



### 粵語堂通訊

電郵地址: [info@cccnc.org](mailto:info@cccnc.org)  
電話: (215) 627-2360

10街/春天街教會  
225 North 10th Street  
Philadelphia, PA 19107-1820

11街/萬安街教會  
1101 Vine Street  
Philadelphia, PA 19107-1820

### 編者的話

今期執行編輯嚴婉紅

「足跡」今期的主題是「望」。基督徒的盼望是信仰的經歷，當我們面臨苦難的時候，有上帝賜下能力與恩典，堅固我們、激勵我們不畏困境，勇往直前。只要我們心存盼望，就能勝過世界，不被仇敵引誘，上帝會根據我們在地上所行的，加添我們的榮耀。反之，基督徒活在世上如果沒有盼望，就不容易表現出對基督的信心，也不容易活出愛。

在今天這個世代，想要作合上帝心意的基督徒，會遇到許多挑戰。在順境時，我們常常被引誘而犯罪；在逆境時，又無法緊緊抓住上帝的應許，最後離上帝而去。但是保羅說：福音是上帝的大能（羅 1:16），要救一切相信的人，這就是活的「盼望」。

為什麼基督徒要有盼望？「盼望」與「希望」其實是不一樣的。當我們說「盼望」或是「希望」，同樣一個字的運用，它的含義和意思卻是大不相同。「希望」的意思是，我不確定到底會不會發生，但我希望它不要發生，或我希望它會發生，所以在一般人的用法，「希望」等於是不確定。但是聖經裏面用「盼望」這個字，

### 內容概要

編者的話 (嚴婉紅)	P.1
主題文章	
活在盼望的人生 (陳慎禮牧師)	P.2
盼望：比《明天會更好》更好的明天(李炎璋)	P.4
「心死」與「盼望」 (羅天虹)	P.10
團契天地	
盼望由主愛所生 (鍾宜韻)	P.12
遙望祭壇 (鄧張瑞芳)	P.13
主一直在保守我 (李華)	P.14
殆焉望主軒志 (殆焉望主軒居士)	P.15
望子成龍 (李安雄、李少芳)	P.16
務要及時 (編輯小組)	P.18
親子園地	
家庭教育決定寶寶的一生(編輯小組)	P.20
聖詩史話	
時刻蒙恩 (羅方麗霞)	P.23
知多一點點	
保養您的心臟(伍潔瑜)	P.25

# 編者的話

(續上頁)

是確定將會發生。在希伯來書的11章1節說：信就是所望之事的實底，是未見之事的確據，這就是「盼望」。

從主題文章中，我們更能明白「盼望」在基督徒生命是何等重要！

在今期團契天地裡，我們邀請粵語堂每一個團契都有一位團友為我們撰稿，讓我們閱讀之後，嘗試窺探每一團契的特色！

今期我們新增一欄目---「親子園地」。近年家庭教育的角色，地位提升，「龍媽」、「虎媽」、

「恐龍家長」、「港童」等都引起爭議。在未來的日子，希望在「親子園地」裡，家長們可以交換心得，彼此鼓勵。

還有「知多一點點」一欄中。「開心護士」為我們找來一些心臟科的資料，願我們各人都擁有一個健康的心臟，好好的管理神的殿。

老當益壯的羅伯母本期仍為我們撰寫「聖詩史話」。

如此豐富內容，實在不能不閱讀！

## 活在盼望的人生

陳慎禮牧師

盼望（ Hope ）是人類生活自然的心理活動。盼望是對未來的期待和瞳景。失望，甚至於絕望是瞳景的幻滅。徬徨不安則來自盼望過程中患得患失，不知瞳景能否實現的內心掙扎。

心理學家（ Charles Snyder ）指出盼望包括三大因素：目標，意志力和實踐力（ Goal ， Willpower ， Waypower 。 ）人生沒有目標很容易使我們變成沉醉於吃、喝、玩、樂，甚至於行屍走肉的活死人。人生有目標，可激發意志力。不論目標高、低，都令我們有活力、有方向、有滿足感的生活。然而實現盼望，我們則不能停留於空想或發白日夢，而是要實際地、有智慧和有計劃地，不怕犧牲、付出努力、一步一步地邁向目標。

(續下頁)

# 主題文章



(續上頁)

有趣地，基督徒相信的上帝，正展現出有目標、意志力和實踐力的特質。上帝從混沌中創造天地，基督在罪惡世界中成就救贖。聖靈在不信的世代中不斷更新，無不顯示出上帝對宇宙萬物和人類社會的期望、參與、犧牲和同行。當使徒約翰在啟示錄第廿一章1-3節宣告：「我又看見一個新天新地.....神的帳幕在人間.....」時，就是高唱著「上帝—我們的盼望」的美的樂曲。

基督徒又如何活在盼望的上帝中呢？聖經學者（Paul S. Minear）指出基督徒應有的四種態度：

第一，上帝是我們盼望的根基。基督徒對家庭、事業、社會、人生都很自然地有不同程度的理想和盼望。這些盼望有得有失，但基督徒可以把這些盼望呈獻與上帝，讓上帝指導、糾正，並祈求上帝賜給我們倚靠祂的心，能平靜安穩地安渡每一天。

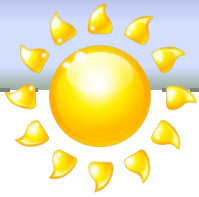
第二，基督徒不能避免地遇上困苦、悲傷的處境。此時正是基督徒走進上帝的避難所尋求保護、安慰、等待重新振作的時刻。

第三，注目於上帝美善的作為。基督徒應走出狹小的人生圈子，認識、感受、參與上帝或大或小、改變生命、伸展公義、和平的天國工程，以上帝之樂為樂。

第四，以上帝救世之心為心。基督徒應了解、學習上帝對人類從不放棄的心，總是以忍耐、盼望之心等待我們的回轉。我們亦以此心對待家人、朋友、同事和身旁的人、總不輕言放棄，總是祈盼上上帝的介入和改變。

最後送上保羅在羅馬書十五章13節的祝福：「但願使人有盼望的上帝因信將諸般的喜樂平安充滿你們的心，使你們藉著聖靈的能力大有盼望。」

陳慎禮牧師Ben，以琳團友，現職於美國浸信會國際事工部。統籌中國/香港、印度、尼泊爾、菲律賓、南北韓、和斯里蘭卡等地區的宣教工作。



# 主題文章

## 盼望：比《明天會更好》更好的明天

李炎璋

### 《明天會更好》

最近再聽再唱《明天會更好》這首經典歌曲，勾起了不少回憶和感想。

這首歌伴著我大學時代成長，在八十年代中期（1985年）誕生和流行。當年美國有45位歌手，為了喚醒世人關注非洲的飢荒，願意跨越唱片公司合約的界限，共同創作和錄唱了《四海一家》(We Are the World) 這首名曲，譽滿全球。於是台灣一眾60位歌手，也效法響應，錄製了《明天會更好》這首深受全球華人喜愛的歌曲，由羅大佑作曲、七人共同填詞。

