

# 真理報

第328期

2021年4月

華人基督教月報

判

鐵証

鐵証待判

鐵

鐵証待判

鐵証待判

耶穌  
復活鐵證

無話可駁的  
復活鐵證

耶穌基督的復活  
— 考古與歷史

# 引言：「鐵證待判」之 ... 鐵証

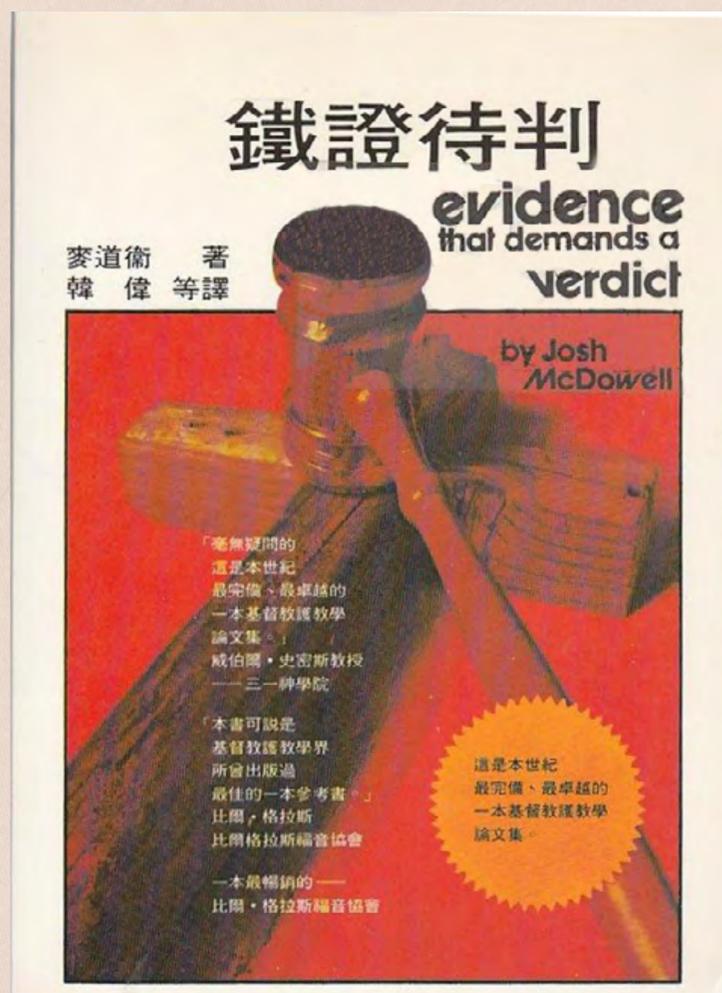
羅懿信牧師

溫哥華短宣中心總幹事

從筆者的書架上，發現  
一本已封塵多年的舊書  
— 「鐵證待判」！

筆者乃家族中的第五代  
基督徒，自幼在教會中  
長大，基督信仰從兒時

到年青時代都像是與生俱來一般。在「知」的  
層面從來不缺，「情」的方面亦深感基督救贖  
的愛，然而在「理」的求証卻甚少探索，甚至  
有感理性分析與信仰有所衝突 — 求理就等於  
不信。直至我在唸大學時讀到「鐵證待判」，  
才把我基督信仰的知、情、理整合起來。



今期「真理報」借用「鐵證待判」的書名，在記念耶穌為世人受苦、復活救恩的同時，藉不同的學者與牧者的專業分享，盼以「鐵證」與你分享基督復活的真「理」！

### 今期專題內容及作者

- 耶穌復活鐵證（梁偉剛傳道）
- 無話可駁的復活鐵證（蔡春曦牧師）
- 耶穌基督的復活 – 考古與歷史（陳崇基牧師）

# 耶穌復活鐵證

梁偉剛傳道

以斯拉培訓網絡培訓事工主任

一位護教學者曾在一場辯論中被問：「既然你說基督教不是迷信，而是按證據相信，那麼有何情況會令你放棄信仰？」他回答：「如果你能證明耶穌沒有復活，我便立刻不信基督教。」這便是使徒保羅的意思：若耶穌基督沒有復活，我們所信的便是枉然。(林前15:14) 相反，如果耶穌基督真的復活，單憑這一點便足以證實基督教的真實性。

2021年4月



所有基督徒都深信，耶穌在二千多年前死後三天復活仍是千真萬確的歷史事實，但我們又如何提供證據，在理性層面向未信主的朋友解釋這個信念呢？

從歷史記載的角度去研究耶穌復活，Dr. Gary Habermas可說是當代最有權威的學者。他花了25年時間，詳盡地研究了約1,400份經同行評審過的學術文獻，很多來自非基督教背景。他主張採用一些甚至無神論學者也確認的歷史事實，來引證耶穌復活，避免任何偏見。

他的研究發現，以下是在學術界被廣泛接納的五大歷史事實，即使無神論學者也近乎毫無爭議：

1. 耶穌被釘死在十字架上；
2. 門徒相信看見復活的主向他們顯現；
3. 保羅從前逼迫教會，但後來信了主；
4. 耶穌的弟弟雅各從前不信，但後來也信主；
5. 空的墳墓，首先被婦女發現。

有史以來，無神論學者主張耶穌沒有復活，並試用不同的理論來解釋以上五個歷史事實，但卻不成功。

「傳說論」指有關耶穌復活的記載只是傳說。但即使無神論學者也會接受耶穌被釘死與空的墳墓乃是歷史事實，不可能是傳說。

「替身論」指在十字架上死的不是耶穌。此乃現今回教徒所相信的，但此推論與所有最早期親眼目睹耶穌的見證記載不吻合，沒有事實根據。

「昏迷論」指耶穌在十字架上並沒有死，只是昏迷。但當兵丁用槍刺進耶穌的肋旁，有血和水流出，証實他已死亡。

「藏屍論」指耶穌的屍體並沒有被埋葬，那麼只需公開耶穌的屍體便能證明他沒有復活，但屍體卻從未被人發現。

「陰謀論」指門徒與羅馬兵丁串謀假造耶穌復活之謊言。但門徒沒有動機去策劃這個陰謀，他們也不會為一個謊言至死不屈。

「屍體被盜論」指耶穌的屍體被門徒偷去。但門徒手無寸鐵，不可能在全副軍裝的羅馬士兵看守墳墓下偷去屍體。

「找錯墳墓論」指婦女找錯了墳墓。但耶穌的屍體從未被人發現，此推論也不能解釋多人相信看見復活的主。

「幻覺論」指耶穌復活的顯現只是目擊者的幻覺。但不可能多人同時有一致的幻覺，何況是曾經有五百人同時看見復活的主。

最後，「復活論」指耶穌的身體果真超自然地從死裡復活，這是唯一能夠解釋所有歷史事實的結論。由此可見，相信耶穌復活，並不是迷信，不是盲目相信，而是按理據去相信，建基於廣泛被接納的歷史事實。

對於一些無神論者或未信主的朋友，拒絕接受耶穌復活的重大原因，可能是不相信世上有超自然的神蹟。但請試想，起初神創造天地萬物，這才是最大的神蹟，宇宙的一切瞬間從無變為有，全能的創造主設立一切自然定律，倘若祂定意介入，任何超自然的神蹟當然有可能吧，包括死人復活。耶穌基督從死裡復活，表明祂是神，確認祂在地面上一切關於天國的教導都是真實的，基督教信仰絕對可信。

## 【信不信由理】護教短片系列

梁偉剛傳道主講，逢星期四在以斯拉培訓網絡

YouTube頻道播放

粵語：[bit.ly/387lsgf](https://bit.ly/387lsgf)



華語：[bit.ly/3sQVCW0](https://bit.ly/3sQVCW0)



# 無話可駁的復活鐵證

蔡春曦牧師  
以斯拉培訓網絡總幹事

耶穌被釘死在十字架上三天後復活，是基督教信仰的核心和根基上的事件。若基督根本沒有復活，基督徒所信的和所傳的便是枉然（林前15:14）。基督徒相信耶穌死而復活，乃是根據鐵一般的事實。以下六個無話可駁的事實，正闡明耶穌復活的可信：

**PROOF**

## 事實一、耶穌被釘確實死亡

羅馬皮鞭一向以殘暴馳名。兵丁使用一條用皮條編織的鞭子，裡面裝有金屬彈子和倒鉤。鞭子打在犯人身上，造成深深的創傷和劇痛。

十字架的痛苦是致命的和肯定的。羅馬人用有五至七吋長的尖頭釘子，在手腕和腳腕敲打進去。鐵釘須穿過腕骨和正中神經通過的地方，並把這條神經壓碎，那種痛苦極度難受。當羅馬士兵把一根長矛扎入耶穌的肋旁，有血和清水流出，其中包括心包滲液和胸膜滲液。毫無疑問，耶穌已經死了。

## 事實二、耶穌死後仍然存在

在新約中最早的一封信中，保羅提供了耶穌復活的證人名單。耶穌曾向彼得和雅各顯現，從他們所寫的書信，他們都是誠實可信的人。耶穌又曾一同向十一位門徒顯現，又在另一次向500多個信徒顯現，他們斷不可能集體見幻象吧！

最後又向一位本來要逼迫基督徒的保羅顯現。此外，耶穌的各種復活表現由福音書獨立證實。在保羅的證詞的基礎上，幾乎所有的歷史學者都認為，不同的個人和群體在耶穌去世後

經歷了耶穌活著的出現。歷史上幾乎可以肯定彼得和門徒在耶穌死後，他們因耶穌一次又一次的顯現，確信耶穌果真從死裡復活。

### 事實三、耶穌遺體不在墓中

在不少於六個獨立的資料來源中發現耶穌的墳墓是空的，其中一些是新約中最早的材料。這很重要，因為當某一事件出自兩個或多個無關連的來源，歷史學家記錄時，對事件實際發生的信心就會增加；而這些來源的日期越早，他們的信心就會越高。

此外，福音書表明，當時有婦女、門徒和兵丁都先後發現耶穌的身體不見了。當祭司聽到兵丁報告時，他們說耶穌的追隨者偷了他的屍體，從而承認耶穌的墳墓實際上是空的。到目前為止，大多數學者都堅持關於空墓的聖經陳述的可靠性。

#### 事實四、耶穌門徒厲害改變

在被釘十字架之後，耶穌的門徒被摧散。作為猶太人，他們沒有一個彌賽亞會被他的敵人處死的的概念，更不用說會從死裡復活。而且，在猶太律法中，耶穌被釘十字架作為罪犯意味

著他確實受到了上帝的咒詛。

然而，門徒突然而真誠地相信耶穌從死裡復活。他們如此完全相信，即使當受到死亡威脅時，他們中沒有一個放棄耶穌果真從死裡復活的信念。甚至連逼迫基督徒的法利賽人保羅也突然變成了基督徒，對耶穌常持懷疑態度的弟弟雅各也一樣突然變成了基督徒。需要某種強大的變革經驗才能產生最早的基督教運動。

## 事實五、耶穌運動窒息再生

耶穌於33歲被釘死在十架上，在離

世之前，傳道日子只有三年，並未有將自己的教訓寫成著作，祂主要的跟隨者寥寥可數，而祂的死造成整個耶穌運動的窒息。反過來說，其他宗教或主義的創始者在世年日都比耶穌長得多，而且門生眾多，他們仍在世之際，其教訓早已寫成著作，或編輯成冊，由學子廣泛傳揚。最重要的是：他們的離世，並未對該運動造成負面的影響。

現今的問題是：在種種不利的條件下，既然耶穌死後運動隨即終止，到底有何合理的原因，可以解釋此運動

為何竟然可以再度興起，一直影響到廿一世紀的今天呢？除了是耶穌果真由死裡復活，則沒有其他更合理的答案！

### 事實六、耶穌至今彰顯能力

歷代的基督徒都可以見證耶穌垂聽祈禱；許多的基督徒奉主耶穌的名祈禱趕鬼；許多宣教士到蠻荒傳福音跨越重重危險，經歷耶穌的同在；耶穌改變了千萬尋道者的人生，祂使罪人變成聖徒，作他們人生的主宰。

雖然說少數個人主觀的經驗，不一定

能證實一個客觀的事實，但是二千年來，億億萬萬基督徒所共有的主觀經驗足可證實同一個客觀的事實，就是耶穌真是復活的主！

以上六個事實，就是為什麼眾多的歷史學家，因了解這些歷史的證據，都紛紛接受了基督教信仰，成為基督徒。

(作者保留本人版權)

**PROOF**

耶穌基督的復活  
考古與歷史

陳崇基牧師



復活節表明，基督教信仰核心不是自身感受，或一套人生哲學，卻是建立在真實時空發生的歷史事件之上，就是耶穌的死而復活。新約聖經說："基督若沒有復活，你們的信便是徒然，你們仍在罪裏...我們若靠基督只在今生有指望，就算比眾人更可憐。"（哥林多前書15:14-19）簡言之，只要基督復活這件歷史事件能被否定，整個基督教信仰便會全盤被瓦解。過去二千年，不斷有人嘗試這樣作。有人會說，耶穌只是在十字架上昏迷，醒過來被當成復活。也有人說，基督復活是門徒的幻覺，甚至陰謀。但這些說法都不能通過歷史的考證。

首先，基督教的核心是耶穌曾被羅馬總督彼拉多判處死刑，死後復活，改變了一小群本來貪生怕死的門徒，在羅馬政權嚴峻

的逼害下，仍勇於在各地建立教會，遍地開花。第一世紀的希羅世界，榮與辱尤為重要，人若要在傳教事業上成功，自然會傳一套具榮譽的信仰。在這樣的背景，你立即發現基督教實在令人費解，因為十字架是極其羞辱的死，是顛覆帝國的死刑，沒有羅馬公民會受十架刑法。以十架為中心的福音，實在不可思議。

在羅馬發現一幅公元後200年的亞歷山文諾塗畫 (Alexamenos Graffito)，畫上是一個被釘十架上的驢仔頭人像。十架下有一人，舉著手敬拜。塗畫下有粗略的文字，希臘文翻出來是：『亞歷山文諾敬拜神』 (Alexamenos sebete theon)。羅馬人一向歧視猶太人，說猶太教是敬拜驢仔的，第一代基督徒是猶太人，所以把基督徒所敬拜的耶穌當作成一頭驢

