推翻政府。這次政變是中西非地區的第8次民選政府被推翻。按人均國內生產總值計算，加蓬是非洲最富有的國家之一，這主要歸因石油收益，石油佔加蓬財政收入的60%。然而，根據世界銀行數據，加蓬三分之一人口，仍生活在每天生活費5.5美元的貧困線以下。政變無疑加大了貧富的差距與社會的動盪，令其國民生活更艱難。

從這兩國政變可見，非洲地區的不穩定因素正在增加。無論貧窮還是富裕地區，民主、自由、法治、和平等，皆未能在非洲地區形成良性和有序的發展，民生問題仍然沒有保障。非洲的一些小國，看似在聯合國事務中無法發揮強大的政治影響力，但許多國家政局長年動盪，使該地區成為世界政局最不穩定的地區之一。和平與民主、健康與安全等的發展目標，在該地區似也遙遙無期。

4. 亞洲地區局勢風雲變幻

2021年緬甸軍事政變餘波仍在，2023年戰火又起。10月27日，由緬甸民族武裝組織組成的「三兄弟聯盟」發動聯合軍事行動，對緬甸揮霍東北的臘戍、實叻等多地的緬甸軍政府武裝部隊發動攻擊。

「三兄弟聯盟」表示，該次行動旨在維護和保衛領土免受緬甸軍事入侵，消除壓迫性的軍事獨裁，並打擊邊境的電信詐騙。隨着戰事的擴大，民族地方武裝組織的攻勢已至揮霍以外的抹殺、曼德勒和實皆省的提堅鎮區。該國其他反對軍政府的民族武裝組織，如人民防衛軍(PDF)，也承諾支持並參與此次行動，對緬甸軍政府進行進一步攻擊。截止2023年12月底，整個緬甸局勢仍趨向嚴重的態勢。

此外，中印邊境衝突，中菲南海摩擦，台海局勢不穩，南北韓

之間的敵視不斷升溫.....目前，亞洲地區看似沒有發生國與國之間的戰爭或軍事衝突，但整個地區局勢風雲變幻、關係複雜，戰爭的幽魂一直在盤旋；且亞洲是全球的人口中心和經濟中心，即使是外交上的衝突，也影響全球的經濟和政治的穩定。

由此可見，全球局勢持續混亂，和平曙光微弱，前途未卜。邊界、政治、經濟和文化等各種問題層出不窮，衝突不斷，任何一個點皆有可能成為戰爭的導火線。

衝突與戰爭的根源

綜觀以上較具代表性的地區衝突，明顯地看到所有的戰爭和暴力，皆來源於利益之爭，包括政治權力、經濟和文化等。主動發動戰爭、實施暴力的人，卻給自己冠上宏大的理由。如俄羅斯入侵，美其名為「解放烏克蘭」；哈馬斯對以色列實施恐怖襲擊，則美名為「回應巴勒斯坦人的長期被以色列的迫害」；非洲國家以軍事力量推翻民選政府，則被美名為「維護民主」；緬甸政變與內戰的藉口，也不外如是。

然而，無論多麼冠冕堂皇的「洗白」，皆無法掩蓋戰爭發動者對雙邊地區無數無辜平民的血腥傷害。在民主法治國家，任何一個生命被傷害，施害者皆必須受到法律的嚴厲制裁。然而，那些戰爭的發動者造成了成千上萬的生命消逝，不僅無動於衷，還藉「美名」以逃避法律制裁、掩飾其殘忍本性。

是哪條律法或是誰，給始作俑者輕取和傷害他人生命的權力和理由？沒有。所有戰爭和衝突皆因人的罪性。《聖經》記錄，自亞當夏娃偷吃伊甸園果子後，罪性就成為人類天性。人與人之間、國與國之間的衝突和爭吵，皆源於人心的私利和欲望。

《雅各書》四章1節說：「你們中間的爭鬥鬥毆是從哪裡來的呢？不是從你們百體中戰鬥之私慾來的嗎？」這不僅指出基督徒間爭鬥和競爭的源由，更指出了全球人類的戰爭與衝突的根源。爭端主要來自人內心的私慾、貪戀和嫉妒。那些發動戰爭的人，因小撮人的私利與慾望，卻打着為世人爭取自由、民主、和平與繁榮的旗號，肆意地踐踏他人生命與權利。

回歸和平的基石

即使身處相對和平的地區，也不要認為就可安然無恙、高枕無憂。就如在以色列音樂節上歡聚的人們，可曾想到在一個充滿美妙音樂和舞蹈的聚會中，災難突然降臨？生活在地球村的每個人，都要警惕隨時發生的戰爭與衝突。因為人內心的慾望沒有基督誠命的約束時，邪惡念頭與行為就有可能隨時爆發。

如果讀《聖經》，就不難分辨出世局動盪的根源。然而今天的世人，離基督信仰越來越遠，藉口為所謂的「自由」，千方百計掙脫道德與律法的約束。這與亞當和夏娃當初墮落的藉口——為了「可分辨善惡」，沒有任何差別。這種墮落導致人與上帝之間的分離，也影響着人與人之間的關係，是一切罪惡與衝突的起源。

我們如何才得平安？回歸基督信仰，是唯一的道路。上帝在《聖經》告訴我們，唯有遵循和平、愛、寬恕和公義，才能避免衝突和戰爭。如《馬太福音》二十二章39節告訴我們「要愛人如己」；要學會和解與寬恕：「你們饒恕人的過犯，你們的天父也必饒恕你們的過犯；你們不饒恕人的過犯，你們的天父也必不饒恕你們的過犯。」(六章14-15節)；不要報復：「不要自己伸冤，寧可讓步，聽憑主怒。因為經上記着：『主說：伸冤在我，我必報應。』」(《羅馬書》十二章19節)；並要我們成為謙卑與和平的製造者：「唯獨從上頭來的智慧，先是清潔，後是和平、溫良柔順，滿有憐憫和善果，沒有偏見，沒有假冒。並且使人和平的，是用和平所栽種的義果。」(《雅各書》三章17-18節)

上帝對於人的思想行為、世事局勢的發展瞭若指掌，並且通過《聖經》告訴我們前因後果和是非黑白。可惜，自作聰明的世人掩耳盜鈴，將自己與上帝隔開，也與和平、平安與喜樂隔離。從而搬起石頭砸自己的腳，將自己處於暴力、犯罪和戰爭中。因此，時局動盪，人類如何自處？唯有回歸基督，讀《聖經》，聽上帝的誡訓，行上帝的仁慈與公義之事，和平與穩定才有可能降臨與長久。

記住，上帝頒布十條誡命對人類是有着深遠意義的：「除了我以外，你不可有別的上帝」；「不可為自己雕刻偶像」；「不可妄稱耶和華——你上帝的名」；「當記念安息日，守為聖日」；「當孝敬父母」；「不可殺人」；「不可姦淫」；「不可偷盜」；「不可作假見證陷害人」；「不可貪戀」。這些皆是消除私利欲望、解決爭端的重要基石。人一旦違背，地球村就硝煙四起。📍

角聲宣教士學院

城市關懷佈道訓練基地

開始 2024 年度招生

2024年4月8日上課

(一) 城市關懷佈道專科 兩年制文憑課程

目標：

為教會訓練城市關懷宣教人才。由教會推薦，兩年畢業，並獲頒發專科文憑。返回推薦教會任職城市關懷佈道同工。

+

工作機會

為有志宣教基督徒提供訓練及工作機會。個人自行申請，兩年畢業，並獲頒發專科文憑。可應聘到有需要教會中推動城市關懷佈道事工。或申請成為角聲城市關懷佈道宣教士。

角聲宣教士學院在 2024 年四月推出「工讀計劃」

每天上午上課，下午工作三小時，並獲得助學金。不參加「工讀計劃」者仍需參加實習計劃；俾獲得工作經驗，畢業後即可投身奉行列。

學院鼓勵「工讀計劃」申請者亦選擇住院專心學習，但需遵守住院學習守則。

(二) 城市關懷佈道專科 證書課程

目標：

- 為有志在關懷佈道專業上領人歸主的基督徒而設。
- 學院提供多元化城市關懷佈道訓練。學生可按個人意願選修一科或全部課程。
- 學生可按自己時間上網學習，但必須參加每科的三天密集課程。



如有任何查詢，歡迎 Email 至 humi@cchc.org



耕心——男士小組

韓澄亞

這個時代對於男性來說是不容易的，除了人們對男性的期望外，他們在家庭和社會中的角色亦不斷演變。有些社交媒體將「好男人」定義為誠實、負責、成熟、堅定、尊重和體諒別人；另一些則以實用角度為標準，如會家務、不以貌取人、尊重女性等。

儘管如此，每個男人的生命裡，似乎都有些極不容易處理的問題。例如：迷失自己或找不到自己的真實價值；有爆發、破壞性的情緒等。

雖然有些人意識到自己的問題，但常常只是像「照鏡子」，不覺得要作任何調整或改變。這好比《聖經·雅各書》一章 23-24 節所說的：「因為聽道而不行道的，就像人對着鏡子看自己本來的面目。看見，走後，隨即忘了他的相貌如何」。這些人往往不知道、不願意或沒有勇氣面對這些挑戰，直到生命中遇到極大的挫折及危機，令他們不得不作出改變，重新評估生命中的優先次序。

朋友道格拉斯 (Douglas)，他的前半生似乎一帆風順。畢業後很快五子登科：在矽谷當了工程師，受到同事的愛戴，工作晉升。他

結婚後，組成了一個「標準」好家庭，並在校區購置了一棟豪宅，為他的孩子在升學和未來生活上做好準備。身為基督徒的他，常用自己的努力來服事。他生活在典型的「矽谷文化」中。

直到最小的孩子上了大學，空巢不久，他的妻子被診斷為後期癌症。儘管他心慌意亂，但還是竭盡所能的面對這挫手不及的壞消息。經過三年艱難的日子，他的妻子最終還是離開了。雖然他很快就預知這個可能，但對他而言，打擊仍然極大！妻子過幾個月後，禍不單行，他被公司解雇。道格拉斯的遭遇，可以稱得上是一連兩拳。他開始反思，意識到過往無論在事業還是信仰上，都追求完全倚靠自己的能力，因而感到身心疲憊。他後悔自己的愚昧和盲目，因着新的體會，他開始踏上一個新的人生旅程。

2024年，角聲護家中心「男士小組」，透過互動，探討男士如



何在挑戰性的領域上成長。我們認為，好男人的定義體現在以下幾個方面：

- 1) 身分的肯定
- 2) 健康的關係
- 3) 錢財的使用
- 4) 時間的管理
- 5) 脾氣的掌控
- 6) 誠信的展現

我們將男士小組名為「耕心」，其

音與「更新」相同，盼望透過翻轉心靈的土壤，讓陽光照進來；照出那些被隱藏、壓抑或硬化的內心世界。在「翻土」的過程中，為已經萎縮、垂死或已死的內心，帶來新鮮空氣，賦予它新生命！

男士小組報名連結：
https://line.me/ti/g/CP_mX8x9h6
 男士小組報名二維碼：



角聲護家中心服務預告

角聲護家中心

電話：(510) 790-3366 電郵：hfrc@famrebuild.org 網站：<https://famrebuild.org>
 地址：39155 Liberty St., D450, Fremont CA 94538

角聲護家中心徵「行政助理」(全職或兼職)

主要職責：

1. 辦公室聯繫人
2. 輸入資料、文件歸檔、管理辦公室和活動物品
3. 幫助更新護家教學資料、新聞寫作和編輯
4. 協調服務、推廣及註冊
5. 對外事宜聯繫及安排
6. 協助預備年度報告和義工管理

應徵條件：

1. 願意服事社區愛主的基督徒，渴慕學習，負責守時，有組織力，專注細心，友善，善鼓勵，正面溝通能力，積極主動
2. 中、英文說寫流利(會粵語更佳)
3. 基本操作技能(Excel、Word、PowerPoint)及中文打字
4. 能自律完成工作
5. 有團隊工作精神，至少一年的行政工作經驗

工作地點：39155 Liberty St, D450, Fremont, CA 94538
 查詢電話：(510) 790-3366 電郵：hfrc777@gmail.com

歡迎有心的弟兄姊妹以義工身分參與事奉！

1月線上免費支持小組

心裡糾結、壓力、情緒起伏、關係破裂、心靈疼痛、各樣困難不知所措，歡迎來護家支持小組。將難以啟齒的心事在安全環境中傾訴出來，讓我們與你同行，伴你得安慰、得釋放，帶著你的需要來成長！特備有紳士小組。歡迎自由奉獻。

美西時間：1月9日(星期二) 7:00-9:00pm

北京時間：1月10日(星期三) 11:00am-1:00pm

北美報名： 中國報名：



護家支持小組報名(歐美)

報名截止時間：
 1月7日
 晚上 9:00 (美西)

完成報名後，
 請查收電郵通知
 Zoom Meeting ID



護家服務報名表(中國)

2024

護家系列網絡課程(三門七週網課)

《健康心理界線》

情緒管理·智慧開發·真實關係的建立

此課程幫助您認識自己的盲點，重建健康心理界線習慣，成為智慧、喜樂、勇敢的人。促進有效溝通，提升工作效率，享受真實的人際關係，祝福後代和鄰舍。

美西時間：2024年2月28日至4月10日
 上午 5:00-6:30

北京時間：2024年2月29日至3月7日 上午 9:00-10:30
 2024年3月14日至4月11日上午 8:00-9:30

01

《與孩子一起健康喜樂成長》

品格塑造、親子管教、建立親密健康關係

課程內容：
 1. 優良品格 2. 有效溝通
 3. 正面管教 4. 珍愛自己

美西時間：2024年5月15日至6月26日
 下午 5:00-6:30

北京時間：2024年5月16日至6月27日
 上午 8:00-9:30

02

《基礎協談聆聽輔導》

訓練+實習

學習專業協談聆聽及危機管理技能，以基督的關懷陪伴心靈傷痛的人。完成此課程後獲得資格申請《LAY COUNSELOR ADVANCE MENTORING PROGRAM, LEVEL 1 & 2》*

美西時間：2024年8月21日至10月2日
 下午 5:00-6:30

北京時間：2024年8月22日至10月3日
 上午 8:00-9:30

03



方式

線上授課、討論、示範、分組、課堂及課後練習和體驗式學習(實用易學)

講師

周紅——角聲護家主任、加州成人親子教師
 韓澄亞——護家生命教練、男人事工負責人
 角聲護家同工團隊

報名費

\$30/次(一次連報三門課，節省\$80元)

每門課程費

\$210 + \$40報名費，總共\$250
 連報三門課\$40+\$630，總共\$670



護家2024年社區服務預告

1. 社區講座(不定期，免費)
2. 支持小組(每月第二個星期二晚7-9點，線上進行。免費)
3. 生命重建營(一年一次，2024年1月26-27日)
4. 系列課程(季系列/2024年2月28日-4月10日「健康心理界線」)
5. 協談聆聽陪伴(一對一。需預約)
6. 男士事工(2024年起，一月一次)
7. 使命/家庭小組(每月二次，一年期。免費)

角聲護家第20屆生命重建營

「一次的機會，一天的領悟，一生的受益！」

2024年1月26日和27日，三堂課，共9小時(線上課程)

01

第一課：認識自己+分組

美西時間：1月26日(星期五) 6:00pm-9:00pm
 北京時間：1月27日(星期六) 10:00am-1:00pm

02

第二課：懼怕、忿怒、苦毒+分組

美西時間：1月27日(星期六) 1:00pm-4:00pm
 北京時間：1月28日(星期日) 5:00am-8:00am

03

第三課：饒恕、放手、得醫治、得自由+分組

美西時間：1月27日(星期六) 6:00pm-9:00pm
 北京時間：1月28日(星期日) 10:00am-1:00pm

護家講員介紹

1. 周紅

護家中心主任，持加州成人教師執照，成人學校和社區大學講師。曾受邀到北美、中國、法國巴黎等地舉辦「成人親子教育」和「單親面面觀」講座。她經歷了20年單親生活各種壓力和生命重建，現投身於助社區危機家庭重建。

2. 護家小組長們



報名截止 2024年1月20日
 報名費：\$100(營會費：自由奉獻)



教·會·消·息

北美基督神學院

※「新約保羅神學」課程：講員陳若愚牧師，校本部與網路同步上課，2024年1月18日至3月7日每星期四(共七週)。

※ 全人關懷網路講座「解開關係中的情緒障礙」：講員陳玉英博士，2月24日。歡迎免費參加。

※ 課程報名電郵：CLladm123@gmail.com；電話：(408)338-8797。

※ 北美基督神學院為加州教育局核准頒發高等學位的神學院，亞洲神學協會(ATA)會員。歡迎選修牧教博士、碩士及文憑課程。

福音小書《祝你健康、快樂》

健康、快樂，人人歡迎。你可以用中信出版的這本書祝福親友。全書44頁共20篇短文，設計精美。話題有：「歡



新年蒙恩

笑療法」、「常樂秘訣」、「不容易受傷的秘訣」、「怎樣減少世界災難」等。作者白衣。歡迎免費索取自讀及送贈親友。查詢電話：(707)762-1314；電郵：ccm@ccmusa.org。

COTM 2024 三藩市灣區退修會

主題：不屈不撓(扭) · 講員 Rev. Joseph Wong (大Joe)

日期：5月17日至19日

費用：\$450 (在2月29日前報名可獲晨鳥優惠\$380)

報名鏈接：https://forms.gle/ytxjRAihU-vZPonP9

查詢：maisie.cotm@gmail.com

教會尋牧誠聘 Classified

聖馬刁社區浸信會 Community Baptist Church of San Mateo 誠聘基督徒為教會的半職「行政助理」每週工作15-20小時

聖馬刁社區浸信會 Community Baptist Church of San Mateo 招聘老師

金門基督教會 Golden Gate Christian Church 誠聘 主任牧師

菲利蒙播道會 (三藩市灣區) Arise Church 兒童/年青家庭事工主任/牧者

紐約華人福音會 Chinese Evangel Mission Church 誠聘-國語事工牧者

聖荷西華人浸信會(北加州) 誠聘主任牧師

聖荷西華人浸信會(北加州) Community Baptist Church of San Jose 誠聘 國語堂全職青年牧師/傳道

艾沙利度華人基督教會 El Cerrito Chinese Christian Church 誠聘牧師

屋崙華人自理浸信會 誠聘粵語堂牧師

屋崙華人自理浸信會 誠聘中文青少年牧師或傳道

屋崙華人自理浸信會 誠聘兒童事工主任全職或半職

恩信華人宣道會 Grace Chinese Alliance Church 誠徵 中文部牧師

士德頓華人浸信會 - 誠聘牧師傳道

三藩市浸信會 誠聘:主任牧師

紐約中華基督教長老會 誠聘主任牧師

爾灣華人第一浸信會 招募全職青少年傳道

三一華人浸信會 Tri-City Chinese Baptist Church 三一華人浸信會有發展年輕世代華語福音事工的異象。

華人金巴崙長老會 Cumberland Presbyterian Chinese Church 誠邀 全職粵語部副牧師/助理牧師

聖地雅歌華人傳道會 Chinese Evangelical Church of San Diego 誠聘全職粵語部牧師

神坐在地球大圈之上 他使君王歸與虛無，使審判官成為虛空。

洽詢聘牧委員會：Email: search@tccbc.org 或 www.tccbc.org/pastoral-search

誠邀 全職粵語部副牧師/助理牧師 另提供神學生實習機會 歡迎申請/查詢

應聘者請將簡歷發送給陳泚汀長老 電郵：cantonesearch@cec-sd.org 網頁：https://cec-sd.org/

三藩市基督門諾會教恩堂教會 San Francisco Chinese Mennonite Church 誠聘 主任牧師

三藩市第一華人浸信會 First Chinese Baptist Church 尋聘中文牧師

三藩市沙崙華人浸信會 尋找主任牧師

鑽石崗羅省基督教會 誠聘粵語牧師

興趣型·學習班

以下興趣班及學習班均需預先報名登記，請致電510-893-3210查詢或報名。所有課程均在屋崙角聲福音中心舉行。

房產執照精讀課程

角聲福音中心與豪景地產合辦
內容：房產原則和房產操作、房產財政、兩個必修課與房產財政選修課。幫助您在短期內成功通過房產銷售員執照考試。
夏季班：預定8月
時間：逢星期六，9:00am - 1:00pm
費用：\$699 (共10堂)

書法體系研習班

今期研習：唐楷書
認識書法體系的特色和基本筆法。臨摹名碑及名家作品欣賞和練習。導師江心恆老師在灣區義務教書法多年，書法造詣甚高，篆隸草行楷皆能。
日期：待定
時間：隔一個星期三 1:30 - 3:00pm
費用：\$30 (共5堂)

手機及 iPad 應用班

開課日期：待定
時間：逢星期五 1:00 - 3:00pm
學費：\$60 (共8堂)
*學員需自備 iPhone, iPad

聖經信息查經班

日期：7/10 - 9/25
時間：逢星期一 10:00am-12:00noon
網上查經班
開課書卷：以西結書
報名及查詢：陳麗貞姊妹 (Nellie)
510-282-7669

國畫研習班

導師：林志忠，師從劉欽棟老師多年，研習山水、花鳥傳統水墨，也曾受陳君立老師指導現代水墨技法。曾任水墨興趣班導師多年。也曾教授山水及花鳥班。
新班日期：待定
時間：隔一個星期四 (1:30 - 3:00pm)
費用：\$30 (共5堂)

易筋綜合保健運動初班

新班日期：待定
中班：逢星期六、9:30 - 11:00am
費用：\$80 (共12堂)
*逢星期五 10 - 11:30am 學員練習 (免費)