動聽優美的旋律、朗朗上口的歌詞，娓娓道出這個忙碌、混濁的世界裡，仍有少年人幼嫩清純的夢想。雖然我們這一代是帶著淚水熬過，雖然世界依然充滿了飢荒和戰亂，但看見下一代心靈初醒，對理想無畏的追求，面上帶著青春燦爛的笑容，就叫我們對明天重新充滿希望：

輕輕敲醒沉睡的心靈 慢慢張開你的眼睛  
看那忙碌的世界 是否依然 孤獨地轉個不停  
春風不解風情 吹動少年的心  
讓昨日臉上的淚痕 隨記憶風乾了

抬頭尋找天空的翅膀 候鳥出現牠的影跡  
帶來遠處的飢荒 無情的戰火 依然存在的消息  
玉山白雪飄零 燃燒少年的心  
使真情溶化成音符 傾訴遙遠的祝福

唱出你的熱情 伸出你雙手  
讓我擁抱著你的夢 讓我擁有你真心的面孔  
讓我們的笑容 充滿著青春的驕傲  
為明天獻出 虔誠的祈禱.....  
讓我們期待 明天會更好

# 主題文章

(續上頁)

## 真的「明天會更好」？



還記得1989年六四民運，軍臨北京天安門廣場的恐怖記憶，仍歷歷在目、隱隱在痛的時候，我們忍住心靈的痛楚，抱住福音的使命，聚集了當時留在費城的一群中國學者、學人，與他們一起走過這段黑暗絕望的日子，陪他們走向基督慈愛擁抱的光輝。(這就是「普通話堂」和「大學城教會」的開始。)

當我們在賓大宿舍的大廳第一次聚會交流、彼此認識時，一同唱起《明天會更好》。深感暴政雖無情，但見到年輕的學生領袖紛紛起來，為了家國自由民主的夢，不惜犧牲小我，獻出自己，大家感到中國仍有希望，仍有明天。我和他們雖然各自生長在紅旗南北兩地，但那激昂的旋律、熱切的歌詞，卻叫我們的內心深處一同得著點點安慰，盡在默然不語之中。

每當人面對巨大的困境，落在絕處的困局中，總需要抓著一點希望，一種繼續奮鬥、繼續掙扎、繼續生存的動力。往往像《明天會更好》這樣的信息，正正是我們心中想聽到、須要聽到的勉勵。

誰不想聽到「明天會更好」？誰不想見到「明天會更好」？可是，誰能肯定「明天會更好」？誰能保證「明天一定會更好」？最多，我們只能說：「明天可能會更好、明天但願會更好」。

## 乘風破浪、前程錦繡

勾起懷舊歌曲的思潮，又令我想起另外兩首，是粵語主題曲啟蒙時期的作品，陪伴著我們同度小學和初中的歲月。

《乘風破浪》節奏明快，歌詞順口，叫人急步向前，不敢怠慢，不思退後：

時時望前莫後退 人人莫愁無伴侶  
迢迢路長萬里也未覺疲累  
遙遙遠路莫怕它 重重障礙莫怕它  
人人勵行勵志不掉眼淚

# 主題文章

(續上頁)

鵬翼高張 我地乘風去  
無限旅程 聯群和結隊  
帆盡高張 破浪乘風去  
無盡困難 終須消失去



《前程錦繡》蕩氣迴腸，氣魄深沉，教人堅忍不拔，無懼風浪，眺望明天。是已故歌手羅文的成名作之一。

斜陽裡 氣魄更壯 斜陽落下 心中不必驚慌  
知道聽朝天邊一光 新的希望  
互助互勵又互勉 哪怕去到遠遠那方  
前程盡願望 自命百煉鋼  
淚下抹乾 敢抵抗高山 攀過望遠方

小小苦楚等於激勵 等於苦海翻細浪  
藉著毅力 恃我志氣 總要步步前望

## 盼望的緣由

默然回首，這些從小就在我們耳朵中、腦海中栽種的勵志信息，到底是憑什麼叫我們勇往直前、奔向明天呢？

- 年青魄力：**初生之犢不畏虎，新一代的清純動力，使人滿懷希望。
- 群體力量：**聯群結隊，互助互勉，手牽手、肩並肩，衝破困厄。
- 個人毅力：**憑著意志，靠著堅忍，擦乾汗與淚，不怕長路與障礙。
- 美好願望：**向光明看，憧憬明天，靜待黎明；當「日出喚醒清晨，地光彩重生」，就有希望，就有轉機。

我想，這些盼望的緣由，可靠嗎？能真正支撐我們渡過人生的波折和困境嗎？

- 新一代，**充滿活力，但當他們成長獨立，能保證不叫我們擔憂，不叫我們失望嗎？

# 主題文章



(續上頁)

- 與同伴一齊，同甘共苦，共度患難，但世上有多少友情，能存得長久，經得起歲月和苦難的考驗？
- 大無畏的志氣，個人的力量，更是不可恃。誰敢誇口，當晴天霹靂，巨浪當前，我的牙關定能支撐到底？
- 斜陽落下，必再有新的一天，但誰知道清晨就是轉機？誰知道我們不是一廂情願，說明天必會更好？

世人給我們的勉勵，世界能給我們的盼望，是如此奧昧隱晦，虛無飄渺，不可倚靠。人世間真正的寄望，何處可尋？

於是，我到《聖經》那裡尋找答案。

## 盼望會更真！

首先我發現，《聖經》叫我們引頸期盼的，是必然要發生的事。相反，人世間的盼望，只是我們一廂情願它會發生的事情，是我們單方面的美好願望。

比如我們廣東人有時會說：「望到頸都長，希望快點嫁女抱孫！」但當這樣說的時候，其實我們是沒有把握，也沒有保證，阿女一定會嫁得出去，又好快生兒養孫。這只不過是一個心願，一個希望。

但《聖經》叫我們「望到頸都長」的，卻是上帝為人所鋪排的永恆計劃，是上帝保證必要實現的，只是時辰未到而已。我們在上帝面前，是等待「未曾發生的事」，而不是企盼「未必發生的事」。

那究竟我們所盼望、所等待這未來的境況，會是如何呢？我的心被帶到使徒保羅在《羅馬書》第八章18-25節這段沉鬱有力的描述：(新漢語譯本)