仔。這種嘲諷表明在羅馬人眼中，十架極度羞辱，不能服眾，除非十架是鐵一般的事實。聖經也說：十架的基督是猶太人的絆腳石，在羅馬人看來也是愚笨的（哥林多前書 1:23）。

第二，新約四本福音書均記載耶穌死裡復活的事跡。星期五黃昏，耶穌死在十架上，男門徒雞飛狗走，安葬主的事草率了事，墳墓用石封上。復活節主日清早，跟隨耶穌的婦女想回到墳墓辦好葬事。誰知發現墳墓是空的，復活主向婦女顯現，她們便急忙將復活的消息傳開。當時社會以男為上，福音書中的男人通通是懦夫，完全缺乏任何說服力。聖經本身也如實報道，當男門徒聽見婦女講死裡復活，先以為是無稽之談（路加福音 24:11）。當時，女人更沒有法庭證供地位，猶太人歷史

家約瑟夫說：「...不可接受女人的證供，因為女人是率性和魯莽的...」（《猶太古史》4:219）。四本福音書指向，耶穌從死裡復活確是歷史事件。

第三，四本福音書對耶穌復活的報道，均未被後人協調，除去之間的差異。然而不同的記述卻表明兩個相同的重點：第一，耶穌的墳墓是空的；第二，第一班見證人是婦女。這豈不是真實報道的特色？例如美國 9/11 災難的見證人，各個講述之間有所差異，但無可質疑的有兩點：第一，飛機撞擊了雙子大樓；第二，雙子大樓都倒塌了。另一例子，二次大戰大屠殺生還的猶太人之見證，幾十年後仍是異口同聲，道出大屠殺的事實。

第四，初代基督徒傳講耶穌復活的地方，

居然是小城耶路撒冷。當時權貴噤聲打壓，卻不能提出證據否定耶穌的空墳墓。本身懦弱的門徒，卻不惜代價見證主復活，連本身逼害教會的保羅，也反過來成為至死忠心的傳道者。耶穌墳墓的地點亦可從考古找出佐證，指向今日耶路撒冷的聖墓堂。

本身不是基督徒的猶太人考古學家 Shimon Gibson，在他詳細查證新約聖經和耶路撒冷的考古資料後，發現耶穌死而復活的記述的確合乎考古和歷史。他最後結論說：「有人曾提各種古怪理論來解釋空墳墓，但都是胡說八道...事實上，歷史不能解釋空墳墓，除非我們認受神學的解釋，即是復活的真相。我讓讀者自己決定。」(Final Days of Jesus: The Archaeological Evidence. New York:

HarperCollins, 2009, p. 165)

對耶穌的空墳墓的解釋，其實是超越了科學和歷史能處理的範疇，說到底這是個世界觀的問題。你可能相信：人死如燈滅，存在沒有永恆固有的價值。這不是科學實証出來的結果，而是一套用來解釋世事的預設，影響著你接受什麼，拒絕什麼。

耶穌的死而復活，正是震撼我們本有的世界觀，讓我們乍然意識到一個更高現實的存在。世界原非封閉的系統，神是萬有的創造者，祂愛你和我，祂的兒子耶穌從死裡復活，目的是救贖罪人。復活節，正是巔覆改變你我原有的人生觀，而人生的結案陳詞不是死亡、疫病、強權，或苦難。以前人生可能只為安樂茶飯，如今既認識到耶穌從死裡復活，人生追求的便是永恆

不變天國的價值。復活的主耶穌今天也呼召你和我來跟隨祂，並用生命將這復活的福音，帶到世界每一角落！

--作者是陳崇基牧師，加拿大溫哥華維真神學院道學碩士，美國惠頓學院聖經考古學碩士。現居美國芝加哥，為城滙社區教會主領牧者。

# 結語



## 「鐵證待判」之 ... 待判

羅懿信牧師  
溫哥華短宣中心總幹事

「鐵證待判」原著作者麥道爾 (Josh McDowell) 在為他的書所寫的序言中有這一段：「當一個人在為真理辯護時，應存溫柔敬畏的心，正如彼得所說：只要心裡尊主基督為聖。有人問你們心中盼望的緣由，就要常作準備，以溫柔敬畏的心回答各人；(彼前 3:15) 這些資料 (編者按：書中的搜証及分析) 若能被正確的使

用，相信必能引導一個人誠心地考慮耶穌基督，使他回轉到最中心、最基本的問題上一耶穌的福音。」（鐵證待判, p.7)

「鐵證待判」英文原著名為 Evidence That Demands a Verdict，基於篇幅所限，一期的專題當然不能包羅整個基督信仰的「理、證、據」。但誠如各專題作者所指，若然耶穌基督的復活乃基督信仰的核心，它所關係著的乃是整個信仰的生死存亡，那麼尋道者或行道者便不能單以「知」或「情」而無「理」的，去決定此道之真偽，又或只以血氣之爭去確定或否定此道，判別跟隨接受、或嗤鼻唾棄。

Evidence that demand a verdict 證據需要判決 – 正是作者麥道爾三十年前寫

「鐵證待判」的目的，非為爭辯，卻在理

性確據下，引導人誠心考慮耶穌基督，回到最中心—耶穌基督的福音，這亦是今期「真理報」專題的目的。在這受苦復活節，縱然我們不能把基督信仰所有的「理據」一次過陳述，但我們已把最重要的「鐵證」向讀者陳述，餘下的便要交給你，在如此鐵證下，作出如何的「待判」決定？

(若你在看完本期專題後對耶穌基督、祂的福音、或基督信仰有興趣作進一步了解、討論、或探討，歡迎你以各種方式與途徑，與溫哥華短宣中心聯絡，我們很樂意與你交流分享。)





38



49



46



52



54



53

短宣之路

**真實經歷聖靈的同在**

37

金艷 - 短宣學員

**4月份課程**

46

**誠邀您加入  
溫哥華短宣中心  
福音義工團隊**

49

**真理報訂閱**

52

**奉獻指引**

53

**讀者投稿**

54



55



61



69



74

■ 職場祭司 – 職場博弈秘笈

## 成功的秘訣

55

何建宇博士

■ 大溫教會資料及活動

## 大溫消息互聯網

2021年4月

61

■ 鵝鰈情深

## Delicately Balanced

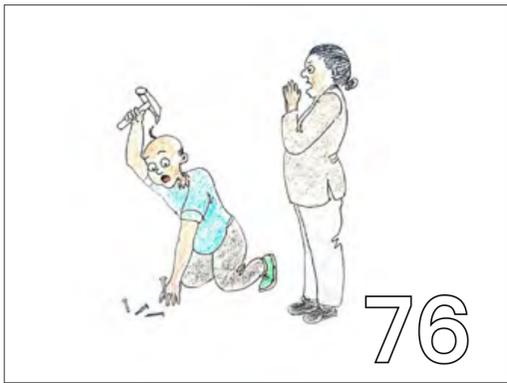
69

Pastor Wayne Kwok  
Engage Beyond

## 校園中的禱告

74

Mandy Yam 任敏嫦  
中學老師



四格漫畫

## 他的名字在生命冊

76

王小洪

壹次心信箱

## 何謂「異端」？

78

漫畫

## 同·復活

86

Rev. Amos Tam

見證分享

## 壓傷的蘆葦(九)

90

王輝



116



112



104



101

繁囂•簡愛

# 曾經走過...所以明白 家路

101

織織牧職跡

# 蒙恩的罪人

104

于斌牧師

加拿大遠東廣播加東區主任

全心同行

# 疫苗!疫苗!疫苗!

112

李耀全牧師/博士

列治文華人宣道會主任牧師

聖地遊記

# 耶路撒冷，這一路(九)

116

Joy



微聲

# 自由-成就夢想的機會

124

王文賢傳道

社會心

# 五招擊退無力感

133

秋霖

溫哥華資深戒毒社工

事事關心

# 宗教聚會的權利

146

盧維溢牧師

同道共話

# 考古學與新約聖經

153

李日天博士

加拿大華人神學院溫哥華聖經研究

助理教授及助理教務長

# 短宣之路

## 【編者按】

本欄目特別為參加短宣中心的佈道培訓和宣教實踐的學員開辦，與您分享他們在接受培訓和宣教路上的點點滴滴，見證神的大能。歡迎短宣學員投稿。





## 真實經歷聖靈的同在

金艷 - 短宣學員

2020年疫情期間，我參加了溫哥華短宣中心的個人基礎佈道的訓練課程。訓練有了，熱情也有了，可惜因為疫情，不能實際出隊操練。短宣中心特別安排了一場國語新春佈道會，讓我們2020年的學員親自參與籌備。沒想到的是，短短兩個多月的籌備期間，神卻讓我有三次真實地經歷到聖靈的同在。



## 2021國語新春佈道會

### 1. 經歷聖靈的大能，讓一個不怎麼會禱告的人發出有力的禱告

我周圍的基督徒朋友都知道我不大擅長禱告，我非常羨慕別人禱告有力。

為了這次佈道會，我們需要40日禱告，所有同工接力禱告，我也要寫其中兩日的禱告文。

每次寫禱告文的時候，我能清楚地感受到聖靈的感動，聖經上的話語不斷湧現出來，如「所結的穀實要響動」（詩72:16b），又如「（婦人）既生了孩子，就不再紀念那苦楚，因為歡喜

世上生了一個人」(約16:21b) .....哈利路亞！真是神奇的感覺，禱告詞活潑有力，甚至於有點兒不敢相信是自己寫的。而且禱告詞反過來感動了我自己，心裡非常喜樂。我知道這是「聖靈同工」的經歷了。「靠著那加給我力量的，我凡事都能做」(腓4:13)，我從此開始相信這句話。

## **2.聖靈帶領下管理好自己的情緒，經歷聖靈充滿的喜樂**

傳福音中難免會遇到挫折。有一天我情緒高漲去傳福音，卻遭到了來自親人的反感。這次我情緒一落千丈，甚至能感到氣在身體裡亂竄，幾乎有兩天時間，我都走不出那種難過心境。我感覺傳福音不好玩，吃力不落好，還是安靜地自己讀聖經找亮光吧。我

對傳福音打起退堂鼓了。

佈道會籌備期間，我還參加了一場短宣中心的「電話佈道」的訓練。因為早先預約了另外二個基督徒姊妹一起在週末打電話傳福音，只好再打起精神來。當天早晨碰巧看見了一個「一分鐘馬路福音傳講操練」視頻，恰恰巧裡面教導我們要操練「無論是生是死，總叫基督在我身上照常顯大」(腓1:20b)。如何做？就是高高興興地向不願意聽福音的人說再見，調轉頭忙著去向下一位傳福音。是啊，我難過什麼？別人不能接受的不是我，是耶穌基督。這當然不是我不好，這也不是他的不好，因為從無神到有神的困難是很大的，也許他的時候未到而已。

丟掉了自己的難過情緒，我忽然明白 I am nothing 的一個意思，就是投入到福音事工中，忘記自己。我也找到了好好做事的方法：跳出自己的情緒安穩做事。在那天的電話關懷佈道中，我們三人先後連線了七個慕道友，四個多小時連續不停的講電話，雖有些口乾舌燥，但心裡都非常非常喜樂。我們三個人都明確清楚地意識到這次的喜樂不同一般，這是聖靈同



在的喜樂！雖然做著非常簡單的福音事工，時間長卻不覺得累，心下有明確的喜樂。我們三人都忍不住感慨和慶幸能體會和經歷這份聖靈同在的喜樂。

### 3. 禱告蒙應許

2月6日春節前，國語福音佈道會正式舉行，結果綫上有500多人來參加。

一般 Zoom 開佈道會有100人參加就該滿意了。我驚歎的時候，忍不住想歸功于我們學員及教牧的努力。但是再回顧40日禱告文，「求主在佈道會中證明你的得勝」；「感謝神讓弟兄姊妹享受傳福音結果子的喜樂」……

我意識到是神喜悅了我們的禱告，是我們的禱告蒙應允了，是聖靈在做工！這可謂是一次神跡奇事啊！非常

有意思的是，這次預定 Zoom 容量時候，短宣中心的牧者與大家商量的口氣說：「1000人以上我們籌備組人手可能會有點忙不過來，我們當然巴不得參加的人多一些的。因為神是會照我們信心大小來的，那麼我們也不能定太小的容量，就定500人以上1000人以下的容量」。好巧不巧的，參加佈道會的人就是500多人。感謝主，神這次真是完全按我們信心大小給予了，而且神也讓我們嘗到結果子的喜樂了，有三十多人決志。這是佈道會十幾位同工們一起親歷共同見證的事情。

參加佈道會籌備事工及期間的傳福音過程中，我經歷到神的大能，經歷到聖靈的同在，經歷到聖靈充滿的喜樂

和禱告得蒙應許的恩典。所以，我體會到神的命令裡滿滿的都是愛，都是祝福。傳福音是討神喜悅的。願基督徒都來尝尝主恩的滋味。



金艷姊妹  
短宣學員



溫哥華短宣中心  
VCCSTM

# 基礎佈道訓練證書課程

國語

單元二 (四月十六日至五月七日)

逢周五晚上 7:00pm-9:30pm

學費: CAD\$50



本課程由三個單元、12次課程組成，提供個人宣教和佈道的基礎訓練，配合實際的出隊實踐，實地去傳福音，讓參加者能體驗傳福音的喜樂，減低對傳福音的恐懼。盼望通過數月的訓練，參加者對傳福音有全面的裝備和全新的體驗，挑旺眾教會傳福音之熱心及行動。

4/16

**打開福音話題**

講員：王世東傳道

4/23

**電話/視像佈道**

講員：鄭媛元傳道

4/30

**福音探訪**

講員：羅懿信牧師

5/7

**向家人/病人傳福音**

講員：徐世瑤傳道



VCCSTM.ca



604 273 0223



info.vccstm@gmail.com



溫哥華短宣中心  
VCCSTM

# 基礎佈道訓練證書課程

粵語

單元二 (四月十七日至五月八日)