角聲癌友關懷服務

若有病人需要義工探訪關懷，可致電角聲癌友關懷中心，電話：510-893-3210
我們的服務是免費的。我們的義工是絕不會給予病人醫療意見、推介藥物及營養產品或進行可圖利的買賣交易。

實用英文會話班

學習英語日常會話、幫助入籍英文考試
日期：1/12-3/22
時間：逢星期五下午 1:00pm - 3:00pm
費用：\$20

入籍班

教授入籍試 100 題，面試技巧及幫助填寫入籍申請表。
日期：11/3/23-1/5/24
時間：逢星期五 上午 10:00 - 12:00
費用：\$30.00 (共 10 堂)

免費講座

以下免費講座均需預先報名登記，請致電510-893-3210查詢或報名。所有班均在屋崙角聲福音中心舉行。

醫藥健康講座

講員：黃顯慶醫生
日期：星期四
時間：待定

心理小組研討 (普通話)

內容：專題講座、小組討論
時間：每月第一個星期六 上午 10:00- 中午 12:00
黃顯慶醫生主持

醫學、倫理人際關係諮詢服務

由資深醫生吳光敏醫師主持，與你單獨面談，任何有關醫學、家庭倫理、人際關係問題，請來電預約。

免費服務

以下免費服務需致電510-893-3210預約，大部分服務在屋崙角聲福音中心舉行。

開心天地長者團契

精彩豐富節目，與您共度開心快樂新天地，歡迎街坊好友參加！
時間：逢星期四 10:00am - 3:00pm
* 節目內容包括：電影欣賞、詩歌分享、健康運動、午餐分享、特別講座、戶外活動.....
重開日期：待定

醫學諮詢服務

由資深醫生主持，與您單獨面談，解答任何醫學的問題，為您解釋健康報告內容。
歡迎使用電郵醫學諮詢服務：
md@cchcsf.org

免費法律諮詢服務

商業糾紛、租務、刑事、遺產策劃、車禍受傷.....等
請注意：此乃一般性諮詢服務，由熱心助人之律師義務提供，律師並非閣下之聘用律師，閣下亦非該律師之客戶，故閣下必須聘用自己私人律師進行任何法律行動。
* 可來電預約諮詢

角聲癌友免費關懷訓練

你是否想關心癌友，但不知從何着手？
你是否想突破探訪癌友時的恐懼？
你是否想學習更有效地關懷癌友嗎？



課程由有經驗的角聲關懷義工以粵語或國語教授，共分為二期：

第一期：網上課程，提供癌友關懷原則及技巧的介紹。通過我們的網站在線上(online)提供訓練給有興趣關懷癌友的人士，完成第一期訓練之後可報名參加第二期。

第二期：課程 (Zoom)，提供癌友關懷原則及技巧的案例實習。訓練時所用的語言，則視報名者的通用語言而定。(當有六位或以上的學員報名參加時，就會擇期舉行第二期培訓)

查詢請用電郵info@heraldcancercare.org與我們聯絡

「角聲癌友關懷」免費為癌友提供情緒和靈性上的關懷支持。如需要服務，病人可直接或委託親人與我們聯絡：

屋崙角聲電話：(510) 843-3210
西雅圖角聲電話：(877) 877-0677
電郵：info@heraldcancercare.org
網站：www.heraldcancercare.org

角聲招募義工



- 基礎英文老師
音樂老師
平面設計 / 報紙排版
視頻拍攝 / 剪接
記者

如果你願意成為角聲的福音伙伴

請電話聯絡
(510) 893-3210

San Francisco Chinese Grace Baptist Church advertisement with Golden Gate Bridge image

San Francisco Chinese Grace Baptist Church service schedule

San Francisco Evangelical Free Church service schedule

Chinese United Methodist Church service schedule

SUNSET CHURCH advertisement with house icon

Chinese Independent Baptist Church service schedule

Advertisement for Herald Cancer Care with logo

San Francisco Chinese Alliance Church service schedule

Golden Gate Christian Church advertisement with church building image

San Francisco Chinese Baptist Church service schedule

Cumberland Presbyterian Chinese Church service schedule

Herald Cancer Care advertisement with detailed text and logo

角聲屋崙福音中心

天天細心服事社區



填寫表格、代讀文件、翻譯文件
 申請福利、理財諮詢、報稅服務
 戒毒團契、入籍班、英文班、編織班
 長者開心天地、心理講座、量血壓服務
 粵曲團契、書法及山水畫班
 查詢電話：510-893-3210
 網址：www.cchcsf.org

南灣教會 South Bay Churches

主恩基督教會 LORD'S GRACE CHRISTIAN CHURCH

主任牧師：歐陽貴宗牧師

主日崇拜 粵語：11:00am 國語：09:30am
 英語：09:30am 兒童：09:30am

主日學 粵語：09:30am 國語：11:00am
 英語：11:00am 兒童：11:00am

1101 San Antonio Rd., Mountain View, CA 94043
 Tel: 650-623-0917 Email: office@lordsgrace.org
 歡迎瀏覽網址www.lordsgrace.org索取詳盡資料

聖荷西華人浸信會 COMMUNITY BAPTIST CHURCH OF SAN JOSE

主日崇拜：9:30am (粵/國)、11:15am (英)
 主日學：9:30am (英)、11:15am (粵/國)
 各團契：7:45pm (逢週五)

特別推薦 Children Program 兒童會 7:45pm (逢週五)
 Youth Group 青少年會 7:45pm (逢週五)

粵語：岑浩傑傳道 英文：韋有瑜牧師
 國語：潘明仁牧師 顧問：伍柏禎牧師
 電話：(408) 371-6200 網址：www.cbcsj.org
 地址：2215 Curtner Ave., Campbell, CA 95008

南灣中華浸信會 Southbay Community Baptist Church

主日：9:50am 國語崇拜
 10:00am 英語/兒童崇拜/粵語主日學
 11:20am 粵語崇拜
 英語/兒童主日學

週五：7:45pm 團契/ Southbay Kids Club

會址：448 Francis Drive, San Jose, CA 95133
 電話：408-926-2621 網址：www.scbc.net

號角 廣告刊登

閣下如有興趣於
 號角月報刊登廣告，
 請致電：510-893-3210
 或電郵：ad@cchcsf.org

聖荷西中華歸主教會

我們的使命——
 引領教會外的人歸信基督，
 造就教會內的信徒成為成熟
 委身的基督跟隨者。

電話：408-725-8733
 網站：www.fcscsanjose.org
 4255 Williams Road, San Jose, CA 95129
 (Saratoga及Williams交叉口，25-57-58號公車直達)

聚會時間：
 中文敬拜(實體+網絡)：11:15am-12:30pm
 英文敬拜(實體+網絡)：9:30-10:45am
 中文成人主日學(實體+網絡)：9:40-10:40am
 兒童敬拜/主日學(實體上課)：9:45am-12:30pm
 家庭小組及團契聚會：請電詢教會辦公室

教牧同工：
 中文部：Lianhai Fu 傅連海、Chenxi Fu 符辰希
 英文部：Halicon Kuan 管良爵

歡迎大家一起來敬拜與學習聖經的話語！

一點光粵語堂 thepoint.church

在基督愛中成長
 一點光甘與神用，萬般愛願為主獻

主日學時間：上午九時三十分
 主日崇拜時間：上午十時三十分

顧問牧師：
 彭錦輝牧師 (Rev. Joseph Pang)
 彭方幼君師母 (Mrs. Judy Pang)

會址：
 3695 Rose Terrace Circle San Jose, CA 95148
 網頁：cantonese.thepoint.church
 Facebook主頁：Yat Dim Gwon

曙光華人基督教會 First Morning Light Chinese Christian Church

主任牧師：羅耀輝 牧師 傳道同工：張 恩 傳道
 英文部傳道：Lynn Chung 兒童主日學校長：韓綺芬 姊妹
 教會最新動態 / 敬邀主日信息 / 團契聚會時間等各類消息，歡迎上網頁看

聚會時間：
 主日崇拜：早上 10:00 主日崇拜 / 英文青年崇拜 / 兒童主日學
 兒童主日學：早上 11:40 成人主日學
 週六晚：晚上 7:15 - 9:15 AWANA
 週三福音會：晚間 8:00 - 9:00
 E-mail: contact_fmlicc@gmail.com
 Web: http://www.fmlicc.org

電話：(408) 745-0101
 地址：531 E Weddell Dr., Sunnyvale, CA 94089-2114

方舟浸信教會 Ark Baptist Church

在基督裡成長，在萬民中傳揚

聯合主日崇拜：10:00AM
 兒童主日學：10:30AM 週二禱告會：7:30PM
 成人主日學：11:45AM 週五3G小組：7:00PM

會址：380 Montague Expressway, Milpitas, CA 95035
 (鄰近Great Mall·Montague與Capitol交口附近)
 電話：(408) 526-1312 網址：www.arkbaptistchurch.org
 會牧：孫慈俠牧師

東灣 EAST BAY

Pleasanton 灣區平安福音堂

傳道主日學，
 帶給你一家都必得救

主日崇拜(粵語)與
 兒童及少年主日學中、英雙語
 禮拜日上午十一時十五分
 同時進行

4430 Willow Road, Suites L & N Pleasanton, CA 94588
 (925) 225-9888 www.bopec.us

柏克萊華人浸信會 Berkeley Chinese Baptist Church

英語崇拜：週日上午九時半
 粵語崇拜：週日上午十一時
 (國語翻譯及幼兒照顧)

中文部牧師：方國華牧師

地址：1951 Sacramento Street, Berkeley, CA 94702
 電話：(510) 848-8722
 網站：http://www.bcbc-berkeley.org/chinese

信望愛華人宣道會 Christ Community Chinese Alliance Church

主日崇拜：9:30 am - 11:00 am (粵語、英語)
 主日學：11:15 am - 12:15 pm (粵語、英語)
 兒童中文：星期六 9:30 am - 12:00 noon
 易筋班：星期六 8:15 am - 9:45 am
 乒乓球：星期二 7:30 pm - 9:00 pm

地址：19741 Hathaway Ave, Hayward, CA 94541
 電話：510-481-0410
 聯絡：趙志文牧師 (Rev. Tony Zhao)
 電郵：cccac_e-mail@yahoo.com
 網站：www.cccac.org

基督之家 Home of Christ Church

灣區基督之家是由寇世遠監
 督於1978年所創立，目前在
 灣區已經有七家。各家每週
 都有成人、青少年及兒童聚
 會，歡迎參加！

第六家 Newark
 35479 Dumbarton Court,
 Newark, CA 94560
 (510) 742-6848

第二家 San Francisco
 465 West Portal Ave
 San Francisco, CA 94127
 (415) 564-2099

第一家 Menlo Park
 71 Bay Road
 Menlo Park, CA 94025
 (650) 323-5550

第五家 Cupertino
 10340 Bubb Road,
 Cupertino, CA 95014
 (408) 996-6208

第四家 Saratoga
 20548 Lomita Avenue,
 Saratoga, CA 95070
 (408) 867-6264

第七家 Morgan Hill
 17175 Monterey Rd.
 Morgan Hill, CA 95037
 (408) 706-5996

● 聚會時間及講道錄音：
www.hoc.org

● 網上收看《天聲傳播協會》福音節目：
www.hvfhoc.com

三一華人浸信會 Tri-City Chinese Baptist Church

溫馨的大家庭 佳美的好信息

地址：38075 Mission Boulevard, Fremont, CA 94536
 Website: www.tccbc.org
 Tel: 510-792-2782

主任牧師兼華語堂牧師：李光陵牧師 Rev. Job Lee
 粵語堂牧師：鄭偉強牧師 Rev. Michael Kwong
 英文堂傳道：蔡頌榮傳道 Pastor Stephen Choy

英文主日崇拜：9:30am 粵語主日崇拜：9:30am
 華語主日崇拜：11:00am 兒童主日崇拜：9:30am

恩信華人宣道會 Grace Chinese Alliance Church

粵語主日崇拜 - 11:00 am 英語主日崇拜 - 9:30 am
 (實體與網上同步進行直播)

團契及其他活動
 歡迎查詢或瀏覽以下網頁
 青少年/職青牧師：章振道牧師

1630 Grant St. Concord, CA 94520
 Concord BART 地鐵站對面
 電話：925 686 5678 網址：gcac-cma.org

中華歸主教會 Chinese For Christ Church

柏克萊教會 (靠近加大柏克萊校區) 北東灣教會

中文牧師：陳光 (Guang Chen)
 英文牧師：Dennis Lee, Chris Wong
 主日敬拜：9:30am (英文) 11:00am (中文)

會址：2715 Prince St., Berkeley, CA 94705
 電話：510-654-8137
 網址：http://www.cfcbberkeley.org (中文)
 http://www.cfcbberkeley.org/vinewood (英文)

顧問牧師：義秉欣 (Benjamin Yi)
 主日敬拜：11:00am (中文)

會址：801 Park Central St. Richmond, CA 94803
 電話：510-680-1345
 網址：http://www.cfcbnc.org
 郵箱：admin@cfcbnc.org

蘇郡華人基督教會 Solano Chinese Christian Church

2022主題：專心仰望耶穌，靈命成長，肢體合一

主日國語崇拜：10:30am
 兒童主日學：10:30am (English)
 成人主日學：9:00am

祈禱會：每逢週三晚上 6:30pm
 團契聚會：每逢週五晚上七點

聯絡：Andy 王永平弟兄 電話：707-290-2348
 地址：401 West Monte Vista Ave, Vacaville, CA 95688
 (Trinity Baptist Church, Room 122)

山區貧民食不裹腹 春節送暖盡顯溫情

淳化、乾縣四縣內溝壑、山地較多，自然災害頻發。秋天莊稼能有收成，農戶一家勉強裹腹就不錯，更遑論豐衣足食。

「愛心匯點」按着《聖經》的教導，「激發愛心、勉勵行善」，創刊35年來扶貧助困、賑災救難，把溫暖帶給人間。「愛心匯點」的讀者，大部分雖素未謀面，但在行善的事上，卻樂善好施、萬眾一心，以至「愛心匯點」能藉着您們的捐贈，成就了大大小小的慈善工作。在此，衷誠地謝謝您們的愛心參與！

送愛心禮包、貧戶感涕零

上月讀者來電關心查詢：「請問今年還有山區送暖嗎？」當然有啦！「山區送暖」是「愛心匯點」超過10年的慈善項目，縱使在瘟疫期間也從未間斷。2023年的「送暖顯溫情、博愛送萬家」山區扶貧活動，「愛心匯點」以10萬元人民幣，採購了534份「角聲愛心家庭包」，內含1袋米、1桶菜籽油和1床棉被，每份花費187元。

愛心包由陝西紅十字會安排，在該省三個山區貧窮縣，分發給貧窮區裡的貧窮戶，分別是長武縣227份；旬邑縣150份；淳化縣157份。「角聲」的同工及協工，親自到山區送暖，收到愛心包的老百姓，都因着您們（海外同胞）的關懷，而

感激涕零。

丘陵溝壑地、風雪雨侵

2024年的「送暖顯溫情、博愛送萬家」

山區扶貧，於農曆新年前舉行。經過研究決定，仍會選擇土地貧瘠、自然災害頻生的長武、旬邑、淳化、乾縣等四個縣。這四個貧窮縣，均位於陝西北部丘陵地帶。長武縣在西北黃土高原丘陵溝壑區，年均氣溫9.1°C。海拔847-1,274米，耕地面積29.9萬畝，且以山坡為主，人均耕地不足2畝。

旬邑縣地處渭北黃土高原溝壑區，北依甘肅省正寧縣。年均氣溫9.2°C，降水總量589.4毫米，最大積雪深度14厘米；凍土最大深度67厘米。近幾年春季氣溫逐年增高，冬春連旱和倒春寒現象頻繁出現。夏季旱澇並存，部分地區經常出現雷電、冰雹、暴雨、大風等災害。

淳化縣地處鄂爾多斯地台南緣褶皺帶上，地勢

北高南低，海拔介於630-1,809米之間，相對高差1,200米左右，屬奧陶紀石灰巖的土石山地。土層較薄，基巖裸露較多，海拔在1,000-1,599米之間，土壤下部為三疊紀砂頁巖，上覆厚薄不等的黃土，溝谷多而水流小。

乾縣地處陝北黃土高原南緣，與關中平原接壤。是西北高而東南低的丘陵溝壑區，顆粒無收的土地，約佔全縣面積49%。長武、旬邑、




走上崎嶇路、山區送暖來

貧窮饑饉的滋味，對海外華僑及國內城市人來說，相信十分陌生。我們天天嚷着的，是「攝食過多、身體肥胖；費盡心思、努力減肥！」哪知全球有23億人，沒有足夠的食物，估計每年有9百萬人死於饑餓。

親愛的讀者：雖然「愛心匯點」每年山區送暖，不過是杯水車薪。但「莫以善小而不為之」，如果人人都願意做一點點善事，集腋成裘，就變成慈善滿天下了。因此，請求各位讀者慷慨解囊，同心參與「送暖顯溫情、博愛送萬家」山區扶貧活動。善款支票抬頭請寫：CCHC，並註明：「山區送暖」，逕寄：CCHC, 156-03 Horace Harding Expressway, Flushing, NY 11367。謝謝！敬祝：新年快樂！

上網捐款，請掃一掃右邊的二維碼，或進入網頁：
cchc-herald.org/love-focus-donate
 請註明受助人姓名，謝謝支持！



父親遺棄母殘疾 飄零孤雁哪藏身？



今年才7歲的肖程浩，是個可愛的小男生；長得眉清目秀、俊美可人。他的身世十分可憐，小小年紀就成了「無人撫養」兒童。

他的父親是江西人，多年前到福建來打工，愛上本地姑娘，兩情相悅、共定婚盟生下了程浩。但三年多前父親出外打工，與家人失去聯繫，從此生死茫茫。他既未對孩子履行撫養義務，更令本來患有癲癇病的妻子（程浩的母親），精神失常成為二級殘障。

程浩的母親經常發病，弄得自己一身傷。程浩外婆共有兩個女兒，大女兒已婚在泰寧生活，外婆照顧家住余坊鄉的小女兒（程浩母親）。因小女兒天天哭鬧無常，動輒自殘自傷，令外婆心力交瘁，只好把小孫兒程浩送到大女兒家，請她代為撫養。

程浩的大姨母，自己兩個孩子還小，而且還要出外幹活，實在無法照顧程浩了。外婆除了照顧

精神病的小女兒，更是家裡唯一有勞動力的人；為了維持家計，無奈一把年紀，還要到種菸葉的田裡打工，幹粗活賺點伙食費來補貼家用。

有時外婆出外打工，只有程浩和母親一起。母親隨時發起病來，會砸東西、大喊、抽搦.....孩子多次被母親嚇到膽戰心驚！他十分害怕母親，外婆又精力耗盡，只好再求大女兒，把程浩放在她家裡。程浩如此被送來送去，總沒有長期安身之所，小小年紀，就嘗盡飄零落魄的淒酸。

感恩的是，有人向程浩的大姨母說，何不請民政局介紹，把程浩送到三門市兒童之家。不久，兒童之家的副院長在民政局的陪同下，親自到大姨母家摸底。很快地，程浩就進了兒童之家。



過上安穩而備受愛護的日子。

程浩於2023年9月就讀一年級，他十分聰明，進學不久，就能看懂建築圖中的溝渠、橋樑等名詞，並懂得千位數字。外婆和大姨母，看到這「可憐的孩子」不再可憐，心中甚是欣慰！她們希望程浩在更好的環境下，安心讀書改變蹇促的命運，迎接美滿的人生！

親愛的讀者：謝謝您們與「愛心匯點」共襄善

舉，一同改變了600多位特困兒童的命運。他們像程浩一樣，帶著悲涼的身世進入兒童之家，如今很多已成為社會上的良好公民。這是上帝的恩典，也是大家共同努力的成果。讓我們再接再厲，繼續用愛心支持角聲華恩中國兒童事工吧！

善款支票抬頭請寫：CCHC，逕寄：CCHC-中國兒童事工，156-03 Horace Harding Expressway, Flushing, NY 11367。如您想成為守護天使，長期助養孩子，請填妥以下的表格，同時寄來。願上帝賜福與您！

角聲中國兒童事工回應表

姓名：_____ 請在適合的□內打勾：

(English)：_____ 我願意成為「守護天使」，每月奉獻\$35元，長期幫助一位小孩。

地址：_____ 奉獻從_____年_____月至_____年_____月。

聯絡電話：_____ 我願意一次過支持「角聲中國兒童事工」，現奉獻\$_____。

電郵：_____ 我對「角聲中國兒童事工」有興趣，願意進一步了解，請與我聯絡。

郵寄地址：CCHC, 156-03 Horace Harding Expressway, Flushing, NY 11367 過信用卡奉獻。詳情請致電「角聲」會計部查詢：(718)799-8253 或 accounting@cchc.org。奉獻收據可作報稅用。謝謝！

長期捐款方式：為方便行善，長期奉獻者，可透

中半島
Mid - Peninsula

恩信播道會
Faith Community Church of the Peninsula
主日粵語崇拜 - 10AM
Belmont Community Center
20 Twin Pines Lane, Belmont
網址: www.faithccp.org 電郵: office@faithccp.org
電話: (650) 288-6781

恩道基督教會
Grace Gospel Christian Church
崇拜時間：每主日上午十一時
崇拜地點：Hilton Garden Inn
2000 Bridgepointe Circle,
San Mateo, CA 94404
設有幼兒照顧並兒童青少年主日學
聯絡：劉英華牧師 (650) 212-5858
網頁：www.gracegospel-rca.org

