

HIS WINDOW

美佳之窗

看见神的荣美 Unveil the Glorious Beauty of God

No.90 April - June 2020

家中有爱

庆祝

美佳堂设教

30周年纪念

For Internal Circulation 非卖品



CONTENTS

敬
啟

编辑台

家之绊 /张友凤 4

心灵工程

引言：家中有爱 /编辑室 5

家·爱·宽恕 /林冬梅 6

陪伴·身教·传承 /张德兰 采访 9

穴下 /张嘒珉 12

世代中有爱 /潘武忠牧师 14

Love at Generations 16
/Stephan Cheng

恩典教会

读经生活化，让生命影响生命 32
/ 陈秋霞 / 姚燕燕
/ Ryan Lim Chee Seng

透亮的心

疫情、受难与复活 /杨家俊 18

居家隔离的感悟 /林昌盛 20

一场意外于六月四日 /林恩泽 22

别以为孩子不知道 /颜爱盈 26

疫情中与您诀别 /杨紫玲 28

来自黄色的纸条..... /叶大卫 30

And the people bowed and
prayed to the neon god
they made /Philip Sim 28

MEC Square

A Christian's
Response to Covid-19 36
/Ps. Matthew Samuel

资讯出版委员会顾问:

潘武忠牧师、李祖国、何李颖璇

资讯出版委员会主席:

陈恩赐

资讯出版委员会委员:

张友凤、黄伟文、陈素莺、
江先汉、林玮斌、谢曼维、
王家祥、林冬梅、张嘒珉

总编辑:

潘武忠牧师

执行编辑:

张友凤

记者:

杨家俊、张德兰

本期中文编校:

陈素莺、杨紫玲、张嘒珉、
林冬梅、王家祥

本期英文编校:

Stephen Cheng, Chen Siew Fong,
Chen Siew Foon

英文翻译:

Jacob Lee, Stephen Cheng,
Penny Lim

小小羊圈

拨乱反正，
为这个世代的儿童装备自己

/ 陈理稳 / 罗丽君

爱我本土本乡

耶稣与我一同哀哭 / 朱润玲

艺·能

我的镜头中有你 / 杨家俊

美佳书轩

“疫”起陪孩子读书 / 郑佳荣

亲子共学

回家，再出发 / 吴秀宝

40

43

46

54

56

基督教教育

如何将 Deut 6 落实成
为美佳堂属灵传承
的文化(一) / 何李颖璇师母

珍贵的礼物，美丽的转化 / 李燕薇 50

2020初少像耶稣那样成长 / 周贝琪 51

大手牵小手，与神同行一起走
/ 周贝琪 53

阅无止境

基督徒的召命 / 陈莲娜 60

顾影自省

打开《绿皮书》
检视自己的尊严 / 黄伟文 62

美术设计:

马秋仪

封面设计概念与摄影:

江先汉

印务:

UG Press Sdn. Bhd.

策划兼出版:

基督教卫理公会美佳堂

MEGA CHINESE METHODIST CHURCH

2, Jalan PJU 5/16, PJU5,

Dataran Sunway Kota Damansara, 47810

Petaling Jaya, Selangor Darul Ehsan.

Tel +603-6157 9711

Fax +603-6150 6132

www.megacmc.org.my

电子书 e-Book:





文：张友凤

绊

KIZUNA

《美佳之窗》本期的主题为“家中有爱”，封面依然出人意料，一条打结的绳索在黑暗中燃烧。

“家中有爱”为何要以一条打结且燃烧着的绳索来表达呢？

这让我想起了一个汉字——绊。

“绊”（bàn）的本义为“御马的绳索”，又指“用绳子把足系住”，进而引申泛指牵制、约束、束缚。“绊脚石”、“羁绊”、“牵绊”，这些与“绊”有关的词，多半用在痛苦沉重之处，表达关系中不自由、苦涩、负面的意义居多。

但这个“绊”字传到日本后却发扬光大，变得意涵更为精深，情感更加丰富。

“绊”的日语发音为“KIZUNA”，与中文的“绊”表面意思相同，深层意涵却相异。“KIZUNA”意为“人与人之间的情谊纽带，情感牵绊”，代表切不断、分不开的关系，多用于亲情和友情。这个关系虽然有沉重的部份，却都是好的。即使互为麻烦，极尽连累，都不会随便舍弃彼此。若真要用中文来解释“绊（KIZUNA）”，还真的找不出适当的词语。

人与神、人与家人不是有这种无法割舍的“KIZUNA”吗？

神设立了家，数千年来，家在文明史上是一切社会生活的根本，具有传承的功能，是每个人精神的涵养处，灵魂的栖息地。家是温暖的，给人力量，让人成长，本是实践爱的地方，是神的荣耀。

但是，许多家的关系纽带沾上了罪，亲情变成了牵制、约束、束缚，形成了一个个苦毒的结，阻断了爱，滋生伤害痛苦，离家逃家的悲剧接连不断，无法畅享上帝的恩典，亏损了上帝的荣耀。

家，不是一所房子。无论身在高屋华堂还是蓬门荜户，这条关系纽带失落，人都没有亲情没有家，精神灵魂无以自处。

身为神的儿女，当家落入苦毒之中，当一个个心结形成，你是带着创伤，带着怨恨远走高飞，还是在这个关系上看到自己的责任，以宽恕点燃一把火，燃尽一切障碍？

愿我们与神、与家的关系永远是“KIZUNA”。🙏



用救恩，
用爱，
用宽恕，
燃尽关系纽带的结——
一切苦毒、一切束缚。

让我
家中有爱
还我灵自由，



文：林冬梅

家·爱·宽恕

凉风习习，繁星光照下，我与丈夫及孩子们又在庭院欢聚闲聊，这已是我们五年前搬来此地常有的习惯。丈夫是家庭成员中最安静的，与我依偎坐在石凳上，孩子们就盘膝坐在我俩面前，我们有时无需太多的言语，也乐在其中。

“嘟嘟……”手机传来新讯息，我懒洋洋瞄了一眼短讯内容：父亲跌倒，入院了，还在昏迷中……我立马竖直坐起来，仔细再阅读短讯。

“怎么啦？”丈夫问。

“小妹说父亲跌倒进院了，还未苏醒。”我低声告诉丈夫。

“啊，外公跌倒啊！”孩子们惊讶叫嚷着。

“你去准备，孩子的事交给我。”沉静又稍微木讷的丈夫总是那么果断。若有突发事件，我都依从他的安排，这次也如此。他带着孩子回屋内，安排孩子第二天的事，因女儿及老么第二天要参加钢琴考试。我依然呆坐在繁星下，思潮起伏，忆起尘封多年的往事……

从小我就不得父亲的欢心，父亲在人前坦言偏爱小妹，让我曾怀疑自己不是父亲的亲生孩子，可我的样貌长得比小妹更似父亲，任何人一看就知道是父亲的女儿。他常常只为小妹买夜宵，当着我面让她独享，漠视我的存在。我难过，对小妹忽冷忽热，唯小妹心地善良，常常让着我，对我恭恭敬敬。有一次，我与小妹犯错，父亲竟然只鞭打我，我心不甘，拔腿想逃，被他一把揪住狠狠鞭打。我嚎啕大哭，引来母亲劝解，他才手下留情。幸好母亲对孩子们一视同仁，让我能从母亲的身上感受到温情。

那次的鞭打伤了我的心，对父亲萌生恨意，偷偷发誓，将来若他求我帮忙，绝对会不屑一顾。从那一天开始，我不再渴望父亲的爱。我从小就很努力学习，是家里四个孩子中最出色的。我清楚知道，努力考取好成绩是唯一生机，只要能出人头地，就能过自己想要的生活，带母亲远离这个家。

后来……那是个平静的夜晚，母亲踏着残旧得“轧轧”作响的缝纫机缝制衣服。我如常安静地坐在她身旁温习功课。那时父亲事业失意，我一家的生活苦不堪言，母亲只好为人制衣赚取微薄的工资来帮补家计。然而，父亲不但没振作起来为将来好好奋斗，反而误交损友而酗酒。他几乎每晚都喝得醉醺醺、跌跌撞撞地回家，接着就大闹一番。我们兄弟姐妹每逢看他回来，便迅速躲进房间避难，留下母亲孤军作战。虽母亲对父亲从不畏惧，却未与他正面起争执，而是默默承受。

屋前传来“叭叭”的摩托车声响，我知道父亲回来了，身体微微颤抖起来，急忙收拾书本进房回避，尝试马上抱头大睡以摆脱内心的恐惧与不满。房外，父亲开炮了，数落他人的过错导致他失败，责怪他人没拔刀相助……

随着“砰”的一声巨响，接着母亲大声呼喊我。我战战兢兢地走出房门，只见母亲泪流满面，吃力地想要扶起倒下的缝纫机。父亲推倒缝纫机后，若无其事地跌坐在椅子上。我颤抖着，与母亲用尽全力把笨重的缝纫机扶起来。



林冬梅（中）陪父母过生日。

“嫁给你，我从未后悔。你失业，我没怪你。能与你生活在一起，我不在乎过穷苦的日子。你却把罪名套在我的身上，到处说我是扫把星害你失业！这次还……你实在太过份了！”母亲是逆来顺受的传统妇人，首次听到她歇斯底里地哭诉父亲的不是，我惊呆了，脑袋一片空白，不知如何应对，只是陪着母亲哭泣。

母亲那番痛苦的哭诉似乎让父亲清醒过来。他红着脸，不敢哼一声，蹒跚地走到母亲面前，紧握住母亲双手：“对不起，对不起！”大男人主义极强的父亲竟会放下尊严，流泪，猛向母亲认错，恳求原谅。我老早对父亲不期望什么，此情此景，连梦里也未曾出现过的画面让我不知所措。

那一夜的眼泪使父亲回转。父亲渐渐不夜出，不再酗酒，逐渐远离那些所谓的兄弟，开始发奋图强打拼，然而事与愿违，处处碰壁。他的性格急躁，容易因不称心而发脾气，一段日子后又开始发怨言，幸得善良温顺的母亲化解一场又一场的争吵。

日子并没因父亲的转变而改善，仿佛上天要考验我们的家。不久，有位远方亲戚介绍父亲到外地工作。那是他从没做过的油漆的工作，每个月才可回家一趟，但他毫无选择地

接受了。父亲离家工作后，家里的事务完全由母亲撑着，我们靠母亲微薄的工资勉强度日。母亲常常厚着脸皮向邻居借贷，有时还求杂货店老板娘让我先拿米后付钱。父亲工作两个月后才带回来少许家用，从不问母亲我们过得如何，母亲也只字不提。

父亲的工作并不顺心，家里的经济好几年都没起色。那时我们兄弟姐妹都上学了，每当学校要缴交费用，都战战兢兢地向父亲开口。父亲会恼羞成怒借题发挥，拿我们出气，后来我们再也不敢向父亲要钱。

我升入初中后，父亲又因不堪经济压力而故态复萌，我们兄弟姐妹对他避而远之。我处于叛逆期，反弹最大，曾经淡忘已久的恨意竟悄悄再次入侵心房。我紧记誓言，决心要让受尽委屈的母亲过好日子，不要让她再吃苦。

大哥与三弟勉强完成中学后便到新加坡谋生，挨了多年后才安定下来。三弟不忍母亲在家受父亲欺凌，不问母亲是否愿意，毅然将她接去一同生活。其后，父亲独居约十年，逢年过节大家才回家团聚，母亲常会借回乡准备打点为由提早一两个月先回家乡。其实，大家都知道，善良的母亲还是惦记着父亲，从不把父亲的过犯放在心里，总是轻易原谅。



记得有一年，我提早数天回乡过年，那次回乡与过去来也匆匆去也匆匆截然不同，我可有充裕的时间待在家里。踏入家门，看见父亲静静地站在母亲身后。小瓜们一见外公，即刻飞快冲向他，投入他的怀抱。父亲喜笑颜开。

“外公，你的白头发怎么多了，我们帮您拔掉！”女儿叫嚷着。

“呵呵，拔完白头发，外公就秃头了啊！”

“哈哈，光头外公！”小儿子调皮地站在凳子上，按着父亲的头，准备动手拔白头发。

“别乱来，不准拔外公的头发！”我及时喝止三个小瓜。父亲趁机拉他们进厨房去拿冰激凌，这也是近几年来父亲讨好他们的“伎俩”。我突然察觉自己对父亲多年来的怨气惭愧消散。父亲逐渐苍老，过去的脾气不再，取而代之是对母亲的愧疚和千依百顺。起初，我们看了都感觉怪怪的，唯母亲乐在其中……

“起风了，快进来！”丈夫的呼喊声打断了我的思路，在他的催促下进屋里去了。

翌日，我独自开车赶到医院看父亲。躺在病床上的人，过去的强悍、粗暴、自大、不可一世……都消失了。他脸色极苍白，刚苏醒，努力张开双眼，慢慢把目光转向我，面无表情地凝视着。母亲告知父亲在浴室跌倒，幸得邻居将他送进医院。医生说 he 因中风而昏迷的，扫描显示并无大碍。

我轻声问道：“爸，你怎么样了？”

“有点晕，累……”父亲吃力回应后又合起双眼昏睡了。母亲说是药物反应，医生交待要让他尽量休息。那晚我与母亲守在病床前，

**最要紧的是彼此切实相爱，
因为爱能遮掩许多的罪。**

——彼前4:8

父亲整晚都在昏睡。住院两天后，父亲总算完全清醒过来，但身体无力，食欲欠佳，须他人喂食。望着满脸无奈，沉默不语的他，心中多年来的怨恨一扫而空。

几天后，医生要父亲下床上厕，由我搀扶，与父亲那么亲近早已是很遥远的事，也是很模糊的记忆了。父亲久躺病床首次下来行走，双腿乏力，必须依靠我的协助，一步一步慢慢向前走。扶着他，不觉得别扭，不觉得委屈，那么自然。在医院照顾父亲的日子，也是我与父亲相处最长、最亲密的时光，更成了一段难以忘怀、值得留恋的记忆。

父亲出院后，为了方便我照顾，便与母亲一同搬来我家居住，小瓜们兴奋不已。父亲一踏入我的家，竟然哭了起来，弄得大家不知所措。

“我，谢谢你接纳我，请……原谅我过去对你的伤害。”父亲用微弱的声音，吃力说道。

“爸，我已放下了。”我上前抱着父亲。在旁的母亲一直拭泪。

“你们别这样，爸，妈，来看看你们的房间。”丈夫打个圆场。

父亲还是首次来我的新家，虽然住了不久便安详离世。我难过不舍，然而深感欣慰的是，我们之间的隔阂不再。❀



林父与外孙同乐。



采访：张德兰

陪伴·身教·传承

黄英盛和
林秀薇的家



“陪伴是最深情的告白”，这句话用在黄医生家，是最适合不过的形容。

黄英盛医生和夫人林秀薇，两人的专业背景均为医疗。但林秀薇在孩子出生不久后，毅然决然放弃当时前景一片光明的政府医院配药师一职，回归家庭。这对充满理想的职业女性而言，绝非容易的事。夫妻俩会如此选择，是因对亲情陪伴的理解不同于一般人。

生活重心在家庭

很多人对于医生的刻板印象就是工作时间长、日夜颠倒、非常忙碌，没有时间陪伴家人孩子。但这么多年来，黄英盛几乎每天可准时下班回家，陪家人吃晚餐，陪孩子在家门前打羽毛球。

他怎么做得到？“有得必有失。”黄英盛说，他其实也可以像其他专科医生一样，驻守多个医院，花更多时间和精力换取更多收入。但他将家庭置于生命中最重要的位置，于是取舍、轻重自会分明。

夫妻俩虽然来自不同信仰背景的家庭（林秀薇来自基督徒家庭，黄英盛反之。），却有相似的家庭观念。他们的原生家庭和一般的小康之家一样，没什么特别，唯让他们印象最深刻的是每天回到家，餐桌上从不缺热腾腾的菜肴，屋檐下充满欢声笑语。

那个年代的孩子，没有现在社会过多的奢侈品，也没有太多的物质欲望，三餐温饱和父母的陪伴，已是童年最美好的养分，家是心灵最强大、最安全的港湾。

言教与身教并重

两人携手成家之后，也继承了原生家庭的美好，让孩子有个安心的成长环境。夫妻俩成了两个孩子成长过程中最坚实的靠山。婚后信主的黄英盛更在信仰中发现，“家中有爱”最重要的动力是在于信仰的传承，这也正是来自基督徒家庭的林秀薇所坚信的。上帝的牵引，让夫妻俩在建立家庭的信念上拥有默契——以《圣经》的话语教养孩子。