逢周日早上 10:00am-12:30pm

學費: CAD\$50



本課程由三個單元、12次課程組成，提供個人宣教和佈道的基礎訓練，配合實際的出隊實踐，實地去傳福音，讓參加者能體驗傳福音的喜樂，減低對傳福音的恐懼。盼望通過數月的訓練，參加者對傳福音有全面的裝備和全新的體驗，挑旺眾教會傳福音之熱心及行動。

4/17

**主題式見證佈道法**

講員：陳潔冰傳道

4/24

**福音探訪**

講員：羅懿信牧師

5/1

**向家人/病人傳福音**

講員：黃心朗牧師

5/8

**電話/視像佈道**

講員：陳潔冰傳道



VCCSTM.ca



604 273 0223



info.vccstm@gmail.com



溫哥華短宣中心  
VCCSTM

粵語

## 進深宣教佈道課程 福音與復和

五月三日至六月二十一日 (共八課)

逢周一晚上 7:30pm-9:30pm

學費: CAD\$70



今天我們活在一個紛亂、受傷的世界。種族間的仇恨和政治上的緊張不斷擴張，作為神的兒女，我們如何帶來和平？怎樣平行公義與寬恕？透過8次的課程，盼望耶穌基督的福音幫助我們承擔使命，一同探討真實的寬恕，誠心的悔改和復和的大能，帶來人與神，人與人，族群與族群之間的復和。



VCCSTM.ca



604 273 0223



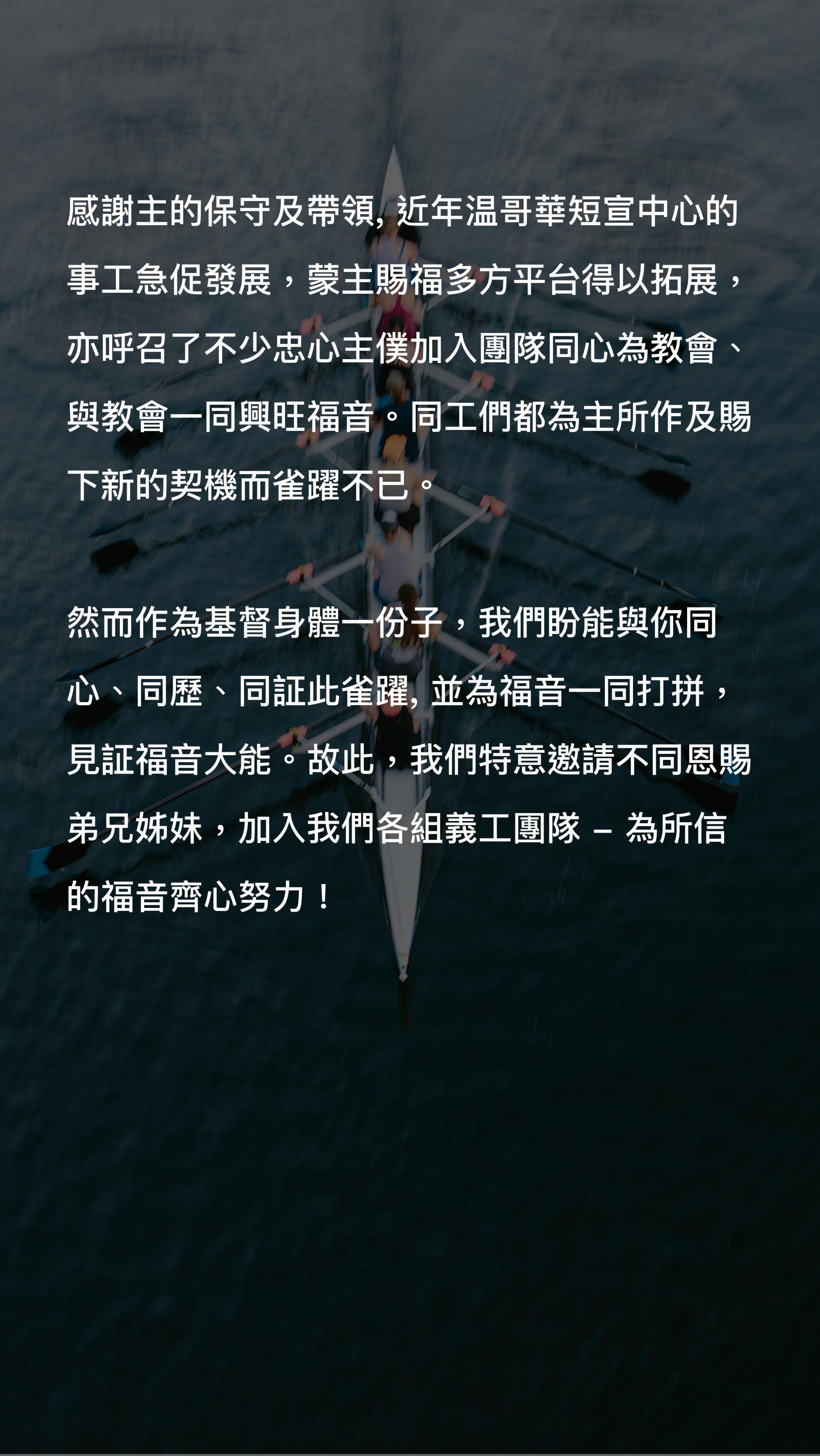
info.vccstm@gmail.com

「發揮恩賜 – 為福音齊心努力！」

# 誠邀

您加入  
溫哥華短宣中心  
福音義工團隊

「同有一個心志，站立得穩，為所信的福音齊心努力。」(腓立比書 1:27) 是保羅在傳福音時向教會的勉勵，今天短宣中心亦向你發出同樣的呼籲。

A top-down view of a rowing team in a boat on water. The rowers are seen from behind, their oars dipping into the water. The water is dark and slightly rippled. The boat is white and has a pointed bow.

感謝主的保守及帶領，近年溫哥華短宣中心的事工急促發展，蒙主賜福多方平台得以拓展，亦呼召了不少忠心主僕加入團隊同心為教會、與教會一同興旺福音。同工們都為主所作及賜下新的契機而雀躍不已。

然而作為基督身體一份子，我們盼能與你同心、同歷、同証此雀躍，並為福音一同打拼，見証福音大能。故此，我們特意邀請不同恩賜弟兄姊妹，加入我們各組義工團隊 – 為所信的福音齊心努力！

目前我們需要大量義工，加入以下團隊：

- 真理報文字工作、校對
- 真理報文字翻譯（中/英文）
- 群組編輯（微信, WhatsApp, Facebook, Signal)
- 課程即時語音翻譯（粵/國/英）
- 網上技術支援（網上課程、網頁）
- 文書工作（資料整理、數據分析）
- 設計創作（平面、影音、Apps)
- 福音外展統籌、紀錄
- 大溫福音普查（調查員、資料整理）

如你有興趣與我們一起同工，請按並填妥簡單[表格](#)，或致電短宣中心 604-273-0223 聯絡我們行政主任劉頌恩姊妹（Lily），我們便會配合你的恩賜與事工需要，加入適當的團隊。

期待與你同工，一同見證主恩大能！

# 訂閱 真理報

網上登記表格



# 奉獻

我們接受網上及支票奉獻

奉獻及查詢

VCCSTM成立於1993年，為一基督教福音「培訓」及「差遣」中心矢志與教會、機構、神學院合作與分工，建立基督身體、訓練信徒、作基督福音傳遞者及盛載者，回應1974年普世教會的洛桑福音宣言 – 「整個教會，把整全的福音，傳至整個世界」，把整全福音的彰顯，以基督「道成肉身」模式與榜樣，帶進不同種族、社羣、階層的人群。

# 投稿

本中心歡迎讀者投稿

請將文章以 Word File 形式電郵至  
[editorvtm@gmail.com](mailto:editorvtm@gmail.com)



# 成功的秘訣

何建宇博士

## 態度決定高度

成功的關鍵在於心態。遇到困難，仍然保持積極的態度，用「一定有辦法」、「一定有出路」的正向意念自我鼓勵，便能不斷前進，直至成功。

有士兵奉命到沙漠裏執勤，他要留在小鐵皮屋內工作和生活。50度攝氏的酷熱天氣、沒有活動的空間、也沒有人交談，這是難以忍受的處境。他寫信告訴父母親他要放棄任務回家去。他父母回信，只有短短幾句話：「兩個人從牢中的鐵窗望出去，一個人看到泥土，一個卻看到了星星。」自此他學懂了放開懷抱，既來之，則安之。他開始適應高溫的生活，研究仙人掌和引人入勝的沙漠植物，觀看日出和日落的美景。環境沒有改變，天氣沒有轉變，困境沒有改善，是他的念頭改變、心態改變。原來惡劣的情況變為有意義的挑戰，造成令人興奮的奇景。終於他看到了星星！



在壓迫的環境中，人自己還擁有選擇對人、對事等態度的自由。

## 合作是雙贏

加拿大雁以 V 字隊形飛行，成為群聚飛鳥的特色。為首的雁在前頭領航開路，為兩邊的同伴製造局部的真空。風洞試驗發現，以 V 字形飛行，大大降低風阻，雁群比一隻單獨飛行的孤雁多飛 72% 的航程。



季候鳥順應氣候的變化，寒冬來臨前要離開棲息地，向南飛到溫暖的地方避寒。因行程緊迫，不容路上有耽延，極依賴精準的領航力。雁群定期變換

領航者，在漫長的旅程中分擔破風的壓力，更持續領航的敏銳。緊密的團隊合作，定能如期趕至目的地。從來成功者都不會是靠獨贏，要與人合作；「各人看別人比自己強」(腓二3)，由此建立同心的隊伍。

## 持定目標

加拿大雁持定正確的目標、對準方向，才到達彼岸。同理職涯規劃建基於人生目標，設定短、中、長期的計劃，質化或量化每一階段的標竿，才有成果。若目標模糊或失準，就如一艘沒有目的地的船，甚麼風也不是順風。成功並非偶然，必要付出高昂的代價去獲取。

「因為他心怎樣思量，他為人就是怎樣。」(箴二十三7)，太難或太易的目標都不具挑戰性，也不會激發人的熱情行動，如何掌握是因人而異的。

## 凡事忠心

「人在最小的事上忠心，在大事上也忠心；在最小的事上不義，在大事上也不義。」(路十六10)，誠然，一個人如果連小事、容易做的事也做不好，或事事斤斤計較，見微知著，上司又怎能有信心，認為他有能力、有熱誠地去把更大、更重要的

的工作完成呢？



做人做事忠心和認真是必須的，把工作做好，想盡辦法去做到極致，不執著、不介懷結果怎樣、別人的看法如何，對自己忠誠，要問心無愧。自我挑戰，轉化固執的心態，突破守舊的思維，學習作正確的決定，終必能成大器。



大溫教會資料及活動

# 大溫消息互聯網

2021年4月



# 神愛我們到底



**2021  
第49屆  
大溫哥華  
研經培靈會**

**4月29日  
至  
5月2日  
周四~周日  
晚上 7:30**



**粵語講道  
國語翻譯**

## 聚會分題

- 周四 1.耶穌愛我們到底
- 周五 2.我們要相愛到底
- 周六 3.我們要信主到底
- 周日 4.神保守我們到底

**講員：蔡少琪牧師博士**

簡介：香港大學土木工程理學士、  
建道神學院道學碩士、美國芝加哥  
三一神學院神學碩士、美國加爾文  
神學院哲學博士、曾任九龍城浸信  
會主任牧師、現任建道神學院院長

請弟兄姊妹默想

**約翰福音13-17章**

**視頻聚會**

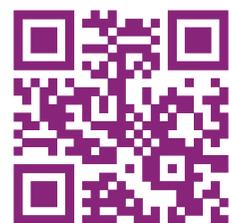
<http://bit.ly/2MWTHQ6>

主辦：基督教大溫哥華華人教牧同工團契  
Vancouver Chinese Evangelical Ministerial Fellowship

☎ 604.676.4115 & 604.676.4116

✉ [vcemf.info@gmail.com](mailto:vcemf.info@gmail.com)

f [vcemf](https://www.facebook.com/vcemf)





溫哥華華人播道會  
Vancouver Chinese Evangelical Free Church

誠聘

### 全職中文堂主任牧師

- 以粵語為主, 能操流利英語, 通曉國語更佳
- 畢業於國際認可之福音派神學院或聖經學院
- 曾牧養教會五年以上, 其中最少三年任職堂主任
- 具北美牧會經驗者優先考慮

應徵者請將履歷以電郵傳遞至 [careers@vcefc.org](mailto:careers@vcefc.org) 聘牧委員會收



溫哥華華人播道會  
Vancouver Chinese Evangelical Free Church

誠聘

### 全職行政主任

- 負責管理教會行政工作
- 有工商管理學位／文憑或同等學歷
- 中英文講寫流利

### 全職設施維修員

- 有設施維修相關經驗
- 有修理大樓輕微破損經驗

### 全職堂務員

- 主要負責教會清潔工作
- 有兩年或以上堂務經驗
- 曾在教會、學校、政府等機構大樓服務更佳

詳情請瀏覽本會網站 [www.vcefc.org](http://www.vcefc.org)  
應徵者請將履歷以電郵傳遞至 [hchwang@telus.net](mailto:hchwang@telus.net)  
教會人事部主席汪漢忠弟兄收



# 大溫哥華聖道堂

**Evangelical Chinese Bible Church**

5110 Marine Drive Burnaby, BC. V5J 3G6

Tel: 604 438 3222

[www.ecbc.org](http://www.ecbc.org) / [ecbc@ecbc.org](mailto:ecbc@ecbc.org) / YouTube: ECBC Burnaby

