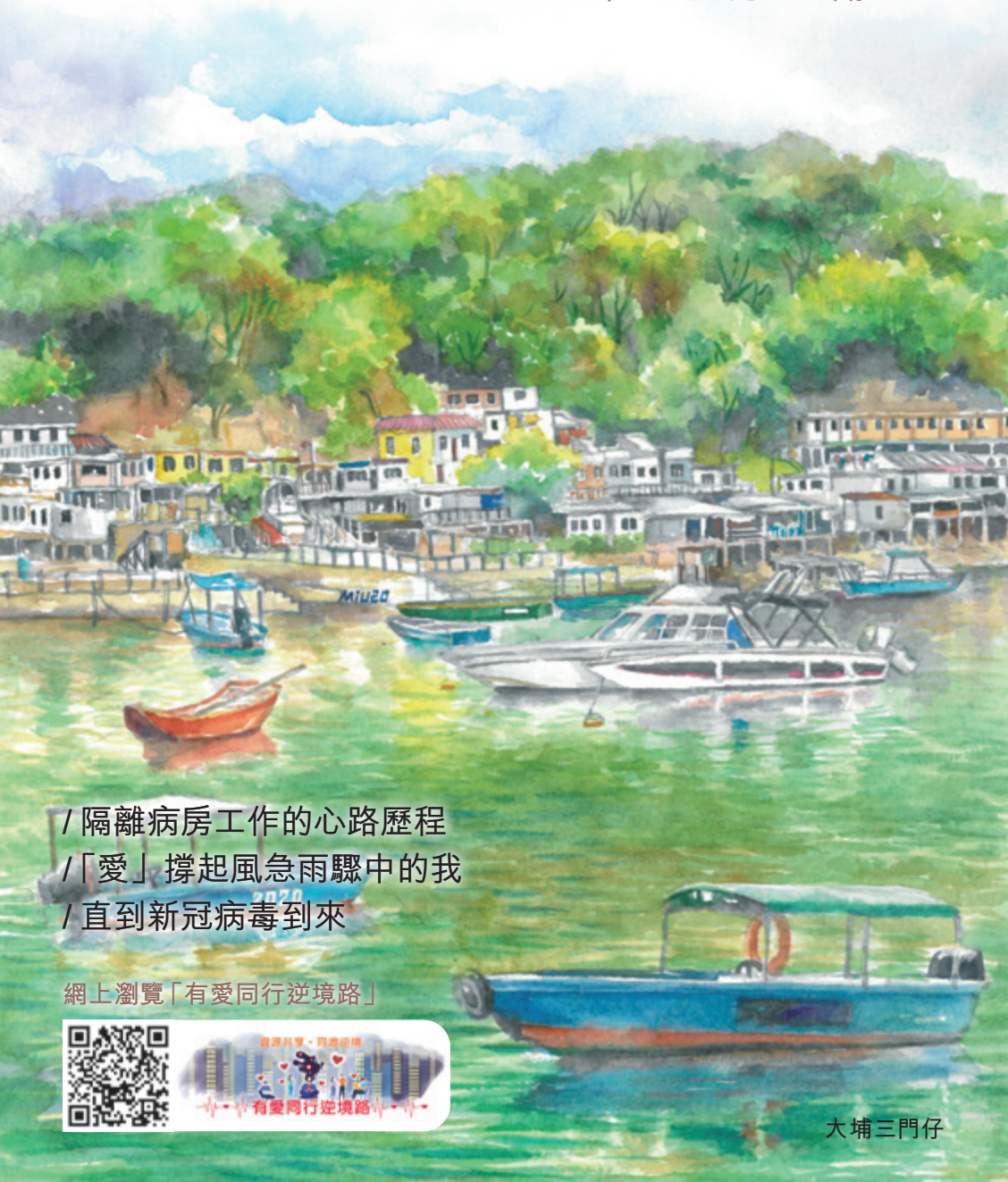


香港

中信

探問人生 省思生命

第59卷·總700期



/ 隔離病房工作的心路歷程
/ 「愛」撐起風急雨驟中的我
/ 直到新冠病毒到來

網上瀏覽「有愛同行逆境路」



大埔三門仔

1 隔離病房工作的心路歷程 / 真實故事 / 林寶鈿

4 「愛」撐起風急雨驟中的我 / 真實故事 / 胡美蘭

6 毒海復生記 / 真實故事 / 方文聰

10 溫柔的叮嚀 / 生活小品 / 葡萄籽

12 與貧弱同行 / 人間煦日 / 趙偉傑

16 致我們 / 詩想城市 / 萍凡人

18 奇妙的宇宙創造者 / 人生省思 / 肖君芳

22 直到新冠病毒到來 / 人生省思 / 白衣

24 咖啡店裡的女孩 / 世界的角落 / 孫基立

3.9 讀者作品選 / 影照世情

封底 鑽進佳境 / 常情有道 / 黃剛



本刊歡迎讀者投稿

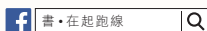
投稿：·「真實故事」「生活小品」「人生省思」均歡迎投稿，來稿請註明「投稿《中信》月刊」，並電郵到lit2@ccmhk.org.hk
·攝影作品請註明「投稿〈影照世情〉」，並電郵到newmedia@ccmhk.org.hk

稿例：·文稿字數在1,000至2,000字；
·攝影作品需1MB或以上的JPEG檔案，如附經文只限30字內。
·所有稿件須附真實姓名、地址、電話、電郵地址及所屬教會名稱。
·請勿一稿兩投。