事實上，我認為現今所受的苦，與將來要向我們顯現的榮耀相比，根本算不得甚麼。

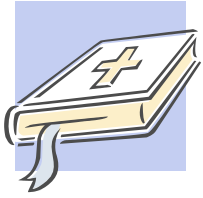
受造之物熱切期待，等候着 神的眾子顯現。因為受造之物屈從於虛空之下，不是自願的，而是由於那位使它屈從的；其實受造

(續下頁) 7

# 主題文章

(續上頁)

之物是在盼望中屈從，這盼望就是：受造之物本身也將要從敗壞的奴役中得到釋放，進入 神兒女榮耀的自由。



事實上，我們知道，一切受造之物至今仍在一同呻吟，同受陣痛。不但如此，就連我們這些有聖靈為初結果子的人，也在自己心裏呻吟，等候得到兒子的名分，就是我們的身體得蒙救贖。因為我們得救的時候是存着這盼望的。

可是，看得見的盼望就不是盼望了，因為看得見的事，誰還會盼望呢？但我們若盼望那看不見的事，就要耐心等候。

## 永恆會更好！

《聖經》不諱言，我們現今在地球上所過的日子，不是事事順利、日日安舒，而是悲喜交織的人生。在某些季節裡，在某些段落中，也許更是悲多於喜、苦多於甜。《聖經》說我們並不是孤獨地熬著苦楚的日子，原來受造的萬物、整個宇宙也與我們芸芸眾生同在呻吟哀嘆，等候釋放。

但這呻吟哀嘆，不是無病呻吟，更不是絕望呻吟，而是「陣痛」——是深切的痛，卻也是短暫的痛，是有限的痛，不是無止境的痛。是難掩欣喜、熱切期待新生命誕臨的陣痛。想到孩子出生後面前漫長的一生，這幾小時的陣痛就覺得絕對值得，絕對捱得過。

上帝要我們把視線拉遠，把眼光跨越今生的門檻，越過此刻短暫的苦境，在淚光中遠望祂在永恆裡為我們所預備的豐華：

- **榮耀！** 活在永恆這邊的我們，根本不知「榮耀」為何物。當想到永恆，想到天堂，我們大概只想到與主相會時的親切和溫馨。但《聖經》告訴我們，當見主面的時候，祂那聞所未聞、見所未見、壯麗無比的榮耀，要展現在我們眼前。比日落西山、紅霞漫天更壯觀百倍。比尼亞加拉大瀑布、萬馬奔騰更崇高千倍。比奧運開幕式的豪華瑰麗更奪目耀眼。玻璃晶海、碧玉聖城、天虹寶座、亮麗無邊，只為映襯上帝兒子統治人間至極的風采！



# 主題文章



(續上頁)

- 復活！**《聖經》說我們的身體要得到最終的救贖，要從罪污敗壞咒詛的惡性循環中得到解放。我們信主時，上帝賜給我們新造的心靈。但當我們復活時，祂要賜給我們新造的身體。當我們步進永恆的時候，這榮耀的身軀，讓我們能充分地、徹底地、完滿地享受新天新地所賦予的一切美好。天地，成為「天地2.0榮耀版」；身軀，成為「身軀2.0榮耀版」，完美配搭。今生的病痛、情緒低落、罪性污染、性格弱點，在新天新地中只成為湮遠的往事。
- 產業！**《羅馬書》8:17說我們既是上帝的兒女，就是祂的「後嗣」，亦即是有名分「承受產業」的人。就好像當我們被接納成為美國公民的一刻，所有美國的優良傳統、文化價值、福利制度、公民權益，馬上就屬於我們，即使從未貢獻過半點的努力。同樣，當我們在永恆中覲見上帝，祂所擁有的一切、祂所統治的一切、祂所創造的一切、祂所喜悅的一切，也都屬於我們。祂與我們共樂、共享、共尊榮。

今天又如何？

天堂，不是個美麗的童話。永恆，不是個夢幻的神話，而是上帝親筆簽名保證，為我們預備好了前面的旅程。

你說：永恆這麼遙遠，解決不到我今天的處境，也幫助不到我今天的困難。主耶穌說：「在世上你們有苦難，但你們可以放心，我已經勝了世界。」祂是同行的主，在艱難中祂要鍛煉我們的生命，使我們的雜質除去、偶像毀去、矜誇奪去，能以爐火純青，全然屬於主，全然倚靠主。

神未曾應許	天色青藍	長路人世中	花香常漫
神未曾應許	常晴無雨	快樂無憂愁	沒有哀歎
神卻曾應許	天天有力	光明在引領	作工得息
試煉得恩助	心有祈盼	體恤永伴隨	慈愛無限

神未曾應許	今生不遇	危難和痛苦	各樣難處
神未曾應許	我們倖免	試煉和艱難	前路風雨
神卻曾應許	天天有力	光明在引領	作工得息
試煉得恩助	心有祈盼	體恤永伴隨	慈愛無限

(續下頁) 9

# 主題文章

(續上頁)

不知道「明天」是否會更好，只知道「永恆」一定會更好，也知道「今天」會有力量，因為有全能的上帝相伴而行，祂領路到永恆。

李炎璋，現任粵語堂同工會主席，詩班長，主日學老師以及其他事奉。

## 「心死」與「盼望」

羅天虹

國人常謂：「哀莫大於心死」。

「哀」是不受歡迎、人人都想逃避的情緒。「哀」的終極是「心死」，心死不會只是情緒低落，失望或灰心那般簡單。心死是個人對自己、別人、世界的完全絕望。一個完全絕望的人，就只有自殺一途了！

多年以來，我常為二次大戰期間數百萬猶太人被納粹黨屠殺的悲劇哀痛。我向自己發出一個疑問：為何這些猶太人（數百萬之眾）不會拼死反抗？歷史學者曾為這個問題「攪盡腦汁」。有人說：他們是被蒙蔽，是在全然無知的情況下“如羊，被牽到宰殺之地。”也有人說：他們是被飢餓煎熬到連反抗的心力與氣力都沒有，只有一死了之！

「意義治療法」的創始人（Frankl 1905-1997）是一個從集中營中死裡逃生的生還者。後來他寫了「從集中營到存在主義」一書。其中道出個人能絕境重生的三個原因：

第一是他渴望再見自己的親人，這種渴望與親人再見的心願成為在患難中支持他堅強地活下去的巨大力量，因為唯有活下去，才能體現與親人再見的心願。

(續下頁) 10

# 主題文章



(續上頁)