**創堂牧師：孫約翰／主任牧師：王理智**

牧師：徐久明，Arthur Howard，朱雅恩，茹威立，吳欣迪

傳道：李柏威，宋慶文      實習傳道：梁葵卿

**主日崇拜**：9:00 (英文); 10:45 (國譯英); 10:45 (雙語無翻譯)

## 列治文基督教培英中心

### 日常生活英語會話班

日期：4月15日至6月8日 逢星期二，四

時間：上午 11:00 至 12:30

### 道地日用廣東話班

日期：4月19日至5月19日 逢星期一，三

時間：下午 1:15 至 2:45

地點：網上視像或課堂面對面授課

報名或查詢：604-821-1262

網址：[www.puiyingcentre.org](http://www.puiyingcentre.org)

## 西雅圖中信福音中心 春季在線課程

福音中心將於四月至六月份開辦春季班，透過 Zoom 提供60個在線視頻課程，包括：

\* 54個免費課程：英語、日語、公民入籍、聖經、電腦/手機、文藝興趣、教養孩童、孩童課程、專題講座、粵語課程及講座。

\* 6個收費課程：電腦、鋼琴、@Cloud職場峰會。

所有課程均需預先報名，並提供電郵地址，以便通知上課細節。

詳情請瀏覽：[www.ccmgospelcenter.org](http://www.ccmgospelcenter.org)

查詢：ccmsgc@gmail.com 或  
206-972-2477 (留言)

## 加拿大中信

### 「耆樂無窮——活出圓滿人生系列」

2021年加拿大中信全國長者關顧事工舉辦「耆樂無窮——活出圓滿人生系列」4月免費網上講座，給銀髮族一起認識和學習如何有創意的過退休生活，歡迎60歲或以上人士參加，粵語主講，國語即時翻譯。

**題目：**完整遺產規劃需知 — 終極護理及預置計劃

**講員：**張盈 ~ 思羣教學及專業服務行政總幹事、  
高級顧問

**日期：**4月17日至 星期六

**時間：**11am (西岸時間)、12pm (山地時間)、  
2pm (東岸時間)

**地點：**Zoom 視頻粵語舉行 (免費)

**網上登記：**<https://www.ccmcanada.org/joyous-golden-age/>

## 溫哥華華人宣道會

[福音 x 網上傾] 你認識福音嗎？來網上傾一下。

日期：3月30日至5月18日 逢星期二

時間：晚上 7:30 至 9:15

地點：Zoom 視頻粵語舉行 (免費)

會議ID：894 0101 1771

密碼：1061124

查詢：604-874-7612 或 [gospel@vcac.ca](mailto:gospel@vcac.ca)

## 大溫教會名錄

本欄免費為加西地區教會和福音機構提供服務，由於資訊繁多而版面有限，敬請撰文簡略，不超過200字，詳情可在查詢時進一步說明。原則上每條信息限登一期，特別情況例外，請把刊登信息發到 [VancouverTruthMonthly@gmail.com](mailto:VancouverTruthMonthly@gmail.com)

# Delicately Balanced

Pastor Wayne Kwok  
Engage Beyond



Every night around 7:45 pm I would start getting my three young kids upstairs to start their bedtime routine. Part of their routine is a reading time where they would each pick a book or two in addition to the Bible and we would read with them. On one particular night, my girl was exceptionally ecstatic because we have reached the last book in our Bible reading. She came running with enthusiasm, eager to dive into the story for that night. My baby girl seeing her older sister with such exuberance put her own book down

and came joining in on the fun. I sat down, turned the Bible to the book of Revelation...

“Now, before we start reading today’s story, we need to understand why the Apostle John wrote this

book. More importantly, we need to understand the book of Revelation is written differently than all the other books we have read so far in the Bible. It is what one theologian calls an apocalypse, a prophecy, and a letter—meaning it uses a lot of symbols and imageries, things we read



are not necessary for a literal sense. What's more, is that John is trying his best to use words to describe the vision God is showing him at the time, and he is conveying all these to the churches that are suffering from harsh persecution.”

“Sigh... Daddy... Can we just read?!”

“Not yet... we will read about dragons and riders on horses, you need to understand what those means before we begin or else things will get crazy really fast.”

“Daddy!!... Can we just READ??”

“Oh.... okay...”

I believe this little episode sums up

my life as a pastor thus far. It is a constant balancing act between headful theology and grounded practicality. It is the search for the equilibrium between concepts and actions. It is in essence our faith in life. It is the intersection point

地產買賣  
物業管理

經驗

誠信

效率

**John Lam**

**林文光**

**604-671-1818**



**歡迎查詢**

**RE/MAX City Realty**

between our decisions in life and our worldview as a follower of Christ. Being a pastor is a reminder that I answered the call to make the gospel the core message I will preach with my life. Being a father is a reminder that I can only do that when the gospel finds relevance to each person who hears it.



# 校園中的禱告

Mandy Yam 任敏嫦  
中學老師



一直以來都會被很多人  
問在公校教書如何見證  
上帝？如何傳福音？

直至有一次，學生的外婆過身，對她的打擊很大，因為她自小就由外婆揍大，傷心得不能專心讀書。她向我請假時也忍不住哭起來。我問她可以給你一個擁抱嗎？她說可以。抱著這個女孩子，我真不知道說什麼安慰她的話才對。我只知道我所信的上帝為安慰人心，於是我再問她：「我可以為你禱告嗎？」她說可以。這樣我們在課室門外流著淚祈了一個禱。這也是我第一次這麼大膽在校園內同學生開聲祈禱。我盼望她日後會記得上帝曾經在她的人生低谷中出現過，她是可以用相信和倚靠這位上帝。



# 他的名字在生命冊

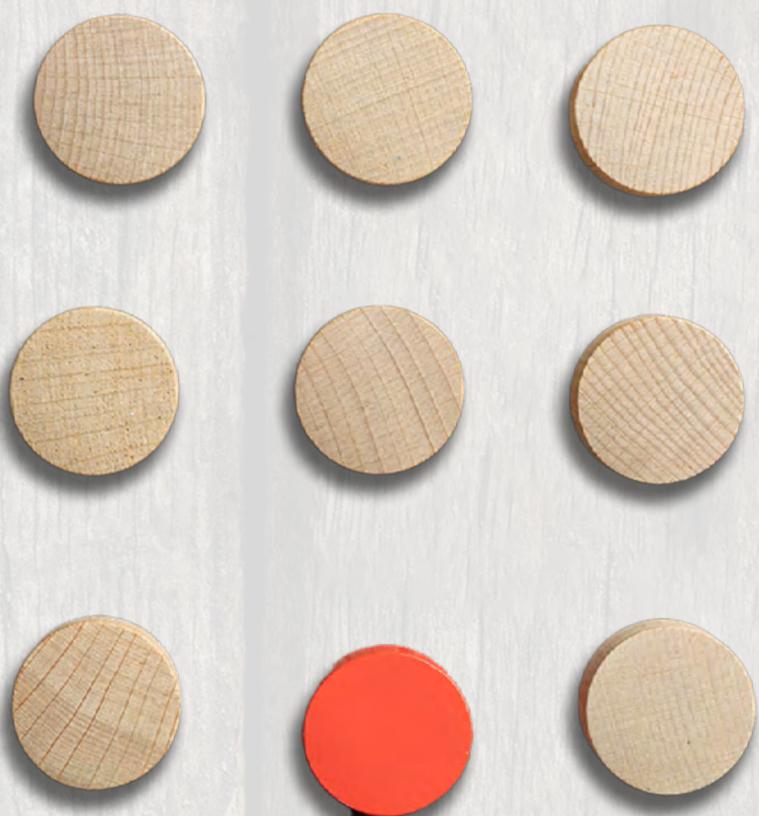
王小洪





# 何謂「異端」？

問：坊間不時會聽聞有不同的「異端」存在？亦常聽到有新的「異端」出現。對於一個平信徒，實在有點困惑，甚至乎帶點困擾。其實，一個真正跟隨耶穌基督為主為王的信徒，對於「異端」，按聖經教導我又應如何理解及判別？請指教，謝！（心煩人）



答：心煩人，謝謝你的來信。相信你之所惑、心之所煩亦是不少基督徒的掙扎；你說我「異端」，我說你「異端」，究竟何謂「異端」？我會嘗試從聖經教導及教會歷史發展出的神學及教義上之共識與你分析與分享。歸回聖經，「異端」一詞，在中文聖經中出現四次，譯自兩個不同的希臘文原文：αἵρεσις (G139) 和 πλάνη (G4106)：

1. 「但有一件事，我向你承認，就是他們所稱為異端 (G139) 的道，我正按著那道事奉我祖宗的神，又信合乎律法的和先知書上一切所記載的，

並且靠著神，盼望死人，無論善惡，都要復活，就是他們自己也有這個盼望。」(徒 24:14-15)

2. 「情慾的事都是顯而易見的，就如姦淫、污穢、邪蕩、拜偶像、邪術、仇恨、爭競、忌恨、惱怒、結黨、紛爭、異端 (G139)、嫉妒 (有古卷在此有：兇殺二字)、醉酒、荒宴等類。我從前告訴你們，現在又告訴你們，行這樣事的人必不能承受神的國。」(加 5:19-21)

3. 「使我們不再作小孩子，中了人的詭計和欺騙的法術，被一切異教之風



搖動，飄來飄去，就隨從各樣的異端 (G4106)」(弗4:14)

4. 「從前在百姓中有假先知起來，將來在你們中間也必有假師傅，私自引進陷害人的異端 (G139)，連買他們的主他們也不承認，自取速速的滅亡。」(彼後2:1)

根據「異端」引自原文 αἵρεσις (G139) 和 πλάνη (G4106) 的用法，中文聖經在不同地方亦出現相同的字，並有不同的翻譯。其中的 G139 在另外五處地方出現，是譯作「教門」「教黨」「分門結黨」(徒5:17,



24:5, 26:5, 28:22、林前11:19)。而 G4106 也在另外七處地方出現，譯作「迷惑」、「錯誤」、「錯謬」、「謬妄」、「迷路」、「妄為」等 (太27:64, 帖後2:11, 約壹4:6, 羅1:27, 彼後3:17, 猶1:11, 雅5:20)

字義上，這十幾節經文當中出現和「異端」有關的兩個原文字，查考其字義終括如下：原文 G139 這字是名詞，意指不合群的、歧異、分裂的黨派、教派、異類邪說。原文 G4106 這字較抽象，意指偏離正統或虔誠的錯謬、偏差、虛假、欺詐、錯誤或錯

覺。由此可見，「異端」所包含的，乃是：「從大公中分裂、從正統中偏差」之義；而「異端」之所為異端，按照聖經，當中的成因及結果便是：

「結黨」加「錯謬」。

按此理解，從教會歷史中因早期異端出現，經多番嚴謹的「大公」(Universal) 會議，而定性何為「正統」的不同信條/信經中，便能讓我們更統一的、客觀的界定何為「異端」。其中最普遍教會引用作判別的乃「尼西亞信經」(A.D. 325) 及「使徒信經」(A.D. 1-2C)。我把這兩條信經放於文末，以作參考，並作日後之判斷。盼此能解你心之所煩！

## 尼西亞信經

我信獨一上帝，全能的父，創造天地和有形無形萬物的主。

我信獨一主耶穌基督，上帝的獨生子，在萬世以前為父所生，出于神而為神，出于光而為光，出于真神而為真神，受生而非被造，與父一體，萬物都是借著祂造的；

為要拯救我們世人，從天降臨，因著聖靈，並從童女馬利亞成肉身，而為人；在本丟彼拉多手下，為我們釘于十字上，受難，埋葬；照聖經第三天復活；並升天，坐在父的右邊；將來必有榮耀再降臨，審判活人死人；祂的國度永無窮盡；

我信聖靈，賜生命的主，從父和子出來，與父子同受敬拜，同受尊榮，祂曾借眾先知說話。

我信獨一神聖大公使徒的教會；我認使罪得赦的獨一洗禮；我望死人復活；並來世生命。阿門。



## 使徒信經

我信上帝，全能的父，創造天地的主。

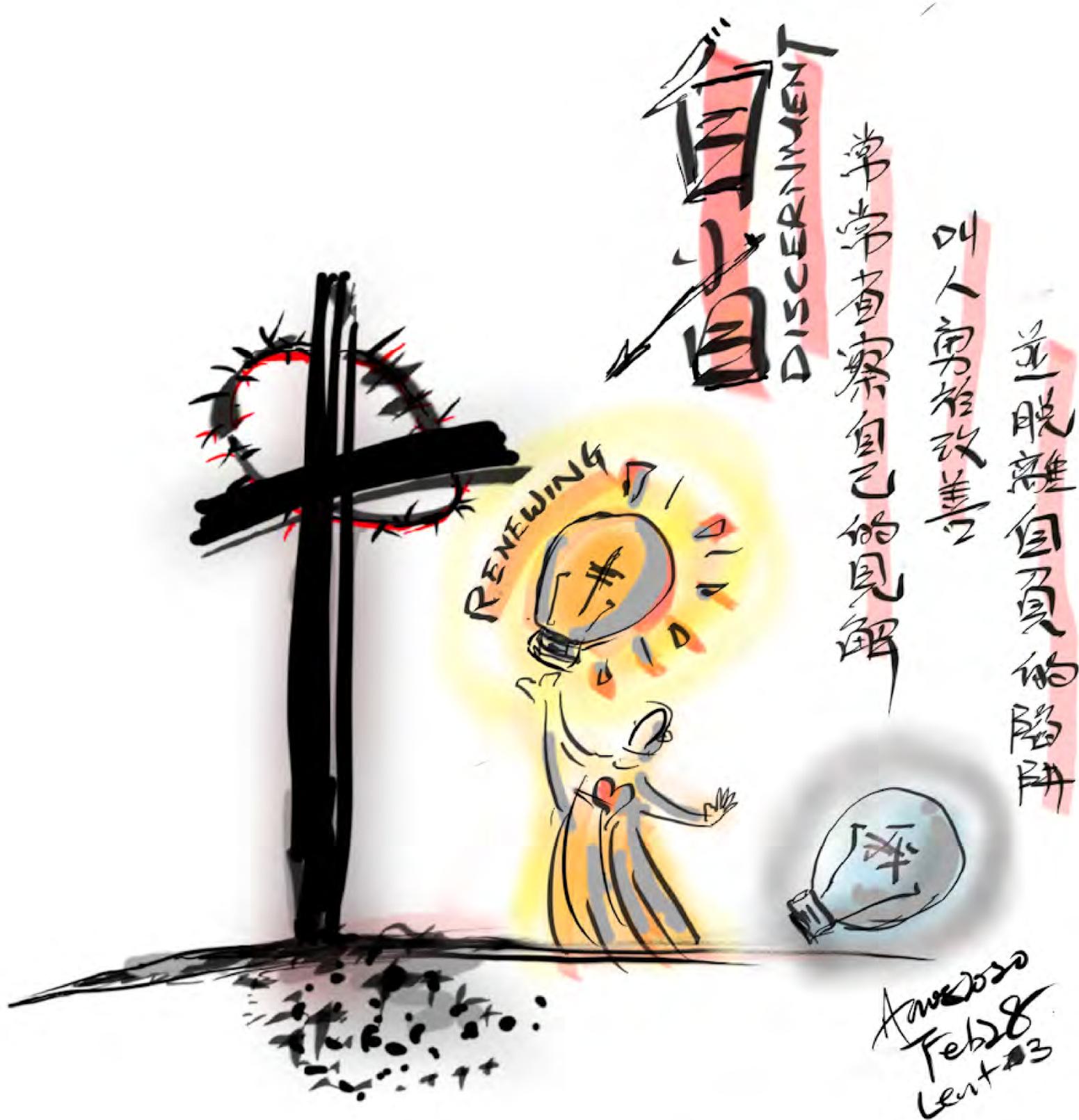
我信我主耶穌基督，上帝的獨生子，因聖靈感孕，由童貞女馬利亞所生，在本丟彼拉多手下受難，被釘十字架，受死，埋葬，第三天從死人中復活，升天，坐在全能父上帝的右邊，將來必從那裡降臨，審判活人死人。