他们深知心中有神，家中自然有爱。于是将信仰落实到身教上，陪伴孩子成长期间，夫妻俩就持续去教会，并积极参与服事。黄英盛说：“我受洗后，经常带着孩子参与国内外医疗宣教事工，让孩子们自小白基督徒对社会要有贡献。”

“孩子们自小跟着我们，耳濡目染，自然而然地明白事工的重要，会主动加入服事的行列。”

林秀薇热心教会司琴，孩子亦参与教会的音乐服事。



陪伴与信任孩子

谈到与孩子相处，林秀薇重复强调“信任”。她说身为家长自己经常会为孩子分析事情的利弊，提供意见让孩子做决定，让孩子有机会为自己的选择负责。即便知家长拥有自己的立场和看法，也知道什么对孩子最好，但还是选择信任孩子的选择能力，也相信他们为自己的选择负责的能力。家长能做的就是远程观察，在孩子求助的时候随时支援。

她说，信任也包括给孩子交朋友的自由，不用过度干涉他们的社交。“陪伴不等于控制。千万不要用‘我都是为你好’这种冠冕堂皇的借口来道德绑架孩子。这种窒息式的控制，往往引起孩子的反弹，反而让孩子急于逃离家庭。”

“当然，孩子年纪小的时候必须陪伴，包括花时间陪读，把他们的学习基础打好是很重要的。传承价值观方面，更重要的是身体力行，为孩子树立好榜样。”林秀薇在儿子6岁那年辞职，除了为孩子的健康、营养把关，也因为看重孩子的启蒙教育。

“例如金钱观，我们的孩子们并不会要求最贵最奢侈的手机，因为父母也没有这方面的物质追求，我们用的手机是讲求功能，在意的是值不值得。”

黄英盛补充说，信任也包括用“大人的语言”和孩子对话。不要隐瞒孩子，搪塞孩子说“小孩子不懂，不要问”，平时就算他俩谈论所谓“大人的事情”，在孩子面前也不避讳，让孩子们在大人的谈话中，撷取大人待人处事的智慧与经验。因他们对孩子坦然，孩子遇到任何问题也会愿意立刻与父母沟通商讨。



“感恩的是，孩子们也懂得拿捏分寸，不会把听到的事情到外头乱说。”林秀薇笑说。

以沟通化解冲突

有了冲突，怎么处理？

黄英盛认为，与孩子的看法相反时，要在冷静的情况下沟通，分析问题，分享建议，让孩子自己发现问题的症结。

林秀薇说：“载送孩子上下课的时候是我与他们对话的好时机，他们会很自然地打开话匣子。”

对于与另一半的冲突，黄英盛同样认为千万不要在气头上谈论问题，而要随时提醒自己冷静，把神的爱放在家中，无论如何都不要得理不饶人。

love

黄英盛（右一）家中流淌的亲情与关爱，就好像洒在一家人身上的阳光一样，那么温暖，那么灿烂。左起为黄政霖、黄靖雯、林秀薇。

光，父亲的使命感亦潜移默化地成为了他们的使命感。

黄英盛提醒年轻一代的新手夫妻，“手机教养”是魔鬼设的陷阱，劝勉年轻夫妇，要小心避免自己掉入过于注重自我享乐的陷阱。

“夫妻间要互相配搭，以神的智慧来说话，不要輕易地说出伤害彼此的话。对孩子要多一点耐心”林秀薇说。

他俩认为，虽然很多年轻夫妻的经济基础都比较好，但千万不要用钱打发孩子，否则不仅错过了陪伴的时机，也会让孩子产生错误的价值观。^⑤

使命感的传承

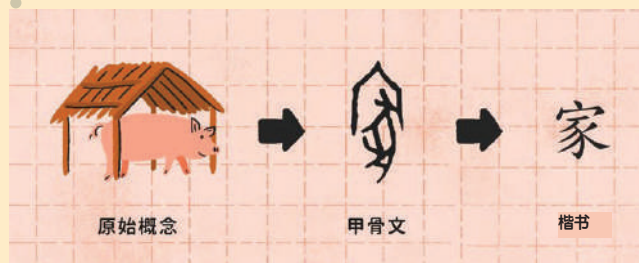
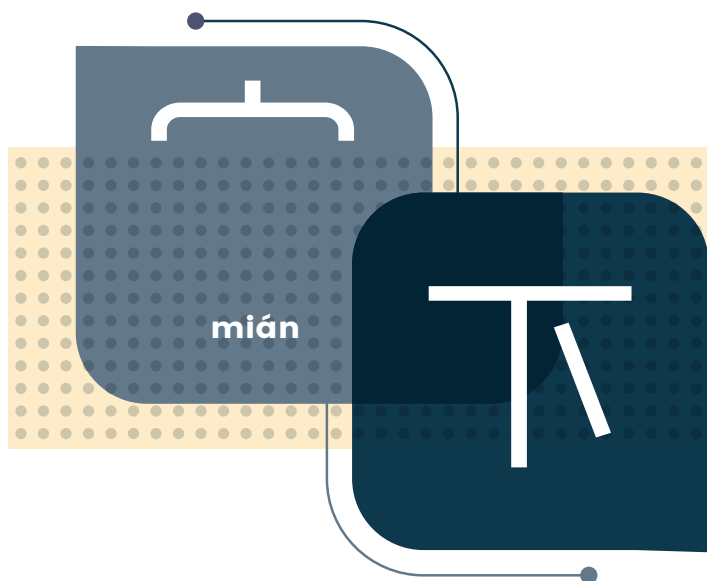
他们的两个孩子，儿子黄政霖今年20岁，已经是大学医学系的学生；女儿黄靖雯19岁，也以医学为升学志向。访谈时，女儿刚刚收到医学院的录取通知，夫妻俩喜上眉梢。

其实，身为家里医学路上的“先行者”，黄英盛深刻了解一路走来的艰辛和需要付出的努力，起初并不太支持孩子从医的想法，后来发现孩子们心无旁骛地学习以医学为唯一职业志向，才转而全力支持他们追求梦想。

孩子们的选择，其实也是以行动回应对父亲的认同与敬仰。看着父亲在职业生涯中不断刻苦进修，提升专业能力，当然知道这是个责任重大的职业。孩子们自小站在父亲的肩膀上认识这个世界，他们的眼光是父亲肩膀上的眼



文：张嘒珉



小时候，村里有户养猪人家，每次经过，我总爱往猪寮兜个圈，看看里头有没有崽子。记得那浓郁的恶臭，即使捏着鼻子，也让人想吐。

围着猪只的木架不是很高，小小的空间充满排泄物，一旁有个喂食槽，里面都是泔水。我常觉得自己真像它们，有个能睡、能吃的地方就好，明天也不知道会怎样。

学校的老师说，“宀”下有“豕”（猪）便是“家”，或许长大以后，我可以像咸蛋超人那样，呼呼哈哈双手一顶，撑破头顶上的那个宀。

那个村子，住了许多客家人，讲话声量特别大。我家屋主及左邻右舍全是上了年纪的老太太，听大人说年轻时是红头巾。这群老人家，在自家后院种满蔬菜，纵使细雨纷纷，也见她们劳作的身影。村里，几乎户户有口井，井边搭一间小小的非法木屋，租给外地来的小家庭。隔壁家的空屋，后来搬进做豆浆、豆花的小贩夫妇。屋外靠井的一边摆了个大石磨，石磨的推把，连接一根木，木的另一头接在一根从上垂下的横棍上。

每天清晨，年轻的先生把黄豆倒在石磨，双手握横棍，用力向前推绕，石磨便随着他的动作转动。我因为好奇，每每踮起脚尖隔着篱笆观看。虽然记忆模糊了，记不得豆花嫂的容颜，却忘不了她抱着孩子在一旁陪伴先生，长长的花裙随风微摆，脸上笑容煞是好看。那个年代的妇女，结婚生子以后，经济若不是太差，都穿长裤短袖花套装，穿裙极为罕见。豆花嫂有时会给先生抹汗，他们说话的声音非常细柔，总是彼此相视而笑，我对这点非常着迷。

日常帮妈妈去杂货店买东西，常听见村里的人谈论豆花先生和太太。大叔们多是赞叹豆花嫂有礼貌、人美声甜可惜嫁个推磨过日子的。妇女们则相反，往往面露鄙夷，谈论豆花嫂的衣着，纷纷推论她不善家务；她们用同情的口吻，惋惜英俊的豆花先生把妻子宠坏。好几次，大人们转头问我：“有听见他们打架或吵架的声音吗？”

有一天，豆花先生不在，村里的地痞跑到他家前调戏豆花嫂，还大声嚷嚷。豆花嫂惊恐挣脱，逃进屋里锁上门窗。地痞在屋外叫嚣了一阵子，便被几个红头巾老太太拿



锄头给赶跑了。杂货店里的老阿姨说，豆花嫂这么爱穿裙子还假正经，其他妇女七嘴八舌。不久，豆花先生一家便搬离了。

“宀”下有“女”便是“安”。我喜欢在“女”字交叉的双脚间画花边。穿上花边裙子的“安”，是张开双手的少妇，巧笑倩兮，而我是篱笆另一头的孩子，只能踮起脚跟。儿时常幻想，或许某个清风微扬的时节，那裙摆微动，可以回到篱笆圈围的清晨，伸手偷一点“家”的味道，然后，痴痴地笑。

很长的一段时间，“安”，是遥遥无期的等待，是遥不可及的奢望，一眼望穿荒漠凄凉。即使是婚后，我依然被困在村里，只是人物和场景都换了，外家和夫家成了村里的人。杂货店贩卖各种情感渴望，缺斤断两，货币可以是误解、苦毒、妒忌、不满……任君兑换。我的口袋，装满一次又一次的心酸，掏出来时，痛得肝肠寸断，只能捏碎，把它假装成一颗又一颗的糖。宀下有豕便是家，猪寮里的母猪和她的崽子，日子能过就好。

我一直很努力，也很用力把手上的横木推绕，只是石磨不动，流不出幸福滋养。而先生是村里的彼得潘，宀下困不了他。我们暴怒、埋怨、挣扎、敌视，互不饶恕，仿佛不闹个村毁人亡誓不罢休。我也曾以为自己是神奇女侠，叉着腰肢，护着孩子；时而使用真言套索，时而使用守护银镯，偶尔拔出火神之剑或是举出神力护盾，甚至抛出星光飞冕。

可是人啊！奋战太久，总会累得伪装不起坚强。于是，我想使出最后一口劲儿，撑开压在头上的宀。抬头望，却见到屋檐与屋檐之间那一小块蓝天，有虹。

不看人了，我们学会仰望。看世事白云苍狗，看暗月星光消散，看窗外骤雨湍沛，看门前狂风咆哮，余生实在太短。

2018年，一家人在香港，十号台风山竹离境的那个早上，我们步行到沼泽区察看水鸟。婚姻，最大的幸福，其实是风雨同舟，患难与共。我们都不是最好，却是彼此的依靠。

宀上有神便是“安”，彩虹为记便成家。❶

文：潘武忠牧师
(美佳堂主理牧师)

世代中有爱

Love at Generations



潘武忠牧师

2020年3月18日大马政府因新冠肺炎肆虐而施行了行动管制令。原本管制令是到3月31日为止，不料还不到一个星期，政府又宣布将管制令延长至4月14日，而后又继续延长至5月12日。

事出突然，许多人有点不知所措，很多家庭都要去适应这样的生活新常态。以前夫妻俩都在外上班，下班后才把孩子从保姆家或补习中心接回来，现在则是一整天都要对着他们。小孩心情好而能玩在一起的时候，父母看了固然倍感窝心，可一旦哭闹不停，连带影响父母的心情。夫妻之间也是如此，以前各忙各的，现在朝夕相对，反而变得很不自然，虽然曾几何时彼此还立下山盟海誓“要永远在一起”，每天相处的时间一

长，彼此间很容易因一些小事而争执（大概很久没吵架了吧！）。在这样的情况下，我们不禁要问，“爱”要如何在家中“具体地”活出来呢？尤其是经过这件事之后，我们越发体会到它并不是一个口号而已，而是须不断学习的实际功课。

敬畏基督，彼此顺服

保罗在《以弗所书》5章21-33节提到了夫妻相处之道，紧接着在6章1-4节就提到了亲子之间的相处之道。这段经文基本上我们耳熟能详，所以也无须在此做详细解释。当然，我们从整段经文中可以看到爱是何等重要。如果家中没有爱，夫妻亲子关系必然不会持久。但是，这“爱”却是建立在怎样的基础上呢？我们读这段经文时常忽略的是5章21节



这句：“要存敬畏基督的心彼此顺服”，这一句可说是接接下来经文的“标题”，也是接下来所谈到的各种人际关系中的维护之道。换言之，“爱”是建立在我们对主的敬畏和顺服上，丈夫必须学习敬畏基督、顺服基督，这样他才晓得以基督的爱去爱妻子；妻子同样要学习敬畏基督，这样她才能以基督的心去顺服丈夫。从亲子的角度来看亦是如此，父母必须学习敬畏基督，才能按着基督的心意去教养孩子；孩子同样要学习敬畏基督，他们才晓得为何“要在主里听从”父母。

由此可见，我们今天之所以不懂得如何去爱、或是用错了方式变成溺爱，甚至常看到后辈不懂得如何尊敬长辈，皆因未曾真正学会敬畏基督、顺服基督。如果我们连主的心意都没有摸着，也不愿意听从或按照主的教导去待人处事的话，又怎能期待家中有爱呢？

信徒应重视信仰生活

从某个角度来说，虽然新冠肺炎疫情是个极大的灾难，但它至少也迫使家人拥有更多时间待在一起；如果我们把一家人待在一起也当作“灾难”来看待的话，肯定浪费了这一次的机会。“世代门训”（Generational Discipleship）课题中其中一个问题就是1/168的时间分配，指人在一星期的168小时里，只有区区一个小时是接触与信仰有关的事，而且那一个小时也只是在来到教堂的时候。回到家跟家人在一起的时间（这是除了上班/上学/睡觉之外，花最多时间的地方），从来不谈信仰的事。我们总有一大堆的理由去辩解，说工作忙、压力大、腾不出时间……但却有时间看韩剧、上面子书、滑手机、去旅行，可就是没有时间谈论信仰的事情。试想，这样的生活若长久下去的话，我们下一代的信仰还会坚定稳固吗？

父母应正视自身的责任

行动管制令期间，太太无意中看到邻居在屋外的地上画上方格子跟孩子玩起“跳飞机”的游戏。这游戏是许多成年人儿时的游戏，但对许多城市的孩子来说却是非常陌生的，大概也快要失传了。然而，在这场疫情的“帮助”之下，它竟然得到“翻新”。我想，“家庭门训”其实也并不是什么新鲜的课题，只是我们被卷入这世界的漩涡太久而忽略了家。

现在，正是上帝唤醒我们基督徒父母正视祂赋予的责任的时刻了：“以色列啊，你要听！耶和华——我们的上帝是独一的主。你要尽心、尽性、尽力爱耶和华——你的上帝。我今日吩咐你的这些话都要记在心上，也要殷勤教导你的儿女。无论你坐在家里，走在路上，躺下，起来，都要吟诵。要系在手上作记号，戴在额上作经匣；又要写在你房屋的门框上和你的城门上。”（申6：4-9）

让我们一起加油，再次把这重要的使命“翻新”过来，让我们的下一代都成为敬畏上帝的世代，但愿“家中有爱”不再是一个口号，也不是一个遥不可及的梦想。🙏



Text by Rev. Phan Wu Chung
Translated by Stephen Cheng

LOVE

at Generations

On 18th. March 2020, due to the Covid-19 pandemic, the Malaysian Government implemented the Movement Control Order (MCO). Initially, the MCO was supposed to end on 31st. March, but unexpectedly extended to 14th. April, then to 28th. April and subsequently to 12th. May.

The implementation of the MCO has caught many people by surprise; many families have to make adjustments to the new ways of life. Before the MCO, typically, many parents would fetch their children from the nannies' or tuition centers after work, but during MCO, they have to face their children the whole day. Spending time together under the MCO, parents would be very happy when their children are happy, but would be upset when they don't behave well. This similar situation happens between spouses too. Before, they were busy with their own schedules, but now they are not used to facing each other day and night. Although they have mutually made a vow to live together happily forever, now spending everyday together within the same space might unavoidably cause some conflicts even over small matters (perhaps, they have not quarrelled for a while). Under the present situation, we may ask "how can we live out our love in the family?" After the MCO, we may realize that this is not just a slogan, but we need to continuously learn and practise the lesson of love.