宣道會忠愛堂
Peninsula Community Alliance Church
國語堂 主日崇拜 09:15AM 主日學 11:00AM
粵語堂 主日崇拜 11:00AM 主日學 09:30AM
英語堂 主日崇拜 11:00AM
256 N. El Camino Real, San Mateo, CA 94401
電話: (650) 343-7677 · 網址: www.pcacus.org
歡/迎/參/加

路德會恩望堂
Hope Lutheran Church & School
主日崇拜
9:00 am 英文崇拜) · 10:30 am 廣東話崇拜)
主日學 9:30 am 廣東話)
教育事工
· 幼兒園 · 中文學校 · 夏日營
(650) 991-4673
www.hopedalycity.org
Email: info@hopedalycity.org
55 San Fernando Way, Daly City, CA 94015

聖馬刁市
Christ Church of the Bay Area
CBA 灣區基督教會
國語主日崇拜時間：11:00 AM
地點：234 9th Ave., San Mateo, CA 94401
電話：(650)570-5877 (備有托嬰服務)
網站：www.ccbasm.org
Email: info@ccbasm.org

活泉華人教會
San Bruno Chinese Church
250 Courtland Drive, San Bruno, CA 94066
Tel. (650)589-9760
www.SanBrunoChineseChurch.org
中文牧師：官國璋牧師 英文牧師：李振倫牧師
粵語堂 主日崇拜 11:00 am
主日學 9:30 am
中文團契 週六
英語堂 主日崇拜 9:30 am
兒童崇拜 9:30 am
少年團契 週五 7:30 pm
網上崇拜直播：bit.ly/2zS63T7
活泉松柏中心 第二週二上午十時
網上和實體聚會
詳情歡迎到教會網頁查詢

凡靠著耶穌進到神面前的人，
祂都能拯救到底；
因為祂是長遠活著，
替他們祈求。
-希伯來書7：25

白蘭氏
送禮首選白蘭氏
給摯愛，送最好！
龍馬精神 青春煥發
無脂肪 無膽固醇
各大亞超均有銷售
美西總代理：康元(北美)有限公司
電話：(510)487-7800 傳真：(510)487-0301 線上訂購：www.myAsianStore.com



黃凱欣醫生 祝福非洲無數眼疾者

阿珊

生於香港的黃凱欣 (Joyce) 醫生，是父母寵愛有加的獨生女，自小嬌生慣養，怕辛苦、怕蛇蟲鼠蟻；然而，她卻毅然回應神 (上帝) 的呼召，前去環境極其窮困惡劣的非洲剛果共和國，作醫生宣教士。她與非裔丈夫搭配侍奉，二人懷着歡愉喜樂的心，竭力服侍剛果的眼疾患者，建立非牟利眼科中心的目養計劃，祝福無數非洲人。

毅然入愛丁堡大學醫科

Joyce 生於一個基督教家庭。出生時，她的心臟曾停頓 8 分鐘，當時她的母親聽到有聲音說：「耶和華以勒 (耶和華必預備)」。

15 歲那年，Joyce 決志相信耶穌，並隨父母親前去泰北短期宣教，體驗外面的世界。「當時有一位宣教士對我說：『你將來可以做醫生，因為用醫生的身分可以去到全世界任何地方，簽證更容易，也可以幫助他人。』」為了這個原因，Joyce 毅然入讀愛丁堡大學醫科。

「一直以來我不太喜歡大自然，更不喜歡冒險和露營，但不知何故，從小卻很嚮往非洲這個地方。在唸醫科六年級 (2000 年) 時，我有機會前去世界不同地方實習四個月，於是決定用兩個月時間留在非洲，看看神是否要我去這個地方宣教。」

棄己見寫下「捨棄生命」

當年 Joyce 經由一位牧師介紹前去非洲的熱帶雨林區——加蓬 (Gabon)。Joyce 坦言：「抵達座落在杳無人煙的雨林中的宣道會宣教醫院後，即時感受到神的同在和平安。看到宣教士們堅韌、勇敢和忍耐的品格，在沒有資源的情況下也能醫治病人，讓我大開眼界。」

與此同時，Joyce 自覺一個嬌生慣養、性格急躁、怕辛苦、怕蛇蟲鼠蟻的女孩，怎可以在非洲生活？因此，縱然她深知是神呼召她去非洲事奉，但仍堅決向神說：「不行、絕對不行！」一天，神多次對她說同一句話：「Joyce，你去非洲事奉我。」當時她不斷與神角力，在沙灘來回散步 8 小時，甚至在日記寫下不能做宣教士的七大理由。

及後，Joyce 終於明白過來了，即使神的旨意不是她想要的，但仍要相信、服從祂。「接着，我就在那七大理由旁邊寫下『Lose your life (捨棄生命)』！既然相信神，就必須服從祂，於是便乖乖地留在非洲，讓祂用我一生。」隨即，奇妙的事情就出現了！

預感要嫁這個非裔男人

「回到醫院後第二天，我認識了宋安理 (Henri Samoutou)，現在是我的丈夫。當時的他是醫院的眼科手術技師 (Senior Ophthalmic Technician with Surgical Skills)。當天下午傾盆大雨，我和他滯留在醫院內，彼此交談甚歡。當時我還跟加拿大的朋友通訊說：『我想今天我遇到了基督最美麗的倒影！』當晚凌晨三時，我在睡夢中驚醒，預感他就是我要嫁的男人。」這事以後，Joyce 用了兩個星期時間跟安理互相了解，之後她就返回英國完成她的專科課程。二

人分開長達 4 年，期間只靠書信來往，及後在 2004 年結婚。

聽 Joyce 講述宋安理迂迴曲折的人生經歷，令人感動又感恩。安理是非洲加蓬人，在家中排行 12，之前的 10 個兄姊都先後離世。在他出生時母親仍然十分悲傷，所以把他的姓氏改為 Samoutou (「沒有希望」之意)。安理 4 歲時母親去世，只剩下父親和一名兄長，一家三口相依為命。童年的安理充滿憤怒，很不開心。由於家境十分貧困，他每天要在森林赤腳走 14 公里路上學。一天，他回到家，發覺父親躺在床上，眼睛紅腫，很是痛楚，原來是工作時傷及眼睛，後來更因得不到適當的醫治而致雙目失明。為此，他便決心長大後修讀眼科，希望可以幫助父親復原，可惜為時已晚。

丈夫獲獎學金修讀眼科

大學時他修讀西班牙文和新聞系，由於他所依賴的財政支持已經落空，故需要做多份散工來賺取學費和生活費。在徬徨無助時，他便向神哭訴。有一晚他夢見自己身處一個房裡，多人戰爭受傷，安理明白神想要他做什麼，但不知道如何去做；接着，身後有人引導他用注射器幫助他們，當他幫助每一個人的時候，斷裂的骨頭都復原了，傷口也消失了。一覺醒來，他知道神召喚他去行醫，只是他感到十分奇怪，因為他根本沒有資源讀醫。他沒有把夢告訴任何人，只有繼續禱告，尋求神的帶領。

一天，安理重遇一對宣教士夫婦，他們是安理少年時的屬靈導師，也是他們把這個「憤怒小男孩」的生命扭轉過來，從此懂得去愛人。這對宣教士夫婦決定支持他到一間護理學院修讀護理課程；之後神繼續開路，讓他獲得獎學金，前去剛果民主共和國修讀眼科，而他也曾在英國完成神學課程和學習英文。

Joyce 坦言：「我修讀的不是眼科而是醫科，但在選科時刻意選讀一些能幫助非洲的科目，如熱帶醫學、家庭醫學和婦產科。感謝神，把宣教的心志分別放在我們夫婦倆



心中，正如《路加福音》十章 9 節說：『要醫治那城裡的病人，對他們說：神的國臨近你們了。』盼望我們的角色，就像那四個把麻子從屋頂垂下來見耶穌的人一樣，使病人的身心靈都得到醫治。」



開眼科手術中心及醫院

Joyce 在誕下第一個女兒後，他們便返回加蓬，開辦了一個眼科手術中心，以自給自足的方式幫助當地人。在第二 (2008 年) 和第三 (2010 年) 個孩子出生後，他們舉家前去剛果共和國，建立非牟利眼科中心的目養計劃，另外又在當地小鎮——因普豐多 (Impfondo) 開辦第一間眼科手術中心。

2019 年，他們在韋索市 (Ouesso) 建立了第二間臨時眼科中心，並籌辦一間醫院。Joyce 說：「原先計劃需要約 5 公頃土地，想不到地區政府多送我們一公頃土地，總共 6 公頃。佔地六分之一的眼科大樓將在明年落成，還有大片土地可發展為其他醫療專科設施。」

Joyce 坦承，資金素來都是一個重大的問題。「在加蓬創建第一個工場的資金，來自國際非政府組織 (INGO, International Non-Governmental Organizations)。後來神感動我們前去剛果，但資金申請被拒。在弟兄姊妹鼓勵下，我們分別在英國和香港註冊成立一個慈善機構，出乎意料地得到信徒大力支持。現時在香港和英國都有團隊，而在加拿大的合作夥伴是加拿大環球宣愛協會 (Alliance Global Serve Canada)、美國是新視野 (New Horizons)。」

每一步都看到神的供應

回顧過去，Joyce 感恩地說：「每一步都看到神的供應！無論是資金的籌集或面對當地的危機，如伊波拉病毒、叛軍政變，神都助我們安然度過。有一次，小女兒肺部受到感染而缺氧，而醫院的氧氣機剛好壞掉，如果得不到及時醫治，一、兩天後就會死亡。恰巧，早前從美國運來的一輛救護車剛抵達，我們在車內找到一瓶氧氣。就這樣，女兒得到及時地救治。」越是經歷，Joyce 越有信心，深知事情或大或小，諸如自己在家教育三個孩子、大女兒小提琴的學習、兒子的牙患得治，以至近年三個孩子均拿到獎學金，在英國入讀同一間寄宿中學……一切一切都超過所想所求，全是神在看顧和賜予。

非洲宣教路是艱辛的，但從 Henri 和 Joyce 夫婦臉上的笑容可見，他倆的服侍充滿歡愉，因為不但幫助了許多有需要的人，更經歷到與神同行同工的喜樂。



基督教角聲佈道團
Chinese Christian Herald Crusades
美西北地區分會

八點正

傾談

一月

逢星期一至星期四
8pm - 9pm



zoom

網上進行粵語主講

ZOOM 號碼: 87446585123

電話收聽

+16699006833,,87446585123#

星期一 時事漫談

- 01 新年假期 - 暫停一次
- 08 Dr. Bill Tam 譚克成博士
- 15 Dr. Alex Yu 余創豪博士
- 22 Thomas Fong 鄭傑安長老
- 29 回望2023 - 角聲同工

星期二 社區資訊

- 02 法理情 - (Linda Wong 律師)
- 09 角聲旅遊 - 角聲同工
- 16 租務條例 - 方律師
- 23 遨遊萬里 - (彭浩)
- 30 食得有營 (黃嘉慧營養師)

星期三 心理家庭

- 03 時事縱橫 - (林修榮弟兄)
- 10 花卉種植 - (Maggie)
- 17 急性無症狀心臟發作 (黃顯慶醫生)
- 24 有「型」有「格」 - (梁澤銘傳道)
- 31 視頻檔案

星期四 福樂康寧

- 04 望聞問切 - (鍾鴻基中醫師)
- 11 醫藥健康 - (吳光敏醫生)
- 18 藥理常識 (劉智昌藥劑師)
- 25 視頻檔案



蔣吳蘊蘭

那時朋友常邀請我們去教會，說了六年「不」之後，我終於在1988年底接受邀請...

1989年一月一日(星期天)早上，我躺在床上，想到那兩個女人，我究竟要的是什麼？人真的可以活得不一樣嗎？

那是我第一次參加主日崇拜。一進門，聽到詩歌，簡單的大廳，看到一排排的人...

1月28日(星期六)晚上，抱著「去看看」的心態參加佈道會。講員是一位醫生出身的牧師...

在新的一年，願你認識神和真正的你，因為「若有人在基督裡，他就是新造的人...

舊事已過，但舊習慣和舊影響還在，信靠順服，靠著主的恩典而活...

- 1. 做出你關心的決定。確保你想要做出的改變對你來說確實很重要...
2. 具體。不是「我想減肥」，而是「我想在3月15日之前減掉5磅」...

- 3. 騰出時間。如果你想每週運動三次，請在日曆中寫下日期和時間。
4. 慢慢開始，一步一步。如果你現在無法跑出六英里，就不要指望在二月之前跑馬拉松。
5. 採取不同的做法。如果你十年來一直制定同樣的舊決心但始終無法堅持下去...

我為你禱告，願神帶領你做出你最關心的決定，新年新開始。「求你指教我們怎樣數算自己的日子...

(蔣吳蘊蘭師母，ParentingABCtoday.com 創辦人，退休加州婚姻家庭治療師。)

天國路上 12 求上帝潔淨和祝福美國

文/ Ellen 李愛晨 翻譯/ 黃紅英

在上一篇《天國路上 11》，我繼續分享了去不同地方外展、禱告的征程。疫情後的一年多來，在路上我，遇到了來自不同地區的許多禱告勇士...

因此，讀《聖經》、聽神的教誨是我們唯一可行的路。正如2021年11月14日，我們在威爾教堂進行周日禮拜、交流探討美國現在正在發生的事情時...

我還記得11月15日在去機場的路上，我們一行三人去黃尾傳教士餐廳吃早餐。這家傳教士餐廳由上帝的子民經營...

回到三藩市後的11月20日，我又參與了許多愛國者在三藩市39號碼頭前的集會。我們熱愛自由，為我們的醫療權利挺身而出...

禱。當時約有120位客人前來慶祝，大多數人都戴著口罩出來，而那時許多人仍不敢出來參加活動...

11月27日，是我們每週六上午在聯合廣場前的外展祈禱：呼籲天堂的祝福。我打電話給基督裡的一位姊妹...

11月30日至12月2日，我和另兩位基督姊妹從舊金山飛華盛頓特區，參加反墮胎集會。我們為美國代禱...

在這次華盛頓旅行中，上帝安排了一次與「大衛帳篷」創始人見面的機會。我們一起吃早餐，我坐在他旁邊...

12月2日的反墮胎事件集會後，我們去大衛的帳篷裡經歷上帝的禮物：我們跳舞、祈禱和閱讀經文...

2021年12月6日，我們回到三藩市時，天也正下著雨。第二天，我發覺我的車被雨水沖刷得很乾淨...

歷經12期的《天國路上》後，我將暫停分享我在天國路上事奉的故事，但永遠不會停止禱告和事奉的腳步...

請瀏覽San Leandro 中信福音中心網頁 ccmslhc.org 在「每週實地推介活動」網頁點擊你想探索的活動
2525 Merced Street, #200, San Leandro, CA 94577
【豐盛樂齡坊】(團契後一同享用豐盛樂齡午餐)
【有傾有講談信仰】(實體)
**新活動:【中信福音下午茶座】
外展地點: SL 嶺南美食餐館 / 逢第三個星期二下午 2:00pm-4:00pm
(實體) 普通話初級課程 逢星期三上午 10:00am-12:00pm
中信福音粵曲團契(實體)
羅天樂音樂教授/牧師主持-(實體) 樂齡訓練課程
英文基礎班(實體)
英語會話班(實體)
公民入籍班(實體)
拉伸經絡齊運動入門(實體)
活力排舞班-(實體)

San Leandro Chinese Christian Mission Gospel Center
www.ccmslhc.org 或掃描海報內「實體/網上活動時間表」二維碼
每週課程 活動時間表
基督徒 義工申請表
**中信福音話劇事工現徵求經驗編劇, 編寫福音話劇或舞台劇劇本, 請聯絡 Sandra Fung (510) 388-0909 or sfung@ccmslhc.org
*福音茶座日期: 1/16/24; 2/20/24; 3/19/24; 4/16/24; 5/21/24; 6/18/24
2024 1/16/2024 中信福音茶座
講員: 羅裕康醫生
主題: 「福杯滿溢」
實用英語會話班(實體)
聖利安市中信福音中心 逢星期三上午 10:30am-12:00pm
【3rd Tuesday】一齊下午茶
生活英文會話
英文基礎班(實體)

Table with 3 columns: Day, 上午 Morning, 下午 Afternoon, 晚上 Evening. Rows include 星期一至星期六, listing various activities like English classes, Bible studies, and community events with times and locations.

營養美食

黃嘉慧 營養師
Catherine Wong, RD, MPH

黃嘉慧營養師熱衷於創造健康營養美食，現任華埠公共衛生局營養主任。在加州柏克萊大學及洛杉磯大學取得營養學士及碩士學位。曾應聯合國邀請到中國培訓醫生及營養師，並曾獲美國營養協會頒贈之「傑出青年營養師」獎，美國心臟協會和美國癌症協會多項獎狀。本專欄資料由三藩市公共衛生署華埠公共衛生局贊助提供。

新年大計， 從健康出發!

新年好! 三藩市華埠公共衛生局祝大家新年快樂! 踏入新的一年, 很多人都會為自己訂立新的目標。然而, 無論要達成何種目標, 都需要有健康的體格幫助你完成新年計劃。希望在2024年, 你和家人一同建立健康飲食和活躍的生活方式, 今期我們會與你一起探討如何計劃建立這種生活方式。



不要經常節食

很多人會在新年開始「節食減肥」, 但很多流行的節食方法都是通過極端的節食或非常不均衡的飲食方法來減輕, 由於這些極端的方式很難持續, 很多人不久就會放棄, 並尋找下一個節食方法。長期節食對身心健康都有害。另外, 研究顯示大多數透過限制性節食減肥的人會在一年內恢復三分之二的體重, 節食也會讓未來減肥變得更加困難。與其年復一年地節食減肥再反彈, 不如嘗試一些更健康、更容易持續的減肥方法。專注於改善你原有的飲食方法, 而不是一個全新的完美飲食方法。

提前計劃膳食

提前規劃你之後幾天或一星期的菜單, 並預早準備食材, 例如哪些食材需要購買, 哪些要預早開始解凍, 哪些可以預早切好。這樣有助確保你做出健康的菜式, 也能節省金錢, 減少食物浪費和減少出外用餐的次數。研究顯示, 在家煮食次數較多的人, 比出外吃飯或吃外賣的人有更好的飲食質素和更少的身體脂肪。建議你可以逐漸增加在家煮食的次數, 最終目標是大部分時間都是在家裡用餐。



少坐多動

每年新年, 很多人都會購買昂貴的健身房會籍和線上健身課程。儘管大多數人一開始通常都會去健身, 但大多數人並沒有將這個變成持久的習慣。如果你選擇一個你喜歡的體力活動並且根據你的時間表來安排一個適合的時間, 你的成功率會大大提高! 例如, 在上班前散步、慢跑或騎自行車半小時, 在回家的路上去健身房游泳, 或每天下班後在家裡跟着視頻做15分鐘運動。坐太多亦會對健康產生負面影響, 有些研究顯示久坐與整體死亡率風險增加有關。下定決心少坐是一個容易實現的新年目標, 可以根據你的生活方式進行調整。例如, 如果你的辦公室工作需要長時間坐著, 可以嘗試午餐時散步15-30分鐘, 或每小時起身步行5分鐘。



將注意力放在正面的事情, 例如你可以增加哪些健康食物、增加哪些體力活動、在家嘗試煮哪些健康菜色? 而不是專注於你不能吃甚麼和不能做甚麼。希望以上的心得可以幫助你過一個健康的2024年。

鳴謝註冊營養師 Vivian Wong R.D.(黃漪霖) 協助撰寫本期營養專欄!

多吃未經加工的完整食物

其中一個最簡單和最容易持續的健康飲食方式就是多吃未經加工或只是微加工的完整食物。例如新鮮或冷藏(Frozen)的水果和蔬菜。它們含有豐富的維他命、礦物質、纖維和植物營養素(Phytochemicals), 有助增強免疫系統、減少炎症、穩定血壓和降低某些癌症和心臟病的風險。盡量少吃罐裝的水果和蔬菜, 因為它們會有較高的糖份和鹽份。蛋白質方面建議大家選擇新鮮的雞蛋或豆類, 新鮮或冷藏的海鮮、肉類和家禽。避免加工肉例如香腸、煙肉、臘腸、臘肉、午餐肉等, 它們通常含有大量飽和脂肪和鹽份, 會增加心臟病的風險, 而且有些加工肉含硝酸鹽, 會增加癌症風險。穀類食物建議大家多選擇全穀類, 例如糙米、全麥麵包、燕麥、全麥麵條。相比精製穀類(如白米和白麵包), 全穀類保留了較多維他命、礦物質和纖維。記得餐盤的一半應該是水果和蔬菜, 四分之一是健康的全穀類, 四分之一是蛋白質, 加入一些健康脂肪(如橄欖油或牛油果)。不過, 除了吃什麼之外, 在新的一年裡, 我建議你同樣關注飲食的方式。你吃飯時有沒有分心做其他事情, 例如看手機和電視? 很多研究都顯示這樣會令我們不自覺地吃得更多! 你是否有注意食物、注意味道和口感? 是否細細品味每一口食物、充分咀嚼、並在不再飢餓時就停止進食, 而不是吃到撐着才停下?