我信聖靈。我信聖而公之教會。我信聖徒相通。我信罪得赦免。我信身體復活。我信永生。

阿們。

# 同 · 復活

Rev. Amos Tam



同死、同葬、同復活。

基督復活的大能是每日也發動著，讓我們經歷「一天新似一天」的生命更新。

若我們和神的親近沒有甚麼進步，甚少經歷神在我們生命的帶領，我們便大大錯過了「復活」的喜樂（詩一）

。詩篇第一篇所強調那位喜樂的人，是喜愛神的律法並晝夜思想。當中其實正指向神的話怎樣帶給人「一天新似一天」的生命更新。

復活節正是檢視我們有多「新」的時刻，比起往年今日，我有何性情、品格或待人處事的方法被神更新了？我是否還在「更新」？還是早已回到與主同死、同葬和同復活前的光景？我相信唯有停下所有的工作，再一次單獨去到神面前自省 (discernment)，也許是復活節最值得做的其中一件事。

我若願意自省，我會經歷基督復活的大能更新我生命。我若給自己借口去「忙」，那麼我可能錯失了時機去經歷與主「同·復活」帶來的多一點生命更新。



主耶穌說：  
「我的恩典是夠你用的，  
因為我的大能  
在軟弱中得以完全。」

哥林多後書 12:9

Elegant Flooring Inc. Wallace So 604-220-8163

## 壓傷的蘆葦(九)

王輝

【編者按】這是一位在以色列打工的主內弟兄的見證，一個孤獨的靈魂，在冷酷的世界中不斷地尋找出路，卻不斷被壓傷。王輝，來自東北的一個小山溝，自小家境貧寒，卻生性聰明，希望靠求學改變命運，卻因身為弱勢群體而被殘忍剝奪了保送大學的機會，生命從此如墜入深淵。雖然信了主，無數次痛苦地吶喊：“主啊，救我！”但卻一直在抑鬱症的煎熬和酗酒的捆綁中苦苦掙紮。王輝弟兄願意再次撕裂自己的傷口，把不堪回首的經歷以敏銳的反省，深沉的情感，坦誠真實地寫出來，以見證壓傷的蘆葦，主不折斷，將殘的燈火，主不熄滅。本文為連載。

## 風雪之夜

雖然我因著孩子的受傷害而良心有點覺醒，也因著牧師到來而決心戒酒，可不到一天的功夫，我就故態復萌。我知道，我已經完全沒有能力戒掉酒了。

2009年的秋天到了。地裡的苞米需要收割了。因為我身體虛弱到無法幹活，沒辦法，我體弱多病的岳母來幫助收割。

初冬的11月，家裡從開春就養著的一母豬突然死了。從來沒養過這麼大的母豬，有這麼大的肚子，餵豬的時候我還和媳婦倆猜，牠能下多少個豬

仔，媳婦說12個，我說最少也能下15個以上。那可是我們全家人的指望，我答應等賣了豬仔給孩子買套冬裝，家裡添點傢俱，這個家已經破舊到令人髮指的地步。可就在要產仔的頭一兩天，那天下午，我無意中想看看豬，天啊，這傢夥直直的躺在那裡，舌頭耷拉出來很長，死了！全家人的指望瞬間破滅了。我再次跌入深淵，更加瘋狂喝酒。我的身體告訴我，我撐不了多久了，我可能想悔改都來不及了。

我深深的知道，我需要主，需要那又真又活的耶穌，唯有祂能把我從酒的捆綁中拯救出來；唯有祂有權柄斥責

酒鬼離開我使我得釋放；唯有祂能拯救我們家裡所有的人；唯有祂，那復活了的主，能給我們家帶來希望！一個酒精中毒的人，若沒有耶穌，什麼道理，什麼勸化，什麼感動，什麼戒酒所，所有的所有都沒有用！對於我，若不是耶穌憐憫了我，我的前面只有一條路，那就是死亡，我們的家，也只有一條路，那就是全家滅亡。



**爾樂琴行**

*Manna Piano*

Full Piano Services  
鋼琴全科服務

Tuning 調音	Repair 維修	Moving 搬運	Sales 買賣
--------------	--------------	--------------	-------------

Household Moving Services  
承接一般家居搬運

604-231-3720

MannaPiano@gmail.com

當然上帝給我定的日子還沒有到，我還沒有滑到人生的最低谷，我還沒走到死亡線。

理智喊我，我必須得活著，得活過來。

十二月中旬，很快就是耶誕節了。我主動聯繫了我的牧師姐夫，告訴他我的現狀，請求他聯繫一個有戒酒事工的教會，把我送過去戒酒吧！幾天後姐夫告訴我，對不起，教會有開戒酒所的大概只有國外有，國內他沒有找到。他也想過送我去戒賭所，但苦於我家裡沒錢。又過了幾日，師母姐姐

對我說：來我家吧，我們一起禱告，在我家戒！我二話沒說就答應了，並約定日期。

老天好像總與我作對，那天下起了大雪。我知道這次去了就再也沒有門路喝到酒了，所以晌午的時候我大大的滿足了自己。一覺醒來天逐漸黑了，雪也越下越大，我家離瓦房店還有七十哩路，但無論如何，我也要去。不知從哪裡來的力量，我起身，把摩托車推出去。這時母親出來想阻止我，媳婦也不讓走，孩子更是哭著喊著把我往屋裡推。我矮下身子，摸了摸孩子的小臉蛋，擦了擦他眼角的淚珠。

咬了咬牙，沒有聽任何人的勸，我騎著車子，迎著雪上路了！

還不到五點，天已經黑了。剛一上路，離別時孩子的樣子又浮現在眼前，緊抿嘴，緊蹙眉，淚光閃閃，淚光帶著期盼。他也知道，自己的爸爸是去戒酒；他也知道，如果爸爸不戒酒，爸爸就得死；他希望爸爸戒酒，但又擔心爸爸在黑天裡，在雪天裡，他很害怕！透過孩子的眼神，我知道孩子矛盾的心理。我心裡暗暗的說：孩子，等我回來，我會成為你的好爸爸，讓你不再為有個酒鬼爸爸而被小夥伴們諷刺挖苦而抬不起頭。

風雪夜裡，我上路了！路面上的雪足有五公分厚，摩托車在雪地裡是很難前行的。清醒的人是無法騎著車在黑黑的雪夜裡行走，真的太危險了。但於我，我已經不在乎！因為我真的不怕死了。

不在黑夜裡得生，就在黑夜裡滅亡！那一夜我不知有多少次跌倒，有時我索性就跪在地上，在這茫茫的雪夜，在這漆黑的夜晚，這個世界仿佛就我一個人，掙扎在這黑黑的夜裡。迎著紛紛灑灑的雪花，我向天伸出雙手，向神祈求：

除祢之外，在天上我還能有誰？

除祢之外，在地上我還能有誰？

擦我眼淚給我安慰把我扶起

我才能沿著祢的足跡！

願祢把我的罪投到深海裡

永永遠遠也不再想起

歸於阿撒瀉勒到曠野無人之地

天父稱我為義

祢把我的罪投到深海裡

永永遠遠也不再想起

.....

那一夜，我是狂人，我是瘋子。我是  
主的人，主是我的主。

我時而向天伸手呼求，時而匍匐在雪  
地裡哭喊：主啊，我願意降服！我願

意降服在祢的旨意裡，我願意降服在祢的權柄下。

七十哩路的雪夜，留下我彎彎曲曲的車痕，也留下了我數也數不清的淚珠。

等到我到了教會的時候，我的師母姐姐早已經在那裡等候多時了。七十哩，平時一個多小時的路，我走了三個半小時。

那一夜，不知是上帝保守，還是這一路，我已經精疲力竭，我很安穩的就進去了夢鄉。

黎明終歸要到來，但黎明前的黑暗是何等可怕！

未完待續.....

## 曾經走過...所以明白

家路

記得在2014年7月參加香港「使命商道論壇」的籌備會上，筆者分享一個女士因失業付不起租金而露宿在沙田城門河一帶，有一日一位男士跟她說可以以低廉價錢租給她，她便跟他上樓，結果被強姦了。有一位商人Tony聽完我的分享，於會後走過來，跟我說要買一個住宅單位給協會作宿舍。



在同一個星期，他已經約好了深水埗的地產經紀，與我一同去看單位，只是那時香港樓市瘋癲，Tony只是考慮了幾小時就已被搶高價買了。之後，因青山浸信會願意承擔營運家舍，我們便轉到屯門，大概看了半個小時Tony就買兩層的村屋，免費讓協會使用。

他在一次的分享中，提到自己父母在上世紀50年代「走難」來香港定居，Tony在七層徙置區長大，那個年代生活條件差，父母為了生計



而刻苦工作，賺取金錢，以致他們那一代可以有機會讀書，他很明白貧窮人的艱難，需要有人幫一把，給予機會，於是他願意用這種方式去愛鄰舍。

之後的幾年，Tony 亦陸續將自己名下的物業祝福其他的基層，而且還與人分享這宣教模式 (Property As Mission)，鼓勵更多人參與。



# 蒙恩的罪人

于斌牧師

加拿大遠東廣播加東區主任

保羅說：“我今日成了何等人，是蒙神的恩才成的。”（林前15:10）這也是我生命的寫照——我實在是一個蒙恩的罪人！

我從小就是一個驕傲的孩子，自命不凡，好強好勝，總想出人頭地。但人生

不如意事十之八九，現實常常使我無可奈何。當自己的能力不足以解決問題的時候，我開始寄希望於超自然的能力。我很自然地選擇了燒香拜佛，後來，自學陰陽五行、算命風水。風水的確很靈驗，甚至出現了我曾在神話小說中看到的“法術”的效果；我也會給人算命，有時也蠻準的。在朋友中我小有名氣，號稱“半仙”，不少人找我“指點迷津”，我也洋洋自得，樂此不疲。為了知道更多未來的事情，我甚至通靈交鬼。我自幼練武，後來修煉氣功，再後來又熱衷於開天眼、靈魂出竅之類的特異功能。我也做過不少的行業，追名逐利；我的私生活也很糟糕，還一度賭博成性。不知不覺，我在罪惡的泥潭中越陷越深，難以自拔。但神的恩典突然之間臨到了我！

父親是家中第一個信主的人，隨後，母親也信了；而我和妹妹初一、十五都去廟裡燒香，對於父母的信仰非常反感。他們向我們傳福音，但卻說不過我，只能為我們禱告。而我卻蠻橫地逼迫他們，不許他們禱告的聲音傳到我耳中；所以他們只能躲在衛生間、陽臺上偷偷地禱告。神垂聽了他們的禱告，開始動工了，我們開始不斷地經歷神。我那時不僅悖逆，還說了很多褻瀆的話。可我一說完就會口鼻生瘡，一連幾次。妹妹有偏頭痛的毛病，母親為她禱告，她立刻就不痛了。我們也親眼看見母親一位患有頸椎病的同事，在父母為她禱告之後，疼痛立刻就消失了。沒過多久，妹妹就信主了。對於她的“叛變”我非常憤怒，但也無可奈何。

我那時患有家族遺傳性的高血壓，藥物的副作用很大。父母禱告之後對我說：他們心裡有一個感動，神要醫治我的病，要我停藥。我雖然不信，但也沒有其它辦法。停藥後我的血壓出現了異常情況：左臂血壓比右臂高30左右，清晨的血壓大約是80/30，低到幾乎測不到。雖然如此，我卻沒有任何不適的感覺。就這樣過了一段時間，我的高血壓居然痊癒了，直到如今再未出過問題。我不相信是神跡，想從醫學上找到答

**Lico**

**REALTY LTD**



605 W.57th Avenue,  
Vancouver, B.C. V6P 1R8

**地產買賣  
物業管理**

**李慧恒 Deborah Li**

Cell: 604-880-2218

Bus: 604-327-0111

Fax: 604-327-0125

案。一個同學的父親是醫生，他說這種情況有兩個可能：一是量錯了；二是血壓表壞了。這番話讓我陷入沉思，我確定沒有量錯，血壓表也沒壞，難道……我開始認真思考到底有沒有上帝。