REVERE CHRIST AND SUBMIT TO HIM

In Ephesians 5:21-33, Paul teaches us about the principle of mutual love of husband and wife, and in 6:1-4 he mentions about the parents-children relationship and how they should live together in harmony. I will not further explain these scriptures because they are so familiar to us. We learn from these scriptures that love is very important. If there is no love in the family, the relationships between husband and wife and parents and children will not last. Then, what kind of foundation is love based on? When we read Ephesians 5:21, we seem to overlook the significance of "Submit to one another out of reverence for Christ", which leads us to the main topic of our discussion on how to maintain human interpersonal relationships. In other words, our love is based on our reverence and submission to Christ Jesus. The husband needs to learn to revere Christ and submit to Him, then only he knows how to use Christ's love to love his wife. Similarly, the wife needs to learn to revere Christ, then only she will submit to the husband after Christ's heart. In the same way, the parents need to learn to revere Christ, then only they can teach their children after Christ's heart. The children too need to learn to revere Christ, then only they know how to obey their parents "out of Christ."



Based on Paul's teachings, many do not know how to love, or use a wrong method to love. In fact, we may notice that many in the younger generations do not know how to respect the elders, all because they have not learned how to revere Christ and submit

to Him. If we are unable to grasp the Lord's desires, and are unwilling to follow His teachings to handle human relationships, then how can we hope to have love in the family?

BELIEVERS SHOULD STRESS ON THE IMPORTANCE OF SPIRITUAL LIFE

From a certain viewpoint, although the Covid-19 crisis is a huge disaster, it has created the opportunity for family members to spend more time together. If we treat gathering together of family members as a "disaster", then we are definitely wasting this unique opportunity. There is an issue mentioned in "Generational Discipleship" on the allocation of time concept of 1/168, in which generally we spend only one hour related to spiritual activity, mainly in attending church service on Sunday. During the time together with family members at home, (minus working/schooling/sleeping which take up most time), we usually do not discuss anything about faith. We tend to find excuses to defend ourselves; we are either too busy at work or too stressed or we have no time. Yet, we find time to watch Korean drama on TV, browse Facebook, swipe the hand phone or go for a holiday trip..... Except, there is "no time" to indulge in spiritual discussions. Just imagine, if we allow this life style to continue on, will the faith of our next generations remain firm?

PARENTS SHOULD FACE THEIR RESPONSIBILITIES BOLDLY

During the MCO period, my wife unintentionally noticed our neighbors drawing some square boxes on the floor and engaging with their children to play the "jumping the airplane" game. This game, which is now almost non-existent, used to be played by the present-time adults, but now it appears rather strange to the city kids. However, with the "help" of this unprecedented crisis, this outdated game had the chance to be "replayed"! Similarly, I think "Family Discipleship" is not a new practice but we seem to have overlooked it because of our long involvement in the whirlpool of worldly affairs.

Now is the moment. God is calling us to face up to the responsibilities that He is

entrusting to us as Christian parents: "Hear, O Israel: The Lord our God, the Lord is one. Love the Lord your God with all your heart and with all your soul and with all your strength. These commandments that I give you today are to be on your hearts. Impress them on your children. Talk about them when you sit at home and when you walk along the road, when you lie down and when you get up. Tie them as symbols on your hands and bind them on your foreheads. Write them on the doorframes of your houses and on your gates." Deuteronomy 6:4-9

Let's put our efforts together to "revamp" this important mission to enable our next generations to revere God. Let's hope that "love in the family" is not just a slogan, and is also not an unattainable dream! 美



文：杨家俊



疫情、 受难 与复活

求学年代，期待2020年到来。

不料，2020一开年便被一波接一波的新冠肺炎疫情所冲击。想像不到，2020年是长这个样子的；更想像不到，一个国家，不，全球，许多国家，为了应对疫情，竟可以锁国封城，甚至奥运会也延期了。

2020年之前，这一切都只是会发生在灾难电影里头；尤其是大马人，都以为所有的天灾人祸都离我们很遥远。

但是，这次却那么近。

因为疫情，我国也必须采取严厉的行动管制令，上班族工作、学生上课，主妇买菜、逛街……所有的日常生活都被打乱了。

我们过去每一年的受难日和复活节都在教会聚会祷告，今年也只能各自在自己家里过了。

因为疫情，平常早出晚归的我，竟能陪着孩子超过一个月。他平日周一到周六早上6时上学，下午5时回家；我却是早上9时上班，到晚上11时左右才回到家。有时值夜班，凌晨2时才到家，他也早就睡了；一星期中可能只有星期天父子俩才能有较长的时间相处（偶尔，他会有学校活动，我也会有周末的节目）；就算去旅游，也只是一两天，父子俩真的没有试过有如此长的时间相处。

五月尾，全球确诊逾604万人，死亡人数接近40万人，面对这种严峻的疫情，身为基督徒该如何自处？

有位北京的牧师王林发给中国人一封公开信，简述基督徒应如何看待疫情：

“第一、上帝要借着这一场疫情，祝福你个人的生命。在这么大的事件当中，人往



往容易觉得自己渺小、微不足道，感觉如同一粒尘沙、或者是一串数字中的某一个。但是，上帝不是这么看。神看顾每一个人，神爱每一个人。对于每一个人，神将使用你周围发生的一切，以及你所经历的一切来祝福你。我愿你凭着信心来领受这祝福。

第二、生命中的每一件事情都有它的意义。我们的人生，不是一场冲破一切的困难，实现我们个人或群体意志的抗争。相反，我们的人生，是一边行走，一边观察，一边理解和实现到底什么是人生意义的旅程。不要把这次疫情当作你实现人生梦想的一个阻碍、一个弯路。相反，我的信心告诉我，这次疫情是人生的一块垫脚石，你必须站在这块石头上才能看得更远。这次疫情带领你的人生看到了以前从未见过、从未想过的场景，你必须看到这些风景，才能真正理解什么是人生，什么是意义。不要把生命的任何一分钟浪费在抱怨、忧愁中，认真感受这一切、思考这一切，以信心从这疫情中收获你应当收获的。

第三，这次疫情过后，我们每一个人的生命都会改变。有一些人会被打击、伤害，用自己 and 亲人的余生继续为这一次的灾难付代价。如果你发现自己走在这个方向，我想告诉你，请不要如此愚蠢，立即回头。有一些人会尝试遗忘和掩盖，仿佛什么事情都没有发生过，继续自己的梦想和道路。如果我们的人生总是这样，那我们的生命可能就非常狭隘、单调、无趣，而且也会错失许多的祝福与恩典。”

杨
家
俊




简单的三点，带出了一名基督徒看待疫情的眼光；是的，基督徒与普通人一样，会害怕失措，但是基督徒却相信，这一切都是有所安排的，因为我们相信“上帝爱世人，甚至将祂的独生子赐给他们，叫一切信祂的，不至灭亡，反得永生。”（约 3: 16）

更重要是，基督徒都相信《哥林多前书》10章13节所说：“你们所受的试探，无非是人受得起的；神是信实的，他必不容许你们受试探过于你们抵受得住的，而且在受试探的时候，必定给你们开一条出路，使你们能忍受得住。”

大家想想，因为疫情，我们可能做到了一些我们从来没有做过的事，没有读过的文字，甚至在长时间滑手机时，听到以前从未听闻的，看到以前从未看见的。

曾经，连最亲近的孩子都无法腾出一两个小时来陪伴、聆听彼此，因为疫情，我们做到了。

我们的生命会因为这场疫情而丰盛起来了；这场疫情，将我们的生命重建、修补；把我们生活的脚步逼停，再重新出发。

哦，原来这疫情，看似灾难，其实是祝福呢！

出生于怡保，在《中国报》担任副总编辑。到美佳堂参与崇拜已超过10年。兴趣足球，也爱户外活动，但工作占据了大部分时间，兴趣也只能在口上谈谈，心中想想罢了。



文：林昌盛

居家隔离的感悟



2020年一开始，突如其来的新冠肺炎爆发，在世界各地快速蔓延，患者亡者急速上升。我国刚经历一场戏剧性的政变，还没喘过气来，疫情却来势汹汹。新政府当机立断，颁发了行动管制令，让一切非必要的活动停顿下来，大家居家隔离抗疫。我和太太及孩子，每天都过着简朴的生活：上上网，看看电视，下下厨，做做体操。这期间，我对一些事件有些微不足道的感悟，拉拉杂杂记录如下。

疫情初期，人们对病毒的认识不甚了解，生活照常，马照跑舞照跳，上班开会，四处趴趴走。后来，新冠肺炎被证实是人传人的疾病，而且传染性极强。短时间内，病毒一传十，十传百，迅速传播开来。宗教场所既是人多密集的地方，自然而然地成为病毒传播的温床。基督教和伊斯兰教又有每星期都集体崇拜的习俗，见面时礼仪上又握手又表亲热，正是病毒交叉感染的快道。我

国的第一位病毒牺牲者，就是一名牧师。世界各国陆续传来坏消息，新加坡、香港、韩国、意大利等的教会，都陆续沦陷。所以，千万不要以为教堂是神的殿，神圣不可侵犯，病毒不敢进来。

病毒没疆界或身份的概念，它不管你是富国穷国，帝皇将相，还是贩夫走卒，照样传染。你防御到位，它就无机可乘；你稍微有些疏忽，它就乘虚而入。不要以为自己是基督徒，神会特别关照你。

疫情期间，明显看出，人因着不同文化、习俗、信仰、背景，观念会产生极大的差异。例如，戴不戴口罩的问题，对人权人道的理解。有人认为没病不必戴口罩，有病才戴；有人则认为，有病没病都应该戴口罩，保护双方；有人认为个人自由至上，包括行动自由，群集自由，染病自由，甚至死亡自由。观念是意识形态，可不是病毒的传播根据。人总是从自己的角度看问题，盲点很多，不一定是神的意思。

这期间，美佳堂的主日庆典改为线上进行。其实，教会向来都有录制主日崇拜讲道的事工，会众可以随时上网追看或重看。网上崇拜不同的是，它有比较完整的庆典程序，包括

敬拜赞美，诵读《使徒信经》，证道，唱回应诗，牧师祝福。这个迷你配套，一个小时内可完成。

太太用桌上电脑参与，我则用智能手机参与。她规规矩矩坐在电脑桌旁，我舒舒服服坐在沙发上。当主席邀请会众站立时，她也端端正正竖立起来。我突然间想起幼时上课“起立、行礼、老师早安”的景象，忍不住噗嗤笑了出来。

网上崇拜，少了许多烦恼：不必早起、没泊车的问题、不会找不到位子、没人在面前进进出出、没高头大马的人坐在前面、没空调太冷、没人伤风咳嗽、没闻到异味，等等。当然，也少了群众集体崇拜的气氛和感受。刚开始我觉得颇不习惯，多参加几次，反而觉得这的确是个挺不错的形式。

居家隔离这段日子，我们乐龄WhatsApp群组也没沉静下来。陈牧师每天寄来各种灵修的资料，潘牧师也撰写了一系列《信仰反思》文章，锡鸣兄也在脸书上发表了几篇灵修的文章。看来，我们这一班乐龄人士，对科技的掌握，还相当可以。数码化的时代，不跟上步伐不行，年纪绝对不是问题。

某日，马六甲同学寄来一则视频，兴高采烈地说：快看，马六甲河变清洁啦！果然，河水清澈见底，还看到好多鱼在遨游。记得学生时代的马六甲河，严重污染，垃圾漂浮，臭气熏天。我们常“威胁”其他同学说：你坏，把你丢进马六甲河！那是一个



很“可怕”的惩罚，因为，被扔进马六甲河，洗也洗不清啦！两个月的居家令，竟然还原了马六甲河的原始面貌，这是件很难得的好事。神把整个地球交托给人类管理，我们却把它污染破坏，地球变成病球，这不正是神所乐意看到的境况。

看来，疫情过后，短期内，我们的日常生活应该不会马上恢复。接下来的几个月，社交隔离应该会继续执行，网上崇拜会继续进行，小组活动继续禁止，一切人多的活动都是 NO, NO, NO。我们要有充分的心理准备去迎接“新常态”。请问，几个月不去教会，你受得了吗？

这次居家隔离，行动虽被管制，思维保持活跃，信仰依然坚定。求主怜悯，宽恕人类的过失，助我们战胜病毒，早日研发疫苗，抑或研制出特效药，或规划出一套有效的治疗方案。阿门！

林昌盛



工程学士、企业管理硕士、管理学博士，现任学院讲师。爱好阅读、旅游、运动。认为人应该积极进取，不断学习，追求卓越，荣耀神、活出神的旨意。



文：林恩泽

一场意外

于6月4日

1992年6月4日，那年我18岁。

台湾南横公路的山上，下午三时许吧！小箱型车载了8人，7人刚毕业于台北国立艺专音乐科，其中一位是我的大哥。我当时等待大学录取，到台湾打工，与他们同游……

依稀记得，应该是旅程快结束了，环山游玩最危险的路段已过，可意外就发生在最安全的路段上。

不知何故，充当司机的哥哥，突然像在闪避落石，把车子的方向摆到了另一边。当他发现车子悬空时，已经来不及了！车子飞离了山路，我们连人带车一起跌入了180公尺深（大

约60层楼）的山谷里。着地的那瞬间，我仍是清醒的，翻了几下后，也就晕了过去……

幸免于难

不知过了多久，我醒了。我双腿弯曲头朝下，倒趟在他人的身上。我勉强把自己的身体移开，腿却无法动弹，估计断了！旁边躺着哥哥和他的几个朋友，都背对着我，叫了许久也没人回应。当时天色还亮着，突然听见有人在离我不远处喊叫：“醒来啊，你们，快点醒来！”可是我的回应她没有听见。后来她爬出山谷求援，而我只能待在那里等待和祷告……

也不知过了多久，终于有人来了。朋友找来了当地的原住民和警察。只记得其他的人都是用直升机运走的。原本我也是，可惜天色已黑，直升机已无法降落到一个水平把我接上，他们只好把我绑在担架上，用人工搬运。90度的悬崖，担架靠着山壁垂直把我拉上去，只记得心里想，不要再掉下去了！

一路上，警车载我去到了南横公路的天池警察局，估计要在那里让直升机把我带走，毕竟环山的公路在黑夜行驶，耗时更长。他们把我搬下车，在路边等待。不知道为何，直升机没停下来就路过了，警察只好再把我搬上警车，送到高雄的医院。我的身体没绑定在担架上，这样搬上搬下，痛苦不堪。也许觉得自己



可能快要死了，一路上不停地向那两位警察先生传福音。他们一直叫我不说话，休息。

我是最后一个抵达医院的伤者。医护人员要把我的脚拉直时，我恳求他们打麻醉药，将长裤剪开，免去直接拉直的痛苦。其实当时我不知道事情有多严重，也不明白为何有记者采访我。其他人到底怎么了，一概不知！

第二天，我被送到了台北的医院。到了医院，我就进入昏迷状态，之后时而清醒时而昏迷。由于我当时的情况不稳定，医生不知何时才能为我的脚动手术，便在我的膝盖骨打了个横穿左右的钉子，吊了一个2公斤的秤锤，撑开我的大腿骨，避免骨头生长连接起来。

过了大约快两个星期，我才渐渐苏醒稳定过来。记得当时做了一个梦——梦见一群人拼命的要抓拉着我，要把我淹没在他们里面，但是有一只手紧拉着我，拼命地往一道门冲出去。一路上，好多“人”要把我扯住，但最终冲出了那道门，之后我就渐渐地清醒了！

后来才知道，我左大腿骨折，脊柱T3T4裂了，起床需要穿上特制的铁衣支撑身体。一支钢钉横串在大腿骨里面，暂时无法走路。当时家人都隐瞒我大哥的死讯。只知道，母亲总是哭丧的脸，谎称大哥还在加护病房。期间，舅舅阿姨和朋友们的陪伴，毕生难忘。

往事，写出来比口述更具挑战性。就像沉淀在湖里的淤泥，加了许多不同年份和层次杂物的重复沉淀。如今从最底层被搅拌，湖水变得浑浊。有意无意的记忆，就像掀起的杂物和涟漪，久久都无法抚平。难怪大部分人不愿意也不想面对重诉过往的事，因为需要时间再让一切重新沉淀回归……

当回归时，这污泥已经重新洗涤过了……

这一场车祸死的是坐在座前和座后的人。其实原本我坐在前座，但那位朋友说她会晕车，就和我调换了位子，我坐到后面的中间座。幸免于难的是坐在中间座位的三人和后座的一位牧师的女儿，她掉到山谷最深处，被救时还大喊大叫。有人说，这时还会发出声音的一般都会没事，其他安静的则……