原來糖果好易做

原來糖果好易做 「合桃紅棗糕」

- 材料:**
- 紅棗 200 克
 - 麥芽糖 250 克
 - 合桃仁 120 克
 - 玉米澱粉 20 克
 - 牛油 / 橄欖油 15 克
 - 水 60 克

- 做法:**
1. 紅棗去核剪碎, 加少許水煮至軟身, 再壓成粗粒紅棗蓉, 備用。
 2. 合桃仁切碎, 備用。
 3. 玉米澱粉加 30 克水, 拌勻備用。
 4. 麥芽糖加 30 克水, 倒入中型不粘鍋, 開中火煮溶, 用矽膠刮刀拌勻。
 5. 倒入紅棗蓉和牛油 / 橄欖油, 不斷攪拌。
 6. 繼續煮至攝氏 110 度, 或棗蓉開始乾身。
 7. 倒入玉米澱粉水, 煮至 120 度, 或棗蓉開始起絲, 便可熄火。
 8. 倒入合桃仁, 翻炒拌勻。
 9. 把合桃仁棗蓉均勻倒在鋪上烘焙紙的容器上, 壓平至約 1 厘米厚。
 10. 待稍冷卻後用刀切成適當的大小和形狀。
 11. 即可享用或放進包裝袋保存。

留意當中秘訣

加入澱粉水時, 要攪拌到完全純淨, 不可有微粒; 就等於我們都要靠神純淨的言語, 除去歪念, 心中純淨, 不可以有微粒一樣。

詩篇 12 篇 6 節: 「耶和華的言語是純淨的言語……」



廣告刊登

號角

閣下如有興趣於
號角月報刊登廣告,
請致電: 510-893-3210
或電郵: ad@cchcsf.org

親愛的兄弟阿, 我願你凡事興盛、身體健壯、
正如你的靈魂興盛一樣。- 約翰三書二節



Banana Leaf
RESTAURANT

Authentic Malaysian-Thai Cuisine



「在苗必達的 Banana Leaf
提供最完美的东南亚美食。」

- 硅谷大都會

「最佳亞洲美食。」

- 消費者評論雜誌



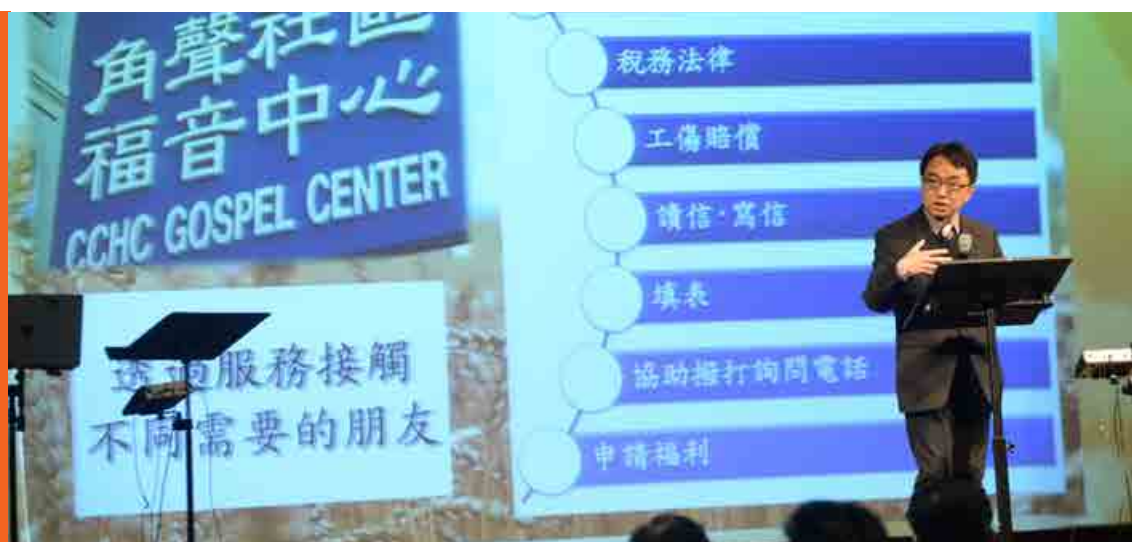
www.BananaLeaf-usa.com

McCarthy Ranch 182 Ranch Drive, Milpitas, CA 95035
Tel: 408.719.9811 Fax: 408.719.9810



基督教角聲佈道團北加州分會
2023年 冬季

角聲 通訊



親愛的角聲夥伴，主內平安！

感謝神的呼召，今年九月中，我正式加入角聲佈道團事奉，成為北加州的分會主任。我的角色主要有兩方面：第一是領導和牧養；在發展和建立事工的同時，我鼓勵及提醒同工義工們牢記事奉初心，凡事為神而作。第二是策劃並管理事工和團隊運作。

感謝神，賜角聲以下三方面的工發展方向：

- (一) 擴展並加強現有的事工服務
- (二) 重啟一些有需要的服務項目
- (三) 開發新事工去面對新的需求

神透過角聲北加州分會，在灣區事奉已過三十年，擁有多個成熟的事工平台和龐大的義工網絡。角聲渴望能連結更多的教會、同工義工、捐助者及支援者，以不同層面、渠道、模式傳揚福音。角聲比作一個「夢工場」，建造事工平台及提供配套，一起為主夢想(林後5:13)。

這夢工場的運作，需要開發多方面神國的資源。為此我請求各教會、宣教機構、信徒同工以及關心社區的你們，相互扶持、並肩同行、成就夢想。

以馬內利

Sam Leung
2023年 冬季

Pastor Sam Leung
梁澤銘傳道
基督教角聲佈道團
北加州分會主任



正道神學院基督教研究科碩士

三一神學院(TEDS in Deerfield, IL)領導學博士候選人

認證DISC性格教練

「聖格與隊工」事工創辦人

曾在數間全球資訊顧問公司工作，擔任高層管理超過二十五年

教會聯盟

北加角聲未來的重要發展，是離不開與眾教會結成在一起，資源共用，配合社區需要，開展有效的項目。

社區夥伴教會計劃

與教會建立合作夥伴關係。

邀請教會到中心，作城市宣教體驗。

為教會訓練社區事工的同工。

個人參與

莊稼雖多，卻缺乏作工的人。同工方式可以有不同的可能性；不限於地區、崗位，時間等。只要你有一份助人之心、又透過事奉分享見證，皆可以支持角聲的事工。另一方面，亦請大家多與親友分享角聲的異象和需要，使更多人了解角聲的動向。

資源啟發

要啟動這些計劃，除了需要社區的關注和回響，也極需要資金的支持才能得以實現。期待神透過弟兄姐妹愛心的奉獻，把事工建立起來，讓福音的門大大的敞開。

恆切代禱

最要緊的是，角聲的事工需要龐大的禱告勇士們，每天為角聲的事工和同工們禱告，求神加強我們的裝備，完成神給我們的使命。

「門徒出去、到處宣傳福音、主和他們同工、用神蹟隨著、證實所傳的道。阿們。」(可16:20)

LAW OFFICER OF BRESLER & LEE
李慧芳律師事務所
FAYE LEE, ATTORNEY AT LAW

ESTATE PLANNING, WILLS, PROBATE & TRUST ADMINISTRATION

精辦：遺產規劃、遺囑、認證、生前信託



3338 Sacramento Street
San Francisco, CA 94118
(Pacific Heights Office)
Tel : (415)776-7177
Fax: (415)931-8088

OrthoCare & Sports Physical Therapy, Inc. 骨科及運動創傷專科



陳慶鈞 物理治療博士
Dr. Romy Chan

專治各種骨骼肌肉痛症問題
可安排免費諮詢檢查

(415) 528-7188
romychan@ocs-pt.com

1360 9th Ave, Suite 220, San Francisco, CA 94122 (日落區)
接受紅藍白卡 (Medicare), 東北醫療中心保險計劃 (NEMMSO),
工傷及車禍意外保險

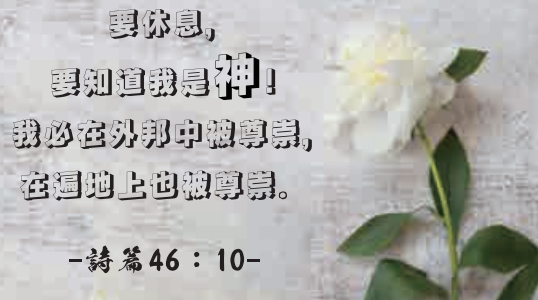
歡迎瀏覽

林修榮談天說地
部落格

談天，講信仰
說地，論時事

包括「聖地遊蹤」與
「聖經預言」文章

www.sauwing.com



Smart
Financial & Insurance Services

8811 Garvey Ave #105
Rosemead, CA 91770
Lic# 0827860

Tel: (626)280-9292
Fax: (626)280-8106



人壽
健康
汽車
房屋
商業

梁啟鴻律師事務所

LAW OFFICES of LAWRENCE LEUNG
Lawrence K. Leung, MBA, CPA
Attorney at Law

專辦：

遺產：規劃，管理，認證，信託，遺囑
(Estate: planning, administration, probate, trust, will)

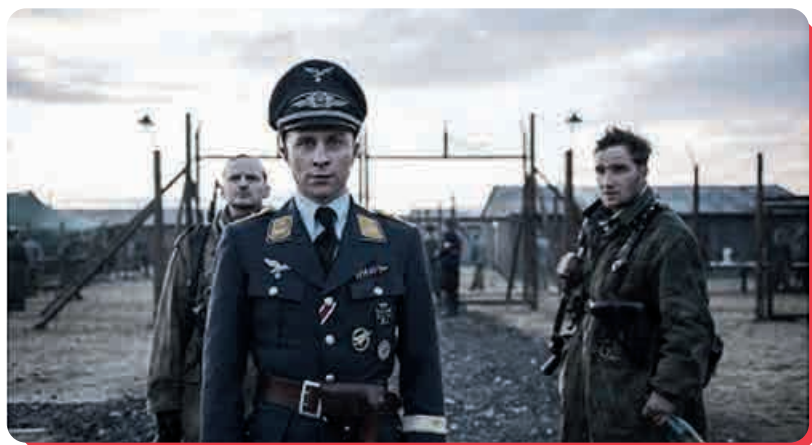
預約電話：(650) 307-2780

Main office:
710 Lakeway Dr., #150
Sunnyvale, CA 94085
By Appointments Only

Fremont office:
39111 Paseo Padre Parkway, #203D
Fremont, CA 94538



捲土重來未可期 ——評電影《冒牌上尉》



假作真時真亦假 裝到自己都信

近日一則短視頻火了，大陸某校學生裝扮成視察的上級領導，穿著官員典型的夾克服，梳著背頭，戴上黑框眼鏡，雙手背在身後，在眾人簇擁下，指導工作，接見群眾，舉手投足盡顯官威。特別是那身打扮，那個派頭，那種氣勢，不禁讓人想呼一句：「夥頭，涉之為王沉沉者！」（好傢伙，陳涉當了王不得了啦！）

這些毛頭學生，不過是玩一把行為藝術，算是一場「模仿秀」罷了；然而，電影《冒牌上尉》裡，19歲的德國列兵赫羅德，硬是來了一番「假作真時真亦假」，將裝假進行到底，直裝到真假難辨，連他自己都快信了。

幕啟時分呈現在觀眾眼簾裡的，是黑白分明的黎明地平線，遠遠地似有極小的黑影晃動，越來越近，直到這黑影成為一個瘦小的人跑上來，觀眾才看到這人滿身污濁，正在奪命逃竄；終於，他躲過了追殺他的憲兵，活了下來，活成了本片主人公赫羅德。此時此刻，恐怕沒有人相信，這個小命難保、可憐巴巴的逃兵，不久後竟成為德國歷史上被稱為「埃姆斯蘭德劊子手」的可怕魔王。

作制服裡的上尉 居然從不失手

不僅觀眾想不到，赫羅德自己這時也不會想到。這是二戰結束前夜，換言之，也到了焦土作戰最艱苦的時候，德國已是軍心渙散，組織混亂的時候。赫羅德趁亂逃跑，慌不擇路之中，見到一輛棄在路旁的吉普車，在車上撿了一套德國上尉的制服；赫羅德本為抵禦嚴寒而換上了這套軍服，不料遇上另一位作戰失散的德兵真把他當成上尉，向他敬禮，要求歸在他手下。披戴軍官制服的小兵赫羅德，面對一個向他致敬的老兵，當即心裡作出決定，讓自己成為制服裡面的上尉。

兩人落單的游兵，聯合起來，化作「肩負來自最高元首希特勒密令的特使」，邊四處走動邊找機會打劫食物。就這樣一路通暢，直到赫羅德成為一所監獄的最高長官，後來更成為一座城市的權力者。赫羅德在他破綻百出的表演中，居然從不失手，相信好萊塢的明星也會相形見绌吧？

看完電影《冒牌上尉》，頗覺有許多值得討論的地方。首先，赫羅德何以能騙過所有人？在他行騙的過程中，只要有一個人懷疑他的身份，對他作出一點追究，比如，哪

怕讓他出示一下證件，赫羅德就立刻露了餡。但是為甚麼就沒有呢？人們幹嘛寧願一見就信這個從天上掉下來的「最高特使」？

行騙者無高騙術 靠被騙者配合

仔細辨識赫羅德的行騙過程，你會發現，赫羅德並沒有甚麼高明的騙術，他的成功很大程度上不在於他自己，乃在於那些被他所騙的人，正是他們的配合使得得逞；而更深一步看，那些人之所以相信赫羅德，完全不在乎赫羅德是真還是假，而是在於他們自己的私心。一群農民給赫羅德擺上肉菜，是因為「特使」赫羅德向他們許願，報出他們的損失，就會得到國家補償；一個農民報告說自家馬車被搶了，另一農民忍不住揶揄他：「你家甚麼時候有過馬車？」他們願意相信赫羅德可能帶來某些好處，哪怕一旁衣衫襤褸餓了三天的老兵在狼吞虎嚥，完全暴露了與之不符的身份，他們還是願意相信。赫羅德來到關押了八個營區囚犯的監獄，監獄長願意信赫羅德就是上級派來的特使，是因為隸屬軍方的官員與司法部門的官員彼此不合，希望赫羅德可以加強自己一派的力量；被赫羅德收在麾下的逃兵們願意相信他，因為跟著他有飯吃，還可以以為所欲為。

染有百條命鮮血 人變惡魔不難

原來，人自身的罪構成了這個騙術的完整鏈條。人所信的並不在乎事實，而在乎他所願意相信的。當初蛇在伊甸園引誘夏娃時，牠所說的話一吃掉禁果會讓你「便如神能知道善惡」一也是未經驗證的，夏娃怎麼就信了呢？使徒約翰闡明了根本原因：是肉體的情欲、眼目的情欲並今生的驕傲在人的心中作祟，使人落在受騙犯罪之中。幾乎一切詐騙事件中，都有被騙者私欲的配合，基本上沒有無辜者。

其次，影片讓人看到，19歲的赫羅德僅僅騙到上尉這一個低階軍官身份，卻染有超過百條人命的鮮血，他的凶狠又來自何處？

赫羅德出身寒微，在他撿到上尉軍服之前，只是一個怕死的逃兵，但披戴這衣服後，他儼然真的成了納粹軍官，甚至彷彿訓練有素，外在的披掛竟然可以轉化為內在的改變！人變成惡魔實在不是一件困難的事情。農民押來一個被抓住的小偷，問赫羅德怎麼處置？赫羅德冷靜地掏出槍，當場斃了這人，這是他殺掉的第一個人，這也是他化為魔鬼的轉捩點。從此，他越來越進入殺人不自覺的境地。



嗜殺成性的惡棍 邪惡像火焚燒

保守人性是一件不容易的事，舊約十誡中有「不可殺人」的誡命，因為當人輕易奪取別人生命的時候，也是他自己喪失人性的時候，他生命裡的邪惡就進入了快車道。影片中觀眾看到，赫羅德冒充差接管監獄後，他以奧斯維辛集中營的方式，肆意成批屠殺囚犯，用迫擊炮將他們炸得血肉橫飛。僅僅八天時間，他就下令屠殺了一百多囚犯，這些囚犯多數是逃兵，而赫羅德早已忘掉他本人就是一個逃兵！

赫羅德漸漸在「上尉」的身份裡越來越適應，以至於不必借助這套寬大不合體的軍服來證明身份；現在，他就是穿著短褲坐在門檻上，也能坦然地以上尉的權力發號施令。當你面對19歲的赫羅德來思想人性的時候，會不會讓你驚出一身冷汗？從一個沒有受過甚麼教育、性格偏於內向的德國小兵，到嗜殺成性的惡棍，竟然只在翻手覆手之間。當罪惡不受約束地在人心中如麵酵一樣發起來的時候，其光景之可怖，駭人心魄。如經上所謂「邪惡像火焚燒，燒滅荊棘和蒺藜，在稠密的樹林中著起來，就成為煙柱，旋轉上騰。」



赫羅德並未走遠 隨時捲土重來

《冒牌上尉》中有些場景令人相當感觸，當赫羅德下令屠殺囚犯的時候，那些成年男性囚犯，全都唯唯諾諾，俯首聽命，他們努力地為自己挖掘墓坑，然後唱著歌排隊進入……你會不會驚異於人性的麻木愚拙？集權主義之下、氣氛之下，哪怕一個冒牌的上尉小子，都可以任意擺佈他們如木偶，如螻蛄。

由此你會看到導演的用意，藉這個荒誕而真實的故事，啟迪觀念追問人性，並看到人性多麼容易落進一種可惡可悲的境地；而今天世界主流的文化教育，豈不是在極力地培育這兩種人嗎？集權主義之下的操控者，以及被極端左傾文化洗腦的大眾？影片結束前，導演意猶未盡地再為觀眾送上一個 encore（加演）：只見赫羅德帶著一眾德軍，穿越時空進入當今社會，他們乘著老式軍用吉普車駛入德國市區，向街上的人群揮手致意，所有人也本能地報以揮手微笑，看著這些二戰德軍，感覺十分滑稽有趣；可是當赫羅德等人下車後，像當年一樣勒令路人對牆舉手站立，任由他們搜身，搶奪手機、錢包等財物的時候，他們已經哭之不及了。

片尾打出字幕，作惡多端的赫羅德最後被英國皇家海軍抓獲，經審判後，於1946年被處決，時年21歲；而影片加演的讓赫羅德復活的一幕，是導演贈送觀眾的一顆魔幻現實主義彩蛋，透過這一幕，導演最後想說，赫羅德並未走遠，他隨時可以捲土重來。

警醒吧！🙏

WP 建築工程

Win Power Construction & Electric Corp.
各類建築裝修、商業、工廠、住宅，
專業電工、電錶、電箱更換，
電路更新、冷暖氣機安裝，
30年經驗，信譽保證！
(建築、電、冷暖氣執照 # 1011949)

電話: (510) 708-7793 聯繫人: 葉生
(510) 282-2882

何劍豪 Jimmy He

Loan Consultant, Realtor
510-962-2428
jimmyhomes@live.com
房屋買賣貸款一條龍服務, 免費房屋估價。
幫助業主快速出售各類物業及1031交換。
提供多種查收入、不查收入貸款,
歡迎來電查詢
NMLS LIC # 336551
DRE LIC # 01877145
Pleasanton, Dublin, San Ramon, Castro Valley 好校區置業良機
Alameda, Oakland, San Leandro, Hayward 更多新上市請來電查詢
Office: Bay Home Investments & Loans
3958 Valley Ave, Suite B, Pleasanton, CA 94566



Kinetic Construction Inc.