于斌牧師及家人

就在這時，我遇到了麻煩，家裡開始鬧鬼——以前交的鬼來恐嚇我，半夜常聽到怪叫聲、說話聲，家裡的東西發出詭異的聲音……。我害怕極了，晚上不

敢睡覺，念佛號無濟於事，只能告訴家人。他們說這是魔鬼在攔阻我認識神，便在我房間裡禱告趕鬼，三天後就沒事了。

2003年我在一家大商場裡開了一家服裝專賣店。我大擺風水，生意一度很不錯。但自從父母為我禱告之後，風水就失靈了，生意急轉直下，瀕臨倒閉。後來，父母去河北向大舅一家傳福音，我也隨後趕到河北與父母會合。一進大舅的家門，我就禁不住對他家的風水“指點”了一番。剛說完，就上吐下瀉，高燒不止，感覺冰冷刺骨。病癒以後，在離開河北之前，二表姐要我幫她看手

相，我看了，但沒敢說。臨上火車的時候，拗不住她的央求，我說了幾句。火車開出去沒有多久，感覺臉上似乎不太舒服。一照鏡子，我驚呆了——嘴上長滿水皰，嘴唇腫得厲害，厚厚地翻起，又痛又麻。這下子我真的相信有神了，因為神的管教是那麼的真實！母親說：“主所愛的，祂必管教。”（來12:6）

回家以後，我逐漸放下成見，仔細研究各種屬靈書籍和光碟。最讓我折服的是馮秉誠牧師《科學與信仰》講道集，他淵博的學識、精闢的觀點深深折服了我，他說的話我信了，特別是他的見證讓我感同身受——神是如此的真實，這位神不僅活在聖經裡，也活在我們生命

一點一滴的經歷中！正聽道的時候，心底突然湧起一股強烈的感動，我猛地站起來大喊一聲：“我要信主！”2004年4月17日的那個夜晚，我號啕大哭，流淚悔改，這個浪蕩的兒子終於回家了！

“‘耶穌基督降世，為要拯救罪人。’這話是可信的，是十分可佩服的。在罪人中我是個罪魁。然而我蒙了憐憫，是因耶穌基督要在我這罪魁身上顯明祂一切的忍耐，給後來信祂得永生的人作榜樣！”（提前1:15~16）



# 疫苗！疫苗！疫苗！

李耀全牧師/博士  
列治文華人宣道會主任牧師

阿強今年剛剛退休。去年在工作最後的一年面對疫情可說是非常小心翼翼，處處帶著口罩，經常洗手，出外與人保持2m的距離，現在退休後也不鬆懈。最近知道將有疫苗接種，他卻已不其然進入了新的一輪的焦慮心境。原來阿強一直對任何疫苗都有很大的抗拒，一生人從來沒有打過。他寧願自己小心盡量避免感染，在每年流行感冒肆虐的期間都拒絕「把病毒



注入神的殿」，原來他是虔誠的基督徒，相信神必保守他。但因這一次大流行死亡的人數高企，尤其是在美國死於病毒數以萬計，而 BC 省也每天有數以百計的人受感染，在長期負面消息的壓力下，經診斷証實患上嚴重的焦慮症，加上有強迫症行為，例如每五分鐘便要洗一次手！

在輔導的過程中，阿強已漸漸明白和接受接種疫苗的功能和重要。但他的焦慮症卻沒有好轉，因為他現在擔心的卻是接種哪一種疫苗。因為對各疫苗的看法各人在議論紛紛，各疫苗的好壞各有各說，也知道確實是某些疫苗亦有一些副作用。故此阿強的焦慮沒減反增！令人擔心！

其實接種疫苗眾說紛紜，有不少是非理性沒有理據的。輔導的障礙包括對疫苗的認識、選擇多而花多眼亂等。問題的核心乃信仰的誤解、思考的混亂和自信的不足綜合的效應。幫助阿強主要把障礙分別出來，逐一糾正當中的矛盾、認知的錯誤並提供可行有效可信的出路。在信仰上阿強相信神必看顧，而輔導旨在肯定這觀念但同時強調個人的責任和神的主權。在疫



苗的認知上我把一些基督徒醫生和科學家的見解給他參考，慢慢使他明白過來。最大的障礙是阿強自己，要知道如何把不必要的焦慮放下，把一定的焦慮化解面對和克服。其實不只是對疫苗的看法或是其他，阿強自強不息的性格加上信仰的執著在他苦無出路之下，吊詭地成為他陷入焦慮、無法自拔主要的原因！

「你們要先求他的國和他的義，這一切都必加給你們。所以不要為明天憂慮，因為明天自有明天的憂慮，一天的難處一天當就夠了。」

(太6:33-34)

# 耶路撒冷，這一路(九)

Joy

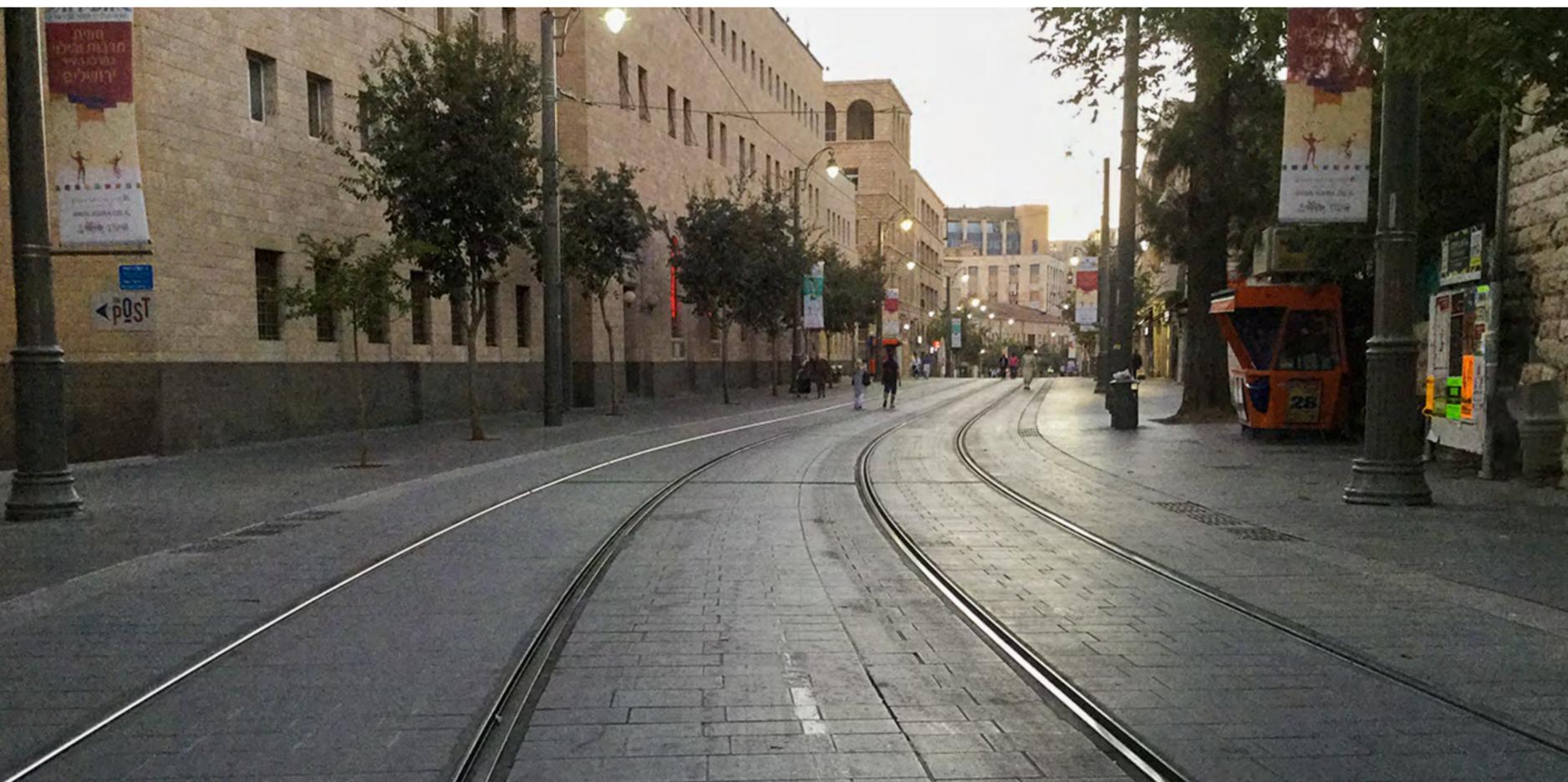
第九天

2016 10 12

除了認罪，暫停一切  
出門已是早上七點多了。

昨天下午還熙熙攘攘的鬧市今天靜悄悄的，如同剛剛經歷了大撤離，空城一座。偶遇幾個身穿黑色禮服，或是身披拉比披肩，匆匆在路上走過的猶太人，他們似乎比往常更嚴肅、持重，甚至讓人感到說聲“早上好”都是冒犯。

多麼難得的機會，完全沒有了平日的喧嘩、吵鬧、擁擠，獨自靜靜地穿過這古老的新城，體會那份絕無僅有的空寂，一覽曾被熱鬧遮掩的細枝末節。宛如，過去突然消失，未來尚且不必考慮；身在其中，溶於其中，卻又毫無關聯。還如，舞臺上演員們無故全部撤去，留你獨佔全場，興奮又茫然，不必對觀眾做任何努力，因為他們也隨之消失。這種奇怪的感受，唯耶路撒冷！



他們都去認罪憂傷了，我卻不必，在救主的鮮血裡，我已經洗的白如雪了。恨不得在這空寂的街上載歌載舞，高聲歡笑。當然，我不能，不僅是擔心會冒犯他們，也思忖天上的眼睛或許正在為他們流淚。

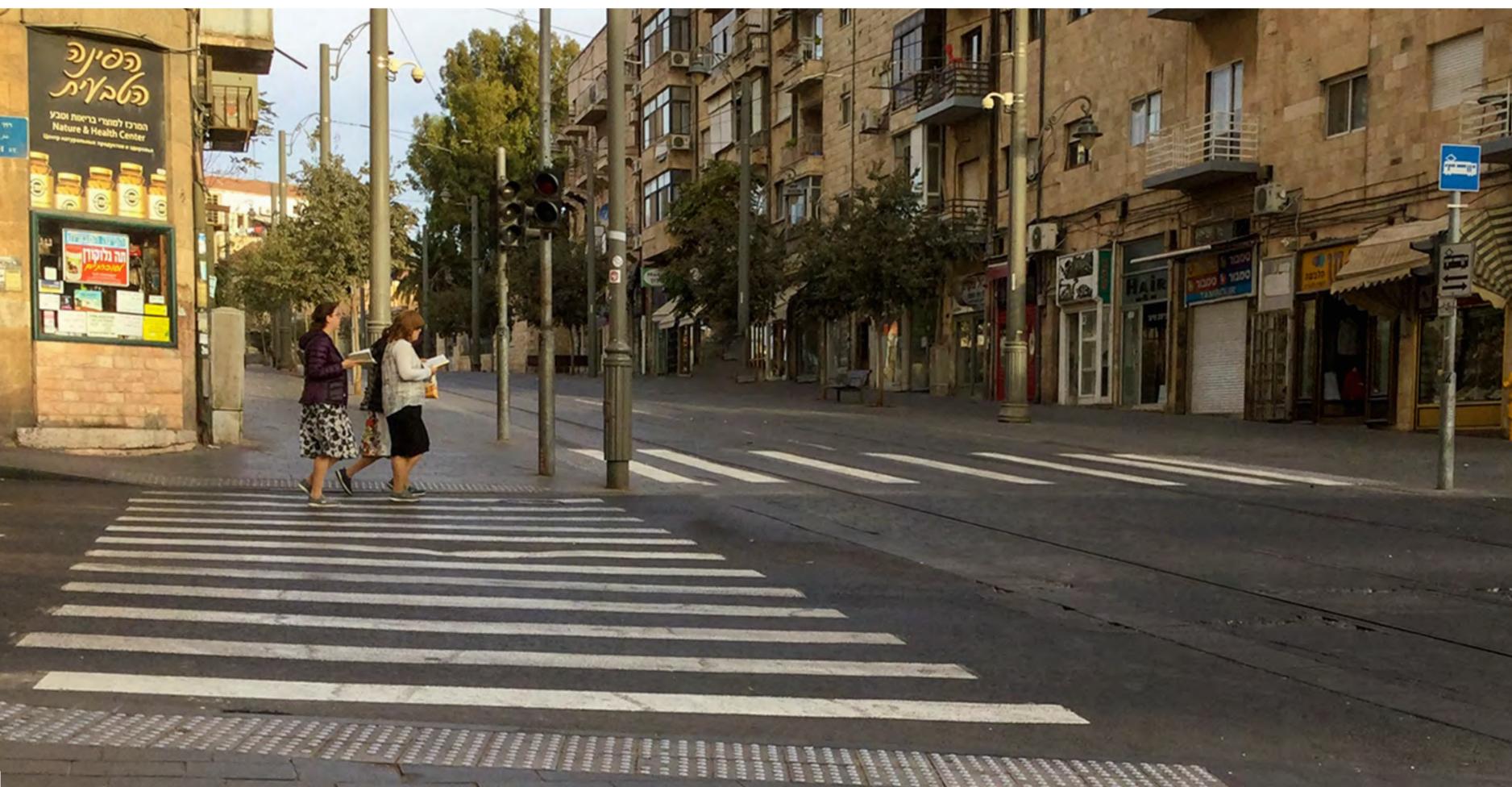
突然想起來，在這特殊的日子去主離開世界升天的地方，橄欖山頂，靜靜地紀念主豈不更好，那裡或許不像平日擠滿遊客。

按規定，今天一切交通都應停止，不抱希望又心存僥倖。

果然，一輛計程車無聲無息地開過來，停在了前面小巷轉角口，急忙尾追過去。又見幾個阿拉伯人在街邊聊

天，司機也在其中。他追問我去哪裡，不等我回答，已滿口答應送我。還沒有來得及高興，就被心裡面的責備阻止了。以色列法定贖罪日，本應停止一切商業活動。我雖是外來人，難道可以不尊重這個國家的規定，並且連累他人嗎？連連道歉，在司機的笑臉變冷之前，趕忙掉頭逃走了。