四位死者都被判颈椎折断，也不知道是因为山区救援困难而无法妥当处理，抑或是滚下山时造成的。又或许，如果救援妥当，这四位或许可生还。还有，到底哥哥看见了什么？在闪躲什么而导致失控？我当时只感觉有个黑影闪过我们的车子，又感觉到哥哥仿佛看见什么，为了要避开而摆动方向盘。当时其他人都在睡梦中，种种疑问，其实永远都得不到解答。就如同约伯所受的苦，上帝只带着他“游花园”，观看天地来回应他的遭遇。只要持续相信，所有的一切才显得有意义。



康复之路

回到马来西亚，我和二哥都不敢在父母面前显出难过的神情，深怕父母受不了，只能故作坚强。期间，由于妈妈需要照顾我，没有太多时间沉溺在哀痛里，或许因为如此，内心的康复期更长久。父亲反而变得软弱，每天抱着大哥的骨灰喃喃自语（大哥的骨灰暂时摆放在家中）。对父母而言，不只是失去孩子的痛，更痛的是外人的指责和自身的内疚懊悔。父母那种失去孩子的心情和我们失去兄长的心情是截然不同的。每一种的失去、过程，加上各自的记忆和心理状态，都影响着疗愈过程的每一步……

从不能走路到拿拐杖，从躺着到可以自主身体，花了两个多月。洗澡需要妈妈帮助。由于脊柱裂了，不穿铁衣无法站立，只能躺着洗澡。记得第一次到中央医院就诊，医生见到我的铁衣，说等我康复后，把铁衣交给他做研究。卧床快一个月，腿部肌肉萎缩，好的脚只剩下一只瘦弱的支骨，第一次做复建时就用了半个小时。两手撑着两边的扶栏，支撑着穿着铁衣的沉重身子，勉强走了一两步，就无法再走下去。第一次感受到，学走路不是一件容易的事，姿势要对，重力着地要正确。我坐在轮椅上望着天说，能够走路是多么好的一件事啊！从新学习如何走路的过程，毕生难忘！

神的安排

卸下铁衣，单单使用两支拐杖走路时，已是9月，也是大学开课的时候了。原本打算和大哥一起到美国念书的计划无法实现，也因为深怕离家太遥远，台湾算是可以接受的距离，我再次飞回台湾。许多人说，为何还要回到伤心的地方读书呢？不是更应该远离吗？回想父母真的很坚强，失去了儿子，如今还放任拿着拐杖的女儿离开他们去升学，把我交给了上帝看顾。或许他们知道，只有那无所不在的上帝才能看顾我吧。他们也不能因为害怕失去我而自私的把我留在身边，担起我需要自己担负面对的人生责任。

大学先修班那一年，拐杖陪伴了我半年的时间。感恩有尊坤人和教会弟兄姐妹的照顾。也许我太依赖别人了，依稀还记得朋友说的一句话：“那么大了，为何自己的事不会自己做？”听了很扎心，但是明白朋友是希望我勇敢和独立。那一年，和一位患小儿麻痹症的印尼同学（婉君）同住在残障房间里，让我从她身上学会了如何独立自理，我学会尽量不依靠别人，独自处理所有的生活作息，学会了克服因身体不便造成的困难。

第二年，大学一年级寒假（1993年2月），我在教会遇到了当医生的弟兄姐妹，经过他们的安排和协调再次入院，把大腿骨里的钢钉取出来，否则钢钉会一直在我走路时与我盆骨产生摩擦而带来疼痛，无法走路。

寒假，大家都回家过年了，校园宿舍都冷清的。上帝为我留了几位学长学姐照顾我，妈妈也飞来台湾照料，这才完成了身体的治疗。

身体虽康复了，但是心灵中的恐慌与焦虑，深怕再有突如其来的惊吓，仍需要时间修复，都得一一处理！

大一的暑假，我再次回到事发地点。

那次旅行同样是乘箱型车和朋友一起去。心里虽有阴影，害怕再次掉下山谷，但靠着祷告的力量，克服了对山的恐惧。但这并没有结束。原来，潜藏在我心灵深处的是无形和无声的梦魇，持续大约八年，常出现掉入山谷的梦境。1999年在英国读书时，教会里的一对英国夫妇（John and Sue）为我做了这方面的祷告后，那种梦境才不再出现，直到现在。



信仰历程

这一次的历练，奠定了我信仰人生的基石，让后来再经历几次的死亡事件而有了一定的抗压能力。对上帝的认识犹如《约伯记》所说的：“我曾风闻有你，如今却亲眼见你。”我曾经亲眼看见（体验）上帝的拯救，无法否认祂的存在或怀疑祂。

蓦然回首

回顾当时，同车中受轻伤的朋友是登山社的会员，因此才有能耐爬上60层楼高的山壁去寻找救援……

如果我的大哥还活着，或许他会带着罪疚感过一辈子……或许他的离去是对他最大的祝福！

有人说，如果当时有猛兽蛇虫来袭，后果不堪设想……

当时我一个人在那里等待，如果没有任何的救援，我在那深山里度过漫漫的黑夜，若非吓死，最终也随着他人离去……

有朋友说，还好所有的死者都是背对着我，在我的记忆里，没有存留不好的印象，疗愈的过程就减少了复杂性……

事隔28年，悲伤靠着上帝的恩典和怜悯乘风而过。我认识了生命的脆弱和无力感。这一秒见着的人，下一秒就永别了。人人都说大难不死必有后福，我的福来自上帝赋予新的生命，更加肯定梦中的“那只手”就是“耶稣的手”。祂把我从死荫的幽谷救了回来，领我到可安歇的水边（生命的延续）。

神的恩典

有的人说先苦后甜，可是未必苦了就会甜，但每一次的经历都是预备下一次的挑战。在下一次的苦难来临时，因过往的经历和康复，使历练的时间缩短，也更知道如何去克服。突如其来的惊恐，不再可以摧毁人。这就是上帝的恩典。

无论在何种情况里，上帝都给我学习的功课，让我更能够经历祂的真实，明白唯有依靠祂才能胜过。感恩上帝让我上了死亡的第一课。当我在26岁那年再次碰到突然而来的死亡事件时，知道如何去克服另一种“失去”的感受，避免创伤后遗症，也更懂得体恤与帮助人。我常说，可以输掉世上任何的人与事，切不可以输掉上帝。世上任何的事都可以放弃，唯有上帝不能放弃。放弃上帝，所受的一切苦都是无意义的。

希望有创伤的人，特别是基督徒，更要抓紧我们的上帝，神不是死人的神，而是活人的神（马可12:27）。保罗说：“我奔跑不像没有目标的；我斗拳不像打空气的（林前9:26）。但愿我们每个基督徒到日子的终了，能够以这个作为墓志铭：“那美好的仗我已经打过了，当跑的路我已经跑尽了，所信的道我已经守住了。”（提后：4-7）^①

林恩泽



在基督教家庭长大，自小信主，目前在美佳梳邦堂聚会。大学修读西方语言与文学（外文系），研究所专攻教育系（语言教学）。平时喜欢旅行、听歌剧和运动。



文：颜爱盈



别以为孩子 不知道

26个月的孩子懂什么？

桌上的数码时钟显示深夜十一时零三分，我和丈夫如常陪大儿子入睡。睡前祷告后不久，我突然间听到呜咽的声音。儿子正躺在我手臂上，我察看 he 发生了什么事，丈夫才要说他做梦，他就啜泣起来。

这情况从未发生。安抚儿子同时，我们也想了解儿子到底发生了什么事。丈夫慢慢引导孩子说出他的感受，问：“你是肚子饿吗？”孩子没回答，又问，“是不是傍晚在泳池差点儿溺水，你受惊吓了？”孩子一样保持沉默。我接着问：“你觉得妈咪疼妹妹不爱你了？”他回答：“嗯！”

过了一会儿，丈夫问孩子是不是爸爸妈妈对他要求太高了？然后抚慰儿子说不须要如此完全，心中要有不愉快可以哭，无须成为一个完美的人。每个人都会做错事，允许自己会有犯错的时候……

丈夫担心可能是我们平日对孩子要求太苛刻，要他凡事规规矩矩，不能这样不能那样，让他有压力了。孩子接着第二次抽泣，同时转身投入爸爸的怀里。

啊！？我和丈夫相视会意，一个26个月大的孩子，出乎我们意料，在母亲生二胎后的

适应期间，有这样的行为表现，会如此反应不愉快的情感，并且清楚地让人知道他心中的委屈。

育儿经都说生二胎后要特别注意大宝的情绪发展和行为变化，这点我和丈夫有做点功课。早在怀胎时，就告诉儿子将会有个妹妹，妹妹在妈咪肚子里头，要他用手摸摸在肚里的妹妹，和她说话，说妹妹大约会在何时会和我们见面，过后我们的生活会有一些改变等等。我们也安排了手足礼物交换，据说这样可让大宝认为多了妹妹，他的地位不受影响，还有礼物收。礼物还可以使他开心。

对我来说，儿子是个懂得表达自己的小孩。12月中旬我血糖低入院，那是儿子自出



母胎后首次晚间没妈妈陪伴入睡。出院后回家，睡前我听儿子喃喃自语：“no mama, no mama.” 意思说过去几晚都没妈妈陪睡。噢，我亲爱的儿子，妈妈也心疼你是怎么挨过的。丈夫说他懂事啊，那几晚睡前都跟他说：“今晚妈妈在医院，爸爸陪你入睡。”关灯后，他就依偎在爸爸身旁安静入睡，直到天亮。

二月尾生产，回家后第一个星期，儿子的脾气有些急躁、没胃口吃饭、不要洗澡更衣、动不动就闹别扭，就连排便也不规律。我们以为是家人来探望及小住，加上多了妹妹及月嫂，家里突然多了那么多人，他一时适应不来，休息不好，或者，所有人都把注意力放在妹妹身上，他吃醋了。

一晚，我问儿子，妈咪爱你吗？他说不，我问为什么？他回答“see doctor”。原来他认为妈妈不在身边，就少了妈妈的爱。我把儿子抱紧，确切地告诉他：妈妈好爱好爱你！妈妈生病就医，病好了很快就回家和你团聚呀。

一个只能说三个单字的孩子，能用这种方式表达自己，我和丈夫深感意外。丈夫说儿子的脑袋发育超越他的语言表达和行为动作，我


只希望儿子不要有我多愁善感的性格，而是一个善于表达自己、懂得用语言与人互动的孩子。

这几天我留意观察儿子的行为，我亲喂妹妹时，他会在旁打量，然后继续玩他的玩具；妹妹哭了他会起身走到婴儿床边，用手轻拍妹妹的身体尝试安抚妹妹。

产后第二个星期，我身体没那么累了，尽量抽出时间陪儿子，陪他玩玩具汽车、和他一同看儿童节目、同他一起上颜色、有事没事抱抱他。这期间丈夫把儿子照顾得很周到，孩子的洗刷饮食都由丈夫效劳，偶尔早晨带他外出吃印度煎饼，偶尔傍晚带他到楼下的公园跑跑透透气，晚上有时载他出去兜兜风，儿子看来都很正常很开心啊。

我想让儿子知道，虽然有了妹妹，爸爸和妈妈还是依然那么爱他、保护着他、疼惜他、欢喜地看他成长。

接下来的日子，我要小心并且好好地呵护孩子，和孩子们一同学习，为要培育他们健康正确的心理一起努力。

儿子，从今以后，你不再是爸爸妈妈的唯一，但你永远是爸爸妈妈的第一。



颜爱盈



马大中文系毕业，前教育工作者，喜爱唱歌、跳舞、阅读、手作。与丈夫林扬旗育有一子一女，生活充满恩典。



文：杨紫玲



疫情中与您 诀别

您生病期间，我们祷告祈求上帝保守您渡过这个难关。深知您已91岁，经不起病痛折腾，但我们极不愿意您在封城时期回天家。

因为疫情，我们没办法跨州去见您最后一面，没办法在您的病榻旁边守住您，没办法听到您的遗言……

4月5日早上7点，睁开惺忪的睡眠，即见丈夫深呼吸，而后沉重地对我说：“阿爸走了！”

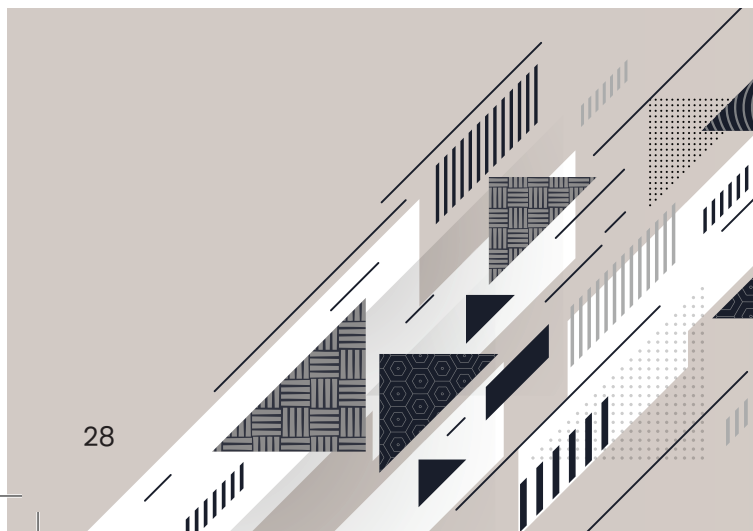
拿起手机一看，二嫂凌晨四点多就来电了。原来丈夫当时已经得知您安息，只是没有叫醒我和孩子。那3个小时，不知他是怎么度过的。

从您生病的那两星期以来，丈夫晚上一直睡不好。虽然待在家里没工作，但每晚都辗转反侧，可能是担心您的缘故吧。

得到二哥发过来您的死亡证明，我们带上小瓜，匆匆赶回老家。一路上经过4个路障，向站岗的军警表明回家奔丧，都获通融过关，没有丝毫为难。

回到老家，见您安详地躺在白色棺木里，再也控制不住倾泻的泪水。今年新年一别，竟成了诀别。

因着疫情，我们只能守丧一晚，隔日就要





送您最后一程。那一晚，就我们一家14人守在您身旁，唱诗、读经。二哥念了悼文，我们彼此分享，追念您这一生对家庭、教会、社区所付出的爱与努力。

您生长在贫苦的年代，物资匮乏，小学教育结束后出外讨生活。您务农，当过建筑工匠，曾在邦咯岛捕鱼，结交了情同手足的好友，之后跟他一起打篮球。您浑身充满运动细胞，无师自通，跟篮球结下了不解之缘。

年轻时的您，不断组队参加篮球比赛，越战越勇，据说赢过不少奖杯。晚上，孩子们还看过您在家印制篮球队的球衣。想像不到您是怎么印球衣的，却能深深感受到您对篮球的热爱。

之后，您成了村里小学的篮球教练，每天到学校教篮球，风雨不改，每年带着校队外出比赛。这教练一当就几十年，栽培过不少徒弟，村里人都称呼您为“教练”。

您这教练不仅仅教篮球，还关心学生，出钱出力帮忙家境贫穷的学生，经常在家煮好吃的招待学生，跟学生建立了深厚的感情。

您和妻子天天起早摸黑去橡胶园割胶，下午还得去可可园工作，靠劳力养家糊口。您最怕的是下雨天，最怕的是生病不能做工，因手停口停，生活艰苦，这是我们这一代难以体验到的。

夫妻俩咬紧牙根给孩子三餐温饱，供书教学，最重要是让孩子从小上教会，把信仰传承到下一代。最后老大老二都走上全职事奉的道路，当上牧者，您亦支持到底。

您和妻子同心事奉主，在村里的教会热心服侍，除了当执事、小组组长、营会大厨师，还当过翻译员。当年村里人多半讲福州话和古田话，教会的会友受教育的也不多，您就充当讲台的翻译员。牧师用华语讲道，您翻译成福州语。

10年前，您所爱的妻子安息主怀。当时您已不良于行，这10年来孩子们轮流照顾。您的晚年生活，就是日常的吃喝、读经唱诗、重複观看您喜欢的影片，对戏中的台词倒背如流，每个星期天期待着到教会参加崇拜，生活简单平静。您从不给孩子添太多的麻烦，顶多就是期待孩子带您上馆子吃大餐，走走逛逛。