第二是希望能完成他一生寫作的志願。為著這個，Frankl一定要活下去；

第三是他內裡的信仰成為他要活下去的主要支柱。

Frankl在被盟軍救出，第一次公開講話的時候，見證他能幸免於難全是因為心中對神堅定的信仰。根據他個人的見證，我們可以把他的生還的原因歸納為信仰與盼望兩個。他心中的上帝不但加強了他生存的信心，也燃點著他渴望與親人見面及完成一生心血著作的志願。

否定了上帝，這個宇宙，便如唯物進化論者所言，成了機遇巧合的產物。人生又可來終極意義呢？人生若沒有終極意義，你我又為何生存呢？學生寒窗苦讀二、三十載是希望有一天能功成利就，光宗耀祖。母親雖經十月懷胎，生產之苦，卻因指望骨肉的誕生而毫不介懷。同理，一個寡母能含辛如苦、拼手胝足的把子女撫養成人，都是因為對他們的前途懷有一線希望。

因此，人不能沒有希望。沒有了希望，生存就失去意義了。無怪基督徒常把「信、望、愛」掛在嘴邊。

加拉太書8章25節說我們是憑著信心、依靠聖靈，等候所盼望的義的來到。羅馬書15章13節進一步指出信心與盼望的關係。基督徒因信「那使人有盼望」的神，就可以心中充滿喜樂與平安；不但如此，住在我們裡面的聖靈也逐日支持我們，加添我們心力，使我們在盼望的功課上不斷進步。

是「信心」使我們經驗上帝、耶穌和主內兄弟姊妹的愛。是「愛心」讓我們活得溫馨、滿有意義。是「盼（希）望」讓我們能充滿信心快樂地走人生的道路。

讓我們一同操練對心說話：“我的心呀，你當默默無聲，專心等候神，因為我的盼望是從祂而來。”（詩62：5）

羅天虹Daniel又名羅伯；已退休，愛閱讀，更愛旅遊。無他，行萬里路，勝過讀百年書也。

# 團契天地

以諾團契

盼望由主愛所生

鍾宜韻

在極度絕望時，人會形容自己碰上四度圍牆，四面漆黑，找不著出路。渴望的是怎樣了結這個生不如死的絕望！

在遇上患難困苦時，人會嘗試找希望！於是乎就把自己的深情、願望、安慰、精神和一切的努力都附屬在不同的對象上。但是「望夫石」、「望子成龍」、「望梅止渴」大概也是抱著「望就是這樣望」的心態。是否真正願望達成也是「望天打掛」（意：「沒著落」）。風險是妻子可能變成化石、兒子成不了龍、口渴的依然是口渴。能否最後找到所想的出口？似乎也要考慮很多變化不定的因素。

難道神要我們窮途末路又或者看著我們走一個走不出的迷宮麼？不是的！神賜人的盼望非一定是肉身脫離患難，乃是靈性上提升以至我們超脫困局。這個盼望是源於十字架上的犧牲，引伸到我們這些屬基督的人去心感神的愛。這個「愛」豈是常人能明白的呢？就是那天因著接受了主，祂就立即給我們作兒女的名份。祂沒有馬上賜一個強勁百倍的新我，又或者拿去舊我，反而祂說我應許豐盛的生命，你現在患難、困局中是我容許的，因為要看到我所賜的豐盛生命是要走過成聖的道路，而走成聖的路就一定要經過塑造，塑造的過程就是把你裡面的雜質拿開，但拿開的不是我，我讓你在苦難中看到你的自我但同時磨練當中的信心。

「盼望」就是你我在患難、困局中與神同行，越走越近的關係裡，被神堅定不移的愛所溶化，然後從心發出一個相信。因著相信神對人忠貞不移的愛情，看到神要成就我們。就是無論任何困苦都要藉祂的靈讓我們超脫環境的限制，享受著從心而發的釋放。這個自由是屬神的力量，屬神的喜樂，屬神的出口。

你今天所找著的出口是繫在創造者所造之物？還是繫在十架上那樂意與你有個人關係的主呢？以前可能風聞有祂，但當你與祂親身碰上時，你一定要重視、要銘記，因祂注入你生命中那份力量會成為你我一生的盼望，那怕是生、是死、是疾病、是患苦也不能滅絕！

鍾宜韻Ingrid Chung參加以諾團契，職業為執照心理輔導，工作於附屬賓州醫院的社區精神健康中心。另修畢聖經輔導高級證書。

# 團契天地

以琳團契

遙望祭壇

鄧張瑞芳

每一個主日我都喜歡坐近講臺的前幾行的座位上；因為可以近距離留心聆聽講員的話。我尤其喜歡一邊聽一邊翻閱聖經，因為經過一星期忙亂的生活，今天可以安靜下來細聽主的話，我的靈魂可以得著滿足！

在很久之前，每當我遙望祭壇；心裡常覺虧欠。為何我們這幾百人的教會，祭壇上除了奉獻袋就是兩瓶每星期都一樣的絲花？就不像許多教會都有的主日鮮花奉獻！我們在歌唱讚頌神、我們在奉獻金錢、我們在協助擴展神國，但祭壇也應該有美麗的鮮花點綴啊！

偶爾見到祭壇有一些鮮花擺設，心中浮起一陣喜悅；但失望地發現原來是一兩天前的喪禮留下來的。啊！我們的主是創造天地萬物的主，為何不能有第一手獻上的鮮花，而要獻上第二手的呢！？聖經裡不是教導要獻上初熟的果子，該隱做得不好，不像亞伯獻上頭生的，所以不被神所悅納。雖然神是創造天地萬物，祂甚麼都不缺乏，但是祭壇還是可以漂亮一點！

去年有一天偶然翻看夜校的章程，赫然看到裡面有十堂插花班。這使我回想起在香港時曾進修過一些插花課程，但因移民關係便擱下了。因為時間久了，信心也沒了。現在看到這章程，令我蠢蠢欲動重拾起過往失落的興趣，於是毅然報名。十堂很快便過去了，信心還是不大，但成功是在嘗試，不做就永遠都不會成功的，怕錯就永遠都不會做得到！而且花朵更是任我擺佈，最多是好看與不好看的問題...。

我是願意藉著每一次的拼湊，學習欣賞神賜給我們每一朵美麗的鮮花，感謝神給我這個機會去榮耀祂！

鄧張瑞芳Rosana Tang，以琳團契同工，詩班中堅份子，在銀行工作，有兩女一子。

# 團契天地

佳方團契

主一直在保守我

李華

在我六歲的童年，日本軍侵佔了整個中國，人民生活非常非常痛苦。八歲的我更失卻父親，靠著家母以小買賣來養活一家。五兄弟姊妹中，我排行最細，大家姐出嫁，長兄成家立室，神一直在看管我，使我仍有入學機會，讀滿小學六年班。

八年，終於抗戰勝利。1945年和平，我恰巧是小學畢業，本想升讀「常平中學」，環顧家境清貧，不想再上學，想起兩位同學在香港果欄工作，我便修書求職，十多天我便得到覆信報好佳音，叫我盡早出香港上班，好像神早就預備我童年的夢想...