聲明：·文稿一經刊登，版權歸本會所有，本會保留一切使用權。



「中信Light」免費下載



創刊於一九六二年 創辦人 / 王永信
香港中信總幹事 / 黃劉雅璧

地址：香港九龍新蒲崗雙喜街9號匯達商業中心9樓
電話：(852) 2810-9933 傳真：(852) 2868-3212
電郵：lit@ccmhk.org.hk 網址：www.ccmhk.org.hk

出版及發行：香港 中國信徒佈道會有限公司
責任編輯 / 吳陳妙如 編輯 / 梁百璇 助理編輯 / 羅穎珊 採訪 / 何在凡
封面圖 / 繆靜嘉 設計、插圖、印製 / 濛一設計坊

本刊不收訂費。歡迎索閱、轉贈親友及捐助印刷費。

作者文責自負，立論不代表本刊。 版權所有，如欲轉載，請來信申請。

各地中信成員：美國 / 劉耀光 台灣 / 簡春安 香港 / 黃劉雅璧 新加坡 / 許順明 加拿大 / 譚卓全 澳洲 / 康駿業 澳門 / 李妙如 新西蘭 / 馬慧文 泰國 / 陳國輝 哥斯達黎加 / 鄭詠欣



智能手機即上

歡迎網上瀏覽
各期《中信》月刊



隔離病房工作的 心路歷程

林寶鈿

當二月初得悉快要進入隔離病房工作協助對抗新冠肺炎後，身為內科醫生的我，頓時也需消化和接受事實。起初幾天有點徬徨和忐忑不安，因當時醫學界對新冠肺炎的認識和治療方法還未完全掌握。之後，我安靜禱告，向上帝呼求，祂便讓我明白需作一些準備：心靈和實務上的積極準備。

心靈和實務的預備

心靈上，一方面我聯絡多方弟兄姊妹及基督徒親友，包括教會傳道人及兄姊，助道會兄姊、太太、兒子、中學同學、多年死黨、醫院牧和同事等，懇請他們為我切切代禱，祈求身體健康，心靈安康，心存盼望。另一方面我亦預備會被感染的心態、可能要面對死亡的威

脅、接受死亡是生命的一部分，深信上帝必與我同在。

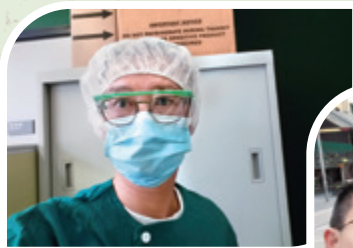
實務上，一方面我加緊熟習穿上及卸下保護衣物的程序，減少受感染的機會；也多閱讀國際文獻掌握病毒的感染途徑，嚴重個案率、死亡率、診斷及治療方法，增加應付病毒的知識和能力。另一方面，我亦聯絡人壽保險經紀作些財產盤算及分配，也擬定遺書，表達一些意願及身後安排，免除後顧之憂。

聖經話語的激勵

在進入隔離病房前，已得到很多弟兄姊妹的代禱承諾；他們又引用聖經鼓勵我，使我內心平安：「耶和華要保護你，免受一切的災害；祂要保護你的性命。你出你入，耶

和華要保護你，從今時直到永遠。」（詩篇一二一7-8）「你當剛強壯膽去行！不要懼怕，也不要驚惶。因為耶和華上帝就是我的上帝，與你同在；祂必不撇下你，也不丟棄你……」（歷代志上二十八20）。

雖然內心平安，但在隔離病房工作的日子，十分忙碌，也要獨自隔離生活，使我感到很孤單、寂寞和虛空，像聖經傳道書四章8節所述：「有人孤單無二，無子無兄，竟勞碌不息，眼目也不以錢財為足。他說：『我勞勞碌碌，刻苦自己，不享福樂，到底是為誰呢？』」然而，上帝聽我禱告後，再藉經文激勵我：「我若甘心做這事，就有賞賜；若不甘心，責任卻已經託付我了。」（哥林多前書九17）



作者感謝上帝賜他力量和平安的心進入隔離病房工作



作者與太太旅遊時合照



倚靠上帝得平安

結果，在疫情期間，我帶著醫療使命感和責任心，雖然忙碌、緊張、孤單、寂寞，但同時感到很平安、很安慰、得力量、得恩典。皆因從一開始，上帝主動找我，引導身邊弟兄姊妹支援及安慰我，教導我積極作兩手準備，幫助我用信心跨越，讓我有安全感，有被保護及

被激勵的動力。「有人靠車，有人靠馬，但我們要提到耶和華——我們上帝的名。」（詩篇二十七）「我們得幫助，是在乎倚靠造天地之耶和華的名。」（詩篇一二四8）

願我們均能倚靠上帝的名，抓緊應許，在生命之道上一步一步逆難而上。🙏



影照 世情

攝影及經文：蘇慶祥

你要專心仰賴耶和華，
不可倚靠自己的聰明，
在你一切所行的事上都要認定祂，
祂必指引你的路。

（箴言三5-6）

「愛」撐起 風急雨驟中 的我

胡美蘭



作者感謝上帝和弟兄姊妹的愛扶助她走過逆路

踏進2020年，在新冠肺炎疫情嚴峻前，我渡過了不一樣的豬年大除夕。當天需到醫院完成最後一次化療，靠上帝恩典，我終於跑到終點站。一路上交織起伏，惟恩典總比困難多。借用詩歌〈感謝神〉表達我深切的體會。

感謝神禱告蒙應允，感謝神未蒙垂聽。感謝神我曾經風暴，感謝神豐富供應。

感謝神賜我苦與樂，在絕望裡得安慰。感謝神賜無限恩典，感謝神無比慈愛。

暴風雨驟然降臨

信上帝並非意味人生從此無風無浪。實在是祂未曾應許天色常藍，也沒說過我們的人生路上花香常漫。而我在2019年的經歷，甚至可用坐過山車來形容，高低起伏，緊張刺激。在平安穩妥的日子，沒想到突然颳起了暴風，我的健康瞬間急轉直下。屈指一算，自5月至12月，我與醫院結下不解之緣，斷斷續續在醫院渡過了五十晝夜：在沒有任何心理準備下，確診患癌，做開腹手術，病情多變，腎功能衰退，輸尿管受損，尿道感染，腸道扭結阻