晚年的您最喜欢与儿孙们一起用餐说笑，陪您回忆青春年华。您就是个如此知足，如此有智慧的老人。

回顾您这一生，从年轻到年老拼搏奋斗，经历无数风雨，尝尽酸甜苦辣，充满恩典，看似平凡，却很精彩。🙏



杨紫玲



来自霹雳州实兆远的莫珍歪新村，从小在教会长大，奠定基督教信仰的基础。喜欢文字工作，选择投入媒体行业，至今二十余年。



文：叶大卫

来自橙色 的纸条……



睁开朦胧的双眼，又是阳光明媚的一个早晨。今天是行动管制令的第N天（老实说，我已经不记得今天是星期几了）。我懒洋洋地从床上爬起，拿起身边的手机。

早上十点钟，一个没记名的未接来电。我大概知道发生了什么事——在这个时候来电的人，只有快递员。下楼查看信箱。心里默默希望不会找到一张橙色的纸条。但事与愿违，它就“活生生地”躺在冰冷的信箱了，那张我极其厌恶的橙色纸条。因为多睡了半个小时，我错过了邮局送来的包裹。我压抑着心中的怨愤走向房间，然后用枕头捂住自己的嘴巴，歇斯底里地大喊。



行动管制才刚刚延长，我到底要怎样亲临邮局领取网上购买的日常用品？如果我乘坐Grabcar，来回需要多少钱？会不会遇见警察叔叔？万一我没有在七天以前领取，包裹被退回，我是不是要再联络卖家重新递送？那又需要多少钱？

我拿出手机拨打纸条上的联络号码，屡打不通，之后再尝试联络邮局专线，也无法与客服人员联系。脑海中上演了一百零一种负面的可能性，心中的怒火犹如失控的野马，在心里的每一寸土地狂奔。我用枕头捂住自己的嘴巴，再一次歇斯底里地呐喊。之后的一整天，我都在郁闷中度过。

原本可以轻松度过的一天，就因为那多睡的三十分钟被摧毁了。

第二天早上，我带着一堆烦恼开始灵修。在读经祷告的时候，圣灵提醒我，要把生活中的大小事物都交托给上帝，这才想起没有为着昨天的事情向上帝祷告。我会如此郁闷烦恼，都是因为选择倚靠自己，忘了上帝。

祷告交托以后，我冷静地再次拨打邮局的联络电话。

在等待与客服人员连线的时候，打开扩音器，一边等候一边处理其它事情。十分钟以后，电话接通了，只用了不到五分钟的时间，就安排好了再次递送的事宜。

原来事情就是那么简单而已。

“你们要将一切的忧虑卸给上帝，因为祂顾念你们。”（彼前5章7节）

很多时候，问题本身也许简单得很，复杂的是我们的思绪。但无论是大事小事，那位时常顾念我们的上帝早已应许要为我们担当。

我将那张橙色的纸条贴在墙上，借此提醒自己：我们的上帝是如此伟大，大至有能力托住整个宇宙；但祂也如此温柔细心，关心掌管我们生活中一切看起来极其微小的点点滴滴。🙏



叶
大
卫



生物与营养学讲师。热爱创作，只是有点懒惰；喜欢旅行，但是手头有点紧。



活动策划：基督教教育事工部

美佳堂365天读经计划

读经生活化， 让生命影响生命



乐龄

做个福音天使

口述：高宝兰 文：陈秋霞

三十年前，我十分迷信，没有安全感，患有忧郁症。后来我信主重生，半年后放弃拜偶像，接受洗礼。女儿送我一本《圣经》，我就开启了读经的旅程，如今已读过《圣经》二十遍了。

我一开始就读《旧约》，发现《旧约》提到很多杀人的事情。主耶稣不是爱人救人的吗？我感到疑惑，就去询问师母，她鼓励我从《新约》读起。有一天，有位姐妹叫我带她去教会，我就带着她一起去教会聚会。过后，我们还带了一位弟兄去教会。这位弟兄读到《约伯记》时感到很困惑，问为什么约伯那么爱神，却承受那么多痛苦？我鼓励那位弟兄先把《约伯记》读完，慢慢思考。为了解惑，从那时起，我才转读《旧约》，从头读起。我觉得《圣经》中的《约伯记》、《约拿书》与《以弗所书》六章（全副军装）对我影响很深，十分重要。

当时，教会虽没有推行读经计划的活动，但我每年都会把《圣经》读完一遍。读经可以打好信仰的根基，预备好自己为主做工，向身边的人传福音。后来，教会推行读经计划活动，我也参加，还得过《圣经》比赛的奖项。很多信主许久的弟兄姐妹，至今仍搞不清楚什么是永生、得救和重生，这是很可惜的。因此



我鼓励他们要多读《圣经》，因为圣经是灵命的根基。

我常与佛教徒朋友来往，读经帮助我更有智慧与他们分享福音，无论多忙碌，我一定会在睡前把《圣经》读一读。早晨或傍晚时分，我会在公园读经，有些朋友经过时会问我在做什么？基督徒朋友得知我在读经，会不好意思地说他们好久没有读经了，应该重新读经。这时我会问他们要不要我为他们祷告，他们多半很愿意让我为他们祷告，包括非基督徒朋友。

《圣经》是生命的灵粮，读的时候会有着许多的体会和感受。曾经有一次，我读到约瑟被卖去埃及，后来做了埃及的宰相。当迦南地发生饥荒，他的兄弟来到埃及要买粮。约瑟看到兄

一家人每日读经，
左起谢尧、
谢开准、姚燕燕、
谢绮雯、谢冬。



弟的那一刻，情不自禁地回到房中哭了。读到这里，我也感动得哭了。

刚信主时，我把《圣经》当做护身符。若身边没有《圣经》就没有平安。因此整天抱着《圣经》，出门在外或睡觉都不例外。后来，把《圣经》看了多遍，有了根基，就不再把《圣经》当护身符了。我有些朋友也像我以前一样，把《圣经》放在孩子的床上当护身符，这是不正确的，我们要帮助这些人走出来，回到信仰的根基上。

信主后，我带领了全家信主和洗礼。农历新年的初二兄弟姐妹团聚在一起，是传福音最好的时机。我利用那美好良机，带领了弟弟妹妹全家信主。除此，我也常常在探访时传福音，我深信神会看顾和带领整个过程。有些非信徒朋友告诉我，基督徒向他们传福音时，要他们把偶像拆除丢弃，并说不信主不但不能上天堂，还会下地狱，他们觉得我们很极端。因此，我们传讲福音时要有智慧。

在信仰旅程中，我曾经遭遇到挫折，曾好几个星期不去教会崇拜。但最终我没跌倒离开教会与神，也许这是打好信仰根基的关系。愿一切荣耀归于神。

美

家庭


上帝的话，脚前的灯

文：姚燕燕

为了响应教会推动的365天读经计划，我们一家人都参与了。其实2018年我们已经读完了一遍，2019年已是第二年完成读经了。感谢主让我们一家人顺利走过了两年。

在读经的过程中，起初我们遇到了很多挑战。例如在读经的时候会打瞌睡、不想读、没有耐心读等等，常会有“很多声音”来打扰我们。但是经过我们坚持、祷告，这些声音慢慢地减少了。

我们一家人每天不只是读经，还一起分享，一起代祷，一同背诵主祷文。连续两年多每天读经祷告，如今已习惯成自然。我鼓励大家，读经要从家里做起。让孩子从小就培养读经的习惯，可为信仰打下坚实的基础。身为父母，我们扮演着很重要的角色。

“圣经都是神所默示的，于教训、督责、使人归正、教导人学义，都是有益的，叫属神的人得以完全，预备行各样的善事。”（提后3:16-17）



乐龄

让读经成为习惯

口述：黄锡鸣 文：陈秋霞

我本来就有读经的习惯，因此在参与2019年365天读经计划时，没遇到什么挑战。到了现在读经已经养成了习惯，一天不读经，反而感觉不自在。

完成2019年365天读经计划，“我又读完《圣经》一遍了！”这种感觉很好。读经，已经是自己生活的一部分。在不同年龄读《圣经》，感受也不一样，也会用不同角度看经文，会领悟到更多道理。

我会继续参与2020年365天读经计划，每年都重读《圣经》一遍，也会鼓励朋友一起参与2020年365天读经计划。

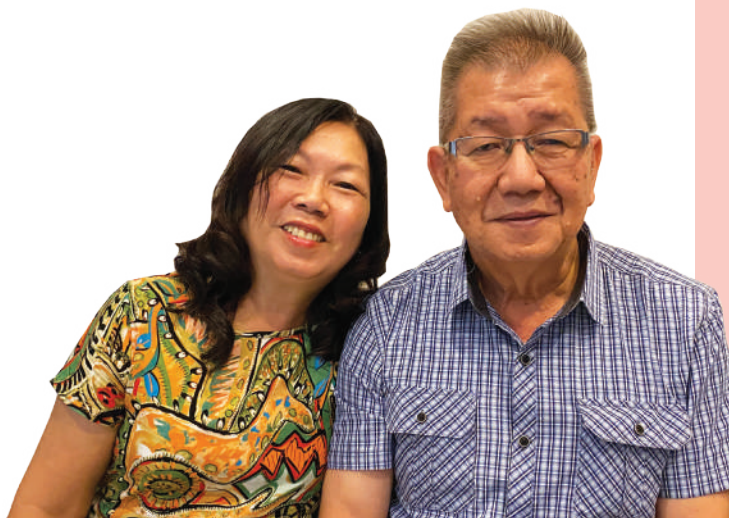
鼓励读经，愿与组员一同成长

口述：翁丽英 文：陈秋霞

我每年都会参加教会的读经计划。身为小组组长，我必须以身作则，鼓励组员一起读经，也会把得到的启示与组员分享。

身为基督徒，我一定要读完整本《圣经》。第一次读完《圣经》，是在2001年9月2日，凌晨12点45分，至今已读过六遍了。

参与2019年365天读经计划最大的挑战是工作疲惫。因为在临睡前读经，所以会比较累。因此我用朗读的方式读经，而不是只聆听音频。朗读《圣经》可让我比较专注，更清楚明白《圣经》的内容，也不会不小心睡着了。有时太累了，会跳过当天的经文，但过后一



定会补读完成。每当读完一遍，就会向上帝说：“我做到了！”

《圣经》并不是那么容易明白，若有不明白之处，我便会祷告：“上帝，我不明白，但我还会继续读祢的话，求祢让我明白祢的话语。”奇妙的是，神的话是越读越明白的，而且在不同年龄读同一章经文，领受也不一样，真的谢谢圣灵的引导。

2020年，我会继续读完《圣经》一遍。现在已读到《路得记》，并在群组中鼓励组员：“今天，我们应该读到这段经文了，你们读到哪段经文呢？”组员的情况各异，有的会坦白地告诉我，他们因工作忙或追小说等等无法跟上进度；有些组员的孩子还在深造，需要长时间工作来维持家中的经济而没跟上，但也有些已“上岸了”，不必再担心家中的经济。无论如何，我都就会继续鼓励他们多读。

我喜欢与组员分享《圣经》中带有应许的经文。例如：《腓立比书》4章16节：“应当一无挂虑，只要凡事借着祷告、祈求和感谢，将你们所要的告诉神。”又如《以赛亚书》41章10节“你不要害怕，因为我与你同在；不要惊惶，因为我是你的神。我必坚固你，我必帮助你，我必用我公义的右手扶持你。”

除此，我们夫妇俩已经习惯在上班前安排一段时间一起祷告，每天必定求主耶稣的宝血厚厚地遮盖国家与家人而不会受到撒旦的攻击，再以《主祷文》来结束祷告。



MEC

Get To Know God Deeper

Text by
Ryan Lim Chee Seng

I personally own 4 copies of printed Bible, out of which one of them is a gift from the church when I was baptized 20 years ago. And yet, I had failed to completely read the entire Bible all these years. I guess I have always had the “reasons”; “I don’t have the time” or “I can do it next year”. Finally, in the year 2018, with the longing for a closer relationship with God being my primary driving force to read through the entire Bible, I decided to forbid myself from making “time” the excuse, and TADA! By end of 2018, I finished reading the entire Bible for the first time. Side note, another reason for my quest is to gain a correct perspective of the Bible as a whole, as opposed to knowing bits from here and there which had been my practice all the while.

Along the journey, occasionally, I wrestled with time to complete my daily plan. The fact is, I realized that the more I was off the track, the easier I felt

discouraged. Therefore, I worked my best to keep up with the reading schedule. At times, I would read in advance the plan for the following day when I anticipated a busy schedule the next day. On other occasions, when I am totally out of personal time, I may even depend on audio Bible. Another challenge I faced was the loss of interest when facing mundane text which I find hard to relate to or to understand. In this aspect, at times, references found on the internet may help and occasionally, I would just read through the text without much thought (though things had become clearer in my second run, or after some insights from fellow brothers & sisters).

Although it was not the right motive, the sense of accomplishment was certainly very real when I completed the reading plan. More importantly, I believe I am closer to God than I was, I understand Him better, I can relate my existence to His plan, I share His thoughts and my longing to live in accordance to His will has grown stronger.

In 2019, I completed yet another yearly reading plan which comes with daily devotional material and comprehensive explanation. This year, I chose a yearly plan with devotional material presented in video. I am glad that I am still on schedule.

I thank the brothers and sisters in my Life Group for the motivation for me to have completed my first ever entire Bible reading plan. Through the exchanging of our views and experiences, I was very much encouraged. Special thanks to Mr. Philip Tan, our LG leader for his dedication and words of encouragements to keep us moving on. I believe reading the plan as a group is an effective way to encourage one another in our journey in reading the beautiful words of God. 美



Text by
Ps. Matthew Samuel Cho Qwang-Ming

A CHRISTIAN'S RESPONSE TO COVID-19

The recent global pandemic named Covid-19 has caused the world to come to an abrupt halt. For many of us, year 2020 was supposed to be a year of great innovations, greater breakthroughs, and exciting new beginnings. However, it seems that in just a few months, we are all going back to the basics of living. Accompanying the Covid-19 pandemic are other bigger issues such as crumbling economies, unemployment, and social grievances.

In all these negativities, the one question that many believers are asking is: God, why? We want to know the answers, we want to know the solutions.



In a time where church has been shutdown, and we are scrambling to live with the new normal for a little while longer, believers are starting to feel impatient at God's seemingly "silence" to the pandemic that has turned the world upside down. Some, have decided to speak up for God, to try to give prophecies on when the pandemic will end and what are the signs we should look out for, while others have decided to throw blame on the human race who have "sinned." Some even have taken the opportunity to lash out at the "mega churches" who have used "accessories of the gospel" too liberally in better times.

In all these conflicting and sometimes dividing messages, if we as Christians do not seek God's will and respond in a manner that is scriptural and theological, we may be at risk of coming out of the pandemic, more divided than ever. So, how should believers and the church respond during these times of unprecedented crisis?

1. Seek God, His Kingdom, His Righteousness (Matt. 6:33)

To seek first the kingdom of God, is to seek to understand God and his will in all things. In this time of pandemic, our two questions are: why and when? However, in seeking the kingdom of God, sometimes the answer for these two questions may not be given to us. If so, will we still continue to seek after the kingdom of God? A believer must understand that to seek after the kingdom of God is not trying to "force" an answer from God or even to place him within our own timeline of when things should happen.

To seek the kingdom of God is to understand God's will and purpose, it is to understand that in everything God has his timing and his timing is always perfect. We always like to think we know better than God, and this mindset keeps us from truly seeking God's kingdom. Instead, we end up pursuing our own desires and when our unmet desires grow, anxiety and worry increases. When we can seek God's kingdom, and begin to surrender the answers and our timeline into God's hands, we will begin to have peace and an assurance in the "silence of God." When we can seek God's kingdom, we





will begin to see things not through the lens of our human eyes, but through the lens of God's eyes and sovereignty. Following the command to seek first the kingdom of God is the secondary command to "seek his righteousness." What is righteousness? In simpler terms, righteousness is to "do what is right." Righteousness entails, obedience to God's commands. In such times, we need to seek God's righteousness all the more. What are some things God is asking to do as believers now? Is it to lend a helping hand to our communities? Is it to pray for someone? Is it to obey the instructions and orders of the government to stay at home? Is it to work on our spiritual life, in the excess of time that we have now at home? Seeking the kingdom of God, comes with a follow up action of "doing what God wants me to do." During this pandemic, have we been seeking God's righteousness?

2. Wait in Anticipation (1 Peter 4:13)

1 Peter 4:13 teaches us how to respond to the "fiery trial" that we are all going through now. He says "rejoice" and to wait for the day Christ's "glory is revealed." Rejoice? What is there to rejoice? That may be the question or cynicism of someone who does not know the sovereignty of God in this world. But, as believers, we can rejoice because we know that God is at work behind the scenes. And for that reason, we can rejoice, and wait in anticipation for the day that Christ's glory is revealed to us.