金力建築
Build the Best to Last Cal Licence: 802340
防震加固 申辦 Permit
廚浴翻新 水電更改
土庫加建 門窗更換
陽臺樓梯 泥水木工
25年經驗 保證滿意
水電木執照及保險齊全
(415) 297-6286
Email: kineticconstruct@yahoo.com
Sick of sloppy contractors?
Good work & Satisfaction Guarantee

緣來建築裝修公司

Cai's Construction Co. CA Lic. # 1027677
房屋加建 代客劃則 Additions Remodeling
廚浴裝修 水電油漆 Landscape, Design
內外裝修 水泥工程 Kitchens & Bath
大小工程 免費估價 Plumbing & Electrical
33年經驗 FREE ESTIMATE ▶▶▶▶
2225 Coloma St, Jim: (510) 536-9888
Oakland, CA 94602 財記: (510) 368-3929

你的話是我腳前的燈，
是我路上的光。
(詩篇119:105)



Mimi Du
余寶蓮
CaBRE# 01304977
專精
住宅、公寓
服務城市
東灣、南灣
及半島地區

10年以上全職經驗
專業、負責、誠信
連續榮獲多年傑出地產經紀

無論是買屋或賣屋，都為您
爭取最高利益，最完整售後服務
微信 408-307-4489
510-468-4684
650-308-8837
通曉：國、台、閩、粵、潮、越、英語

以誠待人，以勤做事
Email: mimidu888@yahoo.com 1731 Technology Dr., #590, San Jose, CA 95110



頭髮的隨想

我十四歲時移民來美國，當慢慢地了解美國文化風俗時，發現美國人認為問一位女士的年紀是件不禮貌的行為時，我就覺得很納悶。因為生長在台灣，敬老尊賢是中國人的文化美德。從小也被教導要尊敬長輩，那長輩當然包括男和女長輩的。年長的婦人也是要被敬重的。我還記得住台灣時，人常愛問老人家，「您貴庚啊？」那人回答的數字越高，那欽佩的「哇！」聲就拉得越長。深覺能活到那麼久，是件了不起的事。所以我一直想知道到底美國女人是為什麼怕人知道她的年紀？難道活久是一件丟臉的事嗎？至今我住美國已有四十六年，但想找個答案仍摸不著頭緒。

我個人很喜歡中國畫家齊白石和八大山人的作品，還做美術大學生時看見齊白石常寫他的年紀在他的畫上，例如：「九十一歲白石」，「八十八歲白石一揮……」，「九十四歲白石老人……」等，很有意思。所以，我在加大柏克萊念美術研究生課程時，就開始使用齊白石先生的方法來組織自己的油畫作品，例如：#26.1，表示這幅畫是我二十六歲時完成的第一幅畫。至今我畫作編號是 #60.44，即代表我在六十歲這一年，已完成了四十四幅油畫。井井有條又個人化，我很喜歡。近幾年，我也學習給自己的作品加個有字的名稱以便幫助欣賞者進入畫裏，但其實對我本身而言，用自己的年紀做為作品的名稱是最真切的了，像一本日記。年紀大對我而言，是值得驕傲的事！

《箴言》十六章 31 節說：「白髮是榮耀的冠冕，在公義的道上，必能得著。」二十章 29 節以說：「強壯乃少年人的榮耀；白髮為老年人的尊榮。」記得剛開始有白髮時，每次遇見某長輩，她總指著我的白髮說，「啊！你有白頭髮了。怎麼不去染啊？」我總是同樣的回答，「我不需要，自然就好。」但我心裏想，「為什麼要染？我丈夫知道我幾歲，耶穌也知道我幾歲，我當然知道我幾歲，所以我染髮是想瞞誰我的歲數啊？」年齡只是一個數字，髮的白色也只是一種頭髮裏自然的色素，更何況，染了之後，頭髮還是自然會繼續長越多越白的啊！那我要一直染到進天國嗎？太麻煩了吧！我也常聽人說：「不染的話，看起來好老。」那我們是要「看」起來年輕呢？還是「心情」是年輕的？

記得有次，我與一位才十八歲半的年輕女孩交談。她說「覺得（自己）好老哦！」我這六十歲的人坐在那裡聽了，哭笑不得。人到完全長大成熟是二十五歲，那十八歲應算是半生不熟嘛！怎麼會老？！也許這女孩覺得老，是因為最近與交往六個月的男友吹了，心裡滄桑，所以覺得老。是的，我自己年輕時也時常不快樂，因為有太多未知數，自己的意願又時常與父母相違，從念什麼科系和交個男朋友，通通反對，常有無力感。又因為仍住在父母屋簷下，自己什麼都做不了主，心裏很是不服。如今回想，從十九到二十六歲，我根本沒好好享受過青春的自由歲月。大多數時間都在壓抑、不誠實做自己的矛盾中度過，也為不得不順從父母、讀好幾年自己不喜歡的專業而難過。那時，我雖然有去教會，但仍不懂得把自己生命的一切交託、仰望、等候神，信靠主會有最好的安排。



(圖)卓麗卿油畫作品《我的愛》(My Love) 76"x79" 油畫和混合體

尤其是感情的事，當年的我總是牽扯得心裡難受。所以說雖然那時擁有如瀑布般及腰烏黑亮麗濃密的秀髮，人是年輕，但心卻很迷惘。所以我只對年輕女孩說，「神給我們生命的每個季節都很美，春夏秋冬各有千秋，好好享受你年輕的歲月吧！」

三年前，因為乳癌治療，我的毛髮全掉光，禿頭甚至連眉毛也沒了。當時，我堅持定期游泳，發現游泳完後淋浴多快速，不用花時間洗頭髮，哈哈。治療結束後，頭髮漸漸長回來了，我現在的頭髮是有白、有黑，細細的、卷卷的。癌症前我是直而粗的濃髮。我本來就不是那麼花時間在頭髮上的人，年輕時，天冷長髮放下來保暖脖子，天熱一個馬尾涼快，如此而已。所以癌症治療後新長出來的頭髮我也讓它順其自然，看它要怎麼發展下去。

我知道我是我，我不是我的頭髮。神給我再一次活下來的機會我要珍惜，在那一年半的癌症治療過程中，我有許多時間來思考，重整人生觀。不浪費時間在不願做，不愛做，不想做的事上。決心除去一切負面的人事。來日不方長，經歷癌症後，我真的沒時間浪費精神在負面的人事上。與愛抱怨的人說話時間稍長些，我就會起身說：「對不起，先走一步。」我也不答應做不情願做的事，直接了當說：「不。」心口一致，不委曲自己。若有一定得完成但不願做的事，那就假手他人完成。凡發生的事，必從正面觀點，像看半杯水的情況，樂觀的人說，「還有半杯水吔！」悲觀的人說，「唉，杯子已空了一半。」其實，我們可以只專注這信念：任何事必有它的正面。現在，我只專注做自己喜歡和重要的事，例如舞蹈，畫畫，旅行，寫作，唱歌，賞花，喝拿鐵。我發現當我多做我喜歡做的事，不做不想做的事，人就越自在愉快輕鬆。

我先生是美國人。我曾問他：「為什麼不能問美國女人年紀？為什麼那是不禮貌的行為？」他支支吾吾的也說不出所以然，只說：「那些女人大概不想讓你知道她的年齡吧！」讓我想一想，當人開始認識一個美國人時，大多是問，「你尊姓大名？」，「你在那裏高就啊？」，「做事多久了？」，「有小孩嗎？」。這些資訊在腦子裡加減減，再加上聊天時看這人的體態氣色，多少也可猜出這人大約幾歲。所以，認為自己的年齡是個秘密的不是很奇怪嗎？其實真的無所謂，一種米養百種人，喜歡自然髮色的人就放自然，喜歡去染頭髮的人就去染，高興就好！像有些年輕人，染成藍的、紅的，都自由。那麼說年長人要染黑，染粉當然也隨意，又不犯法。

記得有次，某長輩指著她剛從美容院回來的頭髮對我說，「唉呀你看！我要染黑，但那美容師把我頭髮染得那麼紅。」我說，「那就不要染了嘛！」長輩說，「唉！那怎麼行！」我也就沒再回話了，但心裡想為什麼不行？染髮又沒法律規定，染或不染又不犯法，關誰什麼事？所以可以說，要看你染髮的動機了。年輕人頭髮染得五花八色，因為他爽。那麼白髮染黑的目的是什麼呢？若你是怕讓人覺得你老，所以染黑，那你的皺紋，老態怎麼辦？年輕不只是頭髮的顏色，而是有活力、充滿希望和好奇心等特徵。回想以前看過國畫家張大千先生的一張照片，他身穿長袍，臉上帶著燦爛的笑，頭上頂著稀鬆的白髮，手輕輕地扶著一把長白鬍子。看起來真自然喜樂。想像假如張大千先生把頭髮和鬍子都染黑，會不會看起來很不自然和怪異呢？有位我非常欣賞的女鋼琴家 Martha Argerich 現在八十二歲了，也不染髮。她年輕時就因鋼琴比賽成名，演奏了一輩子美麗的音樂，到現在仍樂在其中，頭髮白了，但對音樂的熱情絲毫未減，我每回看她演奏，活力充沛，光芒四射，有顆超年輕的心。

所以，我愛我的年齡！三個兒子終於養大了，再幾年也要退休大學美術教授的職位，快熬出頭了！我指指自己這頭白髮，說，「I earned this!」這是我用人生歷練換來的！我經歷人生六十年，感謝讚美主！仍活著！這不是很應該感恩興幸的嗎？

畫展通告：1/13/24 - 4/28/24 卓麗卿 (Li Ching Accurso) 油畫展在加州 Albany 社區中心畫廊展出。藝術家招待會在星期日，1/14/24，下午 4 至 6 點。歡迎前往免費參觀。

地址：Albany Community Center Foyer Art Gallery, 1249 Marin Ave., Albany, CA 94706。畫廊參觀時間：週一至週五，早上 9 點至下午 5 點。週六至週日，下午 1 點至 5 點。假日休息。

2024 美國回歸真神聯合實體禱告大會



信息：招世超牧師
禱告：陳德華牧師



信息：阮雄長老
禱告：陳少豪牧師



信息：劉彤牧師
禱告：朱珍妮牧師

感謝神恩 合一禱告 迎向復興

2024年1月28日
星期日
下午2:00-4:00
Crowne Plaza Hotel
- Foster City
1221 Chess Drive,
Foster City, CA 94404

敬拜：
矽谷生命河靈糧堂
獻詩：
中華基督教會
崇拜音樂學院詩班
備有兒童看顧服務



America Return to God Prayer Movement
1692 Caerro Sonoma Circle, Petaluma, CA 94954 Tel: 707.763.2071
prayforamericarevival@gmail.com http://prayforamericarevival.org

「美國回歸真神禱告運動」

誠意邀請眾華人教會的禱告勇士，同來參加疫情後首次實體舉行的美國回歸真神禱告大會，「感謝神恩、合一禱告、迎向復興」。

在全球新冠疫情中，我們要宣告：主耶穌是掌管萬有的真神，主耶穌是穿越曠野的良友。

在戰火不斷的動盪中，我們要高舉：主耶穌是赦免罪孽的救主，主耶穌是萬古靠賴的磐石。

在苦難重重的日子，我們要堅信：主耶穌是與人同在的人子，主耶穌是轉化詛咒的祝福。

請你同來，獻上感恩。
請你起來，合一禱告。

主耶穌必將復興的祝福賜給我們關愛的美國，主耶穌必施恩醫治破碎敗壞的大地。

「美國回歸真神禱告運動」執行委員會

盧慶州牧師
譚克成博士
劉彤牧師
虞悅義牧師

田識恩牧師
朱珍妮牧師
孫慈俠牧師
張國光長老

敬邀



+ 擁抱

正能量 +

陳詩佩 Suzanne Chan

- 三藩市州立大學 教育學碩士
- 角聲癌友關懷義工
- 灣區短宣中心 訓練導師及屋崙佈道團團長

正面壓力



今期，與大家談一談壓力。壓力是我們生活中不可或缺的元素。很多人聽到「壓力」二字時，通常的反應是望而生畏，想逃避它。但如果我們一遇到壓力便退縮，只留在舒適圈裏，我們便畫地自限，很難成長。

事實上，不是所有壓力也是負面和具殺傷力。壓力分為兩種：正面壓力與負面壓力。

正面壓力是一種能夠激勵我們成長和進步的力量。相反地，負面壓力則可能對我們的身心健康造成負面影響。

正面壓力具有啟發和鼓舞的效用，能夠激勵我們追求更高的目標和挑戰。當我們面臨正面壓力時，往往會發揮出更大的潛能，進而獲得成就感和自信心。這種壓力能夠激發我們的創造力，激勵我們嘗試新的事物，並在挑戰中學習成長。正面壓力可以來自於工作、學習、人際關係、運動競賽等各個方面，幫助我們充分發揮我們的能力和潛力。

舉一個我自己的例子，我有三個孩子，在疫情的初期，年紀最小的囡囡只有五歲。當時人人處於惶恐狀態，恐怕被感染，每天花很多時間在清潔和消毒上，亦避免跟人接觸。小朋友不能返學，改為網課，年紀小小的孩子不能獨自上網課，所以很多時也需要我的陪伴。全家人天天二十四小時困在家裏，我花盡心思設計不少家居活動給三個孩子，希望他們在疫情下身心靈上也能得到健康成長。

每天煮飯，清潔，照顧孩子非常忙碌，但我決定報讀一個碩士課程。對我來說，這是一個挑戰，我估計帶給我的壓力是正面，不是負面的。我相信疫情只是暫時性，總有一天會過去。而且，疫情是外在因素，只要我相信自己，願意努力去學習，適當地分配時間，我也可以完成。很感恩，我順利完成我的碩士課程，並且以一級榮譽畢業。如果當初我不去嘗試，是沒可能完成的。

我很喜歡這句說話：「願意去嘗試，有機會成功；不願意去嘗試，一定失敗。」

但如果你面對的壓力令你身心出現狀況或炎症，如免疫系統變差，久病不癒，呼吸急促，胸口疼痛，肌肉緊繃酸痛，頭痛、肩頸僵硬，脫髮，胃痛、胃脹氣、腹瀉、便秘、胃酸逆流，經常感到沮喪，憂慮，暴躁等。這可能你正在面對著負面壓力，你需要找到根本原因來對症下藥。

以下是我給大家的一些建議，讓我們從正面壓力中獲益並避免負面壓力。

1. **目標設定和時間管理** - 確定清晰的目標很重要，然後分解成可管理的小步驟，並合理分配時間。這可以幫助我們避免被壓力壓垮，同時確保我們在合理的範圍內工作。
2. **信仰** - 透過祈禱、讀經，你可以把你的憂慮，重擔，壓力告訴上帝。祂必替我們擔起這重擔，更給我們指引一條最適合我們的道路。
3. **建立支持網絡** - 教會裏的弟兄姊妹是一個很好的支持網絡，可以在壓力時提供情感上的支持和建議。
4. **保持適度的挑戰** - 選擇比自己水平高一點點的挑戰，避免過於沉重的工作負荷，從而保持積極的動力。
5. **調整心態** - 培養正面的心態，視挑戰為成長的機會，從失敗中吸取教訓，不讓壓力消磨我們的信心。
6. **學會說「不」** - 不要過於害怕拒絕人，我們不可被過多的工作或承諾所淹沒，維護個人時間和空間是非常重要的。
7. **如果壓力實在不堪負荷**，便需要尋求專業人士協助。

在人生中，我們無法完全避免壓力，但我們可以學會管理它。正面壓力是我們成長和發展的其中一個推動力，而負面壓力則可能影響我們的健康和幸福。通過建立良好的壓力管理策略，我們可以更好地應對各種挑戰，實現自己的理想和目標。

兒女教養通常有



3種觀點

號角月報編輯部

父母難為，孩子難教，這本不是現代才有的問題，西方有句俗語「It takes a village to raise a child (養育一個孩子需要一個村莊)」。在現代社會諸多新的挑戰下，特別是對華人移民家庭，孩子教養更需要尋求幫助。

認知時代不同

過去，教養在「不打不成器」、「愛之深責之切」的概念下，多半是用嚴厲的高壓手段進行，體罰被認為是解決問題的快速好方法。然而，研究發現受體罰的孩子可能會導致霸凌傾向，對父母懷着恐懼，自尊心低落，並且容易產生抑鬱、焦慮等人格問題，帶出行為偏差的風險。1998年，美國民間組織發起「國際不打小孩日」(4月30日)，提倡非暴力的正向教育。

隨着對教養品質的覺醒，父母開始多花時間和體力陪伴孩子，然而，隨着管教的減少，甚至過於尊重孩子，「讓孩子們決定」成為良好育兒的口頭禪。鐘擺於是擺到另一頭，千禧年世代(1981-1996年出生)和Z世代(1997-2012年出生)及之後的孩子多得了「被溺愛兒童症候群」，權利感取代責任感，否定傳統權威和價值。接下來的新一代孩子，更是沉浸在網絡和社交媒體中，越來越宅。三年疫情之後，據統計美國有近三成的兒童未達閱讀標準，媒體甚至用「搶救失落的一代」為題，警告全球教育將面臨「讀學習危機」。其實下一代不只有學習的危機，更觸目驚心的，是道德和靈屬的危機(請看鄭立新牧師的「吹號者」事工的有關信息：trumpeter.blog/)

父母終生學習

父母需要了解時勢，更需要了解孩子，才能與孩子有適切的溝通，建立親密的關係。除了日常生活中的用心連結，父母還可以參加一些親子課程和講座，幫助自己在親子功課上更有效。然而，孩子成長最好的環境，就是父母彼此相愛，有美好的關係，這是需要用心付上代價來經營的。我們鼓勵父母定期帶着孩子參加夫妻或家庭成長營。

以上帝為中心

兒女教養通常有三種觀點：以父母為中心的權威式、以孩子為中心的放縱式，和以上帝為中心的教養觀。有話說「想要懂孩子，父母要先懂自己，想要改變孩子，父母要先改變自己。」人的改變需要上帝的恩典。當父母找不到好好跟孩子相處或溝通的方法時，可能是因為還沒有找到自己和上帝相處的關係。

失控憤怒的大人是很難教導孩子的，大人之間對教養的意見分歧也會影響孩子，不要因為與孩子交流碰壁而焦慮動怒，不要讓情緒爆發卻事後後悔。許多時候，孩子難教的推手是父母。在教導的過程中，你或許是唯子女是從的父母，也許是沮喪挫折想放棄的父母，可能是成天提心吊膽憂心的父母，但願我們是那把兒女交託在上帝手中的父母。

教養方式並非一成不變，在覺得「難」的地方以「愛」搭橋樑，在覺得無助的時候，要知道「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。」(《詩篇》四十六章1節)

Mark & Jimmy Wong

e-PRO® 全美地產協會網上營銷推廣專家資格
CIPS® 國際房地產專家認證
SRES® 美國年長者地產專家資格認證
QSC® PLATINUM 美國優質服務白金最高榮譽認證
ASP® 美國室內裝飾專業資格認證
CREN® 房地產談判專家認證

華爾街日報評為全美160萬房地產代理的頂尖1.5%
美國房地產趨勢譽為最佳房地產專業人士

Mark 408-833-8331
Jimmy 408-335-3378
wongs@compass.com
國語·粵語·潮語·英語
DRE# 01419960 / 02198114

服務三藩市灣區·矽谷·南灣
Cupertino · Saratoga · Sunnyvale · Los Altos
Los Altos Hills · Los Gatos · Palo Alto · Campbell
Mountain View · Santa Clara · San Jose

號角 廣告刊登

閣下如有興趣於號角月報刊登廣告，請致電：510-893-3210 或電郵：ad@cchcsf.org

房屋因智慧建造，又因聰明立穩。

趙文飛牙醫博士
Edward Zhao DDS

成人小童牙齒全科

診所地址: 450 Sutter Street, Suite 1640, San Francisco, CA 94108
預約電話: 415-956-7744
診所時間: 星期一至星期五 早上八時至下午五時

保證最佳價錢，提供最好服務

敬誠服務，盡心盡力，為你達到最佳效果

剛上市 Antioch 2661 Zepher Ct 4房3浴 舒適寬敞的居所

RealFiniti www.realfiniti.com

San Francisco, San Francisco, Oakland

Gavin 翟先生 Realtor
DRE 02051574
415-716-6938
goodrealtor716@gmail.com

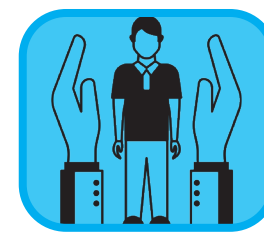
專業裝修 專業家居擺設 專業貸款 專業物業管理

瞭解勞工法律，保護合法權益

整理 黃紅英

求職時，大部份人關注崗位要求、工作職責、職業安全和薪酬待遇等事項，但通常忽略了勞工法律及勞資關係相關規定。無論正在求職或現任職員，應多瞭解相關法律，除讓自己規範工作外，還可以保障個人權益。而雇主招聘員工時，亦應該深入理解、遵守相關法律，合法用工之餘，亦可避免發生勞資糾紛，消耗人力物力。如需瞭解相關法律，可登錄政府相關網站進行查詢。加州勞資關係部 (DIR, State of California Department of Industrial Relations) 的網頁，有不少勞工法相關的條文及解釋。DIR 管理和執行有關工資、工時和休息、加班、權益、工作場所安全和健康、學徒培訓計劃以及受傷工人的醫療和其他福利的法律，舉辦講習班和研討會以促進健康的僱傭關係，並與其他相關機構協調，打擊違反勞動法和稅法的行為。

「勞工執法行動組」(LETF) 是由加州勞資關係部指導，由多個加州政府執法機構組成，並與當地機構合作打擊非法商業及用工行為。LETF 的各方共用資訊和資源，確保僱員得到應有報酬並享受安全的工作條件。LETF 成員有：酒精類飲料管制局 (ABC)，平稅局 (BOE)，汽車修理局 (BAR)，加州保險部 (CDI)，加州建築工程執照管理委員會 (CSLB)，勞工標準執行部 (DLSE)，加州職業安全與健康處 (Cal/OSHA)，就業發展局 (EDD)，州檢察長 (DOJ)。以下整理了 DIR 發布的相關勞工權利以及 LETF 為勞工提供服務與幫助的指引，供勞資雙方參考。



薪酬與休息

Veronica 是一名清潔工，負責清潔辦公大樓。她每天工作 13-14 個小時，但賺的錢卻少於最低工資標準。她的僱主按統一的單位工資給她算工錢，說她是「獨立承包商」。這是他的清潔公司，他控制著 Veronica 工作的所有方面，包括她工作的時間和時長、做哪些工作、穿什麼衣服工作。Veronica 就她的權利進行了諮詢，瞭解到在法律層面上，她是這家清潔公司的僱員，應得到最低工資和加班工資。她的僱主還因為不購買工傷賠償保險、不繳納就業稅以及其他違法行為，被勞工專員和其他 LETF 機構告發和罰款。

1. 最低工資。自 2024 年 1 月 1 日起，僱主必須向工人支付的最低工資為每小時 16 美元。僱主必須向工人支付他們應得的工資，並提供休息和用餐時間。否則就構成勞資盜竊。
2. 加班工資。正常單位工資的 1½ 倍：(1) 對於大多數職業，一天超過 8 小時或一週超過 40 小時的所有工時以及一個工作週第七天前八個小時須支付加班工資。對於私人隨從，一天超過 9 小時或一週超過 45 小時的所有工時須支付加班工資。(2) 此外，農業工人加班條例執行的是第 1066 號《議會法案 (2016)》為農業工人制定了一個領取加班費的時間表，以便他們在與大多數其他行業工人同等基礎上逐步獲得加班費。從 2019 年開始，要求在申領加班費前的每天或每週工作小時數將按農業職工正常工資的 1.5 倍按既定時間表逐步實施。
3. 雙倍工資。(1) 對於大多數職業，一天超過 12 小時或一個工作週第七天超過八個小時的所有工時。(2) 對於農業工人，一個工作週第七天超過八個小時的所有工時。而農業工人加班條例則執行第 1066 號的規定。
4. 休息與用餐。(1) 每工作 4 小時提供一次 10 分鐘帶薪休息時間。(2) 工作至多 5 小時以後提供至少 30 分鐘的用餐時間。
5. 工資支付。每月至少兩次在指定正常發薪日支付工資（含部分有限例外情況）。每次支付工資時，不論是現金還是支票支付，僱主必須提供工資單或含有以下資訊的表單：工資結算期間的起止日期；賺得的工資總額；工作總時數；每小時單位工資細分以及每個單位工資的工作時數；計件工資資訊（如適用）；所有扣減金額；淨工資；僱員姓名及工號；僱主的法定名稱及地址。
6. 僱主責任。應在僱員容易看到和讀到的地方（例如休息室）張貼職業或行業適用的本州工資法令。如果身為僱員的您有疑問或認為存在問題，可以：