塞，馬拉松式的化療……

每一步都艱難，都使我身心疲累。

縱然如此，每一天耶穌與我同行、與我同在。祂的恩手帶領著，使我剛強。在每個艱難時刻，我都感受到上帝用大能的膀臂擁抱著我，賜我力量和勇氣面對，更賜下出人意外的平安。2019年雖然舉步為艱，但總有主的恩典支撐著我。最值得開心高興的，莫過於出席女兒的神學畢業禮，見證她成為上帝的僕人。

撐傘者的愛

身處逆境，當然不好受，但患難見真情，是很寶貴的體驗，也是人際關係昇華的契機。家人、親人、牧者、主內弟兄姊妹、不同的群體和朋友對我體貼入微，呵護有加。他們陪伴左右、愛心餽贈、關心問候、細心聆聽、支持鼓勵、為我祈禱……使我不孤單。沿路有這麼多愛我的人陪伴同行，感覺真幸福；

同時，讓我更深經歷主的愛，享受與祂更親密的關係。

我懷著非常感激的心，感謝每一位在暴風雨中為我撐傘的人，不離不棄以愛同行，為我加油打氣，送上真摯的禱告和祝福。我跌倒時，扶持我；我傷心時，安慰我；我失意時，鼓勵我；我寂寞時，陪伴我；我絕望時，擁抱我；我需要時，幫助我。生命經過歷練，生活更添姿采。

人生無常，我們無法掌控生命。因此鼓勵讀者向你所珍惜、所愛的人，即時用行動表達對他們的愛。愛是強效催化劑，愛能融化人與人之間的隔膜，使人際關係變得更美好。願我餘下的日子，身心靈健壯，更懂得珍惜眼前人，更能體貼上帝的心意，藉生命的歷練與人分享，讓人認識充滿慈愛與大能的上帝。✉



毒海復生記

方文聰

以身試法

我是吸毒過來人，感恩的是，上帝並沒有放棄我。

我會考零分，讀書不成，放任自己去的士高玩、跳舞、飲酒和吸毒。我聽過「毒品害人影響一生」，但拒絕不了朋友而吸毒，且成為拆家買賣毒品，十六歲時被判入勞教所。父母山長水遠，乘車又乘船好半天，只為能探望我半小時。媽媽哭個不停；爸爸一向顧家又堅強，

流血不流淚，不擅表達情感，但當天他在我面前流淚。我心痛又內疚，向父母承諾出去後一定學好，離開黑社會，不再接觸毒品。

在勞教所的生活很辛苦，每天八小時步操，不能坐下休息，有一小時要做五百次掌上壓。我因懼怕刑罰，表現良好，因此被揀選入廚房工作。體力勞動使我很肚餓，便偷食物去垃圾房吃。原來失去才曉得珍惜，掛念家人的我，是家裡長

軟弱雙面人

到二十三歲時，我仍在黑社會打滾，做了酒吧老闆，生活只有三件事：食、玩、睡。我滿心空虛失落，想尋求人生價值和意義。吸毒使我更消瘦和產生幻聽，常有尋死的意念。

我怕死，想起一二年級時曾就讀基督教小學，於是尋找教會。在教會我坐在後排，被詩歌〈誰曾應許〉中的一句歌詞感動，向上帝祈禱：「上帝若祢是真，請幫我戒毒，我想有新的人生。」在聚會中我選擇信耶穌，人生起了變化，我找到一份有意義的工作，在老人院任保健員。我對信仰很是認真，返教會、查經、祈禱，認識真理。然而卻不是即時一百八十度轉變，每晚我仍到夜總會吸毒——我實在是一個軟弱的人。

於是我尋求牧師幫助，告訴他我是黑社會，請他與我同行。教會與夜總會一街之隔，充滿試探。無數次當牧師送我乘巴士後，我在第二個站便下車去吸毒，並不斷說謊掩飾。我感到羞愧、挫敗。在失落中，我問耶穌：「祢是否真實？祢在哪裡？」

子，雖成長在基層家庭，父母當我是寶貝，現竟要執垃圾來吃。

之後我表現良好，三個多月便可離開，惟須接受一年感化令，若再犯事或不回家就要返回勞教所。那年我很乖，過後卻又找回那班朋友及接觸毒品，藉此逃避無業帶來的社會眼光和父母的期望。我只在家一事無成，而最關鍵是逃避自己想有成就的渴望。我又過了五年黑社會的日子，涉足黃賭毒。



作者靠主走過黑暗，更新了整个人生。圖為與太太及女兒同享艷陽。



疫情期間，作者（右前一）與弟兄姊妹發起派口罩行動，關心鄰舍。

有次當我準備吸毒時，響起聲音：「文聰啊！你吸毒，我仍接納你，接納你這個人和你的黑洞。」這聲音讓我有股動力要去改變，我知道這是上帝的聲音。因為吸毒產生的幻聽是負面的，而良心的提醒對我已變得微小沒有力量。我即時認罪，承認我驕傲，不擇手段爭取想要的東西，在毒品裡完全跌倒，懇求上帝拯救。

真理中的自由

之後上帝賜我動力離開舊友，我亦辭掉老人院的工作，在教會做義工。那年，我有幸得到牧師的陪

伴和牧養。當我愈認識真理，便愈認清自己的醜陋和狡猾：為利益毒害別人的子女、因一時之氣打架傷害他人身體。而耶穌竟來為拯救我這等罪人！感謝主，祂給我更新的機會。我靠著上帝的恩典成功戒除毒品、打架、說粗話及上色情網站等惡行。