今天不去了，有幾分遺憾，安慰自己，還有時間和機會。



## 誰為你贖罪

決定推遲去特拉維夫，在耶路撒冷多停留一天。在前臺辦理延期時得知亞伯拉罕旅館在特拉維夫和伯利恒都有連鎖旅館，而且提供免費交通。意料之外的方便，我立即訂下了車位和旅館，十四號到特拉維夫住一晚，十五號離開以色列去倫敦。

中午在餐廳裡遇見昨天參加同一團契的一對夫婦，他們來自新加坡，第三次來耶路撒冷了。信主幾十年都沒有來耶路撒冷看看的想法，但如今，他們深深地愛上了這裡。他們講，並沒有以為自己可以為以色列做什麼貢獻，雖然也很想做，只是被這裡的真實所吸引，所感動。是的，我也有同感。這裡的一切，都是如此難以言表

的真實生動，扣人心弦。

來以色列之前的那徬徨，那困惑，禱告時會不知所云，“讓我看，讓我看。”我不知道自己到底想要看什麼，那莫名的渴望激動著我的心。這些天，我看了許多。天父，祢在這裡留下的印記，如同在摩西法版上刻下的字一樣清晰。我看了，經歷了，更加被吸引。迷一樣的耶路撒冷，見證了神的啟示和作為，她的結局似乎正漸漸明瞭，走向高峰。我急不可待，那將會是什麼樣的情景呢？這個城市將繼續承載什麼樣的變遷和使命呢？

快到六點了，猶太人的贖罪日就要結束，街上又將恢復以往的熱鬧。珍惜這份難得的寧靜，我又一人出門在街

上信步。無意中來到一座猶太會堂門前，聽見有人在裡面大聲念經。從略開著的門縫裡，看到裡面敬虔的一角。男人和男孩們，聚精會神，旁若無人，前後搖擺著身體，或聽或讀或禱告。

我愛你們，主的以色列民。可是，除了耶穌基督，誰能為你們贖罪？祂已經為全人類的罪死在十字架上兩千多年了，你們依然渴望用牲畜當祭物贖罪。因不得已而為之，就以認罪禱告做為贖罪，卻視而不見那永遠的祭已經獻上並被天父悅納了。我不由地歎息並為他們禱告。

突然想起剛才那對夫婦告訴我的故事：一位有名望的猶太教領袖寫了一

封信，吩咐等他去世後才可以打開。  
兩三年前他去世了，人們打開他寫的信，那裡說：耶穌，就是我們等候盼望幾千年的救贖主 – 彌賽亞。此事在猶太人中掀起了波瀾。雖然大部分猶太人現在依然拒絕接受耶穌基督，不認主，但是，當天父的時間到時，奇妙的事就發生了，誰可以阻擋呢?!





# 自由-成就夢想的機會

王文賢傳道

政治，不是一個討人歡喜的題目。有人說：「我從不涉及政治，政治與我無關。」然而，生活總是離不開政治，政治在不經不覺之間，就出現在每個人的生活當中。尤其在一個動盪的國家，影響力尤其明顯。

Jeremiah，現年20歲的年青人，出生和成長於緬甸中產家庭，是家中的

獨子，備受母親的疼愛。他自小受到親戚和老師們的影響，與大部份的年青人一樣，將醫療或工程作為他最終的職業目標，為的就是能夠過舒適的生活。這種看法在他10年級時發生了變化，他的物理老師告訴他有關孿生子悖論（The Twins Paradox）的知識，這是一個狹義相對論的思想實驗，這引發他發現原來世界上有許多



緬甸最大城市 – 仰光市

人無法想像的奇妙事物。由於他的成績優異，家人不惜向銀行借錢，送他到英國讀書，在2019年的 A-LEVEL 成績中，數學、進階數學、物理、化學、延伸課程（Extended Project Qualification）分別取得 A\*A\*AAA 成績，在那兩年英國的學習，他有機會探索從微觀粒子到太陽系的各種物理概念，以及參加 STEM 競賽，這使他有更大的決心去追求物理學的研究。

憑著優異的成績，Jeremiah 成功得到牛津大學，倫敦帝國學院和愛丁堡大學等頂尖大學的錄取通知和獎學金，正當他以為能夠開始新的一頁，卻因英國政府不滿緬甸政府處理羅興亞人危機的做法，所有緬甸學生都被

從各主要獎學金（如英國文化協會獎學金）的資格中刪除。Jeremiah 沒有獎學金，就沒有辦法實現他的留學夢想。一位對未來充滿憧憬的年青人，這消息無礙對他來說是打擊，令他感到失落。感恩他有一位基督徒母親，她鼓勵 Jeremiah，無論發生什麼事，總有神的心意。而他也向神禱告，願這段留在緬甸等候獎學金機會的日子，努力去裝備自己，爭取每個裝備自己和成長的機會。他現在協助

## 假牙診所 專業假牙服務 **耆英優惠**



**Peter S. J. Oh**  
Denturist

Complete Dentures, Partial Dentures, Overdentures  
All Dental Plans Accepted

- 全新假牙 • 牙托換底 • 假牙維修
- 牙托調校 • 手工精巧 • 免費查詢

國、粵英語服務  
無需牙醫介紹

**Tel: 604-709-6226**

歐紹俊 註冊假牙師 522 Kingsway, Van., B.C. (鄰近聖約瑟醫院)

當地的宣教士翻譯及參與扶貧社區工作，這都讓他在領導、教導及組織等各方面的能力被提升，他深信神在使用他。

最終他是否能夠入讀英國著名的學府，筆者不得而知。但為著他失去了一個極好的機會是感到可惜！

Jeremiah 有一個夢想，他渴望能在六年內獲得物理學博士學位，成為研究物理學家和大學講師。他一直被神所創造的大自然所吸引，盼望能夠利用物理學來抵禦氣候變化和全球變暖等問題。緬甸的教育一直都缺乏思考批判及創造力，故留在緬甸學習，未必能夠達成他的夢想。而這種缺乏批判力，或許與國家長期被孤立及封閉有關。

筆者問 Jeremiah：「你認為你這一代人面對最大的挑戰是什麼？」他說：「是欠了一個與外面世界接觸機會。」欠一個機會，他的個人經歷，正好是一個例子。

的確，不是很多人都可以有出國的機會，但近年來網絡科技的不斷進步及開放，也造就了許多網上學習的機會。各種形式式的網絡上課



程，資訊及電視製作，都吸引不少緬甸人參與，也能讓他們吸引知識。緬甸被封閉多年，近年來稍為開放。Facebook、Twitter、BBC、Youtube 等曾發表不利緬甸軍政府形象的網站，一段頗長的時間被封鎖，直至2011年10月27日才正式容許在境內流通，緬甸人更珍惜這種自由，也藉著網絡渠道，他們了解多了世界的事。Jeremiah 說：「年輕一代很想學習外國語言，無論是英語、華語、韓語等，我們都很想學，為的是希望能夠與外國交流，我們都很渴求吸引新的知識。」

大約一個月前，一位宣教士向筆者提及，她的緬甸學生向她提及聽過一些被人口販賣的事情，故想了解更多一點

預防的方法等。因此筆者幫忙聯絡一些講員，為他們舉辦網上的講座。第一次參與的約有七十多人，他們的參與及積極是超乎我們所想。藉著網絡世界，緬甸人不單眼光被打開，開始有自己的思想，學習解決問題的能力，甚至可以預防一些罪案的發生。

一位在教育學院工作的朋友，在他的社交平台上分享，他的緬甸學生從緬甸來香港學習，大都帶有理想。他們盼望學有所成之後，回到自己的國家，能帶來一點影響力，為教育展開的一頁，影響下一代。

緬甸的軍事政變，令到這個一度以為邁向民主的東南亞小國，恐怕要倒回軍政府統治的年代，網絡世界更一度

再被封鎖。筆者的禱告是，但願緬甸人的心不被封鎖，公義正直能夠自由地活在人民的心中。

願主公義臨到緬甸！

後記：筆者收到來自緬甸宣教士的消息，2月12日緬甸軍方特赦二萬三囚犯，自當晚開始這些囚犯持刀及火種，四處製造混亂，包括在深夜在民居放火，搶劫，又將毒藥放入食用水管中，人民基本的安全受到嚴重威脅。居民自組自衛隊，通宵在自己所居住的區域巡邏，Jeremiah 也是其中一員。求主保護他和緬甸所有人。



## 五招擊退無力感

秋霖

溫哥華資深戒毒社工

### 疫情肆虐社工教你五招擊退無力感

新冠肺炎持續衝擊全球經濟，確診人數連日增加，執筆時全球已有一億一千七百多萬人感染，二百六十多萬人死亡；美國二千九百萬多人感染，五十多萬人死亡；加國逾六十六萬多人染病，一萬九千人死亡。各行各業人士的生活都受到影響，有些人更處於擔心失業、結業、怕被感染的惶恐中。心理健康和情緒壓力特別是無力感，正在影響身體健

康。本文建議一些積極正能量方法，從日常小事做起，一步步減低無力感，增強自控感。

## 疫情下的後遺症

在疫情下政府的限聚令，加上新聞常勸勿跨區活動，只限 bubble group 最多六人，又見到警察票控私人派對，不少人已經漸漸適應不出外用餐；家有長者的更加自律，婉拒邀請外出聚會；稍為嚴謹的，連公園也減少去。情況許可

  
**ROYAL LePAGE**



錢得興

**David Chien**  
Tel : 604-526-7721  
Cell : 604-781-0969

買賣樓房

忠誠服務

懂國、粵、上海、英語

下在家居工作和家中上課已變成新常規。不知不覺，這些改變產生另類現象：

- 身體少運動，肌肉不再如前般結實；
- 青少年在家可以不見天日，生活作息日夜顛倒；
- 子女同在家中，要競爭用空間，帶來不少適應；
- 家居辦公使時間上公私難分，對工作狂熱帶有完美要求的真的成為廢寢忘食，後遺症是休息不足身體更差；
- 也因為多人在家吃飯，每日煮三餐每星期七日，對一家之煮成為每日重擔；
- 夫婦日夜面對磨擦多衝突增，要找空間減壓。

在看不到曙光時，各人都會產生不同程度的焦慮感和無力感。要克服無力感，最有效方

法還是要回歸理性思考 (CBT)，運用情緒智商 EQ 及逆境智商 AQ 概念，在疫情期間仍可發揮正能量，自助助人，由個人及家庭開始。以下招數是可參考的做法，可以按個人情況調整增減：



## 1/ 把大事化小 (Partialization)

一塊大 pizza，不能一口吃光，若分成八塊，每塊皆易吃。要解決重大困難也是如此，把它拆細斬件 (partialization)，便容易

處理。在日常生活中，不論是工作還是家庭，學習把一些令你感到壓力和煩惱的大事件拆分為小任務，一切就會輕鬆得多。舉例說，在撰寫工作報告時，分為多個段落去完成；在照顧家庭時，分為接送小孩、料理餐點、打掃等小事，每個時間只集中處理一件事，不知不覺間就完成了所有任務。在家務中，更加可以拆細分工，按各人能力興趣時間方便，負責一小部分事務，更可建立團隊精神，增強家人溫馨感。事務若是太多，休息一會再處理。或找幫手，勿自己全部負起。



## 2/ 由做小事情出發

### (One Small Step a Day)

面對疫情日漸嚴重，自知無力改變大局，令我們感到失去控制權，並對前景感到悲觀及挫敗感。這個時候，特別是居家隔離或面對海量的疫情消息時，我們更不能坐以待斃，嘗試做些小事去放鬆自己，例如暫停不看疫情消息，沖杯咖啡自享、研究新菜式、做伸展運動、打電話給朋友聊聊天等。對抗疫情是長期持久戰，非爭朝夕，要留得青山在，保持彈性持久力才是有效策略。每晚在睡

前，想一想那兩、三件事情是你今日感到滿意的，開心的，欣賞的，把甜蜜回憶帶入夢中。



### 3/ 保持聯繫 (Keep Connected)

疫情限制了我們的活動空間，被迫留在家中，更難過的是無法探望年邁的雙親，無法與朋友聯誼，前所未有的孤獨感正面來襲。不過可幸的是，現代科技發達，我們可以透過手機新興通訊程式與朋友們聯繫，關心彼此近況，分享大家心情，紓解孤獨的感覺。

大家嘗試走多一步，用心學用新網上通訊平台，如 Zoom, Meet, Whatsapp, WeChat, Signal, MeWe, Facebook...。我發覺過去一年，因疫情緣故在過去是要返香港才可見面的朋友家人，也因為有新興上網工具而增加溝通。我最近聯繫上三十年前的團契，在 Zoom 中相遇，心中非常興奮喜悅，重溫往日情誼。

## 海景墓園・全新 **Grand Mausoleum** 科士蘭・全新私家花園

室內、外雲石陵及水晶玻璃櫃  
全新永久福地、各式殯儀服務  
代辦先人移民、分期付款計劃

**604-889-2669** (國、粵、英語)

**Rebecca Mok 莫小姐**





## 4/ 化壓力為助力

### (Turning Stress into Motivation)

若是感到在家變成困獸鬥之戰場，可以考慮化戰場為情場，不是戰爭，而是講心。大家可嘗試計畫一下，對個別子女，定下個別傾談時間 (Quality Time)，可以是：帶出外吃雪糕，或是去公園邊行邊吃；了解對方在疫情下的壓力或困難，有甚麼願望，憂慮，期望父母可以做的事...等等。為什麼是一對一而非幾個人一起呢？最大原因是要讓他 / 她感到被重視，被關注，寶貴的，把雙方距

離拉近。還有一些小貼士：一起拍些誇張的照片，每人講一件“癡事”，行社區分類別數店舖，做社區小分析，坐在一旁靜觀行人...等等，然後分享所見。這些提議也可用在配偶身上，每一、二星期做一次，大家都輕鬆。如果經濟許可，每隔星期出外一次用膳也是增添正能量，減少在家洗菜煮菜的壓力。

作為三文治中間的成年人是承受最大壓力的，對下要考慮子女需要，對上要考慮年長父母處境，而自己也有不同源頭的壓力，又怎麼辦呢？答案是：找同輩老朋友傾談分享，認識生命有無常難明之處，take it easy，不如意事十常八九，把眼前的難關看為對自己的跳欄，集中精神注意力去逐一處理。相信天無絕人之路，一切問題總有答案，人生有崎嶇，亦總有出路。