- (1) 記錄您的工作時數和得到的工資。每天記下日期、開始及結束工作的時間、休息時間、工作總時數、應得工資（按小時或按件的單位工資）。將這些與工資單上的資訊進行對比。(2) 告知僱主。如果您認為您沒有得到法律規定的福利，您有權告知您的僱主，或在必要時投訴。任何人解僱、歧視、報復善意投訴之僱員或對其採取任何其他不利行動都是違法的。(3) 瞭解自己的僱主。記下僱用您、付您工資或監管您工作之人的姓名。透過查看工資單和工作場所可以獲得的其他資訊，瞭解公司的名稱和地址。(4) 不要等太久。不要保持沉默，不要遲遲不提出權利要求，因為這些是有時限的，而且距離事件發生的時間越近，就越容易證明您被拖欠了工資或福利。一般情況下，您有 3 年時間提出正式索賠，但有時您有較少的時間和有時您有較多的時間。
7. 尋求幫助：(1) 聯絡勞工專員。您可以獲得關於您權利的資訊。您也可以提出權利要求，以獲得被拖欠的工資，還可能因為未按时獲得工資或未得到應得的休息時間而獲得其他款項。(2) 聯絡工人組織或法律援助團體。他們也許可以提供關於您的權利的意見，並幫助您決定採取哪些行動。

帶薪病假

您可能資格享受帶薪病假。僱主必須：(1) 每年為每位合格僱員提供至少 24 小時或三天帶薪病假。(2) 允許合格僱員使用其積累的帶薪病假。(3) 顯示僱員有幾天病假可用。這一點必須顯示在工資單或同日發出、視作工資支票的文件上。

安全與健康

1. 僱主責任。(1) 確保工作場所安全：找出健康和安全方面存在的危險並進行糾正。(2) 制定書面的健康和安計畫。有時稱為「傷害與疾病預防計畫」。(3) 向您告知工作場所存在的危險並培訓您如何安全工作。培訓必須以您能夠理解的方式進行。(4) 購買工傷賠償保險，支付因工受傷和疾病的醫療費。(5) 記錄工作場所中所需救治超過急救的所有傷害和疾病。部分僱主必須製作受傷和疾病日誌並在二月到四月張貼傷病匯總。(6) 在所有人都能看到的位位置張貼 Cal/OSHA 海報「工作中的安全與健康防護」。(7) 當有僱員在工作中死亡或受重傷時，立即電話聯絡 Cal/OSHA。Cal/OSHA 條例中說明僱主為保護工人不受特定危險所必須採取的行動。僱主必須遵守這些法律法規，否則 Cal/OSHA 可以對其處以罰款。
2. 你有權：(1) 對您認為有危險的事物進行詢問；(2) 與同事和上司討論健康與安全問題；(3) 提出有助於提高工作場所安全的建議；(4) 向上司報告安全問題和受傷；(5) 拒絕可能對您造成生命危險或重傷的工作；(6) 向 Cal/OSHA 舉報問題。
3. 尋求幫助。(1) 向 Cal/OSHA 舉報問題，這是管理加州工作場所安全與健康的機構，有權檢查工作場所，對僱主處以罰款並則責令其改正問題。Cal/OSHA 絕不會將您的姓名透露給僱主。您甚至可以在電話聯絡時不告知自己的姓名。(2) 聯絡工人組織或法律援助團體。他們也許可以提供關於您的權利的意見，並幫助您決定採取哪些行動。(3) 若僱主因為您善意投訴不健康或不安全的情形而解僱或歧視您，屬於違法行為。

採取行動的權利

1. 特殊疑慮。(1) 「老闆說我不屬於僱員。」有時，僱主會稱員工為「獨立承包商」，藉此投機取巧、避免納稅。即便您的僱主這麼做，但您可能是法律定義的僱員並享有僱員權利。(2) 「我不是這裡的公民。」無論您在美國是否有合法身份，您都受到勞動法的保護。如果您致電州政府機構舉報問題，工作人員不會詢問您的移民身份。如果僱主用您的移民身份威脅您，也屬於違法行為。(3) 「我怕我說出來會失去工作。」對工作條件直言不諱也許會帶來危險，但是法律禁止您的僱主因此懲罰您。您也可以採取行動保護自己。
2. 相信法律的保護。採取行動也許會有困難，但是有法律保護您。您可能擔心僱主對此的反應。但是法律是站在您這邊的，您可以採取一些行動來保護自己：(1) 大膽說出拖欠您的工資；(2) 舉報受傷事故或健康與安全危險；(3) 向州政府機構遞交權利要求或投訴；(4) 聯合其他工人要求改變現狀。
- 法律禁止僱主因為您採取這些行動而威脅或報復您。例如，僱主不得透過以下方式進行報復：(1) 解僱您或讓您停工；(2) 更改您的工作任務，給您較不合意的任務或減少班次；(3) 威脅說要讓您驅逐出境；(4) 妨礙您找別的工作。
3. 採取行動保護自己。(1) 與同事交流。共同計劃採取哪些行動。採取群體行動會讓你們力量更強大，獲得更多法律保護。(2) 尋求幫助。工人組織或法律援助團體可以幫助您瞭解您的權利，提議應對問題的方法，幫助您決定是否與僱主對話以及對話內容。(3) 如果您決定與僱主對話，那麼請記下你們約見的時間、參與者以及對話內容。(4) 向州政府機構報告問題。您可能認為與僱主對

話並不安全。那麼您可以直接向政府機構報告問題。

4. 尋求幫助。(1) 向勞工專員報告任何報復行為，聯絡勞工專員辦公室。(2) 在大部分情況下，您必須在 6 個月內遞交報復投訴。如果證實報復行為，勞工專員會幫助您取得您被拖欠的任何工資或其他款項。(3) 您也可能重新得到您的工作。(4) 聯絡工人組織或法律援助團體。他們也許可以提供關於您的權利的意見，並幫助您決定採取哪些行動。(5) 法律保護主張自己的合法權利或報告不安全工作條件的工人。

受傷或失業時享有的福利

如果在工作中受傷。您的僱主必須支付因工受傷或疾病的醫療費。您還可能每週獲得一筆款項，即工傷賠償。不論受傷是誰的過錯，都是一樣。在大部分情況下，您都會獲得福利，即使您是臨時工或兼職。不論您的移民身份如何，您都有權獲得工傷賠償。所以，如果您在工作中受傷或生病，可以：(1) 立即要求醫療服務。如果是緊急情況，請撥打 911 或直接去急診室。(2) 告知僱主。您的僱主必須在得知（不論是從您還是其他人那裡得知）您受傷後一個工作日內給您一張索賠表。給您這張表格的同時，僱主還必須告知您在索賠工傷賠償福利時您的權利。您也可以從工傷賠償處或就業發展局的任何一個辦公室領取一張索賠表。(3) 向工傷賠償處尋求幫助與資訊，請撥打 1-800-736-7401。(4) 如果您的僱主拒絕給您索賠表，或因為您受傷或提出工傷索賠而威脅或區別對待您，您可能想找在工傷賠償案件中代理僱員的律師。如果律師接下您的案子，他/她只能收取一筆小比例的律師費 (15% 或以下)，從您被拖欠的福利中扣取。

失業幫助

如果失業，可聯絡就業發展局 (EDD)：(1) 當您失業，或工作時長少於全職時間但已準備好並且願意也能夠工作時，您可能可以獲得失業保險福利。撥打 1-800-300-5616。(2) 如果您是殘障人士：如果您因為疾病、受傷、懷孕而無法工作，包括您等待工傷賠償福利期間，您可能可以獲得州殘障保險福利。撥打 1-800-480-3287。(3) 如果您需要照顧家庭：如果您要照顧患病的人或新生嬰兒，您可能可以獲得帶薪家事假。撥打 1-877-238-4373。

何處尋求幫助或報告問題

加州 LETF 的職責是共同保證僱主遵守勞動法。您的移民身份不是問題。他們不會詢問您的移民身份。政府機構有會說其他語言的工作人員，或者會請翻譯。您也可以向工人組織或法律援助團體尋求幫助，以便向政府機構報告問題。以下為免費電話熱線：

1. 勞工執法行動組 (LETF)：1-855-297-5322。
2. 關於工資或休息和用餐時間或報復問題：請聯絡勞工專員，也稱為勞工標準執行部。844-LABOR-DIR。
3. 關於安全與健康：透過致電或傳真投訴表或親自到在地 Cal/OSHA 辦公室。1-844-LABOR-DIR。
4. 關於因工受傷或患病：撥打工傷賠償處資訊與協助熱線。1-800-300-5616（失業時撥打）；1-800-480-3287（殘障人士撥打）；1-877-238-4373（需要照顧家人時撥打）。
5. 要尋找工人組織、公會或法律援助團體：(1) 向同事、朋友或家人徵求意見。(2) 查詢電話黃頁的「法律諮詢」或「勞工組織」或「社區組織」類目。(3) 造訪 www.lawhelpca.org，尋找可以幫助法律援助團體和律師。(4) 請撥打 211，瞭解免費資訊。詢問他們是否在您所在地提供服務。尋找幫助工人解決工作相關問題的社區團體。

(本文資料來源：State of California Department of Industrial Relations, 加州勞資關係部。 <https://www.dir.ca.gov>)

讀者回應表

我們願意幫助您了解人生真正意義，更願意幫助您明白基督教信仰。若您閱讀《號角》後有回應，請將下列表格填妥寄回：Chinese Christian Herald Crusades (North West) Herald Monthly 523-525 8th Street, Oakland, CA 94607 請在適合的方格上填上 X 號：

- 我願意相信耶穌基督，接受祂所賜的永恆生命，成為真正的基督徒，請教會與我聯絡。
- 我願意更多明白聖經真理。請寄贈有關信仰小冊子。
- 我有興趣參加教會聚會。請與我聯絡。

請用正楷詳細填寫下列資料：

姓名：(中文) _____ (英文) _____

性別： 女 男 年齡： _____

地址： _____

電話： _____

決志祈禱

親愛的主耶穌：
多謝祢愛我。我承認我是罪人，求祢赦免。我相信祢為我的罪死在十字架上，而且為我復活。我願意接受祢為我的救主，求祢現在進入我心中作我的主宰，賜恩幫助我離開罪惡，過討祢喜悅的生活。奉主耶穌的名求。阿們！（誠心所願）

號角月刊

基本信仰，原則：

1. 我們相信全部新舊約聖經，都是神所默示的，是神拯救人類之計劃的完全啟示，也是基督徒信仰與生活的最高權威。
2. 我們相信獨一、永活、三位一體的上帝。我們相信聖子耶穌基督是完全的神，也是完全的人，從聖靈感孕，由童貞女馬利亞所生。祂為救贖人類脫離罪惡，死在十字架上，埋葬了，並在第三日從死裡復活，升入高天，將來要照祂的應許再來，審判活人死人。
3. 我們相信聖靈是神，與聖父、聖子同為一體。聖靈的工作是使人悔改，重生，並住在得救者的心裏，賜祂能力過敬虔生活。
4. 我們相信人類是照神的形象所造。自人類始祖亞當犯罪以來，眾人都犯了罪，虧缺了神的榮耀，需要主耶穌基督之救贖，使罪得赦免，得稱為義，並藉祂與神和好，以神為樂，並得永生。
5. 我們相信義人的身體必要復活，並進入永生；不義的人必要接受審判，名字沒有記在生命冊上的，卻要在火湖中永遠沉淪。
6. 我們相信教會是基督的身體，是由聖靈重生之人所組成，以耶穌基督為元首。同時，教會是透過敬拜，信徒相交，一同事奉，和同心合意傳揚福音，來向世人作見證。

張靜芬營養師



食物有酸鹼之分

偏飲偏食會危害健康 增加患病機會和風險

令

身體免疫系統下降的原因很多，其中之一是因飲食導致身體酸鹼不平衡。食物酸鹼之分不是指味道、口感（檸檬吃起來很酸，但它屬鹼性），而是經過消化、吸收和代謝後含磷酸、硫酸和氯離子就屬於酸性；代謝後含鉀、鎂、和鈣離子就屬於鹼性。

日常生活中的酸性食物包括：肉類、海鮮類、雞蛋、果仁、汽水、酒精、咖啡、朱古力、加工和精製的食物，尤其是白糖做的糕點、高脂肪及油炸糕點等。

鹼性食物通常是來自植物，包括所有的瓜菜、大部分水果、植物根莖、涼茶、綠茶、海帶、天然醋、菇類、木耳等。當你吃太多酸性的食物時，通過身體的平衡系統的自動調節，包括緩衝系統（Buffer System）、肺和腎，中和體內的酸鹼來達到平衡。然而長期吃太多酸性食物（高蛋白、高脂肪、高糖分），身體的平衡系統就要不斷努力去排泄酸性離子；如此同時，身體也會排泄鹼性的礦物質，而鹼性礦物質都是來自蔬菜和水果。假如你只喜歡吃肉、不喜歡吃蔬菜、水果的話，就不能補充足夠的鹼性礦物質，久而久之，就會增加肺和腎的負擔，而且會使體內大量的礦物質流失，體內的酸鹼就會失衡，從而導致許多慢性疾病的產生。

美國人的飲食習慣以高蛋白、高脂肪、高糖分為主，喜歡吃肉、油炸品、甜品，喜歡喝汽水或其他含糖飲料、咖啡，喜歡吃加工零食，卻不喜歡吃蔬菜水果，也不喜歡喝水，久而久之，血液就會酸化，造成酸性體質而影響身體健康。

酸性體質會帶來許多健康問題，包括肥胖症、容易上火（熱氣）、長瘡、長瘤、便秘、關節和肌肉疼痛等症狀。酸性體質也容易造成免疫系統紊亂，容易對食物和環境產生過敏反應；酸性體質也容易增加血液濃度，令血液流動速度減慢而導致血管阻塞，增加心臟病和中風機會。要知道，癌細胞喜歡在酸性環境下生長，所以酸性體質也會增加患癌症的風險。

從營養學的角度，吃太多酸性或鹼性的食物對身體都不好，最重要的是均衡飲食來達到酸鹼平衡。那麼怎樣才能達到酸鹼平衡呢？就是要控制好酸性食物與鹼性食物的比例，即一份酸性食物要配三到四份鹼性食物。大家可以參考美國的健康盤——盤子裡一半是蔬菜水果；1/4 來自澱粉類食物；1/4 來自蛋白質。要記住，吃蛋白質的同時要吃蔬菜水果；喝咖啡的同時也要記得喝涼茶和綠茶；加工的食物就少吃為妙。如此的話，大家都會健康一點，病痛也會少一點。☺

中藥治療 新冠肺炎的效果

對中醫中藥兩個誤區

最近有讀者詢問有關中藥對治療新冠病毒的功效，他帶來了以下三個問題：

1. 有謂連花清瘟膠囊只能醫輕症，質疑對於重症的新冠病毒 (COVID-19) 之效果？
2. 有謂連花清瘟膠囊對防治新冠病毒只有保健作用？
3. 更有謂一般的中藥，只適用於長時間的調理、保健和預防作用，若要真正對抗新冠病毒，非以西藥為主不行？

要回答以上問題，首先要澄清對中醫中藥的兩個誤區：第一，連花清瘟膠囊並非等於所有中藥；第二，必須認清何謂新冠肺炎的輕症與重症。

很多人一向對中醫中藥有一個誤解，以為西藥的效果快，而中藥則較慢；亦有很多人覺得，西藥主要的作用為治病，而中藥則用作調理。其實這是大錯特錯，西藥效果之所以快，是因為通過注射，藥物可以直接從血液中吸收，而中藥（尤其是湯藥）則要先通過腸胃的吸收，藥物才能進入血液，再經循環系統運送到相關的器官或系統才發揮它的藥效；雖然近年也有些中藥，可用針藥劑型注射入體內，但畢竟中藥的傳統服用方式，仍以湯藥為主。

中醫中藥能醫治急症

因著以上的誤解，一些現居加拿大的華人家庭主婦，在孩子生病時都會第一時間帶他們見西醫，先處理她們覺得急性的問題，然後再找中醫「執手尾」（善後調理）。這種做法也無可厚非，因



馮新偉（中醫博士）

為服用西藥之後，一些症狀如發燒、哮喘或炎症可以得到舒緩，但其他症狀如咳嗽、胃口不佳、睡不安寧或精神疲乏等，都非一般西藥所能治癒。

不可不知，中醫中藥也有所謂急診，例如心臟病發、中風、抽筋，又或婦科的急性盆腔炎和宫外孕，兒科的高燒抽搐和哽塞，甚至外科的急性腹痛和出血等；中藥不單有緩解，更有治癒的良方。在五百多年前，當西藥還未面世之先，中醫已能醫治各種急慢性病症。

論到連花清瘟膠囊只能醫治輕症新冠的說法，不能說是全錯，這只反映提出這說法的人，對中醫中藥的認識不夠全面。從2020年初，中國國家衛健委已正式採納所謂的「三方三藥」，作為主要治療新冠的方藥，而連花清瘟膠囊只是「三藥」其中的一種成藥；其成份、份量和適應症，均為應付新冠初起的徵狀，如高熱、咳嗽帶黃色膿痰和發冷等症狀，但有病人的情況很快已轉入新冠

肺炎的高峰期，並兼有往來寒熱（像瘧疾般的發冷發熱），咳嗽膿痰帶血或其他出血及便秘等症狀，這時候當然要用到「三方」中的清肺排毒湯來治療。

中藥有兼前顧後能力

此外，醫治新冠時，中醫也會根據辨症論治的診斷方法，將這個病分為不同類型，再根據其症型採用不同的藥物來治療，這跟西醫的獨步單方手法——自始至終採用同一種藥來醫治同一個病，不可同日而語。例如，新冠初期多用連花清瘟膠囊；高峰期則採用清肺排毒湯或達原飲，或因病毒的位置和所侵襲的器官，而採用三仁湯或宣白承氣湯等；到恢復期時則採用百合固金湯等。

今次西醫對付新冠肺炎，大部分採用一種名為 Paxlovid 的抗病毒西藥。根據我病人的經驗，這種西藥能在病發五天內，將肺內的綠色膿痰減少，但仍需要不斷服用 Tylenol 來退燒，因為這些特效藥並沒有應付寒熱往來的能力，更不能清除肺熱和止咳，所以病人最後仍需中醫處方小柴胡湯，來治理其寒熱往來，以及服用麻杏甘石湯來將肺中的黃綠痰轉為白色，用以舒緩咳嗽。

由此可見，西藥並非對抗真正 COVID-19 病毒的主力，因為還有很多兼症仍需病人在急症緩解後逐步解決，如通過飲食、起居或服食營養補充劑等，而中藥在這方面則有兼前顧後的能力。同時，中藥對於治療很多「長新冠」所引起的後遺症，比其他藥物更有優勢。☺

愛加倍 Agape Dental Group 綜合牙科專科中心

www.AgapeDental.com

加州大學舊金山牙醫學院(UCSF)臨床教授

美國兒童牙醫學院(ABPD)最高院士

台灣醫師學會(N.C.T.M.A.)會長

吳怡明 牙醫博士 親自主持

2004年度最佳教授獎



- ◎ 成人牙醫洗牙保健門診
- ◎ 牙周病治療及手術門診
- ◎ 美容漂白磁牙貼片門診
- ◎ 補牙磨復全口假牙門診
- ◎ 人工種植牙假牙門診

鉅資引進全美最新
3D數位電腦斷層掃描儀
(3D CT cone beam X-ray)
精確診斷、保證療效

幸福人生。從「齒」開始

◎ 免費社區牙科慈善義診

- ◎ 兒童保健及塗氟預防門診
- ◎ 兒童青少年成人矯正門診
- ◎ 根管治療及拔牙手術門診
- ◎ 特殊需要之兒童牙科門診
- ◎ 笑氣鎮靜麻醉門診



13位專科醫師，灣區實力最強，陣容最完善的團隊為您服務

★ Fremont 門診

(510)792-5551

4988 Paseo Padre Parkway, #204

★ Cupertino 門診

(408)873-8321

10440 S De Anza Blvd, #D-4

★ Milpitas 門診

(408) 935-9555

995 Montague Expwy, #113

綜合牙醫診所

集灣區六間門診及專科診所

共十五位專業牙醫博士

兒童專科·矯正專科·種植專科

成人全科·口腔手術科

日落區

2323 Noriega St., #208
San Francisco, CA 94122
(415)759-7888

Dr. Justin Tin 田沐霖
Dr. Siu Wun Chan 陳少雲

2415 Noriega St.
San Francisco, CA 94122
(415)682-2415

Dr. Tiffany Nguyen 阮美
Dr. Teresa Chan 陳若華

肖化區

2748 San Bruno Ave.
San Francisco, CA 94124
(415)656-2868

Dr. John Tong 童嘉憲

唐人埠

950 Stockton St., #208
San Francisco, CA 94108
(415)986-8899

Dr. Mark Tsang 曾威

屋崙

1624 Franklin St., #910
Oakland, CA 94612
(510)836-4811

Dr. Brian Trinh 鄭平

聖荷西

2516 Samaritan Dr., Suite I
San Jose, CA 95124
(408)358-7645

Dr. Allen Vu

星期一至六 上午九時至下午六時

立約的愛

Clara

在《聖經》中，我們常常會看到關於上帝慈愛品格的描述，「慈愛」這個詞的希伯來原文是 Hesed (חסד)，在英文中沒有完全對應的單詞，因此常被翻譯為 Steadfast Love (慈愛 / 堅定不動搖的愛)。據統計，Hesed 一詞一共在舊約《聖經》出現過 250 次。最早在《創世記》中，Hesed 就被用來形容上帝向人所施的盟約的愛 (二十四章 27 節)。這愛伴隨着決心，一旦選擇就永不改變。上帝和他的選民，以及人與人之間都可以有這樣的愛。