我很喜歡聖經一段經文：「若有人在基督裡，他就是新造的人，舊事已過，都變成新的了。」（哥林多後書五17）過去我是爛泥塗不上壁，但上帝沒有放棄，祂在淤泥中拯救我。

回轉後，我常與濫藥人士分享



自己的經歷，盼與他們同行，又到學校與年輕人談夢想，分享生命故事。以往常抱怨父母不曉得擁抱我、用說話肯定或支持我，卻看不到他們花長時間工作建立家庭，供養子女讀書，爸爸更常煮我愛吃的小菜及湯水，這些都是他們表達愛的行為。感恩耶穌扭轉我的價值觀及看事物的眼光，使我能與父母復和，我誠心向他們道歉認錯。上帝是要

復和，人與上帝及家庭關係的復和。因著上帝恩典，我進入婚姻，女兒今年兩歲。感謝上帝在我生命裡充足的恩典。

（本文為方文聰傳道於中國信徒佈道會、中國基督教播道會迦南道真堂及基督教恩臨堂合辦的福音午餐會上的分享，經編輯整理。）

（方傳道服侍濫藥者的分享，可另見本刊 2020 年 7 月號總 699 期，〈毒海經歷愛〉一文。）

影照  世情

攝影及經文：smallPotato

有一件事，我曾求耶和華，我仍要尋求：
就是一生一世住在耶和華的殿中，
瞻仰祂的榮美，在祂的殿裡求問。

（詩篇二十七4）

溫
柔

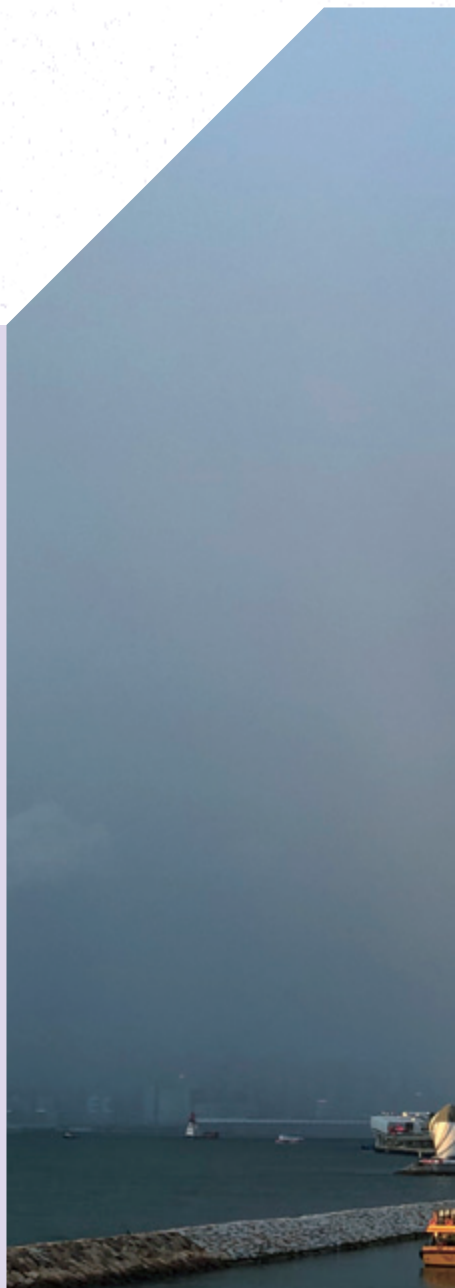
叮的
叮

文 / 葡萄籽
圖 / Kenrick

有些人，有些事，擁有的時不覺得怎樣；失去後，卻格外難過。

當荒誕變成日常，更要提防麻木，掩耳盜鈴式的不聞不問，最終只是一帖虛假的止痛劑，並沒有讓不義消失。

對香港人而言，六月充滿了悲憤交集的回憶。沒想到，在歷經幾場午夜雷電交轟之後，鬧市突然出現了雙彩虹，叫人油然而生出盼望，彷彿是一個溫柔的叮嚀，提醒我們這個創世立約的記號！是的，上帝掌權，祂一直都在！🍀





與貧弱同行

趙偉傑



一個患上末期癌症的露宿者，需要的是甚麼呢？一位單親媽媽家中的玻璃窗沒有窗花（防護欄），給她安裝了是否就能讓她安心？幫助一位獨居婆婆修理好家中的電器，就能除去那份孤單感嗎？不要誤會，供應缺乏的物資及協助解決生活的難關，都是給貧弱社群十分有意義的援手，惟他們心靈的

需要亦是不能忽略的。感恩上帝沒有忘記這些身處困境中的人，更感恩上帝讓我看見他們的需要，願意使用我將祝福跟他們分享。

學習服侍累積經驗

五年前我與四位來自不同教會、互不認識的弟兄姊妹，因參加了一個探訪無家者事工而走在一起。

之後事工有變，惟我們五人仍堅持繼續每月一次探訪無家者，因都看見當中的需要。

看到需要，還需學習如何服侍。最初我們探望一位露宿於天橋上被北風吹個正著的伯伯，他寧願承受刺骨寒風，也不願走進人群。當知道他患了末期癌症，沒探訪經驗的我們隨便就說「上帝會醫治你的」、「一天的難處一天當就夠了」……把聖經的話像念口簧般滑出嘴邊，然而眼前伯伯的難處他已擔當多年，我們所說的話真能安慰他嗎？除了說錯話，我們對伯伯的熱心，亦令旁觀的露宿者妒忌而排斥他。真是好心做壞事！後來我們學會順道也派物資給他的「左鄰右里」。在探訪過程中學了許多，實在是寶貴經驗。