## 5/ 增加自控感 (Self-Control from Inner)

生命由呼吸開始。從呼吸中我們可以發現什麼？重點在於你有多專心在你的呼吸之中，呼吸是我們生存的根本，急促的呼吸可以斬斷我們對情緒的感受，而安適的呼吸可以容納我們的焦慮情緒。每日用5分鐘練習“緩慢深呼吸”，已可使人安靜，減燥，輕鬆。不信？現在即去試。

運動對於心理壓力的預防及疏導是有目共

睹，你可以依照自己過往曾經接觸過的舞蹈或是瑜珈動作，或者是太極拳、八段錦、游泳...等個人運動，重點是如何創造一種身體感，讓自己能從低潮的情緒中擺盪過去。越有運動，越有自控感。今日開始計畫，明日付諸行動，每日一小時運動。

重拾或開展你所興趣的事情，例如彈吉他、修剪花草、烹飪、寫詩、唱歌 / 聖詩、太極、六通拳、讚美操...等，可幸的是當今有 Google, Youtube 可以極快速帶到眼前，跟隨練習。這些活動各適其式，自由選擇，例如試試 DIY 自制燒肉、話梅豬手、焗麵包、包餃子等等；若然大家有興趣，可以全家一起玩，如讚美操，更加增添樂趣。活動活動，想要活，就要動。

## 小結：

疫情，逆境，人人都面對。你想被動地任由環境壓迫你，還是想積極回應？你會有些時候感到無力面對嗎？這是正常反應，但不是必然，也不至於放棄。看完此文，你可以嘗試做一小項，有些果效後，有多些信心，再試另外一項。給自己機會嘗試。逆境雖在，可以並存，甚至與疫境共舞。機會是留給準備好的人，但是，自己要去創造機會啊！

眾人以為美的事，要留心去做。(羅12:17)

在指望中要喜樂，在患難中要忍耐，禱告要恆切。(羅 12:12)

# 宗教聚會的權利

盧維溢牧師

新冠病毒 (Covid-19) 產生的疫情，使一些美國和加拿大的教會於最近半年在該兩國產生一些法律訴訟。在美國加州，有著名福音派牧師 John McArthur 的教會違抗州政府法令，在法庭被起訴。上月，加拿大西岸卑詩 (BC) 省的一些教會與省政府，在卑詩省法庭展開法

律訴訟。那些教會領袖認為政府頒佈的聚會人數限制不合理，需要與教會協商，要根據科學數據來達到一個對於教會比較合理的數字。

為何 Costco、Walmart、大統華超市可以有100人在內購物，而那些願意戴上口罩，履行公眾衛生要求，保持2公尺社交距離的基督徒，卻不允許超過10人在敬拜上帝的地點聚會呢？那些教會認為所限制的人數並不合理，教會領袖據理力爭是合情合理的行動；況且加拿大和美國的憲法明確指出，宗教集會和信仰、公眾言論都是公民的權利，不能只重視大企業的權利而輕視教會的權益。

一般基督徒認為上法庭是不榮耀上帝的行為。不過，我們不妨從使徒保羅為甚麼要上訴到羅馬凱撒皇帝（使徒行傳25章10至11節）看公民權利這議題。在使徒行傳23至25章的記載中，他為何在羅馬政府的法庭上，毫無懼怕地捍衛自己的公民權利？乃因為基督徒作光和鹽的責任，不單是在教堂四面牆內談談就算，在適當時候也需要在社會上勇敢作見證。

現今這次不得不藉著法律有所行動，與卑詩省政府進行訴訟，除了可用保羅的例子作借鏡之外，也可以從初期教會的歷史看宗教集會的權利。

使徒行傳第4和5章透露了一些端倪：(徒4:18-19)「於是叫了他們來，禁止他們總不可奉耶穌的名講論教訓人。彼得、約翰說：聽從你們，不聽從神，這在神面前合理不合理，你們自己酌量吧！」；(徒4: 27-29)「帶到了，便叫使徒站在公會前；大祭司問他們說：我們不是嚴嚴的禁止你們，不可奉這名教訓人嗎？.....彼得和眾使徒回答說：順從神，不順從人，是應當的。」

**Daniel Leung 梁瑞華** AScT, CHI

卑斯省執照驗屋師(BPCPA #47470)，卑斯省物業檢驗學會(ASTTBC-BCIPI)會員



住宅、工商業樓宇及教堂檢驗服務

**31**年樓宇檢驗經驗—自1994年起服務卑斯省大溫哥華地區



**Daniel Leung Building Inspection Services**

Tel: 604-836-6423 / Email: [dleung2000@gmail.com](mailto:dleung2000@gmail.com) / Web: [www.daniel-leung.com](http://www.daniel-leung.com)

許多基督徒以為一定要有先例跟著做才對，否則就不應該做；那麼說來，十二門徒在使徒行傳第2、3章的街頭大型公開佈道會也是不對了吧，因為他們以前也沒有先例！若是門徒考慮到這樣做可能會犯法的話，他們就不敢做甚麼街頭佈道了！

五百年前，馬丁路德改革基督教之前，也沒有人在教堂門口釘上95綱領，指出羅馬教廷之錯誤的先例，那麼他的舉動又是不對了吧！若一定要看到先例，他就不敢呼籲基督徒離開天主教了。同樣，美國黑人牧師馬丁路德金也因為無先例而不敢公開控訴種族主義了。因此，馬丁路德的公開呼籲，讓人們認識

到：有權柄的人所作的若是不合理或不公義之時，基督徒都應公開表達不贊同的立場，就好像初期教會領袖，如彼得和其他使徒和保羅那樣的行為，他們就是我們的先例。

主耶穌也曾被人指責，祂破壞了一些舊約律例（飯前要洗手、守安息日不可工作），因為文士和法利賽人認為祂不跟隨那些墨守成規的傳統，自己卻開創先例。從上述而觀，只要從《聖經》找到相關的根據，禱告求神指示之後，只要是合法、合情、合理的，基督徒都應該不怕作合適的行動；至於有沒有人認同你的觀念或行為是不太重要，因為討神喜悅而不討人喜悅是應當的，我們向神交賬就好了。

現今21世紀的歐美國家中，基督教文化能自由流通的權利越來越被壓縮，這已經是不爭的事實。所以，基督徒要讓世人看到其權利不能被忽視或抹煞。重視宗教言論和集會的權利，這是真正法治的民主國家與那些只是空談有法治的國家之最大區別。

我們現在享有的公開言論權利，乃因為前輩基督徒於過往幾百年的努力爭取和捍衛才得以保存。盼望今天我們也應堅持信念和立場，繼承初期教會的堅貞角色，在世上作光作鹽。



# 考古學與新約聖經

李日天博士  
加拿大華人神學院溫哥華聖經研究  
助理教授及助理教務長

當提到考古學時，經常有人問的問題是：「考古學如何證明聖經內容的真實性」。在發問時，他們通常已經假定和期待會有一個正面和鼓舞的答案。跟這個問題相關的是，他們也會以為「聖經考古學」，這個已經被很多考古學家所屏棄的名稱，是一個貼切的專有名詞。

以上的問題和詞彙已經暗示了幾個假設：首先，考古學是跟聖經的內容只有正面和密切的關係。他們甚至乎會認為，至少在現今以色列和巴勒斯坦地區，考古學存在的目的是為信仰服務，是在神學這更重要的科目之下的次一等學科。

但以上某些想法，卻反映持見者在某程度上誤解了考古學的本質、方法、限制、和角色。因此，我們需要清楚認識考古學的定義。簡單來說，考古學是以人類有意或無意地遺留下來的物質和痕跡，去探究在過去某時間和地點的人類，包括他們的活動和文化。

考古研究的過程面對非常多的限制，再加上在嚴謹的監控下，以致往往並不能得到很多人所期待的大膽結論。我們要謹記一點，從發掘出土的文物很多時候是非常少的。不少長年累月在地下的東西已經消失。能夠逃過被有機物侵蝕的，也可能被後期的人類活動和土地利用所破壞。某些地方，特別是已建區，並不可以輕易地進行發掘。因此，所遺留和保存到的，通常都是殘缺不全，只能反映過去的一小部分。

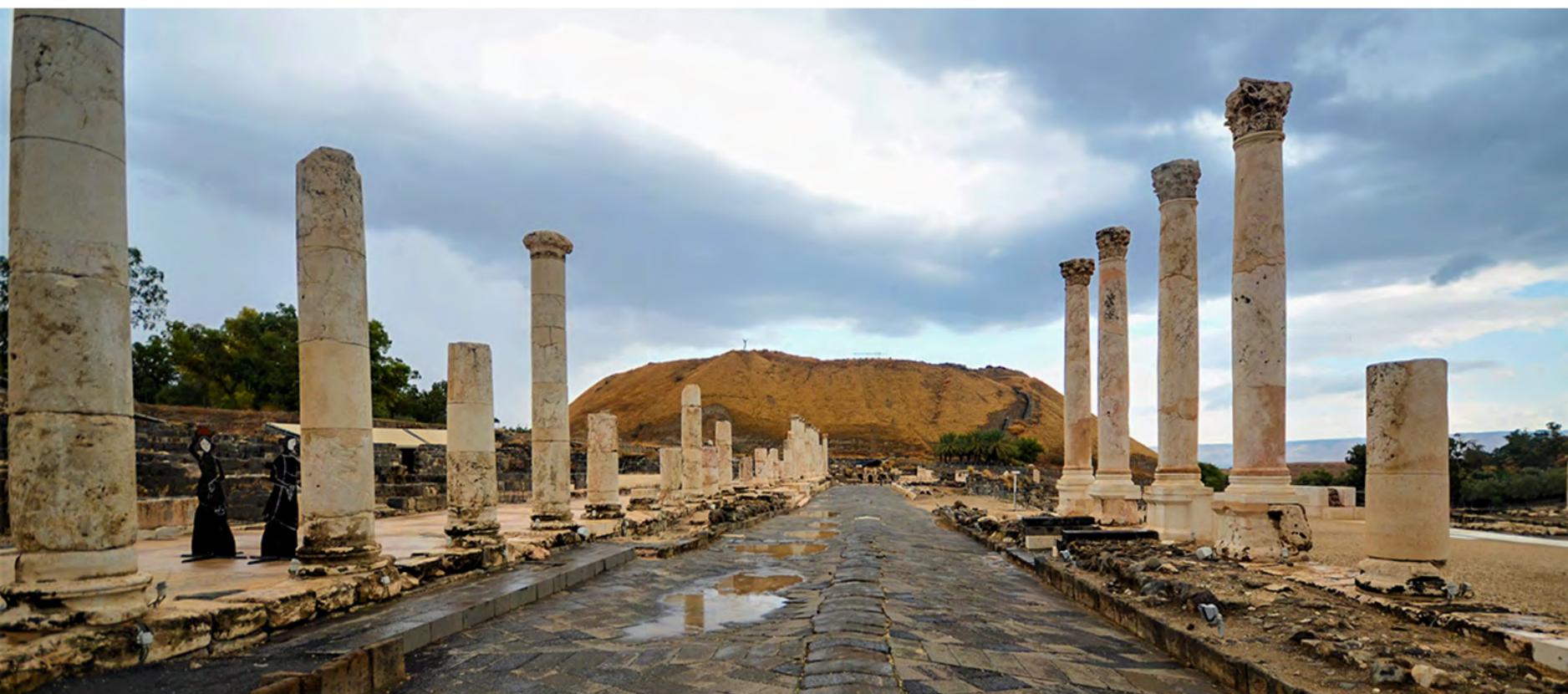
而且，人類活動也不一定留有可以讓後世跟進的考古數據。例如，雖然有些新約聖經中出現過的人的名字可以

在碑文上找到，包括希律、彼拉多、士求保羅、和迦流等。碑文是獨立於新約的實物記載去證明這些歷史人物是曾經存在過，但我們卻不能進一步透過考古方法去證明或否定他們在聖經中提及過，卻沒有實質痕跡留下的對話和與其他人的互動。同樣地，即使考古數據顯示出某個新約聖經提及過的聚落於第一世紀是有人居住過，某建築物在這時代確實存在，我們卻不能利用考古方法去證明或否定新約聖經所記載，在裡面發生過的故事。相反地，大部分新約中的人物並沒有在第一世紀的碑文提及過，但我們也不能一口斷定他們是虛構的角色。

考古學的目的並不只是狹窄地去探究在聖經出現過的地點和人物，和去證實聖經提過的某些東西。其嚴謹的方法也不會把那些跟這些目的沒有太大和直接關係，卻能夠告訴我們過去重要的一面的數據看為次要。

在某些方面，考古學是跟新約聖經有正面的關係。但這關係卻是間接的，更直接牽涉到的是新約聖經書卷所誕生、和新約人物所身處的世界。考古學的一大貢獻是讓我們更了解耶穌和聖經中的其他人物在過去的社會、文化、和日常生活。所研究的題目可以包括猶大人的飲食習慣、與潔淨有關的習俗、墓葬、會堂、房屋、工農業

生產、以及地區性和跨地區性貿易、城市規劃、聚落分佈、和外來的文化影響等等。所考慮和研究範圍的大小可以從一件或一堆出土文物、到一間平房、廢物堆、整個聚落、聚落群、甚至更廣大的地區包括猶大、加利利、地中海東、和近東。從新和舊的考古數據之間的關係出發，我們對耶穌、保羅、其他使徒、上層階級、以至普羅大眾所生活的年代和世界的社會及文化處境，可以重組出一個更清晰的畫面。



歡迎讀者投稿

請電郵至 [editorvtm@gmail.com](mailto:editorvtm@gmail.com)

所有文章只代表作者意見觀點  
不代表真理報或短宣中心立場

版權所有

溫哥華短宣教中心

Vancouver Chinese Christian  
Short-Term Mission

Tel: 604-273-0223

Fax: 604-273-0295

[vccstm.ca](http://vccstm.ca)