上帝與人

回顧舊約《聖經》中幾處關於上帝施慈愛的描述，可以幫助我們更多了解祂與人之間立約的愛。在《出埃及記》中，上帝給摩西頒佈律法的時候，就這樣宣告祂的慈愛，「愛我，守我誡命的，我必向他們發慈愛，直到千代」(二十章 6 節)。此後，當上帝的子民悖逆的時候，因為他們相信祂的慈愛永不改變，所以常常在禱告中憑着上帝的慈愛向祂懇求。《詩篇》五篇 7 節，當大衛遭自己的兒子押沙龍背叛時，他堅信自己必會憑上帝堅定的慈愛進入祂的聖所。在《但以理書》九章，但以理因知道耶路撒冷將經歷的荒涼，代表上帝的子民向祂認罪禱告時，也首先提到上帝向愛祂，守祂誡命的人所施的慈愛。同樣，《耶利米哀歌》三章 22 節也記載了先知耶利米在受到極大患難和逼迫時，上帝的慈愛所帶給他的安慰，「我們不致消滅，是出於耶和華諸般的慈愛；是因祂的憐憫不致斷絕」。可見，上帝的百姓因為相信祂的慈愛，得以進入和祂的關係中，哪怕環境困苦，逼迫眾多，也不至於失望。

人與人之間守約的愛

除了上帝向祂立約的百姓所施的慈愛，信上帝的人之間也可以反映出祂的慈愛。大衛和約拿單之間的友誼就是基於這樣立約的愛。約拿單愛大衛如同愛自己的性命，因此與他立約 (《撒母耳記上》十八章 3 節)，在大衛被掃羅追殺的時候，約拿單也紀念他們之間的約，保護大衛的性命。在約拿單死後，大衛也因着他們之間盟約的關係，施慈愛給約拿單的兒子，使他與自己同席吃飯 (《撒母耳記下》九章 1、3、7 節)。同樣，在路得記當中，當波阿斯形容路得對拿俄米以及他自己的愛時，用的也是同樣的詞——Hesed (《路得記》三章 10 節)。人與人之間這樣的愛是效法上帝對人所施的慈愛，這愛代表着一種選擇和決定，立約的一方對另一方表現出無限的忠誠，並且不以另一方的表現為轉移。這愛最終在基督裡得着了圓滿，因為祂完全地順服和捨己，上帝與人之間這樣立約的愛才得圓滿。☺

凶惡園戶的比喻

陳琛儀牧師

審判比喻中的一個

這是審判比喻中的一個，經文記載在《聖經·路加福音》二十章 9 至 19 節。有一位要往外地居住的葡萄園主 (屋主)，請他唯一的親戚看守家園。當園主要來收租的時候，親戚竟把園主的僕人逐一趕走，最後甚至連園主派來的兒子也殺害了。比喻中的園主是代表神自己；葡萄園代表以色列這國家；來收租的工人代表先知，多次前來收取公義的果子，卻被以色列人一一趕走，最後上帝差祂的兒子耶穌來作最後談判時，以色列人也將耶穌殺害。

這個比喻是耶穌在耶路撒冷被釘十字架之前的那星期宣講。當祂來到的時候，以色列人是要除掉祂，好使祂不能再說比喻煩擾他們，我們聽這比喻也會覺得何人會如此？其實會否你我也在其中？

比喻引發四個問題

- 第一，生命中最扎心的是甚麼？**
我們的生命是屬己，還是屬主的？就如這個莊園，這個園戶是屬於神還是屬於主人？或是屬於收租的工人？生命誰屬？
何解說這問題最扎心？因為很多時，我們說生命是屬於自己，是自己一手建立的。可能是我們善忘，或是故意忘記生命是從神而來的祝福；但當人心裡有罪的時候，便會被罪欺騙，以致相信生命是屬於自己的。故此，當耶穌基督來到，要我們認識祂的時候，我們便會瞎說生命與祂何干？這些人對耶穌和福音漠不關心，置若罔聞，甚至公然反對。
究竟我們的生命、事業及一切擁有的，是否完全從自己而來的？還是上帝賜給我們機會，智慧及幫助使我們有所成就？
- 第二，生命可以是最驚人的醒悟，這種醒悟是甚麼？**
其實我們是知道上帝愛我們的，但不知何故會拒絕上帝，更且不喜歡提及。何解會如此？《聖經》說神要祝福我們，祂知道我們在地上有很多的艱難和痛苦，又被很多世事纏繞，在各方背景驅使下我們會犯錯。上帝差耶穌來到這個世界，做我們的救主，為我們贖罪，並死在十字架上，赦免我們一切的罪，神叫耶穌從死裡復活，代表耶穌不單是我們的救主，祂亦賜給我們新生命，並把其中的公義賜給我們。
原來神是愛我們的，那為何我們不願意接受祂？是否我們也妄想如上帝一樣，能夠完成赦罪救贖這些事。但我們不是神，心知自己絕對做不到，卻也不願接受我們得救是靠祂這事實。故此，縱使我們知道祂愛我們，但也會故意排斥祂。
- 第三，生命中最可怕的後果是甚麼？就是神的審判。**
文首提到凶惡園戶的比喻，《聖經》中也有提到一塊石頭，上帝的那塊石頭是代表耶穌，祂來到的時候，匠人 (代表建屋的人) 都不要那塊石頭，拒絕接受祂，想不到上帝把這塊石頭作為房角石，即是建築時最重要的那塊基石，耶穌自己就是那塊房角石；所以當我們不願意接受耶穌的時候，生命便會面臨一個可怕的後果，就是神的審判。
- 第四，生命中最迫切的決定是甚麼？就是我們要怎樣對待耶穌。**
我們要怎樣對待和面對耶穌？凶惡的園戶跟我有否關係？希望每一個人都能藉着耶穌所說的這個比喻，有一個深層的反省，知道生命是掌握在上帝的手裡，祂賜給我們今天擁有那麼多的福份，讓我們的心不被各樣事情影響而慢慢冷淡下來。我們更要把這今天機會還在的時候，讓我們好好愛主、服侍主，將福音廣傳開去，讓更多人能夠明白救恩。
以上這四個問題，上帝是要我們了解和認識，當我們清楚明白當中的答案時，生命就會有奇妙的改變。☺

望子成龍

戴思

最近讀到兩則新聞：一則是 10 歲考入大學，現年 28 歲的數學神童張炘煬發表「啃老」言論，惹起非議。語出驚人的張炘煬，最近接受媒體訪問時，表示決定躺平，靠父母接濟，還理直氣壯地認為自己的想法合理，揚言父母欠他一套在北京的房子，更不諱言：「混吃等死，反而能幸福一輩子！」

另一則是發生在 13 年前，轟動一時的多倫多萬錦市買兇殺害親生父母的案件，因為法庭最近下令重審，令事件再度備受關注。自幼被父母嚴厲管教，多方栽培的女兒 (Jennifer Pan)，在高中時成績滑落，未能升讀大學。為免父母責難，於是偽造成績單及大學取錄文件，並以謊言掩飾，後來，甚至訛稱自己完成大學，最終被父母揭發。在遭父母軟禁期間，萌生惡念，與男友策劃殺人大計。

望子成龍

「望子成龍」是許多華裔父母的心願，原意是希望孩子出人頭地，在社會上揚名，可惜過度的期望，導致本應彼此相愛的關係，變成彼此相恨，甚至釀成血案，實在令人唏噓不已！

中國傳統兒童啟蒙教材《三字經》有這樣的說法：「養不教，父之過；教不嚴，師之惰。」清楚指出孩子是要管教，斷不能放養，或只提供生活所需就了事。可是教什麼？又怎樣教呢？如何避免管教不得其法，「愛他」變成「害他」呢？

當行的道

《聖經》這樣說：「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) 這個當行的道指的是什麼呢？《聖經》中稱為智慧之書的《箴言》這樣說：「敬畏耶和華心存謙卑，就得富有、尊榮、生命為賞賜。」(《箴言》廿二章 4 節)

根據《聖經》，所謂「當行的道」就是教導孩子「敬畏上帝」及「學習謙卑」。首先，帶孩子來到上帝面前，讓孩子認識上帝，知道祂是全知全能，而且滿有憐憫、恩慈及公義。上帝察看全地，看顧每一個信靠祂的人，輕慢不得。然後，讓孩子學習《聖經》的智慧，認識人性的軟弱與詭詐，明白「敗壞之先，人心驕傲；尊榮以前，必有謙卑。」(《箴言》十八章 12 節) 的道理。

當孩子願意將生命主權交給上帝掌管，透過《聖經》話語的薰陶，他必能走在「當行的道」上，得着「富有、尊榮、生命為賞賜。」

同一陣線

其實，教養孩童可以很輕省，只要父母與上帝站在同一陣線，自己先來學習「敬畏上帝」和「心存謙卑」，然後如「不倒翁」一樣，不怕跌倒、不怕失敗。每當覺得自己無能為力的時候，就謙卑下來，重整旗鼓，只要如「不倒翁」一樣，堅持再站起來，堅持去愛，堅持仰望十字架恩，定能看見上帝的榮耀。☺

宣教網紅

一穗

如今這世代，是一個網紅茂盛的大趨勢時代。不論哪個民族，哪個國家，哪種體制，網紅都像雨後春筍般地瘋長。粉絲過百萬的網紅，可以說俯首皆是，多如牛毛；擁有上億粉絲的網紅也早已不足為奇。但值得注意的是，網紅對社會產生的影響力，比之炸彈都有之過而無不及。

網紅製造騷動

不說遠的，就說今年 8 月在紐約聯合廣場 (Union Square) 爆發的千人大騷亂，就是由一個只有不足千萬粉絲的網紅、年僅 21 歲的賽納特一號號召造成的。他發帖聲稱自己要在曼哈頓下城搞一場直播秀，屆時粉絲可以見到他本人，還有機會得到遊戲機等禮物。就這樣，活動場地就聚集了超過兩千名青少年粉絲。要命的是這些人並不安分守己，而是在四處攀爬、投擲、破壞、鬥毆、傷人，演變成暴力毀壞事件。害警方也要出動上千警力，才能平息暴亂，對社會造成難以用金錢來衡量的損失。

緊接着 9 月份，更離譜的搶劫事件，又發生在一名僅十來萬粉絲的費城網紅身上。這名叫「肉球」的黑人女子，不但自己參與集體搶劫商鋪行動，還開直播呼籲自己的觀眾和粉絲，一起來參與搶劫活動。結果造成大批人群聚集騷亂和搶劫，使當地多家商店蒙受巨大損失。

網紅清新正俗

當然，壞的網紅能對社會造成威力巨大的破壞；好的網紅也可以調整民風，為社會帶來清新的風氣。最典型的例子應該非「李子柒」莫屬了吧？這位網紅以優美恬靜、世外桃源般的畫面，配合單純美食和與世無爭的內容，不僅吸引了上億華人粉絲和觀眾的追捧，同時還開創了幾乎是一面倒熱播美食的網紅新時期。其他還有介紹各地旅遊的網紅，他們的視頻對外地遊客了解當地旅遊資訊、推動本地旅遊業的蓬勃發展，都起到良好的促進作用。

網紅宣揚救恩

宣揚上帝創造、耶穌福音方面，其實不少基督徒也都非常努力，在網絡上辛苦耕耘。像角聲佈道團，就有多位弟兄姊妹在社群網站或影音網站開闢了自己的專屬區，藉着生活中的點點滴滴大小事情，向世人展現有信仰人生的豐盛與喜樂。

不久以前，我在紐約訪問了劉向榮牧師和吳潔梅姊妹，這對專注於在影音網絡，以唱「音樂讚歌」來讚美上帝，傳遞福音信息的福音歌手夫妻檔，我還參觀了他們的直播室。看到他倆用一生絕大部分時間，憑歌寄語，傳揚上帝的慈愛和恩典，這種精神尤其令人感動！特別是吳潔梅姊妹，80 年代後期，她在香港流行音樂界也算小有名氣，還唱過一首福音歌曲，佔據當時流行曲排行榜高位達數週之久。然而她沒有像其他歌星那樣，追求個人名氣的攀升，而是選擇與先生一道，到海外去傳福音，用歌聲讚美主。如今夫妻倆經營的網上音樂小屋「信屋」不過兩年時間，已有越來越多的弟兄姊妹和親朋好友捧場，影響力自然也水漲船高。看到不少留言，都對他倆為傳福音而奉獻的精神感動，也鼓勵慕道友能更向前邁進一步。

領人歸主責無旁貸

由此我注意到一件事情。其實當今世代，我們非常需要宣教網紅；因為這是一個爭奪靈魂的陣地，是不容有失的。由以上例子不難發現，很明顯地，我們在這裡有缺失的話，那些壞網紅就會使壞，不僅對社會造成損失，對他們本身也是一種傷害。

上帝對此早有察覺，祂告誡我們說：「因為世人都犯了罪，虧缺了神的榮耀。」(《羅馬書》三章 23 節)「但聖經把眾人都圈在罪裡，使所應許的福因信耶穌基督，歸給那信的人。」(《加拉太書》三章 22 節)可見，傳福音領人歸主，是何等重要的人生大事，特別如今是網紅崛起的世代，基督徒可以說責無旁貸，義無反顧。☺



Terry Luk CFP®, EA
陸耀權
(理財策劃師協會認可) 理財策劃師
(國稅局註冊) 稅務師

精明細算，全面綜合理財
23年稅務投資及保險等理財豐富經驗

1. 報稅及省稅策劃
2. 風險管理及保險保障計劃
3. 整體投資組合 (地產, 證券, 年金...) 策劃
4. 個人/小型商業退休計劃
5. 資產繼承策略
6. 教育經費安排準備

2309 - Noriega Street, #68 (30th Ave & Noriega St.)
San Francisco, CA 94122
(W) 415-999-6369 E-mail: terryluk_tax@yahoo.com

San Francisco Toyota



3800 GEARY BLVD. @ 2ND AVE., S.F., CA 94118

豐田汽車 (三藩市總代理)



William Lui
雷威鏞先生
直線電話: 415-592-0828
E-mail: williaml@sftoyota.com

2016 年新款汽車現已到步, 歡迎透過電郵問價

WELCARE FINANCIAL GROUP

團體及個人健康保險專家





Anthem Blue Cross, Health Net 及 Kaiser Permanente 及 CCHP 華人保健計劃
十大華人代理

CA License #0734308

請致電: 張偉生
電話: (650)802-9288
電郵: wellson@welcare.com

地址: 1668 El Camino Real, San Carlos, CA 94070

「除」「舊」「迎」「新」

文 / 陳志傑 (JnX 音樂敬拜事工)

中國人過年很注重「新」。我記得，小時候臨近春節前，很多家庭會有一次徹底大掃除，將堆積了一年的污垢、垃圾和沒用的東西清除掉，然後會換上新的家居佈置，小孩子甚至成人都會穿上新衣服去拜年……

時至今日，這種「除舊迎新」、「辭舊迎新」或「破舊立新」的心態仍然存在。這不一定僅指外表的「新」，而是人們總想告別不好的，希望可以把所有不如意、令人不安的、討厭的甚至不完美的都一一掃除，期盼來年有新的開始。

在去年十一月底，我就聽到一位朋友說希望可以在今年重新做人……本來，這些類似的願望在新舊年交替時經常會聽到，但不知怎的，此位朋友的話語讓我對「除」「舊」「迎」「新」開始了深刻的反思。

我想，若真的要決定「重新做人」，那並不是一件隨便說說聽聽的事。這樣的結論應不會是憑著一時情緒的激發，可見這個「舊」，應該是這位朋友真的不想再擁有。若很想「除」掉的，絕對不是一些可有可無的閒事，但又為何要等到新的一年才去實行？莫非仍不太想捨棄那個「舊」？，還是未到非得「告別」不可的地步，仍可容讓所謂的「舊」繼續共存？又或者自己根本沒有那個「除」的動力？！難道「新」是有甚麼魔法可以推

動人去改變？又怎樣去「迎」呢？這就像總聽不少人每年都說要減肥、做運動等等，一年復一年都沒有達成，外人未必完全了解個中原因，但他們漸漸也沒有再提了。而當中成功的例子，多半是立志後，不會給自己一個藉口去「等」一個適當時機，而是立刻行動，並且會借著一些外部因素，如跟著一些 program 或邀請人作伴一同去達成目標。我看到那些經過努力和堅持而獲得改變、嚐到「新」的人，就再不想回到「舊」模樣，並且堅持持續保存著「新」姿態。

就我個人的經驗，真心感到「除」這個心志的出現是很重要。首先，是因為需要察覺到有不對勁的情況，同時到了不能接受的程度，才會產生「除」的念頭。再者，是因為沒有「除」的決心，便不會想從「舊」轉「新」的行為出現。但是，很多時單憑這個心志，不一定足以推動我去作出改變；特別是在今天這個資訊澎湃的時代，我們時刻都會受到無數資訊的轟炸，不同的觀點可能會帶給我們正面或負面的衝擊，可以加強激勵我們原先的心志，也可以混淆我們的思想，甚至令我們灰心喪志。

其實自古以來，當人們遇上不如意的情況、總希望有方法可以改變那現狀，可以去到另一個比較合乎理想的狀態，就像是頭痛醫頭、腳痛醫腳，但之後又可能重蹈覆轍，走向原點……因為畢竟這破除的，不是人生全部的「舊」；除非將全部的「舊」挪去，那才有全「新」的局面出現。

我雖然信主多年，卻從沒有那麼深入的去反思「舊」和「新」的問題。這讓我體會到這段經文的寶貴：「若有人在基督裡，

他就是新造的人，舊事已過，都變成新的了。」（《哥林多後書》五章 17 節）

我立志要除「舊」，選擇接受主耶穌作救主這個途徑，進到祂的“program”裏面，祂便「除」掉我「所有的舊」，使它都成為過去，而我沒有出過一分力（其實我也沒有能力），但卻可以成了一個全「新」的人，這是一個真正徹底的大掃除。

這就像我看過的一個視頻：本來一杯滿載著乾淨得清澈透明的水，但只需要一滴的污水，就會把這杯水弄成不再潔淨了。如果污水滴不斷增加，沒有處理的話，最終便變成了一杯渾濁的污水。但當不斷倒入乾淨的清水，杯中的水會逐漸變回原本的清澈狀態，最後，杯中水已不是原本的那些水。

只要我們立志要「除舊」，願意歡「迎」接受主的活水倒進，一直保持這樣的狀態，那麼舊的一定會不斷被擠出，我們的生命就會常「新」。感謝主耶穌！☺



關於以色列的十大預言

謝潤華

「念這書上預言的和那些聽見又遵守其中所記載的，都是有福的，因為日期近了。」（《啟示錄》一章 3 節）

聖經裡面的預言是關乎猶太人、外邦人和教會的。在總數七百多個聖經預言中，約有六百多個已經成就，還有未成就的，是因為時間未到。

關於以色列的有十大預言。以色列的歷史可以事先從這些預言中得知，其中有八個預言已經成就，還有兩個關於末世以色列的仍待應驗。

第一，以色列民在埃及為奴，四百三十年後帶著財富離開埃及。

「耶和華對亞伯蘭說：你要的確知道，你的後裔必寄居別人的地，又服事那地的人；那地的人要苦待他們四百年。並且他們所要服事的那國，我要懲罰，後來他們必帶著許多財物從那裏出來。」（《創世記》十五章 13-14 節）

第二，得迦南地，發生在四百年之後。

「當那日，耶和華與亞伯蘭立約，說：我已賜給你的後裔，從埃及河直到幼發拉底大河之地。」（《創世記》十五章 18 節）

第三，以色列民在迦南地拜偶像，上帝在耶路撒冷建立一個敬拜中心。

「但耶和華——你們的上帝從你們各支派中選擇何處為立他名的居所，你們就當往那裏去求問，將你們的燔祭、平安祭、十分取一之物，和手中的舉祭，並還願祭、甘心祭，以及牛羊群中頭生的，都奉到那裏。」（《申命記》十二章 5-6 節）

第四，北國以色列被擄到亞述。

「所以我要把你們擄到大馬士革以外。這是耶和華一名為萬軍之上帝說的。」（《阿摩司書》五章 27 節）

第五，南國猶大被擄到巴比倫。

「所以我必將你們從這地趕出，直趕到你們和你們列祖素不認識的地。你們在那裏必晝夜事奉別神，因為我必不向你們施恩。」（《耶利米書》十六章 13 節）

第六，所羅門王建造的第一座聖殿被摧毀。

「倘若你們轉去丟棄我指示你們的律例誡命，去事奉敬拜別神，我就必將以色列人從我賜給他們的地上拔出根來，並且我為己名所分別為聖的殿也必捨棄不顧，使他在萬民中作笑談，被譏諷。」（《歷代志下》七章 19 節）

第七，第二座聖殿在公元 70 年被毀。

「耶穌對他們說：你們不是看見這殿宇嗎？我實在告訴你們，將來在這裏沒有一塊石頭留在石頭上，不被拆毀了。」（《馬太福音》二十四章 2 節）



第八，散居各國的以色列民會重新聚集，歸回故土，以色列果然在 1948 年復國。

「當那日，主必二次伸手救回自己百姓中所餘剩的，就是在亞述、埃及、巴忒羅、古實、以攔、示拿、哈馬，並眾海島所剩下的。他必向列國豎立大旗，招回以色列被趕散的人，又從地的四方聚集分散的猶大人。」（《以賽亞書》十一章 11-12 節）

以下是尚待應驗的預言：

第九，各國要聚集起來抵擋耶路撒冷。

「我必使耶路撒冷被圍困的時候，向四圍列國的民成為令人昏醉的杯；這默示也論到猶大。那日，我必使耶路撒冷向聚集攻擊他的萬民當作一塊重石頭；凡舉起的必受重傷。」（《撒迦利亞書》十二章 2-3 節）

第十，彌賽亞將駕着雲在能力和榮耀中降臨，在地上建立祂的國度。

「那時，耶和華必出去與那些國爭戰，好像從前爭戰一樣。那日，他的腳必站在耶路撒冷前朝東的橄欖山上。這山必從中間分裂，自東至西成為極大的谷。山的一半向北挪移，一半向南挪移。你們要從我山的谷中逃跑，因為山谷必延到亞薩。你們逃跑，必如猶大王烏西雅年間的人逃避大地震一樣。耶和華——我的上帝必降臨，有一切聖者同來。」（《撒迦利亞書》十四章 3-5 節）

讀過這些預言，你有甚麼感想呢？面對這宇宙間的偉大主宰，你能說「不」嗎？我就選擇正面回應祂的呼召，分享祂的榮美。你呢？

「你們要為耶路撒冷求平安！耶路撒冷啊，愛你的人必然興旺！」（《詩篇》一百二十二篇 6 節）☺



WILLIE LEUNG APPRAISAL SERVICE 加州政府認可住宅樓宇估值師
CRA#007780

梁炳如房屋估值師
專誠為三藩市縣、聖馬刁縣
及阿拉米達縣住宅樓宇估值

預約電話：415-608-9680 傳真號碼：650-878-1947

吳鴻恩醫學博士
JOHN H. WU M.D.