As believers the waiting sometimes can be frustrating and frightening. However, like the disciples of Jesus who waited three long days before Jesus appeared to them, the night always feels the darkest when the dawn is coming. We must understand that the disciples of Jesus were uncertain if Jesus was really going to rise again or was he gone for good. They waited in fear and restlessness because they were living the story we are reading now. However, we can wait in anticipation, because we already know the outcome - Jesus rose on the third day! As we wait, its time to focus on the resurrection power of Jesus Christ. It is time to fix our eyes on the promises of God in His word and to have faith that when the time comes, God will bring healing and restoration to this world. The worse response for a believer during this pandemic is to give up hope and to give in to fear and despair. It can lead to devastating results for the church, and even falling away from the faith. This is why it is important to learn from 1 Peter 4:13 to rejoice because we know what is going to happen. Our God will never fail us, he will never neglect His children, help is on the way.



3. Walk in Love, Serve in Unity (1 John 4:7)

In the waiting, we rejoice, and we also need to act. And right now, is the best time for us to begin to put love into action. In these times, the church can live out its brightest testimony if we can walk in love. The epistle of 1 John, as cliché as it may sound, is something we need to practice - love one another.

There are a few ways we can show love and the first way is through speech. To speak love does not mean we preach love, but it means that we speak words of love and encouragement to people around us. Now is not the time for messages of “doom and gloom.” It is certainly not the time to point out the sins of the world or the church, to do so is albeit to pouring salt over an open wound. While speaking and pointing out sin is biblical, we must be careful on the timing. Preaching such messages during these times will only cause others to view God as a “punisher.” It may even cause people to back away from such a “god.” We want to present the love of God that embraces and comforts in such times and we can only do so, if we can empathise with the suffering, encourage the broken hearted, and comfort those who mourn.

Next, we can love through action. Loving through action is to do as Jesus did - to sit with the sinners, to heal the sick, and show mercy to the weak. In such times, we need to ask God, “What can I do?” I am sure, God will lead us

to people who need our acts of love. He will inspire us on how we can show love to the world in such times. A word of caution: sometimes loving in action requires sacrifice too. Jesus in John 15:13 says that, “Greater love has no one than this, that someone lay down his life for his friends.” The principle we draw from this verse is - sacrifice. Love requires a certain level of sacrifice. Doctors, nurses, police, armed forces, and workers in the essential services have shown us for the past two months the term “sacrificial labour.” As believers, are we willing to sacrifice for others? Maybe in these times, it is time for us to help those affected financially by the pandemic. For employers, maybe we need to think of the livelihood of employees who need the monthly salary in order to put food on the table. Indeed, these are decisions that are hard to make, but, if we can choose to act sacrificially in such times, I believe God will honour and reward our sacrificial love that we have shown to those who are suffering.

Finally, to love is to also serve in unity. Jesus, in his teachings of loving one another was encouraging his disciples to serve in unity. Today, as a church, sometimes we are too divided over trivial doctrinal issues. In this time of global pandemic, the church needs to unite and come together as one. It is a time for us to put aside differences and begin to live out kingdom values. When the church can love and serve in unity, we can come out of this pandemic stronger and more united than ever.

Conclusion

So, is it all hopeless and doom and gloom? We may not have all the answers, but, if we can continue to trust, we will be able to see God in the midst of the pandemic. When we can give up our desire to control the outcome, our hearts will be at peace in the storm. When we can live out the love of God, we can be the salt and light in a broken world.



文：罗丽君

拨乱反正

为这个世代的儿童装备自己

15年前，何师母就观察到“性教育”对于下一代的重要。她发现许多人对性有很多的迷思，错误的性观念充斥着世界。因此她对这方面的教育很有使命感，不断地寻找和收集各种与性教育相关的资料，并且亲自带领团队来教导儿童正确的性观念。

美佳堂主日学的性教育课程一直都由 HomiG 团队带领，教导了好多年，至今传承给主日学老师，希望主日学老师也能参与这份事工，祝福我们的下一代。

何师母要在这短短一天的工作坊里，将累积多年的经验传递给大家实在不易，感恩每一位出席的老师都非常投入探讨和反省，势必要将这份宝贵的经验完全吸收，以便可以使用在教导和祝福孩子们的事工上。

错误的性价值观冲击这个世界的同时，也令基督徒感到困扰。世界提倡平等的爱，要求世界对同性恋同理和同情，并呼吁人们支持他们的同性婚姻合法化。这类的事件和文化都在冲击我们下一代，在不知不觉中影响着下一代

2020年3月7日（六）
性教育课程

主讲：何李颖璇师母

目标：装备主日学老师教导儿童正确的性知识和观念。

的价值观和信仰根基，因此我们基督徒应该担负起这个教导正确性教育的责任。这也是教会迫切的需要。

何师母透过多项活动带领老师们探讨了好几个性的课题，如探索孩子们性问题背后的原因，并趁机灌输他们正确的性观念，从小至三岁的年纪开始教导正确的性认知。

在工作坊中，老师做了“自我对性认知冰山的检查”，在这过程里要学习自我突破，面对自己和处理自己过去对性的观念和感觉，以便在教导时可以帮助自己了解孩子的情况和他所面对的困境。

其次，主日学老师需用正确的性观念引导孩子，让他们认识性是神用来祝福家庭和婚姻的，并且每个人都有神的形象，性的价值观是来自神的话语，而非来自被扭曲的世界观。

我们要在孩子不同阶段教导不同层次的性知识与观念：孩童4至6岁期间加强注重角色的认同；7至9岁期间使他们了解受孕过程和重要性；10至12岁期间帮助孩子在成长期面对环境的挑战时可以坚定自己，为他们正确的性观念打下基础。

扭曲的价值观影响现代孩子的思考能力，孩子的心灵一旦受到恶势力的破坏，会深刻影响孩子的品格。教导“神的形象”可帮助他们明罪警醒，从而站稳立场，继而保护自己建立圣洁的品格。

何师母举出一些实际个案加以说明，以帮助主日学老师更深入理解缺乏性教育所带来的严重后果，如性侵犯所带来的伤害会破坏自身的人格、人际关系和与神的关系。

性教育需坚持的一些重要原则，必须要不断重复教导，特别是在不同成长的阶段里需有不同层次的教导和引导。父母师长要注重与孩子建立关系。更重要的是，在我们的基督信仰里有饶恕，可医治，並有盼望。

工作坊接近尾声时刻，主日学老师们也一一回应这一天所学习到的功课。以下分享其中的一些回应：

- 认识到性教育对孩子从小的影响。了解到教导性教育在孩子年纪越小越为重要。
- 帮助到父母与孩子学习相处，一同成长。
- 提高父母与孩子的警觉性，以用更适当的方式来处理事情。
- 正确的性观念可以改善夫妻关系。
- 装备好自己，以回答学生或孩子所提出的性问题。
- 让自己有更好的装备和能力教导孩子。

后记：

感谢何师母耐心教导我们，感恩她毫不吝啬地将所学完全奉献于主，成为祂良善的仆人，尽心尽力地服事主。神兴起许多老师愿意将自己献上成为祂的器皿，被神使用，教导我们的下一代。这一切的荣耀全归我们天上的父。✝️





参加主日学老师性教育工作坊有感

文：陈理稳 (Raymond Tan)

美佳堂儿童主日学校长

“儿童性教育”看到这样的标题，你会有什么反应呢？

相信许多人会想：“小孩子是天真无邪的，不需要过早教导他们性的知识。”或许，对很多的成人来说，“性”是大人的事，与小朋友无关。可是，“性”真的只关系到成人，孩子长大了就自然会懂吗？

参加了3月7日由何李颖璇师母主讲的《主日学老师性教育工作坊》，阅毕她在小学办儿童性教育时收集到小六学生对“性”所提出的问题，这些问题包括：



我觉得同性恋和跨性别没有问题，那是他们的自由选择。

为什么会有儿童性交易？

什么是“色情”？

什么是“一夜情”？等等，我发现：天真无邪的原来是大人。

此次工作坊给了我一个极大的启发：恶者的破坏工作已经渗透孩子的世界，渐渐地在侵蚀着他们。正是如此，我们大人是时候接受装备来教导孩子正确的性观念，以抵挡这个邪恶世代所带来的冲击。

但是，要教些什么？要怎么样教？这对很多人来说又是一个脑力激荡的关卡。

我们往往忽略了一个根本的问题，就是“性教育”的教育概念到底是什么？此次工作坊，让我清楚知道“性教育”的教育概念原来是“影响深远的人格教育”，这个崭新的概念让我对“性教育”完全改观；原来“性教育”不是只聚焦在性器官、性行为、性高潮等狭隘的范围里。它有更长远的目标，关系到全人的品格塑造。

根据这教育目标，好几年前，在何李颖璇师母、HomiG事工团队、有志人士等长期努力下，终于编制出完整的儿童性教育课程——“我很特别”、“男女有别”、“如何说不”。

我们知道了这个世代的需要；完整的课程也已备好；神的呼召更是清楚了：“要穿戴神所赐的全副军装、就能抵挡魔鬼的诡计。”（弗6：11）

弟兄姐妹，让我们加入儿童性教育的阵容，一起来守护我们的下一代吧。✎



文：朱润玲

美佳堂原住民事工参与者，
威克理夫圣经翻译会同工。

亚媞卡的信仰之路 耶稣与我 一同哀哭



凌晨，趁家人熟睡，亚媞卡悄悄地把药丸拿出来，大约有三四十来颗。看着这些大小不一、积累储存多时的药丸，她吸了一口气，冷静地到了一杯水，把药丸一颗一颗地吞了下去，然后躺下，静静地等待死亡……

这已不是她第一次自杀，只是没有一次成功。这一次，她期望成功。可是，没多久，胃里感到恶心，吞下的药丸全都吐出来了。她很沮丧，不明白为什么上帝不让她死去。

此刻，村里的另一间房子里，她的阿姨、表妹和牧师都在为她迫切地祷告，从昨夜迫切地祷告至她自杀的凌晨。自亚媞卡被家里逼婚而陷入绝望以来，她们时常为她绝食祷告。

亚媞卡在彭亨州的一个Jakun族原住民村长大，自八岁开始上村里小教堂办的主日学。父母亲认为基督教是外来宗教，和Jakun族的传统宗教信仰价值观有冲突，不赞成她去。可是她坚持，他们阻止不来。

她初中一辍学后就在家帮忙。18岁那年，父母将她许配给村中巫师儿子，期望她成婚后不再去教会。由于对方不是基督徒，她极力反抗。父母、哥哥们百般威胁，软硬兼施也未能使她屈服。巫师甚至威胁她家人说如果她不从，再也不替她家人行法术治病，还要求他们赔偿金钱；如果她另嫁给别人，则须付更高的赔偿金。她没钱赔偿，认为只要终身不嫁就行了。母亲时常要到巫师那里求药方治病，苦苦哀求亚媞卡依从。爸爸则严厉地呵责教会，认为这一切都是教会所造成的，甚至拿斧头去砍教会的门。



挣扎跳出深渊

在家人连续施压下,她看不到出路,除了祷告,无法做些什么,后来开始怀疑上帝的存在而至绝望,决定一死了事,不愿连累任何人。但割脉自杀不成,吃药自杀也不成,唯有离家出走,逃去跟信主的阿姨住,设法跳出那不见日光的深渊。

阿姨和表妹是虔诚的基督徒,虽然家境不好,可也从不缺乏,她在阿姨家心里找到渴望已久的平安。她确信是上帝在她多次自杀时拯救了她,愿意委身为上帝所用。由于受教育不多,不知道可以在哪方面服事上帝。村里教会很小,只有一个牧师,并不需要受薪同工。在这期间,她找不到稳定的工作,只能到阿姨的菜园耕种,或进森林采集以赚取生活费。

几年过去,母亲的病越发严重,家人都归咎于她,认为是她信了耶稣得罪神灵祸及母亲。亚媞卡想要照顾母亲,可是又不想回家住,便和母亲另住到村里一间屋子。照顾母亲期间,她和母亲的关系渐渐修复。母亲也渐渐接受了福音,接受他人为她祷告,然而还不能弃绝与灵界的关系。

积极装备自己

2019年,在当地教会牧师的鼓励下,亚媞卡参与了威克理夫《圣经》翻译会(Wycliffe Malaysia)开办的口述《圣经》故事翻译工作坊。美佳堂是合作单位,提供场地和协助。此工作坊为期两年,参与者将

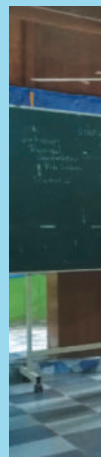
会把二十多个《圣经》故事翻成各自的母语,并负责回到自己的村庄传讲,让村人认识上帝。

亚媞卡的家人激烈反对她参与,仍希望她脱离基督教,嫁给巫师儿子,让巫师给母亲施法术治病,加上此项目需费时两年,他们希望亚媞卡可以在附近的小镇工作,帮补家用。经过多番思考和祷告,她认定参与这个项目可为以后念神学打下根基,不顾家人反对,毅然参与。

在第一届的工作坊里,羞涩的亚媞卡无论唱歌、祷告或分享都低着头,不敢放大声量,生怕别人听了会笑她。她认为自己是卑微的原住民,学历不高,不配在众老师面前发声。然而,她还是期待出席下一个工作坊,因在工作坊里除了可以跟同族姑娘相聚,也可以学到很多《圣经》故事,尤其是耶稣赶鬼、医治、撒种的比喻、浪子回头等故事。每学一则故事,让她更认识耶稣和上帝的救恩,更认识自己在基督里的身份是非常珍贵的,是耶稣宝血重价买赎回来的。她渐渐变得有自信、主动学习和分享,也敢站在众人面前分享见证,为别人祷告。在教会里,她将所学到的故事教导孩子,带领教友做灵修,带领弟妹去上主日学,不顾家人的反对。

丧母的试炼

在第四届工作坊前几天,母亲病危送院,手术后昏迷不醒。父亲和哥哥们即刻指责亚媞





亚媞卡和其他口述圣经故事翻译工作坊的参与者。他们正在练习演绎所学的故事，这可让他们对故事细节有更深刻的印象。

卡，说她为了出席工作坊而没照顾母亲。亚媞卡不停地祷告，祈求上帝医治母亲，让家人看到上帝的作为而相信上帝的存在。然而就在此时，母亲离世了。家人和亲友在丧礼上当面怪罪她，她并没为自己辩解，只默默承受。幸好有表妹的陪伴和牧者的代祷，才不至于崩溃。

母亲离世后，她搬回家跟家人一起住，面对丧母之痛和亲友们的指责，陷入忧郁和绝望。她愤怒、沮丧，对上帝、对整个世界失望，她不明白这些事情为什么会发生在她身上，自己究竟做错了什么？为什么上帝不能让她的生活好过一些？放弃上帝会不会好过一点？她不想祷告，不想亲近上帝。这段日子，牧师和表妹时常去探访陪伴她，也请教友为她代祷。

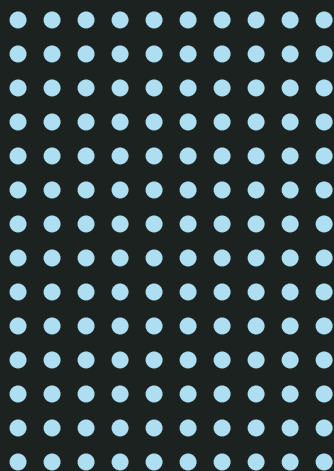
行走出幽谷

经过一个多月的沉淀，亚媞卡慢慢地走出悲痛，也决定参与第五届的工作坊。在工作坊中听了耶稣使拉撒路复活的故事，分享时，她说最让她感动的是耶稣明明知道祂会使拉撒路复活，可是当祂看见在场的人无不感到哀伤时，祂也不禁哭了起来。耶稣与哀哭的人同哭，让亚媞卡相信耶稣明白她丧母之痛，也与她一起哀哭。她说人生有很多无可避免的痛苦，只要有上帝就有平安，说着说着就哭了起来，憋在心里一个多月的委屈和痛苦终于得到了安慰。

她期望完成这个口述《圣经》故事翻译项目后，可以去基督训练中心（Pusat Latihan Kristian）念神学装备自己，为主使用。愿上帝带领她前面的道路，赐与她勇气和力量来胜过未来的挑战。^[8]



亚媞卡和父母亲





文：杨家俊

我的镜头中有祢

提到在教会参与服事，往往有人会认为服事就是付出，不只花时间，也消耗精神体力，更现实的是：没有收入，甚至担心这是“给出去”。本来自己刚刚够用，给出去了就会少了、亏了。这种想法让许多人不敢踏出服事的第一步。

耶稣曾说：“你们中间谁愿为大，就必作你们的佣人；谁愿为首，就必作你们的仆人。正如人子来，不是要受人的服事，乃是要服事人。”（太20：26b -28a）参与服事的人，都会深深体会到服事不但不会让人亏损，反而因付出而受益更多，收获更大；做得越多越成长，不只在某样技巧方面提升，生命和灵命也出现改变；参与了服事，圣灵会赐给我们恩赐；恩赐会在服事中慢慢产生并且增加。