兩年前我加入了一個非牟利組織「建祝·義工隊」。不少社工和機構常聯絡義工隊要求協助，讓我們進到受助家庭裡提供幫助，如滅蚤、二手傢俬轉贈、家居維修、義載等。除了約定的服務外，我還會主動關顧受助家庭，與他們傾談以了解其需要。比如有位單親媽媽，她有一個過度活躍的孩子，我到達這家庭時發現玻璃窗沒有窗花（防

護欄）。所以除了原定要幫他們做的電視架外，為了孩子的安全我們更主動提出額外為她們裝上窗花，這位單親媽媽因而感受到我們的關心。下次再到這家庭時我請了教會姊妹同往，希望姊妹能與她建立關係。經過幾次探訪後，這位單親媽媽開始向姊妹坦誠分享自己的難處，原來她要面對很多問題：電視機、窗花只是簡單的外在需要，其實她在心靈上的需要更大。當有人真心關懷、願意聆聽，她的鬱結便漸漸得到疏導。

將盼望帶入社區

因此我堅持在義工隊服務，將信仰的真實盼望帶入社區；同時把社區的需要帶到教會，讓其發揮關懷社區的功用。就像剛才提到的單親媽媽，她已開始參加教會聚會，惟這只是起步，希望她能融入教會，懂得在生活中倚靠愛她的上帝。

之前提到那位無家者伯伯，經過一段時日的鼓勵，他終於接受與我們一起祈禱，甚至願意為我開聲禱告。雖然伯伯仍不願意離開孤身睡天橋底的生活，但他已明顯比從前活得有盼望，不再自怨自艾，還

懂得用聖經的話安慰和鼓勵別人。

有次我要幫一個家庭「清屋」（把無用的雜物搬走），屋內除了一位單親媽媽和她的過度活躍女兒，還有單親媽媽的智障妹妹。我一看便知道這工作不容易，但最終還是接了來做，因我看到這個家庭的需要！其實每次出隊我都問自己是否只做社工想我們提供的服務便算？當看見這三人時，我知道上帝很愛這三個生命，我不可以只停留在硬件的服務上，不可單做清屋、滅蚤甚或給她們一個儲物櫃便算，因她們真正的需要是心靈的照顧。透過社工轉介有需要照顧的家庭很多，我渴望他們都能認識耶穌，讓他們的生命得著祝福，因而會盡力提供一條龍服務：有人跟進使他們可以無障礙地上教會、講解福音信息、教導聖經真理、與他們同行。

看準需要獻上祝福

當然，要能這樣，需要更多的弟兄姊妹支援，感恩因著上帝的愛，感動不少肢體參與。記得有次我和一位義工去幫獨居婆婆修理電燈和地板，入屋後發現婆婆失禁，馬桶淤塞盛滿屎尿。於心不忍下我嘗試通馬桶，卻弄到滿身糞便。此時婆婆在廳中突然暈倒，我們立刻召救護車把她送院，她留醫期間仍迷迷糊糊起不了床。我便請教會姊妹探望婆婆，經姊妹細心餵食和照顧下，婆婆明顯有好轉，於是姊妹呼籲教會弟兄姊妹合力去照顧婆婆。感恩



有二十多位肢體回應，他們每天分早晚兩更輪流探望婆婆，給她餵食和照顧，婆婆吃得飽，人也精神了。一個月後更受洗加入教會，實在令人振奮。

社區有很多需要，能夠協助提供生活所需、解決眼前困境固不可少，但在關鍵時刻傳遞生命的盼望——福音——永生更是不能忽略，因為心靈滿足才是活在困苦中的人最大的需要！上帝的愛擁抱這些身困社會邊緣的每一個生命，又願意使用信徒在地上作祂的使者，將祝福傳到貧弱者的

生命。聖經教導信徒要關心社區和身邊的鄰舍，願更多信徒把握機會遵行主耶穌的吩咐，使勞苦擔重擔的人得到適切的幫助和認識基督。

（何在凡採訪，經編輯整理）

（趙偉傑見證分享，可另見本刊 2020 年 3 月號總 695 期，〈一語喚醒憂鬱人〉一文。）



作者（背鏡頭者）採訪露宿者時替他擦藥膏



作者探望露宿於天橋上的無家者



作者跟義工出發服侍前一起祈禱

致我們

萍凡人





海沒有情緒
遠去的是遊子
還是該屬於海的逐浪日？
浪沒有回答
詩意逆行

逸趣離了艇
成為城中的兔
對每個遊人道盡城裡
千種情緒

拋下奧義
碼頭燈始終在某處等待
遊子的歸期
澄澈的水閃耀著
閃耀著



（編附：「耶穌又對眾人說：『我是世界的光。跟從我的，就不在黑暗裡走，必要得著生命的光。』」（約翰福音八 12））





奇妙的 宇宙創造者

肖君芳

很小的時候，我就一直很想知道：地球和人類是怎麼開始的？天到底有多高？我為甚麼存在？在我未及目睹的將來，世界會變得更好還是更壞？

探索宇宙和人類

最初聽說世界是由宇宙大爆炸後自由組合而成的。那時候就想：

甚麼時候再來一次大爆炸？如果再有，還會有人類嗎？又聽說人是由類人猿進化來的，但為甚麼人類歷史中從未有任何記載類人猿進化到人的中間狀態？

在我的認知裡，所謂進化是漸進式的。那麼，不同年齡的類人猿都應該走在進化的不同階段。但一直到我碩士畢業也沒能找到任何類



人猿到人進化過程的歷史記載。在動物園中所看到的不論年幼年長的類人猿都依然只是猿，絲毫沒有進化到人類的跡象，所以我否定了進化論。到底人類是從何而來？

隨著年歲閱歷的增長，我也開始質疑世界爆炸論的可能性。比如：成堆的 LEGO（樂高模型組件）在千萬次爆炸式自動組合後，也無法形成一個簡單的模型，更別說結構要多麼精妙複雜了！正如 LEGO 模型都需要被設計，這個宇宙的所有星球都在固定軌道中規律運行、地球和相鄰的太陽、月亮以及共同擁有的大氣層剛好可以滿足人類一切的需要、而且缺一不可，這只能是被設計好，而不可能靠隨機的碰撞形成。