主治：高血壓、心臟病、糖尿病、風濕病、腸胃病、皮膚病等及全身體檢、預防注射

地址：三藩市企李街929號四樓(近郵局)
929 CLAY ST., 4/F. S.F.

應診時間：星期一至五
上午九時至下午六時
星期六
上午九時至下午一時

預約電話：(415)981-0303

開始接受多種新出保險
包括CALIF PACIFIC MED GROUP
PACIFICARE, AETNA, TAKE CARE, ETC.
CCHP(東華醫院健保)。

招聘合伙西醫師

貸款、地產經紀
Realtor & Loan Consultant

何拔萃 女士
Peony Ho

服務全灣區
國、粵、英語

Googain, inc. MAXREAL

1288 Kifer Road, Suite 208, Sunnyvale, CA 94086
CalBRE#: 01436720 NMLS#:320222

peonyho@googain.com
510-449-5776

瞭如指掌

您的投資是否明確地跟您的財務目標一致？

讓我們一起檢視您現有的安排，我們將悉心地、中肯地為您分析、研究，重新建立您的投資規劃。

我們提供的方案或能助您進一步邁向您的目標。

請即聯絡我們，查詢有關資訊，或預約面談。

Turning Leaf Financial Group
WALLACE CHU, CFP®, ChFC®
CA Insurance #0B53634

1754 TECHNOLOGY DR., STE 208
SAN JOSE, CA 95110-1320
(408)404-8288
(408)404-8200
wchu@tlplanners.com

WALLACE CHU is a registered representative with, and securities offered through, LPL Financial, member FINRA/SIPC.

**人心籌算自己的道路
惟耶和華指引他的腳步**
~ 箴言 Proverbs 16:9

一月園藝選秀

韭菜

佟穎



韭菜，英文名 Chinese chives，是石蒜科蔥屬的多年生草本植物，叢生，葉細長而扁，開小白花，嫩的葉和花可以食用。韭菜源於中國，中原地區種植韭菜已有 3000 多年歷史。在亞洲，韭菜的功能是食品、調味品、祭品。而在北美，還可作為觀賞植物，西人食用韭菜並不多。韭菜曾在祭祀文化中長期佔有非常重要的地位，直到明清時期還盛行用韭菜祭祀。用韭菜祭祀，與它的生長特點有關，韭菜的生命力非常旺盛，有「剪而復生」的特點，代表生生不息、蓬勃的生命力。此外，韭菜味道濃郁，是具有辛辣味的蔬菜之一，古人認為韭菜的辛辣可以去除身體中的污穢，因此用韭菜來祭祀也有讓先人品嘗春味，去除污濁之氣的意思。韭菜在我們華人中是非常受歡迎的蔬菜，韭菜餡的餃子是很多華人家庭節日必備的美食。韭菜的種植非常容易，而且不佔用太多空間，所以很多華人家庭都會在菜園中種點韭菜。

生長習性

韭菜是石蒜科多年生宿根蔬菜，適應性強，陰濕肥沃的環境中生長會更好。耐寒耐熱耐肥，即使在中國北方的冬季，地上部分枯死，地下根部會進入休眠，春天地面解凍後又萌發生長。加州的冬天並不寒冷，韭菜不會進入休眠期，可以一直生長。韭菜對土壤的適應性很強，粘土、砂土、壤土都可以，如果是富含有機質、

保濕保肥能力強，排水良好的土壤更利於韭菜的生長，我們日常的菜園中都可以種植。不要將韭菜種植在鹼性土壤中，偏酸性土壤較合適，PH 值在 6.0-7.5 之間就可以。韭菜最適宜生長溫度為 60°F-75°F，非常能耐霜凍和低溫，根和根莖能耐受 -40°F。中等強度的光照對於韭菜較適合，加州的陽光比較強烈，我們家庭種植，可以找有遮擋的柵欄邊、牆邊更好一些。加州的秋天陽光直曬，溫度很高，韭菜如果不及時收割，會非常容易纖維化，就是我們俗稱的「老了」。

催芽育苗

韭菜的繁殖方式有兩種，可以種子繁殖，也可以採用分株的方式。如果是種子繁殖，則將買來的種子溫水浸泡 4 小時，然後放置到潮濕的紙巾上，密封放在家裡溫暖的地方，大概一周左右就可以出芽了。將出芽的種子放置到育苗土中，注意保濕，防止陽光暴曬，溫度合適一周左右可以出苗，大概 4-6 周後，當韭菜苗長到 18-20cm 時就可以移栽了。先剪掉韭菜葉，然後挖出韭菜根，剪去鬚根，保留 3cm 左右的根部，放置在提前挖好坑的土壤中，保留大概 10cm 的間距，一簇韭菜根大概保留 7-8 個根，如果比較多就分株種植。用種子育苗的時間比較長，建議大家採用分株的方式，很快就可以吃到種植的韭菜了。如果是分株繁殖，就是

直接購買韭菜根或向朋友索要韭菜根，剪去鬚根，保留 3cm 左右的根部，放置在挖好坑的土壤中種植即可，節省了催芽育苗的過程，也減少了一年的養根時間。

施肥

韭菜是非常耐肥的品種，肥料充足，根系健康，可以生長得很好，產量高，韭菜葉較寬。第一次移栽時，建議施一次肥，可以是堆肥、糞肥或有機複合肥，夏季生長旺季可以施 2-3 次肥，秋季收割後可以再施一次。

注意事項

韭菜在長到 25cm 長時要及時收割，防治韭菜纖維化。韭菜屬於越割越長的品種，即使不想吃，也要收割下，便於根系的成長。韭菜收割後會留下傷口，因此不要馬上施肥、澆水，過 2-3 天，傷口乾燥癒合後再施肥或澆水。韭菜的主要病蟲害是地蛆，保持通風、不讓根系腐爛是避免病蟲害的關鍵；韭菜的根系在生長過程中是會分蘖的，越長越多，因此 3-4 年，要把韭菜移栽，重新修根、分株、定植、施肥，控制好間距，這樣才能保證產量，預防病蟲害。另外，韭菜含有大量的維生素及粗纖維，能增進胃腸蠕動，具有潤腸通便的作用。但是，腸道有病變的人員要遵醫囑食用。患有陰虛內熱、痤瘡或眼疾的患者，亦應忌食韭菜。☺

湯飲食譜 9 淮山蓮子百合黨參湯

祺祺



和丈夫拍拖後，我們開始手牽手，他告訴我，他的右手曾經在四歲幼時時候因發生家居意外遭滾水燙傷，而且相當嚴重。我細心觀察及捉摸，雖然是比較多皺紋，但很難從外觀確定是一隻曾受過嚴重燙傷的手掌。

「如果不是刻意記起的話，我也會忘記了我曾經燙傷過的手，因為拖你，所以我才記起來。」丈夫回憶著說。意外當時，他整隻右手手掌完全浸在盛有剛燙滾熱水的水盤中，丈夫嚎啕大哭，外婆拯救發現他的整隻手掌呈火紅色，便立即趕去位於鄰座的相熟醫務所找醫生處理，用了數分鐘抵達，受傷的手已經開始起了水泡，醫生第一時間立即處理。

「回家後，當晚很痛，很難入睡，當入睡後稍一移動手便痛，便會痛醒。」丈夫繼續憶述。「朦朦朧朧中，發覺已經天亮，有人溫柔地將我手的紗布拆開，開始處理傷口，我看見手背拳頭骨位置滿佈大水泡，因為充滿水，所水泡表皮很繃緊，我第一次看到這麼大那麼多的水泡，而且是在我的手上，感覺很難過，而且很痛。有一隻手擺放了一些物件在我身旁，然後我看到是醫務所的醫生正在為我處理傷口，我開始平靜安心接受治療，他離開前叫我放心，要我好好休息，

我點點頭便開始入睡。」

「醫生每天早上也會先到我家為我處理傷口，然後才回醫務所工作，就算是星期日也是，如是者直至我傷勢稍輕才停止，不過稍後我要定期回醫務所覆診和做物理治療。」

「醫生那麼多天早上到你家治療，一定花了很多醫藥費用。」我說。

「早上到我家治療全不用收費，之後的到醫務所覆診，有時也只是收一點費用，可能醫生知道當時七十年代住公共屋邨的人，大多是收入一般，沒有多餘閒錢。」

「我還以為這些醫生，只會在電影情節上出現。」我有點詫異地回應。

「除了醫生，我外婆對我無微不至的悉心照顧，也是令我迅速康復的另一個主要原因。」

「好捨捨的，必得豐裕；滋潤人的，必得滋潤。」（《箴言》十一章 25 節）

最近和丈夫探望他外婆，一起晚飯，丈夫竟說起此事，並且問外婆是否知道那位醫生此時狀況，很想跟醫生親自道謝。我說，你應該先向你面前的外婆道謝，你由小至大，她那麼愛護和照顧你。「係，知道，多謝阿婆！」丈夫立即作認真狀回應。我們哈哈大笑。

祖父母進入老年階段，生理機能隨年衰退，五臟六腑的氣血虧虛，每每做甚麼都容易覺得累，經常呼吸短促、感到四肢乏力。黨參補中益氣，補血，調和脾胃，是補氣養生湯水材料不二之選，而且黨參能為湯水增添風味，我也十分喜愛。

功效：補中益氣，調和脾胃。

材料（4 人份量）

- 無硫淮山 1 兩（補肺益腎，健脾益氣）
- 蓮子（湘蓮） 1 兩（強心安神，健脾益腎）
- 百合 1 兩（清心安神，清熱潤肺）
- 黨參 2 條（補中益氣，生津健脾）
- 圓肉 4 兩（養血益脾、補心安神）
- 陳皮 1 片（理氣健脾、燥濕化痰）
- 紅棗 6 粒（補氣養血，養血安神）
- 豬展 半斤（滋養肝臟，補中益氣）

做法

- 無硫淮山清洗。
- 蓮子，百合清洗後浸半小時。
- 黨參清洗後浸半小時，切段。
- 圓肉清洗。
- 陳皮浸軟後刮瓢。
- 紅棗清洗後開邊留核。
- 清洗豬展後汆水。
- 將所有材料放入 5 公升凍水，用大火煮滾，然後改用慢火煮 1.5 小時，下鹽調味便可。

Tips

黨參屬植物全世界約有 40 種，中國約有 39 種，藥用有 21 種，細分黨參的話也有二十多種，其等級和功效亦不同。挑選黨參時以根條肥大、質柔潤、氣味濃、嚼之無渣為佳。上半身近根頭部有緻密而明顯的環狀皺紋。

它是桔梗科植物黨參的根乾燥而成，中醫角度「黨參」有「補中，益氣，生津，健脾」等功效。西方醫學發現黨參含有降血脂、血壓、消血堵的物質，能夠促進人體內血液循環，平衡消化系統，而且有安神靜氣，改善睡眠質量的作用。黨參是營養價值較高食材，因此產婦在坐月子時候，飲用有黨參為材料的湯水，會有助於身體快速恢復。☺



活出您的自在人生

退休生活的關鍵在於活出自我。對於未來悠然自得的日子您自有憧憬。不論從什麼時候開始，只要有合適的規劃，您憧憬的退休生活便唾手可得。了解我們如何能幫助您實現您心目中的退休生活。



Victor Lee, CFP®, ChFC®
Financial Representative
MassMutual Northern California
925-949-7448
victorlee@financialguide.com



保險 • 退休 • 金融規劃

Insurance Representative of Massachusetts Mutual Life Insurance Company (MassMutual), Springfield, MA 01111-0001, 及其附屬美國保險公司。地區公司為MassMutual的銷售辦事處，並非MassMutual的子公司或其附屬公司。保險產品由Massachusetts Mutual Life Insurance Company (MassMutual), Springfield, MA 01111及其附屬美國保險公司發行。證券和投資諮詢服務由MML Investors Services, LLC (SIPC成員及MassMutual之子公司) 提供。保單、申請表、行政文件以及表格僅提供英文版本。Supervisory Office: 3003 Oak Road, Suite 250, Walnut Creek, CA 94597, Phone: 925-979-2300 • CRN202303-279734

號角
廣告
刊登

閣下如有興趣於
號角月報刊登廣告，
請致電：510-893-3210
或電郵：ad@cchcsf.org



衛詩：驚險難忘的宣教經歷

夏蓮娜

衛詩 (Jill) 與工作了八年的唱片公司合約到期當日，就收到 Iris Harvest School of Missions 宣教訓練學校的通知，接納她成為該校的學生，並參與一個為期三個月 (9月至12月) 的宣教培訓課程，前去以色列、南非和莫桑比克 (Mozambique) 探訪。Jill 深知這是神的時間和計劃，祂關了一道門，卻為她打開另一扇窗。在以色列期間，她遇上以巴衝突，驚險難忘的經歷使她更認定，投身神國事工的服侍別具意義，同時也相信神仍會使用她唱歌的恩賜。



神在恰當時間揀選

2020年，Jill 隨教會的弟兄姊妹前往非洲，跟當地教會一起帶領敬拜和事奉，那次旅程啟發了她參與宣教之旅的想法。Jill 說：「在今年8月跟吉中鳴牧師和幾位好姊妹完成了紐約和三藩市佈道旅程之後，我便申請參加 Iris Harvest School of Missions 的宣教培訓課程。這所宣教訓練學校的宗旨是訓練、裝備和派遣熱愛耶穌的人到天涯海角，服侍和祝福當地的人。他們招收學生的態度和程序都十分嚴謹，不是單單考量學歷，而是要經過祈禱，揀選合神心意的人，所以我清楚知道，是神在最恰當的時間揀選了我，連姐姐 (衛蘭) 也感受到這是神的安排，為我感恩。」

參加那次行程的共有50個年輕人，大部分來自美國、倫敦和德國，還有兩名來自新加坡，Jill 則是唯一的香港人。他們的第一站是以色列，原本計劃在那裡逗留兩星期，行程包括參觀耶穌走過的地方，以及學習《聖經》和猶太人的歷史，讓學生能感受到神對以色列人的情懷，想不到卻遇上哈馬斯突襲以色列事件，打亂了一些先前的安排。

在庇護所祈禱唱詩

提及突襲當天情景時，Jill 猶有餘悸，她憶述說：「我們在9月24日抵達以色列，隨即入住耶路撒冷一間酒店，原先計劃在10月7日前去死海，不料在清晨時分，突然聽到警報聲，酒店員工立即叫我們走到底護所躲避，整整一天，我們都不斷地在酒店和庇護所之間來回。」Jill 發現街上的情況十分混亂，很多人正在慌忙逃離被轟炸的地區，甚至走進他們入住的酒店暫避；尤其看到那些臉上流露出驚慌難過神情的人時，不難推想家人或已在突襲中被炸死。

Jill 坦言，當時他們一行人也十分驚慌，只有在庇護所一起祈禱唱

詩；經過禱告後，大家就不再那麼驚慌，因為深信神明白他們的處境。Jill 深信：「祂讓我們走在一起，在同一地方、同一時間，一同經歷這件事，我們需學習同心禱告倚靠祂，從而內心得到平安；若是神要在這時刻接我們返家，一定有祂的美意；不然，這次畢生難忘的經歷，肯定可以成為催促我們服侍的動力。」本來他們計劃在4日後離開以色列前去南非，但由於當時以色列機場異常混亂，很多航班都被取消，所以需重新訂購在約旦啟航的班機，並趕忙乘坐巴士經約旦邊境前往機場搭機離開，感恩的是過程相當順利。

南非貧乏環境惡劣

當安全抵達南非後，學員便入住當地的宣道士宿舍。Jill 說：「由於當地人只懂少許英語，我們需要學習當地的語言 Zulu，以便跟福音對象 (成年人和兒童) 溝通。當地人民的生活很是貧乏，居住的房子十分簡陋，沒有電和熱水供應，惡劣環境並非住在大城市的我們可以想像。當地兒童的景況也十分淒慘，大多是被家人遺棄的孩子，他們甚至連一雙鞋子也沒有，幸好當地很多教會都設立了孤兒院，願意伸出援手，收容照顧這些無依無靠的孩童，不但讓他們有讀書的機會，而且還會提供食物，讓他們不用忍飢捱餓。」

由於當地有很多巫醫聚集，所以傳福音必須有由神而來的智慧，以靈活的方式接觸當地民眾。外展期間，宣教學員跟本地的教會合作，先向當地人表達友善，建立良好的關係，然後才入正題。Jill 說：「我們曾參加一個專為小朋友而設的佈道會，由早上7時至下午5時。當天有很多小朋友前來，我們帶領他們一起敬拜，他們一邊唱歌、一邊跳舞，十分投入，當中有信息分享，我們又為他們祈禱，讓他們能感受到聖靈的同在。從這些窮困的小孩身上，我體會到神

的國度是怎麼一回事——讓他們知道，每個人都是天父所愛的兒女，祂會看顧他們，祂就是一切平安喜樂的源頭。」

洗滌心靈改變人生

Jill 不諱言在非洲宣教是相當危險的——治安差，到處都有毒品販賣，小孩也會攜帶槍械，整個社會充滿暴力，所以出隊時總要跟著熟悉當地情況的義工，確保安全；此外，蚊患也十分嚴重，亦有毒蛇出沒，因此晚上要關上窗戶才能安睡。至於莫桑比克的環境也好不了多少，很容易感染登革熱 (Dengue) 病毒，必須攜帶藥物在身。Jill 表示，他們在11月6日離開南非後，就會前去莫桑比克繼續外展工作，探訪當地的社區和學校，並在那裡逗留幾個星期，預計12月23日才返回香港。

「這確是一個洗滌心靈之旅，神改變了我對人生的看法。我相信神給我唱歌的恩賜是不會浪費的，祂仍會使用我，最重要的是，我要順服祂的帶領；當然，順服的功課不易學，因為很多時我會有自己的想法。不過，現在我明白到祂是我的一切，祂的計劃是最好的，我要學習信而順服。其實，很多宣訓學校的同學都和我一樣，不知將來會如何，有些人甚至賣掉他們在美國的房子和汽車，在神的帶領下來到南非這個地方。」所以 Jill 坦承自己並不孤單。

Jill 坦承自己仍然熱愛音樂，但對日後的工作暫時還沒有長遠打算。究竟會否學效獻身非洲事工 Heidi Baker 女士留在非洲服侍？還是在歌唱事業上繼續發展？但無論如何，或這樣或那樣，祂總有預備。☺

太子牌花旗參 全額退款保證

買得安心 帶得放心



★ 全美銷量冠軍 ★
PRINCE OF PEACE



官方認證
100%威州花旗參

近日有消費者詢問是否能帶花旗參前往亞洲地區，作為美國花旗參業界翹楚的美國太子牌，為了讓消費者買得安心，帶得放心，作出重大承諾：從即日起凡攜帶太子牌花旗參進亞洲地區，一旦被海關沒收，只需具備以下四個條件，把正本郵寄到美國太子行總公司，即可獲太子行退回全數金額。*

- 1) 在美國購買太子牌花旗參的原單據。
- 2) 亞洲地區海關文件，清楚註明被沒收的是太子牌花旗參，及被沒收花旗參的數量。
- 3) 被沒收的太子牌花旗參，每人總額不能超過500美元。
- 4) 退款保證不包括郵寄花旗參出美國境外。

根據《保護瀕危動植物物種條例》，野山參及作貿易用的花旗參，進出口必須持有證書；而自用的人工培植花旗參則享有豁免，旅客只要符合以下條件，就可以少量攜帶自用或送禮而毋須申領證書。

(一)合法獲得；(二)非商業用途；(三)自行攜帶或包括在行李中。

*申請退款郵件上請註明收件人" Ginseng money back guarantee"或"花旗參退款保證"，郵件內請附上聯繫方式。