1945年八月，我別了慈母及鄉井，拿著簡單行李，便跟隨同村的叔叔乘火車到九龍再乘渡輪到上環「東來里果欄」上班。沒有出門經驗的我，在這茫茫人海的人生中，我真不知天高地闊啊，這勇氣何來？真要感謝神。

年過年、月過月，我在果欄胡胡混混也長大成人。結婚後生兒育女，不經不覺有兩男兩女，好在住的是公屋，稱得上是舒適一點。但我還不知真正的人生。

中年的我，生活非常腐爛，沉迷賭博，使我配偶時常憂心牽掛。幸喜她不離不棄，逆來順受，數十年來勤儉持家，大家勤力工作，經過不少風風浪浪在這大海漂流，神也是在掌管我一家大小的明天。

兒女大了，個個成家立室，長子結婚之年，是我兩老走進教堂正式成為天父兒女的好佳期，那年是1987年在長沙灣基督徒聚會所守禮拜。教會中大小團契或活動都甚少參加，屬靈生命毫無長進，幸好我的兒女們都是很愛主的聖徒，時常幫助我兩老，使我們不至走錯方向。

1996年得兒女申請，神安排我兩老走進美國費城這塊美好的土地，還申請得到801老人屋處住，我倆可以安居樂住，雖然做了五年雜工，但心境非常快樂。這是神的恩典。

# 團契天地

(續上頁)

1998年我們轉會成為費城中華基督教會的真正會友，從此我們便參加教會合適的活動，如佳方團契、長輩團契、長輩主日學等。星期四早晨十點梁牧師帶領查經，更使我在神話語中得以成長。我曾經享有過參與崇拜司事的事奉的機會，但為了一些小問題，我們停下來，沉思自己的過失，這是不夠順服，服事不夠力，求神寬恕，給我改進。

2010年八月我真快樂，香港第三女兒一家來美國旅行，加拿大的大兒子一家、紐約二子一家，都齊來少芳新澤西州家總集合，正式老少五伙人家共十八人，所有人都齊齊整整、快快樂樂，一家大小一齊吃喝、一齊唱歌讚美神、一齊禱告，十八口一齊同聲高叫「阿們」！榮耀歸與天上真神，這是最渴望的日子，願主更保守我全家上下，更努力向主的道路前進。阿們！

李華，太太李林麗嬌，參加佳方團契，長輩主日學班長。女兒、女婿、孫仔、孫女一同返教會。

揚恩團契

殆焉望主軒志

殆焉望主軒居士

序

余自幼好讀書，不論天文地理、小說漫畫，余皆甘之如飴。唯少年時居於香港，寸金尺土，藏書之處僅一書櫃已。及長，往各地求學，居無定處，無力聚歷年所購之書籍於一處。至近不惑之年方置業定居，家中能辟一室為書房。多年宿願得償，欣喜甚矣。經一番思量，定名之為殆焉望主軒，並書一文以明志。

文

《莊子·養生主》曰：「吾生也有涯，而知也無涯，以有涯隨無涯，殆已！」誠然，以人生在世有限之歲月，欲窮究宇宙人文無限之知識，寧不望洋興嘆乎？

(續下頁) 15

# 團契天地

(續上頁)

余得此軒雖喜，唯內藏之書實微不足道，較諸世間可讀之書，無異滄海一粟，然余欲每本精讀，亦感力有不逮。又念余致力生物物理研究，雖樂在其中，時至廢寢忘餐，不知老之將至，奈何憑尖端科技，耗二十多載光陰，猶僅可管窺一蛋白質分子功能之一斑。處此求精不得，求博不能之境，余不但無沮喪之情，反而心感興奮莫名，何也？

《使徒保羅致哥林多教會前書、第十三章》曰：「吾等今彷彿鑑中觀物，模糊不清，將來必能對面相處，纖毫皆見。吾今只見一隅，將來必洞悉一切，猶如神對我瞭如指掌。」

余藉基督之福音，得把握此應許，則眼前諸般難明奧秘，適為余盼望永生之因由，而現時研究之樂趣，實乃未來天國極樂之預示。夫唯神至高無上之智慧，方值得吾等以將來永生無盡之時間心力追求探索。能暢遊於神之無比奇妙中，並讚嘆歌頌之，永無止息，其樂固無窮也。

余每念及此，均覺雀躍不已。感恩之餘，書此與主內弟兄姐妹分享。

家樂團契

望子成龍

李安雄、李少芳

當我們想到「望」這個字，就會想起一連串的詞語如指望、仰望、盼望、願望、祈望...等等。成為父母後，「望子成龍」是一般父母們的心聲。

著名攝影師安妮格迪斯(Anne Geddes)拍攝了一系列熟睡嬰兒的藝術照，讓人看後從心底裡發出會心微笑。照顧孩子是一份累人的職責。他們天真，好奇的特性，往往具有出人意表的破壞力，有時也會發生一些意外。正所謂唔怕一萬，至怕萬一，父母隨時都要提高警覺。日以繼夜照顧孩子的起居飲食，偶爾還要平息兄弟姊妹之間的爭執。經過了整天的勞碌，父母最渴望便是孩子就寢的時間。昏昏欲睡的孩子，聽過故事及晚禱後，終於乖乖地入睡了。父母在就寢之前，還會再次檢視孩子們，確保他們安全熟睡

(續下頁) 16



# 團契天地

(續上頁)

。看見孩子安詳的睡容，那寧靜能消解一天的忙亂和挫敗。

聖經也指出，上帝預備給祂的兒女一個安詳的環境。「我要賜平安在你們的地上，你們躺臥，無人驚嚇。我要叫惡獸從你們的地上息滅；刀劍也必不經過你們的地。」（利未記26章6節）。但是許多時候因為我們的不成熟，使我們陷入危機、造成衝突。天父就像孩童的父母，渴望我們不再犯錯，並能安歇在祂安全又滿足的愛中。事實上作為父母，我們需要認識更多神的話語。我們學習神如何愛我們的方式去愛我們的孩子，更需要知道怎樣使用聖經去教導我們的兒女。