也許因為對宇宙和人類的好奇，物理成為我中學時學得最好的科目。好奇心讓中學時的我夢想成為天體物理科學家，想要親自探索這個神奇的宇宙。大學入學考試時最拿手的物理居然離奇的考砸了，上帝讓我別無選擇的開始學習中醫——探索人類如何被宇宙中的一切（包括人類自己、地球、太陽、月亮等）影響。

對創造和生命豁然

到我出國後信了主，才明白為甚麼上帝改變了我的人生：成就祂認為對我最好的，而不是我認為最好的。如果我研究天體物理，便需要留在國內，也就沒有機會認識上帝；如果上帝依然揀選我，將會是我在試圖攀登科學頂峰的路上累得倒下時，才會發現根本不可能達到頂峰，因為真正的頂峰就是上帝，而我們永遠也無法完全明白這個宇宙的設計師：上帝！

我一直很喜歡在飛機上升的過程中遙望地面，看著漸漸模糊的街道、愈來愈小的景物。那時候就想：在上帝眼中，地球是不是就如乒乓球大小？上帝眼中的人類是不是如同乒乓球上密密麻麻地穿梭的螞蟻？





因為婚姻的困惑，我成為了基督徒。沒想到這不僅讓我看到了婚姻的希望，更讓我自年幼就對宇宙和人類的困惑豁然開朗。聖經上清楚的記載：「起初，上帝創造天地。」（創世記一1）「上帝說：『我們要照著我們的形像、按著我們的樣式造人……』上帝就照著自己的形像造人，乃是照著祂的形像造男造女。」（創世記一26-27）

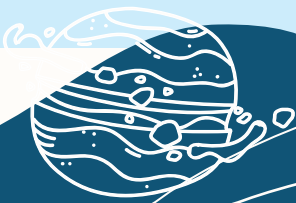
宇宙和人類都是上帝創造，其中的奧秘自然不是人類可以完全明白的。但可以肯定的是：上帝創造的每個人都是獨一無二的；每個人在世上的人生旅程也是獨一無二的；從而彰顯了上帝的樣式和榮耀；信靠祂的不致滅亡，反得永生（參約翰福音三16）；我們的肉體終將離開這個世界，但靈魂會因為上帝的救恩而得永生。

驚歎上帝的奇妙

我在研究中醫的過程中，愈來愈驚歎上帝的奇妙！以前學習中醫的精髓：天人合一，只是簡單的接

受。信主之後卻有了更深的領悟：各國、各地的天氣和物產居然完全滿足了當地人的需求，也是只有益於本地人。比如澳洲夏天產西瓜，地處炎熱的澳洲人吃寒涼剛好達到中醫的中和狀態，非常有益健康。但若即時運送到正值深冬的北京，寒冬中的北京人吃了一一定會損傷身體的陽氣而生病。又比如我的家鄉湖南無辣不歡，湖南屬於盆地、常年潮濕，又因離海很遠，沒有海風吹散盆地空氣中的濕氣，許多人會受寒濕之困，卻很難出汗驅除，吃辣卻能誘致發汗。而在空氣相對乾燥的新西蘭常常吃辣，便會使多餘的熱積聚在體內導致爆痘甚至腸胃問題。所以，我們最好吃當地當季的食物。上帝早已為每一處地域的人們預備了適合的食物在當地生長、收藏。那些在各地室溫下或地窖中可以常年儲存的食物，例如堅果、大米、麥、麵等，也正好奇妙地有益於各地人常用。

愈研究人體的微妙結構，愈驚歎上帝的偉大創造！人身體的骨頭、

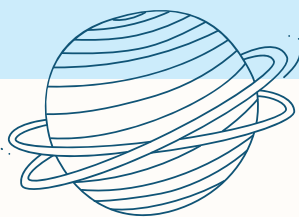


肌肉、器官都配合得如此精確而不可或缺！現代醫學研究至今，依然無法完全了解人體，甚至以前認為無用的闌尾、扁桃體，如今也證明是人身體自備的天然免疫系統。常常有人在所有身體檢查報告都屬正常的情況下，依然呈病態。中醫的看法是：身體的器官就如房子裡的人。房子外觀看起來很好，房子裡面有父母子女，看起來這個家是完美的。但我們忽略了：房子裡的父母子女是否樂意繼續呆在房子內，還取決於房子中的空氣是否乾淨、溫度是否舒適。如果屋內不乾淨、太熱太冷太乾太濕，屋外卻更舒適，房子裡的人就會想出來了。我們的身體也一樣，身體的骨骼、器官、肌肉等都完好，但身體裡面的氣不乾淨、太熱太冷太乾太濕，那麼體內的器官一定不舒服，會生病。若發展到在身體檢查時已可發現的地步，很可能就需動手術了。因此，中醫有所謂「上工治未病」。還有，現代人的通病是熬夜。中醫的看法是，在陰氣盛的夜晚，是子午流注