往往，我们不是因有恩赐才服事，而是服事后就会有恩赐，因为神会按着服事者的需要让他恩赐越来越明显和丰盛。

这也说明我们无须担心自己有没有能力。神呼召我们服事，一定会给予够用的恩膏，我们只要凭着信心用出来，不但能帮助别人，也荣耀神。



江先汉是专业的广告摄影师，担任《美佳之窗》封面概念构思与摄影已经16年，参与服事让他得以获得更完全的装备，更快掌握职业上所需要的技能和知识。

“我在2002年开始加入《美佳之窗》编委团队，当初是文字事工主席曾礼志执事（Uncle Stephen）要找人拍照片，当时我刚刚加入美佳堂，经一位姐妹介绍，我就加入文字事工团队，从协助拍照开始服事。”

江先汉来自砂州诗巫，于1992年信主，在砂州诗巫上的小学和中学都是教会学校。来到吉隆坡读大专，毕业后就继续留在吉隆坡谋生。踏入社会初期，参加沐恩堂东马团契的聚会，之后才进入美佳堂，这一切犹如早有安排，发生得极其自然。

《美佳之窗》是他参与教会服事的第一个台阶，他感恩上帝给他机会参与服事，不只让他在教会的生活中成长，灵命和事业都得到祝福。

“我加入服事时，摄影行业刚刚从胶片时代过渡到数码时代，设计《美佳之窗》封面时，要使用一些电脑软件编辑照片和修图，必须学会操作PHOTOSHOP等相关的技巧。虽然当时我是专业摄影师，却还没有掌握数码方面的知识，因此获得很大的学习空间。”他认为这是上帝的恩典让他在服事中磨练了自己的技能，这对往后工作帮助很大。

“摄影是我糊口的技能，在此行业已26年。我的工作很多时候无须创作，但是参与《美佳之窗》的服事后，为了让封面做得更好，必须多方尝试和学习，是服事给了我机会创作，激发我的创意与灵感。”《圣经》说：“他对我说：‘我的恩典够你用的，因为我的能力是在人的软弱上显得完全。’所以，我更喜欢夸自己的软弱，好叫基督的能力覆庇我。我为基督的缘故，就以软弱、凌辱、急难、逼迫、困苦为可喜乐的，因我什么时候软弱，什么时候就刚强了。’”（林后12：9-10）这一点他非常认同。

这些年来，他曾担心自己的创意与知识是否足够应付，也曾缺乏灵感，创意枯竭，但在构思的过程中，又会出现一些意外的想法。

“每次构思与设计《美佳之窗》的封面时，往往都能够感受到神的指引，甚至经历过上帝对我说话，让我学习感受生命中神的存在，这是非常奇妙的。当没有灵感或毫无头绪时，只要跟《美佳之窗》的团队讨论和交换意见后，往往又会从他们的意见中得到一些启示而激发出灵感。因此我相信上帝可能会通过周围的人，向我传达一些提示，启发我。如今回看过去，我也很惊讶自己的创意来自何处。我相信这是上帝的恩典。”



江先汉的作品

每一期《美佳之窗》的封面，对他而言，如同一页又一页的日记，记录着他当年当时的思绪、生活与成长的心路历程，如今回头去看每一期，当时构思设计的每一段经历都会清晰浮现，让他感恩神的看顾。因此，他对服事没有丝毫厌倦，未来，他希望继续以照片和设计传达神的话语和正面的信息。

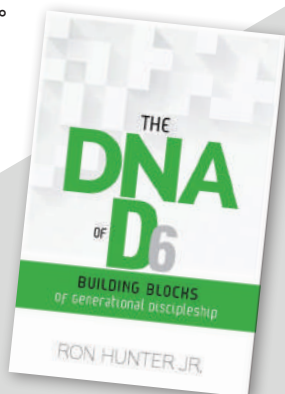
“我们的恩赐却没有经过磨练和付出就会荒废，这是很可惜的。”他鼓励还未踏出服事第一步的朋友，勇敢参与服事。在服事的路上，上帝会一直与我们同在。✎





Ron Hunter Jr.在他的书《The DNA of D6 – Building Block of Generational Discipleship (D6的基因——代代门训的建筑楷模)》中阐述了《申命记第6章》中的一个要点：父母是家庭的首要门徒训练者。

家庭是上帝在婚姻里设立的，成员的关系源自婚姻，血统式领养（作者所说的“父母”包括了父母亲、继父继母、养父养母、单亲父母亲及监护人）。教会是上帝的家庭，包含了所有会友家庭成员，如伯叔母婢、舅父舅母都是重要的家庭成员。



一、Deut 6的对象是谁？

美佳堂0-100岁的成员中，你是属于哪一个范围的人？凡属于任何一个范围中的身份/角色，这本书的对象就是你。此书绝对非一本只提供给父母、家庭门训的指南楷模。

目标：神造人是按神的形象，活出神的形象之前，必须先知道自己的身份与角色。

落实：鼓励全教会每一个成员都是参与，成为这个属灵传承的一份子。

如何将

Deut 6

落实成为 美佳堂属灵 传承的文化（一）



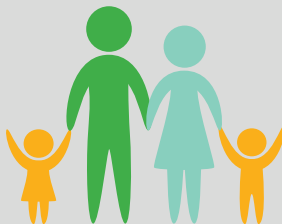
个人/单身者

（在家庭中你是扮演着什么身份/角色？）



已婚者

（丈夫/妻子，媳妇/女婿，在双方家庭中你扮演什么角色/身份？）



父母

（爸爸/妈妈，养父/养母，单亲父亲/母亲，祖父母/外公/外婆）



教会的

教牧、传道、同工和教会领袖

二、Deut 6为何重要？

《申命记》6章1-25节为什么那么重要呢？其实它贯穿了整本《圣经》的核心重点及元素。

- i. 这是神的诫命——爱神爱人
- ii. 这是神的使命——使万民作门徒/培训我们下一代的信仰传承

目标：建立一个健康的信仰生活化或生活信仰化。

落实：把神的诫命和使命活在每天的生活中

三、Deut 6要落实在哪里？

以目前美佳堂可以落实此理念的首要地方包括了：

- i. 家里/婚姻家庭中
- ii. 教会主日学、各阶层的事工
- iii. 教会小组——推向小组成员的成员
- iv. 会友在职场上的事工
- v. 宣教地点

目标：把Deut6元素的信息渗透进每一个可以落实的场所。

落实：教会需要装备父母成为培训者，特别是前线事工者，如执事团、同工团、教会各事工负责人、小组事工的组长等，都要持有Deut 6的元素理念。

四、上帝的保护伞



这是一把上帝的保护伞，当身为父母、夫妻、子女的生命、生活有任何破口时，上帝的保护伞会遮盖我们。

先从个人开始，男女各自必须先预备好，才进入夫妇关系，必须学习成为顺服神、亲近神、荣耀神的门徒。进入婚姻关系后更要扮演好丈夫/妻子的角色，成为父母时，才懂得如何引导下一代——神所托付的产业，最终才能让孩子学习到敬畏神，活出有生命品质的属灵原则，成为合神心意的世代。合神心意的基督徒才会尊崇上帝，上帝的祝福必然临到我们的世代。

五、小结：

美佳堂历年来持守着这四大方向（心中有神，家中有爱，教会有恩，人间有情）来建立融合传福音、敬拜、小组/团契、门训及服事五大目标的健康教会。2020年开始，美佳堂的异象是合神心意的世代，教会贯彻属灵传承的文化，以期一代一代相传下去。



文：李燕薇

珍贵的礼物， 美丽的转化



在服事 7-12 岁主日学的时间里，最常盘旋在我脑海里的的问题是：要怎么做，怎么教才能引导孩子看见、体会、经历到神？而不是将所听所学的当做是故事或知识，又或觉得主日学只是周末的课外活动。当孩子越认识神，他能活出爱神的表现，他愿意服侍神，服事人，他的生命里能渐渐地有基督的生命。

当然，这是一个漫长的过程，但它肯定是有所有老师的期盼，也是他们坚持委身花时间研究教学的动力。

如果要帮助孩子在主日学里不只是停留在认识神的层面，我们需要制造一个不只是听，而是能看见信仰的空间，我们需要建立他们的归属感，建立“家”的文化。

首先，所有孩子来到这里，必须无条件得到接纳，老师除了教学之外最首要的任务是与孩子联结，制造平台与孩子建立关系，也鼓励孩子与其他的孩子建立关系。我们深信与孩子建立起良好的关系是老师生命影响孩子生命的途径，孩子不只是在这里听见神，认识神，还可从老师爱神爱人的生命学习爱神爱人，从老师服事的生命学习到如何服事神，服事人。



孩子需要“看见”信仰才能更好地“实践”信仰。

我们都知道父母的生命、教导、对神的敬畏和渴慕，直接给孩子的生命带来深远的影响。在这个大家都觉得时间不够用的年代，倘若父母能在日常里刻意安排一小段时间和孩子建立关系，一起读经祷告，讨论分享信仰，我觉得这便是每个家能给予孩子生命中最珍贵的礼物。

主日学每个星期都会提供灵修材料(周一至周六)给 11 - 12 岁的孩子，我们希望这样的一份材料能够成为父母和孩子的优质时光(有品质的联结)。我也观察到(纯属个人观察)过去两年持续受到父母鼓励和支持，坚持完成一整年灵修计划的孩子，他们的生命有显著的变化。他们变得积极，渴望服事，学习上帝话语的态度认真，这就是最美丽的生命转化。

今年开始，主日学在特定的主日教导孩子“家”的课题，目的是希望孩子学习从《圣经》看神对家的心意，了解父母的角色、责任和挑战，也让孩子明白自己在家里所扮演的角色和责任。透过活动，我们挑战孩子学习去看家人的优点。神把我们放在同一个家里，我们彼此需要，也必须学习彼此欣赏接纳相爱。孩子在家里不只是被动，单一的接收、领受或只是听取指示，孩子也可以学习主动付出关爱家人，可以有影响力，甚至孩子敬畏爱神的心可以感染父母和其他家人来认识神、亲近神。

当纯真的孩子在主日学里都举手说爱神时，老师最期待孩子展现的就是爱人，这就是 7 - 12 岁主日学大家庭的使命。爸爸妈妈们，让我们同心协力培育爱神爱人的生命吧！

2020初少（Pre teen）

文：周贝琪



今年初少的主题为“像耶稣那样成长”。

孩子进入初少的阶段，就不再像儿童，他们渐渐独立，父母的陪伴比较少了。他们有了自己的社交圈子，也开始寻找自我，建立自我形象。

耶稣也经历这个阶段，在父母的引导下，祂认识神、律法（对/错），在信仰上打下了很好的根基。这个阶段，父母在信仰、服事委身的榜样和生活见证，可提供初少孩子最好的引导。

父母老师共同委身引导

今年一共有18位初少在这个团契里一起成长，他们都需要父母的高度委身配合和参与，才能参加初少团契。父母意识到信仰在初少这个阶段非常重要，每个星期不辞劳苦往返载送孩子来聚会，好让孩子能够在团契中扎根信仰，健康成长。他们也愿意不断督促孩子每天灵修。

初少老师与父母配合，营造一个属灵团契让孩子们在小小年纪可结交一些属灵伙伴，一起成长，一起学习爱神爱人。



灵修

父母亲都知道必须从小培养孩子灵修，让孩子认识神，亲近神，因为神是最好的成长伙伴。

要孩子定时灵修虽然不容易，但孩子们还是做到了。孩子们在灵修里学习祷告，与神心意交流。他们单纯的心思是神所喜悦的，也令人感动。

Preteen Devotion material 初少灵修资料

DATE: 23/3/2020 – 25/3/2020

Step by Step getting closer to Jesus 一步一步亲近主

Step 1: Quiet time 我和耶稣的特别时光
It's your special time with Jesus.

Step 2: 读一读 Read:
Reading Scripture of the day 阅读圣经

Step 3: 想一想 & 写一写 Think & write
Write down verses of the Day (key verse) 写下今天的金文

Step 4: 答一答 Question of the Day
Give your best answer 回答问题

Step 5: 我的祷告 My Prayer
Write down your Prayer. Talk to God about your day/your learning thru scripture.
写下我的祷告/今天神要我学习的

Chapter 1: Love Explained

23/3/2020

Step 1: Quiet 安静

Step 2: 罗马书
Roman 5: 8

Step 3: Write key verse

Step 4: Question of the Day
How did God prove His love for me?
上帝如何向我证明祂的爱?

Step 5: My Prayer 祷告

24/3/2020

Step 1: Quiet 安静

Step 2: 罗马书
Roman 5: 5

Step 3: Write key verse

Step 4: Question of the Day
How does God show me this Love?
上帝如何向我展现他的爱?

Step 5: My Prayer 祷告

25/3/2020

Step 1: Quiet 安静

Step 2: 约翰二书
2 John 1: 6

Step 3: Write key verse

Step 4: Question of the Day
How can I "walk in LOVE"?

如何活出爱?

Step 5: My Prayer 祷告



4-6 岁的主日学

文：周贝琪

自从4-6岁主日学的老师响应推动Deut 6 家庭属灵传承文化，我们就在年初设定了“大手牵小手，与神同行一起走”的主题。我们的目的：

在家增添制造更好的属灵氛围

提供父母更多参与属灵教导的资源

最终达到实践信仰传承的目的



因此今年我们采用了奖励卡，鼓励父母陪伴孩子，让孩子拥有美好的品行，得到属灵操练。

Nathan Philip 4-6 Sunday School Reward card				
Reward	7/2/2020	9/2/2020	16/2/2020	23/2/2020
准时				
金句				
亲子点赞				
今天你真棒				

准时 - 全家开开心心准时敬拜神。

金句 - 今年全年全教会都会背诵一样的经文，我们鼓励父母和孩子一起在家练习。

亲子点赞 - 新的环节。一个月一次，老师们将会提供教材好让父母在家可以带领孩子们一起完成简单的手工。

今天你真棒 - 给予孩子们更多鼓励。

每三个月累积最多印章的小朋友将会得到奖励，这是一份鼓励孩子和父母的礼物。



二月份的亲子点赞

- ♥ 父母亲解释爱神的话，一起把手工完成
- ♥ 孩子们开心展示作品，把手工交上来时，他们充满自豪。因为这是爸爸妈妈和他们一起完成的作品





文：郑佳荣

“疫”起陪孩子读书



疫情当下，在家无所事事，觉得很无聊？那么，得换个角度想一想。

其实这是一个和家人好好相处的美好时光。平时我们和孩子们因为工作和课业都各忙各的，彼此陪伴的时间少之又少，更别说好好坐下来陪伴孩子分享一本好书。你的家里也许有很多书刊，但有没有好好陪伴孩子“看完一本书”呢？

天真无邪的孩子如一张白纸，他们会成为怎样的孩子，未来会往哪个方向走去，就得看我们在上面写了些什么。

其实，除了让他们上一大堆的补习班或才艺课，不妨和他们说说故事，让他们学会如何耐心聆听，按次序有礼貌地发问。我们可用图文并茂的绘本，和简单的陈述来创造一个专属于孩子的无限想像的空间。

每一本绘本都隐藏着深刻的意义，陪孩子阅读之前，我们必须自己先阅读几遍，细品当中的细节，然后再将正面的资讯灌输给孩子，这肯定比孩子自己独自乱翻胡看一通来得更有效。而且陪伴孩子看好书，总比让他们独自玩手机来得更有意义。

疫情爆发前，我在美佳书轩刚刚开始新的服事——用绘本给孩子讲故事。记得第一次讲故事那天，虽然来参与的孩子并不多，我却十分紧张。但看着孩子们期待的表情和专注的眼神，逐渐放松而享受，感到温馨。我用一些夸张的动作，时高时低的声调来将绘本里的意义一层一层地剥开，然后缓缓地引领他们走入童话世界里，这是一个何等奇妙的感觉啊！


绘本讲故事不是单向沟通，我靠着发问小问题与孩子们互动，让整个讲故事的过程生动活泼，让孩子们对绘本里的故事留下深刻的印象。

给孩子讲故事，孩子们的确获益良多；讲故事的大人，会有什么收获呢？

我的生活节奏快，每日东奔西跑的，对事情缺乏耐心，给孩子讲故事正好锻炼了我的耐心。



孩子看到的世界各有不同的色彩，同一个问题，每一位举手回答的孩子都有不同的见解，从他们的看法可以更加认识这些可爱的孩子，也让自己添加一份童真。因而，从开始筛选书籍到预先了解内容，预备小问题，一直到和小朋友分享，我都抱着期待的心情，享受着这个过程。而后看见孩子们满怀笑容地随着父母离开书轩，那就是绘本讲故事服务最为甜蜜的回报。