每年夏天，孩子都會參加暑期聖經學校。當他們回家後，常常唱出剛學會的詩歌，背誦聖經金句。相信這些詩歌、經文、聖經故事會留在他們的腦海，在未來的日子中活用。當陷入危機或挫折時，可以使用出來面對和處理事情。有一天，兒子與朋友打籃球，他的朋友突然被籃球擊中眼部，慌張得不敢張開眼睛。兒子馬上跑到他身邊，他觀察到其實朋友的眼睛並沒有受傷，只是緊張而已。他就鼓勵他說：「不要像掃羅，要像保羅」，意思就是不要像掃羅般瞎了眼，要像掃羅遇見真光後改變成為保羅般剛強壯膽。這話一出，他的朋友立時緩解了他的緊張，張開了眼睛。藉著聖經的領受，可以隨時隨地使用。

近來在觀看奧運，看見各國運動精英在運動場上渾身解數，把他們多年來的苦練，在世界比賽場中展露。他們的目標專注在奧運獎牌，為國家爭光，為自己吐氣揚眉。就如箴言29:18所說：「沒有異象，民就放肆；惟遵守律法的，便為有福！」，有了正確的異象，一切所做的就有了方向，有了動力。在基督徒而言，這異象是從神而來，走在神所預備的道路上，便不會像以色列人在曠野中迷失，兜兜轉轉。縱使得到世人所希望擁有的東西，卻找不到喜樂的源頭。

今屆奧運金牌得主加布里埃爾·道格拉斯(Gabrielle Douglas)，在女子團隊體操及個人全能體操比賽中均獲金牌。在賽前教練們還懷疑憑她十六歲的年紀和一些心理障礙，能否勝任去到世界級賽事中競賽？

在賽前和賽後的訪問中知道加布用聖經話語去應付壓力及加強自信心。

(續下頁) 17

# 團契天地

(續上頁)

是的，不少運動員看成敗過於一切，若拿不到獎牌整個人也會崩潰下來，這些情景也可從選手的父母們看到。有時想，假如他們的子女真的犯了大錯而輸了，他的父母會怎樣面對呢？立即向兒女指出錯處，好好地教訓一頓？又或是張開膀臂，摟子女到懷裏，給予他們安慰、肯定、和無條件的支持？加比在奪得金牌第一個回應是：「願榮耀歸與神，祂的恩福臨到我。」「讓我去讚美主，永遠不忘祂在我身上所作一切的美事。」

祈願我們也對神有信心，擁有屬神的盼望是最重要的，比「望子成龍」還好，能夠得到更多的祝福。又願父母能體會上帝的愛，學會用愛和忍耐去陪伴子女成長，成為他們生命中的啦啦隊，去發掘神所賜給每人獨特的長處。

## 聖經·新漢語譯本

羅馬書 5:2 「我們又藉着他，憑着信，得以進入現在所站立的這恩典中，並且以盼望神的榮耀誇口。」

李安雄、李少芳 Andrew & Brenda Lee，二人皆在教會中熱心事奉，安雄更是滿有音樂恩賜。

長輩主日學

務要及時

編輯小組

與長輩主日學的李婆婆交談，從唐朝崔護的一首詩“題都城南莊”談到傳道書“萬事皆有時”。

「去年今日此門中，人面桃花相映紅；  
人面不知何處去，桃花依舊笑春風。」

寫出流傳千年，人事全非的感慨詩句的作者崔護，唐朝博陵人。一年

(續下頁) 18

# 團契天地

(續上頁)

的春天，崔護去郊外體味春日的盛情。他走到一戶農家小院前，感到有些口渴，便走進院子向主人討水喝。一會兒，一個標緻脫俗的少女走出來，崔護說明來意，少女明眸凝視，覺得來者並無惡意，就殷勤地將他引入草堂，自往廚房張羅茶水。

崔護打量著四周，只見室內窗明几淨，書架上置滿詩書，牆壁正中懸掛著一副對聯，語句雅緻，絕不是一般鄉野農家的風格。少女托著茶盤從廚房中出來，見對方正凝視著牆上的對聯似乎在品味，她會心地嫣然一笑。崔護喝完水後看見少女在桃花映襯下，十分漂亮，不覺產生愛慕之情。但少女十分害羞，不肯開口，眼看太陽偏西，崔護只好起身道謝後，戀戀不捨地向少女辭別。

回家後，時常想起這位少女，由於他忙於讀書應考，所以沒有時間再去探望她。時光如流水，轉眼到了第二年春天，又是一個春暖花開的晴日，崔護回憶起去年春天的城南舊事，一路快行到城外，尋尋覓覓，終於讓他找到了去年那幢茅舍，茅舍門上靜靜地掛著一把銅鎖，告知主人不在此。崔護推開柴門，枯坐在院中桃花樹下，繽紛的花瓣落滿衣襟，仍不見少女歸來。又是夕陽西斜的時候了，他悵然地在房門上寫下七絕一首，這就是開頭提到的那首「題都城南莊」。

崔護城南訪舊，未能見到少女，回家後心裡一直放不下來，根本無法用心讀書，於是，數日之後，他再度往城南尋訪。尚未走近，遠遠地就聽到茅舍中傳出了陣陣蒼老的哭聲，連忙加快腳步趕到茅舍前高聲詢問究竟。

片刻之後，一位白髮蒼蒼的老漢走了出來，淚眼模糊，上下打量著崔護問道：「你是崔護吧？」他點頭稱：「晚生正是崔護。」老漢涕淚橫流，硬咽地述說道：「愛女絳娘，年方十八，知書識禮，待字閨中，自去春見了你，日夜牽腸掛肚，只說若是有情，你必定再度來訪。她等了一天又一天，春去秋來，總不見你的蹤影，她朝思暮想，恍然若失。時過一年，本已將絕望，前幾天到親戚家小住，歸來見到門上你所題的詩，痛恨自己錯失良機，以為今生不能再見到你，因此不食不語，愁腸百結，一病不起，現在絳娘卻先我而去了。」

(續下頁) 19

# 團契天地

(續上頁)

聽了這番哭訴，崔護彷彿橫遭雷擊，一時被震得不知所以。萍水相逢，癡心女子竟用情如此之深，怎不讓崔護心痛欲碎呢！

不管原來故事結局如何，崔護當時的心情真是後悔莫及。這種心情在新約路加福音16:19-31中，財主與拉撒路的故事，相信大家都很熟悉本故事。論到財主下陰間，有幾件事他沒有及時作。

- 1.不及時悔改聽信福音，所以死後不能得救，也再沒有機會。
- 2.不及時施濟幫助人，只知顧己；雖有拉撒路在門口需要幫助，他也不施援手。
- 3.不及時傳福音救人，到死後自己受了苦才想要救人，但已太遲了。