膽肝的自我修復開始時間，在晚上十一時前睡覺，有利於養陽，讓第二天精力充沛；在陽氣盛的白天多在室外吸取大自然的陽氣，有助養陰，能幫助晚上睡眠。

我在醫療過程中，更加驚歎上帝將能醫治早期疾病、奇妙而簡單的方法，安設在我們身上或在我們周圍。例如，輕按一個或幾個看似毫不相干的穴位，能有助治療；針灸有助調平雙手脈、紓緩症狀；一些花草茶可醫治因熱毒所致的喉嚨疼、眼睛疼、癬子等。愈研究愈深信：上帝早已預備了方法醫治人類的疾病，或者是某些穴位，或者是某些自然界的動植物，甚至是毒物，只是人類的驕傲和無知延誤了醫治時間，遮蓋了我們找到正確方法的眼睛和思維。

我們惟有謙卑在上帝面前、懇切的禱告，才有希望愈來愈接近這位宇宙萬有的創造者：全能的上帝！✝



直到 新冠病毒到來

白衣

近年人均壽命持續增長，活過九十歲並不稀奇。有人說，長生不老的日子指日可待；卻有更多人爭取安樂死合法——直到新冠病毒出現。

本來以為我們將來要不死於癌症，就是心血管疾病，或是意外身亡——誰知算漏了新冠病毒。

在這以前，人們日以繼夜燃燒生命，追求財富、成功——直到新冠病毒橫空出世，無情奪命才忽然驚醒，還是性命最要緊。真如主耶穌所說：「人若賺得全世界，賠上自己的生命，有甚麼益處呢？人還能拿甚麼換生命呢？」（馬太福音十六26）

過去看聖經預言末世將有大瘟疫流行，殺人無數，頗覺得難以想像；因近代醫學發達，流行病不都被控制了嗎？——直到新冠病毒到來，歐美等最先進國家的死亡人數竟然高踞世界榜首！

一直以來，人們不斷自我催眠，自信有無限智慧、能力、主權，足以挑戰上天，重塑價值，主宰命運——直到新冠病毒橫行殺戮，才知道人類多麼無奈無能！

在疫情下，你可以像聖經中的約伯那樣認識自己，認識上帝；你也可以依然故我，甚麼都沒學到。

朋友，你學到甚麼？

（本文轉載自美國《中信》月刊第700期）

你願意相信耶穌基督嗎？

若願意，請做以下禱告：

天父上帝，我從心裡承認祢是獨一真神。祢愛人類，曾差遣祢的獨生子耶穌基督降世代罪，為我們釘死十字架上，第三日復活，救我們脫離罪和死的權勢。我相信耶穌基督是人類唯一的救主，是道路、真理、生命，只有藉著祂，我才可以回到天父那裡，認識真理，得著永生。我明白以往我因不認識祢是真神，我的人生方向和路線都錯了。我是個罪人，如今決定回頭，不再走自己的路，願意一生跟隨耶穌，遵行天父上帝的旨意。求祢幫助我明白真理，使我信心堅定。奉主耶穌基督的名禱告，阿們！

你若做了以上禱告，希望你填寫「讀者回應」（本頁右表）與我們聯絡。

讀者回應頁

I. 個人資料（請參閱下方「個人資料收集聲明」）

姓名（英文） _____ 姓 _____ 名 _____

地址（英文） _____

_____ 郵編 _____

聯絡電話 _____

電郵 _____

我是新讀者 是 否 （讀者編號： _____ ）

II. 本期讀後感（8/2020）

- _____
- _____
- 我要訂閱貴刊繁體版。
 - 我尚未相信，盼能進一步認識耶穌。
 - 我願意相信耶穌（這是我第一次表示信主的）。
 - 請寄有關信仰材料
 - 請為我介紹教會

III. 我願意支持貴刊

- 我是基督徒，願每月把《中信》月刊，送給遠近親友閱讀。
- 我願分擔《中信》月刊印刷費 _____ 元。（請填寫上方個人資料，並參看後頁奉獻方法。）

※ 根據《個人資料（私隱）條例》，本會不能收集第三者的個人資料。如要介紹親友成為讀者，可把《中信》月刊送給親友，或鼓勵他們親自填妥上表及簽署後寄回本會。

※ 訂閱資料如有更改、增刪，請與本會聯絡；或參閱本刊郵寄信封背頁詳情。

電郵：lit@ccmhk.org.hk

..... 個人資料收集聲明

1. 中國信徒佈道會將依照在收集個人資料時所說明的目的使用該等個人資料，包括但不限於閣下的姓名、郵寄地址、電話號碼及電郵地址。
2. 向本會提供個人資料純屬自願，如閣下未能提供足夠個人資料，本會可能無法有效處理你的申請或提供有關服務。
3. 本會可能使用閣下的個人資料（包括姓名、郵寄地址、電話號碼、傳真號碼、電郵地址、所屬教會/機構名稱），以便本會日後與你通訊、寄發刊物、發出收據、義工招募、籌款、收集意見、推廣活動、作課程邀請及與中國信徒佈道會相關之項目等用途。
4. 閣下之個人資料絕對保密，除上述用途之外，將不會以任何形式出售、租借或轉讓予任何人士或組織。
5. 根據《個人資料（私隱）條例》（第486章），閣下有權要求查閱及更正任何閣下提供給我們的個人資料，或要求停止使用閣下的個人資料作直接推廣的用途。任何有關查詢請聯絡：

中國信徒佈道會有限公司

地址：香港九龍新蒲崗雙喜街9號匯達商業中心9樓；或

電話：(852) 2810-9933 傳真：(852) 2868-3212

電郵：admin@ccmhk.org.hk

簽署同意聲明： _____

日期： _____

（轉後頁）

(承上頁)

IV. 請為我以下的事代禱

如讀者有感動，願意在經濟上支持本刊，請把奉獻：

- 存入下列銀行戶口：

匯豐銀行001-327600-001

恒生銀行286-374434-001

恒生銀行286-374434-280 (人民幣)