还等什么？赶快到书架上选一本合适的绘本，和你的宝贝来一趟绘本之旅呗！家人们，“疫”起在家加油哦！





文：吴秀宝

回家， 再出发

从行动管制看家庭门训

一场毫无预警的全球性流行病毒，让我们看到人的软弱和有限。当工作场所和学校无法容纳我们时，我们哪儿也去不了，家是我们唯一的藏身之处。

回顾这期间，你损失了什么？又收获了多少？经济政治方面等宏观课题，相信大家从各方专家连绵不绝的直播中获得了不少的资讯，对如何“收复失地”也有了一定的打算或规划。至于个人生活方面，我相信不少人在超过两个月的“duduk diam-diam di rumah”的生活中都有了意想不到的收获。

从社交媒体的分享中，看到有人在家跑马拉松的创举；有人发现原来自己“出得厅堂”之外也“入得厨房”；有人在家勤锻炼，什么人鱼线马甲线都一一浮现了；也有人在家天天读书上网课自我增值。

至于家庭和亲子生活方面，这段“迫降”的MCO又给你带来怎样的改变？更多的相处时间，能否让你和家人的关系变得更融洽？一家人的灵命生活是否更长进？





当日常活动受到限制，教会的崇拜方式也从实体转为线上崇拜。感谢科技的发展，我们虽不能亲身到教会，但每个主日仍然可以与众会友在特定的时间一起同心敬拜上帝，继续被神的话语喂养。想像一下，在每个爱主的家庭里，一家人聚集在一起唱诗祷告，一起领受圣灵的浇灌，是多么美好的一幕。这正符合我们教会要积极推动的Deut 6家庭属灵传承文化，即是以家庭为中心的信仰传承和跨代门训。

“Deut 6”也就是《申命记》第6章的缩写，此章经文标志的是上帝最大的诫命，也教导信徒要如何遵守及为何要遵守，其中以第5至第7节为其精髓所在：

“你要尽心、尽性、尽力、爱耶和华你的神。

我今日所吩咐你的话、都要记在心上。

也要殷勤教训你的儿女、无论你坐在家里、行在路上、躺下、起来、都要谈论。”（申6：5-7）

这一段经文强调父母将《圣经》真理教导儿女的重要性，吩咐我们在日常生活中要不住地思想神的话，时时教导儿女遵守诫命，并将神的道行出来。



上帝看重家庭门训

孩子的正规教育，一般上都是由教育体系包办，不管是私人或国立的教育机构，大家都习惯了把孩子送去学校后，就完全放手让校方和老师提供孩子最“专业”的教育。那么身为基督徒父母，我们对下一代的属灵教导又扮演了怎样的角色呢？是否也把这任务“外包”出去，让教会的主日学提供“专业”的教导呢？如果一个星期里面的168个小时当中，孩子只靠主日学那区区一个小时的《圣经》教导，这“1/168”的时间，和上帝在Deut 6所吩咐的诫命实在相差太远了。

上帝极为看重家庭门训，所以他要父母时时刻刻都殷勤教导儿女。因此孩子灵性的培育，跨代的信仰传承，父母扮演了最重要的角色。尤其在孩子年幼时，父母是孩子最亲密也最常接触的人，如果父母可以把握机会，以身体力行引导子女认识上帝的伟大，经历神的爱，这对孩子生命初期的信仰塑造能带来坚固且深远的影响。

教会背负着宣教的大使命，就是传扬福音，使万民作主的门徒。教会是基督的身体，我们作为基督的肢体，也当遵行天父的旨意，



积极宣教，让更多人成为主的门徒。在家庭门训这一环，教会的角色是协助装备家长，使家庭成为培育下一代门徒和提供门徒训练的中心。透过家庭门训，我们把上帝带回家，建立基督化家庭，让信仰代代相传。

门徒训练从家开始

那家庭门训该如何在家进行呢？其实就如很多人说的，行动管制令是危机也是时机。无论现在是否已全面解封了，但我们的家庭生活已产生了一定的变化，有了新常态。这段日子，你有更充裕的时间陪伴家人孩子，可以开始在家举行家庭祭坛，全家一起唱诗读经分享和祷告。我们也可以在礼拜天早上全家一起观看线上崇拜、一起敬拜。

美佳堂主日学也为了让孩子们的属灵学习不停息，在实体主日学无法进行时，特别制作了MegaKidz DC 网上《圣经》教导视频，每星期六早上10点准时上线，让父母可以在家引领孩子一起敬拜，继续与上帝连线。父母也可以依据每周不同的主题，延伸更多的属灵亲子对话。

儿女是耶和華所賜的产业，所怀的胎是他所给的赏赐（诗127:3）。这经文清楚地表明孩子是上帝的祝福，不是负担。我们应该要抓紧这份祝福，以培育儿女灵命成长为己任，让神进入生活中的每个大大小小的环节里。父母可以多留意孩子的灵命需要，常常和孩子讨论灵性的话题和分享见证，启发更多双向的交流。家庭门训不仅仅是知识的培育，更是关系的建立。但愿父母双方都能同心，目标一致，竭力成为孩子的好榜样与属灵导师，以生命影响生命，栽培虔诚的下一代。

最近在网络上看到一则漫画，大意是说撒旦挑衅上帝，指疫情让很多教会都关门大吉了。上帝回应他说：“但我却在每个信徒的家里设立了教会。”这实在是再真实不过了。所以既然时机已经来了，我们何不从现在开始就实行家庭门训的操练？从合神心意的家庭开始，我们一起迈向合神心意的世代。

读懂上帝的心意

如果家庭门训对你来说是一个全新的看见，你心中充满“要如何实行？”的疑问，那不妨就从最简单直接的方式开始——和孩子一起读《圣经》。如果孩子还小，不会自己阅读，你可以讲《圣经》故事的方式让他认识上帝的真理。市面上有很多适合幼儿的《圣经》故事书，图文并茂颇能吸引孩子的专注力。父母每天晚上给孩子读个故事，然后针对故事内容讨论当中的真理教导，这无形中就给孩子喂养了灵命粮食，让信仰更扎实。要注意的是，我们必须让孩子清楚知道《圣经》故事有别于童话故事或其他虚构的故事，《圣经》故事是真实事迹与人物的记载，虽然有些情节看似不符合现实逻辑，我们无法用人的智慧去解释，但这正好让孩子认知到神的大能与权柄、祂的公义与慈爱。

“都要记在心上”

上帝的话语是智慧的源头，要把神的话牢牢记在心上，教导他们背诵经文是很好的方法。幼儿时期的孩子，学习力强记忆又好，只要多教导多提点，多难的词句都难不倒他们。孩子太小理解能力有限，他们口里会念心里却不明白，怎么办？当然，我们教导孩子背经文之前，一定要先让他们对该经文有最基本的理解或一些背景的认识。当下孩子未必可以完全理解经文的意思，但就像犹太人的教养方式，从小让孩子背圣经，旨在先锻炼记忆，放眼未来的深入理解与体会。

想想看，你现在朗朗上口的经文，是不是小时候懵懵懂懂就学会背了？以前不明白的，随着人生经验的累积，是否让你恍然大悟，一生受用？



在主日学里，我们也很注重背诵金句的功课。每次的教课内容都包含一句简短的经文背诵。从三年前开始，除了配合故事的经文之外，我们让孩子在敬拜赞美过后一起背诵主祷文。那时心里也确实有挣扎，98个中文字的主祷文，四到六岁的孩子能掌握吗？就这样凭着信心交托，我们周复一周地和孩子背诵，也鼓励父母在家和孩子练习。一路下来的成果是令人鼓舞的。虽然有些孩子需要较多的时间，但从四岁到六岁，三年的时间，每个孩子都把主祷文记住了。

去年，我们选了《诗篇》23篇为主日学背经活动的主要经文。虽不敢说全体学生都倒背如流，但我相信，每个孩子的心中都有篇“《诗篇》23篇”。

每当生活中遇到不如意或感到疲乏的时候，这篇经文给了我安慰和应许。我尤其盼望孩子们在这段“跟往常不一样”的日子里，能够在生活中学会依靠神，了解为什么老师要他们背那么艰涩的经文。

《诗篇》23篇

耶和华是我的牧者，我必不致缺乏。他使我躺卧在青草地上，领我在可安歇的水边。他使我的灵魂苏醒，为自己的名引导我走义路。我虽然行过死荫的幽谷，也不怕遭害，因为你与我同在；你的杖，你的竿，都安慰我。在我敌人面前，你为我摆设筵席；你用油膏了我的头，使我的福杯满溢。我一生一世必有恩惠慈爱随着我；我且要住在耶和华的殿中，直到永远。

吴秀宝



美佳堂4-6岁主日学老师。

15年前陪伴大儿子踏入4-6岁主日学课室的门槛后，就再也没离开过。如今家中三个宝贝已是青少年，所以格外珍惜与小朋友共处的时光。

亲爱的爸爸妈妈们，让我们把神吩咐我们的话，都记在心上，常常与孩子谈论。一起来带领孩子背诵经文，让他们更明白神的心意。

经文背诵

- 我们爱，因为神先爱我们。（约一4:19）
- 当信主耶稣，你和你一家都必得救。（使16:31）
- 我靠着那加给我力量的，凡事都能作。（腓4:13）
- 不要害怕，因我与你同在。（赛43:5）
- 因为凡祈求的，就得着；寻找的，就寻见；叩门的，就给他开门。（太7:8）
- 你的话是我脚前的灯，是我路上的光。（诗119:105）
- 你们要靠主常常喜乐；我再说，你们要喜乐。（腓4:4）
- 你们愿意人怎样待你们，你们也要怎样待人。（路6:31）
- 你要专心仰赖耶和华，不可依靠自己的聪明。（箴3:5）
- 你们作儿女的，要凡事听从父母，因为这是主所喜悦的。（歌3:20）



文：陈莲娜

《向下的移动：基督的舍己之路》的启示

基督徒的召命

自从有了智能手机，资讯和工作激增，人们渴望被关注、追逐名利及高物质享受，生活越来越停不了，长时间处在忙碌中。

2020年农历新年期间，新型冠状病毒袭击全球。因着疫情，我们在管制行动法令下，不得不终止各种活动，乖乖待在家里。所有计划与步伐都打乱了，人开始醒觉人类原来很渺小，不比大自然强。此时此刻，好些人开始后悔没有做好储蓄的规划，砸了太多钱在没用的不动产上，落至现在。

身为基督徒，什么才是我们最该关注的？

若没有停下来，或许我们根本未察觉世界已经如何无情地摧毁了人性并横扫教会，以致大部分教会在各项忙碌中完全地迷失了方向。身为基督徒，我们原该知道所信仰的耶稣是非一般的“道”。耶稣是上帝的儿子，上帝的“道”，由始至终与世界格格不入。可是身为耶稣的门徒，我们却一边跟随耶稣，一边千方百计地希望自己能够融入世界；跟随耶稣，同时，想办法满足世界的一切要求；这样的三心两意，却渴望丰盛有意义的人生，行得通吗？什么才是基督徒所应当专注的？

卢云在他深具穿透力的小书——《向下的移动：基督的舍己之路》为我们提供了有力的指引。卢云认为，上帝对我们的呼召，是要我们成为真正的基督门徒，生命中真正经历耶稣基督的福音，能够为基督作见证，让人看见基督住在我们中间，也让人看见基督存在我们的心里的真门徒。简而言之，真门徒的生命就是要活出基督，作个活着的基督。活出基督，意味着倚靠圣灵的大能，与世界走相反的方向；作个活着的基督，意味着活出圣灵的果子——甘心乐意地过着爱上帝且舍己，自愿倾向无权无力，从伟大走向渺小，一种不看重自我意识形态的生活。活出基督，是一条跟随基督，与父上帝有着亲密关系的交往，一路“往下行走”的道路，走向一条充满神圣与十字架的路。

卢云提出几个很重要的灵命操练，尤其是“心思操练”的独自祷告。透过心思的操练，经常将自己赤裸裸地带到上帝的面前，让上帝自来对付我们生命中的污秽，拿去我们各种想要向上的欲望，重新聚焦于基督。这是何等不容易操练的生活方式，但却又是令人兴奋的崭新道路。

但愿疫情帮助我们学会安静在上帝里面，容许生命留出更多空间，让上帝的话语扎实填满，更新我们的属灵生命。使我们的生命，能够更全面地体现基督，活出有基督在我们里面活着的小基督。甚愿基督的爱继续激励我们，让我们以祂的爱继续同理社会中的贫乏的人，不遗忘身边的穷人，愿意舍弃过多的享受，好叫自己有余，还可分给那些无法得到的人。✠



陈莲娜



没有牧会的已婚女传道，喜欢证道与写小品，思考整合信仰，让信仰与生活融合。



顾影自省 | 你影中有我，我影中有你

文：黄伟文

打开《绿皮书》 (GREEN BOOK) 检视自己的 尊严

人喜欢把万物分门别类，进行标签。因着各种哲学、主义的抬头，人也为自己或别人贴上各种类别。以马来西亚为例：我们有华人、马来人、印度人等。华裔还可再细分为福建人、广东人、客家人、潮州人等。宗教信仰亦把人类分化为各种群体，如基督教、伊斯兰教、佛教等。每个宗教还可以再细分为许多不同的宗派。格物致知没问题，但是各种分化、标签所带来的偏见和歧视却被政治人物利用，成为廉价捞取政治利益的工具。



种族歧视和同性恋这两个政治正确的电影题材一直是奥斯卡金像奖的常客。

现在要为大家介绍一部改编自真人真事，结合了公路、兄弟情的喜剧——《绿皮书》(Green Book)。

背景是1962年的美国。男主角东尼(Tony Vallelonga)是一位粗俗的意大利裔美国人(白人)，在机缘巧合之下受聘于一位受过高等教育的著名黑人钢琴家唐·雪利(Don Shirley)。当时美国南部种族主义横行，温文儒雅的雪利聘请了无理邈遏的东尼作为司机两个月，以便顺利进行南部的钢琴巡回演奏。这两个人物的设定，颠覆了一般人认为白人比较高尚，黑人比较低俗的观念及黑人一定是为白

人打工的刻板印象。于是，两个性格，肤色完全不同的人，踏上了一段两个月的公路之旅，擦出很大的火花。

雪利是钢琴家，行为举止都充分显示出他是富有文化教养的绅士。虽然如此，由于他是黑人的关系，受到许多不公平和无理的对待。为了摆脱对外人黑人低俗没文化的刻板印象，雪利努力活出有文化教养的绅士模样，誓要让人知道黑人也可以跻身上流社会。相反的，东尼虽然是白人，但是他粗俗没文化，经常不按牌理出牌，与雪利的绅士模样形成强烈对比。

绿皮书是一本黑人旅游指南，因为当时美国实行种族隔离政策，不是每一间旅馆或餐厅都能招待黑人，所以东尼需要翻阅绿皮书看看他的老板雪利可以住哪里，在哪里用餐。

漫长的旅途中，两人由彼此看不顺眼，渐渐肝胆相照。东尼也逐步从歧视黑人到尊重黑人。许多时候，雪利因为肤色而被无理对待，都是东尼出手相助。雪利也从东尼身上看见自己过于拘谨、不能好好享受生活的问题。印象最深刻的一幕，雪利哭着说，自己努力想向世人证明黑人也很有尊严，却还是受到白人的歧视，自己的黑人族群也不接受自己，觉得他们和雪利的层次相去很远，不是同类。

取一段雪利在电影里的对白：“And I suffer that side alone, because I’m not accepted by my own people ‘cause I’m not like them, either. So if I’m not black

enough and if I’m not white enough and if I’m not man enough then tell me, Tony, what am I!? You never win with violence, Tony. You only win when you maintain your dignity.”

电影主题严肃，导演却用轻松，幽默而温馨的方式呈现，这绝非是让人看不懂的文艺片。最后，雪利带了香槟来到东尼家，想要一起庆祝圣诞节。这让东尼一家和朋友惊呆了，因为他们没想过会有位黑人到来。但是大家还是非常欢迎雪利，东尼的太太还拥抱雪利并感激他“调教”好丈夫。就这样，电影以一个温馨的圣诞夜作为结束。

**“暴力永远不会取胜，
保持尊严才会取得真正的胜利。”**

**“光靠天份是不够的，
改变人们的观念还需要很大的勇气。”**



黄伟文



木讷闷骚，经济实用男。
在生活的快慢繁简间走动。
世界之大，多的是我不知道的事。
但愿，世界和平。



来自上帝的祝福