所以，未得救的人當及時悔改，信靠耶穌為救主；已得救的人，當及時傳福音救靈魂，及時行善。

與君一席話，反思自省，提後四章二節「務要傳道，無論得時不得時。…」盤繞在心間。

李婆婆，李歐陽少勤，參加長輩主日學，勤奮好學，裁縫手工技巧，為人所驚嘆！

## 家庭教育決定寶寶的一生

編輯小組

家長們大多按照自己的認知來對孩子進行教育，但大多都集中及針對孩子的學習能力，家長可知道，想孩子擁有高效率的學習能力和優秀的人格，是要在家教中多管齊下才能達到的。

身為現代父母。您知道現代孩子該怎樣教育嗎？很多父母認為，家庭

(續下頁) 20

# 親子園地

(續上頁)

教育開發孩子的智力，也就是讓孩子從兩三歲開始背唐詩，四五歲學英語，上學後要請家教、上補習班，成績一定名列前茅，將來一定要上名牌大學。似乎只有這樣，父母教育才算成功，孩子才算成材，實踐證明，這是對家庭教育的極大誤解，家庭教育最重要的任務應該是建築孩子的人格。

試想，如果一個孩子缺少對生命的認知（一遇到挫折就產生輕生的念頭），沒有夢想的能力（自己將來想做甚麼都不知道），不懂得保護自己（做了博士生依然被農民拐賣），無法與別人共享（腰纏萬貫卻不快樂），那麼，即使這個孩子科科考第一，又如何？

當今，最該改變的是父母的教育觀念。那麼，正確的家庭教育應該是怎樣？父母應該幫助孩子建造一個良好的人生平臺，讓孩子有好的人格修養，懂得尊重自己、尊重別人，懂得成功的真正含義。只有父母的教育觀念發生了轉變，我們的孩子才能接受良好的家庭教育，才能終生受益。

## 如何讓孩子樹立樂觀向上的心態

1. 接受現實是走向樂觀的第一步
2. 培養樂觀的性格，讓孩子坦然地面對生活中的不幸
3. 讓孩子面對事物不必大驚小怪
4. 不要讓孩子把精力耗費在焦慮上
5. 建立孩子的幽默感

## 讓孩子學會感恩，懂得寬容

1. 心胸狹窄只會讓孩子一生痛苦
2. 擁有愛心，就有了求知、求美的動力
3. 惡作劇會“惹禍”，及時引導孩子改正
4. 及時消除孩子的殘忍行為
5. 懂得感恩，才會成長

## 培養孩子面對挫敗的勇氣

1. 孩子是脆弱的，教他勇於正視失敗
2. 不容忽視培養孩子的意志力
3. 不能面對挫敗的孩子，很難融入社會

# 親子園地

(續上頁)

4. 用自信取代自卑
5. 總是責備孩子的失敗，孩子會變得“無能”
6. 對孩子要有誇獎，但不能過度

## 教育孩子自我保護

1. 教導孩子一些安全常識，冷靜應對傷害
2. 讓孩子學習獨立
3. 孩子缺乏處世能力，隨時都會有被生活吞噬的危險
4. 過份保護，就等於“傷害”
5. 提高孩子的“免疫力”，從容面對誘惑

## 讓孩子敢於夢想

1. 有夢想才有創造
2. 不要訓斥孩子的“夢話”
3. 孩子有夢想時，誘導他向夢想邁進
4. 拒絕孩子問“為甚麼”，等於剪斷他思維的翅膀
5. 善待孩子的興趣
6. 善於創造的孩子，往往具有一個奔馳的頭腦

## 培養孩子良好的溝通技巧

1. 懂得社交禮儀的孩子，能夠擁有好人緣
2. 孩子善於談吐，能引起別人好感
3. 尊重別人，就是尊重自己
4. 孩子勇於承認錯誤，則錯誤已改了一半
5. 合群能力比知識更重要
6. 懂得聆聽的孩子具有人格魅力

## 教導孩子合理使用金錢

1. 孩子越早接觸和學會使用零用錢，長大後更容易學會金錢的分配
2. 正確教導孩子處理壓歲錢或利是錢
3. 養成儲蓄習慣，讓孩子終生受用
4. 授之于魚，不如授之于漁
5. 糾正孩子盲目攀比的心態

# 親子園地

(續上頁)

## 幫助孩子正確認識自我

1. 鼓勵孩子主動與人交往，消除孩子的孤僻
2. 長期處在害羞中，孩子容易產生自卑感
3. 學會欣賞別人，才會欣賞自己
4. 讓孩子每天發現一個自己的優點
5. 懂得與人分享，是最大的得著

## 將孩子帶到主的跟前

1. 自少將孩子帶到主耶穌的跟前，讓他們純真的接納耶穌
2. 教導他們與主同行，與耶穌成為最好的朋友
3. 耶穌的性格是一個孩子學習的好榜樣
4. 讓孩子從耶穌裡獲得情緒上的安全感
5. 孩子能夠愛神，必定愛人
6. 世界的價值觀會變，唯有在主裡才有永恒不變的價值觀

(本文取材於“海華都市報”費城版)

## 時刻蒙恩

### MOMENT BY MKOMENT

曲—衛美(MAY WHITTLE MOODY) 1870—1778

詞—衛牧師(D. W. WHITTLE) 1840—1901

羅方麗霞編撰

作詞者衛牧師1840年出生於美國，死于1901年。作這詩的原因很簡單。一次衛牧師在英國遇見一位傳道人向他說：「巴不得聖詩裡能有一首論及主每時每刻的同在和愛顧的詩。」這句話留在衛牧師的腦海中，久久不能拋開。終於有一日，他拿起筆來，作成這首詩。他的女兒擅長音樂，為他配上曲調。當時慕迪先生被神大大使用，他佈道隊中的領詩者散基先生，偶然看到這首詩，覺得很好，於是選用它在他的詩班中唱歌。



(續上頁)

曲的作者衛美女士是衛牧師的女兒。這首詩在英、美兩國同時發行，使很多人受感動，得了很大的安慰，著名的解經家慕安得烈牧師曾說：「這首詩實在涵蓋了我們的信仰，每次唱起來，心中就得著很大的幫助。」但願我們每時每刻都與主同在，經歷祂的愛顧和保守，更每時每刻仰望祂愛祂。

## 時刻蒙恩

聖詩431

1. 與耶穌同死因死反得生，與耶穌同活因活恩日增；  
仰望我恩主榮光必照臨，每時每刻我都蒙主鴻恩。
2. 無有一試探我主不開路，無有一重擔我主不擔當；  
無有一憂慮我主不與分，每時每刻我都得主鴻恩。
3. 無有一傷感我主不安慰，無有一眼淚我主不寶貴；  
無有一危險我主不同在，每時每刻我都得主恩愛。