恒生銀行286-374434-203 (美元)



下載奉獻表格

- 支票：抬頭請寫

「中國信徒佈道會有限公司」或

CCM Christian Mission Ltd 並寄回本會收。

- 繳費靈PPS：中信商戶編號為6127

首次使用PPS請致電18013或登入www.ppskh.com，

登記後請致電18033奉獻。

請以奉獻者聯絡電話登記為「賬戶號碼」。

賬戶號碼：_____ 讀者編號：_____

奉獻金額：_____ 奉獻日期：_____

PPS付款編號：_____ 聯絡電話：_____

奉獻後：請將銀行存款單/ 網上捐款記錄/ 繳費靈付款

編號，連同前頁個人資料交回本會，以便發回收據。

傳真：2868-3212；電郵：account@ccmhk.org.hk

郵寄地址，請參前頁。

澳門讀者請存入

銀行戶口：中國銀行 02-11-20-061980 (港幣)

02-01-20-091560 (澳門幣)

支票抬頭請寫「澳門中國信徒佈道會」

地址：澳門東望洋斜巷2D志安大廈地下

電話：(853) 2835-3306

電郵：ccmmacau@macau.ctm.net



在清晨時分，在咖啡店，看到一個年輕的短髮女孩，戴著一條溫暖的圍巾，翻動著一本厚書，同時在享受咖啡，時不時嘴角浮出微笑。咖啡店的燈光照在每一個人的臉上，給每一個人都添了一層溫暖的色彩；書本和咖啡的味道很相配，都是耐人尋味的。我生活中那些美麗的書籤就是這樣的時刻。

看這個繽紛的世界、看四季的變遷、觀察每一個人的微笑、看母親和孩子玩耍、看老年夫妻手挽手散步、看小情人撒嬌賣萌……生活有極豐富的饋贈。

莫讓豐富成了貧乏

然而，在工業化的社會裡，最大的危機就是將周圍的人都看成了物件：可利用、可製造生產力的工具，而獨不當做有思想有靈魂的人；將時間當作生產資源，

咖啡店裡的女孩

孫基立

而獨不當為上帝賜予人生命的組成單位。也許當我們白髮蒼蒼的時候，才醒悟，我們用上帝賜予的、最寶貴的生命，換了一堆自己根本不需要的雜物。

很久以前，對工業化的思考就開始了，人們對這些危機其實早就有警覺，但是幾十年過去，我們還是朝這個方向滑落。

我們手上可以擁有許多有用的工具，它們幫助人生活得更快捷、更方便，我們因此本應該擁有更多的時間、自由和快樂，可是弔詭的是，我們的時間愈來愈少，自由和快樂也愈來愈少。

在物質豐富的今天，人的心靈卻愈來愈貧乏。

莫讓美善變得奢侈

我們心靈需要的養料其實很簡單，就是人和人之間沒有功利目的、純真的關係；還有午後的陽光下一

杯濃香的咖啡，凝神靜聽落葉和雪花飄落的心境和時間。這一切，都成為了奢侈品。

但是，只要我們回到大自然，就能找回本來屬於我們的心靈安寧。那些簡單的晨曦晚霞，葡萄園，山谷裡的百合，淅淅瀝瀝的微雨和空氣中花草的香氣，都是滋養心靈的食糧。

在我們的生活中，上帝也留下了許多這樣令人心靈得到休憩的瞬間，它們就如同生活中明亮的色彩，讓我們在繁忙的生活裡體悟到上帝的賜福。

我準備離開那個咖啡店的時候，看到朝陽升起，照耀著街道，也在透明的玻璃櫥窗上折射出光芒。女孩還沉醉在咖啡香氣的閱讀中，也許並不知道自己給一個陌生人帶來了愉悅。我們每一個都在不知不覺間營造周圍的環境和他人的生活。願上帝藉著我們賜福周圍的人。✿

鑽進佳境

黃剛

一位天才園藝家走遍世界，為各國設計了一座座園林別墅。他的每一個設計都匠心獨運，別出心裁，完成後很快就成為當地的矚目建築，引來人們遠近觀賞。進入其中，必使人大開眼界，心曠神怡。出色的作品為他帶來蜚聲的名譽和巨大的財富。

後來，園藝家退休了，回到家鄉過起優渥、悠閒、自在的日子。對於自己的家鄉、民族和國家，他是深愛不已的。但由於他大半輩子在外，未能為鍾愛的家國留下過任何作品，這實在遺憾。他要為所愛的建構一座最優美的園林，把國人帶進佳妙的境界。

他買了一圈很大的地，築起高牆，叮叮噹噹在裡面開始了園林工程。一年、兩年……過了很長時間，巨大的工程終於竣工了。但是園林開張那天卻沒有任何招迎儀式。更奇怪的是，偌大的園林，處處高牆，只洞開一個小門，而且小門又有嚴嚴實實的鋼欄杆。門旁則有一方精緻的指示牌，寫著：歡迎進內，內有佳景。

人們看到小門沒把沒鈴，不知怎麼進去。一個小孩把頭探進欄杆，頭一過，整個身體就順順溜溜的進去。其他小孩見狀，也都探頭鑽進去。

孩子們遊覽後出來，都興奮地向父母報告園裡種種的奇特和美妙。大人想要鑽進去，雖然身子能進，但頭太大過不了那門欄柵。不單大人不能進去，當小孩思想複雜，思緒增多，腦袋一大，也都不能進去。

國人得出結論了：只要腦袋能通過，人就能進入佳境；小孩思想單純，就能輕鬆進出佳景。這結論很貼近聖經裡的一句智慧話：「凡要承受上帝國的，若不像小孩子，斷不能進去。」（馬可福音十15）