(副歌) 每時每刻我蒙主愛保守，每時每刻生命泉向我流，  
仰望主耶穌榮光就照臨，每時每刻我為救主子民。



羅方麗霞，羅伯年老又摯愛的母親，今年九十九歲。信仰仍堅、心境平靜、為人樂觀、凡事交托；仍事主不懈。

## 保養您的心臟

伍潔瑜

「好似有隻大笨象壓住我心口...」

「劇痛由頸部延伸至下顎、肩膊、背部、以至手...」

「呼吸困難、冒汗、作嘔...」

(續下頁)





(續上頁)

這些都是心臟病發典型的徵象。甚麼是心臟病？

心臟病又稱為冠心病。冠臟動脈是環繞心臟的血管，負責供應血液到心臟，使心臟本身可以正常運作。冠心病是由於脂肪與膽固醇積聚在血管內壁，形成類似濃粥的黏液，使血管變成狹窄或閉塞，引至血液不能流通，導致心肌缺乏氧氣及營養，以至心肌壞死。

冠心病的九大高危因素：

- 遺傳
- 高血壓
- 糖尿病
- 高膽固醇
- 吸煙
- 過重
- 缺乏運動
- 生活緊張
- 其他（年齡與性別）年紀越高，患病機會越大。男性比女性患病機會高。

以上九項因素，只有遺傳與其他（年齡與性別）兩項是我們不能改變的因素，其他七項都是我們需要負責及可以改善的項目。

一. 血管健康方面：糖尿病、高膽固醇、高血壓、加上吸煙，對血管的健康構成嚴重的問題。糖尿病人患冠心病的機會高出正常人的三倍。這是由於人體所有器官均需要血液供應養分。若血液中的糖份太高，會對全身的血管和器官構成損害。血管因糖尿病而硬化，冠心動脈血管也不例外。若已硬化及高脂的血管，加上因抽煙而令血管收縮，當血液無法通過冠心動脈時，就引起以上描述的徵象。所以有糖尿病的人需要嚴控血糖，控制飲食，作適當的運動，即使有糖尿病，一樣可以防止心臟病。

二. 飲食方面：三低一高模式

低脂、低糖、低鹽及高纖維。豬腦、豬腰、雞肝等動物內臟。魷魚、蛋黃等均含高膽固醇，不宜攝取過量。適當地吸收OMEGA 3脂肪酸。如深海魚、魚肝油、魚油丸，能夠增加體內好的膽固醇，來



(續上頁)

對抗壞的膽固醇。

### 三. 過重與運動方面：

慎防過重，能改善心肺健康最好的運動是帶氧運動（aerobic exercise），這是一種有持續性，鍛練身體較大肌肉的運動，做這運動時，心跳率要比平常高出50%，如平常心跳率是每秒60-90，因著這運動便要加速至每秒90-120，一星期最少要三次，每次最少30分鐘。因著這運動，心肺部需要更努力去為身體提供氧氣和血液循環，微血管因而得到擴張。在這過程中，身體肌肉和血管中的乳酸，也因此而得到排除。這類運動包括步行、跑步、踏單車、游泳、跳繩、健康舞、瑜伽、太極等，都是帶氧運動的好選擇。

還有值得一題的是，近年女性與心臟病的問題亦成為研究和病人教育的焦點。據一項統計在515名女性心臟病患者中，有43%在心臟病發時未有經歷到心臟劇痛的徵象。

雖然女性比男性患心臟病的機會較低，但女性很容易誤判心臟病的先兆而延誤了極需要急救的黃金時段（golden hour）。

女性心臟病的先兆：

- 呼吸困難（57.9%）
- 全身虛弱（57%）
- 出奇的疲勞（42.9%）

還有很多發病的女性會感到作嘔、頭暈、心下方壓力增加或胃部消化不良、背痛等。而且這些徵狀可能是在心臟病發前數月已有。如果您是高危一族，遇到以上情形更加不能掉以輕心，應找醫生作進一步的評估。

作為基督徒，神給我們身體讓我們可做各樣的事工去榮耀祂，好好保養我們的身體是我們對愛我們的神應付上的責任。

伍潔瑜Kathy Hui，St. Mary醫院開心護士，（長期接觸心臟病科，工作於心臟科手術室）以琳團契同工。



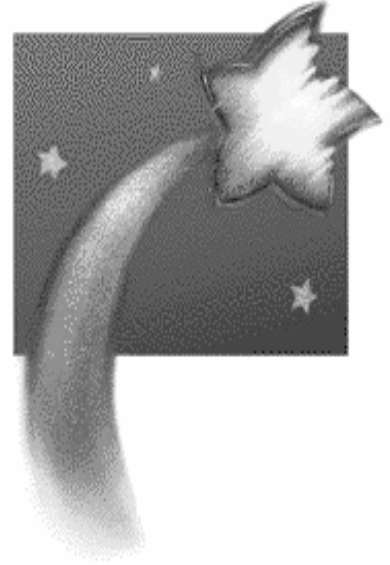
## 各團契的聚會時間

**家樂團契** (粵語, 夫婦及有幼孩家庭)  
每月第二主日下午 2:00

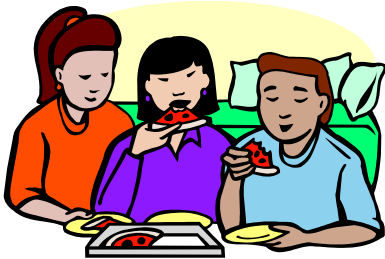
**佳方團契** (粵語, 普羅大眾)  
每月第二週一晚上 6:30  
晚餐 6:30 PM & 聚會 7:30 PM

**長輩團契** (粵語, 六十歲以上)  
逢週四早上 10:00

**揚恩團契** (粵語, 學生)  
逢週五下午 6:30



**以琳團契** (粵語, 家庭)  
每月第一週六下午 5:30



**以諾團契** (粵語, 在職青年)  
逢週六、下午 6:00  
每月第一週六暫停

本刊物乃中華基督教暨服務中心粵語堂出版，藉此供會友分享信仰、專題文章及代禱，藉此互相相愛，互相代禱，加深會友之間的認識，培養分享信仰的習慣。歡迎各弟兄姊妹投稿，投稿者可自訂題目，例如：「靈修分享」、「個人分享」或自擬題目，並註明作者姓名及聯絡電話，然後交給有關負責人。請為此刊物禱告，求主使用。

本期執行編輯：嚴婉紅  
編輯小組：李柏基、羅天虹、鍾肇華、蔡根松、李智聰